

# KARMA KAGYU CHÖ KHOR LING

## „ AUF WIEDERSEHEN! “



Lama Alasdair und Shelagh kehren nach 16 Jahren unermüdlcher Arbeit in unserem Zentrum in ihre Heimat zurück und wurden auf der Sommerschule wie auch Iris und Jürgen in einer bewegenden Feier verabschiedet. Auf Wiedersehen!

## „ Eindrücke von der Buddhistischen Sommerschule 2016 im Elsass“

Dieses Jahr fand die Sommerschule bereits zum 29. Mal in Baerenthal statt. Wir waren natürlich traurig, dass Kyabjé Chime Rinpoche diesmal nicht bei uns sein konnte.

Aber kaum war ich auf dem Platz angekommen, da spürte ich die besondere Atmosphäre, die das Sommercamp für mich so einzigartig macht. Die Zeiten zwischen den Sommercamps verschwanden plötzlich und ich hatte das Gefühl einfach wieder da zu sein: Mit zahlreichen Menschen, die ich liebe, die sich alle freuen über das Wiedersehen, als wären wir nie weg gewesen. Diese Offenheit, voller Freude und den anderen zugewandt, verdanken wir Kyabjé Chime Rinpoche, der in uns allen präsent war.

Ob du im Zelthaus oder Bungalow, Wohnwagen oder in „La Famille“ wohnst, abhängig von deinen kulinarischen Vorlieben, als Single, WG oder Familie, als Helfer oder Urlauber: Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die Sommerschule zu erleben und entsprechend viele Perspektiven, über sie zu berichten. Hier ein paar sehr subjektive Erinnerungen von mir:

Khenpo Tseten gab diesmal zusätzlich zu den Belehrungen am Vormittag auch die abendlichen Belehrungen auf gewohnt tiefgründig und humorvolle Art.

Wie immer leitete Lama Alasdair am Nachmittag in der kleinen Gompa die Shine Praxis. Für mich einer der Höhepunkte des Tages, auch wenn die Kleine Gompa (liebervoll neu eingerichtet und geschmückt von Anina und Iris) aus allen Nähten platzte.

Eine weitere Tradition der Sommerschule: Die Cafeteria. Die bewährte Crew sorgte mit ihrem unermüdlchen Einsatz für unser aller Wohlergehen und beste Stimmung.

Abends die Kultur unterm Baum: Ende der 80er Jahre auf Initiative von Rinpoche in Schlempen ins Leben gerufen gehören Auftritte von Künstlern und von jedem, der sich traut, zum Programm. Woran ich mich erinnere: Craig hatte seine neue (noch ungeölte?) Schneefräse dabei, Ana, Pattra, Ben und viele andere sangen und spielten für uns. Das „Chime Chenno“ von Monika aus der Mitte ihres Herzens war so ergreifend, dass es vollkommen still wurde.

Francescas fantastisches Trommelsolo „Tornado“ als Hommage an Alasdair und Shelagh könnt ihr hier sehen (Video von Françoise).

<https://www.facebook.com/francoise.guillot.9/videos/1348772901803962/>

Der Ratschlag, den uns Kyabjé Chime Rinpoche meistens am Anfang der Sommerschule und auch vor den Retreats immer gab: Lasst euren Alltag und eure Sorgen für diese 10 Tage hinter euch, genießt den Augenblick und freut euch miteinander des Lebens, ist auf der Sommerschule für uns Wirklichkeit geworden.

Am Sonntag Nachmittag habe ich mich wie immer von Jürgen verabschiedet: „Best Sommerschool ever, see You next year!“

Rembert

## Laufen für die gute Sache macht Spaß!



Gemeinsam haben wir herausgefunden, wie so was gehen / laufen könnte, laufen auf der Sommerschule. Es war eine Riesengaudi!

