

# **Verschiedene Gebete für die Unterweisungen Seiner Heiligkeit des Dalai Lamas am *Ganden Ngamchö*-Tag (Lama Tsongkhapa-Tag) 2021**

## **Das Migtsema-Gebet:**

Avalokiteshvara, großer Schatz unvorstellbarer Zuneigung!  
Manjushri, Herr der makellosen Erkenntnis!  
(Vajrapani, Vernichter all der Armeen Maras!)  
Tsongkhapa, Kronjuwel der Meister Tibets!  
An dich, Lobsang Drakpa, richte ich meine Bitten.

## **(1) Gebete vor den Unterweisungen**

### **Zuflucht und Erleuchtungsgeist:**

Bis zu meiner Erleuchtung nehme ich Zuflucht  
zu Buddha, dem Dharma und der Höchsten Gemeinschaft.  
Durch die Ansammlungen des Hörens dieser Unterweisungen  
möge ich, zum Wohle aller Lebewesen, die Buddhaschaft erlangen. (3x)

### **Herz Sutra:**

Folgendes habe ich einmal gehört: Der Erhabene hielt sich einst auf dem Geierberg nahe Rajgriha auf, zusammen mit einer großen Gemeinschaft von Mönchen und einer großen Gemeinschaft von Bodhisattvas. Zu dieser Zeit verweilte der Erhabene in einer meditativen Konzentration über die Vielzahl der Phänomene, genannt „Erscheinung des Tiefgründigen“. Zur gleichen Zeit betrachtete der Bodhisattva-Mahasattva, der edle Avalokiteshvara, die Ausübung der tiefgründigen Vollkommenheit der Weisheit und betrachtete auch die fünf Aggregate als leer von inhärentem Sein. Durch die Kraft des Buddha sprach darauf der ehrwürdige Shariputra zu dem Bodhisattva-Mahasattva, dem edlen Avalokiteshvara, diese Worte: „Wie sollen sich jene Söhne von edler Art schulen, die die Ausübung der tiefgründigen Vollkommenheit der Weisheit anzuwenden wünschen?“ So sprach er, und der Bodhisattva-Mahasattva, der edle Avalokiteshvara, antwortete dem ehrwürdigen Shariputra mit den Worten: „Shariputra, jene Söhne und Töchter von edler Art, die die Ausübung der tiefgründigen Vollkommenheit der Weisheit anzuwenden wünschen, sollten folgendermaßen schauen: Sie sollten einwandfrei und folgerichtig erkennen, dass auch die fünf Aggregate leer von inhärentem Sein sind.

Form ist leer.

Leerheit ist Form.

Form ist nichts anderes als Leerheit.

Leerheit ist nichts anderes als Form.

Ebenso sind auch Empfindung, Unterscheidung, Gestaltender Faktor und Bewusstsein leer. Auf diese Weise, Shariputra, sind alle Phänomene leer: Sie haben keine Wesensmerkmale, sie sind ohne Erzeugung und ohne Vergehen. Sie sind weder befleckt noch unbefleckt, weder abnehmend noch zunehmend. Deshalb, Shariputra, gibt es in der Leerheit keine Form, keine Empfindung, keine Unterscheidung, keinen Gestaltenden Faktor, kein Bewusstsein, kein Auge, kein Ohr, keine Nase, keine Zunge, keinen Körper, keinen Geist, keine Form, keinen Klang, keinen Geruch, keinen Geschmack, kein Berührungsobjekt und kein Phänomen. Es gibt keinen Augenbereich, keinen Geistesbereich, sowie keinen Bewusstseinsbereich. Es gibt auch keine Unwissenheit noch Aufhören der Unwissenheit, bis hin, dass es weder Alter und Tod, noch Aufhören von Alter

und Tod gibt. Ebenso gibt es auch kein Leid, keinen Ursprung, keine Beendigung, keinen Pfad, keine Ursprüngliche Weisheit, kein Erlangen und kein Nicht-Erlangen. Deshalb, Shariputra, weil die Bodhisattvas ohne Erlangen sind, stützen sie sich auf die Vollkommenheit der Weisheit und verweilen darin, und ihr Geist ist ohne Hindernisse und daher ohne Furcht. Indem sie alle Irrtümer völlig überwinden, gelangen sie zur Vollendung, dem Nirvana. Auch alle Buddhas, die in den drei Zeiten verweilen, erwachten voll und ganz zu der unübertroffenen, einwandfreien und vollständigen Erleuchtung, indem sie sich auf die Vollkommenheit der Weisheit stützten. Daher ist das Mantra der Vollkommenheit der Weisheit, das Mantra der großen Erkenntnis, das unübertroffene Mantra, das Mantra, das dem Unvergleichlichen gleicht, das Mantra, das alle Leiden völlig beendet. Weil es nicht trügerisch ist, erkenne es als wahr. Das Mantra der Vollkommenheit der Weisheit lautet:

TAYATA OM GATE GATE PARA-GATE PARA-SAM-GATE BODHI SOHA

Auf diese Weise, Shariputra, sollte sich ein Bodhisattva-Mahasattva in der tiefgründigen Vollkommenheit der Weisheit schulen.“ Daraufhin erhob sich der Erhabene aus der meditativen Vertiefung und sprach voller Zustimmung, zum Bodhisattva-Mahasattva, dem edlen Avalokiteshvara: „Gut so, gut so, Sohn von edler Art, so ist es! Die tiefgründige Vollkommenheit der Weisheit sollte genau so geübt werden, wie du es gelehrt hast. So werden sich auch die Tathagatas daran erfreuen.“ Nachdem der Erhabene diese Worte gesprochen hatte, wurden der ehrwürdige Shariputra und der Bodhisattva-Mahasattva, der edle Avalokiteshvara, sowie jene der verschiedenen Welten, die sich um ihn versammelt hatten – die ganze Versammlung von Göttern und Menschen, Asuras und Gandharvas – von Freude erfüllt und priesen die Worte des Erhabenen.

#### **Ehrerbietung der *Sūtras der Vollkommenheit der Weisheit*:**

Ich verneige mich vor der Mutter der Siegreichen Buddhas der drei Zeiten:  
Der unsagbaren, unfassbaren, unbeschreiblichen Vollkommenheit der Weisheit,  
die ungeboren und ohne Beendigung ist, die die Wesensart von Raum hat  
und das Objekt der Wahrnehmung von selbst-erkennender ursprünglicher Weisheit ist.

#### **Ehrerbietung von Maitreyas *Schmuck der klaren Erkenntnis*:**

Ich verneige mich vor der Mutter der Buddhas, der Shravakas und Bodhisattvas.  
Sie, die aufgrund ihrer Erkenntnis aller Dinge die Shravakas, die nach Frieden streben, zur vollständigen Befriedung führt und aufgrund ihrer Erkenntnis der Pfade bewirkt, dass diejenigen, die den wandernden Wesen helfen, die Ziele der Welt erreichen. Durch das Verbundensein mit ihr, lehren die Siegreichen [Buddhas] die Vielfalt aller Aspekte.

#### **Ehrerbietung von Nagarjunas *Verse der grundlegenden Weisheit*:**

Das, was in Abhängigkeit entsteht,  
ist ohne Beendigung und ohne Erzeugung,  
ohne Auslöschung und ohne Beständigkeit,  
ohne Kommen und ohne Gehen,  
ohne Anderssein und ohne Einssein,  
es ist frei von Fabrikationen und friedvoll —  
ich verneige mich vor dem, der all das lehrte,  
dem vollkommenen Buddha, dem Höchsten aller Lehrenden.

#### **Mandaladarbringung:**

Dieses Mandala, duftdurchtränkt, blumenbestreut,  
mit Meru, den vier Kontinenten im Glanz von Sonne und Mond,

sei ein reiner Buddhabereich — ihn bringe ich dar.  
Mögen allen umherwandernden Wesen solche reinen Bereiche zuteilwerden.

Möge das Leben des ehrwürdigen Lamas sehr lang sein,  
seine geschickten heilsamen Handlungen sich in allen Richtungen verbreiten  
und möge das Licht der Lehren Lama Tsongkhas immerzu verweilen, um  
die Finsternis umherwandernder Wesen der drei Daseinsbereiche zu entfernen.

**(Ein Vers aus Nagarjunas Verse der grundlegenden Weisheit, den Seine Heiligkeit alleine spricht:**

Ich verneige mich vor Gautama Buddha,  
der durch seine große Zuneigung  
das erhabene Dharma lehrte,  
das alle falschen Ansichten beseitigt.)

## **(2) Gebete nach den Unterweisungen:**

### **Mandaladarbringung:**

Dieses Mandala, duftdurchtränkt, blumenbestreut,  
mit Meru, den vier Kontinenten im Glanz von Sonne und Mond,  
sei ein reiner Buddhabereich — ihn bringe ich dar.  
Mögen allen umherwandernden Wesen solche reinen Bereiche zuteilwerden.

