



Gebete für buddhistische Feiertage

Gebete für buddhistische Feiertage

Inhaltsverzeichnis

I. Buddha - Puja & Tsok	3
II. Prajnaparamita	10
III. Chenrezig	14
IV. Seine Heiligkeit XIV. Dalai Lama	16
V. Widmungsworte des Buddha	17
VI. Gebet für Tibet	18

Alle Texte basieren auf tibetischen Originalen,
meist von Lama Zopa Rinpoche verwendet und übersetzt,
deutsche Version: Diamant Verlag bzw. Aryatara Institut, München.
Quellen: wie angegeben und <http://fpmt.org/>

Bearbeitung: Manfred Klell, © She Drup Ling, Graz, 9. März 2020

Sangyā Tschöpa



Foto Buddha in Bodhgaya von Geshe Thubten Soepa

Motivation & Visualisation

Wir gedenken des Buddha, der mir und den anderen Wesen den guten Weg zur Befreiung vom Kreislauf des Leidens von Geburt, Alter, Krankheit und Tod zeigt und der selber Erkenntnis und Mitgefühl bis zur Vollendung entwickelt hat.

AH – Im Verdienstfeld erscheint vor mir, gleich einer Illusion inmitten eines Ozeans von Opferwolken, auf einem kostbaren Löwenthrone, auf Lotos, Sonne und Mond, der unvergleichliche Lehrer, der Löwe der Shakyas. Er ist von goldener Farbe und im Besitz der Haupt- und Nebenmerkmale. Das dreifache Mönchsgewand tragend weilt er im Vajra-Sitz. Seine rechte Hand majestätisch in der Erdberührungsgeste ausgestreckt, hält seine linke Hand, in Meditationsgeste, die mit Nektar gefüllte Almosenschale. Wie ein goldener Berg strahlt er Glanz und Glorie aus. Das Strahlennetz seines Weisheitslichts durchdringt die Weite des Raumes. Völlig umringt von einer ozeangleichen Versammlung an Edlen, wie den acht Bodhisattvas, den sechzehn Arhats und anderen, gewährt er mir die Glorie des höchsten Glücks, die Befreiung von weltlichen und friedlichen Positionen, wenn ich mich seiner einfach nur erinnere. Als großes Wesen, das alle Zuflucht verkörpert, stelle ich ihn mir vor.

Segnung des Ortes

Mögen alle Bereiche rein sein, ohne Steine und andere Unebenheiten. Mögen sie ebenmäßig sein wie die Innenfläche der Hand und von der glatten Beschaffenheit des Lapislazuli.

Segnung der Gaben

Mögen die Gaben von Göttern und Menschen, wirklich dargebrachte und geistig erschaffene, wie die Wolken von Gaben des Bodhisattva Samantabhadra den gesamten unendlichen Raum durchdringen.

Kraft der Wahrheit

Durch die Kraft der Wahrheit der Drei Juwelen, des Segens der Buddhas und Bodhisattvas, durch die große Macht der vollkommenen zwei Ansammlungen von Weisheit und Methode und kraft der unermesslichen reinen Sphäre der letztendlichen Realität, mögen diese Gaben so werden wie wir sie visualisiert haben und so zahllos wie Samantabhadra's Gaben.

Einladung

Retter aller Wesen ohne Ausnahme; Perfekter Kenner aller Dinge;
Göttlicher Zerstörer der unerträglichen Schar der Hindernisse;
Gesegneter mit deinem Gefolge, bitte komm an diesen Ort.



Zuflucht (3x)

NAMO GURUBHYA / NAMO BUDDHAYA / NAMO DHARMAYA / NAMO SANGHAYA

Zu Dir, der Du unterm Bodhibaum in Bodhgaya Erleuchtung erlangt und aus der Stärke des Mitgefühls mit den Schülern heraus den in eigener Erfahrung erlebten Weg in vier Wahrheiten, Entstehen in Abhängigkeit, drei Fahrzeugen und den drei Rädern der Lehre, im Einklang mit Neigung und Fähigkeiten der Schüler als Gegenmittel für 84.000 Plagen des Geistes in 84.000 Bündeln der Lehre dargelegt hast – zu Dir nehme ich bis zur Erleuchtung Zuflucht.

Die Vier Unermesslichen Gedanken

Mögen alle Wesen frei sein von Leid und den Ursachen von Leid.
Mögen alle Wesen Glück erfahren und die Ursachen von Glück.
Mögen alle Wesen nie getrennt sein von der großen Freude, die völlig frei von Leid ist.
Mögen alle Wesen in Gleichmut verweilen, frei von Beurteilung, Anhaftung und Abwehr.

Lobpreis an Buddha Shakyamuni

Tön pa chom dän dä / de shin sheg pa / dra chom pa / yang dag par /
dzog pai sang gya / rig pa dang shab su dän pa / de bar sheg pa /
jig ten khyen pa / kye bu dul wai / kha lo gyur wa / la na me pa /
lha dang mi nam kyi / tön pa sang gyä / chom dän dä /
pal gyal wa sha kya thub pa la / chag tsäl lo / chöd do kyab su chio

Lehrer, Überwinder, zur Soheit Gegangener, Befreiter, vollkommen Erleuchteter, ausgestattet mit Wissen und Güte, zur Glückseligkeit Gegangener, Kenner der Welt, Führer der zu zähmenden Wesen, Unübertroffener, Lehrer von Göttern und Menschen, Buddha, Bhagavan, erhabener Sieger, Shakyamuni – zu Dir verneige ich mich, Dir bringe ich Gaben dar, zu Dir nehme ich Zuflucht.

