

JBU Sommercamp 2024

Im Einklang leben – Was bedeutet das für mich?

Geleitet von der JBU
der DBU mit
Ayya Tisarani und
Gerald Weischede

25. bis 28. Juli 2024
Milarepa Zentrum
in Schneverdingen
nur vor Ort

in Zusammenarbeit mit bhavana

mehr Infos und Anmeldung auf buddhismus-deutschland.de/bhavana



25. bis 28. Juli 2024. Genieße beim diesjährigen Sommercamp im Milarepa Zentrum in Schneverdingen eine entspannte Zeit der Meditation, Achtsamkeit und des Austauschs mit buddhistischen Lehrer:innen, als auch anderen Teilnehmer:innen – erlebe eine herzliche Atmosphäre und sei Teil einer liebevollen Gemeinschaft, in der du dich sofort willkommen fühlst.



Ehrwürdige Bhikkhuni Tisarani lebt im und leitet das Kloster Sirisampanno seit 2015. Sie nahm 1997 Zuflucht in der Mahayana Tradition und zog 2011 mit Erlaubnis ihrer Familie in die Hauslosigkeit. Upasampada, die volle Ordination zur Bhikkhuni, erhielt sie am 19.09.2021 im Aranya Bodhi Hermitage in Kalifornien von der Ehrwürdigen Ayya Tathaaloka Mahatheri.

www.sirisampanno.de



Gerald Weischede Roshi ist Zen-Meister in der Tradition von Shunryu Suzuki Roshi und Richard Baker Roshi und einer seiner Nachfolger. Zusammen mit seiner Frau leitet er das buddhistische Zentrum „Lebendiges Zen“ in Göttingen. Er versteht sich als Vertreter eines Dialogs zwischen Zen und Psychoanalyse und hat, zusammen mit Ralf Zwiebel, dazu mehrere Bücher veröffentlicht.

www.lebendiges-zen.de

Nachdem das Sommercamp im letzten Jahr ein voller Erfolg war, freuen wir uns darauf, auch in diesem Jahr wieder im Milarepa Zentrum in Schneverdingen zusammenzukommen. Ziel ist es, uns wiederzusehen, neue Menschen willkommen zu heißen, mehr über Buddhismus zu lernen und einfach eine gute Zeit miteinander zu verbringen.

Geplant sind einige Tage mit viel **Freizeit**, die sowohl für den **Austausch** als auch für die **Achtsamkeit** genutzt werden können. Austauschen könnt ihr euch auch mit den **buddhistischen Lehrer:innen Ayya Tisarani und Gerald Weischede**, die mit uns sein werden und **mit fesselnden Vorträgen** Einblicke in Themen wie die **fünf Silas**, den **Umgang mit Emotionen** und die verschiedenen **Perspektiven des Seins** geben werden.

Aber auch die **Meditation** soll nicht zu kurz kommen. Im wunderschönen Schreinraum wird **Sitzmeditation** sowie verschiedene Achtsamkeitsübungen angeboten. Draußen steht zudem ein Pfad zur Verfügung, der sich dafür eignet **Gehmeditation** zu praktizieren.

Das Schönste jedoch ist, die anderen Teilnehmer:innen zu treffen und sich von der inspirierenden Atmosphäre treiben zu lassen. Ein offener, liebevoller und respektvoller Umgang miteinander steht dabei im Mittelpunkt, sodass du dich sofort willkommen fühlen wirst. Hier kannst du vom stressigen Alltag abschalten, denn hier herrscht kein Konkurrenzdenken – du darfst einfach so sein, wie du bist.

Du bist genau richtig bei uns, egal, ob du jung bist oder dich zumindest so fühlst (bis 35). Jeder ist herzlich eingeladen, am Sommercamp teilzunehmen und mehr über den Buddhismus zu erfahren – **unabhängig davon, ob du bereits seit Jahren meditierst oder dich einfach für den Buddhismus interessierst.** Komm vorbei und erlebe eine wundervolle Zeit mit uns.



Sarah Luckau
Ratsmitglied, JBU-Koordinationssteam
E-Mail: luckau@dbu-brg.org



Billy Wolber
JBU-Koordinationssteam
E-Mail: wolberbilly@gmail.com



Benke Hargital
JBU-Koordinationssteam
E-Mail: hargital.benjo@gmail.com



Sebastian Brodersen
JBU-Team, Ansprechperson für Interessierte
E-Mail: brodersensebastian@gmx.de

Tag 1 – Donnerstag, 25.07.

