

ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱི་ཉི་ཤུ་
གི་སྡོན་འགྲེལ་དག་འདོན་ཁྲིམས་
སྤྱ་བསྐྱེད་པ་རྣམ་མཁྱེན་
ལམ་བཟང་བྱ་བ་བཞུགས་སོ

Великолепный Путь к Всеведению:
Предварительные Практики
Сердечной Сущности
Обширного Пространства
Великого Совершенства

Дзогпа Ченпо Лонгчен Ньингтик Нёндро

Автор: Додрубчен Джигме Тринле Озер (1745—1821)

Перевод: Орджен Намдак Тонпа Дордже

Publisher imprint:

Toliman LLC

251 Harvard st. suite 11, Brookline, MA 02446

1.617.274.0635

Printed in Ukraine

Order a copy with worldwide delivery:

<https://balovstvo.me/nendro>

ISBN — 978-1-62540-054-3

© 2015

Toliman

© 2010-2015

Longchen Nyingthig Ukraine

Contents

1	Призывание	9
2	Четыре мысли, отвлекающие от самсары	10
2.1	Свободы и преимущества человеческой жизни . .	10
2.2	Непостоянство жизни	15
2.3	Закон причины и следствия безошибочен	16
2.4	Изъяны самсары	16
3	Прибежище	22
4	Бодхичитта	23
5	Очищение Ваджрасаттвы	24
6	Подношение Мандалы	27
6.1	Подношение мандалы Нирманакаи	27
6.2	Подношение мандалы Самбогакаи	27
6.3	Подношение мандалы Дхармакаи	28
7	Порождение накопления Кусали: Чод	29

8	Гуру Йога	31
8.1	Визуализация	31
8.2	Семистрочная молитва	33
8.3	Семь ветвей	34
8.4	Созревание Достижений	35
8.5	Благопожелания	36
8.6	Растворение	37
9	Молитвы и благопожелания	38
9.1	Молитва линии передачи	38
9.2	Благопожелания этой жизни	40
9.3	Благопожелания о промежуточном состоянии	41
9.4	Благопожелания о следующей жизни	42
9.5	Молитва об исполнении благопожеланий	43
10	Четыре посвящения	44
10.1	Посвящение Вазы	44
10.2	Тайное посвящение	45
10.3	Посвящение Мудрости	46
10.4	Символическое посвящение	47
10.5	Стадия растворения	48
11	Заключение	49
11.1	Молитва коренному учителю	49
11.2	Посвящение заслуг	50
11.3	Особые благопожелания	51

ཆོ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཡིན་གཏན་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཁྱེད་བསྟོན་བྱིན་གྱིས་སློབས།

དེ་ལ་འདྲིར་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་ཉིད་མིག་གི་སྟོན་ཏུ་འཕྲོ་བའི་དག་འདོན་གྱི་གས་མུ་བསྟེན་པ་ལ།

5

Благословение речи

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ་

ལྷོ་དབང་རྩྱུ་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསྐྱེགས་ནས།

འོད་དམར་ནུས་པའི་དོ་རྩེ་ཅེ་གསུམ་སྤྱབས།

ཨུ་ལི་ཀཱ་ལིའི་མཐའ་སྐོར་རྟེན་འབྲེལ་སྟིང་།

སྤྱ་ཏིག་ཐེང་བ་ལྟ་བུའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།

འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་མཆོད་པས་མཉེས།

སྒྲུང་འདུས་ངག་རྒྱུ་དག་ནས་གསུང་དོ་རྩེའི།

བྱིན་རྒྱབས་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར།

OM A HUM

Огнем, возникающим из слога Рам сжигается язык,
Возникает трехконечная ваджра из красного света,
Санскритские гласные и согласные, окружены мантрой

Сущности Взаимозависимого Происхождения,
Из слогов подобных жемчужному ожерелью,
Распространяется свет, свершающий радующие
подношения Буддам и Бодхисаттвам,
Собирается обратно, очищает омрачения речи, обретаются
Все благословения и сиддхи ваджрной речи.

Мантра Гласных

ཨ་ཨྲ། ཨི་ཨྲི། ཨུ་ཨྲུ། ཨོ་ཨྲོ། ཨེ་ཨྲེ། ཨོ་ཨྲོ། ཨོ་ཨྲོ། ཨོ་ཨྲོ།

А аа И ии У уу Ри рии Ли лии Э ээ О оо Ам А

7 раз

Мантра Согласных

ཀ་ཁ་ག་གྲ་ང་།
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཀྱ།
ར་ཐ་ད་ན་ལ།
ཏ་ཐ་ད་ན་ལ།
པ་ཕ་བ་ཕྱ་མ།
ཡ་ར་ལ་ཤ།
ཤ་པ་ས་ཏ་ཤ།

КА КХА ГА ГХА НА
ЦА ЦХА ДЗА ДЗХА НЬЯ
ТРА ТХРА ДРА ДХРА НРА
ТА ТХА ДА ДХА НА
ПА ПХА БА БХА МА
Я РА ЛА ВА
ЩА КХА СА ХА КЩА

7 раз

ཨོཾ་ཡེ་ཤུ་མུ་ཏེ་རུ་པ་བླ་མུ་ཏེ་རུ་ཉྩེ་པུ་ཉྩེ་ཐུ་ག་ཏེ་བྱ་མ་དད།
ཏེ་པུ་ཉྩེ་ཡེ་ཞི་རོ་བླ་ཨོཾ་མུ་ཏེ་མ་རྩ་པ་ཁེ་མུ་རྩ།

Мантры Усиления Заслуг

ཨོྭ་སྐྱ་རྩ་སྐྱ་རྩ་བི་མ་ནུ་སྐྱ་རྩ་ལ་རྩ་འྲྀ་སྐྱ་སྒྲི།
ཨོྭ་སྐྱ་རྩ་སྐྱ་རྩ་བི་མ་ནུ་སྐྱ་རྩ་ལ་རྩ་འྲྀ་བ་སྒྲི།

ཨོ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་བ་བརྟ་བྱ་ཡེ་སྒྲ་ཀྲ།
མྱོ་བཟླ་ཇི་རྒྱ་མཁུ་ར་བརྟ་ཅི་ཨོ།

ОМ РУЦИ РАМАНИ ПРАВАРДАЕ СОХА
ХРИ БАДЗРА ДЗИХА
МАНТРА ДХАРА ВАРДХАНИ ОМ 3 раза

ཡིད་མ་གྱི་བརྒྱུས་པའི་ཐོག་མར་དེ་དང་དབྱུངས་གསལ་ཉེན་སྲིད་པཅས་བརྒྱུས་པས་ཕྱིར་བཅིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། སྐབས་སྤུ་ཁ་ཟས་ལའང་བཏབ་
ལྟ་བུ་རྒྱུས་པའི་མཐུ་སྐྱེད་པར་གསུངས་སོ།

Для благословения четок перед началом рецитации Идама рецитируй эту мантру вместе с гласными и согласными и мантрой взаимозависимого происхождения. Также рецитируй это время от времени над едой, это усилит ее силу и мощь.

1 Призывание

ལྷ་མ་མཁུན།

ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕННО

Я знаю, учитель знает, учитель знает, учитель знает меня!

ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དྲག་པོས་ཐོས་ནས།

Повторяй преданно 7 раз

སྤྲིང་དབུས་དད་པའི་གོ་སར་བཞད་པ་ནས།

སྐྱབས་གཅིག་རྩིན་ཅན་ལྷ་མ་ཡར་ལ་བཞེངས།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་དྲག་པོས་གཟིར་བ་ཡི།

སྐལ་བ་ངན་པ་བདག་ལ་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར།

སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་བཞུགས།

དན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀུན་ཀྱང་བཞེངས་སུ་གསོལ།

Из цветущего лотоса веры в моем сердечном центре
Единственное прибежище, славный лама, пожалуйста, взойди.
Я страдаю от мук клеш и своей неблагой кармы,
Чтобы защитить меня от неблагоприятных обстоятельств,
Пребывай как украшение орнамента
чакры великого блаженства в моей короне,
Зароди во мне внимательность и осознанность, молю тебя!

