

ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྒྲིབ་ཏིག་  
གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་ཁྲིགས་  
སུ་བསྐྱབས་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 Тринлей 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	8
2	Четыре мысли, отвлекающие от самсары	9
2.1	Свободы и преимущества человеческой жизни . .	9
2.2	Непостоянство жизни . . . . .	14
2.3	Закон причины и следствия безошибочен . . . . .	15
2.4	Изъяны самсары . . . . .	15
3	Прибежище	21
4	Бодхичитта	22
5	Очищение Ваджрасаттвы	23
6	Подношение Мандалы	26
6.1	Подношение мандалы Нирманакаи . . . . .	26
6.2	Подношение мандалы Самбогакаи . . . . .	26
6.3	Подношение мандалы Дхармакаи . . . . .	27
7	Порождение накопления Кусали: Чод	28

8	Гуру Йога	30
8.1	Визуализация . . . . .	30
8.2	Семистрочная молитва . . . . .	32
8.3	Семь ветвей . . . . .	33
8.4	Созревание Достижений . . . . .	34
8.5	Благопожелания . . . . .	35
8.6	Растворение . . . . .	36
9	Молитвы и благопожелания	37
9.1	Молитва линии передачи . . . . .	37
9.2	Благопожелания этой жизни . . . . .	39
9.3	Благопожелания о промежуточном состоянии . . .	40
9.4	Благопожелания о следующей жизни . . . . .	41
9.5	Молитва об исполнении благопожеланий . . . . .	42
10	Четыре посвящения	43
10.1	Посвящение Вазы . . . . .	43
10.2	Тайное посвящение . . . . .	44
10.3	Посвящение Мудрости . . . . .	45
10.4	Символическое посвящение . . . . .	46
10.5	Стадия растворения . . . . .	47
11	Заключение	48
11.1	Молитва коренному учителю . . . . .	48
11.2	Посвящение заслуг . . . . .	49
11.3	Особые благопожелания . . . . .	50

༡༭། གདོད་ནས་མངོ་སུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་གང་ལ་གང་འདུལ་གཟུགས་སྤྱ་འགགས་པ་མེད། སྤྱ་ཚོགས་སྤྱ་  
འཕྲུལ་ངོམ་ཡང་ཕྱད་ལམས་སྤྱེ་མཆེད་གཟུགས་དང་འཛིན་པ་བྲལ། མི་ཡི་གཟུགས་སུ་སྤྱང་ཡང་མཁུན་བརྩེའི་འོད་ཟེར་  
སྤྱོད་འབར་རྒྱལ་བ་དངོས། ཚོ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཡིན་གཏན་གྱི་སྤྱབས་སུ་ཁྱེད་བསྟེན་བྱིན་གྱིས་སློབས།

Хотя просветлен с самого начала, ты не перестаешь принимать  
формы для приручения каждого в его личный способ. Хотя виден как  
чудесным образом возникшие феномены, ты на самом деле свободен  
от скандх, элементов, чувств и цепляний. Хотя ты появился в человеческом  
теле, в действительности ты Будда, светящийся тысячами лучей всеведения  
и счастья. Не только в этой жизни, но всегда, я принимаю в тебе  
прибежище, Кхьенце Озер, наполни меня своими благословениями!

དེ་ལ་འདིར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྤྱོན་དུ་འགོ་བཤེད་ག་འདོན་ཞིགས་སུ་བསྐྱབས་པ་ལ།

Здесь подготовлена литургия Дзогчен Лонгчен Ньингтик Нендро.

## Благословение речи

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ་

ལྷེ་དབང་རྩི་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསྐྱེགས་ནས།

འོད་དམར་ནུས་པའི་རྩི་རྩེ་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་བཙས་མཆོད་པས་མཉེས།

སྤྲར་འདུས་ངག་རྒྱུ་བ་དག་ནས་གསུང་རྩི་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་ཡཱ། ཨི་ཡཱ། ཨུ་ཡཱ། རི་ལྷོ། ལི་ལྷོ། ཨེ་ཨྱ། ཨོ་ཨྱ། ཨི་ཨུཾ 7 раз

## Мантра Согласных

ཀ་ཁ་ག་ལྟ་ང་།  
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཀྱ།  
ར་ཐ་ད་རྩ་ཐ།  
ད་ཐ་ད་རྩ་ཐ།  
པ་ཕ་བ་ཕྱ་མ།  
ཡ་ར་ལ་ཤ།  
ཤ་ཤ་ས་ཉ་ཤཾ 7 раз

## Мантра Взаимозависимого Возникновения

ཨི་ཡེ་རྩ་མྱ་རྟེ་དུ་པ་མྱ་མྱ་རྟེ་དུ་རྩེ་ཤུ་ག་རྟེ་ཅ་པ་ད་ཏ།  
རྟེ་ཤུ་ལྟ་ཡི་ནི་རྟེ་ཅ་ཨི་མྱ་དྲི་མ་རྟེ་པ་ཤེ་མ་ཤུ་རྟེ། 7 раз

