

Der tiefgründige fünfteilige Pfad zur Verwirklichung von Mahāmudrā



DER STRAHLENDE GLANZ DES SEGENS

Kurze Vorbereitende Übungen
der unvergleichlichen Drikung Kagyü Linie

HINWEIS ZUR VERWENDUNG

Zur regelmäßigen Ausführung der Visualisierungen und der Mantra-Rezitationen, den Hauptbestandteilen der Meditationen, ist es erforderlich, die drei Übertragungen für die entsprechenden Meditationen zu erhalten:

- Einweihung des Vajrayana (tib. Wang)
- Übertragung zur Rezitation der Sadhana (tib. Lung)
- Erklärungen zur Praxis (tib. Thri)

Diese Vorbereitungen ermöglichen es, durch den Segen der ununterbrochenen Übertragungslinie die Realisationen der Praxis zu verwirklichen.

Der Meditationstext ist eine Zusammenfassung der tiefgründigen Erklärungen zur regelmäßigen Übung. Es ist notwendig, für die Ausübung einer Meditation detailliertere Erläuterungen von einem Lehrer zu erhalten, die dem persönlichen Fortschritt entsprechen.

Die allgemeinen Gebete können jederzeit gesprochen werden. Zur Entwicklung eines tieferen Verständnisses ist es auch hier hilfreich, ausführliche Belehrungen zu den Gebeten zu erhalten. Wenn man Vertrauen und Hingabe entwickelt und die Worte bewusst rezitiert, sind sie eine Stütze der Praxis und schützen vor Hindernissen und negativen Einflüssen.

Die Methode als solche ist ohne Fehler, jedoch kann sich nur bei korrekter Anwendung die eigentliche Wirkung entfalten. Ein verantwortungsbewusster und sorgfältiger Umgang mit der Praxis und die Anleitung durch einen spirituellen Lehrer sind daher Grundvoraussetzungen für eine kontinuierliche Entwicklung. Auf allen Stufen ist es wichtig, dass die allgemeinen Grundlagen buddhistischer Praxis ausreichend entwickelt werden, da sie der Meditation als Fundament die nötige Stabilität geben.

Der vorliegende Text soll den Praktizierenden, die mit reiner Motivation die drei Übertragungen erhalten haben, als Grundlage der Ausführung ihrer Praxis dienen. Texte und Meditationsanweisungen des Vajrayana sollen nicht an unvorbereitete Personen weitergegeben werden.

**DIE PRAXIS DER
VORBEREITENDEN ÜBUNGEN
DER DRIKUNG KAGYÜ**

Drikung Kagyü Ngöndro

INHALTSVERZEICHNIS

A. VORBEREITUNG

Zufluchts- und Motivationsgebete	A1
Vorbereitende Mantras	A2
Segnen von Vajra und Ghanta	A3
Opferung des Vorbereitungs-Torma	A4

B. HAUPTTEIL

Der strahlende Glanz des Segens

Kurze Vorbereitende Übungen (tib. Ngöndro)
der unvergleichlichen Drikung Kagyü Linie

Das Äußere Ngöndro

Die Vier Wege, den Geist auszurichten B2

Das Innere Ngöndro

Die Übung der Zufluchtnahme B3

Die Reinigungspraxis des Vajrasattva (tib. Dorje Sempa) B4

Die Opferung des kostbaren Mandala B5

Der Guru Yoga, der den Segen der Linie heranbringt B6

Das Spezielle Ngöndro

Die Meditation zur Entwicklung
von Liebe, Mitgefühl und Bodhicitta B7

C. ABSCHLUSS

Abschließende Mantras	C1
Widmungs- und Wunschgebete	C2

TEIL A

VORBEREITUNG

ZUFLUCHTS- UND MOTIVATIONSGBETE

Das besondere Gebet des Kyobpa Jigten Sumgön zur Entwicklung des Erleuchtungsgeistes (Skrt. Bodhicitta)

DAG LA DANG WAR DSCHE PÄ DRA/

Mich hassende Feinde,

NÖ PAR DSCHE PÄ GEG/

schädliche Behinderer,

T'AR PA DANG T'AM TSCHÄ K'JEN PÄ BAR DU TSCHÖ PAR

DSCHE PA T'AM TSCHÄ KJI TSO DSCHÄ PÄ/

alle die Befreiung und Allwissenheit verhindernden Wesen, speziell diese,

MA NAM K'A DANG NJAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ DE

WA DANG DÄN/

sowie alle fühlenden Wesen, deren Zahl dem Himmel gleich ist und die
meine Mütter gewesen sind, mögen Freude besitzen,

DUG NGAL DANG DRAL/

getrennt sein vom Leid

NJUR DU LA NA ME PA JANG DAG PAR DSOG PÄ DSCHANG

TSCH'UB RIN PO TSCH'E T'OB PAR DSCHA//

und schnell die höchste, vollkommene und kostbare Erleuchtung erlangen.

Rezitiere dies dreimal.

DE TSCH'E DU SANG MA GJÄ KJI BAR DU LÜ NGAG JI SUM

GE WA LA KOL/

Deswegen werde ich, bis ich die Buddhaschaft erlangt habe, mit Körper,
Sprache und Geist heilsame Handlungen ausführen.

MA SCHI BAR DU LÜ NGAG JI SUM GE WA LA KOL/

Bis ich sterbe werde ich mit Körper, Sprache und Geist heilsame
Handlungen ausführen.

DÜ DE RING NÄ SUNG TE NJI MA SANG DA TSAM GJI BAR

DU LÜ NGAG JI SUM GE WA LA KOL//

Von heute bis zum gleichen Zeitpunkt am morgigen Tag werde ich mit
Körper, Sprache und Geist heilsame Handlungen ausführen.

Langes Zufluchtsgebet

NAM K'Ä T'A DANG NJAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ
TSCH'OG TSCHU

Zusammen mit allen fühlenden Wesen, deren Anzahl grenzenlos wie der
Himmel ist, nehme ich Zuflucht

DÜ SUM GJI DE SCHIN SCHEG PA T'AM TSCHÄ KJI KU SUNG
T'UG JÖN TÄN T'RIN LÄ T'AM TSCHÄ KJI NGO WOR GJUR PA/
zur Essenz von Körper, Sprache, Geist und zu allen Qualitäten und allen
erleuchteten Aktivitäten aller Tathagatas der zehn Richtungen und drei
Zeiten,

TSCH'Ö KJI P'UNG PO TONG T'RAG GJÄ TSCHU TSA SCHI
DSCHUNG NÄ/

die die Quelle der 84.000 Abteilungen der Lehre

P'AG PÄ GE DÜN T'AM TSCHÄ KJI NGA DAG/
und die Herren über alle edlen Sanghas sind.

DRIN TSCHÄN TSA WA DANG GJÜ PAR TSCHÄ PÄ PAL DÄN
LA MA DAM PA NAM LA KJAB SU TSCH'IO/

Wir nehmen Zuflucht zum gütigen Wurzel-Guru und den Meistern der
Übertragungslinie,

JI DAM KJIL K'OR GJI LHA TS'OG NAM LA KJAB SU TSCH'IO/
wir nehmen Zuflucht zur höchsten Versammlung der Mandalas der Devas
(Skrt. Ishtadevata, tib. Yidam),

SANG GJÄ TSCH'OM DÄN DÄ NAM LA KJAB SU TSCH'IO/
wir nehmen Zuflucht zu allen erhabenen Buddhas,

DAM PÄ TSCH'Ö NAM LA KJAB SU TSCH'IO/
wir nehmen Zuflucht zum vollkommenen Dharma,

P'AG PÄ GE DÜN NAM LA KJAB SU TSCH'IO/
wir nehmen Zuflucht zur edlen Gemeinschaft der Sanghas,

PA WO K'A DRO TSCH'Ö KJONG SUNG MÄ TS'OG JE SCHE KJI
TSCHÄN DANG DÄN PA NAM LA KJAB SU TSCH'IO//

wir nehmen Zuflucht zu allen edlen Dakas, Dakinis und Dharma-
Schützern, die das Auge der Weisheit besitzen.

Rezitiere dies sooft wie möglich [von "DRIN TSCHÄN..." an].

Bodhicitta-Gebet

DSCHANG TSCH'UB NJING POR TSCH'I KJI BAR/
Bis ich die Essenz der Erleuchtung erlangt habe,

SANG GJÄ NAM LA KJAB SU TSCH'I/
nehme ich Zuflucht zu allen Buddhas.

TSCH'Ö DANG DSCHANG TSCH'UB SEM PA JI/
Zum Dharma und zur Versammlung der Bodhisattvas

TS'OG LA'NG DE SCHIN KJAB SU TSCH'I/
nehme ich in gleicher Weise Zuflucht.

DSCHI TAR NGÖN GJI DE SCHEG KJI/
So, wie die früheren Sugatas

DSCHANG TSCH'UB T'UG NI KJE PA DANG/
den Erleuchtungsgeist entwickelt haben

DSCHANG TSCH'UB SEM PÄ LAB PA LA/
und durch die Übungen der Bodhisattvas

DE DAG RIM SCHIN NÄ PA TAR/
die Stufen des Pfades erreichten,

DE SCHIN DRO LA P'ÄN DÖN DU/
werde auch ich zum Nutzen aller fühlenden Wesen

DSCHANG TSCH'UB SEM NI KJE GJI SCHING/
den Erleuchtungsgeist hervorbringen

DE SCHIN DU NI LAB PA LA/
und mich selbst ebenso

RIM PA SCHIN DU LAB PAR GJI//
der Erlangung der Stufen auf dem Pfad widmen.

Rezitiere dies dreimal.

Kurzes Zufluchtsgebet

SANG GJÄ TSCH'Ö DANG TS'OG KJI TSCH'OG NAM LA/
 Zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten Versammlung des Sangha
 DSCHANG TSCH'UB BAR DU DAG NI KJAB SU TSCH'I/
 nehme ich bis zur Erleuchtung Zuflucht.

DAG GI DSCHIN SOG GJI PÄ SÖ NAM KJI/
 Möge ich durch das Verdienst der Freigebigkeit und anderer Handlungen
 DRO LA P'ÄN TSCH'IR SANG GJÄ DRUB PAR SCHOG//
 Buddhaschaft zum Wohle der Wesen erlangen.

Rezitiere dies dreimal.

Die vier Unermesslichen

MA NAM K'A DANG NJAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ
 Mögen alle fühlenden Wesen, deren Anzahl der Grenzenlosigkeit des
 Himmels gleicht und die meine Mütter gewesen sind,

DE WA DANG DE WÄ GJU DANG DÄN PAR GJUR TSCHIG/
 Glück und die Ursache des Glücks besitzen.

DUG NGAL DANG DUG NGAL GJI GJU DANG DRAL WAR
 GJUR TSCHIG/
 Mögen sie vom Leid und der Ursache des Leids getrennt sein.

DUG NGAL ME PÄ DE WA DANG MI DRAL WAR GJUR TSCHIG/
 Mögen sie von dem Glück, in dem kein Leid existiert, nicht getrennt sein.

NJE RING TSCH'AG DANG NJI DANG DRAL WÄ TANG NJOM
 LA NÄ PAR GJUR TSCHIG//
 Mögen sie in dem Gleichmut verweilen, der unvoreingenommen und frei
 ist von Anhaftung und Ablehnung.

Rezitiere dies dreimal.

Die sieben Zweige

TSCH'AG TS'AL WA DANG TSCH'Ö TSCHING SCHAG PA DANG/
Verbeugungen, Opferungen, Bekennen,

DSCHE SU JI RANG KUL SCHING SOL WA JI/
Erfreuen, Erbitten und Ersuchen –

GE WA TSCHUNG SÄ DAG GI TSCHI SAG PA/
wie gering das dadurch angesammelte Heilsame auch sein mag –

T'AM TSCHÄ DSOG PÄ DSCHANG TSCH'UB TSCH'IR NGO'O//
ich widme alles der vollkommenen Erleuchtung.

VORBEREITENDE MANTRAS

Die Vokale und Konsonanten des Sanskrit-Alphabetes und des tibetischen Alphabetes

OM A Ā/ I Ī/ U Ū/ RI RĪ/ LI LĪ/ E EE/ O OO/ ANG Ā/
 KA K'A GA GHA NGA/
 TSA TS'A DSA DSHA NJA/
 TRA T'RA DRA DHRA NA/
 TA T'A DA DHA NA/
 PA P'A BA BHA MA/
 JA RA LA WA/
 SCHA KHA SA HA KHJA SWĀ HĀ//

Rezitiere dies dreimal.

Mantra des abhängigen Entstehens

OM JE DHARMĀ HETU PRABHAWĀ
 HETUN TEKHĀN TAT'ĀGATO HJAWADAT
 TEKHĀN TSAJO NIRODHA EWAM WĀDĪ
 MAHĀ SCHRAMANA JE SWĀHĀ//

Rezitiere dies dreimal.

Reinigungs-Mantra von Vajrasattva (tib. Dorje Sempa)

OM BADSRA SATWA SAMAJA/ MANU PĀLAJA/
 BADSRA SATWA TENOPA/ TISCHT'A DRIDHO ME BHAWA/
 SUTO KHJO ME BHAWA/ SUPO KHJO ME BHAWA/
 ANU RAKTO ME BHAWA/ SARWA SIDDHI ME PRAJATS'A/
 SARWA KARMA SUTSA ME TSITTAM SCHRĪJA KURU HŪNG/
 HAHA HAHA HO/ BHAGAWAN SARWA TAT'ĀGATA/
 BADSRA MĀ ME MUN TSA/ BADSRI BHAWA/
 MAHĀ SAMAJA SATWA Ā//

Rezitiere dies dreimal.

Mantras zur Vermehrung der Praxis

OM SAMBHARA SAMBHARA
BIMANASARA MAHĀ DSAMBHA HŪNG//

OM SMARA SMARA BIMANA
SKARA MAHA DSABA HŪNG P'AT//

OM SAMBHARA SAMBHARA MAHĀ DSABHU HŪNG P'AT//

Rezitiere diese je siebenmal.

Mantras zum Segnen der Mala

OM RUTSI RAMANI PRAWARTAJA HŪNG P'AT//

OM HRĪ PADMA NARTE SCHWARI HŪNG//

Rezitiere diese je siebenmal.

OM Ā HŪNG//

Rezitiere dies 108 Mal.



OM



Ā



HŪNG

SEGNEN VON VAJRA UND GHANTA

Die ausführliche Segnung von Vajra und Gantha mit neun oder fünf Speichen, das Hervorbringen der Speichen, des Lotus und dergleichen in Bezug auf die jeweilige Gottheit ist von anderswo her bekannt. Hier ist es vor dem Sadhana zusammengefasst auszuführen.

Visualisierung für den Vajra (tib. Dorje, Diamantzepter)

DOR DSCHE HÜNG LÄ DOR DSCHE SEM PA SCHU WA LÄ
DSCHUNG WÄ T'AB DE WA TSCH'EN PÖ RANG SCHIN DOR
DSCHER GJUR/

Aus der Silbe HUNG (ཨུང) erscheint Vajrasattva (tib. Dorje Sempa), der sich auflöst und zu einem Vajra wird, der die Natur der Methode der großen Glückseligkeit symbolisiert.

Visualisierung für die Ghanta (tib. Drilbu, Glocke)

DRIL BU Ā LÄ DOR DSCHE NJEM MA SCHU WA LÄ
DSCHUNG WÄ SCHE RAB TONG PA NJI KJI RANG SCHIN
DRIL BUR GJUR/

Aus der Silbe AH (ཨ) erscheint Dorje Nyema, die sich auflöst und zu einer Ghanta wird, die die Natur der Weisheit von der Leerheit symbolisiert.

