

Früchte tragen kann. Unterweisungen und Meditationen wechseln sich ab. Neueinsteiger sind willkommen.

Lama Walli meditierte 15 Jahre im Retreat unter der Leitung von Gendün Rinpoche. 1986 übertrug er ihr die Funktion eines Lamas und seitdem leitet sie Schüler an, die in Zurückziehung praktizieren. Außerdem wirkt sie an der spirituellen Leitung des Laien-Retreat-Zentrums Dhagpo Dadröl Ling in Frankreich mit. In Dadröl Ling lebt sie gemeinsam mit ihrem Ehemann Chris, der jahrelang unter ihrer Anleitung praktiziert hat. **Lama Chris** ist ebenfalls Lehrer im Dhagpo Mandala und wurde 2009 von Kunzig Shamar Rinpoche zu einem Dharma Instructor für seine Bodhi Path Organisation ernannt. Er assistiert Lama Walli in ihren Aktivitäten und betreut Einzel- und Gruppenretreats.

Kurszeiten: Do 20 Uhr, Fr-Sa je 10-12.30, 15-17.30 u. 20-21 Uhr, So 10-12.30 Uhr

Kostenbeitrag für den gesamten Kurs: € 105 (erm. € 85), für einzelne Tage: Do € 15/€12, Fr-Sa je € 40/32 u So € 20/16

MAI/JUNI



Fr 29. Mai – Mo 01. Juni
Lama Jigme Rinpoche

Pfingstkurs - Bedingungen auf dem Weg zur Erleuchtung

Lama Jigme Rinpoche setzt mit dem traditionellen Pfingstkurs seine außergewöhnlichen Belehrungen fort, die den tiefgründigen Dharma mit Rinpoches jahrzehntelangen Erfahrungen der modernen, westlichen Lebensweise verbinden. Die warmherzige Art, in der er sie für alle zugänglich macht, ist berührend und inspirierend zugleich. Ein immer tieferes Verständnis von Buddhas Lehre erleichtert es uns, unsere Gewohnheiten langsam in Richtung von mehr Liebe und Mitgefühl zu verändern und verändern zu wollen. Jede von Jigme Rinpoches Belehrungen unterstützt uns darin.

Jigme Rinpoche wurde direkt von SH, dem 16. Gyalwa Karmapa ausgebildet, mit dem er seine gesamte Jugend verbracht hat. Rinpoche leitet seit vielen Jahren das buddhistische Zentrum Dhagpo Kagyü Ling in Frankreich, das auch der europäische Hauptsitz von SH, dem 17. Karmapa Trinlay Thaye Dorje ist. Gleichzeitig ist Jigme Rinpoche Karmapas Generalsekretär.

Belehrungen in der Ullenburgshalle: Fr, 20 Uhr, Sa u. So, 10 und 15 Uhr, Mo 10 Uhr

Kostenbeitrag für den ges. Kurs: €120 (ermäßigt € 95)

detailliertes Programm s. Webseite

Gut zu wissen

Hinweis: Spenden an die Dharma-Lehrer/innen

Die Kursgebühren beinhalten nicht die Unterstützung für die Dharma-Lehrer. Es ist üblich, sie durch freiwillige **Spenden** zu unterstützen, als Zeichen der Wertschätzung und Dankbarkeit für die Vermittlung der kostbaren buddhistischen Belehrungen.

Information für Hausgäste

Die Übernachtung im Haus ist nur in Verbindung mit Vollpension möglich. (Preise pro Person und Nacht: im Einzelzimmer € 25, im Doppelzimmer € 20, im 5-Bettzimmer €15 und im Schlafsaal €12). Vollpension pro Tag € 22 (für drei Mahlzeiten). **Wir bitten unsere Gäste** um ca. 1 Stunde Mithilfe am Tag, damit ein guter Kursablauf für alle gewährleistet ist.

Retreat

Es gibt die Möglichkeit, hier kürzere oder längere Zurückziehungen durchzuführen. Auch kann man für einige Wochen ein **Halb-Retreat** machen, d.h. aktive Mithilfe im Zentrum mit Dharma-Praxis kombinieren. Die Bedingungen hierfür können individuell vereinbart werden.

Unterstützung / Ermäßigung

Für die Gewährleistung des Kursbetriebes und das Aufrechterhalten des Zentrums sind wir auf Spenden und Unterstützung angewiesen. Jeder Beitrag, aktiv oder/und finanziell ist herzlich willkommen. **Die Fördermitgliedschaft ist ab € 19 pro Monat möglich**, womit alle **Kurse zum ermäßigten Preis** besucht werden können. Als gemeinnütziger Verein können wir Spendenbescheinigungen ausstellen.

