



ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་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



# Дзогпа Ченпо Лонгчен Ньингтик Нёндро

Автор: Додрубчен Джигме Тринлей Озер  
Перевод и верстка: Максим Сохацкий

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/longchen.nyingthig>

ISBN - 978-1-62540-038-3

© 2015

Toliman

© 2010-2015

Synrc Research Center

# 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

## Благословение речи

ཨོ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ།

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

འོད་དམར་ནམ་པའི་དོ་རྩེ་ཅེ་གསུམ་སྦྱབས།

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

སྤྱིག་ཐེང་བ་ལྟ་བུའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།

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

སྒྲར་འདུས་དག་སྒྲིབ་དག་ནས་གསུང་དོ་རྩེའི།

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

OM A HUM

Огнем, возникающим из слога Рам сжигается язык,  
Возникает трехконечная ваджра из красного света,  
Санскритские гласные и согласные, окружены мантрой  
Сущности Взаимозависимого Происхождения,  
Из слогов подобных жемчужному ожерелью,  
Распространяется свет, свершающий радующие  
подношения Буддам и Бодхисаттвам,  
Собирается обратно, очищает омрачения речи, обретается  
Все благословение и сиддхи ваджрной речи.





# 1 Призывание

གྲྭ་མ་མཁུ་ནོ།  
ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དག་པོས་བོས་ནས།  
སྙིང་དབུས་དང་པའི་གེ་སར་བཞད་པ་ནས།  
སྐྱབས་གཅིག་དྲིན་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་ཁྱད་བཞེངས་སུ་གསོལ།

Я знаю, учитель знает, учитель знает, учитель знает меня!  
Из цветущего лотоса веры в моем сердечном центре  
Единствнное 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་སྒོ་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་དབྱས་སྐྱེས།  
ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ།  
རང་ཉིད་འབྱོར་པ་ལྷ་ཚངས་ངས་རྒྱས་བྱོན།  
ཆོས་གསུངས་བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་ལ་ཞུགས།  
བཤེས་གཉེན་དམ་པས་ཟིན་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ།  
ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཚང་བའི་གནས་ཐོབ་ཀྱང།  
རྒྱན་མང་ངས་པ་མེད་པས་ཆོ་སྤངས་ནས།  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉིད་དུ་སོན་པར་འགྱུར།  
སློ་སྤྲོ་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གྱུན་མཁུན་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་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་ཀྱི་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་སྤྱོད་མཐོང་ན།  
ཆོས་བཞིན་སྤྱོད་པ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ།  
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་སྐྱུར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུཅ།  
ལམ་གོ་ལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུཅ་རྩེ།  
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 не следующих 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 неподвижных 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་ཀྱིས་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་རྟེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུང་།  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཆོ།  
སྒྲི་སྒྲི་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲི་མ་མཁུན།

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

Особенно, во власти препятсвующих условий или действий пяти ядов; под натиском неблаготворной 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 неподвижных 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་  
འདོད་སླེད་ནགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྒྲིབ་རྩུབ་  
མི་དགེ་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་མཐའ་ལོག་  
རིས་ཆད་སྒྲོ་ཡི་མི་ཁོམ་ནམ་པ་བརྟུན་  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ཁྱར་ལྷགས་པའི་ཆོ།  
སྒྲོ་སྒྲུ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན་།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲུ་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 власть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне.

## 2.2 Непостоянство жизни

དུ་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་ལོང་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་རྒྱུ་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་གྱིས་མཁུ་ཞེ།

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་བསྐྱེགས་ས་གཞིར་མཚན་གྱིས་མགོ་ལྷུས་འབྲལ།  
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལྷུས་འབར་བས་འཚོར།  
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱུ་མི་འབྱུངས་པར་འོ་དོད་འབོད།  
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྲུགས་ཁྲོ་རྒྱར་འཚོད།  
ཀླན་ནས་ཚ་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་རྒྱ་འབྲག་གི།  
གཙང་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱུག་སྒྲེབས།  
གང་རེག་རྒྱང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་ཚོ་ནི།  
རྒྱ་བྱར་ཅན་དང་ལྷག་པར་བརྡོལ་བ་ཅན།  
སྒྲེ་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་འདས་ཚུད་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་གློང།  
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་སྟགས།  
རྟག་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སྒྱུད་པའི་ཉི་ཚེ་བ།  
རྣམ་གངས་བཅོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།  
ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཀུན་སྒྲིང་སྒྲེས་པའི་ཚེ།  
སྒོ་སྒྲ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུའེ།  
ལས་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུའེ་ ་ཇེ།  
གཉིས་སྐྱ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུའེ།

