

Nähe zu sich selbst – Offenheit für die Welt

Einführung in den Buddhismus

An sechs Abenden werden wesentliche Punkte der buddhistischen Lehre in einfacher und anschaulicher Weise dargelegt. Diese Unterweisungen sind für alle gedacht, die sich für den Buddhismus interessieren und ein fundiertes Wissen darüber erwerben möchten. Die besprochenen Themen sind universeller Natur und werden sicherlich den Blick aufs eigene Leben weiten und Herz und Geist bereichern.

Jeder Abend besteht aus Vortrag, Meditation sowie Frage und Antwort. Maximale Länge ist jeweils zwei Stunden.

Mittwoch, 19.30 Uhr / Beitrag 16 €

Anmeldefrist: jeweils spätestens 1 Woche vorher

Anmeldung: oeser.buenker@posteo.de

4. März

1 / Leidvolle Täuschung und leidfreies Erwachen

Im Buddhismus wird gelehrt, dass sämtliche Erscheinungen entweder Samsara oder Nirwana angehören.

Samsara manifestiert sich als falsches Verstehen und Verwirrung und ist durch Leiden gekennzeichnet.

Nirwana manifestiert sich als Aufhören und Verschwinden allen Irrtums und aller Verwirrung und ist durch die Befreiung von sämtlichem Leid gekennzeichnet.

15. April

2 / Alle fühlenden Wesen sind im Besitz der Buddhanatur

Sämtliche Lebewesen des gesamten Universums tragen die Buddhanatur bereits in sich. Sie ist allgegenwärtig wie das All und untrennbar eins mit allen lebenden Wesen ohne den geringsten Unterschied in Quantität oder Qualität. Doch für sich selbst ist sie von keinem Nutzen, wir müssen den Weg des Erwachens einschlagen, um sie zu verwirklichen.

20. Mai

3 / Unser kostbares Menschendasein und das Gesetz von Ursache und Wirkung

Unsere menschliche Existenz ist außergewöhnlich. Sie ist die einzige Daseinsform, in der man in sinnvoller Weise dem Weg des Erwachens begegnen und ihn praktizieren kann. Ohne die Praxis des Dharma kann man das Erwachen nicht erlangen. Das menschliche Leben ist einem Wendepunkt vergleichbar, wo wir

spirituell gesehen über zwei Möglichkeiten verfügen: Höherentwicklung oder Degeneration. Wir haben die Freiheit der Wahl, ob wir auf dem Weg der Verwirrung und dem mit ihr einhergehenden Leid bleiben oder den Weg des Erwachens einschlagen wollen.

17. Juni

4 / Die Wichtigkeit spiritueller Freunde

Das kostbare Menschendasein reicht für sich allein noch nicht aus, um den Weg des Erwachens erfolgreich zu gehen. Wir müssen von spirituellen Freunden ermutigt und gefördert werden. Sie sind die beschleunigende Bedingung. Der gewöhnliche, getäuschte Geist wird - aufgrund wiederholter negativer Handlungen in vergangenen Leben - von vielen negativen Gewohnheiten und Zwängen beeinflusst. Die Stärke dieser gewohnheitsmäßigen Neigungen erschwert es sehr, den Weg des Erwachens ohne die Anleitung eines spirituellen Freundes zu gehen. Aus diesem Grunde sind die Unterweisungen spiritueller Freunde unerlässlich.

23. September

5 / Tiefe Betrachtung der Vergänglichkeit unseres Lebens ; das Rad des Samsara

Die meisten Menschen lehnen die Betrachtung der Flüchtigkeit des Lebens ab. Sie wollen lieber glauben, dass ihr Leben ewig währt und auf keinen Fall an den Tod und was danach kommt denken. Aus diesem Grunde fühlen sie keine Sehnsucht nach einem spirituellen Leben.

Samsara ist der krampfhaft nach Lust und Vergnügen gierende Geist. Solange unser Geist voller Begehren ist, werden wir auf Leiden stoßen. Der Zustand des Erwachens erscheint, sobald wir alle Suche nach einem illusorischen Glück aufgegeben haben.

21. Oktober

6 / Der kostbare Herzgeist des Erwachens

Ob wir den Weg des Erwachens tatsächlich gehen, hängt davon ab, wie tief wir in uns den Herzgeist des Erwachens entwickeln, den Wunsch zum Wohle aller Wesen das Erwachen zu erlangen. All unser Denken und Handeln sollte immer von den Vier Unermesslichen geprägt sein: Liebe, Mitgefühl, Freude und Gelassenheit. Ist dies der Fall, dann werden selbst die einfachsten alltäglichen Aktivitäten Mittel zum Erlangen der Erleuchtung. Das Erwecken des Herzgeistes des Erwachens war der Weg aller, die in der Vergangenheit das Erwachen erlangt haben. Es ist ebenso der Weg für alle, die in der Zukunft das Erwachen erlangen werden.