

ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱི་ཉི་ཤུ་  
གི་སྡོན་འགྲེལ་དག་འདོན་ཁྲིམས་  
སྤུ་བསྐྱེད་པ་རྣམས་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

༡༡། གདོད་ནས་མངཱོ་སུམ་སངས་རྒྱལ་ཡུང་གང་ལ་གང་འདུལ་གཟུགས་སྤྱི་འགགས་པ་མེད།  
 སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་འདུལ་དོམ་ཡང་ཡུང་ཁམས་སྤྱི་མཆེད་གཟུགས་དང་འཛིན་པ་བྲལ།  
 མི་ཡི་གཟུགས་སྤྱི་སྤང་ཡང་མཁུན་བཅེའི་འད་ཟེར་སྤྱི་འབར་རྒྱལ་བ་དངོས།  
 ཚེ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཡིན་གཏན་གྱི་སྤྱབས་སྤྱི་ཁྱེད་བསྟེན་བྱིན་གྱིས་སྤོབས།

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་ཁྲིའ་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྤྱོད་དུ་འགོ་བའི་ངག་འདོན་ཞིགས་སྤྱི་བསྟེན་པ་ལ།

Здесь подготовлена практика 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།

སྒྲར་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་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་གླ་ང་།  
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཀ།  
ཉ་ཐ་ད་དྲ་ཐ།  
ཏ་ཐ་ད་དྲ་ཐ།  
པ་ཕ་བ་ཕྱ་ཕ།  
ཡ་ར་ལ་ལ།  
ཤ་ཤ་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

## Мантра Взаимозависимого Происхождения

ཨྐལ་རྒྱལ་ཉི་ཏུ་པ་རྒྱལ་ཉི་ཏུ་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཏུ་མ་དཀྱུག་  
ཉི་ཏུ་རྒྱལ་ཡི་ནི་རྒྱལ་ཨྐལ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཏུ་མ་དཀྱུག་

ОМ ЙЕДХАРМА ХЕТУПРАБХАВА  
ХЕТУНТЕКХАН ТАТХАГАТО  
ХАЙОВАДАТ ТЕКХАНЦАЙО НИРОДХА  
ЭВАМВАДИ МАХАШРАМАНА! СОХА 7 раз

## Мантры Усиления Заслуг

ཨྐལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་  
ཨྐལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་

ОМ САМБХАРА САМБХАРА  
ВИМАНА САРА МАХА ДЗАМБХА ХУМ  
ОМ МАРА МАРА ВИМАНА  
КАРА МАХА ДЗАБА ХУМ 7 раз

ཨྐལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་  
རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་

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

ཡི་དམ་གྱི་བརྒྱལ་པའི་ཐོག་མར་འདི་དང་དབྱངས་གསལ་རྟེན་སྙིང་བཅས་བརྒྱས་པས་ཐེང་བ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པ་དང་། ལྷགས་སུ་ཁ་ཟས་ལའང་བཏབ་  
གྲུབ་ན་རྒྱལ་པའི་མཐུ་སྟེད་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་དྲུད་འགྲོ་དང།  
ཆོ་རིང་ལྟ་དང་ཁྲ་ལྷོ་ལོག་ལྟ་ཅན།  
སངས་རྒྱས་མ་ཐོན་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་ཚང་དང་ཡུལ་དབྱས་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་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་སྤྲུལ་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་རྟོད།  
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་མཁུཅ།  
ལམ་གོ་ལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུཅ་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུཅ།

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

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་གྲིས་ཟིན་དང་དུག་ལྡན་འབྲུགས་།  
ལས་ངན་ཐོག་དུ་བབས་དང་ལེ་ལོས་གཤིངས་།  
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།  
སྒྲི་སྒྲི་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུཅན་།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུཅན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲི་མ་མཁུཅན་།

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 неблагод 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

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

Слабое отречение, отсутствие драгоценности веры, пленение арканом привязанности, склонность к развращенному поведению. Наслаждение неблагим, вредоносные действия, отутствие 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

ད་ལྟ་ནད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མ་གཟིར།  
བླ་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་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་ཟིན་ཅན་ལྷ་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, переключается 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 впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне.

