



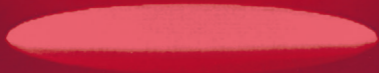
Das Wunschgebet von Sukhavatī

dem Reinen Land der
Großen Glückseligkeit









۱۵۱۹
۰۱۰

OM ĀMI DHEWA HRĪ!

Mache dieses Wunschgebet zu einer ungebrochenen geistigen Verpflichtung!

Ich habe es selbst mit Aufrichtigkeit und dem Gedanken geschrieben, dass irgendjemandem Nutzen daraus entstehen möge. Wenn jemand dieses Gebet zu kopieren wünscht, leihe es aus; nichts hat größeren Nutzen. Es gibt keine tiefgründigeren Dharma-Belehrungen als diese, denn sie sind die Wurzel aller Dharmas. Verletze sie nicht durch Gleichgültigkeit, sondern halte diese Praxis in Ehren. Weil dies Belehrungen aus den Sutras sind, kannst du das Wunschgebet ohne Lung rezitieren.

(Anmerkung: Lung ist die mündliche Übertragung zur Textrezitation.)

Zufluchtnahme

E MA HO!

In Richtung der untergehenden Sonne,
jenseits unzähliger Welten, etwas

erhöht,

befindet sich das Land der edlen Wesen,
das vollkommen reine, himmlische

Buddha-Land Sukhavatī

(tib. Dewachen).

Es ist nicht mit dem bloßen Auge zu
sehen,

doch mit dem Geist der reinen Sicht
klar zu erkennen.

Dies ist das Reich des Bhagavan der
Weisheit, Buddha Amitābha

(tib. Öpame),

der eine rubinrote Farbe mit strahlen-
dem Glanz hat.

Er besitzt alle zweiunddreißig Hauptmerkmale und die achtzig Nebenmerkmale eines Vollkommenen, den Ushnisha (Erhöhung auf dem Kopf), die Dharma-Räder an den Füßen und alle anderen Zeichen. Er hat ein Gesicht. Seine zwei Hände befinden sich in der Meditations-Mudrā und halten eine Almosenschale.

Er ist mit den drei Dharma-Roben gekleidet und sitzt in der Vajra-Haltung auf einem tausendblättrigen Lotus mit einer Mondscheibe.

Hinter ihm befindet sich ein Bodhi-Baum.

Mit seinen mitfühlenden Augen schaut er mich aus der Ferne an.

Zu seiner Rechten befindet sich
der Bodhisattva Avalokiteshvara
(tib. Chenresig),
der eine weiße Farbe hat und in seiner
linken Hand eine weiße Lotusblüte
hält.

Zu seiner Linken befindet sich der
Bodhisattva Vajrapani (tib. Thuchen
Thob),
von blauer Farbe, der in seiner linken
Hand einen Lotus mit einem Vajra
hält.

Beide haben ihre rechte Hand zu mir
ausgestreckt und zeigen die Zuflucht
gewährende Mudrā.

Diese drei Hauptgottheiten erscheinen
klar, strahlend,
unveränderlich und unzerstörbar wie
der Berg Sumeru.

Sie sind umgeben von Millionen und
Milliarden von Bodhisattvas und
Mönchen, alle von goldener Körper-
farbe,
ausgestattet mit den Merkmalen und
Zeichen der Vollkommenheit, und
tragen die drei strahlend gelben
Dharma-Roben.

Da sie keinen Unterschied zwischen
Hingabe aus der Nähe oder Ferne
machen,
verbeuge ich mich hier hingebungsvoll
mit Körper, Sprache und Geist.

Indem ich den Dharmakāya Amitābha
als Buddha der Linie erkenne,
strahlt aus seiner rechten Hand Licht
aus, das als seine Ausstrahlung zu
Avalokiteshvara wird

sowie zu weiteren tausend Millionen
Ausstrahlungen in Form von
Avalokiteshvara.

Von seiner linken Hand strahlt Licht
aus, das als seine Ausstrahlung zu
Tāra (tib. Dölma) wird

sowie zu weiteren tausend Millionen
Ausstrahlungen in der Form von
Tāra.

Von seinem Herzen strahlt Licht aus,
das als seine Ausstrahlung zu Padma-
sambhava (Guru Rinpoche, tib.
Pema Jungne) wird

sowie zu weiteren tausend Millionen
Ausstrahlungen in der Form von
Padmasambhava.

