

[http://www.google.com/language\\_tools](http://www.google.com/language_tools)  
- translate to other languages

# Meditation in Europa 2007

[http://www.google.com/language\\_tools](http://www.google.com/language_tools)  
- translate to other languages

Zusammengestellt von  
Dieter Baltruschat

München Mai 2007

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Meditation in Europa, München Mai 2007

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**

<b>1 Klöster und Zentren.....</b>	<b>5</b>
1.1 Rinzai-Zen Tempel Tannenhof und Hannya-Kai.....	5
1.2 AMARAVATI RETREATS 2007 .....	7
1.3 Dhammapala.....	9
1.4 IMC-Österreich - Internationales Meditationszentrum.....	11
1.5 Retreats in the Meditation Centre Bodhipala (North Bohemia).....	13
1.6 Dhamma Dvara - Vipassana-Kurse in der Tradition von S.N. Goenka.....	14
1.7 Buddhayana-Haus in Stadel (nahe Pfaffenhofen/Ilm) .....	18
1.8 Dhammacari Vipassana Meditationszentrum.....	20
1.9 Yogalandhaus Höfen.....	22
1.10 Buddhistische Gesellschaft München.....	23
1.11 Buddhistische Gesellschaft Hamburg.....	23
<b>2 Veranstaltungen 2007.....</b>	<b>24</b>
2.1 Retreats in der Mahasi Tradition 2007.....	24
2.2 Veranstaltungen mit Chökyi Nyima Rinpoche.....	26
2.3 Dzogchen und Tantra Kurse mit John Myrdhin Reynolds, Lama Vajranatha.....	27
2.4 Rosemary and Steve Weismann im Sept. im Waldhaus.....	27
3.5 Meditationsseminar mit Tsoknyi Rinpoche im Mai.....	28
<b>3. Klöster und Seminarhäuser.....</b>	<b>30</b>
<b>4. Weitere Kontaktadressen und links .....</b>	<b>33</b>
<b>5. Verzeichnis einiger asiatischer Tempel in Deutschland .....</b>	<b>34</b>
<b>7. Literaturhinweise.....</b>	<b>36</b>
<b>Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM.....</b>	<b>37</b>
<b>Buddhistisches Waldkloster e.V.....</b>	<b>38</b>

## 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 findet, 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](http://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 Rinzi-Zen Tempel Tannenhof und Hannya-Kai**

#### **Veranstaltungen im Tannenhof 2007**

##### **Januar**

25.-28. Iaido und Zen-Meditation mit Hiroko Fuchii Sensei und D. Westerbarkey

##### **Februar**

02.-04. Zazen-Kai mit Daikan Westerbarkey - Einführung in Zen-Meditation

##### **April**

31.03.-07.04. Oster-Sesshin mit Daikan Westerbarkey

##### **Juli**

05.-08. Iaido und Zen-Meditation mit Hiroko Fuchii Sensei und D. Westerbarkey

30.-05.08. Zazen mit Pinsel und Schwert - Sesshin mit Genso Roshi

##### **August**

27.-02.09. Herbst-Sesshin mit Daichi Bunryo Yamada Roshi

##### **November**

23.-25. Zazen-Kai mit Daikan Westerbarkey - Einführung in Zen-Meditation

##### **Dezember**

02.-09. Winter-Sesshin (Rohatsu) mit Daikan Westerbarkey

#### **Anmeldung zu allen Zen-Kursen:**

bei Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft

Daikan J. Westerbarkey

Tel.: 089-64280829

Internet: [www.hannya-kai.de](http://www.hannya-kai.de) oder [www.seminarhaus-tannenhof.de](http://www.seminarhaus-tannenhof.de)

eMail: [Daikan@Seminarhaus-Tannenhof.de](mailto: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)

## 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.

## 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

## 1.2 AMARAVATI RETREATS 2007

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 style="text-align: center;">PLEASE NOTE THAT BOOKINGS <b>CANNOT</b> BE MADE OVER THE TELEPHONE OR BY E-MAIL MESSAGES</p>	<p><i>Website:</i> <a href="http://www.amaravati.org">www.amaravati.org</a></p> <p><i>E-mail:</i> <a href="mailto:retreats@amaravati.org">retreats@amaravati.org</a></p> <p><i>Postal Address:</i></p> <p>Retreat Manager Amaravati Buddhist Monastery Great Gaddesden, Hemel Hempstead Hertfordshire HP1 3BZ England</p> <p><i>A stamped addressed envelope would be appreciated</i></p> <p><i>Telephone:</i> <b>01442 –843239</b></p>
--	---

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.

