

Buddhismus in Österreich



MAGAZIN DER
ÖSTERREICHISCHEN
BUDDHISTISCHEN
RELIGIONSGESELLSCHAFT

OKTOBER BIS DEZEMBER 2013

Preis: € 4,-
Österreichische Post AG/Sponsoring, Post. Nr. 65, GZ 03Z034824 S, Verlagspostamt 1010 Wien, Retouren an ÖBB, Fleischmarkt 16, 1010 Wien

„Wo Buddhismus ist,
ist auch ein Weg.“

INTERVIEW FO GUANG SHAN S. 6

Die weiße Wolke
und der blaue Berg.

MEIYO PEDRO PEREZ VARGAS S. 10

sdfklsöd gjfs
Filmwoche.

ANSCHAUN! S. 18

太極拳

TAIJI Anfängerkurs

Ab Dienstag 14. Jänner 2014

TAIJI (Taijiquan) hat seine Wurzeln in der mehr als 3.000-jährigen Tradition chinesischer Atem- und Bewegungstechniken, die der Gesundheitsvorsorge und Lebenspflege dienen. Durch Erlernen und Üben von Taiji werden innere Ruhe, Gelassenheit, Selbstvertrauen sowie eine höhere Stressbelastbarkeit gefördert.

Die von mir unterrichtete TAIJI-Form ist eine YANG-Form mit 61 Figuren. Sie wurde von dem chinesischen Arzt und Taiji-Meister Liu Hsiu Chi entwickelt und jahrzehntelang in seiner daoistischen Klinik in London erfolgreich angewandt. Diese Form wird von mir seit mehr als dreißig Jahren praktiziert.

Der Anfängerkurs dauert 7 bis 8 Monate, in denen die Taiji-Form ohne Stress und Leistungsdruck in Ruhe erlernt und geübt werden kann.

Wann: ab Dienstag 14. Jänner 2014
späterer Einstieg möglich
18.00–19.30

Wo: Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16, 1010 Wien

Kosten: 10 Euro/Abend

Auskunft und Anmeldung:
Tel. 0676/456 77 88

Leitung: Rudolf Gold

Dipl. Shiatsu-Praktiker, Taiji- und Qigong-Lehrer. Mitglied der IQTÖ.

Seit 25 Jahren Unterricht in eigenen Kursen. Ausbildung bei den Großmeistern Liu Han Wen, Li Zhi Nan, Wang Dong Feng, Meisterin Jiang Xueying Zen Praxis bei Genro Seiun Koudela, Osho



Makro 1

Fleischlos am Fleischmarkt

Im Mandala-Hof liegt unser Makro1, ein vegetarischer Bioladen mit veganem Mittagstisch. Das Menü besteht aus einem Tagesteller und einer Suppe und wird täglich frisch zubereitet. Man kann es mitnehmen, in unserem gemütlichen Lokal oder im begrünten, ruhigen Schanigarten genießen.



Besondere Spezialität

Vegane Mehlspeisen

Well uns wichtig ist, woher Lebensmittel kommen, kochen wir ausschließlich mit naturnahen, regionalen und saisonalen Produkten, die man bei uns auch kaufen kann. Unsere Nahrung soll so zu einem nachhaltigen und ethisch vertretbaren Lebensstil beitragen.

Fleischmarkt 16 im Hof
1010 Wien
01/513 19 47
www.makro1.at



Mo-Fr: 09:00 - 16:00 Uhr

Essen gibt's vom ca. 11:30 bis
ca. 14:30 Uhr



GRUSSWORTE DES PRÄSIDENTEN

*Liebe Buddhistinnen,
liebe Buddhisten!*

W

In Verbundenheit
Gerhard Weissgrab

Inhalt

4 ÖBR INTERN

Service/Angebote der ÖBR.

6 INTERVIEW

„Wo Buddhismus ist,
ist auch ein Weg.“

Interview Fo Guang Shan.

10 ZEN

Die weiße Wolke
und der blaue Berg

Von Meiyo Pedro Perez Vargas.

12 KARMA

Erwachsen und erwachen.

Von Michael Weiß.

18 FILM

Filmwoche

16 KOLUMNE VON CHRISTIANE GEBHARD

17 CARTOON: INNEHALTEN

24 VERANSTALTUNGSKALENDER

28 ÖBR-GRUPPEN

30 WÖCHENTLICHE MEDITATIONEN

Impressum: Medieninhaber und Herausgeber:

Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft (ÖBR),
Fleischmarkt 16, 1010 Wien, office@buddhismus-austria.at,
www.buddhismus-austria.at.

Redaktionsteam: Andrea Höbarth, Hannes Kronika, Gerald Prucher, Martin Schaurhofer, Gerhard Weissgrab
alle: redaktion@buddhismus-austria.at.

Weitere Autoren dieser Ausgabe: Christine Gebhard, Hannes Kronika, Meiyo Pedro Perez Vargas, Gerhard Weissgrab, Michael Weiss, Evi Zoepnek.

Fotos: Ida Rätther (www.ida.lv), Thule Jug, Com Unity Spirit 2013/ Schubidu Quartet.

Inserate und Organisation: Elisabeth Schachermayer,
anzeigen@buddhismus-austria.at.

Gestaltung: Georg Hauptfeld, Andrea Höbarth.

Druck: Samson-Druck, St. Margarethen.

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: Medieninhaber und Herausgeber: ÖBR, Präsident: Gerhard Weissgrab, Marina Jahn (Vizepräsidentin), Evi Zoepnek (Vizepräsidentin), Heinz Vettermann (Generalsekretär), Stand: 1. 1. 2013;

Grundlegende Richtung des periodischen Mediums:

Informationen für Mitglieder der ÖBR und an Buddhismus interessierte Menschen.

Hinweis: Auch wenn aus textökonomischen Gründen weibliche Formen nicht explizit ausgeschrieben werden, beziehen sich alle personenbezogenen Formulierungen in gleicher Weise auf menschliche Wesen.

Sekretariat

Die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft ist Ihnen in allen buddhistischen Fragen behilflich. Sie erreichen uns über das ÖBR-Sekretariat:

ÖBR-SEKRETARIAT

Dr. Martin Schaurhofer

Evi Zoepnek

Fleischmarkt 16

1010 Wien

Tel. 01/512 37 19

Fax 01/512 37 19-13

office@buddhismus-austria.at

redaktion@buddhismus-austria.at

www.buddhismus-austria.at

Öffnungszeiten:

Mo., 10.00–13.00

Di., 14.00–19.00

Mi., 14.00–19.00

Do., 14.00–19.00

Wir freuen uns über Ihre Anfragen und ebenso über Unterstützungen. Da die ÖBR eine anerkannte Religionsgesellschaft in Österreich ist, kann Ihre Zahlung an die ÖBR bis zu einem Beitrag von 400 Euro jährlich steuerlich geltend gemacht werden. Bei Spenden in dieser Höhe gilt der Zahlungsbeleg oder Kontoauszug als Spendenbescheinigung zur Vorlage beim Finanzamt. Geben ist Ursache für das Wohl der Anderen und damit auch für unser eigenes.

SPENDENKONTO

Österreichische Buddhistische
Religionsgesellschaft

IBAN: AT46 6000 0000 0131 7747

BIC: OPSKATWW

Online

ÖBR-NEWSLETTER

Vierteljährlich erscheint der E-Mail-Newsletter, in dem wir über wesentliche Aktivitäten der ÖBR berichten. So sind Sie am aktuellsten Stand des buddhistischen Geschehens in Österreich. Anmeldung auf www.buddhismus-austria.at
> Aktuelles > ÖBR-Newsletter

FACEBOOK



[www.facebook.com/](http://www.facebook.com/Buddhismusinoesterreich)

Buddhismusinoesterreich

Neu erschienen

„MÖGEN ALLE WESEN GLÜCKLICH SEIN“

CD von Wolfgang Fuchsberger
vertont und gesungen.

Suttas und andere wichtige
buddhistische Texte auf Deutsch.

Erhältlich im ÖBR-Sekretariat.



Für Familien

FAMILIEN-PUJA

Wir laden große und kleine BuddhistInnen aller Traditionen zu unserer Feier am Sonntag mit Marina Myo Gong Jahn herzlich ein. Gemeinsam rezitieren, gemeinsam sprechen, gemeinsam feiern. Anschließend gemütliches Beisammensein bei Tee und Kuchen. Wir freuen uns auf euch!

So 22. 9., 10.00–13.00

So 27. 10., 10.00–13.00

So 24. 11., 10.00–13.00

„der mittlere weg“,
Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Tel. 01/512 37 19

office@buddhismus-austria.at

KLEINSTKINDERGRUPPE

Mit Karin Ertl bieten wir eine Kleinstkindergruppe für Kinder im Alter von 2,5 bis 4 Jahren in Wien an. An einem Nachmittag (1x/Monat) können die Kinder mit buddhistischen Inhalten spielerisch in Kontakt kommen. Karin ist unsere langjährige Religionslehrerin in Wien für Volks- und Hauptschule.

Fr., 27.09.2013 von 15.00 – 16.00 Uhr

Fr., 29.11.2013 von 15.00 – 16.00 Uhr

Fr., 31.01.2014 von 15.00 – 16.00 Uhr

Im Meditationszentrum „der mittlere weg“

Biberstrasse 9/2, 1010 Wien

Bitte direkt bei Karin Ertl melden:

Tel. 0664/123 76 18, ertl.karin@aon.at

Herbst 2013

TAG DER OFFENEN TEMPEL

Am So., 6. 10. 2013

finden in vielen buddhistischen Tempeln in Österreich ein Tag der offenen Tempel statt. Die genauen Termine entnehmen sie bitte unserer Homepage:
www.buddhismus-austria.at > Aktuelles > Tag der Offenen Tempel

VORTRAG: WAS IST BUDDHISMUS?

Do., 17. 10. 2013, 19.00

Vortragender: Gerhard Weissgrab
Buddhistisches Zentrum Wien, Zendo 1. Stock,
Fleischmarkt 16, 1010 Wien, Info: 01/512 37 19,
office@buddhismus-austria.at

BUDDHISTISCHE „WEIHNACHTSFEIER“

Mi., 18. 12. 2012, 17.00

Fleischmarkt 16, 1010 Wien
1. Stiege, 2. Stock, KKS-Räume
Info: ÖBR, Tel. 01/512 37 19,
office@buddhismus-austria.at

BUDDHISTISCHE GEDENKFEIER AN DIE VERSTORBENEN

Fr., 1. 11. 2013, 15.00 Uhr,

am Buddhistischen

Friedhof, Wiener Zentralfriedhof,

Gruppe 48 A, Tor 2

Bitte windfeste Kerzenlichter für die Zeremonie mitbringen.

Jugend

BUDDHISTISCHE JUGEND

Erlebe mit uns: Ruhe, Entspannung, Meditation und Achtsamkeit. Tausch dich mit Gleichaltrigen in einer gemütlichen Runde aus. Komm bei der buddhistischen Jugend vorbei:

Do., 20.06.2013

Do., 19.09.2013

Do., 17.10.2013

Do., 31.10.2013

Do., 21.11.2013

Do., 05.12.2013

Do., 19.12.2013

jeweils 17.30 – 19.30

Ort: „der mittlere Weg“,
Biberstraße 9/2, 1010 Wien



Kathrin: 0650/946 40 36;
www.buddhistischejugend.at,



[www.facebook.com/
buddhistischejugend](http://www.facebook.com/buddhistischejugend)

BUDDHISTISCHER RELIGIONSUNTERRICHT

Die ÖBR bietet für alle Schulstufen Religionsunterricht an. Wo und wann erfahren Sie unter:

www.buddhismus-austria.at >

Organisation > Religionsunterricht.

Interesse als Religionslehrer tätig zu werden?
Bitte ein E-Mail an das Sekretariat.

Alter und Tod

Mobiles Hospiz

Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft

UNTERSTÜTZUNG IM ALTER, BEI KRANKHEIT UND IN DER LETZTEN PHASE DES LEBENS

Unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen sind für Sie da: Gespräche am Krankenbett, Betreuung in der letzten Phase des Lebens, bei Krankheit und in schwierigen Zeiten, Angehörigengespräche, psychosoziale Unterstützung, Besuchsdienst.

Mobiles Hospiz der ÖBR

DGKS Ingrid Strobl,

Tel. 0650/523 38 03

persönlich erreichbar: Mo.–Fr. 13.00–14.00

Fleischmarkt 16/Stiege 2/Tür 30,

1010 Wien

info@hospiz-oebr.at

www.hospiz-oebr.at



[www.facebook.com/
MobilesHospizderOebr](http://www.facebook.com/MobilesHospizderOebr)

TRAUERZEIT

Für Trauer ist in unserer Gesellschaft oftmals wenig Platz. TrauerZeit ist eine Gesprächs- und Meditationsgruppe für Trauernde. Sie ist offen für Menschen aller spirituellen Traditionen.