Bedeutendster unter den Menschen, als Du geboren warst, tatest Du sieben Schritte auf dieser Erde und verkündetest: Ich bin erhaben in dieser Welt. Weiser jener Zeit, vor Dir verneige ich mich.

Im Besitz reiner Körper, von erhabener edler Gestalt, Meer der Weisheit, Dein Ruhm überstrahlt die drei Welten wie ein goldener Berg, vor Dir, der das Höchste erlangt hat, verneige ich mich.

Ausgestattet mit den höchsten Merkmalen, Dein Antlitz rein wie der makellose Mond, von einer Körperfarbe wie Gold, vor Dir, der Du unvergleichliche Kenntnis hast, verneige ich mich.

Beschützer voll Mitgefühl, Lehrer aufgrund von Allwissenheit, Feld ozeangleicher Verdienste und Qualitäten, zur Soheit Gegangener – vor Dir verneige ich mich.

Durch Reinheit frei von Verlangen, durch heilsames Handeln von niederen Bereichen befreit, einzig vortrefflich Letztendliches – vor dem Dharma, der Frieden ist, verneige ich mich.

Selbst befreit, zeigt Ihr den Pfad der Befreiung auch auf, verweilt in den reinen Schulungen, heiliges Feld voller Qualitäten – vor dem Sangha verneige ich mich.

Begehe keine einzige schädliche Tat und führe reichlich vollständige heilsame Handlungen durch, zähme den eigenen Geist ganz und gar – eben dies ist die Lehre des Buddha.

Wie ein Stern, eine optische Täuschung, eine Butterlampe, Illusion, Tautropfen, Luftblasen im Wasser, wie ein Traum, ein Blitz, eine Wolke – so sieh zusammengesetzte Dinge an!

Mögen durch diese heilsame Energie, der Zustand der Erkenntnis von allem erlangt und alle widrigen Fehler beseitigt sein und alle Wesen vom durch Wogen von Krankheit, Alter und Tod aufgewühlten Ozean des Daseins befreit sein.

Möge ich in allen Wiedergeburten auf Deinen Weg treffen und mögen, indem ich diesen verwirkliche, meine und aller anderen Wesen Leiden und deren Ursachen, Karma und Geistesplagen ein Ende haben, und mir gleich Dir die Kraft erwachsen, allen Wesen zu nützen.

Aus dem Gebet des Guten Verhaltens: Die Sieben Zweige

Wer in den Welten aller zehn Richtungen und den drei Zeiten zur Erleuchtung gelangt ist, vor den Löwengleichen unter den Menschen, vor jedem von ihnen, wer immer es ist – vor all jenen verneige ich mich mit Körper, Sprache und reinem Geist.

Durch die Kraft des Gebetes des guten Verhaltens sind all diese Sieger tatsächlich im Geist anwesend, und vor ihnen allen verneige ich mich mit geneigten Körpern so zahlreich wie Staubteilchen in einem Feld.

Auf einem jeden Staubkorn sind Buddhas, umgeben von Bodhisattvas.
So stelle ich mir sämtliche Sphären der Wirklichkeit voll von all diesen Buddhas vor.

Die Qualitäten all dieser Buddhas bring ich zum Ausdruck und preise alle Sugatas – die ins Glück Gegangenen – mit Ozeanen unerschöpflichen Lobes und mit Klangmeeren vielstimmiger Melodien.

Ich bringe den Siegern die schönsten Girlanden und Blumen, den Klang von Zimbeln, Duftsalben, erhabene Baldachine, reinste Butterlampen und edles Räucherwerk dar.



Ich ehre die Sieger mit Gaben von feinsten Gewändern und erlesenem Duft, Gefäßen voll aromatischem Puder, hoch aufgehäuft wie der Berg Meru – all das Beste vom Edlen breite ich vor Euch aus auf vortreffliche Art.

Alle höchsten umfassenden Gaben, die es nur gibt, stell ich mir auch bei all diesen Siegern vor. Mit der Kraft des Vertrauens in das gute Verhalten erweise ich allen Siegern Verehrung.

Was immer ich unter dem Einfluss von Begehren, Hass oder Unwissenheit an Unheilsem begangen habe, sei es mit Körper, Sprache oder auch nur mit dem Geist – jede einzelne dieser Taten bekenne ich.

Was immer die Sieger dieser zehn Richtungen, all die Kinder der Buddhas, die Pratyekabuddhas, all die Wesen auf den Pfaden des Lernens und Nicht-mehr-Lernens Heilsames vollbracht haben – daran erfreue ich mich.

Die Leuchten der Welt in allen zehn Richtungen, die Stufe um Stufe der Erleuchtung durchschreitend in der Buddhaschaft Freiheit von jeglichem Haften erlangen – Euch Beschützer bitte ich: Haltet das unübertroffene Dharma-Rad in Bewegung!

