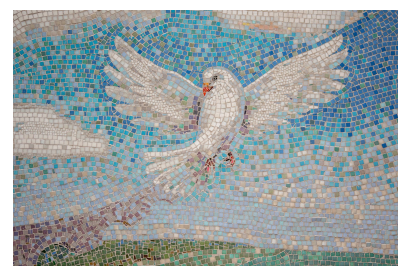




Frieden | Newsletter Ausgabe Juni (2)/2022

Liebe Leserinnen und Leser,

gibt es ein Pauschalrezept für den Frieden? Gibt es leichte Antworten auf die kleinen und großen Fragen, die unsere und alle Gesellschaften tief bewegen? Nicht erst jetzt beschäftigt die Frage nach dem Frieden und wie er gelingen kann, sehr viele Menschen. „Was können wir zum Thema „Frieden“ unseren Leserinnen und Lesern schreiben?“ haben wir unseren geschätzten Lehrer, Geshe Pema Samten gefragt. Wie so oft gibt uns seine Antwort die Möglichkeit, über unser eigenes Tun nachzudenken und aktiv zu werden, um dem vermeintlichen Drama den Schwung zu nehmen. Das soll die Welt verändern? Es ist eine Option und vielleicht die einzige für echte Veränderung? Gerne teilen wir seine Worte mit Ihnen:



„In den letzten Jahren hatten wir mit vielen Widrigkeiten zu tun. Seit weit über zwei Jahren beschäftigt uns Corona, was auch vielen zugesetzt hat. Manche hatten durch eine eigene Erkrankung Schwierigkeiten auszustehen, manche hatten gar nicht durch eine Erkrankung, sondern andere Umstände Probleme. Darüber hinaus ist nun der Krieg in der Ukraine. Auch das setzt uns sehr zu. Alle diese Themen sind auch wirklich heftige Geschehnisse. Allerdings ist vieles an Widrigkeiten im Moment auch, dass man zu viel in Sorge ist. Denn neben den faktisch schwierigen Situationen haben wir die Neigung, uns zu oft zu sehr in negativen Befürchtungen wiederzufinden. Oft gehen diese Befürchtungen über die von der Situation geforderte Menge hinaus und setzen dem Geist damit unnötig zusätzlich zu. Es ist sehr wichtig, einerseits emphatisch mit den Menschen zu sein, die das Leid und große Widrigkeiten erdulden und ertragen müssen. Auf der anderen Seite ist es nicht unbedingt notwendig, sich dauerhaft mit Befürchtungen über schlimme Zeiten, Situationen oder möglichen schlimmen Geschehnissen zu beschäftigen, denn die Zukunft kann ja niemand wirklich wissen. (...)"

Sie können [hier](#) den gesamten Text nachlesen.

(Foto im Header: Bild von Engin Akyurt auf Pixabay)

Die Praxis der Meditation

Sie können im Tibetische Zentrum an diversen offene Mediationen/Praxisterminen teilnehmen. Die meisten Termine kann man auch online besuchen, sie werden in der Regel live gestreamt. Die Termine am Montagmorgen und Montagabend. Dienstag- und Freitagabend finden Sie immer rechtzeitig in unserem [YouTube-Kanal](#).

Die Übersicht der offenen Meditationen finden Sie [hier](#) und alle Termine inklusive der offenen Meditationen befinden sich in unserem Terminkalender. Alle offenen Termine finden derzeit auch vor Ort ohne vorherige Anmeldung statt.

Bitte beachten Sie: Mit Gen Lobsang Choejor kann man an verschiedenen Tagen den Tag mit unterschiedlicher Praxis per **Zoom** beginnen. Er freut sich über möglichst viele, die in der Gemeinschaft mitrezitieren: derzeit jeweils um 7 Uhr am Mittwochmorgen (Vajrasattva) und Freitagmorgen (Tschöd) sowie einmal im Monat am „Medizinbuddhatag“ (**Termine**) ebenfalls per Zoom.

Heute Abend wird Oliver Petersen die Freitagsmeditation (ab 19:00 Uhr am Standort Hamburg-City oder online) anleiten.

Wir suchen noch... Hilfe (vor Ort) für das Sommercamp gesucht

Für unser tolles Sommercamp im August suchen wir noch Hilfe in verschiedenen Bereichen. Dazu gehört vor allem die Kinderbetreuung und Hilfe durch einen Koch/Köchin. [Hier](#) befinden sich Informationen zu allen Bereichen, in denen wir dringend Hilfe benötigen.



Stellenangebot: Informatiker (m/w/d) gesucht

Für das Tibetische Zentrum suchen wir ebenfalls immer noch zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen Informatiker (m/w/d, 30 Wochenstunden). [Hier](#) geht es zur Stellenausschreibung. Wenn Sie die Möglichkeit haben, helfen Sie uns bitte bei der Suche. Für Rückfragen stehen wir sehr gern zur Verfügung.



