



Ich weiß es nicht ... | Newsletter Ausgabe September (1)/2022

Liebe Leserinnen und Leser,

sind Sie auch manchmal ratlos? Genau, heute geht es um die Unwissenheit. Vertrauen wir den alten Schriften, ist die Unwissenheit ein ziemlich ernst zu nehmender Schurke in Sachen Unglück. Sie kommt zu allem Übel auch noch sehr klug getarnt daher. Was wir für korrekt, toll und klug halten, ist es vielleicht gar nicht. Die manipulativen Tendenzen des eigenen Geistes aufgrund der (u. a.) Unwissenheit sind berühmt berüchtigt. Wir entlarven sie oft nicht, obwohl unsere subjektive Wahrnehmung sogar wissenschaftlich belegt ist. Gut, dass uns die Geistesschulung dabei unterstützt, nicht immer glauben zu müssen, was wir wahrnehmen.



Es wäre der Welt aber vielleicht schon extrem dienlich, wenn wir das nicht mal besonders getarnte, sondern ganz offensichtliche Nicht-Wissen auch mal klar zum Ausdruck bringen würden. Wie viele Botschaften flattern täglich aus diversen Kanälen voller Überzeugung auf uns nieder, obwohl der Sender der Botschaft seine Richtigkeit lediglich annimmt, vermutet, hofft, davon überzeugt ist ... es aber nun mal nicht genau weiß oder wissen kann? Ein schlichtes „ich weiß es nicht“ könnte vielleicht hin und wieder Türen öffnen, Konflikte abschwächen, Entscheidungen hinterfragen, neue Wege ermöglichen oder Missverständnisse vermeiden. Nichtwissen verunsichert aber und kann deshalb auch beängstigend sein. Kann das Anerkennen von Nicht-Wissen vielleicht sogar der Zuversicht dienen? Denn vielleicht tut sich ja dadurch eine Ergebnisoffenheit auf, die alle Aspekte zulässt, Neugier weckt und neue Wege ebnet?[Bild im Header: von S.Hermann u. F. Richter auf Pixabay, im Text oben: von Gerd Altmann auf Pixabay]

Apropos Unsicherheiten: Das Dharma-Sommercamp hat stattgefunden (juhu!)

Die Planung für das diesjährige Sommercamp war mit vielen Unsicherheiten verbunden. Wir wussten nicht, ob bzw. unter welchen Bedingungen es wirklich stattfinden kann und ob dann auch Teilnehmende kommen. Und die Möglichkeit, dass es stattfinden könnte und auch Menschen kommen könnten, war ja nun mal gegeben, also los! Wir haben es gemacht - und es war ganz wunderbar! Zehn Tage tiefgreifende buddhistische Belehrungen, ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm, gutes Essen, fröhliche Menschen, glückliche Kinder. Zu der gedanklichen Option, dass eine Sache ja auch gut werden könnte, am Ende des Newsletters übrigens noch ein Hinweis auf ein Interview mit unserem geschätzten Lehrer Geshe Pema Samten in der vergangenen Ausgabe von Tibet und Buddhismus.





Regelmäßige offene Termine

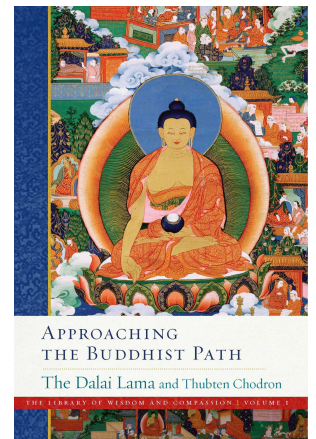
Unsere offenen Meditations- und Praxis-Termine sind vielseitige Übungsangebote. Die Übersicht aller offenen Meditationen finden Sie [hier](#) und alle Termine inklusive der offenen Meditationen befinden sich in unserem [Terminkalender](#). Wir freuen uns über Direktteilnehmerinnen und -teilnehmer. Bitte beachten Sie, dass **ab sofort die Montagsmeditation am Standort Hamburg-City nur noch vor Ort** stattfindet. Heute Abend (um 19:00 Uhr am Standort in der Güntherstraße mit Oliver Petersen) wird sie wie gewohnt auch live gestreamt. Hier geht es in unseren [YouTube-Kanal](#).

