

# Kagyü Samyé Dzong Nachrichten

Herausgeber: Kagyü Samyé Dzong Kirchheim e.V.  
Die Kagyü Samyé Dzong Nachrichten erscheinen unregelmäßig.  
ViSdP: Silvia Schwarzfeld; [info@kirchheim.samye.org](mailto:info@kirchheim.samye.org)



## Ausgabe Juni 2014

LIEBE MITGLIEDER UND FREUNDE,

Wir möchten Euch einmal wieder auf dem Laufenden halten, was rund um das Kirchheimer Samyé Dzong derzeit aktuell und relevant ist.

Nach Lama Yeshe's erfüllendem Besuch blieb ein wichtiges Thema die Haus-suche für ein neues Zentrum. Er schlug vor, evtl. das Stadtzentrum zu behalten und zusätzlich auf dem Land etwas zu finden für Wochenendkurse, Retreat etc.

Verstärkt bringen wir uns dieses Jahr in den Interreligiösen Dialog in Kirchheim ein.

Vom 27. – 29. Juni erwarten wir Hanna Hündorf. Sie wird am Freitag, 27., von 17.00 Uhr an einen Workshop "Aus Ärger wird Mitgefühl" (eine Veranstaltung gemeinsam mit der Volkshochschule) abhalten, am Wochenende darauf Block IV des 3jährigen Studienkurses.

Es wird auch, vermutlich im Juli, wieder Gelegenheit sein, die Ärztin für tibetische Medizin, Mingji Cuomu, zu treffen.



## EIN BRIEF VON TONI PÖRTNER

### Ferien- & Retreathaus zu vermieten!

Liebe Dharmafreunde

Wir sind weiterhin auf der Suche nach einem Zentrum, das allen Wünschen gerecht wird und möglichst vielen zugute kommt.

Lama Yeshe's Idee ist, unser bisheriges Zentrum zu behalten und ein zweites Zentrum auf der Alb zu finden. Das könnte von Beginn an als Retreat & Ferienhaus genutzt werden, um in Ruhe den weiteren Ausbau zu planen und zu finanzieren.

Vielleicht scheint Lama Yeshe's Vision ein wenig ungewöhnlich. Aber ich denke, er hat Recht, dass für uns ein Platz der Entspannung und Erholung genauso wichtig ist wie Studium und formelle Praxis.

In Ochsenwang steht nun ein Bauernhaus mit großer Scheune zum Verkauf, das viele Ausbaumöglichkeiten bietet.

Die Finanzierung scheint im Moment schwierig, es sei denn, es finden sich genügend Interessenten, die für 50 - 100 Euro im Monat gemeinsam ein Ferien- & Retreathaus auf der Alb nutzen möchten.

Mit dem weiteren Ausbau könnten wir uns dann Zeit lassen, um in Ruhe zu planen, die Finanzierung zu sichern und ohne Druck und Stress ein Dharmazentrum auf dem Land zu verwirklichen.

Ochsenwang ist mit dem Auto ca. 20 min. von Kirchheim entfernt. Es liegt in landschaftlich reizvoller Umgebung mit Breitenstein, Randecker Maar, Torfmoor und Bissinger Tal in nächster Nähe.

Das Haus hat 6 Zimmer, Küche, Bad und WC.

Im Dachgeschoss ist ein Meditations- und Yogaraum möglich. Hinter dem Haus ist ein großer ruhiger Garten.

Bei 6 nutzbaren Zimmern und 20 Interessenten könnte theoretisch jeder max. 110 Übernachtungen/ Jahr buchen.

Grundsätzlich interessiert? Dann meldet euch bitte bei [tonipoertner@gmx.de](mailto:tonipoertner@gmx.de) für weitere Informationen.

Nebenher würden wir die Scheune in einen Schreinraum verwandeln und andere Baumaßnahmen durchführen, um das Objekt seiner Nutzung als Buddhistisches Zentrum mit Kursen, Café, Shop etc. zuzuführen.

## LAMA YESHE LOSAL RINPOCHE

Im März durften wir Lama Yeshe in Kirchheim haben. Es war eine sehr inspirierende Zeit für uns alle. Überraschend für uns war sein Wunsch, eine „Stimme“, einen „Sitz“ bei uns zu erhalten. Da es der Tag vor der Vorstandswahl war, wählten wir ihn direkt in den Vereinsvorstand. Seine Rolle ist eine mehr passive, doch im Zweifelsfall wird er sich einschalten.



Er wünscht sich sehr, dass wir bald mit der Vergrößerung des Zentrums voran- kommen, damit noch mehr Positives geschieht. Da er über unsere Schwierigkeiten, ein geeignetes Objekt zu finden, unterrichtet ist, schlug er vor, das bisherige Zentrum einfach zu be- halten wegen seiner guten Er- reichbarkeit in der Stadt. Zusätz- lich sollten wir dann etwas auf dem Land schaffen, für Wochen-

endkurse, Retreats usw. Aus diesem Grunde sind wir derzeit nach allen Seiten offen. Am Albrand haben wir ein Bauernhaus gefunden, das einiges Potential hat, aber auch arbeits- und geldintensiv zu sein verspricht. Bitte lest hierzu auf Seite 2, was Toni, der voraussichtlich für alles Bauen zuständig sein wird, ge- schrieben hat.

## BITTE UM UNTERSTÜTZUNG BEI DER GEBÄUDE- / GRUNDSTÜCKSSUCHE

Da wir bisher nicht sicher sind, DAS Objekt gefunden zu haben, erhalten wir diese Bitte hier aufrecht:

Bitte helft uns bei der Suche nach einem Gebäude, in dem ein (oder gar mehrere) großer Schreinraum, Wohnung für Lehrer, Büro, Gemeinschaftsraum und möglichst noch mehr Platz finden können, oder einem Grundstück, das ein entsprechendes Gebäude ermöglicht.

Haltet die Augen offen, durchforstet Zeitungen, fragt bei Maklern.....und gebt uns Bescheid, wenn Ihr meint, das Gefundene könnte passen.

DANKE!!!!

