

Neues von SUNYATA

Unser Newsletter der Sangha Stuttgart

Veranstaltungen ab Mai 2023

Monat	Was	Wann
Mai	Linden-Museum: „Spiel, Bewegung und Meditation“ – eine spielerische Meditationsstunde für Kinder im Alter von 8 bis 13 Jahren für Jugendliche im Alter von 14 bis 18 Jahren https://www.lindenmuseum.de/erleben/veranstaltungen	14.05.23; 14:00 bis 15:00 15:00 bis 16:00
Juni	Pagode Linh Thuu in Berlin: Meditationskurs mit Nonne Nhat Nhu und QiGong – siehe Ausschreibung; Anmeldung an phanluong@gmx.de bis 20.05.2023	07.06.23; 14:00 bis 11.06.23; 12:00
Juli	Meditationshaus Schenkzell: Individueller „stiller“ Retreat (Leiterin: Nonne Nhat Nhu) – ab 2 Tage, 30 €/Tag mit Vollverpflegung; Anmeldung an phanluong@gmx.de Buddhahaus, Stuttgart: Meditation und QiGong – Programm und Unkostenbeiträge siehe Ausschreibung	15.06.23 – 29.06.23 02.07.23; 10:00 bis 16:00
August	Linden-Museum, Stuttgart: Meditation und QiGong https://www.lindenmuseum.de/erleben/veranstaltungen Meditationshaus Schenkzell: Jubiläumsfeier 20 Jahre Sunyata Mediation Sangha Stuttgart – Ausschreibung folgt	16.07.23; 14:00 bis 16:00 19.08.23
September	Meditationshaus Schenkzell: Theoriekurs mit Nonne Triet Nhu – siehe Ausschreibung; Anmeldung an phanluong@gmx.de bis 20.07.2023 Buddhahaus, Stuttgart: Meditation und QiGong – Programm und Unkostenbeiträge siehe Ausschreibung	20.08.23; 10:00 bis 22.08.23; 12:30 24.09.23; 10:00 bis 16:00
Oktober	Linden-Museum, Stuttgart: Meditation und QiGong https://www.lindenmuseum.de/erleben/veranstaltungen	15.10.23; 14:00 bis 16:00
November	Linden-Museum, Stuttgart: Meditation und QiGong https://www.lindenmuseum.de/erleben/veranstaltungen Buddhahaus, Stuttgart: Meditation und QiGong – Programm und Unkostenbeiträge siehe Ausschreibung	19.11.23; 14:00 bis 16:00 26.11.23; 10:00 bis 16:00
2024		
Januar	Meditationshaus Schenkzell: Meditationskurs mit Nonne Nhat Nhu – siehe Ausschreibung; Anmeldung an phanluong@gmx.de bis 20.12.2023	02.01.24; 10:00 bis 06.01.24; 12:30
Februar	Meditationshaus Schenkzell: Individueller „stiller“ Retreat (Leiterin: Nonne Nhat Nhu) – ab 2 Tage, 30 €/Tag mit Vollverpflegung; Anmeldung an phanluong@gmx.de	01.02.24 bis 15.02.24

Kontakt für Fragen zu Veranstaltungen/Anmeldungen: phanluong@gmx.de

Alle Aktivitäten unserer Vereinigung basieren auf Ehrenamt. Gerne kann jedoch an folgende Bankverbindung gespendet werden:

Sunyata Meditation Stuttgart e. V. - Volksbank Backnang - IBAN: DE98 6029 1120 0089 4710 08

Kontakt für Spendenbescheinigungen: tan_loinguyen@yahoo.de

Berichte aus unserer Sangha



Vietnamreise im April

Vom 02.04. bis 13.04.2023 war eine Gruppe von Sunyatlern in Vietnam unterwegs. Für manche unserer Vietnamesen war dies die erste Gelegenheit, den Norden und Süden des kriegszerrütteten Lands zu besichtigen. Als einziges deutsches Gruppenmitglied hat Simone für uns die erlebnisreiche Reise in ihrem Bericht zusammengefasst. Viel Spaß beim Lesen!

Voller Erwartungen starteten wir unsere gemeinsame Vietnamreise mit insgesamt 14 Teilnehmern. Natürlich nutzten wir hierbei auch die Gelegenheit zusammen am frühen Morgen unsere QiGong Übungen auszuüben, um danach entspannt in die erlebnisreichen Tage zu starten. Unsere Gruppe wurde von deutsch- vietnamesisch sprechenden Reiseleitern begleitet, welche uns viel über die Sehenswürdigkeiten, den Buddhismus, die Kultur und Geschichte Vietnams erzählten. Unsere Busfahrer fuhren uns zu den einzelnen Stationen und Restaurants, in denen typisch vietnamesische Speisen serviert wurden.

Los ging die Reise in der ersten Stadt Saigon (der heutigen Hoi-Chi-Minh Stadt).

