

## Stupa für den Frieden - Newsletter Mai 2026



**Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Freundinnen und Freunde des Stupa,** dieser Newsletter lädt Sie wieder ein, den Stupa als Ort der Ruhe, Achtsamkeit und inneren Einkehr zu erleben. Inmitten des Alltags bietet sich hier Raum, innezuhalten und den Geist zu klären.

Der kommende Monat Mai bietet vielfältige Gelegenheiten zur Praxis und Begegnung – bei Meditationen mit Sunim Tenzin Tharchin, Kindermeditationen mit Prof. Silvia Kramreiter.

Besondere Impulse geben die Wasserzeremonie zu Buddhas Geburtstag, die zur inneren Reinigung einlädt, sowie die Medizin-Buddha-Meditation mit Peter Lukes, die Heilung und Achtsamkeit verbindet.

Regelmäßige Praxis und die Orientierung am Edlen Achtfachen Pfad bleiben dabei wertvolle Grundlagen.

Bitte beachten Sie unsere Öffnungszeiten und mögliche wetterbedingte Änderungen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch – zu Momenten der Stille und Verbundenheit.

In Verbundenheit

**Bop Jon Sunim Tenzin Tharchin**

**Öffnungszeiten im Stupa:**

**April bis Oktober:**

Di. bis So. und Feiertage - 10:00 bis 18:00 Uhr

Mo. geschlossen

**November, Dezember:**

Fr. Sa. So und Feiertage - 10:00 - 16:00 Uhr

Mo. Di. Mi. Do geschlossen

**Falls Sie zu anderen Zeiten kommen wollen, bitte um Kontakt!**

**Wir behalten uns vor bei schlechtem Wetter früher zu schließen!**

**Meditationen**



Für alle, die den Pfad der Erleuchtung gehen möchten, sind eine regelmäßige Meditationspraxis und das Leben nach dem Edlen Achtfachen Pfad zentrale Empfehlungen.

**- gemeinsame Meditation mit Sunim Tenzin Tharchin**

jeden zweiten Samstag im Monat **jeweils 09:00 Uhr**

Termine: 16.05., 30.05., 13.06., 27.06., 11.07., 25.07., 08.08., 22.08.,

05.09. entfällt die Meditation wegen Vortrag mit Prof. Cameron David Warner

12.09., 26.09.

**- Kindermeditation mit Prof. Silvia Kramreiter**

**jeweils 15:00 Uhr**

Termine: 07.06., 05.07., 13.09.

### **- Meditation in Stille und Gruppenmeditationen**

nur gegen Absprache mit dem Stupa Team möglich, da laufender Besucher Betrieb stattfindet!

### **24.07.2026 17:00 Medizin-Buddha Meditation mit Peter Lukes**

Diese Ehrerweisung an den **Medizin Buddha, den Sangye Men La**, hat mit Reinigung und Heilung zu tun und ist den originalen Unterweisungen des Medizin-Buddha entnommen.

Die Ursachen unserer physischen und mentalen Probleme stehen mit dem Geist in Zusammenhang.

Die Wurzelursache ist die Unwissenheit und aus dieser Basis gehen andere Leid verursachende Emotionen hervor.

Diese wiederum erzeugen Karma (Ursache), und Karma hat unsere Umgebung und unser Leben geschaffen.

Somit ist es wichtig, dass wir mit unserem Geist arbeiten und unsere Situation so verbessern.

Mit Zunehmen des Mondes, am 8. Tag nach Neumond, dem **Medizin Buddha Tag**, bringen wir den acht Medizin Buddhas Ehrerbietungen dar, als eine kraftvolle Methode, um unser Streben zu verwirklichen, alle Wesen vom Leiden zu befreien. Die Teilnahme an der Medizin Buddha Puja ist für alle Menschen aller religiösen Richtungen geeignet.

Man muss nicht Buddhist sein, um diese Praxis allen fühlenden Wesen widmen zu können.

## 31.05.2026/ Feier zu Buddhas Geburtstag



### Die Wasserzeremonie zu Buddhas Geburtstag

Ein zentraler Bestandteil der Feier zu Buddhas Geburtstag ist die **Wasserzeremonie**, bei der eine Statue des neugeborenen Buddha feierlich gebadet wird. Diese Zeremonie ist nicht nur ein schöner ritueller Akt, sondern trägt eine tiefe symbolische Bedeutung – sowohl spirituuell als auch persönlich

### Symbolik des rituellen Badens

Wenn wir den kleinen Buddha mit Wasser übergießen ist das mehr als eine äußere Handlung. Es ist ein **Ritual der Reinigung und Erneuerung**.

