

ལྷོ། སུང་པོ་གསུམ་པའི་

Das Sutra des Bekennens

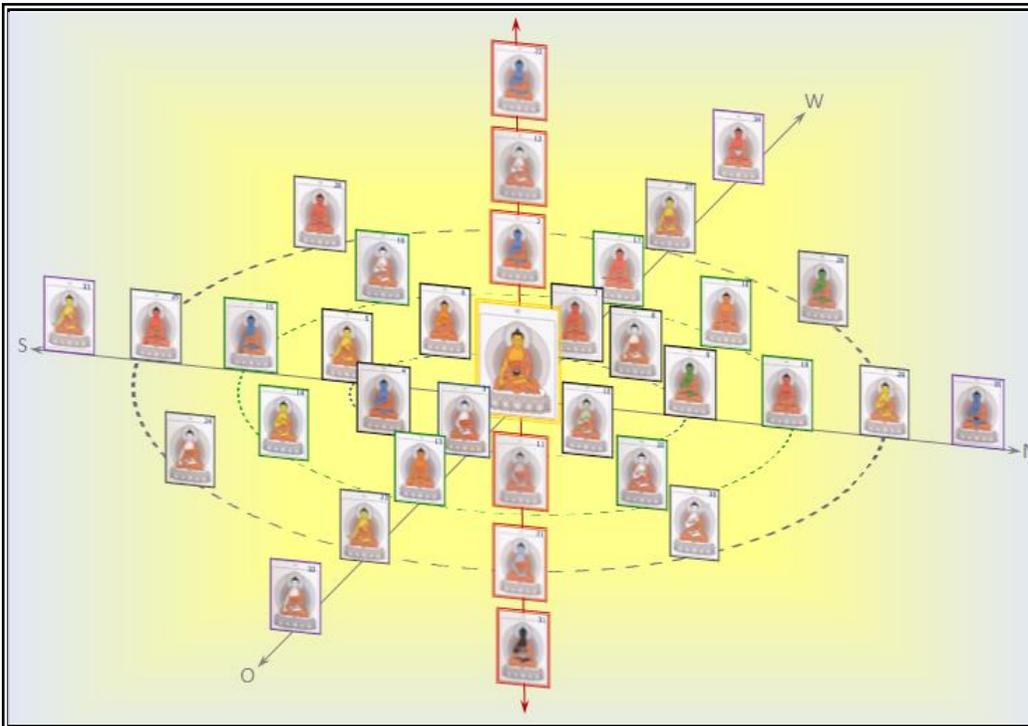
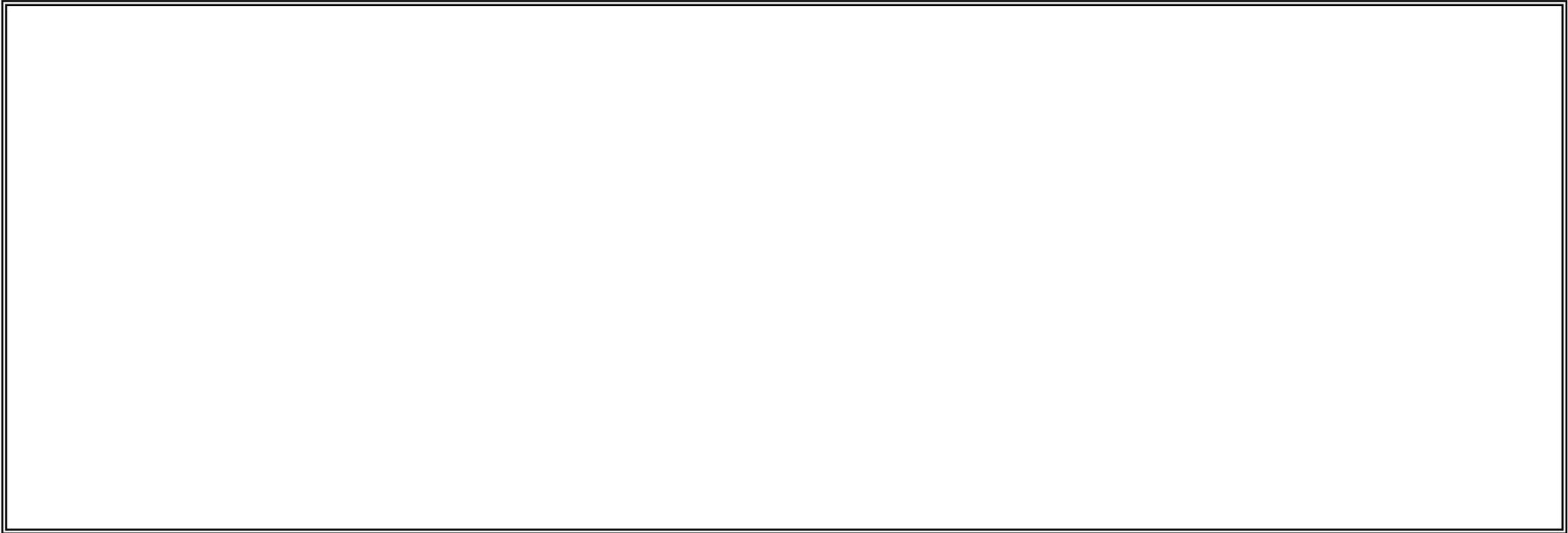
Ein Mahayana