T'AL MO Ā DI KĀ DI JONG SU GJUR PA LÄ LAG JÄ SU NJI MA
DANG JÖN DU DA WA SAL WAR GJUR/

In der rechten Handfläche seiner zusammengelegten Hände visualisiert man die sechzehn Sanskrit-Vokale, die sich in die Sonne verwandeln, und in der linken Handfläche visualisiert man die vierzig Sanskrit-Konsonanten, die sich in den Mond verwandeln.

Dies stellt man sich vor.

Man hält nun den Vajra mit Daumen und Mittelfinger in der rechten Hand in der Höhe des Herzens.

**OM SARWA TAT'ĀGATA SIDDHI BADSRA SAMAJA
TISCHT'A E KHA STAM DHARAJAMI HĪ
HI HI HI HI HŪNG HŪNG HŪNG P'AT SWĀHĀ/**

OM BADSRA GHANDE HŪNG/

Man nimmt nun die Ghanta und hält sie mit Daumen und Mittelfinger der linken Hand an der Hüfte. Des Weiteren hält man den Vajra in seiner vorherigen Position und spielt die Ghanta, indem man den Klöppel in die acht Richtungen bewegt.

**OM BADSRA DHARMA RANITA/ PRARANITA/
SAMPRA RANITA SARWA BUDDHA KJE TRA PRATSĀLINI/
PRA DSCHNĀ PĀRAMITĀ NĀDA SWABHĀWA
BADSRA SATWA HRIDAJA SANTO KHA NI
HŪNG HŪNG HŪNG HO HO HŌ//**

DARBRINGUNG DES VORBEREITUNGS-TORMA

Segnen des Torma

OM Ā BIGHANĀN TATRITA HŪNG P'AT/

So wird [der Torma] gereinigt.

Leerheits-Mantra

OM SWABHĀWA SCHUDDHA SARWA DHARMĀ
SWABHĀWA SCHUDDHŌ HANG/

So wird [der Geist] geklärt.

Visualisierung

TONG-PÄ NGANG-LÄ OM-LÄ DSCHUNG-WÄ RIN-PO-TSCHE'

NÖ JANG-SCHING GJA-TSCHE-WÄ NANG-DU OM Ā HŪNG/
Aus der Leerheit entsteht die Silbe OM (ॐ) und daraus ein riesiger, kostbarer Behälter, in dem sich die Silben OM (ॐ), AH (ॐः), HUNG (ॐ) befinden.

SCHU-WA LÄ DSCHUNG-WÄ TOR-MA DANG-SCHING T'OG-
PA ME-PA SAG-PA ME-PÄ DE-WA K'JÄ-PAR-TSCHÄN KJE
NÜ-PA NAM-K'Ä T'A-DANG NJAM-PAR-GJUR/

Diese schmelzen und verwandeln sich in einen Torma, der nicht greifbar, strahlend und nicht verunreinigt ist. Er hat die Kraft, besondere Glückseligkeit hervorzurufen und füllt den ganzen Raum aus.

Segnung des Torma mit der Mudra

zur Beseitigung von Unreinheiten

OM AKĀRO MUK'AM SARWA DHARMANĀM
ĀDJAN NUTPANNATWĀTA OM Ā HŪNG P'AT SWĀHĀ/

Rezitiere dies dreimal.

Vermehren des Torma durch den Segen der vier Tathagatas

**NAMĀ SARWA TAT'ĀGATA AWALOKITE
OM SAMBHARA SAMBHARA HÜNG/**

Rezitiere dies dreimal.

TSCHOM DÄN DÄ DE-SCHIN SCHEG-PA RIN-TSCH'EN
MANG-LA TSCH'AG-TS'AL-LO/

Ich verbeuge mich vor dem Bhagawan, dem Tathagata Jinaratnabahulya
(tib. Rinchen Mang);

DE-SCHIN SCHEG-PA SUG-DSE DAM-PA-LA TSCH'AG-TS'AL-LO/
Ich verbeuge mich vor dem Tathagata Jinasarupauttama (tib. Sugdse Dampa);

DE-SCHIN SCHEG-PA KU-DSCHAM LÄ-LA TSCH'AG-TS'AL-LO/
Ich verbeuge mich vor dem Tathagata Jinarupaparyanta (tib. Kujam Le);

DE-SCHIN SCHEG-PA DSCHIG-PA T'AM-TSCHÄ DANG JONG-
SU DRAL-WA-LA TSCH'AG-TS'AL-LO/

Ich verbeuge mich vor dem Tathagata Jinasarkayavimuktasena (tib. Jigpa
Thamche Dang Yongsu Dralwa).

Darbringung des Torma

Spiele währenddessen die Glocke.

GANG SCHIG TS'ÄN MO GJU WA JI/

Denjenigen, die in der Nacht umherschweifen,

DSCHUNG PO NAM DANG SCHA SA DANG/

den Bhutas, den Fleischfressern,

SIN PO SCHA DSCHEN SA WA DANG/

den Rakshas, die rohes Fleisch essen und

SEM TSCHÄN NAM PA NA TS'OG DANG/

den fühlenden Wesen, die verschiedene Arten von Formen haben

DSCHÖN SCHING GEL PA SOG NÄ PA/
und in lebenden oder toten Bäumen wohnen,

DE DANG DE LA TOR MA NI/
opfere ich den Torma, der aus

SA WA SCHA TSCH'ANG LA P'UG TSCHÄ/
Fleisch, Chang, Rettich,

DRÄ TSCH'ÄN DRÄ BU MANG PO DANG/
Reissuppe und vielen verschiedenen Früchten besteht.

TSCH'Ö PA DI JI GU DSCHÖ LA/
Seid durch diese Opferungen erfreut

NÖ PÄ SAM PA SCHI WA DANG/
und gebt nun eure böartigen Absichten auf.

SEM TSCHÄN NAM LA P'ÄN PÄ SEM/
Die geistige Einstellung, allen fühlenden Wesen zu helfen,

DE RING TSCH'IN TSCH'Ä KJE PAR GJI/
entwickelt von heute an.

GJÄN GJI GJÄN SCHIN DU NI TSCH'Ö TSCHÖ TSCHING/
Diejenigen, die geschmückt mit diesem kostbaren Ornament praktizieren,

DUL SCHING JANG DAG DOM LA TS'ANG PAR TSCHÖ/
die die Disziplin, Selbstkontrolle und Gelübde halten

DSCHUNG PO KÜN LA TSCH'Ä PA PANG PA TE/
und die die Bhutas nicht bestrafen,

GE LONG GE DSCHONG DE JIN DRAM SEANG DE/
sind Mönche, Novizen und Praktizierende.

TS'ÖN TSCH'Ä MI DSCHIG GANG JANG ME/
Selbst diese fürchten sich vor Waffen

TS'O WÄ SOG LA KÜN KJANG DSEM/
und halten sich von schädigenden Dingen, die ihr Leben bedrohen, fern.

RANG GI LÜ LA PE LONG LA/
Nehmt euren eigenen Körper als Beispiel

SCHÄN LA NÖ PA MA DSCHE TSCHIG/
und fügt anderen keinen Schaden zu.

OM TSCH'ÄN POAM TSCH'UNG NGU GANG DAG GI/

OM! Ob ihr groß seid oder klein,

LÜ LA NGÖN PAR NÖ DSCHE PÄ/

die ihr bewusst andere schädigt und

NÄ DE NJE WAR SOL DSÖ LA/

Krankheiten verursacht, beseitigt diese Krankheiten schnell wieder.

DÖN K'JÖ RANG GI NÄ SU DENG/

Ihr Schädiger, geht an eure Herkunftsorte zurück.

SARWA BHUTA GATSÄMI/

All ihr Bhutas verschwindet!

So opfert man und bringt den Torma heraus.

Englische Übersetzung: Ven. Lama Champa Rigzin, 1997

Deutsche Übersetzung: Tändsin T. Karuna und Christian Licht, 1998

Lautschrift: Christian Licht, 1998

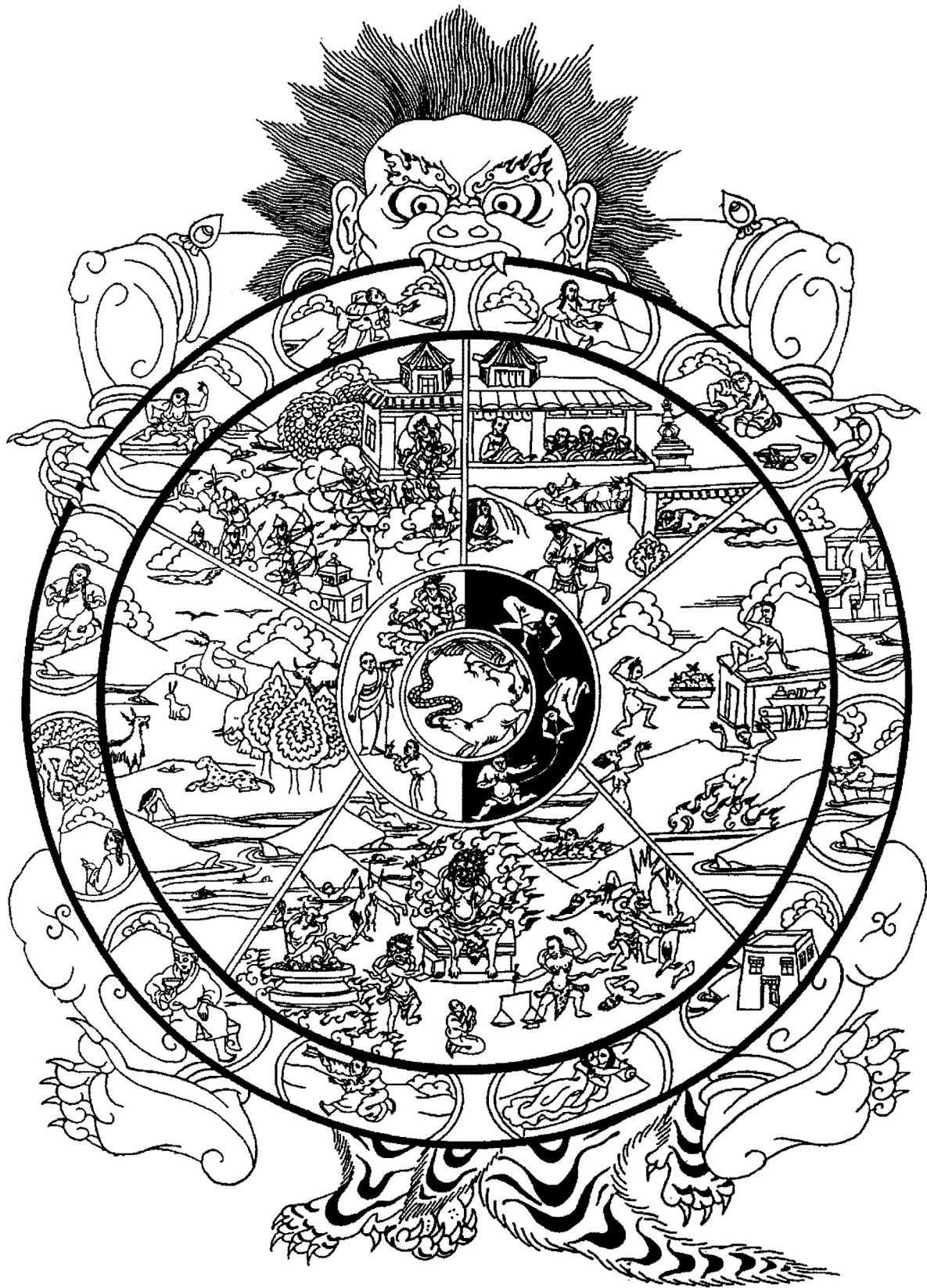
2. überarbeitete Auflage 2009

TEIL B

HAUPTTEIL

DIE ALLGEMEINEN VORBEREITENDEN ÜBUNGEN

Das Äußere Ngöndro



- [1] *Ich verbeuge mich vor den Drei Juwelen. Nachdem ich, mit reiner Hingabe zu diesem Pfad, Unterweisungen zum Fünfteiligen (Mahāmudrā-Pfad), die auf persönlicher Erfahrung beruhen, erhalten habe, werde ich ohne Unterbrechung die Einheit von Rezitation und Meditation praktizieren. Während ich mich bequem auf einem Kissen in der Sieben-Punkte-Meditationshaltung (von Vairocana) befinde und der eigene Geist von Gewissheit durchdrungen ist, spreche ich überzeugt:*

Die Vier Wege, den Geist auszurichten

KJE MA/ DAL DSCHOR DI DRA SCHIN TU NJE KA SCHING/
Oh! Freiheiten und Ausstattungen dieser Art sind äußerst schwierig
zu erlangen.

DSCHIG PAR LA WÄ LÜ DI T'OB PÄ TS'E/
Wenn dieser leicht zu verlierende Körper einmal erlangt wurde,

DÖN ME NAM JENG WANG DU MA SONG WAR/
soll man ihn nicht bedeutungslos verschwenden,

DE DRÄ T'AR PA DRUB LA SCHOL WAR DSCHA/
sondern dazu nutzen, das freudvolle Ziel der absoluten Befreiung
zu erreichen.

- [2] DÜ DSCHÄ MI TAG DSCHIG PÄ TSCH'Ö TSCHÄN TE/
Die Natur aller Phänomene ist Vergänglichkeit;

DRO KÜN KJE NÄ TSCH'I WA NJI LÄ SCHÄN/
der Tod ist eine Gewissheit für alle, die geboren sind.

NAM TSCH'I NGE ME TSA K'Ä SIL PA DRA/
Der Zeitpunkt des Todes ist so unsicher wie der [des Herabfallens] eines
Tropfens Morgentau von einem Grashalm.

NJUR DU NJING PÖ DÖN LA TSÖN RE RÄN/
Jetzt ist der Zeitpunkt, unverzüglich die Essenz des Dharma zu praktizieren.

GE WÄ DE WA T'OB TSCHING TSCHIG SCHÖ KJI/
Die Frucht des positiven Karma ist Glück;

DUG NGAL DRÄ MIN GJU LÄ DSCHUNG WÄ TSCH'IR/
Leiden ist die Frucht von negativem Karma.

LU ME GJU DRÄ SCHI SAM BAB KJI TSCH'Ö/

Das unausweichliche Gesetz von Ursache und Wirkung
ist die Bestehensweise aller Phänomene.

LANG DOR NÄ LA DENG NÄ BÄ PAR GJI/

Übe deshalb von nun an den Dharma aus, indem du zwischen dem,
was ausgeübt werden soll, und dem, was aufgegeben werden soll,
unterscheidest.

NGÄN SONG SUM DANG NGÖN T'Ö GO P'ANG LA'NG/

In den drei niederen und sogar in den drei höheren Bereichen

KÄ TSCHIG TSAM GJI DE WA JÖ MIN SCHING/

gibt es nicht einmal für einen einzigen Augenblick wirkliches Glück.

SI PAR TSCH'ÄN PÄ NJE GJA KJE TSA DE/

Gib deshalb die Wurzelursache des Herumwanderns im Samsāra auf

DOR NÄ SCHI WÄ LAM TSCH'OG DRUB PAR DSCHA//

und übe den ausgezeichneten Pfad des Friedens der Erleuchtung.

