

Das kurze Ritual der vier Maṇḍalas von Cittamani Tārā



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Das kurze Ritual der vier Mandalas von Cittamani Tārā

Inhaltsverzeichnis

Vorbereitungsteil

Zuflucht	3
Zuflucht und Bodhicitta	4
Besonderes Bodhicitta	5
Die vier unermesslichen Gedanken	5
Selbsterzeugung als Gottheit	6
Segnung der inneren Opfergabe	7
Segnung der äußeren Opfergaben	8
Visualisierung des Verdienstfeldes	10
Verehrung	10
Opfergaben an das Verdienstfeld	12
Das siebenteilige Gebet	14
Lange Maṇḍala-Darbringung	15
Kurze Maṇḍala-Darbringung	18
Tiefempfundene Bitte	19
Zuflucht und Bodhicitta	20
Gebet für die Spender	21
Gebet für das erwünschte Ziel	21

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Hauptteil

Erste Runde

Verehrung (erste Runde)	22
Darbringungen an Tārā	22
Das siebenenteilige Gebet	24
Lange Maṇḍala-Darbringung	25
Kurze Maṇḍala-Darbringung	28
Tiefempfundene Bitte	29
Zuflucht und Bodhicitta	30
Gebet	30
Langer Lobpreis	32
Bitte	41
Gebet für die Spender	41

Zweite Runde

Verehrung (zweite Runde)	42
Darbringungen an Tārā	43
Das siebenenteilige Gebet	44
Lange Maṇḍala-Darbringung	45
Kurze Maṇḍala-Darbringung	48
Tiefempfundene Bitte	49
Zuflucht und Bodhicitta	49
Gebet	50
Langer Lobpreis	51
Bitte	60

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Dritte Runde

Verehrung (dritte Runde)	60
Darbringungen an Tārā	61
Das siebenteilige Gebet	62
Lange Maṇḍala-Darbringung	63
Kurze Maṇḍala-Darbringung	66
Tiefempfundene Bitte	67
Zuflucht und Bodhicitta	67
Visualisierung	68
Kurzer Lobpreis	69
Langer Lobpreis	69

Schluss teil

Die Vorzüge dieser Praxis	78
Torma-Darbringung	81
Opfergaben	83
Verehrung	84
Gebete	84
Bekennnis der Fehler in der Rezitation	87
Die Gottheit bitten, zu bleiben oder zurückzukehren..	89
Widmung	90
Glückverheißender Vers	90

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~



~*~ Vier-Mandala-Pūja von Cittamani Tārā ~*~

Das kurze Ritual der vier Mandalas von Cittamani Tārā

Von Kyabje Ganden Trijang Rinpoche

Die Silbe TĀṂ, Essenz der erleuchteten Aktivitäten aller
siegreichen Buddhas, verschmilzt zu einem türkisgrünen
Wirbel.

Begleitet von Klängen himmlischer Musik, erscheint Deine
jugendliche, königliche Gestalt.

Die Du von der Furcht von Saṃsāra und Nirvāṇa befreist,
respektvoll bringe ich Dir meine Verehrung dar,
bitte nimm Dich meiner mit Deiner großen Liebe an.



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~



~*~ Vier-Mandala-Püja von Cittamani Tārā ~*~

Das kurze Ritual der vier Mandalas von Cittamani Tārā

Zuflucht

DAG DANG DRO WA NAM KHÄI THA DANG NYAM PÄI SEM CHÄN
THAM CHÄ

**Ich und alle wandernden Wesen, dem grenzenlosen
Raume gleich,**

DÜ DI NÄ ZUNG TE JI SI JANG CHHUB NYING PO LA CHHI KYI BAR DU
**nehmen fortan, bis wir die Essenz der Erleuchtung
erlangt haben werden,**

PÄL DÄN LA MA DAM PA NAM LA KYAB SU CHHI WO

Zuflucht zu den glorreichen, heiligen Lamas,

DZOG PÄI SANG GYÄ CHOM DÄN DÄ NAM LA KYAB SU CHHI WO

nehmen Zuflucht zu den vollendeten Buddha Bhagavans,

DAM PÄI CHHÖ NAM LA KYAB SU CHHI WO

nehmen Zuflucht zum heiligen Dharma

PHAG PÄI GE DÜN NAM LA KYAB SU CHHI WO

und nehmen Zuflucht zum Ārya Sangha. (3x)

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~❁~



Zuflucht und Bodhicitta

SANG GYÄ CHHÖ DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA

Ich nehme Zuflucht bis zur Erleuchtung

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI

zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten

Gemeinschaft.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ~❁~

DAG GI JIN SOG GYI PE DI DAG GI

**Durch meine Übung des Gebens und der anderen
Vollkommenheiten,**

DRO LA PHÄN CHHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG

möge ich Buddha werden zum Wohle aller Wesen. (3x)

Besonderes Bodhicitta

KHYÄ PAR MA SEM CHÄN THAM CHÄ KYI DÖN DU NYUR WA NYUR
WAR / YANG DAG PAR DZOG PÄI SANG GYÄ KYI GO PHANG RIN PO
CHHE CHI NÄ KYANG THOB PAR JA / DEI CHHIR DU JE TSÜN MA PHAG
MA DRÖL MÄI NÄL JOR NYAM SU LANG WAR GYI WO.

**Insbesondere muss ich zum Wohl aller fühlenden Wesen,
meiner Mütter, rasch, rasch den kostbaren Zustand
vollkommen vollendeter Buddhaschaft erlangen, darum
will ich den tiefgründigen Pfad des Gottheiten-Yoga von
Ārya Tārā praktizieren.**

Die vier unermesslichen Gedanken

SEM CHÄN THAM CHÄ DE WA DANG DE WÄI GYU DANG DÄN PAR
GYUR CHIG

**Mögen alle Wesen glücklich sein und die Ursachen haben
für Glück.**

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

SEM CHÄN THAM CHÄ DUG NGÄL DANG DUG NGÄL GYI GYU DANG
DRÄL WAR GYUR CHIG

**Mögen alle Wesen frei sein von Leid und den Ursachen
für Leid.**

SEM CHÄN THAM CHÄ DUG NGÄL ME PÄI DE WA DANG MI DRÄL
WAR GYUR CHIG

**Mögen alle Wesen untrennbar sein vom Glück, das frei
von Leiden ist.**

SEM CHÄN THAM CHÄ NYE RING CHHAG DANG NYI DANG DRÄL WÄI
TANG NYOM LA NÄ PAR GYUR CHIG

**Mögen alle Wesen in Gleichmut verweilen, frei von
Anhaftung an Nahstehende und Abneigung gegenüber
Fernstehenden.**

Stelle sicher, dass dein Geist auch gewiss mit den vier unermess-
lichen Gedanken verbunden ist.

Selbsterzeugung als Gottheit

RANG NYI KÄ CHIG GI JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MÄI KUR ZHENG
PAR GYU.

**In einem Augenblick entstehe ich als Ehrwürdige Ārya
Tāra.**

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

Segnung der inneren Opfertgabe

Reinige die innere Opfertgabe mit:

OM VAJRA AMṚTA KUṆḌALĪ HANA HANA HŪM PHAT

Reinige sie durch die Leerheit:

**OM SVABHĀVA ŚUDDHAḤ SARVADHARMĀḤ SVABHĀVA
ŚUDDHO 'HAM**

TONG PA NYI DU GYUR

TONG PÄI NGANG LÄ YAM LÄ LUNG / RAM LÄ ME / AH LÄ YE SHE KYI

KA PA LA YANG SHING GYA CHHE WÄI NANG DU SHA NGA DÜ TSI

NGA ZHU WA LÄ JUNG WÄI YE SHE KYI DÜ TSII GYA TSHO CHHEN

POR GYUR

Alles ist Leerheit.

Aus dem Zustand der Leerheit entsteht aus YAM Wind,
aus RAM Feuer, aus ĀḤ eine große stattliche Schädel-
schale erhabener Weisheit.

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~❁~

In dieser entsteht vom Schmelzen der fünf Arten von Fleisch und der fünf Arten von Nektar ein gewaltiger Ozean erhabener Weisheit.

ཡི་ > Wind, རྩ་ > Feuer, ལྷོ་ > Schädelschale

Segne die innere Opfertgabe mit:



OM ĀḤ HŪḤ (3x)

Segnung der äußeren Opfertgaben

Reinige die äußeren Opfertgaben, indem du die innere Opfertgabe mit dem linken Ringfinger umrührst und die Gaben besprenkelst:

OM VAJRA AMṚTA KUṄḌALĪ HANA HANA HŪḤ PHAT

Reinige in Leerheit:

OM SVABHĀVA ŚUDDHAḤ SARVADHARMĀḤ SVABHĀVA

ŚUDDHO 'HAM

TONG PA NYI DU GYUR

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

TONG PÄI NGANG LÄ KAM LÄ THÖ PÄI NÖ NAM KYI NANG DU HUM
LÄ CHHÖ DZÄ NAM RANG ZHIN TONG NYI NAM PA CHHÖ DZÄ SO SÖI
NAM PA CHÄN JE LÄ WANG PO DRUG GI CHÖ YÜL DU ZAG PA ME PÄI
DE WA KHYÄ PAR CHÄN TER WAR GYUR

Alles ist Leerheit. Aus dem Zustand der Leerheit entstehen aus KĀṂ Schädelschalen. In ihnen entstehen aus HŪṂ die Opfersubstanzen. Der Natur nach sind sie Leerheit, sie erscheinen in ihren jeweiligen Aspekten, als Objekte der fünf Sinne erzeugen sie eine besondere, unbefleckte Glückseligkeit.

OM ARGHYAM ĀḤ HŪṂ (Wasser zum Trinken)

OM PADYAM ĀḤ HŪṂ (Wasser zum Waschen)

OM PUṢPE ĀḤ HŪṂ (Blumen)

OM DHŪPE ĀḤ HŪṂ (Duftrauch)

OM ĀLOKE ĀḤ HŪṂ (Licht)

OM GHANDHE ĀḤ HŪṂ (Düfte)

OM NAIVEDYE ĀḤ HŪṂ (Speisen)

OM ŚABDA ĀḤ HŪṂ (Musik)

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Visualisierung des Verdienstfeldes

DÜN GYI NAM KHAR SENG THRI PÄ DÄI DÄN LA TSA WÄI LA MA DANG
YER ME PÄI SENG DENG NAG DRÖL GYI TENG DU JO WO JE SOG LA
MA NAM DANG THA KOR DU DRÖL MA NYER CHIG SOG YI DAM SANG
GYÄ JANG SEM NYÄN RANG KA DÖ DANG CHÄ PA ZHUG PAR GYUR

Im Raum vor mir, auf Löwenthron, Lotos und Mond, sitzt
Khadiravani Tārā, ungetrennt von meinem Wurzel-Lama.
Über ihr befinden sich der Ehrwürdige Atīṣa und andere
Linien-Lamas. Sie ist umringt von 21 Tārās, von Yidams,
Buddhas, Bodhisattvas, Hörern, Alleinverwirklichern und
Scharen von eidgebundenen Beschützern.

Verehrung

Während du jede Strophe drei Mal rezitierst, verneige dich je drei
Mal (insgesamt 12 Verneigungen).

SANG GYÄ THAM CHÄ DÜ PÄI KU

Eure Gestalt umfasst alle Buddhas.

