

Tibetisches Zentrum

བུད་ཀྱི་ཚུལ་སྤྱོད་

Unter der Schirmherrschaft
Seiner Heiligkeit 14. Dalai Lama

Tibetisches Zentrum e.V.

Hermann-Balk-Str. 106
D-22147 Hamburg

Tel.: 040-644 35 85

Fax.: 040-644 35 15

tz@tibet.de www.tibet.de

Hamburg, 10. Dezember 2009

Liebe Mitglieder und Freunde des Tibetischen Zentrums,

seit Beginn 1979 ist es das Ziel des Tibetischen Zentrums, Möglichkeiten für das Studium und die Praxis des tibetischen Buddhismus bereitzustellen. Das Wissen aus dem Studium ist das Fundament für eine korrekte und fruchtbare Meditationspraxis.

Die beiden aktuell größten Projekte des Tibetischen Zentrums dienen genau diesen Zielen: Mit der **Neu-Gestaltung des Buddhismus-Studiums** ermöglichen wir westlichen Interessenten, ein fundiertes Wissen im Buddhismus zu erwerben. Mit der **Errichtung von Klausurhäusern in Semkye Ling** möchten wir mehr Menschen in die Lage versetzen, in Einzelklausuren tiefere Erfahrungen in der Geistesschulung zu machen. All dies dient dem Bestand des Buddha-Dharma und dem Ziel, dass wir auch in Zukunft diese großartigen Möglichkeiten für unsere spirituelle Entwicklung vorfinden. Je mehr wir uns von innen heraus positiv verändern, um so mehr können wir menschliche Werte auch in die Gesellschaft hineinragen. In unseren Zielen werden wir unermüdlich unterstützt von Mitgliedern, Studenten, Ehrenamtlichen und anderen Förderern. Dafür sagen wir Ihnen unseren herzlichen Dank!

Neues Buddhismus-Studium

Die Arbeitsgruppe zum Studium arbeitet seit Monaten mit großem Elan daran, das „Systematische Studium“ zu modernisieren. Der neue Lehrgang beginnt im September 2010 mit dem dreijährigen Grundstudium. Alle Unterweisungen Geshe Thubten Ngawang (1932-2003) fließen in das neue Studium ein. Der Stoff wird lediglich anders aufbereitet, so dass die Studenten mehr Flexibilität haben. Das ist heute nötig, wo die Anforderungen durch Beruf, Familie usw. immer größer werden.

Neuerungen im Studium sind auch: erweiterte Möglichkeiten des Lernens über das Internet sowie regelmäßige Praxismodule zur Ergänzung des Studiums. Informationen finden Sie auf: www.tibet.de/studium

Das zweite große Anliegen ist die Errichtung von Klausurhäusern im Meditationshaus Semkye Ling in der Lüneburger Heide. Alles, was wir im Buddhismus lernen, verfolgt keinen anderen Zweck, als es im eigenen Geist anzuwenden und zu verinnerlichen. So sagte unser langjähriger Geistlicher Leiter, Geshe Thubten Ngawang: „Die tägliche Praxis allein hat nicht die Kraft, große Veränderungen zu bewirken. Eine Klausur kann echte Resultate im Geist herbeiführen.“

Konten Hauptverein:

Deutsche Bank 24 Hamburg · BLZ 200 700 24 · Konto 9461344
Bic: Deutdedbham · Iban: De65 2007 0024 0946 1344 00
Postbank Hamburg · BLZ 200 100 20 · Konto 460 900 201

Flüchtlingshilfe:

Deutsche Bank 24 Hamburg · BLZ 200 700 24 · Konto 9461 344-04
Bic: Deutdedbham · Iban: De65 2007 0024 0946 1344 04
Postbank Hamburg · BLZ 200 100 20 · Konto 455 30-209

Vereinsregister Vr 8702
Steuernummer 17/444/02332
FA Hamburg-Nord-17



Blick in die Zukunft: Mitglied Ted Lim hat eine Fotomontage vom neuen Klausurtrakt auf dem nördlichen Teil des Geländes angefertigt.

