**BAM 2022: Mitgefühl und Verbundenheit in Krisenzeiten**



Der buddhistische Aktionsmonat steht im Juni wieder vor der Tür. Dieses Jahr hat noch mehr Krisen gebracht

Krisen, die uns herausfordern: der Krieg in der Ukraine, die Lebenshaltungskosten, die Omicron-Variante Omicron-Variante der Coronavirus-Pandemie, und das alles vor dem Hintergrund der sich immer weiter verschärfenden Klimakrise.

Wie sollten wir als Buddhisten darauf reagieren? In der Tradition des Chan/Zen-Buddhismus ist dieser ist dieser Austausch überliefert:

*Ein Mönch fragte einst den alten chinesischen Zen-Meister Yunmen: "Was ist die Lehre des gesamten Lebens des Buddha?" Yunmen antwortete: "Eine angemessene Antwort."*

Das klingt einfach, aber es kann schwierig sein, in diesen turbulenten und komplexen Zeiten zu wissen, was eine angemessene Antwort ist. diesen turbulenten und komplexen Zeiten. Die Teilnahme am Buddhistischen Aktionsmonat ist eine Mitgefühl und Verbundenheit in den Mittelpunkt zu stellen, um uns selbst und anderen durch diese Zeiten der Krise zu helfen. uns selbst und anderen durch diese Krisenzeiten zu helfen.

Viele von uns sind durch den Covid und die damit verbundenen wirtschaftlichen und sozialen Veränderungen, die er mit sich gebracht hat, in Mitleidenschaft gezogen worden. wirtschaftlichen und sozialen Veränderungen, die er mit sich gebracht hat. Die Beschränkungen lassen jetzt nach, und das kann und das kann uns Gelegenheiten bieten, wieder zueinander zu finden. Sich miteinander zu verbinden, in unseren Sanghas von buddhistischen Praktizierenden und darüber hinaus, ist eines der Juwelen des Buddhismus und der Schlüssel zu unserem Wohlbefinden.

Weitere Möglichkeiten, für uns selbst zu sorgen, sind: aktiv bleiben, Neues lernen, anderen etwas geben Geben an andere und achtsames Gewahrsein.

Bei BAM geht es ums Handeln: Der Juni könnte eine Gelegenheit sein, einen Vorsatz für die Jahresmitte zu fassen! Lassen Sie uns wissen, was Sie tun... es kann klein oder groß sein, Ihre persönliche Praxis zu erweitern und andere zu ermutigen, könnte der Beginn einer neuen Welle positiver Veränderungen sein, die in die Welt hinaus.

Sie sind eingeladen, an **zwei englischen Veranstaltungen mit David Loy teilzunehmen**. Alle Einzelheiten werden separat bekannt gegeben.

**Friday, 3 June 19.00 – 20.30pm in-person and on zoom**

***What Does the Ecological Crisis Mean for Buddhism?***

**Saturday, 4 June 11.00 – 17.00 GMT**

***The Bodhisattva/Ecosattva Path Today***

**Weitere Ideen für Aktionen könnten sein:**

**Spaziergänge** in der Natur mit Freunden. Draußen in der Natur zu sein, wirkt beruhigend und belebend, Die Wertschätzung der Natur hilft uns zu erkennen, wie wertvoll sie ist, und hilft uns, sie zu pflegen.

Wenn Sie nicht wissen, wohin Sie gehen sollen, schauen Sie im Internet nach. Hier sind einige Ideen:

https://www.wildlifetrusts.org/visit/choose-your-adventure/find-walk-near-you

https://www.rspb.org.uk/reserves-and-events/reserves-a-z/

**Bäume pflanzen.** Wenn wir die dritte Welle der Pandemie hinter uns gelassen haben, könnte eine Lockerung der Beschränkungen die Möglichkeit, sich wieder an Gruppenaktivitäten zu beteiligen. Hier finden Sie eine Auswahl von Websites, auf denen Sie sich freiwillig für Baumpflanzungen melden können. Juni ist vielleicht nicht die richtige Zeit. Juni ist vielleicht nicht die richtige Jahreszeit, um Bäume zu pflanzen, aber man kann sich jederzeit informieren:

https://treecouncil.org.uk/take-action/seasonal-campaigns/national-tree-week/

https://www.treesforcities.org/

https://www.cityoftrees.org.uk/

https://www.wildlifetrusts.org/

https://treesforlife.org.uk/

https://www.wearepossible.org/

https://www.nationaltrust.org.uk/features/plant-a-tree

https://action.wearepossible.org/page/89558/data/1?

ea.url.id=5485830&forwarded=true

Wer sich **für andere einsetzt**, achtet auch auf sich selbst. Vielleicht möchten Sie sich freiwillig engagieren, um mit anderen in Kontakt zu treten und einen wertvollen Dienst zu leisten, der auch Ihr Wohlbefinden stärkt. Hier sind einige Ideen:

https://www.befriending.co.uk/about/

https://www.ncvo.org.uk/about-us/

https://volunteering-wales.net/volunteers/about

https://www.volunteerscotland.net/

https://www.england.nhs.uk/get-involved/get-involved/volunteering/

Die **buddhistische Seelsorge** ist ein Weg, andere mit einer spirituellen Dimension zu unterstützen

https://www.buddhisthealthcare.org.uk/

https://angulimala.org.uk/

Was auch immer Sie vorhaben, teilen Sie es bitte mit anderen per E-Mail oder über soziale Medien.

Mit freundlichen Grüßen,

Juliet Hackney

Koordinatorin der BAM 2022