2 Четыре мысли, отвлекающие от самсары

2.1 Свободы и преимущества человеческой жизни

Восемь свобод

ད་རེས་དམུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་དང།
ཆོ་རིང་ལྟ་དང་ཁྲ་ལྷོ་ལོག་ལྟ་ཅན།
སངས་རྒྱས་མ་བྱེན་ནིང་དང་ལྷགས་པ་སྟེ།
མི་ཁོམས་བརྒྱད་ལས་ཐར་བའི་དལ་བ་ཐོབ།

Родиться в аду, голодным духом или животным,
Среди богов-долгожителей, дикарем или с неверными взглядами,
В мире, где Будда не пришел, или родиться слабоумным —
Я свободен от этих восьми неблагоприятных состояний,
где нет возможности практиковать Дхарму.

Пять собственных и пять дарований окружения

མིར་གྱུར་དབང་པོ་ཚད་དང་ཡུལ་དབྱས་སྐྱེས།
ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ།
རང་ཉིད་འབྱོར་པ་ལྷ་ཚངས་ངས་རྒྱས་བྱོན།
ཆོས་གསུངས་བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་ལ་ཞུགས།
བཤེས་གཉེན་དམ་པས་ཟིན་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ།
ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཚང་བའི་གནས་ཐོབ་ཀྱང།
རྒྱན་མང་ངས་པ་མེད་པས་ཆོ་སྤངས་ནས།
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉིད་དུ་སོན་པར་འགྱུར།
སློ་སྤྲོ་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གྱུན་མཁུན་རྩེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་སྤྲེལ་མཁུན།

Рождение человеком, полнота органов чувств, в срединной стране, достойный образ жизни, вера в Учение, — пять собственных даров. Появление Будды, проповедь Дхармы, пребывание Учения, следование ему, поддержка Святого Духовного Друга — пять других даров.

Обладаю всей полнотой даров, но, утратив их из-за множества неясных обстоятельств, отправлюсь в другие рождения и миры.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Трудность обретения

ད་རེས་དལ་རྟེན་དོན་ཡོད་མ་བྱས་ན།
ཕྱི་ནས་ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་མི་རྟེན།
བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ལ་བསོད་ནམས་ཟད་ལྷུར་ནས།
ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་འབྱུངས།
དགེ་སྤྲིག་མི་ཤེས་ཚེས་གྱི་སྐྱེ་མི་ཐོས།
དགེ་བའི་བཤེས་དང་མི་མངལ་མཚང་རེ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཙམ་གྱི་གུངས་དང་རིམ་པ་ལ།
བསམས་ན་མི་ལུས་སྟོབ་པ་སྲིད་མཐའ་ཙམ།
མི་ཡང་ཆོས་མེད་སྤྲིག་ལ་སྦྱོད་མཐོང་ན།
ཆོས་བཞིན་སྦྱོད་པ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ།
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོ་ལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུན་རྩེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུན།

Если я не воспользуюсь сейчас свободами и преимуществами — я не смогу найти опору для достижения освобождения в будущем. Растеряв заслуги этого счастливого рождения, после смерти буду блуждать в дурных рождениях нижних миров. Не различу добродетель и недобродетель, не услышу звучания Дхармы, не встречу духовного Друга, о, как ужасно!

Поразмыслив — обретение человеческого рождения крайне редко. Среди людей, узрев неследующих Дхарме, погрязших в недобродетели, поступающие согласно Дхарме редки, как дневные звезды.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Восемь непредвиденных обстоятельств

གལ་ཏེ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་གླིང་ཕྱིན་ཡང་།
ལུས་རྟེན་བཟང་ལ་བྱུང་པོ་ཆེ་ཡི་སེམས།
ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཞིང་།
ཁྱད་པར་བདུད་གྲིས་ཟིན་དང་དུག་ལྡན་འབྲུགས།
ལས་ངན་ཐོག་དུ་བབས་དང་ལེ་ལོས་གཡེངས།
གཞན་ཁོལ་བྲན་གཡོག་འཛིགས་སྒྲིབ་ཆོས་ལྟར་བཅོས།
མོངས་སོགས་འཕྲལ་བྱུང་ཞེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུད།
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཆེ།
སྒྲོ་སྒྲུ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀླན་མཁུན་ཇེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲུ་མ་མཁུན།

Хотя я достиг этого драгоценного острова, человеческого рождения, изменчивый и страстный ум даже при такой опоре не сможет стать основой достижения освобождения.

Особенно, во власти препятствующих условий или действий пяти ядов; под натиском неблагой кармы или отвлечения ленью; как раб под чьим-то контролем или вовлеченным в Дхарму из страха; притворяюсь, что практикую или хронически бесчувственен и глуп — это восемь непредвиденных обстоятельств которые делают практику Дхармы невозможной.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Восемь несовместимых с Дхармой состояний ума

སྒྲོ་ཤས་རྒྱུད་ཞིང་དད་པའི་ནོར་དང་བྲལ་།
འདོད་སྟེན་ནགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྒྲོད་རྩལ་།
མི་དག་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་མཐའ་ལོག་།
རིས་ཆད་སྒྲོ་ཡི་མི་ཁོམ་ནམ་པ་བརྟུད་།
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ཁྲར་ལྷགས་པའི་ཆོ།
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུཅན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུཅན་རྗེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུཅན།

Слабое отречение, отсутствие осознания драгоценности веры, пленение арканом привязанности, склонность к развращенному поведению. Наслаждение неблагим, вредоносные действия, отсутствие толики интереса, преступление обетов и нарушение самай, — Это восемь несовместимых с Дхармой состояний ума.

Когда они приходят ко мне, моя практики Дхармы в опасности!

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай власть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

2.2 Непостоянство жизни

དུ་ལྟ་ནད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མ་གཟིར།
བློ་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས།
རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་དུས་འདིར།
སྟོམས་ལས་ངང་དུ་དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་ན།
འཁོར་དང་ལང་ས་སྤྱོད་ཉིད་འབྲེལ་བ་ལ།
ལྟ་ཅིག་ཅེས་པར་བརྩུང་བའི་ལུས་འདི་ཡང་།
མལ་གྱི་ནང་ནས་ས་ཕྱོགས་སྟོང་པར་བསྐྱུལ།
ཕ་དང་བྱ་ཚོད་ཁྱི་ཡིས་འདྲད་པའི་དུས།
བར་དོའི་ཡུལ་ན་འཇིགས་པ་འིན་དུ་ཆེ།
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུ་ཞེ།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུ་ཞེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུ་ན།

Сейчас я не измучен страданием и болезнями, И не попал под власть других подобно рабу.

Поэтому, обладая столь совершенно-успешным качеством независимости, если я в бесцельности растрачу человеческую жизнь из-за собственной лени, в час, когда придется оставить близких, богатство, родных и любимых, когда это тело которое я так лелеял, перекочет из своей постели в пустынное место на растерзание лисам, стервятникам и псам, тогда в бардо не будет ничего кроме страха и ужаса.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

2.3 Закон причины и следствия безошибочен

དག་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་ནུས་སྒྲིན་ཕྱི་བཞིན་འབྲང།

Следствия благих и неблагих действий
всегда следуют за мной.

