

# Lama Chöpa / Guru Yoga

Die Praxis der rituellen Darbringung an den Guru

verfasst vom

I. Panchen Lama Losang Chökyi Gyaltsen



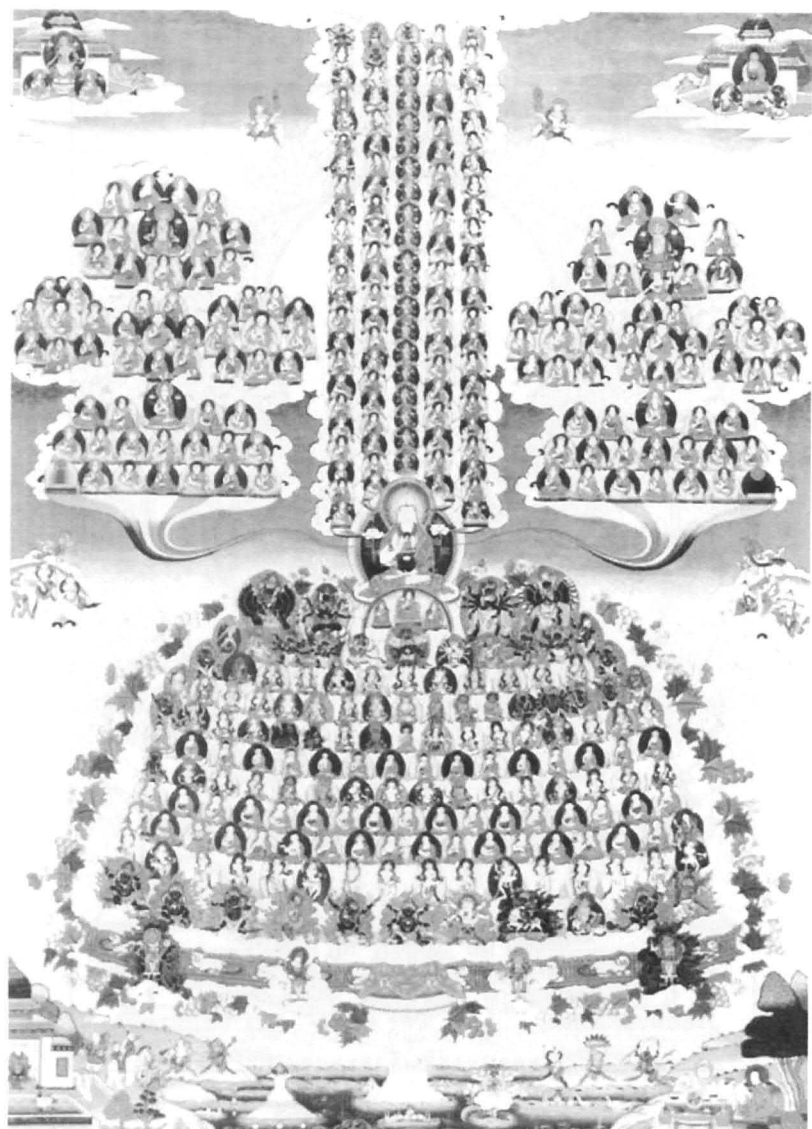
FPMT Inc.  
1632 SE 11th Avenue  
Portland, OR 97214 USA  
[www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)

© 2012 PLC Wien  
All rights reserved.

Diese Lama Chöpa Fassung orientiert sich an den Texten wie sie für die Lama Chöpa / Guru Puja im Istituto Lama Tsongkhapa in Pomaia (Italien) und im Kloster Nalanda (Südfrankreich) verwendet werden. Ergänzt ist der Text mit den Schützergebeten am Ende des Textes, die im PLC-Wien zum Wohle unsers Zentrums auf Anraten von Kirti Tsenchap Rinpoche rezitiert werden.

Die tibetische Lautschrift und die Abbildungen wurden aus der englischen Fassung der Lama Chöpa Jorchö kopiert. Die deutsche Übersetzung stammt von Oliver Peterson aus dem Tibet Zentrum in Hamburg (mit freundlicher Genehmigung). Die Schützergebete und die Abbildungen der Schützer sind aus dem PB 2 entnommen und wurden von Conny Krause übersetzt. Mike Schmidt hat den deutschen Text abgetippt und einige englische Titelzeilen übersetzt.

Layout und Idee stammen von Marion (Dawafee) Frauenglas. Dies ist eine vorläufige Fassung der Lama Chöpa bis der gesamte Text der Lama Chöpa Jorchö ins Deutsche übersetzt sein wird. Für Fehler im Text entschuldige ich mich.





*Lama Tsongkhapa*



## Lama Chöpa / Guru Yoga

### Zuflucht

**LC 2** RAB KAR GE SEM CHHEN PÖI NGANG NYI NÄ  
**Mit dem erhabenen heilsamen Geist eines vollkommen  
 reinen Herzens**

DAG DANG KHA NYAM MA GÄN SEM CHÄN NAM  
**nehmen ich und die Wesen, meine früheren Mütter,  
 deren Anzahl so unendlich ist wie der Raum,**

DENG NÄ JI SI JANG CHHUB NYING PÖI BAR  
**von heute an bis zur Erleuchtung**

LA MA KÖN CHHOG SUM LA KYAB SU DRO  
**Zuflucht zu den Gurus und den Drei Juwelen.**

---

Beim Rezitieren jeder Ehrerbietung denke während der ersten Hälfte, dass du Verfehlungen reinigst und während der zweiten Hälfte, dass du gesegnet wirst. Wenn man die Lama Chöpa in einfacher Weise durchführt, rezitiert man LC3 drei Mal.

---

### Bodhicitta



**LC 3** NAMO GURUBHYA  
**Zum Guru nehme ich Zuflucht**

NAMO BUDDHAYA  
**Zum Buddha nehme ich Zuflucht**

NAMO DHARMAYA  
**Zum Dharma nehme ich Zuflucht**

NAMO SANGHAYA  
**Zum Sangha nehme ich Zuflucht (3, 7, 21, oder 108x)**

LA MA YI DAM KÖN CHOG SUM LA KYAB SU CHI WO  
**Zum Guru, zum Yidam und den Drei Juwelen nehme  
 ich Zuflucht.**

**LC 4** MA SEM CHÄN KÜN GYI DÖN GYI CHHIR  
**Zum Wohle aller mütterlichen Wesen**

DAG NYI LA MA L HAR GYUR NÄ  
**will ich selbst zu einer Guru-Gottheit werden,**

SEM CHÄN THAM CHÄ LA MA LHÄI  
**und so werde ich dann alle Wesen**

GO PHANG CHHOG LA GÖ PAR JA  
**in den höchsten Zustand einer Guru-Gottheit führen. (3x)**

---

Meditiere hier auf die speziell auf die Erzeugung von Bodhicitta, um in die Praxis des Tantra einzutreten.

---

### *Spezielles Bodhichitta erzeugen*

**LC 5** MA SEM CHÄN THAM CHÄ KYI DÖN DU DAG GI  
**Zum Wohle aller mütterlichen Wesen**

TSHE DI NYI LA NYUR WA NYUR WAR DÖ MÄI SANG GYÄ  
**will ich noch in eben diesem Leben schnell, schnell**

LA MA LHÄI GO PHANG NGÖN DU JÄ  
**den Zustand der Einheit des ursprünglichen Buddhas,  
des Gurus und der Gottheit verwirklichen**

**LC 6** MA SEM CHÄN THAM CHÄ DUG NGÄL LÄ DRÄL  
**Ich werde alle mütterlichen Wesen vom Leiden befreien**

DE CHHEN SANG GYÄ KYI SA LA GÖ PAR JA  
**und sie zu der großen Glückseligkeit der  
Buddhaschaft führen.**

DEI CHHIR DU LAM ZAB MO LA MA LHÄI  
**Darum werde ich dem tiefgründigen Pfad**

NÄL JOR NYAM SU LANG WAR GYI WO  
**des Guru-Gottheiten Yoga folgen. (1x oder 3x)**

---

Löse das Verdienstfeld auf und lasse es mit dir verschmelzen. Meditiere anschliessend über die drei Kayas (Buddhakörper). Dann erscheine in der Form von Yamantaka oder als irgendeine andere Gottheit des Höchsten Yogatantra.

---

**LC 1** DE CHHEN NGANG LÄ RANG NYI LA MA LHA  
**Aus dem Zustand der großen Glückseligkeit verkörpere  
 ich mich als eine Guru-Gottheit,**

GANG DER SÄL WÄI KU LÄ Ö ZER TSHOG  
**von deren vorgestelltem Körper Lichtstrahlen ausgehen,  
 die in die zehn Richtungen ausstrahlen**

CHHOG CHUR THRÖ PÄ NÖ CHÜ JIN LAB PÄ  
**und dabei die Bereiche und die Wesen darin segnen.**

DAG PA RAB JAM BA ZHIG YÖN TÄN GYI  
**Dadurch wird die Welt vollständig rein und besitzt nur  
 noch Vorzüge.**

KÖ PÄI KHYÄ PAR PHÜN SUM TSHOG PAR GYUR  
**Sie bietet sich ausgezeichnet und vollkommen dar.**

**LC 7 OM AH HUM (3x)**



**LC 8** NGO WO YE SHE LA NAM PA NANG CHHÖ DANG CHHÖ  
 DZÄ SO SÖI NAM PA JE LÄ WANG PO DRUG GI CHÖ YÜL DU DE



TONG GI YE SHE KHYÄ PAR CHÄN KYE PÄ SA DANG BAR NANG  
 NAM KHÄI KHYÖN THAM CHÄ YONG SU KHYAB PÄI CHHI NANG



SANG WÄI CHHÖ TRIN DAM DZÄ CHÄN ZIG SAM GYI MI KHYAB  
 PÄ GANG WAR GYUR

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

## Die eigentliche Praxis

### Die Erzeugung des Verdienstfeldes

#### Visualisation

**LC 9** DE TONG YER ME LHA LAM YANG PAR

**Im weiten Himmel von unteilbarer Glückseligkeit  
und Leerheit,**

KÜN ZANG CHHÖ TRIN THRIG PÄI Ü

**inmitten einer Anhäufung von Wolken Samantabhadras  
Opfergaben,**

LO MA ME TOG DRÄ BÜ YONG DZE

**in der Krone eines mit Blättern, Blüten und Früchten**

DÖ GÜI PAG SAM JÖN PÄI TSER

**geschmückten wunscherfüllenden Baumes,**

DONG NGA BAR WÄI RIN CHHEN THRI TENG

**auf einem von Juwelenglanz funkelnden Löwenthron**

CHHU KYE NYI DA GYÄ PÄI TENG

**auf einem Lotus und den Scheiben der Sonne und des  
vollen Mondes,**

**LC 10** KA DRIN SUM DÄN TSA WÄI LA MA

**sitzt mein Hauptguru, dessen Güte dreifach ist**

SANG GYÄ KÜN GYI NGO WO NYI

**und der das Wesen all der Buddhas verkörpert,**

NAM PA NGUR MIG DZIN PÄI GE LONG

**in der Erscheinung eines safranfarbenen gekleideten  
Mönches**

ZHÄL CHIG CHHAG NYI DZUM KAR THRO

**mit einem Gesicht, zwei Armen und einem strahlenden  
lächeln.**

CHHAG YÄ CHHÖ CHHÄ YÖN PA NYAM ZHAG

**Die rechte Hand zeigt die Geste des Lehrens von Dharma**

DÜ TSI GANG WÄI LHUNG ZE NAM

**und die Linke hält in der Geste der Versenkung eine mit  
Nektar gefüllte Bettelschale.**

GUR GUM DANG DÄN CHHÖ GÖ SUM SÖL

**Er trägt die safranfarbenen glänzenden drei Roben**

SER DOG PÄN Zhä Ü LA DZE

**und sein Haupt wird vom goldfarbenen Hut eines Pandits  
gekrönt.**

**LC 11** THUG KAR KHYAB DAG DOR JE CHHANG WANG

**In seinem Herzen befindet sich der allesdurchdringende  
Herr Vajradhara,**

ZHÄL CHIG CHHAG NYI KU DOG NGO

**von blauer Farbe, mit einem Gesicht und zwei Armen.**

DOR DRIL ZUNG NÄ YING CHHUG MAR KHYÜ

**Glocke und Vajra haltend, umarmt er Vajradhatu Ishvari.**

LHÄN KYE DE TONG RÖL PÄ GYE

**Sie erfreuen sich an dem Spiel von gleichzeitiger  
Glückseligkeit und Leerheit,**

NAM MANG RIN CHHEN GYÄN GYI TRÄ SHING

**haben die verschiedenartigsten Juwelengeschmeide  
angelegt**

LHA DZÄ DAR GYI NA ZÄ LUB

**und sind mit Gewändern aus göttlicher Seide bekleidet,**

**LC 12** TSHÄN PEI GYÄN DÄN Ö ZER TONG BAR

**Geschmückt mit den Zeichen und Symbolen eines  
Buddha und Tausende von Lichtstrahlen aussendend,**

JA TSHÖN NA NGÄ KOR WÄI Ü

**sitzt er in der Diamanthalteung inmitten eines  
fünffarbigen Regenbogens.**

DOR JE KYIL TRUNG TSHÜL GYI ZHUG PÄI

**Seine fünf vollkommen reinen Aggregate sind die  
fünf Sugatas.**

PHUNG PO NAM DAG DE SHEG NGA

**Die vier Elemente sind die vier Gefährtinnen,**

KAM ZHI YUM ZHI KYE CHHE TSA GYÜ

**die Sinnesquellen, Energiekanäle, Sehnen und Gelenke**

TSHIG NAM JANG CHHUB SEM PA NGÖ

**sind in Wirklichkeit Bodhisattvas.**

BA PU DRA CHOM NYI THRI CHHIG TONG

**Seine Haare sind die einundzwanzigtausend Arhats,**

YÄN LAG THRO WÖI WANG PO NYI

**die Glieder Zornvolle Beschützer.**

Ö ZER CHHOG KYONG NÖ JIN SANG WA

**Die Lichtstrahlen sind die Wächter der Himmelsrichtungen,**

JIG TEN PA NAM ZHAB KYI DÄN

**während der Herr des Reichtums, Bedienstete und die weltlichen Götter nur als Kissen seiner Füße dienen.**

**LC 13** THA KOR RIM ZHIN NGÖ GYÜ LA MA

**Er ist der Reihe nach umgeben von meinem eigenen Gurus,**

YI DAM KYIL KHOR LHA TSHOG DANG

**von den Gurus der Überlieferung, von Yidams und Scharen von Mandalagottheiten;**

SANG GYÄ JANG SEM PA WO KHA DRO

**er sitzt inmitten eines Meeres von Buddhas, Bodhisattvas,**

TÄN SUNG GYA TSHÖ KOR NÄ ZHUG

**Viras, Dakas, Dakinis und Dharmabeschützern.**

**LC 14** DE DAG GO SUM DOR JE SUM TSHÄN

**Die drei Tore jedes dieser Wesen sind mit drei Vajras gezeichnet.**

HUM YIG Ö ZER CHAG KYU YI

**Von der Silbe HUM gehen Lichtstrahlen wie Fanghaken aus,**

RANG ZHIN NÄ NÄ YE SHE PA NAM

**die die Weisheitswesen von ihren natürlichen Aufenthaltsorten einladen,**

CHÄN DRANG YER ME TÄN PAR GYUR

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



## Einladung

Mit angezündetem Räucherstäbchen



**LC 16** CHÖ NAM RANG ZHIN DRO ONG KÜN DRÄL YANG  
**Ihr, die ihr die Heilsaktivität von Weisheit und Erbarmen besitzt,**

NA TSHOG DÜL JÄI SAM PA JI ZHIN DU  
**die, obwohl alle Phänomene von inhärentem Kommen und Gehen vollkommen frei sind, in jedweder Form erscheint,**

