

༄༅། ཞེས་གསུངས་པས་བསམ་གཏན་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་གནས་སུ་ངེས་འབྱུང་དང་སྐྱོ་ཤས་དྲག་པོས་རྒྱུད་བསྐྱེད། མོས་གུས་གྱི་ངར་དུས་མཐའི་མི་བཞིན་སྲུང་། བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་སློ་མངོན་དུ་སྤྱོད་གས་ཏེ། འབྱོར་ན་སྤྲིགས་གཙང་མར་མཚུལ་ཚོམ་བུས་སྤྲུམ། ཉེར་སྤྱོད་མཚོན་པའི་བཀོད་པ་ཅི་འབྱོར་བཤམས། མ་འབྱོར་ན་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཁོ་ནས་གྲང་འབྱུང་ལ། ཚོགས་དང་འབྲེལ་ན་ཐབས་ཤེས་རྗེས་སོགས་ཡོ་བྱད་ཉེ་བར་བསྐྱོག་ནས་ཐོག་མར།

Begib dich also an einen Ort, der für die meditative Stabilität förderlich ist, und erwecke in deinem Geistesstrom inständige Entsagung und unsäglichen Überdruss. Entflamme brennende Hingabe, so intensiv wie das Feuer am Ende eines Zeitalters, und richte deinen Geist unmittelbar auf die beiden Arten kostbaren Bodhicittas. Falls vorhanden, errichte ein reich bestücktes Mandala auf einem sauberen Altar. Richte her, was immer an Zusammenstellungen der täglichen Gaben vorhanden ist. Falls dir nichts zur Verfügung steht, können die Gaben auch ausschließlich dem Samādhi entspringen. Verbindest du die Praxis mit einem Ganacakra, bereite alle Gaben wie die Substanzen der Methode und Weisheit vor und beginne anschließend mit:

༄༅། གྲི་མ། རྙེད་དཀའ་འཇིགས་སྐྱེའི་ལུས་ཐོབ་ཆོ།།

KYE MA/ NYE KA DSCHIG LÄ LÜ TOB TSE/
Oh! Jetzt, da ich diesen Körper erlangt habe, der schwer zu finden ist und schnell wieder verfällt,

འདུས་བྱས་མི་རྟག་རྩ་རྩེའི་ཟེལ།།

DÜ DSCHÄ MI TAG TSA TSE SIL/
Alles Zusammengesetzte ist unbeständig wie Tau auf der Spitze eines Grashalms.

རྩུ་འབྲས་གཤེས་སམ་བབས་གྲི་ཆོས།།

GYU DRÄ SCHI SAM BAB KYI TSCH'Ö/
Die Phänomene, ihrer natürlichen oder grundlegenden Beschaffenheit nach Ursache und Resultat,

གཏན་བདེའི་ཐར་ལམ་བསྐྱབ་པར་བྱ།།

TÄN DE T'AR LAM DRUB PAR DSCHA/
werde ich den befreienden Pfad zum beständigen Glück verwirklichen.

དཀི་སྤིང་པོའི་དོན་ལ་འབད།།

DA NI NYING PÖ DÖN LA BÄ/
Jetzt also widme ich mich dem Wesentlichen.

བསྐྱེ་མེད་གནད་ལ་སླང་དོར་གཅེས།།

LU ME NÄ LA LANG DOR TSCHE/
sind unfehlbar. In Anbetracht dessen beherzige ich, was anzunehmen und was aufzugeben ist.

ཁམས་གསུམ་ཉེས་བརྒྱ་དྲུང་འབྲིན་ཕྱིར།།

K'AM SUM NYE GYA DRUNG DSCHIN TSCH'IR/
Um die Wurzel von hunderten von Fehlern in den drei Bereichen auszureißen,

སླེ་མ་མེད་པའི་གོང་རོལ་ནས།།

LA MA ME PÄ GONG ROL NÄ/
Solange kein Guru zugegen ist,

དེ་བས་ཇི་བཅོམ་རས་ཆེན་གྱི།།

DE WÄ DSCHE TSÜN RÄ TSCH'EN GYI/
Daher werde ich den Guruyoga

འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱུ་གས་པར་བྱ།།

K'OR WA DONG NÄ TRUG PAR DSCHA/
werde ich Samsara aus seinen Tiefen heraus ausheben.

སངས་རྒྱས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་མེད།།

SANG GYÄ DSCHA WÄ MING YANG ME/
existiert auch der Name „Buddha“ nicht.

སླེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ།།

LA MÄ NAL DSCHOR GOM PAR DSCHA'O//
des großen, in Baumwolle gehüllten Jetsün praktizieren.

Vorbereitungs-Torma

༄། སྔོན་འགྲོ་གཏོར་མ་བཤམས་ལ།

རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་ཉི་རུ་ཀ།

སྔོ་བསངས་ཞལ་གཅིག་ལྷག་གཉིས་པར།།

Stelle den Vorbereitungs-Torma auf und rezitiere:

RANG NYI KÄ TSCHIG HE RU KA/
Augenblicklich bin ich Heruka,

NGO SANG SCHAL TSCHIG TSCH'AG NYI PAR/
von blaugrauer Farbe, mit einem Gesicht und zwei Armen,

ལྷ།

དམར་མོ་གྲི་ཐོད་འཛིན་མས་འབྱུང་།།

ལྷན་སྐྱེས་གདོད་མའི་སྐུ་རུ་གསལ།།

MAR MO DRI T'Ö DSIN MÄ K'YÜ/
umschlungen von meiner roten Gefährtin,
die ein Haumesser und eine Schädelschale hält.

LHÂN KYE DÖ MÄ KU RU SAL//
Ich erscheine klar im angeborenen, ursprünglichen Körper.

བདུད་རྩི་རིལ་བུ་དང་ལྷན་པའི་མདུན་གྱི་ནང་མཚོད་ལ་དམིགས་ཏེ།

Richte deine Aufmerksamkeit auf die innere Gabe, den mit Pillen vermischten Nektar vor dir:

ཨོྲཱེ་འམ་རྩུང་མེ་ཐོད་སྐྱེད་སྐྱེད་།།

OM K'ANDAROHE HÜNG HÜNG P'AT

སྔོ་ལས་ལྷུང་མེ་ཐོད་སྐྱེད་སྐྱེད་།།

TONG LÄ LUNG ME T'Ö GYE TENG/
Aus der Leerheit entstehen Wind, Feuer und ein Dreifuß aus Schädeln.

བོ་ལོ་མོ་པོ་ཏི་ཤ།།

BAM LAM MAM PAM TAM SCHA NGA/
und die mit BAM LAM MAM PAM TAM geschmückten fünf
Arten von Fleisch.

ཨོྲཱེ་སྐྱུ་ལྷ་ལྷུང་། སའ་རྩུང་། སྐྱུ་ལྷ་ལྷུང་། ལྷུང་ཏི།

**OM SWABHĀWA SCHUDDHAH SARWA DHARMĀH
SWABHĀWA SCHUDDHO HANG**

ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་བདུད་རྩི།།

HÜNG OM K'AM ANG TRAM DÜ TSI/
Darüber befinden sich die mit den Silben HÜNG OM KHAM ANG TRAM
geschmückten fünf Arten von Nektar

མཚན་པས་ལྷུང་སྐྱུང་མེ་སྐྱེད་བས།།

T'SÄN PÄ LUNG BÜ ME BAR WÄ/
Sie wirbeln den Wind auf und entfachen das Feuer,

རྩུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་།

༄༅། གང་དག་ནག་པོའི་ཕྱོགས་གུར་པའི།།

GANG DAG NAG PÖ TSCH'OG GYUR PÄ/
Alle auf der Seite des Bösen,

ཉན་དང་ལྷ་བར་མི་དབང་བ།།

NYÄN DANG TA WAR MI WANG WA/
aus dem geheimen Mantra zu hören oder zu sehen,

གལ་ཏེ་བཀའ་ལས་འདའ་བྱེད་ན།།

GAL TE KA LÄ DA DSCHE NA/
Wenn ihr diesem Befehl nicht folgt,

དོར་ཇི་ཁ་ལྷོ་རབ་འབར་བས།།

DOR DSCHE K'A TWÄNG RAB BAR WÄ/
werden eure Köpfe durch den feurig lodernden Vajra-Khatvānga

མགོ་བོ་ཚལ་པ་བརྒྱར་འགས་གུར།།

GO WO TS'AL PA GYAR GÄ GYUR/
in hundert Teile gespalten.

གསང་སྤྲུགས་ཟབ་མེད་ཚོ་གལ།།

SANG NGAG SAB MÖ TSCH'O GA LA/
die keine Erlaubnis haben, dieses tiefgründige Ritual

དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཞན་དུ་དེངས།།

DE DAG T'AM TSCHÄ SCHÄN DU DENG/
begeben sich bitte woandershin.

ཨོཾ་སུམ་བུ་ནི་སུམ་བུ་ཨུཾ་ཨུཾ་པཎ།

OM SUMBHA NISUMBHA HÜNG HÜNG P'AT

ཨོཾ་གྲི་ཀླ་པ་ཡ་གྲི་ཀླ་པ་ཨུཾ་ཨུཾ་པཎ།

OM GHRIHANĀ PAYA GHRIHANĀ PAYA HÜNG HÜNG P'AT

བགོགས་བསྐྱད།

Die Widersacher werden vertrieben.

ཨོཾ་བད་སྐྱ་རྐ་སྐྱ་ཨུཾ་ཨུཾ་པཎ།

OM BADSRA RAKSCHA RAKSCHA HÜNG
HÜNG HÜNG P'AT

ཞེས་སྤྱད་བའི་འཁོར་ལོ་གསལ་གདབ།

Visualisiere das Schutzmandala.

