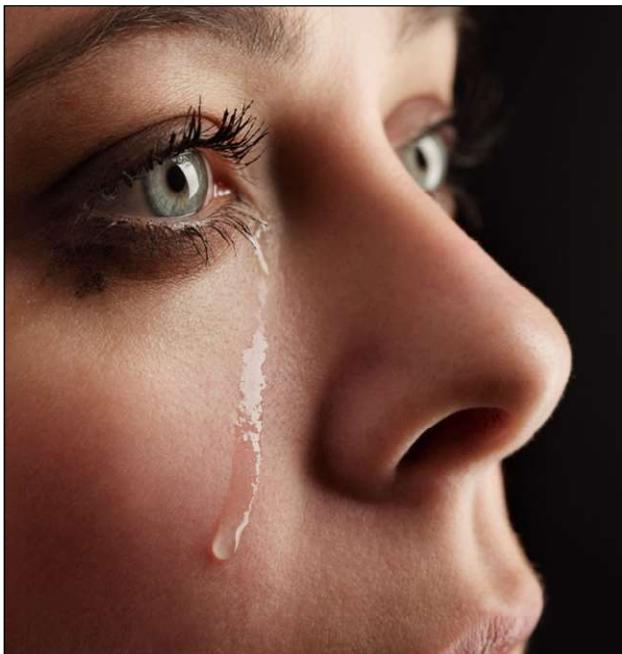


An Arya's Tears

Tränen eines Aryas



*Meditations for
Kamalahila Course 3
Meditationen für den
Kurs Kamalahila 3*

Diamond Mountain
Retreat Center
May 2017



An Arya's Tears / Tränen eines Aryas
Meditations for Kamalashila Course 3 / Meditationen für den Kurs Kamalashila 3



Kamalashila 3, Meditation #1

My breakfast and the birth of the universe, Completely equal—

Disappearing & appearing:

Sideless, left-right & other;

And so then here

Mein Frühstück und die

Entstehung des Universums, Völlig gleich -

Erscheinen & Verschwinden

Kantenlos, links-rechts & andere

Und so dann hier

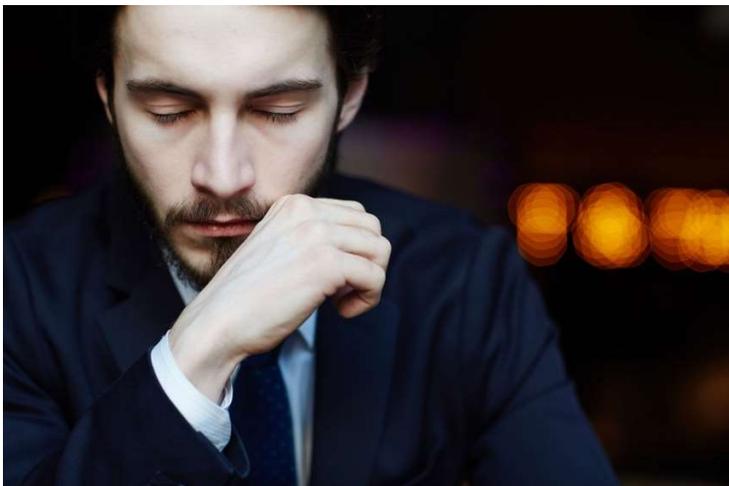
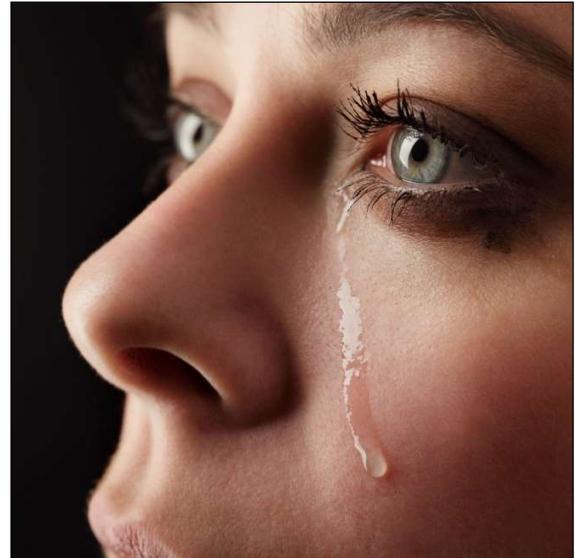
Kamalashila 3, Meditation #2

An Arya's tears:

Do I understand
what makes every line
of the Diamond Cutter great?