Ich bitte alle, die vorhaben, das Hinübergehen ins Nirvana zu zeigen, mit ehrfürchtig zusammengelegten Händen: Bleibt um des Glücks und Wohlergehens der Wesen willen für Äonen so zahllos wie Staubteilchen auf einem Feld.

Was an Heilsamem zustande gekommen sein mag – auch wenn nur wenig – durch mein Verneigen, Darbringen und Bekennen durch Erfreuen, Ersuchen zu bleiben und Bitten zu lehren – alles das widme ich der Erleuchtung.

Buddha Shakyamuni Mantra:

**OM NAMO BHAGAWATE SHAKYAMUNAYE
TATHAGATAYA ARHATE SAMYAK SAMBUDDHAYA
TAYATA OM MUNI MUNI MAHA MUNIYE SOHA**

Ausführliche Mandala Darbringung

OM BENDZRA BHUMI AH HUNG

Hier ist der goldene Grund, stark und mächtig,

OM BENDZRA REKHE AH HUNG

umgeben von einer unzerstörbaren Mauer.

In der Mitte der König der Berge, Mount Meru,

um ihn liegen die vier Kontinente.

Im Osten Purvavideha, im Süden Jambudvipa,

im Westen Aparagodaniya, im Norden Uttakuru.

Jeder hat zwei Nebenkontinente,

Deha und Videha, Camara und Aparacamara,

Satta und Uttaramantrina, Kurava und Kaurava.

Hier ist der Berg der Edelsteine,
hier ist die wunscherfüllende Kuh,

hier ist der wunscherfüllende Baum,
hier ist die ungesäte Ernte,

hier ist das kostbare Rad,
hier ist die kostbare Königin,
hier ist der kostbare Elefant,
hier ist der kostbare General,

hier ist das kostbare Juwel,
hier ist der kostbare Minister,
hier ist das kostbare Pferd,
hier ist die große Vase der Schätze.

Hier ist die Dakini der Schönheit,
hier ist die Dakini des Gesangs,
hier ist die Dakini der Blumen,
hier ist die Dakini des Lichts,

hier ist die Dakini der Kränze,
hier ist die Dakini des Tanzes,
hier ist die Dakini des Weihrauchs,
hier ist die Dakini der Duftstoffe.

Hier ist die Sonne, hier ist der Mond, hier ist der kostbare Schirm,

hier ist das Banner des Sieges in alle Richtungen.

In der Mitte sind alle Schätze von Göttern und Menschen.

Diese herrliche Sammlung, der es an nichts fehlt, bringe ich Euch dar,

meinem gütigen Hauptguru und den Überlieferungsgurus,

Euch, dem mächtigen Lama Tsongkhapa, dem König der Weisen,

Vajradhara und der Versammlung aller Gottheiten

in Gestalt eines Buddhafeldes.

Bitte nehmt dies an aus Mitgefühl für alle Wesen

und schenkt mir und allen Wesen im unendlichen Raum Euren Segen!

Kurzes Mandala

Dieses Mandala mit dem König der Berge, Mount Meru,

den vier Kontinenten, Sonne und Mond,

geschmückt mit Blumen und duftendem Parfum

visualisiere ich als Buddhaland und bringe es dem erleuchteten Guru dar.

Mögen alle Wesen dieses Reine Land genießen!

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYA TAYAMI

Kurze Tsok Darbringung

Den Beschützern meiner Zuflucht, den ehrwürdigen Gurus und ihrer Begleitung bringe ich ein Meer von mannigfaltigen **Opfergaben** dar:

Ich bringe einen **Vergnügungshain** dar, in dem all die Opfersubstanzen, entstanden aus den weißen Handlungen des Samsara und Nirvana, in Form von herzerfreuenden, geöffneten, tausendblättrigen Lotussen erscheinen und der übersät ist mit all den Blumen des weltlichen und überweltlichen Heilsamen, das durch meine drei Tore und die der anderen angesammelt wurde. Der Hain ist durchdrungen von den hunderttausend süßen Düften der Samantabhadra-Opfergaben und angefüllt mit den Früchten der drei Schulungen, der zwei Stufen und der fünf Pfade.

Vier Ströme von läuterndem **Nektar** fließen gemächlich aus wohlangeordneten weiten, glitzernden Edelsteingefäßen.

Schöne **Blumen** in Form von Sträußen, Blütenblättern und kunstvoll geflochtenen Kränzen erfüllen die Erde und den gesamten Äther.

Lapislazulifarbene Schwaden von wohlriechendem **Räucherwerk** sammeln sich wie bläuliche Sommerwolken am Himmel.

Die Strahlen einer Fülle von hell leuchtenden **Lichtern** der Sonne, des Mondes und der Juwelen beseitigen in einem frohlockenden Spiel von Mustern die Düsternis der Welten.

Ein großer See mit **Duftwasser**, erfüllt mit dem Wohlgeruch von Kampfer, Sandel und Safran, breitet sich aus bis an den Horizont.

In Form von **Speisen** und Getränken mit einhundert Geschmücken häuft sich die Nahrung von Göttern und Menschen an wie der Berg Meru.

