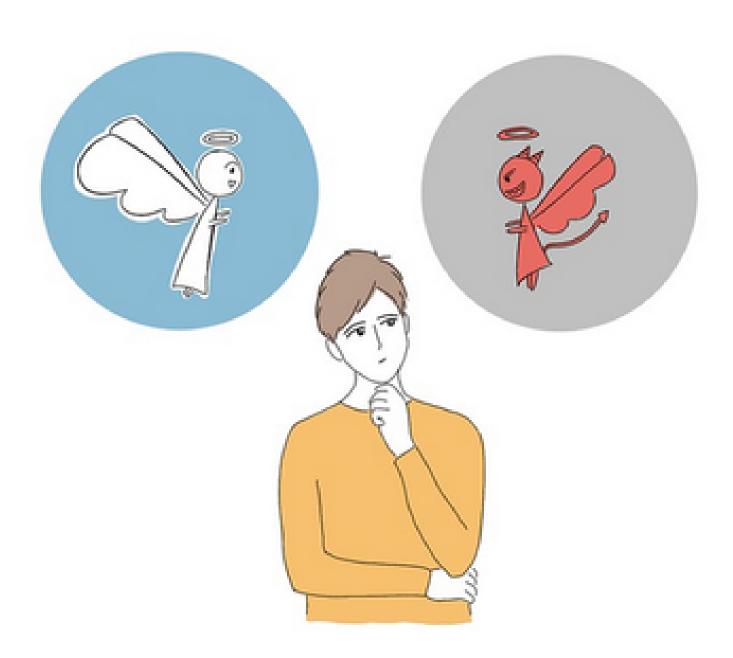


# Der Ethik-TÜV | Newsletter Ausgabe Juni (2)/2024

Liebe Leserinnen und Leser,

wie wäre das, wenn es einen TÜV-Stempel für die Ethik gäbe? Oder einen für die zahlreichen weiteren Tugenden, die wir gerne erlangen möchten? Wären dann die TÜV-geprüften Menschen okay und die anderen nicht? Obwohl uns das als ein absurder Gedanke erscheint, teilen wir Menschen doch ein in gut und schlecht, falsch und richtig und das am liebsten auch möglichst ohne zu viele eigene Anstrengung. Dabei sind die Definitionen der verschiedenen Philosophien oder Religionen oder auch Regeln in Gesellschaften, die eben doch immer nur sprachliche Brücken bleiben, nicht immer ausschließlich hilfreich.



Wenn wir heute in die Welt schauen, fällt es da eigentlich leicht, der einen Seite recht und der anderen unrecht zu geben? Selbst, wenn das nicht der Fall ist, oft stehen wir vielleicht sogar unter Druck, uns einer Seite zugeneigt fühlen zu müssen. Angesichts der Universen an medialen Plattformen lässt sich ja auch für jede erdenkliche Meinung ausreichend Argumentationsmaterial finden. So leicht macht es uns der Dharma, die buddhistische Geistesschulung, erwartungsgemäß nicht. Schon gar nicht, wenn es um das Zugeneigtsein geht. Aber der Gleichmut – den wir dem Zugeneigtsein entgegenhalten - ist ein anderes (großartiges :-)) Thema... Vielleicht aber auch nicht? Für die Annäherung an richtig und falsch haben u. a. die buddhistischen Gelehrten aus gutem Grund zahllose Hilfsmittel entwickelt. Das würde einen Ethik-TÜV allerdings möglicherweise überfordern... ;-)

(Beitrag zur Ultimativen Sicht von Geshe Pema Samten)

#### **Unsere digitale Terminübersicht - immer aktuell**

Auf unserer Webseite befindet sich immer das aktuellste Programm der kommenden Monate. Für die weiterführenden Informationen können Sie auf die als Link erkennbaren Bereiche klicken und werden sofort weitergeleitet.



# Jetzt anmelden: SOMMERCAMP Das Dharma-Fest für die ganze Familie

25. Juli bis 4. August 2024! Das Sommercamp in Semkye Ling ist jedes Jahr ein besonderes Dharma-Fest für die ganze Familie. Mit Unterweisungen von Geshe Pema Samten, Rahmenprogramm für die ganze Familie, leckeren Speisen und erlebnisreicher Kinderbetreuung. Teilnahme auch tageweise möglich.

