

DE SYV GRENE FRA BØNNEN OM GOD LIVSFØRELSE

Tilflugt og bodhicitta

Indtil jeg når oplysningen tager jeg tilflugt til Buddha,
til Dharma og den højeste Sangha.

Må jeg gennem de fortjenester jeg samler
ved at praktisere gavmildhed og de andre fuldkommenheder
nå Buddhatilstanden til gavn for alle levende væsener. (3x)

Buddhaerne og bodhisattvaerne indbydes

Velsignede, I beskytter alle levende væsener uden undtagelse,
I overvinder alle onde kræfters hærskarer,
I erkender alle ting uden undtagelse fuldkomment.
Jeg beder jer, kom til dette sted sammen med jeres ledsagere.

De fire umådelige

Må alle levende væsener være lykkelige og have årsagen til lykke.
Må de være fri for lidelse og årsagen til lidelse.
Må de aldrig være adskilt fra den højeste lykke,
der er uden lidelse.
Må de hvile i stor ligevægt fri for tilknytning til nære
og aversion mod fremmede.

At bøje sig

For hver eneste af de tre tiders tathagataer
i samtlige verdener i de ti retninger,
for alle dem, der er som løver i menneskeform,
bøjer jeg mig i åbenhed med krop, tale og sind.

Ansporet af ønskebønnen om fortræffelig adfærd
er hver eneste sejrrig direkte til stede i mit sind.
Med legemer så mange som støvkorn i verden
hylder jeg dem alle ved at bøje mig fuldstændigt.
I ét støvkorn findes Buddhaer så talrige som atomer,
alle befinder de sig i midten af deres følge af sønner.

Sådan forestiller jeg mig, at hvert eneste atom
i fænomeners vide udstrækning er fyldt med sejrrige.
På samtlige tungemål og med alskens melodier
som et udtømmeligt ocean af lovprisninger
besynger jeg alle de sejrriges kvaliteter til fulde
og priser således alle sugataer – de frydefulde.

At ofre

De smukkeste blomster og skønneste kæder,
klange og salver og ypperlige parasoller,
de fineste klæder, de dejligste røgelse
ofrer jeg til de sejrrige.

De smukkeste klæder og de dejligste parfumer,
balsamiske pulvere i bjerge som Meru,
de mest udsøgte ting smukt arrangeret
ofrer jeg til alle de sejrrige.

Jeg ofrer også de uovertrufne og mest omfattende ofringer;
og således med hengivenhed overfor alle de sejrrige
og med tillid til den adfærd der gavner,
bøjer jeg mig i hyldest og ofrer til dem alle.

At angre skadelige handlinger

Hvad jeg end har gjort af skadelige handlinger
med mit legeme, min tale og mit sind
under indflydelse af enten begær, modvilje eller dumhed
angrer jeg alle disse, hver især.

At glæde sig over andres gavnlige handlinger
Jeg glæder mig over al den fortjeneste,
der nogensinde er opbygget
af de ti retningers sejrrige, af Buddhaernes sønner,
af de der sejrer på egen hånd, af de der lærer og af de udlærte,
samt af alle levende væsener – hvor meget de end har opbygget.

At anmode om at lærens hjul bliver drejet

Jeg anmoder alle dem, der er som lanterner
i de ti retningers verdner,
dem, der ved at gennemgå den gradvise erkendelsesvej
har frembragt det uanfægtede, Buddha-tilstanden,
om at dreje den højeste læres hjul.

At bede om at buddhaerne ikke vil gå hinsides lidelsen

Dem, hvis hensigt det er at vise Nirvana,
beder jeg med samlede hænder om
at forblive i kalpaer så mange som støvkorn
til gavn og lykke for alle væsener.

Mandala-ofring

Et fundament smykket med røgelse, safranvand og blomster,
smykket med Mount Meru, de fire kontinenter,
sol og måne, ofrer jeg til Buddhaernes felt.

