

Lama Chöpa

Guru Puja



*I. Panchen Rinpoche
Losang Chökyi Gyaltsen*

1. Auflage 2006

© Tibethaus Deutschland

Alle Rechte vorbehalten

Die deutsche Übersetzung wurde mit freundlicher Genehmigung des Tibetischen Zentrums Hamburg von ihrem Rezitationsheft übernommen.

tib. Lautschrift: DAGYAB RINPOCHE, STEPHAN CHERDRON, BORIS UNTERER

deutsche Abschriften: ELISABETH KLINGER

Melodienoten: STEPHAN und MEIKE CHERDRON

Umschlaggestaltung, Bearbeitung & Satz: BORIS UNTERER

Bezugsadresse:

Tibethaus Deutschland, Friesengasse 13, D-60487 Frankfurt
www.tibethaus.com

Printed in Germany

ISBN 3-931442-42-X

13. Juni 2011



Vorbereitungsteil

Selbsterzeugung *Der Praktizierende, der die entsprechende tantrische Einweihung erhalten hat, generiert sich selbst als Gottheit und segnet den Ort als einen Teil von sich selbst.*

1 ***Dä chen ngang lä rang nyi la ma lha***

Aus dem Zustand Großer Glückseligkeit manifestiere ich mich als Guru-Yidam.

Gang der säl wä ku lä ö ser tsog

Von meinem klaren Lichtkörper strahlen Lichtstrahlen in die zehn Richtungen aus,

Chog chur trö pä nö chü jin lab pä

die die Umgebung und die Wesen darin segnen.

Da pa rab jam ba shig yön tän gyi

Dadurch wird alles vollständig rein

Kö pä khyä par phün sum tsog par gyur

und zeigt sich mit nur ausgezeichneten und vollkommen reinen Qualitäten.

Zufluchtnahme

2 *Rab kar Gä sem chen pö ngang nyi nä*

Mit dem Zustand eines erhabenen reinen, freudvollen Geistes

Da dang kha nyam ma gän sem chen nam

nehmen ich und die Wesen, meine unzähligen früheren Mütter,

Däng nä ji si jang chub nying pö bar

von jetzt an bis zur Erleuchtung

La ma kön cho sum la kyab su dro

Zuflucht zu den Lehrern und den drei Juwelen.

3 *Namo Gurubhya,*

Namo Buddhaya,

*Namo Dharmaya,
Namo Sanghaya. (3x)*

Erzeugung der Bodhicitta-Motivation

- 4 *(O) Ma sem chen kün gyi dön gyi chir*
Zum Wohle aller mütterlichen Wesen

Da nyi la ma lha gyur nä

verwandle ich mich in einen Guru-Yidam

Sem chen tham chä la ma lha-i

und so will ich alle fühlenden Wesen

Go phang cho la gö par ja (3x, ganzer Vers)

zur höchsten Erleuchtung eines Guru-Yidams
führen.

- 5 *Ma sem chen tham chä kyi dön du da gi*
Zum Wohle aller fühlenden Wesen

tsä di nyi la nyur wa nyur war dö mä sang gyä

will ich schnell, noch in eben diesem Leben

la ma lha-i go phang ngön du jä

den Zustand des ursprünglichen Buddha-
Guru-Yidams erreichen.

6 *Ma sem chen tham chä dug ngäl lä dräl*

Ich werde alle fühlenden Wesen vom Leiden
befreien

dä chen sang gyä kyi sa la gö par ja

und sie zur Großen Glückseligkeit der Budda-
schaft führen.

dä-i chir du lam sab mo la ma lha-i

Deshalb will ich nun dem tiefgründigen

näl jor nyam su lang war gyio

Pfad des Guru-Yidam-Yoga folgen.

Reinigung, Umwandlung, Vermehrung

7 OM AH HUNG (3x)

Die Opfergaben werden gesegnet (sie sind von geistiger Natur, ihrem Wesen nach leer und sehr reichhaltig, um die Lama-Gottheit zu erfreuen).

8 *Ngo wo yä she la nam pa nang chö dang*

Wolken von Opfergaben äußerer, innerer und geheimer Darbringungen,

chö dzä so sö nam pa

Gelöbnissubstanzen und die sichtbaren Gaben durchdringen in unvorstellbarer Anzahl den Boden,

jä lä wang po drug gi chö yül du

den Äther und die Weiten des Raumes und füllen diese Bereiche an.

dä tong gi yä she kyä par chän kye pä sa dang

In ihrer Essenz sind sie ursprüngliche Weisheit.

bar nang nam khä kyön tham chä yong su kyab pä

Ihre Erscheinung ist die der inneren Opferga-

ben und die der verschiedenen Opfersubstanzen in ihrer jeweiligen Ausprägung.

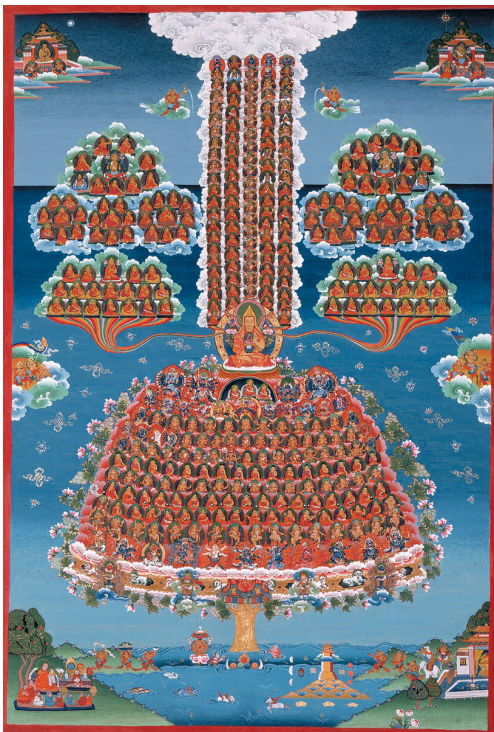
chi nang sang wä chö trin dam dze chän sig

Ihre Wirkungsweise ist es, als Genußobjekte für die sechs Sinne

sam gyi mi khyab pä gang war gyur

die ursprüngliche Weisheit zu erzeugen, die in der Einheit von Leerheit und Glückseligkeit besteht.

Das Objekt der Verdienstansammlung wird erzeugt, indem man den Lama, umgeben von allen Buddhas und Bodhisattvas und mit Vajradhara in seinem Herzen, als Vorstellungswesen visualisiert.



Das Verdienstfeld

- 9 *Dä tong yer me lha lam yang par kün sang chö
trin trig pä ü*

Im weiten Himmel von unteilbarer Glückseligkeit und Leerheit,

*Lo ma mä tog dre bü yong dze dö gü pag sam
jön pä tser*

inmitten einer Anhäufung von Wolken von Samantabhadra-Opfergaben — in der Krone eines mit Blättern, Blüten und Früchten geschmückten wunscherfüllenden Baumes

*Dong nga bar wä rin chen tri täng chu kye nyin
da gyä pä täng*

ist ein von Juwelenglanz funkelnder Löwen-thron mit kostbaren Juwelen.

- 10 *Ka drin sum dän tsa wä la ma sang gyä kün gyi
ngo wo nyi*

Auf Kissen von Lotos, Sonnen- und Mond-

scheibe sitzt mein Wurzellama, dessen Güte dreifach ist,

*Nam pa ngur mig dzin pä Gä long shäl chig cha
nyi dzum kar tro*

der das Wesen aller Buddhas verkörpert, in der Erscheinung eines safrangekleideten Mönches mit einem Gesicht, zwei Armen und einem strahlendem Lächeln.

*Cha yä chö chä yön pa nyam shag dü tsi gang
wä lhung se nam*

Die rechte Hand zeigt die Geste des Lehrens von Dharma und die Linke hält in der Geste der Versenkung eine mit Nektar gefüllte Betelschale.

*Gur gum dang dän chö gö sum söl ser dog pän
shä u la dze*

Er trägt die safranfarbenen glänzenden drei Roben und sein Haupt wird von dem goldfarbenen Hut eines Pandits gekrönt.

- 11 *Thug kar khyab da do jä chang wang shäl chig
cha nyi kun dog ngo*

In seinem Herzen befindet sich der allesdurchdringende Herr Vajradhara, von blauer Farbe, mit einem Gesicht und zwei Armen.

*Do dril sung nä ying chug mar khyü lhän kye
dä tong röl pä gye*

Glocke und Vajra haltend umarmt er Vajradhatu Isvari. Sie erfreuen sich an dem Spiel von gleichzeitiger Glückseligkeit und Leerheit,

*Nam mang rin chen gyän gyi trä shing lha dzä
dar gyi nab sä lub*

sie haben die verschiedenartigsten Juwelenschmeide angelegt und sind mit Gewändern aus göttlicher Seide bekleidet.

- 12 *Tsän pe gyän dän ö ser tong bar ja tsön na ngä
kor wä ü*

Geschmückt mit den Zeichen und Symbolen ei-

nes Buddha und Tausende von Lichtstrahlen aussendend

*Do jä kyil trung tsül gyi shug pä phung po nam
da dä shäg nga*

sitzt er in der Vajrahaltung inmitten eines fünf-
farbigen Regenbogens.

*Kam shi yum shi kyä che tsa gyü tsig nam jang
chub sem pa ngö*

Seine fünf vollkommen reinen Aggregate sind
die fünf Sugatas. Die vier Elemente sind die
vier mütterlichen Gefährtinnen.

*Ba pu dra chom nyi tri chig tong yän lag tro wö
wang po nyi*

Die Glückseligkeit seiner Sinne, Energiekanäle,
Sehnen und Gelenke sind in Wirklichkeit Bo-
dhisattvas. Seine Haare sind die einundzwan-
zigtausend Arhats, die Glieder zornvolle Be-
schützer.

*Ö ser chog kyong nö jin sang wa jig tän pa nam
shab kyi dön*

Die Lichtstrahlen sind die Wächter der Himmelsrichtungen, während die Götter des Reichtums und ihre Bediensteten und die weltlichen Götter nur als Kissen seiner Füße dienen.

*Tha kor rim shin ngö gyü la ma yi dam kyil
khor lha tsog dang*

Er ist umgeben von tatsächlichen Gurus und den Gurus der Überlieferungslinie, von Yidams und Scharen von Mandalagottheiten.

*Sang gyä jang sem pa wo khan dro tän sung gya
tsö kor nä shug*

Er sitzt inmitten eines Meeres von Buddhas, Bodhisattvas, Viras, Dakas, Dakinis und Dharmabeschützern.

13 *Dä da go sum do jä sum tsän*

Die drei Tore jedes dieser Wesen sind mit den drei Vajras gekennzeichnet.

HUNG yig ö ser cha kyu yi

Von der Silbe HŪṂ gehen Lichtstrahlen wie Fanghaken aus

Rang shin nä nä yä she pa nam

die Weisheitswesen von ihren natürlichen Aufenthaltsorten einladend,

Chän drang yär me tän par gyur

um sie untrennbar (von den vorgestellten Wesen) und stetig verweilen zu lassen.

Einladung der Erkenntniswesen und Verschmelzung mit den Vorstellungswesen

14 *(O) Phün tsog dä leg jung nä dü sum gyi*

Ihr, die ihr die Quelle aller Vortrefflichkeiten, allen Glücks und alles Guten seid

Tsa gyü la ma yi dam kön cho sum

Hauptgurus und Gurus der Überlieferung, ihr
drei Juwelen der Zuflucht,

Pa wo khan dro chö kyong sung tsog chä

Viras, Dakas, Dakinis und die Schar der Dhar-
mabeschützer der drei Zeiten mit eurer Be-
gleitung,

Thug je wang gi dir sheg tän par shug

bitte kommt Kraft eures Erbarmens an diesen
Ort und verweilt stetig.

