



# Karma Samphel Ling Buddhadharma Zentrum Wien

Buddhistisches Zentrum der Karma Kagyü Tradition



## Mai 2011

Sonntag, 01. Mai		Weiß-Tara-Praxis 9-18.00
Montag, 02. Mai		
Dienstag, 03. Mai		Weiß-Tara-Praxis 19.00
Mittwoch, 04. Mai		
Donnerstag, 05. Mai		Chenresig-Praxis 19.00
Freitag, 06. Mai		<b>Geburtstag des 17. Gyalwa Karmapa, 16. Karmapa-Meditation 19.00</b>
Samstag, 07. Mai		Lojong, 9.00-10.30, 11.00-12.30
Sonntag, 08. Mai		
Montag, 09. Mai		Studiengruppe 18.00
Dienstag, 10. Mai		Weiß-Tara-Praxis 19.00
Mittwoch, 11. Mai		Milarepa-Tsok 19.00
Donnerstag, 12. Mai		Chenresig-Praxis 19.00
Freitag, 13. Mai		
Samstag, 14. Mai		Sojong 6.30
Sonntag, 15. Mai		Grüne-Tara-Praxis 9-12.30
Montag, 16. Mai		
Dienstag, 17. Mai	●	Weiß-Tara-Praxis 19.00
Mittwoch, 18. Mai		VIDEO: „Recalling a Buddha“ (16. Karmapa) 19.00
Donnerstag, 19. Mai		Chenresig-Praxis 19.00
Freitag, 20. Mai		
Samstag, 21. Mai		
Sonntag, 22. Mai		
Montag, 23. Mai		Studiengruppe 18.00
Dienstag, 24. Mai		Weiß-Tara-Praxis 19.00
Mittwoch, 25. Mai		
Donnerstag, 26. Mai		Chenresig-Praxis 19.00
Freitag, 27. Mai		Nyungne-Retreat, Einführung 19.30
Samstag, 28. Mai		Nyungne-Retreat, Beginn 6.00
Sonntag, 29. Mai		Nyungne-Retreat
Montag, 30. Mai		Nyungne-Retreat, Ende ca. 8.00 morgens
Dienstag, 31. Mai		Weiß-Tara-Praxis 19.00



# Karma Samphel Ling Buddhadharma Zentrum Wien

Buddhistisches Zentrum der Karma Kagyü Tradition

## Mai 2011



### WEISSE-TARA-PRAXIS

Die Weiße-Tara-Praxis ist – auf Anregung von Gyalwa Karmapa – dem langen Leben von Khenpo Chödrag Rinpoche gewidmet.

**Sonntag, 1. Mai 2011, 9.00–10.30, 11.00–12.30, 14.30–16.00, 16.30–18.00**

### LOJONG

Gemeinsame Praxis. Wir trainieren uns an diesem Vormittag darin, relatives Bodhicitta in uns entstehen zu lassen. Wird das Geistestraining regelmäßig geübt, schafft es förderliche Gewohnheitsmuster im eigenen Geist. Der Wunsch, anderen wirklich zu helfen, wird dadurch stärker in uns verankert.

**Samstag, 7. Mai 2011, 9.00-10.30 und 11.00-12.30**

### SOJONG

Gemeinsame Praxis. Wir nehmen die 8 Sojong-Gelübde und praktizieren das „35-Buddha-Sutra“ und das „Herz-Sutra“.

**Samstag, 14. Mai 2011, 6.30 bis ca. 10.00**

### GRÜNE-TARA-PRAXIS

**Sonntag, 15. Mai 2011, 9.00 und 11.00**

**NYUNGNE-PRAXIS** – Die Praxis auf den tausendarmigen Tschenresig  
**Fr 27. Mai (abends) bis Mo 30. Mai (frühmorgens).**

Die Meditationspraxis auf den Buddha des Mitgefühls ist eine kraftvolle Methode der Reinigung. Sie beinhaltet das Einhalten der Gelübde ethischen Verhaltens, Meditation über Liebe und Mitgefühl, Erwecken des Erleuchtungsgeistes, Visualisierung und Mantra-Rezitation, sowie teilweises Fasten und Schweigen. Das Nyungne beginnt Samstag morgens und dauert bis Montag morgens. Freitag Abend wird Lama Yangtchen eine Einführung über den Inhalt und Ablauf der Nyungne-Praxis geben.

Voraussetzung für die Teilnahme: Chenresig-Ermächtigung

Leitung: Lama Yangtchen, seit 1985 Nonne, hat zwei Dreijahresretreats unter der Leitung von Gendün Rinpoche in Laussedat, Frankreich, gemacht. Yangtchen lebt und arbeitet im Dharmazentrum Möhra in Deutschland.

Einführung: Freitag 27. Mai, 19.30

Beginn: Samstag 28. Mai, 6.00 Uhr

Ende: Montag 30. Mai, ca. 8.00 Uhr

Anmeldungen zum Nyungne-Retreat bitte per Mail an: [info@bdz-wien.at](mailto:info@bdz-wien.at)  
Das Nyungne-Wochenende findet im Buddhadharma Zentrum Wien in der Hollandstraße 14 statt.

### MEDITATION AN BESONDEREN TAGEN

Geburtstag des 17. Gyalwa Karmapa: 16. Karmapa-Praxis

**Freitag, 6. Mai 2011, 19.00–20.30**

### STUDIENGRUPPE

**Montag, 9. und 23. Mai 2011, 18.00**

Derzeit verwenden wir den Text: Mahayana-Sutra-Alankara, Maitreya/Asanga

Wo: Sophie Gussl, Fugbachgasse 6, 1020 Wien

(Termine bitte bei Sophie, Tel. 212 00 01, rückbestätigen lassen)

### DHARMA-VIDEOS

**Mittwoch, 18. Mai 2011:** VIDEO: „Recalling a Buddha“, 19.00

Wöchentlich  
dienstags 19.00 Uhr:  
Weiße-Tara-Meditation

Wöchentlich  
donnerstags 19.00 Uhr:  
Chenresig-Meditation  
„Das Wohl der Wesen,  
das den Raum erfüllt“

Alle Meditationen und  
Veranstaltungen (außer  
Studiengruppe) finden im  
Buddhadharma Zentrum  
Wien statt.

Buddhadharma Zentrum  
Wien, c/o vereint,  
Hollandstraße 14,  
1020 Wien

[www.bdz-wien.at](http://www.bdz-wien.at)  
[info@bdz-wien.at](mailto:info@bdz-wien.at)  
Kontakt:  
+43/680/324 94 91