

Weitere konkrete Ideen zum Ekayana-Förderkreis

Inhaltliche Wünsche Einzelner

- Austausch zu der Frage: Wie hilft mir mein Verständnis der leeren Natur im Umgang mit Kindern?
- Praxisorientierte Austausche zu bestimmten Themen, wie z. B. eine Gruppe, die sich zur Vajrasattva-Praxis austauscht (mit oder ohne Lhündrup)
- gemeinsame Meditationen, wo sich z.B. Interessierte an stiller Meditation oder Lodjong, Ngöndro, Mahamudra physisch oder online treffen
- Es besteht der Wunsch, regelmäßig ein Feedback (von Lhündrup oder den Dharma-AssistentInnen) zur Arbeit in den Kleingruppen zu bekommen
- Schlüsselbegriffe klären – vielleicht mit Frank für das Tibetische. Herausfinden, wie bestimmte Konzepte entstanden sind...

Organisatorisches

- Reflexionsgruppen zu den Themen der Grundkurse bilden
- Einführende Erklärung, wie die Arbeit in den Gruppen aussehen könnte
- Hinweise geben: Mit welcher Haltung gehe ich an den Dharma heran? Wie studiere ich ihn? Wie höre ich zu?
- Studium ist zwar essentiell, aber wir tun gut daran, zu Anfang in jeder Gruppe zu meditieren.
- Es wäre schön, wenn sich Gruppen von Gleichgesinnten (peer groups) bilden würden.
- Für jede Gruppe braucht es jemanden, der Räumlichkeiten anbietet oder das Meeting virtuell hosten kann.
- Möglichkeiten schaffen, dass die Gruppen gelegentlich mit Lhündrup oder AssistentInnen sprechen können.
- Es wäre hilfreich, wenn wir vor einem Kurs schon Hinweise bekommen könnten, was wir inhaltlich vorbereiten können.
- Wir möchten unsere Dharma-Fragen in einer Gruppe klären können, miteinander und mit erfahrenen Praktizierenden.
- Es erscheint notwendig, für Kontinuität in der Gruppenarbeit zu sorgen, damit nicht so schnelle Wechsel passieren, die ein vertiefendes Arbeiten schwierig machen.
- Eine gute Gruppengröße liegt wohl bei 5 bis 10 Teilnehmenden.
- Es wäre hilfreich, unterschiedliche Intensitätsgrade der Gruppen anbieten, so dass jeder schauen kann, was realistisch ist: Einige treffen sich nur während der großen Kurse, andere auch in den anderen Monaten, aber während der Kurse intensiver...
- Wie lässt sich die Einzel- und Gruppenbetreuung organisieren?
- Darauf achten, dass wir uns untereinander persönlich kennen; spirituelle Freundschaften ermöglichen.
- Während der großen Kurse, also 2 x im Jahr in Titisee, treffen sich alle Kleingruppen gemeinsam für ein großes Treffen, z. B. einen Nachmittag.

- Es bräuchte einen Steckbrief für jede Gruppe mit einem Gruppenprofil auf einer gemeinsamen Plattform mit einer Liste der möglichen Gruppen, damit sich neu Interessierte bei den Gruppen melden können.
- Super wäre es, eine Liste der Assistenten mit ihren Spezialbereichen zu erstellen. Aber erstmal müssen wir herausfinden, wer als Assistent zur Verfügung steht und sich ausbilden möchte.

Verschiedenes

Griffige Fragen vorschlagen zu den einzelnen Kapiteln und Themen, Leitfaden mit Fragen zu Themen. Hinweise: Wenn du dich für das und das interessierst, schau doch da und da rein -- z.B. Gampopa; wo finde ich Antworten auf welche Fragen? Tipps von erfahrenen Praktizierenden in diesem Bereich.

Fragekultur entwickeln: Fragen entdecken und Neugier wecken. Hinterfragen lernen für mehr Tiefe. Fragen und widersprechen lernen. Selbst ausdrücken. Offene, forschende Haltung kultivieren. Bereitschaft, etwas Neues hereinzulassen. Einsichtsdialog, aus dem wahrhaftigen Erleben heraus.

Alles geht im Prinzip weiter auf Dana Basis, aber mit einer Beteiligung von 108€ im Monat für die, die es sich leisten können: ein Geschenk an die Zukunft! Dazu gehört auch, die Webseite, die Mediathek und das Retreathaus zu unterstützen. Inhalte der bestehenden Webseite überarbeiten und dann gut verwalten.

Im Newsletter fehlende Kompetenzen ausschreiben.

Zeit nehmen für den emotionalen Prozess in der Gruppe. Wie viel Raum darf das einnehmen? Prozessarbeit und inhaltlicher Austausch in Balance.

Vernetzung in alle Richtungen ermöglichen, mit verschiedenen Dharma-Gruppen und Traditionen... ... wie eine Dharma-Nektarwolke aus dem Ekayana-Geist ...

Diese Liste wird fortgeführt!