

Das Studienprogramm der
Deutsche Buddhistische Union (DBU)

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

lädt ein zur Seminar (Modul Buddhistische Ökonomie und Umwelt)

Suffizienz und Zufriedenheit aus Sicht des Dharma

Referenten: **Manfred Folkers** und **Michael Schmidt**

1.-3. Dezember 2017 in der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg (BGH e.V.)

Der Buddha hat als eine der Hauptursachen für das Leidhafte die Gier (Pali: taṇhā = Durst) benannt. Der Mensch wird von diesem „Immer-mehr-haben-Wollen“ getrieben und merkt nicht, wie er sich dadurch selbst immer mehr beraubt. Dies war wohl auch schon zu Zeiten des Buddha so, der daher einen Weg gesucht und gefunden hat, wie man diese u.a. Ursachen vermindern, vielleicht sogar auflösen kann. In den Vier Edlen Wahrheiten ist der Weg zu finden, der an seiner Wirksamkeit bis heute nichts verloren hat, man muss ihn *nur* selber gehen.

Um den Zwängen der von Mehrung, Konkurrenz und Folgenleugnung bestimmten Wachstums-Wirtschaft zu entkommen, ist die Entwicklung der buddhistischen Haltung „Samtusta“ besonders hilfreich. Sie wird im Aryavamsa-Sutra im Sinne von „Zufriedenheit“ und „Freude finden am Bewirken“ (Engagement) erläutert. Dies veranschaulicht den in der aktuellen Diskussion über Postwachstum und Gemeinwohl oft verwendeten Begriff „Suffizienz“: „Es ist alles vorhanden, was wir brauchen.“ (Thich Nhat Hanh)
Kurze Meditationen, Sutra-Lesungen, Erdberührungen und Qigong-Übungen werden das Programm abrunden.

Manfred Folkers ist Diplompädagoge und war Anfang der 80er-Jahre viel in Asien unterwegs. Seit fast 30 Jahren unterrichtet er Taijiquan und Qigong und leitet Wochenseminare an Volkshochschulen. 2004 wurde er von Thich Nhat Hanh zum Dharma-Lehrer (Chan Dai Dong) ernannt. Seit 1995 ist er Vorsitzender des Vereins „Achtsamkeit in Oldenburg“ und seit 2009 Mitglied des Rates der DBU und dort in der AG Umwelt aktiv. Er schreibt u.a. für „Buddhismus aktuell“ und ist Autor des Buches „Achtsamkeit und Entschleunigung - Für einen heilsamen Umgang mit Mensch und Welt“ (Theseus 2003).

Michael Schmidt hat sich seit mehr als 30 Jahren in Theorie und Praxis mit dem Buddhismus, besonders mit der Theravada-Tradition, beschäftigt. In zahlreichen Retreats hat er seine Kenntnisse erweitern können, in Myanmar (Burma) und Sri Lanka machte er buddhistische Studien. Er ist Mitglied im „Buddhistischen Bund Hannover“, war Mitglied des Rates der DBU, schreibt Artikel und hält Vorträge zu buddhistischen Themen, ist in der Theravada-AG der DBU aktiv und verfasste den Text „Zeremonien und Rituale“ für Buddhisten der Theravada-Tradition. Im Landkreis Schaumburg leitet er eine Meditationsgruppe.

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: Buddhistische Gesellschaft Hamburg e.V.; Beisserstr. 23, D-22337 Hamburg

Übernachtungsmöglichkeiten können wir in diesem Fall leider nicht anbieten.

Anreise siehe <http://www.bqhh.de/html/wegbeschreibung.html>

Verpflegung: Bitte Freitag vorher selbst verpflegen. Ab Samstag auf Wunsch gemeinsames Essen in Laufentfernung; es gibt etliche Restaurants und Läden in der näheren Umgebung.

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).

Eine **Online-Version** kann dieses Mal leider aller Wahrscheinlichkeit nach nicht angeboten werden.

Vorläufiger Zeitplan

Freitag, 1.12.17

- 19.00 Begrüßung, Vorstellungsrunde, Organisatorisches
- 19.30 Gegenwart als Praxisfeld des Dharma (MF)
- 20.00 Was sagt der Buddha zu dem Thema? (MS)
- 20.30. Meditation (Sitzen + Sutra-Lesung; MS); Ende ca. 21 Uhr

Samstag, 2.12.17

- 9.00 Meditation (Sitzen + Qigong-Übungen; MF)
- 9.30 Die Vier Edlen Wahrheiten (MS)
- 10.30 Gier, Hass und Verblendung: Die Peitschen der Gier-Wirtschaft (MF)
- 11.30 Pause
- 11.45 Die Situation des Einzelnen in der heutigen Gesellschaft (Disk.; Ltg. MS)
- 13.00 Mittagspause
- 14.30 Zitate zum Thema aus dem Palikanon (MS)
- 15.00 Meditation (MS)
- 16.00 Pause
- 16.15 Suffizienz als Grundlage einer nicht an Wachstum orientierten Ökonomie (MF)
- 17.15 Ökonomie und Ökologie: Wie passen sie zusammen? (Diskussion; Ltg. MF)
- 18.00 Danke und Ende

Sonntag, 3.12.17

- 9.00 Meditation (Sitzen + Erdberührungen; MF)
- 9.30 Samtusta: Die buddhistische Haltung „Zufriedenheit“ (MF)
- 10.30 Der „Mittlere Weg“ – Wie kann man ihn in der Praxis umsetzen? (MS)
- 11.30 Pause
- 11.45 Suffizienz und Zufriedenheit im Alltag (Diskussion; Ltg. MF + MS)
- 12.45 Feedback, Abschluss, Dank; 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.