



ERDE-EBER
JAHR 2146

Tibetischer Kalender 2019



BOUTIQUE
TIBET

BÜCHER • FOTOS • OBJEKTE • CDs

CH-1801 LE MONT-PÈLERIN

TEL +41 / 21 9217881

e-mail: boutique@rabten.ch • www.rabten.eu

Apple/Android Applikation: gratis



Tibetischer buddhistischer Kalender

Dies ist der Kalender, den Sie eben vor sich haben als Applikation. Zusätzlich werden die Veranstaltungen der Rabten Zentren automatisch von unserer Web-Seite in die Applikation geladen und angezeigt.

Apple/Android Applikation: gratis



Dharma Treasure

In dieser Applikation stehen über 300 Texte mit Gebeten, Meditationen und Unterweisungen auf tibetisch zur Verfügung, ebenso eine Auswahl von elektronischen Veröffentlichungen unserer Zentren.

Apple/Android Applikation: € 6.99



Tibetan Up-to-Date

Ein Einstieg in die tibetische Schrift und Sprache: Etwa 30 Jahre Erfahrung im Unterrichten der tibetischen Sprache sind in dieser Applikation zusammengefasst. (Zur Zeit nur auf Englisch verfügbar.)

LIEBE LESER

Dieser Kalender dient vor allem Anwendern des tibetischen Buddhismus. Er stellt den Zyklus der zwölf Monate gemäß dem tibetischen Mond-Kalender mit den entsprechenden Monaten und Tagen des westlichen Kalenders dar.

Die tibetische Astrologie ist eine Kombination der buddhistischen Astrologie aus dem Kalatschakra-Tantra, der hinduistischen Astrologie aus dem Schiva-Tantra und der alten chinesischen Astrologie. Aufgrund der Synchronisation der Sonnen-Tage und Mond-Monate mit dem Tierkreis-Jahr ergeben sich in der tibetischen Astrologie Doppeltage und fehlende Tage.

Die allgemeinen heiligen Tage und die besonderen tibetischen und buddhistischen Festtage sind eingetragen. Obwohl jeder Tag des Jahres ein besonderer Tag für die Anwendung des Dharma ist, haben die angegebenen Festtage zusätzliche Bedeutung.

Der achte Tag des Mond-Monats, der Vollmond-Tag, der Neumond-Tag und Tage von Sonnen- oder Mondfinsternis sind besondere Tage für heilsame Bemühungen. Für Laien-Anwender wird empfohlen, an diesen Tagen die acht Gelübde zu nehmen. Der 10. und 25. Tag des tibetischen Kalenders ist für Ganatschakra oder Tsok-Rituale der Tantras. Es wird empfohlen, an diesen Tagen Guru-Pudschas auszuführen. Sodschong- oder Upposotha-Tage zweimal im Monat sind für Bekenntniszeremonien in klösterlichen Gemeinschaften.

Wir wünschen Ihnen gute körperliche und geistige Gesundheit für das Jahr und mögen Sie jeden Tag des Jahres in einer heilsamen Weise verbringen!

Mögen die Unterweisungen des Buddha, die wahre Quelle von Frieden und Glück für alle, in der Welt verbreitet sein!

Mögen die Halter der Unterweisungen lange leben und deren Aktivitäten blühen!

Möge aller Hunger, aller Durst, alle Krankheit und aller Konflikt - alles Leid vergehen und alle Wesen Harmonie und geistigen Frieden erfahren!



DIE BEDEUTUNG DES BUDDHISMUS

von Geshe Rabten Rinpoche

Buddhismus ist weder eine eigenartige Tradition gewisser fremder Länder noch ein Mittel, um persönlichen Verantwortungen zu entfliehen, noch eine Sammlung trockener Worte in Büchern und Büchereien. Obwohl solche Meinungen heutzutage weit verbreitet sind, treffen sie nicht die tatsächliche Bedeutung des Buddhismus.

Ob Mensch oder Tier, alle Lebewesen streben ständig nach den gleichen grundlegenden Zielen: dem Erreichen von Glück und der Beseitigung von Leid. Meistens nehmen wir unsere Tätigkeiten wie die der andern jedoch so selbstverständlich, dass uns diese Tatsachen nicht bewusst werden. Obwohl wir unser ganzes Leben lang nach diesen Zielen streben, scheint es uns nie gegönnt, sie ganz zu erreichen. Das wirkliche, dauernde Glück, das wir suchen, entgeht uns ständig, und an seiner Stelle bleibt in der Tiefe unseres Bewusstseins ein ständiges Leid. Auf unserer Suche nach Erfüllung bauen wir Strassen, Schulen, Spitäler und so weiter, was uns wohl eine vorübergehende Erleichterung und Zufriedenheit gewährt, die Wurzeln körperlichen und geistigen Leids jedoch nicht beseitigen kann. Wir beobachten im Gegenteil ein ständiges Ansteigen geistiger Unrast mit fortschreitender Technologie. Warum, ganz im Widerspruch zu unseren so gewaltigen Anstrengungen, ist dies der Fall? Deutet es darauf hin, dass unsere Bemühungen nicht am richtigen Ort eingesetzt wurden?

