



JULI - DEZEMBER 2025

amdenretreat+

BUDDHISTISCHES
RETREATZENTRUM AMDEN



REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGEN

Herzlich willkommen!

jeden Abend, 20.00 h:
(ausser Mi: 19.30 h)

16. Karmapa-Meditation
(angeleitet • Fr/Sa 20.00 h oder nach Vortrag)

an den Wochenenden:

Vorträge/Kurse gemäss Programm:
Erklärungen zu grundlegenden Themen des Diamantweg-Buddhismus,
Beantwortung von Fragen und 16. Karmapa-Meditation (deutsch angeleitet).

Meditations-/Retreat-Wochenenden

Gemeinsame Meditationspraxis (eigene Praxis nach gemeinsamem Einstieg)

Daten: 4.-6. Juli • 15.-17. Aug. • 22.-24. Aug. • 5.-7. Sept. • 12.-14. Sept. •
10.-12. Okt. • 17.-19. Okt. • 31. Okt.-2. Nov. • 14.-16. Nov. • 5.-7. Dez. 2025

Tagesprogramm für Meditations- & Kurs-Wochenenden*

08.00 h 1. Meditationssitzung (freie Praxis)
08.30-10.00 h Frühstück
10.15 h 2. Meditationssitzung oder Vortrag
12.30 h Mittagessen
15.00 h 3. Meditationssitzung oder Vortrag
18.30 h Abendessen
20.00 h Vortrag oder gemeinsame Karmapa-Meditation

* (8. Karmapa- & Sangha-Retreats allenfalls gemäss eigenem Retreatplan)

Für Interessierte ohne
Vorkenntnisse geeignet:

Für einen **Erstbesuch** mit Übernachtung eignen sich folgende Wochenenden:
15.-17. Aug. (engl.) • 22.-23. Aug. • 5.-7. Sept. • 12.-14. Sept. • 19.-21. Sept. •
3.-7. Okt. (CH-Herbstkurs) • 17.-19. Okt. • 30.10.-1. 11. • 28.-30. Nov. 2025

English Courses:



Courses / Teachings in English:

15.-17. Aug. • 23.-26. Okt. (8. Karmapa-Retreat) • 28.-30. Nov. 2025

8. Karmapa:

Gemeinsame 8. Karmapa-Praxis **neu jeden Do 20.00 h** in der kleinen Gompa
Voraussetzungen für **8. Karmapa**: Grundübungen abgeschlossen & Segen des Lamas

Haus geschlossen:

Das Haus bleibt **geschlossen** vom **27. Juli - 10. August & 19.-27. Dez. 2025**

Gartenwochen:

Garten & Wald gemeinsam pflegen: **8.-12. Sept. & 13.-17. Okt. 2025**

1x pro Halbjahr:



Schweizer Sangha-Treffen: Fr-So, 7.-9. Nov. 2025

Besprechungsforum für die Schweizer Zentren/Sangha & das gemeinsame
Retreatzentrum Amden. Die ganze Schweizer Sangha ist herzlich willkommen!

Longterms:

Wer den Wunsch und die Möglichkeit hat, das Retreatzentrum und das Bellevue-
Team für 1-2 Monate als Longterm aktiv zu unterstützen, meldet euch bei uns!

VERANSTALTUNGEN JULI - DEZEMBER 2025

JULI

Sa, 5. Juli



Stupa-Geburtstag – 24 Jahre 7 Schweizer Stupas
Praxistag & 17.00 h gemeinsame Praxis an der Stupa

Do-So, 24.-27. Juli



365-Tour in Amden • Vorträge mit Ryan Singer
Infos / Programm siehe DW-Connect

27. Juli – 10. August

Das Haus bleibt während dem Int. Sommerkurs im EC **geschlossen**
(ab Sonntag-Nachmittag • Anreise ab Sonntagabend ohne Abendessen)

