



»THE RAIN OF BLESSING«

KARMA TEKCHEN YI ONG LING

Klausurzentrum

der Karma Kagyü Gemeinschaft Deutschlands e.V.

Schirmherr: Seine Heiligkeit der XVII. Gyalwa Karmapa

Spirituelle Leiter: Ehrwürdiger Khentschen Thrangu Rinpotsche

Dreijahresklausur in Halscheid

Im Laufe des Sommers 2003 fand sich eine Gruppe von Retreatlern zusammen, um vom November 2003 bis zum März 2007 ein Dreijahresklausur durchzuführen. Vier Frauen und sechs Männer, Sekretär und Köchin nahmen kontinuierlich teil. Sechs Praktizierende waren für kürzere Zeiten im Haus. Die Altersspanne der Klausurteilnehmer reicht von Mitte Dreißig bis Anfang Siebzig. Sie sind deutscher, französischer und amerikanischer Nationalität.

Wir kamen aus den verschiedensten Erfahrungsbereichen, um die wesentlichen Meditationsmethoden der Karma-Kamtsang-Tradition zu erlernen und zu üben.

Diese Broschüre gibt einen kurzen Überblick über die Zeit des Retreats. Für Fehler und Unzulänglichkeiten, die Sie finden mögen, bitten wir um Entschuldigung.

KARMA TEKCHEN YI ONG LING

Retreat Center

of the Karma Kagyü Gemeinschaft Deutschlands e.V.

Under patronage of His Holiness the XVII. Gyalwa Karmapa
Spiritual Guidance by the Venerable Khentschen Thrangu Rinpotsche

Three Years Retreat in Halscheid

During the summer 2003 a group of retreatants gathered to join in the Three Years Retreat from November 2003 until March 2007. Four women and six men, secretary and cook took part continuously. Six practitioners came for shorter periods. They were between 35 and 72 years old and are of German, French and American nationality.

We came from various backgrounds to study and train in the important meditation methods of the Karma Kamtsang Tradition.

This booklet gives a short overview over the retreat time. We would like to apologize for all mistakes and shortcomings you may find.



Der XVI. und der XVII. Karmapa



THE KARMAPA

A Letter of Recommendation for Financial Support:

The KTYOL (Karma Thekchen Yi Ong Ling) Retreat Center in Halscheid, Germany completes successfully its first three year retreat in March 2007 with the kind support of generous Dharma benefactors. The plans are afoot to begin the second three year retreat soon after so that we have a continual flow of good practitioners.

However, for it's on going dharma activities, the KTYOL Retreat Center needs a long term support. Hence, while thanking our old benefactors I encourage new individual benefactors as well as groups and associations to extend their good will and financial support to the KTYOL so that KTYOL becomes a viable retreat center for future practitioners.

I felicitate the members of the staff and all those connected with the KTYOL for their selfless dedication for the spreading of precious practice lineage. I also pray for the happiness of all our generous benefactors and by the merits of your selfless *dana-shila*, you may attain the high state of the Great Omniscience.

The 17th Gyalwang Karmapa
Sidhbari, India
The 30th September, 2006

**Empfehlungsschreiben S.H. Karmapa
zur finanziellen Unterstützung
des Klausurzentrums Karma Tekchen Yi Ong Ling**

Das KTYOL (Karma Tekchen Yi Ong Ling) Klausurzentrum in Halscheid, Deutschland, vollendet erfolgreich seine erste Drei-Jahres-Klausur im März 2007 mit der freundlichen Unterstützung großzügiger Dharmaförderer.

Es ist geplant, bald danach die zweite Drei-Jahres-Klausur zu beginnen, so dass wir einen kontinuierlichen (Zu)Strom von erfahrenen Praktizierenden haben werden.

Für die Fortführung seiner Aktivitäten braucht das KTYOL Klausurzentrum jedoch langfristige Unterstützung. Ich bedanke mich daher bei unseren bisherigen Förderern und ermutige gleichzeitig sowohl Einzelpersonen als auch Gruppen und Vereine, das KTYOL mit Wohlwollen zu bedenken und finanziell zu unterstützen, so dass es auch künftigen Praktizierenden zur Verfügung steht. Ich beglückwünsche die Mitarbeiter und alle, die mit KTYOL verbunden sind, zu ihrer selbstlosen Hingabe bei der Verbreitung der kostbaren Praxislinie. Ebenso bete ich für das Glück aller unserer großzügigen Förderer. Möget Ihr durch die Verdienste Eurer Praxis vollkommener Freigiebigkeit den höchsten Zustand der großen Allwissenheit erlangen.

Der 17. Gyalwang Karmapa
Sidhbari, Indien
30. Sept. 2006



Der Ehrwürdige Khentschen Thrangu Rinpotsche

Thrangu Tashi Choling,
G.P.O. Box # 1287, Boudha
Kathmandu, Nepal
Tel : 470028, Fax : 470763
E-mail: thrangu_rinpoche@yahoo.com



Vajra Vidhya Institute
Sa. 13/70-4-G, Khajoohe
Sarnath-221007, Varanasi (U.P.) India
Tel : 542-585944, 587236
Fax : 542-585463

THE VERY VENERABLE KHENCHEN THRANGU RINPOCHE

Date:.....

Halscheid, Germany
17th October, 2006

In March 2007 the current three-year retreat at Karma Tekchen Yi Ong Ling in Windeck-Halscheid, the retreat centre of His Holiness the 17th Gyalwa Karmapa in Germany, will come to its conclusion. Under the skilful guidance of Lama Kunga Dorje, it has been very successful. There have been no difficulties, and all the retreatants will be able to complete the retreat together.

After the retreat, there will be a short period in which we will do some repairs and maintenance of the building, and then there will be a preparatory course for the next three-year retreat. This next retreat will begin on the auspicious day of *Lha Bab Dü Chen*, the anniversary of the Lord Buddha's descent from the heavenly realms, in November, 2007.

You have been born in a precious human body. Now that you have encountered the True Dharma, you should use this opportunity to give your life its full meaning. If you cannot take three years away, practise within your daily life. But if circumstances permit, enter a retreat!

Now that you have the favourable conditions, use them to gain experience. It will be of great benefit for you, for others and for the whole world because such a practise promotes peace and generates happiness!

This is your chance. I encourage you to use it!

Thrangu R.

