

Meditation in Europa 2006

Zusammengestellt von
Dieter Baltruschat

München Mai 2006

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Meditation in Europa, München Mai 2006

Zusammengestellt von Dieter Baltruschat

Das ©opyright liegt bei den jeweiligen Autoren.

Dieser Text steht der Allgemeinheit zur Verfügung.

Er darf zur kostenlosen Verteilung kopiert oder zum Selbstkostenpreis verkauft werden und steht im Internet unter **retreat-infos.de** zum Download bereit.

Verbesserungsvorschläge oder neue Beschreibungen bitte an:

retreat-infos@gmx.de

Haftungsausschluss: Da sachliche oder inhaltliche Fehler nicht vollständig auszuschließen sind, übernehmen Herausgeber und Autoren keinerlei Haftung und Verantwortung für sachliche oder inhaltliche Fehler.

Vorwort und Danksagung

1 Klöster und Zentren	5
1.1 Vipassana-Meditation in Götzenhain	5
1.2 Buddha - Sâsana - Zentrum	6
1.3 Rinzai-Zen Tempel Tannenhof und Hannya-Kai.....	8
1.4 AMARAVATI RETREATS 2006.....	10
1.5 Dhammapala.....	12
1.6 IMC-Österreich - Internationales Meditationszentrum	15
1.7 Retreats in the Meditation Centre Bodhipala (North Bohemia)	18
1.8 Dhamma Dvara - Vipassana-Kurse in der Tradition von S.N. Goenka	23
1.9 Dhammacari Vipassana Meditationszentrum	27
1.10 Veranstaltungen der Buddhistischen Gesellschaft München.....	29
1.11 Veranstaltungen der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg	31
2 Orte für Einzel- und Gruppenretreats in Deutschland	32
2.1 Yogalandhaus Höfen.....	32
2.2 Kamalashila-Institut.....	32
2.3 Buddhayana-Haus in Stadel (nahe Pfaffenhofen/Ilm).....	33
3 Veranstaltungen 2006	34
3.1 Dzogchen und Tantra Kurse mit John Myrdhin Reynolds, Lama Vajranatha ...	34
3.2 Retreats in der Mahasi Tradition 2006	37
3.3 Ajahn Brigitte von April bis Juni in Europa	38
3.4 Retreats mit Ven. Dhammadipa Ende Mai bis Juni	41
3.5 Vipassana-Retreat mit Thanat Chindaporn im August in Scheyern	42
3.6 Retreat mit Chökyi Nyima Rinpoche im August in Österreich	43
3.7 Rosemary and Steve Weismann im Sept. im Waldhaus	44
3.8 Sr. Ariya Nyani im Oktober im Buddhahaus	44
4. Klöster und Seminarhäuser	45
5. Weitere Kontaktadressen und links	48
6. Verzeichnis einiger asiatischer Tempel in Deutschland	49
7. Literaturhinweise	51
Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM	52
Buddhistisches Waldkloster e.V.	53

Vorwort und Danksagung

„Meditation in Europa“ wurde primär ins Leben gerufen, um auf Klöster, eher unbekannte Seminarhäuser, die möglichst auf Spendenbasis arbeiten, oder auf sehr interessante Einzelveranstaltungen hinzuweisen. Die folgenden Seiten enthalten Infos zu interessanten Orten und Meditationsveranstaltungen in Europa, die hauptsächlich Abschnitte von Ausschreibungen und Internetseiten enthalten. Die Sammlung gibt nur einen kleinen Ausschnitt der tatsächlichen Möglichkeiten wieder. Wer nichts Geeignetes findest, sollte sich die Programme der im hinteren Abschnitt genannten Seminarhäuser näher anschauen, die eine wesentlich größere Auswahl bieten.

So wie die Menschen in Bezug auf Nahrung ganz unterschiedliche Vorlieben und Abneigungen haben, so trifft dies auch auf Meditationsmethoden, Dhamma-darlegungen, Orte und Retreatrandbedingungen zu. Fast alle hier beschriebenen Orte und Meditationskurse wurden von jemandem ausdrücklich empfohlen.

Dies bietet natürlich keine Gewähr dafür, dass auch andere den Ort oder Meditationskurs weiterempfehlen würden. Bei ernsthaften Zweifeln über die Seriosität von Zentren oder Gruppen empfiehlt sich ein Blick auf die homepage: www.buddhistische-sekten.de

Die Reihenfolge beinhaltet keine qualitative Wertung. Die Beschreibungen sind im Wesentlichen nach ihrer zeitlichen Entstehung geordnet.

Herzlichen Dank auch an Pra Claus, Regine, Nelly, Sr. Ariya Nani, Ursula, Anna, Marcus, Ashin Ottamar, Ehrw. Agganyani, Armin, David und Martin für die beigesteuerten Informationen und an Werner Liegl für die homepage.

Mögen alle ein geeignetes Plätzchen finden und Befreiung erlangen.
Dieter

1 Klöster und Zentren

1.1 Vipassana-Meditation in Götzenhain

Das thailändische Kloster Wat Buddha-Piyavararam liegt in der Nähe von Frankfurt, in **63303 Dreieich-Götzenhain**. Es ist ein ehemaliges kleines Bauernhaus, das im Ortskern direkt an der Hauptstraße liegt, und beherbergt zwei Mönche (Bhikkhus) : Pra Od, der nur Thai spricht und in Vertretung von Ajahn Tong als Abt fungiert und Pra Ofer aus Israel, der Englisch spricht.

Neben den zwei Zimmern für die Mönche hat das Kloster noch zwei sehr einfach eingerichtete Räume für Gäste, in jedem Fall viel zu klein für die vielen erwarteten deutschen und thailändischen Besucher. Daher kaufte der das Kloster tragende Verein „Thailändische Buddhisten e.V.“ noch ein großes Zelt, das nun im Garten als Ort für Festlichkeiten und als zweiter Meditationsraum dient (s. Foto).

Die drei hier lebenden Bhikkhus wurden alle vom ehrwürdigen Ajahn Tong ordiniert und geben die sogenannte Vipassana- oder Einsichtsmeditation so weiter, wie sie traditionell in den unter seiner Leitung stehenden thailändischen Klöstern praktiziert wird. Es handelt sich dabei um eine eigenständige Vipassana-Form, die sich an die Tradition von Mahasi Sayadaw anlehnt. Charakteristisch hierfür ist, dass für „Yogis“ ein ca. zwei- bis dreiwöchiger Basiskurs angeboten wird und darauf dann 10-Tages-Kurse folgen. Nach Absprache ist es möglich, im Kloster in Götzenhain solche individuellen Retreats durchzuführen. Langzeitgäste nehmen in der Regel die acht Tugendregeln auf sich, womit für sie das Abendessen entfällt. Das Mittagessen besteht meist aus gespendeten, häufig nicht-vegetarischen thailändischen Gerichten.

Gäste sind aber auch für kürzere Zeiten willkommen. Daneben bietet das Kloster monatlich ein Meditationswochenende (Fr. 19 Uhr bis So. 14 Uhr) an.

Für Leute aus der Umgebung findet jeden Montag (19.15 Uhr) eine öffentliche Abendandacht statt, die etwa 30 Minuten dauert und bei der Pali-Texte rezitiert werden. Danach kann man gemeinsam Tee trinken, bevor es mit Geh- und Sitzmeditation weitergeht (20:15 Uhr). Fragen und Antworten und/oder ein Dhamma-Vortrag beschließen den Abend. Auch mittwochs (19:30 Uhr) trifft sich eine offene Meditationsgruppe, zu der man jederzeit dazustoßen kann.

Kontakt: **Pra Ofer**
Wat Buddha-Piyavararama
Dietzenbacher Str. 6
63303 Dreieich-Götzenhain
Tel.: 06103-833253; Fax: 06103-831958
E-mail **Pra Ofer**: oferadi@hotmail.com

1.2 Buddha - Sâsana - Zentrum

Bhikkhu Paññasâra, Föhler Straße 9 / Hinterhaus 4. Stock, 13353 Berlin

Tel.: 030 - 453 74 14

e-mail: panyasara@gmx.de

Internet: www.panyasara.de

Das Buddha-Sâsana Zentrum liegt in Berlin, nördlich vom Tiergarten im Wedding. Dieser Aufenthaltsort für Mönche (ârama, vihâra) ist auch für Laien zugänglich.

Die Leitung des Zentrums liegt in den Händen von Bhikkhu Paññasâra.

Bhikkhu Paññasâra ist gebürtiger Österreicher und seit 13 Jahren Mönch in der Theravâda-Tradition von Sri Lanka. In seiner 25-jährigen Ausübung der Meditation nach der aus Burma stammenden Ledi Sayadaw-Tradition, verweilte er zuletzt 5 Jahre in einem Waldkloster in Sri Lanka. Kathina-Zeremonie im Buddha-Sâsana Zentrum.

Dhammadîpa Zentrum d.h. "Haus der Wahrheit" oder die "Insel der Wahrheit",
Int. Meditationszentrum in Repzin bei Herzfeld im Bezirk Parchim in Mecklenburg
Vorpommern.

Dort finden seit der Jahrtausendwende regelmäßig Kurse statt. Es sind Vipassanâ
Schweigekurse, um damit in kurzer Zeit die Einsicht oder den Klarblick (Vipassanâ)
zu erarbeiten.

In diesen Seminaren werden wir die Praxis der Ânâpânasati-Meditation, der
Achtsamkeit auf den Atemvorgang, und dann den weiteren Schritt in Vipassanâ-,
die Einsichts-Meditation, kennenlernen und intensiv üben.

Vipassanâ-Meditation hat die höchsten geistigen Werte, d.h. die vollständige
Befreiung und vollkommene Erleuchtung zum Ziel.

Ihr Sinn ist es, nicht einfach nur körperliche Krankheiten zu heilen. Als Nebeneffekt
dieser Schulung und Reinigung unseres Geistes werden jedoch viele
psychosomatische Leiden von der Wurzel her aufgelöst.

Tatsächlich entfernt man durch die Vipassanâ-Meditation die drei Ursachen allen
Unglücklichseins: Verlangen, Abneigung und Unwissenheit

Durch beständige Übung kann die Meditation die im täglichen Leben angesammelten
Spannungen lösen und auch diese energetischen Knoten, die durch unsere alt
eingeschliffene Gewohnheit des unangemessenen Reagierens auf die jeweiligen
angenehmen und unangenehmen Situationen entstanden sind, öffnen.

Der Tagesablauf eines Vipassanâ-Schweigeseminares:

5.00 Uhr	Weckzeit
5.30 - 7.00 Uhr	Meditation
7.00 - 8.00 Uhr	Frühstück
8.00 - 11.00 Uhr	Meditation
11.00 -13.00 Uhr	Mittagspause
13.00 -17.00 Uhr	Meditation
17.00 Uhr	Teepause
18.00 - 19.00 Uhr	Lehrvortrag
19.30 - 21.00 Uhr	Meditation

Kurstermine:

No.106: 12.05.-23.05.2006

No.107: 09.06.-20.06.2006

No.108: 07.07.-18.07.2006

No.109: 18.08.-28.08.2006

No.110: 08.09.-19-09.2006

No.111: 13.10.-24.10.2006

No.112: 10.11.-21.11.2006

No.113: 27.12.-07.01.2007

Regelmäßige Veranstaltungen:

Meditationen in Berlin - Wedding (Berlin-Mitte)

Donnerstag - 19.00 Uhr (Voranmeldung erwünscht)

1.3 Rinzai-Zen Tempel Tannenhof und Hannya-Kai

Veranstaltungen im Tannenhof 2006

Januar

13.-15. Zazenkai mit Daikan Westerbarkey - Einführung in Zen-Meditation
26.-29. Iaido und Zen-Meditation mit Hiroko Fuchii Sensei und Daikan Westerbarkey

März

17.-19. Zazenkai mit Daikan Westerbarkey, Einführung in Zen-Meditation

April

08.-15. Oster-Sesshin mit Daikan Westerbarkey

Juni

22.-25. Iaido und Zen-Meditation mit Hiroko Fuchii Sensei und Daikan Westerbarkey
22.-28. Herbst-Sesshin mit Daichi Bunryo Yamada Roshi

Dezember

01.-08. Winter-Sesshin mit Daikan Westerbarkey

(Stand 26. Oktober 2005; Änderungen und Ergänzungen dieses Programms sind möglich.)

Anmeldung zu allen Zen- und Yoga-Kursen:

bei Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft

Daikan J. Westerbarkey

Tel.: 089-64280829

Internet: www.hannya-kai.de oder www.seminarhaus-tannenhof.de

eMail: Daikan@Seminarhaus-Tannenhof.de

Einführung in Zen-Meditation

Diese Tage dienen der Einführung in den Zen-Buddhismus und Anfänger können sich mit der Zen-Meditation vertraut machen. Es werden Zazen (Meditation im Sitzen), Kinhin (Meditation im Gehen) und Achtsamkeit in allem Tun geübt. Kurze Vorträge erläutern den geistigen Hintergrund dieser alten, aus China und Japan überlieferten Tradition, mit dem Ziel, Zen im Alltag zu erkennen und anzuwenden.

jeden Montag und Freitag

(siehe oben Zazen, telefonische Anmeldung)

13.-15. Jan. 2006 (Tannenhof)

12.-14. Mai 2006 (Tannenhof)

10.-12. Nov. 2006 (Tannenhof)

Hannya-Kai

Bitte beachtet die neue Adresse der Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft:
St. Magnus Str. 6 (EG, bei Grabscheid), 81545 München, Tel.: 089-64964447

Zazen-Kai

Zazen-Wochenendübungen beinhalten, gemeinsam intensiver Zazen zu üben, Darlegung des Buddha-Dharma zu hören und Sutren zu rezitieren. Sie sind sehr gut auch für Anfänger geeignet.

