



Wachstum oder Ent-wicklung? | Newsletter Ausgabe Januar(1)/2025

Liebe Leserinnen und Leser,

unseren ersten Newsletter in 2025 beginnen wir mit den besten Wünschen für das neue Jahr! Was auch immer es bereithält, wir wissen es nicht. Was wir wissen ist, dass es bei allen vielleicht berechtigt und mal mindestens verständlich kritischen Vermutungen im Hinblick auf zukünftige Ereignisse trotzdem gute Gründe für Zuversicht gibt. Der alte Meister Shantideva ist nicht unbedingt bequem, wenn er uns in seinem berühmten Vers zur Geduld fragt, was es denn nun nützt, innerlich ärgerlich zu sein, gleich ob wir den vermeintlichen Grund für etwas Unangenehmes ändern können oder nicht... Vielleicht hilft zusätzlich ein kurzer Blick auf die vielen Menschen, die Gutes bewirken, ein gutes Herz haben, Rücksicht nehmen und auf alle, die nicht darin nachlassen, die Welt ein bisschen besser zu machen... oder machen zu wollen. Da wäre zum Beispiel das Fördern vom Um- und Neudenken.



Das neue Jahr beginnt für viele Organisationen mit neuen Plänen, die in der Regel gemäß des „magischen Vierecks“ aus der Volkswirtschaftslehre das Wirtschaftswachstum mit Zahlen untermauern. Man könnte sich über diesen unumstößlichen Grundsatz wundern. Wie soll er für alle und immer gelten können? Und was hat das eigentlich mit dem Dharma zu tun? Na ja, Sie wissen schon, „Dharma ist immer“. :-) Worin uns diese (und andere...) Lehre(n) bestärkt, ist das genaue Hinsehen, das Hinterfragen, bestenfalls mit einem klaren Blick. Ein zusätzlicher Seitenblick auf das Abhängige Entstehen ... könnte den Umgang mit Wirtschaftswachstum geradezu revolutionieren. Stellen wir uns vor, Planer würden die kompletten Auswirkungen ihres gewünschten Wachstums berücksichtigen... In einem **Beitrag von Tibet und Buddhismus aus dem Jahr 2010**, also vor 15 Jahren, hat u. a. Karl-Heinz Brodbeck interessante Fragen dazu notiert. Oder lesen Sie einen **Beitrag aus 2011**, indem es um Bhutans Verweigerung des „Wachstumswahn“ geht.

Die neue Programmübersicht

Auf unserer Webseite befindet sich das **neue Programm zum 1. Halbjahr 2025**. Für die weiterführenden Informationen können Sie auf die als Link erkennbaren Bereiche klicken und werden sofort weitergeleitet zur jeweiligen Veranstaltungsseite auf der die Online-Anmeldung möglich ist.



Feierlichkeit anlässlich des Geshe-Titels von Geshe Lobsang

Am 21. Dezember konnten wir in großer Runde, in einem übervollem Tempel, den Geshe-Titel von Geshe Lobsang feiern. Es war eine riesige Freude, dass so viele Menschen gekommen sind. Ein bewegender Nachmittag in Gemeinschaft.



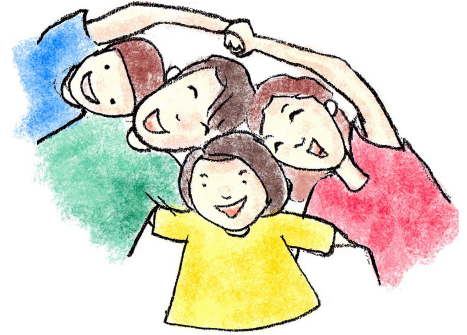
Für die kommenden Generationen:

Erzählen Sie gerne auch anderen von unseren Treffen und Veranstaltungen für die jüngere Generation:

Jugendtreff "Buddha bei die Fische" (04.02.25, 16 - 18 Uhr, HH City)

Offener Kinder- und Jugendtreff (26.01.25, 14:30 - 16 Uhr, HH City/draußen)

Yoga für Kinder und Jugendliche (21.01.25, 17:30 - 18:15 Uhr, HH City)

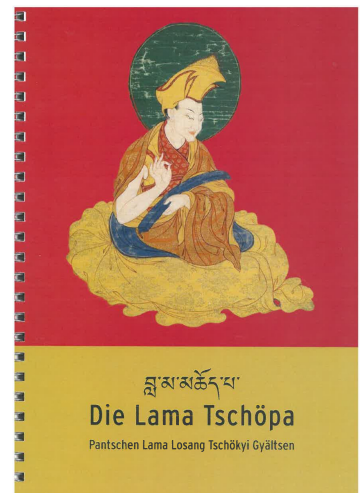


Immer geöffnet: unsere Schatztruhe

Unser digitales Kaufhaus, die **Schatztruhe**, ist 24 Stunden für Sie geöffnet.

