

Leerheits-Mantra

ཨོཾ་སྤྲུལ་མ་ཤུག་སའ་རྣམས་སྤྲུལ་མ་ཤུག་ཉེ་ཉོ། གིས་སྤྲུངས།

OM SWABHĀWA SCHUDDHA SARWA DHARMĀ SWABHĀWA SCHUDDHO HANG/

Alle Phänomene lösen sich in der Leerheit auf. Durch [das Mantra] wird gereinigt.

Visualisierung

སྤོང་པའི་ངང་ལས་རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བས།

TONG PĀ NGANG LĀ RANG JI DAM DU SAL WĀ/
Aus der Leerheit manifestiere ich mich als Deva und

མདུན་བསྐྱེད་ཡི་གོ་རྩི་དཀར་པོར་གྱུར།

DÜN KJE JI GE HRĪ KAR POR GJUR/
vor mir erscheint die weiße Keimsilbe HRĪ (རྩི་).
Vor mir erscheint die weiße Keimsilbe HRĪ (རྩི་).

རྩི་དེ་ལས་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་པས།

HRI DE LĀ Ö PAG TU ME PA T'RÖ PĀ
Von diesem HRĪ strahlt grenzenloses Licht

བཞི་པ།

1

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་མཚོད།

SANG GJE DANG DSCHANG TSCH'UB SEM PA NAM TSCH'Ö
als eine Opfergabe an alle Buddhas und Bodhisattvas aus.

རྩི་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས།

HRI DE JONG SU GJUR PA LĀ/
Das HRĪ verwandelt sich in

ཞབས་གཉིས་གྱིས་བདུད་བཞི་མནན་པ།

SCHAB NJI KJI DÜ SCHI NĀN PA/
Ihre Füße treten die vier Arten von Māras nieder.

རྩི་འདུས་རྩི་ལ་ཐིམ།

TSUR DÜ HRI LA T'IM/
Es kommt zurück und wird vom HRĪ absorbiert.

ཨ་ཕྱི་སྐྱེ་མདོག་དཀར་མོ་བཞེངས་ནས།

A TSCH'I KU DOG KAR MO SCHENG NĀ
Achi Chökyi Dölma, die eine weiße Farbe hat und aufrecht steht.

ན་ཟ་དར་གྱི་ལྷབ་ལྷབ་གསོལ་བ།

NA SA DAR GJI LHAB LHUB SOL WA/
Sie ist in weite, seidene Roben gekleidet

ཨ་ཕྱི་འཕྲུལ་བསྐྱེད་པ་

Die Meditation der Achi Chökyi Dölma

༄༅། རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ།

RIN PO TSCH'E NA TS'OG KJI GJÄN PA/
und trägt die verschiedenen Schmuckstücke aus Juwelen.

འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གཟིགས་པ།

DÄ MA ONG DA TA DÜ SUM SIG PA/
in welchem sie die Vergangenheit, Zukunft und Gegenwart sieht.

གསོལ་བ་བཏབ་ན་དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བར་འགྱུར།

SOL WA TAB NA GÖ DÖ T'AM TSCHÄ DSCHUNG WAR GJUR/
das alle Wünsche erfüllt, um die man bittet.

ཕུག་གཡས་ན་དངུལ་དཀར་གྱི་མི་ལོང་འཛིན་པ།

TSCH'AG JÄ NA NGUL KAR GJI ME LONG DSIN PA/
In der rechten Hand hält sie einen weißen, silbernen Spiegel,

ཕུག་གཡོན་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་རོར་བུ་བསྐྱམས་པ།

TSCH'AG JÖN NA JI SCHIN GJI NOR BU NAM PA/
In der linken Hand trägt sie ein wunscherfüllendes Juwel,

Visualisierung zur Mantra-Rezitation

རང་གི་སྤྱགས་ཀར་རྒྱ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ།

RANG GJI T'UG KAR DA WÄ KJIL K'OR GJI TENG DU/
Im Herzen steht auf einer Mondscheibe

Mantra

ཨོཾ་མ་མ་ཙཀ་ར་སྐྱེ། ཡར་འདུས། སར་འདུས། ར་ཇ་ར་ཇ་འདུས། མ་མ་འདུས་རྩྱི་ཕའ་སྐྱེ། ཞེས་མིང་ཚིག་མ་འདྲེས་པར་ཅི་རུས་བརྒྱ།

OM MAMA TSAKRA SWĀHĀ/ JAR DÜ/ SARWA DÜ/ RADSA RADSA DÜ/ MAMA DÜ HÜNG P'AT SWĀHĀ/

Rezitiere [das Mantra] sooft wie möglich, ohne es mit gewöhnlichen Worten zu vermischen.