11.-12. Feb. 2006 (München)
18.-19. März 2006 (München)
10.-11. Juni 2006 (München)
15.-16. Juli 2006 (München)
09.- 10. Sept. 2006 (München)
07.-08. Okt. 2006 (München)

Samstag Beginn 15.30 Uhr
Sonntag Beginn 09.00 Uhr
Gäste 15,00 Euro

Sesshin

Das Wort Sesshin bedeutet sich Sammeln (setsu) im Geist oder Herz (shin) - also zum eigenen Herzen (Ursprung) gehen. Das ganze Tagesprogramm dient dieser Sammlung und man zieht sich von allen Verpflichtungen des Alltags zurück und widmet sich im Schweigen in Gemeinschaft mit anderen Teilnehmern ausschliesslich der Zen-Übung (Zazen; Dharma-Vorträge; Taiwa; Rezitation, Samu).

Sesshin unter Leitung von **Daichi Bunryo Yamada Roshi**

in Europa im Jahr 2006:
22. - 28. Aug. Tannenhof
29. Aug. - 04. Sept. Köln
05. - 11. Sept. Rütte
12. - 18. Sept. Wroclaw

Sesshin unter Leitung von **Rev. Hotei Yasusada Seki:**

September/Oktober Madrid, Ulm und Karlsruhe

Zazen

Montag 19.00 Uhr
Freitag 19.00 Uhr
Gäste 5,00 Euro

Jeden Morgen von 05.30 (Beginn) bis 06.30 Uhr

Zeremonie

Jeden Sonntag 09.30 Uhr
Sutra-Rezitation und Teisho (Dharma-Vortrag) im Zendo München
Gäste freiw. Spende

1.4 AMARAVATI RETREATS 2006

Amaravati Buddhist Monastery is devoted to the study and practice of Buddhism. It is a residence of monks and nuns of the Theravada tradition, and a place where visitors are welcome at most times of year, to stay for brief or extended periods. Many people come just for the day. Others spend a few days here, having some time away from their ordinary routines. Some come especially for the opportunity to learn and practice meditation within the conditions of an organized retreat.

At Amaravati, a group of buildings is set aside specifically for these formal meditation retreats, taught by members of the monastic community. Weekend retreats are of an introductory nature, while longer retreats provide an occasion for deeper investigation of the practice of meditation. Broadly speaking, the teaching is from the *vipassana* or 'insight' meditation tradition; on some retreats a particular theme or approach to practice is emphasized.

For general retreat information, or for details about booking on a particular retreat, please write to the address below or visit our website. Advanced booking is necessary for all retreats; many are filled weeks or months beforehand.

There is no charge for attending retreats. However the retreat centre does depend on the generosity of retreatants to meet costs. Previous retreatants have made a donation so that others can attend. Retreatants likewise may make a donation at the end of a retreat if they so wish, so that others can attend future retreats.

It has been calculated that the cost of running the retreat centre averages out at about £15 per person per day. Any donation made is anonymous and voluntary, and retreatants are invited to give whatever they are able to offer.

<p>If you are interested in booking on any of the retreats detailed overleaf, firstly obtain a booking form by either:</p> <p style="padding-left: 40px;">Downloading from the website. E-mailing the Retreat Centre. Writing to the Retreat Centre.</p> <p>Then either post or e-mail the completed booking form.</p> <p>PLEASE NOTE THAT BOOKINGS <u>CANNOT</u> BE MADE OVER THE TELEPHONE OR BY E-MAIL MESSAGES</p>	<p><i>Website:</i> www.amaravati.org <i>E-mail:</i> retreats@amaravati.org</p> <p><i>Postal Address:</i> Retreat Manager Amaravati Buddhist Monastery Great Gaddesden, Hemel Hempstead Hertfordshire HP1 3BZ England <i>A stamped addressed envelope would be appreciated</i> <i>Telephone:</i> 01442 –843239</p>
---	--

RETREATS 2006

April 14-16	Sister Santacitta
April 21-25	Ajahn Thanasanti
May 5-7	Ajahn Vajiro
May 18-28	Luang Por Sumedho
June 3-16	Ajahn Vimalo
June 30-July 9	Ajahn Sundara
July 21-23 Thai Weekend	Ajahn Ratanawanno##
Aug 4-8	Sister Metta
Sep 1-10	Luang Por Sumedho
Sep 21-23	Ajahn Upekkha
Oct 6-15	Ajahn Candasiri
Oct 20-22 Work Weekend	
Nov 3-5	Ajahn Nyanarato
Nov 17-19	Ajahn Natthiko
Dec 8-10	Ajahn Thaniya
Dec 27-Jan 1	Ajahn Nyanarato

Retreats run on a donation basis: no booking fee is required. Due to demand there will be a limit of 3 retreats per person per year.

1.5 Dhammapala

Dhammapala Buddhistisches Kloster, Am Waldrand, CH 3718 Kandersteg
Tel: 033 675 2100 , Fax: 033 675 2241
Internet: www.dhammapala.ch

Dhammapala ist ein Ort spiritueller Übung und eine kleine Klostersgemeinschaft in der Tradition des frühen Buddhismus (*Theravāda*).

Unser Haus ist der meditativen Praxis geweiht und seine Gemeinschaft versteht sich in der Linie der thailändischen Waldtradition Ajahn Chahs und deren westlichen Ablegern.

Als buddhistisches Kloster ist Dhammapala in erster Linie Lebensort für Mönche, Novizen und gelegentlich auch Nonnen.

Die Klostersgemeinschaft führt Meditations- und Studienkurse durch und nimmt zwischen diesen Veranstaltungen nach Übereinkunft Interessierte als zeitweilige Gäste im Kloster auf, wenn diese bereit sind, für die Dauer ihres Aufenthaltes nach den klösterlichen Regeln zu leben und an den Gemeinschaftsaktivitäten teilzunehmen. Unsere Gemeinschaft besteht zurzeit aus einem halben Dutzend Mönchen und einer schwankenden Anzahl von Gästen des Klosters – Männern und Frauen, die für kürzere oder längere Zeit mit den ansässigen Ordensmitgliedern ein Leben der Meditation, des Studiums und der Arbeit teilen.

Dhammapala bedeutet ‚Hüterin der Lehre‘ in der Sprache des Pali.

Der Begriff ‚Dhamma‘ (Skt. *dharma*) ist in seiner Bedeutung vielschichtig und zugleich zentral für die Lehre des Buddha. Im tiefsten und umfassendsten Sinn meint er ‚die naturgemäße Ordnung aller Dinge‘ oder ‚der Ablauf universeller Gesetzmäßigkeiten‘. Da die Lehre des Buddha im Einklang mit dieser naturgemäßen Ordnung ist und als Ausdruck davon verstanden wird, ist die engere Bedeutung des Begriffes „Dhamma“ jene der *Lehre des Buddha*.

Diese Lehre zeigt in vielen Darlegungen einen allen Menschen gehbaren Befreiungsweg auf, der in der Ergründung und Erkenntnis der Gesetzmäßigkeiten unseres Daseins besteht. Tieferes Verstehen unserer Daseinszusammenhänge ermöglicht uns ein Leben in befreiungswirksamer Entsprechung – und damit Glück, Klarheit, tieferes Mitgefühl und innere Freiheit. Zu diesem Zweck bietet die Darlegung des Buddha Inspiration, konkrete Hilfestellung und nachhaltige Schulung des Herzens an.

Neben den Tugenden der Freigebigkeit, des gelebten Mitgefühls und der Weisheit ist der wandlungsmächtigste Aspekt dieser Schulung die Meditation (*bhāvana* – wtl. ‚Geistesentfaltung‘). Darunter verstehen wir eine auf kontinuierlicher Achtsamkeit und Sammlung gründende Vertiefung von Einsicht in die Natur des Geistes und seines Erlebens.

Die Läuterung des Herzens, die Pflege heilsamer Geisteszustände und die Gewinnung von Einsicht (*vipassanā*) und deren Umsetzung im täglichen Leben steht im Mittelpunkt des klösterlichen Lebens und bilden den Inhalt vieler unserer

Veranstaltungen. Die Früchte der Einsichtsmeditation sind nicht ein spezifisches Wissen, sondern vielmehr eine mobile, tiefe und praktische Weisheit.

Eingebettet in eine Wertschätzung gelebter Sittlichkeit und sozialer Verantwortung ist Meditation das wirkungsvollste Instrument auf dem Pfad zur Befreiung des Herzens.

Veranstaltungen

Längere Meditationskurse 2006

25. Mai - 4. Juni Pfingstkurs mit Ajahn Khemasiri

- für Teilnehmer mit Kurserfahrung -
Kontakt: Kloster Dhammapala

23. - 27. August 5-Tage Kurs im Buddha

Haus / Allgäu mit Ajahn Khemasiri
Kontakt: Buddha Haus Tel. (+49) (0)8376 - 502

8. - 16. September Satipatthana Studien-/Meditationsworkshop

für erfahrene Praktizierende mit Bhante Sukhacitto.
Kontakt: Kloster Dhammapala

Vom 16. - 23. September besteht die Möglichkeit für Teilnehmer des vorangegangenen Kurses mit individueller Meditation fortzufahren.
(ohne Anleitung)
Kontakt: Kloster Dhammapala

26. Dezember - 2. Januar 2007

Neujahrskurs mit Ajahn Khemasiri
- für Teilnehmer mit Kurserfahrung -
Kontakt: Kloster Dhammapala

Wochenendkurse im Dhammapala 2006

21. - 23. April Meditationswochenende (thailändisch)

28. - 30. April (deutsch) Thematisches Wochenende mit der Berner-Gruppe

12. - 14. Mai (deutsch) Meditationswochenende

21. - 23. Juli (deutsch) Studienwochenende Kamma & Wiedergeburt

18. - 20. August (deutsch) Meditationswochenende

27. - 29. Oktober (englisch) Meditationswochenende

24. - 26. November (deutsch) Thematisches Wochenende mit der Basler-Gruppe

Weitere Klöster in der Ajahn Chah Tradition:

Britain:

Aruna Ratanagiri Monastery
Harnham, Belsay, Northumberland, NE20 OHF
Tel: 01661 881 612, Fax: 01661 881 019
email: communiti@ratanagiri.org.uk Web site: www.ratanagiri.org.uk

Cittaviveka Chithurst Buddhist Monastery Chithurst
Petersfield Hampshire, GU31 5EU
Tel: (01730) 814 986 Fax: (01730) 817 334

Devon Vihara, Hartridge Buddhist Monastery
Upottery, Honiton, Devon EX14 9QE
Tel: (01404) 89-1251, Fax: (01404) 89-0023

Italy:

Santacittarama Monastero Buddhista
loc. Brulla, 22
02030 Frasso Sabino (RI) Italy
Tel: (+39) 0765 872 186 (7:30-10:30, every days except *Monday*)
Fax: (+39) 06 233 238 629
www.santacittarama.org
sangha@santacittarama.org

1.6 IMC-Österreich - Internationales Meditationszentrum

A-9064 St. Michael/Gurk 6, Österreich

Tel: +43 4224 2820, Fax: +43 4224 282014

Email: mail@imc-austria.com

Internet: www.imc-austria.com

Entstehung und Zielsetzung:

Das Internationale Meditationszentrum in Österreich wurde 1990 von der Sayagyi U Ba Khin Meditationgesellschaft Österreich, einer seit 1984 bestehenden gemeinnützigen Organisation, gegründet, um einen Ort zu schaffen, an dem Theravada-Buddhistische Meditation gelehrt und praktiziert werden kann. Das Zentrum hat die gleiche Zielsetzung wie das [Internationale Meditationszentrum in Yangon, Myanmar \(Rangun, Burma\)](#), welches von [Sayagyi U Ba Khin](#) gegründet wurde. Sayagyi U Ba Khin war nicht nur ein hochangesehener Meditationslehrer, sondern auch der erste Hauptrechnungsführer Burmas nach der Unabhängigkeit im Jahre 1948. Das Zentrum in Österreich steht unter der Leitung von [Mutter Sayamagyi und Sayagyi U Chit Tin](#), zwei der engsten Schüler Sayagyis. Sie praktizieren und unterrichten Meditation seit mehr als 40 Jahren. Nach Sayagyis Tod im Jahre 1971 haben sie die Tradition weitergeführt. Im Zentrum finden Zehntageskurse statt (Unterkunft und Verpflegung im Haus), die entweder von Mutter Sayamagyi und Sayagyi U Chit Tin oder von einem Regionallehrer geleitet werden. Studenten und Regionallehrer stammen aus allen Gesellschaftsschichten, Berufen, Religionen, Rassen, Ländern und Kulturen. Jedermann, der mit einer offenen Geisteshaltung, an einem Kurs teilnimmt, kann das nötige Vertrauen in die Technik und sich selbst gewinnen. Die Resultate werden im Verhältnis zur aufgewendeten Anstrengung stehen.

Zeitplan:

4:00 Aufstehen

4:15 Tee

4:30–5:30 Meditation

5:30–6:30 Dhammavortrag

6:30–8:00 Frühstück und Ruhepause

8:00–9:00 Gruppenmeditation

9:00–11:00 Checking und Meditation

11:00–13:00 Mittagessen und Ruhepause

13:00–14:00 Meditation

14:00–15:00 Gruppenmeditation

15:00–17:00 Meditation

17:00–18:00 Tee

18:00–18:45 Dhammavortrag

19:30–20:30 Gruppenmeditation

21:00 Nachtruhe

Häufig gestellte Fragen:

Was kosten die Kurse?

Die Unterweisung ist kostenlos. Für einen Zehntageskurs wird von den Studenten ein Beitrag für Unterkunft und Verpflegung von ÖS 4.000,- erwartet.

Wie ist das Essen?

Die Verpflegung besteht aus vegetarischer Kost. Muss jemand aus gesundheitlichen Gründen eine Diät befolgen, so wird darauf nach Möglichkeit Rücksicht genommen.

