

# Saraṇa Dhamma Zentrum



Buddhistische Meditation,  
Studium, Beratung und  
Fortbildung





# Inhalt

1. Projektentwicklung: Absichten, Inhalte, Ausblick	4
2. Informationen zum Verein Saraṇa Dhamma Treffpunkt	9
3. Objektbedingungen: Räumliche Gestaltung, Infrastruktur	10
4. Verortung der Veranstaltungsteilnehmer*innen	12
5. Galerie: Eindrücke von bisherigen Aktivitäten	14
6. Hauptinitiatorinnen des Vereins und des neuen Zentrums	16
7. Kontakt	24



Ein neues  
Zentrum soll  
entstehen

# Ein neues Zentrum soll entstehen für buddhistische Meditation, Studium, Beratung und Fortbildung

## **Saraṇa Dhamma Zentrum - alles unter einem Dach - alles an einem Ort!**

Der Saraṇa Dhamma Treffpunkt hat in den vergangenen Jahren viele verschiedene Aktivitäten etabliert. Im Stadtzentrum in Magdeburg finden regelmäßig Studientage, Workshops, Beratungsarbeit und Arbeitsgruppentreffen statt.

Für die Hauptaktivitäten zur Stärkung von Konzentration, Weisheit und Mitgefühl, wie Meditationskurse, sind wir auf Seminarhäuser angewiesen und immer auf der Suche nach passenden Bedingungen.

Aus der intensiven gemeinsamen Praxis und Entwicklung zum eigenen Wohl und der Förderung heilsamer Qualitäten in der Gesellschaft ist das Bedürfnis gewachsen einen Ort zu schaffen:

- » der allen Aktivitäten einen Raum gibt mit den besten Bedingungen für die Entwicklung und Ausbildung des Geistes
- » wo Interessent\*innen aller sozio-kulturellen Hintergründe und Altersgruppen die Lehre des Buddha kennenlernen und praktizieren können
- » wo wir unserem Anliegen, zum eigenen und zum Wohl aller zu trainieren, gerecht werden können

# Unsere Tätigkeitsfelder

## □ MEDITATION

Mit der Meditation werden Achtsamkeit und Konzentration trainiert, so dass tiefe Einsicht in die Natur aller Dinge möglich wird. Weisheit, Ethik und Sammlung greifen ineinander und können in verschiedenen Veranstaltungsformaten ausgebildet werden.

- » geleitete Gruppenretreats im Schweigen
- » individuelle Rückzüge je nach Möglichkeit
- » begleitete Langzeitretreats
- » Aufenthalte mit Arbeit und Meditation
- » geleitete kontemplative Wanderungen

## □ STUDIUM DER LEHRREDEN DES BUDDHA

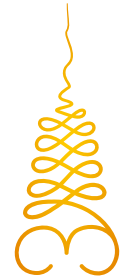
- » Studienkurse
- » individuelle Rückzüge für Studium und Meditation
- » Workshops zur Vertiefung des Lehrverständnisses und Alltagstransfer

## □ BERATUNG

- » in spirituellen Fragen, Fragen zur Lehre des Buddha
- » in Lebenskrisen, bei Umbrüchen und Veränderungen
- » Unterstützung von Teams in Konfliktsituationen

## □ INSTITUT

Der Institutsbereich hat die Aufgabe, Praktizierende aus verschiedenen Bereichen zu befähigen, auf der Grundlage buddhistischen Geistesstrainings ihren Berufsalltag neu auszurichten, sich gegenseitig zu stärken und zu unterstützen. Die Erfahrungen und Erkenntnisse dieser Prozesse stehen allen Interessent\*innen dieser Berufsgruppen zur Verfügung.



### **Arbeitsgruppe: „Dhamma macht Schule“**

Die Arbeitsgruppe besteht seit 2018 und befasst sich mit der Umsetzung buddhistischer Prinzipien in den allgemeinen Lehr-Lernkontext.