2.4 Изъяны самсары

Страдание в горячих адах

ཁྱད་པར་དུམལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།
ལྷགས་བསྐྱུགས་ས་གཞིར་མཚན་གྱིས་མགོ་ལྷུས་འབྲལ།
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལུས་འབར་བས་འཚོར།
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱུ་མི་འབྱུངས་པར་འོ་དྲོད་འབོད།
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྱུགས་ཁྲོ་རྒྱར་འཚོད།
ཀླན་ནས་ཚ་བའི་མེས་བསྐྱུགས་བརྒྱད་ཚན་གཅིག།

Если я рожусь существом адов,
На поверности из лавы буду изранен и обезглавлен,
Рассечен пилами и раздроблен раскаленными молотами,
В ужасе буду вопить,
 заключенный в железных домах без дверей,
Пронзенный калеными копьями и свареный в лаве,
Выжженный яростным пламенем,
 я познаю ужас восьми горячих адов.

Страдание в холодных адах

གངས་རི་སྒྲག་པོའི་འདབས་དང་རྒྱ་འབྲག་ས་གྲི།
གཙོང་ཨོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱ་ཡུག་སྟེབས།
གང་རེག་རྒྱང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་ཚོ་ནི།
རྒྱ་བྱར་ཅན་དང་སྒྲག་པར་བརྐྱེལ་བ་ཅན།
སྟེ་སྒྲག་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་།
ཚོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱེལ་བརྒྱག་པར་དཀའ་བ་ཡིས།
བྱངས་ཀྱིས་རབ་བཏང་འཆི་ཁའི་ནད་པ་བཞིན།
ཤྱགས་རིང་འདོན་ཅིང་སོ་ཐམ་པགས་པ་འགས།
ཤུ་ཐོན་ནས་ལྷག་པར་འགས་ཏེ་བརྒྱད།

На вершинах гор, у ледяных обрывов,
Посреди страшных мест, где метель и снег,
Мое нежное тело встречает замораживающие ветра,
Превращаясь в волдыри и гнойные язвы.
Непрерывный вопль и мучительный крик,
Немыслимые страдания человека, которого покидают силы.
Я дышу глубоко и прерывисто, сжав зубы, а кожа трескается.
И моя плоть разлагается заживо в глубоких ранах,
 не давая мне умереть
Так я познаю отчаяние восьми холодных адов.

Страдание в промежуточных адах

དེ་བཞིན་སྐྱ་གྱི་འི་ཐང་ལ་རྒྱུ་གཤེགས།
རལ་གྱི་འི་ཚལ་དུ་ལུས་ལ་བཅད་གཏུབས་བྱེད།
རོ་མུགས་འདས་ཚུད་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་གྲོང་།
མནར་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་དང་འགྱུར་བ་ཅན།

Мои ступни разрезаются на ленты,
В Равнине Бритвенных лезвий,
В Лесу Мечей мое тело располасывается ножами,
Я погружаюсь в Болото Гниющих Трупов,
И в Яму Горящих Углей.
Так я познаю мучения Смежных Адов.

Страдание в неопределенных адах

སྒོ་དང་ཀ་བ་ཐབ་དང་ཐག་པ་སྟགས།
རྟག་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སྒྱུད་པའི་ཉི་ཚེ་བ།
རྣམ་གངས་བཅོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།
ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཀུན་སྒྲོང་སྤྲེས་པའི་ཚེ།
སྒོ་སྤྲོ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུའེ།
ལས་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུའེ་རྗེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྤྲོ་མ་མཁུའེ།

Используемый как двери, колонны, печи, веревки и прочее,
Я познаю рабство изменчивого ада.
Причина рождения в восемнадцати адах —
Сильный гнев и ненависть.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий
Владыка, не дай власть на ошибочный, низкий путь. Нераздели-
мый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Страдания в мире голодных духов

དེ་བཞིན་ཕོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཡུལ།
བཟའ་བཏུང་ལ་ངོ་ས་སྤྱོད་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།
ཟས་སྒོམ་ལོ་ཁྲུང་མི་རྟེན་ཡི་དྲགས་ལུས།
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྤྲོབས་ཉམས་ནམ་པ་གསུམ།
གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་སེར་སྒྲ་ཡིན།

Точно также в мрачной и обездоленной области, где про пищу, воду и комфорт не слышать и подавно, преты не могут найти ничего поесть и попить в течении месяцев и лет. Их тела настолько истощены, что нет сил даже стоять. Они страдают от трех видов загрязнений. Подобное перерождение — результат жадности.

Страдания в мире животных

གཅིག་ལ་གཅིག་བཟའ་གསོད་པའི་འཇིགས་པ་ཆེ།
བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པས་ཉམས་ཐག་ཁྲུང་དོར་ཆོངས།
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་གཟིར་བའི།
ས་བོན་གཏི་མུག་སྤྲུན་པར་འབྱམས་པ་བདག་
ལྷོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་ནི།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུན།

В постоянном страхе быть съеденными другими, изнуренные рабством, не ведая, что принимать, а что отвергать, животные поглощены бесконечным страданием, суть которого упрямая тупость, — когда я попадаю в этот мрак неведения.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Осознание собственных ошибок

Три Колесницы

ཚོས་ལམ་ཞུགས་ཀྱང་ཉེས་སྟོད་མི་སྟོམ་ཞིང།
ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ཞུགས་གཞན་ཕན་སེམས་དང་བྲལ།
དབང་བཞི་ཐོབ་ཀྱང་བསྐྱེད་རྫོགས་མི་སྟོམ་པའི།
ལམ་གོལ་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я вступил на путь Дхармы, я не отрекся от ошибочных путей. Хотя я вошел во врата Махаяны, я лишен намерения принести благо другим. Хотя я получил четыре посвящения, я не практикую стадии зарождения и завершения. О, Учитель, освободи меня от этого ошибочного пути!

Воззрение, Медитация и Поведение

ལྟ་བ་མ་རྟོགས་ཐོ་ཙའི་སྟོད་པ་ཅན།
སྟོམ་པ་ཡང་ས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་འུད་གོག་
འཐག་སྟོད་པ་ནོར་ཀྱང་རང་སྟོན་མི་སེམས་པའི།
ཚོས་རྟེན་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я не реализовал Воззрение, я веду себя как Йогин Безумной Мудрости. Без устойчивости в Медитации я позволяю себе застрять в концепциях и игре ума. Хотя мое Поведение ошибочно, я виню не себя. О, Учитель, освободи меня от высокомерия, упрямства и бесчувственности!

Отвлечение от настоящей жизни

ནང་པར་འཆི་ཡང་གནས་གོས་ལྗོངས་སྒྲིན།
ན་ཚོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྟོང་ཤས་བྲལ།
སྒོས་པ་རྒྱུད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲིན།
མ་རིག་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я могу умереть завтра, я цепляюсь за жилье, одежду и богатство. Хотя я уже не молод, я лишен разочарования и отречения от Самсары. Познав крупицу Дхармы, кичусь учёностью направо и налево. О, Учитель, освободи меня от подобной тупости!

Восемь мирских забот

རྒྱུན་ཁར་འཆོར་ཡང་འདྲུ་འཇིག་ནས་སྟོར་སེམས།
དབེན་པ་བརྟེན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས།
དུལ་བར་སྐྱེ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།
ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།
གཉིད་འཐུག་འདི་ལས་ལྷུང་དུ་སད་དུ་གསོལ།
ཁྲི་ལྷན་འདི་ལས་ལྷུང་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་བྱུགས་རྗེ་བསྐྱེད་བར་བྱའོ།

Хотя я могу подвергнуться опасностям, я ищу Дхарма-общение в публичных местах, думая, что это паломничество. Хотя пребываю в ретрите, мышление словно посох, лишено гибкости. Похваляясь покоем и тихой речью, я не избавился от гнева и жадности. О, Учитель, защити меня от восьми мирских целей. Пробуди меня от этого глубокого сна неведения. Вызови меня из этого мрачного самозаклечения!