Kann ich meditieren?

Dem ernsthaft interessierten Studenten bietet die Meditation (Edles Schweigen eingeschlossen) keine Schwierigkeiten. Die Resultate geduldigen Übens können recht erstaunlich sein. Der tägliche Stundenplan folgt dem Mittleren Pfad und ist weder zu streng noch zu locker. Sayagyi U Ba Khin lehrte seine Studenten fleißig und entspannt zu arbeiten.

Muss ich Buddhist werden?

Nein. Menschen verschiedener Glaubensrichtungen haben die Meditationskurse als hilfreich und förderlich für ihr tägliches Leben empfunden.

IMC-Österreich: Wie erreicht man das Zentrum?

Das Meditationszentrum liegt im Süden Österreichs, in Kärnten, in der Nähe des kleinen Ortes St. Michael/Gurk. St. Michael/Gurk liegt ungefähr 17 km östlich von Klagenfurt, ca. 3 km von der Packer Bundesstraße entfernt. Nehmen Sie, aus Richtung Klagenfurt kommend, die Abzweigung nach Wabelsdorf, welche sich gegenüber der Abzweigung zum Klopeinersee befindet. Aus der Richtung Graz kommend, nehmen Sie die Abzweigung nach St. Michael (siehe Plan). Das Meditationszentrum befindet sich am Fuße eines kleinen Hügels, ca. einen halben Kilometer von St. Michael entfernt. Wenn Sie mit dem Flugzeug oder mit dem Zug ankommen, können Sie ein Taxi nehmen. Nehmen Sie diesen Zettel auf jeden Fall mit, damit Sie den Plan dem Taxifahrer zeigen können.

Es gibt auch eine Busverbindung von Klagenfurt nach St. Michael, und zwar Bus 5396 ab Klagenfurt/Busbahnhof/Hbf nach St. Michael/Gurk/Salchendorf ab 13.25 an 14.07, ab 17.05 an 18.02

Meditationskurse 2005/2006

Wochenendkurse

2.– 4. Dezember Hubert Knaus

26. – 28. Mai Hubert Knaus

10-Tages-Kurse

30. Dezember 2005- 9. Jänner 2006 Franz Zelsacher

10. – 20. Feber 2006 Franz Neuner

7. – 17. April 2006 Erich Kucher

21. – 31. Juli 2006 Franz Zelsacher

25. August – 4. September Lehrer noch offen

Zentren und Gruppen in der Tradition von Sayagyi U Ba Khin (Auszug):

ÖSTERREICH (www.imc-austria.com): Internationales Meditationszentrum, A-9064 St. Michael/Gurk 6, Österreich; Tel: +43 4224 2820, Fax: +43 4224 282014 Email: mail@imc-austria.com

ENGLAND (www.ubakhin.com): International Meditation Centre, Splatts House, Heddington, Calne, Wiltshire SN11 OPE, England; Tel: +44 1380 850 238, Fax: +44 1380 850 833, Email: mail@imc-uk.org

DEUTSCHLAND (www.subk-vipassana.de): Sayagyi U Ba Khin Gesellschaft, In der Wann 39, 35037 Marburg, Deutschland; Tel: +49 6421 34 660

NIEDERLANDE (<http://www.xs4all.nl/~subks>): Sayagyi U Ba Khin Stichting, Oudegracht 124, 3511 AW Utrecht, Niederlande; Tel: +31 30 236 7762 oder +31 24 377 1935 oder +31 50 409 5068 Fax: +31 30 230 0447 oder +31 50 409 5068 Email: subks@xs4all.nl

SINGAPUR: Sayagyi U Ba Khin Memorial Association, Singapur, Blk 125 Serangoon North Avenue 1, #8-137 Singapur 550125; Tel: +65 281 3381, Fax: +65 224 5484, Email: gbelst@sgh.gov.sg

SCHWEIZ (www.ubakhin.ch): Sayagyi U Ba Khin Gesellschaft, Chutzenstraße 67. 3007 Bern, Schweiz; Tel./Fax +41 31 372 9844, Email: 100256.3576@compuserve.com

BELGIEN: Adresse wie für die Niederlande; Tel./Fax: +32 2 414 1756 oder Tel: +32 2 351 4559

DÄNEMARK: Kontaktadresse: Peter Drost-Nissen, Strandboulevarden 117, 3th, 2100 Kopenhagen, Dänemark; Tel: +45 35 425 636

ITALIEN: Kontaktadresse: Renzo Fedele, Via Euganea 94, 35033 Bressio PD, Italien; Tel: +39 49 9900 752

1.7 Retreats in the Meditation Centre Bodhipala (North Bohemia)

Dhamma Centrum Bodhipala, V zídkách 105, 252 46 Vrané nad Vltavou

e-mail: bodhipala@volny.cz

www.bodhipala.cz

Tel. +420 257 761 566

The framework of our meditation courses

The meditation courses mentioned in our program have some common essential points. These are relatively intensive retreats of systematic meditation as recommended by the Buddha himself.

The meditation of concentration and mental purity called samatha cultivates peace, unity and harmony of the mind. The metta meditation belongs to this category; it develops the attitude of universal loving kindness towards all beings in our heart.

The insight meditation called vipassana or satipatthana-vipassana is the path of truth, path of seeing and understanding, it develops insight into our life, into the mind, into what we usually call "me". Vipassana opens a new horizon of life which is not blinded and deformed by egoistic self-centeredness; in the ideal case insight meditation leads to eradication of greed, hatred and delusion.

Our courses, if not mentioned otherwise, take place in the open atmosphere of "noble silence" - the communication is limited to interviews with the teacher.

The schedule of meditation covers the whole day, starting in the morning 6:00 or 5:00 a.m. till the last meditation, usually from 21:30 to 22:00. At 7:00 a.m. is breakfast and some free time after the breakfast; lunch at noon and enough rest after the lunch and also an afternoon tea and individual promenade - but otherwise everyone is expected - within his abilities - to keep up with the daily program where sitting meditation is followed by walking meditation.

There is no evening meal - just drinks with some fruit.

Instructions for meditation are usually given in the morning; during the day some individual or group interviews may take place to "tune" the instruction for the meditators individually. At 7:30 p.m. there is a Dhamma talk. The day usually closes with 30 minutes of metta meditation. All the distracting activities such as reading, writing letters and postcards, mobile telephone, smoking cigarettes, listening to radio, going to the restaurant are not possible during the courses. On the other hand, mindful walks in the nature, stretching, Hatha Yoga, Kum Nye or Tai Ji are possible.

However, a relatively high degree of discipline on the retreats should in no way lead to some kind of inner stiffness - exactly the opposite is the aim: in the self-discipline to find a higher level of one's freedom.

The courses organized by The Dhamma Centre Bodhipala are guided by qualified teachers with many years of individual practice and with good knowledge of the Buddha's teachings.

For all meditation courses an advanced registration is necessary.

Programme for 2006

Mentioned (in chronologic order) are only those events, where English or German language will be used. For all courses it is necessary to register in advance. If not mentioned otherwise, the application should be send by e-mail to bodhipala@volny.cz , tel. +420 257 210 585 .

12th - 14th May 06 "Die neue Optik"

Weekend of vipassana insight meditation, well set into the atmosphere of metta - of loving kindness and friendliness in Swiss Buddhist monastery Dhammapala. Bhante Ashin Ottama will teach this retreat in German language. Info and applications tel. +41-33-675 21 00, e-mail: info@dhammapala.ch
<http://www.dhammapala.ch>

26th - 28th May 06 "Joined Hands"

Weekend of intensive metta-vipassana meditation in Budapest, Hungary, in Centre "Buddhist Order Arya Maitreya Mandala". Ashin Ottama will teach this retreat in English. Info: amm@dakiniland.net, viktor@dakiniland.net or bodhipala@volny.cz

23th June 06 - 19:00, Buddhist Centre "Lotus", Prague, Dlouh 2, 4th floor
Introductory evening with Zen Master Fumon Nakagawa Roshi
Roshi is officially representing the Japanese Soto-school abroad. He lives more that 20 years in Germany. In 1996 he took over the leadership of the Zen Centre Eisenbuch. Nakagawa Roshi accepted the Bhante Ashin Ottama's invitation and will lead a seminary in the Czech Republic. It is a precious opportunity to meet with an authentic Zen Master and his Teachings. Language of the evening: German with Czech translation

24th-25th June 06 each day from 9:00 till 17:00 with midday break

Weekend Seminary with Zen Master Fumon Nakagawa Roshi

This seminary will contain lectures, instructions, practice of meditation; there will be also space for discussions. The seminary will take place in Prague - the exact location will be announced later. Language of the seminary: German with Czech translation.

Applications: Nada Frelichova, tel./answ. (19:00-21:00) +420 257 761 566, e-mail: bodhipala@volny.cz,

contribution: minimum 25 Euro + free donation for the Teacher. Possibility to stay overnight in the Lotus Centre.

In the evening hours on Saturday and Sunday it will be possible to arrange a personal interview with Roshi.

July 1st - August 5th 2006

Retreats in the Meditation Centre Bodhipala (Northern Bohemia)

The main courses of the season

If not mentioned otherwise, all retreats start at Saturdays 16:00

Infos and applications: Jitka Haskova, tel. (8:00-21:00) +420 257 210 585,
e-mail: bodhipala@volny.cz

1st-8th July 2006 "Pure Action from a Pure Mind"

The purification exercise of Vajrasattva

One week with Hungarian-German Vajrayana teacher Acarya Lilavajra and with
Bhante Ashin Ottama.

Similarly as in the Summer 2005, this retreat will combine the Tantric lectures and
exercises with Mett vipassan meditation presented by Bhante Ashin Ottama. Retreat
will be in English language with Hungarian and Czech translation.

Acarya Lilavajra is a teacher in the direction "Arya Maitreya Mandala" - spiritual
direction which developed around Lama Anagarika Govinda (friend and compatriot of
Ven. Nyanaponika Thera). This spiritual direction builds predominantly on principles
of Tibetan Vajrayana, however Thearavada is represented as well.

As to the content of the retreat Acarya Lilavajra writes: "As a result of our Dharma
studies and meditation practices, our worldly views and attitudes slowly start to
change, and soon, some insights and a commitment towards the path of spiritual
realization arise within us. At this point, however, we often notice that our habits
untenably draw us back into the everyday mentality, we lose our perseverance, and
our practice stagnates. Sometimes external circumstances hinder us, or even
illnesses may arise. To attain a break-through in our spiritual practice, we must purify
ourselves from the karmic tendencies generating these obstacles and from the
delusions occupying our mind. The meditation on Buddha Vajrasattva is a very
effective exercise of the Diamond Way, which, through the inner purification, opens
up the doors of a deeper spiritual transformation. The retreat conforms to the needs
of practitioners who have already entered a Buddhist spiritual path or have
the serious intention to enter it. It is a precondition for the participation to have taken
refuge in the Three Jewels for the whole life, or the readiness to take it at the first
evening of the retreat."

Approximate daily schedule of the retreat (somehow different from the schedule of
insight meditation courses)

- 4:45 Waking up
- 5:00 Silent sitting
- 5:30 Purification of Body, Speech and Mind
- 6:30 Short practice of Guruyoga
- 6:45 Taking refuge and 108 prostrations
- 7:30 Breakfast
- 8:15 Karma yoga*
- 9:00 Generating Bodhicitta*
- 9:30 Dharma talk at morning &
Instructions for the purification exercise
- 11:30 Vajrasattva meditation
- 12:30 Lunch

13:30 Siesta, silent individual rest interval
 15:00 Sitting meditation*
 15:40 Walking meditation*
 16:30 Vajrasattva meditation - instructions and practice
 18:15 Small imbiß, tee, just being
 19:00 Walking meditation*
 19:40 Sutra recitation
 20:10 Four reflections for changing worldly views
 21:00 Metta bhavana*
 22:00 Falling asleep with mind on meditation object*

Acarya Lilavajra

born 1953 in Hungary - from early age interested in Indian spiritual traditions - 1977
 Dipl. Psychologist - 1979
 Ph.D. - 10 years as clinical psychologist and therapist - 1984 meeting his teacher of
 tantric yoga - 1987
 professor at Alexander Csoma Institute - 1993 co-founder of Mahakala Centre in
 Germany, 1997 -- president
 of the Hungarian Buddhist Mission

A. Lilavajra wrote:

"Die Welt des Buddhismus fasziniert den Westen immer mehr durch seine tiefe
 Philosophie und Geistigkeit, die
 Ruhe und Gelassenheit, Liebe und Mitgef•hl ausstrahlt. Im Retreat sollen wir die
 Bedeutsamkeit dieser Lehren
 f•r eine Sinnfindung und Bew•ltigung unseres Alltags zu entdecken. Sehr hilfreich
 kann uns dabei eine
 Őbungsreihe der indo-tibetischen buddhistischen Tradition sein, die den
 Meditierenden Schritt f•r Schritt auf die
 Integration des Dharma ins t•gliche Leben vorbereitet und als "Vorbereitende
 Őbungen", "W•rzelyoga" oder
 "Ng•ndro" bekannt ist. Diese Őbungen, die eigentlich den gesamten Dharma
 vermitteln, werden im Retreat in
 einer auf westliche Menschen zugeschnittenen Weise vermittelt. Dann ist es auch
 heute m•glich, ihre
 verwandelnde Kraft zu erfahren. Auch hat es sich gezeigt, da• dieser Yoga in seiner
 Vielfalt und Tiefe
 Einsichten vermittelt und F•higkeiten entwickelt, die sp•ter sowohl f•r die tantrische
 Meditation als auch f•r die
 Praxis von Mahamudra und Dzogchen unentbehrlich sind."