Ich verbeuge mich vor dem Dharmakāya
Amitābha.

Während der sechs Zyklen von Tag
und Nacht sieht sein Buddha-Auge
ununterbrochen mit Liebe und
Mitgefühl auf alle Wesen.

Er weiß immer, welcher Gedanke im
Geist jedes einzelnen Wesens
auftaucht,

und hört ebenso deutlich und ohne
Verwechslung alle Worte, die von
jedem einzelnen Wesen ausgespro-
chen werden.

Ich verbeuge mich vor dem allwissenden
Amitābha.

Es wird gesagt, dass außer jenen, die
die fünf schwerwiegenden unheil-
samen Handlungen begangen
haben,

jeder, der dieses Gebet mit Vertrauen
und Hingabe darbringt, in Sukhavatī
wiedergeboren wird.

Wenn die Zeit kommt, dass sie in den
Zustand des Bardo eintreten, werden
sie von Buddha Amitābha in dieses
Buddha-Land geführt werden.

Ich verbeuge mich vor dem Wegweiser
Amitābha.

Es wird gesagt, dass die Kraft von
Buddha Amitābha über unzählige
Äonen bestehen bleibt, ohne ab-
zunehmen.

Jenseits von Leid erscheint sie direkt in
diesem Moment, sodass jeder, der
mit einsgerichteter Hingabe bittet,
die Macht über die Lebensspanne
erhält,

ausgenommen jene, deren Karma (zu
sterben) vollständig herangereift ist.

Man wird die Möglichkeit haben,
hundert Jahre zu leben, und vor
einem vorzeitigen Tod geschützt
sein.

Ich verbeuge mich vor dem Beschützer
Amitāyus (tib. Tsepame).

Es wird gesagt, dass großes Verdienst
entsteht, wenn man alle Milliarden
Welten unzählige Myriaden Mal
mit Juwelen und Opferungen anfüllt
und als Geschenk weggeben kann.

Aber das Verdienst, das entsteht, wenn
man den Namen von Buddha
Amitābha und Sukhavatī
gehört hat und nur einmal mit
Vertrauen die Hände faltet, ist
weitaus größer.

Deshalb verbeuge ich mich hingebungs-
voll vor Buddha Amitābha.

Wer beim Hören des Namens von
Buddha Amitābha
ungekünstelte Hingabe in der Tiefe
seines Herzens und bis ins Mark
hinein empfindet,
wird vom Pfad zur Erleuchtung nicht
mehr abweichen.
Ich verbeuge mich vor dem Beschützer
Amitābha.

Wer auch nur den Namen von Buddha
Amitābha hört, wird,
bis sein Herz erwacht, immer in einer
guten Familie geboren werden.*
Er wird in allen Leben mit einer reinen
Ethik ausgestattet sein.
Ich verbeuge mich vor dem freudvollen
Sugata Amitābha.

Opferungen

Meinen Körper, meinen Reichtum,
die Wurzel alles Heilsamen
und alles, was ich mir an Opferungen
vorstellen kann,
sowohl materielle wie geistig vorgestellte
Opferungen, die acht Glücks-
symbole,
die acht Glück verheißenden Gegen-
stände, die sieben königlichen
Attribute und
die tausend Millionen Erscheinungen
des Berges Meru mit den vier
Kontinenten,
Sonne und Mond, wie sie in ihrer
ursprünglichen Entstehung der
hundert Millionen Welten erschienen
sind,
allen Reichtum der Götter, Nāgas
und Menschen,

alles, woran mein Geist festhält, opfere
ich Buddha Amitābha.

Bitte nimm dies mit deinem Mitgefühl
zu meinem Nutzen an.

Bekennen

Ich und alle fühlenden Wesen, ange-
fangen bei meinem Vater und meiner
Mutter,

haben seit anfangsloser Zeit bis jetzt
unheilsame Handlungen ausgeführt:

Töten, Stehlen und sexuelles Fehlver-
halten –

die drei unheilsamen Handlungen des
Körpers bekenne ich jetzt.

Lügen, Verleumden, grobe Rede und
Geschwätz –

die vier unheilsamen Handlungen der
Rede bekenne ich jetzt.

