



# Maitreya Instituut



**OM ĀḤ HŪṀ VAJRA GURU PADMA SIDDHI HŪṀ**



Maitreya Instituut Amsterdam  
Tilanusstraat 8a  
1091 BH Amsterdam

020-4280842  
amsterdam@maitreya.nl  
www.maitreya.nl

IBAN NL52 TRIO 0198448201  
BIC TRIONL2U



Geaffilieerd  
met de FPMT



## Sampa Lhundrupma

*Het gebed tot Guru Rinpochee die spontaan alle wensen vervuld.*

E MA HO!

In Dewachen, de zalige pure bestaanswereld van het westen, werd de compassievolle zegen van Amitabha opgewekt,  
En hij zegende zijn emanatie (*uitstraling*), Padmasambhava,  
Om in deze wereld te komen en alle levende wezens voordeel te bieden.  
U, die vol compassie is, U zult nooit ophouden om ons te helpen en welzijn te brengen.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Alle Dharma koningen, van Trisong Detsen tot aan het uiterste einde van de koninklijke lijn.

Zij kennen door verleden, heden en toekomst heen, Uw constante zegening.

U bent de enige bescherming van de heersers die de Dharma volgen, zoals in Tibet.

U, die vol van compassie is, U bent de beschermer van de landen die de Dharma praktiseren.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Verheug je dat je de Dharma in praktijk wilt brengen door dit gebed en voel je beschermd.*

Terwijl Uw lichaam van wijsheid de rakshasas (= *bovennatuurlijke wezens*) in het zuidwesten onderwerpt,



Kijkt U met compassie naar waar levende wezens zijn.  
Prachtige gids voor levende wezens die door onwetendheid op een dwaalspoor zijn gebracht,  
U onderwijst hen kundig om om te gaan met hun emoties die zo moeilijk zijn om te temmen.  
U, die vol compassie is, Uw liefde uit zich constant in vriendelijkheid en zorg.  
We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Ga met je aandacht naar je eigen emoties en ben mild voor ze.*

Nu, wanneer deze ontaarde, donkere tijd zijn laatste dieptes bereikt,  
Bij zonsopgang en zonsondergang komt U naar ons toe, voor degenen die toewijding hebben.  
U voortbewegend op de stralen van de opkomende en ondergaande zon.  
En op de tiende dag van de wassende maan, komt U als persoon.  
U, die vol compassie is, U handelt met ruime kracht om alle levende wezens te helpen.  
We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Velen van ons ervaren dat de wereld steeds verder aan het degenereren is. Vertrouw erop dat jouw toewijding ondersteunend en helpend is voor jou en anderen.*

Nu in deze donkere tijd, de tijd van conflicten, het laatste tijdperk van de 500 delen,  
De vijf vergiften van de negatieve emoties steeds gewelddadiger toenemen in alle levende wezens.  
Roekeloos geven we ons over aan de destructieve emoties, en laten we de vergiften onze geest domineren.  
In een tijd als deze, laat Uw compassie onze toevlucht en bescherming zijn.



U, die vol compassie is, U leidt degenen met toewijding naar hogere rijken.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Vestig nog een keer je aandacht op eventuele verstorende emoties in je geest en vraag om zuivering van deze emoties van Rinpochee Padmasambhava.*

Als angstaanjagende legers van onderdrukkers ons omgeven,  
De grote centra van Dharma bedreigen met vernietiging.

Zonder een spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, met Uw gevolg van de acht klassen van goden en demonen.

U zult agressors en hun legers afstoten, hierover hebben we geen enkele twijfel!

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Ondanks alle agressie van deze tijd, vertrouw erop dat de tegenkrachten, zoals vredesbewegingen onder jongeren en ouderen en de diverse Dharma gemeenschappen, groeien en zich verder ontwikkelen.*

Als ziekte toeslaat, om de breekbare lichamen van voelende wezens te vernietigen.

Als ziektes ons onderdompelen in ondraaglijk lijden en nood.

Zonder een spoor van twijfel of aarzeling, bidden we:

O, Guru Rinpochee, U die de belichaming bent van de Medicijn Boeddha

U zult de obstakels verwijderen die ons de ontijdige dood brengen.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Als de natuur zich tegen ons keert

En de aardse bronnen ons in de steek laten



Als voelende wezens worden gemarteld door een hongernood plaag.

Zonder spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, U met al uw dakini's en goden van welvaart,

U zult alle ontberingen, alle honger en dorst verdrijven, hierover hebben we geen twijfel.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *We kunnen met onze aandacht gaan naar alle kwetsbare gebieden van de wereld.*

Als de daarvoor bestemde onthullers de verborgen schatten voor het welzijn van levende wezens naar boven halen.