## Мантра Усиления Заслуг

ཨི་སྒྲ་ར་སྒྲ་ར་བི་མ་རྒྱ་སྒྲ་ར་མ་རྟེ་ཇ་སྒྲ་རྩྱེ།  
ཨི་སྒྲ་ར་སྒྲ་ར་བི་མ་རྒྱ་སྒྲ་ར་མ་རྟེ་ཇ་སྒྲ་རྩྱེ།

7 раз

ཨི་རྩ་ཅི་ར་མ་ཉི་པ་བརྟེ་རྒྱ་ཡེ་སྒྲ་རྟེ།  
རྩེ་བརྟེ་ཇི་རྟེ་མརྟེ་རྟེ་ར་བརྟེ་ནི་ཨྱ།

7 раз

# 1 Призывание

སྐྱེ་མ་མཁུན།  
ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དག་པོས་པོས་ནས།  
སྙིང་དབུས་དང་པའི་གེ་སར་བཞད་པ་ནས།  
སྐྱབས་གཅིག་དྲིན་ཅན་སྐྱེ་མ་ཡར་ལ་བཞེངས།  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་དག་པོས་གཟེར་བ་ཡི།  
སྐླལ་བ་དན་པ་བདག་ལ་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར།  
སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་བཞུགས།  
དན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀུན་གྱི་ཁྱད་བཞེངས་སུ་གསོལ།

## ЛАМА ЧЕННО

Я знаю, учитель знает, учитель знает, учитель знает меня!  
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་ཅེས་དམུལ་བ་ཡི་དྲགས་རྒྱུ་འགྲོ་དང་།  
ཆེ་མིང་ལྟ་དང་ལྷ་ལྷོ་ལོག་ལྟ་ཅན།  
སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་ཞིང་དང་སྐྱགས་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་ཚང་དང་ཡུལ་དབུས་སྐྱེས།  
ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ།  
རང་ཉིད་འབྱོར་པ་ལྟ་ཚངས་ངས་རྒྱས་བྱོན།  
ཆོས་གསུངས་བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་ལ་ཉུགས།  
བཤེས་གཉེན་དམ་པས་ཟིན་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ།  
ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཚང་བའི་གནས་ཐོབ་ཀྱང་།  
རྒྱན་མང་ངེས་པ་མེད་པས་ཆོ་སྤངས་ནས།  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉིད་དུ་སོན་པར་འགྱུར།  
སྟོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གྱུན་མཁུན་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློན་ཅན་སྒྲ་མ་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་ཀྱང་ནས།  
ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་འབྱུངས།  
དགེ་སྤྲིག་མི་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་མི་ཐོས།  
དགེ་བའི་བཤེས་དང་མི་མཇལ་མཚང་རེ་ཆེ།  
སེམས་ཅན་ཙམ་གྱི་གྲངས་དང་རིམ་པ་ལ།  
བསམས་ན་མི་ལུས་ཐོབ་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་ཀུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་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 Дхарма, 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

གཤམ་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་གྱིས་ཟིན་དང་དུག་ལྔ་འབྲུགས།  
ལས་ངན་ཐོག་དུ་བབས་དང་ལེ་ལོས་གཡོངས།  
གཞན་ཁོལ་བླན་གཡོག་འཇིགས་སྒྲིབ་ཆོས་ལྟར་བཅོས།  
མྱོངས་སོགས་འཕུལ་བྱུང་རྟེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུད།  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྟགས་པའི་ཆེ།  
སྒྲོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུམ་ཁྱེན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁྱེན་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་རིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁྱེན།

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 когда я отвлекся ленью; как раб под чьим-то контролем или вовлекаюсь 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་རྒྱུ་ཞིང་དད་པའི་མོར་དང་བྲལ།  
འདོད་མེད་ཞགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྦྱོང་རྩལ།  
མི་དགེ་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམས་ལས་མཐའ་ལོག།  
རིས་ཆད་སློ་ཡི་མི་ཁོམ་ནམ་པ་བརྟུད།  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཆོ།  
སློ་སྣ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བྱིན་ཅན་སླ་མ་མཁུན།

Слабое отречение, отсутствие 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 впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне.

## 2.2 Непостоянство жизни

ད་ལྟ་ནད་དང་སྐྱུག་བསྐལ་གྱིས་མ་གཟིར།  
བློ་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས།  
རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་དུས་འདིར།  
སྟོམས་ལས་རང་དུ་དལ་འབྱོར་ཆུད་གསོན་ན།  
འཁོར་དང་ལང་ས་སྒྲིད་ཉེ་དུ་འབྲེལ་བ་ལ།  
ལྟ་ཅིག་ཅེས་པར་བརྒྱུད་བའི་ལུས་འདི་ཡང་།  
མལ་གྱི་ནང་ནས་ས་ཕྱོགས་སྟོང་པར་བསྐྱལ།  
མ་དང་བྱ་སྟོན་གྱི་ཡིས་འདྲད་པའི་དུས།  
བར་དོའི་ཡུལ་ན་འཛིགས་པ་ཤིན་ཏུ་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 через свою собственную лень, в час, когда придется оставить близких, богатство, родных и любимых, когда это тело которое я так лелеял, переключает из своей постели в пустынное место на растерзание лисам, стервятникам и псам, тогда в бардо не будет ничего кроме террора и страха.