Wir baden symbolisch nicht nur die Buddha-Statue, sondern auch **unser eigenes Herz** – von Gier, Ärger und Unwissenheit.

### Das Wasser reinigt nicht den Buddha – sondern uns selbst

Es erinnert uns daran, dass auch in uns das Potenzial zur Erleuchtung liegt.

Ob jung oder alt, Anfänger oder langjähriger Praktizierender – **jeder ist eingeladen**, an dieser Zeremonie teilzunehmen. Mit einem kleinen Löffel oder einer Schale Wasser gießt man sanft über die Buddhafigur – in Stille, mit einem Wunsch, einem Gebet oder einfach in Achtsamkeit:

**"Möge dieses Wasser unser Herz berühren, uns reinigen und verbinden – mit dem Buddha, mit uns selbst und miteinander"**

**Reinigung und Transformation des Geistes“**



**Reinigung des Geistes**

Im Buddhismus beginnt der Weg nicht im Außen, sondern im eigenen Geist. Wie es im Dharma heißt:

*„Der Geist ist der Ursprung aller Dinge.“* (Dhammapada)

Unwissenheit, Anhaftung und Zorn trüben unsere Wahrnehmung und sind die Ursachen unseres Leidens. Deshalb liegt der Kern der Praxis in der inneren Reinigung und Klarheit. Meditation, Rituale und Achtsamkeit sind Wege, diesen Prozess zu unterstützen.

Die Wasserzeremonie erinnert uns daran:

*„So wie Wasser den Staub abwäscht, reinigt Weisheit den Geist.“*

Auch die Praxis des Medizin-Buddha weist darauf hin, dass wahre Heilung im Inneren beginnt. Indem wir unseren Geist wandeln, verändern wir auch unser Erleben der Welt.

Oder, wie es Gautama Buddha zugeschrieben wird:

*„Den eigenen Geist zu zähmen ist besser, als tausend Schlachten zu gewinnen.“*

Möge diese Praxis uns helfen, Klarheit, Mitgefühl und innere Freiheit zu entfalten – zum Wohle aller Wesen.

**Von der Vision zur Wirklichkeit**



### **Von der Vision zur Wirklichkeit**

Ein wichtiger Impuls entstand 1993, als Tenzin Gyatso, der 14. Dalai Lama, den großen Friedensstupa in Ungarn, in Szalazanto einweihte. Daraus entwickelte sich der Wunsch, auch in Österreich einen solchen Ort zu schaffen.

Nach intensiver Suche fiel die Entscheidung auf Grafenwörth – in Zusammenarbeit mit Bürgermeister Alfred Riedl. Unterstützt durch zahlreiche Helferinnen und Helfer sowie bedeutende Reliquien und Schriften aus der buddhistischen Welt konnte der Stupa schließlich verwirklicht werden.

### **Spirituelle Bedeutung von Stupas**

Die Errichtung von Stupas geht auf eine Empfehlung von Gautama Buddha zurück, der bereits vor etwa 2500 Jahren dazu riet, in schwierigen Zeiten solche Friedensdenkmäler zu schaffen. Dieser Anregung folgte der koreanische Mönch Bop Jon Sunim Tenzin Tharchin.

Der Stupa steht allen Menschen offen – unabhängig von Herkunft oder Glauben. Nach buddhistischer Überlieferung entfaltet er eine positive Wirkung für jene, die ihn sehen, umrunden oder in seiner Nähe meditieren. Seine Symbolik ist tiefgründig: Die Sonne steht für Mitgefühl, der Mond für die Überwindung von Leid und die Krone für Erleuchtung.

### **Der Stupa in Grafenwörth - Ein Ort der Begegnung und Inspiration**

Der Friedensstupa in Grafenwörth, der größte Stupa in Europa, ist seit seiner Einweihung im Juni 2023 ein bedeutender Anziehungspunkt für Menschen aus unterschiedlichsten Bereichen. Zahlreiche Bürgermeister aus Niederösterreich und Oberösterreich sowie Vertreter aus Politik, Religion und Kunst haben den Stupa bereits besucht.