Spendenkonto Bodhi Path Zentrum e.V.

IBAN: DE91 4306 0967 7901 8966 00

Regelmäßiges Angebot ab 21. August:

Mittwoch 19.30-20 Uhr Einführung für Anfänger
20-20.45 Uhr Stille Meditation
Donnerstag 20-20.45 Uhr Stille Meditation und anschl.
Buchgruppe zum gemeinsamen Reflektieren

Diese Angebote sind kostenlos und offen für alle.

Bodhi Path – Buddhistisches Zentrum e.V.

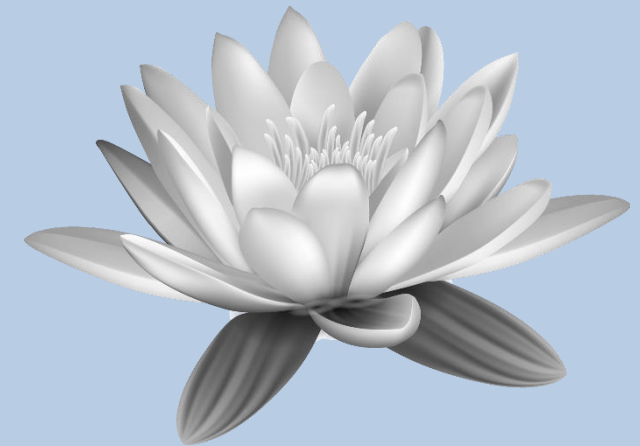
77871 Renchen-Ulm | Kaierstr. 18 | Tel 07843-7232

info@bodhipath-renchen-ulm.de

www.bodhipath-renchen-ulm.de



RENCHEN-ULM
BODHI PATH
BUDDHISTISCHE ZENTREN



PROGRAMM

Jan. – Mai '20

JANUAR

Do, 23. – So, 26. Januar

Dr. Tina Draszczyk

Lojong Meditations-Retreat

Aus Liebe zum Leben: den Geist schulen, seine Natur erkennen - ein Meditations-Retreat

Das Geistestraining (tib. *Lojong*) ist eine Praxis, durch die sich unser wahres Wesen, unsere Buddha-Natur, entfalten kann. Diese Übung umfasst drei zentrale Themen unseres Weges: das Entwickeln von Mitgefühl, von innerer Ruhe und von tiefer Einsicht in die Natur des Geistes. In der Art, wie Shamar Rinpoche das Geistestraining unterrichtet hat, liegt der Fokus darauf, diese Aspekte zu einer untrennbaren Einheit werden zu lassen. Er betonte, u. a. in seinem Buch *Lojong, der buddhistische Weg zu Mitgefühl und Weisheit*, dass man mit dieser Praxis den gesamten Weg des Erwachens durchlaufen könne.

Auf der Grundlage seines Lojong- und seines Mahāmudrā-Buches gibt uns dieses kurze Retreat die Möglichkeit, konzentriert in die Meditation des *Lojong* einzutauchen, sie zu erlernen bzw. zu vertiefen. Abends praktizieren wir außerdem die Meditation auf Chenresi. Einige Tage gemeinsamer Praxis an einem dafür geeigneten Ort kann uns in unserem Zugang zu unserer eigenen Meditation enorm und nachhaltig unterstützen. Um einen dafür geeigneten Rahmen zu gestalten, werden wir die Tage weitgehend in Stille verbringen.

Dr. Tina Draszczyk ist Tibetologin, Dharma- und Achtsamkeitslehrerin. Sie fand ihren Zugang zu buddhistischer Praxis Ende der 70er Jahre, lernte und praktizierte u.a. unter der Anleitung von Shamar Rinpoche (1952-2014) für den sie auch wiederholt übersetzte. Von 1992 bis 2005 vertiefte sie ihre buddhistischen Studien im Karmapa International Buddhist Institute (K.I.B.I.) in Neu-Delhi und war dort als Übersetzerin tätig. Sie promovierte im Bereich Tibetologie und Buddhismus Kunde an der Universität Wien und betreut seit Jahrzehnten das Karma Kagyü Sangha-Zentrum in Wien. Sie unterrichtet, von Shamar Rinpoche dazu autorisiert, in den Bodhi Path-Zentren in Europa.

Kurszeiten: von DO, 20 Uhr – SO, 12 Uhr, Details s. Webseite
Kursgebühr für den ges. Kurs: € 120 (erm. € 94).

