



Annette Hecker

Psychologin und Erwachsenenbildnerin

Ursprünglich aus der beruflichen Erwachsenenbildung und Personalentwicklung kommend war ich als Psychologin, Supervisorin und Seminarleiterin lange im Hospizbereich tätig. Parallel habe ich das 2004 von Dr. Sylvia Kolk gegründete Buddhistische Stadt-Zentrum Hamburg mit aufgebaut und dort von 2010 bis 2024 das Büro geleitet. 2013 entwickelte ich eine Sonderform der Buddhistischen Stadt-Praxis, nämlich Kurse zur Thematik »Vergänglichkeit und Verbundenheit«; 10 Jahre lang habe ich diese Kurse geleitet.

Meditations- und Achtsamkeitspraxis und die buddhistische Lehre sind seit 2001 als Teilnehmerin an zahlreichen Schweige-Retreats sowie an Stadt-Praxis-Gruppen unter der Leitung von Sylvia Kolk zentrale Bestandteile meines Lebens. Im Jahr 2010 autorisierte sie mich als Stadt-Praxis-Leiterin.