AUGUST

Fr-So, 15.-17. August



Meditations-Wochenende mit Matthias Sommerauer
Vorträge (in Englisch) Fr & Sa je 20.00 h:
Buddhist Refuge / Bodhicitta – the Enlightend Attitude • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h

Fr-So, 22.-24. August

Meditations-Wochenende mit Anne Katrin Thomas
Vorträge Fr & Sa je 20.00 h:
Die Bedeutung der Sangha / Die vier edlen Wahrheiten • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h

Do-So, 28.-31. August

8. Karmapa-Retreat mit Piotr Kalachyn
Erklärungen, Fragen & Antworten, gemeinsame Praxis • Voraussetzung:
Grundübungen abgeschlossen • Beginn Do 20.00 h, Schluss So-Nachmittag
Ganzes Retreat Fr. 70.– (ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Mad-for-Food-Team

Achtung Anreise:

Wegen eines Grossanlasses in der Region ist die Zufahrt mit Privatauto von Fr-So
eingeschränkt! Am besten reist ihr schon am Donnerstag an; Fr-So evt. Parkieren
und Umsteigen auf Bus von Bahnhof Ziegelbrücke nach Amden nötig

SEPTEMBER

- Fr-So, 5.-7. Sept. **Meditations-Wochenende mit Uli Sieker**
Vorträge Fr & Sa je 20.00 h: **Mitgefühl & Weisheit / Meditation** • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h
Gastgeber: Zentrum Zürich
- Fr-So, 12.-14. Sept. **Meditations-Wochenende mit Franziska Keller & Hampe Escher**
Vorträge Fr & Sa je 20.00 h: **Ngöndro – die vier vorbereitenden Übungen /
Das Lehrer-Schüler-Verhältnis** • je Fr. 12.– • Sa/So Praxis-Erklärungen zu den
Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h
Gastgeber: Zentrum Bregenz
- Fr-So, 19.-21. Sept. **Wochenendkurs mit Manfred Seegers**
**Lebensgeschichten der Karma Kagyü Meister / Meditation / Bodhicitta – der
Erleuchtungsgeist** Vorträge Fr 20.00 h, Sa 15.00 & 20.00 h, So 10.15 h
gemeinsame Praxis Sa 8.00 & 10.15 h • je Fr. 12.–, ganzes Wochenende Fr. 40.–
(ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum St. Gallen
- Do-So, 25.-28. Sept. **Deutschsprachiges Reiselehrer-Treffen** • das Haus ist für das Treffen reserviert

OKTOBER

- Fr-Di, 3.-7. Oktober  **Schweizer Herbstkurs mit Manfred Maier & weiteren RL:**
Grundlagen des Diamantweg-Buddhismus
Beginn Fr-Abend 20.00 h, Schluss Di-Nachmittag
täglich 8.00 & 15.00 h gemeinsame Praxis • 10.15 & 20.00 h Vortrag oder Panel
Vorträge je Fr. 12.–, ganzer Kurs Fr. 80.– (ohne Essen & Übernachtung)
- Fr-So, 10.-12. Okt. **Meditations-Wochenende mit Alke Brecht • Sangha-Retreat Singen & Waldshut**
Vorträge Fr & Sa je 20.00 h:
Die Bedeutung der Sangha / Das Lehrer-Schüler-Verhältnis • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h
Gastgeber: Gruppe Toggenburg
- Fr-So, 17.-19. Okt. **Wochenendkurs mit Markus Kuhn & Franziska Keller:**
Tod & Wiedergeburt
Einführung Tod & Wiedergeburt, Meditation auf den Buddha des Grenzenlosen
Lichts (Amithaba), Fragen & Antworten
Vorträge Fr 20.00 h, Sa 15.00 & 20.00 h, So 10.15 h • gemeinsame Praxis Sa 10.15 h
je Fr. 12.–, ganzes Wochenende Fr. 40.– (ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum Luzern
- Do-So, 23.-26. Okt.  **8. Karmapa-Retreat mit Yomi Urquía-Hendren & Anders Hedelin**
Erklärungen, Fragen & Antworten, gemeinsame Praxis • Voraussetzung:
Grundübungen abgeschlossen • Beginn Do 20.00 h, Schluss So-Nachmittag
Retreat in Englisch • ganzes Retreat Fr. 70.– (ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum Winterthur

