

Regelmäßige Veranstaltungen

Montags

- 09:00 - 10:00 Uhr
- **Die Woche gut beginnen**
- * Beginn: 08.01. (außer in den Schulferien) (Nr. 241-001)

Dienstags

- 17:00 - 18:30 Uhr
- **Phowa-Praxis**
- Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias)
- * Termine: 23.01., 06.02., 20.02., 05.03., 19.03. (Nr. 241-002)

- 19:30 - 21:00 Uhr
- **Meditationen des tibetischen Buddhismus**
- Die Praxis der Bhagavati Vajrayogini (tib. Dorje Naljorma)
- Leitung: Täandsin T. Karuna / Gebühr: 100 € (erm. 80 €)
- * Beginn: 16.01., 10 Abende (Nr. 241-003)

Mittwochs

- 17:00 - 18:00 Uhr
- **Dharmapala Puja und die Praxis des Chöd**
- Leitung: Täandsin T. Karuna (Elke Tobias) & Christian Licht
- * Beginn: 17.01., 10 Termine (Nr. 241-008)

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Übungen auf dem Weg des Buddha**
- Die sechs Vollkommenheiten in Theorie und Alltag
- Leitung: Christian Licht / Gebühr: 100 € (erm. 80 €)
- * Beginn: 17.01., 10 Abende (Nr. 241-004)

Donnerstags

- 17:00 - 18:30 Uhr
- **Gemeinsame Praxis**
- Leitung: Christian Licht und Rolf Blume
- * Beginn: 18.01., 10 Termine (Nr. 241-005)

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Buddhismus für junge Leute**
- Gemeinsame Meditationen und Gespräche
- Leitung: Christian Licht (Nr. 241-006)
- * Beginn: 25.01. (Neu-Interessierte bitte vorher melden)

Freitags

- 08:30 - 09:30 Uhr
- **Die Woche gut beenden**
- * Beginn: 12.01. (außer in den Schulferien) (Nr. 241-007)

- 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 anfordernden Broschüre nachzulesen.

Anmeldung

Für die gekennzeichneten Veranstaltungen ist eine vorherige schriftliche Anmeldung erforderlich. Bitte nutzen Sie die Anmeldeformulare auf unseren Internetseiten oder senden Sie uns eine Email. Bitte geben Sie immer auch die Nummer der Veranstaltung an.

Mahlzeiten & Übernachtung

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

Für einige Teilnehmende 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, 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

Einmalige Veranstaltungen

FR 05.01.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Der Weg des Buddha**
- * Wie uns Lehren und Meditationen des Buddha heute helfen können
- * Vortrag von Christian Licht (Nr. 241-201)

Vom Dach der Welt Einblicke in die Kultur des Himalaya

MO 29.01. & 26.02.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Ladakh –**
- alte Klöster abseits der normalen Routen
- Bildervorträge von Dr. Wolfgang Siepen
- Teil 1: Montag, 29.01.2024 (Nr. 241-202)
- Teil 2: Montag, 26.02.2024 (Nr. 241-203)

FR 16.02.

- 19:00 - 20:30 Uhr
- **Der Traum vom Westen – der Traum vom Osten**
- * **Fantasien vom Leben in einer anderen Kultur**
- Dokumentation und Gespräch (Nr. 241-204)

SA 09.03.

- 16:00 - 19:00 Uhr
- **Die tibetische Küche**
- * Seminar mit Lhakpa Körner (Nr. 241-205)
- Gebühr: 20 € (erm. 15 €)

Gemeinsame Praxis

- **Gemeinsame Praxis an besonderen Tagen**
- * 10:00 - 12:00 Buddha Amitayus Ganapuja MO 01.01.
- * 14:30 - 16:30 Jigten Sumgön Ganapuja SA 24.02.
- **Gemeinsame Deva-Praxis**
- * 17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 02.02.
- * 17:30 - 19:30 Chakrasamvara Ganapuja FR 01.03.

- * Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)
- * frei (Spenden für die Zentrumsarbeit willkommen)
- 12 € (ermäßigt 8 €)

Buddhistisches Zentrum

DRIKUNG SHERAB MIGCHED LING E.V.



Programm Aachen

Januar - April 2024

Inhalt des aktuellen Rundbriefes

- Buddha-Natur - das Mahayana Uttaratantra
- Die Fastenpraxis des Nyung Ne
- Beginn des Dharmadhara-Programms
- Übertragungen von S.H. in Shravasti
- Jahresbericht aus dem Nonnenkloster
- Unterstützung für eine Gompa in Ladakh
- Textüberarbeitungen im Drikung Kagyü Verlag

Anmeldung

Name: _____

Anschrift: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Veranstaltung: _____

Ich möchte im Zentrum online teilnehmen.

Ich zahle voll ermäßigt, weil _____

Datum/Unterschrift: _____

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

Seminare

Praxis- und Studienprogramme

- 2024**
- **Neues Programm:**
Mahayana Uttaratantra Shastra:
Die höchste (ultimative) Abhandlung des Mahayana über die unveränderliche Kontinuität (PSP 1)
Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias) (Nr. 241-301)
Seminar 1 10:00 - 13:00 & 14:30 - 16:30 SO 14.01.
Seminar 2 10:00 - 13:00 & 14:30 - 16:30 SO 18.02.
Seminar 3 10:00 - 13:00 & 14:30 - 16:30 SO 10.03.
Gebühr: 40 € (erm. 30 €) pro Monat für 10 Seminare im Jahr

- 2024**
- **Der fünfteilige Mahamudra-Pfad und die Praxis von Bodhicitta (PSP 2)**
Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias) (Nr. 231-302)
* Seminar 10:00 - 13:00 Die Entwicklung von Bodhicitta SO 21.01.

- 2024**
- **Die Praxis des Deva Meditation von Vajrayogini (tib. Dorje Naljorma) (PSP 3)**
Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias) (Nr. 231-303)
* Seminar 16:00 - 18:00 SA 13.01.

Seminare

- 07.01. - 03.03.**
- **Tsa Lung – Tibetisches Yoga**
Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen
14:00 - 17:00 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 241-101) SO 07.01.
14:30 - 16:30 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 241-102) SO 04.02.
14:30 - 16:30 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 241-103) SO 03.03.
Gebühr: 3 Std.: je Sitzung 20 € (erm. 15 €)
2 Std.: je Sitzung 15 € (erm. 10 €)

- SO 21.01.**
- **Bodhisattva-Gelübde**
Seminar mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
10:00 - 13:00 Erklärungen (Nr. 241-104)

Seminare

- 28.01. - 25.02.**
- **Gongchig – Das einzige Ansinnen**
Kapitel 8: Ergänzende Vajra-Aussagen
Studienseminare mit Khenpo Tamphel
10:00 - 13:00 Online-Unterweisungen (Teil 37) (Nr. 241-105) SO 28.01.
14:30 - 16:30 Jigten Sumgön Ganapuja zu Chötrul Düchen SA 24.02.
10:00 - 13:00 Unterweisungen (Teil 39) SO 25.02.
14:30 - 16:30 Abschluss der Unterweisungen
Gongchig-Abo.: 20 € (erm. 15 €) pro Sitzung
Einzelne Sitzung: je 30 € (erm. 20 €)
Spenden für Khenpo Tamphel nach eigenem Ermessen

- SO 04.02.**
- **Einführung in tibetische Meditation**
Wie man mit Visualisierungen und Mantra-Rezitationen über die Qualitäten des Geistes meditiert
Tagesseminar mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
10:00 - 13:00 Erklärungen (Nr. 241-107)

- 17.02. - 03.03.**
- **Einführung in die tibetische Schrift**
Seminare mit Christian Licht
Teil1: 11:00 - 17:00 Das tibetische Alphabet SA 17.02.
Teil2: 10:00 - 17:00 Tibetische Silben und Wörter SA 02.03.
10:00 - 15:30 Wiederholung und Übungen SO 03.03.
Gebühr: 120 € (erm. 100 €) (Nr. 241-108)

