



Jorchu, *Das Meditationslied*

།དཔལ་ལྷན་གླེ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ།
 །སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལོག་ལྷ་མི་བསྐྱེད་ཅིང་།
 །ཅི་མཛོད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མེས་གུས་གྱིས།
 །གླེ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།

།ཞེས་གསོལ་འདེབས་བྲག་ཏུ་བྱ།

[161]
*pelnden Lamay nampar tarpa la
 kechik tsam yang lokta mi-kye ching
 chindze lekpar tongway mugu kyi
 Lamay jinlab sem la jukpar shok*

[162]
(she sulndeb draktu ja)

དེ་ནས།

།ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱིན་ཅན་ཅེ།
 །རྩེ་ལ་བཞེན་བསྐྱེད་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བྱ།
 །ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས།
 །གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས།།

[163] *(de ne)*

[164]
*yunten kun gyi shirgyur drinchen Je
 tsulshin tenpa lam gyi tsawa ru
 lekpar tong ne bepa duma yi
 gupa chenpu tenpar jin gyi lob*

Möge ich niemals denken, [161]
 Nicht einen einzigen Augenblick,
 Dass es im heiligen Leben meines Lehrers
 Fehler gibt,
 Dem Strahlenden, meinem Lehrer,

Möge meine Hingabe alles
 Was er tut
 Als Erlesen sehen,
 So segnet er meinen Geist.

Bitte nun, mit Leidenschaft in deinem Herzen, [162]
 um Hilfe.



Rückschau: Die Stufen auf dem Pfad
mit „Der Quell all meines Glücks“

Singe als Nächstes Der Quell all meines Glücks. [163]
 Während du das tust, lass deine Gedanken auf der
 Bedeutung dieses Textes verweilen.

Der Quell all meines Glücks [164]
 Ist mein gütiger Lama, mein Lord.
 Als erstes segne mich, damit ich erkenne,
 Dass es die Grundlage des Pfades ist,
 Mich ihm in angemessener
 Weise anzuvertrauen,
 Und gewähre mir dann,
 Ihm zu dienen und zu folgen
 Mit all meiner Kraft und Ehrerbietung.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།ལན་ཅིག་རྗེད་པའི་དལ་བའི་རྟོན་བཟང་འདི།
 །ཤིན་ཏུ་རྗེད་དཀའ་དོན་ཚེན་ཤེས་གྲུར་ནས།
 །ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་སློང་པོ་ལེན་པའི་སྒོ།
 །རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 །ལུས་སྲོག་གཡོ་བ་རྒྱ་ལི་རྒྱ་བུར་བཞིན།
 །སྐྱུར་དུ་འཇིག་པའི་འཆི་བ་བྲན་པ་དང་།
 །ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན།
 །དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཕྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ།
 །ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྗེད་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས།
 །ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྲོང་བ་དང་།
 །དགོ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ།
 །རྟོག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

[165]

*lenchik nyepay delway tensang di
 shintu nyeka dunchen she-gyur ne
 nyintsen kun tu nyingpo lenpay lo
 gyunche mepar kyewar jin gyi lob*

[166]

*lusok yowa chu yi chubur shin
 nyurdu jikpay chiwa drenpa dang
 shiway jesu lu dang dribma shin
 karnak lendre chishin drangwa la
 ngepa tenpo nye ne nyepay tsok
 tra shing trawa nam kyang pongwa dang
 getsok tadak druppar jepa la
 taktu bak dang denpar jin gyi lob*



Segne mich zuerst, dass ich erkenne, [165]
 Dass dieses wunderbare Leben
 Der Muse, das ich
 Dieses Mal gefunden habe,
 So unsagbar schwer zu finden ist,
 Und so unsagbar wertvoll.

Gewähre mir dann,
 Den Wunsch zu haben und ihn niemals
 aufzugeben,
 Tag und Nacht
 Das Beste daraus zu machen.

Mein Körper und mein Leben darin sind [166]
 So flüchtig wie die Gischt der Wellen
 Im Ozean. Segne mich, dass ich mir
 Des Todes bewusst werde,
 Der mich bald zerstören wird.

Und hilf mir, die wahre Erkenntnis zu
 Erlangen, dass nach meinem Tod die
 Dinge, die ich getan habe, gut oder
 Schlecht, und dass die Früchte dieser
 Taten, mir auf dem Fuß folgen,
 So sicher wie mein Schatten.

