



## SĀDHANA DER PARNASHAVARĪ

aus den Gesammelten Werken  
von Kyobpa Jigten Sumgön



# **SĀDHANA DER PARNASHAVARĪ**

**aus den Gesammelten Werken  
von Kyobpa Jigten Sumgön**

*Du befreist uns von den Krankheiten des unerschöpflichen Samsara  
und über den Ozean der großen Glückseligkeiten  
im Samsara und Nirvana  
bringst du uns Lebewesen zum höchsten Erwachen -  
glorreicher Phagmodrupa, zu deinen Füßen verneige ich mich.*

*Glorreiche Erhabene Parnashavarī, du befreist  
mich und die anderen von der Gefahr großer Bedrohungen.  
Wenn wir zu dir, der höchsten Göttin, Zuflucht genommen haben,  
wirst du uns vor allen Bedrohungen beschützen -  
daher werde ich etwas Kurzes niederschreiben.*

*Diejenigen, die zu Beginn, wie oben beschrieben, gewiss ihren Geistesstrom  
geläutert haben, sollten sich der Annäherung, Vollendung und den  
Aktivitäten der Gottheit widmen:*

*Richtet eure Unterkunft an einem vollkommen abgeschiedenen Ort  
besonders wohltuend ein, indem ihr sie ausfegt, mit Wasser besprenkelt,  
Blumen verstreut und dergleichen. Nachdem ihr im Osten ein Abbild der  
Erhabenen Parnashavarī und anderer aufgestellt und reichhaltige Gaben  
dargebracht habt, lasst euch auf einem angenehmen Sitz nieder, wobei euer  
Blick nach Osten gewandt ist. In der Körperhaltung meditativer Stabilität  
rezitiert:*

## VORBEREITUNGEN

### Zufluchtsgebet

SANG GYÄ TSCH'Ö DANG TS'OG KYI TSCH'OG NAM LA/  
Zum Buddha, zum Dharma und zur höchsten Versammlung

DSCHANG TSCH'UB BAR DU DAG NI KYAB SU TSCH'I/  
des Sanghas nehme ich bis zum Erwachen Zuflucht.

DAG GI DSCHIN SOG GYI PÄ SÖ NAM KYI/  
Möge ich durch die zwei Ansammlungen aus den Handlungen von  
Freigebigkeit und dergleichen,

DRO LA P'ÄN TSCH'IR SANG GYÄ DRUB PAR SCHOG//  
Buddhaschaft für das Wohl der Wesen erlangen.

*(Rezitiere dies dreimal.)*

### Die vier Unermesslichen

MA NAM K'A DANG NYAM PÄ SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ  
DE WA DANG DE WÄ GYU DANG DÄN PAR GYUR TSCHIG/  
Mögen meine Mütter, alle Wesen, die so unermesslich wie der Raum sind,  
glücklich sein und die Ursachen von Glück besitzen.

DUG NGÄL DANG DUG NGÄL GYI GYU DANG DRÄL WAR  
GYUR TSCHIG/

Mögen sie vom Leid und den Ursachen des Leids getrennt sein.

DUG NGÄL ME PÄ DE WA DANG MI DRÄL WAR GYUR TSCHIG/  
Mögen sie von dem Glück, das von Leid frei ist, nicht getrennt sein.

NYE RING TSCH'AG DANG NYI DANG DRÄL WÄ TANG  
NYOM LA NÄ PAR GYUR TSCHIG//

Mögen sie in Gleichmut verweilen, unvoreingenommen und frei von  
Anhaftung und Ablehnung.

*(Rezitiere dies dreimal.)*

## Die sieben Zweige

TSCH'AG TS'ÄL WA DANG TSCH'Ö TSCHING SCHAG PA DANG/  
Verneigung, Gabendarbringung, Bekenntnis,

DSCHE SU YI RANG KÜL SCHING SÖL WA YI/  
Erfreuen, Erbitten und Ersuchen -

GE WA TSCHUNG SÄ DAG GI TSCHI SAG PA/  
das Wenige, das ich an Heilsamem angesammelt habe,

T'AM TSCHÄ DSOG PÄ DSCHANG TSCH'UB TSCH'IR NGO'O//  
widme ich vollkommen dem vollendeten Erwachen.

## HAUPTTEIL

*Nach dem Hervorbringen von Bodhicitta und der Verdienstansammlung rezitiert:*

### Leerheitsmantra

**OM SWABHĀWA SCHUDDHĀH SARWA DHARMĀH  
SWABHĀWA SCHUDDHO HANG.**

*Das besagt, dass alle Phänomene  
seit jeher von Natur aus vollkommen rein sind.*

*Während dieser Meditation stellt euch vor:*

### Visualisierung

RANG GI SCHE PA PAM SER PO SCHIG DSCHUNG/  
Mein Bewusstsein tritt als gelbe Silbe PAM zutage.

