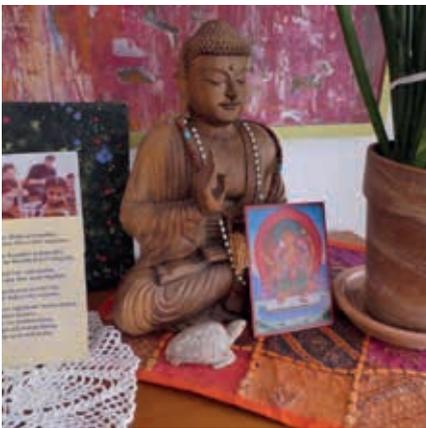


# Mein Altar und was er mir bedeutet



*Nicola:*

Der Altar bedeutet für mich die Verbindung mit der Natur (Holzbuddha, Blumen auf dem Altarschrank) und dem Geist der Buddhas (Statuen, Stupa, Opferschalen). Guru Rinpoche steht für mich für die Überwindung von Hindernissen, Prajnaparamita für die Verbundenheit mit allen und die Weiße Tara für die weiblichen Buddhas.



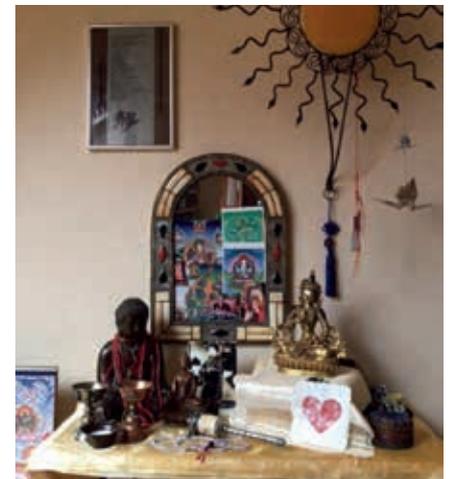
*Alice:*

Der Altar ist für mich etwas Intimes, daher steht er auch in meinem Schlafzimmer. Meine letzten Gedanken vor dem Schlafengehen sind beim Buddhismus - und bei Buddha - er ist daher eine tägliche Erinnerung für mich.



*Anke:*

Mein Altar verbindet mich mit dem Dharma. Er beherbergt Dinge, die für mich im Dharma wichtig sind und die mich an Aspekte des Dharma erinnern.



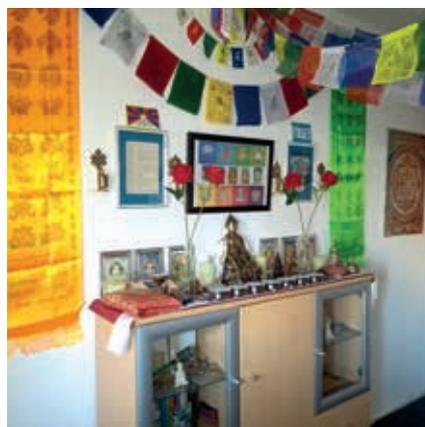
*Doris:*

meine kleine Oase...



*Andrea und Cliff:*

Was der Altar uns bedeutet: Cliff – ein Tor zur Befreiung; Andrea – Dankbarkeit, Erinnerung und Mittel, um das Wesentlichste im Leben nicht zu vergessen.



*Dirk:*

Er ist der Ort für: Ruhe, Meditation, Zuflucht, Mitgefühl, Frieden, Gewahrsein und Glück, hinzu kommt eine nicht endende Begeisterung für Buddha und Dharma!



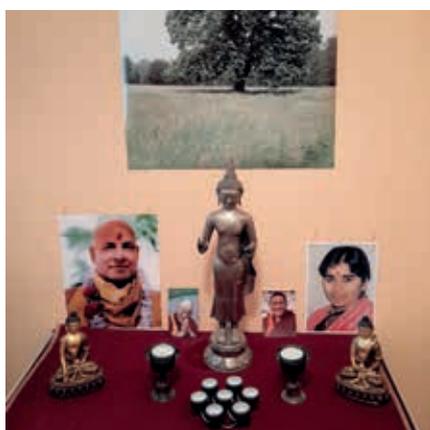
*Olivia:*

Er ist mir heilig - und ein sehr liebevoller, irgendwie überweltlicher, ruhiger, kraftschöpfender Ort, an dem ich meine Verbundenheit und Dankbarkeit gegenüber den Buddhas und dem Dharma ausdrücken und mich nach innen richten kann, um meinen Geist auf das Heilsame zu lenken, das ich gerne in mir kultivieren möchte.