Begierde, Böswilligkeit und das Festhalten an falschen Ansichten – die drei unheilsamen Handlungen des Geistes bekenne ich jetzt.

Töten des Vaters, der Mutter, des eigenen Lehrers oder eines Arhats und auch der Vorsatz, den Körper eines Weisheitswesens zu verletzen – all die Ansammlungen negativer Tendenzen durch diese fünf schwerwiegenden unheilsamen Handlungen bekenne ich jetzt.

Töten eines Mönchs oder einer Nonne, Verführen einer keuschen Frau, Zerstören einer Statue, eines Stüpa oder eines Tempels und Weiteres – all diese unermesslich unheilsamen Handlungen bekenne ich jetzt.

Das Ablegen von falschem Zeugnis
vor den Drei Juwelen, dem Tempel
oder den Dharma-Schriften und
ähnliche Handlungen –

all die Ansammlungen von negativen
Tendenzen durch unheilsame Hand-
lungen dem Dharma gegenüber
bekenne ich jetzt.

Das Verleumden eines Bodhisattva ist
eine Handlung, die schwerwiegender
ist als das Töten aller Wesen in den
drei Welten –

alle Ansammlungen solcher sinnlosen,
großen Fehler bekenne ich jetzt.

Obwohl ich von dem großen Nutzen
gehört habe, der aus heilsamen
Handlungen resultiert,

und dem Leid, dass aus unheilsamen
Handlungen entsteht,
sowie dem Leid, das in den Höllen
erlebt wird, habe ich diesem
Gehörten keinen Glauben geschenkt
und habe die negativen Tendenzen der
fünf extrem unheilsamen Hand-
lungen angesammelt und
auch all die anderen negativen
Tendenzen, durch die man keine
Befreiung erlangen kann – all dies
bekenne ich jetzt.

Das Brechen der Vinayana-Gelübde,
die vier unsühnbaren Handlungen
oder die dreizehn sehr negativen Über-
schreitungen, die Nachsicht mit den
fünf Arten von Verfehlungen

oder die Fehler, die die Regeln des
Vinayana betreffen – all dies bekenne
ich jetzt.

Das Verfallen in die vier schwarzen
Dharmas, das Verletzen der fünf
oder anderen fünf oder der acht
Gelübde
sowie das Brechen der Bodhisattva-
Gelübde – all dies bekenne ich
jetzt.

Das Verlieren der vierzehn Wurzel-
gelübde und das Vergehen gegen
die acht Nebengelübde des
Vajrayana – all dies bekenne ich
jetzt.

Die Gelübde, die ich zu nehmen ver-
säumt habe, und die unheilsamen
Handlungen, denen ich zugestimmt
habe,

mein sexuelles Fehlverhalten, das
Genießen von Wein und
dergleichen mehr;
all die Fehler, die nicht klar beschrieben
werden können,
und alles, was ich nicht als Fehler
erkennen kann – all dies bekenne
ich jetzt.

Nachdem ich die Zufluchtsgelübde
genommen hatte, erhielt ich
Einweihungen, ohne zu wissen, wie
man die Gelübde hält,
und habe sie deshalb zwangsläufig
gebrochen – all dies bekenne ich
jetzt.

Weil Bekenntnisse ohne Reue unvoll-
ständig sind, bekenne ich jetzt all
meine Verfehlungen in ihrem ganzen
Ausmaß.

Als hätte ich Gift zu mir genommen,
bekenne ich mit Scham, Furcht und
großer Reue meine Fehler.

Weil Bekenntnisse ohne das Erneuern
der Gelübde wirkungslos sind,
verspreche ich hiermit, von nun an
vom Töten und allen unheilsamen
Handlungen abzulassen, auch wenn
es das eigene Leben kostet.

Durch den Segen des Sugata Amitābha
und den Segen der Bodhisattvas
möge ich augenblicklich vollständig
gereinigt sein.

Erfreuen

Es wird gesagt, dass es sehr verdienst-
voll ist,
sich über die tugendhaften Handlungen
anderer von Herzen zu freuen, selbst
wenn man nur davon hört.

Das Zurückweisen des Unheilsamen
der Eifersucht wird als Quelle des
Verdienstes beschrieben.

Deshalb erfreue ich mich an all den
verdienstvollen Handlungen
der Edlen und der gewöhnlichen
Wesen.

