



## Worte immer wörtlich nehmen? | Newsletter Ausgabe November (1)/2022

Liebe Leserinnen und Leser,

Sprache hat mannigfaltige Facetten. Lt. Definition (Quelle: Wikipedia) versteht man unter Sprache im allgemeinen Sinn alle komplexen Systeme der Kommunikation. Sie besteht also nicht nur aus Wörtern. Und was genau ist eigentlich ein Wort? Lt. Definition (Quelle: Wikipedia) ist es die kleinste selbstständige sprachliche Einheit von Lautung und Inhalt. Im Plural gibt es übrigens zwei verschiedene, nämlich die Wörter und die Worte. Selbstverständlich mit unterschiedlichen Bedeutungen. Worte, Wörter und Sprache zu untersuchen, ist ein überaus umfangreiches Thema. Da ist es erstaunlich, dass wir so vieles wörtlich nehmen möchten. Einerseits jedenfalls. Andererseits interpretieren wir allzu oft in Sätze Inhalte hinein, die nicht gesagt wurden.



Vielleicht hilft ja eine erLEICHTernde Zutat im Leben: die Leichtigkeit. In einem Interview, das wir kürzlich mit unserem geschätzten Lehrer, Geshe Pema Samten, für die kommende Ausgabe von Tibet und Buddhismus geführt haben, hat er auf die Frage, wie man der Enttäuschung begegnen kann, wenn man dem eigenen hohen Ideal noch nicht entspricht, geantwortet: Man solle über das „Zu-wörtlich-nehmen“ keine falschen Konzepte entwickeln. (Das komplette Interview erscheint demnächst in der [neuen Ausgabe](#).) Die Dharma-Schriften lehren uns Definitionen. Und obwohl sie korrekt sein mögen, können wir hin und wieder hinterfragen, ob wir sie gerade wörtlich nehmen sollten. Zweifellos alltagstauglich, was uns der Dharma, die buddhistische Geistesschulung, lehrt, finden Sie nicht auch?

(Headerbild: Gerd Altmann auf Pixabay, Bild oben: Helmut Pandora auf Pixabay)

### Meditation

Die Übersicht aller offenen Meditationen finden Sie [hier](#) und alle Termine inklusive der offenen Meditationen befinden sich in unserem [Terminkalender](#).

Wir freuen uns über Direktteilnehmerinnen und -teilnehmer. Die Montagsmeditation am Standort Hamburg-City findet nur noch vor Ort statt. Die Meditationen am Montagmorgen, Dienstag- und Freitagabend werden zusätzlich live gestreamt. [Hier](#) geht es in unseren YouTube-Kanal.

**Morgenpraxis mit Gen Lobsang Choejor:** derzeit jeweils um 7 Uhr am Mittwochmorgen (Vajrasattva) und Freitagmorgen (Tschöd) sowie einmal im Monat am „Medizinbuddhatag“ ([Termine](#)) per Zoom.

### Vorfreude auf das nächste Jahr - neuer Tashi-Dargye-Kalender

Unser digitales Kaufhaus, die Schatztruhe, hat einen

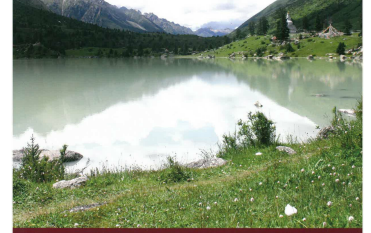


wundervollen Neuzugang, der vielleicht sogar jetzt schon zum Geschenk-Beschaffen einlädt und Freude auf das kommende Jahr auslöst. [Hier](#) geht es zum Tashi-Dargye-Kalender 2023 mit wunderschönen Bildern vom Kloster in Ost-Tibet und inspirierenden Zitaten von Geshe Pema Samten.

[Hier](#) geht es in die Schatztruhe.



TIBETISCHES ZENTRUM  
Schatztruhe



Eine Brücke nach Tibet



Tashi Dargye e. V.  
Förderverein für die Region Dargye in Ost-Tibet

2023

## Rücksichtnahme ...

Wir bitten bei Vor-Ort-Terminen um gegenseitige Rücksichtnahme. Personen mit Symptomen einer Atemwegserkrankung ist der Zugang zu Veranstaltungen nicht gestattet. Informationen aktualisieren wir jeweils [hier](#).



## Wir suchen einen Eventmanager (m/w/d)

ab dem **01. März 2023** für unser jährliches Sommercamp in Lünzen (als Honorarkraft oder Angestellter). Leiten Sie die Information bitte sehr gerne an mögliche Interessierte weiter. [Hier](#) finden Sie alle Informationen zu der Stelle.



