



de speciale yoga van Lama Tsongkhapa

de speciale yoga van Lama Tsongkapa

toevlucht:

Konchog sum la kyab su dro
semchen tamche dag gi drol
jang chub na le go par gyi
jang chub sem ni yang dag kye

Het zien van de omgeving als rein en zuiver

tamche du ni sa zhi dag
seg ma la sog me pa dang
lag til tar nyam be duryai
rang zhin jam por ne gyur chig

consecratie van de offergaven

Lha dang mi yi cho pai dza
ngo su sham dang yi kyi trul
kunzang cho trin la na me
nam kai kam kun kyab gyur chig

OM NAMO BHAGAVATE VAJRA SARA PRAMADANE
TATHAGATAYA ARHATE SAMYAK SAM BUDDHAYA
TAYATHA OM VAJRE VAJRE MAHA VAJRE MAHA TEJRA
VAJRA MAHAVIDYA VAJRE MAHA BODHICITTA VAJRE
MAHA BODHI MANDOPA SAM KRAMANA VAJRE SARVA
KARMA AVARANA BISHO DHANA VAJRA SVAHA

aanroepen

Ganden lha gyay gon gyi tug kar ne
rab kar sho sar pung dray chu tzin tser
cho kyi gyelpo kun kyen lozang drag
se dang che pa ne dir shag su sol

toevlucht:

Ik zoek mijn toevlucht in de drie juwelen,
Voor het welvaren van alle migrerenden,
Zal ik de perfectie van de verlichte geest ontwikkelen,
En alle wezens naar de verlichte staat toevoeren.

Het zien van de omgeving als rein en zuiver

De gehele grond is zuiver en compleet,
vrij van ruwheid en doornen,
Zoals de oppervlakte van een handpalm,
Stralend, zoals Lapis Lazuli.

consecratie van de offergaven

De gehele omgeving gevuld met offergaven,
zowel deze van mensen en alle goden,
uitgestald en voorgesteld,
Zoals de offergaven van Samantabhadra

OM NAMO BHAGAVATE VAJRA SARA PRAMADANE
TATHAGATAYA ARHATE SAMYAK SAM BUDDHAYA
TAYATHA OM VAJRE VAJRE MAHA VAJRE MAHA TEJRA
VAJRA MAHAVIDYA VAJRE MAHA BODHICITTA VAJRE
MAHA BODHI MANDOPA SAM KRAMANA VAJRE SARVA
KARMA AVARANA BISHO DHANA VAJRA SVAHA

aanroepen

Vanuit Tushita, het land van de vele zuivere wezens.
Uit het hart van de alwetende en op een wolkenbank wit als yoghurt,
Zit de koning van Dharma Lozang Dragpa met zijn zonen.
Ik verzoek U, kom naar deze plaats.

de speciale yoga van Lama Tsongkapa

offergaven en lofzang

Dun gyi nam kar seng tri pe dai teng
jetsun lama gye pay tsum kar chen
dag lo de pay sonam zhing chog tu
ten pa gye chir kel gyar zhug su sol

she jay kyon kun jel way lo dro tug
kelsang na way gyen gyur leg she sung
drag pay pel gyi lha mer dze pay ku
tong to dren pay don la chag tsel

yi ong cho yon na stog metog dang
dri shim dug po nang sel dri chab sog
ngo sham yi trul cho trin gyatso di
sonam zhing • chog kye la cho par bul

offergaven en lofzang

In de ruimte voor ons op een leeuwentroon, lotus en maan kussen.
Zit de grote Guru met een stralende gelukzaligheid.
Object van onze verdiensten en voor de geest van goed vertrouwen,
Verblijf hier voor vele eonen om de dharma fortuinlijk te maken.

Uw geest van wijsheid ziet alle objecten van kennis,
Voor de gefortuneerden siert uw spreken het gehoor.
Glorieuze voorspoed straalt van uw lichaam,
Het draagt grote betekenis om U te zien, te horen en te herinneren.