8th- 15th July 06

15th - 22nd July 06

"Let the flood dry up which separates this shore from the other shore"

Course of Mett -Vipassan intensive meditation For the period 8-15 July Ashin
 Ottama has invited one of the chief monks of Burma, Sitagu Sayadaw U Nyanissara.
 Not all travel arrangements are finished, but there is high probability, that he will
 come to lead the first week of the course. At this time Bhante Ashin Ottama will assist
 with teaching the meditation. The second week of the retreat 15-22 July will be

taught by Ashin Ottama. In the case Sayadaw would not be able to arrive, both weeks will be led by Ashin Ottama.

The title of the retreat is inspired by a very good public lecture the Sayadaw gave some years ago in Munich. By the "flood" he meant all the undesirable mental states and contents in the mind; by the "other shore" already in the time of Buddha was meant Nibbana. Sayadaw U Nyanissara, the founder and head monk of the Sitagu Buddhist Academy in Sagaing, is renowned mainly for his Dhammaduta activity: service in promoting the Buddha's teachings in Myanmar as well as in the world. His English is exceptionally good. His life and spiritual energy is admirable: beside the Academy in Sagaing, he also initiated an eye-operation clinic (just across from the Academy) specialised (and highly modern equipped) for removals of cataract, where Western specialists are volunteering to help aged Burmese people. In the 2004 Sayadaw was the key-speaker at the World Buddhist Summit in Yangon.

22nd July - 5th August 06 "The Light of Wisdom"

Two weeks insight meditation with the teaching assistant of Sayadaw U Janaka, Canadian monk Bhante U Vansarakkhita. The insight meditation will be taught within a framework of Metta - universal openness, friendliness and care. It will be possible to take part in the whole retreat or in the first week only.

Bhante U Vansa has had an interesting and dynamic life's path. He was a financial counsellor as well as a film actor. He travelled to Burma, and there under the guidance of Sayadaw U Janaka, practiced intensively (and successfully) vipassana meditation. He then became a Buddhist monk who now travels throughout the whole world guiding the "slow" retreats of metta-vipassana meditation- sometimes as an assistant to Sayadaw U Janaka, sometimes as a solo meditation teacher. He has an excellent sense of directness and humour.

16th- 22nd October 06 "Die Leichtigkeit des Seins"

Meditation course Metta-Vipassana at Meditation Centre "Waldhaus am Laachersee" (near Koblenz), Germany. Bhante Ashin Ottama will lead this retreat in German language. Contact e-mail: info@buddhismus-im-westen.de, tel. (Mo-Fr 9:00-12:00) +49 (0)2636-3344, Buddhismus im Westen e.V., Heimschule 1, Postfach 64, D-56645 Nickenich www.buddhismus-im-westen.de . Contribution about 170,- Euro

26th December 06 - 1st January 07

We are preparing again New Year Retreat meditation of Peace, Friendliness and Insight.

New Year Retreat has its specific atmosphere, where even the fine celebration of the coming New Year has its place. However, in the whole, it is a normal intensive retreat of metta-vipassana meditation.

Details about the retreat will follow later.

(Except the Acarya Lilavajra Vajrayana course, the different titles of the retreats have rather a symbolic meaning.)

1.8 Dhamma Dvara - Vipassana-Kurse in der Tradition von S.N. Goenka

von Martin, Stand 12.2005

Einführung in die Technik:

Vipassana ist eine der ältesten Meditationstechniken Indiens. Sie wurde vor mehr als 2500 Jahren von Gotama, dem Buddha, wiederentdeckt, nachdem sie lange für die Menschheit verloren war. Das Wort Vipassana bedeutet, die Dinge so zu sehen, wie sie wirklich sind. Es ist der Prozeß der Selbstreinigung durch Selbstbeobachtung.

Man beginnt mit der Beobachtung des natürlichen Atems, um den Geist zu konzentrieren. Mit der so geschärften Aufmerksamkeit geht man dann über zur Beobachtung der sich ständig verändernden Natur unseres Körpers und Geistes und erlebt die universellen Wahrheiten der Unbeständigkeit, des Leidens und der Ichlosigkeit. Diese Wahrheitserkenntnis durch direktes Erfahren ist der Prozeß der Läuterung. Der gesamte Weg (Dhamma) ist ein universelles Heilmittel für universelle Probleme und hat nichts mit irgendwelchen organisierten Religionen oder Sekten zu tun. Er kann daher von allen Menschen, jederzeit und überall, ohne Gefahr von Konflikten aufgrund von Rassen-, Gruppen- oder Religionszugehörigkeit praktiziert werden, und er wird sich für alle gleichermaßen hilfreich erweisen.

Weitere Informationen, die Teilnahmebedingungen und das Anmeldeformular sind auf der homepage oder bei der folgenden Kontaktadresse erhältlich.:

Vipassana-Meditationszentrum, Alte Str. 6, 08606 Triebel

Tel.: 037434-79770, Fax : 037434 - 79771

E-Mail: info@dvara.dhamma.org, Internet: www.dvara.dhamma.org

Die Kurse sind auf Spendenbasis.

Die Kurse bestehen aus rund 90 Personen (80 Teilnehmer, Lehrer, Betreuer und Servicemitarbeiter). Die Unterbringung erfolgt, nach Geschlechtern getrennt, in einfachen Mehrbettzimmern (zumeist 4-5 Betten). Die Gebäude sind in außerordentlich gutem Zustand und wirken fast wie neu. Toiletten, Bad und Duschen sind sehr gepflegt und sauber. Da zwischen Schlafhäusern, Meditationshalle und Haupthaus mit Speisesälen ein Stück durch den Außenbereich gegangen wird, ist es sinnvoll 2 paar Hausschuhe und ggf. einen kleinen Regenschirm mitzubringen. Für den Notfall gibt es auch eine Kiste mit Gemeinschaftspantoffeln. Der Speiseplan ist sehr abwechslungsreich und besteht aus vegetarischer Naturkost. Das Zentrum liegt abgeschieden auf einer Anhöhe von der man weit in Wälder und Felder schauen kann. Der Außenbereich des Grundstücks umfasst einen großen Garten, der sogar ein kleines "Wäldchen" beinhaltet.

Die Teilnehmer verpflichten sich, für die gesamte Dauer des Kurses zu bleiben und die 5 Sila zu beachten. Insbesondere das edle Schweigen wird sehr ernst genommen und eingehalten. Bei der sehr heterogenen Teilnehmergruppe mit einer Vielzahl von Meditationsanfängern erweist sich diese Strenge als sehr hilfreich, um Unruhe und Ablenkung zu vermeiden.

Der Tagesablauf wird über einen Gong geregelt, so dass eine eigene Uhr theoretisch überflüssig ist. Beim Management kann man gegen Pfand auch einen Wecker ausleihen. Der Kurs wird nahezu ausschließlich von CD gehalten. Dabei werden die Anweisungen zunächst von S.N. Goenka auf Englisch gegeben und dann in deutscher Übersetzung wiederholt. Die Assistenzlehrer unterstützen lediglich, indem sie sich gelegentlich nach den Fortschritten der einzelnen Teilnehmer erkundigen und mittags und abends für Fragen zur Verfügung stehen.

Der Kurs baut sich schrittweise auf. Begonnen wird mit dreieinhalb Tagen Anapanasati, dann folgen 6 Tage Vipassana und zum Abschluss eine kurze Einführung in die Metta-Meditation. Fixpunkte des Tagesablaufs sind die 3 verbindlichen Gruppensitzungen 8-9 Uhr, 14:30-15:30 Uhr und 18-21 Uhr. Hier finden je einstündige Gruppenmeditationen statt, die ab dem 4. Tag als Adhitthanasitzungen (ohne Änderung der Sitzposition) durchgeführt werden. Bei der Abendsitzung folgt auf die Meditation ein rund 90 minütiger Dhammatalk von CD. Dieser wird in 2 verschiedenen Räumen auf Englisch von S.N. Goenka bzw. in einer deutschen Übersetzung gehalten. Deutschen Muttersprachlern die zum ersten Mal da sind, wird nahegelegt, an den deutschsprachigen Dhammatalks teilzunehmen. Auch wenn immer wieder betont wird, dass das Praktizieren von Vipassana-Meditation keine Beschäftigung mit den Lehren Buddhas voraussetzt, wird hier eine Vielzahl von buddhistischen Grundprinzipien vermittelt, was das Verständnis erleichtern und eine Bereicherung für die Meditation sein kann. Mit vielen Beispielen und praktischen Erklärungen sind die Vorträge zudem durchaus unterhaltsam. Die übrigen Meditationszeiten kann in der Meditationshalle oder auf den Zimmern meditiert werden. Gehmeditation oder andere Meditationstechniken als die gelehrt werden sollen für die Dauer des Kurses unterlassen werden. Ein wenig Sitzfleisch ist daher hilfreich.

Die Organisation funktioniert sehr professionell und wird von erfahreneren Schülern geleistet, die ihr Dana in Form von "Dhamma-Service" geben und in ihrer Freizeit am Kurs teilnehmen. Der Dhamma-Service ist ein tragendes Element des Zentrums und so werden die Teilnehmer auch ermutigt, bei zukünftigen Kursen mitzuhelfen. Die Finanzierung des Zentrums erfolgt ausschließlich auf Spendenbasis. Eine Kursgebühr oder Unkostenbeitrag zu Unterbringung und Verpflegung gibt es nicht. Schüler können am letzten Tag des Kurses oder auch später eine Spende leisten.

Bücher, Handys, Schreibzeug und ähnliche Ablenkungen sind verboten und können bei Ankunft zur Verwahrung gegeben werden. Eine Thermoskanne für Tee mitzubringen ist nützlich. Meditationskissen und -decken sind in ausreichendem Maße vorhanden. Wegen der starken Betonung der Sitzmeditation kann es sich aber lohnen, eigene Kissen, die man gewohnt ist, mitzubringen. Waschmöglichkeiten für Wäsche erschöpfen sich in einem großen Waschbecken. Es empfiehlt sich daher, ausreichend Wäsche mitzubringen und Oberbekleidung gelegentlich am Wäscheständer im Garten auszulüften. Je nach Jahreszeit kann ein mitgebrachter Schlafsack bzw. eine Extradecke die dünnen Oberbetten sinnvoll ergänzen.

TAGESABLAUF

Der folgende Zeitplan für den Kurs soll den Kursteilnehmern ermöglichen, die Kontinuität der Praxis während der 10 Tage aufrechtzuerhalten. Um bestmögliche Resultate zu erzielen, wird den Schülern empfohlen, diesen Zeitplan so genau wie möglich einzuhalten.

4:00 a.m.-----Gong - Aufstehen

4:30-6:30 a.m.-----Meditation in der Halle oder im eigenen Zimmer

6:30-8:00 a.m.-----Frühstückspause

8:00-9:00 a.m.-----GRUPPENMEDITATION IN DER HALLE

9:00-11:00 a.m.-----Meditation in der Halle oder im eigenen Zimmer

11:00-12:00 -----Mittagessen

12:00-1:00 p.m.-----Ruhepause und Gelegenheit zum Interview mit dem Lehrer

1:00-2:30 p.m.-----Meditation in der Halle oder im eigenen Zimmer

2:30-3:30 p.m.-----GRUPPENMEDITATION IN DER HALLE

3:30-5:00 p.m.-----Meditation in der Halle oder im eigenen Zimmer

5:00-6:00 p.m.-----Teepause

6:00-7:00 p.m.-----GRUPPENMEDITATION IN DER HALLE

7:00-8:15 p.m.-----Vortrag des Lehrers in der Halle

8:15-9:00 p.m.-----GRUPPENMEDITATION IN DER HALLE

9:00-9:30 p.m.-----Zeit für Fragen in der Halle

9:30 p.m.-----Nachtruhe - Licht aus

Alle Kurse beginnen am Abend des ersten Tages und enden am Morgen des letzten Tages.

Die Kurse sind auf Spendenbasis.

2006

2007

1.9 Dhammacari Vipassana Meditationszentrum

1-13. April 2006 Vipassana Kurs nach der Methode von Ajahn Tong

Kursleitung: Thanat Chindaporn

*_Kursinformationen:

Das Dhammacari Vipassana-Meditationszentrum (Allgramsdorf 8, D-84056 Rottenburg a.d. Laaber, Tel: (08785) 969 877) liegt in dem bei Anwohnern bekannten, aber nirgends ausgeschilderten Sonntal. Seine ruhige Alleinlage schafft eine ideale Bedingung für die Meditation.

Anreise mit der Bahn: Zielbahnhof ‚Neufahrn‘ (Niederbayern). An dieser Bahnstation kann nach vorheriger Vereinbarung die Abholung mit dem Auto organisiert werden.

Anreise mit dem Auto: *_Vom Norden*: A 93 München-Regensburg, Ausfahrt Elsendorf/Rottenburg. In Rottenburg Richtung Neufahrn fahren, in Inkofen rechts abbiegen Richtung Türkenfeld/Hohenthann. Nach ca. 200 m zum Allgramsdorf. In Allgramsdorf führt die einzige geteerte Straße Richtung Westen zum Meditationszentrum. *_Von Süden/München*: *A 92 München-Deggendorf, Ausfahrt Ergolding/Rottenburg nehmen, In Hohenthann Abzweig nach Andermannsdorf nehmen. Gleich vor Andermannsdorf links abbiegen (Richtung Rottenburg). Nach ca. 200 m rechts abbiegen Richtung Inkofen/Neufahrn. Etwa 35 m nach dem Ortsschild ‚Rahstorf‘ links abbiegen nach Allgramsdorf. In Allgramsdorf links (Richtung Westen) in den ersten geteerten Weg abbiegen zum Meditationszentrum.

In Form von täglichen Gesprächen (Report), in denen u.a. Übungsanleitungen gegeben werden, wird jeder Teilnehmer vom Meditationslehrer individuell betreut. Für Teilnehmer mit geringeren Englischkenntnissen werden die Anleitungen sowie Fragen und Antworten übersetzt.

