

Beratungsgespräche

- Klärung von Fragen bezüglich der spirituellen Praxis
- Fragen zum Studium der Lehre des Buddha
- Beratung in schwierigen Lebensperioden, in Umbruchsituationen, bei Krisen und Veränderungen
- Teamberatung in Konfliktsituationen oder in Phasen der Neuorientierung

Ein Gespräch kann entweder im persönlichen Kontakt oder telefonisch stattfinden.

Terminabsprache bitte per Email:
ayya.mudita@sarana-dhamma-treff.de



**Alle Veranstaltungen im
Saraṇa Dhamma Treffpunkt
finden auf Spendenbasis statt.**

Hinweise zu den Veranstaltungen im Stadtzentrum:

**Grundsätzlich ist eine Teilnahme
nur mit einer Teilnahmebestätigung
möglich!**

**Anmeldeschluss ist jeweils 2 Wochen
vor Kurs-/Veranstaltungsbeginn.**

Abendveranstaltungen

Für jede Kursreihe bitte extra anmelden.

Studientage

Die Anmeldung ist nur für die
jeweilige Gesamtveranstaltung
von Fr. – Sa. möglich.

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen auf unserer Webseite!

Verbindliche Anmeldung bitte an:
c.schmidt@sarana-dhamma-treff.de
Die Beantwortung erfolgt erst nach
Anmeldeschluss!

Ansprechpartnerinnen

Ayya Mudita

Email: ayya.mudita@sarana-dhamma-treff.de

Christina Schmidt

Email: c.schmidt@sarana-dhamma-treff.de

SARAṆA Dhamma Treffpunkt e.V.
Stadtzentrum Magdeburg
Editharing 31, 39108 Magdeburg

info@sarana-dhamma-treff.de
www.sarana-dhamma-treff.de



Stadtzentrum Magdeburg

Buddhistische Meditation,
Studium, Beratung



Vorträge, Seminare
und Workshops
zur Lehre des Buddha

**Programm
Januar bis Juni 2022**

Leitung: Ayya Mudita
Buddhistische Nonne Theravada Tradition

Programm / 1.Halbjahr 2022

Abendveranstaltungen

Kursabende für Anfänger*innen

Was hat der Buddha gelehrt ...

Diese Abende sind jeweils ein Angebot für Menschen, die sich über die Lehre des Buddha informieren möchten. Kernthemen werden beleuchtet und die buddhistische Praxis wird vorgestellt. Es gibt die Möglichkeit für Fragen.

Termine: jeweils **dienstags** von 18 – 21 Uhr
11. Januar | **08. März** | **17. Mai 2022**

Kurs 1

MN 48 – Die Kosambier

Ausgehend von einem Streit zwischen den Mönchen erläutert der Buddha die Charaktereigenschaften einer edlen Person. Es geht um die Merkmale, die erkennbar werden beim Eintritt in den Strom des Dhamma.

Termine: jeweils **dienstags** von 19 – 21 Uhr
18. + 25. Jan. | **01. + 08. + 15. + 22. Feb. 22**

Kurs 2

Trainingskurs – Die zehn Vollkommenheiten

Das sind Eigenschaften, die menschliches Leben zur Reife bringen und Erleuchtung ermöglichen. Im Kurs werden sie erklärt und mit gezielten Instruktionen im Alltag trainiert.

Teilnahmebedingungen sind:

- die Verpflichtung, täglich einmal zu meditieren
- einige Übungen im Tagesablauf zu integrieren

Termine: jeweils **donnerstags** von 19 – 21 Uhr

13. + 20. + 27. Januar |
03. + 10. + 17. + 24. Februar 2022

Kurs 3

Reflektieren im Lichte des Dhamma

Es werden verschiedene Reflexionsmethoden vorgestellt und an Hand des individuellen Alltagserlebens geübt.

