



ཕྱི་དབུལ་ཡུལ་གྲུང་ཚུབ་དར་རྒྱས་གླིང་།

Palyul Dharma Centre Europe

Tibetan Buddhist Centre

Schirmherr: His Holiness Penor Rinpoche

Gründer: Khen Rinpoche Pema Choephel

“Die Befreiung liegt in deiner eigenen Hand”

Palyul Namcho Dzogchen Retreat

mit Khenchen Pema Sherab Rinpoche, Khen Rinpoche Pema Choephel,
Khenpo Sonam Tsewang, Lama Dawa Norbu und Ani Pema Ozer

24 Juni – 5 Juli 2011

German Palyul Center



Khenchen Pema Sherab Rinpoche

Khenchen Pema Sherab Rinpoche wurde 1936 in Riphu, einem Ort in Dege Jomda, in der tibetischen Provinz Kham geboren.

1953 empfing er von Shechen Kongtrul Rinpoche die Novizen Gelübde. 1959 floh er von Tibet nach Indien. Er traf S .H. Dilgo Khyentse Rinpoche, von dem er die meisten seiner Belehrungen erhielt. In

zahlreichen Gelegenheiten erhielt er viele Belehrungen und mündliche Übertragungen von S.H. Dudjom Rinpoche und S.H. Penor Rinpoche. 1968 lud ihn Seine Heiligkeit Penor Rinpoche nach Namdroling ein, um dort den Dharma zu lehren. Noch bevor das Ngagyur Nyingma Institut gegründet wurde, verbrachte Khenchen einige Jahre im Namdroling, um die traditionellen allgemeinen und speziellen buddhistischen Lehren an die kleinen Mönchen zu lehren.

Seit der Gründung des Institutes im Jahre 1978 unterrichtete Khenchen Pema Sherab bis heute die Studenten voller Mitgefühl und Liebenswürdigkeit.

Zum Wohle zukünftiger Generationen verfasste er viele Bücher über die buddhistische Philosophie. Derzeit ist Khenchen Rinpoche einer der ältesten und höchsten Meister des Nyingma und Palyul Klosters in Indien. Alles in allem übernahm er mit grossem Mitgefühl bis heute die Verantwortung der Leitung des Institutes.

Alle Palyul Khenpos und Tulkus im Namdroling Kloster erhielten seine Belehrungen. Er versprach Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche kurz vor dessen Parinirvana in Namdroling zu bleiben und mit seiner Hilfe dort weiterzuführen. Khenchen Rinpoche ist weltweit auf Reisen, um die buddhistischen Lehren zu verbreiten. Mit grossem Mitgefühl unterstützt er auch die buddhistischen Schüler westlicher Länder. Seit vielen Jahren besucht er regelmäßig German Palyul Center und Palyul Center UK.



Khen Rinpoche Pema Choephel

Mit acht Jahren fand Khen Rinpoche Pema Choephel seinen Wurzelmeister, Penor Rinpoche. Er nahm bei ihm Zuflucht und empfing die traditionelle Ngondro, Tsa Lung und Dzogchen Praxis aus dem Namcho Zyklus.

Von Seiner Heiligkeit Dilgo Khyentse Rinpoche erhielt Khen Rinpoche auch Belehrungen über die Nyintig Große Vollkommenheit Praxis - Trekcho und Togyal. Khen Rinpoche erhielt viele tiefgründige Übertragungen von Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche, Seiner Heiligkeit Dilgo Khyentse Rinpoche, Nyoshul Khen Rinpoche und vielen anderen großen tibetischen Meistern. Khen Rinpoche hat sowohl die tibetischen Studien, welche die ausgedehnten und tiefgehenden Lehren Buddhas (Sutra und Tantra) umfassen, als auch die allgemeinen Studien der tibetischen Sprache, Dichtung und Geschichte gründlich studiert, erforscht und gemeistert.

Khen Rinpoche trat in das Ngagyur Nyingma Institut im Namdroling Kloster ein, meisterte die Hinayana, Mahayana und Vajrayana Philosophien und vollendete seine Studien. Er ist ein hoch qualifizierter buddhistischer Gelehrter und hoher Professor des Nyingma Institutes.

Anschliessend ging Khen Rinpoche zum Shechen Kloster und leitete dort über vier Jahre lang die buddhistischen Belehrungen. Er war der erste Khenpo im Institut des Shechen Klosters in Nepal. Während der großen Drubchen Puja im Shechen Kloster erhielt Khen Rinpoche als großen Segen einen Khenpo Hut von Seiner Heiligkeit Dilgo Khyentse Rinpoche. In einem Gedicht von S.H. Dilgo Khyentse Rinpoche prophezeite er, dass Khen Rinpoche überall von grossem Nutzen für die fühlenden Wesen sein wird und schrieb sein Langlebens- Gebet.

Als Khen Rinpoche vom Shechen Kloster zurück kam, erhielt er erneut einen Khenpo Titel und Doktorzertifikat von Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche. Mit den Segnungen von Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche, lehrte Khen Rinpoche in vielen Ländern und verbreite den Buddhismus. Dies bezieht Indien, Bhutan, Nepal, Hong Kong, Taiwan, Singapur, Philippinen, Cambodia, Malaysia und die

europäischen Länder wie Griechenland, Frankreich, Deutschland, England und Bulgarien mit ein. Er ist Gründer und spiritueller Direktor des Palyul Dharma Center in Europa, der aus dem Palyul Dharma Centre in Griechenland, Palyul Centre UK, German Palyul Centre und Pema Dharma Centre in Bulgarien besteht.



