Einführung

Diese Pūjā (sprich: puudschua) für Tārā gehört zu einer Gruppe von Pūjās für die "fünf Prajñas", die so genannten Gefährtinnen der Fünf Buddhas oder Jinas (sprich: dschinnas). Mit den weiblichen wie den männlichen fünf Buddhas ist eine reiche Symbolik verknüpft. Die weiblichen Aspekte, die Prajñas, sind vor allem mit den fünf Elementen und mit den fünf Weisheiten verbunden. So verkörpert Tara das Element Luft und die "alles vollendende Weisheit" sowie viele weitere sinnbildliche Verbindungen.

Es gibt viele Pūjās für Tārā. Diese hier bezieht sich auf die spezielle Erscheinungsform der Grünen Tārā, die in einer Sādhana-Sammlung beschrieben wird, die den Titel *Königinnen des Mandalas* trägt. Im Sādhana erscheint sie auf einem blassblauen Lotos und einer Mondscheibe sitzend. So wird sie beschrieben:

„... von grüner Farbe. Ihr linkes Bein ist in Meditationshaltung, das rechte Bein ausgestreckt und dessen Fuß ruht auf einem weiteren kleinen blassblauen Lotos und einer Mondscheibe. Sie trägt erlesene Gewänder und ist mit Silber und anderen Kostbarkeiten geschmückt.

Ihre rechte Hand liegt auf ihrem rechten Knie. Die Handfläche ist nach außen gerichtet in der Mūdra höchsten Gebens und hält einen Doppel-Vajra (sprich: wadschra). Ihre linke Hand hält vor ihrem Herzen eine silberne Vajra-Glocke.

Auf ihrem Kopf trägt sie eine Krone mit fünf Juwelen. Sie hat langes schwarzes Haar, von dem ein Teil zu einem Knoten aufgebunden ist, das übrige fließt über ihre Schultern. Vor dem Haarknoten sitzt der tiefgrüne Buddha Amoghasiddhi in der Vajra-Haltung. Seine rechte Hand zeigt die Abhaya-Mūdra der

Furchtlosigkeit, seine linke ruht in seinem Schoß und hält eine Mondsichel.

Tārās Kopf und Körper sind von Auren aus Licht umgeben. Sie ist jung, schön und lächelt voller Mitgefühl.“

Man kann die Pūjā durch das Einfügen der Zufluchten und Vorsätze nach dem dritten Abschnitt erweitern, durch das Rezitieren des Tārā-Mantras – OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ – und auf andere Weisen, zum Beispiel durch die Darbietung von Gaben.

Dh. Vessantara
1. Auflage 2003

Mitternachtsstern

Eine Pūjā für Tārā

Verehrung

Herz aus Mitgefühl,
Gedanken an ein Selbst
steigen in dir nie auf;
ganz dem Wohl der Welt verpflichtet,
ermutigst du deine Anhänger,
allen Wesen zu dienen,
als Ausdruck ihrer Liebe zu dir.

So bringe ich aus Hingabe zu dir
allen Wesen die Früchte deines Herzens dar:
Jedem einzelnen Wesen schenke ich
unaufhörlich kühle Seen und Flüsse,
damit sie in deinem Mitgefühl baden können;
labende Speisen und Getränke,
damit dein Mitgefühl sie nährt;
Sonne, Mond und Sterne,
damit dein Mitgefühl sie entfacht;
köstlich duftende Brisen,
damit sie dein Mitgefühl atmen können;
Vogelgezwitscher und schöne Klänge,
damit dein Mitgefühl ihren Herz-Geist erfüllt.

OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ

Begrüßung

Mitternachtsstern,
mit dem Glanz deiner Liebe
erleuchtest du den nördlichen Himmel

und selbst die liebenden Götter verehren dich.
Tārā, dir huldige ich.

