



BUDDHISTISCHE MONATSBLÄTTER

Zeitschrift der
Buddhistischen Gesellschaft
Hamburg e.V.

Mai bis August
Nr. 2, 2009, 55. Jg.



Zen-Meisterin Dagmar Doko Waskönig
ist seit etwa 20 Jahren Seminarleiterin in der BGH

Inhalt

Leitartikel.....	03
Viel mehr Zeit haben	04
<i>Thich Nhat Hanh</i>	
Vom rechten Umgang mit ideellen und materiellen Dingen	07
<i>ArminDao Ketterer</i>	
Die vier anziehenden Verhaltensweisen eines Bodhisattva.....	12
<i>Dagmar Doko Waskönig</i>	
All – ein – sam ?.....	17
<i>Günter Neumeyer</i>	
Gedanken zum Lärm	19
<i>Carl Gustav Jung</i>	
Eine Flamme verlischt	20
<i>Wiebke Jensen</i>	
Wenn einer alt geworden ist	21
<i>Meng Hsiä (alt chinesisch)</i>	
Sīvalī Buddha	22
Die vorigen Leben des Arahat Mönchs Sīvalī	24
<i>Bhante Devānanda</i>	
Itipi so bhagavā.....	26
Antworten auf Leserbrief.....	28
<i>Jochen Lengerke, Reinhard Gellert, Karin Börnsen, Dieter Stöhr, Heinz Braun</i>	
Berichte und Anliegen des Vorstandes	
Protokoll der Mitgliederversammlung 2009	37
<i>Wolfgang Krohn</i>	
Paul Köppler, Upul Gamage und Sucinta Bhikkhuni in Hamburg	40
<i>Wiebke Jensen, Silke Krohn, Sucinta Bhikkhuni</i>	
Buchrezensionen und Bibliothek	
Fritz Schäfer: Rechte Anschauung	46
<i>Wolfgang Krohn</i>	
Ayya Khema: Die Kunst des Loslassens	47
<i>Friederike Moebus</i>	
Jochen Maug: Buddha, Dhamma und Buddhismus ..	48
<i>Wiebke Jensen</i>	
Programm 2009 und Vorschau auf 2010	50
Regelmäßige Veranstaltungen	51

Impressum

BUDDHISTISCHE MONATSBLÄTTER

Herausgeberin und Versand:
Buddhistische Gesellschaft
Hamburg e.V.

Beisserstr. 23, 22337 Hamburg
Tel. 040-6313696 ,

Neue Fax-Nr. 040-51902323

E-Mail: bm@bghh.de

buddha-hamburg@gmx.de

Internet: <http://www.bghh.de>

Sprechzeiten:

Di 16-18 Uhr, Do 10-12 Uhr

Redaktion:

 Wiebke Jensen.

Die Autoren sind für ihre Beiträge
selbst verantwortlich. Der Inhalt
muss nicht mit der Meinung der
Redaktion und der Herausgeberin
übereinstimmen. Dies gilt auch für
stilistische Besonderheiten.

Redaktionsschluss für das Heft
3/2009: 30. Juni 2009.

Die Buddhistischen Monatsblätter
erscheinen im Januar, Mai und Sep-
tember.

Fotonachweise:

S. 6 Archiv BGH

S. 16 Anneliese Jensen

S. 23 Arifa Kasten-Rapf

S. 40 Silke Krohn (Upul)

S. 41 Lambert Schneider

Druck:

 Druckerei Dietrich,

E-Mail druckereidietrich@gmx.de

Mitgliedsbeitrag für die Buddhisti-
sche Gesellschaft e.V.: € 100.00
jährlich. Auf Antrag kann Ermä-
ßigung gewährt werden.

Konto:

Hamburger Sparkasse, Kontonum-
mer 1243 121058, BLZ 200 505 50,
IBAN: DE61 2005 0550
1243 121058

BIC: HASPDEHHXXX

Die BGH ist nach dem letzten
Feststellungsbescheid des Finanz-
amts Hamburg-Nord, Steuernummer
17/402/09910 wegen Förderung
religiöser Zwecke als gemeinnützig
anerkannt und nach § 5 Abs. 1 Nr. 9
des Körperschaftsteuergesetzes von
der Körperschaftsteuer befreit.

Veranstaltungen ab Mai 2009

Fr 1.05. – So 3.05. Seminar mit Bhante Puññaratana. Thema: **Die vier Brahmavihāra – Buddhas Qualitäten** Fr 19 – 21, Sa 9 – 18, So 9 – 16 Uhr.

So 10.05. 10 – 17 Uhr Seminartag mit **Alfred Weil.**

Thema: **Weisheit und Mitgefühl im Alltag**

Fr 15.05. – So 17.05.: Vortrag und Sesshin mit **Michael Sabaß** und **Sonja Ostendorf.**

Thema: **Sterben, Tod und Wiedergeburt, Sterbebegleitung im Mahāyāna-Buddhismus**

Anmeldung in der BGH oder E-mail an info@zen-kreis-hamburg.de oder bei Kristof, Tel. 0163/8797602.