Gewähre mir dann, stets
 Achtsam zu sein, um selbst
 Die kleinsten der vielen Fehler,
 Die wir begehen, zu unterlassen,
 Und stattdessen jede der
 Guten Taten derer wir fähig
 Sind, zu vollbringen.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།སྤྱད་པས་མི་ངོམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀུན་གྱི་སྒོ།
།ཡིད་བརྟན་མི་རུང་གི་དཔེ་ཕུན་ཚོགས་གྱི།
།ཉེས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ།
།དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་སྤྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས།

[167]
*chepe mi-ngom dukngel kun gyi go
yi-ten mirung sipay puntsok kyi
nyemik rik ne tarpay dewa la
dun-nyer chenpo kyewar jin gyi lob*



Segne mich, dass ich klar erkenne, [167]
Was trügerisch ist
An den scheinbar guten Dingen
Dieses Lebens.

Ich kann nie genug davon bekommen.
Auf sie kann man nicht bauen.
Sie erzeugen all mein Leid.

Gewähre mir dann, stattdessen
Nach der glückbringenden Freiheit
Zu streben.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།རྣམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་ངངས་པ་ཡི།
 །དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས།
 །བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ།
 །སྒྲུབ་པ་སྤིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 །རང་ཉིད་སྲིད་མཚོར་ལྷུང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།
 །མར་གྲུར་འགྲོ་བ་ཀུན་ཀྱང་དེ་འདྲ་བར།
 །མཐོང་ནས་འགྲོ་བ་སྤོལ་བའི་ཁྱུང་བྱིར་བའི།
 །བྱང་རྒྱབ་སེམས་མཚོག་འབྲོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

[168]
namdak sampa de yi drangpa yi
dren dang sheshin bakyu chenpo yi
tenpay tsawa sosor tarpa la
druppa nyingpor jepar jin gyi lob

[169]
rang-ny'i sitor hlungwa jishin du
margyur drowa kun kyang dendrawar
tong ne drowa drulway kur kyervay
jangchub semchok jongpar jin gyi lob

Gewähre, dass diese reinen Gedanken [168]
 Mir helfen, wachsam zu sein
 Und ich mir immer bewusst bin,
 Was zu tun ist.

Gewähre mir, mit
 Der größten Sorgfalt
 Die ethischen Gelübde
 Zum Mittelpunkt meiner Praxis zu
 machen.
 Sie sind das Fundament
 Der Lehren von Buddha.



Ich bin gestürzt und [169]
 In den Ozean dieses
 Leidvollen Lebens gefallen.
 Segne mich, dass ich erkenne,
 Dass alle Lebewesen
 Jedes meine Mutter,
 Auch hinein gefallen sind.

Gewähre mir sodann,
 Den Wunsch nach
 Erleuchtung zu leben,
 Und die Aufgabe, sie alle
 Zu befreien, auf mich zu nehmen.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།སེམས་ཅོམ་བསྐྱེད་ཀྱང་རྒྱལ་བྱིས་སྐྱེ་བ་གསུམ་ལ།
 །གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་རྒྱལ་མི་འགྲུབ་པར།
 །ལེགས་པར་མཐོང་ནས་རྒྱལ་སྐྱེས་སྣོམ་པ་ལ།
 །བཙུན་པ་བླག་པོས་སློབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

།ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ཞི་བྱེད་ཅིང་།
 །ཡང་དག་དོན་ལ་རྒྱལ་བཞིན་དཔྱེད་པ་ཡིས།
 །ཞིག་ནས་ལྷག་མཐོང་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ།
 །ལྷུང་དུ་རྒྱུད་ལ་སླེབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

[170]
*semtsam kye kyang tsultrim nam sum la
 gompa me na jangchub mindruppar
 lekpar tong ne gyelse dompa la
 tsunpa drakpu loppa jin gyi lob*

[171]
*lokpai yul la yengwa shi-je ching
 yangdak dun la tsulshin chupa yi
 shi-ne hlaktong sungdu drelway lam
 nyurdu gyu la kyewar jin gyi lob*



Segne mich, dass ich erkenne, [170]
 Dass der Wunsch alleine
 Nicht genügt.
 Denn wenn ich kein Meister bin
 In den drei Arten der Moral,
 Kann ich kein Buddha werden.

Gewähre mir sodann
 Die unerschütterliche Entschlossenheit,
 Die Gelübde einzuhalten
 Für die Söhne und Töchter der Siegreichen.

Gewähre mir, dass ich schnell [171]
 Den Pfad erreiche, wo Stille
 Und Einsicht sich vereinen.

Das Eine, das meinen Geist
 Davor bewahrt, sich ablenken
 Zu lassen und ihn beruhigt.

