



## Belehrung von Geshe Jampel Senge (Rikon)

Geshe Jampel Senge, geboren in Tibet. Flüchtete achtjährig nach Nepal. Er studierte 19 Jahre Buddhistische Philosophie und erhielt die höchste Akademische Auszeichnung als Geshe Lharampa.

2004 kommt er auf Geheiss von H.H. Dalai Lama in die Schweiz, um im Tibetischen Institut in Rikon zu unterrichten.

1. Tag: Karma
2. Tag: Die 10 wertvollen Taten / die 10 negativen Taten

### **KARMA**

Ein weltweit bekanntes Thema.

Karma = Lai Gyu Drebu auf Tibetisch

Lai= Ursache; Gyu= Konditionen; Drebu= Resultat

Geshe Jampel Senge wird uns detailliert das Karma erklären, damit wir zu einem guten Menschen werden können durch Überwindung der Negativität und durch positives Handeln.

Damit können wir mehr Harmonie und Frieden in unserem Leben erreichen.

### **Lhachue Gewa Chu = 10 wertvolle Taten**

### **Mige 10 = 10 negative Taten**

Geshe Jampel Senge wird uns die 10 wertvollen Taten erklären, deren Nutzen und deren Hilfe.

Das Resultat der Praxis der 10 wertvollen Taten ist mehr Frieden, Erfolg und Harmonie.

Die Erklärung der 10 negativen Taten hilft uns, das Leiden besser zu verstehen.