## 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་དུལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།  
ལྷགས་བསྐྱུགས་ས་གཞིར་མཚོན་གྱིས་མགོ་ལུས་འབྲལ།  
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལུས་འབར་བས་འཚོར།  
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱུ་མི་འབྱུངས་པར་འོ་དོད་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 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་རྒྱ་འབྲག་གི།  
གཙང་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱ་ཡུག་སྟེབས།  
གང་རེག་རྒྱང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་ཚོ་ནི།  
རྒྱ་བྱར་ཅན་དང་ལྷག་པར་བརྡོལ་བ་ཅན།  
སྟེ་སྒྲགས་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་།  
ཚོར་བའི་སྒྲག་བསྐལ་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 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་འདམ་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 распаласывается 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་སྐྱགས།  
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་ཚོ།  
སྒོ་སྒྲ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུལ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུལ་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུལ།

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་ཕོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཡུལ།  
བཟའ་བཏུང་ལ་ངོ་ས་སྤྱོད་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།  
ཟས་སྒོམ་ལོ་ཟླར་མི་རྟེན་ཡི་དགས་ལུས།  
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྟོབས་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་ཞིང་སྤྱོད་པས་ཉམས་ཐག་ལྷང་དོར་ཆོངས།  
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་གཟིར་བའི།  
ས་བོན་གཏི་མུག་སྐྱན་པར་འབྱམས་པ་བདག་  
ལྷོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་ངོན་ཅན་ལྷ་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་སྤྱོད་མི་སྟོམ་ཞིང།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ཞུགས་གཞན་པན་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་སྤྱོད་པ་ཅན།  
སྟོམ་པ་ཡང་ས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་འུད་གོག་  
འཐག་སྤྱོད་པ་ནོར་ཀྱང་རང་སྟོན་མི་སེམས་པའི།  
ཚོས་རྒྱུད་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 безчувственности!

## 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་སྒྲིམ།  
མ་རིག་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྒྲལ་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་སྒྲུ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།  
ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྒྲལ་དུ་གསོལ།  
གཉིད་འཐུག་འདི་ལས་མྱར་དུ་སད་དུ་གསོལ།  
ཁྲི་མུན་འདི་ལས་མྱར་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།  
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་བྱུགས་རྗེ་བསྐྱང་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་ཅུ་བ་གསུམ་  
ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དོམ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྩེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་  
བྱང་རྒྱུ་སྙིང་པོའི་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་ནི་རྩྱ་རིས་ཀྱིས་  
འཁོར་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུ་དུ་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་  
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་བསོའི་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 равносность  
пробужденного ума, сердца Бодхичитты!

Три раза

## 5 Очищение Ваджрасаттвы

ལྷ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྤྱི་བོ་རུ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་  
རྒྱ་ལས་བླ་མ་རྟོ་རྗེ་སེམས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྤྱོད་  
རྟོ་རྗེ་འཛིན་སྟེམས་མ་འབྲིལ་ རྩོད་ལ་སྤྱབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་  
འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སྤྲིག་ལ་བབས་ཀྱང་སྤོམ་  
རྩོད་བྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྤྱོད་ རྒྱ་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་ལྷར་འཇག་པ་ཡིས་  
བདག་དང་ཁས་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!



ཨོ་བཙྰ་སྟ་ས་མ་ཡེ། མ་ནུ་པུ་ལ་ཡེ། བཙྰ་སྟ་རྟོ་ཤོ་པ་རྟུ་བྱི་རྟོ་མེ་བླ་ཤེ།  
 སུ་རྟོ་ཕྱེ་མེ་བླ་ཤེ། སུ་པོ་ཕྱེ་མེ་བླ་ཤེ། ཨ་ནུ་རྟོ་མེ་བླ་ཤེ། སའ་སྒྲི་མྱེ་པ་ཡམྱཾ།  
 སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅཱྱི་ཤེ་ཡེ། ཀུ་རུ་རྩྱེ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏེ། བླ་ག་ལུ་མེ།  
 སའ་ཏ་བླ་ག་ཏ་བཙྰ་ལུ་མེ་ལུ་བླ་བླ་མ་མ་རྟ་ས་མ་ཡེ་སྟ་ཨུ།

ОМ БАДЗРА САТО САМАЯ МАНУ ПАЛАЯ  
 БАДЗРА САТО ТЕНОПА ТИШТО ДРИДХО МЕБХАВА  
 СУТО КАЙО МЕБХАВА  
 СУПО КАЙО МЕБХАВА  
 АНУ РАКТО МЕБХАВА  
 САРВА СИДДХИ МЕМПРАЯЦА САРВА КАРМА СУЦАМЕ  
 ЧИТТАМ ШРИ ЯМ КУРУХУМ ХА ХА ХА ХА ХО БХАГАВАН  
 САРВА ТАТХАГАТА  
 БАДЗРА МА МЕ МУНЦА  
 БАДЗРИ БХАВА МАХА  
 САМАЯ САТО А

рецитируй сколько сможешь

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྤྲོད་ས་པ་ཡིས།  
 དམ་ཆེག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།  
 བླ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།  
 གཙོ་བོ་དྭ་རྩེ་འཛིན་པ་སྟེ།  
 ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།  
 འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆེ།

О 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!