ཨོཾ་གྲི་ཀླ་པ་ཨུཾ་ཨུཾ་པཎ།

OM GHRIHANĀ GHRIHANĀ HÜNG HÜNG P'AT

ཨོཾ་ཨྲ་ན་ཡ་ཏོཾ་ ལྷ་ག་ལྷ་ན། བིད་རྐ་རྐ་ཨུཾ་ཨུཾ་པཎ།

OM ĀNAYA HOH BHAGAWĀN BIDYA RĀDSAYA
HÜNG HÜNG P'AT

རྒྱན་གྱི་ནལ་འབྱོར་ལྷ་གུར་འདི་ཡན་ཚོད་མི་དགོས།

Wenn man dies als tägliche Übung ausführt,
ist das Vorhergehende nicht notwendig.

༄༅། སྐབས་སེམས་ནི། **Zufluchtnahme und Hervorbringen von Bodhicitta**

མཚོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་ཀུན་འདུས་པའི།།

TSCH'OG SUM TSA SUM KÜN DÜ PÄ/
Zur Verkörperung der drei Juwelen und der drei Wurzeln,

བདག་གཞན་འགོ་བ་མ་ལུས་པས།།

DAG SCHÄN DRO WA MA LÜ PÄ/
nehmen ich und ausnahmslos alle Wesen

ཇི་བཅུན་བཞད་པ་དྲི་ལ།།

DSCHE TSÜN SCHÄ PA DOR DSCHE LA/
zu Jetsün Shepa Dorje,

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་སྐབས་སུ་མཆི།། ལན་གསུམ།

DSCHANG TSCH'UB BAR DU KYAB SU TSCH'I/
bis zum Erwachen Zuflucht.

Rezitiere dies dreimal.

ཏཱ་ལའི་བོ་ལྷོ་ཨ་མ་

7

མ་གྱུར་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་རྣམས།།

MA GYUR K'A NYAM SEM TSCHÄN NAM/
Um meine Mütter, die Wesen, die so grenzenlos wie der Raum sind,

བཞད་པ་དྲི་ཇི་གོ་འཕང་མཚོག།།

SCHÄ PA DOR DSCHE GO P'ANG TSCH'OG/
verspreche ich, die höchste Stufe

འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་བསྐྱོལ་བྱའི་ཕྱིར།།

K'OR WÄ TS'O LÄ DROL DSCHÄ TSCH'IR/
aus dem Ozean des Samsara zu befreien,

བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་དམ་བཅའོ།། ལན་གསུམ་དང་།

DAG GI DRUB PAR DAM TSCHA'O/
von Shepa Dorje zu verwirklichen.

Rezitiere dies dreimal.

ཇི་བཅུན་བཞད་པ་དྲི་ཇི་གོ་འཕང་མཚོག་པ།

Milarepa Drubthab

༄༅། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། Die sieben Zweige

ལྷོ་

རང་རིག་གཞུག་མ་ཚོས་སྐྱེས་བྱུང་བས་དང་།།

RANG RIG NYUG MA TSCH'Ö KU K'YÖ T'UG DANG/
Voller Vertrauen, dass das innwohnende Selbstgewahrsein,
der Dharmakaya und dein Geist

མི་ཕྱིད་དད་པས་ངོ་བོར་གཅིག་ཕྱག་འཚལ།།

MI TSCH'E DÄ PÄ NGO WOR TSCHIG TSCH'AG TS'AL/
untrennbar sind, verneige ich mich vor dem, was seinem Wesen nach
eins ist.

དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྐྱེལ་ཀུན་བཟང་མཚོད་པའི་སྒྲིན།།

NGÖ DSCHOR YI TRUL KÜN SANG TSCH'Ö PÄ TRIN/
Tatsächliches und Vorgestelltes, Wolken von Samantabhadra-Gaben,

ཀུན་བྱུང་ཞིང་གི་མགོན་པོ་བྱོད་ལ་འབུལ།།

KÜN K'YAB SCHING GI GÖN PO K'YÖ LA BUL/
bringe ich dir, dem alldurchdringenden Herrn der reinen Gefilde, dar.

ཐོག་མིད་དུས་ནས་སྤྱིག་ལྷུང་མི་དགའི་ལས།།

T'OG ME DÜ NÄ DIG TUNG MI GE LÄ/
Alles, was ich seit anfangsloser Zeit an negativen Handlungen,
Verfehlungen und Unheilsemem angesammelt habe,

ཅི་བསགས་གནོང་འགྲོད་དག་པོས་སྤྱིང་ནས་བཤགས།།

TSCHI SAG NONG GYÖ DRAG PÖ NYING NÄ SCHAG/
bekenne ich von Herzen mit tiefem Bedauern und Reue.

གཞན་གྱི་ལེགས་སྤྱད་འཕྲལ་ཡུན་དགོ་ཚོགས་ཀུན།།

SCHÄN GYI LEG TSCHÄ T'RAL YÜN GE TS'OG KÜN/
Ich erfreue mich zutiefst an dem ausgezeichneten Verhalten Anderer,

གང་མཚེས་མཐའ་དག་བསམ་པ་ཐག་པས་རངས།།

GANG TSCH'I T'A DAG SAM PA T'AG PÄ RANG/
an all den jetzigen und zukünftigen Ansammlungen heilsamer Handlungen.

མཐའ་ཡས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་སྐྱེལ་དབང་ལ།།

T'A YÄ DUL DSCHÄ K'AM DANG KAL WANG LA/
Möge der Klang des Dharma, des makellosen Nektars,

འཚམས་པའི་བྱི་མིད་བདུད་རྩིའི་ཚོས་སྐྱེས་བྱུང་བས།།

TS'AM PÄ DRI ME DÜ TSI TSCH'Ö DRA DROG/
in Übereinstimmung mit den Veranlagungen, dem Geschick und den
geistigen Fähigkeiten der unendlichen zu Zählenden, erschallen.

ཐོག་མིད་དུས་ནས་སྤྱིག་ལྷུང་མི་དགའི་ལས།།

༄༅། སླིང་རྗེའི་གྲི་ལ་གཞན་དོན་གཟུགས་སྐྱའི་དཔལ།།

NYING DSCHE T'RI LA SCHÄN DÖN SUG KÜ PAL/
Möge der vom Glanz erfüllte Rupakāya für das Wohl der
anderen beständig auf dem Thron des Mitgefühls verweilen

དུས་གསུམ་བསགས་དང་གཤིས་གྱི་ཡོད་པའི་དགེ།

DÜ SUM SAG DANG SCHI KYI YÖ PÄ GE/
Das in den drei Zeiten angesammelte und das als
grundlegende Natur vorhandene Heilsame,

རྟག་བརྟན་སྐྱེལ་གྱུང་དོ་རྗེའི་མདུད་མ་གྲོལ།།

TAG TÄN KYIL TRUNG DOR DSCHE DÜ MA DROL/
und möge sich die Vajraschlinge seiner Sitzhaltung niemals lösen.

མ་ལུས་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱུར་བསྡོའོ།།

MA LÜ DSCHANG TSCH'UB TSCH'EN PÖ GYUR NGO'O/
ausnahmslos alles, widme ich als Ursache für das große Erwachen.

བདག་གྱིན་བརྒྱབས་ནི། **Selbstsegnung**

ཨོ་སྤྲུམ་ཤུལ་སྤྱོད་སའ་དྲུམ་སྤྱོད་ཀྱི།

OM SWABHĀWA SCHUDDHAH SARWA DHARMĀH SWABHĀWA SCHUDDHO HANG

སྤྱི་འགག་སྤྱོས་བྲལ་སྤྱོད་པའི་རང་མངས་ལས།།

KYE GAG TRÖ DRAL TONG PÄ RANG DANG LÄ/
Aus dem natürlichen Leuchten der Leerheit, das frei von
den Konstrukten des Entstehens und Aufhörens ist,

བདག་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་དྲན་ངོགས་ཉེ་རུ་ག།

DAG NYI KÄ TSCHIG DRÄN DSOG HE RU KA/
werde ich in einem Augenblick vollständigen Erinnerns zu Heruka

༄༅། རྟོན་བསྐྱེད་པ་ནི། **Hervorbringen der Stütze**

སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་རྣམ་དག་སངས་རྒྱས་ཤིང་།།

SEM NYI DÖ NÄ NAM DAG SANG GYÄ SCHING/
Der Geist an sich, von jeher vollkommen rein, ist Buddha

ཙ་ལྷ་དག་པ་པདྨ་འདབ་བརྒྱའི་གདན།།

TSA NGA DAG PA PADMA DAB GYÄ DÄN/
darauf liegt das hundertblättrige Lotuskissen der fünf reinen Kanäle.

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་རང་གཟུགས་ཨོ་སེར་ལས།།

DÜ SUM GYAL WÄ RANG SUG OM SER LÄ/
befindet sich als Selbstverkörperung der Sieger der drei Zeiten
die goldene Silbe OM.

རྒྱུང་ལྷ་དག་པ་རིམ་བརྟེན་སེང་གི་ལྷོང་།།

LUNG NGA DAG PA RIM TSEG SENG T'RI TENG/
und die fünf reinen, übereinander angeordneten Winde sind der Löwenthron;

ཁམས་ལྷ་དག་པ་ཉ་རྒྱས་ལྷ་སྤོང་དུ།།

K'AM NGA DAG PA NYA GYÄ DA TENG DU/
Auf den fünf reinen Elementen, dem Vollmond,

འོད་འཕྲོས་འགྲོ་བའི་དོན་གྲུས་རྒྱུར་འདུས་པས།།

Ö T'RÖ DRO WÄ DÖN DSCHÄ TS'UR DÜ PÄ/
Daraus strömen Lichtstrahlen aus, die den Wesen Wohlergehen bringen
und wieder aufgenommen werden.

ཡོངས་གྲུར་རྗེ་བཙུན་བཞད་པ་དོ་རྗེ་ནི།།

YONG GYUR DSCHE TSÜN SCHÄ PA DOR DSCHE NI/
Die Silbe OM verwandelt sich vollständig in Jetsün Shepa Dorje.

སྐུ་ལ་རས་གོས་ལུས་འཁྱུད་སྒོམ་ཐག་བསྐྱབས།།

KU LA RÄ GÖ PÜ K'YÜ GOM T'AG NAB/
Sein Körper ist in Baumwolle gehüllt und sein Knie
wird von einem Meditationsgürtel gestützt.

