

# BUDDHISTISCHE GESELLSCHAFT BERLIN E.V.

12165 Berlin, Wulffstr. 6, Tel. / Fax: (0 30) 7 92 85 50, www.bgb.berlin  
Gemeinnütziger Verein, Postbank Berlin, IBAN: DE 33100100100103300108; BIC: PBNKDEFF

## *Wünsche und Wunschlosigkeit*

*Themen-Nachmittag mit Shanti und Julia  
Vortrag/Gespräch, Wunschübung, stilles Sitzen*

Der Ehrwürdige Nanda litt unter starkem sinnlichen Verlangen und wollte deshalb das Mönchsleben aufgeben. Der Erhabene zeigte ihm 500 himmlische Nymphen: "Freue dich, Nanda, freue dich, ich bürge dir für die Erlangung dieser 500 Nymphen!" - "Wenn das so ist, Herr, werde ich am reinen Wandel Gefallen finden." Der Ehrwürdige Nanda wurde aber durch den reinen Wandel ein Heiliger und verzichtete auf die Nymphen, weil er Besseres gefunden hatte. (Udana III, 2)



**M**ehr als mancher sich eingestehen mag, wird unser Tun, Reden und Denken von unbewußten Triebkräften und halbbewußten Wünschen gesteuert. Solange wir gar nicht wissen, was uns antreibt, werden wir kaum die optimalen Mittel zur Befriedigung und Stillung unserer Bedürfnisse finden, geschweige denn über sie hinauswachsen. Zur Entfaltung unseres vollen menschlichen Potentials gilt es zunächst, die leiblichen, emotionalen und geistigen Bedürfnisse klar wahrzunehmen und anzunehmen. Durst, Hunger, Sexualität, der Wunsch nach Liebe und Geborgenheit, nach Anerkennung und Erfolg gehören ebenso zu unserer Wirklichkeit wie die Suche nach dem Sinn und Ziel des Lebens. Wer den Genuß und das Elend der Wünsche nicht kennt, wird das subtile Glück der Wunschlosigkeit kaum wahrnehmen können. Unseligerweise hindert gerade das falsch aufgefaßte Ideal der Wunschlosigkeit viele spirituelle Menschen daran, sich über ihre alltäglichen Wünsche klar zu werden. Die Verleugnung von Bedürfnissen vertieft noch die Unbewußtheit, nährt Illusionen und weckt Widerstände. Nur wenn wir unsere Bedürfnisse spüren und auszudrücken vermögen, wird authentische Begegnung mit uns selbst und mit anderen möglich.

*Samstag, den 08. Juli 2017, von 15 bis 19 Uhr  
Wulffstraße 6, 12165 Berlin (Steglitz)*

Teilnahme auf Spendenbasis (Empfehlung 10,- €)