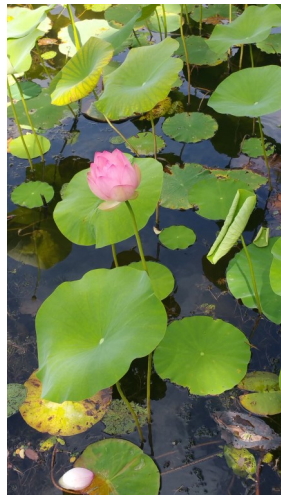


Januar 2018

Jahresbericht 2017

**Liebe Freundinnen und Freunde
Liebe Gönnerinnen und Gönner von Kalyana Mitta**

Es kommt mir so vor, als bildeten die Aktivitäten in unserem kleinen Stadtzentrum und seine Kontinuität einen ruhenden Pol in einer verrückten Zeit. Wir erleben, dass viele Menschen Meditation lernen und ausprobieren möchten und daher auch Kurse oder Abendvorträge bei uns besuchen. Das freut uns natürlich sehr!



Dieses Jahr hatten wir neue Gäste: Sabine Hayoz-Kalff kam - im zweiten Anlauf wegen eines Unfalles - mit einem Vortrag über die Tara-Praxis nach Basel. Marie Mannschatz hat unser Zentrum im Mai besucht und Christoph Köck im Oktober. Regelmässig stattfindende Kurse wie das Lodjong-Geistestraining mit Lama Irene, Gesture of Awareness mit Charles Genoud, die Alltagswoche mit Catherine Felder und die Meditations-Einführungsabende mit Rainer Künzi stiessen auf reges Interesse. Auch die Vortragsabende (Fred von Allmen, Ursula Flückiger, Ingeborg Mösching, Stefan Lang) waren gut besucht ebenso wie die bewährten Angebote unserer Hauslehrenden Catherine Felder und Rainer Künzi (Meditationstage, Jahresausklang, Yoga und Meditation, Mitgefühl -Morgenmeditationen).

Dieses Jahr gab auch wieder ein Meditationstag für junge Leute „U30“, diesmal mit Irene Bumbacher. Als neues Angebot sind sich die englisch begleiteten Abendmeditationen mit Yowon Choi am etablieren. Neu ist auch ein offener Meditationstag einmal pro Monat, bei dem man den ganzen Tag kommen und so lange praktizieren kann wie man möchte. An dieser Stelle vielen Dank an die Frauen, die diese Tage mit ihrer verlässlichen Präsenz gewährleisten!

Im Übrigen sind auch die Vollmondmeditationen, die Meditationen für junge Menschen am Dienstagabend und die beiden offenen Meditationssitzungen am Montagmorgen und am Donnerstagabend tolle Möglichkeiten, unkompliziert im Zentrum eine Zeit der Stille mit anderen zu teilen.

Wir sind sehr glücklich, dass Rainer Künzi jedes Jahr ein Programm zusammenstellt, welches sowohl Erkenntnismeditation als auch das Training von Liebender Güte und Mitgefühl ermöglicht. Es ist interessant zu sehen, wie verschieden und doch wie ähnlich die verschiedenen Herangehensweisen der unterschiedlichen Lehrenden sind. Sozusagen für jede/n etwas dabei, der/die sich für diese Themen und für die Möglichkeiten des eigenen Geistesstrainings interessiert. Gerade in der heutigen hektischen Zeit ist „dranbleiben“ und eine Gegenkraft zur allgegenwärtigen Reizüberflutung und zum - offenbar nötigen - Stressmanagement aufzubauen eine grosse Herausforderung für die meisten Menschen.

Weiterhin gibt es eine Lesegruppe, die sich in der Ramsteinerstrasse trifft. Ein Putztag wird nach wie vor einmal im Jahr abgehalten. Hier eine hübsche Impression:



Unsere Bibliothek wird rege benutzt und von Catherine Felder liebevoll organisiert.



