



Buddhistische Gruppe Marburg | Infobrief Nr. 7

April 2024

„Meditation ist nicht nur etwas, das wir tun, während wir auf einem Kissen oder in einer Meditationshalle sitzen. Es ist eine Lebensweise.“ – Claude AnShin Thomas

Liebe Freundinnen und Freunde des Buddhistharma aus nah und fern,

seit dem letzten Infobrief ist einiges Wasser die Lahn hinuntergeflossen. Wir wurden dabei nicht fortgeschwemmt, sondern haben uns mit dem Fluss der Erscheinungen bewegt. Da wird es mal wieder Zeit für ein kleines Lebenszeichen mit Marburger Dharma-Neuigkeiten aus den drei Zeiten.

Vergangenes

Im November haben wir unseren dritten **Praxistag** als Gruppe veranstaltet. Die Teilnahme war gut und es war ein schöner Tag der Praxis im Gehen, Sitzen und Essen.

Unsere Donnerstagabende sind weiterhin meist gut besucht. Immer wieder finden sich neue Leute ein, die eine Einführung in die Meditation erhalten oder Anschluss an eine Praxisgruppe suchen. So wächst unser Verteiler und die Anzahl der Sitzkissen. Dank der freundlichen Spenden konnten wir wieder ein paar Unterlagen anschaffen, damit die bereits gespendeten Kissen eine würdige Basis erhalten.

Thematisch haben wir versucht, zu den verschiedenen Aspekten des Dhamma Vorträge oder Lesungen anzubieten, die unserem Anspruch, traditionsübergreifend zu praktizieren, entsprechen.

Nach der Vorstellung einiger Lehrreden aus dem **Palikanon** und Vorträgen zu den **Brahmaviharas** (bisher: metta, karuna und upekkha) folgten in jüngster Zeit zwei Abende mit Mahayanabezug. Wir stellten Lama Tsültrim Allione und ihr Buch „Den Dämonen Nahrung geben“ vor und besprachen einen Text zur Geistesschulung von **Tenga Rinpoche**.

Unsere Themenabende lassen sich gut auf unserem [Instagramaccount](#) nachvollziehen.



Seiendes und Werdendes

Seit Februar existiert nun tatsächlich unsere **Studiengruppe**. Monatlich treffen sich einige aus unserer Mitte an einem Montagabend, um gemeinsam zu studieren und zu diskutieren. Wir beginnen gerade mit einem zentralen Text des Mahayana, dem **Herz-Sutra**. Dafür nutzen wir Karl Brunnhölzls Buch „Das Herzinfarkt-Sutra“. Da zwei Mitglieder zugleich regelmäßig an der Marburger Studiengruppe mit Christoph Klonk zur „Taghellen Weisheit“, einem Kommentar **Khenpo Tsültrim Gyamtso** zu einem Text von **Nagarjuna**, teilnehmen, ergeben sich hoffentlich einige Synergieeffekte, denn das Herzsutra spielt auch dort immer wieder eine Rolle.

Unsere Kontakte zu Bodhi College Community Groups und die Lektüre der Bücher Stephen Batchelors sorgen dabei dafür, dass auch eine historisch-kritische Annäherung genügend Raum findet.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Aktuelle Termine stehen jeweils unter [„Studiengruppe“](#) auf unserer Homepage.

„Wenn ich die lange Reihe von Charakteren sehe, die ich in meinem Leben gespielt habe, frage ich mich, wer ich bin.“ – Marcel Pagnol

Der **vierte Praxistag** zeichnet sich am Horizont ab. In Kürze wird es eine Terminabfrage geben, um einen für möglichst viele passenden Tag zu finden.

Im Herbst wird voraussichtlich **Claude AnShin Thomas** für einen Vortrag in Marburg sein. Es gibt die Idee, an dem sich daran anschließenden Wochenende ein kurzes Retreat unter seiner Anleitung zu organisieren. Er war Soldat im Vietnamkrieg und hat das Töten schwer verletzt und traumatisiert überstanden und sich später dem Dharma zugewandt. Claude AnShin Thomas wurde von Bernie Glassman Roshi in der Soto Zen Tradition ordiniert. Er lebt als Mendikant (hauslos und ohne Einkommen) und unterrichtet weltweit. Sollte das Retreat zustande kommen, teilen wir dies auf diesem Wege rechtzeitig mit.

Aus dem Bereich des **Zen** planen wir zudem einen Abend über die Übung des Koans und die Präsentation eines Vortrags von **Genjo Marinello Roshi**, den er anlässlich eines Sesshin gehalten hat. Er hat zugesagt, für Fragen und Antworten live via Zoom zur Verfügung zu stehen. Auch dies wird sicherlich eine beeindruckende Erfahrung werden.

