Audio-CD zum Film DAS WISSEN VOM HEILEN von Franz Reichle

Inhalt

HEILMEDITATION
mit Mantras, Gebeten, Pujas und traditionellen Instrumenten tibetischer Ärzte, Nonnen und Mönche

08:28	1	Es wird Tag auf dem Pilgerrundgang in Dharamsala
00:32	2	Mantra des Medizin-Buddhas, gesprochen von Dr. Tenzin Choedrak
14:38	3	Ärzte und Medizinstudenten rezitieren Mantras im Men-Tsee-Khang-Tempel
15.41	4	Gebet der Nonnen des Shugsep-Klosters Dharamsala
11:43	5	Puja mit S.H. dem Dalai Lama im Norbulingka-Tempel bei Dharamsala
04:43	6	Dungchen (lange Hörner)
01:32	7	Gyaling (Blasinstrumente)
01:13	8	Kangdung (kurze gebogene Hörner)
01:35	9	Rölmo (Zimbeln)
01:18	10	Silnyen (Zimbeln)
02:19	11	Dinga (Trommel)
03:17	12	Tsog 1 (alle Instrumente)
01:11	13	Tsog 2 (alle Instrumente)
04:43	14	Begrüssungsklänge für S.H. den Dalai Lama in der Norbulingka-Anlage bei Dharamsala

73 Minuten Spielzeit

Originalaufnahmen: Dieter Meyer
Photos: T&C Film AG, CH-Zürich www.tcfilm.ch
Artwork: Karin Fanger Schiesser, Ursula Roder, Küsnacht
Produktion/Copyright: DIGITON
Jürg von Allmen, CH-Zürich © 1997
DDD CD 00901
www.digiton.ch / mail@digiton.ch

Audio-CD zum Film DAS WISSEN VOM HEILEN von Franz Reichle

Beschreibungen

HEILMEDITATION
mit Mantras, Gebeten, Pujas und traditionellen Instrumenten tibetischer Ärzte, Nonnen und Mönche

08:28 **1**
Es wird Tag im steilen und dicht bewaldeten Berghang oberhalb des nordindischen Dharamsala. Die ersten Sonnenstrahlen beleuchten die Bergspitzen des Himalajas und dringen allmählich in den üppigen Wald bis zum tibetischen Pilgerweg hinunter, der sich nur wenige hundert Meter vom jetzigen Wohnsitz des Dalai Lama befindet. Vögel versammeln sich und fliegen den Sonnenstrahlen entgegen. Inder treiben in der Nähe ihre Lastesel, mit Steinen beladen, den rauhen Bergweg hoch. In den schmalen Strassen von Dharamsala, tief unter uns, regt sich der frühe Verkehr der unzähligen Händler. Tibeterinnen und Tibeter spazieren betend den Pilger-Höhenweg entlang, drehen die zahlreichen kleinen Gebetsmühlen und die grosse Gebetsmühle mit dem Glöcklein.

00:32 **2**
Mantra des Medizin-Buddhas, gesprochen von Dr. Tenzin Choedrak, persönlicher Leibarzt Seiner Heiligkeit des Dalai Lamas: TADYATHA AUM BHAISHJYA, BHAISHJYA MAHA, BHAISHJYA RAJA SA-MUD, GA-TE SVAHA.

«Ein tibetischer Arzt aktiviert und verstärkt die Wirksamkeit eines Medikamentes, indem er das Mantra des Medizin-Buddhas rezitiert.» (1)

Mantra (Skrt.) = kraftgeladene Silbe oder Folge von Silben, die bestimmten kosmischen Kräften und Aspekten der Buddhas Ausdruck gibt. Die ständige Wiederholung von Mantras wird als Form von Meditation in buddhistischen Schulen geübt. (2)

14:38 **3**
Mantra-Rezitation der Medizinstudentinnen und -studenten des Medizininstitutes «Men-Tsee-Khang» in Dharamsala, unter Anleitung eines Mönchs und tibetischen Ärzten. Das Üben von Mantra-Rezitationen gehört zum Studium der tibetischen Medizin, weil die buddhistische Philosophie deren geistige Grundlage bildet.

15:41 **4**
Abendgebet der Nonnen im Tempel des Shugsep-Nonnenklosters in Dharamsala.

