

Weisse Tara Puja



Die Weiße Tara

Weisse Tara Puja

Inhalt

| | |
|---|----|
| Das Mahamudra-Gebet "DORJE CHANG THUNGMA" | 3 |
| PRAXIS DER WEISSEN TARA | 5 |
| SADHANA von Jamgön Kongtrül Lodrö Thaye | 7 |
| Zuflucht und Bodhicitta: | 7 |
| Ansammlungen: | 7 |
| Yoga der Erzeugung und Rezitation: | 8 |
| Wenn man Tormas darbringen möchte: | 13 |
| Bekanntnis der Fehler mit Hilfe des 100-Silben-Mantras: | 14 |
| Langlebensgebet für S. H. den 14. Dalai Lama | 15 |
| Langlebensgebet für S. H. den 17. Gyalwang Karmapa Ogyen Trinley Dorje: | 15 |
| Langlebensgebet für Khenchen Thrangu Rinpoche: | 16 |
| Widmungsgebet: | 16 |
| Kurzes Dewachen-Gebet | 18 |
| Mahakala (Nakpo Chenpo) - Gebet | 19 |
| Lobpreis an die 21 Taras | 23 |
| Die Dharani der Drölma | 24 |
| 21 Taras Lobpreis | 26 |

Anmerkung:

Diese Puja wurde von der Ehrwürdigen Eleonore Dandl zusammengestellt (Karma Gyurme Lamo, 25.11.1935 – 28.12.2012), in deren Gedenken wir diese Praxis der Erleuchtung aller Wesen widmen. Überarbeitung des Textes: Manfred Klell, She Drup Ling, Graz 2016.

Textquellen:

Martin Willson: In Praise of Tara, Wisdom Publications, 1996

<http://www.namobuddhapub.com/default.asp>

<http://www.himalayanart.org/>

<http://21tara.net/>



Das Mahamudra-Gebet "DORJE CHANG THUNGMA"

Dor-je chang-chen Te-lo Na-ro dang

An den großen Vajradhara, an Tilopa, Naropa und

Mar-pa Mi-la chö-je Gam-po-pa

Marpa, Milarepa, den Dharmaherrn Gampopa,

Dü-sum she-ja kün-Khyen Kar-ma-pa

den allwissenden Karmapa Düsum Khyenpa,

che-zhi chung-gyä gyü-pa dsin-nams dang

an die Halter der vier großen und acht kleinen Überlieferungslinien,

Dri Tag Tshäl-gsum päl-dän Drug-pa sogs

an diejenigen, die mittels der drei (Linien) der Drigungpa, Taglungpa und Tshälpa sowie der glorreichen Drugpa usw.

sab-lam chag-gya che-la nga-nye-päi

den tiefgründigen Weg und die Realisation des Mahamudra gefunden haben

nyam-me dro-gön Dag-po Ka-gyü la

an die unvergleichlichen Schutzherrn der Wesen, an die Dagpo Kagyüpas

söl-wa deb-so Ka-gyü la-ma-nam

richte ich meine Gebete: Kagyü Lamas,

gyü-pa dsin-no nam-tha jin-gyi-lo

eure Linie möge ich halten und eurem Beispiel zur Befreiung folgen.
Dafür gebt mir Segen.

shen-log gom-gyi kang-par sung-pa-zhin

So wie ihr die "Überwindung der Anhaftung als Fuss der Meditation gelehrt habt,

sä-nor kün-la chag-shen med-pa dang

möge ich ohne Anhaftung an Speisen und allen Reichtum sein

tshe-dir dö-thag chö-päi gom-chen-la

sowie die Bindungen an dieses Leben lösen und in dieser großen Meditation

nye-kur shen-pa me-par jin-gyi-lo

frei von Anhaftung an Gewinn und Ehre sein. Dafür gebt mir Segen.

mö-gü gom-gyi go-bor sung-pa-zhin

So wie ihr die Hingabe als Kopf der Meditation gelehrt habt,

män-ngag ter-go je-päi la-ma-la

möge ich an den Lama, der das Tor zum Schatz der Unterweisungen öffnet,

gyün-du söl-wa deb-päi gom-chen-la

ständig Bittgebete richten und in dieser grossen Meditation

chö-min mö-gü kye-war jin-gyi-lo

Hingabe aus dem Herzen entwickeln. Dafür gebt mir Segen.

yeng-me gom-gyi ngö-zhir sung-pa-zhin

So wie ihr die Freiheit von Ablenkung als Hauptteil der Meditation gelehrt habt,

gang-shar tog-päi ngo-bo so-ma-de

möge ich bei allen Gedanken, die in Erscheinung treten, in ihre reine Essenz,

ma-chö de-kar jog-päi gom-chen-la

in ihre natürliche Soheit vertieft bleiben und in dieser großen Meditation

gom-ja lo-dang dräl-war jin-gyi-lo

frei von der Vorstellung eines Meditationsobjektes sein. Dafür gebt mir Segen.

nam-tog ngo-bo chö-kur sung-pa-zhin

So wie ihr die Essenz der Konzepte als Dharmakaya gelehrt habt,

chi-yang ma-yin chir-yang char-wa-la

möge in dem, was überhaupt nichts ist und doch als alles erscheint,

ma-gag röl-par char-wäi gom-chen-la

das ungehinderte Spiel des Geistes deutlich werden.

Möge ich in dieser großen Meditation

khor-dä yer-me tog-par jin-gyi-lo

die Ungetrenntheit von Samsara und Nirvana realisieren. Dafür gebt mir Segen.

kye-wa kün-tu yang-dag la-ma-dang

In allen meinen Existenzen möge ich vom vollkommenen Lama

dräl-me chö-kyi päl-la long-chö-ching

ungetrennt den Glanz des Dharma genießen,

sa-dang lam-gyi yön-tän rab-dsog-nä

die guten Qualitäten der Bhumis und Pfade vollenden

Dor-je chang-gi go-phang nyur-thob-schog

und schnell die Vajradharaschaft erlangen.

PRAXIS DER WEISSEN TARA

Gebet an die Überlieferungslinie (verfasst vom 2. Jamgön Kongtrul)

Namo Guru Arya-Taraye!

Verehrung der Lama-Arya-Tara!

Döl-ma Ngag-gi wang-chuk Ser-ling-pa

An Tara, Vagishvara, den Lama von Suvarnadvipa,

Jo-wo Drom-tön Chen-nga Dre-päi shab

an Atisha, Dromtönpa, Chengawa und Drepa,

Dak-po Dü-mkhyen Rä-chen Pom-drak-pa

an Gampopa, Düsum Khyenpa, Rechen, Pomdrakpa

drub-chen Chö-kyi la-mar söl-wa-deb

und den Mahasiddha Chökyi Lama (Karma Pakshi) richte ich meine Gebete.

O-gyän pa-dang Rang-jung Yung-tön-gyäl

An Ogyänpa, Rangjung Dorje und Yungtön Gyäl,

Röl-dor Kha-chö wang-po De-zhin-sheg

an Rölpä'i Dorje, Khachö Wangpo und Dezhin Shegpa,

Rig-räl Dön-dän Bän-gar Go-shri-je

an Rigpä'i Raldri, Tongwa Döndän, Bängar, den Herrn Goshri

Chö-drag gya-tsö'i shab-la söl-wa-deb

und Chödrag Gyatsho richte ich meine Gebete.

Sang-gyä nyän-pa Mi-kyö Kön-chog-bang

An Sang-gyä Nyänpa, Mikyö Dorje and Könchog-Bang,

Wang-chug dor-je Chö-wang Nam-dag-tshän

an Wangchuk Dorje, Chökyi Wangchug und Namdag Tshän,

Karma chag-me Dül-mo Päl-chen-po

an Karma Chagme, Dülmo, Pälchenpo,

Tän-päi nyin-mor je-la söl-wa-deb

und Tänpä'i Nyinje richte ich meine Gebete.

Dü-dül dor-je Päma nyin-je wang

An Dödül Dorje und Päma Nyinje Wangpo,

Theg-chog dor-je Päma gar-wang-tsäl

an Thegchog Dorje und Päma Garwang Tsäl,

Kha-khyab dor-je Pä-ma wang-chog-gyäl

an Khakhyab Dorje und Päma Wangchog Gyälpo,

tsa-gyüd la-ma kun-ngö Je-tsün-ma

an die Edle (Tara), die Wirklichkeit aller Wurzel- und Linien-Lehrer:

gang-gi min-dröl ka-bab gyü-päi söl

An euch, die ihr ihre Überlieferung zur Reifung und Befreiung

rim-pa drug-dän nam-la söl-wa-deb

in den sechs Überlieferungslinien besitzt, richte ich meine Gebete.

kye-ngag dzog-päi rim-pa thar-chin-te

Möge ich die Vorstellungs-, Mantra- und Vollendungsstufen meistern

chi-med ye-she dor-je'i ku-chog-drub

und die Unsterblichkeit, die ursprüngliche Erkenntnis,
den höchsten Vajrakörper verwirklichen.

gyäl-wa kün-kye yid-zhin khor-lo dang

Von dem, das alle Buddhas erzeugt, vom wunscherfüllenden Rad

yer-med dön-nyi lhün-drub jin-gyi-lo

ungetrennt, möge ich die beiden Ziele spontan verwirklichen. Dafür gebt mir Segen.

