Kurse, Retreats und Seminare

TANJA BOHLMANN

Schweige-Retreat nach Goenka, Vipassana-Meditationszentrum Dhamma Dvāra, Triebel
(06.-17.09.2010)

Vipassana- und Metta-Wochenende, Renate Seifarth, Berlin
(26.-27.02.2011)

8-wöchiger Unified Mindfulness-Achtsamkeitskurs bei Sabine Heggemann, Lüneburg
(19.11.2013-14.01.2014)

Silvester-Retreat im Schweigen bei Renate Seifarth, Seminarhaus Drawehn, Clenze
(27.12.2016-01.01.2017)

Achtsamkeits-Retreat bei Sabine Heggemann, Römstedt
(01.-05.06.2017)

Silvester-Retreat im Schweigen bei Wolfgang Seifert, Haus der Stille, Roseburg
(26.12.2017-01.01.2018)

8-wöchiger MBSR-Achtsamkeitskurs bei Michaela Eggers, Lüneburg
(28.05.-16.07.2018)

Schweige-Retreat bei Marie Mannschatz, Haus der Stille, Roseburg
(29.09.-03.10.2018)

Seminar „Der inneren Stimme vertrauen“ bei Marie Mannschatz, *fortschritte* Hamburg

(30.11.-01.12.2018)

MBSR-Jahresgruppe bei Michaela Eggers, Lüneburg

(14.01.-16.12.2019)

Oster-Retreat im Schweigen bei Wolfgang Seifert, Haus der Stille, Roseburg

(19.-27.04.2019)

Seminar „Der Leerheit auf die Spur kommen“ bei Jürgen Manshardt, Tibetisches Zentrum Semkye Ling, Schneverdingen

(30.05.-02.06.2019)

Seminar „Die 8 weltlichen Dharmas“ bei Dr. Wilfried Reuter, Tibetisches Zentrum Semkye Ling, Schneverdingen

(28.-30.06.2019)

Schweige-Retreat „Das Tor zur inneren Freiheit“ bei Dr. Sylvia Kolk, Haus der Stille, Roseburg

(05.-08.12.2019)

Seminar „Achtsamkeit und Mitgefühl – Eine Herausforderung im Umgang mit traumatisierten Menschen“ bei Dr. Luise Reddemann, Lotos-Vihara Meditationszentrum, Berlin

(10.-12.01.2020)

Schweige-Retreat „Die Vorteile und Früchte des spirituellen Lebens“ bei Dr. Wilfried Reuter, Haus der Stille, Roseburg

(22.-28.08.2020)

Vortrag und Übungstag „Eigene und andere Kraft. Leben und Üben mit und ohne Mühe. Heilsam handeln und gute Werke, Segen und Gnade“ bei Sylvia Wetzel, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(18.-19.09.2020)

Online Oster-Retreat bei Renate Seifarth

(02.-04.04.2021)

Vortrag und Übungstag „Beziehungen. Täuschungen und Enttäuschungen“ bei Sylvia Wetzel, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(07.-08.05.2021)

Schweige-Retreat „Die Vier Edlen Wahrheiten“ bei Dr. Sylvia Kolk, Haus der Stille, Roseburg

(27.-30.05.2021)

Vortrag und Übungstag „Zuversicht und Vertrauen“ bei Roland Nyanabodhi, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(22.-23.10.2021)

Schweige-Retreat „Üben mit und ohne Mühe“ bei Lily Besilly, Haus der Stille, Roseburg

(24.-27.11.2021)

Vortrag und Übungstag „Erwachsen werden und Erwachen“ bei Sylvia Wetzel, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(20.-21.05.2022)

Übungstag „Wurzeln und Flügel, Geborgenheit und Freiheit“ bei Sylvia Wetzel, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(17.09.2022)

Einzel-Retreat, Tibetisches Zentrum Semkye Ling, Schneverdingen

(02.-04.10.2022)

Schweige-Retreat „Mit offenem Herzen und weitem Geist“ bei Lily Besilly, Haus der Stille, Roseburg

(23.-27.11.2022)

Schweige-Retreat „Geistesgegenwart und Verwandlung“ bei Akiñcano M. Weber, Haus der Stille, Roseburg

(02.-06.08.2023)

Vortrag und Übungstag „Buddhismus und Psychotherapie“ bei Sylvia Wetzel, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(15.-16.09.2023)

Übungstag „Wie integriere ich die 4 Pfeiler der Achtsamkeit in den Alltag?“ bei Bikkhu Buddhapala, Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(16.03.2024)

Schweige-Retreat „Geistesgegenwart und Verwandlung“ bei Akiñcano M. Weber, Haus der Stille, Roseburg

(31.07.-04.08.2024)

Buddhistische Stadt-Praxis (Meditationsgruppe), Buddhistisches Stadt-Zentrum Hamburg e.V.

(regelmäßig seit März 2020)

Diverse Meditationstage und Vorträge im Heilhaus Lüneburg (u.a. bei Oliver Petersen, Tibetisches Zentrum e.V.)