Ik offer fijne water offergaven, vele soorten van bloemen,
Geurige wierook, offergaven van licht, parfum enzovoorts,
Uitgestald en voorgesteld en met de span van een oceaan naar U,
De oorzaak van goede verdiensten

om guru buddha	sapariware	argham	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	padyam	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	pushpe	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	dhupe	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	alokhe	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	gande	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	naivedya	partishta hung svaha
om guru buddha	sapariware	shapta	partishta hung svaha

de speciale yoga van Lama Tsongkapa

gang zhig tog me du ne sag pa yi
lu ngag yi kyidig pa chi gyidang
kye par dompa sum gyi mi tun chog
nying ne gyo pe drag po so sor shag

nyig may du dir mang to drub la ston
cho gye pang pay den jor yo je
gon po kyo kyilab chen tze pa la
dag chag sam pa tag pe yi rang ngo

jetsun lama dampa kye nam kyid
cho ku la kye tse trin trig me
ji tar tsam pay dul jay tzin ma la
zab gye cho kyichar pa ab tu sol

dag sog ji nye sag pay ge wa di
ten dang dro wa kun la gang pen dang
kye par jetsun losang drag pa yi
ten pay nying po ring du sel je shog.

mandala offering

OM VAJRA BHUMI AH HUM

wang chen ser gyisa zhi

OM VAJRA REKHE AH HUM

chi chag rikhor yug gi kor wai ,

u su ri gyalpo ri rab ,

shar lu pag po , lho dzam bu ling ,

nub ba lang cho , jang dra mi nyan ,

lu dang lu pag , nga yab dang nga yab zhan ,

yo dan dang lam chog dro ,

dra mi nyan dang dra mi nyan gyida ,

rinpoche ri wo , pag sam gyishing ,

Ik beken en berouw alle activiteiten verzameld van non -
verdienstelijke aard, verricht via de drie aspecten sinds beginloze
tijden, speciaal deze in contradictie met de drie hogere type van
aspiratie.

In deze degenerende tijd uw streven naar competentheid en leren, en
het afstoten van de acht wereldse Dharma's.
Uw leven met zoveel betekenis, beschermer vanuit het diepste van ons
hart scheppen we vreugde in uw daden.

Gerealiseerde leeraar, van uw bemachtende samaya's van de twee
typen en vanuit de sfeer uw van Dharmakaya.
Stuur een regen van verheven dharma toepasselijk voor de
verschillende volgelingen in deze wereld.

Moge de verzameling aan verdiensten hier vergaard ten goede komen
aan het succes van de leer en het welzijn van alle levende wezens,
Moge de essentie van de gerealiseerde Lozang Dragpa voortstralen en
vele realisaties brengen.

mandala offering

OM VAJRA BHUMI AH HUM

Gouden grond groot en sterk

OM VAJRA REKHE AH HUM

Een ijzeren ring staat rond om de buiten ring.

In het midden Meru de koning der bergen.

Met daar om heen de vier continenten,

met hun twee bijcontinenten.

In het Oosten Purvavideha, het zuiden Jambudvipa,

het westenAparagodania, het noorden Uttarakuru Deha en Videha,

Camara en Aparacamara, Satta en Uttaramantrina, Kurava en Kaurava.

De schat berg, wensver vullende boom,

De koe van overvloed en een spontaan verzezen oogst

de speciale yoga van Lama Tsongkapa

deu joi wa , ma mo pa yi lo tog ,
khor lo rinpoche , norbu rinpoche ,
tsun mo rinpoche , leun po rinpoche ,
lang po rinpoche , ta chog rinpoche ,
mag po rinpoche , ter chenpoi bumpa ,
geg ma , treng wa ma , lu ma , gar ma ,
me tog ma , dug po ma , nang sal ma ,
dri chap ma , nyi ma , dawa , rinpoche dug ,
chog la nam par gyal wai gyaltsan ,
u su lha dang mi paljor pun sum

tsog pa ma tsang wa me pa , tsang zhing yi du
ong wa di dag rinchen tsawa dang gyu par ,
che pai palden lama dam pa nam dang khye
par du yang/ lama lozang thubwang dorje chang
chenpo lha ts'og k'or dang cha pa nam la zhing gam ul wa gyio
tug je dro wai don du zhe su sol,
zhe ne dag sog dro wa mar gyur nam khai ta dang
nyam pai sem chen tam che la tug tse wa chen poi
go ne jing gyi lab tu sol.

