

༄༅། །ཐུབ་ཚོག་གྱིན་རྒྱབས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

Schatzkammer des Segens

Eine Buddha-Śākyamuni-Sādhana von Mipham Rinpoche



༄༅། །ན་མོ་གྱུ་རུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
དེ་ཡང་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།
འཆག་དང་འདུག་དང་འགྲེང་དང་ཉལ་བ་ན། །
མི་གང་ཕྱབ་པའི་རྒྱ་བ་རྒྱེད་པ། །
དེ་ཡི་མདུན་ན་ཏག་ཏུ་སློན་པ་བཞུགས། །
དེ་ནི་རྒྱ་ཚེན་སྲུང་ན་འདའ་བར་འགྱུར། །



Verehrung dem Guru Śākyamuni!
In der Sūtra König des Samadhi heißt es:
„Wer immer an den mondgleichen Muni
denkt, sei es beim Gehen, Sitzen, Stehen
oder Schlafen, vor dem wird der Lehrer
stets gegenwärtig sein, der wird
vollständiges Nirwana erlangen.“



༄༅། །ཞེས་དང་། །སྐུ་ལུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འབྲུ་བས། །འཛིན་རྟེན་མགོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། །དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་འབྲུག་པ། །
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ།

Außerdem heißt es:

„ Da die Hautfarbe seines Körpers wie Gold erstrahlt, ist der Beschützer der Welt in jeder Hinsicht wunderschön.

Welcher Bodhisattva auch immer seinen Geist in dieser Vorstellung hält, ruht in meditativer Konzentration.“

བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ནལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི། །འདི་ལྟ་སྟེ། །སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་སོགས་སྐྱབས་སེམས་དང་། །
ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱེས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ།

Übe dich in der Vergegenwärtigung unseres unvergleichlichen Lehrers, des Herrn der Munis.

Beginne mit der Zufluchtnahme „ Zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten Gemeinschaft ...“, dem Erwecken des Erleuchtungsgeistes

und der Betrachtung der Vier Unermesslichen.

[Zufluchtnahme, Erwecken des Erleuchtungsgeistes und Kontemplation der Vier Unermesslichen (3x)]

༄༅། །སྐྱབས་སེམས་ནི། སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚེ། །

sangjä tschödang tshogkji tschognam la dschangtschub bardu dagni kjabsu tschi

Zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten Gemeinschaft nehme ich Zuflucht bis zur Erleuchtung.

བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་སྦྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

dagi dschinsog gjipä sönam kji drola päntschir sangjä drubpar schog

Möge ich durch Verdienste wie Großzügigkeit Buddhaschaft zum Wohle aller Wesen erlangen.

ཚོད་མེད་བཞི་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག། སྦྱུ་བ་སྦྱུ་ལ་དང་སྦྱུ་བ་སྦྱུ་ལ་གྱི་རྒྱ་དང་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག།
སྦྱུ་བ་སྦྱུ་ལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག།

semtschän thamtschä dewa dang dewä gjudang dänpar gjur tschig

dugngäl dang dugngäl gjigju dang drälwar gjur tschig dugngäl mepä dewa dampa dang midrälwar gjur tschig

Mögen alle Wesen glücklich sein und die Ursachen des Glücks besitzen. Mögen sie frei sein von Leid und den Ursachen des Leids. Mögen sie niemals getrennt sein vom höchsten Glück, das frei ist von Leid.

༄༅། །ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག

njering tschagdang njidang drälwä tangnjom tsäme pala näpar gjur tschig

Mögen sie in grenzenlosem Gleichmut verweilen, der frei ist von Anhaften an Bekanntes und Ablehnen des Fremden. (3x)

[Visualisierung]

ཚོས་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་བྱན་པའི་རང་ནས།

In dem Gewahrsein, dass alle Dinge zwar in Erscheinung treten, jedoch ohne Eigennatur sind, rezitiere:

ལྷ་མེད་སྤྱོད་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྱུང་གི། །སྤང་བ་འགག་མེད་བྱུང་འཕྲུག་སྤྱོད་མའི་ཚུལ། །

ah kjeme tongpa nji dangten dschung gi nangwa gagme sungdschug gjumä tsül

ĀḤ So wie die Einheit ungeborener Leerheit und der endlosen, voneinander abhängigen Erscheinungen sich wie ein

