

## Der Spiegel, der klar aufzeigt, was anzunehmen und aufzugeben ist

### Richtlinien für die monastische Sangha und den Orden der Vidyadharas

von Kyabje Dudjom Rinpoche

*Om svasti prajrabhya!*

*Unvergleichlicher Führer dieses glücklichen Zeitalters, König der Shakyas,  
Verkörperung aller Buddhas, seegeborener Herrscher aus Oddiyana,  
Könige und Untertanen und alle die Vidyadharas der Kama und Terma Linien  
vor Euch, diesem vollkommenen Feld der Ansammlung von Verdienst und Weisheit, verneige ich mich  
respektvoll!*

*Die beiden Gemeinschaften von Sutra und Mantra Praktizierenden, kahlgeschorene Mönche und langhaarige  
Yogis,*

*mit der letztendlichen Sicht der Erzeugungs- und Vollendungsstufen der Großen Vollkommenheit  
dies ist die große geheime Tradition der Alten Übersetzung im Land des Schnees,  
mit ihren sechs Qualitäten der Größe. Für jene Vidyadharas, die sich auf diesen Pfad begeben haben,  
werde ich nun sorgfältig ein paar Punkte des Verhaltens als Richtlinie darlegen,  
beschreiben, was angenommen und was aufgegeben werden soll, täglich und zu besonderen Anlässen,  
seid daher aufmerksam mit einem Geist, der klar und achtsam ist.*

*Der höchst gelehrte Vasubandhu sagte:*

*„Die Lehren des Buddha haben zwei Aspekte:*

*Die Elemente der Schriften und der Verwirklichung.*

*Diese werden nur durch Belehrung und durch Praxis bewahrt.“<sup>1</sup>*

Man sagt, dass es die Verantwortung der Halter der Lehren oder der Mitglieder der Sangha ist, sicherzustellen, dass die kostbaren buddhistischen Lehren mit ihren beiden Aspekten der Schriften und Verwirklichung nicht degenerieren, sondern lange in der Welt erhalten bleiben.

Die Sangha hat zwei Gemeinschaften und zwar die kahlköpfigen Anhänger der Sutras und die langhaarigen Mantrayana-Praktizierenden. Diese beiden Gruppen wurden durch spezielle Verordnungen errichtet, als das Licht der buddhistischen Lehren zum ersten Mal im dunklen Land von Tibet durch den Abt Shantarakshita, den Meister Padmasambhava und den König Trisong Detsen schien, was uns durch die Redensart von „den beiden Sangha-Gemeinschaften, die durch den König gewürdigt wurden“ allseits bekannt ist. Bis zum heutigen Tag existieren sie Seite an Seite. Obwohl es zwischen beiden einige leichte Unterschiede hinsichtlich äußerer Erscheinung, Kleidung usw. gibt, die auf der speziellen Art, wie die Gelübde genommen werden, beruht, gibt es keinen Unterschied in ihrer Praxis in der Verbindung von Sutra und Tantra und im Halten der drei Arten von Gelübden um die inneren Qualitäten der Verwirklichung zu entwickeln.

Im Hinblick auf deren Praxis sagte der große Meister Padmasambhava, der wie ein zweiter Buddha war:

*„Äußerlich praktiziert man gemäß der Sutras, ist sorgfältig hinsichtlich Ursache und Ergebnis und was anzunehmen und aufzugeben ist. Innerlich praktiziert man entsprechend dem unübertrefflichen geheimen Mantra, dabei ist es wichtig, Erzeugung und Vollendung miteinander zu verbinden. Im Geheimen praktiziert man gemäß dem großen geheimen Atiyoga und erlangt so Befreiung in einem Körper aus Licht in einer einzigen Lebensspanne.“*

---

<sup>1</sup> Abhidharmakosha VIII, 39.