Thrangu Rinpoche

Thrangu Monastery
(Kham-East Tibet)
Kekudo (Province of Qing Hai)
815000, Tibet, R.O.C.
Tel: 976-823330

Namo Buddha Meditation & Education Centre
G.P.O. Box # 1287, Namu Buddha
Shampati, Kavre Palanchok, Nepal
Tel : 011-63106

Tara Abbey Nunnery
G.P.O. Box # 1287
Shitapaila, Swoyambhu, Nepal
Tel : 01-273806



Juli/August 2003
Einführungskurs

Im Juli/August 2003 fand ein siebenwöchiger Einführungskurs statt. Die ersten Praktiken der Klausur wurden erklärt und geübt: die vorbereitenden Übungen, Vajrakilaya, Chö, die verschiedenen Guruyogas. Lama Kunga machte uns mit den Sadhanatexten vertraut. Wir lernten Tormas zu gestalten und Ritualinstrumente zu spielen: Becken (Silnyen und Rölmos), Ragdong (das lange Horn), Kangling, Muschel (die kleineren Blasinstrumente), große Trommel, kleines Damaru (Handtrommel) und Chö-Damaru.

During July and August 2003 a seven weeks long introductory seminary was held. The first retreat practices were explained and exercised: the preliminary practices, Vajrakilaya, Chö, and the different Guru Yogas. Lama Kunga acquainted us with the different sadhana texts. We learned to make tormas and to play the ritual instruments: cymbals (silnyen and rölmos), Ragdong (the long horn), Kangling and conch (the smaller wind instruments), the big drum, the small damaru (a hand drum), and Chö damaru. 2003, 2nd of August was a special holiday.





Tschö Khor Dü Tschen

Am 2. August 2003 feierten wir Tschö Khor Dü Tschen, den Tag, an dem Buddha Shakyamuni in Sarnath zum ersten Mal das Rad der Lehre drehte und die »Vier edlen Wahrheiten« verkündete. An diesem Festtag wurden die Grenzen des Retreatgeländes mit großen bunten Gebetsfahnen abgesteckt. Häufig werden Klausurbereiche eingezäunt. Hier blieb der freie Blick in die Landschaft erhalten. Die fünf Farben der Gebetsfahnen symbolisieren die verschiedenen Elemente und die fünf Buddha-Familien. Aufgedruckte Gebete tragen Wünsche zur Beseitigung von unglücklichen Umständen, für gute Bedingungen und Frieden in die Welt.

2003, August 2nd, we celebrated Chökor Düchen, the day Buddha Shakyamuni turned the wheel of dharma the first time and proclaimed the »Four Noble Truths« in Sarnath. On this holiday the retreat areas' borders were marked by long prayer flags. Often retreat areas are fenced in. Here the open view on the landscape was kept. The prayer flags' five colors are symbolizing the different elements and the five Buddha families. Prayers printed on the flags are carrying wishes into the world to eliminate unfortunate circumstances, for good conditions and peace.



Lha Bab Dütschen ist ein anderer der vier großen buddhistischen Feiertage des tibetischen Kalenders. Buddha Shakyamuni hatte seine Mutter in Indras Himmel den Dharma gelehrt und sie befreit. Lha Bab Dü Tschen, der 16. November 2003, war ein glückverheißender Tag für den Retreatbeginn. Viele kamen diesen Tag mitzuerleben und die Retreatler zu verabschieden.

Der Start ins Retreat: Drei Lamas - Lama Sönam vom Kamalashila-Institut, Lama Tenpa vom Hamburger

Zentrum und unser Drubpön Lama Kunga - hielten spezielle Pujas ab und gaben uns die Laiengelübde (Genyen) - es war ein aufregender und freudiger Anfang.

Unsere erste Praxis war Vajrakilaya, dann folgte die Kontemplation der »Vier grundlegenden Gedanken« - die kostbare menschliche Existenz, Vergänglichkeit, das Gesetz von Ursache und Wirkung und die Nachteile Samsaras. Als Nächstes praktizierten wir die »Vier außergewöhnlichen vorbereitenden Übungen« - Zufluchtnahme und Erzeugen von Bodhicitta, Vajrasattva-Reinigungspraxis, Mandala-Opferungen und Guru-Yoga.

Lha Bab Düchen is another one of the four great Buddhist holidays in the Tibetan calendar. Buddha Shakyamuni had taught his mother the dharma and had liberated her in Indra's heaven. Lha Bab Düchen 2003, 16th of November, was a auspicious day for the retreat's start. Many people came to share the experience of the day and to give the retreatants a goodbye.

The retreat starts: Three lamas - Lama Sönam of Kamalashila Institute, Lama Tenpa of Hamburg Center and our Drubpön Lama Kunga - held special pujas and gave us the lay's vows (Genyen). It was an exiting and joyful beginning.

Our first practice was Vajrakilaya, followed by the contemplation on »The Four Fundamental Thoughts« - precious human birth, impermanence, the law of cause and effect and the disadvantages of samsara. Then we practiced the »Four Uncommon Preliminary Practices« - refuge

and development of Bodhicitta, the purification ritual of Vajrasattva, mandala offering and Guru Yoga.



Der Ehrwürdige Khentschen Thrangu Rinpotsche gibt einigen die Nonnen- und Mönchsgelübde (Getsül).

The Venerable Khentshen Thrangu Rinpoche gives some of us the nun's and monks's vows (Getsül).



Die Besucher sind gegangen. **Die traditionelle Karma-Kagyü-Dreijahres-Klausur** hat begonnen. Von nun an ist der Kontakt zur Außenwelt auf Briefe beschränkt. Mit verschiedenen Methoden werden wir untersuchen, wie unser Geist arbeitet. Statt uns immer wieder in kontraproduktiven Begehrlichkeiten, Hass, Neid und Ignoranz zu verlieren, versuchen wir Achtsamkeit aufzubauen, Liebe, Mitgefühl und den Erleuchtungsgeist zu entwickeln. Sinnvolles, positives und friedliches Verhalten zu üben - das ist das Hauptanliegen unseres Retreats. Wir sind Anfänger, aber wir haben inspirierende Vorbilder, die meisterhaften Yogis unserer Übertragungslinie: Tilopa, Naropa, Marpa und Milarepa. Milarepa hat es in einem Satz zusammengefasst: "Die Regeln des Vinaya und die Sutras kenne ich nicht, aber ich habe meinen eigenen widerspenstigen Geist gebändigt, das ist Vinaya."

