



Was wäre wenn der Buddha eine Laienperson wäre? | Newsletter Ausgabe November (1)/2023

Liebe Leserinnen und Leser,

..."What if the Buddha were a lay woman?" Diese und andere spannende Fragen wurden Mitte Oktober während einer Live-Frage-und-Antwort-Runde von den Studierenden des Dharma-Kollegs an die Ehrwürdige Thubten Chodron gestellt.

Thubten Chodron regt diese oben genannte Frage zum Nachdenken über die verschiedenen Manifestationen des Buddhas an. Die genaue Art und Weise, wie der Buddha sich manifestieren würde, bleibt ungewiss, sagt sie, aber letztendlich ist das weniger entscheidend als die Art und Weise, wie wir auf ihre Lehren hören und sie in die Praxis umsetzen würden.

Die Lehre des Buddha-Dharma lehrt uns, dass Buddhas sich in der Form manifestieren, die am besten für die individuellen Wesen geeignet ist. Daher ist es durchaus denkbar, dass der Buddha in der heutigen Zeit als Frau und Laienperson erscheinen könnte, um die Bedürfnisse der Menschen besser zu erfüllen, erklärt die Äbtissin des Klosters von Sravasti Abbey in den USA.



© Dharma Drum Mountain / Photographer: Shi Chun Tai

Während dieser Live-Session gewährte Thubten Chodron tiefe Einblicke in ihre persönliche Praxis, das Leben im Kloster und die Anwendung des Dharma im Alltag. Darüber hinaus wurden auch spannende Themen wie künstliche Intelligenz (KI) behandelt. Freuen Sie sich auf diese inspirierende Fragerunde! :) Die Aufzeichnung des Live-Streams (in englischer Sprache) steht [hier](#) über youtube zur Verfügung. (Bild rechts, Copyright Bhiks. Thubten Chodron)

Terminübersicht

Auf unserer Website finden Sie das aktuelle Programm zum [Download \(PDF\)](#). Für die weiterführenden Informationen können Sie auf die



(PDF). Für die weiterführenden Informationen können Sie auf die als Link erkennbaren Bereiche klicken und werden sofort weitergeleitet.



Übersetzung in die Chinesische Sprache

Wir freuen uns sehr, dass wir ab jetzt die kostbaren Unterweisungen unseres Lehrers Geshe Pema Samten auch mit einer direkten Übersetzung in die Chinesische Sprache durchführen können.

Näheres finden Sie auf [dieser Website](#).



Für Kinder, Jugendliche und Familien

Jugendtreff "Buddha bei die Fische" (07.11.23, 16 – 18 Uhr, HH City)

Offener Kinder- und Jugendtreff (12.11.23, 14:30 – 16 Uhr, HH City)

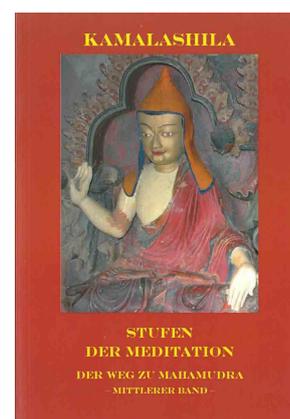
Yoga für Kinder und Jugendliche (20.11.23, 17:30 – 18:15 Uhr, HH City)



Immer geöffnet: Schatztruhe

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

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

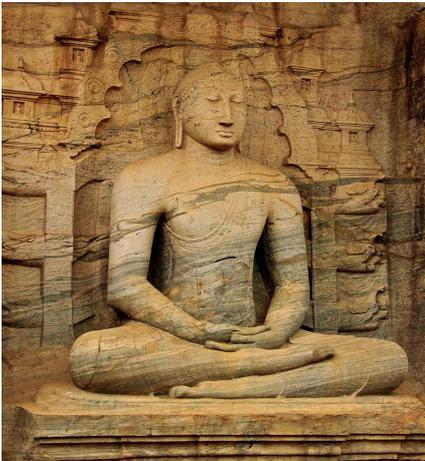


Programmhinweise (Auszug)

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.)