DIE BESONDEREN VORBEREITENDEN ÜBUNGEN

Das Innere Ngöndro

DIE ÜBUNG DER ZUFLUCHTNAHME



Visualisierung

- [3] NÄ K'ANG OG MIN SCHING DANG JER ME PÄ/
 Man stellt sich die Umgebung wie das Buddha-Land Akanishta
 (tib. Ogmin) vor.
- RANG DÜN SENG TSCH'EN PÄ MA NJI DÄ TENG/
 Im Raum vor einem befindet sich ein Löwenthron mit einem Lotus, einer
 Sonnen- und einer Mondscheibe.
- Ü SU DRIN TSCHÄN TSA WÄ LA MA NI/
 Darauf sitzt der gütige Wurzel-Guru
- JÄN LAG DÜN DÄN DOR DSCHE TSCH'ANG GI TS'UL/
 in der Form von Vajradhara (tib. Dorje Chang) mit den sieben Merkmalen.
- NGO SANG TSCH'AG NJI DOR DRIL T'UG KAR NOL/
 Er hat eine blaue Farbe, zwei Arme, hält einen Vajra und eine Glocke an
 seinem Herzen gekreuzt
- SCHAB NJI DOR DSCHE KJIL TRUNG GJING TS'UL SCHUG/
 und sitzt anmutig in der Vajra-Haltung.
- DAR DANG RIN TSCH'EN NA TS'OG GJÄN GJI DSE/
 Er ist mit den seidenen Roben und kostbaren Juwelen geschmückt
- GJÜ PÄ SCHE NJEN NAM DANG T'AB TSCHIG SCHUG/
 und von allen spirituellen Meistern der Linien umgeben.
- DÜN DU JI DAM K'OR LO DE WÄ TSCH'OG/
 Davor befindet sich der Deva Cakrasamvara (tib. Yidam Khorlo Demchog)
- JAB JUM NANG TONG SUNG DSCHUG NJOM SCHUG TS'UL/
 in Vereinigung des männlichen und weiblichen Aspektes, deren
 Manifestation gleichzeitig Erscheinung und Leerheit ist.
- [4] DAR DANG RIN TSCH'EN NA TS'OG GJÄN GJI TRÄ/
 Er trägt seidene Gewänder und kostbaren Juwelenschmuck.
- JÄ SU DÜ SUM SANG GJÄ TS'ÄN PER DÄN/
 Rechts vom Thron befinden sich die Buddhas der drei Zeiten,
- KAL SANG SANG GJÄ TONG DANG LHÄN TSCHIG SCHUG/
 die alle Glück verheißenden Zeichen eines Buddha besitzen, zusammen
 mit den tausend Buddhas dieses glücklichen Zeitalters.

GJAB TU SCHE RAB P'A ROL TSCH'IN PÄ JUM/

Hinter dem Thron befindet sich Prajnāpāramitā,

DRANG NGE T'EG SUM TSCH'Ö KJI NGA RO DROG/

die die relative und die absolute Bedeutung der drei Fahrzeuge erklärt.

JÖN DU TSE DÄN DSCHANG TSCH'UB SEM PÄ TS'OG/

Links vom Thron befindet sich die Versammlung der mitfühlenden
Bodhisattvas,

T'EG SUM GE DÜN NAM KJI JONG SU KOR/

umgeben von den Sanghas der drei Yānas.

T'RI JI TS'AM KUN DAM PA TSCH'Ö KJONG WÄ/

Um den Thron herum befinden sich die Dharma-Schützer,

SUNG MA DAM TSCHÄN TRIN T'RIG TA BUR GJUR//

die eidgebundenen Wächter, die wie Wolken versammelt sind.

Rezitation des Zufluchtsgebetes

entsprechend den Anweisungen des spirituellen Lehrers

Rezitiere das Zufluchtsgebet so oft wie möglich.

Zufluchtsgebet

[5] SANG GJÄ TSCH'Ö TS'OG JI DAM TSCH'Ö KJONG TSCHÄ/

Zu allen Buddhas, zum Dharma, zum Sangha, zum Deva (Skr.

Ishtadevatā, tib. Yidam) und zu den Dharma-Schützern

KJAB TSCH'OG NAM LA DAG SOG DRO WA KÜN/

nehme ich mit allen Wesen, [die im Samsāra umherirren,] Zuflucht.

SI PÄ DSCHIG TS'OG NJAM NGA LÄ KJOB TSCH'IR/

Um uns vor den Leiden im Samsāra zu schützen,

DSCHANG TSCH'UB MA T'OB BAR DU KJAB SU TSCHI//

nehmen wir Zuflucht zu diesen höchsten Zufluchtobjekten, bis die
Erleuchtung erlangt ist.

Rezitiere dies dreimal.

Gebet zur Entwicklung des Erleuchtungsgeistes

DRO KÜN DE DÄN DUG NGAL DRAL WA DANG/

Ich erfreue mich daran, wenn alle fühlenden Wesen glücklich und frei von
Leiden sind

NJUR DU LA ME T'OB PAR DAG GA WÄ/

und schnell die absolute Buddhaschaft erreichen.

DE TSCH'IR DENG NÄ DSCHANG TSCH'UB MA T'OB BAR/

Aus diesem Grund werde ich, bis die Erleuchtung erlangt ist,

NGE PÄ DÖN TSCH'OG LAM LA DSCHUG PAR DSCHA//

von jetzt an dem Pfad zum absoluten Ziel folgen.

Rezitiere dies dreimal.

Auflösung

KJAB JUL NAM RANG LA TIM PAR GJUR//

Die Zufluchtobjekte verschmelzen mit mir.

(Man selbst löst sich in der Leerheit auf und verweilt in diesem natürlichen Zustand.)

DIE REINIGUNG VON NEGATIVEM KARMA UND VERFEHLUNGEN

**Meditation und Mantra- Rezitation
des Vajrasattva (tib. Dorje Sempa)**



Visualisierung

- [6] TSCHI WOR PÄ KAR DA TENG HÜNG JIG LÄ/
Über dem Scheitelpunkt meines Kopfes erscheint eine weiße Lotusblüte mit
[einem Sitz] aus einer Mondscheibe, auf der sich die Silbe HÜNG (𑖦) befindet.
DOR DSCHE TE WAR HÜNG TS'ÄN Ö T'RÖ PÄ/
Das HÜNG verwandelt sich in einen Vajra (tib. Dorje) mit einem HÜNG in
seinem Zentrum, von dem Licht ausstrahlt.
DRO DRUG DRIB DSCHANG GJAL TSCH'Ö TS'UR DÜ PA/
Dieses Licht reinigt die Verdunkelungen aller Wesen und bringt allen
Buddhas Opfergaben dar.
SA BÖN LA T'IM JONG SU GJUR PA LÄ/
Es kehrt zurück und verschmilzt mit der Keimsilbe.
TSA WÄ LA MA DOR DSCHE SEM PA KAR/
Dann transformiert [das HÜNG] in Vajrasattva (tib. Dorje Sempa), der [in
seiner Essenz unser eigener gütiger] Wurzel-Guru ist.
DOR DSCHE DRIL TSCHÄ KJANG KUM GJING WÄ TS'UL/
Vajrasattva hat eine weiße Farbe und hält Vajra und Glocke. Er sitzt
anmutig in der halben Lotus-Haltung
RIN TSCH'EN GJÄN TSCH'ANG TSCH'A LUG JONG SU DSOG/
und trägt kostbaren Schmuck und seidene Gewänder. Alle Aspekte sind
vollkommen.
- DE JI NÄ SUM OM Ā HÜNG SUM LÄ/
An den drei Stellen befinden sich die drei Silben OM (𑖦), Ā (𑖦) und
HÜNG (𑖦).
- [7] Ö T'RÖ JE SCHE WANG LHA TSCHÄN DRANG GJUR/
Davon strahlt Licht aus und lädt die Jnānasattvas (Skt., tib. Yeshe Sempa,
Weisheitswesen) und die Einweihungsgottheiten ein.

DSA HÜNG BAM HO/

(Die vier Dākinīs holen die Weisheitswesen heran.)

DAM JE NJI ME GJUR/

Sie verschmelzen untrennbar mit dem Samayasattva (Skt., tib. Damtsig
Sempa) [über unserem Kopf].

WANG GI L HAR

Die Einweihungsgottheiten [erscheinen in Form der fünf Dhyāni-Buddhas].

OM SARWA TAT'ĀGATA ABHI KHINTSA TU MAM/

(Man bittet die fünf Tathāgatas, die Einweihung zu erteilen.)

SCHE SOL TAB PÄ WANG GI L HA NAM KJI/

Aufgrund der Bitte antworten die Einweihungsgottheiten:

OM SARWA TAT'ĀGATA ABHI KHEKATA

SAMAJA SCHRĪJE HŪNG/

(So erteilen die Tathāgatas die Einweihung.)

WANG KUR KU GANG TSCH'U JI LHAG MA LÄ/

Der Nektar füllt seinen Körper vollkommen auf und fließt am Scheitel-
punkt über.

RIG NGÄ U GJÄN WANG LHA'ANG DOR SEM T'IM/

Dann transformiert der Nektar in den Kopfschmuck von Vajrasattva und
die Einweihungsgottheiten verschmelzen damit.

Achtfache Opferungen an Vajrasattva

[8]

OM BADSRA SATWA SAPARIWĀRA

...ARGHAM... / ...PĀDJAM... / ...PUSCHPAM... / ...DHŪPAM... /

...ĀLOKE... / ...GHANDE... / ...NEWIDJA... / ...SCHAPTA...

PRATĪTSA JE SWĀHĀ

Lobpreis

DOR DSCHE SEM PA SEM PA TSCH'E/

Vajrasattva, Mahāsattva (großes Wesen),

DOR DSCHE DE SCHIN SCHEG PA KÜN/

Vajra aller Tathāgatas,

DOR DSCHE DANG PO KÜN TU SANG/

ursprünglicher Vajra-Samantabhadra –

TSCH'AG TS'AL TSCH'AG NA DOR DSCHE LA'O/

ich verbeuge mich vor dem Halter des Vajra.

Visualisierung zur Mantra-Rezitation

DOR SEM T'UG KAR DA TENG DOR DSCHE JI/

Im Herzzentrum von Vajrasattva befindet sich eine Vollmondscheibe,
auf der ein Vajra steht.

TE WAR HÜNG T'AR JIG GJÄ KOR WA LÄ/

Im Zentrum des Vajra ist die Silbe HÜNG (𑖦𑖳),
umgeben vom Hundert-Silben-Mantra.

[9] Ö T'RÖ DRO WÄ DRIB PA KÜN DSCHANG NÄ/

Vom Mantra strahlt Licht aus, welches alle Verdunkelungen
von allen Wesen reinigt.

DOR DSCHE DSIN PÄ SA LA RAB KÖ TSCHING/

Alle erreichen die Stufe des Vajra-Halters.

Ö SER DE DAG TS'UR DÜ NGAG T'RENG DANG/

Das Licht kehrt zurück und verschmilzt mit dem Mantra und der Keimsilbe.

SA BÖN LA T'IM DE LÄ DÜ TSI GJÜN/

Aus den Silben fließt Nektar und tritt durch den [rechten] großen Zeh von
Vajrasattva aus.

SCHAB KJI T'E BONG LÄ T'ÖN DAG NJI KJI/

Er fließt durch den Scheitelpunkt meines Kopfes in mich hinein und reinigt
alle Verunreinigungen, Krankheiten und Verdunkelungen,

TSANG BUG NÄ SCHUG DIG DRIB NJE TUNG TS'OG/

die durch die Poren der Haut und die zwei unteren Körperöffnungen aus
meinem Körper austreten.

OG GOR DÜ K'U TAR BAB DÜ TSI GJÜN/

Diese Hindernisse verlassen den Körper in Form von rauchig-dunkler
Flüssigkeit.

MÄ TÄN RANG LÜ SCHEL TAR DAG PAR GJUR/

Dann werde ich mit Nektar aufgefüllt und vollkommen rein wie ein Kristall.



Mantra

- [10] **OM BADSRA SATWA SAMAJA/ MANU PĀLAJA/
 BADSRA SATWA TENOPA/ TISCHT'A DRIDHO ME BHAWA/
 SUTO K'JO ME BHAWA/ SUPO K'JO ME BHAWA/
 ANU RAKTO ME BHAWA/ SARWA SIDDHI ME PRAJATS'A/
 SARWA KARMA SUTSA ME TSITTAM SCHRĪJA KURU HŪNG/
 HAHA HAHA HO/ BHAGAWAN SARWA TAT'ĀGATA/
 BADSRA MĀME MUN TSA/ BADSRI BHAWA/
 MAHĀ SAMAJA SATWA Ā/**

Bekennnis und Auflösung

DAG SOG MONG PĀ DAM LÄ GAL GJUR PĀ/

„Ich und alle fühlenden Wesen haben, getäuscht durch Unwissenheit,
 unsere Gelübde gebrochen.

GÖN PÖ KJOB SCHIG TSO WO DOR DSCHE DSIN/

Oh! Guru Vajrasattva, Beschützer, Halter des Vajra,

DRO WÄ TSO WÖ DAG GI KJAB DSÖ TSCHIG/

Herr aller fühlenden Wesen, bitte beschütze uns.“

DE KÄ SOL WÄ DOR SEM GJE TS'UL GJI/

Vajrasattva ist über unsere Gebete sehr erfreut und antwortet:

- [11] K'JÖ KJI DIG DRIB DAG GO SCHE SUNG TE/

„Eure Verblendungen sind nun alle beseitigt, und ihr seid gereinigt!“

DAG LA T'IM PĀ DRIB PA DSCHANG WAR GJUR//

Dann verschmilzt Vajrasattva mit mir. Alle Verdunkelungen sind gereinigt.

(Meditiere über die Einheit von Erscheinung und Leerheit.)

Widmung

GE WA DI JI NJUR DU DAG/

Möge ich, nachdem ich durch das Heilsame dieser Praxis

DOR DSCHE SEM PA DRUB GJUR NÄ/

schnell Vajrasattva verwirklicht habe,

DRO WA TSCHIG KJANG MA LÜ PA/

alle Wesen ohne Ausnahme

DE JI SA LA GÖ PAR SCHOG//

auf diese Stufe führen.

Zur Visualisierung und Mantra-Rezitation von Vajrasattva wurde die Beschreibung dieser Gottheit sowie die Besiegelung der Ermächtigung von Khenchen Könchog Gyaltsen niedergeschrieben. Das Verbleibende stammt aus dem Jinlab Palbar, der täglichen Praxis des Fünfteiligen Mahāmudrā-Pfades.

SARWA MANGALAM

DIE OPFERUNG DES KOSTBAREN MANDALA

**Die besondere Methode,
die zwei Ansammlungen zu vollenden**

Visualisierung

- [12] NÄ K'ANG OG MIN SCHING DANG JER ME PÄ/
 Man stellt sich die Umgebung wie das Buddha-Land Akanishta
 (tib. Ogmin) vor.
- RANG DÜN SENG TSCH'EN PÄMA NJI DÄ TENG/
 Im Raum vor einem befindet sich ein Löwenthron mit einem Lotus, einer
 Sonnen- und einer Mondscheibe.
- Ü SU DRIN TSCH'ÄN TSA WÄ LA MA NI/
 Darauf sitzt der gütige Wurzel-Guru
- JÄN LAG DÜN DÄN DOR DSCHE TSCH'ANG GI TS'UL/
 in der Form von Vajradhara (tib. Dorje Chang) mit den sieben Merkmalen.
- NGO SANG TSCH'AG NJI DOR DRIL T'UG KAR NOL/
 Er hat eine blaue Farbe, zwei Arme, hält einen Vajra und eine Glocke an
 seinem Herzen gekreuzt
- SCHAB NJI DOR DSCHE KJIL TRUNG GJING TS'UL SCHUG/
 und sitzt anmutig in der Vajra-Haltung.
- [13] DAR DANG RIN TSCH'EN NA TS'OG GJÄN GJI DSE/
 Er ist mit den seidenen Roben und Kostbaren Juwelen geschmückt
- GJÜ PÄ SCHE NJEN NAM DANG T'AB TSCHIG SCHUG/
 und von allen spirituellen Meistern der Linien umgeben.
- DÜN DU JI DAM K'OR LO DE WÄ TSCH'OG/
 Davor befindet sich der Deva Cakrasamvara (tib. Yidam Khorlo Demchog)
- JAB JUM NANG TONG SUNG DSCHUG NJOM SCHUG TS'UL/
 in Vereinigung des männlichen und weiblichen Aspektes, deren
 Manifestation gleichzeitig Erscheinung und Leerheit ist.
- DAR DANG RIN TSCH'EN NA TS'OG GJÄN GJI TRÄ/
 Er trägt seidene Gewänder und kostbaren Juwelenschmuck.
- JÄ SU DÜ SUM SANG GJÄ TS'ÄN PER DÄN/
 Rechts vom Thron befinden sich die Buddhas der drei Zeiten,
- KAL SANG SANG GJÄ TONG DANG LHÄN TSCHIG SCHUG/
 die alle Glück verheißenden Zeichen eines Buddha besitzen, zusammen
 mit den tausend Buddhas dieses glücklichen Zeitalters.

