

10. Praxistage des Netzwerkes Lesben und Buddhismus

Zwischen Anspruch und Wirklichkeit: Miteinander Sein

Leben in Beziehungen ist eine dauernde Herausforderung. Und diese wächst noch, wenn wir uns in größere Gemeinschaften einbinden möchten.

Alte hierarchische Familien- und Gemeinschaftsstrukturen haben vorgegeben, wer was wann zu sagen hat. Verletzungen wurden nicht ausgetragen oder auch nur benannt. Die Gruppe ist durch Konflikte aufgrund der hohen sozialen Verbindlichkeit nicht auseinander gebrochen.

Aus dieser Art von Gruppen sind viele von uns bewusst heraus- und einen Weg der „Vereinzelung“ gegangen. Hinein in die Zweierbeziehung, manche in die Kleinfamilie, viele von uns haben auch ein Leben alleine gewählt.

Und parallel gab und gibt es den Wunsch nach Gemeinschaft, nach Verbundenheit in und mit einer Gruppe von Menschen.

Wie dieses neue Zusammensein in nicht hierarchisch oder anders hierarchisch gegliederten größeren Gruppen gelingen kann, ist eine große Herausforderung und ein Feld des Experimentierens.

Buddha hat von der rechten Rede als einer Form des uns Begegnens gesprochen.

Was aber ist rechte Rede, wenn ich verletzt bin und im Hinterkopf habe, ich soll niemanden anderen verletzen?

Was darf ich wann sagen, wie kann ich aushalten, wenn ich kritisiert werde oder denke, ich habe Recht und die anderen verstehen nicht, um was es geht?
Was hilft mir zu bleiben, wenn es schwierig wird?
Diese und viele andere Fragen sind für viele Gemeinschaften eine Herausforderung.

Eine Möglichkeit, sich in Gruppen zu begegnen ist das Kreisgespräch. Es kann uns unterstützen, in einem geschützten Gesprächsrahmen Erfahrungen, Ängste, Wahrnehmungen zu teilen, ohne dass diese sofort kommentiert oder bewertet, werden. Der eigenen „Wahrheit“ kann Raum gegeben werden, ohne dass die der anderen eingeschränkt wird. Es kann ein Feld entstehen, in dem die verschiedenen Perspektiven nebeneinander stehen bleiben können; die eigene Geschichte verwebt sich mit der Geschichte der Anderen. Der eigene Blick wird weiter, die Wahrnehmung des Ganzen vollständiger, die grundlegende Verbundenheit kann vielleicht wieder und neu erkannt und wertgeschätzt werden.

Es wird eine kurze Einführung in das Kreisgespräch und genügend Zeit für Fragen und auch für Austausch zu der Methode des Kreisgesprächs und der Verbindung zu buddhistischer Praxis geben.

Wir werden im Wechsel Kreisgespräche, stille Meditationen, Gehmeditationen und Mantra-Singen üben. Zwischendurch werden wir freundliche Körperübungen machen, die uns gut unterstützen.

Katharina Schmidt



Katharina Schmidt ist Schülerin von Sylvia Wetzel und seit 2008 auch Assistentin bei deren Kursen

2010 hat sie zum ersten Mal ein Retreat der Zen Peacemaker in Ausschwitz besucht und organisiert in den letzten Jahren Frauen-Retreats im ehemaligen Konzentrationslager Ravensbrück.

Sie setzt sich intensiv mit Spiritualität, westlicher Psychologie und Feminismus auseinander. Wichtige Anregungen in dieser Auseinandersetzung erhielt sie neben Sylvia Wetzel unter anderem auch von Günter Breitenbach, Polina Hilsenbeck, Ernst Engelke, Shenpen Hookham, Ngawang Tsoknyi Gyatso, Bernard Glassman und Barbara Wegmüller.

Netzwerk Lesben und Buddhismus (NLuB)

Das Netzwerk Lesben und Buddhismus entstand aus dem Wunsch, einen Platz zu schaffen, wo wir als Lesben unsere buddhistische Praxis miteinander vertiefen und uns über unsere Erfahrungen in buddhistischen Gruppen austauschen können. Es ist uns wichtig, als Lesben im Buddhismus sichtbar zu sein.

Wir lassen uns von den verschiedenen buddhistischen Traditionen "C Tibetisch, Vipassana/Theravada, Zen "C inspirieren.

Wir treffen uns zweimal im Jahr. Diese Treffen erhalten ihre besondere Qualität durch das Engagement aller Teilnehmerinnen.

Das Netzwerk ist offen für Anfängerinnen und Praxiserfahrene!

Die bisherigen 15 überregionalen Treffen des NLuB und unsere neun Praxistage haben viel Anklang gefunden. In Meditation, Edlem Schweigen und achtsamen Gesprächen im Plenum oder in kleineren Gruppen gestalten wir gemeinsam den Raum für das, was uns bewegt.

Du bist herzlich eingeladen zu diesem besonderen Wochenende!

- Gleich, welcher Tradition Du angehörst,
 - gleich, ob Du noch nie dabei warst,
 - gleich, wie lange Du schon auf dem Weg bist:
- Du bist im Netzwerk willkommen!

Kosten

Übernachtung und Verpflegung mit Voll(wert)pension:
200,- € im Einzelzimmer,
180,- € im Doppel-, ev. Dreibettzimmer.

Dazu kommt Dana (Spende) für die Referentin.

Katharina erweist uns einen großen Vertrauensvorschuss, indem sie ausschließlich auf Dana-Basis zu uns kommt. Wir bitten Euch, dies beim Bemessen Eures Danas zu berücksichtigen!

Bettwäsche und Handtücher entweder mitbringen oder vor Ort für 6,-€ ausleihen.

Ermäßigung / Das Erwachte Herz

Innerhalb des Netzwerkes besteht seit mehreren Jahren eine Tradition des Gebens und Nehmens: Frauen, die eine Ermäßigung benötigen, sind herzlich eingeladen, anderen Frauen die Gelegenheit zur Großzügigkeit zu geben. Wende Dich dazu einfach an uns.

Storno

Wenn wir keine Ersatzteilnehmerin finden, fallen bei Nicht-Teilnahme die Kosten an, die das Tagungshaus uns in Rechnung stellt. Bitte melde Dich daher in diesem Fall möglichst frühzeitig bei uns wieder ab!

Ort

Frauenbildungshaus Zülpich (Nähe Köln)
Adresse, Infos zur Anfahrt und weitere Informationen unter
www.frauenbildungshaus-zuelpich.de

Anmeldung und Kontakt

über Karin Wolff
per Mail: lesbenundbuddhismus@web.de

10. Praxistage Netzwerk Lesben und Buddhismus



Zwischen Anspruch und Wirklichkeit: Miteinander Sein

Katharina Schmidt
(Schülerin von Sylvia Wetzel,
inspiriert von den Zen Peacemakers)

16. bis 18. Oktober 2015

Frauenbildungshaus Zülpich

www.lesbenundbuddhismus.de