

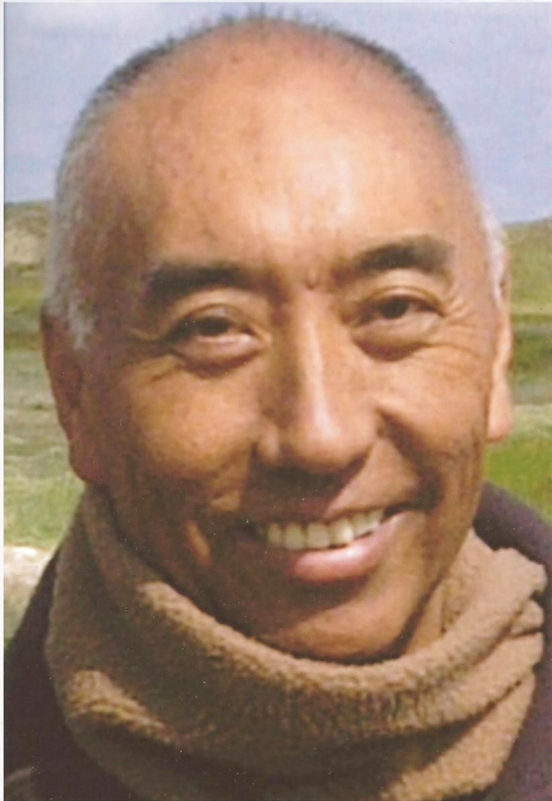
# KARMA EUSEL LING

TIBETAANS BOEDDHISTISCH CENTRUM

NAJAAR 2024



Elk obstakel op mijn pad is voor mij een aansporing om te slagen



*Met heel veel dankbaarheid denken we terug aan jarenlange vreugdevolle samenwerking met*

*Venerable Lama Karta Rinpoche, inspirator en naamgever van ons centrum.*

*Lama Karta ervaarde Karma Eusel Ling als zeer aangenaam en voelde zich verwant met ons centrum, wat hij verwoordde als: familie en hartverwarmende sfeer.*

*Wij zijn daarom zeer verheugd over de toezegging op 3-11-2013 door de lama's van Yeunten Ling te Huy.*

*De overdracht van Lama Karta wordt hierdoor voortgezet in Karma Eusel Ling.*

*De Sangha is intens blij dat de inspiratie van Lama Karta op deze bijzonder verfijnde wijze met het centrum verbonden blijft.*

*Sangha van Karma Eusel Ling*

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Zeupa', written over a faint background of a colorful mandala.

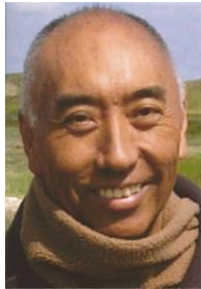


## Inhoudsopgave

Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng	4
Verjaardag Lama Karta 3 jan.	5
Lezing: 3 Corpora's door Lama Zeupa datum:	6
Studiegroep Nagarjuna donderdag 14 uur:	6
Poedja-bardo onderricht-meditatie maandag 20 uur:	6
Poedja-visualisaties-meditatie maandag 20 uur:	7
De Chö of Tcheud maandag 20 uur:	7
Vipassana meditatie woensdag 20 uur:	8
Stervensbegeleiding:	8
Powa voor gevorderden, onderdeel van stervensbegeleiding:	9
Guru Yoga dinsdag 20 uur:	9
Poedja Milarepa met Tsok maandag 20 uur:	9
Taijiwuxigong en Taijivorm:	10
Workshop Amitabha met Tsok:	10
Workshop Karling Shidro Leer:	11
Workshop Drupee Mandala:	11
Workshop Nyoeng Nee:	11
Workshop Dzogchen Nying Tig:	12
Workshop Samatha Meditatie	12
Workshop Vrouwelijke en Mannelijke energie	12
Workshop de meervoudige benadering:	12
Workshop praktijk van de Tcheud en Kangling:	13
Workshop de Drie Deugden:	13
Workshop het Doel an de Godofferingsen:	13
Workshop moeilijke situaties omarmen:	14
Workshop Vergezeld van levendige - Mystieke toestand:	14
Meditatief weekend:	14
Agenda overzicht:	15-19
Voor de meeste cursussen geldt: Instromen gehele jaar mogelijk.	



Boeddhistisch Centrum Karma  
Eusel Ling Heuvel 1  
5476KG Vorstenbosch  
Tel: 0413340320/0643530780  
(Lama Karma)  
Tel: 0413362676/0619406505  
(Guus)  
[www.karmaeuselling.nl](http://www.karmaeuselling.nl)



VENERABELE LAMA KARTA RINPOCHE  
3 januari 1960 – 23 februari 2013

De geestelijke overdracht van Lama Karta zal worden voortgezet in Karma Eusel Ling (Toezegging 3-11-'13 door lama's van Yeunten Ling).  
De sangha is intens blij dat de inspiratie op deze bijzonder verfijnde wijze met het centrum verbonden blijft.



