

# Buddhismus in Österreich



MAGAZIN DER  
ÖSTERREICHISCHEN  
BUDDHISTISCHEN  
RELIGIONSGESELLSCHAFT

APRIL BIS JUNI 2011

Prels: € 4,-

Österreichische Post AG/Sponsoring/Post-Nr. 49, GZ 03Z034824 S, Verlagspostamt 1010 Wien, Retouren an ÖBB, Fleischmarkt 16, 1010 Wien

## „Lasse die Dinge geschehen!“

BHANTE DR. SEELAWANSA MAHATHERO  
IM INTERVIEW S. 6

## Klänge in einem Tempel, der Dharma im Alltag und die Integration

WAS KÖNNEN UNS DIE KLÄNGE IN EINEM TEMPEL  
ÜBER DIE INTEGRATION ERZÄHLEN? S. 10

## Ein kleines bisschen weniger grau

EIN BESUCH BEI DER BUDDHISTISCHEN GRUPPE  
IN DER JUSTIZANSTALT AM MITTERSTEIG S. 14

太極拳

# TAIJI und QIGONG Wochenende

1. - 3. JULI

Ein Wochenende um Körper und Geist in harmonischen Einklang zu bringen und Kraft und Ruhe für den Alltag zu schöpfen.

Qi, die allumfassende Lebensenergie ist das zentrale Element der wichtigsten chinesischen Energiekonzepte.

Yin-Yang, 5 Elemente-Lehre, Qigong, Taijiquan, Traditionelle Chinesische Medizin, sie alle basieren auf dem Prinzip des fließenden Qi.

Dieses Wochenende bietet Gelegenheit, Qi als erfahrbares Element unseres Lebens kennen und spüren zu lernen.

**WANN:** Freitag 1. Juli 18:00 bis  
Sonntag 3. Juli Mittag

**WO:** Buddhistisches Zentrum  
Scheibbs

**KOSTEN:** Hauskosten 103.-  
+ Dana

**AUSKUNFT UND ANMELDUNG:**  
0676 456 77 88

Neben einer Einführung in die Bedeutung und den Ursprung von Yin-Yang, Fünf-Elemente-Lehre, sowie in die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, werden wir uns vor allem dem Aktivieren und Fühlen von Qi widmen.

Dazu dienen uns Übungen aus dem Bereich des Qigong, Taijiquan, und Shiatsu, sowie Meditation in Stille.

**LEITUNG:** RUDOLF GOLD  
Dipl. Shiatsu-Praktiker, Taiji- und Qigong-  
Lehrer. Mitglied der IQTÖ.  
Seit 25 Jahren Unterricht in eigenen  
Kursen. Ausbildung bei den  
Grossmeistern  
Liu Han Wen, Li Zhi Nan,  
Wang Dong Feng,  
Meisterin Jiang Xueying  
Zen Praxis bei Genro  
Seiun Koudela, Osho



## Fernkurs Buddhismus



Die Wurzeln  
der Lehre entdecken!

Ein Jahresprogramm zum Nachdenken,  
Üben & Meditieren

Von Prof. Dr. **Volker Zotz**, Autor des  
Buchs *Mit Buddha das Leben meistern*

Die überkonfessionelle Basis des Bud-  
dhismus in der **Lehre und Praxis des  
Buddha Gautama**. Wissenschaftlich fun-  
diert und allgemein verständlich

Größte **Flexibilität**: unabhängig vom  
Wohnort mit individueller Zeiteinteilung

Monatliche **Skripten** per Post. **Supervi-  
sion und Diskussion** im internen Forum

Für Mitglieder  
von **Komyoji kostenlos** - Mitgliedsbei-  
trag € 30,00 /Monat

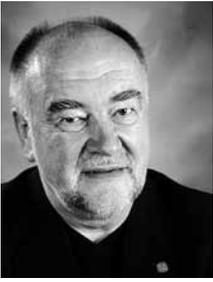
**Komyoji** fördert **buddhistische Studien**  
und den Kulturaustausch zwischen Asi-  
en und Europa für eine interkulturelle  
Spiritualität

Lernen Sie von der **Weisheit des Bud-  
dha Gautama** für ein bewusstes, intensi-  
ves und **erfülltes Leben**.

Informieren Sie sich zum Kurs unter  
[www.komyoji.at](http://www.komyoji.at)

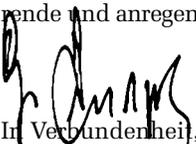
**Kômyôji** [www.komyoji.at](http://www.komyoji.at) | [office@komyoji.at](mailto:office@komyoji.at)  
Loibes 19, A-3812 Groß Siegharts | 0043-676-731 77 70





## Liebe Buddhistinnen, liebe Buddhisten!

Die Behauptung in meinem Beitrag über „Buddhismus in Österreich“ im ersten Heft, dass man wohl von keinen getrennten Buddhismen, sondern nur von einem Buddhismus sprechen könne, hat einen interessanten und zum Nachdenken anregenden Leserbrief ausgelöst (siehe Seite 16). Dieser Brief hinterfragt nicht nur kritisch die Stellung der einzelnen Traditionen zueinander, sondern stellt auch die Frage der Toleranz auf den Prüfstand. Ich denke, das berührt ganz zentrale Fragen unseres buddhistischen Selbstverständnisses und hat große Wirkung auf die Entwicklung des Dharma hier in unserer Gesellschaft. Es ist eine wesentliche Frage, ob wir uns als jeweilige Anhänger eines bestimmten Buddhismus unter vielen, voneinander sich abgetrennt verstehenden Buddhismen sehen oder als gemeinsame Beschreiter sehr unterschiedlicher Wege desselben Buddhismus. Daran knüpft sich die Frage: Sehen wir uns in erster Linie als österreichische Buddhistinnen und Buddhisten und erst in zweiter Linie als Anhänger einer bestimmten Tradition, oder ist es im besten Falle umgekehrt? Ich glaube, dass sich der Dharma hier in unserer Gesellschaft – und ich meine hier die westliche und insbesondere die österreichische – nur gut entwickeln kann, wenn wir auch ein gemeinsames Verständnis und Interesse entwickeln. Das zu fördern und voranzutreiben, ist auch eine der ganz wichtigen Aufgaben unserer ÖBB, unserer Religionsgesellschaft. Die vielen übertraditionellen Vesakh-Feste in ganz Österreich im Laufe des Monats Mai sind eine gute Gelegenheit, gemeinsam in diese Richtung zu gehen. Ich wünsche mir viele Teilnehmer aus allen Traditionen und euch allen viele inspirierende und anregende Begegnungen.

  
In Verbundenheit,  
Gerhard Weissgrab  
redaktion@buddhismus-austria.at

## Inhalt

### 4 ÖBR INTERN

Service/Angebote/Archiv.

### 6 INTERVIEW

„Lasse die Dinge geschehen!“  
Bhante Dr. Seelawansa Mahathero  
im Interview.

### 10 BUDDHA-WEG

Klänge in einem Tempel, der  
Dharma im Alltag und die  
Integration

Was können uns die Klänge in einem Tempel  
über die Integration erzählen?

### 12 ETHIK

Tiere essen

Werfen wir einen Blick auf unseren tatsächlichen  
Fleischgenuss.

### 14 HINTERGRUND

Ein kleines bisschen weniger  
grau

Ein Besuch bei der buddhistischen Gruppe  
in der Justizanstalt am Mittersteig.

### 16 LESERBRIEFE

### 17 CARTOON: VERGÄNGLICHKEIT

### 18 VERANSTALTUNGSKALENDER

### 26 ÖBR-GRUPPEN

### 27 WÖCHENTLICHE MEDITATIONEN

#### Impressum: Medieninhaber und Herausgeber:

Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft (ÖBR),  
Fleischmarkt 16, 1010 Wien, [office@buddhismus-austria.at](mailto:office@buddhismus-austria.at),  
[www.buddhismus-austria.at](http://www.buddhismus-austria.at)

**Redaktionsteam:** Bernhard Baumgartner, Andrea Höbarth,  
Joannes Kronika, Martin Schaurhofer, Gerhard Weissgrab, alle:  
[redaktion@buddhismus-austria.at](mailto:redaktion@buddhismus-austria.at)

**Weitere Autoren dieser Ausgabe:** Beatrix Teichmann-Wirth,  
Pedro Vargaz, Frank Zechner

**Fotos:** Ida Räther, Photos.com, [www.tierparadies.at](http://www.tierparadies.at), Thule Jug

**Inserate und Organisation:** Elisabeth Schachermayer,

[anzeigen@buddhismus-austria.at](mailto:anzeigen@buddhismus-austria.at)

**Gestaltung:** Andrea Höbarth

**Layout:** Mediendesign Dr. Georg Hauptfeld GmbH

**Druck:** Samson-Druck, St. Margareten

**Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: Medieninhaber und**

**Herausgeber:** ÖBR, Präsident: Gerhard Weissgrab, Marina Jahn

(Vizepräsidentin), Evi Zoepnek (Vizepräsidentin), Ing. Johannes

Kronika (Generalsekretär), Stand: 1. März 2011

**Grundlegende Richtung des periodischen Mediums:**

Informationen für Mitglieder der ÖBR und an Buddhismus

interessierten Menschen.

**Hinweis:** Auch wenn aus textökonomischen Gründen weibliche

Formen nicht explizit ausgeschrieben werden, beziehen sich

alle personenbezogenen Formulierungen in gleicher Weise auf

menschliche Wesen.

# Service

Die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft ist Ihnen in allen buddhistischen Fragen behilflich. Sie erreichen uns über das ÖBR-Sekretariat:

## ÖBR-SEKRETARIAT

Dr. Martin Schaurhofer  
Evi Zoepnek  
Fleischmarkt 16  
1010 Wien  
Tel. 01/512 37 19  
Fax 01/512 37 19-13  
office@buddhismus-austria.at  
redaktion@buddhismus-austria.at  
www.buddhismus-austria.at

### Öffnungszeiten:

Mo., 10.00–13.00  
Di., 14.00–19.00  
Mi., 14.00–19.00  
Do., 14.00–19.00

Wir freuen uns über Ihre Anfragen und ebenso über Unterstützungen. Da die ÖBR eine anerkannte Religionsgesellschaft in Österreich ist, kann Ihre Spende an die ÖBR bis zu einem Beitrag von 200 Euro jährlich steuerlich geltend gemacht werden. Bei Spenden in dieser Höhe gilt der Zahlungsbeleg oder Kontoauszug als Spendenbescheinigung zur Vorlage beim Finanzamt. Geben ist Ursache für das Wohl der anderen und damit auch für unser eigenes.

**Österreichische Buddhistische  
Religionsgesellschaft**  
P.S.K. BLZ 60.000, Konto: 1.317.747  
IBAN: AT 466 00 00 00 00 131 77 47  
BIC: OPSKATWW

## ÖBR-NEWSLETTER

Mehrmals pro Jahr erscheint der E-MAIL-NEWSLETTER der ÖBR, in dem wir über wesentliche Aktivitäten der ÖBR und für den Buddhismus wichtige Veranstaltungen und Ereignisse berichten. Durch ihn sind Sie am aktuellsten Stand des buddhistischen Geschehens in Österreich. Anmeldung auf [www.buddhismus-austria.at](http://www.buddhismus-austria.at)  
> Aktuelles > ÖBR-Newsletter

## UNTERSTÜTZUNG IM ALTER, BEI KRANKHEIT UND IN DER LETZTEN PHASE DES LEBENS

Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen sind für Sie da:

- Gespräche am Krankenbett
  - Betreuung in der letzten Phase des Lebens, bei Krankheit und in schwierigen Zeiten
  - Angehörigengespräche
  - psychosoziale Unterstützung
  - Besuchsdienst im vertrauten Rahmen
- Rufen Sie uns an, wenn Sie Rat und Unterstützung in einer akuten Situation benötigen – oder sich einfach informieren möchten.

## HOSPIZ:

**Mobiles Hospiz der ÖBR**

**DGKS Ingrid Strobl**

**Tel. 0650/523 38 03**

**persönlich erreichbar: Mo.–Fr. 13.00–14.00 Uhr  
Fleischmarkt 16/Stiege 2/Tür 30,  
1010 Wien**

**info@hospiz-oebr.at  
www.hospiz-oebr.at**

Spenden ermöglichen die Arbeit des Mobiles Hospiz:

**„Verein Mobiles Hospiz der ÖBR“,  
BLZ 60.000, Konto 92.189.568**

## VESAKH IN WIEN 2011

Der Orden Nipponzan Myohoji und die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft laden herzlichst ein zu unserem Feiertag **So., 29. Mai 2010, ab 16.00 bei der Friedens-Pagode an der Donau, 1020 Wien**  
**office@buddhismus-austria.at**  
**www.peacepagoda.net**

Dieser Tag ist dem Gedenken an Geburt, Erleuchtung und Tod des Buddha gewidmet. Er ist ein Tag der Besinnung und auch ein Tag der Freude, da das Beispiel Buddhas uns den Weg der inneren Freiheit zeigt. Und er ist der offizielle Feiertag der ÖBR, den alle Traditionen gemeinsam feiern. Wir wollen jenen Ländern, in denen der Buddhismus entstanden und gewachsen ist und von denen die Lehre in den Westen getragen wurde, unseren Dank ausdrücken, indem wir deren reichen Schatz an Kultur im Rahmen unserer Feier einen Raum anbieten. In diesem Jahr ist Sri Lanka unser kultureller Schwerpunkt. Herzlich willkommen!

# Angebote



Foto: Thule Jug

## FAMILIEN-PUJA

Wir laden große und kleine BuddhistInnen aller Traditionen zu unserer Feier am Sonntag mit Marina Myo Gong Jahn herzlich ein. Gemeinsam rezitieren, gemeinsam sprechen, gemeinsam feiern. Anschließend gemütliches Beisammensein bei Tee und Kuchen. Wir freuen uns auf euch!

