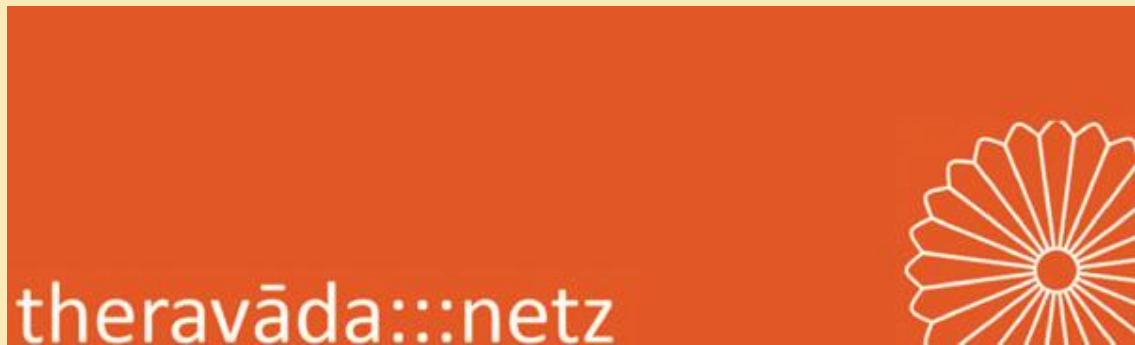


[Newsletter im Browser betrachten](#)

Newsletter des Theravadanetzes



Theravadanetz Newsletter (186) vom 12.11.2025

Liebe Theravada-Freunde,

hier kommt der neue Newsletter mit folgendem Inhalt:

1. Theravada-AG praktiziert Frieden und sucht engagierten Nachwuchs
 2. Satipatthana Meditationskurs 2026 mit Sayadaw U Vivekananda
 3. Patenschaften für deutschsprachige Ordinierte
 4. Neue Webseite zum Studium des frühen Buddhismus
 5. Rezension von „Fußspuren im Staub“ von Shravasti Dhammika
-

1. Theravada-AG praktiziert Frieden und sucht engagierten Nachwuchs



Am 5. Oktober 2025 trafen sich die Theravada-Arbeitsgemeinschaft der DBU und Interessierte online, um gemeinsam zum Thema Frieden zu praktizieren. Inspirierende Vorträge mit vielen Praxisbezügen hielten Ashin Ottama Bhikkhu, Ayya Tisarani und Vorstandsmitglied Raimar Koloska. Der gebürtige Tscheche Ashin Ottama Bhikkhu aus dem Kloster Muttodaya sprach über Frieden und den spirituellen Umgang damit. Ayya Tisarani, Äbtissin des Klosters Sirisampanno bei Nienburg, betonte die Bedeutung der Metta-Praxis für den Frieden und Raimar Koloska erläuterte die buddhistische Sicht auf Gefühle und den friedensstiftenden Umgang mit ihnen. Alle drei Vorträge wurden aufgezeichnet und stehen auf der Seite des Theravadanetzes zur Verfügung; zusätzlich stellt Raimar Koloska dort eine PDF-Datei zu seinem Vortrag bereit.

Damit die erfolgreiche Arbeit der Theravada-AG weitergehen kann, ist sie auf der Suche nach Nachwuchs, denn das langjährige Vorstandsmitglied Michael Schmidt möchte demnächst in den wohlverdienten Ruhestand gehen. Interessierte können über einen längeren Zeitraum hinweg eingearbeitet werden. Bei Interesse kontaktiert bitte die Theravada-AG. Die Kontaktdaten stehen auf der Webseite.

Wer regelmäßig Informationen der AG, zum Beispiel über zukünftige Treffen oder Neuveröffentlichungen erhalten möchte, kann sich in den Newsletter eintragen.

Das nächste Treffen der Arbeitsgemeinschaft findet am 26. April 2026 statt.