Das Andere, das die
 Perfekte Bedeutung auf
 Korrekte Weise untersucht.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།ལུན་མོང་ལམ་སྤྱད་ས་སྣོད་དུ་གྱུར་པ་ན།
 །ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཚོག་གྱུར་རྗེས་ཐེག་
 །སྐལ་བཟང་སྤྱོད་པའི་འཇུག་ལོགས་དམ་པ་དེར།
 །བདེ་ལྡན་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།
 །དེ་ཚེ་དངོས་ལྷུབ་རྣམ་གཉིས་འཇུག་པའི་གཞི།
 །རྣམ་དག་དམ་ཚིག་སློབ་པར་གསུངས་པ་ལ།
 །བཅོས་མ་མིན་པའི་ངེས་པ་རྟེན་གྱུར་ནས།
 །སློབ་དང་བསློབ་ཏེ་བསྐྱེད་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

[172]
*tunmong lamjang nu du gyurpa na
 tekpa kun gyi chokgyur dorjey tek
 kelsang kyewoy juk-ngok dampa der
 delak nyi du jukpar jin gyi lob*

[173]
*de tse ngudrub nam nyi druppay shi
 namdak damtsik dompar sungpa la
 chuma minpay ngepa nye gyur ne
 sok dang du te sungwar jin gyi lob*



Gewähre mir, dass ich, nachdem [172]
 Ich in mir die offenen Lehren
 Vervollkommnet habe
 Und würdig geworden bin,
 Den Diamantweg
 Mit Leichtigkeit betreten möge,
 Den höchsten aller Pfade,
 Die heiligste aller Türen
 Für die Gesegneten.

Segne mich, damit ich [173]
 Immer weiß, dass wenn
 Ich den Weg betreten habe,
 Die Ursache für die beiden
 Errungenschaften, das
 Gewissenhafte Einhalten meiner
 Heiligen Versprechen und Gelübde ist.

Hilf mir sodann, sie
 Stets zu befolgen, selbst,
 Wenn es mein Leben kostet.



Jorchu, *Das Meditationslied*

།དེ་ནས་རྒྱུད་སྤེའི་སྤྱིང་པོ་རིམ་གཉིས་གྱི།
 །གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བརྩོན་པ་ཡིས།
 །ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡིལ་བར།
 །དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 །དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་གཤེས་གཉིན་དང་།
 །རྒྱལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་།
 །སྤྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཚོགས།
 །ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

[174]
*de ne gyu dey nyingpo rim nyi kyi
 ne nam jishin tok ne tsunpa yi
 tun shiy neljor chu le miyelwar
 dampay sung shin druppar jin gyi lob*

[175]
*detar lamsang tunpay She-nyen dang
 tsulshin druppay drok nam shab ten ching
 chi dang nang gi bardu chupay tsok
 nyewar shiwar jin gyi lab tu sul*



Segne mich sodann, [174]
 Die entscheidenden Punkte
 Beider Stufen zu erkennen,
 Die Essenz
 Der geheimen Pfade.

Gewähre mir dann
 So zu praktizieren,
 Wie es der Eine gesagt hat,
 Und immerzu
 All mein Augenmerk
 Auf die Vier-Mal-Praxis zu richten,
 Der höchsten Praxis die es gibt.

Bitte gewähre mir, dass der [175]
 Spirituelle Lehrer, der mich
 Leitet, und all meine
 Gefährten auf diesem Weg
 Lange leben mögen.

Bitte gewähre mir, dass der
 Berg an Hindernissen, in mir
 Und im Außen, der mich jetzt
 Noch aufhalten könnte, für
 Immer und ewig verschwindet.



Jorchu, *Das Meditationslied*

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྐྱེ་མ་དང་།
འབྲུལ་མེད་ཚེས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤོང་ཅིང་།
ལས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ལས།
རྫོང་འཆང་གི་ལོ་འཕང་རྒྱུར་ཐོབ་ཤོག།
ཅེས་ཚེག་དོན་བྲན་བཞིན་པས་བརྗོད་ལ།

[176]
*kyewa kun tu yangdak Lama dang
drel-me chu kyi pel la longchu ching
sa dang lam gyi yunten rabdzok ne
Dorje Chang gi gopang nyur tob shok
(che tsikdun dren shinpe ju la)*

Möge ich in all meinen Leben [176]
Niemals getrennt sein von
Meinen unübertroffenen Lamas.
Möge mich die
Herrlichkeit des Dharmas
Immer umgeben.

Möge ich alle
Eigenschaften jeder Stufe
Und jedes Pfads verwirklichen
Und dann schnell
Jenen Ort erreichen,
An dem ich selbst zum
Hüter des Diamanten werde.



Im Garten versammeln

ཚོགས་ཞིང་བསྐྱབ་ནི།

[177]
(tsokshing duwa ni)

*Nun versammeln wir uns wieder im Garten [177]
des Karmas. Sieh wie dein Lehrer kleiner und
kleiner wird und auf den Scheitel deines Kopfes
herabschwebt. Dann bringe die verkürzte Form
des siebenteiligen Gebetes, zusammen mit der
Darbringung einer perfekten Welt, singend dar.*