HINWEIS: ACHTUNG, das Weihnachtsseminar "Meditation und Yoga" in Semkye Ling findet vom 27. - 31.12.23 statt (in der gedruckten Terminübersicht steht leider fälschlicherweise ab dem 26.12.23).



Nachträglicher Einstieg nmöglich

Seit Mitte/Ende Oktober laufen die Jahreskurse **Siddhanta** (Die philosophischen Lehrmeinungen des Buddhismus und) mit Jürgen Manshardt und Oliver Petersen und **Lamrim** (Der Stufenweg zur Erleuchtung) mit Mit Bhikṣu Gen Lobsang Choejor, Übersetzung: Oliver Petersen u.a., Meditationsabende: Frank Dick. Ein nachträglicher Einstieg ist noch möglich.

Informationen **Jahreskurs Siddhanta**

Informationen **Jahreskurs Lamrim**

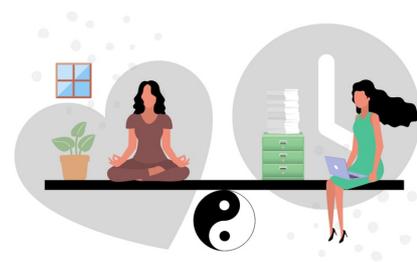
November



Arbeitswochenende im Meditationshaus

Das Arbeitswochenende erfüllt gleich mehrere Funktionen: Die Teilnehmenden beteiligen sich an der Pflege und Instandhaltung des Hauses, treffen Dharma-Freunde und praktizieren gemeinsam im Tempel und während der Arbeit. Vom 10. bis 12.11. in Semkye Ling.

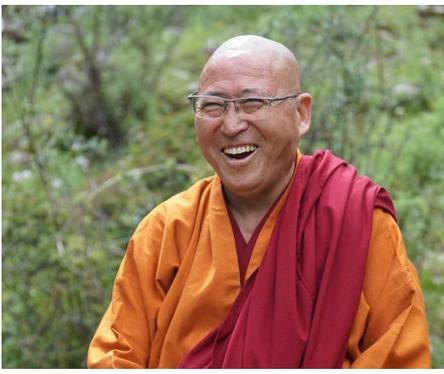
Informationen.



Bildungsurlaub "Gelassenheit im Arbeitsalltag"

Oliver Petersen bietet Ihnen in diesem anerkannten Bildungsurlaub (15./16.11.23) wertvolle Einblicke, wie Sie gezielt negative Emotionen in Ihrem beruflichen Kontext vermeiden können. Erfahren Sie, wie Sie Stress am Arbeitsplatz bewältigen und gleichzeitig Ihre persönliche Resilienz stärken können.

Informationen.



Initiation Friedvolle Dakinis

Geshe Pema Samten wird am 17.11. die Initiation der „Fünf friedvollen Dakinis“ in Verbindung mit der Chöd-Überlieferung geben (Himmelsöffnende Einweihung). Wir bitten für die Vorbereitungen um rechtzeitige Voranmeldungen.

[Informationen.](#)



Chöd-Klausur

In dieser Klausur, vom 18. - 22.11., werden wir unter der Anleitung von Geshe Pema Samten (Übersetzung: Frank Dick) die Chöd-Praxis durchführen. Es geht in dieser Praxis um das Abschneiden der Konzepte, die uns an diesen Daseinskreislauf binden.

[Informationen.](#)



Wochenende: Nicht ausleben, nicht verdrängen

Wir wollen an diesem Wochenende, vom 24. - 26.11., mit Bhikṣuṇī Sönam Chökyi 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.

[Informationen.](#)



Wir hören zu

Unsere Sangha-Hilfe unterstützt Menschen, die Hilfe benötigen. Sie können sich **hier** über diese wertvolle Arbeit informieren. Am **07. November** bietet diese segensreiche Initiative (i.d.R. an jedem 1. Dienstag im Monat 18 – 19 Uhr, jedoch nicht im Oktober) 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, der nächste Meditationstermin ist am **13.11.2023**.

