

## 1. VEREHRUNG

Mit dem Ziel, das Bodhicitta,  
Dieses kostbare Juwel des Herzens, hervorzubringen,  
Bringe ich den Buddhas,  
Und dem unbefleckten Juwel des Wahren Dharma,  
Und den Söhnen des Buddha,  
Die Meere von Tugenden sind, Verehrung dar.

Ich opfere ihnen jetzt  
So viele Blumen und Früchte wie es in der Welt gibt,  
So viele heilende Kräuter,  
So viele Juwelen,  
Und alle Wasser, klar und erfrischend.

Ich opfere Berge von Edelsteinen,  
Und Waldlichtungen, in denen man gern einsam weilt,  
Reben, die von Blüten überladen sind,  
Und Bäume, deren Äste sich unter köstlichen Früchten  
herabbiegen.

Ich opfere Düfte aus den himmlischen Welten,  
Den wunscherfüllenden Baum mit Juwelenfrüchten,  
Teiche und Seen geschmückt mit Lotossen,  
Und den unendlich schönen Ruf der Wildgänse.

Ich opfere reiche Ernten,  
Die wild gewachsenen und die vom Menschen gesähten,  
Ich opfere alles, das jene schmücken kann,  
Die der Verehrung würdig sind,  
Und opfere alles, was niemand gehört  
In den grenzenlosen Weiten des Raums.

In meiner Vorstellung laß ich all das entstehen,  
Und opfere es den unvergleichlichen Heiligen  
Und ihren Söhnen.

Oh Mitleidvolle,  
Ihr seid der erlesensten Gaben würdig,  
Denkt freundlich von mir  
Und nehmt meine Gaben an.

Ohne Verdienste leide ich bittere Not,  
Und ich habe nichts anderes zu geben.  
Oh Beschützer,  
Die Ihr nur daran denkt, anderen zu helfen,  
Nehmt mir zum Wohl meine Gaben an.

Und ich gebe mich selbst den Eroberern  
Und Ihren Söhnen ganz.  
Nehmt Besitz von mir, oh Erhabene,  
Voll Hingabe opfere ich mich als Euer Sklave.

Da ich nun Euer Eigentum bin  
Habe ich im Dasein nichts mehr zu befürchten,  
Ich handle nur noch zum Wohle aller,  
Meine früheren bösen Taten werde ich völlig hinter mir lassen,  
Und in Zukunft nichts Böses mehr tun.

Als Euer Diener werde ich Euch baden  
In lieblich duftenden Baderäumen,  
Vor Juwelen strahlende Säulen erfreuen das Auge,  
Mit prächtig funkelnden kristall'nen Fluren,  
Und Baldachinen die von Perlen schimmern.

Ich werde Krüge aus Edelsteinen bereiten,  
Gefüllt mit wohlriechendem Wasser von duftenden Blumen,  
Und lasse dort die Buddhas und Ihre Söhne baden,  
Bei Gesang und dem Klang lieblicher Instrumente.

Mit den feinsten Tüchern, wohlriechend und makellos,  
Werde ich Ihre Körper trocknen.  
Dann will ich Ihnen ausgewählte Kleider opfern,  
Wohlduftend und in wunderschönen Tönungen gefärbt.

Mit himmlischen Gewändern,  
Glatt und weich anzufassen,  
In vielen Farben und schönen Mustern,  
Schmücke ich die Edlen Samantabhadra und Ajita,  
Manjughosa, Lokesvara und all die Großen.

Mit den erlesensten Parfums,  
Deren Duft das All durchdringt,  
Will ich die Körper der großen Heiligen salben,  
Die von Licht gleißen,  
Glänzend und rein,  
Wie wohlgeläutertes Gold.

Mit Mandaravablüten, blauem Lotos und Jasmin,  
Mit allen bezaubernden, duftenden Blumen  
Und kunstvoll geflochtenen Blütengirlanden  
Verehere ich die Fürsten der Weisen,  
Denen alle Ehre gebührt.

Ich hülle sie in Wolken von Rauch  
Mit schwerem, süßem, berückendem Duft.  
Erquickende Tränke und labende Speisen  
Bringe ich ihnen zum Opfer dar.

Ich spende Lampen aus Edelsteinen,  
Die in Ketten goldener Lotosse hängen.  
Auf die parfümbesprengten Fliesen  
Streu ich den schönsten Blumenflor.

