ཕྱོ་དཔལ་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དར་རྒྱས་གླིང་།

Palyul Dharma Centre Europe
Tibetan Buddhist Centre

Schirmherr: Seine Heiligkeit Penor Rinpoche
Gründer: Khen Rinpoche Pema Chöphel

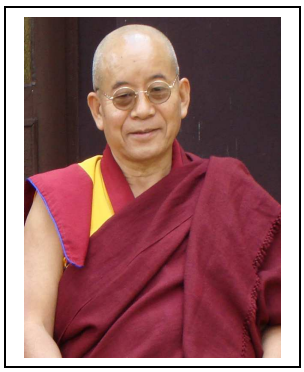
"Die Befreiung liegt in deiner Hand"

Palyul Namchö Dzogchen Retreat

Do. 02 Juli – Di. 14 Juli 2015

German Palyul Center
Züsch

S. H. Penor Rinpoche



Khenchen Pema Sherab Rinpoche

S.H. Karma Kuchen Rinpoche

Khen Rinpoche Pema Chöphel

Palyul Namchö Dzogchen-Retreat
Das 12-tägige Palyul Namchö Dzogchen-Retreat findet seit 8 Jahren statt. Es richtet sich an AnfängerInnen und Fortgeschrittene - natürlich auch an Dzogchen-Praktizierende.

Das Palyul Namchö Dzogchen-Retreat, genannt "Die Befreiung liegt in deiner Hand" (tib. Dzogchen Sangye Lak chang) unter der Leitung von Khen Rinpoche Pema Choephel findet seit 2007 im German Palyul Center in der Nähe von Züsch statt. Der Meditationskurs beginnt mit einer Unterrichtseinheit, gefolgt von der sogenannten Ngöndro-Praxis und endet mit der Dzogchen-Praxis. Es bietet traditionell tantrisch-buddhistische Unterweisungen und Meditationspraktiken an, die auf enorme Weise helfen das Karma aus den früheren negativen Handlungen zu bereinigen, die positiven Energien zu stärken und die non-duale oder transzendente Weisheit zu entfalten. Der alljährliche intensive Studien – und Praxiskurs im Sommer hilft das Gewahr sein der eigenen Buddha-Natur zu entfalten - somit die Befreiung zu erlangen von den leidvollen Erfahrungen innerhalb des Kreislaufs der Geburten (skr. samsara).

Palyul Namchö Übertragungslinie

Die Namchö Belehrungen sind bekannt als „Himmelsschätze" und wurden im 17. Jahrhundert von dem berühmten Yogi und `Schatzfinder` Mingyur Dorje (1645-1667) im Alter von 12 Jahren in Tibet enthüllt .Er hat diese tiefgründige Methodik vom Maha-Bodhisattva Avalokiteshvara und vom großen Tantriker Padmasambhawa in einer Reihe von Visionen erhalten, die dann ohne Unterbrechung auf eine authentische Weise überliefert wurde. Mithilfe der geistigen Übertragung der Lehren vom Meister auf den Schüler konnte die große Segenskraft der Palyul-Übertragungslinie bis in die Gegenwart hinein erhalten bleiben.

.

Khen Rinpoche Pema Choephel hat die oben erwähnten kostbaren Namchö Ngöndro-Belehrungen und Übungen direkt von Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche erhalten.

Guru Rinpoche

Tertön Migyur Dorje

S.H. Penor Rinpoche

Palyul Namcho Ngöndro

Das Palyul Namchö Ngöndro, das auf den "vier Grundlagen“ beruht, gilt als eine besonders tiefgründige Methode. Mit der Vollendung dieser Praxis, so heißt es, besteht die weitere Möglichkeit er direkten Erfahrung der innewohnenden Natur des Geistes, die eine wesentliche Grundlage zu den nachfolgenden Übungen und der eigentlichen Erfahrung von Dzogchen (wörtlich: Die große Vervollkommnung) bildet.

“Die Namchö-Praxis in der Form der `vorbereitenden Übungen` (tib. ngöndro) besitzt besondere Tiefe und bildet die Grundlage. Ihre Anwendung einfach und klar beschrieben. Sie hat viele besondere Qualitäten und den rasch wirksamen Segen der Übertragungslinie. Ich habe tiefes Vertrauen, dass diese Praxis den Dharma-Schülern und Schülerinnen auf der ganzen Welt von großem Nutzen sein wird.“

Seine Heiligkeit Penor Rinpoche.