Tränen eines Aryas:

Verstehe ich
was jede einzelne Zeile des
Diamantschneider Sutras
so außergewöhnlich macht?



Kamalashila 3, Meditation #3

My understanding of emptiness
is also empty;

help me overcome
that "attachment"

Mein Verständnis der Leerheit
ist auch leer;

Hilf mir diese „Anhaftung“
zu überwinden

An Arya's Tears / Tränen eines Aryas
Meditations for Kamalashila Course 3 / Meditationen für den Kurs Kamalashila 3



Kamalashila 3, Meditation #4

I am a wonder of the last 500—
let me appreciate myself
Ich bin ein Wunderkind der letzten 500 -
Möge ich mich dafür wertschätzen

Kamalashila 3, Meditation #5

Seeing all things there are,
and at the same time
not seeing them
*Something to practice
during meditation time*
Alle Dinge wahrnehmen,
und sie gleichzeitig nicht sehen
Das muss man in der Meditation üben



Kamalashila 3, Meditation #6

Facing the fear of emptiness;
I *am* here, a wonder from my seeds,
and for the first time I have control
over what happens to me
Sich der Angst vor der Leerheit stellen;
I *bin* hier, ein Wunder meiner Samen,
und das erste Mal habe ich
die Kontrolle über das was mir passiert

An Arya's Tears / Tränen eines Aryas
Meditations for Kamalashila Course 3 / Meditationen für den Kurs Kamalashila 3



Kamalashila 3, Meditation #7

The King of Kalingka:

Empty patience like cement,

Stronger the longer we are pressed

Der König von Kalingka:

Geduld ist leer, wie Kleber

Umso stabiler je länger wir gepresst werden

Kamalashila 3, Meditation #8

No perfection of patience exists:

There is no patience

There is no one being patient

There is no one they are patient towards

There is nothing they are patient about

And their patience has no nature of its own

Keine Vollendung der Geduld existiert:

Es gibt keine Geduld

Es gibt niemand der geduldig ist

Da ist niemand mit dem sie geduldig sind

Das ist nichts mit dem sie geduldig sind

Und die Geduld hat

keine Natur aus sich selbst heraus



An Arya's Tears / Tränen eines Aryas
Meditations for Kamalashila Course 3 / Meditationen für den Kurs Kamalashila 3



Kamalashila 3, Meditation #9

Flow chart for negative thoughts:

- 1) I am myself >
- 2) Attachment to "me" >
- 3) Me vs. others >
- 4) Taking care of me >
- 5) Desires >
- 6) Anger when my desires are thwarted:
 "Someone hurt me!" >
- 7) All the problems of life



Die Abfolge der negativen Gedanken

- 1) Ich bin ich selbst >
- 2) Anhaftung am „ich“ >
- 3) Ich vs. Andere >
- 4) Mich um mich selbst kümmern >
- 5) Verlangen >
- 6) Ärger, wenn sich jemand meinen
 Verlangen in den Weg stellt >
 „Jemand hat mich verletzt!“
- 7) Alle Probleme des täglichen Lebens

Kamalashila 3, Meditation #10
Have I practiced patience
thrice in the last 24 hours?
Habe ich in den letzten 24 Stunden
dreimal Geduld praktiziert?
Did I let go of it when someone hurt me?
Habe ich losgelassen
wenn mich jemand verletzt hat?
Did I accept pain or inconvenience
for my practice?
Habe ich Schmerz oder Unbill
durch meine Praxis auf mich genommen?



Did I accomplish these because I understood where things are coming from?
Habe ich das geschafft, weil ich verstehe woher die Dinge kommen?

