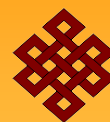
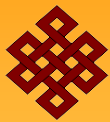


**4 Foredrag med buddhist og journalist
Erik Meier Carlsen i Øsal Ling
Torsdage i ulige uger kl. 19 - 21
Start d. 28.sept. - ingen tilmelding**



1. Torsdag d. 28. sept. kl. 19 - 21: [Buddhismens opståen og kerne-lære](#)

Nøglepunkter i buddhismens udvikling gennemgås: I første fase: Sutra-buddhismen: Theravada og Mahayana, senere: Tantra og Dzogchen.

Videre: Fokus på kernebelæringerne: *Anatman* (ikke-jeg) og *Pratityasamutpada* (betinget tilsynekomst), der er anskuelsen mens praksissen er Shamatha- og Vipashyanameditation.

2. Torsdag d. 12. okt. kl. 19 - 21: [Tantras opståen og udvikling i Indien og Tibet](#)

I Tantra drejer grundanskuelsen sig specielt omkring *det subtile legeme* og at *opnå en ren vision* af alle væsner og alt der foregår i sindet, d.v.s. både i den indre, såvel som i den ydre verden.

Praksissen er Yidam-praksis – meditation på og sammensmeltning med udvalgte buddha-aspekter og i den såkaldte udviklingsfase *kyerim*, som efterfølges af fuldendelsesfasen, *Dzogrim*, som udfoldes i *Naropas seks doktriner* og *Seks Upadesha for seks bardo'er*, har udgangspunkt i perspektiv og anskuelse i tibetansk buddhisme omkring døden og hjælp til døende og afdøde.

3. Torsdag d. 26. okt. kl. 19 - 21: Maha-Ati - [Dzogchens opståen og udvikling i Indien og Tibet](#)

I Dzogchen er anskuelsen *den oprindelige Væren* og dens udfoldelse. Praksissen er Tregchö - "at skære igennem" og Thögal - "at springe ud", som Erik Meier Carlsen vil introducere til.

4. Torsdag d. 9. nov. kl. 19 - 21: [Dødebogen og Dzogchen](#)

Den Tibetanske Dødebog er en rituel tekst, som traditionelt er blev oplæst for døende og afdøde.

I Dødebogen findes ligeledes en serie meget præcise Dzogchen-instruktioner (upadesha), som yderligere er udfoldet i 1300-tals yogien *Den altidende Longchenpas* store og enestående værk, som Erik Meier Carlsen også vil introducere til og fremhæve kernebelæring fra.

Journalist Erik Meier Carlsen har siden 1972 været praktiserende buddhist i den tibetanske tradition og skrevet en biografi over H.H. Dalai Lama i 'Tilstedeværelsen' 2008 og oversat og kommenteret Den Tibetanske Dødebog i 'Dødebogen' 2010.



Deltagergebyr: 100 kr. eller betal hvad du har råd til.
Multimedlemmer 50 kr.