GJAB TU SCHE RAB P'A ROL TSCH'IN PÄ JUM/

Hinter dem Thron befindet sich Prajnāpāramitā,

DRANG NGE T'EG SUM TSCH'Ö KJI NGA RO DROG/

die die relative und die absolute Bedeutung der drei Fahrzeuge erklärt.

JÖN DU TSE DÄN DSCHANG TSCH'UB SEM PÄ TS'OG/

Links vom Thron befindet sich die Versammlung der mitfühlenden
Bodhisattvas,

T'EG SUM GE DÜN NAM KJI JONG SU KOR/

umgeben von den Sanghas der drei Yānas.

T'RI JI TS'AM KUN DAM PA TSCH'Ö KJONG WÄ/

Um den Thron herum befinden sich die Dharma-Schützer,

SUNG MA DAM TSCHÄN TRIN T'RIG TA BUR GJUR//

die eidgebundenen Wächter, die wie Wolken versammelt sind.

Das 37-Punkte-Mandala

[14]

OM BADSRA BHŪMI Ā HŪNG

SCHI NAM PAR DAG PA WANG TSCH'EN SER GJI SA SCHI/

Das [unzerstörbare] mächtige Fundament ist vollkommen aus reinem Gold.

OM BADSRA REK'E Ā HŪNG/

TSCH'I TSCHAG RI MU K'JÜ KJI JONG SU KOR WÄ Ü SU/

Ein Ring aus Eisenbergen bildet die äußere Umrandung.

HŪNG RI JI GJAL PO RI RAB/

1) Im Zentrum befindet sich der Berg Sumeru

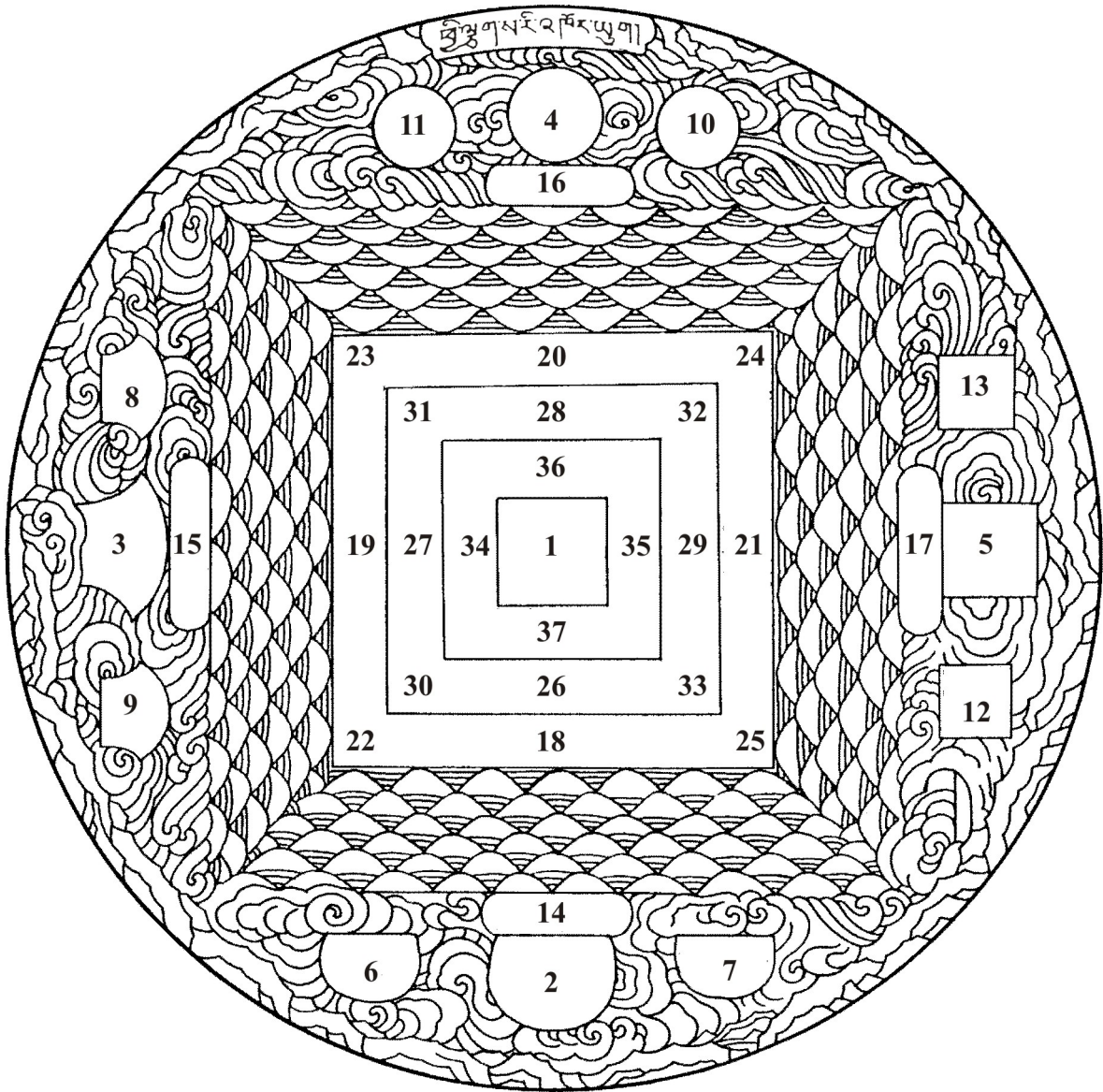
(tib. Riyi Gyalpo, König der Berge),

SCHAR LÜ P'AG PO/

2) im Osten Pūrvavideha (Vortrefflicher Körper),

LHO DSAM BU LING/

3) im Süden Jambudvīpa (Kontinent des Rosenapfelbaumes),



NUB BA LANG TSCHÖ/

4) im Westen Aparagodānīya (Wunscherfüllende Kühe),

DSCHANG DRA MI NJÄN/

5) im Norden Uttarakuru (Unangenehmer Klang),

SCHAR DU LÜ DANG LÜ P'AG/

6-7) im Osten Deha (Körper) und Videha (Vortrefflicher Körper),

LHOR NGA JAB DANG NGA JAB SCHÄN/

8-9) im Süden Camara (Schweif) und Aparacamara (Anderer Schweif),

[15] NUB TU JO DÄN DANG LAM TSCH'OG DRO/

10-11) im Westen Shatha (Anmutige Bewegung) und
Uttaramantrina (Wandel auf dem höchsten Pfad),

DSCHANG DU DRA MI NJÄN DANG DRA MI NJÄN GJI DA/

12-13) im Norden Kurava (Unangenehmer Klang) und
Kaurava (Trabant des Unangenehmen Klages).

RIN PO TSCH'E RI WO/

14) Der kostbare Juwelenberg,

DÖ DSCHÖ'I BA/

16) die wunscherfüllenden Kühe,

PAG SAM GJI SCHING/

15) der wunscherfüllende Baum,

MA MÖ PÄ LO TOG/

17) das Getreide,
das ohne Arbeit heranwächst.

K'OR LO RIN PO TSCH'E/

18) Das kostbare Rad,

TSÜN MO RIN PO TSCH'E/

20) die kostbare Königin,

LANG PO RIN PO TSCH'E/

22) der kostbare Elefant,

MAG PÖN RIN PO TSCH'E/

24) der kostbare General,

NOR BU RIN PO TSCH'E/

19) das kostbare Juwel,

LÖN PO RIN PO TSCH'E/

21) der kostbare Minister,

TA TSCH'OG RIN PO TSCH'E/

23) das kostbare Ross,

TER TSCH'EN PÖ BUM PA/

25) die Schatzvase.

GEG PA MA/

26) Die anmutige Göttin,

T'RENG WA MA/

27) die Göttin der Girlanden,

- LU MA/
28) die Göttin der Musik,
- [16] ME TOG MA/
30) die Blumengöttin,
- NANG SAL MA/
32) die Göttin des strahlenden Lichtes,
- GAR MA/
29) die Göttin des Tanzes,
- DUG PÖ MA/
31) die Göttin des Räucherwerks,
- DRI TSCH'AB MA/
33) die Göttin des duftenden Wassers.

NJI MA/ DA WA/ RIN PO TSCH'E DUG/
34) Die Sonne, 35) der Mond, 36) der kostbare Schirm,

TSCH'OG LÄ NAM PAR GJAL WÄ GJAL TS'ÄN
37) das in alle Richtungen triumphierende Siegesbanner.

Ü SU LHA DANG MI'I PAL DSCHOR P'ÜN SUM TS'OG PA MA
TS'ANG WA ME PA/
In der Mitte des Mandala befindet sich die vollkommene, reine Ansammlung
all des prächtigen Reichtums der Menschen und Götter, ohne dass etwas fehlt.

SCHING K'AM NAM PAR DAG PA DI NJI
Ich bringe dieses vollkommen reine Buddha-Land

DRIN TSCH'ÄN TSA WA DANG GJÜ PAR TSCHÄ PÄ
PAL DÄN LA MA DAM PA NAM DANG/
dem gütigen Wurzel-Guru und den Gurus der Übertragungslinien,

JI DAM KJIL K'OR GJI LHA TS'OG/
den Devas (tib. Yidam), umgeben von der Versammlung der Gottheiten
der Mandalas,

KÖN TSCH'OG RIN PO TSCH'E NAM PA SUM/
den drei Kostbaren Juwelen,

PA WO K'A DRO TSCH'Ö KJONG SUNG MA DANG TSCHÄ PA
NAM LA BUL WAR GJ'Ö/
den Dākas, Dākinīs und den Dharma-Schützern dar.

- [17] T'UG DSCHE DRO WÄ DÖN DU SCHE SU SOL/
Bitte nehmt diese Opferungen mit Mitgefühl zum Wohl aller Wesen an
- SCHE NÄ DSCHIN GJI LAB TU SOL/
und gewährt mir Euren Segen.

Das kurze Mandala-Opfer

SA SCHI PÖ TSCH'Ü DSCHUG SCHING ME TOG TRAM/
Das Fundament ist mit duftendem Wasser besprengt und Blumen sind
darüber ausgestreut.

RI RAB LING SCHI NJI DÄ GJÄN PA DI/
Es ist geschmückt mit dem Berg Meru, den vier Kontinenten und mit
Sonne und Mond.

SANG GJÄ SCHING LA MIG TE P'UL WA JI/
Mögen sich alle Wesen durch die Visualisierung und Opferung des
Buddha-Landes

DRO KÜN NAM DAG SCHING DU TSCHÖ PAR SCHOG//
an diesem reinen Land erfreuen.

KU SUM JONG DSOG LA MÄ TS'OG NAM LA/
Ich opfere den vollkommenen Gurus der Drei Kāyas
TSCH'I NANG SANG SUM DE SCHIN NJI KJI TSCH'Ö/
die äußeren, inneren und geheimen Opfer und das Opfer der Soheit,
DAG LÜ LONG TSCHÖ NANG SI JONG SCHE LA/
meinen Körper, meinen Wohlstand und alles was existiert und erscheint –
LA ME TSCH'OG GI NGÖ DRUB TSAL DU SOL//
bitte gewährt die höchsten und unübertroffenen Siddhis.

Die kurze siebenteilige Opferung

- [18] TSCH'AG TS'AL WA DANG TSCH'Ö TSCHING SCHAG PA DANG/
Verbeugungen, Opferungen, Bekennen,
DSCHE SU JI RANG KUL SCHING SOL WA JI/
Erfreuen, Erbitten und Ersuchen –
GE WA TSCHUNG SÄ DAG GI TSCHI SAG PA/
wie gering das dadurch angesammelte Heilsame auch sein mag –
T'AM TSCHÄ DSOG PÄ DSCHANG TSCH'UB TSCH'IR NGO'O//
ich widme alles der vollkommenen Erleuchtung.

**OM GURU DEWA DĀKINĪ
RATNA MANDALA PRATĪTSA SWĀHĀ/**

Darbringung des eigenen Körpers und Wohlstands in Verbindung mit der Wurzel des Heilsamen und Bittgebet

DAG LÜ LONG TSCHÖ GE WÄ TSA WAR TSCHÄ/
Meinen Körper, meinen Wohlstand und die Wurzel des Heilsamen

GJAL WA K'OR DANG TSCHÄ LA DENG BUL GJI/
opfere ich der siegreichen Versammlung der Buddhas.

SCHE NÄ DAM PA NAM KJI GANG TOG PÄ/
Bitte nehmt diese Opferungen an

NGE PÄ DÖN TSCH'OG DAG GI TOG PAR SCHOG//
und gewährt uns die höchsten Vollendungen.

Auflösung

KJAB JUL NAM RANG LA T'IM PAR GJUR//
Die Zufluchtobjekte verschmelzen mit mir.

**DER GURU YOGA,
DER DEN SEGEN DER LINIE
HERANBRINGT**

Visualisierung

- [19] RANG NJI DÜN GJI NAM K'Ä K'A JING SU/
 Im Raum vor einem befindet sich ein Löwenthron
 SENG T'RI PÄMA NJI DÄ DÄN TENG DU/
 mit einem Lotus, einer Sonnen- und einer Mondscheibe.
 NGO WO DRIN TSCHÄN TSA WÄ LA MA NI/
 Darauf sitzt würdevoll der eigene Wurzel-Guru,
 NAM PA TSCHOM DÄN DOR DSCHE TSCH'ANG GI KU/
 die Natur des Mitgefühls, in der Form von Vajradhara (tib. Dorje Chang).
 NGO SANG GEG TSCHÄ TS'ÄN DANG PE DSCHÄ GJÄN/
 Er hat eine blaue Farbe, ist mit den Haupt- und Nebenmerkmalen
 geschmückt
 DOR DSCHE DRIL BU T'UG KAR NOL T'AB DSIN/
 und hält Vajra und Glocke gekreuzt vor dem Herzen.
 DOR DSCHE KJIL TRUNG GI SCHUG SI Ö BAR/
 Er sitzt [anmutig] in der Vajra-Haltung und strahlt das Licht der aus-
 gezeichneten Qualitäten aus.
 RIN TSCH'EN NA TS'OG RÜ GJÄN DAR TSCHANG TSCH'ANG/
 Er trägt die verschiedenen Juwelen, Knochenornamente und seidene Roben.
- [20] KU LA SCHING K'AM KÜN DSOG TSCH'U DA TAR/
 In seinem Körper manifestiert er alle Buddha-Länder [und er erscheint]
 wie [eine Reflexion] des Mondes im Wasser.
 NANG LA RANG SCHIN MA DRUB Ö NANG SCHUG/
 Sichtbar, aber ohne inhärente Bestehensweise verweilt er inmitten von Licht.
- DE LA GJÜ PÄ LA MA JI DAM DANG/
 Er ist von allen heiligen Meistern der Linie, den Devas (tib. Yidams),
 K'A DRO TSCH'Ö KJONG GI KOR NÄ SUM DU/
 Dākinīs und Dharma-Schützern umgeben.
 JI GE SUM DÄN DE LÄ Ö T'RÖ PÄ/
 Von den drei Silben an den drei Stellen strahlt Licht aus,

TSCH'OG TSCHÜ LA MA JIDAM TSCH'Ö SUNG TSCHÄ/
 das die Gurus, Devas, Dākinīs und Dharma-Schützer aus den zehn
 Richtungen einlädt.

