



4-7 April 2024

Teachings with Ven. Sabchu Rinpoché

Chenrezig Sadhana

Venerable Sabchu Rinpoché will be guiding us through the Chenrezig Sadhana.

From Thursday, the 4th of April until Sunday, the 7th of April we will receive extensive explanations on the recitation of the Chenrezig Sadhana.



Liebe Praktizierende,

Diesen Frühling bietet uns der Ehrwürdige Sabchu Rinpoche eine intensive und neue Belehrung über das Chenrezig Sadhana an, das wir so oft rezitieren.

Dieser Workshop wird auf Englisch gehalten und ins Deutsche übersetzt!

Liebe Freunde,

diese sehr tiefgründige Praxis und Meditation auf den vierarmigen Chenrezig ist sehr weit verbreitet, und zwar im Osten wie im Westen. Sie ist fester Bestandteil in den Mahayana- und Vajrayana-Traditionen des Buddhismus.

Das Erlangen eines tiefen Verständnisses dieser Sadhana kann für unsere eigene Chenrezig-Praxis einen großen Unterschied machen. Indem wir lernen, warum und wie wir praktizieren und/oder indem wir das bereits erlangte Verständnis der Sadhana vertiefen, können wir unser Vertrauen festigen und unsere Entschlossenheit stärken.

Gemeinsam werden wir die Chenrezig-Praxis durchgehen und sie Abschnitt für Abschnitt aufschlüsseln. Zunächst werden wir die Grundlage schaffen, indem wir erkunden, wer Chenrezig ist und wofür er steht. Was stellt der vierarmige Chenrezig mit den dazugehörigen Symbolen dar? Was ist der Ursprung des 6-Silben Mantras?

Als nächstes werden wir uns ausführlich mit der Chenrezig Sadhana befassen. Die Version, die wir bisher verwendet haben und auch weiterhin verwenden werden, wurde von Tangtong Gyalpo verfasst, einem hoch verehrten Mahasiddha aus dem 14. Jahrhundert.

Die Sadhana besteht aus den folgenden Teilen:

Sie beginnt mit der Würdigung der Übertragungslinie, direkt gefolgt von der Zufluchtnahme zu den drei Juwelen, Buddha, Dharma und Sangha (eine gängige Praxis im Hinayana, Mahayana und Vajrayana). Als nächstes entwickeln wir Bodhicitta (eine Mahayana- und Vajrayana-Praxis). Der dritte Teil besteht aus der Visualisierungspraxis der Entstehungs- und Auflösungsphasen (Vajrayana). In diesen drei Schritten sind auch das Sieben-Zweige-Gebet sowie das Gebet zur Befreiung aller fühlenden Wesen aus den sechs Daseinsbereichen enthalten.

Während unseres dreitägigen Wochenendkurses werden wir uns ausführlich mit den verschiedenen Teilen beschäftigen.



Über Sabchu Rinpoché

Sabchu Rinpoché ist ein zeitgenössischer tibetischer Lehrer, der in Nepal geboren und aufgewachsen ist und dessen Tätigkeitsfeld beinhaltet, dass er die Aktivitäten des Karma Kagyü Klosters in Swayambhu leitet. Zusätzlich zu seiner traditionellen tibetischen Erziehung und Ausbildung, hat Rinpoché ein B.A.-Studium in Film-Studien in Kanada abgeschlossen. Seine Zeit teilt er auf zwischen persönlichen Retreats, dem beaufsichtigenden Leiten seines Klosters in Swayambhu und dem Lehren des Dharma. Darüber hinaus nimmt er sich auch Zeit, um kurze Belehrungen und Erzählungen zu schreiben.