DE LÄ Ö SER T'RÖ PÄ/  
Davon strömen Lichtstrahlen aus,

SEM TSCHÄN T'AM TSCHÄ KYI NÄ DANG NÖ PA TSO WO  
DSCHÄ PÄ DIG PA DANG DRIB PA T'AM TSCHÄ DSCHANG  
NÄ Ö SER DE TSUR DÜ NÄ/

wodurch besonders die Krankheiten und Beeinträchtigungen aller Wesen  
und zudem ihr gesamtes schädliches Handeln und all ihre Schleier  
gereinigt werden. Daraufhin kommen die Lichtstrahlen wieder zurück

SA BÖN GYI YI GE DE NYI LA T'IM PÄ/  
und verschmelzen mit der Kernsilbe.

DE YONG SU GYUR PA LÄ/  
Mit ihrer vollkommenen Verwandlung

KÄ TSCHIG GI RANG NYI TSCHOM DÄN DÄ MA RI T'RÖ MA DÜ  
SUM GYI SANG GYÄ T'AM TSCHÄ KYI YUM DU GYUR PA/  
werde ich selbst in einem Augenblick zur Bhagavati Parnashavarī, der  
Mutter aller Buddhas der drei Zeiten.

KU DOG SER MO SCHÄL SUM PA/

Meine Körperfärbung ist gelb und ich habe drei Gesichter.

Ü SER WA/ YÖN KAR WA/ YÄ NGO WA/ TSCH'AG DRUG PA/

Mein mittleres Gesicht ist gelb, das linke weiß und das rechte blau. Ich habe sechs Arme.

YÄ DANG PO DOR DSCHE/ NYI PA NA DRA TA NAM PA/

Meine untere rechte Hand hält einen Vajra, die mittlere eine Streitaxt

SUM PA NA DA NAM PA/

und die obere einen Pfeil.

YÖN GYI DANG PO DIG DSUB DANG SCHAG PA/

Meine untere linke Hand zeigt die Drohgebärde und hält eine Schlinge,

NYI PA SCHING LÖ BAM PO/ SUM PA SCHU NAM PA/

die mittlere ein Bündel aus Blättern und die obere einen Bogen.

PADMA KAR PÖ TENG NA/

Ich sitze auf einem weißen Lotus

ME PUNG BAR WÄ NANG NA SCHUG PA/

inmitten eines lodernden Flammenmeers.

## Einladen der Weisheitswesen

DE T'UG KA NA PAM LÄ PADMA DANG DA WÄ TENG NA

PAM SER PO LÄ Ö SER T'RÖ PÄ/

In meinem Herzen geht aus der Silbe PAM ein Lotus hervor, darüber erscheint ein Mond und darauf eine gelbe Silbe PAM, aus der Lichtstrahlen ausströmen.

RANG SCHIN GYI NÄ NÄ YE SCHE PA TSCHÄN DRANG/

Sie laden die Weisheitswesen von ihrem natürlichen Aufenthaltsort her ein.

## DSA HÜNG BAM HOH.

*So solltet ihr sie herbeirufen, in euch eintreten lassen, sie mit euch vereinen und voller Freude sein.*

NYI SU ME PAR T'IM/

Wir verschmelzen untrennbar.



## Einladen der Ermächtigungsgottheiten

LAR YANG T'UG KÄ SA BÖN LÄ Ö T'RÖ PÄ WANG GI LHA  
RIG NGA K'OR TSCHÄ TSCHÄN DRANG/

Wieder strömen aus der Kernsilbe in meinem Herzen Lichtstrahlen aus,  
wodurch die Ermächtigungsgottheiten der fünf Familien mit ihrem  
Gefolge eingeladen werden.

## Darbringung

**OM PANTSA KULA SAPARIWĀRA**  
**...PUSCHPAM.../...DHŪPAM.../...ĀLOKAM.../**  
**...GHANDAM.../...NAIVEDYAM...**  
**PRATĪTSA SVĀHĀ.**

*Bringt so die fünf Gaben in rechter Weise dar.*

**OM SARWA TAT'ĀGATA ABHI SCHINTSATU MĀM.**

SCHE SÖL WA TAB PÄ WANG GI LHÄ/  
Damit bitte ich die fünf Gottheiten, Ermächtigung zu erteilen.

**OM SARWA TAT'ĀGATA ABHISCHEKATA**  
**SAMAYA SCHRĪYE HŪNG.**

SCHE BUM PÄ TSCH'Ü WANG KUR/ KU GANG/  
So gewähren sie mit dem Vasenwasser Ermächtigung, es füllt meinen  
Körper auf

DRI MA DAG/ TSCH'U LHAG MA LÄ DÖN YÖ DRUB PÄ U GYÄN/  
und reinigt die Befleckungen. Das überschüssige Wasser wird zu Amogha-  
siddhi als Schmuck meines Kopfes.

