

Ansammlung von Weisheit und Verdienst
durch das
Mandala von Ārya Tārā
Zabtik Drolma

*entdeckt von Chokgyur Dechen Lingpa
bearbeitet von Dzongsar Jamyang Khyentse*

**Ansammlung von Weisheit und Verdienst
durch das
Mandala von Ārya Tārā**

*entdeckt von Chokgyur Dechen Lingpa
bearbeitet von Dzongsar Jamyang Khyentse
4. Juni 2021*

Diese Gliederung der Tara-Praxis, basierend auf Chokgyur Lingpas Ansammlung von Weisheit und Verdienst durch das Mandala von Ārya Tārā (Zabtik Drolma), sollte nicht als eine "Übersetzung" verstanden werden. Ich bin kein Übersetzer, ich habe keine übersetzerischen Kenntnisse oder Erfahrungen, und bei der Zusammenstellung dieses Textes zögerte ich nicht, Ideen aus der Arbeit von weitaus erfahreneren Übersetzern zu plagieren. Mein einziger Grund, diese Sadhana zu adaptieren, besteht darin, englischsprachigen Praktizierenden das Rezitieren zu erleichtern und ihnen ein lebendigeres Gefühl für die Zeremonie zu vermitteln. Ich habe keinen Zweifel daran, dass bei diesem Prozess viele umfangreiche und tiefgründige Elemente des ursprünglichen Textes verloren gegangen sind. Aber in der heutigen Zeit, in der die Wahl zu sein scheint, entweder einen höchsten Praktizierenden zu finden, der diese Praxis perfekt ausübt, oder viele Hunderte, ja Tausende von weniger erfahrenen Praktizierenden zu ermutigen, sie zu praktizieren, habe ich mich für Letzteres entschieden. Ich schlage daher vor, dass diejenigen, die diese Tara-Sadhana ausgiebiger praktizieren wollen, sich auf die vorhandenen Übersetzungen beziehen, die von erfahreneren Übersetzern angefertigt wurden, und, wo möglich, versuchen, die Bedeutung aus dem tibetischen Originaltext zu entnehmen. Dennoch hoffe ich, dass diese Zusammenstellung als eine Art Appetitanreger wirkt, der die Lust einer immer größer werdenden Zahl englischsprachiger Praktizierender auf diese kurze und besonders wirksame Praxis von Tara weckt.

Diese Bearbeitung enthält einige Versuche mit Metrum und Reim, die, wie ich hoffe, den Text angenehmer und vergnüglicher machen. Ich hoffe auch, dass er mehr und mehr von euch anspricht, diese Sadhana zu praktizieren, sowohl alleine als auch in Gruppen. Ich möchte auch einige neue Melodien entwickeln, zu denen wir alle singen können, und habe einige meiner Dharma-Freunde gebeten, sich etwas einfallen zu lassen. Wann immer ihr also eine neue Melodie singt, die ihr noch nie zuvor gehört habt, denkt bitte daran, dass sie mit den allerbesten Absichten angeboten wurde. Diejenigen von euch, die an den traditionellen tibetischen Gesangsstil gewöhnt sind, werden es sicher schwer finden, sich an einen anderen Stil anzupassen. Aber ich möchte euch bitten, euch nicht auf euren eigenen Geschmack und eure Vorlieben zu konzentrieren, sondern auf die Bedürfnisse künftiger Generationen englischsprachiger Praktizierender, die vielleicht nie die Gelegenheit haben werden, Tibeter zu treffen oder mit ihnen zu praktizieren. Es wäre ein großer Akt der Güte gegenüber diesen zukünftigen Generationen, wenn wir als Sangha Melodien und Texte finden könnten, die für sie leicht zu verstehen und zu genießen sind. Bitte denkt daran, dass die Melodien, die ihr vorschlat, so einfach und leicht zu singen sein sollten, dass auch die weniger geübten Sänger unter uns mitsingen können. Wenn ihr kompliziertere Lieder bevorzugt, singt sie für euch zu Hause. Ich kann nicht versprechen, dass wir in der Lage sein werden, alle eure Ideen zu Melodien oder Formulierungen zu sammeln, oder dass wir in der Lage sein werden, den Text regelmäßig oder sorgfältig zu aktualisieren, aber wir werden immer unser Bestes tun, um gute Vorschläge zu berücksichtigen.

Dzongsar Jamyang Khyentse April 2021

namo guru ārya tārā yai

Ehre sei Mutter Tara,
deren mitfühlende Kraft
die aller Buddhas und ihrer Erben übertrifft.