Rinpoches offizielle Website: sabchu.org

Zeitplan

Donnerstag, 4. April 2024

16:00 Einchecken

17:30-19:00 Abendessen

19:00-21:00 Einführung in den Chenrezig-Workshop

Freitag, 5. April und Samstag, 6. April

06:00-07:30 Workshop

08:10-08:45 Frühstück

08:50-11:30 Workshop

11:30-12:30 Mittagessen

12:30-13:55 Stille Pause

14:00-19:00 Workshop

19:00-20:00 Abendessen

20:00-21:00 Chenrezig-Meditation

Sonntag, 7. April

06:30-08:00 Workshop

08:10-08:45 Frühstück

08:50-12:00 Workshop

12:00-13:00 Mittagessen

Liste der mitzubringenden Gegenstände

- Kathak (auch vor Ort erhältlich) und eure Mala
- Düntsam-Booklet
- Tschenresi Sadhana (NUR die vom Norbu Verlag, die Pecha Version, NICHT das Büchlein)
- Langlebensgebete für Seine Heiligkeit den 17en Gyalwa Karmapa und den Ehrwürdigen 5en Dilyag Sabchu Rinpoché
- Sitzkissen und Matte (es werden Stühle zur Verfügung stehen, aber keine Kissen oder Matten)
- weiße Kleidung für das Sojong-Gelübde

Diese Liste wird auch auf unserer Website verfügbar sein: duntsam.com

Workshop-Gebühr

Die Gebühr für den Workshop beträgt 170€.

Unterkunft

Die Zimmerverteilung übernehmen wir, aber ihr könnt vor Ort bezahlen. Wir haben einen Sonderpreis für Gästegruppen erhalten, der 3 vegetarische Mahlzeiten beinhaltet.

1350 CZK (entspricht 55€/Nacht und Person).

1700 CZK für eine einzelne Person im Doppelzimmer (entspricht 69€/Nacht und Person)

Hinweis: das ist der Dezember Wechselkurs!

Bettwäsche und Handtücher sind im Preis inbegriffen. Während unseres Aufenthaltes gibt es keinen Zimmerservice.



Zimmer

Die folgende Auflistung gibt einen Überblick über die verfügbaren Räume.

Zum Beispiel:

Zimmer 6 ist ein Vierbettzimmer

Zimmer 7 ist ein Doppelzimmer mit 2 eng beieinander liegenden Betten

Zimmer 8 ist ebenfalls ein Doppelzimmer, aber mit 2 getrennten Betten

<u>Zimmer</u>	<u>Aufteilung</u>	<u>Zimmer</u>	<u>Aufteilung</u>	<u>Zimmer</u>	<u>Aufteilung</u>
1	2PM	6	4P	11	2PM
2	4P	7	2PM	12	1P
3	3P	8	2PO	13	2PO
4	3P	9	2PO	14	2PO
5	2PM	10	2PO	15	2PO

Standort

Bechneruv Statek

Masarykovo nám. 18

270 61 Lány, Tschechische Republik

Website: <https://www.bechneruvstatek.cz>

Google maps: <https://maps.app.goo.gl/f8K8sfrHa7vCfvZ66>

Email: napis@bechneruvstatek.cz



Sicht auf den Eingang zur Gomba



Sicht auf das Restaurant (links) und die Gomba (rechts)

Transportmittel

Wenn ihr an der Veranstaltung teilnehmen möchtet, teilt uns mit, wie ihr anreisen möchtet, da ein Transport vom Prager Flughafen oder vom Bahnhof organisiert werden kann.

Preis vom Flughafen zum Veranstaltungsort: 1800 CZK (ca. 74€)

Preis vom Bahnhof zum Veranstaltungsort: 2200 CZK (ca. 90€)

Der Shuttleservice ist für bis zu 8 Personen möglich, d.h. je mehr Personen mitfahren, desto günstiger wird es.

Natürlich könnt ihr auch die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen, jedoch ist dies mit mehr Zwischenstopps und der doppelten oder dreifachen Fahrtzeit verbunden.

Anmeldung

Für die Registrierung bitte folgenden Link benutzen:

<https://forms.gle/xGcAm9pw9L4B4TkFA>

Bitte beachtet, dass die Kapazität auf 35 Personen begrenzt ist.

Viele liebe Grüße und mit Vorfreude auf eine segensreiche und freudvolle
Zusammenkunft,
Das Düntsam Orga-Team