Vom Dreikäsehoch bis zur ehrwürdigen Dame gaben alle ihr Bestes und das Publikum sorgte für gute Stimmung und immer wieder neue Kraft und sponsorte so mache Extrarunde. Nächstes Jahr brauchen wir für Oskar noch mehr gute Sponsoren - er hat 24 Runden geschafft und die Schuhe wollten am Schluss noch gar nicht stehen bleiben! Bravo!

Es kamen so ca. 1450 € zusammen, 1 und ein halber Manistein. Allen Läufer/innen und Spender/innen einen herzlichen Dank!

Fürs nächste Jahr bleiben wir alle schön im Training, gell? Und wann im Programm wäre denn ein optimaler Zeitpunkt? Manchen war ja der Magen am Freitagabend noch zu voll. Ideen?

Anna

## KCL-ZENTRUM TODTMOOS-AU

KURS MIT DENIZ YILDIRIM-SIEBEL AM 24.-26. JUNI 2016  
SCHWIERIGKEITEN IN DEN WEG UMWANDELN,  
BUDDHISTISCHES KRISENMANAGEMENT.

Vier edle Wahrheiten, vier Gedanken, die den Geist zum Dharma hinwenden, fünf Kräfte, sechs befreiende Handlungen, 37 Übungen eines Bodhisattva- was verbindet wir damit und was hat das eigentlich mit unserem Er-Leben zu tun?

Was steckt hinter diesen Begriffen, wie können wir ihre Inhalte für unsere spirituelle Entwicklung nutzen und mit ihrer Hilfe unseren Alltag mit all seinen großen und kleinen Schwierigkeiten, Krisen und Herausforderungen bewältigen? Und wie ist es möglich, dennoch (oder gerade deshalb) Freude und geistige Klarheit zu kultivieren?

Deniz begann den Kurs mit der Zuflucht und einer kurzen stillen Meditation. Die kleine Gruppe ließ sich im Kreis nieder und Deniz erarbeitete das Thema im Dialog mit den TeilnehmerInnen.

Wir alle wollen glücklich sein und nicht leiden. Dafür verwenden wir viel Mühe. Indem wir unser eigenes Verhalten beobachten und kritisch daraufsehen, haben wir eine Chance, uns weiter zu entwickeln. Wir können zu der Einsicht kommen, dass es gut ist, die Schwierigkeiten als Aufgaben anzusehen, anstatt sie als großes Problem oder bedrohliche Situation zu bezeichnen. Durch Achtsamkeit können wir unsere eigenen Reaktionen wahrnehmen und die Grundmuster erkennen, die wir pflegen. Durch Meditation können wir Distanz zu unseren Alltagssituationen gewinnen. Diese Distanz macht uns handlungsfähig. Mut und Weisheit helfen, uns und den schwierigen Situationen Raum zu geben und sie immer wieder neu und frisch zu betrachten.

Am besten fangen wir bei uns selbst an, Verantwortung zu übernehmen für unser Verhalten und die Situationen, die uns begegnen. Dann können wir angemessene Wege suchen. Nur wir selbst können unsere Situation ändern.

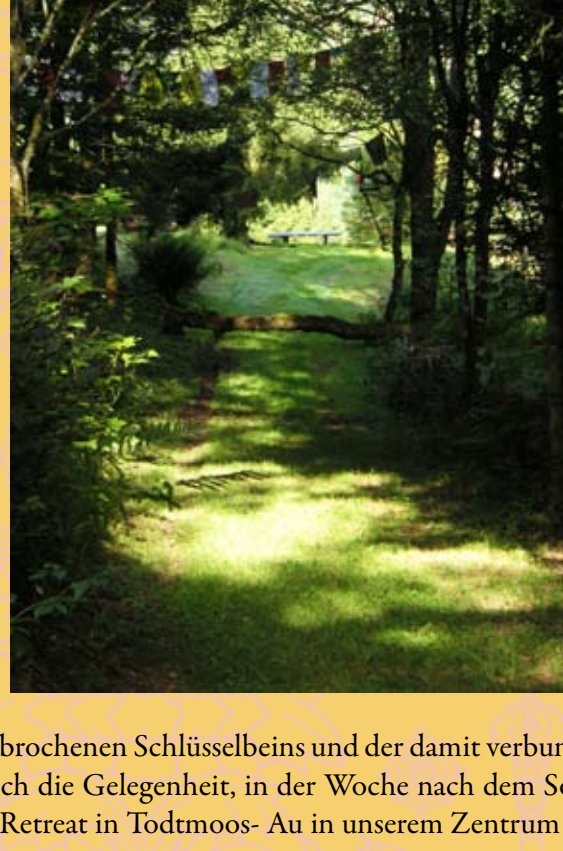
Unsere gewohnten Verhaltensweisen engen uns ein. Deshalb brauchen wir Geduld und Gelassenheit. Unsere Praxis fällt uns leichter, wenn wir auch durch Gedanken, Sprache und Handlung Verdienst ansammeln.