NOVEMBER

- Fr-So, 31. Okt.-2. Nov. **Meditations-Wochenende mit Klaus Neukirchen**
Vorträge Fr & Sa je 20.00 h:
Die vier Grundgedanken / Das Lehrer-Schüler-Verhältnis • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h
Gastgeber: Zentrum Ravensburg
- Fr-So, 7.-9. Nov.  **CH-Sangha-Wochenende** • Die ganze Schweizer Sangha ist herzlich
willkommen, mitzureden, mitzuentcheiden und mitzufeiern!
Tagesgäste: bitte für Essen anmelden.
Das Haus ist ausschliesslich für das Treffen reserviert.
- Fr-So, 14.-16. Nov. **Meditations-Wochenende mit Stefan Thal • Sangha-Retreat Darmstadt**
Vorträge Sa 10.15 h & 20.00 h:
Die Bedeutung der Sangha / Das Lehrer-Schüler-Verhältnis • je Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame
Praxis Sa 8.00, 10.15 & 15.00, So 10.15 h
Gastgeber: Zentrum Basel
- Do-So, 20.-23. Nov. **8. Karmapa-Retreat mit Klaus Kaltenbrunner**
Erklärungen, Fragen & Antworten, gemeinsame Praxis • Voraussetzung:
Grundübungen abgeschlossen • Beginn Do 20.00 h, Schluss So-Nachmittag
Ganzes Retreat Fr. 70.– (ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum Luzern
- Fr-So, 28.-30. Nov.  **Wochenendkurs mit Lena Leonteva**
**Life Stories of Karma Kagyu Masters / Compassion & Wisdom /
Buddhism in Daily Life**
Vorträge Fr 20.00 h, Sa 15.00 & 20.00 h, So 10.15 h • Vorträge in Englisch •
gemeinsame Praxis Sa 10.15 h • je Fr. 12.–, ganzes Wochenende Fr. 40.– (ohne
Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum Bern

DEZEMBER

- Fr-So, 5.-7. Dezember **Meditations-Wochenende • Sangha-Retreat Luzern**
Vortrag mit Kristian Zacho Sa 20.00 h: **Meditation** • Fr. 12.–
Sa/So Praxis-Erklärungen zu den Grundübungen nach Bedarf • gemeinsame Praxis
gemäss Retreatplan Luzern
Gastgeber: Gruppe Glarus
- Do-Do, 11.-18. Dez. **8. Karmapa-Retreat mit Ulrike Markusch**
Erklärungen, Fragen & Antworten, gemeinsame Praxis • Voraussetzung:
Grundübungen abgeschlossen • Beginn Do 20.00 h, Schluss Do-Mittag
Ganzes Retreat Fr. 120.– (ohne Essen & Übernachtung)
- 19.-27. Dezember **Weihnachtspause – das Haus bleibt geschlossen (Anreise 27.12. ab 17 h)**
- Sa-Do,
27. Dez. - 1. Januar  **Sylvesterkurs mit Nadia Wyder & Kristian Zacho**
Sichtweise, Meditation & Verhalten
Vorträge / Panels / Praxiserklärungen & gemeinsame Praxis Sa-Mi je 10.15, 15.00 &
20.00 h • Start Sa 20.00 h, Schluss Mi 31.12. Mittag, 1. Jan. Abreisetag
je Fr. 12.–, ganzer Kurs Fr. 80.– (ohne Essen & Übernachtung)
Gastgeber: Zentrum München & Mad-for-Food-Team