MÄRZ



Fr, 06. – So, 08. März

Lama Yeshe Drölma

Buddhas Lehre leben

Der Buddha hat Methoden gelehrt, die es uns ermöglichen, Freiheit von allen Leiden zu erlangen. Wenn wir seine Belehrungen schrittweise in unser Leben einfließen lassen, verändert sich unser Erleben und eine neue Sicht offenbart sich. Durch Übung werden wir erkennen, wie unsere bisherigen Gewohnheiten von Körper, Rede und Geist uns einengen unser volles Potential zu leben.

Lama Yeshe Drölma, eine deutsche buddhistische Nonne, vermittelt ihre langjährigen Meditations-erfahrungen in inspirierender Weise und unterstützt uns dabei, die Lehre Buddhas, die heute so aktuell ist wie vor 2.500 Jahren, in den Alltag zu übertragen.

Kurszeiten: Fr, 20 Uhr, Sa, 10-12 & 15-17, So, 10-12 Uhr
Kostenbeitrag ges. Kurs: € 60 (erm. € 50), einzeln € 16/13

APRIL



Ostern, Do, 09. – Mo, 13. April

Lama Jungne

Dharma Studienkurs

In diesem 5. Teil der **aufbauenden Kursreihe über die Grundlagen des Dharma** wird das Studium des wichtigen Textes von Gampopa ‚Juwelenschmuck der Befreiung‘ weitergeführt. Dieser Text erklärt die wichtigsten Belehrungen des Buddha. Erklärungen, Fragen & Antworten, Gruppenarbeit, Kontemplation und Praxis wechseln sich ab. Das Studienprogramm vermittelt einen schrittweisen Zugang zum Dharma und ist **offen für alle Interessierten!**

Lama Jungne ist eine deutsche Dharma-Lehrerin und enge Schülerin von Jigme Rinpoche, dem sie bereits 1994 begegnet ist. Sie absolvierte zwei traditionelle 3-Jahresretreats und widmete sich dem Studium der buddhistischen Philosophie und der Meditationspraxis. Seit Jahren ist sie aktiv als Übersetzerin von Jigme Rinpoche im deutschsprachigen Raum und unterrichtet selbst in vielen Zentren in Europa.

Kurszeiten Lama Jungne: Do, 09.04., 15 Uhr - MO, 13.04.
Kostenbeitrag für den gesamten Kurs: € 110 (erm. € 90)
Kurssprache: Deutsch und Englisch

MAI



Fr, 01. – So, 03. Mai

Trehor Lama

Die 35 Buddha Praxis

Die 35 Buddha Praxis hilft uns, Geistestrübungen zu reinigen und gleichzeitig positive Eindrücke im Geist anzusammeln. Diese Praxis bezieht sich auf ein Sutra von Buddha Shakyamuni und ist auch Bestandteil des Mahayana Sojong. Bereits 2004 hat Shamar Rinpoche die 35-Buddha Praxis als vorbereitende Übung für weiterführende Meditationspraktiken empfohlen. Es ist eine kraftvolle und wirksame Praxis, die neben Rezitationen auch Verbeugungen beinhaltet. Trehor Lama wird ergänzend zu seinen Erklärungen mit uns gemeinsam praktizieren. Der dazugehörige Text ist hier erhältlich.

Trehor Lama ist Tibeter, hat eine traditionelle Ausbildung in Studium und Praxis absolviert und leitet seit Jahren auf Wunsch von SH Karmapa Thaye Dorje und Shamar Rinpoche das Karmapa-Institut in Valderoure, Frankreich. Seine kraftvollen und heiteren Belehrungen sind sehr inspirierend.

Kurszeiten: Fr 20, Sa 10-12, 15-17 u. 20-21 Uhr, So 10-12 Uhr
Kostenbeitrag für den gesamten Kurs: € 75 (ermäßigt € 60)
Kurssprache: Tibetisch mit deutscher Übersetzung



Do, 14. – So, 17. Mai

Lama Walli und Lama Chris

Das 7 Punkte Geistestraining

Das letzte Vermächtnis von Shamar Rinpoche war die komplette Übertragung des 7 Punkte Geistestrainings, die Praxis des Lojong. Lama Walli und Lama Chris werden Rinpoches Erklärungen wieder aufgreifen und die Essenz der Punkte 1 bis 5, die in den letzten Jahren ausführlich behandelt wurden, zusammenfassen. Dann werden die letzten beiden Punkte 6 und 7 eingehend betrachtet. Auf diese Weise verstehen wir, wie wir uns zum Geistestraining korrekt beziehen müssen, damit es in unserem täglichen Leben seine