

Das Yoga der Drei Reinigungen von Shri Chakrasamvara

Einführung

Laut den Anweisungen von Lama Zopa Rinpoche ist es am besten, die Vajrasattva-Meditation zu Beginn dieser Praxis durchzuführen. Allerdings, wenn man zeitliche Einschränkungen hat und sich schon in einer Vajrasattva-Praxis auf einer täglichen Basis in dem Inhalt einer anderen Höchsten Yoga-Tantra Sadhana, ob von Vajrasattva oder einer anderen Gottheit, engagiert, ist es zulässig, diesen Abschnitt zu überspringen und stattdessen nach dem Rezitieren der Zeilen für die Zuflucht und dem Erzeugen von Bodhichitta, direkt mit dem eigentlichen Yoga der Drei Reinigungen anzufangen, beginnend mit dem Abschnitt über die Reinigung des Geistes.

Zuflucht und Bodhichitta

Zu allen Zeiten nehme Ich Zuflucht
Zu Buddha, Dharma und Sangha;
Zu allen drei Fahrzeugen,
Zu den Dakinis von dem geheimen Mantra-Yoga,
Zu den Helden, Heldinnen und machtvollen Göttinnen,
Zu den großen Wesen, den Bodhisattvas,
Vor allem aber nehme ich jederzeit
Zuflucht zu meinem spirituellen Meister.
Möge ich selbst zu Heruka werden
Für das Wohl aller Lebewesen,
Dann werde ich alle Wesen
Zu Herukas Höchstem Zustand führen. (3x)

Vajrasattva-Meditation

Aus einem PAM auf meiner Krone kommt ein Lotus. Von AH kommt ein Mond-Sitz auf dem ein HUNG steht. Aus dem HUNG erscheint ein weißer fünf-speichiger Vajra, im Zentrum von einem HUNG markiert. Lichter strahlen von der HUNG aus, erreichen die beiden Zwecke und kehren dann zurück. Der Vajra ist komplett in den weißen Vajrasattva verwandelt, mit einem Gesicht und zwei Händen, Vajra und Glocke. Er sitzt im Schneidersitz in der Vajra-Position und umarmt die Gemahlin, die weiße Dorje Nyemma, die ein Gesicht und zwei Hände hat, in denen Sie ein gebogenes Messer und eine Schädelschale hält. Beide sind in Seide gekleidet und mit verschiedenem kostbaren Juwelen-Ornamenten geschmückt. Beide haben ein OM an der Krone, ein AH an der Kehle und ein HUNG am Herzen. Von dem HUNG am Herzen, strahlt Licht aus und lädt Weisheitswesen ein, die bei Ihrem Erscheinen den Beiden ähnlich sehen.

JAH HUNG BAM HO

Diese werden nicht-dual.

Wieder strahlen Lichter von dem HUNG am Herzen aus und laden die Ermächtigungs-Gottheiten ein.

"All Ihr Tathagatas, Euch bitte ich, Ihnen die eigentliche Ermächtigung zu schenken."

Nach dieser Anfrage halten die Ermächtigungs-Gottheiten Vasen, mit dem Nektar der erhabenen Weisheit gefüllt, empor.

OM SARVA TATHAGATA ABHISHEKATA SAMAYA SHRI YE HUNG

Damit wird die Ermächtigung verliehen. Die Körper werden mit dem Nektar der erhabenen Weisheit gefüllt. Das überschüssige Wasser wandelt sich über der Krone vollständig in Buddha Akshobya um, der die Oberseite deren Köpfe schmückt.

Rund um das HUNG auf dem Mond in Vajrasattvas Herz erscheint das 100-Silben-Mantra, kreisend um den Rand.

"Bhagwan Vajrasattva, bitte reinige alle Negativität und alle Verdunkelungen von mir und allen fühlenden Wesen und reinige alle degenerierten und gebrochenen Verpflichtungen".

Nachdem auf diese Weise gebeten, strahlt Licht aus der Mantra-Girlande und dem HUNG in Vajrasattvas Herz. Die Negativität und die Verdunkelungen aller fühlenden Wesen werden gereinigt und für alle Buddhas und ihre Kinder werden Darbringungen gemacht. All ihre guten Eigenschaften von Körper, Rede und Geist kommen mit den Lichtstrahlen zurück und lösen sich in das HUNG und die Mantra-Girlande auf. Dadurch fällt ein Strom von weißem Nektar aus dem Ort der Vereinigung von Vater und Mutter. Er tritt durch meine Brahma-Öffnung ein und füllt meinen ganzen Körper mit dem Nektar der erhabenen Weisheit. Dadurch werden alle meine Negativität und meine Verdunkelungen der drei Tore gereinigt.