#### **Mehr Infos hier.**

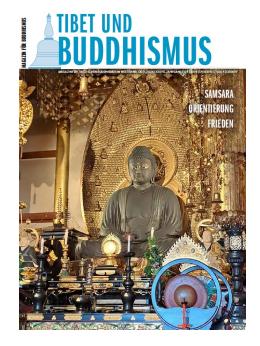


## Bald erscheint die neue Ausgabe "Tibet und Buddhismus"

Wir sind kurz davor die neue Ausgabe unseres hauseigenen Magazins in Druck und Versand zu geben. Freuen Sie sich auf viele spannende Artikel und Interviews.

Sie interessieren sich für **ein Abo** oder möchten ein kostenloses Probeexemplar (einer zurückliegenden Ausgabe) bestellen? Dann senden Sie uns bitte eine Anfrage an **probeheft(at)tibet.de** 

... jetzt auch digital erhältlich! Wir möchten gerne aus ökologischen Gründen die Möglichkeit geben, das Magazin auch digital zu erwerben. Wenn Sie in Zukunft die TiBu gerne als PDF zugesandt haben möchten, schreiben Sie bitte an kommunikation(at)tibet.de, mit dem Betreff: tibu digital. Vielen Dank!



### Der Weg zur wasserbewussten Gesellschaft ...

...war am vergangenen Sonntag Thema eines Vortrags im Tibetischen Zentrum.

Wir haben uns über interessierte Gäste für ein weltweit essenzielles Thema sehr gefreut.

Informationen zur IDG Water Hub Germany finden Sie hier.



# **Buddhismus und Technik verbinden! (TAs dringend gesucht!)**

Unsere Technischen Assistenten/innen helfen uns unendlich! Wer hat Lust und Zeit, das Tibetische Zentrum zu unterstützen?

Es sind keine besonderen technischen Kenntnisse erforderlich, es wird eine kleine Schulung stattfinden, in der alles erklärt wird.

Hier finden Sie unsere Ausschreibung mit weiteren Details.



# Eine generationsübergreifende Gemeinschaft zu haben, liegt uns unendlich am Herzen.

Erzählen Sie gerne auch anderen von unseren Treffen und Veranstaltungen für die jüngere Generation:

Jugendtreff "Buddha bei die Fische" (02.07.24, 16 – 18 Uhr, HH City)

Offener Kinder- und Jugendtreff (14.07.24, 14:30 – 16 Uhr, HH City)

**Yoga für Kinder und Jugendliche** (15.07.24, 17:30 – 18:15 Uhr, HH City)



### Immer geöffnet: unsere Schatztruhe

Unser digitales Kaufhaus, die **Schatztruhe**, ist 24 Stunden für Sie geöffnet.

**NEU:** Selbstabholung (Standort Berne) ist nun möglich. Voraussetzung ist die Zahlart per Paypal.

In unserer **Schatztruhe** finden nicht nur Erwachsene, sondern auch die jungen Entdecker von morgen eine Fülle an anregenden und motivierenden Büchern.



### **Programmhinweise (Auszug)**

Alle geplanten Veranstaltungen finden Sie mit den jeweils aktuellen Informationen in unserem Terminkalender auf unserer Webseite. Die aktualisierte Programmübersicht mit Verlinkungen zu den Veranstaltungsdetails finden Sie hier. (Download und Ausdruck sind möglich.)



### **Neues Grundstudium ab Oktober 2024**

Seit 1988 können Interessierte im Tibetischen Zentrum berufsbegleitend den Buddhismus in deutscher Sprache studieren — im Direktstudium oder als Fernkurs über das Internet. Freuen Sie sich auf lebendiges Lernen in einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten. Umfassende Kenntnisse des Buddhismus nach der indo-tibetischen Tradition stehen im dreijährigen Grundstudium auf dem Lehrplan.