Wir besichtigten die Pagoden "Thien Vien Hue Chieu", "Ban Son Thien Vien Thuong Chieu" und "Buu Long". In diesen prachtvollen Pagoden, in welchen die Mönche und Nonnen leben und ihrer täglichen Arbeit nachgehen, konnten wir meditieren und wurden teils auch zum Essen und Gedankenaustausch eingeladen. Die Außenanlagen der Tempel sind mit Steinskulpturen und gepflegten Gärten mit Brunnen und Teichen angelegt. Im Inneren der Tempel befinden sich schön geschmückte Altäre und Statuen. Des Weiteren besuchten wir den chinesischen Tempel "Thien Hau" und den Tempel des Caodaismus "Cao-Dai". In der quirligen Stadt Saigon ist der Einfluss der Franzosen noch an vielen Bauwerken ersichtlich, so z. B. im Opera House. In diesem haben wir uns die Vorstellung "Bamboo Circus" angeschaut. Auch der Wiedervereinigungs-Palast und ein Kinder- und Altenheim standen auf dem Programm. Am zweiten Tag fuhren wir, vorbei an zahlreichen Reisfeldern und Flüssen, zum Mekong Delta. Während einer Boots- und Kanufahrt konnten wir die schwimmenden Märkte, Reisproduktion und die Häuser entlang des Ufers anschauen. Abends machten wir Spaziergänge durch das lebendige Nachtleben von Saigon. Wegen des sehr milden Klimas spielt sich das Leben viel auf der Straße ab. Bis spät abends sitzt man zusammen und lässt sich das Essen aus den unzähligen Garküchen schmecken. Als Fortbewegungsmittel werden hauptsächlich Mopeds und Vespas eingesetzt.

Nach einem Inlandsflug erreichten wir die nächste Stadt Hue.

Unsere erste Station in der Kaiserstadt Hue war die Zitadelle mit der Verbotenen Stadt. Diese Palastanlage, in welcher von 1802 bis 1945 die vietnamesischen Kaiser residierten, wurde nach dem Vorbild in Peking erbaut. Geschützt wird sie von einer hohen Mauer und einem Wassergraben. Innerhalb der Anlage gibt es Tempel, Wohn- und Arbeitsräume und Gärten. Am Abend machten wir eine Bootsfahrt auf dem Parfümfluss mit musikalischer Begleitung. Ebenfalls auf einem Drachenboot ging es am nächsten Morgen zu der buddhistischen Pagode "Thien-Mu". Schon von Weitem ist der siebenstöckige und 12 Meter hohe Turm dieser Pagode ersichtlich. Danach ging es zu dem Grabmal von Tu-Duc. Die letzte Ruhestätte des Kaisers wurde vor seinem Tod errichtet. Zu dieser Anlage gehören auch der "Luu-Khiem See" und die "Thin-Khiem Insel". Am letzten Tag in Hue gingen wir in dem Dorf Thuy Thanh auf den Markt und spazierten über die "Thanh Toan Brücke", eine im japanischen und chinesischen Stil erbaute Holzbrücke. In einem landwirtschaftlichen Museum wurde uns die tägliche Arbeit der Bauern auf den Reisfeldern sowie die Zubereitung von Reismehl erläutert. Am Nachmittag fuhren wir mit dem Boot über den Truoi-See und bestiegen 172 Steintreppen, um zu dem Tempel "Truc Lam" im Nationalpark Bach Ma zu gelangen. Am Abend aßen wir auf einem Stelzenhaus in der Chuon-Lagune zu Abend.

Nach Hue fuhren wir entlang dem Hoi-Chi-Minh-Pfad nach Phong Nha.

In dem Phong Nha-Ke Bang Nationalpark gab es zwei Höhlen zu besichtigen: "Phong Nha", die sogenannte Wasserhöhle und die erst 2005 entdeckte Paradieshöhle "Thien Duong". Die in den Höhlen befindlichen Stalaktiten und Stalagmiten wurden je nach ihrem Aussehen benannt und haben somit Namen wie zum Beispiel "Buddha" oder "Löwe". Über wörtlich "Stock und Stein", vorbei an Bächen, kleinen Seen und Wasserfällen durchwanderten wir die tropischen Wälder des Botanic Garden. Am nächsten Tag fuhren wir von Dong Hoi über den Hai-Van-Pass (Wolkenpass) wieder Richtung Süden. Unterwegs machten wir halt an dem Tunnelsystem "Dia Dao Vinh Moc". Dieses Tunnelsystem botete Menschen während des Krieges Sicherheit. Des Weiteren überquerten wir den Ben-Hai-Fluss auf der Luong-Brücke. Diese Brücke befindet sich auf dem 17. Breitengrad und war bis zur Wiedervereinigung 1975 die Grenzlinie zwischen Nord- und Südvietnam.

Unsere letzte Stadt auf dieser Reise war Hoi An.

Die an dem Fluss Thu Bon liegende Stadt ist geprägt von bunten Laternen, japanischen und chinesischen Tempel und Häusern, Läden, Cafés und Restaurants. Besonderen Charme hat Hoi An nach Einbruch der Dunkelheit, wenn die Laternen in den verwinkelten Gassen und Booten leuchten. Weitere Sehenswürdigkeiten in Hoi An sind die "Japanische Brücke", die "chinesische Versammlungshalle" sowie die typischen chinesischen Schlauchhäuser mit ihren teils nach dem Yin-Yang Prinzip angeordneten Dachziegeln. Auch besuchten wir hier ein aus dem 15. Jahrhundert stammendes Töpferdorf und ein Seidendorf.

Diese wunderschöne und inspirierende Vietnamreise endete schließlich in Da Nang.

(Simone)

Familienzentrum Nord
Heilbronner Str. 109
70191 Stuttgart

Buddha-Haus
Vogelsangstraße 20
70176 Stuttgart

**Meditationszentrum
Schenkzell**
Grubersgrund 38
77773 Schenkzell