EURE UNTERSTÜTZUNG MACHT ES MÖGLICH

- Freudvolle Tatkraft:** Das Haus wird vollständig **ehrenamtlich** betrieben! Wir sind daher auf eure tägliche freudvolle Unterstützung & Mitarbeit in Küche, Haus und Garten angewiesen.
- Spenden / Darlehen:** Auch eure finanzielle Unterstützung in Form von Spenden oder Darlehen (jährlich mit Übernachtungs-Gutscheinen verzinst) ist sehr willkommen. Eine **Supporter-«Mitgliedschaft»** im DWB-Verein CH Sektion Amden ist eine weitere Möglichkeit der finanziellen und ideellen Unterstützung, mit Fr. 108.– pro Jahr seid ihr dabei! **Anmeldung:** info@amden-retreat.ch
- Unser Konto:** Raiffeisenbank Reinach, CH-4153 Reinach, Swift: POFICHBE
Zugunsten: Karma Kagyü Stiftung, Bellevue, CH-8873 Amden
IBAN: CH68 8080 8004 0686 4700 2, bitte mit Verwendungszweck, z.B. «Spende»
- Ausbauprojekt Amden 2.0:** Während der kommenden 5 Jahre sind verschiedene bauliche Erweiterungen und Verbesserungen unseres Retreatzentrums geplant. Die Finanzierung läuft über Spenden; einmalig oder per **Dauerauftrag** sind sie eine wertvolle und sehr wichtige Unterstützung: Die Fundraising-Aktion «Amden 2.0» ist lanciert, siehe S. 9!

PREISE pro Person, inkl. 8,1% MWST

- Übernachtung:**
- | TARIF: | Vergünstigt (-15%) | Normal | Überschuss (+15%) |
|----------------|--------------------|--------|-------------------|
| Einzelzimmer | Fr. 31.50 | 37.– | 42.50 |
| EZ ab 3. Nacht | Fr. 27.– | 32.– | 37.– |
| Doppelzimmer | Fr. 27.– | 32.– | 37.– |
| DZ ab 3. Nacht | Fr. 24.– | 28.– | 32.– |
| Mehrbett | Fr. 12.50 | 15.– | 17.50 |
| MB ab 3. Nacht | Fr. 11.– | 13.– | 15.– |
- Camping:** Fr. 10.– (Einheitspreis)
Kinder im Elternzimmer gratis
Kinder im eigenen Zimmer/Mehrbettzimmer: 50% der Erwachsenenpreise
- Waldretreathaus:** Es gelten die selben Übernachtungspreise wie Doppel- & Einzelzimmer
Zuschlag Küchenbenutzung für Selbstkocher: Fr. 10.– pro Tag/Zimmer
- Kurtaxe:** Fr. 2.60 • Kinder 7-15 Jahre Fr. 1.– pro Nacht
- Verpflegung:**
- | TARIF: | Vergünstigt (-15%) | Normal | Überschuss (+15%) |
|------------|--------------------|--------|-------------------|
| Frühstück | Fr. 7.50 | 9.– | 10.50 |
| Mittag | Fr. 11.– | 13.– | 15.– |
| Abendessen | Fr. 11.– | 13.– | 15.– |
- Kinder bis 8 Jahre gratis • 9-16 Jahre 50% der Erwachsenenpreise
Selbstverpflegung/Selberkochen nicht möglich
- Wäsche:** Fr. 5.– pro Wäscheset für Bett & Bad pro erwachsene Person & Aufenthalt (Fr. 2.– Mehrbett) • Kosten sparen und Bett- & Frotteewäsche selber mitbringen!
- EC-Bezahlung:** Essen/Übernachtungen können mit EC & TWINT bezahlt werden.
- Tarife:** Mit der neuen Preisstruktur könnt ihr euch bei jedem Aufenthalt gemäss euren Möglichkeiten selber einstufen bei Vergünstigt (-15%), Normal oder Überschuss (+15%); mit dem Überschuss-Tarif ermöglicht ihr den Vergünstigt-Tarif für andere.



