

ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏུ་རེ་ཏུ་སྐྱེ་ནཱ།

OM TARE TUTTARE TURE SOHA

OM - Vor Dir, Ehrwürdige Tara, Retterin aller Wesen, verneige ich mich!

Tara – Göttin des Mitgefühls, eine der beliebtesten Göttinnen im indisch-buddhistischen Raum, die den Menschen vor den acht großen Lebensgefahren bewahrt, nämlich:

- | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| 1. Dem Löwen des Stolzes | 2. Dem Elefanten der Verblendung |
| 3. Dem Feuer des Zorns | 4. Der Schlange der Eifersucht |
| 5. Dem Räuber der irrigen Ansichten | 6. Den Fesseln des Geizes |
| 7. Der Flut der Begierde | 8. Dem Gespenst des Zweifels |



Um ihren Ursprungs ranken sich zahlreiche Legenden: Nach der am weitesten verbreiteten entsprangen ihre vielen Manifestation (v.a. die 21 Haupt-Erscheinungsformen) den Tränen, die der Bodhisattva Avalokiteshvara vergoß, als er auf die Leiden der Welt sah. Das Bild der Retterin aus den Acht Gefahren entstand aus der tibetischen Legende, nach der Tara vor langer Zeit als eine Prinzessin inkarniert, die unentwegt zum Wohle der fühlenden Wesen arbeitete. Als sie eine hohe Stufe der Verwirklichung erlangte, meinte ein spöttischer Mönch, sie könne ja von nun an bewusst im (vermeintlich) günstigeren männlichen Körper inkarnieren, da der Körper einer Frau doch eher hinderlich zur Erlangung der Erleuchtung sei. Daraufhin legte die Prinzessin das Versprechen ab, fortan ausschließlich als Frau zu inkarnieren, um Erleuchtung in einem weiblichen Körper zu erlangen.

Die **Grüne Tara** ist die Schutzpatronin Tibets und symbolisiert das weibliche Prinzip und die göttliche Energie. Ihre grüne Körperfarbe zeigt, dass Tara von den fünf Elementen des Buddha das Element der Bewegung oder des Windes verkörpert und somit fähig ist, schnell und ohne Verzögerung zu handeln. Der auf dem separaten kleinen Lotosthron ruhende rechte Fuß deutet auf ihre immerwährende Bereitschaft zum Einsatz für das Wohlergehen der fühlenden Wesen hin. Diese Fußstellung ist ein Zeichen dafür, dass Tara jederzeit bereit ist, helfend zur Erde herabzusteigen. Manche ihrer Erscheinungsformen können sehr furchterregend sein, etwa wenn sie mit den Dämonen kämpft.

Die **Weißer Tara** wird als friedvolle Erscheinung dargestellt. Der rechte Arm ist im Mudra der Freigebigkeit (Handfläche nach vorn) ausgestreckt. Die linke Hand hält in Herzenshöhe den Stängel einer voll geöffneten Lotusblüte. Sie sitzt in Meditations-Sitzhaltung, teilweise auch mit hochgezogenem rechten Bein auf einem Lotusthron.



Als besonderes Kennzeichen gelten ihre sieben Augen; ausser dem Auge auf der Stirn findet sich je noch ein weiteres Auge an den Handflächen und Fußsohlen. Die weiße Tara symbolisiert die transzendente Wahrnehmung und die vollkommene Reinheit, gewährt nach den religiösen Vorstellungen ein langes Leben und schützt vor Krankheiten. Ihre sieben Augen symbolisieren höchstes Bewusstsein und ihre Fähigkeit, jegliches Leid schauen zu können.

Da auf dem Boden der Heilsaktivität die Erleuchtung heranreift, wird Tara auch als die "Mutter aller Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft" bezeichnet, was bildlich durch die Frucht, die Blüte und die Knospe des Blauen Lotos angezeigt wird. Das Wort Tara ist abgeleitet von der Sanskrit Wurzel "tra" (= hinübersetzen). So ist Tara diejenige, die einen "heil über den Strom der Existenzen hinüberbringt".

Gleichzeitig bedeutet Tara auch *Stern*, engl. *star*.

OM: stellt Taras heiligen Körper, heilige Rede und heiligen Geist (Bewußtsein) dar
TARE: bedeutet Befreiung vom wahren Leiden, den Leiden von Samsara, dem Leiden, dass unsere Aggregate unter der Kontrolle von Verblendung und Karma stehen.
TUTTARE: bedeutet Befreiung von den 8 oder 16 Gefahren, den äußeren und hauptsächlich den inneren, den Verblendungen und dem Karma
TURE: bedeutet Befreiung von der Nichterkenntnis bezüglich der absoluten Natur unseres Ichs; es zeigt die wahre Beendigung des Leidens.
SOHA: bedeutet "Möge die Bedeutung des Mantra in meinem Herzen Wurzeln schlagen", d.h. möge ich diese 3 Arten von Befreiung erlangen

Die 21 Taras

1. Vor Dir, Befreierin, Geschwinde, Heldin, verneige ich mich! Deine Augen gleichen dem augenblicklichen Aufleuchten eines Blitzes. Du bist geboren aus den zehn Millionen Staubgefäßen des 'Wassergeborenen', aus dem Antlitz des Beschützers der drei Welten.

2. Vor Dir, deren Antlitz wie 100 volle Herbstmonde strahlt, verneige ich mich! Licht strahlt von Dir aus, das heller ist als eine Anhäufung von tausend Sternen.