Wenn man sich erstmals auf den buddhistischen Pfad begibt, dann ist es wichtig, dass die richtigen günstigen Bedingungen mit einem Lehrer begründet werden, daher beginnt man mit der Zeremonie des Haarschneidens und mit dem Nehmen der Zufluchtsgelübde vor einem authentischen spirituellen Meister. Wenn man dann die monastische Ordination nimmt, sollte man die Gelübde eines Novizen oder eines voll ordinierten Mönchs oder einer Nonne entsprechend dem Alter und der Befähigung vor einer Versammlung, die den Abt, Acharya und die erforderliche Zahl von Mitgliedern der klösterlichen Sangha umfasst, nehmen, die sich in der ungebrochene Linie der Ordination zurück bis zum großen Abt Shantarakshita erstreckt. Selbst wenn man ein Mantra-Praktizierender (Ngakpa) ist, muss man die drei Arten der Gelübde beachten, daher soll man die Gelübde eines Laien-Praktizierenden (Upasaka) entsprechend der eigenen besonderen Fähigkeit nehmen. Auf dieser Grundlage nimmt man dann die Bodhisattva-Gelübde gemäß einer der beiden Traditionen, aber man sollte jene entsprechend des Mittleren Weges bevorzugen und dann indem man in eines der großen Mandalas eintritt und die vier Ermächtigungen in ihrer Gesamtheit nimmt, wird man die drei Arten der Gelübde besitzen. Das genügt nicht, egal wie einfach der Erhalt der Gelübde ist, sondern man muss sich auch in den gemachten Verpflichtungen bemühen und sie nicht vernachlässigen. Die Art, wie sie gehalten werden, wird in den verschiedenen Texten über die drei Arten der Gelübde gelehrt. Es ist wichtig, dass man sich darauf stützt, was einem übermittelt wurde und es sich durch die Praxis zu Herzen nimmt.

Eine Zusammenfassung der Schlüsselpunkte wird in der folgenden Bemerkung unseres mitfühlenden Lehrers, dem Buddha, gemacht: *„Führe nicht eine einzige unheilsame Tat aus, kultiviere eine Menge Heilsames, zähme den Geist vollständig - dies ist die Lehre der Buddhas.“*

Die Grundlage ist eine vollständig reine und edel Absicht und ein tief empfundenes Vertrauen in die Drei Juwelen. Dann:

Alle negativen Absichten und Handlungen von Körper, Rede und Geist, die für andere Leiden verursachen könnten, gänzlich aufzugeben, ist die Essenz der Pratimoksha-Gelübde oder der Gelübde der individuellen Befreiung. Mit vollem Herzen alle Arten der Tugend zu praktizieren, die anderen nützen, ist die Essenz der Bodhisattva-Gelübde. An der Wurzel dieser beiden ist das Zähmen des eigenen ungehobelten Geistes durch die Mittel der Achtsamkeit, Wachsamkeit und des Bewusstmachens und das Üben darin, die allumfassende Reinheit von Erscheinung und Existenz zu erkennen. Dies ist die Essenz der Gelübde des geheimen Mantras. So praktiziert man, indem man die Punkte der drei Arten von Gelübden in einer einzigen entscheidenden Anweisung verbindet.

Um es einfach zu machen, vom Augenblick des Eintretens in den heiligen Dharma und dadurch, dass man ein Dharma-Praktizierender wird, sollte das innere Gesinnung und das äußere Verhalten, das einer gewöhnlichen weltlichen Person bei weitem übertreffen. Wie eine Redensart sagt: *„Das Zeichen wahren Lernens ist ein friedvolles Temperament und das Zeichen der Meditation ist ein Abnehmen der Störungen.“*

Wenn anders aber Gesinnung und Verhalten nicht ein wenig besser werden als bei einer durchschnittlichen Person, die in weltlichen Angelegenheiten gefangen ist, dann kann man sich nur als Gelehrten bezeichnen, da man nur ein intellektuelles Verständnis von ein paar Texten hat. Oder man glaubt, dass man ein perfekter Mönch ist, nur weil man das Zölibat einhält. Oder weil man vielleicht ein paar Ritualtexte singen kann, hält man sich für einen Ngakpa. Dies sind alles nur Beispiele für offensichtliche Überheblichkeit und zeigt nur, dass man auch mit dem Dharma in eine unheilsame Richtung stolpert. Wie der unvergleichliche Dakpo Lharje (Gampopa) sagte: *„Wenn er nicht angemessen praktiziert wird, dann kann der Dharma selbst einen in die niederen Bereiche befördern.“*