Dieser Text erklärt die Praxis von Ārya Tārā,
wie sie in den Kriya- und Charya-Traditionen gelehrt wird.
Sie kann einfach praktiziert werden, als tägliche Übung,
oder ausführlich.

Das ausführliche Ritual

Wenn ihr die ausgefeiltere Version dieses Rituals praktizieren möchtet, stellt eine Statue oder ein Bild von Tara und anderen erhabenen Wesen auf euren Schrein. Reiht Opferschalen auf mit den beiden Arten von Wasser, Blumen, Weihrauch, Licht, Parfüm, einer Muschel oder etwas, das Musik darstellt, und etwas Essbarem. Wenn ihr könnt, stellt eine weiße Torma her, die keine tierischen Produkte enthält, und stellt sie auf einen Teller oder in eine Schale. Wenn ihr das nicht könnt, bringt einen veganen Ersatz dar. Wenn möglich, bereitet einen Mandala-Teller mit Blumen oder Getreide vor. Bevor ihr mit der Praxis beginnt, wascht euren ganzen Körper gründlich (das gute Reinlichkeitsgebahren). Diese Praxis wird in der Regel als erstes am Morgen durchgeführt, bevor ihr Fleisch esst oder Alkohol trinkt.

Umze:

Sinnt über die Fehler von Samsara nach.
Die Makel sind alles, was es gibt,
nichts anderes.

Haltet für einige Augenblicke inne.

Umze:

Erweckt den aufrichtigen und tief empfundenen Wunsch,
alle fühlenden Wesen zu ihrer wahren Natur zu erwecken.

Haltet für einige Augenblicke inne.

Nehmt Zuflucht und erweckt Bodhicitta

Umze:

Stellt euch vor, dass Ārya Tārā selbst am Himmel vor euch erscheint.

Umze und die Versammlung:

Kostbare Edle Herrin, Ārya Tārā,
ich und alle Wesen nehmen Zuflucht zu dir.
Inbrünstig strebe ich danach,
alle verblendeten Wesen zu erwecken.
(dreimal wiederholen)

Umze:

So üben wir uns in dieser Praxis.

Freudig werfe ich mich vor der erhabenen Tara nieder,
vor allen Buddhas
der zehn Richtungen und der drei Zeiten
und ihren Erben.

Edle Herrin, ich flehe dich und deine Begleiter an,
bitte nehmt von Blumen,
Licht, Weihrauch, Parfüm, Essen und Musik,
und unendlich viele vorgestellte Gaben an.

Ich bedaure all die unheilsamen Handlungen und Vergehen,
die ich von Anbeginn der Zeit durch meine Verunreinigungen begangen habe.

Ich erfreue mich an den Verdiensten und der Güte
der Shravakas, Pratyekabuddhas,
Bodhisattvas, gewöhnlicher Menschen und anderer.
Bitte dreht das Rad unzähliger Dharmas,
damit es der Kapazität und den Fähigkeiten eines jeden fühlenden Wesens entspricht.

Wir fühlenden Wesen sinken immer tiefer
in einen Ozean unsagbaren Leidens.
Schaue mit unaufhörlichem Mitgefühl auf uns,
und gehe niemals ins Nirvana über.

Mögen meine Tugend und mein Verdienst die Erleuchtung bewirken,
und möge ich ohne Verzögerung
ein glorreicher Führer und Leiter aller Wesen werden.

Weiht die Opfergabe mit:

oṃ vajra amṛta kuṇḍalī hana hana hūṃ phaṭ
oṃ svabhāva śuddhāḥ sarva dharmāḥ svabhāva śuddho'ham

Aus den Formen und üppigen Verzierungen,
den Substanzen und dem Samadhi
dieses magischen Lotosreiches,
entstehen unermessliche Opfergaben.

oṃ vajra arghyaṃ āḥ hūṃ
(Trinkwasser)

oṃ vajra pādyam āḥ hūṃ
(Waschwasser)

oṃ vajra puṣpe āḥ hūṃ
(Blumen)

oṃ vajra dhūpe āḥ hūṃ
(Rauchwerk)

oṃ vajra āloke āḥ hūṃ
(Lichter)

oṃ vajra gandhe āḥ hūṃ
(Düfte)

oṃ vajra naivedye āḥ hūṃ
(Nahrung)

oṃ vajra śabde āḥ hūṃ
(Musik)

oṃ vajra spharaṇa kham
(verbreitet in die Weite des Raumes)

Dann ehren wir alle erhabenen Wesen und bringen Opfergaben dar.