Klausurhäuser entstehen in Semkye Ling

Auf einem abgelegenen Areal des Meditationshauses sollen nun Möglichkeiten für Einzelklausuren entstehen. Der Plan ist, solide Doppelhäuser von je 60 Quadratmetern Grundfläche aus Holz zu bauen. Jedes Doppelhaus hat zwei abgeschlossene Klausurplätze von je 22 Quadratmetern, inklusive je einer Nasszelle und Pantry-Küche. Die Häuser werden eine hervorragende Schalldämmung haben und gut isoliert sein, um die Heizkosten niedrig zu halten. Für die sanitären Anlagen werden Versorgungsleitungen gelegt. Jedes Doppelhaus wird auf einem Fundament errichtet, so dass eine Nutzung auch in der kalten Jahreszeit möglich ist.

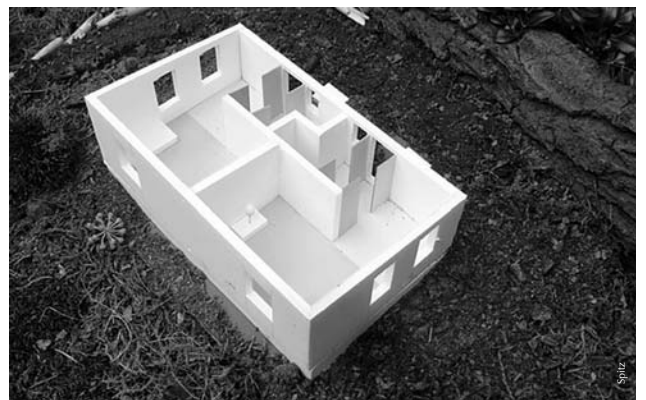
Die Kosten pro Klausurplatz betragen nach dem günstigsten der Angebote, die der Architekt eingeholt hat, ca. 55.000 Euro. Darin eingeschlossen sind alle Kosten für das Haus selbst (ca. 1000 Euro pro Quadratmeter) sowie für die nötigen Erdbauarbeiten, Versorgungsleitungen, das Fundament, die Inneneinrichtung, Honorare, Gebühren und ein Puffer für unvorhergesehene Kosten.

Finanzierung: Vorauszahlung für Nutzung

Wir suchen nun Mitglieder und Freunde, die sich bereit erklären, die Klausurplätze zu finanzieren. Die Förderer haben die Wahl, einen Betrag als steuerabzugsfähige Spende oder als Vorauszahlung zu geben.

Die Vorauszahlung wird durch freies Wohnen in einem der Häuser für eine bestimmte Anzahl von Tagen abgegolten, wobei ein Tag mit einem Pauschalbetrag von 20 Euro berechnet wird. Wer beispielsweise jetzt 1000 Euro zur Verfügung stellt, kann innerhalb der nächsten 20 Jahre 50 Tage kostenfrei eines der Häuser für Klausuren nutzen. Bei 5000 Euro sind es 250 Tage. Wer eine Dreijahresklausur plant, könnte jetzt ca. 22.000 Euro bereitstellen, um sich irgendwann, wenn es die Lebensumstände erlauben, zurückziehen zu können. In der Zwischenzeit hätten auch andere Praktizierende die Möglichkeit einer Einzelklausur. **Bisher sind 170.000 Euro Spenden und Vorauszahlungen eingegangen** (Stand

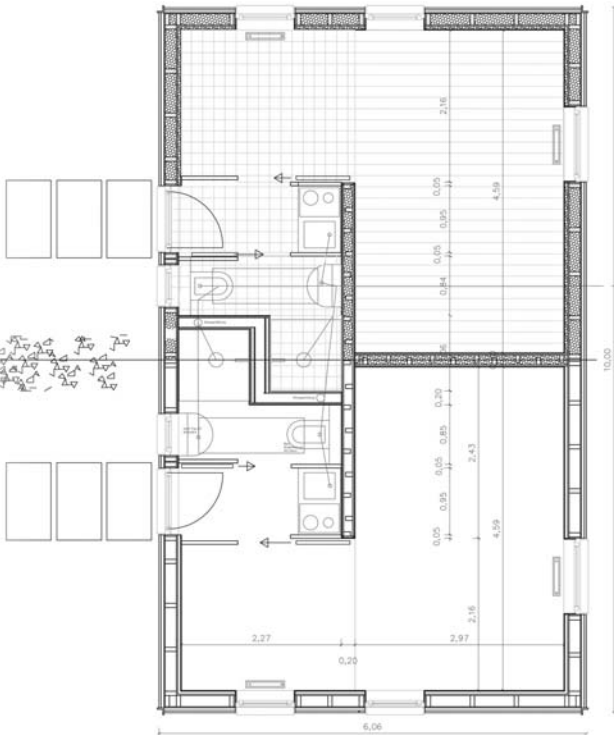
1. Dezember 2009). Wir danken allen Spendern und Förderern für Ihren Enthusiasmus, mit dem sie dieses Projekt unterstützen. Wir hoffen, dass es uns **mit Ihrer Hilfe gelingt, insgesamt 324.000 Euro zunächst für die Errichtung von sechs Klausurplätzen bereitzustellen**. Vielleicht möchten Sie selbst die Möglichkeit von Einzelklausuren in den kommenden Jahren nutzen. Oder Sie haben den Wunsch, anderen, die intensiv praktizieren können, in ihrem heilsamen Bemühen zu unterstützen. Denn Semkye Ling wird die Plätze an andere Meditierende vermieten.