15 *Chö nam rang shin dro wong kün dräl yang*

Obwohl alle Phänomene frei sind von inhären-
tem Kommen und Gehen

Na tsog dül jä sam pa ji shin du

erscheint ihr durch Eure tugendhafte Aktivität
von Weisheit und liebevollem Mitgefühl

Chir yang char wä khyen tse trin lä chän

in jedweder Form, die den geistigen Vorausset-

zungen der verschiedenen Schüler angemessen ist.

Kyam gön dam pa khor chä shäg su söl

Oh heilige Zufluchtgebende Beschützer, bitte kommt mit Eurer Begleitung an diesen Ort.

16 OM GURU BUDDHA BODHISATTVA DHARMAPALA
SAPARIWARA EH-HYA-HI — DZA-HUNGBAM-HO

Yä she pa nam dam tsig pa dang nyi su mä par gyur

Die Weisheitswesen und die Gelöbniswesen werden untrennbar eins.

Siebengliedrige Übung

Mit der Siebengliedrigen Übung werden vor dem Lama und seiner Umgebung Verdienste angesammelt.

Niederwerfungen



Gang gi thug je dä wa chen pö ying

Oh Guru, durch dein Erbarmen verleiht dein



Ku sum go phang chog khyang kä chig la

juwelengleicher Körper sogar in einem Moment die



Tsöl dzä la ma rin chen ta bü ku

Sphäre der höchsten Glückseligkeit, den höchsten Zustand der drei Körper.



Do jä chän shab pä mor cha tsäl lo

Ich verneige mich vor dem Lotos zu Deinen mit Vajras gezierten Füßen.



Rab jam gyäl wa kün gyi yä she ni

Dein Wesen ist die ursprüngliche Weisheit aller unzähligen Sieger.



Gang düil chir yang char wä thab khä chog

Die Mittel beherrschend, den zu Zähmenden zu erscheinen, wie es ihnen



Ngur mig dzin pä gar gyi nam röl wa

angemessen ist, spielst du die Rolle des safranfarbenen Gewandeten.



Kyam gön dam pä shab la cha tsäl lo

Ich verneige mich zu deinen Füßen, oh heiliger Beschützer, meine Zuflucht.



Nye kün bag cha chä pa drung chung shing

Alle Makel zusammen mit ihren karmischen Eindrücken hast du von Grund auf getilgt.



Pag me yön tän rin chen tsog kyi tär

Du bist ein Schatz von Anhäufungen der Edelsteine unendlicher Tugenden



Phän dä ma lü jung wä go chig pu

und die einzige Pforte zum Entstehen von jedwedem Nutzen und Glück.



Je tsün la mä shabla cha tsäl lo

Ich verneige mich zu deinen Füßen, ehrwürdiger Guru.

 *Lhar chä tön pa sang gyä kün gyi ngö*

Du bist der Lehrer aller Wesen, einschließlich der Götter, und in dir sind alle Buddhas inbegriffen.

 *Gyä tri shi tong dam chö jung wä nä*

Der Ursprung der vierundachtzigtausend reinen Dharma-Unterweisungen liegt in dir.

 *Phag tso kün gyi ü na lhang nä wa*

Du ragst aus der Schar der Aryas heraus.

 *Drin chän la ma nam la cha tsäl lo*

Ich verneige mich vor dem mitleidvollen Guru.

 *Dü sum chog chur shug pä la ma dang*

Mit manifestierten Körpern, so unzählig wie die Atome dieser Welt, verneige ich mich vor den Gurus,

 *Rin chen chog sum cha ö tham chä la*

die in den drei Zeiten und den zehn Richtungen verweilen, vor den höchsten drei Juwelen



Dä ching mö pä tö yang gya tsor chä

und allen, die der Verehrung würdig sind,
während ich aus Vertrauen



Shing düil nyam pä lü trül cha tsäl lo

und Hochachtung ein Meer von Lobeshymnen
anstimmen.

Darbringung von Opfergaben

Äußere Opfergaben

22 *(O) Kyam gön jä tsün la ma khor chä la*

Den Beschützern, meiner Zuflucht, den ehr-
würdigen Gurus und ihrer Begleitung

Na tsog chö trin gya tso büil wa ni

bringe ich ein Meer von mannigfaltigen Wol-
ken der Opfergaben dar.

23 *Kö lä rin chen ö bar nö yang lä*

Aus wohlangeordneten weiten, kostbaren und
strahlenden Edelsteingefäßen

Dag je dü tsi chu shi däl gyi bab

fließen sanft vier Ströme von reinigendem Nektar.

24 *Dong po sil ma treng wa päl läg pa*

Schöne Blumen in Form von Sträußen, Blütenblättern und kunstvoll geflochtenen Kränzen

Dze pä mä tog sa dang bar nang gang

erfüllen die Erde und den gesamten Äther.

25 *Dri shim pö kyi dü pa bä dur yä*

Lapislazulifarbene Schwaden von wohlriechendem Räucherwerk sammeln sich

Yar kye ngön pö trin gyi lha lam trig

wie bläuliche Sommerwolken am Himmel.

26 *Nyin da nor bu rab bar drön me tsog*

Die Strahlen von Sonnen und Monden und glänzenden Juwelen beseitigen

Tong sum mün sel ö ser tsä ga gö

in einem frohlockenden Spiel von Mustern die
Dunkelheit unzähliger Welten.

27 *Ga bur tsän dän gur kum dri gö pä*

Ein See von Duftwasser, erfüllt mit dem Wohl-
geruch von Kampfer, Sandelholz und Safran,

Pö chü tso chen khor yug kün nä khyil

breitet sich aus bis an den Horizont.

28 *Ro gyä chü dän sa cha tung wa dang*

In Form von Speisen und Getränken mit ein-
hundert Geschmacksrichtungen

Lha dang mi yi shäl sä lhiün por pung

häuft sich die Nahrung von Göttern und Men-
schen an wie der Berg Meru.

29 *Na tso röl mö jä dra ta yä lä*

Musik von unzähligen, mannigfaltigen Musik-
instrumenten erfüllt,

Jung wä dang nyän gyur wä sa sum gäng
zur Symphonie zusammenklingend, die drei
Bereiche.

- 30 *Sug dra dri ro räg jä päl dzin pä*
Göttinnen der äußeren und inneren Sinnesob-
jekte, die Symbole der Formen und Farben,
der Töne, der Gerüche,

Chi nang dö yön lha mö cho kün khyab
der Geschmacksrichtungen und Tastobjekte
haltend, durchdringen alle Richtungen.

Mandala-Darbringung

- 31 *Shing-kham büel-war shu*
Dem Verdienstfeld bringe ich dar:
OM BENDZA BHUMI AH HUNG —

Wang-chen sär-gyi sa shi
Hier ist der goldene Grund, stark und mächtig.

OM BENDZA REKHE AH HUNG —

Chi chag-ri khor-yug-gi kor-wä ü-su

Hier ist die Mauer, stark wie ein Diamant. Der äußere Ring ist umgeben von dieser Mauer aus Eisen;

Ri-i gyäl-po ri-rab

In seiner Mitte erhebt sich der Berg Meru, der König der Berge.

Shar lü-phag-po

Im Osten liegt der Kontinent Purva Videha,

Lho dzam-bu-ling

im Süden der Kontinent Jambudvipa.

Nub ba-lang-chö

im Westen der Kontinent Aparā Godaniya,

Jang dra-mi-nyän

im Norden der Kontinent Uttara Kuru,

Lü-dang lü-phag

um den Osten die Subkontinente Deha und Videha,

Nga-yab-dang nga-yab-shän

um den Süden die Subkontinente Satha und
Uttara Mantrina,

Yo-dän-dang lam-chog-dro

um den Westen die Subkontinente Satha und
Uttara Mantrina,

Dra-mi nyän-dang dra-mi nyän-gyi da

um den Norden die Subkontinente Kurava und
Kaurava,

Rin-po che-i ri-wo

im Osten liegt der Berg der Schätze,

Pag-sam-gyi shing

im Süden liegt der Baum, der die Wünsche er-
füllt,

Dön-jö-i ba

im Westen die Kuh, die alle Wünsche erfüllt,

Ma-mö pa-i lo-tog

im Norden liegt das Feld mit der wildgewach-
senen Ernte.

Khor-lo rin-po-che

Hier ist das kostbare Rad,

Nor-bu rin-po-che

hier ist das kostbare Juwel,

Tsün-mo rin-po-che

hier ist die kostbare Königin,

Lön-po rin-po-che

hier ist der kostbare Minister,

Lang-po rin-po-che

hier ist der kostbare Elefant,

Ta-chog rin-po-che

hier ist das kostbarste und beste der Pferde,

Mag-pön rin-po-che

hier ist der kostbare General,

Ter-chen pö-i bum-pa

hier ist auch die große Vase der Schätze.

Gäg ma / träng-wa ma

Hier ist die Göttin der Schönheit, hier ist die
Göttin der Kränze,

Lu ma / gar ma

hier ist die Göttin der Lieder, hier ist die Göttin
der Tänze,

Mä-tog ma / dug-pö ma

hier ist die Göttin der Blumen, hier ist die Göttin
des Weihrauches,

Nang-säl ma / dri-chab ma

hier ist die Göttin des Lichtes, hier ist die Göttin
der Düfte.

Nyi ma / da wa

Hier ist die Sonne, hier ist der Mond,

Rin-po-che-i dug

hier ist der Schirm aller kostbaren Dinge,

Cho-lä nam-par gyäl-wä gyäl tsän

hier ist das Banner des Sieges in allen Richtungen.

32 *Ü-su lha-dang mi-i päl-jor phün-sum tsog-pa*
In der Mitte alle Besitztümer, kostbar den Göt-
tern und Menschen.

ma-tsang-wa mä-pa tsang-shing yi-du ong-wa
Diese herrliche und ruhmreiche Sammlung,
der es an nichts fehlt,

*di-dag drin-chen tsa-wa-dang gyü-par chä-pä
päl-dän la-ma*
offeriere ich dir, mein Guru, voll höchster Güte
und heilig,

dam-pa nam-dang khyä-par du-yang
und den Gurus der Überlieferung und beson-
ders auch dir,

la-ma lo-sang thub-wang do-jä chang
Guru Losang Sakyamuni Vajradhara,
*chen-pö lha-tsog khor-dang chä-pa nam-la
shing-kham bü-l-war gyio*
zusammen mit deiner Begleitung.

33 *Thug-je dro-wä dön-du she-su-söl*

Bitte nehmt in eurer großen Barmherzigkeit
diese Opfergaben zum Wohle der Lebewesen
an.

she-nä-kyang

Wenn ihr dies angenommen habt,

dag-sog dro-wa mar-gyur nam-khä tha-dang
so bitte ich Euch, gewährt mir und allen müt-
terlichen Lebewesen,

nyam-pä sem-chän tham-chä-la

unzählig wie die Weite des Weltenraums,

thug tse-wa chen-pö go-nä jin-gyi lab-tu-söl
eure wahre Inspiration voll liebevollem Mitge-
fühl.