Our visitors have left. **The traditional Karma Kagyü Three Year Retreat** has begun. From now on our contact to the outside world is limited to letters. By means of different methods we will examine how our mind works. Instead of losing ourselves in counterproductive covetousness, we try to found mindfulness, to develop love, compassion, the enlightened mind. To act in a meaningful and positive way and to give rise to peace for oneself and others - that is the retreat's main matter of concern. We are beginners, but we have inspiring examples, the masterly yogis of our transmission line: Telopa, Naropa, Marpa and Milarepa. Milarepa summarized it in one sentence: "The rules of Vinaya and Sutra I do not know. But I tamed my own rebellious mind - that is Vinaya."



An Voll- und Neumond findet die **Sodschong-Praxis** statt: Mit dem Gebet zu den 35 Buddhas der Reinigung werden Gelübde von Körper, Sprache und Geist, die aus Unachtsamkeit beschädigt oder gebrochen wurden, wiederhergestellt. Nach dem Ritual schreiten wir in Meditation um das Zentrum und rezitieren reinigende Mantren.



Full and New Moon are the days, when the **Sojong ritual** takes place: by the request to the 35 Buddhas of purification the vows of body, speech and mind - damaged or broken by unawareness - are restored. After the ritual we circumambulate the center meditating and reciting purification mantras.



Vor Beginn der Einweihungen brachte Lama Kunga als Ausdruck der Hingabe dem **Ehrwürdigen Khentschen Thrangu Rinpotsche** ein Mandala dar.

Während des Vorbereitungskurses im August 2003 gab Rinpotsche uns alle notwendigen Einweihungen: Vajrakilaya, Mahakala, Tschö, Marpa, Milarepa, Gampopa, Vajrayogini, Tschakrasamvara, Gyalwa Gyamtso, Könchog Tschidü (2004). Im Jahr 2004 gab er Belehrungen zum Marpa Guruyoga, 2006 zur Praxis von Gyalwa Gyamtso.

Von Lama Adscho erhielten wir die notwendigen Lungs. Drubpön Lama Kunga leitete uns während des gesamten Retreats an und gab kontinuierlich Belehrungen und Instruktionen.

Before the initiations began Lama Kunga offered a mandala - an expression of devotion to **the Venerable Khenchen Thrangu Rinpoche**, our spiritual guide.

During the preparatory course in August 2003 Rinpoche gave us all the initiations needed: Vajrakilaya, Mahakala, Chö, Marpa, Milarepa, Gampopa, Vajrayogini, Chakrasamvara, Gyalwa Gyamtso, Könchog Tschidü (2004). 2004 he gave teachings on Marpa Guru Yoga, 2006 on the practice of Gyalwa Gyamtso.

From Lama Adsho we received all the necessary lungs. Our Drubpön Lama Kunga continuously gave us the teachings and instructions needed.



Wenn bedeutende Lehrer der Übertragungslinie uns besuchten, hießen wir sie mit Glückszeichen willkommen. Zu uns kamen:

Whenever important teachers of our transmission lineage came to visit us, we welcomed them with lucky symbols. Our visitors were:

der Ehrwürdige Khentschen Thrangu Rinpotsche

der Ehrwürdige Benchen Sangye Nyenpa Rinpotsche

der Ehrwürdige Tenga Rinpotsche

der Ehrwürdige Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpotsche

der Ehrwürdige Dzogtschen Pönlop Rinpotsche

der Ehrwürdige Tertön Mingjur Rinpotsche

der Ehrwürdige Tschödsche Lama Namse Rinpotsche

der Ehrwürdige Ringu Tulku Rinpotsche

Tschödsche Lama Phüntshok

und die Residentlamas der Karma Kagyü Zentren Deutschlands:

and the resident Lamas of the Karma Kagyü Centers in Germany:

Acharya Lama Tenpa

Acharya Lama Sönam

Acharya Lama Kelzang



Jedes Jahr im August kam **Seine Eminenz Benchen Sangye Nyenpa Rinpotsche** zu uns. Wir waren sehr glücklich über die wertvolle Gelegenheit, ihn bei uns zu haben und seine kostbaren Mahamudra-Belehrungen zu erhalten. Er lehrte fortgesetzt »Clarifying the Natural State« anhand des Textes von Dagpo Tashi Namgyal.

H. E. Benchen Sangye Nyenpa Rinpoche came to visit us every year in August. We were very happy about this valuable opportunity to have H. E. here and to receive his precious Mahamudra teachings. Rinpoche taught »Clarifying the natural state« on the base of Dagpo Tashi Namgyal's text.



Seine Eminenz Benchen Sangye Nyenpa Rinpotsche mit unserer Retreatgruppe

His Eminence Benchen Sangye Nyenpa Rinpoche with our retreatants' group



2004 segnete der **Ehrwürdige Dzogtschen Pönlop Rinpotsche** das Retreat mit seiner Anwesenheit und lehrte über Hingabe, die vom Herzen kommt.

2004 **The Dzogchen Pönlop Rinpoche** blessed us with his presence us and taught on the devotion coming from the heart.

2004 gab uns der **Ehrwürdige Tertön Mingjur Rinpotsche** bei seinem Besuch einen Überblick über den gesamten buddhistischen Pfad. Im Jahr 2006 sprach er über den Illusionskörper.

When visiting us 2004 the **Venerable Tertön Mingyur Rinpoche** gave us a survey on the entire Buddhist path. 2006 he taught on the illusory body.



Tschödsche Lama Namse Rinpotsche besuchte uns jedes Jahr. 2004 gab er uns die Einweihungen von Buddha Amithaba und der Grünen Tara und führte uns in die Praxis des Tschabtor (des Wasseropfers) ein. Im darauf folgenden Jahr erhielten wir Erklärungen zur Sadhana von Vajrayogini. 2006 sprach er über Basis-, Weg- und Frucht-Mahamudra. Rinpotsche teilte seine eigenen Retreaterfahrungen mit uns, gab uns Anregungen zum Geistestraining und zur Entwicklung von Fürsorglichkeit in der Sangha.