རང་མདུན་ནམ་མཁམ་མཚོད་སྤྱི་ན་གྱུ་མཚོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་སེང་གྲི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་སྟེང་། །སྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ལྷ་ཀྱུ་སེང་གེ་ནི། །

rangdün namkhar tschötrin gjatshö ü rintschen sengtri pänji dawä teng tönpa tshungme schakja senge ni

magisches Spiel entfaltet, befindet sich im Raum vor mir inmitten ozeangleicher Wolken von Gaben auf einem mit Juwelen

geschmückten Löwenthron, auf Lotus, Sonne und Mond der unvergleichliche Lehrer, der Löwe der Śākyas.

༄༅། །གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་ལྷན། །ཚོས་གོས་གསུམ་གསོལ་དྲི་རྩིལ་གྱུང་བལྟགས། །
sergji dogtschän tsändang pedschä dän chögö sumsöl dordschä kjiltrung schug

Von goldener Farbe, ausgestattet mit allen Merkmalen der Vollkommenheit, trägt er die drei Dharmaroben und weilt im

ལྷན་གཡས་ས་གཞོན་ལྷན་རྒྱལེགས་བརྒྱུད་སྤོང་། །ལྷན་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་རྩིའི་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས། །
tschagjä sanön tschagja legkjang sching tschagjön njamschag dütsi lhungse nam

Vajrasitz. Seine rechte Hand ist anmutig ausgestreckt in der erdberührenden Geste, die linke hält mit der Geste gleichmütiger Meditation eine Almosenschale gefüllt mit Nektar.

གསེར་གྱི་རི་ལྷུང་གཟི་བརྩིད་དཔལ་འབར་བ། །ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲ་བས་མཁའ་དབྱིངས་བྱུབ། །
sergji ritar sidschi pälbar wa jesche öser drawä khajing kjhab

Er gleicht einem goldenen Berg, strahlend, majestätisch und herrlich. Ein Netz von Weisheitsstrahlen umfasst die Weite

ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱུད་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་སོགས། །འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་ཞིང་། །
njewä sägjä nätän tschudrug sog phagthog gjatshö khorgji jongkor sching

des Raumes. Er ist rings umgeben von einer ozeangleichen Ansammlung edler Wesen wie seinen acht nahestehendsten

Söhnen und den sechzehn Ältesten.

༡༡། །དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །རྣམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཆོག་གི་དཔལ་སྤྱོད་ལ། །སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །

dränpa tsamgji sischi thanji lä namdröl dewa tschogi pältsöl wa kjabkün düpä dagnji tschenpor säl

Allein an ihn zu denken befreit von den extremen Sichtweisen des Samsara und Nirwana und verleiht höchste Glückseligkeit.

Er ist gegenwärtig als die vollendete Verkörperung aller Zufluchtobjekte.

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། །སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཡོ་ཤེས་གྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། །

གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ།

Wenn man sich den Körper des Buddha auf diese Weise vorstellt und denkt, dass er sich wirklich dort befindet, wird er tatsächlich gegenwärtig sein,

denn der Weisheitskörper der Buddhas ist jenseits aller Begriffe wie Ort, Zeit oder Entfernung.

མདོལས། །གང་ཞིག་སངས་རྒྱལ་ཡིད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །རྟག་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་བྱེད་ཅིང་། །ཉེས་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

In einer Sutra heißt es: „Wer immer sich den Buddha vergegenwärtigt, vor dem verweilt er. Er gibt ständig seinen Segen und befreit völlig von allen Fehlern.“

༄༅། །རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚོགས་བསམ་གསལ་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགོ་ཚུ་ལྷན་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། བལ་པོ་ཆེ་ལས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མ་ཚོད་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཚོད་མེད་པ་
ཡི་བསོད་ནམས་ལྷན་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྤྱལ་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་འད་བར་མ་དོ་རུ་ཟད་མི་འགྱུར། །

Weiter heißt es: „Wer sich den Buddha vorstellt, mehrt nicht nur die Ansammlungen, sondern erschafft eine unerschöpfliche Quelle von Tugenden, die niemals weniger werden.“ In der Avataṃsaka-Sūtra heißt es:

„Sogar wenn man die Siegreichen nur sieht, hört oder ihnen Gaben darbringt, entsteht daraus unermesslich viel Verdienst. Bis alle störenden Emotionen und das Leid von Saṃsāra überwunden sind, werden dieses Verdienst und seine Bestandteile nicht verloren gehen.“

ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སློན་ལམ་རི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་སྟེ། །འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལས། །ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱེན་བཞིན་ཏེ། །
འདུན་པའི་རྩེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གིས་སློན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱལ་རྣམས་ལ་དེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དེ།

Und weiter: „Alles, was man sich in ihrer Gegenwart wünscht, wird in Erfüllung gehen.“

In der Mañjuśrī Ksetravayuha wird angeführt:

„Alle Phänomene entstehen aufgrund bestimmter Bedingungen und sind abhängig von unserer Absicht. Welche Wunschgebete auch immer gemacht werden, die entsprechenden Resultate werden erzielt.“ Entwickle festes Vertrauen in diese Aussagen, und übe dich dann in der Rezitation des Siebenteiligen Gebets:

༄༅། སླིང་ཇེ་ཚེན་པོས་རྩོད་ལྷན་སླིགས་མའི་ནིང་། །བབྱང་ནས་སློན་ལམ་ཚེན་པོ་ལྷ་བརྒྱ་བཏབ། །
njingsche tschenpö tsödän njigmä sching sungnä mönlam tschenpo ngagja tab

[Ehrerbietung:] Aus großem Mitgefühl hast Du Dich dieser zerrissenen und zerfallenden Welt angenommen und fünfhundert

པད་དཀར་ལྷར་བསྐྱབས་མཚན་ཐོས་སྤྱིར་མི་ལྷོག། །སློན་པ་ཐུགས་ཇེ་ཅན་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ། །
päkar tarngag tshänthö tschirmi dog tönpa thugdsche tschänla tschagtshäl lo

große Wunschgebete gemacht. Du wirst gepriesen als Lotus von weißer Farbe: Wer immer Deinen Namen hört wird nicht
in Samsāra zurückfallen. Vor Dir, mitfühlender Lehrer, verbeuge ich mich.

བདག་གཞན་སློ་གསུམ་དགོ་ཚོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །ཀུན་བབྱང་མཚོན་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །
dagschän gosum getshog longtschö tschä künsang tschöpä trindu mignä bül

[Darbringung:] All das Gute, das von mir und anderen mit Körper, Rede und Geist angesammelt wurde, stelle ich mir mitsamt
allem Wohlstand als eine Gabenwolke Samantabhadras vor und bringe sie Dir dar. Aus tiefstem Herzen

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱིག་ལྷུང་མ་ལུས་པ། །སླིང་ནས་འགྲོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །
thogme näsag digtung malü pa njingnä gjöpa dragpö sosor schag

[Bekentnis:] und mit großem Bedauern bekenne ich alle Übeltaten und alle Übertretungen, die ich seit anfangsloser Zeit begangen habe.

ལྷོ། །འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བའི་དགེ་བ་ནི། །དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །
phagdang sosö kjewö gewa ni düsum sagla dschesu jirang ngo

[Mitfreude:] Ich erfreue mich an all dem Guten, das edle und gewöhnliche Wesen in den drei Zeiten ansammeln.

ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱལ། །སྤྱོད་པས་བརྩམ་རྒྱལ་མི་འཆད་པར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །
sabtsching gjatsche tschökji khorlö tsül tshogtschur gjünmi tschäpar kordu söl

[Bitte um Unterweisung:] Ich bitte Dich, setze das Rad der tiefgründigen, umfassenden Lehre unaufhörlich in alle Richtungen in Bewegung.

ཁྱེད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ། །དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི། །
kjheni namkha tabü jesche ku düsum phogjur mepar schugmö kji

[Bitte um Verweilen:] Als Weisheitskörper, dem Raume gleich, verweilst Du ohne Wandel in den drei Zeiten, obwohl Du

གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་ངོར་སྐྱེ་འཛིག་རྩལ་སྟོན་གྱང་། །སྤྱུལ་པའི་གཞུགས་བརྟན་ཉལ་ཏུ་སྐྱེ་བར་མཛོད། །
dülschä nanggor kjedschig tshültön kjang trülpä sugnjän tagtu nangwar dzö

in der Wahrnehmung der Wesen geboren wirst und wieder vergehst. Lass Deinen Formkörper alle Zeiten hindurch in Erscheinung treten.