In unserer **Schatztruhe** finden nicht nur Erwachsene, sondern auch die jungen Entdecker von morgen eine Fülle an anregenden und motivierenden Büchern.

Info: *Selbstabholung (Standort Berne) ist möglich.*
Voraussetzung sind die Zahlarten per Paypal oder Klarna.



Programmhinweise (Auszug)

Alle geplanten Veranstaltungen finden Sie mit den jeweils aktuellen Informationen in unserem **Terminkalender** auf unserer Webseite. Die aktualisierte Programmübersicht mit Verlinkungen zu den Veranstaltungsdetails finden Sie **hier**. (Download und Ausdruck sind möglich.)



Das Grundstudium — nachträglicher Einstieg noch bis Februar möglich.

Ein nachträglicher Einstieg ist bis Februar 25 möglich!
Freuen Sie sich auf lebendiges Lernen in einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten.
Umfassende Kenntnisse des Buddhismus nach der indo-tibetischen Tradition stehen im dreijährigen Grundstudium auf dem Lehrplan.

Informationen.

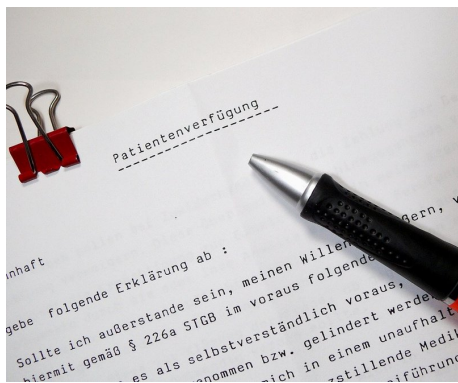


Jahreskurse — nachträglicher Einstieg noch bis Februar möglich.

Ein nachträglicher Einstieg in die zwei neuen Jahreskurse, die im Direkt-, wie auch im Fernstudium belegbar sind, ist noch möglich.

- **Jahreskurs Śūnyatā - Die Weisheit der Leerheit**
- **Jahreskurs Tantra - Die Lehre des Geheimen Mantra**

Januar / Februar



Vortrag: Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht aus buddhistischer Sicht

Ziel dieses Seminars ist es, den Teilnehmenden vor dem Hintergrund der buddhistischen Sicht auf das Sterben und den Tod zu befähigen, eine Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung zu erstellen. Am So., den 26.01. (11 - 13 Uhr), mit **Dr. med. Wolfgang Trescher**.

[Informationen.](#)



Vortrag: SEE-Learning

Wie lernen Menschen glücklich, friedvoll und verantwortungsvoll miteinander zu leben? Und wie können Bildungseinrichtungen junge Menschen darin unterstützen? SEE Learning (Soziales, emotionales und ethisches Lernen) ist ein Bildungsprogramm, das an der Emory Universität in Atlanta, USA für den internationalen Einsatz entwickelt wurde. Am So., den 01.02.25 (11 - 13 Uhr).

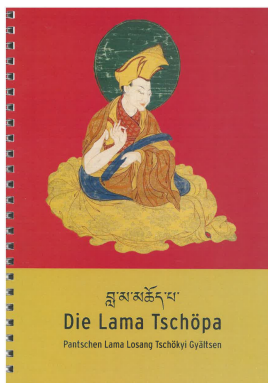
[Informationen.](#)



LAMRIM CHENMO (Teil III)

Über mehrere Jahre hinweg (insgesamt 2-4 Jahre mit 9 Wochenenden pro Jahr) kommentiert Geshe Pema Samten dieses maßgebliche Werk der Gelug-Tradition des Tibetischen Buddhismus. Die Tradition des „Stufenwegs zur Erleuchtung“ geht auf den großen indischen Meister Atisha zurück. Der dritte Teil beginnt ab dem 08./09.02.25.

[Informationen.](#)



Kurs: Guru Yoga anhand der Lama Tschöpa

Geshe Sönam Namgyäl (Übersetzung: Elisabeth Steinbrückner) wird die Bedeutung von Guru Yoga anhand der Lama Tschöpa erklären. Die Lama Tschöpa (wörtlich: „Verehrung des Lamas“) ist eine tiefgründige Praxis aus dem Tantra. Vom 03. - 12.02.25 in Semkye Ling.

[Informationen.](#)



Gesprächskreis - Wir werden älter (Meditation und Austausch)

Die besondere Gelegenheit zum Austausch und zur vertiefenden Auseinandersetzung mit der Situation und den Möglichkeiten in der reifen Lebensphase. I. d. R. am 1. Montag des Monats, um 10:30 - 12 Uhr, HH City. Nächster Termin **03.02.25.**

Hinweis: Vom 17.02.-07.04.25 (immer Mo. 10.30 - 12 Uhr) findet der Kurs "**Gütig und weise alt werden - Innerer Frieden und Würde**" statt. Seminarnr.: 2502-CI-01 CI (Nähere Infos finden Sie zeitnah auf unserer Website.)

