

# Karma Tekchen Yi Ong Ling

„Der Mahayana-Ort, an dem Wünsche sich spontan erfüllen“

Klausurzentrum S.H. des XVII. Gyalwang Karmapa  
in Windeck-Halscheid, Deutschland



## RUNDBRIEF NR. 1/2013

### Klausuren im Mai 2013

#### Ngöndro-Klausur I

##### Zuflucht u. Vajrasattva-Praxis, Belehrungen und Übung der Praxis

**Kursleiter:** Lama Kunga Dorje

Kursbeginn: Mittwoch, 8. Mai (abends 19.00 Uhr)

Kursende: Sonntag, 12. Mai (mittags)

Kurskosten: 200 Euro inkl. Unterkunft u. Verpflegung

**Das Ngöndro**, die traditionelle Reihe der vier vorbereitenden Übungen zur Mahamudra-Meditation, ist selbst eine tiefgründige Praxis, die uns ein Leben lang begleitet und die Meditation zur Reife bringt und vertieft.

**Der erste Teil, die Zufluchtnahme und die Entwicklung der erleuchteten Geisteshaltung**, sind wundervolle und wirksame Methoden, die Fixierung auf unser „Ich“ als Quelle aller leidvollen Zustände zu beruhigen und zu reduzieren. Mit den damit verbundenen Verbeugungen und dem Entschluss, allen fühlenden Wesen zu nutzen, legen wir eine stabile Grundlage der Ausrichtung auf den buddhistischen Weg zur Erleuchtung. Wir stärken unsere Hingabe, die uns hilft, unsere Arroganz zu vermindern, Toleranz zu entwickeln und unsere Herzen zu öffnen.

**Der zweite Teil ist die Vajrasattva-Praxis**, die unsere inneren Hindernisse, Unklarheiten, Krankheiten, unsere gewohnheitsmäßige Neigung zu schädlichem Verhalten und das dadurch seit vielen Lebenszeiten angehäufte Karma bereinigt. Wir lösen uns von der Tendenz, an negativen Zuständen und Handlungsweisen festzuhalten und schaffen größere Klarheit in unserem Geist.

#### Ngöndro-Klausur II

##### Mandala-Opferung und Guruyoga-Praxis

**Kursleiter:** Lama Kunga

Kursbeginn: Freitag, 17. Mai (abends 19.00)

Kursende: Montag, 20. Mai (mittags)

Kurskosten: 175 Euro inkl. Unterkunft u. Verpflegung

**Bitte bringen Sie Ihr Mandala mit!**

Es folgt als **dritter Teil die Praxis der Mandala-Opferung**. Diese Opferung unterstützt uns dabei, die gewohnheitsmäßige Neigung zu reduzieren, die uns nach allem greifen lässt, was uns angenehm und anziehend erscheint. Wir bringen das Schönste und Beste in unserer Vorstellung aus vollem, freigebigem Herzen dar, ohne an unserem Besitzdenken festzuhalten. Wir werden offener, großzügiger und zufriedener, sammeln dabei gleichzeitig viel Verdienst und Weisheit an.

**Der vierte und letzte Teil des Ngöndro ist das Guruyoga**. Wir rufen den Segen der ungebrochenen, authentischen Übertragungslinie wach, unverzichtbarer und lebendiger Teil der Vajrayana-Praxis. Wirkliche Hingabe zu unserem Lehrer, Guru und Meditationsmeister bedeutet, die von ihm übermittelten tiefgründigen und kostbaren Meditationen wertzuschätzen und dankbar zu sein, dass sie uns heute gelehrt werden. Wir verschmelzen unseren Geist mit dem des Lehrers, eine Methode, die uns innewohnenden Qualitäten aufzudecken, zu befreien und zur Reife zu bringen. Damit werden wir viel leichter auf dem Weg voranschreiten.

**Informationen und Anmeldungen:** Ani Evelin, Tel. +49-(0)2292 74 38, E-Mail: halscheid-retreat@web.de

---

Klausurzentrum Karma Tekchen Yi Ong Ling • Auf dem Kuppen 7 • 51570 Windeck-Halscheid

Tel. +49-(0)2292-7438 • Fax +49-(0)2292-6327 • E-Mail: halscheid-retreat@web.de

www.halscheid-retreat.de