TSCHÄN DRANG TSA WÄ LA MÄ KU LA TIM/
 Sie verschmelzen mit dem Wurzel-Guru [und seinem ihn umgebenden
 Gefolge].

SANG GJÄ KÜN DÜ RANG SCHIN LA MA GJUR//
 Der Guru wird zur Verkörperung aller Buddhas.

Die äußere, innere und geheime Opferung

PAL DÄN LA MA KU SCHI WANG TSCH'UG LA/
 Glorreicher Guru, Herr der Vier Kāyas,

DAG LÜ NGAG JI TSCH'I NANG SCHÄN SUM GJI/
 ich opfere meinen Körper, meine Sprache, meinen Geist, die äußeren,
 inneren und geheimen Opferungen und alles, was existiert.

[21] NGÖ POR DRUB GU TSCH'Ö PÄ DSÄ SU BUL/
 Diese Opferungen, derjenige, der die Opferungen ausführt,
 TSCH'Ö DSCHA TSCH'Ö DSCHE TSCH'Ö PA RANG SCHIN
 TSCHIG/

und die Durchführung der Opferungen sind von einer Natur.

T'A DRAL RO NJAM TSCH'EN POR BUL LAG NA/
 Frei von allen Unterschieden, von einem Geschmack – [auf dieser Stufe]
 führe ich die Opferungen durch.

DSCHA TSOL DRAL WÄ NGÖ DRUB TSAL DU SOL//
 Bitte gewähre die Verwirklichung [der Natur] der Mühelosigkeit.

Rezitiere dies dreimal.

(Hier kann "Das Goldene Liniengebete", "Die goldene Girlande der Linienhalter" oder ein anderes Liniengebete rezitiert werden.)



Bittgebet um den Segen des Guru

Für das Zählen der Gebete ist dieses die mittlere Version.

PAL DÄN LA MA KU SCHI' I WANG TSCH'UG/

Glorreicher Guru, Herr der Vier Kāyas,

DAG PO KA GJÜ JONG KJI TSUG GJÄN/

Krone aller Dagpo Kagyü (Übertragungslinien von Gampopa),

DRO WÄ DE PÖN DAM PÄ LAM TÖN/

Führer der Wesen, Lehrer des heiligen Pfades,

T'UG DSCHE NGA DAG GJAL WÄ GJAL TS'AB/

Verkörperung des Mitgefühls, Regent des Buddha,

[22] KA DRIN DA DRAL TÖN PA DA ME/

unvergleichlich Gütiger, makelloser Lehrer,

DOR DSCHE TSCH'ANG WANG GÖN PO DRI GUNG PA

TSCH'EN PO K'JEN NO/

mächtiger Vajradhara, Beschützer und großer Drikungpa, bitte schenke mir

Deine Aufmerksamkeit.

SOL WA DEB SO/ T'UG DSCHE SIG SCHIG/

Ich bete, schau auf mich mit Mitgefühl,

DSCHIN GJI LOB SCHIG/ NGÖ DRUB NAM NJI/

gewähre mir den Segen und verleihe mir jetzt

DA TA TSOL TSCHIG/ DÖN NJI LHÜN DRUB/

die beiden Verwirklichungen. Verleihe mir die Frucht der spontanen

Vervollkommnung

DRÄ BU TSOL TSCHIG/

der beiden Nutzen (für sich selbst und für andere).

Sprich dieses Gebet einsgerichtet.

Kurzes Liniengebet

DOR DSCHE TSCH'ANG WANG TI LI NĀ RO DANG/

Mächtiger Vajradhara, Tilopa, Nāropa,

MAR MI DAG PO P'AG DRU DSCHIG TEN GÖN/

Marpa, Milarepa, Gampopa, Phagmo Drupa, Jigten Sumgön;

KA DRIN SUM DĀN TSA WĀ LA MĀ SCHAB/

ich verbeuge mich zu Füßen des Wurzel-Gurus, der die drei Arten von Güte besitzt.

TSA GJÜ LA MA JI DAM TSCH'Ö KJONG LA/

Inständig bete ich zum Wurzel-Guru und den spirituellen Meistern der Linie, den Devas und den Dharma-Schützern.

[23] SOL WA DEB SO DAG GJÜ DSCHIN GJI LOB/

Bitte durchströmt mein Bewusstsein mit Eurem prächtigen Segen.

Erhalten der Vier Einweihungen am Ende der Sitzung

LA MĀ TRAL DRIN T'UG KA TE WA LÄ/

Von der Stirn, der Kehle, dem Herzen und dem Nabel des spirituellen Meisters

KAR MAR T'ING SER Ö T'RÖ DAG NJI KJI/

strahlt jeweils weißes, rotes, blaues und gelbes Licht aus, das mit meinen vier Cakras verschmilzt.

NĀ SCHIR T'IM PĀ WANG SCHI DSOG PAR T'OB/

So erhalte ich vollständig die vier Einweihungen.

LÜ NGAG JI SUM SCHE DSCHÄ DRIB PA DSCHANG/

Die Verschleierungen von Körper, Sprache, Geist und die subtilen Verschleierungen werden völlig gereinigt.

KJE DSOG TSCH'AG TSCH'EN DEN NJI GOM LA WANG/

Dadurch wird man ermächtigt, die aufbauende und vollendende Phase der Meditation, Mahāmudrā und die zwei Wahrheiten zu praktizieren.

KU SCHI DRUB DSCHÄ K'OR TS'OG TSO WOR DÜ/

So erhält man die Möglichkeit, die Vier Kāyas zu verwirklichen.

Das Gefolge verschmilzt mit dem zentralen Objekt [der Visualisierung] (Vajradhara),

- [24] TSO WO Ö SCHU DAG GI MIN TS'AM T'IM/
das sich in Licht auflöst und durch die Stirn mit mir verschmilzt.
DAG DANG LA MA NGO WO JER ME TA//
Man betrachtet die Natur des spirituellen Lehrers und die eigene als
untrennbar.

[An dieser Stelle] sind die acht Vorbereitenden Übungen, die vier Allgemeinen und die vier Besonderen, vollständig.

DIE AUSSERGEWÖHNLICHEN VORBEREITENDEN ÜBUNGEN

Das Spezielle Ngöndro

**DIE MEDITATION ZUR
ENTWICKLUNG VON LIEBE,
MITGEFÜHL UND BODHICITTA**

- [25] *Bei der Außergewöhnlichen Vorbereitenden Übung meditiert man zunächst über Liebe, Mitgefühl und Bodhicitta.*

Liebevolle Zuwendung

K'A NJAM DRO DI KAL PA T'OG ME NÄ/

Alle Wesen, [deren Anzahl so grenzenlos] wie der Raum ist,

DA TÄ BAR DU DAG GI MAR GJUR TSCHING/

waren seit anfangslosen Zeiten bis zu diesem Leben meine Mütter.

DE WÄ TS'E SCHING DANG WA KÜN PANG NÄ/

Deshalb ist es notwendig, Feindseligkeit und Hass vollkommen aufzugeben

DRIN TSCHÄN MA NAM DSCHAM PÄ KJANG WAR RIG/

und sich mit liebender Zuwendung aller gütigen Mütter anzunehmen.

Mitgefühl

MA NAM DE WA DÖ KJANG LÄ NGÄN GJI/

Obwohl diese Mütter Glück erlangen möchten,

DRÄ BÜ NGÄN SONG SUM DU RAB NAR SCHING/

werden sie durch die Kraft der unheilsamen Handlungen

in den drei niederen Bereichen gequält.

- [26] MI SÖ DUG NGAL DRAG PÖ NJEN PA DAG/

Aufgrund ihres unvorstellbaren Leidens

KÜN NÄ MI SÖ NJING DSCHE NÄ SU GJUR/

entwickle ich unvorstellbares, echtes Mitgefühl.

Mitfreude und Gleichmut

DE NAM DE DÄN DUG NGAL TS'OG DRAL SCHING/

Mögen sie glücklich und frei von Leiden sein.

DUG NGAL ME PÄ DE DANG MI DRAL SCHING/

Mögen sie von dem Glück, welches frei von Leiden ist, nicht getrennt sein.

TANG NJOM TSCH'OG LA NÄ PAR DAG JI MÖN/

Mögen sie in Gleichmut verweilen – dies ist mein Wunschgebet.

Bodhicitta

DE TAR SEM LA DSCHUG PÄ TS'ÖN DRÜ KJI/
Um diese umherwandernden Wesen glücklich zu machen,

DRO NAM DE LA GÖ NÜ DAG TSCHAG LA/
fehlt es mir jetzt an Fähigkeiten.

ME TSCH'IR DAM PÄ GO P'ANG TSCH'OG DRUB NÄ/
Daher wende ich meinen Geist ernsthaft der Aufgabe zu,
den höchsten, unübertroffenen Zustand zu erlangen

MA TS'OG DE WÄ SA LA GÖ DSCHA SCHING/
und diese Mütter zum vollständigen Glück zu führen.

[27] TONG NJI NJING DSCHE SUNG DSCHUG DSCHANG TSCH'UB
SEM/

Ich werde Bodhicitta, die Einheit von Leerheit und Mitgefühl,

DÖN DAM LO DÄ TSCH'Ö LA BÄ PAR DSCHA/
den unübertroffenen Dharma, jenseits aller gedanklichen Vorstellungen,
praktizieren.



DIE EIGENTLICHE ÜBUNG VON BODHICITTA

Diese Praxis hat drei Teile: die Vorbereitung, den Hauptteil und den Abschluss. Zu Beginn die Vorbereitung, das Hervorbringen von Bodhicitta:

Vorbereitung

(Die Vorbereitung besteht aus vier Ursachen.)

Die erste Ursache ist die Entwicklung der direkten Wahrnehmung des spirituellen Meisters als Buddha.

DÜN GJI NAM K'AR SENG T'RI TENG/

Im Raum vor einem sitzt auf einem Löwenthron

TSA WÄ LA MA TSCHOM DÄN DÄ/

der Wurzel-Guru in der Form des Bhagavan (Buddha Shākyamuni).

[28] SER DOG TS'ÄN PE JONG SU DSOG/

Er hat eine goldene Farbe und ist mit allen Haupt- und Nebenmerkmalen vollkommen ausgestattet.

TSCH'AG JÄ SA NÖN JÖN NJAM SCHAG/

Seine rechte Hand hält er in der Erdberührungsgeste und die linke in der Meditationsgeste.

DOR KJIL TSCH'Ö GÖ NAM SUM SOL/

Er sitzt in der Vajra-Haltung und trägt die drei Dharma-Roben.

SI Ö RAB BAR NJE SÄ DANG/

Er strahlt grenzenloses Licht aus und

DSCHANG TSCH'UB SEM PA JI DAM LHA/

ist von einer [großen] Versammlung von Bodhisattvas, Devas,

K'A DRO TSCH'Ö SUNG TS'OG TSCHÄ SAL/

Dākinīs und Dharma-Schützern umgeben.

*Weil **die zweite Ursache** die Ansammlung einer riesigen Fülle [positiver Anlagen] ist, wird zunächst eine Fülle von Verdienst angesammelt:*

TSCH'AG TS'AL WA DANG TSCH'Ö TSCHING SCHAG PA DANG/
Verbeugungen, Opferungen, Bekennen,

DSCHE SU JI RANG KUL SCHING SOL WA JI/
Erfreuen, Erbitten und Ersuchen –

GE WA TSCHUNG SÄ DAG GI TSCHI SAG PA/
wie gering das dadurch angesammelte Heilsame auch sein mag –

T'AM TSCHÄ DSOG PÄ DSCHANG TSCH'UB TSCH'EN POR NGO/
ich widme alles der vollkommenen Erleuchtung.

Wenn man möchte, kann man hier das lange siebenteilige Gebet aus den Sutras oder das siebenteilige Gebet aus dem Mantrayāna, das Serkhangma, rezitieren.

[29] *Zur Ansammlung einer Fülle von Weisheit meditiert man anschließend für kurze Zeit einsgerichtet, frei von begrifflichem Denken.*

***Die dritte Ursache** ist die Meditation über die vier unermesslichen Geisteshaltungen.*

SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ DE WA DANG DE WÄ GJU DANG
DÄN PAR GJUR TSCHIG/

Mögen alle fühlenden Wesen Glück und die Ursachen des Glücks besitzen.

DUG NGAL DANG DUG NGAL GJI GJU DANG DRAL WAR
GJUR TSCHIG/

Mögen sie vom Leid und von der Ursache des Leids getrennt sein.

DUG NGAL ME PÄ DE WA DANG MI DRAL WAR GJUR TSCHIG/
Mögen sie von dem Glück, in dem kein Leid existiert, nicht getrennt sein.

NJE RING TSCH'AG DANG NJI DANG DRAL WÄ TANG NJOM
LA NÄ PAR GJUR TSCHIG/

Mögen sie in dem Gleichmut verweilen, der unvoreingenommen und frei
ist von Anhaftung und Ablehnung.

So sollte man rezitieren und meditieren, um [die Bedeutung] wahrhaft mit dem eigenen Bewusstseinsstrom zu verbinden.

Die vierte Ursache ist das Ausführen der besonderen Zufluchtnahme:

DSCHANG TSCH'UB NJING POR TSCH'I KJI BAR/

Bis ich die Essenz der Erleuchtung erlangt habe,

SANG GJÄ NAM LA KJAB SU TSCH'I/

nehme ich Zuflucht zu allen Buddhas.

[30] TSCH'Ö DANG DSCHANG TSCH'UB SEM PA JI/

Zum Dharma und zur Versammlung der Bodhisattvas

TS'OG LA'NG DE SCHIN KJAB SU TSCH'I/

nehme ich in gleicher Weise Zuflucht.

Diese Zeilen rezitiert man viele Male aus der Tiefe seines Herzens.

Hauptteil

Das Nehmen der Gelübde des wünschenden und des ausführenden Erleuchtungsgeistes (Skt. Bodhicitta):

DSCHI TAR NGÖN GJI DE SCHEG KJI/

So, wie die früheren Sugatas

DSCHANG TSCH'UB T'UG NI KJE PA DANG/

den Erleuchtungsgeist entwickelt haben

DSCHANG TSCH'UB SEM PÄ LAB PA LA/

und durch die Übungen der Bodhisattvas

DE DAG RIM SCHIN NÄ PA TAR/

die Stufen des Pfades erreichten,

[31] DE SCHIN DRO LA P'ÄN DÖN DU/

werde auch ich zum Nutzen aller fühlenden Wesen

DSCHANG TSCH'UB SEM NI KJE GJI SCHING/

den Erleuchtungsgeist hervorbringen

DE SCHIN DU NI LAB PA LA/

und mich selbst ebenso

RIM PA SCHIN DU LAB PAR GJI//

der Erlangung der Stufen auf dem Pfad widmen.

Rezitiere dies so viele Male wie möglich.

Abschluss

(Die abschließende Praxis hat drei Abschnitte:)

1. Meditation des eigenen Erfreuens

DENG DÜ DAG TS'E DRÄ BU JÖ/
Ich konnte das große Ziel

MI JI SI PA LEG PAR T'OB/
mit dieser ausgezeichneten menschlichen Existenz erreichen.

DE RING SANG GJÄ RIG SU KJE/
Heute wurde ich in der Familie der Buddhas geboren

SANG GJÄ SÄ SU DA GJUR TO/
und bin jetzt zu einem Kind der Buddhas (d.h. zu einem Bodhisattva)
geworden.