Alle Meister, Buddhas und Bodhisattvas
der zehn Richtungen und vier Zeiten
erscheinen am Himmel vor mir.

vajra samājah

Beschützer aller fühlenden Wesen,
Zerstörer unzähliger Horden von Maras!
Bhagavati, mit deinem Gefolge,
kommt hierher an diesen Ort.

padma kamalaye satvam

König der Wunschgebete Die Gabe der Sieben Zweige

Vor allen Buddhas, den Löwen unter den Menschen,
in den drei Zeiten in den Welten aller zehn Richtungen;
Vor jedem Einzelnen von ihnen verneige ich mich
mit der Reinheit von Körper, Rede und Geist.

Durch die Macht des Strebens nach vortrefflichem Verhalten
erscheinen alle Jinas¹ lebhaft vor meinem geistigen Auge.
Mit so vielen Körpern, wie es Atome im Universum gibt,
verneige ich mich tief vor allen Jinas.

Auf einem Atom weilen so viele Buddhas, wie es Atome gibt –
umgeben von Bodhisattvas, ihren spirituellen Nachkommen;
Ich stelle mir vor, wie sie so den gesamten Raum des Erscheinens,
den Dharmadhatu, vollständig ausfüllen.

Ich ehre euch mit einem unendlichen Meer von Lobpreisen
in den Klängen eines Ozeans aus aller Arten Stimmen
singe ich von den guten Eigenschaften jedes Buddhas
und rühme alle, die in vollkommene Glückseligkeit gegangen sind.

Diesen Jinas bringe ich Gaben dar:
vollendete Blumen, vollendete Girlanden,
vollendete Musik und Balsam, vollendete Sonnenschirme,
vollendete Lichter und vollendetes Räucherwerk.

¹ Siegreiche

Diesen Jinas bringe ich auch diese Gaben dar:
vollendete Gewänder, die vollendete Düfte,
Schalen mit Räucherwerk, hoch wie der Berg Meru,
vollkommen ebenmäßig aufgetürmt.

Diese unermesslichen und unübertrefflichen Gaben –
sind Ausdruck meiner Hingabe für alle Buddhas.
Mit der Stärke meines Glaubens an vortreffliches Verhalten
verneige ich mich und bringe sie den Siegreichen dar.

Alle schlechten Taten, die ich,
getrieben von Begierde, Hass und Unwissenheit,
mit Körper, Rede und Geist begangen habe –
jede einzelne gestehe ich vor euch ein.

Ich erfreue mich an allen Verdiensten
der Buddhas und Bodhisattvas der zehn Richtungen,
der Pratyekabuddhas, derjenigen, die üben, und der Arhats, die nicht mehr üben,
und eines jeden Wesens.

Ihr seid die Lichter, die die Welten erhellen,
ihr seid die Stufen der Erleuchtung bis zur Buddhaschaft gegangen;
ihr seid frei von jeder Anhaftung,
ihr Schützer, euch flehe ich an: Dreht das unübertreffliche Rad des Dharma.

Die Hände zum Gebet zusammengelegt, bitte ich
euch, die ihr in das Nirvana übergehen wollt:
Bleibt hier für so viele Weltzeitalter, wie es Atome gibt,
und bringt allen Lebewesen Wohlergehen und Glück.

Das geringe Verdienst, das ich hier angesammelt habe,
durch Niederwerfung, Darbringung, Geständnis und Freude,
durch Anflehung und Gebet –
all dies widme ich der vollständigen Erleuchtung.

Mandala-Opfer

oṃ aḥ hūṃ

Ich und alle unendlichen Wesen bringen
unsere Körper, Reichtum und Tugend, die vier Kontinente,
den Berg Sumeru, die Sonne und den Mond,
und alle Reichtümer der Götter und Menschen dar.

Die Gaben vervielfachen sich und werden so groß wie
Samantabhadras unerschöpfliche Gaben.
Demütig und mit höchstem Respekt
bringe ich alles unentwegt
dem erhabenen Buddha, Dharma und Sangha,
Guru, Deva und Dakini,
allen Dharma-Beschützern und den Göttern des Reichtums dar.
Sobald die Ansammlung von Verdienst vollendet ist,
möge die Erhellung der Weisheit zunehmen.

om guru deva ḍākinī sarva ratna maṇḍala pūjā megha āḥ hūṃ

Bringt so Opfertgaben dar.

namo

Buddha, Dharma, Sangha, Guru, Deva, Dakini,
Dharma-Schützer, Wohlstandsgötter und Schatzherren!
Ihr seht so unterschiedlich aus und verhaltet euch so unterschiedlich,
doch in der Essenz der Weisheit seid ihr alle eins.
Jeder eurer einzigartigen und ungehinderten
Ausdrücke von großem Mitgefühl und Macht ist unübertrefflich.