༄༅། །བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཚོགས་གྱིས། །མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྐྱད་དུ། །

dagi düsum sagpä getshog kji khakjhab drowa künla phänlā du

[Widmung:] Möge all das Gute, das ich in den drei Zeiten ansammle, der unendlichen Anzahl fühlender Wesen nützlich sein.

ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། །ཚོས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །

tschökji gjälpo tagtu njedsche tsching tschödsche gjälwä gophang thobpar schog

Möge ich den König des Dharma immer erfreuen und die Ebene des siegreichen Herrn des Dharma erlangen.

བདག་ཅག་སྐྱིགས་མའི་འགོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། །ཐུགས་རྗེས་ལྷག་པར་བབྱུང་བའི་བཀའ་རྒྱུན་ལས། །

dagtschag njigmä drowa gönme nam thugdsche lhagpar sungwä kadrin lä

[Anrufung:] In Deiner großen Güte sorgst Du voll liebenden Mitgefühls für uns schutzlose Wesen in diesen dunklen Zeiten

ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །སྐྱང་བའི་སྐྱེད་བྱིན་གྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད། །

schingdang düdir rintschen namsum gji nangwa dschinje kjhekji trhinlā nji

des Verfalls. Alle Erscheinungen der drei Juwelen hier und heute sind Dein erleuchtetes Wirken.

༄༅། །དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཚོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་པུ་རུ། །ཡིད་ཆེས་དད་པས་སླིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །
detschir kjabtschog tshungme tshigpu ru jitsche dāpä njingnä söldeb na

Daher bist Du die einzige und die höchste, unübertreffliche Zuflucht, und ich bitte Dich aus tiefstem Herzen und mit festem

སློན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐལ་བར། །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་ཐུགས་རྗེས་རྗེས་འཛིན་མཛོད། །
ngöngji damtscha tschenpo manjel war dschangtschub bardu thugdsche dschedzin dzö

Vertrauen: Weiche nicht von Deinem großen Versprechen und umfasse mich mit Deinem liebenden Mitgefühl,
bis ich erleuchtet bin.

[Rezitation der Namen des Buddha]

ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱིད་དད་པ་དྲག་པོས་སློན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་སྐྱེལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་ཏེ།

Stell dir nun mit festem Vertrauen und voller Hingabe vor, dass der Buddha tatsächlich anwesend ist, und konzentriere dich mit ungeteilter

Aufmerksamkeit auf seine Form.

[Rezitiere die Namen des Buddha so oft wie möglich:]

༄༅། །ལྷན་སྐྱོན་པ་བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙེམ་པ་ཡང་དགའར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དཔལ་རྒྱལ་བ་ལྷན་ལྷན་པ་ལ་ལྷན་གྱི་ལོ་ལོ། །མཚོད་དོ། །རྒྱལ་ས་སུ་མཚོདོ། །

**lama tönpa tschomdän dä deschin schegpa dratschom pa jang dag par dzogpä sangjä päl gjälwa schakja thubpa la
tschagtshäl lo tschödo kjabsu tschio**

Meister, Lehrer, Bhagavan, Tathāgata, Arhat, vollkommen Erleuchteter, erhabener Sieger Shakyamuni, Dich ehre ich,
Dir bringe ich Gaben dar, zu Dir nehme ich Zuflucht.