sa zhi po kyi jug shing me tog tram *
ri rab ling zhi nye da gyan pa di
sang gye zhing du mig te bul war gyi
dro kun nam dag zhing la cho par shog

dag gi chag dang mong sum kye wai yul *
dra nyen bar sum lu dang long cho cha
pang pa me par bul gyi leg zhe ne
dug sum rang sar dreul war jin gyi lob

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYA TAYAMI

Het kostbare wiel, kostbare juweel, kostbare vorstin,
De kostbare minister, kostbare olifant, kostbare paard,
De kostbare generaal en de grote schatvaas.
De godin van schoonheid, de godin van Guirlandes,
De godin van Muziek, de godin van Dans,
De godin van Bloemen, de godin van Mirre,
De godin van Licht en de godin van Geur,
De zon en Maan en de kostbare parasol,
In elke richting banieren van victorie.

In het midden alle weelde van de goden en mensen bijeen,
Een fijne juwelen collectie waar niets aan ontbreekt.
Ik offer dit speciaal aan Guru Sumati (Tsong kapa),
Boeddha Vajradhara met uw gevolg en gezelschap van yidams
Ik verzoek U deze verzameling volledig te accepteren
met mededogen in uw hart voor alle migrerende wezens,
Laat uw zegening voort stromen.

De grond besprenkeld met kost bare geuren en bloemen.
De grote berg Meru, de vier continenten, de zon en Maan.
De gelijkenis van een Boeddha land en als zodanig toegedragen.
Mogen alle wezens hierdoor volledige volmaaktheid vinden.

Ik offer dit zonder enig gevoel van verlies,
Alle objecten die gehechtheid en afkeer,
En verwarring in mij teweeg brengen.
Alle vrienden en hen die vreemd zijn en mijn vijanden.
Alle genoegens en mijn belichaming.
Moge ik vrij raken van de drie vergiften

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYA TAYAMI

de speciale yoga van Lama Tsongkapa

mig ste ma (negen regels)

Ngo drub kun jung tub wang dorje chang
mig me tse way ter chen chen ra sigs
dri me kyen pay wang po jam pel yang
du pung ma lu jom tze sang way dag
gang chen ke pay tsug gyen losang drag
kyab sum kun du lama sangye la
go sum gu pay go ne sol wa deb
rang zhen man ching drol war jin gyi lob
chog dang tun mong ngo drub tsel du sol 7x

mig ste ma (vijf regels)

Mig me tse way ter chen chen ra sigs
dri me kyen pay wang po jam pel yang
du pung ma lu jom tze sang way dag
gang chen ke pay tsug gyen tsongkhapa
Lo zang drag pai zhab la sol wa deb 21x

mig ste ma (negen regels)

Bron van alle siddhi's, Shakyamuni Vajradhara.
Avalokeshkiteshvara, de schat van het grote mededogen.
Manjushri, de kracht van het vlekkeloze weten.
Vajrapani, houder van de kracht om mara's te niet te doen.
Losang Drag, de kroon van de geleerden van het land van sneeuw
Naar de boeddha leeraar, het object van toevlucht,
richt ik mijn verzoek door de drie portalen (lichaam, spraak en geest)
Voor uw stralende zegening voor mijzelf en anderen op het rijpende
pad naar bevrijding. Geef de gewone en ongewone realisaties. 7x

mig ste ma (vijf regels)

