

ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྒྲིང་ཏིག་
གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་ཁྲིགས་
སུ་བསྐྱེབས་པ་རྣམ་མཁུན་
ལམ་བཟང་བྱ་བ་བཞུགས་སོ

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

Contents

1	Призывание	6
2	Четыре мысли отвлекающие от самсары	7
2.1	Свободы и преимущества человеческой жизни . . .	7
2.2	Непостоянство жизни	12
2.3	Закон причины и следствия безошибочен	13
2.4	Изъяны самсары	13
3	Прибежище	19
4	Бодхичитта	20
5	Очищение Ваджрасаттвы	21
6	Подношение Мандалы	24
6.1	Подношение мандалы Нирманакаи	24
6.2	Подношение мандалы Самбогакаи	24
6.3	Подношение мандалы Дхармакаи	25

7	Порождение накопление Кусали: Чод	26
8	Гуру Йога	28
8.1	Визуализация	28
8.2	Семистрочная молитва	29
8.3	Семь ветвей	29
8.3.1	Простирание	29
8.3.2	Подношение	29
8.3.3	Исповедь	30
8.3.4	Сорадование	30
8.3.5	Прошение повернуть колесо Учения	30

Благословение речи

ཨོཾ་ཨུཿ་ཧྲཱི། ལྷེ་དབང་རྩི་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསྐྱེགས་ནས།
འོད་དམར་རྒྱལ་པའི་དོ་རྩེ་ཅེ་གསུམ་སྟུབས།
ཤལ་ལི་ཀཱ་ལིའི་མཐའ་སྐོར་རྟེན་འབྲེལ་སྟིང།
མུ་ཏིག་ཐེང་བ་ལྷ་བུའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།
འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་མཆོད་པས་མཉེས།
སྤྲུལ་འདུས་ངག་སྒྲིབ་དག་ནས་གསུང་དོ་རྩེའི།
ཁྱིན་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, обретается
Все благословение и сиддхи ваджрной речи.

Мантра Гласных

ཨ་ཨྲ། ཨི་ཨྲི། ཨུ་ཨྲུ། འི་འྲི། ཨེ་ཨྲེ། ཨོ་ཨྲོ། ཨླ་ཨྲཱ། 7 раз

Мантра Согласных

ཀ་ཁ་ག་ལྟ་ང།
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཞ།
ཏ་ཐ་ད་ཏྲ་ཐ།
ཏ་ཐ་ད་ཏྲ་ཐ།
པ་ཕ་བ་ཕྱ་ཕ།
ཡ་ར་ལ་ལ།
ཤ་པ་ས་ཏ་ཎཾ 7 раз

ཨོ་ཡེ་རྩ་མུ་ཉེ་རུ་པ་ལྷ་ལྷ་ཉེ་རུ་རྩེ་ལྷ་རྩེ་ལྷ་གཏོ་བྱ་མ་དང།

ཏེཤུམ་ཡོན་མེད་ཀྱི་ཨ་མ་ལྷ་སྐྱོ་མ་རྒྱ་མཁའ་སྐྱོ་ལྷ།

ཨོཾ་སྐུ་ར་སྐུ་ར་པེ་མ་ལུ་སྐུ་ར་མ་རུ་ཁྱེ་ཨོཾ།

ཨོ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་བྱ་བརྟ་རྒྱ་ཡེ་སྒྲ་ཀླ།

6

1 Призывание

གྲྭ་མ་མཁུན།
ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དག་པོས་བོས་ནས།
སྙིང་དབུས་དང་པའི་གེ་སར་བཞད་པ་ནས།
སྐྱབས་གཅིག་འིན་ཅན་གྲྭ་མ་ཡར་ལ་བཞེངས།
ལས་དང་ཉོན་མོངས་དག་པོས་གཟིར་བ་ཡི།
སྐལ་བ་ངན་པ་བདག་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཕྱིར།
སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་བཞུགས།
དན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀུན་ཀྱང་བཞེངས་སུ་གསོལ།

Я знаю, учитель знает, учитель знает, учитель знает меня!
Из цветущего лотоса веры в моем сердечном центре
Единтсвенное прибежище, славный лама, пожалуйста, взойди.
Я страдаю от мук клеш и своей неблагой кармы,
Что бы 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་ཞིང་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་དབྱུས་སྦྲེས།
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་ཚད་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་ཇེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་ལྷ་མ་མཁུན།

Я родился человеком, с совершенными органами чувств, в центральной земле. Моя жизнь не вредна или неправильна, наполнена верой в учение Будды — Это пять собственных моих дарований.

