



Austausch und Praxis beim Treffen der Theravada-AG

Die Theravada AG hatte für den 19. April 2026 zu ihrer diesjährigen Frühjahrskonferenz zum Thema „Gefühle und der spirituelle Umgang damit“ eingeladen. Auch diesmal fand das Treffen online statt. Raimar Koloska moderierte die Veranstaltung. Zwei neue Mitglieder des Leitungsteams, Christiane Hellermann und Thomas Nastelski, stellten sich vor und leiteten mit Suttanlesungen aus dem Samyutta Nikaya in das Thema des Tages ein. Die beiden werden Aufgaben von Michael Schmidt übernehmen, der sich aus Altersgründen nach und nach aus der Arbeit für die AG zurückziehen wird. Während Christiane Hellermann sich um die finanziellen Angelegenheiten der Theravada-AG und um alles, was

mit den Büchern zu tun hat, kümmern wird, betreut Thomas Nastelski den Newsletter.

Bhante Punnaratana vom Maha Vihara, Schneverdingen, hielt einen Vortrag mit dem Titel: „Einsicht in Gefühle als Grundlage für die Befreiungspraxis“. Eingerahmt war der Vortrag von einer Andacht und meditativen Elementen. Abschließend konnten die Teilnehmenden Fragen stellen und eigene Überlegungen anbringen. Den zweiten Vortrag, „Was sind Gefühle? – und wie man mit ihnen Frieden schließt“, hielt Raimund Hopf von der Suttanta-Gemeinschaft aus Basthorst. Im Anschluss gab es wiederum Zeit für Fragen und Anmerkungen.

Nach einer Mittagspause und einer von Michael Schmidt angeleiteten Kontemplation gab es Gelegenheit, über das Gehörte zu sprechen und eigene Themen einzubringen. Die Ehrwürdige Nandatheri stellte die neue Initiative your Rime-Care vor, die buddhistische bewegte Sterbe- und Krankenbegleitung in Deutschland anbieten und koordinieren möchte. (Siehe zu your Rime-Care den Artikel auf Seite 82, die Red.) Michael Schmidt informierte über den Aufruf „Wärme für das

Kloster“ des Unterstützervereins für das Kloster Sirisampanno. Das Kloster benötigt zusätzliche Heizmöglichkeiten im Wert von ungefähr 19 000 Euro. Die Theravada-AG ist dem Kloster besonders verbunden, weil es seit einiger Zeit den Versand der Bücher für das Theravadanetz übernommen hat. Weiterhin informierte das Leitungsteam der AG über die geplanten Aktivitäten wie neue Bücher, ein Treffen im Herbst, den Newsletter des Theravadanetzes, die Gestaltung der Homepage und den Stand der Finanzen. Die Ehrwürdige Agganyani schloss das Treffen mit dem Teilen der Verdienste.

Wer an weiteren Informationen interessiert ist, schreibe sich gerne in den Newsletter der AG ein.

Thomas Nastelski

Leitungsteam der Theravada-AG

Newsletteranmeldung:

theravadanetz.de/newsletter.php

Kloster Sirisampanno: sirisampanno.de

your Rime-Care: your-rime-care.net

Sicher und verbunden – Das Projekt SASCE stärkt buddhistische Gemeinschaften

Wie können unsere Praxisorte auch in unsicheren Zeiten Orte der Achtsamkeit, Offenheit und Sicherheit bleiben? Genau hier setzt das europäische Projekt Safer and Stronger Communities in Europe (SASCE) an – und lädt euch ein, aktiv mitzuwirken.

In Deutschland führt die Deutsche Buddhistische Union (DBU) gemeinsam mit der Europäischen Buddhistischen Union (EBU) das von der Europäischen Kommission geförderte Projekt SASCE durch. Das Ziel ist, religiöse Gemeinschaften dabei zu unterstützen, sich besser auf Krisen- und Notfallsituationen vorzubereiten und ihre Resilienz nachhaltig zu stärken.

