



**Je Tsongkhapa**

## **Zufluchtnahme und Entwicklung des Erleuchtungsgeistes**

Bis zur Erleuchtung nehme ich meine Zuflucht zum Buddha, zum Dharma und zur Höchsten Gemeinschaft.

Möge ich durch die Verdienste des Gebens und der anderen Tugenden zum Nutzen aller Lebewesen die Buddhaschaft erreichen.

### **Je Tsongkhapa: Die Grundlage aller guten Eigenschaften**

Der gütige und mitfühlende Lehrer ist die Grundlage aller guten Eigenschaften. Sich ihm in rechter Weise anzuvertrauen ist das Fundament des Pfades. Segne mich, dass ich dies gut sehe und mich dir mit vielerlei Bemühungen und mit großem Respekt anvertraue.

Die gute Basis, das menschliche Leben mit seiner Freiheit, habe ich nun ein einziges Mal gefunden. Es ist so schwer zu erlangen und von so großer Bedeutung. Segne mich, dass ich dies erkenne und in mir ohne Unterlass die Geisteshaltung wächst, Tag und Nacht das Wesentliche dieses Lebens zu ergreifen.

Segne mich, dass ich an den Tod denke, denn Körper und Leben sind flüchtig - sie vergehen schnell wie Blasen im Wasser. Segne mich, damit ich die feste Gewissheit finde, dass nach dem Tod mir die Wirkungen meiner guten und schlechten Taten so folgen, wie der Schatten dem Körper folgt, und damit ich stets Achtsamkeit bewahre, alles Unheilsame, so klein es auch sei, aufzugeben und mir alles Tugendhafte ohne Ausnahme anzueignen.

Die unzuverlässigen Vortrefflichkeiten im Daseinskreislauf sind die Pforten zum Leid; soviel man sie auch benutzt, man ist doch nie befriedigt. Segne mich, dass ich ihre Fehler erkenne und so in mir das intensive Streben nach dem Glück der Befreiung entsteht.

Diese makellose Absicht bringt Vergegenwärtigung, Selbstprüfung und Achtsamkeit mit sich. Segne mich, dass ich diese Eigenschaften in mir stark werden lasse und so mit ganzem Herzen die Disziplin zur eigenen Befreiung übe, denn diese ist das Fundament der Lehre.

Genauso wie ich selbst in den Ozean des Daseinskreislaufs gefallen bin, sind es alle im Dasein Wandernden, meine eigenen Mütter. Segne mich, dass ich dies sehe und in mir das höchste, altruistische Streben nach Erleuchtung schule, das die Last trägt, die Lebewesen zu befreien.

Allein durch das Erzeugen der bloßen Zielsetzung zur Erleuchtung, ohne die drei Arten der Ethik zu üben, werde ich die Erleuchtung nicht verwirklichen. Segne mich, dass ich dies erkenne und mich mit starker freudiger Anstrengung in der Bindung der Bodhisattvas schule.

Segne mich, dass ich die Ablenkungen zu verkehrten Objekten beruhige und das einwandfreie Objekt korrekt untersuche, und dass ich dadurch schnell in mir den Pfad entstehen lasse, der geistige Ruhe und besondere Einsicht vereint.

Das diamantene Fahrzeug ist das höchste aller Fahrzeuge und die Eingangspforte der Glücklichen. Segne mich, dass ich es ohne Schwierigkeiten betrete, wenn ich durch die Schulung des gewöhnlichen Pfades zum Gefäß dieser Lehren geworden bin.

Die Bindung des makellosen Gelöbnisses zu bewahren ist die Grundlage, um die zwei Arten von Siddhis zu verwirklichen. Segne mich, dass ich darüber nicht-künstliche Gewissheit erlange und meine Bindung selbst auf Kosten meines Lebens bewahre.

Segne mich, dass ich daraufhin alle wesentlichen Punkte der zwei Stufen, die die Essenz des Tantra sind, verstehe, und dass ich sie dann so verwirkliche, wie es den Erklärungen der Edlen entspricht, ohne je von der Ausübung des Yoga in vier Sitzungen abzulassen.

Gib Deinen Segen, dass die geistigen Lehrer, die diesen guten Pfad zeigen, und die Freunde, die ihn korrekt ausüben, lange leben, und dass alle äußeren und inneren Hindernisse vollständig zu Ende gehen.

Möge ich in allen Existenzen von dem einwandfreien Lama niemals getrennt sein und mich an der Herrlichkeit der Lehre erfreuen; möge ich die vortrefflichen Eigenschaften der Ebenen und Pfade vollenden und schnell den Zustand Vajradharas erreichen.

## Widmungsgebet

Di tar gji pa ge wa tu  
Dro kün nö ze sam dschor pong  
Dsa tun dscham dang njing dsche ji  
Pen zün tag tu zo war schog

Mögen durch die Kraft dieser  
Bemühungen alle Wesen von  
zerstörerischem Tun und Denken  
ablassen und in Freundschaft, Liebe,  
Mitgefühl und Harmonie  
zusammenleben.

Ge wa di ji kje bo kun  
Sö nam je sche zog sag sching  
Sö nam je sche lä dschung wä  
Dam pa ku nji tob par schog

Mögen alle Wesen kraft dieser  
Bemühungen verdienstvolle  
Handlungen und Weisheit sammeln  
können und mögen sie die zwei  
heiligen Körper erlangen, welche aus  
verdienstvollen Handlungen und  
Weisheit entstehen.

Ten dsin gja zo ku ze tän  
Lo den lo ji päd mo gje  
Sche drub nji mö nang wa ji  
Tschog tschur gye pä ta schi schog

Möge der Dalai Lama, der große  
Ozean, der Halter der Lehre, lange  
leben, möge der Geist der  
Einsichtsvollen sich wie ein Lotus  
entfalten und möge, unter der Sonne  
von Belehrungen und Praxis, allen  
zehn Himmelsrichtungen Glück  
beschieden sein.