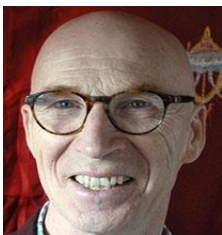
**Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng**  
Ria Bello

**Dharma onderricht**

Poedja's, Bardoleer en Meditaties  
Studiegroep

**Cursussen & Workshops**

- Vipassyana meditatie
- Stervensbegeleiding
- Guru Yoga
- Mental coaching
- Individuele consulten  
mthbello@karmaeuselling.nl



Guus van de Valk

**cursussen**

Lichaamsbewustzijn  
Taiji 37 vorm, Taijiwuxigong  
Zhan Zhuang, Yoga

**Individuele behandeling**

- Voetreflexologie
- Acupressuur
- Reflexologie

**LAMA KARMA TSULTRIM TCHEUDJOENG**

Zoals velen van jullie weten, was Lama Karta mijn Geestelijk inspirator, mijn Leraar, vader en moeder tegelijkertijd. In 2004 gaf Lama naast mijn boeddhistische naam, met veel toewijding de naam Lama. Hij ging ervan uit dat de lering en boeddhistische lessen met zijn toestemming vanuit liefde en respect zouden worden voortgezet. Zijn wens was deze volledige naam te dragen: Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng, maar uit bescheidenheid (Tsultrim) ben ik gebleven die ik ben.

In 2013 overleed Lama Karta, kort daarna werd aan Boeddhistisch Centrum Karma Eusel Ling vanuit de Geest van Lama Karta door Lama Zeupa en Lama Tashi Nyima de wens van Lama Karta de Tibetaans boeddhistische leringen door te zetten, naar ons overgedragen. Waar ik dan ook in mijn hart verwonderd en blij was. Toch ook diep van binnen een hele verantwoordelijkheid op mij heb genomen. Zo doende spraken we tijdens een audiëntie met Drupen Lama Lorang, een oud leraar van Lama Karta. Na gelofte te hebben afgelegd gaf hij mij de Dangche en Zen om te dragen (lama kledij). Deze draag ik nu met veel liefde en respect, met een heel groot hart naar Lama Zeupa en Lama Tashi Nyima en als eerste mijn Geestelijke Leraar Venerabele Lama Karta Rinpoche.

In het dagelijks gebruik is mijn naam Lama Karma Tsultrim en bij meer officiële verplichtingen komt daar nog Tcheudjoeng bij, mijn volledige boeddhistische naam. Het ontstaat vanuit mijn hart, de transformerende kracht, een stroom van innerlijke ontvangst van liefde en wijsheid die ik liefdevol zal overdragen.

Verdiepingen aangaan in leringen van de tantra, Dzogchen, Vajrajana en Leegte. En zo begrip en wijsheid te bewerkstelligen en non-dualistische liefde en wijsheid, het pad met anderen te delen. Met dank aan al diegenen die dit met en voor mij mogelijk maakten.

Iedereen is welkom.

Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng (Ria Bello)

## **VOORWOORD**

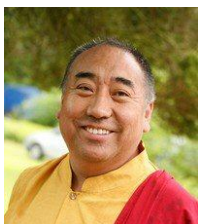
Dit is het nieuwe programma voor het najaar van 2024. We stellen de agenda met grote zorgvuldigheid samen, toch kan er een fout in de programmering sluipen. Kijk bij twijfel op de website of neem contact met ons op. Alle workshops zijn inclusief maaltijd, koffie en thee. Inloop: Voor mensen die kennis willen maken met ons centrum bestaat de mogelijkheid om op maandagavond om 19.30 uur binnen te lopen en een kijkje te nemen in onze mooie tempel. Ook als groep kunt u, op afspraak, de tempel bezoeken (kosten 7,50 € p.p. met koffie / thee en koekje). Alle activiteiten zijn voor iedereen toegankelijk. Voor alle cursussen en workshops is het noodzakelijk om vooraf in te schrijven. U bent van harte welkom!

## **VRIJWILLIGERS**

Graag willen wij alle vrijwilligers die ons het afgelopen seizoen weer goed hebben geholpen, bedanken voor hun bijdrage. We hopen dat we ook de komende periode op hen kunnen rekenen. Ook anderen zijn zeer welkom om ons te helpen in het centrum: de mantra boekjes dienen van tijd tot tijd te worden nagekeken en gebundeld of gekaft. De tuin en de gebedsmolen hebben onderhoud nodig, het centrum wordt schoongemaakt, informatie verspreid, kleine maaltijd bereid, koffie en thee. Het programmaboekje moet worden samengesteld en uitgewerkt, de website ontworpen en bijgehouden. Dit is nog niet alles, er is veel te doen om het centrum draaiende te houden.

Dus heeft u bepaalde kennis of kunde en tijd om ons te helpen? Graag, u bent van harte welkom!

## **SPECIALE DAGEN LAMA KARTA**



Op 3 januari vieren wij de verjaardag van Lama Karta, zo ook zijn sterfdag op 23 februari. Dat gebeurt met een speciale poedja en tsok (lekkernijen en offeringen zoals bloemen en lichtjes). Iedereen is welkom bij deze gelegenheden.

## **DONATIES**

Wij danken eenieder voor de donaties die wij ontvingen voor de kinderen en monnikjes in het klooster in Sonada, India als ook voor de Lama Karta Foundation en de Tibetaanse vluchtelingen.