So., 10.4.2011, 10.00–13.00

So., 15.5.2011, 10.00–13.00

So., 19.6.2011, 10.00–13.00

„mittlerer weg“,

Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Tel. 01/512 37 19,

office@buddhismus-austria.at

## KLEINST-KINDERGRUPPE

Mit Karin Ertl bieten wir eine Kleinstkindergruppe für Kinder im Alter von 2,5 bis 4 Jahren in Wien an. An einem Nachmittag (1x/Monat) können die Kinder mit buddhistischen Inhalten spielerisch in Kontakt kommen. Karin ist unsere langjährige Religionslehrerin in Wien für Volks- und Hauptschule.

Fr., 25.3.2011, 15.30–16.30

Fr., 29.4.2011, 15.30–16.30

Fr., 27.5.2011, 15.30–16.30

Bitte direkt bei Karin Ertl melden:

Tel. 0664/123 76 18, ertl.karin@aon.at

## ÜBER TRADITIONELLE MEDITATION

Alle NeubeginnerInnen können die Grundlagen der Meditation erfahren. Es werden auch ausgewählte Aspekte der buddhistischen Lehre beleuchtet.

jeden Dienstag von 17.00–18.00

Leitung: Gerald Schinagl und Michaela Berger

der mittlere weg,

Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Tel. 01/512 37 19,

office@buddhismus-austria.at

Info: 0699/100 41 285 (Gerald)

## archiVIEW 02

Vor etwa 15 Jahren betrat ich die Wohnung von Dr. Walter Karwath das erste Mal. Ich begleitete Dr. Peter Riedl zu einem Interview mit Livia Karwath, der Witwe Walter Karwaths.<sup>1</sup>

Dieser Tage kam ich das zweite Mal in die Wohnung in der Gredlerstraße. Meine Aufgabe war es den buddhistischen Nachlass von Dr. Walter Karwath (1919-1986), dem ersten Präsidenten der ÖBR und Autors u.a. des dreibändigen Werks „Buddhismus für das Abendland“, zu sichten und in das Archiv zu überführen. Die Wohnung wurde nach dem im Sommer erfolgten Tod seiner Frau Livia aufgegeben und alles war im Zustand der Auflösung. Ein Zimmer reihte sich ans andere, hoch, nahezu alle Bücherhöhlen. Hervorstechend neben buddhistischer auch indonesische Kunst, viele Masken, Wayang Goleks und Wayang Kulits. Ich konnte in jedem Zimmer alles auf Buddhismus durchsehen und es auf die Seite legen. Mir zur Hand waren Enkel Daniel und seine Lebensgefährtin Regina.

Die buddhistischen Publikationen machten innerhalb der Bibliothek des Arztes und PEN-Mitglieds Karwath nur etwa ein Zehntel aus. Dennoch, es wurde eine Fülle von ungefähr 2000 Titeln, die wir in das Archiv verbrachten. Darunter auch viele Originalunterlagen seiner Bücher und Vorträge. Damit ist aber noch nicht alles gesagt: Die Tochter Walter Karwaths, Daniela Palazollo, die all dies möglich machte, schenkte dem Archiv auch eine wertvolle Buddhastatue aus dem Besitz ihres Vaters. Herzlichen Dank!

*Heinz Pusitz*

PS: Daniel und Regina sind nun auch ehrenamtliche Mitarbeiter des Archivs.

KONTAKT: ARCHIV@BUDDHISMUS-AUSTRIA.AT

<sup>1</sup> In der Zeitschrift „Bodhi Baum“ erschien im Heft 1/1986 anlässlich seines Ablebens eine Sammlung an Nachrufen und Reflexionen unter dem Titel „Gedenken an Walter Karwath“. Dort ist auch alles Nähere nachzulesen. Im Archiv unter „Österreichische buddhistische Zeitschriften“ zu finden.



# „Lasse die Dinge geschehen. Bleibe im Hier und Jetzt.“

**BHANTE DR. SEELAWANSA MAHATHERO über Leben in Gelassenheit, die Bereitschaft, für andere da zu sein, und das Schönste im Leben: den gegenwärtigen Moment.**

DAS INTERVIEW FÜHRTEN GERHARD WEISSGRAB UND JOHANNES KRONIKA AM 20. JÄNNER 2011, FOTOS: IDA RÄTHER

**W**ie lange lebst du schon in Österreich?

**Bhante:** Ich bin 1982 nach Österreich gekommen, das heißt ich bin jetzt 29 Jahre hier.

*Was war die größte Motivation für dich, so lange in Österreich zu bleiben?*

**Bhante:** Ist die größte Motivation, hier zu bleiben, nicht eigentlich, keine Motivation zu haben? Nur deshalb konnte ich hier bleiben, weil ich keine bestimmte Motivation hatte. Wenn ich eine bestimmte Motivation oder ein

Ziel gehabt hätte, wäre ich jetzt nicht hier. Ich habe immer gedacht: Ich bin hier. Ich bin nicht in Sri Lanka und ich bin auch nicht irgendwo anders. Und diese innere Haltung hat mir sehr viel Energie gegeben und geholfen, 30 Jahre hier zu bleiben.

*Wo siehst du den großen Unterschied zwischen Asien und dem Westen? Nämlich die Grundunterschiede der Menschen und was das für einen asiatischen Mönch bedeutet, wenn er 30 Jahre hier lebt.*

## Banthe Seelawansa

1953 in Sri Lanka geboren, trat er 1964 in den buddhistischen Mönchsorden ein und erhielt eine fundierte Mönchsausbildung, die er an der Universität in Kelaniya fortsetzte – Studienrichtung Deutsch, Archäologie und Geschichte – und mit einem BA abschloss. 1982 ging er nach Österreich und studierte weiter, erst in Salzburg, dann in Wien. Er beendete sein Studium 1992 mit dem Doktor der Philosophie. Seit 1995 lehrt er an der Universität Wien, ab 1998 auch in Liechtenstein, und 2010 war er Mitbegründer der Akademie für Buddhismus und Christentum in Wien. Seit 1983 ist er spiritueller Leiter der Theravada-Schule Österreich, 1994 wurde er auch Abt in seinem Kloster in Sri Lanka. Immer wieder kehrt er in seine Heimat zurück, sehr oft auch, um nach schweren Katastrophen zu helfen. 1994 gründete er das Dhamma Zentrum Nyanaponika in Wien und seit 1996 ist er spiritueller Leiter der buddhistischen Gemeinde Hamburg.

**Bhante:** Wisst ihr, es gibt zwei Arten von Unterschieden. Äußere Unterschiede und innere Unterschiede. Äußere Unterschiede sind hauptsächlich mit der Körperlichkeit verbunden, und diese Unterschiede sind sichtbar. Innere Unterschiede sind mental, geistig bedingt und unsichtbar, das ist eigentlich das größte Rätsel der Welt. Dass die Menschen innerlich unterschiedlich sind. Und das gilt sowohl für die Asiaten als auch für die Europäer. Sehen können wir die inneren Unterschiede nicht, aber wir können sie spüren. Wenn jemand

fragt: „Wie spürst du die inneren Unterschiede im Westen?“, dann kann meine Antwort so lauten, dass der Mensch hier im Westen relativ alles hat, oder zumindest denkt er, dass er alles hat. Dieses Gedankengut hat ihm immer ein großes Problem bereitet. Dadurch, dass er ständig nach etwas Neuem strebt, entsteht in ihm ein inneres Vakuum, wodurch eine Leere entsteht, die wiederum Komplexe zur Folge hat. Obwohl die Menschen hier im Westen viel für die weltliche Entwicklung getan haben, wurde eine Entwicklung des Geistes vernachlässigt, da sie zu sehr nach außen gekehrt sind.

*Mangelndes Selbstwertgefühl meinst du?*

**Bhante:** Ja, der Mensch hier im Westen hat alles. Bei jeder vollbrachten Tat entsteht in ihm der Gedanke, dass er es besser hätte machen können bzw. es noch verbessern kann. Ich sehe das als das gravierendste Hindernis für ein gelassenes Leben und sehe es auch als den größten Unterschied zum asiatischen Volk.

*Ja, das kennen wir hier im Westen, noch besser, noch größer ...*

**Bhante:** Was man damit erreicht hat, ist größte Unzufriedenheit. Asiaten sind unzufrieden, weil sie mit dem Wenig-Haben nicht richtig umgehen können. Hier haben die Menschen viel, und auch sie können damit nicht richtig umgehen.

*Wie geht der asiatische Mensch mit dem „Wenig-Haben“ um?*

**Bhante:** Ganz natürlich, er hat schließlich keine andere Wahl. Obwohl die Asiaten keine große materielle Entwicklung haben, versuchen sie ihre materielle Entwicklung mit der Natur in Einklang zu bringen. Dies machen sie, weil sie einen ganz anderen spiri- >>



>> tuellen Zugang haben. Im Westen versteht man die Beherrschung der Natur als eine bedeutende Entwicklung, hingegen versteht man traditionellerweise in Asien das Leben in Einklang mit der Natur als eine bedeutende Entwicklung. Andererseits gibt es auch Länder in Asien, wo viele Fehler hinsichtlich des Umgangs mit der Natur begangen werden, aber ich denke, dass eine Korrektur seitens der Natur dies wieder einrenken wird.

*Dieses schöne Beispiel im Zen mit der Blume: Der westliche Wissenschaftler seziert sie, und damit ist sie kaputt. Der Zen-Mönch setzt sich und wird mit ihr eins, indem er sie sein lässt.*

**Bhante:** Ja, das ist ganz normal. Hier muss in letzter Konsequenz alles, was wir sehen, analysiert und verstanden werden. Solange du denkst, dass du etwas besser machen möchtest, schaffst du es nicht. Lasse die Dinge einfach auf dich zukommen und lasse sie einfach geschehen. Bleibe beim Tun aufmerksam und achtsam bzw. geistesgegenwärtig. Dann wandelt sich dein Tun zum Geschehen; das ist das Beste, das einem passieren kann.

*Das Vergleichen findet im Kopf statt, und dann kommt die Unzufriedenheit.*

**Bhante:** Das Vergleichen hat überhaupt nichts mit dem Hier und Jetzt zu tun, weil du es aus Gedanken der Vergangenheit oder Zukunft konstruierst. Was könnte man anderes aus der für immer vergangenen Vergangenheit und noch nicht gekommenen Zukunft erwarten, außer enttäuschende, illusionäre Unzufriedenheit?

*Das Ja-Sagen in Asien ist auch ein großer Unterschied zum Westen. Das asiatische Ja ist ein anderes Ja als im Westen.*

**Bhante:** Für Ja und Nein ist der sprachliche und gesellschaftliche Verwendungszweck

bedeutend. Dieser ist in Asien flexibler, wenn wir es genau betrachten. Wenn du jetzt Ja meinst, kann das bei anderen Bedingungen Nein bedeuten. In diesem Moment hast du unter diesen Bedingungen dich für Ja entschieden, aber Bedingungen ändern sich immer wieder und es wird aus einem Ja ein Nein. Hier im Westen ist ein Ja und Nein immer etwas Festes. Deshalb, obwohl das Ja und Nein eine schöne Formulierung der Sprache ist, sind beide Aussagen leidhaft, der Mensch hat Ja gesagt, und leidet darunter, der Mensch hat Nein gesagt, und leidet auch darunter [lacht].

*Ist es schwerer für dich, hier im Westen als Mönch zu leben als in Sri Lanka?*

**Bhante:** Wenn du wirklich weißt, dass du ein Mönch bist, dann kannst du überall leben. Aber wenn du irgendwelche Zweifel hast, ob du ein Mönch bist oder nicht, dann kannst du sowohl hier als auch anderswo nicht leben. Wenn du eine Krise deiner Identität erlebst, dann bist du unglücklich – egal wo.

*Das ist eine intime Frage. Hattest du in deiner langen Mönchszeit irgendwann einmal eine Krise?*

**Bhante:** Jeder hat Krisen, aber mir haben dabei sowohl der Dhamma als auch die Menschen geholfen, diese Krisen zu überwinden. Ich weiß, dass ich es alleine nicht hätte schaffen können.

*Nur der Dhamma alleine würde nicht reichen, sondern auch die Menschen haben dir geholfen?*

**Bhante:** Ja, ich habe hier einen richtigen Sangha. Aber dieser Sangha muss nicht immer ein buddhistischer sein. Ich habe ein paar Menschen hier; und jedes Mal, wenn ich irgendetwas habe, kann ich offen darüber reden. Und sie haben mir immer geholfen.

*„Die beste Aussage dieser Lehre ist eigentlich, Leben ist etwas Schönes. Das Leben ist das schönste Glück der Natur.“*



Aber auch ich habe diese Menschen nicht verlassen, sie haben auch mich nicht verlassen. Es ist sehr harte Arbeit, und wenn du eine Woche wirklich mit mir lebst, dann sagst du: „Nein, ich kann das nicht mehr.“ Wenn Leute stundenlang ihre Probleme mitteilen, höre ich zu. Wisst ihr, dann bin ich wie ein Spiegel.

*Du gibst den Menschen viel Mitgefühl und lässt dich dennoch nicht in den Prozess ihres Leidens hineinziehen?*

**Bhante:** Solange der Mensch bei mir ist, bleibt er bei mir, genauso wie bei einem Spiegel. Wenn der Mensch weg ist, ist er weg, der Spiegel nimmt nichts auf. Ich nehme auch nichts auf, aber so lange du bei mir bist, dann helfe ich dir. Manchmal passiert es, dass um Mitternacht jemand anruft, und ich bin bereit. Ich denke nicht, was ist jetzt los, sondern in meinem Herzen entsteht Mitgefühl, da hat jemand Probleme. Dann stehe ich auf. Immer wieder denke ich, wenn ich jetzt nicht aufstehe, vielleicht wird ein Leben beendet. Ich muss jetzt aufstehen, ich kann vielleicht ein Leben retten. Diese Bereitschaft existiert in meinem Herzen.

