

# PROGRAMMÜBERSICHT 2018-2019

|   | Ort |
|---|-----|
| <b>JANUAR 2018</b>  |     |
| 01.01. Neujahr Amitayus-Segensinitiation<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                                     | HH  |
| 03.-07.01. Besuch von Geshe Kelsang Wangmo<br><i>Geshe Kelsang Wangmo</i>   | SL  |
| 08.01. Vortrag Mitgefühl und Wissenschaft<br><i>Geshe Kelsang Wangmo</i>  | HH  |
| 12.-21.01. Vajrayogini-Klausur<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | SL  |
| ab 24.01. Wege zur Meditation<br><i>Bhikṣuṇī Namgyäl Chökyi</i>   | HH  |
| ab 26.01. „Sonnenstrahlen des Geistesstrainings“ – Teil II<br><i>Bhikṣuṇī Sönam Chökyi</i>  | HH  |
| 26.-30.01.2018 Umgang mit dem Tod<br><i>Oliver Petersen und Lisa Freund</i>   | SL  |
| <b>FEBRUAR 2018</b>   |     |
| 01.02. Vortrag Filmabend über Myanmar-Reise<br><i>Matina Lütjens</i>  | HH  |
| 11.02. Yoga-Intensivtag<br><i>Hilke Beyer</i>   | HH  |
| 18.02. Bildervortrag Pilgerreise durch Bhutan und Sikkim<br><i>Jürgen Manshardt</i>   | HH  |
| 22.-25.02.  Śamatha – Anleitung zur konzentrativen Meditation<br><i>Bhikṣuṇī Thubten Choedroen und Tenzin Drölkar</i>             | SL  |
| <b>MÄRZ 2018</b>  |     |
| 01.03. Infoabend Interreligiöser Dialog in Hamburg<br><i>Oliver Petersen</i>  | HH  |
| 15.03.-12.07. Vinaya – Buddhistische Ethik<br><i>Bhikṣuṇī Sönam Chökyi</i>  | HH  |
| 18.03. Tagesseminar Qi Gong – der Weg zur eigenen Mitte<br><i>Matina Lütjens</i>  | HH  |
| 23.-25.03. Arbeitswochenende<br><i>Artur Schaufler u.a.</i>   | SL  |
| 29.03-02.04. Osterseminar: Meditation auf dem Lande<br><i>Oliver Petersen und Hella Borek</i>                                     | SL  |
| 30.03-01.04. Osterseminar: Das Herzutra. Form ist Leere – Leere ist Form<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>     | HH  |
| <b>APRIL 2018</b>   |     |
| 02.04. Segensinitiation Prajñāpāramitā – die „Große Mutter“<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                  | HH  |
| 12.04. Vortrag Karma – Schicksal oder Chance?!<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                               | M   |
| 14/15.04. Große Yamantaka-Ermächtigung (Alleinstehender Held)<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                | SL  |
| 15.-21.04. Tummo-Praxis-Erklärungen zum Yoga der Inneren Hitze<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>               | SL  |
| 25.04. Vortrag Wie wir die Ursachen für Glück kreieren und Leid vermeiden<br><i>Ven. Thubten Chodron Übersetzung ins Deutsche</i> | HH  |
| 26.-29.04. In der Welt mit Weisheit und Mitgefühl arbeiten<br><i>Ven. Thubten Chodron</i>   | SL  |

SL = Meditationshaus Semkye Ling HH = Zentrum in Hamburg-Rahlstedt  
M = Museum für Völkerkunde RSH = Rudolf Steiner Haus PB = Pflanzen und Blumen

Wissensmodul Praxismodul Studiuvorbereitung

|  | Ort |
|--|-----|
| <b>MAI 2018</b>  |     |
| 01.05. Mitgliedertag TZ-Team   | HH  |
| 04.-06.05. Familien-Wochenende Meditieren — auf viele Arten möglich<br><i>Frank Dick, TZ-Team u.a.</i>   | SL  |
| 10.-13.05.  Die 51 Geistesfaktoren mit den drei ehrwürdigen Bhikṣuṇīs (Teil II)<br><i>Bhikṣuṇīs Thubten Choedroen, Sönam Chökyi und Sönam Chötsö</i> | SL  |
| 10.05. Erklärungen zur Lama Tschöpa (inkl. Lama Tschöpa 19-20.30 Uhr)<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                           | HH  |
| 12./13.05.  Die Vier Edlen Wahrheiten<br><i>Oliver Petersen</i>  | HH  |
| 18.-29.05. Fastenmeditation in Verbindung mit Avalokiteśvara<br><i>Bhikṣuṇī Thubten Choedroen</i>  | SL  |
| 19.05. Vajrasattva-Initiation<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   |     |
| 20.-21.05. Vajrasattva-Praxistage<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | HH  |
| 26./27.05. Vesakh-Fest in den Wallanlagen  | PB  |
| <b>JUNI 2018</b>   |     |
| Ab 04.06.  In Planung Einführung in die buddhistische Meditation<br><i>N.N.</i>  | HH  |
| 08.-10.06.  METTA – Die Kraft der Meditation über liebende Güte<br><i>Oliver Petersen</i>  | SL  |
| 16./17.06. Die vier Arten von Intelligenz für optimale psychische Gesundheit und Balance<br><i>B. Alan Wallace</i>                                   | RSH |
| 18./19.06.  Meditationsseminar Samatha und den Vier Unermesslichkeiten<br><i>B. Alan Wallace</i>   | HH  |
| <b>JULI 2018</b>   |     |
| 01.07.   Die Drei Höheren Schulungen (Ethik)<br><i>Jürgen Manshardt</i>  | HH  |
| 06.07. 83. Geburtstag S.H. des XIV Dalai Lama  |     |
| 08.07.   Die Drei Höheren Schulungen (Konzentration)<br><i>Oliver Petersen</i>   | HH  |
| 15.07.   Die Drei Höheren Schulungen (Weisheit)<br><i>Oliver Petersen</i>  | HH  |
| 22.07. Achtsamkeitstag nach MBSR<br><i>Heike Spingies</i>  | HH  |
| 26.07.-05.08. Dharma-Sommercamp<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung Oliver Petersen und Frank Dick</i>  | SL  |
| <b>AUGUST 2018</b>   |     |
| 24.-29.08. Edles Schweigen<br><i>Bhikṣuṇī Sönam Chökyi</i>   | SL  |
| <b>SEPTEMBER 2018</b>  |     |
| 01.09. Tag der offenen Tür inkl. Vorstellung des Systematischen Studiums des Buddhismus<br><i>TZ-Team</i>  | HH  |
| 13.09.-04.10. Die Drei Hauptaspekte des Pfades<br><i>Gen Lobsang Übersetzung Jens Grotefendt</i>   | HH  |
| 15./16.09. Große Avalokitesvara-Initiation<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>  | HH  |
| 23.09. Mitgliederversammlung des Tibetischen Zentrums<br><i>TZ-Team</i>  | HH  |
| 28.-30.09. In Planung: Jugendwochenende in Semkye Ling<br><i>TZ-Team</i>   | SL  |