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་བྱི་མའི་ཚིགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།  
 ཞེས་བཟོད་པས་རྫོང་ཆེ་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་རྫོང་ཆེ་སེམས་དཔའ་ སྤངས་སྤྱོད་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ ཐུགས་སྟོག་  
 རྩྭ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་སྟོད་བཙུད་དང་བཅས་  
 པ་རྫོང་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 огрукающим 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་བཟོ་སྐྱེ་རྩི་ སачитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་ལྷུར་དུ་བདག་  
 རྫོང་ཆེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།  
 འཕྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།  
 དེ་ཡིས་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་ཨུཿ་ཧྱུཿ་

སྒོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱའི་ཞིང་མེ

འིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྟ་མའི་འབྱོར་པས་གངས་མཚམས་མེ

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས་པ་ཡོངས་འབུལ་གྱིས་མེ

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་སྤྲིད་ཐོབ་ཤོག་མེ

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་མེ

ངེས་པ་ལྟ་ལྟན་རིགས་ལྟའི་ཆོས་བུ་ཅན་མེ

འདོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་བསམ་ཡས་པ་མེ

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

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་ཏུ་བྱམ་པ་འོ་སྒྲིབ་པ་  
བྱམ་པ་ཆེ་མ་འགགས་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པའི་རྒྱུ་  
སྒྲིབ་པ་ལེ་འཛིན་པ་སྒྲིབ་པ་ཞིང་  
ཕུལ་བས་ཆོས་སྒྲིབ་པ་ཞིང་ལ་སྒྲིབ་པ་འོ་སྒྲིབ་པ་

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་མཁོ་

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

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

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙམ་ཁྲོས་མར་གྱུར་མཁོ་

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

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙམ་ཐོད་པ་བྲེགས་མཁོ་

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་གྲྏ་ཐོགས་མཁོ་

སྐྱ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྦྱང་བྱར་བཞག་མཁོ་

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་མཁོ་

ཨ་བུང་དང་ཉྩི་ཡིག་གིས་བདུད་ཚིར་བཞུ་མཁོ་

འབྲུ་གསུམ་གྱི་ནུས་པས་སྦྱང་སྤེལ་བསྐྱར་མཁོ་

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་ཧྲཱི་

рецитируй

ཕུ་ཅེ་

ཡར་མཚོ་ཡུལ་མགོན་གྱི་བྱ་གས་དམ་བསྐྱང་།  
ཚོགས་རྒྱུ་གས་ནས་མཚོག་བྱ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།  
མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
ཁྱད་པར་དུ་གནོད་བྱེད་བག་གས་རིགས་ཆིམ་།  
ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།  
རྒྱུན་དུ་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།  
མཐར་མཚོན་བྱ་དང་མཚོན་ཡུལ་མ་ལུས་ཀུན་།  
གཤིས་རྒྱུ་གས་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་བརྟལ་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་འདྲུང་མ་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་ལྷ་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་བླ་བས་མཛུས་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་ལྟར་གཏིབས་།

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 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

००

ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རྩབ་བྱང་མཆོམས།

པདྨ་གེ་སར་སྟོང་པོ་ལ།

ཡ་མཚན་མཚན་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པ།

པདྨ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས།

འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱར།

ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

ਸ੍ਰਾ.ਰੁ.ਪਦ.ਬੀ.ਯੂ.ਏ.

XYM

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 дакинй и видьядхар.  
Я буду практиковать следуя тебе!  
Молю приди и благослови!

### 8.3 Семь ветвей

སྒྲིལ་བདག་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེན་དུ་  
རྣམ་པར་འཕྲུལ་པས་ཕྱག་འཆའ་ལེ་  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱུལ་ཉིང་འཛིན་མཐུས་  
སྤང་སྟོང་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ་  
སྟོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་རྣམས་ཀུན་  
འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱི་ངང་དུ་བཤགས་  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡི་  
དག་ཆོགས་ཀུན་ལ་རྒྱུ་ཡི་རང་  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ།  
ཐེག་གསུམ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱེད་བར་བསྐྱུལ་  
རིམ་མཉམ་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་  
ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས་  
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཅ་ཀུན་  
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 благую карму прошлого, настоящего и будущего посвящаю всем существам, чтобы они стали Буддами.