## LEZINGEN:

Dinsdag 19:30 uur: **22 oktober 2024**

Bijdrage voor de lezing: € 17,50

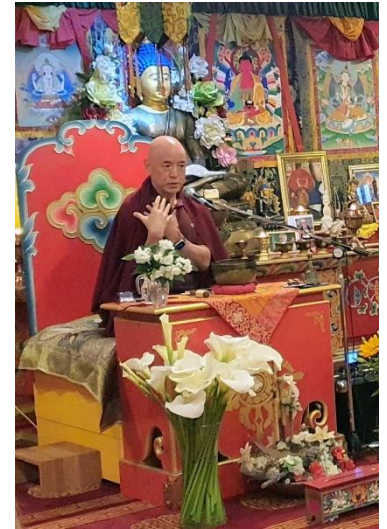
Door: **Lama Zeupa**

Onderwerp: De meervoudige benadering;  
de 3 Corpora's: Nirmanakaya, Sambhokaya  
en Dharmakaya

Deze lezing is voor iedereen toegankelijk, ook voor niet-boeddhisten is dit een lezing met waardevolle levensinzichten. Na de lezing geeft Lama meestal gelegenheid tot het stellen van vragen. U bent van harte welkom!

De lezing zal in het Engels zijn en worden vertaald naar het Nederlands.

Volgende lezing voorjaar 2025, datum nog niet bekend.



## STUDIEGROEP NAGARJUNA

Door: **Lama Karma Tsultrim**

donderdag 14 uur: **5 sept, 3 okt, 28 nov, 19 dec, 16 jan**

Bijdrage: € 9,-

Deze middag heeft als doelstelling verdieping tot stand te brengen in de leer van Nagarjuna, stichter van het Mahayana en leringen zoals het Madhyamaka. Over het zijn en niet zijn, wetten van oorzaak, leegte en ontvankelijkheid, de Boeddha, de meester enz. Diegenen die serieuze interesse hebben of al enigszins met de leer van de Boeddha en de initiaties van de Lama's vertrouwd zijn, kunnen hier instappen. De leer van Nagarjuna kan worden gezien als een psychologische leer voor de huidige tijd.



## POEDJA - BARDO - ONDERRICHT - MEDITATIE

Door: **Lama Karma Tsultrim**

maandag 20 uur:

Bijdrage: € 50,- voor 5 poedja's

**2 sept, 16 sept, 30 sept, 14 okt, 28 okt, 11 nov, 25 nov, 9 dec, 23 dec, 13 jan**

Deze meditatie zal afgewisseld worden met inbreng van de leer van de Bardo die voorafgaat aan de meditatie. De verdieping in deze meditatievorm, waarin we meerdere fasen bardo's leren kennen en een dieper inzicht in de geestelijke dimensie bewust worden, zal welkom zijn in de groei naar dharmische inzichten en je in samsara helderheid geven. Door beoefening kunnen we dan de diepte, de herkomst van onze geest beter ervaren en onszelf beter begrijpen. Padmasambhava is een meester in deze leer, als een gids in de bardo's.

## **POEDJA - VISUALISATIES - MEDITATIE**

maandag 20 uur:

**9, 23 sept - 7, 21 okt - 4, 18 nov - 2, 16, 30 dec - 6 jan**

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,- voor 5 x poedja

Door middel van deze praktijk versterken we onze innerlijke mogelijkheden om een beter beeld van het samsarische en mystieke bestaan te verkrijgen. Vanuit innerlijke kracht beoefenen we het reciteren, visualiseren en de gezangen die verbonden zijn met verschillende Boeddha-vormen en Arats-Bodhisattva's, Dakini's en Dhyana's. Dan ervaren we prikkels van het samsarische en mystieke bestaan waarin wij leven, niet als lijden maar als een wet van oorzaak en gevolg. Dat leert ons inzicht in onszelf. Dan volgt het belang voor het bewustworden door liefde en mededogen vanuit de Boeddha Tchenrezig. Deze Boeddha staat de Dalai Lama het dichtst bij, evenals Lama Karta. Dit is een zeer bevorderende praktijk in de geestelijke groei van eenieder, zeer geliefd in Tibet.

## **TCHEUD poedja**

maandag 20 uur: **23 sept, 21 okt, 18 nov, 23 dec**

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,- voor 5x poedja

Tijdens het Tcheud ritueel wordt energetische transformatie van het bewustzijn in gang gezet. Hierbij worden klanken gebruikt, een oude wijze om energie op te wekken. Het is de bedoeling om zoveel mogelijk trillingen op gang te brengen. Bij de belangrijkste passage in de Tcheud zwijgt de bel en versnelt het ritme met de damaroe, met de kangling (dijbeentrompet) brengt men dit tot een climax. De Boeddha-dakini, beschermers-goden uit de leegte, worden opgeroepen. Vraag ze plaats te nemen of stuur ze weg. Tijdens het blazen op de kangling verzamelen zich de vijf Dhyani Boeddha's van de vijf Boeddhafamilies. De visualisatie tijdens de beoefening versterkt de energetische transformatie, deze lering is voor gevorderden.



## VIPASSYANA MEDITATIE (lhag-thong)

woensdag 20 uur:

**4, 18 sept - 2, 16, 30 okt - 13, 27 nov - 11 dec - 15 jan**



Vipassyana, of inzichtmeditatie, is een boeddhistische meditatievorm die vooral in de zuidelijke landen van Azië wordt beoefend en waarbij het ontwikkelen van opmerkzaamheid centraal staat. Doel van de meditatie is leren observeren wat er hier-en-nu in je eigen lichaam en geest gebeurt. Dit zonder te veroordelen of beoordelen van wat je waarneemt.