SADHANA von Jamgön Kongtrül Lodrö Thaye

"Das Verwirklichen der Todlosigkeit"

ein leicht durchzuführendes Yoga der "Edlen vom Wunscherfüllenden Rad" für den Alltag.

OM SVASTI SIDDHAM

Ich verneige mich voller Respekt vor der unsterblichen Erhabenen, die allein durch den Gedanken an sie die vier Maras besiegt. Um langes Leben und andere (allgemeine und) höchste (Verwirklichungen) zu erlangen, werde ich ihre tägliche Praxis erklären.

Im Morgengrauen oder im Verlauf des Morgens nimmt man in Meditationshaltung auf einem bequemen Sitz Platz.

Zuflucht und Bodhicitta:

kön-chog kün-dü La-ma kyab-su-chi

Zu ihr, die alle Juwelen in sich vereint,
zum Lama nehme ich Zuflucht.

dro-la phän-chir yid-zhin khor-lo drub (3x)

Zum Wohle der Lebewesen werde ich
"die vom Wunscherfüllenden Rad" verwirklichen.



Ansammlungen:

rang-nyid döl-mäi thug-sog ö-ser-gyi

Ich selbst bin Tara. Aus meinem Herz, aus meiner Lebensessenz (kommen)
Lichtstrahlen.

phag-ma sä-chä dün-khar chän-drang-gyur

Die Erhabene zusammen mit den Bodhisattvas werden von den Lichtstrahlen vor mir in
den Raum eingeladen:

BÄNDZA SAMANDZA



kön-chog sum-la dag kyab-chi

Zu den drei Juwelen nehme ich Zuflucht.

dig-pa mi-ge so-sor-shag

Vergehen und unheilsame Handlungen bekenne ich einzeln.

dro-wäi ge-la je-yi-rang

Über die heilsamen Handlungen der Lebewesen freue ich mich.

sang-gyä chang-chub yid-kyi-sung

Die Erleuchtung der Buddhas halte ich im Geist fest.

sang-gyä chö-dang tshog-chog-la

Zu Buddha, Dharma und der höchsten Versammlung

chang-chub bar-du kyab-su-chi

nehme ich bis zur Erleuchtung Zuflucht.

rang-zhän dön-ni rab-drub-chir

Um das Wohl von mir und den anderen vollkommen zu verwirklichen,

chang-chub sem-ni kye-par-gyi

bringe ich Bodhicitta hervor.

chang-chub chog-gi sem-ni kye-gyi-ney

Nachdem ich das höchste Bodhicitta hervorgebracht habe,

sem-chän tham-chä dag-gi drön-du-nyer

werde ich alle Lebewesen als meine Gäste einladen.

chang-chub chö-chog yid-ong chö-par-chi

Mit den wunderbaren, höchsten Bodhisattva-Handlungen werde ich sie erfreuen.

dro-la phän-chir sang-gyä drub-par-shog

Möge ich zum Wohle der Lebewesen die Buddhaschaft verwirklichen.

Das spricht man und lässt das Ansammlungsfeld unsichtbar werden.

dro-kün de-dän dug-ngäl gyu-chä-dräl

Mögen alle Wesen Glück besitzen, vom Leid und seinen Ursachen frei sein,

de-dang mi-dräl tang-nyom cher-nä-shog

vom Glück nie getrennt sein und in großer Gleichmut verweilen.

Yoga der Erzeugung und Rezitation:

OM SHUNYATA JNANA BÄNDZA SOBHAVA ATMAKO HANG

OM meine Natur ist das Vajra Bewusstsein der Leerheit

tong-päi rang-tsäl HUM-gyi dra-dang-lä

Aus dem natürlichen Spiel der Leerheit, aus dem HUM-Klang

dor-jei sung-khor nang-du chu-shäl-gyi

(entsteht) ein Vajra-Schutzrad. Darin aus Wasserkristall

zhäl-med khang-ü pä-kar da-wäi teng

ein Palast. In seiner Mitte ein weißer Lotus und ein Mond. Darauf

TAM-lä ut-päl kar-po TAM-gyi tshän

(entsteht) aus TAM eine weiße Utpala-Blume, mit TAM bezeichnet.

ö-thrö dön-nyi jä-dü yong-gyur-lä

Licht strahlt aus, überall opfernd und segnend,
erfüllt die zwei Ziele, kehrt zurück.

rang-nyid phag-ma döl-ma da-wäi dog

(Utpala-Blume mit TAM) verwandeln sich in mich selbst,
die erhabene Tara, von der Farbe des Mondes;

shi-dzum geg-nyam ö-ser nga-dän thro

friedvoll, lächelnd, in anmutiger Haltung,
fünffarbiges Licht ausstrahlend;

trä-l-wa chag-shab ye-she chän-dün dze

Stirn, Hände und Füße mit sieben Erkenntnisäugen geziert;

chag-yä chog-chin yön-päi theb-sin-gyi

die rechte Hand in der Geste des Gebens des Besten,
mit Daumen und Ringfinger der linken

ut-päl kar-pöi dong-bu thug-kar dzin

den Stamm einer weißen Utpala-Blume vor der Brust haltend;

dar-kar tö-yog na-ngä'i mä-tri söl

ein Obergewand aus weißer Seide und einen fünffarbigen Rock tragend;

nor-bu mu-tig chu-kye dze-gyän-pel

mit Schmuck aus Juwelen, Perlen und Lotus bedeckt;

u-tra li-wa tag-par cing-shing-chang

das Kopfhaar lang, im Nacken gebunden, herunterhängend;

da-war gyab-ten dor-je'i kyil-trung shug

den Rücken an einen Mond gelehnt, in der Vajrahaltung sitzend.

nä-sum OM AH HUM-gi ö-ser-gyi

An den drei Stellen OM AH HUM, TAM im Herzen. Ihre Lichtstrahlen

ye-she sem-pa BÄNDZA SAMANDZA

(laden) die Erkenntniswesen (ein): BÄNDZA SAMANDZA.

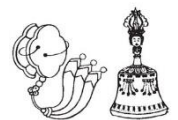
DZA-HUM-BAM-HO nyi-su med-par thim

DZA-HUM-BAM-HO: Wir verschmelzen bis zur Untrennbarkeit

ཨུཏཱ་ཨཱུམ་



ཨུཏཱ་ཨཱུམ་



lar-yang ö-thrö rig-nga chän-drang-gyur

Wieder entströmt Licht. Die fünf Buddhafamilien werden eingeladen.

wang-lha nam-kyi ngön-par wang-kur-tsöl

Ermächtigungsgottheiten, bitte erteilt die Ermächtigungen!

söl-wa tab-pä wang-gi lha-nam-kyi

Aufgrund dieser Bitte sprechen die Ermächtigungsgottheiten:

OM SARWA TATHANGATA ABHIKHEKATA SAMAYA SHRIYE HUM

she-sung wang-kur ku-gang dri-ma-dag

Mit diesen Worten erteilen sie die Ermächtigungen; der Körper wird angefüllt,

rig-dag ö-pa me-kyi u-gyän-gyur

die Makel gereinigt; der Familienherr Amitabha wird zur Kopfkrönung.

trül-päi lha-mö dag-la chö-ching-tö

Aus meinem (Taras) Herzen ausgesandte Dakinis bringen Opfergaben dar und singen Loblieder:

OM ARYATARE BÄNDZA ARGHAM PADEM PÜPE DUPE ALOKE

GHÄNDE NEWIDYE SHAPTA PRATITSA AH HUM SOHA



lha-dang lha-min chö-pän-gyi

Götter und Halbgötter haben sich mit ihrer Scheitelkrone

shab-kyi pä-mo la-tü-de

vor dem Lotus deiner Füße niedergebeugt;

phong-pa kün-lä döl-dzä-ma

aus aller Armut bringst du Befreiung,

döl-ma yum-la chag-tsäl-tö

vor dir, Tara, Mutter, werfen wir uns nieder und loben dich.



thug-kar pä-dar khor-loi te-war TAM

Im Herzen, auf Lotos und Mondscheibe,
befindet sich in der Mitte eines Rads ein TAM;

teng-og OM HA tsib-gyä yig-bru-gyäl

darüber und darunter OM und HA;
auf den acht Speichen die acht Silben,

yä-kor tön-däi dog-chän yo-med-säl

rechtsbündig, von der Farbe des Herbstmondes,
unbeweglich und klar.



OM TARE TUTTARE TURE SOHA



Der Zusatz für langes Leben:

TAM thar OM HA'i bar-du pel-ngag-khö

Um das TAM zwischen OM und HA befindet sich das verlängerte Mantra.

ö-thrö rang-zhän drib-jang tshe-päl-pel

Licht strahlt aus, reinigt die Schleier von mir und anderen,
vermehrt Leben und Wohlstand,

phag-chö jin-lab ten-yoi tshe-chü-dü

bringt den Erhabenen Opfergaben dar, sammelt ihren Segen sowie
die Lebensessenz von Umgebung und Lebewesen

rang-thim tshe-dang ye-she chog-thob-gyur

und verschmilzt mit mir; ich erhalte langes Leben und
höchste ursprüngliche Weisheit.

