

# Empfehlungen für Gäste des Klosters



Dhammapala ist ein Ort spiritueller Übung und eine Klostergemeinschaft in der Tradition des frühen Buddhismus (*Theravāda*). Unser Haus ist der meditativen Praxis geweiht und seine Gemeinschaft versteht sich in der Linie der thailändischen Waldtradition Ajahn Chahs und deren westlichen Ablegern.

Als buddhistisches Kloster ist Dhammapala in erster Linie Lebensort für Mönche, Novizen und gelegentlich auch Nonnen. Die Klostergemeinschaft führt Veranstaltungen durch und nimmt nach Übereinkunft gerne interessierte Männer und Frauen als zeitweilige Gäste im Kloster auf, wenn diese bereit sind, für die Dauer ihres Aufenthaltes die klösterlichen Regeln einzuhalten und an Arbeit, Meditation und den Gemeinschaftsaktivitäten teilzunehmen. Wir bitten alle unsere Gäste, diese Regeln während der ganzen Aufenthaltsdauer zu befolgen. (*Für ältere Personen, Kinder oder Menschen mit Diätvorschriften können nach Absprache spezielle Vereinbarungen getroffen werden.*)

## DIE ACHT KLÖSTERLICHEN GRUNDSÄTZE

Diese als Übungsgebote verstandenen Regeln bilden die ethische Grundlage im Zusammenleben der klösterlichen Gemeinschaft und in deren Beziehung zur weiteren Umwelt.

1. FRIEDFERTIGKEIT: Nicht absichtlich lebende Wesen verletzen oder töten.
2. VERTRAUENSWÜRDIGKEIT: Nicht nehmen, was nicht gegeben wurde.
3. KEUSCHHEIT: Völlige sexuelle Enthaltensamkeit.
4. RECHTE REDE: Nicht lügen; sich verletzender oder böswilliger Rede und leeren Geschwätzes enthalten.
5. GEISTESKLARHEIT: Keinen Alkohol, keine Drogen und keine das Bewusstsein trübenden Substanzen zu sich nehmen.
6. ENTHALTSAMKEIT: Nach 12 Uhr Mittag nicht mehr essen (Sommerzeit ab 13.00).
7. SINNENZÜGELUNG: Auf zerstreue Unterhaltung, Tanzen, Singen, Musik oder Spiele verzichten; aufdringliche persönliche Aufmachung und unangemessene Kleidung meiden.
8. MÄSSIGUNG : Verzicht auf übermässigen Schlaf.

## SITTlichkeit UND ZURÜCKHALTUNG

Das Kloster als Ort spiritueller Übung pflegt eine Atmosphäre der Einkehr; diese wird getragen vom Respekt und der Rücksichtnahme seiner Gäste und seiner Gemeinschaft. Wir bitten unsere BesucherInnen, ihre Kleidung und ihr Verhalten mit diesem Bemühen in Einklang zu bringen. Unsere Gäste sind somit gebeten, sich angemessen zu kleiden (*keine kurzen Hosen und Röcke, keine schulter- oder bauchfreie Bekleidung*) und sich in den gemeinsamen Räumen rücksichtsvoll zu benehmen (*kein Kampfsport-Training oder laute, ausgelassene Übungen*). Der Schreinraum im 3. Stock ist ausschließlich der Meditationsübung vorbehalten. Wir schätzen Ihre saubere und gepflegte Erscheinung und bitten zugleich, auf die Verwendung von Parfüm, Kosmetika und Schmuck zu verzichten. Mönche, Nonnen und Novizen vermeiden den Körperkontakt mit Angehörigen des anderen Geschlechtes als Teil ihrer Ordensdisziplin; wir bitten unsere Gäste, dies zu respektieren und gleichfalls auf unnötigen körperlichen Kontakt zwischen den Geschlechtern zu verzichten.

## SORGSAMKEIT

Alles was Sie hier im Kloster vorfinden, verdanken wir der Grosszügigkeit von SpenderInnen. Wir bitten um Ihren bewußten Umgang und um Ihre Sorgfalt damit. Halten Sie Ordnung, insbesondere an Orten, die gemeinschaftlich genutzt werden. Bitte halten Sie Ihren Raum sauber und benützen Sie die waschbaren Matratzenbezüge, Leintücher und Kissenbezüge, um das Bettzeug zu schützen. Wenn Sie abreisen, reinigen Sie bitte das Zimmer gründlich, bringen Sie gebrauchte Bezüge in die Wäscherei (durch die Küche, dann links), leeren Sie den Abfallimer und erneuern den Plastiksack, schliessen Sie die Fenster und stellen Sie die Heizung ab.

Wir erwarten Ihre Mithilfe; insbesondere, daß Sie bei den täglichen Reinigungsarbeiten und beim Geschirrspülen mithelfen. Wenn Sie sehen, daß etwas repariert, befestigt oder aufgefüllt werden sollte, sagen Sie es bitte dem Gästebetreuer. Wenn Sie rauchen möchten, tun Sie es im Freien, außerhalb des Klosters, so daß Sie niemanden stören. Rauchen im Hause (und auf den Balkonen oder bei offenem Fenster) ist verboten. Wegen erhöhter Brandgefahr sollten Sie Kerzen oder Räucherstäbchen nur in den Gemeinschaftsräumen anzünden und nicht im Schlafraum. Machen Sie sich bitte mit den Notausgängen vertraut und beachten Sie die Pläne dazu an der Innenseite Ihrer Zimmertüre. Beachten Sie auch, daß Reden und Abspielen von Kassetten die Nachbarn stören kann.

