



Lama Michel Tulku Rinpoche

Der spirituelle Nachlass von Lama Gangchen Rinpoche: Und nun sollten wir nur noch aufblühen

Teaching transcript

„Und nun sollten wir nur noch aufblühen“ lädt uns ein, Gewissheit für einen höheren Zweck zu entwickeln: Das spirituelle Erbe aufrecht erhalten und unserem Guru unser eigenes Wachstum darbringen!

Eine wesentliche Lektüre für jeden, der die Ehre hatte, Lama Gangchen Rinpoche kennen gelernt zu haben, aber auch für jene, die sich durch bewegende und tiefgreifende Erinnerungen mit ihm verbinden möchten.

“Mittwochs im Kunpen”
mit
Lama Michel Tulku Rinpoche

Der spirituelle Nachlass von
Lama Gangchen Rinpoche:
“Und nun sollten wir nur noch aufblühen”
(Teaching-Transkript)

Lama Gangchen



Peace Publications



Lama Michel Tulku Rinpoche

Lama Michel Tulku Rinpoche

Der spirituelle Nachlass von Lama Gangchen Rinpoche: “Und nun sollten wir nur noch aufblühen”

Transkript eines Teachings von Lama Michel Rinpoche aus der Reihe
“Mittwochs im Kunpen Lama Gangchen,” Albagnano, den 29. April 2020

*Diese Unterweisung wurde während des ersten staatlich angeordneten
Corona-Lockdowns in Albagnano erteilt, wenige Wochen nachdem unser
Guru seinen Körper verlassen hatte.*

Originaltitel: L’eredità spirituale di Lama Gangchen Rinpoche: E ora
dobbiamo soltanto fiorire

Übersetzung aus dem Englischen von Evelyn Larisika

Gegengelesen von Kersten Dohmen

Grafiklayout by Renata Reis und Madlen Krüger

Lama Gangchen Peace Publications

©Kunpen Lama Gangchen

ngalso.org

1. Ausgabe Juli 2021

Code: DP-335-DE-01

Link youtube:



<https://youtu.be/vXP5guKEeJo>

Inhalt

Gebet und Mantra mit der Bitte um den Segen des Root Guru, Lama Gangchen Lobsang Thubten Trinley Yarpel	6
Meditation um sich mit dem Wesen des Guru zu verschmelzen.....	7
Methode den inneren Guru zu erkennen	8
Wahre Helden des Dharma	12
Lama Gangchens Engagement im Westen.....	15
Aufgabe derjenigen, denen ein spirituelles Erbe	
überlassen wird	18
Zeit für unser Engagement: jetzt!	23
Die Kraft karmischer Verbindungen	27
Von der größten Ehre, die man dem spirituellen Meister zuteil werden lässt	30
Die Segnungen der Kraft der Wahrheit der Drei Juwelen Ein Gebet zur schnellen Rückkehr für Drubwang Gangchen Rinpoche	33
Kurzbiografie von Lama Michel Tulku Rinpoche	38

Gebet und Mantra mit der Bitte um den Segen des Root Guru, Lama Gangchen Lobsang Thubten Trinley Yarpel

སྐྱོ་མཚོ་ག་བཟང་པོའི་དཔལ་གྱུར་བཟླ་ཤེས་པ། ། ལྷུབ་ཚེན་བསྟན་པའི་འཕྲིན་
ལས་ཡར་རོའི་ལྷ། ། འཕེལ་བྱེད་འགོ་སྐྱོར་མཚམས་པའི་མཛད་པ་ཅན། །
དཔལ་ལྡན་སྐྱེ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

lo chog zangpö päl gyur trashipa
thub chen tänpe trinle yar ngö da
phäl je dro lor tsampe dze pa chän
päldän lame shab la sölwa deb

ཨོྲཱ་ཀུལ་རུ་བརྩ་རྣ་ར་སུ་མ་ཉི་ལུ་ནི་ཤ་ས་ན་ཀམ་ཨུ་མར་རྣ་ན་ཡེ་ཤྲི་རྩ་བ་མར་
ས་མ་ན་ཡེ་སའ་སི་རྩི་རྩི་རྩི།

om ah guru vajradhara sumati muni shasane karma uhta
vardanaye shri badhra var samaniya sarwa siddhi hung hung (x3)

ལྷ་མ་མཁྱེན། ལྷ་མ་མཁྱེན། རིན་ཚེན་ཅ་བའི་ལྷ་མ་མཁྱེན།
ལྷ་མ་མཁྱེན། ལྷ་མ་མཁྱེན། ལྷུབས་གནས་ཀུན་འདུས་ལྷ་མ་མཁྱེན།

lama khyen lama khyen drinchen sawe lama khyen
lama khyen lama khyen kyab ne kundu lama khyen

Meditation um sich mit dem Wesen des Guru zu verschmelzen

ཕ་ཁྱོད་གྱི་སྐྱེ་དང་བདག་གི་ལུས། །
ཕ་ཁྱོད་གྱི་གསུང་དང་བདག་གི་ངག། །
ཕ་ཁྱོད་གྱི་ཐུགས་དང་བདག་གི་ཡིད། །
དོན་དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

ཕ་ཁྱོད་གྱི་སྐྱེ་དང་བདག་གི་ལུས། །
ཕ་ཁྱོད་གྱི་གསུང་དང་བདག་གི་ངག། །
ཕ་ཁྱོད་གྱི་ཐུགས་དང་བདག་གི་ཡིད། །
དོན་དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

pha kiö ki ku dang dag ghi lü
pha kiö ki sung dang dag ghi ngag
pha kiö ki thug dang da ghi yi
dön ier me cig tu gin ghi lob

ma kiö ki ku dang da ghi lü
ma kiö ki sung dang da ghi ngag
ma kiö ki thug dang da ghi yi
dön ier me cig tu gin ghi lob

Methode den inneren Guru zu erkennen

བདག་གི་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན། །ཉམ་ཐག་བདག་ལ་སྤྲུགས་རྗེས་གཟིགས་
སྤྲུགསོལ། །དབྱེས་པའི་ཞལ་བཟང་བདག་ལ་བསྟན་དུ་གསོལ། །དབྱུགས་དབྱུང་
གསུང་གི་གནང་བ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། །

dag gi je tsün la ma thug je chän
nyam thag dag la thug je zig su söl
gye pe zhäl zang dag la tän du söl
ug yung sung gi nang wa tsäl du söl

ཅེ་གཅིག་སྤྲིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཚེ། །བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་དབྱུས་སྤྲུ་
ལེགས་ཞུགས་ནས། །ཡིད་ལ་བསམ་པའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ། །གོགས་མེད་སྤྲུན་
གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

tse chig nying ne söl wa deb pe tshe
de chen khor lö ü su leg zhug ne
yi la sam pe dö dön ma lü pa
geg me lhün gyi drub par jin gyi lob

ཚོགས་གཉིས་གསོག་དང་སྤྲིག་ལྷུང་གཤགས་པའི་ཚེ། །མདུན་གྱི་ནམ་མཁའི་
དབྱིངས་སྤྲུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། །རྫོབས་ཆེན་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སྤྲུ་རྗེགས་པ་
དང། །བཅས་རང་ཉེས་ལྷུང་བྱང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

tshog nyi sog dang dig tung shag pe tshe
dün gyi nam khe ying su leg zhug ne
lab chen tshog nyi yong su dzog pa dang
che rang nye tung jang war jin gyi lob

བྱང་ཚུབ་བར་གྱི་ཉིན་མཚན་དུས་ཀྱི་རྒྱ། །སྙིང་དབུས་བརྒྱའི་ཟེུ་འབྲུང་ལེགས་
བཞུགས་ནས། །བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་ཀྱི་ཞི་ཞིང་། །མཐུན་རྒྱུན་བདེ་སྐྱབ་
འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྟོབས། །

jang chub bar gyi nyin tshän dü kün tu
nying ü peme ze'u drur leg zhug ne
jang chub drub pe gäl kyen kün zhi zhing
thün kyen de lag drub par jin gyi lob

བདག་གི་ལྷོ་སྤྱོད་ཚེས་ལ་སྤོགས་པ་དང་། །ཚེས་མིན་བསམ་སྤྱོད་ངན་པ་ཞི་བ་དང་། །
ཚེས་དང་མཐུན་པའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་སྤྱོད་གྱིས་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་
རྒྟོབས། །

dag gi lo na chö la chog pa dang
chö min sam jor ngän pa zhi wa dang
chö dang thün pe dö dön ma lü pa
be me lhün gyi drub par jin gyi lob

མདོར་ན་དེང་ནས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དང་། །།འདི་གྱི་བར་དོའི་གནས་སྐབས་
ཐམས་ཅད་དུ། །རེ་སའི་སྐབས་གནས་སྐབས་ཁྱེད་ལས་མེད། །ཐུགས་རྗེའི་སྤྱོད་གྱིས་
བདག་ལ་གཞིགས་སུ་གསོལ། །

dor na deng ne tshe rab tham che dang
di chi bar dö ne kab tham che du
re se kyab ne la ma khye le me
thug je chän gyi dag la zig su söl

མགོན་སྐྱབས་བྲལ་བའི་ཉམ་ཐག་བདག་ཅག་ལ། །རྗེ་བཙུན་སྐྱ་མའི་ཐུགས་རྗེས་རབ་
དགོངས་ནས། །སྐྱ་དང་གསུང་གི་སྣང་བ་འབྲལ་མེད་དུ། །ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་སྐྱལ་
བཟང་ཐོབ་པར་ཤོག །

gön kyab dräl we nyam thag dag chag la
je tsün la me thug je rab gong ne
ku dang sung gi nang wa dräl me du
nyam su nyong be käl zang thob par shog

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྐྱ་མ་དང། །འབྲལ་མེད་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྐྱོད་ཅིང། །ས་
དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ནས། །རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱར་ཐོབ་ཤོག །

kye wa kün tu yang dag la ma dang
dräl me chö kyi päl la long chö ching
sa dang lam gyi yön tän rab dzog ne
dor je chang gi go phang nyur thob shog

ཨོ་མུ་ནི་མུ་ནི་མུ་ནི་མུ་ནི་ཤུ་ཡེ་སྐྱ་

om muni muni maha muni shakyamuniye soha

Guten Abend!