OM TARE TUTTARE TURE

MAMA AYUH PUNYE JNANA PUTRIM KURU SOHA



Dies ist das Hauptmantra bei der Praxis für langes Leben und für den Alltag.

mama = mein

ayuh = langes Leben

punya = Verdienst

jnana = Weisheit

pushtim = vermehren



Manchmal stellt man sich auch vor:

rig-dag la-mä chi-me tshe-wang tsöl

Der Lama-Familienherr Amitabha gibt die Langlebens-Ermächtigung der Unsterblichkeit.

gü-pä gyüd-kül de-yi thug-ö-kyi

Mit Hingabe darum gebeten, (entströmt) seinem Herzen Licht

khor-dä tän-yöi tshe-chü dang-ma-dü

und sammelt aus Samsara und Nirvana, von Umgebung und Lebewesen die reine Lebensessenz.

lhung-se nang-shug shu-khöl kha-nä-lü

Es tritt in die Bettelschale ein, verschmilzt, kocht und fließt über.

rang-lü chi-med dü-tsi gang-war gyur

Mein eigener Körper wird mit dem Nektar der Unsterblichkeit angefüllt.

OM TARE TUTTARE TURE

MAMA AYUR PUNYE JNANA PUTRIM KURU SOHA



Auflösung und Wiedererscheinen am Ende der Sitzung:

nö-chü ö-shu TAM dang dag-nyid kyang

Umgebung und Lebewesen verschmelzen zu Licht. Auch das TAM und ich selbst

mi-mig ö-säl chag-gya chen-mor thim

verschmelzen zu dem, was nicht vorstellbar ist, zum Klaren Licht, zu Mahamudra.



lar-yang phag-mäi kur-säl dru-sum-tshän

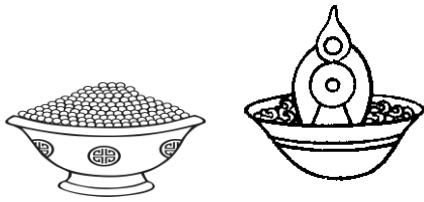
Wiederum erscheine ich als Körper der Erhabenen, mit den drei Silben bezeichnet und TAM im Herzen.

chö-kün lha-ngag ye-she röl-pa'o

Alle Phänomene sind das Spiel von Gottheit, Mantra und ursprünglicher Weisheit..

Wenn man Tormas darbringen möchte:

RAM YAM KHAM



rin-chen nö-du dru-sum ö-du-shu

In Juwelengefäßen verschmelzen die drei Silben zu Licht.

tor-ma sag-med dü-tsi'i gya-tshor gyur

Sie werden zu makellosen Tormas, einem Nektarozean.



OM AH HUM (3X)

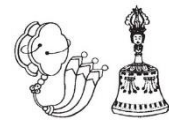
thug-sog ö-kyi sä-chä je-tsün-ma

Durch das Licht meines Herzens, meiner Lebensessenz, wird die Erhabene

dün-khar chän-drang BÄNDZA SAMANDZA

mit den Bodhisattvas vor mir in den Raum eingeladen:

BÄNDZA SAMANDZA



Anbieten des Lotussitzes:

PÄMA KAMALAYA SATAM

OM TARE TUTTARE SAPARIWARA IDAM BALINGTAM

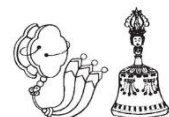
KHA KHA KHAHI KHAHI (3X)



Es folgen die Opfergaben:

OM ARYATARE BÄNDZA ARGHAM PADEM PÜPE DUPE ALOKE

GHÄNDE NEWIDYE SHAPTA PRATITSA AH HUM SOHA



Lobpreis:

khor-wa lä-döl TA-RE-ma

Aus dem Samsara befreist du, TARE,

TUT-TA RA-yi jig-gyä-döl

Durch TUTTARA befreist du aus den acht Gefahren;

TU-RE na-wa nam-lä-döl

TURE, von Krankheiten befreist du.

döl-ma la-yang chag-tshäl-tö

Vor der Befreierin werfe ich mich nieder und singe ihr Lob.



phag-ma gyäl-wa sä-chä-kyi

Erhabene, Buddhas, Bodhisattvas,

chö-tor zhe-la dag-khor-chä

bitte nehmt Opfergaben und Tormas an;

tag-tu sung-kyob jin-gyi-lo

mich und meine Begleiter schützt immer und gebt uns Segen.

chö-chö yün-ring tsho-wa dang

Gewährt uns den Genuss des Dharma, ein langes Leben

chog-thün ngö-drub ma-lü-tsöl

und die höchste genau so wie die gewöhnlichen Vollkommenheiten ohne Ausnahme.

Bekennnis der Fehler mit Hilfe des 100-Silben-Mantras:



**OM BÄNDZA SATO. SAMAYA. MANU PALAYA. BÄNDZA SATO TENO PA TISHTA.
DRIDHO ME BHAVA. SUTO SHYO ME BHAVA. SUPO SHYO ME BHAVA.
ANU RAKTO ME BHAVA. SARVA SIDDHIM ME PRAYACHA. SARVA KARMA
SU CHA ME. CHITTAM SHRIYAM KURU HUM. HA HA HA HA HO. BHAGAVAN.
SARVA TATHAGATA BÄNDZA MAME MUNCHA. BÄNDZA BHAVA.
MAHA SAMAYA SATO AH**

Wenn keine Stütze vorhanden ist, lässt man (die Gottheiten) gehen:

OM BÄNDZA MU

Wenn eine vorhanden ist, sorgt man dafür, dass sie fest verweilen:

OM SUPRATIKHTA BÄNDZAYA SOHA

ge-di gyäl-yum she-rab pha-röl-chin

Durch diese heilsamen Handlungen möge die Mutter der Buddhas,
die Vollkommenheit der Weisheit,

dag-zhän dro-wa kün-gyi nyur-drub-ching

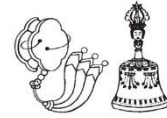
von mir und allen anderen Lebewesen schnell verwirklicht werden.

kye-kün je-tsün döl-mä je-su-sung

Mögen wir in allen Existenzen von der edlen Befreierin angenommen werden

tse-dang ye-she gyä-päi ta-shi-sho

und das Glück langen Lebens und
wachsener ursprünglicher Weisheit genießen.



*So soll man durch Widmung, Wunschgebet und
glückverheissende Worte alles heilsam werden lassen.*

Langlebensgebet für S. H. den 14. Dalai Lama

Gang ri ra we kor wa shing kham dir

Im Reinen Land der Schneeberge

Pen dang dewa ma lu jung wa ne

Bist Du die Quelle allen Glücks,

Chenresig wang tendzin gyatso yi

Mächtiger Chenrezig, Tenzin Gyatso,

Zhab pe si te bar tu ten gyur chik

Verweile bis ans Ende von Samsara.



*Langlebensgebet für S. H. den 17. Gyalwang Karmapa
Ogyen Trinley Dorje:*

Mi che tak pa rang jung chö kyi ku

Natürlich entstehender Dharmakaya, unveränderlich und immer präsent,

gyu trul zu-kyi kur zheng kar-ma-pay

Karmapa, Du erscheinst als magische Illusion des Fromkörpers,

sang sum dorje kam-so rab-ten ching

Mögen Deine drei geheimen Vajras stabil verweilen in den Welten

ta-ye trin-le lhun drup pal-bar-shö

Und Deine unbegrenzte spontane Aktivität strahlen in Pracht.



Langlebensgebet für Khenchen Thrangu Rinpoche:

Tempe paljur karma lodrö shap

Karma Lodro, Glanz der Lehre, mögest Du unerschütterlich verweilen.

chöpal zangpo yonten khachap-tu

Deine Qualitäten und Dein Dharma erfüllen die Weite des Raums.

pelshin sha-pe takten shedrup-chi

Mögen Deine Aktivitäten des Lehrens und der Praxis in allen Welten siegreich sein,

tinle chö-le namjal pal-bar-shö

Und möge die Pracht dieses Triumphes weit strahlen.



Widmungsgebet:

Sonam di-ye tam chay zik pa nay

Durch diesen Verdienst, mögen alle Allwissenheit erlangen,

top nay nyay pe-dra nam pam chay ney

Möge der Feind des falschen Handelns besiegt werden.