Im allgemeinen halten wir Umstände in der Aussenwelt für die Ursachen unserer Probleme und suchen sie deshalb zu beeinflussen und zu überwinden. Natürlich wird niemand verneinen, dass äussere Umstände auf unser Leben einwirken und uns Leid verursachen. Erkennen wir jedoch, dass die Wurzel unserer Probleme tief in unserem eigenen Bewusstsein liegt und die äusseren Situationen nur beitragende Umstände sind, wird uns deutlich, dass wir durch Änderungen der Aussenwelt allein nie zufriedenstellende Lösungen finden kön-

nen. Aber was in uns verursacht uns ständig Leid? Es ist Eigenliebe, die Hochschätzung seiner selbst unter Geringschätzung der andern. Aufgrund von Eigenliebe hängt man an den eigenen Interessen und stößt sich an den Interessen der andern, was die Ursache für allen Streit, wie internationale Kriege, Familienzwist und selbst Kämpfe zwischen Insekten bildet. Fehlte Eigenliebe, gäbe es keine dieser Probleme. Eine Person, die nur an sich selbst denkt, ist wie ein Mensch, dessen ganzer Körper mit Wunden überdeckt ist. Wohin dieser Mensch auch geht, was er auch tut, seine Wunden werden ihm immer Unbehagen bereiten. In gleicher Weise werden wir nie zufrieden sein, solange unser Bewusstsein von Eigenliebe beherrscht wird, denn selbst in angenehmen Lagen wird ein rastloses Verlangen nach etwas Weiterem alle dauerhafte Freude und Ruhe von unserem Leben fernhalten.

Wird diese Eigenliebe dagegen verringert, schwindet die Kraft von Hass und Verlangen, und in dem Maß, in dem diese Faktoren vermindert werden, nehmen unsere Liebe zu den andern, unsere Zufriedenheit und Erfüllung zu. Aber wo können die Mittel gefunden werden, die so eine Veränderung des Bewusstseins erlauben? Sie können in den Unterweisungen des Buddha gefunden werden. So sind die von Buddha gezeigten Wege für alle, die ernsthaft Glück suchen, ob Buddhisten oder Nicht-Buddhisten, äusserst wertvoll, und deshalb sollte der Buddhismus als ein Mittel zum Überwinden geistigen Leids und Erwirken des eigenen Wohlergehens und dem der andern verstanden werden.

Wir alle wissen, wie sehr wir es schätzen, von andern gut behandelt zu werden. Daraus sollte erkannt werden, dass es die andern ebenso schätzen, von uns gut behandelt zu werden. Wenn Liebe zu den andern stark wird, verschwinden Eigenliebe, Hass und Verlangen. Man erfährt Ruhe und Glück, und die andern werden ebenso erfreut. Aller Streit zwischen Menschen, selbst Konflikte ganzer Länder werden gelöst, sobald Eigenliebe durch Liebe zu den andern ersetzt wird. Deshalb ist Liebe zu den andern der Ursprung allen persönlichen und allgemeinen Wohlergehens sowohl in weltlichen wie auch religiösen Belangen. Dies zu erlangen ist der Kern der Ausübung des Buddhismus.

DHARMA-FESTE

ཚོས་ཀྱི་དུས་ཚེན་ལག་



Tschotrül Dütschen: Tag der großen Wundertaten von Buddha Schakyamuni



Saga Dawa: Dies bedeutet „Monat Saga“, was sich auf den vierten Monat des Mondkalenders bezieht. Am Vollmondtag dieses Monats zeigte Buddha Schakyamuni die Taten des Geburtnehmens, des Erreichens der Erleuchtung, und das Eingehen ins Parinirvana.



Tschökhör Dütschen: Buddha Schakyamuni drehte das Rad des Dharma zum ersten Mal.



Lha Bab Dütschen: Buddha Schakyamunis Rückkehr aus dem Reich der Devas.



Gaden Ngamtschö: Tag von Dsche Tsongkhas Parinirvana.



Parinirvana Tage: Tage des Ablebens.



Trungkhar Tage: Geburtstage der Meister.

Diese sind besondere Tage für die Anwendung von Dharma. Alle positiven und negativen Handlungen haben eine starke multiplizierende Wirkung.

TIBETISCHE FESTE

བོད་ཀྱི་དུས་ཚེན་ལག་



Losar: Tibetisches Neujahr. Erster Tag des Mondkalenders. Es wird in jeder glücksverheißenden und fröhlichen Weise gefeiert.



Zam Ling Tschis Sang: Tag der Sang-Opfergaben (rituelles Darbringen von Rauch) an alle Beschützer.



Sangpo Tschuzom: Tag der zehn guten Omen. Dies ist ein Tag um alle unglücklichen Situationen in glücksverheißende Zeichen zu verwandeln. Besonderer Tag für Fröhlichkeit.

BESONDERE TAGE

མར་མ་རི་ཕི་འཚར་དུས་



Rischi-Stern: Diese besondere astrologische Konstellation wandelt die Wasser-Resources auf der Erde in nektar-ähnliche Flüssigkeiten. Es ist deshalb empfehlenswert, an diesen Tagen zu baden.

ASTROLOGISCHE JAHR-ZEICHEN UND TAGE












རྒྱུས་ལོ་ ལོ་རྒྱུས་ རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་གཟུང་བཟང་རང་

In der tibetischen Astrologie werden die Tage einer Woche gemäß dem Geburtsjahr einer Person in harmonische und unharmonische Tage eingeteilt. Sogenannte **Glücks-Tage** und **Lebens-Tage** sind harmonische Tage. Diese Tage werden allgemein als besonders günstig betrachtet um Projekte zu beginnen und glückliche Situationen zu feiern. Anti-Tage oder unharmonische Tage werden im Allgemeinen dafür als unpassend betrachtet. Es ist etwas, das man berücksichtigen kann, wenn man die Wahl hat.