34 *(O) Jä wa tra gyä ling shi lhün por chä*

Myriaden von Mandalas mit den vier Konti-
nenten und dem Berg Meru,

Rin chen diin dang nyä wä rin chen sog

den sieben kostbaren königlichen Besitztümern und den sieben weiteren königlichen Kostbarkeiten,

Kün ga kyä pä nö chü phün sum tsog

freudebringende vollkommene Bereiche mit den Wesen darin

Lha mi long chö dö gü tär chen po

und einen großen Schatz des Besitzes der Menschen und Götter,

Dang wä sem kyi phül jung shing gi chog

mit allem, was sie sich nur wünschen können, bringe ich mit reinem Geist

Kyam gön thug je tär la wül war gyi

den höchsten Objekten der Darbringung dar, den Beschützern, meiner Zuflucht, dem Schatz des Mitgefühls.

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NI-RYATAYAMI

Weitere Darbringungen

35 *(O) Ngö sham yi trül yi shin gya tsö ngog*

Um die ehrwürdigen Gurus zu erfreuen, bringe ich ihnen tatsächlich errichtete und vorgestellte Gaben dar,

Si shi nam kar lä ong chö dzä kyi

die bis an die Grenzen des wunscherfüllenden Ozeans reichen:

Dab tong gyä pä kün gyi yi trog ching

Ich bringe einen Vergnügungshain dar, in dem all die Opfersubstanzen,

Jig tän jig tän län dä rang shän gyi

die entstanden sind aus den weißen Handlungen des Samsara und Nirvana,

Go sum Gä wä mä tog chi yang tra

in Form von herzerfreuenden, geöffneten, tausendblättrigen Lotossen erscheinen und der übersät ist

Kün sang chö pä dri sung bum tro shing

mit all den Blumen des weltlichen und überweltlichen Heilsamen, das durch meine drei Tore und die der anderen angesammelt wurde.

Lab sum rim nyi lam ngä drä dän pä

Der Hain ist durchdrungen von den hunderttausend süßen Düften der Samantabhadra-Opfergaben

Ga tsäl jä tsün la ma nye chir büil

und angefüllt von den Früchten der drei Schülungen, der zwei Stufen und der fünf Pfade.

Innere Opfergabe

36 *Gur kum dang dän sang pö dri ngä chän*

Chinesischen Tee mit hundert herrlichen Geschmacksrichtungen,

Ro gyä päl dzin gya jä tung wa dang

safranfarben und mit gutem Aroma, bringe ich
dar.

Chag kyu nga dang drön ma nga la sog

Dies, mit den fünf Haken und den fünf Leuch-
ten und so weiter versehen,

Jang tog bar wä dü tsi gya tsö chö

wird gereinigt, gewandelt und wächst zu ei-
nem Ozean von Nektar an.

Geheime Opfergabe

37 *Yi ong lang tsö päl dzin drug chu shi*

Auch bringe ich schöne, illusionsgleiche Ge-
fährten dar,

Dö pä gyü tsäl la khä lü tra ma

in Form von schlanken feldgeborenen, man-
trageborenen und spontan geborenen Dakini-
Botinnen,

Shing kye ngag kye lhän kye pho nyä tsog

die angenehm anzuschauen, mit dem Glanz
der Jugend versehen

Dze dug gyu mä chag gya nam kyang biil

und in den vierundsechzig Arten der Lust ge-
wandt sind.

Soheits-Opfergabe

38 *Drib dräl lhän kye dä wä yä she chä*

Den endgültigen, höchsten Erleuchtungsgeist
bringe ich euch dar, der in der großen Ur-
sprünglichen Weisheit besteht,

Chö kün rang shin trö dang dräl wä ying

die glücklich, frei von Hindernissen und na-
türlich anwesend ist;

Yär me lhiin drub ma sam jö lä dä

die Sphäre, die frei ist von Hervorbringungen
des Geistes der inhärenten Existenz aller Phä-
nomene,

Dön dam jang chub sem cho khyö la biül

ungeteilt, spontan, jenseits von Worten, Denken und Ausdruck.

Heilmittel

39 *Nyön mong shi gya tsa shi nä jom pä*

Ich bringe vielfältige Arten von guter Medizin dar,

Sang pö män gyi jä drag na tsog dang

die die Krankheiten der vierhundert Geistesplagen überwindet.

Sich selbst als Diener anbieten

40 *Khyö nye gyi chir da drän biül lag na*

Um euch zu erfreuen, werde ich euer Diener sein;

Nam kha ji si bang su sung du söl

nehmt mich in euren Dienst bis ans Ende aller Zeiten.

Bekanntnis unheilsamer Handlungen

41 *(O) Thog me dü nä mi gä dig pä lä*

Alle schlechten Taten, die ich seit anfangsloser
Zeit

Gyi dang gyi tsäl yi rang chi chii pa

begangen habe, zu denen ich anstiftete oder an
denen ich mich erfreute,

Thug jä chä dän chän ngar gyö sem kyi

bekenne ich mit reuevollem Geist vor den Au-
gen des Erbarmungsvollen

Shag shing län chä mi gyi dom par nö

und gelobe, sie von nun an nicht mehr zu bege-
hen.

Mitfreude über die heilsamen Handlungen der
Lebewesen

42 *Chö nam rang shin tsän ma dang dräl yang*

Obwohl alle Dinge wie ein Traum sind,

Mi lam ji shin kyä phag tham chä kyi

ohne Merkmale inhärenten Seins, erfreue ich
mich

Dä ga chir yang char wä nam kar la

an den Tugenden der Aryas und der gewöhnlichen Wesen,

Da cha sam pa thag pä yi rang ngo

aus denen alles Glück und alle Freuden entspringen.

Bitte an den Lama, das Rad der Lehre
weiterzudrehen

43 *Phül jung kyän tse chu dzin bum trig tä*

Bitte bilde aus deiner erhabenen Weisheit und
deinem Erbarmen Hunderttausende von Wolken

Tha yä dro di phän dä kün dä tsäl

und laß daraus den Regen des tiefgründigen
und weiten Dharma herabkommen,

Kye dang yün tu nä dang pel wä chir

um den Mondblumengarten des Nutzens und
des Glücks

Sab gyä chö kyi char pa wab tu söl

der endlos vielen Wesen erblühen, lange beste-
hen und anwachsen zu lassen.

Bitte an den Lama, nicht ins Paranirvana
einzugehen, sondern bei uns zu bleiben

44 *Do jä ku la kyä chi mi nga yang*

Obwohl dein Vajrakörper weder Geburt noch
Tod kennt,

Sung jug wang gi gyäl pö sa ma tog

so bitte ich dich doch, meinem Sehnen entspre-
chend,

Da cha mö pa ji shin si thä bar

bis an das Ende des Samsara beständig als ein
Gefäß für das wunscherfüllende Juwel, den
Einheitszustand,

Nya ngän min da tag par shug su söl

zu verweilen und nicht ins Nirvana einzugehen.

Widmung der Verdienste

45 *Dä tar trün pä nam kar Gä wä tsog*

Die Ansammlung weißer heilsamer Kraft, die so erzeugt wurde,

Ka drin sum dän jä tsün la ma yi

widme ich dem Ziel, daß ich in allen Leben von verehrungswürdigen Gurus mit den drei Arten der Güte beschützt werde,

Tse rab kün tu dräl me je dzin ching

daß ich niemals von ihnen getrennt sein werde

Sung jug do jä chang wang thob chir ngo

und daß ich so den Zustand der Einheit Vajradharas erlangen möge.

Bittgebete

Mig-tse-ma

46 *Mig me tsä wä tär chen chän rä sig*

Avalokiteshvara, großer Schatz des Mitgefühls
ohne Objekt,

Dri me khyän pä wang po jam päl yang

Manjusri, König des makellosen Wissens,

Dü pung ma lü jom dzä sang wä dag

Vajrapani, der du die Dämonenheere restlos
vernichtest,

Gang chän khä pä tsug gyän tsong kha pa

Tsongkhapa, Krönung der Gelehrten im
Schneeland,

Lo sang drag pä shab la söl wa deb (21x, ganzer
Vers)

Losang Dragpa, zu deinen Füßen spreche ich
meine Bittgebete.



Bittgebete

47 *(O) Yön tän jung nä tsül trim gya tso chä*

Ich richte meine Bitten an dich, Älterer, Halter
der Mönchsdisziplin,

Mang thö nor bü tsog kyi yong su tam

Meister, in Safran gewandeter zweiter Buddha.

Ngur mig dzin pa thub wang nyi pä jä

der du von einer Menge an Edelsteinen der Ge-
lehrsamkeit erfüllt bist.

Nä tän dül wa dzin la söl wa deb

Du bist die Quelle der Vortrefflichkeiten und
ein großes Meer der moralischen Disziplin,

48 *Gang dang dön na dä war sheg pä lam*

Ich richte meine Bitten an den geistigen Lehrer
des großen Fahrzeugs,

Tön par ö pä yön tän chu dön pa

an den Herrn des Dharma, der der Stellvertre-
ter ausnahmslos aller Sieger ist,

Ma lü gyäl wä dung tsob chö kyi jä

ausgestattet mit den zehn Qualitäten, die dazu befähigen

Theg chog Gä wä she la söl wa deb

ein Lehrer für Schüler auf dem Pfad der Sugatas zu sein.

49 *Go sum leg dam lo chen sö dän drang*

Ich richte meine Bitten an den hauptsächlichen Halter des Vajra.

Yo dang gyu me ngag dang gyü she shing

Deine drei Tore sind wohlgezügelt, dein Verstand ist groß, du bist geduldig,

Dä nyi chu sung dri dang chä khä pä

und ohne Arglist, du kennst das Mantra und die Tantras,

Do jä dzin pä tso la söl wa deb

du besitzt die zwei mal zehn Qualitäten und

bist ein Meister im Beruhigen und Unterweisen.

50 *Sang gyä drang me jön pä ma thül wä*

Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen Beschützer, meine Zuflucht.

Ma rung düil kä nyig dü dro wa la

Den von zahllosen Buddhas, die gekommen sind, nicht bezähmten,

Dä sheg lam sang ji shin tön pa yi

und schwer zu disziplinierenden Wesen dieser degenerierten Zeit

Kyam gön thug jä chän la sol wa deb

zeigst du den guten Pfad der Sugatas so, wie er ist.

51 *Thub pä nyi ma dü kyi nub gyur tä*

Ich richte meine Bitten an die erbarmungsvollen Zufluchts-Beschützer.

Gön kyab me pä dro wa mang po la

Du führst die Taten der Siegreichen aus für die

Gyäl wä dzä pa nyä war dub dzä pä

vielen Wesen ohne Beschützer und Zuflucht

Kyam gön thug jä chän la söl wa deb

in dieser Zeit, wo die sonnengleichen Lehren
der Weisen dabei sind, unterzugehen.

52 *Dü sum cho chü gyäl wa tham chä lä*

Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen
Beschützer, meine Zuflucht.

Gang gi ba pü bu ga chig tsam yang

Selbst eine einzige deiner Haarporen ist mir

Da cha sö nam shing du leg ngag pä

ein höher gepriesenes Verdienstfeld, als all die
Sieger

Kyam gön thug jä chän la söl wa deb

der drei Zeiten und zehn Richtungen.

53 *Dä sheg ku sum gyän gyi khor lo ni*

Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen Beschützer, meine Zuflucht.