Hier in het Westen, wordt ook veel les gegeven in mindfulness waarbij je ook heel bewust in het hier-en-nu verblijven beoefent. Deze mindfulness trainingen zijn afgeleid van de boeddhistische Vipassyana meditatie die in ons centrum wordt gegeven. Wil je kennismaken met de originele leer vanuit het boeddhisme, neem dan contact op met Lama Karma Tsaltrim. Zij begeleidt deze meditatievorm en vertaalt de boeddhistische leer naar begrijpelijke taal.

Door: **Lama Karma Tsaltrim**

Bijdrage: € 50,- voor 5 x vipassyana

## STERVENSBEGELEIDING BARDO THÖDOL

woensdag 20 uur: **11, 25 sept - 9, 23 okt -**

**6, 20 nov – 4, 18 dec - 8 jan**

of

vrijdag 14 uur: **27 sept - 25 okt - 22 nov - 20 dec**

vrijdag 14.30 u: **13 sept – 11 okt - 8 nov - 6 dec**

Door: **Lama Karma Tsaltrim**

Bijdrage: € 52,50 voor 5 lessen



### **Bewuste begeleiding bij het sterven en de dood**

De objectieve en subjectieve beleving van het stervensproces en onze eigen leegte begrijpen en de essentie van ons 'zijn' herkennen. Dit vraagt een diepere kennis en inzicht. Geleerd wordt om de emotie en de tijdsduur van het stervensproces en de naderende dood op een juiste manier te doorleven. Het loslaten van het leven en geruststellen om zonder angst het stervensproces te ondergaan. Ook het loslaten van ons mens-zijn en het herkennen van het heldere licht van ons 'oorspronkelijk leven' dat we zijn, is na ons overlijden cruciaal. Op deze wijze iemand te ondersteunen naar de overgave; het bewust worden van het ware wezen dat we zijn en de oorspronkelijke geest in het Helder Licht, de ware aard van onze transcendentale natuur, herkennen. Zo de stervende een waardevolle voorbereiding en ondersteuning naar de dood te kunnen bieden. Deze cursus Stervensbegeleiding is gebaseerd op Het Tibetaans Dodenboek van W.Y. Evans-Wentz en het door Sogyal Rinpoche geschreven Het Tibetaanse boek van Leven en Sterven. Geïnspireerd en begeleid is het essentieel voor het begrip in ons zelf.



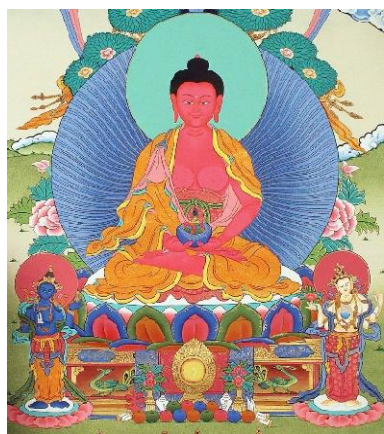
## **KORTE AMITABHA EN POWA voor gevorderden van de Stervensbegeleiding**

woensdag: **25 sept, 23 okt, 20 nov, 18 dec**

Door: **Lama Karma Tsultrim**

vrijdag: 13.30 u: **13 sept, 11 okt, 8 nov, 6 dec**

Bijdrage: € 7,50 per les



Voorafgaande aan de les Stervensbegeleiding op deze avond en middag.

Bij deze avonden en middagen herdenken we de overledenen, in het bijzonder Lama Karta, onze leraar en inspirator, en andere geliefden. De Powa meditatie is de belangrijkste beoefening van bewustzijnsoverdracht rond het moment van het sterven. Als we de eerte overdracht van Lama hebben gehad, kunnen we dit gezamenlijk voorafgaande aan de lessen van de Stervensbegeleiding beoefenen.

## **GURU YOGA**

Dinsdag 20 uur:

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 52,50 voor 5 x les

**3, 17 sept - 1, 15, 29 okt - 12, 26 nov - 10, 24 dec - 14 jan**

De yoga van dit pad ligt buiten het gezichtsveld van het intellect en is ongrijpbaar. Hier beoefenen we om geen houvast te hebben aan steunpunten en werken we met de spirituele energie stromen in het lichaam, met uitgebreide visualisaties en meditaties. Dan zien we onze vorderingen die zich voordoen en voltrekken. We zijn niet gebonden aan omslachtige methodes. Het beoefenen van deze praktijk opent ons hart voor de werkelijkheid, sterken we onze geest en leidt het spoor tot het grote Pad.



## **POEDJA MILAREPA MET TSOK**

Maandag 20 uur: **16 sept - 14 okt - 11 nov - 16 dec - 13 jan**

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,- voor 5 x poedja

**VOLLE MAAN**



Milarepa, een beroemde yogi uit Tibet, een leerling van Marpa en stichter van de Kagyu school (één van de vijf overdrachtslijnen in het boeddhisme). De beroemde leraar en Meester Marpa liet hem meedogenloos de ene na de andere beproeving ondergaan tot zijn karma gezuiverd was. Zo verwierf Milarepa allerlei vermogens en verkreeg tenslotte de volledige zelfkennis en de volmaakte bevrijding. Dit alles door de beproevingen van zijn Meester.