## Programmhinweise

### Rückwirkende Einstiege sind möglich

Alle Jahres-/Mehrjahres- und Modul-Kurse haben inzwischen begonnen, der Einstieg ist rückwirkend noch möglich. Das **Systematische Studium des Buddhismus, Dzogrim, Ost/West** und **Shantidevas Wissen für die heutige Zeit**.

## November 2022

Alle unsere geplanten Veranstaltungen finden Sie in unserem **Terminkalender**. Dort finden Sie ggf. auch aktualisierte Informationen.



### Herabstieg des Buddha aus dem Götterhimmel (Lhabab Dütschen)

Am kommenden Dienstag (15.11.) wird dieser Tag mit Rezitationen begangen. Im Rahmen der Dienstagsmeditation. [Hier](#) gibt es nähere Informationen.



### **Meditation zur Liebenden Güte**

Bhikshuni Thubten Choedroen leitet im Meditationshaus Semkye Ling regelmäßig zur Meditation an. Der kommende Termin ist am **17.11.22 von 16:00 - 17:30 Uhr**. [Hier](#) gibt es nähere Informationen. Am 20. November gibt es mit Bhishuni Thubten Choedroen einen weiteren empfehlenswerten Termin, s. unter Vernetztes.



### **Yoga für Kinder und Jugendliche**

Informieren Sie sich gerne über die [Termine](#), die für Kinder und Jugendliche stattfinden. Der nächste Termin mit **Yoga für Kinder und Jugendliche** mit Maik Littig ist am **28.11.** am Standort **Hamburg City (17:30 - 18:15 Uhr)** [Hier](#) gibt es nähere Informationen.

### **Über die Natur des Geistes meditieren**

In den Kurs mit Geshe Sönam Namgyäl (Übersetzung: Elisabeth Steinbrückner) kann noch eingestiegen werden. (seit 03.11. - 01.12.22) [Hier](#) gibt es nähere Informationen.



### **Praxisnah, heiter und tiefgründig**

#### **Ngöndro — Vajrasattva-Meditation und Zufluchtnahme**

Vom **18. - 20.11.22** wird Bhikṣu Gen Lobsang Choejor in unserem wunderschönen Meditationshaus Semkye Ling (und online) die sog. Vorbereitenden Übungen (Tibetisch Ngöndro Sag-dschang) erläutern und zur Meditation anleiten. [Hier](#) gibt es nähere Informationen.





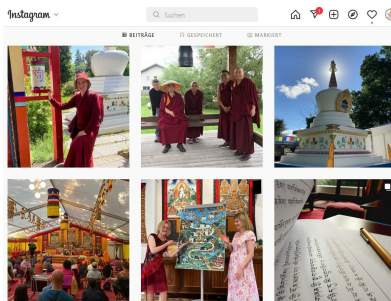
### Leichtigkeit finden

Am 19.11.22 wird Dr. med. Dr. phil. Friederike Boissevain, MAS am Standort Hamburg-Berne sich mit Austausch, Meditation und kreativen Übungen dem Thema „Fallen heißt fliegen“ annähern und betrachten, ob und wie in schwierigen Zeiten die Meditation helfen kann. [Hier](#) gibt es nähere Informationen. (Bild von Pexels auf Pixabay)



### Worauf es ankommt: Menschen für Menschen - Sangha-Hilfe

Informieren Sie sich über die wertvolle Arbeit der [Sangha-Hilfe](#) des Tibetischen Zentrums. Der nächste Meditationstermin mit der Sangha-Hilfe (am Fleet) ist am 14.11.2022. [Hier](#) gibt es Informationen zum Termin und Ort.



Besuchen Sie uns auch auf [Instagram](#).



### Ort der Ruhe

Die Klausurhütten bei unserem Meditationshaus sind ein idealer Ort zum Lernen, Kontemplieren und Meditieren der individuellen Praxis und Themen. Aktuell freie Termine (Mindestaufenthalt für Einzelklausuren: 7 Tage): 15.-24.11.22, 05.-22.12.22, 02.-09.01.23, 30.01.-09.02.23, 28.02.-09.03.23, 16.03.-06.04.23, 20.03.-11.05.23, 24.05.-08.06.23, 12.06.-23.07.23. Anfragen an [sl@tibet.de](mailto:sl@tibet.de). Nähere Informationen finden Sie [hier](#).

## Vernetztes

### Global Joy Summit (online)

Viele haben vielleicht bereits den Film (Mission: Joy) gesehen oder das Buch (Book of Joy) gelesen. Nun kann am 13. November der Film nochmals angeschaut (48 Stunden frei) und zusätzlich vom 14. bis 16. November weltweit Online-Vorträge von zahlreichen Vertreterinnen und Vertretern aus den Bereichen Wissenschaft, Gesellschaft, Spiritualität und Kunst angeschaut werden. [Hier](#) gibt es Informationen und den Zugang zur freien Registrierung.