Будда пришел в этот мир, Он учил Дхарме, его учение сохранилось, я принял учение, И истинный духовный друг принял меня — это пять дарований среды. Хотя я сейчас все это имею, Так легко упустить это из рук и Отправится в иные миры.

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!

Трудность обретения

ད་ཅེས་དལ་ཉེན་དོན་ཡོད་མ་བྱས་ན།
ཕྱི་ནས་ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་ཉེན་མི་ཉིད།
བདེ་འགྲོའི་ཉེན་ལ་བསོད་ནམས་ཟད་གྱུར་ནས།
ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་འབྱམས།
དགེ་སྤྲིག་མི་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོར་མི་ཐོས།
དགེ་བའི་བཤེས་དང་མི་མཇལ་མཚང་རེ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཅམ་གྱི་གུངས་དང་རིམ་པ་ལ།
བསམས་ན་མི་ལུས་ཐོབ་པ་སྲིད་མཐའ་ཅན།
མི་ཡང་ཆོས་མེད་སྤྲིག་ལ་སྦྱོད་མཐོང་ན།
ཆོས་བཞིན་སྦྱོད་པ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཅན།
ལྷོ་སྤྱ་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུཅ།
ལམ་གོ་ལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུཅ་ཇེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུཅ།

Если я не воспользуюсь сейчас свободами и преимуществами — я не смогу найти опору для достижения освобождения в будущем. Когда исчерпаются заслуги, причина этого счастливого существования, после смерти я стану скитальцем в нижних мирах. Не различая хорошее от плохого, я не услышу слова Дхармы. Не встречу духовного друга — как ужасно!

Если задуматься о разнообразии живых существ, Понимаешь насколько мала вероятность обретения человеческого тела. И даже среди человеческих существ, — видя как их поведение вредоносно и противоречит Дхарме, понимаешь, что тех, кто действительно действует согласно Дхарме, так мало как звезд днем на небе.

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!

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་བརྟུང་།
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཆེ།
སྒྲིབ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་ཇེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲིབ་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 препятсвующих 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.

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

Восемь несовместимых с Дхармой состояний ума

སྒྲིབ་ལྟར་ཞིང་དད་པའི་ནོར་དང་བྲལ།
འདོད་སྟེན་ནགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྒྲིད་རྩལ།
མི་དག་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་མཐའ་ལོག།
རིས་ཆད་སྒོ་ཡི་མི་ཁོམ་ནམ་པ་བརྟུད།
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ཁྱར་ལྷགས་པའི་ཆོ།
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྩེ།
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲ་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!

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!

2.2 Непостоянство жизни

ད་ལྟ་ནད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མ་གཟིར།
བློ་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས།
རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟོན་འབྲེལ་འགྲིག་དུས་འདིར།
སྟོམས་ལས་ངང་དུ་དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་ན།
འཁོར་དང་ལང་ས་སྦྱོད་ཉིད་འབྲེལ་བ་ལ།
ལྟ་ཅིག་ཅེས་པར་བརྒྱུད་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 растрочу человеческую жизнь через свою собственную лень, В час, когда придется оставить близких, богатство, родных и любимых, Когда это тело которое я так лелеял, Перекаочует из своей постели в пустынное место На растерзание лисам, стервятникам и псам, Тогда в бардо не будет ничего кроме террора и страха.

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!

2.3 Закон причины и следствия безошибочен

དག་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་ནུས་སྒྲིལ་བཞིན་འབྲང།

Следствия благих и неблагих действий всегда следуют за мной.