## KARMAPA IN DEUTSCHLAND

Ende Mai/Anfang Juni besuchte seine Heiligkeit, der 17. Karmapa Ogyen Trinley Dorje, nach Jahren erfolgloser Bemühungen darum, erstmals Deutschland und damit Europa. Einige Praktizierende unseres Zentrums konnten ihn entweder in der Eifel oder in Berlin erleben; gleichzeitig trafen hier viele Freunde, die zu anderen Samye Ling – Zweigen gehören, aufeinander. Ebenso waren sehr viele hohe Rinpoches und andere bekannte Dharmaleute versammelt.

Die Präsenz seiner Heiligkeit ist nicht mit Worten zu beschreiben. Sein Auftreten war dabei sehr bescheiden, warm und offen.

Sein Besuch wurde auch in den Medien stark aufgegriffen. Stellvertretend für andere Beiträge sei hier auszugsweise ein Interview in der Zeitung „Die Zeit“ wieder gegeben.

12. Juni 2014 DIE ZEIT „WIR MÜSSEN REDEN“

### **Ein junger Tibeter in Mönchsrobe begeistert den Westen. Er trägt den Titel Karmapa und könnte die Zukunft des Buddhismus sein. Ein Gespräch mit Orgyen Trinley Dorje**

*Vor diesem sanften Mann fürchten sich die mächtigen Nationen China und Indien – denn als religiöser Lehrer ist er die Hoffnung der jungen Tibeter, und als Wachstumskritiker zieht er bei seinen öffentlichen Reden Tausende Menschen an. Bisher durfte Orgyen Trinley Dorje nicht nach Europa reisen, jetzt war er zum ersten Mal in Berlin. Beim Interview trug der Karmapa ein weinrotes Mönchsgewand, eine gelbe Schärpe hängt über seinen Schultern, der Kopf ist rasiert. Seine großen Themen sind Liebe und Mitgefühl, Ökologie sowie Frauenrechte. Er ist ein Star des globalisierten Glaubens, aber tritt wie ein einfacher Mönch auf. Zur Begrüßung in Berlin schüttelt er den Redakteuren die Hand und sagt freundlich: „Guten Morgen“. Begleitet wird er von zwei Nonnen, die eine wird für ihn übersetzen. Er versteht zwar Englisch, doch er antwortet lieber auf Tibetisch. Nur manchmal, wenn eine Frage ihn besonders bewegt, reagiert er spontan auf Englisch.*

Abschrift des zweiten Teils des Interviews:

ZEIT: Mit dem Buddhismus verbindet man in den westlichen Kulturen vor allem Friedfertigkeit und Ausgeglichenheit. Besaßen Sie diese Eigenschaften, oder mussten Sie sie im Laufe der Zeit erwerben?

**Karmapa:** Wissen Sie, ich bin noch nicht sehr alt. Aber ich habe viel erlebt, auch viel Schlechtes, etwa meine überstürzte Flucht aus Tibet in aller Heimlichkeit. Ich bin älter, als meine Lebensjahre erscheinen lassen. Dass ich das alles überstehen konnte, hat natürlich mit dem Buddhismus zu tun. Ich kann

Ihnen aber nicht wirklich erklären, wie das funktioniert. Vielleicht hängt es mit meiner buddhistischen Prägung zusammen. Es hat nichts damit zu tun, dass ich häufig bete. Ich habe den Dharma, die Lehren des Buddha, schon kennengelernt, als ich noch sehr klein war. Ich trage sie im Herzen und im Geist. Sie geben mir Stärke.

ZEIT: Gibt es etwas, was wir im Westen vom Buddhismus lernen sollten?

**Karmapa:** Wenn wir an Religion denken, dann fallen uns oft vor allem Regeln, Rituale und Gewohnheiten ein. Ich glaube aber, dass Spiritualität in unser aller Natur liegt, dass wir ganz spontan über sie verfügen. Sie ist ein tiefes Wissen, das Menschen schon sehr früh erfahren haben, als es noch keine festen religiösen Lehren gab. Alle Religionen wurzeln in diesem Wissen. Über die Zeit hinweg erstarrte die Spiritualität jedoch in Traditionen, und wir haben unseren spontanen Zugang zu ihr verloren. Buddhas wichtigste Lehren haben alle mit dem wirklichen, mit dem tatsächlichen Leben zu tun.

ZEIT: Wie sollen wir das verstehen?

**Karmapa:** Es ist sinnvoll, diese Lehren zu studieren, wenn wir beispielsweise wissen wollen, warum wir anderen Menschen mit Mitgefühl und liebevoller Zugewandtheit begegnen sollen. Die wirkliche Motivation für diese Haltung sollte aber aus unserer eigenen Erfahrung kommen. Wenn wir unsere Erfahrungen zur Grundlage unseres Handelns machen, dann merken wir auch, dass wir als Menschen für andere Menschen mitverantwortlich sind. Dass wir unserem Leben einen Sinn geben können. Dass wir Fehler machen, aber aus ihnen lernen können, und dass die Spiritualität uns dabei hilft. Sie macht uns Mut. Statt uns zu fragen, was Buddha uns lehren kann, sollen wir besser fragen: Was kann die Wirklichkeit uns lehren? Buddha hilft uns nur dabei, die Realität zu unserem Lehrer zu machen.

ZEIT: Aber es gibt doch ganz unterschiedliche Realitäten. Es macht einen riesigen Unterschied, ob man in einem Kloster in Tibet lebt oder in Berlin-Mitte. Haben wir alle Zugang zur Spiritualität - und ist sie immer dieselbe?

**Karmapa:** Es stimmt, wir kommen aus ganz unterschiedlichen Kulturen. Wir haben sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht und vertreten verschiedene Meinungen. Deswegen gibt es ja auch unterschiedliche spirituelle Wege und unterschiedliche Religionen. Ich persönlich glaube, dass es nicht gut wäre, wenn es auf der Welt nur eine Religion gäbe. Aber trotz aller Unterschiede gibt es auch Gemeinsamkeiten.

ZEIT: Welche?