Thab khä gyu trül dra wä jo geg lä

Du bist die Mandalas des Schmuckes, der in den drei Körpern der Sugatas besteht;

Tha mäl tsül gyi dro wa dren dzä pä

durch die Anmut des Netzes der illusionsgleichen geschickten Mittel

Kyam gön thug jä chän la söl wa deb

führst du in gewöhnlicher Erscheinung die Wesen.

54 *Khyö kyi phung kham kyä che yän lag nam*

Ich richte meine Bitten an den höchsten Guru, dessen Natur alle drei Juwelen umfaßt.

Dä sheg rig nga yab yum sem pa dang

Deine Aggregate, Elemente, Sinnesbereiche und

Tro wö wang pö rang shin chog sum gyi

Glieder sind die Sugatas der fünf Familien,

Da nyi la ma cho la söl wa deb

zusammen mit den Gefährtinnen, Bodhisattvas
und zornvollen Gottheiten.

55 *Kün khyen yä she röl pa lä jung wä*

Ich richte meine Bitten an den Beschützer der
ursprünglichen Einheit,

Kyil khor khor lo jä wä da nyi dä

der als eine Darbietung des allwissenden ur-
sprünglichen Weisheitsbewußtseins entstan-
den ist.

Rig gyä khyab dag do jä dzin pä tso

Du bist das Wesen von zehn Millionen von
Mandalakreisen,

Sung jung dang pö gön la söl wa deb

der allesdurchdringende Herr von einhundert

Buddhafamilien und der hauptsächlichste Halter des Vajra.

56 *Drib me lhän kye ga wä röl pa dang*

Ich richte meine Bitten an den, dessen tatsächliches Wesen

Yär me tän yo kün kyab kün gyi dag

der von Anfang und Ende freie, all-gute, endgültige Erleuchtungsgeist ist.

Thog ma tha dräl kün sang dön dam gyi

Du bist eine Darbietung des natürlich anwesenden, unbefleckten Glücks,

Jang chub sem ngö khyö la söl wa deb

derjenige, dessen Bewußtsein ungetrennt (von der Leerheit), das Feste und Bewegliche durchdringt.

Innige Bitten an den Lama

57 *(O) Khyö ni la ma khyö ni yi dam khyö ni khan
dro chö kyong tä*

Du bist der Lama, Du bist die Meditationsgott-
heit, du bist die Dakini, du bist der Beschüt-
zer.

*Däng nä sung tä jang chub bar du khyö min ky-
ab shän mi tsöl wä*

Von nun an bis zur Erleuchtung werde ich kei-
ne andere Zuflucht suchen als Dich.

*Di dang bar do chi mä thar yang thug je chag
kyü sung dzö la*

Bis ins Bardo und in die nächste Existenz hinein
halte mich fest mit Deinem Haken des Großen
Mitleids.

*Si shi jig dröl ngö drub kün tsöl tän gyi drog
dzö bar chö sung* (3x, ganzer Vers)

Befreie mich von der Angst vor Samsara und

Nirvana, gewähre mir die Verwirklichungen,
sei mein Freund und löse alle Hindernisse auf.

Empfang des Segens durch die Vier Initiationen

58 *(O) Dä tar län sum söl wa tab pä thü*

Durch die Kraft dieser dreimaligen Bitte gehen
von den

La mä ku sung thug kyi nä nam lä

Orten des Körpers, der Sprache und des Geistes
des Guru

Dü tsi ö ser kar mar thing ga sum

Nektar und Lichtstrahlen von weißer, roter und
dunkelblauer Farbe

Rim dang chig char jung nä dag nyi kyi

erst der Reihe nach und dann gleichzeitig aus.

Nä sum rim dang chig char thim pa lä

Der Nektar strömt in meine drei Orte zunächst
der Reihe nach und dann gleichzeitig ein.

Drib shi dag ching nam dag wang shi thob

Er reinigt von den vier Hindernissen und verleiht die vier reinen Initiationen.

Ku shi thob ching la ma nyi pa shig

Ich erlange die vier Körper.

Gye shin thim pä jin gyi lab par gyur

Ein Doppel des Gurus verschmilzt freudig mit mir und segnet mich.

Namensmantras

(S.H. Dalai Lama)

OM AH GURU BENDZADHARA VAGINDRA
SUMATI SHASANA DHARA SAMUDRA
SHRI BHADRA SARVA SIDDHI HUNG
HUNG.

*(Dagyab Rinpoche)**

OM AH GURU BENZADHARA VAGINDRA

*Traditionsgemäß wird als erstes Namensmantra das des Hauptlehrers rezitiert — die weiteren entsprechend

SUMATI SHASANADHARA DHARMA
DANZA SARVA SIDDHI HUNG HUNG. (21x)

(Lodrö Rinpoche)

OM AH GURU BENDZADHARA MAITRI
VIJAYE SIDDHI HUNG HUNG.

(Kyabje Trijang Rinpoche)

OM AH GURU BENDZADHARA SUMATI
JANA SHASANA DHARA SAMUDRA SHIRI
BHADRA SARVA SIDDHI HUNG HUNG. (7x)

(Tsongkhapa)

OM AH GURU BENDZADHARA SUMATI
KIRTI SIDDHI HUNG HUNG. (7x)

(Buddha Shakyamuni)

OM MUNI MUNI MAHA MUNIYE
SOHA. (7x)

der Überlieferungslinie. Im Anhang auf S. 123 findet man die Namensmantras von S.H. Dalai Lama bzw. Lodrö Rinpoche.

(Vajradhara)

OM BENDZADHARA HUNG. (7x)

(Mantra aller Buddhas zusammen)

OM AH HUNG. (7x)

Widmung

59 *(O) Gä wa di yi nyur du da*

Möge ich durch die Verdienste dieser heilsamen Handlungen

La ma sang gyä drub gyur nä

schnell die Buddhaschaft realisieren

Dro wa chig kyang ma lü pa

und alle Lebewesen ohne Ausnahme

Dä yi sa la gö par shog

in diesen Zustand versetzen.

Hier gegebenenfalls Tsog-Teil einfügen.

Tsog

(sonst weiter auf S. 90)

Segnung der Opfergaben

60 *Ngo wo yä she la nam pa nang chö dang*

Wolken von Opfergaben äußerer, innerer und
geheimer Darbringungen,

chö dzä so sö nam pa

Gelöbnissubstanzen und die sichtbaren Gaben
durchdringen in unvorstellbarer Anzahl den
Boden,

jä lä wang po drug gi chö yül du

den Äther und die Weiten des Raumes und fül-
len diese Bereiche an.

dä tong gi yä she kyä par chän kye pä sa dang

In ihrer Essenz sind sie ursprüngliche Weisheit.

*bar nang nam khä kyön tham chä yong su kyab
pä*

Ihre Erscheinung ist die der inneren Opferga-

ben und die der verschiedenen Opfersubstanzen in ihrer jeweiligen Ausprägung.

chi nang sang wä chö trin dam dze chän sig

Ihre Wirkungsweise ist es, als Genußobjekte für die sechs Sinne

sam gyi mi khyab pä gang war gyur

die ursprüngliche Weisheit zu erzeugen, die in der Einheit von Leerheit und Glückseligkeit besteht.



61 *(O) E-MA-HO yä she röl pa chä*

In dem großen Spiel ursprünglicher Weisheit

Shing kam tham chä do jä shing

erscheinen alle Orte als Vajrafelder

Nä nam do jä po drang chä

und alle Strukturen als majestätische Vajrapaläste

Kün sang chö trin gya tso bar

und Ozeane von Samantabhadra-
Opferungswolken wogen voran.

Long chö dö gü päl dang dän

Alle Objekte sind erfüllt mit der Herrlichkeit al-
ler Wünsche.

Chü nam pa wo pa mo ngö

Alle Wesen sind tatsächlich Dakas und Daki-
nis.

Ma dag trül pä ming yang me

Es gibt noch nicht einmal die Begriffe "Unrein-
heit" oder "Fehler":

Dag pa rab jam ba shig go

Es gibt nur unendlich Reines.

62 *HUNG trö kün nyer shi chö kü ngang*

HÜM, aus dem Zustand des Dharmakaya, in
welchem alle geistigen Ereignisse beruhigt
sind,

Lung mä yo shin bar wä teng

auf einem turbulenten Wind und flammendem
Feuer

Min gö gye pu sum gyi khar

auf der Krone von drei aufeinanderstehenden
menschlichen Köpfen

AH tsän dän thö pa ka pa lar

steht die Silbe $\bar{A}H$,

OM dzä nang so sor bar war gyur

inmitten einer menschlichen Schädelschale
steht die Silbe OM ,

Dä dag teng nä OM AH HUNG

sie erscheinen leuchtend einzeln nacheinander.

Kha dog si ji so sor bar

Über ihnen sind die Silben $OM \bar{A}H H\bar{U}M$ pla-
ziert,

Lung yö mä bar dzä nam shu

jede glänzt in leuchtender Farbe.

Khöl wä lang pa cher yö pä

Der Wind wird turbulent, das Feuer flackert,
die Inhaltsstoffe schmelzen.

Yi Gä sum lä ö ser tsog

Durch dieses Kochen entstehen reichliche
Dämpfe.

Cho chur trö pä do jä sum

Aus den drei Keimsilben strahlt Licht aus in die
zehn Richtungen,

Dü tsir chä nam chän drang nä

und holen die drei Vajras mit Nektar zurück,

So sor yi Gä sum thim pä

welcher einzeln in die drei Silben verschmilzt.

Dü tsir shu nä chü dang dre

Diese verschmelzen in den Nektar und mi-
schen sich mit den anderen Bestandteilen.

Jang tog bar je E-MA-HO

Sie reinigen, transformieren und vermehren
diese, E-MA-HO,

Dö gü päl war gya tsor gyur

und werden zu einem prachtvoll glänzendem Ozean von allem, was man sich wünschen kann.

OM AH HUNG (3x)

Einladung an die Gäste der Tsog-Opfergabe

63 *(O) Thug je dag nyi tsa gyü la ma dang*

Ich bitte euch, Hauptgurus und Gurus der Überlieferung,

Yi dam lha tsog kyab nä kön cho sum

zusammen mit den Yidams, den Scharen von Gottheiten, den drei Juwelen der Zuflucht

Pa wo khan dro chö kyong sung mä tsog

und den Viras, Dakas, Dakinis und den Scharen der Dharmabeschützer mit ihrer Begleitung,

Chän dren chö pä nä dir sheg su söl

die ihr von der Natur des Mitgefühls seid, mei-

ner Einladung zu folgen und an diesen Ort der Darbringung zu kommen.

64 *Chi nang sang wä chö trin gya tsö ü*

Setzt Eure lichtausstrahlenden Füße fest auf diesen eleganten Thron aus Juwelen,

Rin chen lä drub dze pä dän tri la

der inmitten eines Ozeans aus äußeren, inneren und geheimen Opfergaben steht.

Shab sen ö chag tän par shug nä kyang

Gewährt uns, die wir nach höchster Realisation streben,

Drub chog dag la dö gü ngö drub tsöl

die kraftvollen Verwirklichungen, die wir uns alle wünschen.

Eigentliche Darbringung des Tsog (3x)*

Den direkten Lamas und den Lamas der Überlieferungslinie

65 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*
HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der
Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso chö gya tso di
das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet
wurde,

Tsa gyü la mä tso nam nye chir bü
bringe ich dem Hauptguru und den Gurus der
Überlieferung dar, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä
Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit

*Der Abschnitt "Eigentliche Darbringung des Tsog" wird dreimal wiederholt. Die Ziffern 1. 2. & 3.× beziehen sich auf die jeweiligen Durchgänge der Rezitation.

ten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Jin lab char chen wab tu söl

laßt bitte einen großen Regen von Segen herabkommen.