[Informationen.](#)

Vorschau



NEU: Tagesseminar Śamatha — Neun Stufen zur Entfaltung geistiger Ruhe

Ohne geistige Ruhe ist kein spiritueller Fortschritt möglich. Geshe Sönam Namgyäl erklärt (Übersetzung: Elisabeth Steinbrückner) am 10.12. die neun Stufen zur Entfaltung von geistiger Ruhe an einem Tagesseminar.

[Informationen.](#)



Gesprächskreis - Wir werden Älter (Meditation und Austausch)

In der Regel am 1. Montag des Monats, ACHTUNG jedoch nicht während des Seminars "Gütig und Weise alt werden - (wie) geht das?" vom 23.10. - 04.12.2023.

Der nächste Gesprächskreis findet im Januar 2024 statt.

[Informationen.](#)



Ein Ort zum Praktizieren

Die Klausurhütten bei unserem Meditationshaus sind eine ideale Gelegenheit für die persönliche Praxis.

Anfragen an [sl\(at\)tibet.de](mailto:sl(at)tibet.de).

[Informationen.](#)



SAVE THE DATE

Hier finden Sie eine kleine Übersicht von weiteren aktuell neu geplanten langfristigen Veranstaltungen.

Diese und weitere Termine werden rechtzeitig mit allen Informationen veröffentlicht.

Vernetztes

Buddha-Talk

Am Sonntag, 19.11. wird **Ayya Agganyāni** einen Vortrag halten mit dem Titel "**Erkennen, was die Welt zusammenhält**". Online via Zoom (18 - 20 Uhr).

[Informationen.](#)



Buddha bei die Fische - NEUE FOLGE: Gottheitenyoga

Im Podcast „Buddha bei die Fische“ mit **Oliver Petersen** und Pascal Herth ging es am 20. Oktober um das faszinierende Thema "**Gottheitenyoga**", [hier](#) geht es zum Podcast.

[Informationen.](#)



Benefizveranstaltung "Wohl und Leid der Vergänglichkeit"

Bhante Sukhacitto und Simpert Würfl mit seiner Gitarre laden Euch am 19.11. herzlich ein, gemeinsam zu singen, in die Stille zu lauschen und zu reflektieren. Um Spenden zugunsten der Projekte von Mitgefühl in Aktion (**MiA**) wird gebeten. Ohne Anmeldung.

[Informationen.](#)



Tibetische Puls- und Ernährungsberatung

Am 14.11.23 gibt es wieder die Gelegenheit sich einen Termin bei Amchi Dechen Dorjee aus Bhutan geben zu lassen.

Informationen.



Liebe Leserinnen und Leser, Thubten Chodron gab noch folgendes Beispiel, dass in der klassischen Lebensgeschichte des Buddhas oft gesagt wird, dass er seine Familie verlassen hat, um die Erleuchtung zu suchen. Interessant ist die Frage, sagt sie, ob der Buddha, wenn er eine Laienfrau und Mutter wäre, dieselbe Entscheidung getroffen hätte oder ob er/sie stattdessen die Aspekte von Liebe und Bindung innerhalb der Familie betont hätte.

Es ist nicht falsch eine Familie und Liebe zu haben, solange diese frei von Anhaftung sind. Der Buddha-Dharma lehrt die Selbstlosigkeit und das Mitgefühl. Der Weg zur Erleuchtung könnte in diesem Beispiel auch so dargestellt werden, eine selbstlose Liebe innerhalb der Familie zu kultivieren und sie nach und nach auf alle Lebewesen auszudehnen, erklärt Thubten Chodron auf eindruckliche Art und Weise den Dharma-Kolleg Studierenden.

Letztendlich zeigt diese Überlegung, dass Menschen unterschiedliche Neigungen und Lebensweisen haben, und was für eine Person die beste Art der buddhistischen Praxis ist, muss nicht unbedingt die beste für eine andere Person sein. Die Lehren des Buddha sind anpassungsfähig und können auf verschiedene Lebensumstände und Bedürfnisse zugeschnitten werden – was für ein Segen! :-)





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

