



Dharma-Tor Newsletter

Aktives Bodhicitta

Februar 2021

Liebe Mitglieder und Freunde,

Im März ist Frühlingsanfang – wir haben bereits einen kleinen Vorgeschmack davon erhalten, den wir genießen dürfen. Lasst Licht und Freude in eure Praxis hinein strömen! Vielleicht können wir uns im Laufe des Monats auch über eine Lockerung des Lockdown freuen, die uns wieder gemeinsame Praxis im Zentrum erlaubt... Und die unter Literatur angegebene Lektüre kann uns dabei unterstützen, Herz und Geist aufzumuntern. Die Kontemplation zeigt uns die Essenz der Praxis, täglich mehrmals zu erinnern, auch während des Alltags.

Im Anhang ist der Newsletter zum Abspeichern und Ausdrucken

1. Berichte und Mitteilungen

* Im März startet unser **neues Programm** für das Halbjahr März bis August. Wir werden die Veranstaltungen weiterhin in der inzwischen gewohnten Weise durchführen, bis wir zu Präsenz-Veranstaltungen übergehen können. Sobald das möglich ist, werdet ihr über Rundmail informiert.

* Die **Beiträge für die festen Gruppen und das Studienretreat** überweist bitte bis Mitte März. Die Teilnehmer erhalten dazu in den nächsten Tagen E-mails mit den entsprechenden Beträgen.

* Bitte denkt daran, auch **Dana** zu überweisen, solange wir nicht vor Ort sein können. Das Dana (das normalerweise in die Box gegeben wird) ist ein wichtiger Beitrag zum Erhalt unseres Zentrums! Dazu wieder der Hinweis: Wenn ihr eine „Spende für das Zentrum“ überweist, ist es eine reine Spende und ihr könnt eine Spendenbescheinigung dafür erhalten. Wenn ihr bei der Überweisung schreibt „Dana (oder Spende) für eine Veranstaltung“ ist es ein Dana mit Gegenleistung und wir dürfen dafür keine Spendenbescheinigung ausstellen.

Herzlichen Dank allen, die großzügig gespendet haben!

2. Termine für März

Solange der Lockdown anhält, findet die **reguläre Praxis unter der Woche** weiterhin mit Bodhiviriya als ZOOM-Veranstaltung am Mittwochabend statt. Zeit und Zoom-Zugang findet ihr oben auf der Startseite von www.dharma-tor.com

Ani Karma Tsultrim wird wieder für die Fortgeschrittenen Übungsmaterial zur Verfügung stellen. Sobald wir Präsenzveranstaltungen halten dürfen, gelten die bekannten Zeiten unter der Woche für die Praxisgruppen.

Veranstaltungen an den Wochenenden:

Wir geben hier die Durchführung während des Lockdown an. Sollten Präsenz-Veranstaltungen möglich werden, erhaltet ihr rechtzeitig Nachricht über Rundmail.

6. März Praxisnachmittag

Essenz des Mahayana mit Daniela Pfeffer **über Praxismaterial per E-mail**; fortlaufender Kurs für Praktizierende des vertiefenden Studienretreats und weitere Interessenten. Quereinstieg auf Anfrage möglich!

7. März Praxisvormittag

Dharma-Mystik neue Gruppe mit Ani Karma Tsultrim **über Praxismaterial per E-mail** (Geschlossene Gruppe)

13. März

Aufbauendes Studienretreat 2. Semester mit Ani Karma Tsultrim und Bodhimitta – **Bodhimitta via Zoom, Ani-la über Praxismaterial per E-mail** (Geschlossene Gruppe)

13. März Praxisnachmittag

Pali-Buddhismus mit **Bodhimitta via Zoom** – an diesem Teil des Aufbaukurses nehmen noch weitere Interessenten teil – Quereinstieg auf Anfrage möglich!

14. März

Übungs-Serie zum Inneren Qigong: Zhang-Zhuang mit Jan Erben; entfällt, wenn keine Präsenz-Veranstaltung möglich ist.

Nutzt bitte wieder die Links zu den entsprechenden Youtube-Videos, die ihr erhalten habt.

20. März

Grundlegendes Studienretreat 2. Semester mit Bodhiviriya **via ZOOM** (Geschlossene Gruppe)

20. März Praxisabend

Spiritualität im Alltag – ein 7-Punkte-Programm mit Ratnabodhi und Ani Karma Tsultrim **über Praxismaterial per E-mail**

Fortlaufender Kurs, in den ein Quereinstieg jederzeit möglich ist; bei Interesse bitte anfragen

21. März Praxisvormittag

Dharma-Mystik Vertiefung mit Ani Karma Tsultrim **über Praxismaterial per E-mail** (Geschlossene Gruppe)

27. März Tagesretreat

Form ist Leerheit – Leerheit ist Form mit Bodhiviriya **via ZOOM**

28. März

Vertiefung der Mahamudra- & Yidam-Praxis mit Ani Karma Tsultrim und Karin Rothlehner **über Praxismaterial per E-mail** (Geschlossene Gruppe)

3. Literatur

Von dem bekannten Dharmalehrer **Ajahn Brahm** ist wieder ein Buch erschienen, in dem er auf sehr humorvolle Weise mit tiefgründigen Geschichten Dharma-Inhalte übermittelt. Bekannt sind vielen von euch die Bücher „Die Kuh, die weinte – Buddhistische Geschichten über den Weg zum Glück“ und „Der Elefant, der das Glück vergaß – Buddhistische Geschichten, um Freude in jedem Moment zu finden“. Das neue Buch heißt: „**Wie hilft der Bär beim Glücklichein? – Fragen und Antworten für den buddhistischen Weg zu einem achtsamen und erfüllten Leben**“.

Lasst euch von den neuen Geschichten wieder berühren. Sie können uns viel Inspiration für den Alltag geben.

4. Kontemplation

Essenz-Praxis für den Alltag

Lass das reine Gewährsein in hellem Licht erstrahlen –
und alle Dunkelheit verschwindet.
Verweile in der offenen Weite des reinen Gewährseins –
und alle Anhaftung vergeht.
Lass das offene, reine Gewährsein von liebender Güte durchdringen –
und alle Wogen der Abneigung verebben.

Aus: Uposatha-Reflexionen von Ani Karma Tsultrim

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@dharma-tor.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.dharma-tor.com

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

Büro-Telefon: 08868-180265

E-Mail: info@dharma-tor.de

Webseite des Zentrums: www.dharma-tor.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