Morgenpraxis mit Gen Lobsang Choejor: derzeit jeweils um 7 Uhr am Mittwochmorgen (Vajrasattva) und Freitagmorgen (Tschöd) sowie einmal im Monat am „Medizinbuddhatag“ ([Termine](#)) per Zoom.

Immer geöffnet: Schatztruhe

Unser digitales Kaufhaus, die Schatztruhe, ist 24 Stunden für Sie geöffnet. [Hier](#) ist der Zugang zu Büchern und mehr.

Übrigens wird das Buch der ehrwürdigen Thubten Chodron „[Approaching the Buddhist Path \(Volume 1\) - The Dalai Lama and Thubten Chodron](#)“ im Lektüre-Café unseres Dharma-Kollegs (s. u.) gemeinsam in deutscher Sprache durchgearbeitet.



Programmhinweise

September 2022

Nachdem im August ein paar Aktivitäten „geruht“ haben, starten wir im September tatkräftig mit einer bunten Veranstaltungsvielfalt durch. Lesen Sie selbst:

Einblick in die buddhistische Philosophie - auch für Interessierte am Studium geeignet

Geeignet für alle, die sich einen Über- und Einblick verschaffen oder diesen auffrischen mögen, ist der Termin mit **Oliver Petersen** am Samstag, **03.09. von 14 bis 17:30 Uhr** am Standort **Hamburg-City** oder online! Hier gibt es nähere [Informationen](#).

Falls Sie übrigens den **Podcast mit Oliver Petersen** angehört haben, zwischenzeitlich gab es eine neue Folge :-). Hier gibt's alle [Informationen](#).

Informations-Veranstaltung zum Systematischen Studium des Buddhismus

Bitte gerne allen weiter erzählen, die sich für das Studium interessieren (könnten), denn die Lehrgänge beginnen nur alle zwei Jahre. Im Oktober 2022 ist es wieder soweit. Lehrgang 15 startet. Am **Samstag (04.09.) von 15:00**

nur alle zwei Jahre. Im Oktober 2022 ist es wieder soweit, Lehrgang 15 startet. Am **Sonntag (04.09.) von 13:00 bis 17:00 Uhr** stellen **Oliver Petersen und Heike Schmick** am Standort in der **City (und per Livestream in YouTube!)** das Studium inhaltlich und organisatorisch vor. Fragen dürfen sehr (!) gern gestellt werden. Hier gibt es nähere **Informationen**. Infos zum **Studium** und zur **Auftaktveranstaltung** am 30.09./01.10.



Wir werden älter - Vertrauen u. Akzeptanz

Vom **05.09. bis 24.10.22** findet an sieben Terminen am Standort Hamburg-City (und online) der nächste Kurs für die reife Lebensphase mit Gisa statt. (**Achtung: Während dieser Zeit finden die offenen Gesprächs-Termine nicht statt.**) Infos zu Inhalt, Terminen und Anmeldung gibt es **hier**.

Lektüre-Café

Lernen Sie die Studierenden unseres Vollzeit-Studiums (**Dharma-Kolleg**) kennen und steigen Sie gemeinsam mit ihnen in tiefgründige Dharma-Lektüre ein. Am 08.09. am Standort Hamburg-City von 16:00 bis 17:30 Uhr geht es um „Approaching the Buddhist Path“ (natürlich in deutscher Sprache) **Informationen**.

Freude inklusive - Seminar im Meditationshaus Semkye Ling

Wer die sogenannten vorbereitenden Übungen authentisch, fundiert und mit viel Freude lernen und durchführen möchte, ist beim Seminar „Ngöndro - Guru-Yoga und Niederwerfungen“ mit Gen Lobsang Choejor in unserem wundervollen Meditationshaus vom **16. (18 Uhr) bis 18.09.** in der Lüneburger Heide genau richtig. Hier gibt es nähere **Informationen**.

Das Tagesseminar mit **Eva-Maria Koch** am **25.09.** (11:00 - 17:30 Uhr) zum Thema „**Buddhismus und Psychotherapie**“ wendet sich an alle, die im weiteren Sinn beruflich therapeutisch tätig sind, auch interessierte Laien sind natürlich willkommen. Hier gibt es nähere **Informationen**.

Tag der offenen Tür

Am Tag der offenen Tür (**24.09. 11:00 bis 15:00 Uhr**) am Standort Hamburg-City freuen wir uns, wenn wir viele bekannte und neue Gesichter vor Ort treffen können. (ohne Anmeldung) Nähere Informationen finden Sie **hier**.