Wir berichteten von Situationen, die uns belasten und von Erfolgen, die wir durch die Anwendung der Praxis erfahren haben. In der Runde, fühlten wir uns gut und die aufmerksame Gesprächs-Begleitung von Deniz ermöglichte einen offenen Austausch.

Die liebevolle Betreuung durch das Team und die gemeinsamen Mahlzeiten trugen dazu bei, dass wir am Sonntagmittag bereichert nach Hause fahren konnten.

Margot

## „ Heilsames Zentrum - Retreat Light“



Blick auf die steinerne Bank vom oberen Teil unseres Geländes.

Dank meines gebrochenen Schlüsselbeins und der damit verbundenen Arbeitsunfähigkeit hatte ich die Gelegenheit, in der Woche nach dem Sommercamp noch ein Drei-Tages-Retreat in Todtmoos- Au in unserem Zentrum Kagyu Chö Khor Ling zu machen.

Dies hat meinem verwirrten Geist extrem gut getan, ich kann es nur weiterempfehlen: Das Zentrum ist ein wunderbarer Ort und alle, die mir dort begegnet sind, waren zugewandt und freundlich und freuen sich über alle Dharma- Geschwister, die den Platz beleben.

Intensive Praxis, ob in der Gompa oder gehend durch die ruhige Schönheit des Waldes, ist ebenso möglich und heilsam wie die unterstützende und gleichzeitig unaufdringliche Gemeinschaft, die man dort erleben kann, wenn man will.

Für ein strenges, geschlossenes Retreat mag das „Haus am Mühlbach“ nicht ideal sein, doch für die Bedürfnisse eines „working class- practitioner“ wie mich war es wunderbar. Ich bekam eine Ahnung von der inneren Reinheit und Klarheit unter der Schale des gebeutelten, sich nutzlos, frustriert, wütend und traurig fühlenden Gnomms, der es immerhin geschafft hatte, es mit dieser Auszeit zu versuchen.

Am Ende ist die einzige Hilfe der Dharma heißt es- und die Leute, die einen dabei unterstützen können, ihn zu praktizieren, können nicht hoch genug geschätzt werden.

In Gästen Sinne danke ich Iris, Regina, U-Wé, Jürgen und Horst, den anderen Gästen und natürlich Shelagh und Lama Alasdair herzlich und wünschens unserer Zentrum, das seine Qualitäten von vielen Sangha- Geschwistern genutzt werden mögen und es sich weiter gut entwickelt.

Wie schon Monika im Newsletter 3 sagte, spüre auch ich, wie wichtig mir das Zentrum ist und einen starken Impuls, gerade in dieser Umbruchzeit mich dafür einzusetzen.

Und das heißt nicht zuerst Mühe und Arbeit und Mangelbehebung, sondern Erkennen und Nutzen des übergroßen Reichtums, den wir da mithilfe unserer Lehrer geschaffen haben.

Also kommt alle und genießt diesen Reichtum und vermehrt ihn dadurch zum Wohle aller Wesen!

