

# Eine siebenfältige Pūjā

## „Die keltische Pūjā“

Übersetzt aus: A Puja Book, fwbo Ireland  
Korrigierte und überarbeitete Fassung 2024

Die vorliegende Pūjā wird oft als „keltische Pūjā“ bezeichnet. Der Text ist nicht traditionell, sondern wurde von Menschen aus dem Triratna-Sangha in Irland verfasst.

## Darbringung von Gaben

Blumen, Nahrung und heilende Kräuter,  
die edlen Gaben der Natur,  
heilige Eichen, Mistel und Efeu,  
Musik, Gesang und Trommelklang,  
stille, bezaubernde Wäldchen,  
grüne Täler und Wasserfälle,  
im Schutz verborg'ner Edelsteine  
steigt Weihrauch duftend empor,  
gewaltige Bergmassen,  
in zartes Grün gehüllt,  
mit glitzerndem Tau geschmückte Kiefern,  
funkelndes Kristall, Quarz und Gold,  
Sonnenuntergang, Mondaufgang und die fernen Sterne,  
das tiefe Blau des endlosen Himmels,  
alles in den Weiten des Raums  
bringe ich hier als Gabe dar,  
zur Feier des höchsten Pfads und Ziels,  
zur Feier der tiefsten Weisheit.

*Mantra (hier oder nach „Begrüßung“)*

## Begrüßung

Zahllose Male und mit tiefem Respekt  
verehere ich die Edlen.  
Mit Achtung grüße ich die vielen Schreine  
und die Orte, an denen sie weilten.  
Mit Dankbarkeit grüße ich  
Lehrerinnen und Lehrer.  
Mit offenem Herz-Geist verbeuge ich mich  
vor spirituellen Freundinnen und Freunden,  
vor der vollkommenen Lehre  
und vor dem Erleuchteten.

## Aufbruch

Alle falschen Hoffnungen gebe ich auf,  
und richte meinen Geist auf Erleuchtung aus.  
Ich nehme Zuflucht zu den wahren Lehren,  
die den Kummer des Lebens beenden.  
Indem ich mich für spirituelle Freundschaft öffne,  
folge ich den Wesen großen Mitgeföhls.

## Zufluchten & Vorsätze

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhāssa

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhāssa

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhāssa

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Pānātipātā veramaṇī-sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Adinnādānā veramaṇī-sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Kāmesu micchācārā veramaṇī-sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Musāvādā veramaṇī-sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Surāmeraya majja pamādatṭhānā veramaṇī-sikkhāpadaṃ  
samādiyāmi

Sādhu sādhu sādhu

Mit Taten liebevoller Güte läutere ich meinen Körper.

Mit Großzügigkeit gebend läutere ich meinen Körper.

Mit Stille, Schlichtheit und Genügsamkeit läutere ich  
meinen Körper.

Mit ehrlicher und wahrhaftiger Sprache läutere ich meine  
Rede.

Mit hellwacher Achtsamkeit läutere ich meinen Geist.

## Anerkennen von Reue

All meine Torheit erkenne ich an,  
alle bedauerlichen Taten,  
alle unwürdigen Worte und Gedanken,  
jeden Akt der Respektlosigkeit  
der Welt und ihren Wesen gegenüber.

Zutiefst verfangen und verstrickt  
in blinder Leidenschaft und falschen Überzeugungen  
gestehe ich dies alles vor mir selbst ein,  
vor meinen Weggefährtinnen und -gefährten  
und vor dem höchsten Mitgefühl.

## Freude am Guten

Von ganzem Herzen freue ich mich  
an dem Guten, das Wesen vollbracht haben.  
Möge ihnen alles Glück zufließen.  
Möge alles Leiden für sie enden.  
Mögen sie sich aus weltlichen Fesseln befreien.

Ich erfreue mich an den von Mitgefühl Erfüllten,  
an den diamantenen Himmelstänzerinnen,  
an den Lehrenden, die dem Pfad folgen,  
und an allen Edlen,  
die helfen, Wesen zu retten.

Ich erfreue mich an der Entschlossenheit  
dem Pfad und der Übung zu folgen,  
und am Ozean der Wahrheit,  
der alle Wesen rettet.

## Bitte um Belehrung

Ich bitte die von Mitgefühl Erfüllten:  
Mögen sie in der Weite des Raums  
das Licht der Wahrheit hell entzünden

für alle verwirrten Wesen hier  
im Zwielflicht der Unwissenheit

Ich bitte die Vollendeten  
zahllose Äonen hierzubleiben  
und unsere Welt nicht preiszugeben  
der kalten, grausamen Finsternis.

*Lesung oder/und Herz-Sūtra (s. a. S. 5)*

## Übertragung des Nutzens

Mein vergebliches Festhalten  
an Besitz und am Ich gebe ich auf.  
Möge alles Gute,  
das diesen Handlungen hier entspringt,  
zur Befreiung beitragen  
von allen leidenden Wesen.

Möge ich allem, was lebt und fühlt,  
behilflich und zu Diensten sein,  
solange in den Weiten von Raum und Zeit  
Weltsysteme entstehen und vergehen.

*Schlussmantra(s)*

## Das Herz der vollkommenen Weisheit

Bodhisattva Avalokiteśvara, in tiefste Weisheit versenkt, erkannte, dass die fünf Skandhas leer sind und verwandelte damit alles Leid und allen Schmerz.

Śāriputra (sprich: Schaari-puttra)! Form ist nichts anderes als Leerheit, und Leerheit ist nichts anderes als Form. Form ist identisch mit Leerheit und Leerheit ist identisch mit Form. Und so ist es auch mit Empfindung, Wahrnehmung, geistiger Formkraft und Bewusstsein.

Śāriputra! Alle Dinge sind in Wahrheit leer. Nichts entsteht und nichts vergeht. Nichts ist unrein, nichts ist rein. Nichts vermehrt sich und nichts verringert sich.

Es gibt in der Leerheit keine Form, keine Empfindung, Wahrnehmung, geistige Formkraft und kein Bewusstsein; keine Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper oder Geist; es gibt nichts zu sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen oder denken; keine Unwissenheit und auch kein Ende von Unwissenheit, kein Altern und keinen Tod, noch deren Aufhebung,

kein Leiden und keine Ursache des Leidens, kein Auslöschen und keinen Weg der Erlösung, keine Erkenntnis und auch kein Erreichen.

Weil es nichts zu erreichen gibt, leben Bodhisattvas *prajñā-pāramitā* [vollkommene Weisheit] und ihr Geist ist unbeschwert und frei von Angst. Befreit von allen Verwirrungen, Träumen und Vorstellungen, verwirklichen sie vollständiges Nirvāna.

Alle Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft leben *prajñā-pāramitā* und erreichen damit die höchste Erleuchtung. Erkenne deshalb, dass *prajñā-pāramitā* das große Mantra ist, das strahlende Mantra, das unübertroffene Mantra, das höchste Mantra, das alles Leiden stillt.

Dies ist die Wahrheit, die Wahrheit ohne Fehl. Deshalb sprich das Mantra der *prajñā-pāramitā*:

GATE GATE PĀRAGATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