

SAKYA TSECHEN LING

INSTITUT EUROPÉEN DE
BOUDDHISME TIBÉTAIN

FONDATEUR: KHENCHEN GÜESHE SHÉRAB
GYALTSEN AMIPA RINPOCHÉ



5, zweiter Punkt des Vignobels
F-67520 KUTTOLSHEIM (FRANKREICH)

Téléphone : +33 (0)3 88 87 73 80

Secrétariat : +33 (0)3 88 87 73 80

E-Mail: sakya.tsechen.ling@ozone.net

Website Website: <http://sakyatsechenling.eu>

Seminare im Institut SAKYA TSECHEN LING Kuttolsheim im Jahr 2020

24. bis 26. Januar: Gebet Sampa Lhundrupma - Khenpo Tashi

Sampa Lhundrupma, *Das Gebet zu Guru Rinpoche, das spontan alle Wünsche erfüllt*, ist ein Gebet und das siebte Kapitel von Le'u Dünma, ein im vierzehnten Jahrhundert offenbartes Terma. Es wurde von Padmasambhava dem Prinzen Mutri Tsenpo, dem König von Gungthang und Sohn des Königs Trisong Detsen, gegeben, als er sich in das Land der Rakshasa-Dämonen im Südwesten begab. Dieses berühmte, kraftvolle Gebet wurde offenbart von Tulku Zangpo Drakpa.

14. bis 16. Februar: Die 37 Praktiken eines Bodhisattvas, Teil II - Khenpo Tashi

Der Text zur Geistesschulung, die *37 Bodhisattva-Praktiken*, wurde im vierzehnten Jahrhundert vom Sakya-Meister Togme Zangpo in tibetischer Sprache verfaßt. Togme Zangpo war bekannt als ein echter Bodhisattva. Seine Schrift wird von allen unterschiedlichen tibetischen Traditionen studiert. Als großer Klassiker der tibetischen Literatur inspiriert er seit Jahrhunderten Praktizierende auf dem Weg des Mahayana, zumal er konkret dazu anleitet, jede Lebenserfahrung in den spirituellen Weg zu integrieren.

22. Februar: GUTOR & Mahakala Tag

16:00 Uhr Mahakala-Ritual mit *Gutor*; ein Ritual, um die im vergangenen Jahr angesammelten Negativitäten zu beseitigen und den Schutz für das kommende neue tibetische Jahr aufzubauen.

18:00 Uhr Tibetische Suppe mit 9 Zutaten und Botschaften. **Nur mit Voranmeldung.**

24. Februar: LOSAR Tibetisches Neujahr 2147 der eisernen Maus

18:30 Ritual der Sechzehn Arhats

9. März: CHOTHRUL DÜCHEN

18:30 Ritual der Sechzehn Arhats

20. bis 22. März: Weiße Tara Einweihung & Belehrung - Khenpo Tashi

Bekannt als Muttergöttin, die schnell und effektiv auf jede herzliche Bitte reagiert, wird die Weiße Tara besonders mit der Heilung, dem Schutz und der Stabilisierung der Lebenskraft in Verbindung gebracht. Diese Praxis ist besonders aktiv und hilfreich in schwierigen Zeiten, in denen unser Leben oft von intensiven Emotionen und Angst geprägt ist. Die Weiße Tara, die von allen vier großen Schulen des tibetischen Buddhismus praktiziert wird, war die wichtigste Gottheitenpraxis vieler bekannter buddhistischer Gelehrter und Siddhas in Indien und Tibet. Die besondere Aufgabe der Weißen Tara besteht darin, ein langes Leben, Frieden, Wohlstand und Gesundheit durch ihre erleuchteten Aktivitäten zu fördern, sowohl für den Praktizierenden als auch für andere Lebewesen.

[29. - 30. März: Inthronisierung von S.H. dem 43. Sakya Trizin, Puruwala, Indien].

14. April: Gedenkfeier für Khenchen Sherab Gyaltzen AMIPA Rinpoche's

18:30 Uhr Guru Yoga - Meditation

24. bis 26. April: Lojong, verfasst von Jamyang Khyentse Wangpo - Khenpo Tashi

Die Praktiken der Geistesschulung, *Lojong* auf Tibetisch, ermöglichen es uns, stark und positiv zu bleiben und uns den Herausforderungen des Lebens zu stellen. Durch die Schulung unseres Geistes können wir jeden negativen Umstand in eine Gelegenheit verwandeln, um Liebe, Mitgefühl und Verständnis zu entwickeln. Das größte Hindernis für das Glück im Leben ist egozentrisch zu sein, und der Buddhismus bietet einfache Methoden zur Schulung unseres Geistes, um unsere Einstellungen zu ändern.