DOR JE DZIN PÄI NGO WO NYI

dem Wesen nach seid ihr Vajradhara,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

KÖN CHOG SUM GYI TSA WA TE

Wurzel der Drei Edlen Juwelen -

LA MA NAM LA CHHAG TSHÄL LO

vor den heiligen Lamas verneige ich mich (3x)

GÖN PO THUG JE CHHE DÄN PA

Retter mit großem Erbarmen,

THAM CHÄ KHYEN PA TÖN PA PO

Lehrer, die alles verstehen,

SÖ NAM YÖN TÄN GYA TSHÖI ZHING

Feld der Verdienste mit ozeangleichen Qualitäten -

DE ZHIN SHEG LA CHHAG TSHÄL LO

vor Euch, den zur Soheit Gegangenen, verneige ich mich.

(3x)

DAG PÄ DÖ CHHAG DRÄL WAR GYUR

Reinheit, die von Anhaften befreit,

GE WÄ NGÄN SONG LÄ DRÖL CHING

Tugend, die befreit von den niederen Bereichen,

CHIG TU DÖN DAM CHHOG GYUR PA

der eine Pfad, die erhabene reine Wirklichkeit -

ZHI GYUR CHHÖ LA CHHAG TSHÄL LO

vor dem Dharma, der Frieden ist, verneige ich mich. (3x)

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

DRÖL NÄ DRÖL WÄI LAM YANG TÖN

Jene, die befreit sind und den Pfad zur Befreiung zeigen,

LAB PA DAG LA RAB TU NÄ

die sich der reinen Schulung unterziehen,

ZHING GI DAM PA YÖN TÄN DÄN

Heiliges Feld mit edlen Qualitäten -

TSHOG CHOG GE DÜN LA CHHAG TSHÄL

vor der Gemeinschaft der Edlen verneige ich mich. (3x)

Opfergaben an das Verdienstfeld

Bringe den heiligen Objekten Blumen dar. Sobald du auf deinem Sitz Platz genommen hast, bringe die folgenden Opfergaben in ausführlicher Form mit dem folgenden Vers dar, indem du den Namen der dargebrachten Substanzen jeweils einfügst. Wenn du keine Zeit hast, kannst du alle acht Namen nacheinander in einen einzigen Vers einfügen.

GYÄLWA GYA TSHÖI CHHÖ DZÄ LÄ DRUB PÄI

ZHING KAM GYA TSHÖI CHHÖ YÖN (*ZHAB SIL, ME TOG, DUG PÖ,*

NANG SÄL, DRI CHAB, ZHÄL ZÄ, RÖL MO) GYA TSHÖI TSOG

YÖN TÄN GYA TSHÖI GYÄL WA KHOR CHÄ LA

DÄ PA GYA TSHÖI BÜL LO ZHE SU SÖL

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

Eine Ansammlung von Meeren von Opfertagen aus einem Meer von reinen Ländern (*Wasser zum Trinken, Wasser zum Waschen, Blumen, Duftrauch, Licht, Düfte, Speisen und Musik*), die aus den Opfersubstanzen eines Meeres von Siegern entstanden sind, bringe ich mit einem Meer von Vertrauen den Siegern und ihren Gefolgschaften dar, die Meere von Qualitäten besitzen und bitte sie, dieselben anzunehmen.

OM SARVA TATHĀGATA SAPARĪVARA
ARGHYAṀ, PADYAṀ, PUṢPE, DHŪPE, ĀLOKE, GHANDHE,
NAIVEDYE, ŚABDA
PRATĪCCHA HŪṀ SVĀHĀ

Bringe die innere Opfertage mit dem Ringfinger der linken Hand dar, indem du die drei Silben hinzufügst:

OM SARVA TATHĀGATA SAPARĪVARA OM ĀḤ HŪṀ

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

Das siebenteilige Gebet

GYÄL WA SÄ CHÄ NAM LA CHHAG TSHÄL LO

Vor den Siegreichen und ihren Kindern verneige ich mich.

NGÖ SHAM YI TRÜL CHHÖ PA MA LÜ BÜL

Ich bringe alle Arten von Gaben dar, tatsächliche und geistig vorgestellte.

THOG ME NÄ SAG DIG TUNG THAM CHÄ SHAG

Ich bekenne alle unheilsamen Handlungen, die ich seit anfangsloser Zeit begangen habe.

KYE PHAG GE WA NAM LA JE YI RANG

Ich erfreue mich an allen heilsamen Handlungen gewöhnlicher und erhabener Wesen.

KHOR WA MA TONG BAR DU LEG ZHUG NÄ

Bitte verweilt, bis Saṃsāra endet,

DRO LA CHHÖ KYI KHOR LO KOR WA DANG

und dreht das Rad der Lehre für die Lebewesen.

DAG ZHÄN GE NAM JANG CHHUB CHHEN POR NGO

Ich widme all mein Verdienst und das von anderen der höchsten Erleuchtung.

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~❁~

**Lange Maṇḍala-Darbringung
mit 23 Anhäufungen**

ZHING KHAM ÜL WAR GYI WO

Wir bringen das Maṇḍala dar:

OM VAJRA BHUMI ĀḤ HŪḤ

OM der Vajra Boden ĀḤ HŪḤ

WANG CHHEN SER GYI SA ZHI

die mächtige Erde aus Gold.

OM VAJRA REKHE ĀḤ HŪḤ

OM der Vajra Zaun ĀḤ HŪḤ

CHHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WĀI Ü SU

In der Mitte, umsäumt von einem eisernen Berg,

RI'Ī GYĀL PO RI RAB

der König der Berge, Sumeru.

SHAR LÜ PHAG PO

Im Osten, Videha,

LHO DZAM BU LING

im Süden, Jambudvīpa,

NUB BA LANG CHÖ

im Westen, Godaniya,

JANG DRA MI NYÄN

im Norden, Kuru.

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara* ~*~

LÜ DANG LÜ PHAG

Deha und Videha,

NGA YAB DANG NGA YAB ZHÄN

Cāmara und Aparacāmara,

YO DÄN DANG LAM CHHOG DRO

Śāthā und Uttaramantriṇa,

DRA MI NYÄN DANG DRA MI NYÄN GYI DA

Kurava und Kaurava.

SHAR DU LANG PO RIN PO CHHE

Im Osten der kostbare Elefant,

LHOR KYIN DAG RIN PO CHHE

im Süden der kostbare Haushälter,

NUB TU TA RIN PO CHHE

im Westen das kostbare Pferd,

JANG DU TSÜN MO RIN PO CHHE

im Norden die kostbare Königin,

SHAR LHOR MAG PÖN RIN PO CHHE

südöstlich der kostbare Minister,

LHO NUB TU KHOR LO RIN PO CHHE

südwestlich das kostbare Rad,

NUB JANG DU NOR BU RIN PO CHHE

nordwestlich der kostbare Edelstein,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

JANG SHAR DU TER CHEN PÖI BUM PA

nordöstlich die kostbare Vase.

NANG GI SHAR DU NYI MA

Im Osten die Sonne,

NUB TU DA WA

im Westen der Mond,

DAG ZHÄN LÜ NGAG YI SUM LONG CHÖ DU SUM GE TSHOG CHÄ

Körper, Sprache und Geist von mir und anderen,

Besitz und Tugend der drei Zeiten,

RIN CHHEN MAṄḌAL ZANG PO KÜN ZANG CHHÖ PÄI TSHOG CHÄ PA

dieses kostbare, erlesene MaṅḌala, zusammen mit

Ansammlungen von Samantabhadra-Opfergaben,

LO YI LANG NÄ LA MA YI DAM KÖN CHHOG SUM LA BÜL

bringe ich im Geist meinen Gurus dar,

den Yidams und den drei kostbaren Juwelen -

THUG JEI WANG GI ZHE NÄ DAG LA JIN GYI LAB TU SÖL

aus Mitgefühl nehmt dieses an und gewährt mir Euren

Segen.



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

Kurze Maṇḍala-Darbringung

SA ZHI PÖ KYI JUG SHING ME TOG TRAM

**Dieses Maṇḍala, mit Düften besprengt, mit Blumen
bestreut,**

RI RAB LING ZHI NYI DÄ GYÄN PA DI

**Berg Meru, vier Länder, geschmückt von Sonne und
Mond,**

SANG GYÄ ZHING DU MIG TE ÜL WA YI

bringe ich als reines Buddha-Land dar -

DRO KÜN NAM DAG ZHING LA CHÖ PAR SHOG

mögen alle Wesen diesen reinen Bereich genießen.



~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~❁~

Tiefempfundene Bitte (nach Belieben)

Lama Zopa Rinpoche hat darauf hingewiesen, dass je nach Zweck der Puja eine tiefempfundene Bitte ausgerichtet werden sollte und dass jeweils die VorsängerIn entscheiden sollte, welche Gebete zur Anwendung kommen sollen.

Die Anordnung der Bitten in dieser Puja entspricht Rinpoche's Vorschlag. Während du die tiefempfundene Bitte an Tārā ausrichtest, stelle dir vor, dass du zu ihren Füßen sitzt, ihren Fuß in deinen Händen hältst und ihn dir auf den Scheitel setzt.

GANG RI RA WÄ KOR WÄI ZHING KHAM DIR

In dem Land umringt von Schneebergen

PHÄN DANG DE WA MA LÜ JUNG WÄI NÄ

bist Du der Quell von allem Glück und Guten,

CHÄN RÄ ZIG WANG TÄN DZIN GYA TSHO YI

mächtiger Chenrezig, Tenzin Gyatso,

ZHAB PÄ SI THÄI BAR DU TÄN GYUR CHIG

bitte bleibe, bis Saṃsāra endet.

IDAMĠ GURU RATNA MAṄḌALAKAḠ NIRYATAYĀMI

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

Zuflucht und Bodhicitta

SANG GYÄ CHHÖ DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA

Ich nehme Zuflucht bis zur Erleuchtung

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI

zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten

Gemeinschaft.

