

**- Das absolute Mantra -**  
**Der Weg der Befreiung:**  
**Die Auflösung von Karma**

Om.

Ich nehme Zuflucht zum Buddha, dem vollkommen Erwachten.  
Der alles Leiden überwunden hat.  
Der die Welt transzendiert hat.  
Der befreit ist von Geburt und Tod.  
Der Nirvana verwirklicht hat.

Möge ich mich in der Wahrheit versenken und mögen alle Zweifel erlöschen.  
Mögen alle Wesen im Universum in Frieden sein. Om.

Ich nehme Zuflucht zum Weg, der zur Aufhebung des Leidens führt.  
Der zum Ende von Gier und Hass führt.  
Der zum Ende aller Illusionen führt.  
Der Weg, der zum vollkommenen Erwachen führt.  
Der zum Erlöschen der Ich-Illusion führt.  
Der zum Ende des Kreislaufs von Geburt und Tod führt.  
Der zum Erlöschen aller Gestaltungen führt.  
Der Weg, der zur Einheit führt.  
Der Weg, der zur Freiheit und zum vollkommenen Frieden führt.  
Der Weg, der zu ewiger Stille führt.

Möge ich mich in der Wahrheit versenken und mögen alle Zweifel erlöschen.  
Mögen alle Wesen im Universum in Frieden sein. Om.

Möge ich im heiligen Kampf zur Befreiung aller Wesen  
durch vollkommene Anstrengung Gleichmut verwirklichen.

Ich gelobe alle Anhaftungen aufzugeben.  
Alle weltlichen und göttlichen Freuden sind vergänglich.  
Anhaftung führt zu Verblendung, Gier, Hass und grenzenlosem Leiden.  
Ich gebe die Sinnesfreuden in Körper, Geist, Gefühl und Bewusstsein auf.

Ich lasse die tausend Welten hinter mir.  
Ich lasse die zahllosen Himmel und Höllen erlöschen.  
Ich lasse alle geistigen Gestaltungen erlöschen.  
Ich verweile in ewiger Stille.  
Ich verweile im formlosen Sein.  
Ich kehre nicht zurück zur Illusion der Identifikation mit Form.

Ich praktiziere den Weg des Erwachens unerschütterlich, ununterbrochen und unaufhörlich.  
Ich praktiziere den Weg, der alle Wesen vom Leiden befreit.  
Ich praktiziere in allen Zeiten und in allen Formen.

Ich gelobe alle Wesen vom Leiden zu befreien.  
Ich gelobe allen Wesen den Weg zum Erwachen zu weisen.

Der Weg, der zur Befreiung von Geburt und Tod führt.  
Der Weg, der zum Errlöschung aller geistigen Gestaltungen führt.

Der Weg, der zur Aufhebung der Ich-Illusion führt.  
Der Weg, der zu grenzenlosem Verstehen und Mitgefühl führt.  
Alles was entsteht, das vergeht.  
Alle Formen sind unbeständig.  
Es gibt kein eigenständiges Selbst.

Form ist Leerheit. Leerheit ist Form.  
Om.

Körper, Geist, Gefühl und Bewusstsein sind unbeständig.  
Sie besitzen kein eigenständiges Selbst.

Form ist Leerheit. Leerheit ist Form.  
Om.

Die Lebewesen werden geboren, sie wachsen, vergehen und sterben.

Jede Erscheinung bedingt alle anderen Erscheinungen.  
Jede Form ist von allen anderen Formen durchdrungen.  
Wahrnehmung ist Trennung und Trennung ist Illusion.  
Wenn es kein Subjekt gibt, dann gibt es kein Objekt.  
Wenn es kein Objekt gibt, dann gibt es kein Subjekt.

Form ist Leerheit. Leerheit ist Form.  
Om.

Wenn Illusion endet, dann endet Trennung. Wenn Trennung endet, dann endet Wahrnehmung.  
Wenn Wahrnehmung endet, dann endet Unterscheidung.  
Wenn Unterscheidung endet, dann endet das Ich.

Unbeständig, bedingt und leer sind alle Wesen, Objekte und Zustände.

Wo es keine Illusion gibt, da gibt es auch kein Leiden.  
Denn das Ich ist unbeständig, bedingt und leer.  
So sind Körper, Geist, Gefühl und Bewusstsein unbeständig, bedingt und leer.

Geburt und Tod sind unbeständig, bedingt und leer.  
Wachsen und Vergehen sind unbeständig, bedingt und leer.  
Daher sind Freude und Leid unbeständig, bedingt und leer.  
Gier und Hass sind unbeständig, bedingt und leer.  
Verblendung ist unbeständig, bedingt und leer.

Der Weg der Befreiung ist das Erlöschen.  
Das Erlöschen ist vollkommener Friede.

Form ist Leerheit. Leerheit ist Form.  
Om.

Sein ist Werden und Werden ist Sein.  
Einheit ist Dualität. Dualität ist Unendlichkeit. Unendlichkeit ist Leerheit.  
Leerheit ist Einheit.  
Wahrheit ist formlos.

Wo der Traum endet, beginnt die Wirklichkeit.  
 Wo die Wirklichkeit endet, beginnt die Unendlichkeit.  
 Wo die Unendlichkeit endet, beginnt die Formlosigkeit.  
 In der Formlosigkeit endet die Zeit.

