

Weitere einmalige Veranstaltungen

SA 30.06.

- 10:00 - 16:00 Uhr
- **Meditation in der Natur**
- 📄 **Auflug in die Aachener Umgebung**
- * Treffpunkt: am Zentrum (etwas für's Picknick mitbringen)

Gemeinsame Praxis an besonderen Tagen

- * 07:00 - 09:00 Buddha Amitayus Ganapuja MI 28.03.
- 19:00 - 21:00 Guru Rinpoche Ganapuja FR 22.06.
- 19:00 - 20:30 Jigten Sumgön Ganapuja DI 17.07.

Spirituelle Praxis für andere

- * 17:00 - 18:30 Buddha Amitayus Meditation DI 08.05.
- 19:30 - 21:00 Buddha Amitayus Meditation DI 10.07.

Gemeinsame Deva-Praxis

- * 17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 13.04.
- 17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 08.06.
- 17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 06.07.

Weitere Veranstaltungen

Donnerstags

- **Taiji Qi Gong**
- 📄 **Heilsame Bewegungs- und Meditationsübungen**
- Wöchentlicher Kurs mit Conny Blank
- donnerstags, 20:15 - 21:45 Uhr
- Beginn: 12.04.
- Anmeldung telefonisch nach 20 Uhr unter 0031-43-3065117

SO 27.05.

- **Atemmeditation und Meridiane**
- 📄 **Übungen zur Verbesserung der natürlichen Atmung**
- Workshop mit Frank Wege (Atemtherapeut)
- 10:00 - 15:00

SA 09.06.

- **erde.wasser.feuer. luft.raum**
- 📄 **Gleichgewicht finden im Spiel der Elemente**
- Tagesseminar mit Petra Niehaus
- 11:00 - 17:00
- Gebühr: 60 €
- Die Teilnahme am Seminar ist nur mit astrologischem Vorwissen und nach vorheriger Absprache möglich.

- 📄 Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)
- * auf Spendenbasis

Einmalige Veranstaltungen

FR 23.03.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Die Verbindung von Körper und Geist**
- **Methoden der gegenseitigen Unterstützung**
- Vortrag von Drubpön Kunsang

MI 11.04.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Shitro**
- **Die 100 friedvollen und kraftvollen Gottheiten des Bardo**
- Einführungsvortrag von Tändsin T. Karuna

MI 18.04.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Wozu der ganze Stress?**
- * **Buddhistische Gedanken für ein erfülltes Leben**
- Einführungsvortrag von Christian Licht

MO 21.05.

- 10:00 - 12:30 Uhr
- **Vesakh-Feier**
- * **zu Geburt, Erleuchtung und Parinirvana des Buddha**
- Gemeinsame Meditation und mehr

- 14:00 - 19:00 Uhr
- **Tag der offenen Tür**
- * **mit Vortrag, Gesprächen und Bildervortrag**
- 15:00 Vortrag, 16:30 Meditation, 17:30 Reisebericht Ladakh

- 17:30 - 18:30 Uhr
- **Viel Staub und Freundlichkeit**
- * **Eindrücke einer Reise durch Ladakh**
- Bildervortrag von Christian Licht

FR 25.05.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Vom Kopf ins Herz**
- **Das Nachdenken über die Lehre als Basis für die Meditation**
- Vortrag von Khenpo Tamphel

FR 08.06.

- 19:00 - 21:00 Uhr
- **Buddhismus und Therapie**
- am Beispiel des Tara Rokpa Prozesses**
- Vortrag von Petra Niehaus, Eintritt: 12 € / erm. 10 €

- 📄 Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)
- * auf Spendenbasis
- 10 € (ermäßigt 7 €)

Weitere Informationen

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen und weitere Termine für Fortgeschrittene können Sie auf unseren Internetseiten oder im Zentrums-Rundbrief, den man abonnieren oder im Laden des Zentrums für 3 € erwerben kann, finden. Ausführliche organisatorische Hinweise sind auf den Internetseiten oder in einer anzufordernden Broschüre nachzulesen.

Anmeldung

Für die gekennzeichneten Veranstaltungen ist eine vorherige schriftliche Anmeldung erforderlich. Bitte nutzen Sie die enthaltenen oder die Anmeldeformulare auf unseren Internetseiten oder senden Sie uns eine Email.

Mahlzeiten & Übernachtung

Bei mehrtägigen Seminaren bieten wir drei Mahlzeiten am Tag an, bei Tagesseminaren ist es möglich, am gemeinsamen Mittagessen teilzunehmen. Melden Sie sich bitte mit dem Anmeldeformular frühzeitig dafür an.