Zo brengt de herhaling van de mantra van Milarepa een karmische zuivering voor mededogen tot stand. Bij dit Volle maan ritueel horen offeringen. Iedereen mag hieraan deelnemen en offeringen zoals lekkernijen, lichtjes, wierook en bloemen zijn welkom en behoren aan deze traditie.

## TAJIWUXIGONG EN TAIJIVORM

Door: **Guus van der Valk**

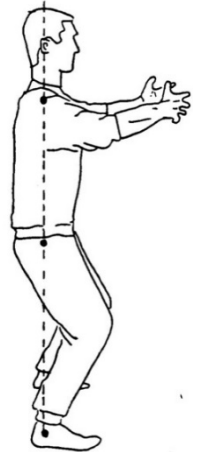
Bijdrage: € 11,- of € 50,- voor 5 lessen

Dinsdag 19.30 uur: **10, 24 sept - 8, 22 okt - 5, 19 nov - 3, 17 dec - 7 jan**

Donderdag 19.30 uur: **5, 19 sept - 3, 17,31 okt - 14, 28 nov - 12 dec - 16 jan**

### Taijiwuxigong

Door taijiwuxigong zorgen we dat onze gewrichten zich openen en de spieren zich ontspannen. Door het gebruik van de aardekracht activeren we onze dantiankracht (speciale interne kracht vanuit de buik). Door activering en ontwikkeling wordt dit een genezende kracht die ons leert evenwichtiger in het leven staan. De oefeningen zijn op eigen niveau te beoefenen en daarmee wordt zieke energie (binqi) afgevoerd. Met het in verschillende houdingen staan, ontstaat een kalmerende werking, kunnen blokkades worden opgeheven en wordt onze energie versterkt. Er zijn geen leeftijdsgrenzen voor deze beoefening.



### TAIJI37VORM

Deze beoefening verwijst naar de 37 basistechnieken uit de vorm van Nanpan Taij, de staande houdingen om interne kracht te ontwikkelen. Ze helpen spontane beweging in het lichaam op te wekken, ook weer ter ontwikkeling van de dantiankracht en het openen van energiemarkten in het lichaam. Dit komt je gezondheid en uithoudingsvermogen ten goede. Iedereen is van harte welkom.

In overleg kun je de les van dinsdag en / of donderdag meedoen.

### WORKSHOP AMITBHA MET TSOK

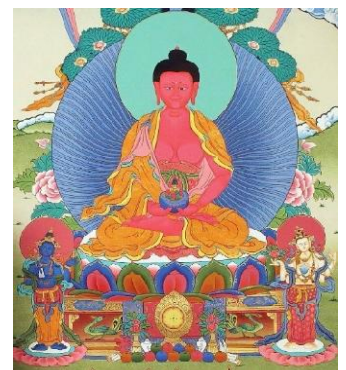
Data: **7 sept '24 en 3 jan '25** van 10 - 16 uur

Deze dag wordt besteed aan de mogelijkheid om dicht bij jezelf te zijn, door meditaties en het reciteren van mantra's. Vanuit de Boeddha van het Licht en Dewatchen, waar onze oorsprong zich bevindt. Hier verbinden wij onszelf mee in de geest en worden ons verschillende aspecten gewaar. Waaronder Licht Liefde en Helderheid.

U bent van harte welkom!

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-



## KARLING SHIDRO

Karma Eusel Ling

Data: 1 dag van 10 - 16 uur

Door: Lama Karma Tsultrim

Bijdrage: € 50,-



Naar wens van onze eerbiedwaardige Lama Karta ontwikkelen we gedurende enkele dagen de volledige leer van Karling Shidro. Naar de kennis hiervan kunnen wij ons verbinden met de mandala (verzameling) van de toornige en vreedevolle godheden. Zo bereiden wij ons voor op de overgang naar het Bardo, de tussenliggende periode na het sterven. We kunnen wensgebeden doen voor overledenen en wonen dit ritueel bij in Yeunten Ling met geïnteresseerden en meerdere lama's.

## WORKSHOP DRUPEE MANDALA BEHEERSING

*Mandala is het diagram van het universum*

Data: **26 okt** van 10 - 16 uur

De offerande van de mandala maakt deel uit van de Voorbereidende oefeningen en vindt plaats bij bijzondere rituelen. Vanwege de vorm bovendien een zeer krachtige visualisatie, met handmatige bewegingen met rijst op de basis van de mandala. Het is zeer belangrijk om deze praktijk zorgvuldig uit te voeren en de teksten juist uit te spreken in aansluiting op de offeringen en hun indeling. Er wordt een beschrijving gegeven en een toelichting, dit om de Mandala meditatie te volle te begrijpen. Een tantrische vorm en meditatie die tijd kost. We hopen dan op een verdiepende samenwerking naar inzicht en begrip.