Allgemein gesagt liegt die Quelle für alle, die sich auf den Pfad des Dharmas begeben haben, im Lesen und Schreiben, daher werden diese Disziplinen von früh an betont. Dann sollte man sich in den allgemeinen Wissenschaften üben und sich in Studium und Kontemplation der außergewöhnlichen Leitgedanken von Sutra und Tantra usw. anstrengen, bis man ein gutes Verständnis der Schlüsselpunkte erlangt hat, egal lange es dauert.

Besonders von dem Zeitpunkt an, wo man einer Sangha-Gemeinschaft von monastischen Praktizierenden beitrifft, die die Lehren halten, sollte man nur mehr eine positive Gesinnung und ein reines Verhalten haben, den Meistern und den Lehren dienen, die eigenen Hindernisse reinigen und Verdienst und Weisheit ansammeln, sodass man ein inspirierendes Beispiel für zukünftige Generationen wird. Wie eine bekannte Redewendung sagt: „Für die Gläubigen eine Quelle der Inspiration. Für die Reichen, ein Feld der Verdienstsammlung.“

Prüft euch selbst und studiert immerzu, wiederholt die täglichen Praxistexte, lernt die Mandalas für die Mantra-Rituale zu zeichnen, lernt, wie man Torma und andere Opferungen macht und verziert, lernt die Klostertänze und die Melodien der liturgischen Gesänge ebenso wie das Spielen der verschiedenen Instrumente usw. sodass ihr darin kompetent seid. Dies ist besonders wichtig für jene, die die Verantwortung für das Bewahren der Praxistradition sind, dass diese - Vajra-Meister (dorje lopon), Vorsänger (umtse), Ritualmeister (chöpön) usw. - sich darin üben, damit sie genügend vertraut damit sind, gemäß der authentischen Tradition zu praktizieren.

Hinsichtlich des Verhaltens, egal ob Mönch, Ngakpa oder Nonne, ist es von entscheidender Wichtigkeit, dass man gemäß der Aussage lebt: „Das Zähmen des eigenen Geistes ist die Essenz des Dharma.“ Die größte Güte, die man sich selbst gegenüber erweisen kann, ist, dass man bewusst gemäß den Anweisungen der Lehren, denen man folgt, praktiziert. Hört auf, euch gegenteilig dazu zu verhalten, vermeidet Unaufrichtigkeit bei euren Gelübden und Verpflichtungen, vermeidet, Anhaftung und Aggression gegenüber jüngeren oder Streit mit besseren oder überragenden Praktizierenden, gegenüber anderen Gruppen oder gegenüber jenen, die andere Ansichten haben, zu entwickeln. Kurz gesagt, die wichtigste Sache ist, genauso wie ihr vermeidet Gift zu trinken, solltet ihr auch alles aufgeben, was die Lehren entstellt, jeglichen Disput oder jegliche Diskussion und alles Negative, dass die strenge Bestrafung durch die Dakinis und Dharma-Beschützer, die die Weisheitsaugen besitzen, nach sich zieht.

Ganz abgesehen von den Khenpos, Lehrern und älteren Lamas, solltet ihr jedem mit Respekt begegnen, der älter ist hinsichtlich der Vorschriften oder des Lernens, zeigt Güte und Zuneigung den jüngeren Schülern gegenüber und verhaltet euch in einer freundlichen und umgänglichen Art mit allen Dharma-Gefährten. Es ist inakzeptabel, jemand anderen zu kritisieren oder zu verunglimpfen, Unfrieden zu sähen oder auch nur die kleinste Kleinigkeit zu sagen, die Disharmonie in der Sangha schaffen könnte.