*Was ist aus deiner Sicht die essenziellste Aussage der buddhistischen Lehre?*

**Bhante:** Die beste Aussage dieser Lehre ist eigentlich, Leben ist etwas Schönes. Das Leben ist das schönste Glück der Natur. Und der Buddha sagt, eine unserer Aufgaben ist es, immer diese Schönheit des Lebens zu bewahren. Und es gibt nur eine einzige Möglichkeit, dieses zu tun, bleibe im Hier und Jetzt. Den Geist in der Gegenwart zu halten: Wenn du etwas tust, dann tue nur das.

*Ist das eine Interpretation verschiedener Aussagen von Buddha?*

**Bhante:** Ja, das ist es. Die Aufgabe des Menschen ist, die Schönheit des Lebens zu

bewahren. Wie kannst du das tun? Bleibe im Hier und Jetzt. Wenn der Geist in die Vergangenheit geht, zerstörst du die Schönheit dieses Moments. Auch wenn du in die Zukunft gehst, geschieht das gleiche. Das Jetzt ist der schönste Moment des Lebens. Der Mensch kann das machen, er braucht nicht viel denken, es ist auch keine so große Philosophie. Es ist eine ganz einfache Aufgabe.

*Damit möchten wir die Brücke bauen zu einer sehr profanen, aber bedeutenden Institution, nämlich unserer Religionsgesellschaft. Deren Aufgaben aus deiner Sicht sind:*

**Bhante:** Vier Dinge sind für die Menschen notwendig: 1. Nahrung, 2. Kleidung, 3. Wohnung, 4. Medizin, sagt der Buddha.

*Ist mit der Nahrung auch das Geistige gemeint?*

**Bhante:** Ja, auch geistige Nahrung, geistige Kleidung, geistiges Wohnen und geistige Medizin.

*Abschließend, was soll die ÖBR aus deiner Sicht für Buddhistinnen und Buddhisten in Österreich machen?*

**Bhante:** Die ÖBR soll fähig sein, die Nahrung des Geistes – nämlich Dhamma – weiterzugeben und auch ein menschliches Bewusstsein des Schutzes von äußeren schädlichen Geisteszuständen pflegen, denn dies versteht man unter geistiger Kleidung. Die ÖBR soll ein Platz (geistiges Wohnen) sein für die reine Praxis. Die Medizin, nämlich Dhamma soll immer rein bleiben. Die größte Aufgabe der ÖBR ist die Dhamma-Praxis. Nur durch die Dhamma-Praxis entsteht eine Tradition, die man als westlichen Buddhismus bezeichnen kann.

*Danke für das Gespräch. ■*

# Klänge in einem Tempel, und die Integration

*Was können uns die Klänge in einem Tempel über die Integration erzählen?*

VON PEDRO VARGAZ

Jeden Morgen, noch bevor der Mond der Sonne weicht, erklingt in einem Zen-Tempel unfehlbar und unbeirrt das Holz. Herbe und klare Töne begleiten dann die allgegenwärtige Halbdunkelheit. Töne, die bis in den kleinsten Winkel unseres Seins vordringen und die uns zusammen mit dem Licht, der Natur und dem Wind sagen: stehe auf und unterscheide nicht zwischen Tag und Nacht.

*Stehe auf und unterscheide nicht zwischen Tag und Nacht!*

Wie wir dem Holz am Morgen folgen, folgen wir in einem Tempel jedem Klang, und auf natürliche Art und Weise macht unsere Individualität dem Dharma Platz. Wir harmonisieren uns so mit dem Ort der Praxis, und das Dharma manifestiert sich von selbst, in jeder Geste, in jeder Handlung, in jedem Gegenstand. Ein Tempelaufenthalt hinterlässt auf diese Weise immer bleibende Spuren in uns. Spuren, manchmal in Form von innerer Ruhe und Stille und manchmal auch in Form von Fragen. Fragen über das Sein, Fragen über unsere Praxis und darüber, wie sich diese auf unseren Alltag auswirkt. Fragen wie: wird es mir auch im Alltag gelingen, mich mit meinem Umfeld zu harmonisieren, genauso wie in einem Zen-Tempel? Wie können wir den Klängen des Dharma im Alltag folgen, wenn wir uns Begriffe stellen wie zum Beispiel Vielfalt, Nachhaltigkeit oder Integration? Warum ist die Integration in der Gesellschaft ein so leidenschaftlich geführtes Thema, während sie in einem Zen-Tempel von selbst geschieht?

Für mich existenzielle Fragen, denen ich mich stelle, auch wenn dies die innere Unruhe erst recht entfacht. Ich begeben mich auf die Suche und halte zunächst Ausschau nach einem

Anhaltspunkt und entsinne mich dabei einer grundlegenden Lehre des Zen, die besagt, dass Praxis und Alltag nicht getrennt sind. Ich betrachte das Phänomen der Integration also zunächst so, wie es in der Gesellschaft diskutiert wird, aus meiner sozialen Haut heraus. Dabei fällt mir auf, dass wir wie selbstverständlich davon ausgehen, dass die kulturelle Identität unserer Gesellschaft aus der Sprache, den Bräuchen und dem sozialen System besteht und dass Kultur eine eigene, fix definierte Identität haben soll. Zweifel kommen in mir auf: Sind die Bestandteile einer Kultur nicht auch einer kontinuierlichen Veränderung ausgesetzt? Seitdem der Mensch anfing, aufrecht zu gehen, wie viele Menschen verschiedener Herkunft haben auf diesem Boden nicht schon gelebt? Wie viele Sprachen wurden nicht schon gesprochen? Wie viele verschiedenartige Bräuche und Religionen wurden nicht schon gepflegt? Ich stelle fest, dass das Einzige, was fix ist an unserer Gesellschaft, die kontinuierliche Veränderung selbst ist.

*Das Einzige, was in unserer Gesellschaft fix ist, ist die Veränderung!*

Dort, wo die Sprache, die Bräuche, das soziale System und die Menschen sich gegenseitig beeinflussen, sind sie in ständiger Transformation. Eine weitere Frage drängt sich mir auf: Wenn die gegenseitige Abhängigkeit und die kontinuierliche Veränderung die einzigen fixen Komponenten einer Gesellschaft sind und wenn die kontinuierliche Transformation ein unbestrittener Fakt ist, warum wird das Thema der Integration aus der Perspektive der Mehrheit, die sich „innen“ befindet, in Opposition zu den Minderheiten von „außen“ gestellt? Die einzige Erklärung, die ich finde, liegt in der Vergänglichkeit unseres Seins. Vielleicht weil wir das festhalten wollen, was von Haus aus unbeständig ist, unsere Werte, unser Leben, unsere Existenz. Dabei können wir uns auch an der Vergänglichkeit erfreuen, vorausgesetzt, wir fließen mit. Denn das kann die Integration auch

# der Dharma im Alltag



Foto: Photos.com

sein: Ein Prozess des ständigen Näherkommens, einer kontinuierlichen Kommunikation, des Findens von Gemeinsamkeiten und des Entdeckens dessen, was von Vorteil für alle ist. Eine plausible Theorie. Aber warum dieser Unterschied zur Realität? Vielleicht deswegen, weil jede Theorie wie eine Landkarte ist, niemals aber die Straße selbst.

Ich beschließe, das Ganze aus einer anderen Perspektive zu betrachten – von innen heraus – und folge der Lehre von Dogen Zenji, wenn er sagt: *„Den Buddha-Weg ergründen heißt sich selbst ergründen.*

*Sich selbst ergründen heißt sich selbst vergessen.*

*Sich selbst zu vergessen heißt eins mit den zehntausend Dingen sein.*

*Eins mit den zehntausend Dingen sein heißt Körper und Geist von uns selbst und Körper und Geist der Welt um uns fallen zu lassen.*

*Die Spuren des Erwachens ruhen im Verborgenen und die im Verborgenen ruhenden Spuren des Erwachens entfalten sich über einen langen Zeitraum.“ (1)*

Ich wende also den Blick von den äußeren Phänomenen ab. Besinne mich. Komme zurück zu meiner Atmung, zu meinem Körper, und ergründe mich. Lasse alles los. Lasse sogar das Loslassen los. Und stelle fest: Es gibt nichts, was „Ich“ genannt werden kann. Und gibt es kein Ich, dann gibt es auch kein Innen oder Außen und somit auch keine Begriffe wie Vielfalt, Nachhaltigkeit oder Integration. Halte ich den Blick meiner Aufmerksamkeit auf die Phänomene unserer Gesellschaft gerichtet, nehme ich Inländer und Ausländer, vertraut

oder fremd sein, Integration oder Assimilation wahr. Kehre ich den Blick nach innen, sehe ich, dass diese Unterscheidungen die Unterscheidungen meines Geistes sind.

*Kehre ich den Blick nach innen, so sehe ich, dass alles Unterscheiden durch meinen Geist geschieht!*

Die Trennung zwischen innen und außen ist also das Ergebnis meiner eigenen mentalen Kreation und besteht darin, dass da ein „Ich“ ist, das zwischen sich und der Gesellschaft trennt. Aber warum ist das so? Warum, wenn ich nach außen schaue, nehme ich mich als vom Ganzen getrennt wahr? Vielleicht, weil ich mit dem Körper und dem Geist nur einen Teil der Wahrheit wahrnehmen kann? Ich weiß es nicht. Fakt ist, wir sind der ständige Wechsel selbst. Unsere Existenz ist nicht statisch wie ein Bild auf einer Mauer, sondern wie der Mond im Wasser – ein Zeitfragment nur, aber ständig auch unser wahres Selbst. Eine ständige Bewegung also, unkontrollierbar für jede Theorie. Eine Zeit und ein Ort, wo alle Dinge das sind, was sie sind, die Berge sind die Berge, die Flüsse die Flüsse, ein Hund ist ein Hund und ein Mensch ein Mensch, und wo deshalb alle Phänomene der Körper des Buddha sind. Ein Körper, der auch nicht zwischen erleuchteten und nicht erleuchteten Wesen unterscheidet, weil es in Wirklichkeit keine nicht erleuchteten Wesen gibt. Wie könnte es an einem solchen Ort und in einer solchen Zeit Menschen geben von innen oder außerhalb?

Mir wird deutlich, die Klänge des Dharma sind überall. In einem Zen-Tempel und an jedem Ort. Vorausgesetzt jedoch, wir nehmen die Haltung ein. Denn ohne Praxis, ohne den Blick nach innen zu kehren, ist es weder möglich, die Klänge des Dharma wahrzunehmen, noch zu realisieren, dass Samsara und Nirvana, Praxis und Alltag zwei Seiten von ein und derselben Realität sind. Eine Realität, wo alles der erwachte Geist des Buddha ist. ■

(1) Eihei Dogen: Shobogenzo, Genjo Koan. Übersetzung: Ritsunon Gabriele Linnebach und Gudo Wafu Nishijima (2001). Heidelberg – Leimen: Kriskreitzverlag.

# Tiere essen

*Teil 2. Wir essen totes Fleisch von fühlenden Wesen. Unsere „Mitleidensischen“ lassen dies zu. Werfen wir einen tieferen Blick in unseren tatsächlichen Fleischgenuss.*

VON BEATRIX TEICHMANN-WIRTH

Bislang erfreute ich mich zumeist einer friedlichen unkommentierten Koexistenz von mir als fleischlos lebender Frau und fleischessenden Menschen am Esstisch. Mag sein, dass ich auch deshalb noch keine gegenteiligen Erfahrungen machte, weil die meisten meiner Freunde eine ähnliche Lebensweise pflegen wie ich.

*Friedliche Koexistenz von fleischlos- und fleischessenden Menschen ist ein wichtiger Teil der Umsetzung des Dharma.*

Bis ich mich vor einiger Zeit als einzige nicht-Tiere-essende Frau bei einem Abendessen wiederfand. Serviert wurde ein marokkanisches Gericht mit Kalbfleisch, Pflaumen und Mandelkernen. Interessant war, dass einige meinten, ich möge doch von den dazu gereichten Mandeln kosten, „das ist das Beste“. So saßen wir und ich wollte mit einer launigen Bemerkung einen Beitrag zur Unterhaltung geben. Ich erzählte, wie lustig ich die zeitliche Synchronizität am Morgen fand, als mich die Gastgeberin just zu einem Zeitpunkt anrief, als ich vollkommen entflammt und begeistert am Artikel Tiere essen II schrieb. Sie fragte mich in liebevoller Weise, ob ich eh Fleisch esse, andernfalls würde sie eigens für mich ein vegetarisches Gericht zubereiten. Ich rief mit dieser kurzen Geschichte teils heftige Reaktionen hervor. Diese Erfahrung teile ich mit vielen fleischlos lebenden Menschen – sie werden als exotisch belächelt, in Diskussionen verwickelt, ohne darum gebeten zu haben, über die vermeintlichen gesundheitlichen Folgeschäden einer fleischlosen Kost unterrichtet, gefragt, ob man denn nicht wisse, dass auch Pflanzen fühlend sind ...

*Fleischverzicht wird von vielen Menschen als Provokation wahrgenommen.*



Foto: www.tierparadies.at

Ich erkannte, dass die Tatsache meines Fleischverzichts offenbar ein Affront ist, etwas, was Menschen, die Tiere essen, zutiefst konfrontiert. Mittlerweile erholt von dem Angriff möchte ich versuchen, zu erkunden, was hier vorgeht. Meine bislang erlebte Toleranz und Großzügigkeit dem Fleischkonsum von anderen Menschen gegenüber war wohl durch die intensive Beschäftigung mit dem Thema angetastet. Die Lektüre von hunderten Seiten über all die Quälereien, über die Not und das Leid von sogenannten Nutz-Tieren (!) hat mich angerührt, sensibler gemacht, ist mir zu Herzen gegangen. Ich wusste beispielsweise mittlerweile, dass die anderen an diesem Abend soeben eine Baby-Kuh zu sich nehmen, die höchstens 5 Monate lebte, nach 8 Lebenstagen von der Mutter getrennt zur Mastung gebracht wurde, um sodann nach einem Transport von mehreren Stunden ohne Nahrung und mit ungenügender Flüssigkeit ihr leidvolles Ende fand. Und wahrscheinlich habe ich die Situation durch eine, wenn auch nicht ausgedrückte Inakzeptanz meinerseits gespeist.