[Informationen.](#)

März



Mitgefühl in schwierigen Zeiten

Das Große Mitgefühl (Mahåkaruna) ist der Wunsch, angesichts der unzähligen Leiden der Lebewesen, sie alle von ihrem Schmerz zu befreien. Diese Einstellung bringt unendliche Vorzüge mit sich. Khen Rinpoche Geshe Pema Samten wird uns alltagstauglich aufzeigen, wie wir unser Mitgefühl in schwierigen Zeiten beibehalten und sogar weiter ausbauen können. Vom 03. - 06.03., die Teilnahme ist nur online möglich.

[Informationen.](#)



Wir hören zu

Unsere Sangha-Hilfe unterstützt Menschen, die Hilfe benötigen. Sie können sich [hier](#) über diese wertvolle Arbeit informieren.

ACHTUNG: *es gibt keine festen Zeiten mehr für Telefon-Termine. Für persönliche Gespräche melden Sie sich bitte unter sangha-hilfe@tibet.de an.*

Regelmäßig finden auch Meditationen mit der Sangha-Hilfe (am Fleet!) statt, merken Sie sich den nächsten Termin am **13.01.2025** bereits jetzt schon vor.

[Informationen.](#)



Ein Ort zum Praktizieren

Die Klausurhütten bei unserem wunderschönen Meditationshaus in der Lüneburger Heide bieten ideale Bedingungen für die persönliche Praxis.

Anfragen an [sl\(at\)tibet.de](mailto:sl(at)tibet.de).

[Informationen.](#)

Vernetztes

Buddha-Talk

Am Sonntag, den 19. Januar, wird **Tilmann Borghardt (Lama Sönam Lhündrub)** einen Vortrag zum Thema "**Was ist Mahamudra?**" halten. Online via Zoom (18 - 20 Uhr).

[Informationen.](#)



Buddha bei die Fische

Lassen Sie sich im Podcast mit Oliver Petersen und Pascal Herth auf erfrischende und tiefgreifende Weise inspirieren, [hier](#) gibt es den neuesten Podcast und alle bisherigen Folgen.

NEUSTE FOLGE: SPEZIAL - Zwei KI-Hosts führen durch die Shamata-Praxis



Informationen.

Liebe Leserinnen und Leser, im Gegensatz zum durchaus fragwürdigen ewigen Wirtschaftswachstum ist kontinuierliches inneres Wachstum eine gute Idee, nicht wahr. Allerdings, warum nicht auch das hin und wieder hinterfragen? Muss eine immerwährende „Zunahme“ (*Def. von Wachstum*) von irgendetwas erreicht werden? Schön wäre doch auch eine im wahrsten Sinne „Ent-Wicklung“. Dieses Wortspiel passt gut zum tiefer werdenden Blick nach innen und beschreibt den erhellenden Vorgang, der Klarheit bei Verwicklungen jeglicher Art in Aussicht stellt, ohne dass etwas anwachsen muss. Wir wünschen Ihnen in diesem Sinne einen guten Start in das Jahr, gute Ent-wicklungen, wenig Ver-wicklungen, das nötige Wachstum und uns allen das stetige wohlwollende Hinterfragen.

Herzliche Grüße und Tashi Delek

Heike

Spingies

Marketing und

Öffentlichkeitsarbeit



P.S. Nur die entschlossene Freigiebigkeit vieler Spenderinnen und Spender ermöglicht uns, dass wir unsere Aktivitäten dauerhaft durchführen können, auch durch Krisen hindurch. Für diese unermüdliche Freigiebigkeit empfinden wir sehr große Dankbarkeit und neuen Ansporn für unser Wirken. Damit wir die Vereinsziele erfüllen können, sind wir als gemeinnütziger Verein durchgängig auf Spenden angewiesen. Helfen Sie uns deshalb bitte, wenn es Ihnen möglich ist, durch Ihre Spende mit dem Vermerk „Vereinsunterstützung“ auf unser Konto:

IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00

BIC: GENODEM1GLS

GLS Gemeinschaftsbank

Der Verein wird auch durch neue **Mitgliedschaften** unterstützt.

Tibetisches Zentrum e.V. | Hermann-Balk-Str. 106 | 22147 Hamburg
Telefon: 040 298434 100 | E-Mail tz@tibet.de | www.tibet.de

Geschäftsführender Vorstand: Andreas Bründer
Eingetragen ins Vereinsregister am Amtsgericht Hamburg VR 8702
Ust-Ident: DE118720751 | Steuer-Nr. 1744402332, FA Hamburg