Vermeidet, Opfergaben, die den Drei Juwelen dargebracht wurden, für euren eigenen privaten Gebrauch auszugeben, da dies fürchterliche karmische Resultate nach sich ziehen wird. Geht nicht nach draußen, ohne die entsprechenden monastischen Roben zu tragen. Vermeidet Massen, Glückspiel, lautes Lachen, Rauchen, die Verwendung von Schnupftabak, Gejohle, Streitereien und Schlägereien, Herumspazieren auf den Straßen und lasst euch nicht auf Dinge ein, die euch nicht betreffen. Seid sorgsam, euch gemäß dem Dharma zu verhalten, wann immer ihr in der Öffentlichkeit oder auf den Gehwegen innerhalb des Klosters seid und betätigt euch nicht in gewöhnlichen Handlungen wie Nähen oder Teppichknüpfen, außer es ist für die Sangha oder das Kloster.

Es ist nicht notwendig auszuführen, dass es jenen, die die monastische Ordination genommen haben, nicht erlaubt ist, Alkohol zu trinken, selbst nicht einmal von der Menge eines Tautropfens auf einem Grashalm, sogar Ngakpas ist es verboten, mehr als ein Glas<sup>2</sup> am Tag zu trinken. Wie gesagt wird: „Mantra-Praktizierende, die von Alkohol betrunken sind, werden in der ‚Heulenden Hölle‘ geröstet werden.“

Fleisch, das eine unheilsame Nahrung ist, sollte so oft wie möglich vermieden werden. Es ist besonders wichtig dies zu vermeiden, wenn es eine regionale Gewohnheit ist und sollte während der Hauptzusammenkünfte definitiv nicht serviert werden.

Khenpos, die die Vinaya halten, Vajra-Meister, die Vajrayana-Praktiken anführen, Vorsänger, Übungsleiter, jene, die die rituellen Instrumente spielen, Finanzsekretäre, Diener usw. sollten ihre

---

<sup>2</sup> Wörtlich: eine Schädelschale oder Kapala voll.

Aufgaben, für die sie verantwortlich sind, ohne Doppelzüngigkeit oder Heuchelei ausführen. Wenn jemand mit Verpflichtungen krank wird und von seinen Pflichten entbunden ist, für den sollte Ersatz gefunden werden. Wenn ein jüngeres Sangha-Mitglied krank wird, dann sollten die notwendige Pflege und die medizinische Unterstützung gegeben sein. Und wann immer ein Sangha-Mitglied stirbt, sollten die Totenzeremonie und die notwendigen Praktiken zur Ansammlung von Verdienst auf angemessene Weise gemäß der vorhandenen Ressourcen ausgeführt werden.

Verschwendet nichts, nicht einmal eine Nadel und einen Faden, die Teil des allgemeinen Besitzes der Sangha sind. Achtet besonders auf Opfermaterialien, Musikinstrumente, Kissen, Kochutensilien usw., damit nichts beschädigt oder zerbrochen ist. Wenn etwas verloren geht oder zerbrochen ist, sollte es ersetzt werden. Ihr solltet alles bezahlen, damit auch der geringste Schaden repariert wird. Leute, die im Kloster arbeiten, sollten den Tempel, die Aufenthaltsräume und alle Böden säubern und gut instand halten, damit diese für sie selbst und für andere inspirierend bleiben. Der Ritualmeister und die Assistenten sollten Sorge dafür tragen, die Torma und Torma-Opferungen gemäß der entsprechenden Tradition herzustellen und zu verzieren, dass sie die Opfergaben auf die bestmögliche Weise machen, nur saubere und reine Zutaten verwenden und alle Materialien und Utensilien, die sie verwendet haben, wieder reinigen und wegräumen. Die Köche und jene, die in der Küche arbeiten, sollten den Ort sauber und hygienisch halten und das Essen zu den entsprechenden Zeiten servieren.

Khenpos, Acharyas und alle jene, die einen höheren Rang innehaben und die einen guten Ruf im Amt genießen, sollten die Dankbarkeit der anderen nicht ausnutzen und alle guten Dinge, die sie gemacht haben und übersehen haben, hervorheben. Jüngere Mitglieder der Sangha sollten die Güte jener, die in Autoritätspositionen sind, erkennen und ihnen ihren Respekt erweisen. Weiters sollten überhaupt die Leute jene, die ein schlechtes Beispiel abgeben, ignorieren und nur den guten folgen. Dies sind die allgemeinen Richtlinien für die Dharma-Gemeinschaften.