### **Lied des östlichen Schneebergs**

(verfasst vom I. Dalai Lama, Gyälwa Gendun Drub)

Ich verneige mich vor den spirituellen Meistern.

1.  
Über dem Gipfel des weißen Schneebergs im Osten  
schweben hoch am Himmel weiße Wolken.  
Sie betrachtend denke ich unverzüglich an meine Lamas.  
Ihre Güte wieder und wieder erwägend wächst meine Hingabe.

2.  
Östlich der ziehenden weißen Wolken liegt  
in der Abgeschlossenheit das erhabene Kloster Ganden.  
Dort sind die drei schwer zu beschreibenden kostbaren Meister:  
mein spiritueller Vater Lobsang Drakpa und seine geistigen Söhne.

3.  
Äußerst umfangreich sind eure Lehren des tiefgründigen  
Dharmas über das Yoga der zwei Ebenen.  
Für die Glücklichen des Landes des Schnees  
ist eure Güte, oh Beschützer, unvorstellbar.

4.  
Es ist aufgrund der Güte dieses edlen Vaters und seiner geistigen Söhne,  
dass besonders dieser an der Trägheit festhaltende Gendun Drub

seinen Geist dem Dharma zugewandt hat.  
Eure Güte ist wahrlich groß, oh edler Vater und eure geistigen Söhne.

5.  
Von jetzt an bis ich die Essenz der Erleuchtung erlange,  
werde ich meine Zuflucht allein zu euch, edler Vater und  
eure geistigen Söhnen, und zu keinem anderen nehmen.  
Ich ersuche euch, mich mit eurer Schlinge der Liebe mitzuziehen.

6.  
Auch wenn ich eure Güte nicht zu begleichen vermag,  
lasse ich meinen Geist nicht von Abneigung und Anhaftung beherrschen.  
Voller Entschlossenheit bemühe ich mich immerzu,  
eure Lehren, oh Beschützer, aufrechtzuerhalten.

7.  
Doch heutzutage, in diesem von Schneebergen umgebenen Land,  
gibt es jene, die zwar versprechen, die Lehre zu bewahren,  
die jedoch andere, welche die Lehre aufrechterhalten, als wahren Feind betrachten.  
Ein solches Verhalten lässt in mir tiefe Traurigkeit entstehen.

8.  
Mit der Absicht anderen zu schaden  
halten sie unnachgiebig an ihren Begründungen fest  
und glauben, sich auf dem höchsten Pfad zu befinden.  
Ziehen sie dies in Betracht, bringt es sie in Verlegenheit.

9.  
Diese feindseligen Wesen gehen voller Wut  
— da sie sich im Alter auf dem falschen Weg befinden —  
gegen jene vor, die das Dharma richtig praktizieren.  
Ist ein Dämon in ihren Geist eingedrungen?

10.  
Sich nicht zu bemühen, den Feind — die Verblendungen — zu zähmen,  
jedoch bei einem einzigen Vorwurf gleich zu erzürnen,  
ist so als würde ein böser Geist an der östlichen Tür stehen  
und man versucht, ihn an der westlichen Tür zu beseitigen.

11.  
Jene spirituellen Freunde, die verstehen, dass dies so ist,  
sehen im Allgemeinen alle verkörperten Wesen als gütig an  
und üben sich insbesondere darin, alle Phänomene als rein zu betrachten  
und den inneren schädlichen Feind, die Verblendungen, zu zähmen.

12.  
O, meine Freunde und Nachfolger,  
lasst nicht zu, dass sich euer Geist geschlagen gibt.  
Es ist angemessen, ihn unvoreingenommen zu untersuchen  
und auf dem geraden Pfad zu bleiben.

13.

Mögen die umherwandernden Wesen kraft dieser Worte den von Liebe und Mitgefühl eingeleiteten Erleuchtungsgeist sowie die Einsicht, welche die nicht-fabrizierte letztendliche Sphäre erkennt, entwickeln, um dann unverzüglich die unübertreffliche Erleuchtung zu erlangen.

14.

Ihre Körper leuchten mit den Merkmalen und Zeichen eines Buddhas. Ihre Rede ist mit den sechzig Aspekten der wohlklingenden Rede geschmückt. Ihr Geist ist ein Schatz tiefgründiger Erkenntnis und umfangreicher Zuneigung. Möge uns alles Glückverheißende der glorreichen Lamas beschert sein.

Dieses bewegende Lied wurde von dem großartigen allwissenden (I. Dalai Lama) Gendun Drub verfasst.

