

Regelmäßige Veranstaltungen

Dienstags

19:30 - 21:00 Uhr

● Meditationen des tibetischen Buddhismus

Die Meditation des Avalokiteshvara

Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias)
Beginn: **18.08.**, 8 Abende
Gebühr: 70 € (erm. 55 €)

19:30 - 21:00 Uhr

● Meditationen des tibetischen Buddhismus

Sutra und Tantra - Die Essenz der Lehren

Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias)
Beginn: **27.10.**, 8 Abende
Gebühr: 70 € (erm. 55 €)

Mittwochs

17:00 - 18:00 Uhr

● Dharmapala & Kusali-Chöd

Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias) & Christian Licht
Dharmapala (alle 2 Wochen): 19.08.-30.09. & 28.10.-09.12.
Kusali-Chöd (alle 2 Wochen): 26.08.-07.10. & 04.11.-16.12.

19:00 - 20:30 Uhr

● Die vier Übungsgebiete der Achtsamkeit

zur Entwicklung von innerer Ruhe und Einsicht

Leitung: Christian Licht
Beginn: **19.08.**, 8 Abende, Gebühr: 70 € (erm. 55 €)

19:00 - 20:30 Uhr

● Kompass zum wirklichen Glück

Vier Gedanken für den spirituellen Weg

Leitung: Christian Licht
Beginn: **28.10.**, 8 Abende, Gebühr: 70 € (erm. 55 €)

Donnerstags

17:30 - 19:00 Uhr

● Gemeinsame Meditationspraxis

Leitung: Christian Licht
Beginn: 20.08., 16 Termine

19:30 - 21:00 Uhr

● Buddhismus für junge Leute

Beginn: 20.08.

Freitags

08:30 - 09:30 Uhr

● Die Woche gut beenden

Meditation am Freitagmorgen
Beginn: 14.08. (außer in den Schulferien)

- für Anfänger & Personen mit Grundkenntnissen
- für BuddhistInnen
- für Fortgeschrittene

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 4 € 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 das enthaltene Formular, die Anmeldeformulare auf unseren Internetseiten oder senden Sie uns eine Email.

Bitte beachten Sie den beiliegenden Handzettel, auf dem alles aufgeführt ist, was für die Teilnahme an Veranstaltungen im Moment zu beachten ist.

Mahlzeiten & Übernachtung

Aufgrund der Corona-Beschränkungen können wir zur Zeit keine Mahlzeiten und Übernachtungen im Zentrum anbieten.

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, über unsere Internetseite 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., GLS Bank
DE98 4306 0967 4068 7919 00 - BIC: GENODEMIGLS



Buddhistisches Zentrum

DRIKUNG SHERAB MIGCHED LING E.V.



Programm Aachen

August - Dezember 2020



Einmalige Veranstaltungen

19:00 - 20:30 Uhr

● Das Herz öffnen und den Geist schulen

Eine kurze Einführung in den Buddhismus

Vortrag von Christian Licht

FR 14.08.

19:00 - 21:00 Uhr

● Buddhismus und Therapie

am Beispiel des Tara Rokpa Prozesses

Vortrag von Petra Niehaus

Eintritt: 12 € (erm. 10 €)

FR 06.11.

10:00 - 12:00 Uhr

● Feier zum 38. Zentrumsgeburtstag

Jigten Sumgön Ganapuja und Rückblick mit Bildern

SO 22.11.

Weitere einmalige Veranstaltungen

● Gemeinsame Praxis an besonderen Tagen

15:00 - 16:30 Buddha Shakyamuni Meditation SA 07.11.

10:00 - 11:30 Jigten Sumgön Ganapuja SO 22.11.

10:00 - 12:00 Buddha Amitayus Ganapuja FR 01.01.

● Gemeinsame Deva-Praxis

17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 28.08.

17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 09.10.

17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 11.12.

Regelmäßige Veranstaltungen

09:00 - 10:00 Uhr

● Die Woche gut beginnen

Meditation am Montagmorgen

Beginn: 17.08. (außer in den Schulferien)

Montags

17:00 - 18:30 Uhr

● Phowa und Guru Drago Meditation

Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias)

Beginn: 18.08., 16 Termine

Dienstags

☞ Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)

* auf Spendenbasis

☐ 10 € (ermäßigt 7 €)

Inhalt des aktuellen Rundbriefes

- Vortrag von S.H. Drikung Kyabgön Chetsang: Meditation und ihre Methoden
- Den Weg des Buddha gehen – Die vier Gedanken und die Zufluchtnahme
- Bodhicitta – das Herz der Erleuchtung
- Hilfe in der Corona-Krise
- Aktuelles aus dem Nonnenkloster Samtenling
- Tipps und Neuigkeiten aus dem Mandala Dharma-Shop

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 online und auch per E-Mail an anmeldung@drikung-aachen.de möglich.

Seminare

- 2018 - 2021**
- **Die Vorbereitenden Übungen**
 Vierjähriges Praxis- und Studienprogramm seit 2018
3. Jahr: Die Darbringung des kostbaren Mandala
 Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Praxistag 10:00 - 13:00 SO 02.08.
 Seminar 8 10:00 - 13:00 SO 06.09.
 Praxistag 10:00 - 13:00 SO 27.09.
 Praxistag 10:00 - 13:00 SO 25.10.
 Seminar 9 10:00 - 13:00 SO 08.11.
 Praxistag 10:00 - 13:00 SA 28.11.
 Seminar 10 10:00 - 13:00 SO 06.12.
 Praxistage 10:00 - 16:30 SO 27.12. & DO 31.12.
 Gebühr: 40 € (erm. 30 €) pro Monat für 10 Seminare im Jahr inkl. Praxistage
 Einzeltag: 50 € (erm. 40 €)

- 2018 - 2020**
- **Die Entwicklung von Bodhicitta**
 Praxis- und Studienprogramm seit 2018
 Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 Seminar 14:30 - 16:30 SA 03.10.

