



Alles Gute für 2023 | Newsletter Ausgabe Dezember (2)/2022

Ich möchte alle Mitglieder, Förderer sowie auch alle anderen Menschen, die mit dem Tibetischen Zentrum, Dschang Tschub Chöling, verbunden sind, mit Tashi Delek grüßen!

Zudem wünsche ich ihnen allen frohe Weihnachten und viel Glück für das Neue Jahr!

In diesen degenerativen Zeiten sind wir leider mit vielen Misständen konfrontiert, wie Epidemien oder mit kriegerischen Auseinandersetzungen aufgrund von Machtstreben.

Falls Sie in dieser Lage starkes geistiges Unbehagen verspüren oder in traurige Stimmung verfallen, ist es hilfreich, nicht so sehr an das äußere Geschehen zu denken, sondern vielmehr den eigenen Geist selbst zu betrachten. Es besteht die Möglichkeit, sich darüber klar zu werden, wie der eigene Geist bezüglich seiner Erscheinungen getäuscht ist und damit das Denken verzerrten und übertriebenen Auffassungen unterliegt.

Durch das Erkennen dieser Täuschung werden sich geistiges Leiden und Niedergeschlagenheit verringern. Denn geistiges Unglück und die inneren Zustände von Bedrückung entstehen größtenteils durch die Macht eines getäuschten Bewusstseins. Daher sollten wir uns immer wieder diesen Aspekt vergegenwärtigen und neben dieser Vergegenwärtigung auch die innere Wachsamkeit und Achtsamkeit bewahren. Wenn wir dann die innere Freiheit nutzen, um uns, so gut wir eben können, aufrichtig um Liebe, Mitgefühl und Bodhicitta zu bemühen, wird das die Wurzel aller heilsamen Dharmas sowie die Wurzel des Wohlergehens von uns selbst und allen anderen sein!

Zu guter Letzt verbleibe ich mit Gebeten sowie guten Wünschen für Ihre Gesundheit, ein langes Leben und geistiges Wohlergehen!

Ihr

Geshe Pema Samten, Hamburg, Dezember 2022



Das gesamte Team aller Mitwirkenden des Tibetischen Zentrums e. V. Hamburg bedankt sich für die Begegnungen, Kontakte, Unterstützung, das



Mitmachen und Miteinander im Jahr 2022. Wir sind von tiefer Dankbarkeit über die Möglichkeiten der Geistesschulung erfüllt. Und mit unendlich großer Freude und Dankbarkeit erleben wir, dass so viele Menschen sich ihr widmen und uns dabei unterstützen, damit wir sie für so viele Interessierte bereitstellen können.

Wir wünschen Ihnen und Euch allen einen zuversichtlichen und ruhigen Jahresabschluss!

Ihr/Euer Team des Tibetischen Zentrums e. V.

P.S. Alle unsere geplanten Veranstaltungen finden Sie in unserem [Terminkalender](#). Aktuelle Informationen zu unseren Terminen und Erreichbarkeiten zum Jahresende finden Sie [hier](#).
[Hier geht es auf unsere Webseite.](#)

P.P.S. Unser Schirmherr, S. H. der 14. Dalai Lama regte gemeinsam mit Desmond Tutu zur Freude an. Eine sehr wohlthuende Inspiration für ein neues Jahr! ([Das Buch der Freude in der Schatztruhe.](#))

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