### **Richtlinien für das tägliche Verhalten der Sangha-Mitglieder**

Anstatt im Bett zu faulenz, steht auf, sobald die Glocke am Morgen erklingt und praktiziert das Ngöndro, rezitiert andere tägliche Gebete und führt die Sadhana eurer gewählten Yidam-Gottheit aus. Sobald der Tag angebrochen ist, wascht euch, säubert euer Zimmer und nehmt dann am Unterricht oder der Gruppenpraxis teil. Wenn der Unterricht oder die Gruppenpraxis vorüber sind, kehrt ruhig in euer eigenes Zimmer zurück, ohne ziellos herumzuwandern wie es euch beliebt. Wenn die Glocke für die Abendmeditation ertönt, sollte das Haupttor geschlossen werden und jeder sollte in seinem oder ihrem eigenen Zimmer Opfergebete an die Dharma-Schützer usw. praktizieren und so viel wie möglich studieren. Danach zur Zeit der Nachtsitzung praktiziert den Yoga des Schlafens und wenn ihr am Morgen wieder erwacht, praktiziert den Yoga des Aufwachens aus dem Schlaf und führt alle oben angeführten Praktiken aus.

### **Hauptzusammenkünfte**

Führt die entsprechenden Praktiken gemäß der Tradition bei allen größeren Gelegenheiten, einschließlich der fünf besonderen Tage<sup>3</sup> jedes Monats und der fünf Hauptfesttage des Jahres - das Fest der Wunder (Chötrul Düchen), der 15. Tag des vierten Monats (Saga Dawa Düchen), des zehnten Tages des Affen-Monats<sup>4</sup>, des vierten Tages des sechsten Monats (Chökhör Düchen), des 26. Tages des neunten Monats (Lhabab Düchen) und das Fest des zwölften Monats - aus, ebenso wie jedes

---

<sup>3</sup> Dies sind der 8., 10., 15., 25. und 30. Tag jedes Monats nach dem tibetischen Mondkalender.

<sup>4</sup> Gyurme Dorje und Matthew Kapstein in "Nyingma-Schule des tibetischen Buddhismus. Bd. 2, S. 99, n. 1393" schreiben: "... gemäß des neuen Phukpa-Kalenders der Mindrolling-Tradition ist der Affen-Monat der fünfte und die älteren Tshurpu- und Phakpa-Systeme zählen ihn als den siebten."

besondere Drubchen oder die Drubchö-Praktiken.

Weiters wenn ein Wohltäter einen Praxistag sponsert, sollten Vajra-Meister, Vorsänger, Übungsleiter und Finanzmanager vor der Praxis zusammenkommen und darüber diskutieren, was benötigt wird. Dies sollte dann dem Chöpön einen Tag vor der Praxis mitgeteilt werden, damit alle Opfergaben wie vorgeschrieben, egal ob in einfacher oder ausführlicher Weise, vorbereitet und hergestellt werden können. Sie sollten sich auch darüber unterhalten, wie lange der Praxistag dauert, über die Länge der Rezitation und so fort.

### **Richtlinien für die eigentliche Praxis**

Das Muschelhorn wird ein erstes Mal geblasen, um alle darüber zu informieren, dass eine Praxis stattfindet. Beim zweiten Ertönen des Muschelhorns gehen jene, die an der Praxis teilnehmen werden zum Tor der Versammlungshalle und legen dort ihre Schuhe ab. Sie legen ihre Zens<sup>5</sup> respektvoll über ihre Unterarme, treten in einer Reihe ein und nachdem sie Verbeugungen dargebracht haben, stellen sie sich bei ihren Sitzplätzen auf. Mit dem dritten Ertönen des Muschelhorns, sobald der Vajra-Acharya seinen Sitzplatz einnimmt, setzt sich die gesamte Versammlung nieder, hält die angemessene Sitzordnung ein, die auf der Rangordnung der Gelübdenahme und der Gelehrtheit basiert. Dann beginnt der Vorsänger zu singen.

