



Dharma-Tor Newsletter

Aktives Bodhicitta

Juni 2020

Liebe Mitglieder und Freunde,

Der Start unsers Programms nach dem Lockdown ist sehr gut angenommen worden. Wir freuen uns über das große Interesse insbesondere an unserem Angebot für die fortgeschrittenen Praktizierenden. Wir möchten auch ganz herzlich allen Teilnehmern für ihr verständnisvolles und rücksichtsvolles Verhalten bezüglich der Corona-Regelungen danken. Sicher wird uns diese Situation noch für längere Zeit begleiten. Das können wir aber gut mit unserer Praxis vereinbaren. Jetzt zu Beginn des Sommers mit wärmeren Temperaturen können wir auch unseren meditativ gestalteten Garten für die Praxis nutzen. Besonders abends ist es wunderschön, durch die friedvolle Stille in der Natur den ganzen Alltag mal loszulassen und dem wahren inneren Frieden nahe zu sein. Im Anhang ist der Newsletter zum Abspeichern und Ausdrucken.

1. Berichte und Mitteilungen

* Noch einmal sagen wir allen, die für unser Zentrum in den letzten Wochen mit einer Spende beigetragen haben, **ganz herzlichen Dank!** Jede Unterstützung hilft uns sehr, durch die Corona-Krise nicht in eine finanzielle Notlage zu geraten, die so manchen Zentren durch den Ausfall von Veranstaltungen droht.

* Nach den aktuellen Bestimmungen von Seiten des Bayerischen Staatsministeriums ist nun die Begrenzung von **Zusammenkünften für Religionsgemeinschaften** auf 60 Minuten Dauer in Räumen aufgehoben. Auch einige weitere Lockerungen ermöglichen uns nun einen etwas „normaleren“ Betrieb. Wir können in der Buddha-Halle wieder länger praktizieren und nutzen das im Juli auch für Halbtages-Retreats. Die Regelungen für unsere mitwirkenden Dharmalehrer und Gruppenleiter haben wir entsprechend aktualisiert, ebenso die Regelungen für die Teilnehmer. Alle sind bereits dahingehend informiert worden.

* Wenn die Corona-Situation bleibt, wie sie im Moment ist, können wir im August unsere angekündigten **Retreats** durchführen. Die aktuellen Auflagen für „Häuser mit Beherbergung“ können wir erfüllen, da für die Retreat-Teilnehmer bei uns Selbstversorgung mit gestaffelter Küchenbenutzung in sogenannten „Wohneinheiten“ für maximal zwei Personen gilt, und wenn wir die Teilnehmerzahl für jedes Retreat entsprechend begrenzen. Ausschreibungen und Infos dazu erhalten unsere Praktizierenden in Kürze.

* **Die im Juli stattfindenden Veranstaltungen** entnehmen bitte diesem Newsletter. Das aktuelle Programm stimmt nicht ganz mit den Ankündigungen im Flyer überein.

* **Die Inhalte des neuen Programms ab September** hatten wir bereits angekündigt. Auf ein paar Einzelheiten wollen wir aber noch hinweisen: Neben Praxis und Studien für feste Gruppen im

Studienretreat, der Yidam-Vertiefung, der Mahamudra-Vertiefung und der Dharma-Mystik, freuen wir uns über ein vielfältiges offenes Angebot zusätzlicher interessanter Dharma-Inhalte. Außer für die Themen-Folge mit Bodhivirya, können sich auch noch Interessenten zum Kurs von Bodhimitta zum Pali-Buddhismus anmelden. Der Kurs mit Daniela Pfeffer zur Essenz des Mahayana ist bereits ausgebucht. Ratnabodhi und Ani Karma Tsultrim, die zusammen wieder zu bestimmten Terminen Samstagabend-Praxis anbieten, haben ein 7-Punkte Übungsprogramm entwickelt, um Meditation und Alltag zu verbinden. Dieses fortlaufende Programm wird als Kurs angeboten, in den jederzeit auch ein Quereinstieg möglich ist. Dazu erhält unser Sangha noch eine Information und Ausschreibung mit entsprechenden Einzelheiten.

Der neue Flyer geht jetzt in die Druckerei und wird im Zentrum ausgelegt bzw. auch verschickt, sobald wir ihn erhalten.

2. Termine für Juli

Alle Veranstaltungen finden aus Platzgründen in der Buddha-Halle und im Garten statt, um die Abstandsregelung erfüllen zu können. Benutzt also grundsätzlich die gelbe Türe an der Nordseite als Eingang.

Unter der Woche findet der Dienstagabend mit Ani Karma Tsultrim und der Mittwochabend mit Bodhivirya statt. Beginn ist wie gewohnt um 19.30 Uhr.

Achtung! Am Mittwochvormittag ist keine Praxis! Bitte kommt zu den Praxis-Gruppen am Dienstagabend und Mittwochabend.

Veranstaltungen an den Wochenenden – Bitte die jeweiligen Anfangszeiten beachten!

Außer für die festen Gruppen **ist immer eine Anmeldung erforderlich, da die Platz-Zahl beschränkt ist!**

Hinweis: Die Veranstaltungen „Inneres Qigong“ mit Jan Erben und „Café Sangha“ mit Ani Karma Tsultrim finden im Juli nicht statt!

4. Juli Samstagvormittag von 9.30 bis 12.30 Uhr

Achtsamkeit im Umgang mit anderen mit Bodhivirya

Offen für alle Interessenten! – Siehe Ausschreibung!