## 8.4 Созревание Достижений

ཇི་བཙུན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་  
ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཐུགས་རྗེ་ཕྱིན་ལྡན་འདུས་པ་འདི་དཔལ་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་ཕུ་  
ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱིང་བླ་  
སྟོས་པ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་འབུལ་  
འདི་ནས་བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར་  
སྤྱིད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀུན་  
ཇི་བཙུན་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁུན་  
ཨོ་ཨྲཱི་ཧྲི་བཛྲ་གྱ་རུ་པཱ་སི་ཧྲི་ཧྲི་

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

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

ཕྱི་ནམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆེ་  
རང་སྣང་རྩ་ཡུལ་དཔལ་འདི་ཞིང་  
ཟུང་འཇུག་སྤྱུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་  
གཞི་ལུས་དྲོ་རྩལ་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་རོལ་པ་ལས་  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་  
འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་  
རྩེ་བཙུན་པདྨས་དབུགས་དབྱུང་གསོལ་  
གསོལ་བ་སྤིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས་  
ཁ་ཙམ་ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཕྱིན་རྒྱབས་བྱགས་ཀྱི་གློང་ནས་སྟོལ་  
བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ་  
ཨོ་ཨྲཱི་ཧྲཱི་བཛྲ་ཀུ་རུ་པཎྲ་སིཿཧྲཱི་ཧྲཱི་

## 9 Молитвы и благопожелания

### 9.1 Молитва линии передачи

ཨེ་མ་ཏེ། རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷང་བྲལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།  
དང་པོའི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་སྤྱུ་ཀྱན་ཏུ་བབང་།  
ལོངས་སྤྱོད་ཆུ་ལྷའི་རོལ་ཅུལ་དོ་རྩེ་སེམས་།  
སྤུལ་སྤྱོད་མཆོད་རྟོགས་དགའ་རབ་དོ་རྩེ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱབས་དབང་བསྐྱར་སྦྱོལ།  
ཤྱི་སིང་དོན་དམ་ཆོས་ཀྱི་མཛོད།  
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར།  
རྫོན་སྤུ་ཏུ་པར་ཆེན་བི་མ་ལར།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྤྱོད་སྦྱོར།  
འཇམ་བུ་གླིང་གི་རྒྱན་གཅིག་པར་འབྱུང་།  
ངས་པར་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲས་མཆོག་རྩེ་འབངས་གྲོགས་།  
ཐུགས་གཏེར་རྒྱ་མཚོའི་བདེ་འགྲོལ་གྲོང་ཆེན་ཞབས་།  
མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་བབས་འཛིགས་མེད་གླིང་།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྦྱོལ།

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་ཚས་སྤྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ནི།  
རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་སྦྱར་བཀོད་ནས།  
སྤྱོད་པའི་གོ་འཕང་སྦྱར་དུ་འཕྲོལ་པར་ཤོག།

Великий Видьядхара Гьелве Ньюу,  
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 умирятся дурные условия  
и препятствия к осуществлению Святой Дхармы.  
Быстро пройдя путь четырех стадий Видьядхары,  
Пусть быстро обретем уровень Четырех Тел!

སྤྲུང་ལས་པེས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས་༥  
 རྩོུ་ཐེའི་སྒྲུ་མ་དོན་ལྡན་མིག་བཞིན་བརྟེན་༥  
 ཅིག་སྤྲུང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་༥  
 ལྟེ་མ་རྒྱུ་མེད་པའི་བསྐྱབ་རྒྱལ་ས་ཞེ་རུས་ཀྱིས་༥  
 ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག་༥  
 སྤྲུང་སྤྲུང་འཁོར་འདས་ལེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་༥  
 ལྟ་སྟགས་ཆོས་སྤྲུང་དག་རྟོགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས་༥  
 སྤྲུང་སྤྲུང་བྱ་རྩལ་མེད་པའི་རྟོགས་པ་ཆེ་༥  
 ཤེས་ཉམས་ཡིད་དུྱིད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་༥  
 ཆོས་ཉིད་མདོན་སུམ་རྩེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་༥  
 མཆན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་ཤོལ་འཇའ་ཟེར་སྐབས་༥  
 སྤྲུང་དཔེག་ལའི་ཉམས་སྤྲུང་གོང་དུ་འཕེལ་༥  
 རིག་རྩལ་ཡོངས་སྤྲིད་ཞིང་ཁམས་ཆད་ལ་མེབས་༥  
 ཆོས་ཟད་གློ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་༥  
 གཞོན་ཏུ་བུམ་སྤྲུང་གཏན་སྤྲིད་བེན་པར་ཤོག་༥

