

**Prana-Verein Austria – Direkthilfe Nepal**  
Nepal.pranaverrein.at – Bericht Oktober 2012

Liebe FreundInnen, momentan befindet sich wieder eine Gruppe aus Österreich in Nepal - wir erleben eine wunderschöne, intensive und freudvolle Zeit. Ich möchte euch in diesem Newsletter ein paar Eindrücke und Fotos aus der Benchen-Monastery und aus Kathmandu übermitteln – durch die Augen unserer Besucher gesehen. Die Benchen-Monastery ist eines der Klöster aus der Kagyü-Linie des tibet. Buddhismus, am Fuße des Affenberges gelegen, auf dem sich ein hinduistisches und buddhistisches Heiligtum befinden. Der Stadtteil heißt Swayambunath.



Hier befinden wir uns im Klosterhof der Benchen-Monastery.

Links oben ein Blick auf unser Gästehaus.



Das Gästehaus – morgens praktizieren einige Teilnehmer Yoga auf der Terrasse – oder genießen die Sonne und die wunderbare Aussicht auf Kathmandu. Es ist ein Ort des Friedens und der Ruhe – inmitten dieser großen Stadt, in der 8 Mio Menschen wohnen. Sonnenuntergang über Kathmandu – ein Blick vom Kloster auf den Affenberg



Gemütliches Beisammensein und Essen im kleinen Garten des Gästehauses – und immer wieder besuchen uns die Affen, die in großer Anzahl in Swayambunath wohnen. Sie sind äußerst clever und stehlen gerne Früchte und Essbares.



Im Kloster selbst nehmen wir gerne am Leben der Mönche teil. Wir besuchen deren Pujas, die heiligen Zeremonien, die täglich stattfinden und beobachten die kleinen und großen Mönche im alltäglichen Leben.



Außerhalb des Klosters beginnt das bunte Treiben. Die Mönche trinken gerne Tee in den umliegenden Geschäften - um den Affenberg herum gibt es viele unterschiedliche Gebetsmühlen, welche die Gebete der Pilger zum Wohle aller Wesen um die Welt tragen.



Hier einige Geschäfte und Straßenverkäufer in Kathmandu; die Malas – Perlenketten – dienen den Meditierenden zum Zählen der Mantras.





Schweine am Fluss



Ups – da stimmt was nicht .... Schon besser!

Und dann fahren wir mit Lama Nima nach Pharping zum Retreatcenter der Benchen-Monastery, dort gab er uns einige Meditationsmantrn und segnete unsere Gebetsfahnen, die wir dann zu den anderen hängten – wie immer – zum Wohle aller Wesen.



Im nächsten Newsletter – der euch bald erreicht – geht unser Bericht weiter und entführt euch u.a. wiederum nach Saping zu unserem Center!

**Liebste Grüße nach Hause!**

**DANKE !!!**

Für eure Mitgliedschaft beim PranaVerein, für Eure Spenden und für eure liebevolle Hilfe und Unterstützung.

PranaVerein, Kto. 0500254490, BLZ 20404,  
IBAN AT69 2040 4005 00254490, BIC: SBGSAT2SXXX  
Infos an: [nepal@pranaverein.at](mailto:nepal@pranaverein.at), [www.pranaverein.at](http://www.pranaverein.at)