3 Прибежище

དགོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཅུ་བ་གསུམ་མེད་

ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་མེད་

དོ་བོ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྒྱུ་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་མེད་

བྱང་ཆུབ་སྤྱི་དཔེ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་མེད་

В Трех Драгоценностях и их сущностях сугатах,
Трех Корнях: Гуру, Дэва и Дакини,
В Каналах, Ветрах и Сферах и их природе Бодхичитте,
В Мудрости Естественной Пустоты [природе моего ума],
Мудрости Присущей Светоносности [природе моей речи] и
Мудрости Всепроникающего Милосердия [природе моего тела]
Я принимаю прибежище, вплоть до достижения
сущности просветленной мудрости!

4 Бодхичитта

ནོེ་ ལྷ་ཚོགས་སྒྲུབ་ཀྱི་འཇུག་ཀྱི་སྒྲིལ་
འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་རལ་བའོའི་ཕྱིར་
ཚད་མེད་བཞི་ཡི་རང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་

Хо! Зачарованные, цепляющиеся за различные
 иллюзорные явления, подобные отражениям луны в воде,
 Существа, бесконечно скитающиеся
 в заблуждении среди порочных кругов самсары!
 Для того, что бы вы отдохнули
 в собственном пространстве самоосознавания,
 Я активирую безмерные любовь, милосердие,
 удовольствие и равенность
 пробужденного ума, сердца Бодхичитты!

Три раза

5 Очищение Ваджрасаттвы

ལྷུ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྤྱི་བོ་རུ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་མེ
རྒྱུ་ལས་སྒྲ་མ་རྩེ་རྩེ་སེམས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་སྤྱུ་
རྩེ་རྩེ་འཛིན་སྟེམས་མ་འབྲིལ་ རྩོད་ལ་སྤྱབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་
འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སྤོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོམ་
རྩོད་བྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་
བལྟས་པ་སྤྲགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོ་སྤྱོད་མཚམས་ནས་
བདུད་རྩི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་སྤྱིན་ ག་བྱར་རྩལ་ལྟར་འཛག་པ་ཡིས་
བདག་དང་ཁས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་ ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྤྲག་བསྐྱལ་རྒྱུ་
ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྱི་བའི་སྤྱོད་ལྷ་བ་མཐའ་དུ་གསོལ་

A! Я в своей обычной форме. Над моей макушкой,
На лунном диске в центре белого лотоса
ХУМ преобразуется в Гуру Ваджрасаттву.
В форме сияющей белой Самбогакаи,
В объятии с супругой держит ваджру и колокольчик.
Пожалуйста, защити и очисти во мне все неблагое!
Признаюсь во всем с глубоким рассказанием
И не повторю этого снова даже под угрозой жизни!
На лунном диске в твоём сердечном центре
слог ХУМ окруженный мантрой.
Благодаря вызыванию, начитыванием мантры,
Из места союз наслаждающихся блаженством супругов,
Облако амриты-бодхичитты
Нисходит подобно потоку камфоры.
Мои и существ трех миров
Неблагое мышление и карму — причины страданий,
Болезни, вредоносные влияния, негативности, омрачения,
Пожалуйста, очисти без остатка!

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།
 སྒྲིག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་ཉེས་ལུང་བྲི་མའི་ཚིགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
 ཞེས་བཅོད་པས་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དཔེས་བཞིན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་ རིགས་ཀྱི་བུ་ཕྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་
 ཉེས་ལུང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ།
 ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཞིང་འོད་དུ་ལུ་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པའི་རྒྱུན་ལས་།
 རང་ཉིད་ཀྱང་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ སྤངས་སྤོང་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ ཐུགས་སྟོག་
 རྒྱུ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་སྟོད་བཙུད་དང་བཅས་
 པ་དོར་སེམས་རིགས་ལྷའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ རང་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་པར་གྱུར།

Я нарушал коренные самаи тела, речи и ума и самаи-ветви
 Во всех этих падениях я открыто раскаиваюсь. Молю, пускай
 все мои негативные действия, омрачения и нарушения обетов
 очистятся. Вместе с этими словами, Ваджрасаттвы исполненный
 счастья и улыбки говорит: “Чистое дитя всех Будд, все твои
 негативные действия, омрачения нарушения обетов и изьяны
 очистились!” Принимая его прощение, он тает в свете и раство-
 ряется во мне! Так я становлюсь Ваджрасаттвой, проявляющи-
 мся, но пустым по природе, подобно отражению в зеркале. Из
 слога ХУМ в сердечном центре, и окружающим его четырех
 слогов, исходят лучи света. Все существа всех миров и всех
 вселенных сливаются с Ваджрасаттвой и Пяти Семействами,
 проявляя чистую мандалу, достигают состояния Будды!

ཨོ་བཟླ་སྟུ་རྩྱེ་ སачитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་ལྷུར་དུ་བདག་
 དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
 དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

Через благость и заслуги этого, я могу быстро достичь
 реализации Ваджрасаттвы, и таким образом, каждое существо
 достигнет Состояния Совершенства тоже.

6 Подношение Мандалы

6.1 Подношение мандалы Нирманакаи

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རློང་།

སྤྱོད་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱའི་ཞིང་།

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྷ་མིའི་འབྱོར་པས་གངས་མཆོད་ཀྱིས་།

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས་པ་ལོངས་འབུལ་གྱིས་།

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་སྤྱིད་ཐོབ་ཤོག་།

OM A HUM

Миллиард вселенных трехтысячекратных миров,
Заполненных семью видами драгоценностей
И богатствами богов и людей,
Подношу вместе со своим телом и владениями!
Благодаря этому подношению
Да стану я вселенским царем Дхармы!

6.2 Подношение мандалы Самбогакаи

འོག་མིན་བདེ་ཆེན་སྣ་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་།

ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་རིགས་ལྷའི་ཆོས་བུ་ཅན་།

འདོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྱིན་ཕུང་བསམ་ཡས་པ་།

ཕུལ་བས་ལོངས་སྤྱོད་ཞིང་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག་།

Непревосходимая, блаженная, прекрасная земля Будд,
Наделенная собранием пяти семейств
И пяти превосходных совершенств,
А также невообразимые облака чувственных удовольствий —
Благодаря этому подношению
Да наслажусь я чистой землей Самбогакаи!

6.3 Подношение мандалы Дхармакаи

སྒྲིབ་པ་དང་སྒྲིབ་པ་གཞིན་ཅུ་བྱམ་པ་འཁྱུ་
བྱམ་པ་ཆེ་མ་འགགས་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པའི་རྒྱུ་
སྒྲིབ་པ་ལེ་འཛིན་པ་རྣམ་པ་འཁྱུ་
བྱམ་པ་ཆོས་སྒྲིབ་པ་ལེ་འཛིན་པ་འཁྱུ་

Все совершенно чистые явления, юное тело сосуда,
Украшенное непрерывным милосердием, игрой пустоты —
Земля совершенного чистого видения тел и сфер.
Благодаря этому подношению
Да наслажусь я чистой землей Дхармакаи!

7 Порождение накопления Кусали: Чод

ཕན་མཚན་

ལུས་གཅེས་འཛིན་བོར་བས་ལྷ་བདུད་ཚོམས་མཚན་

སེམས་ཚངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་མཚན་

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙུག་ཁྲོས་མར་གྱུར་མཚན་

གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གྲུག་གིས་མཚན་

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙུག་ཐོད་པ་བྲེགས་མཚན་

གཡའི་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུ་ཐོགས་མཚན་

སྒྲུ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྒྲིབ་ཕྱར་བཞག་མཚན་

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་མཚན་

ཨ་བུང་དང་ཉོ་ཡིག་གིས་བདུད་ཚིར་བཞུག་མཚན་

འབྲུ་གསུམ་གྱི་འུས་པས་སྒྲུང་སྒྲེལ་བསྒྲུར་མཚན་

ПХАТ

Отбросив цепляние за любимое тело, повергаю демона богов.

