



Dharma-Tor Newsletter

Aktives Bodhicitta

Oktober 2021

Liebe Mitglieder und Freund*innen,

Langsam neigt sich das Jahr dem Ende zu, so dass dann wieder ein Neuanfang stattfinden kann. Betrachtet diese Veränderungen positiv – denn sie sind die große Chance, um weiterzugehen oder Neues zu beginnen. Und wie langweilig wäre es für viele Menschen ohne sie. Unsere Sinne suchen immer nach Befriedigung... Tief verstanden ist das Maya, die Verführung, und Samsara, die Verstrickung. Bereit sein loszulassen und in innerem Frieden zu ruhen, ist Befreiung. Solche Betrachtungen sollten wir immer wieder anstellen. Unter Literatur findet ihr wertvolle Bücher dazu. Und die Kontemplation hält uns den Spiegel vor die Augen. Im Anhang ist der Newsletter zum Abspeichern und Ausdrucken.

1. Berichte und Mitteilungen

* Wieder möchten wir uns für die großzügigen Spenden unserer vielen Sangha-Freunde bedanken. Eure Solidarität und Freigebigkeit ist wunderbar. Diese Unterstützung ist sehr wertvoll. Dadurch gehören wir zu den wenigen Zentren, die ohne finanzielle Probleme durch die Corona-Zeit gekommen sind und kommen.

* Herzlichen Dank auch für die selbstlose Hilfe in Haus und Garten, vor allem auch Dank den „Heizelmännchen“, die in letzter Zeit immer mal auftauchen und „heimlich“ im Garten aufräumen. Es ist eine Freude, wenn man zum Arbeiten hinaus geht und das, was zu tun wäre, bereits gemacht ist. Danke!

* Nun freuen wir uns, wenn wieder mehr Praktizierende unsere Praxis-Angebote wahrnehmen. Überall ist zurzeit ein Mangel an Teilnehmern, nicht nur in Dharma-Zentren, auch bei Kursen, die anderswo angeboten werden. Jetzt in der dunkleren Jahreszeit, ist gemeinsame Praxis besonders wertvoll und stimmungsvoll. Und sie hilft uns, die innere Balance zu finden, stabil zu sein und, wie oben schon erwähnt, tiefer zu verstehen und sich der Wahrheit und Befreiung anzunähern.

* Noch ein paar Worte zu den Online-Abenden von Ani Karma Tsultrim: Die Gruppe der angemeldeten Teilnehmer ist groß. Und es ist wichtig, dass ihr wirklich an den Abenden dabei seid, wenn ihr nicht gerade aus einem dringenden Grund verhindert seid. Leider haben manche mitgeteilt, dass sie lieber die Aufzeichnungen ansehen und sich dazu „ihre Zeit“ gemütlich auf der Couch aussuchen können. Das ist selbstverständlich in Ordnung für diejenigen, die krank sind oder eben im Ausnahmefall. Aber grundsätzlich solltet ihr bei diesen Zoom-Abenden genauso „anwesend“ sein, wie bei Präsenzveranstaltungen. Ani-la spricht direkt zu denen, die dabei sind. Sie möchte die Gesichter vor sich sehen. Wie und was sie lehrt entwickelt sich im Laufe des Abends für diejenigen, die teilnehmen. Nochmal ansehen könnt ihr ja danach die Aufzeichnungen jederzeit.

Und noch eine Bitte: Schaltet euer Bild ein, damit ihr zu sehen seid. Und schreibt nicht mit, sondern seid meditativ dabei wie in der Buddha-Halle (heißt auch ohne Kopfhörer = ohne Büroatmosphäre). Das Trinken und Essen beschränkt auf die kurze Pause, die an jedem Abend eingeplant ist. Bei Dharma-Veranstaltungen eigentlich selbstverständlich.

2. Termine für November

Die regulären Meditationszeiten unter der Woche finden nach Plan statt, also vormittags an jedem 1. und 3. Mittwoch im Monat und abends an jedem Mittwoch.

Wochenend-Veranstaltungen (einschließlich Montag):

1. November (Montagabend!)

Puja für Verstorbene mit Ani Karma Tsultrim

Siehe Einladung!

7. November (sonntags) **Zoom-Abend**

Dharma-Essenz für fortgeschrittene Dharma-Praktizierende mit Ani Karma Tsultrim

Der Zugangs-Link wird wieder einige Tage vorher als Rundmail an die Gruppe gesendet.

13. November

Aufbauendes Studienretreat 3. Semester mit Ani Karma Tsultrim und Bodhimitta (Geschlossene Gruppe)

13. November Praxisnachmittag

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

21. November

Dharma-Mystik (Präsenz-Gruppe) mit Ani Karma Tsultrim

22. November (montags) **Zoom-Abend**

Dharma-Mystik mit Ani Karma Tsultrim

Der Zugangs-Link wird wieder einige Tage vorher als Rundmail an die Gruppe gesendet.

27. November Praxisnachmittag

Essenz des Mahayana mit Daniela Pfeffer (geschlossene Gruppe)

Fortlaufender Kurs

28. November Tagesretreat

Inneres Qigong mit Jan Erben

Ausschreibung folgt

3. Literatur

Heute stellen wir ein Buch vor, das die Auszeichnung „Nautilus Books Awards Winner“ erhalten hat: „Mindfully Facing Disease and Death – compassionate advice from early Buddhist texts“ von Dr. Bhikkhu Analayo.

In späteren Traditionen gibt es viele Unterweisungen und Praxismethoden zum Thema Sterben und Tod. Aber wenige Praktizierende wissen, wie ausführlich und tief die direkten Ratschläge und die mitfühlende Hilfestellung des Buddha für seine Schüler waren. Dieses Buch ist ein Juwel, um sich auf Krankheit und auf das Lebensende so vorzubereiten, dass man mit offenem, lichthaftem Geist diese Herausforderungen durchleben kann. Es gibt auch eine wertvolle Hilfe bei der Begleitung von kranken und sterbenden Menschen.

Da nicht alle unsere Sangha-Freunde englisch lesen, soll auch auf das Buch des Waldkloster-Mönchs Ajahn Chah hingewiesen werden: „Alles entstehend, alles vergehend – Reflexionen über Vergänglichkeit und das Ende vom Leiden“.

Und zur Erinnerung nennen wir die Dharma-Tor Broschüre von Girimananda (Dr. Karl Seidenstücker) „Der weltliche Anhänger des Buddha – Winke und Unterweisungen für buddhistische Laien“. Auch darin finden wir die Essenz der Lehre des Buddha, die uns das Loslassen, einen entspannten Umgang mit Krankheit bis hin zur Unterstützung der Heilung und einen friedvollen Übergang erleichtert.

4. Kontemplation

Die Vergangenheit ist schon vorüber.
Das Zukünftige ist noch nicht da.
In der Gegenwart ist keine Heimat.
Alles wandelt sich ständig, nirgends ist fester Halt.
Namen und Worte sind selbst geschaffene Verwirrung.
Was vergeudest Du so Dein Leben jeden Tag mit unklarem Geist?
Gib Deine altvermoderten Ansichten auf.
Lass Deine neumodischen Einbildungen fallen.
Ehrlich und mit ganzem Herzen forsche und spiegle Dich in Dir selber.
Forschend und spiegelnd, spiegelnd und forschend –
bis der Augenblick kommt, dass kein Forschen mehr möglich ist.
Denn dies ist die Zeit, da Du siehst, dass all Dein Leben nur Täuschung war.

Ryokan Daigu
Zen-buddhistischer Mönch (1758-1831)

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 Spenden 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