11:43 **5**
Puja. Reinigungs-Zeremonie mit Seiner Heiligkeit Tenzin Gyatso XIV. Dalai Lama von Tibet, im neuen Norbulingka-Tempel in der Nähe von Dharamsala, anlässlich seiner Einweihung am 8. November 1995.

04:43 **6**

Dungchen ist eine Trompete aus Kupfer oder Silber. Sie ist aus drei Teilen gefertigt, welche sich ineinanderfügen. Wegen ihrer Grösse und ihrem Gewicht (die Länge kann mehr als vier Meter betragen) wird der Schalltrichter, während dem Spiel auf den Boden oder auf eine Unterlage gestellt. Bei Prozessionen wird sie von einem Mönch vorne getragen. Dungchen wird in Zeremonien und Prozessionen gespielt. Die meisten Trompeten werden paarweise, identisch fabriziert und auch paarweise gespielt.

01:32 **7**
Gyaling ist eine Trompete mit sieben Löchern in gleicher Distanz und einem achten Loch für den Daumen. Der Holzkörper ist konisch. Beim Mundstück dient ein Metallring zum Stützen der Lippen. Der Schalltrichter ist aus Kupfer oder Silber. Ausser bei einigen Prozessionen, wo ein einzelner Musiker den Umzug eröffnet, wird auch Gyaling paarweise gespielt.

01:13 **8**
Kangdung ist eine kurze Trompete aus einem Tierhorn. An einem Ende wird ein Mundstück, am anderen ein Schalltrichter befestigt. Auch Kangdung wird paarweise fabriziert und gespielt.

01:35 **9**
Rölmo ist ein dickes Zimbeln-Paar. Der Rand ist leicht angehoben, die Ausbuchtung in der Mitte entspricht etwa der Hälfte des Gesamtdurchmessers. Durch zwei Riemen werden sie in den Händen gehalten. Oft ist Rölmo auf der Innenseite der Ausbuchtung rot gefärbt. Während dem Spiel werden die Zimbeln horizontal gehalten, die Bewegung ist vertikal. Sie werden sowohl bei Zeremonien, wie auch bei Prozessionen gespielt.

01:18 **10**
Silnyen hat im Vergleich zu Rölmo einen helleren Ton. Diese Zimbeln sind weniger dick und dadurch leichter. Der zentrale Knauf jeder Zimbel dient als Griff. Dieses Instrument wird im Tempel, sowie bei Prozessionen benutzt. Die Silnyen werden vertikal gehalten, die Bewegung beim Spielen ist horizontal.

02:19 **11**
Dinga ist eine Trommel, die meistens mit zwei grün gefärbten Pferdehäuten bespannt ist. Mit einem Griff wird sie in der Hand gehalten, zum Spielen wird ein sichelförmiger Stock benutzt. Das Gehäuse aus Holz ist oft geschnitzt oder mit Ornamenten bemalt.

03:17 **12** und 01:11 **13**
Tsog. Zusammenspiel aller Instrumente, wie sie bei Zeremonien und Ritualen eingesetzt werden. Zwei Variationen.

04:43 **14**
Begrüssungsklänge. Seine Heiligkeit der Dalai Lama trifft am Morgen des 8. November 1995 in der Norbulingka-Anlage bei Dharamsala ein, um den neuen Tempel einzuweihen. Zu seiner Begrüssung werden auf dem Tempeldach die Instrumente gespielt. Einige Tänzer des traditionellen tibetischen Tanztheaters T.I.P.A. empfangen Ihn vor dem Tempel mit Gesang.

Quellenangaben:
(1) (2) (3) Auszüge aus dem Buch «Das Wissen vom Heilen» von Franz Reichle. Erschienen 2003 im Oeschverlag Zürich www.oeschverlag.ch

Angaben zum Film:
»Das Wissen vom Heilen» 1996.
Regie: Franz Reichle. Produktion und Weltrechte: T&C Film AG, Seestrasse 41a, CH-8002 Zürich, Telefon +41-1-202 36 22, Fax +41-1-202 30 05
www.tcfilm.ch / tcemail@tcfilm.ch

Angaben zur CD:
«Heilmeditation»
mit Mantras, Gebeten, Pujas und traditionellen Instrumenten tibetischer Ärzte, Nonnen und Mönche.

Produktion 1997: DIGITON Jürg von Allmen, Röntgenstr. 32a, CH-8005 Zürich, Telefon +41-1-273 45 45, Fax +41-1-273 45 46
www.digiton.ch / mail@digiton.ch