Geburtsjahr རྒྱུས་ལོ་	1948 1960 1972 1984 1996	1949 1961 1973 1985 1997	1950 1962 1974 1986 1998	1951 1963 1975 1987 1999	1952 1964 1976 1988 2000	1953 1965 1977 1989 2001
Jahres-Zeichen ལོ་རྒྱུས་	Maus ལྱི་བ་	Stier མཎ་	Tiger རྟ་	Hase ཨོས་	Drache ལྷུག་	Schlange སྦྱུལ་
Glücks-Tag སྦྱིན་ལེན་	Mi ལྷན་	Sa མེན་	Do ཡུར་	Do ཡུར་	So ལྷོ་	Di དངམར་
Lebens-Tag སྦྱོག་ལེན་	Di དངམར་	Mi ལྷན་	Sa མེན་	Sa མེན་	Mi ལྷན་	Fr སངས་
Anti-Tag གཤིང་ལེན་	Sa མེན་	Do ཡུར་	Fr སངས་	Fr སངས་	Do ཡུར་	Mi ལྷན་

Geburtsjahr རྒྱུས་ལོ་	1954 1966 1978 1990 2002	1955 1967 1979 1991 2003	1956 1968 1980 1992 2004	1957 1969 1981 1993 2005	1958 1970 1982 1994 2006	1959 1971 1983 1995 2007
Jahres-Zeichen ལོ་རྒྱུས་	Pferd རྟ་	Schaf ལུག་	Affe ལྷོ་	Hahn བྱ་	Hund ལྱི་	Eber ཡག་
Glücks-Tag སྦྱིན་ལེན་	Di དངམར་	Fr སངས་	Fr སངས་	Fr སངས་	Mo ལྷོ་	Mi ལྷན་
Lebens-Tag སྦྱོག་ལེན་	Fr སངས་	Mo ལྷོ་	Do ཡུར་	Do ཡུར་	Mi ལྷན་	Di དངམར་
Anti-Tag གཤིང་ལེན་	Mi ལྷན་	Do ཡུར་	Di དངམར་	Di དངམར་	Do ཡུར་	Sa མེན་

SYMBOLS












-  Vollmond
-  Halbmond
-  Neumond
-  Vollständige Sonnenfinsternis
-  Teil-Sonnenfinsternis
-  Vollständige Mondfinsternis
-  Teil-Mondfinsternis
-  Klösterliche Bekenntnis oder Sodschong
-  Guru-Pudscha und Tsok-Rituale
-  Dharma-Feste
-  Tibetische Feste

DIE ENERGIE DER ELEMENTE





-  Erde
-  Wasser
-  Feuer
-  Wind

In der tibetischen Astrologie wird beschrieben, wie die vier Elemente, **Erde**, **Wasser**, **Feuer** und **Wind** unsere Tage beeinflussen. Entweder dominiert die doppelte Kraft eines Elements oder die Vereinigung von zwei Elementen. Entsprechend der zusammenpassenden oder nicht-zusammenpassenden Natur der Elemente sind die Tage für bestimmte Aktivitäten günstig oder ungünstig. Es ist etwas, das man berücksichtigen kann, wenn man die Wahl hat.











རིམ་འོད་མཚོན་རྟགས་

-  ཉ་
-  བརྒྱད་
-  རྩུན་
-  ཉི་འཛིན་ཆ་ཆང་
-  ཉི་འཛིན་ཆ་བས་
-  ལྷ་འཛིན་ཆ་ཆང་
-  ལྷ་འཛིན་ཆ་བས་
-  ལོ་ལྷོ་རྩུང་
-  མོ་བུ་ཉི་ལྷོ་
-  ཚོས་ཀྱི་དུས་ཚེན་
-  བོད་ཀྱི་དུས་ཚེན་

འཕྲུང་བའི་འཕྲོད་རྒྱུ་

-  ས་
-  མེ་
-  མི་
-  རྩུང་







ELEMENT-KOMBINATIONEN

-  **Erde-Erde: Günstig.** Das zweifache Zusammentreffen von Erde bringt Verwirklichung. Verwirklichung bringt das Erfüllen aller Wünsche.
ས་གཉིས་ནང་འཕྲང་དངོས་གྲུབ་རྒྱུ་། །དངོས་གྲུབ་རྒྱུར་བས་ཅི་བསམ་ལགུབ།
-  **Wasser-Wasser: Günstig.** Das zweifache Zusammentreffen von Wasser bringt Nektar. Nektar steigert die Lebenskraft.
ཚུ་གཉིས་ནང་འཕྲང་བདུད་རྩི་རྒྱུ་། །བདུད་རྩི་རྒྱུར་བས་ཚེ་རྩོབས་འཕེལ།
-  **Erde-Wasser: Günstig.** Das Zusammentreffen von Erde und Wasser bringt Jugend. Jugend bringt großes Glück.
ས་ཚུ་འཕྲང་པ་ལང་ཚོ་རྒྱུ་། །ལང་ཚོ་རྒྱུར་བས་མིན་ཏུ་སྤྱོད།
-  **Feuer-Feuer: Günstig.** Das zweifache Zusammentreffen von Feuer bringt Zunehmen. Dies erweitert Nahrung und Reichtum.
མི་གཉིས་ནང་འཕྲང་འཕེལ་འཕྲུར་རྒྱུ་། །འཕེལ་འཕྲུར་རྒྱུར་བས་ཟས་གོས་རྩེད།
-  **Wind-Wind: Günstig.** Das zweifache Zusammentreffen von Wind bringt Vervollkommnung. Vervollkommnung führt zum schnellen Erreichen der Wünsche.
རྩུང་གཉིས་ནང་འཕྲང་ཕྱན་ཚུགས་རྒྱུ་། །ཕྱན་ཚུགས་རྒྱུར་བས་བསམ་ལྷུར་ལགུབ།
-  **Feuer-Wind: Günstig.** Das Zusammentreffen von Feuer und Wind bringt Stärke. Stärke bringt alle guten Omen.
མི་རྩུང་འཕྲང་པ་རྩོབས་ལྡན་རྒྱུ་། །རྩོབས་ལྡན་རྒྱུར་བས་བཀྲ་མིས་འིེད།
-  **Erde-Wind: Ungünstig.** Das Zusammentreffen von Erde und Wind bringt Unverträglichkeit. Unverträglichkeit erschöpft Nahrung und Reichtum.
ས་རྩུང་འཕྲང་པ་མི་འཕྲོད་རྒྱུ་། །མི་འཕྲོད་རྒྱུར་བས་ཟས་མོར་འཛོད།
-  **Wasser-Wind: Ungünstig.** Das Zusammentreffen von Wasser und Wind bringt Unstimmigkeit. Unstimmigkeit trennt Freunde.
ཚུ་རྩུང་འཕྲང་པ་མི་མཐུན་རྒྱུ་། །མི་མཐུན་རྒྱུར་བས་གཉིན་བཤེས་འཁྲེད།
-  **Erde-Feuer: Ungünstig.** Das Zusammentreffen von Erde und Feuer bringt Brennen. Brennen erzeugt Leiden.
ས་མི་འཕྲང་པ་སྲིག་པའི་རྒྱུ་། །སྲིག་པའི་རྒྱུར་བས་སྐྱལ་བསམ་བསྐྱེད།
-  **Feuer-Wasser: Ungünstig.** Das Zusammentreffen von Feuer und Wasser bringt Tod. Tod raubt das Leben.
མི་ཚུ་འཕྲང་པ་འཚི་བའི་རྒྱུ་། །འཚི་བའི་རྒྱུར་བས་སྲིག་འཕྲོག་འིེད།