Zu den Gästen zählen unter anderem geistliche Persönlichkeiten wie Georg Wilfinger vom Stift Melk sowie der Abt von Herzogenburg. Auch Künstlerinnen und Künstler aus Grafenegg schätzen die besondere Atmosphäre und Akustik des Ortes. Musikgruppen, darunter ein Gospelchor aus Traismauer und Gäste aus Deutschland, nutzen den Stupa ebenfalls für inspirierende Begegnungen.

### **Ein lebendiger Lernort**

Der Stupa ist ein Ort der Begegnung, der regelmäßig von Schulklassen besucht wird. Besonders im Bereich Ethik und Religion bietet er eine anschauliche Möglichkeit, sich mit den Themen Frieden und Achtsamkeit auseinanderzusetzen.

Auch Studierende der Kirchliche Pädagogische Hochschule Wien/Krems besuchen gemeinsam mit ihren Professoren regelmäßig den Stupa – mittlerweile bereits zum siebten Mal. Ebenso zeigte sich die Caritas der Diözese St. Pölten sehr beeindruckt von der Begegnung mit Bop Jon Sunim Tenzin Tharchin und dem Stupa.

### **Ein Zeichen für Frieden und Mitgefühl**

Heute steht der Friedensstupa am Wagram als lebendiges Symbol für **Frieden, Mitgefühl und Weisheit**. Wir danken allen, die – auf vielfältige Weise – zur Entstehung und Entwicklung dieses besonderen Ortes beigetragen haben.

### **Spenden für den Stupa**



(Die Statue von Bodhisattva Ksitigarbha beim Stupa ist eine Spende aus China.)

**Ein Ort der Stille, der Kraft und des Mitgeföhls**

Seit über fünf Jahren steht der **Friedensstupa in Grafenwörth** an seinem Platz – kraftvoll, still und beständig. Er trotz dem Wandel der Zeit und lädt inmitten von Natur, Geschichte und Spiritualität dazu ein, **zur Ruhe zu kommen** und sich mit dem Wesentlichen zu verbinden.

Wenn Sie das Bedürfnis nach Einkehr spüren oder Fragen zum Buddhismus mitbringen, ist der Stupa ein Ort, der **offen ist für alle** – still, heilsam, inspirierend.

### **Ein Ort für Generationen**

Der Stupa ist nicht nur ein Bauwerk – er ist ein Symbol für Frieden, Mitgefühl und Weisheit. Über viele Jahrhunderte hinweg wird er unzähligen Lebewesen von Nutzen sein – als Ort der Zuflucht, der Meditation und des stillen Segens.

**Etwas für das Wohl anderer zu tun, ist eine kraftvolle spirituelle Handlung** – sie bringt Licht in die Welt und tiefen inneren Verdienst.

### **Ihre Unterstützung zählt**

Damit der Stupa erhalten bleibt und weiterhin wirken kann, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen. **Jede Spende fließt direkt und ohne Abzug in die Pflege und Erhaltung** dieses besonderen Ortes.

### **Spendenmöglichkeiten**

STUPA INSTITUT

ZVR: 905175281

Bank Austria Creditanstalt

IBAN: AT05 1200 0512 4404 4044 - BIC Code: BKAUATWW

oder

Raiffeisenbank Baden

IBAN: AT27 3204 5000 0020 8116 - BIC Code: RLNWATWWBAD

### **Kontakt:**

**KR Elisabeth Lindmayer**

**Stupa Institut Tel 0664 340 1046**

[lindmayerelisabeth@yahoo.com](mailto:lindmayerelisabeth@yahoo.com)

[office@stupa.at](mailto:office@stupa.at)

<http://www.stupa.at>

<http://www.friedensstupa.at>

# Anfahrt zum Friedensstupa in Grafenwörth



**Adresse:**  
Wallner-Vetter-Gasse  
3483 Grafenwörth



**GPS - Koordinaten:**  
48.44083735843629,  
15.76640282643119



**Anfahrtsplan im Internet:**  
[www.stupa.at/anfahrt](http://www.stupa.at/anfahrt)  
[www.friedensstupa.at/kontakt](http://www.friedensstupa.at/kontakt)