2. Das Versprechen, der Mahayana-Familie keinen Schaden zuzufügen

- [32] DA NI DAG GI TSCHI NÄ KJANG/
Von jetzt an werde ich, was auch immer geschieht,
RIG DANG T'ÜN PÄ LÄ TSAM TE/
alle Handlungen entsprechend der Mahāyāna-Familie ausführen.
KJÖN ME TSÜN PÄ RIG DI LA/
Ich werde niemals diese makellose,
NJOG PAR MI GJUR DE TAR DSCHA/
ehrwürdige Familie beflecken.

So rezitiert man.

3. Meditation des Erfreuens von anderen

DAG GI DE RING KJOB PA T'AM TSCHÄ KJI/
Vor allen Beschützern verspreche ich heute,

TSCHÄN NGAR DRO WA DE SCHEG NJI DANG NI/
allen Umherwandernden zu helfen, die Stufe des Sugata zu erreichen.

BAR DU DE LA DRÖN DU BÖ SIN GJI/

So lange lade ich alle ein, zu ihrem Glück meine Gäste zu sein.

LHA DANG LHA MIN LA SOG GA WAR GJI//

Alle fühlenden Wesen, einschließlich der Götter und Halbgötter, seid glücklich!

- [33] *Diese Zusammenstellung der Vorbereitenden Übungen des Fünfteiligen Mahāmudrā-Pfades basiert auf dem [Text] Jinlab Phalbar von Künkhyen Rigzin Chödrak. Khenchen Könchog Gyaltsen hat die Vajrasattva- und die Guru Yoga-Praxis an die Form einer einzelnen Gottheit angeglichen. Die Bodhicitta-Praxis des speziellen Ngöndro wurde aus dem Dharmakirti Zhalung zusammengestellt.*

Englische Übersetzungen: Ngawang Tsering, Stephen Batchelor, 1986
Khenpo Könchog Gyaltsen Rinpoche, 1994

*Deutsche Übersetzung
aus dem Englischen:* Tändsin T. Karuna und Christian Licht, 1998

Lautschrift: Christian Licht, 1998

2. überarbeitete Auflage 2009

TEIL C

ABSCHLUSS

ABSCHLIESSENDE MANTRAS

Die Vokale und Konsonanten des Sanskrit-Alphabetes und des tibetischen Alphabetes

OM A Ā/ I Ī/ U Ū/ RI RĪ/ LI LĪ/ E EE/ O OO/ ANG Ā/
 KA K'A GA GHA NGA/
 TSA TS'A DSA DSHA NJA/
 TRA T'RA DRA DHRA NA/
 TA T'A DA DHA NA/
 PA P'A BA BHA MA/
 JA RA LA WA/
 SCHA KHA SA HA KHJA SWĀ HĀ//

Rezitiere dies dreimal.

Mantra des abhängigen Entstehens

OM JE DHARMĀ HETU PRABHAWĀ
 HETUN TEKHĀN TAT'ĀGATO HJAWADAT
 TEKHĀN TSAJO NIRODHA EWAM WĀDĪ
 MAHĀ SCHRAMANA JE SWĀHĀ//

Rezitiere dies dreimal.

Reinigungs-Mantra von Vajrasattva (tib. Dorje Sempa)

OM BADSRA SATWA SAMAJA/ MANU PĀLAJA/
 BADSRA SATWA TENOPA/ TISCHT'A DRIDHO ME BHAWA/
 SUTO KHJO ME BHAWA/ SUPO KHJO ME BHAWA/
 ANU RAKTO ME BHAWA/ SARWA SIDDHI ME PRAJATS'A/
 SARWA KARMA SUTSA ME TSITTAM SCHRĪJA KURU HŪNG/
 HAHA HAHA HO/ BHAGAWAN SARWA TAT'ĀGATA/
 BADSRA MĀ ME MUN TSA/ BADSRI BHAWA/
 MAHĀ SAMAJA SATWA Ā//

Rezitiere dies dreimal.

Mantras zur Vermehrung der Kraft des Mantra

OM RURU DHARU MUK'E MUK'E SWĀHĀ//

OM HANU BHASCHA BHARA HRI DAJA SWĀHĀ//

OM DHARE DHARE BHANDHARE BHANDHARE SWĀHĀ//

TADJAT'Ā PANTSI GRIWA AWA BODHANI SWĀHĀ//

Rezitiere diese je siebenmal.

OM Ā HŪNG//

Rezitiere dies 108 Mal.



OM



Ā



HŪNG

WIDMUNGS- UND WUNSCHGEBETE

DOR DSCHE TSCH'ANG TSCH'EN TILLI NĀ RO DANG/

Großer Vajradhara (tib. Dorje Chang), Tilopa, Nāropa,

MAR PA MI LA TSCH'Ö DSCHE GAM PO PA/

Marpa, Milarepa, Dharma-Herr Gampopa,

P'AG MO DRU PA GJAL WA DRI GUNG PA/

Phagmo Drupa, siegreicher Drikungpa

KA GJÜ LA MA NAM KJI TRA SCHI SCHOG//

und alle Kagyü-Meister, bitte gewährt uns Euren Glück verheißenden Segen.

SÖ NAM DI JI T'AM TSCHÄ SIG PA NJI/

Möge ich durch dieses Verdienst den Zustand der Allwissenheit

T'OB NÄ NJE PÄ DRA NAM P'AM DSCHÄ TE/

erlangen und so die [eigenen] Fehler, die die [wirklichen] Feinde sind, besiegen.

KJE GA NA TSCH'I BA LONG TR'UG PA JI/

Mögen die Wesen aus den furchterregenden Wellen von Geburt,

SI PÄ TS'O LÄ DRO WA DROL WAR SCHOG//

Alter, Krankheit und Tod des Ozeans dieses Daseins befreit werden.

DSCHANG TSCH'UB SEM TSCH'OG RIN PO TSCH'E/

Kostbares Streben nach Erleuchtung zum Wohle aller Lebewesen –

MA KJE PA NAM KJE GJUR TSCHIG/

möge es entstehen, wo es noch nicht entstanden ist;

KJE PA NJAM PA ME PAR JANG/

möge es nicht abnehmen, wo es schon entstanden ist;

GONG NÄ GONG DU P'EL WAR SCHOG//

möge es immer weiter anwachsen.

LA MA KU K'AM SANG WAR SOL WA DEB/

Ich bete für die gute Gesundheit des spirituellen Lehrers,

TSCH'OG TU KU TS'E RING WAR SOL WA DEB/

für sein langes Leben,

T'RIN LÄ DAR SCHING GJÄ PAR SOL WA DEB/

und dafür, dass sich seine erleuchtete Aktivität in großem Maße ausbreiten möge.

LA MA DANG DRAL WA ME PAR DSCHIN GJI LOB//

Ich bitte um den Segen, dass ich niemals vom spirituellen Lehrer getrennt sein möge.

DSCHAM PAL PA WÖ DSCHI TAR K'JEN PA DANG/

Manjushri (tib. Jampal Yang) hat die höchste Erkenntnis erlangt

KÜN TU SANG PO DE JANG DE SCHIN TE/

und Samantabhadra (tib. Kuntu Sangpo) ist ihm gleich –

DE DAG KÜN GJI DSCHE SU DAG LOB TSCHING/

möge ich ihnen nachfolgend üben

GE WA DI DAG T'AM TSCHÄ RAB TU NGO//

und all dieses Heilsame vollkommen widmen.

SANG GJE KU SUM NJE PÄ DSCHIN LAB DANG/

Durch den Segen der Buddhas, die die drei Körper erlangt haben,

TSCH'Ö NJI MI GJUR DEN PÄ DSCHIN LAB DANG/

durch den Segen der unwandelbaren Wahrheit des Dharma

GE DÜN MI TSCH'E DÜ PÄ DSCHIN LAB KJI/

und durch den Segen der Versammlung des untrennbaren Sangha –

DSCHI TAR NGÖ SCHIN MÖN LAM DRUB PAR SCHOG//

möge mein Gebet, gemäß dieser Widmung, Wirklichkeit werden.

DAG DANG K'OR DÄ T'AM TSCHÄ KJI/

Durch das Heilsame, das ich und [alle] Wesen im Samsāra und Nirvāna

DÜ SUM DU SAG PA DANG/

in den Drei Zeiten angesammelt haben,

JÖ PÄ GE WÄ TSA WA DI/

und durch die angeborene Wurzel des Heilsamen –

DAG DANG SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ NJUR DU LA NA ME
PA JANG DAG PAR DSOG PÄ DSCHANG TSCH'UB RIN PO
TSCH'E T'OB PAR GJUR TSCHIG//

möge ich mit allen fühlenden Wesen schnell die unübertroffene, vollkommene, vollständige, kostbare Erleuchtung erlangen.

SCHE DSCHA KÜN SIG KÜN K'JEN TSCH'Ö KJI DSCHE/

Der allwissende Dharma-Herr, der die Kraft des abhängigen Entstehens verwirklicht hat,

TEN DREL NÄ LA WANG T'OB DRI GUNG PA/

ist der große Meister, der Drikungpa.

RIN TSCH'EN PAL GJI TÄN PA SI T'Ä BAR/

Möge die große Übertragungslinie des Ratna Shri (tib. Rinchen Pal) bis zum Ende des Samsāra

SCHÄ DRUB T'Ö SAM GOM PÄ DSIN GJUR TSCHIG//

ununterbrochen durch Studium, Praxis, Kontemplation und Meditation gedeihen.

**TIBETISCHER
ORIGINALTEXT**

། སྐབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བདག་སྣང་མ།

༥ བདག་ལ་སྣང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ། གཞོན་པར་བྱེད་པའི་
 བགོགས། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བར་དུ་གཙོན་པར་བྱེད་
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་པའི། མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ།
 སྤྱར་དུ་སྐྱོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་
 པར་བྱ། ཞེས་ལན་གསུམ་དང་། དེའི་ཆེད་དུ་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགོ་བ་ལ་བཀོལ། མ་ཤིའི་བར་དུ་ལུས་ངག་
 ཡིད་གསུམ་དགོ་བ་ལ་བཀོལ། དུས་དེ་རིང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཉི་མ་སང་
 ད་ཅུམ་གྱི་བར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགོ་བ་ལ་བཀོལ།

༥ ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།
 ལྷོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་
 ཐུགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ། ཆོས་ཀྱི་
 སྤང་པོ་སྟོང་སྤྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞིའི་འབྱུང་གནས། འཕགས་པའི་

དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་གྱི་མངའ་བདག འི་ཅན་རྩ་བ་དང་བརྒྱུད་པར་
 བཅས་པའི་དཔལ་ལྡན་གྲོ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །ཡི་
 དམ་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་
 རྒྱལ་བཙུག་ལྡན་འདས་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །དམ་པའི་ཚོས་
 རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ལ་
 སྐབས་སུ་མཆིའོ། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱོད་སྲུང་མའི་ཚོགས་
 ཡི་ཤེས་གྱི་སྐྱེད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་ཅི་རིགས་
 དང་།

།། བྱང་རྒྱལ་སྣོད་པོར་མཆིས་གྱི་བར། །སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་
 སྐབས་སུ་མཆི། །ཚོས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡི། །ཚོགས་
 ལའང་དེ་བཞིན་སྐབས་སུ་མཆི། །ཇི་ལྟར་སྣོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་གྱིས། །
 བྱང་རྒྱལ་བྱུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་པ་
 ལ། །དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་
 དོན་དུ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་

བསྐྱབ་པ་ལ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི་འོ། །ཞེས་ལན་

གསུམ།

༥ སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་རྒྱབ་

བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་

པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་

ཤོག། །ཅེས་ལན་གསུམ།

༥ མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་

བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག། །སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་

རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་

འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །ཉེ་རིང་ཆགས་སྒྲུང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་

སྒྲོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་ལན་གསུམ་དང་།

༥ ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤའགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་

རང་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་

བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྗེས་པའི་བྱང་རྒྱབ་ཕྱིར་བསྐྱོའོ།།

ཨོྃ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་བི་མ་ན་ས་ར་མ་རྒྱུ་ལྟེ་སྐྱུ་ལྟེ། ལན་བདུན།

ཨོྃ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་བི་མ་ན་སྐྱུ་ར་མ་རྒྱུ་ལྟེ་བ་ལྟེ་ཕའ། ལན་བདུན།

ཨོྃ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་མ་རྒྱུ་ལྟེ་བ་ལྟེ་ཕའ། ལན་བདུན།

སྐྱེང་སྐབས་ནི།

ཨོྃ་རྩ་ཙཱི་ར་མ་ནི་བྲ་སྐྱུ་ཡ་ལྟེ་ཕའ། ལན་བདུན།

ཨོྃ་རྩེ་པ་སྐྱུ་ནཏི་བྲ་རྩེ་ལྟེ། ལན་བདུན།

ཨོྃ་ལྷུ་ལྟེ། བརྒྱ་ཙཱི་བརྒྱ་ད་བརྒྱ་ལོ། །།

༄༅། དོར་རྩིལ་བྱིན་རྒྱལ་མཁའ་།

དོར་རྩིལ་ཕྱི་དགུ་ཕྱི་ལྷ་གང་ཡིན་གྱང་རབ་གནས་རྒྱལ་པ་ལྷ་སོ་སོའི་རྩ་དང་པར་སོགས་ལ་བསྐྱེད་
 པ་ལོགས་སུ་ཤེས་ལ། འདིར་བསྐྱེད་ནས་ཚོ་གའི་སྒོན་དུ་བྱ་བ་ནི། དོར་རྩིལ་ལས་དོར་
 རྩིལ་སེམས་དཔའ་ལྷ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་དོར་
 རྩིལ་གྱུར། དྲིལ་བུ་ཨུམ་ལས་དོར་རྩིལ་སྐྱེམས་མ་ལྷ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་
 རབ་སྐྱོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དྲིལ་བུར་གྱུར། ཐལ་མོ་ཨྲཱུ་དི་ཀྲཱུ་དི་
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ལག་གཡས་སུ་ཉི་མ་དང་གཡོན་དུ་སྐྱེ་བ་གསལ་
 བར་གྱུར་བར་བསམ། ཞེས་གཡས་པའི་མཐོ་བོང་དང་མིང་མེད་ཀྱིས་དོར་རྩིལ་གར་
 བཟུང་། ཨོྲོ་སམ་ཏ་ཐུ་གཏ་སཱིི་བརྗོ་ས་མ་ཡ་ཏཱིུ་ཨུམ་ཏུ་ལྷོ་ཏུ་རྩི་རྩི་ལ་མི་
 ཏུཾ་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི་ཏུཾ་ཏུཾ་ཏུཾ་པཎ་སྐྱུ་ཏུ། ཨོྲོ་བརྗོ་ལྷཱེ་ཏུཾ། ཞེས་གཡོན་པའི་
 མཐོ་བོང་དང་མིང་མེད་ཀྱིས་སྐྱངས་ནས་དགུ་གཡོན་པར་བཟུང་། སྐར་དོར་སྐར་སྐར་ལ་དྲིལ་
 བུ་ནང་གི་སྐྱོགས་མཚམས་བརྒྱད་དུ་སྐྱེ་བསྐྱོད་ནས་དགོལ་ཞིང་། ཨོྲོ་བརྗོ་ལྷཱུ་ར་ཏི་ཏ།
 བྲ་ར་ཏི་ཏ། སྐྱུ་ར་ཏི་ཏ་སམ་བཱུུ་ཤི་ཏ་བྲ་ཕྱ་ལི་ནི། བཱུུ་བྲ་ར་མི་
 ཏུ་ཏུ་ད་སྐྱུ་བྲ་བརྗོ་སུ་ཏི་ད་ཡ་སཱོ་ཏུ་ནི་ཏུཾ་ཏུཾ་ཏུཾ་ཏི་ཏི་ཏཾ་