## RETREATS 2007

R1	13 Apr -	17 Apr 2007	Ajahn Vimalo	-	
R2	20 Apr -	22 Apr 2007	Ajahn Karuniko	-	
R3	04 May -	13 May 2007	Ajahn Vajiro	-	
R4	25 May -	27 May 2007	Ajahn Anandabodhi	-	
R5	08 Jun -	17 Jun 2007	Ajahn Thanasanti	-	
R6	29 Jun -	01 Jul 2007	Ajahn Ratanawanno	-	Thai Speaking
R7	13 Jul -	17 Jul 2007	Ajahn Sundara	-	
R8	28 Jul -	09 Aug 2007	Luang Por Sumedho	-	Experienced meditators only. To be drawn by lottery 1st of January, 2007
R9	07 Sep -	16 Sep 2007	Luang Por Sumedho	-	To be drawn by lottery on January 1st, 2007
R10	28 Sep -	30 Sep 2007	Ajahn Candasiri	-	
R11	12 Oct -	14 Oct 2007	Ajahn Jayanto	-	
R12	19 Oct -	21 Oct 2007	Ajahn Metta	-	
R13	02 Nov -	06 Nov 2007	Ajahn Nyanarato	-	
R14	16 Nov -	25 Nov 2007	Ajahn Sucitto	-	
R15	07 Dec -	09 Dec 2007	Ajahn Anandabodhi	-	
R16	27 Dec -	01 Jan 2008	Ajahn Upekkha	-	

### 1.3 Dhammapala

Dhammapala Buddhistisches Kloster, Am Waldrand, CH 3718 Kandersteg

Tel: 033 675 2100 , Fax: 033 675 2241

Veranstaltungshinweise im Internet: [www.dhammapala.ch](http://www.dhammapala.ch)

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

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 (*bhàvana* – 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 (*vipassanà*) 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 und auswärtige Meditationskurse 2007

*Für alle Kurse sind freiwillige Köche/-innen sehr willkommen !*

**27. - 29. April** in Eguilles / Aix-en-Provence (F)

mit *Ajahn Khemasiri*

Kurssprache: Englisch mit französischer Übersetzung

**Kontakt:** Le Refuge, Mas de Fabrègues, F-13510 Eguilles

Tel. +33 (0)4 42 92 45 28

**19. Mai - 27. Mai - Pfingstkurs** in Dhammapala

mit *Ajahn Khemasiri*

Kurssprache: Deutsch

- für Teilnehmer mit Kurserfahrung -

**Kontakt:** Kloster Dhammapala

**14. - 22. September** in Dhammapala

**Achtsamkeit in Stille und im Dialog**

mit *Ajahn Khemasiri* und *Anagarika Robert*

Formelle Meditation ergänzt durch täglichen Dhammaustausch

- für Teilnehmer mit Kurserfahrung -

Kurssprache: Deutsch

**Kontakt:** Kloster Dhammapala

**7. - 11. November** in Dhammapala

**Einsichtsmeditation und liebevolle Zuwendung** (*mettā*)

mit *Ashin Ottama*

Kurssprache: Deutsch

- für Fortgeschrittene als auch Anfänger geeignet -

**Kontakt:** Kloster Dhammapala

**26. Dezember 2007 - 2. Januar 2008 - Neujahrskurs in Dhammapala**

mit *Ajahn Natthiko* Kurssprache: Englisch

- für Teilnehmer mit Kurserfahrung - **Kontakt: Kloster Dhammapala**

## Weitere Klöster in der Ajahn Chah Tradition:

### Britain:

Aruna Ratanagiri Monastery

Harnham, Belsay, Northumberland, NE20 0HF

Tel: 01661 881 612, Fax: 01661 881 019

email: [communiti@ratanagiri.org.uk](mailto:communiti@ratanagiri.org.uk) Web site: [www.ratanagiri.org.uk](http://www.ratanagiri.org.uk)

Cittaviveka Chithurst Buddhist Monastery Chithurst

Petersfield Hampshire, GU31 5EU

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

### 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](http://www.santacittarama.org)

[sangha@santacittarama.org](mailto:sangha@santacittarama.org)

## 1.4 IMC-Österreich - Internationales Meditationszentrum

A-9064 St. Michael/Gurk 6, Österreich

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

Email: [mail@imc-austria.com](mailto:mail@imc-austria.com)

Programm und aktuelle Termine im Internet: [www.imc-austria.com](http://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

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

ÖSTERREICH ([www.imc-austria.com](http://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](mailto:mail@imc-austria.com)

ENGLAND ([www.ubakhin.com](http://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](mailto:mail@imc-uk.org)

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

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

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

## **1.5 Retreats in the Meditation Centre Bodhipala (North Bohemia)**

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

e-mail: [bodhipala@volny.cz](mailto:bodhipala@volny.cz)

[www.bodhipala.cz](http://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.

## **1.6 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](mailto:info@dvara.dhamma.org), Internet: [www.dvara.dhamma.org](http://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.

