



## Kann man dem Vertrauen trauen? | Newsletter Ausgabe September (3)/2022

Liebe Leserinnen und Leser,

Vertrauen, so erläuterte es Oliver Petersen in seiner **Meditation mit Vortrag „Vertrauen und Missbrauch“** am vergangenen Freitag, sei für uns überlebensnotwendig. In der buddhistischen Lehre gilt Vertrauen sogar als Grundlage aller Qualitäten. Zwar dürfe man die buddhistische Lehre durchaus als eher rational und intellektuell verstehen, dies stünde jedoch keineswegs im Widerspruch dazu, dass wir grundsätzlich Vertrauen benötigen.

Was aber, wenn Vertrauen missbraucht wird? Aus aktuellem Anlass (Dokumentation des TV-Senders arte) hat Oliver Petersen sich diesem sehr sensiblen Thema gewidmet und dabei auch auf die derzeitige – wenn auch nicht neue – und breite Diskussion über Missbrauch im tibetisch-buddhistischen Kontext Bezug genommen. Auch die Deutsche Buddhistische Union hat übrigens dazu bereits eine **Stellungnahme** verfasst.



Mit dem Erleben, dass Vertrauen missbraucht wird, egal in welchem Kontext und in welcher Schwere, bekommt diese lebensnotwendige Haltung schnell Risse oder geht schlimmstenfalls ganz verloren. Die buddhistische Definition von Vertrauen lautet „Die Wahrnehmung und Anerkennung von Vortrefflichkeiten in Person und Lehren“. Was hier vielleicht ganz eindeutig klingt, ist in der praktischen Anwendung sehr komplex. Wir sind dankbar für die Erläuterung, Diskussion und Offenheit für das Hinterfragen, das uns der Dharma bieten kann. Hören und sehen Sie einen klärenden **Vortrag von Oliver Petersen**.

(Headerbild: Sasin Tipchai, Bild im Text oben: Gerd Altmann, beide auf Pixabay)

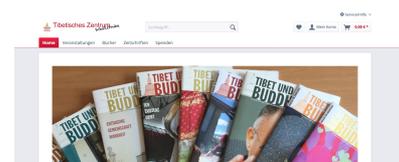
### Termine zum Praktizieren und Kennenlernen

**Unsere offenen Meditations- und Praxis-Termine bieten vielseitige Übungsangebote.**

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. **Hier noch einmal der Hinweis, dass die Montagsmeditation am Standort Hamburg-City nur noch vor Ort stattfindet.** Freitagsabends (um 19:00 Uhr am Standort in der Güntherstraße mit Oliver Petersen) wird sie wie gewohnt auch live gestreamt. [Hier](#) geht es in unseren YouTube-Kanal.

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.

Immer geöffnet: Schatztruhe



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



## Programmhinweise

### Oktober 2022



Am **03. Oktober** (Feiertag) findet am Morgen die Medizinbuddhapraxis per Zoom statt, am Abend aber KEINE Meditation. Stattdessen wird es **von 14:00 bis 18:00 Uhr** der Tradition folgend am Standort HH-Berne eine Initiation mit Geshe Pema Samten geben, diesmal in das höchste Yoga-Tantra (Cittamanitara). Informationen gibt es [hier](#).

**Im Oktober freuen wir uns auf den Start unserer Jahres- und Mehrjahreskurse bzw. neuer Module.** In diesem Jahr sind es [Dzogrim](#), [Ost/West](#) und [Shantidevas Wissen für die heutige Zeit](#). Diese und weitere Termine im Oktober finden Sie immer ganz aktuell in unserem [Terminkalender](#).



#### **Fastenmeditation in Verbindung mit Avalokitesvara**

Vom **25.10. bis 01.11.** findet die diesjährige Fastenmeditation mit Bhikshuni Thubten Choedroen statt, 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](#).



#### **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.

## November und mehr

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



Eine besondere Gelegenheit ist der Termin in Kooperation mit der Hospizwoche und unserer [Sangha-Hilfe](#):

**Vortrag: Fallen heißt Fliegen** - Am **08.10.22 (19 - 21:00 Uhr am Standort HH-City)** spricht Dr. med. Dr. phil. Friederike Boissevain über Meditation in Zeiten der existentiellen Krise: eine gute Medizin? [Hier](#) finden Sie mehr Informationen.

Allgemeine Informationen zur Hospizwoche finden Sie [hier](#).