WANG LHA NAM RANG NYI LA T'IM PAR GYUR/  
Die Ermächtigungsgottheiten verschmelzen mit mir.

## Darbringungen an uns als Parnashavarī

**OM PISCHATSI PARNA SCHAWARI SAPARIWĀRA**

**...ARGHAM.../...PĀDYAM.../...PUSCHPAM.../**

**...DHŪPAM.../...ĀLOKAM.../...GHANDAM.../**

**...NAIWEDYAM.../...SCHABDA...**

**PRATĪTSA SWĀHĀ.**

*Bringt so die Gaben dar.*

*Im Anschluss an die Segnung eures Körpers, eurer Rede und eures Geistes, an das Gewähren der Ermächtigung, die Meditation des Symbols der Ermächtigung und so fort folgt die Lobpreisung der Erhabenen Parnashavarī in Versform:*

### Lobpreis

TSCH'Ö KU DE WA TSCH'EN PÖ KYIL K'OR NÄ/

Aus dem Mandala der großen Glückseligkeit des Dharmakāya heraus

YAM LA SOG PA NÄ KYI DSCHIG PA DANG/

schützt du uns vor Epidemien und anderen bedrohlichen Krankheiten

DÜ MIN TSCH'I LÄ KYOB PAR DSCHE PA YI/

und vor einem vorzeitigen Tod –

DÖN DRUB T'RIN LÄ YUM LA TSCH'AG TSÄL LO/

ich verneige mich vor dir, Mutter der wunscherfüllenden Aktivitäten.

PADMÄ DÄN LA SER DOG RI T'RÖ MA/

Goldfarbene Parnashavarī, du sitzt auf einem Lotuskissen,

TSA WÄ SCHÄL SER YÄ YÖN NGO DANG KAR/

dein Hauptantlitz ist gelb, das rechte blau, das linke weiß,

U TRA T'OR TS'UG SI DSCHI DÄN PA YI/

und dein Haar zu einem Knoten hochgesteckt, bist du voller Strahlkraft -

NGÖ DRUB LHA MÖ KU LA TSCH'AG TS'ÄL LO/

ich verneige mich vor dem erhabenen Körper der Verwirklichung  
gewährenden Göttin.

YE SCHE T'UG DSCHE DAG NYI TSCHOM DÄN DÄ/  
 Bhagavati, du bist die Verkörperung von ursprünglicher Weisheit und  
 Mitgefühl.

DÜ T'Ä ME PUNG TA BÜ LONG KYIL NA/  
 Du befindest dich inmitten eines Flammenmeers, lodernd wie am Ende der  
 Zeit.

SCHÄL SUM TSCHAG DRUG DSCHIG DSCHE T'RO MÖ SCHÄL/  
 Mit deinen drei Gesichtern und sechs Armen siehst du schrecklich zornvoll  
 aus -

SCHAB NYI KYANG KUM DSÄ LA TSCH'AG TS'ÄL LO/  
 ich verneige mich vor dir, deren eines Bein ausgestreckt und deren anderes  
 angewinkelt ist.

RI T'RÖ LO MA KU LA NAM PA YI/  
 Dein Körper ist in ein Gewand aus Blättern gehüllt,

DA SCHU DRA TA SCHING LÖ BAM PO DSIN/  
 du hältst Pfeil und Bogen, eine Streitaxt und ein Bündel aus Blättern.

DIG DSUB DOR DSCHE NAM PÄ SCHA WA RI/  
 Parnashavari, du zeigst die Drohgebärde und hältst einen Vajra -

YUM TSCH'EN DRO WÄ GÖN LA TSCH'AG TS'ÄL LO/  
 ich verneige mich vor dir, große Mutter, Beschützerin der Wesen.

### **Visualisierung zur Mantrarezitation für den eigenen Schutz**

RI T'RÖ LO MA GYÖN MÄ U GYÄN GYI GYÄL WA RIG NAM  
 PA NGÄ T'UG KA NÄ DÜ TSI TSCH'U GYÜN BAB PÄ/  
 Die Krone von mir, Parnashavari, besteht aus den fünf Siegern.

RANG NYI KYI LÜ DÜ TSI O MA TA BÜ K'ENG PAR GYUR/  
 Aus deren Herzen fließen Ströme von einem milchigen Nektar, der meinen  
 Körper auffüllt.