### Buddha-Talk

Buddha-Talk bietet „Buddhismus zum Kennenlernen“ und ist eine Plattform für regelmäßige Vorträge und Diskussionsrunden von und mit unterschiedlichen buddhistischen Traditionen. Der nächste Termin ist am 20.11. (online via Zoom) mit **dem Ehrwürdigen Ajahn Khemasiri** zum Thema: **Eine Schulung des Herzens**. Informationen zu dieser und anderen Veranstaltungen finden Sie [hier](#).



### Was steht unserem Glück im Weg?

Ebenfalls am **20.11.** wird Bhikshuni Thubten Choedroen aus dem Kloster Shide in den Räumlichkeiten der BGH (Buddhistische Gesellschaft Hamburg) einen Vortrag halten und zur Meditation anleiten. (**14:00 bis 17:30 Uhr**) [Hier](#) gibt es nähere Informationen.

### Tibetische Puls- und Ernährungsberatung

für den **29.11.** können mit Amchi Dechen Dorjee aus Bhutan Termine in **Hamburg Ottensen** vereinbart werden. [Hier](#) gibt es nähere Informationen.

### Neuer Podcast mit Pascal Herth und Oliver Petersen

Im Podcast vom 07. November geht es um den Umgang mit Ängsten, Depressionen und Stress in Krisen.

[Hier](#) geht es zum interessanten Podcast.



Liebe Leserin, lieber Leser,

in einem Vortrag (1991 in Hamburg) von S. H. dem 14. Dalai Lama hat er sich auch zum „Wörtlich-nehmen“ geäußert: (...) Findet man auf den verschiedenen Ebenen einer Aussage Widersprüche, kann deren Inhalt nicht wörtlich genommen werden, sondern muss in einem anderen Sinne verstanden werden. (...) Sie können den Beitrag dazu aus dem Magazin Tibet und Buddhismus [hier](#) nachlesen.

Geschriebene oder gesprochene Wörter sind also scheinbar weder immer ganz eindeutig noch sind sie beliebig. Das macht es bestimmt nicht immer einfach, ermutigt uns aber ausdrücklich, genauer hinzuschauen und zu hören. Gut, dass uns die Geistesschulung dabei hilft, einen wohlwollenden, offenen und selbstbewussten Blick auf Worte und Wörter zu entwickeln, damit wir sie weder über-interpretieren noch zu wörtlich nehmen. Na ja, soweit die Idealvorstellung, die wir nicht zu wörtlich nehmen sollten. :-)

Herzliche Grüße und Tashi Delek,

Tibetisches Zentrum e. V.



P.S. Die finanziellen Einschränkungen bei gleichzeitig höherem Bedarf an Ressourcen und zeitgemäßer Technologie sind für das Tibetische Zentrum seit Jahren extreme Herausforderungen. Die dauerhafte und unermüdliche Freigiebigkeit vieler Spenderinnen und Spender macht uns trotzdem das durchgängige Wirken im Sinne unserer Vereinsziele möglich. Dieser Freigiebigkeit gebührt unsere tiefe Dankbarkeit. Inzwischen sehen wir uns alle mit weiteren finanziellen Herausforderungen konfrontiert. Das ist eine für die gesamte Gesellschaft belastende Entwicklung. Unserem Auftrag gerecht zu werden, sehen wir umso mehr als eine wichtige Aufgabe, der wir weiterhin tatkräftig dienen wollen. Damit uns das möglich ist, sind wir als gemeinnütziger Verein bereits in krisenfreien Zeiten durchgängig auf Spenden angewiesen. Helfen Sie uns deshalb bitte, wenn es Ihnen möglich ist, durch Ihre Spende

mit dem Vermerk „Vereinsunterstützung“ auf unser Konto:

IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00

BIC: GENODEM1GLS

GLS Gemeinschaftsbank

Der Verein wird auch durch neue **Mitgliedschaften** unterstützt.

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.

Inhaltlich Verantwortlicher i.S. des Presserechtes bzw. des Teledienstegesetzes (TDG) bzw. gemäß § 6 MDStV:

Tibetisches Zentrum e.V. | Hermann-Balk-Str. 106 | 22147 Hamburg  
Telefon: 040 298434 100 | E-Mail [tz@tibet.de](mailto:tz@tibet.de) | [www.tibet.de](http://www.tibet.de)

Geschäftsführender Vorstand: Andreas Bründer  
Eingetragen ins Vereinsregister am Amtsgericht Hamburg VR 8702  
Ust-Ident: DE118720751 | Steuer-Nr. 1744402332, FA Hamburg