Was die teilweise militante Gegenwehr motivieren könnte, vermute ich: Jeder Mensch weiß in seinem Innersten und durch die bereits verfügbare Information um all die Hintergründe und Vor-Gänge, die geschehen, bevor das Stück Fleisch auf dem Teller landet. Und das – so vermute ich – erzeugt Scham, ich tue etwas, was nicht meinen inneren Werten entspricht. Befragt man beispielsweise Menschen zu ihrer Tierliebe, sagen über 90 %, dass sie für Tierschutz und den Ausbau von Tierrechten sind und dass deren Wohlergehen ihnen am Herzen liegt. Da gibt es also eine Kluft zwischen Werten und unserem Handeln, das erzeugt Scham. BuddhistInnen, welche zu

meinem Erstaunen Fleisch/Fisch essen, verstummen bei dem Thema oder aber argumentieren ihr Verhalten rechtfertigend teilweise für mein Empfinden unter missbräuchlicher Verwendung von buddhistischen Grundsätzen. Da scheint mir die Kluft zwischen Werten und Handeln noch größer.

Ist es doch ein hoher Wert im Buddhismus „nicht zu töten und es nicht zuzulassen, dass andere töten“. (1. Achtsamkeitsübung zitiert nach Thich Nhat Hanh, 2010).

Die Scham darf nicht zu Bewusstsein kommen, wir wollen uns, und das ist menschlich, nicht beirren lassen, nicht diesen unbequemen Gefühlen und Empfindungen aussetzen.

Auch für mich ist's unbequem in dieser konflikthaften Situation: Soll ich still schweigen, um die vermeintliche Harmonie nicht zu stören, will den anderen auch nicht zu nahe treten, ist das Thema Essen doch sehr intim, oder soll ich meiner Empörung Ausdruck verleihen, den anderen die Rindssuppe mit grausamen Fakten versalzen. All die Bilder vor Augen von KZ-ähnlichen Tierfabriken, wo 9 Hühnern beispielsweise gerade mal 1m<sup>2</sup> Platz zur Verfügung steht, Schlachthöfen, wo Tiere (fühlende Wesen) in rasantem Tempo (Zeit ist Geld!) teilweise ohne gelungene Betäubung grausamst zu „Schlachtkörpern“ werden, frage ich mich wie Foer (2010, S. 229): „An welcher Stelle sollte ich respektvoll gegensätzliche Meinungen akzeptieren, und wo muss ich um grundlegenderer Werte willen unnachgiebig bleiben und andere auffordern, meine Haltung

zu unterstützen? Wo lassen die unstrittigen Fakten vernünftigen Menschen noch Raum, anderer Ansicht zu sein, und wo verlangen sie von uns allen Taten? ... Worauf würde ich bestehen?“

*Nicht der Fleischverzicht ist das Wesentliche, die Motivation und Haltung, die zum Verzicht führt, ist das Entscheidende!*

Das alles ist sehr unbequem. Wir beginnen innerlich nach einem Ausweg aus den Unannehmlichkeiten zu suchen – schon schlagen wir mit Argumenten aufeinander ein, diskutieren (diskutere – zerschneiden) und zementieren den anderen in seinem unbequemen Anderssein innerlich als feindliches Gegenüber ein. Hier ist „Shenpa“ aktiv, Shenpa ursprünglich von Dzigar Kongtrül als Anhaften beschrieben, ist für mich eine sehr hilfreiche Orientierung, um die Abwendung vom gegenwärtigen Moment zu beschreiben. Pema Chödrön (2010) übersetzt es als „Einrasten“. Es ist immer dann wirksam, wenn ein wunder Punkt in uns berührt ist. Es drückt sich als Anspannung aus, blitzartig tauchen in einer Kettenreaktion Gedanken und Emotionen auf, und wir sind jedes Mal sehr versucht, die „Ladung“ von Shenpa in reaktiven Verhaltensweisen abzureagieren. Dann gilt es „den Sprung zu wagen“. Unser Eingerastetsein bemerken, innehalten, sich mir selbst zuwenden und meine innere Zustände mitfühlend würdigen. Bloß einen Atemzug. Derart aufgeschlossen können wir es vielleicht besser wagen, uns der Wirklichkeit zu stellen und den Folgen unseres Handelns ins Auge zu sehen.

Oder um mit Pema Chödrön (2001, S. 161) zu schließen: „Der Buddha hat gelehrt, wie wichtig es ist, Leiden auch als Leiden zu erkennen. Es kann nicht darum gehen, Tatsachen zu ignorieren oder den Mund zu halten. Aber nur, wenn wir aufhören, uns unseren Meinungen zu unterwerfen und das Feindbild zu verfestigen, können wir etwas erreichen. Wenn wir uns nicht von unserer Empörung überwältigen lassen, sehen wir die Ursachen des Leidens deutlicher. Auf diese Weise kann allmählich ein Prozess zustande kommen, der zum Ende des Leidens führt.“ ■

## Zum Nachlesen

Foer, J. S. (2010). **Tiere essen**. Köln: Kiepenheuer & Witsch

Chödrön, P. (2010). **Den Sprung wagen. Wie wir uns von destruktiven Gewohnheiten und Ängsten befreien**. München: Arkana

Nhat Hanh, T. (2010). **Das Herz von Buddhas Lehre**. Freiburg/Breisgau: Herder

# Ein kleines bisschen weniger grau

*Ein Besuch bei der buddhistischen Gruppe in der Justizanstalt am Mittersteig in Wien.*

VON BERNHARD BAUMGARTNER

Hier klacken keine schweren Schlösser. Hier stolziert kein Kerkermeister mit einem dicken Schlüsselbund, locker den Schlagstock schwingend, über die Gänge vor den Zellen mit ihren schweren, grauen Stahl-türen. Stattdessen schwingt die Panzerglastüre fast leichtfüßig zur Seite. Thule Jug muss seine Kameratasche öffnen, die ihn heute ausnahmsweise begleitet. „Seit zwei Jahren komme ich hierher und noch immer filzen sie mich jedes Mal“, sagt der Fotograf. Aber in seinem Beruf als Fotoreporter ist er heute gar nicht hier: Denn Thule Jug ist einer von einem halben Dutzend „Gefängnisseelsorger“, die die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft stellt. Wie seine Kollegen und die Seelsorger der anderen Konfessionen besucht er regelmäßig seine Schützlinge hier in der Justizvollzugsanstalt am Mittersteig. Dass er auch mit dem Segen der Obrigkeit neben seinem Besuch auch die Fotos zu dieser kleinen Reportage machen durfte, hat ihn selbst überrascht: „Hätte ich nicht gedacht“, sagt er lächelnd.

*Wenn wir rauswollen, müssen wir klingeln.*

Der Aufseher führt uns in einen großzügigen, aber wenig schmucken Mehrzweckraum in einem der oberen Stockwerke. Ein paar Tische und Sessel sind schon alles, was der Raum zu bieten hat. Wir sind die ersten. Bis Thules Schützlinge vorbeikommen, müssen wir noch warten. Die Türe fällt hinter uns ins Schloss. Klack! Wir sind eingesperrt. Wenn wir rauswollten, müssten wir erst läuten. Überall sind Kameras angebracht – eine Wache kontrolliert

ständig, was in diesem Raum vor sich geht. „Aber nur das Bild, die Gespräche werden natürlich nicht abgehört“, erklärt Thule. Die Justizanstalt Mittersteig ist eine „Sonderanstalt“ des österreichischen Strafvollzugs im fünften Wiener Gemeindebezirk Margareten. In ihr werden in der Regel Häftlinge des sogenannten Maßnahmenvollzugs untergebracht. Das bedeutet, dass nicht klar ist, wann sie wieder hinaus dürfen. Das hängt nicht nur von der Höhe der Strafe, sondern auch von einem positiven psychiatrischen Gutachten ab, das Voraussetzung für die Entlassung ist. Alle hier inhaftierten Personen sind in ein Behandlungskonzept eingebunden, das sich an psychiatrischen, psychotherapeutischen und pädagogischen Richtlinien orientiert.

*„Schwer daran zu kiefeln.“*

Nun klackert es doch noch an der Türe: Thomas\* ist der erste, ein bisschen später kommt dann noch Jürgen nach – damit ist die Gruppe auch schon wieder vollständig. Thomas ist ein schlanker, junger Mann, blond und mit Brille, in den Zwanzigern. Jürgen ist etwas größer und ein dunklerer Typ. Beide sehen nicht so aus, als würden wir wegen ihnen Sicherheit benötigen. Doch das war nicht immer so: beiden ist gemein, dass sie wegen Gewaltdelikten zu langjährigen Strafen verurteilt wurden, wie sie erzählen: „Ich habe schwer daran zu kiefeln“, sagt Thomas. Wann die beiden wieder rauskommen, ist ungewiss. Eine fixe Perspektive gibt es derzeit leider noch nicht. Jürgen hat sich schon vor seiner Tat dem Buddhismus



zugetan gefühlt. Thomas hat erst in der Haft begonnen, sich intensiv für unsere Religion zu interessieren. Der evangelische Seelsorger war es dann letztlich, der die beiden auf Thule und seine Besuche aufmerksam gemacht hat und für sie den Kontakt hergestellt hat. Seitdem kommt Thule regelmäßig vorbei – ganz wie es seine Reisepläne mit dem Karmapa erlauben. Natürlich ist dieser Dienst ein Ehrenamt.

### *Der Besuch – ein Highlight*

Die Besuche sind ein Highlight für Thomas und Jürgen – das sieht man an der Herzlichkeit, die in der Begrüßung steckt. Denn die Besuchszeiten sind auch am Mittersteig limitiert. „Das ist immer so: Zuerst kommt lange niemand, dann kommen alle auf einmal: Das ist ja auch ein bisschen schwer planbar von hier drinnen“, sagt Jürgen lächelnd – man kann in der Haft ja nicht einfach zum Handy greifen (das ist verboten!) und Besucher koordinieren.

Aber Thules Besuche zählen nicht zum „Zeitkontingent“. Und das ist gut so, eine willkommene Abwechslung im Gefängnisalltag – eineinhalb Stunden hat man dafür zugestanden: „Die Eintönigkeit hier ist wirklich schlimm, ein Tag ist genau wie der andere“, erzählt Jürgen. Obwohl der Mittersteig im Vollzug eher freizügig sei. Die Häftlinge können sich hier in ihrem Stockwerk frei bewegen, die Zellen werden erst um 23 Uhr verschlossen. Gefängnisklischees sind hier am Mittersteig sowieso fehl am Platz. Vor allem junge Häftlinge sind hier untergebracht. „Wir haben viele Freiheiten“, erzählt Thomas. Man

kann Tischtennis, Tischfußball, Billard oder Dart spielen, auch einen Fitnessraum gibt es. Man kann aber auch in der Bibliothek vorbeischaun oder Zeitungen lesen. Thule ist es daher auch ein großes Anliegen, die Bibliotheken mit buddhistischen Büchern zu bestücken, die nicht nur helfen sollen, den Alltag zu meistern, sondern auch zur persönlichen Entwicklung beitragen. Auch ein Stück weit mit dem umgehen zu lernen, das einen wohl sein Leben lang auf dem Gewissen lasten wird. Wenn einer seiner Schützlinge darüber hinaus einen speziellen Bücherwunsch hat, versucht Thule, auch diesen zu erfüllen.

### *„Das wär etwas für später“*

Heute hat Thule zudem viele Fotos mitgebracht von seiner letzten großen Indien-Reise. Denn er will den beiden seine Ideen für ein neues Projekt in Bodhgaya beschreiben. Es sind jedoch keine schönen Fotos, die nun hier die Runde machen: Alte, Kranke, Sterbende. Hilfesuchende, so weit das Auge reicht. Und doch kann auch die Trostlosigkeit Hoffnung geben: „Das wär genau das Richtige für mich“, sagt Jürgen – „Für später dann – weißt du, einfach etwas Sinnvolles mit seinem Leben machen.“

„Ich hab schon viel von Thule gelernt“, erzählt Tomas. Und Thule meint: „Auch ich lerne irrsinnig viel von euch.“ So gibt es beim Besuch nicht nur gemeinsame Gespräche, sondern auch Meditation. Dass der Mehrzweckraum keinen Teppich hat, stört die Jungs dabei überhaupt nicht – meditiert wird der Einfachheit halber auf dem Boden. „Eine Pause vom Alltag nehmen“, sagt Thule. Dann sagt er lange nichts mehr. Ruhe durchflutet den Raum.

Und wieder klackert es an der Tür, „Fertig!“, sagt der Herr Aufseher. Unsere Zeit ist um, Thomas und Jürgen müssen wieder zurück in ihr Stockwerk. Für uns öffnet sich die Panzertüre und entlässt uns in einen grauen Wintertag. Für Jürgen und Thomas war der heutige Tag dank Thule schon ein bisschen weniger grau. ■

\* Die Namen sind der Redaktion bekannt.



Foto: Thule Jug

# Leserbriefe

*Lieber Herr Präsident,*

als Religionswissenschaftler hätte ich eine Anmerkung zu Ihrem Artikel über den „Buddhismus in Österreich“.