Door: Lama Karma Tsultrim De

Bijdrage: € 50,-



*om guru dewa dakini sarwa ratna mandala poedza ha hoeng*

## WORKSHOP NYOENG NEE (vastenpraktijk)

Door: Lama Karma Tsultrim

Bijdrage: 150 € (3 dagen)

Data: **19, 20, 21 sept - 21, 22, 23 nov - 12, 13, 14 dec** van 10 - 16 uur

Deze praktijk wordt door alle Tibetaanse boeddhisten beoefend. Gelongma Palmo was een groot beoefenaar van de Nyoeng Nee die naar de gelofte van Sodjong een zuivering en een versterkende energie tot stand brengt. De meditatie is gericht naar de Boeddha Tchenrezig met de duizend armen en de elf gezichten. Deze zeer grote zuivering transformeert negatieve daden en als deze praktijk in juistheid wordt uitgevoerd, hoeft de beoefenaar niet meer opnieuw geboren te worden. We zuiveren de fysieke vermoeidheid met prosternaties waarmee we de poorten voor de hongerige geesten sluiten. De meditatie van Tchenrezig en het reciteren van zijn mantra wekt mededogen op en realiseert meer en meer de spontane liefde en het mededogen van Tchenrezig.



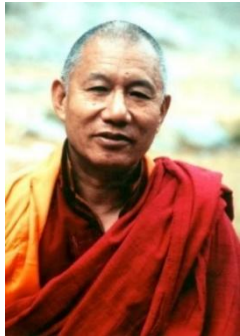
## WORKSHOP DZOGCHEN NYING TIG

Data: twee dagen van 10 - 18 en 10 - 16 uur

Deze lering is bedoeld voor diegenen die zich al langdurig in meditatie verdiepen, de gevorderde beoefenaars. De basis van Dzogchen is het scheppende van de geest uit ontstane kennis van zijn natuur, zuiver en vrij van smetten. Deze workshop wordt gegeven door Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 110,-



*ter info: Longchenpa wordt als de belangrijkste leermeester gezien van de Nying Tig vanuit de Nyingmapa's (de oudste van de overdrachtslijnen in het boeddhisme). O.a. leringen die betrekking hebben op (Yana) Dzogchen - maha yoga - anu yoga - anti yoga en overdrachten (Terma's) door Padmasambhava. Hij werd ook wel de tweede Boeddha genoemd, degene die alle teksten van de Boeddha bewaarde. Een visionaire overdrachtslijn in zuiver spirituele communicatie.*

## WORKSHOP SHAMATHA MEDITATIE

Data: **10, 11 jan 2025** van 10 -16 uur

verwerven van inzicht en wijsheid wordt gebruik gemaakt van gedachten en begrippen waar de geest tot rust gekomen is. Onze inzichten in allerlei gebeurtenissen van ons bestaan kunnen dan ontstaan. Vanuit een kalme geest ontstaan vermogens door focus, mentale rust en stabiliteit (Shamatha). Deze praktijk voor meditatie en studie is geworteld in authentieke Dharma lering. Die helpt ons door diepgaande bezinning om aandacht, bewustzijn en inzicht te brengen in onze ervaringen.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 135,-

incl. overnachting Bij het



## WORKSHOP VROUWELIJKE EN MANNELIJKE ENERGIE

Data: **28 sept** van 10 - 16 uur:

Dit onderwerp speelt in deze huidige tijd een belangrijke rol. Je kunt je afvragen waarom? Iedereen is van harte welkom.

Door: **Lama karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-

## WORKSHOP DE MEERVOUDIGE BENADERING

Datum: **17 Jan 2025** van 10 - 16 uur

De doelstelling van het Pad waar we de vruchten uit onze actie gewaar kunnen worden. Ontstaat waar wijsheid die de afhankelijke oorsprong, als eenheid, in woorden zullen overstijgen. En het begrip leegte beter is te bevatten of zien. Leegte is niet te begrijpen in werkelijkheid, een diepzinnige waarheid die niet te bevatten is, maar geluk in zich heeft. Bijvoorbeeld in een moment dat ons gelukzaligheid kan overvallen, de ruimte tussen de gedachten, ook wel rigpa.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-

## WORKSHOP PRAKTIJK VAN DE TCHEUD EN KANGLING

Data: **5 okt** van 10 - 16 uur

De Tcheud en de Kangling zoals voorheen in de Ch"o of Tcheud. Een oud middel om energie op te wekken om zo veel mogelijk vibratie op gang te brengen soms zwiigt de bel en versnelt het ritme van de damaroe en ervaren we met klank van de Kangling. Zie ook info bij Poedja Thcheud pag. 7.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-



KANLING VOOR BIJ TCHEUD

## WORKSHOP DE DRIE DEUGDEN

Data **1 nov** 10 - 16 uur

De drie deugden, de liefdevolle vriendelijkheid, mededogen om te komen naar de innerlijke verdieping waardoor we onze kwintessen en kwaliteiten steeds meer bewust worden en het pad van oorzaak helder wordt en ons manifesteren naar onze Boeddha-natuur. Lichaam, Spraak en Geest, de helderheid of leegte.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-

## WORKSHOP HET DOEL VAN DE GODHEDENOFFERINGEN..

Tsultrim Data: **23 nov** 10 - 16 uur

Door: **Lama karma**

Bijdrage: € 50,-



..hierdoor onze gradaties van bewustzijn te verbinden als bescherming van invloeden en niet te gaan dwalen, onszelf niet verliezen; geconcentreerd op je godheid als kwaliteit van jezelf, door deze discipline van verbondenheid doet jouw gekozen oefening met deze godheid, bij de liefdevolle wijsheid, jouw godheid ontstaan en houdt je pad zuiver.