འབྲུང་པོ་རྣམས་དང་ཤ་བ་དང་། །སྒྲིལ་པོ་ཤ་རྗེན་བ་དང་། །
 སེམས་ཅན་རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གསལ་དང་། །སྒྲིལ་ཤིང་གི་ལ་པ་སོགས་
 གནས་པ། དེ་དང་དེ་ལ་གཏོར་མ་ནི། །བཟའ་བ་ཤ་ཆང་ལ་ཕྱག་
 བཅས། །འབྲས་ཆན་འབྲས་བུ་མང་པོ་དང་། །མཚོད་པ་འདི་ཡིས་
 མགྲུ་བྱོས་ལ། །གཞོད་པའི་བསམ་པ་ཞི་བ་དང་། །སེམས་ཅན་
 རྣམས་ལ་ཕན་པའི་སེམས། །དེ་རིང་སྒྲིལ་ཆད་བསྐྱེད་པར་གྱིས། །
 རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་བཞིན་དུ་ནི་ཚོས་སྦྱོད་ཅིང་། །དུ་ལ་ཞིང་ཡང་དག་
 སྒོམ་ལ་ཚངས་པར་སྦྱོད། །འབྲུང་པོ་ཀུན་ལ་ཆད་པ་སྤངས་པ་སྟེ། །
 དགོ་སྦྱོང་དགོ་སྦྱོང་དེ་ཡིན་བྲམ་ཟེའང་དེ། །མཚོན་ཆས་མི་འཇིག་
 གང་ཡང་མེད། །འཚོ་བའི་སྒོག་ལ་ཀུན་གྲུང་འཇོམ། །རང་གི་
 ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་ལ། །གཞན་ལ་གཞོད་པ་མ་བྱེད་ཅིག །ཨོྲི་ཆེན་
 པོའམ་རྒྱུང་དུ་གང་དག་གིས། །ལུས་ལ་མངོན་པར་གཞོད་བྱེད་པའི། །
 རྣམ་དེ་ཉེ་བར་སོལ་མཚོད་ལ། །གཞོན་སྦྱོང་རང་གི་གནས་སུ་དེངས། །
 སའ་བྱུང་གཙུག་མི། །ཞེས་བསྒྲིལ་ལ། །གཏོར་མ་སྦྱིར་དོར།

༄༅། །འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྡེ་མཉམས་ལེན་ བཞུགས་སོ།།

དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ལམ་འདིར་མོས་པ་དག་གིས་ལྷ་ལྷན་སྲོང་ཁྲིད་
ཐོབ་ནས་ཆག་མེད་འདོན་སྐོམ་བྱུང་འབྲེལ་བྱ་བ་ནི། ལྷན་བདེ་བར་བསམ་གཏན་གྱི་ཚོས་བདུན་
དང་ལྷན་པས་རང་རྒྱུད་དང་ངེས་པར་འདྲེས་ངེས་ཤེས་པར་ངག་ནས།

༥ ཀྱི་མ། དལ་འབྲོར་འདི་འདྲ་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་ཞིང་། །
འཇིག་པར་སྐྱ་བའི་ལུས་འདི་ཐོབ་པའི་ཚོ། །དོན་མེད་རྣམ་གཡེང་
དབང་དུ་མ་སོང་བར། །བདེ་འབྲས་ཐར་པ་བསྐྱབ་ལ་གཞོལ་བར་བྱ།

༦ །འདུས་བྱས་མི་རྟག་འཇིག་པའི་ཚོས་ཅན་ཏེ། །འགྲོ་ཀུན་སྐྱེས་
ནས་འཆི་བ་ཉིད་ལས་གཞན། །ནམ་འཆི་ངེས་མེད་རྩ་ཁའི་ཟླལ་པ་
འདྲ། །སྐྱུར་དུ་སླིང་པའི་དོན་ལ་བརྩོན་རེ་རན།

༧ །དགོ་བས་བདེ་བ་འཐོབ་ཅིང་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས། །སྐྱུག་བསྐྱལ་
འབྲས་སླིན་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །བསྐྱུ་མེད་རྒྱུ་འབྲས་གཤིས་
སམ་བབས་གྱི་ཚོས། །སྤང་དོར་གནས་ལ་དེང་ནས་འབད་པར་བགྱི།

༥ །ངན་སོང་གསུམ་དང་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་ལའང་། །སྐད་
 ཅིག་ཙམ་གྱི་བདེ་བ་ཡོད་མིན་ཞིང་། །སྲིད་པར་འཕུན་པའི་ཉིས་བརྒྱ་
 སྐད་ཅུ་དེ། །དོར་ནས་ཞི་བའི་ལམ་མཚོག་བསྐྱབ་པར་བྱ།།

༄༅། །གནས་ཁང་འོག་མིན་ཞིང་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །རང་
 མདུན་སེང་ཆེན་པདྨ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་། །དབུས་སུ་དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱེ་མ་
 རྟོ། །ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་དེ་རྗེ་འཆང་གི་ཚུལ། །སྲོ་བསངས་
 ཕྲག་གཉིས་དོར་དྲིལ་ཕྱགས་ཀར་བསྟོལ། །ཞབས་གཉིས་དོ་རྗེའི་སྐྱེལ་
 གྲུང་འགྲིང་ཚུལ་བཞུགས། །དར་དང་རིན་ཆེན་སྐྱ་ཚོགས་རྒྱན་གྱིས་
 མཛེས། །བརྒྱུད་པའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་ཐབས་ཅིག་བཞུགས། །
 མདུན་དུ་ཡི་དམ་འཁོར་ལོ་བདེ་བའི་མཚོག། །ཡབ་ཡུམ་སྐྱང་སྟོང་
 ཟུང་འཇུག་སྟོམས་འཇུག་ཚུལ། །གཡས་སུ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་
 མཚན་དཔེར་ལྡན། །བསྐྱེད་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་ལྡན་ཅིག་
 བཞུགས། །རྒྱབ་ཏུ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྤྱིན་པའི་ཡུམ། །དང་ངེས་
 ཐེག་གསུམ་ཚོས་ཀྱིང་རོ་སྟོག། །གཡོན་དུ་བཅེ་ལྡན་བྱང་ཚུབ་སེམས་
 དཔའི་ཚོགས། །ཐེག་གསུམ་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
 བསྟོར། །ཁྲི་ཡི་མཚམས་ཀུན་དམ་པ་ཚོས་སྐྱོང་བའི། །སྐྱང་མ་
 དམ་ཅན་སྤྱིན་འབྲིགས་ལྟ་བུར་བྱུང།

༩། །སངས་རྒྱས་ཚོས་ཚོགས་ཡི་དམ་ཚོས་སྐྱོང་བཅས། །སྐབས་
 མཚོག་ཉམས་ལ་བདག་སོགས་འགྲོ་བ་ཀུན། །སྲིད་པའི་འཇིག་
 ཚོགས་ཉམ་ང་ལས་སྐྱོབ་ཕྱིར། །བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར་དུ་སྐབས་སུ་
 མཚེ། །གསུམ་དང་། །འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལྡན་སྤྲུག་བསྐྱེད་བྱེད་ལ་བ་དང་། །
 སྐར་དུ་སྤྲོ་མེད་ཐོབ་པར་བདག་དགའ་བས། །དེའི་ཕྱིར་དེང་ནས་བྱང་
 རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར། །ངེས་པའི་དོན་མཚོག་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱ།
 །གསུམ་དང་། །སྐབས་ཡུལ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།།

༄༅། །སྡིག་ལྟུང་དག་གྱེད་དོར་སེམས་སྐྱོམ་བཟླས་ནི།།

སྡི་བོར་པད་དཀར་ཟླ་སྟེང་རྩུ་ཡིག་ལས། དོ་རྗེའི་ལྷོ་བར་རྩུ་མཚན་
 འོད་འཕྲོས་པས། །འགྲོ་དྲུག་སྐྱིབ་སྦྱང་རྒྱལ་མཚོད་རྒྱུར་འདུས་པ། །
 ས་བོན་ལ་ཐིམ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། །ཅ་བའི་བླ་མ་དོ་རྗེ་སེམས་
 དཔའ་དཀར། །དོ་རྗེའི་ལ་བཅས་རྒྱུང་བསྐྱུམ་འགྲིང་བའི་རྒྱལ། །
 རིན་ཆེན་རྒྱན་འཆང་ཆ་ལུགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས། །དེ་ཡི་གནས་
 གསུམ་ཨོྲཱུ་རྩུ་གསུམ་ལས། །འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་དབང་ལྷ་སྦྱུན་
 དངས་གྱུར། །ཇོ་རྩུ་བོ་རྟོ་དམ་ཡེ་གཉིས་མེད་གྱུར། དབང་གི་
 ལྷར་ཨོྲཱུ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཤི་རྩུ་ཏུ་མི། །ཞེས་གསོལ་བཏབ་པས་
 དབང་གི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས། །ཨོྲཱུ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཤི་ག་ཏ་ས་མ་ཡ་
 ལྷོ་ཡེ་རྩུ། དབང་བསྐྱུར་སྐྱུ་གང་རྒྱུ་ཡི་ལྷག་མ་ལས། །རིགས་
 ལྷས་དབུ་བརྒྱན་དབང་ལྷའང་དོར་སེམས་ཐིམ། །ཨོྲཱུ་བཟླ་ས་ཏུ་ས་པ་རི་
 ལྷ་ར་ཨ་རྩུ་པུ་རྩུ་ལེ་སྐྱ་རྩུ་ནས་འདྲེ་འི་བར་གིས་མཚོད། དོ་རྗེ་སེམས་
 དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེ། །དོ་རྗེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཀུན། །དོ་རྗེ་

དང་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་། ། ཡུག་འཚལ་ཡུག་ན་དོ་རྗེ་ལོ། ། ཞེས་གསལ་
 ལྷང་ཐེབས་པར་སྒྲོམས་ལ། ། དེ་ནས་རྒྱས་དམིགས་ནི། ། རྩོམ་སེམས་ཐུགས་ཀར་
 ལྷ་སྒྲིང་དོ་རྗེ་ཡི། ། ལྟེ་བར་རྩྱུ་མཐར་ཡིག་བརྒྱས་བསྐྱོར་བ་ལས། །
 འོད་འཕྲོས་འགྲོ་བའི་སྐྱིབ་པ་ཀུན་སྐྱུངས་ནས། ། དོ་རྗེ་འཛིན་པའི་ས་ལ་
 རབ་བཀོད་ཅིང་། ། འོད་ཟེར་དེ་དག་རྩྱུར་བསྐྱུས་སྐྱགས་འཕྲིང་དང་། །
 ས་བོན་ལ་ཐིམ་དེ་ལས་བདུད་རྩི་ལྷོ། ། ཞབས་ཀྱི་ཐེ་བོང་ལས་ཐོན་
 བདག་ཉིད་ཀྱི། ། ཚངས་ཐུག་ནས་ཞུགས་སྐྱིབ་ཉེས་ལྷུང་ཚོགས། །
 འོག་སྐྱོར་དུད་ཁུ་ལྷུར་བབས་བདུད་རྩི་ལྷོ། ། ལས་བརྟན་རང་ལུས་
 ཤེལ་ལྷུར་དག་པར་གྱུར།

ཨོ་བཟོ་སུ་ས་མ་ཡ། ། མ་རུ་ལྷ་ལ་ཡ། ། བཟོ་སུ་ཉེ་ལོ་པ།
 ཉིལ་འོ་ལོ་མེ་བྱ་མ། ། སུ་ཉེ་ལྷོ་མེ་བྱ་མ། ། སུ་པོ་ལྷོ་མེ་བྱ་མ།
 ཨ་རུ་རྩོ་མེ་བྱ་མ། ། སམ་སུ་སྐྱེ་བྱ་ཡམ་མ། ། སམ་ཀམ་སུ་ཙ་མེ་ཙུ་
 ལྷོ་ཡེ་ཀུ་རུ་ལྷོ། ། ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ཉ། ། ལྷ་ག་མན་སམ་ཉ་སྐྱ་ག་ཉ།
 བཟོ་སུ་མེ་སུ་ལྷོ། ། བཟོ་བྱ་མ། ། མ་རུ་ས་མ་ཡ་ས་རུ་ལྷོ་

བདག་སོགས་སྐྱོངས་པས་དམ་ལས་འགལ་གྱུར་པས། །མགོན་པོས་
 སྐྱབས་ཤིག་གཙོ་བོ་དོན་ལྡན་ལེན། །འགྲོ་བའི་གཙོ་བོས་བདག་གི་
 སྐབས་མཛོད་ཅིག །དེ་སྐད་གསོལ་བས་དོར་སེམས་དགེས་ཚུལ་
 གྲིས། །འབྱོར་གྱི་སྒྲིབ་སྐྱོབ་དག་གོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། །བདག་ལ་
 ཐིམ་པས་སྐྱོབ་པ་བྱུང་བར་གྱུར།

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་ །དོན་ལྡན་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །
 འགྲོ་བ་གཙིག་གྱུར་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།
 དོར་སེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་ལྷན་འདིའི་ལྷའི་མཛོན་ཉེགས་དང་། དབང་བསྐྱུར་རྒྱས་བཏབ་གཉིས་
 མཁན་ཆེན་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་གྲིས་མཛོད་ཅིང་། དེ་བྱིངས་ལྷ་ལྷན་རྒྱན་འབྱེད་བྱིན་
 ལྷབས་དཔལ་འབར་ལས་སོ། སཏུ་མཛུལ།། །།

༄༅། །གནས་ཁང་འོག་མིན་ཞིང་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །རང་
མདུན་སེང་ཆེན་པདྨ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་། །དབུས་སུ་དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱེ་མ་
ནི། །ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་དེ་རྗེ་འཆང་གི་ཚུལ། །སྲོ་བསངས་
ཕྱག་གཉེས་དོར་དྲིལ་ཕྱགས་ཀར་བསྟོལ། །ཞབས་གཉེས་དེ་རྗེ་སྐྱིལ་
གྲུང་འགྲིང་ཚུལ་བཞུགས། །དར་དང་རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་རྒྱན་གྱིས་
མངོས། །བརྒྱུད་པའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་ཐབས་ཅིག་བཞུགས། །
མདུན་དུ་ཡི་དམ་འཁོར་ལོ་བདེ་བའི་མཚོག། །ཡབ་ཡུམ་སྐྱང་སྟོང་
ཟུང་འཇུག་སྟོམས་འཇུག་ཚུལ། །གཡས་སུ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་
མཚན་དཔེར་ལྡན། །བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་ལྡན་ཅིག་
བཞུགས། །རྒྱབ་ཏུ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་ཡུམ། །དང་ངེས་
ཐེག་གསུམ་ཚོས་ཀྱིང་རོ་སྟོག། །གཡོན་དུ་བཅེ་ལྡན་བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔའི་ཚོགས། །ཐེག་གསུམ་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
བསྟོར། །ཁྲི་ཡི་མཚམས་ཀུན་དམ་པ་ཚོས་སྟོང་བའི། །སྐྱང་མ་
དམ་ཅན་སྡིན་འབྲིགས་ལྟ་བུར་བྱུང་།།

