

SARANA

Dhamma Treffpunkt Bad Pyrmont

Audio Katalog

**Vorträge, Seminare und Workshops
zur Lehre des Buddha**

Leitung: Ayya Mudita

Hinweis: Alle Vorträge sind kostenlos per Download oder
als MP3 erhältlich!

Bei Interesse können Sie uns ein Email senden:
info@sarana-dhamma-treff.de

Bitte geben Sie die Bezeichnung der gewünschten Vorträge an.

Weitere Infos auf: www.sarana-dhamma-treff.de

Studientage

ST I MN 28 - Die Längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur

ST II MN 139 - Die Darlegung der Konfliktfreiheit

ST III MN 62 - Die Längere Lehrrede vom Rat an Rahula

ST IV MN 20 - Die Stillung störender Gedanken

ST V MN 106 - Der Weg zum Unerschütterlichen

ST VI MN 44 - Die kürzere Reihe von Fragen und Antworten

ST VII AN 10.60 - Girimananda Sutta, über die Ausbildung der Wahrnehmung

ST VIII MN 48 - Die Lehrrede an die Kosambier

ST IX MN 121 - Die kürzere Lehrrede über die Leerheit

ST X MN 18 - Die Lehrrede vom Honigkuchen

ST XI DN 31 - An Singalaka

ST XI MN 89 - Fundamente des Dhamma

Praxistage mit dem Schwerpunkt Meditation und Kontemplation

MK I „Aufrecht und voller Sanftmut“, solide Grundlagen für die Meditation entwickeln

MK II „Die Entfaltung der Konzentration auf der Grundlage verschiedener Körperbetrachtungen“
MN 119, MN 62

MK III „Güte kennt keine Angst“
Metta Praxis – die Entfaltung der 4 höchsten Emotionen

MK IV Die Meditation und Kontemplation entsprechend der MN 62

MK V Die 4 Machtfahrten

MK VI Die Entfaltung der Wahrnehmung

MK VII Kontemplation

MK VIII Meditationsmethoden

Workshops

WS I Mut zur Menschlichkeit

WS II MN 118 – Die Lehrrede von der Achtsamkeit auf den Atem

WS III Die Vier Edlen Wahrheiten

WS IV MN 119 - Die Lehrrede von der Achtsamkeit auf den Körper

WS V MN 115 – Verschiedene Arten von Elementen

WS VI - Die Entwicklung der Parami (10 Vollkommenheiten)

WS VII Die 4 Grundlagen der Achtsamkeit

WS VIII Die Brahma Vihara (Göttliche Verweilungen)

WS IX Meditation

WS X MN 109 – Zu den 5 Daseinsgruppen

WS XI MN 143 – Rat an Anathapindika

Praxis Kurse

K I Die 10 Vollkommenheiten

K II Die Grundlagen der Achtsamkeit

K III Die Brahma Vihara

Verschiedene Vortragsreihen aus den Abendveranstaltungen Mo/Mi

MO I MN 10 -Die Grundlagen der Achtsamkeit

1. Die Achtsamkeit auf den Körper
2. Die Achtsamkeit auf Gefühle
3. Die Achtsamkeit auf den Geist
4. Die Achtsamkeit auf die Geistobjekte

MO II Die 10 Vollkommenheiten, Parami

1. Einführung in die Parami, Geben
2. Ethik
3. Entsagung, Weisheit
4. Weisheit
5. Energie, Geduld
6. Wahrhaftigkeit
7. Standhaftigkeit
8. Liebende Güte
9. Gleichmut

MO III Brahma Vihara und Metta Sutta –
Die Lehrrede von der Güte, SN 143-152

1. Die Brahma Vihara
2. Mitgefühl
3. Die Lehrrede von der Güte I
4. Die Lehrrede von der Güte II
5. Die Lehrrede von der Güte III

MO IV DN 34 „...Dinge , die sehr hilfreich sind“ und
ergänzende Themen

1. Heilsame Zustände
2. Dhamma richtig praktizieren
3. 4 Segnungen
4. 5 Kampfesglieder
5. 6 förderliche Dinge für das Gemeinschaftsleben
6. 7 noble Schätze
7. 8 Dinge die in Weisheit münden
8. Weises Erwägen
9. 10 Dinge die Schutz geben
10. Sanftmut und noble Freundschaft
11. Die Fähigkeiten des Geistes
12. Entzücken und Glückseligkeit
13. Die 8 Weltgesetze
14. Stufen des Erwachens

