



# KARME GENDÜN

Nr 22/23 - Herbst 2007

## Gyalwa Karmapa in Kündröl Ling

### *Sanftmut, Kraft und die Klarheit der Erleuchtung*

#### "Karme Gendün"

(*Karmapas Sangha*) ist ein Rundbrief der Klostersgemeinschaft und der Retreatzentren in **Dhagpo Kündröl Ling**, Auvergne (Frankreich). Diese Gemeinschaft wurde von **Gendün Rinpoche** im Auftrag des **16. Gyalwa Karmapa** ins Leben gerufen, um den authentischen Dharma im Westen zu verbreiten.

## Rundbrief von Dhagpo Küendröl Ling

Nr. 22/23 - Herbst 2007

Website:  
[www.dhagpo-kundreul.org](http://www.dhagpo-kundreul.org)

Warum versammeln sich alle an diesem Spätnachmittag des 26. Juni mit freudigen Gesichtern? Gyalwa Karmapa\* kommt nach Kündröl Ling. Am nächsten Morgen fand der offizielle Empfang mit den traditionellen Opfergaben im festlich geschmückten, großen Tempel statt. Gyalwa Karmapa brachte seine Freude zum Ausdruck, wieder unter uns zu weilen. Er ermutigte jeden, seine Engagements zu wahren und das Bodhisattva\*-Versprechen bis zum Ziel, bis zur Erleuchtung, zu halten: „Ich habe Vertrauen in euch, ich weiß, ihr habt die Kraft es zu tun.“ Gyalwa Karmapa wurde von Nendo Rinpoche und vier Mönchen begleitet.

Jigme Rinpoche, Thinlay Rinpoche und Lama Purtsela schlossen sich ihnen in Kündröl Ling an. Während seines Aufenthaltes besuchte Gyalwa Karmapa die Retreatzentren und gab eine öffentliche Dordsche Sempa\*Ermächtigung. Ziel seines Besuches war es auch, mit der Klostersgemeinschaft spirituelle und administrative Fragen zur Zukunft des Klosters und der Retreatzentren zu klären.

Bei der Abschieds-Zeremonie am 2. Juli sagte Karmapa, er beabsichtige nächstes Jahr wiederzukommen. Während seiner Abwesenheit sollten wir uns an Jigme Rinpoche wenden, seinen spirituellen Repräsentanten. Er ermutigte uns auch, mehr Vertrauen untereinander zu entwickeln. Viele suchten Karmapa auf und das persönliche Gespräch mit ihm brachte ihnen Rat und Klarheit. Er nahm sich auch Zeit für ein Treffen mit den Praktikanten von Kündröl Ling, denen er ans Herz legte, Ausdauer in ihrer positiven Motivation zu entwickeln.

Gyalwa Karmapa hat auch die Leser des Karme Gendün nicht vergessen...

**Karme Gendün:** *Wie definieren Sie den buddhistischen Weg für einen westlichen Praktizierenden?*

**Gyalwa Karmapa:** Buddhismus ist eine Lebensweise, bei der wir die Qualitäten unseres Geistes entwickeln. Wir kultivieren sie und versuchen, die Natur des Geistes zu erkennen. Zunächst sollte man verstehen, dass der Buddhismus keine Religion ist und auch nicht wirklich eine Philosophie, denn beide Begriffe treffen nicht die



Gyalwa Karmapa

eigentliche Bedeutung des Dharma\*. Er ist ganz einfach eine Methode, eine Lehre und eine Lebensweise - eine ganz spezielle Lebensweise, die uns ermöglicht, Glück zu erlangen ohne anderen zu schaden.

**K.G.:** *Was bedeutet es, ein buddhistischer Praktizierender zu sein?*

**Gyalwa Karmapa:** Es bedeutet, dass wir versuchen, unsere positiven Eigenschaften zu entwickeln, um für niemanden eine Last zu sein, weder für die Gesellschaft noch für sonst jemanden.

## Kurznachrichten

### Besuch von Mipham Rinpoche



Im August kamen Mipham Rinpoche und seine Frau Detschen Wangmo, die Eltern von Gyalwa Karmapa, nach Kündröl Ling. Sie wurden von ihrem jüngsten Sohn Sönam Tsemo Rinpoche begleitet. Er ist 21 Jahre alt und erhält seine Ausbildung in Nord-Indien in der Klosterschule in Kalimpong. Im großen Tempel gab er eine Belehrung zu Liebe und Mitgefühl. Seine Frische, sein Humor und die Tiefe seiner Worte haben allen das Herz geöffnet.