Es gibt drei Arten von Vertrauen. Im einzelnen lassen sich drei Arten von Vertrauen spezifizieren, wenn wir davon sprechen an den Guru zu glauben: die vertrauensvolle Verehrung seiner körperlichen Erscheinung – unsere Freude in seiner Nähe zu sein sowie der Respekt, den wir ihm gegenüber empfinden; die vertrauensvolle Zuversicht in seine Worte – darin, was er sagt, was er uns lehrt und in den Weg, den er uns aufzeigt; und die vertrauensvolle Bewunderung seines Verstandes, welche aus dem Wunsch entspringt, so zu werden wie er, den gleichen Geist zu erlangen wie er. Im Tibetischen nennt man diese drei:

སྐྱུ་ལ་དང་བཞི་དད་ས། *ku la dangwe depa* [die vertrauensvolle Verehrung seiner körperlichen Erscheinung], གསུང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་ས། *la yiche kyi depa* [die vertrauensvolle Zuversicht in seine Worte] und ཐུགས་ལ་མངོན་འདོད་ཀྱི་དད་ས། *thug la ngondö kyi depa* [die vertrauensvolle Bewunderung seines Geistes].

Buddha selbst sprach in einer seiner Sutras zu den Mönchen und seinen Schülern davon (diese Passage las ich zwar erst gestern, kann mich aber wie meist nicht an den genauen Wortlaut in Tibetisch erinnern), sie sollten, wenn sie eine Lehre erhielten, niemals etwas in blindem Vertrauen glauben, nur, weil es so gesagt wurde. Er betonte ausdrücklich: “Selbst wenn ihr von mir eine Lehre erhaltet, so müsst ihr sie nicht einfach glauben und in blindem Vertrauen befolgen, nur weil ich derjenige war, der sie euch erteilt hat. Stattdessen müsst ihr es machen, als wolltet ihr Gold kaufen: Ihr müsst es schneiden und feilen, um zu prüfen, ob es sich wirklich um Gold handelt und nicht nur um ein Stück Kupfer, das in Gold getaucht wurde.”

Wie also weiß ich, dass es wirklich Gold ist? Zu Zeiten des Buddha gab es keine Bankzertifikate wie es sie heute gibt. Ich nehme an, die wenigstens von uns werden jemals losgehen, um Gold zu kaufen; aber ich stelle mir vor, dass wir heutzutage zu einer Bank oder einer Stelle gehen würden, wo das Gold bereits als solches zertifiziert ist. Wenn man früher Gold kaufen wollte, musste man sich selbst davon überzeugen, ob es sich tatsächlich um Gold handelte oder nicht; also machte man eine Feuerprobe oder man schnitt es an, um sicher zu

stellen, dass es sich tatsächlich um Gold handelte. Und Buddha sagte, genauso solle man auch mit seinen Lehren verfahren!

Es gibt eine Art von Vertrauen, die quasi schon den Glauben an etwas beinhaltet, weil man es uns so vermittelt hat. Es ist möglich, dass wir an etwas oder an jemand glauben, nur weil – ganz allgemein gesagt – andere daran glauben; wir lassen uns also von der Sichtweise anderer beeinflussen. In manchen Fällen, um ein Beispiel zu geben, folgen wir den Überzeugungen unserer Eltern, unserer Familie, unserer Freunde oder anderer Leute, die uns nahe stehen. Dann wiederum gibt es Überzeugungen, die mit unseren eigenen Erfahrungen zu tun haben – wenn wir etwas sehen, berühren, fühlen und eine bestimmte Erfahrung machen, die uns belegt: Es ist wahr, genauso ist es! Im Tibetischen wird zuversichtlicher Glaube als Glaube an die Existenz, an die Qualitäten und Fähigkeiten von etwas, definiert. Um ein simples Beispiel zu nennen: Ich glaube an Wasser, weil ich weiß, dass es existiert. Seine Qualitäten sind mir geläufig – es ist klar, sauber, frisch – neben allen anderen Aspekten von Wasser. Ich glaube an seine Reinigungskraft, seine Kraft zu nähren und Durst zu löschen – und folglich habe ich Zutrauen zu Wasser. Das größte Zutrauen, das man erlangen kann, basiert also auf exakt unserer eigenen Erfahrung

Wahre Helden des Dharma

Vor einigen Jahren hatte ich in Peking die wundervolle Gelegenheit zu einem privaten, persönlichen Treffen mit dem Panchen Lama von Tibet. Nun kann ich nicht beurteilen, ob dies eine gute oder schlechte Sache ist, aber ich kann sicher sagen, dass es wenige Menschen gibt, die mich wirklich zu berühren wissen; wann immer ich jemand treffe, bemühe ich mich, jedem respektvoll zu begegnen – aber es kommt doch selten vor, dass jemand etwas äußert, das mich zutiefst berührt. Während dieses Treffens aber war ich in mehrfacher Hinsicht beeindruckt – was ich jetzt hier nicht weiter ausführen will; ganz besonders beeindruckt war ich aber von einer Sache, die der Panchen Lama mir über sich selbst berichtete. Er sagte: “Meine Aufgabe und die anderer Lamas hier in Tibet ist einfach, denn wo auch immer wir hingehen in Tibet und auch in China, treffen wir auf Menschen, die bereits über ein hohes

Maß an Respekt und Vertrauen verfügen. Überall und ohne großes Dazutun unsererseits verneigen sich die Menschen, überreichen Opfergaben und respektieren, was wir sagen. All dies verdanken wir unseren früheren Meistern, die – metaphorisch gesagt – die Straße frei gemacht haben, die Löcher gestopft, umgestürzte Bäume aus dem Weg geräumt und einfach alles klar gemacht haben, sodass wir heutzutage mühelos vorankommen. Die wahren Helden sind solche wie Lama Gangchen, die an Orte gehen, wo Menschen noch ohne Zutrauen sind; wo sie über keine kulturelle Basis verfügen, den Dharma zu empfangen und es deswegen auf sich selbst gestellt versuchen müssen.” Und dann fügte er noch hinzu: “Das, was ich mache, ist nichts. Die härteste Sache ist hinzugehen, wo es noch keine Grundlagen gibt. Die das tun, sind die wahren Helden des Dharmas!”

Ein Geshe, dem ich große Wertschätzung entgegenbringe – jemand, der den Dharma und die Lehren kennt sowie auch die Menschen vieler Dharma-Zentren in der ganzen Welt –, erzählte mir vor ein paar Jahren: “Ich bin wirklich sehr positiv beeindruckt von Rinpoche Schülern, denn klar erkennbar haben sie tatsächlich 'das Fett' des Dharmas.” In Tibet gilt alles was “das Fett” hat als etwas Gutes, denn es besitzt die Essenz, es ist das wahre Ding, während etwas “ohne Fett” als wertlos, so ein bisschen als “fake” gilt. Das Bemerkenswerte, was Lama Gangchen während seines ganzen Lebens geleistet hat, war nicht, jemand eine Vision oder einen Glauben aufzuerlegen, sondern sicherzustellen, dass jede Person eigene Erfahrungen machte. Sodass jemand aufgrund seiner eigenen Erfahrung glaubt, aufgrund einer Erfahrung, die selbst gemacht wurde, oder, wie der Geshe in Tibetisch hinzufügte: “... aufgrund von etwas, das man mit seinen Händen anfassen, mit eigenen Augen sehen und mit eigenen Ohren hören kann”, aber nicht wegen etwas, das mit schönen Worten verbrämt wird, denen wir folgen, weil wir Wesen sind, die leicht zu beeinflussen sind.

Das erinnert mich an einen tibetischen Lehrer namens Geshe Rang Champa, ein Freund des XIII. Dalai Lama, der frei heraus mit diesem wie zu Seinesgleichen zu sprechen pflegte. Es gibt viele Geschichten über ihn, denn er war ein echter Spaßmacher. Einmal kommentierte der Dalai Lama sein Tun: “Schaut euch an, wie gut dieser Meister lehrt!

Er ging in ein Nonnenkloster und alle Nonnen weinten während der ganzen Unterweisung – voller Emotion. Wie gut er sie leitet, und wie sehr er ihre Herzen berührt!” Worauf Geshe Rang Chapa antwortete: “Bah! Wenn Leute aufregen zu können bedeutet, den Dharma gut zu vermitteln, dann zeig ich dir was.” Um seinem Vorhaben die nötige Wichtigkeit beizumessen, bereitete er – im Einverständnis und mit der Unterstützung des Dalai Lama und seines Gefolges – ein großes Event im gleichen Kloster vor.

Er ließ einen großen Thron aufbauen, dem alle Ankommenden Respekt zollten; Instrumente intonierten die Musik eines großen Festes. Er saß auf dem Thron und fing an zu sprechen. Ab einem gewissen Punkt nun wurde das Leid von Karotten, genauer gesagt von Rettich – labu in Tibetisch –, zum Hauptthema seiner Belehrungen. Er beschrieb ihr peinvolles Wachstum im Boden, die Qual, die jede dieser kleinen Wurzeln empfand, wenn sie herausgezogen wurde – vergleichbar dem, was wir fühlen würden, wenn uns unsere Arme ausgerissen würden – und dann auch noch die Pein in die tugpa, die Suppe, geworfen zu werden – als würden sie in der Hölle kochen. Um es kurz zu machen, nach dieser Beschreibung fing jeder in kürzester Zeit an zu weinen. Arme Karotten! – Danach ging Geshe Rang Champa zum Dalai Lama und sagte: “Siehst du? Leute aufzuregen und sie zum Weinen zu bringen bedeutet gar nichts; das hat nichts damit zu tun, den Dharma gut zu lehren!”

Ich habe dieses Beispiel gewählt um zu sagen: Wenn eine Person in einer bestimmten Umgebung platziert ist – auf einem hohen Thron sitzend, respektiert von allen – obendrein umgeben von einem soziokulturellen Rahmen, der eben diese Wertschätzung vermittelt –, dann, zum guten Schluss, folgst du dem und hast Vertrauen in diese Person. Es ist wie bei einer bekannten Person im Fernsehen: Weil diese Person vielleicht einen Titel oder eine bestimmte Position innehat, schätzen wir was sie sagt. Die wahrhaft große Schwierigkeit aber liegt stattdessen darin, einen jeden innerlich berühren zu können; sich den jeweiligen persönlichen Fähigkeiten, der Mentalität, der Lebensart und den eigenen Erfahrungen dieser Person anzupassen, und – vor allem – sich denen zu widmen, die es am nötigsten haben.