མདོ་བཞུགས་སོ།།

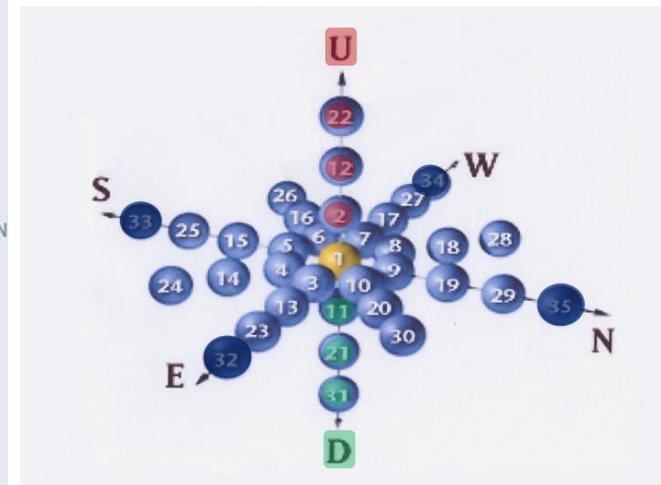
vor den Fünfundreissig Buddhas

Reinigungs-Sutra



It is taught (by the Buddha) that this section on “The Confession of sins” has the power to purify even the ‘Five Sins of Limitless Consequene’, so that the recitation of this “Sutra of the Three Sections” is very important.

Begin by imagining clearly before one the thirty-five Buddhas and before them make the following prayer in a strongly penitent (*reutig*) frame of mind



Zuflucht

༄༅། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དྲག་པར་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

SEM TSCHÄN THAM TSCHÄ TAG PAR LAMA LA GJAB SU TSCHI-O
Ich und alle Lebewesen; wir nehmen für immer Zuflucht zum Guru-Lama.

སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

SANG GJÄ LA GJAB SU TSCHI-O
Wir nehmen Zuflucht zum Buddha.

ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

TSCHÖ LA GJAB SU TSCHI-O
Wir nehmen Zuflucht zum Dharma.

དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

GENDÜN LA GJAB SU TSCHI-O
Wir nehmen Zuflucht zur Sangha.

Verbeugung / Niederwerfung

བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚྭ་གས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

TSCHOM DÄN DÄ DE SHIN SHEG PA DRA TSCHOM PA YANG DAG PAR DSOG PAY SANG GJÄ SHAKJA TUB PA
Vor dem Bhagawan, dem Tathagarba, dem Arhat, dem höchst vollkommenen Buddha Shakyamuni



ལ་ཕྱག་

LA TSCHAG
verbeuge ich mich.

ཚངས་པ་  ^{13 E/2} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSANG PA LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Reinen verbeuge ich mich.

ཚངས་པས་བྱིན་  ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSANG PÄ DSCHIN LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor ihm, der aus Reinheit gibt verbeuge ich mich.

ཚུ་ལྷ་  ^{15 S/2} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSCHU HLA LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor der Gottheit des Wassers verbeuge ich mich.