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



Programmhinweise

Sie finden die aktuellen Programmgestaltungen im [Terminkalender](#) sowie ggf. auf der Startseite. Bitte beachten Sie, dass ggf. kurzfristige Änderungen stattfinden können.

Juni 2022



Nachträglicher Einstieg möglich:

15.05. - 24.07.22 Seminar Die Pfade und Ebenen im Vajrayana
Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick
Mehr Infos finden Sie [hier](#).

Hinweisen möchten wir noch auf einen Termin von Teilnehmenden unseres **Dharma-Kollegs**. **Am 30.06.** werden Iris Tamme und Bettina Hörsch-Marx über **Geistige Ruhe und Besondere Einsicht** sprechen. Nähere Informationen gibt es [hier](#).

Achtung: Der für den **30.06. bis 10.07.** geplante Kurs „**Edles Schweigen**“ mit unserer verehrten Bhiksuni Sönam Chökyi muss leider ausfallen.

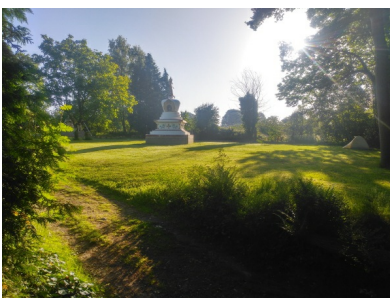
Juli 2022



Bitte merken Sie sich den **Geburtstag unseres Schirmherrn, S. H. 14. Dalai Lama vor. Am 06.07.** laden wir zum gemeinsam Gebet ein. Der Ablauf wird rechtzeitig [hier](#) bekannt gegeben.



Unser Älterwerden scheint wie ein Spiegel der Unbeständigkeit. Diese herausfordernde und bereichernde Lebensphase untersucht Gisa gemeinsam mit den Teilnehmenden in der Regel an jedem ersten Montag im Monat. Der nächste Termin findet am **04.07.22 von 10:30 bis 12:00 Uhr als reine Vor-Ort-Veranstaltung** am Standort **Hamburg-City** statt. Die wertvollen Inspirationen, Meditationen und die Möglichkeit des direkten Austauschs erlauben bereichernde neue Sichtweisen. [Hier](#) gibt es mehr Infos.



Im Juli und August nach Semkye Ling

Es gibt viele schöne Orte, ein besonders wunderbarer Ort ist unser Meditationshaus Semkye Ling. In der Zeit vom **15. - 17.07.** können Sie dort mit **Bhiksu Gen Lobsang Choejor** in das Ngöndro (Vajrasattva-Meditation und Zufluchtnahme) eintauchen. [Hier](#) gibt es nähere Informationen.

Am **Tag der offenen Tür am 24.07.** können Sie diesen Ort, die Menschen vor Ort und natürlich das Tibetische Zentrum kennenlernen. Der Besuch lohnt sich aber immer und auch für alle, die uns schon kennen. [Hier](#) gibt es nähere Informationen.



Endlich! Unser Sommercamp findet wieder statt



Wir freuen uns so sehr, dass nach inzwischen drei Jahren das wunderbare Sommercamp für die ganze Familie endlich wieder stattfinden kann: 04. – 14. August 2022. Weiter oben haben wir schon nach Unterstützung für die Küche gesucht. Und Teilnehmerinnen und Teilnehmer wünschen wir uns natürlich auch. Frühe Anmeldungen helfen uns bei der Planung. **Hier** gibt es nähere Informationen, weitere Details zur Veranstaltung und dem Programm vor Ort werden in Kürze (!) auf unserer Webseite veröffentlicht.



Apropos Semkye Ling: Freie Termine in den Klausurhütten

Unsere wunderbaren Klausurhütten am Standort in der Lüneburger Heide dienen dem Einüben und Praktizieren. Hier die aktuellen freien Termine der Hütten: 27.06.-14.07., 18.07.-31.07., 17.08.-02.09., 14.09.-23.09., 19.09.-02.10., 17.10.-23.10., 21.10.-09.01.23, 30.01.-03.02.23, 08.02.-01.03.23, 06.03.-30.04.23. Anfragen und Anmeldungen bei Anne Schäfer unter sl@tibet.de .



Jetzt schon anmelden - Den Buddhismus fundiert lernen

Das nächste Grundstudium im **Systematischen Studium des Buddhismus** beginnt im Oktober mit Lehrgang 15. Informationen.

Wir beraten auch gerne über vorbereitende Termine/Kurse. Schreiben Sie gerne an studium@tibet.de.

Sangha-Hilfe - Menschen für Menschen

Für die **Sangha-Hilfe** des Tibetischen Zentrums ist die Hilfe von Mensch zu Mensch seit über 10 Jahren Herzensanliegen und gelebtes Mitgefühl. Informieren Sie sich gerne über das hilfreiche Tun der **Sangha-Hilfe**. Der nächste Meditationstermin mit der Sangha-Hilfe (am Fleet) ist am **11.07.2022**. **Hier** gibt es Informationen zum Termin und Ort.