Nachmittags: Begrüßung und Anmeldung Teilnehmende

18:00	1 h	Abendessen
19:00	1,5 h	Begrüßung / Vorstellung
21:00	30 m	Kurzvortrag & Meditation: Achtsamkeit – Wann lebe ich? Gerald Weischede

Tag 2 – Freitag, 26.07.

(Stille) Morgenmeditation

08:00	1 h	Frühstück
09:15	45 m	Zazen-Meditation mit Gerald Weischede
10:30	1 h 45 m	Vortrag: Tugend – das Fahrzeug zur Freiheit von Angst Ayya Tisarani
12:30	1 h	Mittagessen
13:45	2 h	Workshop: Werkzeuge für den Umgang mit Emotionen Ayya Tisarani
15:45	1 h	Pause individuell – Angebot für Meditation oder Yoga
16:45	1,5 h	Vortrag: Geist und Bewusstsein – Wie nehme ich wahr? Gerald Weischede
18:30	1 h	Abendessen
20:00		Abendprogramm – Lagerfeuer

Tag 3 – Samstag, 27.07.

(Stille) Morgenmeditation

08:00	1 h	Frühstück
09:15	45 m	Gehmeditation mit Ayya Tisarani Gehmeditation - ein Mittel, die Meditation außerhalb des Sitzkissens im Leben zu integrieren
10:30	1 h 45 m	Vortrag: Leerheit – In der Vogelperspektive überall zu Hause sein? Gerald Weischede
12:30		Mittagessen
13:45	2 h	Workshop: Vernetzung im JBN Raum für Austausch und Vernetzung zu Plänen für gemeinsame Aktivitäten
15:45	1 h	Pause individuell – Angebot für Meditation oder Yoga
16:45	1,5 h	Vortrag: Leben mit mir und ohne mich – verschiedene Perspektiven des Seins Ayya Tisarani
18:30		Abendessen
20:00		Abendprogramm – Lagerfeuer

Tag 4 – Sonntag, 28.07.

(Stille) Morgenmeditation

08:00	1 h	Frühstück
09:30	1,5 h	Gemeinsame Meditation (Ayya Tisarani) & Abschlussplenum – ab 11:00 Abreise

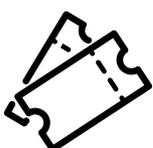
Rückblick Sommercamp 2023:

Video 11 min:

<https://youtu.be/>

Bericht:

[Das erste Sommercamp der JBU](#)



Tickets: kostenfrei laüßer der Anreise

Tickets buchen: **Eventbrite**

[JBU Sommercamp.eventbrite.de](https://www.eventbrite.de)

Veranstaltungsort:

[Milarepa Zentrum](#)

Detaillierte Informationen:

buddhismus-deutschland.de/bhavana/

ANMELDUNG

Für das Sommercamp, Unterkunft und Verpflegung bitte über Eventbrite anmelden: **Eventbrite**
Das Programm des Sommercamps der JBU ist **kostenfrei**, selbst für Unterkunft und Verpflegung erheben wir keine Pauschale. Lediglich für eure Reisekosten müsst ihr selbst aufkommen! **Spenden sind natürlich herzlich willkommen.**

Übernachtung nur im eigenen Schlafsack auf dem Dachboden über dem großen Schreinraum möglich (Matratzen vorhanden, Badezimmer unten), oder aber im selbst mitgebrachten Zelt/Isomatte auf der Apfelbaumwiese.

Die **Anmeldung ist mit Auftragsbestätigung von Eventbrite verbindlich**. Ein Rücktritt bis vier Wochen vor dem Sommercamp ist jederzeit möglich.

Bei Rücktritt weniger als 2 Wochen vor Beginn des Sommercamps erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 30€ - das sind 50% der Unterkunfts- und Verpflegungspauschale, da zu diesem Zeitpunkt bereits die Einkäufe getätigt sind. Wir bitten um Euer Verständnis.

Anreise planen: [besuch-planen](#)

Hinweis der DBU: Dies ist keine therapeutische Veranstaltung; Teilnehmer:innen sollten psychisch gesund sein.

Koordination der Veranstaltung:
Junge Buddhistische Union (JBU)

Kontakt bhavana | Studienangebot der DBU: Hanna Ebinger, ebinger@dbu-brg.org