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- » Integration der persönlichen Dhamma Praxis in den Arbeitsalltag
- » Forschung und interne Weiterbildung
- » Fortbildungsangebote, sowie individuelle Beratung für Pädagog\*innen
- » Supervision und kollegiale Beratung aus buddhistischer Perspektive

### **Arbeitsgruppe: „Buddhistische Beratungsansätze“**

Die Auseinandersetzung mit dem Thema begann 2018 und mündete dann in der Initiierung einer Arbeitsgruppe, die sich seit Beginn des Jahres 2022 trifft. Angesprochen sind Dhamma Praktizierende, die beruflich im Bereich Therapie, Beratung, Coaching, Supervision tätig sind.

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- » Integration der persönlichen Dhamma Praxis in den Arbeitsalltag
- » Interne Weiterbildung
- » Fallbesprechungen und Supervision aus buddhistischer Perspektive

Neu hinzukommen soll die

**Arbeitsgruppe: „Dhamma Praxis in medizinischen und Pflegeberufen“  
und die Etablierung von zwei Hospizplätzen**

□ **TREFFPUNKT FÜR KALAYANAMITTAS**

Das sind Menschen, spirituelle Freund\*innen, die ihre Zuflucht zum Buddha, zum Dhamma (der Lehre des Buddha) und zum Sangha (den Nachfolger\*innen, die ihr Leben der Praxis von Weisheit, Ethik und Sammlung gewidmet haben) genommen haben.

**Trägerschaft und Koordination aller Aufgaben übernimmt:**

Saraṇa Dhamma Treffpunkt e.V., siehe Initiatorinnen

Spirituelle Leitung und Supervision: Ayya Mudita





## Informationen zum Verein Saraṇa Dhamma Treffpunkt e.V.

SARAṆA ist ein Pali-Wort und bedeutet Zuflucht. Die wahre Zuflucht ist ein befreites Herz, dass durch Versiegen der Triebe und der Verwirklichung der Vier Edlen Wahrheiten höchstes Glück, tiefsten Frieden und größte Sicherheit erlangt hat.

Mit DHAMMA wird die Lehre des Buddha und ganz allgemein auch Wirklichkeit oder Wahrheit bezeichnet.

Den Saraṇa Dhamma Treffpunkt gibt es seit 2015. Im Jahr 2020 gründete sich dann der Verein Saraṇa Dhamma Treffpunkt e.V. Heute nehmen über einhundert Menschen regelmäßig an den vielfältigen Lehrangeboten teil und unterstützen die Aktivitäten.

Unser Anliegen ist die Förderung der ursprünglichen Lehre des Buddha, die Kultivierung von Weisheit, Ethik und Konzentration. Die Ausbildung aller Aspekte der Persönlichkeit auf dieser Grundlage schult u.a. Qualitäten wie: Großzügigkeit, Friedfertigkeit, Mitgefühl und Wahrhaftigkeit und ist somit ein wichtiger Beitrag für die Gestaltung von respektvollen Beziehungen in der Gesellschaft, und für den Schutz der Würde aller Lebewesen.



# Was sollte das Objekt räumlich ermöglichen?

(Gebäude & Gelände)

## Meditationshalle mit Altar und Buddha Statue

- » inklusive Ausstattung (Meditationskissen, Bänkchen, Sitzunterlagen)
- » Seminarraum
- » Bibliothek
- » Gehpfade im Außenbereich

## Funktionsbereich

- » Büro
- » Küche
- » Toiletten
- » Garderobe
- » Stauraum für Küchenutensilien und Lebensmittel
- » Stauraum für Einrichtungsgegenstände, Requisiten aller Art



## Gästebereich

- » Gästebereich für ca. 30 Personen, EZ, DZ, Bad/WC
- » Schlafsaal für größere Veranstaltungen mind. 20 Personen
- » Hospizbereich mit zwei Betten, separat im Haus oder separates Gebäude
- » Bereich für zwei Nonnen mit eigenem Bad und WC
- » Bereich ausschließlich für einen hochangesehenen Meister/ Lehrer mit Aufwärter, zwei Zimmer oder Doppel Bungalow, separat vom restlichen Gelände
- » Nonnenbereich mit Kuti und Gehpfad, abgetrennt vom restlichen Gelände als Praxisort für Ayya Mudita