OM VAJRA HERUKA SAMAYA / MANU PALAYA / HERUKA TENOPA
TISHTHA / DRI DHO ME BHAVA / SUTOKAYO ME BHAVA / SUPOKAYO ME
BHAVA / ANURAKTO ME BHAVA / SARVA SIDDHIM ME PRA YAZZA / SARVA
KARMA SUZA ME TSITTAM SHRI YAM KURU HUNG / HA HA HA HA HO /
BHAGAVAN / VAJRA HERUKA MAME MÜNZA / HERUKA BHAVA / MAHA
SAMAYA SATTVA AH HUNG PHAT (21x)

"Durch Unwissenheit und Verblendung habe ich meine Verpflichtungen gebrochen und degeneriert. Guru Schützer, bitte gib mir Zuflucht! Höchster Halter des Vajra, ausgestattet mit großem Mitgefühl, ich nehme Zuflucht zu dem Höchsten aller Wesen".

Vajrasattva antwortet: "Kind der Linie, alle deine Negativität, deine Verdunkelungen und gebrochenen Zusagen sind nun gereinigt".

Dann löst sich Vajrasattva in mich auf. Meine drei Tore werden untrennbar mit Körper, Rede und Geist von Vajrasattva.

Meditieren Sie hier stark auf die Vereinigung des eigenen Geistes mit dem Geist von Vajrasattva

Das Yoga der Drei Reinigungen

Das Yoga der Drei Reinigungen, um die drei Tore zu reinigen, ist wie folgt:

Reinigung des Geistes

Das "HE" von "SHRI HERUKA" steht für den Geist, die Quelle von allem und für die Selbstlosigkeit der Phänomene, gefunden durch die Untersuchung der leeren Natur des ursächlichen Geistes.

"RU" steht für die Selbstlosigkeit von Personen, die frei von dem Raum eines fabrizierten Selbst sind, das uns dazu bringt, begrifflich ein Selbst von Personen zu erfassen.

"KA" steht für das Objekt, der Soheit, und für den subjektiven Geist, der weder unharmonisch noch separat verweilt.

"SHRI" steht für die nicht-duale erhabene Weisheit, völlig untrennbar von der Leerheit, ihrem Objekt: Das ist die Bedeutung von EVAM.

Das Denken auf diese Weise reinigt den Geist.

Reinigung des Körpers

Innerhalb der Sphäre der Leerheit entstehe ich sofort als der dunkelblaue Heruka, mit einem Gesicht und zwei Armen, halte Vajra und Glocke. Ich stehe mit meinem rechten Bein ausgestreckt und umarme meine Weisheits-Gemahlin, die rote Vajravarahi, die ein Gesicht und zwei Arme und ein gebogenes Messer und eine Schädelschale hält.

SHRI HERUKO HAM (3x)

Das dreimalige Aufsagen dieser Worte mit dem seligen Gedanken zum Wohle aller Lebewesen und das Aufrechterhalten des göttlichen Stolzes der körperlichen Erscheinung, reinigt den Körper.

Reinigung der Rede

OM A AA I II U UU RI RII LI LII E AI O AU ANG AH / KA KHA GA GHA NGA /
CHA CHHA JA JHA NYA / TA THA DA DHA NA / TA THA DA DHA NA / PA
PHA BA BHA MA / YA RA LA VA / SA SCHA SA HA KSHA HUNG HUNG PHAT
(3x)

Die Mantra-Girlande kreist, zusammen mit Lichtstrahlen, gegen den Uhrzeigersinn dreimal an meinem Nabel. Die Versammlung von den Gottheiten der drei Räder strahlt aus meinem rechten Nasenloch in die zehn Richtungen und zerstreut alle Störungen, um dann durch mein linkes Nasenloch zurückzukehren und sich in den Mantra-Kranz am Nabel aufzulösen.

