



Herzlich Willkommen :-)



2

KURS

BUDDHISTISCHE ZUFLUCHT

Die erste Stufe der Vollendung
der Weisheit (Prajna Paramita)





Was schauen wir uns heute an?

**Die erste Stufe der Vollendung
der Weisheit (Prajna Paramita)**



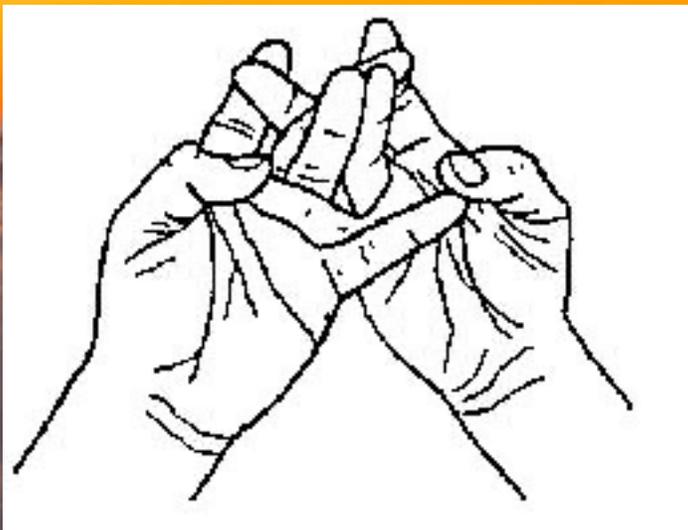
LEKTÜRE EINS (Session Eins und Zwei)

Inhalt: Die drei Arten der Zuflucht

Lektüre: Kedrup Tenpa Dargye, *Überblick über die Vollendung der Weisheit, Kapitel I, Folios 79A-83B*

Kedrup Tenpa Dargye, *Analyse der Vollendung der Weisheit, Kapitel I, Teil 2, Folios 41B-52A*

**Hier ist die wunderbare Erde,
voller Weihrauchduft,
bedeckt mit einem Blütenteppich,
der große Berg, die vier Kontinente, sie trägt
ein Schmuckstück aus Sonne und Mond.
In meinem Geist mache ich daraus das
Paradies eines Buddhas, und bringe Dir
alles dar. Möge durch diese Tat jedes
Lebewesen die reine Welt erfahren.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.
(Ich reiche meinem Lehrer dieses
juwelengeschmückte Mandala dar.)**



3 x

**Ich suche Zuflucht bei Buddha, Dharma
und der höchsten Sangha, bis ich
Erleuchtung erlange. Durch die Kraft der
guten Dinge, die ich tue, durch das Geben
und alles Andere, möge ich ein Buddha
werden, um allen Lebewesen helfen zu
können.**



Überblick über den Kurs

- ✓ Klasse 1: Die Vollendung der Weisheit und die drei Juwelen
- Klasse 2: Die fünf Arten von Zuflucht und die acht Qualitäten eines Buddha
- Klasse 3: Bodhichitta und der Geist
- Klasse 4: Arten von Bodhichitta
- Klasse 5: Was ist Nirvana? Teil 1
- Klasse 6: Arten von Nirvana – Teil 2
- Klasse 7: Beweis der Leerheit
- Klasse 8: Fünf weitere Beweise der Leerheit
- Klasse 9: Beweis der Leerheit: Eins oder viele?
- Klasse 10: Wer ist Maitreya?