**Karmapa:** Die Erfahrungen der Menschen ähneln sich doch insofern, als wir alle glücklich sein und nicht leiden wollen. Und wir wollen geliebt werden. Die Religionen sprechen an, was uns als Menschen vereint. Wir vergessen das



bloß immer wieder, weil wir uns zu sehr auf das konzentrieren, was uns unterscheidet. Deswegen trennen Religionen oft mehr, als sie vereinen.

ZEIT: Heute spitzt sich dieses Problem zu: Die Menschen bekämpfen sich im Namen der Religion.

**Karmapa:** Das ist schon sehr lange so. Es ist lächerlich und gefährlich zugleich. Ich bin davon überzeugt, dass es Religionskämpfe noch häufiger gab als heute. Heute ermöglichen die modernen Medien es nur, dass wir mehr davon erfahren. Deswegen ist es umso wichtiger, dass wir offen miteinander umgehen. Wir müssen reden. Es beginnt bereits damit, dass sich Menschen aus unterschiedlichen Kulturen regelmäßig und vor allem persönlich treffen. Wissen Sie, das Wort „Religion“ wirkt auf mich inzwischen ähnlich unpersönlich wie „Politik“ oder „Business“. Doch in Wahrheit geht es beim Glauben um unsere ganz persönliche Ethik, um unser individuelles Wertsystem.



S.H. Karmapa im Bodhicharya Zentrum in Berlin

- Der Karmapa lebt heute in Indien, im indischen Gyuto-Kloster in Dharamsala, nicht weit vom Wohnsitz des Dalai Lama entfernt. Offiziell gilt er als Flüchtling, argwöhnisch beäugt von der chinesischen Regierung. Die befürchtet, dass er zum Führer des tibetischen Widerstandes werden könnte. Auch deswegen äußert er sich nicht zu politischen Fragen. Doch er ist aktiv im Umweltschutz, er verwandelt die Klöster seines Ordens nach und nach in kleine Umweltzentren. Dort unterweisen die Mönche und Nonnen seines Ordens die Menschen der

*oft sehr armen Gegenden nicht mehr nur in religiösen Fragen, sie zeigen ihnen auch, wie sich die Natur mit einfachen Mitteln besser schützen lässt. Der Karmapa selbst ist seit ein paar Jahren überzeugter Vegetarier. Und er setzt sich aktiv dafür ein, dass Frauen im Buddhismus mehr Rechte bekommen.*

**ZEIT:** Der Buddhismus gehört zu den ältesten Religionen der Welt, und er muss, wie jede Religion, immer aktualisiert werden. Wie sehr sind Sie in Traditionen gefangen, und wie frei sind Sie, moderne Antworten auf moderne Fragen zu geben?

**Karmapa:** Wir glauben gern, dass Religion irgendwie altmodisch ist. Aber vielleicht brauchen wir gerade jetzt das alte Wissen. Wir Menschen haben zwar unglaubliche Fortschritte in Bildung, Wissenschaft und Technologie gemacht. Zugleich haben wir uns aber in anderen Bereichen rückwärts bewegt. Denken Sie nur daran, wie wir mit der Umwelt umgehen und wie stark unser Leben heute vom Konsum bestimmt ist. Viele moderne Technologien, all die Handys und Computer sorgen doch nur dafür, dass unsere Wünsche und Begierden immer größer werden. So werden wir unfrei und laufen in die falsche Richtung. Der Glaube kann uns auf einen anderen Weg führen, zu uns selber zurück. Wir müssen ihn nur neu und modern ausdrücken. Ich hoffe, dass ich dazu in der Lage bin.

**ZEIT:** Sie plädieren eindringlich dafür, dass wir unseren Umgang mit der Natur verändern. Muss ein moderner religiöser Führer heute ein Umweltaktivist sein?

**Karmapa:** Das weiß ich nicht. Lassen Sie mich auch diese Frage aus meiner Erfahrung heraus beantworten: Ich komme aus einer sehr entlegenen Gegend in Tibet. Wir leben als Nomaden, im Einklang mit der Natur. In meiner Kindheit habe ich ihre Schönheit unmittelbar erfahren. Dieser direkte Kontakt fehlt heute vielen Menschen. Mir liegt die Umwelt aus ganz persönlichen Gründen am Herzen. Ich bin aber auch fest davon überzeugt, dass sie das wichtigste politische Thema des 21. Jahrhunderts ist.

**ZEIT:** Die meisten Ökonomen würden sagen, dass Sie als Kind von Nomaden in einem unterentwickelten Land in einer wenig entwickelten Gesellschaft gelebt haben.

**Karmapa:** Was heißt denn unterentwickelt! Ich habe ehrlich gesagt Mitleid, wenn ich manche scheinbar „entwickelte“ Lebensweise betrachte. Es gibt in der sogenannten Ersten Welt viele Menschen, die angeblich viele Freunde haben, aber keine Zeit mit ihnen verbringen. Sie sehen ihre angeblichen Freunde nie, sie kommunizieren mit ihnen nur über Bildschirme. Sie haben Kontakt zu Dingen, nicht zu anderen Menschen. Bitte verstehen Sie mich nicht falsch. Sicher ist mancher Fortschritt gut. Aber innere Zufriedenheit hängt von etwas anderem ab. Wir müssen die richtige Balance wiederfinden.

**ZEIT:** Sie haben in diesem Gespräch oft von ihrer „persönlichen“ Ansicht gesprochen. Wie vereinbaren Sie sie mit den Zwängen, die sich aus Ihrer Rolle als spiritueller Führer ergeben? Gibt es da einen Widerspruch?

**Karmapa:** Nein. Denn als spiritueller Führer ist es für mich wichtig, authentisch zu bleiben. Der zu sein, der ich bin. Ich will direkt mit Menschen in Kontakt treten, von Herz zu Herz, anstatt ihnen etwas vorzugeben. Manchmal erhalte ich den Ratschlag, weniger offen zu sein, nicht alles direkt auszusprechen, denn es könnte ja missverstanden oder sogar missbraucht werden. Ich möchte aber offen sein, ich möchte Gefühle zeigen.