Ich erfreue mich an all den Hand-
lungen, die zum Wohl der Wesen
ausgeführt werden und aus der
Entwicklung des höchsten Erleuch-
tungsgeistes entstanden sind.

Ich freue mich daran, wenn die zehn
unheilsamen Handlungen in
die zehn heilsamen Handlungen
verwandelt werden:

das Leben anderer retten, Großzügig-
keit üben und die Gelübde ein-
halten;

die Wahrheit sprechen, Konflikte
beseitigen,
in liebevoller und aufrichtiger Weise
sprechen und nur über Bedeuts-
volles reden;
nur wenig Begierde haben, über Liebe
und Mitgefühl meditieren und
Dharma-Aktivitäten ausüben –
an all diesem Tugendhaften erfreue ich
mich.

Bitte um Belehrungen

An alle vollkommenen Buddhas in
den Myriaden Welten der zehn
Richtungen richte ich meine Bitte:
Dreht das Rad des Dharma ohne
Verzögerung und allumfassend.

Bitte zu bleiben

Bitte zeigt durch eure höchsten Fähigkeiten den Wesen das Ziel.

Inständig bitte ich alle Buddhas,
Bodhisattvas, Dharma-Halter
und spirituellen Freunde,
nicht ins Nirvāna einzugehen, sondern
in dieser Welt zu bleiben.

Widmung des Verdienstes

Das angesammelte Verdienst, das durch
diese Praxis entsteht,

sowie alles Verdienst, das in den drei
Zeiten angesammelt wurde, widme
ich dem Wohl der Wesen.

Mögen alle Wesen schnell die höchste
Erleuchtung erlangen
und möge der Samsāra der drei Welten
bis in die Tiefen aufgewühlt werden.

Möge dieses Verdienst schnell in mir
heranreifen,
sodass ich vor den achtzehn Arten des
vorzeitigen Todes bewahrt bleibe.
Möge ich frei von Krankheit sein und
mein Körper Kraft, Jugendlichkeit
und Schönheit bewahren.
Möge mein Reichtum nie abnehmen,
sondern ansteigen wie das Wasser
des Ganges im Sommer während
der Regenzeit.

Möge ich alle Aktivitäten des befreienden
Dharma ausführen, ohne von feind-
seligen Wesen bedroht zu werden.
Mögen alle Wünsche, die ich im Geist
halte, im Sinne des Dharma erfüllt
werden.
Möge ich großen Nutzen für die Aus-
breitung des Dharma ansammeln

und möge ich den Sinn dieser menschlichen Existenz erlangen.

Reise nach Sukhavatī

In dem Augenblick, wenn ich selbst
und all jene,
die mit mir Verbindung haben, dieses
Leben verlassen,
möge Buddha Amitābha, umgeben
von seiner Mönchs-Sangha,
wirklich vor uns erscheinen.
Verbunden mit der Freude, ihm zu
vertrauen,
mögen wir nicht die Erfahrung der
Leiden des Todes machen.

Mögen die acht großen Bodhisattvas
auf wunderbare Weise im Raum vor
uns erscheinen,

und mögen sie uns durch ihr Wissen
über den Pfad nach Sukhavatī
auf diesem Weg begleiten.

Das Leiden in den niederen Bereichen
ist unerträglich und
die Freude der Götter und Menschen ist
nicht von Dauer.

Möge dies die Ursache dafür sein, dass
Furcht in mir entsteht.

Samsāra besteht seit anfangslosen Zeiten
bis heute,
möge dies Trauer in mir hervorrufen.

Selbst wenn man von menschlicher
Existenz zu menschlicher Existenz
wandert und die besten aller
Geburten erfährt,
muss man unzählige Male Geburt, Alter
und Tod ertragen.

In diesen schlechten Zeiten wird man
leicht von Unreinheiten und vielen
Hindernissen beeinflusst.

Das Glück und die Zufriedenheit von
Menschen und Göttern
sind wie eine Speise, die mit Gift
gemischt wurde.

Möge nicht einmal der leiseste Wunsch
danach in mir aufkommen.

Alle Verwandten, Speisen, Reichtum
und Freunde sind illusorisch wie ein
Traum.

Möge nicht einmal der leiseste Wunsch
danach in mir aufkommen.