DAG GI JIN SOG GYI PE DI DAG GI

Durch meine Übung des Gebens und der anderen

Vollkommenheiten,

DRO LA PHÄN CHHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG

möge ich Buddha werden zum Wohle aller Wesen. (3x)



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Gebet für den/die SpenderInnen (je nach Anlass)

Wenn du Fürbitten für Kranke oder Notleidende ausrichten willst,
rezitiere:

KYAB SUM THAM CHÄ DÜ PÄI DAG NYI JE TSÜN PHAG MA DRÖL MÄI
LHA TSHOG KHOR DANG CHÄ PÄ CHHI PÄI JIG PA LÄ DRÖL

**Du, deren Wesen die Drei Juwelen in sich vereint,
Erhabene Edle Tārā mit Deinem Gefolge, segne den/die
SpenderIn** (füge den Namen ein)

JIN DAG [Ming] DI DÜ MA YIN PAR CHHI ME PA TSHEI RIG DZIN THOB
PAR JIN GYI LAB TU SÖL

**Freiheit zu erlangen von der Gefahr eines vorzeitigen
Todes**

**und hilf ihm/ihr, die Verwirklichung der Todlosigkeit zu
erlangen.** (Denke, dass Tārā die Bitte freudig akzeptiert.)

Gebet für das erwünschte Ziel

LEG TSHOG KÜN GYI JUNG NÄ GE WÄI SHE

Segne mich, dass ich in Gedanken und Taten

SAM DANG JOR WÄ TSHÜL ZHIN GÜ TEN ZHING

**auf den tugendhaften Freund, Wurzel alles Guten,
vertraue.**

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

GYÄL WA GYE PÄI LAM GYI GYÜ JANG NÄ

Indem ich dem Pfad folge, der die Siegreichen erfreut,

LA ME JANG CHHUB THOB PAR DZÄ DU SÖL

möge ich unübertreffliche Erleuchtung erlangen. (3x)

Verehrung (erste Runde)

LHA DANG LHA MIN CHÖ PÄN GYI

Götter und Halbgötter mit ihren Kronen

ZHAB NYI PÄ MO LA TÜ DE

neigen zu Deinen Lotosfüßen ihr Haupt -

PHONG PA KÜN LÄ DRÖL DZÄ PÄI

Befreierin aus aller Not,

DRÖL MA YUM LA CHHAG TSHÄL LO

Mutter Tārā, vor Dir verneigen wir uns. (3-7x)

Darbringungen an Tārā

Bringe den heiligen Objekten Blumen dar. Sobald du auf deinem Sitz Platz genommen hast, bringe die folgenden Opfergaben in ausführlicher Form mit dem folgenden Vers dar, indem du den Namen der dargebrachten Substanzen jeweils einfügst. Wenn du keine Zeit hast, kannst du alle acht Namen nacheinander in einen einzigen Vers einfügen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

PAG ME SÖ NAM THOB LÄ JUNG WA YI

PAG ME YON TÄN CHÖ YÖN (ZHAB SIL, ME TOG, DUG PÖ, NANG SÄL,
DRI CHAB, ZHÄL ZÄ, RÖL MO) GYA TSHO DI

PAG ME GYÄL YUM DRÖL MÄI TSOG LA BUL

PAG ME TSÄ TÄN YESHE NGÖ DRUB TSÖL

Meere von Wasser (zum Trinken, Wasser zum Waschen, Blumen, Duftrauch, Licht, Düfte, Speisen und Musik), die unvorstellbare Vorzüge besitzen, entstanden durch die Macht von unvorstellbaren Verdiensten, bringe ich der unvorstellbaren Schar der siegreichen mütterlichen Befreierinnen dar, bitte gewährt uns, unvorstellbares Leben und erhabene Weisheit zu erlangen!

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA

ARGHYAṂ, PADYAṂ, PUṢPE, DHŪPE, ĀLOKE, GHANDHE,
NAIVEDYE, ŚABDA

PRATĪCCHA HŪṂ SVĀHĀ

Bringe die innere Opfergabe mit dem Ringfinger der linken Hand dar, indem du die drei Silben hinzufügst:

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA OM ĀḤ HŪṂ

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Das siebenteilige Gebet

JE TSÜN DRÖL MÄ SCHAB LA KÜ CHAG TSHÄL

Zu Füßen der Ehrwürdigen Tārā verneige ich mich.

NGÖ SHAM YI TRÜL CHHÖ PA MA LÜ BÜL

Ich bringe alle Arten von Gaben dar, tatsächliche und geistig vorgestellte.

THOG ME NÄ SAG DIG TUNG THAM CHÄ SHAG

Ich bekenne alle unheilsamen Handlungen, die ich seit anfangsloser Zeit begangen habe.

KYE PHAG GE WA NAM LA JE YI RANG

Ich erfreue mich an allen heilsamen Handlungen gewöhnlicher und erhabener Wesen.

KHOR WA MA TONG BAR DU LEG ZHUG NÄ

Bitte verweilt, bis Saṃsāra endet,

DRO LA CHHÖ KYI KHOR LO KOR WA DANG

und dreht das Rad der Lehre für die Lebewesen.

DAG ZHÄN GE NAM JANG CHHUB CHHEN POR NGO

Ich widme all mein Verdienst und das von anderen der höchsten Erleuchtung.

~❁~ Vier-Mandala-Püja von Cittamani Tārā ~❁~

**Lange Maṇḍala-Darbringung
mit 23 Anhäufungen**

ZHING KHAM ÜL WAR GYI WO

Wir bringen das Maṇḍala dar:

OM VAJRA BHUMI ĀḤ HŪḤ

OM der Vajra Boden ĀḤ HŪḤ

WANG CHHEN SER GYI SA ZHI

die mächtige Erde aus Gold.

OM VAJRA REKHE ĀḤ HŪḤ

OM der Vajra Zaun ĀḤ HŪḤ

CHHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WĀI Ü SU

In der Mitte, umsäumt von einem eisernen Berg,

RI'Ī GYĀL PO RI RAB

der König der Berge, Sumeru.

SHAR LÜ PHAG PO

Im Osten, Videha,

LHO DZAM BU LING

im Süden, Jambudvīpa,

NUB BA LANG CHÖ

im Westen, Godaniya,

JANG DRA MI NYÄN

im Norden, Kuru.

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara* ~*~

LÜ DANG LÜ PHAG

Deha und Videha,

NGA YAB DANG NGA YAB ZHÄN

Cāmara und Aparacāmara,

YO DÄN DANG LAM CHHOG DRO

Śāthā und Uttaramantriṇa,

DRA MI NYÄN DANG DRA MI NYÄN GYI DA

Kurava und Kaurava.

SHAR DU LANG PO RIN PO CHHE

Im Osten der kostbare Elefant,

LHOR KYIN DAG RIN PO CHHE

im Süden der kostbare Haushälter,

NUB TU TA RIN PO CHHE

im Westen das kostbare Pferd,

JANG DU TSÜN MO RIN PO CHHE

im Norden die kostbare Königin,

SHAR LHOR MAG PÖN RIN PO CHHE

südöstlich der kostbare Minister,

LHO NUB TU KHOR LO RIN PO CHHE

südwestlich das kostbare Rad,

NUB JANG DU NOR BU RIN PO CHHE

nordwestlich der kostbare Edelstein,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

JANG SHAR DU TER CHEN PÖI BUM PA

nordöstlich die kostbare Vase.

NANG GI SHAR DU NYI MA

Im Osten die Sonne,

NUB TU DA WA

im Westen der Mond,

DAG ZHÄN LÜ NGAG YI SUM LONG CHÖ DU SUM GE TSHOG CHÄ

Körper, Sprache und Geist von mir und anderen,

Besitz und Tugend der drei Zeiten,

RIN CHHEN MAṄḌAL ZANG PO KÜN ZANG CHHÖ PÄI TSHOG CHÄ PA

dieses kostbare, erlesene MaṅḌala, zusammen mit

Ansammlungen von Samantabhadra-Opfergaben,

LO YI LANG NÄ LA MA YI DAM KÖN CHHOG SUM LA BÜL

bringe ich im Geist meinen Gurus dar,

den Yidams und den drei kostbaren Juwelen -

THUG JEI WANG GI ZHE NÄ DAG LA JIN GYI LAB TU SÖL

aus Mitgefühl nehmt dieses an und gewährt mir Euren

Segen.



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

Kurze Maṇḍala-Darbringung

SA ZHI PÖ KYI JUG SHING ME TOG TRAM

**Dieses Maṇḍala, mit Düften besprengt, mit Blumen
bestreut,**

RI RAB LING ZHI NYI DÄ GYÄN PA DI

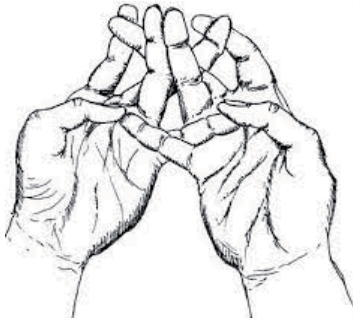
**Berg Meru, vier Länder, geschmückt von Sonne und
Mond,**

SANG GYÄ ZHING DU MIG TE ÜL WA YI

bringe ich als reines Buddha-Land dar -

DRO KÜN NAM DAG ZHING LA CHÖ PAR SHOG

mögen alle Wesen diesen reinen Bereich genießen.



~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru* ~❁~

Tiefempfundene Bitte (nach Belieben)

TONG NYI NYING JE ZUNG DU JUG PAI LAM

**Beschützer der Lehren des Schneelandes und der
Lebewesen,**

CHE CHER SÄL DZÄ GANG CHÄN TÄN DRÖI GÖN

**der den Pfad der Verbindung von Weisheit und Methode
vorzüglich erhellt,**

CHAG NA PÄ MO TÄN DZIN GYA TSO LA

Tenzin Gyatso, Halter des Lotos, Dich bitte ich,

SOL WA DEB SO ZHE DÖN LHÜN DRUB SHOG

lass alle heiligen Wünsche spontan in Erfüllung gehen.

IDAM GURU RATNA MAṄḌALAKAṂ NIRYATAYĀMI

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

Zuflucht und Bodhicitta

SANG GYÄ CHHÖ DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA

Ich nehme Zuflucht bis zur Erleuchtung

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI

zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten

Gemeinschaft.

DAG GI JIN SOG GYI PE DI DAG GI

Durch meine Übung des Gebens und der anderen

Vollkommenheiten,

DRO LA PHÄN CHHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG

möge ich Buddha werden zum Wohle aller Wesen. (3x)

Gebet

CHHAG YÄ CHHOG JIN CHHAG GYA NYI

Lass mich und alle, die des Schutzes bedürfen,

KYAB JIN CHHAG GYAR GYUR WÄI OG

unter Deiner rechten Hand, deren Mudrā höchste

Gaben,

DAG DANG SUNG JA KÜN TSÜ NÄ

und Deiner Linken, deren Geste Zuflucht gewährt,

JIG PA KÜN LÄ UG YUNG GYUR

Freiheit erlangen von aller Furcht.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Lobpreis an die 21 Tārās

Rezitiere die Lobpreise der 21 Tārās zwei Mal.

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHHAG TSHÄL LO

OM – Ehre Dir, Edle Göttin Ārya Tārā!

1. CHHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO

Ehre Tārā, schnell und mutig,

CHÄN NI KÄ CHIG LOG DANG DRA MA

Deine Augen wie ein Blitzstrahl,

JIG TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHÄL GYI

aus dem Lotusbett geboren,

GE SAR JE WA LÄ NI JUNG MA

dem Antlitz des Weltenschützers.

2. CHHAG TSHÄL TÖN KÄI DA WA KÜN TU

Ehre Dir, mit dem Gesicht von

GANG WA GYA NI TSEG PÄI ZHÄL MA

hundert Herbstvollmonden leuchtend,

KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI

strahlend wie das Licht der Sternen-

RAB TU CHHE WÄI Ö RAB BAR MA

scharen tausendfach entfaltet.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

3. CHHAG TSHÄL SER NGO CHHU NÄ KYE KYI
Ehre Dir, die Hand geschmückt mit
PÄ MÄ CHHAG NI NAM PAR GYÄN MA
einem golden-blauen Lotus -
JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA
Du bist Geben, Ethik, Tatkraft,
ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA
Sammlung und Geduld und Weisheit.

4. CHHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PÄI TSUG TOR
Ehre Dir, der Buddhas Krone,
THA YÄ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA
Taten siegreich ohne Ende,
MA LÜ PHA RÖL CHHIN PA THOB PÄI
Dein sind alle Perfektionen,
GYÄL WÄI SÄ KYI SHIN TU TEN MA
Stütze aller Bodhisattvas.

5. CHHAG TSHÄL TUTTÄRÄ HUM YI GE
Ehre Dir, das TUTTARE HÜM
DÖ DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA
füllt Begierdewelt, Raum, Richtung.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü* ~❁~

JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE

Tritt Dein Fuß auf sieben Welten,

LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA

kannst Du alle um Dich sammeln.

6. CHHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA

Ehre Dir, verehrt von Mächt'gen,

LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHÖ MA

Īndra, Agni, Brahmā, Windgott,

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

von der Geisterschar gepriesen:

NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÄ TÖ MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

7. CHHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI

Ehre Dir, der Klang von TRAD PHAT

PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA

stört der Feinde mag'sche Kreise,

YÄ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE

rechtes Bein gebeugt, gestreckt links,

ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA

ganz entbrannt in Feuerwirbeln.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

8. CHHAG TSHÄL TURE JIG PA CHHEN PO
Ehre TURE, groß und furchtbar,
DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA
überwindest Māras Heere,
CHHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÄ
Lotusantlitz, Zornesfalten,
DRA WO THAM CHÄ MA LÜ SÖ MA
alle Feinde ganz vernichtend.
9. CHHAG TSHÄL KÖN CHHOG SUM TSHÖN CHHAG GYÄI
Ehre Dir, die Hand am Herzen
SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYÄN MA
in der „Drei Juwelen Mudrā“,
MA LÜ CHHOG KYI KHOR LÖ GYÄN PÄI
mit den Rädern, deren Lichter
RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA
alle Richtungen durchwirbeln.
10. CHHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PÄI
Ehre Dir, vor Freude leuchtend,
U GYÄN Ö KYI THRENG WA PEL MA
Lichterkranz aus Deinem Scheitel.

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru* ~*~

ZHE PA RAB ZHÄ TUTTÄRÄ YI

Das Gelächter von TUTTARE

DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZÄ MA

beherrscht Götter und Dämonen.

11. CHHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WÄI TSHOG NAM

Ehre Dir, die Kraft hat, alle

THAM CHÄ GUG PAR NÜ MA NYI MA

Orts-Beschützer zu versammeln,

THRO NYER YO WÄI YI GE HUM GI

zornvoll bebend allen Mangel

PHONG PA THAM CHÄ NAM PAR DRÖL MA

mit der Silbe HÜM beseitigt.

12. CHHAG TSHÄL DA WÄI DUM BÜ U GYÄN

Ehre Dir, Dein Haupt geschmückt vom

GYÄN PA THAM CHÄ SHIN TU BAR MA

Halbmond, jedes Schmuckstück leuchtend,

RÄL PÄI KHUR NA Ö PAG ME LÄ

in den Locken Deiner Haare

TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZÄ MA

strahlt das Licht von Amitäbha.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

13. CHHAG TSHÄL KÄL PÄI THA MÄI ME TAR

Ehre Dir, im Kranz des Feuers,

BAR WÄI THRENG WÄI Ü NA NÄ MA

lodernd wie am End' der Zeiten,

YÄ KYANG YÖN KUM KÜN NÄ KOR GÄI

rechtes Bein gestreckt, gebeugt links,

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

ringsum Freude, schlägst Du Feinde.

14. CHHAG TSHÄL SA ZHII NGÖ LA CHHAG GI

Ehre Dir, die diese Erde

THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA

mit der Hand schlägt, Dein Fuß tritt sie,

THRO NYER CHÄN DZÄ YI GE HUM GI

mit dem HŪṂ und zornig blickend

RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

sieben Welten überwindend.

15. CHHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA

Ehre Dir, Glück, Tugend, Frieden,

NYA NGÄN DÄ ZHI CHÖ YÜL NYI MA

ruhst du, Dein Geist in Nirvāṇa

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru* ~*~

SVAHA OM DANG YANG DAG DÄN PÄ

und versehen mit OM SVĀHĀ

DIG PA CHHEN PO JOM PA NYI MA

tilgst Du große Freveltaten.

16. CHHAG TSHÄL KÜN NÄ KOR RAB GA WÄI

Ehre Dir, durch Deine Freude

DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA

tilgst Du die Gestalt der Feinde,

YI GE CHU PÄI NGAG NI KÖ PÄI

durch die HŪṀ-Weisheit befreist Du

RIG PA HUM LÄ DRÖL MA NYI MA

mit dem Mantra der zehn Lettern.

17. CHHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PÄ

Ehre TURE, durch die Silbe

HUM GI NAM PÄI SA BÖN NYI MA

HŪṀ und Stampfen Deines Fußes

RI RAB MANDHARA DANG BIG JE

beben die drei Welten und die

JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Berge Mand'ra, Meru, Vindhya.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ~❁~

18. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PÄI
Ehre Dir, den Mond in Händen,
RI DAG TAG CHÄN CHHAG NA NAM MA
gleich dem Göttersee so strahlend,
TĀRĀ NYI JÖ PHAT KYI YI GE
TĀRĀ TĀRĀ und PHAT Mantra
DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA
beraubt Gifte ihrer Wirkung.
19. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO
Ehre Dir, auf Dich vertrauen
LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA
Götter, Kiṃnāras und Īndra.
KÜN NÄ GO CHHA GA WÄI JI GYI
Deiner Freudestrahlen Rüstung
TSÖ DANG MI LAM NGÄN PA SEL MA
tilgen Streit und böse Träume.
20. CHHAG TSHÄL NYI MA DA WA GYÄ PÄI
Ehre Dir, der Augen Lichter
CHÄN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA
sind so klar wie Sonn' und Vollmond.

❁❁ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ❁❁

HARA NYI JÖ TUTTĀRĀ YI

HĀRA HĀRA und TUTTARE

SHIN TU DRAG PÖI RIM NÄ SEL MA

bringen Seuchen zum Verschwinden.

21. CHHAG TSHÄL DE NYI SUM NAM KÖ PÄ

Ehre Dir, dreifache Soheit,

ZHI WÄI THÜ DANG YANG DAG DÄN MA

Du bist voll der Kraft des Friedens,

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM

Edle TURE, so zerstörst Du

JOM PA TURE RAB CHHOG NYI MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

TSA WÄI NGAG KYI TÖ PA DI DANG

Diese einundzwanzig Strophen

CHHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG

preisen Dich mit Deinem Mantra.

Gehe zurück zu S. 32 und rezitiere den Lobpreis ein zweites Mal.

Danach richte die folgende Bitte zu Tārās Füßen aus:

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Bitte

THUG JEI TER CHHEN PHAG MA JE TSÜN MÄ

Ehrwürdige Ārya Tārā, großer Schatz des Mitgefühls,

KHA NYAM DRO NAM TÄN DEI DRONG KHYER DU

bitte gib Deinen Segen, damit alle förderlichen

Bedingungen sich mehren

DE LAG DRÖ PÄI BAR CHHA KÜN ZHI ZHING

und alle Hindernisse überwunden werden,

KHÜN KYEN MA LÜ PHEL WAR JIN GYI LOB (3x)

so dass alle Wesen unverzüglich in die Stadt der ewigen

Freude gelangen. (3x)

Gebet für den Spender (je nach Anlass)

Wenn du Fürbitten für Kranke oder Bedürftige ausrichten willst,

rezitiere:

KYAB SUM THAM CHÄ DÜ PÄI DAG NYI JE TSÜN PHAG MA DRÖL MÄI

LHA TSHOG KHOR DANG CHÄ PÄ CHHI PÄI JIG PA LÄ DRÖL

Du, deren Wesen die Drei Juwelen in sich vereint,

Erhabene Edle Tārā mit Deinem Gefolge,

segne den/die SpenderIn (Name)

~*~ Vier-Mandala-Püja von Cittamani Tārā ~*~

JIN DAG [INSERT THE NAME HERE] DI DÜ MA YIN PAR CHHI ME PA
TSHEI RIG DZIN THOB PAR JIN GYI LAB TU SÖL

Freiheit zu erlangen von der Gefahr eines vorzeitigen

Todes

**und hilf ihr/ihm, die Verwirklichung der Todlosigkeit zu
erlangen.**

Denke, dass Tārā die Bitte freudig akzeptiert.

Verehrung (zweite Runde)

LHA DANG LHA MIN CHÖ PÄN GYI

Götter und Halbgötter mit ihren Kronen

ZHAB NYI PÄ MO LA TÜ DE

neigen zu Deinen Lotosfüßen ihr Haupt -

PHONG PA KÜN LÄ DRÖL DZÄ PÄI

Befreierin aus aller Not,

DRÖL MA YUM LA CHHAG TSHÄL LO

Mutter Tārā, vor Dir verneigen wir uns. (3-7x)

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Darbringungen an Tārā

Bringe den heiligen Objekten Blumen dar. Sobald du auf deinem Sitz Platz genommen hast, bringe die folgenden Opfergaben in ausführlicher Form mit dem folgenden Vers dar, indem du den Namen der dargebrachten Substanzen jeweils einfügst. Wenn du keine Zeit hast, kannst du alle acht Namen nacheinander in einen einzigen Vers einfügen.

SÖ NAM ZHING DU SHUB BI SANG GYE LA

NANG LA RANG ZHIN ME PÄI CHÖ YÖN (*ZHAB SIL, ME TOG, DUG PÖ, NANG SÄL, DRI CHAB, ZHÄL ZÄ, RÖL MO*) DI

NANG TONG YER ME SEM KYI BÜL LAG NA

NANG TONG DE CHHEN TUG KYI ZHE SU SÖL

Den Buddhas, die im Feld der Verdienste verweilen, bringe ich diese Gaben (*Wasser zum Trinken, Wasser zum Waschen, Blumen, Duftrauch, Licht, Düfte, Speisen und Musik*) dar, die zwar erscheinen, doch ohne Eigennatur sind. Ich bringe sie dar mit einem Geist, der die Einheit von Erscheinung und Leerheit erkennt. Bitte nehmt sie an mit dem erhabenen Geist, der die leere Erscheinung mit Glückseligkeit genießt.

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~❁~

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA

ARGHYAṀ, PADYAṀ, PUṢPE, DHŪPE, ĀLOKE, GHANDHE,

NAIVEDYE, ŚABDA

PRATĪCCHA HŪṀ SVĀHĀ

Bringe die innere Opfergabe mit dem Ringfinger der linken Hand dar,
indem du die drei Silben hinzufügst:

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA OM ĀḤ HŪṀ

Das siebenteilige Gebet

JE TSÜN DRÖL MĀ SCHAB LA KÜ CHAG TSHÄL

Zu Füßen der Ehrwürdigen Tārā verneige ich mich.

NGÖ SHAM YI TRÜL CHHÖ PA MA LÜ BÜL

**Ich bringe alle Arten von Gaben dar, tatsächliche und
geistig vorgestellte.**

THOG ME NÄ SAG DIG TUNG THAM CHÄ SHAG

**Ich bekenne alle unheilsamen Handlungen, die ich seit
anfangsloser Zeit begangen habe.**

KYE PHAG GE WA NAM LA JE YI RANG

**Ich erfreue mich an allen heilsamen Handlungen
gewöhnlicher und erhabener Wesen.**

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~❁~

KHOR WA MA TONG BAR DU LEG ZHUG NÄ

Bitte verweilt, bis Saṃsāra endet,

DRO LA CHHÖ KYI KHOR LO KOR WA DANG

und dreht das Rad der Lehre für die Lebewesen.

