

## Regelmäßige Veranstaltungen

### Montags

- 09:00 - 10:00 Uhr  
 ● **Die Woche gut beginnen**  
 \* Beginn: 28.04. (außer in den Schulferien) (Nr. 252-001)

### Dienstags

- 19:30 - 21:00 Uhr  
 ● **Meditationen des tibetischen Buddhismus**  
 Die Praxis des Vajrasattva (tib. Dorje Sempa)  
 Leitung: Tändsin T. Karuna / Gebühr: 100 € (erm. 75 €)  
 Beginn: 06.05., 10 Abende (Nr. 252-002)

### Mittwochs

- 17:00 - 18:00 Uhr  
 ● **Dharmapala Puja und die Praxis des Chöd**  
 Leitung: Tändsin T. Karuna (Elke Tobias) & Christian Licht  
 Beginn: 07.05., 10 Termine (Nr. 252-008)

- 19:00 - 20:30 Uhr  
 ● **Unser Geist erschafft die Welt**  
 Das Entstehen in Abhängigkeit und das Prinzip von Karma  
 Leitung: Christian Licht / Gebühr: 80 € (erm. 60 €)  
 Beginn: 07.05., 8 Abende (Nr. 252-003)

### Donnerstags

- 10:00 - 11:30 Uhr  
 ● **Phowa-Praxis und Der exzellente Pfad**  
 Leitung: Tändsin T. Karuna (Elke Tobias)  
 Drikung Phowa: 15.05., 26.06. (Nr. 252-004)  
 \* Nyingma Phowa: 12.06., 10.07.  
 Der exzellente Pfad: 08.05., 22.05., 05.06., 03.07.

- 17:00 - 18:30 Uhr  
 ● **Gemeinsame Praxis des fünfteiligen Pfades**  
 Leitung: Christian Licht und Rolf Blume  
 Beginn: 08.05., 8 Termine (Nr. 252-005)

- 19:00 - 20:30 Uhr  
 ● **Buddhismus für junge Leute**  
 Gemeinsame Meditationen und Gespräche  
 Leitung: Christian Licht (Nr. 252-006)  
 \* Beginn: 08.05. (Neu-Interessierte bitte vorher melden)

### Freitags

- 08:30 - 09:30 Uhr  
 ● **Die Woche gut beenden**  
 \* Beginn: 02.05. (außer in den Schulferien) (Nr. 252-007)

- 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](http://www.drikung-aachen.de) - Email: [aachen@drikung.de](mailto:aachen@drikung.de)

## Bankverbindung:

Drikung-Zentrum e.V., GLS Bank  
 DE98 4306 0967 4068 7919 00 - BIC: GENODEMIGLS

## Einmalige Veranstaltungen

SA 10.05.

- 12:00 - 16:00 Uhr  
 ● **Tag der offenen Tür / Open-Hof**  
 \* mit Flohmarkt, Kaffee, Tee und Kuchen  
 12:30 Aquis Yoga / 13:30 Vortrag / 14:30 Tibet. Meditation /  
 15:30 Yoga und Meditation

FR 16.05.

- 19:00 - 20:30 Uhr  
 ● **Das abhängige Entstehen und Karma**  
 Die Auswirkungen von Denken und Handeln auf unser Leben  
 Vortrag von Khenpo Chökyab (Nr. 252-201)

FR 13.06.

- 19:00 - 20:30 Uhr  
 ● **Tara – die weibliche erleuchtete Aktivität**  
 Vortrag von Söpa Rinpoche (Nr. 251-202)

MI 18.06.

- 19:00 - 20:30 Uhr  
 ● **Geistige Ruhe und Achtsamkeit**  
 Einführung in die Shravasti-Meditation  
 Vortrag von Claude Jürgens (Nr. 251-203)

## Gemeinsame Praxis

- **Gemeinsame Deva-Praxis**  
 \* 17:30 - 19:30 Chakrasamvara Ganapuja FR 09.05.  
 \* 17:30 - 19:30 Vajrayogini Ganapuja FR 06.06.  
 17:30 - 19:30 Chakrasamvara Ganapuja FR 04.07.