## 2007

Datum	Kursart
17. - 28.Jan	10-Tage
31.Jan - 11.Feb	10-Tage
14. - 25.Feb	10-Tage
27.Feb - 10.Mar	10-Tage
14. - 25.Mar	10-Tage
29.Mar - 9.Apr	10-Tage
10. - 21.Apr	10-Tage
2. - 13.Mai	10-Tage
25.Mai - 5.Jun	10-Tage
17.Jun	Tag der offenen Tür
20.Jun - 1.Jul	10-Tage
4. - 15.Jul	10-Tage
17. - 28.Jul	10-Tage
1. - 12.Aug	10-Tage
15. - 26.Aug	10-Tage
29.Aug - 9.Sep	10-Tage
11. - 22.Sep	10-Tage
25.Sep - 6.Okt	10-Tage
31.Okt - 11.Nov	10-Tage
13. - 24.Nov	10-Tage

Letzte Änderung: 5.Dez 2006

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

Für eine Kursanmeldung füllen Sie bitte das Anmeldeformular vollständig aus, und schicken dieses per **Post oder Fax** an die folgende **Kontaktadresse**:

Vipassana-Meditationcentre - *Dhamma Dvāra*

Alte Straße 6

08606 Triebel ,Deutschland

Tel.: [+49](0)37434 - 79770; Fax: [+49](0)37434 - 79771;

Email: [info@dvara.dhamma.org](mailto:info@dvara.dhamma.org)

Internet: [www.dvara.dhamma.org](http://www.dvara.dhamma.org);

## **1.7 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](http://www.buddhayana-ev.de)**

## **Verlängerte Meditationswochenenden der BGM in Stadel**

mit Dieter Baltruschat:

**Fr. 28. Sept bis Di. 02.Okt.2007**

**Fr. 28. März bis Di. 01.April.2008**

**Mi. 21. Mai bis Di. 27 Mai 2008**

**Do 02. Okt bis Di. 07. Okt 2008**

Beginn: jeweils um 18 Uhr und endet am letzten Tag um 17 Uhr

**Veranstaltungsort:** Das Buddhayana-Haus in Stadel (Stadel 8, nahe Pfaffenhofen an der Ilm) ist ein kleines, aber feines Seminarhaus unter der Leitung von Ludwig Schafft und für alle buddhistischen Gruppen offen. Die Unterbringung erfolgt in der Regel in einem Doppelzimmer. Die Verpflegung ist vegetarisch. Alle TeilnehmerInnen sollten sich während des Aufenthalts bemühen, die acht buddhistischen Tugendregeln einzuhalten.

Der Meditationskurs findet vorwiegend im Schweigen statt. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden gebeten, bei der Reinhaltung des Hauses bzw. bei der Küchenarbeit (Gemüseschälen etc.) mitzuhelfen (maximal eine Stunde Arbeitsmeditation täglich).

**Anreise mit dem Auto:** (bitte möglichst Fahrgemeinschaften bilden!) 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.

Mit der Bahn: Zielbahnhof Pfaffenhofen an der Ilm (Strecke München - Ingolstadt). Nach vorheriger Vereinbarung ist eine Abholung vom Bahnhof möglich.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung; Hausschuhe, Handtuch; **Bettwäsche (Laken, Bettbezug, Kissenbezug)**; Uhr mit Wecker

**Kosten:** freiwillige Spende zum Erhalt des Hauses und Essen

**Anmeldung:** Dieter Baltruschat, Clemensstr. 61, 80803 München  
Tel: 089 – 21 29 43 05 Email: retreat-infos@gmx.de

**Alle InteressentInnen, ob mit oder ohne Meditationserfahrung**

**sind herzlich zur Teilnahme eingeladen.**

## 1.8 Dhammacari Vipassana Meditationszentrum

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

- **Jeden Monat von 1. bis 15.** einen
- **Grundkurs** (15 Tage) oder ein
- **Retreat** (10 Tage) zu machen.

Wer möchte kann in dieser Zeit auch gerne für einige **Tage zum praktizieren** kommen.

**Jederzeit** ist es auch möglich ein **Alltagsretreat** mit wöchentlichem Telefonreport (bei Retreat) bzw. persönlichem Report (bei Grundkurs) bei Hildegard zu machen.

Für Praktizierende und Interessierte bieten wir **jeden Dienstag einen Meditationsabend** an (ab 18:30 bzw. 19:15 Uhr)

Weitere Infos und Anmeldung über: E-Mail: [vipassana@dhammacari.de](mailto:vipassana@dhammacari.de) oder Telefon: (08785) 969 877

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

**\*Teilnahmegebühr\*** Wie in buddhistischer Tradition üblich, laufen die Vipassana-Meditationskurse auf Spenden-Basis.

## **Vipassana-Retreat mit Thanat Chindaporn im August in Scheyern**

**Sa. 11.08.2007 - Fr. 24.08.2007**

Veranstaltungsort: Benediktiner Abtei Kloster Scheyern

Schyrenplatz 1, D-85297 Scheyern.