jay ga na ji ba lap druk pa-ye

Mögen alle Wesen von den stürmischen Wellen von Geburt, Alter,

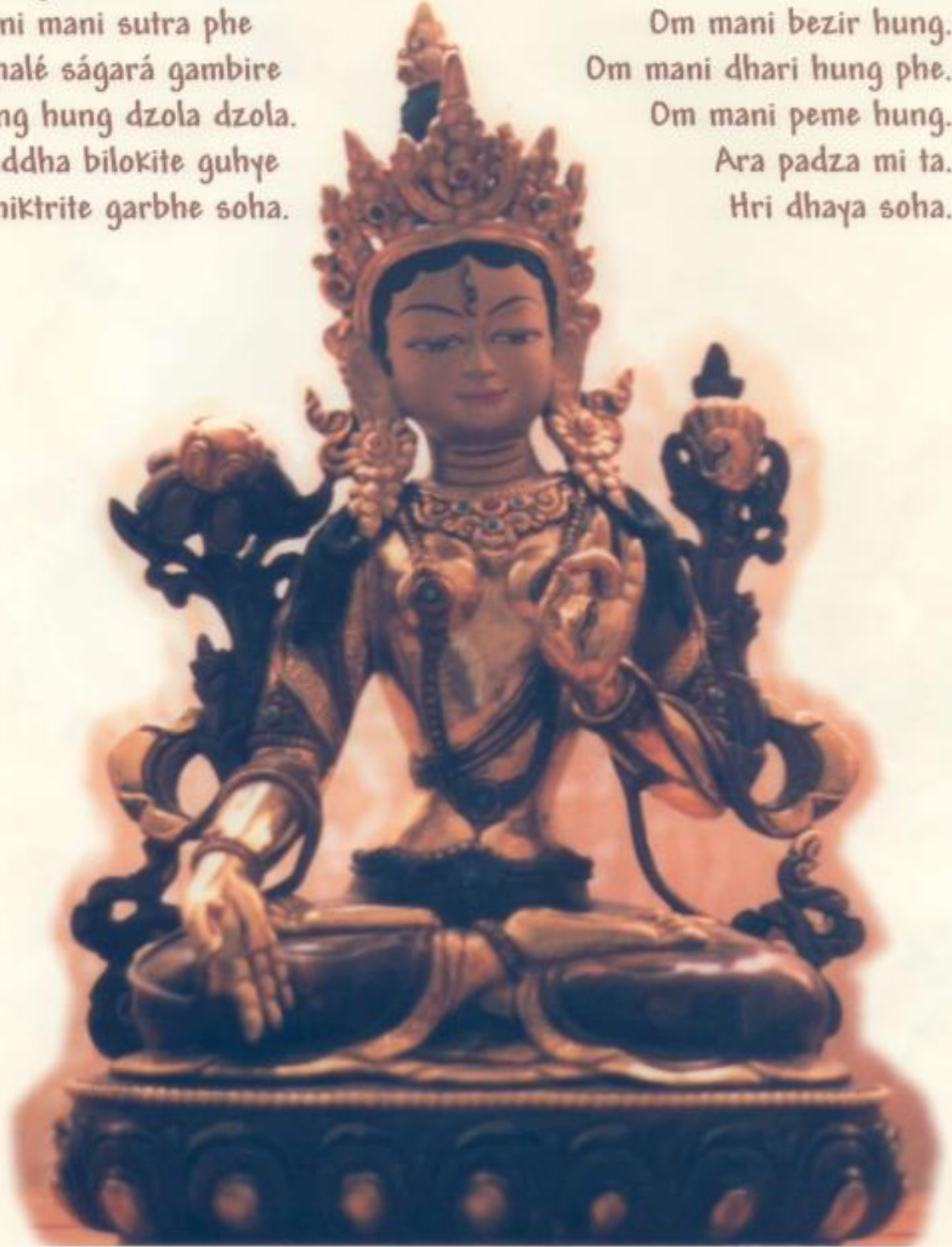
si pay sö lay dro-wa drö-wa-sho

Krankheit und Tod und vom Ozean des Leidens befreit werden.



Om bipula garbhe mani trabhe
Tathagata nirde shani
mani mani sutra phe
bimalé ságará gambire
hung hung dzola dzola.
Buddha bilokite guhye
adhiktrite garbhe soha.

Pema dhara Amogha dzaya té
dzuru dzuru soha.
Om mani bezir hung.
Om mani dhari hung phe.
Om mani peme hung.
Ara padza mi ta.
Hri dhaya soha.



Kurzes Dewachen-Gebet



E MA HO (Ausruf des Staunens)

Ngo tsar sang gya nang wa taye dang

(Vor uns) der wunderbare Buddha des Grenzenlosen Lichts (Amitabha),

Ye su jo wo thug je chen po dang

zu seiner Rechten der Herr des Großen Mitgefühls (Chenrezig),

Yön du sem pa thu chen thob nam la

zu seiner Linken der Bodhisattva der Großen Macht (Tschana Dorje).

Sang gye jang sem pag me khor gyi kor

Er ist umgeben von zahllosen Buddhas und Bodhisattvas.

De kyi ngo tsar pag tu me pa yi

Es herrschen unermessliche Freude und wunderbares Glück

De wa chen zhe ja way zhing kham der

in diesem Paradies, das Dewachen heißt.

Dag ni di ne tse phö gyur ma thag

Mögen ich und die anderen, nachdem wir dieses Leben verlassen haben,

Kye wa zhen gyi bar ma chö pa ru

(inzwischen) von anderen Existenzen nicht gehindert,

De ru kye ne nang thay zhal thong shog

gleich dort wiedergeboren werden und

De ke dag gi mön lam tab pa di

das Angesicht des Grenzenlosen Lichts (Amitabha) sehen.

Chok chui sang gye jang sem tham che kyi

Buddhas und Bodhisattvas der zehn Richtungen gewährt Euren Segen,

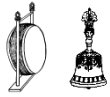
Gek me drup par jin gyi lab tu söl

damit dieses von mir gesprochene Wunschgebet

Tay ya tha pen tsen dri ya awa bo dha ni so ha

ohne Hindernis in Erfüllung geht.

Mahakala (Nakpo Chenpo) - Gebet



OM MA DAG NÖ CHÜ TONG PAR JANG

OM Die unreine äußere Welt und die Wesen in ihr werden in Leerheit gereinigt.

TONG PAY NGANG LE YE SHE KYI

Aus der Leerheit entstehen der Wind der Weisheit,

LUNG ME THÖ GYE TENG NYI DU

Feuer und eine Feuerstelle mit Schädeln.

THÖ PAR SHA NGA DÜ TSI NGA

Darauf eine Kapala mit den fünf Arten von Fleisch und von Nektar.

LUNG ME KOL WAY DAM TSIK PAY

Wind und Feuer bringen den Damtsig-Nektar zum Kochen

DÜ TSI RAB BAR Ö NYI DE

Und er erstrahlt in intensiv klarem Licht

YE SHE DÜ TSI CHEN DRANG NE

Das den Weisheitsnektar einlädt.

YER ME OM DANG AH HUNG GI

Die beiden Nektare werden untrennbar und gesegnet durch OM AH HUNG

JIN LAB DRI RO TSUNG ME GYUR

Erhalten sie unvergleichlichen Geschmack und Geruch.

TSA GYU LAMA YIDAM LHA TSOK DANG

Die Wurzellamas und Linienlamas, die Yidams,

PAWO KHANDRO CHÖ KYONG TSOK CHEN DRANG

Dakas, Dakinis und Dharmaschützer werden eingeladen.

DÜN GYI NAM KHAR TRIN ZHIN TIB PAR GYUR

Sie sammeln sich als dicke Wolken im Raum vor mir.

YIDAM KÜN DÜ TSA WAY LAMA CHÖ

Dem Wurzellama, der alle Yidams in sich vereinigt, opfere ich;

KÖN CHOK KÜN DÜ TSA WAY LAMA CHÖ

Dem Wurzellama, der die drei Juwelen in sich vereinigt, opfere ich;

CHÖ KYONG KÜN DÜ TSA WAY LAMA CHÖ

Dem Wurzellama, der alle Schützer in sich vereinigt, opfere ich;

CHE PAR CHÖ KYONG BER GYI NA ZA CHEN

Im Besonderen opfere ich dem Dharma-Schützer Bernak-Chen

PALDEN LHAMO RANG JUNG GYALMO NI

Und der glorreichen Göttin Palden Lamo dar, der spontanen Königin.

CHE CHAM KHOR DANG CHE PA CHÖ PAR GYI

Mahakala und Mahakali sowie Euer Gefolge,

GYALPO NAM MANG THÖ SE NGAG KYI DAG

Nammangthöse (Vaisravana), König des Nordens und Ngadak,

DORJE LEG PA SING KÖN ZHING KYONG DANG

Dorje Legpa, Singon und Shing-kyong,

KAR NAK DORJE GYALPO LA SOG PAY

König Karnak Dorje Gyalpo und allen anderen,

KARMAPA YI TEN PA KYONG NAM LA

Die die Lehren des Karmapa schützen,

ZAG ME SHA NGA DÜ TSI NGA CHOK GI

Empfangt diese Gabe des höchsten Tormas

TORMA TSA GYE PENTSA AMRITA

Der fünf makellosen Arten von Fleisch und Nektar,

DZA GE RAK TAY YÖN CHAB CHÖ PAR ZHE

Die lebendigen fünf Amritas

DÖ YÖN NGA DANG SANG WAY CHÖ PA DANG

Mit den acht hauptsächlichen Zutaten und dem flüssigen rakta (Blut).

DE KHO NA YI KÜN ZANG CHÖ PE CHÖ

Ich bringe die Samantabhadra Gaben der fünf Sinnesfreuden dar,

CHÖ KYI KYÖN DAG YÖN TEN DZOG PA DEY

Die geheimen Opfergaben und das Opfer der Soheit.

NE TSUL JI ZHIN TOK PAY GO SUM GYI

Mit dem wahren Verständnis der tatsächlichen Natur
Deiner Perfektion der Qualitäten und Deiner Fehlerlosigkeit,

TÖ PA MA LU PA YI TÖ PAR GYI

Dich preise ich mit jedem möglichen Lobpreis meiner drei Tore.

KHYÖ LA DÖ DÖN SOL WA TAB PA NI

Ich bitte Dich um die Erfüllung meiner Wünsche.