Мышление вылетает в пространство через отверстие на макушке.

Повергая демона-владыку смерти, становлюсь Гневной Матерью.

Дигугом в правой руке повергаю демона усталости.

Рассекаю череп, повергая демона-составляющих.

Левой рукой срываю отсеченную верхнюю часть

И помещаю на очаг из человеческих голов — трех кай.

Внутри черепа мой труп, заполняющий всю вселенную,

Плавится нектаром из слогов А и ХУМ,

А затем очищается, разрастается и преобразуется

тремя слогами ОМ А ХУМ!

ཨོ་ཨུ་ཧྱུ་

рецитируй

ཕུཾ་

ཡར་མཚན་ཡུལ་མགོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་།
ཚྲིགས་རྒྱུགས་ནས་མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།
མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།
ཁྱད་པར་དུ་གནོད་བྱེད་བགལ་སྤྲོད་ཆེན་པོ་།
ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།
རྒྱུན་དུ་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།
མཐར་མཚན་བྱ་དང་མཚན་ཡུལ་མ་ལུས་ཀུན་།
གཤིས་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོར་མ་བཅོས་ཨ་།

ПХАТ

Исполняю желения верхних гостей подношения,
Завершаю накопление и обретаю обычные и высшие достижения,
Удовлетворяю нижних гостей самсары и выплачиваю все долги,
В особенности насытив вредоносных и препятствующих духов,
Умиротворяю в пространстве болезни, злых духов и припятствия,
Стираю в пыль дурные условия и цепляния за "Я".
В заключение подношения, объекты подношения все полностью
Растворяются в естественном Великом Совершенстве. А!

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག

расслабься в естественном состоянии

8 Гурӯ Йога

8.1 Визуализация

ཨེ་མ་ཧོ།

རངསྐྱབ་ལྷན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།

བཀོད་པ་རབ་ཚླགས་ཟང་མདོག་དཔལ་རིའི་དབུས་།

རངཉིད་གཞི་ལུས་དོ་རྩེ་ནལ་འབྱོར་མ་།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་།

ཞབས་གཉིས་དོར་སྐབས་སྤྱན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་།

སྤྱི་བོར་པདྨ་འབྲུམ་བརྒྱལ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་།

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་རྩ་བའི་བླ་མ་དང་།

དབྱེར་མེད་མཚོ་སྐྱེས་དོ་རྩེ་སྤུལ་པའི་སྐྱེ།

དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་གཞོན་ལྷའི་གུ་ཚུགས་ཅན་།

ཐོད་ཁ་ཚོས་གོས་བེར་འདྲངས་གསལ་།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྐབས་།

ཕྱག་གཡམ་དོ་རྩེ་གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས་།

དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པདྨའི་མཉེན་ཞུ་གསལ་།

མཆན་ཁྲུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཚོག་མ་།

སྤྲས་པའི་རྒྱལ་གྱི་ཁྱྱ་ཕྱི་ཕྱི་གསུམ་བསྐྱམས་།

འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ལྷུང་གྲོང་ན་བཞུགས་།

ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྷའི་བྱ་བས་མཛས་པའི་གྲོང་།

སྤུལ་པའི་རྩེ་འབངས་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྔ་དང་།

རྒྱ་བོད་པར་གྲུབ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་།

མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྟོང་དམ་ཅན་སྤྱིན་ལྷར་གཏོབས་།

གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཆེན་པོའི་ངང་དུ་གསལ་།

ОМ А ХУМ

Самовозникшая спонтанная полностью чистая Сфера,
Совершенно расположенная Славная Медноцветная Гора;
В центре я в виде Ваджрайогини, с одним лицом, двумя руками:
Красная, сияющая, держит дигуг и капалу,
Две ноги в заигрывающей позе, три глаза глядят в пространство.
Над моей головой на лунном и солнечном дисках,
поверх распустившегося тысячелепесткового лотоса,
Коренной Учитель, воплощение всех объектов прибежища,
В форме Нирманакаи Падмасамбхавы,
В расцвете юности, с легким румянцем,
В парчовом одеянии, халате цвета неба,
Монашеской накидке и царской мантии,
С одним лицом, двумя руками, в игривой царской позе:
В правой руке ваджра, в левой череп с сосудом.
На голове пятилепестковая лotosовая шапка.
Прижимая изгибом левой руки
Высшую супругу блаженства-пустоты,
Скрытую в виде тризубца,
Восседает в сиянии радужных лучей и сфер света.
В окружении совершенного сплетения пятицветного света
Двадцать пять проявлений, царь и подданные,
Ученые и мастера, держатели ведения Индии и Тибета,
Божества, летящие в пространстве,
Охранители учения и держатели обетов
собраны подобно облаку.
Все — великая равность светоносности и пустоты.

8.2 Семистрочная молитва

རྩྱེ་ ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་ལུབ་བྱང་མཚམས་མེད་
པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་ལེན་
ཡེ་མཚན་མཚེག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་མེད་
པ་རྣམས་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་མེད་
འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱོར་མེད་
ཅེད་ཀྱི་རྩིས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི་མེད་
ཐིམ་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་མེད་
གྲུ་རུ་པ་རྣམས་སྤྱི་རྩྱེ་

ХУМ

На северо-западной границе священной страны Уддияны,
Посреди озера Данакоша, в ложе цветка на стебле лотоса,
Ты обрел чудесные высшие достижения,
Прославленный как Лотосорожденный,
Окружен свитой из множества дакинй и видьядхар.
Следуя тебе, я достигну совершенства.
Молю приди и благослови!

8.3 Семь ветвей

རྫོག་པ་ལྟུང་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་དུ་
ནུས་པར་འཕྲུལ་པས་ཕྱག་འཆའ་ལེ་
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱུལ་ཏིང་འཛིན་མཐུས་
སྤང་མིན་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ་
སྟོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་ནུས་ཀྱན་
འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱི་ངང་དུ་བཤགས་
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡི་
དག་ཆོགས་ཀྱན་ལ་རྩེས་ཡི་རང་
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་།
ཐེག་གསུམ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱུལ་
ཇི་སྟེང་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་
མྱ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས་
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཅ་ཀྱན་
བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟེན་

Совершаю простирания, преобразив свое тело во столько тел, сколько частиц во вселенной. Всевозможные материальные подношения и те, что созданы в уме силой медитации; подношу всю вселенную в одно мгновение. Всю свою неблагую карму, созданную телом, речью и умом очищаю в ясном свете Дхармакаи. Как относительным так и абсолютным, сорадуюсь всем накопленным заслугам и мудрости. Для блага существ с тремя видами способностей прошу вас поворачивать колесо Дхармы трех колесниц. Пока сансара полностью не опустеет и существа не обретут свободу, молю, пожалуйста, оставайтесь среди нас и не входите в паринирвану. Все заслуги и благодать кармы прошлого, настоящего и будущего посвящаю всем существам, чтобы они стали Буддами.

8.4 Созревание Достижений

༄ རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་རྩོམ་པོ་ཆེ།
ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
ཐུགས་རྩིས་ལྡན་པའི་འདུས་པ་འདྲ་བའི་ལུང་།
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཅིག་ལུ།
ལུས་དང་ལོངས་སྤོངས་སྤྱིད་པའི་ལྷན་པོ།
ལྷོས་པ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་འབུལ།
འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར།
སྤྱིད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀྱང་།
རྩོམ་པ་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁུན་།
ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱ་བཛྲ་ཀུ་རུ་པདྨ་སྒྲི་ཧྲཱ་།

Благородный владыка, Непревзойденная Драгоценность,
Ты — славное воплощение милосердия
и благословения всех Будд,
Единственный защитник всех существ,
Тело, богатство, сердце и мышление, подношу тебе без сомнений!
С этого мгновения, пока не обрету пробуждение,
В счастье и страдании, в радости и печали, в успехе и неудаче,
Всевеликий благородный владыка, помни меня!