Als Rinpoche in den frühen 80er-Jahren in den Westen kam, war eine seiner Äußerungen: "Ich bin gekommen, um die Kraft des Dharma zu erleben." Und was er so mannigfach tat, war genau das: jedermanns Herz zu berühren. Durch Heilung, durch Hilfestellung beim Nachdenken über den Sinn des Lebens oder bei der Lösung von Problemen aller Art - auf vielerlei Weise. Einmal, in Mailand, wurde er gebeten eine Heilungszeremonie abzuhalten - chetrül in Tibetisch oder eine weitere namens chabtrül. In diesem speziellen Fall handelte es sich um chetrül, eine Zeremonie, die in Teilen ziemlich theatralisch ist. Die Teilnehmer müssen in weiße und darüber schwarze Kleidungsstücke gehüllt sein; ab einem gewissen Punkt legen sie die schwarzen Teile ab, was darstellen soll, dass sie sich all ihrer Negativität entledigen. Darüber hinaus sind sie mit einer Kordel verschnürt, die zu einem Zeitpunkt durchgeschnitten wird. Rinpoche, in seiner unendlichen Güte, erklärte sich bereit, diese Zeremonie abzuhalten. Aber er sagte zu mir: "Jahre meines Lebens habe ich wieder und wieder Heilungszeremonien abgehalten, und in den ersten 10 Jahren im Westen habe ich mich ganz dem Heilen verschrieben. Aber es geht mir nicht darum, mich selbst eurer Heilung zu weihen, sondern euch stattdessen die Mittel in die Hand zu geben, euch selbst zu heilen."

Etwas, das ich bei einigen Meistern - allerdings nicht bei allen - gesehen habe, ist dieses Geben von allem, ohne jegliches Anhaften. Sicherlich gibt es Menschen, die ebenfalls über Wissen und Erfahrung verfügen, die sich selbst aber lieber darauf beschränken vielleicht das ein oder andere preiszugeben, die aber nicht alles teilen. Rinpoche aber versuchte stets alles zu vermitteln. Er sagte: "Mit der Selbstheilung habe ich euch das Werkzeug in die Hand gegeben, dass ihr euch selbst helfen könnt und von keinem Lama-Heiler abhängig seid, der einmal im Monat kommt, um eine Heilungszeremonie abzuhalten. Ihr müsst die Mittel nutzen, die ich euch übertragen habe!"

Lama Gangchens Engagement im Westen

Als Rinpoche 1981 in den Westen kam, legte er gegenüber seinem gerade verstorbenen Guru, Trijang Rinpoche, ein Gelübde ab. Er verpflichtete sich, zehn Jahre seines Lebens der Sorge um den Körper,

weitere zehn Jahre der Sprache und nochmals zehn Jahre der Sorge um den Geist zu widmen. Eines Tages, gegen Ende dieser Zeit, sagte Rinpoche zu mir: "Ich habe mein Versprechen dem Westen gegenüber erfüllt." Und so war es! Die ersten 10 Jahre – von 1982 bis 1992 – waren dem Körper gewidmet gewesen; in diesem Zeitraum hatte Rinpoche praktisch nicht, oder nur kaum gelehrt. Seine ersten Schüler waren vielmehr seine Patienten; Menschen, mit denen er in direkter Weise auf physischer Ebene arbeitete. Dies war auch eine Ära, in der Rinpoche deutlicher seine sogenannten "Kräfte" enthüllte – Dinge, die uns schwer verständlich erscheinen, wie wundersame Heilungen, Hellsehen und solche Phänomene.

Ab 1992 begann eine Phase in der Rinpoche sich dem Wort, der Sprache, widmete. Das bedeutete für ihn nun zu lehren, indem er in Selbstheilung und anderen Arten der Praxis unterwies und auf diese Weise sein Wissen teilte.

Dann, ab 2002–2003 bis ungefähr 2012, verschrieb er sich der geistigen Ebene, dem Geist. In dieser Periode unterwies Rinpoche uns nun direkt in der Praxis. Es ging nicht mehr um lange Erklärungen und Belehrungen, sondern darum, gemeinsam mit uns zu sitzen und zu praktizieren. Über die Zeit war er – wenn man das so sagen darf – zunächst so etwas wie ein Babysitter im Kindergarten, ab 2002/2003 begegnete er uns als Lehrer und schließlich nahm er uns quasi an die Hand und erklärte uns: "Schaut, das ist es worum es geht. Lasst es uns gemeinsam praktizieren. Erklärt habe ich es euch schon, und nun werden wir es gemeinsam machen." Auf diese Weise fuhr er fort.

Einmal – ich erinnere mich nicht mehr genau wo oder wann, jedenfalls nach der Periode 2013–2015, also irgendwann in dieser Zeit – sagte er während eines unserer Gespräche zu mir: "Weißt du, ich habe mein Wort gehalten in der Sache, aber ich habe in euch Westlern auch ein passendes Gefäß gefunden, das sich in der Lage gezeigt hat meine Abstammung, meine Linie sowie meine Lehren aufzunehmen. Zu Beginn wollte ich eigentlich nur ein bisschen davon vermitteln, nur ganz simple Sachen. Als ich im Westen ankam wollte ich ihn erst verstehen lernen, bevor ich damit anfang zu lehren. Aber ich traf tatsächlich auf wirklich fruchtbaren Boden, den ich seitdem

bepflanzen und die Früchte darauf zum Reifen bringen kann, um diese Linie am Leben zu erhalten.“

Wir können manche Metaphern bemühen – die einer Brücke, oder die eines Bootes, das uns von einem Ufer zum anderen bringt. Fest steht, dass Rinpoche eine wundervolle Brücke war; nicht nur zwischen Ost und West – und vice versa –, sondern auch zwischen zwei Generationen. Die Ära, in der Rinpoche in Tibet gelebt hatte, wandelte sich nach 1959. Etwas ist auf einmal vorbei, jedoch dank einer Brücke gibt es Menschen, die kommen und gehen können, die ankommen und dann wieder Auf Wiedersehen sagen und zurückgehen können. Was Rinpoche jedoch tat, war, hierher zu kommen und das, was ihm am kostbarsten war, bei uns zu lassen! Wie er selbst so oft sagte: “Wichtiger als mein eigenes langes Leben ist die Langlebigkeit der Lehren und Praxis meiner Linie. Das ist das Allerwichtigste!”

So finden wir uns heute in der Wahrung eines spirituellen Erbes, welches tatsächlich viel tiefgründiger, weiter und großartiger ist als die meisten von uns zu erfassen vermögen.

Vielleicht fragt jemand: “Warum wir?” – Weil wir diejenigen sind, die hier sind, wo Rinpoche wahrhaftig sein Herz hergab!

Das erinnert mich an Geshe Tendar, der ein großer Kenner von Tantra und Sutra war, wie auch einer der größten Experten des Buddhismus in Indien. Er hatte eine Weile in Mailand verbracht, wo auch Rinpoche lebte. Eines Tages kam er zu Besuch und traf Rinpoche auf dem Weg zur Meditationshalle, der Gompa, an. In seiner direkten Art zog Geshe Tendar ihn an seine Brust und rief: “Oh, cushu!” Das ist eine nette und sehr persönliche Art jemand anzureden; er gehörte ja nicht zu Rinpoches Schülern. Und er fuhr fort: “Ich habe verstanden, was du getan hast ... [dabei bezog er sich auf die Selbstheilung]: Du hast die Wurzel deines Herzens hergegeben! Viele werden dafür kein Verständnis haben, aber ich bin hier um dich zu beschützen. Wenn jemand dafür kein Verständnis hat und dich wegen allerlei kritisiert, werde ich ihm in deinem Sinn antworten. Sorge dich nicht, ich werde für dich antworten!”

Tatsächlich glaube ich, dass unter den vielen Dingen die Rinpoche getan hat, exakt das Eine besonders zählt: das ihm Wertvollste herzugeben.

Nun ist es an uns! Nicht erst jetzt, schon seit einiger Zeit hängt es von uns und unserer Wahrnehmungsfähigkeit ab.

Aufgabe derjenigen, denen ein spirituelles Erbe überlassen wird

Wenn du etwas Wertvolles erhältst, was solltest du damit machen? Es annehmen, beschützen und teilen!

Wenn ich etwas Materielles erhalte, so wird es je mehr ich es teile immer weniger, weil es sich verringert. Wenn ich Geld habe und es mit anderen teile, wird es mir früher oder später ausgehen. Wenn ich etwas Körperliches, Physisches abgebe, so wird es sich aufbrauchen. Wenn es sich aber um ein spirituelles Erbe handelt, so wird es sich vervielfachen und beständiger werden, je mehr es geteilt wird! Im Vergleich zum Teilen von materiellen Dingen hat es genau den gegenteiligen Effekt.

So besteht denn unsere Aufgabe zunächst darin zu empfangen – durch Belehrungen, gemeinsame Treffen sowie am Beispiel seiner Lebensführung, anhand von Büchern und Videos, oder durch die Anwesenheit anderer Personen wie z.B. mir oder Lama Caroline, die wie wir ebenfalls der Verantwortung unterliegen, die Lehren zu teilen. Haben wir die Gabe erst einmal empfangen – durch Zuhören, Reflektion und so weiter –, dann sollten wir sie innerlich bewahren; und der richtige Weg dies zu tun liegt nicht nur in der Erinnerung daran, sondern im Praktizieren. Das ist der einzig wahre Weg den wir haben, das Erhaltene dauerhaft zu bewahren. Dies bedeutet, darüber zu meditieren was uns gelehrt wurde sowie seiner beispielhaften Lebensweise zu folgen und auch der seiner Art und Weise, wie man handeln und sprechen sollte. Das ist von größter Wichtigkeit.

Warum manifestiert sich ein Buddha in einem Körper aus Fleisch und Blut? Um mit uns kommunizieren zu können und uns zu zeigen, dass auch wir in der Lage sind dies zu leisten. Das ist ein ganz besonderer Aspekt des Buddhismus, wodurch er sich sehr von anderen spirituellen Traditionen unterscheidet, in denen das Heilige als etwas Unerreichbares dargestellt wird: Auf der einen Seite gibt es mich als einen Teil des Weltlichen, auf der anderen Seite das Heilige, das uns völlig unerreichbar erscheint.