Sie schreiben: „Nachdem sich die verschiedenen Traditionen des Buddhismus nicht als voneinander getrennte Buddhawege verstehen [...] und daher nicht als unterschiedliche Buddhismen zu verstehen sind ...“

Meiner Meinung nach gibt es eine Vielzahl an Buddhismen. Und das wurde auch schon von einem burmesischen Mönch, der einen Vortrag an der Universität hielt, bestätigt. Für einen konservativen Teravadamönch ist der tibetische Buddhismus kein Buddhismus. Letzten Sommer durfte ich auch auf meiner Reise in Sri Lanka den Teravadabuddhismus vor Ort kennenlernen.

Im selben Sommer besuchte ich ein Retreat mit Namkai Norbu Rinpoche. Dort steht am Hauptaltar keine Buddha Shakyamuni-Statue, sondern Buddha Samantabhadra steht im Zentrum, in Vereinigung mit Samatabhadri.

Solche Darstellungen sind für einen Teravadamönch undenkbar. Noch undenkbarer ist, dass auf dem Altar ein Becher mit Wein steht. Und Wein wird auch während einem bestimmten Ritual in der Gompa getrunken.

Zwischen dem Buddhismus in Sri Lanka und dem Dzogchen von Namkai Norbu liegen Welten.

Auch wenn wir die lange Geschichte des Buddhismus betrachten, sehen wir, dass es da schon immer Streitigkeiten zwischen den Buddhismen gab. Viele Schriften sind Streit- und Verteidigungsschriften (Mahayana vs. Teravada).

Danke für die tolle Zeitschrift!  
A lotus for you,

*Matthias Grümayer*

*Liebe ÖBR-Magazin-Macher,*

mit den beiden neuen Heften 2011 „Buddhismus in Österreich“ ist euch ein toller Wurf gelungen. Besonders angesprochen hat mich das Interview mit Genro Seiun Koudela, den ich vor ca. 25 Jahren anlässlich des „Hineinschnupperns“ in den Zen-Buddhismus kennengelernt habe.

Auch den Artikel „Tiere essen“ habe ich als Vegetarier bzw. dzt. Vegetarier sehr interessant gefunden und bin schon neugierig auf die Teile 2 und 3. Ich hoffe, dass die weiteren Quartalshefte auch so informativ gestaltet sind bzw. gut gelingen, und verbleibe mit besten Grüßen.

*Heinz Mandutz*

*Liebe Freunde,*

die Deutsche Buddhistische Union (DBU) als traditionsübergreifender Dachverband in Deutschland begrüßt sehr den Austausch und die Zusammenarbeit mit der ÖBR. Insbesondere der Newsletter und das Programmheft sind für uns eine gute Quelle an Informationen über das, was in unserem Nachbarland in unserem Sektor so passiert, und wird gern gelesen.

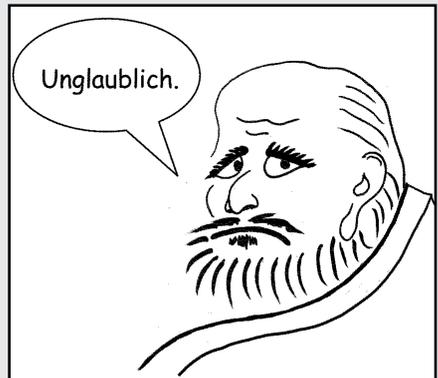
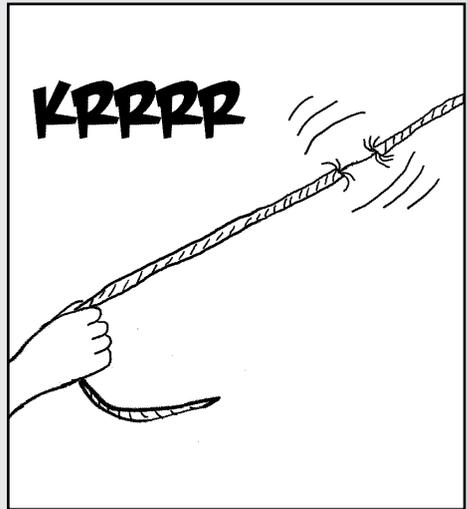
Die DBU ist Herausgeberin der 1/4-jährlich erscheinenden Zeitschrift „Buddhismus aktuell“, die auch in Österreich zu beziehen ist. Bei Interesse bitte über: [www.buddhismus-aktuell.de](http://www.buddhismus-aktuell.de) oder [www.buddhismus-deutschland.de](http://www.buddhismus-deutschland.de) zu bestellen.

Alles Gute und liebe Grüße,

*Jürgen Gräf – Geschäftsstelle der DBU*

# Vergänglichkeit

Von Frank Zechner



DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
<b>EINFÜHRUNG</b>		
nach Absprache	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Shi Shin E. Stockinger</i>
Di 5.4., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 6.4., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
Fr 8.4., 19.00–21.00	<b>Buddhistischer Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Geshe Tenzin Dhargye</i>
Sa 9.4., 15.00	<b>Shambhala Youth Vienna</b>	<i>Stefan Kapeller</i>
Sa 9.4., 15.00	<b>Meditieren lernen – Einführungshalbtage</b>	
Di 12.4., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Sa 16.4., 11.00–12.30	<b>Zen-Schnuppern</b>	<i>Mag. P. Matusek &amp; Dr. F. Wöss</i>
So 17.4., 10.30–16.30	<b>Achtsamkeitstag &amp; angeleitete Meditation</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Di 19.4., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Do 21.4., 19.00–20.30	<b>Der Stufenweg zur Erleuchtung, Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Monika Eisenbeutel</i>
Di 26.4., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 27.4., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Shaku Raku Ju Günter Lang</i>
ab Do 28.4., 19.00 5 Abende	<b>Einführung in die Herzmeditation</b>	<i>Tilo Rom</i>
Sa 30.4., ab 10.00	<b>österreichweiter Tag der offenen Tür: Einführungsvorträge – die Zentren stehen für alle Interessierten offen</b>	
Sa 30.4., 17.00–18.30	<b>Buddhismus kennenlernen, „Karma &amp; Wiedergeburt“</b>	<i>Monika Eisenbeutel</i>
Di 3.5., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 4.5., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Shaku Raku Ju Günter Lang</i>
Do 5.5., 18.00	<b>Shambhala Youth Vienna</b>	<i>Stefan Kapeller</i>
Do 5.5.–26.5., jeweils von 19.00–21.00	<b>Zen-Einführungskurs, 4 Abende Jeweils am Donnerstag</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Do 19.5., 19.00–20.30	<b>Der Stufenweg zur Erleuchtung, Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Geshe Tenzin Dhargye</i>
Sa 14.5., 15.00	<b>Meditieren lernen – Einführungshalbtage</b>	
Di 17.5., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Fr 20.5., 19.00–21.00	<b>Buddhistischer Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Geshe Tenzin Dhargye</i>
Sa 21.5., 11.00–12.30	<b>Zen-Schnuppern</b>	<i>Mag. P. Matusek &amp; Dr. F. Wöss</i>
Di 24.5., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Di 31.5., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 1.6., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Shaku Raku Ju Günter Lang</i>
Sa 4.6., 9.30–14.00	<b>Ikebana-Einführungsunterricht</b>	
Di 7.6., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 8.6., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
Sa 11.6., 17.00–18.30	<b>Buddhismus kennenlernen, „Die Vier Edlen Wahrheiten“</b>	<i>Monika Eisenbeutel</i>
So 12.6., 15.00	<b>Meditieren lernen – Einführungshalbtage</b>	
Di 14.6., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Mi 15.6.	<b>Saga Dawa – Andacht beim Friedensstupa im Volksgarten</b>	

ORT	VERANSTALTER (siehe S. 26/27) & KONTAKT
Senkozan Stadtdojo Linz, Volksgartenstraße 22, 4020 Linz	13 0732/66 80 77, www.senkobobuddhismus.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
TDC Wien, c/o RA-Kanzlei Dr. Schiffner, Neubaugasse 3, 1070 Wien	16 www.tdc-buddha.at, wien@tdc-buddha.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Daishin Zendo, Währinger Straße 26, 1090 Wien	21 www.daishinzen.at > Anmeldung
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
TDC – Kärnten, Kinoplatz 3, 9020 Klagenfurt (beim Volkskino)	16 www.tdc-buddha.at, klagenfurt@tdc-buddha.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 office@theravada-buddhismus.at
alle Zentren von Karma Kagyü Österreich	6 bitte genauen Programmablauf in den einzelnen Zentren erfragen
TDC – General-Keyes-Straße 25, 5020 Salzburg	16 0662/42 05 16, www.tdc-buddha.at, info@tdc-buddha.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 bodhidharmazendo@hotmail.com
TDC – Kärnten, Kinoplatz 3, 9020 Klagenfurt (beim Volkskino)	16 www.tdc-buddha.at, klagenfurt@tdc-buddha.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
TDC Wien, c/o RA-Kanzlei Dr. Schiffner, Neubaugasse 3, 1070 Wien	16 www.tdc-buddha.at, wien@tdc-buddha.at
Daishin Zendo, Währinger Straße 26, 1090 Wien	21 www.daishinzen.at > Anmeldung
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
TDC – General-Keyes-Straße 25, 5020 Salzburg	16 0662/42 05 16, www.tdc-buddha.at, info@tdc-buddha.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
She Drup Ling Graz, Griesgasse 2, 8020 Graz	22 0699/12 15 12 91, office@shedrupling.at

DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
Fr 17.6., 19.00–21.00	<b>Buddhistischer Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Geshe Tenzin Dhargye</i>
Di 21.6., 19.00	<b>Der/die spirituelle LehrerIn</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Fr 24.6., 18.30	<b>Einführungsvortrag – Buddhistische Grundlagen</b>	
Sa 25.6., 11.00–12.30	<b>Zen-Schnuppern</b>	<i>Mag. P. Matusek &amp; Dr. F. Wöss</i>
Sa 25.6., 12.00	<b>Shambhala Youth Vienna</b>	<i>Stefan Kapeller</i>
Mi 29.6., 18.00	<b>Praxis des Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Shaku Raku Ju Günter Lang</i>
Do 30.6., 19.00–20.30	<b>Der Stufenweg zur Erleuchtung, Vortrag &amp; Meditation</b>	<i>Monika Eisenbeutel</i>
So 3.7., 10.30–16.30	<b>Achtsamkeitstag &amp; angeleitete Meditation</b>	<i>Andrea Husnik</i>
<b>VORTRAG</b>		
Mo 4.4., 19.00	<b>Sinnenlust und Widerwille</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Fr 15.4., 20.00	<b>Philosophische Grundlagen des Diamantweg-Buddhismus</b>	<i>Lena Leonteva</i>
So 17.4., 19.00	<b>Bhavana (Meditation), Kultivierung des Bewusstseins</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Do 28.4., 19.00–20.00	<b>Zen-Einführungsvortrag</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Mi 4.5., 19.30	<b>Meditieren lernen</b>	<i>Tina Draszczyk</i>
Fr 6.5., 19.00	<b>Glücklich leben – friedlich sterben</b>	<i>Ehrw. Namgyel</i>
Mo 9.5., 19.00	<b>Der Weg zur Erleuchtung</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Di 10.5., 19.00	<b>Darstellung des Pfades zur Erleuchtung</b>	<i>Ehrw. Namgyel</i>
Fr 13.5., 16.00–19.00	<b>Workshop Zen Leadership</b>	<i>Dr. F. Boschert &amp; Dr. F. Wöss</i>
Fr 13.5., 19.00	<b>Tod, Zwischenzustand, Wiedergeburt</b>	<i>Geshe Tashi</i>
Mi 18.5., 19.30	<b>Kleine Schritte</b>	<i>Alexander Draszczyk</i>
Fr 20.5., 20.00	<b>Übertragung im Diamantweg</b>	<i>Tommy Bogs</i>
Sa 21.5., 15.00	<b>Die Buddhanatur – Grundlage der Erleuchtung</b>	<i>Klaus Kaltenbrunner</i>
Sa 21.5., 20.00	<b>Meditation im Diamantweg-Buddhismus</b>	<i>Heike und Gerhard Bucher</i>
So 22.5., 19.00	<b>Wie der Prinz Siddharta zum Buddha wurde</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
So 1.–So 29.6., 18.00–20.00	<b>Buddhismus kurz und bündig in 5 Abenden</b>	<i>Andrea Husnik</i>
Sa 4.6., 15.30	<b>Lehrer und Schüler im Diamantweg</b>	<i>Didi Rowek</i>
Mo 6.6., 19.00	<b>Wenn das Ego der Lehre Buddhas begegnet</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Di 7.6., 20.00	<b>Die Wurzeln unserer Zuflucht</b>	<i>Didi Rowek</i>
Fr 10.6., 19.30	<b>„How to cook your life“</b>	<i>Edward Espe Brown</i>
Fr 10.6., 20.00	<b>Die sechs befreienden Handlungen</b>	<i>Florinda Czeija</i>
Fr 17.6., 20.00	<b>Die befreienden Handlungen</b>	
<b>SEMINAR</b>		
2011	<b>zusätzliches spezielles Praxisprogramm: Wochenendretreats verschiedener Schwerpunkte</b>	<i>Gruppen-Klausuren</i>
Sa 26.3., 14.30–16.00	<b>Dharmastudium (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Sa 2.4.–So 3.4.	<b>Seminar: „16 Qualitäten eines glücklichen Lebens“</b>	<i>Anne Norup Lauridsen</i>