Jenen mitleidvollen Wesen  
Opfere ich himmlische Paläste,  
Die von frohen Lobgesängen widerhallen,  
Und mit Perlen und Edelsteinen bekränzt sind,  
Die die vier Himmelsrichtungen erleuchten.

Ich schenke den großen Heiligen  
Wunderschön anzusehende, juwelenbesetzte Baldachine,  
Mit fein gearbeiteten goldenen Griffen.  
Diese werde ich über sie halten,  
Um sie vor der grellen Sonne zu schützen.

Und von nun an,  
Sollen köstliche Wolken der Verehrung aufsteigen,  
Und Wolken von Musik und Gesang,  
Die alle Wesen in ihrem Innersten ergreifen  
Und Ihre Sorgen und Nöte stillen.

Von den Himmeln soll ein nie endender Regen  
Von Blumen und Edelsteinen  
Auf alle Kleinode des wahren Dharma,  
Und auf alle Schreine und alle Bildnisse fallen.

Ich werde die Eroberer verehren,  
Die Beschützer, die Tathagatas und ihre Söhne,  
Genau wie Manjughosa sie verehrt  
Und alle Großen Bodhisattvas.

Ich verherrliche die Meere von Vorzügen  
Mit Fluten wohlklingender Lobpreisungen:  
Wolken andächtiger Lobrede  
Sollen ohne Unterlaß zu ihnen aufsteigen.

So viele Atome es geben mag  
In den Milliarden Welten,  
So oft verneige ich mich in Ehrfurcht  
Vor allen Buddhas der Drei Zeiten,  
Vor der vollkommenen Lehre  
Und vor der ausgezeichneten Gemeinschaft.

Lobpreisend grüße ich alle Schreine  
Und Orte, wo die Bodhisattvas waren.  
Ich verbeuge mich tief vor den weisen Lehrern  
Und allen, die respektvoll zu grüßen sind.

Bei allen Buddhas suche ich Zuflucht,  
Bis daß Erleuchtung erreicht ist.  
Ich nehme Zuflucht zum Dharma  
Und zu der Schar der Bodhisattvas.

(Mantra und Opfergaben)

## 2. EINGESTÄNDNIS VON FEHLERN UND ZUFLUCHTNAHME

Mit gefalteten Händen  
Flehe ich zu den Buddhas und Bodhisattvas,  
Den großen Mitleidvollen im ganzen Universum,  
Bitte hört mich an.

Alles Schlechte, das ich getan habe  
Oder andere angestiftet habe zu tun,  
Im ganzen anfanglosen Kreislaufs der Geburten,  
Von den Trugbildern meiner Verblendung überwältigt,  
Und voller [irregeleiteter] Freude über meine Taten,  
Gestehe ich nun, von Gewissensbissen geplagt,  
Von ganzem Herzen vor den Buddhas ein.

Alles Falsche, das ich den Drei Juwelen angetan habe,  
Meinen Eltern,  
Meinen Lehrern oder anderen, die Respekt verdienen,  
Ob falsch in Taten, Worten oder Denken,  
Die vielen dunklen Vergehen,  
Das gewaltige Böse,  
Gestehe ich vor den Führern ein.

Wie kann ich meinen dunklen Taten entkommen?  
Ununterbrochen leb ich in Schrecken, oh Führer der Welt,  
In Furcht, daß ich jetzt sterbe,  
Und häufe noch immer Schlechtes an.

Wie soll ich entkommen?  
Schützt mich vor meinem eigenen Unheil,  
Damit der Tod mich nicht holt,  
Bevor ich gereinigt bin.

Der Herr des Todes fragt nicht  
Was getan wurde und was nicht.  
Wie ein Blitzschlag wirft er mich nieder,  
Ob ich gesund bin oder krank.  
Getrieben von meinem Verlangen und meiner Abneigung  
Habe ich viele Arten von Übel getan.

Ich habe nicht daran gedacht  
Daß ich früher oder später  
Allein aus diesem Leben gehen  
Und alles zurücklassen muß.

Was ich hasse wird nicht mehr sein,  
Was ich liebe wird nicht mehr sein,  
Ich werde nicht mehr sein,  
Und alles wird nicht mehr sein.

Tag und Nacht  
Schreitet mein Leben seiner Vernichtung entgegen,  
Nichts kann es aufhalten,  
Ich muß ganz sicher sterben.

