

„Powa Zeremonie“ für Verstorbene

Sonntags um 18.00 Uhr am 20.08., 05.11. und 03.12.

Der Zweck der Praxis der Bewußtseinsübertragung, die als „Powa“ bekannt ist, ist es, zahllose verstorbene Wesen durch die Kraft von Gebeten und Meditation ins Reine Land eines Buddhas zu führen. Bitte eine Darbringung (z.B. eine kleine Süßigkeit) für die Zeremonie mitbringen. Jeder kann teilnehmen und alle sind herzlich willkommen!

kostenfrei



„Herzjuwel“ Puja mit Meditation

Dienstags und Donnerstags von 17.30 Uhr bis ca. 18.30 Uhr vom 15. August bis 12. Dezember 2017 (außer 03., 05., 10., 12. und 31. Oktober sowie 23. November; 14.12. Winterfeier)

Wenn Sie gerne mit anderen meditieren, sind gesungene Gebete (Puja) eine schöne Gelegenheit, in der Gruppe zu meditieren. Es ist keine Anmeldung nötig. Alle sind herzlich willkommen!

kostenfrei

Festivals & Dharmafeiern 2017

Internationales Sommerfestival

21. Juli – 5. August 2017 | Manjushri Kadampa Meditation Centre in Ulverston, England

Unterweisungen über „Wie wir unser Leben verwandeln.“

<http://kadampfestivals.org/de/sommer>

Internationales Herbstfestival

6.-12. Oktober 2017 | Tharpaland IRC, bei Berlin

Ermächtigung von Buddha Avalokiteshvara und Unterweisungen über „Allumfassendes Mitgefühl“ mit Gen-la Kelsang Dekyong.

<http://kadampfestivals.org/de/herbst>

Winterfeier

Donnerstag, den 14.12.2017

Jeder ist herzlich willkommen, diesen Abend mit der Spirituellen Gemeinschaft (Sangha) des Tushita Zentrums zu verbringen. Mehr Infos zum späteren Zeitpunkt auf unserer Webseite.

kostenfrei



„Ohne unseren Geist zu verbessern, gibt es keine Möglichkeit, unsere menschlichen Probleme zu lösen.“

Genhe Kelsang Gyatso

Die Lehrer und Lehrerinnen

Der Ehrwürdige **Genhe Kelsang Gyatso** ist der Gründer der NKT-IKBU und des Tushita Zentrums.



Dieser international bekannte Mönch und Lehrer ist der Autor von 22 Büchern und vermittelt die buddhistische Lehre in einer äußerst klaren, praktischen und tiefgründigen Art und Weise. Seine besondere Präsentation ermöglicht es vielen Menschen heute, Buddhismus als einen lebendigen spirituellen Weg im Kontext eines modernen Alltags zu praktizieren.

Gen-la Kelsang Dekyong

ist die Spirituelle Leiterin der NKT-IKBU und die Zentrumslehrerin am Manjushri KMC, dem Mutterzentrum des Kadampa Buddhismus. Als eine enge Schülerin des Ehrwürdigen Genhe Kelsang, zeigen Gen-la Dekyong's Unterweisungen, ihr Humor und ihre Güte die Essenz der Buddhistischen Lebensweise. Sie ist ein perfektes Beispiel eines Kadampa Lehrers.



Gen-la Kelsang Jampa ist der stellvertretende Leiter der NKT-IKBU und der Zentrumslehrer am KMC Texas. Er hat viele Jahre unter der mitfühlenden Leitung des Ehrwürdigen Genhe Kelsang Gyatso Rinpoche studiert und in vielen Ländern unterrichtet. Gen-la Jampa wird für sein warmes Wesen und seine klaren und inspirierenden Unterweisungen sehr geschätzt.

Kelsang Lochog

ist die Lehrerin vom Tushita Zentrum. Sie ist buddhistische Nonne und eine aufrichtige Schülerin des Ehrwürdigen Genhe Kelsang Gyatso und studiert und praktiziert seit vielen Jahren Buddhismus. Mit ihrer mitfühlenden und freundlichen Art der Präsentation zeigt sie auf inspirierende Weise, wie man die Lehre Buddhas in den eigenen Alltag integrieren kann.



Tushita Zentrum für Kadampa Buddhismus e.V.

„Tushita“ ist Sanskrit und bedeutet ‚Freudvolles Land‘. Mit unserem Veranstaltungsangebot möchten wir den Menschen in Oberhausen und Umgebung die zeitlose Weisheit Buddhas auf einfache und praktische Weise zugänglich machen.