MO V Grundlegendes Verständnis der Lehre des Buddha und Alltagstransfer

1. Die 4 Edlen Wahrheiten
2. Der Edle Achtfache Pfad
3. Sati - Achtsamkeit
4. Die 4 Machtfährten
5. Die 5 spirituellen Fähigkeiten/Kräfte
6. Die 7 Erleuchtungsglieder
7. An der Schwelle zur Konzentration
8. Himmel und Hölle
9. Suizid aus buddhistischer Sicht
10. Emotionen
11. Metta – Liebe?
12. Die Jüngerinnen des Buddha
13. Der Sinn des Lebens

MO VI Dhamma vertiefen

1. Trotzdem glücklich
2. Bedingtes Entstehen
3. Gleichnisse
4. Tiefgehende Fragen
5. Sinnlichkeit verstehen
6. Die Ebenen des Glücks
7. Richtig denken
8. Die Daseinsmerkmale
9. Die Merkmale eines großen Mannes
10. Erwachen zur Wahrheit
11. Viele Elemente

MO VII Die 37 Erleuchtungsglieder u.a.

1. Die 37 Erleuchtungsglieder
2. Der Edle Achtfache Pfad
3. Die 4 Grundlagen der Achtsamkeit
4. Die Fähigkeiten des Geistes
5. Die 4 großen Anstrengungen und die 4 Machtfährten
6. Die 7 Erleuchtungsglieder
7. Meditation im Detail erklärt
8. Die Rechte Ansicht entwickeln
9. Freundschaft geben
10. Aktiv kontemplativ
11. Güte und Vergebung
12. Wahrnehmung
13. Angstfreiheit und Harmlosigkeit
14. Streit beilegen
15. Burnout

MO VIII Verschiedene Themen

1. Angstfreiheit
2. Burnout
3. Meditation erklärt
4. Geduld und Gleichmut
5. Weisheit entwickeln
6. Alltag als Praxisfeld
7. Krisen
8. Den Geist stärken
9. Dukkha erkennen
10. Zuflucht

11. Grundlagen des Vertrauens
12. Meditation, es geht nicht ohne
13. Kamma

MI I Einführung in die Bedingte Entstehung

1. Einführung, Rechtes Verständnis
2. Triebe und Unwissenheit
3. Gestaltungen, Kamma
4. Name und Form
5. Sinnlichkeit
6. Begehren und Anhaften
7. Geburt und Tod
8. Einzelne Aspekte Bedingten Entstehens
9. Nahrungen
10. Praktische Zugänge

MI II Die Daseinsmerkmale

1. Die 3 Merkmale
2. Nicht-Selbst

MI III Tod und Geburt

1. Sterben und Tod
2. Geburt
3. Die Geburt des Buddha

MI IV Vom Vertrauen über Konzentration zur Einsicht

1. Vertrauen
2. Freude
3. Beruhigung
4. Glück
5. Konzentration I
6. Konzentration II
7. Sehen wie die Dinge sind
8. Gefahr sehen ohne Angst
9. Ernüchterung und Abwendung

MI V Das Graduelle Training

1. Nach dem Erwachen des Buddha
2. Vertrauen in Buddha, Dhamma und Sangha
3. Weisheit als Grundlage der Ethik
4. Sinneskontrolle
5. Achtsamkeit und Wissensklarheit
6. Die Überwindung der Hindernisse
7. Rechte Konzentration
8. Die 3 Großen Wissen
9. Höheres Training
10. Respekt
11. Scham und Scheu
12. 7 Qualitäten
13. 5 Grundlagen der Befreiung
14. Neigungen des Herzens
15. ...keine Religion...
16. War Jesus Bodhisatta?

MI VI Hindernisse, Fähigkeiten, kosmologische Aspekte

1. Geben
2. Ethik
3. Gleichmut
4. Vergebung
5. Güte und Dankbarkeit
6. Säubern I
7. Säubern II
8. Groll überwinden
9. Gewaltlosigkeit
10. Götterboten
11. Mara
12. Vom Serienkiller zum Arahant
13. Psychische Schwierigkeiten
14. Gleichnisse
15. Geschickte Mittel
16. Mystik

8. Krisen und Trauma
9. Respekt entwickeln
10. Heilsame Sprache
11. Trübungen des Herzens
12. Samsara
13. Loslassen
14. Die 3 Großen Wissen
15. Das Leben als Praxisfeld
16. Die 4 Machtfährten

Einzelvorträge aus den Yogazentren in Detmold und Bad Salzuflen

1. Der mittlere Weg
2. Echte Harmonie
3. Karma und Verantwortung
4. Vergebung
5. Die Ketten, die uns binden
6. Heilsame Zustände aufrecht halten
7. Die 10 Vollkommenheiten