

Anleitung zur Mittagessen – Opfergabe

oOo

Während dem Essenholen sollten die folgenden Verse im Stillen gelesen und den Geist danach ausgerichtet werden:

II. Öffnen der Schale

Der Buddha erfand dieses Gefäß,
welches ich heute öffnen darf.
Möge diese Opfergabe alle Lebewesen erreichen,
und der Geber, der Empfänger und das Gegebene sich in Leerheit auflösen.

OM SĪMA MAṆĪ SVĀHĀ. (3 Mal)

III. Betrachten der leeren Schale (vor dem Füllen der Schale)

Während dem Betrachten dieser leeren Schale
gelobe ich allen Lebewesen,
dass sie vollständig und vollkommen
von ihren Leiden befreit werden.

IV. Betrachten der gefüllten Schale (nach dem Füllen der Schale)

Während dem Betrachten der gefüllten Schale
gelobe ich allen Lebewesen,
dass sie genügend und ausreichend
Heilsames erlangen.

An den Sitzplatz gehen, sich aufrecht hinsetzen und sich folgendes visualisieren:

I. Aufrechtes Hinsetzen

Während ich mich hinsetze
gelobe ich allen Lebewesen,
dass sie auf dem Thron der Erleuchtung sitzen,
und keine Hindernisse im Geist bewahren.

OM VAJRA ANIṆJA PRĀPTĀYA SVĀHĀ. (3 Mal)

(Die Hände werden zusammengefaltet und folgendes wird visualisiert: Vorne über unserem Gesicht befinden sich die Buddhas; in der Mitte Vairocana Buddha, Locana Buddha auf der Linken, Shakyamuni Buddha auf der Rechten, Maitreya Buddha vorne und Amitabha Buddha hinten. Jeder Buddha ist von Bodhisattvas umgeben und hinter ihnen befinden sich die von ihnen gelernten Sutren. Vor jedem Buddha befindet sich eines unserer Körper, wir halten ein Tablett aus Gold, eine Schale aus Diamant gefüllt mit kostbaren, guten und seltenen Speisen, um diese den Buddhas als Opfer darzubringen. Anschließend wird der Text der Großen Opfergabe rezitiert.)

**Dem Buddha des reinen Dharmakaya, Vairocana,
dem Buddha des vollkommenen Sambhogakaya, Locana,
dem Buddha des Nirmanakaya, Shakyamuni,**

dem Buddha der Zukunft, Maitreya,
dem Buddha des Sukhavati, Amitabha,
all den Buddhas aus allen zehn Himmelsrichtungen und drei Zeiten,
dem Bodhisattva der großen Weisheit, Manjushri,
dem Bodhisattva der großen Taten, Samantabhadra,
dem Bodhisattva des großen Mitgefühls, Avalokiteshvara,
all den Bodhisattvas und den großen Wesen,
die große Prajna Paramita, bringe ich Opfergaben dar.

Die drei Tugenden und die sechs Geschmacksrichtungen, werden dem Buddha und der Sangha dargebracht, ebenso all den empfindenden Lebewesen in allen Welten. Während dem Essen, gelobe ich allen Lebewesen, dass sie durch Meditation ihren Hunger stillen und alles Glück erfahren.

Der Zeremonienleiter hält ein Schälchen in der linken Hand und gibt mit der rechten Hand 7 Reiskörner hinein, anschließend die rechte Hand zum Kartari Mudra formen und still rezitieren:

VI. Opfergaben an die Geister:

Die Kraft des Dharma ist unvorstellbar,
das Mitgefühl ohne Grenzen,
diese 7 Reiskörner in alle zehn Himmelsrichtungen,
werden in allen Welten so zahlreich wie der Sand des Ganges geopfert.

OM TRHYIM SVĀHĀ. (7 Mal)

Das Schälchen wird an den dienenden Mönch gegeben, der die Opfergaben im Freien darbringt:

All Ihr Geister und Dämonen,
ich bringe euch heute Opfer dar,
all diese Speisen erscheinen in allen zehn Himmelsrichtungen,
an die Geister und Dämonen.

OM MULĀLIN SVĀHĀ. (3 Mal)

VII. Darbringung der Speisen (dienender Mönch):

Der Adler mit goldenen Flügeln,
all die herumschwirrenden Geister und Dämonen,
Mütter und Kinder der Hungergeister
mögen genügend Nektar bekommen.

OM MUKTI SVĀHĀ. (3 Mal)

Der Zeremonienleiter fährt im Speiseraum fort:

Mantren zur Transformation von Speisen und Getränken, die nun rezitiert werden sollten:

Mantra zur Transformation von Speisen:

NAMO SARVA TATHĀGATA AVALOKITE OM SAMBAHARA SAMBHARA HUM. (3 Mal)

Mantra zur Transformation von Getränken:

NAMO SŪRĀBHAYA TATHĀGATA TADYATHĀ OM SŪRA SŪRAPĀTRA SŪRAPĀTRA SŪRA SVĀHĀ. (3 Mal)

Mantra zur großen Opfergabe:

OM GAGANA SAMBHAVA VAJRA HUM. (3 Mal)

VIII. Rezitation des Mantras zur Vermeidung von Vergiftung (vertretender Mönch):

Der Buddha lehrte, während dem Essen sollten Praktizierende sich an die Fünf Visualisationen halten. Durch einen zestreuten Geist und Geschwätz sind die dargebrachten Speisen schwer zu verdauen.