Wiederholung

Klasse 1: Die Vollendung der Weisheit und die drei Juwelen

Wiederholung

Quiz: Session Eins

1) Gib eine kurze Definition der Vollendung der Weisheit



Das Wissen



Einer Person auf
dem großen
Weg



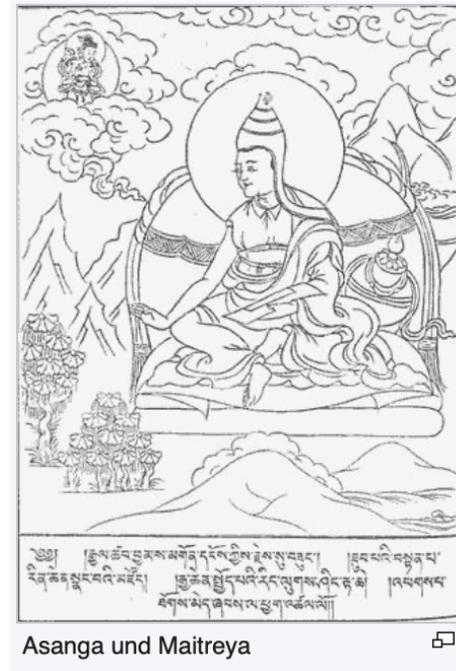
Mit dem sie
Leerheit erfährt



Und das vom Wunsch nach
Erleuchtung (Bodhichitta)
durchdrungen ist

Wiederholung

- 2) Der ursprüngliche Text für unsere Studien ist *Das Ornament der Erkenntnisse*. Wer hat diesen Text wem gelehrt? Wann wurde der Text ungefähr verfasst? (Bezeichnung des Werkes und der Autoren in Tibetisch und in Sanskrit für das tibetische Zertifikat)



Wiederholung

- 3) Wer hat den frühen indischen *Kommentar* zum *Ornament* geschrieben, der die Basis für unser Studium darstellt? Wann lebte der Autor? Wer hat den tibetischen klösterlichen Kommentar zu jenem Kommentar geschrieben und wann lebte er? (Tibetisch und Sanskrit für den ersten, nur Tibetisch für den zweiten Autor für das tibetische Zertifikat)



Kedrup Tenpa Dargye,

Khedrub Gendün Tenpa Dargye (tib. *Khas-grub dGe-'dun Bstan-pa Dar-rgyas*^[1]); (* 1493; † 1568) war der 22. **Ganden Thripa**. Er war Schüler von **Jetsün Chökyi Gyeltshen** (*rJe-btsun Chos-kyi rGyal-mtshan*). Die Fakultät **Sera Me** (*Se-ra sMad Grwa-tshang*) des Klosters **Sera** benutzt bis heute Textbücher, die von ihm geschrieben wurden.

Wiederholung

4) Wie lautet die Definition des Dharma Juwels? Beschreibe, was unter „Beendigung“ und was unter „Pfad“ zu verstehen ist. Beschreibung = jeweils ein Beispiel



Eine Wahrheit oder eine Art von Realität



Die im Zusammenhang steht mit...



Wiederholung

5) Was macht etwas zu einer „ultimativen“ Zuflucht?



Textstellen aus der letzten Klasse



Ultimative Zuflucht

S. 4

Ultimative Zuflucht ist definiert als „jedwede Zuflucht, bei der die Reise auf dem Weg ihr endgültiges Ziel erreicht hat“.

Offensichtliche Zuflucht ist definiert als „jedwede Zuflucht, bei der die Reise auf dem Weg ihr endgültiges Ziel noch nicht erreicht hat“.

Heutige Klasse:

Klasse 2: Die fünf Arten von Zuflucht und die acht Qualitäten eines Buddha

Ideen und Wege
zur Vollendung
der Weisheit



Definition des Zufluchtnehmens



Definition des Zufluchtnehmens:

YUL Objekt In ein anderes Objekt	SHEN-LA anderes zu In ein anderes Objekt	RANG-TOB- selbst automatisch	Macht	KYI durch	REWA Hoffnung	CHAWAY alle zusammen -ziehen in	SEMPA Bewegung des Geistes (wenn sich Dein Geist auf etwas richtet)
KHAMDREY Zuflucht nehmen	TSENYI Definition						

Zuflucht ist jener Gedanke, der aus eigener Kraft all seine Hoffnung in ein anderes (äußeres) Objekt legt. Zuflucht nehmen ist etwas anderes als das Objekt der Zuflucht. Du nimmst Zuflucht im Objekt der Zuflucht.