Das Tushita Zentrum für Kadampa Buddhismus ist ein gemeinnütziger, eingetragener Verein. Es ist Mitglied der Neuen Kadampa Tradition (NKT-IKBU), einer unabhängigen und gemeinnützigen buddhistischen Tradition, die auf die Mahayana Tradition der buddhistischen Meister Atisha und Je Tsongkhapa zurückgeht. Die NKT ist ein Zusammenschluss von über 1100 buddhistischen Zentren und Gruppen weltweit, die von dem international bekannten Meditationsmeister und Buchautor Genhe Kelsang Gyatso gegründet wurde.



Kontakt:

Tushita Zentrum für Kadampa Buddhismus e.V.
Stöckmannstraße 88
46045 Oberhausen

(am Altmarkt; nicht weit vom Hbf.)

email: info@meditation-oberhausen.de

Tel. 02 08 - 82 14 222



[facebook.com/TushitaZentrum](https://www.facebook.com/TushitaZentrum)



twitter.com/TushitaZentrum



Der Verein ist Mitglied der Neuen Kadampa Tradition -
International Kadampa Buddhist Union (NKT-IKBU)
Eingetragen im Vereinsregister Oberhausen: VR 1681

BIC Genodem1GLS | IBAN DE93 4306 0967 4050 5783 00

Kto-Nr. 4050578300 - BLZ 43060967 | GLS Gemeinschaftsbank Bochum



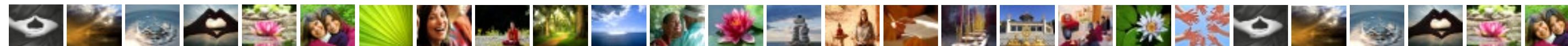
MODERNER BUDDHISMUS

IM TUSHITA ZENTRUM
MEDITATION IN OBERHAUSEN

AUGUST BIS
DEZEMBER 2017



www.meditation-oberhausen.de



Meditationen für Anfänger

Dienstags von 19.00 Uhr bis ca. 20.00 Uhr
von 08.08. bis 12.12. (außer 03., 10. und 31.10.)

Meditation ist eine natürliche Handlung, die alle ausüben können. Sie bringt den stark beschäftigten und abgelenkten Geist zur Ruhe. Dadurch finden wir den Zugang zu unserer inneren Quelle von Wohlbefinden, Zufriedenheit, Glück und Gesundheit für Körper und Geist.

Für die Meditationen stehen sowohl Kissen als auch Bänke und Stühle zur Verfügung. Die Abende sind für Anfänger und Fortgeschrittene gedacht. Wer möchte, kann anschließend den Abend bei Tee und Gesprächen ausklingen lassen.

Beitrag € 5,- / Abend
(Zehnerkarte € 45,-; mit Zentrumskarte kostenfrei)

Kompaktkurs 'Meditieren lernen'

2-wöchiger Kurs

Dieser Kompaktkurs enthält alles, um erfolgreich mit einer einfachen Meditationspraxis beginnen zu können. Dieser Kurs baut aufeinander auf und ist besonders für Anfänger geeignet.

Donnerstag, 10. August und 17. August
von 19.00 bis 20.30 Uhr

Beitrag pro Kurs € 12,-
(mit Zentrumskarte kostenfrei)



Vortrag mit Meditation 'Wie wir unser Leben verwandeln'

Donnerstags um 19.00 Uhr vom 24.08. bis 14.12.
Achtung: Neuer Tag und Uhrzeit

Das Buch „Wie wir unser Leben verwandeln“ ist ein ganz besonders praxisbezogenes Handbuch, wie wir das Erfahren von Problemen beseitigen können und anhaltendes Glück finden, indem wir einen friedvollen Geist entwickeln. Die Vorträge beruhen auf diesem Buch.

Die Veranstaltungen beinhalten sowohl Vorträge als auch angeleitete Meditationen und sind thematisch in sich abgeschlossen. Wer möchte, kann anschließend den Abend bei Tee und Gesprächen ausklingen lassen.

Beitrag € 6,- / Abend (mit Zentrumskarte kostenfrei)

Termine und Themen:

Die Grundlagen aufbauen
24.08. / 31.08. / 07.09. / 14.09. / 21.09. / 28.09.

Fortschritte auf dem spirituellen Pfad machen
19.10. / 26.10. / 02.11. / 09.11. / 16.11. / 30.11. / 07.12.

Winterfeier
14.12.



www.WieWirUnserLebenVerwandeln.com

(kostenloser Download des eBooks)

Offener Samstag zum Kennenlernen

Samstag, den 16.09. und 11.11. von 13.00 bis 15.30 Uhr

Haben Sie sich schon immer gefragt, wer wir sind und was wir so machen? Dies ist eine gute Gelegenheit, das Tushita Zentrum in einer ganz entspannten Weise kennenzulernen. Um 13.30 Uhr findet eine Erklärung des Meditationsraum und des Tushita Zentrums e.V. mit anschließender Meditation statt. Um 15.00 Uhr können Sie an einer weiteren geleiteten Meditation teilnehmen. Zwischendurch gibt es Kaffee/Tee und Kuchen und natürlich viel Raum für Fragen und Gespräche. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

kostenfrei

Meditationstage (Retreat)

Sonntags von 10.00 bis 17.00 Uhr

An diesen Tagen haben wir die Gelegenheit, unser hektisches Leben und unsere normale Routine zu unterbrechen und tief in die Praxis der Meditation abseits der Ablenkungen des Alltags einzutauchen.

