



Das Sechs-Silben-Gebet, die segensreiche Praxis des Großen Mitfühlenden

1. Einleitendes Gebet

Dschowo tugdsche tschenpo la sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Zum Meister, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

2. Zuflucht und Bodhicitta

Gön tschenresi la kyabsu tschi,
ma dro drug döndu dschang sem kye,
dscham nyingdsche gawa tang-nyom gom,
lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Zum Schützer Tschenresi nehme ich Zuflucht, entwickle
Bodhicitta zum Wohl der Mütter, den sechs Arten Lebewesen,
und kontempliere Liebe, Mitgefühl, Freude und Gleichmut.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

3. Opferungen

Ying tingsin sälwä tschotrül lä,
päl kuntu sangpö tschöpä trin,
yül kakyab gyün mi-tschäpar gyur,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Aus der Klarheit raumgleichen Samadhis
füllen Gabenwolken wie die des glorreichen Samantabhadra
in ständigem Strom völlig Ort und Raum.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

1. Umwandlung in ein reines Land

Tschö tamtschä tongpa-nyi kyi ngang,
 nä yül kün riwo potalä,
 sching schäl yä kang tschä säl la dsog,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Alle Phänomene sind die Dimension der Leerheit.
 Der gesamte Ort ist das reine Gefilde des Berges Potala
 mit dem unermesslichen Palast, klar und vollkommen.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Tra tön ting tor tsug tschiwor tsching,
 lhagma nam tschaglö tsül-du tschang,
 tschi tsug-tu norbu barwä tsän,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Die tiefblauen Haare sind am Scheitel verknotet,
 der Rest fällt lose in Wellen herab,
 auf dem Scheitel ist ein leuchtender Juwel.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

2. Selbstvisualisation

De'i ü-su rang-nyi tschenresi,
 ku kar säl öser bum trag tro,
 tsän pe dschä schi dsum gegpä nyam,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

In der Mitte bin ich selbst als Tschenresi, der Körper leuchtend
 weiß, abertausende Lichtstrahlen aussendend, mit den Haupt-
 und Neben-Merkmalen, friedlich lächelnd und von anziehender
 Erscheinung. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Dar natsog tschö pän nabsä lub,
 gyän rintschen dumä kün nä dse,
 ridag kyi pagpä nu yön kab,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Bekleidet mit Kopfputz und Gewändern aus bunter Seide,
 mit vielen kostbaren Ornamenten vollendet geschmückt,
 die linke Brust vom Fell einer Antilope bedeckt.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Schäl tschöku tgle tschig-tu kyil,
 tschän tab sche nyingdsche simbur sig,
 tschag tsä-me schidän dscham sching nyen,
 Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Das Gesicht symbolisiert die einzige Essenz, den Dharmakaya.
 Die Augen – Methode und Weisheit – schauen halbgeöffnet
 mit mitfühlendem Blick.
 Die Hände – die vier Unermesslichen – sind fein
 und geschmeidig.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Ku bapü kungbu re re schin,
 dsche nye kyi schingkam rabdscham dsog,
 de nye kyi sangyä dschang sem schug,
 Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Innerhalb jeder Pore des Körpers
 sind zahllose reine Gefilde vollständig vorhanden
 in denen ebenso viele Buddhas und Bodhisattvas weilen.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Tsa tschag-nyi tugkar tälmo dschar,
 yä ogmä schel gyi trenngwa dang,
 yön ogmä päma kar-po nam,
 Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Die zwei vorderen Hände sind am Herzen gefaltet,
 die untere rechte hält eine Mala aus Kristall,
 die untere linke einen weißen Lotus.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Sung tschi nang nötschü dra kä kün,
 ngag yige drug-tu dschin labpä,
 tong tö dang dran rig drölwar dsä,
 Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Die Rede segnet alle Klänge von Gefäß und Inhalt
 als das Sechs-Silben-Mantra und
 bewirkt Befreiung durch Sehen, Hören, Erinnern
 und Gewahrwerden.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Tug tong-nyi ngang lä ma-yö schin,
 dang mig-me nyingdsche tschenpo yi,
 ma dro drug kün-la bu tar gong,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Der Geist, unerschütterlich im Zustand der Leerheit weilend,
 strahlt vorstellungsfreies großes Mitgefühl aus und
 betrachtet die Mütter, die sechs Arten Wesen,
 wie sein einziges Kind.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Dän pä kar dawa gyäpä teng
 schab dordsche'i kyilmo trung gi schug
 tschog küntu ö kyi nagwä kyab
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Auf einem Sitz aus weißem Lotus und Vollmondscheibe
 mit den Beinen in Vajrahaltung verweilend,
 füllt er alle Richtungen mit strahlendem Licht.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

3b. Ermächtigung

Lar ö trö wang lha tschändrang nä,
 wangkur sching drib dag yöntän dsog,
 päl nangwa tayä u-la gyän,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Erneut strahlt Licht aus und lädt die Ermächtigungsgottheiten ein.
 Ihre Ermächtigung reinigt die Schleier, vervollkommnet die
 Qualitäten und der segensreiche Amitabha krönt das Haupt.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