### **Neue Jahreskurse ab Oktober 2024**

Ab Oktober 2024 beginnen im Tibetischen Zentrum wieder zwei neue Jahreskurse, die im Direkt-, wie auch im Fernstudium belegbar sind. Wir bitten um eine frühzeitige Anmeldung. :-)

- Jahreskurs Śūnyatā Die Weisheit der Leerheit
- Jahreskurs Tantra Die Lehre des Geheimen Mantra



# **Zum Kennenlernen und Feiern - Geburtstag** und Sommerfest

Wir laden alle Interessierten am 06. Juli ein, uns am 89. Geburtstag unseres Schirmherrn, des 14. Dalai Lama, zu besuchen. Ein wunderbarer Anlass zum Feiern und Kennenlernen. Wer möchte, kann zusammen mit uns von 11 – 12:30 Uhr im Tempel traditionelle tibetischbuddhistische Gebete rezitieren. Ab 12:30 Uhr laden wir zum gemeinsamen Sommerfest und Kennenlern-Tag ein.

Informationen.



# Tschökor Dütschen - Das erste Drehen des Dharmarades

Anlässlich der ersten Unterweisung des Buddha im Hirschpark von Sarnath über die "Vier Edlen Wahrheiten" wollen wir zusammen am 09. Juli das Diamant-Sutra lesen. Viele Opfergaben werden vorher aufgestellt und mit der Rezitation eines Gebets dargebracht.

Informationen.





# Nicht ausleben, nicht verdrängen - Umgang mit Emotionen

Können wir uns frei machen von vorschnellen Reaktionen und wiederkauenden Gedanken über erlittenes Unrecht? Gedanken, die uns sogar den Schlaf rauben? Wir wollen an diesem Wochenende achtsam unseren Atem betrachten, aber nicht nur, sondern unser Innerstes behutsam in helle Räume des Wissens führen, wo wir einen klaren Kopf und den Überblick über unser Leben erhalten. Vom 20. - 22.09.2024, mit Bhikṣuṇī Sönam Chökyi.



### 1000-armiger Avalokiteśvara-Klausur

In dieser Klausur, vom 30.09. - 04.10.24, werden wir uns intensiv der segensreichen Praxis vom 1000-armigen Avalokiteśvara hingeben. Neben der Rezitation des Mantraswird **Geshe Pema Samten (Übersetzung: Oliver Petersen)** zur Meditation über die Gottheit anleiten, die die Kraft hat, unser Mitgefühl zu stärken. Im Zentrum stehen die Übungen des Kriya-Tantra wie die Meditation über die Sechs Gottheiten sowie Konzentrationsübungen wie das sogenannte Verweilen in Feuer und Lauten.

Informationen.



### Wir hören zu

Unsere Sangha-Hilfe unterstützt Menschen, die Hilfe benötigen. Sie können sich hier über diese wertvolle Arbeit informieren.

Am **02.07.2024** bietet diese segensreiche Initiative (i.d.R. an jedem 1. Dienstag im Monat 18 – 19 Uhr) wieder die Möglichkeit zu einem Gespräch vor Ort (Berne) an. Jeden Mittwoch (19 – 20 Uhr) besteht außerdem die Möglichkeit eines Telefon-Termins. Regelmäßig finden auch Meditationen mit der Sangha-Hilfe (am Fleet!) statt, merken Sie sich den nächsten Termin am **08.07.2024** bereits jetzt schon vor.

Informationen.



# Gesprächskreis - Wir werden älter (Meditation und Austausch)

Die besondere Gelegenheit zum Austausch und zur vertiefenden Auseinandersetzung mit der Situation und den Möglichkeiten in der reifen Lebensphase. I. d. R. am 1. Montag des Monats, um 10:30 - 12 Uhr, HH City. Nächster Termin **01. Iuli**.



### Ein Ort zum Praktizieren

Die Klausurhütten bei unserem wunderschönen Meditationshaus in der Lüneburger Heide bieten ideale Bedingungen für die persönliche Praxis. Anfragen an sl(at)tibet.de.

Informationen.

### **Vernetztes**

#### **Buddha-Talk**

Am Sonntag, den 07. Juli, hält **Florian Lau** einen Vortrag zu dem Thema "**Alte Praxis neu entdeckt -Warum wir den Buddhismus nicht neu erfinden müssen".** Online via Zoom (18 - 20 Uhr).



