

Das Studienprogramm der
Deutsche Buddhistische Union (DBU)

Wissen – Verstehen – Erfahren
Buddhistische Weisheit in der Vielfalt der Traditionen

lädt ein zur Seminar (Modul Weisheit und Mitgefühl)

**Weisheit und Mitgefühl –
die beiden Flügel der buddhistischen Meditation**

Referenten: Ron Eichhorn und Franz-Johannes Litsch

6.-8. Oktober 2017 im Karma Chang Chub Chöphel Ling in Heidelberg

Weisheit wird im Buddhismus u.a. ‚Erwachen‘ genannt und vor allem über die Praxis der Einsichts-Meditation erlangt. Der Pali-Kanon des Theravada nennt das: „Die Phänomene der (gegenwärtigen) Wirklichkeit sehen, wie sie (wechselseitig) geworden sind.“ Im Lotos-Sutra des Mahayana geht es darum, „den wahren Aspekt aller Phänomene zu erkennen“. **Mitgefühl** ist das Denken, Fühlen und Handeln, das sich aus dem Erwachen ergibt. Die beiden Referenten wollen mit den Teilnehmern erörtern, wie **Weisheit und Mitgefühl** zu verstehend sind und wie wir unser alltägliches Denken und Handeln im Umgang mit unseren Mitmenschen, der Natur, der Arbeit etc. nach diesen Qualitäten ausrichten können.

Ron Eichhorn ist seit über 30 Jahren praktizierender Buddhist, hat Praxis-Erfahrungen im Zen und Tiantai Buddhismus und ist Filmregisseur von Beruf. Er ist Mitglied des Vorstands der European Buddhist Union und Mit-Initiator des inter-religiösen Projektes ‚Orte der Stille‘ in Berlin (www.orte-der-stille-berlin.de). Ron befasst sich hauptsächlich mit Mahayana-Texten wie dem Diamant-, Avatamsaka- und speziell dem Lotos-Sutra sowie den Schriften des Gründers der Tiantai Tradition, Zhi Yi (538-597). Ron ist Schüler der Dharma Lehrerin Ji Kwang Dae Poep Sa Nim, meditiert täglich und nimmt regelmäßig an Retreats teil.

Franz-Johannes Litsch, Studium der Architektur und Kunstgeschichte, Berufstätigkeit u.a. am Umweltbundesamt in Berlin. Seit seiner Jugend auf dem Weg des Buddha. Zahlreiche Reisen, Klosteraufenthalte und Retreats in Asien und Europa. Schüler buddhistischer Lehrer aller großen Traditionen (Zen, Tibetisch, Theravada); seit 18 Jahren Vipassana-Praktizierender. Setzt sich für einen gesellschaftlich, humanitär und ökologisch engagierten Buddhismus ein. Autor und Referent zu Themen der buddhistischen Lehre und Praxis, des interreligiösen Dialogs und der östlich-westlichen Kultur- und Philosophiegeschichte. Derzeit Mitarbeiter im "Institut für interreligiöse Studien Freiburg".

Anmeldung über die DBU-Geschäftsstelle bei Bettina Hilpert, Amalienstr. 71, 80799 München, Tel. 089 45 20 69 3-0, info@dbu-brg.org oder Website der DBU: www.buddhismus-studium.de

Kosten des Seminars: 140 - 80 € (je nach Einkommen, Preiskategorien siehe Preistabelle unten) inklusive Materialien, Getränke und Snacks in den Pausen. Bitte überweisen Sie den Betrag spätestens fünf Werktage vor Beginn des Seminars auf das Konto der DBU, BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE59 4306 0967 7005 0505 02. Bei Rücktritt bis eine Woche vor Beginn des Seminars wird der Betrag bis auf 15 € Bearbeitungsgebühr zurückerstattet; danach nur, falls jemand nachrückt.

Veranstaltungsort: Karma Chang Chub Chö Phel Ling, Friedensstr. 20, 69121 Heidelberg,
www.kcl-heidelberg.de

Übernachtungsmöglichkeit: Übernachtungen im Gemeinschaftsraum des Tibetischen Zentrums im eigenen Schlafsack auf Matten für 10 Euro. Dusche, Toiletten und kleine Küche vorhanden.

Anreise siehe <http://www.kcl-heidelberg.de/index.php/unsere-zentrum/anfahrtsweg> Parken ist in der Friedensstr. nicht möglich; bitte Biethstr. (parallel zur Friedensstr. Richtung Ortsausgang) nutzen.

Verpflegung: Bitte Freitag vorher selbst verpflegen; es gibt etliche Restaurants und Läden in der näheren Umgebung. Samstagmittag voraussichtl. gemeinsames vegetarisches Essen via Catering.

