

Übersicht unserer Veranstaltungen und Aktivitäten 2022/23:



PANCHEN LOSANG CHOGYEN GELUG ZENTRUM WIEN;

<https://gelugwien.at/aktuelle-aktivitaeten/>

Dalai Lama: 'Jeder von uns ist für die gesamte Menschheit verantwortlich. Wir müssen uns gegenseitig als wahre Schwestern und Brüder betrachten und uns um das Wohlergehen der anderen kümmern. Wir müssen versuchen, das Leiden anderer zu lindern. Anstatt nur für Reichtum zu arbeiten, müssen wir etwas Sinnvolles tun, etwas, das ernsthaft auf das Wohlergehen der Menschheit als Ganzes ausgerichtet ist.'

[➔](#) [❤️](#) Bei Fragen zum Herbst-Programm 22



Einführungs-Seminar BUDDHISMUS kurz & bündig:

☀️ Herzliche Einladung zum Einführungs-Seminar in den Buddhismus. Es gibt genug Zeit, um Fragen zu stellen: Mag.a Andrea Husnik lehrt seit mehr als 30 Jahren tibetischen Buddhismus der Gelug-Tradition. TERMINE: MITTWOCH, 16.11., 23.11., 30.11.2022 : 18:00 -20:00 h - VOR ORT UND ONLINE.

Wir freuen uns auf Dein Dabeisein! [Informationen HIER](#) - Anfragen und Anmeldung: andrea.husnik@gelugwien.at



SUTRA VOM GOLDENEN LICHT FÜR DEN FRIEDEN

'Dieser Text ist außerordentlich kostbar. Er bringt Frieden und Glück. Er bringt unermesslichen Schutz für ein Land, da er große Kraft hat, Gewalt und dergleichen zu verhindern. Wenn man diesen Text hört, wird zudem das eigene Karma gereinigt.'

15.11. 17:30 (Lhabab Duchon) 25.11., 19:30h und
Im Dezember an Mittwoch-Abenden um 19 Uhr - mit
Thomas Schweiberer
ONLINE ohne Anmeldung - ZOOM DIREKT



Meditationen mit Stephan Pende:

Anfangsloser Geist; Vergänglichkeit; Leiden; Sterben; Wiedergeburt; Karma; u.m.

ONLINE, MONTAGS bis 19.12.22 19:30 – 20:30h

[ERFAHRE MEHR](#) [Anmeldung](#)



LEHRGANG BUDDHISMUS ENTDECKEN

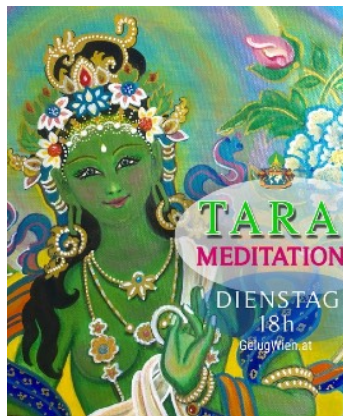
geleitet von Mag.a Andrea Husnik:

ab 22. Nov. 19h : TANTRA: ERFAHRE MEHR

Einstieg auf Anfrage bitte [Hier](#)

Der nächste 2-jährige Lehrgang beginnt im Jänner 23!

[Fragen & Voranmeldung: hier](#)



TARA Meditation

an Dienstagen, 18-18:50 Uhr:

[Tara-Meditation](#)



Ehrw. Thubten Drolma

MEDITATIONS-TAG: DIE VIER EDLEN WAHRHEITEN

[Mehr hier](#) - ONLINE: SONNTAG

4.12.22 9:30 - 17 Uhr mit Pausen

[ANMELDUNG: HIER](#)



Vajrasattva-Praxis

ist die kraftvollste Art um unser negatives Karma zu bereinigen.

an Donnerstag-Abenden & Wochenenden, ONLINE & VOR ORT, ERFAHRE MEHR:

Anmeldung



PRAXISGRUPPE TANTRA

Für Praktizierende mit erhaltener Ermächtigung zum Höchsten Yoga Tantra - ONLINE: 1 x monatlich an einem Samstag Vormittag - 9:30-11 Uhr

ERFAHRE MEHR

Anmeldung



HAPPY LHABAB DUCHEN

ist einer der vier großen heiligen Tage im buddhistischen Kalender und findet heuer am **15. November 22** statt

6:30: Mahayana Gelübde / Sutra vom Goldenen Licht
17:30Uhr

ERFAHRE MEHR

Verdienst-multiplizierender Tag



LAMA TSONGKHAPA TAG: 18.12.22

Je Tsongkhapa (Ganden Ngamchoe 1357 - 1419) ist einer der bedeutendsten Meister und Begründer der Gelugpa Schule des Tibetischen Buddhismus. Er ist auch bekannt unter seinem ordinierten Namen Losang Drakpa.

LAMA CHÖPA PUJA ab 17 Uhr online und vor Ort (geplant)
MEHR

PUJAS an FREITAGEN

Um 17 Uhr - VOR ORT UND ONLINE

An Freitagen, Termine laut Kalender

Wir möchten besonders auf unsere Pujas hinweisen, die so wunderschön für uns von unseren Praxis-LeiterInnen geleitet werden: 'PUJA' – bedeutet "Verehrung" oder Ehrerweisung" und ist eine Zeremonie, in der speziell geweihte Gaben dargebracht werden, um den Buddha zu ehren. Die Pujas sind offen, helfen uns, Buddha näher zu kommen und tiefere spirituelle Erfahrungen zu machen. Wenn man einmal dabei war, erkennt man die geistige Bereicherung und Inspiration:

TARA PUJA



MEDIZIN BUDDHA PUJA



CHENREZIG PUJA



LAMA CHÖPA



**DHARMA
SCHÄTZE: VERGANGENE
KURSE/SEMINARE ZUM
DOWNLOAD**



AUSBLICK AUF 2023

AB 10.1.23: NEUSTART - BUSSHISMUS ENTDECKEN:



DER NÄCHSTE 2-JÄHRIGE LEHRGANG BEGINNT
AM 10. JANUAR 23!

Mein Geist und sein Potential - Wie meditiert man?

Darstellung des Pfades - Der/die spirituelle LehrerIn

Der 2-jährige Lehrgang ist als umfassender Einführungs- und Erfahrungskurs gedacht, folgt dem "Stufenweg zur Erleuchtung" (Lam Rim) und ist angelehnt an „Discovering Buddhism“ von FPMT.

Jeweils Dienstag 19:00 – 21:00 Uhr

Infos und **Anmeldung:** andrea.husnik@gelugwien.at



Für interessierte Anfänger*innen, Fortgeschrittene und auch Nicht-Buddhist*innen.

Der Lehrgang vermittelt eine solide Grundlage für die Ausbildung im Mahayana – Buddhismus. Dabei handelt es sich nicht um ein rein akademisches Programm. Vielmehr sollen die erworbenen Kenntnisse in den Alltag integriert und im Austausch untereinander überprüft werden, um mit sich und der Welt friedlicher, erfüllter und zufriedener zu leben.

Die Abende bestehen jeweils aus einem Vortrag und dem Einüben von verschiedenen Meditationen und bieten auch Raum für Fragen. Buddhismus entdecken besteht aus 13 Themengebieten und einem Modul für vertiefende Praxis. Jeder der 13 Themenschwerpunkte beinhaltet 6–7 Abende und zur Vertiefung eine Klausur(halb)tag an einem Wochenende.

Am Ende jedes Moduls gibt es 5 bis 10 Fragen, um das eigene Verständnis testen zu können und ein spezielles Video wo neben großen Meistern auch langjährige westliche Studierende zu Wort kommen. Schriftliche Unterlagen zur Vertiefung sowie Audio-downloads werden zur Verfügung gestellt. Der Einstieg ist jeweils zu Modulbeginn nach Rücksprache möglich.