8.5 Благопожелания

༥ བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་ཅེ་
ད་ལྟའི་དུས་རལ་སྟིགས་མའི་འགོ་
མི་བཟད་སྤྱག་བསྐྱེད་འདམ་དུ་བྱིངས་ཅེ་
འདི་ལས་སྐྱོབས་ཤིག་མ་རྒྱ་གུ་རུ་
དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ཅེ་
རྟོགས་པ་སྟོར་ཅིག་བྱུགས་རྩེ་ཅན་ཅེ་
སྤྱི་བ་གཉིས་སྐྱོངས་ཤིག་ལུས་མཐུ་ཅན་ཅེ་
ཨོ་ཨོ་རྩྱུ་བརྒྱ་གུ་རུ་པཎྜ་སི་རྩི་རྩྱུ་

У меня нет иной опоры кроме тебя.
Существа нынешнего времени упадка
Тонут в пучине нестерпимых страданий.
О, Великий Гуру, защити нас от них!
Благословенный, даруй четыре посвящения.
Милосердный учитель, усиль реализацию.
Могущественный, очисти два омрачения.

8.6 Растворение

༥ ཅམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆེ་ རང་སྣང་རྩ་ཡབ་དཔལ་རིའི་ཞིང་
ཟུང་འཇུག་སྤྱལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ གཞི་ལུས་དོ་རྩེ་ནས་འབྱོར་མ་
གསལ་འཆར་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་རུ་ རྒྱར་ནས་རྩེ་བཙུན་པད་འབྱུང་དང་
དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ བདེ་དང་སྟོང་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་
ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྩལ་པ་ལས་ ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་
འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་ རྩེ་བཙུན་པད་སྤྲས་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ་
གསོལ་བ་སྟིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས་ ཁ་ཙམ་ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་ནོ་
ཕྱིན་ལྟ་བུས་བྱུགས་ཀྱི་གྲོང་ནས་སྟོལ་ བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ་

Во время когда жизнь моя подойдет к концу с полнотой восприятия Небес Чамары — Славной Медноцветной Горы, чистой земли Нирманакаи нераздельных пустоты и явлений, мое тело Ваджрайогини переходит в сияющий, мерцающий шар света и сливается в нераздельности с Падмасабхавой, и я достигаю состояния Будды. Затем из игры обширной изначальной мудрости, которая являет чудесное проявление блаженства и пустоты, для каждого живого существа в трех мирах пусть предстану я как их Проводник к Освобождению — Джетсун Пема, осуществи это, Молю! Со всей искренностью из глубины моего сердца Это не просто слова или треп: Ниспошли свои благословения из глубин Мудрости своего Ума, Осуществи все мои благопожелания, Молю!

ཨོ་ཨུཿ་རྩྱི་བཙྲ་གྲུ་རུ་བླ་སྟི་རྩྱིཿ་

OM A HUM BADDZRA GURU PEMA SIDDHI HUM

9 Молитвы и благопожелания

9.1 Молитва линии передачи

ཨེ་མ་རྟོ། རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷང་བལ་བའི་ནིང་ཁམས་ནས།
དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཚོས་སྤྱུ་ཀྱན་ཏུ་བབས།
ལོངས་སྤྱུ་ཆུ་ཁྲིའི་རྩལ་རྩོམ་ཆེ་སེམས།
སྤྱུ་ལྟར་མཆོན་རྒྱུ་གས་དགའ་རབ་རྩོམ་ཆེ་ལ།
གསལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱ་བས་དབང་བསྐྱར་སྤྱོད།
ཕྱི་སྤྱོད་དོན་དམ་ཚོས་ཀྱི་མཛད།
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར།
རྒྱ་ན་སྤྱུ་ཐ་ཤེ་ཆེན་བེ་མ་ལར།
གསལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྤྱུ་རྟོན།
འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་རྒྱན་གཅིག་པུ་འབྱུང་།
ངེས་པར་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱས་མཆོག་རྩི་འབངས་གོགས།
ཐུགས་གཏེར་རྒྱ་མཚོའི་བདེ་འགྲོལ་གྲོང་ཆེན་ཞབས།
མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་བབས་འཇིགས་མེད་སྤྱིང་།
གསལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྤྱོད།

ЭМАХО В бескрайней неделимой чистой земле
Изначальный Будда, Дхармакая Самантабhadра,
Игра подобная луне в воде, Самбогакая Ваджрасаттва,
Совершенство качеств, Нирманакая Прахеваджра,
Молю, даруйте благословения и посвящения!
Шри Синха, сокровищница абсолютной Дхармы,
Манджушримитра, вселенский владыка девяти колесниц,
Джнянасутра, великий ученый Вимиламитра,
Молю, укажите путь освобождения!

Падмасамбхава, единственное украшение этого мира,
Царь, учениники и спутница, величайшие истинные дети сердца,
Лонгчен Рабджам, раскрывающий смысл океана сокровищ ума,
Джигме Лингпа, наделенный сокровищами пространства Дакинью,
Молю, даруйте освобождение и всеведение!

རིགས་འཛིན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བའི་མུ་གུ་དང་།
དཔལ་སྤྱལ་འཇིག་བྲལ་ཚས་ཀྱི་དབང་པོའི་ནབས།
མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེས་གཞན་པན་སྤང་པའི་དཔལ།
འཇམ་དབྱངས་དབང་རྒྱལ་ཅུ་བའི་བླ་མ་ལ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།
དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས།
དམ་ཚིས་སྤྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ནི།
རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་སྦྱར་བཤོད་ནས།
སྤྱོད་པའི་གོ་འཕང་སྦྱར་དུ་འཕྲོལ་པར་ཤོག།

Великий Видьядхара Гьелве Ньюгу,
Патрул "Бесстрашный Владыка Дхармы"
Ученый и сиддха, Славный Шенпен Нангва,
Джамьян Вангьял, Коренной Учитель,
Возносим молитву, даруйте высшие и общие сиддхи!
Благословением такой молитвы,
Пусть усмирятся дурные условия
и препятствия к осуществлению Святой Дхармы.
Быстро пройдя путь четырех стадий Видьядхары,
Пусть быстро обретем уровень Четырех Тел!

9.2 Благопожелания этой жизни

སྤྲིད་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས།
རྫོང་མེད་སྒྲིམ་དོན་ལྷན་མིག་བཞིན་བརྟེན།
ཅི་གསུང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ།
ཉེས་རྒྱུང་མེད་པའི་བསྐྱབ་ཚུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས།
ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག།
སྤྲིད་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་།
ལྷ་སྒྲགས་ཚེས་སྐར་དག་རྫོགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས།
སྤངས་བྱ་རྩལ་མེད་པའི་རྫོགས་པ་ཆེ།
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས།
ཚེས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྫོགས་པར་མཐོང་བར་ཤོག།
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲུལ་འཇའ་ཟེར་སྐྱབས།
སྤྲིད་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤངས་གོང་དུ་འཕེལ།
རིག་རྩལ་ལོངས་སྤྲིད་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབས།
ཚེས་ཟད་སྒོ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ།
གཞོན་ནུ་བུམ་སྐར་གཏན་སྤྲིད་ཟེན་པར་ཤོག།

Из подлинного отречения, отвращения к самсаре,
Да положусь я на своего ваджрного учителя, как на свои глаза!
Благодаря следованию каждому его слову,
Как глубинной практике,
С неослабевающим ни на миг усердием,
Да передастся мне благословение реализации мудрости!

