

Ein großes Herz und ein starker Geist (Khokpa Chenpo)

Liebe Freunde von nah und fern,

Ich hoffe, diese Botschaft findet euch an diesem ersten Guru Rinpoche-Tag des neuen Jahres der Ratte gesund und glücklich. Mein Wunsch zu Beginn dieses neuen Jahres ist es, die dass ihr die wichtigsten Punkte der Praxis erfasst – insbesondere, ein großes Herz und einen starken Geist zu bewahren, was auf Tibetisch „khokpa chenpo“ genannt wird.

Um ehrlich zu sein, auch wenn wir lernen müssen, um tieferes Wissen über den Dharma zu erlangen, ist ein Kernpunkt, es einfach zu halten. Natürlich scheint es so viele verschiedene Übungen zu geben, die wir tun müssen, und wir müssen so viel lernen - aber eigentlich solltet ihr lernen, wie man das alles auf einfache Weise kombiniert. Einfach zu sein hilft, unsere Praxis reiner und aufrichtiger zu halten. Übt nicht wie ein Intellektueller, der immer viele Fragen und Zweifel hat: Die Praxis ist wie das Leben, es ist am besten einfach zu halten. Die Einfachheit eurer Praxis hilft euch, die wichtigsten Punkte direkter zu treffen. Was auch immer ihr übt, konzentriert euch einfach auf die wichtigsten Qualitäten wie Vertrauen, Fürsorge, Mitgefühl, Bestimmtheit und Hingabe ... und sorgt euch nicht zu sehr um die Details!

Natürlich sind Lernen und Reflektieren wichtig, aber manchmal können sie in die Irre führen. Gelehrte Leute, die viele Bücher gelesen haben, diskutieren am Ende die verschiedenen Dzogchen-Stile verschiedener Lamas ... es gibt keinen Dzogchen-Stil! Der Geist hat keinen Stil! Ebenso geht es beim Üben nicht um Stil oder gar um 'hohe' oder 'niedrige' Praktiken, sondern, wie Chokgyur Lingpa über alle Lehren und Abstammungslinien des Buddhismus sagte, "das ultimative Ziel bleibt das das Gleiche - die einzige endgültige Absicht der Siegreichen, aller Sutras und Tantras, Schriften und Kommentare. “ Wie der große Tertön selbst sagte, ist es bedeutungslos, verblendet und sogar schädlich für sich selbst und andere, Zeit damit zu verbringen, sich auf die geringfügigen Unterschiede zwischen Lehren und

Lehrern zu konzentrieren - auf die unterschiedlichen Arten, wie sie ihren Vajra und ihre Glocke halten und so weiter. Es ist sehr wichtig zu verstehen, dass der Wert aller Lehren des Buddha der gleiche ist und das Ziel das gleiche ist.

Versucht also, euch nicht auf oberflächliche Unterschiede zu konzentrieren, sondern euch an die wichtigsten Punkte der Praxis und die Grundlagen eines großen Herzens und eines starken Geistes zu erinnern. Solch ein großes Herz ist die Grundlage aller menschlichen und spirituellen Werte. Es wird sowohl eure Dharma-Praxis unterstützen als auch zu weltlichem Glück führen. Was meine ich mit einem großen Herzen und einem starken Geist? Ich meine, stabil, standhaft und geduldig zu sein - weder launisch noch leicht betroffen, weder leicht aufgeregt noch leicht entmutigt; und aufgeschlossen, freundlich und verständnisvoll zu sein - weder leicht von anderen beeinflusst noch schnell urteilend. Wenn wir diese Eigenschaften haben, machen wir weniger Fehler, verursachen weniger Schaden, erzeugen weniger Missverständnisse und bleiben glücklicher.

Deshalb möchte ich euch an diesem ersten Guru Rinpoche-Tag des Jahres daran erinnern, ein großes Herz und einen starken Geist zu kultivieren. Versucht, euch selbst zu überprüfen und festzustellen, wie breit und offen eure Denkweise ist, wie freundlich und geduldig eure Haltung und wie stark und standhaft euer Herz. Um eure Praxis zu verbessern, ist es wichtig, euch immer an diese Eigenschaften zu erinnern und diese Eigenschaften zu pflegen. Wenn ihr dies wirklich berücksichtigt, könnt ihr nichts falsch machen, und das nennt man „khokpa chenpo“.

Sarva mangalam!



Kyabgön Phakchok Rinpoche