*Weitere Kurse *

13. - 27.04. 06 in Israel.

01. - 15.05.06 in Sonntal

01. – 15.06.06 in Sonntal

Mehr Infos unter www.Achtsamkeitsmeditation.de

Teilnahmegebühr

Wie in buddhistischer Tradition üblich, laufen die Vipassana-Meditationskurse auf Dana-Basis. ‚Dana‘ (Pali) bedeutet Schenkung, Freigebigkeit, Großzügigkeit am Geben. Es werden keine Gebühren für die Anmeldung und Teilnahme am Kurs erhoben. Die Kosten für die Verpflegung und Übernachtung der Teilnehmer und des Lehrers sowie Fahrt-/Flugkosten des Lehrers sollen durch freiwillige und anonyme Geldschenkungen der Kursteilnehmer gedeckt werden. Der Lehrer ist dankbar auf einen Beitrag zu seinem Lebensunterhalt. Um allen die

Teilnahme am Kurs zu ermöglichen, wird bewußt auf eine Empfehlung der Schenkungshöhe verzichtet. Den Meditierenden wird somit die Möglichkeit zur Entfaltung der Freigebigkeit gegeben, von der es letztlich abhängt, ob in Zukunft weitere Kurse auf Dana-Basis angeboten werden können.

Traditionslinie

Im Kurs wird die Vipassanameditation nach der Technik des ehrw. Ajahn Tong praktiziert, wie sie heute noch in den thailändischen Klöstern auf der Basis der Überlieferungen des Buddha geübt wird. Es handelt sich um eine intensive Form der Mahasi-Tradition mit Geh- und Sitzmeditationen. Vipassana ist eine Geistesübung, bei der die Teilnehmer durch achtsame Betrachtung aller auftretenden geistigen und körperlichen Phänomene lernen, die Dinge so zu sehen, wie sie sind, und nicht, wie sie zu sein scheinen. Da die Teilnehmer bei der Vipassana-Meditation Erkenntnisse aus eigenem Erleben und eigenen Betrachtungen schöpfen, wird die konfessionelle Bindung an Buddhismus weder erwartet noch vorausgesetzt. Der Buddha preist im Satipatthana-Sutta (M 10) den Nutzen dieser Übung: "Dieser Weg, den jeder für sich allein gehen muss, führt zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung von Kummer und Jammer, zum Schwinden von Leid und Missstimmung, zur Gewinnung des rechten Pfades und zum Erleben von Nibbana, er heisst Vierfaches Erwecken der Achtsamkeit".

Meditationslehrer

Thanat Chindaporn

Der 64 jährige humorvolle Meditationlehrer lebt seit über 20 Jahren an der Seite von Ajahn Tong. In dieser Zeit baute Thanat in Chomtong (Chiangmai) das Vipassana-Meditationszentrum auf, bildet Meditationslehrer aus und leitet Vipassanakurse innerhalb und außerhalb Thailands. Als Anerkennung für seine unermüdlichen Beiträge zur Verbreitung von Vipassana hat er bereits Preise von der thailändischen Regierung bekommen. Neben Thai und Chinesisch spricht Thanat auch fließend Englisch.

Phra Ofer

Phra (ausgesprochen wie ‚Pra‘. Eine Anrede für Mönch) Ofer ist Mönch, Meditationslehrer und Schüler des ehrwürdigen Ajahn Tong. Derzeit lebt er in dem Thai-Tempel ‚Wat Buddha-Piyawararam‘ in Götzenhain bei Frankfurt am Main und leitet Kurse in dem Tempel, in Israel und anderen Ländern. Phra Ofers Klarblick, Mitgefühl und Güte sind unverkennbare Zeichen der Kraft der Vipassanameditation. Er spricht Hebräisch, Englisch und Thai.

Kontaktadresse

Nelly Graf, Lindenberg 28, 87727 Babenhausen,

Tel: (08333) 946263

E-Mail: info@Achtsamkeitsmeditation.de

Website: www.Achtsamkeitsmeditation.de

1.10 Veranstaltungen der Buddhistischen Gesellschaft München

Programmangebote:

- Wöchentliche Vorträge von Mitgliedern mit Diskussion
- Studienwochenenden
- Retreats und Meditationsseminare
- Einladung von Ordinierten und namhaften Referenten

Sie finden das Programm jederzeit aktuell im Internet unter
<http://www.buddhismus-muenchen.de/>

Kontakt zur BGM:

Post: Buddhistische Gesellschaft München, Amalienstr. 71, 80799 München

Tel: Steffi Säurig, 089 / 69 11 040

E-Mail: bgm@buddhismus-muenchen.de

Nach dem Danaprinzip finden alle Veranstaltungen auf Spendenbasis statt.

Vorträge und Meditation

Montag, 19.00 – 21.00 Uhr,
DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71 Rgb., München

Das Dhamma-Dana-Projekt ...

bringt eine kleine Schriftreihe mit bedeutsamen Dhammatexten heraus, ohne jegliches kommerzielles Interesse. Mögliche Gewinne werden ausschließlich in Folgeprojekte investiert.

Nach dem Vorbild buddhistischer Länder Asiens – sollen Interessierten langfristig Dhammapublikationen kostenlos zur Verfügung gestellt werden.

Grundwissen Buddhismus

Montag, 18.00 – 18.45 Uhr,
DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71 (Rgb.)

22. Mai, 19. Juni, 10. Juli, 7. August

Anca Gerner oder Steffi Säurig wird die Grundzüge der Lehre des Buddha erläutern, die auch die Voraussetzung für die Meditation darstellen. Bei Interesse kann eine Einführung in die Meditation gegeben werden.

Textbesprechung

Sonntag, 14. Mai 2006, 10–17 Uhr
DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71 (Rgb.)

Anca Gerner: „Die Wurzeln von Gut und Böse“ nach Nyanaponika Thera (2)

Kosten: Dāna (Spende) für Raummiete

Anmeldung: Anca Gerner, Tel: 089/6789531 e-Mail: a-ger@gmx.de

Meditationsnachmittage

Sonntag, 21. Mai 2006 + 16. Juli 2006, DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71 (Rgb.)

Edward Crookes

13.00 – 14.00 Uhr: Einführung in die Meditation Sanfte Annäherung an die Meditation in Theorie und Praxis für Einsteiger.

14.00 - ca. 16.00 Uhr: Meditationspraxis für alle (falls es sich ergibt, auch gerne länger)

Kosten: Dāna (Spende). Anmeldung: ist nicht erforderlich.

Neumondfest in der Nepalpagode

Freitag-Sonntag, 23.–25. Juni 2006, Westpark (Westteil), Nepalpagode

Freitag, 23.6. " Edward Crookes

19 Uhr " Einführung in die Meditation

Samstag, 24.6. " Raimar Koloska

17 Uhr " Einführung in die Lehre des Buddha

19 Uhr " Einführung in die Meditation

Sonntag, 25.6. " Dieter Baltruschat

13 Uhr " Vipassanānachmittag

17 Uhr " Die Vier Edlen Wahrheiten

19 Uhr " Einführung in die Meditation

Wochenendworkshop

Samstag/Sonntag, 01./02. Juli 2006

jeweils von 10.00 – 18.00 Uhr, DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71

Dieter Baltruschat: „Die 10 Fesseln“ und deren Überwindung“

Gemeinsame Meditationspraxis und Besprechung der 10 Fesseln, die uns ans Samsara binden, mit praktischen Hinweisen zu deren Überwindung. **Auch für Anfänger geeignet.**

Kosten: Spende für Raummiete und Essen

Anmeldung: Dieter Baltruschat, Tel: 089/388 499 09, e-Mail: retreat-infos@gmx.de

Studien-Wochenende

Samstag/Sonntag, 5./6. August 2006, jeweils von 10.00 – 18.00 Uhr

DBU-Meditationsraum, Amalienstr. 71

Manfred Wiesberger (Viriya), Die 6 Sinnesgrundlagen

Der buddhistische Übungsweg ist ein Weg der Geistesschulung. Dieses Studienwochenende befasst sich auf der Grundlage des Salayatanavibhanga Sutta (M 137) mit den sechs Sinnesgrundlagen, Kontakt etc., sowie Geisteszustände, die damit verbunden sind. In dem Sutta lehrt der Buddha weltliche Freude und Trauer durch spirituelle zu ersetzen; spirituelle Trauer durch spirituelle Freude, Freude durch Gleichmut. Der Weg gipfelt in Nicht-Identifikation. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Viriya lebte 6 Jahre als Mönch in Thailand, wo er bei Ajahn Buddhādāsa sa in dessen Kloster Wat Suan Mokkh studierte, praktizierte und lehrte.

Kosten: Dāna (Spende)

Information und Anmeldung unter Tel. 089-46 86 65 oder e-Mail: viriya@gurukrupa.de

Verlängertes Meditationwochenende in Stadel

mit Dieter Baltruschat

Freitag bis Dienstag, 29. September - 3. Oktober 2006 (Tag der Einheit)

Beginn Freitag ab 18 Uhr, Ende Dienstag gegen 17 Uhr

Buddhayanahaus, Stadel 8 (bei Schrobenhausen)

Gemeinsame Meditationspraxis und Besprechung einiger von **Ajahn Sumedho** verfassten Texte aus "**Achtsamkeit – der Pfad zum Todlosen**". Die Texte werden bei der Anmeldung zur Verfügung gestellt und sind **auch sehr gut für Anfänger** geeignet.

Kosten: Spende für Unterkunft und Essen

Anmeldung: Dieter Baltruschat, Tel: [089/388 499 09](tel:08938849909) email: retreat-infos@gmx.de

1.11 Veranstaltungen der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg

Buddhistische Gesellschaft Hamburg (BGH), Beisserstraße 23, 22337 Hamburg
Tel: 040-6313696, Email: buddh.gesellsch.hh@t-online.de
Website: www.bghh.de

Unter anderem:

Der Weg der sehenden Achtsamkeit - Praxis und Lehre des Vipassana
Abendkurs mit Hans Gruber

Mit diesem Abendkurs „Der Weg der sehenden Achtsamkeit“ werden die Hauptmethoden der Achtsamkeits- oder Einsichtspraxis Vipassana (Pali „Klares Sehen“) sowie Grundzüge der Lehre des Buddha vermittelt. Jeder Abend hat drei ähnlich gewichtete Teile – geleitete Meditation, Vortrag und Gespräche. Es gibt Handouts zu den verschiedenen Methoden, in die nacheinander eingeführt wird, sowie kleine Aufgaben, um das Vermittelte zu Hause zu vertiefen. Deshalb wird empfohlen, am ganzen Kurs teilzunehmen. Dieser ist kein Meditationskurs, um eine bestimmten Methode zu vertiefen, sondern bietet Orientierung zu den unterschiedlichen Praxisansätzen. So wird es Interessierten möglich, die für sie passendste Form zu finden. Neben Zen und tibetischem Buddhismus bildet heute der frühe Buddhismus Theravada vor allem mit dessen Achtsamkeits- oder Einsichtspraxis Vipassana die dritte Haupttradition des Buddhismus im Westen. Die älteste Tradition einer sehenden Achtsamkeit ist der Buddhismus, wo sie besonders im Vipassana eine zentrale Rolle spielt. Im Vipassana dient „Achtsamkeit“, das in sehr unterschiedlichen Kontexten ein geflügeltes Wort geworden ist, immer dem Sehen.

Zeit und Ort des Abendkurses: Fünf Sonntagabende (23. April bis 21. Mai) in der „Buddhistischen Gesellschaft Hamburg“

Kosten für den ganzen Kurs: 45 Euro (erm. 36). Bei Teilnahme bloß an einzelnen Abenden jeweils 10 Euro (erm. 8).

Anmeldung: Bei der BGH oder bei Fragen: Hans Gruber, Planckstraße 10, 22 765 Hamburg. Tel: 040-3900347, Email: yogruber@yahoo.de

2 Orte für Einzel- und Gruppenretreats in Deutschland

2.1 Yogalandhaus Höfen

Höfen 12, 91460 Baudenbach (zwischen Würzburg und Nürnberg)

Anreise mit dem Zug: Bahnhof Neustadt/Aisch, von dort besteht die Möglichkeit, abgeholt zu werden

mit dem Auto: Autobahn Nürnberg – Würzburg, Ausfahrt Schlüsselfeld, Richtung Neustadt/Aisch

Es gibt Einzel-, Doppel-, 3er und 4erzimmer, einen großen Raum und eine Küche zum Selbstversorgen, schöne Gegend zum spazieren gehen

Preise: EZ 15 Euro, Dz 13 Euro

Kontakt: Hans Vogel, tel: 09166-995311, Fax 995313,

e-mail: HansVogel@t-online.de

2.2 Kamalashila-Institut

Kirchstr. 22 a, 56729 Langenfeld/Eifel

Anreise: mit dem Zug bis Andernach, dann nach Mayen Ost, dort mit dem Bus 6040 nach Langenfeld (Mo-Fr 8,15/13,28/18,55-Sa 8.15/13,28)

mit dem Auto: von Köln, Bonn Frankfurt, Koblenz A 61 bis Ausfahrt Wehr, dann B 412 durch Rieden durch, am Waldsee vorbei bis zur Kreuzung nach Weibern, danach Abzweigung zur Kirche, kurz vorher hoch zum Kloster. Von Trier, Saarbrücken bis Nürburgring in Richtung Kempenich/Hohe Acht, dann B 412 bis Langenfeld.