Fr 19 – 21, Sa 4:30 – 22:30, So 4:30 – 11 Uhr

Do 21.05. (Himmelfahrt) 10 – 16 Uhr: **Vesakh-Feier mit Bhante Devānanda.**

Fr 5.06. – Sa 6.06.: Oryoki-Übung mit Norbert Rindo Hämmerle und Holger

Korin Stienen. Fr 17.30 – 20.30 Geschichte, Einführung, Demonstration, Sa 10 – 17 Uhr Gemeinsame Praxis - Übung mit Essen

Das traditionelle, meditative Essen in Zen-Klöstern kennen lernen und einüben. Keine Vorkenntnisse.

Auch für Neugierige und Nicht-Mitglieder. Geschirrbehandlung, Servierzeremonie, Einnahme der Mahlzeit im Schweigen, Küchenpraxis, Rezepte, Rezitationen des Essenssutras deutsch und sino-japanisch, kleine Teezeremonie. Bequeme, gedeckte Kleidung, Spende für Essen erwünscht. Zur Vorbereitung empfohlen: Oryoki - Artikel inl in BM 3.2007

S. 26ff.

So 14.06. 10–16 Uhr: **Einführung in den traditionellen Yoga – Theorie und Praxis mit Margitta Conradi**

So 5.07. 7.15 Uhr NDR Info. Vortrag von **Alfred Weil**

Fr 26.06. – So 28.06. Yoga-Vipassanā-Seminar mit Yogacara Rahula

Fr 19 – 21, Sa 9 – 18, So 9 – 16 Uhr.

Sa 4.07. 10 – 16 Uhr **Arbeitstag.** Hausputz und kleinere Reparaturen

So 05.–Fr 17.07.: Die Ehrw. Nonne **Cittapāla** kommt zu uns. Angebot: Meditation – Vorträge – Einzelgespräche.

Bitte mit dem Büro abstimmen, wann jemand Essen zum **Dāna** mitbringen möchte.

Fr 4.09. – So 6.09.: Vortrag von **Rei Shin Bigan Roshi** (Wolf-Dieter Nolting). Thema:

Samādhi im Zen und im Theravāda. Anmeldung in der BGH oder

E-mail an info@zen-kreis-hamburg.de oder bei Kristof Tel. 0163/8797602.

Fr 19 – 21 Uhr Vortrag. Danach beginnt das Sesshin. Sa 4:30 – 22:30,

So 4:30 – 11 Uhr

Fr 25.09. – So 27.09. Meditationswochenende mit **Bhante Seelawansa.** Vortrag:

Nichts geschieht ohne Ursache und ohne Wirkung. Die Lehre des bedingten Entstehens. **Gespräche – Puja – Dāna.**

Fr 19 – 21, Sa 9 – 18, So 9 – 16 Uhr.

So 11.10. 10 – 16 Uhr: **Achtsamkeitstag** in der Tradition von **Thich Nhat Hanh** mit **Gitta Lütjens**

Fr 23.10.–So 25.10. Vipassanā-Seminar mit Wolfgang Seifert.

Thema: **Der Schlüssel zur Freiheit liegt in dir**

Fr 19–22, Sa 9–20, So 9–16 Uhr

Sa 31.10. 18 Uhr: **Erinnerung an eine Pilgerreise durch Nordindien.** DIA-Vorführung von **Volkmär Jähne** und Wortbeitrag von **Helmut Bien.**

Fr 6.11.–So 8.11.: **Zen-Praxistage und öffentlicher Vortrag mit Zen-Meisterin Dagmar Doko Waskönig.** **Die Große Aufgabe: Die Verwirklichung unserer wahren Natur.** Fr 19–So 17 Uhr

Fr 27.11.–So 29.11. Achtsamkeits-Wochenende.

Vortrag und Seminar mit **Bettina Romhardt**, Thema: **Die vier Brahmavihāra**

Fr 19–21, Sa 9–18, So 9–16 Uhr

Fr 4.12.– So 6.12. Vipassanā-Wochenende mit Paul Köppler.

Fr 19–21, Sa 9–18, So 9–16 Uhr

24.12. Weihnachtsabend 18–22 Uhr. Alle sind herzlich eingeladen.

Vorschau auf Seminare 2010

26.–28.02.: Vipassanā-Seminar mit Bhante **Devānanda**

19.–21.03.: Seminar mit **Bettina Romhardt**

5.–7.03 und **15.–17.10.:** Vipassanā-Seminare mit **Wolfgang Seifert**

14.03.: Mitgliederversammlung

26.–28.03.: Seminar mit Bhante **Seelawansa**

13.05. (Himmelfahrt): **Vesak** mit Bhante **Devānanda**

4.–6.06.: Vipassanā-Seminar mit **Upul Gamage**

15.–17.10.: Seminar mit Bhante **Devānanda**

19.–21.11.: Seminar mit Bhante **Seelawansa**

Falls nicht anders angegeben, Veranstaltungen auf **Spendenbasis.**

Vorherige Anmeldung erwünscht. – Die Teilnehmer werden gebeten, etwas zum Mittagessen mitzubringen. Theravāda-Ordinierten offerieren wir **Dāna** (Almosenspeise). Bei anderen Veranstaltungen wird aus den mitgebrachten Speisen ein Büfett für das gemeinsame Essen zusammengestellt.

