



Turbulente Zeiten | Newsletter Ausgabe Oktober (1)/2022

Liebe Leserinnen und Leser,

alljährlich nach der sogenannten Sommerpause scheint die Zeit noch mal ordentlich an Tempo zuzulegen. Dieses Empfinden haben wir bestimmt nicht nur im Tibetischen Zentrum. Der turbulente Herbst-Beginn war angefüllt von alltäglichen und besonderen Ereignissen. Es war und ist also ganz schön viel los, deshalb möchten wir gern ein paar der Erlebnisse mit Ihnen teilen. Am 24.09. konnten wir unser Pforten anlässlich des **Tag der offenen Tür** am Standort Hamburg-City (*Foto rechts: Gen Haywood*) für Besucherinnen und Besucher öffnen. Nach den Jahren der Pandemie empfinden wir täglich Dankbarkeit für die Möglichkeit von direkten Begegnungen, die allerdings immer noch sehr häufig verhalten angenommen wird. Trotzdem hatten wir einen wunderbaren und sehr besonderen Tag mit neuen und „alten“ Gesichtern an unserem stadtnahen Standort.



Die vier edlen Wahrheiten kompakt für jeden Tag

Die Studierenden unseres Vollzeit-Studiums (Dharma-Kolleg) halten regelmäßig Vorträge zu verschiedenen Themen. Zuletzt hat Heike Schmick Ende September über das Thema „Die vier edlen Wahrheiten“ anhand eines Textes von Maitreya gesprochen und ganz praktische Anregungen für den Alltag und alltägliche Meditationen gegeben. Der inspirierende Vortrag steht nach wie vor bei YouTube zur Verfügung und kann gerne [hier](#) noch angeschaut werden. Übrigens findet der nächste Termin im **Lektüre-Café** mit dem Dharma-Kolleg am 20.10. in der City statt.

Maitreya



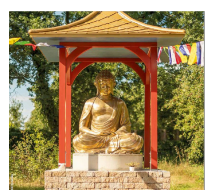
Unvergleichlich: Bienen

Die Leistung der Bienen in der Natur ist unvergleichlich und überlebenswichtig. Um dem Bienensterben etwas entgegenzusetzen, hat ein Imker deshalb eine Idee ins Leben gerufen, mit welcher interessierte Menschen oder Institutionen Bienenvölker ansiedeln können, wenn dafür ein geeigneter Ort vorhanden ist. Unser wunderschönes Semkye Ling ist so ein Ort und wir haben uns entschieden, Bienen aufzunehmen. Dabei ist sogar Honig entstanden, der an unseren Standorten zu finden ist. Wir erhoffen uns sehr, damit einen positiven Beitrag gegen ein Artensterben zu leisten.



Mitgliederversammlung 2022

Ein ebenfalls besonderer Tag ist die jährliche Mitgliederversammlung, die in diesem Jahr am vergangenen Sonntag (09.10.) vor Ort in Hamburg Berne stattfand. Online konnten ebenfalls Mitglieder zuschauen. Am völlig reibungslosen Ablauf der Versammlung war kaum noch zu





Auftaktveranstaltung des Systematischen Studiums des Buddhismus

Alle zwei Jahre beginnt ein neues Grundstudium im Rahmen unseres Systematischen Studium des Buddhismus, das sich im deutschsprachigen Raum schon viele Jahre herumgesprochen hat. In diesem Jahr war es bereits der 15. Lehrgangsstart. Weit über 30 Jahre prägt das Systematische Studium nun schon das Tun im Tibetischen Zentrum und jeder neue Lehrgang ist eine Riesenfreude. Schon im Vorfeld ist es immer wieder eine aufregende und arbeitsintensive Zeit. Wie viele Anmeldungen bekommen wir, wie viele Personen kommen zur Auftaktveranstaltung, wie viele Unterlagen werden benötigt? Unzählige Anfragen müssen telefonisch oder per Mail bearbeitet, die Studierenden in den Systemen erfasst werden.

Dann kommt der große Tag des Auftakts und wir sind gespannt. Es war also wieder ein ganz besonderes Ereignis, als wir am 31.09. und 01.10. viele der „neuen“ Studierenden in den Räumen der GLS Bank in Hamburg persönlich begrüßen durften. Vielen helfenden Händen gebührt ein riesiger Dank. Und ein besonders großer Dank geht an Gesine Bruners, die immer wieder Unglaubliches leistet. Danke dir, liebe Gesine! (Der Einstieg in das **Grundstudium** ist übrigens noch möglich, Fragen an studium@tibet.de)

Viele Gelegenheiten zu Kontemplation, Meditation, Rezitation

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 finden ausschließlich vor Ort statt**, die übrigen Termine auch online. Freitagabend (um 19:00 Uhr am Standort in der Güntherstraße) wird sie wie gewohnt auch live gestreamt. [Hier](#) geht es in unseren YouTube-Kanal, über den auch jeden Montagmorgen um 7 Uhr gemeinsam praktiziert werden kann.

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.

Bitte um Rücksichtnahme

Zum Start der Erkältungs-Saison möchten wir noch einmal folgenden Hinweis geben: Ungeachtet der glücklicherweise nicht mehr eingeschränkten Vor-Ort-Teilnahme bitten wir alle Besucherinnen und Besucher um gegenseitige Rücksichtnahme. Bitte beachten Sie auch: Personen mit Symptomen einer Atemwegserkrankung ist der Zugang zu Veranstaltungen nicht gestattet. Informationen aktualisieren wir jeweils [hier](#).



Vielseitige Schätze in der Schatztruhe

Unser digitales Kaufhaus, die Schatztruhe, ist 24 Stunden für Sie geöffnet. [Hier](#) ist der Zugang zu Büchern und mehr.