Jens C. Brandenburg

## KCL NEWS OKTOBER 2016

### SANGHA-WOCHE UND SANGHA-WOCHENENDE IM OKTOBER

Wie Ihr bereits aus dem letzten Newsletter wisst, ist für den 15. und 16. Oktober unser Sanghawochenende geplant. Wir haben Lama Chime Rinpoche eingeladen, mit uns seinen Geburtstag nachzufeiern. Die Woche davor ist ab Montag das „Haus am Mühlbach“ für die Sangha freigehalten. Wir freuen uns über Gäste und auch über Helfer, denn es gibt einiges an Haus und Garten zu tun.

Für den Fall, dass Rinpoche nicht mit uns feiern wird, sieht das Programm für das Wochenende so aus:

Freitagabend: Ankunft, gemeinsames Abendessen, Chenresig Praxis

Freitag: Tara-Puja, Frühstück, vormittags Video-Belehrung von Chime Rinpoche Teil 1, gemeinsames Momo-Kochen mit Craig und Mittagessen, nachmittags Kaffee und Kuchen, abends Kattak-Opferung und Guru Rinpoche Tsok-Puja, anschließend Video-Belehrung von Chime Rinpoche Teil 2, zur Nacht Mantra-Rezitation der weißen Tara für Chime Rinpoche solange wie möglich als Abschluss der Mantrasammlung.

Sonntag: 10.30 – 16h Shine-Sonntag mit Michael Hug, abends ‚Den Lama aus der Ferne rufen‘

### DER VORSTAND SUCHT UNTERSTÜTZUNG

Da wir junge Menschen gewinnen möchten, die für eine Zeit mit im Zentrum leben und arbeiten, gilt es, die Voraussetzungen für ein Freiwilliges soziales Jahr bzw. Bundesfreiwilligendienst bzw. WWOOF zu schaffen. Seit 2 Jahren werden wir vom Vorstand dieser Aufgabe bzw. nicht gerecht und suchen jetzt jemanden aus der Sangha, der/die sich dieses Themas annehmen mag und die Voraussetzungen abklärt und mit uns überlegt, wie sie umgesetzt werden können. Interessierte melden sich bitte bei Anette Maaßen-Boulton; Tel.: 0171-7449112 oder anetemaassen@web.de

### DAS NEUE TEAM

Ursula Ritter ist angekommen und wird ab 1. Oktober bei uns arbeiten. Brian hat sich gut eingearbeitet und erfreut die Gäste mit einem sauberen „Haus am Mühlbach“. Michael Reh wird weiterhin auf unseren Baustellen mitarbeiten. Regina hat ab Oktober nebenbei eine Teilzeitstelle in der Schweiz und wird weniger für uns arbeiten können. Hier suchen wir noch Menschen, die einen Teil ihrer Aufgaben übernehmen können. Monika Thoms wird den Winter über da sein und nach Lama Alasdairs Weggang eine regelmäßige Praxis zu gewährleisten. Helfer sind jederzeit willkommen und gerade jetzt sehr wichtig für uns!

### FAHNENZEREMONIE 2017

Zur Vorbereitung der Fahnenzeremonie 2017 überlegen wir derzeit, die Woche nach dem Weihnachtsretreat und die Fastnachtswoche im „Haus am Mühlbach“ zu reservieren. Wir brauchen noch Helfer. Toll wäre auch, wenn einige „alte Hasen“ mitmachen.

Anette/Regina

### BELEHRUNGEN VON SANGYE NYENPA RINPOCHE

Es gibt jetzt ganz neu MP3-Aufnahmen zu den Belehrungen von S.E. Sangye Nyenpa aus den Kursen 2011, 2013 und 2015 in Todtmoos-Au.

Bestellungen werden gerne entgegen genommen unter <khampa.audio@kcl-todtmoos.de>

KARMA KAGYU CHÖ KHORLING E.V.  
Mühlematt 5, 79682 Todtmoos, Tel. 07674-1011

Bankverbindung: Sparkasse Hochrhein,  
IBAN: DE07 6845 2290 0021 0137 43

BIC: SKHRDE6WXXX