

**Sechs Schritte zum Erreichen der Vollordinationsgelübde:**

Der angemessene Grund für das Ablegen der individuellen Freiheitsgelübde ist Entsagung. Du bist des Leidens müde, hast es satt unglücklich zu sein, einen kranken Geist zu haben. Du möchtest die Geistesgifte für immer loswerden. Diese Klasse behandelt den optimalen Ablauf, vom anfänglichen Ablegen der Laiengelübde bis zum Ablegen der Vollordinationsgelübde. Das Beispiel handelt von einer Frau, die zu den vollordinierten Nonnengelübden fortschreitet.

**NYE NE PUNTSOK Fehlerlos.** Der optimale, hervorragende Weg, um zu  
Problem nein perfekt deinen Vollordinationsgelübden zu gelangen. Dieser  
Ablauf erfolgt für Frauen in sechs Schritten:

1. **GENYEN MA Lebenslange Laiengelübde für Frauen.** Beinhaltet fünf Gelübde und die Ratschläge der Zufluchtnahme. Du setzt all deine Hoffnung, all deinen Glauben und Vertrauen in ein ethisches Leben. Hier geht es vor allem darum, die Leerheit zu verstehen und warum es nötig ist, eine ethische Lebensweise zu führen.
2. **BARMA RABJUNG Verpflichtung, das häusliche Leben zu verlassen.** Dies ist an sich kein individuelles Freiheitsgelübde, ist aber ein Schritt vor den Ordinationsgelübden.
3. **GE TSUL MA Novizinen-Gelübde.** Vier Haupt-, sechs Nebengelübde und drei Überschreitungen.
4. **GE LOB MA intermediäre Nonnengelübde.** Im Allgemeinen werden sie nur für zwei Jahre abgelegt. Zusätzlich zu den 13 GETSULMA-Gelübden, enthalten sie 12 weitere Verpflichtungen:
  - 4a. **TSAWAY CHU DRUK** Schwerwiegendere; beziehen sich auf den primär Dinge sechs Kontakt mit einem Mann, etc.
  - 4b. **JETUN CHU DRUK** Weniger schwerwiegend; zum Beispiel sekundär Dinge sechs richtige Ernährung, Erdarbeiten, etc.

5. **TSANG CHU NERNE KYI TSULTRIM** **Reines Zölibat beobachten.** Das ist rein Aktivität sie rein der Moral halten kein individuelles Freiheitsgelübde, sondern eine Verpflichtung, die man eingeht, bevor man die vollordinierten Nonnengelübde ablegt.

**Vollordinierte Nonnengelübde:**

6. **GE LONG MA TUNGWA DE NGA** **Vollordinierte Nonnengelübde.** Fünf Kategorien, in die vollordinierte Nonnengelübde (364) und Mönchsgelübde (253) eingeordnet werden. Sie werden in der Reihenfolge vom Schwerwiegendsten bis zum wenigsten Schwerwiegenden, in fünf Kategorien unterteilt:

1. **PAMPA** (8 für Nonnen, 4 für Mönche) **Zu verlieren, besiegt zu werden** (durch verlieren die Geistesgifte). Diese sind sehr ernst und gefährlich.

2. **HLAKMA** (20 Nonnen, 13 Mönche) **Der Rest**, was übrig bleibt. Du hast immer noch einen Rest übrig, den du reparieren kannst, um wieder auf den richtigen Weg zu kommen.

3. **TUNG JE** **Übertretung.** Diese lassen dich in die unteren Reiche abstürzen. Es gibt zwei Kategorien von Übertretungen:

3a. **PANG TUNG** (33 Nonnen, 30 Mönche) Eine Übertretung, bei der man aufgeben Sturz etwas aufgeben muss, um etwas wiedergutzumachen, um es zu reparieren.

3b. **TUNG JE BASHIK** (180 Nonnen, 90 Mönche) Eine Übertretung, bei der man Sturz einfach nicht etwas aufgeben muss.

4. **SOR SHAK** (11 Nonnen, 4 Mönche) **Müssen einzeln gebeichtet werden.** individuell beichten

5. **NYE JE** (112 Nonnen, 112 Mönche) **Hat eine schlimme Sache getan**, die schlecht getan nicht sehr gut war. schlecht getan

**SO JONG** **Eingeständnis-Zeremonie.** Beichtest du deine gebrochenen Gelübde reparieren reinigen vor deinem Lama und vor anderen guten Menschen, ist es sehr kraftvoll, sehr befreiend. Je schneller du sie beichtest, desto besser ist es, damit der schlechte Same sich nicht verfestigt und wächst. Es dient dazu, deine schlechten Taten zu reinigen.