Süßer Atem aller Buddhas,
mit dem Duft deines Mitgefühls
erfüllst du die Welt mit Wohlgeruch,
und selbst die mitfühlenden Götter verehren dich.
Tārā, dir huldige ich.

Große Bogenschützin der Sugatas,
mit den unfehlbaren Pfeilen deiner Mitfreude
streckst du die Hydra-Köpfe der Eifersucht nieder,
und selbst die freudvollen Götter verehren dich.
Tārā, dir huldige ich.

Siegesbanner des höchsten Dharma,
gehisste Flagge der Siegreichen,
in der festen Erde des Gleichmuts wurzelnd,
verehere dich selbst die gleichmütigen Götter.
Tārā, dir huldige ich.

Zufluchtnahme

Geheimnisvolle Königin,
du erscheinst in der tiefen Nacht der Verzweiflung,
in der es keine Sicherheit gibt,
keine Klarheit,
keine Gewissheit.

Mit deiner gebenden Hand hältst du den Doppel-Vajra,
in dem sich alle Gegensätze vereinen.

Möge ich die Weisheit annehmen, die du gewährst,
über das Gefängnis der Dualität hinausschauen
und es deinem ruhigen Wirken gleich tun.

Wo Saṃsara und Nirvāṇa eins werden und sich auflösen,
da nehme ich Zuflucht.

Wo Leben und Tod eins werden und sich auflösen,
da nehme ich Zuflucht.

Wo Weisheit und Mitgefühl eins werden
und überall erscheinen,
da nehme ich Zuflucht.

Eingeständnis von Fehlern

Furchtlose Fürstin,
mächtige Königin,
du errettest die Wesen vor den acht großen Schrecken,

vor wilden Tieren, Räubern und allen anderen Gefahren,
bitte rette mich vor den tausend Sorgen und Ängsten
die meinen Herz-Geist in Besitz nehmen.

Dir gestehe ich alle gewöhnlichen Sorgen und Ängste,
die meinen Tag so anfüllen,
dass ich kaum Luft holen kann:
Angst, die mich zurückhält,
Angst, die mir eine Maske aufsetzt,
Angst, mit anderen zusammen zu sein,
Angst, allein zu sein,
Angst, die mich hart, eng und unfreundlich macht
Angst, nicht zu bekommen, was ich will,
was mich gierig und selbstbezogen macht.

Dir gestehe ich sogar die tiefer liegenden Ängste:
die Angst, verrückt zu werden,
die Angst vor dem Tod,

die Angst vor dem Leben,
die Angst vor allem,
was jenseits des Panzers
meines eigenen Ichs liegt.

Dir gestehe ich vor allem die Ängste,
die mich abhalten,
mich ganz dem Dharma hinzugeben:
Angst, mich tiefer auf den Pfad einzulassen,
Angst vor Veränderung,
Angst vor Entsagung,
Angst vor Großzügigkeit,
Angst vor dem eigenen Mut,
Angst, tiefer zu gehen,
Angst vor Freiheit,
Angst vor Weisheit,
Angst, mein Leben allen Wesen zu widmen.

Diese Ängste kommen nicht von ungefähr,
sie entspringen unzähligen Entscheidungen und Taten
in vielen Leben –
der Entscheidung für Unbewusstheit,
der Entscheidung für Mutlosigkeit,
der Entscheidung, meinen Kopf in Saṃsara zu vergraben.

Bitte vergib mir,
und hilf mir, diese Ängste zu deinen Füßen abzulegen.
Mögest du sie alle befrieden.

O liebende Tārā,
bitte, nimm meine zitternde Hand in deine,
und forme sie sanft zur Mūdra der Furchtlosigkeit.

Lob des Guten

Titanen preisen ihre eigenen Eroberungen
und ihre einzige Quelle des Glücks sind sie selbst;
du, freudvolle Tārā,
erfreust dich an den guten Taten aller Lebewesen
und hast so unzählige Quellen der Freude.