ཕྱག་གཡས་སྟོང་ཉིད་གཞོམ་མིང་དོ་རྗེ་འཕྱར།།

TSCH'AG YÄ TONG NYI SCHOM ME DOR DSCHE TSCH'AR/
Seine rechte Hand hält den unbezwingbaren Vajra der Leerheit in die Höhe,

དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་འཇུག་ཞིང་ཐད་ཀར་གཟེགས།།

KAR MAR DANG DÄN DSUM SCHING T'Ä KAR SIG/
Er hat einen rötlich-weißen Schimmer, lächelt und blickt geradeaus.

དབུ་སྐྱ་འཇུར་བུ་ལྷག་མ་ལུང་ལོར་གྲོལ།།

U TRA DSCHUR BU LHAG MA TSCHANG LOR DROL/
Sein Haar ist wirr, die verfilzten Strähnen teilweise lose.

ཕྱག་གཡོན་འཆི་མིང་བདུད་རྩི་ལྷུ་པ་བསྐྱམས།།

TSCH'AG YÖN TSCH'I ME DÜ TSI BUM PA NAM/
die linke Hand hält eine Vase mit Nektar der Unsterblichkeit.

༄༅། ཉམས་དབྱངས་སྤང་སྤྱི་ཚོས་སྤྱི་རི་རི།

NYAM YANG NANG LÜ TSCH'Ö DRA DI RI RI/
Er lässt den Klang des Dharma in spontanen Gesängen
der Erfahrung erschallen,

འཁོར་དུ་དྲཱི་མང་པོ་སྤྱིན་ལྟར་གཏིབ།

K'OR DU DÄKI MANG PO TRIN TAR TIB/
Um ihn herum scharen sich wolkengleich zahlreiche Dākinīs.

སྤྱན་ཐད་ཡི་དམ་ལྷ་ཡིས་དངོས་གྲུབ་འབབས།

TSCHÄN T'Ä YI DAM LHA YI NGÖ DRUB BEB/
Direkt vor ihm lassen die Yidam-Gottheiten Verwirklichungen herabströmen.

རོལ་པའི་སྤྲོ་བས་བཞུགས་བདེ་བ་རྒྱས་མཛད་པ།

ROL PÄ TAB SCHUG DE WA GYÄ DSÄ PA/
sitzt in einer Pose der Freude und lässt Glückseligkeit erwachen.

སྤྱིང་ཆར་སྤྱི་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་མཚོག་སྤྱོལ།

TENG TSCH'AR LA MÄ TS'OG KYI WANG TSCH'OG TSOL/
Über ihm gewährt die Versammlung der Gurus die höchsten Ermächtigungen.

ཁྱི་བྱར་ཚོས་སྤྱོད་སྤྱང་མས་བར་ཆད་སེལ།

T'RI SUR TSCH'Ö KYONG SUNG MÄ BAR TSCH'Ä SEL/
Um den Thron herum vertreiben die Dharmapālas Hindernisse

བར་མཚམས་འཇའ་འོད་སྤྲུ་ལྷ་སྤྱིན་ལྟར་གཏིབ།

BAR TS'AM DSCHA Ö NA NGA TRIN TAR TIB/
und in den Zwischenräumen sammelt sich wolkengleich
fünf farbiges Regenbogenlicht.

མངོན་དགའ་ལ་སོགས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ནས།

NGÖN GA LA SOG DAG PÄ SCHING K'AM NÄ/
in die reinen Gefilde wie Abhirati und andere aus

སྤྱོགས་དུས་ཀུན་ནས་རྒྱལ་བ་སྤྱིས་བཅས་རྣམས།

TSCH'OG DÜ KÜN NÄ GYAL WA SÄ TSCHÄ NAM/
Ihr Sieger aus allen Richtungen und Zeiten mitsamt euren Nachkommen,

གནས་གསུམ་དོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་འོད་ཟེར་གྱིས།

NÄ SUM DOR DSCHE SUM GYI Ö SER GYI/
Von den drei Vajras an den drei Stellen strömt Licht

སྤྱན་དངས་གཉིས་སུ་མེད་པར་ཐིམ་པར་གྱུར།། སྤྱིས་རོལ་བཅས་སྤྱན་དངས།

TSCHÄN DRANG NYI SU ME PAR T'IM PAR GYUR/
und lädt die Weisheitswesen ein, die untrennbar mit ihnen verschmelzen.

Lade so mit Räucherwerk und Musik ein.

ཉོན་མོངས་འགྲོ་ལ་མཁྱེན་བརྩེས་རབ་དགོངས་ཏེ།

NYÖN MONG DRO LA K'YEN TSE RAB GONG TE/
denkt innig voller Weisheit und Mitgefühl an die geplagten Wesen.

༡༡། དཔག་མེད་ཞིང་ནས་ཐོགས་མེད་རྩུ་འཕུལ་གྱིས།།

PAG ME SCHING NÄ T'OG ME DSU T'RUL GYI/

Bitte kommt von Liebe erfüllt vermöge eurer ungehinderten Wunderkräfte

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་མོས་པ་སྐྱེད་ཕྱིར་དང་།།

DAG SOG SEM TSCHÄN MÖ PA KYE TSCH'IR DANG/

Da ich und alle Wesen Hingabe hervorbringen,

དང་པའི་ལྷགས་གྱིས་གནས་འདིར་སྐྱུན་འབྲེན་ན།།

DÄ PÄ SCHUG KYI NÄ DIR TSCHÄN DREN NA/

laden wir euch mit der Kraft unseres Vertrauens an diesen Ort ein –

འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་ཐུགས་བརྩེས་གཤེགས་སུ་གསོལ།།

DRO WÄ DÖN TSCH'IR T'UG TSE SCHEG SU SOL/

aus den grenzenlosen Gefilden für das Wohlergehen aller Wesen herbei.

ཡོན་མཚོད་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་བརྩེ་བའི་ཕྱིར།།

YÖN TSCH'Ö DRO WA KÜN LA TSE WÄ TSCH'IR/

und ihr alle zu beschützenden Lebewesen liebt,

ཐུགས་རྗེའི་སྣོབས་གྱིས་དུས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།།

T'UG DSCHE TOB KYI DÜ DIR SCHEG SU SOL/

bitte kommt jetzt durch die Kraft eures Mitgefühls herbei.

ཨི་ཨྱ་ར་ལི་པོ། བརྩ་ས་སྐྱེེ།

E ĀRALI P'EM/ BADSRA SAMĀ DSAH/

འགྲོ་ཁམས་གདུལ་བྱར་ཐུགས་རྗེས་བརྩེར་དགོངས་ཏེ།།

DRO K'AM DUL DSCHAR T'UG DSCHE TSER GONG TE/

mögt ihr mit Mitgefühl liebevoll an die zu zähmenden Lebewesen denken,

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དོ་རྗེའི་བྱིན་ཚེན་པོབ།།

KU SUNG T'UG KYI DOR DSCHE DSCHIN TSCH'EN P'OB/

in unsere drei Tore herabströmen lassen.

དབང་ཕུག་བཞད་པ་དོ་རྗེའི་སྐས་བཅས་གྱིས།།

WANG TSCH'UG SCHÄ PA DOR DSCHE SÄ TSCHÄ KYI/

Machtvoller Shepa Dorje und deine Nachkommen,

བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་བདག་སོགས་སྣོ་གསུམ་ལ།།

TÄN PAR SCHUG NÄ DAG SOG GO SUM LA/

beständig verweilen und den großen Vajrasegen von eurem Körper, eurer Rede und eurem Geist

ཏིལྱ་བརྩ་ལྱོ། ས་མ་ལ་སྐྱོ།

TISCHT'A BADSRA HÜNG/ SAMAYAS TWAM/

༄༅། དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བཞིའི་དབང་ཕྱུག་ལ།།

PAL DÄN LA MA KU SCHI WANG TSCH'UG LA/
Dir, dem vom Glanz erfüllten Guru, dem Herrn der vier Kāyas,

དངོས་པོ་གྲུབ་དགུ་མཚོད་པའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་།།

NGÖ PO DRUB GU TSCH'Ö PÄ DSÄ SU BUL/
und alle vorhandenen, äußeren, inneren und anderen Dinge
in Form von Gabensubstanzen dar.

མཐའ་བྲལ་རོ་མཉམ་ཆེན་པོར་འབྲུལ་ལགས་གྱི།།

T'A DRAL RO NYAM TSCH'EN POR BUL LAG KYI/
Ich bringe sie im großen, gleichen Geschmack, der von den
Extremen frei ist, dar.

བདག་ལུས་ངག་ཡིད་སྲི་ནང་གཞན་གསུམ་གྱི།།

DAG LÜ NGAG YI TSCH'I NANG SCHÄN SUM GYI/
bringe ich meinen Körper, meine Rede, meinen Geist

མཚོད་བྲུ་མཚོད་བྱེད་མཚོད་པའི་རང་བཞིན་གཅིག།།

TSCH'Ö DSCHA TSCH'Ö DSCHE TSCH'Ö PÄ RANG SCHIN TSCHIG/
Gabe, Gebender und Geben sind von einer Natur.

བྱ་ཚོལ་བྲལ་བའི་དངོས་གྲུབ་སྐྱེལ་དུ་གསོལ།།

DSCHA TSOL DRALWÄ NGÖ DRUB TSAL DU SOL/
Bitte gewähre die Verwirklichung des Freiseins von Betätigungen
und Anstrengungen.