In Europa ist eine zunehmende Zahl von Vorfällen wie Vandalismus, Hassdelikten und Bedrohungen gegenüber religiösen Stätten zu beobachten. Auch buddhistische Gemeinschaften sind davon nicht ausgenommen. Das SASCE-Projekt setzt daher auf Prävention: durch Sensibilisierung, klare Strukturen und

einfache, praktikable Maßnahmen im Alltag. Ein zentraler Bestandteil des Projekts ist der Aufbau eines Netzwerks von Sicherheitsbotschafterinnen und Sicherheitsbotschaftern in den Mitgliedsgemeinschaften. Diese geschulten Personen unterstützen euch dabei, Sicherheitsbewusstsein zu entwickeln, Risiken frühzeitig zu erkennen und im Ernstfall angemessen zu reagieren. Die Schulungen sind bewusst kompakt und niedrigschwellig gestaltet und vermitteln grundlegendes Wissen zur Krisenvorsorge, Kommunikation und zu dem Umgang mit Vorfällen. Zwei Schulungen haben bereits im Februar und März 2026 mit rund 30 Teilnehmenden aus



**SAFER AND STRONGER
COMMUNITIES IN EUROPE**

den DBU-Mitgliedsgemeinschaften stattgefunden. Für das zweite Halbjahr 2026 sind zwei weitere Online-Schulungstermine geplant. Ergänzend stehen umfassende Leitlinien der Europäischen Buddhistischen Union zur Verfügung. Diese verbinden praktische Handlungsempfehlungen mit buddhistischen Grundwerten wie Mitgefühl, Achtsamkeit und Verantwortlichkeit und bieten Orientierung für den Umgang mit Krisensituationen.

Wenn ihr euch für die Schulungen interessiert oder Fragen habt, wendet euch gern an Julia Thoma, Koordinatorin der DBU-Geschäftsstelle und SASCE-Administratorin für Deutschland. Gemeinsam können wir dazu beitragen, dass unsere Praxisorte auch in herausfordernden Zeiten sichere Räume des Vertrauens, der Achtsamkeit und des Mitgefühls bleiben.

Julia Thoma

Kontakt: thoma@dbu-brg.org

Mehr Informationen: sasce.eu

EBU | Begegnung – Dialog – Freundschaft – Frieden?



Die diesjährige Jahreshauptversammlung der Europäischen Buddhistischen Union (EBU) in Brüssel war mehr als nur ein Treffen. Sie bot Raum für gemeinsame Reflexionen zu zentralen Themen: die Bedeutung einer europäischen buddhistischen Identität, die Ausübung des Glaubens unter einschränkenden Bedingungen, die nachhaltige Vernetzung mit europäischen Institutionen sowie die Rolle der EBU als Brücke zwischen lokalen und weiter entfernt liegenden Gemeinschaften.

Wie kann man Buddhismus leben, wenn es keine (Religions-)Freiheit gibt? Europa befindet sich in einer Zeit tiefgreifender Spannungen: Bewaffnete Konflikte, eine zunehmende politische Polarisierung im Inneren sowie das Wiederaufleben nationalistischer Intoleranz stellen den kulturellen und religiösen Pluralismus infrage. In einem solchen Klima sehen sich selbst Gemeinschaften, die traditionell als zurückhaltende Akteure im öffentlichen Leben wahrgenommen werden, mit rechtlichen, sozialen und kulturellen Hindernissen konfrontiert, die die umfassende Ausübung ihrer religiösen Praxis einschränken.