Vorschau Oktober 2022

Achtung: Bitte beachten Sie: am 03. Oktober (Feiertag) findet am Morgen die Medizinbuddhapraxis per Zoom statt, am Abend aber KEINE Meditation. Stattdessen wird es von 14:00 bis 18:00 Uhr der Tradition folgend am Standort HH-Berne eine Initiation geben, diesmal in das höchste Yoga-Tantra (Cittamanitara). Informationen gibt es **hier**.

Im Oktober starten im Tibetischen Zentrum traditionell unsere langfristigen Kurse, es ist also bekanntermaßen viel los. Zudem findet in Kooperation mit der Hospizwoche und unserer Sangha-Hilfe ein Vortrag statt und die Mitgliederversammlung wird am 09. Oktober sein. Schauen Sie zum Terminvormerken dieser und weiterer Veranstaltungen unbedingt in unseren **Terminkalender**.



Sangha-Hilfe - Menschen für Menschen

Für die **Sangha-Hilfe** des Tibetischen Zentrums ist die Hilfe von Mensch zu Mensch seit über 10 Jahren Herzensanliegen und gelebtes Mitgefühl. Informieren Sie sich gerne über das hilfreiche Tun der **Sangha-Hilfe**.

Der nächste Meditationstermin mit der Sangha-Hilfe (am Fleet) ist am



12.09.2022. [Hier](#) gibt es Informationen zum Termin und Ort.



Freie Termine in den Klausurhütten

Die Klausurhütten bei unserem Meditationshaus sind ein hervorragender Ort, um zur Ruhe zu kommen und die eigene Praxis durchzuführen. Freie Termine können Sie bei Anne Schäfer unter sl@tibet.de anfragen. Nähere Informationen finden Sie [hier](#).



Jetzt anmelden - Den Buddhismus fundiert lernen

Das nächste Grundstudium im **Systematischen Studium des Buddhismus** beginnt im Oktober mit Lehrgang 15. Informationen.

Wir beraten auch gerne über vorbereitende Termine/Kurse. Schreiben Sie gerne an studium@tibet.de.

Vernetztes

Buddha-Talk - Zwei starke Frauen

Am kommenden Sonntag, **4. September 2022** von 18-20 Uhr spricht **Ariane Lampe** über: „**Ein Bodhisattva im Todestrakt**“ (Online via Zoom).

Vormerken sollten Sie ebenfalls den Termin am **18.09. mit Sylvia Wetzel**: „**Wir und die anderen - Sehnsüchte und Erfahrungen. Chancen, Risiken und Nebenwirkungen von Utopien in Beziehungen und Politik.**“ Dieser Termin findet hybrid statt! Vor Ort (Bahrenfeld) und per Zoom. Alle Infos finden Sie [hier](#).



Tschöd-Klausur im Allgäu

Die für die Beteiligten sehr bereichernde Chöd-Klausur im Allgäu mit Geshe Pema Samten im ZEN-Kloster hat im August stattgefunden und [hier](#) gibt es ein paar inspirierende Eindrücke zu sehen. (kleiner Film auf YouTube)



Wenn Sie noch nichts vorhaben, gleich notieren: Tibet-Tage im Kloster Freiheit!

An der idyllischen Schlei im einzigartigen Kloster Freiheit finden am **17. und 18.09.** Tibet-Tage statt. Neben Vorträgen, angeleiteten Meditationen und



18.09. Tibet-Tage statt. Neben Vorträgen, angeleiteten Meditationen und tibetischen Snacks wird der Film „Ein Land singt OM MANI PADME HUM“ gezeigt (Sa. 19.00 Uhr) und es wird ein Sandmandala in Verbindung mit Avalokiteshvara gestreut. Hier gibt es [Informationen](#).



Meditationen mit Bhiksuni Thubten Jampa

Regelmäßig leitet Bhiksuni Thubten Jampa in der Buddhistischen Religionsgemeinschaft Hamburg Freitagsmeditationen (hybrid) an. Interessierte sind willkommen! Hier gibt es nähere [Informationen](#).



Ein historisches Ereignis ...