Im Buddhismus ist das Heilige nichts anderes als ein Beispiel dafür, was ich erreichen kann und sollte. Hin und wieder, über die Jahre habe ich Leute gehört, die sich fragten, was Rinpoche wohl in einer bestimmten Situation getan hätte, – um dann zu sagen: “Na gut, aber Rinpoche ist nun mal Rinpoche, nicht wahr? Ich bin nicht wie er. Erwarte nicht, dass ich so nett, geduldig oder liebevoll bin.” – Aber im Gegenteil; doch! Denn, wie könnten wir sonst eine Linie aufrecht erhalten? Durch Kenntnis – wobei das der einfache Part ist – und durch Erfahrung, die uns die Sache in die Praxis umsetzen lässt. Etwas in die Praxis umzusetzen bedeutet hier zunächst, nicht so zu handeln, wie ich es vielleicht natürlicherweise und spontan tun würde, sondern indem ich handele, weil ich ein Vorbild, ein lebendiges Beispiel vor Augen habe, dem ich folgen kann. Und das ist essentiell für uns! Nachdem wir über Wissen und Erfahrung verfügen – nachdem wir bereits empfangen und bewahrt haben –, wenn wir diesen Punkt erreicht haben, können wir “es” übertragen und teilen. Diese drei Verantwortlichkeiten werden im Tibetischen འཛིན་སྐྱོང་སྤྱིལ་གསུམ། dzin kyong pel sum genannt. Dzin bedeutet erhalten (im Sinne von empfangen), kyong bedeutet stützen und pel bedeutet erhöhen/steigern [Sum bedeutet Drei.]

Eines aber ist ganz klar: Niemand von uns hat tatsächlich Kontrolle über etwas. Was passieren wird, was nicht passieren wird, wie es morgen aussehen wird – wir wissen es nicht... Wir bemühen uns Gewissheiten zu schaffen um Gewissheiten zu haben; und uns selbst zu überzeugen, dass dieser Tag so und jener Zeitraum derart sein wird; dass eine Sache auf diese Weise passieren wird und eine andere auf jene. Sein Leben zu planen ist in gewisser Hinsicht eine gute Sache. Wir können versuchen alles mögliche zu programmieren, aber wir sollten es immer in dem Bewusstsein tun, dass es eigentlich eine Illusion ist, die in Teilen funktionieren kann, teilweise aber auch nicht. Eine solche Illusion kann nicht gelebt werden als handele es sich um die Realität. Rinpoche sagte mir einmal: “Es ist mir egal, wie man stirbt, weil der Körper aus den Elementen entsteht und zu den Elementen zurückkehrt; das steht nun mal nicht unter unserer Kontrolle. Wichtig ist wie man lebt!” Auch aus diesem Grund – so

stellt es sich mir dar, aber ich glaube, es trifft auf jeden von uns in diesem Moment zu, wo Rinpoche seine Körperlichkeit verlassen hat – sollten wir uns nicht mit Diskussionen oder Gedanken beschäftigen wie er starb, was er hatte, warum ... mit anderen Worten, uns auf die Details konzentrieren, denn offen gesagt ändert sich dadurch nichts. Vielmehr sollten wir darüber nachdenken, wie er lebte, was er lehrte, was er uns hinterlassen hat, in welcher Weise er uns ein Vorbild war und bleibt! Das ist es, was wirklich zählt. Wer seine Neugier befriedigen möchte, für den gibt es tausend andere Dinge in der Welt das zu tun. Stattdessen ist es unsere Aufgabe, uns nun mit seinem Leben als ein Beispiel für uns zu verbinden, dank dem, was jeder von uns bereits empfangen hat und weiterhin von ihm empfangen wird.

Gestern habe ich einen kurzen Text geschrieben in dem ich beschreibe, dass, obwohl Rinpoche seinen grobstofflichen Körper verlassen hat, er dennoch weiterhin “bei uns” ist, auf verschiedenen Ebenen. An einem gewissen Punkt einer Übersetzung in eine andere Sprache stellte sich mir dabei die Frage, ob ich “bei uns” oder “in uns” übersetzen sollte, und ich entschied mich für die Präposition “bei uns”. Er verweilt nicht “in uns”, weil er keine Erinnerung ist, die uns innewohnt; er bleibt “bei” uns, wenn auch nicht in seinem Groben Körper, dafür auf vielen anderen Ebenen – einschließlich einer realen und effektiven Präsenz. Denn ein Weisheitswesen, ein erleuchtetes Wesen, verfügt über Fähigkeiten und Realitätsformen von Existenz, welche weit über unser gewöhnliches Vermögen hinausgehen. Daran hege ich keinen Zweifel.

Jetzt hängt alles nur von unserer tatsächlichen Fähigkeit ab zu wachsen ... erwachsen zu sein!

Eine Sache, die wohl jedem widerfährt und die ich schon bei vielen Menschen beobachtet habe – glücklicherweise ist sie mir selbst auf weltlicher Ebene aber noch nicht geschehen – ist, wenn die eigenen Eltern sterben – auch wenn man selbst bereits 80 Jahre und älter sein mag und Vater oder Mutter sterben mit 120 –, dass sich etwas im Leben dieser Person verändert. Etwas in ihr ändert sich, das ihr sagt: “Ok, von jetzt an kann ich kein Kind mehr sein, von nun an muss ich tatsächlich selbst Verantwortung für mich übernehmen. Jetzt muss

ich es alleine schaffen.“ Das hat einen großen Einfluss, denn, obwohl man materiell gut versorgt sein mag, alleine lebt usw., ist es doch so, dass Eltern auf unterschiedlichen Ebenen – zum Beispiel energetisch oder psychologisch – einen fortwährende Unterstützung darstellen. In dem Moment wenn ein Elternteil stirbt, müssen Sohn oder Tochter sich sagen: “Jetzt hängt es von mir ab!” Und das erfordert eine neue Stufe des Erwachsenseins.

Also ... In dieser Zeit nun, wo Rinpoche körperlich nicht mehr bei uns ist, ist es an uns zu sagen: “Nun ist es an uns, die Linie aufrecht zu erhalten!” Bevor Rinpoche seinen Groben Körper verließ, hörte es sich einfach an, dass die Linie von uns abhängen würde. “Na klar! Rinpoche ist ja in jedem Fall da!” ... Und heutzutage sagt mir vielleicht jemand: “In einiger Zeit wird seine Reinkarnation doch erscheinen” ... Wir sind jetzt schon dabei unsere Verantwortung auf seine künftige Reinkarnation zu übertragen! Ernsthaft, es ist an jedem einzelnen von uns, die Linie weiterzuführen! Wozu sonst hat Rinpoche all das getan, was er getan hat? Welcher Sache hat er sein ganzes Leben gewidmet, Tag für Tag, Minute für Minute? Wollte er unbedingt ein großes Zentrum haben? Nein! Wollte er bekannt und berühmt in der ganzen Welt sein? Auch nicht! Also, warum hat er es getan? Aus Fürsorge! – und er sorgt immer noch für jeden von uns, mehr noch, als wir es selbst für uns tun.

Tatsächlich sorgen wir in einer ziemlich ignoranten Weise für uns selbst, egozentrisch, wobei die Dinge, die wir gut für uns halten es oft nicht sind. Aus genau diesem Grund legte Rinpoche so viel Wert auf den Dharma – und gab dabei selbst stets ein perfektes Beispiel, der Praxis der Bodhisattvas für die “Vier Wege der Unterweisung von Schülern” zu entsprechen.

Der erste Weg ist materielle Hilfe, indem Geschenke, Geld oder Nahrung dem Bedürftigen überlassen werden. Kurz gesagt, Hilfe auf materieller Ebene. Der zweite Weg ist der der Freundlichkeit; sanft zu sein und den Menschen entgegen zu kommen. Was ist damit näher gemeint? Nehmen wir an, da ist ein Bodhisattva – ein Wesen mit großer Weisheit und Liebe –, der einem Menschen behilflich ist, sich zu ändern. Um dahin gelangen zu können, muss diese Person aber zunächst ein Minimum

von Nähe empfinden, um Zutrauen zu fassen. Man sagt, die erste Sache die ein Buddha für Menschen zu tun hat, die noch nicht in der Lage sind spirituelle Qualitäten zu erkennen, die noch ganz in ihrer Selbstzentriert gefangen sind und große Bedürfnisse auf der grobstofflichen Ebene haben, denen muss der Buddha zunächst entsprechend ihrer eigenen Bedürfnisse helfen – ihnen zu essen geben oder ihren fälschlicherweise entstandenen Problemen zuhören; vielleicht braucht der eine jemanden, der ihm zuhört, dem anderen fehlt der Vater, den er nie hatte, der nächste benötigt einen Freund. Dieser zweite Weg bedeutet also jemand zu helfen, indem man die Dinge freundlich beim Namen nennt.

Die anderen beiden Wege sind den Dharma zu lehren und ein Beispiel für den Dharma zu sein. Das bedeutet, den Dharma durch Worte und als ein Vorbild weiterzugeben. Ein Lehrer sollte niemals eine Sache lehren und dann das Gegenteil von ihr tun! Er oder sie sollte niemals das gegenteilige Beispiel von dem geben, was er oder sie weitergibt und lehrt, denn das würde die Unterweisung all ihrer Kraft berauben. Das ist der Grund für Rinpoches enorme Großzügigkeit, mit der ich ihn immer wieder Geschenke machen sah – wie er einfach alles gab –, denn sie wirkten wie Haken, die ihm eine Verbindung zu den Menschen schufen, und ihn schließlich in die Lage versetzten, ihnen den Dharma vermitteln zu können.

Eine der schönsten Sachen überhaupt ist, an das Potential jeder Person und jedes Wesens zu glauben – wirklich daran zu glauben! Manch einem von uns fällt es schon schwer genug, an sich selbst zu glauben. Aber die Buddhas und ihre menschlichen Manifestationen in grobstofflichen Körpern, so wie Rinpoche, glauben einfach immer an uns. Wenn Rinpoche nicht an uns geglaubt hätte, warum hätte er wohl getan, was er alles getan hat? Ich versichere euch, es gibt keine andere Logik, keinen anderen Grund dafür. Wenn also ein Wesen mit solcher Weisheit an uns glaubt, warum können wir nicht auch selbst an uns glauben? Genau, weil wir ignorant, unwissend sind. Ich verstehe das, aber wir sollten wenigstens lernen uns selbst zu vertrauen, nicht wahr? Weil es nämlich keinen anderen Weg gibt als eigene Schritte zu tun und dem Beispiel zu folgen, um selbst wie der Guru zu werden – wie ein Buddha.

Zeit für unser Engagement: jetzt!

