

DI TAR GOM DÆ GJI PÆ SØ NAM KJI / DAG DANG DAG LA DREL

Må fortjenesten ved at have mediteret og reciteret således gøre, / at jeg og alle væsener

TOG DRO WA KYN / MI TSANG LY DI BOR WA GJUR MA TAG / DE WA TJEN

som jeg er forbundet med på alskens vis, / så snart vi har forladt dette urene legeme, /

DU DSY TE KJE WAR SJOG / KJE MA TAG TU SA TJU RAB DRØ NÆ / TRYL PÆ

mirakuløst blive født i Dewatjen. / Ankommet der må vi gennemgå de ti trin /

TJOG TJUR SJÆN DØN DJE PAR SJOG //

Og med udstrålingslegemer i alle de ti retninger gennemføre andres gavn. //

Den korte (Dewatjen) bøn:

E MA HO /

Hvor frydefuldt! /

NGO TSAR SANG GJÆ NANG WA TA JÆ DANG / JE SU DJO WO TUG DJE TEN

Vidunderlige buddha Grænseløse Lys, / til højre for dig står den ædle *Store Medfølelse*, /

PO DANG /NJØN DU SEM PA TU TJEN TOB NAM LA / SANG GJÆ DJANG SEM PAG – til

venstre bodhisattvaen *Opnåelse af Stor Styrke* / og jeres umådelige følge af buddhaer

ME KOR GJI KOR / DE KJI NGO TSAR PAG TU ME PA JI / DE WA TJEN SJE DJA

og bodhisattvaer omgiver jer. / I dette land, hvor underfuld glæde og lykke er

WÆ SJING KAM DER / DAG SJÆN DI NÆ TSE PØ GJUR MA TAG / KJE WA SJEN

ubegrænset, / det rene land Dewatjen, / må jeg og alle andre, umiddelbart efter vi har

GJI BAR MA TJØ PA RU / DE RU KJE NÆ NANG TÆ SJÆL TONG SJOG /

forladt dette liv/ og uden at andre liv kommer imellem, / fødes der og se dit ansigt,
Grænseløse Lys./

DE KÆ DAG GI MØN LAM TAB PA DI / TJOG TJY SANG GJÆ DJANG

Jeg beder jer, alle buddhaer og bodhisattvaer fra samtlige ti retninger, / giv jeres

SEM TAM TJÆ KJI / GEG ME DRUB PAR DJIN GJI LAB TU SØL /

velsignelse til, / at alle disse ønsker, som jeg her har givet udtryk for i bøn, / må blive
opfyldt uden forhindringer! //

TÆ JA TA / BÆN TSA DRI JA A WA BODHA NAI SO HA //

(*Mantra der bevirker, at ønskebønner går i opfyldelse*).

De anvendte bønner og tekster er transskriberet fra Birgit Scott "*Bøn til Mahamudra Linjen, Meditation og Recitation på Tjenresig...*" (2014)

Tjenresig recitation og meditation



Til brug ved bisættelse
og mindehøjtidelighed

**Begynd Tjenresig meditation og recitation (af de seks stavelser) med
at tage tilflugt og udvikle erkendelsessindet:**

SANG GJÆ TJØ DANG TSO G KJI TJOG NAM LA /

I Buddha, i Dharma og i gruppen af fortrinlige praktiserende/

DJANG TJUB BAR DU DAG NI KJAB SU TJI /

tager jeg tilflugt indtil erkendelsen er nået. /

DAG GI DJIN SOG GJI PÆ SØ NAM KJI /

I kraft af fortjenesten ved at være gavmild og så videre /

DRO LA PÆN TJIR SANG GJÆ DRUB PAR SJOG //

vil jeg opnå buddhatilstanden for at gavne alle væsener //

Gentages tre gange.