KINDER WILLKOMMEN

Ein Spiel- und Kletterzimmer sowie ein kleiner Spielplatz stehen euch zur Verfügung. Im Wald gibt es neue Schaukeln und eine Slack-Line!
Bitte beachtet das Eltern-Infoblatt und unsere Kinder-Hausregeln.

EINZEL-RETREATS

Alleine zu meditieren ist sehr konzentriert. Dabei gibt es zwei Möglichkeiten: **Offene Praxistage**, während denen man in den Pausen im Zentrum mithilft, mit den anderen zusammen ist und das Angebot des Zentrums an Vorträgen und gemeinsamer Praxis nutzt. Bei **geschlossenen Retreats** verlässt man den Raum nicht und spricht nicht mit anderen – erst nach einigen Jahren Erfahrung mit Diamantwegmeditation sinnvoll.
Voraussetzungen für ein Retreat bei uns sind die buddhistische Zuflucht und der regelmässige, schon längere Besuch eines Diamantweg-Zentrums.

GARTEN- & WALDWOCHEN

in unseren Garten- & Waldwochen pflegen wir mit dem Bellevue-Gartenteam unser grosses Gelände: **Mo-Fr, 8.-12. Sept. & 13.-17. Okt. 2025**
Bitte meldet euch an! Weitere Infos unter info@amden-retreat.ch

GASTGEBERWOCHENENDEN FÜR/VON ZENTREN

Tolle Unterstützung lässt die Sangha zusammenwachsen

Als Gastgeber-Zentrum bekocht und verwöhnt ihr mit eurer Zentrumssangha an einem Wochenende unsere Gäste, z.B. an Sangha-Retreats oder Kursen. Dies ist eine grosse Unterstützung für Amden, stärkt die Verbindungen in der eigenen Sangha und macht viel Spass!

RETREAT-GUTSCHEINE SCHENKEN

Sangha-Freunden eine sinnvolle Freude bereiten...

...und statt einer bedingten Freude ein paar Tage Retreat schenken – so kommt man nicht-bedingter Freude wieder ein Stück näher. Zu Geburtstag, Hochzeit, Weihnachten, als Dankeschön, zum Abschluss der Grundübungen...
Erhältlich im Amden-Dharma-Shop oder per eMail: gutscheine@amden-retreat.ch

- Wert Fr. 30.– / € 30.–: entspricht rund einer Übernachtung im Zimmer
- Wert Fr. 60.– / € 60.–: entspricht rund einem Retreat-Tag mit Verpflegung



amdenretreat⁺ 2.0

Buddhistisches Retreatzentrum Amden des Diamantwegs der Karma Kagyü Linie

Bellevue, CH-8873 Amden, Tel.: +41 (0) 55 611 21 31
info@amden-retreat.ch, www.amden-retreat.ch

Unser Angebot

Die **Vorträge & Kurse** stehen allen Interessierten offen und sind in der Regel auch für Neue geeignet; für Erstbesucher geeignete Wochenend-Daten siehe S. 2. **Einzelretreats**, offene Meditations-Wochenenden sowie **Aufenthalte unter der Woche** ohne Programm sind nur für Laienpraktizierende des Diamantwegs der Karma Kagyü Linie möglich, die schon einige Zeit praktizieren.

Anmeldung

Bitte meldet euch frühzeitig per Online-Anmeldeformular an:
<https://amden-retreat.ch/anmeldung/>. Bitte wartet unsere Anmeldebestätigung (innerhalb 2-4 Tagen) ab und fragt nach, wenn ihr innerhalb einer Woche keine erhalten habt!

Mitarbeit

Unser gesamtes Angebot erfolgt auf **ehrenamtlicher** Basis und auf möglichst niedrigem Preisniveau. Deshalb wird von allen Besucher/innen von Kursen und Retreats **Mitarbeit** bei den anfallenden Jobs in Küche, Haus und Garten von ca. 1-2 Stunden pro Tag (Ausnahme: geschlossenes Retreat) sowie die Endreinigung des Zimmers erwartet. Wir können und wollen keinen Hotel-/Ferienservice anbieten. Die Mitarbeit wird von unseren Lamas auch als wichtiger Bestandteil eines Retreats empfohlen – ausserdem macht es Spass und schafft Verbindungen!