Der Gedanke, den ich heute mit euch teilen möchte, ist, dass das Leben schnell vergeht – sehr schnell vergeht. Manchmal könnte man auf die Idee kommen, dass der Moment, den wir gerade erleben, noch gar nicht unser wirkliches Leben ist, dass die “richtigen” Momente erst noch kommen werden. Tatsache ist, unser reales Leben findet hier und jetzt statt, und wenn wir diese Momente nicht zu leben wissen, werden wir sie verlieren. Ich spreche also für mich wie für viele von euch, die ihr mir zuhört: Wir haben keine Zeit zu verlieren; wir sind keine Kinder mehr! Sicher, jeder von uns hat seine Gewohnheiten, seine eigene Geschichte; aber wir müssen ein bisschen darüber hinaus gehen, um das zu tun, von dem wir wissen, dass es das Richtige ist, und um dem korrekten Beispiel zu folgen. Einige mögen sagen, das ist aber schwer! Na und?! Was macht es aus, dass es schwer ist? Das Leben ist schwierig. Jeder muss sein Bestes versuchen um das zu sein, was man sein möchte. Wie ein hebräisches Sprichwort – das es, glaube ich, aber auch in vielen anderen Sprachen gibt – so schön sagt: “Wenn nicht jetzt, wann dann? Wenn nicht ich, wer dann?”

Vor ein paar Tagen sagte jemand zu mir: “Rinpoche hat seinen Körper verlassen, weil unsere Verdienste aufgebraucht sind, weil wir ohne Verdienste dastehen.” Ganz ehrlich gesagt, wenn diejenigen von uns, die die Gelegenheit hatten und weiterhin haben mit einem solch wunderbaren Wesen zusammen zu sein – ihm zuzuhören, ihn zu sehen, ihn zu berühren, seine Liebe und Weisheit zu empfangen, unter seiner Fürsorge zu stehen – und das auf einem Planeten, auf dem es mehr als sieben Milliarden Menschen gibt, wenn also wir, die zu dieser kleinen Gruppe von Menschen gehören, die diese Chance hatten, wenn wir keine Verdienste mehr haben, wer denn dann? Wir sollten also jubeln, uns aber gleichzeitig darüber im Klaren sein, dass ein solch großartiges Geschenk erhalten zu haben zwar eine großartige Sache ist, die aber auch mit Verantwortung verbunden ist. Wenn wir etwas Wertvolles erhalten, dann müssen wir auch Sorge dafür tragen! Wenn wir z.B. ein schönes Haus erben, reicht es nicht sich zu sagen: “Wie klasse, ich habe jetzt ein schönes Haus.” Es muss künftig sauber gehalten werden, es muss nach allem geschaut und dann alles getan

werden, was nötig ist. Wenn wir ein Kind haben, so müssen wir es aufziehen und es umsorgen. Wir müssen uns um das, was immer uns geschenkt wird, kümmern!

Jeder von uns hat ein spirituelles Erbe erhalten, welches aber nicht kumulativ in dem Sinne ist, dass es sich dadurch vermehrt, an wie vielen spirituellen Momenten man teilhatte. Der Reichtum, der aus solchen Momenten erwächst, hängt vielmehr von unserer Offenheit zu empfangen ab. Wenn wir in die Vergangenheit schauen, so hat es tatsächlich Begegnungen zwischen Meistern und Schülern gegeben, bei denen ein einziges Treffen genügte, um ihnen unglaubliche Mengen an Unterweisungen zu übertragen, die diese Schüler in der Lage waren zu empfangen, zu bewahren und weiter zu übertragen. Nicht alles was uns gesagt wird kommt voll bei uns an; nur das, was wir in der Lage sind aufzunehmen. Uns wird alles gegeben, aber wir können nur eine gewisse Menge empfangen. Rinpoche gab jedem immer alles – der Rest hängt von uns selbst ab, von unserer eigenen Fähigkeit zu erfassen und zu empfangen. So finden wir uns nun also mit einem wichtigen spirituellen Erbe wieder. Was sollen wir damit tun? Wir müssen es wertschätzen, uns darum kümmern. Wie? Indem wir es in Erinnerung behalten; auch, indem wir den Stolz empfinden, der in der Ehre liegt in dieser Position zu sein und diese Chance zu haben, die erhaltenen Unterweisungen in die Tat umzusetzen. Als ich sagte, die Kindertage sind für uns nun vorbei, bezog ich mich damit auch auf die Tatsache, dass auch wir in einiger Zeit an der Reihe sein werden unseren Körper zu verlassen; und was wir jetzt tun, wird das sein, was wir dann mitnehmen werden. Es bleibt also keine Zeit mehr – es gab sie eigentlich nie, aber in diesem Moment noch weniger – unsere schlechten Gewohnheiten, sagen wir mal, weiterhin “zu pampern”.

Tut mir leid, das so direkt zu sagen, aber das Leben vergeht so schnell. Mit großer Ernsthaftigkeit müssen wir uns fragen, was wir von ihm wollen, in welche Richtung wir gehen wollen, was wir mit diesem Leben anfangen wollen!

In diesen Corona-Tagen und Lockdown-Zeiten ist es ebenso an der Zeit über unser Leben nachzudenken; darüber was wir tun, wohin wir wollen.

Eines der Anzeichen dafür, wie wir unser Leben führen, ist, wie wir uns fühlen, wenn wir allein sind. Wenn wir uns gut fühlen im Alleinsein, so ist das ein gutes Zeichen. Wenn uns das nicht gelingt, wenn wir weiterhin das Bedürfnis haben uns mit Aktivitäten abzulenken, so besteht eine innere Unruhe in uns. Und die hat nichts mit Telefon, Social Networks oder sonst etwas zu tun, sondern mit dem “Bei sich”-Sein. Wenn man mit sich allein sein kann und dabei in Frieden ist, dann bedeutet das, man führt sein Leben tatsächlich in der richtigen Art und Weise.

Wir erleben derzeit wichtige Momente. Unsere Gesellschaft durchläuft eine sehr eigentümliche Phase, die es erfordert verschiedene Dinge zu überprüfen. Jeder von uns muss vorausschauen und sagen, was er von seinem Leben erwartet – denn weder Dinge, Menschen, Situationen noch unsere Körper sind von Dauer. Heute beispielsweise habe ich einen gesunden Körper; was möchte ich mit diesem gesunden Körper anfangen? Ich weiß ja nicht, wie lange er so bleiben wird. Wie Shantideva in einem Kapitel des Bodhisattvacharyavatara zu seinem Körper spricht (gerade erinnere ich mich nicht, ob es im Kapitel über Begeisterte Anstrengung oder dem über Meditation steht): “Ich gebe dir zu essen, ich lasse dich ruhen, also könntest du wenigstens tun was ich möchte. Du bist es, der für mich lebt, nicht ich für dich.” Er benutzt die Metapher des Lohns, den man an jemand zahlt, welchem man zwar eine Pause zugesteht, der aber während der Arbeitszeit zu tun hat, wofür er bezahlt wird. Und er betont damit, dass unsere Körper dafür bezahlt werden zu tun, was wir wollen.

Derzeit haben wir verschiedene Möglichkeiten. Wie möchten wir sie nutzen?

Wir müssen das Leben nicht als “endlich” führen, in und aus sich selbst. Wie ich es sehe, sollten wir verstehen, dass wir dieses Leben mit all seinen wundervollen, einzigartigen Bedingungen und Bedeutungen nutzen können danach zu streben, dass wir bessere Menschen werden – indem wir unsere Schwächen und unklaren Gedanken direkt angehen, indem wir wachsen und erwachsener werden, indem wir uns dem Dienst an den Wesen und dem Dharma verschreiben. Das gehört zu den wichtigsten Sachen überhaupt. Ganz ehrlich, ich halte mich

nicht für einen besonderen Menschen; noch weniger glaube ich, dass ich eine Mission in diesem Leben zu erfüllen habe. Aber ich bin davon überzeugt, dass ich hier eine großartige Gelegenheit habe aus der ich deshalb das Beste machen möchte, indem ich jedem zur Verfügung stehe, dem ich helfen und von Nutzen sein kann. Wichtig ist nicht, ob ich es bin, der hilft, anders gesagt derjenige zu sein, der hilft, sondern dass mein Handeln hilfreich ist. Manchmal, in den Fällen der Selbstsucht gefangen, sind wir im Glauben, wir täten etwas für andere; aber in Wirklichkeit ist es nur eine andere Erscheinungsform unseres Ego-Geistes. Die Frage ist also, wo liegt meine Priorität: im Nutzen für andere, oder "derjenige" zu sein, der anderen hilft? Ich weiß nicht, ob es klar geworden ist. Unser Ziel muss das Wohlergehen des anderen sein; ich muss nicht "die Person, die hilft" sein, sondern vielmehr die Person, die sich aufrichtig den Bedürfnissen der anderen zur Verfügung stellt.

Wenn für uns Klarheit darüber besteht, dass wir hier sind zu helfen, umso mehr entwickeln wir uns spirituell, umso mehr breitet sich diese Klarheit aus. Für mich ist Rinpoche immer eines der besten Beispiele hierfür gewesen.

Da gab es eine Situation als wir einmal gemeinsam in Tibet waren, an die ich mich erinnere. Nach einem Tag an dem er pausenlos hunderte Leute empfangen hatte, ohne eine Minute Unterbrechung, erklärte Rinpoche mir nachdem der Letzte empfangen worden war, jetzt müsse er noch eine Person aufsuchen, die in Not sei. Mittlerweile war es gegen zwei Uhr morgens. Ich, der ich die Situation ein wenig kannte, sagte. "Kommen Sie, Rinpoche! Es mag okay sein, dass Ihr Mitgefühl und Ihre Geduld kein Ende kennen, aber Ihr Körper ist müde!" Es handelte sich um jemand, der einen Vorwand suchte um Aufmerksamkeit zu erhaschen, und die ganze Situation - so, wie sie sich mir von meinem gewöhnlichen und eingeschränkten Standpunkt aus betrachtet darstellte - war eher trivial und hätte von jedem anderen genauso gut erfüllt werden können. Als Rinpoche dennoch sagte, er ginge jetzt, sagte ich noch einmal, ich könne an seiner Stelle gehen. Ich sagte: "Bitte lassen Sie es. Versuchen Sie stattdessen ein wenig auszuruhen. Zwar ist Ihre Geduld endlos, Ihre Liebe unendlich,

aber Ihr Körper kennt eine Grenze!” Er guckte mich an und sagte: “Wenn wir jeden Tag sprechen, Mögen alle Wesen Glück haben und seine Ursachen, mögen alle Wesen frei von Leid und seinen Ursachen sein!, und dann stehen wir von Angesicht zu Angesicht mit jemand in Not, was sollen wir dann tun? Ihn allein lassen?” An diesem Punkt angekommen begleitete ich ihn; er sprach mit der Person, blieb eine halbe Stunde, um ihr zu helfen, sie zu beruhigen und schließlich ging er schlafen, völlig erschöpft.