ORT	VERANSTALTER (siehe S. 26/27) & KONTAKT
TDC Wien, c/o RA-Kanzlei Dr. Schiffner, Neubaugasse 3, 1070 Wien	16 www.tdc-buddha.at, wien@tdc-buddha.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
BZ KKÖ Salzburg, Linzer Gasse 27, 5020 Salzburg	6 0650/89 50 113, salzburg@kkoe.at
Daishin Zendo, Währinger Straße 26, 1090 Wien	21 www.daishinzen.at > Anmeldung
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
Senkozan Stadtdojo Wien, Neulerchenfelder Straße 65, 1160 Wien	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
TDC – Kärnten, Kinoplatz 3, 9020 Klagenfurt (beim Volkskino)	16 www.tdc-buddha.at, klagenfurt@tdc-buddha.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 01/479 24 22, www.fpmt-plc.at
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 office@theravada-buddhismus.at
BZ KKÖ Graz, Pfeifferhofweg 94, 8045 Graz	6 0316/67 07 00, graz@kkoe.at
Dhammazentrum Nyanaponika, Auhofstraße 78c, 1130 Wien	5 www.dhammazentrum.com
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 bodhidharmazendo@hotmail.com
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 www.karma-kagyü.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, www.fpmt-plc.at
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 office@theravada-buddhismus.at
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, www.fpmt-plc.at
Daishin Zendo, Währinger Straße 26, 1090 Wien	21 www.daishinzen.at > Anmeldung
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, www.fpmt-plc.at
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 www.karma-kagyü.at
BZ KKÖ Wien, Schmelzgasse 3, 1020 Wien	6 01/263 12 47, wien@kkoe.at
BZ KKÖ Bregenz, Dorf Rieden 7a, 6900 Bregenz	6 05574/445 96, bregenz@kkoe.at
BZ KKÖ Villach, Peraustraße 15, 9500 Villach	6 0664/41 06 670, villach@kkoe.at
Dhammazentrum Nyanaponika, Auhofstraße 78c, 1130 Wien	5 www.dhammazentrum.com
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, www.fpmt-plc.at
BZ KKÖ Linz, Hauptplatz 15, 4020 Linz	6 0732/68 08 31, linz@kkoe.at
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 office@theravada-buddhismus.at
BZ KKÖ Innsbruck, Neurauthgasse 10, 6020 Innsbruck	6 0681/107 69 362, innsbruck@kkoe.at
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 info-shambhala@gmx.at
BG KKÖ Dornbirn, Dr.-Waibl-Str. 8, 6850 Dornbirn	6 05572/25 701
BZ KKÖ Judenburg, Hauptplatz 4, 8750 Judenburg	6 0650/544 47 22, judenburg@kkoe.at
Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe, Wiener Straße 33, 3002 Purkersdorf	19 Details bitte auf www.palpung.eu einsehen
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 bodhidharmazendo@hotmail.com
She Drup Ling Graz, Griesgasse 2, 8020 Graz	22 0699/12 15 12 91, office@shedrupling.at

DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
Fr 8.4.–Sa 9.4.	<b>Auftritt, Präsenz &amp; Zen</b>	<i>Dr. Fleur Sakura Wöss</i>
Fr 15.4.–So 17.4.	<b>Lojong – Geistes- und Herzensbildung</b>	<i>Cassell Gross</i>
Fr 15.4.–So 17.4., 10.00–18.00	<b>Die Vollkommenheit der Weisheit, 2. Teil</b>	<i>Geshe Tenzin Dhargye</i>
Fr 15.4.–Fr 22.4.	<b>Zazentage Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
Sa 16.4., 19.00	<b>Vollmondpuja</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Sa 16.4.–Sa 23.4.	<b>Sesshin Ostern</b>	<i>Kigen Ekeson, Osho</i>
So 17.4., 9.30–13.00	<b>Beginner Mind – immer wieder neu anfangen!</b>	<i>Ursula Lyon</i>
Fr 22.4.–So 24.4. (Fr 19.30, Sa, So 10.00–19.00)	<b>Chenresi-Retreat</b>	<i>Alexander Draszczyk</i>
Fr 22.4.–Fr 29.4.	<b>Retreat, Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
ab 26.4., 19.00	<b>Kurs: „Freude im Alltag“</b>	<i>C. Rhomberg und S. Jeschko</i>
Sa 30.4.	<b>„Für 1 Tag die Welt vergessen“, Lebensprojekt ab 12 Jahren</b>	<i>Michael Aldrian, Ani Tenzin Jamyang</i>
Sa 30.4.–Sa 7.5.	<b>Wandern und Meditation Wien-Scheibbs</b>	<i>Mathias Köhl</i>
So 1.5., 14.30–16.00	<b>Dharmastudium (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Fr 6.5.–Sa 7.5. (Fr 19.30, Sa 10.00–19.00)	<b>Spiritualität in Ost und West</b>	<i>Fumon Nakagawa Roshi</i>
Fr 6.5.–So 8.5. 6.+7.5.	<b>Tara Terma Praxis-Seminar</b> <b>„Magie des Alltags“ (Shambhalatrainig St. 1)</b>	<i>Lama Tenzin Sangpo</i>
Sa 7.5.–So 8.5. (Sa 10.00–17.30, So 10.00–13.00)	<b>Glücklich leben – friedlich sterben</b>	<i>Ehrw. Namgyel</i>
Mi 11.5.–So 15.5.	<b>Meditations- und Studienretreat</b>	<i>Martine und Stephen Batchelor</i>
Sa 14.5., 18.00	<b>Vesakh-Fest</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Sa 14.5.–So 15.5. (Sa 10.00–17.30, So 10.00–13.00)	<b>Tod, Zwischenzustand, Wiedergeburt</b>	<i>Geshe Tashi</i>
Fr 20.5.–So 22.5.	<b>Meditation - Ein Weg um mehr Zufriedenheit im Alltag zu finden</b>	<i>Lama Tenzin Sangpo</i>
Sa 21.5., 14.30–16.00	<b>Dharmastudium (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Sa 21.5.	<b>multikulturelles Vesakh-Fest</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
So 22.5., 9.30–13.00	<b>„Lebenslauf – Hindernislauf“</b>	<i>Ursula Lyon</i>
So 22.5., 7.30–16.00	<b>Vesakh-Fest im DZ Nyanaponika</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Sa 28.5., 10.00–14.00	<b>Alexander-Technik und Achtsamkeitsmeditation</b>	<i>Thomas Cook und Christoph Köck</i>
So 29.5., 9.00–18.00	<b>Zazentag (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Sa 4.6.–So 5.6. (Sa 16.00–20.00, So 10.00–13.00)	<b>Geistestraining</b>	<i>Shamarpa Rinpoche</i>
Fr 10.6.–Mo 13.6.	<b>Metta – Vipassana, Pfingstretreat</b>	<i>Hannes und Andrea Huber</i>
Fr 10.6.–Fr 17.6.	<b>Retreat, Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
Sa 11.6., 10.00–16.00	<b>Meditation &amp; Achtsamkeit</b>	<i>Monika Eisenbeutel</i>

ORT	VERANSTALTER (siehe S. 26/27) & KONTAKT
Daishin Zendo, Währinger Straße 26, 1090 Wien	21 <a href="http://www.fleurwoess.com/seminare.html">www.fleurwoess.com/seminare.html</a>
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 <a href="mailto:info-shambhala@gmx.at">info-shambhala@gmx.at</a>
TDC – General-Keyes-Straße 25, 5020 Salzburg	16 0662/42 05 16, <a href="http://www.tdc-buddha.at">www.tdc-buddha.at</a> , <a href="mailto:info@tdc-buddha.at">info@tdc-buddha.at</a>
Senkozan Sanghe Nembutsu DO, 3293 Bodingbach 91	13 07586/8513, <a href="http://www.senkobobuddhismus.at">www.senkobobuddhismus.at</a>
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 <a href="mailto:office@theravada-buddhismus.at">office@theravada-buddhismus.at</a>
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, <a href="mailto:bz.scheibbs@gmx.at">bz.scheibbs@gmx.at</a>
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 <a href="mailto:Ursula.Lyon@chello.at">Ursula.Lyon@chello.at</a>
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 <a href="http://www.karma-kagyü.at">www.karma-kagyü.at</a>
Senkozan Sanghe Nembutsu DO, 3293 Bodingbach 91	13 07586/8513, <a href="http://www.senkobobuddhismus.at">www.senkobobuddhismus.at</a>
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 <a href="mailto:info-shambhala@gmx.at">info-shambhala@gmx.at</a>
She Drup Ling Graz, Griesgasse 2, 8020 Graz	22 0699/12 15 12 91, <a href="mailto:office@shedrupling.at">office@shedrupling.at</a>
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, <a href="mailto:bz.scheibbs@gmx.at">bz.scheibbs@gmx.at</a>
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 <a href="mailto:bodhidharmazendo@hotmail.com">bodhidharmazendo@hotmail.com</a>
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 <a href="http://www.karma-kagyü.at">www.karma-kagyü.at</a>
Rangjung Yeshe Gomde, Bäckerberg 18, 4644 Scharnstein	17 <a href="http://www.gomde.at">www.gomde.at</a>
Shambhalazentrum Wien, Stiftgasse 15–17, 1070 Wien	4 <a href="mailto:info-shambhala@gmx.at">info-shambhala@gmx.at</a>
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, <a href="http://www.fpmt-plc.at">www.fpmt-plc.at</a>
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, <a href="mailto:bz.scheibbs@gmx.at">bz.scheibbs@gmx.at</a>
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 <a href="mailto:office@theravada-buddhismus.at">office@theravada-buddhismus.at</a>
(PLC) Gelug Zentrum, Servitengasse 15, 1090 Wien	15 0681/20 49 00 31, <a href="http://www.fpmt-plc.at">www.fpmt-plc.at</a>
Rangjung Yeshe Gomde, Bäckerberg 18, 4644 Scharnstein	17 <a href="http://www.gomde.at">www.gomde.at</a>
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 <a href="mailto:bodhidharmazendo@hotmail.com">bodhidharmazendo@hotmail.com</a>
Genaue Zeit und Ort wird noch bekanntgegeben	5 <a href="http://www.dhammadzentrum.com">www.dhammadzentrum.com</a>
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 <a href="mailto:Urusla.Lyon@chello.at">Urusla.Lyon@chello.at</a>
Dhammadzentrum Nyanaponika, Auhofstraße 78c, 1130 Wien	5 <a href="http://www.dhammadzentrum.com">www.dhammadzentrum.com</a>
der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien	Info und Anmeldung bei Christoph: 01/595 50 18
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 <a href="mailto:bodhidharmazendo@hotmail.com">bodhidharmazendo@hotmail.com</a>
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 <a href="http://www.karma-kagyü.at">www.karma-kagyü.at</a>
Bildungswerkstatt Breitenfurt bei Wien	Anmeldung: 02239/2312
Senkozan Sanghe Nembutsu DO, 3293 Bodingbach 91	13 07586/8513, <a href="http://www.senkobobuddhismus.at">www.senkobobuddhismus.at</a>
TDC – General-Keyes-Straße 25, 5020 Salzburg	16 0662/42 05 16, <a href="http://www.tdc-buddha.at">www.tdc-buddha.at</a> , <a href="mailto:info@tdc-buddha.at">info@tdc-buddha.at</a>

DATUM	VERANSTALTUNG	LEITUNG
Sa 11.6., 19.00	<b>Vollmondpuja</b>	<i>Bhante Seelawansa</i>
Fr 17.6.–So 19.6.	<b>Mindfulness Based Stress Reduction</b>	<i>Andrea Huber</i>
Sa 18.6., 10.00–18.00	<b>Endlich zur Ruhe kommen</b>	<i>Tina Draszczyk</i>
So 19.6., 9.30–13.00	<b>„Mit Ungewissheit leben“</b>	<i>Ursula Lyon</i>
Mi 22.6.–So 26.6.	<b>Das Tao und das Dharma: zwei Wege, ein Ziel</b>	<i>Franz Möckl</i>
Sa 25.6., 14.30–16.00	<b>Dharmastudium (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
So 26.6., 9.00–18.00	<b>Zazentag (nur für Mitglieder des Zendo)</b>	<i>Rinzai Ji Orden</i>
Di 28.6.–Mo 4.7.	<b>Wandern und Meditation / Ötschergegend</b>	<i>Mathias Köhl</i>
Fr 1.7.–So 3.7.	<b>Tai Ji</b>	<i>Rudolf Gold</i>
Fr 1.7.–Fr. 6.7.	<b>Zazentage Senkobo-Buddhismus</b>	<i>Osho Myo Nyo Ren Helga Hartl</i>
Sa 2.7., 10.00–17.00	<b>Vipassana Meditation</b>	<i>Tilo Rom</i>
Mo 4.7.–So 10.7.	<b>Vipassana Meditation</b>	<i>Christoph Köck</i>
Mo 11.7.–So 17.7.	<b>Sesshin</b>	<i>Genso Sasaki Roshi</i>
Mo 18.7.–Sa 23.7.	<b>Sesshin</b>	<i>Abt Muho</i>
Do 28.7.–Sa 6.8.	<b>Achtsamkeitsmeditation mit Yoga</b>	<i>Ursula Lyon, Margit Königswieser</i>
So 7.8.–Mo 15.8.	<b>Vipassana-Meditation und Qi Gong</b>	<i>Tilo Rom</i>
Mi 24.8.–So 28.8.	<b>Das Herz-Sutra: Die Lehre von der Leerheit</b>	<i>Marcel Geisser, Dagmar Jauernig</i>
VERANSTALTUNGEN		
Sa 14.5., 13.00–17.00	<b>Tag der offenen Tür</b>	<i>Buddhistische Gemeinschaft Salzburg</i>
Sa 14.5., 18.00	<b>Vesakh Salzburg</b>	<i>Buddhistische Gemeinschaft Salzburg</i>
So 29.5., 16.00	<b>Vesakh-Fest Wien</b>	<i>ÖBR &amp; Nipponzan-Myôhôji</i>
Mi 15.6., 17.00	<b>Sagha Dawa Monlam Graz</b>	<i>She Drup Ling Graz</i>
Mi 15.6., 19.00	<b>Sagha Dawa Monlam</b>	<i>Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe</i>
So 26.6., 10.00	<b>Pagodenfest</b>	<i>Nipponzan-Myôhôji</i>

## Buddhismus-Lehrgang 2011/2012

Nach dem erfolgreichen Buddhismus-Lehrgang an der Universität Wien des letzten Studienjahres gibt es nun wieder die Möglichkeit, sich ab dem Wintersemester 2011 zu inskribieren.