Palyul Namcho Dzogchen Retreat

Der jährliche Palyul Namcho Dzogchen Retreat, genannt “Die Befreiung liegt in deiner eigenen Hand” (Tib. *Dzogchen Sangye Lakchang*) wird jeden Sommer im German Palyul Center veranstaltet.

Der authentische Retreat beginnt mit einem einführenden Unterricht und Ngondro Praxis und endet mit der höchsten Dzogchen Praxis.

Der Palyul Namcho Dzogchen Retreat bietet traditionelle buddhistische Belehrungen und Praxis an, die hilft, negatives Karma zu reinigen und innere Weisheit zu entwickeln. Mit Abschluss des Studien – und Praxiskurses, kann man die Natur des Geistes erkennen und einen Pfad zur letztendlichen Befreiung vom Leid im Kreislauf der Wiedergeburten finden.

Palyul Namcho Linie

Die Namcho Belehrungen sind bekannt als die „Himmelsschätze“. Sie wurden im 17. Jahrhundert von Tertön Migyur Dorje (1645-1667), der sie von Avalokiteshvara und Guru Rinpoche erhalten hat, enthüllt und von Meister zu Schüler über die Jahrhunderte weitergegeben. Der Segen der Palyul Linie ist bis heute rein und ungebrochen.

Khen Rinpoche Pema Choephel erhielt die Namcho Ngondro Belehrungen und Praxis von Seiner Heiligkeit Penor Rinpoche.



Guru Rinpoche



Tertön Migyur Dorje



H.H. Penor Rinpoche

Palyul Namcho Ngondro

Palyul Namcho Ngondro bekannt als „die vier Grundlagen“, ist eine tiefgründige Praxis. Mit Abschluss der Praxis kann man die Natur des Geistes erkennen - eine wichtige und notwendige Grundlage für die höhere Dzogchen Praxis. Es hilft, um negatives Karma zu reinigen und innere Weisheit zu entwickeln.

“Obwohl die Namcho Praxis der vorbereitenden Übungen sehr tief und grundlegend ist, ist sie für alle klar und einfach zu praktizieren. Sie hat viele besondere Qualitäten und der Segen der Linie ist stark und schnell. Ich habe das vollste Vertrauen, dass diese Praxis allen Dharma Schülern und Praktizierenden in der ganzen Welt zu Nutzen sein wird.“ - Seine Heiligkeit Penor Rinpoche.

Äußere und innere Vorbereitungen

Palyul Namcho Ngondro besteht aus äußerer und innerer vorbereitender Praxis. Die äußere Vorbereitung zielt darauf ab, durch Kontemplation über den wertvollen menschlichen Körper, Vergänglichkeit, das Gesetz von Ursache und Wirkung (Karma) und das Leid im Kreislauf der Wiedergeburten, den Geist zum Dharma hinzuwenden.

Die inneren Vorbereitungen bestehen aus mehreren Teilen: Zuflucht, oder Eintritt in das schützende Tor der drei Juwelen – Buddha, Dharma, Sangha; Bodhicitta, das Erzeugen des Wunsches zum Wohle aller Lebewesen Erleuchtung zu Erlangen; Mandalaopferung, um Anhaftung zu verringern und Verdienste anzusammeln; Vajrasattva, die Reinigung von Verdunkelungen; und Guru Yoga, Erhaltung des Segens, innerhalb eines einzigen Lebens Erleuchtung zu erhalten.



Zufluchtsbaum



Mandalaopferung



Vajrasattva



Guru Rinpoche

* Die Ngondro Practice ist für alle Ebenen geeignet: Einsteiger, fortgeschrittene Anfänger und fortgeschrittene Schüler.

Tibetisches Yoga (Tsa Lung)

Tibetan Yoga wird Tsa Lung (Kanal, Wind) oder Tummo (innere Wärme) genannt. Dies ist eine Praxis, in der man über die Arbeit mit dem subtilen Körper eigene Verdunkelungen reinigt. Der subtile physische Körper hat drei Hauptkomponenten, die in der Yogapraxis als Pfad zur Erleuchtung wichtig sind. Diese sind die Kanäle (Tib. *tsa*, Sanskrit: *nadis*), durch die sich die Winde (Tib. *lung*, Sanskrit: *prana*) bewegen und in denen die Tropfen ruhen (Tib.

thigle, Sanskrit: *bindu*). Tsa Lung ist eine kraftvolle Praxis die Körper, Rede und Geist vollkommen mit einbezieht.

* Um Tsa Lung zu praktizieren ist es nötig, die Palyul Namcho Praxis abzuschließen. Die Schüler, die Ngondro Ansammlungen anderer Übertragungslinien abgeschlossen haben, können an der Tsa Lung Praxis während des Retreats teilnehmen, wenn sie die Erlaubnis von Khen Rinpoche Pema Choephel erhalten haben.

Kommende Programme im German Palyul Center

Wir erwarten den Besuch Seiner Heiligkeit Karma Kuchen Rinpoche, den 12. Thronfolger der Palyul Tradition und Seiner Eminenz Mugsang Kuchen Rinpoche im German Palyul Center und Palyul Centre UK im Herbst 2011.

Palyul Centre UK

3 Rotherfield Street, Islington
London N1 3EE, United Kingdom
Telephone/Fax (Centre): +44 (20) 7359 596
E-mail: palyuluk@hotmail.com
www.palyul.org.uk

German Palyul Center e. V.

Tibetish Buddhistisches Zentrum
Am Mühlenberg 1, 54422 Züschen, Germany
Tel.: + 49 (0) 6345 954669; + 49 (0) 6503981968
E-mail: palyul@gmx.de
www.palyul.de