

Activiteiten van de Stichting Tapiritsa in 2019:

Onderricht:

1 juni 2019 - Seminar o.l.v. Ponlob Tsangpa Tendzin Rinpoche bij Stichting Bodhisattva te Huis ter Heide over kalm verblijven meditatie. Georganiseerd door St. Tapiritsa i.s.m. Stichting Bodhisttva.

6 – 9 juni 2019 Seminar: Het hoofdstuk over meditatie (van dzogchen), uit de Gyalwa Chaktri, het handboek voor meditatie, door Ponlop Tsangpa Tenzin (gehouden in voormalig klooster De Beukenhof te Biezenmortel)

De uitleg bevatte 3 onderdelen:

1e Hoe te mediteren, met instructies met betrekking tot lichaam, spraak en geest

2e Hoe obstakels/tekortkomingen zuiveren; met andere woorden: hoe om te gaan met obstakels die je tijdens de meditatie tegenkomt en deze overkomen

3e Over ervaringen tijdens de meditatie nadat je de eerste 2 fasen hebt doorlopen, b.v. Ervaring van gelukzaligheid, het conceptloze, helder licht.

Niet alleen heeft Ponlop onderricht gegeven in meditatie in de natuurlijke staat, de dagen zijn steeds begonnen en afgesloten met een langere meditatiesessie.

4 – 6 oktober 2019: Seminar: “Twaal kleine tantra's” uit de Zhang Zhung Nyengyu, door Khenpo Tenpa Yungdrung (gehouden in voormalig klooster De Beukenhof te Biezenmortel)

Tijdens het seminar heeft Khenpo het eerste deel van deze tekst uitgelegd. De Twaalf korte tantras worden soms de bron van de Mondelinge Overdracht uit Zhang Zhung genoemd. De tekst behandelt het gehele pad van beoefening van totale volmaaktheid (dzogchen) met zeer krachtige adviezen voor meditatie.

8 december 2019 Vervolg seminar over sterven o.l.v. Florens van Canstein in Mid-Laren.

Opening nieuwe tempel

3 Oktober 2019: Feestelijke opening van de nieuwe tempel, het Tapiritsa Meditatie Centrum, Sporadenlaan 85, Amsterdam, door Khenpo Tenpa Yungdrung

Bijeenkomsten oefengroep Amsterdam:

12 januari, 16 maart, 20 april, 11 mei, 29 juni, 14 september, 26 oktober, 23 november, 14 december:

Op 12 januari, 20 april en 11 mei: De meditatieve balans onder leiding van Florens van Canstein. Tijdens de bijeenkomst is dieper ingegaan op de tekst zoals uitgelegd door Khenpo Tenpa Yungdrung en is de tekst verder is toegelicht.

Op 16 maart hebben wij onderling ervaringen uitgewisseld met dzogchen, en de 5 tsa lung oefeningen gedaan, afgewisseld met stille meditatie.

14 september 2019: De medicijnboeddha met Menpa Tshultrim Wangdak: introductie van traditionele Tibetaanse medicijnen en kennis van de gezondheid.

Op 26 oktober, 23 november en 14 december is onder leiding van Florens van Canstein verder ingegaan op de tekst van de Twaalf korte trantra's zoals uitgelegd door Khenpo Tenpa Yungdrung (o.a. het verhaal van de openbaring van Tapiritsa, een korte uitleg van de betekenis van de sang, dieper ingaan op dzogchen meditatie).

Sinds de opening van het Tapiritsa Meditatie Centrum vinden de bijeenkomsten van de centrale oefengroep op deze locatie plaats. In de nieuwe tempel wordt de ochtend begonnen met een *sang* offerande gevolgd door een stille meditatie.

Wekelijkse ochtend meditatie

Sinds de opening van het Tapiritsa Meditatie Centrum is er gelegenheid op de zaterdagochtend de *sang* offerende bij te wonen, gevolgd door een uur stille meditatie.

Diverse interne publicaties

In 2019 zijn de volgende nieuwe publicaties uitgebracht:

- Lopon Tenzin Namdhak Rinpoche, The practice of 'the thigle of the elements', € 17,50
- Twaalf korte tantra's. Uit: De mondelinge dzogchenoverdracht uit Zhang Zhung (Nederlandse vertaling), € 8,-
- Dru Gualwa Yungdrung, Atri. Leiding door de A (Nederlandse vertaling), € 12,50
- Meditatie in het heldere licht. Onderricht door Ponlop Tsangpa Tenzin Rinpoche 2019, € 12,50
- De beoefening van de meditatieve balans (deel 2). Onderricht door Khenpo Tenpa Yungdrung Rinpoche 2018, € 8,-

Overige publicaties staan vermeld onder www.tapiritsa.nl, onder de tab Materiaal

Donaties t.b.v. onderwijsactiviteiten aan:

- Khenpo Tenpa Yungdrung (abt van het klooster Tritten Norbutse te Kathmandu en mede-oprichter van een scholenproject in Siliguri, India, voor kansarme kinderen uit de Himalaya-regio)
- Ponlop Tsangpa Tenzin (hoofdleraar van het klooster Tritten Norbutse)
(Een klooster is tevens een opleidingscentrum.)