5 Arten der buddhistischen Zuflucht



Fünf Arten der (außergewöhnlichen) buddhistischen Zuflucht:

Drei Typen von Praktizierenden:

KYEBU	CHUNG	DRING	CHENPO	SUM
Mensch	niedriger	mittlerer	groß/hoch	drei

- Niedriges Motiv:** Das niedrige Motiv ist die minimale Motivation, die man besitzen muss, um Buddhist zu sein. Du willst den drei niedrigen Wiedergeburten entkommen. Wenn du mit dieser Motivation praktizierst, wirst du all die Dinge bekommen, die du in diesem Leben brauchst, denn die Tugenden, die zum Vermeiden einer niedrigen Wiedergeburt vonnöten sind, sind dieselben, die dich im Jetzt glücklich machen.
- Mittleres Motiv:** Hier ist die Motivation, dem Leid im Kreislauf des Lebens zu entkommen. Du verstehst, dass alles Leid ist und dass jede Befriedigung vergänglich ist.
- Hohes Motiv:** Hier ist die Motivation, dass du selbst und alle anderen dem Leid entkommen. (Hierzu musst du auch das niedrige und das mittlere Motiv besitzen.)

GYUY	KYAMDRO	DREBUY	KYAMDRO
Ursache	Zuflucht nehmen	Ergebnis	Zuflucht nehmen

- Zuflucht ins Ergebnis:** Du nimmst Zuflucht in deiner eigenen zukünftigen Sanghaschaft, Dharmaschaft, Buddhaschaft.
- Zuflucht in die Ursache:** Du nimmst Zuflucht in eine Eigenschaft, die eine andere Person bereits hat. Du nimmst Zuflucht in eine andere Person, die die Drei Juwelen im Geist bereits verwirklicht hat.

Welche Vision hast Du
– wie groß ist sie?



Du möchtest schlechte Wiedergeburten vermeiden. Diese Zuflucht nehmen Menschen oft kurz vor ihrem Tod. Weil Ihnen da bewusst wird, dass sie sterben müssen und sie Angst davor haben, in den niederen Daseinsbereichen wiedergeboren zu werden. Aber das ist leider etwas spät 😞. Besser ist es, früher damit anzufangen.



Kein Interesse, immer und immer wieder als Mensch geboren zu werden. Kein Interesse mehr, ein menschliches Leben zu führen mit den ganzen Auf und Abs. Möchte zu einem Ort (einen Zustand kommen) ohne jegliches Leid. Was im menschlichen Bereich nicht möglich ist.



Möchte Buddhaschaft erreichen, um allen fühlenden Lebewesen helfen zu können. Sich selbst und anderen.



4. und 5. Art der Zuflucht



5. Zuflucht in die Ursache: Du nimmst Zuflucht in eine Eigenschaft, die eine andere Person bereits hat. Du nimmst Zuflucht in eine andere Person, die die Drei Juwelen im Geist bereits verwirklicht hat.



Die vierte Art ist definiert als: „Jedwede Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen einem Hilfe leisten werden, da eine andere Person diese bereits verwirklicht hat.“

4. Zuflucht ins Ergebnis: Du nimmst Zuflucht in deiner eigenen zukünftigen Sanghaschaft, Dharmaschaft, Buddhaschaft.

Du nimmst Zuflucht zu Deiner eigenen Buddhaschaft. Führe ruhig „Selbstgespräche“ ;-). Frage Dich selbst als Buddha um Rat. Nimm Zuflucht in Deine eigene zukünftige Buddhaschaft. Das ist sehr kraftvoll.