མཚུལ་སོ་བདུན་མ་ནི། ཡོ་བཏྲ་བྱ་མི་ཡུལ་རྩྱ། གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་
 དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི། །ཡོ་བཏྲ་རི་བོ་ཡུལ་རྩྱ། ཕྱི་ལྷགས་
 རི་སྐྱ་བྱུང་གྱིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ། རྩྱ་རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།
 །ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། རུབ་བ་ལང་སྟོད།
 བྱང་སྐྱ་མི་སྟན། །ཤར་དུ་ལུས་དང་ལུས་འཕགས། །ལྷོ་ར་རྩ་ཡབ་
 དང་རྩ་ཡབ་གཞན། རུབ་རུ་གཡོ་ལྡན་དང་ལམ་མཚོག་འགྲོ།
 བྱང་དུ་སྐྱ་མི་སྟན་དང་སྐྱ་མི་སྟན་གྱི་ཟླ། རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་
 བསམ་གྱི་ཤིང་། འདོད་འཇོའི་བ། མ་ཚེས་པའི་ལོ་ཉོག།
 འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། །ཉོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།
 ལྷོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷང་པོ། ཉུ་མཚོག་པོ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ།
 གཏེར་ཆེན་པོའི་བུ་མ་པ། སྐྱེག་པ་མ། སྤང་བ་མ། སྐྱ་མ།
 གར་མ། མོ་ཉོག་མ། བདུག་སྟོས་མ། སྤང་གསལ་མ།
 རི་ཆབ་མ། ཉི་མ། ལྷ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། ཕྱོགས་
 ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན། དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་
 འགྲོར་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ། ཞིང་ཁམས་རྣམ་པར་

དག་པ་འདི་ཉིད། རྩིན་ཅན་རྩ་བ་དང་བརྒྱུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་
 ལྡན་སྤྲེལ་པ་དམ་པ་རྣམས་དང་། ཡི་དམ་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས།
 དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་
 སྐྱོད་སྤྲུང་མ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་འབུལ་བར་བགྱིའོ། །ཐུགས་
 རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་
 ཏུ་གསོལ། གངས་གསོག་དངོས་ནི། ས་བཞི་སྟོས་རྒྱས་བྱུགས་ཤིང་མི་
 ཏོག་བཀྲམ། །རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་འདི། །སངས་
 རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་
 སྐྱོད་པར་ཤོག །སྐྱུ་གསུམ་ཡོངས་རྫོགས་སྤྲེལ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །
 སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མཚོད། །བདག་ལུས་
 ཡོངས་སྐྱོད་སྤྲུང་སྤྱིད་ཡོངས་བཞེས་ལ། །སྤྲེལ་མཚོག་གི་དངོས་
 བྱུབ་བསྐྱུལ་དུ་གསོལ། །ཐུག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་
 དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་
 ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་
 སྤྱིར་བསྟོའོ། །ལུ་རུ་དེ་ལྟ་ཀྱི་རྣམ་པར་ལྡན་པ་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱོད། །རང་

གི་ལུས་ལོངས་སྒྲོད་དག་བའི་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ། འདོད་གསོལ་ནི། བདག་
 ལུས་ལོངས་སྒྲོད་དག་བའི་རྩ་བར་བཅས། །རྒྱལ་བ་འཁོར་དང་
 བཅས་ལ་དེང་འབྲུལ་གྱི། །བཞེས་ནས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་
 ཉོགས་པའི། །ངེས་པའི་དོན་མཚོག་བདག་གིས་ཉོགས་པར་ཤོག།
 སྐབས་ཡུལ་རྣམས་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།།

༄༅། །རང་ཉིད་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ། །
 སང་ཁྱིམ་པ་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དུ། །ངོ་བོ་དྲིན་ཅན་ཙུ་བའི་སྒྲ་མ་ནི། །
 རྣམ་པ་བཅོམ་ལྡན་དོ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱ། །སྡོ་བསངས་སྒྲིག་བཅས་
 མཚན་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱན། །དོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་ཐུགས་ཀར་བསྡོལ་ཐབས་
 འཛིན། །དོ་རྗེའི་སྐྱེལ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་གཟི་འོད་འབར། །རིན་
 ཆེན་སྒྲ་ཚོགས་རུས་རྒྱན་དར་དཔུངས་འཕྲང། །སྐྱེལ་ཞིང་ཁམས་
 ཀུན་རྗེགས་ཀྱི་སྒྲ་ལྟར། །སྤང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་འོད་ནང་
 བཞུགས། །དེ་ལ་བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དང། །མཁའ་འགྲོ་
 ཚོས་སྐྱོང་གིས་བསྐྱོར་གནས་གསུམ་དུ། །ཡི་གེ་གསུམ་ལྡན་དེ་ལས་
 འོད་འཕྲོས་པས། །སྤྱོད་པས་བཅུའི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ཚོས་སྐྱོང་བཅས། །
 སྐྱུན་དངས་ཙུ་བའི་སྒྲ་མའི་སྐྱེལ་བསྟེན། །སངས་རྒྱས་ཀུན་འདུས་
 རང་བཞིན་སྒྲ་མར་བསམ། །དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་སྐྱེལ་བཞིའི་དབང་ཐུག་ལ། །
 བདག་ལུས་ངག་ཡིད་སྤྱི་ནང་གཞན་གསུམ་གྱི། །དངོས་པོར་གྲུབ་རྒྱ་
 མཚོད་པའི་རྗེས་སུ་འབུལ། །མཚོད་བྱ་མཚོད་བྱེད་མཚོད་པ་རང་
 བཞིན་གཅིག། །མཐའ་བུལ་རོ་མཉམ་ཆེན་པོར་འབུལ་ལགས་ན། །

གནས་བཞིར་ཐིམ་པས་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་ཐོབ། |ལུས་ངག་ཡིད་
 གསུམ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས། |བསྐྱེད་རྫོགས་ཕྱག་ཆེན་བདེན་
 གཉིས་བསྐྱོམ་ལ་དབང་། |སྐྱུ་བཞི་འགྲུབ་བྱས་འཁོར་ཚོགས་གཙོ་
 བོར་བསྐྱུས། |གཙོ་བོ་འོད་ལྷ་བདག་གི་སྒྲིན་མཚམས་ཐིམ། |
 བདག་དང་སྤྲུལ་མ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་བཟུ། |ཞེས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་སྡེ་མཉམས་བརྒྱུད་སོང་ནས།།

༄༅། །འབྲུང་པར་གྱི་སྡོན་འགྲོ་ལ།

དང་པོ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ནི། མཁའ་མཉམ་འགྲོ་འདི་
 བསྐྱལ་པ་ཐོག་མེད་ནས། །ད་ལྟའི་བར་དུ་བདག་གི་མར་གྱུར་ཅིང་། །
 དེ་བས་འཚོ་ཞིང་སྤང་བ་ཀུན་སྤངས་ནས། །དྲིན་ཅན་མ་རྣམས་བྱམས་
 པས་བསྐྱུང་བར་རིགས། །མ་རྣམས་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་ལས་ངན་གྱི། །
 འབྲས་བུས་ངན་སོང་གསུམ་དུ་རབ་མཉམ་ཞིང་། །མི་བཟོད་སྐྱུག་
 བསྐྱལ་དྲག་པོས་ཉེན་པ་དག །ཀུན་ནས་མི་བཟོད་སྤྱིང་རྗེའི་གནས་སུ་
 གྱུར། །དེ་རྣམས་བདེ་ལྡན་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཚོགས་བྲལ་ཞིང་། །སྐྱུག་
 བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །བཏང་སྡོམས་མཚོགས་ལ་
 གནས་པར་བདག་ཡིད་སྡོན། །དེ་ལྟར་སེམས་ལ་འཇུག་པའི་བརྩོན་
 འགྲུས་གྱིས། །འགྲོ་རྣམས་བདེ་ལ་འགོད་རྣམས་བདག་ཅག་ལ། །
 མེད་སྤྱིར་དམ་པའི་གོ་འཕང་མཚོགས་བསྐྱབས་ནས། །མ་ཚོགས་བདེ་
 བའི་ས་ལ་འགོད་བྱ་ཞིང་། །སྤོང་ཉིད་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་འཇུག་བྱང་རྒྱལ་
 སེམས། །དོན་དམ་སྡོམ་འདས་ཚོས་ལ་འབད་པར་བྱ། །

སྒྲིང་རྩིས་ལྷོ་ལྷོ་དངོས་རྒྱུས་གསུམ་མོ། །ཐོག་མར་སྤྲོད་བ་སེམས་བསྐྱེད་ལ།

རྒྱ་དང་པོ་སྒྲིང་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། །མདུན་གྱི་ནམ་

མཁའ་སེང་བྲིའི་སྒྲིང་། །ཚུ་བའི་སྒྲིང་མ་བཅོམ་ལྡན་འདས། །

གསེར་མདོག་མཚན་དཔེ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས། །ཕྱག་གཡས་ས་གཞོན་

གཡོན་མཉམ་བཞག། །རྩོད་དཀྱིལ་ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ། །

གཟི་འོད་རབ་འབར་ཉེ་སྤྲས་དང་། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡི་དམ་

སྒྲི། །མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྤྱང་ཚོགས་བཅས་གསལ།

རྒྱ་གཉིས་པ་ཚོགས་རྒྱ་ཚེན་པོ་གསོག་པ་ལས། །དང་པོ་སྤྲོད་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བསལ།

པ་ནི། །ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤའགས་པ་དང་། །རྒྱེས་སུ་

ཡི་རང་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་

བསལགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱུགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཚེན་པོར་བསྐྱེ། །

སྤྲོད་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་དང་། །སྤྲོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་པ་གསེར་ཁང་མ་

འདོན། །དེ་རྒྱེས་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བསལ་པ་ནི། །དར་ཅིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ངང་ལ་

མཉམ་པར་བཞག་གོ།

རྒྱ་གསུམ་པ། ཚད་མེད་བཞི་སློམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་
 བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག། །སྤྲུག་བསྐྲུལ་དང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་
 གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །སྤྲུག་བསྐྲུལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་
 འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །ཉི་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་
 བཏང་སློམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་རང་རྒྱུད་དང་འདྲི་རིས་
 པར་འདོན་བསློམ་བུ་ལོ།

རྒྱ་བཞི་པ། རྒྱབས་འགྲོ་བུད་པར་ཅན་བུ་བ་ནི། བྱང་རྒྱལ་སླིང་པོར་མཆིས་གྱི་
 བར། །སངས་རྒྱས་ཉམས་ལ་རྒྱབས་སུ་མཆི། །ཚོས་དང་བྱང་
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡི། །ཚོགས་ལའང་དེ་བཞིན་རྒྱབས་སུ་མཆི། །
 ཞེས་སླིང་ཐག་པ་ནས་ལན་མང་བརྗོད།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་སློན་འཇུག་བྱང་རྒྱལ་སེམས་གྱི་སློམ་པ་ལྷ་བ་ནི། ཇི་ལྟར་སློན་གྱི་
 བདེ་བའཕེགས་གྱིས། །བྱང་རྒྱལ་བྱུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །བྱང་
 རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ། །དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །
 དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་། །

དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི། །

ཞེས་ལན་ཅི་མང་བཟོད་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་རྗེས་ཚོག་ལ་དང་པོ་དང་དགའ་བ་བསྐྱོམ་པ་ནི། དེང་དུས་བདག་ཚོ་འབྲས་

བྱུ་ཡོད། །མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ། །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་

རིགས་སུ་སྐྱེས། །སངས་རྒྱས་སྐས་སུ་ད་གུར་ཏེ། །གཉིས་པ་རིགས་

སུན་མི་འབྱིན་པ་དང་དམ་བཅའ་བ་ནི། ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ། །སྐྱོན་མེད་བཅུན་པའི་

རིགས་འདི་ལ། །ཉོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །ཞེས་བཟོད།

གསུམ་པ་གཞན་དགའ་བ་བསྐྱོམ་པ་ནི། བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་

གྱི། །སྐྱོན་སྤར་འགྲོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི། །བར་དུ་བདེ་

ལ་མགོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས། །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་

གྱིས། །ཞེས་པ་སྤྲུག་ཆེན་ལྷ་ལྷན་གྱི་སྐྱོན་འགྲོའི་སྤྲོགས་སྒྲིགས་འདི་ཀུན་མཁུན་ཚོས་གྱི་

བྲགས་པའི་ལྷ་ལྷན་གྱིན་རྒྱལས་དཔལ་འབར་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ། །དོར་སེམས་དང་། །སྐྱ་མའི་

རྣལ་འབྱོར་གཉིས་ཡབ་རྒྱུད་གི་རྩལ་དུ་སྤྲོགས་སྒྲིགས་དང་། །ཁྱད་པར་གྱི་སྐྱོན་འགྲོའི་བསྐྱེད་

ཚོག་རྣམ་ཀའི་ཉི་ཞེས་ལུང་གཞིར་བརྒྱུད་མཁན་ཆེན་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་སྤྲོགས་

སྒྲིགས་མཛད་པ་ལགས་སོ། །།

འཇུག་བསྐྱོབ་

༥ རྗེ་འཆང་ཆེན་ཏི་སྤྱི་རྣམས་ལོ་དང་། །མར་པ་མི་ལ་ཚེས་རྗེས་ལ་པོ་
 པ། །པག་མོ་གྲུ་པ་རྒྱལ་བ་འབྲི་གུང་པ། །བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲེལ་
 རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།

༥ བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་
 རས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་པམ་བུས་ཏེ། །སྐྱེ་བ་ན་འཆི་བ་སྐོང་འབྲུག་
 པ་ཡི། །སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

༥ བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གུར་
 ཅིག །སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་། །གོང་ནས་གོང་དུ་
 འཕེལ་བར་ཤོག།

༥ སྤྲེལ་སྤྱི་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཚོག་ཏུ་སྐྱེ་
 ཚོ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་
 གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྲེལ་དང་འབྲུལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།

༥ འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཐུན་པ་དང་། །ཀུན་ཏུ་
 བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྟོབ་
 ཅིང་། །དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།

༥ སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། །ཚོས་
 ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། །དགོ་འདུན་མི་སྲིད་
 འདུས་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །ཇི་ལྟར་བསྐྱོབ་བཞིན་སྟོན་ལམ་གྲུབ་
 པར་ཤོག།

༥ བདག་དང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་
 པ་དང་ཡོད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
 ལྷུང་དུ་སྒྲན་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྗེས་ཀྱིས་པའི་བྱང་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་
 པར་གྱུར་ཅིག།

༥ །ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་ཀུན་མཐུན་ཚོས་ཀྱི་རྗེ། །རྟེན་འབྲེལ་
 གནས་ལ་དབང་ཐོབ་འབྲི་གྲུང་པ། །རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་བསྟན་པ་སྲིད་
 མཐའི་བར། །བཤད་སྐྱབ་ཐོས་བསམ་སྟོན་པས་འཇིན་གྱུར་ཅིག།
 སུ་མཛ་ལྟོ། །།



Dieser Meditationstext ist ein Auszug aus dem 2. Band – "Der tiefgründige fünfteilige Pfad zur Verwirklichung von Mahāmudrā" – der Reihe "Meditationen und Gebete des tibetischen Buddhismus".

2. überarbeitete Auflage, 2009

Herausgeber:

Drikung Kagyü Verlag (DKV), Oppenhoffallee 23, 52066 Aachen

Tel.: 0241/5153656, Fax: 0241/5153655

Email: dkv@drikung.de

Internet: <http://dkv.drikung.de>

Online-Shop: <http://mandala.drikung.de>

© Drikung Kagyü Verlag (DKV), Oppenhoffallee 23, 52066 Aachen

Die Verwertung der Texte und Bilder ist auch auszugsweise ohne schriftliche Zustimmung des Verlages nicht gestattet und verstößt gegen das Urheberrecht. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen und die Verwendung in elektronischen Systemen.



Drikung Kagyü Verlag

Oppenhoffallee 23 - 52066 Aachen - Deutschland

Tel.: 0241/5153654 - Email: dkv@drikung.de

Internet: <http://dkv.drikung.de> - Online-Shop: <http://mandala.drikung.de>