Termine: jeweils **dienstags** von 19 – 21 Uhr
15. + 22. + 29. März | **19. + 26. April** |
03. + 10. Mai 2022

Kurs 4

MN 143 – Rat an Anāthapiṇḍika

In der Lehrrede geht es um tiefgründige Unterweisungen, die der ehrwürdige Sāriputta diesem großen Unterstützer des Ordens am Ende seines Lebens gab.
Termine: jeweils **donnerstags** von 19 – 21 Uhr

10. + 17. + 24. März | **21. + 28. April** |
05. + 12. Mai 2022

Kurs 5

Trainingskurs: Der edle Achte Pfad

In diesem Kurs werden wir uns intensiv mit jedem Pfadfaktor auseinandersetzen.

Teilnahmebedingungen sind:

- die Verpflichtung, täglich einmal zu meditieren
- einige Übungen im Tagesablauf zu integrieren
- Definitionen zu den Pfadfaktoren zu lernen

Termine: jeweils **dienstags** von 19 – 21 Uhr

24. + 31. Mai | **07. + 14. + 21. Juni 2022**

Kurs 6

Vertrauen und Zuflucht

In dieser Kursreihe werden die Charakteristiken vom Buddha, vom Dhamma (der Lehre) und von der edlen Sangha (derjenigen, die Reife in der Praxis des Dhamma erlangt haben) besprochen.

Termine: jeweils **donnerstags** von 19 – 21 Uhr

19. Mai | **02. + 09. + 16. Juni 2022**

Studententage

MN 44 – Die kürzere Lehrrede von Fragen und Antworten

Die ehrwürdige Nonne Dhammadinnā wurde vom Buddha als die Spitze unter den Lehrrednerinnen gewürdigt. Hier unterweist sie den Haushälter Visākha, indem sie sein Fragen zu verschiedenen Themen bis hin zu Nibbana beantwortet.

Freitag 28. Januar 2022 von 19 – 21 Uhr und
Samstag 29. Januar 2022 von 10 – 16 Uhr

AN X.60 – Die Heilung des Girmānanda

Wahrnehmungen – besser nicht für wahr nehmen! Wir sehen die Dinge durch den Filter unserer Erfahrungen und Erinnerungen. In der Lehre des Buddha finden wir Anweisungen, die uns zu einer wirklichkeitsgemäßen Sicht führen können. Es werden detaillierte Erläuterungen gegeben und entsprechende Meditations- und Kontemplationsformen angeleitet.

Freitag 11. März 2022 von 19 – 21 Uhr und
Samstag 12. März 2022 von 10 – 16 Uhr

MN 149 – Die große sechsfache Grundlage

Sehen und verstehen wie die Dinge wirklich sind bedeutet, in rechter Ansicht zu reifen. In dieser Lehrrede wird die Entfaltung des edlen achtfachen Pfades und der 37 Erleuchtungsglieder erklärt.

Freitag 13. Mai 2022 von 19 – 21 Uhr und
Samstag 14. Mai 2022 von 10 – 16 Uhr

MN 28 – Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur

Die vier edlen Wahrheiten werden als das Höchste aller heilsamen Zustände bezeichnet – genauso, wie alle Fußabdrücke der Tiere in denen eines Elefanten Platz haben würden. Das rechte Verständnis wird an Hand der vier Elemente dargestellt.

Freitag 10. Juni 2022 von 19 – 21 Uhr und
Samstag 11. Juni 2022 von 10 – 16 Uhr

Zoom-Veranstaltungen

Fernkurs

Praxiskurs 10 – Sinn und Sinnlichkeit

Im Mittelpunkt stehen die Kultivierung der Sinne und Methoden der Sinneskontrolle. Die rechte Ansicht geht der Praxis voran und unterstützt das korrekte Ergreifen aller Methoden.

Termine: jeweils **mittwochs** von 19.30 – 20.30 Uhr

02. + 16. Februar | **09. + 23. März** |
20. April | **04. Mai 2022**