**“If you are unwilling to do the things
that are difficult to do,
Then you can't expect to reach the state
which is difficult to reach.”**

—Master Kamalashila

**„Wenn Du nicht willens bist
schwierige Dinge zu tun,**

**Dann kannst du nicht damit rechnen den Zustand zu erreichen,
der schwierig zu erreichen ist.“**

- Meister Kamalashila



Kamalashila 3, Meditation #11

**Not staying in nothing,
And staying in nothing.**

*Free of attachment
to the two great ideas*

**Nicht in nichts verweilen,
und in nichts verweilen**

*Ohne Anhaftung
an die zwei großen Ideen*

An Arya's Tears / Tränen eines Aryas
Meditations for Kamalashila Course 3 / Meditationen für den Kurs Kamalashila 3



Kamalashila 3, Meditation #12

The logic of truth:
The four truths,
And speaking of what we've seen
Die Logik der Wahrheit
Die vier Wahrheiten
Und über das reden was wir
erfahren haben

Kamalashila 3, Meditation #13

A middle way
between truth and deception;
Not what it sounds like!
Die Mitte
zwischen Wahrheit und Täuschung;
Nicht das wonach es sich anhört!



Kamalashila 3, Meditation #14

The blind man in a room of riches;
Getting discouraged kills belief.
Come touch the Sun, to enjoy your life.
Der Blinde in der Schatzkammer;
Entmutig sein tötet den Glauben.
Greif nach den Sternen um dein Leben
zu genießen.



Kamalashila 3, Meditation #15

The morning time of day:
The randomness
of differentiating things
from the white noise
of the world.

Am frühen Morgen:
Rein zufällig Dinge vom
Grundrauschen der Welt
abgrenzen.

Kamalashila 3, Meditation #16

Carrying, and being carried,
on the shoulders:
Remembering the goal of retreat
Auf den Schultern tragen
und getragen werden:
Erinnere dich an das Ziel des Retreats



Kamalashila 3, Meditation #17

The omniscience of exclusion;
Proof that he is not otherwise—
And for cleaners of toilets

Die Allwissenheit des Weglassens;
Ein Beweis das er nichts Anderes ist -
Und für die Toilettenputzer





Kamalashila 3, Meditation #18

Signs of success in studying the sutra,
and cleansing:

the non-fatal headache,
criticism, and a quick enlightenment
Zeichen des Erfolgs beim Studium der
Sutra und Reinigung:
leichte Kopfschmerzen, Kritik und eine
schnelle Erleuchtung

Kamalashila 3, Meditation #19

How to please a billion Buddhas:
the offering of practice;
the blade of a razor,
pale by comparison;
and the inconceivable fruit
of the
inconceivable seed

Wie man eine Milliarde Buddhas erfreut:
das Darbringen der Praxis;
die Rasierklinge,
Bleich durch vergleichen
Und die unvorstellbare Frucht
des unvorstellbaren Samens



Kamalashila 3, Meditation #20

The pitfalls of progress,
Being pushed out;
and the simple sloth of not repeating
Die Fallstricke des Fortschritts,
Hinausgeworfen werden;
Und einfach zu faul für die Wiederholung sein



Kamalashila 3, Meditation #21

Pure deception:

The improbable source of all-knowing
and the ultimate body

Reine Täuschung:

Die unwahrscheinliche Ursache des Alles-
Wissen

Und der ultimative Körper

Kamalashila 3, Meditation #22

Illusions are illusions;
The reason reality is deceptive:
"All things are the Buddhas,
And those who live in this world
Are acting out their entire lives
In things which don't even exist."

Illusionen sind Illusionen
Die Ursache warum die Realität
trügerisch ist
„Alle Dinge sind Buddhas,
Und die in dieser Welt leben
Führen ihr ganzes Leben in Dingen
die nicht einmal existieren.“



Kamalashila 3, Meditation #23

A body, and a family, at birth;

A body that grows

into "everyone me,"

or else it always was;

Still, do not be proud.

Ein Körper und eine Familie, bei der Geburt;

Ein Körper der an Gewicht zunimmt

„jeder ist ich“

Oder wie es schon immer war.

Sei trotzdem nicht stolz.