Moral ist die Grundlage deines spirituellen Erfolgs. *Die Vermeidung der zehn Missetaten ist wie der Motor, der jeden spirituellen Fortschritt antreibt.* Du sollst deine Gelübde und dein ethisches Verhalten täglich überprüfen. Du musst dich ständig bemühen, um dich zu verbessern, um über deinen aktuellen Zustand hinauszuwachsen.

**Die Energie des Gelübdes, das du nimmst, um ein bestimmtes Verhalten zu vermeiden und es dann absichtlich zu unterlassen, ist viel kräftiger, als es einfach nicht zu tun, weil es im Moment deine natürliche Neigung ist. Deine gegenwärtig angeborene Güte kommt aus deinem früheren ethischen Leben und es ist einfach, diese Güte zu verlieren, wenn du älter wirst und das Karma, das sie erschaffen hat, ausläuft.**

Die Qualität deiner meditativen Konzentration steht in direktem Zusammenhang mit der Reinhaltung deiner Moral. Wenn sich dein Leben nicht merklich verbessert, liegt das höchstwahrscheinlich daran, dass du dich nicht regelmäßig auf die Verbesserung deiner ethischen Lebenshaltung konzentrierst.

**Kurs 9: Ein ethisches Leben führen**

**Lektüre Fünf: Eine generelle Beschreibung der Gelübde, zweiter Teil**

Die folgende Auswahl besteht aus dem dritten großen Abschnitt von *“Der den Tag gut werden lässt” (Nyin- byed)*, erstellt von Meister Ngulchu Dharma Bhadra (1772-1851) als Kommentar zur *Essenz aus dem Vinaya-Ozean* ('Dul-ba rgya-mtso'i snying- po), einer Zusammenfassung der *Vinaya-Lehren* von Je Tsongkapa (1357-1419).

Bitte beachte, dass die mit (. . .) gekennzeichneten Teile der deutschen Übersetzung, die spezielle Gelübde behandeln, gestrichen wurden, da diese an Personen ohne entsprechende Ordination nicht gelehrt werden können.

\*\*\*\*\*

*Die Gelübde einer intermediären Nonne*

[]

Die Identifizierung der intermediären Nonnengelübde hat zwei Punkte: eine Identifizierung der intermediären Nonnengelübde und eine Beschreibung der Regeln für intermediäre Nonnen.

[]

Die Identifizierung dieser Gelübde ist in den folgenden Zeilen des Ursprungtextes angegeben:

[]

[]

**Die intermediären Nonnengelübde beruhen darauf,  
die grundlegenden sechs Teile aufzugeben,  
Sowie die zusätzlichen sechs,  
Im Anschluss nach dem Empfang des Novizinnengelübdes.**

[]

Die Gelübde einer intermediären Nonne werden *im Anschluss nach dem Empfang* einer reinen Form der Novizinnengelübde abgelegt, die bereits erläutert wurden. Sie müssen mit der Motivation der Entsagung vor einer Lehrerin und einer Zeremonien-Meisterin vor einer Mindestanzahl von Ordinierten abgelegt werden.

Diese *intermediären Nonnengelübde beruhen auf* der Zustimmung, für die Dauer von zwei Jahren, auf zwölf Dinge *zu verzichten*. Zunächst sind hier die *sechs grundlegenden*, d.h. elementaren *Teile* oder Handlungen, die aufzugeben sind, wie zum Beispiel auf einer Straße entlangzulaufen, ohne eine angemessene Begleitung. Als nächstes folgen die *sechs Neben-* oder beiläufigen *Teile*, wie z.B. die Inbesitznahme von Geld.

[]

Die Beschreibung der Gelübde wird in diesen Zeilen ausgedrückt:

[]

Wenn man die folgenden Regeln einhält, **verzichtet man auf die primären sechs** Dinge, die den Gelübden einer intermediären Nonne entgegenwirken:

[]

Wenn man die folgenden Regeln einhält, verzichtet man auf die *zusätzlichen sechs* Dinge, die den Gelübden einer intermediären Nonne entgegenwirken:

Den größten Teil des Verstextes findet man an dieser Stelle in der *Schriftenauswahl* und ihrem Kommentar. Einige wenige sichtbaren Diskrepanzen in der Formulierung sind wahrscheinlich auf Unterschiede in der Übersetzung aus dem Sanskrit zurückzuführen.