Möge die Gemeinschaft mit konzentriertem Geist dem Buddha gedenken:

Namo Amitabha Buddha. (Wird gemeinsam rezitiert)

"OM SAMBHARA GATA" (Sieben Mal)

Mit beinen Händen wird die Schale an die Stirn gehalten und leise rezitiert:

Diese Almosenschale haltend,
gelobe ich allen Lebewesen,
dass sie zu einem Dharmabehälter werden
und Opfer der Himmelswesen und Menschen empfangen können.

OM KILI KILI VAJRA HŪM PHAṬ. (3 Mal)

X. Abgeben eines Teils der Speise

(ein Bisschen Reis wird herausgenommen und folgendes rezitiert und visualisiert)

Um sich Verdienste anzueignen,
und allen Dämonen großen Nutzen zu bringen,
mögen sie durch den Verzehr dieser Speisen von ihrem Leid befreit,
und nach dem Verlassen ihres Körpers in ein glückliches Land wiedergeboren werden.
Die Verdienste der Bodhisattvas,
sind grenzenlos wie das Universum,
durch Loslassen erreicht man diesen Zustand,
und schreitet ohne Halt voran.

OM TRHYIṀ SVĀHĀ. (3 Mal)

XI. Drei Gelöbnisse

1. Löffel: (etwa 7 Reiskörner) Möge ich von unheilsamen Taten absehen.
2. Löffel: Möge ich heilsamen Taten begehen.
3. Löffel: Möge ich alle Lebewesen zur Erlösung bringen.

(Während dem Kauen sollten die Fünf Visualisationen durchgeführt werden; genauso während der gesamten Zeit des Essens)

1. An die Vorgänge von der Entstehung der Speisen bis zu deren Verzehr denken
2. Prüfen, ob die eigenen Verdienste ausreichen um diese Speisen zu empfangen
3. Verhindern, dass im Geist während dem Essen Gier, Hass und Verblendung aufkommen
4. Diese Speisen als Medizin gegen Hunger und Schwäche betrachten
5. Diese Speisen nur mit der Intention zu empfangen, die Buddhaschaft zu erlangen.

(Die Schale auf den Tisch stellen und folgendes gemeinschan rezitieren)

NAMO SAPTĀNĀM SAMYAKSAMBUDDHĀ KOṬINĀM TADYATHĀ OM CALE CULE CUNḌHE SVĀHĀ. (7 Mal)

Durch diese Opfergaben bekommen alle große heilsamen Nutzen, durch die Darbringung mit Freude, erfahren alle Glückseligkeit.

Mit dem Beenden des Essens, gelobe ich allen Lebewesen, dass sie in all ihren Taten stets Buddha Dharma finden.

XVII. Widmung

Gedenken an den Aufwand der Weber, dafür dass wir Kleider auf unserem Körper tragen. Gedenken an die Mühen der Bauer, dafür dass wir drei Mahlzeiten am Tag bekommen. Wir versprechen den Lehren des Buddha zu folgen und geloben zum Wohle aller Lebewesen, die Erleuchtung zu erlangen. Mögen alle Verstorbenen in das Reine Land wiedergeboren werden, alle Lebende Glückseligkeit erfahren und alle Lebewesen die Buddhaschaft erlangen.

Gemeinsames Rezitieren: **Namo Amitabha Buddha**

(Das Essen wird schweigend genommen, währenddessen die oben genannten Fünf Visualisationen durchführen)

XII. Waschen der Schale

Dieses Wasser zum Waschen der Schale, visualisiere ich als Nektar des Himmels, und opfere es den Geister und Dämonen, damit ihnen augenblicklich Heilsames widerfährt.

OM VAHURITĀ SVĀHĀ. (3 Mal)

XIII. Halten des Zahnstochers

Den Zahnstocher in der Hand haltend, gelobe ich allen Lebewesen, dass ihnen Wunderbares widerfährt, und sie vollkommen gereinigt werden.

OM SVABHAVA ŚUDDHA SARVA DHARMĀ, SVABHAVA ŚUDDHO. OM RAṂ SVĀHĀ. (3 Mal)

XIV. Benutzen des Zahnstochers

Während dem Benutzen des Zahnstochers, gelobe ich allen Lebewesen, dass ihr Geist zur wahren Natur zurückkehrt, und sie sich von Leid entfernen.

OM AMOGHA-JVALA JĪVA-KARA SAṂŚODHANE PADMA-KUMĀRA-JIVĀ SAṂŚODHAYA DHĀRA DHĀRA SUJVALE SVĀHĀ. (3 Mal)

XV. Trinken

Der Buddha sieht in einer Schale Wasser 84000 kleine Lebewesen.

Wenn dieses Mantra nicht rezitiert wird, gleicht es dem Verzehren von Fleisch.

OM VAŚI PRAMAṆI SVĀHĀ. (3 Mal)