ཚུ་ལྷ་འི་ལྷ་  ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSCHU HLAY HLA LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Gott der Götter des Wassers verbeuge ich mich.

དཔལ་བཟང་  ^{17 W/2} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PÄL SANG LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Herrlichen Guten verbeuge ich mich.

ཚན་དན་དཔལ་  ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSÄN DÄN PÄL LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Herrlichen Sandelholz, verbeuge ich mich.

གཟི་བརྗིད་མཐས་ཡས་  ^{19 N/2} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SI DSCHI THA YÄ
Vor der Grenzenlosen Helle

འོད་དཔལ་  ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Ö PÄL LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Herrlichen Licht verbeuge ich mich.

ལྷ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་  ^{21 D/2} ལ་ཕྱག་

NYA NGÄN ME PAY PÄL LA TSCHAG
Vor dem Herrlichen, Leidlosen verbeuge ich mich.

འཚལ་ལོ། སྲེད་མེད་ཀྱི་བུ་  ^{22 U/3} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSÄL LO / SE ME GJI BU LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor dem Sohn dessen der frei von Verlangen ist verbeuge ich mich.

མེ་ཏོག་དཔལ་  ^{23 E/3} ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ME TOG PÄL LA TSCHAG TSÄL LO /
Vor der herrlichen Blume, verbeuge ich mich.

དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རིལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DE SHIN SHEG PA TSANG PAY Ö SER NAM PAR RÖL PA NGÖN PAR KHJEN PA

Vor dem Tatagatha, der alles weiß und sich des strahlenden Lichtes der Reinheit erfreut,

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

དེ་བཞིན་གཤམ་གསུམ་པ་པདྨ་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རིལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DE SHIN SHEG PA PÄMAY ÖZER NAM PAR RÖL PA NGÖN PAR KHJEN PA

Vor dem allwissenden Tatagatha, der freudigen Manifestation des Lotus-Lichtes

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

ནོར་དཔལ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དྲན་པའི་དཔལ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

མཚན་དཔལ་གྱི་ཏུ་ཡོངས་གྲགས་



NOR PÄL

LA TSCHAG TSÄL LO /

DRÄN PAY PÄL

LA TSCHAG TSÄL LO /

TSHÄN PÄL SHIN TU YONG DRAG

Vor dem Herrlichen Reichtum verbeuge ich mich.

Vor dem Herrlichen, Achtsamen, verbeuge ich mich.

Vor dem Strahlenden dem ruhmreichen Namen,

ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དབང་པོའི་ཏོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

LA TSCHAG TSÄL LO / WANG POY TOG GI GJÄL TSHEN GJI GJÄL PO LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

Vor dem König des Siegesbanners der höchsten Macht,

verbeuge ich mich.

2B

འཚལ་ལོ། རྡོ་རྗེ་སྤྱིང་པོ་རབ་ཏུ་འཛམས་པ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSÄL LO

DORDSCHE NYING PO RAB TU DSCHOM PA

LA TSCHAG TSÄL LO /

RIN TSCHEN Ö THRO

LA TSCHAG TSÄL LO /

Vor dem gänzlich Siegreichen der Essenz des Vajra

verbeuge ich mich.

Vor dem Licht ausstrahlenden Juwel verbeuge ich mich.

ལྷ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དཔལ་པོའི་སྤྱི་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དཔལ་དགུས་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

LU WANG GI GJÄL PO

LA TSCHAG TSÄL LO / PA WOY DE

LA TSCHAG TSÄL LO / PÄL GJE

LA TSCHAG TSÄL LO /

Vor dem König der Nagas, verbeuge ich mich.

Vor dem Höchsten der geistigen Helden, verbeuge ich mich. Vor dem Freude voll Strahlenden verbeuge ich mich

རིན་ཆེན་མེ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

རིན་ཆེན་ལྷ་འོད་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

མཐོང་བ་དོན་ཡོད་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN TSCHEN ME LA TSCHAG TSÄL LO /

RIN TSCHEN DA Ö LA TSCHAG TSÄL LO /

THONG WA DÖN YÖ LA TSCHAG TSÄL LO /

Vor dem Juwelenen Feuer, verbeuge ich mich.