### Nach einem Langzeitretreat: die Welt hat sie wieder

Am 12. November 2006 endete das zwölfjährige Retreat für Drupla Shedröl und Lama Tschöpel. Und am 30. Juli 2007 kamen die Druplas Lodrö und Sempa aus ihrem neunjährigen Retreat. Freunde, Familie und die Gemeinschaft empfangen sie nach dieser langen Trennung. Die Retreatler brachten als Dank für ihr Retreat die symbolischen Opferungen des Universums dar. Anschließend bot ein gemeinsames Milarepa\*-Ritual in Laussedat allen die Gelegenheit, einen Moment der Praxis mit ihnen zu teilen.

### Retreat zum tibetischen Neujahr

Lossar, das tibetische Neujahr, ist Anlass für den großen inneren und äußeren Frühjahrsputz, um das Jahr unter guten Vorzeichen zu beginnen.

Dieses Jahr haben um die zwanzig Frauen, Lamas und Druplas, vom 8. bis zum 18. Februar in Laussedat im Retreat praktiziert. Das Mahakala\*-Ritual begann täglich um 7 Uhr und dauerte bis 19.30 Uhr, unterbrochen von einigen Pausen. Diese Zeit intensiver gemeinsamer Praxis wurde von allen sehr geschätzt und der Wunsch entstand, im kommenden Jahr diese Erfahrung zu wiederholen. Zum nächsten Neujahr werden die Tage der Mahakala-Praxis im großen Tempel stattfinden und alle sind herzlich willkommen, daran teilzunehmen.

Wir entwickeln zunächst all diese Qualitäten zum Wohl der anderen und dadurch helfen wir ihnen auf natürliche Weise, direkt oder indirekt indem wir ein Beispiel für sie sind.

**K.G.:** *Wie kann jemand, der aktiv im Leben steht, eine Familie hat und berufstätig ist, den Dharma praktizieren?*

**Gyalwa Karmapa:** Der Alltag selbst, ganz gleich welches Leben man führt, ist bereits eine ausgezeichnete Praxis. Zeit für traditionelle Praxis zu haben ist selbstverständlich sehr gut, aber was immer man auch gelernt hat, kann man in seinem täglichen Leben anwenden. Das ist eigentlich mehr als Praxis – Du lebst es wirklich. Formelle Praxis und tägliches Leben dürfen nicht voneinander getrennt sein.

**K.G.:** *Der tibetische Buddhismus wird manchmal aufgrund seiner äußeren Aspekte (Rituale, Gottesbeuten usw.) für etwas recht Exotisches gehalten. Es kann vorkommen, dass man sich auf diese äußeren Aspekte konzentriert ohne deren wirklichen Sinn zu verstehen. Wie können wir dem vorbeugen?*

**Gyalwa Karmapa:** Zuerst sollte man verstehen, dass die Rituale, die Meditationen auf Gottheiten usw. nichts anderes als Mittel oder Bezugspunkte sind. Zunächst sollte man sie in allen Einzelheiten kennen und identifizieren und wenn das getan ist, so ist ein falsches Verständnis natürlich nicht mehr möglich.

**K.G.:** *Sie bereisen des öfteren westliche Länder, denken Sie, dass der tibetische Buddhismus wirklich in Europa und im Westen Wurzeln schlagen kann?*

**Gyalwa Karmapa:** Ich kann sehen, dass der Buddhismus sich hier im Westen auf wunderbare und natürliche Weise anpasst. Selbstverständlich kann es den Umständen entsprechend einige Veränderungen geben oder die Methoden können gelegentlich variieren, die Essenz jedoch, denke ich, wird immer bleiben.

**K.G.:** *Was würden Sie denjenigen raten, die zu einer Gemeinschaft von Praktizierenden gehören wie z.B. Kündröl Ling oder andere Zentren? Welche Geisteshaltung und welches Verhalten sollten sie respektieren?*

**Gyalwa Karmapa:** Das hängt ganz von den Engagements ab, die jeder anfangs eingegangen ist. Je nachdem ob jemand in den Weg eines Arhats\* eingetreten ist, das Bodhisattva-Versprechen genommen, oder sich auf dem Weg des Vajrayana\* engagiert hat, sollte er die jeweils damit verbundenen Engagements einhalten. Um sie korrekt und in ihrer tiefen Bedeutung einhalten zu können, muss man natürlich immer aufmerksam und achtsam sein, was die eigenen Handlungen von Körper, Rede und Geist betrifft.