CHIR YANG CHHAR WÄI KHYEN TSEI THRIN LÄ CHÄN  
**die den geistigen Voraussetzungen der vielfältigen Schüler angemessen ist,**

KYAB GÖN DAM PA KHOR CHÄ SHEG SU SÖL



**heilige Zufluchtgebende Beschützer,  
 bitte kommt mit eurer Begleitung an diesen Ort.**

**LC 15** PHÜN TSHOG DE LEG JUNG NÄ DÜ SUM GYI  
**Hauptgurus und Gurus der Überlieferung, Yidams,  
 ihr drei Juwelen der Zuflucht,**

TSA GYÜ LA MA YI DAM KÖN CHHOG SUM  
**Viras, Dakas, Dakinis und Schar der Dharmabeschützer  
 der drei Zeiten mit eurer Begleitung,**

PA WO KHA DRO CHHÖ KYONG SUNG TSHOG CHÄ  
**die ihr die Quelle aller Vortrefflichkeiten, allen Glückes  
 und alles Guten seid,**



THUG JEI WANG GI DIR SHEG TÄN PAR ZHUG  
**bitte kommt kraft eures Erbarmens an diesen Ort und  
 verweilt stetig.**



**LC 17** OM GURU BUDDHA BODHISATTVA DHARMAPALA  
 SAPARIVARA EH HYA HI JAH HUM BAM HOH



YE SHE PA NAM DAM TSHIG PA DANG NYI SU ME PAR GYUR  
**Die Weisheitswesen und die Gelöbniswesen werden  
 untrennbar eins.**





## Sieben Zweige Gebet

### Verneigung vor dem Guru als Sambhogakaya



**LC 18** GANG GI THUG JE DE WA CHHEN PÖI YING  
**Oh Guru, durch dein Erbarmen verleiht dein  
 juwelengleicher Körper**



KU SUM GO PHANG CHHOG KYANG KÄ CHIG LA  
**sogar in einem Moment die Sphäre großer Glückseligkeit,**



TSÖL DZÄ LA MA RIN CHHEN TA BÜI KU  
**den höchsten Zustand der drei Körper.**



DOR JE CHÄN ZHAB PÄI MOR CHHAG TSHÄL LO  
**Ich verneige mich vor dem Lotus zu deinen mit Vajras  
 gezierten Füßen.**

### Verneigung vor dem Guru als Nirmanakaya



**LC 19** RAB JAM GYÄL WA KÜN GYI YE SHE NI  
**Dein Wesen ist die ursprüngliche Weisheit all der  
 unzähligen Sieger.**



GANG DÜL CHIR YANG CHHAR WÄI THAB KHÄ CHHOG  
**Die Mittel beherrschend, den zu Zählenden zu erscheinen,  
 wie es ihnen angemessen ist,**



NGUR MIG DZIN PÄI GAR GYI NAM RÖL WA  
**spielst du die Rolle eines safranfarbenen Gewandeten.**



KYAB GÖN DAM PÄI ZHAB LA CHHAG TSHÄL LO  
**Ich verneige mich zu deinen Füßen, oh heiliger Beschützer,  
 meine Zuflucht.**

### Verneigung vor dem Guru als Dharmakaya



**LC 20** NYE KÜN BAG CHHAG CHÄ PA DRUNG CHHUNG ZHING  
**Alle Schlechtigkeiten zusammen mit ihren karmischen  
 Eindrücken hast du von Grund auf getilgt.**



PAG ME YÖN TÄN RIN CHHEN TSHOG KYI TER  
**Du bist ein Schatz von Anhäufungen der Edelsteine  
 unendlicher Tugenden**



PHÄN DE MA LÜ JUNG WÄI GO CHIG PU  
**und die einzige Pforte zum Entstehen von jedem  
Nutzen und Glück.**



JE TSÜN LA MÄI ZHAB LA CHHAG TSHÄL LO  
**Ich verneige mich zu deinen Füßen, ehrwürdiger Guru.**

*Verneigung vor dem Guru als Manifestation der Drei Juwelen*



**LC 21** L HAR CHÄ TÖN PA SANG GYÄ KÜN GYI NGÖ  
**Du bist der Lehrer aller Wesen, einschließlich der  
Götter und in dir sind alle Buddhas inbegriffen.**



GYÄ THRI ZHI TONG DAM CHHÖ JUNG WÄI NÄ  
**Der Ursprung der 84 000 reinen Dharma  
Unterweisungen liegt in dir.**



PHAG TSHOG KÜN GYI Ü NA L HANG NGE WA  
**Du ragst aus der Schar der Aryas heraus.**



DRIN CHÄN LA MA NAM LA CHHAG TSHÄL LO  
**Ich verneige mich vor dem mitfühlenden Guru.**

*Verneigung vor dem Guru als Manifestation aller Buddhas  
und Bodhisattvas*



**LC 22** DÜ SUM CHHOG CHUR ZHUG PÄI LA MA DANG  
**Mit manifestierten Körpern so unzählig wie die Atome  
dieser Welt verneige ich mich vor den Gurus,**



RIN CHHEN CHHOG SUM CHHAG Ö THAM CHÄ LA  
**die in den drei Zeiten und den zehn Richtungen verweilen,**



DÄ CHING MÖ PÄ TÖ YANG GYA TSHOR CHÄ  
**vor den höchsten drei Juwelen und allen denen,  
die der Verehrung würdig sind,**



ZHING DÜL NYAM PÄI LÜ TRÜL CHHAG TSHÄL LO  
**während ich aus Vertrauen und Hochachtung ein Meer  
von Lobeshymnen anstimme.**

## Äußere Opfergaben

### Die vier Arten von Wasser

**LC 23** KYAB GÖN JE TSÜN LA MA KHOR CHÄ LA  
**Den Beschützern, meiner Zuflucht, den ehrwürdigen  
 Gurus und ihrer Begleitung,**

NA TSHOG CHHÖ TRIN GYA TSHO BÜL WA NI  
**bringe ich ein Meer von mannigfaltigen Wolken der  
 Opfergaben dar.**

**LC 24** KÖ LEG RIN CHHEN Ö BAR NÖ YANG LÄ  
**Vier Ströme von läuterndem Nektar**

DAG JE DÜ TSII CHHU ZHI DÄL GYI BAB  
**fließen gemächlich aus wohl angeordneten weiten,  
 glitzernden Edelsteingefäßen.**

**LC 25** DONG PÖ SIL MA THRENG WA PEL LEG PA  
**Schöne Blumen in Form von Sträußen, Blütenblättern  
 und kunstvoll geflochtenen Kränzen**

DZE PÄI ME TOG SA DANG BAR NANG GANG  
**erfüllen die Erde und den gesamten Äthers.**

**LC 26** DRI ZHIM PÖ KYI DÜ PA BÄI DUR YÄI  
**Lapislazulifarbene Schwaden von wohlriechendem  
 Räucherwerk**

YAR KYE NGÖN PÖI TRIN GYI LHA LAM THRIG  
**sammeln sich wie bläuliche Sommerwolken am Himmel.**

**LC 27** NYI DA NOR BU RAB BAR DRÖN MEI TSHOG  
**Die Strahlen einer Fülle von hell leuchtenden Lichtern  
 der Sonne, des Mondes und der Juwelen**

TONG SUM MÜN SEL Ö ZER TSE GA GÖ  
**beseitigen in einem frohlockenden Spiel von Mustern  
 die Düsternis von dreitausend Welten.**

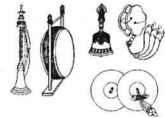
**LC 28** GA BUR TSÄN DÄN KUR KUM DRI GÖ PÄI  
**Ein großer See von Duftwasser, erfüllt mit dem Wohlgeruch**

PÖ CHHÜI TSHO CHHEN KHOR YUG KÜN NÄ KHYIL  
**von Kampfer, Sandel und Safran, breiten sich aus bis an den Horizont.**

**LC 29** RO GYÄI CHÜ DÄN ZA CHA TUNG WA DANG  
**In Form von Speisen und Getränken mit einhundert Geschmäckern**

LHA DANG MI YI ZHÄL ZÄ LHÜN POR PUNG  
**häuft sich die Nahrung von Göttern und Menschen an wie der Berg Meru.**

**LC 30** NA TSHOG RÖL MÖI JE DRAG THA YÄ LÄ  
**Musik von unzähligen, mannigfaltigen Musikinstrumenten erfüllt,**



JUNG WÄI DANG NYÄN GYUR WÄ SA SUM GENG  
**zur Symphonie zusammenklingend, die drei Bereiche.**

*Opfern der fünf Sinnesobjekte*

**LC 31** ZUG DRA DRI RO REG JÄI PÄL DZIN PÄI  
**Göttinnen der äußeren und inneren Sinnesobjekte,**

CHHI NANG DÖ YÖN LHA MÖ CHHOG KÜN KHYAB  
**die Herrlichkeit der Formen und Farben, der Töne, der Gerüche, Geschmäcker und Tastobjekte Haltend, durchdringen alle Richtungen.**



**Mandala der 37 Anhäufungen (optional)**

ZHING KAM ÜL WAR GYI WO...

OM VAJRA BHUMI AH HUM / WANG CHHEN SER GYI SA ZHI / OM  
VAJRA REKHE AH HUM / CHHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WÄI Ü SU

RII GYÄL PO RI RAB / SHAR LÜ PHAG PO / LHO DZAM BU LING / NU  
BA LANG CHÖ / JANG DRA MI NYÄN / LÜ DANG LÜ PHAG / NGA  
YAB DANG NGA YAB ZHÄN / YO DÄN DANG LAM CHHOG DRO / DRA  
MI NYÄN DANG DRA MI NYÄN GYI DA / RIN PO CHHEI RI WO / PAG  
SAM GYI SHING / DÖ JÖI BA / MA MÖ PÄI LO TOG / KHOR LO RIN  
PO CHHE / NOR BU RIN PO CHHE / TSÜN MO RIN PO CHHE / LÖN PO  
RIN PO CHHE / LANG PO RIN PO CHHE / TA CHHOG RIN PO CHHE /  
MAG PÖN RIN PO CHHE / TER CHHEN PÖI BUM PA

GEG MA / THRENG WA MA / LU MA / GAR MA / ME TOG MA /  
DUG PÖ MA / NANG SÄL MA / DRI CHHAB MA / NYI MA / DA WA

RIN PO CHHEI DUG / CHHOG LÄ NAM PAR GYÄL WÄI GYÄN TSHÄN  
Ü SU LHA DANG MI YI / PÄL JOR PHÜN SUM TSHOG PA MA TSHANG  
WA ME PA / TSANG ZHING YI DU WONG WA DI DAG DRIN CHÄN TSA  
WA DANG GYÜ PAR / CHÄ PÄI PÄL DÄN LA MA DAM PA NAM DANG  
KYÄ PAR DU YANG

**LA MA LO SANG TUB WANG DOR JE CHANG** / CHEN PÖI LHA TSHOG  
KHOR DANG CHÄ PA NAM LA ZHING KAM ÜL WAR GYI WO / THUG  
JE DRO WÄI DÖN DU ZHE SU SÖL / ZHE NÄ [KYANG] DAG SOG DRO  
WA MA GYUR NAM KHÄI THA DANG NYAM PÄI SEM CHÄN THAM CHÄ  
LA / THUG TSE WA CHHEN PÖ GO NÄ JIN GYI LAB TU SÖL

*Die Darbringung des Mandalas (optional)*

**OM VAJRA BHUMI AH HUM – Der mächtige Boden aus Gold  
OM VAJRA REKHE AH HUM – In der Mitte, umgeben von einem  
Ring aus eisernen Gebirgen steht Meru, der König der Berge.**

**Im Osten liegt der Kontinent Pura-vidaha,  
Im Süden Jambud-vipa,  
Im Westen Aparar-godaniya,  
Im Norden Uttara-kuru.**

**Bei dem östlichen Kontinent liegen die Nebenkontinente  
Deha und Videha,  
Bei dem südlichen Camara und Aparar-camara,  
Bei dem westlichen Satha und Uttara-mantrina,  
Bei dem nördlichen Kurava und Kaurava**

**Hier ist der Juwelenberg,  
Der wunscherfüllende Baum,  
Die wunscherfüllende Kuh,  
Und die wild gewachsene Ernte**



**Hier ist der kostbare Wagen, der kostbare Edelstein, die kostbare Gemahlin, der kostbare Minister, der kostbare Elefant, das kostbare beste Pferd, der kostbare General und die Schatzvase.**

**Hier ist die Göttin der Schönheit, die Göttin der Girlanden, die Göttin der Lieder, die Göttin des Tanzes, die Göttin der Blumen, die Göttin des Duftrauchs, die Göttin des Lichts und die Göttin des Duftwassers.**

**Hier ist die Sonne und der Mond, der Edelstein besetzte Schirm, das Banner des Siegers über alle Richtungen und in der Mitte der herrliche Reichtum von Göttern und Menschen, dem es an nichts fehlt, der rein und erfreulich ist; dieses reine Land bringe ich den heiligen, herrlichen Gurus dar, meinen eigenen**

**gütigen Gurus und denen der Überlieferung und besonders auch dir, GURU LOSANG SHAKYAMUNI VAJRADHARA, zusammen mit deiner Begleitung.**

### *Mandala der 23 Anhäufungen (optional)*

**LC 32** JE WA THRAG GYÄI LING ZHI LHÜN POR CHÄ  
**Myriaden von Mandalas mit den vier Kontinenten und dem Berg Meru,**

RIN CHHEN DÜN DANG NYE WÄI RIN CHHEN SOG  
**den sieben kostbaren königlichen Besitztümern und den sieben weiteren königlichen Kostbarkeiten,**

KÜN GA KYE PÄI NÖ CHÜ PHÜN SUM TSHOG  
**freudebringende vollkommene Bereiche mit den Wesen darin,**

LHA MII LONG CHÖ DÖ GÜI TER CHHEN PO  
**und einen großen Schatz des Besitzes der Menschen und Göttern,**

DANG WÄI SEM KYI PHÜL JUNG ZHING GI CHHOG  
**mit allem, was sie sich nur wünschen können, bringe ich mit reinem Geist den höchsten Objekten der Darbringung dar,**

KYAB GÖN THUG JEI TER LA ÜL WAR GYI  
**den Beschützern, meiner Zuflucht, dem Schatz des Mitgefühls.**

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYATAYAMI

### *Opfern der eigenen Praxis*

**LC 33** NGÖ SHAM YI TRÜL YI ZHIN GYA TSHÖI NGOG  
**Um die ehrwürdigen Gurus zu erfreuen, bringe ich ihnen tatsächliche und vorgestellte Gaben dar, die bis an die Grenzen des wunscherfüllenden Ozeans reichen:**

SI ZHII NAM KAR LÄ WONG CHHÖ DZÄ KYI  
**Ich bringe einen Vergnügungshain dar, in dem all die Opfersubstanzen,**

DAB TONG GYÄ PÄ KÜN GYI YI THROG CHING AS  
**entstanden aus den weißen Handlungen des Samsara  
und Nirvana,**

JIG TEN JIG TEN LÄ DÄ RANG ZHÄN GYI  
**in Form von herzerfreuenden, geöffneten,  
tausendblättrigen Lotussen erscheinen**

GO SUM GE WÄI ME TOG CHI YANG TRA  
**und der übersät ist mit all den Blumen des weltlichen  
und überweltlichen Heilsamen,**

KÜN ZANG CHHÖ PÄI DRI SUNG BUM THRO ZHING  
**das durch meine drei Tore und die der anderen angesam-  
melt wurde.**

LAB SUM RIM NYI LAM NGÄI DRÄ DÄN PÄI  
**Der Hain ist durchdrungen von den hunderttausend  
süßen Düften der Samantabhadra Opfergaben**

GA TSHÄL JE TSÜN LA MA NYE CHHIR BÜL  
**und angefüllt von den Früchten der drei Schulungen,  
der zwei Stufen und der fünf Pfade.**