Kursleitung: Thanat Chindaporn

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

Unterkunft: Einzelzimmer mit WC und Dusche für 25 Euro pro Übernachtung. Bargeld- (keine EC- oder Kreditkarten-) zahlung direkt an das Kloster bei der Anreise vor Kursbeginn. Spende für Verpflegung: auf freiwilliger Basis

Weitere Infos und Anmeldung über: E-Mail: [vipassana@dhammacari.de](mailto:vipassana@dhammacari.de) oder Telefon: (08785) 969 877

## **1.9 Yogalandhaus Höfen**

Veranstaltungen der Dzogchen-Gemeinschaft

Infos im Internet unter [www.dzogchen.de](http://www.dzogchen.de)

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](mailto:HansVogel@t-online.de)

## **1.10 Buddhistische 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

E-Mail: [bgm@buddhismus-muenchen.de](mailto: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. Kostenloser Download der Texte: [www.dhamma-dana.de](http://www.dhamma-dana.de)

## **1.11 Buddhistische Gesellschaft Hamburg**

Buddhistische Gesellschaft Hamburg (BGH), Beisserstraße 23, 22337 Hamburg

Tel: 040-6313696, Email: [buddh.gesellsch.hh@t-online.de](mailto:buddh.gesellsch.hh@t-online.de)

Website: [www.bghh.de](http://www.bghh.de)

## **2 Veranstaltungen 2007**

### **2.1 Retreats in der Mahasi Tradition 2007**

Infos über Zenten und Retreats in Europa: [www.Vipassana-EU.org](http://www.Vipassana-EU.org)

**Vipassana Retreat mit Ven. Chanmyay Sayadaw (U Janaka) vom 5–15. Juni 07**

Deutsche Übersetzung Ven. Ariya Nani

im Meditationszentrum Beatenberg, 3802 Waldegg-Beatenberg, Schweiz

Infos: [www.karuna.de](http://www.karuna.de); [info@karuna.de](mailto:info@karuna.de); 0041-(0)33 8412131

#### **Retreats mit Bhante Sujiva:**

Infos zu einem Kurs mit Bhante Sujiva, vom 1. bis 9. Sept im Haus der Stille [www.hausderstille.org](http://www.hausderstille.org) bei Hamburg.

Bhante ist auch vom 22. bis 25. Nov. im Pauenhof bei Düsseldorf [www.pauenhof.de](http://www.pauenhof.de)

#### **Vipassana-Kurs mit Bhante Sujiva: Einsicht und Herz, der Weg der Achtsamkeit**

Bhante Sujiva ist ein im Westen zunehmend populärer buddhistischer Meditationslehrer, der seine Kurse heute vor allem in europäischen Ländern (darunter Deutschland und die Schweiz) gibt. Er vereint in hervorragender Weise die Intuition eines asiatischen Meisters (als chinesisch-stämmiger Malaye), den gewissen Humor, der nur aus der Freiheit des Herzgeistes erblühen kann und eine ungewöhnlich westliche Denkweise. Er bietet mit seinen längeren Kursen auch die seltene Möglichkeit, ohne dafür nach Asien fahren zu müssen, in vertiefter Weise authentische Meditation zu erlernen und die Früchte wachsender Befreiung zu erfahren. Bhante schätzt den persönlichen Kontakt und ist bei allen Meditationssitzungen selbst anwesend. Er lehrt keine starre Methode, die er allen empfiehlt, sondern stellt sich individuell auf sein Gegenüber ein. Bhante Sujiva hat durch seine Praxis als Theravada-Mönch seit drei Jahrzehnten eine innere Reife entwickelt, die seinen Worten eine unmittelbar berührende Kraft verleiht. In seiner Lehre schöpft er aus einer profunden Kenntnis des Pali-Kanons, der die ältesten vollständig überlieferten Redensammlungen des historischen Buddha enthält. Sein Weg begann im chinesischen Chan bzw. Zen. In seinem Verständnis und Praxisansatz kommen also verschiedene buddhistische Einflüsse zum Tragen. Bhante ist nicht bloß ein einmaliger Virtuose der frühbuddhistischen Herzmeditationen, die im Allgemeinen als „Metta“ (Liebende Güte) zusammengefasst werden, sondern auch ein führender Meister der Achtsamkeits- bzw. Einsichtspraxis „Vipassana“ (Klares Sehen). Metta und Vipassana hängen eng zusammen. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf Vipassana. Bei Bedarf werden Bhantes Vorträge und Meditationsanleitungen ins Deutsche übersetzt.