Die Kraft karmischer Verbindungen

Niemand kann sein Glück als sicher betrachten. Dabei spreche ich nicht vom Glück, das wir in der Vergangenheit hatten, sondern eher vom Glück, das wir in der Gegenwart erfahren: die Erinnerungen, das spirituelle Erbe und überhaupt alles was wir haben. So, wie wir auch nicht die Tatsache als selbstverständlich erachten können, einem solch wunderbaren Wesen nahe gewesen zu sein – und dass wir es immer noch sind.

Das erinnert mich an einen sehr wichtigen Lehrer, Marpa Lotsawa, ein Schüler von Naropa, der wiederum ein Schüler von Tilopa war – sie alle gehören zu den wichtigsten und bekanntesten Lehrmeistern des historischen Buddhismus. Sie lebten in einer Region von Zentral-Tibet, nahe der indischen Grenze.

Marpa Lotsawa war verheiratet, hatte sein eigenes Haus – und eine Nachbarin, die ihn völlig ignorierte. Als völlig realisiertes Wesen, als ein Bodhisattva, wünschte er zu ihren Gunsten, dass sie eine Verbindung zueinander aufbauen könnten. Tatsächlich sagt man, dass, wann immer jemand in Kontakt zu einem Bodhisattva, oder mehr noch zu einem Buddha, tritt, allein dieser Kontakt schon großen Segen bringt; denn das so geschaffene Band wird weiterhin bestehen und zu neuen Möglichkeiten führen. Dieser simple Kontakt ist wie ein Samenkorn, das schlafend in trockenem Boden liegt, ohne Wasser für lange, lange Zeit. Und plötzlich, zu einem bestimmten Zeitpunkt empfängt es einen Tropfen Wasser. Dieser Tropfen entfaltet eine enorme Kraft, ähnlich dem bloßen Kontakt zu solch einem wunderbaren Wesen, der es vermag so viele Dinge in uns in Gang zu bringen. Selbstverständlich

ist hier nicht die Rede von körperlichem Kontakt, sondern einer Verbindung von Geist zu Geist, wodurch ein emotionales und mentales Band zwischen den Personen entsteht. Marpa wollte ein solches Band zu seiner Nachbarin knüpfen und überreichte ihr deshalb Geschenke; aber sie zeigte sich weiterhin völlig indifferent und ließ weder Zu- noch Abneigung erkennen. Schließlich, als er eines Tages einsah, dass er auf diese Weise keine positive Verbindung schaffen konnte, versuchte er es mit einer negativen. Während der Ernteperiode bestieg er sein Pferd und zerstörte alle ihre Felder, um sie zu verärgern und auf diese Weise in Kontakt mit ihr zu kommen. Aber das funktionierte genauso wenig!

Diese Geschichte wird seit Jahrhunderten als Beispiel dafür angeführt, dass sofern eine Person nicht über das Karma und karmische Verbindungen verfügt, ein Band zu einem erleuchteten Wesen zu knüpfen, so wird es keinen Weg geben, dies zu erzeugen. Gleichzeitig macht diese Geschichte uns die Kraft dieser Verbindungen deutlich: Jeder von uns hatte hierzu diese wundervolle Gelegenheit in seinem Leben, eine Gelegenheit, die weiterhin besteht. Das ist der Grund, warum wir unbedingt guten Nutzen von unserer Chance machen müssen und gleichzeitig darüber jubeln dürfen. Auch, weil wir nichts Besonderes sind – ich nicht, niemand von uns. Diese einzigartige Chance die wir hatten und haben uns mit solch außergewöhnlichen Wesen zu verbinden – mit Wesen der Weisheit und Liebe – liegt nicht darin begründet, dass wir etwas Spezielles wären, sondern schlicht in dieser bemerkenswerten Interdependenz – und nun ist es an uns, guten Gebrauch davon zu machen.

Eine weitere fundamentale Sache, der Buddha großen Wert beimaß, ist die Wichtigkeit von Freundschaften (friendships) – im wahrsten Sinne des Wortes – von uns allen untereinander, die wir der gleichen spirituellen Familie angehören. Freundschaft bedeutet, die andere Person zu lieben, ihrem Glück Wichtigkeit beizumessen, sich um ihr Wohlbefinden und Glück zu sorgen. Allgemein gesagt ist es normal, dass es Menschen in unserem Leben gibt mit denen wir besser auskommen, zu denen wir uns mehr hingezogen fühlen, denen gegenüber wir eine stärkere Affinität verspüren; und dass es andere

gibt, bei denen wir das weniger empfinden. Die zentrale Frage ist aber: Wie können wir davon reden alle Wesen zu lieben, wenn wir es nicht mal im engsten Kreis schaffen? Hier müssen wir beginnen. Buddha hat mehrere Male von der Wichtigkeit gesprochen unseren Brüdern und Schwestern, die den gleichen spirituellen Pfad beschreiten wie wir, Respekt und Fürsorge entgegenzubringen und in Harmonie mit ihnen zu sein, so wie mit allen anderen auch. Es ist wesentlich, dass Einheit und Respekt untereinander herrscht.

Gestern habe ich über all die wundervollen Menschen in meinem Leben nachgedacht, die ich kennengelernt habe. Unglaubliche Lehrmeister – von denen glücklicherweise einige noch unter uns sind – aber unter allen habe ich niemals einen mit solchen Qualitäten und Zügen gesehen, wie Rinpoche sie hatte. Und das sage ich nicht, weil ich sein Schüler bin oder sein spiritueller Sohn. Ich sage das mit allem Ernst und in voller Offenheit und in Anerkennung aller Qualitäten der tollen Menschen, die ich getroffen habe. So denke ich zum Beispiel an Nyima Tulkuo, der mir in diesen Tagen so alle zwei bis drei Tage Botschaften zukommen lässt, in denen er sagt: “Wie geht's euch dort? Ich bin hier; ich bin sehr traurig, dass Rinpoche nicht mehr in seinem Körper ist. Ich denke oft an dich und alle dort in der Ferne. Ich denke jede Menge an dich.” Nyima Tulku ist wirklich ein feines Wesen, unglaublich in so mancher Hinsicht. Es ist so großartig zusehen zu dürfen, wenn voll realisierte Wesen zusammenkommen. Ich bin überwältigt von Freude, dass ich Zeuge davon werden durfte; es ist etwa wie zuzusehen, wenn zwei sich auf den ersten Blick verlieben. Ich weiß nicht, wer sonst die Gelegenheit hatte zu sehen mit welcher Liebe Rinpoche und Nyima Tulku einander begegneten, wenn sie zusammenkamen. Ich weiß nicht, wie oft im Leben man so etwas zu sehen bekommt. Unter all diesen Wesen verfügte Rinpoche über einzigartige und spezielle Qualitäten. Ich bin erfüllt von großer Freude und fühle mich geehrt, und ich weiß, euch geht es genauso – ihr, die ihr ihn physisch getroffen habt sowie diejenigen von euch, die die Gelegenheit hatten seinen Segen zu empfangen durch die Praxis Selbstheilung, durch seine Belehrungen und auf so vielen anderen Wegen.

Lasst uns also daran erinnern, während wir die Vorübungen ausführen und die Weisheitswesen zu uns einladen, dass dies keine bloße Formalität ist – diese Wesen sind da! Wenn wir unsere Herzen öffnen und sie einlassen, sind sie da! Wie ich vorher schon sagte, es ist wie mit einem Samenkorn, dem man ein bisschen Wasser gibt, das ihm erlaubt zu sprießen. Dies sind die Segen, die wir empfangen. Jeder von uns hat die Möglichkeit dazu, jeder hat diese Verbindung. Jetzt ist es an uns das Samenkorn, das in uns gekeimt hat, zu kultivieren – mit Liebe und zärtlicher Zuneigung.

Von der größten Ehre, die man dem spirituellen Meister zuteil werden lässt

Ich weiß, dass es zahllose Menschen gibt, die tiefe Dankbarkeit und Liebe für Rinpoche empfinden. Und ich versichere euch, eines der wichtigsten Dinge für jeden von uns ist es, zu wachsen.

Vor einiger Zeit hörte ich einen Meister eine Metapher aussprechen, die mir sehr gefiel; sie betraf das Verhältnis zwischen Meister und Schüler. Er sagte: “Was ist wohl das beste Geschenk, das eine Blume ihrem Gärtner machen kann? ... Zu blühen!”

Was tut ein Gärtner? Es ist nicht der Gärtner, der die Blumen erblühen lässt; aber er wässert sie, er düngt sie – er tut alles Notwendige, das es ihnen möglich macht zu blühen. Wenn sich dann die Blüte öffnet, ist dies die größte Ehre, die dem Gärtner zuteil werden kann. Ein spiritueller Führer, ein Lehrer, ist so wie ein Gärtner, der uns durch ein Wort, einen Blick, einen Gedanken, eine Interaktion – auf ganz verschiedene Weisen also – das gibt, was wir brauchen. Aber wir sind es, die sich entfalten müssen! Dies ist das größte Geschenk, das wir unserem Meister machen können. Jeder von uns weiß ziemlich genau, wo unsere selbst verursachten Probleme liegen, welche wir auch überwinden könnten. Aber wir tun es nicht, weil wir einem bestimmten Bild von uns anhängen; oder unseren Gewohnheiten, von denen wir wissen, dass es besser wäre sie zu ändern, ihnen aber trotzdem weiterhin erliegen. Das Aufblühen, das Sich-entfalten ist also tatsächlich unsere Aufgabe! Wir haben alle Voraussetzungen dazu. Und ich wiederhole: Das ist das größte Geschenk, das wir ihm machen können; die größte Ehre, die wir erweisen können.

Alle möglichen Leute fragen mich, was sie für Rinpoche tun könnten, und in der Regel sind es Dinge wie Speisen, Blumen etc., die ihnen in den Sinn kommen. Nun, ich hege keinen Zweifel daran, was Rinpoche sich wirklich wünschen würde – was für ihn die größte Ehrerbietung wäre: Er möchte sehen, dass es uns gut geht; er möchte sehen, dass wir aufblühen.