Heute noch  
nehme ich meine Zuflucht  
Zu den mächtigen Beschützern,  
Die sich für das Wohl der Welt einsetzen,  
Zu den gewaltigen Siegern,  
Die alles Leiden überwinden.

Mit ganzem Herzen nehme ich meine Zuflucht  
Zum Dharma, den sie gemeistert haben,  
Und der Schutz vor dem Rad der Geburten gewährt.  
Ebenso nehme ich meine Zuflucht  
Zur Gemeinschaft der Bodhisattvas.

Zitternd vor Furcht  
Gebe ich mich selbst Samantabhadra,  
Und ich gebe Manjughosa  
Meinen Körper zum Geschenk.

Den Beschützer Avalokitesvara,  
Der immer mitfühlend handelt  
Rufe ich voller Entsetzen an:  
'Bitte schütze mich, der Böses tut.'

Zum edlen Akasagarbha und Ksitigarbha,  
Zu all den Großen Mitleidvollen,  
Fleht mein Herz um Schutz.

Und ich suche Zuflucht in Vajrapani.  
Bei seinem Anblick suchen die Boten des Todes  
Und andere feindliche Dämonen  
Entsetzt das Weite.

Bis jetzt bin ich Eurer Lehre nicht gefolgt,  
Da ich aber die Schrecken sehe, die mich erwarten  
Nehme ich jetzt Zuflucht zu Euch.  
Könnt Ihr nicht auf der Stelle meine Furcht nehmen?

Alles Schlechte, das ich angehäuft habe,  
Ob aus eitler Verstocktheit oder aus Unwissenheit,  
Böses im alltäglichen Leben  
Wie auch Böses im Sinne der Lehre,

Das alles offenbare ich den Beschützern,  
Die Hände in Verehrung gehoben  
Und voller Furcht vor dem Leiden  
Stehe ich vor ihnen.  
Ehrfürchtig verneige ich mich wieder und wieder.



Mögen die Führer dies wohlwollend annehmen,  
Mit allen Fehlern, ganz wie es ist.  
Was nicht gut ist, Ihr Beschützer,  
Werde ich nicht wieder tun.

(Zufluchten und Vorsätze)

### 3. DEN BODHISATTVAGEIST WECKEN

Ich preise voller Freude  
Das Gute, das alle Wesen vollbracht haben,  
Wodurch sie Ruhe im Ende des Leidens finden.  
Mögen doch die Bedrückten glücklich sein!

Ich preise die Befreiung der Wesen  
Aus dem leidvollen Rad der Geburten.  
Ich preise die Natur des Bodhisattva  
Und des Buddha.  
Sie sind Beschützer.

Ich preise die Aufnahme des Erleuchtungsstrebens  
Und die Lehre,  
Sie sind Meere des Glückes für alle,  
Und der Hort des Wohls aller Wesen.

Mit gefalteten Händen  
Bitte ich die Buddhas in allen Weltgegenden:  
Mögen sie das Licht des Dharma hell entzünden  
Für alle, die aus Verblendung ins Leiden geirrt sind!

Mit gefalteten Händen  
Flehe ich die Sieger an, die ins Nirvana übergehen wollen:  
Mögen sie hier für endlose Zeiten verweilen,  
Damit das Leben in dieser Welt nicht düster werde!

Mögen die Verdienste,  
Die ich so erworben habe,  
Helfen, das Leid aller Wesen zu lindern.

Möge ich Medizin sein für die, die krank sind,  
Möge ich ihr Arzt sein und ihr Pfleger,  
Bis es keine Krankheit mehr gibt.

Möge ich die Qualen von Hunger und Durst  
Mit Regenschauern von Speise und Trank auslöschen,  
Und in den Zeitaltern, in denen es keine Nahrung gibt,  
Möge ich selbst Nahrung und Wasser sein.

Möge ich ein unerschöpflicher Schatz werden  
Für die, die arm und notleidend sind,  
Möge ich ihr Diener sein  
Und ihnen alles geben, was sie brauchen.

Mein Leben in all meinen Existenzen,  
Meine Besitztümer  
Und die Früchte meiner guten Taten auf den drei Wegen  
Gebe ich bedenkenlos hin,  
Um das Heil aller Wesen zu bewirken.