Wenn Mönche und Ngakpas getrennt in ihren eigenen jeweiligen Bereichen praktizieren, ist das nicht relevant, aber bei jenen Gelegenheiten, zu denen die Monastischen und die Ngakpas gemeinsam praktizieren, sollten die Mönche und Nonnen als ein Zeichen des Respekts vor den Ngakpas an der Spitze der Versammlung sitzen. In ihren eigenen Reihen sollten die Praktizierenden aufrecht mit gekreuzten Beinen sitzen und ohne sich anzulehnen, herumrutschen, sich aneinander pressen, witzelnd, einschlafend oder aufstehen und vor dem Ende der Sitzung hinausgehen.

Jeder, der später, aber noch vor der eigentlichen Praxis kommt, wenn der Übungsleiter den Praktizierenden ein Verzeichnis gibt, sollte zwischen zehn und 30 Niederwerfungen als Bekenntnis am Haupteingang ausführen. Jeder, der nach dem Beginn des Hauptteils der Praxis eintrifft, sollte zwischen 30 und 50 Niederwerfungen machen. Jene, die noch später eintreffen, sollten zwischen 50 und 100 Niederwerfungen, abhängig von den Umständen, ausführen. Ngakpas sollte es nicht erlaubt sein, ihre Kinder in die Versammlungshalle mitzubringen.

Allgemein gesagt, egal welche Praxis auch ausgeführt wird, ganz gleich ob dies eine Sutrayana- oder eine Mantrayana-Praxis ist, sollte sie ordentlich gemäß den Texten gemacht werden, ohne die Sutra- und Mantra-Elemente zu vermischen.

Nur traditionelle Schalen und fußgroße quadratische weiße Stoffe sollten in die Versammlungshalle gebracht werden, keine Behälter und Essenskörbe verschiedener Art. Die angemessene Art des Opfern und des Erhaltens von Tee, Thukpa usw. sollte durch Zusehen der älteren Mönche erlernt werden. Es sollte zur rechten Zeit gemacht werden, weder zu früh, noch zu spät.

Wenn ihr singt, vermeidet ein falsches Betonen der Wörter oder schnelleres oder langsames Singen als die anderen. Gebt nicht an, indem ihr mit lauter Stimme singt, sondern singt gleichmäßig und sanft, nicht zu hoch, noch zu tief im Maß. Im Allgemeinen hat bei "Trommel-Ritualen" nur der Vajra-Meister Vajra und Glocke. Bei friedvollen Praktiken oder "Glocken-Ritualen" sollte jeder, der bei der Praxis mitmacht, einen Vajra und eine Glocke haben.

Wenn ihr die Versammlung verlässt, dann macht dies in ruhiger und geordneter Weise, ohne Aufhüpfen, Weglaufen oder Stoßen und Rempelen. Geht Reihe für Reihe hinaus, angefangen bei der hintersten Reihe, und wenn dann die nächste Sitzung beginnt, tretet anständig ein, angefangen bei jenen, die ganz vorne sitzen.

Jede Gebete, die für die Lebenden oder Toten erbeten wurden, die vom Übungsleiter angekündigt wurden, sollten nicht zu kurz sein. Für Praktiken wie dem rituellen Fasten (Nyungne) und Tara, die zum Kriya- oder Charya-Tantra gehören, solltet ihr keine Schädeltrommel (Thöpa Damaru),

---

<sup>5</sup> Umhang

Knochentrompete (Kangling) oder irgendeine Trommel, die Dharanis der höchsten Ebene des geheimen Mantra beinhaltet, verwenden. Wenn ihr irgend ein Mantrayana-Ritual praktiziert, sollte ihr euch auf die "vier Tore", die in den Texten des geheimen Mantras ausgeführt werden, stützen:

- das Tor der Rezitation, für die eigentliche Visualisation;
- das Tor des geheimen Mantras, für das Einladen des Weisheitsgeistes;
- das Tor des Samadhi, für die einsgerichtete Ausrichtung;
- das Tor der Ritual-Mudras, für das Übertragen der symbolischen Bedeutung.

