

Die Meditation des Vajrasattva

Die innere Ausrichtung

Als Erstes richtest du dich auf dein Ziel aus, den erwachten Zustand deines Geistes. Dieser wird durch den Buddha repräsentiert. Du wünschst dir intensiv, diesen befreiten Zustand zu erlangen. Du nimmst Zuflucht zur befreienden Lehre, weil sie die Methoden beinhaltet, die dir helfen, dein Ziel zu erreichen und du nimmst Zuflucht zur höchsten Gemeinschaft, den Freunden auf dem Weg, die dich unterstützen, dein Ziel zu erreichen.

Zuflucht nehmen und Entwickeln der erwachten Geisteshaltung

Zum Buddha, dem erwachten Zustand meines Geistes, zur befreienden Lehre und zur höchsten Gemeinschaft nehme ich Zuflucht bis zur Erleuchtung.

Möge ich durch das Positive, das ich durch Freigebigkeit und die anderen befreienden Qualitäten ansammle, zum Wohl aller Wesen vollkommenes Erwachen verwirklichen.

(dreimal)

Entwickeln der „Vier Grenzenlosen“

Mögen alle Wesen glücklich sein und die Ursachen des Glücks besitzen.

Mögen sie frei sein von Leid und dessen Ursachen.

Mögen sie niemals vom wirklichen leidfreien Glück getrennt sein.

Mögen sie im großen Gleichmut verweilen frei von Anhaftung und Abneigung.

(dreimal)

Visualisierung

Über deinem Kopf auf einem Lotus- und Mondsitz befindet sich der Buddha Vajrasattva, weiß und mit Ornamenten geschmückt. Er hat ein Gesicht und zwei Hände; die Rechte hält einen Vajra, die Linke eine Glocke.

Er sitzt mit gekreuzten Beinen, den rechten Fuß ausgestreckt. Licht strahlt vom seinem Herzen und lädt alle Weisheitswesen ein. Sie verschmelzen mit ihm; er wird so zur Essenz aller Erwachten.



Sage: "Diamantreiner Lehrer, bitte reinige die ganze Ansammlung von negativen Handlungen, Schleiern, Fehlern und Übertretungen von mir und den zahllosen anderen Wesen."

Durch diese Bitte entsteht im Herzen von Vajrasattva auf einer flachliegenden Mondscheibe ein HUNG, das vom Hundert-Silben Mantra umgeben ist.

Hiervon fließt ein Strom von Nektar. Dieser Nektar fällt von seinem Körper in meine Scheitelöffnung hinein.

Er füllt den ganzen Körper und reinigt alle negativen Handlungen, Schleier, Fehler und Übertretungen.

Das Hundertsilben-Mantra

OM BENDZA SATO SAMAYA MANUPALAYA
BENDZA SATO TENOPA TISHTA DRIDO ME BHAVA
SUTO KAYO ME BHAWA SUPO KAYO ME BHAWA
ANURAKTO ME BHAWA SARWA SIDDHI MEMTRA YATSA
SARWA KARMA SUTSA ME TSITAM SHRI YA KURU HUNG
HA HA HA HA HO BHAGAWAN SARWA TATHAGATA
BENDZA MA ME MÜNTSA BENDZI BHAWA MAHA SAMAYA
SATO AH

Rezitiere dies sooft du kannst

OM BENDZA SATO HUNG

Rezitiere dies mindestens 108 Mal.

Anschließend sage mit am Herzen gefalteten Händen:

"Schützer, durch Unwissenheit verblendet habe ich das Bündnis verletzt und gebrochen. Buddha, Schützer, gib mir Zuflucht.

Lehrer, Vajra-Halter, dessen Natur das große Mitgefühl ist, Herr der Wesen ich nehme Zuflucht zu Dir.

Alle Hauptverpflichtungen von Körper Rede und Geist und die Zweigverpflichtungen, welche ich gebrochen habe, bekenne und bereue ich.

Bitte gib deinen Segen, dass die ganze Ansammlung von negativen Handlungen, Schleiern, Fehlern und Übertretungen völlig gereinigt ist."

Vajrasattva gibt mir seine Zusicherung, löst sich in Licht auf und verschmilzt mit dir; du wirst untrennbar.

Widmung

Möge ich durch das Positive, dass ich hiermit angesammelt habe, schnell die Natur meines Geistes verwirklichen und dann alle Wesen darin unterstützen, diesen Zustand zu erfahren.