## *Vollordinierte Nonnengelübde*

[]

Der fünfte Abschnitt betrifft die Identifizierung der Gelübde einer vollordinierten Nonne. Der Ursprungstext zu diesem Punkt lautet wie folgt:

[]

**Die Gelübde einer vollordinierten Nonne beruhen darauf  
Dreihundertvierundsechzig verschiedene Dingen aufzugeben:  
Die acht Niederlagen und zwanzig Überbleibsel,  
Dreiunddreißig Vergehen des Vergebens,  
Einhundertachtzig einfache Übertretungen,  
Elf Handlungen für individuelle Beichten,  
Und hundertzwoölf Vergehen.**

[]

*Die Gelübde einer vollordinierten Nonne beruhen darauf, dreihundertvierundsechzig verschiedene Dinge oder Verfehlungen aufzugeben. Diese Verfehlungen werden in die folgenden Gruppen eingeteilt:*

Man erklärt sich bereit, die oben genannten Verfehlungen *zu aufzugeben*, und verpflichtet sich, diesen Verhaltenskodex das ganze Leben lang zu befolgen. Das geschieht durch eine Zeremonie, die vier verschiedene Bitten beinhaltet, in der Anwesenheit einer Lehrerin oder Zeremonien-Meisterin und zweier Gruppen von Ordinierten, die jeweils die erforderliche Mindestanzahl bilden. Man nimmt die Gelübde aus einer Motivation der Entsagung heraus.

## *Gelübde eines vollordinierten Mönchs*

[]

Der sechste Abschnitt ist eine Identifizierung der Gelübde eines vollordinierten Mönchs und wird in den folgenden Zeilen dargestellt:

[]

**Die Gelübde eines vollordinierten Mönche beruhen darauf  
Zweihundertdreiundfünfzig verschiedene Dinge aufzugeben:  
Die Summe von vier Niederlagen und dreizehn Überbleibseln,  
Dreißig Vergehen des Vergebens,  
Neunzig verschiedene einfache Verfehlungen,  
Vier Handlungen für individuelle Beichten,  
Und hundertzweölf Vergehen.**

[]

*Die Gelübde eines vollordinierten Mönchs sind oder beruhen darauf zweihundertdreiundfünfzig verschiedene Dinge aufzugeben oder einen Kodex mit so vielen Regeln einzuhalten. Die Dinge, die man aufgibt, bestehen aus der Summe der folgenden Gruppen:*

Man erklärt sich bereit, die oben genannten Verfehlungen *aufzugeben*, und verpflichtet sich, diesen Verhaltenskodex ein Leben lang einzuhalten. Dies geschieht durch eine allgemein übliche, vollwertige Ordinationszeremonie, die in Anwesenheit eines Lehrers, eines Zeremonien-Meisters und einer Mindestanzahl von Ordinierten durchgeführt wird. Man nimmt die Gelübde aus einer Motivation der Entsagung heraus.

[]

Hier zu guter Letzt eine wörtliche Erklärung der Namen der verschiedenen Vergehen und Verfehlungen. Das Wort "Wurzel" wird verwendet, um jene ultimativ falschen Handlungen zu beschreiben, die dafür verantwortlich sind, die eigenen Gelübde zu beschädigen. "Niederlagen" werden so genannt, weil wenn man sie begeht, man vom Feind besiegt wurde; d.h. durch Geistesgifte und die Dinge, die sie mit sich bringen. "Überbleibsel" verdanken ihren Namen der Tatsache, dass, wenn man eine von ihnen begeht, trotzdem ein kleines Stück des Gelübdes übrig bleibt, das man wiederherstellen kann.

Man spricht so von "Vergehen des Vergebens", weil man, um sie zu reparieren, zuerst eine Sache entlasten muss. "Vergehen" werden so genannt, weil eine Person, die sie begeht, in niedere Geburten hinabstürzt. "Handlungen zur individuellen Beichte" sind Arten von Fehlhandlungen, die zuerst von jedem vollordinierten Mönch individuell gebeichtet werden müssen. "Vergehen" oder schlechte Taten werden so genannt, weil man etwas getan hat, was nicht gut war. "Hindernisse" verdanken ihren Namen der Tatsache, dass sie ein Hindernis für die weitere Entwicklung der eigenen guten Eigenschaften darstellen.

"Nicht-tugendhafte" [wörtlich "Taten, die uns angedroht werden"] verdanken ihren Namen der Tatsache, dass sie unangenehme Folgen haben. "Falsche Taten" [wörtlich "unaussprechliche Taten"] werden so genannt, weil sie Handlungen sind, bei denen wir uns außerstande fühlen würden, sie in der Gegenwart heiliger Wesen zuzugeben.

**Hausaufgabe Klasse Fünf**

1) Beschreibe auf eine sehr allgemeine Weise die Natur der Gelübde einer intermediären Nonne.