Nirvana ist das Aufgeben von allem,  
Und nach Nirvana sehnt sich mein Herz;  
Wenn ich alles aufgeben muß,  
Will ich es den Lebewesen geben.

Ich will ihnen meinen Körper geben,  
Mit dem sie tun können, was sie wollen:  
Ihn schlagen, mißbrauchen, mit Unrat überhäufen.

Laß sie damit spielen,  
Über ihn lachen, sich über ihn lustig machen;  
Ich habe ihnen meinen Körper gegeben,  
Warum sollte es mich kümmern, was sie damit machen?

Laß sie tun, was sie wollen,  
Was immer ihnen Freude bereitet,  
Aber sie sollen kein Unglück erleiden  
Wegen mir.

Sie mögen mich lieben,  
Sie mögen mich hassen,  
Was sie auch für mich fühlen  
Mögen sie dadurch alles erhalten, wonach es sie verlangt.

Sie mögen mir Unrecht tun,  
Sie mögen mich verspotten,  
Mich falsch beschuldigen,  
Doch sollen sie an Erleuchtung teilhaben.

Ich wäre ein Beschützer  
Für jene ohne Schutz,  
Ein Führer für die unterwegs,  
Ein Boot, eine Brücke, ein Damm  
Für die, die es nach dem anderen Ufer verlangt.

Für alle Wesen:  
Wäre ich eine Lampe für die, die eine Lampe brauchen,  
Ein Bett für die, denen ein Bett fehlt,  
Ein Sklave für die, die einen Sklaven wollen.

Für alle Wesen,  
Wäre ich ein wunscherfüllendes Juwel,  
Eine unerschöpfliche Vase,  
Eine Zauberformel,  
Ein wunscherfüllender Baum,  
Eine Kuh des Überflusses.

So wie die Erde und anderen Elemente  
Den zahllosen Wesen  
Im unendlichen Raum  
Auf vielfache Weise dienstbar sind,

So möge auch ich das werden,  
Was alle Wesen erhält,  
Die der ganze Weltraum birgt,  
Solange noch nicht alle  
In Frieden sind.

So wie die Buddhas aus ferner Vorzeit  
Dies Bodhi-Herz fest hielten,  
Und entschlossen  
Der Übung des Bodhisattva-Pfades folgten,

So will ich dieses teure Herz erwecken,  
Für die Wohlfahrt der Welt.  
Auch ich werde diesem Pfade  
In seiner ganzen Fülle folgen.

Und wie ein weiser Mann,  
Der voller Freude das Bodhi-Herz ergreift,  
Werde auch ich mich freuen,  
So daß es in mir wächst und gedeiht.

Heute hat mein Leben Frucht hervorgebracht  
Und meine Geburt als Mensch hat sich erfüllt,  
Heute bin ich in des Buddhas Familie wiedergeboren,  
Und bin nun ein Sohn des Buddhas.

Und nun muß ich mich meiner Geburt würdig zeigen,  
Und durch mein Handeln keinen Fleck  
Auf dieser fleckenlosen Familie hinterlassen.

So wie ein Blinder durch Zufall  
Auf einen unbezahlbaren Edelstein  
In einem Haufen Unrat trifft,  
So ist dieser Bodhi-Geist, irgendwie,  
Auch in mir verborgen.

Er ist das Elixir des Lebens,  
Das den Tod vernichtet, den Zerstörer von allem,  
Ein unversiegbarer Schatz, der alle Armut zerstört,

Die allerbeste Heilung für die Krankheit der Welt,  
Er ist ein Baum der Rast für eine erschöpfte Welt,  
Die auf der Straße des Seins dahinwandert.

Der Erleuchtungs-Geist ist für alle Reisenden eine Brücke,  
Die über das Wasser des Leidens führt,  
Er ist der zunehmende Mond des Herzens,  
Der die Hitze der Leidenschaften kühlt,

Er ist eine große Sonne,  
Die das Dunkel der Unwissenheit der Welt vertreibt,  
Er ist frische Butter,  
Bereitet aus der Milch des Wahren Dharma.

Für die Karawane hungernder Wesen  
Die über die Straße des Lebens stolpert,  
Ist er ein freudiges Festmahl,  
Das alle die völlig erfrischt,  
Die nach Glück hungern.

Heute lade ich die Welt zur Buddhaschaft ein,  
Und zu all dem Glück des Dharma,  
Mögen die Götter, die Titanen und alle sich freu'n.