Die Themenkreise sind: Theravada-Buddhismus, Zen-Buddhismus, Tibetischer Buddhismus sowie Psychologie/Psychotherapie und Grundlagen interkultureller und interreligiöser Begegnung, Buddhismus und westliche Kultur, Begegnung von Buddhismus und Christentum in Geschichte und Gegenwart

ORT	VERANSTALTER (siehe S. 26/27) & KONTAKT
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 office@theravada-buddhismus.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Karma Kagyü Sangha im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16/23, 2. Stock, 1010 Wien	10 www.karma-kagyü.at
Theravada-Schule im buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien	5 Urusla.Lyon@chello.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 bodhidharmazendo@hotmail.com
Bodhidharma Zendo im Buddhistischen Zentrum, Fleischmarkt 16, 1.Stock	2 bodhidharmazendo@hotmail.com
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Senkozan Sanghe Nembutsu DO, 3293 Bodingbach 91	13 07586/8513, www.senkobobuddhismus.at
4020 Linz, Zendo, Honauerstraße 20	Anm.: Gernot Polland 0664/272 76 74
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Scheibbs	3 07482/424 12, bz.scheibbs@gmx.at
Buddhistisches Zentrum Lehenerstraße, Lehenerstraße 15, 5020 Salzburg	20 0699/107 59 774, www.buddhismus-salzburg.org
Buddhistisches Zentrum Lehenerstraße, Lehenerstraße 15, 5020 Salzburg	20 0699/107 59 774, www.buddhismus-salzburg.org
Handelskai, Hafenzufahrtsstraße (Höhe Donaurestaurant), 1020 Wien	1 01/512 37 19, office@buddhismus-austria.at
Friedensstupa im Grazer Volksgarten	22 She Drup Ling Graz, www.shedrupling.at
Wiener Straße 33, 3002 Purkersdorf	19 www.palping.eu
Handelskai, Hafenzufahrtsstraße (Höhe Donaurestaurant), 1020 Wien	1 01/512 37 19, office@buddhismus-austria.at

Referenten: Dr. Bhante Seelawansa Mahathero, Univ.-Prof. DDr. Johann Figl, Univ.-Prof. Dr. Guttman, DDr. Winter, Mag. Tina Draszczyk, Mag. Kurt Krammer und weitere Gastreferenten.  
Teilnehmerzahl: max. 50 Personen

Vorlesungsbeginn: WS Anfang Oktober 2011, Mi 18.00–20.00; Fr und Sa geblockt 9.00–12.30

**Anmeldung und weitere Informationen:**

**Dhammazentrum Nyanaponika, Bhante Seelawansa**

**Tel. 01/865 34 91**

**dhammazentrum@gmx.at**

**www.dhammazentrum.com**

# Die Orden und Dharmagruppen der ÖBR.

Infos über Tradition, Entwicklung und Praxisangebote finden Sie im Jahrbuch der ÖBR, erhältlich im ÖBR-Sekretariat, [office@buddhismus-austria.at](mailto:office@buddhismus-austria.at)

## **20 Buddhistische Gemeinschaft Salzburg**

Lehenerstraße 15, 5020 Salzburg  
Tel. 0664/22 37 111 oder  
Tel. 0699/10 75 97 74  
[buddhismus@sbg.at](mailto:buddhismus@sbg.at)  
[www.buddhismus-salzburg.org](http://www.buddhismus-salzburg.org)  
>> *Übertraditionell*

## **2 Bodhidharma Zendo**

Buddhistisches Zentrum  
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien  
Tel. 01/513 38 80  
[bodhidharmazendo@hotmail.com](mailto:bodhidharmazendo@hotmail.com)  
[www.bodhidharmazendo.net](http://www.bodhidharmazendo.net)  
>> *Japanischer Buddhismus*

## **3 Buddhistisches Zentrum Scheibbs**

Ginselberg 12  
3270 Scheibbs/Neustift  
Tel. 0699/190 496 36 oder  
Tel. 07482/424 12  
[bz.scheibbs@gmx.at](mailto:bz.scheibbs@gmx.at)  
[www.bz.s.at](http://www.bz.s.at)  
>> *Übertraditionell*

## **21 Daishin Zen Österreich**

Währinger Straße 26/Hof, 1090 Wien  
Tel. 01/879 57 22 oder Tel.  
0650/879 57 22 (Mag. Paul Matussek)  
[office@fleurwoess.com](mailto:office@fleurwoess.com)  
[www.daishinzen.at](http://www.daishinzen.at)  
>> *Japanischer Buddhismus*

## **11 Drikung Kagyud Orden\***

Buddhistisches Zentrum  
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien  
Tel. 01/749 42 47, [drikung@1012.at](mailto:drikung@1012.at)  
[www.drikung-orden.at](http://www.drikung-orden.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **9 Dzogchen Gemeinschaft Österreich\***

Buddhistisches Zentrum  
Fleischmarkt 16/1. Stock, 1010 Wien  
Honza Dolensky, Tel. 0660/521 96 99  
[dzogchen.wien@gmx.at](mailto:dzogchen.wien@gmx.at)  
[www.dzogchen.at](http://www.dzogchen.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **12 Fo Guang Shan**

Sechshauser Straße 50, 1150 Wien  
Tel. 0699/17 19 58 27  
[fgs-vienna@fgs.org.tw](mailto:fgs-vienna@fgs.org.tw)  
[www.fgs.org.tw](http://www.fgs.org.tw)  
>> *Taiwanesischer Buddhismus*

## **6 Karma Kagyü Österreich\***

Pfeifferhofweg 94, 8045 Graz  
Tel. 0316/670 700  
[info@kkoe.at](mailto:info@kkoe.at)  
[www.diamantweg.at](http://www.diamantweg.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **10 Karma Kagyü Sangha\***

Fleischmarkt 16/2. Stock, 1010 Wien  
Tel. 0676/485 78 25  
[info@karma-kagyu.at](mailto:info@karma-kagyu.at)  
[www.karma-kagyu.at](http://www.karma-kagyu.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **25 Lotus Sangha\***

Yun Hwa Dharma Sah  
Porzellangasse 20/Stiege 2/Tür 22  
1090 Wien  
Tel. 0699/19 24 62 94  
[wien@lotussangha.org](mailto:wien@lotussangha.org)  
[www.lotussangha.org](http://www.lotussangha.org)  
>> *Mahayana-Buddhismus*

## **23 Maitreya Institut Gutenstein**

Blättertal 9, 2770 Gutenstein  
Tel. 02634/74 17 (Kontakt: Sylvester  
und Li Lohninger)  
[info@maitreya.at](mailto:info@maitreya.at)  
[www.maitreya.at](http://www.maitreya.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **15 Panchen Losang Chogyé Gelug-Zentrum in der Tradition des Dalai Lama**

Servitengasse 15, 1090 Wien  
Tel. 0681/20 49 00 31  
[info@fpmt-plc.at](mailto:info@fpmt-plc.at)  
[www.fpmt-plc.at](http://www.fpmt-plc.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **19 Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe**

Wiener Straße 33  
3002 Purkersdorf bei Wien  
Tel. 0664/81 50 51 30  
[www.palping.eu](http://www.palping.eu)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **24 Pu Fa Meditationszentrum Linz**

Hörzinger Straße 62ab  
4020 Linz  
Tel. 0732/94 47 04  
[pufa@mail.ctcm.org.tw](mailto:pufa@mail.ctcm.org.tw)  
[www.ctworld.org](http://www.ctworld.org)  
>> *Taiwanesischer Buddhismus*

## **17 Rangjung Yeshe Gomde**

Guth zu Rath, Bäckerberg 18  
4644 Scharnstein  
Tel. 07615/203 13  
[info@gomde.at](mailto:info@gomde.at)  
[www.gomde.at](http://www.gomde.at)  
>> *Tibetischer Buddhismus*

## **7 Sayagyi U Ba Khin**

IMC Österreich  
9064 St. Michael/Gurk 6  
Tel. 04224/28 20  
[mail@imc-austria.com](mailto:mail@imc-austria.com)  
[www.imc-austria.com](http://www.imc-austria.com)  
>> *Theravada-Buddhismus*

## **13 Senkozan Sanghe Nembutsu Do\***

Haupttempel, Bodingbach 91  
3293 Lunz am See  
Tel. 07486/85 13  
[senkozan@naikido.at](mailto:senkozan@naikido.at)  
[www.senkobobuddhismus.at](http://www.senkobobuddhismus.at)  
>> *Japanischer Buddhismus*

## **4 Shambhala Meditationszentrum**

Stiftgasse 15–17, 1070 Wien  
Tel. 01/523 32 59  
[info-shambhala@gmx.at](mailto:info-shambhala@gmx.at)  
<http://wien.shambhala.info/>  
>> *Tibetischer Buddhismus*

**22 She Drup Ling Graz**

Griesgasse 2, 8020 Graz  
Ani Tenzin Jamyang (Beate Zweytick), Tel. 0699/12 15 12 91  
office@shedrupling.at  
www.shedrupling.at  
>> *Tibetischer Buddhismus*

**14 Österreich Soka Gakkai International**

Kulturzentrum Villa Windisch-Grätz  
Linzer Straße 452, 1140 Wien  
Tel. 01/979 18 36, info@oesgi.org  
www.oesgi.org  
>> *Japanischer Buddhismus*

**16 Thekchen Dho-ngag Choeling Salzburg**

General-Keys-Strasse 25/1  
5020 Salzburg  
Tel. 0664/110 27 02 oder Tel. 0662/42 05 16, info@tdc-buddha.at  
www.tdc-buddha.at  
>> *Tibetischer Buddhismus*

**5 Theravada\***

Buddhistisches Zentrum  
Fleischmarkt 16, 1. Stock,  
1010 Wien  
office@theravada-buddhismus.at  
www.theravada-buddhismus.at  
>> *Theravada-Buddhismus*

INSTITUTE

**1 Nipponzan Myohoji – Friedenspagode**

Handelskai, Hafenzufahrtsstraße  
(Höhe Donaurestaurant Lindmayer)  
1020 Wien,  
Tel. 01/726 35 51  
www.peacepagoda.net  
>> *Japanischer Buddhismus*

**18 Friedens-Stupa-Institut**

Pyung Hwa Sa Friedensverein  
Buddhistischer Tempel  
Lindmayerstraße 2, 1020 Wien  
Elisabeth Lindmayer  
Tel. 0664/340 10 46,  
info@stupa.at oder  
lindmayerelisabeth@yahoo.com  
www.stupa.at  
>> *Übertraditionell*

**8 Naikan Institut Neue Welt**

Triftstraße 81  
2821 Lanzenkirchen  
Tel. 0664/32 00 688  
nwi@naikan.com  
www.naikan.com  
>> *Japanischer Buddhismus*

\* DIESE GRUPPEN UND ORDEN DER ÖBR HABEN AKTIVITÄTEN AN VERSCHIEDENEN STANDORTEN IN ÖSTERREICH. DETAILS ENTNEHMEN SIE BITTE DEN WEBSEITEN.

Wöchentliche Meditationen

WIEN	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Bodhidharma Zendo	<u>18.30</u>	<u>6.30</u>	<u>18.30</u>	<u>6.30</u>	<u>18.30</u>		
Daishin Zendo	<u>19.00</u>		<u>19.00</u>				
Drikung Kagyü Orden		18.30		19.30			
Fo Guang Shan						18.30	15.30
Karma Kagyü Österreich	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Karma Kagyü Sangha		19.30		19.30			
Nipponzan-Myôhôji	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00
Österr. Dzogchen Gemeinschaft			<u>19.45</u>				
Palpung Yeshe Chökhör Ling Europe	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00
	19.00	9.00	19.00	19.00	19.00	19.00	11.00
							19.00
Panchen Losang Chogyen Gelug-Zentrum	19.00	18.00	<u>19.00</u>	18.00			
		<u>19.00</u>					
Senkozan Sanghe Nembutsu Do			<u>19.00</u>				
Shambala Meditationszentrum	19.00		19.00				
Theravada	<u>19.00</u>	17.30	17.30		19.00		
		19.00					

DIE EINGETRAGENEN ZEITEN SIND ANFANGSZEITEN. UNTERSTRICHENE TERMINE: KÖNNEN NUR NACH RÜCKSPRACHE MIT DER JEWEILIGEN GRUPPE BESUCHT WERDEN. AUS PLATZGRÜNDEN FINDEN SIE ZUR ZEIT HIER NUR VERANSTALTUNGEN IN WIEN. WEITERE INFORMATIONEN ENTNEHMEN SIE BITTE DEN WEBSITES DER EINZELNEN VERANSTALTER.