1	Di	Neujahr
2	Mi	
3	Do	
4	Fr	
5	Sa	
6	So	Dreikönig
7	Mo	
8	Di	
9	Mi	
10	Do	
11	Fr	
12	Sa	
13	So	
14	Mo	
15	Di	
16	Mi	
17	Do	
18	Fr	
19	Sa	
20	So	
21	Mo	
22	Di	
23	Mi	
24	Do	
25	Fr	
26	Sa	
27	So	
28	Mo	
29	Di	
30	Mi	
31	Do	

		△△	532	26
		○△	93	27
		△△	45	28
		□□	315	29
		□□ ☀️ 🌑 🌒	123	30
		△○	90	1
		○○	21	2
		□△	532	3
		□○	93	3
		○△	45	4
		□□	315	5
		□△	123	6
		△○	90	7
		○○ 0	21	8
		△○	532	9
		○△ ✨	93	10
		△△	45	11
		□△	315	12
		□△	123	13
		△○ 🌒	90	14
		○△ 🌑 ○	21	15
		△△	532	16
		○○	93	18
		△△	45	19
		□△	315	20
		□△	123	21
		△△	90	22
		○△	21	23
		△△	532	24
		△○ ✨	93	25
		□△	45	26





1	Fr	
2	Sa	
3	So	Danksagung an alle Dharma-Beschützer
4	Mo	
5	Di	Tibetisches Neujahr
6	Mi	
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	
10	So	
11	Mo	
12	Di	
13	Mi	
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	Mo	
19	Di	Buddhas große Wundertaten
20	Mi	
21	Do	
22	Fr	Kyabdsche Rabten Parinirvana
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	
27	Mi	
28	Do	

	□□	སྤྲུལ་པ་	27
	□○	ལྷན་	28
	△○ 	དུས་གཟིགས།	ལྷོ་ 29
	□○ 		ཇུག་ 30
	□△ 	སྤྱི་ཚེས་གསལ་པོ།	དུས་རྒྱུད་ 1
	○○		ལྷན་ 2
	○△		ལྷོ་ 3
	□□		སྤྲུལ་པ་ 4
	□△		ལྷན་ 5
	△○		ལྷོ་ 6
	○○		ཇུག་ 6
	△△		དུས་རྒྱུད་ 7
	△○ 0		ལྷན་ 8
	△△		ལྷོ་ 9
	□□ 		སྤྲུལ་པ་ 11
	□△		ལྷན་ 12
	△○		ལྷོ་ 13
	○△		ཇུག་ 14
	△△ ○ 	མཁའ་ལྷུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་།	དུས་རྒྱུད་ 15
	△○		ལྷན་ 16
	△△		ལྷོ་ 17
	□△ 	ལྷན་པོའི་རྒྱུ་ལྷན་པོའི་རྒྱུ་།	སྤྲུལ་པ་ 18
	□△		ལྷན་ 19
	△△		ལྷོ་ 20
	○△		ཇུག་ 21
	△△		དུས་རྒྱུད་ 22
	□○		ལྷན་ 23
	□△		ལྷོ་ 24

1	Fr	
2	Sa	
3	So	
4	Mo	
5	Di	
6	Mi	
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	
10	So	
11	Mo	
12	Di	
13	Mi	
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	Mo	
19	Di	
20	Mi	
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	
27	Mi	
28	Do	
29	Fr	
30	Sa	
31	So	

		□○	✿	शुक्र	25
		□○		शुक्र	26
		□△		शु	27
		□○		शु	28
		□△	☉	शुक्र	29
		○○	●	शुक्र	30
		□◐		शु	1
		□△		शुक्र	2
		□○		शुक्र	3
		△○		शु	4
		○◐		शु	5
		△△		शुक्र	6
		△○		शुक्र	7
		□◐	○	शु	8
		□◐		शुक्र	9
		□○	✿	शुक्र	10
		△◐		शु	11
		△○		शु	12
		△○		शुक्र	13
		△○	☉	शुक्र	14
		△◐	○	शु	15
		□◐		शुक्र	17
		□◐		शुक्र	18
		△◐		शु	19
		○◐		शु	20
		△△		शुक्र	21
		□○		शुक्र	22
		□◐		शु	23
		□○		शुक्र	24
		□○	✿	शुक्र	25
		□△		शु	26