མཚུལ་ནི། **Mandala Darbringung**

ཧྱུང་ཧྱུང་། གྲི་མེད་གླིང་བཞི་གླིང་སྐྱེ་ལའོར་ཡུགས་བཅས།།

HÜNG HRĪH / DRI ME LING SCHI LING T'RÄN K'OR YUG TSCHÄ/
HÜNG HRĪH Die vier makellosen Kontinente, die Subkontinente
und deren Umgebung,

མེ་ཏོག་སྐྱེན་འབྲས་ཇི་སྟེད་མཚེས་པ་ཀུན།།

ME TOG MÄN DRÄ DSCHI NYE TSCH'I PA KÜN/
alle Blumen, Arzneimitteln und Früchte, die jemals existiert haben,

རིན་ཆེན་ཉི་ཟླ་རྒྱ་མཚོ་ལྗོན་ལིང་ཚོགས།།

RIN TSCH'EN NYI DA GYA TS'O DSCHÖN SCHING TS'OG/
die kostbare Sonne, den kostbaren Mond, die Ozeane und Wälder,

སྲི་ཡི་མཚུལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབྱུང་།།

TSCH'I YI MANDAL GYAL WA NAM LA BUL/
bringe ich den Siegern als äußeres Mandala dar.

ལྷན་སྐྱོད་ རང་ལུས་སྤུང་ཁམས་སྐྱེ་མཚན་ཡུལ་སྣང་བཅས།།

HÜNG HRĪH / RANG LÜ P'UNG K'AM KYE TSCH'E YUL NANG TSCHÄ/
HÜNG HRĪH Meinen Körper, die Aggregate, Elemente und Sinnesquellen, die
erscheinenden Objekte,

བཀོད་ལེགས་ཡིད་འོང་མཚན་པའི་ཚོགས་སྤུལ་པ།།

KÖ LEG YI ONG TSCH'Ö PÄ TS'OG TRUL PA/
die Ansammlungen aus Fleisch, Blut und Knochen, und die
vorgestellten, ausgezeichneten Zusammenstellungen wunderschöner Gaben

ལྷན་སྐྱོད་ ཐབས་ཤེས་བདེ་སྣོད་དགའ་བའི་རོལ་པ་ལས།།

HÜNG HRĪH / T'AB SCHE DE TONG GA WÄ ROL PA LÄ/
HÜNG HRĪH Das Vergnügen in der Freude von Methode und Weisheit, Leerheit-Glückseligkeit,

གདོས་བཅས་འཛོལ་གྲུབ་ཤ།སྤྲུལ་རུས་པའི་ཚོགས།།

DÖ TSCHÄ DSIN DRUB SCHA TRAG RÜ PÄ TS'OG/
den materiellen, durch Greifen geschaffenen Körper,

ནང་གི་མཚུལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ།།

NANG GI MANDAL GYAL WA NAM LA BUL/
bringe ich den Siegern als inneres Mandala dar.

ཡབ་ཡུམ་སྣོམ་འཇུགས་གསང་བའི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི།།

YAB YUM NYOM DSCHUG SANG WÄ T'RUL K'OR GYI/
bringt die Freude des Nichtverlierens

འཇག་མིང་དགའ་སྐྱེད་མེད་བྱུང་རོལ་པའི་ཚོགས།།

DSAG ME GA KYE MÄ DSCHUNG ROL PÄ TS'OG/
in der geheimen Übung der Vereinigung von Gefährte und
Gefährtin hervor. Eine Fülle wunderbaren Vergnügens

ལྷན་སྐྱོད་ སྤྱི་ནང་དབྱེར་མེད་དེ་ཉིད་མཐའ་བཞི་བྲལ།།

HÜNG HRĪH / TSCH'I NANG YER ME DE NYI T'A SCHI DRAL/
HÜNG HRĪH Die Untrennbarkeit von Äußerem und Innerem, die
wahre Wirklichkeit, ist von den vier Extremen frei,

རང་རིག་རང་རྩལ་བདེན་དོན་གཤམ་བབས་གྱི།།

RANG RIG RANG TSAL DEN DÖN SCHI BAB KYI/
Es ist Selbstgewahrsein, innewohnende Ausdruckskraft.
Das in der endgültigen Wahrheit, der grundlegenden Natur bestehende,

གསང་བའི་མཚུལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ།།

SANG WÄ MANDAL GYAL WA NAM LA BUL/
bringe ich den Siegern als geheimes Mandala dar.

མཚན་གྱུ་མཚན་གྱེད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི།།

TSCH'Ö DSCHA TSCH'Ö DSCHE NGO WO NYI ME PÄ/
die Wesenheit von Gabe und Gebendem nicht existent.

དོན་དམ་མཚུལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ།།

DÖN DAM MANDAL GYAL WA NAM LA BUL/
das endgültige Mandala, bringe ich den Siegern dar.

༄༅། སྐྱ་གསུམ་ཡོངས་རྗེ་གས་གླ་མའི་ཆོག་ས་རྣམས་ལ།།

KU SUM YONG DSOG LA MÄ TS'OG NAM LA/
Ich bringe den Versammlungen der Gurus, die die drei Kāyas
vollkommen vollendet haben,

བདག་ལུས་ཡོངས་སྤོད་སྣང་སྤིད་ཡོངས་བཞེས་ལ།།

DAG LÜ LUNG TSCHÖ NANG SI YONG SCHE LA/
Bitte nehmt meinen Körper, meinen Wohlstand und alles an,
was existiert und erscheint,

སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མཚོད།།

TSCHI NANG SANG SUM DE SCHIN NYI KYI TSCH'Ö/
die äußeren, inneren und geheimen Gaben und die Gabe der wahren
Wirklichkeit dar.

གླ་མེད་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེལ་དུ་གསོལ།།

LA ME TSCH'OG GI NGÖ DRUB TSAL DU SOL/
und gewährt die unübertreffliche, höchste Verwirklichung.

ཨོྃ་གུ་རུ་རྩུ་མཚུལ་ཕུཎྜེ་མི་གླ་ས་སུ་བླ་སྤྱི་ར་ཏ་ས་མ་ཡི་ཨུཾ་ཧཱུྃ།

OM GURU RATNA MANDALA PŪDSA MEGHA SAMUDRA SP'ARANA SAMAYE ĀH HŪNG

བསྟོད་པ་ནི། Lobpreis

བྱང་སྤོགས་སུན་པའི་སྤྲུག་རུམ་ན།།

DSCHANG TSCH'OG MÜN PÄ MAG RUM NA/
Du, mit dem Namen ‚Erfreulich zu Hören‘,

ཐོས་པ་དགའ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི།།

T'Ö PA GA SCHE DSCHA WA YI/
auf Schnee scheint –

ཞིང་རུལ་ཀུན་གྱི་གྲངས་སྟེང་གྱི།།

SCHING DUL KÜN GYI DRANG NYE KYI/
verneige ich mich mit Körpern so zahlreich

གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་འབྲ་བ།།

GANG LA NYI MA SCHAR DRA WA/
bist wie die Sonne, die in der finsternen Dunkelheit des Nordens

སྤྱིས་བུ་དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།།

KYE BU DE LA TSCH'AG TS'AL TÖ/
Meister, vor dir verneige ich mich und lobpreise dich.

ལུས་འདུད་པ་ཡིས་རྣམ་ཀུན་ཏུ།།

LÜ DÜ PA YI NAM KÜN TU/
wie die Staubpartikel dieses Universums,

བསྟོད་པར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།།

TÖ PAR Ö PA T'AM TSCHÄ LA/
Vor all jenen, die der Lobpreisung würdig sind,

མཚོག་ཏུ་དད་པས་བསྟོད་པར་བགྱི།།

TSCH'OG TU DÄ PÄ TÖ PAR GYI/
und lobpreise sie alle immerzu mit tiefstem Vertrauen.

༄། བསྐྱེད་མཁོན་ལྷོ་ལྷོ་ Visualisierung während der Mantrarezitation

ཐུགས་ཀར་རྒྱ་དགེལ་ཨོ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱིས་བསྐྱོར།།

T'UG KAR DA KYIL OM LA NGAG KYI KOR/
Im Herzen befindet sich auf einer Mondscheibe die Silbe OM,
vom Mantra umgeben.

སྤྲུག་གྲགས་སྤྲུགས་ལ་དྲན་རྟོག་ཐུགས་ཚོས་ཉིད།།

DRA DRAG NGAG LA DRÄN TOG T'UG TSCH'Ö NYI/
die Klänge in das Mantra und Erinnerungen und Gedanken in
die ureigene Natur des Geistes.

འོད་འཕྲོས་ཕྱི་སྤྱོད་གླ་མ་ལྷ་ཡི་སྐུ།།

Ö T'RÖ TSCH'I NÖ LA MA LHA YI KU/
Davon strömen Lichtstrahlen aus. Sie verwandeln das äußere Verhältnis
in den Körper des Gurus und der Gottheiten,

མཉམ་ཡངས་བྱུང་གདལ་ཆེན་པོར་སྤྲུགས་འདི་བསྐྱོ།།

NYAM YANG K'YAB DAL TSCH'EN POR NGAG DI DA/
Rezitiere das Mantra in dieser großen, alldurchdringenden Weite der
Gleichheit.

བཙུན་བཞུགས་

ཨོ་ཨ་མ་རྩུ་གུ་རུ་བརྩ་བུ་ལྷོ་ལྷོ་དེ་ལྷ་རྒྱ་ཀྱི་སྤྱི་ས་པ་རི་ལྷ་རྒྱ་ན་སྤྱི་པ་ལ་འུ།། ཞེས་ཅི་རུས་བསྐྱོ་ཞིང་།

OM A MAHĀ GURU BADSRA DHVADSA DEWA DĀKINĪ SAPARIWĀRA GYĀNA SIDDHI P'ALA HŪNG

Wiederhole dies so oft wie möglich.