Kirsten Schulte

Kontakt: [siehe hier](#)

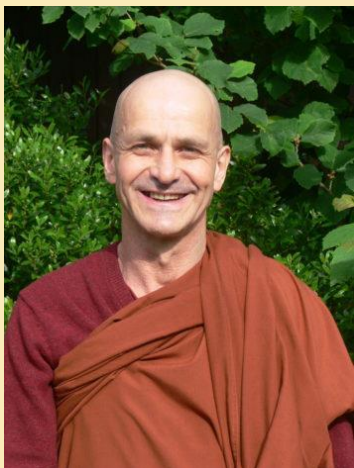
Newsletter: [siehe hier](#)

Vorträge: [siehe hier](#)

2. Satipatthana Meditationskurs 2026 mit Sayadaw U Vivekananda

Die Pali-Bezeichnung Satipatthana bezieht sich auf die vier Errichtungen der Achtsamkeit, nämlich die Betrachtung des Körperlichen, die Betrachtung der Gefühle, die Betrachtung des Bewusstseins und die Betrachtung der Dhammas.

Im Satipatthana Meditationskurs befolgen die Teilnehmenden die fünf oder acht Tugendregeln (Pali: *sīlas*) und halten Stillschweigen. Bewegungen im Gehen und in alltäglichen Aktivitäten werden verlangsamt. In der Sitz- und der Gehmeditation wird die Aufmerksamkeit auf das jeweils dominanteste körperliche oder geistige Objekt gerichtet. Auf diese Weise kann sich eine kontinuierliche, hohe Achtsamkeit entfalten. Letztlich gilt es, durch intuitive Einsicht (*vipassana*) die wahre Natur von Körper und Geist zu erkennen. Im Kurs werden die Teilnehmenden vom Lehrer in regelmäßigen Lehrvorträgen und persönlichen Gesprächen systematisch angeleitet.



Sayadaw U Vivekananda, geb. 1956, folgt der burmesischen Theravada Tradition des Ehrw. Mahasi Sayadaw, welche in den letzten Jahrzehnten in Myanmar und weltweit Beachtung gefunden hat. Sayadaw erhielt die Ausbildung zum Meditationslehrer (1988 - 2016) und die Lehrerlaubnis vom Ehrw. Sayadaw U Panditabhivamsa, dem Nachfolger des Ehrw. Mahasi Sayadaw. Seit 1998 ist er Vorsteher im Panditarama Lumbini Vipassana Meditation Center in Lumbini, Nepal, und gibt Meditationskurse in Europa, Kanada, Australien und den USA.

Veranstaltungsort: [Haus der Besinnung](#) in Dicken, Schweiz

Termin: 4. bis 14. Mai 2026

Kosten: Kursgebühren für den 10-tägigen Retreat bei Unterbringung im Einzelzimmer CHF 745, im Zweierzimmer CHF 705, im Mehrbettzimmer CHF 675. Lehrerhonorar (*dana*) auf freiwilliger Basis.

Weitere Informationen und Anmeldung
unter: satipatthana.eu@protonmail.com



3. Patenschaften für deutschsprachige Ordinierte



Im Westen ist der Buddhismus bisher nur begrenzt etabliert, dennoch entscheiden sich einige wenige Praktizierende, ihr Leben vollständig der buddhistischen Praxis zu widmen. Sie lassen alles Weltliche los, geben Familie, Beruf und Hobbies auf, um Vollzeit den Dharma zu praktizieren: Sie wählen den Weg der Ordination. Es ist ein reiner und edler Weg, den der Buddha selbst vorgelebt hat.

Da es hier im Westen bislang kaum eine Infrastruktur für Ordinierte gibt, ist dieser Weg mit besonderen Herausforderungen verbunden. Die Klöster sind klein und können aus finanziellen, räumlichen oder anderen Gründen nur begrenzt neue Ordinierte aufnehmen. So ist für viele Ordinierte oder an der Ordination Interessierte bereits das schlichte Überleben eine Herausforderung. Denn selbst ein sehr bescheidenes Leben erfordert regelmäßige finanzielle Mittel, etwa für Miete, Krankenversicherung und Grundversorgung.