3. Vor Dir, die Du von gold-blauer Farbe bist und deren Hand geschmückt ist mit einem Lotos, dem 'Wassergeborenen', verneige ich mich! Dein Wirkungsfeld ist Freigebigkeit, Tatkraft, Askese, Ruhe, Geduld und Konzentration.



4. Vor Dir, die Du die Scheitelerhöhung aller Tathagatas und die Siegerin über die endlosen Hindernisse bist, verneige ich mich! Du bist der Beistand der Kinder der Sieger, die die Vollkommenheiten ohne Ausnahme erlangt haben.

5. Vor Dir, die Du den Raum, alle Richtungen und die Sinnliche Welt mit den Silben TUTTARA HUM erfüllst, verneige ich mich! Mit Deinen Füßen trittst Du die sieben Welten nieder und ziehst alle [Lebewesen] ausnahmslos zu Dir heran.

6. Vor Dir, die Du verehrt wirst von vielen Göttern, von Indra, Agni, Brahman, Vayudeva und Ishvara, verneige ich mich! Du wirst von allen gepriesen, von Bhutas und Vetalas, Gandharvas und Yakshas.

7. Vor Dir, die Du mit [den Silben] TRAD und PHAT die magischen Kreise der Gegner vollständig überwindest, verneige ich mich! Dein rechtes [Bein] angewinkelt. Dein linkes ausgestreckt, trittst Du mit Deinem Fuß [alle negativen Kräfte] nieder und verbrennst sie vollständig in einem lodernen Feuerwirbel.



8. Vor Dir, TURE, große Furchterregende, die Du die Heere Maras vollständig vernichtest, verneige ich mich! Durch Dein Lotosgesicht mit zornigen Falten tötest Du alle Feinde ohne Ausnahme.

9. Vor Dir, deren Herz vollständig geschmückt ist mit den Fingern in der Mudra der Drei Juwelen, verneige ich mich! Von Deiner Hand gehen viele Bündel von Lichtstrahlen in alle Richtungen aus, geschmückt mit den Rädern der Lehre.

10. Vor Dir, von deren Kopfschmuck Kränze von Licht ausstrahlen, die äußerste Freude verbreiten, verneige ich mich! Mit dem fröhlichen Lachen von TUTTARA bemächtigt Du Dich Maras und sämtlicher Welten.

11. Vor Dir, die Du die Kraft hast, alle Scharen der Beschützer der Erde an Dich zu ziehen, verneige ich mich! Mit den Silben HUM, [die gebildet sind] aus der Bewegung Deiner Zornfalten, befreist Du alle Lebewesen aus der Armut.

12. Vor Dir, deren Kopf geschmückt ist mit einer Mondscheibe, verneige ich mich! All Dein Schmuck glänzt in äußerster Helligkeit,

und von Buddha Amitabha in den Haarlocken [Deiner Scheitelerhöhung] geht strahlendes Licht aus.



13. Vor Dir, die Du in der Mitte eines Flammenkranzes verweilst, der dem Feuer am Ende der Zeitalter gleicht, verneige ich mich! Dein rechtes [Bein] ausgestreckt und das linke angewinkelt, überwindest Du alle Heere von Feinden derer, die sich am Rad der Lehre erfreuen.

14. Vor Dir, die Du mit Deiner Innenhand auf die Oberfläche der Erde schlägst und mit dem Fuß auf sie stampfst, verneige ich mich! In zornvoller Erscheinung vernichtest Du mit den Silben HUM die sieben Bereiche.

15. Vor Dir, Glückliche, Tugendhafte, Friedvolle, verneige ich mich! Dein Wirkungsfeld ist der Frieden Nirvanas. Wohl versehen mit SVAHA und OM überwindest Du die großen moralischen Verfehlungen.



16. Vor Dir, Vernichterin der Körper der Feinde jener, die sich aufrecht am Rad der Lehre erfreuen, verneige ich mich! Du Befreierin mittels des angeordneten zehnsilbigen Mantras und des Weisheitsmantras HUM.

17. Vor Dir TURE, die Du entstanden bist aus der Keimsilbe HUM, verneige ich mich! Durch das Aufstampfen Deines Fußes bringst Du die Berge Meru, Mandara und Vindhya in den drei Welten zum Erschüttern.

18. Vor Dir, Du See der Götter, verneige ich mich! Du hältst den Mond in Gestalt von Gazellen in Deinen Händen. Durch das Aussprechen der zwei Silben TARA und PHAT beseitigst Du alle Gifte.



19. Vor Dir, Du Königin aller Götterscharen, verneige ich mich! Alle, wer sie auch seien, Götter oder Menschen, bringen Dir ihre Verehrung entgegen. Durch Deine freudvolle Rüstung von hellem Glanz, die Dich vollständig umgibt, beseitigst Du Zank und schlechte Träume.

20. Vor Dir, deren zwei Augen wie klares Licht mit der Weite von Sonne und Mond strahlen, verneige ich mich! Durch das Aussprechen der beiden Silben HARA und TUTTARA vertreibst Du alle äußerst

heftigen Plagen.

21. Vor Dir, höchste TURE, verneige ich mich! Durch die Anordnung der drei Soheiten bist Du mit der besänftigenden Kraft ausgestattet, durch die Du die Scharen von Dämonen, Vetalas und Yakshas überwinden kannst.

Textkompilation aus: Wikipedia, Forum "Oase des Friedens"
 Bild Vorderseite li.oben: Maurah.