**ZEIT:** Dann lassen Sie uns am Ende über das Glück sprechen. Was macht Sie glücklich?

*Der Karmapa schweigt. Dann atmet er tief aus, reibt sich den Kopf und dann das Herz.*

**Karmapa:** Das ist eine große Frage. Ich glaube, das Glück hängt nicht von der Erfüllung unserer Wünsche ab. Ich musste viele Jahre warten, bis ich nach Europa kommen durfte. Jetzt hier zu sein entschädigt mich für viele Opfer, zum Beispiel dafür, meine Familie und Tibet verlassen zu haben. Aber ist das Glück? Früher hatte ich große Hoffnungen für mich persönlich und für die Welt. Aber es gehört zum buddhistischen Weg, seine Wünsche zu zügeln. Heute versuche ich, weniger Erwartungen an andere heranzutragen und stattdessen ihre Hoffnungen zu erfüllen, ihnen zu zeigen, dass es jemanden gibt, der sie liebt und sich um sie sorgt. Wenn ich merke, dass mir das gelingt: Ja, das macht mich zufrieden und glücklich.

Das Gespräch führten PETRA PENZLER und THOMAS E. SCHMIDT

## BELEHRUNG VON KARMAPA -ÜBERSETZT VON TONI PÖRTNER-



Auszug der ersten Hälfte der Mahamudra-belehrungen, zu finden auf You Tube unter Mahamudra Teaching Nurburgring Germany "

*Der Hauptgrund, Dharma zu praktizieren, ist, den Geist zu trainieren und zu verwandeln.*

*Manchmal haben Menschen große Probleme, und dann versuchen sie, mit Dharmapraxis diesen Problemen zu entfliehen um sich ihnen nicht stellen zu müssen. Oder sie unterdrücken sie gewaltsam.*



Das ist nicht der richtige Weg.

Manche Menschen denken, weil sie Dharma praktizieren, ist es nicht erlaubt, negative Gefühle wie Ärger, Eifersucht oder Anhaftung zu haben. Sie versuchen sie zu unterdrücken. Anstatt mit diesen Gefühlen zu arbeiten, tun sie, als ob sie nicht da wären. Das sollte man nicht tun. Es kann zu psychischen Problemen führen. Oder man kann diese Gefühle irgendwann nicht unter Kontrolle halten und sie erscheinen mit großer Macht. Deshalb müssen wir uns mit unseren Gefühlen beschäftigen. Wir müssen lernen mit ihnen umzugehen. Kontrolliert, aber nicht gewaltsam. Das ist meine persönliche Erfahrung.

Als Karmapa bin ich für manche Leute wie Buddha oder Gott - ohne Gefühle. Wenn ich Ärger zeige, dann sind sie geschockt. Oder sie denken, es ist nur gespielt. Aber manchmal bin ich wirklich verärgert. Ich denke, wir alle sind in einer ähnlichen Situation: weil wir Dharma praktizieren, hat man Erwartungen.



Aber zu praktizieren und auf der Stelle ein netter Mensch und ein guter Praktizierender zu werden, ist unrealistisch. Es ist nicht so einfach. Es braucht Zeit.

Ich denke, wir sollten eine Art Dialog mit unseren negativen Gefühlen führen, wir sollten uns mit ihnen beschäftigen, wir sollten sie erkennen und verstehen. Weil wir manchmal unsere eigenen Gefühle nicht erkennen, erscheinen sie uns wie Feinde, die uns überfallen. So sollte es nicht sein. Wir sollten uns mit unseren Gefühlen vertraut machen und anfreunden. Langsam, behutsam, ohne Zwang. Dadurch beruhigen sie sich ganz natürlich, und werden auf eine Art von selbst befreit. Das ist, wie wir mit unseren Emotionen arbeiten sollten.

Und als Beispiel erzähle ich jetzt eine Geschichte:

Da war einmal eine Familie. Mann und Frau und die Eltern des Mannes lebten zusammen. Die Frau hatte Schwierigkeiten mit ihrer Schwiegermutter. Das wurde so schlimm, dass sie es nicht mehr tolerieren konnte. Aber sie liebte ihren Mann und wollte sich nicht von ihm trennen. Die einzige Möglichkeit schien, die Schwiegermutter umzubringen. Sie ging also zu einem Doktor und bat ihn um Gift.

Der Doktor sagte:

*"Ich gebe dir etwas, das sehr langsam wirkt, damit es nicht zu auffällig ist. Außerdem solltest du zu deiner Schwiegermutter besonders nett und freundlich sein, sodass du nicht in Verdacht gerätst."*

*Die Frau beherzigte diesen Rat und im Gegensatz zu vorher war sie sanft und gütig. Dadurch veränderte sich auch das Verhalten der Schwiegermutter und die beiden verstanden sich immer besser. Obwohl die Freundlichkeit zu Anfang nur gespielt war, wurden die beiden wirklich Freunde und die Frau bereute ihren Plan.*

*Sie ging wieder zu dem Doktor und bat um Hilfe. Der meinte nur: "Ich hab dir kein Gift gegeben, aber ich wollte, dass sich eure Beziehung verbessert!"*

*Das ist also, wie wir mit unseren Gefühlen umgehen sollten. Nicht gewaltsam, freundschaftlich, Schritt für Schritt. Das ist die Vorgehensweise.*

Weitere Belehrungen gibt es unter <http://www.kagyutv.org/>

## **EIN ERLEBNIS MIT AKONG RINPOCHE VON ANI LHAMO** *-ÜBERSETZT VON KARIN COPPER-*

1984, um die Osterzeit herum, berief Akong Rinpoche ein Treffen aller Samye Dzongs ein. Thrangu Rinpoche gab gerade einen Kurs in Samye Ling, also wurde er eingeladen und saß neben Akong Rinpoche. Wir versammelten uns um einen großen Tisch herum, der auf dem Rasen des Häuschens, wo jetzt der "Versammlungsraum" (conference room) ist, aufgestellt worden war. Akong Rinpoche sagte, jedes Zentrum solle den Kauf von Grundbesitz anstreben und wir sollten uns nicht über die Kosten sorgen, und darüber, ob wir denn genügend Geld hätten. Er sagte, falls wir im Gefängnis landen sollten, wäre es eine gute Unterweisung und wir könnten ein Retreat daraus machen. Ich war gemeinsam mit anderen Leuten von Samye Dzong Glasgow bei dem Treffen, und wir waren sehr enthusiastisch bei dem Gedanken, ein Gebäude zu kaufen. Daran hatten wir davor nicht gedacht. Die darauffolgenden Monate verbrachten wir damit, etwas zu suchen, aber hatten kaum Erfolg.