Für einige Teilnehmer besteht bei längeren Seminaren die Möglichkeit, im Zentrum zu übernachten. Nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf, wenn Sie eine Buchung durchführen möchten.

Gebühren

Die Eintrittsgelder und Beiträge für die Veranstaltungen tragen dazu bei, die Kosten des Zentrums aufzubringen. Wir sind aber auf großzügige Spenden angewiesen, um weiterhin vielfältige Aktivitäten anbieten zu können. Wir bitten Sie daher um Ihre finanzielle Unterstützung per Überweisung oder vor Ort.



DRIKUNG SHERAB MIGCHED LING
Zentrum für tibetischen Buddhismus e.V.

Mitglied der Deutschen Buddhistischen Union (DBU)
Gemeinnützig anerkannter Verein seit 1991

Oppenhoffallee 23, 52066 Aachen, Tel.: 0241 - 51 53 654
www.drikung-aachen.de - Email: aachen@drikung.de

Bankverbindung:

Drikung-Zentrum e.V., Postbank Köln
IBAN: DE48 3701 0050 0470 2085 01 - BIC: PBNKDEFF



Buddhistisches Zentrum

DRIKUNG SHERAB MIGCHED LING E.V.



Programm Aachen

April - Juli 2018



Regelmäßige Veranstaltungen

Montags

09:00 - 10:00 Uhr
 ● **Die Woche gut beginnen**
 * **Meditation am Montagmorgen**
 Beginn: 09.04. (außer in den Schulferien)

Dienstags

17:00 - 18:30 Uhr
 ● **Phowa und Buddha Amitayus Meditation**
 Leit. Tändsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Beginn: 24.04., 11 Termine

19:30 - 21:00 Uhr
 ● **Tibetische Meditationen**
 * **Zuflucht nehmen und den Pfad des Buddha gehen**
 Leit. Tändsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Beginn: 24.04., 10 Abende
 Gebühr: 85 € (erm. 70 €)

Mittwochs

17:00 - 18:00 Uhr
 ● **Dharmapala & Kusali-Chöd**
 * Leit. Tändsin T. Karuna (Elke Tobias) & Christian Licht
 Termine Dharmapala: 02.05., 16.05., 30.05., 13.06., 27.06., 11.07.
 Termine Chöd: 25.04., 09.05., 23.05., 06.06., 20.06., 04.07.

19:00 - 20:30 Uhr
 ● **Das Herz öffnen**
 * **Liebe und Mitgefühl als Basis der eigenen Handlungen**
 Leit. Christian Licht
 Beginn: 25.04., 12 Abende, Gebühr: 100 € (erm. 80 €)

Donnerstags

17:30 - 19:00 Uhr
 ● **Gemeinsame Praxis des Ngöndro**
 * Leit. Christian Licht
 Beginn: 26.04., 10 Termine

19:30 - 21:00 Uhr
 ● **Buddhismus für junge Leute (von 16 bis 25)**
 * Beginn: 26.04. (außer in den Schulferien & an Feiertagen)

Freitags

08:30 - 09:30 Uhr
 ● **Die Woche gut beenden**
 * **Meditation am Freitagmorgen**
 Beginn: 13.04. (außer in den Schulferien)

- für Anfänger geeignet
- für Personen mit Grundkenntnissen
- für Fortgeschrittene

Seminare

2018 - 2021

● **Die Vorbereitenden Übungen**
 * **Neues vierjähriges Praxis- und Studienprogramm ab 2018**
1. Jahr: Die Praxis der Zufluchtnahme
 Leitung: Tändsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Seminar 4 10:00 - 16:30 SO 15.04.
 Seminar 5 10:00 - 16:30 DO 31.05.
 Seminar 6 10:00 - 16:30 SO 17.06.
 Seminar 7 10:00 - 16:30 SO 29.07.
 Gebühr: 40 € (erm. 30 €) pro Monat für 10 Seminare im Jahr inkl. Praxistage
 Einzeltag: 50 € (erm. 40 €)

2018

● **Die Entwicklung von Bodhicitta**
 * **Neues Praxis- und Studienprogramm ab 2018**
 Leitung: Tändsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Seminar 3 10:00 - 16:30 SO 15.04.
 Seminar 4 10:00 - 16:30 SO 08.07.

2018

● **Gemeinsame Praxistage zu den vorbereitenden Übungen mit Tändsin T. Karuna**
 * **Praxistage jeweils 10:00 - 16:30** FR 01.06. - SO 03.06.

23.03. - 28.03.