## Wohnbereich für Mitarbeiter\*innen, Bugalows, Tiny Häuser o.ä.

- » Parkplatz
- » Natur Freifläche

## Mauer oder Zaun um das gesamte Gelände

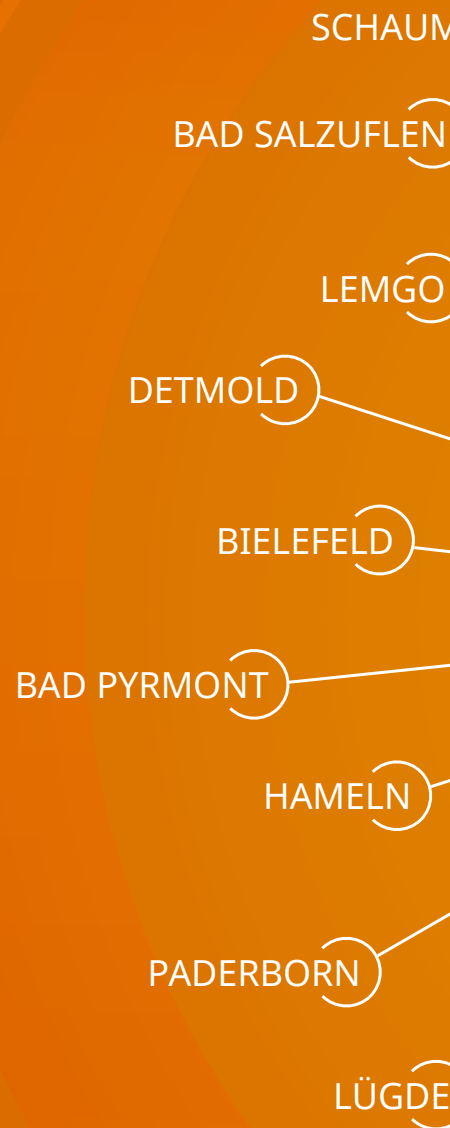
### **Geeignet wären:**

- » ein ehemaliges Hotel oder Seminarhaus mit genügend Außengelände in der Natur
- » eine ehemalige Jugendherberge oder Naturfreundehaus
- » ein ehemaliges christliches Kloster mit angrenzendem Gelände, naturnah

# Verortung der Teilnehmenden aller Veranstaltungen im deutschsprachigen Raum

Zentrum für  
buddhistische Meditation,  
Studium der Lehre des Buddha,  
Beratung und Fortbildung

(Stand 4/23)





# Eindrücke unserer Aktivitäten & Angebote



Meditationskurse  
& Retreats



## Workshops & Studiengruppen



kontemplativ  
unterwegs



A group of people, including women and children, are walking along a dirt path. The scene is overlaid with a semi-transparent orange filter. In the background, there is a building with several windows and some trees. The overall atmosphere is bright and active.

# Die Hauptinitiatorinnen des Vereins und des neuen Zentrums



# Ansprechpartnerinnen

**Ayya Mudita**

Email: [ayya.mudita@sarana-dhamma-treff.de](mailto:ayya.mudita@sarana-dhamma-treff.de)

**Christina Schmidt**

Email: [c.schmidt@sarana-dhamma-treff.de](mailto:c.schmidt@sarana-dhamma-treff.de)

Stadtzentrum Magdeburg  
Editharing 31, 39108 Magdeburg

## **Vereinssitz:**

Saraṇa Dhamma Treffpunkt e.V.  
Hinter dem Sportplatz 42  
38820 Halberstadt

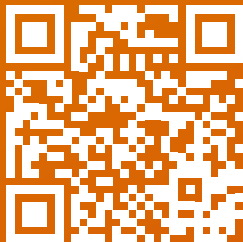
## **Spendenkonto:**

Kontoinhaber: Saraṇa Dhamma Treffpunkt  
Kennwort: Saraṇa Dhamma Zentrum

IBAN: DE20 8105 2000 0901 0724 94

BIC: NOLADE21HRZ

Harzsparkasse



[www.sarana-dhamma-treff.de](http://www.sarana-dhamma-treff.de)