Ich habe niemals erlebt, dass Rinpoche Unzufriedenheit oder Enttäuschung angesichts unserer mentalen Störfelder gezeigt hätte. Niemals! Stattdessen habe ich ihn 30 Jahre lang die gleichen Dinge wiederholen hören, jedes Mal mit der gleichen Liebe und Geduld. Und an dem Tag, an dem jemand dies endlich verstanden hätte, hätte er sich dafür bedankt. Er hat niemals gesagt: “Seit 30 Jahren erzähle ich dir ... endlich hast du's kapiert!” Niemals! Denn aus den Tiefen seiner Liebe und Weisheit heraus ist er uns nie mit Arroganz begegnet, oder mit der Erwartung wir sollten sein, was er für richtig hielt. Im Gegenteil, er akzeptierte jeden von uns so wie man ist. Und deshalb ist es an uns, dieses Geschenk unseres persönlichen Wachstums zu erbringen. Vielleicht sagt sich jemand:” Rinpoche hat mich immer so genommen wie ich bin!” Ja, sicher. Ganz ohne Zweifel. Sonst wäre er kein Buddha. Aber es ist unsere Aufgabe, Anstrengungen zu unternehmen uns zu entwickeln, zu blühen, unsere Qualitäten aufs Beste zu realisieren. Das können wir schaffen!

Was ich nun sagen möchte entspringt nicht einem Mangel an Zuversicht; aber wir sind derzeit emotional ergriffen, und Emotionen haben eine gewisse Kraft, die kanalisiert werden will. Sie sollte weniger in Richtung Leid gelenkt werden, als vielmehr dorthin, wo Rinpoche uns am liebsten sähe: beim Aufblühen. Er sah unser Potential; es ist nicht so, dass er es nicht erkannt hätte! Genau aus diesem Grund ist es wesentlich für uns zu handeln. Immer zu handeln. Uns derentwegen zu entfalten, die uns lehren und helfen. Deshalb wiederhole ich es noch einmal: Unsere Kindertage sind vorbei. Es ist an der Zeit erwachsen zu werden und über das “Ich & Mein” hinauszugehen, um ernsthaft seinem Beispiel zu folgen und in den Dienst aller zu treten. Niemand hat es nötig wie ein Star zu erscheinen, der alles macht; denn niemand hier ist etwas Besonderes, vielmehr wir alle sind es. Wir sind

alle einzigartig. Der Punkt ist nicht besonders zu sein, sondern auf besondere Weise die wunderbare und einzigartige Chance zu ergreifen, die uns gegeben ist. Wir tun es durch unsere Worte und Taten, jeden Tag, in jedem Moment.

Uns werden weiterhin viele gute Gelegenheiten begegnen – das hoffe ich aus tiefstem Herzen –, die es uns ermöglichen werden, diesen Weg weiterzugehen und ihn zu ehren, jeden Tag unseres Lebens. Wie Rinpoche immer sagte: “Wenn du morgens aufwachst, ist es nicht so wichtig endlos in Meditationen oder ähnlichem zu versinken, als vielmehr dein inneres Make-up aufzulegen. Du musst dich für den Tag bereitmachen, dich innerlich darauf einstellen ihn friedlich, respekt- und liebevoll zu begehen.” Und wir haben ja ein Beispiel, dem wir folgen können. Wir sollten uns sagen: “Ich wäre gern wie du, also sollte ich so handeln wie du!” Wenn uns Schwierigkeiten begegnen, können wir uns fragen: “Was würde Rinpoche jetzt sagen? Was würde er jetzt tun?” ... und dann dasselbe tun. Würde er die Priorität auf das “Ich & Mein” legen oder auf das Gemeinwohl? Würde er aggressiv oder mit Freundlichkeit und Geduld reagieren? Das ist unser Job: uns zu beobachten und seinem Beispiel zu folgen. Denn glücklicherweise haben wir ein Vorbild, dem man folgen kann; also sollten wir ihm jetzt mit Freuden folgen. Ich bin sehr froh darüber, dass wir “Wednesdays at the Kunpen” heute gestreamt haben. Wir werden damit und mit allem anderen fortfahren. In naher Zukunft werden wir auch das Programm des Zentrums neu organisieren. Wir erleben gerade sehr schwere Zeiten, auch weil wir nicht sagen können, wann und wie das Zentrum [Corona-bedingt] wieder öffnen kann und wann/wer reisen darf. Im Moment haben wir keine andere Gewissheit als die, am Leben und in glücklicher Lage zu sein. Es ist an uns, das Bestmögliche aus jedem Moment unseres Lebens zu machen, egal wo wir sind und mit wem. In jedem Fall werden wir ein Programm anbieten, das so beständig wie möglich sein wird, hauptsächlich dem Andenken an Rinpoche gewidmet. Um sein Leben zu feiern sowie die wundervollen Gelegenheiten, die sich daraus für uns und unser Leben ergeben. Die guten Dinge im Leben müssen gefeiert werden; nichts kann schöner und wichtiger sein als das.

Für meinen Teil kann ich sagen, dass ich hoffe, euch bald wieder umarmen zu dürfen. Ich weiß, ich muss damit noch ein bisschen warten – keine Ahnung wie lange – aber wir werden uns in Geduld üben.

Lasst uns nun die letzten Widmungen sprechen. Wir schicken jedem zwei Gebete für Lama Gangchens baldige Wiederkehr, eins geschrieben von Phabongkha Rinpoche und ein anderes von Trijang Rinpoche. Zum Abschluss möchte ich einmal mit euch das Gebet rezitieren, das Trijang Rinpoche geschrieben hat.

Die Segnungen der Kraft der Wahrheit der Drei Juwelen Ein Gebet zur schnellen Rückkehr für Drubwang Gangchen Rinpoche

Verfasst von Seiner Heiligkeit Kyabje Trijang Chocktrul Rinpoche

བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་སྤྲུལ་ཏེ་རུ་ཀམ་ བདེ་ཆེན་ཐར་བ་མཚོག་གི་གཞུང་ཡས་
ནས། །བདེ་ཆེན་ཐབས་ཤེས་ངེས་དོན་སྣོད་པོ་ཅན། །བདེ་ཆེན་ཡབ་ཡུམ་རྩུང་
གིས་བདག་སྐྱོང་མཛོད། །

dechen gyälpo lama heruka
dechen tharpa chog gi zhälye ne
dechen thabshe ngedön nyingpo chän
dechen yabyum zung gi dag kyong dzö

Guru Heruka, König der Großen Glückseligkeit,
Aus dem unvergleichlichen Palast der herausragenden Befreiung von
Großer Glückseligkeit,
[Du] bist die Quintessenz der endgültigen Bedeutung von Methode und
Weisheit der Großen Glückseligkeit,
Vater und Mutter in der Vereinigung von Großer Glückseligkeit, [bitte]
sorge für mich in allen Zeiten!

ལྷོ་བཟང་བསྟན་པའི་གཉེན་གཅིག་སྲིད་པའི་མིག། །སྤུབ་བསྟན་མདོ་རྒྱུད་འཛིན་
མའི་ཁྱོན་ཡངས་པོ་ལ། །འཕྲིན་ལས་འགྲོ་བའི་མ་རིག་སྤུན་པ་བཅོམ། །གཞན་པན་
ལྷོ་གྲོས་ཡར་འབེལ་མངོན་པར་བསྟོད། །

lo zang tänpe nyen chig sipe mig
thubtän dogyü dzinme khyön yangpor
thrinle drowe marig münpa chom
zhänphän lodrö yar phel ngönpar tö

[Du], die Sonne, einzigartiger Halter der Lehre des Edlen Geistes
[Tsongkhapa],
[Deine Strahlen scheinen] und befähigen uns, Buddhas Lehre von
Sutra und Tantra auf dieser weiten Ebene klar zu sehen,
[Wo Deine] Erleuchteten Taten die Dunkelheit der Ignoranz der
Lebewesen auslöschen,
[Vor Dir], der die Weisheit anwachsen lässt, die anderen Nutzen bringt,
Lege ich meine Lobpreisung offen dar!

མགོན་ཁྱོད་དཔའ་ལོ་དཔའ་མེད་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། །མེ་ཉོག་གཏུགས་དང་
རོལ་མོ་གཡེར་ཁའི་སྤྲེས། །མཁའ་ལ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཤེགས་བཞིན་
བུ། །བདག་ཅག་གཏུང་བའི་གསོལ་འདེབས་ཡུད་ཅམ་དགོངས། །

gön khyö pawo pamö tshog nam kyi
metog dug dang rölmo yerke dre
kha la chöpe tshül gyi sheg zhindu
dagchag dungwe söldeb yütsam gong

Da Du, Meister [begleitet] von Versammlungen von Dakas und Dakinis,
Mit Blumen, Schirmen, Musik und klingenden Glocken,
Deine Reise in das Kechara Dakini-Land manifestierstest,
Richten wir [diese] sehnsüchtige Bitte an Dich, [bitte] denke für einen
Augenblick an uns!

ཞི་བའི་སྐྱེ་ཡིས་འགྲོ་བ་འཇུ་མ་གྱིས་བསྟུ། །ཞི་བའི་གསུང་གིས་ཚོས་སྐྱེན་བར་
འཇེབས། །ཞི་བའི་སྤྱགས་ནི་གཞན་པན་བྱམས་བཅིའི་གཤེས། །ཞི་བའི་
སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་སྤྱར་བྱོན་ཤོག །

zhiwe ku yi drowa dzum gyi su
zhiwe sung gi chö dra nawar jeb
zhiwe thug ni zhänphän jam tse shi
zhide sempa chenpor nyur jön shog

Dein Körper des Friedens begrüßt die Wandernden mit einem
[wunderschönen] Lächeln,
Deine Rede des Friedens mit den Klängen des Dharmas ist erfreulich
für die Ohren,
Dein Geist des Friedens ist, dank seiner Natur von liebevoller Güte,
eine Wohltat für andere,
Großes Wesen, Mahasattva des Friedens, mögest Du schnell
zurückkehren!