Zeit: 2. Dienstag im Monat, 17.30–19.00

Ort: Meditationszentrum „der mittlere weg“,
Biberstraße 9/2 (1. Stock), 1010 Wien

Leitung: Dr. Georg Schober,

Tel. 01/402 38 68

Mitmachen

ÖBR-OPEN-SPACE

... ist die Plattform, in der sich viele engagierte Buddhistinnen und Buddhisten aus allen Traditionen bei folgenden Projekten gemeinsam betätigen:

„Buddhistische Betreuung“
 „Zukunft: Kinder und Jugend“
 „Come together“
 „Neue Medien/PR-Arbeit“
 „Kreativer Buddhismus“
 „Symposium Buddhismus –
 Gesellschaftliche Verantwortung“
 „Innovative Finanzierung der ÖBR“
 „ÖBR-Leihbibliothek“
 „KünstlerInnen“
 „Achtsam wirtschaften“
 „Radio Buddha“
 „Netzwerk Buddhistische TherapeutInnen“

7. ÖBR OPEN-SPACE

9. November 2013, 14.00 Uhr
 Buddhistisches Zentrum Wien,
 Bodhidharma Zendo,
 Fleischmarkt 16, 1010 Wien
 Es sind alle herzlich willkommen!
www.buddhismus-austria.at > Aktuelles >
 ÖBR Open Space

Bundesländer

ÖBR-REPRÄSENTANZEN IN DEN BUNDESLÄNDERN

Die ÖBR ist die offizielle Ansprechstelle für Informationen zu Buddhismus, für persönliche Belange und für Kontakte mit anderen Kirchen, Religionsgemeinschaften und öffentlichen politischen Stellen. In ganz Österreich unterstützen die ÖBR-Repräsentantinnen und Repräsentanten alle am Buddhismus Interessierten und die buddhistischen Gruppen:

NÖ-Süd und nördl. Burgenland: Franz Ritter,
 02627/45 102, nwi@naikan.com

Mittel- und Südburgenland: Marina Jahn,
 01/216 44 51, marina.jahn@chello.at

Steiermark: Wolfgang Poier, 0316/670 635,
graz@kkoe.at

Kärnten: Dipl.-Psych. Frank Zechner, 04242/22
 748, frank.zechner@aon.at

Oberösterreich: Gerhard Urban, 0664/877 68
 85, g_urban_at@yahoo.de; Brigitte Bindreiter,
 0650/38 52 820, brigitte.bindreiter@linzag.net

Salzburg: Dr. Paul Chalupny, 0676/711 87 01,
chal@sbg.at; Werner Purkhart, 0676/355 75 91,
daka@otherland.at

Tirol: Mag. Hugo Klingler, 05223/436 00,
buddhismus-tirol@cnh.at

Vorarlberg: Ing. Manfred Gehrman, 05574/451 21,
manfred.gehrmann@bregenz.net

**ÖBR-Referent bei der Europäischen
 Buddhistischen Union:** Mag. Kurt Krammer,
 0699/10 75 97 74,
europa@buddhismus-austria.at



Wo Buddhismus ist, ist auch ein Weg

Ein Interview mit den Fo Guang Shan-Nonnen Venerable Shih Ru Chun [RC] und Venerable Shih Miao Yi [MY]

DAS INTERVIEW FÜHRTEN EVI ZOEPNEK UND JOHANNES KRONIKA
AM 7. AUGUST 2013, FOTOS: IDA RÄTHER

Wie kamst Du nach Österreich?
RC: Ich wurde 1966 in Hongkong geboren und war die Älteste von zwei Geschwistern und habe noch einen Bruder. Mein Vater starb an Krebs, mit 50, sehr jung, und da begann ich zu denken und zu grübeln, warum so viel Leid? Ich musste mich damals als Älteste um die Familie kümmern. Das sollte doch mein Vater machen. Da war dann viel Trauer, Angst und Ärger. Ich beschloss, mich mit Buddhismus zu beschäftigen, und mit der

Hilfe meines buddhistischen Lehrers fand ich wieder Frieden. Ich habe bald gesehen, dass da die Hilfe war, die ich suchte.

Ich war damals Krankenschwester und hatte immer wieder mit dem Leiden zu tun, so wollte ich einen Weg finden, wie man den Menschen helfen konnte, und zwar nicht nur mit Medizin, sondern auch, dass sie in ihrem Geist Ruhe finden könnten. So dachte ich, als buddhistische Nonne kann ich ihnen nicht nur physisch, sondern auch spirituell helfen.

„Wenn unser Herz und unser Geist hier ist, dann kommen alle Dhamma-Beschützer, um uns zu helfen.“

Venerable Shih Ru Chun

Hast du dich gleich dem Fo Guang Shan Orden zugewandt?

RC: Ja, denn eine Verwandte von mir war schon im Orden und nahm mich mit. Das war noch in Hongkong. Es war ein kleinerer Tempel. Früher war in Hongkong nicht sehr viel Buddhismus zu finden, heute ist das anders. Zuerst bin ich in den Tempel in Hongkong gegangen und danach ins buddhistische College in Taiwan. In Taiwan ist das Hauptkloster von Fo Guang Shan. Nach zwei Jahren Studium im College beschloss ich, Nonne zu werden und wurde ordiniert.

Du hast deine Mutter und die Familie verlassen müssen?

RC: Ja, meine Mutter war sehr traurig. Aber heute ist sie sehr stolz auf mich. Sie wird mich heuer besuchen kommen und ein Monat bleiben. Im Fo Guang Shan Tempel in Hongkong ist sie Köchin.

Wie macht ihr das hier? Kocht ihr euch selber?

RC: Ja, immer wieder. In der Ausbildung müssen wir die verschiedensten Sachen lernen. Den Dhamma lernen, aber auch wissen, wie man den Dhamma lehrt, wie man einen buddhistischen Kurs gestaltet, wie man unterrichtet, wie man einen Tempel leitet und die täglichen Dinge einteilt, und auch kochen muss man lernen.

Seid ihr eine Mahayana-Tradition?

MY: Ja, und es ist sehr wichtig für uns, wir sind eine humanistisch buddhistische Tradition. Wir unterrichten vom Kindergarten bis zur Universität. An der Universität kann man auch ein Magister- oder Doktorstudium

machen. Der Fo Guang Shan Orden hat auch Spitäler. Gegründet wurde der Fo Guang Shan Orden 1967.

So jung und so gut etabliert?

MY: Wir haben über hundert Tempel auf der ganzen Welt und auf allen Kontinenten. Die gesamten Einnahmen kommen aus Spenden, es gibt keine vorgeschriebenen Gebühren. Oft werden wir gefragt, warum wir an einen bestimmten Ort einen weiteren Tempel bauen. Dazu sagt unser Meister immer, wenn die Bedingungen und Voraussetzungen reif sind, dann erst bauen wir. Das heißt, wenn es genügend Menschen gibt, die uns ihre Zeit zur Verfügung stellen, und auch bereit sind, den Tempel finanziell zu unterstützen, dann erst wird geschaut, ob es sich ausgeht, und dann gebaut.

>>



„Wann immer ich eine Herausforderung habe, durch meinen starken Glauben an den Buddhismus finde ich den Mut, mich den Schwierigkeiten zu stellen, und ich finde immer einen Weg.“

Venerable Shih Miao Yi

>>

Ursprünglich waren es eure Landsleute hier in Wien?

MY: Ja, und es soll auch keine vorübergehende Sache sein, die wir machen wollen, sondern wir wollen an dem jeweiligen Orten lange bleiben. Anfangs sind es natürlich unsere Landsleute, aber es ist uns auch wichtig, dass die Menschen in den jeweiligen Ländern von uns über Buddhismus hören und die Möglichkeit haben, bei uns zu lernen. In der Folge kommen dann auch immer mehr Einheimische, die uns mit ihrer Zeit und finanziell unterstützen.

Im Westen drehen sich Menschen gerne weg, wenn es ums „Spenden“ geht. Wie geht ihr damit um?

RC: Das stimmt, wir versuchen durch verschiedene Aktivitäten die Menschen einzula-

den, zu uns zu kommen. Dadurch bekommen wir dann auch Spenden.

Ist es schwer, als Nonne hier zu leben?

MY: Nein, finde ich nicht. Das hat mit dem Geist und dem Verstand zu tun, das heißt mit deiner eigenen Einstellung. Ich fühle mich überall wohl und bin glücklich. Wenn man an nichts mehr hängt, dann kann man überall zu Hause sein.

RC: Nachdem wir Nonnen geworden sind, sind wir überall zu Hause. Wenn unser Herz und unser Geist hier ist, dann kommen alle Dhamma-Beschützer, um uns zu helfen. Wir brauchen uns nicht fürchten.

Hat die Ordination als Nonne mit den Studien an der Universität einen Zusammenhang?





MY: Nein, das ist vollkommen unabhängig. Manche wollen schon in der Highschool Nonne werden, andere erst später auf der Universität, und wieder andere erst, wenn sie schon über 30 sind.

RC: Ich hab im vierten Jahr an der Universität beschlossen, Nonne zu werden. Man wird dann genau beobachtet und befragt, ob man sich wirklich ernsthaft binden will, es gibt Interviews, und man muss seine Biografie schreiben, und natürlich wird die Erlaubnis der Eltern auch eingeholt. Es wird sehr genau geprüft, wie die tägliche Praxis ist und selbstverständlich auch das Wissen der Lehre. Es ist ja eine lebenslange Bindung und nicht eine für ein Jahr oder so, darum wird auch so genau geschaut, ob man wirklich fähig ist, Nonne zu werden.

Gibt es auch Mönche im Fo Guang Shan Orden?

MY: Ja, aber derzeit gibt es wesentlich mehr Nonnen als Mönche. Die Mönche bleiben im Heimatkloster. Dies hängt mit den Mönchs- und Nonnenregeln zusammen. Nonnen und Mönche dürfen nicht gemeinsam in einem Tempel im Ausland leben, und so kommt es, dass derzeit überall Nonnen sind.

Seid ihr auch viel unterwegs?

MY: Wir helfen immer wieder aus, wenn nicht genug Nonnen vor Ort sind, und für größere Zeremonien brauchen wir mindestens drei Nonnen, für kleinere nur zwei. In Europa gibt es 13 Tempel und einige kleinere Niederlassungen. Dort werden auch immer wieder Unterweisungen für Zeremonien, Aktivitä-

ten und Studiengruppen gegeben. So helfen wir uns gegenseitig aus. Unser Meister sagt immer: ‚Da, wo Buddhismus ist, da ist auch ein Weg.‘ Wann immer ich eine Herausforderung habe, durch meinen starken Glauben an den Buddhismus, find ich den Mut, mich den Schwierigkeiten zu stellen, und ich finde immer einen Weg.

Gibt es noch einen Wunsch, den die ÖBR erfüllen könnte?

RC: Die ÖBR ist hier sehr wichtig für den Buddhismus, und unser Wunsch wäre, dass sich die Gruppen untereinander besser kennenlernen sollten. Ein Vorschlag wäre, einmal im Monat ein Treffen zu veranstalten. Es ist schwer für uns bei den Aktivitäten der ÖBR, da sehen wir andere Buddhistinnen und Gruppen, aber wir kennen sie nicht. Ich möchte gerne mehr Harmonie, und wann immer uns die ÖBR fragt, werden wir uns bemühen, zu helfen. Wir sprechen zwar nicht so gut Deutsch, aber wir möchten uns einfach bemühen, die anderen Gruppen kennenzulernen.

MY: Ja, es wäre so schön, wenn wir uns manchmal treffen könnten, in einer entspannten, lockeren Atmosphäre. Meist treffen wir uns bei einer Konferenz oder einer Zeremonie, da ist es nicht so intim. Gerne stellen wir unseren Tempel zur Verfügung. Wenn wir irgendetwas tun können, um zu helfen, dann sind wir sehr froh und machen es gerne.

Das wissen wir sehr zu schätzen. Danke für das Gespräch.

*„Du hast vergessen, dass alles mit allem
nahtlos verbunden ist. Du hast vergessen,
dass du und ich unzertrennlich sind.“*

Die weiße Wolke und der blaue Berg

VON MEIYO PEDRO PEREZ VARGAS

Die weiße Wolke war die ständige Begleiterin des blauen Berges. Alle Welt, Menschen, Tiere, Pflanzen und Dinge kannten die beiden Freunde, denn egal, was passierte, die weiße Wolke und der blaue Berg blieben immer zusammen. Die weiße Wolke wich nicht von der Seite des blauen Berges und der blaue Berg, hätte er die Möglichkeit gehabt, woanders hinzugehen, hätte er die weiße Wolke bestimmt gefragt, ob sie mitkommen will. Manche behaupteten sogar, dass es den blauen Berg nur deswegen gab, weil sich neben ihm die weiße Wolke befand. Und andersherum war es genauso, denn hätte jemand jene bestimmte weiße Wolke gesucht, war der blaue Berg der erste Anhaltspunkt.

Eines Tages bemerkte die weiße Wolke, dass der blaue Berg traurig war. Da fragte sie ihren Freund prompt: „Lieber Berg, was ist denn los? Was bekümmert dich denn so?“

Der blaue Berg antwortete mit trauriger Stimme: „Liebe Wolke, alles ist vergänglich in dieser Welt. Die Blumen, die Blätter, die Tiere und sogar der Wald. Was mich jetzt bekümmert, ist, wohin wirst du gehen, wenn es dich nicht mehr gibt?“

„Lieber Berg, ist es das, was dich so in Sorge hält?“, fragte die weiße Wolke ihren Freund. „Wenn dies das ist, was dich bekümmert, kann ich dich leicht beruhigen, denn auch wenn ich nicht mehr da bin, werde ich immer bei dir sein.“

„Das sagst du jetzt nur so, weil du weißt, dass ich ohne dich nicht sein kann“, sagte der Berg bedrückt.

„Lieber Berg, stirbt der Tau etwa jemals? Täglich kommt er, und innerhalb von wenigen Stunden ist er nicht mehr da. Kann

deswegen aber behauptet werden, es gäbe ihn nicht mehr? Ist er etwa nicht Teil des Wasserkreislaufes? Und wie der Tau, so auch wir, die Wolken. Die Winde treiben uns zusammen, und in Form von Regen oder Schnee gelangen wir auf die Erdoberfläche zurück. Ich sickere in die Erde, aus der du bestehst, werde von den Blumen aufgefangen oder gehe in das Grundwasser, in einen Fluss oder in das Meer hinein. Von dort aus, als Wasser, verdunste ich erneut, werde zu Wasserdampf und gewinne meine Gestalt als Wolke wieder, die du bereits kennst. Der Kreis schließt sich. Dann werden wir Wolken vom Wind zusammengetrieben und bringen wieder den Niederschlag und immer weiter so fort. In welchem Moment bin ich also nicht bei dir, mein lieber Berg?“

„Das alles weiß ich, liebe Wolke, doch warum bin ich jetzt trotzdem traurig?“

„Vielleicht, weil du es einfach vergessen hast“, antwortete die Wolke. „Du hast vergessen, dass alles mit allem nahtlos verbunden ist. Du hast vergessen, dass du und ich unzertrennlich sind.“

Der Berg verspürte tiefen Frieden und unendliche Dankbarkeit. Er wollte sich bedanken, aber bemerkte, dass dies unnötig war, denn die weiße Wolke verstand es bereits.

„Leben und Tod sind eine wichtige Angelegenheit. Die Zeit vergeht so schnell wie ein Pfeil. Jenen, die den Weg suchen: versäumt nicht diesen Augenblick.“ Dieser Satz steht oftmals auf das Holz geschrieben, dass in einem Zen-Tempel durch seinen Klang die Mönche und Nonnen zur Meditation ruft. Doch was ist mit der „Angelegenheit von Leben und Tod“ gemeint, habe ich mich oft ge-



*Der Berg verspürte tiefen Frieden
und unendliche Dankbarkeit.*

fragt. Heißt es, dass mit dem Tod ein Mensch aufhört zu existieren und in die Leerheit eingeht? Oder ist der Tod sogar eine Art Reifeprüfung, eine Art Bewährungsprobe, die das Individuum in einen anderen Seinszustand versetzt? Oder besitzt der Mensch etwa einen geistigen Anteil, der immer wieder in neuen Körpern erscheint, bis er das Nirwana erlangt und nicht mehr wiederkommt? Buddha selbst soll sich nie zum Thema Tod oder das, was danach kommt, geäußert haben, also finde ich keine zutreffende Antwort und frage mich erneut, was mit der Angelegenheit vom Leben und Tod gemeint sein kann. Auf der Suche nach Antworten fällt mir auf, wie viele unterschiedliche Meinungen es zum Tod und das, was dannach kommt, gibt. So viele Meinungen wie Unterscheidungen vielleicht. Unterscheidungen, aus denen Vorurteile entstehen und auf Basis derer wir zu Urteilen bereit sind. Vorurteile wie jene, die behaupten „ein Buddhist isst kein Fleisch, ein Buddhist trinkt keinen Alkohol, ein Buddhist glaubt an die Wiedergeburt“ und aus der Lehre Buddhas einen „Ismus“ machen. Doch ist nicht jeder „Ismus“ eine Art der Fortsetzung eines Konzepts, dass die Wahrheit jenseits unserer karmischen Wahrnehmung verdeckt?

Aus dieser Perspektive heraus, aus der Sicht, die keinen „Ismus“ als absolute Wahrheit akzeptiert, frage ich mich also: was heißt es überhaupt, ein Buddhist zu sein? Und komme zur Schlussfolgerung, dass das, was am nächsten an eine Person gelangt, die aufrichtigem Herzens der Lehre Buddhas zu folgen versucht, jemand ist, der von Unterscheidungen absieht und sowohl die Ablehnung als auch die Anhaftung ablegt. Warum?

Weil Unterscheidungen einzig und allein ein Produkt des Denkprozesses, eine Interpretation der Wirklichkeit sind, nicht aber die Wirklichkeit selbst. Aus dieser Sicht heraus frage ich mich: Ist die Frage nach dem Leben und Tod nicht ebenfalls eine Unterscheidung? Und stelle fest: vielleicht ist alles, so wie es ist, in jedem Augenblick einfach, wie es ist – ohne jeglichen Sinn und Zweck. Vielleicht ist die Frage nach dem Leben und dem Tod also allein eine Frage des Bewusstseins, denn würden wir in jedem Augenblick, den wir leben, nicht mal zwischen Leben und Tod unterscheiden, wäre der Begriff Leben gleichbedeutend mit dem Leben selbst. Vielleicht.

Das Ensō ist ein Symbol aus der Kalligrafie, welches mit einem Kreis das Universum, die Form und Leere in Einheit, darstellt. Es drückt den Moment aus, in dem der Körper und der Geist frei vom Bewusstsein sind und deswegen in ihrem Schaffensprozess nicht eingeschränkt werden. Also ist ein Ensō rund, wie der Kreislauf, dessen die weiße Wolke und der blaue Berg Bestandteile sind. Wie alle Wolken dieser Welt, die zusammengetrieben durch die Winde und transformiert zu Niederschlag, in Form von Regen oder Schnee auf die Erde zurückkehren, um in die Pflanzen, Seen, Bäche und Flüsse einzugehen, um wieder zu verdampfen und so den Kreislauf des Lebens immer weiter fortsetzen. So ist Ensō der Ausdruck des spirituellen Friedens und des Mitgefühls. Einen Frieden, den wir finden, wenn wir alle Unterscheidungen wie Erde oder Wasser, Innen oder Außen, Groß oder Klein oder gar Leben und Tod loslassen, und eins werden mit diesem Augenblick.

Erwachsen und erwachen

„Wann fangen wir mal endlich an, das bisschen Wahrheit, das wir selber kennen könnten, in den paar lächerlichen Jahrzehnten, die wir hier sind, zu leben?“¹

VON MICHAEL WEISS

Es ist an der Zeit, erwachsen zu werden. Damit meine ich nicht in erster Linie Job kriegen, Kinder machen, Haus bauen, heiraten, Auto kaufen und die planetare Arbeitsmaschine² zufriedenzustellen, indem ich sie und mich am Laufen halte. Was ich mit Erwachsen-sein verbinde, hat damit zu tun, das Leben als Befragt-sein aufzufassen: „All unser Sein“, sagt Viktor Frankl, „ist nichts weiter als ein Antworten – ein Ver-antworten des Lebens.“³ Gemeint ist, dass nicht wir es sind, die nach dem Sinn des Lebens fragen. Vielmehr sind wir aufgerufen, auf wesentliche Lebensfragen zu antworten. Wenn die Antwort heilsam ist, hat sie immer mit Selbstliebe im Sinne eines Loslassens vom kleinen Ich zu tun, das stets auf der Suche nach einer Neuauflage des Altbekanntes ist und sich vor wirklichen Veränderungen fürchtet.

Edmund Frühmann sprach im Interview Ende März 2013 mit Gerhard Weissgrab und Evi Zoepnek bereits seine Erschütterung an, die er angesichts der menschlichen Furcht vor der Freiheit erlebt. Er meinte: „Der Mensch will keine Freiheit, der Mensch will beherrscht werden.“ Die Tyrannei des Müssens beherrscht stets beide Seiten einer Herren-Sklaven-Beziehung. Begleitet wird sie vom Traum, nicht vom Handwerk der Freiheit. Was nun, wenn der Mensch mit sich selbst im Widerstreit liegt, wenn er Opfer und Täter zugleich ist? Was, wenn die mich lenkenden Gewohnheiten weder mit der strafenden Instanz des Männlichen noch mit der tröstenden Sanftheit des Weiblichen in mir mit dem, der ich sein will oder werden möchte, unversöhnlich und unvereinbar bleibt? Bedeutet nicht erwachsen zu sein

auch, dass wir uns freimachen von Verhaftungen und Verurteilungen, auch uns selbst gegenüber? Schließt es nicht mit ein, dass wir uns im gleichen Atemzug Mitgefühl schenken und für andere einsetzen können? Was ist Verantwortung denn, wenn wir innere und äußere Widersprüche ignorieren, statt sie miteinander auf einer höheren Ebene zu vereinbaren? Lasst uns lernen, kindliche Verhaltensmuster geduldig, aber bestimmt abzulegen! Lasst uns mit einem Wort beim Denken, Sprechen und Handeln in Extremen innehalten und spüren, was das mit uns macht. Bedeutet Erwachsen und mithin Erwachen letzten Endes etwas Anderes als jene Lehre des Mittleren Weges zu realisieren, wie sie Buddha Shakyamuni vorlebte und mehr als vier Jahrzehnte lang lehrte? Hermann Hesse, einer meiner Lieblingsautoren, schreibt im Glasperlenspiel:

„Im Erwachen drang man nicht näher an den Kern der Dinge, an die Wahrheit heran, man erfasste, vollzog oder erlitt dabei nur die Einstellung des eigenen Ich zur augenblicklichen Lage der Dinge.“⁴

Buddhistische Ethik beruht nicht auf einer strikt zu befolgenden Liste von Geboten und Verboten. Es gibt wohl Richtlinien und Achtsamkeitsübungen, doch dienen sie als Orientierungshilfe beim Erwachsen und Erwachen. Sie sollen uns dienen, nicht wir ihnen. Sich zur Verantwortung zu ziehen bedeutet in diesem Kontext, die Gegenwart auf intime, hingebungsvolle Art und Weise zu bejahen und auf die tatsächliche Situation zu antworten. Je wacher wir sind, je bewusster wir der Gegenwart begegnen, umso intensiver werden wir auch Empfindungen,

Emotionen, Gedanken wahrnehmen. Umso größer wird zugleich unsere Fähigkeit, mit diesen geschickt umzugehen und sie auch in anderen Wesen wiederzuerkennen. Er wachsen beinhaltet erwachen und bedeutet für mich zu erkennen, wie der Geist Wirklichkeit konstruiert. Und wozu erwachen? Zur eigenen geistigen Einstellung in Bezug auf herausfordernde Situationen im Leben. Und was fordert uns heraus? Alles, was nicht so läuft, wie wir es gerne hätten. Das sind jene Momente, in denen wir aufgerufen sind, wach zu sein, innezuhalten und zu wachsen: Woher kommen meine Einstellungen? Worauf baue ich meine Ansichten auf? Wie bildet sich denn meine Meinung?

Wir sind es, die wählen, und wenn das nicht bewusst gemacht wird, dann geschieht es vermittels unserer Gewohnheiten. Dann entscheiden unsere Gewohnheiten für uns.

In einer global vernetzten Welt kommen wir nicht umhin, mit der täglichen Zwangsmast an öffentlich kolportiertem Gratis-Halbwissen, zusammenhangloser digitaler Medienkost und verwirrender Fehl- wie Desinformation umzugehen. Unsere kritische Urteilskraft und Differenzierungsfähigkeit ist gefragt. Sie auszubilden ist in Zeiten kapitalistischer Früh-Konditionierung und gnadenloser Ausbeutung unserer Mitlebewesen im Sinne monetären Profits ein Muss für alle BuddhistInnen und Nicht-BuddhistInnen! Sich enthalten und verzichten ist gut, differenzieren und kritisch lesen ist besser.

Es stimmt schon, dass der Verzicht auf Rede und Medienkonsum bei einem Retreat bereits einen wesentlichen Teil zum guten Gelingen desselben beiträgt. Doch es stimmt auch, dass nicht die Ereignisse (und Sineseeindrücke), sondern unsere Vorurteile, Meinungen, Ideen und Schubladen es sind, die uns beunruhigen.⁵ Die Berichterstattung von Gewalt und Ignoranz in Form von Krieg, Horror, Mord und Totschlag in TV, Zeitung und auf der Straße haben das Potenzial, Menschen aufzuwecken oder noch tiefer in ideologischen Schlummer einzulullen. Wer

häusliche Gewalt und Fahrerflucht verflucht, hat die Rechnung ohne den Wirt gemacht, der den Alkohol ausschenkt, hat auch das vereinsamte komprimierte Ich-Bewusstsein vergessen, das Kummer und Schmerz, Einsamkeit und Angst nicht ertragen und konfrontieren, sondern im Vergessen ertränken will. Wer Tierschlächter und Metzger verflucht, hat die Konsumenten übersehen, die gedankenlos billiges Fleisch kaufen, den Preis drücken und mitverantwortlich sind für den nächsten Lebensmittelskandal.⁶ Das Ziel besteht somit darin, sich des Einflusses gewahr zu werden, die die ununterbrochenen Beschallungen und Beschriftungen des Alltags auf uns haben. Sie sind nicht schlecht per se. Es gibt nichts auf der Welt, das an sich gut oder schlecht ist. Wir sind es, die bewerten und wir müssen stark und achtsam sein, um wählen zu können, was wir zu uns nehmen. Diese Wahl in jedem Augenblick wahrzunehmen ist Teil unserer gelebten Verantwortung.

Im Endeffekt läuft alles auf Beziehungen hinaus oder kann gut im Licht von Beziehungen verstanden werden. Dazu gehört auch die Beziehung zu Ideen, Meinungen und Verhaltensmustern. Was könnte also wichtiger sein als die Arbeit an Beziehungen? Und welche Beziehung könnte wichtiger sein als die zu uns selbst? Scheinbar eine ganz einfache Frage. Doch die einfachsten Fragen sind meist die schwierigsten. Daher an alle großen und kleinen Kinder, die sich gerade in der Phase befinden, wo sie nicht nur mehr ihre Eltern, sondern der menschlichen Natur gemäß alles in ihrer Umgebung erforschen und befragen: Warum? Warum? Warum? Warum? Bitte hört nicht auf!

1 Eugen Drewermann im Gespräch mit Hubert Christian Ehalt im Zuge der Wiener Vorlesungen am 08.07.2013

2 P. M.: bolo bolo (1983)

3 Viktor Frankl: Die Sinnfrage in der Psychotherapie (1992)

4 Hermann Hesse: Das Glasperlenspiel (1943)

5 Epiktet: Handbüchlein der Moral

6 Thich Nhat Hanh: achtsam essen achtsam leben (2010)

Im Zeichen des Dialogs

Religionen stehen vor großen Herausforderungen, sich verändern zu müssen. Bei der „Com-Unity-Spirit Graz 2013“ trafen sich Vertreter unterschiedlichster Weltanschauungen zum Dialog.

VON GERHARD WEISSGRAB



Eröffnungsstatement der Religionsvertreter

Der Stadtgemeinde Graz und dem AAI Graz verdankt Österreich die größte interreligiöse Konferenz, die heuer vom 17. bis 20. Juli stattgefunden hat. Der Name war und ist Programm: „Com-Unity-Spirit Graz 2013“.

Fast 200 Menschen unterschiedlicher Religionszugehörigkeit haben an dieser Veranstaltung teilgenommen. Der Bogen der teilnehmenden Religionen spannte sich von den monotheistischen Religionen über den nicht-theistischen Buddhismus bis zum Hinduismus mit seiner komplexen Götterwelt. Im Zentrum standen der Dialog, das gegenseitige Verstehen und das gemeinsame Ziel zum besseren Miteinander. Ein großer Schritt, eine wichtige Veranstaltung, aber auch ein erster Schritt, dem noch viele folgen müssen. Zum Abschluss gab es die Grazer Deklaration, die sicher kein Endergebnis darstellt, sondern eine Startbasis und einen Auftrag für alle Teilnehmer, in diesem Spirit den Dialog weiterzuführen. Sie wird aber auch als Inspiration und Anregung an andere Städte weitergereicht werden.

Ich bin überzeugt, dass in diesen Tagen ganz viele Samen des gegenseitigen Verstehens ausgestreut wurden. Durch viele Impulsreferate wurde angeregt und mit großem Engagement in Workshops an der Vertiefung wichtiger Themen gearbeitet. In allem zeigte sich der inspirierende und fruchtbare Geist der Diversität, obwohl derselbe auch manch-

mal Wurzel von Verunsicherung werden konnte. Es bedarf gerade im interreligiösen Dialog eines großen Verständnisses und großer Geduld, sind doch gerade bei Religionen die Konzepte der Exklusivität und Ausschließlichkeit über Jahrhunderte, um nicht zu sagen über Jahrtausende, geprägt worden. Es werden uns keine Jahrhunderte bleiben, um diese Konzepte aufzulösen und in ein Konzept des Miteinanders und gegenseitigen Annehmens umwandeln zu können. Wie Prof. Figl in seinem beeindruckenden Referat gesagt hat: „Die Religionen stehen vor der großen Herausforderung, sich verändern zu müssen.“ Es geht um den Respekt und dieselbe Wertschätzung für unterschiedliche Wege. Wahrer Dialog erfordert die Akzeptanz der Wahrheit des anderen, ohne in dieser anderen Wahrheit Spuren der eigenen Wahrheit wiederzufinden. Und: Ohne einen wahren Dialog wird es in Zukunft wohl kaum eine heilsame Wirkung der Religionen geben können. Schlussendlich geht es nicht nur um den Dialog der Religionen, sondern um den Dialog aller Weltanschauungen. Graz 2013 war hier ein sehr wesentlicher Schritt in diese Richtung.

*Wichtige Informationen auf:
interrelgraz2013.com*



Schlussveranstaltung der Konferenz in den Kasematten

Buddhismus and Science

Was können wir von Sphäroiden über uns lernen?

Sphäroide werden in der Zellbiologie als dreidimensional angeordnete Strukturen bezeichnet. Es handelt sich um Kompartimente von Zellen in Richtung x-, y- und z-Achse.

Morphologisch, unter dem Mikroskop betrachtet, können Sphäroide im Reagenzglas als kugelige bis flächige Gebilde wahrgenommen werden (siehe Bilder). Je nachdem, wie viele Zellen sich zusammengeschlossen haben, bildet sich ein größeres oder kleineres Kollektiv aus.

Aus der Wissenschaft ist bekannt, dass Zellen Kontakte zueinander benötigen, um einerseits zu überleben und andererseits Informationen weiterzuleiten. Sphäroide spiegeln eine Art natürliche Zellkonformation, wie sie im Körper stattfindet, wider.

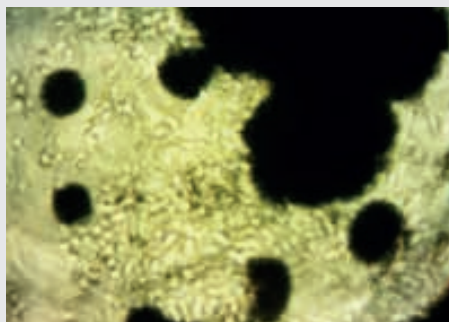
Dieses Phänomen können wir auf den Menschen umlegen. Der menschliche Körper besteht aus Milliarden von Zellen. Grob betrachtet sind wir ein großes lebendes Reagenzglas. Was diese Zellen im Labor tun, tun sie auch in unserem Körper: sich verbinden, wachsen, verändern und absterben. Ein Zyklus des Lebens. Der entscheidende Punkt dabei, es geschieht alles in einem Kollektiv. Jede Veränderung der einen Zelle hat auf die

benachbarten Zellen eine Auswirkung, über kurz oder lang ändert sich dadurch die Gesamtstruktur des Sphäroids.

Dieses Wissen lässt sich auf unser Gesellschaftssystem = Gesamtstruktur und Zelle = Mensch anwenden. So wie wir es im Reagenzglas beobachten können, dass jede einzelne Zelle eine Auswirkung auf das Sphäroid hat, genauso ist es mit den Menschen. Unsere Lebensweise verändert unsere Mitmenschen und folglich unsere gesellschaftlichen Strukturen.

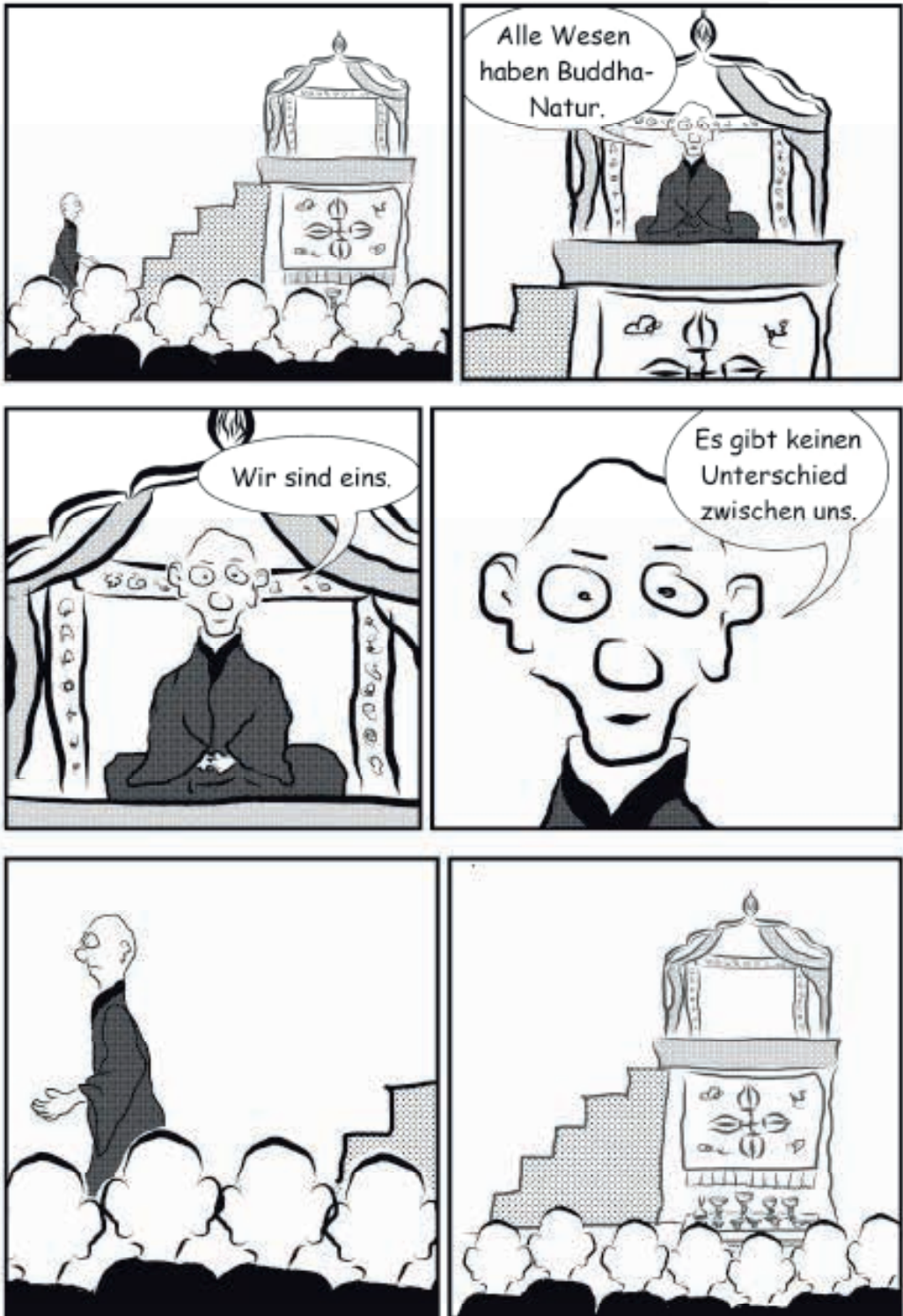
Dr. Kai Romhardt beschreibt in seinem Artikel (ÖBR Magazin, Heft 3/2013) über achtsames Wirtschaften, dass durch unsere bewussten Kaufentscheidungen ein Wirtschaftssystem im Kleinen entsteht. Viele kleine Systeme bewirken etwas Großes. Dieses Beispiel soll zeigen, dass wir von unseren Zellen lernen können. Wir sind keine isolierten Wesen. Das Miteinander ist für uns lebenswichtig. Auch wenn wir uns manchmal alleine fühlen und doch Großes bewirken möchten, dann dürfen wir nicht aufgeben. Seid so mutig wie eure Zellen, verbindet euch zu einem heilsamen Sphäroid, und ihr werdet automatisch wachsen!

Christiane Gebhard



Gleich, Gleicher, Ungleich

Frank Zechner



Buddhismus Entdecken Studien- & Meditationslehrgang

Einstieg bei jedem Modul möglich

2-jähriger Lehrgang in 13 Modulen: ermöglicht eine solide Grundlage für die Ausbildung im Mahayana-Buddhismus. Das Erlernete wird in der Meditation und im Austausch untereinander überprüft und kann dann im täglichen Leben sinnvoll und gewinnbringend angewendet werden.

Themen: mein Geist und sein Potential/wie meditiert man/ Darstellung des Pfades/ spirituelle LehrerIn/ **Tod & Wiedergeburt 10.9.–22.10./ Karma 29.10.–10.12./Zuflucht zu den Drei Juwelen 14.1.–18.2./**eine tägliche Praxis aufbauen/ Samsara & Nirvana/ Bodhicitta/ Probleme umwandeln/ Weisheit/ Tantra.

Dienstag: 19–21 Uhr Gebühr: 45,-/Modul (6–7 Abende) & schriftlichen Unterlagen + audiofiles; Zur Vertiefung ein Klausurtag; Panchen Losang Chogyen (PLC), 9., Serviteng. 15

Info: A. Husnik, info@gelugwien.at, www.gelugwien.at

Liebevolles Herz GESHE SOEPA

13.–15. Dez. 2013

Die 7-fache Anweisung über die 6 Ursachen und ihr Resultat – eine sehr kraftvolle Methode, um Mitgefühl und liebende Güte im Alltag und in Zukunft den Erleuchtungsgeist zu entwickeln. Bei Interesse besteht am Ende des Seminars die Möglichkeit, Bodhisattvagelübde zu nehmen bzw. zu erneuern.

Dieses Wochenende mit Vortrag (deutsche Übersetzung), Diskussion und angeleiteter Meditation ist ein Geschenk der Ruhe in der Hektik der Vorweihnachtszeit.

Lharampa Geshe Soepa, 1955 in Tibet geboren, besucht uns seit 15 Jahren. S.H. der Dalai Lama ist sein Wurzel-Guru.

Vortrag: 13.12. 19:00 – 21:00; **Seminar: 14.12.** 10:00–17:30; 15.12. 10:00–13:00 Tel.: 0681 204 900 31, info@gelugwien.at

Dana (Richtwert): Vo.: 12,-; Sem.: 80,-; Vo. + Sem.: 75,- (Erm. möglich) Videodownload inkl. **Ort:** PLC, 1090, Serviteng.15, www.gelugwien.at

Warum es kein Problem ist, Probleme zu haben

Stephan (Pende) Wormland

22.–24.11.2013

Mit buddhistischem Geistestraining (Lojong) kann man jede Herausforderung und jedes Problem nutzen. Kraftvolle Methoden ermöglichen es uns, Schwierigkeiten als nützlich wahrzunehmen und sie auf dem Pfad zur Erleuchtung in Glück umzuwandeln.

Abendvortrag als Einführung; Seminar mit Vorträgen, Meditation, Zeit für Fragen und Austausch.

Stephan Wormland, Psychologe und Gestalttherapeut, praktiziert seit über 25 Jahren, davon 14 Jahre als Mönch.

Vortrag: 22.11. 19:00–21:00; **Seminar: 23.11.** 10:00–17:30; **24.11.** 10:00–13:00 Tel.: 0681 204 900 31, info@gelugwien.at

Dana (Richtwert): Vo.: 12,- Sem.: 70,- Vo. + Sem.: 75,- (Erm. möglich) Videodownload inkl.

Ort: Panchen Losang Chogyen (PLC), 1090, Serviteng.15, www.gelugwien.at

Jōdo Shinshū Österreich

Jōdo Shinshū ist die größte buddhistische Gemeinschaft Japans. Sie ist eine Richtung des Reinen-Land-Buddhismus. Ihre Anhänger und Anhängerinnen vertrauen dem Mitgefühl Buddha Amidas und seinem Gelübde. Sie verstehen Amida (Amithāba) aber nicht als Schöpfergott, Weltenlenker oder Weltenrichter.

Durch Amidas Kraft geht man nach dem Tod ins Reine Land (Sukhāvati) ein und kehrt von dort als Bodhisattva ins Samsāra zurück, um allen Wesen zur Befreiung zu helfen. Jōdo Shinshū kennt keine Mönche und Nonnen, nur verheiratete Tempelpriester und Tempelpriesterinnen. Frauen sind in der Tempelleitung gleichberechtigt.

Vertretung in Österreich:

www.jodoshinshu.at

Myoshin-Friedrich Fenzl

Tel/Fax.: 0662/879951

E-Mail: Myoshin-Fenzl@jodoshinshu.at oder Harrant@jodoshinshu.at

„Um es genau zu sagen: Dzogchen ist unser Zustand“ (Chögyal Namkhai Norbu)

Dzogchen

Vortrag und Seminar mit Jim Valby – 21.–22. 3. 2014

Ursprüngliches Wissen

Es ist nichts zu begreifen durch die Sichtweise.

Es ist nichts zu beseitigen, zu schaffen oder zu verändern durch Meditation.

Es ist nichts zu berichtigen durch Verhalten.

Es ist nichts zu erreichen oder als Ziel aufrecht zu erhalten.

Ursprünglich ist zeitlos, ewig, von Anfang an und für immer, jenseits von Ursache und Wirkung.

Wissen kann mündlich, symbolisch und direkt übertragen werden. Dadurch manifestiert sich die ursprüngliche Quelle der Weisheits-Energien, den Umständen jedes fühlenden Wesens entsprechend.

Alles ist Wissen, ohne jegliche Begrenzung.

Die Essenz des ursprünglichen Wissens ist reine Gegenwärtigkeit – ununterbrochene, leere, strahlende Weisheits- Energie- Manifestationen. Erleuchtung ist nur ein Wort ohne Sinngehalt, sie existiert nicht wirklich. Nach ihr zu Streben ist Phantasie. Reine Präsenz durchdringt bereits alles als selbst-vollkommene Erleuchtung.

Jim Valby ist seit 1982 Schüler des Dzogchen-Meisters Chögyal Namkhai Norbu. 1983 Doktorat für Fernöstliche Studien. Jim Valby übersetzt Tibetische Texte und lehrt Sutra, Tantra und Dzogchen in Theorie und Praxis.

Mandalahof, Fleischmarkt 16, Stiege 1, 1 DG 1010 Wien

Freitag, 21 März 2014, Vortrag 19–ca. 21, Samstag, 22. März, Seminar 10–13 und 15–18 Uhr

Freitag Abend: freiwillige Spende Richtwert € 17

Freitag & Samstag: € 76

Info und Anmeldung unter www.dzogchen.at

Der Vajra-Tanz der Sechs Räume von Samantabhadra

7. –9. 2. 2014

Wochenend-Kurs für AnfängerInnen

Der Vajra-Tanz ist eine Meditation in Bewegung. Er wird auf einem Mandala ausgeführt.

Die Bewegungen der Choreographie sind natürlich und einfach, wiederholen sich zyklisch und werden von Musik und dem gesungenen Mantra begleitet. Durch den Vajra-Tanz werden die drei Aspekte unseres Daseins – Körper, Energie und Geist – tief entspannt und harmonisiert.

Der Dzogchen Meister Chögyal Namkhai Norbu präsentierte den Vajra-Tanz das erste Mal im Jahre 1990.

Kursleiterin: Mag.^a Elisha Koppensteiner seit 1982 Schülerin von Chögyal Namkhai Norbu und von Ihm autorisierte Vajra-Tanz Instruktoria

Kurszeiten: Fr. 18:00 bis So. ca. 17:00

Ort: Shambhala Tai Chi Zentrum

Bennogasse 8a, 1080 Wien

Beitrag: 105,- bis 8. 12., danach 130,- Euro

Info & Anmeldung: dzogchen.at

Yantra Yoga – der tibetische Yoga der Bewegung

Fortlaufender Kurs für Anfänger

Im Yantra Yoga wird die Energie der Übenden durch die Positionen und die Bewegung in Kombination mit der Atmung, koordiniert und harmonisiert.

Der Geist entspannt sich und findet seine natürliche Balance. Chögyal Namkhai Norbu hat Anfang der Siebziger Jahre damit begonnen, diese alte Lehre im Westen zu unterrichten.

Kursleiter: Mag. Jan Dolensky seit 2000 Schüler von Chögyal Namkhai Norbu und von Ihm autorisierter Yantra Yoga Instruktoria

Kurszeiten: Donnerstags, 17. 10. 2013 – 30. 01. 2014, jeweils 18:15–19:45

Ort: Zentrum Amida

Neubaugasse 12-14, 1070 Wien

Beitrag: 150,- Euro

Info & Anmeldung: dzogchen.at

CHAN MI QIGONG mit Meisterin JIANG XUE YING

Meisterin JIANG XUE YING aus Zhejiang/VR China unterrichtet seit vielen Jahren CHAN MI QIGONG in zahlreichen Seminaren in China, u. a. an der Universität Peking, im südostasiatischen Raum und in Deutschland. Diese Seminare sind eine einmalige Gelegenheit, authentisches CHAN MI QIGONG direkt von der Meisterschülerin und Assistentin von CHAN MI QIGONG Großmeister Liu Han Wen zu lernen.

19.–20. Oktober, Fleischmarkt 16, 1010 Wien

Euro 138,-

**AUGENÜBUNG UND BASISÜBUNGEN
FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE**

Die Chan Mi Qigong – AUGENÜBUNGEN ermöglichen die gezielte Erhöhung der Qi-Qualität im Bereich der Augen, eine Verbesserung der Sehkraft bei Sehstörungen und Sehschwächen, sowie die Erhaltung der Sehkraft bis ins hohe Alter.

30. November – 1. Dezember, Fleischmarkt 16, 1010 Wien

Euro 138,-

**TU NA QI FA 5 und BASISÜBUNGEN
FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE**

TU NA QI FA 5 wirkt im besonderen auf die inneren Organe und bewirkt einen erhöhten Qi-Fluss und eine harmonische Regulation im ganzen Körper. Bei Müdigkeit, Erschöpfung, Abgespanntheit, hilft Tu Na Qi Fa 5 frische Energie zu tanken und wieder zu Kräften zu kommen. Bei Nervosität und Unausgeglichenheit fördert Tu Na Qi Fa 5 durch seinen regulierende Wirkung auf Yin und Yang einen harmonischen emotionalen Ausgleich.

Auskunft & Anmeldung: Tel. 0676/456 77 88

Empathie ist das wertvollste Geschenk, das sich Menschen machen können (M.Buber)

HERBST-VORANKÜNDIGUNGEN

für Wertschätzende-Gewaltfreie Kommunikation in Wien

„Willkommen Konflikt!“

Einführung in Wertschätzender/ Gewaltfreier Kommunikation (GFK) – FR 11. (17–20 Uhr)/
Sa 12. Okt 2013 (10–17 Uhr)

Zielgruppe: Personen, die lernen möchten, in Konfliktsituationen mit sich und anderen kraftvoll-authentisch und wertschätzend zugleich umzugehen.

„Willkommen Empathie!“

Vertiefung in Wertschätzender/ Gewaltfreier Kommunikation (GFK) Sa 16. Nov. 2013 (10–17 Uhr)

Kernthema: Aus den eigenen Begrenzungen lernen, ohne den Selbstrespekt zu verlieren!

„Willkommen Scham!“

DAS Seminar für Forscher- und EntdeckerInnen von Scham, Schuld und anderen ‚unerwünschten‘
Gefühlen – FR 29. Nov(17-20h) /SA 30. Nov 2013 (10-17h)

Kernthema: Nutzen aus Emotionen ziehen, für die wir uns **wirklich** nicht mögen!

Übungsgruppe Wertschätzende-Gewaltfreie Kommunikation – ab Kalenderwoche 42

Für Anfragen und Teilnahmeinformationen stehe ich gerne zur Verfügung!

Mag. Peter Pressnitz, Trainer & Facilitator im Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation Austria,
www.gewaltfrei.at/profile/peterpressnitz – 0699 14700052 – peterpressnitz.gewaltfrei@gmail.com

Eintritt in die Praxis eines Bodhisattva

2-jähriger Lehrgang mit Dr. Birgit Schweiberer

Start: 15./16. Feb. 2014

Bodhicaryavatara von Acharya Shantideva gehört zu den größten Werken der spirituellen Weltliteratur und ist noch heute so aktuell wie vor 1300 Jahren. In Versform werden die Übungen eines Bodhisattvas, Großzügigkeit, Ethik, Geduld, Tatkraft, Meditation und Weisheit dargelegt.

Seine Heiligkeit der Dalai Lama betont häufig, dass dieses Werk Grundlage und Essenz buddhistischer Geistesschulung ist, und wer eine positive menschliche und spirituelle Entwicklung anstrebt, an diesem Text nicht vorbei kommt.

Dr. Birgit Schweiberer (Getsulma Losang Drime), seit 1998 ordinierte Nonne, studierte 16 Jahre lang Buddhistische Grundlagen- und Masters-Programme in Sutra und Tantra im Lama Tzongkhapa Institut.

Termine: 8 Studienwochenenden Feb. 2014–Dez. 2015

2014: 15./16. Feb., 12./13. April, 14./15. Juni, 20./21. Sept., 2015: in Vorbereitung.

Unkostenbeitrag auf Danabasis – Empfehlung: 680,- (PLC-MG 560,-) (Erm. möglich, niemand soll aus finanziellen Gründen von den kostbaren Belehrungen abgehalten werden). Die Anmeldung erfolgt für das gesamte Studienprogramm. Das Programm kann auch im Fernstudium besucht werden. Seminare (Vortrag und angeleitete Meditationen) sind über online-Plattform abrufbar; Lernunterlagen und Fragen und Antworten werden zum Selbststudium zur Verfügung gestellt.

Infos + Anmeldung: andreas.rudolf@gelugwien.at; www.gelugwien.at

Ort: Panchen Losang Chogyen Gelug Zentrum, Servitengasse 15, A-1090 Wien

DIE ÖSTERREICHISCHE BUDDHISTISCHE RELIGIONSGESELLSCHAFT

ist die staatlich anerkannte Vertretung des Buddhismus in Österreich. Unsere Tätigkeiten sind sehr vielfältig

Wir vertreten den Buddhismus ...

- _ in offiziellen Belangen in Österreich
- _ in interreligiösen Gremien in Österreich
- _ in europaweiten Gremien

Wir geben Raum ...

- _ in unseren Meditationszentren in 1010 Wien
- _ im BZ Scheibbs

Wir informieren ...

- _ durch den regelmäßigen ÖBR-NEWSLETTER
- _ durch unser vierteljährliches Programmheft
- _ auf unserer Homepage
- _ im Buddhistischen Archiv und der Fachbibliothek
- _ mittels öffentlicher Stellungnahmen

Wir betreuen unsere Mitglieder ...

- _ durch das Sekretariat
- _ durch ÖBR Repräsentanzen in den Bundesländern

Wir beraten alle am Buddhismus Interessierten

- _ durch Bundesländer Repräsentanzen



Wir unterrichten ...

- _ Kinder und Jugendliche im Buddhistischen Religionsunterricht – österreichweit

Wir begleiten ...

- _ Kranke & Sterbende durch das Mobile Hospiz
- _ Trauernde in der Trauergruppe
- _ Haftinsassen durch Gefangenenbesuche

Wir bilden aus und weiter ...

- _ Religionslehrerinnen und -lehrer
- _ Hospizbegleiterinnen und -begleiter

Wir präsentieren den Dharma ...

- _ für Schulklassen und in öffentlichen Vorträgen
- _ in Einführungsveranstaltungen

Wir feiern ...

- _ Geburten, Übergangszeremonien für Kinder und Jugendliche, Hochzeiten
- _ Begräbnisse – auch auf dem buddhistischen Friedhof
- _ das jährliche Vesakh Fest
- _ „Buddhistische Weihnachten“

DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
EINFÜHRUNG		
5.9., 18.00–8.9., 13.00	Jodeln und Qi Gong	<i>Christina Zurbrügg</i>
5.9.–26.9., 19–20.45	Einführung in die Achtsamkeitsmeditation	<i>Christoph Köck</i>
11.09., 18–20	Buddhismus kurz und bündig	<i>Andrea Husnik</i>
12.9.,18.00–15.9., 13.00	Butoh Tanz	<i>Eva Klauser Hermann</i>
14.9., 15.00–18.00	Meditieren lernen im Shambhalazentrum, Vortrag, Meditieren, Diskussion	
15.9., 9.30–17.30	Meditationstag im Freien	
18.9., 18.00–20.00	Buddhismus kurz und bündig	<i>Andrea Husnik</i>
21.9., 10.00–22.9., 17.00	Sichtweise, Praxis und Frucht von Hinayana	<i>Oliver Leick</i>
22.09., 14.00–18.30	Ikebana – Anfängerkurs im Shambhala-zentrum, die Kunst des Blumesteckens	
24.09., 19.00–21.00	Was ist Shambhala? Sanft und Furchtlos Vortrag, Meditieren, Diskussion	
04.10., 19.30	Vortrag: Die Kunst Mensch zu sein Shambhalatrainig Stufe 1	
4.10., 19.30–6.10., 18.00	Seminar: Die Kunst Mensch zu sein Shambhalatrainig Stufe 1	
5.10., 9.30–6.10., 14.00	Eine tägliche Praxis aufbauen Wochenendseminar	<i>Stephan (Pende) Wormland</i>
6.10., 14.00–16.30	Dzogchen – Einführung für Interessierte	<i>Wien Dzogchen Gruppe</i>
11., 19.30–13.10., 14.00	Mudra Raumgewahrsein – Gewähr-Sein in entspannten und angespannte	
16.10., 18.30–20.30	Dzogchen – Theorie und Praxis der Lehre von Chögyal Namkhai Norbu	
19., 10.00–20.10., 17.00	Sichtweise, Praxis und Frucht von Mahayana	<i>Oliver Leick</i>
25.10., 19.00–21.00	Shambhala Youth Vienna	
26.10., 15.00–18.00	Meditieren lernen im Shambhalazentrum Vortrag, Meditieren, Diskussion	
27.10.. 9.30–17.30	Achtsamkeitstag im Shambhalazentrum Nyinthün	
8., 18.00–10.11., 13.00	Chan Mi Qi Gong	<i>Xue Ying Jiang</i>
9.11., 15.00–18.00	Meditieren lernen im Shambhalazentrum Vortrag, Meditieren, Diskussion	
10.11., 9.30–17.30	Achtsamkeitstag im Shambhalazentrum Nyinthün	
14.11., 19.00–20.45	Einführung in die Herzmeditation 5 Abende	<i>Tilo Rom</i>
15., 18.00–17.11., 13.00	Zen Einführung	<i>Mathias Köhl</i>
16., 10.00–17.11., 16.00	Die Drei Pfade der Befreiung	<i>Oliver Leick</i>
29.11., 20,00	Die vier grundlegenden Gedanken	<i>Erik Weiß</i>
7.12., 15.00–18.00	Meditieren lernen im Shambhalazentrum Vortrag, Meditieren, Diskussion	
8.12., 16.00	Umgang mit Stress in der Vorweihnachtszeit Kurzvortrag am Adventbazar	<i>Geshe Soepa</i>
21.12., 15.00–18.00	Kindertag im Shambhalazentrum	
28.12., 19.00–4.1., 18.00	Winterpraxiswoche – Shambhala Meditation	

ORT	KONTAKT
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12, 0699 11485791
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1.Stock	office@theravada-buddhismus.at, 01 595 50 18, 06991 199 65 00
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12, 0699 11485791
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Yeselling – Zentrum der Dzogchen Gemeinschaft Österreich	yeselling@speed.at +43 664 8866 2660, 0664 8866 2660
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
Shambhala Tai Chi Zentrum	dzogchen.wien@gmx.at 0699 12 14 46 1
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Buddhistisches Zentrum Wien Drikung Gompa	dzogchen.wien@gmx.at 0699 12 14 46 1
Yeselling – Zentrum der Dzogchen Gemeinschaft Österreich	yeselling@speed.at +43 664 8866 2660, 0664 8866 2660
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12, 0699 11485791
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	tilo.rom@aon.at 0676 62 99 158
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12, 0699 11485791
Yeselling – Zentrum der Dzogchen Gemeinschaft Österreich	yeselling@speed.at +43 664 8866 2660, 0664 8866 2660
KKÖ Bregenz	bregenz@diamondway-center.org 05574/44596
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59

DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
VORTRÄGE		
16.09., 19.00–21.00	Haben ohne Anhaften erleichtert das Leben.	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
21.09., 15.00	Die buddhistische Zuflucht	<i>Matthias Sommerauer</i>
27.09., 20.00	Buddhistische Zuflucht im täglichen Leben	<i>Tomek Lehnert</i>
4.10., 19.00	Berufsleben und Meditation -	<i>Stephan (Pende) Wormland</i>
4.10., 19.30	Buddhismus, zeitlose Werte-dauerhaftes Glück	<i>Wolfgang Poier</i>
7.10., 19.00–21.00	Angstbewältigung	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
17.10., 20.00	Meditation im Diamantweg	<i>Karolina Pospilsilova</i>
19.10., 20.00	Liebe & Partnerschaft aus buddh. Sicht 1	<i>Wolfgang Poier</i>
20.10., 11.00	Liebe & Partnerschaft aus buddh. Sicht 2	<i>Wolfgang Poier</i>
22.10., 20.00–22.30	Wie wirkt Meditation auf unseren Geist?	<i>Karolina Pospilsilova</i>
25.10., 19.30–21.00	Bardo, der Übergang von einem Leben	<i>Trehor Lama</i>
25.10., 19.30	Denken und Meditation?	<i>Lama Tilmann Lhündrup</i>
4.11., 19.00–21.00	Der Tod ist Manifestation d. Vergänglkt.	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
7.11., 20.00	Karmapa – König der Yogis	<i>Manfred Kessler</i>
14.11., 20.00	Buddhismus in der modernen Welt	<i>Karola Schneider-Waldner</i>
22.11., 19.00–21.00	Warum es kein Problem ist, Probleme zu hab	<i>Stephan (Pende) Wormland</i>
29.11., 19.00	Familienleben und Meditation –	<i>Stephan (Pende) Wormland</i>
6.12., 19.00	Wie können wir unser kostbares	<i>Geshe Soepa</i>
6.12., 19.30–21.00	Die Vier Siegel des Buddhismus	<i>Lama Jampa Thaye</i>
6.12., 20.00	Karma – Ursache und Wirkung	<i>Yomaira Urquia</i>
9.12., 19.00–21.00	Die Übung des Loslassens	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
13.12., 00.00	Die Buddhanatur	<i>Peter Speier</i>
13.12., 19.00–21.00	Liebevolles Herz	<i>Geshe Soepa</i>
KURSE		
14.9., 18.00–21.9., 12.00	Sesshin (Rinzai Zen)	<i>Kigen Seigaku Ekeson</i>
14.9., 18.00–21.9., 14.00	Zen und Achtsam Wandern	<i>Marcus Hillinger</i>
15.9., 9.30	Weise unterscheiden, Enttäuschung vermeiden	<i>Ursula Lyon</i>
17.9., 19.00–21.00	Studien- und Meditationsprogramm BUDDHISMUS ENTDECKEN	<i>Andrea Husnik</i>
21.9., 10.00–22.9., 13.30	Weißer Manjushri (Tib. Jamyang Karpo)	<i>Geshe Soepa</i>
21.9., 15.00–22.9., 13.00	Chenresig-Praxis	<i>Alexander Draszczyk</i>
26.9., 18.00–29.9., 13.00	Vipassana Meditation	<i>Hannes Huber</i>
26.9., 18.00–13.00	Vipassana Meditation	<i>Hannes Huber</i>
28.9., 18.30–5.10., 10.00	Zen-Sesshin mit Yoga	<i>Christian Hackbarth-Johnson</i>
2.10., 18.00–6.10., 13.00	Wege der Heilung	<i>Lisa Freund</i>
3.10., 19.00–21.00	Fünf Hindernisse auf dem Weg zum Glück	<i>Hannes Huber</i>

ORT	KONTAKT
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
KKÖ Bregenz	bregenz@diamondway-center.org 05574/44596
KKÖ Linz	linz@diamondway-center.org 0732/680831
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
Kolpinghaus Lienz	innsbruck@diamondway-center.org 0681/10769362
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
KKÖ Graz	graz@diamondway-center.org 0316/670700
KKÖ Salzburg	salzburg@diamondway-center.org 0650/8950113
KKÖ Salzburg	salzburg@diamondway-center.org 0650/8950113
KKÖ Wien	wien@diamondway-center.org 01/2631247
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at (0043) 01/276 23 60 mobil 0680/5547210
Universität Graz, Hauptgebäude, HS 01.22	
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
KKÖ Innsbruck	innsbruck@diamondway-center.org 0681/10769362
KKÖ Bregenz	bregenz@diamondway-center.org 05574/44596
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at 0680/5547210
KKÖ Linz	linz@diamondway-center.org 0732/680831
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
KKÖ Innsbruck	innsbruck@diamondway-center.org 0681/10769362
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	ursula.lyon@chello.at 01/923 43 67
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at 0680/5547210
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	hanneshuber123@gmail.com 06991 2354348
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	hanneshuber123@gmail.com 06991 2354348

4.10., 18.00–6.10., 17.00	Yantra Yoga Einführungskurs	<i>Oliver Leick</i>
10., 18.00–13.10., 13.00	Metta Vipassana Meditation	<i>Tilo Rom</i>
12.10.–19.10.	Achtsamkeitsmeditation und Yoga	<i>Hannes Huber</i>
12., 18.00–19.10., 10.00	Achtsamkeitsmeditation und Yoga	<i>Hannes Huber</i>
13.10., 18.00	Metta Vipassana Meditation und Qi gong	<i>Tilo Rom</i>
16., 18.00–20.10., 13.00	Meditation. Wandlung durch Verstehen	<i>Mathias Köhl</i>
16., 18.30–20.10., 13.00	Achtsamkeitsmeditation	<i>Christoph Köck</i>
17.10., 18.15–30.1., 19.45	Yantra Yoga Einführungskurs fortlaufend	<i>Honza Dolensky</i>
18., 19.00–20.10., 13.00	Nembutsu Samadhi Praxis	<i>Helga Hartl-Margreiter Osho NyoRen</i>
25., 18.00–27.10., 13.00	Zwei Stille Tage	<i>Christina Hautzinger</i>
25., 19.30–27.10., 13.00	Bardo, der Übergang von einem Leben zum nächsten	<i>Trehor Lama</i>
26., 09.00–27.10., 16.00	Luo Han 18-Hand-Form Workshop	<i>Shi Yan Po</i>
26., 09.30–27.10., 18.00	Die Einheit von Geistesruhe und Intuitiver Einsicht	<i>Lama Tilmann Lhündrup</i>
27.10., 9.30–13.00	Rechte Vorsicht – Rechte Nachsicht	<i>Ursula Lyon</i>
28.10., 18.00–3.11., 13.00	Achtsamkeitsmeditation mit Yoga	<i>Ursula Lyon</i>
29.10., 18.00–3.11., 14.00	Strenger Zen Kurs – Allerheiligen	<i>Ermin Döll</i>
29.10., 19.00–21.00	Studien- und Meditationsprogramm BUDDHISMUS ENTDECKEN	<i>Andrea Husnik</i>
31.10., –2.11., 13.00	Herzmeditationen, Schweigeseminar	<i>Tilo Rom</i>
5.11., 19.00–21.00	Studien- und Meditationsprogramm BUDDHISMUS ENTDECKEN	<i>Andrea Husnik</i>
8., 19.30–10.11., 13.00	Kum-Nye	<i>Lama Sherab Palmo</i>
DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
KURSE		
9., 18.00–16.11., 14.00	Naikan – zur Quelle von Liebe und Dankbarkeit	<i>Ernst Klaus Oster</i>
10.11., 09.30–13.00	Mit Krankheit leben	<i>Ursula Lyon</i>
10., 15.00–16.11., 19.00	Alltagsbegleitende Praxiswoche	<i>Hannes Huber</i>
15., 19.00–22.11., 13.00	Praxiswoche, Senkobodhismus	<i>Helga Hartl-Margreiter Osho NyoRen</i>
16., 9.00–17.11., 16.00	Qi-Gong Workshop 9-12	<i>Shi Yan Liang</i>
20., 18.00–24.11., 10.00	Praxis des Intersein	<i>Axel Traxler</i>
22., 18.00–24.11., 17.00	Zazen (Rinzai Zen)	<i>Kigen Seigaku Ekeson</i>
22., 20.00–24.11., 16.00	Wochenendkurs mit Nadia Wyder	<i>Nadia Wyder</i>
23., 10.00–24.11., 13.00	Warum es kein Problem ist, Probleme zu haben	<i>Stephan (Pende) Wormland</i>
23., 14.00–24.11., 13.00	Sheng Zhen Qi-Gong	<i>Karma Tsultim Namdak</i>
5., 18.00–8.12., 14.00	Rohatsu Zen Retreat	<i>MyoE Doris Harder</i>
6., 18.00–8.12., 13.00	Meditation. Wandlung durch Verstehen	<i>Christoph Köck</i>
6., 18.30–8.12., 13.00	Achtsamkeitsmeditation	<i>Christoph Köck</i>
6., 19.30–8.12., 13.00	Die Vier Siegel des Buddhismus	<i>Lama Jampa Thaye</i>
08., 18.00–13.12., 13.00	Zazen zu Rohatsu	<i>Mathias Köhl</i>
12., 18.00–15.12., 14.00	Kontemplation und Schneeschuhwandern	<i>Markus Göschlberger</i>
14., 10.00–15.12., 13.00	Liebevolles Herz	<i>Geshe Soepa</i>

Yeselling – Zentrum der Dzogchen Gemeinschaft Österreich	yeselling@speed.at 0664 8866 2660, 0664 8866 2660
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 42412
Puregg-Haus der Stille	hanneshuber123@gmail.com 06991 2354348
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 06991 199 65 00
Amida Zentrum	dzogchen.wien@gmx.at 0699 12 14 46 1
Senkozan Sanghe Nembutsu Do	office@senkobobuddhismus.at 07486 /8513
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at (0043) 01/276 23 60 mobil 0680/5547210
Shaolin Kulturverein	office@shaolinkultur.at +43 (1) 945 6138
Karma Kagyü Sangha Graz	kontakt@kks-graz.at 0664 7351 7281
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	ursula.lyon@chello.at 01/923 43 67
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Kloster Kirchberg am Wechsel NÖ	tilo.rom@aon.at 0676 62 99 158
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at (0043) 01/276 23 60 mobil 0680/5547210
ORT	KONTAKT
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
	ursula.lyon@chello.at 01/923 43 67
	hanneshuber123@gmail.com 06991 2354348
Senkozan Sanghe Nembutsu Do	office@senkobobuddhismus.at 07486 /8513
Shaolin Kulturverein	office@shaolinkultur.at +43 (1) 945 6138
Puregg-Haus der Stille	ati.axel.traexler@sbg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00 0699 101 34 650
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at
KKÖ Wien	wien@diamondway-center.org 01/2631247
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at (0043) 01/276 23 60 mobil 0680/5547210
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 01 595 50 18, 06991 199 65 00
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at 0680/5547210, 0699 11485791
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22