*Susan:*

Mein Altar wo ich meditieren übe und manchmal beim online Seminar sitze, das ist im Wohnzimmer.



*Ulrich:*

Habe sogar eine echte Rose auf dem Tisch stehen, vor Beginn meines Lehrganges mochte ich überhaupt keine Pflanzen, mein Mann war total erstaunt über meine große Änderung



*Wolfgang:*

„mein persönlicher Raum der Stille“.



*Wolfgang:*

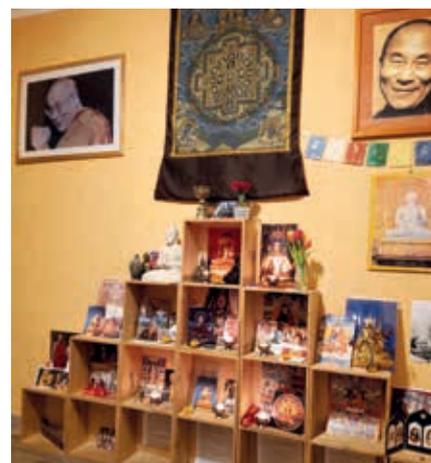
Der Altar ist meinem Yidam Chakrasamvara gewidmet, mit dem Thangka, dem Bild auf dem Stupa, der Statue rechts, darunter die Opfergaben. Die großen Bilder rechts sind von Chakrasamvara und seiner Gefährtin Vajrayogini, darunter die von den Lehrern, von denen ich Initiationen erhielt, auch Segensinitiationen in die Gottheiten links davon. In den Glaskolben darunter sind yilab: Wasser und Sand von verschiedenen Stellen im Gebiet des Manasarovar-Sees und des heiligen Bergs Kailash, der Residenz von Chakrasamvara und Vajravarahi. Auf dem Tisch liegt die Sadhana usw. von Chakrasamvara retreats, rechts die Chöd-Trommel. Rechts neben dem Thangka eine Geierfeder aus dem Kailash-Gebiet, neben den Gottheiten ein Yak-Schädel vom Manasarovar-See.



*Gabi:*

Sobald ich allmorgendlich den „kleinen Tempel der Harmonie“ betrete, besinne ich mich auf das Hier und Jetzt. Alles in diesem Raum wirkt auf mich beruhigend und rein. Erblicke ich zudem die Buddha-Statuen, Yidam-Bilder und besonders das Bild meines Wurzellehrers Khen Rinpoche Geshe Pema Samten auf dem Altar, erwacht in mir Freude, Dankbarkeit und Wertschätzung. Wie sehr bin ich

doch vom Glück begünstigt, dass mir die Pforte zum Dharma geöffnet wurde, und ich die wertvollen Unterweisungen und Initiationen von authentischen Meistern empfangen, studieren und praktizieren darf. Dabei haben sich tief in meinem Herzen die Worte des Buddha eingepägt: „Der Geist ist frei von Geist, denn seine Natur ist „Klares Licht.“ Da die fehlerhaften Geisteszustände nicht zum Geist gehören, muss ich mich im Alltag mit Achtsamkeit und Geduld bemühen, mit Körper, Rede und Geist konstruktiv zu handeln und mich „mit“ den Lebewesen zu verbinden. Mit den Jahren habe ich eine tiefe Beziehung und Vertrauen zu den „Drei Juwelen“ aufgebaut, die ich mit täglichen Gaben zum Ausdruck bringe. Jedes einzelne Objekt auf dem Altar erzählt seine eigene Geschichte, strahlt eine gewisse Lebendigkeit aus, die mich inspiriert und mich in der Praxis unterstützt. Des Weiteren rufen sie in mir die Vergänglichkeit ins Bewusstsein; aber auch die Entitätslosigkeit aller Phänomene auf der endgültigen Ebene. Nur auf der konventionellen Ebene existieren sie in Abhängigkeit von anderem, ihren Ursachen und Umständen, ihren Teilen, ihrer gültigen Benennung, und bringen so ihre spezifischen Wirkungen hervor. Was abhängig entstanden ist, kann wiederum nicht aus sich selbst heraus existieren.



*Julia:*

Zunächst einmal ist er ein treuer Begleiter, denn er zog mit mir bereits von Hamburg nach Schleswig-Holstein um. Dann ist er auf jeden Fall wie eine kurze Reise in die Vergangenheit, sprich, voller Erinnerungsstücke, die von Retreats, buddhistischen Veranstaltungen und Reisen mitgebracht wurden. Dadurch wird er zu einer geballten Ansammlung von Kostbarkeiten.