Da ihr allen Wesen Zuflucht und Schutz bietet,
seid ihr die Herrscher der Weisheit und des Mitgefühls.
Von ganzem Herzen erweise ich euch meine Ehrerbietung und nehme Zuflucht zu euch.

Ich biete euch meinen Körper und all meinen Reichtum an;
beschützt mich und alle leidenden Wesen
mit eurem Mitgefühl und eurer Weisheit.

Heilt alle Krankheiten und beschwichtigt üble Einflüsse.
Verlängert unser Leben und mehrt unser Verdienst.
Segnet uns, damit alle unsere Wünsche
in vollkommener Harmonie mit dem Dharma erfüllt werden.

Damit wurden die gewünschten Ziele erbeten.

Als Nächstes bringt der Edlen Herrin dreimal die spezifische Opfertgabe dar und rezitiert dann das Tantra des Lobpreises:

In dem Moment, in dem ich an sie denke,
werde ich zur Edlen Herrin, Ārya Tārā.
Inmitten meines Herzens, auf einem Mondscheibensitz,
strahlt eine grüne Silbe **taṃ tē** unendliche Lichtstrahlen aus,
und lädt die einundzwanzig Taras ein.
Am Himmel vor mir erscheinen alle Taras
inmitten einer riesigen Wolke kostbarer, erhabener Wesen.

taṃ tē

Mitten aus dem Dharmakaya
erscheint die Weisheit der Herrin
als das Netz magischer Illusion,
stets bereit, auf jede Weise zu helfen.
Bitte komm herbei.

ārya tārā jaḥ

Gesegnete, aufgrund deiner Liebe zu mir,
deiner Liebe zu allen leidenden Wesen,
und deiner wundersamen Kraft,
nimm bitte Platz, während ich dich ehre.

padma kamalaye satvam

oṃ

Der ganze Raum füllt sich mit Wolken von
wirklichen und vorgestellten Opfergaben,
genau wie die von Samantabhadra.
Dir, Ārya Tārā, bringe ich Opfergaben dar.

oṃ ārya tārā sapaṛivāra vajra arghyaṃ pādyaṃ puṣpe dhūpe āloke gandhe naivedye śabde praṭiccha svāhā

Die allgemeine Anrufung und die Opfergaben sind nun erfolgt.

oṃ aḥ hūṃ

Den Barmherzigen bringe ich
die drei Welten, alle Wesen und ihre Pracht,
meinen Körper, Reichtum und Tugend dar.
Nehmt es an und gewährt euren Segen.

oṃ sarva tathāgata ratna maṇḍala pūjā hoḥ

Das spezifische Mandala ist dargebracht worden.

*Nun rezitiert **zweimal** die Lobpreisung in einundzwanzig Versen aus dem Tantra des Königs der Lobpreisungen.*

~~~~~  
**oṃ**

Der ganze Raum füllt sich mit Wolken von  
wirklichen und vorgestellten Opfergaben,  
genau wie die von Samantabhadra.  
Dir, Ārya Tārā, bringe ich Opfergaben dar.

**oṃ ārya tārā saparivāra vajra arghyaṃ pādyaṃ puṣpe dhūpe āloke gandhe naivedye  
śabde pratīccha svāhā**

*Die allgemeine Anrufung und die Opfergaben sind nun erfolgt.*

**oṃ aḥ hūṃ**

Den Barmherzigen bringe ich  
die drei Welten, alle Wesen und ihre Pracht,  
meinen Körper, Reichtum und Tugend dar.  
Nehmt es an und gewährt euren Segen.

**oṃ sarva tathāgata ratna maṇḍala pūjā hoḥ**

*Das spezifische Mandala ist dargebracht worden.*

Ihre rechte Hand, in der Mudra höchsten Gebens,  
nimmt anmutig die Geste dessen der Zuflucht gewährt an,  
während sie mich und diejenigen, die Schutz brauchen, abschirmt  
und uns so Erleichterung von allen Bedrohungen zusichert.

*Halte für einige Momente der Kontemplation inne (etwa dreißig Sekunden).*

*Während ihr euch dies vorstellt, rezitiert **dreimal** die Einundzwanzig Lobpreisungen an Tara.*

~~~~~  
Bringt nun ein weiteres Mal Opfergaben und das Mandala dar.

oṃ

Der ganze Raum füllt sich mit Wolken von
wirklichen und vorgestellten Opfergaben,
genau wie die von Samantabhadra.
Dir, Ārya Tārā, bringe ich Opfergaben dar.

oṃ ārya tārā saparivāra vajra arghyaṃ pādyam puṣpe dhūpe āloke gandhe naivedye śabde pratīccha svāhā

oṃ aḥ hūṃ

Den Barmherzigen bringe ich
die drei Welten, alle Wesen und ihre Pracht,
meinen Körper, Reichtum und Tugend dar.
Nehmt es an und gewährt euren Segen.

oṃ sarva tathāgata ratna maṇḍala pūjā hoḥ

Während einer Puja, nachdem das Mandala dargebracht wurde, sagt der Umze nun:

Von ihrem Körper fließt ein Strom von Nektar
durch die Krone meines Kopfes
und der zu Beschützenden und füllt unsere Körper.
So empfangen wir all ihre Segnungen.