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

## 2.3 Закон причины и следствия безошибочен

དག་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ཕྱི་བཞིན་འབྲང།

Следствия благих и неблагих действий всегда следуют за мной.

## 2.4 Изъяны самсары

Страдание в горячих адах

ཁྱད་པར་དཔྱལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།  
ཕྱགས་བསྐྱེགས་ས་གཞིར་མཚོན་གྱིས་མགོ་ལུས་འདྲལ།  
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལུས་འབར་བས་འཆོར།  
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱམ་འཐུམས་པར་འོ་དོད་འབོད།  
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྲུགས་ཁྲོ་རྒྱར་འཚོད།  
ཀུན་ནས་ཆ་བའི་མེས་བསྐྱེགས་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 каленными копьями и свареный в лаве,  
Выжженный яростным пламенем я познаю ужас восьми горячих адов.

## Страдание в холодных адах

གངས་རི་སྒྲག་པོའི་འདབས་དང་རྩ་འཁྱགས་ཀྱི།  
གཙོང་རོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱུག་སྒྲེབས།  
གང་རེག་རྩྱང་གིས་བཏབ་པའི་ཡང་ཚོ་ནི།  
རྩ་བུར་ཅན་དང་ལྷག་པར་བཞོལ་བ་ཅན།  
སྒྲེ་སྒྲགས་རྩུན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་།  
ཚོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱེད་བརྒྱག་པར་དཀའ་བ་ཡིས།  
བྱུངས་ཀྱིས་རབ་བཏང་འཆིལ་འདི་ནད་པ་བཞིན།  
ཤྱགས་རིང་འདོན་ཅིང་སོ་ཐམ་པགས་པ་འགས།  
ཤུ་ཐོན་ནས་ལྷག་པར་འགས་ཏེ་བརྒྱད།

Где вершины гор, на обрывах льда  
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་སྤྱི་མཐོང་ལ་རྒྱུ་ལ་གཞོགས།  
རལ་མཐོང་ཚལ་དུ་ལྷས་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་སོགས།  
ཏྲ་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སྒྲིད་པའི་ཉི་ཚེ་བ།  
ནམ་གངས་བཙེ་བ་རྒྱུད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།  
ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཀླན་སྒོར་སྤྲེས་པའི་ཚེ།  
སྒོ་སྤྲེ་ཚེས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུ་ན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀླན་མཁུ་ནེ།  
གཉིས་སྤྱི་མཐོང་དོ་རིན་ཅན་སྒྲི་མ་མཁུ་ན།

Используемый как двери, колонны, печи, веревки и прочее  
Я познаю рабство изменчивого ада  
Причина рождения в восемнадцати адах —  
Сильный гнев и ненависть.  
О, Гуру Ринпоче, обрати мое мышление к Дхарме!  
Всеведующие мастера, Лонгченпа и Джигме Лингпа,  
не дайте мне свернуть с пути.  
Милосердный учитель, единый с ними, помни меня!

## Страдания в мире голодных духов

དེ་བཞིན་མོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཡུལ།  
བཟའ་བཏུང་ལོང་ས་སྟོན་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།  
ཟས་སྟོམ་ལོ་ཟླ་རེ་རྟེན་ཡི་དྲགས་ལུས།  
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྟོབས་ཉམས་རྣམ་པ་གསུམ།  
གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་མེར་སྣ་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. Ихнии тела настолько истощены что нету сил даже стоять. Они страдают от трех видов загрязнений и являются результатом перерождения от жадности.

## Страдания в мире животных

གཅིག་ལ་གཅིག་བཟའ་གསོད་པའི་འཇིགས་པ་ཆེ།  
བཞོལ་ཞིང་སྟོན་པས་ཉམ་ཐག་བྲང་དོར་ཆོངས།  
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་གཟིར་བའི།  
ས་བོན་གཏི་མུག་མུན་པར་འབྱམས་པ་བདག་  
སྟོ་སྣ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློན་ཅན་བླ་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.

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

# Осознание собственных ошибок

## Три Колесницы

ཆོས་ལམ་ཞུགས་ཀྱང་ཉེས་སྤྱོད་མི་སྒྲིམ་ཞིང།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲིབ་ཞུགས་གཞན་ཕན་སེམས་དང་བྲལ།  
དབང་བཞི་ཐོབ་ཀྱང་བསྐྱེད་རྫོགས་མི་སྒྲིམ་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་སྤྱོད་པ་ཅན།  
སྒྲིམ་པ་ཡང་ས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་འུད་གོག་  
འཐག་སྤྱོད་པ་ནོར་ཀྱང་རང་སྤྱོད་མི་སེམས་པའི།  
ཆོས་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 безчужственности!