### *Innere Opfergaben*

**LC 34** GUR KUM DANG DÄN ZANG PÖI DRI NGÄ CHÄN  
**Chinesischen Tee mit hundert herrlichen Geschmäckern,**

RO GYÄI PÄL DZIN GYA JÄI TUNG WA DANG  
**Safranfarben und von gutem Aroma, bringe ich dar.**

CHAG KYU NGA DANG DRÖN MA NGA LA SOG  
**Dies, mit den fünf Haken und den fünf Leuchten versehen,**

JANG TOG BAR WÄI DÜ TSII GYA TSHÖ CHHÖ  
**wird gereinigt, gewandelt und wächst zu einem Ozean  
von Nektar an.**

### *Geheime Opfergaben*

**LC 35** YI ONG LANG TSHÖI PÄL DZIN DRUG CHU ZHII  
**Auch bringe ich schöne, anmutige, illusionsgleiche  
Mudras dar,**



DÖ PÄI GYU TSÄL LA KHÄ LÜ THRA MA  
**in Form von schlanken feldgeborenen, mantrageborenen  
 und spontan geborenen Botinnen,**  
 ZHING KYE NGAG KYE LHÄN KYE PHO NYÄI TSHOG  
**die angenehm anzuschauen, mit dem Glanz der Jugend  
 versehen**  
 DZE DUG GYU MÄI CHHAG GYA NAM KYANG BÜL  
**und in den vierundsechzig Arten der Lust gewandt sind.**

### *Opfern der Soheit (Leerheit)*

**LC 36** DRIB DRÄL LHÄN KYE DE WÄI YE SHE CHHE  
**Den endgültigen, höchsten Erleuchtungsgeist bringe ich euch  
 dar, der in der großen ursprünglichen Weisheit besteht,**  
 CHHÖ KUN RANG ZHIN TRÖ DANG DRÄL WÄI YING  
**die glücklich, frei von Hindernissen und natürlich  
 anwesend ist;**  
 YER ME LHÜN DRUB MA SAM JÖ LÄ DÄ  
**die Sphäre, die frei ist von Hervorbringungen des  
 Geistes der inhärenten Existenz aller Phänomene,**  
 DÖN DAM JANG CHHUB SEM CHHOG KHYÖ LA BÜL  
**ungeteilt, spontan, jenseits von Worten, Denken und  
 Ausdruck.**

### *Opfern von Medizin und Service*

**LC 37** NYÖN MONG ZHI GYA TSA ZHII NÄ JOM PÄI  
**Ich bringe vielfältige Arten von guter Medizin dar,**  
 ZANG PÖI MÄN GYI JE DRAG NA TSHOG DANG  
**die die Krankheiten der 424 Geistesplagen überwindet.**  
 KHYÖ NYE GYI CHHIR DAG DRÄN BÜL LAG NA  
**Um euch zu erfreuen, werde ich euer Diener sein;**  
 NAM KHA JI SI BANG SU ZUNG DU SÖL  
**nehmt mich in euren Dienst bis ans Ende aller Zeiten.**

## Die Praxis der sieben Zweige:

### Bekennnis von Verfehlungen

**LC 38** THOG ME DÜ NÄ MI GE DIG PÄI LÄ

**All die schlechten, unheilsamen Taten, die ich seit  
anfangsloser Zeit begangen habe,**

GYI DANG GYI TSÄL YI RANG CHI CHHI PA

**zu denen ich anstiftete oder an denen ich mich erfreute,**

THUG JE CHHE DÄN CHÄN NGAR GYÖ SEM KYI

**bekenne ich mit reuevollem Geist vor den Augen des  
Erbarzungsvollen**

SHAG SHING LÄN CHHÄ MI GYI DOM PA NÖ

**und gelobe, sie von nun an nicht mehr zu begehen.**

### Erfreuen an heilsamen Taten

**LC 39** CHHÖ NAM RANG ZHIN TSHÄN MA DANG DRÄL YANG

**Obwohl alle Phänomene ohne Merkmale inhärenten  
Seins sind,**

MI LAM JI ZHIN KYE PHAG THAM CHÄ KYI

**erfreue ich mich doch vom Grunde meines Herzens**

DE GA CHIR YANG CHHAR WÄI NAM KAR LA

**an all den Traumgleichen weißen Tugenden der Aryas  
und der gewöhnlichen Wesen,**

DAG CHAG SAM PA THAG PÄ YI RANG NGO

**aus denen alles Glück und alle Freude entspringen.**

---

An diesem Punkt meditiere für einige Zeit intensiv und ausführlich über die Freude an den guten Verdiensten der drei Zeiten von dir selbst, von den anderen Wesen und die Verdienste aller Buddhas und Bodhisattvas.

---

### Bitten das Rad der Lehre zu Drehen

**LC 40** PHÜL JUNG KHYEN TSE CHHU DZIN BUM TRIG TE

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

THA YÄ DRO DII PHÄN DE KÜN DÄI TSHÄL

**und lass daraus den Regen des tiefgründigen und  
weiten Dharma herabkommen,**

KYE DANG YÜN DU NÄ DANG PEL WÄI CHHIR

**um den Mondblumengarten des Nutzens und des Glückes**

ZAB GYÄ CHHÖ KYI CHHAR PA AB TU SÖL

**der endlos vielen Wesen erblühen, lange bestehen und  
anwachsen zu lassen.**

Während du diese Verse rezitierst, visualisiere dich selbst als zahllose  
Brahmas, die wunderschöne goldene Dharmaräder darbringen.

### *Den Lama bitten zu verweilen*

**LC 41** DOR JEI KU LA KYE CHHI MI NGA YANG

**Obwohl dein Vajrakörper weder Geburt noch Tod kennt,**

ZUNG JUG WANG GI GYÄL PÖI ZA MA TOG

**bitte ich dich doch, meinem Sehnen entsprechend,**

DAG CHAG MÖ PA JI ZHIN SI THÄI BAR

**bis an das Ende von Samsara beständig als ein Gefäß  
für den mächtigen Herrscher,**

NYA NGÄN MI DA TAG PAR ZHUG SU SÖL

**den Einheitszustand, zu verweilen und nicht ins  
Nirvana einzugehen.**

### *Widmung der Verdienste*

**LC 42** DE TAR TRÜN PÄI NAM KAR GE WÄI TSHOG

**All die Ansammlungen der weißen heilsamen Kraft,  
die ich somit erzeugt habe, widme ich dem Ziel,**

KA DRIN SUM DÄN JE TSÜN LA MA YI

**dass ich in allen Leben von dem verehrungswürdigen  
Guru mit den drei Arten der Güte umsorgt werden möge,**

TSHE RAB KÜN TU DRÄL ME JE DZIN CHING

**dass ich niemals von ihm getrennt sein möge und dass**

ZUNG JUG DOR JE CHHANG WANG THOB CHHIR NGO

**ich so den Zustand der Einheit Vajradhara erlangen möge.**

## *Sich die guten Qualitäten des Gurus in Erinnerung rufen*

### *Die guten Qualitäten des Guru entsprechend dem Vínaya*



**LC 43** YÖN TÄN JUNG NÄ TSHÜL THRIM GYA TSHO CHHE  
**Ich richte meine Bitten an dich, Älterer,  
Halter der Mönchsdisziplin,**

MANG THÖ NOR BÜI TSHOG KYI YONG SU TAM  
**Quelle der Vortrefflichkeiten und großes Meer  
der moralischen Disziplin,**

NGUR MIG DZIN PA THUB WANG NYI PÄI JE  
**der du von einer Menge von Edelsteinen der  
Gelehrsamkeit erfüllt bist,**

NÄ TÄN DÜL WA DZIN LA SÖL WA DEB  
**an dich, Herr, in Safran gewandeter zweiter Buddha.**

### *Die guten Qualitäten des Guru entsprechend dem Mahayana*



**LC 44** GANG DANG DÄN NA DE WAR SHEG PÄI LAM  
**Ich richte meine Bitten an den geistigen Lehrer  
des großen Fahrzeugs,**

TÖN PAR Ö PÄI YÖN TÄN CHU DÄN PA  
**an den Herrn des Dharma, der der Stellvertreter  
ausnahmslos aller Sieger ist,**

MA LÜ GYÄL WÄI DUNG TSHOB CHHÖ KYI JE  
**ausgestattet mit den zehn Vorzügen, die dazu befähigen**

THEG CHHOG GE WÄI SHE LA SÖL WA DEB  
**ein Lehrer für Schüler auf dem Pfad der Sugatas zu sein.**

### *Die guten Qualitäten des Guru entsprechend dem Vajrayana*



**LC 45** GO SUM LEG DAM LO CHHEN ZÖ DÄN DRANG  
**Ich richte meine Bitten an den hauptsächlichen Halter  
des Vajra.**

YO DANG GYU ME NGAG DANG GYÜ SHE SHING  
**Deine drei Tore sind wohlgezügelt, dein Verstand ist groß,  
du bist geduldig und aufrecht,**

DE NYI CHU ZUNG DRI DANG CHHÄ KHÄ PÄI  
**du heuchelst und verhehlst nicht, kennst das Mantra  
 und die Tantras, du besitzt zwei mal zehn Vorzüge**  
 DOR JE DZIN PÄI TSO LA SÖL WA DEB  
**und bist ein Meister im Zeichnen und im Unterweisen.**

### *Erinnerung an die Freundlichkeit des Guru*

*Der Guru ist gütiger als alle Buddhas*



**LC 46** SANG GYÄ DRANG ME JÖN PÄ MA THÜL WÄI  
**Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen  
 Beschützer, meine Zuflucht.**

MA RUNG DÜL KÄI NYIG DÜ DRO WA LA  
**Den von zahllosen Buddhas, die gekommen sind,  
 nicht bezähmten, unkontrollierten und schwer zu  
 disziplinierenden Wesen dieser degenerierten Zeit**  
 KYAB GÖN THUG JE CHÄN LA SÖL WA DEB  
**zeigst du den guten Pfad der Sugatas so wie er ist.**

*Der Guru ist gütiger als Shakyamuni Buddha*



**LC 47** THUB PÄI NYI MA DÜ KYI NUB GUR TE  
**Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen  
 Beschützer, meine Zuflucht.**

GÖN KYAB ME PÄI DRO WA MANG PO LA  
**Jetzt, da die Sonne des Buddha Shakyamuni  
 untergegangen ist,**  
 GYÄL WÄI DZÄ PA NYE WAR DRUB DZÄ PÄI  
**führst du für die vielen Wesen ohne Beschützer und  
 Zuflucht**  
 KYAB GÖN THUG JE CHÄN LA SÖL WA DEB  
**die Taten der Sieger vollständig durch.**

*Sogar die Familie und die Tiere des Lamas  
sind ein höheres Verdienstfeld als alle Buddhas*



**LC 48** DÜ SUM CHHOG CHÜI GYÄL WA THAM CHÄ LÄ  
**Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen  
Beschützer, meine Zuflucht.**

GANG GI BA PÜI BU GA CHIG TSAM YANG  
**Selbst eine einzige deiner Haarporen**  
DAG CHAG SÖ NAM ZHING DU LEG NGAG PÄI  
**ist mir ein höher gepriesenes Verdienstfeld,**  
KYAB GÖN THUG JE CHÄN LA SÖL WA DEB  
**als all die Sieger der drei Zeiten und zehn Richtungen.**

## *Die Erinnerung an die Qualitäten des Guru*

### *Die äußeren Qualitäten des Guru*



**LC 49** DE SHEG KU SUM GYÄN GYI KHOR LO NI  
**Ich richte meine Bitten an den erbarmungsvollen  
Beschützer, meine Zuflucht.**

THAB KHÄ GYU THRÜL DRA WÄI JO GEG LÄ  
**Du bist die Mandalas des Schmuckes, der in den  
drei Körpern der Sugatas besteht;**  
THA MÄL TSHÜL GYI DRO WA DREN DZÄ PÄI  
**durch die Anmut des Netzes der illusionsgleichen  
geschickten Mittel**  
KYAB GÖN THUG JE CHÄN LA SÖL WA DEB  
**führst du in gewöhnlicher Erscheinung die Wesen.**

### *Die inneren Qualitäten des Guru*



**LC 50** KHYÖ KYI PHUNG KHAM KYE CHHE YÄN LAG NAM  
**Ich richte meine Bitten an den höchsten Guru,  
dessen Natur alle drei Juwelen umfasst.**

DE SHEG RIG NGA YAB YUM SEM PA DANG  
**Deine Aggregate, Elemente, Sinnesbereiche und Glieder**

THRO WÖI WANG PÖI RANG ZHIN CHHOG SUM GYI  
**sind die Sugatas der fünf Familien,**  
 DAG NYI LA MA CHHOG LA SÖL WA DEB  
**zusammen mit den Gefährtinnen, Bodhisattvas und  
 zornvollen Gottheiten.**

*Die geheimen Qualitäten des Guru*



**LC 51** KÜN KHYEN YE SHE RÖL PA LÄ JUNG WÄI  
**Ich richte meine Bitten an den Beschützer  
 der ursprünglichen Einheit,**

KYL KHOR KHOR LO JE WÄI DAG NYI DE  
**der als eine Darbietung des allwissenden  
 ursprünglichen Weisheitsbewusstseins entstanden ist.**

RIG GYÄI KHYAB DAG DOR JE DZIN PÄI TSO  
**Du bist das Wesen von zehn Millionen von Mandala  
 kreisen,**

ZUNG JUG DANG PÖI GÖN LA SÖL WA DEB  
**der alles durchdringende Herr von einhundert Buddha  
 Familien und der hauptsächliche Halter des Vajra.**

*Die Qualitäten des Guru die Leerheit betreffend*



**LC 52** DRIB ME LHÄN KYE GA WÄI RÖL PA DANG  
**Ich richte meine Bitten an den, dessen tatsächliches  
 Wesen der von Anfang und Ende freie, allgute und  
 endgültige Erleuchtungsgeist ist.**

YER ME TÄN YO KÜN KHYAB KÜN GYI DAG  
**Du bist eine Darbietung eines natürlichen anwesenden,  
 unbefleckten Glücks,**

THOG MA THA DRÄL KÜN ZANG DÖN DAM GYI  
**derjenige, dessen Bewusstsein, ungetrennt (von der  
 Leerheit),**

JANG CHHUB SEM NGÖ KHYÖ LA SÖL WA DEB  
**das Feste und Bewegliche durchdringt.**

### Spezielle einsgerichtete Bitte



**LC 53** KHYÖ NI LA MA KHYÖ NI YI DAM

**Du bist mein Guru, du bist mein Yidam,**

KHYÖ NI KHA DRO CHHÖ KYONG TE

**du bist die Dakas, Dakinis und die Dharmabeschützer.**

DENG NÄ ZUNG TE JANG CHHUB BAR DU

**Von heute an bis zur Erleuchtung suche ich  
keine Zuflucht außer dir.**

KHYÖ MIN KYAB ZHÄN MI TSHÖL WÄ

**Halte mich mit dem eisernen Haken deines Erbarmens**

DI DANG BAR DO CHHI MÄI THAR YANG

**in diesem Leben, im Zwischenzustand und bis zum Ende  
aller zukünftigen Leben.**

THUG JEI CHAG KYÜ ZUNG DZÖ LA

**Befreie mich von der Furcht des Samsara und des Nirvana.**

SI ZHII JIG DRÖL NGÖ DRUB KÜN TSÖL

**Verleihe mir alle Verwirklichungen,**

TÄN GYI DROG DZÖ BAR CHÖ SUNG

**sei mein beständiger Freund und beschütze mich vor  
Hindernissen. (3x)**

### Inspiration durch die vier Ermächtigungen erlangen

**LC 54** DE TAR LÄN SUM SÖL WA TAB PÄI THÜ

**Durch die Kraft dieser dreimaligen Bitte gehen von den  
Orten des Körpers, der Sprache und des Geistes des Guru**

LA MÄI KU SUNG THUG KYI NÄ NAM LÄ

**Nektar und Lichtstrahlen von weißer, roter und  
dunkelblauer Farbe –**

DÜ TSI Ö ZER KAR MAR THING GA SUM

**erst der Reihe nach und dann gleichzeitig aus.**

RIM DANG CHIG CHAR JUNG NÄ DAG NYI KYI

**Der Nektar strömt in meine drei Orte der Reihe nach  
und dann gleichzeitig ein,**



NÄ SUM RIM DANG CHIG CHAR THIM PA LÄ  
**er reinigt von den vier Hindernissen und verleiht  
die vier reinen Initiationen.**