Die fünfte Art ist definiert als: „Jedwede Bewegung des Geistes, die aus eigenem Antrieb heraus geschieht und aus der Hoffnung besteht, dass eines oder gleich mehrere der Drei Juwelen einem Hilfe leisten werden, da diese in einem selbst verwirklicht werden sollen.“

Textstellen



S. 2

Es gibt einen besonderen Grund, warum sich die Drei Juwelen als Zuflucht für Praktizierende aller drei Motivationen etabliert haben. In Bezug auf Zuflucht als Ursache nehmen Praktizierende aller drei Motivationen Zuflucht zu allen drei Juwelen. Aber in Bezug auf Zuflucht als Ergebnis strebt die Gruppe der Zuhörer vor allem danach, den Status eines „Feindzerstörers“ zu erlangen.



Niedrige Wiedergeburten
für sich selbst verhindern
= eine gute Wiedergeburt erreichen



Die Freiheit von Samsara
(vom Leidenskreislauf)
für sich selbst erreichen
= Nirvana



Die Buddhaschaft (Erleuchtung)
zum Wohle aller Lebewesen
erreichen

Textstellen



S. 2

Die alleinverwirklichten Buddhas streben hauptsächlich danach, jene meditative Weisheit zu erlangen, in der sie in der Meditation in der Beendigung verweilen, einen Zustand, in dem alle Geistesgifte beseitigt wurden.



Niedrige Wiedergeburten
für sich selbst verhindern
= eine gute Wiedergeburt erreichen

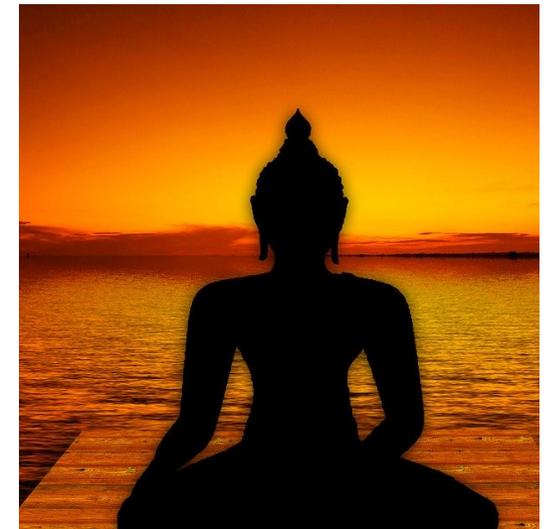


Die Freiheit von Samsara
(vom Leidenskreislauf)
für sich selbst erreichen
= Nirvana



Die Buddhaschaft (Erleuchtung)
zum Wohle aller Lebewesen
erreichen

Ist es möglich alle 3 Arten
der Zufluchten gleichzeitig
zu haben?



A monk in a red robe is seen from behind, sitting on a dark, rocky cliff edge. He is looking out over a scenic landscape. In the foreground, there are lush green trees. In the middle ground, a hillside is covered in greenery and features a large, stone castle with multiple towers and a central spire. To the left, there are traditional buildings with ornate facades. The sky is filled with soft, golden light from a setting or rising sun, with numerous birds flying across it. The overall atmosphere is peaceful and contemplative.

Das ganz große Ziel immer vor Augen haben



Liebe, Mitgefühl und Weisheit

Wenn Du Leerheit direkt siehst, wirst Du automatisch zum Sangha-Juwel



Sangha-Juwel



Dharma-Juwel



Dharma-Juwel: Die erleuchtete Seite der Wahrheit (Realität), die entweder eine Beendigung oder einen Pfad beinhaltet.

Die acht Qualitäten eines Buddha

S. 4

Dieses Buddha Juwel besitzt acht verschiedene, erlesene Eigenschaften, beginnend mit der Eigenschaft keine Ursache zu haben. Wie die *Höhere Schule* darlegt:

Dies ist der Eine, der Buddha:

Er ist ohne Ursache, er ist spontan,

Er ist durch keine andere Methode verwirklicht;

Er hat Erkenntnis und Liebe und Kraft;

Er hat beide Bedürfnisse befriedigt.