Alle Länder, Gegenden und Wohnstätten
sind wie die Landschaften und ein
Zuhause im Traum.

Möge ich erkennen, dass sie keine
Realität besitzen.

Den reinen Bereich von Sukhavatī aus
diesem unbeschreiblichen Ozean des
Samsāra zu erreichen,

ist genauso, wie aus einem sehr
schlimmen Gefängnis befreit zu
werden.

Möge ich niemals nach Samsāra zurück-
blicken.

Ankunft in Sukhavatī

Das Beseitigen aller Befleckungen der
Anhaftung

ist wie die Befreiung eines Geiers aus
einem Netz.

Möge ich ebenso in den westlichen
Himmel fliegen.

Indem ich in einem Augenblick
durch unzählige Universen reise,

möge ich das Reine Land von Sukhavatī
erreichen.

Möge ich dort direkt in das Antlitz von
Buddha Amitābha schauen und
mögen alle Verschleierungen beseitigt
werden.

Möge ich die höchste der vier Arten der
Geburt annehmen:
die wunderbare Geburt im Herzen einer
Lotusblüte.

Möge ich augenblicklich den perfekten
Körper mit allen Zeichen und Voll-
kommenheiten erlangen.

Für jene, die in diesem Leben Zweifel
oder Bedenken haben (in Sukhavatī
geboren zu werden),

wird sich diese Lotusblüte fünfhundert
Jahre lang nicht öffnen und man
wird darin verweilen.

Obwohl man vollkommene Freude und
Zufriedenheit genießt und die Rede
des Buddhas hört, kann man sein
Antlitz nicht sehen.

Möge ich diesen Fehler nicht begehen.
Möge meine Lotusblüte augenblicklich
bei meiner Geburt geöffnet sein
und möge ich das Antlitz von Buddha
Amitābha schauen können.

Die Aktivitäten in Sukhavatī

Durch die Kraft des Verdienstes und
durch geistige Fähigkeiten mögen
Wolken von Opferungen mit allem,
was man sich vorstellen kann,

von meinen Händen ausstrahlen und
Opfergaben an Buddha Amitābha
und sein Gefolge werden.

Möge in diesem Moment der Tathāgata
seine rechte Hand ausstrecken
und meinen Kopf berühren und mir
damit die Vorhersage meiner
Erleuchtung geben.

Indem ich seine tiefgründigen und
ausführlichen Dharma-Belehrungen
höre,
möge mein Geist reifen und befreit
werden.

Mögen mich Avalokiteshvara und
Vajrapani, die zwei Haupt-
Bodhisattvas, durch ihren
Segen annehmen.

Jeden Tag erscheinen unzählige Buddhas
und Bodhisattvas der zehn Rich-
tungen
vor Buddha Amitābha, um ihm Opfe-
rungen darzubringen und sein Reines
Land zu sehen.
Möge ich durch meinen Dienst an ihnen
ihren Dharma-Nektar erhalten.

Von dort kann man allein durch
Gedanken
ungehindert die Buddha-Bereiche von
Akanishta, Ratnakūta, Karma-
paripūrana und Dhumatala erreichen.
Möge ich jeden Morgen diese Bereiche
besuchen,
um die Buddhas Akshobya, Ratna-
sambhava, Amoghasiddhi und
Vairocana zu treffen.

Möge ich durch sie Einweihungen
und Segnungen erhalten,
vor ihnen Gelübde nehmen, Opferun-
gen darbringen
und dann am Abend anstrengungs-
los und ohne Hindernisse
nach Sukhavatī zurück-
kehren.

Möge ich Potala, Alakavati, Camara
und Orgyen,
die tausend Millionen Buddha-Länder
mit all ihren tausend Millionen
Ausstrahlungen von Avalokiteshvara,
Tāra, Vajrapani und Padmasambhava
erreichen
und ihnen ozeangleiche Opferungen
darbringen,
tiefgründige Belehrungen erbitten

und Einweihungen erhalten und schnell
und anstrengungslos ohne Hinder-
nisse
zu meinem Platz in Sukhavatī zurück-
kehren.

Mögen mithilfe meiner höheren Vor-
stellungskräfte all jene,
die ich zurückgelassen habe, nahe
Freunde und Schüler,
meinen Schutz und meinen Segen
erhalten und
möge ich sie nach ihrem Tod in das
Reine Land führen können.