- 19.02. - 24.02.**
- **6 Tage Morgen-Retreat**
Die Meditation der weißen Tara
Gemeinsame Praxis mit Christian Licht (Nr. 241-109)
* 06:30 - 07:30 angeleitete Meditationen MO - FR
08:00 - 09:00 angeleitete Meditationen SA

- SO 03.03.**
- **Einführung ins Tsa Lung**
Seminar mit Dorothee Söndgen
10:00 - 13:00 Erklärungen und angeleitete Übungen (Nr. 241-110)

- SA 09.03.**
- **Einführung zum Nyung Ne**
dem Fastenritual des Avalokiteshvara
Praxistag mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
10:00 - 13:00 Seminar (Nr. 241-111)

- SO 17.03.**
- **Meditation der Vajrayogini**
Praxis mit Tänsin T. Karuna (Elke Tobias)
10:00 - 13:00 Angeleitete Meditationen (Nr. 241-112)

Seminare

Programm mit Drubpön Kunsang

- FR 22.03.**
- **Tsa Lung**
Tibetisches Yoga
18:00 - 21:00 Weitere Erklärungen und Praxis
- 23.03. - 28.03.**
- **Die Praxis des Nyung Ne**
Der 1000-armigen Avalokiteshvara
Einweihung und Erklärungen
10:00 - 13:00 Zufluchtname und Einweihung SA 23.03.
14:30 - 17:00 Erklärungen zur Meditation
komplett: 60 € (erm. 45 €) (Nr. 241-130)
nur Einweihung: 40 € (erm. 30 €)
nur Erklärungen: 30 € (erm. 25 €)
 - **Das Fastenritual des Avalokiteshvara (tib. Nyung Ne)**
1. **Nyung Ne**
19:00 - 21:00 Einführung in die Praxis und erste Sitzung SA 23.03.
07:00 - 19:00 Retreat SO 24.03. & MO 25.03.
(ggf. Abschluss am DI nach der ersten Sitzung)
2. **Nyung Ne**
07:00 - 19:00 Retreat DI 26.03. & MI 27.03.
07:00 - 10:00 abschließende Meditation & gemeins. Frühstück DO 28.03.
Beide Nyung Ne: 180 € (erm. 120 €) (Nr. 241-131)
Ein Nyung Ne (2 Tage): 100 € (erm. 60 €)
Spenden für Drubpön Kunsang nach eigenem Ermessen
Kenntnisse: für Personen mit Grundlagen in tibetischer Meditation

Weitere Veranstaltungen

- Montags**
- **Mindful Self-Compassion (MSC)**
Achtsames Selbst-Mitgefühl lernen
8-Wochen-Kurs und Retreattag mit Andrea Hufschmidt
18:30 - 21:30 Kursabende, 8x montags ab MO 15.04.
10:00 - 14:00 Retreattag, einmalig SA 25.05.
Gebühr: 400 € inkl. Handbuch, Übungs-CD, Mittagessen am Praxistag
(Nr. 241-401)
- SO 18.02.**
- **Meridian-Selbsterfahrung**
Einführung in die Energielinien unseres Körpers
Workshop mit Frank Wege (Dozent für Atem- und Körperarbeit)
10:00 - 15:00 Erklärungen und Übungen (Nr. 241-405)
Gebühr: 60 € (erm. 45 €)
Bitte bequeme Kleidung und einen Snack für mittags mitbringen.

- für Anfänger & Personen mit Grundkenntnissen
- für Buddhist*innen
- für Fortgeschrittene

- 30 € (ermäßigt 20 €) pro Tag
- 60 € (ermäßigt 45 €)
- 120 € (ermäßigt 100 €)

- 📄 Anmeldung erforderlich (bis 7 Tage vor Beginn)
- * frei (Spenden für die Zentrumsarbeit willkommen)
- 12 € (ermäßigt 8 €)