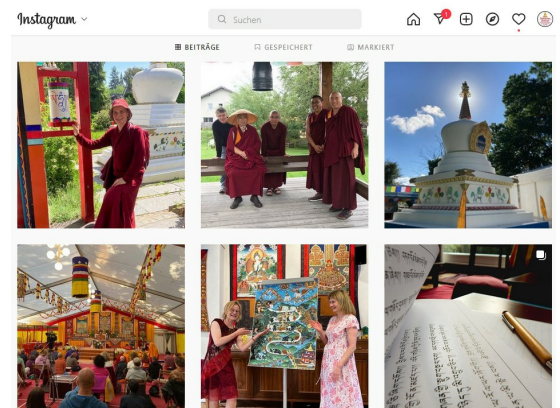
... soll an dieser Stelle noch einmal unbedingt mit großer Freude gewürdigt werden: Bereits im Juni dieses Jahres haben in Bhutan mit Unterstützung der königlichen Familie 144 Frauen das Bhikshuni-Gelübde erhalten. Erstmals in der modernen Geschichte haben Frauen im tibetischen Buddhismus damit die vollständige Ordination bekommen. Über die Zeremonie wurde darüber bei der DBU [berichtet](#). Ein dazu von Mechthild Klein geführtes Interview mit Dr. Carola Roloff (Jampa Tsedroen) für den Deutschlandfunk können Sie [hier](#) noch anhören, falls nicht schon geschehen.



Tibetisches Zentrum auf Instagram

Wenn Sie auf Instagram aktiv sind und uns dort noch nicht besucht haben, wird's höchste Zeit! Schauen Sie unbedingt vorbei und „erzählen“ es auch vielen Menschen weiter, damit dort die Community wachsen kann.

Hier geht's zu [Instagram](#)



Liebe Leserin, lieber Leser, etwas nicht zu wissen, kann beängstigend wirken. Zum Beispiel im Hinblick auf eine ungewisse Zukunft. Dabei ist doch gerade die offene Option durchaus ein Mutmacher. Darüber hat Geshe Pema Samten in der letzten Ausgabe von Tibet und Buddhismus in einem Interview zum Thema „Angst“ gesprochen. Sie können es [hier](#) nachlesen. Unwissenheit kann allerdings auch ganz angenehm sein. Es soll ja sogar die These geben, dass Unwissenheits-Gesellschaften hin und wieder bewusst gelebt werden, wenn Tatsachen unangenehm erscheinen. Ein umfassendes Thema: diese Unwissenheit, oder? Wo die da jetzt (endlich) einen angemessenen Abschluss finden? Ich weiß es

Thema, diese Unwissenheit, oder? Wie die da jetzt (endlich) einen angemessenen Abschluss finden? Ich weiß es nicht ...

Herzliche Grüße und Tashi Delek,
Heike Spingies

Tibetisches Zentrum e. V.



P.S. Große finanzielle Einschränkungen bei gleichzeitig erhöhtem Verwaltungs- und Technik-Bedarf bedeuten für das Tibetische Zentrum seit nunmehr Jahren sehr große Herausforderungen. Die dauerhafte und unermüdliche Freigiebigkeit vieler Spenderinnen und Spender ermöglicht uns, dass wir viele unserer Aktivitäten kontinuierlich durchführen und als Gemeinschaft für Sie/für euch da sein konnten und können. Dieser dauerhaften Freigiebigkeit gebührt unsere tiefe Dankbarkeit. Nun warten im Herbst neue finanzielle Ungewissheiten auf uns alle. Wir dürfen und möchten dennoch im Sinne unserer Vereinsziele in unserem Wirken nicht nachlassen. Damit uns das möglich ist, sind wir als gemeinnütziger Verein auch in krisenfreien Zeiten durchgängig auf Spenden angewiesen. Helfen Sie uns deshalb bitte, wenn es Ihnen möglich ist, durch Ihre Spende mit dem Vermerk „Vereinsunterstützung“ auf unser Konto:

IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00
BIC: GENODEM1GLS
GLS Gemeinschaftsbank

Der Verein wird auch durch neue **Mitgliedschaften** unterstützt.

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.

Inhaltlich Verantwortlicher i.S. des Presserechtes bzw. des Teledienstegesetzes (TDG) bzw. gemäß § 6 MDStV:

Tibetisches Zentrum e.V. | Hermann-Balk-Str. 106 | 22147 Hamburg
Telefon: 040 298434 100 | E-Mail tz@tibet.de | www.tibet.de

Geschäftsführender Vorstand: Andreas Bründer
Eingetragen ins Vereinsregister am Amtsgericht Hamburg VR 8702
Ust-Ident: DE118720751 | Steuer-Nr. 1744402332, FA Hamburg