Musik von unzähligen, mannigfaltigen Musikinstrumenten erfüllt, zur Symphonie zusammenklingend, die drei Bereiche.



Göttinnen der äußeren und inneren **Sinnesobjekte**, die Herrlichkeiten der Formen und Farben, der Töne, der Gerüche, Geschmäcker und Tastobjekte haltend, durchdringen alle Richtungen.

Chinesischer Tee mit hundert herrlichen Geschmäckern, safranfarben und von gutem Aroma, bringe ich dar. Dies, mit den fünf Haken und den fünf Leuchten und so weiter versehen, wird gereinigt, gewandelt und wächst zu einem Ozean von **Nektar** an.

Auch bringe ich schöne, anmutige, illusionsgleiche **Mudras** dar, in Form von schlanken feldgeborenen, mantrageborenen und spontan geborenen Botinnen, die angenehm anzuschauen, mit dem Glanz der Jugend versehen und in den vierundsechzig Arten der Lust gewandt sind.

Den endgültigen, höchsten **Erleuchtungsgeist** bringe ich Euch dar, der in der großen ursprünglichen Weisheit besteht, die glücklich, frei von Hindernissen und natürlich anwesend ist; die Sphäre, die frei ist von Hervorbringungen des Geistes der inhärenten Existenz aller Phänomene, ungeteilt, spontan, jenseits von Worten, Denken und Ausdruck.

Ich bringe vielfältige Arten guter **Medizin** dar, die die Krankheiten der 424 Geistesplagen überwindet. Um Euch zu erfreuen, werde ich Euer Diener sein; nehmt mich in Euren Dienst bis ans Ende aller Zeiten.

Wolken von **Opfergaben** äußerer, innerer und geheimer Darbringungen, Gelöbnis-substanzen und die sichtbaren Gaben, durchdringen in unvorstellbarer Anzahl den Boden, den Äther und die Weiten des Raumes und füllen diese Bereiche an. Das Wesen dieser Gaben ist die ursprüngliche Weisheit. Ihre Erscheinung ist die der inneren Opfergaben und die der verschiedenen Opfersubstanzen in ihrer jeweiligen Ausprägung. Ihre Wirkungsweise ist es, als Genußobjekte für die sechs Sinne die ursprüngliche Weisheit zu erzeugen, die in der Einheit von Glückseligkeit und Leerheit besteht.

OM AH HUM (3X)

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsog-Opfergaben, das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde, bringe ich dar

meinem **Hauptguru** und **den Gurus der Überlieferungslinien**,
den Scharen von **Yidam-Gottheiten** zusammen mit ihrer Begleitung,
den Scharen der **Dakinis** und **Dharmabeschützern**,
den Scharen von **Lebewesen**, die meine Mütter waren.

Erfreut Euch daran. **OM AH HUM**. Indem Ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid, **E MA HO**, laßt bitte einen großen Regen von Segen herabkommen.

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der restlichen Tsog-Opfergaben, das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde, bringe ich den Scharen der **eidgebundenen Ortsbeschützer** dar, um sie zu erfreuen. **OM AH HUM**. Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen, was man sich wünschen kann, zufriedengestellt seid, **E MA HO**, führt bitte eure yogische Heilsaktivität durch, wie es sich gebührt.

II. Prajnaparamita



ག་ཏེ་ག་ཏེ་པུ་ར་ག་ཏེ་པུ་ར་སྐྱ་ག་ཏེ་པོ་རྗེ་སྐྱ་ཏེ།

TADYATHA OM
GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SOHA

Tadyatha OM
Gehe, gehe, gehe vollständig, gehe ganz und vollständig zur Erleuchtung

ANRUFUNG DER GROSSEN MUTTER PRAJNAPARAMITA

VISUALISATION

Aus der Leerheit des Klaren Lichts entsteht vor mir eine offene Lotosblüte mit Sonne und Mondscheibe. Darauf ruht Prajnaparamita, die Mutter aller Buddhas, die Verkörperung der Weisheit. Ihr Körper ist aus goldenem Licht mit einem Gesicht und vier Armen. Ihre erhobene Rechte hält einen neunspeichigen Vajra, in der erhobenen Linken hält sie den Text des Herzsutras. Ihre beiden anderen Hände ruhen in der Meditationsgeste in ihrem Schoß. Sie ist geschmückt mit Juwelenornamenten und kostbaren Schals. Sie sitzt in der Vajraposition und lächelt.

ANRUFUNG

**Namo Gurubya - Ehrerbietung dem Gesegneten und der Großen Mutter Prajnaparamita, umgeben von Deinen Söhnen, den Buddhas der zehn Richtungen und allen Bodhisattvas und Dakinis! Ich werfe mich nieder vor dieser Versammlung, bringe Gaben dar und nehme Zuflucht.
Bitte ermächtige mich mit Deinem Segen!**

SUTRA VOM HERZEN DER WEISHEIT

**BHAGAVATI PRAJNA PARAMITA HRIDAYA -
Huldigung der Perfektion der Weisheit, der Gesegneten Mutter!**

So habe ich es vernommen. Einmal weilte der Erwachte in Rajgir am Geierberg zusammen mit einer großen Schar von Mönchen und einer großen Schar von Bodhisattvas. Zu jener Zeit war der Erwachte vertieft in die Konzentration auf die unzähligen Aspekte der tiefgründigen Erscheinung.