1	Mo	
2	Di	
3	Mi	
4	Do	
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	Mo	
9	Di	
10	Mi	
11	Do	
12	Fr	
13	Sa	
14	So	
15	Mo	
16	Di	
17	Mi	
18	Do	
19	Fr	Karfreitag
20	Sa	
21	So	Ostern
22	Mo	
23	Di	
24	Mi	
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	Mo	
30	Di	

	□○	बुध	27
	△○	दशर	28
	□○ 	शुक्र	28
	△△	शुक्र	29
	□○ ●	शुक्र	30
	□○	शुक्र	1
	△△	शुक्र	2
	△○	बुध	3
	△△	दशर	4
	△○	शुक्र	5
	४४	शुक्र	6
	□○	शुक्र	7
	□४ 0	शुक्र	8
	△△ 	शुक्र	10
	○○	बुध	11
	△△	दशर	12
	△○	शुक्र	13
	४४ 	शुक्र	14
	□४ ○	शुक्र	15
	□४	शुक्र	16
	△△	शुक्र	17
	△○	बुध	18
	□△	दशर	19
	□○	शुक्र	20
	○४	शुक्र	21
	□○	शुक्र	22
	□□	शुक्र	23
	□△	शुक्र	24
	○○ 	बुध	25
	□△	दशर	26

1	Mi
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	Mo
7	Di
8	Mi
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	Mo
14	Di
15	Mi
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	Mo
21	Di
22	Mi
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	Mo
28	Di
29	Mi
30	Do
31	Fr







	□○	ਭੁੱਖ	27
	△△	ਫੈਲ	28
	□○	ਭੁੱਖ	29
	□○	ਭੁੱਖ	30
	△△	ਭੁੱਖ	1
	△○	ਭੁੱਖ	2
	△△	ਭੁੱਖ	3
	□○	ਭੁੱਖ	4
	△△	ਫੈਲ	5
	□○	ਭੁੱਖ	6
	□△	ਭੁੱਖ	7
	△△	ਭੁੱਖ	8
	○○	ਭੁੱਖ	9
	△△	ਭੁੱਖ	10
	○○	ਭੁੱਖ	11
	△△	ਫੈਲ	12
	□△	ਭੁੱਖ	14
	□△	ਭੁੱਖ	15
	△△	ਭੁੱਖ	16
	□○	ਭੁੱਖ	17
	□△	ਭੁੱਖ	18
	○○	ਭੁੱਖ	19
	○○	ਫੈਲ	20
	□□	ਭੁੱਖ	21
	□□	ਭੁੱਖ	22
	□△	ਭੁੱਖ	22
	○○	ਭੁੱਖ	23
	□△	ਭੁੱਖ	24
	△○	ਭੁੱਖ	25
	○○	ਫੈਲ	26
	□○	ਭੁੱਖ	27

1 Sa	
2 So	
3 Mo	
4 Di	
5 Mi	
6 Do	
7 Fr	
8 Sa	
9 So	Pfingsten
10 Mo	
11 Di	
12 Mi	
13 Do	
14 Fr	
15 Sa	
16 So	
17 Mo	Buddhas Geburt, Erleuchtung, Parinirvana
18 Di	
19 Mi	
20 Do	
21 Fr	
22 Sa	
23 So	
24 Mo	
25 Di	
26 Mi	
27 Do	
28 Fr	
29 Sa	
30 So	

	☐◐	☸	ལྷན་	28
	△△		ལྷན་	29
	△○	●	ལུང་	30
	☐△		འཕྲུལ་	1
	○◐		ལྷན་	2
	○◐		ལྷན་	3
	☐◐		འཕྲུལ་	4
	☐△		ལྷན་	5
	△○		ལྷན་	7
	△○	○	ལུང་	8
	△△		འཕྲུལ་	9
	○◐	☸	ལྷན་	10
	◐◐		ལྷན་	11
	☐◐		འཕྲུལ་	12
	☐◐		ལྷན་	13
	☐△	☸	ལྷན་	14
	☐○	☸	ལུང་	15
	☐△		འཕྲུལ་	16
	○○		ལྷན་	17
	○◐		ལྷན་	18
	☐☐		འཕྲུལ་	19
	☐☐		ལྷན་	20
	△○		ལྷན་	21
	☐○		ལུང་	22
	△△		འཕྲུལ་	23
	○○		ལྷན་	24
	○◐	☸	ལྷན་	25
	☐◐		འཕྲུལ་	26
	☐△		ལྷན་	27
	△△		ལྷན་	28

སྐུ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་

1	Mo	
2	Di	
3	Mi	
4	Do	
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	Mo	
9	Di	
10	Mi	
11	Do	
12	Fr	
13	Sa	
14	So	
15	Mo	
16	Di	Opfergaben an alle Beschützer
17	Mi	
18	Do	
19	Fr	
20	Sa	
21	So	
22	Mo	
23	Di	
24	Mi	
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	Mo	
30	Di	
31	Mi	

		□○		भा	29
		△△		दशर	30
		○○		अम	1
		△△		दश	2
		□△		अम	3
		□○		दश	4
		△△		ॐ	5
		△○		भा	6
		△△		दशर	7
		○○	0	अम	8
		△△		दश	10
		□△		अम	11
		□△		दश	12
		□△		ॐ	13
		□○		भा	14
		△○		दशर	15
		○○		अम	16
		□△		दश	17
		□□		अम	18
		□○		दश	18
		□△		ॐ	19
		△○		भा	20
		△○		दशर	21
		○○		अम	22
		○○		दश	23
		□△		अम	24
		□△		दश	25
		△△		ॐ	26
		□○		भा	27
		△△		दशर	28
		○○		अम	29