### Mitgliederversammlung

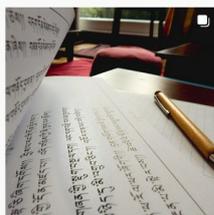
**am 09.10.** Am **09.10. findet von 14:00 bis 18:00 Uhr** die diesjährige Mitgliederversammlung am Standort Hamburg Berne und online statt. Einladungen wurden bereits an alle Mitglieder verschickt. Wer dabei sein mag, muss [Mitglied im Verein](#) sein.

Instagram

Suchen



BEITRÄGE GESPEICHERT MARKIERT



Immer etwas Neues finden Sie bei **Instagram**, ein Besuch bei uns lohnt sich dort bestimmt. Wir freuen uns, wenn Sie vorbeischauen und es auch weitererzählen, damit die Community wachsen kann.

Hier geht's zu [Instagram](#).



### **Das Systematische Studium des Buddhismus geht los!**

Die Auftaktveranstaltung des neuen Lehrgangs findet heute (30.09.) statt. Ein späterer Einstieg ist aber noch bis zum Jahresanfang möglich. Interessierte können sich die **Informationsveranstaltung vom 04.09.** noch nachträglich ansehen. Im Vortrag von Oliver Petersen und Heike Schmick wurden inhaltliche und organisatorische Themen behandelt. **Hier gibt es Informationen zum Studium.**

Schreiben Sie bei Fragen sehr gerne an [studium@tibet.de](mailto:studium@tibet.de).



### **Ein Ort zum Praktizieren**

Die Klausurhütten bei unserem Meditationshaus sind eine ideale Gelegenheit für die persönliche Praxis. Freie Termine: 07.-17.10., 01.-24.10., 03.11.-22.12. sowie 2023: 02.01.23-09.01.23, 03.-17.03. und 20.03.-31.12. Anfragen an [sl@tibet.de](mailto:sl@tibet.de). Nähere Informationen finden Sie **hier**.

## **Vernetztes**

### **Bhikshuni Sönam Chökyi am Standort Hamburg-City**

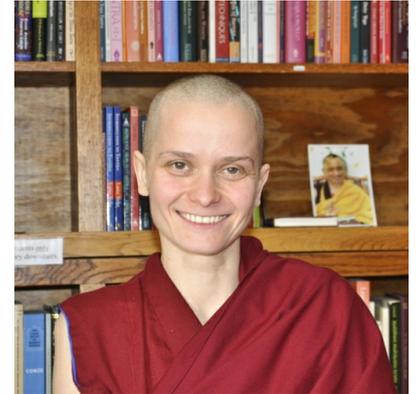
Am kommenden Sonntag, **02.10.** können Sie **Bhikshuni Sönam Chökyi bei Buddha Talk hören und sehen:** Ihr Thema sind die drei Zufluchtsjuwelen Buddha, Dharma und Sangha. Dieser Termin findet hybrid statt! Diesmal wieder an unserem Standort in der City und per Zoom. Alle Infos finden Sie **hier**.





### 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,

Vertrauen ist ein außerordentlich sensibles und zentrales Thema. Vertrauen aufzubauen, bedarf oft langer Zeiträume und vielfacher guter Erfahrungen. Zerstört wird es hingegen manchmal in einem kleinen Moment. Wie hilfreich es wirken kann, erleben wir aber hoffentlich deutlich häufiger. Vielleicht kennen Sie das ja: Eine Person, die Sie sehr gut kennen und schätzen, sagt etwas Unangenehmes. Oder umgekehrt haben Sie etwas gesagt, von dem Sie sich hinterher fragen, ob es missverständlich war und vielleicht Ärger oder Unbehagen beim anderen auslösen könnte. Oft reicht das Vertrauen, dass wir uns grundsätzlich wohlgesonnen sind, um Missverständnissen ihren Schwung zu nehmen. Das Vertrauen kann also hin und wieder Vertrauen gebrauchen... Und dafür gibt es auch durchaus überzeugende Argumente. In seinem Buch „Im Grunde Gut – Eine neue Geschichte der Menschheit“ nimmt der Historiker und Journalist Rutger Bregman eine wohl für viele überraschende und neue Sicht auf den Menschen ein, den er als „im Grunde gut“ beschreibt und damit ein mindestens (!) inspirierendes Plädoyer für das Vertrauen hält. Eine Auffassung, die auch unser Schirmherr, S. H. der 14. Dalai Lama, schon sehr lange vertritt.

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.

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](mailto:tz@tibet.de) | [www.tibet.de](http://www.tibet.de)

Geschäftsführender Vorstand: Andreas Bründer  
Eingetragen ins Vereinsregister am Amtsgericht Hamburg VR 8702  
Ust-Ident: DE118720751 | Steuer-Nr. 1744402332, FA Hamburg