DAG ZHÄN GE NAM JANG CHHUB CHHEN POR NGO

**Ich widme all mein Verdienst und das von anderen der
höchsten Erleuchtung.**

Lange Maṇḍala-Darbringung

mit 23 Anhäufungen

ZHING KHAM ÜL WAR GYI WO

Wir bringen das Maṇḍala dar:

OM VAJRA BHUMI ĀḤ HŪṀ

OM der Vajra Boden ĀḤ HŪṀ

WANG CHHEN SER GYI SA ZHI

die mächtige Erde aus Gold.

OM VAJRA REKHE ĀḤ HŪṀ

OM der Vajra Zaun ĀḤ HŪṀ

CHHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WÄI Ü SU

In der Mitte, umsäumt von einem eisernen Berg,

RI'I GYÄL PO RI RAB

der König der Berge, Sumeru.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

SHAR LÜ PHAG PO

Im Osten, Videha,

LHO DZAM BU LING

im Süden, Jambudvīpa,

NUB BA LANG CHÖ

im Westen, Godaniya,

JANG DRA MI NYÄN

im Norden, Kuru.

LÜ DANG LÜ PHAG

Deha und Videha,

NGA YAB DANG NGA YAB ZHÄN

Cāmara und Aparacāmara,

YO DÄN DANG LAM CHHOG DRO

Śāthā und Uttaramantriṇa,

DRA MI NYÄN DANG DRA MI NYÄN GYI DA

Kurava und Kaurava.

SHAR DU LANG PO RIN PO CHHE

Im Osten der kostbare Elefant,

LHOR KYIN DAG RIN PO CHHE

im Süden der kostbare Haushälter,

NUB TU TA RIN PO CHHE

im Westen das kostbare Pferd,

JANG DU TSÜN MO RIN PO CHHE

Im Norden die kostbare Königin,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

SHAR LHOR MAG PÖN RIN PO CHHE

südöstlich der kostbare Minister,

LHO NUB TU KHOR LO RIN PO CHHE

südwestlich das kostbare Rad,

NUB JANG DU NOR BU RIN PO CHHE

nordwestlich der kostbare Edelstein,

JANG SHAR DU TER CHEN PÖI BUM PA

nordöstlich die kostbare Vase.

NANG GI SHAR DU NYI MA

Im Osten die Sonne,

NUB TU DA WA

im Westen der Mond,

DAG ZHÄN LÜ NGAG YI SUM LONG CHÖ DU SUM GE TSHOG CHÄ

Körper, Sprache und Geist von mir und anderen,

Besitz und Tugend der drei Zeiten,

RIN CHHEN MAṄḌAL ZANG PO KÜN ZANG CHHÖ PÄI TSHOG CHÄ PA

dieses kostbare, erlesene MaṅḌala, zusammen mit

Ansammlungen von Samantabhadra-Opfergaben,

LO YI LANG NÄ LA MA YI DAM KÖN CHHOG SUM LA BÜL

bringe ich im Geist meinen Gurus dar,

den Yidams und den drei kostbaren Juwelen -

THUG JEI WANG GI ZHE NÄ DAG LA JIN GYI LAB TU SÖL

aus Mitgefühl nehmt dieses an und gewährt mir Euren

Segen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~



Kurze Maṇḍala-Darbringung

SA ZHI PÖ KYI JUG SHING ME TOG TRAM

**Dieses Maṇḍala, mit Düften besprengt, mit Blumen
bestreut,**

RI RAB LING ZHI NYI DÄ GYÄN PA DI

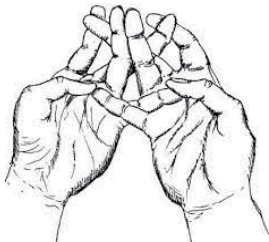
**Berg Meru, vier Länder, geschmückt von Sonne und
Mond,**

SANG GYÄ ZHING DU MIG TE ÜL WA YI

bringe ich als reines Buddha-Land dar -

DRO KÜN NAM DAG ZHING LA CHÖ PAR SHOG

mögen alle Wesen diesen reinen Bereich genießen.



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

Tiefempfundene Bitte (nach Belieben)

JE TSÜN LA MA DAM PA KHYE NAM KYI

Oh Ehrwürdige, heilige Lamas, bitte lasst

CHHÖ KÜI KHA LA KHYEN TSEI CHHU DZIN THRIG

aus den Wolken von Weisheit und Mitgefühl,

die im Raum des Dharmakāya sich bilden,

JI TAR TSHAM PÄI DÜL JÄI DZIN MA LA

einen Regen von tiefen und weiten Lehren fallen,

ZAB GYÄ CHHÖ KYI CHHAR PA WAB TU SÖL

ganz im Einklang mit den zu schulenden Wesen.

IDAṂ GURU RATNA MAṄḌALAKAṂ NIRYATAYĀMI

Zuflucht und Bodhicitta

SANG GYÄ CHHÖ DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA

Ich nehme Zuflucht bis zur Erleuchtung

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI

zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten

Gemeinschaft.

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara* ~*~

DAG GI JIN SOG GYI PE DI DAG GI

**Durch meine Übung des Gebens und der anderen
Vollkommenheiten,**

DRO LA PHÄN CHHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG

möge ich Buddha werden zum Wohle aller Wesen. (3x)

Gebet

CHHAG YÄ CHHOG JIN CHHAG GYA NYI

Lass mich und alle, die des Schutzes bedürfen,

KYAB JIN CHHAG GYAR GYUR WÄI OG

unter Deiner rechten Hand, deren Mudrā höchste

Gaben,

DAG DANG SUNG JA KÜN TSÜ NÄ

und Deiner Linken, deren Geste Zuflucht gewährt,

JIG PA KÜN LÄ UG YUNG GYUR

Freiheit erlangen von aller Furcht.

~❁~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~❁~

Lobpreis an die 21 Tārās

Rezitiere die Lobpreise der 21 Tārās drei Mal.

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHHAG TSHÄL LO

OM – Ehre Dir, Edle Göttin Ārya Tārā!

1. CHHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO

Ehre Tārā, schnell und mutig,

CHÄN NI KÄ CHIG LOG DANG DRA MA

Deine Augen wie ein Blitzstrahl,

JIG TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHÄL GYI

aus dem Lotusbett geboren,

GE SAR JE WA LÄ NI JUNG MA

dem Antlitz des Weltenschützers.

2. CHHAG TSHÄL TÖN KÄI DA WA KÜN TU

Ehre Dir, mit dem Gesicht von

GANG WA GYA NI TSEG PÄI ZHÄL MA

hundert Herbstvollmonden leuchtend,

KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI

strahlend wie das Licht der Sternen-

RAB TU CHHE WÄI Ö RAB BAR MA

scharen tausendfach entfaltet.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

3. CHHAG TSHÄL SER NGO CHHU NÄ KYE KYI
Ehre Dir, die Hand geschmückt mit
PÄ MÄ CHHAG NI NAM PAR GYÄN MA
einem golden-blauen Lotus -
JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA
Du bist Geben, Ethik, Tatkraft,
ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA
Sammlung und Geduld und Weisheit.

4. CHHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PÄI TSUG TOR
Ehre Dir, der Buddhas Krone,
THA YÄ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA
Taten siegreich ohne Ende,
MA LÜ PHA RÖL CHHIN PA THOB PÄI
Dein sind alle Perfektionen,
GYÄL WÄI SÄ KYI SHIN TU TEN MA
Stütze aller Bodhisattvas.

5. CHHAG TSHÄL TUTTÄRÄ HUM YI GE
Ehre Dir, das TUTTARE HÜM
DÖ DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA
füllt Begierdewelt, Raum, Richtung.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū* ~❁~

JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE

Tritt Dein Fuß auf sieben Welten,

LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA

kannst Du alle um Dich sammeln.

6. CHHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA

Ehre Dir, verehrt von Mächt'gen,

LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHÖ MA

Īndra, Agni, Brahmā, Windgott,

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

von der Geisterschar gepriesen:

NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÄ TÖ MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

7. CHHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI

Ehre Dir, der Klang von TRAD PHAT

PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA

stört der Feinde mag'sche Kreise,

YÄ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE

rechtes Bein gebeugt, gestreckt links,

ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA

ganz entbrannt in Feuerwirbeln.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

8. CHHAG TSHÄL TURE JIG PA CHHEN PO
Ehre TURE, groß und furchtbar,
DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA
überwindest Māras Heere,
CHHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÄ
Lotusantlitz, Zornesfalten,
DRA WO THAM CHÄ MA LÜ SÖ MA
alle Feinde ganz vernichtend.
9. CHHAG TSHÄL KÖN CHHOG SUM TSHÖN CHHAG GYÄI
Ehre Dir, die Hand am Herzen
SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYÄN MA
in der „Drei Juwelen Mudrā“,
MA LÜ CHHOG KYI KHOR LÖ GYÄN PÄI
mit den Rädern, deren Lichter
RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA
alle Richtungen durchwirbeln.
10. CHHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PÄI
Ehre Dir, vor Freude leuchtend,
U GYÄN Ö KYI THRENG WA PEL MA
Lichterkranz aus Deinem Scheitel.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

ZHE PA RAB ZHÄ TUTTÄRÄ YI

Das Gelächter von TUTTARE

DÜ DANG JIG TEN WANG DUDZÄ MA

beherrscht Götter und Dämonen.

11. CHHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WÄI TSHOG NAM

Ehre Dir, die Kraft hat, alle

THAM CHÄ GUG PAR NÜ MA NYI MA

Orts-Beschützer zu versammeln,

THRO NYER YO WÄI YI GE HUM GI

zornvoll bebend allen Mangel

PHONG PA THAM CHÄ NAM PAR DRÖL MA

mit der Silbe HÜM beseitigt.

12. CHHAG TSHÄL DA WÄI DUM BÜ U GYÄN

Ehre Dir, Dein Haupt geschmückt vom

GYÄN PA THAM CHÄ SHIN TU BAR MA

Halbmond, jedes Schmuckstück leuchtend,

RÄL PÄI KHUR NA Ö PAG ME LÄ

in den Locken Deiner Haare

TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZÄ MA

strahlt das Licht von Amitäbha.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

13. CHHAG TSHÄL KÄL PÄI THA MÄI ME TAR

Ehre Dir, im Kranz des Feuers,

BAR WÄI THRENG WÄI Ü NA NÄ MA

lodernd wie am End' der Zeiten,

YÄ KYANG YÖN KUM KÜN NÄ KOR GÄI

rechtes Bein gestreckt, gebeugt links,

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

ringsum Freude, schlägst Du Feinde.

14. CHHAG TSHÄL SA ZHII NGÖ LA CHHAG GI

Ehre Dir, die diese Erde

THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA

mit der Hand schlägt, Dein Fuß tritt sie,

THRO NYER CHÄN DZÄ YI GE HUM GI

mit dem HŪṂ und zornig blickend

RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

sieben Welten überwindend.

15. CHHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA

Ehre Dir, Glück, Tugend, Frieden,

NYA NGÄN DÄ ZHI CHÖ YÜL NYI MA

ruhst du, Dein Geist in Nirvāṇa

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

SVAHA OM DANG YANG DAG DÄN PÄ

und versehen mit OM SVĀHĀ

DIG PA CHHEN PO JOM PA NYI MA

tilgst Du große Freveltaten.

16. CHHAG TSHÄL KÜN NÄ KOR RAB GA WÄI

Ehre Dir, durch Deine Freude

DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA

tilgst Du die Gestalt der Feinde,

YI GE CHU PÄI NGAG NI KÖ PÄI

durch die HŪṀ-Weisheit befreist Du

RIG PA HUM LÄ DRÖL MA NYI MA

mit dem Mantra der zehn Lettern.

17. CHHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PÄ

Ehre TURE, durch die Silbe

HUM GI NAM PÄI SA BÖN NYI MA

HŪṀ und Stampfen Deines Fußes

RI RAB MANDHARA DANG BIG JE

beben die drei Welten und die

JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Berge Mand'ra, Meru, Vindhya.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ~❁~

18. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PÄI
Ehre Dir, den Mond in Händen,
RI DAG TAG CHÄN CHHAG NA NAM MA
gleich dem Göttersee so strahlend,
TĀRĀ NYI JÖ PHAT KYI YI GE
TĀRĀ TĀRĀ und PHAT Mantra
DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA
beraubt Gifte ihrer Wirkung.
19. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO
Ehre Dir, auf Dich vertrauen
LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA
Götter, Kiṃnāras und Īndra.
KÜN NÄ GO CHHA GA WÄI JI GYI
Deiner Freudestrahlen Rüstung
TSÖ DANG MI LAM NGÄN PA SEL MA
tilgen Streit und böse Träume.
20. CHHAG TSHÄL NYI MA DA WA GYÄ PÄI
Ehre Dir, der Augen Lichter
CHÄN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA
sind so klar wie Sonn' und Vollmond.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

HARA NYI JÖ TUTTĀRĀ YI

HĀRA HĀRA und TUTTARE

SHIN TU DRAG PÖI RIM NÄ SEL MA

bringen Seuchen zum Verschwinden.

21. CHHAG TSHÄL DE NYI SUM NAM KÖ PÄ

Ehre Dir, dreifache Soheit,

ZHI WÄI THÜ DANG YANG DAG DÄN MA

Du bist voll der Kraft des Friedens,

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM

Edle TURE, so zerstörst Du

JOM PA TURE RAB CHHOG NYI MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

TSA WÄI NGAG KYI TÖ PA DI DANG

Diese einundzwanzig Strophen

CHHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG

preisen Dich mit Deinem Mantra.

Gehe zurück zu S. 51 und rezitiere den Lobpreis insgesamt drei Mal.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Bitte

THUG JEI TER CHHEN PHAG MA JE TSÜN MÄ

Ehrwürdige Ārya Tārā, großer Schatz des Mitgefühls,

KHA NYAM DRO NAM TÄN DEI DRONG KHYER DU

bitte gib Deinen Segen, damit alle förderlichen

Bedingungen sich mehren

DE LAG DRÖ PÄI BAR CHHA KÜN ZHI ZHING

und alle Hindernisse überwunden werden,

KHÜN KYEN MA LÜ PHEL WAR JIN GYI LOB (3x)

so dass alle Wesen unverzüglich in die Stadt der ewigen

Freude gelangen. (3x)

Verehrung (dritte Runde)

LHA DANG LHA MIN CHÖ PÄN GYI

Götter und Halbgötter mit ihren Kronen

ZHAB NYI PÄ MO LA TÛ DE

neigen zu Deinen Lotosfüßen ihr Haupt -

PHONG PA KÜN LÄ DRÖL DZÄ PÄI

Befreierin aus aller Not,

DRÖL MA YUM LA CHHAG TSHÄL LO

Mutter Tārā, vor Dir verneigen wir uns. (3-7x)

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Darbringungen an Tārā

Bringe den heiligen Objekten Blumen dar. Sobald du auf deinem Sitz Platz genommen hast, bringe die folgenden Opfergaben in ausführlicher Form mit dem folgenden Vers dar, indem du den Namen der dargebrachten Substanzen jeweils einfügst. Wenn du keine Zeit hast, kannst du alle acht Namen nacheinander in einen einzigen Vers einfügen.

CHÖ YING NAM DAG YE SHE RANG ZHIN LÄ
GYÜ LU NANG TÖL PAG MO CHÖ YÖN (ZHAB SIL, ME TOG, DUG PÖ,
NANG SÄL, DRI CHAB, ZHÄL ZÄ, RÖL MO) ME
CHOM DEN DROL MÄ LHA SOG NYE CHIR BÜL
SHE NÄI CHHOG THÜN NGO DRUB TSÄL DU SOL

Aus der Natur erhabener Weisheit, [die eins ist mit] dem völlig reinen Dharmadhātu, entsende ich den illusionären Körper einer Ḍākiṇī und bringe Opfergaben dar, (Wasser zum Trinken, Wasser zum Waschen, Blumen, Duftrauch, Licht, Düfte, Speisen und Musik), um die Bhagavatī Ārya Tārā mit ihrem Gefolge zu erfreuen. Bitte nehmt sie an und gewährt mir die gewöhnlichen und außer-gewöhnlichen Verwirklichungen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA
ARGHYAṀ, PADYAṀ, PUṢPE, DHŪPE, ĀLOKE, GHANDHE,
NAIVEDYE, ŚABDA
PRATĪCCHA HŪṀ SVĀHĀ

Bringe die innere Opfergabe dar:

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA OM ĀḤ HŪṀ

Das siebenteilige Gebet

JE TSÜN DRÖL MÄ SCHAB LA KÜ CHAG TSHÄL

Zu Füßen der Ehrwürdigen Tārā verneige ich mich.

NGÖ SHAM YI TRÜL CHHÖ PA MA LÜ BÜL

Ich bringe alle Arten von Gaben dar, tatsächliche und geistig vorgestellte.

THOG ME NÄ SAG DIG TUNG THAM CHÄ SHAG

Ich bekenne alle unheilsamen Handlungen, die ich seit anfangsloser Zeit begangen habe.

KYE PHAG GE WA NAM LA JE YI RANG

Ich erfreue mich an allen heilsamen Handlungen gewöhnlicher und erhabener Wesen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

KHOR WA MA TONG BAR DU LEG ZHUG NÄ

Bitte verweilt, bis Saṃsāra endet,

DRO LA CHHÖ KYI KHOR LO KOR WA DANG

und dreht das Rad der Lehre für die Lebewesen.

DAG ZHÄN GE NAM JANG CHHUB CHHEN POR NGO

**Ich widme all mein Verdienst und das von anderen der
höchsten Erleuchtung.**

Lange Maṇḍala-Darbringung

mit 23 Anhäufungen

ZHING KHAM ÜL WAR GYI WO

Wir bringen das Maṇḍala dar:

OM VAJRA BHUMI ĀḤ HŪṀ

OM der Vajra Boden ĀḤ HŪṀ

WANG CHHEN SER GYI SA ZHI

die mächtige Erde aus Gold.

OM VAJRA REKHE ĀḤ HŪṀ

OM der Vajra Zaun ĀḤ HŪṀ

CHHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WÄI Ü SU

In der Mitte, umsäumt von einem eisernen Berg,

RI'I GYÄL PO RI RAB

der König der Berge, Sumeru.

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ~*~

SHAR LÜ PHAG PO

Im Osten, Videha,

LHO DZAM BU LING

im Süden, Jambudvīpa,

NUB BA LANG CHÖ

im Westen, Godaniya,

JANG DRA MI NYÄN

im Norden, Kuru.

LÜ DANG LÜ PHAG

Deha und Videha,

NGA YAB DANG NGA YAB ZHÄN

Cāmara und Aparacāmara,

YO DÄN DANG LAM CHHOG DRO

Śāthā und Uttaramantriṇa,

DRA MI NYÄN DANG DRA MI NYÄN GYI DA

Kurava und Kaurava.

SHAR DU LANG PO RIN PO CHHE

Im Osten der kostbare Elefant,

LHOR KYIN DAG RIN PO CHHE

im Süden der kostbare Haushälter,

NUB TU TA RIN PO CHHE

im Westen das kostbare Pferd,

JANG DU TSÜN MO RIN PO CHHE

im Norden die kostbare Königin,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

SHAR LHOR MAG PÖN RIN PO CHHE

südöstlich der kostbare Minister,

LHO NUB TU KHOR LO RIN PO CHHE

südwestlich das kostbare Rad,

NUB JANG DU NOR BU RIN PO CHHE

nordwestlich der kostbare Edelstein,

JANG SHAR DU TER CHEN PÖI BUM PA

nordöstlich die kostbare Vase.

NANG GI SHAR DU NYI MA

Im Osten die Sonne,

NUB TU DA WA

im Westen der Mond,

DAG ZHÄN LÜ NGAG YI SUM LONG CHÖ DU SUM GE TSHOG CHÄ

Körper, Sprache und Geist von mir und anderen,

Besitz und Tugend der drei Zeiten,

RIN CHHEN MAṄḌAL ZANG PO KÜN ZANG CHHÖ PÄI TSHOG CHÄ PA

dieses kostbare, erlesene MaṅḌala, zusammen mit

Ansammlungen von Samantabhadra-Opfergaben,

LO YI LANG NÄ LA MA YI DAM KÖN CHHOG SUM LA BÜL

bringe ich im Geist meinen Gurus dar,

den Yidams und den drei kostbaren Juwelen -

THUG JEI WANG GI ZHE NÄ DAG LA JIN GYI LAB TU SÖL

aus Mitgefühl nehmt dieses an und gewährt mir Euren

Segen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

Kurze Maṇḍala-Darbringung

SA ZHI PÖ KYI JUG SHING ME TOG TRAM

**Dieses Maṇḍala, mit Düften besprengt, mit Blumen
bestreut,**

RI RAB LING ZHI NYI DÄ GYÄN PA DI

**Berg Meru, vier Länder, geschmückt von Sonne und
Mond,**

SANG GYÄ ZHING DU MIG TE ÜL WA YI

bringe ich als reines Buddha-Land dar -

DRO KÜN NAM DAG ZHING LA CHÖ PAR SHOG

mögen alle Wesen diesen reinen Bereich genießen.



~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

Tiefempfundene Bitte (nach Belieben)

DAG SOG NAM KYI CHHÖ DANG THÜN PE DÖN

**Bitte segne mich und andere, unseren Wünschen
entsprechend**

JI TAR SAM PA YI ZHING DRUB PA DANG

**unsere Ziele zu erreichen, die im Einklang mit dem
Dharma sind,**

NE DÖN GEG SOG BAR DÜ CHHÖ PÄI TSOG

und im Nu die Masse an Hindernissen,

NYE WAR ZHI WA JIN GYI LAB TU SÖL

**wie Krankheiten, Geisterplage und anderes zu
vertreiben.**

IDAṂ GURU RATNA MAṄḌALAKAṂ NIRYATAYĀMI

Zuflucht und Bodhicitta

SANG GYÄ CHHÖ DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA

Ich nehme Zuflucht bis zur Erleuchtung

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI

**zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten
Gemeinschaft.**

~❁~ *Vier-Mandala-Püja von Cittamani Tārā* ~❁~

DAG GI JIN SOG GYI PE DI DAG GI

**Durch meine Übung des Gebens und der anderen
Vollkommenheiten,**

DRO LA PHÄN CHHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG

möge ich Buddha werden zum Wohle aller Wesen. (3x)

Visualisierung

KU LÄ DÜ TSII CHHU GYÜN BAB

Von ihrem erhabenen Körper fließt ein Strom von Nektar

RANG DANG SUNG JÄI CHI WO NÄ

in den Scheitel des Spenders und meinen eigenen.

ZHUG TE LÜ KÜN GANG WA YI

Unsere Körper werden ganz davon durchdrungen,

JIN LAB MA LÜ ZHUG PAR GYUR

wir sind vollkommen von Segen erfüllt.