**K.G.:** *In den letzten Jahren sind Sie um die Welt gereist. Welche Besonderheiten sehen Sie in westlichen Ländern bezüglich des Dharmas?*

**Gyalwa Karmapa:** Eine Qualität die ich im Westen sehe, ist, dass alle Praktizierenden, die ich gesehen habe, ein echtes Interesse haben und begierig sind zu lernen, was Buddhismus ist. Das ist eine sehr gute Grundlage, und noch dazu machen sie wirklich Anstrengungen, um Ergebnisse zu erzielen. Viele von ihnen haben sehr gute Qualitäten, aber sie sollten darauf achten nicht zu vergessen, dass es, solange man nicht Erleuchtung erlangt hat, Leid und Wiedergeburt gibt. Mit anderen Worten: wir müssen uns über lange Zeit hin anstrengen. Das heißt, auch wenn es jetzt nicht funktioniert, ist es nicht das Ende. Was ich damit sagen will ist, dass man nicht sofortige Resultate erwarten sollte. Das ist wichtig, denn das ist oft ein Hindernis. Manche Menschen haben aufgrund von starken Schleiern\* keine sofortigen Resultate und geben auf. Das ist ein Hindernis, dessen man sich bewusst sein sollte, ansonsten sind alle guten Qualitäten und Grundlagen vorhanden. ■

## Der Wind der Vergänglichkeit

### Lama Samdrup ist von uns gegangen

Lama Samdrup ist am Donnerstag den 19. April friedlich verstorben. Sie litt seit Frühjahr 2005 an einer Form von Leukämie.

Unter der Leitung von Gendün Rinpoche nahm sie von 1984 bis 1994 an drei Drei-Jahres-Retreats in Kündröl Ling teil. Auf seinen Wunsch hin übernahm sie



anschliessend die Aufgabe, sich um die Retreatzentren zu kümmern. Ihr großes Vertrauen in Gendün Rinpoche und die Menschlichkeit, mit der sie ihre persönlichen Erfahrungen auf ihrem Weg der Dharma-Praxis mit anderen zu teilen wusste, haben viele Menschen berührt und ihnen geholfen. ■

## Retreat der Praktikanten

### Aktive Weiterbildung für die neuen Dharma-Lehrer

Vom 26. November bis zum 2. Dezember letzten Jahres fand das Retreat der Praktikanten von Kündröl Ling statt. Lama Rinchen unterrichtete am Morgen und nachmittags die Druplas, die sich mit ihr gemeinsam auf den Kurs vorbereitet hatten.



Lama Rinchen und die Teilnehmer des Retreats

**Karme Gendün:** *Sie haben vor allem Grundlagen-Unterweisungen gegeben, was ist der Sinn dieser Unterweisungen?*

**Lama Rinchen:** Wenn Gendün Rinpoche unterrichtete, betonte er jedes Mal, selbst wenn es sich um einen Kurs zu einer speziellen formellen Praxis handelte, dass der Dharma in den Alltag integriert werden muss. Es ist wichtig, sich die Grundlagen zu erarbeiten, d.h. eine gute Motivation zu entwickeln, besonders hier im Westen. Wir müssen unsere Einstellung ändern und das erfordert Zeit. Den Tibetern sind die Grundgedanken des Dharma natürlich vertraut, aber wir müssen sie erst erlernen, verstehen und in unserem täglichen Leben anwenden um sie zu integrieren. Die meisten von uns haben einen christlichen Hintergrund, der sich nicht gleich ändert, wenn man Buddhist wird. Somit bringen wir unsere Vorstellungen mit in die buddhistische Praxis. Deshalb braucht es eine Anstrengung, um sowohl unsere Einstellung zu ändern als auch das nötige Grundverständnis zu erwerben, damit die Praxis ihre Früchte trägt.

**K.G.:** *Wie verlief die Vorbereitung für das Retreat mit den teilnehmenden Druplas?*

**L. Rinchen:** Das Haupt-Thema des Retreats war, wie man Dharma und alltägliches Leben verbindet. Es ging um die Präsentation der Strategien gegen Leid: welche Lösungen der Dharma anbietet um Schwierigkeiten zu bewältigen. Ich habe das Thema erklärt, indem ich mich auf die mündlichen Unterweisungen von Gendün Rinpoche stützte, an denen ich seit fünf Jahren arbeite, und anschließend haben wir uns darüber frei ausgetauscht.