Einheit ist Dualität ist Unendlichkeit ist Leerheit  
 ist Einheit ist Dualität ist Unendlichkeit ist Leerheit  
 ist Einheit ist Dualität ist Unendlichkeit ist Leerheit  
 ist Einheit ist Dualität ist Unendlichkeit ist Leerheit.  
 Om.

Es gibt also keinen Weg, keine Welt und keine Wesen.  
 Das wahre Selbst ist das Nicht-Selbst.  
 Das Ewige liegt in der Einheit von Geburt und Tod.  
 Die Erkenntnis der Leerheit offenbart den Frieden.

Der Weg der Befreiung ist die Ordnung der Welt.

Die Einheit des Bewusstseins führt zur Auflösung.  
 Die Einheit des Bewusstseins führt zur Stille.  
 Stille führt zur Einheit von Körper und Geist.  
 Die Einheit des Bewusstseins führt zu grenzenloser Liebe.

In der Einheit liegt das Ende und die Geburt des Universums.

Wandel führt zum Sein  
 und Sein führt zur Fülle.  
 Fülle führt zum Frieden.  
 Frieden führt zum Erlöschen.  
 Erlöschen bedingt Wandel. Wandel führt zum Sein.

Schöpfung ist Zerfall und Zerfall ist Schöpfung.  
 Sein ist Werden und Werden ist Sein.

Form ist Leerheit. Leerheit ist Form.  
 Om.

~

Gier, Hass und Verblendung wirken unablässig.  
 Möge ich sie zum Wohl aller Wesen unermüdlich überwinden.  
 Möge ich jeden Moment den edlen Pfad auf Messers Schneide gehen.  
 Den Weg der Mitte.  
 Möge ich im Gleichgewicht wandeln auf dem Weg, der zur Befreiung aller Wesen führt.  
 Der Weg des Erwachens.  
 Möge mein Geist stets gesammelt und klar sein.  
 Möge mein Mitgefühl und meine Weisheit grenzenlos sein.  
 Möge ich alles Vergängliche durchschauen und das Ewige erkennen.  
 Möge ich vollkommen achtsam alle Sinne bewachen und alle Triebe besiegen.  
 Möge ich alle Anhaftung aufgeben.

Möge ich Anhaftung, Ablehnung und Illusion bezüglich  
Körper, Geist, Gefühl, Wille, Welt und Weg überwinden.  
Möge ich stets im formlosen Nirvana verweilen und alle Wesen erwecken.  
Möge ich unablässig die Wurzel aller Triebe auslöschen.

Möge ich vollkommen achtsam und konzentriert den Verblendungstrieb erkennen und besiegen.  
Möge der Geist Buddhas mein Wesen vollkommen erfüllen.  
Möge ich alle Zweifel und Fesseln überwinden und in der formlosen Wahrheit verweilen.

Möge mein Gleichmut grenzenlos und unerschütterlich sein.

Möge ich mit ganzem Herzen den Weg der Befreiung gehen.  
Den edlen achtfachen Pfad.

Rechte Achtsamkeit, rechte Sammlung, rechte Anschauung,  
rechte Anstrengung, rechtes Denken, rechte Rede,  
rechtes Handeln und rechter Lebenserwerb.

Möge ich Freude und Leid durchdringen und Frieden verwirklichen.  
Möge ich stets mein Bestes geben und zum Wohl aller Wesen in Gleichmut und Gewaltlosigkeit wandeln.

Möge ich die Welt von Verblendung, Gier und Hass entgültig überwinden und nie wieder in den  
Kreislauf des Leidens zurückkehren.  
Möge der Frieden unantastbar sein.

Ich verweile in Stille und Gleichmut.  
Ich verweile in Klarheit und Achtsamkeit.  
Ich durchtrenne die Fesseln aller Formen und lebe in Hingabe.  
Ich lasse den Frieden zum Wohl aller Wesen durch mich wirken.  
Mit jedem Schritt und jedem Atemzug ist Frieden das einzige Ziel.

Begierdelos und klar vertiefe ich mich im Nirvana.  
Ich suche nichts und verwirkliche unerschütterlichen Gleichmut.

Es gibt keinen anderen Weg.  
Dies ist der allumfassende Weg.  
Dies ist der immerwährende Weg.  
Dies ist der formlose Weg.  
Losgelöst beschreite ich ihn mit ganzem Herzen.

Begierdelos und klar verweile ich im ewigen Frieden.  
Begierdelos und klar verweile ich im formlosen Sein.

Nur durch eine verzerrte Wahrnehmung erscheinen Sinnesfreuden als angenehm.  
Seien es grobe oder feine Sinnesfreuden in Körper, Geist, Gefühl oder Bewusstsein.  
Selbst die erhabensten göttlichen Sinnesfreuden sind leidhaft unbeständig und leer.  
Nur durch Anhaftung, Ablehnung und Verblendung werden diese als Freuden wahrgenommen.  
Daher sind sie leidhaft. Sie führen in den Kreislauf von Geburt, Tod, Gier, Hass und Verblendung.  
Dies muss mit Gleichmut erkannt werden.

Inmitten des Leidens verwirkliche ich glückseligen Frieden.  
Inmitten extatischer Freude bleibe ich leidenschaftslos und unbewegt.  
Inmitten aller Fesseln verwirkliche ich Freiheit.  
Inmitten der Unbeständigkeit verwirkliche ich unerschütterlichen Gleichmut.  
Inmitten von Verblendung, Gier und Hass  
verwirkliche ich grenzenloses Mitgefühl.

Mögen alle Wesen im Universum in Frieden sein. Om.