## WORKSHOP MOEILIJKE SITUATIES OMARMEN

Datum: **30 nov** van 10 - 16 uur:

We leren van ondervindingen; onszelf zien naar oorzaken; dat niet alles zomaar gebeurt.

Dat alles een onafhankelijk bestaan bevat, maar karmische processen zijn om dieper inzichten naar jezelf; niets bestaat los van jou.

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-



## WORKSHOP VERGEZELD VAN DE LEVENDIGE MYSTIEKE TOESTAND

Datum: **28 dec** van 10 - 16 uur

Door: **Lama Karma Tsultrim**

Bijdrage: € 50,-

Door de oudheid van de Nyingmapa traditie en verbonden door Padmasambava en Vilamitra en Vairocana (8<sup>e</sup> eeuw) geïntroduceerd vanuit India naar Tibet, waar de Dzochchenleer een belangrijke vorm vond (Longchenpa). De historische en visionaire lijn (of karma) en Samantadhbra inspireren rechtstreeks geestelijk contact van meester op leerling vanuit een vroegere incarnatie verstaan. Hier delen we vanuit oefening en ervaringen de mystieke kennis die wordt weergegeven. We verdiepen ons in deze leer.



## MEDITATIEF LANG WEEKEND KARMA EUSEL LING, VORSTENBOSCH

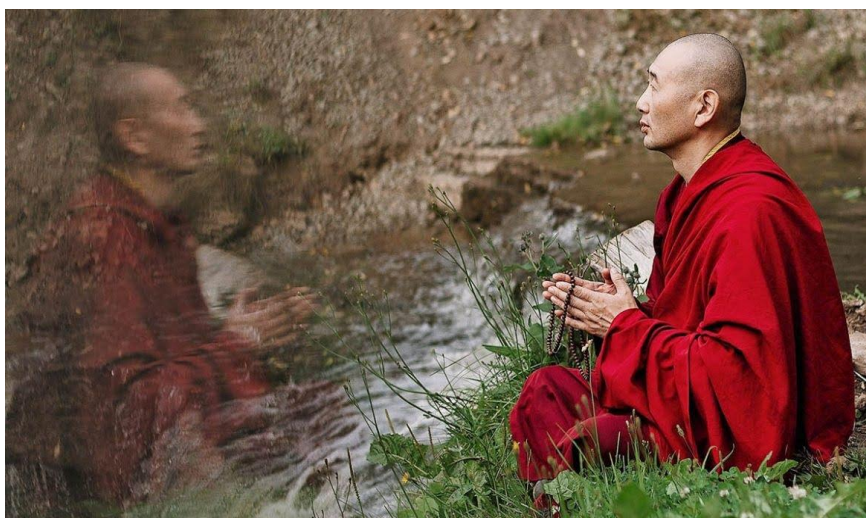
Dharmaonderricht, poedja's, Guru Yoga en meditatie: **Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng**

Data: **18, 19, 20 okt** van 7.30 - 17 uur

Bijdrage: € 235,- contant

of via bankoverschrijving NL18RABO0155212923 t.n.v. Karma Eusel Ling o.v.v. retraite

Bij geschikt weer maken we een wandeling in onze mooie omgeving. Denk aan wandelschoenen eventueel. Informeer voor reservering eerst of er nog plaats is.





September

maandag 2	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Tara
dinsdag 3	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 4	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 5	14:00	16:00	<b>Studiegroep</b>	<b>Nagarjuna</b>
donderdag 5	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
vrijdag 6				
zaterdag 7	10:00	16:00	<b>Amitahba – De Rode Robijn</b>	<b>Workshop</b>
zondag 8				
maandag 9	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Mahakala-Tchenrezig
dinsdag 10	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 11	20:00	22:00	Stervensbegeleiding(Bardo Thödol)	Wensgebed
donderdag 12				
vrijdag 13	14:30	16:30	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
zaterdag 14				
zondag 15				
maandag 16	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Milarepa+Tjok
dinsdag 17	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 18	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	Volle maan
donderdag 19	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
donderdag 19	10:00		<b>Nyoeng-Nee</b>	
vrijdag 20			<b>Nyoeng-Nee</b>	
zaterdag 21		16:00	<b>Nyoeng-Nee</b>	
zondag 22				
maandag 23	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Tcheud praktijk
dinsdag 24	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 25	20:00	22:00	Stervensbegeleiding(Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
donderdag 26				
vrijdag 27	14:00	16:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
zaterdag 28	10:00	16:00	<b>Vrouwelijke en mannelijke energie</b>	<b>Workshop</b>
maandag 30	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Boeddha Menla