Birgit und Rüdiger werden im April im Rahmen einer **Seminarwoche** zum Freiwilligendienst der **evangelischen Diakonie Hessen** in Homberg/Efze Vorträge über die buddhistische Lehre und Praxis geben sowie Meditationsanleitungen anbieten. Es erstaunt uns immer wieder, dass so viel Interesse der evangelischen Kirche an uns und unseren Angeboten besteht und dass wir von ihnen wahrgenommen werden.

Auf unserer Homepage findet sich jetzt neben den Literaturtipps eine **digitale Dharmabibliothek** aus unseren privaten Beständen. Die dort gelisteten Bücher können bestellt und ausgeliehen werden. Nach der Bestellung können sie in der Regel am folgenden Donnerstag im Rahmen des Meditationsabends in Empfang genommen werden. Näheres auf der Homepage.



Kommende Retreats und Unterweisungen

Im April (19. bis 21.) fahren mindestens zwei von uns ins **Buddhistische Zentrum Freiburg** zu Belehrungen von **Shabdrung Rinpoche** zum **Herz-Sūtra**. Wir können Mitfahrgelegenheiten für Kurzentschlossene anbieten.

Auch für das Retreat „**Vipassana an Himmelfahrt**“ (8. bis 12. Mai) mit Irene Bumbacher im [Seminarhaus Engl](#) bestehen noch Mitfahrmöglichkeiten ab Marburg bzw. Bad Nauheim.

Bei Interesse bitte per [Email](#) anfragen.

Empfehlungen

Grundsätzlich und immer wieder lohnen sich Blicke in das Programm des **Meditationszentrums Beatenberg** und des [Seminarhauses Engl](#).

In regelmäßigen Abständen bietet **Lama Tilmann Lhündrup** **Gewahrseinswochenenden** in Freiburg an. Auf der Grundlage von Anleitungen des 9. Karmapas aus dem Buch „Mahamudra – Ozean des Wahren Sinnes“ führt er durch das Wochenende. Das nächste findet vom **27. bis 28. April 2024** in Freiburg statt. Ob es eine Mitfahrgelegenheit von Marburg aus geben wird, ist noch nicht sicher.

Im Mai wird **Tsoknyi Rinpoche** in der Schweiz sein. Dies ist eine seltene Gelegenheit, diesen außergewöhnlichen Lehrer kennenzulernen. Vor Ort sind bereits alle Plätze vergeben. Die Warteliste ist sehr lang! Online ist die Teilnahme noch möglich. Näheres auf der Homepage von [Pundarika Schweiz](#).

Fred von Allmen leitet in diesem Jahr (5. bis 9. Juni) wieder ein **Studien- und Vipassanaretreat** an, das wir wärmstens empfehlen können. Eine gute Gelegenheit, wesentliche Grundlagen der buddhistischen Lehre, Philosophie und Praxis intensiv kennenzulernen. Auch aus unserem Kreis wird jemand teilnehmen.

Das **Nonnenkloster Sirisampanno** bietet immer wieder interessante Veranstaltungen, wie zum Beispiel einen Pali-Kurs, vor Ort und digital an. Die Äbtissin Aya Tisarani hat bereits im Rahmen unserer Praxistage einen Vortrag für uns gehalten. Auch hier lohnt sich der Blick auf die Homepage.

Interessant könnte auch ein elementarer Kurs des **Bodhi College** mit **Christina Feldman** und **Jaya Rudgard** über die **Satipatthana Sutta** (Die vier Grundlagen der Achtsamkeit) sein. Das Retreat findet vom 14. bis 19. Mai in Naarden/Niederlande statt. Die Kurssprache wird englisch ein.



Mitgefühl in Aktion (M. i. A.) ist eine gemeinnützige buddhistische Hilfsorganisation unter der Schirmherrschaft Bikkhu Bodhis, die sich zum Ziel gesetzt hat, Leiden unabhängig von Religion oder Weltanschauung (ein sinnvolles Leben ist auch ohne Religion möglich) zu lindern. Spenden kann dieser Verein jederzeit gebrauchen.

Wir bedanken uns für eure vielfältige Unterstützung.

Mögen alle Wesen glücklich sein!

Herzliche Grüße aus Marburg

Birgit und Rüdiger

www.metta.de

© Copyright 2024 Buddhistische Gruppe Marburg – Biegenstraße 20, 35037 Marburg.
info@metta.de – www.metta.de

Wenn du unsere Infobriefe nicht mehr möchtest, reicht es auf „Abmelden“ zu klicken.
[Abmelden](#) • [E-Mail-Adresse aktualisieren](#) • [Online anzeigen](#)

Diese E-Mail wurde generiert von Direct Mail für Mac. [Weitere Infos](#) • [Spam melden](#)