Letztendlich sah ich Rinpoche ein Jahr später wieder und gab zu, dass ich nicht in der Lage war, mich zu einer Zahlung von Geld zu verpflichten, dass wir einfach nichts hatten (wir hatten nichts außer meinem Gehalt). Er war sehr gütig und machte überhaupt keinen Druck. Innerhalb einiger Tage fanden wir dann ein Haus, das mit einem Preis von 35.000 englischen Pfund gerade ein bisschen über dem lag, was wir uns leisten konnten. Zu dieser Zeit schossen die Immobilienpreise in Großbritannien in die Höhe, und wir nahmen an, dass ein Angebot um einiges höher sein müsste als der Anfangspreis, wenn es Erfolg haben sollte.

Es war ein Dilemma für uns, also rief ich Rinpoche an und fragte ihn um Rat. Er erkundigte sich nach ein, zwei Einzelheiten über das Haus und sagte dann: "Bietet 31.000 Pfund!". Ich nahm ihn beim Wort und gab die Information an die Gruppe weiter, die dann dachte, ich hätte etwas missverstanden. Jemand rief sogar bei Rinpoche an und teilte ihm mit, dass das nicht gehen würde. Ich informierte unseren Anwalt, was wir bieten würden, und er sagte, das Angebot würde nicht ernst genommen werden, aber ich bat ihn, trotzdem so vorzugehen.



Das tat er dann auch und rief ein paar Tage später zurück um mitzuteilen, dass es unglaublich sei, aber das Angebot sei angenommen worden.

Später mussten wir dann größere Arbeiten an dem Haus vornehmen lassen. Wir holten ein paar Kostenvoranschläge ein und ich sagte Rinpoche, dass ich der Meinung war, wir sollten das billigere Angebot akzeptieren. Er

sagte: "Holt ein Angebot ein", und ich dachte, er hätte mich nicht verstanden, also sagte ich "Aber wir haben doch schon zwei". Er sagte nicht viel (so wie es seine Art war) und wir fuhren mit der Arbeit fort.

Es war eine fürchterliche Pleite. Die Firma ließ uns hängen und drohte, uns zu verklagen, als wir nicht zahlen wollten. Da lernten wir, dass es weise ist, Akong Rinpoches Rat zu folgen, wie einfach und unangebracht er zunächst auch scheinen mag.

Später, um die Jahrtausendwende herum, traf sich Rinpoche mit einem Ling Gesar Medium, als er in Tibet unterwegs war, und brachte eine Aufnahme eines Epos mit zurück, das die Geschichte aller Leben der Akongs erzählt. Der zweite Akong, hieß es darin, würde rote, weiße und gelbe Blumen haben, die sich überall auf der Welt verteilen würden. Rinpoche erklärte, dass die Blumen für die drei Bereiche seiner Aktivitäten stünden: den spirituellen, den wohltätigen und den medizinischen. Jetzt zeigt sich, dass das bereits passiert und weitergeht.

Rinpoches Rat half uns in Samye Dzong Glasgow, das Fundament für ein mittlerweile großes und blühendes Zentrum zu legen. In ähnlicher Weise breiten



sich die drei Bereiche seiner Aktivitäten durch zahlreiche von seiner unermesslichen Einsicht, seiner Entschlossenheit und seinem Mut motivierten Taten überall auf der Welt aus und tragen zum Wohl aller Wesen bei.

Jetzt, wo er nicht mehr körperlich bei uns ist, stützt und inspiriert uns das Gefühl, durch unsere Beiträge zu seinen Aktivitäten weiterhin eine lebendige Verbindung zu ihm zu haben.

## WIR UND DER INTERRELIGIÖSE DIALOG

Schon früher hatten wir Interesse und Bereitschaft signalisiert, uns am „Interreligiösen Dialog“ in Kirchheim zu beteiligen. In diesem Jahr nun wurden wir vermehrt angesprochen und beteilig(t)en uns an mehreren Projekten.

So war der Erzählabend im April mit Reza Maschajechi und Caroline Wispler im April Teil davon. Am 1. Juni wurde der dem Zentrum nahe gelegene Bürgerpark feierlich eröffnet; wir freuen uns, dass wir bei dem den offiziellen Teil abschließenden „interreligiösen Gebet“ vertreten sein konnten.

Wer etwas darüber erfahren möchte, kann im Teckboten nachlesen: [http://www.teckbote.de/nachrichten/stadt-kreis\\_artikel,-Viele-Kulturen-%E2%80%93-und-ein-Park-fuer-alle- arid,83438.html](http://www.teckbote.de/nachrichten/stadt-kreis_artikel,-Viele-Kulturen-%E2%80%93-und-ein-Park-fuer-alle- arid,83438.html) .

Derzeit sind schon weitere Projekte am Laufen – so eine Präsentation der Kirchheimer Religionen für Jugendliche am 23. September in der Stadthalle und eine Beteiligung an einer Initiative „Stille Tage“.

Diese Möglichkeiten, den Menschen die Weisheit und Methoden des Buddhismus als etwas Positives, Hilfreiches erfahrbar zu machen, begrüßen wir dankbar.