## Oktober

dinsdag 1	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 2	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 3	14:00	16:00	<b>Studiegroep</b>	<b>Nagarjuna</b>
donderdag 3	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
vrijdag 4				
zaterdag 5	10:00	16:00	<b>Praktijk van de Tcheud+Kangling</b>	<b>Workshop</b>
maandag 7	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Mahakala-Tchenrezig
dinsdag 8	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 9	20:00	22:00	Stervensbegeleiding(Bardo Thödol)	Wensgebed
donderdag 10				
vrijdag 11	13:30	16:30	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
zaterdag 12				
maandag 14	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Milarepa+Tjok
dinsdag 15	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 16	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 17	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	Volle maan
vrijdag 18	07:30		<b>Retraite Stilte</b>	
zaterdag 19			<b>Retraite Vajra Yogini</b>	Herfstvakantie
zondag 20		17:00	<b>Retraite Stilte</b>	
maandag 21	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Tcheud Praktijk
dinsdag 22	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 23	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
donderdag 24				
vrijdag 25	14:00	16:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
zaterdag 26	10.00	16.00	<b>Mandala Beheersing</b>	<b>Workshop</b>
zondag 27				Einde herfstvakantie
maandag 28	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Tara
dinsdag 29	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 30	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 31	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	







November

vrijdag 1	10:00	16:00	<b>De Drie Deugden</b>	<b>Workshop</b>
zaterdag 2				
zondag 3				
maandag 4	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Witte Tara
dinsdag 5	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 6	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
donderdag 7				
vrijdag 8	13:30	16:30	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
zaterdag 9				
maandag 11	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Milarepa+Tjok
dinsdag 12	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 13	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 14	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
donderdag 14				
vrijdag 15				Volle maan
zaterdag 16	10:00	16:00	<b>Doel van de Godhedenofferingen</b>	<b>Workshop</b>
zondag 17				
maandag 18	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Tcheud
dinsdag 19	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 20	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
donderdag 21	10:00		<b>Nyoeng-Nee</b>	
vrijdag 22			<b>Nyoeng-Nee</b>	
zaterdag 23		16:00	<b>Nyoeng-Nee Praktijken</b>	
zondag 24				
maandag 25	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Lama van Verre
dinsdag 26	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 27	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 28	14:00	16:00	<b>Studiegroep</b>	<b>Nagarjuna</b>
donderdag 28	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
vrijdag 29				
Zaterdag 30	10.00	16.00	<b>Moeilijke Situaties Omarmen</b>	<b>Workshop</b>





## December

zondag 1				
maandag 2	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Tara
dinsdag 3	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 4	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
donderdag 5				
vrijdag 6	13:30	16:30	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
zaterdag 7				
maandag 9	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Amitabha
dinsdag 10	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 11	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 12	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
donderdag 12	10:00		<b>Nyoeng-Nee</b>	
vrijdag 13			<b>Nyoeng-Nee</b>	
zaterdag 14		16:00	<b>Nyoeng-Nee Praktijken</b>	
zondag 15				Volle maan
maandag 16	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Milarepa+Tjok
dinsdag 17	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 18	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed Powa
donderdag 19	14:00	16:00	<b>Studiegroep</b>	<b>Nagarjuna</b>
vrijdag 20	14:00	16:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
zaterdag 21				
zondag 22				
maandag 23	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Tcheud
dinsdag 24	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 25			Kerst	
donderdag 26			Kerst	
vrijdag 27				
zaterdag 28	10.00	16.00	<b>Vergezeld vd Levendige Mystieke Toestand Workshop</b>	
zondag 29				
maandag 30	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Boeddha Menla
dinsdag 31				oudjaar





Januari 2025

woensdag 1				Nieuwjaar
donderdag 2				
vrijdag 3	10:00	16:00	<b>Verjaardag Lama Karta</b>	<b>Amitabha – Tchok</b>
zaterdag 4				
zondag 5				
maandag 6	20:00	21:30	Poedja-Visualisaties-Meditatie	Lama van Verre
dinsdag 7	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
woensdag 8	20:00	22:00	Stervensbegeleiding (Bardo Thödol)	Wensgebed
donderdag 9				
vrijdag 10	10:00		<b>Zdaagse Samatha Meditatie</b>	Inclusief overnachting
zaterdag 11		16:00	<b>Zdaagse Samatha Meditatie</b>	
zondag 12				
maandag 13	20:00	21:30	Poedja-Bardo onderricht-Meditatie	Milarepa+Tjok volle maan
dinsdag 14	20:00	21:30	Guru Yoga	Korte Tchenrezig
woensdag 15	20:00	21:30	Vipassyana (Lhag Thong)	
donderdag 16	14:00	16:00	<b>Studiegroep</b>	<b>Nagarjuna</b>
donderdag 16	19:30	21:00	Taijiwuxigong en Taiji37vorm	
vrijdag 17	10:00	16:00	<b>Meervoudige benadering</b>	<b>Workshop</b>
zaterdag 18				





## TIBETAANS BOEDDHISTISCH CENTRUM KARMA EUSELING

Lama Karma Tsultrim Tcheudjoeng - Heuvel 1 - 5476 KG - Vorstenbosch - ☎ 0413-340320 - 📞 0643530780

Guus van der Valk - Heuvel 1a - 5476 KG - Vorstenbosch - 📞 0619406505

[www.karmaeuselling.nl](http://www.karmaeuselling.nl) ✉ [info@karmaeuselling.nl](mailto:info@karmaeuselling.nl)

[www.facebook.com/BoeddhistischCentrumKarmaEuseling](https://www.facebook.com/BoeddhistischCentrumKarmaEuseling)

-Via onze website kunt u zich aanmelden voor onze digitale nieuwsbrief-