# Gruppen, die nicht Mitglieder der ÖBR sind

## WIEN

### **Association Zen Internationale,**

Gründer Meister Taisen Deshimaru  
Zen Dojo Wien,  
Kaiserstraße 67–69, 1070 Wien  
Hofgebäude 2. Stock/Tür 13  
Tel. 0699/11 40 42 42  
dojo@zen.or.at, www.zen.or.at  
Einführung: Jeden 1. Fr., 18.00–19.30  
Zazen: Mo. bis Fr., 6.30–8.15  
Do., 19.00–20.30, Sa., 10.00–11.30

### **Dharma Sangha Österreich**

Info: Michael Podgorschek  
Tel. 06991/479 12 12, podpod@t0.or.at  
der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien  
Praxis: Mo., Mi., 6.10–7.30, Do., 19.15–21.15

### **InterSein Sangha Wien**

Achtsamkeitsmeditation nach **Thich Nhat Hanh**  
Offene Gruppe, für Anfänger und  
Fortgeschrittene  
Teilnahme jederzeit möglich, keine Anmeldung  
Jeden Mi., 19.00–21.00  
der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien  
Info: Karin Haider, Tel. 0650/91 77 377  
studiovienna@chello.at, www.plumvillage.org

### **Prajna-Karuna**

Buddhist. Philosophie – Spiritualität – Heilung  
Alte Kadampa- & Gelugpalehren n. Thupten Jinpa /  
Can. Tantrische Psychologie „Einheit in der Dualität“ / + Tarab Tulku XI.  
Vorträge, Meditationen, Seminare,  
Einzelsitzungen  
Lisa Diendorfer, Tel. 01/548 77 00  
Am Hundsturm 13/22, 1050 Wien  
elisabeth.diendorfer@chello.at  
www.prajna-life.com  
Themen, Orte, Termine im Web

### **Ryuu Zen Sangha**

Schüler von Genso Sasaki Roshi  
der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien  
Kontakt: Daru Huppert, Tel. 0676/551 65 36  
Zazen: Di., 6.30–8.00, Do., 20.00–22.00  
www.ryu-un-zen.org

### **Kyudo Zen-Bogenschießen**

Muko Kyudojo Wien  
Leitung: Peter Jurkowitsch  
Seidengasse 28, 1070 Wien  
Praxis: jeden Mo., 19.00–21.00,  
jeden 2. Sa., 12.15–17.30  
Seminar für Anfänger: auf Anfrage  
Info: victoria.sternebeck@chello.at,  
Tel. 0676/939 64 36

## BURGENLAND

### **Saddharma Sangha**

Rabnitztalstraße 12, 7372 Karl  
Kontakt: Marina Jahn,  
Tel. 01/216 44 51, marina.jahn@chello.at

## OBERÖSTERREICH

### **Zen in Linz**

Honauerstraße 20/1. Stock-Zendo  
4020 Linz, www.zeninlinz.at  
Donnerstag-Gruppe: „Offene Weite“ 19.00–21.00  
Kontakt: Brigitte Bindreiter, Tel. 0650/38 52 820  
brigitte.bindreiter@linzag.net  
Samstag-Gruppe: „Zenübung:  
BuddhaDharmaSangha“, 8.00–10.00  
Kontakt: Gerhard Urban, Tel. 0664/877 68 85  
oberoesterreich@buddhismus-austria.at

### **Daiishin-Sangha Linz**

Soto Zen  
Honauerstraße 20/1, 4020 Linz, zen-linz.at  
Zazen: Mi., 19.00–21.00  
Info: Gernot Polland, Tel. 0664/73 39 99 19  
Gernot.polland@aon.at

### **Zen in Gmunden**

(japan. Rinzaï Zen)  
Roshin Ingrid Prinz: Ingridprinz@yahoo.de  
Tel. 0650/460 30 23

## Buddhismus entdecken

### Studien- und Meditationslehrgang

Einstieg ist bei jedem Modul möglich  
Der 2-jährige Lehrgang ermöglicht eine solide Grundlage für die Ausbildung im Mahayana-Buddhismus. Das Erlernete wird in der Meditation überprüft und kann dann in der Praxis und im täglichen Leben sinnvoll und gewinnbringend integriert werden. Jedes Thema (Modul) umfasst 6 bis 7 Abende und zur Vertiefung einen Klausurtag.  
Themen: Mein Geist und sein Potenzial / Wie meditiert man? / Darstellung des Pfades 5.4.–10.5. / Der/die spirituelle LehrerIn 17.5.–21.6. / Tod und Wiedergeburt / Karma / Zuflucht zu den Drei Juwelen / Eine tägliche Praxis aufbauen / Samsara & Nirvana / Bodhicitta / Probleme umwandeln / Weisheit / Tantra.  
Di., 19.00–21.00,  
Kursgebühr: 40 Euro pro Modul  
Panchen Losang Chogyen Gelug Zentrum (PLC), 1090 Wien, Servitengasse 15  
Vor Anmeldung: Andrea Husnik  
Tel. 01/479 24 22, info@fpmt-plc.at  
www.fpmt-plc.at

## Lobsang Namgyel

### Glücklich leben – friedlich sterben Abendvortrag & Seminar, 6.–8. Mai 2011

„Dieses Leben ist leicht verletzlich, es ist unbeständiger als Seifenblasen, die der Wind verweht. Wie erstaunlich ist es, dass wir noch aus dem Schlaf aufwachen.“ (Nagarjuna)  
Die Belehrungen von Ven. Namgyel helfen Angst, Stress, Verwirrungen und Probleme zu reduzieren, um friedlicher und glücklicher zu leben. Und dann ist auch der Tod friedlich.  
Vortrag, Diskussion und angeleitete Meditation, geeignet für Menschen mit und ohne Meditationserfahrung. Lobsang Namgyel, Australier und tibetisch-buddhistischer Mönch, lebt lehrend oder in Meditationsklausuren seit 25 Jahren in Indien und Nepal.  
6.5. 19.00–21.00, 7.5. 10.00–17.30, 8.5. 10.00–13.00, Englisch, übersetzt ins Deutsche  
Empf. UKB: Vortrag: 12 Euro | Seminar: 70 Euro inkl. veg. Mittagssuppe (am Sa.)  
Vortrag & Seminar: 75 Euro | MG 65 Euro (Ermäßigung möglich)  
Ort: Panchen Losang Chogyen Gelug Zentrum, 1090, Serviteng. 15, www.fpmt-plc.at

## Chan Mi Qigong

### mit Meisterin Jiang Xue Ying

Meisterin Jiang Xue Ying aus Zhejiang/VR China unterrichtet seit vielen Jahren Chan Mi Qigong in zahlreichen Seminaren in China, u. a. an der Universität Peking, im südostasiatischen Raum und in Deutschland. Diese Seminare sind eine einmalige Gelegenheit, authentisches Chan Mi Qigong direkt von der Meisterschülerin und Assistentin von Chan Mi Qigong- Großmeister Liu Han Wen zu lernen.

**18.–19. Juni**

**Fleischmark 16, 1010 Wien EUR 138,-**

### **Augenübungen und Reinigungsübung und Basisübungen für Anfänger und Fortgeschrittene**

Die **Basisübungen** sind die Grundlage aller Chan Mi Gong Methoden und der Einstieg in das umfassende Lehr- und Übungssystem des Chan Mi Qigong. Durch sanfte Bewegungen wird das Qi im Bereich der Wirbelsäule aktiviert. Ein harmonischer, aktivierender wie auch ausgleichender Qi-Fluss kommt in Gang, löst körperliche wie geistige Verspannung und trägt wesentlich zur Erhöhung unseres ganzheitlichen Wohlbefindens bei.

Die Chan Mi Qigong-**Augenübungen** ermöglichen die gezielte Erhöhung der Qi-Qualität im Bereich der Augen, eine Verbesserung der Sehkraft bei Sehstörungen und Sehschwächen, sowie die Erhaltung der Sehkraft bis ins hohe Alter.

Mit der **Reinigungsübung** des Chan Mi Qigong können wir negatives Qi abgeben und reines, positives Qi aufnehmen.

### **1.–2. Oktober: Hui Gong (Chan Mi Qigong Weisheitsübung) und Basisübungen**

Die Basisübungen für Anfänger und Fortgeschrittene werden bei jedem Seminar wiederholt.

**Auskunft und Anmeldung: 0676/456 77 88**

## Yoga & Meditation

### Offene Stunden im BZ Wien

**Ursula Lyon, Margit Königswieser**

Mo., 10.00–12.00

**Ursula Lyon, Michaela Berger**

Mi., 17.30–19.00

„Sampada“ = der umfassende Weg  
Meditation, Buddhistische Lehre, Yoga,  
Alltag

Anfragen: ursula.lyon@chello.at

**Andrea Lachner**

Mi., 19.15–21.00

**Andrea Lachner**

Do., 17.00–18.30

**Hannes Huber, Renate Putzi**

Fr., 16.30–18.00

Buddhistisches Zentrum Wien

Fleischmarkt 16/1. Stock

1010 Wien

**Renate Putzi, Hannes Huber**

Mo., 17.30–19.00

PLC Gelug-Zentrum, Servitengasse 15

1090 Wien

**Martin Krautschneider**

Di., 19.00–21.00, auch für Anfänger

Fr., 6.00–8.00

der mittlere weg, Biberstraße 9/2

1010 Wien

Tel. 01/729 82 66

## QiGong & Meditation

**Heinz J. Hackethal**

Mi., 18.00 –19.15

der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Tel. 0660/686 27 71

**Tilo Rom**

Mi., 17.00–18.30

Mi., 19.30–21.00

der mittlere weg, Biberstraße 9/2, 1010 Wien

Tel. 0676/629 91 58

## TDC – Thekchen Dho-ngag Choeling

Tibetischer Buddhismus

[www.tdc-buddha.at](http://www.tdc-buddha.at)

Veranstaltungen mit

**Ehrw. Geshe Tenzin Dhargye**

Geistiger Lehrer von TDC, Direktor  
des Tibetzentrums Hüttenberg

### Buddhistische Vorträge & Meditationen in Wien:

8. April, 20. Mai, 17. Juni 2011

jeweils freitags, 19.00 – 21.00 Uhr

c/o RA-Kanzlei Dr. Schiffner

Neubaugasse 3, 1070 Wien

### Die Vollkommenheit der Weisheit in Salzburg:

Fr, 15. – So, 17. April 2011

TDC-Buddhistisches Zentrum

General Keyes Straße 25, 5020 Salzburg

[www.tdc-buddha.at](http://www.tdc-buddha.at)



## VERLAG BEYERLEIN & STEINSCHULTE Grundlagenliteratur zur Lehre des BUDDHA

Herrnschrot

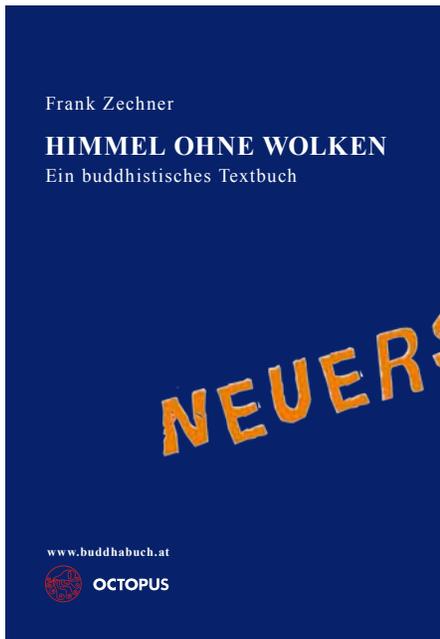
D-95236 Stambach

Tel. 0049/9256/460, Fax 8301

E-Mail: [verlag.beyerlein@T-online.de](mailto:verlag.beyerlein@T-online.de)

[www.buddhareden.de](http://www.buddhareden.de)

Gerne schicken wir Ihnen unser  
Gesamtprogramm zu.



**OCTOPUS**

Bücher fürs Leben

**NEUERSCHEINUNG**

[www.buddhabuch.at](http://www.buddhabuch.at)

[info@buddhabuch.at](mailto:info@buddhabuch.at)  
+43 (0) 1 512 71 46

Fleischmarkt 16 (im Hof)  
A-1010 Wien

Bestellungen werden gerne telefonisch oder per E-Mail entgegen genommen



**Geshe Tashi**

## **TOD, ZWISCHENZUSTAND, WIEDERGEURT**

1090 Wien, Servitengasse 15

13. - 15. Mai 2011

Geshe-la wird uns die Auflösungsstadien des Bewusstseins im Todesprozess erklären und über die buddhistischen Lehren vom Zwischenzustand (Bardo) sprechen. Dieses Wissen bereitet uns auf diese Zeit vor und ermöglicht uns einen guten Start ins nächste Leben.

**Geshe Tashi** ist ein tibetischer Gelehrter und Meditationsmeister mit dem Titel eines Lharampa Geshe (höchster Ausbildungsgrad). Seit 17 Jahren in London lebend, lehrt er mit einer besonders inspirierenden, klaren und sehr humorvollen Art weltweit in verschiedenen Zentren.

**Info: Tel.: 0681 204 900 31, [www.fpmt-plc.at](http://www.fpmt-plc.at)**



# Internationales Institut für Höhere Tibetische Studien Tibetzentrum–I.I.H.T.S.

*Unter der Schirmherrschaft  
Seiner Heiligkeit des XIV Dalai Lama*

## Tibetisch-Sprachkurse

Sommer 2011 und 2012 in Hüttenberg, Kärnten

In Zusammenarbeit mit der Universität für Tibetische Studien,  
Varanasi, Indien, bieten wir ab Sommer 2011:

- **Lehrgang Klassisches Tibetisch**, 240 UE, € 1.800  
15.-25. Juni, 18.-27. Juli 2011 und weitere 120 h Sommer 2012
- **Lehrgang Gesprochenes Tibetisch**, 240 UE, € 1.800  
30.Juni-5.Juli, 1.-12. Aug. 2011 und weitere 120 h Sommer 2012

Offiziell von der Universität für Tibetische Studien entsandte  
**Lehrbeauftragte:** Ass.Prof. Dr. Tashi Tsering, Dr. Penpa Dorjee

**Die AbsolventInnen erhalten ein gemeinsam mit  
der Universität für Tibetische Studien, Varanasi,  
ausgestelltes Zertifikat.**



### Information und Anmeldung:

Tibetzentrum - I.I.H.T.S. | Reiftanzplatz 1 | A-9375 Hüttenberg  
Tel.: +43 4263 20084 | Fax +43 4263 20084 50 | office@tibetcenter.at

[www.tibetcenter.at](http://www.tibetcenter.at)