Tshödje Lama Namse Rinpoche visited us every year. 2004 he gave us the initiations of Amitabha and Green Tara and introduced us into the practice of Chabtor (water offering). In the following year Rinpoche gave us instructions on the Vajrayogini sadhana. 2006 he talked about base, path and fruit Mahamudra, shared his own retreat experiences with us, made suggestions related to our mind training and for developing solicitousness in the sangha.





Der Ehrwürdige Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche kam 2004 und 2005 zu uns. In seiner unvergleichlichen Weise lehrte er über Leerheit durch Worte, eigene Verse und Gesänge von Milarepa und Jamgon Kongtrul Lodrö Thaye. Während seines zweiten Besuchs beleuchtete er die Essenz der sechs Yogas von Naropa.

The Venerable Khenpo Tsultrim Gyamthso Rinpoche came to us 2004 and 2005. In his incomparable way he taught on emptiness by words, by own stanzas and by the songs of Milarepa and Jamgön Kongtrül Lodrö Thaye. During his second visit he illuminated the essence of the Six Yogas of Naropa.



Der Ehrwürdige Ringu Tulku Rinpoche besuchte uns jedes Jahr. Er lehrte über Meditation, Retreat und dessen Nutzen und stellte nahen Bezug zu unserem Erleben her. Er teilte seine Retreaterfahrung mit uns, unterstützte und ermutigte uns mit der Beantwortung verschiedenster Fragen.

The Venerable Ringu Tulku Rinpoche visited us every year. Very close to our experience Rinpoche talked about meditation, retreat and their benefit. Rinpoche shared his own retreat experience with us, supported and encouraged us by answering our various questions.



2006 erhielten wir Besuch von dem **Ehrwürdigen Tenga Rinpotsche**. Er gab uns Belehrungen zur inneren und geheimen Tschakrasamvara Praxis und sprach über den Wert und die positiven Auswirkungen eines Retreats.

2006 we got the visit of the **Venerable Tenga Rinpoche**. He gave us teachings on the inner and the secret

practice of Chakrasamvara and talked about value and benefit of a retreat.

2003 und zu Retreatbeginn sprach **Acharya Lama Tenpa** mit uns über seine Retreaterfahrungen und lehrte zur Aufbau- und Vollendungsphase im Vajrayana. **Acharya Lama Sönam** lehrte 2005 Shamata- und Vipassanameditation. 2006 erhielten wir von ihm Lung und Erklärungen zum Mahamudra-Gebet des 3. Karmapa Rangdschung Dorje. **Acharya Lama Kelsang** gab 2005 einen Überblick zum Thema Sutra- und Vajrayana-Mahamudra, Herz-Sutra, Bodhicitta und beantwortete unsere vielen Fragen. **Tschödsche Lama Phuntsok** kam 2005 zu uns. Wir erhielten Belehrungen zur Vajrayogini-Feuerpuja. Er erzählte viel Anregendes von seiner eigenen Arbeit beim Aufbau von Retreats in Nepal.



2005 **Acharya Lama Sönam** taught shamata and vipassana meditation. 2006 we received lung and explanations on the Mahamudra prayer of the 3. Karmapa Rangjung Dorje.

Retreatablauf / Retreat Schedule

Lha Bab Dütschen - Retreatstart 16.11. 2003

Vajrakilaya	1 Woche / week
Ngöndro	9 Monate / month
Marpa Guruyoga	1 Monat / month
Milarepa Guruyoga	1 Monat / month
Gampopa Guruyoga	1 Monat / month
Karma Pakschi Guruyoga	1 Monat / month
Lodschong	4 Wochen / week
Mahamudra	4 Wochen / week
Vajrayogini Yidampraxis	10 Monate / month
Die Sechs Dharmas von Naropa	6 Monate / month
Khorlo Demtschog Yidampraxis	4 Monate / month
Gyalwa Gyamtso Yidampraxis	4 Monate / month
Chöd	1 Woche / week
Weißer Tara	1 Woche / week
Tschö Thrül Dütschen - Letzter Tag des Retreats / Last Day of Retreat	3.3.2007



Drönma

Ich wünsche mir sehr, dass ich einfach weiter Retreat machen kann. Von Herzen danke ich meinem geliebten Guru Khenpo Tsülthrim Gyamthso Rinpotsche, unserem Drubpön Lama Kunga Dorje und meinen Schwestern und Brüdern für ihre Liebe, ihr Mitgefühl und ihre Geduld - und unseren Sponsoren für ihre Unterstützung.

My great wish is to simply continue retreat. From all my heart I would like to thank my beloved teacher Khenpo Tsülthrim Gyamthso Rinpoche, our Drubpön Lama Kunga Dorje and my sisters and brothers for their love, compassion and patience and our sponsors for their support.

Gerlinde

Ich bin überaus dankbar, dass ich die Gelegenheit zu einem Dreijahresretreat hatte, dankbar auch für die liebevolle Güte und den Segen, den ich dort empfing. Tarthang Tulku Rinpotsche leitete meinen Weg so, dass dieser Traum sich für mich erfüllte. Die Zeit war für mich unsagbar wertvoll. Ich wünsche mir sehr, dass viele andere Praktizierende auch diese Chance erhalten und wahrnehmen, um dadurch ihre Praxis zu vertiefen, damit sie besser für das Wohl der Wesen sorgen können.

I am very thankful for the opportunity of a Three Years Retreat, thankful for the loving kindness and the blessings I received there. Tarthang Tulku Rinpoche led me along the way that this wish has been fulfilled. This time was inexpressibly precious for me. I wish sincerely that many other practitioners get the chance and can use it to deepen their practice for the benefit of sentient beings.





Tom

Eine Dreijahresklausur wird nie so sein, wie wir es erwartet haben. Tu es einfach.

Three Years Retreat never turns out how you would expect it - just do it.

Yeshe

Hinter dem Dickicht der Unwissenheit lauert die weite Ebene des Nicht-Wissens...

Behind the thicket of ignorance lies the vast plain of Not Knowing.





Wieder ist **Lha Bab Dütschen**. Auf dem Schrein haben wir hunderte verschiedener Opfergaben aufgebaut, um spirituellen Verdienst und Weisheit anzusammeln und der Befreiung aller Lebewesen zu widmen.

Again it is **Lha Bab Dü Chen**. On the shrine we built up hundreds of different offerings to gather spiritual merit and wisdom and to dedicate it for to liberation of all sentient beings.