## TARA ROKPA GRUPPE: EINFÜHRUNG AM 27. 7.

### **Tara Rokpa: mitgeföhlsbasierter Entwicklungsweg und Geistestraining**

In diesem Tagesseminar werden grundlegende Übungen aus dem TARA ROKPA Prozess vermittelt und ein Einblick in die Methode gegeben. Die Übungen beröhren körperliche, emotionale und geistige Aspekte unserer Erfahrung, dienen der Entspannung und Selbstheilung und der Entwicklung von Mitgeföhls mit uns selbst und anderen ([tararokpa.de](http://tararokpa.de)). Dieses Tagesseminar kann auch als Einführung für die weiterführende Gruppe dienen, die voraussichtlich ab Oktober in Kirchheim beginnt. Es kann auch als Übungstag genutzt werden, für diejenigen, die bereits erste Erfahrungen mit Tara Rokpa gemacht haben.

**Zeit:** So., 27.7.2014, von 11:30 bis 17 Uhr

**Ort:** Tibet. Zentrum, Alleenstrasse 18, 73230 Kirchheim unter Teck (Eingang von der Schülestrasse)

**Anmeldung und Information:** bei Heike Schelkle [hsfibu@aol.com](mailto:hsfibu@aol.com) Tel:07334 3817

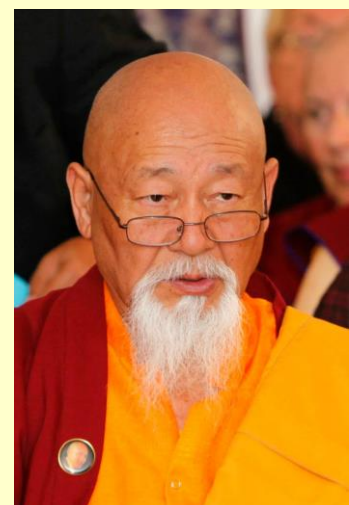
**Kursleitung:** Uwe Laumer, Dipl.-Psych., Regensburg.

## INFOS

### TIBETISCHKURS MIT BÄRBEL REINSCHMIDT

In Bärbel Reinschmidt konnten wir eine höchst qualifizierte Lehrerin für Tibetisch gewinnen. Geplant ist, in lockerer Folge immer wieder einmal einen Tag dem gemeinsamen Erlernen dieser für uns schweren, aber interessanten und lohnenden Sprache zu widmen.

Der nächste Termin wird am 13. Juli ab 10.00 Uhr stattfinden. Weitere Teilnehmer sind willkommen.





## CD-SERVICE

Wir nehmen regelmäßig „besondere“ Vorträge und Kurse auf und brennen sie auf CD.

Erhältlich sind

Lama Zangmo: „Der buddhistische Umgang mit Tod und Sterben“ (Kurs 15,- €)

Lama Yeshe: Inneres Potential und Selbstwert (Vortrag 7,- €)

Meditation leicht gemacht (Kurs 15 €)

Näheres über 'Heike Schelkle' [hsfibu@aol.com](mailto:hsfibu@aol.com)

## **TIBETISCHE SPRICHWÖRTER**

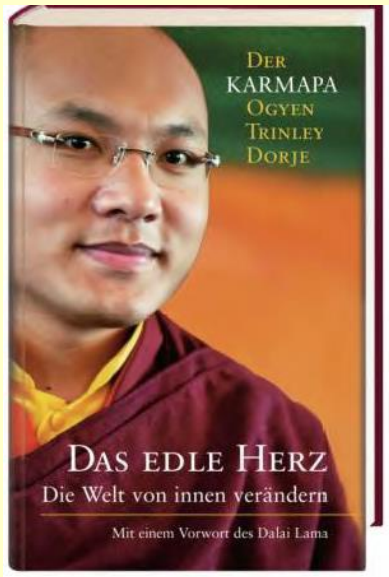
Lauterkeit bedeutet Buddha-Sein. Unlauterkeit bedeutet die Hölle.

In Wohlstandszeiten werden selbst Feinde zu freunden, in Notzeiten werden selbst Verwandte zu Feinden.

Was da hoch und lang ist, zerbricht leicht, was weiß und rein ist, wird leicht dunkelschwarz.



**BUCHVORSTELLUNG:  
DAS EDLE HERZ – DIE WELT VON INNEN VERÄNDERN  
-AUS DER REZENSION DES VERLAGS -**



*„Dieses Buch ist ein Beispiel dafür, wie buddhistische Ideen zu aktuellen Diskussionen beitragen können. Ich bin sicher, dass diejenigen, die versuchen, seine Anregungen im eigenen Leben auszuprobieren, nicht nur glücklichere Menschen werden, sondern zu einer glücklicheren und friedlicheren Welt im 21. Jahrhundert beitragen.“*

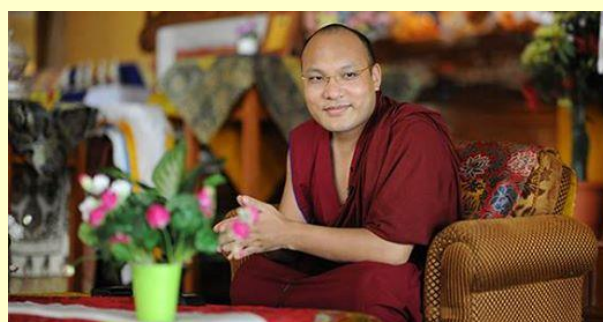
Aus dem Vorwort des Dalai Lama  
*Das edle Herz. Die Welt von innen verändern* ist kein buddhistisches Buch im herkömmlichen Sinn, sondern eines, das die Leserinnen und Leser ermutigt, die Welt, in der sie leben wollen, aktiv und konkret mitzugestalten. Der Karmapa widmet sich Themen, die uns heute auf den Nägeln brennen, wie Konfliktlösungsstrategien, Schutz unserer natürlichen Ressourcen, Ernährungsgerechtigkeit, Genderfragen, soziale Gerechtigkeit. Er zeigt, wie eng diese Bereiche mit unseren inneren Einstellungen verbunden sind, wie innere und äußere Veränderung zusammenwirken. Der Karmapa verdeutlicht, welche Kraft, Güte und Weisheit wir entfalten können, wenn wir unser edles Herz entdecken und dies zum Ausgangspunkt unseres Handelns machen. Ein wirklich ermutigendes, inspirierendes Buch!