Die Vorstellung von Diesem reinigt die Rede.
--

Wurzel-Mantra des Lords

OM KARA KARA / KURU KURU / BANDHA BANDHA / TRASAYA / TRASAYA /
KSHOBHAYA KSHOBHAYA / HRAUM HRAUM / HRAH HRAH / PHEM PHEM /
PHE PHE / DAHA DAHA / PACHA PACHA / BHAKSHA BHAKSHA / VASU
RUDHIRANTRA MALAVA LAMBINI / GRIHNA GRIHNA SAPTA PATALA GATA
BHUJAM GAM SARVAM PA TARJAYA TARJAYA / AKADDHYA AKADDHYA /
HRIM HRIM / JNAUM JNAUM / KSHAMAM KSHAMAM / HAM HAM / HIM
HIM / HUNG HUNG / KILI KILI / SILI SILI / HILI HILI / DHILI DHILI / HUNG
HUNG PHAT

Wurzel-Mantra der Gemahlin

OM VAJRA VARAHI / PROTANGGE PROTANGGE / HANA HANA PRANAM /
KIM KINI / KHIM KHINI / DHUNA DHUNA / VAJRA HASTE / SHOSHAYA
SHOSHAYA / VAJRA KHATVANGA KAPALA DHARINI / MAHA VISHITA /
MAMSA-ASANI / MANUSHA-ANTRA PRAVRITE SANIDHYANA RASIRA MAMA
GRAMTHITA DHARANI / SUMBHA NISUMBHA / HANA HANA / PRANAM /
SARVA PASHA PANAM/ MAHA MAMSA CHEDANI / KRODHA MURTE
DAMSHTRA KARA LINI / MAHA MUDRE / SHRI HERUKA / DEVASYA GRAMA
HISHI / SAHASRA SHIRE / SAHASRA BAHABE / SHATA SAHASRA NANI
JVALITA / TEJASI JVALA MUKHE SAMGALA LOCHANI / VAJRA SHVARIRE /
VAJRA SANI / MILITA / CHILITA / HE HE / HUNG HUNG / KHA KHA /
DHURU DHURU / MURU MURU / ADVETE / MAHA YOGINI / PATHITA
SIDDHI / TREM DHAM TREM DHAM / GRAM GRAM / HE HE / HA HA /
BHIME / HASA HASA VIRI / HA HA / HE HE / HUNG HUNG / TRAILOKYA
VINA SHANI SHATA SAHASRA KOTI / TATHAGATA / PARI VARE / HUNG
HUNG PHAT / SIMHA RUPE KHAH / GAJA RUPE AH / TRAILOKYA UDHARE
SAMUDRA MEKHALE / GRASA GRASA HUNG HUNG PHAT / VIRA DVETE
HUNG HUNG / HA HA / MAHA PASHU MOHANI YOGI SHVARITAM / DAKINI
SARVA LOKANAM BANDHANI SATYA PRATYAYA KARINI / HUNG HUNG

PHAT / BHUTA TRASANI MAHA VIRI PARAMA SIDDHA YOGI SHVARI PHAT /
HUNG HUNG PHAT SVAHA

Herz-Mantra des Lords

OM SHRI VAJRA HE HE RU RU KAM HUNG HUNG PHAT / DAKINI DZALA
SHAMVARAM SVAHA (108x)

Nahes Herz-Mantra des Lords

OM HRIH HA HA HUNG HUNG PHAT (108x)

Herz-Mantra der Gemahlin

OM VAJRA VAIROCHANIYE HUNG HUNG PHAT SVAHA (108x)

Nahes Herz-Mantra der Gemahlin

OM SARVA BUDDHA DAKINIYE VAJRA VARNANIYE HUNG HUNG PHAT
SVAHA (108x)

Rüstung-Mantras des Lords

OM OM-HA HUNG HUNG PHAT
OM NA-MA-HI HUNG HUNG PHAT
OM SVAHA-HU HUNG HUNG PHAT
OM VAUSHTA-HE HUNG HUNG PHAT
OM HUNG-HUNG-HO HUNG HUNG PHAT
OM PHAT-HAM HUNG HUNG PHAT

Rüstung-Mantras der Gemahlin

OM OM-BAM HUNG HUNG PHAT
OM HAM-YUM HUNG HUNG PHAT
OM HRIM-MOM HUNG HUNG PHAT
OM HRIM-HRIM HUNG HUNG PHAT
OM HUNG-HUNG HUNG HUNG PHAT
OM PHAT-PHAT HUNG HUNG PHAT

Lobpreisung von Heruka in acht Zeilen

Spielen Sie jeweils mit HUNG HUNG PHAT dreimal kräftig die Glocke und das Damaru.