Kinder

Das Retreatzentrum ist für Kinder gut geeignet. Die Eltern haften für ihre Kinder und sind dafür verantwortlich, dass ihre Kinder die Hausregeln einhalten. Spielplatz, Spielzimmer, einzelne Babystühle & -betten vorhanden.

Haustiere

Haustiere / Hunde dürfen nicht mitgebracht werden.

Einrichtung

30 Retreatzimmer mit meist eigenem Bad & Balkon, 2 Mehrbettzimmer direkt bei der Stupa, 2 Waldretreathaus-Zimmer, grosser Meditationsraum mit Blick auf Berge & See, kleine Gompa, wunderschöner Stupaplatz und grosse Terrasse, Shop, Sauna, Pool, Spielzimmer, Spielplatz, Wald, Bushaltestelle direkt unterhalb v. Haus. Unser Haus ist rauch- und alkoholfrei.

Infos/Aktuelles

Unter www.amden-retreat.ch; allgemeine Anfragen: info@amden-retreat.ch

Wegbeschreibung

Mit ÖV: direkter Schnellzug ab Zürich HB od. Flughafen Richtung Chur bis Ziegelbrücke, dann Bus Richtung «Amden, Post» bis Haltestelle «Bellevue».
Mit Auto: A3 (Zürich-Chur) Ausfahrt «Weesen/Amden», durch Weesen Richtung Amden, ca. 200 m nach der 2. Haarnadelkurve beim Schild «Bellevue» scharf links hochfahren.



JUST MEDITATE. 

amdenretreat⁺ 2.0

JUST DONATE.

JUST JOIN THE CLUB.

ZÄME  **spände**



Pizza Club

Spende 21.– / Monat



108er Club

Spende 108.– / Monat

Setze deine Mantrasteine im neuen Foyer

Wähle für jedes Jahr deiner Club-Mitgliedschaft ein Mantra aus, mit deinem Herzenswunsch auf der Rückseite. Mit den Mantrasteinen wird im neu entstehenden Foyer eine Mantrawand aufgebaut.

Kontoangaben für deine Club-Mitgliedschaft

CH68 8080 8004 0686 4700 2
Raiffeisenbank Reinach
Karma Kagyü Stiftung
Bellevue 655, CH-8773 Amden
Stichwort: Amden 2.0
SWIFT-BIC: RAIFCH22

**Jetzt Mitglied
werden!***



* QR-Code für E-Banking



Jetzt, nach 22 Jahren sind wir soweit, unser Schweizer Retreatentrum für die veränderten Bedürfnisse unserer Sangha neu zu denken.

- Neuer Eingangsbereich im jetzigen Büro, mit Foyer und Garderobe
- Zusätzlicher Wintergarten zur Entlastung des Loungebereichs und für Kids bei Schlechtwetter
- Mehr Flexibilität für den Essbereich
- Neuer Spielplatz, Spielzimmer und angegliederte Familienzimmer im Untergeschoss
- Ruhiger Retreatbereich im 1. und 2. Obergeschoss
- Mehrbettsituation mit mehr Privatsphäre (Russian Train)
- Offene Küche, verbesserte Essensausgabe und Geschirrrückgabe
- Optimierter Bewohnerbereich in der Dependence
- Lebensmittellager neben Küche und verbesserte Entsorgung
- Sukzessive Erneuerung der Bäder, Flure und Treppenhäuser
- Verschmelzung von 60er-Jahre-Stil mit Modernisierung

1. Bauetappe: Familienbereich und Dependance, Auffrischung Flure und Treppenhaus
2. Bauetappe: Eingangsbereich, Lounge, Küche und Mehrbettzimmer

Folgt uns in DW-Connect für Updates:

