



Buddhismus in Österreich

Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft

MAGAZIN 10-12/2025

50 Jahre Scheibbs

INTERVIEW MATHIAS KÖHL S. 8

Buddhismus am Land – 50 Jahre Zentrum Scheibbs

HUBERT WEITENSFELDER S. 20

Leerheit als Medium der Freundlichkeit

REV. MYOE DORIS HARDER S. 26





Dzokden Kalapa

JONANG-KĀLACAKRA NGÖNDRO PROGRAMM

Modulstart: 24. Oktober 2025

Online, auf Englisch

Für diejenigen, die sich im buddhistischen Pfad mit dem Schwerpunkt Kālacakra vertiefen möchten. Praxistexte auf Deutsch, sowie aufgezeichnete Sitzungen, werden zur Verfügung gestellt.

Modul 9 – Wensum (Die Drei Isolationen):

Die Kālacakra Meditation im Dunkeln. Einzigartige vorbereitende Praxis der Jonang-Tradition. Das Tor zu den 6 Vajra Yogas von Kālacakra (nur nach vorheriger Qualifikation mit dem Vajra Meister Shar Khentrel Rinpoche).

Mit Rafa Lobsang Dorje

COMPASSION CULTIVATION TRAINING®

Start: 10. Jänner 2026

8-wöchiger interaktiver online-Kurs, auf Englisch

Das Compassion Cultivation Training stützt sich auf Erkenntnisse und Techniken aus der Psychologie, den Neurowissenschaften und der kontemplativen Praxis. Dies ist ein säkularer Ansatz ohne Buddhadharma-Begrifflichkeit, der sich darauf konzentriert, eine Erfahrung der inspirierenden, emotionalen und kognitiven Aspekte des Mitgefühls zu schaffen. Eine kostbare Unterstützung, um das Mitgefühl auf Ihrem Pfad erneut zu entfachen, sowie ein erwägenswerter Zugang zum Dharma für Ihre nicht-buddhistischen FreundInnen.

Mit Tamás Schiesler



www.kalapa.org



So., 12.10.2025

Tag der Offenen Tempeltür

Der Tag der offenen Tempeltür ist eine Aktion der Österreichischen Buddhistischen Religionsgesellschaft. Wir wollen damit allen Interessierten die Möglichkeit geben, das buddhistische Leben in Österreich näher kennenzulernen. Es erwarten Sie Vorträge, Meditationen, Schnupperstunden und Führungen.

Alle Infos hier: www.oebr.at/angebotprogramm/tag-der-offenen-tempel/



Gerhard Weißgrab
Präsident der ÖBR

Form ist Leere und Leere ist Form

heißt es unter anderem im Herz-Sutra, und in meiner rein persönlichen Auffassung ist die Wahrheit der Leerheit auch zugleich das Herz der Buddha-Lehre. Unbestritten nicht leicht zu vermitteln in unserer westlichen Gesellschaft des großen materialistischen Denkens. Der im Beitrag „Leerheit als Medium der Freundlichkeit“ angeführte Philosoph Byung-Chul Han hat dazu einige sehr wertvolle Texte verfasst, die vor allem auch erklären, warum das westliche Weltbild dem Verständnis von Leerheit im buddhistischen Sinne im Weg stehen kann. Jedenfalls denke ich, dass gerade dieser völlig andere Zugang und diese widersprüchliche Weltansicht für die aktuellen Herausforderungen unserer heutigen Gesellschaft sehr hilfreiche Lösungsansätze bieten können. Dazu braucht es ausreichend Möglichkeiten für die Menschen, sich aus den Quellen authentischer Buddha-Lehre bedienen zu können. In großer Wertschätzung gegenüber einer gar nicht so großen Zahl von Menschen dürfen wir uns in diesem Heft zurück erinnern, wie diese Quellen vor vielen Jahrzehnten zu sprudeln begannen. Es hat sicher seine Berechtigung, wenn ich das „Buddhistische Zentrum Scheibbs“ als das Herz des Buddhismus in Österreich bezeichne. Mit langer Vorgeschichte entstand dort vor 50 Jahren ein Nukleus, dem wir heute zu einem großen Teil die Arriviertheit, das Angekommen-Sein der buddhistischen Religion in Österreich verdanken. In großer Dankbarkeit gegenüber unseren Vorgängern!

In Verbundenheit

Inhalt

8 INTERVIEW

50 Jahre Scheibbs
Mathias Köhl

18 NATUR

Buddhismus und Natur
Ira Hilger

20 HINTERGRUND

Buddhismus am Land –
50 Jahre Zentrum Scheibbs
Hubert Weitensfelder

26 PRAXIS

Leerheit als Medium der
Freundlichkeit
Rev. MyoE Doris Harder

25 HAIKU

29 CARTOON

30 VERANSTALTUNGSKALENDER

38 ÖBR-GRUPPEN

40 WÖCHENTLICHE MEDITATIONEN

Impressum und Offenlegung

Medieninhaber und Herausgeber

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

Für den Inhalt verantwortlich: Gerhard Weißgrab

Redaktionsteam: Andrea Balcar, Manfred Krejci, Johannes
Kronika, Martin Schaurhofer, Gerhard Weißgrab, alle:
redaktion@buddhismus-austria.at

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbe-
dingt die Meinung der Redaktion wieder.

Fotos: U1, 9 Archiv, 10–17 Ida Kronika, 18 Ira Hilger, 21 rechts
Franz Dolezel, Archiv, 21–23 Ida Rätcher, 27 Mediendesign
Inserate und Organisation: Elisabeth Schachermayer,
anzeigen@buddhismus-austria.at

Gestaltung: Georg Hauptfeld, Mediendesign OG, 1020 Wien
Druck: Samson-Druck, St. Margarethen

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: Medieninhaber und
Herausgeber: ÖBR, Gerhard Weißgrab (Präsident), Erika
Erber (Vizepräsidentin), Erich Leopold (Vizepräsident),
Johannes Kronika (Generalsekretär), Stand 18. 10. 2021

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.

ÖBR-Sekretariat

Die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft ist die offizielle Ansprechstelle für alle Fragen zum Buddhismus. Sie erreichen uns über das ÖBR-Sekretariat.

Martin Schaurhofer
Elisha Koppensteiner
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 Uhr
Di. 14.00–19.00 Uhr
Mi. 14.00–19.00 Uhr
Do. 14.00–19.00 Uhr

SPENDENKONTO

Österreichische Buddhistische
Religionsgesellschaft
IBAN: AT46 6000 0000 0131 7747
BIC: BAWAATWW

Social Media

Besuchen Sie uns auf
„Buddhismusinoesterreich“:



Facebook



Instagram



Youtube

@buddhismusinoesterreich



ÖBR-Bibliothek

Bei uns finden Sie etwa 2700 Bände: Primärtexte und Kommentare, philosophisch-wissenschaftliche Literatur, religionsvergleichende Darlegungen, Biografien, Meditation und Praxis ...

Darunter befinden sich viele vergriffene Bücher. Vielleicht sind manche davon für Sie hochinteressant zum Kennenlernen, Querlesen und Studieren. Die vergriffenen und die Bücher der Walter-Karwath-Bibliothek sind nur im Leseraum zu benutzen (Präsenzbibliothek). Alle anderen Bücher können entlehnt werden.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

BIBLIOTHEK

Buddhistisches Zentrum Wien
Fleischmarkt 16, Stiege 2, 1010 Wien
Sekretariat: 01/512 37 19
bibliothek@buddhismus-austria.at

Jugend

NETZWERK

BUDDHISTISCHE JUGEND

Im Netzwerk Buddhistische Jugend sind junge buddhistische Gruppen zu finden. Wer im Umfeld keine Gruppe findet und sich als Jugendlicher angesprochen fühlt, ist herzlich eingeladen eine Gruppe zu gründen.

Die ÖBR unterstützt dahingehend gerne, bitte einfach melden:

info@buddhistischejugend.at
www.buddhistischejugend.at
www.facebook.com/
buddhistischejugend

Für Familien

FAMILIENPUJA

Mungunchimeg Batmunkh und Sabine Schweiger freuen sich Eltern mit ihren Kindern 1x im Monat zur Familienpuja einzuladen. Gemeinsam wird in verständlicher Art Dharma praktiziert, Texte werden kreativ ergründet, und im Anschluss an die Puja entspannt gefeiert.

So., 05. 10. 25
So., 16. 11. 25
So., 07. 12. 25
So., 11. 01. 26
So., 22. 02. 26
jeweils 10.00–13.00 Uhr

Wo: 1010 Wien, Biberstraße 9/2
(Zentrum Mittlerer Weg)

Um Anmeldung wird gebeten:
bmungunchimeg@yahoo.com / 0664 20 56 733

FAMILIEN-SONNTAG

Wir verbringen einen entspannten Vormittag mit Achtsamkeit und Stille für Große und Kleine (bis 8j.). Die Kinder spielen, basteln und bewegen sich liebevoll begleitet von erfahrenen Pädagoginnen, die Erwachsenen meditieren, reflektieren und tauschen sich über ihre Erfahrungen aus, angeleitet von ausgebildeten MeditationslehrerInnen.

So., 14. 09. 2025
So., 12. 10. 2025
So., 09. 11. 2025
So., 08.02.2026

Wo: 1010 Wien, Biberstraße 9/2
(Zentrum Mittlerer Weg)

Bitte um Anmeldung:
<https://wien.shambhala.info/Calendar>
Info und Fragen: wien@shambhala.info



Tag der offenen Tempeltür

So., 12. Oktober 2025

Am Sonntag 12. Oktober findet in vielen buddhistischen Tempeln in Österreich ein Tag der offenen Tempeltür statt. Es erwarten Sie Vorträge, Meditationen, Schnupperstunden und Führungen.

Das genaue Programm finden Sie ab September auf unserer Website: www.oebr.at/angebotprogramm/tag-der-offenen-tempel/



Buddhistische Gedenkfeier an die Verstorbenen

Sa., 1.11.2025, 14.00 Uhr

gemeinsam mit Sylvie Hansbauer
am Buddhistischen Friedhof,
Wiener Zentralfriedhof,
Gruppe 48 A, Tor 2

Bitte windfeste Kerzenlichter für die Zeremonie mitbringen. Die Namen verstorbener Personen, derer gedacht werden soll, bitte per Email an das ÖBR Sekretariat senden:
office@buddhismus-austria.at

Alter und Tod



**MOBILES
HOSPIZ**

UNTERSTÜTZUNG 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

Herr Sia Kermani,
persönlich erreichbar: Mo.–Fr. 13.00–14.00 Uhr
Fleischmarkt 16, Stiege 2, Tür 30, 1010 Wien
0650/523 38 03, info@hospiz-oebr.at
www.hospiz-oebr.at
www.facebook.com/MobilesHospizderOebr

TRAUERZEIT

TrauerZeit ist eine offene Gesprächs- und Meditationsgruppe für alle Trauernden und offen für Menschen aller spirituellen Traditionen. Diese Gruppe bietet Zeit und Raum, um der Trauer Ausdruck zu geben, aussprechen können, was einen bewegt, seinen ganz persönlichen Weg zum Abschied zu finden, der Einsamkeit zu begegnen, einander Trost zu sein, loszulassen und zu vertrauen, damit das eigene Leben liebevoll weitergehen kann. Auf Anfrage sind auch Einzelgespräche möglich.

Zeit: Am Mittwoch einmal im Monat, 17.30–19.00 Uhr, Termine siehe
<https://www.hospiz-oebr.at/taetigkeitsfeld-dietrauergruppe>

Ort: Fleischmarkt 16/Stiege 2/Tür 30
(Bibliothek der ÖBR)

Leitung: Irene Hofstätter, TrauerZeit@hospiz-oebr.at Ausbildung und ehrenamtliche Tätigkeit im Bereich Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung beim Mobilen Hospiz der ÖBR.

Krankheit



JIVAKA
BUDDHISTISCHE SPIRITUELLE
KRANKENBEGLEITUNG

UNTERSTÜTZUNG BEI KRANKHEIT

Kranke BuddhistInnen und Kranke mit Interesse an der Lehre des Buddha werden auf Wunsch spirituell begleitet. MitarbeiterInnen des JIVAKA-Teams kommen in stationäre Einrichtungen oder auch nach Hause.

Im JIVAKA-Team arbeiten ehrenamtliche BuddhistInnen verschiedener Traditionen mit solidem Hintergrund in der Theorie der Lehre Buddhas sowie längerer und regelmäßiger eigener Praxis. Sie begleiten möglichst traditionsspezifisch, um Erkrankte auch bei deren eigener Praxis unterstützen zu können.

Die Begleitungen sind kostenlos.

JIVAKA Buddhistische Krankenbegleitung:

persönlich erreichbar Mo.–Fr. 13.00–14.00 Uhr
0650/523 38 03
info@hospiz-oebr.at

Ombudsstelle

OMBUDSFRAU DER ÖBR FÜR OPFER VON SEXUELLER GEWALT

Fatma Altzinger
0676/43 20 888
fatma.altzinger@chello.at
Praxis: Seidengasse 39a/12, 1070 Wien

OMBUDSMANN DER ÖBR FÜR OPFER VON SEXUELLER GEWALT

Dieter Christoph Singer
0699/1405 1961
singer.wien@gmail.com
Praxis: Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Engagierter Buddhismus

ANIMAL COMPASSION

Der Verein Animal Compassion will das Bewusstsein in unserer Gesellschaft stärken, Tiere als fühlende Wesen wahrzunehmen. Wir informieren in den Medien und laden ein zu Vorträgen und Diskussionsrunden.
info@animalcompassion.de
www.animalcompassion.de

NETZWERK

ACHTSAME WIRTSCHAFT

Wir laden alle ein, denen eine menschen- und umweltgerechte Wirtschaft ein Anliegen ist. Wir veranstalten an verschiedenen Orten in Österreich Meditations- und Austauschabende, Achtsamkeitsseminare, Achtsamkeitsretreats, Mindful Co-Working Day.
www.achtsame-wirtschaft.de

GEFANGENEN-BETREUUNG DER ÖBR

Wir besuchen Menschen in Gefängnissen und betreuen durch Briefkontakt, Einzelgespräche bis hin zu Meditationsgruppen und Studiengruppen in Absprache mit den Anstaltsleitungen.

SANGHA-BERATUNG

Die Open Space Gruppe Sangha-Beratung bietet an, Fragen zur Lebenshaltung, Beziehung, Arbeitswelt, zu Enttäuschungen, Zukunftsperspektiven ... vor dem Hintergrund der buddhistischen Lehre gemeinsam zu reflektieren.

Kontakt über das ÖBR Sekretariat:
01/512 37 19
office@buddhismus-austria.at

Bundesländer

DAS PRÄSIDIUM DER ÖBR

Präsident: Gerhard Weißgrab
Vizepräsidentin: Erika Erber
Vizepräsident: Erich Leopold
Generalsekretär: Johannes Kronika

VORSTAND DER BUDDHISTISCHEN GEMEINDE ÖSTERREICH

Vorsitzende: Sylvie Hansbauer
stv. Vorsitzender: Michael Aldrian
stv. Vorsitzender: Guntram Ferstl

ÖBR-REPRÄSENTANZEN IN DEN BUNDESLÄNDERN

Niederösterreich:

Hugo Stürzer, 0680/243 6883
noe@buddhismus-austria.at

Burgenland:

Marina Jahn, 0664/236 39 33
burgenland@buddhismus-austria.at

Steiermark:

Mag. Michael Aldrian, 0699/18 68 31 98
Inge Brenner, 0676/328 14 73
Wolfgang Poier, 0650/44 88 108
steiermark@buddhismus-austria.at

Kärnten: kaernten@buddhismus-austria.at

Oberösterreich:

Gerhard Urban, 0664/877 68 85
Brigitte Bindreiter, 0650/38 52 820
Nanda Stüger-Kühn, 0699 190 77 309
oberoesterreich@buddhismus-austria.at

Salzburg: salzburg@buddhismus-austria.at

Tirol: tirol@buddhismus-austria.at

Vorarlberg:

Manfred Gehrmann, 05574/451 21
vorarlberg@buddhismus-austria.at

Wien: Sylvie Hansbauer, 0699 107 111 96
wien@buddhismus-austria.at

ÖBR-Referent bei der Europäischen Buddhistischen Union:

Martin Schaurhofer, 01/512 37 19
office@buddhismus-austria.at

Das Buddhistische Zentrum ist ein Zufluchtsort
für mich und viele andere

50 Jahre Scheibbs

Ein Interview über das Zentrum mit Mathias Köhl

FOTOS: IDA KRONIKA, TEXT: JOHANNES KRONIKA

ÖBR: Diese alten Gemäuer haben schon vieles erlebt, nehme ich an.

Mathias: Stimmt. Also, dieser Teil, glaube ich, innerhalb des Arkadenganges, das war ursprünglich ein Schmiedehammer und die ganzen Nachbarhäuser waren auch Hämmer. Bei uns läuft ein Wasserlauf vorbei, mit dem man die Schmiedehämmer betrieben hat. So um 1550 wurde dieses Haus zum ersten Mal urkundlich erwähnt. Das hieß Seehammer, weil sich hier auch ein Teich befand. Das ging dann ein paar Hundert Jahre lang, bis ins 19. Jahrhundert. Dann wurde das Nachbargrundstück von einer gräflichen Familie aus Deutschland, den Schönfelds, gekauft. Die haben alles zusammengekauft. Es war sozusagen das Ausgedingehaus für die Eltern und im Speisesaal war die Pferderemise untergebracht. In der Zwischenkriegszeit ist denen das Geld ausgegangen und sie mussten verkaufen und Teile abtrennen. Aus unserem Haus wurde dann eine Pensionsgaststätte. Während des Zweiten Weltkrieges und danach war es ein Quartier für Soldaten, Witwen und Familien, die kein anderes Zuhause mehr hatten. Ganz kurz war auch eine Gendarmerie-Schule hier untergebracht, bevor es dann der

österreichische Blindenverband gekauft hat, um es als Kuranstalt für den Sommerbetrieb zu betreiben.

ÖBR: In welchem Jahr war das?

Mathias: Ich weiß nicht so genau, wann es übernommen worden ist, aber es muss noch in den frühen 1950er-Jahren gewesen sein. Und bei meinen Einführungsgesprächen sage ich immer: „Wie es den Blinden zu schiach geworden ist, haben sie es an die Buddhisten verkauft.“ [:lachen]. Das war genau im Jahr 1975.

ÖBR: Und wer hat sich damals für den Kauf stark gemacht?

Mathias: Es gab treibende Kräfte in Wien, die sich am Dannebergplatz rund um Franz Ritter (Anm.: Franz Ritter, siehe auch ÖBR Magazin 2024/1) gruppiert hatten. Ein großer Mentor und Förderer war Walter Karwath (Anm.: Walter Karwath, * 11. November 1919 in Wien; † 16. März 1986, war erster Präsident der ÖBR), und auch Paul Köppler (Anm.: Dr. Paul Köppler ist Gründer mehrerer Meditationszentren und Autor) und Erich Skrleta (Anm.: Erich Skrleta ist Gründer der Octopus- >>



Bei der Einweihung war Buddha persönlich hier.



>> *Buchhandlung und Herausgeber der Zeitschrift „Bodhi Baum“*) und noch einige mehr. Es war damals so die Latzhosen-Zeit und alle hatten die Idee, man zieht aufs Land, macht biologischen Anbau und lebt kommunenmäßig zusammen, aber natürlich mit Meditationshintergrund. Gemeinsam praktizieren und Seminare durchführen, das war so der praktische Impetus. In den 1970er-Jahren sind einige Städter aufs Land gezogen und haben angefangen zu werken. Irgendwie auch relativ naiv, denn die Herausforderungen waren groß. Es war viel Land da, aber es wurde ja nicht Landwirtschaft betrieben, dann der Garten und das große Haus waren in einem furchtbaren

Zustand und mussten auch instand gesetzt werden, und das ohne professionelle Handwerker. Damals waren in einzelnen Zimmern noch Einzelöfen und keine Zentralheizung. Das Haus wurde nicht das ganze Jahr über betrieben, es war wahnsinnig feucht hier. Franz erzählte, dass die Kacheln nachts von der Wand runtergefallen sind. Die Fenster waren vergittert und es gab schreckliche Eisenstahlrohrbetten mit furchtbaren Seegrasmatten. Also es war wirklich ganz schlimm. Außen fiel der Putz vom Gebäude auch deswegen war es sehr billig. Man zahlte 750.000 Schilling inklusive dem kleinen Waldgrundstück und dem Gemüsegarten gegenüber. Das Geld

Vom Bodhi-Baum nach Scheibbs

hatte man trotzdem nicht und es wurde durch Spenden aufgebracht.

ÖBR: Gab es schon Retreats damals?

Mathias: Na ja, einige sind 1975 praktisch hier rausgezogen und begannen gleich mit den ersten Kursen. Anfänglich waren hauptsächlich die Tibeter hier und brachten richtig Schwung ins Haus. Der 16. Karmapa (*Anm.: Rangjung Rigpe Dorje, 1924–1981, war der 16. Gyalwa Karmapa der Karma-Kagyü-Linie des tibetischen Buddhismus*) war 1977 oder 1978 hier und machte eine Einweihungszeremonie. Leute aus Scheibbs, die nichts mit dem Buddhismus zu tun haben, erzählten mir, bei der Einweihung war der Buddha persönlich hier [:lacht:].

ÖBR: Wie entwickelte sich das Zentrum weiter?

Mathias: Die ÖBR hat es in dieser Form noch nicht gegeben. 1975 waren zwar Überlegungen da, aber noch nichts Konkretes. Hier in diesen Räumen, wo wir gerade sitzen, haben dann Franz, Paul und Erich den „Bodhi Baum“ gegründet und auch vertrieben. Man könnte sagen, das war der Vorläufer vom heutigen „Buddhismus in Österreich“. Es gab damals nichts anderes in Österreich. Jedenfalls war es das einzige buddhistische Zentrum südlich von Hamburg zu der Zeit. Es gab damals noch das Haus der Stille in Roseburg. 1979 fiel mir der „Bodhi Baum“ in einer esoterischen Buchhandlung in München in die Hände. Ich sah ein Foto von Franz Ritter, wie er so in einem Hakama (*Anm.: Der Hakama ist eine Art plisierter Hosenrock mit weit geschnittenen Beinen*) vor dem Haus stand, mit einer Katze auf

dem Arm, und es war irgendwie verschneit. Es sah unglaublich romantisch aus. Das war ein Erlebnis, da sagte ich zu mir – da muss ich hin [:lacht:]. Ich war damals selber schon Buddhist und suchte ein Zentrum, aber studierte noch Forstwirtschaft. Mit dem ausgeborgten VW meiner Eltern bin ich hierhergefahren.

ÖBR: Wie hast du dieses „romantische Haus“ damals vorgefunden?

Mathias: Als ich hierhergekommen bin, war das Haus verlassen. Es war kein Mensch da und alles stand offen. Mit mir ist noch eine andere Frau mit dem Zug gekommen, die sich das Zentrum auch anschauen wollte. So standen wir in dem leeren Haus und haben nicht gewusst, gibt es da überhaupt jemanden oder nicht. Wir suchten uns irgendein Zimmer, das wir, aus Angst, zu zweit bewohnen. Irgendwann am nächsten Tag ist einmal Franz aufgetaucht, der hatte damals in Wien eine Werbeagentur und ist immer hin und her gefahren. Im Laufe der Zeit sind dann immer mehr Leute eingetröpelt und es hat mir wahnsinnig gut gefallen. Es war eine Kommune, die meditiert und am Abend viel Rotwein getrunken hat.

ÖBR: Und bist du dann gleich hiergeblieben?

Mathias: Nein, ich habe mir dann alles angeschaut und bin mit Franz am Abend nach Wien, ins Bodhidharma-Zendo am Fleischmarkt gefahren. Das hat mir sehr gefallen. Ich habe dann verschiedene Seminare gemacht, unter anderem auch Naikan bei Akira Ishii (*Anm.: Prof. Akira Ishii brachte NAIKAN Ende der 1970er-Jahre in den deutschsprachigen* >>



>> *Raum*). Vorher praktizierte ich in Deutschland schon Zen, bei Fumon Roshi und bei anderen, habe mich dann aber dem Bodhidharma-Zen-to zugewendet.

ÖBR: Wann hast du deine Zen-Ordination gemacht?

Mathias: Naja, das hat noch eine Weile gedauert. Ich machte erst hier einige Seminare. Dann habe ich damals gedacht, Studium, bürgerliches Leben und so weiter – das ist eine Katastrophe. Hier im buddhistischen Zentrum geht es um Erleuchtung und ich vertue mein Leben damit, irgendwas zu lernen, wo ich dann womöglich nie wieder die Möglichkeit einer menschlichen Existenz habe und die Erleuchtung nie wieder erfahren kann. Und dann wollte ich das Studium abbrechen, das war ein furchtbarer innerer Kampf. Dann bin

ich über den Sommer hierhergefahren, habe aber noch nicht exmatrikuliert und habe die Hausgemeinschaft eng miterlebt und gemerkt, wie schwierig es innerhalb der Hausgemeinschaft zugeht. Es gab auch Auseinandersetzungen um die Vorherrschaft, die Dominanz. Als ich hier war, hatte es Paul Köppler ganz gut gemacht. Aber die klaren Strukturen haben natürlich nicht allen gefallen, weil man mehr das Hippie-Leben gewohnt war. Und als Franz vom Urlaub zurückkam, wurde es wieder anders. Paul ging dann wieder nach Deutschland zurück und gründete dort sein eigenes Zentrum. Nachdem ich das alles mitbekommen habe, dachte ich mir, ich kann das Studium auch fertig machen, und nach dem Studium gehe ich dann ins Kloster nach Amerika. Das wollte ich ja immer schon machen.

Ich habe doch vor 30 Jahren schon eine 20-Jahres-Feier gemacht, ich mache doch nicht jetzt schon wieder eine.

ÖBR: Und so ist es auch gekommen?

Mathias: Ja, dann bin ich nach Amerika zu Kyozan Joshu Sasaki Roshi, der auch Genros (Anm.: *Seiun Genro Dai Osho*, bürgerlich *Herbert Koudela*, * 22. November 1924 in Wien, † 28. November 2010 in Brunn am Gebirge, Gründer des Bodhidharma-Zendo) Lehrer war. Und da war ich dann über einen Zeitraum von fünf Jahren. 1989 wollte ich vom Kloster weg. Und wusste nicht so recht, was ich machen sollte. Mit der Forstwirtschaft wollte ich dann auch nicht anfangen, aber ich wollte unbedingt gerne weiter etwas mit Buddhismus machen. So habe ich mit Genro telefoniert und der hat gesagt, komm nach Scheibbs, das Ding steht leer.

ÖBR: Sehr interessant, was war geschehen?

Mathias: Naja, da gibt es noch eine Parallel-erzählung dazu. 1989 ist es leer gestanden. Franz war mit der Hausgemeinschaft bis 1985 hier. Dann hörte Franz auf und Erwin übernahm das Haus. Er war ein Handwerker und hat sich sehr mit dem Haus identifiziert und renovierte viel. Aber der Buddhismus blieb auf der Strecke und dann hörte Erwin auch auf. Danach hat es welche gegeben, die gesagt haben, sie machen es, sind aber über Nacht wieder abgereist, weil es ihnen zu viel war. Und dann ist das Haus eben leer gestanden. Genro hat noch gesagt, der Vorstand war schon am überlegen, es zu verkaufen. Denn dieses ewige Hin und Her mit der Hausgemeinschaft war ihnen schon zu viel.

ÖBR: Genro überredete dich, wieder von Amerika nach Österreich zu kommen.

Mathias: Ja, dann hat der Genro zu mir gesagt, mach du das. Du kannst dich ja austoben,

wenn es schief geht, ist auch nichts verhängt. Und dann bin ich dann mal eingezogen, wieder in ein leeres Haus. Es war wieder keiner da, wie ich gekommen bin.

ÖBR: Hast du dich nicht mehr so gefürchtet?

Mathias: Ich bin mit der Hacke in der Nacht rumgelaufen. Weil auf dem Weg zum Klo, das war am anderen Ende vom Gang, da hat man immer furchtbare Geräusche gehört. Da gab es viele Leute, die gesagt haben, sie übernachteten >>



>> nicht allein im Zentrum *[lachen]*. Ja, es war toll, man hörte immer so ein Pumpen und damals kam mir das Haus so riesig vor, jetzt kommt es mir ganz klein vor. Damals war es so riesig und der Dachboden war unausgebaut. Da hat man sich in der Nacht gar nicht raufgetraut. Es war auch sehr heruntergekommen, aber es war eine herrliche Zeit, denn ich habe mich wirklich austoben können. Dann hat alles begonnen.

ÖBR: Aber du warst nicht mehr ganz alleine, oder?

Mathias: Nein, ich war zusammen mit meiner Frau Marina, ohne die ich das alles nicht hätte machen können. Sie war Stewardess und ist in der Nacht von ihren Flügen nach Scheibbs rausgekommen. Wir haben uns in einem Zimmer eingerichtet. Das war Zimmer 16 im ersten Stock. Das war sehr nett. Zuerst haben wir es renoviert usw. Für die Seminare habe ich gekocht, eingekauft, angefangen, die Dateien wieder herzustellen oder zu finden, Programme zu drucken und alle einzeln einzusackeln und zu verschicken. An die Buddhisten in Österreich, zu denen wir Kontakt gehabt haben. Naja, es war eine sehr schöne Zeit. Und dann sind Leute gekommen, die hier mitleben wollten. Häufig Menschen, die Schwierigkeiten gehabt haben in ihrem Leben. Die nicht wussten, wohin sie gehen sollten. Die sind entweder von sich aus aufgetaucht oder Genro hat gesagt, ich habe da einen, der weiß nicht wohin mit sich, den schicken wir zum Mathias raus nach Scheibbs. Soll er sich dann nützlich machen. Aber das war nicht einfach mit denen.

ÖBR: Wenn man ein Retreat hier machte, war auch immer etwas zu tun.

Mathias: Die Leute haben sehr viel mitgearbeitet. Das war sehr hilfreich. Das waren aber hauptsächlich die Erhaltungsmaßnahmen. Natürlich nicht Umbauten. 1995 war dann die

Mathias Köhl

Begann mit der Zen-Praxis vor 40 Jahren. Nach dem Diplomstudium der Forstwirtschaft lebte er 14 Jahre als Zen-Mönch, davon vier Jahre in einem Zen-Kloster in den USA. Seit 1989 leitet er das Buddhistische Zentrum Scheibbs, ist verheiratet mit Marina und Vater zweier Söhne. 1998 trennte er sich von seinem Lehrer Joshu Sasaki Roshi und gab die Robe zurück.

Buddhistisches Zentrum Scheibbs

Verein der Freunde des Buddhistischen Kultur- und Meditationszentrums Scheibbs:
Ginselberg 12
3270 Scheibbs/Neustift

20-Jahres-Feier vom Buddhistischen Zentrum. Und das haben wir gefeiert. Und deswegen sage ich ja, ich habe doch vor 30 Jahren schon eine 20-Jahres-Feier gemacht, ich mache doch nicht jetzt schon wieder eine, ich habe ja noch etwas anderes zu tun *[lachen]*.

ÖBR: Ich muss auch sagen, dass einige auf die 50-Jahres-Feier gewartet haben.

Mathias: Ich habe tatsächlich einen Aberglauben gegen die Jubiläen. Ich denke immer an die 40-Jahres-Feier von der DDR – und am nächsten Tag war sie kaputt.

ÖBR: Nun hast du hier deinen Lebensmittelpunkt gegründet.

Mathias: Es ist irgendwie auch meine Lebensaufgabe geworden. Ich bin da so reingewachsen. Das ist tatsächlich so geworden. Das habe ich nicht vorgehabt. In den ersten Jahren habe ich immer gedacht, das ist ein Provisorium. Ich habe auch nicht gedacht, dass ich davon leben kann. Anfangs habe ich 2.000 Schilling Taschengeld gekriegt über Jahre, war aber nach dem Kloster froh darüber. Ich war sehr froh, dass ich irgendwas hatte, was mir Spaß machte. Und erst so im Laufe der Zeit, als mein erster Sohn geboren wurde und wir das Haus nebenan gekauft haben und dort wohnen konnten, wurde mir klar, dass man davon leben kann. Und dann war natürlich noch etwas: In den ersten Jahren bestand die Hausgemeinschaft aus drei, vier, fünf Leuten und es war rasend anstrengend. Viele meinten nach

>>



In unserem Metier, da stirbt man in den Stiefeln.



>> einem Monat, was du da machst, das kann ich auch. Warum soll ich das arbeiten, was du sagst, und so weiter. Nachts wurde an die Tür 16 geklopft und irgendjemand hat gesagt: „Du, ich habe ein Problem mit dir, das müssen wir jetzt klären.“ Und das alles gleichzeitig mit den Seminaren.

ÖBR: Wie schafft man das?

Mathias: Da habe ich dann wirklich sehr viel Unterstützung durch Norman Rosenberg bekommen. Der war dann mein Mentor und hat mich sehr darin bestärkt, Strukturen aufzubauen. Nach einiger Zeit haben wir gesagt, es ist besser, wir haben Angestellte. Wenn zum Beispiel jemand von den Freiwilligen etwas

mit viel Leidenschaft gemacht hat und dann hinterher gesagt bekommt, das war nicht gut, wir müssen es nochmal machen, dann waren die natürlich tödlich beleidigt. Die sagen sich ja, das habe ich eh umsonst gemacht und dann passt es ihm nicht. So ist es einfacher, wenn wir Angestellte haben, wo ein klares Arbeitsverhältnis besteht.

ÖBR: Die Küche zum Beispiel?

Mathias: Genau, mir lag immer viel dran, dass wir mit dem Essen lieber auf der besseren Seite sind. Im Gegensatz zu manchen anderen Zentren habe ich immer die Idee vertreten, dass die Leute sich wirklich wohlfühlen sollen und nicht hungern müssen. Das haben unsere TeilnehmerInnen schon immer sehr geschätzt.

ÖBR: Wie siehst du die Beziehung des Zentrums Scheibbs zur ÖBR?

Mathias: Ich habe mich immer sehr mit der ÖBR verbunden gefühlt. Die finanzielle Struktur von Scheibbs basiert darauf, dass sie als gemeinnütziger Verein organisiert und unabhängig von der ÖBR ist. Aber dieser Hintergrund, dass die ÖBR als Religionsgesellschaft anerkannt ist, gibt uns eine gewisse Sicherheit im Umgang mit Behörden, Förderungen und dies und das. Aber umgekehrt war es uns immer ein Anliegen, die ÖBR zu unterstützen. Es war ja auch finanziell nicht so, dass wir Geld von der ÖBR bekommen, sondern umgekehrt. Und ich habe mich immer sozusagen geistig verbunden gefühlt, dass der Franz und meine Vorgänger praktisch vieles initiiert haben, von hier aus mit dem „Bodhi Baum“ gestartet sind. Und so bin ich auch jedes Mal zum Sangharat nach Wien gefahren, die ersten 20, 25 Jahre. Ja, ich bin sehr verbunden mit der ÖBR und es kommen sehr viele Kursleiter von der Theravada-Schule her, Hannes, Michaela, Christoph, Andrea, die Ursula, Genro war

Es war meine Idee, hier eine Oase zu schaffen.

auch immer hier. Genro hat eine sehr große Rolle gespielt. Also da hat es immer einen Austausch gegeben, schon räumlich, weil die Leute und Kursleiter vom Fleischmarkt hier waren.

ÖBR: Hast du noch einen Herzenswunsch, den du dir erfüllen möchtest?

Mathias: Ich möchte mir keinen erfüllen, nein. Aber Leute fragen mich ja ständig, wann ich aufhöre, wann ich in Pension gehe.

ÖBR: Das traue ich mich gar nicht zu fragen.

Mathias: Trau dich, weil die Antwort ist die: Ich weiß es nicht. Es ist so, wie ich zu Ed Brown gesagt habe, der ist jetzt auch schon Ende 70. Zudem habe ich gesagt, hör zu, Ed, in unserem Metier, also seinem und meinem, da stirbt man in den Stiefeln. Da stirbt man im Sattel. Das hat ihn wirklich inspiriert. Und es ist wirklich meine Meinung, die ganzen Leute, die hier etwas beigetragen haben, Genro, Ursula, da hat ja keiner mit 65 aufgehört. Aber es ist halt so, da hört man auf, wenn es krankheitshalber nicht mehr geht. Oder wenn man wirklich sagt, man hat genug. Aber jetzt ernte ich eigentlich die Früchte der Arbeit, denn jetzt läuft die Geschichte. Ich habe mittlerweile sehr viel Routine und es läuft gut mit den KursleiterInnen. Die TeilnehmerInnen sind sehr nett.

ÖBR: Wie viele KursleiterInnen sind hier gewesen?

Mathias: 200 vielleicht. Ich habe mir einmal überlegt auszurechnen, wie viele Leute hier waren in den letzten 50 Jahren. Das sind ein paar Zehntausend jedenfalls. Aber wir haben jetzt zum Beispiel eine Kartei von 5.000 Personen, die nicht länger als vor zehn Jahren den letzten Kontakt mit uns gehabt haben, und die Kartei ist gepflegt. Scheibbs ist, und das hat

mir auch immer gut gefallen, anders als die meisten Zentren, offen für alle Traditionen. Aber in Österreich sind wir die Einzigen.

ÖBR: Hat das Zentrum Scheibbs eine Sangha?

Mathias: Ja, die Sangha besteht aus den Mitgliedern im Verein der Freunde des Buddhistischen Kultur- und Meditationszentrums Scheibbs. Das sind mittlerweile über 200 und ihre monatlichen Beiträge machen sehr viel aus, um die Grundkosten zu tragen. Sie fühlen sich auch wirklich mit dem Haus sehr verbunden. Was mich sehr motiviert hat, war damals, als ich mit dem Studium aufhören wollte, dass hier ein Leuchtpunkt für mich war. Das war der absolute Zufluchtsort. Und wenn ich von Leuten oder TeilnehmerInnen höre, dass es denen jetzt so ähnlich geht, dass sie so ein Heimatgefühl haben, wenn sie kommen, dann freut mich das sehr. Das war meine Idee, dass ich das mache, eine Oase zu schaffen. Jedenfalls freut es mich immer sehr, wenn ich das höre. Heute hat mir jemand gesagt, dass es für sie ein Nachhausekommen ist.

ÖBR: Vielen Dank für das Gespräch. ■



Buddhismus und Natur

*„Gerade ihre Unbeständigkeit
macht die Welt so schön.“*
Yoshida Kenko



Das Foto ist im Dezember 2020
in Bad Schallerbach entstanden.
© Ira Hilger, www.florafoto.at



Buddhismus am Land – 50 Jahre Zentrum Scheibbs

HUBERT WEITENSFELDER

Ein halbes Jahrhundert Scheibbs: Für österreichische buddhistische Verhältnisse ist das ein sehr beachtlicher Zeitraum. Die erste Dekade des Zentrums wurde wesentlich von Franz Ritter mitgeprägt; seine mehrmals schriftlich niedergelegten Erinnerungen als „Zeitzeuge“ führen diese Zeit plastisch vor Augen. Seit 1989, somit seit über 35 Jahren, leitet Mathias Köhl diese Institution.

Die Gründung und allmähliche Etablierung des Zentrums fällt in eine Zeitspanne von

nur gut zehn Jahren, in welcher der Buddhismus hierzulande Konturen annahm und eine



Ein früher Blick auf das Gebäude, November 1974

dauerhafte Gestalt entwickelte. Gemessen an sichtbaren Entwicklungen, handelt es sich um seine bewegteste Epoche. In chronologischer Abfolge: 1972 gründete Erich Skrleta eine buddhistische Buchhandlung namens Octopus in Wien. Ihr Angebot ermöglichte die Aneignung und Verbreitung von einschlägigem Wissen. Skrleta publizierte außerdem im gleichnamigen Verlag über 60 Druckschriften. In der Hauptstadt setzten die buddhistisch Interessierten ferner gewissermaßen der „Hauslosigkeit“ ein Ende, indem sie dauerhafte Stätten des Verweilens etablierten, und zwar zunächst am Dannebergplatz und dann am Fleischmarkt. Erste Mönche aus Asien ließen sich für längere Zeit nieder und erteilten authentischen Unterricht. An der Donau in Wien entstand das erste große buddhistische Wahrzeichen, die Friedenspagode. Überdies

bildeten sich in Salzburg und Graz erste feste Strukturen. Als Höhepunkt dieser ereignisreichen Zeit wurde nach langjährigen vergeblichen Anläufen 1983 der Buddhismus als Religion staatlich anerkannt.

Mittendrin also Scheibbs. Am Anfang stand ein Generationenkonflikt, hervorgerufen durch die Unzufriedenheit mit dem Bestehenden. Seit zwei Jahrzehnten stand damals Fritz Hungerleider an der Spitze der buddhistischen Organisation. Er verbreitete unter anderem in über tausend Vorträgen die Kenntnis der Lehre; doch beklagte er, dass er damit nur eine kleine Zahl Zuhörender erreichen konnte. In Wien fanden buddhistische Veranstaltungen vor allem im nüchternen Porzhaus statt, das vorwiegend von der Gewerkschaft genutzt wurde. Unter dem Bild des Gewerkschaftspräsidenten und angesichts der fixen abendlichen >>



>> Schließzeiten wollten in diesem Gebäude weder eine rechte Stimmung noch ein Gemeinschaftsgeist aufkommen. Daher machten sich einige Jüngere, beflügelt vom Zeitgeist der späten 1960er-Jahre, auf die Suche nach neuen spirituellen Ufern.

Sie planten eine dauerhafte Wirkungsstätte auf dem Land. Vorbilder waren das Seminarhaus in Roseburg, ca. 50 Kilometer außerhalb von Hamburg, das häufig von städtischen Praktizierenden zur Übung genutzt wurde, und die Bewegung der sozialutopisch-alterna-

tiven Landkommunen, wie sie in großer Zahl in den Vereinigten Staaten existierten. Auf der Suche nach einem geeigneten Bauernhof am Land stach das Kaufangebot eines alten Hammerwerksgebäudes in Scheibbs-Neustift ins Auge, das als Erholungsheim für Blinde genutzt wurde. Als bald entstand ein „Verein der Freunde des Buddhistischen Kultur- und Meditationszentrums Scheibbs“; die Kaufsumme von 750.000 Schilling wurde durch viele großzügige Spenden hereingebracht. Das Gebäude war allerdings in schlechtem

Zustand, und die Kosten für seine Sanierung stellten ein großes Risiko dar. Fritz Hungerleider hegte daher starke Zweifel an der Lebensfähigkeit des Projekts. Außerdem befürchtete er, dass das Zentrum drogenkonsumierende Hippies und „Gammler“ anziehen würde. Dagegen identifizierten sich andere angesehene Buddhisten aus Hungerleiders Generation, darunter der Arzt Walter Karwath, von Anfang an mit Scheibbs.

Über eine Reihe von Jahren war der Alltag im Zentrum durch ein Nebeneinander von

Reparaturarbeiten und Veranstaltungen geprägt. Informationsorgan und Sprachrohr der Bewegung war die Zeitschrift „Bodhi Baum“, die von 1976 bis 1993 im Octopus-Verlag erschien. In Scheibbs fanden sich Repräsentierende unterschiedlicher buddhistischer Richtungen ein, was im deutschen Sprachraum ganz ungewöhnlich war. Darüber hinaus wurden Körper- und Entspannungstechniken oftmals asiatischer Herkunft angeboten, darunter Tai Chi und Qigong, Aikido und Yoga. Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der Vermitt- >>





Das Gründungsteam, 18. Jänner 1975. Von links nach rechts: Franz Ritter, Peter Sochor, Karl Sauruck, Eva Ritter, Alex Wolkow, Dorothea Skrleta, Lutz Peuker (verdeckt), Franz Dolezel, Erich Skrleta.

>> lung psychologischer und psychoanalytischer Techniken, die vielfach in den Vereinigten Staaten entwickelt worden

waren. Die Ankündigungen im „Bodhi Baum“ und die ab 1980 gedruckten Jahresprogramme weisen ein breites Themenspektrum aus. Für viele Referierende und Anleitende war Scheibbs eine Station unter mehreren; sie traten zeitnah etwa auch in Wien, Salzburg und Roseburg auf oder kamen aus dem ZIST (Zentrum für Individual- und Sozialtherapie) im oberbayerischen Penzberg. Dessen Begründer, ein Arztehepaar, hatten sich vom berühmten Esalen-Institut in Kalifornien inspirieren lassen.

Für Frauen stellte der Buddhismus lange nur sehr eingeschränkte Angebote bereit. Doch belegen Zeitschriften, Programme und nicht zuletzt Fotos aus Scheibbs, dass sie nunmehr in erheblicher Zahl Sichtbarkeit erlangten, nämlich zum einen als Mitglieder der Hausgemeinschaft, zum anderen als Leiterinnen sowie Besuchende von Veranstaltungen. Auch im Vorstand des „Vereins der Freunde“ engagierten sich bereits in den Anfängen einige „Freundinnen“, darunter Dorothea Skrleta, Hedwig Steinke-Boll und Hedi Schulz.

Bereits in der ersten Dekade leiteten Frauen Seminare in Scheibbs; sie kamen aus Österreich, Deutschland und den Vereinigten Staaten. Darunter waren Anna Triebel (Tai Chi),

Vera Fischhof (themenzentrierte Interaktion nach Ruth Cohn); Christina Feldman und Ruth Denison (Vipassana-Me-

ditation), Andrea Leick (Yantra Yoga), Felicitas Goodman (religiöse Ausnahmezustände, Trancetanz), Sigrid Wieltchnig (Polarity), Ursula Lyon (Yoga), Miriam Wiegele (Heilkräuter), Leeny Sack (Awareness) und Ricky Moore (Schamanismus). Über Ayya Khema (Ilse Ledermann), die ebenfalls Vipassana lehrte, wurde im „Bodhi Baum“ vermerkt, dass über 30 Personen, darunter vor allem Frauen, ihr Seminar besuchten. 2002 bot Linda Myoki Lehrhaupt (Zen, Tai Chi) erstmals ein Retreat ausschließlich für Frauen an.

Scheibbs war ein ländliches Labor für den österreichischen Buddhismus und ist es geblieben. Es mag mittlerweile schwerer fallen, sich den Kontext seiner Entstehung zu vergegenwärtigen; zu sehr haben sich die Zeitumstände geändert. Der kürzeste Ausdruck seiner Essenz findet sich aber in einem Wort auf einem Stein am Eingang zum Zentrum. Das Wort lautet: „Jetzt“. ■

HUBERT WEITENSFELDER

Der Autor ist ehrenamtlicher Archivar der ÖBR. 2023 erschien sein Buch „Österreich und der Buddhismus. Asiatische Abenteuer vom 16. Jahrhundert bis um 1960“.



Ach welch winterlicher Morgen!
Ich zeichne mit dem Stocke
den Fuji in den Schnee.

Dichter unbekannt

Leerheit als Medium der Freundlichkeit

MYOE DORIS HARDER

Als ich diesen Ausdruck „Leerheit als Freundlichkeit verstehen“ bei dem Philosophen Byung-Chul Han fand, fühlte ich mich sofort angesprochen. Leerheit: dieser buddhistische Begriff – schwer zu begreifen und zu erklären, oft missverstanden, abstrakt, theoretisch und kühl wirkend – soll mit „Freundlichkeit“ gleichzusetzen sein?

Hier die Sprache und die Bilder Byung-Chul Hans, die hoffentlich nicht nur mich inspirieren; beginnen wir mit der Definition:

Unsere Welt sehen wir als Substanz, nach Aristoteles das Dauerhafte in aller Veränderung („alles fließt“); lat. Verb substare = darunterstehen, standhaft sein. Substanz hat die Qualität des Bestehens, des Sich-Behauptens; sich vom anderen abgrenzen und sich dadurch behaupten. Die Substanz steht fest zu sich. Hypostasis = Grundlage; griech. stasis = Aufruhr, Zwietracht, Partei (alles nicht freundlich).

Substanz beruht auf Trennung und Unterscheidung, sie ist auf Geschlossenheit, nicht auf Offenheit hin ausgelegt.

Substanz ist voll, angefüllt mit sich, mit dem Eigenen. Shunyata (Leerheit) ist die Bewegung der Ent-eignung, sie entleert das Seiende, das in sich verharret, und versenkt es in Offenheit und Weite. Im Feld der Leere verdichtet sich nichts zu einer massiven Präsenz. Nichts beruht allein auf sich. Im Feld der Leerheit findet keine starre Abgrenzung statt. Dinge schmiegen sich an, verändern sich, spiegeln einander. Wechselseitige ent-eigende und ent-grenzende Beziehung statt starres Für-sich-Sein. Die Leerheit ist keine substanzielle Macht, kein Urgrund, aus dem alles entsteht, keine erste Ursache, keine höhere Seinsordnung. Form und Leere sind auf derselben

Seinsebene angesiedelt. Leerheit ist nicht höher oder edler.

Damit ist Leerheit der Gegenbegriff zu Substanz.

Byung-Chul Han bringt das Bild von der „Leerheit als Gasthaus“ ins Spiel. Das Gasthaus ist offen für alle. Wahre/absolute Gastfreundschaft entspringt jenem Ort, wo es keinen Unterschied zwischen Wirt und Gast gibt, wo der Wirt nicht bei sich zu Hause, sondern Gast ist, sich nicht gefällt in Großzügigkeit. Diese Freigiebigkeit – als Wirt auch Gast zu sein – ist absolute Freundlichkeit, die sich äußert als Selbst- und Besitzlosigkeit. Diese Freundlichkeit ist auch sanft und ganz das Gegenteil von dem, was wir hauptsächlich kennen, was Hegel den „Kampf zweier Totalitäten“ nennt, nämlich zwei Ichs, die sich bekriegen, streiten, sich versteifen, die davon leben, sich zu identifizieren; und wird ein kleiner Teil des Ich beleidigt, wird das Ganze beleidigt – und es braucht Revanche: ein Ringen ums Überleben des Ich und um Vorherrschaft. Ich MUSS den anderen beleidigen und verletzen, damit ich als Totalität, die natürlich ausschließlich ist, erscheine und anerkannt werde. Ein Kampf zweier Totalitäten auf Leben und Tod, entschlossen zum Ich, was mit Entschlossenheit zum Tode einher geht. Dies ist gegensätzlich zum „Großen Tod“ im Zen, bei dem man zur Selbstlosigkeit erwacht. So

>>

„Mitfühlend sein und nicht zwischen verwandt und fremd unterscheiden.
Andere müssen nicht wissen, wenn wir Gutes im Herzen hegen.“

MEISTER DOGEN

„Ich will immer warnen und wehren: Bleibt fern.
Die Dinge singen hör ich so gern.
Ihr rührt sie an: sie sind starr und stumm.
Ihr bringt mir alle die Dinge um.“

R. M. RILKE

„Sanftmut ist im Inneren unserer Hände
wenn die Fläche sich zur fremden Form bequemt.“

HANNAH ARENDT

„Ein Stein weiß einen anderen zu erweichen“

INGEBORG BACHMANN

„Es ist
was es ist
sagt die Liebe“

ERICH FRIED

„Freundlichkeit ist eine Sprache,
die Blinde lesen und Taube hören können.“

MARK TWAIN

„Freundlichkeit in Worten schafft Vertrauen.
Freundlichkeit im Denken schafft Tiefe.
Freundlichkeit im Geben schafft Liebe.“

LAOTSE

>> wie in einem der „10 Ochsen-Bilder“: Der alte Mann lacht, musiziert, ist freundlich, offen – der heilige Narr?

Der „nahe Feind“ der archaischen Freundlichkeit ist die aristokratische Freundlichkeit Nietzsches: Sie kann den Nächsten lieben, milde betrachtend und gelassen von oben aus dem Burgfenster schauend; viel Innenleben (Emotionen), das sich jedoch mit einer Festung schützt. (**Ich** helfe, **ich** arbeite ehrenamtlich, **ich** spende, ...und bitte: Komm mir nicht zu nahe! Ich bin hier und du bist da.)

Die archaischen, absoluten, wahren Freundlichen müssen sich nicht schützen, sie wohnen draußen, überall, nirgends. Die archaische Freundlichkeit entspringt nicht der Fülle der Sufis und Christen, sondern der Leerheit; die ist leidenschaftslos: Es ist, wie es ist. Archaische Freundlichkeit ist älter als das „Gute“, älter als jedes moralische Gesetz. Sie ist eine grundlegende ethische Kraft. Ein Satz aus den „10 Ochsenbildern“: „Sein über alle Gesetze und Normen hinweg spielendes Leben kann keiner verständlich machen. Erst diesem frei spielenden Leben sollten alle moralischen Gesetze entspringen.“ Eine Ethik, die nicht der Not oder Notwendigkeit entspringt, sondern dem Verständnis und unbedingter Liebe.

Aristoteles leitet Freundschaftsbeziehung aus der Selbstbeziehung ab. Der Freund ist ein zweites Selbst; den Freund wahrnehmen heißt sich selbst wahrnehmen, erkennen; es ist eine Spiegelbeziehung. Selbst bei Verschmelzung hebt sich das „Ich“ nicht auf, sondern verdoppelt sich im „Wir“. Archaische Freundlichkeit ent-leert sich, sie ist nicht in Innerlichkeit verstrickt. Für Aristoteles sind Gleichheit und Tausch Grundzüge der Freundschaft – also wenn Zuneigung erwidert wird.

Heim und Haus sind Quellen der Freundschaft, das griechische Wort für „verwandt“ im Superlativ bedeutet „Freund“. Das Mitgefühl der archaischen Freundlichkeit ist kein „gewöhnliches“ Mitleid. Es gilt allem Seienden gegenüber, nicht nur Menschen; und es geschieht einem, es hat nichts mit Gefühl zu tun (so wie wir verstehen: „es atmet“ statt „ich atme“). Wahre/archaische Freundlichkeit wird

nicht zwischen Personen ausgetauscht, nicht jemand ist freundlich zu jemandem, eher: niemand ist freundlich. Diese wahre Freundlichkeit ist kein Ausdruck der Person, sondern eine „Geste der Leerheit“, Selbstlosigkeit ohne Erwartung.

Die praktische Übung wäre hierzu, Leerheit zu einer alltäglichen Sicht der Dinge zu machen.

Thich Nhat Hanh sagt es ausdrücklich in seinem Gedicht *„Bitte nenne mich bei meinen wahren Namen“*:

„ich bin der Pirat, ... ich bin der Vergewaltiger ..., ich bin das kleine Mädchen ...“

Dies wörtlich nehmen beim Praktizieren: Ich bin meine bössartige Nachbarin, ich bin der Politiker, den ich verachte, ... und natürlich auch: Ich bin es, die einen Unterschied machen kann. Diese Art zu denken, beruht auf einer anderen Wahrnehmung der Wirklichkeit. Es ist nie jemand schuld, nie jemand oder etwas getrennt von mir, alles ist in Bewegung und verwoben. Das ist das wahre Geschenk der buddhistischen Lehre, dass wir durch die größte Täuschung – sich als getrennt empfinden – hindurchschauen lernen. ■

REV. MYOE DORIS HARDER

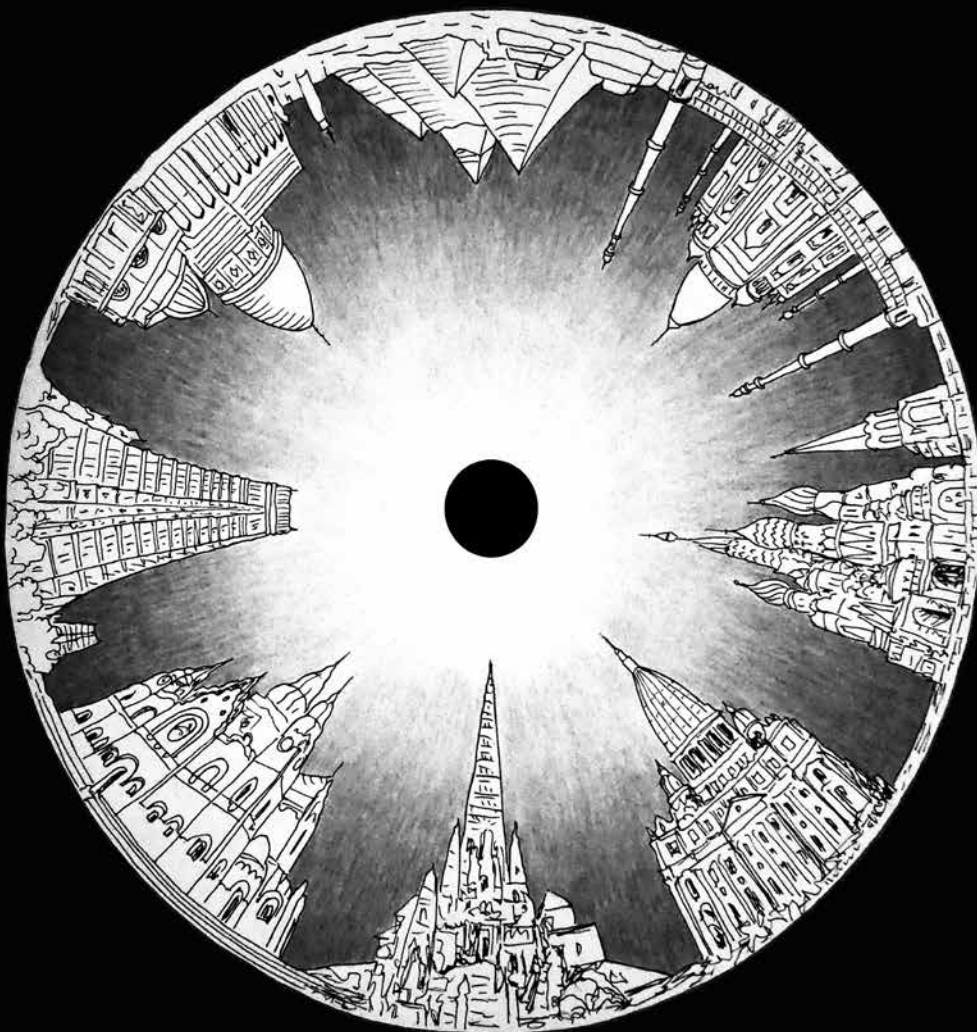
beschäftigt sich mit großem Interesse mit Sprache, gesprochen und geschrieben, in den Breichen Buddhismus und Theater. Buddh. Veröffentlichungen in: Ethik Heute u.a. online Plattformen, Buddhismus Aktuell, Ursache und Wirkung; Buch „Das verborgene Licht“; Hospiz- und ÖBR Magazin, Vorworte für Bücher... und als Co-Autorin mehrerer Theaterstücke „Falsch verbunden“, „Jona“, „Lysistrata“, „beauty farm“, „happy end“ sowie eigene Übersetzungen z.B. „Bunbury“ von Oscar Wilde.

QUELLEN

Byung-Chul Han: Philosophie des Zen-Buddhismus

Thich Nhat Hanh: Nenn mich bei meinem wahren Namen

Ingeborg Bachmann, Zitat aus „Erklär mir, Liebe“



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 Grüssl

„BUDDHISMUS ENTDECKEN“

Studien- & Meditationslehrgang (2-jährig; 13 Module)

mit Mag.^a Andrea Husnik

Dienstags 19-21h (vor Ort & Online)

Die Teilnahme ermöglicht eine solide Grundlage im Mahayana-Buddhismus auf Basis eines international langjährig bewährten Curriculums in Modulen zu jeweils ca. 7 Wochen. Das Erlernete wird in Meditationen vertieft und im Austausch mit anderen und durch empfohlene Übungen im Alltag überprüft. Die erarbeiteten Inhalte öffnen zudem das Tor zur Integration von Achtsamkeit, Ruhe, Resilienz, Mitgefühl und Weisheit im Alltag.

- **Tod und Wiedergeburt, 9.9.-14.10:** Was erwartet uns Im Augenblick des Todes, wie bereite ich mich vor
- **Karma, 21.10.-25.11:** Gesetz von Ursache und Wirkung und wie gehe ich sinnvoll mit meinem Leben, u.a.m.
- **Zuflucht zu den 3 Juwelen, 2.12.-27.1. 2026:** eine verlässliche Sicherheit, u.a.m
- **Nachfolgende Themen/Module:** tägliche Praxis aufbauen | Samsara & Nirvana | Bodhicitta | Probleme umwandeln | Weisheit | Tantra.

Einstieg jeweils zu Beginn eines Themenblockes möglich. Den Teilnehmer*innen werden pro Modul schriftliche Unterlagen sowie Audiofiles zur Verfügung gestellt.

Mag.a Andrea Husnik lehrt seit mehr als 35 Jahren Buddhismus der Gelug-Tradition.

Für interessierte Anfänger*innen, Fortgeschrittene und auch Nicht-Buddhist*innen.

Voranmeldung/Fragen: andrea.husnik@gelugwien.at



„Buddhismus kurz und bündig“

Einführung in den Buddhismus

mit Mag.^a Andrea Husnik

Donnerstags, 16.10. bis 6.11.2025 18 -20 Uhr (vor Ort & online)

Die vier Abende bieten eine kurze, **leicht verständliche Einführung** in die grundlegenden Aussagen und wesentlichen Prinzipien des Buddhismus. Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Mitzubringen sind lediglich Neugier am Buddhismus und ein Interesse an hilfreichen praktischen Meditationen für den Alltag (auf Dana/Spendenbasis).



Informationen und Anmeldung

Serviteng. 15 | 1090 Wien

info@gelugwien.at

www.gelugwien.at

Regelm. Meditationen & Pujas:

Chenrezig, Tara, Medizin Buddha,

Vajrasattva & Lama Chöpa;

VOR ORT & ONLINE

Gesellschaft zur Erhaltung
der Mahayana Tradition
(FPMT)





Tsa Tsa Praxistag

mit **Dr.Claudia Czuba** vor Ort
Samstag, 27. September, 10h - 15h

(mit Mittagspause)

Anmeldung, info@gelugwien.at

Tsatsas (Buddhafiguren aus Gießmasse oder Ton) herstellen, ist eine kraftvolle Praxis der Reinigung von Hindernissen und des Ansammelns positiver Energie für uns selbst und andere Lebewesen. Es ist eine der vorbereitenden Übungen. Wir gießen die Buddhafiguren, malen sie an oder vergolden sie. Das Material wird gegen Unkostenbeitrag zur Verfügung gestellt.



TIERBEFREIUNGSPRAXIS

mit **Mag.^a Tamara Sallmutter-Rudolf**

Samstag 20.9. 25 von 15- 17h (vor Ort)

Es gibt im Buddhismus die schöne und kraftvolle Praxis, Tiere vor dem sicheren Tod zu retten. Futtertiere (Mehlwürmer, Heimchen...) werden freigekauft und durch Umrundungen von heiligen Objekten, Mantren und Rezitationen kommen sie in Verbindung mit dem Buddha-Dharma. Anschließend werden sie an einem sicheren Ort freigelassen. Eine Praxis für die ganze Familie.

Wir besorgen die Tiere.

Diese Praxis widmen wir Kranken und Verstorbenen und verlängern durch diese Ansammlung von Verdiensten auch unser eigenes Leben.

Eigene Haustiere können mitgebracht werden - begrenzter Platz - unbedingt Voranmeldung: info@gelugwien.at

Thangka Malwochenende: Medizin-Buddha

PLC Wien

- **Abendworkshop:** Do.13.11.25, 18:30 bis 21:30 Uhr: Vortrag und Zeichnen des Buddha-Gesichts, kann auch unabhängig vom Malwochenende besucht werden!!
- **Abendvortrag:** Fr. 14.11.25 . 19:00-20:30h (beide Abende auch einzeln möglich)
- **Thangka Malwochenende:** 14. bis 16.11.25: Medizinbuddha, der Buddha der Heilung, Voraussetzung für die Teilnahme ist der Besuch des Abendworkshops des Buddha-Gesichts!!

Ein wunderschöner **Workshop** mit der renommierten Thangka-Malerin **Carmen Mensink** aus den Niederlanden. Einführung in die tibetische Thangka-Malerei (buddhistische Rollbilder). Du erfährst mehr über die Tradition der Thangka-Kunst, ihre Entstehung und ihren besonderen Stellenwert in der tibetisch-buddhistischen Philosophie.

Das Zeichnen des Buddha-Gesichts, wie es seit Jahrhunderten praktiziert wird, ist eine meditative Erfahrung.



Im Medizinbuddha Kurs: lernst du nach der tibetisch-buddhistischen Tradition zu zeichnen.

Der Medizinbuddha, „König der Heilung“, verkörpert alle heilenden Aktivitäten der Buddhas. Er ist bei der Behandlung sowohl geistiger als auch körperlicher Krankheiten wirksam.

Das Malen des Buddhas unterstützt die Visualisierung praktizierender Buddhist*innen.

Material für das malen der Bilder wird Vorort zu Verfügung gestellt!! Gerne kann du eigene Buntstifte und ein Notizbuch mitbringen!

Weitere Infos/ Anmeldung unter:
<https://gelugwien.at>

Das Juwel und die Lotusblüte

Symbole im tibetischen Buddhismus



Vertiefende Einführung
am Freitag, den 31. 10. 2025 von 18-21h

Symbole und Vergleiche spielen im Vajrayana eine wichtige Rolle.

Sie bieten einen **direkten Weg** zur Erkenntnis der letztendlichen Wirklichkeit an.

Die **tiefer Bedeutung** der Symbole des Juwels und der Lotusblüte führt uns mitten hinein in die **buddhistische Weisheitslehre** und ihre grundlegenden Aussagen und Erkenntnisse.

im **NKZ Meditationszentrum**, 1140, Tiefendorferg. 11
www.drikungkagyu.at

Anmeldung: 0664/3866448

Leitung: Hannelore Röggl,
Schülerin v H.H. Chetsang Rinpoche

CHAOS & ORDER – Retreat mit Zen-Meditation und Holotropem Atmen®

25.–30. November 2025 · Hohe Wand Zendo bei Wien

Holotrop – sich auf Ganzheit hinbewegend

Sechs Tage in Natur und Stille – zwei komplementäre, einander vertiefende Praktiken

- Zazen & Kinhin in der Rinzaï-Tradition
- Vier Sitzungen Holotropes Atmen® (2× „Breather“, 2× „Sitter“, begleitet von einem Facilitators Team)
- Vertiefte Atmung, Musik und Körperarbeit im sicheren Gruppenrahmen

Holotropes Atmen® ist eine bewährte Methode für bewusstseinsweiternde Erfahrungen – ohne Substanzen. Es kann helfen, innere Themen zu klären und tieferliegende Prozesse ins Bewusstsein zu bringen.

Die **Zen-Praxis** hilft, die gewonnenen biographischen, emotionalen und spirituellen Einsichten zu integrieren, zu verkörpern und zu vertiefen.

Leitung und Anleitung:

Breathwork: **Mag.Phil.Peter Rantaša** (zert. Holotropic Breathwork® Facilitator, Zen-Weg · Bodhidharma Zendo Wien)

Zazen und Kinhin: **Seigaku Kigen Oshō**, Abt des Hohe Wand Zendo

Deutsch & Englisch · Keine Vorkenntnisse · Begrenzte Teilnahme

Weitere Informationen: <https://holotropic-association.eu>

Fragen zur Praxis und Anmeldung: registration@holotropic-breathwork.art

Persönlicher Kontakt (Signal / WhatsApp): Peter Rantaša · +43 664 214 6785



Einführungsveranstaltungen Herbst 2025

Yantra Yoga

Yantra Yoga ist eines der ältesten buddhistischen Yoga-Systeme. Die Bewegungen verbunden mit bewusster Atmung führen zu tiefer Ruhe und Entspannung. Jede Bewegungsabfolge des Yantra Yoga fördert die natürliche Harmonie von Körper, Atem und Geist, welche auch die Grundlage von Meditation ist.

Nach Teilnahme am Einführungswochenende gibt es die Möglichkeit in den wöchentlichen Praxiskurs für Anfänger:innen einzusteigen.

Einführungswochenende: **17. - 19. Oktober 2025**

Info & Anmeldung: yantrayoga@dzogchen.at



Respira Methode

Atmen bedeutet lebendig sein. Die Atmung verbindet Körper und Geist. Stress, Sorgen, Angst, jede Emotion bewirkt eine Veränderung in der Atmung. Dies wiederum beeinflusst unser Nervensystem und damit auch unsere Fähigkeit zu entspannen und zu regenerieren. Umgekehrt ist es genau so: Entspannung und innere Ruhe haben spezifische Atemmuster. Durch bewusste Veränderung der Atmung können wir uns gezielt in einen Zustand der Gelassenheit und Resilienz bringen.

Einführungswochenende: **21. - 23. November 2025**

Info & Anmeldung: yantrayoga@dzogchen.at



RESPIRA

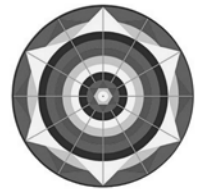
Vajra Tanz zum Wohl aller Wesen

Der Vajra-Tanz zum Wohl aller Wesen eignet sich besonders als Einstieg in die Praxis des Vajra-Tanzes. Die Bewegungen sind langsam, fließend, einfach und wiederholen sich zyklisch. So können wir rasch Körper, Energie und Geist entspannen und in den meditativen Zustand in Bewegung eintreten.

Zusammen mit dem Mantra, welches auch Mantra der Sechs Befreiungen (Six Liberations) genannt wird, ist dieser Vajra-Tanz eine kraftvolle Praxis der Reinigung und Harmonisierung, vor allem in Bezug auf unsere Emotionen. Nach der Teilnahme am Einführungswochenende gibt es die Möglichkeit an Praxistagen teilzunehmen.

Einführungswochenende: **28. - 30. November 2025**

Info & Anmeldung: vajratanz@dzogchen.at



Info & Anmeldung zu allen Veranstaltungen:

wien@dzogchen.at | www.samdrubling.at

ÖBR-VERANSTALTUNGEN OKTOBER BIS DEZEMBER 2025

EINFÜHRUNGEN	VERANSTALTUNG	LEITUNG
06.10. 19:00-21:00	Einführung in die Meditation	
15.10. 18:00-19.10. 13:00	Mediation - Wandlung durch Verstehen	<i>Christoph Köck</i>
17.10. 18:00-19.10. 13:00	Yantra Yoga Einführungswochenende	<i>Honza Dolensky</i>
23.10. 18:00-19:30	online Zen Schnuppern!	<i>Fleur Sakura Wöss</i>
25.10. 07:00-16:10	Zen-Tag mit Zen-Meisterin Hyon Ja	
28.10. 18:30-02.11. 13:00	Aus Liebe zum Leben	<i>Tina Draszczyk</i>
06.11. 19:00-21:00	Zen-Einführungsvortrag und Zen-Instruktion	<i>Kigen Osho</i>
03.11. 19:00-21:00	Einführung in die Meditation	
18.11. 18:00-19:30	Zen Schnuppern!	<i>Gerhard Brandstätter</i>
22.11. 07:00-16:10	Zen-Tag mit Knud Rosenmayr JDPSN	
27.11. 18:00-19:30	online Zen Schnuppern!	<i>Fleur Sakura Wöss</i>
01.12. 19:00-21:00	Einführung in die Meditation	
21.12. 10:00-14:00	Shambhala Kindertag	<i>Sabine Putze</i>
27.12. 18:00-05.01.2026	Vipassana Meditation über den Jahreswechsel	<i>Hannes Huber</i>
27.12. 07:00-16:10	Zen-Tag mit Knud Rosenmayr JDPSN	
02.01. 19:00-05.01.2026	Wache Bewusstheit & Mitgefühl pflegen – Hier & Jetzt!	<i>Tina Draszczyk</i>
KURSE	VERANSTALTUNG	LEITUNG
01.10. 18:00-05.10. 13:00	Vipassana Retreat	<i>Hannes Huber</i>
06.10. 17:45-06.10. 18:15	Einstieg in die Zen-Meditation	
09.10. 18:00-12.10. 13:00	JO I REI DU LI O! Jodeln und Qi Gong	<i>Christina Zurbrügg</i>
15.10. 18:00-19.10. 13:00	Meditation-Wandlung durch Verstehen	<i>Christoph Köck</i>
18.10. 17:00-19.10. 19:00	Sich an die Wirklichkeit annähern – Abhidharma praxisbezogen vermittelt	<i>Tina Draszczyk</i>
19.10. 09:30-19.10. 16:30	Meditationstag	<i>Angelika Genshin Eller</i>
20.10.-24.10.	Zen & Autophagiefasten in Stift Geras	<i>Alexandra Kurth</i>
24.10. 18:00-26.10. 13:00	Zen Einführung	<i>Mathias Köhl</i>
26.10. 18:00-01.11. 14:00	ZEN - Wandlung zum inneren Himmel	<i>Marcus Hillinger</i>
26.10. 18:00-30.10. 13:00	Ruhe und Sammlung	<i>Michaela Berger</i>
27.10. 18:00-02.11. 13:00	Vipassana Meditation mit Yoga/ Allerheiligen	<i>Ursula Lyon</i>
31.10. 18:00-31.10. 21:00	Das Juwel und die Lotusblüte – Symbole im tibetischen Buddhismus	<i>Hannelore Röggl</i>
03.11. 17:45-03.11. 18:15	Einstieg in die Zen-Meditation	
06.11. 18:00-09.11. 13:00	Stille Tage	<i>Christina Hautzinger</i>
07.11. 18:00-09.11. 16:30	Zazenkai, Zen-Retreat am BergZendo	<i>Kigen Osho</i>
13.11. 19:00-21:00	Einführungskurs in die Zen-Praxis	<i>Orin</i>
13.11. 18:00-23.11. 13:00	Vipassana Retreat	<i>Claudia Pillat</i>
13.11. 19:00-11.12.	Einführung in die Kernlehren des Buddha	<i>Bianca Blaickner-Huber</i>
14.11.-16.11.	Zen Wochenende	<i>Fleur Sakura Wöss</i>
18.11. 18:00-19:30	Zen SCHNUPPERN!	<i>Gerhard Brandstätter</i>
19.11. 18:00-23.11. 10:00	Zenmeditation-Sesshin	<i>Angelika Genshin Eller</i>
21.11. 18:30-23.11. 12:30	Respira Methode Einführungsworkshop	<i>Honza Dolensky</i>
22.11. 10:00-15:00	Praxis-Samstag: Ins Bemühen finden - Samma Vayama	<i>Michaela Berger</i>
26.11. 13:00-30.11. 13:00	Retreat "Ruhe und Sammlung"	<i>Michaela Berger</i>
30.11. 18:00-05.12. 13:00	Zazen zu Rohatsu	<i>Mathias Köhl</i>
01.12. 17:45-01.12. 18:15	Einstieg in die Zen-Meditation	

ORT	KONTAKT
Amida Zentrum	wien@shambhala.info
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Dzogchen Gemeinschaft Samdrubling Wien	wien@dzogchen.at
Zoom	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11
BergZendo	mail@bodhidharmazendo.net
BodhidharmaZendo	mail@bodhidharmazendo.net
Amida Zentrum	wien@shambhala.info
Zen-Zentrum Mishoan	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11
Zoom	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Amida Zentrum	wien@shambhala.info
Meditationszentrum - der mittlere Weg-	wien@shambhala.info
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at
ORT	KONTAKT
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Karma Kagyü Sangha	info@karma-kagyu.at
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Stift Geras	alexandra.kurth@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Namka Kyung Zong	hannelore.roeggla@gmx.at, 0664 3866448
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
BergZendo	mail@bodhidharmazendo.net
BodhidharmaZendo	mail@bodhidharmazendo.net
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Theravadaschule Wien	office@theravada-buddhismus.at
Haus der Stille Steiermark	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Zen-Zentrum Mishoan	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Dzogchen Gemeinschaft Samdrubling Wien	wien@dzogchen.at
Theravadaschule Wien	office@theravada-buddhismus.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Zen Zentrum Wien c/o Amida-Zentrum	info@zen-meditation.wien, 0680 / 55 396 11

KURSE	VERANSTALTUNG	LEITUNG
01.12. 18:00-08.12. 12:00	ROHATSU im Mishoan	Gerhard Brandstätter
05.12. 18:00-08.12. 10:00	Herzensgebet-Kontemplation und Begleitung	Martin Rötting
05.12. 18:00-08.12. 13:00	Vipassana Metta	Andrea Huber
10.12. 18:00-14.12. 10:00	Und hätte die Liebe nicht	MyoE Doris Harder
12.12. 17:00-13.12. 19:00	Sich an die Wirklichkeit annähern – Abhidharma praxisbezogen vermittelt	Tina Draszczyk
12.12. 18:00-14.12. 13:00	Meditation-Wandlung durch Verstehen	Christoph Köck
14.12. 10:00-14.12. 17:00	Sonntagseminar: Verzicht und Besinnung auf das Wesentliche	Hannes Huber
21.12. 18:00-26.12. 10:00	Stille Tage	Thomas Sperl
26.12. 18:00-01.01.2026	Weihnachtssitzen & Silvester-Zazen am BergZendo	
27.12. 08:00-27.12. 10:00	Lore Dandl Gedenk-Puja	Michael Aldrian
27.12. 18:00-05.01.2026	Vipassana Meditation über den Jahreswechsel	Hannes Huber
28.12. 17:00-01.01.2026	Neujahrs-Sesshin	Angelika Genshin Eller
31.12. 18:00-01.01.2026	Silvester-Sitzen mit 108 Glockenschlägen	Koryu Susanne Halbeisen
02.01. 17:00-06.01.2026	Praxistage	Peter Chikurin Pfötscher
DIVERSE	VERANSTALTUNG	LEITUNG
22.09. 18:00-15.01.2026 19:00	sKu mNyé: Dasein in Bewegung	Naljorpa Trak'thung Dorje, Ngakma Déwang Pamo
24.09. 18:00-17.01.2026 19:00	Den spirituellen Materialismus durchbrechen	Ngakma Déwang Pamo, Naljorpa Trak'thung Dorje
05.10. 10:00-13.00	ÖBR Familien-Puja	Familien Puja Team
08.10. 18:00-12.10. 10:00	Anfängergeist-Sesshin	Manfred Kakudo Hellrigl
12.10.2025	ÖBR Tag der Offenen Tempel-Tür	
12.10. 09:30-12:30	Familiensonntag	Sabine Kuen
18.10. 9:30-19.10. 18:00	Meditationswochenende: Unbehagen mit Zuversicht begegnen (mit Tonglen-Einführung)	Anne von der Eltz
24.10. 18:30-12.11. 18:30	Kälachakra Ngondro: Wensum (Drei Isolationen)	Rafa Lobsang Dorje
02.11. 08:00-02.11. 13:00	Zazenkai	
04.11. 18:30-04.11. 21:00	Filmabend: "Leben in der Zeit des Sterbens" "Living in the time of dying"	Sabine Putze
09.11. 14:30-09.11. 17:30	Praxishalbtage (Sitz- und Gehmeditation)	Peter Nowak
09.11. 09:30-12:30	Familiensonntag	Sabine Kuen
16.11. 10:00-13.00	ÖBR Familien-Puja	Familien Puja Team
30.11. 08:00-07.12. 13:00	Zazenkai	Koryu Susanne Halbeisen
01.12. 19:00-21:00	Einführung in die Meditation	
03.12. 18:00-08.12.2024	Rohatsu-Go-Sesshin, Zen-Retreat am BergZendo	Kigen Osho
05.12. 19:30-07.12. 12:00	Das Mahayana-Geistestraining (Lojong) in acht Strophen	Lama Jampa Thaye
07.12. 10:00-13.00	ÖBR Familien-Puja	Familien Puja Team
13.12.2025 10:00-17:00	sKu-mNyé	Garwang und Dzü'drül

ORT	KONTAKT
Zen-Zentrum Mishoan	fleur.woess@mishoan.at, 0650 879 57 23
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Karma Kagyü Sangha Graz	kontakt@kks-graz.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Theravadaschule Wien	office@theravada-buddhismus.at
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
BergZendo	mail@bodhidharmazendo.net
She Drup Ling Graz, Buddhistisches Zentrum	office@shedrupling.at, 0699 12151291
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	bz.scheibbs@gmx.at, 07482 424 12
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
Daijihi Soto Zen Sangha	info@daijihi.org, 0650 355 48 35
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
ORT	KONTAKT
Online via Zoom	arogter.meditation@googlemail.com
Online via Zoom	arogter.meditation@googlemail.com
Meditationszentrum - der mittlere Weg	office@buddhismus-austria.at
Puregg Haus der Stille	info@puregg.at
ÖBR Gruppen	office@buddhismus-austria.at; 01 512 37 19
Meditationszentrum - der mittlere Weg-	wien@shambhala.info
Meditationszentrum - der mittlere Weg-	wien@shambhala.info
Online ZOOM	office@kalapa.org
Daijihi Soto Zen Sangha	info@daijihi.org, 0650 355 48 35
Amida Zentrum	wien@shambhala.info
Meditationszentrum - der mittlere Weg-	wien@shambhala.info
Meditationszentrum - der mittlere Weg-	wien@shambhala.info
Meditationszentrum - der mittlere Weg	office@buddhismus-austria.at
Daijihi Soto Zen Sangha	info@daijihi.org, 0650 355 48 35
Amida Zentrum	wien@shambhala.info
BergZendo	mail@bodhidharmazendo.net
Karma Kagyü Sangha, Buddhistisches Zentrum	info@karma-kagyu.at
Meditationszentrum - der mittlere Weg	office@buddhismus-austria.at
2020 Hollabrunn, Location 2020	dzudrulpamo@gmail.com

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

Aro gTér Sangha

Karl-Greiner-Str. 6
2380 Perchtoldsdorf
arogter.meditation@google-mail.com
>> *Tibetischer Buddhismus*

BodhidharmaZendo*

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock
1010 Wien
mail@bodhidharmazendo.net
www.bodhidharmazendo.net
>> *Japanischer Buddhismus*

Buddhanuphap Tempel Österreich*

Jedlersdorfer Platz 30
Haus 2
1210 Wien
Tel. 0660/260 71 60
>> *Theravada-Buddhismus*

Buddhistische Gemeinschaft Salzburg

Lehenerstraße 15, 5020 Salzburg
Tel. 0676/33 88 986
info@bgs-salzburg.at
www.bgs-salzburg.at
>> *Übertraditionell*

Buddhistisches Zentrum Scheibbs

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

Daijichi Soto Zen Sangha

Jakob-Stainer-Gasse 17
1130 Wien
Tel. 0676 7906230
Tel. 0650 3554835
info@daijichi.org
www.daijichi.org
>> *Japanischer Buddhismus*

Drikung Kagyü Orden*

Buddhistisches Zentrum
Fleischmarkt 16/1. Stock,
1010 Wien
www.drikung-dzogchen.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Dzogchen Gemeinschaft*

Friedrich-Kaiser-Gasse 74
1160 Wien
wien@dzogchen.at
www.dzogchen.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Dzokden Kalapa

Garanas 41
8541 Bad Schwanberg
0676 395 88 98
office@kalapa.org
www.kalapa.org
>> *Tibetischer Buddhismus*

Fo Guang Shan Tempel

Sechshauser Straße 50,
1150 Wien
Tel. 01/941 7408
Tel. 0699/1888 8098
info@fgsvienna.at
www.fgsvienna.at
>> *Mahayana-Buddhismus*

Garchen Chöding Zentrum

Gompa: 1150 Wien,
Sturzgasse 44
Postanschrift: 1160 Wien,
Waidäckergasse 21A
Tel. 0681/8184 2139
office@garchen.at
www.garchen.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Karma Kagyü Diamantweg*

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 2360,
Tel. 0680/554 7210
info@karma-kagyu.at
www.karma-kagyu.at
>> *Tibetischer Buddhismus*
>> *Übertraditionell*

Karma Samphel Ling

Seilerstätte 12/Top28,
1010 Wien
Tel. 0680/324 9491
info@karma-samphel-ling.at
www.karma-samphel-ling.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Kwan Um Zen-Schule

Zen Zentrum Wien
Bernardgasse 16/9
1070 Wien
Tel. 0680/55 396 11
vienna.zen.center@gmail.com
www.zen-meditation.wien
>> *Koreanischer Buddhismus*

Ligmincha Österreich

Landsteinerstraße 10/13
1160 Wien
Tel. 0660/345 33 74
info@ligmincha.at
www.ligmincha.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Lotus Sangha*

Yun Hwa Dharma Sah
Kirchengasse 32/20, 1070 Wien
Tel. 0699/1924 6294
wien@lotussangha.org
www.lotussangha.org
>> *Mahayana-Buddhismus*

Maitreya Institut Gutenstein

Blättertal 9, 2770 Gutenstein
Tel. 02634/7417
info@maitreya.at
www.maitreya.at
>> *Tibetischer Buddhismus*

Naro Panchen Center Vienna
Kirchenplatz 6/6/4
1230 Wien
oyuntuya.saldan@gmail.com
0650/898 8899
>> Mongolischer Buddhismus

Österreich Soka Gakkai International
Kulturzentrum
Villa Windisch-Grätz
Linzer Straße 452, 1140 Wien
Tel. 01/979 1836
info@oesgi.org
www.oesgi.org
>> Japanischer Buddhismus

Panchen Losang Chogyen Gelug-Zentrum in der Tradition des Dalai Lama
Servitengasse 15, 1090 Wien
info@gelugwien.at
www.fpmt-plc.at
www.gelugwien.at
>> Tibetischer Buddhismus

Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe*
Wiener Straße 33
3002 Purkersdorf bei Wien
www.palpung.eu
>> Tibetischer Buddhismus

Puregg Phönixwolke Sangha
Berg 12
5652 Dienten am Hochkönig (Salzburger Land)
info@puregg.at
www.puregg.at
>> Japanischer Buddhismus

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

Sayagyi U Ba Khin
IMC Österreich
9064 St. Michael/Gurk 6
Tel. 04224/2820
mail@imc-austria.com
www.imc-austria.com
>> Theravada-Buddhismus

Senkozan Sanghe Nembutsu Ji
4040 Linz-Gramastetten
Dießenleitenweg 223
Tel. 0732/66 80 77
office@senkobobuddhismus.at
www.senkobobuddhismus.at
>> Japanischer Buddhismus

Shambhala Meditationszentrum
Im Amiadazentrum
Neubaugasse 12–14, 1070 Wien
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 6138
office@shaolinkultur.at
www.shaolinkultur.at
>> Mahayana-Buddhismus

She Drup Ling Graz
Griesgasse 2
8020 Graz
0669/1215 1291
office@shedrupling.at
www.shedrupling.at
>> Tibetischer Buddhismus

TDC Thekchen Dho-ngag Choeling*
Gelug-Zentrum
Donaufelder Straße 101/3/2, 1210 Wien
Tel. 0676/616 84 61
info@tdc.or.at
www.tdc.or.at
>> Tibetischer Buddhismus

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

Wat Thaisamakkeewararam – Tirol
Bahnhofstraße 8
6250 Kundl
Tel. 0664/5321553
mike.graupner@hotmail.com
>> Theravada-Buddhismus

Zen Zentrum Misho-an
Währinger Str. 26/Hof, 1090 Wien
Tel. 0650/879 5723
(Dr. Fleur Sakura Wöss)
info@mishoan.at
www.mishoan.at
>> Japanischer Buddhismus

Institute

Nipponzan Myohoji – Friedenspagode
Handelskai, Hafenzufahrtsstraße (Handelskai, bei der Lindmayerstraße 1)
1020 Wien
Tel. 01/726 3551
www.peacepagoda.net
>> Japanischer Buddhismus

Naikan Institut Neue Welt
Siemensgasse 4/1/4
2630 Ternitz
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
Aro gTêr Sangha	Wien				<u>18.30</u>
BodhidharmaZendo Wien	Wien	<u>18.30</u>	<u>06.30</u>	<u>18.30</u>	<u>06.30</u>
Daijishi Soto Zen Sangha	Wien			07.00, 09.30	06.30, 18.30
Drikung Phuntsog Chöling	Wien				
Dzokden Wien	Wien				
Dzogchen Gemeinschaft Wien	Wien				
Fo Guang Shan	Wien				
Garchen Chöding Zentrum	Wien	19.00			19.00
Karma Kagyü Diamantweg	Wien	19.00	19.00	19.00	19.00
Karma Kagyü Sangha Wien	Wien		19.30		
Karma Samphel Ling	Wien	19.00			19.00
Kwan Um Zen-Schule	Wien	18.30			18.00
Ligmincha Österreich	Wien	18.30			
Namka Kyung Zong Meditationszentrum	Wien		<u>18.30</u>		<u>18.30</u>
Nipponzan Myohoji – Friedenspagode	Wien	5.00, 17.00	5.00, 17.00	5.00, 17.00	5.00, 17.00
Österreich Soka Gakkai International	Wien				
Panchen Losang Chogyen, Gelug-Zentrum	Wien		9.00, 18.00, 19.00		
Phönixwolke Puregg	Wien		7.00		
Senkozan Stadtdojo Wien	Wien			19.00	
Shambhala-Meditationszentrum	Wien	19.00		7.00, 19.00	
Shaolin Tempel Kulturverein	Wien	20.00		20.00	
Thekchen Dho-ngag Choeling Wien	Wien			<u>18.00</u>	
Theravadaschule Wien	Wien	19.00	17.30, 19.00	17.00	
Yun Hwa Dharma Sah Wien Lotus Sangha	Wien	06.00	19.00	06.00, 19.00	19.00
Zen Zentrum Misho-an	Wien	<u>19.00</u>		<u>19.00</u>	
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	Niederösterreich				19.00
Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe	Niederösterreich				
Senkozan Dojo Wachau	Niederösterreich			19.00	
Yun Hwa Dharma Sah Wienerwald	Niederösterreich	19.00			
BodhidharmaZendo Graz	Steiermark			19.00	
Buddhadham Tempel Graz	Steiermark				
Dzogchen Gemeinschaft Yeselling	Steiermark			18.30	
Karma Kagyü Diamantweg Graz	Steiermark		20.00		
Karma Kagyü Diamantweg Judenburg	Steiermark	18:00			19.00
Karma Kagyü Diamantweg Mautern	Steiermark			20.00	
Karma Kagyü Diamantweg Murau	Steiermark		20.00		
Karma Kagyü Sangha Graz	Steiermark		18.00		
She Drup Ling Graz	Steiermark	18.30, <u>19.30</u>			
Vipassana-Gruppe Graz	Steiermark		17.45		
Drikung Samten Chö Gar	Oberösterreich	19.00			19.00
Karma Kagyü Diamantweg Linz	Oberösterreich		19.30		
Karma Kagyü Diamantweg Steyr	Oberösterreich				20.00
Rangjung Yeshe Gomde	Oberösterreich	19.00			
Senkozan Stadtdojo Linz	Oberösterreich		19.00		
Yun Hwa Dharma Sah Linz	Oberösterreich	19.30			
Buddhistische Gemeinschaft Salzburg	Salzburg	18.30	19.00		
Karma Kagyü Diamantweg Salzburg	Salzburg		20.00		
TDC Thekchen Dho-ngag Choeling	Salzburg				<u>18.30</u>
Theravada Gruppe Salzburg	Salzburg		19.00		
BodhidharmaZendo Klagenfurt	Kärnten			18.10	
Karma Kagyü Diamantweg Villach	Kärnten		20.00		
TDC Thekchen Dho-ngag Choeling	Kärnten			<u>18.00</u>	
Yun Hwa Dharma Sah Villach-Land			19.00		
Bodi Path Innsbruck	Tirol	18.15		19.30	
Drikung Ga Shi Chö Gar	Tirol		19.30		
Karma Kagyü Diamantweg Innsbruck	Tirol	20.00		20.00	
Wat Thaisamakkeewaram	Tirol	18.00	18.00	18.00	18.00
Bodhi Path Bregenz	Vorarlberg	19.00			
Karma Kagyü Diamantweg Bludenz	Vorarlberg			20.00	
Karma Kagyü Diamantweg Bregenz	Vorarlberg	20.00		20.00	

Fr	Sa	So	Webadresse
18.30			arobuddhism.org
07.00	07.00	08.00	www.bodhidharmazendo.net
18.30			
		18.30	dzokden.org/de/ www.dzogchen.at
		15.35	www.fgsvienna.at www.garchen.at
19.00	19.00		www.diamantweg.at www.karma-kagyu.at www.karma-samphel-ling.at
	9.00		www.kwanumzen.at www.ligmincha.at www.drikungkagyu.at
19.00			www.peacepagoda.net
5.00, 17.00	5.00, 17.00	5.00, 17.00	www.oesgi.org
17.00			www.gelugwien.at
	7.00	19.00	www.puregg.at www.senkobobuddhismus.at wien.shambhala.info
	11.00, 12.00		www.shaolinkultur.at
19.00			www.theravada-buddhismus.at
19.00	06.00, 18.30	18.30	www.lotussangha.org/oesterreich/wien.html www.mishoan.at www.bzs.at
19.00		9.00	www.palping.eu www.senkobobuddhismus.at www.lotussangha.org/oesterreich/wienerwald.html
6.30			bodhidharmazendo.at
13.30			
18.30		18.30	
20.00			www.diamantweg.at
20.00			www.diamantweg.at
			www.diamantweg.at
	16.00		www.diamantweg.at www.kks-graz.at
6.15			www.shedrupling.at www.theravada-buddhismus.at www.drikungaustria.org
19.30			www.diamantweg.at www.diamantweg.at www.gomde.at www.senkobobuddhismus.at www.lotussangha.org/oesterreich/linz.html
20.00			www.bgs-salzburg.at www.diamantweg.at www.tdc.or.at www.theravada-salzburg.at www.zenklagenfurt.at www.diamantweg.at www.tdc.or.at
			www.bodhipath.at www.drikung-orden.at www.diamantweg.at
18.00	18.00	10.00	
20.00			www.bodhipath.at
20.00			www.diamantweg.at
			www.diamantweg.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.
Weitere buddhistische Gruppen und Initiativen finden Sie auf www.buddhistisch.at*

WIEN

Zen Dojo Wien

Association Zen Internationale
Kaiserstraße 67–69, 1070 Wien
Hofgebäude 2. Stock/Tür 13,
Tel. 0699/1140 4242
zen.wien

Sattva Sangha – Offene Zen-Gruppe

„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2, 1010 Wien
Info: Christa Selzer
Tel. 0699/1266 8749

Intersein Sangha nach Thich Nhat Hanh

„der mittlere weg“, Biberstraße 9/2, 1010 Wien
Donnerstags 17:15 bis 19:10
Info: www.interseinwien.jimdo.com

Kyudo Zen-Bogenschießen

Regelmäßige Meditationen
Kyudo Zen-Bogenschießen
Praxis und Seminare auf Anfrage
Leitung: Peter Jurkowitsch
0676/40 666 02

ÖBERÖSTERREICH

Zendo Linz

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

Montag-Gruppe „Offene Weite“

Info: brigitte.bindreiter@liwest.at
Tel. 0650/3852 820

Mittwoch-Gruppe „Open Zen“

Info: gernot.polland@aon.at
Tel. 0664/733 999 19

Donnerstag-Gruppe „Buddhawege“

Info: helga.mueller@liwest.at
Tel. 0676/455 25 20

Samstag-Gruppe „BuddhaDharmaSangha“

Info: christina.nanshin@gmail.com
Tel. 0681/84 37 89 02

Zen in Gmunden (japan. Rinzaï Zen)

Info: Roshin Ingrid Prinz,
ingridroshinprinz@gmail.com
Tel. 0650/460 3023

STEIERMARK

Buddhistisches Zentrum Bad Gams

Furth 14, 8524 Bad Gams
Info: Inge Brenner, Tel. 0676 32 81 473
www.sakyaling.at

BURGENLAND

Saddharma Sangha

Rabnitztalstraße 12, 7372 Karl
Info: Marina Jahn, Tel. 0664/236 39 33
burgenland@buddhismus-austria.at

Yoga & Meditation

Offene Stunden

Ursula Lyon, Michèle Joerg-Ronceraý
Mo., 10.00–11.30

Ursula Lyon und Brigitte Hahn

Meditation & Lehre
Mi., 17.00–18.30

Andrea Springer

Do., 16.30–18.00

Buddhistisches Zentrum Wien

Fleischmarkt 16/1. Stock
1010 Wien

Qi Gong & Meditation

Michael Hudecek

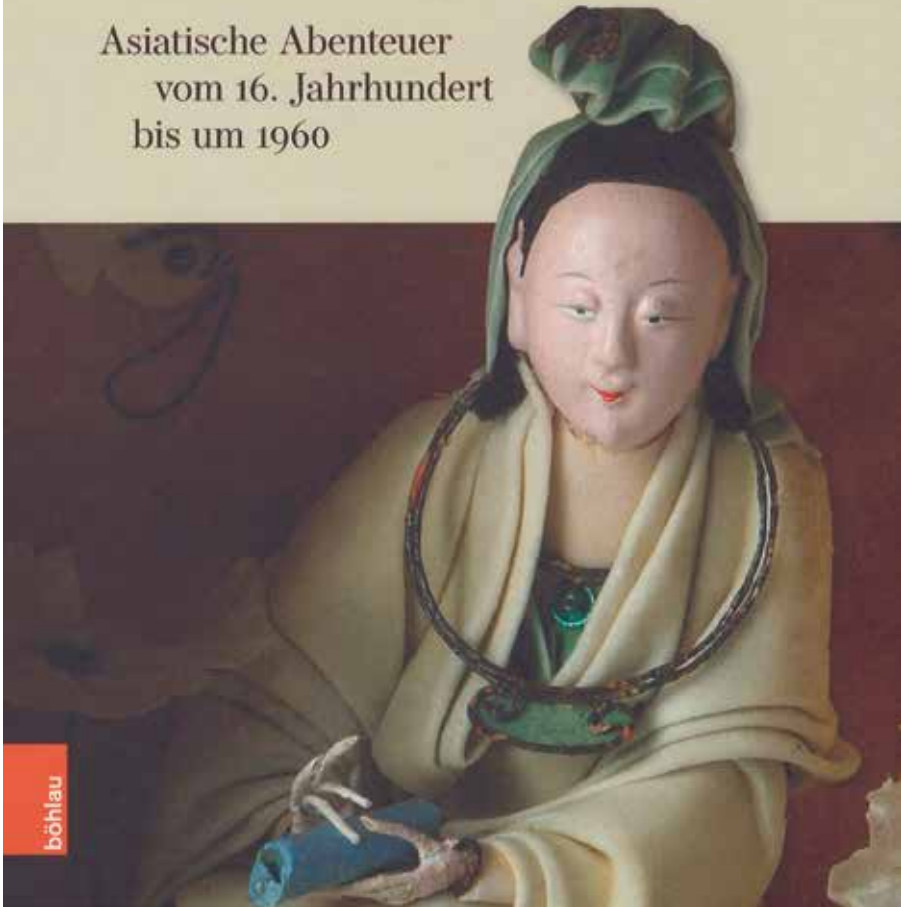
Mi., 19:15 – 21:00
michael.hudecek@gams.cc

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

Hubert Weitensfelder

Österreich und der Buddhismus

Asiatische Abenteuer
vom 16. Jahrhundert
bis um 1960



Dieses Buch ist die erste umfassende Darstellung der Vor- und Frühgeschichte des Buddhismus in der Habsburgermonarchie und in der Republik Österreich. Das Augenmerk gilt auch den Berichten Reisender nach Asien und den zeitgenössischen geistigen Strömungen, die das Interesse an dieser Religion förderten.

ÖBR-Archivar Hubert Weitensfelder porträtiert ferner die ersten österreichischen Buddhisten und Buddhistinnen, die sich seit etwa 1880 dazu bekannten.

Böhlau Verlag Wien, 2023, 533 Seiten, gebunden, ISBN: 978-3-205-21742-8

Zen-Meditationen am Hyakujōgan Zendo

Alle Interessierten können teilnehmen!

Zurückgezogen am Berg zur Ruhe kommen und Zen kennenlernen: Das kann man am Hyakujōgan Zendo im Naturpark Hohe Wand auf 900 Metern bei atemberaubender Aussicht.

Am bisher „BergZendo“ genannten Zentrum auf der Hohen Wand haben wir eine neue Meditationshalle dazugebaut, da der Andrang an unsere Retreats über die Jahre größer und größer wurde. Es stehen nun über 100 m² Platz zur Verfügung, um 50 Zen-Praktizierenden oder Gast-Gruppen ein lichtdurchfluteter Seminar-Ort zu sein.

Mehr unter:

www.bodhidharmazendo.at/retreats

Frage an: mail@bodhidharmazendo.net

Für Neulinge & AnfängerInnen:

- Zazenkai light, Wochenende, 30.1.–1.2.2026
- Zazenkai light, Wochenende, 8.5.–10.5.2026
- Sesshin light, eine Woche, 21.8.–28.8.2026
- Zazenkai light, Wochenende, 23.–25.10.2026

Für Zen-Erfahrene:

- Zazenkai, Wochenende, 7.11.–9.11.2025
- Rohatsu Go-Sesshin, fünf Tage, 3.–8.12.2025
- Zazenkai, Wochenende, 27.2.–1.3.2026
- Oster-Sesshin, eine Woche, 28.3.–4.4.2026
- Go-Sesshin, fünf Tage, 2.6.–7.6.2026
- Zazenkai, Wochenende, 11.9.–13.9.2026
- Rohatsu Go-Sesshin, fünf Tage, 3.–8.12.2026

International people very welcome!

Dharma lectures in English and German.



Sesshin im Hyakujōgan Zendo, Abt Kigen Oshō

Mit Anleitung von Abt und Zen-Priester Kigen Oshō lernt man die traditionelle Zen-Praxis: Zazen, Kinhin, Samu und Rezitieren werden von Dharma-Vorträgen und persönlichen Lehrer-Gesprächen ergänzt. Die Zeit wird im Schweigen in der Gemeinschaft der Teilnehmenden verbracht.

Teilnahmebeitrag: 57,- € pro Tag, inklusive Übernachtung, Verpflegung (Vollpension) und gesamtem Programm.

Geh-Meditation Kinhin auf der Hohen Wand



Veranstalter ist das seit 1979 bestehende Bodhidharma Zendo. Jede/r ist willkommen!