TIBETISCHES ZENTRUM
Schatztruhe

Programmhinweise

Oktober 2022

Es bleibt weiterhin bewegt, denn im Oktober sind u. a. alle Start-Termine unserer Jahres- und Mehrjahreskurse bzw. neuer Module (Einstieg noch möglich) **Dzogrim**, **Ost/West** und **Shantidevas Wissen für die heutige Zeit**. Diese und weitere Termine im Oktober finden Sie immer ganz aktuell in unserem [Terminkalender](#).



Avalokitesvara-Klausur mit Geshe Pema Samten

Vom 21. bis 25.10. findet im Meditationshaus Semkye Ling die traditionelle Avalokitesvara-Klausur statt. (Übersetzung: Oliver Petersen) [Hier](#) gibt es nähere Informationen zu diesem sehr kraftvollen Seminar mit unserem geschätzten Lehrer Geshe Pema Samten.



Fastenmeditation in Verbindung mit Avalokitesvara

Und gleich im Anschluss vom **25.10. bis 01.11.** wird die diesjährige Fastenmeditation mit Bhikshuni Thubten Choedroen durchgeführt, die für Menschen mit Vertrauen in den Dharma besonders positive Wirkungen haben kann. Informationen zu diesem besonderen Termin im Meditationshaus Semkye Ling (Lüneburger Heide) oder online finden Sie [hier](#).



Einführung in die buddhistische Meditation

Am Freitag, den **21.10.**, beginnt ein neuer Kurs mit 8 Terminen, für alle, die sich für buddhistische Meditation interessieren. Jeweils freitags von 19:00 bis 20:30 Uhr bietet **Maria Petersen** vor Ort in Hamburg Berne Hintergrundwissen und praktische Übungen an. Hier gibt es [nähere Informationen](#).



Tagesseminar „Ach, wie flüchtig...“

Am **30.10. (Sonntag)** inspiriert Eva-Maria Koch am Standort Hamburg-City (und online!) zu buddhistischen Vergänglichkeitsmeditationen im Einklang mit dem christlichen Umfeld. Nähere Informationen können Sie [hier](#) nachlesen.



Kinder, Kinder...



Informieren Sie sich gerne über die Termine, die für Kinder und Jugendliche stattfinden. Der nächste Yoga-Termin mit Maik Littig ist am 24.10. Hier gibt es nähere [Informationen](#).

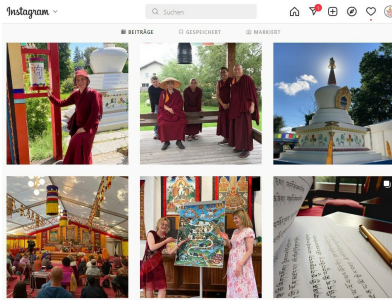
November und mehr

Alle unsere geplanten Veranstaltungen finden Sie in unserem [Terminkalender](#). Dort finden Sie ggf. auch aktualisierte Informationen.



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.



Auch bei [Instagram](#) können Sie ein paar der bewegten und bewegenden Momente des Tibetischen Zentrums anschauen. Wir freuen uns, wenn Sie vorbeischauen und es auch weitererzählen, damit die Community wächst. Hier geht's zu [Instagram](#).



Raum für die persönliche Praxis

Die Klausurhütten bei unserem Meditationshaus sind ein idealer Ort für die persönliche und individuelle Praxis. Freie Termine und Anfragen können Sie an sl@tibet.de richten. Nähere Informationen finden Sie [hier](#).

Vernetztes

Buddha-Talk

Buddha-Talk bietet „Buddhismus zum Kennenlernen“ und ist eine Plattform für regelmäßige Vorträge und Diskussionsrunden von und mit unterschiedlichen buddhistischen Traditionen. Die Besuche lohnen sich: Hier gibt es nähere [Informationen](#).



Meditationen mit Bhiksuni Thubten Jampa

Regelmäßig leitet Bhiksuni Thubten Jampa in der Buddhistischen Religionsgemeinschaft Hamburg Freitagsmeditationen (hybrid) an. Interessierte sind willkommen! Hier gibt es nähere [Informationen](#).



Erstmalig in Deutschland! SEE-Learning-Kurs ab November

Informieren Sie sich hier über diesen einmaligen und empfehlenswerten Kurs für den pädagogischen Kontext ([Infos](#))

[Hier](#) gibt es nähere Informationen zum Kurs.



Liebe Leserin, lieber Leser,
vielleicht haben Sie bei den „Turbulenten Zeiten“ im Betreff noch an weitere Themen gedacht, die den Geist in Unruhe versetzen oder ihn beanspruchen? Es gibt ja gerade mehr als ausreichend davon. Was auch immer dem Geist im Moment als turbulent erscheint, für den Umgang damit beschäftigen wir uns mit der buddhistischen Geistesschulung. Wir sind dankbar, dass das Wirken in diesem Sinne so bunt und abwechslungsreich ist. Wir wünschen Ihnen im Trubel der inneren oder äußeren Turbulenzen ausreichend ruhige Momente.

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 seit nunmehr Jahren sehr 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. Nun warten im Herbst neue finanzielle Ungewissheiten auf uns alle. Wir dürfen und möchten dennoch im Sinne unserer Vereinsziele in unserem Wirken nicht nachlassen. Damit uns das möglich ist, sind wir als gemeinnütziger Verein auch 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.

Der Verein wird auch durch ~~seine Mitgliedsbeiträge~~ unterstützt.

Inhaltlich Verantwortlicher i.S. des Pressegesetzes bzw. des Teledienstgesetzes (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