

Tibetisches Zentrum e.V.  
Hermann-Balk-Str. 106 · D-22147 Hamburg



UNTER DER  
SCHIRMHERRSCHAFT  
S.H. DES 14. DALAI LAMA

#### Gisa Stülpe

Tibetisches Zentrum e.V.  
Stellv. Geschäftsführung  
Hermann-Balk-Str. 106  
D-22147 Hamburg

Tel. +49 (0)40 – 644 92 206  
Fax +49 (0)40 - 644 35 15  
gs@tibet.de  
www.tibet.de

## Tibetische Mönche streuen Sandmandalas Vorführung und Zeremonie

### Was ist ein Mandala?



Der Begriff Mandala stammt aus dem Sanskrit, er bezeichnet meist kreisrunde oder quadratische wunderschöne Bildnisse, die im tibetischen Buddhismus religiöse Bedeutung tragen. Die gestreuten Bildnisse zeigen einen sogenannten Mandala-Palast. In diesem zwei-dimensional abstrahierten Palast werden einzelne oder ganze Versammlungen von Buddhas visualisiert. Buddhas sind erwachte bzw. erleuchtete Wesen. Durch diese Art der Meditation können tiefe Konzentration sowie geistige Qualitäten wie tiefes Mitgefühl und allumfassende Liebe entwickelt werden.



### Wie entsteht ein Mandala?

Mandalas entstehen in stunden- oder tagelanger konzentrativer und meditativer Arbeit. Etwa vier bis sechs gelehrte Mönche der international bekannten Klosteruniversität Sera Je in Südindien (<https://serajeymonastery.org/>) erstellen ein Sandmandala aus Millionen feinsten Sandkörnern, die mit Naturfarben eingefärbt sind. Jedes gestreute Detail, die Formen und Farben haben eine symbolische Bedeutung. Es ist faszinierend, diesen Vorgang über Tage hinweg mit zu verfolgen, bis das Mandala in seiner ganzen Vollkommenheit zu bewundern ist.

#### Konten Hauptverein:

GLS Bank, BLZ 430 609 67, Kto: 305 939 00  
BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00  
Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 460 900 201  
BIC: PBNKDEFF, IBAN DE15 2001 0020 0460 9002 01

#### Flüchtlingshilfe:

Deutsche Bank 24, BLZ 200 700 24, Kto: 946 13 44-04  
BIC: DEUTDE33HAN, IBAN: De54 2007 0024 0946 1344 04  
Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 455 30 209  
BIC: PBNKDEFF IBAN: DE52 2001 0020 0045 5302 09

Vereinsregister VR 8702  
Steuernummer: 17/444/02332  
FA Hamburg-Nord-17

Das Streuen des Mandalas wird durch Gebete und Rezitationen der Mönche begleitet. Nach dem abschließenden Ritual wird das Mandala von den Mönchen zeremoniell wieder aufgelöst. Dies symbolisiert die Vergänglichkeit des Lebens – auch das Mandala ist nicht für die Ewigkeit geschaffen.

### Wo kann man ein Mandala streuen?



Das Streuen von Sandmandalas hat seit einigen Jahren auch Einzug in unsere Kulturlandschaft gehalten. Sandmandalas entstehen in Museen, Kliniken, Universitäten oder an anderen öffentlichen Orten des kulturellen Lebens. Die handwerkliche Kunst, die zur Erstellung eines Sandmandalas nötig ist, die Schönheit des gestalteten Bildnisses und die inspirierende Atmosphäre während des Tuns sind ein kostbarer Beitrag einer jahrtausendealten Kultur. Dies übt auch unabhängig von der buddhistischen Religion eine Faszination aus und zieht viele Interessierte an.

### Welche Rituale begleiten das Streuen eines Mandalas?

Der Tag beginnt mit der Rezitation von Gebeten in Form von schönen Gesängen, welche zum gemeinsamen Meditieren einladen. Tagsüber wird das Mandala gestreut mit kleinen Pausen. Am Abend wird wiederum die Arbeit mit Gebeten beendet.

Ein Mandala wird in der Regel über einen Zeitraum zwischen einem und acht Tagen gestreut. Mit zunehmender Dauer wird die Darstellung entsprechend filigraner, komplexer sowie an Umfang größer. Die beanspruchte Fläche ist meist zwischen 1 bis 2 qm auf einem Holzpodest.

Am Ende wird das Mandala rituell aufgelöst. Der zuvor ausgebreitete Sand wird zu einer bunten Mischung zusammen gefügt und das Meiste davon wird in kleinen Tüten an die Besucher verteilt. Diese bunte Sandmischung ist besonders beliebt. Sie kann als Glücksbringer oder für den Hausaltar verwendet werden. Die verbleibende geringe Menge Sand wird möglichst in ein nahegelegenes fließendes Gewässer.

Während dieser Auflösungszeremonie werden viele Gebete rezitiert und auch der feierliche gemeinsame Gang zum Gewässer ist beeindruckend. Oft ist dieser Teil der Veranstaltung der spektakulärste. Nicht selten findet dies Beachtung in Presse, Rundfunk und Fernsehen.



#### Konten Hauptverein:

GLS Bank, BLZ 430 609 67, Kto: 305 939 00  
 BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00  
 Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 460 900 201  
 BIC: PBNKDEFF, IBAN DE15 2001 0020 0460 9002 01

#### Flüchtlingshilfe:

Deutsche Bank 24, BLZ 200 700 24, Kto: 946 13 44-04  
 BIC: DEUTDEBHAM, IBAN: De54 2007 0024 0946 1344 04  
 Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 455 30 209  
 BIC: PBNKDEFF IBAN: DE52 2001 0020 0045 5302 09

Vereinsregister VR 8702  
 Steuernummer: 17/444/02332  
 FA Hamburg-Nord-17

### Was ist sonst noch üblich beim Streuen eines Mandalas?

Vorträge zur Bedeutung der Mandalas oder angrenzenden Themen sind eine sinnvolle Ergänzung und bereichern das Erleben.

Im Rahmen der Veranstaltungen verkaufen die Mönche Devotionalien – wie z.B. kleine Rollbilder, Malas, Räucherstäbchen etc. und sammeln Spenden für ein Kloster- und Schul-Projekt in ihrer Heimat Tibet.



#### Konten Hauptverein:

GLS Bank, BLZ 430 609 67, Kto: 305 939 00  
BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE83 4306 0967 0030 5939 00  
Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 460 900 201  
BIC: PBNKDEFF, IBAN DE15 2001 0020 0460 9002 01

#### Flüchtlingshilfe:

Deutsche Bank 24, BLZ 200 700 24, Kto: 946 13 44-04  
BIC: DEUTDEBHAM, IBAN: De54 2007 0024 0946 1344 04  
Postbank Hamburg, BLZ 200 100 20, Kto: 455 30 209  
BIC: PBNKDEFF IBAN: DE52 2001 0020 0045 5302 09

Vereinsregister VR 8702  
Steuernummer: 17/444/02332  
FA Hamburg-Nord-17