*So stellt es euch vor und konzentriert euch darauf, dass auf diese Weise alle  
 schädlichen Handlungen und Schleier gereinigt sind. Daraufhin rezitiert  
 das folgende Mantra, so oft ihr es vermögt:*

**Mantra**

**OM PISCHATSI PARNA SCHAWARI  
SARWA MĀRI PRASCHA MANI HŪNG.**

*Das schützt einen selbst.*

*Zum Schutz der anderen:*

**Visualisierung zur Mantrarezitation  
für den Schutz der anderen**

YÜL RI DANG GYÄL K'AM SAM/

*Visualisiere:* In einem Gebiet, einem Land

RANG DSCHI TAR DÖ PA SCHIN DU RIG NGA DE WAR  
SCHEG PA DANG/

oder wo ich es mir wünsche, wird der gesamte Raum von den fünf Sugatas

DSCHE TSÜN MÄ NAM K'A T'AM TSCHÄ GANG/

und der ehrwürdigen Parnashavarī erfüllt.

DÜ TSI GYÜN BAB PÄ/ NÄ PA'AM/ YÜL RI SAM/

Von ihnen fließen Ströme von Nektar herab und erfüllen die Kranken, das  
Gebiet oder das Land.

GYÄL K'AM GANG SCHING/

Daraufhin sind alle Krankheiten

NÄ DANG NÖ PA T'AM TSCHÄ SCHI WAR GYUR/

und Beeinträchtigungen versiegt.

*Konzentriert euch auf diese Vorstellung und rezitiert anschließend, so oft  
ihr vermögt:*

**Mantra**

**OM PISCHATSI PARNA SCHAWARI  
SARWA MĀRI PRASCHA MANI HŪNG.**

## DAS ABSCHLUSSRITUAL

### Darbringung

OM PISCHATSI PARNA SCHAWARI SAPARIWĀRA

...ARGHAM.../...PĀDYAM.../...PUSCHPAM.../

...DHŪPAM.../...ĀLOKAM.../...GHANDAM.../

...NAIWEDYAM.../...SCHABDA...

PRATĪTSA SWĀHĀ.

*Bringt so die Gaben dar.*

### Lobpreis

TSCH'Ö KU DE WA TSCH'EN PÖ KYIL K'OR NÄ/

Aus dem Mandala der großen Glückseligkeit des Dharmakāya heraus

YAM LA SOG PA NÄ KYI DSCHIG PA DANG/

schützt du uns vor Epidemien und anderen bedrohlichen Krankheiten

DÜ MIN TSCH'I LÄ KYOB PAR DSCHE PA YI/

und vor einem vorzeitigen Tod –

DÖN DRUB T'RIN LÄ YUM LA TSCH'AG TS'ÄL TÖ/

ich verneige mich vor dir und lobpreise dich, Mutter der

wunscherfüllenden Aktivitäten.

### Bitte um Nachsicht

MA DSCHOR PA DANG NYAM PA DANG/

Mögest du bitte bei allem nachsichtig sein,

GANG YANG DAG MONG LO YI NI/

was auch immer ich nicht beschaffen konnte, wogegen ich verstoßen habe,

GYI PA DANG NI GYI TSÄL GANG/

was ich mit verblendetem Geist tat,

DE KÜN K'YÖ KYI SÖ PAR SÖL/

oder wozu ich andere mit verblendetem Geist angestiftet habe.

*Bitte so um Nachsicht und rezitiere das Hundert-Silben-Mantra:*

**OM BADSRA SATWA SAMAYA/ MANU PĀLAYA/  
 BADSRA SATWA TENOPA/ TISCHT'A DRIDHO ME BHAWA/  
 SUTO K'YO ME BHAWA/ SUPO K'YO ME BHAWA/  
 ANU RAKTO ME BHAWA/ SARWA SIDDHIM ME PRAYATS'A/  
 SARWA KARMA SUTSA ME TSITTAM SCHĪRYAH KURU  
 HŪNG/ HAHA HAHA HOH/ BHAGAWAN SARWA  
 TAT'ĀGATA/ BADSRA MĀ ME MUN TSA/  
 BADS RĪ BHAWA/ MAHĀ SAMAYA SATWA ĀH.**

### **Glückverheißendes Gebet**

SANG GYÄ KÜN GYI NGO WOR GYUR PA YI/

Möge der große Vajradhara, der wahre Lama,

DOR DSCHE TSCH'ANG TSCH'EN LA MA DAM PA YI/

der vom Wesen aller Buddhas ist,

DAG DANG K'AM SUM SEM TSCHÄN MA LÜ PA/

das Glück der Göttin Parnashavarī

RI T'RÖ LO GYÖN LHA MÖ TRA SCHI SCHOG/

ausnahmslos allen Lebewesen der drei Bereiche und mir gewähren.