ལྷན་སྐྱོན་པ་བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙེམ་པ་ཡང་དགའར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དཔལ་རྒྱལ་བ་ལྷན་གྱི་ལོ་ལོ། །མཚོད་དོ། །རྒྱལ་ས་སུ་མཚོདོ། །

ཞེས་ཅི་འགྲུབ་དང་།

[Rezitation des Dhāraṇī]

ལྷན་སྐྱོན་ལྷན་ལྷན་པའི་རྩོལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་གཞུངས་ནི།

Um den erleuchteten Bewusstseinsstrom des Buddha anzurufen, rezitiere das Dhāraṇī aus dem Kurzgefassten Prajnaparamita so oft wie möglich:

**ཏད་ཐཱ། ཨོ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ།
tājatha om mune mune maha muna je soha**

TADYATHĀ OṂ MUNI MUNI MAHĀ MUNAYE SVĀHĀ

ལྷན་སྐྱོན་ལྷན་ལྷན་པའི་རྩོལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་གཞུངས་ནི།

ལྷོ་
ལྷོ་
ལྷོ་

༄༅། །ཞེས་ཅི་རིགས་དང་། །ཨོམ་མཁ་ཆད་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བརྒྱུ་ལོ། །

Anschließend rezitiere dasselbe Dhāraṇī beginnend mit OM (indem das tājatha weggelassen wird) so oft wie möglich:

(om mune mune maha muna je soha)

འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ཏེ། དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་གསལ་ལ་སྤང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་པ་དང་། གཟུངས་བརྒྱས་པའི་རྒྱན་གྱིས།

Besinne dich dabei der Eigenschaften des Buddha, konzentriere dich mit Vertrauen und ungeteilter Aufmerksamkeit auf seine klar visualisierte Form und rezitiere seine

Namen und das Dhāraṇī so gut, wie du nur kannst. Dadurch geschieht Folgendes:

ལྷོ་
ལྷོ་
ལྷོ་

སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྐྱེ་ཆོགས་པའི་སྤང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་།

tönpä kulä jeshche kji öser na tshogpä nangwa tschenpö dagdang semtschän thamtschä kji dribpa thamtschä säl sching

Vielfarbiges Weisheitslicht strahlt vom Körper des Erhabenen aus und reinigt alle Verdunkelungen in mir selbst und in allen

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་ལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་སྡོག་པའི་ས་ནོན་པར་བསམ་ལ་དེ་ལྟར་ཅི་ལུས་སུ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

thegpa tschenpö lamgji jöntän tshülschin dukje te tschirmi dogpä sanön par gjur

Wesen. Die guten Eigenschaften des Mahāyāna-Pfades entfalten sich auf vollkommene Weise, und so wird der Zustand erreicht, von dem es keine Wiederkehr nach Samsara mehr gibt.

Übe dich in dieser Kontemplation so intensiv wie möglich.

ལྷན་
འགྲུབ་
ལྟེན་

། །བྱམ་མཚམས་རྣམས་སུ་མཐུལ་སོགས་མཚོན་པ་དང་། ལུབ་བསྟོད་ཀྱི་རིགས་དང་། སླིང་རྗེ་པད་དཀར། རྒྱུ་ཚེར་རོལ་པ། སྐྱེས་རབས་སྣ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤམ་པའི་མཚན་བརྒྱ་
ཅུ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་རུས་པར་བསྐྱུ་ག་ དགོ་བའི་ཅུ་བརྣམས་སྤྲོ་མེད་བྱང་ཚུ་བཏུ་བསྟོད་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །

In den Pausen zwischen den Meditationsitzungen solltest du das Maṇḍala und andere Opfergaben darbringen. Lies nach Möglichkeit verschiedene Sūtras wie den Lobpreis des Buddha, Der weiße Lotus des Mitgeföhls (Karunāpuṇḍarīka), Lalitavistara, die verschiedenen Jatakas über die früheren Leben des Buddha und Die 108 Namen des Tathāgata. Zum Abschluss widme das Verdienst der Erlangung unübertroffener Erleuchtung und versiegle es mit Wunschgebeten.

བསྟོད་ལོ། །བདེ་གཤམ་གསུམ་སྤྲུལ་བཅས་ཀུན་གྱི་སྐྱབས་བསྟེན་དང་། །མཚན་པ་སྟོན་ལམ་མཁུན་བརྩེ་རུས་པའི་ཚུལ། །
descheg sätščä küngji thugje dang dzäpa mönlam kjhentse nüpä tshül

[Widmung des Verdienstes:] Alle Sugatas und ihre Kinder haben den Erleuchtungsgeist in sich entwickelt. Ihre Handlungen,

སྤྲོ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་འཕྲུལ་ཇི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་འགོ་ཀུན་འགྱུར་བར་ཤོག། །
lame jesche gjutr’hül dschidra wa dedra khonar drokün gjurwar schog

Wunschgebete, Einsicht, Liebe und Tatkraft sind der magische Ausdruck höchster ursprünglicher Weisheit:

Mögen alle Lebewesen genauso werden wie sie.