Der Karmapa Ogyen Trinley Dorje: **Das edle Herz.** Die Welt von innen verändern

Mit einem Vorwort des Dalai Lama

edition steinrich 2014, Hardcover, 264 Seiten, ISBN 978-3-942085-39-7, Euro 19,90 [D]

Neben der gebundenen Ausgabe ist das Buch auch als eBook erhältlich: ISBN 978-3-942085-40-3, € 14,99



## REZEPT: SCHARFE GEBRATENE KARTOFFELN

Für 4-5 Personen

1kg Kartoffeln  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 Stück Ingwerwurzel (1-2 cm)  
2-3 Tomaten  
¼ TL Kurkuma  
1 TL Garam Masala (Sternanis, schwarzer Pfeffer, Sichuanpfeffer, Koriander, Kardamom, Zimt)  
1 TL Chilipulver  
1 Chilischote  
2 EL Öl  
½ TL Bockshornkleesamen

Die Kartoffeln gründlich waschen und in leicht gesalzenem Wasser garen. Abgießen, auskühlen lassen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen. Mit Tomaten, Kurkuma, Garam Masala und Chilipulver in ein hohes Gefäß geben und zu einer Paste pürieren. Die Chilischote halbieren und entkernen, das weiße Fruchtfleisch entfernen, die Schote in Streifen schneiden.

In einem Wok das Öl erhitzen und die Bockshornkleesamen andünsten. Die Paste hinzufügen und 1 Minute kochen, Die Kartoffeln hinzufügen und alles gut umrühren. Mit Salz abschmecken und mit der Chilischote garnieren.

## WIR BRAUCHEN...

### MITARBEIT:

- Wer könnte sich vorstellen, in einer *Fundraisinggruppe* mitzumachen?
- Wer hätte Interesse an einer *Gruppe für Öffentlichkeitsarbeit*?
- Wer versteht etwas von *Steuern*?
- Wer könnte die *Putzfeen* entlasten?
- Wer würde gerne unseren kleinen „Shop“ betreuen?

### SACHSPENDEN:

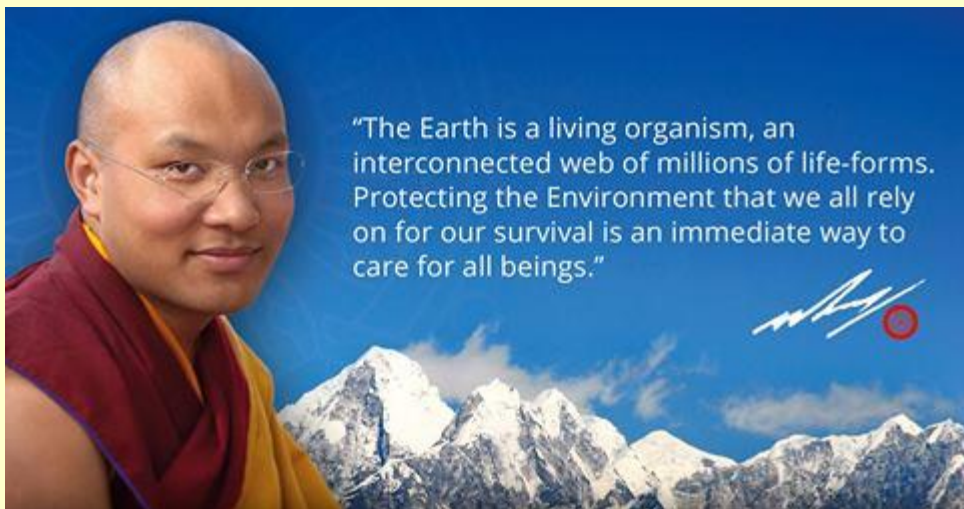
- Ständer für nasse Regenschirme
- Flipchart
- Schöner, großer Krug, um Wasser in die Opferschälchen zu füllen
- Kuchengabeln
- Milchkännchen

### RAUMNUTZUNG:

Ihr könnt uns auch unterstützen, indem Ihr unsere Räume für Euere Kurse o. ä. nutzt und uns dafür eine Spende gebt.

### AUSSERDEM...

suchen wir ein Haus oder eine Wohnung, wo wir Gäste, Lamas, Lehrer unterbringen können und so immer mehr zu einem großen Zentrum werden.



## TERMINVORSCHAU

Alle Veranstaltungen finden in unserem Zentrum statt – soweit nichts anderes angegeben.

### Juni 2014

So 22.	10.00 – 16.00	Kurs	Tibetisch	Bärbel Reinschmidt
Fr 27.	17.00 – 20.00	Workshop <b>vhs</b> 	"Aus Ärger wird Mitgefühl"	Hanna Hündorf
Sa 28.	8.30 – 9.30 10.00 – 16.00	Puja  Studienkurs	Grüne Tara  Jahr 1 Block IV	Hanna Hündorf

So 29.	10.00 – 16.00 16.00 – 17.00	Studienkurs  Puja	Jahr 1 Block IV  Chenresig	Hanna Hündorf
-----------	--	-------------------------	----------------------------------	---------------

### Juli 2014

So 13.	10.00 – 16.00	Kurs	Tibetisch	Bärbel Reinschmidt
So 27.	11.30 – 17.00	Einführungstag	Tara Rokpa	Uwe Laumer

### September 2014


So 14.	10.00 – 16.00	Kurs	Tibetisch	Bärbel Reinschmidt
Do 18.	15.00 – 17.00 18.00 – 19.00 19.30 – 20.15 20.15 – 21.00	Begegnung  Kurs  Meditation  Puja	Offene Tür  Erklärungen zur Medizin- buddha-Praxis I  Meditation für alle  Chenresig	Ani Semchi
Fr 19.	17.00 – 17.30 18.00 – 20.00	Shine-Meditation  Filmabend	Einstimmung in ein be- sonderes Wochenende  Der besondere Film- abend (Knabberzeug mitbringen)	Ani Semchi
Sa 20.	10.00 – 16.00	Studienkurs	Jahr 2 Block I	Ani Semchi