Äußere und innere Vorbereitungen

Die Palyul Namchö Ngöndro besteht aus äußeren und inneren (vorbereitenden) Übungen. Die äußeren Vorbereitungen haben zum Ziel mithilfe der Kontemplation über den kostbaren menschlichen Körper (1), die Unbeständigkeit aller Phänomene (2), das Gesetz von Ursache und Wirkung (skr. karma) und das Leiden im Kreislauf der Wiedergeburten (skr. samsara (4) den Fokus auf die innewohnende Buddha Natur und das Buddha Dharma zu lenken.

Die inneren Vorbereitungen bestehen aus der Zufluchtnahme, i. e. dem Eintritt in das schützende Tor der `Drei Juwelen` von Buddha, Dharma, und Sangha im Einklang mit dem Erzeugen des Wunsches nach der Befreiung aller Lebewesen (skr. bodhichitta (1), den Mandala-Opferungen zum Lösen der Anhaftung an die Dinge und der Ansammlung von

positiver Energie (2), der Vajrasattva-Praxis zum Reinigen der negativen Handlungen (3) und dem sogenannten Guru Yoga zum Erhalt der Segenskraft für die baldige Verwirklichung der vollkommenen Erleuchtung (4).

Zufluchtsbaum

Mandalaopferung

Vajrasattva

Guru Rinpoche

* Die Ngöndro Praxis ist empfehlenswert sowohl für NeuanfängerInnen als auch für Fortgeschrittene.

Tibetisches Yoga (Tsa Lung)

Der tibetische Yoga heißt im Tibetischen `Tsa Lung` (wörtlich: Energiebahnen und Wind) oder wird manchmal auch als `Tummo` (wörtlich: das innere Weisheitsfeuer) bezeichnet. Hier werden in der intensiven Praxis die geistigen Trübungen (skr. klesha) auf der feinstofflichen physischen Ebene bereinigt und transformiert. Der subtile Körper hat drei Hauptkomponenten, die in der Yogapraxis auf dem `Pfad zur Erleuchtung` besonders dienlich sind: Die subtilen Kanäle (tib. tsa, skr. nadi), durch welche sich die Prana-Energie, wörtlich: `die Winde` (tib. lung) fortbewegt, in denen wiederum die subtilen Tropfen (tib. tigle, skr. bindu) ruhen. Die tibetische Tsa Lung Praxis integriert somit auf eine vollkommene Weise die körperliche, energetische und geistige Ebene des Menschen.

* Der Abschluss der Palyul Namchö Ngöndro Praxis ist die Voraussetzung zur weiteren Anwendung der fortgeschrittenen Tsa Lung Übungen des tibetischen Yoga. Wer die

Ngöndro-Übungen im Rahmen von anderen tibetisch buddhistischen Schulen bereits abgeschlossen hat, kann mit Erlaubnis von Khen Rinpoche an den fortgeschrittenen Tsa Lung Übungen teilnehmen.

Bitte melden Sie sich vorzeitig an, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt.
Die Teilnahme am Retreat setzt die Fördermitgliedschaft im gemeinnützigen Verein voraus - die Mitgliedschaft kann vor Ort abgeschlossen werden.

German Palyul Center, VR 3595 Amtsgericht Wittlich.

Die Seminargebühr beträgt 50 Euro, die Übernachtung 20 Euro und die Bewirtung 15 Euro täglich.

Personen mit geringem Einkommen bezahlen den ermäßigten Tagessatz und bringen Ihre Arbeitskraft ein.
Eine solche Anfrage sollte möglichst mit der Anmeldung geschehen.

Die Teilnahme am Palyul Namchö Retreat setzt eine gesunde und stabile psychische Gesundheit voraus - wir können keinerlei therapeutischen Hilfen leisten.

Die Teilnahme am gesamten Kurs wird empfohlen.

Palyul Center UK
3 Rotherfield Street, Islington
London N1 3EE, United Kingdom
Telephone/Fax: +44 (20) 7359 596
E-mail: center-uk@palyul.eu
Website: www.palyul.eu/uk

German Palyul Center e. V.
Tibetish Buddhistisches Zentrum
Am Mühlenberg 1, 54422 Züsch, Germany
Tel.: + 49 (0) 6503981968
E-mail: center-de@palyul.eu
Website: www.palyul.eu/germany

Palyul Center Bulgaria
11 Yavorets str., Sofia, Bulgaria
Tel.: +359(0)895705793
Email: center-bg@palyul.eu
Website: http://www.palyul.eu/bulgaria