Die Zeitspanne dieses glücklichen
Zeitalters ist in Sukhavatī wie ein
einzigiger Tag
und während unermesslicher Zeitalter
gibt es keinen Tod.

Möge ich für immer in diesen Bereich
eintreten.

Von Buddha Maitreya bis zu Buddha
Möpa (der tausendste Buddha, der
erscheinen wird):

Möge ich während der glücklichen
Zeitspanne,

in der diese Buddhas in der Welt
erscheinen, auf wunderbare Weise
dorthin gelangen,

ihnen Opferungen darbringen
und ihrem befreienden Dharma
zuhören.

Möge ich dann ohne Schwierigkeiten
wieder nach Sukhavatī zurückkehren.

Alle Qualitäten der einundachtzig
Buddha-Länder der einhundert-
tausend Millionen Buddhas
sind in Sukhavatī enthalten.

Daher ist es das unübertroffen höchste
und exzellenteste aller Buddha-
Länder.

Möge ich in diesem glückseligen
Buddha-Land wiedergeboren
werden.

Von der Freude in Sukhavatī

Dort ist der Juwelenboden so weich wie
die Handflächen.

Er ist weiträumig und Licht strahlt von
ihm aus.

Wird er nach unten gedrückt, gibt er
nach; lässt der Druck nach, hebt er
sich wieder.

Möge ich in diesem erhabenen Bereich
sanfter Freude wiedergeboren
werden.

Dort gibt es wunscherfüllende Bäume
aus verschiedenen kostbaren
Substanzen,
mit Laub aus Brokat und Früchten aus
Juwelenornamenten.
Auf ihnen sitzen Scharen von zauber-
haften Vögeln, und ihr Gesang
sind die tiefgründigen und umfassenden
Lehren des Dharma.
Möge ich in diesem Bereich großer
Wunder wiedergeboren werden.

Dort gibt es Flüsse mit parfümiertem
Wasser, das die acht Qualitäten
besitzt.

Badeteiche, die mit Nektarwasser
gefüllt sind, besitzen die gleichen
Qualitäten.

Die Stufen zum Bad sind mit den
sieben kostbaren Edelsteinen besetzt
und
das Wasser ist mit Lotusblüten bedeckt,
die wohlriechende Früchte tragen.
Von diesen strahlt grenzenloses Licht
aus,
wobei die Spitze jedes Lichtstrahls mit
der Ausstrahlung eines Buddha
geschmückt ist.
Möge ich in diesem Bereich größter
Wunder wiedergeboren werden.

Die acht unvorteilhaften Bedingungen
und das Leiden der niederen
Bereiche sind dort unbekannt.
Die drei oder fünf Geistesgifte, Krank-
heit, Dämonen, Feinde, Armut,
Kampf und Quälerei und so weiter, all
dieses Leiden ist dort unbekannt.

Möge ich in diesem Bereich großer
Freude wiedergeboren werden.

Dort erscheinen keine gewöhnlichen
Männer und Frauen* und es gibt
keine Geburt aus dem Mutterleib,
sondern alle werden aus einer Lotus-
blüte geboren.

Alle haben fehlerlose Körper von
goldener Farbe,
sind mit dem Ushnisha geschmückt
und besitzen alle Zeichen und Voll-
kommenheiten
sowie die fünf höheren Fähigkeiten und
die fünf Augen.

Möge ich in diesem Bereich unzähliger
Qualitäten wiedergeboren werden.

Die Paläste bestehen aus verschiedenen
kostbaren Materialien, die aus sich
selbst heraus entstanden sind.

Alle erwünschten Freuden erscheinen
durch die Kraft der Gedanken.
Es ist keine Anstrengung notwendig
und alle Bedürfnisse werden spontan
erfüllt.
Es wird nicht unterschieden zwischen
Ich und Du, weil es dort keine
Selbstsucht gibt.
Was auch immer man sich wünscht,
entsteht auf einer Dharma-Wolke
aus der Handfläche.
Alle Handlungen stimmen mit dem
Dharma des höchsten Mahayana
überein.
Möge ich in diesem Bereich alles durch-
dringender Freude und Zufrieden-
heit wiedergeboren werden.

Dort bringt der wohlriechende Wind
großen Blumenregen.