Ebenfalls zu jener Zeit schaute der Erhabene Avalokiteshvara, der Bodhisattva, das gütige Wesen, vollendet die Praxis der Perfektion der Weisheit, er schaute vollendet die Leerheit von Selbstexistenz auch der fünf Aggregate.

Inspiziert von der Macht Buddhas sprach dann der Ehrwürdige Shariputra zum Erhabenen Avalokiteshvara, dem Bodhisattva, dem gütigen Wesen: „Wie soll ein Sohn der Tradition üben, der sich mit der Praxis der profunden Perfektion der Weisheit beschäftigen will?“ So sprach er und der Erhabene Avalokiteshvara, der Bodhisattva, das gütige Wesen, antwortete dem Ehrwürdigen Shariputra wie folgt:

„Shariputra, welcher Sohn oder welche Tochter der Tradition auch immer sich in der Praxis der profunden Perfektion der Weisheit zu üben sucht, soll wie folgt vorgehen:

Vollkommen und richtig schließend erkenne die Leerheit von Selbstexistenz auch der fünf Aggregate!“

Form ist Leerheit, Leerheit ist Form,

Form ist nicht anders als Leerheit, Leerheit ist nicht anders als Form

Ebenso sind Fühlen, Unterscheiden, Absicht und Bewusstsein leer.

Shariputra, in dieser Weise sind alle Phänomene bloße Leerheit ohne Merkmale. Sie entstehen nicht und vergehen nicht, sie sind nicht unrein und nicht rein, sie nehmen nicht ab und nicht zu.

Deshalb, Shariputra, gibt es in Leerheit keine Form, kein Fühlen, kein Unterscheiden, keine Absicht, kein Bewusstsein. Es gibt kein Auge, kein Ohr, keine Nase, keine Zunge, keinen Körper, keinen Geist; keine Form, keinen Klang, keinen Geruch, keinen

Geschmack, kein Ding, kein Phänomen. Es gibt kein Augelement und so fort bis kein Geistelement und so fort bis kein Element geistigen Bewusstseins. Es gibt keine Ignoranz und kein Ende der Ignoranz und so fort bis zu keinem Altern und Tod und keinem Ende von Altern und Tod. Ebenso gibt es kein Leiden, keinen Ursprung des Leidens, kein Ende des Leidens und keinen Pfad dorthin, es gibt keine Weisheit, keine Errungenschaft und auch keine Nicht-Errungenschaft.

Deshalb, Shariputra, weil es keine Errungenschaft gibt, verlassen sich Bodhisattvas auf die Perfektion der Weisheit und ruhen in ihr. Ihr Bewusstsein hat keine Verdunkelungen und keine Furcht. Sie lassen Verkehrtheit völlig hinter sich und erreichen so das endgültige Sein ohne Sorge. Auch alle Buddhas, die in den drei Zeiten leben, wurden zu manifesten und vollständigen Buddhas im Zustand unübertroffener, vollkommener und perfekter Erleuchtung indem sie sich auf die Perfektion der Weisheit verließen.

Deshalb solle das Mantra der Perfektion der Weisheit, das Mantra großen Wissens, das unübertroffene Mantra, das unvergleichliche Mantra, das Mantra, das endgültig alles Leiden stillt, weil es nicht falsch ist, als die Wahrheit erkannt werden. Das Mantra der Perfektion der Weisheit wird verkündet:

TADYATHA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SOHA
(OM GEHE, GEHE, GEHE VOLLSTÄNDIG, GEHE GANZ UND VOLLSTÄNDIG ZUR ERLEUCHTUNG)

„Shariputra, ein Bodhisattva, ein gütiges Wesen, sollte die profunde Perfektion der Weisheit in dieser Art üben.“

Dann erhob sich Buddha aus seiner Konzentration und sagte zum Erhabenen Avalokiteshvara, dem Bodhisattva, dem gütigen Wesen, dass er wohl gesprochen habe: „Gut, gut, oh Sohn der Tradition. So ist es. Da es so ist, gerade wie Du es geoffenbart hast, soll die profunde Perfektion der Weisheit in dieser Art geübt werden und die Erleuchteten werden auch frohlocken.“

Als Buddha dies gesagt hatte, waren der Ehrwürdige Shariputra, der Erhabene Avalokiteshvara, der Bodhisattva, das gütige Wesen, sowie der ganze Kreis der Schüler wie auch der irdischen Wesen - Götter, Menschen, Halbgötter und Geister - hoch erfreut und rühmten die Worte des Buddha.