#### **Bhante Sujiva, Biografie:**

Bhante Sujivas Schüler schätzen an ihm Mitgefühl, gekonnte praktische Anleitung und ein tiefes Verstehen der Lehre des Buddha. Der Ehrwürdige gab ab 1982 zahlreiche Retreats an seinem malaysischen Zentrum Santisukharama in Kota Tinggi, Johor. Er ist in Malaysia seit langem höchst beliebt und wird es heute auch zunehmend im Westen. Ab 1996 begann er, Kurse im Ausland zu halten, zunächst in Australien und Neuseeland. In den letzten Jahren hat er viele Retreats zur Achtsamkeits- oder Einsichtspraxis „Vipassana“ sowie der Liebende

Güte „Metta“ in Europa – nämlich in der Tschechischen Republik, Slowakischen Republik, Schweiz, in Deutschland, Italien, Schweden – und in den USA gegeben. Er lehrt mittlerweile regelmäßig im deutschsprachigen Raum. Er wurde buddhistischer Mönch, kurz nachdem er 1975 an der Universität von Malaysia mit einem „Honours Degree“ in Agrarwissenschaften abgeschlossen hatte. Während seines dreißigjährigen klösterlichen Trainings hat er unter bedeutenden buddhistischen Meditationsmeistern praktiziert. Sein hauptsächlicher Lehrer war Sayadaw U Pandita in Myanmar (Burma), ein führender Schüler des berühmten Meisters Mahasi Sayadaw (1904- 1982), des Vaters der weltweit sehr einflussreichen Vipassana-Methode des „Labellings“ bzw. „Benennens“. Der Lehr- und Praxisansatz von Bhante Sujiva lässt aber diesen Hintergrund nicht unbedingt erkennen und beruht noch auf weiteren buddhistischen Quellen. Er ist Autor einiger Bücher über Vipassana, Metta und buddhistische Poesie. Bhantes Hauptwerk zu Vipassana: „Die Praxis der Einsichtsmeditation“, Michael Zeh Verlag (vgl. [www.zeh-verlag.de](http://www.zeh-verlag.de), dort unter „Produkte“). Bhantes Hauptwerk zu Metta: „Die Buddhistischen Herzmeditationen: Verstehen, Liebe und Stille“, Duisburg: Tushita Bücher, Edition Buddha Direkt, 2007.

<i><b>S L O V A K I A</b></i>		
<i>date ( from - till ) :</i>	4.8.2007	26.8.2007
<i>place :</i>	( NOT CONFIRMED YET )	
<i>contact :</i>	Vlado Jakubec S L O V A K I A	
<i>email :</i>	<a href="mailto:sezam-pb@sezam-pb.com">sezam-pb@sezam-pb.com</a>	

<i><b>G E R M A N Y</b></i>		
<i>date ( from - till ) :</i>	1.9.2007	9.9.2007
<i>place :</i>	<i>Haus der Stille, Mühlenweg 20 D-21514 Roseburg, Germany</i>	
<i>contact :</i>	Angelika ( manager )	
<i>email :</i>	<a href="mailto:info@hausderstille.org">info@hausderstille.org</a>	
<i>website :</i>	<a href="http://www.hausderstille.org">www.hausderstille.org</a>	
<i>phone + fax:</i>	+49 (0) 4158-214	

## 2.2 Veranstaltungen mit Chökyi Nyima Rinpoche

[www.gomde.de](http://www.gomde.de), e-mail: [info@gomde.de](mailto:info@gomde.de)

29.6-1.7.2007 Kongress in Köln: „Medizin, Achtsamkeit und Mitgefühl“

27.8-5.9.2007 Seminar in Gomde, Guth zu Rath, Scharnstein, Österreich:

„Der Kern der Sache“ von Tsele Natsog Rangdrol

Kontakt: +49(0)9131 - 205725

Chökyi Nyima Rinpoche [www.shedrub.net](http://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 Ugyen 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 Ugyen 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.“

## 2.3 Dzogchen und Tantra Kurse mit John Myrdhin Reynolds, Lama Vajranatha

Dzogchen 19 – 21 Oktober 2007 in Bielefeld

Anmeldung und Information: Institut Lebensrad, Weddingenstr. 24, 33604 Bielefeld

Tel: 0521-93440853

[www.institut-lebensrad.de](http://www.institut-lebensrad.de)

John Myrdhin Reynolds 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.

weitere Veransaltungshinweise: [www.vajranatha.com](http://www.vajranatha.com)

## 2.4 Rosemary and Steve Weismann im Sept. im Waldhaus

Dear Dhamma Friend and past retreatant of Steve & Rosemary,

We hope you are well & content. We have sent you this to inform you about our scheduled retreat

14-23 September, 2007 at Waldhaus am Laacher See, Nickenich, Germany.

Phone: 49-2636-3344; fax: 49-2636-2259; email: [budwest@t-online.de](mailto:budwest@t-online.de)

This retreat will have the combination format which we call a Special Old and Regular Students' Retreat. The Special part will be available to many old students and will focus on new ways of doing Wise Reflection meditation. If you are interested, we encourage you to register quickly as the retreat may fill up.

We also wanted to let you know that we have a new published booklet available: **"Wise Reflection: the Importance of Yoniso Manasikara in Meditation"**. You can view the booklet and order it through [www.bps.lk](http://www.bps.lk) or buy it wherever Buddhist Publication Society Wheel publications are available.