Vor dem Juwelenen Mondlicht verbeuge ich mich.

Vor ihm, dem vollkommen Sehenden, verbeuge ich mich.

རིན་ཆེན་ལྷ་བ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དྲི་མ་མེད་པ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དཔལ་སྤྱིན་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN TSCHEN DAWA LA TCHAG TSÄL LO /

DRIMA MEPA LA TSCHAG TSÄL LO /

PÄL DSCHIN LA TSCHAG TSÄL LO /

Vor dem Juwelenen Mond verbeuge ich mich.

Vor dem Makellosen verbeuge ich mich.

Vor ihm, der Qualitäten gewährt verbeuge ich mich.

1B

གཞིས

གཞིས

ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དཔལ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SHIN TU NAM PAR NÖN PAY PÄL

Vor dem Herrlichen, der gänzlich alles unterwirft,

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་



ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

YUL LÄ SHIN TU NAM PAR GJÄL WA

Vor dem in allen Kämpfen Siegreichen,

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་པའི་དཔལ་



32 E/4

ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

NAM PAR NÖN PÄ SHEG PAY PÄL

Vor dem gänzlich unterwerfenden Weisen,

LA TSCHAG TSÄL LO / KÜN NÄ NANG WA KÖ PAY PÄL

verbeuge ich mich.

Vor dem Leuchtend Strahlenden,



33 S/4

ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

རིན་ཆེན་པདྨ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་



34 W/4

ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

RIN TSCHEN PÄMA NAM PAR NÖN PA

Vor dem Juwelenen Lotus, der alles unterwirft,

LA TSCHAG TSÄL LO /

verbeuge ich mich.

DE SHIN SHEG PA DRA TSCHOM PA YANG DAG PAR DSOG PAY

Vor dem Tathagata, dem Arhat, dem höchst vollkommenen Buddha,

སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་པདྨ་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་



35 N/4

ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SANG GJÄ RINPOTSCHHEY PÄMA LA RAB TU SHUG PA RI WANG GI GJÄL PO LA TSCHAG TSÄL LO //

der auf dem Juwelenthron sitzt, dem König des Berges Meru

LA TSCHAG TSÄL LO //

verbeuge ich mich.

ཐམས་ཅད་དུ་སྲིག་པའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྐྱལ་བ་དང་། བགྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ལམ། ། མཚོན་རྟོན་གྱི་

THAM TSCHÄ DU DIG PAY LÄ GJI PA DANG / GJI DU TSÄL WA DANG / GJI PA LA DSCHÄ SU YI RANG WA AM // TSCHÖR TEN GJI

Alle **unheilvollen Handlungen** die ich begangen habe, oder die zu begehen ich andere veranlasst habe zu begehen, oder mich daran erfreute, dass sie begangen wurden;

དགོར་རམ། དགོ་འདུན་གྱི་དགོར་རམ། རྩོགས་བཅུའི་དགོ་འདུན་གྱི་དགོར་འཕྲོག་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་སྐྱལ་བ་དང་།

KOR RAM / GENDÜN GJI KOR RAM / TSCHOG TSCHUY GENDÜN GJI KOR THROG PA DANG / THROG TU TSÄL WA DANG /

Alle Opfergaben für die Tempel, die Opfergaben für die heilige Gemeinschaft die Opfergaben für die Sangha der zehn Richtungen, die ich **gestohlen** habe, oder die zu stehlen ich

འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ལམ། ། མཚོན་པ་མ་མཆིས་པ་ལྟའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྐྱལ་བ་དང་།

THROG PA LA DSCHE SU YI RANG WA AM // TSHAM MA TSCHI PA NGAY LÄ GJI PA DANG / GJI DU TSÄL WA DANG /

veranlasst habe oder mich daran erfreute, dass sie gestohlen wurden; Die **fünf großen Sünden grenzenloser Konsequenzen**, die ich begangen habe, oder die zu begehen ich

བགྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ལམ། ། མི་དགོ་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་སྐྱངས་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། འདུག་