DRIB ZHI DAG CHING NAM DAG WANG ZHI THOB  
**Ich erlange die vier Körper;**

KU ZHI THOB CHING LA MA NYI PA ZHIG  
**ein Doppel des Gurus verschmilzt freudig mit mir**

GYE ZHIN THIM PÄ JIN GYI LAB PAR GYUR  
**und segnet mich.**



## *Mantra Rezitation*

### *Namensmantra von S. H. dem Dalai Lama*

OM AH GURU VAJRADHARA VAGINDRA SUMATI SHASANA  
DHARA SAMUDRA SHRI BHADRA SARVA SIDDHI HUM HUM  
(21X)

### *Namensmantra von Lama Zopa Rinpoche*

OM AH GURU VAJRADHARA MUNI SHASANA KSHANTI SARVA  
SIDDHI HUM HUM (21X)

### *Namensmantra von Lama Tsongkhapa*

OM AH GURU VAJRADHARA SUMATI KIRTI SIDDHI HUM

### *Namensmantra von Shakyamuni Buddha*

TADYATHA OM MUNE MUNE MAHA MUNEYE SVAHA (7X)

### *Yamantaka Mantra\**

OM HRIH SHTRIH VIKRITANANA HUM PHAT (7X)

### *Guhyasamaja Mantra\**

OM AH VAJRA DHRIK HUM HUM (7X)

### *Heruka Mantra\**

OM SHRI VAJRA HE HE RU RU KAM HUM HUM PHAT DAKINI  
JALA SHAMVARAM SVAHA (7X)

### *Vajrayogini Mantra*

OM OM OM SARVA BUDDHA DAKINIYE VAJRA VARNANIYE  
VAJRA VAIROCHANIYE HUM HUM HUM PHAT PHAT PHAT  
SVAHA (21X)

### *Vajradhara Mantra*

OM AH [GURU] VAJRADHARA HUM (7X)

### *Vajragleiches Mantra von Körper, Rede und Geist*

OM AH HUM (7X)

### *Widmungsgebet*

GE WA DI YI NYUR DU DAG

**Möge ich durch diese heilsamen Handlungen**

LA MA SANG GYÄ DRUB GYUR NÄ

**rasch den [Zustand des] spirituellen Meisters Buddha**

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA

**erreichen und sämtliche Lebewesen**

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG

**ausnahmslos auf diese Ebene bringen..**

## DIE DARBRINGUNG DES TSOK

### Segnung der Opfertgaben

**LC 55** OM AH HUM (3X)



NGO WO YE SHE LA NAM PA NANG CHHÖ DANG

**Wolken von Opfertgaben äußerer, innerer und  
geheimer Darbringungen,**

CHHÖ DZÄ SO SÖI NAM PA

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

JE LÄ WANG PO DRUG GI CHÖ YÜL DU

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

DE TONG GI YE SHE KHYÄ PAR CHÄN KYE PÄ SA DANG

**Das Wesen dieser Gaben ist die ursprüngliche Weisheit.**

BAR NANG NAM KHÄI KHYÖN THAM CHÄ YONG SU KHYAB PÄ

**Ihre Erscheinung ist die der inneren Opfertgaben  
und die der verschiedenen Opfersubstanzen in ihrer  
jeweiligen Ausprägung.**

CHHI NANG SANG WÄI CHHÖ TRIN DAM DZÄ CHÄN ZIG

**Ihre Wirkungsweise ist es, als Genussobjekte für die  
sechs Sinne**

SAM GYI MI KHYAB PÄ GANG WAR GYUR

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

**LC 56** E MA HO YE SHE RÖL PA CHHE

**E MA HO Im großen Spiel**

ZHING KHAM THAM CHÄ DOR JEI ZHING

**ursprünglicher Weisheit**

NÄ NAM DOR JEI PHO DRANG CHHE

**erscheinen alle Orte als Vajrafelder**

KÜN ZANG CHHÖ TRIN GYA TSHO BAR

**und alle Strukturen als majestätische Vajrapaläste.**

**LC 57** LONG CHÖ DÖ GÜI PÄL DANG DÄN

**Ozeane von Samantabhadra Opfern wogen voran.**

CHÜ NAM PA WO PA MO NGÖ

**Alle Wesen sind tatsächlich Dakas und Dakinis.**

MA DAG THRÜL PÄI MI NG YANG ME

**Es gibt nicht einmal Begriffe wie Unreinheit oder Fehler.**

DAG PA RAB JAM BA ZHIG GO

**Es gibt nur unendlich Reines.**

**LC 58** HUM TRÖ KÜN NYER ZHI CHHÖ KÜI NGANG

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

LUNG ME YO ZHING BAR WÄI TENG

**auf einem turbulenten Wind und flammendem Feuer,**

MI GÖI GYE PU SUM GYI KHAR

**auf der Krone von drei übereinander stehenden  
menschlichen Köpfen.**

AH TSHÄN DÄN THÖ PA KA PA LAR

**steht die Silbe AH,**

OM DZÄ NAM SO SOR BAR WAR GYUR

**inmitten einer menschlichen Schädelschale  
steht die Silbe OM,**

DE DAG TENG NÄ OM AH HUM

**Sie erscheinen leuchtend einzeln nacheinander.**

**LC 59** KHA DOG ZI JI SO SOR BAR

**Über ihnen sind die Silben OM AH HUM platziert.**

LUNG YÖ ME BAR DZÄ NAM ZHU

**jede erscheint in leuchtender Farbe.**

KHÖL WÄ LANG PA CHHER YÖ PÄ

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

YI GE SUM LÄ Ö ZER TSHOG

**Durch das Kochen entstehen reichlich Dämpfe.**

**LC 60** CHHOG CHUR THRÖ PÄ DOR JE SUM  
**Aus den drei Keimsilben strahlt Licht aus  
 in die zehn Richtungen,**

DÜ TSIR CHÄ NAM CHÄN DRANG NÄ  
**und holen die drei Vajras mit Nektar zurück,**

SO SOR YI GE SUM THIM PÄ  
**welcher mit den drei Silben verschmilzt.**

DÜ TSIR ZHU NÄ CHÜ DANG DRE  
**Diese verschmelzen in den Nektar und mischen  
 sich mit den anderen Bestandteilen,**

JANG TOG BAR JÄ E MA HO  
**Sie reinigen, transformieren und vermehren diese  
 E MA HO,**

DÖ GÜI PÄL BAR GYA TSHOR GYUR  
**und werden zu einem prachtvoll, glänzendem Ozean  
 von allen was man sich nur wünschen kann.**

OM AH HUM (3X)

## Einladung



**LC 61** THUG JEI DAG NYI TSA GYÜ LA MA DANG  
**Ich bitte euch, Hauptgurus und Gurus der Überlieferung,**

YI DAM LHA TSHOG KYAB NÄ KÖN CHHOG SUM  
**zusammen mit den Yidams, den Scharen von Gottheiten,  
 den drei Juwelen der Zuflucht**

PA WO KHA DRO CHHÖ KYONG SUNG MÄI TSHOG  
**und die Viras, Dakas, Dakinis und den Scharen der Dharma-  
 beschützer mit ihrer Begleitung,**

CHÄN DREN CHHÖ PÄI NÄ DIR SHEG SU SÖL  
**die ihr von der Natur des Mitgefühls seid, meiner Einladung  
 zu folgen und an diesen Ort der Darbringung zu kommen.**

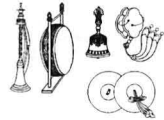
**LC 62** CHHI NANG SANG WÄI CHHÖ TRIN GYA TSHÖI Ü  
**Ich bitte euch, die ihr Lichtstrahlen von der Spitze eurer  
 Füße aussendet,**



RIN CHHEN LÄ DRUB DZE PÄI DÄN THRI LA  
**euch dauerhaft auf diesem herrlichen Thron aus  
 Juwelen niederzulassen,**

ZHAB SEN Ö CHHAG TÖN PAR ZHUG NÄ KYANG  
**der inmitten eines Meeres von Wolken äußerer, innerer  
 und geheimer Opfertagen steht,**

DRUB CHHOG DAG LA DÖ GÜI NGÖ DRUB TSÖL  
**und mir, dem höchsten Siddha, die gewünschten  
 höchsten Verwirklichungen zu gewähren.**



### *Eigentliche Tsog Darbringung*

Wird 3x wiederholt.

**LC 63** HO TING DZIN NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsok  
 Opfertagen;**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG CHHÖ GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**

TSA GYÜ LA MÄI TSHOG NAM NYE CHHIR BÜL  
**bringe ich dem Hauptguru und den Gurus der Überlieferung  
 dar, um sie zu erfreuen.**



OM AH HUM

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen,  
 was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**



E MA HO JIN LAB CHHAR CHHEN BAB TU SÖL  
**E MA HO lasst bitte einen großen Regen von Segen  
 herabkommen.**

**LC 64** HO TING DZIN NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsok  
 Opfertagen,**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG CHHÖ GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**  
 YI DAM LHA TSHOG KHOR CHÄ NYE CHHIR BÜL  
**bringe ich den Scharen von Yidam Gottheiten zusammen**  
**mit ihrer Begleitung dar, um sie zu erfreuen.**



OM AH HUM

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen,**  
**was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**



E MA HO NGÖ DRUB CHHAR CHHEN BAB TU SÖL  
**E MA HO, lasst bitte einen großen Regen von Verwirklich-**  
**ungen herabkommen.**

**LC 65** HO TING DZIN NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsok**  
**Opfergaben,**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG CHHÖ GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**  
 KÖN CHHOG RIN CHHEN TSHOG NAM NYE CHHIR BÜL  
**bringe ich der mächtigen Yogini zusammen mit den Scharen**  
**von Gottheiten dar, um sie zu erfreuen.**



OM AH HUM

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen,**  
**was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**




E MA HO DAM CHHÖ CHHAR CHHEN BAB TU SÖL  
**E MA HO, lasst bitte einen großen Regen von Dakini**  
**Verwirklichungen herabkommen.**

**LC 66** HO TING DZIN NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsok**  
**Opfergaben,**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG CHHÖ GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**  
 KHA DRO CHHÖ KYONG TSHOG NAM NYE CHIR BÜL  
**bringe ich der Anhäufung der kostbaren Juwelen der**  
**Zuflucht dar, um sie zu erfreuen.**

 OM AH HUM

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen,**  
**was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**


 E MA HO THRIN LÄ CHHAR CHHEN BAB TU SÖL  
**E MA HO, lasst bitte einen großen Regen des heiligen**  
**Dharma herabkommen.**

**LC 67** HO TING DZI N NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der Tsok**  
**Opfergaben,**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG CHHÖ GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**  
 MA GYUR SEM CHÄN TSHOG NAM NYE CHHIR BÜL  
**bringe ich den Scharen der Dakinis und Dharmabeschützern**  
**dar, um sie zu erfreuen.**

 OM AH HUM

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeit all dessen,**  
**was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**

 E MA HO THRÜL NANG DUG NGÄL ZHI GYUR CHIG  
**E MA HO, lasst bitte einen großen Regen von Heilsaktivität**  
**herabkommen.**

---

Wenn du diese Verse langsam singst, wird der Klang von Damaru und Glocke beim OM AH HUM als Opfergabe dargebracht. Wenn du die Verse schnell singst, wird bei der zweiten und dritten Wiederholung nur der Klang der Glocke dargebracht. Rezitiere die Strophen LC 63–LC 67 dreimal oder öfter.

---



*Darbringung des Tsog an den Lama*

**LC 68** E MA HO TSHOG KYI KHOR LO CHHE

**E MA HO, Indem du dir bewusst bist,**

DÜ SUM DE SHEG SHEG SHÜL TE

**dass dieses große Mandala von Tsok Opfern**

NGÖ DRUB MA LÜ JUNG WÄI NÄ

**der einzige Pfad der Sugatas der drei Zeiten**

DE TAR SHE NÄ PA WO CHHE

**und der Ursprung ausnahmslos aller Verwirklichungen  
ist, großer Held,**

NAM PAR TOG PÄI SEM BOR NÄ

**geniesse bitte stets mit einem Geist frei von falschen  
Auffassungen,**

TSHOG KYI KHOR LOR GYÜN DU RÖL

**dieses Mandala von Tsok Opfern.**

AH LA LA HO

*Antwort des Lama*

**LC 69** OM DOR JE SUM YER ME PÄI DAG

**OM! Ich stelle mir mich selbst als eine Guru Gottheit vor,**

RANG NYI LA MA LHAS SÄL NÄ

**die von den drei Vajras ungetrennt ist.**

AH ZAG ME YE SHE DÜ TSI DI

**AH! An diesem unbefleckten Weisheitsnektar,**

HUM JANG CHHUB SEM LÄ YO ME PAR

**HUM! Erfreue ich mich, ohne aus dem Zustand des  
Erleuchtungsgeistes herauszutreten,**

LÜ NÄ LHA NAM TSHIM CHHIR RÖL

**um die Gottheiten, die sich in meinem Körper aufhalten,  
zufrieden zu stellen.**

AH HO MAHA SUKHA

---

Koste vom Tsog. An dieser Stelle wird der Tsog ausgeteilt und verschiedene Gebete rezitiert wie z.B. das Lied der Frühlingskönigin.