AUFLÖSEN VON HINDERNISSEN

**Ich werfe mich nieder vor der Versammlung der Dakinis in den drei Chakras
die im heiligen Yoga der Nutzung des Raumes ruhen.**

**Mit Eurer Macht der Hellsichtigkeit und magischen Emanation
bitte behütet Praktizierende wie eine Mutter ihr Kind!**

A KA SA MA RA TSA SHA DA RA SA MA RA YA PHAT
(21 x, Mantra zum Eliminieren von Hindernissen)

**Große Mutter Prajnaparamita und alle Buddhas der zehn Richtungen, durch die
Macht Eures Segens möge ich die wahre Bedeutung des Herzsutras erlangen,
mögen alle inneren und äußeren Hindernisse überwunden werden (klatschen),
mögen sie zerstreut werden (klatschen), mögen sie besänftigt werden (klatschen)
mögen sie vollkommen besänftigt werden (klatschen).**

*Stelle dir vor, dass alle Hindernisse und Störungen sich in der Leerheit sammeln,
dass sie sich in Leerheit auflösen, dass sie vollkommen vergehen und nie wieder in
Erscheinung treten! Meditiere auf die Leerheit.*

Sutra von der Perfektion der Weisheit

Phag-pa kon-chog sum-la chag-tsäl-lo / di-kä dag-gi thö-pa dü-chig-na /
chom-dän-dä gyal-po'i-khab / ja-gö phung-po'i ri-la / ge-long-gi ge-dun chen-po-dang /
jang-chub sem-pa'i ge-dun chen-po'i-dang / thab-chig-tu shug-te /
de'i-tse chom-dän-dä / zab-mo nang-wa she-ja-wa'i / cho-kyi nam-drang-kyi ting-nge-
dzin-la / nyom-par shug-so / yang-de'i-tse / jang-chub sem-pa sem-pa chen-po /
phag-pa chän-rä-zig wang-chug / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa / zab-mo'i jö-pa nyi-la
nam-par ta-shing / phung-po nga-po de-dag-la-yang / rang-shin-gyi tong-par nam-par-
ta-o / de-nä sang-gyä-kyi-thü / tse-dang-dän-pa sha-ri'i-bu / jang-chub sem-pa sem-pa
chen-po / phag-pa chän-rä-zig wang-chuk-la / di-kä che mä-so / rig-kyi-bu / gang-la-la /
she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa / zab-mo'i chä-pa jö-par dö-pa-de / ji-tar lab-par-ja /
de-kä che mä-pa-dang / jang-chub sem-pa sem-pa chen-po / phag-pa chän-rä-zig
wang-chug-gi / tse-dang dän-pa / sha-ri-da-ti'i-bu-la / di-kä che mä-so /
sha-ri'i-bu / rig-kyi-bu-am / rig-kyi-bu-mo / gang-la-la / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa /
zab-mo'i jä-pa jö-par dö-pa-de / di-tar nam-par ta-war-ja-te / phung-po nga-po de-dag-
kyang / rang-shin-gyi tong-par nam-par yang-dag-par je-su-ta-o /

zug tong-pa-o / tong-pa-nyi zug-so / zug-lä tong-pa-nyi shän ma-yin / tong-pa-nyi-lä-
kyang zug shän

ma-yin-no / de-shin-du tsor-wa-dang / du-she-dang / du-je-dang / nam-par she-pa-nam
tong-pa-o / sha-ri'i-bu / de-tar chö tham-chä tong-pa-nyi-de / tsän-nyi me-pa / ma-kye-
pa / ma-gag-pa / dri-ma me-pa / dri-ma-dang dräl-wa / dri-wa me-pa / gang-wa me-pa-o
/ sha-ri'i-bu / de-ta-wä-na / tong-pa-nyi-la zug me / tsor-wa-me / du-she-me / du-je-nam-
me / nam-par she-pa-me / mig-me / na-wa-me / na-me / che-me / lü-me / yi-me / zug-
me / dra-me / dri-me / ro-me / reg-ja-me / chö me-do / mig-gi kham me-pa-nä yi-kyi
kham-me / yi-kyi nam-par she-pa'i kham-kyi bar-du-yang me-do / ma-rig-pa-me / ma-
rig-pa zä-pa me-pa-nä ga-shi-me / ga-shi zä-pa'i bar-du-yang me-do / de-shin-du dug-
ngäl-wa-dang / kün-jung-wa-dang / gog-pa-dang / lam-me / ye-she-me / thop-pa-me /
ma-thob-pa-yang me-do / sha-ri'i-bu / de-ta-wä-na / jang-chub sem-pa-nam / thob-pa
me-pa'i-chir / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa-la / ten-ching nä-te / sem-la drib-pa me-pä
drag-pa me-ching / chin-chi-log-lä shin-tu dä-nä / nyän-ngän-lä dä-pa'i thar-chin-to / dü-
sum-du / nam-par shug-pa'i / sang-gyä tham-chä-kyang / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-
pa-la / ten-nä la-na-me-pa yang-dag-par / zog-pa'i jang-chub-du / ngon-par zog-par
sang-gyä-so / de-ta-wä-na / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa'i ngag / rig-pa chen-po'i ngag
/ la-na-me-pa'i ngag / mi-nyam-pa-dang nyam-pa'i ngag / dug-ngäl tham-chä rab-tu shi-
war je-pa'i ngag / mi-tsun-pä-na den-par she-par-ja-te / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa'i
ngag mä-pa /