(Schlußmantren) (oder nach dem Finale)

#### 4. FINALE

Durch die Verdienste, die wir durch unser Tun erworben haben,  
Mögen alle Wesen den Bodhisattvapfad finden.  
Und mögen alle, deren Körper oder Geist gequält ist,  
Durch meine Verdienste  
Meere von Glück und Freude finden.

So lange wie sie in Samsara leben,  
Sollen sie nie ihren Frohsinn verlieren.  
Und mögen sie für immer  
Die Seligkeit des Bodhisattva finden.

Mögen alle Tiere frei sein von der Furcht,  
Von anderen gefressen zu werden,  
Mögen die hungrigen Geister so glücklich sein  
Wie Menschen, die in Wohlstand und Kultur leben.

Möge die Qual ihres Hungers  
Endlich gelindert werden  
Durch den Strom von Nektar,  
Der aus Avalokitesvaras Hand fließt,  
Und möge ihre Leidenschaft gekühlt werden,  
Wenn sie darin baden.

Mögen die Blinden Formen sehen  
Und die Tauben hören,  
Mögen die Betrübten getröstet werden  
Und die Verzweifelten erfüllt und in Frieden sein.

Mögen die Kranken gesund werden,  
Diejenigen in Fesseln befreit,  
Mögen die Schwachen stark werden,  
Und alle Wesen freundlich miteinander sein.

Mögen die Götter die Hilflosen  
Vor Krankheit und Not beschützen,  
Die Jungen und die Alten,  
Die Schlafenden, die Zerstreuten und die Irren,  
Und mögen sie es beizeiten regnen lassen.

Ernten soll es im Überfluß geben,  
Die Könige sollen gerecht sein,  
Und die Heilmittel wirksam,  
Kein Lebewesen soll je leiden,  
Krank oder unglücklich,  
Verachtet oder verlassen sein,  
Und möge niemand Böses tun.

Durch meine Verdienste  
Sollen Lebewesen überall ohne Ausnahme  
Immer heilsam handeln  
Und niemals vom Bodhicitta getrennt sein,  
Mögen sie von Buddhas umgeben,  
Und frei von den Werken Maras sein.

Mögen alle ein unbegrenztes Leben haben,  
Möge ihr Leben ewig glücklich sein,  
Selbst das Wort 'Tod' soll es nicht mehr geben.

Mögen alle Länder voller Buddhas sein  
Und voll vom Klang des Dharma.

Mögen Gruppen von Bodhisattvas  
In großer Versammlung  
Überall im Universum sitzen.  
Mögen sie die Welt zieren mit ihrer Pracht.



Der Klang des Dharma soll immer  
Von allen Wesen gehört werden,  
Im Gesang der Vögel,  
Im Rauschen der Bäume,  
Selbst in den tanzenden Strahlen der Sonne.

Durch meine Verdienste  
Mögen die Lebewesen auf immer  
Mit den Buddhas und Bodhisattvas in Verbindung sein,  
Und mögen sie den Guru der Welt preisen  
Mit endlosen Wolken von Verehrung.

Angefüllt mit Rezitation und Gesang,  
Mögen die geistigen Gemeinschaften gedeihen,  
Möge der Sangha immer in Einklang sein  
Und all seine Ziele erreichen.

Mögen Dharmacharis [und Dharmacharinis] Weisheit erlangen,  
Wißbegierig und übungsbeflissen sein.  
Mögen sie frei von Ablenkung in ihrem Geist sein  
Und in Dhyana verweilen.

Die Weisen sollen geehrt und genährt werden,  
Mögen sie die Traditionslinie der Lehre bewahren,  
Und möge Ihr Ruhm sich in der Welt verbreiten.

Mögen den Lebewesen auf ihrem Weg  
Die leidvollen Welten erspart bleiben,  
Und mögen sie Buddhaschaft erlangen,  
Mit Hilfe eines himmlischen Körpers,  
Im reinen Land, frei von Leiden.

So lange wie der Raum besteht  
Und so lange wie die Welt besteht  
So lange soll mein Leben helfen,  
Die Leiden der Welt zu lindern.

Einziges Heilmittel für diese leidende Welt,  
Möge die Lehre des Buddhas  
Mit aller Ehre und Herrlichkeit  
Bestehen bis ans Ende der Zeit.