15.10. Guru Yoga & Mandala Retreat

Beitrag € 35,- (mit Zentrumskarte € 25,- / mit Plus Karte kostenfrei)
Bitte melden Sie sich an, gerne auch online!

Grundlagenprogramm

Immer montags und jeden ersten Samstag im Monat

Das Grundlagenprogramm wurde für diejenigen entworfen, die ihr Verständnis und ihre Erfahrung des Buddhismus durch systematisches Studium von grundlegenden buddhistischen Themen vertiefen möchten. Wer nicht vor Ort teilnehmen kann, hat die



Möglichkeit eines Fernstudiums. Weitere Informationen erhalten Sie bei uns im Zentrum.

Nehmen Sie gerne nach vorheriger Anmeldung zur Probe teil!

Meditieren lernen

Sonntag, 27.08. und 12.11. von 14.30 bis 18.30 Uhr

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, innerhalb eines halben Tages, die wichtigsten Grundlagen der Meditation zu erlernen und wie wir sie in unseren Alltag integrieren können.

Beitrag € 25,- (mit Zentrumskarte € 20,- / mit Plus Karte kostenfrei)
Bitte melden Sie sich an, gerne auch online!



Halbtageskurse

Sonntags von 14.30 bis 18.30 Uhr

Die Halbtageskurse beinhalten Ratschläge aus der Weisheit Buddhas und Meditationen. Sie kennen zu lernen, hilft uns unsere Alltagsherausforderungen in einem neuen Licht zu betrachten und in Chancen für inneres Wachstum umzuwandeln. Eine Anmeldung ist erforderlich.

24. September ‚Powa Zeremonie‘
22. Oktober ‚Angst und Unsicherheit überwinden‘
18. November ‚Einführung in den Buddhismus‘
09. Dezember ‚Liebe - das beste Geschenk‘

Beitrag € 25,- (mit Zentrumskarte € 20,- / mit Plus Karte kostenfrei)
Bitte melden Sie sich an, gerne auch online!

www.meditation-oberhausen.de

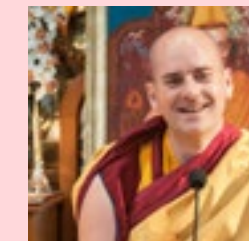
Öffentlicher Vortrag mit Gen Kelsang Ananda 'Die Freiheit loszulassen'

Freitag, den 24.11. um 19.30 Uhr

In diesem Vortrag werden uns Gen Kelsang Anandas Erklärungen helfen zu verstehen, wie man einen glücklicheren und erfüllenderen Lebensstil finden kann, indem wir Sorgen und geistiges Wirrwarr loslassen und uns auf das konzentrieren, was wirklich zählt im Leben. Jeder ist herzlich willkommen!

Gen Kelsang Ananda ist ein langjähriger deutscher Kadampa-Lehrer, der intensiv am Lehrerausbildungsprogramm teilgenommen hat und qualifiziert ist, Sutra und Tantra zu lehren. Er ist der nationale spirituelle Leiter der Neuen Kadampa-Tradition für Deutschland, und ein vertrauensvoller, inspirierter Schüler des Ehrw. Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche. Wir freuen uns sehr, dass wir hier im Tushita Zentrum die Gelegenheit anbieten können, Unterweisungen durch ihn zu empfangen!

Beitrag: € 6,-
Bitte melden Sie sich an,
gerne auch online!



Meditationstag 'Die mündlichen Anleitungen des Mahamudra'

Samstag, den 25.11. von 10.00 bis 16.00 Uhr

Mahamudra ist die wirkliche Essenz von Buddhas Unterweisungen. Der Begriff „Mahamudra“ ist Sanskrit. „Maha“ heißt „groß“ und bezieht sich auf große Glückseligkeit. „Mudra“ meint hier „nicht-täuschend“ und bezieht sich auf Leerheit. Mahamudra ist die Vereinigung von großer Glückseligkeit und Leerheit. An diesem Meditationstag wird uns Gen Ananda praktische Erklärungen geben, die uns helfen die tiefgründige Sicht der Leerheit zu verstehen. Wir lernen, wie wir diese Sicht in unser tägliches Leben einbinden können.

Beitrag: € 35,- (mit Zentrumskarte € 25,- / mit Plus Karte kostenfrei)
Bitte melden Sie sich an, gerne auch online!