---

## Lied der Frühlingskönigin

**LC 70** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG

**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA

**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA

**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB

**an euch alle richte ich meine Bitten.**

DE WA CHHOG LA GYE PÄI HE RU KA

**Heruka, der du dich an höchster Glückseligkeit erfreust**

DE WÄ RAB NYÖ MA LA NYEN JÄ NÄ

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

CHHO GA ZHIN DU LONG CHÖ PA YI NI

**und sie entsprechen dem Ritual genießt;**

LHÄN KYE DE WÄI JOR WA LA ZHUG SO

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



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI

**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ

**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**

**LC71** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG

**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA

**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA

**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB

**an euch alle richte ich meine Bitten.**

DE WA CHHEN PÖ YI NI RAB KYÖ PÄ

**Während du im Geist von großer Glückseligkeit  
äußerst erregt bist,**

LÜ NI KÜN TU YO WÄI GAR GYI NI

**befindet sich dein Körper in einem Tanz ekstatischer  
Bewegung;**

CHHAG GYÄI PÄ MAR RÖL PÄI DE WA CHHE

**bitte bringe den Scharen von Yoginis die große  
Glückseligkeit**

NÄL JOR MA TSHOG NAM LA CHHÖ PAR DZÖ

**des Spiels im Lotus der Mudra dar.**



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI

**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ

**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**

**LC72** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG

**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA

**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA

**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB

**an euch alle richte ich meine Bitten.**

YI WONG ZHI WÄI NYAM KYI GAR DZÄ MA

**Mit angenehm anzuschauenden,  
gelassenen Gesten Tanzende,**

RAB GYE GÖN PO KHYÖ DANG KHA DRÖI TSHOG

**sich äußerst erfreuender Beschützer und Scharen von  
Dakinis;**

DAG GI DÜN DU ZHUG TE JIN LOB LA

**bitte tretet vor mich hin, segnet mich,**

LHÄN KYE DE CHHEN DAG LA TSÄL DU SÖL  
**und verleiht mir die gleichzeitige große Glückseligkeit.**



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI  
**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ  
**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**

**LC73** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG  
**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA  
**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA  
**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB  
**an euch alle richte ich meine Bitten.**

DE CHHEN THAR PÄI TSHÄN NYI DÄN PA KHYÖ  
**Ihr, die ihr die Merkmale der Befreiung durch große  
Glückseligkeit tragt,**

DE CHHEN PANG PÄI KA THUB DU MA YI  
**ihr glaubt nicht, dass man durch vielerlei Askese,**

T SHE CHIG DRÖL WAR MI ZHE DE CHHEN KYANG  
**während man die große Glückseligkeit aufgibt,  
in einem Leben befreit werden kann –**

CHHU KYE CHHOG GI Ü NA NÄ PA YIN  
**große Glückseligkeit wohnt tatsächlich  
im Zentrum des höchsten Lotus.**



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI  
**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ  
**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**

**LC74** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG  
**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA  
**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA  
**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB  
**an euch alle richte ich meine Bitten.**

DAM GYI Ü SU KYE PÄI PÄ MA ZHIN  
**Bitte, höchste Yogini, bringe  
 durch die Seligkeit deines Lotus,**

CHHAG LÄ KYE KYANG CHHAG PÄI KYÖN MA GÖ  
**die, so wie der Lotus aus dem Sumpf entsteht,  
 aus der Begierde entstanden ist,**

NÄL JOR MA CHHOG PÄ MÄI DE WA YI  
**ohne mit ihren Fehlern behaftet zu sein,**

SI PÄI CHHING WA NYUR DU DRÖL WAR DZÖ  
**schnell die Befreiung  
 von den Banden des Daseinskreislaufes.**



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI  
**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ  
**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**

**LC75** HUM DE ZHIN SHEG PA THAM CHÄ DANG  
**HUM! All ihr Tathagatas,**

PA WO DANG NI NÄL JOR MA  
**Viras und Yoginis,**

KHA DRO DANG NI KHA DRO MA  
**Dakas und Dakinis,**

KÜN LA DAG NI SÖL WA DEB  
**an euch alle richte ich meine Bitten.**

DRANG TSII JUNG NÄ NAM KYI DRANG TSII CHÜ  
**So, wie der Nektar in Blütenkelchen mit Honig,**  
BUNG WÄI TSHOG KYI KÜN NÄ THUNG WA TAR  
**der von den Bienenschwärmen aller Richtungen**  
**aufgesogen wird,**  
TSHÄN NYI DRUG DÄN TSHO KYE GYÄ PA YI  
**bringe bitte Befriedigung mit dem Geschmack,**  
CHÜ CHING PA YI RO YI TSHIM PAR DZÖ  
**der an die Essenz deines geöffneten Lotus**  
**mit den sechs Merkmalen gebunden ist.**



AH LA LA! LA LA HO! AH IH AH! AH RA LI HO!

DRI ME KHA DRÖI TSHOG NAM KYI  
**Mögen die Scharen unbefleckter Dakinis**



TSE WÄ ZIG LA LÄ KÜN DZÖ  
**mitfühlend herabschauen und alle Taten vollbringen.**



## Darbringung der restlichen Tsog Opfertgaben

Während die folgenden Verse rezitiert werden, stellt sich die Person welche die restlichen Tsok Opfertgaben hält mit dem Rücken zum Altar, das Gesicht dem Ausgang zugewandt.

### Segnung des Tsog

**LC 76** HUM MA DAG THRÜL NANG YING SU DAG  
**HUM! Die unreinen, trügerischen Erscheinungen  
 werden in die Sphäre der letztgültigen Realität gereinigt.**

AH YE SHE LÄ DRUB DÜ TSI CHHE  
**AH! Hervorgehend aus der ursprünglichen Weisheit  
 werden sie zu erhabenem Nektar.**

OM DÖ GÜI GYA TSHO CHHEN POR GYUR  
**OM! Sie wachsen zu einem großen Wunsch  
 erfüllenden Ozean an.**



OM AH HUM (3X)

**LC 77** HO TING DZIN NGAG DANG CHHAG GYÄ JIN LAB PÄI  
**HO! Dieses Meer von unbeflecktem Nektar der restlichen  
 Tsok Opfertgaben,**

ZAG ME DÜ TSII TSHOG LHAG GYA TSHO DI  
**das von Samadhi, Mantra und Mudra gesegnet wurde,**

DAM CHÄN ZHING KYONG TSHOG NAM NYE CHHIR BÜL  
**bringe ich den Scharen der eidgebundenen Ortsbeschützer  
 dar, um sie zu erfreuen,**



OM AH HUM (3X)

DÖ GÜI PÄL LA RÖL PÄ TSHIM DZÄ NÄ  
**Indem ihr von der Darbietung der Herrlichkeiten all dessen,  
 was man sich nur wünschen kann, zufriedengestellt seid,**

E MA HO NÄL JOR THRIN LÄ TSHÜL ZHIN DRUB  
**E MA HO, führt bitte eure yogische Heilsaktivität durch,  
 wie es sich gebührt.**

An dieser Stelle werden die Tsok Opfergaben für die Pretas und andere Wesen hinaus getragen.



**LC 78** HO LHAG MÄI DRÖN NAM KHOR CHÄ KYI  
**HO! Mögen sich dadurch, dass ich dieses Meer von  
 restlichen Tsok Opfergaben**

TSHOG LHAG GYA TSHO DI ZHE LA  
**den verbleibenden Gästen zusammen mit ihrer  
 Begleitung darbringe,**

TÄN PA RIN CHHEN GYÄ PA DANG  
**die kostbare Lehre ausbreiten.**

TÄN DZI N YÖN CHHÖ KHOR CHÄ DANG  
**Mögen die Halter der Lehre und die Spender,  
 zusammen mit ihrer Begleitung,**



**LC 79** KHYÄ PAR NÄL JOR DAG CHAG LA  
**und mögen insbesondere wir Yogis frei von  
 Krankheiten sein,**

NÄ ME TSHE DANG WANG CHHUG DANG  
**ein langes Leben haben und Einfluss besitzen.**

PÄL DANG DRAG DANG KÄL WA ZANG  
**Möge unsere Erscheinung beeindruckend sein  
 und möge sich unser Ruhm ausbreiten,**

LONG CHÖ GYA CHHEN KÜN THOB CHING  
**möge uns ein gutes Geschick zuteil werden,  
 und mögen wir eine Fülle von Reichtümern erlangen.**



**LC 80** ZHI DANG GYÄ LA SOG PA YI  
**Bitte verleiht uns die Verwirklichungen der Handlungen**

LÄ KYI NGÖ DRUB DAG LA TSÖL  
**wie die der Befriedung, der Ausweitung und so weiter.**

DAM TSHIG CHÄN GYI DAG LA SUNG  
**Eidgebundene, bitte beschützt uns**

NGÖ DRUB KÜN GYI TONG DROG DZÖ  
**und helft uns, die Verwirklichungen alle zu erreichen.**





### LC 81 DÜ MIN CHHI DANG NÄ NAM DANG

**Bitte macht, dass wir keinen unzeitgemäßen Tod sterben**

DÖN DANG GEG NAM ME PAR DZÖ

**und dass keine Krankheiten auftreten mögen.**

MI LAM NGÄN DANG TSHÄN MA NGÄN

**Sorgt dafür, dass Dämonen  
und hindernde Geister uns nicht belästigen,**

JA JE NGÄN PA ME PAR DZÖ

**dass keine schlechten Träume oder schlechte Vorzeichen  
auftreten und dass uns keine schlechten Einflüsse treffen.**



### LC 82 JIG TEN DE ZHING LO LEG DANG

**Mögen sich weltliches Glück und gute Jahre ergeben.**

DRU NAM GYÄ SHING CHHÖ PHEL DANG

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

DE LEG THAM CHÄ JUNG WA DANG

**Möge sich alles Glück uns alles Gute einstellen,**

YI LA DÖ PA KÜN DRUB SHOG

**und mögen alle Wünsche sich erfüllen.**



### JIN PA GYA CHHEN GYUR PA DI YI THÜ

**Mögen wir durch die Kraft dieses ausgedehnten Gebens,**

DRO WÄI DÖN DÜ RANG JUNG SANG GYÄ SHOG

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

NGÖN TSHE GYÄL WA NAM KYI MA DRÄL WÄI

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

KYE WÄI TSHOG NAM JIN PÄ DRÖL GYUR CHIG

**durch diese Freigebigkeit befreien.**





Atisha

## *Lamrim Praxis: Geistesschulung und Meditation über den gesamten Mahayana Pfad*

### *Guru Hingabe als Wurzel des Pfades*

**LC 84** ZHING CHHOG DAM PA JE TSÜN LA MA LA  
**Segne mich, heiliger verehrungswürdiger Guru,**  
 CHHÖ CHING GÜ PÄ SÖL WA TAB PÄI THÜ  
**dass ich durch die Kraft meiner Darbringung von**  
**Opfergaben**  
 DE LEG TSA WA GÖN PO KHYÖ NYI KYI  
**und durch meine respektvollen Bitten an dich unter**  
**Deine freudige Obhut gelange, oh Beschützer,**  
 GYE ZHIN JE SU DZI N PAR JIN GYI LOB  
**der du das höchste Verdienstfeld und der Ursprung von**  
**allem Glück und allem Wohlergehen bist.**

### *Geistesschulung auf dem allgemeinen Pfad eines Praktizierenden von geringerer Kapazität*

#### *Das kostbare Menschenleben*

**LC 85** LÄN CHIG TSAM ZHIG NYE PÄI DÄL JOR DI  
**Segne mich, dass ich den tiefsten Gehalt von Muße**  
**und Ausstattung erfasse,**  
 NYE KA NYUR DU JIG PÄI TSHÜL TOG NÄ  
**die nur einmal gefunden werden, schwer zu erlangen**  
**sind und schnell vergehen,**  
 DÖN ME TSHE DII JA WÄ MI YENG WAR  
**und dass ich mich nicht durch die bedeutungslosen**  
**Beschäftigungen ablenken lasse,**  
 DÖN DÄN NYING PO LEN PAR JIN GYI LOB  
**die nur auf Ziele in diesem Leben gerichtet sind.**

*Interesse am Glück zukünftiger Leben erzeugen*

**LC 86** NGÄN SONG DUG NGÄL BAR WÄI ME JIG NÄ  
**Segne mich, dass ich aus Furcht vor den lodernden Feuern**  
NYING NÄ KÖN CHHOG SUM LA KYAB DRO ZHING  
**des Leidens der niederen Bereiche**  
**von Herzen Zuflucht zu den drei Juwelen nehme**  
DIG PONG GE TSHOG THA DAG DRUB PA LA  
**und dass ich mich ernsthaft bemühe,**  
**das Schlechte aufzugeben**  
TSÖN PA LHUR LEN JE PAR JIN GYI LOB  
**und alle Ansammlungen der Tugend zu vervollständigen.**

*Geistesschulung auf dem allgemeinen Pfad eines  
Praktizierenden von mittlerer Kapazität*

*Den Wunsch nach Befreiung erzeugen*

**LC 87** LÄ DANG NYÖN MONG BA LONG DRAG TU THRUG  
**Segne mich, dass in mir ein starkes Sehnen entstehe,**  
DUG NGÄL SUM GYI CHHU SIN MANG PÖ TSE  
**mich aus dem endlosen furchterregenden Meer des**  
**Daseinskreislaufs zu befreien,**  
THA ME JIG RUNG SI TSHO CHHEN PO LÄ  
**in dessen Fluten ich durch die Wogen der Handlungen**  
**und der Geistesplagen gewaltsam umher geworfen werde,**  
THAR DÖ SHUG DRAG KYE WAR JIN GYI LOB  
**während mich die Meeresungeheuer der drei Leiden**  
**vielfach quälen.**

*Schulung um Befreiung zu erlangen*

**LC 88** ZÖ KA TSÖN RA DRA WÄI KHOR WA DI  
**Segne mich, dass ich den Schatz der Juwelen der Aryas**  
**und die drei höheren Schulungen ergreife**  
GA WÄI TSHÄL TAR THONG WÄI LO PANG NÄ  
**und so das Siegesbanner der Befreiung hochhalte,**

LAB SUM PHAG PÄI NOR GYI DZÖ ZUNG TE  
**indem ich die Ansicht aufgebe,**

THAR PÄI GYÄL TSHÄN DZI N PAR JIN GYI LOB  
**dieses unerträgliche Gefängnis des Daseinskreislaufs sei  
 ein Vergnügungshain.**

## *Geistesschulung auf dem allgemeinen Pfad eines Praktizierenden von höchster Kapazität*

*Entwicklung von Bodhichitta*

*Erzeugung von Mitgefühl, der Grundlage des Mahayana Pfades*

**LC 89** NYAM THAG DRO WA DI KÜN DAG GI MA

**Segne mich, dass in mir das natürliche Mitgefühl entstehe,**

YANG YANG DRIN GYI KYANG PÄI TSHÜL SAM NÄ

**wie es eine liebende Mutter ihrem geliebten Kind  
 entgegenbringt,**

DUG PÄI BU LA TSE WÄI MA ZHIN DU

**indem ich bedenke, wie all diese notleidenden Wesen,  
 die meine Mütter waren,**

CHÖ MIN NYING JE KYE WAR JIN GYI LOB

**mich wieder und wieder mit Güte umsorgten.**

*Entwicklung von konventionellem Bodhichitta*

*Erzeugung von Gleichmut gegenüber sich selbst und anderen*

**LC 90** DUG NGÄL THRA MO TSAM YANG MI DÖ CHING

**Segne mich, dass ich mich am Glück der anderen erfreue;**

DE LA NAM YANG CHHOG SHE ME PAR NI

**denn zwischen mir und den anderen gibt es keinen  
 Unterschied,**

DAG DANG ZHÄN LA KHYÄ PAR YÖ MIN ZHE

**da wir auch das geringste Leiden nicht erleben wollen**

ZHÄN DE GA WA KYE PAR JIN GYI LOB

**und an Glück niemals genug bekommen.**

*Austauschen von sich selbst und anderen  
Über die Nachteile eines selbstsüchtigen Geistes nachdenken*

**LC 91** RANG NYI CHE PAR DZIN PÄI CHONG NÄ DI  
**Segne mich, dass ich den großen Dämonen  
der Selbstsucht vernichte**

MI DÖ DUG NGÄL KYE PÄI GYUR THONG NÄ  
**und ihm alle Schuld zuweise und sie ihm nachtrage,**

LE LÄN DÄ LA KHÖN DU ZUNG JÄ TE  
**nachdem ich erkannt habe, dass die chronische  
Krankheit der Selbstsucht**

DAG DZI N DÖN CHHEN JOM PAR JIN GYI LOB  
**die Ursache aller unerwünschten Leiden ist.**

*Denke über den Vorteil nach andere wertzuschätzen*

**LC 92** MA NAM CHE ZUNG DE LA GÖ PÄI LO  
**Segne mich, dass ich die Wesen, selbst wenn sie sich mir  
als Feind entgegenstellen,**

THA YÄ YÖN TÄN JUNG WÄI GOR THONG NÄ  
**mehr als mein Leben Schätze,**

DRO WA DI DAG DAG GI DRAR LANG KYANG  
**weil ich erkenne, dass die Geisteshaltung die mütterlichen  
Wesen zu schätzen und sie glücklich machen zu wollen,**

SOG LÄ CHE PAR DZI N PAR JIN GYI LOB  
**die Eingangspforte zu unendlicher Tugend ist.**

*Tausche die Selbstwertschätzung gegen das Wertschätzen  
anderer Wesen aus*

**LC 93** DOR NA JI PA RANG DÖN KHO NA DANG  
**Segne mich, dass mir die Meditation des Gleichsetzens  
und Austauschens von Selbst und anderen gelinge,**

THUB WANG ZHÄN DÖN BA ZHIG DZÄ PA YI  
**mit Hilfe der Erkenntnis, die die Vorzüge und Fehler  
darin unterscheidet,**

KYÖN DANG YÖN TÄN YE WA TOG PÄI LÖ  
**dass, kurz gesagt, die Kindischen nur an ihr eigenes  
 Wohl denken,**  
 DAG ZHÄN NYAM JE NÜ PAR JIN GYI LOB  
**und die Buddhas nur zum Wohle der anderen wirken.**

**LC 94** RANG NYI CHE DZI N GÜ PA KÜN GYI GO  
**Segne mich, dass ich den Yoga des Austauschens  
 von Selbst und anderen**  
 MA NAM CHE DZI N YÖN TÄN KÜN GYI ZHI  
**zum Mittelpunkt meiner Übung mache,**  
 DE CHHIR DAG ZHÄN JE WÄI NÄL JOR LA  
**weil die Selbstsucht die Eingangspforte zu allem Übel**  
 NYAM LEN NYING POR JE PAR JIN GYI LOB  
**und das Wertschätzen der Mütter die Grundlage aller  
 Vortrefflichkeiten ist.**

### *Tonglen: Meditation über Geben und Nehmen*

---

Rezitiere oder singe LC 95 langsam dreimal.