2) Nenne die Anzahl der vollordinierten Nonnengelübde, indem du jede der sechs Aktionsgruppen nennst, die aufgegeben werden sollen, und gib die Anzahl der Gelübde in jeder Gruppe an. (Für das tibetische Zertifikat nenne die Gruppen auf Tibetisch).

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)
- f)

3) Nenne die Anzahl der vollordinierten Mönchsgelübde, indem du jede der sechs Aktionsgruppen nennst, die aufgegeben werden sollen, und gib die Anzahl der Gelübde in jeder Gruppe an. (Für das tibetische Zertifikat nenne die Gruppen auf Tibetisch).

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)
- f)

4) Nenne die wörtlichen Erklärungen für die Namen der sechs oben genannten Gruppen von Taten.

a)

b)

c)

d)

e)

f)

-----

*Meditationshausaufgabe:* 15 Minuten pro Tag darüber, wo du einer der zehn schädlichen Taten am nächsten gekommen bist, und dann darüber, wo du deren Gegenteil am nächsten gekommen bist; merke dir die Namen und die Reihenfolge dieser zehn.

*Datum und Uhrzeit der Meditationen (Hausaufgaben ohne diese Angaben werden nicht akzeptiert):*

-----

Antworten Klasse Fünf

1) Beschreibe auf eine sehr allgemeine Weise die Natur der Gelübde einer intermediären Nonne.

**Die Gelübde einer intermediären Nonne beruhen im Wesentlichen darauf, die sechs grundlegenden und sechs zusätzlichen Teile für die Dauer von zwei Jahren aufzugeben.**

2) Nenne die Anzahl der vollordinierten Nonnengelübde, indem du jede der sechs Aktionsgruppen nennst, die aufgegeben werden sollen, und gib die Anzahl der Gelübde in jeder Gruppe an. (Für das tibetische Zertifikat nenne die Gruppen auf Tibetisch).

**Die vollordinierte Nonne verpflichtet sich, 364 verschiedene Dinge aufzugeben: 8 Niederlagen, 20 Überbleibsel, 33 Vergehen des Vergebens, 180 einfache Übertretungen, 11 Handlungen für individuelle Beichten und 112 Vergehen.**

[]

***hlakma***

[]

***pangtung***

[]

***tungje bashik***

[]

***sor shak***

[]

**nyeje**

3) Nenne die Anzahl der vollordinierten Mönchsgelübde, indem du jede der sechs Aktionsgruppen nennst, die aufgegeben werden sollen, und gib die Anzahl der Gelübde in jeder Gruppe an. (Für das tibetische Zertifikat nenne die Gruppen auf Tibetisch).

**Der vollordnete Mönch verpflichtet sich, 253 verschiedene Dinge aufzugeben: 4 Niederlagen, 13 Restbestände, 30 Vergehen des Vergebens, 90 einfache Übertretungen, 4 Handlungen für individuelle Beichten und 112 Vergehen.**

[]

**pampa**

[]

**hlakma**

[]

**pangtung**

[]

**tungje bashik**

[]

**sor shak**

[]

**nyeje**

4) Nenne die wörtlichen Erklärungen für die Namen der sechs oben genannten Gruppen von Taten.

**"Niederlagen" werden so genannt, weil man bei der Begehung vom Feind besiegt wurde; d.h. durch Geistesgifte und die damit verbundenen Dinge.**

**"Überbleibsel" haben ihren Namen davon, dass, wenn man eine von ihnen begeht, trotzdem ein kleines Stück eines Gelübdes übrig bleibt, das wiederhergestellt werden kann.**

**Von "Vergehen des Vergebens" spricht man deshalb, weil man, um sie zu reparieren, zuerst ein Objekt entlasten muss.**

**"Übertretungen" werden so genannt, weil eine Person, die sie begeht, in die niederen Geburten stürzt.**

**"Handlungen zur individuellen Beichte" sind Arten von Fehlhandlungen, die zuerst von jedem vollordinierten Mönch einzeln gebeichtet werden müssen.**

**"Vergehen" oder schlechte Taten werden so genannt, weil man etwas getan hat, das nicht gut war.**

**Asian Classics Institute**

**Kurs 9: Ein ethisches Leben führen**

**Name:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Punkte:** \_\_\_\_\_

**Quiz Klasse Fünf**

1) Beschreibe auf eine sehr allgemeine Weise die Natur der Gelübde einer intermediären Nonne.

2) Nenne die wörtlichen Erklärungen für die Namen der sechs oben genannten Gruppen von Taten.

a)

b)

c)

d)

e)

f)