Moedig en met vertrouwen in onze pure en ongebroken samaya (*nauwe band*)

Dan, zonder een spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee onafscheidelijk van onze Yidam godheid,

U zult de ware erfgenamen ervan verzekeren dat zij de schat van hun vader zullen ontvangen, hierover hebben wij geen twijfel.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Al reizend door verborgen gebieden, bossen en verlaten plekken.

Als onze weg geblokkeerd wordt en we worden afgesneden door stormen, door regen, door sneeuw.

Bidden we zonder een spoor van twijfel of aarzeling:

O, Guru Rinpochee, omgeven door machtige, lokale godheden,

U zult ons die de Dharma praktiseren naar het juiste pad leiden

Hier hebben we geen twijfel over!

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!



Als gemene dieren ons bedreigen – tijgers, luipaarden, beren en giftige slangen.

Op onze weg door angstaanjagende passen en wilde, verlaten plekken.  
Zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, samen met uw koningen, strijders en beschermers  
Zal u deze woeste wezens verdrijven – hier hebben we geen twijfel over!

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Als de obstakels in aarde, water, vuur en lucht naar boven komen,  
Om deze illusoire lichamen van ons te bedreigen en vernietigen.

Zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, met de godinnen van de 4 elementen, zult U de  
elementen weer terugbrengen in hun natuurlijke staat – hier hebben we  
geen twijfel over!

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Laten we wensen dat klimaatbewustzijn blijft groeien.*

Reizend over gevaarlijke wegen,

Als moordzuchtige bandieten en rovers ons aanvallen.

Zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, U zal de terreur van alle wreedheid en hebzucht  
verdrijven door uw realisatie van de 4 mudra's (*de symbolische houdingen van  
de hand*)

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Geconfronteerd door moordenaars van alle kanten,

Die ons bedreigen met dodelijke wapens.

Bidden wij zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling:



O, Guru Rinpochee, de bescherming van Uw Vajra tent zal moordenaars in paniek brengen en wapens doen verspreiden.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

Als deze levensduur is uitgeput, en we op 't punt staan te sterven.

Als we gekweld worden door intense doodsangst en de pijn van het sterven.

Zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling bidden we:

O, Guru Rinpochee, omdat U de emanatie (*uitstraling*) van Boeddha Amitabha bent, is het zeker dat we geboren zullen worden in de zalige pure bestaanswereld van Dewachen.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Vertrouw erop dat je op 't moment van sterven rustig en vol overgave bent.*

Op 't moment dat dit geleende en illusoire lichaam vernietigd is in de Bardo-ruimte, (*tussenstaat*).

Als onze misleidende ervaringen en onze andere waanideeën omhoogkomen om ons te doen lijden,

Bidden wij zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling:

O, Guru Rinpochee, U die 't verleden, heden en de toekomst kent, door Uw compassie.

U zult ervoor zorgen dat alle waanideeën zichzelf bevrijden, hierover hebben we geen twijfel.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Besef je dat je door je meditatie je bewustzijn versterkt.*

Wanneer we overweldigend zijn door karma en omstandigheden,

En lijden door 't grijpen naar verstorende emoties die we als werkelijkheid zien.



Zonder een enkel spoor van twijfel of aarzeling, bidden we:  
O, Guru Rinpochee, Koning van Grote Gelukzaligheid  
U zult de verstorende emoties die lijden veroorzaken, volledig vernietigen.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.  
Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Weet dat de relatieve werkelijkheid waarin wij leven leeg is van onafhankelijk – inherent - bestaan), net zoals Nirvana op de manier leeg is, en dat we door 't besef van die Leegte van onafhankelijk bestaan dichterbij de Verlichting komen.*

Als de levende wezens uit alle 6 bestaanswerelden door immense pijn worden gekweld,

En vooral onze leiders en mensen in lijden verzinken.

Met een intens verlangen en toewijding, diep vanuit onze harten,

Bidden we zonder twijfel of aarzeling:

O, Guru Rinpochee, waak over ons met Uw onveranderlijke en onwrikbare Compassie.

We bidden tot de uit de Lotus geboren Guru van Orgyen.

Schenk ons Uw zegen, zodat al onze wensen spontaan worden vervuld!

- *Zend wijsheid en compassie naar de huidige wereldleiders.*

*Vertaling van de Engelse tekst Sampa Lhundrupma – the Prayer to Guru Rinpoche that Spontaneously Fulfills All Wishes - from the book: 'A Great Treasure of Blessings to Guru Rinpoche' door Jan Opstelten (Sept 2024) en met \* toegevoegde eigen reflecties. Annelies van der Heijden heeft een paar kleine aanpassingen gedaan (Jan. 2025). Ten behoeve van de maandagochtend gebeden van MI Amsterdam. Voor vrede en algeheel welzijn voor alle levende wezens, op advies van Lama Zopa Rinpoche.*