Haltet einige Momente der Kontemplation inne (etwa dreißig Sekunden).

*Während ihr euch das vorstellt, rezitiert **siebenmal** die Einundzwanzig Lobpreisungen an Tara, gefolgt von den Versen, die ihren Nutzen beschreiben.*



Verse, die den Nutzen beschreiben

Wenn diejenigen, die weise sind,
inspiriert von ihrer Hingabe für diese Devi,
diese Verse in der Abend- und Morgendämmerung rezitieren,
wird ihnen unangreifbare Furchtlosigkeit zuteil.

Alles Unrecht wird besänftigt,
alle Widrigkeiten werden überwunden.
Schon bald werdet ihr Abhishekas
von siebzig Millionen Buddhas erhalten,
und die höchsten Errungenschaften, die zur Buddhaschaft führen,
werden in diesem Leben vollendet.

Indem ihr auf diese Weise huldigt, wird selbst das tödlichste Gift,
wo auch immer es herkommt – aus Speisen oder Trank –
geläutert und gewaschen werden.

Alles Elend, das durch das Böse, die Pest und das Gift verursacht wurde,
wird ausgelöscht werden –
Nicht nur unser eigenes Elend, sondern das aller Wesen.
Wenn ihr diese Verse zwei-, drei- oder siebenmal rezitiert,
werden diejenigen, die sich nach Kindern sehnen, Kinder bekommen,
und diejenigen, die sich Reichtum wünschen, werden wohlhabend sein.
Kurzum, alle unsere Wünsche werden erfüllt.