## Отвлечение от настоящей жизни

ནང་པར་འཆི་ཡང་གནས་གོས་ནོར་ལ་སྟེད།  
ན་ཚོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྒྲི་ཤས་བྲལ།  
ཐོས་པ་རྒྱུད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲོམ།  
མ་རིག་འདི་ལས་བླ་མས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།

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

## Восемь мирских забот

ཁྱེན་ཁར་འཆོར་ཡང་འདྲུ་འཛི་གནས་སྒྲོར་སེམས།  
དབེན་པ་བརྟེན་ཡུང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས།  
དུལ་བར་སྐྱེ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།  
ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལས་བླ་མས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།  
གཉིད་འཐུག་འདི་ལས་ལྷུང་དུ་སང་དུ་གསོལ།  
ཁྲི་སྟན་འདི་ལས་ལྷུང་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།  
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་ཐུགས་རྩེ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ།

Хотя я могу подвернуться 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 самозаключения!

### 3 Прибежище

དགོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཙུ་བ་གསུམ་།  
ཙུ་རྩེད་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་རྩེབ་སེམས་།  
ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་།  
བྱང་རྩེབ་སྙིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆེ་།

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

ནོ། ལྷ་ཚྲིགས་སྒྲུང་བ་རྒྱ་ཁྱིའི་རྩུན་རིས་ཀྱིས།  
འཁོར་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས་པའི་འགྲོ།  
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་བའོའི་ཕྱིར།  
ཚད་མེད་བཞི་ཡི་ངང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ།

Хо! Зачарованные, цепляющиеся за различные  
иллюзорные явления, подобно отражениям луны в воде,  
Существа, бесконечно скитающиеся  
в заблуждении 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

ཨུཾ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྒྲིབ་རུཾ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་  
རྩྱུ་ལས་བྲུ་མ་དོ་རྩེ་སེམས་མུ་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྤྱུ་  
དོ་རྩེ་བྲིལ་འཛིན་སྟེམས་མ་འཁྲིལ་ རྩོད་ལ་སྐྱབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྦྱོངས་  
འབྱུང་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོམ་  
ཁྱོད་བྱགས་ལྷ་བརྒྱས་པའི་སྟེང་ རྩྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྟོར་  
བལྟས་པ་སྤྲགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ཤོལ་སྦྱོར་མཚམས་ནས་  
བདུད་ཅི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་ཀྱི་སྤྲིན་ ག་བྱར་རྩལ་ལྟར་འཛག་པ་ཡིས་  
བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་ ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྤྲག་བསྐྱལ་རྒྱུ་  
ནད་གདོན་སྤྲིག་སྒྲིབ་ཉེས་ལྷུང་གིང་ མ་ལུས་བྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ་

A! Я в своей обычной форме. на 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 взыванию 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!





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, Ваджрасаттва 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 растворяется во мне! Так я становлюсь Ваджрасаттвой, Проявляющимся но пустым по природе, подобно отражению в зеркале. Из слога ХУМ в сердечном центре и оглушающим 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!

ཨ་བཏྲ་སྟུང་།      Начитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག  
 རྟོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་ཀྱི་རྣམས།  
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷས་པ།  
 དེ་ཡི་ས་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

ཨ་ཨུ་རྩེ་

སྒྲིང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་གྱི་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་ཞིང་།

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྟ་མིའི་འབྱོར་པས་གངས་མཆོད་པ་

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

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་སྤྲིད་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་སྣུག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་།

ངེས་པ་ལྟ་ལྟོན་རིགས་ལྟའི་ཆོས་བྱ་ཅན་།

འདྲོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྲིན་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་མཁོ་སྤྱི་ཐུག་གཞིན་ཅུ་བྱམ་པའི་སྐྱེ་  
བྱུགས་རྩི་མ་འགགས་ཚེས་ཉིད་ལོ་པའི་བྱུག་  
སྐྱེ་དང་ཐིག་ལའི་འཛིན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་  
ཕུལ་བས་ཚེས་སྐྱེའི་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག་

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

ཕུན་

ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་ལྟ་བུད་ཆོས་སུ་

སེམས་ཆངས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙམ་ཁྲིམ་མར་གྱུར་

གཡས་ཉིན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གྲུག་གིས་

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙམ་ཐོད་པ་བྲེགས་

གཡལ་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུ་ཐོགས་

སྒྱུ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྒྱེད་བྱར་བཞག་

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་

ཨ་ཐུང་དང་རྟོ་ཡིག་གིས་བདུད་ཅིར་བཞུ་

འབྲུ་གསུམ་གྱི་རྩས་པས་སྒྱུང་སྟེལ་བསྒྱུར་

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་ཨུཾ་ཧཱུྃ་

рецитируй

ཕུཾ་

ཡར་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་བྱུགས་དམ་བསྐྱང་།  
ཆོགས་ཚོགས་ནས་མཆོག་བྱུན་དངོས་བྱུབ་ཐོབ་།  
མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
ཁྱད་པར་དུ་གཞོད་བྱེད་བཞགས་རིགས་ཆིམ་།  
ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།  
ཀྲིན་ངན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།  
མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀྱིན་།  
གཤིས་ཚོགས་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