TADYATHA OM / GATE GATE / PARAGATE / PARASAMGATE / BODHI SVAHA

sha-ri'i-bu / jang-chub sem-pa sem-pa chen-pö / de-tar she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa'i /
zab-mo-la lab-par ja-o / de-nä chom-dän-dä / ting-nge-dzin-de-lä shing-te / jang-chub
sem-pa sem-pa chen-po / phag-pa chän-rä-zig wang-chug-la / leg-so / she-ja-wa jin-nä /
leg-so / leg-so / rig-kyi-bu / de de-shin-no / rig-kyi-bu / de de-shin-te / ji-tar khyö-kyi tän-pa
de-shin-du / she-rab-kyi pha-rol-tu chin-pa zab-mo-la jä-par ja-te / de-shin sheg-pa nam-
kyang je-su yi-rang-ngo / chom-dän-dä-kyi de-kä che ka-tsal-nä / tse-dang dän-pa / sha-ri-
da-ti'i-bu-dang / jang-chub sem-pa sem-pa chen-po / phag-pa chän-rä-zig wang-chug-
dang / tham-chä-dang dän-pa'i khor de-dag-dang / lha-dang / mi-dang / lha-ma
yin-dang / dri-zar che-pa'i jig-ten yi-rang-te / chom-dän-dä-kyi sung-pa-la ngon-par tö-do /

III. Chenrezig



ཨོཾ་མ་ཎི་པ་དྲེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUM

ANRUFUNG DES BUDDHA CHENREZIG

VISUALISATION

Im Raum vor mir, auf weißem Lotos und Mondscheibe sitzt Chenrezig, dessen Natur das Mitgefühl aller Buddhas der drei Zeiten ist. Um das Freisein von den zwei Hindernissen zu zeigen, ist seine Körperfarbe leuchtend weiß. Er hat ein Gesicht und vier Arme. Die beiden ersten sind vor der Brust gefaltet, um die Verbindung von Methode und Weisheit zu zeigen; sie halten das Juwel, das die Wünsche aller Wesen erfüllt. Die zweite Rechte hält eine weiße, kristallene Mala, um die sechs Arten der Wesen mit den geschickten Mitteln des tiefgründigen Mantras aus dem Meer des unerträglichen Leidens zu befreien. Die zweite Linke hält eine leuchtend weiße Lotosblume, um die Entsagung zu zeigen, die die Wesen auf den Weg zur Befreiung bringt, damit sie nicht im Sumpf des Daseins versinken. Mit der Ausstrahlung der Zeichen und Merkmale leuchtet der Körper, er trägt Seide und kostbaren Schmuck, in der Mitte eines strahlenden Nimbus aus weißem Licht sitzt er in der Vajra Asana Art und Weise.

ANRUFUNG

Dessen Körperfarbe weiß ist, frei von Fehlern, dessen Haupt mit einem vollkommen Erleuchteten (*Amithaba*) geschmückt ist, der mit den Augen des Mitgefühls auf die Wesen blickt, Chenrezig, bitte segne mich.

EINWEIHUNG UND REZITATION

*Viele größere und kleinere Formen von Chenrezig gehen in mich ein und übertragen die Initiation des Körpers. Im Herzen Chenrezigs steht auf einer Mondscheibe die Silbe **HRI**, am Rand umgeben vom Kranz der sechs Silben; daraus fließen Nektar und Lichtstrahlen herab, treten durch meinen Scheitel in mich ein und übertragen die Initiation der Rede. Der Segen des Geistes von Chenrezig in Form der Attribute wie Lotosblüte und Mala verschmilzt mit mir und überträgt die Initiation des Geistes des Mitgefühls aller Buddhas.*

In dieser Vorstellung verweilen wir während und nach der Rezitation des Mantras

OM MANI PADME HUM (108 x)

WIDMUNG

Nachdem ich durch diese Praxis schnell Chenrezig verwirklicht habe, möge ich die Wesen, nicht eines ausgeschlossen, auf seine Stufe bringen. Chenrezig löst sich in Licht auf und verschmilzt mit mir.

IV. Seine Heiligkeit XIV. Dalai Lama



12. Juni 1998: Einweihung des Friedensstupa &
Chenrezig Ermächtigung durch S. H. XIV. Dalai Lama
Fotos Smiljan Siska

Namensmantra S. H. des Dalai Lama

**OM AH GURU VAJRADHARA BATARAKA MANJUSHRI VAGINDRA SUMATI
JNANA SHASANA DHARA SAMUDRA SHRI BHADRA SARVA SIDDHI HUM HUM**

Mantra des Buddha Kalachakra

**OM AH HUM HOH HANG KHYA MALAVARAYA HUM PHAT
OM PHREM VISHVAMATA HUM HUM PHAT**

Gebet für das lange Leben S. H. des Dalai Lama

**Gang ri ra wä kor wä shing kam dir
Pen dang dewa ma lü jung wä nä
chenrezig wang tenzin gyatso-yi
shab pä si tä bardu ten gyur chig**

**Im Paradies der Schneeberge
bist Du die Quelle allen Glücks
mächtiger Chenrezig, Tenzin Gyatso,
verweile bis ans Ende von Samsara!**

