

Herzliche Grüße aus Nepal. Heute möchte ich euch etwas über Tenga Rinpoche erzählen, der im März 2012 in der Benchen-Monastery in Kathmandu verstorben ist.



Seine Eminence **Tenga Rinpoche** war einer der ganz großen Meditations-Meister der Karma Kagyu Tradition innerhalb des tibetischen Buddhismus. Er wurde 1932 in Osttibet geboren und wurde als die Reinkarnation des 3. Tenga Rinpoche erkannt und ordiniert. 1959 flüchtete er aus Tibet, in die Rumtek Monastery in Sikkim/Indien und im Jahre 1976 ließ er sich in Swayambhunath/Nepal nieder. Da gründete da die Benchen- Monastery, ebenso das Retreat-Center und die buddhistischen Universität in Pharping, in der Nähe von Kathmandu. Er verstarb am 30. März 2012 in Kathmandu im Alter von 81 Jahren.

Tenga Rinpoche war einer der ganz großen Lehrer. Und mit Dankbarkeit darf ich sagen, dass er auch einer meiner Lehrer gewesen ist. Zeit seines Lebens bereiste der viele Länder, regelmäßig besuchte er auch Gutenstein, in der Nähe von Wien.

Er war der Hauptlehrer der **Benchen-Monastery** in Kathmandu, und einige von euch haben ihn ja auch anlässlich unserer Reisen nach Nepal kennengelernt.

Seine Größe zeigte er seinen Schülern während seines gesamten Lebens und auch über seinen Tod hinaus. Kurz vor seinem Tod wurde er gebeten, ganz schnell wiederzukommen. Tenga Rinpoche lächelte und nickte. Und er wurde gefragt, wann man mit der Suche nach seine Reinkarnation beginnen sollte. Seine Antwort: "Fragt S.H. Karmapa. Sein Rat wird ganz klar sein."



Tenga Rinpoche



Thugdam



Reinkarnation

Als **Nyima Dhondup** wurde Tenga Rinpoche am 14. Dezember 2014 wiedergeboren und vom 17. Karmapa als Reinkarnation bestätigt.

**Was bedeutet Thugdam:** Mehr als 28 Stunden vor seinem Tod hatte Tenga Rinpoche ganz aufrecht und ruhig gesessen und schien die meiste Zeit in tiefe Meditation versunken. Dann in den frühen Morgenstunden des 30. März, um 3:24 Uhr Ortszeit ist er verstorben und dann in die tiefe Meditation eingegangen, die als "Tukdam" bekannt ist. Ein meditativer Zustand, in den große realisierte Meister eintreten können, wenn sie ihren Körper verlassen haben.

Bis zu seiner Verbrennung am 18. Mai 2012 blieb er aufrecht in dieser Meditationshaltung sitzen, sein Körper schrumpfte auf 1/3 seiner normalen Größe zusammen – keinerlei Anzeichen von Verwesung waren erkennbar.

In dieser Zeit hatten alle seine Schüler die Möglichkeit, sich von ihrem großen Lehrer zu verabschieden.



Dieses Ereignis des „Thugdam“ wurde von ganz außergewöhnlichen Wettererscheinungen begleitet: In Kathmandu konnte man ein für die Jahreszeit völlig ungewohntes Gewitter beobachten. Gegen 15 Uhr begann es ganz dunkel zu werden, dann folgten starke Sturmböen und sintflutartige Regenschauer. Solche Wettererscheinungen wurden auch aus anderen Orten berichtet, besonders aus Kloster Rumtek in Sikkim, dem Exilsitz der Karmapas. In Rumtek ging ein Gewitter niederging, ganz genau zur gleichen Zeit wie in Kathmandu - Regen, Blitz und Donner, immer weiter entfernt, hielten die ganze Nacht an.

Als Tenga Rinpoches Körper im Mai verbrannt wurde, hat er erneut seinen Schülern gezeigt, dass mit dem Tode nichts zu Ende ist: Was von seinem Körper nicht verbrannte: sein Herz, seine Zunge, eines seiner Augen: **OM – AH – HUM = die drei Existenzen unseres menschlichen Dasein.**  
OM – sein Auge, körperliche Existenz; AH – seine Zunge, Energie-Existenz; HUM – sein Herz; Geist-Existenz.

Auch ein großer Teil seines Schädels, die gesamte Wirbelsäule und viele Knochen verbrannten nicht! Außerdem fand man in seiner Asche eine Menge von Ringsels, Kügelchen, von denen berichtet wird, das sie sich spontan vermehren, wenn die Studierenden Hingabe an ihren Lama (spirituellen Lehrer/Guru) praktizieren.



Tenga Rinpoches Reliquien befinden sich heute in einem wunderschönen silbernen Gefäß in seiner Stupa in

Pharping. Der Tara-Stupa, dann Tenga Rinpoche war und ist eine Ausstrahlung der weißen Tara.



Wer sich ein bißchen für Buddhismus interessiert kann die überaus faszinierende Lebensgeschichte von Tenga Rinpoche hier nachlesen: <https://www.benchen.org/de/tenga-rinpoche> oder hierüber die Suche nach der Reinkarnation: <https://www.benchen.org/de/monastery-nepal/news/502-eine-wunderbare-geschichte-wie-die-wiedergeburt-von-tenga-rinpoche-gefunden-wurde-teil-1>

**Allerliebste Grüße aus Nepal!**

**Ein großes DANKE an euch alle!**

**Für eure Mitgliedschaft beim Prana-Verein, für Eure Spenden und für eure liebevolle Hilfe und Unterstützung.**

**Prana-Verein**

IBAN AT69 2040 4005 00254490, BIC: SBGSAT2SXXX

Infos an: [nepal@pranaverrein.at](mailto:nepal@pranaverrein.at), [www.pranaverrein.at](http://www.pranaverrein.at)