སྤྲུག་མའི་དགེལ་འཁོར་དང་། རང་སེམས་གཉེན་མ་གཤེས་བབས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གསུམ་པོ་དབྱེར་མེད་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལྷ་བ་མ་བཅོས་སོ་མའི་དང་དུ་བསྐྱོར་ངོ་།། གཞུང་ལས།

ཞེས་བསྐྱེད་ཉིང་འཛིན་དུང་འབྱུང་མེ་རྟོག་འབྱ། ཚོས་འཆད་ཉི་ལྷོ་འཆར་སོགས་ལྷས་བཟང་འབྱུང་། གཞན་ཡང་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བཀའ་བརྒྱུད་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་གིན་ཅན་ནི།

Halte in der ungekünstelten, frischen Sicht der Mahāmudrā die Untrennbarkeit vom Mandala des Gurus, des eigenen, innewohnenden Geistes und der grundlegenden Wirklichkeit aufrecht. In den Schriften heißt es: „Mit der Rezitation werden gute Zeichen wie das Erklingenlassen der Muschel des Samādhis, das Pflücken der Blumen und das Aufscheinen der Sonne und des Mondes der Dharma-Unterweisungen aufkommen.“

Weiterhin folgt die Rezitation eines Bittgebets:

ཇི་བཙུན་བཞུགས་པའི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

Die segensreichen Worte der kostbaren Kagyü-Linie

༄༅། མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།།

MA NAM K'A DANG NYAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ LA MA SANG GYÄ RIN PO TSCH'E LA SOL WA DEB SO/
Alle Wesen, meine Mütter, so grenzenlos wie der Raum, ersuchen den Guru, den kostbaren Buddha.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་ཀུན་ཁྱབ་ཚེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།།

MA NAM K'A DANG NYAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ LA MA KÜN K'YAB TSCH'Ö KYI KU LA SOL WA DEB SO/
Alle Wesen, meine Mütter, so grenzenlos wie der Raum, ersuchen den Guru, den alldurchdringenden Dharmakāya.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤོད་རྗེ་གསལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།།

MA NAM K'A DANG NYAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ LA MA DE TSCH'EN LONG TSCHÖ DSOG PÄ KU LA SOL WA DEB SO/
Alle Wesen, meine Mütter, so grenzenlos wie der Raum, ersuchen den Guru, den Sambhogakāya großer Glückseligkeit.

ལྷ་མ་

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་བྱུགས་རྗེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།། ཞེས་མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ཅི་རུས་འདོན།།

MA NAM K'A DANG NYAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ LA MA T'UG DSCHE TRUL PÄ KU LA SOL WA DEB SO/
Alle Wesen, meine Mütter, so grenzenlos wie der Raum, ersuchen den Guru, den Nirmānakāya voller Mitgefühl.

Wiederhole diese vier Zeilen so oft wie möglich.

ཚོས་གྲུས་ཀྱི་རྩལ་བསྐྱེད་ལ།

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།

སློ་ཚེས་སུ་འགྲོ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུན་ཏུ་གསོལ།།

Verstärke die Kraft der Hingabe: DAG DANG SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ/
Ich und alle Wesen bitten um den Segen,

LO TSCH'Ö SU DRO WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
dass sich unser Geist dem Dharma zuwendet;

ཚོས་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུན་ཏུ་གསོལ།།

ལམ་འཁྲུལ་པ་སེལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུན་ཏུ་གསོལ།།

TSCH'Ö LAM DU DRO WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass der Dharma zum Pfad wird;

LAM T'RUL PA SEL WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass der Pfad die Verwirrung beseitigt;

ལྷ་མ་བྱུགས་རྗེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་

Milarepa Drubthab

༄༅། འབྲུལ་པ་ཡི་ཤེས་སུ་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

T'RUL PA YE SCHE SU TSCH'AR WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass unsere Verwirrung als ursprüngliche
Weisheit aufgeht.

དང་ཤེས་བྱའི་སློབ་པ་དང་།

DRIB PA DANG SCHE DSCHÄ DRIB PA DANG/
durch Karma, die Geistesgifte und des zu Wissenden,

དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

DAG PAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
genau in diesem Augenblick gereinigt werden;

བདག་གི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་སློབ་པ་

DAG GI LÄ DANG NYÖN MONG PÄ
Wir bitten um den Segen, dass alle Verschleierungen

བག་ཆགས་ཀྱི་སློབ་པ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་

BAG TSCH'AG KYI DRIB PA T'AM TSCHÄ DA TA NYI DU
sowie alle Verschleierungen durch karmische Prägungen

འདུག་ས་འདི་ཉིད་དུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

DUG SA DI NYI DU DAG PAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass sie genau an diesem Platz gereinigt werden;

ཐུན་འདི་ཉིད་དུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

T'ÜN DI NYI DU DAG PAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass sie genau in dieser Sitzung gereinigt werden.

རྒྱུད་འདི་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

GYÜ DI NAM PAR DROL WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass unser Geistesstrom vollkommen befreit wird;

འདུག་ས་འདི་ཉིད་དུ་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

DUG SA DI NYI DU DROL WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau an diesem Platz befreit wird;

བདག་གི་རྒྱུད་འདི་དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

DAG GI GYÜ DI DAG PAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
Wir bitten um den Segen, dass unser Geistesstrom gereinigt wird;

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

DA TA NYI DU DROL WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau in diesem Augenblick befreit wird;

ཐུན་འདི་ཉིད་དུ་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།།

T'ÜN DI NYI DU DROL WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau in dieser Sitzung befreit wird.

༄༅། བདག་གི་རྒྱུད་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DAG GI GYÜ LA TING NGE DSIN TSCH'OG TU GYUR PA TSCH'IN TSCHI MA LOG PA KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
Wir bitten um den Segen, dass der ausgezeichnete und unverfälschte Samadhi in unserem Geistesstrom entsteht;

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DA TA NYI DU KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau in diesem Augenblick entsteht;

སྤུན་འདི་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱི་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

T'ÜN DI NYI DU KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau in dieser Sitzung entsteht.

འདུག་ས་འདི་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DUG SA DI NYI DU KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass er genau an diesem Platz entsteht;

ཡི་ཤེས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྤྱིན་ཅི་

YE SCHE TSCH'OG TU GYUR PA TSCH'IN TSCHI
Wir bitten um den Segen, dass die ausgezeichnete

མ་ལོག་པ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

MA LOG PA KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
und unverfälschte ursprüngliche Weisheit entsteht;

འདུག་ས་འདི་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DUG SA DI NYI DU KYE WAR DSCHIN GYI LAB TU SOL/
wir bitten um den Segen, dass sie genau an diesem Platz entsteht;

ཞེས་གོང་དང་འབྲེལ་ལ་གང་རུས་གསོལ་བ་ཐོབ། རྒྱས་པར་སྤོམ། རྗེ་མི་ལའི་གསོལ་འདེབས་རིགས་རྒྱས་བསྐྱུས་གང་ཤེས་བྱ། སྤྱིང་པོ་ལྟ་བུ་རྒྱལ་དབང་རིན་ཆེན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་

དག་སྣང་ཡིད་བཞིན་ནོར་མཚོག་གི་གསོལ་འདེབས་ནི།

Bitte mit den vorausgegangenen Worten so oft du vermagst. Wenn du es ausführlicher wünschst, kannst du jedes dir bekannte kurze oder lange Bittgebet an Jetsün Milarepa einfügen. Einer Essenz gleicht diese reine Vision von Gyalwang Rinchen Phüntso, das Bittgebet Höchst wunscherfüllendes Juwel:

། ལྷ་མའི་བཀའ་བཞིན་ལྷུང་སྤངས་སྟེ།

LA MÄ KA SCHIN LHUR LANG TE/
Den Anweisungen des Gurus entsprechend
hast du beharrlich praktiziert

རང་སྟོག་ཡལ་བར་དོར་ནས་ནི།

RANG SOG YAL WAR DOR NÄ NI/
und dein Leben vollkommen hingegeben.

སྐྱབ་པའི་བསྟན་འཛིན་དངོས་གྲུབ་རྟེན།

DRUB PÄ TÄN DSIN NGÖ DRUB NYE/
So hast du die Lehre der Praxislinie aufrecht
erhalten und Verwirklichung erlangt.

མི་ལ་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་ལ།

MI LA DOR DSCHE GYAL TS'ÄN LA/
Mila Dorje Gyaltsen,

མོས་གུས་གདུང་བས་གསོལ་བ་འདེབས།

MÖ GÜ DUNG WÄ SOL WA DEB/
ich ersuche dich mit sehnsüchtiger Hingabe.

ངེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་སྐྱེ་བ་དང་།

NGE DSCHUNG KYO SCHÄ KYE WA DANG/
Ich bitte um Entsagung und Überdruß,

རང་འབྱུང་རང་དོ་ཤེས་པ་རུ།

RANG DSCHUNG RANG NGO SCHE PA RU/
und das Wieder-gewahrwerden des Selbstentstandenen.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྗེས་བྱུངས།

SOL WA DEB SO T'UG DSCHE SUNG/
Bitte nimm mich mit deinem Mitgefühl an.

ཞེས་དང་།

Und weiter:

རྗེ་མི་ལ་བཞད་པ་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

DSCHE MI LA SCHÄ PA DOR DSCHE LA SOL WA DEB SO/
Ich richte meine Bitten an dich, Jetsün Mila Shepa Dorje.

ཞེས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་ཅི་ལྷུས་གདབ་མཐར།

Ersuche Jetsün Milarepa mit starker Sehnsucht so oft du vermagst, und bitte anschließend:

རྗེ་སྐྱོ་ཚོ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱལ་ནས།

DSCHE KU TS'E TSCHIG LA SANG GYÄ NÄ/
Ehrwürdiger, nachdem du in einem Leben zum Buddha geworden bist,

མཚན་ཐོས་ཚད་འཁོར་བ་དོང་སྐྱུག་པ།

TS'ÄN T'Ö TS'Ä K'OR WA DONG TRUG PA/
hebst du alle, die deinen Namen hören, aus den Tiefen des Samsara.

རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཐུག་རིན་པོ་ཆེ།

NAL DSCHOR GYI WANG TSCH'UG RIN PO TSCH'E/
Kostbarer Herr der Yogis,

དཔལ་བཞད་པ་དོ་རྗེ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུ།

PAL SCHÄ PA DOR DSCHE TRUL PÄ KU/
glorreicher Shepa Dorje, Nirmānakāya,

༄༅། བ་རྗེ་བཙུན་རས་པ་ཆེན་པོ་ལ།།

P'A DSCHE TSÜN RÄ PA TSCH'EN PO LA/
Vater, großer, in Baumwolle gehüllter Jetsün,

ཡིད་ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་སློབ་གཏང་ལ།།

YI T'E TS'OM ME PÄ LO TÄ SCHU/
Von Zweifeln frei vertraue ich dir.

ཚེ་ལོང་མེད་མི་རྟག་སློབ་ཤས་སླེས།།

TS'E LONG ME MI TAG KYO SCHÄ KYE/
Möge Überdruß entstehen, da das Leben ohne Muße und unbeständig ist.

བུ་མོས་གུས་གདུང་བས་གསོལ་བ་འདེབས།།

BU MÖ GÜ DUNG WÄ SOL WA DEB/
als dein Kind ersuche ich dich mit sehnsüchtiger Hingabe.

དུས་འདི་སྤི་ཀུན་ཏུ་སྤྱུགས་རྗེས་བྱུངས།།

DÜ DI TSCH'I KÜN TU T'UG DSCHE SUNG/
Nimm mich jetzt und für immer mit deinem Mitgefühl an.

སློབ་དམ་པའི་ཚོས་སུ་འགྲོ་བ་དང་།།

LO DAM PÄ TSCH'Ö SU DRO WA DANG/
Möge mein Geist dem wahren Dharma nachgehen,

ལམ་དམན་དང་ལོག་པར་མི་གོལ་བར།།

LAM MÄN DANG LOG PAR MI GOL WAR/
und möge all meine Dharmapraxis dem Pfad folgen,

ལས་རྒྱ་འབྲས་སྤང་དོར་མི་འཚོལ་ཞིང་།།

LÄ GYU DRÄ LANG DOR MI TSCH'OL SCHING/
Möge ich nicht verwirrt sein über das, was mit Blick auf Karma, Ursache und Resultat, anzunehmen und aufzugeben ist,

ཚོགས་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཡོངས་སུ་རྗེས་སྤྱོད།།

TS'OG SAG TSCHÄ SAG ME YONG SU DSOG/
und die befleckten und unbefleckten Ansammlungen vollständig vollendet.

ཚོས་བྱས་ཚད་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་།།

TSCH'Ö DSCHÄ TS'Ä LAM DU DRO WA DANG/
ohne auf falsche oder niedrige Pfade abzuschweifen.

རྒྱུད་སློམ་པ་དམ་ཚིག་རྣམ་པར་དག།།

GYÜ DOM PA DAM TS'IG NAM PAR DAG/
mögen die Gelübde und Samayas in meinem Geistesstrom vollkommen rein bleiben

སྤི་ཚོས་བརྒྱུད་ཉོན་མོངས་འཆིང་ལས་གྲོལ།།

TSCH'I TSCH'Ö GYÄ NYÖN MONG TSCH'ING LÄ DROL/
Möge ich äußerlich von den acht weltlichen Belangen und den Fesseln der Geistesgifte frei werden

ལྷོ། རང་ལྷ་བདེའི་ལམ་བཟང་མཐའ་རུ་སྦྱིན།།

NANG SCHU DE LAM SANG T'A RU TSCH'IN/
und innerlich den ausgezeichneten Pfad der Glückseligkeit des
Schmelzens vollenden.

གཤམ་སྐྱ་གསུམ་རྩལ་སྤང་ཚོས་ཉིད་རྒྱན།།

SCHI KU SUM TSAL NANG TSCH'Ö NYI GYÄN/
In dieser grundlegenden Natur, erscheinen die Ausdruckskraft der
drei Körper, der Schmuck der Dharmatā

དབྱེར་མི་སྦྱེད་རང་རིག་སྦྱིང་དབུས་སད།།

YER MI TSCH'E RANG RIG NYING Ü SÄ/
Möge mein Selbstgewahrsein davon ungetrennt mitten in meinem Herzen erwachen.

དོན་རང་རིག་གཞུག་མ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།།

DÖN RANG RIG NYUG MA TSCH'AG GYA TSCH'E/
Das Endgültige ist das Selbstgewahrsein, das Innewohnende, die
Mahāmudrā.

རྗེ་རས་པ་ཆེན་པོའི་གསང་གསུམ་དང་།།

DSCHE RÄ PA TSCH'EN PÖ SANG SUM DANG/
oder die drei Geheimnisse des ehrwürdigen, großen, in Baumwolle
Gehüllten.

དུས་སྐད་ཅིག་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ།།

DÜ KÄ TSCHIG NGÖN PAR SANG GYÄ TE/
Möge ich augenblicklich zum vollkommenen Buddha werden.

མ་མཁའ་བྱུང་འགོ་བ་འདྲེན་རུས་པའི།།

MA K'A K'YAB DRO WA DREN NÜ PÄ/
Gewähre deinen Segen, damit ich an diesem Platz

སྦྱོར་འདི་རུ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

TÄN DI RU T'OB PAR DSCHIN GYI LOB/
die mich befähigen, meine Mütter, die Wesen, so grenzenlos wie der Raum, anzuleiten.

མཚོག་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ།།

TSCH'OG T'ÜN MONG NGÖ DRUB MA LÜ PA/
ausnahmslos alle Verwirklichungen, die höchste und die allgemeinen, erlange,

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རྩེ་གུ་རཱ་རཱ་སར་སེའི་ཧཱུྃ།།

OM Ā HŪNG GURU RATNA SARWA SIDDHI HŪNG

Ganacakra

༄༅། ལྷ་བས་འདིར་སྒོ་ན། ཚོགས་གྱི་ཡོ་བྱད་རྣམས་བསགས་ཏེ།

ཨོྲཱཾ་ཀ་ཎ་དཱ་ལཱ་ཤུཊ་ཏཱ་མ་ཧཱ།

Wenn man mag, stelle man nun die Gaben für das Ganacakra zusammen:

OM K'ANDAROHE HÜNG HÜNG P'AT

ཨོྲཱཾ་སྔ་བླ་མ་ཤུཊ་ཏཱ་མ་ཧཱ་དཱ་ལཱ་ཤུཊ་ཏཱ་མ་ཧཱ་ཧཱ།

OM SWABHĀWA SCHUDDHAH SARWA DHARMĀH SWABHĀWA SCHUDDHO HANG/

སྔ་བའི་ངང་ལས་ཡི་ལས་རྒྱུར་།།

TONG PĀ NGANG LĀ YAM LĀ LUNG/
In der Leerheit entsteht aus YAM Wind

རི་ལས་མི་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་སྟེང་།།

RAM LĀ ME YI KYIL K'OR TENG/
und aus RAM ein Feuermantala.

ཀཾ་ལས་མི་མགོ་སྐྱེད་བུའི་དབུས།།

KAM LĀ MI GO GYE BÜ Ü/
Darüber entsteht aus Kam ein Dreifuß aus Menschenköpfen.

ཉི་ཤུ་ཚེ་རིང་།

25

© DKV, Aachen

བདེ་སྐྱོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེའི་ནང་།།

DE KYONG YANG SCHING GYA TSCH'E NANG/
In dessen Mitte befindet sich ein weitläufiger,
gigantischer Schädel,

ཚོགས་རྒྱས་ཡི་ཤེས་བདུད་རྩིས་གྱུར་།།

TS'OG DSÄ YE SCHE DÜ TSIR GYUR/
in dem sich die Ganacakra-Substanzen in den
Nektar der ursprünglichen Weisheit verwandeln.

ཨོྲཱཾ་ཧཱུཎ་མཱ་ཧཱ་ཀཱ་ཏཱ་མཱ་ཧཱ། ལན་གསུམ་བཅོད།

OM ĀH HÜNG HA HO HRĪ

Wiederhole dies dreimal.

ཚོགས་མགོན་སྐྱེན་འབྲེལ་ནི། **Einladen der Gäste zum Ganacakra**

ཧཱུཎ་ཀཱ་མིན་ཚོས་དབྱིངས་པོ་བྱང་ནས།།

HÜNG OG MIN TSCH'Ö YING P'O DRANG NÄ/
HÜNG Aus dem Palast des Dharmadhātu in Akanishtha

བཅོམ་ལྷན་ཚོས་སྐྱེ་རྗེ་འཆང་།།

TSCHOM DÄN TSCH'Ö KU DOR DSCHE TSCH'ANG/
lade ich den Bhagavan, den Dharmakāya Vajradhara ein,

རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ལྷན་པོ།

Milarepa Drubthab

༄༅། ཟ་ཉོར་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་ནས།།

SA HOR GYAL PÖ P'O DRANG NÄ/
und aus dem Königspalast von Sahor

ནལ་འབྱོར་རྣམ་ཏེ་པའི་ཞབས།།

NAL DSCHOR NÄ RO TA PÄ SCHAB/
den ehrwürdigen Yogi Nāropa,

ལ་མྱི་དཔལ་གྱི་ཚུ་བར་ནས།།

LA TSCH'I PAL GYI TSCH'U BAR NÄ/
aus Lapchi Pelgyi Chubar

གྲུབ་པའི་དབང་ཕུག་ཉི་མེད་པ།།

DRUB PÄ WANG TSCH'UG TILLI PA/
Tilopa, den Herrn der Siddhas,

གྲོ་བོ་ལུང་གི་གནས་མཚོག་ནས།།

DRO WO LUNG GI NÄ TSCH'OG NÄ/
aus dem vorzüglichen Gebiet von Drowo Lung

རྗེ་བཙུན་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་ཞབས།།

DSCHE TSÜN DOR DSCHE GYAL TS'ÄN SCHAB/
den ehrwürdigen Jetsün Dorje Gyaltsen,

ཕུལ་ཉེ་འཁོར་དགོན་པ་ནས།།

PUSCHPA HARI GÖN PA NÄ/
aus der Abgeschiedenheit von Pushpahari

ལོ་རྩེ་མར་པ་ལོ་ལྷོ་གོས་རྗེ།།

LO TSÄ MAR PA LO DRÖ DSCHE/
den edlen Marpa Lodrö, den Übersetzer,

རི་བོ་ཤརྩིའི་གནས་མཚོག་ནས།།

RI WO SCHANTI NÄ TSCH'OG NÄ/
aus dem vorzüglichen Land des Berges
Shanti

དུགས་པོ་སྐྱེ་འོད་གཞོན་རུའི་མཚན།།

DAG PO DA Ö SCHÖN NÜ TS'ÄN/
Dagpo Daö Shönu,

འབྲི་གུང་དཔལ་གྱི་ནགས་ཁྲོད་ནས།།

DRI GUNG PAL GYI NAG T'RÖ NÄ/
aus dem Wald des vom Glanz erfüllten Drikung

རྩ་བའི་སྐྱེ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་།།

TSA WÄ LA MA DOR DSCHE TSCH'ANG/
den Herzensguru Vajradhara,

མཐའ་རྩ་དཔལ་གྱི་ཚོས་འབྲུང་ནས།།

T'A TSA PAL GYI TSCH'Ö DSCHUNG NÄ/
aus dem Dharmodaya von Thatsa Pal

ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་རྩུ་ཕྱི།།

NGO WO NYI KU RATNA SCHRĪ/
den Svabhāvikakāya Ratnashrī,

གར་བཞུགས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ནས།།

GAR SCHUG DAG PÄ SCHING K'AM NÄ/
aus den reinen Gefilden, in denen sie sich aufhalten,