### **Wunschgebet**

RANG SCHÄN DSCHIG PA TSCH'EN PÖ NYEN PA LÄ/

Glorreiche Erhabene Parnashavarī, du befreist

DRÖL DSCHE PÄL DÄN DSCHE TSÜN RI T'RÖ MA/

mich und die anderen von der Gefahr großer Bedrohungen.

LHA MO TSCH'OG LA KYAB SU SONG GYUR NÄ/

Nachdem wir zu dir, der höchsten Göttin, Zuflucht genommen haben,

DSCHIG PA KÜN LÄ KYOB PAR DSÄ DU SÖL/

beschütze uns bitte vor allen Bedrohungen.

*Sprecht so die Widmungs- und Wunschgebete.*

*Kurz zusammengefasst verwirklicht sich die Praxis der Parnashavarī zweifellos durch einen reinen Geistesstrom, Liebe, Mitgefühl, Bodhicitta und einen äußerst klaren Samādhi.*

*Da mich die Praxis der Erhabenen Parnashavarī, der Verkörperung von Liebe, der Mutter, vor dem Schaden einer gefährlichen Bedrohung bewahrt hat, schrieb ich in Erinnerung ihrer Güte diese Praxis nieder. Mögen dadurch alle das höchste Erwachen erreichen!*

*Die Praxismethode der Bitten an die Erhabene Parnashavarī, die von Thölungpa, dem großen spirituellen Freund aller, erbeten wurde, ist vollendet.*

*Gegenwärtig sind alle Regionen der Erde durch eine entsetzliche Epidemie belastet. Möge in diesen Zeiten diese unter einsgerichteten Gebeten an Drikung Kyobpa Jigten Sumgön angefertigte Zusammenstellung der Quintessenzen aus den von ihm verfassten Parnashavarī-Sādhanas insbesondere diese Epidemie, sowie alle karmischen Schleier, Schleier der Geistesgifte und Wissensschleier vollkommen versiegen lassen und uns auf freudvolle Weise zur höchsten Stufe des vollkommenen Erwachens führen.*

*Dies wurde von Gyalwa Drikungpa Tingle Lhundrup im amerikanischen Drikung Zentrum Kyobpa Chöling im Eisen-Maus-Jahr 2020 am fünfzehnten Tag im Monat der Wundertaten trefflich zusammengestellt und von Könchog Chöwang in den Computer eingegeben.*

*Möge es heilsam sein!*

*Übersetzung aus dem Tibetischen: Könchog Yeshe Metog, 15. März 2020  
überarbeitete Version 27. März 2020*

*Lautschrift und Layout: Christian Licht*

*Herausgeber: Drikung Kagyü Verlag (DKV)*

*1. Auflage, März 2020*

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





༡༡། །ཡལྱོ་པའི་བཀའ་འབྲུམ་ལས་རི་བློད་ལོ་མ་  
 གྲོན་པའི་སྐབ་ཐབས་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །མི་ཟད་འཁོར་བའི་ནད་ལས་སྐྱོལ་མཛད་ཅིང་། །འཁོར་འདས་གཉིས་གྱི་  
 བདེ་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །འགྲོ་བ་བྱང་རྒྱུ་མཚོག་ལ་འགོད་མཛད་པ། །དཔལ་ལྷན་  
 ཐག་མོ་གྲུ་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །རང་གཞན་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས་ཉིན་པ་  
 ལས། །སྐྱོལ་བྱེད་དཔལ་ལྷན་རྗེ་བཙུན་རི་བློད་མ། །ལྷ་མོ་མཚོག་ལ་སྐབས་སྐྱོད་  
 གྲུར་ན། །འཇིགས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱོབ་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་གྱི། དང་པོ་ཁོ་ནར་གོང་སྐར་རྒྱུད་  
 དག་པར་བྱས་པའི་རྟོན་གྱི་གང་ཟག་གིས་བསྟེན་པ་དང་། སྐབ་པ་དང་། ལས་སྐྱོར་བ་  
 ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། གནས་ཤིན་ཏུ་དབེན་པར་གནས་ཁང་ལྷག་དར་དང་། ཆག་ཆག་  
 ལེགས་པར་བཏབ་ནས། མི་ཉོག་བཀའ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་བྱ་སྟེ།  
 རྗེ་བཙུན་མ་ལ་སོགས་པའི་རྟོན་ཤར་ཕྱོགས་སྐྱབ་བཀའ་ཞིང་། མཚོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཚོད་  
 དེ། སྐྱན་བདེ་བའི་སྟེང་དུ་ཁ་ཤར་ཕྱོགས་སྐྱབ་བལྟས་ཏེ། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་  
 གིས་གནས་ནས། སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་། དང་། ཚད་མེད་བཞི། ཡན་  
 ལག་བདུན་པ་བཅས།