● **Buddha Amitayus Retreat**
Einweihung, Unterweisungen und gemeinsame Praxistage
 Programm mit Drubpön Kunsang
 * **19:00 - 20:30 Vortrag: Die Verbindung von Körper und Geist** FR 23.03.
 * **10:00 - 12:00 Buddha Amitayus Einweihung** SA 24.03.
 14:00 - 16:30 Unterweisungen
 17:00 - 18:00 Dharmapala-Praxis
 19:00 - 21:00 erste Meditationssitzung des Retreats
 Buddha Amitayus Retreat SO 25.03. - DI 27.03.
 jeweils 07:00 - 09:00 / 10:00 - 12:00 / 14:00 - 16:00 / 17:00 - 19:00
 07:00 - 09:00 Abschließende Sitzung mit Ganapuja MI 28.03.
 Seminar komplett: 150 € (erm. 120 €) inkl. Einweihung
 Ganzer Praxistag: je 30 € (erm. 25 €)
 nur Einweihung 25 € (erm. 20 €)
 Spenden für Drubpön Kunsang nach eigenem Ermessen

SO 15.04

● **Die Praxis der Ansammlungen**
Anrufungen und die sieben Zweige
 Tagesseminar mit Tändsin T. Karuna
 10:00 - 16:30 Erklärungen zum Sieben-Zweige-Gebet aus den Sutras

- 30 € (ermäßigt 20 €) pro Tag
- 50 € (ermäßigt 40 €)
- 100 € (ermäßigt 80 €)

Seminare

28.04. - 01.05.

● **Shitro**
 * **Einweihung und Unterweisungen zu den 100 friedvollen und kraftvollen Erscheinungen im Zwischenzustand**
 Programm mit S.E. Ontul Rinpoche & Ratna Rinpoche
 10:00 - 13:00 / 14:30 - 17:00 Shitro-Einweihung SA 28.04. & SO 29.04.
 10:00 - 13:00 / 14:30 - 17:00 Unterweisungen zur Shitro-Praxis MO 30.04.
 10:00 - 13:00 / 14:30 - 17:00 Mündl. Übertragung tibet. Totenbuch DI 01.05.
 Seminar komplett: 200 € (erm. 150 €) inkl. Einweihung
 Einzelter Tag: je 65 € (erm. 50 €)
 Spenden für die Rinpoches nach eigenem Ermessen

SO 06.05.

● **Mitgefühl für sich und andere**
 * **Tonglen - die Praxis des Gebens und Annehmens**
 Seminar mit Christian Licht
 10:00 - 14:00 Erklärungen und gemeinsame Meditationen

SA 19.05.

● **Ruhe, Klarheit und Mitgefühl**
 * **Eine Einführung in den Buddhismus**
 Tagesseminar mit Christian Licht
 11:00 - 17:00 Erklärungen und angeleitete Meditationen

25.05. - 27.05.

● **Gongchig - das einzige Ansinnen**
 * **Unterweisungen Teil 3**
 Studienseminar mit Khenpo Tamphel
 19:00 - 20:30 Vortrag: Vom Kopf ins Herz FR 25.05.
 10:00 - 13:00 / 14:30 - 16:30 Unterweisungen jeweils SA 26.05. & SO 27.05.
 Spenden für Khenpo Tamphel nach eigenem Ermessen

SA 23.06.

● **Shitro**
 * **Die friedvollen und kraftvollen Erscheinungen im Bardo**
 Tagesseminar mit Tändsin T. Karuna
 10:00 - 16:00 Ergänzende Erklärungen und gemeinsame Praxis
 Gebühr: 40 € (erm. 30 €)

SO 08.07.

● **Die Praxis der Ansammlungen**
 * **Serkhangma - die sieben Zweige nach den Tantras**
 Tagesseminar mit Tändsin T. Karuna
 10:00 - 16:30 Erklärungen zum Sieben-Zweige-Gebet aus den Tantras

SO 15.07.

● **Mudras**
 * **Den Arzt immer dabei haben!**
 Tagesseminar mit Ernst Sagemüller
 10:00 - 16:30 Film, Erklärungen und angeleitete Übungen

- * Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)
- * auf Spendenbasis

Inhalt des aktuellen Rundbriefes

- Mal kurz ins Retreat
- Shitro - die 100 friedvollen und kraftvollen Gottheiten
- Studienprogramm der DBU
- Tibet - Neuigkeiten und Hinweise
- Eis-Stupa mit Herz
- Mustang - Die Esel auf der Hängebrücke
- Büchertipps zum Ngöndro

Anmeldung

Name: _____

Anschrift: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Veranstaltung: _____

Mahlzeiten (morgens 5 €, mittags 7 €, abends 6 €):

Datum	morgens	mittags	abends

Ich zahle voll ermäßigt, weil _____

Datum/Unterschrift: _____

Anmeldungen sind auch per E-Mail an anmeldung@drikung-aachen.de möglich.