Må alle levende væsener glæde sig ved dette rene land.
Sammen med de uendeligt mange levende væsener
tager jeg tilflugt i de tre højeste lærere,
som i deres essens er den rene medfølelse,
indtil jeg når fuldkommen oplysning.

Må alle forkerte sindstilstande blive overvundne,
må de fejlfri erkendelser,
såsom agtelsen af den spirituelle ven og andre,
opstå ubesværet.

Må alle ugunstige omstændigheder,
indre og ydre uden undtagelse,
blive fredeliggjort her på dette sted.

JIDDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRAYATAIAMI OM MUNI MUNI MAHA MUNI SOHA

Tilegnelse

Må jeg hurtigt blive en Buddha
i kraft af disse bestræbelser
og må jeg herefter føre alle levende væsener
uden undtagelse til Buddha-tilstanden.

LAKHA RINPOCHES LANGTLIVSBØN

OM SWASTI

Når dit navn lyder,
er det som en regn af duftende kamferdråber,
og når disse dråber rammer vandliljens kronblade,
folder livets grænseløse,
uforgængelige blomst sig ud.

Tara, du der er som den lindrende kamfermåne,
vi beder dig om at skænke
det vederkvægende liv uden død.
Vi beder for vores enestående og lærde Lama,
Lakha Rinpoche, løfteholder
og virtuos udfører af medfølelse og visdom.

Han løfter sejrens fane
over belæringerne i sutra og tantra,
af indehaveren af Vagishavara's ti kvaliteter,
den højtærede Tsongkhapa.

Lakha Rinpoche, din uendelige medfølelse
samlet gennem utallige æoner,
må dens styrke stadig forøges,
og for alle levende væseners skyld beder vi om,
at du hurtigt må opnå den strålende tilstand
som en Ønskeopfyldende Juvel.

Uforlignelig, er du,
når du borttager væseners sorg og smerte.

Vi ønsker dig et langt liv.

Må du sikkert styre de perfekte belæringers båd
gennem det vidtstrakte hav af Buddhas belæring,
må du blive formidler
af Buddhas vældige rigdomme
ti millioner lysende betragtninger og meditationer.

Vi ønsker dig et godt helbred.

Gennem forfinede ræsonnementer
åbnes dharmas vej.
Ved at holde løfterne pletfrie oplyser du vejen.

Må du blive som solen,
der udsender sin medfølelses lys
til alle levende væsner.

Vi ønsker dig et godt helbred.

Må du blive i stand til fra en sky af rene anskuelser,
meditation og praksis,
at lade visdom og medfølelse
blive som tusinder af fantastiske regnskyl,
hvis dråber opløser og helbreder
alle væseners elendighed.

Må du blive en enestående vejleder
for alle levende væsener.

Vi ønsker dig et langt og lykkebringende liv.

Må du nyde sødmen fra nektaren
af Buddha Shakyamunis
84.000 essentielle belæringer.

Må styrken af din rene opfattelse øges,
må du blive som den mest fuldendte løve.

Vi ønsker dig et langt liv.

Kort sagt: Mester, vi beder dig om
at forblive indtil samsaras ophør,
uforanderlig i din inderste essens.

Måtte du befri lidende væsener overalt
gennem dine medfølelser og handlinger.

Må din medfølelses fantastiske skær
bortviske alle lidelser og bringe uendelig lykke.
I tillid til styrken af de tre fantastiske oceaner
og den altfavnende oprindelige tomhed,
der ikke kan forklares med ord,
og med styrken
af alle vores bedste tanker og ønsker,
beder vi om, at disse ønsker let bliver opfyldt.

Sarva Mangalam.

HHDL'S LANGTLIVSBØN

Fra det rene land,
omgivet af sneklædte bjerges mure,
springer kilden til al lykke og gavn:
Almægtige Tjenresig, Tenzin Gjatso,
må du forblive her til verdens ophør