Damit sind die einundzwanzig Lobpreisungen der edlen Tara vollständig.

~~~~~  
*Weiht und läutert die Opfertgabe mit den folgenden Mantras:*

**oṃ vajra amṛta kuṇḍalī hana hana hūṃ phaṭ  
oṃ svabhāva śuddhā sarva dharmāḥ svabhāva śuddho'ham**

Mitten aus der Leere verwandelt sich die Silbe **oṃ**  
in das höchste und gewaltige, kostbare Gefäß;  
aus den drei Silben, die im Gefäß enthalten sind,  
entsteht die Opfertgabe und wird zu Weisheitsnektar.

**oṃ āḥ hūṃ**  
*(dreimal)*

**oṃ ārya tārā saparivāra idaṃ baliṃta kha kha khāhi khāhi** *(dreimal)*

*Rezitiert diese Opfertgabe dreimal für die Hauptgottheit Tara.*

*Bringt die erste Kartor der Tara Torma/Statue dar. Stellt sie mit dem Gesicht zu IHR hin.*

*Für alle anderen Objekte der Opfertgabe rezitiert diese Darbringung dreimal:*

**oṃ akāro mukhaṃ sarva dharmā nām ādyanutpannatvāt oṃ āḥ hūṃ phaṭ svāhā**  
*(dreimal)*

**oṃ**  
Mit eurer großen Weisheit,  
nehmt diese erhabene Torma-Opfertgabe als Glückseligkeit an,  
und schenkt alle Siddhis.

*Bringt die 2. weiße Torma aus dem Schrein/Mandala-Raum heraus. Wenn ihr einen Garten habt, lege sie an einen sauberen Ort des Gartens oder dorthin, wo Vögel sie fressen können.*

*Betet auf diese Weise für die Erfüllung eurer Wünsche, dann bringt Opfertgaben dar (füllt die äußeren Opfertgaben auf und besprengt sie):*

**om ārya tārā saparivāra vajra arghyaṃ pādyam puṣpe dhūpe āloke gandhe naivedye śabde praciccha svāhā**

**om**

Du erschienst aus dem Gesicht von Lokeshvara  
in der Lotusfamilie von Amitabha,  
Herrin der Aktivität aller Buddhas,  
Edle Tara, ich ehre und preise dich.

Allen, die des Lobes würdig sind,  
bringe ich mit Respekt und Hingabe  
und mit so vielen Körpern, wie es Staubkörner in dieser Welt gibt,  
Ehre und Lobpreisung dar.

*Dann legt eure Handflächen zusammen und rezitiert:*

Edle Herrin und dein Gefolge,  
schaut auf mich mit ungeteiltem Mitgefühl.  
Segnet mich, so dass nichts meine Gebete daran hindert,  
in Erfüllung zu gehen.

Möge sich der Dharma ausbreiten und erblühen.  
Mögen die Dharma-Halter in Harmonie und guter Gesundheit leben.  
Mögen alle Hindernisse befriedet werden.  
Möge Studium und Praxis des Dharma gedeihen.

Mögen Krankheit, Hungersnot, Krieg und Streit nachlassen,  
mögen die Anhänger des Dharma gedeihen,  
mögen die Dharma-Führer ihren Einfluss ausweiten  
und mögen alle Nationen in Harmonie leben.

Beschütze uns vor den sechzehn Bedrohungen und vorzeitigem Tod,  
vor bedrohlichen Träumen und unheilvollen Omen,  
und vor dem Elend der niederen Reiche Samsaras.  
Schütze uns vor jeder Gefahr, jetzt und immer!

Verlängere unsere Lebensspanne, steigere unser Verdienst und unsere Kraft,  
intensiviere unsere spirituelle Erfahrung und Verwirklichung.  
Mögen uns schädliche Gedanken nicht stören.

Mögen die beiden Bodhicittas mühelos entstehen.

Mögen alle unsere Wünsche im Einklang mit dem Dharma erfüllt werden.  
Von jetzt an bis zur Erleuchtung,  
wache über uns mit deiner Güte  
wie eine Mutter, die ihr einziges Kind beschützt.  
Mögen wir untrennbar von dir sein!

*Nachdem ihr sie auf so ungewöhnliche Weise um euer gewünschtes Ziel gebeten und an ihr mitfühlendes Versprechen appelliert habt, sagt:*

Ārya Tārā löst sich als Licht in mich auf,  
ihre Segnungen machen uns unteilbar.  
Ich erscheine nun als Edle Tara –  
dennoch bin ich eine Illusion.

*Mit dem klaren Gefühl, Tara zu sein, im Vertrauen darauf, dass ihr die Herrin selbst seid, rezitiert das Mantra so oft ihr könnt.*

**oṃ tāre tuttāre ture svāhā**

*Rezitiert nun dreimal das Hundert-Silben-Mantra:*

**oṃ  
vajrasattva samayam anupālaya  
vajrasattva tveno pa  
tiṣṭha dṛḍho me bhava  
sutoṣyo me bhava  
supoṣyo me bhava  
anurakto me bhava  
sarva siddhiṃ me prayaccha  
sarva karma su ca me  
cittaṃ śreyaḥkuru hūṃ  
ha ha ha ha hoḥ  
bhagavan sarva tathāgata  
vajra mā me muñca  
vajrī bhava  
mahā samayasattva  
āḥ**

Was immer unvollständig war oder fehlte,  
was immer ich nicht tun konnte,  
für alle Fehler, die ich gemacht habe,  
bitte ich dich nun um Vergebung.