GJI PA LA DSCHE SU YI RANG WA AM // MI GE WA TSCHUY LÄ KYI LAM YANG DAG PAR LANG PA LA SHUG PA DANG / DSCHUG

veranlasst habe, oder mich daran erfreute, dass sie begangen wurden; den Weg der **zehn unheilsamen Handlungen** den ich wirklich angenommen habe, oder den zu nehmen ich

དུ་སྐྱལ་བ་དང། འཇུག་པ་ལ་ཇེས་སུ་ཡི་རང་བ་འམ།།

ལས་ཀྱི་སྐྱོབ་པ་གང་གིས་བསྐྱོབས་ནས། བདག་སེམས་ཅན་

TU TSÄL WA DANG / DSCHUG PA LA DSCHE SU YI RANG WA AM // LÄ KJI DRIB PA GANG GI DRIB NÄ / DAG SEM TSCHÄN
veranlasst habe, oder mich daran erfreute, dass er angenommen wurde. Welche **Taten** ich auch immer unter dem Einfluss von **Geistestrübungen** durch

དམུལ་བར་མཆི་བ་འམ། དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་མཆི་བ་འམ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བ་འམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་དུ་སྐྱེ་

NYÄL WAR TSCHI WA AM / DÜ DROY KJE NÄ SU TSCHI WA AM / YI DAG KJI YÜL DU TSCHI WA AM / YÜL THA KHO TU KJE
karmische Schleier begangen habe, durch die ich selbst und andere Wesen in Höllenbereichen oder im Bereich der Tiere geboren wurden oder in das Reich der Hungrigen Geister

བ་འམ། གླ་གློར་སྐྱེ་བ་འམ། ལྷ་ཚེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བ་འམ། དབང་པོ་མ་ཚང་པར་འགྱུར་བ་འམ། ལྷ་བ་ལོག་

WA AM / LA LOR KJE WA AM / HLA TSE RING PO NAM SU KJE WA AM / WANG PO MA TSANG PAR GJUR WA AM / TA WA LOG
gelangten, oder in einem Land ohne Religion geboren wurden, oder als Barbar geboren wurden, oder als langlebiger Gott geboren wurde, oder unvollständige Sinne erlangten, oder

པར་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་འམ།། སངས་རྒྱས་འགྱུར་བ་ལ་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྐྱོབ་པ་གང་ལགས་པ་

PAR DSIN PAR GJUR WA AM / SANG GJÄ DSCHUNG WA LA NYE PAR MI GJI PAR GJUR WAY LÄ KJI DRIB PA GANG LAG PA
an falsche Theorien anhafteten -- all diese karmischen Verfehlungen, die die erschienenen Buddhas nicht erfreuten, **offenbare und bekenne ich vor den Buddhas,**

བློ

4B

Gebet der 3 Anhäufungen (Bekennen, Erfreuen, Widmen)

དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་

DE DAG LA SOG PA TSCHOG TSCHUY DSCHIG TEN GJI KHAM THAM TSCHÄ NA *DE SHIN SHEG PA* DRA TSCHOM PA YANG
Ich **bitte** alle Tathagatas, Arhats, die höchst vollkommenen Buddhas, die lebenden Erleuchteten, die Siegreichen, die Bodhisattvas, wie viele -die so sind wie ihr- auch in den

དག་པར་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཚོ་ཞིང་བཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་

DAG PAR DSOG PAY SANG GJÄ TSCHOM DÄN DÄ GANG DSCHI NYE TSCHIG SHUG TE TSHO SHING SHE PAY SANG GJÄ
10 Richtungen verweilen mögen, meiner zu gedenken (*d.h. eigentlich soll ich dadurch ihrer Gedenken, denn sie gedenken meiner ohnehin permanent*).

བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།།

TSCHOM DÄN DÄ DE DAG THAM TSCHÄ DAG LA GONG SU SOL //

1) Bekennen

༄། བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང། སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།།

འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་

DAG GI KJE WA DI DANG / KJE WA THOG MA DANG THA MA MA TSCHI PA NÄ //
In meinem jetzigen Leben und in allen anfangs- und endlosen Leben

KHOR WA NA KOR WAY KJE NÄ
in Samsara -wiedergeboren in allen Bereichen-

བསྐྱེ

3B

དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ། སྤྱན་དུ་གྱུར་པ། དཔང་དུ་གྱུར་པ། ཚད་མར་

DE DAG THAM TSCHÄ SANG GJÄ DJOM DÄN DÄ YE SHE SU GJUR PA TSCHÄN DU GJUR PA/PANG DU GJUR PA/TSÄ MAR
den Bhagawans, die die Weisheit erlangt haben, deren Augen alles sehen, die alles wahrnehmen, den zum Vorbild gewordenen, den Wissenden, den Sehenden.