- **Einführung in tibetische Meditationen** SA 08.08.
 Die heilsamen Qualitäten des eigenen Geistes entdecken
 Seminar mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 10:00 - 13:00 Erklärungen und angeleitete Meditationen

- **Gesundheit und Lebenskraft stärken** SO 09.08.
 Die Meditation des Medizin-Buddha
 Praxistag mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 10:00 - 13:00 Angeleitete Meditationen
 Gebühr: 20 € (erm. 15 €)

- **Gongchig – Das einzige Ansinnen** 22.08. - 23.08.
 Teil 8: Bodhicitta – Das Herz der Erleuchtung
 Online-Studienseminar mit Khenpo Tamphel
 10:00 - 14:00 Unterweisungen SA 22.08.
 10:00 - 14:00 Unterweisungen SO 23.08.
 Seminar komplett: 60 € (erm. 40 €)
 Einzelne Sitzung: 35 € (erm. 25 €)
 Spenden für Khenpo Tamphel nach eigenem Ermessen

Seminare

- **Mit einem kraftvollen Geist** SO 30.08.
 Hindernisse überwinden
 Die Meditation des Guru Dragpo
 Seminar mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 11:00 - 14:00 Erklärungen und angeleitete Meditation

- **Zur Ruhe kommen und achtsam wahrnehmen** SA 05.09.
 Geleitete Übungen, um sich selbst näher zu kommen
 Seminar mit Christian Licht
 11:00 - 15:00 Erklärungen und angeleitete Meditationen

- **Die Entfaltung von Liebe & Mitgefühl** SO 20.09.
 Die Meditation des Avalokiteshvara
 Praxistag mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 10:00 - 13:00 Angeleitete Meditationen
 Gebühr: 20 € (erm. 15 €)

- **Mitgefühl und Weisheit** SO 04.10.
 Eine Einführung in den Buddhismus
 Seminar mit Christian Licht
 10:00 - 13:00 Erklärungen und angeleitete Meditationen

- **Vier Gedanken, um den Geist auszurichten** SA 10.10.
 Die Grundlagen der buddhistischen Lehre
 Online-Seminar mit Drubpön Kunsang
 10:00 - 13:00 Unterweisungen
 Gebühr: 35 € (erm. 25 €)
 Spenden für Drubpön Kunsang nach eigenem Ermessen

- **Das Tor zum buddhistischen Weg** SO 11.10.
 Zufluchtnahme und die verschiedenen buddh. Fahrzeuge
 Online-Seminar mit Drubpön Kunsang
 10:00 - 13:00 Unterweisungen zur Zufluchtnahme und den buddh. Fahrzeugen
 14:30 - 16:00 Zeremonie der Zufluchtnahme
 Gebühr: vormittags: 35 € (erm. 25 €) / nachmittags: auf Spendenbasis
 Spenden für Drubpön Kunsang nach eigenem Ermessen

- **Mitgefühl für sich und andere** SO 29.11.
 Tonglen – die Praxis des Gebens und Annehmens
 Seminar mit Christian Licht
 10:00 - 13:00 Erklärungen und angeleitete Meditationen

Seminare

- **Tibetische Meditationen** SO 13.12.
 Visualisierungen und Mantra-Rezitationen
 Seminar mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
 10:00 - 13:00 Erklärungen und angeleitete Meditation
 Gebühr: 20 € (erm. 15 €)

- **Spirituelle Praxis zum Jahreswechsel** 27.12. - 01.01.
 Praxistage mit gemeinsamen Übungen
 08:00 - 09:00 Jigten Sumgön Guru Puja täglich
 10:00 - 13:00 Praxis
 14:30 - 16:30 Praxis
 17:00 - 18:00 Dharmapala-Puja
 20:00 - 22:00 persönliche Praxis
 10:00 Beginn SO 27.12.
 10:00 Abschluss: Buddha Amitayus Ganapuja FR 01.01.

Weitere Veranstaltungen

- **Mindful Self-Compassion (MSC)** Montags
 Achtsames Selbst-Mitgefühl lernen
 8-Wochen-Kurs und Retreattag mit Andrea Hufschmidt
 18:30 - 21:30 Kursabende, 8x montags ab MO 14.09.
 10:00 - 14:00 Retreattag, einmalig SA 14.11.
 Gebühr: 370 € inkl. Handbuch, Übungs-CD, Mittagessen am Praxistag

- **Meridian-Selbsterfahrung** SO 30.08.
 Einführung in die Energielinien unseres Körpers
 Workshop mit Frank Wege (Atemtherapeut)
 11:00 - 15:00

- **Die Kraft der Liebe** SA 07.11.
 Einführung in die Praxis der liebenden Güte
 Seminar mit Petra Niehaus
 11:00 - 14:00 Erklärungen und Übungen
 Gebühr: 25 €

- für Anfänger & Personen mit Grundkenntnissen
- für BuddhistInnen
- für Fortgeschrittene

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

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