རྩི་དཀར་པོ་ལ་སྤྱགས་ཀྱིས་བསྐོར་བར་གྱུར།

HRĪ KAR PO LA NGAG KJI KOR WAR GJUR/
die weiße Silbe HRĪ (རྩི་), umgeben von dem folgenden Mantra:

༄། བསྟོན་པ་ནི།

Lobpreis und Anrufung

རྗེ་བཞིན་བཟང་དབྱིངས་ཕྱག་དཔལ་ལྡན་ཚེས་ཀྱི་སྟོན།

HRĪ/ SCHIN SANG JING TSCH'UG PAL DÄN TSCH'Ö KJI DROL/
HRĪ – Glorreiche Chökyi Dölma, Manifestation des Dharmadhātu,

།སྤྱི་མདོག་དཀར་དམར་འགྲུར་མེད་འགྲིང་བག་ཅན། །

KU DOG KAR MAR GJUR ME GJING BAG TSCHÄN/
von weißer Farbe mit rotem Schein, in unveränderlicher Haltung;

འཁོར་བའི་ལོག་ལྷ་སྐྱེས་བྱེད་འོད་མངའ་མ།

K'OR WÄ LOG TA KEM DSCHE Ö NGA MA/
Deine Lichtstrahlen lassen falsche Sichtweisen im Samsāra austrocknen.

།བདེ་ཆེན་དགའ་སྟེར་རབ་དགེས་དཔལ་མོ་སྟེ། །

DE TSCH'EN GA TER RAB GJE PAL MO TE/
Du bist die Glorreiche, die uns gerne höchstes Glück und Freude schenkt.

གསུམ་

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཞི་བྱེད་འཛུམ་པའི་སྐྱ།

SCHAL TSCHIG TSCH'AG NJI SCHI DSCHE DSUM PÄ KU/
Du hast ein Gesicht mit lächelndem und befriedendem Ausdruck
und zwei Hände.

གཡོན་པ་ཐོད་ནང་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུ་འཛིན།

JÖN PA T'Ö NANG JI SCHIN NOR BU DSIN/
In der linken Hand hältst Du eine Schädelschale, die mit
wunscherfüllenden Juwelen [gefüllt ist].

ཟའོག་སྐྱ་ལྗེའི་ན་བཟའ་སྐྱ་ལ་གསོལ།

SA OG NA NGÄ NA SA KU LA SOL/
Du trägst kostbare Kleidung in fünf unterschiedlichen Farben,

།ཕྱག་གཡམས་ཇུ་རུ་སྐྱེན་པ་ཀུན་ཁྱབ་སྟོན་གས། །

TSCH'AG JÄ DA RU NJÄN PA KÜN K'JAB DROG/
In der rechten Hand hältst Du einen Damaru, dessen schöner Klang sich
überall verbreitet.

།སྐྱབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་ཀུན་རྩོལ་ཅིང་། །

DRUB PA PO LA NGÖ DRUB KÜN TSOL TSCHING/
Diese verleihen den Praktizierenden alle Siddhis.

།རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་དར་གྱི་ཅོད་པན་འཕུར། །

RIN PO TSCH'E GJÄN DAR GJI TSCHÖ PÄN P'UR/
kostbare Schmuckstücke und eine Krone mit seidenen Bändern.

ལ་སྟེང་རྒྱན་འབྱེད་བསུས་པ་

༄༅། །འཛིབས་སུ་སྤྱིན་གསེབ་ཚུ་ཏུ་སྤོན་པོ་བཅིབས།

TSCH'IB SU TRIN SEB TSCH'U TA NGÖN PO TSCHIB/
So reitest Du inmitten von Wolken auf einer blauen Wasser-Stute,

དར་ཆེན་གློ་ནན་སུ་མིན་ཡོང་ཆེན་གསོལ།

DAR TSCHEN LO NÄN MU MEN JOB TSCH'EN SOL/
Die Riemen sind aus Seide und die Steigbügel aus Lapislazuli.

དབྱིངས་ཕྱག་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོ་བཞད་པའི་ཚུལ།

JING TSCH'UG PAL DÄN LHA MO SCHÄ PÄ TS'UL/
Darauf erscheint die glorreiche lächelnde Göttin als Manifestation
des Dharmadhātu.

།གཡུ་ཐུར་སྤོན་པོ་གསེར་སྤབ་སེར་པོས་བརྒྱན། །

JU T'UR NGÖN PO SER SAB SER PÖ GJÄN/
die mit türkisblauen Zügeln und goldgelbem Zaumzeug geschmückt ist.