ཨེམ་ཙོཾ་

རང་སྒྲུང་ལྷན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་མེད་པ་

བཀོད་པ་རབ་ཐོགས་ཟངས་དོག་དཔལ་རིའི་དབུས་མེད་པ་

རང་ཉིད་གཞི་ལུས་རྩི་རྒྱལ་འབྱོར་མེད་པ་

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་མེད་པ་

ཞབས་གཉིས་དོར་སྒྲུབ་སྒྲུན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་མེད་པ་

སྤྱི་བོར་བསྐྱེད་འབྱམས་བཅའ་ཉི་ཟླའི་སྤྱིང་མེད་པ་

སྒྲུབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཙུང་བའི་སྒྲུབ་དང་མེད་པ་

དབྱེར་མེད་མཆོ་སྦྱིས་རྩི་རྒྱལ་པའི་སྦྱིང་མེད་པ་

དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་གཞོན་ཅུའི་ཤ་རྒྱུགས་ཅན་མེད་པ་

ཐོད་ཁ་ཆོས་གོས་བཟུང་འདུང་མ་གསོལ་མེད་པ་

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྒྲུབས་མེད་པ་

ཕྱག་གཡས་རྩི་རྩི་གཡོན་པས་ཐོད་བྱམས་བསྐྱམས་མེད་པ་

དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པསྤྱིའི་མཉེན་ལྷ་གསོལ་མེད་པ་

མཆན་ཁུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཆོག་མེད་པ་

སྤྱི་བོར་ཆུལ་གྱི་ལྷ་ལྷོ་ཕྱི་གསུམ་བསྐྱམས་མེད་པ་

འཇམ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ཕྱང་གྲོང་ན་བཞུགས་མེད་པ་

ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྷའི་བྱ་བས་མཛོས་པའི་གྲོང་མེད་པ་

སྤྱི་བོར་རྩི་རྩི་འབངས་ཉི་ཤུ་ཙུང་མེད་པ་

ཀྱུ་བོད་པའི་སྒྲུབ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་སྦྱིང་མེད་པ་

མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་སྤྱིན་ལྷར་གཏོབས་མེད་པ་

གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཆེན་པོའི་རང་དབྱུང་གསལ་མེད་པ་

## 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 оным лицом, двумя руками, в игривой царско позе.  
В правой руке ваджра, в левой череп с сосудом.  
На голове пятилепестковая лotosовая шапка.  
Прижимая згибом левой руки  
высшую супругу блаженства-пустоты,  
сокрытую 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

ཧྲུཿ

ཨ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་རྩབ་བྱང་མཚམས་མཆོག་ལྟུང་།

པདྨ་གེ་སར་སྤོང་པོ་ལྟུང་།

ཡ་མཚན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་མཆོག་ལྟུང་།

པདྨ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་པའི་མཆོག་ལྟུང་།

འཁོར་དུ་མཁའ་འགོ་མང་པོས་བསྐོར་བའི་མཆོག་ལྟུང་།

ཁྱེད་གྱི་རྩེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་གྱི་མཆོག་ལྟུང་།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་བའི་མཆོག་ལྟུང་།

གྲུ་རུ་པདྨ་མི་རྒྱུ་ལྟུང་།

ХУМ

На северо-западной границе священной страны Удиянны,  
Посреди озера Данакоса, в ложе цветка на стебле лотоса,  
Ты обрел чудесные высшие достижения,  
Прославленный как Лотосорожденный,  
Окружен свитой из множества дакинь и видьядхар.  
Я буду практиковать следуя тебе!  
Молю приди и благослови!



### 8.3 Семь ветвей

མྱི་བདག་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་དུ་  
ནམ་པར་འབྱུང་བས་ཕྱག་འཆལ་ལེ་  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྣུལ་ཉིང་འཛིན་མཐུས་  
སྤང་སྲིད་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ་  
སློ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་ནམས་ཀུན་  
འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱི་ངང་དུ་བཤགས་  
བདན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡི་  
དག་ཆོགས་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ།  
ཐེག་གསུམ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་  
ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་  
ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས་  
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཅུ་ཀུན་  
བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟེ་

Совершаю простираания, преобразив свое тело во столько тел, сколько частиц во вселенной.

Всеозможные 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 благу карму прошлого, настоящего и будущего посвящаю всем существам, чтобы они стали Буддами.