Während ihr in der Versammlung zusammen seid, ist es wichtig, dass ihr aufrecht sitzt, damit die vitalen Punkte des Körpers gerade sind und die inneren subtilen Energiewinde gut fließen können. Dies schafft die rechten Bedingungen für die eigentliche Visualisation. Rezitiert man die Worte des Textes in entsprechender Geschwindigkeit, nicht zu langsam noch zu rasch und verwendet man die Melodien, die von den großen Vidyadharas in der Vergangenheit übermittelt wurden, schafft dies die besonderen Bedingungen für eine Steigerung der Klarheit in der Visualisation und für die Ansammlung aller Qualitäten der meditativen Konzentration. Das Ausführen der Mantra-Rezitation in den entsprechenden Stufen, gemäß dem Text, dient dazu, den Weisheitsgeist der Gottheit einzuladen. Wenn man rezitiert, hält man die Mala in der linken Hand auf Höhe des Herzens, da diese Art des Zählens mehr Klarheit in die Visualisation des Wurzel-Mantras bringt. Wenn ihr die Mudras beim Opfern, Lobpreisen usw. ausführt, ist dies der Aspekt der rituellen Bewegung mit der symbolischen Bedeutung.

Wenn Mantra-Rituale durch Musik begleitet werden, dann ist dies nicht einfach reizvoller oder eindrucksvoller. Der große Meister Guru Rinpoche sagte: *"Durch den Gebrauch von Musik werden die Segnungen rasch eingeladen."*

Durch die Gesangstile und das Musikspiel, welche von den Vidyadharas der Vergangenheit abstammen, ordentlich gemacht werden, dann bringt dies großen Segen. Wenn man statt dessen einfach nur einen lauten Lärm durch das Singen der Texte in allen möglichen Tonlagen und durch das Spielen der verschiedenen Instrumente macht, ohne dabei einer echten Tradition zu folgen, dann nennt man dies "das Abirren des Geheimen Mantras in Okkultismus" und dies sollte vermieden werden.

Wenn ihr Vajra und Glocke verwendet, dann sollte der Vajra in der rechten Hand auf Herzhöhe gehalten werden. Die Glocke sollte in der linken Hand, nicht höher als der Ellbogen und in Linie der linken Brust, gehalten werden. Wenn man die Glocke spielt, so sollte man dies sanft mit Daumen und Ringfinger, und nicht mit der ganzen Hand machen. Wenn man die Mudras ausführt, sollten die Hände auf Herzhöhe gehalten werden, wobei man darauf achtet, mit der Glocke den geringst möglichen Lärm zu machen. Wenn man Vajra und Glocke hinstellt, sollte das Gesicht von Vairocana am Griff zum Vajra blicken. Die Damaru sollte langsam und sanft zur entsprechenden Zeit, gemeinsam mit den Rölmos<sup>6</sup> gespielt werden. Wenn das Damaru gleichzeitig mit dem Singen des Textes verwendet wird, dann wird es ohne Glocke gespielt. Wenn man die Rölmos spielt, sollte man den linken Arm am Körper halten und die rechte Hand leicht haben, nicht mehr als vier Finger breit. Die Zymbeln sollten nicht genau übereinander gelegt werden; sie sollten sich leicht überlappen, um eine halbmondförmige Gestalt zu schaffen. Die Silnyän<sup>7</sup> werden auf dieselbe Art, aber in aufrechter Position gespielt. Wenn man die Trommel schlägt, sollte der Griff des Stocks am Herzen gehalten und die Trommel sollte sanft geschlagen werden, weder in der Mitte noch am Rand. Es heißt: *„Wühlt nicht die Tiefen des Ozeans auf. Schlägt dem Schneelöwen nicht auf die Backen.“*

Ebenso sagt man, dass weder der Gesang nicht im Klang der Trommel ertrinken soll, noch der Klang der Trommel im Gesang absaufen soll, was bedeutet, dass die Trommel gleichmäßig und sanft geschlagen werden soll.