།ཟ་འོག་དར་གདན་གསེར་སྒྲའི་སྒྲ་སྤྱིང་དུ། །

SA OG DAR DÄN SER GÄ GA TENG DU/
Auf kostbarem Stoff und seidenen Kissen befindet sich ein goldener Sattel.

།སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོས་པོ་ཉའི་ཚོ་འཕུལ་སྤོན། །

NJING DSCHE TSCH'EN PÖ P'O NJÄ TSCH'O T'RUL TÖN/
Aus großem Mitgefühl zeigst Du Deine wunderbare Manifestation als
Botschafterin

ལྷ

4

© DKV, Aachen

།ལྷ་མིན་གཞོན་སྤྱིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར།

LHA MIN NÖ TSCHIN K'A DRÖ TS'OG KJI KOR/
und bist umgeben von einer großen Anzahl Asuras, Yakshas und Dākinīs.

།ཕུན་སུམ་ཚོགས་གནས་དཔལ་གྱི་འབྲི་གུང་དུ།

P'ÜN SUM TS'OG NÄ PAL GJI DRI GUNG DU/
Im glorreichen vollkommenen Ort von Drikung

།བསྟན་པ་བསྐྱེད་ཕྱིར་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ།

TÄN PA SUNG TSCH'IR TOR MA DI SCHE LA/
Bitte nimm diesen Torma an und beschütze dafür den Dharma.

།འཕྲིན་ལས་བཞི་ལྡན་སྤོས་མེད་ངང་ཚུལ་ཅན། །

T'RIN LÄ SCHI DÄN TRÖ ME NGANG TS'UL TSCHEN/
Du besitzt die vier Aktivitäten und bist von Natur aus frei von
gewöhnlichen Unterscheidungen.

།འོངས་སྤྱོད་སྤེལ་ཕྱིར་བཀའ་སྤྱད་ཀུན་མཛད་མ། །

LONG TSCHÖ PEL TSCH'IR KA SUNG KÜN DSÄ MA/
dienst Du als große Dharma-Schützerin, um den Reichtum zu vermehren.

།ཐུགས་དམ་རྒྱུད་བསྐྱེད་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད།

T'UG DAM GJÜ KUL TSCHOL WÄ T'RIN LÄ DSÖ/
Ich rufe Dein Herz-Samaya an und bitte Dich, alle Aktivitäten zu vollenden.

ལ་སྤྱིང་རྒྱན་འབྲིང་བསྐྱེད་པ་

Die Meditation der Achi Chökyi Dölma

༄༅། ཅེས་བཟོད་གསོལ་དང་བསྐྱོན་སྤོན་གྱིས་མཐར་བུ་བྱེད།

Schmücke diese Praxis zum Abschluss mit Bekenntnis, Widmungs- und Wunschgebeten aus.

Widmungsgebet

དག་བ་འདི་ཡི་མ་གྲུ་ལ་བརྟེན།

GE WA DI JI T'U LA TEN/
Mögen durch die Kraft dieses Heilsamen

ཚྷ་ན་ཏཱ་གཱིའི་ས་ཐོབ་ནས།

DSCHNA NA DA KI SA T'OB NÄ/
und möge, nachdem die Stufe der Weisheits-Dākinī erreicht ist,

།ཚོས་བྱེད་སྐྱབ་པོར་བགོགས་མིད་ཅིང་། །

TSCH'Ö DSCHE DRUB POR GEG ME TSCHING/
die Praktizierenden frei von Hindernissen sein,

།འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེམ་པར་ཤོག།

K'OR WÄ GJA TS'Ö KJEM PAR SCHOG//
der Ozean des Samsāra austrocknen.

༧༥

5

© DKV, Aachen

ཞེས་པ་འདི་རྒྱལ་དབང་སྐྱོབ་པ་རིན་པོ་ཆེས་མཇེད་པ་བྱིན་རྒྱལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ།།

Diese Meditation wurde von Gyalwang Kyobpa Rinpoche (Jigten Sumgön) geschrieben. Sie enthält [daher] sehr großen Segen.

Übersetzung: Lama Champa Rigzin und Tändsin T. Karuna sowie Ngawang Tsering und Christian Licht, 1997

Lautschrift: Christian Licht, 1998

3. überarbeitete Auflage, 2009

© Drikung Kagyü Verlag (DKV), Oppenhoffallee 23, 52066 Aachen

ཕ་སྐྱེད་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལྟེན་པ་

Die Meditation der Achi Chökyi Dölma