Vernetztes

Buddha-Talk

Buddha-Talk bietet an jedem ersten und dritten Sonntagabend einen authentischen und traditionsübergreifenden Zugang zu diesen verschiedenen Wegen für Interessierte an. Aktuell finden die Termine rein online per Zoom statt. Der kommende Termin: Sonntag, 3. Juli 2022, 18-20 Uhr Online via Zoom: Ursula Kogetsu Richard im Gespräch mit Kathleen Hoëtsu Battke und Tobias Trapp zum Thema „Sozial engagierter Buddhismus“.

Hier gibt es nähere Informationen.



Tschöd-Klausur im Allgäu

Vom **19. - 25. August** findet im befreundeten ZEN-Kloster im Allgäu eine **Tschöd-Klausur** inklusive Initiation in die Friedvollen Dakinis mit Geshe Pema Samten und Gen Lobsang Choejor statt. Eine besondere Gelegenheit an einem wundervollen Ort! **Hier** geht es zum Zen-Kloster.



Soziales, Emotionales und Ethisches Lernen - SEE-Learning (Kurs ab 02. Juli)

Für eine friedlichere Zukunft kann im Umgang mit Kindern und Jugendlichen unendlich viel Hilfreiches geschehen. Bettina Rollwagen bietet das auch von S. H. dem Dalai Lama unterstützte **Programm** an.



Warum zerstören wir die Welt, in der wir leben?

Merken Sie sich einen wichtigen Termin im September (09. – 11.09.) bei der DBU (Deutsche Buddhistische Union) vor. Bhikshuni Thubten Jampa und Franz Johannes Litsch bieten einen **Kurs** an, der die Dringlichkeit des Themas inklusive Gegenwarts- und Zukunftsperspektiven aufgreift.

Hilfe für Webseitenpflege gesucht: BRG (Buddhistische Religionsgemeinschaft Hamburg)

Wer etwas für die BRG tun möchte, kann sehr gerne bei der Pflege der Webseite unterstützen, die gerne regelmäßig aktualisiert wird. Nähere Infos gibt Nils Clausen unter: clausen@dbu-brg.org

Buddha-Talk

Buddha-Talk bietet an jedem ersten und dritten Sonntagabend einen authentischen und traditionsübergreifenden Zugang zu diesen verschiedenen Wegen für Interessierte an. Aktuell finden die Termine rein online per Zoom statt. Der kommende Termin: Sonntag, 3. Juli 2022, 18-20 Uhr Online via Zoom: Ursula Kogetsu Richard im Gespräch mit Kathleen Hoëtsu Battke und Tobias Trapp zum Thema „Sozial engagierter Buddhismus“.

Hier gibt es nähere Informationen.



Neues von den Nonnen

... gibt es im **Blog** der Flüchtlingshilfe zu lesen. Mit ihrer unermüdelichen Tatkraft sind sie immer wieder eine Inspiration.



Bauarbeiten in der City

Wir freuen uns, dass die Außentreppe zum Wintergarten und in den Keller nun endlich in Ordnung gebracht wird. Wir freuen uns, wenn wieder mehr Vor-Ort-Besucherinnen und Besucher vorbei schauen!



Liebe Leserinnen und Leser

es ist absolut nicht überraschend, wenn (u. a.) die buddhistische Lehre feststellt, dass es der innere Frieden ist, den wir eigentlich und letztendlich ersehnen. Trotzdem hilft diese Erkenntnis im Alltag manchmal nicht über die Erschütterung in Anbetracht der äußeren Umstände hinweg. Natürlich nicht. Dass ein friedlicher und disziplinierter Geist den inneren erwünschten Frieden herstellen kann und der äußere nur durch den inneren überhaupt verlässlich entsteht, kann aber ein überaus überzeugendes Argument für die Geistesschulung sein. Gut, wenn wir uns immer wieder daran erinnern. (Na ja... erinnert werden :-)) Auf geht's. Bleiben Sie in allem Tun bitte milde mit sich.

Herzliche Grüße und Tashi Delek,
Tibetisches Zentrum e. V.



P.S. Große finanzielle Einschränkungen bei gleichzeitig erhöhtem Verwaltungs- und Technik-Bedarf bedeuten für das Tibetische Zentrum – wie für unzählige Menschen und Institutionen – seit über zwei Jahren große Herausforderungen. Die dauerhafte und unermüdliche Freigiebigkeit vieler Spenderinnen und Spender ermöglicht uns, dass wir viele unserer Aktivitäten kontinuierlich durchführen und als Gemeinschaft für Sie/für euch da sein konnten und können. Dieser dauerhaften Freigiebigkeit gebührt unsere tiefe Dankbarkeit. Wir dürfen und möchten im Sinne unserer Vereinsziele in unserem Wirken nicht nachlassen. Damit uns das möglich ist, sind wir als gemeinnütziger Verein auch ohne Krisen 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 | www.tibet.de

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