- **Das Sindhura-Mandala der Vajrayogini**  
 \* Gemeinsame Online-Praxis mit Mimi Wilflinger  
 19:00 - 21:00 Vajrayogini Ganapuja DO 24.04.  
 19:00 - 21:00 Vajrayogini Ganapuja DO 22.05.  
 10:00 - 12:00 Vajrayogini Ganapuja FR 20.06.  
 Zoom-Link: <https://us06web.zoom.us/j/82223026316>

# Buddhistisches Zentrum

DRIKUNG SHERAB MIGCHED LING E.V.



# Programm Aachen

April - Juli 2025

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

## Inhalt des aktuellen Rundbriefes

- Tara – die große Befreierin
- Shravasti-Meditation  
Eindrücke vom Shravasti Kurz-Retreat  
Die fünf am häufigsten gestellten Fragen
- Eine buddhistische Pilgerreise  
durch das unglaubliche Indien
- Neues von S.H. Drikung Kyabgön Chetsang
- Gruppenreisen nach Indien
- Neues und Altes aus dem Mandala-Shop

## 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](mailto:anmeldung@drikung-aachen.de) möglich.

## Seminare

### Praxis- und Studienprogramme

2025

- **Grundlagen des Buddhismus**  
Reihe von 6 Seminaren in 2025  
Leitung: Christian Licht (Nr. 251-302)  
Seminar 1 ist als Aufzeichnung vorhanden  
Seminar 2 10:00 - 17:00 Der edle achtfache Pfad SO 11.05.  
Seminar 3 10:00 - 17:00 Bodhicitta - Herz der Erleuchtung SO 06.07.

Gebühr: 270 € (erm. 200 €) für insgesamt 6 Seminare

- **Grundlagen – Pfad – Ergebnis**  
Jahreskurs mit 10 Tagesseminaren  
Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias) (Nr. 251-303)  
Seminar 4 10:00 - 16:30 SO 27.04.  
Seminar 5 10:00 - 16:30 MO 09.06.  
Seminar 6 10:00 - 16:30 SA 05.07.

Gebühr: monatlich 40 € (erm. 30 €) oder einmalig 480 €

- **Die vorbereitenden Übungen (PSP 2)**  
Vajrasattva-Retreat MI 28.05. - SO 01.06.

- **Die Praxis des Deva (PSP 3)**  
Meditation von Chakrasvara (tib. Khorlo Demchog)  
Leitung: Tänsin T. Karuna (Elke Tobias) (Nr. 251-303)  
\* Seminar 3 14:30 - 16:30 Erklärungen und Praxis SA 26.04.  
Seminar 4 14:30 - 16:30 Erklärungen und Praxis SO 25.05.  
Seminar 5 10:00 - 13:00 Erklärungen und Praxis SO 29.06.

## Seminare

- **Vajrayogini-Retreat** 30.04. - 04.05.  
Das Sindhura-Mandala  
aus der Vajra-Weisheit des großen Siegels  
Gemeinsame Praxis mit Mimi Nyamkha Wilfinger (Nr. 252-100)  
19:00 - 21:00 Beginn des Retreats MI 30.04.  
10:00 - 13:00 Praxis und Erklärungen DO 01.05. - SA 03.05.  
14:30 - 16:30 Praxis und Erklärungen  
10:00 - 13:00 Abschluss mit Ganapuja SO 04.05.  
täglich:  
07:30 - 08:30 Guru Puja  
17:00 - 18:00 Dharmapala-Puja  
Gebühr: 40 € (erm. 30 €) pro Tag oder  
120 € (erm. 90 €) für komplettes Retreat  
Spenden für Nyamkha Mimi nach eigenem Ermessen

## Seminare

- **Der edle achtfache Pfad** SO 11.05.  
Die Mittel zum Erwachen  
Seminar mit Christian Licht  
10:00 - 17:00 Erklärungen und Meditationen (Nr. 252-101)

- **Die zwölf Glieder des abhängigen Entstehens – Vertiefung** 16.05. - 18.05.  
Wochenendseminar mit Khenpo Chökyab  
19:00 - 21:00 Vortrag: Das abhängige Entstehen - Einführung FR 16.05.  
10:00 - 13:00 Unterweisungen SA 17.05. & SO 18.05.  
14:30 - 16:30 Unterweisungen  
07:30 - 08:30 Guru Puja täglich  
17:00 - 18:00 Dharmapala-Puja  
Seminar komplett: 100 € (erm. 75 €) inkl. Vortrag (Nr. 252-102)  
Einzelne Sitzung: je 25 € (erm. 20 €)  
Vortrag: 12 € (erm. 8 €)  
Spenden für Khenpo Chökyab nach eigenem Ermessen