Всевозможные явления, самсара и нирвана —
 Изначально чистая земля Акаништха!
 Где все явления освобождаются в совершенных формах Будд;
 Все звуки очищаются мантрами;
 А все мысли самоосвобождаются в Дхармакаи.
 Поскольку Великое Совершенство
 свободно от усилий принятия и отвержения,
 А Сияние Осознания
 запредельно исследованию и переживанию,
 Я реализую напрямую реализацию обнаженной природы!
 Освободив мысли в сияющее радужное пространство,
 Я разовью переживания видения тел и сфер!
 Да достигнет игра осознания своей полноты в мире Самбогакаи!
 Совершенно исчерпав мышление в Пробужденное Всеведение,
 Да пребудет вечно юное тело сосуда,
 свободное от рождения и смерти!

9.3 Благопожелания о промежуточном состоянии

ཤིན་རྒྱལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་རྒྱུད་དེ།
 རགས་ལུས་དངས་མའི་དབྱིངས་སུ་མ་གྲོལ་ན།
 ཉམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བསྐྱེད་བའི་ཆེ།
 འཆིབ་འོད་གསལ་ཀླ་དག་ཆེས་སྐྱར་ཤར།
 བར་དོད་སྐྱང་ཆ་ཡོངས་སྒྲིད་རྫོགས་སྐྱར་གྲོལ།
 ཞེགས་ཆོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རྩལ་རྫོགས་ནས།
 མ་པང་བྱ་འཇུག་ལྟ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག།

Если не овладею сутью Ати йоги в этой жизни,
 И грубое тело не освободится в сфере природы,
 Когда иссякнут условия этой жизни,
 Да распознаю в миг смерти
 светоносность изначальной чистоты Дхармакаи!

Пусть все видения и переживание бардо
самоосвободятся в формах Самбогакаи!
И совершенствуя путь Трекчо и Тогал,
Пусть освобожусь также естественно,
как дитя припадает к коленям матери!

9.4 Благопожелания о следующей жизни

གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཕྱེ་
སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་ཚེ་ཚས་སྐྱེ་ཞིལ་
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན་
མ་བསྐྱེམ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལཱ་ལམ་མཆོག་ལ་
བསྐྱེན་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗང་
ཁྱད་པར་པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྱང་དུ་
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱལ་རྩེས་
གསང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་སྟེ་
མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་ཉེར་འཆར་བདག་འགྱུར་ཤོག་

В светоносности великой тайны, вершине высшей из колесниц,
Не ищут Будду где либо кроме Дхармакаи,
Ведь все изначальное проявление освобождено в основе.
На высшем из путей, пяти методах освобождения без медитации
Да рожусь я в чистых пяти землях Самбогакаи,
А в особенности во дворце Лotosового Света —
Славное Медноцветной Горе,
Где достославный владыка из Уддияны
В окружении океана видьядхар
Возглавляет пиршество Дхармы великой тайны!
Пусть обрету я рождение как его любимый сын или дочь,
Для того, чтобы безгранично помогать живым существам!

9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

དེག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རླབས་དང་།
ཚོས་དབྱིངས་བསམ་མི་བྱལ་པའི་བདེན་པ་ཡིས།
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་རྫོགས་སྒྲིན་སྦྱངས་གསུམ་གྱི།
རྟེན་འབྲེལ་མངོན་གྱུར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།

Благодаря благословениям океана победоносных Видьядхар
И силе истины Дхармадхату, запредельной мышлению,
Опираясь на свободы и преимущества,
Да реализую я взаимозависимость
Завершения, созревания и очищения, чтобы все стали Буддами!

10 Четыре посвящения

10.1 Посвящение Вазы

གུ་རུའི་སྒྲིན་མཚམས་ནས་ཨོ་ཡིག་ཚུ་ཤེལ་ལྟ་བུར་འཆོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།
རང་གི་སྒྲི་བོ་ནས་ཞུགས།
ལུས་ཀྱི་ལས་དང་རྩའི་སྒྲིབ་པ་དག
སྒྲི་རྩེའི་བྱིན་ལྟམས་ཞུགས།
བུམ་པའི་དབང་ཐོབ།
བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྒྲོད་དུ་གྱུར།
ནམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།
སྤུལ་སྤུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из сверкающего подобного луне слога ОМ
на уровне межбровья Гуру струятся лучи света.
Входят в меня через макушку, они очищают неблагуя карму,
созданную телом, и омрачения каналов;
Приносят благословение ваджрного тела;
Даруют посвящение сосуда;
Делают меня подходящим сосудом для стадии зарождения;
Засевают семя полностью созревшего держателя осознания;
И даруют мне силу для становления Нирманакаей.

10.2 Тайное посвящение

མགིན་པ་ནས་ཡུལ་གྱི་པ་སྒྲ་རྩ་ག་ལྟར་འབར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།
རང་གི་མགིན་པ་ནས་ཞུགས།
ངག་གི་ལས་དང་རྒྱུད་གི་སྒྲིབ་པ་དག
གསུང་དོ་མེད་ཕྱིན་སྐབས་ཞུགས།
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།
བསྐྱས་བཅོད་ཀྱི་སྒྲོད་ཏུ་གྱུར།
ཆེ་དབང་ཅིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།
ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из сияющего подобно рубину слога А
В горле Гуру струятся лучи света.
Входя в меня через макушку, они очищают неблагую карму,
созданную речью, и омрачения ветров;
Приносят благословение ваджрной речи;
Даруют тайное посвящение;
Делают меня подходящим сосудом для начитывания;
Засевают семя бессмертного держателя осознания;
И даруют мне силу для становления Самбогакаей.

10.3 Посвящение Мудрости

ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ཡིག་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།
རང་གི་སྙིང་ག་ནས་ལུགས།
ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་ཐིག་ལའི་སྒྲིབ་པ་དག
ཐུགས་དྲོ་ཐེའི་བྱིན་རླབས་ལུགས།
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།
བདེ་སྟོང་ཅན་ལིའི་སྟོན་དུ་གྱུར།
ཕྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐེབས།
ཚོས་སྤྱིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из ХУМ цвета неба в сердце Гуру струятся лучи света.
Входя в меня через макушку, они очищают неблагую карму,
созданную мышлением, и омрачения сфер;
Приносят благословение ваджрной мудрости;
Даруют посвящение мудрости;
Делают меня подходящим сосудом для практики туммо;
Засевают семя держателя осознания великого жеста мудрости;
И даруют мне силу для становления Дхармакаей.

10.4 Символическое посвящение

སྐར་ཡང་བྱགས་ཀའི་རྩྱེ་ལས་རྩྱེ་ཡིག་གཉིས་པ་ཞིག་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་ཆད།
རང་སེམས་དང་ཐ་དད་མེད་པར་འབྱེས།
ཀུན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས།
ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་བྱིན་རྒྱབས་ལུགས།
ཆོག་གིས་མཚན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།
ཀ་དག་ཚྲོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་དུ་གྱུར།
ལྷན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།
མཐར་བུག་གི་འབྲས་བུ་ངོ་ཐོ་ཉིད་སྐའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག་གོ།

Из ХУМ в сердечном центре
Подобно метеору вылетает еще один ХУМ
И нераздельно растворяется в моем уме.
Он очищает неблагую карму,
Созданную сознанием основы, и омрачениями природы;
Приносят благословение ваджрного всеведения;
Дарует посвящение слова;
Делает меня подходящим сосудом для практики
Изначально чистого великого совершенства;
Засевает семя спонтанного держателя осознания;
И дарует мне силу для достижения
окончательного результата — Свабхавикакаи.