Informationen.

#### Save the date - Geshe Pema Samten in Radolfzell

Khen Rinpoche Geshe Pema Samten wird auch in diesem Jahr zwei Tage in Radolfzell am Bodensee Belehrungen geben. 17. & 18. August, Übersetzung Frank Dick. Nähere Infos folgen bald auf unserer Website und im nächsten Newsletter.



# Initiation und Chöd-Klausur mit Geshe Pema Samten im Allgäu

Unter Anleitung von Khen Rinpoche Geshe Pema Samten, Gen Lobsang Choejor und Frank Dick findet eine Chöd-Klausur vom 22. bis 29. August 2024 im schönen Zen-Kloster Buchenberg im Allgäu statt.



#### Bhutan-Reisen mit Jürgen Manshardt

In kommenden Jahr **2024** bietet Jürgen Manshardt in Kooperation mit einer erfahrenen bhutanesischen Reiseagentur zwei Reisen nach Bhutan an. **Mehr Informationen zu den empfehlenswerten Reisen finden Sie** hier.



Informationen.

#### Jobangebot von Mitgefühl in Aktion e.V.

MIA (Mitgefühl in Aktion) sucht zum 1. August 2024 eine **Assistenz der Geschäftsführung** (m/w/d) für acht Stunden pro Woche bei flexibler Arbeitszeit im Homeoffice. Die Position läuft auf Mini-Job-Basis (Geringfügig Beschäftigung) mit der Möglichkeit zu späterer Erhöhung auf Festanstellung.



Informationen.

# Buddha bei die Fische - NEUSTE FOLGE: Mit Tugend und Talent zwischen Kopf & Herz, "Let's do it Aristoteles!"

Lassen Sie sich im Podcast mit Oliver Petersen und Pascal Herth auf erfrischende und tiefgreifende Weise inspirieren, hier gibt es den neuesten Podcast zum Thema Sattipathana & Achtsamkeit und alle bisherigen Folgen.



Informationen.

### Veranstaltungen in Samten Dekyi Ling Kassel e.V.

Auch in diesem Jahr veranstaltet der Verein Samten Dekyi Ling wieder Seminare. Das dritte und letzte Seminar aus der diesjährigen Reihe ist mit **Geshe Sönam Namgyäl und Elisabeth Steinbrückner** zum Thema "**Natur des Geistes".** Der erste Teil fand bereits Ende Mai statt, der zweite Teil ist für den 20. - 22.9.24 angesetzt.



#### Informationen.

Liebe Leserinnen und Leser, bei den Lehren und Methoden des Buddhismus geht es um die sogenannte Innenschau und das Entwickeln der eigenen Qualitäten im Geist. Und die – das lernen wir auch – sind ja sowieso schon da (juhuuuu!). Es ist uns selbstverständlich nicht neu,

dass wir trotzdem geneigt sind, unseren Blick meistens auf das Erleben da draußen und das Handeln von anderen zu richten. Sogar kulturell treiben wir im reißenden Fluss des Kategorisierens, Einteilens und Bewertens. Davor sind wohl auch keine Philosophen und Religion-Praktizierenden geschützt. Dabei reichen wenige Betrachtungen über großartige Eigenschaften aus, um klare Ansprüche und Bewertungskriterien zu relativieren. Das Anstreben der sog. Vollkommenheiten (**Beitrag von Elisabeth Steinbrückner**) dient schließlich nicht einem Prüfsiegel für gute Menschen … Wozu es dann dient? Vielleicht ja u. a. dem Abkratzen derlei sinnloser Stempel? :-)

Herzliche Grüße und Tashi Delek

Heike Spingies
Marketing und Öffentlichkeitsarbeit



P.S. Nur die entschlossene Freigiebigkeit vieler Spenderinnen und Spender ermöglicht uns, dass wir unsere Aktivitäten dauerhaft durchführen können, auch durch Krisen hindurch. Für diese unermüdliche Freigiebigkeit empfinden wir sehr große Dankbarkeit und neuen Ansporn für unser Wirken. Damit wir die Vereinsziele erfüllen können, sind wir als gemeinnütziger Verein 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