4a. Verbeugungen

Tschir dro drug kün-la bu tar tse,
 gö gangtschän dro-la lhagpar gong,
 gön tschenresi-la tschag tsäl-lo,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Du liebst allgemein die Wesen der sechs Bereiche wie dein einzi-
 ges Kind, und liebst besonders die Wesen im Land des Schnees.
 Vor dem Schützer Tschenresi verbeuge ich mich.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

4b. Opferungen

Gyu ngo-su schampä tson dschä te,
kyen t̄ng-nge dsin gyi nam trülpä,
sagme kyi t̄schö trin gyamtso bül,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Unermessliche Wolken makelloser Gaben bringe ich dar,
vertreten durch die tatsächlich aufgestellten Gaben, die
Ursache, manfestiert kraft tiefer Sammlung, die mitwirkende
Bedingung. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

3a. Einladung der Gewahrseinswesen

Nä sum-du OM kar AH marpo,
HUNG t̄ng-gä yi ge säi la tser,
dön dordsche sum gyi ngowor dsog,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

An den drei Stellen sind das weiße OM, das rote AH,
das blaue HUNG, klar und funkelnd,
vollständig als die Essenz der wirklichen drei Vajras.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

4c. Preisungen

Tab scherab t̄schog-la nga nye sching,
päl yesche yöntän sam mi-kyab,
gön tschenresi-la güpä tö,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Du hast die höchsten Methoden und Weisheit gemeistert und
besitzt die unvorstellbaren Qualitäten zeitlosen Gewahrseins.
Schützer Tschenresi, voller Hingabe preise ich dich.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

Tug dangmä sog lä öser trö,
yesche kyi sempa tschar tar bab,
damtsig gi t̄schag gyar yerme t̄im,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Von der essentialen Lebenskraft im Herzen strahlt Licht aus,
die Weisheitswesen strömen wie Regen herab
und verschmelzen untrennbar in die Samaya Mudra.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

5a. Mantraphase, allgemeine Visualisation

Tug pä-kar dab drug tewar HRIH,
 dabma nam yige drug-pä tsän,
 ngag rang dra drog sching öser bar,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Im Herzen ist in der Mitte eines sechsblättrigen weißen Lotus ein HRIH, dessen Blütenblätter mit den sechs Silben gekennzeichnet sind. Das Mantra erklingt spontan und verströmt strahlendes Licht. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

5b. Mantraphase zur Segnung von uns selbst

Ngag döpä kyen gyi külwa lä,
 HRIH yig gi ö kyi pagpa tschö,
 dschin lab kün tsur dü dag-la tim,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Die Rezitation des Mantra stimuliert die Keimsilbe HRIH, dessen Lichtstrahlen bringen den Edlen Gaben dar, all ihr Segen kommt zurück und verschmilzt mit mir. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Halbgötter

MA dschan-gu lha-min yül-du trö,
 gyü tra dog tab tsö dug-ngäl dschang,
 dön dscha drub yesche ngön-du gyur,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Das grüne MA strahlt in den Bereich der Halbgötter, reinigt ihren Geistesstrom, mit Neid und dem Leid des Kampfes und Streites, und das letztendliche allvollendende Gewahrsein offenbart sich. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Menschen

NI serpo mi yi yül-du trö,
 gyü tetsom dräl pong dug-ngäl dschang,
 dön rangdschung yesche ngön-du dsche,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Das gelbe NI strahlt in den Bereich der Menschen, reinigt ihren Geistesstrom, mit Zweifeln und dem Leid von Geschäftigkeit und Armut, und das letztendliche selbsterscheinende Gewahrsein offenbart sich. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Tiere

Pä ting-ga dü-drö yül-du trö,
 gyü timug lün mong dug-ngäl dschang,
 dön tschöying yesche ngön-du gyur,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Das blaue PE strahlt in den Bereich der Tiere,
 reinigt ihren Geistesstrom, mit Dumpfheit und dem Leid
 von geistiger Beschränktheit, und das letztendliche
 Gewahrsein des Raumes der Phänomene offenbart sich.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitführenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

5c. Mantraphase zur Segnung aller Wesen:
 die Reinigung der sechs Bereiche

Götter

OM karmo lha yi yül-du trö,
 gyü nga-gyal po tung dug-ngäl dschang,
 dön nyam-nyi yesche ngön-du gyur,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Hungergeister

ME marpo yidag yül-du trö,
 gyü dötschag trekom dug-ngäl dschang,
 dön sortog yesche ngön-du gyur,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Das rote ME strahlt in den Bereich der Hungergeister,
 reinigt ihren Geistesstrom, mit Begierde und dem Leid
 von Hunger und Durst, und das letztendliche
 allunterscheidende Gewahrsein offenbart sich.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitführenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Das weiße OM strahlt in den Bereich der Götter,
 reinigt ihren Geistesstrom, mit Stolz und dem Leid
 des Überganges und Absturzes,
 und das letztendliche Gewahrsein der Gleichwertigkeit
 offenbart sich.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitführenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Höllwesen

HUNG ting-ga nyälwä yül-du trö,
gyü schedang tsadrang dug-ngäl dschang,
dön melong yesche ngön-du gyur,
lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Das dunkelblaue HUNG strahlt in den Bereich der Höllenwesen, reinigt ihren Geistesstrom, mit Hass und dem Leid von Hitze und Kälte, und das letztendliche spiegelgleiche Gewahrsein offenbart sich.

Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

6. Meditation in der Einheit von Yidam-Praxis und Mahamudra

Kam sum gyi sug nang tschenresi,
dra drag kün ngag kyi rang dra ur,
drän tog gi sung dsin ösäl ngang,
lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Alle Formen und Erscheinungen der drei Bereiche sind Tschenresi, alle Laute sind das Summen des natürlichen Mantraklanges und Gedanken von Subjekt und Objekt die Dimension des Klaren Lichts. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

15

Nang drag kün ösäl ying-su tim,
schi ma-tschö nyugma tschag gya tsche,
lam dscharme pagpä rang schäl ta,
lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Alle Laute und Erscheinungen verschmelzen in die Weite des Klaren Lichtes.

Die Basis ist das ungekünstelte, natürliche Mahamudra.
Der Weg ist, nichts zu tun und das Antlitz des Edlen zu sehen.
Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.

MEDITATION

17

Kakyab kyi tong-nyi namkä ngang,
 lar pagpä ku-ru lam gyi dang,
 dscham nying-dsche drowä dön-la tschö,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Aus der Offenheit des Raumes, der alldurchdringenden
 Leerheit,
 erscheine ich wieder als der Körper des Edlen
 und wirke mit Liebe und Mitgefühl zum Nutzen der Wesen.
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

MANTRA REZITATION



OM MANI PEME HUNG

7. Abschließende Wunschbitte

Kye gangri gönpo tschenres,
 dag söl deb bu-la tsewä gong,
 gyü dschin gyi labpar dsä-du söl,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Oh Tschenres, du Schützer der Schneeberge,
 betrachte mich, dein betendes Kind, mit Liebe
 und segne bitte meinen Geistesstrom!
 Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

1. Widmung

Dag gom dä di yi tsön dschä te,
 dü sum du sagpä gewä tü,
 ma dro drug korwa dong trug schog,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Möge die Kraft des in den drei Zeiten angesammelten Heilsamen, angedeutet durch meine Meditation und Rezitation, die Abgründe Samsaras der sechs Arten von Lebewesen, meinen Müttern, erschüttern. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Meditiere auf die Bedeutung dieser Zeilen und rezitiere nach jedem Vers die sechs Silben so viel du kannst, hundert Mal oder mehr, wobei du dich sammelst und die Visualisation vergegenwärtigst. Wenn du dies jeden Tag ohne Unterbrechung tust, so wirst du zweifellos im Augenblick des Todes im reinen Gefilde großer Freude wiedergeboren.

2. Besiegelnde Wünsche für eine Wiedergeburt in Dewatschen

Nam tse di nangwa pöma tag,
 nub detschän sching du kye nä kyang,
 dschangtschub kyi gopang nyur tob schog,
 lha tugdsche tschenpor sölwa deb:
 OM MANI PEME HUNG

Wenn die Erscheinung dieses Lebens vorübergeht, möge ich unverzüglich im westlichen Land „Wahre Freude“ geboren werden und schnell das Ziel der Erleuchtung erlangen. Zur Gottheit, dem Großen Mitfühlenden, bete ich:
 OM MANI PEME HUNG.

Der erhabene Yogi Tsültrim Sangpo, ein verborgener Yogi aus dem Guge Tal in Ngari (der obere, westliche Teil von Tibet) dessen Weisheitsstrom eins mit dem des Mahasiddha Thangthong Gyalpo war, weilte in der Welt der Menschen einhundertdreißig Jahre lang ohne jegliche körperliche Anzeichen von Alter oder geistigem Zerfall und sein Körper löste sich am Ende in Licht auf. Ihm erschien der Erhabene Große Mitfühlende in Person und gab ihm diesen Abschnitt der Vajrarede, die voller Segnungen ist.

3. Glücksbiten

Kyab köntschoq sum gyi ngowo-nyi,
gön tschenresi wang dschin lab kyi,
tschog dü kün taschi deleg schog,
Iha tugdsche tschenpor sölwa deb:
OM MANI PEME HUNG

Mögen durch den Segen des mächtigen Schützers Tschenresi,
Essenz der drei Zufluchtsjuwelen,
alle Welten stets von Segen, Glück und Wohlergehen erfüllt sein.
Zur Gottheit, dem Großen Mitführenden, bete ich:
OM MANI PEME HUNG.



bodhisattva edition