གྱུར་པ། མཁྱེན་པ་གཟིགས་པ། དེ་དག་གི་སྤྱན་སྲུང་མཐོལ་ལོ་འཆགས་སོ། མི་འཆབ་བོ། མི་སྤྲེད་དོ། སྤྱན་ཆད་

GJUR PA/ KJÄN PA SIG PA / DE DAG GI TSCHÄN NGAR THÖL LO TSCHAG SO // MI TSCHA PO/ MI BE TO/ LÄN TSCHÄ
Ich halte nichts geheim, ich verberge nichts; ich

ཀྱང་གཙོན་ཅིང་སྡོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ།།

KJANG TSCHÖ TSCHING DOM PAR GJI LAG SO //
verspreche keine dieser Handlungen von nun an mehr auszuführen.

2) Erfreuen

༄། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོང་སུ་གསོལ། བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་བ་

SANG GJÄ TSCHOM DÄN DÄ DE DAG THAM TSCHÄ DAG LA GONG SU SOL / DAG GI KJE WA DI DANG / KJE WA
Ich bitte alle Buddhas und Bodhisattvas meiner zu gedenken (Wir erinnern uns daran ihrer zu gedenken) In meinem jetzigen und in all den anfangs- und endlosen

5A

ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་སྤྱན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་

TU SEM KJE PAY GE WAY TSA WAGANG LAG PADANG / DAG GI LA NA ME PAY YE SHE KJI GE WAY TSA WA GANG LAG PA
den hervorragendsten Erleuchtungsgedanken, **Bodhicitta** zu erzeugen; All die Wurzel der Tugend, die in der **allerhöchsten transzendenten Weisheit** liegt.

ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱུམས་ཏེ།།

DE DAG THAM TSCHÄ TJIG TU DÜ SHING DUM TE //

3) Widmen

༄། བསྐྱུམས་ནས་སྤྱན་མ་མཆིས་པ་དང་། གོང་ན་མ་མཆིས་པ་དང་། གོང་མའི་ཡང་གོང་མསྤྱན་མའི་ཡང་

DOM NÄ LA NA MA TSCHI PA DANG / GONG NA MA TSCHI PA DANG / GONG MAY YANG GONG MA LA MAY YANG
All diese durch mich und durch alle anderen Wesen in den drei Zeiten angesammelte **Wurzel der Tugend** vereinigt, widme ich dem Höchsten (Formkörper d. Buddha),

སྤྱན་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བས། སྤྱན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིདོ།།

LA MAR YONG SU NGO WÄ / LA NA ME PA YANG DAG PAR DSO G PAY DSCHANG TSCHUB TU YONG SU NGO WAR GJIO //
dem Besten (Dharmakaya des Buddha), dem Besten des Besten (Samboghakaya des Buddha), und dem Höchsten des Höchsten (Nirmanakaya des Buddha).

6A

ཏེ

ཡུ

ཇི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་བ་དང། ཇི་ལྟར་མ་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་

DSCHI TAR DÄ PAY SANG GJÄ TSCHOM DÄN DÄ NAM KJI YONG SU NGÖ PA DANG / DSCHI TAR MA DSCHÖN PAY SANG GJÄ
So wie die Buddhas und die Siegreichen der Vergangenheit gewidmet -d.h. all ihren Verdienst geteilt haben- und so wie Buddhas und die Siegreichen der Zukunft widmen

བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་བར་འགྱུར་བ་དང། ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་

TSCHOM DÄN DÄ NAM KJI YONG SU NGO WAR GJUR WA DANG / DSCHI TAR DA TAR DSCHUNG WAY SANG GJÄ TSCHOM
werden -d.h. ihren Verdienst teilen werden- und so wie die jetzt gerade verweilenden Buddhas und die.

ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་བར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་བར་བགྱིའོ།།

DÄN DÄ NAM KJI YONG SU NGO WAR DSÄ PA DE SHIN DU DAG GI KJANG YONG SU NGO WAR GJIO
Siegreichen widmen -d.h. ihren Verdienst teilen- so will auch ich widmen, d.h. all mein Verdienst teilen

།།

6B

ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།། འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་

THOG MA DANG THA MA MA TSCHI PA NÄ / KHOR WA NA KHOR WAY KJE WA SHÄN DAG TU DSCHIN PA THA NA DÜ DRÖY KJE
Leben in Samsara -wiedergeboren in allen Bereichen All die Wurzel der Tugend, die durch das Geben kleiner Gaben entsteht,

གནས་སུ་སྐྱེ་པ་ལ་བྲས་ལམ་གཅིག་ཅུ་བསྟུལ་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང། བདག་གིས་ཚུལ་བྲིས་ས་བསྟུངས་

NÄ SU KJE PALA SÄ KHAM TSCHIG TSAM TSÄLWAY GE WAY TSA WA GANG LAG PA DANG / DAG GI TSÜLTHRIM SUNG
und sei es nur einem Tier eine Handvoll Futter zu geben, All die Wurzel der Tugend, die dadurch

བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང། བདག་གིས་ཚངས་པར་སྦྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང།

WAYGE WAY TSA WA GANG LAG PA DANG / DAG GI TSANG PAR TSCHÖ PA LA NÄ PAY GE WAY TSA WA GANG LAG PA DANG /
entsteht, ein **sittliches Leben** zu führen; All die Wurzel der Tugend, die aus **Edlem Verhalten** (den 4 Unermesslichen) entsteht;

བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པར་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང། བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་མཚོག་

DAG GI SEM TSCHÄN YONG SU MIN PAR GJI PAY GE WAY TSA WA GANG LAG PADANG / DAG GI DJANG TSCHUB TSCHOG
All die Wurzel der Tugend, die daraus entsteht den **Geist aller Wesen zu gänzlicher Reife und Reinheit** zu führen, All die Wurzel der Tugend, die daraus entsteht

།།

5B

Abschluss

སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ།

བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ།

DIGPA TAM TCHÄ NI SO SOR SHAG SO /

SÖNAM TAM TSCHÄ LA DJE SU YI RANG NGO /

All meine unheilsamen Handlungen, mein Fehlverhalten bekenne ich einzeln. An allen verdienstvollen Handlungen, an allem Guten erfreue ich mich.

སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། བདག་གིས་སློན་མེད་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་མཚོག་དམ་པ་ཐོབ་པར་

SANGYE TAM TSCHÄ LA KUL SCHING SOL WA DEB SO /

DAG GI LA NA ME PA YESHE KJI TSCHOG DAM PA THO PAR

Ich bitte alle Buddhas inständig, ich flehe sie an,

dass ich die letztendliche, ursprüngliche, höchste transzendente Weisheit erlangen möge.

གུར་ཅིག། མི་མཚོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང།

གང་དག་འདས་པ་ དག་དང་དེ་བཞིན་གང་མ་

GJUR TSCHIG / MI TSCHOG GYÄL WA GANG DAG DA TAR SHUG PA DANG / GANG DAG DÄ PA DAG DANG DE SHIN GANG MA
Mit gefalteten Händen nehme ich voller Respekt Zuflucht zu den Buddhas, die gerade jetzt unter uns verweilen, die in der Vergangenheit unter uns geweilt haben und die jetzt gerade

ཐོན། ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ལ། ཐལ་མོ་སྐྱར་བར་བགྱིས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཚོའོ།

DSCHÖN / YÖNTÄN NGAG PA THA YÄ GYAMTSON DRA KÜN LA / THÄL MO DSCHAR WAR GJI TE KYAB SU NYE WAR TSCHI O //
noch nicht unter verweilen; zu all denen deren Qualitäten ihres allwissenden Geistes so grenzenlos sind wie der unendliche Ozean, nehme ich mit gefalteten Händen zutiefst Zuflucht.