སྤྱབ་བསྟན་བདུད་ཅིའི་སྤྱིང་པོ་གཞན་པན་བཟུད། །སེམས་ཅན་རང་རང་ཁམས་
དང་མོས་ངོ་རུ། །འདོད་རྒྱ་ཚིམས་མཛད་གྲུབ་དབང་རིན་པོ་ཆེ། །རིས་མེད་
འགྲོ་བའི་གཉེན་གཅིག་སྤྱར་བྱོན་ཤོག །

thubtän dütsi nyingpo zhänphän chü
semchän rang rang kham dang mö ngo ru
dögu tshim dze drubwang rinpoche
rime drowe nyen chig nyur jön shog

Du hilfst anderen mit Deinem Geist von Bodhichitta, der nektargleichen
Essenz der Lehre des Buddhas,
In Übereinstimmung mit der Natur und den Wünschen jedes Lebewesens,
Kostbarer Herr der Siddhas, [Du, der] alle Wünsche erfüllt,
Einzigartiger, unvoreingenommener Freund der Wandernden, mögest
Du schnell zurückkehren!

གྲུབ་དབང་ཁྱོད་ནི་འགྲོ་བའི་ཞི་བདེར་བརྩོན། །བདག་སོགས་རྣམས་ཀྱང་ཞི་བདེ་
 འོན་ཏེ་གཉེས། །རི་སྐོང་འགྲོ་བ་ཞི་བདེའི་གྲོང་མཚོ་ག་ཏུ། །མ་སྐྱེ་བ་དེ་སྐོང་ཁྱོད་
 ཞལ་སྟོན་མཛོད་ཅིག །

drubwang khyö ni drowe zhider tsön
 dag sog nam kyang zhide döndu nyer
 jisi drowa zhide drong chog tu
 ma leb desi khyö zhäl tön dzö chig

Herr der Siddhas, Du strebst nach Frieden für die Wandernden;
 Ich und andere trachten ebenso nach Frieden,
 Doch solange [alle] Lebewesen die Sphäre des Friedens noch nicht
 erreicht haben,
 Bis dahin, manifestiere Deine [Heilige] Gegenwart!

བདག་ཅག་དེ་སྟོན་རི་བཞིན་འགྲུབ་པ་ལ། །ལྷ་མ་དཀོན་མཚོ་ག་གསུམ་གྱི་མ་ཐུ་
 གྱིན་དང་། །ཁྱད་པར་བསྟན་སྲུང་རྩི་རྩི་ལྷགས་ལྡན་ཅུལ། །རྣམ་བཞིའི་འབྲིན་
 ལས་མ་གཡེལ་སྟོང་གྲོགས་མཛོད། །

dagchag re mön jizhin drubpa la
 lama könchog sum gyi thu jin dang
 khyäpar tänsung dorje shugdän tsäl
 nam zhi thrinle ma yel tong drog dzö

Damit unsere Hoffnungen und Wünsche wahr werden,
 [Suchen wir] die Kraft und die Segnungen des Gurus und der Drei
 Juwelen und
 Ganz besonders [Du], kraftvoller Dharmapala Dorje Shugden,
 Mit [deinen] vier Arten von erleuchteten Aktivitäten, unterstütze uns,
 ohne zu zögern.

Verse of auspiciousness

ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས། ཉི་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། །
ཉིན་མཚན་རྟུ་བདེ་ལེགས་པས། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱི་
ཚྲོ་བས། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་དངོས་གྲུབ་སྟོང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་
གྱིས་བཟང་ཤིས་ཤོག །

nyinmo deleg tshän deleg
nyime gung yang deleg shing
nyintshän tagtu deleg pe
könchog sum gyi jin gyi lob
könchog sum gyi ngödrub tsöl
könchog sum gyi tashi shog

Ob in der Morgen- oder Abenddämmerung,
Ob bei Nacht oder während des Tages -
Mögen die Drei Juwelen uns Ihren Segen schenken.
Mögen Sie uns helfen jedwede Erkenntnis zu erlangen
Und dabei unseren Lebensweg mit verschiedensten Zeichen des
Glücks zu besprengen.
At dawn or dusk, at night or midday, may the Three Jewels grant
us their blessings, may they help us to achieve all realisations and
sprinkle the path of our lives with various signs of auspiciousness.

Kurzbiografie von Lama Michel Tulku Rinpoche

Lama Michel Rinpoche (geboren 1981 in Sao Paulo, Brasilien) ~ Losang Nyendrag Jangchub Chopel — ལོ་བཟང་རྟེན་གཤམ་བྱང་རྒྱལ་ཚོས་འཕེལ།, was soviel bedeutet wie “Erhabener Geist, der den Dharma der Erleuchtung verbreitet” , ist der spirituelle Sohn von T.Y.S. Lama Gangchen Tulku Rinpoche und Halter seiner Linie NgalSo Ganden Nyengyu, einer Linie des Tibetischen Buddhismus. Als spiritueller Leiter verantwortet er die NgalSo - Zentren rund um den Erdball; er ist zudem Repräsentant der Vereinten Nationen für die Lama Gangchen World Peace Foundation (UN NGO- ECOSOC).

Im Alter von knapp fünf Jahren begegnete Lama Michel Rinpoche seinem Root Guru T.Y.S. Lama Gangchen Tulku Rinpoche. Bereits bei dieser Gelegenheit nahm er Zuflucht bei ihm und erhielt den Namen Jangchub Choephel (བྱང་རྒྱལ་ཚོས་འཕེལ), “Der, der den Dharma der Erleuchtung steigert.”

Im Alter von acht Jahren wurde er als Tulku, d.h. als Reinkarnation eines buddhistischen Meisters, erkannt, von berühmten Meistern wie Lama Gangchen Tulku Rinpoche selbst sowie von Lama Zopa Rinpoche, Kachen Losang Zopa Rinpoche, Lama Gosog Rinpoche und dem Ehrenwerten Geshe Yeshe Wangchuk Rinpoche. Im Alter von 12 Jahren wurde Lama Michel offiziell inthronisiert und öffentlich anerkannt.

Noch im gleichen Jahr, nach einer Periode der Stille und der Reflektion über das Leben und den zu wählenden Weg für sich selbst, entschied Lama Michel Rinpoche sich dazu, dem Beispiel und der Inspiration seines Meisters zu folgen. Er trat in die Sera Me Monastic University ein, um die traditionellen monastischen Studien zu verfolgen. Ebenfalls im gleichen Jahr erhielt er den Kommentar zu Guru Puja und Lam-Rim von Seiner Heiligkeit, dem 14. Dalai Lama.

Seine Inthronisierung fand in den Klöstern von Tashi Lhunpo, Kailashpura und Sera Me in Südindien statt. Sera Me war auch der Ort, an dem Lama Michel sich der traditionellen philosophischen Schulungen für die Tulkus der tibetischen Gelugpa-Tradition unterzog. Er tat es unter der spirituellen Leitung drei der bekanntesten zeitgenössischen Meister:

Ven. Kachen Losang Zopa Rinpoche, Ven. Geshe Thubten Rinchen and Ven. Geshe Thrinley Thobgyal, und lebte unter Führung und Vormundschaft von Geshe Tenzin Wangdak ~ *Gen Lhagpa-la*. ~

Während seiner jährlichen Ferien kam es zum Wiedersehen mit seinem Guru, mit dem er um die Welt reiste und dabei sein großes Redetalent unter Beweis stellte. Aber auch seine große Ergebenheit zu seinem Guru, eine natürliche Vertrautheit mit der Stiftung sowie den tieferen Konzepten der buddhistischen Philosophie.

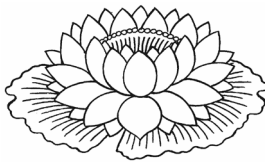
1994, ein Jahr nach Eintritt ins Kloster, ging er nach Brasilien und lehrte dort am Centro de Dharma da Paz ~ Shi De Tchö Tsog ~, wo er zum ersten Mal als Lama empfangen wurde.

Im Jahr 2006, nach Abschluss seines zwölfjährigen Studiums, beschloss er im Alter von 24 Jahren nach Italien zu gehen, und sich dort in den Dienst seines Gurus, Lama Gangchen Tulku Rinpoche, zu stellen. Seine weitere Ausbildung verfolgte er in den nächsten Jahren durch jährliche Besuche in Tibet, wo er sich unter die Führung des Ehrenwerten Kachen Losang Phuntsog Rinpoche, Abt des Klosters von Tashi Lhunpo, begab.

Den Abschluss seiner Studien in Tibetischer Astrologie vollendete er 2009 mit der Erstellung eines ersten astrologischen Almanachs, dem Gangchen Chöphel Tibetan Calendar, umfassend die Dauer vom Erdochsen-Jahr 2009 bis zum Metalldrachen-Jahr 2120. Dieser gilt als Referenz-Kalender für die astrologischen Berechnungen des Klosters Tashi Lhunpo in Tibet.

Motiviert von seiner enormen Großzügigkeit, hat er seit 2014 bereits tausende kostenlose Stunden der Unterweisung via NgalSo YouTube angeboten. Er ist, Stand 2021, Autor von vier Büchern (in Portugiesisch) und seine Unterweisungen und Lehren finden sich in zahlreichen Broschüren (in bis zu sieben Sprachen veröffentlicht) niedergelegt.

Seit 2018 fungiert Lama Michel zudem als “Der Architekt” des Zentrums. Unter seiner Verantwortung entstanden The Temple of Heaven on Earth in Italien sowie der Templo do Grande Amor in Campos do Jordao, Brasilien. Als beispielhafter Schüler in Verbindung zu seinem Guru, widmet Lama Michel Rinpoche sein Leben weiterhin dem Dienst am Zentrum und seinen Schülern. Um alle Projekte zu vollenden und alle Initiativen zur Fortführung und Verbreitung buddhistischer Lehren und Lama Gangchen Tulku Rinpoches “Culture of Peace” , einer Kultur des Friedens, fortzuführen, teilt er seine Erfahrung, seine Weisheit und die tiefgründigen Lehren buddhistischer Philosophie in einer klaren, zugänglichen und modernen Weise, entsprechend den Bedürfnissen der heutigen Gesellschaft mit uns.



Gedruckt im Albagnano Healing Meditation Center (Italien)

100% biologisch abbaubares und recycelbares Papier



KUNPEN LAMA GANGCHEN

INSTITUT FÜR STUDIUM UND VERBREITUNG DES WESTLICHEN VAJRAYANA BUDDHISMUS

— Eingebunden in der buddhistischen Union Italien (UBI) —

MILANO ZENTRUM

Via Marco Polo, 13
20124 Milano (MI) Italien
Tel +39 02 29010263
kunpen@gangchen.it
kunpen.ngalso.org

VERBANIA ZENTRUM

Via Campo dell'Eva, 5
28813 Albagnano di Bèe (VB) Italien
Tel +39 0323 569601
reception@kunpen.it
kunpen.ngalso.org