Wir sehen immer wieder Spendenaufrufe, beispielsweise für tibetische Mönche in

Indien, für die man Patenschaften übernehmen kann. Weniger bekannt ist jedoch, dass auch das Überleben deutscher Ordinierte oft nicht gesichert ist. Die Deutsche Buddhistische Ordensgemeinschaft (DBO) möchte daher private Patenschaften für deutschsprachige Ordinierte vermitteln, die auf Unterstützung angewiesen sind. Eine Dana-Patenschaft ist ein im Dharma verankerter Ausdruck der Großzügigkeit: Eine Nonne oder ein Mönch wird durch eine regelmäßige Spende unterstützt – sei es allgemein zum Lebensunterhalt oder gezielt zur Deckung bestimmter Ausgaben wie Krankenversicherung oder Miete. Beide Parteien besprechen gemeinsam, welche Art von Unterstützung sinnvoll ist und in welchem Rahmen Rechenschaft abgelegt wird. Schon ein kleiner monatlicher Beitrag kann eine große Wirkung haben – für die materielle Sicherheit eines Menschen auf dem Ordensweg, aber auch für die eigene Dana-Praxis und das Kultivieren von Verdiensten und eines guten Karmas.

Weitere Informationen: [siehe hier](#)

4. Neue Webseite zum Studium des frühen Buddhismus



Eine relativ neue Webseite zum Studium des frühen Buddhismus ist entstanden, von der es sich lohnt, mal einen Blick darauf zu werfen: „Schatztruhe PaliKanon“. Sie wurde sehr liebevoll und kreativ von Roland Mayrhofer aus Linz erstellt und

wird wohl noch weiter anwachsen. Ein praxisnaher Online-Wegweiser zu den ältesten buddhistischen Schriften des Pali-Kanons des Theravada-Buddhismus. Sie bietet insbesondere Einsteigern eine gut strukturierte Einführung in die zentrale Lehre des Buddha, die wichtigsten Pali-Begriffe und Konzepte sowie Anleitungen zur Meditation und zum Verständnis der historischen Zusammenhänge.

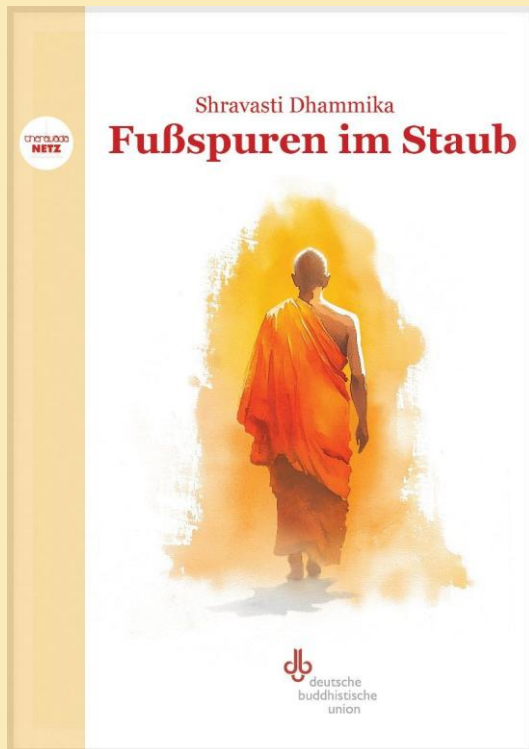
Wichtige Bereiche der Webseite sind:

- Einsteigerleitfaden für das Lesen und Verstehen des Pali-Kanons
- Erklärungen zentraler Begriffe und Konzepte wie die Vier Edlen Wahrheiten und der Achtfache Pfad
- Praktische Anleitungen zur Meditation (Bhavana) und Geistesentwicklung
- Detaillierte Einblicke in die Entstehung und Struktur des Pali-Kanons als Grundlage des Theravada-Buddhismus
- Historischer Kontext zum Leben des Buddha und seiner Zeit

Die Seite versteht sich als Einladung, die Lehre nicht nur intellektuell zu erforschen, sondern den buddhistischen Pfad durch eigene Praxis zu erfahren. Ihre verständliche Sprache und klare Struktur erleichtern es, sich mit den Themen der alten Texte vertraut zu machen und bietet dazu durch umfangreiche weiterleitende Links viele Möglichkeiten zur vertiefenden Auseinandersetzung mit der Lehre des Buddha.