Themengebiete der Module: Mein Geist und sein Potential/ Wie meditiert man?/ Darstellung des Pfades/ Der/die spirituelle LehrerIn/ Tod und Wiedergeburt/ Karma/ Zuflucht zu den Drei Juwelen/ Eine tägliche Praxis aufbauen/ Samsara und Nirvana/ Bodhicitta/Probleme umwandeln/ Weisheit der Leerheit/ Tantra.

Dana/Spendenvorschlag je Modul: € 50 / Mitglieder € 40 / Einzelabend: € 10, inkl. schriftlicher Unterlagen (ausgewählte Begleitliteratur) und Audio-Files. Ermäßigung möglich, niemand soll aus finanziellen Gründen von den kostbaren Belehrungen abgehalten werden.

Weitere Veranstaltungen für 2023:

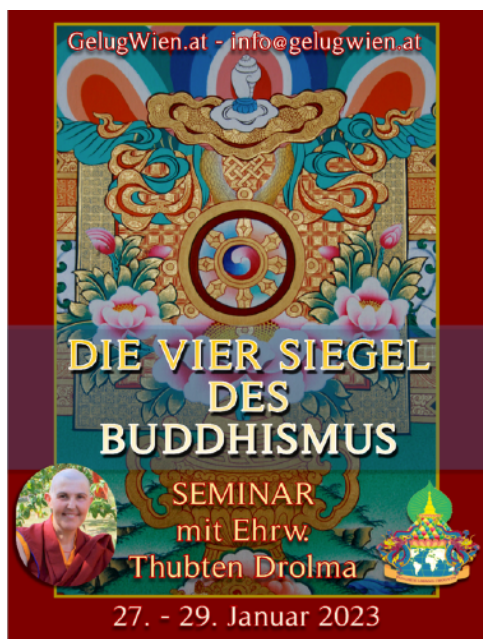


GEFÜHRTE MEDITATIONEN & Dharma-Talk mit Renato Unterberg

Vor Ort & Online: an den Montagen 16., 23., 30. Januar mit Dharma-Talk am 6. Februar 2023

Herzliche Einladung zu traditionell geführten analytischen Meditationen des Tib. Buddhismus passend zu den Themen von **BUDDHISMUS ENTDECKEN** - mit Dharma-Gesprächen und Questions & Answers - in angenehmer und offener Atmosphäre.

ANMELDUNG



27.-29.1.23 ONLINE: DIE 4 SIEGEL DES BUDDHISMUS Ew. Drolma

Wochenend-Seminar: Freitag 19-21h (auch nur als Infoabend), Samstag 9:30-17h (Pausen), Sonntag 9:30-13h

Will ich glücklich sein und die Ursachen dafür schaffen? Will ich die Ursachen für Leid und Schmerz überwinden? Geht das überhaupt? Kann ich das?

Die 4 Siegel zeigen mir wie Glück und Leid mit Ursachen zusammenhängen und wie ich mich aus den Fesseln der Verblendungen lösen kann. (Inkl. Audios/Videos/Unterlagen)

ANMELDUNG

Für sehr interessierte Anfänger und Fortgeschrittene! Besonders zu empfehlen für die Teilnehmer des Lehrganges Buddhismus Entdecken (Neustart Jänner 2023).



Ein Herz wie der Himmel, mit Stephan Pende **17.-19. Februar 23:**

vor Ort und Online - Wochenend-Seminar mit Meditation

Freitag 19-21h, Samstag 10 -17:30h, Sonntag 10-13h

Es ist möglich, auch im Alltag, immer wieder Zugang zu innerer Freude, Liebe und Stille zu finden.

Diese Methoden sind leicht zu lernen und anzuwenden. Wir werden sie in Vortrag und Dialog kennenlernen und dann in geleiteten Meditationen üben.