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་རྒྱུ་བར་དུ་  
 བདག་ནི་སྐབས་སྐྱབ་མཚི། །བདག་གིས་སྐྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་

རྣམས་ཀྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །མ་  
 རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་  
 རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག། ལྷག་བསྐྱེལ་དང་ལྷག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་  
 བུལ་བར་གྱུར་ཅིག། ལྷག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲུལ་བར་  
 གྱུར་ཅིག། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བུལ་བའི་བཏང་སློམས་ལ་  
 གནས་པར་གྱུར་ཅིག། ལྷག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་  
 དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་  
 བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་ཕྱིར་  
 བསྐྱོའོ། །བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དང་། བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་བསགས་པའི་རྗེས་ལ།

ཨོྃ་སྣ་རྣམ་པ་འཁྱོར་སྣ་རྣམ་པ་འཁྱོར་ཉཱྃ་ །ཞེས་བརྗོད་པའི་དོན་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་བསྐྱོམས་པའི་རང་ལས།  
 རང་གི་ཤེས་པ་པོ་སེར་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བསམ་ལ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས་པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ནད་དང་གཞོན་པ་གཙོ་བོ་བྱས་  
 པའི་སྒྲིག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་འོད་ཟེར་དེ་ཚུར་འདུས་

རས། ས་བོན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ལ་ཐིམ་པས། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་  
 ལས། སྐད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་རི་བྲོད་མ་དུས་  
 གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡུམ་དུ་གྱུར་པ། སྐྱུ་མདོག་སེར་  
 མོ་ཞལ་གསུམ་པ། དབུས་སེར་བ། གཡོན་དཀར་བ། གཡས་སྡོ་བ།  
 ཕྱག་དུག་པ། གཡས་དང་པོ་དོ་རྗེ། གཉིས་པ་ན་དབྱ་སྒྲ་བསྐྱམས་པ།  
 གསུམ་པ་ན་མདའ་བསྐྱམས་པ། གཡོན་གྱི་དང་པོ་སྡིགས་མཚུབ་དང་  
 ཞགས་པ། གཉིས་པ་ཤིང་ལེའི་བམ་པོ། གསུམ་པ་གཞུ་བསྐྱམས་པ།  
 པར་དཀར་པོའི་སྟེང་ན། མེ་དཔུང་འབར་བའི་ནང་ན་བཞུགས་པ།  
 དེའི་ཕྱགས་ཀ་ན་པོ་ལས་པར་དང་རྒྱ་བའི་སྟེང་ན་པོ་སེར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས་པས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱུན་བྱངས། ཇོ་ཉི་  
 བོ་རྟོ་ ཞེས་དགུག་པ་དང་། གཞུག་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། དགེས་པར་བྱ་སྟེ།  
 གཉིས་སུ་མེད་པར་ཐིམ། སྐར་ཡང་ཕྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་འཕྲོས་  
 པས་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྡེ་འཁོར་བཅས་སྐྱུན་བྱངས། ཨོྲོ་པཱུ་ཀུ་ལ་ས་  
 པ་རི་ལྷ་ར་པཱུྱི་པཱུྱི་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ། རས་ནི་ལྷི་བའི་བར་མཚོད་པ་རྣམ་པ་ལྡས་ཡང་དག་  
 པར་མཚོད་དེ། ཨོྲོ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨུ་གྱི་འི་ཉི་ཏུ་སྐྱ། ཞེས་གསོལ་བ་

བཏའ་པས་དབང་གི་ལྷས་ཨོ་སྐྱོ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཤི་ག་ཏ་ས་མ་ཡ་ལྷི་ཡེ་  
 ལྷོ། ཞེས་བུམ་པའི་རྒྱས་དབང་བསྐྱུར། ལྷ་གང། སྤི་མ་དག ལྷ་  
 ལྷག་མ་ལས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པས་དབུ་བརྒྱན། དབང་ལྷ་རྣམས་རང་ཉིད་  
 ལ་ཐིམ་པར་གྱུར། ཨོ་པི་ཤཾ་པརྱ་ཤཾ་པརྱ་ཤི་ས་པ་ཤི་ལྷ་ར་ཨ་ལྷོ་པ་ཤི་རྩོ་སྐྱོ་སྐྱོ་  
 ལྷ། ལས་ཤུག་འི་བར་གྱིས་མཚོད། ལྷ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཤིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་།  
 དབང་བསྐྱུར་བ་དང་། དབང་རྟགས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ཐུག་པར་བུས་ལས།  
 རྗེ་བཅུན་རི་བློད་ལོ་བློན་མའི་བསྐྱོད་པ་ཚོགས་བཅད་མ་ནི། ཚོས་སྐྱོ་བདེ་བ་ཚེན་པོའི་  
 དགྱིལ་འཁོར་ནས། །ཡམས་ལ་སོགས་པ་ནད་གྱི་འཇིགས་པ་  
 དང་། །དུས་མིན་འཚི་ལས་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་འགྲུབ་ཤིན་  
 ལས་ཡུམ་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ། །པརྱའི་གདན་ལ་གསེར་མདོག་རི་བློད་  
 མ། །རྩ་བའི་ཞལ་སེར་གཡས་གཡོན་སྐྱོ་དང་དཀར། །དབུ་སྐྱོ་ཐོར་  
 རྒྱགས་གཟི་བརྗིད་ལྷན་པ་ཡི། །དངོས་གྲུབ་ལྷ་མོའི་སྐྱོ་ལ་ཐུག་འཚལ་  
 ལོ། །ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་འདས། །དུས་མཐའི་  
 མེ་དཔུང་ལྷ་བུའི་གྲོང་དགྱིལ་ན། །ཞལ་གསུམ་ཐུག་དུག་འཇིགས་བྱེད་  
 བློ་མོའི་ཞལ། །ཞབས་གཉིས་བརྒྱུད་བསྐྱུམ་མཛད་ལ་ཐུག་འཚལ་