Modell eines Doppelhauses.

Mit Ihrer Spende oder Ihrer Vorauszahlung helfen Sie auch, den Bestand des Tibetischen Zentrums zu sichern. Denn wir brauchen Praktizierende, die auf der Basis soliden Wissens intensive Erfahrungen in der Meditation machen, um den Dharma auch an andere weitergeben zu können. Die Kombination von Studium und Praxis gewährleistet, dass wir in Zukunft westliche Lehrerinnen und Lehrer haben, die uns den Dharma einwandfrei übermitteln. Daher bitten wir Sie, das Projekt Klausurhäuser nach besten Kräften zu unterstützen!

Ob und wie viele Klausurhäuser gebaut werden, richtet sich nach dem finanziellen Engagement der Mitglieder und Freunde des Tibetischen Zentrums.



Grundriss für ein Doppelhaus

Anfang 2010 wollen wir anhand Ihrer Resonanz entscheiden, in welchem Umfang wir das Projekt realisieren können. Schon im Frühjahr könnten die Erdbauarbeiten beginnen, **im Sommer 2010 könnte der Klausurtrakt eingeweiht werden**, da die Häuser in Fertigbauweise errichtet werden.

Weitere Informationen zu dem Projekt finden Sie auf www.tibet.de und in unserem Internetforum: <http://forum.tibet.de/index.php/board,129.0.html>

Haben Sie Fragen und Anregungen zu dem Projekt, wenden Sie sich gern an den Projektleiter und stellvertretenden Geschäftsführer Hanno Rödger:

040-644 92653 (mittwochs 16-18 Uhr), oder schreiben Sie ein E-Mail, er ruft sie dann zurück: hr@tibet.de

Wir danken für Ihre freundliche Unterstützung über die lange Zeit hinweg und wünschen Ihnen ein glückliches neues Jahr!

Christof Spitz
Geschäftsführer

Geshe Pema Samten zum Projekt



„Viele Teilnehmer unseres Buddhismus-Studiums möchten das Gelernte umsetzen. Einige haben sogar den Wunsch, eine längere Klausur zu machen, in der sie sich intensiver mit dem Dharma beschäftigen können. Aber bisher gibt es in unserem Zentrum leider keine guten Klausurplätze.

Durch intensives Meditieren entspannt sich der Geist, er wird ruhig und glücklich, man kann tiefe Erfahrungen im Dharma machen. Durch kontinuierliche und konzentrierte Meditation wird das durch Studien erlernte Wissen allmählich zur Erfahrung. Wenn jemand aus so einer tiefen Erfahrung heraus andere unterrichtet, wird er zu einem

vertrauensvollen Lehrer. Wir brauchen im Tibetischen Zentrum den gesamten Dharma, in Studium und Praxis. Wenn der komplette Dharma vorhanden ist, kann das Tibetische Zentrum seinen Nutzen überall hin verbreiten.

Durch kontinuierliche Meditation entsteht innere Ruhe und konzentrierte Kraft. Allein zu praktizieren hat den Vorteil, dass man ungestörter und somit intensiver meditieren kann. Manche Menschen fühlen sich von den verschiedenen Geräuschen, die entstehen, wenn man in einer Gruppe meditiert, gestört. Für sie ist es besser, wenn sie sich allein zurückziehen.