So 21.	10.00 – 16.00	Studienkurs	Jahr 2 Block I	Ani Semchi
Mo 22.	8.30 – 9.30 18.00 – 19.00 19.30 – 21.00	Meditation  Workshop  Wöchentlicher Studienkreis	Meditation zum Wo- chenanfang Achtsamkeit im Umgang mit unseren Emotionen  „Den Tiger zähmen“	Ani Semchi
Mi 24.	8.00 – 9.00 9.00 – 10.00 18.30 – 19.30 20.00 – 21.00	Puja  Meditation  Kurs (4 Abende)  Meditation	Grüne Tara  Meditation  Anfängermeditation  Fortlaufende Meditati- onsgruppe	Ani Semchi
Do 25.	18.00 – 19.00 19.30 – 20.15 20.15 – 21.00	Kurs  Meditation  Puja	Erklärungen zur Medizin- buddha-Praxis II  Meditation für alle  Medizinbuddha	Ani Semchi
Fr 26.	18.00 – 20.00	Workshop  	Mitgefühl und Achtsam- keit – Grundgedanken des Buddhismus und ihr Wert in der aktuellen Welt	Ani Semchi
Sa 27.	10.00 – 16.00	Kurs	Die besonderen Prakti- ken des Vajrayana- Buddhismus: Einführung in die Praxis der Grünen Tara	Ani Semchi

So 28.	10.00 – 16.30  Ab 15.00	Kurs  Puja	Die besonderen Praktiken des Vajrayana-Buddhismus: Einführung in die Praxis der Grünen Tara  Guru Rinpoche Tsok Puja	Ani Semchi
Mo 29.	8.30 – 9.30 18.00 – 19.00 19.30 – 21.00	Meditation  Workshop  Wöchentlicher Studienkreis	Meditation zum Wochenanfang Achtsamkeit im Umgang mit unseren Emotionen  „Den Tiger zähmen“	Ani Semchi

### Oktober 2014

Mi 1.	8.00 – 9.00 9.00 – 10.00 18.30 – 19.30 20.00 – 21.00	Puja  Meditation  Kurs (4 Abende)  Meditation	Grüne Tara  Meditation  Anfängermeditation  Fortlaufende Meditationsgruppe	Ani Semchi
Do 2.	17.30 – 19.30  19.45 – 21.00	Workshop   Meditation, Puja	Meditationen, um das Herz zu öffnen  Meditation, Chenresig	Ani Semchi
Fr 10.	17.00	Seminar	Tara Rokpa	Uwe Laumer, Uli Küstner, Petra Niehaus
Sa 11.		Seminar	Tara Rokpa	Uwe Laumer, Uli Küstner, Petra Niehaus
So 12.	Bis 13.00	Seminar	Tara Ropka	Uwe Laumer, Uli Küstner, Petra Niehaus

Sa 25.	10.00 – 16.00	Kurs	Mut, Vertrauen und Mitgefühl	Lama Zangmo
So 26.	10.00 – 16.00	Kurs	Mut, Vertrauen und Mitgefühl	Lama Zangmo

**Dezember 2014**

Fr 12.	17.00 – 20.00	Workshop 	Achtsamkeit und Meditation	Hanna Hündorf
Sa 13.	8.30 – 9.30 10.00 – 16.00	Puja  Studienkurs	Grüne Tara  Jahr 2 Block II	Hanna Hündorf
So 14.	10.00 – 16.00 16.00 – 17.00	Studienkurs  Puja	Jahr 2 Block II  Chenresig	Hanna Hündorf

**Januar 2015**

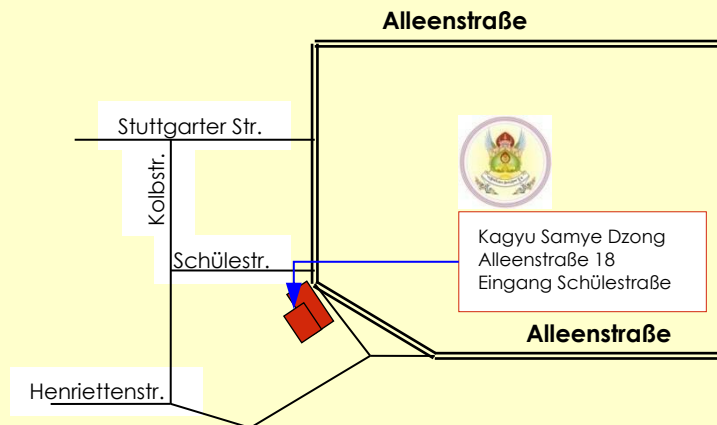
Sa 17.	14.00 – 18.30	Achtsamkeitstag	MSBR	Christine Knauer-Dickhoff
-----------	---------------------	-----------------	------	---------------------------



## KONTAKT

Besucher und neue Mitglieder sind uns jederzeit herzlich willkommen, ebenso neue „Mitarbeiter“.

Brauchen Sie einen Raum für Veranstaltungen? Falls unser neues Zentrum dafür geeignet sein könnte, sprechen Sie uns bitte an.



Info@kirchheim.samyé.org  
oder über  
www.kirchheim.samyé.org

Unser Spendenkonto:  
Konto 347146 007, Volksbank  
Kirchheim-Nürtingen,  
BLZ 61290120

Bitte im Verwendungszweck  
Adresse angeben, damit wir eine  
Spendenbescheinigung für Ihre  
Steuererklärung zusenden können.

Wir freuen uns über schriftliche Beiträge, Rezepte, Medienempfehlungen – was Euch eben so Positives einfällt. Einsendungen bitte per e-mail an [Silvia.schwarzfeld@freenet.de](mailto:Silvia.schwarzfeld@freenet.de) oder an Silvia Schwarzfeld, Hermann-Löns-Straße 112, 72622 Nürtingen

Wer die Kagyü Samyé Dzong Nachrichten nicht mehr erhalten möchte, wendet sich bitte ebenfalls an Silvia oder an [info@kirchheim.samyé.org](mailto:info@kirchheim.samyé.org)