ལོ། །རི་བྲོད་ལོ་མ་སྐྱེ་ལ་བསྐྱམས་པ་ཡི། །མདའ་གཞུང་གྲ་སྒྲུབ་ཤིང་  
 ལོའི་བམ་པོ་འཛིན། །སྡིགས་མཚུབ་དོ་རྗེ་བསྐྱམས་པའི་ཤ་ལྷ་  
 རི། །ཡུམ་ཆེན་འགོ་བའི་མགོན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རྣམ་དམིགས་ནི།  
 རི་བྲོད་ལོ་མ་གྲོན་མའི་དབུ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་བ་རིགས་རྣམ་པ་ལྗེའི་ཕྱགས་ཀ་  
 རས་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་རྒྱན་བབ་པས། རང་ཉིད་གྱི་ལུས་བདུད་རྩི་ལོ་མ་ལྟ་  
 བུས་ཁེངས་པར་གྱུར་བསམ་ཞིང་། དེས་སྡིག་པ་དང་སྡིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ལ་  
 སེམས་གཏད་ཅིང་། ཨོཾ་པི་ཤ་ཙི་པརྩ་ཤ་ལྷ་རི་སརྩ་སྐྱེ་རི་ལྷ་ཤ་མ་ནི་ཏྱུ། ཅི་  
 རུས་སུ་བརྣམས་པ་ནི་བདག་བསྐྱུང་བའོ། །གཞན་སྐྱུང་བ་ནི།

ཡུལ་རིས་དང་རྒྱལ་ཁམས་སམ། རང་རྗེ་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་རིགས་  
 ལྷ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་མས་རྣམ་མཁའ་ཐམས་ཅད་  
 གང་བར་བསམ་ལ། བདུད་རྩིའི་རྒྱན་བབས་པས། རད་པའམ། ཡུལ་  
 རིས་སམ། རྒྱལ་ཁམས་གང་ཞིང་། རད་དང་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་  
 བར་བསམ་ལ་སེམས་གཏད་ནས་ཨོཾ་པི་ཤ་ཙི་པརྩ་ཤ་ལྷ་རི་སརྩ་སྐྱེ་རི་ལྷ་ཤ་མ་ནི་  
 ཏྱུ། བརྣམས་པ་ཅི་རུས་སུ་རྣམ། མཚུགས་ཞེས། ཨོཾ་པི་ཤ་ཙི་པརྩ་ཤ་ལྷ་རི་ས་པ་

རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད། ཉམ་འབྲུའི་བར་གྱིས་མཚོད། ཚོས་སྤྱོད་བའི་བ་  
 ཚེན་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་ནས། །ཡམས་ལ་སོགས་པ་ནད་གྱི་འཇིགས་པ་  
 དང་། །དུས་མིན་འཆི་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་འགྲུབ་སྤིན་  
 ལས་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །ཅིས་དང་། །མ་འབྱོར་པ་དང་ཉམས་  
 པ་དང་། །གང་ཡང་བདག་སྤོངས་སྦྱོ་ཡིས་ནི། །བགྱིས་པ་དང་ནི་  
 བགྱིད་བསྐྱལ་གང་། །དེ་ཀུན་བྱོད་གྱིས་བཟོད་པར་གསོལ། །ཞེས་བཟོད་  
 གསོལ་དང་ཡིག་བརྒྱུ། ཨོྃ་བཟོ་སཏུ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་སྤུ་ལ་ཡ། བཟོ་  
 སཏུ་ཏུ་ལོ་པ། ཏིལྷེ་དིལྷེ་མི་ལྷ་ལ། སུ་ཏོ་ཕྱེ་མི་ལྷ་ལ། སུ་པོ་ཕྱེ་མི་ལྷ་ལ།  
 ཨ་རུ་རྟོ་མི་ལྷ་ལ། སམ་སིལྷི་མི་ལྷ་ལ། སམ་ཀམ་སུ་ཅ་མི་ཅིལྷི།  
 སྤྱི་ཡེ་ཀུ་རྩུ། ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ཉེ་ ལྷ་ག་ལྷན་སམ་ཏ་སྤྱུ་ག་ཏ། བཟོ་སྤུ་  
 མི་སྤྱུ། བཟོ་སྤུ་ལ། མ་རུ་ས་མ་ཡ་སཏུ་ཨྲེུ་ བཀྱ་ཤིས་ནི། སངས་  
 རྒྱས་ཀུན་གྱི་དོ་བོར་གྱུར་པ་ཡི། །དོ་རྗེ་འཆང་ཚེན་སྤུ་མ་དམ་པ་  
 ཡིས། །བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། །དི་བྱོད་  
 ལོ་གྲོན་ལྷ་མོའི་བཀྱ་ཤིས་ཤོག། །སྦྱོན་ལམ་ནི། རང་གཞན་འཇིགས་པ་  
 ཚེན་པོས་ཉེན་པ་ལས། །སྦྱོལ་བྱེད་དཔལ་ལྷན་རྗེ་བཙུན་དི་བྱོད་

མ། །ལྷ་མོ་མཚོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་གྱུར་ནས། །འཇིགས་པ་ཀུན་  
 ལས་སྐྱོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་བསྐྱོ་སྐྱོན་གྱ། མདོར་བསྟུན། ལྷ་  
 དག་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་ཇེ། བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ཤིན་  
 ཏུ་གསལ་བས་གྱུབ་པ་ཁོ་ནའོ། །བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་ཡུམ་གྱུར་ཇེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་  
 མའི། །ཉམས་ལེན་ཅུང་ཟད་འཇིགས་པས་ཉེན་པར་བྱས་པ་ལས། །གཞོད་པ་དེ་ལས་  
 ཐར་སྤྱིར་བཀའ་དྲིན་དྲན་པ་ཡིས། །ཉམས་ལེན་ཡི་གོར་བཀོད་པས་བྱང་རྒྱུ་མཚོག་ཐོབ་  
 ཤོག། །ཇེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ་ལ་གསོལ་བ་གདབ་པའི་ཐབས་ཡོངས་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་ཆེན་པོ་སྟོད་ལུང་པས་ལྷས་པ་རྫོགས་སོ། ། །

ཞེས་པ་འདི་དང་འཇོམ་གྱིང་ཡུལ་གྱུ་ཀུན་ཏུ་ནད་ཡམས་མ་རུངས་པས་མནར་བའི་གནས་  
 སྐབས་སུ། །འགྲི་གུང་ཕ་སྐྱོབ་པ་འཇིག་ཉེན་གསུམ་མགོན་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་བཏབ་  
 བཞིན་གང་གིས་མཛད་པའི་རི་ཁྲོད་ལོ་གྲོན་མའི་སྐྱབ་ཐབས་ཉིང་ཁྲུ་ཁག་ཕྱོགས་སྦྱིགས་སུ་  
 བསྐྱབས་པ་འདིས། །ཡམས་ནད་གྱིས་གཙོ་བྱས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཤེས་བྱའི་  
 སྐྱོབ་པ་མཐའ་དག་ཇིག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་རྣམ་བུང་གོ་འཕང་མཚོག་ལ་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་དགྱི་བར་  
 གྱུར་ཅིག་གུ། །ཞེས་ཨ་རི་འགྲི་གུང་ཕ་སྐྱོབ་པ་ཚོས་གྱིང་དུ་རབ་གནས་ལྷགས་གྱི་ ༢༠༢༠  
 ལོར་ཚོ་འཕུལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཚོས་ ༡༥ ལ་ཕ་རྒྱལ་བ་འགྲི་གུང་ཕ་འཕྲིན་ལས་ལྷན་གྱུབ་  
 གྱིས་ལེགས་པར་སྐྱར་ཞིང་། །རིག་མཛུད་ནང་དགོན་མཚོག་ཚོས་དབང་གིས་བགྱིས་སོང་  
 བས། དགོ། དགོ། དགོའོ། །



## **Drikung Kagyü Verlag**

Oppenhoffallee 23 - 52066 Aachen - Deutschland

Tel.: 0241/5153654 - Email: [dkv@drikung.de](mailto:dkv@drikung.de)

Internet: <http://dkv.drikung.de> - Online-Shop: <http://mandala-online.de>