DAG SOG KÜN LA CHOK DANG THUN MONG GI

Gewähre mir auf diesem Kissen und allen anderen

NGÖ DRUP TEN THOG DI LA TSÖL WA DANG

Die gewöhnlichen und höchsten Verwirklichungen.

KHYE PAR TSE RING NE ME PAL JOR GYE

Ich bitte insbesondere um langes Leben, Gesundheit, Wohlergehen und Reichtum.

YI LA SAM TSE KE CHIK TSAM NYI LA

Ich bitte, dass alles, was ich mir wünsche, augenblicklich erfüllt wird.

DRUP NE KARMAPA YI ZHE PA KÜN

Möge ich rasch alle Lehren des Karmapa verwirklichen.

DA GI MA LU NYUR DU DRUP PA DANG

Ich bitte Dich, mir in diesem Augenblick

KARMAPA YI TEN LA NÖ CHE NAM

Die Macht zu verleihen,

DAG GI THAL WA ZHIN DU LOG PA YI

Um zu Staub zu zermalmen

NÜ PA DA TA NYI DU TSAL DU SOL

Alles was den Lehren des Karmapa schadet.

DE TAR CHÖ TÖ DE PAY GEWA DE

Ich widme die positive Kraft meiner Gaben, Lobpreisungen und meines Glaubens

MA GYUR DRO WA SEM CHEN THAM CHE KÜN

Allen Wesen, die meine Mütter waren,

DZOG PAY SANG GYE GO PHANG THÖB CHIR NGO

So dass sie die vollkommene Buddhaschaft erreichen.

Verfasst von Jetsun Mikyo Dorje, dem 8. Karmapa (1507-1554), auf die Bitte von Rinchen Palmo.

Mahakala's Mantra:

OM SHRI MAHAKALA YAK KHYA BETALI HUNG DZA

LOBPREIS IN 21 VERSEN

OM, je-tsün-ma pag-ma dröl-ma-la chag-tsäl-lo

1.) Chag-tsäl dröl-ma nyur-ma pä-l-mo
chän-ni kä-chig log-dan dra-ma
jig-ten sum-gön chu-kye shäl-gyi
ge-sar je-wa lä-ni jung-ma

2.) Chag-tsäl tön-käi da-wa kün-tu
gang-wa gya-ni tseg-päi shäl-ma
kar-ma tong-trag tsog-pa nam-kyi
rab-tu che-wäi wö-rab bar-ma

3.) Chag-tsäl ser-ngo chu-nä kye-kyi
pe-me chag-ni nam-par gyän-ma
jin-pa tsön-drü ka-tub shi-wa
zö-pa sam-ten chö-yül nyi-ma

4.) Chag-tsäl de-shin sheg-päi tsug-tor
ta-yä nam-par gyäl-war chö-ma
ma-lü pa-röl chin-pa tob-päi
gyäl-wäi sä-kyi shin-tu ten-ma

5.) Chag-tsäl TUTTARA HUNG yi-ge
dö-dang chog-dang nam-ka gang-ma
jig-ten dün-po shab-kyi nän-te
lü-pa me-par gug-par nü-ma

6.) Chag-tsäl gya-jin me-lha tsang-pa
lung-lha na-tsog wang-chug chö-ma
jung-po ro-lang dri-za nam-dang
nö-jin tso-kyi dün-nä tö-ma

7.) Chag-tsäl TRAT che ja-dang PHAT kyi
pa-röl trül-kor rab-tu jom-ma
yä-kum yön-kyang shab-kyi nän-te
me-bar trug-pa shin-tu bar-ma

8.) Chag-tsäl TURE jig-pa chen-po
dü-kyi pa-wo nam-par jom-ma
chu-kye shäl-ni tro-nyer dän-dzä
dra-wo tam-chä ma-lü sö-ma

9.) Chag-tsäl kön-chog sum-tsön cha-gyäi
sor-mö tug-kar nam-par gyän-ma
ma-lü chog-kyi kor-lö gyän-päi
rang-gi wö-kyi tsog-nam trug-ma

10.) Chag-tsäl rab-tu ga-wa ji-päi
u-gyän wö-kyi treng-wa pel-ma
shä-pa rab-zhä TUTTARA yi
dü-dang jig-ten wang-du dzä-ma

11.) Chag-tsäl sa-shi kyong-wäi tsog-nam
tam-chä gug-par nü-ma nyi-ma
tro-nyer yo-wäi yi-ge HUNG gi
pong-pa tam-chä nam-par dröl-ma

12.) Chag-tsäl da-wäi dum-bü u-gyän
gyän-pa tam-chä shin-tu bar-ma
räl-päi trö-na wö-pag me-lä
tag-par shin-tu wö-rab dzä-ma

13.) Chag-tsäl kä-l-päi ta-mäi me-tar
bar-wäi treng-wäi ü-na nä-ma
yä-kyang yön-kum kün-na kor-ga
dra-yi pung-ni nam-par jom-ma

14.) Chag-tsäl sa-shi ngo-la chag-gi
til-gyi nün-ching shab-kyi dung-ma
tro-nyer chän-dzä yi-ge HUNG-gi
rim-pa dün-po nam-ni gem-ma

15.) Chag-tsäl de-ma ge-ma shi-ma
nya-nyen dä-shi chö-yül nyi-ma
SOHA OM dang yang-dag dän-pä
dig-pa chen-po jom-pa nyi-ma

16.) Chag-tsäl kün-nä kor-rab ga-wäi
dra-yi lü-ni nam-par gem-ma
yi-ge chu-päi ngag-ni kö-päi
rig-pa HUNG-lä dröl-ma nyi-ma

17.) Chag-tsäl TURE shab-ni dab-pä
HUNG-gi nam-päi sa-bön nyi-ma
ri-rab män-dha ra-dang big-je
jig-ten sum-nam yo-wa nyi-ma

18.) Chag-tsäl lha-yi tso-yi nam-päi
ri-dag tag-chen chag-na nam-ma
TARA nyi-jö PHAT-kyi yi-ge
dug-nam ma-lü pa-ni sel-ma

19.) Chag-tsäl lha-yi tsog-nam gyäl-po
lha-dang mi-am chi-yi ten-ma
kün-nä go-cha ga-wäi ji-kyi
tsö-dang mi-lam ngän-pa sel-ma

20.) Chag-tsäl nyi-ma da-wa gyä-päi
chän-nyi po-la wö-rab sel-ma
HARA nyi-jö TUTTARA-yi
shin-tu drag-pöi rim-na sel-ma

21.) Chag-tsäl de-nyi sum-nam kö-pä
shi-wäi tu-dang yang-dag dän-ma
dön-dang ro-lang nö-jin tsog-nam
jom-pa TURE rab-chog-nyi-ma

Tsa-wäi ngag-kyi tö-pa di-dang
chag-tsäl wa-ni nyi-shu tsa-chig

Lobpreis an die 21 Taras

Verkürzte Version

Diese Verkürzung des Lobpreises an die 21 Taras in einem einzigen Vers hat der große Meister Jowo Atisha direkt von Arya Tara empfangen um rasch verdienstvolle Energie anzusammeln.

OM CHOM-DÄN-DÄ-MA LHA-MO DRÖL-MA-LA CHAG-TSÄL LO

OM I prostrate to the goddess foe destroyer, liberating Lady Tara,

OM Ehre Dir, Feindbezwingerin, Befreierin Tara!

CHAG-TSÄL DRÖL-MA TARE PÄL-MO

Homage to **TARE**, saviouress, heroine,

Ehre Dir **TARE**, Retterin, Heldin,

TUTTARA YI JIG-KÜN SEL-MA

With **TUTTARE** dispelling all fears,

Mit **TUTTARE** zerstreust Du alle Ängste,

TURE DÖN-NAM TAM-CHÄ TER-MA

Granting all benefits with **TARE**,

Mit **TARE** gewährst Du alle Wohltaten,

SVAHA YI GER CHÄ-LA RAB-DÜ

To her with sound **SVAHA**, I bow.

Vor Dir mit dem Klang **SVAHA** verbeuge ich mich.



Die Dharani der Drölma

**NAMO RATNA TRAYAYA
NAMO ARAYA AWALOKITE
SCHORAYA BODISATOYA
MAHASATOYA
MAHAKARUNIKAYA
THEYATA
OM TARE TUTTARE
TURE SARWA DUK TAM
TRA DUK TAM
MAMA KRITE
DZAMBAYA SATAMBAYA
IMOHAYA BENDAYA
HUNG HUNG HUNG
PHAT PHAT PHAT
SARWA DUKTAM
SATAM BANITARE SOHA
OM TARE TUTTARE TURE SOHA**

Wenn man diese Dharani rezitiert, werden die acht Arten von Befürchtungen und die sechzehn Ängste gereinigt; alle Wünsche (Gedanken) werden realisiert und das Leben wird blühen. Es wird gesagt, daß die Erfahrung der Realisierung sich entfalten wird, und die Edle Mutter uns während all unserer künftigen Leben unter ihren Schutz nehmen wird.

**Lobpreis in 21 Versen
OM, Ehre Dir, Edle Mutter Arya Tara!**

1.) Ehre Tara, schnell und mutig,
Deiner Augen Blitze leuchten,
aus dem Lotusbett geboren,
dem Antlitz des Herrn der Welten.