---

**LC 95** DE NA JE TSÜN LA MA THUG JE CHÄN  
**Deshalb segne mich, du verehrungswürdiger,  
 mitleidvoller Guru,**  
 MA GYUR DRO WÄI DIG DRIB DUG NGÄL KÜN  
**dass alle Schuld, alles Hindernde und alles Leid der  
 Wesen, die meine Mütter sind,**  
 MA LÜ DA TA DAG LA MI N PA DANG  
**sofort ohne Ausnahme bei mir heranreife,**  
 DAG GI DE GE ZHÄN LA TANG WA YI  
**dass ich mein Glück und meine Tugenden den anderen gebe,**  
 DRO KÜN DE DANG DÄN PAR JIN GYI LOB (3x)  
**und dass somit alle Lebewesen glücklich werden. (3x)**

*Die Punkte 3 bis 7 vom Geïstestraining (Lojong) in sieben Punkten*

**LC 96** NÖ CHÜ DIG PÄI DRÄ BÜ YONG GANG TE

**Segne mich, dass ich die schlechten Umstände in den Pfad umwandle,**

MI DÖ DUG NGÄL CHHAR TAR BAB GYUR KYANG

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

LÄ NGÄN DRÄ BU ZÄ PÄI GYUR THONG NÄ

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

KYEN NGÄN LAM DU LONG PAR JIN GYI LOB

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

**LC 97** DOR NA ZANG NGÄN NANG WA CHI SHAR YANG

**Kurz, segne mich, dass ich immer einen freudigen Geist beibehalte,**

CHHÖ KÜN NYING PO TOP NGÄI NYAM LEN GYI

**indem ich die fünf Kräfte, den innersten Gehalt aller Dharma Unterweisungen anwende,**

JANG CHHUB SEM NYI PHEL WÄI LAM GYUR TE

**und so alles, was mir an Gutem und Schlechtem begegnet, in den Pfad umwandle,**

YI DE BA ZHIG GOM PAR JIN GYI LOB

**der die zwei Arten des Erleuchtungsgeistes anwachsen lässt.**

**LC 98** JOR WA ZHI DANG DÄN PÄI THAB KHÄ KYI

**Segne mich, dass ich Muße und Ausstattung eine große Bedeutung gebe,**

THRÄL LA GANG THUG GOM LA JOR WA DANG

**indem ich mit Hilfe der weisen Methode der vier Handlungsweisen**



LO JONG DAM TSHIG LAB JÄI NYAM LEN GYI  
**was immer mir gerade begegnet sofort für die Meditation  
 nutze**

DÄL JOR DÖN CHHEN JE PAR JIN GYI LOB  
**und die Anweisungen und Gelöbnisse zur  
 Geistesschulung anwende.**

*Meditation über den Erleuchtungsgeist  
 und die Erzeugung von Bodhicitta*

**LC 99** TONG LEN LUNG LA KYÖN PÄI THRÜL DEG CHÄN  
**Segne mich, dass ich, um alle Wesen aus dem großen  
 Ozean des Daseins zu befreien,**

JAM DANG NYING JE LHAG PÄI SAM PA YI  
**den Erleuchtungsgeist selbst entwickle,**

DRO NAM SI TSHO CHHE LÄ DRÖL WÄI CHHIR  
**indem ich Liebe, Mitgefühl und außerordentliche  
 Geisteshaltung schule,**

JANG CHHUB SEM NYI JONG PAR JIN GYI LOB  
**gestützt auf die Magie der Technik des Gebens und  
 Nehmens mit Hilfe des Atems.**

**LC 100** DÜ SUM GYÄL WA KÜN GYI DRÖ CHIG LAM  
**Segne mich, dass ich mich ernsthaft bemühe,**

NAM DAG GYÄL SÄ DOM PÄ GYÜ DAM SHING  
**die drei moralischen Bindungen des großen Fahrzeugs  
 auszuüben**

THEG CHHOG TSHÜL THRIM SUM GYI NYAM LEN LA  
**und meinen Geist mit dem reinen Gelübde der Söhne  
 des Siegers zu binden,**

TSÖN PA LHUR LEN JE PAR JIN GYI LOB  
**dem einzigen Pfad, den all die Sieger der drei Zeiten  
 beschreiten.**

## *Praktiziere Vollkommenheit nachdem du Bodhicitta erzeugt hast*

### *Die Hauptpraxis der Bodhisattvas*

#### *Die Praxis der Großzügigkeit*

**LC 101** LÜ DANG LONG CHÖ DÜ SUM GE TSHOG CHÄ  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit des Gebens vollendet,**  
SEM CHÄN RANG RANG DÖ PÄI NGÖ GYUR TE  
**indem ich die Anweisung zur Entwicklung eines freigebigen Geistes ohne Anhaftung anwende,**  
CHHAG ME TONG SEM PEL WÄI MÄN NGAG GI  
**die darin besteht, den Körper, den Besitz und die Ansammlung der Tugend der drei Zeiten**  
JIN PÄI PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**in das zu verwandeln, was jedes Lebewesen erwünscht.**

#### *Die Praxis der Ethischen Disziplin*

**LC 102** SO THAR JANG SEM SANG NGAG DOM PA YI  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit der moralischen Disziplin vollende,**  
CHÄ TSHAM SOG GI CHHIR YANG MI TONG ZHING  
**die verlangt, sich heilsame Eigenschaften anzueignen, dem Wohle der Lebewesen zu dienen**  
GE CHHÖ DÜ DANG SEM CHÄN DÖN DRUB PÄI  
**und die Bindungen des Gelübdes zur eigenen Befreiung, des Bodhisattvas und des geheimen Mantras**  
TSHÜL THRIM PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**selbst auf Kosten des Lebens nicht aufzugeben.**

#### *Die Praxis der Geduld*

**LC 103** KHAM SUM KYE GU MA LÜ THRÖ GYUR TE  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit der Geduld vollende,**

SHE ZHING TSHANG DRU DIG SHING SOG CHÖ KYANG  
**die verlangt, dass, selbst wenn all die neun Arten der  
 Wesen der drei Bereiche zornig würden,**

MI THRUG NÖ LÄN PHÄN PA DRUB JE PÄI  
**sie mich beschimpften, bloßstellten, bedrohten oder  
 sogar töteten,**

ZÖ PÄI PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**ich unerschütterlich bleibe und ihre Schädigung damit  
 beantworte, dass ich ihnen nutzen bringe.**

### *Die Praxis der Mitfreude*

**LC 104** SEM CHÄN RE REI CHHIR YANG NAR ME PÄI  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit der freudigen  
 Anstrengung vollende,**

ME NANG KÄL PA GYA TSHOR NÄ GÖ KYANG  
**die mich, ohne dass mein Erbarmen erlahmt, nach  
 der höchsten Erleuchtung streben lässt,**

NYING JE MI KYO JANG CHHUB CHHOG TSÖN PÄI  
**selbst wenn ich für jedes einzelne Wesen einen Ozean  
 von Äonen**

TSÖN DRÜ PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**im Feuer der tiefsten Hölle verbringen müsste.**

### *Die Praxis der geistigen Stabilität*

**LC 105** JING GÖ NAM PAR YENG WÄI KYÖN PANG NÄ  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit  
 der Sammlung vollende,**

CHHÖ KÜN DEN PÄ TONG PÄI NÄ LUG LA  
**indem ich das meditative Gleichgewicht anwende,  
 das ein spitzig auf die Bestehensweise aller Phänomene,**

TSE CHIG NYAM PAR JOG PÄI TING DZIN GYI  
**ihre Leerheit von wahrhafter Existenz, gerichtet ist,**

SAM TÄN PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**nachdem ich die Fehler der Ablenkung,  
 des Sinkens und der Erregung aufgegeben habe.**

## *Die Vervollkommnung der Weisheit*

### *Die raumgleiche Praxis der Leerheit während der Meditation*

**LC 106** DE NYI SO SOR TOG PÄI SHE RAB KYI  
**Segne mich, dass ich die Vollkommenheit der Weisheit vollende,**  
DRANG PÄI SHIN JANG DE CHHEN DANG DREL WA  
**indem ich den raumgleichen Yoga der Sammlung auf die endgültige Wahrheit ausübe,**  
DÖN DAM NYAM ZHAG NAM KHÄI NÄL JOR GYI  
**die von der großen Glückseligkeit der Gefügigkeit begleitet wird,**  
SHE RAB PHAR CHHIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**herbei geführt durch die Weisheit, die die Soheit bis ins Kleinste untersucht.**

### *Die Illusionsgleiche Praxis der Leerheit nach der Meditation*

**LC 107** CHHI NANG CHHÖ NAM GYU MA MI LAM DANG  
**Segne mich, dass ich die illusionsgleiche Konzentration vollende,**  
DANG PÄI TSHO NANG DA ZUG JI ZHIN DU  
**indem ich erkenne, dass die äußeren und inneren Phänomene**  
NANG YANG DEN PAR ME PÄI TSHÜL TOG NÄ  
**gleich einer Luftspiegelung, einem Traumgebilde oder dem Spiegelbild des Mondes in einem klaren See;**  
GYU MÄI TING DZIN DZOG PAR JIN GYI LOB  
**zwar erscheinen, jedoch ohne wahrhafte Existenz sind.**

### *Den Geist in den Punkten der mittleren Sichtweise schulen*

**LC 108** KHOR DÄ RANG ZHIN DÜL TSAM ME PA DANG  
**Segne mich, dass ich den Gehalt von Nagarjunas Gedanken erfasse, der besagt,**

GYU DRÄ TEN DREL LU WA ME PA NYI  
**dass das Fehlen auch der geringsten Spur von  
 inhärenter Existenz im Samsara und Nirvana**  
 PHÄN TSHÜN GÄL ME DROG SU CHHAR WA YI  
**und die Unfehlbarkeit kausaler Abhängigkeit**  
 LU DRUB GONG DÖN TOG PAR JIN GYI LOB  
**sich nicht gegenseitig ausschließen,  
 sondern sich ergänzend auftreten.**

### *Geistestraining im außergewöhnlichen Vajrayana Pfad*

*Vorbereitung für den tantrischen Pfad  
 und die Reinhaltung der Gelübde und Versprechen*

**LC 109** DE NÄ DOR JE DZI N PÄI DE PÖN GYI  
**Segne mich, dass ich daraufhin die Gelübde und  
 Versprechen,**  
 DRIN LÄ GYÜ DE GYA TSÖI JING GÄL TE  
**die Wurzel der Verwirklichungen, mehr als mein  
 Leben schätze**  
 NGÖ DRUB TSA WA DAM TSHIG DOM PA NAM  
**und durch den gütigen Vajrahalter als Lotsen**  
 SOG LÄ CHE PAR DZIN PAR JIN GYI LOB  
**die Untiefen des Ozeans des Tantra überquere.**

*Praxis der zwei Stufen im Höchsten Yogatantra*

**LC 110** KYE SHI BAR DO GYÄL WÄI KU SUM DU  
**Segne mich, dass ich alle Befleckungen der  
 gewöhnlichen Wahrnehmung und Beurteilung reinige,**  
 GYUR WÄI RIM PA DANG PÖI NÄL JOR GYI  
**indem ich den Yoga der ersten Stufe anwende,  
 der darin besteht,**  
 THA MÄL NANG ZHEN DRI MA KÜN JANG TE  
**Geburt, Tod und Zwischenzustand in die drei Körper  
 eines Siegers umzuwandeln,**

GANG NANG LHA KUR CHHAR WAR JIN GYI LOB  
**so dass mir jegliche Erscheinung als der Körper einer  
Gottheit vorkommt.**

*Praxis der Vollendungsstufe im Höchsten Yogatantra*

**LC 111** NYING GÄI DAB GYÄ DHU TII Ü DAG TU  
**Segne mich, dass ich den Pfad der Vereinigung des  
klaren Lichts**

GÖN KHYÖ ZHAB SEN KÖ PA LÄ JUNG WA  
**und des Illusionskörpers in diesem Leben verwirkliche,**

WÖ SÄL GYU LÜ ZUNG DU JUG PÄI LAM  
**der dadurch entsteht, dass du, Beschützer, die Spitze  
deines Fußes genau in die Mitte des zentralen Kanals**

TSHE DIR NGÖN DU GYUR WAR JIN GYI LOB  
**auf den achtblättrigen Lotus in meinem Herzen setzt.**

*Praxis der Übertragung des Bewusstseins zum Zeitpunkt des Todes*

**LC 112** LAM NA MA ZIN CHHI WÄI DÜ JE NA  
**Segne mich, dass ich durch die Bewusstseins  
Übertragung des Guru,**

TSÄN THAB TSHANG GYA LA MÄI PHO WA NI  
**den Weg zur Erleuchtung mit heftigen Mitteln,**

TOB NGA YANG DAG JAR WÄI DAM NGAG GI  
**und durch die einwandfreie Anwendung der fünf Kräfte,  
in ein Reines Land geführt werde,**

DAG PÄI ZHING DU DRÖ PAR JIN GYI LOB  
**falls ich zum Zeitpunkt des Todes die Punkte des  
Pfades nicht vervollständigt habe.**



*Bitte um den Schutz des Guru zu erhalten**Bitte um den Schutz des Guru in allen zukünftigen Leben*

**LC 113** DOR NA KYE ZHING KYE WA THAM CHÄ DU  
**Kurz, segne mich, dass ich zu deinem Hauptschüler werde,**  
 GÖN PO KHYÖ KYI DRÄL ME JE ZUNG NÄ  
**der alle Geheimnisse von Körper, Rede und Geist bewahrt,**  
 KU SUNG THUG KYI SANG WA KÜN DZI N PÄI  
**und dass ich in allen Leben immer wieder ungetrennt**  
**von dir,**  
 SÄ KYI THU WOR GYUR WAR JIN GYI LOB  
**Beschützer, umsorgt werde.**

**LC 114** GÖN KHYÖ GANG DU NGÖN PAR SANG GYÄ PÄI  
**Gewähre mir das Glück und den Segen, dass alle**  
**zeitweiligen und endgültigen Bedürfnisse und Wünsche**  
 KHOR GYI THOG MA NYI DU DAG GYUR TE  
**ausnahmslos, ohne Mühe und spontan verwirklicht**  
**werden**  
 NÄ KAB THAR THUG GÖ DÖ MA LÜ PA  
**und dass ich zum Ersten in deiner Begleitung werde,**  
 BÄ ME LHÜN GYI DRUB PÄI TRA SHI TSÖL  
**wo immer du, Beschützer, die Buddhaschaft zeigst.**

*Auflösung des Verdienstfeldes und Erhalten von Inspiration*

**LC 115** DE TAR SÖL WA TAB PÄ LA MA CHHOG  
**Ich flehe dich an, du höchster Guru,**  
 JIN GYI LAB CHHIR GYE ZHIN CHI WOR JÖN  
**aufgrund dieser Bitten voller Freude auf**  
**meinen Scheitel zu kommen, um mich zu segnen**  
 LAR YANG NYING GÄI PÄ MÄI ZEU DRU LA  
**und die strahlende Spitze deines Fußes wiederum fest**  
 ZHAB SEN Ö CHHAG TÄN PAR ZHUG SU SÖL  
**in den Blütenstaubbeutel meines Herzlotusses zu setzen.**