Rezitiere sodann den [kurzen] Lobpreis der 21 Tārās sieben Mal.
Wenn die Zeit knapp ist, kann der kurze Lobpreis anstelle einiger der
langen rezitiert werden.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Kurzer Lobpreis

OM CHOM DÄN DÄ MA LHA MO DRÖL MA LA CHHAG TSHÄL LO

Oṃ Ehre Dir, Bhagavatī Ārya Tārā!

CHHAG TSHÄL DRÖL MA TARE PÄL MO

Ehre der Glorreichen, die mit TÄRE befreit,

TUTTÄRÄ YI JIG KÜN SEL MA

die all uns're Furcht mit TUTTÄRE vertreibt,

TURE DÖN NAM THAM CHÄ TER MA

die all uns're Wünsche mit TURE gewährt,

SVAHA YI GER CHÄ LA RAB DÜ

so werden SVĀHĀ und die Silben des Mantras verehrt.

Lobpreis an die 21 Tārās

Rezitiere sodann die Lobpreise der 21 Tārās sieben Mal.

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHHAG TSHÄL LO

Oṃ – Ehre Dir, Edle Göttin Ārya Tārā!

1. CHHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO

Ehre Tārā, schnell und mutig,

CHÄN NI KÄ CHIG LOG DANG DRA MA

Deine Augen wie ein Blitzstrahl,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

JIG TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHÄL GYI

aus dem Lotusbett geboren,

GE SAR JE WA LÄ NI JUNG MA

dem Antlitz des Weltenschützers.

2. CHHAG TSHÄL TÖN KÄI DA WA KÜN TU

Ehre Dir, mit dem Gesicht von

GANG WA GYA NI TSEG PÄI ZHÄL MA

hundert Herbstvollmonden leuchtend,

KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI

strahlend wie das Licht der Sternen-

RAB TU CHHE WÄI Ö RAB BAR MA

scharen tausendfach entfaltet.

3. CHHAG TSHÄL SER NGO CHHU NÄ KYE KYI

Ehre Dir, die Hand geschmückt mit

PÄ MÄ CHHAG NI NAM PAR GYÄN MA

einem golden-blauen Lotus -

JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA

Du bist Geben, Ethik, Tatkraft,

ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA

Sammlung und Geduld und Weisheit.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru* ~❁~

4. CHHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PÄI TSUG TOR
Ehre Dir, der Buddhas Krone,
THA YÄ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA
Taten siegreich ohne Ende,
MA LÜ PHA RÖL CHHIN PA THOB PÄI
Dein sind alle Perfektionen,
GYÄL WÄI SÄ KYI SHIN TU TEN MA
Stütze aller Bodhisattvas.
5. CHHAG TSHÄL TUTTÄRÄ HUM YI GE
Ehre Dir, das TUTTARE HÜM
DÖ DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA
füllt Begierdewelt, Raum, Richtung.
JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE
Tritt Dein Fuß auf sieben Welten,
LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA
kannst Du alle um Dich sammeln.
6. CHHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA
Ehre Dir, verehrt von Mächt'gen,
LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHÖ MA
Īndra, Agni, Brahmā, Windgott,

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü* ~*~

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

von der Geisterschar gepriesen:

NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÄ TÖ MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

7. CHHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI

Ehre Dir, der Klang von TRAD PHAT

PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA

stört der Feinde mag'sche Kreise,

YÄ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE

rechtes Bein gebeugt, gestreckt links,

ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA

ganz entbrannt in Feuerwirbeln.

8. CHHAG TSHÄL TURE JIG PA CHHEN PO

Ehre TURE, groß und furchtbar,

DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA

überwindest Māras Heere,

CHHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÄ

Lotusantlitz, Zornesfalten,

DRA WO THAM CHÄ MA LÜ SÖ MA

alle Feinde ganz vernichtend.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tarü ~*~

9. CHHAG TSHÄL KÖN CHHOG SUM TSHÖN CHHAG GYÄI

Ehre Dir, die Hand am Herzen

SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYÄN MA

in der „Drei Juwelen Mudrā“,

MA LÜ CHHOG KYI KHOR LÖ GYÄN PÄI

mit den Rädern, deren Lichter

RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA

alle Richtungen durchwirbeln.

10. CHHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PÄI

Ehre Dir, vor Freude leuchtend,

U GYÄN Ö KYI THRENG WA PEL MA

Lichterkranz aus Deinem Scheitel.

ZHE PA RAB ZHÄ TUTTÄRÄ YI

Das Gelächter von TUTTARE

DÜ DANG JIG TEN WANG DUDZÄ MA

beherrscht Götter und Dämonen.

11. CHHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WÄI TSHOG NAM

Ehre Dir, die Kraft hat, alle

THAM CHÄ GUG PAR NÜ MA NYI MA

Orts-Beschützer zu versammeln,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

THRO NYER YO WÄI YI GE HUM GI

zornvoll bebend allen Mangel

PHONG PA THAM CHÄ NAM PAR DRÖL MA

mit der Silbe HÜM beseitigt.

12. CHHAG TSHÄL DA WÄI DUM BÜ U GYÄN

Ehre Dir, Dein Haupt geschmückt vom

GYÄN PA THAM CHÄ SHIN TU BAR MA

Halbmond, jedes Schmuckstück leuchtend,

RÄL PÄI KHUR NA Ö PAG ME LÄ

in den Locken Deiner Haare

TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZÄ MA

strahlt das Licht von Amitäbha.

13. CHHAG TSHÄL KÄL PÄI THA MÄI ME TAR

Ehre Dir, im Kranz des Feuers,

BAR WÄI THRENG WÄI Ü NA NÄ MA

lodernd wie am End' der Zeiten,

YÄ KYANG YÖN KUM KÜN NÄ KOR GÄI

rechtes Bein gestreckt, gebeugt links,

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

ringsum Freude, schlägst du Feinde.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

14. CHHAG TSHÄL SA ZHII NGÖ LA CHHAG GI

Ehre Dir, die diese Erde

THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA

mit der Hand schlägt, Dein Fuß tritt sie,

THRO NYER CHÄN DZÄ YI GE HUM GI

mit dem HŪṂ und zornig blickend

RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

sieben Welten überwindend.

15. CHHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA

Ehre Dir, Glück, Tugend, Frieden,

NYA NGÄN DÄ ZHI CHÖ YÜL NYI MA

ruhst du, Dein Geist in Nirvāṇa

SVAHA OM DANG YANG DAG DÄN PÄ

und versehen mit OṂ SVĀHĀ

DIG PA CHHEN PO JOM PA NYI MA

tilgst Du große Freveltaten.

16. CHHAG TSHÄL KÜN NÄ KOR RAB GA WÄI

Ehre Dir, durch Deine Freude

DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA

tilgst Du die Gestalt der Feinde,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

YI GE CHU PÄI NGAG NI KÖ PÄI

durch die HŪṀ-Weisheit befreist Du

RIG PA HUM LÄ DRÖL MA NYI MA

mit dem Mantra der zehn Lettern.

17. CHHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PÄ

Ehre TURE, durch die Silbe

HUM GI NAM PÄI SA BÖN NYI MA

HŪṀ und Stampfen Deines Fußes

RI RAB MANDHARA DANG BIG JE

beben die drei Welten und die

JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Berge Mand'ra, Meru, Vindhya.

18. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PÄI

Ehre Dir, den Mond in Händen,

RI DAG TAG CHÄN CHHAG NA NAM MA

gleich dem Göttersee so strahlend,

TĀRĀ NYI JÖ PHAT KYI YI GE

TĀRĀ TĀRĀ und PHAT Mantra

DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA

beraubt Gifte ihrer Wirkung.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

19. CHHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO

Ehre Dir, auf Dich vertrauen

LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA

Götter, Kiṃnāras und Īndra.

KÜN NÄ GO CHHA GA WÄI JI GYI

Deiner Freudestrahlen Rüstung

TSÖ DANG MI LAM NGÄN PA SEL MA

tilgen Streit und böse Träume.

20. CHHAG TSHÄL NYI MA DA WA GYÄ PÄI

Ehre Dir, der Augen Lichter

CHÄN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA

sind so klar wie Sonn' und Vollmond.

HARA NYI JÖ TUTTÄRÄ YI

HÄRA HÄRA und TUTTARE

SHIN TU DRAG PÖI RIM NÄ SEL MA

bringen Seuchen zum Verschwinden.

21. CHHAG TSHÄL DE NYI SUM NAM KÖ PÄ

Ehre Dir, dreifache Soheit,

ZHI WÄI THÜ DANG YANG DAG DÄN MA

Du bist voll der Kraft des Friedens,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM

Edle TURE, so zerstörst Du

JOM PA TURE RAB CHHOG NYI MA

Geister, Zombies, Schadensstifter.

TSA WÄI NGAG KYI TÖ PA DI DANG

Diese einundzwanzig Strophen

CHHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG

preisen Dich mit Deinem Mantra.

Gehe zurück zu S. 69 und rezitiere den Lobpreis insgesamt sieben Mal.

Die Vorzüge dieser Praxis

LHA MO LA GÜ YANG DAG DÄN PÄI

Wenn man Vertrauen in die Göttin besitzt

LO DÄN GANG GI RAB DÄ JÖ DE

und diese [Worte] hingebungsvoll ausspricht,

SÖ DANG THO RANG LANG PAR JÄ NÄ

sobald man sich ihrer im Morgengrauen,

gleich nach dem Aufstehen erinnert,

~*~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara* ~*~

DRÄN PÄ MI JIG THAM CHÄ RAB TER

wird man Freiheit erlangen von jeglicher Furcht

DIG PA THAM CHÄ RAB TU ZHI WA

und wird alles Schlechte gründlich befrieden.

NGÄN DRO THAM CHÄ JOM PA NYI THOB

Schlechte Geburten wird man beenden,

GYÄL WA JE WA THRAG DÜN NAM KYI

die zahllosen Überwinder

NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

werden rasch Ermächtigung gewähren

DI LÄ CHHE WA NYI NI THOB CHING

und mit dieser Stärke ausgestattet,

SANG GYÄ GO PHANG THAR THUG DER DRO

wird man zuletzt den Zustand eines Buddha erlangen.

DE YI DUG NI DRAG PO CHHEN PO

Selbst von stärksten Giften gepeinigt,

TÄN NÄ PA AM ZHÄN YANG DRO WA

durch Speisen, Getränke oder durch Lebewesen,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū ~*~

ZÖ PA DANG NI THUNG PA NYI KYANG

wird man durch bloßes Gedenken

DRÄN PÄ RAB TU SEL WA NYI THOB

von allem [Übel] von Grund auf befreit.

DÖN DANG RIM DANG DUG GI ZIR WÄI

**Wenn diese Gebete zwei, drei und siebenmal gesprochen
werden,**

DÜL NGÄL TSHOG NI NAM PAR PONG TE

werden alle qualvollen Leiden besiegt,

SEM CHÄN ZHÄN PA NAM LA YANG NGO

die durch Geister, Fieber und Gifte

NYI SUM DÜN DU NGÖN PAR JÖ NA

oder durch Lebewesen hervorgerufen wurden.

BU DÖ PÄ NI BU THOB GYUR ZHING

Wer sich ein Kind wünscht, wird ein Kind bekommen,

NOR DÖ PÄ NI NOR NAM NYI THOB

wer sich Wohlstand wünscht, wird Wohlstand erlangen.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Taru ~*~

DÖ PA THAM CHÄ THOB PAR GYUR LA

alle Wünsche werden Erfüllung finden

GEG NAM ME CHING SO SOR JOM GYUR CHIG

und alle Hindernisse kommen zur Ruhe.