Besonders berührend waren Erfahrungsberichte von Buddhistinnen und Buddhisten aus der Ukraine, Israel und Ungarn. Sie berichteten von begrenzter rechtlicher Anerkennung und von einem Umfeld, das religiösen Minderheiten gegenüber wenig aufgeschlossen ist. Sie vermittelten einen herzergreifenden Eindruck davon, was es bedeutet, seinen Glauben dort zu praktizieren, wo der Pluralismus fragil ist oder unter Druck steht. Wie soll man damit umgehen, wenn der gemeinsame Praxisort zerstört ist, Treffen zur gemeinsamen Praxis zu gefährlich

werden und geliebte Menschen sowie Lehrerinnen und Lehrer in bewaffneten Konflikten umkommen? Wie kann man dem massiven Druck standhalten, als Mann die Waffe in die Hand nehmen zu müssen? Woher die Kraft nehmen, aus zutiefst verinnerlichter Überzeugung der Gewaltlosigkeit (*ahimsa*), anstelle von Kriegsdienst Seelsorge oder Pflegedienst anzubieten und dafür Verachtung und Schlimmeres zu erdulden?

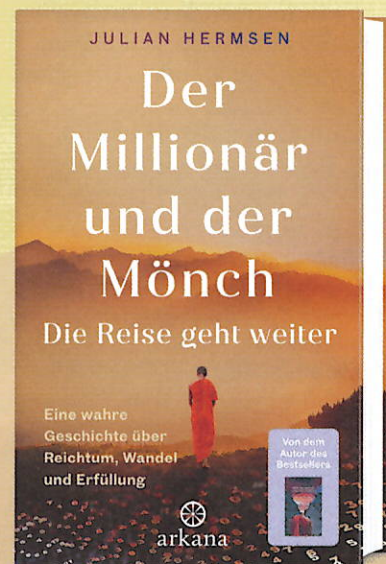
In der abschließenden Konferenz „Buddhism meets Islam“ wurde deutlich, wie entpolitisierend, befriedend und aufbauend interreligiöser Dialog gerade in diesem Kontext wirkt. In schwierigen Zeiten bieten der eigene Glaube und die tägliche Praxis Zuflucht und Halt. Sie geben eine ethische Orientierungshilfe und machen somit resistenter gegen Instrumentalisierung, Hass und Gewalt. Begegnungen mit Vertreterinnen und Vertretern muslimischer und anderer Glaubensrichtungen im institutionellen Dialog oder im Alltag führen zu einem tieferen Austausch, mehr Verständnis, Respekt und engeren Freundschaften. Der innige Wunsch und das Streben nach gegenseitiger und staatlicher Anerkennung, sozialer Gleichheit und Frieden ist ein Ziel, das gemeinsam leichter und nachhaltiger erreicht werden kann. Dieses Bestreben betrifft uns alle, die Qualität unserer Demokratie, das zivilisierte Zusammenleben und somit unsere gesamte Gesellschaft.

Die Werte des Neuen Demokratischen Paktes für Europa, einer Initiative des Europarats vom September 2025, geben hier einen wichtigen Bezugspunkt für all jene, die für Demokratie, Rechtsstaatlichkeit, Gleichheit und Emanzipation eintreten und die ihr Recht auf Selbstbestimmung und Religionsfreiheit als etwas Wesentliches und Grundlegendes verstehen, das wir alle schützen und unterstützen müssen. Über eine eigene Online-Plattform stellt die Initiative Instrumente zum Verständnis und zur Beteiligung bereit.

*Tsunma Konchok Jinpa Chodron und Gabriela Frey
Vertreterinnen der DBU bei der EBU*

Jahreshauptversammlung EBU:
tinyurl.com/AGM-EBU-2026
Neuer Demokratischer Pakt:
tinyurl.com/newdemocraticpact

Über wahren Erfolg und Erfüllung im Leben



Paperback | 18,- € [D]
ISBN 978-3-442-34345-4

Diese authentische und inspirierende Erzählung nach wahren Begebenheiten greift die großen Lebensfragen rund um moralisches Handeln sowie das Streben nach Glück und Erfüllung auf – unterhaltsam und zugleich tiefgründig. Die Weisheitsgeschichten laden dazu ein, das eigene Dasein zu reflektieren und der persönlichen Sinnsuche nachzugehen.

Leseprobe unter
arkana-verlag.de


arkana