Weitere Informationen: [siehe hier](#)

5. Rezension von „Fußspuren im Staub“ von Shravasti Dhammika



Shravasti Dhammika

Fußspuren im Staub

Das Leben des Buddha nach den
ältesten Quellen

Aus dem Englischen von Wolfgang
Neufing

Theravadnetz 2025

Paperback, 361 Seiten

Spendenempfehlung: 35 Euro

Bestellung über das Theravadanetz
der Deutschen Buddhistischen Union
(DBU): [siehe hier](#)

Eine Rezension von Raimund Hopf:

Schon lange hat mich kein Buch mehr so gefesselt wie Shravasti Dhammikas „Fußspuren im Staub“. Der bekannte australische Gelehrtenmönch, der sich durch zahlreiche Studien zum frühen Buddhismus einen Namen gemacht hat, zählt seit Langem zu meinen wichtigen Begleitern auf dem Weg der Dhamma-Erforschung. Werke wie „Nature and Environment in Early Buddhism“, „Middle Land Middle Way“, „Good Question, Good Answer“ oder „Broken Buddha“ sind dafür Beispiele.

Sein nun auf Deutsch erschienenenes Buch wurde von der Theravāda-AG der DBU übersetzt und wird auf Dāna-Basis herausgegeben (mit einem Spendenhinweis von 35 Euro). Bemerkenswert ist, wie eine kleine Zahl von Menschen über viele Jahre hinweg – ganz auf ehrenamtlicher Mitarbeit beruhend – immer wieder solche wertvollen Bücher zugänglich macht. Das verdient große Anerkennung.

Dhammika versteht es hier meisterhaft, den Buddha sowohl als Menschen wie auch als Erwachten darzustellen und ihn in den konkreten Kontext seiner Zeit einzubetten. Das Buch beleuchtet seine Herkunft aus dem Klan der Sakyā, das Leben in der Gangesebene Indiens, Begegnungen mit verschiedensten Menschen, den Umgang mit Krisen und Machthabern, einen „typischen Tag“ im Leben des Buddha, seine Wanderungen, seine Lehrtätigkeit und seine Schülergemeinschaft.

Dabei greift der Autor beständig auf die Quellen des Suttapiṭaka zurück, ohne den Buddha in legendenhafte Erhöhung zu überführen, wie sie uns aus späteren Erzählungen vertraut ist.

Wertvoll ist zudem, dass Dhammika die Begegnungen und Episoden aus dem Leben des Buddha konsequent mit Quellenangaben versieht, meist aus den Nikāyas. So lassen sich viele Hinweise leicht nachschlagen, vertiefen und überprüfen. Dass er daneben auch außerbuddhistische historische Quellen berücksichtigt, zeigt seine gründliche Auseinandersetzung mit der frühen Geschichte und Religion Indiens.

Allen, die sich ernsthaft mit dem frühen Buddhismus und der Lehre des Buddha beschäftigen, möchte ich dieses Buch wärmstens empfehlen. Durch die historische Einbettung und die anschauliche Darstellung der Orte wird manches Sutta verständlicher – und dadurch für die eigene Praxis heute noch unmittelbarer und lebendiger.

Mit herzlichen Dhamma-Grüßen

Traudel Reiß
(im Auftrag des Leitungsteams der Theravada-AG)

Theravadanetz

Dhamma-dana-Bücher

Copyright © 2025 Theravadanetz, All rights reserved.

Möchten Sie etwas am Newsletter-Empfang ändern?
Sie können [Ihre Daten ändern](#) oder [sich aus dem Verteiler austragen](#).

Wer einmal abgemeldet ist, kann mit derselben E-Mail-Adresse nicht wieder aufgenommen werden.