5. Juli Sonntagvormittag von 9.30 bis ca. 12.00 Uhr

Yidam-Vertiefung mit Ani Karma Tsultrim und Karin Rothlehner (feste Gruppe)

11. Juli Samstagabend von 18.00 bis ca. 20.30 Uhr

Zen/Mahamudra-Übungsabend mit Ratnabodhi und Ani Karma Tsultrim

Offen für Dharma-Praktizierende! – Siehe Ausschreibung!

12. Juli Sonntagvormittag von 9.30 bis ca. 12.00 Uhr

Grundlegendes Studien-Retreat (6. Semester) mit Ani Karma Tsultrim (feste Gruppe)

18. Juli Samstagabend von 19.00 bis ca. 20.30 Uhr

Informationsabend für die Interessenten an der neuen Mystik-Gruppe

Einladung folgt!

19. Juli Sonntagvormittag von 9.30 bis ca. 12.00 Uhr

Dharma-Mystik mit Ani Karma Tsultrim (feste Gruppe)

25. Juli Samstagnachmittag von 15.00 bis 17.30 Uhr

Mahayana-Vertiefung mit Daniela Pfeffer (feste Gruppe des letzten Aufbaukurses)

Es ist noch offen, ob diese Veranstaltung vor Ort stattfindet oder ob die Teilnehmer noch einmal Arbeitsunterlagen für die Praxis zuhause erhalten. Eine Info dazu wird kurzfristig per E-Mail geschickt.

3. Literatur

Wir empfehlen allen unseren Sangha-Mitgliedern, die ihre Praxis und ihr Verständnis klären und vertiefen wollen, noch einmal das Buch „**Kleines Boot, erhabener Berg**“ von **Ajahn Amaro**. Wer noch nicht dabei ist, wird eingeladen, sich unserem Online-Studium anzuschließen, das Ani Karma Tsultrim dazu im „Sangha-Bereich“ der Webseite für die Mitglieder und unseren Freundeskreis anbietet. Durch dieses Buch werden uns für Feinheiten der Praxis auf fortgeschrittener Ebene die Augen geöffnet und so manches Hindernis, das wir bisher nicht erkannt haben, kann sich auflösen. Dabei geht es um die Essenz von Buddhas Lehre, wie wir sie auch in Mahamudra und Dzogchen praktizieren.

Wegen des großen Interesses in unserem Sangha konnten wir noch einmal einige Exemplare dieses Buches vom Muttodaya-Kloster erhalten. Wer also noch eines möchte, kann sich bei Ani-la melden.

4. Kontemplation

Frei von unreiner konzeptueller Meditation,
nicht aufgewühlt vom Wind allgemeiner Hetze und Geschäftigkeit,
zu wissen, wie man den Geist natürlich und ungekünstelt in sich selbst verweilen lässt –
das ist die Praxis über die Bedeutung von Geist.
Möge ich geschickt darin sein und sie stets anwenden.

Die Wellen von groben und subtilen Gedanken lösen sich in sich selbst auf.
Ohne Bewegung ruht der Geistes-Strom auf natürliche Weise.
Frei von den Befleckungen von Dumpfheit und Aufgeregtheit
möge der Ozean der Gemütsruhe unbewegt und stabil sein.

*Aus: Das Gebet des sehnlichen Wunsches, Mahamudra zu verwirklichen
Vom III. Karmapa Rangjung Dorje*

Verantwortlich für den Inhalt: Ani Karma Tsultrim

Dieser Newsletter ist ein wichtiges Informationsorgan für alle Praktizierenden im Dharma-Tor Zentrum.

Wir senden ihn aber auch an einige Freunde und Interessenten, die nicht bei uns praktizieren oder Dharma- und Spiritual Care-Veranstaltungen besuchen. Wer in diesem Fall den Newsletter nicht mehr erhalten möchte, kann ihn jederzeit per E-Mail abbestellen.

Büro-Adresse: info@dharmator.de

Der buddhistischen Tradition entsprechend möchten wir niemandem Informationen senden, wenn sie nicht erwünscht sind.

Wir weisen auch darauf hin, dass wir damit der Datenschutz-Verordnung entsprechen.

Weiteres zum Datenschutz auf unserer Webseite: www.dharmator.com

Dharma-Tor Zentrum für Praxis und Retreat
Bodhicharya Huttenried
Huttenried 2, 86980 Ingenried bei Schongau

Büro-Telefon: 08868-180265

E-Mail: info@dharmator.de

Webseite des Zentrums: www.dharmator.com

Übersicht zur gesamten Webpräsenz auf der Startseite von
www.bodhiyana.de

Spendenkonten:

Sparkasse Oberland SWIFT-BIC: BYLADEM1WHM

Spenden für das Zentrum und die Herausgabe von Dharma-Dána Literatur:

Dharma-Tor Stiftung

IBAN: DE92 7035 1030 0005349204

Mitgliedsbeiträge, Freundeskreis-Spenden und Dána zur Unterstützung unserer verschiedenen
Dharma-Aktivitäten:

Dharma-Tor e.V.

IBAN: DE87 7035 1030 0005351622

Unsere sozialen Projekte

www.aktion-mahakaruna.de

Aktion Mahakaruna e.V. – Kindernot lindern helfen

Spendenkonto

IBAN DE22 70351030 0036228765