Im ersten Jahr führten wir vier verschiedene **Guru-Yoga-Praktiken** durch, um den Segen der Übertragungslinie zu erhalten: den Guru-Yoga von Marpa, Milarepa, Gampopa und Karma Pakshi. Dies ist das Mandala von Marpa, einem der wichtigsten Linienhalter.

During the first year we practised different **Guru Yogas** to receive the blessings of the transmission lineage: The yoga of Marpa, Milarepa, Gampopa and Karma Pakshi. This is the mandala of Marpa, one of the most important lineage holders.



Für ein **Ganachakra-Fest** (Tsok) bringen wir den Lamas der Linie und den Gottheiten viele verschiedene Speisen dar. Das trägt dazu bei Negatives zu bereinigen, Hindernisse zu beseitigen - eine Unterstützung auf dem Weg die Natur des Geistes zu erkennen.

For a **Ganachakra feast** we offer a variety of food to the lineage lamas and the deities. That helps to purify negativities and to remove obstacles on the path - to eventually recognize the nature of mind.



Mit der klangvollen Musik von Kanglings und Ragdungs werden die Gottheiten des Mandala eingeladen.

With the pleasing sound of kanglings and ragdungs we invite the deities of the mandala.



Lama Kunga und die Sangha genießen das Ganachakra-Fest.

Lama Kunga and the sangha enjoy the Ganachakra feast.

Den Dharma kann ich
im Gesang jedes Vogels hören,
wahrnehmen in jedem Baum
und den Blumen auf dem Feld.
in dem Licht erleben
mit dem jeder Tag beginnt.

The Dharma
can be heard from every bird,
seen in all the trees
and flowers in the fields,
experienced from the light
as every day unfolds.



Erster Versuch von Lamatänzen.
Perfektion wird durch Spaß ersetzt...

Some attempts of Lama dance!

Dieser Kirschbaum
blüht nicht nahe
einem japanischen Zendo
doch hier in Halscheid-Zentrum!

This cherry tree
is not blooming near
some Japanese Zendo
but here in Halscheid Center!





Im westlichen Teil des Gartens steht das "Siegesbanner" mit den flatternden Gebetsfahnen.

In the western part of the garden stands the victory banner with the fluttering prayer flags.

Bärbel mit Rhododendronstrauß

Bärbel with rhododendron flowers

Unsere Übersetzerin Bärbel feiert ihren Geburtstag mit uns. Bevor wir mit einer anderen Praxis begannen, kam sie und übersetzte die neuen Erklärungen. Sie war für uns eine besonders große Hilfe während der gesamten Retreatzeit.



Our translator Bärbel is celebrating her birthday with us. Before we started another practice she came and translated the new explanations. She was of especially great help during the whole time of the retreat.



Unsere hervorragende Köchin Beate und unser Sekretär Stefan, der vor dem Retreat lange Jahre in Halscheid Geschäftsführer war. Beide kümmerten sich liebevoll und geduldig um unsere täglichen Bedürfnisse. Beate: "Ganz oft höre ich 'Hm, schmeckt das gut!', das macht mich zutiefst zufrieden und glücklich."

Our fantastic cook Beate and our secretary Stefan who was manager in Halscheid for several years before the time of the

retreat. Both took care of our daily needs with much kindness and patience. Beate: "Often I hear: 'This is very delicious!' - that makes me extremely content and happy."

Festliches Osterfrühstück
Easter breakfast festivity



Auch die Lamas lassen es sich schmecken. Lama Sönam von Kamalashila und Lama Kön-tschock aus Taiwan sind unsere Gäste. Lama Kön-tschock blieb drei Monate bei uns. Seine humorvolle Art sorgte oft für Heiterkeit.

The lamas enjoy the meal as well. Lama Sönam from Kamalashila and Lama Könchog from Taiwan are our guests. Lama Könchog stayed for three month. His good humour made us laugh quite often.



Das **Mandala von Milarepa**,
dem Meister der Yogis.

The **mandala of Milarepa**,
the master of the yogis.



Bild mit Gampopa- Hut

Picture with Gampopa hat.



Das **Gampopa-Mandala** mit den
Ganachakragaben in der Druptschö-
Zeit. Während des Druptschö praktiziert
die ganze Gruppe gemeinsam für meh-
rere Tage von 5 Uhr morgens bis abends
10 Uhr.

The **Gampopa Mandala** with the
Ganachakra offerings during the time
of the Druptschö. The whole group
practises together for several days from
5 a.m. to 10 p.m.

Gebetsmühlen

An der östlichen Außenseite des Hauses sind Gebetsmühlen angebracht. Sie sind mit tausenden Mantras von Avalokiteshvara bzw. Vajrasattva gefüllt. Mit jedem Drehen wünschen wir uns, dass ihre Kraft sich entfaltet und verbreitet.

Prayer wheels

At the east side of the house stand prayer wheels. They are filled with thousands of mantras of Avalokiteshvara and Vajrasattva respectively. We wish that by turning the wheel the mantra power spreads widely.



Retreatler freuen sich: Rinpotsche ist gekommen.

The retreatants are happy: Rinpoche arrived.

Natur, immer gegenwärtig, ist eine große Quelle der Inspiration für Meditation.

Nature, always present, is a great source of inspiration for meditation.





Das Mandala und die Ganachakra-
gaben für die Guru-Yoga-Praxis von
Karma Pakshi, dem II. Karmapa.

The mandala and the Ganachakra
offerings for the guru-yoga-practise of
Karma Pakshi, the 2nd Karmapa.



Traum-Yoga unter den Bäumen.

Dream Yoga under the trees.



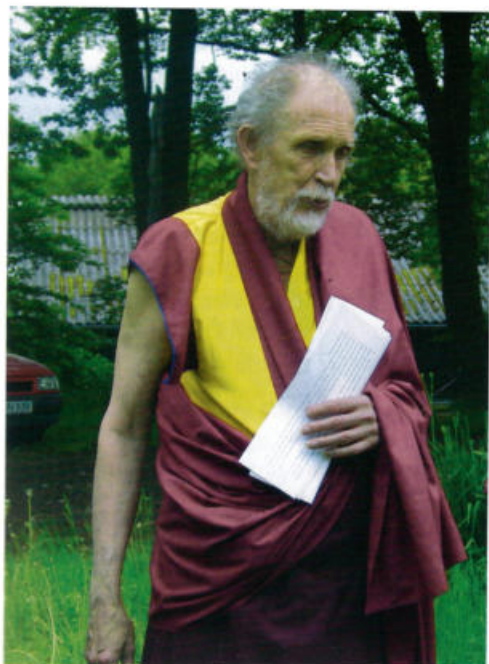
Dieser alte Kirschbaum ist wie ein
Zufluchtsbaum.