*Wenn ihr eure Fehler eingestanden habt und ohne die Unterstützung einer Statue oder eines Gemäldes übt, sagt:*

oṃ

Nachdem du die Wünsche der fühlenden Wesen erfüllt hast,  
gewähre die gewünschten Siddhis.  
Gehe jetzt in die Buddha-Gefilde,  
aber ich bitte dich, kehre zurück!

vajra muḥ

Erlaubt den eingeladenen Gottheiten zu gehen.

*Wenn ihr die Stütze eines Bildes oder einer Statue benutzt habt, sagt:*

Beschützer, zum Wohle der fühlenden Wesen  
mögest du in diesem Bild verweilen,  
befreie uns von aller Krankheit,  
und gewähre uns langes Leben, Ruhm und höchste Segnungen.

**oṃ supratīṣṭha vajrāye svāhā**

Da die Gottheit untrennbar von meinem eigenen Geist ist,  
verweile ich im ursprünglichen Zustand von Dharmadhatu.

*Kultiviert so die Sicht auf eure wahre Natur.*

Möge ich durch dieses Verdienst schnell  
den Zustand der Edlen Tara erreichen  
und ein jedes Wesen  
in denselben Zustand versetzen.

*Widmet den Verdienst und fasst edle Bestrebungen.*

Edle Tara, Buddhas, Bodhisattvas,  
und all jene, die wunscherfüllende Juwelen und wunscherfüllende Vasen sind,  
entlasst uns niemals aus eurem nährenden Mitgefühl –  
der Ursache allen Glücks.

*Rezitiert Verse der Verheißung und streut Blumen.*

Oh Bhagavati, ehrwürdige Ārya Tārā, Barmherzige,  
läutere meine Verunreinigungen und die aller fühlenden Wesen;  
mögen wir Verdienst und Weisheit ansammeln  
und rasch den Zustand des Buddha erreichen.

Bis dahin, mögen wir während all unserer Leben  
das Glück der Götter und Menschen erfahren,  
und mögen alle Hindernisse auf dem Weg zur Allwissenheit  
besänftigt werden.

Mögen alle Hindernisse, üblen Geister, Krankheiten,  
Plagen, vorzeitiger Tod, schlechte Träume und Omen,  
die achtfachen Ängste und andere schädliche Kräfte  
schnell befriedet werden.

Mögen unsere Absichten und Wünsche,  
sowohl weltliche als auch überweltliche,  
nach Glück, Freude und Wohlsein  
spontan und mühelos verwirklicht werden.

Mögen wir den Dharma immer mit großem Eifer praktizieren;  
mögen wir unser Verständnis des Dharma immer weiter entwickeln;  
mögen wir dir immer folgen, dein Gesicht sehen und Shunyata verstehen;  
und möge unser Bodhicitta wie ein zunehmender Mond anwachsen.

Mögen wir in einem Lotos wiedergeboren werden  
in Amitabhas glücklichem Buddha-Feld,  
und von Buddha Amitabha  
eine klare Prophezeiung für unsere eigene Erleuchtung empfangen.

Möge die edle Tara, Verkörperung aller Buddha-Aktivitäten,  
Schutzgottheit während all meiner Leben sein,  
blaugrün, ein Gesicht, zwei Hände,  
Mitfühlende und Mutige, die eine Utpala-Blume hält,  
Lasse Glück auf uns herabregnen.

Mutter aller Buddhas, möge ich du sein!



Möge ich so aussehen wie du, und möge ich ein Gefolge, eine Lebensspanne,  
ein Buddha-Feld und all die höchsten Zeichen und Merkmale haben,  
genau wie du!

Durch die Kraft des Lobpreises und die Kraft unserer Gebete,  
wo immer wir auch wohnen, mögen ich und alle Wesen  
frei von Krankheit, Armut und Konflikt sein,  
und möge der Dharma und das Glück zunehmen und sich ausbreiten.

## **Gebet an Tārā**

*von Dzongsar Khyentse Rinpoche*

Große Bhagavati Ārya Tārā,  
vertreibe alle meine Verunreinigungen und die aller fühlenden Wesen.  
Führe uns zur raschen Erleuchtung.  
Mögen wir zu unseren Lebenszeiten günstige Umstände erfahren.  
Mögen äußere und innere Hindernisse auf dem Weg zur Erleuchtung  
wie Krankheit, vorzeitiger Tod, Alpträume, schlechte Omen und Ängste, zerstreut werden.  
Möge sich unser Geist dem Dharma zuwenden.  
Zwingen uns, fleißig zu sein, nötige uns, dein Gesicht zu sehen.  
Bewege uns dazu, Shunyata zu verwirklichen, das letztendliche Bodhicitta.  
Bewirke unsere Wiedergeburt im Reich von Amitabha.  
Wie schön du bist!  
Wie mächtig!  
Wie unendlich!  
Mögen wir so werden wie du.  
Möge es durch diese Bitte, wo immer wir auch sein mögen,  
keine Armut, keinen Hunger und keine Streitigkeiten geben.  
Möge der Dharma obsiegen.

*Dzongsar Khyentse Rinpoche verfasste diese Ode an Tārā am 3. April 2017*

Oṃ

Edle und erhabene Tara, vor dir verneige ich mich.  