Another reason for this newsletter is to let you know that Steve has finished a dramatic movie script on the Buddha's life from birth to enlightenment. The script is doing well in screenplay contests and we have an agent, but no sale yet. Do any of you know people who work in the movie industry? Hollywood or Europe. Or maybe you have a friend who knows someone who does? No harm in asking. If so, please ask them if they are interested. One student found out he knows an accountant at a big studio! Another student has a friend who knows Richard Gere. Please check with your friends, you may be able to help us. There's never been an exciting movie made for Western audiences which has the Buddha as the main character throughout. It would be wonderful if this movie got made. Any help would be greatly appreciated. And for those of you who don't know, on our website [www.watkovtahn.org](http://www.watkovtahn.org), you can find our latest retreat schedule, pre-register for Thailand retreats, order books & CDs, make donations and more. Our best wishes to all of you. May you find deeper Peace and Happiness.

Rosemary & Steve

### **3.5 Meditationsseminar mit Tsoknyi Rinpoche im Mai**

**vom 24. – 30. Mai 2007 im Chiemgau (Bayern)**

Mit viel Freude kündigen wir an, daß Tsoknyi Rinpoche nach mehreren Jahren über Pfingsten 2007 wieder ein Meditations- und Schweigertret in Deutschland halten wird. Rinpoches Belehrungen werden sich an sein letztes Buch „Fearless Simplicity“ anlehnen, das seit kurzem auch in deutscher Sprache erschienen ist („Furchtlose Einfachheit“ – Otter Verlag). Bei dem Seminar wird Rinpoche von Christoph Klöckl übersetzt. Tsoknyi Rinpoche ist ein Lama aus der Dzogchen und Mahamudra Tradition des Tibetischen Buddhismus. Von allen buddhistischen Methoden des „Erreichens“ unterstützen die Dzogchen Lehren die direkte Erfahrung und Realisation der Natur des Geistes am stärksten. Auf diesem Seminar werden wir diese Lehren von einem der geschicktesten und angesehensten Lehrern unserer Zeit übermittelt bekommen, der für seine klare und unkomplizierte Art der Übermittlung bekannt ist. Als Inkarnation des Drugpa-Kagyü Yogi Drubwang Tsoknyi und zugleich des Nyingma Tertön Ratna Lingpa – und insbesondere durch seine Familienlinie des großen Tertön Chokgyur Lingpa ist Rinpoche ein authentischer Träger der sogenannten Rime Bewegung, die die unverfälschten Kernlehren aller Schulen des Tibetischen Buddhismus betont.

Für seine Ausbildung zeichneten insbesondere sein Vater Tulku Urgyen, Khamtrul, Dilgo Kyentse, Nyoshul Khen und Adhi Rinpoches verantwortlich – Namen, die „Insidern“ die Herzen höher schlagen lassen. Rinpoche lehrt seit über 10 Jahren in Asien, Europa, Nord- und Südamerika. Er ist Oberhaupt mehrerer Klöster in Tibet und Nepal.

**Mehr über Tsoknyi Rinpoche erfahren Sie unter: [www.pundarika.org](http://www.pundarika.org)**

**Der Kernpunkt spiritueller Praxis ist, sich selbst durch Erkenntnis und zugleich andere durch mitfühlende Fähigkeit zu befreien.**

Tsoknyi Rinpoche: aus „Fearless Simplicity“

**Vorankündigung: Wochenendseminar mit S.E. Phakchok Rinpoche im September 2007 in München** Nähere Informationen ab April 2007 unter Telefon 089/1571108

**Bitte nehmen Sie Ihre Anmeldung für das Hotel direkt über das Seminarhotel Jonathan vor:**

Seminarhotel Jonathan, 83339 Chieming/Hart, Deutschland  
Tel. 08669 / 7 90 90 · Fax: 08669 / 79 09 70 · E-mail: [info@jonathan-seminarhotel.de](mailto:info@jonathan-seminarhotel.de)

Das Seminarhaus Jonathan liegt inmitten des schönen Chiemgau mit Blick auf Wiesen, Wald und Berge unweit dem „bayerischen Meer“ Chiemsee. Das Haus ist baubiologisch errichtet, verfügt über eine hervorragende vollwertig vegetarische Küche und bietet einen exzellenten Rahmen für das Seminar. Unvergeßliche Pfingsttage sind garantiert.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem beiliegenden Anmeldeformular

sowie unter [www.jonathan-seminarhotel.de](http://www.jonathan-seminarhotel.de)

### **Anmeldung für das Seminar**

Der Seminarbeitrag beträgt EUR 220,- für das gesamte Seminar, oder pro Tag EUR 40,-

Für Ermäßigung (nur bei zwingenden Gründen) sprechen Sie mit uns.

Darin sind Reisekosten und alle Ausgaben für Rinpoche enthalten, die mit diesem Seminar in Verbindung stehen sowie die Kosten für die Organisation. Die Mitarbeit für dieses Seminar geschieht auf ehrenamtlicher, unbezahlter Basis. Der Reinerlös sowie alle weiteren eingehenden Spenden werden Rinpoche übergeben.