Hinweis der DBU: Dies ist keine therapeutische Veranstaltung; Teilnehmer sollten psychisch gesund sein. **Koordinatorin des Wochenendes:** D. Wolter doriswolter@gmx.de (0160-310 77 41).

Vorläufiger Zeitplan

Freitag, 6.10.17

- 19.00 Begrüßung, Vorstellungsrunde, Organisatorisches
- 19.30 Weisheit und Mitgefühl im Theravada: Franz-Johannes Litsch (FJL)
- 20.00 Weisheit und Mitgefühl im Tientai-Buddhismus: Ron Eichhorn (RE)
- 20.30 Meditation zum Mitgefühl (FJL); Ende ca. 21 Uhr

Samstag, 7.10.17

- 9.00 Vier Arten der Meditation in Theorie und Praxis (RE)
- 9.30 Die philosophischen Grundlagen der buddhistischen Meditation (FJL)
- 10.30 Was uns das Avatamsaka-Sutra über den eigenen Geist lehrt (RE)
- 11.30 Pause
- 11.45 Zwei AGs: Den Geist geschickt zur Ruhe bringen (RE)
Einführung in die Samatha-Meditation (FJL)
- 13.00 Mittagspause
- 14.30 Einführung in die Vipassana-Meditation (FJL)
- 15.00 Mitgefühl aus der Sicht des Lotos Sutra und was wir daraus für unseren Alltag lernen können (RE)
- 16.00 Pause
- 16.15 Die Praxis des Mitgefühls und der Weg des Bodhisattva (FJL)
- 17.15 Gesprächsrunde, offene Fragen erörtern und klären (RE& FJL)
- 18.00 Widmung und Ende

Sonntag, 8.10.17

- 9.00 Sitzen, Gehen, Sitzen und Gehen, weder Sitzen noch Gehen (RE)
- 9.30 Weisheit und Mitgefühl als engagierter Buddhismus (FJL)
- 10.30 Zhi Yi's „Dreitausend Welten in einem einzigen Gedanken-Moment“ (RE)
- 11.30 Pause
- 11.45 Gesprächsrunde zur Integration von Weisheit und Mitgefühl im Alltag (RE& FJL)
- 12.45 Feedback, Abschluss, Widmung; ca. 13.00 Ende

Neues soziales Preissystem beim DBU-Studien-Programm

Beim DBU-Studienprogramm können Sie nun zwischen **Förderbeitrag** und **regulärem Beitrag** und **reduziertem Beitrag** wählen. Zusätzlich gibt es jetzt einen **Frühbucher-Rabatt** und eine **Prämie für Stammkunden**.

Damit die Unkosten gedeckt sind, müssen wir im Schnitt pro Teilnehmer 140 € pro Veranstaltung verlangen. Da viele Menschen mit wenig Geld auskommen müssen und sich diesen Betrag nicht leisten können, haben wir die Möglichkeit eines reduzierten Beitrags eingerichtet. Andererseits fällt es aber auch einigen Menschen nicht schwer, mehr zu zahlen. Wer es sich leisten kann und mag, hat nun die Möglichkeit, freiwillig den Förderbeitrag von 160 € zu übernehmen. Damit ermöglicht er es anderen, Veranstaltungen des Studienprogrammes zum reduzierten Beitrag von 80 € zu besuchen.

Wenn Sie schon immer einmal ein Pate für jemanden sein wollten, dann wählen Sie den Förderbeitrag und ermöglichen es so anderen mittels reduziertem Beitrag am DBU-Studien-Programm teilzunehmen.

Die neuen Preise im Überblick:

Wochenend Seminare

140 € regulärer Beitrag

120 € Frühbucherrabatt regulärer Beitrag bis 6 Wochen vor dem Kurs.

160 € Förderbeitrag, damit fördern Sie die Teilnahme einer einkommensschwachen Person

80 € reduzierter Beitrag für Menschen, die sich sonst die Teilnahme nicht leisten könnten (in besonderen Fällen auch noch weniger)

Treueprämie: Für Teilnehmer, die innerhalb von drei Jahren an mehr als 5 Kursen teilgenommen haben, ist der 6. Kurs frei.

Tagesseminare

45 € regulärer Beitrag

65 € Förderbeitrag

25 € reduzierter Beitrag

Zwei Tagesseminare zählen bei der **Treueprämie** wie ein Kurs.

Die Teilnahmegebühr versteht sich inklusive Materialien und Getränke und Snacks in den Pausen. Bei Rücktritt bis eine Woche vor Beginn des Seminars wird der Kursbeitrag bis auf 15 € Bearbeitungsgebühr zurückerstattet, danach nur, wenn jemand nachrückt. Die neuen Preise gelten ab dem 1.1.2016.