2.4 Изъяны самсары

Страдание в горячих адах

ཁྱད་པར་དམུལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།
ལྷགས་བསྐྱུགས་ས་གཞིར་མཚོན་གྱིས་མགོ་ལྷུས་འབྲལ།
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལྷུས་འབར་བས་འཚོར།
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱུ་མི་འབྱུམས་པར་འོ་དོད་འབོད།
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྱུགས་ཁོ་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 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་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱ་ཡུག་སྟེབས།
གང་རེག་རྩུང་གིས་བཏབ་པའི་ཡང་ཚོ་ནི།
རྩ་བུར་ཅན་དང་སྒྲག་པར་བརྟོལ་བ་ཅན།
སྟེ་སྒྲགས་རྩུན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་།
ཚོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱེད་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།

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
воплъ 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་ལོགས།
རལ་གྱི་འི་ཚལ་དུ་ལུས་ལ་བཅད་གཏུབས་བྱེད།
རོ་མུགས་འདམ་ཚུད་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་གྲོང་།
མནར་བའི་ཉི་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།
རྟག་དུ་བཀོལ་ཞིང་སྒྱུད་པའི་ཉི་ཚེ་བ།
རྣམ་གངས་བཅོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།
ཞེ་སྤང་བྲག་པོའི་ཀླན་སྒོང་སྤྲེས་པའི་ཚོ།
སྒོ་སྒྲ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུཆེ།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གྱུ་མཁུཆེ། ་ཇེ།
གཉིས་སྐྱ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུཆེ།

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་བརྟེན་ལ་སྤྱོད་མིང་ཡང་མི་གཤམ་པར།
བས་སྒོམ་ལོ་ཟུར་མི་རྟེན་ཡི་དགས་ལུས།
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྒོ་བས་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. 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།
བཀོལ་ནིང་སྤྱོད་པས་ཉམ་ཐག་ཟུང་དོར་ཆོངས།
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གཟིར་བའི།
ས་བོན་གཏི་མུག་སྤྱན་པར་འབྱམས་པ་བདག་
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན། །
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, 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!

Осознание собственных ошибок

Три Колесницы

ཆོས་ལམ་ཞུགས་ཀྱང་ཉེས་སྤྱོད་མི་སྒྲིམ་ཞིང།
ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ཞུགས་གཞན་པན་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་བམ་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 безучастности!

Отвлечение от настоящей жизни

ནང་པར་འཆིལ་ངག་ནས་གོས་ལྗེས་སྒྲེད།
ན་ཚོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྟོང་གས་བལ།
ཐོས་པ་རྒྱུང་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲིམ།
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 разочерование и отречения от Самсары. Познав крупицу Дхармы, кичусь ученостью направо и налево. О, Учитель, освободи меня от подобной тупости!

Восемь мирских забот

རྒྱུན་ཁར་འཆོར་ཡང་འདྲུ་འཛི་གནས་སྟོར་སེམས།
དབེན་པ་བརྟེན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས།
དུལ་བར་སྤྱི་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་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. Вызволи меня из этого мрачного самозаключения!

3 Прибежище

དགོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཅུ་བ་གསུམ་
ཙ་རླུང་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དོམ་རང་བཞིན་བྱགས་རྩེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་
བྱང་ཆུབ་སྤྲིང་པའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་

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

དོ་ ལྷ་ཚྭ་གས་སྣང་བ་རྒྱུ་འབྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིལ་གྱིས་ཀྱིས་
འཁོར་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུ་དུ་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་བ་སོའི་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 равностность
пробужденного ума, сердца Бодхичитты!

Три раза

5 Очищение Ваджрасаттвы

ལྷ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྤྱི་བོ་རུ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་
རྒྱུ་ལས་བླ་མ་རྟོ་རྩེ་སེམས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་
རྟོ་རྩེ་འཛིན་སྟེམས་མ་འབྲིལ་ རྩོད་ལ་སྐབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་
འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སྲོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོམ་
ཁྱོད་བྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་
བལྟས་པ་སྤྲགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོ་སྦྱོར་མཚམས་ནས་
བདུད་རྩི་བྱང་རྒྱལ་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་སྤྱི་བ་ཉེས་ལྷུང་གི་བ་ 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 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!