Es ist uns eine Ehre, dadurch einen kleinen Beitrag für Rinpoches unschätzbare Arbeit für das Buddhadharma leisten zu können. Mögen alle davon profitieren.

**Bitte senden Sie Ihre Seminar-Anmeldung per E-mail an: [vajraspeech@web.de](mailto:vajraspeech@web.de)  
Ihre Fragen beantworten wir gerne telefonisch unter +49 (0)89 1571108**

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Ihre Seminargebühren bezahlen Sie bitte vor Ort nach Ankunft.

**Bitte nehmen Sie Ihre Anmeldungen für das Seminar und das Seminarhotel getrennt vor.**

### **Seminar-Zeitplan**

Donnerstag, 24. Mai 2007: Anreise. Registration ab 14 Uhr, Abendessen 18.30 Uhr, Belehrung von Tsoknyi Rinpoche 20 Uhr

Freitag, 25. Mai bis Dienstag, 29. Mai: Meditations- und Schweigeretreat mit Tsoknyi Rinpoche

Mittwoch, 30. Mai: Belehrung von Tsoknyi Rinpoche, Abreise nach dem Mittagessen

### 3. Klöster und Seminarhäuser

#### Deutschland:

Wat Buddha Piyawararam, Dietzenbacher Str. 6, 63303 Dreieich-Götzenhain  
Tel.: 06103/831959, Fax: 831958)  
E-Mail: [oferadi@hotmail.com](mailto:oferadi@hotmail.com), Internet [www.sirimangalo.org](http://www.sirimangalo.org)

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

Rinzai-Zen Tempel Tannenhof (Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft)  
Kontakt: Daikan J. Westerbarkey, Tel.: 089-64280829  
eMail: [Daikan@Seminarhaus-Tannenhof.de](mailto:Daikan@Seminarhaus-Tannenhof.de)  
Internet: [www.seminarhaus-tannenhof.de](http://www.seminarhaus-tannenhof.de)

Seminarhaus Engl, Engl 1, 84339 Unterdietfurt, Tel.: 08728-616, Fax: 08728-412  
E-Mail: [Seminarhaus.Engl@t-online.de](mailto:Seminarhaus.Engl@t-online.de), Internet: [www.seminarhaus-engl.de](http://www.seminarhaus-engl.de)

Waldhaus am Laacher See, Heimschule 1, 56645 Nickenich Tel.: 02636-3344  
E-Mail: [budwest@t-online.de](mailto:budwest@t-online.de), Internet: [www.Buddhismus-im-Westen.de](http://www.Buddhismus-im-Westen.de)

Haus der Stille, Mühlenweg 20, 21514 Roseburg, Tel./Fax: 04158-214  
E-Mail: [info@stille-roseburg.de](mailto:info@stille-roseburg.de), Internet: [www.stille-roseburg.de](http://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](mailto:info@dvara.dhamma.org), Internet: [www.dvara.dhamma.org](http://www.dvara.dhamma.org)

Meditationshaus Vimaladhatu, Altenhellefelderstr. 39, 59846 Sundern - Altenhellefeld  
Tel.: Kontakt über das Buddhistische Zentrum Essen: 0201 - 230155  
Email: [essen@fwbo.de](mailto:essen@fwbo.de) , Homepage: [www.essen-buddhismus.de](http://www.essen-buddhismus.de)

Nonnenausbildungskloster Anenja Vihara, Morgen 6, D-87549 Rettenberg, Telefon:  
08327-930 891, E-Mail: [anenja.vihara@web.de](mailto:anenja.vihara@web.de)

Es ist für Frauen und Männer möglich, den Tagesablauf im Kloster kennen zu lernen  
und dort eine gewisse Zeit mitzuleben. Weitere Infos im Internet:  
[www.anenja-vihara.org](http://www.anenja-vihara.org)

## **Schweiz:**

Kloster Dhammapala, Am Waldrand, CH-3718 Kandessteg, Tel: 0041-33-6752100  
Internet: [www.dhammapala.ch](http://www.dhammapala.ch)

Meditationszentrum Beatenberg, CH-3802 Waldegg-Beatenberg,  
Tel.: 0041-33-8412131 E-Mail: [info@karuna.ch](mailto:info@karuna.ch), Internet: [www.karuna.ch](http://www.karuna.ch)

Stiftung Felsentor, CH-Vitznau, Tel: 0041-41-3971776  
E-Mail: [info@felsentor.ch](mailto:info@felsentor.ch) Internet: [www.felsentor.ch](http://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](mailto:info@haustao.ch) Internet: [www.haustao.ch](http://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](mailto:mail@imc-austria.com) Internet: [www.imc-austria.com](http://www.imc-austria.com)

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

## **Tschechien:**

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

## **Italien:**

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

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

## **Irland:**

Sunyata Retreat Centre, Snata, Sixmilebridge, Co. Clare, Ireland  
email: [info@sunyatacentre.com](mailto:info@sunyatacentre.com) [www.sunjatacentre.com](http://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](mailto:retreats@amaravati.org), Tel.: 01442-843239, Internet: [www.amaravati.org](http://www.amaravati.org)