Torma-Darbringung

Verwandle den Torma wie die innere Opfergabe. Verwende die innere Opfergabe zum Reinigen, indem du den linken Ringfinger eintauchst und die innere Opfergabe damit über die Torma-Gabe sprengst.

OM VAJRA AMṚTA KUṆḌALĪ HANA HANA HŪM PHAT

Reinige in Leerheit:

**OM SVABHĀVA ŚUDDHAḤ SARVADHARMĀḤ SVABHĀVA
ŚUDDHO 'HAM**

TONG PA NYI DU GYUR

TONG PÄI NGANG LÄ YAM LÄ LUNG / RAM LÄ ME /

AH LÄ YE SHE KYI KA PA LA YANG SHING GYA CHHE WÄI NANG DU
SHA NGA DÜ TSI NGA ZHU WA LÄ JUNG WÄI YE SHE KYI DÜ TSII GYA
TSHO CHHEN POR GYUR

Alles ist Leerheit.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Aus dem Zustand der Leerheit entsteht aus YAM Wind,
aus RAṂ Feuer, aus ĀḤ eine große stattliche
Schädelschale erhabener Weisheit.

In dieser entsteht vom Schmelzen der fünf Arten von
Fleisch und der fünf Arten von Nektar ein gewaltiger
Ozean erhabener Weisheit.

ཡེ་ > Wind, རྩ་ > Feuer, ཡུཾ་ > Schädelschale

Segne die innere Opfergabe mit:

OM ĀḤ HŪṂ (3x)



LA MA JE TSÜN MÄI LHA TSHOG NAM KYI JAG DOR JEI Ö ZER GYI BU
GÜ DRANG TE SÖL WAR GYUR

Die Lamas und die Götterscharen der Ehrwürdigen Ārya
Tārā nehmen den Torma durch Lichthalme zu sich, die aus
ihren Vajra-Zungen entstanden sind.

~❁~ Vier-Mandala-Pūja von Cittamani Tārū ~❁~

Mache die Darbringung, indem du dreimal rezitierst:

**OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA IDAṀ BALIMTA KHA-KHA
KHĀḤI KHĀḤI (3x)**

Äußere Opfergabe

Bringe die äußeren Opfergaben dar:

**OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA
ARGHYAṀ, PADYAṀ, PUṢPE, DHŪPE, ĀLOKE, GHANDHE,
NAIVEDYE, ŚABDA
PRATĪCCHA HŪṀ SVĀHĀ**

Bringe die innere Opfergabe mit dem Ringfinger der linken Hand dar,
indem du die drei Silben hinzufügst:

OM ĀRYA TĀRE SAPARĪVARA OM ĀḤI HŪṀ

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Verehrung

LHA DANG LHA MIN CHÖ PÄN GYI

Götter und Halbgötter mit ihren Kronen

ZHAB NYI PÄ MO LA TÛ DE

neigen zu Deinen Lotosfüßen ihr Haupt -

PHONG PA KÜN LÄ DRÖL DZÄ PÄI

Befreierin aus aller Not,

DRÖL MA YUM LA CHHAG TSHÄL LO

Mutter Tārā, vor Dir verneigen wir uns. (3-7x)

Gebete

Sodann mache mit gefalteten Händen Gebete:

JE TSÜN PHAG MA KHOR DANG CHÄ

Ehrwürdige Tāra mit Gefolge,

MIG ME THUG JE TSER GONG LA

segne mich in Deinen Gedanken

DAG GI JI TAR SÖL WÄI DÖN

mit objektlosem Mitgefühl,

GEG ME DRUB PAR JIN GYI LOB

sodass all meine [heilsamen] Wünsche ohne Hindernisse

Erfüllung finden.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā* ~❁~

GYÄL TÄN CHI DANG LO ZANG TÄN

Lass Lehre und Praxis der Siegreichen im Allgemeinen

SHÄ DANG DRUB PÄ CHHOG CHUR GYÄ

und die von Losang Drakpa im Besonderen

sich in den zehn Richtungen verbreiten,

TÄN DZIN GE DÜN DE DANG CHÄ

lass den Sangha, der die Lehre aufrecht erhält,

im Einklang sein,

THUG THÜN THRIN LÄ PHEL WAR DZÖ

und mögen ihre erleuchteten Aktivitäten sich mehren.

JONG DIR NÄ MUG THRUG TSÖ ZHI

Befriede Konflikte, Hungersnöte und Krankheiten in

diesem Land,

CHHÖ DANG TRA SHI GONG DU PHEL

vermehre den Dharma und gutes Geschick,

CHHÖ DÄN GYÄL PÖI NGA THANG GYÄ

lass die, die mit dem Dharma regieren, einflussreich sein,

GYÄL KHAM THA WÜ DE WAR DZÖ

spende zentralen und abgelegenen Ländern Glück,

GYÄ DANG CHU DRUG JIG CHHEN DANG

beschütze uns vor vorübergehenden und grundlegenden

Ängsten,

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

DÖN RIM MI LAM TSHÄN TÄ NGÄN

wie den acht und den sechzehn Arten der Furcht,

KHOR WA NGÄN SONG DUG NGÄL SOG

vor Geistern, Epidemien, Albträumen und schlechten

Vorzeichen,

NÄ KAB THAR THUG JIG LÄ KYOB

sowie vor den Leiden von Saṃsāra,

wie den niedrigen Daseinsbereichen und so fort.

TSHE PÄL LONG CHÖ SÖ NAM PHEL

Mögen Leben, Wohlstand und Verdienste sich mehren,

MI GEI TOG PA KÜN ZHI ZHING

mögen schlechte Gedanken zur Ruhe kommen,

LAM TSO SUM DANG RIM NYI KYI

gib Deinen Segen, sodass die Realisationen

der drei Aspekte des Pfades

NYAM TOG NYUR DU THAR CHHIN DZÖ

und der zwei Stufen [des Tantra] zustande kommen.

DI NÄ JANG CHHUB NYING PÖI BAR

Von jetzt an bis zur Essenz der Erleuchtung

KHYÖ MIN KYAB NÄ ZHÄN ME PÄ

habe ich keine Zuflucht außer Dir.

~❁~ *Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārū* ~❁~

BU CHIG PO LA MA YI ZHIN

Segne mich und Sorge für mich,

JE ZUNG JIN GYI LAB TU SÖL

wie eine Mutter für ihr einziges Kind.

Bekenntnis der Fehler in der Rezitation

Rezitiere das Hundertsilbenmantra:

OM PADMASATTVA SAMAYAM

ANU PALĀYA

PADMASATTVA TVENUPATIṢṬHA

DR̥DHO ME BHAVA

SUTOṢYO ME BHAVA

SUPOṢYO ME BHAVA

ANURAKTU ME BHAVA

SARVA SIDDHIM ME PRAYACCHA

SARVAKARMASU CA ME

CITTAṀ ŚRĪYAṀ KURU HŪṀ

HA HA HA HA HOḤ

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

BHAGAVAN SARVA TATHĀGATA

PADMA MĀ ME MUÑCA

PADMA BHAVA MĀḤASAMAYASATTVA ĀḤ HŪṀ PHĀT (1x)

Bitte um Nachsicht

MA NYE YONG SU MA SHE DANG

Für Fehler aufgrund meiner Unwissenheit,

GANG YANG NÜ PA MA CHHI PA

aufgrund mangelnder Fähigkeiten,

DIR NI JA WA GANG GYI PA

oder in Ermangelung von Dingen -

DE KÜN KHYE KYI ZÖ DZÄ RIG

habt Nachsicht mit alledem!

LHAG PA DANG NI CHHÄ PA DANG

Was immer ich dem Ritual hinzugefügt

CHHO GÄI YÄN LAG NYAM PA DANG

oder ausgelassen habe,

DAG GI JE NGÄ CHI CHHI PA

was ich falsch gemacht oder vergessen habe -

DE YANG ZÖ PAR DZÄ DU SÖL

habt Nachsicht mit alledem.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

**Die Gottheit bitten, zu bleiben
oder sich zu entfernen**

Wenn du ein Bildnis besitzt, bitte die Gottheit, darin zu verweilen:

DIR NI TEN DANG LHÄN CHIG TU

Verweilt in diesem Abbild hier,

DRO WÄI DÖN DU ZHUG NÄ KYANG

zum Nutzen der Lebewesen,

NÄ ME TSHE DANG WANG CHHUG DANG

fördert langes Leben ohne Krankheit,

CHHOG NAM LEG PAR TSÄL DU SÖL

Kraft und höchste Verwirklichung!

OM SUPRATIṢṬHA VAJRAYE SVĀHĀ

Streue Blütenblätter oder Reiskörner in Richtung des Verdienstfeldes.

Wenn du kein Bildnis besitzt, bitte die Gottheit, sich zu entfernen:

YE SHE PA RANG ZHIN GYI NÄ SU SHEG

Die Weisheitswesen kehren zu ihren natürlichen

Aufenthaltsorten zurück.

DAM TSHIG PA RANG NYI LA THIM PAR GYUR

Die Gelöbniswesen verschmelzen mit mir.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tārā ~*~

Widmungsgebet

GE WA DI YI NYUR DU DAG

Durch dieses Verdienst

PHAG MA DRÖL MA DRUB GYUR NÄ

möge ich Ārya Tārā werden

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA

und möge ich alle Wesen ohne Ausnahme

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG

in diesen Zustand führen.

Glückverheißender Vers

PAG SAM SHING DANG NOR BU BUM ZANG ZHIN

**Wie ein wunscherfüllender Baum und eine Vase voller
Juwelen,**

RE KONG DÖ GU JO WAI YI ZHIN TER

**bist Du der Schatz, der alle Wünsche und Hoffnungen
erfüllt.**

GYÄL YUM DRÖL MA GYÄL WA SÄ CHÄ KYI

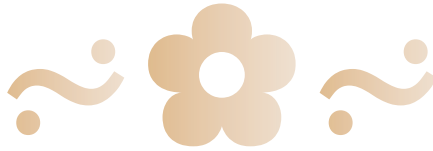
Tārā, Mutter der Siegreichen

und Ihr Siegreichen mit Euren Kindern,

JE ZUNG GE TSÄN PHÄL WÄI TRA SHI SHOG

**sorgt für uns und lasst die Zeichen der Glückverheißung
und Tugend sich mehren.**

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tärü ~*~



Kolophon:

Text von **Ehrw. Kyabje Ganden Trijang Rinpoche** (1901-1981),
auf Ersuchen von Tsering, Sohn des Beamten Nyemo in Zentral-
Tibet, der Vertrauen und eine überaus tugendhafte Einstellung
besitzt.

Aus dem Tibetischen ins Englische: **Fabrizio Pallotti**.
Deutsche Übersetzung: **Ehrw. Dr. Birgit Schweiberer**, 2019.
Der lange Lobpreis ist eine Übersetzung von **Sylvia Wetzel**,
von **Cornelia Krause** leicht bearbeitet.

Die tibetische Umschrift wurde der FPMT-Ausgabe 2011
entnommen und so belassen. Das muss bei der Aussprache des
Tibetischen von deutschen Lesern berücksichtigt werden.

~*~ Vier-Mandala-Puja von Cittamani Tara ~*~