Wir nehmen Zuflucht in eine Person, die beide Bedürfnisse (seine eigenen und die der anderen) erfüllt hat.



Die acht Qualitäten eines Buddha

Dies ist der Eine, der Buddha:
Er ist ohne Ursache, er ist spontan,
Er ist durch keine andere Methode verwirklicht;
Er hat Erkenntnis und Liebe und Kraft;
Er hat beide Bedürfnisse befriedigt.





Die acht Qualitäten eines Buddha

Dies ist der Eine, der Buddha:

Er ist ohne Ursache, er ist spontan,

Er ist durch keine andere Methode verwirklicht;

Er hat Erkenntnis und Liebe und Kraft;

Er hat beide Bedürfnisse befriedigt.



Die acht Qualitäten eines Buddha

Dies ist der Eine, der Buddha:

Er ist ohne Ursache, er ist spontan,

Er ist durch keine andere Methode verwirklicht;

Er hat Erkenntnis und Liebe und Kraft;

Er hat beide Bedürfnisse befriedigt.

Warum
Zuflucht
nehmen?





Warum Zuflucht nehmen? Was hält der Zufluchtsort für uns bereit?



Was hält unser Zufluchtsort noch für uns bereit?...



Was ist der größte (ultimative) Nutzen?
– was bekommen wir noch vom Zuflucht nehmen-

The background features a large, irregular orange watercolor splash centered on a white background. The splash has a textured, painterly appearance with various shades of orange and some darker spots. The text "Ende dieser Klasse" is centered within the splash in a white, sans-serif font.

Ende dieser Klasse

Hausaufgaben

Bitte lest die Lektüre 1 ganz durch (auch nochmal die ersten Seiten)

Hausaufgabe zum Auswendiglernen: Lerne die Definition des Zufluchtnehmens, die mit Praktizierenden mit niedrigem Motiv geteilt wird.

Meditationshausaufgabe: 15 Minuten pro Tag, zehn Atemzüge und vergegenwärtige dir dann eingehend, ob du dieses Minimum an Zuflucht hast oder nicht.

Hausaufgaben

Hausaufgabe: Session Zwei

- 1) Definiere Zuflucht nehmen. (Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

- 2) Beschreibe das Zufluchtnehmen, das mit Praktizierenden mit niedrigem Motiv geteilt wird.
(Praktizierende mit niedrigem Motiv in Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

Besteht aus 3 Schritten....

Hausaufgaben

- 3) Beschreibe das Zufluchtnehmen, das mit Praktizierenden mit mittlerem Motiv geteilt wird. (Praktizierende mit mittlerem Motiv in Tibetisch für das tibetische Zertifikat)
- 4) Beschreibe, wie Praktizierende mit hohem Motiv Zuflucht nehmen. (Praktizierende mit hohem Motiv in Tibetisch für das tibetische Zertifikat)

Hausaufgaben

- 5) Glaubst Du, dass es möglich ist, dass man alle drei Motive für die Zufluchtnahme gleichzeitig haben kann?

- 6) Beschreibe Zuflucht ins Ergebnis. (Zuflucht in die Ursache und Zuflucht ins Ergebnis in Tibetisch für das tibetische Zertifikat.)

Noch ein paar Textstellen



- S. 1 Denke nicht, dass das Wissen über alle Dinge
sich auf das bezieht, was du siehst und
denke nicht, dass es getrennt ist von dem, was du siehst.
Denke demnach niemals, dass das, was du siehst, real ist.
- S. 2 Diese Drei Juwelen sind kein Ort der Zuflucht für Menschen,
die nach ultimativer Freiheit streben. Sie sind ein Ort der
Zuflucht für Menschen, die die Freiheit nur in Worten anstreben.

Noch ein paar Textstellen



S. 2

Unsere Analyse dieser Anweisung legen wir in drei Abschnitten dar: die Anfechtung der Position unserer Gegner, die Darlegung unserer eigenen Position und die Widerlegung ihrer Einwände.