This ancient tree is like a refuge tree.

Patrick

Eine Klausur kann ein echter Genuss sein,
oder ... eine Klausur.
Zeitweise ist es beides.
Und es liegt an uns –
jedem Klausurteilnehmer –
das Beste daraus zu machen
zum Wohle aller Wesen,
einschließlich uns selbst.

A retreat can be a real treat
or a retreat.
Sometimes it's both.
And it's up to us –
each retreatant –
to make the best out of it
for the benefit of all beings,
including ourselves.



Bosley

Was für eine seltene und wunderbare
Gelegenheit: die Ermächtigungen zu erhalten,
die rituellen Übertragungen durch
Lesen und einige Belehrungen zu den
höchsten Yoga-Tantra Praktiken einschließlich
der Sechs Dharmas von Naropa - und in
der Lage zu sein, sie im Retreat zu praktizieren.
Mit tief empfundenem Dank an alle,
die das Retreat möglich gemacht haben -
möge euer Verdienst unermesslich
anwachsen.

What a rare and wonderful opportunity -
to receive the initiations, reading transmissions
and some teachings on the Highest
Yoga Tantra practises, including the Six
Dharmas of Naropa, and to be able to practise
them in retreat. With profound thanks
to all who made the retreat possible - may
your merit increase immeasurably!



Vajrayogini ist die wichtigste Yidamgottheit der Kagyü-Linie. Die Praxis ist mit zehn Monaten die ausführlichste. Am Ende wurde ein großes Mandala für das zehntägige Druptschö errichtet.

Vajrayogini is the most important yidam deity of the Kagyu Lineage. The Vajrayogini practice is with ten month the longest period of the retreat. At the end a big mandala was built up for the ten days of the Druptschö.



Einige aus unserer Retreatgruppe während des monatelangen Schweigens. Während dieser Zeit werden traditionell die Haare nicht geschnitten.

Some retreatants during the time of silence when the hair – traditionally – is not cut.

Während des Vajrayogini-Rituals:
Die Gottheit wird eingeladen.

During the Vajrayogini ritual: The
invitation of the deity.

Am Ende großer Yidam-Praktiken finden Feuerpujas statt, um Fehler und Unvollständigkeiten zu bereinigen. Auch am Ende der zehnmonatigen Vajrayogini-Praxis steht das "Dschinsek". Die Silbe "dschin" bedeutet Freigebigkeit, die Silbe "sek" verbrennen. Freigebigkeit ist die erste der sechs Paramitas. Die Zeremonie dient dazu, spirituellen Verdienst und Weisheit zu vervollkommen. Für die Gottheiten des Mandalas werden verschiedenste Substanzen verbrannt, begleitet von Gebeten und Mantren zum Wohl aller Lebewesen. Wir wünschen ihnen Befreiung vom Leiden, Gesundheit, Harmonie, Wohlstand, Reinheit, Freude, Klarheit und vieles Gute mehr. Jeder war an einem Tag der Vajrameister des Rituals.

At the end of the great yidam practices a fire puja takes place to eliminate the shortcomings and mistakes of the practise. The ten months of Vajrayogini practice is concluded by the 'jin sek' as well. 'Jin' means generosity and 'sek' to burn. Generosity is the first of the six paramitas. The ceremony serves the purpose of perfecting spiritual merit and wisdom. Different substances are burnt for the deities of the mandala go along with by the recitation of mantras and prayers for the benefit of sentient beings. We wish they may be free from suffering, live in health, harmony, prosperity, purity, joy, clarity and other good conditions. Everyone was the vajra master of the ritual for one day.





Vorbereitungen auf die Feuerpuja:
Hat unser Tummo Erfolg – oder ziehen wir uns besser warm an?

Preparations for the fire puja: Is tummo successful or do we better put on warm clothes?



Eiskalt - halb erfroren - immer noch kein Tummo!

Ice cold - nearly frozen - no tummo yet!



Tummo gelingt recht wenig ...da hilft nur noch eine Menge heißer Tee.

Tummo is not working so well...lots of hot tea will help.

Nach der langen und intensiven Yidam-Praxis sind Lama, Übersetzerin und alle Sanghamitglieder sehr glücklich darüber, dass die Praxis ohne Hindernisse und friedlich zu einem guten Abschluss gekommen ist. Lama Kunga schenkt jedem einen Katak als Tashi Delek-Glückwunsch.

After the long and intense yidam practice Lama, Translator and all sangha members are happy that the time has been finished peacefully and without obstacles. Lama Kunga gives each of us a katag as a tashi deleg congratulation.





Saga Dawa ist der vierte Monat im tibetischen Kalenderjahr. Er schließt die Feiertage von Buddhas Geburtstag, Erleuchtung und Parinirvana ein. In diesem Monat ist es besonders segensreich und sinnvoll zu praktizieren. Der spirituelle Verdienst aus jeder Praxis verhundertfacht sich. Wir haben einen Schrein mit vielen Opfergaben - Safranwasser, Blumen, Räucherwerk, Lichter, Mandalas und Tormas - aufgebaut.

Saga dawa is the forth month in the Tibetan calendar. It includes the festival days if Buddha's birthday, enlightenment and parinirvana. During this month practice is especially meaningful and meritorious. The spiritual merit of all practices multiplies by hundreds. We built up a shrine with many offerings: saffron water, flowers, incense, candles, mandalas and tormas.

Der Vollmondtag von Saga Dawa ist ein sehr günstiger Tag, um eine besondere Feuerpuja zu zelebrieren. Verschiedene Substanzen werden geopfert mit dem Wunsch: Alle Lebewesen sollen frei vom Leiden, zufrieden und glücklich sein!

The full moon day of saga dawa is an auspicious day to celebrate a special fire puja. Various substances are offered with the wish: May all living beings be free from suffering, satisfied and happy.





Das lodernde Weisheitsfeuer.

The blazing wisdom fire



Lama Kunga und Lama Sönam
bringen Gaben zum Feuer.