ཨ་བཇླ་སདྲ་ས་མ་ཡེ། མ་རུ་སྤྲ་ལ་ཡེ། བཇླ་སདྲ་དྲོཾ་པ་དྲིལྱ་འི་རྩོམ་གྲ་ཤེ།
 སུ་དྲོཾ་མེ་གྲ་ཤེ། སུ་པོ་དྲོཾ་མེ་གྲ་ཤེ། ཨ་རུ་རྩོམ་གྲ་ཤེ། སའ་སྒྲི་སྒྲི་པ་ཡེཾ་ཧྲུཾ།
 སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅཱྱི་ཤེ་ཡེ། ཀུ་རུ་རྩྱེ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏེ། རྩ་ག་ལྷ་མ་
 སའ་ཏ་སྤྲ་ག་ཏ་བཇླ་ལྷ་མེ་སུ་ཅུ་བཇླ་ཤ་མ་རྩ་ས་མ་ཡེ་སདྲ་ཨུཾ།

рецитируй мантру Ваджрасаттвы сколько сможешь

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་མོངས་པ་ཡིས།
 དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།
 ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།
 གཙོ་བོ་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་སྟེ།
 ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།
 འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི།

O защитник! Из-за моего невежества и заблуждения
 Я пошел на нарушение моих самай
 Лама защитник будь моим прибежищем!
 Владыка Мандал, Ваджрадхара,
 Воплощение Великого Сострадания,
 Царь всех существ, в тебе принимаю Прибежище!

སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།
 ཕྱིག་པ་དང་སྐྱབ་པ་ཉེས་ལྷུང་བྱི་མའི་ཚིགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛོད་དུ་གསོལ།
 ཞེས་བཤོད་པས་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དགུས་བཞིན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་ རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱིག་སྐྱབ་
 ཉེས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ།
 ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཞེ་ འོད་དུ་ལྷ་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པའི་རྟེན་ལས།
 རང་ཉིད་ཀྱང་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ སྤང་སྤོང་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བྱུར་ལྷུར་པའི་ ཐུགས་སྟོན་
 རྩྱེ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་སྟོན་བརྟུན་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, 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!

ཨོ་བཛྲ་སྐྱེ་རྩི། Начитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་བྱ་བ་དག
 རྫོགས་པ་དཔལ་འགྱུར་གྱིས་ནས།
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
 དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

Через благость и заслуги этого, я могу быстро Достичь реализации Ваджрасатвы, и таким образом Каждое существо Достигнет Состояния Совершенства тоже.

6 Подношение Мандалы

6.1 Подношение мандалы Нирманакаи

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧྱུཾ་ སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་ཞིང་།
རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྟ་མིའི་འབྱོར་པས་གཏམས་།
བདག་ལུས་ལོངས་སྟོན་བཅས་པ་ཡོངས་འབུལ་གྱིས་།
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་སྤྲིད་ཐོབ་ཤོག་།

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་སྐྱག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་།
ངེས་པ་ལྟ་ལྟོན་རིགས་ལྟའི་ཆོས་བུ་ཅན་།
འདོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་བསམ་ཡས་པ་།
ཕུལ་བས་ལོངས་སྟོན་ཞིང་ལ་སྟོན་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་མེད་རྣམ་དག་གཞིན་ཏུ་བྱམ་པའི་སྐྱེ་
བྱུགས་རྩེ་མ་འགགས་ཚེས་ཉིད་རྩོལ་པའི་བྱུག་
སྐྱེ་དང་ཐིག་ལའི་འཛིན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་
ཕུལ་བས་ཚེས་སྐྱའི་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 накопление Кусали: Чод