## Abschluss

### Widmung der Verdienste

**LC 116** DI TAR GYI PÄI NAM KAR GE WA YANG

**All die weiße heilsame Kraft,  
die ich somit geschaffen habe,**

DÜ SUM DE SHEG SÄ CHÄ THAM CHÄ KYI

**widme ich, dass sie dem Ziel diene,  
sämtliche Zielsetzungen und Taten**

DZÄ PA MÖN LAM MA LÜ DRUB PA DANG

**all der Sugatas der drei Zeiten  
und ihrer geistigen Söhne zu erfüllen,**

LUNG TOG DAM CHHÖ DZIN PÄI GYU RU NGO

**und den heiligen Dharma von Wort und Erkenntnis  
aufrecht zu erhalten.**

**LC 117** DE YI THU LÄ TSHE RAB KÜN TU DAG

**Möge ich aufgrund dieser heilsamen Kraft in allen Leben**

THEG CHOG KHOR LO ZHI DANG MI DRÄL ZHING

**nicht von den vier Rädern des großen Fahrzeugs  
getrennt sein,**

NGE JUNG JANG SEM YANG DAG TA WA DANG

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

RIM NYI LAM GYI DRÖ PA THAR CHHI N SHOG

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

### Verse der Glücksverheißung

**LC 118** SI ZHII NAM KAR JI NYE GE TSHÄN GYI

**Mögen sich Glück und Segen ergeben, so dass wir durch  
die Vortrefflichkeit aller weißen heilsamen Kraft,**

DENG DIR MI SHI GÜ PA KÜN DRÄL TE

**die im Samsara und Nirvana zu finden,  
hier und jetzt von allem Unglück und Übel erlöst werden.**



NÄ KAB THAR THUG GE LEG NAM KHÄI DZÖ  
**Mögen wir uns an der Vortrefflichkeit und an dem Glanz  
 eines himmlischen Schatzes**  
 PHÜN TSHOG PÄL LA RÖL PÄI TRA SHI SHOG  
**von zeitweiliger und endgültiger Tugend und Güte  
 erfreuen.**

**LC 119** KÜN KHYEN LO ZANG DRAG PÄI CHHÖ KYI DER  
**Mögen sich Glück und Segen ergeben,**  
 LAB SUM NAM DAG TSE CHI G DRUB LA TSÖN  
**so dass die Lehre des Buddha Shakyamuni lange  
 aufrecht erhalten bleibt,**  
 NÄL JOR RAB JUNG TSHOG KYI YONG GANG WÄI  
**indem die Dharma Gemeinschaften des allwissenden  
 Losang Dragpa von Scharen von Yoginis und Ordinierten  
 angefüllt sind,**  
 THUB TÄN YÜN DU NÄ PÄI TRA SHI SHOG  
**die sich ohne Ablenkung der Übung der drei reinen  
 Schulungen hingeben.**

**LC 120** ZHÖN NÜI DÜ NÄ LA MA LHA CHHOG LA  
**Mögen sich Glück und Segen Losang Vajradharas ergeben,**  
 SÖL WA TAB PÄ LO ZANG DRAG PA YI  
**so dass wir, indem wir von Jugend an zur höchsten  
 Guru Gottheit beten,**  
 JIN LAB ZHUG NÄ ZHÄN DÖN LHÜN GYI DRUB  
**den Segen von Losang Dragpa empfangen**  
 LO ZANG DOR JE CHHANG GI TRA SHI SHOG  
**und so das Wohl der anderen mühelos erreichen.**

**LC 121** DÖ GÜI JOR WA YAR KYI TSHO TAR PHEL  
**Mögen sich Glück und Segen ergeben,  
 so dass all die von uns ersehnten Besitztümer  
 wie ein See zur Regenzeit anschwellen,**

KYÖN ME RIG KYI DÄL DRO GYÜN CHHÄ ME  
**wir ununterbrochen in fehlerlosen Familien  
ein Leben mit Freiheiten annehmen**

NYIN TSHÄN LO ZANG DAM PÄI CHHÖ KYI DA  
**und wir uns an der Herrlichkeit der Vollkommenheit  
erfreuen,**

PHÜN TSHOG PÄL LA RÖL PÄI TRA SHI SHOG  
**indem wir Tag und Nacht mit dem heiligen Dharma  
verbringen.**

**LC 122** DAG SOG NAM KYI DENG NÄ JANG CHHUB BAR  
**Mögen sich Glück und Segen ergeben,**

GYI DANG GYI GYUR GE WA CHI SAG PA  
**so dass aufgrund all der heilsamen Kraft,  
die ich und die anderen aufgehäuft haben,**

ZHING DIR JE TSÜN DAM PÄI ZUG KYI KU  
**und von heute an bis zur Erleuchtung noch ansammeln  
werden**

GYUR ME DOR JE TAR TÄN TRA SHI SHOG  
**der heilige Formkörper des Verehrungswürdigen  
unbeweglich wie ein Vajra beständig in diesem Land  
verbleit.**



Lama Tsongkhapa

# Gebete an Mahakala und Palden Lhamo





mit jedem  
Takt

## Nagardschunas Lobpreis an Mahakala

HUM SIN PÄ SUG KYI DUG PA TSCHÄN  
 TSHAR TSCHÖ TSCHANG TSCHHUB SEM PA DE  
 DRONG KHYER SUM KYI DSCHIG TSCHE PA  
 TUM MO KHYÖ LA DAG TÖ DO  
 DAG KI TSÖN PAR KHYÖ TÖ DO  
 TSEG TANG TSÖN PAR KHYIR TÖ DO  
 DSCHIG TEN DI NA RANG WANG THOB  
 NGÖN GYI DRAM SE MÄ PA TAR  
 TRA SHI TSCHHOG DRUB SEM DER TSCHE  
 YI NYUR SUG TSCHÄN KÜN TU TRAG  
 GÖN PO DSCHE TSCHING DSCHIG TEN KYONG  
 THAB PÄ GYA TSHEN TAG TU GYÄL  
 SCHIN DSCHE MA MO NGÖN PAR TÖ  
 DAR GYI TÖ YOG NGÖN PO TSCHÄN  
 DUG DANG MI DUG LÜ SU TÖN  
 MIG KI THAM TSCHÄ NGÄ PAR TSCHE  
 TSCHHOG DRUB PAG ME SEM DER TSCHE  
 NYING TANG TÄN SCHING RAB TU PA  
 TAG TU KHYÖ LA DAG KI TÖ



mit jedem  
Takt

**HUM - Großer Bodhisattva, der als Kannibale  
 zunichte macht, was von Übel ist,  
 der die Stadt der drei Welten zerstört -  
 Feuriger, dir gilt mein Lobpreis;  
 voller Hingabe und Bewunderung  
 bring ich dir Lobpreis dar.**

**Du, der früher als Brahmane galt,  
 hast Freiheit erlangt von dieser Welt,  
 und den Zustand höchsten Glücks.  
 Dein Körper schnell wie ein Gedanke,  
 schützt und behütet du die Welt;  
 dein Ruhm ist überall verbreitet,**

**aus allen Kämpfen gehst du siegreich hervor,  
unmittelbar gepriesen von Yamas und Mamos.**

**Du zeigst dich in schönem und schrecklichem Körper,  
gekleidet in seidenes, blaues Obergewand.  
Der Blick deiner Augen macht alle gefügig,  
höchste Kräfte verwirklichend und unendliches Glück.  
Mutiger und mitfühlender Schützer  
– immer wieder preise ich dich.**

OM MAHAKALA KALA / BIKALA / RATRITA / TOMBINI /  
TSÄNDALI / RAKSCHASI / SINGALI / DEVI BHYO\* HUM PHAT

\* Die Silbe BYOH wird von den meisten tibetischen Lamas als DSCHO  
ausgesprochen.



## Gebet zur Darbringung und Bitte an Palden Lhamo

DSCHO RAB DSCHAM GYÄL WA KÜN KYI THRIN LÄ LA  
**DSCHO – Dir, der erhabenen Aktivität der siegreichen  
 Buddhas,**

MAG SOR GYÄL MO SCHE TSCHAR TSHÄN SÖL WA  
**ward der Name „Königin der magischen Waffen“ gegeben.**

TSE TSCHIG MÖ PÄ WANG GI TSCHÄN DREN NA  
**Die Kraft meiner konzentrierten Hinwendung zu dir läßt  
 dich ein:**

THOG PA ME PAR NYUR TU SCHEG SU SÖL  
**Bitte komm rasch und ungehindert an diesen Ort.**

DÜN GYI NAM KHAR LUNG NAG TSHUB MÄ Ü  
**Vor mir im Raum, inmitten eines schwarzen Wirbelsturms,**

PE TSCHÖN THÖ THRAG DSIN PA SIN MÖ SUG  
**erscheinst du in Gestalt einer Kannibalin,  
 Vadschra-Stab und blutgefüllte Schädelschale in Händen,**

TRE-U TENG SCHUG DUG PA TSHAR TSCHÖ KU  
**auf einem jungen Maultier reitend.  
 Dein Körper macht alles Übel zunichte.**

DSCHI SI TRÄN PA DE SI TAG TU SCHUG  
**Bleibe stets bei mir, solange ich an dich denke.**

TSCHHI YI TSCHÄN SIG NAM KHÄ KHYÖN KANG SCHING  
**Äußere Gaben erfüllen die gesamte Dimension des Raumes,**

NANG GI TAM DSÄ SA SCHI MA LÜ KHYAB  
**innere Samaya-Substanzen durchdringen die ganze Erde,**

YI KYI TRÜL PÄ TSCHHÖ TRIN SCHING KHAM KÜN  
**Wolken geistig hervorgebrachter Gaben,  
 weithin strahlend, erfüllen alle Bereiche.**

GYÄ PAR GENG PA KHOR TANG TSCHÄ LA BÜL  
**All dies bringe ich Palden Lhamo und ihrem Gefolge dar.**

PÄL DÄN THUB PÄ KA SUNG THU TSÄL TSCHÄN  
**Machtvolle Hüterin der Worte des glorreichen Muni,**  
KHYÖ NYI TEN TSCHING DRUB TANG TSE TSCHIG TU  
**wir Yogis, Lehrer und Schüler, die auf dich vertrauen und**  
**[deine Aktivitäten] verwirklichen wollen,**  
SÖL WA DEB PÄ NÄL DSCHOR PÖN LOB KYI  
**bitten dich einmütigen Sinnes: Wende alle widrigen**  
**Umstände ab**  
GÄL KYEN KÜN SEL THÜN KYEN MA LÜ DRUB  
**und lasse alle förderlichen Bedingungen für uns**  
**vollständig werden.**

SCHA THRAG LA SOG DÜ TSI NGA TANG TSCHÄ  
**Diesen Torma, bestehend aus Fleisch und Blut,**  
DRU NA NGA TANG DSCHAR WÄ TOR MA DI  
**den fünf Arten von Nektar und den fünf Arten von Korn,**  
PÄL DÄN MAG SOR GYÄL MO LA BÜL KYI  
**bringen wir dir, der Königin magischer Waffen, dar.**  
SANG GYÄ TÄN PA SUNG TSCHHIR SCHE SU SÖL  
**Bitte nimm ihn an und schütze die Lehre des Buddha.**

KU SUM LHÜN DRUB THUG DSCHHE THAR CHHIN KYANG  
**Müheilos erscheinen deine drei Körper, in vollendetem**  
**Mitgefühl**  
SI SUM DUG PA DÜL CHHI R THRÖ PÄI KU  
**zeigst du eine zornvolle Gestalt, um zu bezähmen,**  
**was in den drei Bereichen von Übel ist -**  
TÜ SUM GYÄL WÄ TÄN SUNG TSCHHEN MO LA  
**vor dir, große Schützerin der Lehre der Buddhas aller**  
**drei Zeiten,**  
GO SUM KÜ PA TSCHHEN PÖ TSCHHAG TSHÄL LO  
**verneige ich mich respektvoll mit Körper, Sprache und Geist.**

DAG SOG NAM KYI TSCHHÖ TANG THÜN PÄ DÖN  
**Wir bitten dich: segne uns, damit alle unsere Ziele**



DSCHI TAR SAM PA YI SCHIN DRUB PA TANG  
**im Einklang mit dem Dharma verwirklicht werden,  
 wie wir es wünschen,**  
 NÄ DÖN GEG SOG PAR TU TSCHÖ PÄ TSHOG  
**und alle Hindernisse - Krankheit, Einflüsse störender Geister -**  
 NYE WAR SCHI WAR DSCHIN GYI LAB TU SÖL  
**ganz und gar zur Ruhe kommen.**

LHAG SAM TAG PÄ TSHÜL DIR TSÖN PA NA  
**So wie Brahma und Indra die Welt behüten,**  
 TSHANG TANG WANG PÖ DSCHIG TEN KYONG WA TAR  
**mögest du, Königin magischer Waffen und dein Gefolge,**  
 MAG SOR GYÄL MO LA SOG SUNG MÄ TSHOG  
**uns nie verlassen und uns stets unterstützen,**  
 YEL WA ME PAR TAG TU DROG TSCHE SHOG  
**während wir nach der besonderen Einstellung [des selbstlos-  
 en Wunsches Erleuchtung zu erlangen] streben.**

BHYO\* RAKMO BHYO / RAKMO BHYO / BHYO / RAKMO TUN  
 BHYO / KHA LA RAK CHEN MO / RAKMO AVYATAVYA TUN  
 BHYO RULU RULU HUM BHYO HUM

\*\* Die Silbe BYOH wird von den meisten tibetischen Lamas als DSCHO  
 ausgesprochen.