Lama Kunga and Lama Sönam
carry the offerings to the fire.



Alles Gute wird dem Wohl der
Lebewesen gewidmet.

All is dedicated to the well being of
sentient beings.



Zum Tibetischen Neujahr wird ein besonderer **Mahakala-Schrein** mit einer Vielfalt äußerer, innerer und geheimer Opfergaben gestaltetet.

Zu Buddha, Dharma und Sangha nimmt man in allen buddhistischen Traditionen Zuflucht. In der Tradition des Vajrayana wird zudem noch Zuflucht zu den drei Wurzeln genommen: zum Lama als der Quelle von Segen, zu den Yidams als Quelle der Siddhis und zu den Dharmaschützern als Quelle der Aktivitäten. Zum neuen Jahr werden besonders den Schützern Gebete und Gaben dargebracht. Mahakala und die anderen werden ersucht, ihre Aktivität wirksam werden und wachsen zu lassen. Sie werden gebeten Wohlergehen und Frieden in der Welt zu vermehren, Wünsche zu erfüllen und Hindernisse zu beseitigen, die sich uns auf dem Weg der Praxis entgegenstellen könnten.

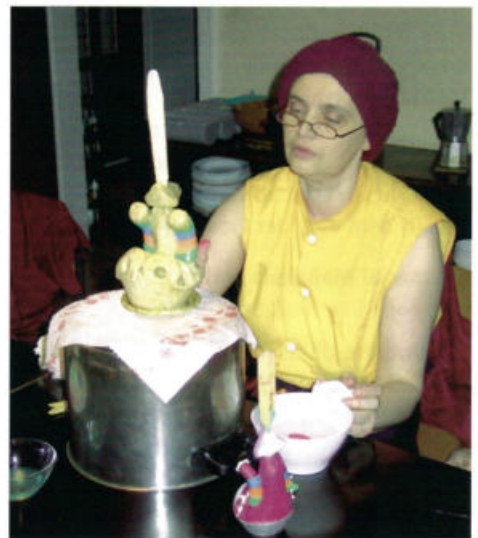
A **special Mahakala shrine** is arranged for the Tibetan New Year with a multitude of offerings.

To Buddha, dharma and sangha all Buddhist schools take refuge. In the Vajrayana tradition we take also refuge in the three roots: to the lama as a source of blessings, to the yidam as a source of siddhis and to the Dharma protectors as a source of activities. At the time of the Tibetan New Years prayers and offerings are made especially to the dharma protectors. They are requested to increase welfare and world peace, to grant the fulfilment of wishes and remove obstacles which can obstruct our practice.



Vorbereitung auf das tibetischen Neujahr: Wir üben, die kunstvollen Tormas herzustellen. Lama Kunga ist ein hervorragender Lehrmeister.

Preparation for the Tibetan New Year: We train in the art of torma making. Lama Kunga was an excellent teacher.



Besondere Anleitung von Lama Kunga für George, der unser Tsoktorma-Meister wird.

Special instruction for George, our tsogtor master.



Die besonderen Mahakala- und Opfer-Tormas sind fertig und stehen auf dem Schrein. Sie werden zur Unterstützung der Meditation ungefähr eine Woche dort bleiben. Dann gehen sie den Weg alles Vergänglichen. Die Vögel werden sich freuen .



The special Mahakala and Offering Tormas are made and are placed on the shrine. As a support for the meditation they will stay there for about one week. After that they will go the way of impermanence. The birds will enjoy them.





Evelin:

Je länger das Retreat dauert, desto wichtiger werden mir die Grundlagen der Praxis, z. B. Zuflucht, Entwicklung von Bodhicitta und die vier grundlegenden Gedanken. Ich hätte nichts dagegen noch mal von vorn anzufangen. ... Mal sehen.

The longer the retreat is going on the more important are the basics of the practice for me, for instance refuge, bodhicitta, and the Four Basic Thoughts. Nothing to say against starting from the beginning again. We'll see.

Wangmo:

Ich bin sehr dankbar für die Teilnahme an diesem Retreat, das Leben in der Gemeinschaft und die Unterstützung, die ich bekomme. Es ist schön zu merken, wie geschickt die buddhistischen Methoden uns helfen, die eigenen Begrenzungen zu sehen und zu lockern.

Ich wünsche mir sehr, dass viele Praktizierende in den folgenden Retreats die Möglichkeit bekommen werden, diese ganz persönliche und sehr segensreiche Praxis weiterzuführen.

I am very thankful to join this retreat, for living in the community and for the support I receive. It is inspiring to notice how skilful Buddhist methods help us to recognize our limitations and loosen them.

I sincerely wish that many practitioners in following retreats will have the opportunity to carry on this very personnel and precious practice.



Gerlinde bei der Näharbeit

In den Pausen zwischen den Meditationssitzungen näht Gerlinde-Galegpa eifrig eines der farbenprächtigen Siegesbanner.

Gerlinde sewing

In the breaks between the sessions Gerlinde-Galegpa sews diligently one of the colourful victory banners.



Das ist das fertige "**Siegesbanner**" in unserem Garten. Es symbolisiert einen Stupa, den unwandelbaren Buddha-geist. Die fünf farbigten Stoffreihen an der Spitze repräsentieren die Macht der Elemente und bilden Gegenkräfte zur zerstörerischen Gewalt der Natur.

Die fünf Farben symbolisieren auch die fünf Buddhaweisheiten. Die goldene Spitze steht für unvoreingenommenes Mitgefühl, das wie die Strahlen der Sonne für alle Lebewesen da ist.

In den vier Himmelsrichtungen flattern die Gebetsfahnen, deren Gebete durch den Wind überall hingetragen werden. Sie helfen Hindernisse fern zu halten.

The complete **victory banner** in our garden. It symbolizes a stupa, the unchangeable Buddha mind. The five coloured cloth at the top represents the power or the elements and work against the destructive violence of nature.

The five colours also symbolize the five Buddha wisdoms. The golden top stands for the impartial compassion which like the rays of the sun shine on all living beings.

In all four directions hang fluttering prayer flags. The wind carries the prayers everywhere. They help to keep hindrances away.





Das Chakrasamvara-Mandala
mit seinen Gaben

The Chakrasamvara mandala
with offerings



Chakrasamvara war die zweite der drei großen Yidam-praktiken. Diese Praxis übten wir vier Monate.