Jeder hat sich dann ein Thema ausgesucht um es vorzubereiten. In unserem folgenden Treffen hat jeder den Aufbau und seine verschiedenen Ideen vorgestellt. Dieser Austausch war auf jeder Ebene sehr bereichernd für uns alle. Ich bedauerte fast ein wenig, diesen Unterweisungen für die Praktikanten nicht beiwohnen zu können.

**K.G.:** *Was ist das Ziel dieser Ausbildung von Lamas und Druplas?*

**L. Rinchen:** Unterrichten ist eine Praxis von Freigebigkeit, es ist das Geben der Lehre. Gendün Rinpoche wünschte, dass die Lamas und Druplas ihre Erfahrung und ihr Verständnis des Dharma mit anderen teilen, im Rahmen von Unterweisungen oder informellen Gesprächen. Dies ist auch eine Art, den Sponsoren für ihre Unterstützung zu danken. Außerdem ist es normal, an Dharma-Aktivität teilzunehmen, nachdem man ein oder mehrere Drei-Jahres-Retreats abgeschlossen hat. Es handelt sich also darum, den Dharma zu verbreiten, Gyalwa Karmapas Aktivität weltweit zu unterstützen. Im Retreat studiert und praktiziert man den eigenen Bedürfnissen entsprechend, doch wenn man unterrichtet, muss man in der Lage sein, die Bedürfnisse und Erwartungen der anderen zu beachten und sich anpassen können, ohne den Sinn des Dharma zu entstellen. Das ist eine Kunst und man entwickelt sich selbst dadurch auch weiter.

**Anmerkung:** Lama Rinchen wird diesen Winter nach Deutschland kommen und im buddhistischen Zentrum Jägerndorf vom 26.12. bis 1.1. einen Kurs über den Umgang mit Schwierigkeiten geben. ■

## Fortbildung

Für die Qualität einer authentischen Übertragung – eine der Aufgaben von Kündröl Ling – ist es notwendig, dass die Lamas und Druplas studieren und praktizieren, kurz, sich weiterbilden. Seit Oktober 2006 begeben sich fast alle zweimal jährlich nach Dhagpo Kagyu Ling\* in die Dordogne, um von Jigme Rinpoche die Erklärungen zu Gampopa's „Juwelenschmuck der Befreiung“ zu erhalten. Dieser Studienzyklus erstreckt sich über mehrere Jahre.

Eine Gruppe von Lamas und Druplas spezialisiert sich im Erlernen bestimmter Ritual-Aspekte wie Musik, Opfergaben usw. So reiste eine Gruppe im Februar zu Gyalwa Karmapas Kloster nach Kalimpong, Indien, um dort an den Ritualen zum tibetischen Neujahr teilzunehmen.

Tchöpenla, der im Alter von 23 Jahren vom 16. Gyalwa Karmapa zu seinem offiziellen Tchöpen\* ernannt wurde und nun schon 40 Jahre Erfahrung in dieser Aufgabe hat, kam schon zweimal nach Kündröl Ling um seine Kenntnisse weiterzugeben.

## Wünsche und Gebete

Wenn Sie für sich oder eine Ihnen nahe stehende Person spirituelle Unterstützung wünschen (im Falle von Problemen, Krankheit oder Tod), können Sie sich an die Gemeinschaft von Kündröl Ling wenden. Benachrichtigen Sie uns per E-mail oder Telefon (s. u.). Wir geben die Namen der betreffenden Personen an die Retreatzentren und die Klöster weiter, wo Gebete und Wünsche für sie gemacht werden. Wenn Sie möchten, können Sie Ihrer Bitte eine Spende beifügen.

## Retreat-Kurse in Kündröl Ling

**Vom 9. bis zum 26. November:**

**Nyung-Ne-Retreat,**

geleitet von Lama Shedrup. Offen für alle. - In der Eremitage.

**Vom 24. bis zum 29. Februar 2008:**

**Tschenresi-Retreat „die Sechs Silben“,**

geleitet von Lama Lhündrup. Offen für alle. - In der Eremitage.

**Vom 19. bis zum 24. April:**

**Weißer Tara-Retreat,**

geleitet von Lama Chönyi. Offen für alle. - In Laussedat.

Informationen für die Eremitage unter: 0033.473.522.460, für Laussedat unter: 0033.473.522.092



## Worterklärungen

**Arhat:** Stufe der Verwirklichung. Jemand, der die individuelle Verwirklichung vom Existenzkreislauf erlangt hat.

**Bodhisattva:** Jemand, der verspricht Buddhaschaft zu erlangen, um alle Lebewesen vom Leid des Existenzkreislaufs zu befreien.