2.) Ehre Dir, mit dem Gesicht von
tausend Herbstvollmonden, leuchtend
heller noch als tausend Sterne,
die des Nachts am Himmel strahlen.

3.) Ehre Dir, in Deinen Händen
blüht der blaue Lotos, golden
Du bist Geben, Ethik, Stärke,
Sammlung und Geduld und Weisheit.

4.) Ehre Dir, der Buddhas Krone,
siegreich über alle Übel,
Dein sind alle Perfektionen,
Stütze aller Bodhisattvas.

5.) Ehre Dir, Dein TUTTARE HUNG
füllt Begierdewelt, Raum, Richtung.
Tritt Dein Fuß auf sieben Welten,
unterwirfst Du alle Wesen.

6.) Ehre Dir und Lob von Indra,
Agni, Brahma, Windgott Shiva,
Lob von Scharen vieler Geister
von Gandharvas und von Yakshas.

7.) Ehre Dir, der Klang von TRAT PHAT
stört der Feinde magische Kreise,
üble Wesen, Du beschämst sie,
Feuerwirbel sie zerstören.

8.) Ehre Ture, groß und grimmig,
zerstörst der Dämonen König,
Lotosantlitz, Zornesadern
alle Feinde ganz vernichten.

9.) Ehre Dir, Dein Herz geschmückt ist
mit der Drei-Juwelen-Mudra,
Dharmaräder Deiner Hände
Lichter strahlen in alle Welten.

10.) Ehre Dir, voll Pracht und Freude,
Deine Strahlenkrone leuchtet,
das Gelächter von TUTTARE
beherrscht Götter und Dämonen.

11.) Ehre Dir, Du Herrin über
alle weltlichen Beschützer,
zornvoll strahlt das Licht von HUNG aus,
Leid und Mangel überwindend.

12.) Ehre Dir, den Mond als Krone,
alle Ornamente strahlen,
Buddha Amitabha leuchtet
aus den Locken Deiner Haare.

13.) Ehre Dir im Kreis des Feuers,
lodernd wie am End der Zeiten,
rechter Fuß gestreckt, gebeugt links,
Dharmafeinde Du vernichtest.

14.) Ehre Dir, die diese Erde
mit der Hand schlägt, Dein Fuß tritt sie,
zornvoll strahlt das Licht von HUNG aus,
Du beherrschest alle Welten.

15.) Ehre Dir, in Frieden, Tugend
ruhst Du, Dein Geist in Nirvana,
spricht man das OM SOHA Mantra,
alle Übel Du bereinigst.

16.) Ehre Dir, Feinde zerstörst Du,
mit dem Mantra der zehn Lettern
eilst Du friedvoll uns zu Hilfe,
mit der HUNG-Weisheit auch zornvoll.

17.) Ehre Ture, der Geschwinden,
aus dem zornigen HUNG entstanden,
tritt Dein Fuß auf die drei Welten,
beben selbst die höchsten Berge.

18.) Ehre Dir, den Mond in Händen,
gleich dem Göttersee, so strahlend,
TARA TARA und PHAT Mantra
beraubt Gifte ihrer Wirkung.

19.) Ehre Dir, die Götter preisen,
Indra, Kinnaras und Brahma.
mit der Mantra-Rüstung freudvoll
zerstörst Du Streit und böse Träume.

20.) Ehre Dir, die Augen leuchten
hell wie Sonn- und Vollmondstrahlen.
HARA HARA und TUTTARE
zerstörst Du alle üblen Plagen.

21.) Ehre Dir, als Schmuck OM AH HUM,
Soheit, höchste Kraft des Friedens,
edle Ture, so zerstörst Du
Garvas, Vetalas und Yakshas.

Damit ist die Lobpreisung an Dein
Hauptmantra in 21 Strophen vollständig

21 Taras Lobpreis

OM JETSÜN-MA PHAG-MA DRÖLMA-LA CHAG-TSÄL-LO
OM namah sukasam namah tarayai taramita.
OM Homage to the venerable Arya Tara!
OM Ehre Dir, Edle Mutter Arya Tara!



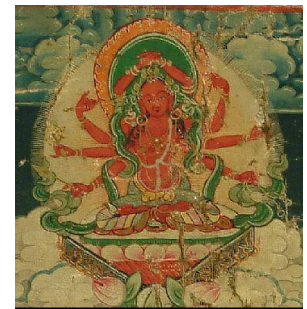
1.) Pravīra-tārā, Tara schnell und mutig / rot

CHAG-TSÄL DRÖL-MA NYUR-MA PÄL-MO
Namas tare ture vire
Homage! Tara, swift, heroic!
Ehre Tara, schnell und mutig,

CHÄN-NI KÄ-CHIG LOG-DANG DRA-MA
kshanair dyuti nibhekshane
Eyes like lightning instantaneous!
Deiner Augen Blitze leuchten,

JIG-TEN SUM-GÖN CHU-KYE SHÄL-GYI
trailokya natha vaktrabja
Sprung from op'ning stamens of the
aus dem Lotusbett geboren,

GE-SAR JE-WA LÄ-NI JUNG-MA
vikasat kesharobhave
Lord of three world's tear-born lotus!
dem Antlitz des Herrn der Welten.



2.) Candra-kānti-tārā, Tara strahlend wie der Mond / weiss

CHAG-TSÄL TÖN-KÄI DA-WA KÜN-TU
Namah shata sharac candra
Homage! She whose face combines a
Ehre Dir, mit dem Gesicht von

GANG-WA GYA-NI TSEG-PÄI SHÄL-MA
sampurna patalanane
Hundred autumn moons at fullest!
tausend Herbstvollmonden, leuchtend

KAR-MA TONG-TRAG TSOG-PA NAM-KYI
tara sahasra nikara
Blazing with light rays resplendent
heller noch als tausend Sterne,

RAB-TU CHE-WÄI WÖ-RAB BAR-MA
prahasat kira nojjvale
As a thousand star collection!
die des Nachts am Himmel strahlen.



3.) Kanka-varṇa-tārā, Goldfarbene Tara / golden

CHAG-TSÄL SER-NGO CHU-NÄ KYE-KYI

Namah kanaka nilabja

Homage! Golden One blue lotus

Ehre Dir, in Deinen Händen

PE-ME CHAG-NI NAM-PAR GYÄN-MA

pani padma vibhu shite

Water born, in hand adorned!

blüht der blaue Lotos, golden

JIN-PA TSÖN-DRÜ KA-TUB SHI-WA

dana virya tapah shanti

Giving, effort, calm, austerities,

Du bist Geben, Ethik, Stärke,

ZÖ-PA SAM-TÄN CHÖ-YÜL NYI-MA

titiksha dhyana gocare

Patience, meditation her field!

Sammlung und Geduld und Weisheit.



4.) Uṣṇīṣa-vijaya-tārā, Siegreiche Tara / golden

CHAG-TSÄL DE-SHIN SHEG-PÄI TSUG-TOR

Namas tathagatoshnisha

Homage! Crown of tathagatas,

Ehre Dir, der Buddhas Krone,

TA-YÄ NAM-PAR GYÄL-WAR CHÖ-MA

vijayananta carini

She who goes in endless triumph!

siegreich über alle Übel,

MA-LÜ PA-RÖL CHIN-PA TOB-PÄI

ashesha paramita prapta

Honoured much by conquerors' offsprings!

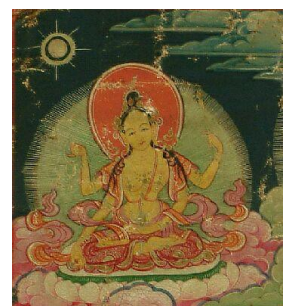
Dein sind alle Perfektionen,

GYÄL-WÄI SÄ-KYI SHIN-TU TEN-MA

jina putra nishevite

Having reached ev'ry perfection!

Stütze aller Bodhisattvas.



5.) Hūṃ-svara-nādinī-tārā, HUM ausrufende Tara / rot oder golden

CHAG-TSÄL TUTTARA HUNG YI-GE

Namas tuttara hum kara

Homage! Filling with TUTTARE,
Ehre Dir, Dein TUTTARE HUM

DÖ-DANG CHOG-DANG NAM-KA GANG-MA

puritasha dig antare

HUM, desire, direction, and space!
füllt Begierdewelt, Raum, Richtung.

JIG-TEN DÜN-PO SHAB-KYI NÄN-TE

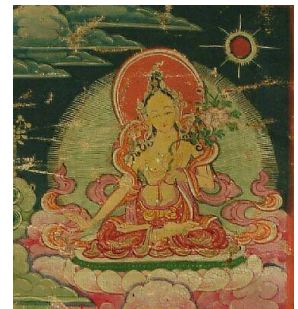
sapta loka kramakranti

Trampling with her feet the sev'n worlds,
Tritt Dein Fuß auf sieben Welten,

LÜ-PA ME-PAR GUG-PAR NÜ-MA

asheshakarshana kshame

Able to draw forth all [beings]!
unterwirfst Du alle Wesen.