ལྷན་
འགྲུབ་
ལྟེན་

༄༅། །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་ །རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །
gewa diji njurdu dag dzogpä sangjä drubgjur nä

Möge ich durch dieses gute Handeln schnell vollkommene Erleuchtung erlangen

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། །
drowa tschigjang malü pa deji sala göpar schog

und alle Wesen ohne Ausnahme in diesen Zustand versetzen.

སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་། །བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་། །
tönpa dschigten khamsu dschönpa dang tänpa njiö schindu sälwa dang

Der Buddha ist in dieser Welt erschienen, er hat sie mit seiner Lehre wie das Licht der Sonne erhellt,

བསྟན་འཛིན་སུ་ལུ་བཞིན་དུ་མཐུན་པ་ཡིས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བགྲ་ཤིས་ཤོག། །
tändzin phunu schindu thünpa ji tänpa jünring näpä taschi schog

die Bewahrer der Lehre leben wie Geschwister in Harmonie miteinander: Möge alles Glück verheißend sein, damit die
Lehre dadurch lange währt.

༄༅། བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཚེ། །མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་བྱུང་ཅིག། །

dschangtschub semtschog rinpotsche makje panam kjegjur tschig

Möge der kostbare Geist der Erleuchtung geboren werden, wo er noch nicht geboren ward.

སྐྱེས་པ་ཉམས་པར་མེད་པ་ཡང་། །གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། །

kjepa njampar mepa jang gongnä gongdu phelwar schog

Wo er geboren ward, möge er nicht abnehmen, sondern immer stärker werden.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག། །ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་རྐྱེད་ས་པར་ཤོག། །

semtschän thamtschä dedang dängjur tschig ngändro thamtschä tagtu tongpar schog

Mögen alle Wesen glücklich sein, mögen alle niederen Bereiche leer werden.

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྤོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

dschangtschub sempa gangdag sarschug pa dedag küngji mönlam drubpar schog

Auf welcher Ebene ein Bodhisattva auch verweilen mag, mögen all seine Wunschgebete erfüllt werden.

༄༅། །བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ནས། །

sönam diji thamtschä sigpa nji thobnä njepä dranam phamdschä nä

Möge ich, wenn ich durch dieses Verdienst Allwissenheit erlangt und den Feind 'Missetaten' besiegt habe,

སྐྱེ་ཆ་ན་འཆིའི་བླ་རྣམས་འབྲུགས་པ་ཡི། །སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་འོག། །

kjega natschi balab trhugpa ji sipä tsholä drowa drölwar schog

alle Wesen aus dem Ozean des Kreislaufs von Samsara, aus den stürmischen Wellen von Geburt, Alter, Krankheit und Tod befreien.

སྤྱིར་འགོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བཟེད་པར་བྲན་པ་དང་།

མཚོན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འོད་གྱིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཉིན་མོ་འོན་ཏུ་དྲངས་པའི་དུས་ལྟར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་འོག་པར་བྱ། །

Grundsätzlich solltest du dir stets deinen Lehrer, den Buddha, vergegenwärtigen, egal was du auch tust, ob du gehst, dich bewegst, ob du schläfst oder sitzt.

Auch abends beim Einschlafen solltest du dir vorstellen, dass der Buddha wahrhaft gegenwärtig ist und von seinem Körper in alle Richtungen Licht ausstrahlt,

das so hell ist wie das Licht der Sonne an einem ganz klaren Tag.