14.12., 15.00	Die Buddhanatur-Grundlage der Erleuchtung	<i>Bernhard Lindner</i>
15.12., 14.00–17.30	Mettameditation, die Offenheit des Herzens	<i>Tilo Rom</i>
19., 18.00–22.12., 13.00	Zen zur Wintersonnwende	<i>Marcus Hillinger</i>
27.12., 18.00–1.1., 13.00	Vipassana Meditation	<i>Hannes Huber</i>
27.12., 18.00–1.1., 13.00	Neujahrsretreat	<i>Hannes Huber</i>
27.12., 18.00–1.1., 11.00	Neujahrs-Sesshin	<i>MyoE Doris Harder</i>
29.12., 14.00–4.1., 17.00	Praxiswoche, Senkobobuddhismus	<i>Helga Hartl-Margreiter Osho NyoRen</i>
DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
DIVERSE		
14.9., 19.00	Vollmondpuja	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
15.9., 16.00–19.00	Miksang – kontemplative Fotografie monatliche Fotogruppe	
19.9., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
22.9., 16.00–17.30	Weißer Manjushri (Tib. Jamyang Karpo)	<i>Geshe Soepa</i>
6.10.13	Tag der Offenen Tempeltüre	<i>Österreichweit</i>
6.10., 10.30–18.00	Tag der offenen Tür	
06.10., 14.00–16.30	Tag der offenen Tempeltür – Dzogchen	
12.10., 19.00–20.00	Vollmondpuja	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
14.10., 9.00–16.00	Shaolin Kultur Woche	<i>Shi Yan Liang</i>
16.10., 18.30–20.30	Dzogchen – Theorie und Praxis der Lehre	<i>von Chögyal Namkhai Norbu</i>
17.10., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
27.10., 10.00–13.00	Miksang – kontemplative Fotografie	<i>monatliche Fotogruppe</i>
31.10., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
31.10., 19.00–20.30	Lichterfest	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
1.11.,	Totengedenken	
1.11., 10.30–16.00	Civara-parikkara-Puja	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
7., 19.00–10.11., 18.00	Miksang-Seminar. Das gute Auge öffnen	<i>Einführung in kontemplative Fotografie</i>
16.11., 19.00–20.00	Vollmondpuja	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
21.11., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
5.12., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
7.12., 9.30	Die Qualitäten der 21 Taras –Tagesseminar	<i>Geshe Soepa</i>
8.12., 9.30–13.00	Segen und Augenöffnungsritual	<i>Ursula Lyon</i>
14.12., 19.00–20.00	Vollmondpuja	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
18.12., 17.00–20.00	Weihnachtsfeier	
19.12., 17.30–19.30	ÖBR Buddhistische Jugend	<i>Kathrin</i>
31.12., 20.00–23.59	Sylvester Meditation	<i>Bhante Dr. Seelawansa</i>
22.09. 10.00–13.00	ÖBR Familien-Puja	<i>Marina Jahn</i>
24.11.10.00–13.00	ÖBR Familien-Puja	<i>Marina Jahn</i>
27.10.10.00–13.00	ÖBR Familien-Puja	<i>Marina Jahn</i>
27.09.15.00–16.00	ÖBR Kleinst-Kindergruppe	<i>Karin Ertl</i>
29.11., 15.00–16.00	ÖBR Kleinst-Kindergruppe	<i>Karin Ertl</i>

KKÖ Bregenz	bregenz@diamondway-center.org 05574/44596
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	tilo.rom@aon.at 0676 62 99 158
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at 07482 424 12, 0699 11485791
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	hanneshuber123@gmail.com 06991 2354348
Puregg-Haus der Stille	info@puregg.at 0664/986 97 54, 15.00-17.00
Senkozan Sanghe Nembutsu Do	office@senkobobuddhismus.at 07486 /8513
ORT	KONTAKT
	Seelawansa@gmx.at
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Infos auf der ÖBR Homepage	office@buddhismus-austria.at
Panchen Losang Chogyen (PLC) Gelug-Zentrum	info@gelug.at 01/479 24 22
Wien Dzogchen Gruppe	dzogchen.wien@gmx.at 0699 12 14 46 1
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
Shaolin Kulturverein	office@shaolinkultur.at +43 (1) 945 6138
Buddhistisches Zentrum Wien Drikung Gompa	dzogchen.wien@gmx.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
	Seelawansa@gmx.at
Buddhistischer Friedhof Wien	office@buddhismus-austria.at
Festsaal, Friedrich Eymann Waldorfschule	Seelawansa@gmx.at
Shambhala Meditationszentrum	info-shambhala@gmx.at 01/523 32 59
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at 0699/12151291
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	ursula.lyon@chello.at 01/923 43 67
Theravadaschule, Buddhistisches Zentrum, 1. Stock	Seelawansa@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Wien, 1010 Wien	office@buddhismus-austria.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	info@buddhistichejugend.at
Dhamma-Zentrum Nyanaponika, <i>Anmeldung. 01 865 34 91</i>	Seelawansa@gmx.at 865 34 91
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	office@buddhismus-austria.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	office@buddhismus-austria.at
Meditationszentrum – der mittlere Weg-	office@buddhismus-austria.at
Zendo Buddhistisches Zentrum	fiof@buddhismus-austria.at
Zendo Buddhistisches Zentrum	fiof@buddhismus-austria.at

*Die Orden und Dharma-Gruppen der ÖBR.
Infos über Tradition, Entwicklung und Praxisangebote finden Sie im Jahrbuch
der ÖBR, erhältlich im ÖBR-Sekretariat, office@buddhismus-austria.at*

**Buddha Rattana Pratheep
Tempel Graz**

Keplerstr. 61
8020 Graz
Tel. 0316/71 37 42
>> *Theravada-Buddhismus*

**Buddhistische Gemeinschaft
Salzburg**

Lehenerstraße 15, 5020 Salzburg
Tel. 0664/22 37 111 oder
Tel. 0699/10 75 97 74
buddhismus@sbg.at
www.buddhismus-salzburg.org
>> *Übertraditionell*

Bodhidharma Zendo

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien
Tel. 01/513 38 80
bodhidharmazendo@hotmail.com
www.bodhidharmazendo.net
>> *Japanischer Buddhismus*

**Buddhistisches Zentrum
Scheibbs**

Ginselberg 12
3270 Scheibbs/Neustift
Tel. 0699/19 04 96 36 oder
Tel. 07482/424 12
bz.scheibbs@gmx.at
www.bzsz.at
>> *Übertraditionell*

Daishin Zen Österreich

Währinger Straße 26/Hof, 1090 Wien
Tel. 01/879 57 22 oder
Tel. 0650/879 57 22
(Mag. Paul Matusek)
office@fleurwoess.com
www.daishinzen.at
>> *Japanischer Buddhismus*

Drikung Kagyud Orden

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien
Tel. 01/749 42 47
drikung@1012.at
www.drikung-orden.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

**Dzogchen Gemeinschaft
Österreich***

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien
(Honza Dolensky)
Tel. 0660/521 96 99
dzogchen.wien@gmx.at
www.dzogchen.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Fo Guang Shan Tempel

Sechshauser Straße 50, 1150 Wien
Tel. 01/941 74 08
Tel. 0699/18 88 80 98
fgsvienna08@gmail.com
http://dharma.fgs.org.tw/shrine/
vienna/
>> *Mahayana Buddhismus*

Diamantwegsbuddhismus*

Pfeifferhofweg 94, 8045 Graz
Tel. 0316/67 07 00
info@kkoe.at
www.diamantweg.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Karma Kagyü Sangha*

Fleischmarkt 16/2. Stock, 1010 Wien
Tel./Fax 01/276 23 60,
Tel. 0680/554 72 10
info@karma-kagyu.at
www.karma-kagyu.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Karma Samphel Ling

Hollandstraße 14, 1020 Wien
Tel. 0680/324 94 91
info@karma-samphel-ling.at
www.karma-samphel-ling.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Ligmincha Österreich

Argentinierstraße 60/14
1040 Wien
Tel. 0680/324 94 91
info@ligmincha.at
www.ligmincha.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Lotus Sangha*

Yun Hwa Dharma Sah
Kirchengasse 32/20
1070 Wien
Tel. 0699/19 24 62 94
wien@lotussangha.org
www.lotussangha.org
>> *Mahayana-Buddhismus*

Maitreya Institut Gutenstein

Blättertäl 9, 2770 Gutenstein
Tel. 02634/74 17
(Kontakt: Sylvester und
Li Lohninger)
info@maitreya.at
www.maitreya.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

**Panchen Losang Chogyen
Gelug-Zentrum in der Tradition
des Dalai Lama**

Servitengasse 15, 1090 Wien
Tel. 0681/20 49 00 31
info@fpmt-plc.at
www.fpmt-plc.at
www.gelugwien.at
info@gelug.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

**Palpung Yeshe Chökhör Ling
Europe***

Wiener Straße 33
3002 Purkersdorf bei Wien
www.palping.eu
>> *Tibetischer Buddhismus*

Pu Fa Meditationszentrum Linz

Hörzinger Straße 62ab
4020 Linz
Tel. 0732/94 47 04
pufa@mail.ctcm.org.tw
www.ctworld.org
>> *Taiwanesischer Buddhismus*

Rangjung Yeshe Gomde

Guth zu Rath, Bäckerberg 18
4644 Scharnstein
Tel. 07615/203 13
info@gomde.at
www.gomde.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Sayagi U Ba Khin

IMC Österreich
9064 St. Michael/Gurk 6
Tel. 04224/28 20
mail@imc-austria.com
www.imc-austria.com
>> *Theravada-Buddhismus*

**Senkozan Sanghe
Nembutsu Do***

Haupttempel, Bodingbach 91
3293 Lunz am See
Tel. 07486/85 13
office@senkobobuddhismus.at
>> *Japanischer Buddhismus*

Shambhala Meditationszentrum

Stiftgasse 15–17, 1070 Wien
Tel. 01/523 32 59
info-shambhala@gmx.at
http://wien.shambhala.info/
>> *Tibetischer Buddhismus*

Shaolin Tempel Kultur Zentrum

Bacherplatz 10/Top 3 (2. Stock)
1050 Wien
Tel. 01/945 61 38
office@shaolinkultur.at
www.shaolinkultur.at
>> *Mahayana-Buddhismus*

She Drup Ling Graz

Griesgasse 2, 8020 Graz
Kalachakra Kalapa Retreatzentrum
8541 Garanas 41
Tel. 0699/12 15 12 91
office@shedrupling.at
www.shedrupling.at, www.kalapa.at
>> *Tibetischer Buddhismus*
>> *Übertraditionell*

**Österreich Soka Gakkai
International**

Kulturzentrum Villa Windisch-Grätz
Linzer Straße 452, 1140 Wien
Tel. 01/979 18 36
info@oesgi.org
www.oesgi.org
>> *Japanischer Buddhismus*

TDC Thekchen Dho-ngag Choeling*

Tibetischer Buddhismus in Lehre
und Praxis
9376 Knappenberg 193
Tel. 0664/110 27 02
info@tdc.or.at
www.tdc.or.at
www.gelug.eu
>> *Tibetischer Buddhismus*

Theravada*

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien
office@theravada-buddhismus.at
www.theravada-buddhismus.at
>> *Theravada-Buddhismus*

Puregg, „Haus der Stille“

Berg 12
5652 Dienten am Hochkönig
(Salzburger Land)
Tel. 0664/986 97 54
von 15 bis 17 Uhr
info@puregg.at
www.puregg.at
>> *Japanischer Buddhismus*

INSTITUTE

**Nipponzan Myohoji –
Friedenspagode**

Handelskai, Hafenzufahrtsstraße
(Höhe Donauristorant Lindmayer)
1020 Wien
Tel. 01/726 35 51
www.peacepagoda.net
>> *Japanischer Buddhismus*

Friedens-Stupa-Institut

Pyung Hwa Sa Friedensverein
Buddhistischer Tempel
Lindmayerstraße 2, 1020 Wien
Elisabeth Lindmayer
Tel. 0664/340 10 46
office@stupa.at oder
lindmayerelisabeth@yahoo.com
www.stupa.at
>> *Übertraditionell*

Naikan Institut Neue Welt

Triftstraße 81
2821 Lanzenkirchen
Tel. 0664/32 00 688
nwi@naikan.com
www.naikan.com
>> *Japanischer Buddhismus*

* DIESE GRUPPEN UND ORDEN DER ÖBR HABEN AKTIVITÄTEN AN VERSCHIEDENEN STANDORTEN IN ÖSTERREICH. DETAILS ENTNEHMEN SIE BITTE DEN WEBSEITEN.