འགོ་བའི་མགོན་པོ་དོ་རྗེ་རྒྱལ།།

DRO WÄ GÖN PO DOR DSCHE GYAL/
Dorje Gyalpo, den Beschützer der Wesen,

སྤྱི་གཙུག་ཉི་ལྷའི་གདན་སྟེང་དུ།།

TSCHI TSUG NYI DÄ DÄN TENG DU/
von der Krone meines Kopfes, auf einem Sitz aus
Sonne und Mond

རྩ་བ་རྒྱུད་སྐྱེ་མ་དམ་པའི་ཚོགས།།

TSA GYÜ LA MA DAM PÄ TS'OG/
die ausgezeichnete Versammlung der
Herzens- und Liniengurus,

༄༅། ལྷུན་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་གྲོང་ནས།།

LHÜN DRUB YE SCHE K'A LONG NÄ/
aus der Weite der mühelos-spontan entstan-
denen, ursprünglichen Weisheit

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཤུགས་འགྲོའི་ཚོགས།།

PA WO K'A DRO SCHUG DRÖ TS'OG/
die Versammlung der Viras und der Dākinīs
der Weisheit und des Mitgeföhls,

འབྲི་གུང་གྲུང་རྩུབ་སྒྲིང་མཚོག་ནས།།

DRI GUNG DSCHANG TSCH'UB LING TSCH'OG NÄ/
aus dem ausgezeichneten Drikung Jangchup Ling

ཡི་དམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས།།

YI DAM GYAL WA GYA TS'Ö TS'OG/
die ozeangleiche Versammlung der
siegreichen Yidam-Gottheiten,

དུར་ཁྲོད་འཇིགས་རུང་ཞིང་ཁམས་ནས།།

DUR T'RÖ DSCHIG RUNG SCHING K'AM NÄ/
von den furchterregenden Leichenäckern der
reinen Gefilde

བསྟན་སྲུང་ཨ་ཕྱི་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོན།།

TÄN SUNG A TSCH'I TSCH'Ö KYI DRÖN/
die Schützerin der Lehre, Achi Chökyi Drön,

གནས་ཡུལ་དག་པའི་ཕོ་གྲང་ནས།།

NÄ YUL DAG PÄ P'O DRANG NÄ/
aus den Palästen der reinen Länder

བྲག་འཕུང་མ་རྒྱ་ལྡེའི་ཚོགས།།

T'RAG T'UNG MA HÄ KÄ LÄ TS'OG/
die Versammlung der Blut trinkenden
Mahākālas,

གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་ཚོད་པན་ནས།།

GANG KAR SCHEL GYI TSCHÖ PÄN NÄ/
von der Krone des weißen Kristallgletschers

སྒྲིང་པོའི་བསྟན་སྲུང་དམ་ཅན་ཚོགས།།

NYING PÖ TÄN SUNG DAM TSCHÄN TS'OG/
die Versammlung der eidgebundenen Schützer
der essenziellen Lehren.

ཟག་མིང་བདུད་རྩིར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

SAG ME DÜ TSIR DSCHIN GYI LOB/
Segnet bitte den unbefleckten Nektar.

ལྷ་སྟན་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མ།།

LHA MÄN TRA SCHI TS'E RING MA/
die göttliche Heilerin Tashi Tseringma,

དམ་ཚོག་གཙུང་མའི་ཚོགས་ཁང་འདིར།།

DAM TS'IG TSANG MÄ TS'OG K'ANG DIR/
Mit sehnsüchtiger Hingabe lade ich euch

ཚོགས་འཁོར་ཀུན་བཟང་མཚོད་སྟོན་འདི།།

TS'OG K'OR KÜN SANG TSCH'Ö TRIN DI/
In der Nicht-Dualität bringe ich

གནས་ཡུལ་སོ་སོའི་ཕོ་གྲང་ནས།།

NÄ YUL SO SÖ P'O DRANG NÄ/
und von den Palästen ihrer jeweiligen Orte

མོས་གུས་གདུང་བས་སྟུན་འབྲེན་ན།།

MÖ GÜ DUNG WÄ TSCHÄN DREN NA/
in diese Versamlungsstätte des reinen
Samaya ein.

གཉིས་མིང་ངང་དུ་འབུལ་ལགས་ན།།

NYI ME NGANG DU BUL LAG NA/
diese wolkengleichen Samantabhadra-Gaben
für das Ganacakra dar.

༄༅། ལྷང་དོར་མེད་པར་བཞེས་སུ་གསོལ།།

LANG DOR ME PAR SCHE SU SOL/
Genießt sie, ohne etwas anzunehmen oder abzulehnen.

ཉམས་ཆགས་བསྐྱང་ཞིང་བར་ཆད་བརྗོད།།

NYAM TSCH'AG KANG SCHING BAR TSCH'Ä DOG/
bis ich den Königssitz des Dharmakāya erreicht habe.

ཚོས་སྐྱའི་རྒྱལ་ས་མ་བཟེན་བར།།

TSCH'Ö KÜ GYAL SA MA SIN BAR/
Stellt meine verletzten Gelübde wieder her und wendet Hindernisse ab,

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།།

DSCHIN GYI LOB SCHIG NGÖ DRUB TSOL/
Segnet mich und gewährt Verwirklichung.

ག་ཏ་ཅག་སྤུང་ལྷ་ཉི།

GANATSAKRA PÜDSA KHÄHI/

Rezitiere dies und bringe den besten Teil des Ganacakras dar.

ཞེས་བརྗོད་དེ་ཚོགས་ལུང་འབུལ།།

ཉོ། རང་ལུས་གདན་གསུམ་ཚང་པའི་ལྷ།།

HO/ RANG LÜ DÄN SUM TS'ANG PÄ LHA/
HO! Mein eigener Körper ist die Gottheit, in der die drei Sitze
vollständig sind.

སྐུར་དུ་དོ་རྗེའི་ལམ་བགོད་ནས།།

NYUR DU DOR DSCHE LAM DRÖ NÄ/
schnell auf dem Vajrapfad voranschreiten

ཨ་ལ་ལ་ཧོ།

A LA LA HOH/

ནང་གི་བསྐྱེད་སྐྱེས་སྐྱབས་ལུང་བ་ཡིས།།

NANG GI SEG LUG P'ULWA YI/
Möge ich durch die innere Gabe von Brennen und Auffüllen

ལྷུག་རྒྱ་ཚེན་པོར་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།

TSCH'AG GYA TSCH'EN POR DRUB GYUR TSCHIG/
und die Mahāmudrā verwirklichen.

ཞེས་ཚོགས་ལ་རོལ།།

Genieße das Ganacakra.

༄༅། ལྷག་མ་རྣམས། Segnung der Überreste

ཨོཾ་ཨ་ཀཾ་རོ་མུ་ཁི་སར་རྣམ་ཤེས་ཨོཾ་ ཨྲཱ་ཧྲཱ་ཅཱ་ཧྲཱ་ཧྲཱ་ཨོཾ་ཨྲཱ་ཧྲཱ་ཅཱ་ཧྲཱ་ ལན་གསུམ་གྱིས་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ།

OM AKĀRO MUK'AM SARWA DHARMA NAM ĀDYAN UTPAN NATWATA OM ĀH HŪNG P'AT SWĀHĀ

Segne unter dreimaligem Rezitieren.

མྱོ་། དཔལ་ཚེན་ཚོགས་གྱི་ལྷག་མའི་བདག།

BHYOH/ PAL TSCH'EN TS'OG KYI LHAG MÄ DAG/
BHYOH Diejenigen, denen die Überreste des großen, vom
Glanz erfüllten Ganacakra gehören,

སྲགས་ལས་སྐྱེས་དང་ཞིང་ལས་སྐྱེས།།

NGAG LÄ KYE DANG SCHING LÄ KYE/
Dākinīs, die ihr aus Mantra,

ཉི་ལུང་དཀར་པོ།

29

© DKV, Aachen

ལས་ལ་སྐྱེས་པའི་མཁའ་འགོ་མ།།

LÄ LA KYE PÄ K'A DRO MA/
den heiligen Stätten und Aktivitäten hervorgegangen seid

དཔལ་གྱི་པ་འབབ་འདི་བཞེས་ལ།།

PAL GYI P'A BAB DI SCHE LA/
Genießt dieses vom Glanz erfüllte Vermächtnis

ཀྱེན་ངན་བར་ཆད་ཞི་བར་མཛོད།

KYEN NGÄN BAR TSCH'Ä SCHI WAR DSÖ/
für uns, die Yoginīs und Yogis mitsamt unserem Gefolge.