Die Knochentrompete (Kangling) wird zu allen Gelegenheiten des „Vertreibens“, des „Donners“ oder

---

<sup>6</sup> Zymbeln mit größerem Becken

<sup>7</sup> Zymbeln mit kleinerem Becken

der „überwältigenden Wildheit“<sup>8</sup> zusammen mit den Rölmos gespielt. Die Anzahl, wie oft es geblasen wird, kann durch Zusehen und Anweisung erlernt werden. Die langen Trompeten (Dungchen) und Schalmaien (Gyäling) werden gemeinsam mit den Rölmos gespielt, je nachdem, wie jemand dies gelernt hat. Außer wenn sie nach der Praxis für Glück verheißende Umstände gespielt werden, sollten sie immer einen Moment vor den Rölmos enden. Dies gilt auch für das Muschelhorn. Ausnahmen gibt es nur, wenn es bei den Gelegenheiten des „Zerstreuens“ und des „Ausstoßens“ ertönt.<sup>9</sup>

Generell sollten der Vajra-Acharya und der Vorsänger über die Länge der Praxis und die Details des Gesangs und der Musik vor der Praxis entscheiden. Der Hauptteil der Praxis sollte in einer moderaten Geschwindigkeit ausgeführt werden, weder zu langsam noch zu rasch. Der Ritual-Meister (Chöpön) sollte seine Pflichten ordentlich ohne Fehler ausführen, alles gemäß der Anweisungen, die in den Texten stehen und zur rechten Zeit ausführen. Tee und Thukpa sollten dann serviert werden, wenn vom Übungsleiter das Signal dazu gegeben wird. Die Diener sollten entsprechend der Reihen servieren, ohne irgendwelche Fehler zu machen, wie z.B. irgendetwas zu verschütten oder auf den Boden zu tropfen und sollten es anschließend aufwischen. Es ist wichtig, dass alles ordentlich und sauber in Übereinstimmung mit den Überlieferungen, die von den großen Meistern der Vergangenheit ausgehändigt wurden, ausgeführt wird und ohne irgendwelche Ecken abzuschneiden oder die Dinge sorglos und aufs Gerate wohl zu machen.

Auf diese Weise muss die gesamte Versammlung von Vorsänger, Ritualmeister, Übungsleiter, ältere Mönche, Köche, Teeservierer, Saalschützern, Reinigungspersonal usw., denen alle der Vajra-Meister vorsitzt, zusammenarbeiten, indem jeder oder jeden die Arbeit ordentlich macht, wie dies in diesen Richtlinien dargelegt wurde und nicht indem man dies ein oder zwei Personen machen lässt. Wenn eine lange Praxis wie beispielsweise ein Drubchen über mehrere Tage gemacht wird, dann sollte der Übungsleiter, sobald die Teilnehmer ihre Plätze eingenommen haben, am Ende der Reihe Niederwerfungen ausführen und diese Richtlinien laut und klar und ohne Fehler vorlesen, sodass die Leute ermutigt sind, ordentlich zu praktizieren und die Traditionen der Vergangenheit bewahren.

*„Aller Nutzen und alles Glück kommt von den Lehren des Buddhas, was wiederum von den Gemeinschaften, die dies aufrechterhalten, abhängt. Möge die Sangha daher Sutra und Tantra erlernen und praktizieren, sodass die ganze Welt zu einem Platz vollkommener Schönheit wird!“*

## Kolophon:

*Dies wurde auf Bitten einer Gruppe seiner eigener Schüler von Jigdrel Yeshe Dorje, einem Schüler des Buddha Padmasambhava, der lang und breit Philosophie studiert hat und ein Laien-Praktizierender und Vidyadhara ist, niedergeschrieben. Möge es eine Ursache für das Studium und die Praxis der kostbaren Lehren der alten Übersetzungsschule sein, damit diese blühen und sich verbreiten!*

*Übersetzt von Adam. Vielen Dank an Khenpo Dorje für seine detaillierten Erklärungen.*

*Im Jahr des Eisen-Hasen vom Ngak'chang Rangdrol Dorje zum Nutzen der Sangha ins Deutsche übersetzt.*

---

<sup>8</sup> Die Bedeutung dieser Begriffe ist in diesem Zusammenhang unklar.

<sup>9</sup> Auch hier ist die Bedeutung unklar.