## 8.4 Созревание Достижений

༥ རྩོམ་ཆུང་གྲུབ་ཅིན་པོ་ཆེ།  
ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།  
ཐུགས་རྩིས་ལྡན་པའི་འདུས་པའི་དཔལ།  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་པུ།  
ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱི་བྱེད་བྱང་།  
སྟོན་པ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་འབྱུང་།  
འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར།  
སྤྱིད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོད་མན་ཀྱུན།  
རྩོམ་ཆུང་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁའ་ཁྱེན།  
ཨོ་ཨུ་རྩི་བརྩོ་གྲུབ་སྒྲིལ་སྤྱི་རྩི།

Благородный владыка, Непревзойденная драгоценность,  
Ты — славное воплощение милосердия  
и благословения всех Будд,  
Кдинственный 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

ཕྱི་བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་ཅེ་  
ད་ལྟའི་དུས་ངན་སྡིག་ས་མའི་འགྲོ་ཅེ་  
མི་བཟད་སྤྱད་བསུལ་འདས་དུ་བྱིངས་ཅེ་  
འདི་ལས་སྦྱོབས་ཤིག་མ་རྒྱ་གུ་རུ་ཅེ་  
དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ཅེ་  
རྟོགས་པ་སྟོར་ཅིག་བྱགས་རྩེ་ཅན་ཅེ་  
སྦྱིབ་གཉིས་སྦྱོངས་ཤིག་རུས་མཐུ་ཅན་ཅེ་  
ཨོ་ཨུ་རྒྱ་བཟོ་གུ་རུ་པཎ་སི་རྩི་རྒྱ་ཅེ་

У меня нет иной опоры кроме тебя.  
Существа нынешнего времен 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 རྣམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་རྒྱལ་བྱས་ཆེ་  
རང་སྤང་ང་ཡབ་དཔལ་འི་ཞིང་  
བྱུང་འཇུག་སྤྱུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་  
གཞི་ལུས་ནོ་རྩེ་ནལ་འབྱོར་མ་  
གསལ་འཆར་འོད་ཀྱི་གོང་བུ་རུ་  
ཁྱུར་ནས་རྩེ་བཙུན་པད་འབྱུང་དང་  
དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་  
བདེ་དང་སྟོང་པའི་ཆོ་འཕུལ་གྱི་  
ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྩལ་པ་ལས་  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་  
འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་  
རྩེ་བཙུན་པརྒྱས་དབུགས་དབྱུང་གསོལ་  
གསོལ་བ་སྟིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས་  
ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་མ་ཡིན་ལོ་  
ཕྱིན་ལྷབས་ཐུགས་ཀྱི་གྲོང་ནས་སྟོལ་  
བསམ་དོན་འབྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ་  
ཨོ་ཨྲཱི་ཧྲཱི་བཛྲ་ཀྱ་རུ་པརྒྱ་མི་རྟུ་ཧྲཱི་

## 9 Молитвы и благопожелания

### 9.1 Молитва линии передачи

ཨེ་མ་ཏེ། རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷུང་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།  
དང་པོའི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་།  
ཡོངས་སྐུ་ཚུགས་འོལ་ཅུལ་དོ་ཨེ་མས།  
སྐུལ་སྐུར་མཆན་ཚོགས་དགའ་རབ་དོ་ཨེ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱབས་དབང་བསྐྱར་སྟོལ།  
ཤྱི་སིང་དོན་དམ་ཆོས་ཀྱི་མཛོད།  
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར།  
རྫོན་སྐུ་ཏུ་པར་ཆེན་བི་མ་ལར།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྐྱོན།  
འཇམ་བུ་གླིང་གི་རྒྱན་གཅིག་པ་སྒྲིལ་བུང་།  
ངེས་པར་བྱགས་ཀྱི་སྐས་མཆོག་ཨེ་འབངས་གྲོགས།  
བྱགས་གཏེར་རྒྱ་མཆོའི་བདུན་འགྲོལ་གློང་ཆེན་ཞབས།  
མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་བབས་འཇིགས་མེད་གླིང་།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྟོལ།

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 Вималамитра,  
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་ཀླུ་ལྷ་དང་།  
དཔལ་སྤྱལ་འཇིག་བྲལ་ཚས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཞབས།  
མཁས་ཤིང་གྲུབ་བཞེས་གཞན་པན་སྤང་པའི་དཔལ།  
འཇམ་དབྱངས་དབང་ཀླུ་ཙ་བའི་བླ་མ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།  
དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས།  
དམ་ཚེས་སྤྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི།  
རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་མྱུར་བཤོད་ནས།  
སྤྱི་བཞི་གོ་འཕང་མྱུར་དུ་འཐོབ་པར་ཤོག།

Великий Видьядхара Гьелве Ньюг,  
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 усядутся 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