40



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་ཆུད་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་གར།  
བར་དོའི་སྤང་ཆ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱར་གྲོལ།  
ཁྲེགས་ཆོད་ཐོད་ཀླུ་ལམ་གྱི་ཕུལ་རྫོགས་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་ཕྱེ་  
སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་ཚོལ་ཚོས་སྤྲི་ཞལ་  
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན་  
མ་བསྐྱོམ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལྷའི་ལམ་མཆོག་ལ་  
བསྐྱེན་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗང་དང་  
ཁྱད་པར་པསྒྲ་འོད་ཀྱི་ཕེ་བྱང་དུ་  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱལ་རྩེས་  
གསང་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་  
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྤྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་སྟེ་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཛོར་བདག་འགྱུར་ཤོག་

В светоносности великой тайны, вершине высшей из колесниц,  
Не ищут Буддду 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 Нирманакаи  
И в особенности во дворце Лотосового Света,  
Где достославный владыка из Уддияны  
В окружении океана видьядхар  
Возглавляет пиршество Дхармы великой тайны!

## 9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

རིག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་།  
ཚེས་དབྱིངས་བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་བདེན་པ་ཡིས་།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་རྫོགས་སྤྲིན་སྦྱངས་གསུམ་གྱི་།  
རྟེན་འབྲེལ་མཛོན་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་སྒོ་དུ་ལྷུང།  
ནམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
སྤུལ་སྤུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из сверкающего подобного кристаллу 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་གཏུ་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་རྩྭ་ཡིག་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་ལུགས།  
ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་ཐིག་ལེའི་སྒྲིབ་པ་དག  
ཐུགས་དོ་རྩེའི་བྱིན་ལྟེན་ལུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།  
བདེ་སྟོང་ཅན་ལེའི་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 огня блаженства;  
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་འབྲེས།  
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་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་དུ་གྱུར།  
ལྷན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
མཐར་བུག་གི་འབྲས་བུ་རོལ་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 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་ ལྷ་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་བྱོད་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།  
སྐྱེ་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་ལྟུངས་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་མུར་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

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྲིབ་ཀྱིན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྭ་གས་རྫོགས་ཤིང་།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འཕྲོ་ཀྱན་དགེ་བ་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།  
དེ་དག་ཀྱན་གྱི་རྩིས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་།  
དགེ་བ་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་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀྱན་ཀྱང་།  
བཟང་པོ་སྟོད་མྱེར་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 Особые благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྷན་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་སྤྲིང་པོའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།  
ཆེ་དེར་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།  
སྲིད་པར་དམ་པའི་ཆོས་རབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང།  
གཞན་ཕན་བསྐྱབ་ལ་སྟོལ་ལ་མེད་པར་ཤོག།  
ལྷ་བས་ཆེན་གཞན་དོན་ཕྱོགས་རིས་མེད་པ་ཡིས།  
ཐམས་ཅད་ཕྱམ་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་ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟ་ རྒྱུ་ཆེན་སྤྱི་ཆེན་གྱི་སྒྲིན་འགྲོའི་ རག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྒྲེབས་པ་རྣམས་མཆེན་ལམ་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་  
གླིང་ པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ བསྐྱུངས་ཤིང་དམ་ཆོག་ལ་མོས་པ་ཐོབ་པའི་ སྐྱེགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཕྱིན་  
ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིས་པའི་ དག་བས་རྒྱུ་འཕྲུག་རྣམས་ཀྱིས་བླ་མ་སངས་ རྒྱུས་སུ་མཐོང་འབྲས་ཀྱིས་རང་རིག་ཀུན་དུ་བཟང་ པོའི་རང་ཞལ་མཛོན་  
དུ་གྱུར་ནས་འགྲོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་ ལ་ཡན་པ་རྒྱུན་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 Нёндرو

- 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.