विष्णु शक्ति मंत्र

1	Do	
2	Fr	
3	Sa	
4	So	Buddhas erstes Drehen des Rades des Dharma
5	Mo	
6	Di	
7	Mi	
8	Do	
9	Fr	
10	Sa	
11	So	
12	Mo	
13	Di	
14	Mi	
15	Do	
16	Fr	
17	Sa	
18	So	
19	Mo	
20	Di	
21	Mi	
22	Do	
23	Fr	
24	Sa	
25	So	
26	Mo	
27	Di	
28	Mi	
29	Do	
30	Fr	
31	Sa	

		☺☺ ●	ལྷན་	30
		☐☐	སྤྲུལ་	1
		☐☐	ལྷན་	3
	ཆོས་འཕྲུལ་དང་སྤྲུལ་ཆོས།	☐☐	ལྷན་	4
		☺☺	ལྷན་	5
		☐☐	སྤྲུལ་	6
		☺☺	ལྷན་	7
		☺☺ 0	ལྷན་	8
		☐☐	སྤྲུལ་	9
		☐☐	ལྷན་	10
		☐☐	ལྷན་	11
		☺☺	ལྷན་	12
		☐☐	སྤྲུལ་	13
		☐☐	ལྷན་	14
		☐☐ 0	ལྷན་	15
		☐☐	སྤྲུལ་	16
		☐☐	ལྷན་	17
		☐☐	ལྷན་	18
		☐☐	ལྷན་	19
		☐☐	སྤྲུལ་	20
		☺☺	ལྷན་	21
		☐☐	ལྷན་	22
		☐☐	སྤྲུལ་	23
		☐☐	ལྷན་	24
		☐☐	ལྷན་	25
		☺☺	ལྷན་	26
		☐☐	སྤྲུལ་	27
		☺☺	ལྷན་	28
		☐☐	སྤྲུལ་	29
		☐☐ ●	སྤྲུལ་	30
		☐☐	ལྷན་	1

1	So	
2	Mo	
3	Di	
4	Mi	
5	Do	
6	Fr	
7	Sa	
8	So	
9	Mo	Rishi-Stern
10	Di	*
11	Mi	*
12	Do	*
13	Fr	*
14	Sa	*
15	So	*
16	Mo	
17	Di	
18	Mi	
19	Do	
20	Fr	
21	Sa	
22	So	
23	Mo	
24	Di	
25	Mi	
26	Do	
27	Fr	
28	Sa	
29	So	
30	Mo	

		△△	☾	2
		○▷	☾	3
		△▷	☾	4
		○▷	☾	6
		△▷	☾	7
		□□	☾	8
		□□	☾	9
		□△	☾	10
	ਸ਼ੁਕਰ ਕ੍ਰਮ ਪੰਜ	○○	☾	11
		△○	☾	12
		□○	☾	13
		□▷	☾	14
		□○	☾	15
		□□	☾	15
		△△	☾	16
		○○	☾	17
		△○	☾	18
		○▷	☾	19
		△▷	☾	20
		□△	☾	21
		□□	☾	22
		△▷	☾	23
		○○	☾	24
		△▷	☾	25
		△○	☾	26
		○▷	☾	27
		□△	☾	29
		□△	☾	30
		△▷	☾	1
		○▷	☾	2

1	Di	
2	Mi	
3	Do	
4	Fr	
5	Sa	
6	So	
7	Mo	
8	Di	
9	Mi	
10	Do	
11	Fr	
12	Sa	
13	So	
14	Mo	
15	Di	Tridschang Tschoktul Geburtstag
16	Mi	
17	Do	
18	Fr	
19	Sa	
20	So	
21	Mo	
22	Di	
23	Mi	
24	Do	
25	Fr	
26	Sa	
27	So	
28	Mo	
29	Di	
30	Mi	
31	Do	

		△△	5	3
		○△	4	4
		△△	5	5
		□□	6	6
		□□	7	7
		△○ 0	8	8
		○○	9	9
		□△ ✿	10	10
		□○	11	11
		○△	12	12
		□□	13	13
		□△ ☸	14	14
		△○ ○	15	15
		○○	16	16
	ཐའི་ལྷན་མཚོགས་སྐུ་ལ་ལུང་སྐར།	△○	17	17
		○△	18	18
		△△	19	19
		□△	20	20
		□□	21	21
		△△	22	22
		○○	23	23
		△△	24	24
		△○ ✿	25	25
		○△	26	26
		□△	27	27
		□△	28	28
		△△ ☸	29	29
		○△ ●	30	30
		△△	2	2
		△○	3	3
		□△	4	4







1	Fr	Allerheiligen
2	Sa	
3	So	
4	Mo	Rabten Tschoktul Geburtstag
5	Di	
6	Mi	
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	Kyabdsche Tridschang Parinirvana
10	So	
11	Mo	
12	Di	
13	Mi	
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	Mo	Ling Tschoktul Geburtstag
19	Di	Buddhas Rückkehr vom Reich der Devas
20	Mi	
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	
27	Mi	
28	Do	
29	Fr	
30	Sa	

		□□		སྤྱི་ལོ་	5
		□○		ལྷན་	6
		△○		ལྷོ་	7
		□○	0	ལུ་	8
		□△		འཇམ་	9
		○○	✿	མཉམ་	10
		○△		ལྷོ་	10
		□□		སྤྱི་ལོ་	11
		□△	✿	ལྷན་	12
		△○		ལྷོ་	13
		○○	🕉️	ལུ་	14
		△△	○	འཇམ་	15
		△○		མཉམ་	16
		△△		ལྷོ་	17
		□□		སྤྱི་ལོ་	18
		□△		ལྷན་	19
		△○		ལྷོ་	20
		○△		ལུ་	21
		△△	✿	འཇམ་	22
		○○		མཉམ་	23
		△△		ལྷོ་	24
		□△	✿	སྤྱི་ལོ་	26
		□△		ལྷན་	27
		△△		ལྷོ་	28
		○△	🕉️	ལུ་	29
		△△	●	འཇམ་	30
		□○		མཉམ་	1
		□△		ལྷོ་	2
		□○		སྤྱི་ལོ་	3
		□○		ལྷན་	4