Den Meditationsgottheiten und ihrem Gefolge

66 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso chö gya tso di

das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,

Yi dam lha tso khor chä nye chir bü

bringe ich den Scharen von Yidam-Gottheiten zusammen mit ihrer Begleitung dar, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä

Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Ngö drub char chen wab tu sö!

laßt bitte einen großen Regen von Verwirklichungen herabkommen.

Den Kostbaren Juwelen

67 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso chö gya tso di

das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,

Kön cho rin chen tso nam nye chir bü!

bringe ich der Anhäufung der kostbaren Juwelen der Zuflucht dar, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä

Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Dam chö char chen wab tu söl

laßt bitte einen großen Regen des heiligen Dharma herabkommen.

Den Dakinis und Beschützern

68 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso chö gya tso di

das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,

Khan dro chö kyong tso nam nye chir bü

bringe ich den Scharen der Dakinis und Dharmabeschützer dar, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä

Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Trin lä char chen wab tu söl

laßt bitte einen großen Regen von Heilsaktivität herabkommen.

Allen Lebewesen, unseren vergangenen Müttern

69 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso chö gya tso di

das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,

Mar gyur sem chän tso nam nye chir bü

bringe ich den Scharen von Lebewesen dar, die meine Mütter waren, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä

Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Trül nang dug ngäl shi gyur chig (3x, ab S. 61)

möge das Leiden, das aus getäuschter Wahrnehmung entsteht, zur Ruhe kommen.

An dieser Stelle kann der sogenannte "Achtbeinige Lobpreis" eingefügt werden.

Achtbeiniger Lobpreis




Lobpreis an Cakrasamvara

70 *OM chom dän pa bö wang chug la cha tsäl*
HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Verehrung dem Bhagavan, dem mächtigen Helden. HŪṀ-HŪṀ-PHAṬ.

OM käl pa chen pö mä dang nyam pä ö
HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Dein Licht gleicht dem Feuer eines großen Zeitalters. HŪṀ-HŪṀ-PHAṬ.




OM räl pä chö pän mi sä pa dang dän HUNG 
HUNG  PHÄ  .

OM. Deine Haarkrone ist unerschöpflich. HŪṀ-HŪṀ-PHAṬ.

OM chä wa nam par tsig pa jig pä zhäl
HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Deine Fangzähne sind gefletscht, dei-




ne Gesichter furchterregend. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM tong tra cha ni bar wä ö ser chän HUNG  HUNG  PHÄ .




OM. Deine Lichtstrahlen lodern als tausend Arme. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM dra ta zhag deng dung dang khatam dzin HUNG  HUNG  PHÄ .

OM. Du hältst Streitaxt, Fangschlinge, Lanze und Khatvaṅga-Stab. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM tag gi pag pä na sa dzin pa chän HUNG  HUNG  PHÄ .

OM. Du trägst Kleidung aus Tigerfell. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM ku chen dü kha gäg thar dzä la dü HUNG  HUNG  PHÄ .

OM. Dein großartiger Körper hat graue Farbe. Ich verneige mich vor dem, der die Hindernisse vernichtet. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

Lobpreis an Vajravārāhī

71 *OM chom dän de ma do jä pha mo la cha tsäl
HUNG  HUNG  PHÄ  .*

OM. Verehrung der Bhagavati Vajravārāhī.
HŪM-HŪM-PHAṬ.

*OM phag ma rig mä wang chug kham sum gyi
mi thub HUNG  HUNG  PHÄ  .*

OM. Erhabene, Herrin der Weisheitgöttinnen,
die Drei Bereiche können dir nichts anhaben.
HŪM-HŪM-PHAṬ.

*OM jung pö jig pa tham chä do jä chen pö jom
HUNG  HUNG  PHÄ  .*

OM. Mit deinem großen Vajra vernichtest
du alle Gefahren durch Djungpo-Dämonen.
HŪM-HŪM-PHAṬ.

*OM do jä dän shug shän gyi mi thub wang je
chän HUNG  HUNG  PHÄ  .*

OM. Du ruhst auf dem Vajrasitz. Von ande-

ren unbezwungen herrschst du mit den Augen. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM tum mo thro mö sug kyi tsang pa kem par dzä HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Deine Form des zornvollen Tummo-Feuers lässt Brahma austrocknen. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM dü nam trag ching kem pä shän gyi chog lä gyäl HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Weil du den Māras Angst einflößt und sie austrocknest, siegst du über andere. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

OM mug je reng je mong je kün lä nam par gyäl HUNG  HUNG  PHÄ  .

OM. Du siegst über alle, die Verwirrung stiften, ersteifen lassen und Umnachtung bringen. HŪṂ-HŪṂ-PHAṬ.

*OM do jä pha mo jor chen dö wang ma la dü
HUNG  HUNG  PHÄ   .*

OM. Vajravārāhī, reich ausgestattete, Herrin
über die Begierden, vor dir verneige ich mich.
HŪM-HŪM-PHAṬ.

Darbringung des Tsog an den Lama

72 *E-MA-HO tso kyī khor lo chā*

E-MA-HO. Hier ist ein großer Kreis von Tsog-
Opfergaben.

Dü sum dä sheg sheg shül tä

Oh Du, der Du den Fußspuren der Buddhas al-
ler drei Zeiten gefolgt bist,

Ngö drub ma lü jung wä nä

im Bewußtsein, daß Du die Quelle aller kraft-
vollen Verwirklichungen bist, oh großer Held,

Dä tar she nä pa wo chā

Du, der Du dich von allen falschen Konzepten
befreit hast —

Nam par tog pä sem bor nä

wir laden dich ein, immerwährend diesen

Tsog kyi khor lo gyün du röl

Kreis von Tsog-Opfergaben zu genießen.

A LA LA HO

Antwort des Lamas (bzw. Zeremonieleiters)

73 *OM do jä sum yär mä pä dag*

OM, ich stelle mir mich selbst als eine Guru-Gottheit vor,

Rang nyi la ma lhar säl nä

die von den drei Vajras ungetrennt ist.

AH sag me yä she dü tsi di

ĀḤ, an diesem unbefleckten Weisheitsnektar,

HUNG jang chub sem lä yo me par

HŪṂ, erfreue ich mich, ohne aus dem Zustand des Erleuchtungsgeistes herauszutreten,

Lü nä lha nam tsim chir röl

um die Gottheiten, die sich in meinem Körper
aufhalten, zufriedenzustellen.

A HO MAHA SUKHA

*Hier wird der Tsog ausgeteilt, zunächst an den Vajramei-
ster, dann an die anderen Versammelten, von vorne begin-
nend.*

Gesang der Frühlingskönigin — ein Lied, das das
Herz der Dakinis rühren soll*

74 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HŪM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

* von Jangkya Rölpa Dorje

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Dä wa chä la gye pä he ru ka

Heruka, der du dich an höchster Glückseligkeit
erfreust

Dä wä rab nyö ma la nyen jä ne

und indem du der Gefährtin beiwohnst, die vor
Seligkeit völlig berauscht ist,

Cho ga shin du long chö pa yi ni

und sie entsprechend dem Ritual genießt;

Lhän kye dä wä jor wa la shug so

bitte trete in die Vereinigung der gleichzeitigen
Glückseligkeit (mit Leerheit) ein.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO**



Dri me khan drö tso nam kyi

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf
uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvollen Realisationen verleihen.

75 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HÜM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Dä wa chen pö yi ni rab kyö pä

Während du im Geist von Großer Glückseligkeit äußerst erregt bist,

Lü ni kün tu yo wä gar gyi ni

befindet sich dein Körper in einem Tanz ekstatischer Bewegung.

Chag gyä pä mar röl pä dä wa chä

Bitte bringe den Scharen von Yoginis die Große
Glückseligkeit

Näl jor ma tso nam la chö par dzö

des Spieles im Lotos der Mudra dar.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO**



Dri me khan drö tso nam kyi

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf
uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvol-
len Realisationen verleihen.

76 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HŪM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Yi ong shi wä nyam kyi gar dzä ma

Mit angenehm anzuschauenden, gelassenen
Gesten Tanzende,

Rab gye gön po kyö dang khan drö tsog

sich äußerst erfreuender Beschützer und Scharen
von Dakinis;

Da gi diin du shug tä jin lob la

bitte tretet vor mich, segnet mich,

Lhän kyä dä chen dag la tsäl du söl

und verleiht mir die reine Große Glückseligkeit.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO**



Dri me khan drö tso nam kyi

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf
uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvol-
len Realisationen verleihen.

77 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HÜM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Dä chen thar pä tsän nyi dän pa khyö

Ihr, die ihr die Merkmale der Befreiung durch
Große Glückseligkeit tragt,

Dä chen pang pä ka thub du ma yi

ihr glaubt nicht, daß man durch vielerlei Aske-
se,

Tsä chig dröl war mi she dä chen yang

während man die Große Glückseligkeit auf-
gibt, in einem Leben befreit werden kann —

Chu kye cho gi ü na nä pa shin

Große Glückseligkeit wohnt tatsächlich im
höchsten Lotos.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO**



Dri me khan drö tso nam kyi

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf
uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvol-
len Realisationen verleihen.

78 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HÜM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Dam gyi ü su kye pä pä ma shin

Bitte, höchste Yogini, bringe durch die Seligkeit
deines Lotos, die,

Chag lä kye kyang chag pä kyön ma gö

so wie der Lotos aus dem Sumpf entsteht, aus
der Begierde entstanden ist,

Näl jor ma chog pä mä dä wa yi

ohne mit ihren Fehlern behaftet zu sein,

Si pä ching wa nyur du dröl war dzö

schnell die Befreiung von den Banden des Da-
seinskreislaufes.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO** 

Dri me khan drö tso nam kyī

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf
uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvol-
len Realisationen verleihen.

79 *HUNG dä shin sheg pa tham chä dang*

HŪM! All ihr Tathagatas,

Pa wo dang ni näl jor ma

Viras und Yoginis,

Khan dro dang ni khan dro ma

Dakas und Dakinis,

Kün la da ni söl wa deb

an Euch richte ich meine Bitten.

Drang tsi jung nä nam kyī drang tsi chü

So, wie der Nektar in Blütenkelchen mit Honig,

Bung wä tso kyi kün ne thung wa tar

der von den Bienenschwärmen aller Richtungen aufgesogen wird,

Tsän nyi drug dän tso kye gyä pa yi

bringe bitte Befriedigung mit dem Geschmack,

Chü ching pa yi ro yi tsim par dzö

der an die Essenz deines geöffneten Lotos mit den sechs Merkmalen gebunden ist.



**AH-LA-LA LA-LA-HO AH-I-AH AH-
RA-LI-HO**



Dri me khan drö tso nam kyi

Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis auf uns

Tsä wä sig la lä kün dzö

mit Liebe herabschauen und uns alle kraftvollen Realisationen verleihen.

Darbringung der restlichen Opfergaben an die
Hungergeister

Segnung

80 *HUNG ma da trül nang ying su dag*

HŪM. Unreine trügerische Erscheinungen
werden gereinigt in der Sphäre der Leerheit.