OM Ich verbeuge mich vor dem Bhagavan, dem mächtigen Lord von den Helden HUNG HUNG PHAT
OM Du bist so hell wie das Feuer am Ende eines großen Äons HUNG HUNG PHAT
OM Du hast eine Krone aus Dreadlocks HUNG HUNG PHAT
OM Du grinst, zeigst die Zähne und hast ein erschreckendes Gesicht HUNG HUNG PHAT
OM Du hast tausend Arme, lodernd mit Licht HUNG HUNG PHAT
OM Du hältst Axt, Lasso, Speer und Khathanga HUNG HUNG PHAT
OM Du hast ein Tiger-Fell als Lendenschurz HUNG HUNG PHAT
OM Vor Deinem großen Rauch-gefärbten Körper, der alle Hindernisse zerstört, verneige ich mich HUNG HUNG PHAT

Lobpreisung von Vajravarahi in acht Zeilen

OM Ich verbeuge mich vor der Bhagavati Vajravarahi HUNG HUNG PHAT
OM Höchste Lady, Herrin von Weisheit-Ladies, unbesiegbar in den drei Bereichen HUNG HUNG PHAT
OM Zerstörerin aller Ängste vor bösen Geistern mit Deinem großen Vajra HUNG HUNG PHAT
OM Du sitzt mit kontrollierenden Augen auf dem Vajra-Sitz, unüberwindbar von anderen HUNG HUNG PHAT
OM Du trocknest mit zornvollem Tummo Brahma aus HUNG HUNG PHAT
OM Du erschreckst und trocknest Dämonen aus und bist damit siegreich über die anderen Kräfte HUNG HUNG PHAT
OM Komplette Siegerin über diejenigen, die uns gelangweilt, steif und verwirrt machen HUNG HUNG PHAT
OM Ich verneige mich vor Vajravarahi, der großen Yogini, der Lady mit der Macht über die Begierde HUNG HUNG PHAT

Lobpreisungen und Gesuche

Glorreicher Heruka, Dein Körper mit disziplinierten Anlagen,
Lodert durch die drei Bereiche,
Mit dem Licht von Tausenden von blauen Lichtstrahlen und 100.000 Sonnen,
Mögen die vielen leidenschaftlichen Wesen auf Deinen Körperteilen
Alle gleichzeitig tanzen.

Die Göttinnen sind gültig.
Die Verpflichtungen gelten.
Die Lehren, die damit ausgedrückt werden, sind auch hervorragend gültig.
Aufgrund dieser Wahrheiten, mögen sie Ursachen für den Erhalt von dem Schutz der Göttinnen zu uns werden.

Widmung und glücksverheißende Verse

Für das Wohl aller Lebewesen,

Möge ich zu Heruka werden
Und jedes von ihnen
Zu Herukas höchstem Zustand führen.

Wenn ich in diesem Leben diesen höchsten Zustand nicht erhalten kann,
Möge ich zum Zeitpunkt des Todes
Von dem Lord, der Gemahlin und ihrem Gefolge,
Mit Wolken von Darbringungen, dem Klang angenehmer Musik,
Und vielen wunderbaren Zeichen, empfangen werden.

Dann, am Ende des klaren Lichtes des Todes,
Möge ich in das reine Land von Kechara geführt werden,
Das Reich der Wissens-Halter, welche die höchste Methode durchgeführt haben,
Und möge ich dort schnell diesen tiefgründigen Pfad vollenden.

Möge die intensive Hingabe für die Lehre und die Praxis von Chakrasamvara
ansteigen,
Und möge diese Passage für diejenigen, die Befreiung wollen,
Von zig Millionen von leistungsfähigen Yogis durchquert werden,
Nie weniger werden, sondern für eine sehr lange Zeit bleiben.

Mögen die Helden und Yoginis, zusammen mit ihrem Gefolge,
Welche in den vierundzwanzig höchsten Plätzen dieser Welt wohnen,
Und welche die Macht besitzen, um dieses Verfahren ohne Behinderung zu
erreichen,
Uns immer und unaufhörlich unterstützen.