

FÜNFTÄGIGES VAJRAYANA RETREAT

2. bis 6. Januar 2026

(2. Teil eines zehnjährigen Zyklus)

Organisation vor Ort: Karma Kagyü Saṅgha, Graz, Österreich

Wieder mit Erläuterungen von Lama Tilmann Lhundrup zu

„Erzeugung und Vollendung“ von Jamgön Kongtrul Lodrö Thaye,

Das Buch (24,90€) ist zu finden unter: <https://www.manjughosha.de/2017/10/erzeugung-und-vollendung/> Es enthält eine gute Einführung von der Übersetzerin und hilfreiche Erläuterungen von Thrangu Rinpoche. Eine überarbeitete deutsche Übersetzung des Wurzeltex-tes von Lodrö Thaye wird Euch zum Retreat zur Verfügung gestellt. Auf der Manjugosha-Webseite lesen wir zum Buch:

„Erzeugung und Vollendung – Wesentliche Punkte tantrischer Meditation“
ist einer der wichtigsten Texte zu den wesentlichen Punkten der Meditation im Vajrayāna-Buddhismus. Mit meisterhafter Klarheit erläutert Kongtrul die tiefgründige Sicht und die umfassenden Methoden, in deren Kontext tantri-sche Meditation stattfinden muss. Für diese tiefgründige Meditationsanlei-tung sollte der Leser Zuflucht genommen haben, mit der Mahāyāna-Praxis ver-traut sein und eine Vajrayāna-Ermächtigung aus der Tradition erhalten haben, um den vollständigen Segen aus diesen Anweisungen empfangen zu können.“

Der 10-jährige Vajrayāna-Zyklus führt in die buddhistische tantrische Praxis ein. Als Grund-lage werden im Laufe der Jahre einfache Praktiken dienen, auf die jeweils Querverweise ge-geben werden. Sie werden nicht vollständig erläutert.

- Januar 2025 lag der Schwerpunkt auf der Avalokiteśvara-Praxis (Chenrezig) von Tang-tong Gyalpo.
- Januar 2026 nutzen wir die Meditation auf Vajrasattva der „Mahāmudrā-Vorbereitun-gen“ vom 9. Karmapa Wangchug Dorje. Zu finden unter: <https://norbu-verlag.de/pro-dukt/mahamudra-vorbereitungen-ngondro/?v=5f02f0889301>
- In den darauffolgenden Jahren nehmen wir Bezug auf verschiedene Guru Yogas wie Śākyamuni, Milarepa und 3./8. Karmapa, sowie auf Yidam-Praktiken wie Medizinbud-dha, Amitābha, Tārā usw.

→ Ab Januar 2027 findet das Retreat dann im Grünen Baum in Lenzkirch-Raitenbuch statt, wo wir auch Yidam-Maṇḍalas aufbauen können, Ganacakras feiern, Sang-Rauchopfer praktizieren und dergleichen mehr...

Die Unterweisungen beruhen auf Vajrayāna-Kommentaren von Lodrö Thaye, Dhagpo Tashi Namgyal („Sonnenstrahlen“), Karma Chakme, den Karmapas und weiteren Meistern. Die Auswahl wird jeweils getroffen entsprechend der bisherigen Entwicklung in unseren Austausch.

Später werden wir auch Brücken schlagen zu den 6 Dharmas von Naropa (wohlgemerkt: ohne die Übertragung zu geben), die das Erzeugen und Vollenden auf wunderbare Art vereinen.

Bitte beachten: Dieser Zyklus ist nur für Praktizierende, die mindestens *eine* Ermächtigung erhalten haben, sei es Avalokiteśvara (Chenrezig), Vajrasattva, ein Guru Yoga wie Karmapa, Milarepa, Guru Rinpoche oder Tārā, Amitābha und Medizinbuddha. Alle haben wir uns mit Zuflucht und Bodhicitta ausgerichtet (wie im Mahāmudrā-Ngöndro), haben eine Ermächtigung erhalten, empfinden Vertrauen ins Vajrayāna und den Wunsch, es zu praktizieren.

Für die Zoom-Teilnahme läuft die Anmeldung über:

<https://ekayana-institut.de/events/vajrayana-retreat/>

Für eine Teilnahme vor Ort läuft die Anmeldung wieder über: kontakt@kks-graz.at

Wir pflegen einen Verteiler der Teilnehmenden am Vajrayāna-Zyklus, um Euch den Zoom-Link, sowie weitere Informationen und Texte zuschicken zu können.

Morgens praktizieren wir in Graz-Andritz **ohne** Zoom: Privatkindergarten Kocher, Inge Morath Straße 50, A-8045 Graz.

Die Haupt-Unterweisungen sind **nachmittags** (auf Deutsch), **mit** Zoom und vermutlich wieder mit französischer Simultan-Übersetzung. Ich empfehle den Zoom-Teilnehmern, sich vormittags ebenfalls zu Praxisgruppen zusammenzutun.

Der Kurs findet wie üblich auf Spendenbasis statt.

Bitte nutzt hierfür das Ekayana Konto: <https://ekayana-institut.de/spenden/>

TAGESABLAUF (mitteleuropäische Winterzeit)

10:00 – 12:30	Geführte Gruppenpraxis (ohne Zoom, ohne Übersetzung)
14:30 – 18:00	Unterricht mit Praxis sowie F&A (mit Zoom und Übersetzung)

Mit vielen lieben Grüßen, Tilmann & das Orga-Team