AH yä she lä drub dü tsi chä

ÄH, dieser großartige Nektar, der aus ur-
sprünglicher Weisheit entsteht,

OM dö gü gya tso chen por gyur

OM, wird zu einem weiten Ozean aus allen er-
wünschten Dingen.

OM AH HUNG (3x)

Darbringung

81 *HO ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä*

HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der
restlichen Tsog-Opfergaben,

Sa me dü tsi tso lhag gya tso di

Das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,

Dam chän shing kyong tso nam nye chir büi

bringe ich den Scharen der eidgebundenen Ortsbeschützer dar, um sie zu erfreuen.

OM AH HUNG

Dö gü päl la röl pä tsim dzä nä

Indem ihr von der Darbringung der Herrlichkeiten all dessen, was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,

E-MA-HO

Näl jor trin lä tsül shin drub

führt bitte eure yogische Heilsaktivität durch, wie es sich gebührt.

Die Gaben für die Geister werden ausgesandt. Diese wurden zuvor eingesammelt; die des Lamas zum Schluß. Man gibt etwas Bāla und Maṇḍana hinzu. Wenn es Nacht ist,

werden die Opfergaben mit einem glimmenden Räucherstäbchen versehen.

Auftrag zur Aktivität

82 *HO lhag mä drön nam kor chä kyi*

HO! Möge sich dadurch, daß ich dieses Meer von restlichen

Tsog lhag gya tso di she la

Tsog-Opfergaben den verbleibenden Gästen zusammen mit ihrer Begleitung darbringe,

Tän pa rin chen gyä pa dang

die kostbare Lehre ausbreiten.

Tän dzin yön chö khor chä dang

Mögen die Halter der Lehre und die Spender, zusammen mit ihrer Begleitung,

83 *Khyä par näl jor da chag la*

und mögen insbesondere wir Yogis frei von Krankheiten sein,

Nä me tsä dang wang chug dang

sowie ein langes Leben haben und Einfluß besitzen.

Päl dang drag dang käl wa sang

Möge unsere Erscheinung beeindruckend sein und möge sich unser Ruhm ausbreiten,

Long chö gya chen kün thob ching

möge uns ein gutes Geschick zuteil werden, und mögen wir eine Fülle von Reichtümern erlangen.

84 *Shi dang gyä la sog pa yi*

Bitte verleiht uns die Verwirklichungen der Handlungen wie

Lä kyi ngö drub da la tsöl

die der Befriedung, der Ausweitung und so weiter.

Dam tsig chän gyi da la sung

Eidgebundene Beschützer, bitte beschützt uns
und helft uns,

Ngö drub kün gyi tong drog dzö

die Verwirklichungen alle zu erreichen.

85 *Dü min chi dang nä nam dang*

Bitte macht, daß wir keinen unzeitgemäßen
Tod sterben und daß keine Krankheiten auf-
treten mögen.

Dön dang geg nam mä par dzö

Sorgt dafür, daß Dämonen und hindernde Gei-
ster uns nicht belästigen,

Mi lam ngän dang tsän ma ngän

daß keine schlechten Träume oder schlechte
Vorzeichen auftreten

Ja je ngän pa mä par dzö

und daß uns keine schlechten Einflüsse treffen.

86 *Jig ten dä shing lo leg dang*

Mögen sich weltliches Glück und gute Jahre ergeben.

Dru nam gyä shing chö phel dang

Möge das Korn anwachsen, und möge der Dharma sich ausbreiten.

Dä leg tham chä jung wa dang

Möge sich alles Glück und alles Gute einstellen,

Yi la dö pa kün drub shog

und mögen alle Wünsche sich erfüllen.

Widmung

87 *Jin pa gya chen gyur wa di yi thü*

Mögen wir durch die Kraft dieses ausgedehnten Gebens,

Dro wä dön du rang jung sang gyä shog

zum Nutzen der Wesen ein aus sich selbst heraus entstandener Buddha werden,

Ngön tsä gyäl wa nam kyi ma dräl wä

und mögen wir die Massen der Wesen, die von den Siegern vergangener Zeiten nicht befreit wurden,

Kyä wö tso nam jim pä dröl gyur chig

durch diese Freigiebigkeit befreien.

Bittgebete für die Lamrim Praxis

Guru-Hingabe

88 *Shing cho dam pa jä tsün la ma la*

Segne mich, heiliger verehrungswürdiger Guru, daß ich durch die Kraft meiner Darbringung von Opfergaben

Chö ching gü pä sol wa tab pä thü

und durch meine respektvollen Bitten an Dich unter Deine freudige Obhut gelange,

Dä leg tsa wa gön po khyö nyi kyi

Oh Beschützer, der du das höchste Verdienstfeld

Gye shin je su dzin par jin gyi lob

und der Ursprung allen Glücks und allen Wohlergehens bist.

Kostbare Menschenexistenz

89 *Län chig tsam shig nye pä däl jor di*

Segne mich, daß ich den tiefsten Gehalt von
Muße und Ausstattung erfasse,

Nye ka nyur du jig pä tsül tog nä

die nur einmal gefunden werden, schwer zu er-
langen sind und schnell vergehen,

Dön me tsä di ja wä mi yeng war

und daß ich mich nicht durch die bedeutungs-
losen Beschäftigungen ablenken lasse,

Dön dän nying po len par jin gyi lob

die nur auf Ziele in diesem Leben gerichtet
sind.

Anfängliche Ebene der Motivation

90 *Ngän song dug ngäl bar wä me jig nä*

Segne mich, daß ich aus Furcht vor den lodern-
den Feuern des Leidens der niederen Bereiche

Nying nä kön cho sum la kyab dro shing
von Herzen Zuflucht zu den drei Juwelen neh-
me,

Dig pong Gä tso tha dag drub pa la
und daß ich mich ernsthaft bemühe, das
Schlechte aufzugeben

Tsön pa lhur len jä par jin gyi lob
und alle Ansammlungen und Tugend zu ver-
vollständigen.

Mittlere Ebene der Motivation

91 *Lä dang nyön mong ba long dra tu trug*
Segne mich, daß in mir ein starkes Sehnen ent-
stehe,

Dug ngäl sum gyi chu sin mang pö tse
mich aus dem endlosen, furchterregenden
Meer des Daseinskreislaufs zu befreien,

Tha me jig rung si tso chen po lä
in dessen Fluten ich durch die Wogen der

Handlungen und der Geistesplagen gewalt-
sam umhergeworfen werde,

Thar dö shug dra kyä war jin gyi lob

während mich die Meeresungeheuer der drei
Leiden vielfach quälen.

92 *Sö ka tsön ra dra wä khor wa di*

Segne mich, daß ich den Schatz der Juwelen
der Aryas und die drei höheren Schulungen
ergreife

Ga wä tsäl tar thong wä lo pang nä

und so das Siegesbanner der Befreiung hoch-
halte,

Lab sum phag pä nor gyi dzö sung tä

indem ich die Ansicht aufgebe, dieses uner-
trägliche Gefängnis

Thar pä gyäl tsän dzin par jin gyi lob

des Daseinskreislaufs sei ein Vergnügungs-
hain.

Höchste Ebene der Motivation — die Entwicklung
von Bodhicitta

93 *Nyam thag dro wa di kün da gi ma*

Segne mich, daß in mir das natürliche Mitgefühl entstehe,

Yang yang drin gyi kyang pä tsül sam nä

wie es eine liebende Mutter ihrem geliebten Kind entgegenbringt,

Dug pä bu la tsä wä ma shin du

indem ich bedenke, wie all diese notleidenden Wesen,

Chö min nying jä kyä war jin gyi lob

die meine Mütter waren, mich wieder und wieder mit Güte umsorgten.

94 *Dug ngäl tra mo tсам yang min dö ching*

Segne mich, daß ich mich an dem Glück der anderen erfreue,

Dä la nam yang chog she mä par ni

denn zwischen mir und den anderen gibt es
keinen Unterschied,

Da dang shän la kyä par yö min she

da wir auch das geringste Leiden nicht erleben
wollen

Shän dä ga wa kye par jin gyi lob

und an Glück niemals genug bekommen.

95 *Rang nyi che par dzin pä chong nä di*

Segne mich, daß ich den großen Dämon der
Selbstsucht vernichte

Min dö dug ngäl kye pä gyur thong nä

und ihm alle Schuld zuweise und sie ihm nach-
trage,

Lä län dä la kön du sung je tä

nachdem ich erkannt habe, daß die chronische
Krankheit der Selbstsucht

Da dzin dön chen jom par jin gyi lob

die Ursache aller unerwünschten Leiden ist.

96 *Ma nam che sung dä la gö pä lo*

Segne mich, daß ich die Wesen, selbst wenn sie
sich mir als Feind entgegenstellen,

Tha yä yön tän jung wä gor thong nä

mehr als mein Leben schätze, weil ich erkenne,

Dro wa di dag da gi drar lang kyang

daß die Geisteshaltung, die mütterlichen We-
sen zu schätzen und sie glücklich machen zu
wollen,

Sog lä che par dzin par jin gyi lob

die Eintrittspforte zu unendlichen Tugenden
ist.

97 *Dor na ji pa rang dön kho na dang*

Segne mich, daß mir die Meditation des Gleich-

setzens und Austauschens von Selbst und anderen gelinge,

Thub wang shän dön ba shig dzä pa yi

mit Hilfe der Erkenntnis, die die Vorzüge und Fehler darin unterscheidet,

Kyön dang yön tän yä wa tog pä lö

daß, kurz gesagt, die Kindischen nur an ihr eigenes Wohl denken,

Dag shän nyam jä nü par jin gyi lob

und die Buddhas nur zum Wohle der anderen wirken.

98 *Rang nyi che dzin gü pa kün gyi go*

Segne mich, daß ich den Yoga des Austauschens von Selbst und anderen

Ma nam che dzin yön tän kün gyi shi

zum Mittelpunkt meiner Übung mache,

Dä chir dag shän jä wä näl jor la

weil die Selbstsucht die Eingangspforte zu allem Übel ist

Nyam len nying por jä par jin gyi lob

und das Wertschätzen der Mütter die Grundlage aller Vortrefflichkeiten ist.

Austausch von sich selbst und anderen

99 *(O) De na jä tsün la ma thug jä chän*

Deshalb segne mich, du verehrungswürdiger,
mitleidsvoller Guru,

Ma gyur dro wä dig drib dug ngäl kün

daß alle Schuld, alles Hindernde und alles Leid
der Wesen,

Ma lü da ta da la min pa dang

die meine Mütter sind, sofort und ohne Ausnahme
bei mir heranreife,

Da gi dä gä shän la tang wa yi

daß ich mein Glück und meine Tugend den anderen gebe,

Dro kün dä dang dän par jin gyi lob (3x, ganzer Vers)

und daß somit alle Lebewesen glücklich werden.



100 *(O) Nö chü dig pä drä bü yong gang tä*

Segne mich, daß ich die schlechten Umstände in den Pfad umwandle,

Min dö dug ngäl char tar bab gyur kyang

indem ich sehe, daß die ganze Welt und die Wesen darin von den Resultaten übler Handlungen angefüllt sind,

Le ngän drä bu sä pä gyur thong ne

und selbst, wenn das unerwünschte Leiden wie Regen auf mich herabkommt,

Kyen ngän lam du long par jin gyi lob

dies doch die Ursache dafür ist, daß sich die Auswirkungen der schlechten Handlungen erschöpfen.