Preise (Einzelretreats nur Mo-Do möglich, da viele Kurse):

Einzelzimmer 25 Euro, DZ 20 Euro, Mehrbettzimmer 15 Euro

Kontakt: Kamalashila-Institut, tel: 02655-93, email: kontakt@kamalashila.de

2.3 Buddhayana-Haus in Stadel (nahe Pfaffenhofen/Ilm)

ist ein schönes Seminarhaus unter der Leitung von Ludwig Schafft und für alle buddhistischen Gruppen offen (falls das Haus frei ist, sind auch Einzelretreats möglich).

das Meditationshaus Stadel ist ein vollkommen renoviertes 100-jähriges Bauernhaus:

Es hat 5 Duschen und 7 WC, 1 Küche, 1 kleine Bibliothek und einen kleinen Versorgungsraum. Die Wohnfläche beträgt ca. 400 qm.

Wir haben einen Meditationsraum mit 80 qm.

Die Zimmer teilen sich wie folgt auf:

3 Einzelzimmer

4 Doppelzimmer

1 Dreibettzimmer

2 Vierbettzimmer

unter dem Dach sind noch 2 Not-Zimmer, wo jeweils 2 Personen schlafen können. (Ist allerdings ein bisschen klein, aber es ging bis her)

Das Grundstück ist leider nur 1440 qm groß. Spazieren kann man in der Gegend, da das Haus auf dem Lande, in einem Weiler liegt.

Die Gruppen müssen sich selbst verpflegen und anschließend das Haus wieder gründlich sauber machen.

Dafür geht das Haus auf 'Dana-Basis'. Das heißt, jeder gibt soviel, wie er kann und will und wieviel ihm der Aufenthalt wert war. Die Kosten des Hauses sind hoch, darum sind wir auf die Großzügigkeit der Spender angewiesen.

Stadel liegt an der B 300, eine Verbindungsstraße zwischen den Autobahnen Stuttgart-München A 8 und Nürnberg-München A 9.

Anreise mit dem Zug: Zielbahnhof Pfaffenhofen an der Ilm (Strecke München - Ingolstadt). Nach vorheriger Vereinbarung ist eine Abholung vom Bahnhof möglich.

mit dem Auto: Autobahn München - Nürnberg bei der Ausfahrt Langenbruck verlassen, und die Bundesstrasse 300 Richtung Augsburg fahren. Nach ca. 12 km liegt linkerhand (Abzweig Seibersdorf) der Weiler Stadel. Das Buddhayana-Haus hat die Adresse Stadel 8.

Kontakt: Ludwig Schafft Tel: 08441-71774

Programm und Beschreibung im Internet: www.buddhayana-ev.de

3 Veranstaltungen 2006

3.1 Dzogchen und Tantra Kurse mit John Myrdhin Reynolds, Lama Vajranatha

John Myrdhin Reynolds (www.vajranatha.com) ist ein bekannter Schriftsteller und Lehrer. Er wurde 1974 von Seiner Heiligkeit Dudjom Rinpoche zum Ngakpa-Lama ordiniert und 1978 von Seiner Heiligkeit dem 16. Karmapa als Lotsawa Chenpo (Großer Übersetzer) wiedererkannt.

SCHEDULE OF COURSES FOR SPRING 2006 with John Myrdhin Reynolds

May 12, 2006

Dzogchen and Buddhist Meditation: Discovering the Nature of Mind
Duisburg, Central Germany [Evening lecture]

Dzogchen is regarded as the ultimate teaching of the Buddha, pointing directly to the Nature of Mind, in the Nyingmapa, Kagyudpa, and Bonpo traditions of Tibet. Introduced into Tibet in the eighth century of our era by the great Buddhist Tantric master Padmasambhava, who came from the country of Uddiyana in Central Asia, Dzogchen has been preserved until the present day, especially among the Nyingmapa and Kagyudpa schools of Tibetan Buddhism.

This Nature of Mind, one's innate Buddha-nature, which has been present from the very beginning, even before the cycle of death and rebirth known as Samsara, transcends all time and conditioning, just as the mirror is in no way changed or modified by whatever objects it reflects. This evening lecture will introduce the practice of Dzogchen in comparison with other systems of Buddhist meditation practice.

Contact: Michel Hellbach, tushita@tushita.com

May 13 - 14, 2006

Buddhist Meditation in terms of Sutra, Tantra, and Dzogchen
Pfauenhof, near Duisburg, Central Germany [Weekend retreat meditation practice]

Dzogchen, "the Great Perfection", which teaches the Path of Self-Liberation, is traditionally regarded in Tibet as the highest and most profound teaching of the Buddha. In terms of meditation practice, Dzogchen distinguishes between "the mind", or the normal thought process that is cyclical and samsaric in nature, and "the Nature of Mind", which is the primordial state of enlightenment that lies beyond all time, conditioning, and causality. Although inconceivable by the finite intellect and inexpressible in words, as the very ground of our existence as living beings, this Natural State can be directly encountered within our immediate experience. By way of direct introduction and meditation practice, this primordial, yet ever present, state of Buddhahood, which resides at the very core of every individual living being, is revealed like the brilliant face of the sun in the sky when the dark clouds of ignorance and delusion are dissipated. During the weekend workshop, some of the basic methods of Dzogchen, known as Semdzin and Rushan, will be taught and practiced, which aim at totally relaxing all our tensions and rigidities of body, energy, and mind. with an emphasis on practice and how meditation can be integrated into one's daily life.

Pfauenhof, Pauendyck 1, 47665 Sonsbeck-Hamb. (Niederrhein), Germany

Contact: Michel Hellbach, tushita@tushita.com

May 17- 24, 2006

Tantric Practices according to Nyingmapa Tradition: Maha Anu Ati
Riga and countryside, Latvia [Evening lectures, weekend retreat practice]

The Nyingmapa Lamas, belonging to the oldest school of Tibetan Buddhism, established in Tibet by Padmasambhava in the 8th century, divide the teachings of the Buddha into nine successive vehicles to enlightenment. Among them, the Lower Tantras, known as Kriya, Charya, and Yoga, approach the higher spiritual reality in terms similar to religion and

mysticism. However, the Higher Tantras, known as Mahayoga, Anuyoga, and Atiyoga, take a very different approach to the spiritual path, namely, as transformation and the alchemical transmutation of the energy of the negative emotions into enlightened awareness. In terms of Tantric transformation practice, we will explore during the country retreat in the meditation practices of the Heruka sadhana for Vajrakilaya, the special personal wrathful deity practice of Padmasambhava in terms of maha, Anu, and Ati, as well as the Dakini Yoga of Princess Yeshe Tsogyal, his consort. One may attend the Riga lectures separately from the weekend retreat in the country.

Contact: Arthur Alsin, artalsin@yahoo.co.uk

May 25, 2006

Astrology and Geomancy in Tibetan Culture
Vilnius University, Vilnius, Lithuania [Afternoon lecture]

In Tibet, there exist two distinct systems of astrology employed in compiling the yearly astrological almanac and calendar. Jyungsti or "element calculation," also known as Nagtsi, "Chinese astrological calculation," is based on calendrical cycles, such as the five elements and the twelve animals, as well as geomantic symbols such as the Parkha and Mewa. Although very similar to traditional Chinese astrology, its origin lies in the ancient Central Asian traditions of Bon. Kartsi, "astral calculation," also known as Gartsi, "Indian astrological calculation," is a medieval Siddhantha astrology system, similar to Western astrology, with the zodiac and the nine planets, as well as the mansions of the moon, brought to Tibet in the 11th century and closely associated with the Kalachakra Tantra. Both of these systems will be considered in this lecture.

Contact: Rita Baniene, rbaniene@yahoo.com

May 26 - 27 - 28, 2005

Goddesses and Witches –

The Feminine Principle in Tibetan Buddhism
Kaunas, Lithuania [Evening lecture and weekend workshop]

A major trend in the development of religion in the West during the past century has been the re-emergence of the Goddess Archetype in our culture. In this evening talk and weekend workshop, we will look at the role of the Dakini, or Goddess, in Tibetan Buddhism. The Dakini or Khandroma, literally "she who moves through space" or "she who goes in the sky," is a manifestation of energy in female form. There are worldly Dakinis who are human beings such as female spiritual teachers or else witches possessing psychic powers, but also non-human Dakinis such as goddesses and nature spirits in female form. In addition, there are Wisdom Dakinis who are transcendent or beyond Samsara and represent the manifestations of enlightened awareness in female form, such as the female Buddha Tara, or female Bodhisattvas such as Lakshmi and Sarasvati. In the Tantric Buddhism of Tibet, the Dakini embodies the Wisdom Principle of Buddha enlightenment, for which reason she is said to be the Consort of all the Buddhas. More generally, the Dakini represents the feminine principle that is outside the control of patriarchal society and the rational male ego consciousness. This course will survey and introduce some of the ritual and meditation practices connected with Dakini Yoga.

Contact: Rita Baniene, rbaniene@yahoo.com

June 2 - 3 - 4 - 5, 2006

Practices of the Guardians:
Protective Deities in Tibetan Buddhism

Kamalashila Institute, Eifel, Central Germany [Evening lecture and weekend workshop]
When the Tibetan king Trisong Detsan attempted to erect the first Buddhist monastery in Tibet at Samye in the 8th cen. CE, his efforts were opposed by the local gods and spirits who were addicted to receiving blood sacrifices. They knew well that the Buddhist monks of India were opposed to such practices. Advised by the scholar Shantirakshita, the king invited to Tibet the great Tantric master Padmasambhava from Uddiyana. Later known as Guru Rinpoche, this master was able to subdue these local gods and spirits in fierce

magical combats, converting them to the Dharma, and binding them with powerful oaths, he commissioned them henceforth to be guardians and protectors of the Dharma and its practitioners. Since that time, every Buddhist monastery, after sunset, performs the Rites of the Guardians, invoking and propitiating these gods and spirits with puja offerings. We will examine these rites and rituals instituted by Padmasambhava, in particular the Mahakala Puja, especially with regard to how we, as human beings, can establish a harmonious relationship with the nature spirits who inhabit our natural environment.

Eifelkloster, Kirchstrasse 22, 56729 Langefeld, Germany

Information: www.kamalashila.de

Contact: program@kamalashila.de

Tel. 0049-(0)2655-939055

3.2 Retreats in der Mahasi Tradition 2006

June in France

Date: June 17 to 27

Location: Montb, on (near Paris)

Teacher: Ven. Sayadaw U Paññathami

Language: English, with French translation

Contact :Vanna LY, vanna.ly@axagora.com

Venerable Sayadaw U Paññathami

Venerable Sayadaw U Paññathami was born in Kawmhu, Myanmar, on May 27, 1948. He was initiated as a novice in 1960 at the age of 12 years. He received bhikkhu ordination in 1968 at the age of 20 years. He passed the Dhammateacher (Dhammacariya) examinations in 1973 and later on also passed the Abhivamsa examinations. In 1966 he did his first intensive meditation retreat of three and a half months at the Mahasi Meditation Center, Yangon, Myanmar. His teacher was the Ven. Sayadaw U Panditabhivamsa. From 1978 to 1983 he stayed at the Mahasi Meditation Center, Yangon, Myanmar. Then he was sent to Sri Lanka where he

stayed at the Burmese Vihara in Kandy for over two years (1983-

1985). Next he was posted as a meditation teacher at the Malaysian

Buddhist Meditation Center, Penang, Malaysia in 1985. He stayed for one

year and then moved to the London Buddhist Vihara in England where he

stayed for six years (1986-1991). For ten years (1991-2000) he was the

resident monk and meditation teacher at the Blue Mountain Meditation

Center in Australia. He then taught at the Vipassana Meditation Center in

Sydney for two years (1996-1998). Since January 2000 the Ven. Sayadaw

U Paññathami is the abbot of Panditarama Sydney Meditation Center, Sydney, Australia. In November 2001 he founded the Panditarama Melbourne Meditation Center. The Ven. Sayadaw U Paññathami has conducted meditation retreats and

has been guiding meditators since 1985.

3.3 Ajahn Brigitte von April bis Juni in Europa

Ajahn Brigitte (Brigitte Schrottenbacher) ist Oesterreicherin und seit 16 Jahren Mae Chee (8 precept Nonne) in Thailand. Genauere Infos und Bilder finden sich:

<http://www.vimokkha.com/lifeofbrigitte.htm>

Bei Fragen an Ajahn Brigitte: mckaruna2001@yahoo.com

TEACHINGTOUR 2006

9th April arrive in Amsterdam

11th April flight to London daily evening teachings

15th April Wat Sanghathan Birmingham

16th April flight to Amsterdam

19th Susen Werner until 22nd April (Cologne) evening teachings

22nd April flight Zuerich, Switzerland until

30th April Soenam & Fred Rikon, Turbenthal evening teachings

30th April to 5th May Bern evening teachings

5th to 7th May Iris Ravensburg & Memmingen evening teachings

7th to 10th May family Spreeman, Woerthsee, Munich evening teachings

10th May to Salzburg evening teachings

12th May Pinzgau teaching at Michael Bouda until 14th May short retreat

14th May Lend

15th May teaching German Buddhist Gesellschaft Munich (Vesakday)

16th Munich - evening back to Salzburg

Acharn Tippakorn might follow at this point and accompany me with a male lay disciple but that's not yet sure

17th flight to Palma de Mallorca (teaching and retreat) until 24th May*(Ablauf siehe unten)

24th flight to Salzburg

25th Dania Rieder evening teaching

27th to 28th May Graz

30th May teaching Theravada Group Salzburg

31st May flight to Hannover

31st May to 5th June Bad Gandersheim "Seminarhaus Alte Muehle" evening teachings

5th to 11th June Retreat in Steinakademie Hulderson, Einbeck*(Ablauf siehe unten)

12th to Amsterdam

14th flight to Berlin-Kreuzberg evening teachings

19th flight to Amsterdam

20th Maurice and family Zaanstad evening teachings

22rd June Hetty Tonkes

25th June Buddhavihara Amsterdam

26th flight to London (only Acharn)

4th July flight to Amsterdam (only Acharn)

4th to 8th July Buddhavihara Amsterdam

8th June flight back to Bangkok

Anschliessend die Retreats:

Retreat in Steinakademie Hundersun, Einbeck (naehe Hannover)

Tagesablauf:

1. Tag 6.6.06 Beginn 14h

Einfuehrung wie das Retrat ablaufen wird, durchgehen der 8 Regeln et.