V. Widmungsworte des Buddha

Zum Wohle der Wesen habe ich früher schon alle möglichen Schwierigkeiten vollbracht – möge dadurch, dass ich mein Glück anderen schenkte, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich in früheren Zeiten für Kranke mein eigenes Leben vollkommen aufgab, um die Wesen vor Elend und Unglück zu behüten, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich Gemahlin, Söhnen und Töchtern um der kostbaren Erleuchtung willen entsagte, Reichtümer wie Elefanten und Wagen auch aufgab, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich Buddhas, Pratyekas und Hörern, Vätern und Müttern und Rishis meine Verehrung bezeugte, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich Millionen Äonen die verschiedensten Arten von Leid erfuhr und durch mein Lernen und Mühen mit dem Ziel der Erleuchtung, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich lange Zeit Ethik und Disziplin sowie asketische Übungen einhielt und den Buddhas aller zehn Richtungen Gaben darbrachte, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich immer Geduld übte und die niederen Wesen der Zeiten ertrug, in denen das Geistesgift schlimmer wird, die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich Ausdauer hatte, immer darauf gestützt, auch Widersacher zu überzeugen suchte, mit dem großen Ziel der Erleuchtung aller, meine Lehre lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge durch die Kraft meiner meditativen Übung der Sammlungen, Befreiungen, formlosen Bereiche und Konzentrationen so zahllos wie Sand am Ufer des Ganges meine Lehre lange Zeit bleiben und leuchten.

Möge dadurch, dass ich, auf der Suche nach Weisheit, zahlreiche Schriften studierte und in den Wäldern Askese übte, meine Lehre lange Zeit bleiben und leuchten.

Mögen dadurch, dass ich aus Mitgefühl Fleisch und Blut meines Körpers, Gliedmaßen und kleinere Teile des Körpers gegeben habe, überall die Bräuche des Dharma gedeihen.

Möge sich dadurch, dass ich schädlich handelnden Wesen liebevoll Wege zur Reifung klargemacht und sie zu den drei Fahrzeugen hingeführt habe, das Geben von Gaben des Dharma ausbreiten.

Als ich an Weisheit und Methode gewann, konnte ich Wesen von niederer Sicht befreien und zur Erkenntnis führen. Möge sich dadurch der Dharma vermehren.

Durch die vier Mittel, um Schüler zu sammeln, befreite ich Wesen vom Feuer der Geistesplagen, verbreitete Heilsames und überwand Schädliches – mögen dadurch die, die mir folgen, für lange Zeit bleiben.

Möge dadurch, dass ich die Anhänger früherer Philosophien aus den Fluten der Ansichten befreite und zur Erkenntnis korrekter Sichtweise brachte, denen, die mir folgen, immer Respekt zukommen. Möge die Lehre für lange Zeit bleiben und leuchten.

VI. Gebet für Tibet

A Verse Taken from / Ein Vers aus

THE PRAYER WHICH IMMEDIATELY REMOVES ALL OBSTACLES

DAS GEBET, DAS UNVERZÜGLICH ALLE HINDERNISSE BESEITIGT

in *The Book of Seven Chapter Prayers by Padma Sambhava of Urgyan*

in *Das Buch der Sieben Kapitel Gebete von Padma Sambhava von Urgyan*

འགྲོ་བླ་བ་སྐྱུ་བ་སྐྱུ་ལ་ཚེན་པོའ་ཉིན་པ་དང་།

DRO DRUG DUG NGAL CHEN POE NYEN PA DANG

When the beings in the six realms are troubled by great misery and

Wenn die Wesen in den sechs Bereichen von großem Elend heimgesucht werden und

ཁད་པར་བོད་ཀྱི་རྗེ་འབངས་སྐྱུ་སྐྱུ་ན་།

KHYAD PAR BOE KYI JE BANG DUG NGAL NA

Especially when the king and people of Tibet are suffering,

Besonders wenn der König und das Volk von Tibet leiden,

ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་ཐོབ་།

YID NYI THE TSHOM ME PAR SOL WA THOB

We must pray without doubt and uncertainty!

Müssen wir ohne Zweifel und Unsicherheit beten!

དད་གུས་མེས་པས་གདུང་བས་གསོལ་འདེབས་ན་།

DAE GU MOE PAE DUNG WAE SOL DEB NA

For if we pray with genuine loving faith and devotion,

Denn wenn wir mit echtem liebevollen Glauben und Hingabe beten,

ཡུ་གྲན་ཐུགས་རྗེས་འདོ་གུར་མེད་པར་གཟེགས་།

UR GYAN THUG JE PHO GYUR ME PAR ZIG

You, Padma Sambhava, will look on us all with Your constant compassion.

Wirst Du, Padma Sambhava, auf uns alle mit Deinem beständigen Mitgefühl blicken.

ཡུ་གྲན་པ་དྲུ་འབྲུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་།

UR GYAN PAD MA JUNG NAE LA SOL WA DEB

Padma Sambhava of Urgyan we pray to You —

Padma Sambhava von Urgyan, wir beten zu Dir —

བསམས་པ་ལྷན་གྱིས་གུབ་པར་གྱིན་གྱིས་རྫོབས་།

SAM PA LHUN GYI DRUB PAR JIN GYI LOB

Please bless us that our wishes may be easily fulfilled!

Bitte segne uns, damit unsere Wünsche mühelos erfüllt werden!