Die Tage sind offen für Anfänger und Fortgeschrittene.



inkl. Audios/Videos, **ANMELDUNG**
Ab 20.2. 23: montags 19:30:
STUFEN DES ERWACHENS

**MEDITATIONEN MIT STEPHAN
 PENDE – ONLINE**

16 ABENDE, AB 20. FEBRUAR – BIS 26. JUNI
 2023 außer Feiertage: Ostern/Staatsfeiertag/
 Pfingsten - ONLINE ÜBER ZOOM – FÜR
 FORTGESCHRITTENE UND ANFÄNGER /
 FREIER PROBE-ABEND MÖGLICH /
 EINZELABENDE MÖGLICH – EINSTIEG
 JEDERZEIT MÖGLICH

ANMELDEN



17.-19.3.23: ONLINE

8 VERSE DES GEISTESTRAININGS Ew.

Drolma

ONLINE (Unterricht & Meditation)

Wochenend-Seminar: Freitag 19-21h (auch nur als Infoabend),
 Samstag 9:30-17h (Pausen), Sonntag 9:30-13h

Das Geistestraining im tib. Buddhismus ist ein spezieller Ansatz,
 um den Erleuchtungsgeist zu pflegen, das altruistische Streben
 nach Erleuchtung zum Wohle aller Wesen. Dieser Ansatz
 beinhaltet einen Prozess, um unsere Gedanken und Vorurteile zu
 verändern: Von der Selbstbezogenheit hin zu Altruismus,
 der auf andere gerichtet ist.

inkl. Audios/Videos/Unterlagen

Für sehr interessierte Anfänger und Fortgeschrittene!

Anmeldung



8., 15., 22. und 29. März 2023

**HERZENSANWEISUNGEN ZUM
 STERBEN UND ZUM TOD**

mit Mag.a Andrea Husnik

ONLINE & VOR ORT

Wir befürchten, dass das Nachdenken über den Tod, uns die
 Freude am Leben rauben könnte. Aber in Wirklichkeit, wenn wir
 aktiv über den Tod nachdenken, finden wir mehr Zuversicht,
 Frieden, Erfüllung und Glück in unserem Leben und unsere
 aktuelle Angst vor dem Tod verliert seine Kraft oder verschwindet
 gar. (inkl. Audios/Videos/Unterlagen)

Für Anfänger und Fortgeschrittene!

Anmeldung und bei Fragen bitte: andrea.husnik@gelugwien.at



5. - 7. Mai 23:
DIE 3 GRUNDPRINZIPIEN
(Hauptaspekte) DES PFADES

Ew. Drolma
 (Unterricht & Meditation)

Wochenend-Seminar: Freitag 19-21h (auch nur als Infoabend),
 Samstag 9:30-17h (Pausen), Sonntag 9:30-13h
 Anhand des kurzen Textes von Lama Tsongkhapa können wir die
 Ursache-Wirkungs-Kette begreifen, die uns in die Misere des
 Daseinskreislaufes hineinbringt und dort festhält, wie wir sie
 aufbrechen können und frei werden, und wie wir zu einem
 stetigen Glück gelangen.

Für sehr interessierte Anfänger und Fortgeschrittene!
Anmeldung

SEMINAR-PAKET
 der 3 Wochenenden mit Ew. T. Drolma:



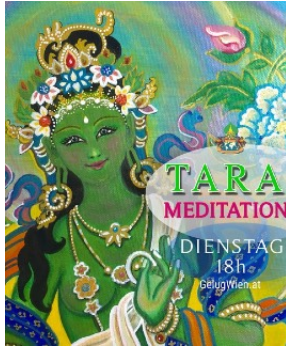
Wir freuen uns sehr auf 3 hervorragende Dharma-Wochenenden!

Sie geben uns eine Möglichkeit, die Lehre des Buddhismus noch tiefergehend zu verstehen:

Ehrwürdige Thubten Drolma studierte die Tibetische Philosophie und Psychologie für mehr als 10 Jahre, praktizierte in Einzelretreats und hat als Psychologin sehr viel Erfahrung, uns das Dharma uns im westlichen Kulturkreis mit Herz und Weisheit nahezubringen! Für sehr interessierte Anfänger, besonders für StudentInnen des Lehrganges Buddhismus-Entdecken und für Fortgeschrittene.