15h bis 15.45h Gehmeditation

16h bis 16.45h Sitzmeditation

Nachmittagdrinks schweigend zu sich nehmen

Erfrischen fuer die Abendmeditation

Diejenigen die sich nicht an 8 Regeln halten koennen dann eventuell eine kleine

Abenmahlzeit zu sich nehmen

18.30h Abendsitzung mit anschliessender Moeglichkeit zu Fragen und Antworten

2 Tag 7ter Juni 2006 bis 5ter Tag 10ter Juni 2006

Beginn 6h (wenn die Leute auch am Platz uebernachten)

6h bis 6.45h Gehmeditation

6.45h bis 7.30 Sitzmeditation

7.30 Fruhstueck

9h bis 9.45h Gehmeditation

9.45h bis 10.30 Sitzmeditation

11h Mittagessen

Zeit um etwas auszuruhen

13h bis 13.45h Gehmeditation

13.45h bis 14.30h Sitzen

kleine Pause

15h bis 15.45h Gehmeditation

16h bis 16.45h Sitzmeditation

Nachmittagdrinks schweigend zu sich nehmen

Erfrischen fuer die Abendmeditation

Diejenigen die sich nicht an 8 Regeln halten koennen dann eventuell eine kleine

Abenmahlzeit zu sich nehmen

18.30h Abendsitzung mit anschliessender Moeglichkeit zu Fragen und Antworten

11ter Juni Abschlusstag

Beginn 6h (wenn die Leute auch am Platz uebernachten)

6h bis 6.45h Gehmeditation

6.45h bis 7.30 Sitzmeditation

7.30 Fruhstueck

9h bis 9.45h Gehmeditation

9.45h bis 10.30 Sitzmeditation

11h Mittagessen

Zeit um etwas auszuruhen

13h bis 13.45h Gehmeditation

13.45h bis 14.30h Sitzen

kleine Pause

15h bis 15.45h Gehmeditation

16h bis 16.45h Sitzmeditation

Teilnehmer koennen folgende Adresse kontaktieren: katjandy@yahoo.de

Weekend Retreat on Mallorca, Spain:

Schedule

19th May

19h Introduction to Meditation
Questions and answers

20th May

8h Standing and Sitting Meditation
9h Walking Meditation (will be explained before the Meditation starts)
10h Sitting Meditation
11h Midday meal
13h walking
14h sitting
15h Afternoon drinks
16h walking
17h sitting
19h Metta Meditation (On Loving-Kindness)
Questions and answers

21st May

8h Standing and Sitting Meditation
9h Questions and answers
Closing of the course

Teilnehmer koennen folgende Adresse kontaktieren:

julesfinca@web.de

3.4 Retreats mit Ven. Dhammadipa Ende Mai bis Juni

1) Samatha Retreat mit Ven. Dhammadipa im Juni im Waldhaus

Der Lehrer ist ein tschechischer Mönch, der deutsch spricht und viele Jahre in Asien verbracht hat. Die systematische Abhidhamma- Tradition lernte und praktizierte er in Burma bei Sayadaw Pa-Auk.

2) Anapana Sati Meditation mit Ven. Dhammadipa vom 10 – 24. Juni

- Intensives Meditationsretreat für Fortgeschrittene

im Waldkloster Metta Vihara

Weitere Infos:

Buddha-Haus, Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg, Tel.: 08376-502

E-Mail: info@buddha-haus.de, Internet: www.buddha-haus.de

3.5 Vipassana-Retreat mit Thanat Chindaporn im August in Scheyern

Sa. 12.08.2006 - Fr. 25.08.2006

Veranstaltungsort: Benediktiner Abtei Kloster Scheyern
Schyrenplatz 1, D-85297 Scheyern.

Kursleitung: Thanat Chindaporn

Teilnahmegebühr: Spende für die Anreisekosten und den Lebensunterhalt der LehrerInnen: auf freiwilliger Basis (Dana).

Unterkunft: Einzelzimmer mit WC und Dusche für 20 Euro pro Übernachtung.
Bargeld- (keine EC- oder Kreditkarten-) zahlung direkt an das Kloster bei der Anreise vor Kursbeginn. Spende für Verpflegung: auf freiwilliger Basis

Anmeldung: Nelly Graf, Lindenberg 28, D - 87727 Babenhausen,

Tel: 08333/94 62 63,

E-Mail: Achtsamkeitsmeditation@t-online.de

Website: www.Achtsamkeitsmeditation.de

3.6 Retreat mit Chökyi Nyima Rinpoche im August in Österreich

Voraussichtlicher Termin 2006: August 17 - 27, 2006

im neuen Rangjung Yeshe Gomde Zentrum, Guth zu Rath, Bäckerberg 18, 4644 Scharnstein, Österreich

Tel: 0815-83442, www.gomde.de, e-mail: info@gomde.de

Chökyi Nyima Rinpoche www.shedrub.net

Als ein bekannter Meditationsmeister und Lehrer hat Chökyi Nyima Rinpoche in den letzten 25 Jahren Menschen in der ganzen Welt unterrichtet. Gekennzeichnet von Wärme, Humor und Witz bieten seine Unterweisungen eine einzigartige Gelegenheit, in einer frischen, lebendigen und zeitgerechten Weise unmittelbar mit dem Buddhismus in Verbindung zu treten.

Chökyi Nyima Rinpoche wurde 1951 als ältester Sohn von Tulku Urgyen Rinpoche in Osttibet geboren. Im Alter von 18 Monaten wurde er als die siebte Inkarnation des Drikung Kagyü Meisters Gar Drubchen, einem tibetischen Siddha, und als Emanation Nagarjunas, dem großen indischen Philosophen aus dem 2. Jahrhundert n.Chr., erkannt.

1959 ging Rinpoche kurz vor der chinesischen Invasion Tibets mit seiner Familie nach Sikkim. Von seinem 13. bis 24 Lebensjahr studierte er in der Karma Kagyü, der Drikung Kagyü und der Nyingma Tradition unter der Führung so herausragender Lehrer wie des 16. Gyalwa Karmapa, Dilgo Kyentse Rinpoche und Tulku Urgyen Rinpoche. Noch sehr jung erlangte er den Titel eines Khenpo.

1974 verließ er Rumtek in Sikkim und schloss sich seiner Familie in Boudhanath, Nepal, an, die dort auf Wunsch des Karmapa das Ka-Nying Shedrup Ling Kloster gründete. Nachdem er vom Karmapa als Abt des Klosters eingesetzt worden war, richtete er auf dessen Rat seine Energie auf die Unterweisung westlicher Praktizierender. Zunächst begann er an Wochenenden Reisende zu unterweisen. Über die Jahre entwickelten sich diese Unterweisungen zu einem jährlichen 10 - tägigen Herbstseminar. Bis heute sind Rinpoches Samstagmorgenunterweisungen im Kloster ein beliebtes Ereignis, das jede Woche Dutzende von Besuchern anzieht. 1981 gründete er das Rangjung Yeshe Institut für buddhistische Studien. Rinpoche ist außerdem der Gründer von Rangjung Yeshe Publications mit mehr als 40 buddhistischen Titeln, einschließlich seiner eigenen Bücher: Union of Mahamudra and Dzogchen, Song of Karmapa, Das Bardobuch, Indisputable Truth und Present Fresh Wakefulness.

„Der wahre Gegenstand der Verehrung ist gedankenfreie Wachheit, welches der letztendliche Meister unserer innewohnenden Natur ist – unser natürlicher Geist, unsere aus - sich - selbst - existierende Wachheit, unser natürliches Gewahrsein. Dies ist die wahre Sichtweise von Mahamudra und Dzogchen. Zunächst also müssen wir sie erkennen, dann uns in diesem Erkennen üben und schließlich darin Stabilität gewinnen. Aber bedenkt, dass dieses Erkennen echt sein muss und nicht eine Art persönliches Konzept sein darf, welches wir selbst erzeugt haben. Wenn wir in der Lage sind, uns in echter gedankenfreier Wachheit zu üben, ist es möglich, in einem einzigen Leben zu vollständiger Erleuchtung zu erwachen. Es hilft jedoch wenig, sich in einer eigenen intellektuellen Version der Sicht zu üben, egal wie lang man das versucht. Aus diesem Grund sagt man, dass Vajrayana große Risiken aber auch große Vorteile beinhaltet.“

3.7 Rosemary and Steve Weismann im Sept. im Waldhaus

Dear Dhamma Friend and past retreatant of Rosemary & Steve,

We hope you are well & content. We have sent you this to inform you about our scheduled retreat 22 September – 1 October 2006, at Waldhaus am Laacher See, Nickenich, Germany. Phone: 49-2636-3344 fax: 49-2636-2259
email: budwest@t-online.de.

This retreat will have the new format which we call a Special Old and Regular Students' Retreat. We did this Combination Retreat the last two years and it went very well. The new part of the retreat will be available to many old students, who have done two or more retreats, and will focus on learning new ways of doing Wise Reflection meditation.

If you are interested, we encourage you to register quickly as the retreat may fill up.

Waldhaus am Laacher See, Heimschule 1, 56645 Nickenich Tel.: 02636-3344
E-Mail: budwest@t-online.de, Internet: www.Buddhismus-im-Westen.de

3.8 Sr. Ariya Nyani im Oktober im Buddhahaus

17-21. Oktober 06 im Buddha-Haus

Einsichtsmeditation - *Schweigeseminar auch für AnfängerInnen*

Der Schwerpunkt dieses Retreats liegt auf der Entfaltung einer steten und ununterbrochenen Achtsamkeit während des ganzen Tages: aufmerksames Gewahrsein aller Vorgänge im Sitzen, Gehen sowie im Verrichten aller täglichen Handlungen. Die Kontinuität der Achtsamkeit vermag unsere Wahrnehmung zu schärfen und somit zu einer wirklichkeitsgemäßen Sichtweise zu verhelfen. Die daraus erwachsende Erkenntnis hat die Kraft, Herz und Geist zu befreien.

Sr. Ariya Nyani, geb. 1961, aufgewachsen in der Schweiz, wurde 1992 in Burma zur Nonne ordiniert. Sie lebt dort in einem Meditationszentrum, praktiziert Einsichtsmeditation und wirkt als Übersetzerin für die burmesischen Lehrer. Auch steht sie den ausländischen Meditierenden selbst für Belehrungen und Einzelgespräche zur Verfügung. Seit einigen Jahren leitet sie Kurse in Australien und verschiedenen Ländern Europas.

Organisationsgebühr: €40,00
Mehrbettzimmer mit Vollpension €100,00
Doppelzimmer mit Vollpension €120,00
Einzelzimmer mit Vollpension €140,00
freiwillige **Spende** (Dana), da kein Lehrerhonorar

Buddha-Haus, Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg, Tel.: 08376-502
E-Mail: info@buddha-haus.de, Internet: www.buddha-haus.de

4. Klöster und Seminarhäuser

Deutschland:

Wat Buddha Piyawararam, Dietzenbacher Str. 6, 63303 Dreieich-Götzenhain
Tel.: 06103/831959, Fax: 831958)

E-Mail: oferadi@hotmail.com, Internet www.sirimangalo.org

Dhammadîpa Zentrum in Repzin bei Herzfeld in Mecklenburg Vorpommern
Bhikkhu Paññasâra, Föhrrer Straße 9 / Hinterhaus 4. Stock, 13353 Berlin
Tel: 030 - 453 74 14, e-mail: panyasara@gmx.de Internet: www.panyasara.de

Rinzai-Zen Tempel Tannenhof (Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft)

Kontakt: Daikan J. Westerbarkey, Tel.: 089-64280829

eMail: Daikan@Seminarhaus-Tannenhof.de

Internet: www.seminarhaus-tannenhof.de

Seminarhaus Engl, Engl 1, 84339 Unterdietfurt, Tel.: 08728-616, Fax: 08728-412

E-Mail: Seminarhaus.Engl@t-online.de, Internet: www.seminarhaus-engl.de

Waldhaus am Laacher See, Heimschule 1, 56645 Nickenich Tel.: 02636-3344

E-Mail: budwest@t-online.de, Internet: www.Buddhismus-im-Westen.de

Haus der Stille, Mühlenweg 20, 21514 Roseburg, Tel./Fax: 04158-214

E-Mail: info@stille-roseburg.de, Internet: www.stille-roseburg.de

Vipassana-Kurse in der Tradition von S.N. Goenka

Dhamma Dvara, Alte Str. 6, 08606 Triebel, Tel.: 037434-79770,

E-Mail: info@dvara.dhamma.org, Internet: www.dvara.dhamma.org

Meditationshaus Vimaladhatu, Altenhellefelderstr. 39, 59846 Sundern - Altenhellefeld

Tel.: Kontakt über das Buddhistische Zentrum Essen: 0201 - 230155

Email: essen@fwbo.de , Homepage: www.essen-buddhismus.de

Schweiz:

Kloster Dhammapala, Am Waldrand, CH-3718 Kandessteg, Tel: 0041-33-6752100
Internet: www.dhammapala.ch

Meditationszentrum Beatenberg, CH-3802 Waldegg-Beatenberg,
Tel.: 0041-33-8412131 E-Mail: info@karuna.ch, Internet: www.karuna.ch

Stiftung Felsentor, CH-Vitznau, Tel: 0041-41-3971776
E-Mail: info@felsentor.ch Internet: www.felsentor.ch

Haus Tao, Buddh. Meditationszentrum der Sati-Zen-Sangha, CH-9427 Wolfhalden
Tel: 0041-(0)71-888 41 83 Email: info@haustao.ch Internet: www.haustao.ch

Österreich:

Internationales Meditationszentrum in der Tradition von Sayagyi U Ba Khin
IMC-Österreich, A-9064 St. Michael/Gurk 6, Österreich
Tel: 0043-4224-2820, Email: mail@imc-austria.com Internet: www.imc-austria.com

Buddhistisches Zentrum Scheibbs, Ginselberg 12, A-3270 Scheibbs/Neustift
Tel+Fax: 0043-07482-42412, Email: bz.scheibbs@gmx.at Internet: www.bzs.at

Tschechien:

Dhamma Centrum Bodhipala, V zídkách 105, 252 46 Vrané nad Vltavou
e-mail: bodhipala@volny.cz www.bodhipala.cz Tel. +420 257 761 566

Italien:

Santacittarama
Via Delle Prata 22 Lacalita, "Le Brulla" , 02030 Frasso Sabino (Rieti), Italy
Tel & Fax: 765 87 21 86 Website: www.santacittarama.org

Merigar
58031 Arcidosso (Grosseto) Website: www.dzogchen.it
Tel: 0564-966837 Fax: 0564-968110 email: merigaroffice@tiscali.it

Irland:

Sunyata Retreat Centre, Snata, Sixmilebridge, Co. Clare, Ireland
email: info@sunyatacentre.com www.sunjatacentre.com Tel: +353+(0)61 367073

Grossbritannien:

Amaravati Retreat Centre, Great Gaddesden, Hemel Hempstead,
Hertfordshire HP1 3BZ, England

E-Mail: retreats@amaravati.org, Tel.: 01442-843239, Internet: www.amaravati.org

Aruna Ratanagiri Monastery

Harnham, Belsay, Northumberland, NE20 OHF

Tel: 01661 881 612, Fax: 01661 881 019

email: communiti@ratanagiri.org.uk Web site: www.ratanagiri.org.uk

Cittaviveka Chithurst Buddhist Monastery Chithurst

Petersfield Hampshire, GU31 5EU

Tel: (01730) 814 986 Fax: (01730) 817 334

Devon Vihara, Hartridge Buddhist Monastery

Upottery, Honiton, Devon EX14 9QE

Tel: (01404) 89-1251, Fax: (01404) 89-0023

Gaia House, West Ogwell, Newton Abbot, Devon TQ12 6EN, England

email: generalenquiries@gaiahouse.co.uk www.gaiahouse.co.uk

Tel: +44 (0)1626 333613 Fax: +44 (0)1626 352650

5. Weitere Kontaktadressen und links

Allgemeine Auskünfte oder Ermittlung einer Kontaktadresse am Wohnort:

Deutsche Buddhistische Union, Amalienstr. 71, 80799 München, Tel.: 089-280104
Fax: 089-281053, E-Mail: dbu@dharma.de, Internet: www.dharma.de

Schweizerische Buddhistische Union (SBU), Postfach 1809, CH 8021 Zürich
Sekretariat: Beatrix Görög, Bitte Telefonzeit beachten: jeweils Dienstag 8:00 -12:00
Tel: 056 210 26 77 Web: www.sbu.net eMail: info@sbu.net

Umfangreiche sehr interessante kommentierte Linkliste von Hans Gruber:

<http://www.buddha-heute.de/andere-texte.htm>

Eine gemeinsame Homepage aller **Panditarama-Zentren in Europa**, mit Links zu den einzelnen Zentren und Retreat Infos: www.Vipassana-EU.org

Chan Retreats in Europa und einige links zu Chan-Klöstern in China

www.dao-jun.org

Dzogchen-Retreats mit Chögyal Namkhai Norbu Rinpoche

Infos: www.dzogchen.de, Tel. 0211-682 657, E-Mail: dzogdus@aol.com

Dzogchen-Seminare mit Tulku Chökyi Nyima Rinpoche oder Tsoknyi Rinpoche

Infos: www.gomde.de bzw. u.huebenthal@t-online.de, Tel. 0221-7201473

Dzogchen-Seminare mit John M. Reynolds

Infos: www.vajranatha.com

6. Verzeichnis einiger asiatischer Tempel in Deutschland

Weitere aktuelle Hinweise befinden sich auf den beiden interessanten Webseiten, aus denen auch die folgenden Infos stammen:

www.thaillife.de/thai-community/tempel/index.html

www.thaipage.ch/index.htm

Thailändische Tempel:

Wat Dhammanivasa www.wat-dhammaniwasa.de - 52068 Aachen.

Wat Buddha Augsburg - Keine Webseite bekannt.

Adresse: Pfarrer-Bogner Str. 6, 86199 Augsburg, Tel. (0821) 998 3939

Wat Buddharama www.thaillife.de/buddharama-berlin/index.html - 12685 Berlin.

Wat Buddhavihara www.thaillife.de/buddhavihara/index.html - 13435 Berlin.

Wat Dhammabharami www.watdo.de - 44379 Dortmund.

Wat Pah Analayo - Keine Webseite bekannt.

Adresse: Semerteichstr. 26a, 44141 Dortmund, Tel/Fax (0231) 1890339 oder Mobil (0172) 2345216

Dreieich-Gotzenhain - Wat Buddha Piyawararam

www.europe.sirimangalo.org/germany/wbpw/index.htm -

63303 Dreieich-Gotzenhain.

Wat Pha Puritattaram www.watgiessen.com - 35396 Giessen.

Wat Buddhabharami www.wat-buddhabharami.org - 22149 Hamburg.

Wat Dhammavihara - Keine Webseite bekannt.

Adresse: Im Bruchkampe 12, 30629 Hannover (Misburg-Nord), Tel:(0511) 7685746

Wat Katanyutaram - Keine Webseite bekannt.

Adresse: Möling Strasse 8, 24103 Kiel, Tel/Fax 0431-9066929

Wat Puttabenjapon www.wat-p.de - 63505 Langenselbold.

Wat Somdej - Keine Webseite bekannt.

Adresse: Waldhölzbacherstraße 19, 66679 Losheim-Waldhölzbach,
Tel. (06872) 887129, Fax (06872) 922586

Laotisches Kloster:

Wat Sihounheuang

Benzstr. 9-11, 68804 Altlußheim

Tel. + Fax: 06205-100734

email: info@wat-sibounheuang.de

www.wat-sibounheuang.de

7. Literaturhinweise

Buddhistische Zentren und Klöster in Europa:

Lorie, Peter, und Foakes, Julie: The Buddhist directory, London 1996

Weltweite Adressen tibetischer Klöster und Zentren:

Coleman, Graham: Handbook of Tibetan Culture – A Guide to Tibetan Centres and Resources throughout the World, London 1993

Weltweite aktuelle Adressen und Klosterbeschreibungen: www.buddhanet.net

Meditationslehrer des 20 Jahrhunderts aus Thailand und Burma mit einer Beschreibung ihrer Praxisansätze (sehr empfehlenswert):

Kornfield, Jack: Living Dharma – Teaching of Twelve Buddhist Masters

Sehr interessante deutsche Übersetzungen einiger Texte u.a. von Ajahn Buddhadasa und Ajahn Chah (sehr empfehlenswert): www.dhamma-dana.de

Buddhist Publication Society: www.accesstosight.org/lib/bps/index.html

Thailändische Waldtradition: www.accesstosight.org/lib/thai/index.html

Ajahn Payutto: www.geocities.com/Athens/Academy/9280/payutto.htm

Texte von A. Chah und A. Sumedho unter:
www.buddhamind.info/leftside/index.htm und
www.amaravati.fslife.co.uk/english/tch.html

Interessante Bücher: www.buddhanet.net/ebooks_m.htm

Bücher der Mahasi Tradition auf der Homepage des Zeh Verlages:
www.zeh-verlag.de

BÜCHER VON PA-AUK SAYADAW: WWW.PAAUK.ORG

Suttentexte: www.palikanon.com und www.buddhareden.de

Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM

www.buddhismus-muenchen.de

Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM, (2004 als förderungswürdig von der "Mahabodhi Buddhistische Begegnungsstätte - Familie H. Euler Stiftung" (MBB) anerkannt), hat den Zweck, ausgesuchte Dhamma-Literatur in deutscher Übersetzung für ernsthaft Üben zu Verfügung zu stellen. Diese Veröffentlichungen sind nicht profitorientiert, sondern sollen sich nach Möglichkeit selbst tragen, das heißt, der Gewinn eines Buches soll die Herstellung des nächsten finanzieren.

Langfristige Zielsetzung dieses Projektes ist jedoch, Dhamma-Bücher zur freien Verteilung - wie in Asien üblich - bereitzustellen. Das erste, bei dem das gelungen ist: "Opanayiko - Buddhistische Grundstudien" von der BGM-Studiengruppe.

Wie lange eine freie Verteilung möglich ist hängt ganz allein vom Spendenaufkommen ab.

Im Buchhandel erhältlich:

"Kernholz des Bodhibaums - Suññatâ verstehen und leben"
von Buddhadaśa Bhikkhu, BGM - ISBN 3-8311-0028-4

"Ānâpânasati - Die sanfte Heilung der spirituellen Krankheit"
von Buddhadaśa Bhikkhu, BGM - ISBN 3-8311-3271-2

"Der Zauber des Geistes oder Viel Lärm um Nichts"
von Nānananda Bhikkhu, BGM - ISBN 3-8330-0560-2

Nicht im Buchhandel erhältliche Bücher und Hefte:

"Opanayiko - Buddhistische Grundstudien"

"Der Kammabegriff im Palibuddhismus" (ergänzendes Heft zu Opanayiko)

"Dâna – Bedeutung und Verhältnis zur Konsumgesellschaft"

"Dhamma-Sozialismus von Buddhadaśa Bhikkhu"

"Meditation in Südostasien" Reatreatführer von Dieter Baltruschat

Zu beziehen über: viriya@gurukrupa.de oder BGM@Buddhismus-Muenchen.de

Alle Bücher, Hefte sowie einzelne Texte können auch kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden: www.dhamma-dana.de

Wenn Sie dieses Projekt unterstützen möchten, überweisen Sie Ihre Spende bitte auf dieses Konto: Kto.-Nr. 296188807 - Postbank München - BLZ 70010080 (IBAN: DE 33700100800296188807 - BIC: PBNKDEFF für Überweisungen aus dem Ausland)

Empfänger: BGM Verwendungszweck: Dhamma-Dana-Projekt

Buddhistisches Waldkloster e.V.

Die Zeit ist reif!

Fast 100 Jahre nachdem der erste deutsche Waldmönch, der Ehrw. Nyânatiloka, in Sri Lanka die "Island Hermitage", eine Mönchseinsiedelei der Theravada-Waldtradition, gründete, soll ein ähnliches Projekt nun auch hierzulande entstehen.

Warum? Als Mahinda, der Sohn des Herrschers Asoka, gefragt wurde, wann die Lehre wirklich Wurzeln geschlagen habe, sagte er: „Wenn ein Sohn des Landes ein Mönch in diesem Land wird und dort den Dhamma-Vinaya studiert.“

Und damals wie heute benötigt ein Ordinierten-Sangha einen entsprechenden Verweilort.

Was ist ein Waldkloster?

Das Waldkloster ist ein Ort, an dem Menschen ein nicht-selbstsüchtiges Leben, das zum vollkommenen Erlöschen von Gier, Hass und Verblendung führt, erlernen und einüben können. Ein Ort also, an dem der edle achtfache Pfad praktiziert, der Geist auf die völlige Befreiung ausgerichtet und das Todlose (Nibbana) erkannt werden kann; ein Ort, an dem Ordinierte und Nicht-Ordinierte verweilen (*viharati*) und miteinander meditieren, studieren und sich austauschen können.

Es handelt sich also nicht um ein Retreatzentrum, ein Seminarhaus oder einen auf einen bestimmten Kulturkreis ausgerichteten Tempel.

Der Verein

Um den Buddha-Dhamma in Deutschland wirklich Wurzeln schlagen zu lassen, wurde am 11.09.2005 in München der gemeinnützige Verein Buddhistisches Waldkloster e.V. gegründet mit dem Ziel, einen Ort zu schaffen, an dem der Dhamma-Vinaya (Lehre und Ordensdisziplin) gemäß den ursprünglichen Schriften des Palikanon von Ordinierten und Nicht-Ordinierten in Abgeschiedenheit studiert und praktiziert werden kann.

Die Aufgabe des Vereins

In der ersten Phase soll das Projekt allgemein bekannt gemacht, eine breite Basis von Freunden und Förderern geschaffen sowie die Entstehung lokaler Unterstützerguppen gefördert werden. Außerdem wird zum Austausch zwischen Förderern und interessierten Ordinierten ein Informationsnetzwerk aufgebaut. Wer das Waldkloster und die Ordinierten durch handwerkliche Fähigkeiten, Rechtsberatung, medizinische Behandlung, Spenden etc. unterstützen möchte, kann sich in das „Verzeichnis von Unterstützern“ eintragen.

In der nächsten Phase geht es dann um die konkrete Realisation des Waldklosters, die Schaffung der nötigen finanziellen und materiellen Grundlagen (Grundstück, Gebäude,...). Danach soll der Verein als Träger des Waldklosters fungieren.

Am Beispiel Englands, wo sich erst über 20 Jahre nach der Gründung des English Sangha Trust die Möglichkeit ergab, ein Kloster zu etablieren, ist zu sehen, dass bei dem Projekt Geduld, Ausdauer und Kontinuität gefragt sind.

Kontakt

Wer gerne auf dem Laufenden gehalten werden möchte, kann sich in einen Mailverteiler aufnehmen lassen. Auch neue Mitglieder sind herzlich willkommen!

Satzung, Beitrittserklärung und weitere Infos finden sich im Internet unter www.buddhistisches-waldkloster.de oder können kostenlos angefordert werden bei: Buddhistisches Waldkloster e.V., c/o Dieter Baltruschat, Clemensstr. 61 Rgb., 80803 München, E-Mail: info@buddhistisches-waldkloster.de