1	So	
2	Mo	
3	Di	
4	Mi	
5	Do	
6	Fr	
7	Sa	
8	So	
9	Mo	
10	Di	
11	Mi	
12	Do	
13	Fr	
14	Sa	
15	So	
16	Mo	
17	Di	Kyabdsche Ling Parinirvana
18	Mi	
19	Do	
20	Fr	
21	Sa	Dsche Tsongkhapa Parinirvana
22	So	
23	Mo	
24	Di	
25	Mi	Weihnachten
26	Do	
27	Fr	
28	Sa	
29	So	
30	Mo	
31	Di	

		△○	ལྷོ	5
		□○	ཇམ	6
		□△	དུས་རྒྱུད	7
		○○ ○	ལྷན	8
		□◐	ལྷོ	9
		□△ ☸	སྐུ་སྐྱེས་ལོ་རྒྱུས་ལྷན	10
		□○	ལྷན	11
		△○	ལྷོ	12
		○◐	ཇམ	13
		△△ ☸	དུས་རྒྱུད	14
		△○	ལྷན	14
		□◐ ○	ལྷོ	15
		□◐	སྐུ་སྐྱེས་ལོ་རྒྱུས་ལྷན	16
		□○	ལྷན	17
		△◐	ལྷོ	19
		△○	ཇམ	20
	ལྷན་ལྷོ་སྐུ་སྐྱེས་དགོངས་ལྷོག་ལོ།	△○ ☸	དུས་རྒྱུད	21
		△○	ལྷན	22
		△◐	ལྷོ	23
		□◐	སྐུ་སྐྱེས་ལོ་རྒྱུས་ལྷན	24
	དགའ་བུ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ།	□◐ ☸☸	ལྷན	25
		△◐	ལྷོ	26
		○◐	ཇམ	27
		△△	དུས་རྒྱུད	28
		□○ ☸	ལྷན	29
		□◐ ☀️🌑	ལྷོ	30
		□○	སྐུ་སྐྱེས་ལོ་རྒྱུས་ལྷན	1
		□○	ལྷན	2
		□△	ལྷོ	3
		□○	ཇམ	4
		△○	དུས་རྒྱུད	5

1	Mi	Zehn gute Omen
2	Do	
3	Fr	
4	Sa	
5	So	
6	Mo	Dreikönig
7	Di	
8	Mi	
9	Do	
10	Fr	
11	Sa	
12	So	
13	Mo	
14	Di	Dschetsün Tschögi Gyältsen Parinirvana
15	Mi	
16	Do	
17	Fr	
18	Sa	
19	So	
20	Mo	
21	Di	
22	Mi	
23	Do	
24	Fr	
25	Sa	
26	So	
27	Mo	
28	Di	
29	Mi	
30	Do	
31	Fr	

	བཟང་པོ་བཅུ་འཛོམས།	☐		ཉམ	6
		△△		མུ	7
		☐	0	སྐྱེས	8
		☐		ལྷན	9
		△		ལྷ	10
		○		ལམ	11
		△△		དམར	12
		△		ཉམ	13
		☐		མུ	14
		☐	● ○	སྐྱེས	15
		☐		ལྷན	16
		△		ལྷ	17
		△		ལམ	18
	ལྷ་བཅུ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་དགོངས་རྒྱལ།	△		དམར	19
		△		ཉམ	20
		●		མུ	21
		☐		སྐྱེས	22
		☐		ལྷན	24
		△		ལྷ	25
		△		ལམ	26
		☐△		དམར	27
		☐		ཉམ	28
		○		མུ	29
		☐	●	སྐྱེས	30
		☐		ལྷན	1
		☐△		ལྷ	2
		○○		ལམ	3
		☐△		དམར	4
		☐		ཉམ	5
		△		མུ	5
		☐		སྐྱེས	6

1	Sa	
2	So	
3	Mo	
4	Di	
5	Mi	
6	Do	
7	Fr	
8	Sa	
9	So	
10	Mo	
11	Di	
12	Mi	
13	Do	
14	Fr	
15	Sa	
16	So	
17	Mo	
18	Di	
19	Mi	
20	Do	
21	Fr	
22	Sa	Danksagung an alle Dharma-Beschützer
23	So	
24	Mo	Tibetisches Neujahr
25	Di	
26	Mi	
27	Do	
28	Fr	
29	Sa	

		□○	ལྷན་	7
		△△ 0	ལྷན་	8
		△○	ལུང་	9
		△△ ✿	འཇམ་མཁའ་	10
		□○	ལྷན་	11
		⊂⊂	ལྷན་	12
		□○ ✿	འཇམ་མཁའ་	13
		□⊂	ལྷན་	14
		△△ ○	ལྷན་	15
		○○	ལུང་	16
		△△	འཇམ་མཁའ་	17
		△○	ལྷན་	19
		⊂⊂	ལྷན་	20
		□⊂	འཇམ་མཁའ་	21
		□⊂	ལྷན་	22
		△△	ལྷན་	23
		□○	ལུང་	24
		□△ ✿	འཇམ་མཁའ་	25
		○○	ལྷན་	26
		○⊂	ལྷན་	27
		□□	འཇམ་མཁའ་	28
		□□ ✿ ✿	ལྷན་	29
		□△ ●	ལྷན་	30
		○○ ༄	ལུང་	1
		□△	འཇམ་མཁའ་	2
		△○	ལྷན་	3
		○⊂	ལྷན་	4
		□○	འཇམ་མཁའ་	5
		□⊂	ལྷན་	6