## Lobpreis an den sechsamigen Mahakala

HUM NYUR DSÄ TSCHÄN RÄ SIG LA TSCHHAG TSHÄL LO

**HUM – Rasch handelnder Avalokita, ich erweise dir Ehre!**

SCHAB DUB TANG TSCHÄ VI NA YA KA NÄN

**Dein kettengeschmückter Fuß tritt auf einen Elefanten,**

NAG PO TSCHHEN PO TAG GI SCHAM THAB TSCHÄN

**Mahakala, du trägst einen Rock aus Tigerfell,**

TSCHAG TRUG DRÜL KYI GYÄN KYI NAM PAR GYÄN

**deine sechs Arme sind mit Schlangenschmuck reich verziert.**

YÄ PA TRI GUG PAR WA THRENG WA DSIN

**In der [ersten] rechten Hand hältst du ein Messer,  
in der mittleren eine Mala,**

THA MA DA MA RU NI TRAG TU THRÖL

**mit der dritten schlägst du heftig eine Damaru.**

YÖN PA THÖ PA TANG NI DUNG TSE SUM

**In deinen linken Händen hältst du eine Schädelchale,**

TE SCHIN SCHAG PA SUNG NÄ TSCHHING WAR TSCHÉ

**einen dreispitzigen Speer sowie eine Schlinge zum Fesseln.**

TRAG PÖ SCHÄL NI TSCHHE WA NAM PAR TSIG

**Dein wildes Gesicht zeigt völlig entblöste Fänge,**

TSCHÄN SUM TRAG PO U TRA GYEN TU BAR

**zornig blicken die drei Augen,  
die Haare lodern wie Flammen nach oben;**

TRÄL WAR SINDHU RA YI LEG PAR DSCHUG

**die Stirn ist eingerieben mit roter Sindura-Farbe;**

TSCHI WOR MI KYÖ GYÄL PÖ GYÄ TAP TÄN

**der Scheitel trägt das königliche Siegel Akschobhyas.**

THRAG DSAG MI GO NGA TSCHÜ TO SCHÄL TSCHÄN

**Um den Hals hängt ein Kranz aus fünfzig Menschenköpfen,  
aus welchen Blut tropft,**

RIN TSCHHEN THÖ KAM NGA YI U LA GYÄN

**und fünf juwelenverzierte Totenschädel schmücken dein Haupt.**

SCHING LÄ TSCHÖN NÄ TOR MA LEN DSÄ PÄ  
**Glorreiche sechsarmige Gottheit,  
von einem Baum herbeigekommen, den Torma anzunehmen –**  
PÄL DÄN TSCHHAG TRUG PA LA TSCHHAG TSHÄL LÖ  
**ich ehre und preise dich!**  
SANG GYÄ TÄN PA NYÄN PO SUNG WA TANG  
**Wache mit Strenge über die Lehre des Buddha.**

KÖN TSCHHOG U PHANG NYÄN PO TÖ PA TANG  
**Preise ungestüm die Macht der [Drei] Juwelen!**  
DAG TSCHAG PÖN LOB KHOR TANG TSCHÄ NAM KYI  
**Bringe für uns – Lehrer, Schüler und Freundeskreis –**  
KYEN NGÄN PAR TSCHHÄ THAM TSCHÄ SCHI WA TANG  
**alle widrigen Umstände und alle Hindernisse zur Ruhe**  
TSCHI DÖ NGÖ TRUP NYUR TU TSÄL TU SÖL  
**und verleihe uns rasch die Siddhis, die wir uns wünschen!**

LAMA GÖN PO YER ME LA  
**Voller Respekt nehme ich Zuflucht**  
DAG NYI KÜ PÄ KYAB SU TSCHI  
**zum Lama, der untrennbar vom Schützer ist.**  
DAG KI SEM TSCHÄN THAM TSCHÄ KYI  
**Möge ich die Verblendungen aller Wesen**  
NYÖN MONG MA LÜ SEL WAR SCHOG (3x)  
**ganz und gar beseitigen. (3x)**

GÖN PO LAMA YER ME LA  
**Voller Respekt nehme ich Zuflucht**  
DAG NYI KÜ PÄ KYAB SU TSCHI  
**zum Schützer, der untrennbar vom Lama ist.**  
DAG SOG SEM TSCHÄN THAM TSCHÄ KYI  
**Mögen die Hindernisse, die mir und allen anderen Wesen**  
PAR TSCHÄ MA LÜ SEL WAR SCHOG (3x)  
**entgegenstehen, restlos beseitigt werden. (3x)**

GE WA DI YI TSE RAB KÜN TU DAG

**Möge ich aufgrund dieses Heilsamen  
[das hier entstanden ist], in allen Leben**

GYÄL WÄ TAM TSCHHÖ MA LÜ DSIN PA TANG

**die gesamte Lehre des siegreichen [Buddha] aufrechterhalten.**

TE YI GÄL KHYEN SEL SCHING THÜN KHYEN KÜN

**Lehrer und Schützer, beseitige, was dem entgegensteht,**

LA MA GÖN PÖI YÄL ME DRUB GYUR TSCHIG

**und lass ohne Unterlass Umstände eintreten,  
die förderlich sind.**



## Widmungsgebete

GE WA DI YI NYUR DU DAG

**Möge ich durch diese heilsamen Handlungen**

LA MA SANG GYÄ DRUB GYUR NÄ

**rasch den [Zustand des] spirituellen Meisters Buddha**

DRO WA CHI G KYANG MA LÜ PA

**erreichen und sämtliche Lebewesen**

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG

**ausnahmslos auf diese Ebene bringen.**

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE

**Möge, wer den kostbaren, höchsten Erleuchtungsgeist**

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

**noch nicht entwickelt hat, ihn entwickeln,**

KYE WA NYAM PA ME PA YANG

**und wer ihn entwickelt hat, ihn nie verringern,**

GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG

**sondern immer weiter entfalten.**

JAM PÄL PA WÖ JI TAR KHYEN PA DANG  
**Der mutige Manjushri und Samantabhádra**

KÜN TU ZANG PO DE YANG DE ZHIN TE  
**sahen, wie es ist;**

DE DAG KÜN GYI JE SU DAG LOB CHHIR  
**um ihnen zu folgen, widme ich ebenso**

GE WA DI DAG THAM CHÄ RAB TU NGO  
**alle heilsamen Aktivitäten auf beste Weise.**

DÜ SUM SHEG PÄI GYÄL WA THAM CHÄ KYI  
**So wie die Siegreichen [Buddhas] aller drei Zeiten**

NGO WA GANG LA CHHOG TU NGAG PA DE  
**dem widmeten, was als das Höchste gepriesen,**

DAG GI GE WÄI TSA WA DI KÜN KYANG  
**so widme auch ich alle Wurzeln des Heilsamen**

ZANG PO CHÖ CHHI R RAB TU NGO WAR GYI  
**ganz dem edlen [Bodhisattva-]Verhalten.**

Möge das positive Potenzial, das alle Buddhas und Bodhisattvas sowie alle gewöhnlichen Lebewesen und auch ich im Lauf der drei Zeiten entwickeln, und das von sich aus ohne eigenständige Existenz ist, dazu führen, dass dieses „Ich“, das gleichfalls nicht von sich aus existiert, rasch den Zustand der Erleuchtung erreicht - der nicht von sich aus existiert - und ganz allein die Verantwortung übernimmt, alle Lebewesen - die ihrerseits auch nicht unabhängig existieren – so schnell wie möglich zu diesem Zustand zu führen.

Möge kraft des positiven Potenzials, das von all den Buddhas und Bodhisattvas sowie allen anderen Lebewesen und auch von mir in allen drei Zeiten entwickelt wird, der kostbare höchste Erleuchtungsgeist, Bodhichitta – die Einstellung, die das Selbst loslässt und andere wertschätzt und die Quelle allen Glücks und guten Gelingens ist, jetzt gleich in meinem eigenen Geist und dem aller Lebewesen entstehen. Möge sie, wo sie bereits entstanden ist, niemals abnehmen, sondern immerfort anwachsen.

### *Langlebensgebet für Seine Heiligkeit den Dalaí Lama*

GANG RI RA WÄI KHOR WÄ ZHING KHAM DIR

**Möge die Quelle von allem Nutzen und Glück**

PHÄN DANG DE WA MA LÜ JUNG WÄI NÄ

**in dem von Schneebergen umgebenen, reinen Land,**

CHÄN RÄ ZIG WANG TÄN DZI N GYA TSHO YI

**Avalokitéschvara, Tenzin Gyatso,**

ZHAB PÄ SI THÄI BAR DU TÄN GYUR CHI G

**bis zum Ende des Daseinskreislaufs verweilen.**

### *Gebet für die unmittelbare Erfüllung aller Wünsche*

TONG NYI NYING JE ZUNG DU JUG PAI LAM

**An den Beschützer der Lebewesen im Daseinskreislauf  
und der Lehre im Lande des Schnees,**

CHE CHER SÄL DZÄ GANG CHÄN TÄN DRÖI GÖN

**der den Weg der Einheit von Leerheit und Mitgefühl  
äußerst klar zeigt,**

CHAG NA PÄ MO TÄN DZI N GYA TSO LA

**an Tenzin Gyatso, Überbringer des Lotus,  
richte ich meine Bitten:**

SOL WA DEB SO ZHE DÖN LHÜN DRUB SHOG

**mögen sich all deine heiligen Wünsche erfüllen!**

### *Langlebensgebet für Lama Zopa Rinpoche*

THUB TSHÜL CHHANG ZHING JAM GÖN GYÄL WÄI TÄN

**Mögest du, der die Verhaltensweisen des Erhabenen  
aufrechterhält und die siegreiche Lehre des sanften  
Beschützers bewahrt,**

DZIN KYONG PEL WÄ KÜN ZÖ DOG POR DZÄ

**hütet, ausbreitet, alles auf sich nimmt, [sie] zu festigen,**

CHHOG SUM KUR WÄI LEG MÖN THU DRUB PA

**und die Segenskraft der Ehrung der Drei Höchsten  
[Juwelen] erfüllt**

DAG SOG DÜL JÄI GÖN DU ZHAB TÄN SHOG  
**zu unserem, deiner Schüler Schutz ständig verweilen.**

*Lobpreis und Bitte an Lama Tsongkhapa (Migtsema)*

MIG ME TSE WÄI TER CHHEN CHÄN RÄ ZIG  
**Avalokitéschvara, großer Hort von Mitgefühl,  
 das sich nicht auf feste Bezugspunkte richtet,**  
 DRI ME KHYEN PÄI WANG PO JAM PÄI YANG  
**Manjushri, Meister makelloser Weisheit,**  
 [DÜ PUNG MA LÜ JOM DZÄ SANG WÄI DAG]  
**[Vajrapani, Überwinder sämtlicher Scharen von Maras,]**  
 GANG CHÄN KHÄ PÄI TSUG GYÄN TSONG KHA PA  
**Tsongkhapa, der den Scheitelpunkt der Weisen im  
 Schneelande schmückt:**  
 LO ZANG DRAG PÄI ZHAB LA SOL WA DEB  
**Losang Dragpa, zu deinen Füßen spreche ich meine Bitten.**







## Guide to the Lam-Rim Assembly Tree

*There are various ways to depict this Assembly Tree of the Tradition of the Stages of the Path. Presented here is the abbreviated way.*

In the center is Shakyamuni Buddha, with a small image of his tantric aspect, Buddha Vajradhara, at his heart. This indicates that the Sutrayana teachings of Buddha arranged into the lam-rim tradition are a preliminary to entering into the esoteric teachings of tantra.

Surrounding the Buddha are four clusters of figures:

To our left (Buddha's right) is the lineage of extensive bodhisattva activities. At the top of this cluster, one can see Atisha. Maitreya sits just next to Buddha's right hand in the earth-touching mudra.

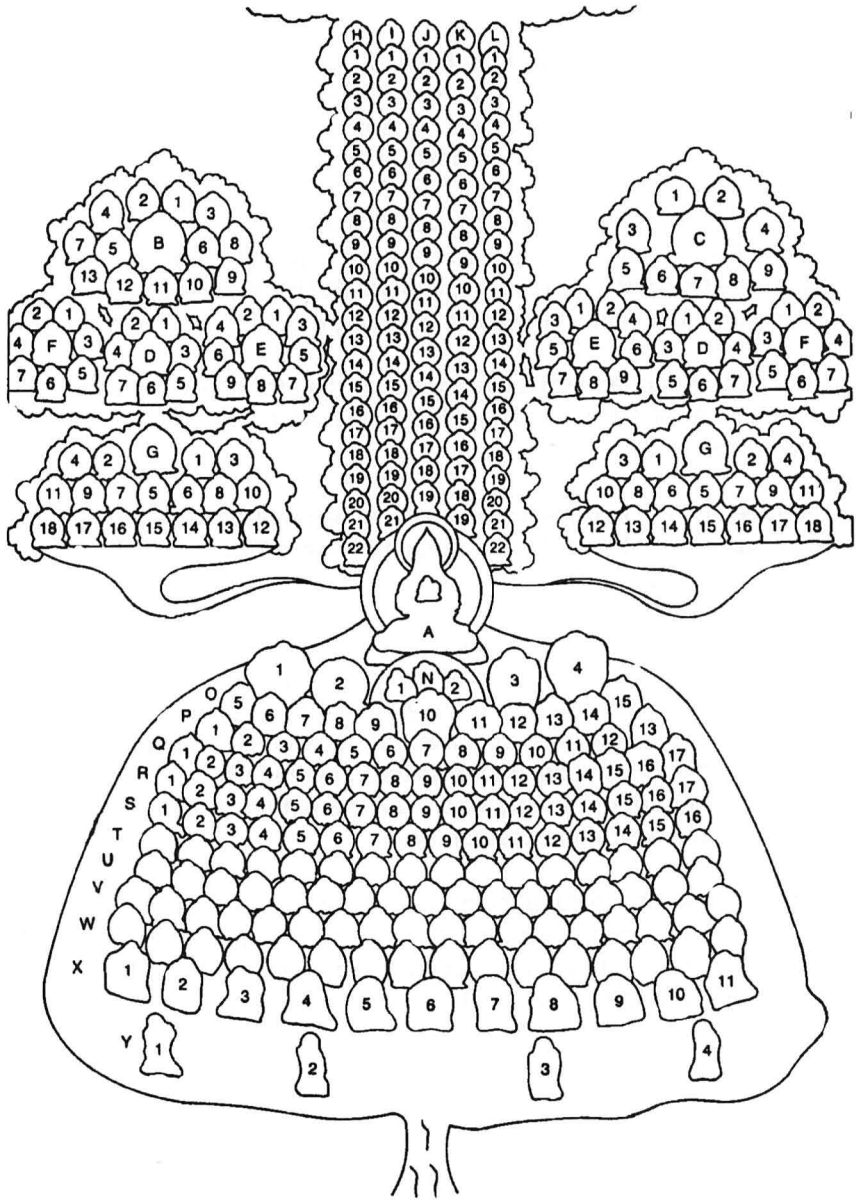
To our right (Buddha's left) is the lineage of the profound view. At the top of this cluster of lamas is seated Nagarjuna. Manjushri sits just next to Buddha's left knee.

Seated behind the Buddha (here shown above) is Buddha Vajradhara and the lineage of the blessed tantric practice transmission, i.e., the various lineages of Vajrayana transmissions.

In front of and below the Buddha are rows of various categories of divinities. In the top row are the main yidams of highest yoga tantra. In the second row are buddhas, representing the buddhas of the ten directions. In the next row are the main bodhisattvas, such as Tara, Manjushri, Vajrapani, etc. In the fourth row are the solitary realizer arhats and in the fifth row, the hearer arhats, among whom are the sixteen arhats. The bottom row depicts the wrathful protectors.

The entire assembly is supported on branches and leaves of a tree that grows from the earth, indicating the organic nature of the lineage of transmission, i.e., that the enlightenment experience is passed from generation to generation in a naturally unfolding way.

Below the tree sit the four directional guardians and the gods Indra and Brahma. That they are included therein demonstrates that they are regarded with respect and as wise and powerful beings who support and protect the lineage. That they are below and not on the tree itself shows that they are, however, not enlightened beings and not part of the transmission lineage.



## Guide to the Lama Chöpa Merit Field Diagram

In the center is A. Lama Losang Thubwang Dorje Chang, one's own root Guru appearing in the outer form of Je Tsongkhapa, the inner form of Shakyamuni Buddha, and the secret form of Vajradhara.

To Lama Losang Thubwang Dorje Chang's right (our left) is the Method Lineage, indicated by B. Maitreya in the center, flanked by Asanga (1) above and on our right, and Vasubandhu (2) above and on our left, and encircled by the other lamas of this lineage.

To the right (Lama Losang Thubwang Dorje Chang's left) is the Wisdom Lineage, indicated by C. Manjughosha in the center, who appears with Nagarjuna (1), left and above, and Aryadeva (2), right and above, and is encircled by the other lamas of this lineage.

Below both the Method and Wisdom Lineages appear the Kadam Lamrim Lineage (encircling D. Gonpawa Wangchug), the Kadam Treatise Lineage (encircling E. Geshe Potowa Rinchen Säl), and the Kadam Instruction Lineage (encircling F. Chen-nga Tsultrim Bar).

Below these, on both the Method and Wisdom sides appear the Gelug Lineage lamas, encircling G. Je Tsongkhapa.

Above Lama Losang Thubwang Dorje Chang are the various practice lineages: the Guhyasamaja Lineage below H. Guhyasamaja; the Vajrabhairava Lineage below I. Vajrabhairava; the Ganden Oral Transmission Lineage below J. Vajradhara; the Kadam Lineage of Sixteen Drops below K. Atisha; and the Chakrasamvara Lineage below L. Heruka Chakrasamvara.

Directly below Lama Losang Thubwang Dorje Chang appear one's own root Guru (N.) flanked by one's own other direct Dharma teachers.

Below them appear: O. maha-anuttara yoga tantra deities; P. yoga tantra deities; Q. charya tantra deities; R. kriya tantra deities; S. Sutrayana buddhas; T. bodhisattvas; U. solitary realizer arhats; V. hearer arhats; W. dakas and dakinis; X. Dharma protectors; Y. the guardians of the four directions.