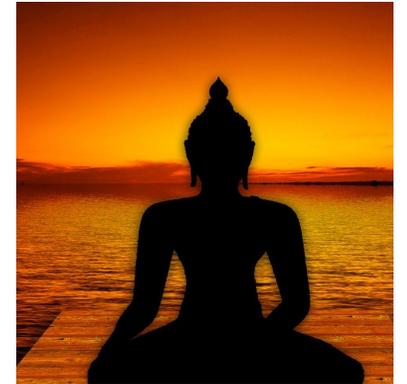
Zusammenfassung



Wir wollen Schutz



Wovor suchen wir Schutz und wie soll unser Zufluchtsort aussehen?



Buddha-Juwel



Wir nehmen Zuflucht in eine Person, die beide Bedürfnisse (seine eigenen und die der anderen) erfüllt hat.

Dharma-Juwel



Dharma-Juwel: Die erleuchtete Seite der Wahrheit (Realität), die entweder eine Beendigung oder einen Pfad beinhaltet.

Sangha-Juwel



Ein verwirklichtes Wesen, das eine oder mehrere der acht erlesenen Qualitäten des Wissens und der Befreiung besitzt. Das Wort „realisiertes Wesen“ bedeutet hier jemanden, der Leerheit direkt erfahren hat.

Was bietet uns Zuflucht/Schutz?



Wir können Zuflucht in die Ursache nehmen und auch ins Ergebnis

Und wie sieht das in
unserem alltäglichen
Leben aus?

Wo bzw. wie kann ich
das Gelernte anwenden?



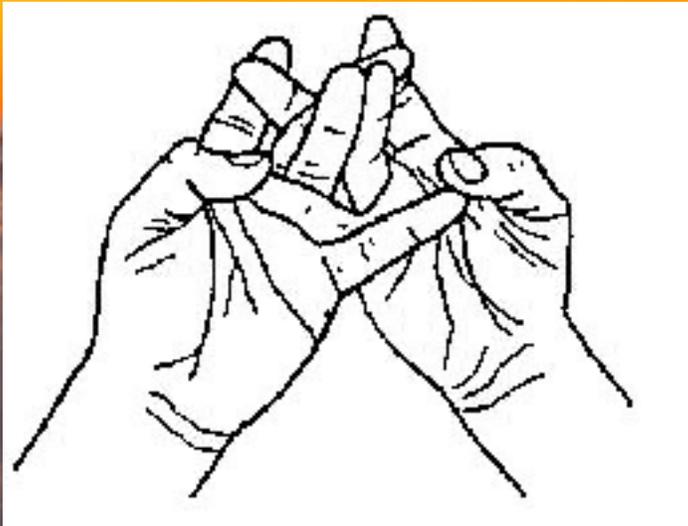


Nochmal zum Abschluss:

Warum tun wir das alles hier? Warum kommen wir zu diesen Kursen?

Um Buddhaschaft zu erreichen und damit uns selbst und andere aus dem Leiden zu befreien und einen Zustand dauerhaften Glücks zu erreichen.

Hier ist die wunderbare Erde,
voller Weihrauchduft,
bedeckt mit einem Blütenteppich,
der große Berg, die vier Kontinente, sie trägt
ein Schmuckstück aus Sonne und Mond.
In meinem Geist mache ich daraus das
Paradies eines Buddhas, und bringe Dir
alles dar. Möge durch diese Tat jedes
Lebewesen die reine Welt erfahren.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.
(Ich reiche meinem Lehrer dieses
juwelengeschmückte Mandala dar.)



Durch das Gute, das ich gerade getan
habe, mögen alle Lebewesen die Anhäufung
von Verdiensten und Weisheit vollenden,
und dadurch die zwei ultimativen Körper
erlangen, welche von Verdiensten und
Weisheit hervorgebracht werden.