|   | Ort |
|---|-----|
| <b>OKTOBER 2018</b>   |     |
| 03.10. Mahākāla-Initiation<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | HH  |
| 05./06.10. Auftaktveranstaltung vom Grundstudium Lehrgang XIII<br><i>TZ-Team</i>  | HH  |
| ab 07.10. Santidevas Wissen für die heutige Zeit<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick und Oliver Petersen</i>                             | HH  |
| ab Oktober Westliche Denkmodelle im Spiegel des Buddhismus<br><i>Oliver Petersen, Jürgen Manshardt</i>  | HH  |
| 11.10.-21.10. Avalokiteśvara-Klausur<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | SL  |
| 15.10.  Seminar Nondualität – über die Natur der Wirklichkeit<br><i>David Loy</i>   | HH  |
| 17.10.  Seminar Buddhismus und die ökologische Herausforderung<br><i>David Loy</i>  | HH  |
| ab 17.10. Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)<br><i>Heike Spingies</i>   | HH  |
| ab 21.10. Modul I Durch welche Brille schauen wir? – Der Denkraum des Westens und des Ostens im Vergleich<br><i>Oliver Petersen, Jürgen Manshardt</i> | HH  |
| 26.-28.10. Arbeitswochenende<br><i>Artur Schaufler u.a.</i>   | SL  |
| 28.10. In Planung: Tagesseminar Umgang mit der Endlichkeit<br><i>Lisa Freund</i>  | HH  |
| <b>NOVEMBER 2018</b>  |     |
| 01.11. Vortrag Die Kunst der Thangka-Malerei<br><i>Katharina Rähmi</i>  | HH  |
| 02.-04.11. Wochenendkurs Thangka-Malerei – Die Darstellungen der Prajñāpāramitā<br><i>Katharina Rähmi</i>   | SL  |
| 05.11. Vortrag Der Bodhisattva in der heutigen Welt<br><i>Alan Senauke</i>  | HH  |
| 08.-11.11.  Die drei Arten des Mitgefühls<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>  | SL  |
| 11.11. Tagesseminar Kraft der Gedanken<br><i>Jürgen Manshardt</i>   | HH  |
| 16.-18.11. Erfahrungsorientierter Buddhismus<br><i>Jürgen Manshardt</i>   | SL  |
| 18.11. Cittamañitārā-Initiation (Höchstes Yoga-Tantra)<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | HH  |
| 23.-25.11. In Planung: Einführung in die buddhistische Meditation<br><i>N.N.</i>  | SL  |
| 30.11.-02.12. Feldenkrais-Wochenende<br><i>Karoline Stell-Justi</i>   | SL  |
| <b>DEZEMBER 2018</b>  |     |
| 05.-09.12. Cittamañitārā-Klausur<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>   | SL  |
| 12.-16.12. Umgang mit dem Tod<br><i>Oliver Petersen / Wilfried Reuter</i>   |     |
| 26.-31.12. Weihnachten: Meditation und Yoga<br><i>Oliver Petersen und Hella Borek</i>   | SL  |
| 27.-31.12. Weihnachtscurs: „Der Stufenweg zur Erleuchtung“ aus der Lama Tschöpa<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                  | HH  |
| <b>JANUAR 2019</b>  |     |
| 01.01.2019 Segensinitiation Buddha Maitreya<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>  | HH  |
| 10.-30.01. Handlungsbefähigende („Lärung“) Yamantaka-Klausur mit Feuerpuja<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                       | SL  |
| <b>FEBRUAR 2019</b>   |     |
| 14.-17.02. Tonglen – Achtsamkeit und Mitgefühl mit jedem Atemzug<br><i>Geshe Pema Samten, Übersetzung: Frank Dick</i>                                 | SL  |