Jamyang Khyentse Wangpo war einer der größten Meister des 19. Jahrhunderts, Initiator und Inspirator der Rimé-Bewegung in Tibet. Dank ihm haben viele besondere Lehren des alten Tibet überlebt und sind bis zu uns gelangt.

S.H. Gedenkfeier für S.H. Jigdal Dagchen Sakya Rinpoche

15. bis 17. Mai: Die vier edlen Wahrheiten - Christian Bernert

Die drei Drehungen des Dharma-Rades

Um ihre Schüler zur Befreiung und zum Erwachen zu führen, gaben die Buddhas eine breite Palette von Lehren, entsprechend der individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten. Diese Lehren wurden später in drei Klassen von Lehren zusammengefasst, mit der Bezeichnung die "Drei Drehungen des Dharma-Rades". In den von Christian Bernert gehaltenen Sommerseminaren der nächsten drei Jahre (2020-2022) werden wir jede dieser Lehrzyklen nacheinander diskutieren.

2020: Beim ersten Drehen des Dharma-Rades sind die Vier Edlen Wahrheiten das Hauptthema von Buddha's Belehrung. Diese Belehrung bildet die Grundlage für das gesamte System buddhistischen Denkens und Handelns aller Traditionen und Linien. Ein solides Verständnis dieser vier Wahrheiten ist daher für einen fundierten Praxisweg unerlässlich. In diesem Seminar werden wir auch wichtige Aspekte der Abhidharma-Lehren zu diesem Thema diskutieren.

2021: Das besondere Thema des zweiten Drehens des Dharma-Rades ist die tiefe Weisheit der Leerheit. Dies wurde in dem *Sutra der Vervollkommnung der Weisheiten* ausführlich erläutert und später von vielen großen Meistern kommentiert, vornehmlich von Arya Nagarjuna und den Lehrern der Madhyamaka-Denkrichtung. In diesem Seminar wird dieses Thema auf der Grundlage des *Herzsutra* diskutiert, einer der wichtigsten buddhistischen Schriften der Mahayanatradition.

2022: Während des dritten Drehens des Dharma-Rades lehrte der Buddha das, was als die endgültige Bedeutung seiner Lehren bekannt wurde. Auf dieser Ebene der Lehren offenbarte der Buddha außergewöhnliche Lehren über den Geist, die Buddha-Natur und tiefe Wege, die konventionelle und ultimative Realität zu verstehen, und ergänzte so die früheren Lehren.

5. bis 7. Juni: Einweihung zum 1000-armigen Avalokiteshvara und Nyungne Erklärung - Khenpo Tashi

Avalokiteshvara, wie sein Name sagt, ist der "Herr, der auf die Welt herabblickt". Er hat ein großes Gelübde abgelegt, um die Gebete aller fühlenden Wesen in Zeiten, wo sie unter Schwierigkeiten leiden, zu erhören. Zur Erlangung dieses Zieles, hatte er sich weiter verpflichtet, die endgültige Buddhaschaft nicht zu erlangen, bis alle fühlenden Wesen von Samsara befreit sind und es niemanden mehr in Samsara gibt. Aufgrund dieses allumfassenden mitfühlenden Gelübdes gilt er als die Verkörperung des Großen Mitgefühls.

5. Juni: SAGA DAWA DÜCHEN

20:30 - 22:00 Gebet an Buddha Shakyamuni & Ritual der Sechzehn Arhats

7. (um 18:00) - 10. (um 9:00) Juni: Kurzer Nyungne-Rückzug - Khenpo Tashi **Nur mit Voranmeldung.**

Der Nyungne-Rückzug ist eine kraftvolle Praxis des Fastens und der Reinigung, zur raschen Ansammlung vieler Verdienste. Er geht zurück auf Buddha Avalokiteshvara mit tausend Armen, dem Buddha des allumfassenden Mitgeföhls. Dieses Praxis wurde vor einigen Jahrhunderten von der Nonne Gelongma Palmo initiiert.

Dieses Retreat hilft den Teilnehmern, ihren Geist zu reinigen, positive Energien zu erzeugen und Mitgeföhls zu entwickeln. Im Wechsel werden Perioden des teilweisen oder vollständigen Fastens mit der Praxis von Buddha Avalokiteshvara kombiniert. Dieser Rückzug ist ausschließlich jenen vorbehalten, die dieser Disziplin wirklich folgen wollen.

Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Retreat ist eine Einweihung zu Buddha Avalokiteshvara und eine stabile Gesundheit.

3. bis 5. Juli: Mandalaopferung mit 37 Häufchen, Erklärung & Praxis - Khenpo Tashi

Die Mandalaopferung zählt zu den ungewöhnlichen vorbereitenden Praktiken, da es eine rasche Verdienstansammlung gewährt, um so den Weg des Vajrayana effektiv gehen zu können. In dieser Praxis werden die Tugenden aller gewöhnlichen und verwirklichten Wesen der dreifachen Zeit angesammelt und alle denkbaren guten Eigenschaften in Form des Universumsmandalas visualisiert und den Buddhas und Bodhisattvas geopfert. Bei dem Ritual wird symbolisch ein völlig reines Universum kreiert durch 37 besondere Symbole.