We practised Chakrasamvara, the second of the three great yidams for four months.



Während der Chakrasamvara Drubtschö-Ganachakra: Der Dakinis-Gesang.

During the Chakrasamvara Drubtschö: The Dakini Song.



DREI JAHRE HALSCHEID

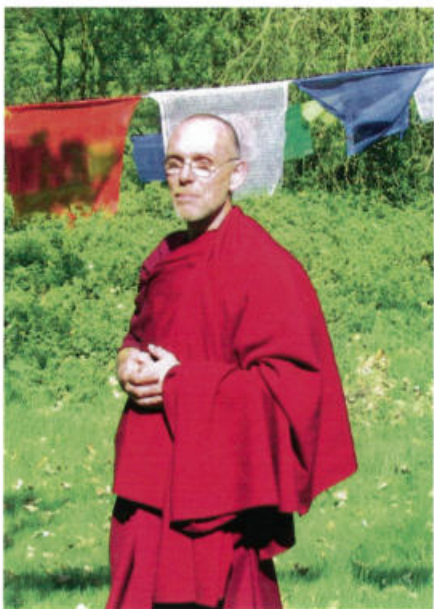
Viele Fragen warteten in mir auf Beantwortung als ich im August 2003 nach Halscheid kam, um mich mit den anderen auf das 3-jährige Retreat vorzubereiten. Seither sind über 3 Jahre vergangen und einige der Fragen wurden beantwortet oder gegenstandslos.

Dafür aber hat sich ein ganzer Berg von neuen Fragen aufgetürmt, die jetzt auf Beantwortung warten. Die Erfahrung, das Erleben, die Stimmung in dieser Zeit, ich möchte sie keinesfalls missen!

Ich habe einiges gelernt, vieles bleibt noch zu lernen. Sherab

So many questions were waiting within me to be answered when I came to Halscheid in August 2003 to prepare myself together with the others for the 3-Year-Retreat. More than three years have passed since and some of the questions were answered or became obsolete. However, a whole mountain of questions has built itself. They are now waiting to be answered.

I really would not want to miss the experience, the living, the atmosphere. I learned some, a lot more remains to be learned. Sherab



Axel

Am Anfang des Retreats habe ich nichts verstanden. In der Mitte des Retreats hatte ich zumindest das Gefühl ein wenig Verständnis erworben zu haben. Am Ende des Retreats weiß ich, dass ich immer noch nichts verstanden habe. Aber es beunruhigt mich nicht mehr.

At the beginning of the retreat I understood nothing. In the middle I had the feeling I got at least a little of understanding. Now at the end of the retreat I know that I still do not understand anything. But it does not worry me anymore.

Gyalwa Gyamtso Mandala



Mandalaopfer für die Drei Juwelen und die Yidam-Gottheiten

Mandala offering for the Three Jewels and the yidam deities.



Chö Praxis



**Drei glückliche frische
Kapalas**

Three joyful fresh kapalas



George



Drönma



Bosley

Tom



Wangmo



Yeshe





Lama Kunga

Meine Übung in freudiger Anstrengung und das Verdienst, das auf Handeln ohne Stolz beruht, bringe ich der grenzenlosen Zahl der Lebewesen, die den Raum ausfüllen, dar.

Mit der Kraft dieser meiner höchsten Gedanken überlasse ich Vorteil und Sieg den anderen; Verlust und Niederlage nehme ich auf mich selbst.

Jamgön Kongtrül Lodrö Thaye

The practice of my diligence and the roots of my virtue without pride I give to beings equal to the sky.

Profit and victory I give to others; loss and accusation I take upon myself.

Jamgön Kongtrül Lodrö Thaye



Axel



Beate



Gerlinde



Patrick



Stefan



Evelin



Thrang Rinpoche mit Dorothea Nett und Horst Rauprich.

Horst Rauprich ist Vorsitzender der Karma Kagyu Gemeinschaft e.V. Dorothea Nett ist 2. Vorsitzende des Vereins und Residentlama des Zentrums in Heidelberg.

Der Beginn des nächsten Dreijahresklausur ist für den 1.11.2007 geplant. Wer sich dafür interessiert, kann sich um Informationen an Dorothea Nett wenden.

E-Mail-Adresse: info@kcl-heidelberg.de

Telefon: 06221-410495

Horst Rauprich is president of the Karma Kagyu Gemeinschaft Deutschlands. Dorothea Nett is vice-president of the trust and resident lama of the center Heidelberg.

The next Three Years Retreat is planned to start at 1.11.2007. Please contact Dorothea Nett for information about the coming Three Years Retreat.

Email address: info@kcl-heidelberg.de

Tel: 06221-410495

DANKSAGUNG

Wir möchten uns bei allen ganz herzlich bedanken, die diese Klausur ermöglicht, unterstützt und begleitet haben. Ohne ihren vielfältigen Einsatz wäre es nicht möglich gewesen. Wir bekamen Hilfe in der Organisation der Klausur, finanzielle Unterstützung und großzügige Tsog-Spenden. Praxistexte wurden uns zur Verfügung gestellt, Übersetzer haben uns geholfen. Viel Zeit wurde uns geschenkt, die in handwerkliche Tätigkeiten (z.B. Schrein- und Boxenbau, Renovierung, Elektrik, etc.), Kochen, Fahrten und Einkaufen geflossen ist. Gute Wünsche und liebevolle Gedanken haben uns begleitet und inspiriert. Der Platz in dieser Broschüre reicht nicht aus, alle Namen zu erwähnen. Aber wir werden nie vergessen, wie viele Menschen uns geholfen haben.

Möge aller Verdienst dieses Retreats ihnen und allen anderen Lebewesen von großem Nutzen sein und ihrer Befreiung dienen.



Acknowledgement

We wish to thank all those who supported, cared for and made possible this retreat. Without their various contributions it would not have been taken place. We received help in organizing the retreat, financial support and Tsog offering packets. Translations of practice texts have been sent to us. Much time has been spent by others, like for building the shrine and mediation boxes, renovation, electricity repair, cooking, driving service and shopping. Good wishes and caring thoughts have accompanied and inspired us. There is not enough space to mention all the names. But we shall never forget how many people supported us.

May all the merit of this retreat be of great benefit for them and all sentient beings and bring them liberation.