101 *Dor na sang ngän nang wa chi shar yang*

Kurz, segne mich, daß ich immer einen freudigen Geist beibehalte,

Chö kün nying po tob ngä nyam len gyi

indem ich die fünf Kräfte, den innersten Gehalt aller Dharma-Unterweisungen, anwende und so alles,

Jang chub sem nyi phäl wä lam gyur tä

was mir an Gutem und Schlechten begegnet, in den Pfad umwandle,

Yi dä ba shig gom par jin gyi lob

der die zwei Arten des Erleuchtungsgeistes anwachsen läßt.

- 102 *Jor wa shi dang dän pä thab kä kyi*
Segne mich, daß ich Muße und Ausstattung eine große Bedeutung gebe,
Träl la gang thug gom la jor wa dang
indem ich mit Hilfe der weisen Methode der vier Handlungsweisen
Lo jong dam tsig lab jä nyam len gyi
was immer mir gerade begegnet, sofort für die Meditation nutze
Däl jor dön chen jä par jin gyi lob
und die Anweisungen und Gelöbnisse zur Geistes-schulung anwende.

- 103 *Tong len lung la kyön pä trül däg chän*
Segne mich, daß ich, um alle Wesen aus dem großen Ozean des Daseins zu befreien,
Jam dang nying jä lhag pä sam pa yi
den Erleuchtungsgeist selbst entwickle, indem ich Liebe, Mitgefühl

Dro nam si tso chä lä dröl wä chir

und die außerordentliche Geisteshaltung schule,

Jang chub sem nyi jong par jin gyi lob

gestützt auf die Magie der Technik des Gebens und Nehmens mit Hilfe des Atems.

104 *Dü sum gyäl wa kün gyi drö chig lam*

Segne mich, daß ich mich ernsthaft bemühe,

Nam da gyäl sä dom pä gyü dam shing

die drei moralischen Bindungen des großen Fahrzeugs auszuüben

Theg cho tsül trim sum gyi nyam len la

und meinen Geist mit dem reinen Gelübde der Söhne des Siegers zu binden,

Tsön pa lhur len jä par jin gyi lob

den einzigen Pfad, den all die Sieger der drei Zeiten beschreiten.

Die sechs Vollkommenheiten der Bodhisattvas

Geben

- 105 *(O) Lü dang long chö dü sum Gä tso chä*
Segne mich, daß ich die Vollkommenheit des
Gebens vollende,
Sem chän rang rang dö pä ngö gyur tä
indem ich die Anweisung zur Entwicklung ei-
nes freigiebigen Geistes ohne Anhaftung an-
wende,
Cha me tong sem päl wä män nga gi
die darin besteht, den Körper, den Besitz und
die Ansammlung der Tugend der drei Zeiten
Jin pä phar chin dzog par jin gyi lob
in das zu verwandeln, was jedes Lebewesen er-
wünscht.

Ethische Disziplin

- 106 *So thar jang sem sang ngag dom pa yi*
Segne mich, daß ich die Vollkommenheit der
moralischen Disziplin vollende,
Che tsam sog gi chir yang mi tong shing
die verlangt, sich heilsame Eigenschaften anzu-
eignen,
Gä chö dü dang sem chän dön drub pä
dem Wohle der Lebewesen zu dienen und die
Bindungen des Gelübdes zur eigenen Befrei-
ung,
Tsül trim phar chin dzog par jin gyi lob
des Bodhisattvas und des geheimen Mantras
selbst auf Kosten des Lebens nicht aufzuge-
ben.

Geduld

- 107 *Kham sum kyä gu ma lü trö gyur tä*
Segne mich, daß ich die Vollkommenheit der
Geduld vollende,

Shä shing tsang dru dig shing sog chö kyang
die verlangt, daß, selbst wenn die Myriaden
Wesen der drei Bereiche auf uns zornig wer-
den,

Mi trug nö län phän pa drub jä pä
mich beschimpfen, bloßstellen, bedrohen, oder
sogar töten,

Sö pä phar chin dzog par jin gyi lob
ich unerschütterlich bleibe und ihre Schädigung
damit beantworte, daß ich ihnen Nutzen
bringe.

Unablässiges, freudiges Bemühen

108 *Sem chän rä re chir yang nar me pä*
Segne mich, daß ich die Vollkommenheit der
feudigen Anstrengung vollende,

Mä nang käl pa gya tsor nä gö kyang
die mich, ohne daß mein Erbarmen erlahmt,
nach der höchsten Erleuchtung streben läßt,

Nying je mi kyo jang chub chog tsön pä
selbst wenn ich für jedes einzelne Wesen einen
Ozean von Äonen

Tsön drü phar chin dzog par jin gyi lob
im Feuer der tiefsten Hölle verbringen müßte.

Versenkung

109 *Jing gö nam par yeng wä kyön pang nä*
Segne mich, daß ich die Vollkommenheit der
Sammlung vollende,

Chö kün dän pä tong pä nä lug la
indem ich das meditative Gleichgewicht an-
wende,

Tse chig nyam par jog pä ting dzin gyi
das einspitzig auf die Bestehensweise aller Phä-
nomene, ihre Leerheit von wahrhafter Exi-
stenz,

Sam tän phar chin dzog par jin gyi lob
gerichtet ist, nachdem ich die Fehler der Ablen-

kung, des Sinkens und der Erregung aufgegeben habe.

Erkenntnis

110 *Dä nyi so sor tog pä she rab kyi*

Segne mich, daß ich die Vollkommenheit der Weisheit vollende,

Drang pä shin jang dä chen dang drel wa

indem ich den raumgleichen Yoga der Konzentration auf die engültige Wahrheit ausübe,

Dön dam nyam shag nam khä näl jor gyi

verbunden mit Ekstase und Großer Glückseligkeit,

She rab phar chin dzog par jin gyi lob

die durch die Weisheit herbeigeführt wird, die die Soheit analysiert.

- 111 *Chi nang chö nam gyu ma mi lam dang*
Segne mich, daß ich die illusionsgleiche Kon-
zentration vollende, indem ich erkenne,
Dang wä tso nang da sug ji shin du
daß die äußeren und inneren Phänomene —
gleich einer Luftspiegelung, einem Traumge-
bilde
Nang yang dän par mä pä tsül tog nä
oder dem Spiegelbild des Mondes in einem kla-
ren See —
Gyu mä ting dzin dzog par jin gyi lob
zwar erscheinen, jedoch ohne wahrhafte Exi-
stenz sind.
- 112 *Khon de rang shin düil tsam mä pa dang*
Segne mich, daß ich den Gehalt von Nagarju-
nas Gedanken erfasse, der besagt,

Gyu drä ten drel lu wa mä pa nyi

daß das Fehlen auch der geringsten Spur von
inhärenter Existenz im Samsara und Nirvana

Phän tsün gäl me drog su char wa yi

und die Unfehlbarkeit kausaler Abhängigkeit

Lu drub gong dön tog par jin gyi lob

sich nicht gegenseitig ausschließen, sondern
sich ergänzend auftreten.

Tantra

113 *Dä nä do jä dzin pä dä pön gyi*

Segne mich, daß ich daraufhin die Gelübde
und Versprechen,

Drin lä gyü dä gya tsö jing gäl tä

die Wurzel der Verwirklichungen, mehr als
mein Leben schätze

Ngö drub tsa wa dam tsig dom pa nam

und durch den gütigen Vajrahalter als Lotsen

Sog lä che par dzin par jin gyi lob

die Untiefen des Ozeans des Tantra überquere.

114 *Kyä shi bar do gyäl wä ku sum du*

Segne mich, daß ich alle Befleckungen der gewöhnlichen Wahrnehmung und Beurteilung reinige,

Gyur wä rim pa dang pö näl jor gyi

indem ich den Yoga der ersten Stufe anwende, der darin besteht,

Tha mäl nang shen dri ma kün jang tä

Geburt, Tod und Zwischenzustand in die drei Körper eines Siegers umzuwandeln,

Gang nang lha kur char war jin gyi lob

so daß mir jegliche Erscheinung als der Körper einer Gottheit vorkommt.

115 *Nying gä dab gyä du ti ü dag tu*

Segne mich, daß ich den Pfad der Vereinigung
des klaren Lichts und des Illusionskörpers

Gön khyö shab sen kö pa lä jung wä

in diesem Leben verwirkliche, der dadurch ent-
steht,

Ö säl gyu lü sung du jug pä lam

daß du, Beschützer, die Spitze deines Fußes ge-
nau in die Mitte des zentralen Kanals

Tsän dir ngön du gyur war jin gyi lob

auf den achtblättrigen Lotos in meinem Herzen
setzt.

116 *Lam na ma sin chi wä chü je na*

Segne mich, daß ich durch die Bewußtseins-
übertragung des Guru,

Tsän thab tsang gya la mä pho wa ni

den Weg zur Erleuchtung mit heftigen Mitteln,
und durch die

Tob nga yang da jar wä dam nga gi

einwandfreie Anwendung der fünf Kräfte, in
ein Reines Land geführt werde,

Dag pä shin du drö par jin gyi lob

falls ich zum Zeitpunkt des Todes die Punkte
des Pfades nicht vervollständigt habe.

117 *Dor na kyä shing kyä wa tham chä du*

Kurz, segne mich, daß ich zu deinem Haupt-
schüler werde,

Gön po khyö kyi dräl me je sung nä

der alle Geheimnisse von Körper, Rede und
Geist bewahrt,

Ku sung thug kyi sang wa kün dzin pä

und daß ich in allen Leben immer wieder,

Sä kyi thu wor gyur war jin gyi lob

ungetrennt von dir, Beschützer, umsorgt wer-
de.

- 118 *Gön khyö gang du ngön par sang gyä pä*
Gewähre mir das Glück und den Segen, daß
alle zeitweiligen und endgültigen Bedürfnis-
se und Wünsche ausnahmslos,
Khor gyi thog ma nyi du dag gyur tä
ohne Mühe und spontan verwirklicht werden
und daß ich
Nä kab thar thug gön dö ma lü pa
zum Ersten in deiner Begleitung werde,
Bä me lhün gyi drub pä tra shi tsöl
wo immer du, Beschützer, die Buddhaschaft
zeigst.

Auflösung des Verdienstfeldes ins eigene Herz

119 *Dä tar söl wa tab pä la ma chog*

Ich flehe dich an, du höchster Guru, aufgrund
dieser Bitten voller Freude

Jin gyi lab chir gye shin chi wor jön

auf meinen Scheitel zu kommen, um mich zu
segnen

Lar yang nying Gä pä mä se-u dru la

und die strahlende Spitze deines Fußes wieder-
um

Shab sen ö chag tän par shug su söl

fest in den Blütenstaubbeutel meines Herzloto-
sses zu setzen.

Widmung der Verdienste

120 *Di tar gyi pä nam kar Gä wa yang*
All die heilsame Kraft, die ich somit geschaffen
habe,

Dü sum dä sheg sä chä tham chä kyi
widme ich, daß sie dem Ziel diene, sämtliche
Zielsetzungen und

Dzä pa mön lam ma lü drub pa dang
Taten all der Sugatas der drei Zeiten und ihrer
geistigen Söhne zu erfüllen,

Lung tog dam chö dzin pä gyu ru ngo
und den heiligen Dharma von Wort und Er-
kenntnis aufrechtzuerhalten.