Sonntag, 5. Juli: Guruyoga Lama Chöpa zum Geburtstag von Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama (6.7.) und von Seine Heiligkeit dem 43. Sakya Trizin Gyana Vajra (5.7.)

24. Juli: CHÖKHOR DÜCHEN

18:30 Ritual der Sechzehn Arhats

25. - 26. & 28. Juli: Karmayoga

11. bis 13. September: Medizin-Buddha Einweihung und Belehrung

Erklärungen zum Medizin-Buddha-Ritual - Khenpo Tashi

Krankheit ist ein Leiden, das alle Lebewesen trifft. Nach Ansicht der tibetischen Medizin sind die meisten Krankheiten jedoch psychosomatisch, und nach buddhistischer Auffassung sind viele geistigen und physischen Krankheiten größtenteils durch unheilsame Lebensführung hervorgerufen und können somit nicht allein durch die Schulmedizin geheilt werden. Denn andererseits besteht ein Zusammenhang zwischen heilsamen Gedanken und dem persönlichen Empfinden von Gesundheit und Glück. Der Buddha lehrte eine Meditationsform für Menschen, die an einer Krankheit leiden. Dazu zählt die Praxis eines heiligen Mantras und der Meditation über den Medizinbuddha. Diese tiefgründige Meditationstechnik dient zur Ergänzung medizinischer Behandlungsformen, kann Nebenwirkungen von Medikamenten abschwächen und deren Wirksamkeit erhöhen.

Samstag 12. September

14.00 - 17.00 Uhr: "Tag der offenen Tür am Institut".

16. bis 18. Oktober: „Erschaffung des Bodhicitta-Geistes“ gemäss den Anweisungen, die Buddha Maitreya an Asanga gab - Ani Laura Coccitto

Im Abhisamayalankara („Ornament der klaren Erkenntnis“) ist es, als hätte Buddha Maitreya an Asanga ein "Handbuch für den Bodhisattva" übermittelt, das die notwendigen Fähigkeiten, Verantwortungen und meditativen Erfahrungen offenbart, um die unendlichen Wesen zur Erleuchtung zu führen. Die erste Anweisung von Buddha Maitreya betrifft "Die Erschaffung des Bodhicitta-Geistes“.

Das Streben nach Erleuchtung macht uns die Natur unseres Geistes bewusst, die die gleiche Reinheit wie alle Wesen ist, mit denen wir eine einzige Familie bilden. So entsteht im Bodhisattva die Freude und der Mut, den noch im Samsara Gefangenen alles zu geben, was sie zur Entwicklung benötigen. Im Text wird erklärt, wie Bodhicitta durch die

Einheit mit Weisheit gestärkt wird. Dadurch werden die Handlungen des Bodhisattvas immer kraftvoller, um die Verdienste der Wesen zu schützen, sie zu erhalten und zu reifen, bis die Wesen für immer befreit sind.

Dieser alte Text wird als ein Text beschrieben, der Freude beim Lesen bereitet, weil er von Anfang an das Ergebnis, den Zustand eines Buddhas, betrachtet, den wir alle verwirklichen werden.

7. November: LHABAB DÜCHEN

10:00 Uhr (Samstag) Ritual der Sechzehn Arhats

13. bis 15. November: Das Ablassen von den vier Anhaftungen (Zenpa Zidrel/tib.) - Khenpo Tashi

"Das Ablassen von den vier Anhaftungen " beinhaltet die wesentlichen Lehren, wie man wirklich in die Praxis des Dharma eintritt und zum Kern des Weges geht. Diese Lehre wurde von Sachen Kunga Nyingpo (1092-1158) direkt von Manjushri empfangen und gilt als eine der Perlen des tibetischen Buddhismus. Die vier Wurzelverse beinhalten die Essenz des Dharma:

"Wenn du Anhaftung besitzt an dieses Leben, bist du kein Dharma-Praktizierender.

Wenn Anhaftung hast an die zyklische Existenz, besitzt du keine Entsagung.

Wenn du an dein Eigeninteresse anhaftest, besitzt du nicht den Erleuchtungsgedanken.

Wenn Greifen entsteht, hast du nicht die Sicht."

29. November: Khenpo Dakpa Wooser Lag's Gedenkfeier.

15:00 Uhr Gebete & Meditation

26. Dezember - 1. Januar 2021: Winterrückzug über Buddha Vajrakilaya

Nur mit Voranmeldung und nur für diejenigen, die die Vajrakilaya-Initiation bereits von einem Sakya-Meister erhalten haben.

Die Belehrungen werden von Khenpo Tashi Sangpo erteilt.