Wöchentliche Veranstaltungen

SONNTAGS 10–12 Uhr: Gacchāma: Einführung in den Buddhismus. Für Neuinteressierte geeignet.

MONTAGS 19:30–21 Uhr: Zen für Anfänger. Anleitung zum Sitzen, Gehen und kurze Einführung in die Lehre des Buddha. Bitte dunkle und bequeme Kleidung mitbringen.

DIENSTAGS Morgen-Za-Zen. Wer mit uns das Herz-Sutra rezitieren und die Meditation in Stille üben möchte, ist herzlich willkommen. Bitte spätestens um 5:50 Uhr in der BGH sein.

DIENSTAGS 18–19 Uhr: Einführung in den Buddhismus. Bitte anmelden

MITTWOCHS 18–19 Uhr: Eine Schale Tee. Bei einer Schale Tee können wir genießen, schweigen und unsere Achtsamkeit schärfen. Außerdem können Fragen zum Weg gestellt werden. Erstteilnehmer und Interessierte erhalten hier eine kurze Einführung ins Sitzen und die Gehmeditation. Anmeldung bei Norbert Hämmerle Tel. 040/5203290

MITTWOCHS 19–21 Uhr: Zazen in der Soto-Tradition. Aufrecht sitzen, still und wach, ohne etwas erreichen oder festhalten zu wollen, die ganze Aufmerksamkeit ist auf den Augenblick gerichtet.

Info/Anmeldung Norbert Hämmerle Tel 040-5203290

DONNERSTAGS 19–21 Uhr: Zazen in der Rinzi-Tradition (auf Anmeldung Einführung um 19 Uhr). Gemeinsames Rezitieren der Sutren, Einzelgespräche mit der Lehrerin JiKo, und, am wichtigsten, Zazen, die Meditation in Stille. Im Anschluss Fragen und Antworten und Erfahrungsaustausch. Spende. Anm./Info bei JiKo. Tel.0175/5681556

FREITAGS, 19–21 Uhr: Bhāvanā. Meditation in der Theravāda-Tradition mit Wolfgang Krohn. Sitzen, achtsame Körperübungen, Lehrgespräch. Neu Hinzukommende bitte in der BGH anmelden.

Monatliche Veranstaltungen

ZWEITER SAMSTAG im Monat, außer in den Hamburger Schulferien sowie an Feiertagen, **11–17 Uhr: offene Vipassanā-Nachmittage.** Achtsamkeit im Sitzen und Gehen. Von 11-13 Uhr Brunch; wer mag, bitte etwas für das Büfett mitbringen. Info bei Uta, Tel. 040-6302895 oder Ute 040/7353338

ZWEITER SAMSTAG im Monat, 18–20 Uhr: Lehrredenkreis

DRITTER SAMSTAG im Monat, 14.30–17.30 Uhr: Studienkreis Zen.

Die heutige Zenpraxis und ihre Entwicklung in Indien, China, und Japan.

JEWEILS EIN SONNTAG im Monat, 13–17 Uhr: Meditation ohne Tradition und religiöse Bindung, mit Stephan Bielfeldt (nach Toni Packer). Info unter www.Springwater-Meditation oder Tel.040-6014226.

Nächste Termine; 24.5., 21.6., 26.07., 23.08., 27.09, 25.10., 22.11. und 13.12.

ALLE ZWEI MONATE Nachtsitzen. Wir machen die Nacht zum Tage. Wir sitzen von 21 bis 9 Uhr, zwölf Stunden in der Nacht. Es gibt die Möglichkeit zum Dokusan bei JiKo, wir hören Vorträge – und werden zur Stärkung etwas Warmes essen. Termin auf der Homepage:www.zen-kreis-hamburg.de und bitte anmelden bei JiKo. Tel. 0175-5681556 oder unter zazen@zen-kreis-hamburg.de
Bitte auf unserer Homepage <http://www.bghh.de> die Termine wegen möglicher Änderungen überprüfen.

Hinweis: Bei allen Angaben zum Programm sind Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Haftungsausschluss: Für fahrlässig verursachte Schäden aller Art wird die Haftung des Vereins ausgeschlossen. Ebenso ist ein Haftung des Vereins bei Schäden psychischer oder physischer Art ausgeschlossen.