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་ལང་ས་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, Гुरु 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

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

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

## Воззрение, Медитация и Поведение

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

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

## Отвлечение от настоящей жизни

ནང་པར་འཆིལ་ངག་ནས་གོས་ལྗོངས་སྒྲིད།  
ན་ཚོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྟོང་ཤས་བྲལ།  
ཐོས་པ་རྒྱུད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲིམ།  
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

རྒྱུན་ཁར་འཚོར་ཡང་འདྲུ་འཛིན་གནས་སྟོར་སེམས།  
དབེན་པ་བརྟེན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས།  
དུལ་བར་སྐྱེ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།  
ཚོས་བརྒྱད་འདི་ལས་བླ་མས་བསྐྱེད་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་བསྐྱེད་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. Вызволь меня из этого мрачного самозаключения!

### 3 Прибежище

དགོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཙུ་བ་གསུམ་  
ཙུ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དོམ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྩེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་  
བྱང་ཚུབ་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 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་སྒྲ་མ་རྩེ་སེམས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་སྐྱེ་  
རྩེ་རྩལ་འཛིན་སྟེམས་མ་འབྲིལ་ རྩོད་ལ་སྐབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་  
འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སྔག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོམ་  
རྩོད་བྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་  
བལྟས་པ་སྤྲགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོ་སྦྱོར་མཚམས་ནས་  
བདུད་ཅི་བྱང་ཆུབ་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 повторяю 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!





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་བཙུག་ལྷོ་རྒྱུ་༄༅།      Начитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག  
 རྫོགས་པ་དཔའ་འགྲུབ་སྦྱར་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 Ваджрасаттвы, и таким образом Каждое существо Достигнет Состояния Совершенства тоже.

## 6 Подношение Мандалы

### 6.1 Подношение мандалы Нирманакаи

ཨ་ཨུ་རྩྱེ་ 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་སྲིད་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་ལྟན་རིགས་ལྟའི་ཆོས་བུ་ཅན་།  
འདོད་ཡོན་མཚན་པའི་སྤྲིན་ཕུང་བསམ་ཡས་པ་།  
ཕུལ་བས་ལོངས་སྟོན་པའི་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་པ་དང་སྒྲིབ་པ་གཞིན་ཅུ་བྱམ་པ་འཁྱུ་  
བྱམ་པ་ཆེ་མ་འགགས་ཆོས་ཉིད་རྩོམ་པ་འཁྱུ་  
སྒྲིབ་པ་ལེ་འཛིན་པ་སྒྲིབ་པ་འཁྱུ་  
བྱམ་པ་ཆོས་སྒྲིབ་པ་འཁྱུ་འཁྱུ་འཁྱུ་