Visualisering af jidammen:

DAG SOG KJAB SEM TJÆN GJI / TJI TSUG PÆ KAR DA WÆ TENG /

Jeg og alle væsener, så langt som himlen rækker, / har på toppen af hovedet en hvid lotus med en måneskive, /

HRI LÆ PAG TJOG TJÆN RÆ SIG / KAR SAL Ø SER NGA DÆN TRO /

hvorpå der står et HRI. Herfra opstår den fortrinlige ophøjede Tjenresig. / Han er strålende hvid og klar og skinner med femfarvet lys. /

DSE SUM TUG DJE TJÆN GJI SIG / TJAG SJI DANG PO TAL DJAR DSÆ /

Smuk og smilende ser han på os med medføhlende øjne. / Af hans fire hænder er de to første samlede hånd mod hånd. /

OG NJI SEL TRENG PÆ KAR NAM / DAR DANG RIN TJEN GJÆN GJI TRÆ /

De to øvrige holder en krystal-mala og en hvid lotus. / Silke- og juvelornamenterne smykker ham, /

RI DAG PAG PÆ TØ JOG SØL / Ø PAG ME PÆ U GJÆN TJÆN /

et hjorteskind udgør hans øvre klæde, / og øpagme kroner hans hoved

SJAB NJI DOR DJEI KJIL TRUNG SJUG / DRI ME DA WAR GJAB TEN PA /

Han sidder med sine ben i vajra-stilling, / og en uplettet skive af månen støtter hans ryg. /

KJAB NÆ KYN DY NGO WOR GJUR //

Han er essensen af hele den samlede tilflugt. //

Tænk, at jeg og alle væsener enstemmigt beder det følgende sammen:

DJO WO KJØN GJI MA GØ KU DOG KAR / DSO G SANG GJÆ KJI U LA GJÆN / Oh du ædle, helt blottet for fejl, med hvidt legeme. / Den fuldendte buddha smykker dit hoved. /

TUG DJE TJÆN GJI DRO LA SIG / TJÆN RÆ SIG LA TJAG TSAL LO //

Med medføhlende øjne ser du alle væsener. / For dig Tjenresig bøjer jeg mig. //

Fremsig dette så meget som muligt.

DE TAR TSE TJIG SØL TAB PÆ / PAG PÆ KU LÆ Ø SER TRØ / I kraft af at bede således med entydigt sind / udgår der strålende lys fra den ophøjedes legeme, /

MA DAG LÆ NANG TRYL SJE DANG / TJI NØ DE WA TJÆN GJI SJING /

som renses alt urent: handlinger, tilsynekomster og forvrængede opfattelser. / Den ydre beholderagtige verden bliver til Dewatjens rene land. /

NANG TJY KJE DRØ LY NGAG SEM / TJÆN RÆ SIG WANG KU SUNG TUG /

Dens indre indhold, væsener med deres legeme, tale og sind, / bliver til mægtige Tjenresigs legeme, tale og sind. /

NANG DRAG RIG TONG JER ME GJUR /

Tilsynekomst, lyd og opmærksomhed er uadskillelige fra tomhed. /

Imens man mediterer på dette, reciterer man OM MANI PÆME HUNG så meget som muligt. Til sidst hviler sindet ligevægtigt i sin egen essens helt ude over begrebers tre akser (subjekt, objekt, handling).

DAG SJÆN LY NANG PAG PÆ KU / DRA DRAG JI GE DRUG PÆ JANG /

Tilsynekomsten af mit eget og andres legeme er den ophøjedes legeme; / alle lyde er de seks stavelers klang; /

DRÆN TOG JE SJE TJEN PØ LONG //

Tankevirksomhed er den oprindelige store visdoms rum. //

GE WA DI JI NJUR DU DAG / TJÆN RÆ SIG WANG DRUB GJUR NÆ /

I kraft af dette gode må jeg hurtigt / virkeliggøre den mægtige Tjenresigs tilstand, /

DRO WA TJIG KJANG MA LY PA / DE JI SA LA GØ PAR SJOG //

og må jeg anbringe alle væsener uden undtagelse / i denne tilstand. //

Denne "Meditation og Recitation" på den Store Medføhlende, der Lader Væseneres Gavn Gennemtrænge Himlen" er mahasiddha Tangtong Gjalpos velsignede tale. Må alt være lykkebringende!