6.) Trailokya-vijaya-tārā, Tara Siegreich über die Drei Welten / dunkelrot

CHAG-TSÄL GYA-JIN ME-LHA TSANG-PA

Namah shakranala brahma

Homage! Worshipped by the all-lords,
Ehre Dir und Lob von Indra,

LUNG-LHA NA-TSOG WANG-CHUG CHÖ-MA

marud vishvesh vararcite

Shakra, Agni, Brahma, Marut!
Agni, Brahma, Windgott Shiva,

JUNG-PO RO-LANG DRI-ZA NAM-DANG

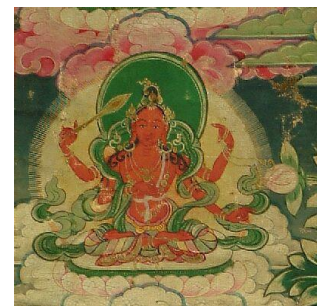
bhuta vetala gandharva

Honored by the hosts of spirits,
Lob von Scharen vieler Geister

NÖ-JIN TSO-KYI DÜN-NÄ TÖ-MA

gana yaksha puras krite

Corpse-raisers, gandharvas, yakshas!
von Gandharvas und von Yakshas.



7.) Vādi-pramardaka-tārā, Tara Feinde Zerstörend / schwarz

CHAG-TSÄL TRAT CHE JA-DANG PHAT KYI

Namas trad iti phat kara

Homage! With her TRAT and PHAT sounds

Ehre Dir, der Klang von TRAT PHAT

PA-RÖL TRÜL-KOR RAB-TU JOM-MA

para yantra pramardani

Crusher of foes' magic diagrams!

stört der Feinde mag'sche Kreise,

YÄ-KUM YÖN-KYANG SHAB-KYI NÄN-TE

praty alidha pada nyase

Her feet pressing, left out, right in,

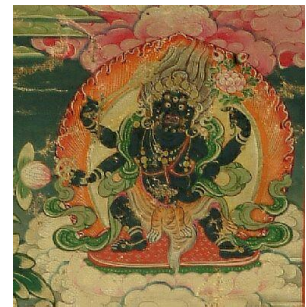
üble Wesen, Du beschämst sie,

ME-BAR TRUG-PA SHIN-TU BAR-MA

shikhi jvalakulekshane

Blazing up in raging fire-blaze!

Feuerwirbel sie zerstören.



8.) Māra-sūdanā-vaiśitottama-da-tārā, Tara Siegreich über Dämonen / dunkelrot

CHAG-TSÄL TURE JIG-PA CHEN-PO

Namas ture maha ghore

Homage! TURE, very dreadful!

Ehre TURE, groß und grimmig,

DÜ-KYI PA-WO NAM-PAR JOM-MA

mara vira vinashani

Destroyer of Mara's champion(s)!

zerstörst der Dämonen König,

CHU-KYE SHÄL-NI TRO-NYER DÄN-DZÄ

bhṛkūti kṛta vaktraḅja

She with frowning lotus visage

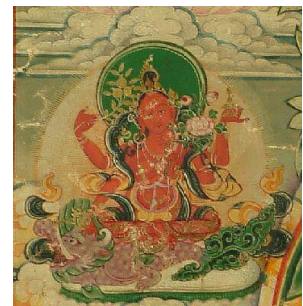
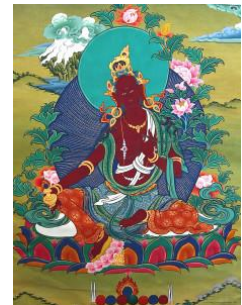
Lotosantlitz, Zornesadern

DRA-WO TAM-CHÄ MA-LÜ SÖ-MA

sarva shatru nishudani

Who is slayer of all enemies!

alle Feinde ganz vernichten.



9.) Vara-da-tārā, Tara Wunschgewährend / weiss oder rot

CHAG-TSÄL KÖN-CHOG SUM-TSÖN CHA-GYÄI

Namas tri ratna mudranka

Homage! She adorned with fingers,
Ehre Dir, Dein Herz geschmückt ist

SOR-MÖ TUG-KAR NAM-PAR GYÄN-MA

hrdyanguli vibhushite

at her heart in Three Jewel mudra!
mit der Drei-Juwelen-Mudra,

MA-LÜ CHOG-KYI KOR-LÖ GYÄN-PÄI

bhushitashesa dik cakra

Light-ray masses all excited!
Dharmaräder Deiner Hände

RANG-GI WÖ-KYI TSOG-NAM TRUG-MA

nikara sva karakule

All directions' wheels adorn her!
Lichter strahl'n in alle Welten.



10.) Śoka-vinodana-tārā, Tara alle Sorgen zerstreuend / rot

CHAG-TSÄL RAB-TU GA-WA JI-PÄI

Namah pramudita topa

Homage! She of great joy, shining,
Ehre Dir, voll Pracht und Freude,

U-GYÄN WÖ-KYI TRENG-WA PEL-MA

mukuta kshipta malini

Diadem emitting light-wreaths!
Deine Strahlenkrone leuchtet,

SHÄ-PA RAB-ZHÄ TUTTARA YI

hasat prahasat tuttare

Mirthful, laughing with TUTTARE,
das Gelächter von TUTTARE

DÜ-DANG JIG-TEN WANG-DU DZÄ-MA

mara loka vashamkari

Subjugating maras, devas!
beherrscht Götter und Dämonen!



11.) Jagad-vaṣī-vipān-nibarhaṇa-tārā, Tara alles Unglück Zerstreuend / orange oder schwarz

CHAG-TSÄL SA-SHI KYONG-WÄI TSOG-NAM

Namah samanta bhu pala

Homage! She able to summon

Ehre Dir, Du Herrin über

THAM-CHÄ GUG-PAR NÜ-MA NYI-MA

patalakarshana kshame

All earth-guardians and their trains!

alle weltlichen Beschützer,

TRO-NYER YO-WÄI YI-GE HUNG GI

calat bhrkuti hum kara

Shaking, frowning, with her HUNG sign

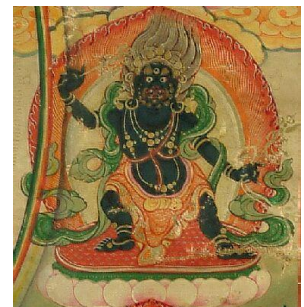
zornvoll strahlt das Licht von HUNG aus,

PONG-PA TAM-CHÄ NAM-PAR DRÖL-MA

sarvapaḍa vimocani

Saving from ev'ry misfortune!

Leid und Mangel überwindend.



12.) Kalyāna-da-tārā, Tara Reichtum Gewährend / golden

CHAG-TSÄL DA-WÄI DUM-BÜ U-GYÄN

Namah shikhanda kandendu

Homage! Crowning locks adorned with

Ehre Dir, den Mond als Krone,

GYÄN-PA TAM-CHÄ SHIN-TU BAR-MA

muku tabharanojjvale

crescent diadem, most shining!

alle Ornamente strahlen,

RÄL-PÄI TRÖ-NA WÖ-PAG ME-LÄ

amitabha jata bhara

In her hair-mass, Amitabha

Buddha Amitabha leuchtet

TAG-PAR SHIN-TU WÖ-RAB DZÄ-MA

bhasure kirana dhruve

Shining, with much light eternal!

aus den Locken Deiner Haare.



13.) Paripācaka-tārā, Alles Reifende Tara / rot

CHAG-TSÄL KÄL-PÄI TA-MÄI ME-TAR

Namah kalpanta hutabhug

Homage! She 'mid wreath of flames like
Ehre Dir im Kreis des Feuers,

BAR-WÄI TRENG-WÄI Ü-NA NÄ-MA

jvala malan tara sthite

Eon-ending fire abiding!
lodernd wie am End der Zeiten,

YÄ-KYANG YÖN-KUM KÜN-NÄ KOR-GA

alidha mudita bandha

Right stretched, left bent, joy surrounds you
rechter Fuß gestreckt, gebeugt links,

DRA-YI PUNG-NI NAM-PAR JOM-MA

ripu cakra vinashani

Troops of enemies destroying!
Dharmafeinde Du vernichtest.



14.) Bhṛkuṭī-tārā, Tara Zornvoll / schwarz

CHAG-TSÄL SA-SHI NGÖ-LA CHAG-GI

Namah kara talaghata

Homage! She who strikes the ground with
Ehre Dir, die diese Erde

THIL-GYI NÜN-CHING SHAB-KYI DUNG-MA

carana hata bhū tale

Her palm, and with her foot beats it!
mit der Hand schlägt, Dein Fuß tritt sie,

TRO-NYER CHÄN-DZÄ YI-GE HUNG GI

bhṛkūṭī kṛtā hum kara

Frowning, with the letter HUNG the
zornvoll strahlt das Licht von HUNG aus,

RIM-PA DÜN-PO NAM-NI GEM-MA

sapta patala bhedini

Seven underworlds she shatters!
Du beherrschest alle Welten.



15.) Mahā-sānti-tārā, Friedvolle Tara / weiss

CHAG-TSÄL DE-MA GE-MA SHI-MA

Namah shive shubhe shante

Homage! Happy, virtuous, peaceful!

Ehre Dir, in Frieden, Tugend

NYA-NGÄN DÄ-SHI CHÖ-YÜL NYI-MA

shanta nirvana gochare

She whose field is peace, nirvana!

ruhst Du, Dein Geist in Nirvana,

SOHA OM DANG YANG-DAG DÄN-PÄ

svaha pranava samyukte

She endowed with OM and SOHA,

spricht man das OM SOHA Mantra,

DIG-PA CHEN-PO JOM-PA NYI-MA

maha pataka nashani

Of the great downfall destroyer!

alle Übel Du bereinigst.