Der Buddha hat sechs Jahre lang allein meditiert. Dadurch sammelte er tiefe Erfahrungen und sein Geist wurde sehr kraftvoll. Anschließend ging er nach Bodhgaya und erlangte dort die Erleuchtung. 49 Tage später begann er den Dharma zu lehren und brachte den Menschen zeitlebens sehr großen Nutzen. Seinem Beispiel sollten auch wir folgen.

Damit eine Klausur ohne Hindernisse verläuft, ist es gut, vorher viele Verdienste anzusammeln. Allgemein gibt es fünf so genannte Vorbereitende Übungen (in der Gelugpa-Tradition gibt es neun), die vor einer langen Klausur (z.B. drei Jahre) empfohlen werden. Wenn man sich während der Klausur einmal einsam und allein fühlt, sollte man sich daran erinnern, dass man

sich in der besten Gesellschaft befindet, die man sich vorstellen kann: die Zufluchtobjekte.

Wenn man krank wird, sollte man zum Arzt gehen. Bei geistigen Problemen kann man sich an seinen Lehrer wenden. Außerordentlich wichtig ist es, während der Klausur immer wieder eine gute Motivation in Form des Erleuchtungsgeistes hervorzubringen! Jeden Morgen denken wir: „Möge ich allen Lebewesen von großem Nutzen sein können. Möge ich großes Mitgefühl und tiefe Liebe ihnen gegenüber entwickeln.“ Und jeden Abend sollte man seine Praxis widmen und denken: „Heute habe ich gut meditiert, mögen diese Bemühungen das Leiden aller lindern und mögen alle glücklich sein!“



Jhado Rinpoche zum Projekt

„Ich begrüße das Anliegen, Klausurhäuser zu errichten. Dies war auch Geshe Thubten Ngawang's Plan, als das Grundstück in der Lüneburger Heide gesucht wurde. Das Ziel war es, neben dem Studium ein Haus auf dem Land zu haben, in das man sich zur Meditation zurückziehen kann. Nur so kann

die Verbindung von Lernen und Meditation gewährleistet werden. Das Studium im Buddhismus dient letztlich dazu, den eigenen Geist zu verändern. Wir lernen etwas im Studium und bringen es dann auf die Ebene der Praxis. Dazu ist der Ort Semkye Ling sehr gut geeignet, denn es ist ein ruhiger, angenehmer Ort, an dem man gut praktizieren kann.“



Ein Quadratmeter Klausurplatz kostet 1850 Euro

Vom Engagement der Mitglieder und Freunde hängt es ab, ob das Projekt Klausurhäuser realisiert wird.

Ihre Spende überweisen Sie bitte auf das folgende Konto:

Konto-Nr. 30 593 900

BLZ 430 609 67

GLS-Gemeinschaftsbank

Stichwort

Meditationshäuser Spende

Wenn Sie das Projekt durch eine Vorauszahlung unterstützen möchten – im Gegenzug erhalten Sie eine Anzahl von Tagen freiem Wohnen – wenden Sie sich bitte an Hanno Rödger:

hr@tibet.de, Tel: 040-644 92653

(mittwochs 16 bis 18 Uhr).

Sie erhalten dann eine Förder-Vereinbarung.

Erste Dreijahresklausur im Tibetischen Zentrum



Bhikṣuṇī Soenam Choekyi (Maria-Viktoria Derenbach) wird die Erste sein, die im Tibetischen Zentrum eine Dreijahresklausur macht. Sie ist ab Januar 2010 von allen Verpflichtungen freigestellt, um die traditionelle Einzelklausur zu machen. Es ist eine große Inspiration für die Praktizierenden im Tibetischen Zentrum, dass Soenam Choekyi diesen Entschluss für eine

längere Klausur gefasst hat. Aus dem Kreis der Mitglieder kam daher der Wunsch, ihr für diese Klausur einen Platz in dem neu geplanten Klausurbereich anzubieten. Soenam Choekyi beginnt ihre Klausur in dem Wohnwagen, der im Moment für Einzelklausuren genutzt wird. Dieser hat jedoch keine sanitären Anlagen. Ein Platz in dem neu geplanten Klausurbereich wäre eine große Unterstützung für ihre lange Klausur. Daher möchten wir speziell um Spenden für die Klausur von Soenam Choekyi bitten.

Bitte spenden Sie auf das oben genannte Konto bei der GLS-Bank unter dem Stichwort: **Dreijahresklausur**