ཕན་ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་ལྟ་བདུད་ཚོམས་མེས་
སེམས་ཚངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་
འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙུག་ཁྲིམ་མར་གྱུར་
གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གྲུག་གིས་
གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙུག་ཐོད་པ་བྲེགས་
གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་བྱུང་བྲེགས་
སྐྱ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྤྱེད་ཕུར་བཞག་
ནང་སྤོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་
ཨ་ཐུང་དང་རྩྱ་ཡིག་གིས་བདུད་རྩི་བཟུ་
འབྲུ་གསུམ་གྱི་ནུས་པས་སྦྱང་སྤེལ་བསྐྱར་

ПХАТ Отбросив цепляние за любимое тело, повергаю демона-дитя богов. Мышление вылетает в пространство через отверстие на макушке. Повергая демона-владыку смерти, становлюсь Гневной Матерью. Повергающим демона-усталосьи ножом в форме полумесяца в правой руке. Рассекаю череп, повергая демона-составляющих. Левой рукой срываю отсеченную верхнюю часть И помещаю на очаг из человеческих голов — трех кай. Внутри черепа мой труп размером с трехтысячекратную вселенную. Плавится нектаром из слогов А и ХАНГ, А затем очищается, разрастается и преобразуется тремя слогами

ཨ་ཨྱ་རྩྱ་ рецитируй

ཕན་ ཡར་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་།
 ཆོགས་ཇོགས་ནས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།
 མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།
 ཟུང་པར་དུ་གཞོད་བྱེད་བགེགས་རིགས་ཆོམ་།
 རྟ་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།
 རྟེན་དན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།
 མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀུན་།
 གཤིས་ཇོགས་པ་ཆེན་པོར་མ་བཅོས་ཨ་།

ПХАТ Исполняю желения верхних гостей подношения, Звершаю
 накопление и обретаю обычные и высшие достижения, Удовлетворяю
 нижних гостей самсары и выплачиваю все долги, В особенности
 удовлетворяю вредоносных и препятствующих духов, Умиротворяю
 в пространстве болезни, злых духов и припятствия, Стираю
 в пыль неблагоприятные обстоятельства и цепляния за "Я", В
 заключение подношение, подносящая и принимающее Растворяются
 в естественном Великом Совершенстве. А!

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག расслабься в естественном состоянии

8 Гурӯ Йога

8.1 Визуализация

ཨེམ་ཏོ། རངསྐྱེད་ལྷན་གྱི་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།
བཀོད་པ་རབ་ཆོགས་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་དབུས་།
རང་ཉིད་གཞི་ལུས་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ་།
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་།
ཞབས་གཉིས་དོར་སྟབས་སྟུན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་།
སྤྱི་པོར་པརྩ་འབུམ་བདལ་ཉི་ལྷའི་སྟེང་།
སྟབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཅ་བའི་བླ་མ་དང་།
དབྱེར་མེད་མཆོ་སྦྱིས་དོ་རྗེ་སྦྱལ་བའི་སྟུ་།
དཀར་དམར་མདངས་ལྗན་གཞོན་ཉི་ཤེས་ལྟགས་ཅན་།
པོད་ཁ་ཆོས་གོས་ཟ་བེར་འདུང་མ་གསོལ་།
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་བའི་སྟབས་།
ཕྱག་གཡས་དོ་རྗེ་གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས་།
དབུ་ལ་འདབ་ལྗན་པརྩའི་མཉེན་ཁྱུ་གསོལ་།
མཆན་ཁུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཆོག་མ་།
སྤྲས་པའི་རྒྱལ་གྱི་ཁ་ཏྲི་ཅེ་གསུམ་བསྐྱམས་།
འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ལུང་གྲོང་ན་བཞུགས་།
ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྷའི་བླ་བས་མཛེས་པའི་གྲོང་།
སྦྱལ་བའི་རྗེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཅེ་ལྟ་དང་།
རྒྱ་པོད་པརྩ་གྲུབ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་།
མཁའ་འགོ་ཆོས་སྟོང་དམ་ཅན་སྤྱིན་ལྟར་གཏིབས་།
གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཆེན་པོའི་ངད་ཀྱི་གསལ་།

8.3.3 Исповедь

སློ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་ནམས་ཀུན་
འོད་གསལ་ཚེས་སྤྱི་ངང་དུ་བཤགས་