Ehre sei Tara, so flink und so mutig,  
vertreibst all unsere Angste mit Tuttāre,  
erfüllst was wir wünschen und brauchen mit Ture,  
große Mutter, mit Svāhā verneigen wir uns.

1. Ehre sei Tara, so flink und so mutig,  
dein Blick ist so rasch und allsehend wie Blitze.  
geboren aus Tränen des Herrn der Drei Welten  
im Herzen einer Lotosblüte so schön.

2. Ehre sei Tara, dein Lächeln so strahlend  
wie hundert Millionen Vollmonde im Herbst.  
Du leuchtest wie tausende Sterne am Himmel  
im kosmischen Licht der Vollkommenheit.

3. Ehre sei Tara, unsere goldene Mutter,  
ihre Hand ziert ein wassergeborener Lotos.  
Gütig, freigebig, sehr fleißig, geduldig  
und eins mit Samadhi, vollkommen vollendet.

4. Ehre sei Tara, die endlos Siegreiche,  
die Krone auf den Häuption der Tathagatas.  
Gelobt von den Meistern aller Vollendung,  
die Siegreichen Erben vertrauen auf sie.

5. Ehre sei Tara, unsere bezaubernde Mutter,  
du schaffst allen Raum mit Hūṃ und Tuttare  
du ziehst alle Wesen gar ausnahmslos an  
und kannst sieben Welten mit Füßen zertreten.

6. Ehre sei Tara, verehrt von den Göttern,  
Indra, Marut, Agni, Shiva und Brahma;  
Alle Vetalas, Bhutas, Gandharvas,  
Dämonen und Yakṣas lobpreisen dich.

7. Ehre sei Tara, du brichst Schadenzauber,  
Mit Traṭ und mit Phaṭ zerstörst üble Mächte;  
Du tanzt, rechtes Bein gebeugt, das linke gestreckt,  
dein loderndes Feuer frisst alle Magie.

8. Ehre sei Tara, ihr schauriges Ture  
bezwingt selbst den mächtigen Mara;  
Sie runzelt im Zorn ihre schönen Brauen,  
zerschmettert die Feinde und vernichtet sie ganz.

9. Ehre sei Tara, die strahlende Herrin,  
du formst Drei Juwelen an deinem Herzen,  
Mutter, dein Glanz erfüllt alles weit und breit  
mit strahlendem Licht, blendet jeden Gedanken.

10. Ehre sei Tara, deren funkelnde Tiara  
im Licht grenzenloser Freude erstrahlt.  
Dein Lachen und Tuttäre stürzen Dämonen,  
unterwerfen die Welten mit jubelnder Freude.

11. Ehre sei Tara, mit Hūṃ, finsterner Miene,  
sie ruft alle Führer der Welten herbei.  
Befreist uns von Not, von Elend und Unglück,  
Obdachlosigkeit, Armut, Hunger und Durst.

12. Ehre sei Tara, ihre leuchtende Tiara,  
schmückt ein glänzender Sichel-Neumond.  
In deiner Mähne aus schwarzen Locken,  
sitzt Lord Amitabha in strahlendem Licht.

13. Ehre sei Tara, umgeben von Feuer,  
flammende Höllen, wie am Ende der Zeit.  
Die Feinde der Wahrheit, ihre Heere besiegst du,  
und wirbelst, rechtes Bein gestreckt, linkes gebeugt.

14. Ehre sei Tara, sie schlägt auf die Erde,  
du trommelst mit Händen und stampfst mit den Füßen;  
Mit Hūṃ, finsterem Blick und all deinem Zorn

Zerschmetterst du alle sieben Unterwelten.

15. Ehre sei Tara, die Wonnevolle,  
du bist Befreiung, dein Land ist der Frieden,  
Mit Om und mit Svāhā, vollendet gesprochen,  
verheerst du die schlimmsten Übel und Leiden.

16. Ehre sei Tara, tief in Verzückung,  
zerschmetterst die Körper all deiner Feinde;  
Verkündest zehn Silben und Hūṃ voller Weisheit,  
und befreist alle fühlenden Wesen, die leiden.

17. Ehre sei Tara, kühne Tänzerin,  
mit Ture stampfst du und alle Hürden vergehen.  
Mit Hūṃ, Berg Meru, Mandara und Vindhya  
und die drei Welten des Daseins erzittern.

18. Ehre sei Tara, in ihrer Hand hält sie,  
einen Mond – Hirschmond – wie ein himmlischer See;  
Du löschst jede Spur von Toxinen und Tücken  
und reinigst jedes Gift mit Tāra Tāra Phaṭ.

19. Ehre sei Tara, auf die Götter zählen,  
die Könige, Devas und Kiṃnaras vertrauen ihr; Deine  
Rüstung der wunschlosen Freude ist prächtig, sie  
vertreibt jeden Albtraum, beschwichtigt jeden Streit.

20. Ehre sei Tara, deren Augen funkeln  
und strahlen so hell wie Sonne und Vollmond,  
Sprichst Hara Hara und Tuttāre,  
besänftigst so alle üblen Pandemien.

21. Ehre sei Tara, die mit drei Tathātās,  
über die Macht gebietet, Frieden zu bringen.  
Höchste Ture, du vernichtest  
die Horden der Grahas, Vetālas und Yakṣas.

Dies sind die Verse des Lobpreises an Ārya Tārā, basierend auf dem Wurzelmantra, und die Verse des Lobpreises und der Ehrerbietung an die einundzwanzig Taras.