ཨོ་ཨུཿརྩྱེ་བཙྰ་གུ་རུ་བླ་སིདྱི་རྩྱེ་

OM A HUM BADDRA GURU PEMA SIDDHI HUM

10.5 Стадия растворения

ལྷ་ ལྷ་མའི་ཐུགས་ཀྱི་ནམ་འོད་ཟེར་དམར་པོ་བློད་དང་བཅས་པ་
ཞིག་ལྷལ་གྱིས་བྱང་བ་བདག་ཉིད་དོ་རྗེ་ལྷལ་འབྱོར་མར་
གསལ་བའི་སྒྲིང་གར་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་འོད་དམར་གྱི་
གོང་བུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་
ཐུགས་ཀར་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར།

Внезапно из сердца Гуру исходят лучи красного цвета,
Я сам Ваджрайогини, они достигают моего сердца,
и я становлюсь сферой красного цвета,
А затем растворяюсь в сердце Гуру Ринпоче,
Сливаясь с ним в единстве одного вкуса.

11 Заключение

11.1 Молитва коренному учителю

དཔལ་ལྷན་ཅུ་བའི་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
བདག་གི་སྙིང་གར་པར་གདན་བཅུགས་ལ།
བཀའ་བློན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་བཟུངས་ཏེ།
སྐྱ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུལ་དུ་གསོལ།

Славный милосердный коренной учитель,
Пожалуйста, воссядь на лотосовый трон в моем сердце.
Прими меня с безграничной добротой и благослови достижениями
Твоего просветленного тела, речи и ума.

པལ་ལྷན་བླ་མའི་རྣམ་པར་བར་པ་ལ།
སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྦྱེ་ཞིང་།
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས།
བླ་མའི་བྱིན་ལྟེན་བས་སེམས་ལ་ལ་འཇུག་འཇུག་པར་ཤོག།

Да не возникнет у меня даже на мгновение ложный взгляд
На деяния святого Ваджрного Учителя.
Благодаря чистой преданности, —
Восприятия каждого его действия как учения, —
Да войдут высшие благословения Учителя в мой Ум.

སྦྱེ་བ་ཀྱུན་དུ་ཡང་དག་བླ་མ་དང་།
འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ནས།
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡན་ ཏན་རབ་རྫོགས་ཏེ།
རྫོགས་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།

Да не буду я разделен во всех рождениях со святым Учителем.
И, насладившись величиим Дхармы,
Полностью завершу все пути Просветления,
Достигну быстро состояния Ваджрахары Великого Пробуждения!

11.2 Посвящение заслуг

དག་པ་འདི་ཡིས་སྒྲིབ་ཀྱིན།
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚལ་རྫོགས་ཤིང་།
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།
དམ་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།
འཕྲོ་ཀྱན་དག་པ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་།
བྱས་དང་བྱེད་འཇུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དག།
བཟང་པོ་ཇི་བཞིན་དེ་འདྲའི་ས་དག་ལ།
ཀྱན་ཀྱང་ཀྱན་ནས་བཟང་པོར་རེག་ཇུང་ཅིག།
འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁུན་པ་དང་།
ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།
དེད་ག་ཀྱན་གྱི་རྩིས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་།
དག་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།
དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྟུགས་པ་སྟེ།
བདག་གི་དག་པའི་རྩ་བ་འདི་ཀྱན་ཀྱང་།
བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི།

Благодаря этой добродетели пусть все существа
Завершат накопления заслуг и мудрости,
Достижение двух высших тел!
Благодаря всей добродетели, какая только есть у существ,
И их благим деянием в прошлом, будущем и настоящем,
Пусть все они достигнут совершенства —
Реализации Самантабхадры!

11.3 Оособые благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།
མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྔ་ན་ཐོབ་པར་ཤོག།
སྐྱེ་མ་ཐག་དུ་ཆོས་དང་འཕྲད་ཐུང་ཅིང།
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།
དེར་ཡང་གྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྱེད་ཅིང།
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།
ཆོས་རྟོགས་ནས་ནི་སྤིང་པོའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།
ཆེ་དེར་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།
སྤྲོད་པར་དམ་པའི་ཆོས་རབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང།
གཞན་ཕན་བསྐྱབ་ལ་སྦྱོང་ལ་མེད་པར་ཤོག།
ལྷ་བས་ཆེན་གཞན་དོན་ཕྱོགས་རིས་མེད་པ་ཡིས།
ཐམས་ཅད་ཕྱམ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།

Во всех жизнях, где бы я не родился,
Пусть обрету семь качеств высшего состояния.
Сразу после рождения, повстречав Учение,
Пусть получу свободу осуществлять его подлинно.
Тогда, радуя святого Гуру,
Пусть я стану практиковать Учение день и ночь.
Постигнув Учение, а затем исполнив его сущностный смысл,
Пусть я пересеку океан существования в этой жизни,
Тщательно объясняя святую Дхарму в миру.
Пусть я никогда не устану работать на благо других.
Благодаря великому потоку безграничного
и беспристрастного блага для других,
Пусть все, как один, обретут Просветление!

ཅེས་ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོ་བ་ཆེན་མེད་ཐུག་གི་སྒྲིན་འགྲོའི་ རག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྒྲེབས་པ་རྣམས་མཆོན་ལམ་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་
གླིང་ པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ བསྐྱེད་ཤིང་དམ་ཆོག་ལ་མོས་པ་ཐོབ་པའི་ སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཕྱིན་
ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་ཐུགས་པའི་ དག་བས་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་བླ་མ་སངས་ རྒྱལ་སྤྱོད་འབྲས་ཀྱིས་རང་རིག་ཀུན་དུ་བཟང་ པོའི་རང་ལུ་མཛོན་
དུ་གྱུར་ནས་འགྲོ་ལམས་རྒྱ་མཚོ་ ལ་ཡན་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག

Это собрание предварительных практик Сердечной Сущности Обширного Пространства Великого Совершенства было записано тантрическим йогиним Джигме Тринле Озером, вскормленным добротой святых учителей: Ригдзином Джигме Лингпа и достигшим твердости в самае. Благодаря накопленным этим заслугам да будут ученики видеть в учителе самого Будду и в результате этого да узрят они собственный лик самоосознания, Самантабхадру, для того, чтобы нести нескончаемое благо океану существ.

Комментарии на Нёндро

- 1 Патрул Ринпоче.
Слова моего Всеблагого Учителя.
- 2 Патрул Ринпоче.
Краткое руководство по стадиям визуализации
в практике Лонгчен Ньингтик Нёндро.
- 3 Дхонгсар Кхьенце Ринпоче.
Не счастья ради. Руководство по так называемым
предварительным практикам тибетского буддизма.
- 4 Джигме Лингпа.
Лестница в Аканишту.
- 5 Джамьнг Кьенце Вангпо.
Освещение Великолепного Пути к Всеведению.

Обращение с буддийской литературой

Дхарма — чудодейственное лекарство, помогающее вам самим и всем живым существам избавиться от страданий. Ко всякой книге содержащей учение Будды (а даже одно слово Дхармы или имя Будды делают ее таковой), следует относиться уважительно, на каком бы языке она не была написана. Избегайте класть книгу на пол или стул, не переступайте через книгу и не ставьте на нее какие либо предметы — даже изображения Будды или божеств. Храните книги Дхармы на алтаре или в другом почетном, чистом и предпочтительно высоком месте. Не выбрасывайте, подобно мусору, старые или неиспользуемые книги содержащие Учение Будды. Если возникла такая необходимость, лучше сожгите их — предание огню считается уважительным способом избавиться от пришедшего в негодность религиозного текста. Таким же образом рекомендуется с почтением относиться и к писаниям других духовных традиций.