Wöchentliche Meditationen

BUNDESLAND		MO	DI	MI	DO
Bodhidharma Zendo Wien	Wien	<u>18.30</u>	<u>06.30</u>	<u>18.30</u>	<u>06.30</u>
Daishin Zen Österreich	Wien	<u>19.00</u>		<u>19.00</u>	
Dhamma-Zentrum Nyanaponika	Wien		18.30		19.00
Diamantwegsbuddhismus	Wien	20.00	20.00	20.00	20.00
Drikung Phüntshog Chöling	Wien		18.30		19.30
Dzogchen Gemeinschaft Wien	Wien	<u>19.45</u>		<u>19.45</u>	
Fo Guang Shan	Wien				
Karma Kagyü Sangha Wien	Wien		19.30		19.30
Karma Samphel Ling	Wien		19.00		19.00
Ligmincha Österreich	Wien	16.30	18.30	18.30	
Nipponzan Myohoji – Friedenspagode	Wien	17.00	17.00	17.00	17.00
Österreich Soka Gakkai International	Wien				
Panchen Losang Chogyen, Gelug-Zentrum	Wien		18.00, <u>19.00</u>	<u>19.00</u>	19.00
Senkozan Stadtdojo Wien	Wien			<u>19.00</u>	
Shambhala-Meditationszentrum	Wien	19.00		19.00	
Shaolin Tempel Kulturverein	Wien	20.00		20.00	
Theravadaschule Wien	Wien	<u>19.00</u>	17.30, 19.00	17.30	
Yun Hwa Dharma Sah Wien Lotus Sangha	Wien	06.00	19.00	06.00, 19.00	19.00
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	Niederösterreich				19.00
Senkozan Dojo Wachau	Niederösterreich			<u>19.00</u>	
Senkozan Sanghe Nembutsu Do	Niederösterreich	<u>20.00</u>			
Yun Hwa Dharma Sah Wienerwald	Niederösterreich	19.00			
Buddha Rattana Pratheep Tempel Graz	Steiermark				
Drikung Lhündrub Chö Dzong	Steiermark				
Karma Kagyü Österreich Graz	Steiermark		20.00		
Karma Kagyü Österreich Judenburg	Steiermark				20.00
Karma Kagyü Österreich Murau	Steiermark		20.00		
She Drup Ling Graz	Steiermark	18.30, <u>19.30</u>	<u>09.30, 18.30, 20.00</u>		<u>20.00</u>
Vipassana-Gruppe Graz	Steiermark		18.30		
Drikung Samten Chö Gar	Oberösterreich	19.00			19.00
Karma Kagyü Österreich Linz	Oberösterreich		20.00		
Karma Kagyü Österreich Steyr	Oberösterreich				20.00
Pu Fa Meditationszentrum	Oberösterreich	09.00	09.00	09.00	19.30
Rangjung Yeshe Gomde	Oberösterreich	19.00			
Senkozan Stadtdojo Linz	Oberösterreich		<u>19.00</u>		
Yun Hwa Dharma Sah Linz	Oberösterreich	19.30			
Buddhistische Gemeinschaft Salzburg	Salzburg	18.30	19.00		<u>19.00</u>
Karma Kagyü Österreich Salzburg	Salzburg	20.00	20.00		
TDC Thekchen Dho-ngag Choeling	Salzburg			19.00	
Theravada Gruppe Salzburg	Salzburg		19.00		
Karma Kagyü Österreich Villach	Kärnten		20.00		
TDC Thekchen Dho-ngag Choeling	Kärnten				19.00
Bodipath Innsbruck	Tirol	19.30		19.30	
Drikung Ga Shi Chö Gar	Tirol		19.30		
Karma Kagyü Österreich Innsbruck	Tirol	20.00		20.00	
Karma Kagyü Österreich Bludenz	Vorarlberg	20.00			
Karma Kagyü Österreich Bregenz	Vorarlberg	20.00		20.00	
Karma Kagyü Österreich Dornbirn-Markt	Vorarlberg	19.30			19.30

FR	SA	SO	WEBADRESSE
<u>18.30</u>	<u>07.30</u>		www.bodhidharmazendo.net www.daishinzen.at www.theravada-buddhismus.at
20.00	20.00	20.00	www.kkoe.at www.drikung-orden.at www.dzogchen.at
	15.00	15.30	www.fgs.org.tw www.karma-kagyu.at www.karma-samphe-ling.at
19.00			
17.00	17.00	17.00	www.peacepagoda.net www.oesgi.org www.gelugwien.at www.senkobobuddhismus.at wien.shambhala.info
	11.00, 12.00		
19.00			www.theravada-buddhismus.at
19.00	06.00, 18.30	18.30	www.lotussangha.org/oesterreich/wien.html www.bzs.at
			www.senkobobuddhismus.at www.lotussangha.org/oesterreich/wienerwald.html
13.30			
19.00			www.drikung-orden.at
20.00			www.kkoe.at
20.00			www.kkoe.at www.kkoe.at www.shedrupling.at www.theravada-buddhismus.at www.drikung-austria.org
20.00			www.kkoe.at www.kkoe.at
09.00	15.00		www.ctworld.org www.gomde.at www.senkobobuddhismus.at www.lotussangha.org/oesterreich/linz.html
<u>19.00</u>			www.buddhismus-salzburg.org
20.00			www.kkoe.at www.tdc.or.at www.buddhismus-salzburg.org/ www.kkoe.at www.tdc.or.at www.bodhipath.at www.drikung-orden.at
19.00			www.kkoe.at
			www.kkoe.at
20.00			www.kkoe.at www.kkoe.at

DIE EINGETRAGENEN ZEITEN SIND ANFANGSZEITEN.

UNTERSTRICHENE TERMINE: KÖNNEN NUR NACH RÜCKSPRACHE MIT DER JEWEILIGEN GRUPPE BESUCHT WERDEN.

*Die im Folgenden angeführten Gruppen sind nicht Mitglieder bei der ÖBR.
Die ÖBR hat keinen Einfluss auf Lehrinhalte und LehrerInnen.*

WIEN

Mushoju Zen Dojo Wien

Association Zen International
Kaiserstraße 67–69, 1070 Wien
Hofgebäude 2, Stock/Tür 13
Tel. 0699/11 40 42 42
dojo@zen.or.at, www.zen.or.at

Dharma Sangha Österreich

„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2, 1010 Wien
Info: Michael Podgorschek
Tel. 0699/14 79 12 12, podpod@t0.or.at

Kyudo Zen-Bogenschießen

Muko Kyudojo Wien
Seidengasse 28, 1070 Wien
peter.jurkowitsch@aon.at

Ryuun Zen Sangha

Schüler von Genso Sasaki Roshi
„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2, 1010 Wien
Info: Daru Huppert, Tel. 0676/551 65 36
www.ryu-un-zen.org

OBERÖSTERREICH

Zen in Linz

Zendo: Honauerstraße 20, 1. Stock, 4020 Linz
www.zeninlinz.at

Donnerstag-Gruppe: „Offene Weite“

Info: Brigitte Bindreiter, Tel. 0650/38 52 820
brigitte.bindreiter@linzag.net

Freitag-Gruppe: „Daiishin Sangha“

Info: Gernot Polland, Tel. 0664/733 99 19
gernot.polland@aon.at

Samstag-Gruppe: „BuddhaDharmaSangha“

Info: Gerhard Urban, Tel. 0664/877 68 85
oberoesterreich@buddhismus-austria.at

Zen in Gmunden

(japan. Rinzaï Zen)
Info: Roshin Ingrid Prinz: ingridroshinprinz@gmail.com
Tel. 0650/460 30 23

SALZBURG

Jodo Shin (Reines Land) Buddhismus

c/o Friedrich Fenzl
Merianstraße 29/4/52, 5020 Salzburg
Tel./Fax 0662/87 99 51

BURGENLAND

Saddharma Sangha

Rabnitztalstraße 12, 7372 Karl
Info: Marina Jahn, Tel. 01/216 44 51
marina.jahn@chello.at

TIROL

Freie Thailändisch-Buddistische Gemeinde Tirol

Wat Thai Wijitbuddhawaram
Dr. Franz-Werner-Strasse 30
6020 Innsbruck, Austria
0676/898 290 2501
vipassanasanghatirol@gmail.com

Yoga & Meditation

Offene Stunden

Ursula Lyon, Margit Königswieser

Mo., 10.00–12.00

Ursula Lyon, Michaela Berger

Meditation & Lehre & Yoga „sampada“

Mi., 17.30–19.00

Andrea Lachner

Mi., 19.15–21.00

Andrea Lachner

Do., 17.00–18.30

Elisabeth Siencnik

Fr., 10.00–11.30

Hannes Huber, Renate Putzi

Fr., 16.30–18.00

Buddhistisches Zentrum Wien

Fleischmarkt 16/1. Stock

1010 Wien

Martin Krautschneider

Di., 19.00–21.00, auch für Anfänger

Fr., 6.00–8.00

„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2

1010 Wien

Tel. 01/729 82 66

Qi Gong & Meditation

Tilo Rom

Mi., 17.00–18.30

Mi., 19.30–21.00

„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2

1010 Wien

Tel. 0676/629 91 58



Die Sonne geht nicht auf,
Die Sonne geht auch nicht unter.
Sie ist, wo sie ist.
Sie ist, was sie ist.
Es kreisen nur die Ansichten
um sie herum.
(Stefanie Grottel)

KUNST, DIE INSPIRIERT UND ZU ERKENNTNISSEN FÖHRT,

www.StefanieGrottel.at | www.StefanieGrottel.com | www.StefanieGrottel.com | T. +43 676 374 36 78

BUDDHISTISCHE GEDENKFEIER AN DIE VERSTORBENEN

Freitag 1.11.2013, 15.00 Uhr,

am Buddhistischen Friedhof, Wiener Zentralfriedhof, Gruppe 48
A, Tor 2. Bitte windfeste Kerzenlichter für die Zeremonie
mitbringen.

7. ÖBR OPEN-SPACE

Samstag 9.11.2013, 14.00

Buddhistisches Zentrum Wien,
Bodhidharma Zendo, Fleischmarkt 16, 1010 Wien
Es sind alle herzlich willkommen!

www.buddhismus-austria.at > Aktuelles > ÖBR Open Space

BUDDHISTISCHE „WEIHNACHTSFEIER“

Mittwoch 18.12.2013 16.00 Uhr

Fleischmarkt 16, 1010 Wien
1. Stiege, 2. Stock, KKS-Räume

Info: ÖBR, Tel. 01/512 37 19, office@buddhismus-austria.at



Buddhistische Filmwoche

GLÜCK, GELD & GEHEN

Fr. 20. Sept. bis
Do. 26. Sept. 2013

De France Kino
Schottenring 5, 1010 Wien

Diese Filmwoche zeigt internationale Spiel- und Dokumentarfilme, sowie Multimedia Präsentationen. Sie wird ergänzt durch Gesprächsrunden mit RegisseurInnen, PhilosophInnen und buddhistischen LehrerInnen.



© www.michael-ruppel.de

FR / 20.9.13

- 16.30 **ERÖFFNUNG**
mit Gerhard Weißgrab,
Präsident der ÖBR
- 16.40 **„GEHEIMNIS DER 5
KRÄFTE“**
Gregory Kennedy-Salemi,
Stuart Jolley
- 17.45 Gespräch: Kennedy-Salemi,
Jolley, Weißgrab
- 18.30 **„MINDWALK“**
Bernt Capra
- 21.00 **„ERLEUCHTUNG
GARANTIERT“**
Doris Dörrie

SA / 21.9.13

- 16.30 **„ERLEUCHTUNG GARAN-
TIERT“**
Doris Dörrie
- 18.45 **„DOING TIME DOING
VIPASSANA“**
Ayelet Menahemi/Eilona Ariel

- 19.45 Gespräch: Buddhistische
Gefangenenbegleitung
„Brücke“
- 20.30 **„SCHRITTE DER
ACHTSAMKEIT“**
Thomas Lüchinger

SO / 22.9.13

- 17.00 **„AUF DEN SPUREN DES
BUDDHA“**
Bruno Baumann
- 19.10 Gespräch mit Publikum
- 20.00 Impulsreferat Marcus
Hillinger
- 20.15 **„88-PILGERN AUF
JAPANISCH“**
Gerald Koll
- 21.45 Gespräch: Hillinger, Harder
- 22.15 **„GOOD-BYE, TIBET“**
Maria Blumencron

MO / 23.9.13

- 16.30 **„DOING TIME DOING
VIPASSANA“**
Ayelet Menahemi/Eilona Ariel

- 17.30 Gespräch: Buddhistische
Gefangenenbegleitung
„Brücke“
- 18.00 **„WÜSTENGÄNGER“**
Bruno Baumann
- 20.15 Gespräch mit Publikum
- 21.00 **„GESCHICHTE VOM
WEINENDEN KAMEL“**
Byambasuren Davaa

DI / 24.9.13

- 16.30 **„GOOD-BYE, TIBET“**
Maria Blumencron
- 18.00 Gespräch: Michael Echsel,
Ges. für bedrohte Völker,
Tibet/China
- 19.00 **„IM FLUSS DES LEBENS“**
Margit Atzler
- 20.10 Gespräch: Margit Atzler,
Barbara Kraus
- 21.00 **„WIE ZWISCHEN HIM-
MEL UND ERDE“**
Maria Blumencron

MI / 25.9.13

- 17.00 **„DAS ENDE IST MEIN
ANFANG“**
Jo Baier
- 19.00 **„ANGST VOR DEM
TOD-LOSLASSEN“**
Ayya Khema
Gespräch Ini Strobl,
Mobiles Hospiz & Bhante
Seelawansa, Mönch
- 20.30 **„NOKAN-DIE KUNST DES
AUSKLANGS“**
Yojiro Takita

DO / 26.9.13

- 16.30 **„LET'S MAKE MONEY“**
Erwin Wagenhofer
- 18.30 **„BEDINGUNGSLOSES
GRUNDEINKOMMEN“**
Gespräch: Enno Schmidt,
Erika Erber
- 20.30 Gespräch: Enno Schmidt,
Erika Erber
- 21.30 **„SPIEL DER GÖTTER“**
Kyentse Norbu



Österreichische
Buddhistische
Religionsgesellschaft

www.oebr.at/filmwoche