Aruna Ratanagiri Monastery  
Harnham, Belsay, Northumberland, NE20 OHF  
Tel: 01661 881 612, Fax: 01661 881 019  
email: [communiti@ratanagiri.org.uk](mailto:communiti@ratanagiri.org.uk) Web site: [www.ratanagiri.org.uk](http://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](mailto:generalenquiries@gaiahouse.co.uk) [www.gaiahouse.co.uk](http://www.gaiahouse.co.uk)  
Tel: +44 (0)1626 333613 Fax: +44 (0)1626 352650

#### **4. 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](mailto:dbu@dharma.de), Internet: [www.dharma.de](http://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](http://www.sbu.net) eMail: [info@sbu.net](mailto: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](http://www.Vipassana-EU.org)

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

[www.dao-jun.org](http://www.dao-jun.org)

##### **Dzogchen-Retreats mit Chögyal Namkhai Norbu Rinpoche**

Infos: [www.dzogchen.de](http://www.dzogchen.de), Tel. 0211-682 657, E-Mail: [dzogdus@aol.com](mailto:dzogdus@aol.com)

##### **Dzogchen-Seminare mit Tulku Chökyi Nyima Rinpoche oder Tsoknyi Rinpoche**

Infos: [www.gomde.de](http://www.gomde.de) bzw. [u.huebenthal@t-online.de](mailto:u.huebenthal@t-online.de), Tel. 0221-7201473

##### **Dzogchen-Seminare mit John M. Reynolds**

Infos: [www.vajranatha.com](http://www.vajranatha.com)

## 5. Verzeichnis einiger asiatischer Tempel in Deutschland

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

[www.thailife.de/thai-community/tempel/index.html](http://www.thailife.de/thai-community/tempel/index.html)

[www.thaipage.ch/index.htm](http://www.thaipage.ch/index.htm)

### Thailändische Tempel:

Wat Dhammanivasa [www.wat-dhammaniwasa.de](http://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.thailife.de/buddharama-berlin/index.html](http://www.thailife.de/buddharama-berlin/index.html) - 12685 Berlin.

Wat Buddhavihara [www.thailife.de/buddhavihara/index.html](http://www.thailife.de/buddhavihara/index.html) - 13435 Berlin.

Wat Dhammabharami [www.watdo.de](http://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](http://www.europe.sirimangalo.org/germany/wbpw/index.htm) -

63303 Dreieich-Gotzenhain.

Wat Pha Puritattaram [www.watgiessen.com](http://www.watgiessen.com) - 35396 Giessen.

Wat Buddhabharami [www.wat-buddhabharami.org](http://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](http://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](mailto:info@wat-sibounheuang.de)

[www.wat-sibounheuang.de](http://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](http://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](http://www.dhamma-dana.de)

Buddhist Publication Society: [www.accesstoinight.org/lib/bps/index.html](http://www.accesstoinight.org/lib/bps/index.html)

Thailändische Waldtradition: [www.accesstoinight.org/lib/thai/index.html](http://www.accesstoinight.org/lib/thai/index.html)

Ajahn Payutto: [www.geocities.com/Athens/Academy/9280/payutto.htm](http://www.geocities.com/Athens/Academy/9280/payutto.htm)

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

Interessante Bücher: [www.buddhanet.net/ebooks\\_m.htm](http://www.buddhanet.net/ebooks_m.htm)

Bücher der Mahasi Tradition auf der Homepage des Zeh Verlages:  
[www.zeh-verlag.de](http://www.zeh-verlag.de)

BÜCHER VON PA-AUK SAYADAW: [WWW.PAAUK.ORG](http://WWW.PAAUK.ORG)

Suttentexte: [www.palikanon.com](http://www.palikanon.com) und [www.buddhareden.de](http://www.buddhareden.de)

## Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM

[www.buddhismus-muenchen.de](http://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 Übende zur 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 - Suññatā verstehen und leben"  
von Buddhadāsa Bhikkhu, BGM - ISBN 3-8311-0028-4

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

"Der Zauber des Geistes oder Viel Lärm um Nichts"  
von Ñānananda 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)

"Dāna – Bedeutung und Verhältnis zur Konsumgesellschaft"

"Dhamma-Sozialismus von Buddhadāsa Bhikkhu"

"Meditation in Südostasien" Reatreatführer von Dieter Baltruschat

Zu beziehen über: [viriya@gurukrupa.de](mailto:viriya@gurukrupa.de) oder [BGM@Buddhismus-Muenchen.de](mailto:BGM@Buddhismus-Muenchen.de)

Alle Bücher, Hefte sowie einzelne Texte können auch kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden: [www.dhamma-dana.de](http://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. Nyānatiloka, 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](http://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](mailto:info@buddhistisches-waldkloster.de)