Avalokeshkiteshvara, de schat van het grote mededogen.
Manjushri, de kracht van het vlekkeloze weten.
Vajrapani, houder van de kracht om mara's te niet te doen.
Losang Drag, de kroon van de geleerden van het land van sneeuw.
Sumati Kirti aan u maak ik mijn verzoek. 21x

om ah guru vajradhara sumati kirti siddhi hung



de speciale yoga van Lama Tsongkapa

verzoek:

Tho sam gom pai sherab pal du sol
che tso tsom pai lodro gye su sol
Chog dang tun mong ngo drub tsal du sol
Nyor du kye rang ta bu jin gyi lob

Dechen lhan kye yeshe char du sol
ngo tsin trul wai dri ma tsal du sol
sem nyi te tsom ta wa sal du sol
nyur du kye rang ta bu jin gyi lob

absorptie en opdragen

Pel den tsa way lama rinpoche
dag gi chi wor pemey den zhug la
ka drin chen po go ne je zung te
ku zung tug kyi ngo drub tsel du sol

pel den tsa way lama rinpoche
dag gi nying kar pe mey den zhug la
ka drin chen po go ne je zung te
chog dang tun mong ngo drub tsel du sol

pel den tsa way lama rinpoche
dag gi nying kar pemey den zhug la
ka drin chen po go ne je zung te
jang chub nying po bar du ten par zhug

Tse rab kun tu gyel wa tsong ka pay
teg chog she nyen ngo su tze pay tu
gyel we ngag pay lam zang de nyi le
ke chig tsam yang dog pa ma gyur chig.

verzoek:

Door horen en meditatie, moge het Inzicht zegevieren,
Met leren, debat en schrift moge vaardigheid van geest ontwikkelen,
Inzicht moge de gewone en buiten gewone verworvenheden groeien,
Aan u maak ik mijn verzoek om uw gelijke te zijn.

Door speciaal inzicht moge het spontane welzijn verrijzen,
Het zien van de laatste hindernissen, moge de ware natuur verschijnen.
Door het laatste vasthouden moge mijn geest vrijgezet worden
Aan u maak ik mijn verzoek om uw gelijke te zijn.

absorptie en opdragen

Goede en kostbare principiële guru,
Neem plaats in de lotus van mijn hart.
En geef uw grote liefdevolle zorg.
En geef me de machtiging van lichaam, spraak en geest.

Goede en kostbare principiële guru,
Neem plaats in de lotus van mijn hart.
En geef uw grote liefdevolle zorg.
Wees de oorzaak voor de gewone en buiten gewone siddhi's.

Goede en kostbare principiële guru,
Neem plaats in de lotus van mijn hart.
En geef uw grote liefdevolle zorg.
Verblijf tot dat de essentie van verlichting volledig ontplooit.

Het pad uiteengezet door de excellente Tsong Khapa
en zij die ons voor gegaan zijn moge ik nooit meer gescheiden zijn,
van dit van pad van excellentie, geprezen door de gerealiseerden.
Zelfs al is het voor een instant.

de speciale yoga van Lama Tsongkapa



Lama Tsong Khapa is de grondlegger van de Gelukpa school van het Tibetaans boeddhisme en werd geboren in 1357 in Tsong-Kha district van Amdo, Tibet. Heden te dage wordt Lama Tsong Khapa in hoog respect gehouden. Voor beoefenaars wordt de sadhana, de Ganden la Gyema, en mantra recitatie als een van de beste vormen gezien om een goede binding en inzicht in de leer te verkrijgen. Dit inzicht in de leer is erg belangrijk omdat we hierdoor voor ons zelf de mentale ondersteuning kunnen vinden om vriendschap te sluiten met situaties waar in we verkeren en ook bij ziekten die moeilijk maar met de juiste condities genezen kunnen worden.

vertaling en gezet voor Saka Dawa 2015 : Lama Thubten Wangmo