སྲིད་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས་།  
དོ་རྗེའི་བླ་མ་དོན་ལྷན་མིག་བཞིན་བརྟེན་།  
ཅིག་སྲུང་བཀའ་བསྟུང་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་།  
ལྷེམ་རྒྱུད་མེད་པའི་བསྟུང་ཚུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས་།  
བྱགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་འཕོ་བར་ཤོག་།  
སྤང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་།  
ལྷ་སྤགས་ཆོས་སྦྱར་དག་རྫོགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས་།  
སྤང་བྲུང་བྱ་རྩྭ་མེད་པའི་རྫོགས་པ་ཆེ་།  
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་།  
ཆོས་ཉིད་མཛོན་སྤྲུམ་རྗེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་།  
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་པོལ་འཇའ་ཟེར་སྟུབས་།  
སྦྱོང་དང་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤང་གོང་དུ་འཕེལ་།  
རིག་ཅུལ་ལོངས་སྤྲིད་ཞིང་ཁམས་ཆད་ལ་ཕེབས་།  
ཆོས་ཟད་གློ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་།  
གཞོན་ནུ་བྱུམ་སྦྱར་གཏན་སྲིད་ཟིན་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 усердем  
Да передастся мне благословение реализации мудрости!  
Всевозможные явления, самсара и нирвана,  
Изначально чистая земля Акаништха!  
Плод завершения, созревания и очищения  
— Божества, мантра и Дхармакая,  
Великое Совершенство, свободное от усилий принятия и отвержения,  
Сияние Осознания запредельное исследованию и переживанию.  
Да реализую я прямую реализацию обнаженной природы!  
Освободим мысли в сияющее радужное пространство,  
Да разовью я 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!

### 9.3 Благопожелания о промежуточном состоянии

ཤིན་ཏུ་ནལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་རྒྱུད་དེ།  
རགས་ལུས་དྲངས་མའི་དབྱིངས་སུ་མ་གྲོལ་ན།  
ནམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བསྐྱེད་བའི་ཆེ།  
འཆིབ་འོད་གསལ་ཀ་དག་ཆོས་སྐྱར་ཤར།  
བར་དོའི་སྒྲང་ཆ་ལོངས་སྤྱོད་ཚྲགས་སྐྱར་གྲོལ།  
ཁྲམས་ཆོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་ཅུལ་ཚྲགས་ནས།  
མ་པང་བུ་འཇུག་ལྟ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག།

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



## 9.4 Благопожелания о следующей жизни

གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཕྱི་  
སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་ཆོས་ཆོས་སྤྱི་ཞལ་  
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན་  
མ་བསྐྱོམ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལྗེའི་ལམ་མཆོག་ལ་  
བསྐྱེད་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗེ་དང་  
ཅུད་པར་པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱན་རྩེ་ས་  
གསང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་  
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྤྱེས་ནས་དབུགས་དབྱུང་སྟེ་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཛོར་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 рожденьи я в чистых пяти землях Нирманакаи  
И в особенностях во дворце Лotosового Света,  
Где достославный владыка из Уддияны  
В окружении океана видьядхар  
Возглавляет пиршество Дхармы великой тайны!

## 9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

འགྲོ་ལོ་ལྟོ་སྐྱོ་ལ་བྱ་མཚའི་བྱིན་ལྡན་དང་།  
ཚུལ་དབྱིངས་བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་བདེན་པ་ཡིས་།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་ཚོགས་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་ཨ་ཡིག་ཚུ་ཤེལ་ལྟ་བུར་འཆོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས།  
ལུས་ཀྱི་ལས་དང་ཚུའི་སྦྱིབ་པ་དག  
སྐུ་དོ་མེད་ཀྱི་ན་ལྟ་བུ་ཞུགས།  
བུམ་པའི་དབང་ཐོབ།  
བསྐྱེད་རིམ་ཀྱི་སྒྲོང་དུ་གྱུར།  
ནམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
སྤུལ་སྤྱིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐུ་ལ་བ་རྒྱད་ལ་བཞག།

Из сверкающего подобного кристаллу слога ОМ  
на уровне межбровья Гуру струятся лучи света.  
Входят в меня через макушку, они очищают неблагую 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་ལྷ་ཡིག་སྒྲ་རྩ་ག་ལྟར་འབར་བ་ལས་འདྲ་བེར་འཕྲོས།  
རང་གི་མགིན་པ་ནས་ལྷགས།  
ངག་གི་ལས་དང་རྒྱུང་གི་སྒྲིབ་པ་དག  
གསུང་རྩི་རྩི་བྱིན་རྒྱབས་ལྷགས།  
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
བཟླས་བཅོད་ཀྱི་སྒྲོད་དུ་གྱུར།  
ཆོད་བང་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱད་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་རྩྭ་ཡིག་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་ཞུགས།  
ཡིད་གྱི་ལས་དང་ཐིག་ལེའི་སྒྲིབ་པ་དག  
ཐུགས་དོ་རྩེའི་བྱིན་ལྟ་བུ་ཞུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།  
བདེ་སྟོང་ཅན་ལིའི་སྟོང་དུ་བྱུང།  
ཕུག་བྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
ཆོས་སྐུའི་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 огня блаженства;  
Засевают семя держателя осознания великого жеста мудрости;  
И даруют мне силу для становления Дхармакаей.

## 10.4 Символическое посвящение

སྒྲུབ་ཡང་བྱུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་རྩྱུ་ཡིག་གཉིས་པ་ཞིག་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་ཆད།  
རང་སེམས་དང་ཐ་དད་མེད་པར་འདྲེས།  
ཀུན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས།  
ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་བྱིན་རྒྱལས་ཞུགས།  
ཆོག་གིས་མཆོན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།  
ཀ་དག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོད་དུ་ལྷུང།  
སྦྱུང་བྱུང་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐབས།  
མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ངོ་བོ་ཉིད་སྦྱུང་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 словаж;  
Делает меня подходящим сосудом для практики  
Изначально чистого великого совершенства;  
Засевает семя спонтанного держателя осознания;  
И дарует мне силу для достижения  
окончательного результата — Свабхавикакаи.