OK

8.3.4 Сорадование

བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡི་
དག་ཚོགས་ཀུན་ལ་རྩིས་ཡི་རང་

OK

8.3.5 Прошение повернуть колесо Учения

8.3.6 Прошение Учителей остаться

8.3.7 Посвящение заслуг

8.4 Созревание Достижений

༥ རྩི་བཅུན་གྱི་རྩི་ལོ་ཆེ་
ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
བྱུགས་རྩི་ཕྱིན་སྐྱབས་འདུས་པའི་དཔལ་
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་ལུ་
ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོ་སྤྱིང་བྱང་
ལྟོས་པ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་འབུལ་
འདི་ནས་བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར་
སྤྱིད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀུན་

ཆེ་བཙུན་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁའ་ཉན་
ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱི་བཏྲ་གྲ་རུ་པཎྲ་མི་རྟེན་རྟེན་

OK

8.5 Благпожелания

༥ བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་
ད་ལྟའི་དུས་རན་སྟིགས་མའི་འགོ་
མི་བཟད་སྟུག་བསྐྱེད་འདམ་དུ་བྱིངས་
འདི་ལས་སྟོབས་ཤིག་མ་རྒྱ་གྲ་རུ་
དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་
རྟོགས་པ་སྟོར་ཅིག་བྱུགས་ཆེ་ཅན་
སྒྲིབ་གཉིས་སྟོངས་ཤིག་ལུས་མཐུ་ཅན་
ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱི་བཏྲ་གྲ་རུ་པཎྲ་མི་རྟེན་རྟེན་

OK

8.6 Растворение

༥ རྣམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆོ་
རང་སྒྲུང་རྩལ་དཔལ་རིའི་ཞིང་
བྱུང་འཇུག་སྐྱེད་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་
གཞི་ལུས་ནི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་མ་
གསལ་འཆར་འོད་ཀྱི་གོང་བུ་རུ་
གྱུར་ནས་ཆེ་བཙུན་པད་འབྱུང་དང་
དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་

བདེད་པ་སྟོང་པའི་ཆོའཕྱུལ་གྱི།
 ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྩོམ་པ་ལས།
 ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ།
 འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ།
 རྩེ་བཙུན་པདྨས་དབྱགས་དབྱུང་གསོལ།
 གསོལ་བ་སྒྲིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས།
 ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་མ་ཡིན་ནོ།
 བྱིན་རྒྱ་བས་ཐུགས་ཀྱི་གྲོང་ནས་སྟོལ།
 བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛད་ཏུ་གསོལ།
 ཨོ་ཨྲཱི་ཧྲཱི་བཛྲ་གྲུ་རུ་པཎྲ་སིཾཾཾཾ།

9 Молитвы

9.1 Молитва линии передачи

ཨེ་མ་དྲིཾ

ཀྱུ་ཆད་ཚུགས་ལྷུང་བྲལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།

དང་པོ་འི་སངས་རྒྱས་ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་།

ལོངས་སྐྱུ་ཁྱེད་ལ་ཅུང་དོ་ཨེ་སེམས་ཅེ།

སྐུལ་སྐུར་མཚན་རྣམས་དགའ་རབ་དོ་རྩེ་ལེ།

གསེལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱལ་པ་དབང་བསྐྱར་སྟོལ་།

ལྷོ་མི་རྒྱ་དོན་དམ་ཆོས་ཀྱི་མཛོད་༥

འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཐེག་དགུའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར།

ལྷོ་ན་སྤྱི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གྱི་མ་ལར་༥

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྣ་སྟོན་།

འཇམ་བུ་གླིང་གི་རྒྱན་གཅིག་པ་རྣམས་འབྱུང་།

ངེས་པར་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་མཆོག་རྗེ་འབངས་གྲོགས་༖