Alle Bäume, Flüsse und Lotusblumen
haben hervorragende Formen,
 Klänge, Gerüche, Geschmäcker und
 fühlen sich angenehm an.

Unaufhörlich erscheinen Opferungs-
 wolken mit allen Arten von erfreu-
 enden Dingen.

In diesem Bereich erscheinen keine
 gewöhnlichen Männer und Frauen,
 aber es gibt eine Vielzahl von
 Gottheiten.*

Verschiedene Opferungsgöttinnen
 bringen unaufhörlich Opferungen
 dar.

Durch den Wunsch, sich auszuruhen,
 erscheint sofort ein Juwelenpalast.

Wünscht man, sich niederzulegen,
 erscheint ein Juwelenthron
 mit Kissen und Decken aus verschie-
 denen Seidenstoffen.

Wünscht man, Tönen zu lauschen,
erklingt Vogelgesang und
die wunscherfüllenden Bäume und
Flüsse preisen den Dharma.

Wünscht man Ruhe, ist kein Geräusch
zu hören.

Die Nektar-Seen und -Flüsse werden
entsprechend den eigenen Wünschen
warm oder kalt.

Möge ich in diesem wunscherfüllenden
Bereich wiedergeboren werden.

In diesem Buddha-Land wird Buddha
Amitābha
für unzählige Zeitalter verweilen, ohne
ins Nirvāna einzugehen.

Wenn Buddha Amitābha dann in das
Nirvāna eintritt,

werden seine Lehren so viele Äonen
bestehen bleiben, wie es Sandkörner
im Ganges gibt.

Möge ich während dieser Zeit nicht
von dem Halter des Dharma,
Avalokiteshvara, getrennt sein und
den befreienden Dharma bewahren.

Es mag sein, dass der heilige Dharma
verfällt, doch er wird wieder
erscheinen,
sobald Avalokiteshvara die Erleuchtung
erlangt.

Er wird als Buddha Öser Künne Phagpa
zur Zeit des Königs Paltseg erscheinen.

Möge ich ihm während dieser Zeit
dienen und dem befreienden
Dharma zuhören.

Seine Lebensspanne wird eine Trillion
sechs Millionen und sechshundert-
tausend Zeitalter betragen.

Möge ich ihm während dieser Zeit
unaufhörlich dienen, ihn ehren
und den edlen Dharma ohne irgend-
welche Fehler bewahren.

Dann wird Avalokiteshvara das Nirvāna
erlangen

und während einer Zeitspanne von
sechshundert Millionen und drei
Billionen Zeitaltern wird Vajrapani
den Dharma erläutern.

Möge ich während dieser Zeit
untrennbar von Vajrapani sein.

Vajrapani wird dann als Buddha
Rabtu Tenpa zur Zeit des Königs
Yönten Norbu Tsegpa erscheinen.

Seine Lebensspanne wird genauso lang
sein wie die von Avalokiteshvara.
Möge ich während dieser Zeit dem
Buddha unentwegt dienen
und ihm Opferungen darbringen und
dadurch die heiligen Lehren
bewahren.

Möge ich dann in einem Augenblick
in einem anderen reinen Bereich
wiedergeboren werden
und die vollkommene Erleuchtung
erlangen.

Wenn ich vollkommene Erleuchtung
erlangt habe, möge ich wie Buddha
Amitāyus in der Lage sein,
die Wesen zur Reife zu bringen und zu
befreien, wenn sie nur meinen
Namen hören.

Möge ich durch unzählige Emanationen
in der Lage sein, die Wesen zu führen.
Möge ich anstrengungslos und spontan
grenzenlosen Nutzen zum Wohle der
Wesen bewirken.

O Buddha Amitābha, Dharmakāya von
unendlichem Glanz,
unbegrenztes Leben, Verdienst, Qualität,
Bewusstsein und Strahlen ursprüng-
licher Weisheit –
es wird gesagt, dass jeder, der beim
Hören deines Namens Vertrauen
entwickelt,
dadurch Schutz vor allen Leiden durch
Feuer, Wasser, Gift, Waffen, böse
Geister und Dämonen erhält,
außer wenn angesammelte Anlagen
bereits herangereift sind.

Ich nehme Zuflucht zu deinem Namen
und verbeuge mich vor dir.