## 10.5 Стадия растворения

ལྷ་མའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་རྫོད་དང་བཅས་པ་  
ཞིག་ཕྱལ་གྱིས་བྱང་བ་བདག་ཉིད་དོ་རྗེ་ནལ་འབྱོར་མར་  
གསལ་བའི་སྤྲིང་གར་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་འོད་དམར་གྱི་  
གོང་བུ་ཞིག་རྒྱ་ཁྱུར་ནས་གྱུ་རྩ་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྤྱགས་ཀར་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་རྒྱ་ཁྱུར།

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་གླ་མ་རིན་པོ་ཆེ།  
བདག་གི་སྙིང་གར་པདྨ་གདན་བཞགས་ལ།  
བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློན་ས་རྩེས་བཟུངས་ཏེ།  
སྐྱ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།

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

པལ་ལྷན་གླ་མའི་རྣམ་པར་བར་པ་ལ།  
སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྤྱེ་ཞིང་།  
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས།  
གླ་མའི་བྱིན་རླབས་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.

སྤྱེ་བ་ཀྱན་དུ་ཡང་དག་གླ་མ་དང་།  
འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ནས།  
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡན་ཏན་རབ་ཚླགས་ཏེ།  
རྫོགས་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྦྱར་ཐོབ་ཤོག

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



## 11.2 Посвящение заслуг

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྲེ་བོ་ཀུན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྲགས་རྫོགས་ཤིང་།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འཕྲོ་ཀུན་དགེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་།  
བྱས་དང་བྱེད་འགྱུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དག།  
བཟང་པོ་ཇི་བཞིན་དེ་འདྲའི་ས་དག་ལ།  
ཀུན་ཀྱང་ཀུན་ནས་བཟང་པོར་རེག་ཀྱུར་ཅིག།  
འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོས་ཇི་ལྟར་མཁུན་པ་དང་།  
ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།  
དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་སྟེ་བདག་སྟོབ་ཅིང་།  
དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།  
དུས་གསུམ་གཤམས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།  
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྟུགས་པ་སྟེ།  
བདག་གི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་།  
བཟང་པོ་སྟོད་མྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བཀྱི།

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 Обычные благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
མཐོ་ངེས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྷན་ཐོབ་པར་ཤོག།  
སྐྱེ་མ་ཐག་ཏུ་ཆོས་དང་འཕྲད་གྱུར་ཅིང་།  
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།  
དེར་ཡང་བླ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་།  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།  
ཆོས་རྟོགས་ནས་ནི་སྤྲོད་པའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།  
ཆོ་དེར་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།  
སྲིད་པར་དམ་པའི་ཆོས་རབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་།  
གཞན་ཕན་བསྐྱབ་ལ་སྦྱོར་ལ་མེད་པར་ཤོག།  
བླ་བས་ཆེན་གཞན་དོན་ཕྱོགས་ངེས་མེད་པ་ཡིས།  
ཐམས་ཅད་ཕྱུམ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།

Где бы я ни родился в будущем,  
Да обрету я семь качеств рождения в высших мирах!  
Да встречу я с Дхармой, только родившись!  
Да обрету я свободу практиковать ее должным образом!  
Да буду я радовать святых учителей  
Практикуя Учение днем и ночью!  
Постигая Дхарму и реализуя ее глубочайшую суть,  
Да пересеку я в той же жизни океан самсары!  
Да буду я учить святой Дхарме в самсаре!  
И да не испытаю обременения трудом на благо других!  
Благодаря моей безмерной и равностной службе другим,  
Да стану все одновременно Буддами!

ཅེས་ཚིགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟོ་ར་ཆེན་སྟིང་ཐིག་གི་ཕྱོད་འགྲོའི་ དག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྟེབས་པ་རྣམ་མཁུན་ལམ་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཇིགས་  
མེད་གྲིང་ པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ བསྐྱངས་ཤིང་དམ་ཆོག་ལ་མོས་པ་ཚོབ་པའི་ སྟགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཇིགས་ མེད་ཕྱིན་  
ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་ཐིས་པའི་ དག་བས་རྩེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་བླ་མ་སངས་ རྒྱལ་སུ་མཐོང་འབྲས་ཀྱིས་རང་རིག་ཀླན་ཏུ་བཟང་ བོའི་རང་ཞལ་མཛོན་  
དུ་གྱུར་ནས་འགྲོ་ལམས་རྒྱ་མཚོ་ ལ་པན་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག

Это собрание предварительных практик Сердечной Сущности Обширного Пространства Великого Совершенства было записано тантрическим йогиним Джигме Тринле Озером, вскормленным добротой святых учителей: Ригdziном 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.

## 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.