ཐུགས་གཏེར་རྒྱ་མཚོའི་བདུན་འགྲོལ་གྲོང་ཆེན་ཞེས་པ་།

མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་བབས་འཇིགས་མེད་གླིང་།

གསེལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྟེལ་།

ཆོས་ཀྱི་བདག་པོ་བྱང་ཆུབ་དོ་རྗེའི་ཞབས།

གྲུབ་བརྟེས་འཛིགས་མེད་རྒྱལ་བའི་ལྷ་གྲུ་དང།

སྐྱུལ་པའི་སྐུ་མཆོག་མི་འགྱུར་ནམ་མཁའི་མཆོག།

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་གཞན་པོ་མཐའ་ཡས་ལ།

གསེལ་བ་འདེབས་སོ་གནས་ལྷགས་རང་ཞལ་སྟོན།

ཉི་ཟླ་ཀའི་དཔལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་དང་།

ཨ་རྒྱལ་འཛིགས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཞབས།

ཐུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་པ་རྣམས་ལྟེན་པ་ལ།

མཚོ་སྤྲེལ་བླ་མ་མཁུན་བཙེའི་དབང་པོ་ལ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཚོག་མུན་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ།

འཁོར་འདས་ཚོས་ཀུན་སྣ་ཚོགས་རང་སར་གྲོལ།
ཀུན་མཁུན་འཇིགས་མེད་བསྟན་པའི་ཉིམ་དང།
སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་གོས་ལ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

9.2 Благопожелания этой жизни

སྲིད་ལས་ངས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས་
རྟོ་རྩེའི་བླ་མ་དོན་ལྷན་མིག་བཞིན་བརྟེན་
ཅིག་སྤང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་
ཞུམ་རྒྱུད་མེད་པའི་བསྐྱབ་ཚུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས་
ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག་
སྤང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་
ལྟ་སྤྲེལ་ཚོས་སྐྱར་དག་རྩོགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས་
སྤང་བྲང་བྱ་རྩལ་མེད་པའི་རྩོགས་པ་ཆེ་
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱོད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་
ཚོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྩེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲོལ་འཇའ་ཟེར་སྐྱབས་
སྐྱེད་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤང་གོང་དུ་འཕེལ་
རིག་རྩལ་ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབས་
ཚོས་ཟད་སྒོ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་
གཞོན་ནུ་བུམ་སྐྱར་གཏན་སྲིད་ཟིན་པར་ཤོག་

9.3 Благопожелания о промежуточном состоянии

ཤིན་ཏུ་ནལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་རྒྱུད་དེ།
རགས་ལུས་དངས་མའི་དབྱིངས་སུ་མ་གྲོལ་ན།
ནམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བསྐྱུང་བའི་ཆེ།
འཆི་བ་འོད་གསལ་ཀ་དག་ཆོས་སྐྱར་ཤར།
བར་དོའི་སྒྲིང་ཆའོངས་སྟོད་རྫོགས་སྐྱར་གྲོལ།
ཞེགས་ཆོད་ཐོད་ཀལ་ལམ་གྱི་ཕུལ་རྫོགས་ནས།
མ་པང་བྱ་འཇུག་ལྷ་བྱར་གྲོལ་བར་ཤོག།

9.4 Благопожелания о следующей жизни

གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཕྱེ།
སངས་རྒྱས་གཞན་ནས་མི་ཆོལ་ཆོས་སྤྱི་ཞལ།
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན།
མ་བསྐྱེམ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལྷའི་ལམ་མཆོག་ལ།
བསྟེན་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗང་དང་།
ཁྱད་པར་པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ།
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱན་རྗེས།
གསང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར།
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྤུལ་ནས་དབུགས་དབྱུང་ལྷེ།
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཛེར་བདག་འབྱུར་ཤོག།

9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

རིག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དང་།
ཆོས་དབྱིངས་བསམ་མི་ཁུབ་པའི་བདེན་པ་ཡིས།
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་རྫོགས་སྤྲིན་སྤྱངས་གསུམ་གྱི།

ཉེན་འབྲེལ་མངོན་གྱུར་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་ཤོག།

10 Четыре посвящения

10.1 Посвящение Вазы

10.2 Секретное посвящение

10.3 Посвящение Мудрости

10.4 Символическое посвящение