Bitte gewähre mir Schutz gegen alle
Furcht und alles Leiden.

Bitte gewähre deinen Segen, damit sich
alles Glückverheißende vermehrt.

Durch den Segen der Gewissheit der
drei Buddha-Körper,
durch den Segen der Wahrheit des
unwandelbaren Dharma
und durch den Segen der Anleitung
durch den unfehlbaren Sangha
mögen sich all diese Wünsche genau so
erfüllen, wie sie dargebracht wurden.

*Dies ist die Dhāranī für die
Vervollkommnung aller Wünsche.*

KÖN TSCH'OG SUM LA
TSCH'AG TS'AL LO/
TADJAT'Ā PAN TSAN DRIJA AWA
BODHA NĀ JA SWĀHĀ//

KÖN TSCH'OG SUM
LA TSCH'AG TS'AL LO/
NAMO MANDSCHUSCHRIJE/
NAMA SUSCHRIJE/
NAMO UTTAMA SCHRĪJE
SWĀHĀ//

Es wird gesagt, wenn du drei Verbeugungen mit diesem Mantra darbringst, wird es das gleiche Verdienst hervorbringen wie hunderttausend andere Verbeugungen.

Es ist am besten, wenn du hundert Niederwerfungen machen kannst. Das Mittlere ist, so viele zu machen, wie es möglich ist. Man sollte aber mindestens sieben Verbeugungen durchführen.

Es ist am besten, wenn du nie die regelmäßige Rezitation dieses Wunschgebetes unterbrichst. Das Mittlere ist, sie ohne Unterbrechung für ein Jahr durchzuführen oder für einen Monat. Mindestens solltest du sie je nach Gelegenheit ausführen, mit gefalteten Händen und einsgerichteter Hingabe, zu Buddha Amitābha und seinem Reinen Land im Westen, Sukhavatī, gerichtet.

Indem du dies tust, werden alle Hindernisse in deinem Leben beseitigt und du wirst

später ohne Zweifel in Sukhavatī wiedergeboren werden. So wurde es in den Öd- und Shingködo-Sutras und in Pema Karpos Chime Ngadra und anderen Werken erklärt.

Dieses Wunschgebet wurde von dem Mönch Raga Asya verfasst. Möge es für viele führende Wesen die Ursache für eine Wiedergeburt in Sukhavatī sein.

Diese vorläufige Fassung des Sukhavatī-Wunschgebetes wurde von dem ursprünglichen tibetischen Text unter der Aufsicht des Ehrwürdigen Saljay Rinpoche, unter der Anleitung von Shastri Tennam und mit den Ratschlägen von Dana Chubb von Jens Hansen ins Englische übersetzt. Die deutsche Lautschrift und Übersetzung wurde in Dharmakirti, Heuchelheim, erstellt und von Mitarbeitern des Drikung Kagyü Verlages

*unter Leitung von Ani Tändsin Tschödrön
(Elke Tobias) 2003 und 2005 in Drikung
Sherab Migched Ling, Aachen, überarbeitet.*

*Möge durch das Engagement bei der Er-
stellung dieser Texte die Essenz der Lehren
erhalten bleiben und mögen alle fühlenden
Wesen vollständig von Verwirrungen be-
freit werden und den Körper der zwei aus-
gezeichneten Wahrheiten erlangen.*

MANGALA BHWANTU

Herausgegeben vom Milarepa Retreat Zentrum,
Schneverdingen. Abdruck mit freundlicher Genehmigung
des © Drikung Kagyü Verlages, Aachen. Die mit einem
Stern (*) gekennzeichneten Stellen wurden in Absprache
mit S. E. Garchen Rinpoche geändert.



Drikung Garchen Institut, München

Die spirituellen Leiter des Milarepa Retreat Zentrums



S. H. Drikung Kyabgön Chetsang



S. E. Garchen Rinpoche

Mögen durch dieses Dharma-Werk alle
fühlenden Wesen frei von Leid und den
Ursachen des Leids sein und die vollkommene,
vollständige und kostbare Erleuchtung erlangen.



MILAREPA RETREAT ZENTRUM
Reimerdinger Str. 18
D-29640 Schneverdingen
Tel.: +49-5193-97 43 2000
E-Mail: info@milareparetreat.de
www.milareparetreat.de