16.) Rāga-niśūdana-tārā, Tara Verblendung Zerstörend / rot

CHAG-TSÄL KÜN-NÄ KOR-RAB GA-WÄI

Namah pramudita bandha

Homage! She with joy surrounded

Ehre Dir, Feinde zerstörst Du,

DRA-YI LÜ-NI NAM-PAR GEM-MA

ripu gatra prabhedini

Tearing foes' bodies asunder,

mit dem Mantra der zehn Lettern

YI-GE CHU-PÄI NGAG-NI KÖ-PÄI

dashakshara pada nyase

Frees with HUNG and knowledge mantra,

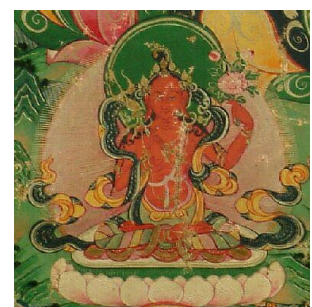
eilst Du friedvoll uns zu Hilfe,

RIG-PA HUNG-LÄ DRÖL-MA NYI-MA

vidya hum kara dipite

Arrangement of the ten letters!

mit der HUNG-Weisheit auch zornvoll.



17.) Sukha-sādhana-tārā, Tara Wonne Verwirklichend / orange

CHAG-TSÄL TURE SHAB-NI DAB-PÄ

Namas ture pada ghata

Homage! Swift One! The foot-stamper
Ehre Ture, der Geschwinden,

HUNG-GI NAM-PÄI SA-BÖN NYI-MA

hum karakara bijite

With for seed the letter HUNG's shape!
aus dem zorn'gen HUM entstanden,

RI-RAB MÄN-DHA RA-DANG BIG-JE

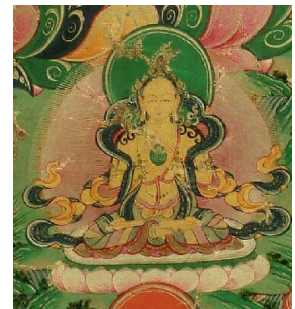
meru mandara kailasa

She who shakes the triple world and,
tritt Dein Fuß auf die drei Welten,

JIG-TEN SUM-NAM YO-WA NYI-MA

bhuvana traya calini

Meru, Mandara, and Vindhya!
beben selbst die höchsten Berge.



18.) Sita-vijaya-tārā, Weisse Siegreiche Tara / weiss

CHAG-TSÄL LHA-YI TSO-YI NAM-PÄI

Namah sura sarakara

Homage! Holding in her hand the
Ehre Dir, den Mond in Händen,

RI-DAG TAG-CHÄN CHAG-NA NAM-MA

harinanka kara sthite

Hare-marked moon, of deva-lake form!
gleich dem Göttersee, so strahlend,

TARA NYI-JÖ PHAT-KYI YI-GE

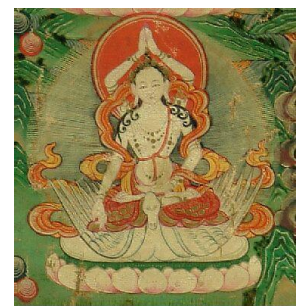
tara dvir ukta phat kara

With twice spoken TARA and PHAT,
TARA TARA und PHAT Mantra

DUG-NAM MA-LÜ PA-NI SEL-MA

ashesa visha nasani

Totally dispelling poison!
beraubt Gifte ihrer Wirkung.



19.) Duḥka-dahana-tārā, Tara Alles Leid Verbrennend / weiss

CHAG-TSÄL LHA-YI TSOG-NAM GYÄL-PO

Namah sura ganadh yaksha

Homage! She whom god-host rulers,
Ehre Dir, die Götter preisen,

LHA-DANG MI-AM CHI-YI TEN-MA

sura kinnara sevite

Gods and kinnaras do honor!
Indra, Kinnaras und Brahma.

KÜN-NÄ GO-CHA GA-WÄI JI-KYI

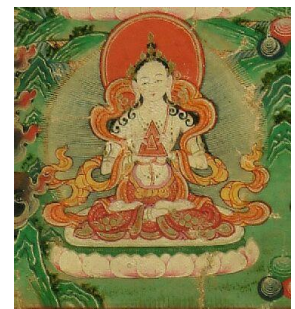
abandha mudita bhoga

Armored in all joyful splendor,
mit der Mantra-Rüstung freudvoll

TSÖ-DANG MI-LAM NGÄN-PA SEL-MA

kali duhs vapna nasani

She dispels bad dreams and conflicts!
zerstörst Du Streit und böse Träume.



20.) Siddhi-sambhava-tārā, Tara Quelle Aller Verwirklichungen / orange

CHAG-TSÄL NYI-MA DA-WA GYÄ-PÄI

Namah candrarka sampurna

Homage! She whose eyes are bright with
Ehre Dir, die Augen leuchten

CHÄN-NYI PO-LA WÖ-RAB SEL-MA

nayana dyuti bhasure

Radiance of sun and full moon!
hell wie Sonn- und Vollmondstrahlen.

HARA NYI-JÖ TUTTARA YI

hara dvir ukta tuttare

With twice HARA and TUTTARE
HARA HARA und TUTTARE

SHIN-TU DRAG-PÖI RIM-NA SEL-MA

vishama jvara nasani

Driver-out of chronic fever!
zerstörst Du alle üblen Plagen.



21.) Paripūraṇa-tārā, Alles Vollendende Tara / weiss oder schwarz

CHAG-TSÄL DE-NYI SUM-NAM KÖ-PÄ

Namas tri tattva vinyasa

Homage! Full of liberating

Ehre Dir, als Schmuck OM AH HUM,

SHI-WÄI TU-DANG YANG-DAG DÄN-MA

shiva shakti saman vite

Power by set of three realities!

Soheit, höchste Kraft des Friedens,

DÖN-DANG RO-LANG NÖ-JIN TSOG-NAM

graha vetala yakshaugha

Crushing crowds of spirits, yakshas,

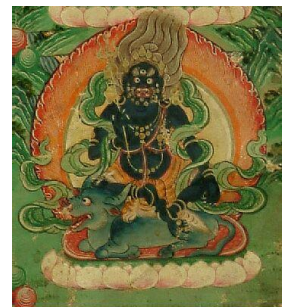
edle Ture, so zerstörst Du

JOM-PA TURE RAB-CHOG NYI-MA

nasani pravare ture

And raised corpses! Supreme! TURE!

Garvas, Vetals und Yakshas.



TSA-WÄI NGAG-KYI TÖ-PA DI-DANG

mantra mulam idam stotram

These praises with the root mantras

Damit ist die Lobpreisung an Dein

CHAG-TSÄL WA-NI NYI-SHU TSA-CHIG

namas karaika vimshakam

And prostrations thus are twenty-one!

Hauptmantra in 21 Strophen vollständig!

Die jeweils oberen Abbildungen zeigen die 21 Taras nach der Tradition von Lama Atisha, dabei haben alle dieselbe Form und Haltung, sie unterscheiden sich nur in den Farben.

Die jeweils unteren Abbildungen zeigen die 21 Taras nach der Tradition von Mahasiddha Suyagupta, dabei unterscheiden sich die Taras stark in ihren Erscheinungen.



**Om bipula garbhe mani trabhe
Tathagata nirde shani
mani mani sutra phat
bimale sagara gambire
hung hung dzola dzola
Buddha bilokite guhye
adhiktrite garbhe soha
Pema dhara Amogha dzaya te
dzuru dzuru soha
Om mani bezir hung
Om mani dhari hung phat
Om mani peme hung
Ara padza mi ta
Hri dhaya soha**

*Wenn man diese Dharani rezitiert, werden noch in diesem Leben befriedet:
Feuer, Wasser, Abgründe, Blitz und Donner, Winde, natürliche Gifte, Epilepsie, zubereitete
Gifte, Feinde, ansteckende Krankheiten, Unfalltod, Bestrafung durch den König, kurz, die
dreizehn Mißgeschicke.*

Außerdem entwickeln sich unter anderem folgende Eigenschaften:

*Der Körper wird schön, die Rede angenehm, der Samadhi wird sich plötzlich ereignen,
das Leben wird lang sein, und man wird zum Wohle der Wesen handeln.*

Man hat eine schöne Umgebung in Reichtum und große Intelligenz.

Alle Wünsche werden erfüllt, und man wird den Sugatas Opfertaten darbringen.

Man wird Sohn der Siegreichen werden...

*Alle, die um einen sind (Insekten, Vögel, Menschen, Tiere), die dieses Mantra hören oder
sehen, alle, die an einen denken, alle, an die man denkt, kurz, alle, mit denen man in
Verbindung steht, werden befreit.*

*Wenn man dieses Mantra spricht und dann den Atem auf Leichen oder Knochen bläst,
werden diese Wesen niedere Bereiche verlassen und in höheren Bereichen wiedergeboren.
Sie werden dem Dharma begegnen und letztendlich Erleuchtung erlangen...*

Dies sind die Worte des Siegreichen selbst.

Rezitiert so mit vollem Vertrauen und Hingabe.