## TEILNAHME AM TAGESABLAUF

Der Tagesablauf ist ein wichtiger Teil spiritueller Übung. Bemühen Sie sich ernsthaft, den jeweiligen Tagesplan einzuhalten. (Dieser kann sich ändern.) Nehmen Sie insbesondere an den gemeinsamen Meditationstreffen und an der morgendlichen Besprechung der Hausarbeit teil und seien Sie bereit, während der Arbeitsperioden mitzuhelfen. Wenn Sie krank sind oder aus einem andern Grunde den täglichen Verpflichtungen nicht nachkommen können, informieren Sie bitte den Gästebetreuer.

Das Kloster ist ein Ort der Besinnung und Perspektive, der Einkehr und Zurückgezogenheit; es soll ein Zufluchtsort außerhalb weltlicher Geschäftigkeit und Beschäftigung sein. Wenn Sie zu Gast hier sind und an unserem Leben teilnehmen, ist es nicht angebracht, während Ihres Aufenthaltes Ihren geschäftlichen Verpflichtungen anderswo nachzukommen. Sollten Sie während eines Aufenthaltes Besorgungen machen müssen, melden Sie bitte Ihr Kommen und Gehen dem Gästebetreuer.

## DAUER DES AUFENTHALTES

ErstbesucherInnen (üblicherweise nach einer vorherigen Teilnahme an mindestens einem Wochenendkurs) können in der Regel bis zu einer Woche bleiben. (Ausnahmen dazu nur nach allfälliger Vereinbarung mit dem Gästebetreuer.) **Eine telefonische oder schriftliche Anmeldung – mit Rücksprachemöglichkeit unsererseits – ist auf jeden Fall nötig.**

Die Gemeinschaft behält sich das Recht vor, nicht kooperative Personen fortzuweisen oder Personen, die sich zuvor nicht angemeldet haben, nicht aufzunehmen.

## WIE KÖNNEN GÄSTE DAS KLOSTER UNTERSTÜTZEN?

Der Unterhalt des Klosters Dhammapala beruht auf dem Prinzip von *dāna*, (wtl. ‚Gabe‘ in Pali) d.h. der freiwilligen Spende. Es ist eine alte Tradition im Buddhismus, daß sich Nicht-Ordinierte um die materiellen Bedürfnisse der Mönche und Nonnen kümmern, welche nach ihrer monastischen Regel leben und u.a. keine Einkünfte haben, kein Geld gebrauchen und nur wenige persönliche Güter besitzen. Es ist ebenso Tradition, daß die solchermaßen unterstützten Klostersgemeinschaften interessierten Männern und Frauen einen Ort zur Vertiefung der Lehre Buddhas und ihrer Umsetzung zur Verfügung stellen und Belehrung und gegebenenfalls Betreuung bieten – ob diese als TagesbesucherInnen, Gäste oder TeilnehmerInnen unserer Veranstaltungen zu uns kommen.

In Dhammapala haben wir uns bemüht, einen Meditationsraum, Empfangsräume, eine Audio- & Bibliothek und einfache Unterkunftsmöglichkeiten für BesucherInnen zu schaffen; diese stehen zur Verfügung – ob Sie sich anlässlich einer Kurzvisite einmal über die Lehre des Buddha informieren möchten, oder aber als regelmässige Gäste schon länger praktizieren und öfter bei uns weilen.

Die Aufwendungen des Klosters für die Grundbedürfnisse der Mönchsgemeinschaft, für die Nutzung und den Unterhalt der Gebäude, alle Gebrauchsgegenstände und Verbrauchsgüter, schließlich für die obligatorischen Versicherungen – all dies wird durch Ihre Spende gedeckt. Wir werden Ihnen also für Ihren Aufenthalt oder Ihre Kursteilnahme keine Rechnung stellen, sondern Sie einfach bitten zu bedenken, daß die finanziellen Aufwendungen, welche die Existenz unserer Klostersgemeinschaft (und damit auch Ihren Aufenthalt bei uns) ermöglichen, nicht unbeträchtlich sind. Wir benötigen und schätzen Ihre Zuwendungen gleichermaßen. Sollten Sie Dhammapala wertschätzen und uns regelmässig unterstützen wollen, so kann das z.B. mithilfe eines Dauerauftrages zugunsten des Trägervereins für Dhammapala geschehen. (*Wir geben Ihnen auf Anfrage gerne weitere Informationen.*)

*Mögen diese Richtlinien dazu beitragen, daß Ihr Aufenthalt bei uns so fruchtbar wie möglich wird. Wir ermuntern Sie, von Ihrem Besuch bei uns den besten Gebrauch zu machen, zum eigenen Wohl und Nutzen, dem der anderen Gäste und jenem der klösterlichen Gemeinschaft. Wir wünschen Ihnen eine angenehme und erbauliche Zeit in Dhammapala.*