༄༅། །དུས་རྒྱུན་དུ་སློན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སློན་ཇི་ལྟར་བྱགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྟམས་སྟེ།

དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་ཇེས་སུ་གཞིལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་དམ་བཅའ་ལྷོད་པ་མེད་པའི་ངང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སློན་པ་
སྦྱིད་དང་། བྱང་པར་ནི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རུས་སུ་བརྟེན་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྷན་དུ་འགྱུར་ཏེ། །

*Man sollte sich vor Augen führen, wie einst der Buddha selbst Bodhicitta entwickelte, stets dem Beispiel der Buddhas und der großen Bodhisattvas der drei Zeiten
in allem nacheifern und sich bemühen, die Bodhisattva-Gelübde makellos und ohne zu ermüden aufrechtzuhalten. Indem man sich mit aller Kraft im Verhalten
eines Bodhisattva allgemein übt und im Besonderen in der Praxis von Śāmata und Vipāśyanā, verleiht man den Freiheiten und Vorteilen seines kostenbaren
Menschenkörpers Bedeutung.*

བདག་ཅག་གི་སློན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཚེན་པོའི་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པར་འགྱུར་པ་མཛད་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ། གོང་དུ་བསྟན་པའི་གཟུངས་འདི་ལས་
སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་། གཟུངས་འདི་རྗེད་པའི་མཐུས་ཤྲུའི་རྒྱལ་པོ་ཉིད་སངས་རྒྱུས་ཤིང་། ར་རས་གཟིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སློན་པ་མཚོ་གཏུགས་པ་དང་། །

In vielen Sūtras heißt es, dass es unmöglich ist, vom Pfad zur höchsten Erleuchtung abzukommen, wenn man den Namen des Lehrers nur hört.

In der Kurzgefassten Prajñāpāramitā Sūtra heißt es, dass das oben angeführte Dhāraṇī die Quelle aller Buddhas ist.

Durch dieses Dhāraṇī wurde der König der Śākyas zum Erleuchteten und Avalokiteśvara zum herausragendsten unter allen Bodhisattvas.

༄༅། །གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཚོགས་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བ་དང་། ལྷགས་བརྒྱབ་པ་ན་བགོགས་མ་མཆིས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་
ཞེས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྲིན་པ་ཡི་གོ་ཉུང་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་བཞུགས་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བསྐྱེས་པས་བསྐྱེལ་བ་བྱེ་བ་ཤར་བ་བྱུང་བའི་སྤྲིབ་པ་
ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་བ་སོགས་པ་ན་ཡོན་ཚད་མེད་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུག་ལུག་པའི་སྤྱིང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །

*Allein durch das Hören dieses Dhāraṇī sammelt man mühelos enormes Verdienst an und reinigt alle karmischen Verdunkelungen; Mantrayāna-Praktizierende werden
dadurch vor negativen Kräften bewahrt. Auch andere kanonische Schriften führen den unschätzbaren Wert dieses Dhāraṇī an und sagen, dass durch eine einzige
Rezitation alle negativen Handlungen bereinigt werden, die man in achtzig Milliarden Weltzeitaltern angesammelt hat. Man sagt, dass es die innerste
Essenz des Tathāgata Śākyamuni darstellt.*

ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་ཞོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དབོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ཞོར་བུ་ནས་བཀའ་ཤིས་པའི་བླ་ཆུས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱེལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྤྱིང་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དབོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་
ནས་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེས་འཇགས་མེད་བསྐྱེལ་བ་དེ་ཆེན་ལ་སྤྲིན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་པ་གཤེགས་པའི་བླ་ཆུས་ཀྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་ལྷུར་དུ་གྲུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་བྱུང་གི་བཀའ་བསྐྱེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། རྟོན་
པ་མཆོག་ལ་མི་སྤྱིད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་མཐར་ཆོས་སྐྱེས་པའི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ་ཤུག་ལུག་ཤེས་འཇུག་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས། རྗེ་རྒྱལ་དོན་ལམ་ལྷན་གྱི་གི་ཞོལ་ལུན་ཚོགས་ཞོར་བུའི་གྲིང་དུ།
ཀུན་ལྷན་ལྷགས་བྱི་གསར་ཆོས་ཆོ་འཕུལ་ཆེན་པོའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱུད་ལ་གྲུབ་པར་བཞུགས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོལ་པ་མེད་དུ་བྱུང་བ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་འདི་མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་གི་
འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྤྲིན་པ་གྲུབ་པའི་དབང་པོའི་བྱིན་རྒྱལ་མ་རྩུངས་པ་མེད་པ་མཛོད་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག། །།