བདུན

7A

མཚོམས་མེད་ལྟ་པོ་དག་གི་སྡིག་པ་རྣམས། གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག། དེ་ཡིས་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་འདི་བཏོན་པས།

TSAM ME NGA PO DAG GI DIG PA NAM / GANG GI MI SHE WANGI DSCHÄ PA DAG / DE YI TUNG WA SHAG PA DI TÖN PÄ /
Was immer ich neben den Fünf Schwerwiegenden Vergehen -unter dem Einfluss der Unwissenheit- Schlechtes getan habe, möge es durch das Sprechen dieses Bekenntnisses

དེ་དག་མ་ལྷུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྱུར། བདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྡིག་པའི་ལས།

DE DAG MA LÜ YONG SU DSCHANG WAR GJUR / DAG DANG SEM TSCHÄN KÜN GJI DIG PAY LÄ /
der Verfehlungen völlig und restlos gereinigt sein!

ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བགྱི། སློན་ཆད་ནམ་ཡང་བགྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག།

NYE PAR GJUR GANG THÖL SHING SHAG PAR GJI / LÄN TSCHÉ NAM YANG GJI PAR MA GJUR TCHIG /
Alle schlechten Taten meiner selbst und aller Wesen -wodurch auch immer wir schuldig geworden sind- bekenne ich offen. Mögen wir sie niemals mehr begehen!

ལས་ཀྱི་སྐྱོབ་པ་འང་གཏན་དུ་ཟད་བྱེད་ཤོག།

LÄ KYI DRIB PA ANG TÄN DU SÄ DSCHÉ SHOG //
Mögen auch alle karmischen Schleier endgültig beseitigt werden!

བཟུང

8A

Widmung

ཕུག་འཚེལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤམས་པ་དང་།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

TSCHAG TSÄL WA DANG TSCHÖ TSCHING SHAG PA DANG / DSE SU YI RANG KÜL SHING SOL WA YI /

Ich widme das Verdienst, das ich durch Verbeugung, Opferung von Gaben, Bekennen, Mit-Freude, Ersuchen und Erbitten erworben habe

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོར་བསྟོ།།

GE WA TSCHUNG SÄ DAG GI TSCHI SAG PA / THAM TSCHÄ DSOG PAY DSCHANG TSCHUB TSCHEN POR NGO //

-wie gering es auch sein mag-

gänzlich der vollkommenen, letztendlichen Erleuchtung aller Wesen.

ཕྱི

8B

ལྷུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ། མི་དགེ་བཅུ་པོ་སོ་སོར་

LÜ KJI LÄNI NAM PA SUM /

Die drei unheilsamen Taten des Körpers,

NGAG GI NAM PA SHI DAG DANG /

die vier der Rede und

GANG YANG YI KJI NAM SUM PO / MIGE TSCHU PO SO SOR

die drei des Geistes

die Zehn Untugenden- bekenne ich

བཤམས། ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྟ། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི།

SHAG /

einzeln.

THOG MA ME NÄ DAN TAY BAR / MI GE TSCHU DANG TSAM ME NGA / SEM NI NYÖN MONG WANG GYUR PAY /

Alle unheilsamen Handlungen, alles Fehlverhalten, die ich seit anfangsloser Zeit bis jetzt, unter der Macht der störenden Gefühle, in meinem Geist entstanden sind,

ཕྱི

7B

སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤམ་པར་བཀྱི། འདོད་ཆགས་ཞི་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། ལྷུས་དང་ངག་དེ་དང་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་

DIG PA THAM TSCHÄ SHAG PAR GJI / DÖ TSCHAG SHE DANG TI MUG WANG GI NI / LÜ DANG NGAG DANG DE SCHIN YI KJI

die Zehn Unheilvollen und

die Fünf Schwerwiegenden Taten bekenne ich.

Was immer ich -unter dem Einfluss von Gier, Hass und

གྱུར། སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བཀྱིས་པ་ཅི་མཚེས་པ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤམས།

KJANG / DIG PA DAG GI GJI PA TSCHI TSCHI PA /

Verblendung- mit Körper, Rede und Geist.an

DE DAG THAM TSCHÄ DAG GI SO SOR SHAG /

Üblem und Unheilsamen begangen habe, bekenne ich einzeln.