འདིར་གཤེགས་ལྷག་མའི་གཏོར་མ་བཞེས།།

DIR SCHEG LHAG MÄ TOR MA SCHE/
kommt hier her und genießt den Torma der Überreste.

རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་གྱི།།

NAL DSCHOR DAG TSCHAG K'OR TSCHÄ KYI/
und befriedet ungünstige Umstände und Hindernisse

ཨྲཱིཧྲཱ་ཧྲཱ་ལི་ཏྱ་ལྷཱ་ལྷཱ་ཀཾ་སྐྱ་ཧྲཱ།

UTS'ISCHTA BHALINGTA BHAKSCHA BHAKSCHA KA SWĀHĀ

ཇི་བཙན་བཞུད་པ་དེའི་ལྷ་སྐྱེས་པ།

Milarepa Drubthab

༄༅། རྗེས་དབང་བཞི་ལོན་པ་ནི། **Das Nehmen der vier Ermächtigungen**

རྗེ་བཙུན་རས་པ་རྩ་གསུམ་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས།།

DSCHE TSÜN RÄ PA TSA SUM LHA TS'OG KYI/
Mögen mich der in Baumwolle gehüllte Jetsün und
die Gottheitenversammlung der drei Wurzeln,

གསོལ་བ་བཏབ་པས་འཁོར་ཚོགས་གཙོ་བོར་ཐིམ།།

SOL WA TAB PÄ K'OR TS'OG TSO WOR T'IM/
Indem ich so bitte, löst sich das versammelte Gefolge in Milarepa auf.

བདག་རྒྱུད་སླིན་ཅིང་གོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

DAG GYÜ MIN TSCHING DROL WAR DSCHIN GYI LOB/
segnen, damit mein Geistesstrom heranreift und befreit wird.

གཙོ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་སེར་འཕྲོས།།

TSO LÄ Ö SER KAR MAR T'ING SER T'RÖ/
Von ihm strömt weißes, rotes, blaues und gelbes Licht aus

སྒྲིབ་བཞི་ལོན་པ་

རང་གི་གནས་བཞིར་ཐིམ་པས་དབང་བཞི་ཐོབ།།

RANG GI NÄ SCHIR T'IM PÄ WANG SCHI T'OB/
und verschmilzt mit meinen vier Stellen, damit erhalte ich
die vier Ermächtigungen.

མཐར་ནི་རྗེ་བཙུན་འོད་ལྷུ་རང་ལ་ཐིམ།།

T'AR NI DSCHE TSÜN Ö SCHU RANG LA T'IM/
Schließlich löst sich Jetsün Milarepa in Licht auf und verschmilzt mit mir.

སྒྲིབ་སྲིད་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཨི་མ་ཏོ།།

NANG SI TSCH'AG GYA TSCH'EN PO E MA HO//
ist alles, was existiert und erscheint, Mahāmudrā, E MA HO!

སྒྲིབ་བཞི་དག་ནས་སྐྱུ་བཞི་མངོན་དུ་བྱས།།

DRIB SCHI DAG NÄ KU SCHI NGÖN DU DSCHÄ/
Indem die vier Verschleierungen gereinigt werden, verwirkliche ich
die vier Kāyas.

དབྱེར་མེད་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་ངང་ཉིད་དུ།།

YER ME NYAM PA TSCH'EN PÖ NGANG NYI DU/
In dieser untrennbaren, großen Gleichheit

ཞེས་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་མ་བཅོས་རང་བབས་སུ་ཅི་གནས་སྐྱོང་ལ།

*Halte dein gewöhnliches Bewusstsein so lange in
seiner ungekünstelten Natur aufrecht, wie es darin verweilt.*

རྗེ་བཙུན་བཞིར་བཞི་ལོན་པ་

Milarepa Drubthab

༄༅། ཇེས་བསྐྱོན་ནི། Abschließende Widmungsgebete

དུས་གསུམ་བསགས་དང་ཡོད་པའི་དགོ་བ་འདི།།

DÜ SUM SAG DANG YÖ PÄ GE WA DI/
So wie die Sieger und ihre Nachkommen das Heilsame,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཇེས་སུ་བདག་སློབ་སྟེ།།

DE DAG KÜN GYI DSCHE SU DAG LOB TE/
werde auch ich ihnen allen nachfolgend üben

འགྲོ་ཀུན་ཚོས་དབྱིངས་གསལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ།།

DRO KÜN TSCH'Ö YING SAL WÄ NAM K'A LA/
Mögen sich alle Wesen im Raum des klaren Dharmadhātu

སྐས་བཅས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པ་བཞིན།།

SÄ TSCHÄ GYAL WA NAM KYI NGÖ PA SCHIN/
das in den drei Zeiten angesammelt wurde, und das innewohnende
Heilsame, gewidmet haben,

མི་གནས་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱུར་བསྐྱོའོ།།

MI NÄ DSCHANG TSCH'UB TSCH'EN PÖ GYUR NGO'O/
und alles als Ursache für das nichtverweilende, große Erwachen widmen.

བདག་འཛིན་སྐྱེལ་མདུད་འཆིང་བ་རང་གྲོལ་ནས།།

DAG DSIN DRUL DÜ TSCH'ING WA RANG DROL NÄ/
aus den Fesseln des Schlangenknotens vom Greifen nach einem Selbst lösen

ཇེས་བསྐྱོན་གཞི།

ཡིད་ལ་མི་བྱེད་གཉེན་མ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས།།

YI LA MI DSCHE NYUG MA LHÄN TSCHIG KYE/
und daraufhin geistige Stille, das angeborene Innewohnende, zutage treten.

རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་རང་གཟུགས་མི་ལ་རྗེ།།

GYAL KÜN T'UG DSCHE RANG SUG MI LA DSCHE/
Möge die Selbstverkörperung des Mitgefühls aller Sieger, Jetsün Milarepa,

མཚོག་ཐུན་ལམ་གྱི་བར་ཆད་རབ་ཞི་ཞིང་།།

TSCH'OG T'ÜN LAM GYI BAR TSCH'Ä RAB SCHI SCHING/
Mögen sich die Hindernisse auf dem Pfad zur höchsten und den
allgemeinen Verwirklichungen vollkommen auflösen

ཚོས་སྐྱེ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་ས་ཐོབ་ཤོག།

TSCH'Ö KU DOR DSCHE TSCH'ANG GI SA T'OB SCHOG/
Mögen sie den Dharmakāya, die Ebene von Vajradhara, erreichen.

ཚོ་རབས་ཀུན་ཏུ་བདག་གི་སྐྱེ་མ་ཤོག།

TS'E RAB KÜN TU DAG GI LA MA SCHOG/
in allen Leben mein Guru sein.

འོད་གསལ་ངང་ནས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

Ö SAL NGANG NÄ DRO WA DROL WAR SCHOG/
und möge ich die Wesen aus der lichten Klarheit heraus befreien.

ཇེས་བསྐྱོན་གཞི།

༄༅། བཀའ་ཤིས་ནི། **Glückverheißendes Gebet**

ཙ་བརྒྱད་གྲ་མའི་བྱིན་རླབས་སྒྲིན་ཕུང་འབྲིགས།།

TSA GYÜ LA MÄ DSCHIN LAB TRIN P'UNG T'RIG/
Möge das Glück gegenwärtig sein, dass sich Wolkenschwaden
des Segens der Herzens- und Liniengurus zusammenballen

ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་དངོས་གྲུབ་ཆར་རྒྱན་འབབས།།

YI DAM LHA TS'OG NGÖ DRUB TSCH'AR GYÜN BEB/
Mögen die Verwirklichungen der versammelten Yidam-Gottheiten
wie ein ununterbrochener Regen herabströmen

སྲིད་པའི་གདུང་བ་འཕྲོག་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།

SI PÄ DUNG WA T'ROG PÄ TRA SCHI SCHOG/
und die Leiden des Daseinskreislaufs entwendet werden.

ཕན་བདེའི་ལོ་ཉོག་རྒྱས་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།

P'ÄN DE LO TOG GYÄ PÄ TRA SCHI SCHOG/
und sich die Ernte von Wohlergehen und Glück mehren.

སྲིད་པའི་གདུང་བ་

གནས་གསུམ་རྒྱུ་ཕྱིན་ལས་གྲོག་ལྷར་འབྲུགས།།

NÄ SUM DÄKI T'RIN LÄ LOG TAR K'YUG/
Mögen die Aktivitäten der Däkinīs der drei Orte wie Blitze aufleuchten

ཚོས་སྲུང་མཐུ་སློབས་དོ་རྗེའི་མེ་ཆར་གྲིས།།

TSCH'Ö SUNG T'U TOB DOR DSCHE ME TSCH'AR GYI/
Möge die Macht und Stärke der Dharmaschützer einen Regen von
Vajrafeuer bewirken

གྲུབ་བརྒྱའི་གཙུག་ཚོར་བཞད་པ་དོ་རྗེ་ཡི།།

DRUB GYÄ TSUG NOR SCHÄ PA DOR DSCHE YI/
Möge die Lichtflut des Segens

བར་ཆད་བདུད་མུན་སེལ་བའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།

BAR TSCH'Ä DÜ MÜN SEL WÄ TRA SCHI SCHOG/
und die Finsternis der hindernisbereitenden Māras vertreiben.

ལོག་འདྲེན་དགྲ་དཔུང་ཆར་གཙོད་བཀའ་ཤིས་ཤོག།

LOG DREN DRA PUNG TS'AR TSCHÖ TRA SCHI SCHOG/
und die Scharen der in die Irre führenden Feinde ausmerzen.

སྒྲིན་བརྒྱད་བདུད་ཚི་ཐིགས་པའི་བྱིན་རླབས་གཟི།།

NYÄN GYÜ DÜ TSI T'IG PÄ DSCHIN LAB SI/
der Tropfen von Nektar der mündlichen Übertragungslinie
von Shepa Dorje, dem Kronjuwel der hundert Siddhas,

ཐུག་པའི་གཙུག་ཚོར་