Furchtlos und frei von Neid preise ich all jene,
die der Welt Schönheit, Frieden und Mut bringen.

Furchtlos und frei von Neid
preise ich die spirituellen Heldinnen und Helden,
jene Siegreichen, die Eigendünkel überwinden.

Furchtlos und frei von Neid preise ich dich,
die Smaragd-Göttin,
und dein grenzenloses selbstloses Wirken,
das alle Taten vollkommen macht.

Furchtlos und frei von Neid
preise ich deine innige Sorge um die Welt,
so dass jedes Blatt und jeder Grashalm
mit dem Grün deines Mitgefühls getränkt ist.

Bitte um Belehrung und Verweilen

Liebe ist schneller als der Schall
und rascher als Licht,
Liebe durchquert den Weltraum in einem einzigen Moment.
O Königin unendlichen Mitgefühls,
wo immer deine Liebe gebraucht wird,
augenblicklich ist sie da.

Gefangen bin ich im Orkan des Leidens,
doch wenn seine Winde
an Körper oder Herz-Geist zerren,
brauche ich nur deinen Namen zu rufen:
Tārā,
Tārā,
Tārā!
Und die Böen aus Sehnsucht und Angst legen sich.

Wer hätte sich je vorgestellt
dass diese beiden Silben
so viel Liebe enthalten –
zarte Liebe,
furchtlose Liebe,
die Liebe aller Buddhas.

Tārā,
Tārā,
Tārā!

Mögen ich und alle Wesen
uns immerdar an dich wenden.
Und mögest du als Antwort
den Dharma deiner grenzenlosen Liebe
augenblicklich auf uns alle
herabregnen lassen.

Abgabe der Verdienste und Selbsthingabe

Mögen die Verdienste dieses Lobgesangs,
wie der Klang einer Vajra-Glocke,
ständig Tārās Namen tönen,
den sanften Herzschlag des Mitgefühls.

Vajra-Glocke aus Tārās Liebe,
die durch Zeit und Raum wiederhallt,
möge dein Klang niemals verklingen
auf seinem Weg ins Reich jenseits der Sterne.

Vajra-Glocke aus Tārās Liebe,
in allen Lebenswelten Wesen rettend,
möge dein Klang niemals verklingen,
bis alles Leiden ein Ende findet.

Vajra-Glocke aus Tārās Liebe,
sanft in meinem Herzen läutend,
möge dein Klang niemals verklingen,
bis du und ich endlich eins sind.

Deutsche Übersetzung Nagadakini und andere. Hinzufügung der Schlussmantras, Nagadakini. Fassung: 2018

Mantras des Buddha-Mandalas*

OOM VADSCHRA LOTSCHANNE LOOM SVAAHAA
(oṃ vajra locane lom svāhā)

OOM VADSCHRA AKSCHOOBYA HUUNG
(oṃ vajra akṣobhya hūṃ)

OOM RÁTTNEE SURRÁTTNEE MAAM SWAAHAA
(oṃ ratne suratne mām svāhā)

OOM RATNA-SAMBHAVA TRANG
(oṃ ratnasambhava traṃ)

OOM PADDMA-DEEWI PUSCHPA-DEEWI PAMM SVAAHAA
(oṃ padmadevi puṣpadevi pam svāhā)

OOM AMMIDEEW(A) HRII
(oṃ amideva hrīḥ)

OOM TÁAREE TUTTÁAREE TÚRREE SWAAHAA
(oṃ tāre tuttāre ture svāhā)

OOM AMOOGA-SIDDI AA HUUNG
(oṃ amoghasiddhi āḥ hūṃ)

OOM SARVA BUDDHA NJAANA AMM SWAAHAA
(oṃ sarva buddha jñāṇa am svāhā)

OOM WAIROOTSCHANNA HUUNG
(oṃ vairocana hūṃ)

* *Das fett Gedruckte ist die Lautschrift, in Klammern steht die übliche Umschrift.*