- **Einführung ins Tsa Lung** 23.05. - 24.05.  
Tibetisches Yoga für Neu- und Wiedereinsteiger  
Seminar mit Dorothee Söndgen  
19:00-21:00 Uhr FR 23.05.  
10:00-13:00 & 14:30-16:30 Uhr SA 24.05.  
Gebühr: 70 € (erm. 50 €) Teilnahme im Zentrum und online (Nr. 252-103)

- **Tsa Lung – Tibetisches Yoga** 25.05. - 13.07.  
Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen  
10:00 - 13:00 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 252-104) SO 25.05.  
14:00 - 17:00 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 252-105) SA 22.06.  
15:00 - 18:00 Erklärungen & angeleitete Übungen (Kurs-Nr.: 252-106) SO 13.07.  
Gebühr: je Sitzung 20 € (erm. 15 €)

- **5-Tage Vajrasattva-Retreat** 28.05. - 01.06.  
Praxisseminar mit Tänsin T. Karuna und Christian Licht  
19:00 - 20:30 Einführung zum Retreat MI 28.05.  
10:00 - 13:00 Erklärungen und Praxis DO 29.05. - SA 31.05.  
14:30 - 16:30 gemeinsame Praxis  
20:00 - 21:30 persönliche Praxis  
10:00 - 13:00 Abschluss mit Ganapuja SO 01.06.  
täglich:  
07:30 - 08:30 Guru Puja  
17:00 - 18:00 Dharmapala-Puja  
Gebühren: 40 € (erm. 30 €) pro Tag oder  
120 € (erm. 90 €) für das komplette Retreat (Kurs-Nr.: 252-107)  
Es ist möglich an einzelnen Tagen oder Sitzungen teilzunehmen.

## Seminare

- **Die grüne Tara** 13.06. - 15.06.  
Befreierin von Ängsten  
Wochenendseminar mit Söpa Rinpoche  
19:00 - 21:00 Vortrag: Tara – die erleuchtete weibliche Aktivität FR 13.06.  
10:00 - 13:00 Grüne Tara Einweihung SA 14.06.  
14:30 - 16:30 Unterweisungen zur Meditation der Tara  
10:00 - 13:00 Unterweisungen zum 21 Tara-Gebet SO 15.06.  
14:30 - 16:30 Unterweisungen zum 21 Tara-Gebet  
07:30 - 08:30 Guru Puja täglich  
17:00 - 18:00 Dharmapala-Puja  
Seminar komplett: 100 € (erm. 75 €) inkl. Vortrag (Nr. 252-108)  
Einzelne Sitzung: je 25 € (erm. 20 €)  
Vortrag: 12 € (erm. 8 €)  
Spenden für Söpa Rinpoche nach eigenem Ermessen

- **Shravasti-Meditation** 18.06. - 22.06.  
Einführung und Retreat mit Claude Jürgens (Nr. 252-130)  
Einführung 19:00 - 20:30 Vortrag: Geistige Ruhe und Achtsamkeit MI 18.06.  
Schnuppertag 07:00 - 18:00 Erklärungen und Übungen DO 19.06.  
Retreat 19:00 - 21:00 Erklärungen und Übungen DO 19.06.  
06:00 - 21:00 Erklärungen und Übungen FR 20.06. & SA 21.06.  
06:00 - 13:00 Erklärungen und Übungen SO 22.06.  
nur Einführung: 12 € (erm. 8 €)  
Schnuppertag (inkl. Einführung): 70 € (erm. 50 €)  
Retreat (inkl. Einf. & Schnuppertag): 180 € (erm. 130 €)

- **Bodhicitta -** SO 06.07.  
Das Herz der Erleuchtung  
Die Basis des Mahayana  
Seminar mit Christian Licht  
10:00 - 17:00 Erklärungen und Meditationen (Nr. 252-109)

## Weitere Veranstaltungen

- **Anfängerkurs im Taiji Qi Gong** Mittwochs  
Leitung: Cornelia Blank  
15:30 - 17:00  
ab MI 30.04.  
Anmeldung telefonisch unter: 0152-327 120 79

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

- 30 € (ermäßigt 20 €) pro Tag
- 60 € (ermäßigt 45 €)
- 120 € (ermäßigt 90 €)

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