དུས་ལའོ་འོ་

མེད་ལྷན་གྱི་ལོ་གསལ་

1	So	
2	Mo	
3	Di	
4	Mi	
5	Do	
6	Fr	
7	Sa	
8	So	
9	Mo	Buddhas große Wundertaten
10	Di	
11	Mi	
12	Do	Kyabdsche Rabten Parinirvana
13	Fr	
14	Sa	
15	So	
16	Mo	
17	Di	
18	Mi	
19	Do	
20	Fr	
21	Sa	
22	So	
23	Mo	
24	Di	
25	Mi	
26	Do	
27	Fr	
28	Sa	
29	So	
30	Mo	
31	Di	

		△△		ལྷོ	7
		△○	0	ཇམ	8
		□△		དུས་རབས་	9
		○△	✿	ཤར་བུ་	10
		○△		ལྷོ	11
		□△		སྤྱི་ལོ་	12
		□△		ལྷོ	13
		△○		ལྷོ	14
	མོ་ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོ་	△○	○	ཇམ	15
		△△		དུས་རབས་	16
		○△		ཤར་བུ་	17
	ལྷོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་	△△	✿	ལྷོ	18
		□△		སྤྱི་ལོ་	19
		□△		ལྷོ	20
		△△		ལྷོ	21
		□○		ཇམ	22
		□△		དུས་རབས་	24
		○○	✿	ཤར་བུ་	25
		○△		ལྷོ	26
		□□		སྤྱི་ལོ་	27
		□□		ལྷོ	27
		△○		ལྷོ	28
		□○	✿	ཇམ	29
		△△	●	དུས་རབས་	30
		○○		ཤར་བུ་	1
		○△		ལྷོ	2
		□△		སྤྱི་ལོ་	3
		□△		ལྷོ	4
		△△		ལྷོ	5
		△○		ཇམ	6
		□△		དུས་རབས་	7



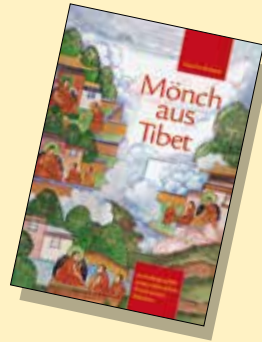
Edition Rabten

e-mail: info@editionrabten.com
www.editionrabten.eu

Gesche Rabten

Mönch aus Tibet

Auf Deutsch, Englisch, Französisch, Ungarisch, Finnisch, Tschechisch, Rumänisch und Japanisch erhältlich.



Gesche Rabten

Der Geist und seine Funktionen

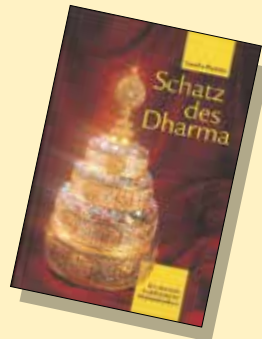
Auf Deutsch, Englisch und Französisch erhältlich.



Gesche Rabten

Schatz des Dharma

Auf Deutsch, Englisch, Französisch, Rumänisch und Tschechisch erhältlich.



Gesche Rabten

Lerne zu meditieren

Auf Deutsch, Englisch, Französisch und Finnisch erhältlich.



Auch als eBook erhältlich!



Rabten Dharma - Zentren



Rabten Choeling

Mont-Pèlerin, Switzerland

Centre for Higher Tibetan Studies
CH-1801 Le Mont-Pèlerin
Tel: +41 21 9213600 • info@rabten.ch



Tashi Rabten

Frastanz/Vorarlberg, Austria

Letzehof
A-6800 Feldkirch
Tel: +43 720 510 880 • info@rabten.at



Deleg Rabten

Grinzens/Innsbruck, Austria

Neder 16
A-6094 Grinzens
Tel: +43 650 6358588 • tirol@rabten.at



Püntsok Rabten

München, Germany

Fruntsbergstr. 31
D-80634 München
Tel: +49 89 160020 • puntsok@rabten.eu



Rabten Jigme Ling

Den Haag, The Netherlands

Stationsweg 95-C, 2515 BK Den Haag
Tel: +31 70 380 02 73, +31 6 38 75 71 16
denhaag@rabten.eu



Rabten Djangtchoub Ling

Côte d'Azur, France

480 chemin Sainte-Trinide
F-83110 Sanary/mer
Tel: +33 6 87 43 91 43 • sanary@rabten.eu



Rabten Tashi Ling

Balaton, Hungary

Magyar Tibeti Központ, Pf. 23
H-8648 Balatonkeresztúr
Tel: +36 30 5088388 • balaton@rabten.eu



Rabten Čhodarling

Liberec, Czech Republic

Kubelikova 86
460 07 Liberec IX - Janův Důl
Tel: +420 48 2400059 • liberec@rabten.eu



European

Rabten Buddhist Institute

Lumbini, Nepal, West Monastic Zone-9

Tel: +977 9841307670, +977 71580013
lumbini@rabten.eu



Sinhalese

Rabten Dharma Centre

Ashokapura, Kannattiya, Mihintale, Sri Lanka

Tel: +94 717617070
ashokapura@rabten.eu



Rabten Choeling

Zentrum für höhere tibetische Studien
1801 Mont-Pèlerin, Schweiz

Tel +41/21 9213600 • info@rabten.ch

༄༅། དགེ་ལེགས་འཕེལ།

སཀམ་རྒྱལ།

सर्वमङ्गलं।

Mögen Erbarmen und Weisheit überall wachsen!

www.rabten.eu