1. **27.-29.1.2023: DIE 4 SIEGEL DES BUDDHISMUS [LINK](#) - [LINK](#)**
2. **17.-19.3.2023: 8 VERSE DES GEISTESTRAININGS - [LINK](#)**
3. **5.- 7.5.2023: DIE 3 GRUNDPRINZIPIEN DES PFADES - [LINK](#)**

Spendenvorschlag für alle 3 Seminare:
 statt € 195 (einzeln 65) : 170 (Nicht-Mitglieder)
 statt € 165 (einzeln 55) : 140 (Mitglieder)



TARA Meditation

an Dienstagen, 18-18:50 Uhr:

Tara-Meditation



Vajrasattva-Praxis

ist die kraftvollste Art um unser negatives Karma zu bereinigen.

an Donnerstag-Abenden & Wochenenden, ONLINE & VOR ORT, ERFAHRE MEHR:

Anmeldung



PRAXISGRUPPE TANTRA

Für Praktizierende mit erhaltener Ermächtigung zum Höchsten Yoga Tantra - ONLINE: 1 x monatlich an einem Samstag Vormittag - 9:30-11 Uhr

ERFAHRE MEHR

Anmeldung

PUJAS an FREITAGEN

Um 17 Uhr - VOR ORT UND ONLINE Termine laut Kalender

TARA PUJA

MEDIZIN BUDDHA PUJA

CHENREZIG PUJA

LAMA CHÖPA



➔ Bei Fragen zum Programm 22/23

WEITER ZU: [Kalender](#) [Home](#)

„WENN WIR DER WELT
MIT LIEBE BEGEGNEN, SIND
WIR NICHT NUR SELBER GLÜCKLICH,
DIE WELT WIRD EINE ANDERE SEIN.“
S.H. Dalai Lama



BUDDHISTISCHES ZENTRUM FÜR
STUDIUM & MEDITATION

FPMT, ein Netzwerk
von ca 150 buddhistischer Zentren
weltweit, das es sich zur Aufgabe
gemacht hat, die Tradition des Mahayana
für alle zugänglich zu machen

PANCHEN LOSANG CHOGYEN GELUG ZENTRUM WIEN



**Unser Zentrum PLC folgt der Tradition von Seiner Heiligkeit Dalai Lama
und wurde von Lama Thubten Yeshe und Lama Zopa Rinpoche gegründet:**



Unser Tibetisch-
Buddhistisches
Zentrum befindet
sich im schönen
Servitenviertel Wiens
im 9. Bezirk

**Willkommen
im PLC!**
Wir freuen uns auf
Dein Dabeisein,
liebe Grüße,
PLC - Team :-)

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Herzliche Einladung: Aktuelle Aktivitäten online & vor Ort:

Wöchentliche **Meditationen** von erfahrenen Meditations-LeiterInnen:
Lamrim (Stufenweg), Bodhicitta, Mitgefühl und Achtsamkeit;
Grüne Tara-Meditation; Einführungskurse in den Buddhismus; **Retreats;**
Seminare: **Buddhistische Philosophie und Psychologie;**
Lehrgang '**Buddhismus Entdecken**' & vertiefende Programme der Gelug Schule;
Praxis-Gruppen; Pujas und gemütliche Treffen



Panchen Losang Chogyen Gelug-Zentrum für Buddhistische Studien und Meditation
Servitengasse 15/2+4, A-1090 Wien GelugWien.at - info@gelugwien.at

Um regelmäßig zu unseren Aktivitäten informiert zu sein, abonniere bitte:
[NEWSLETTER](#) - [WhatsApp-Info-Gruppe](#) - [Signal-Info-Gruppe](#)
E-Mail an info@gelugwien.at

Fotos: Marie Schnoell – weitere Fotos: Harald Weichhart & FPMT sowie Lama Yeshe Wisdom Archive - Vielen Dank!