Bei diesem allseits geschätzten Angebot mischen sich allerdings ein paar Wermutstropfen in die Freude: Es kommt vor, dass Bücher den Weg zu uns nicht mehr finden oder allzu lange - trotz Erinnerungen von Catherine - ausgeliehen bleiben. Da wir die meisten Bücher nur einmal führen (auch im Handel vergriffene Bücher!), sind sie so für alle anderen blockiert oder dann eben - weg!

Tja, der Mensch ist unvollkommen, auch der meditierende Mensch...



Cornelia Lossner

Erfreuliches gibt es über unsere Netzwerkgruppe (spirituelle Begleitung für schwer erkrankte und sterbende Menschen) berichten: Die Gruppe trifft sich regelmässig zu einem vertieften Austausch. Ihr Angebot der Begleitung besteht weiterhin.

Anfragen:

Regula Bergamin, 061 692 20 25,
erbergamin@bluewin.ch

Johanna Decker, 061 702 13 00

Lisa von Gierke, 061 301 09 42
lisavongierke@gmx.ch

Erstmals hat im Kalyana Mitta - Raum ein Treffen von Therapeut/innen und Dharmalehrenden unter dem Titel „Dharma und Therapie“ stattgefunden. Diese Austauschtreffen werden von Lama Irene, Gaby Rudolf, Beata Bachmann und Rainer Künzi organisiert und im Jahr 2018 zweimal abgehalten.

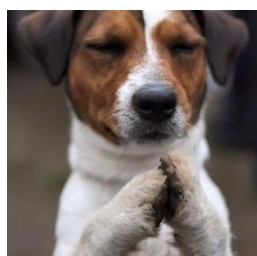
(www.dharma-und-therapie.ch)

Und zum Schluss noch:

Wir führen eine **Mediathek**. Via Webseite kann man die Vorträge wie zum Beispiel von Ursula Flückiger, Sabine Hayoz und Christoph Köck herunterladen und nochmals hören.

DAS GUTE GESCHIEHT IM ALLTÄGLICHEN

Vielen Dank an alle Helfenden, die mit ihrer Präsenz und mit ihrem Tun unser Zentrum unterstützen und mittragen !



Kontemplation

Von Catherine Felder



Wenn du ein Haus besitzt, hast du Haus-Probleme.

Wenn du ein Yak besitzt, hast du Yak-Probleme.

Wenn du Ziegen besitzt, hast du Ziegen-Probleme.

Nehmen wir uns einen Moment Zeit, um einen Blick hinter diese provozierend banalen Zeilen des berühmten tibetischen Lama und Vagabunden Patrul Rinpoche zu werfen. Ist ja klar, Besitz macht Probleme, darüber muss uns ein tibetischer Lama des 19.Jh. gewiss nicht aufklären.

Wirklich nicht?

Was für eine Geschichte erzählen denn Frustration und entnervte Empörung, wenn meine digitalen Geräte nicht funktionieren, wenn im dümmsten Moment ein Knopf abreisst oder das Velo einen Platten hat?

Spätestens wenn ich über meinen Widerstand gegen das, was im Moment ist, stolpere, können mich die lakonischen Zeilen des alten Meisters wieder daran erinnern, dass es offensichtlich in der Natur des Lebens liegt, unbeständig, unzulänglich und nicht wirklich kontrollierbar zu sein. Und statt meine Energie in endlosem Kampf gegen „so wie es ist“ aufzureiben, könnte ich sie ja weise und mitfühlend einsetzen, um das Beste aus einer Situation zu machen.

Wenn wir in der Meditationspraxis, welche ein solch alltägliches Verstehen ermöglicht, mit gesammeltem Herzgeist direkt ins Leben hineinlauschen, können wir auf eine weitere, scheinbar banale Aussage stossen:

Wenn du ein ICH besitzt, hast du ICH-Probleme.

Jeder Moment, in dem ich fest daran glaube, ein fixes, unabhängiges ICH zu besitzen, führt zu leidvollen Verstrickungen. Mit etwas Weisheit allerdings kann jedes bewusst wahrgenommene Hängenbleiben in Widerstand ein wenig an der Vorstellung dieser ICH-Bastion rütteln. Mehr Leichtigkeit, Humor und Durchlässigkeit sind die Folge.



© perscheid
„nicht lustig“

www.nichtlustig.de