121 *Dä yi thu lä tsä rab kün tu dag*
Möge ich aufgrund dieser heilsamen Kraft in
allen Leben nicht

Theg cho khor lo shi dang mi dräl shing

von den vier Rädern des großen Fahrzeugs getrennt sein,

Nge jung jang sem yang dag ta wa dang

möge ich, fortschreitend auf dem Pfad der Entsagung, des Erleuchtungsgeistes,

Rim nyi lam gyi drö pa thar chin shog

der rechten Ansicht und der zwei Stufen, an mein Ziel gelangen.

Glücksverheißende Gebete

122 *Si shi nam kar ji nye gä tsän gyi*

Mögen sich Glück und Segen ergeben, so daß wir durch die Vortrefflichkeit aller weißen heilsamen Kraft, die im Samsara und Nirvana zu finden ist,

Deng dir mi shi gü pa kün dräl tä

hier und jetzt von allem Unglück und Übel erlöst werden.

Nä kab thar thug gä leg nam khä dzö

Mögen wir uns an der Vortrefflichkeit und an dem Glanz eines himmlischen Schatzes

Phün tsog päl la röl pä tra shi shog

von zeitweiliger und endgültiger Tugend und Güte erfreuen.

123 *Kün khyen lo sang drag pä chö kyi der*

Mögen sich Glück und Segen ergeben, so daß

die Lehre des Buddha Sakyamuni lange auf-
rechterhalten bleibt,

Lab sum nam dag tsä chig drub la tsön

indem die Dharmagemeinschaften des allwis-
senden Losang Dragpa

Näl jor rab jung tso kyi yong gang wä

von Scharen von Yogis und Ordinierten ange-
füllt sind,

Thub tän yün du nä pä tra shi shog

die sich ohne Ablenkung der Übung der drei
reinen Schulungen hingeben.

124 *Shön nü dü nä la ma lha chog la*

Mögen sich Glück und Segen Losang Vajradha-
ras ergeben, so daß wir,

Söl wa tab pä lo sang drag pa yi

indem wir von Jugend an zur höchsten Tugend
und Guru-Gottheit beten,

Jin lab shug nä shän dön lhiin gyi drub
den Segen von Losang Dragpa empfangen

Lo sang do jä chang gi tra shi shog
und so das Wohl der anderen mühelos erreichen.

125 *Dö gü jor pa yar gyi tso tar phäl*

Mögen sich Glück und Segen ergeben, so daß
all die von uns ersehnten Besitztümer wie ein
See zur Regenzeit anschwellen,

Kyön me rig kyi däl dro gyün chä me
wir ununterbrochen in fehlerlosen Familien ein
Leben mit Freiheiten annehmen

Nyin tsän lo sang dam pä chö kyi da
und wir uns an der Herrlichkeit der Vollkom-
menheit erfreuen,

Phiin tsog päl la röl pä tra shi shog
indem wir Tag und Nacht mit dem heiligen
Dharma verbringen.

- 126 *Da sog nam kyi deng nä jang chub bar*
Mögen sich Glück und Segen ergeben, so daß
aufgrund all der heilsamen Kraft,
Gyi dang gyin gyur Gä wa chi sag pa
die ich und die anderen aufgehäuft haben
Shing dir jä tsün dam pä sug kyi ku
und von heute an bis zur Erleuchtung noch an-
sammeln werden
Gyur me do jä tar tän tra shi shog
der heilige Formkörper des Verehrungswürdi-
gen unbeweglich wie ein Vajra beständig in
diesem Land verbleibt.

*Abschließend kann man nach Wunsch Langlebensgebete
rezitieren.*



Anhang

Namensmantras

(S.H. Dalai Lama)

OM AH GURU BENDZADHARA VAGINDRA
SUMATI SHASANA DHARA SAMUDRA
SHRI BHADRA SARVA SIDDHI HUNG
HUNG.

(Lodrö Rinpoche)

OM AH GURU BENDZADHARA MAITRI
VIJAYE SIDDHI HUNG HUNG.

Melodien nach der Wensa Nyengyü Tradition

¹Melodie auf S. ??:



(O) ma ___ sem chän kün gyi dön gyi chir



da nyi la ma lhar gyur nä



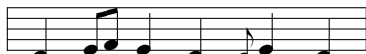
sem chän tham chä la ___ ma lha--yi



go phang cho la gö par ja (3x)



ma ___ sem chen tham chä kyi dön du



da gi tsä di nyi la



nyur wa nyur war dö _ mä sang gyä



la ma lha- - yi go phang ngön du jä



ma _ sem chän thamchä dug ngäl lä dräl



dä chen sang gyä kyi sa la gö par ja



dä yi chir du lam _ zab mo



la ma lha- - yi näl jor nyam su lang war gyio

²Melodie auf S. ??:



ngo wo yä she la...

³Melodie auf S. ??:

schnell



(O) dä tong yär me lha lam yang par



kün sang chö trin trig pä ü

schnell



lo ma mä tog dre bü yong dze



dö gü pag sam jön pä tser...

⁴Melodie auf S. ??:

langsam



(O) phün tsog dä lä



jung nä dü — sum



gyi — tsa gyü — la ma



yi — dam kön — cho sum...

⁵Melodie auf S. ??:

★ ★



(O) gang gi thug je dä wa chen pö ying



ku sum go phang chog kyang kä chig la...

*In der ersten Strophe werden hier Achtelnoten gesungen.

⁶Melodie auf S. ??:



(O) kyam gön jä tsün la ma khor chä la



na tsog chö trin gya tso bül wa ni...

⁷Melodie auf S. ??:

etwas langsamer



(O) _____ jä wa tra gyä





⁸Melodie auf S. ??:

* *



(O) ngö sham yi trül yi shin gya tsö ngog



si shi nam kar le ong chö dzä kyi...

*In der ersten Strophe werden hier Achtelnoten gesungen.

⁹Melodie auf S. ??:



(O) thog me dü nä



mi gä dig — pä



lä ___ gyi dang gyi ___ tsäl ___



yi rang chi chii ___ pa



thug jä chä dän



chän ngar gyö ___ sem



kyi ___ shag shing län ___ chä ___



mi gyi dom par ___ nö...

¹⁰Melodie auf S. ??:



(O) yön tän jung nä tsül trim gya tso chä

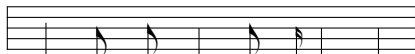


mang thö nor bü tsog kyi yong su tam...

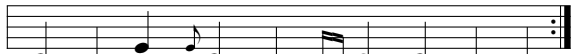
¹¹Melodie auf S. ??:
langsam



(O) khyö ni _____ la _____ ma



khyö ni _____ yi _____ däm




khyö ni _____ khan dro _____ chö kyong tä...

¹²Melodie auf S. ??:

* *

(O) dä tar län sum söl wa tab pä thü



la mä ku sung thug kyi nä nam lä...

¹³Melodie auf S. ??:



(O) Gä wa di yi nyur du _____ da



la ma — sang gyä _____ drub gyur nä...

¹⁴Melodie auf S. ??:



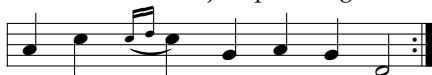
(O) E MA HO yä she röl pa chä ____



shing kam tham chä do jä shing



nä nam do jä po drang chä ____



kün sang chö trin gya tso bar...

¹⁵Melodie auf S. ??:

langsam



(O) Thug je ____ dag nyi



tsa — gyü la — ma



dang yi dam lha tsog



kyab nä kön — chog sum...

¹⁶Melodie auf S. ??:

langsam — 1. Durchgang



HO ting dzin nga — dang chag gyä — jin lab pä



sa me — dü — tsi tso — chö — gya tso di



tsa gyü — la — mä tso — nam — nye chir bü



O MA AH HUNG



dö gü ___ päl ___ la röl ___ pä ___ tsimdza nä



E MA HO



jin lab char chen wab tu söl...

¹⁷Melodie auf S. ??:

schnell — 2. & 3. Durchgang



HO ___ ting dzin ngag dang chag gyä jin lab pä ___



sa me dü tsi tsog chö gya tso di



tsa gyü la mä tsog nam nye chir bül _____



O MA AH HUNG



dö gü päl la röl pä tsim dzä nä _____



E _____ MA HO



jin lab char chen wab tu söl...

¹⁸Melodie auf S. ??:



E MA HO tso kyi khor lo _____ chä



dü sum dä _____ sheg _____ sheg shül tä



ngö drub ma lü jung wä _____ nä



dä tar _____ she _____ nä _____ pa wo chä



nam par tog pä sem bor _____ nä



tso kyi _____ kor _____ lo _____ gyün du röl



A LA LA HO

¹⁹Melodie auf S. ??:



HUNG dä shin sheg pa tham chä dang —



pa wo dang ni näl jor ma



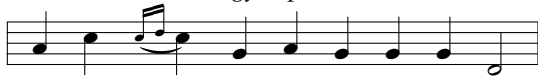
khan dro dang ni khan dro ma —



kün la da_ ni söl wa deb



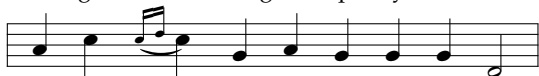
dä wa che la gye pä he ru ka —



dä wä rab nyö ma la nyen jä nä



cho ga shin du long chö pa yi ni _____



lhän kye dä_ wä jor wa la zhug so



A LA LA LA LA HO _____ A I AH _____ A RA LI HO



dri mä khan drö tso nam kyi _____



tsä wä sig la lä kun dzö...

²⁰Melodie auf S. ??:



HUNG ma da trül nang ying su dag...

²¹Melodie auf S. ??:



HO__ ting dzin nga dang chag gyä jin lab pä _____



sa me dü tsi tso lhag gya tso di



dam chän shing kyong tso nam nye chirbül _____



O MA AH HUNG



dö gü päl la röl pä tsim dzä nä _____

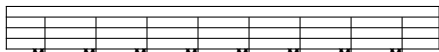


E__ MA HO



näl jor trin lä tsül shin drub

²²Melodie auf S. ??:



HO lhag mä drön nam khor chä kyi...

²³Melodie auf S. ??:



(O) shing chog dam pa jä tsün la ma la



chö ching gü pä söl wa tab pä thü...

*In der ersten Strophe werden hier Achtelnoten gesungen.

²⁴Melodie auf S. ??:



(O) de na jä tsün



la ma thug — jä



chän ma gyur dro — wä —



dig drib dug ngäl — kün...


²⁵Melodie auf S. ??:


* *

 (O) nö chü dig pä drä bü yong gang tä


 min dö dug ngäl char tar bab gyur kyang...

²⁶Melodie auf S. ??:

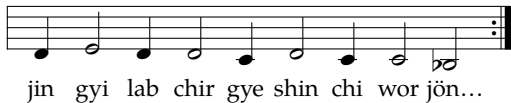

 (O) lü dang long chö dü sum Gä tso chä


 sem chän rang rang dö pä ngö gyur tä...

²⁷Melodie auf S. ??:



dä tar söl wa tab pä la ma chog



jin gyi lab chir gye shin chi wor jön...

²⁸Melodie auf S. ??:



di tar gyi pä nam kar Gä wa yang



dü sum dä sheg sä chä tham chä kyi...

²⁹Melodie auf S. ??:



Die Guru-Puja (Lama Chöpa), in der Fassung von dem großen Meister Losang Chökyi Gyaltzen, dem I. Panchen Lama, ist eine ausführliche Guru-Yoga-Praxis in Verbindung mit Je Tsongkhapa. Sie ist eine der wesentlichsten Praktiken in der Gelug-Tradition.

ISBN 3-931442-42-X