**Dharma:** Lehre des Buddha.

**Dhagpo Kagyu Ling:** Europäisches Zentrum der Karma Kagyü Schule

**Dordsche Sempa:** Ausdruck der Erleuchtung und speziell ihrer reinigenden Kraft.

**Gyalwa Karmapa:** Ein erleuchtetes Wesen, das sich in der Form eines hoch verwirklichten Meisters manifestiert. Oberhaupt der Karma Kagyü Schule des tibetischen Buddhismus. Thaye Dordje ist der gegenwärtige 17. Karmapa.

**Mahakala:** Dharma-Schützer, ein zornvoller Aspekt der Erleuchtung.

**Milarepa:** Ein verwirklichter tibetischer Praktizierender, der im 11./12. Jahrhundert gelebt hat. Einer der Gründerväter der Kagyü Linie, der beispielhaft ist für seine Hingabe und Entsagung und berühmt für seine Gesänge.

**Schleier:** Z.B. Emotionen und Gewohnheitsmuster, die den Geist trüben und verwirren.

**Tschöpen:** Person, die sich um die Opfergaben und den physischen Aspekt des Rituals kümmert.

**Vajrayana:** Ein Weg, der spezielle Methoden des Buddhismus verwendet, um schnell Erleuchtung zu erlangen.

## Notiz

Das deutsche Karma Gendün erscheint nur noch einmal jährlich.

## NORBU - Info

Liebe Freunde von Kündröl Ling,

Was konnte dank Ihrer Spenden in den letzten 12 Monaten bewerkstelligt werden?



Die verschiedenen Klärgruben in Le Bost waren nicht mehr ausreichend und umweltgerecht. Deshalb wurde eine neue und ökologische Kläranlage gebaut, in der sich die gesamten Abwässer sammeln. Ebenso wurde die Gasversorgung den europäischen Normen entsprechend erneuert und die ca. 15 kleinen Gastanks durch je einen großen Tank in Laussedat und Le Bost ersetzt, was langfristig kostengünstiger ist. Diese Projekte erforderten viel Einsatz und einige Wochen lang durchzogen tiefe Gräben das Gelände.

Nachdem diese aufwendige Baustelle abgeschlossen ist, gilt die Priorität der Fertigstellung des großen Tempels.

- Die Holzarbeiten an den Schreinen, Türen und Regale, Lasuren und Dekorationen sind bereits fertig gestellt.
- Derzeit wird an der Vorhalle des Tempels gearbeitet, an Boden, Decke, Säulen und Kapitellen. Freunde von Kündröl Ling haben uns in ihrer Freizeit mitgeholfen.
- Das Maurer-Team ist im Einsatz an den sanitären Anlagen: bis zum Frühjahr 2008 sollen die 6 öffentlichen Toiletten, darunter eine behindertengerechte, fertig werden.
- Die Heizung, Wasserversorgung und Elektrik im ersten Stock ist zu installieren und der Fußboden zu legen.
- Auch dieses Jahr konnte der Maler Denzong Norbu wieder die Künstler, die an der Dekoration des Tempels arbeiten, anleiten. Seine umfangreichen Kenntnisse und sein Können werden sehr geschätzt. Die im letzten Jahr begonnene Freske der Meister des Großen Fahrzeugs macht Fortschritte, das Bild mit Nagarjuna ist fast fertig und zwei weitere wurden angefangen.

Wie können Sie uns helfen? Spenden Sie je nach Ihren Möglichkeiten einen oder mehrere Norbus (1 Norbu = 25 Euros) entweder einmalig oder regelmäßig. Auf Tibetisch bedeutet Norbu Juwel. Laut einem tibetischen Märchen ist ein Norbu ein unzerstörbarer Diamant, der alle Wünsche erfüllt.

Ihre Norbu-Spende unterstützt diesen Platz, wo die Lehre Buddhas erhalten und übertragen wird.

Beiliegend finden Sie ein Kontenblatt und einen Freiumschatz. Für Fragen und Informationen: [norbou@dhagpo-kagyü.org](mailto:norbou@dhagpo-kagyü.org). ■

KTL - Le Bost - F- 63640 Biollet - Telefon: +334 73 52 24 34 - Fax: +334 73 52 24 36 - E-mail: [ktl@dhagpo-kagyü.org](mailto:ktl@dhagpo-kagyü.org)

Bankverbindung:

KTL-Norbou, Crédit Agricole, St. Gervais d'Auvergne - IBAN: FR 76 1680 6022 0028 8692 5700 126 - BIC: AGRIFRPP868



Papier recycélé