## **Wunschgebet des Stufenwegs zur Erleuchtung**

(verfasst von Je Tsongkhapa Lobsang Drakpa)

1.

Durch meine fortwährenden Bemühungen, die beiden raumähnlichen und weitreichenden Ansammlungen anzuhäufen, möge ich als Oberster der siegreichen Buddhas zu einer Leitperson für alle wandernden Wesen werden, deren geistiges Auge durch die Unwissenheit erblindet ist.

2.

Bis zu diesem Zeitpunkt möge mich Mañjuḥoṣa während all meiner Leben mit seiner liebevollen Zuneigung leiten und möge ich die siegreichen Buddhas erfreuen, indem ich den höchsten Pfad, in dem alle Stufen der Lehre vollständig sind, erreiche und verwirkliche.

3.

Möge ich die wesentlichen Aspekte dieses Pfades, so wie ich sie erkannt habe, lehren. Möge ich inspiriert durch intensive Zuneigung und mit geschickten Mitteln und, nachdem ich dadurch die Dunkelheit im Geist wandernder Wesen beseitigt habe, auf lange Zeit die Lehren der siegreichen Buddhas aufrechterhalten.

4.

Möge ich — tief bewegt vom großen Mitgefühl — in den Gebieten, wo sich die höchste, kostbare Lehre noch nicht verbreitet hat oder wo sie sich verbreitete, aber wieder nachgelassen hat, den Schatz des Glücks und Wohlbefindens deutlich machen.

5.

Mittels der Stufen des Pfades zur Erleuchtung und den wundersamen Tätigkeiten der siegreichen Buddhas und ihren Nachkommen möge ich denen, die nach Freiheit streben, geistigen Reichtum bringen und auf lange Zeit die Taten der siegreichen Buddhas unterstützen.

6.

Möge ich die Voraussetzungen schaffen, die diesem ausgezeichneten Pfad zugutekommen und alle Hindernisse entfernen. Möge niemand,

ob Mensch oder nicht, jemals vom reinen Pfad getrennt sein,  
der von den siegreichen Buddhas gepriesen wird.

7.

Wenn ich mich tatkräftig der angemessenen Praxis  
der zehn Dharma-Aktivitäten<sup>1</sup> des höchsten Fahrzeugs widme,  
mögen mir die kraftvollen Buddhas immerzu beistehen  
und möge ein Ozean der Glückseligkeit alle Richtungen durchdringen.

Diese Verse wurden von Je Tsongkhapa Lobsang Drakpa verfasst.

### **Das Langlebensgebet für Seine Heiligkeit den Dalai Lama:**

Kraftvoller Avalokiteshvara, Tenzin Gyatso:  
Quelle allen Nutzens und Glücks in dem von Schneebergen  
umgebenen Land, mögest du bis zum Ende  
des Daseins fortwährend unter uns verweilen.

### **Andere Widmungsgebete**

Genauso wie Mañjuśhrī und auch Samantabhadra  
die Allwissenheit erlangten, so widme ich  
all diese heilsamen Handlungen,  
um ihrem Beispiel folgend meinen Geist zu schulen.

Alle Siegreichen Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart  
und Zukunft preisen die Widmung als herausragend.  
Deshalb widme ich all diese grundlegenden heilsamen  
Handlungen dem herausragenden Verhalten.

Möge ich durch die Verdienste dieser heilsamen Handlungen  
schnell die Buddhaschaft erlangen  
und alle Lebewesen ohne Ausnahme  
zu diesem Zustand führen.

Möge der vortreffliche, kostbare Erleuchtungsgeist  
von denen entwickelt werden, die ihn noch nicht erlangt haben,  
und bei denen, die ihn entwickelt haben, nicht nachlassen,  
sondern sich immer weiter verstärken.

Möge der kostbare Geist, der die Leerheit erkennt,  
von denen entwickelt werden, die ihn noch nicht erlangt haben,  
und bei denen, die ihn entwickelt haben, nicht nachlassen,  
sondern sich immer weiter verstärken.

[Ins Deutsche übersetzt von Geshema Kelsang Wangmo im Dezember 2021 und Korrektur gelesen von Annette Kleinbrod.]

---

<sup>1</sup> Die zehn Dharma-Aktivitäten sind: Texte kopieren, Opfergaben bringen, sich in der Freigebigkeit üben, studieren, lesen, auswendig lernen, lehren, laut rezitieren, über das Gelernte reflektieren und meditieren.