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

## 7 Порождение накопления Кусали: Чод

ཕན་མཚན་

ལུས་གཅེས་འཛིན་བོར་བས་ལྟ་བུ་དྲུག་ཚེས་མཚན་

སེམས་ཚངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་པ་

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙུག་ཁྲོས་མར་གྱུར་པ་

གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གྲུག་གིས་

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

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུ་ཐོགས་པ་

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

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་

ཨ་ཐུང་དང་ཉི་ཡིག་གིས་བདུད་ཚིར་བཞུག་པ་

འབྲུ་གསུམ་གྱི་འུས་པས་སྒྲུང་སྒྲེལ་བསྐྱར་པ་

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

ཨ་ཨུ་ཨྱ་

рецитируй

ཕན་མཁུ་

ཡར་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་བྱུགས་དམ་བསྐྱང་།  
ཆོགས་རྫོགས་ནས་མཆོག་བྱན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།  
མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
ཁྱད་པར་དུ་གནོད་བྱེད་བགགས་རིགས་ཆིམ་།  
ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།  
རྒྱན་དན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།  
མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀུན་།  
གཤིས་རྫོགས་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་ཏེ། རང་སྤང་ལྷན་གྱི་པ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།  
བཀོད་པ་རབ་ཆོག་ས་ཟངས་དོག་དཔལ་རིའི་དབུས་།  
རང་ཉིད་གཞི་ལུས་དོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མ་།  
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་།  
ཞབས་གཉིས་དོར་སྟབས་སྤྱན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་།  
སྤྱི་པོར་པར་འབུམ་བཅལ་ཉི་ཟླའི་སྟང་།  
སྟབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཅ་བའི་བྲ་མ་དང་།  
དབྱེར་མེད་མཚོ་སྟེན་དོ་རྩེ་སྤྱལ་པའི་སྟེ།  
དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་གཞོན་ཅུའི་གུ་ཚུགས་ཅན་།  
པོད་ཁ་ཚོས་གོས་ཟ་བེར་འདྲང་མ་གསོལ་།  
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྟབས་།  
ཕྱག་གཡས་དོ་རྩེ་གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས་།  
དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པར་འཛིན་ཅུ་གསོལ་།  
མཆན་ཁུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཆོག་མ་།  
སྤྱལ་པའི་ཚུལ་གྱི་ཁ་ཏྲི་ཅེ་གསུམ་བསྐྱམས་།  
འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ཕྱང་གྲོང་ན་བཞུགས་།  
ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྡའི་དྲ་བས་མཛེས་པའི་གྲོང་།  
སྤྱལ་པའི་རྩེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཅེ་ལྷ་དང་།  
རྒྱ་པོད་པར་གྱི་པ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་།  
མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྟོང་དམ་ཅན་སྤྱིན་ལྟར་གཏོབས་།  
གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཆེན་པོའི་དངུ་གསལ་།

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

རྩི་ ཨོ་ཀུན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚན་མས་  
 བསྐྱ་གེ་སར་སྤྱང་པོ་ལུང་  
 ཡ་མཚན་མཆོག་གི་དངོས་སྤྱབ་བརྟེས་  
 བསྐྱ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་  
 འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱེད་  
 ཞིང་གི་རྩེ་སུ་བདག་བསྐྱབ་གྱི་  
 ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་  
 གྲུ་བསྐྱ་མེནྟི་རྩི་

На северо-западной границе священной страны Удиянны,  
Посреди озера Данакоша, 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

རྫིཿ་བདག་ལུས་ཞིང་གི་རུལ་སྟེང་དུཿ་  
རྣམ་པར་འབྱུང་པས་ཕྱག་འཆལ་ལེཿ་  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱལ་ཏིང་འཛིན་མཐུསཿ་  
སྤང་སྟོང་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལཿ་  
སྟོན་གསུམ་མི་དགའི་ལས་རྣམས་ཀུནཿ་  
འོད་གསལ་ཆོས་སྦྱའི་ངང་དུ་བཤགསཿ་  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིཿ་  
དག་ཆོགས་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རངཿ་  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ།  
ཐེག་གསུམ་ཆོས་འཁོར་བསྟོར་བར་བསྐྱལཿ་  
ཇི་སྟོང་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བརཿ་  
ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསལ་འདེབསཿ་  
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགེ་ཅུ་ཀུནཿ་  
བྱང་རྒྱབ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟེཿ་

Совершаю простирания, 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 благую карму прошлого, настоящего и будущего посвящаю всем существам, чтобы они стали Буддами.

## 8.4 Созревание Достижений

ཇེ་བཙུན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་  
ཁྱད་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
བྱུགས་ཇེ་ཕྱིན་ལྷ་བས་འདུས་པ་འདི་དཔལ་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་ལ་ཅིག་ཕུ་  
ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་སྒྲོ་སྤྱིང་བར་  
ལྷོས་པ་མེད་པར་ཁྱད་ལ་འབུལ་  
འདི་ནས་བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར་  
སྤྱོད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀྱན་  
ཇེ་བཙུན་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁྱེན་  
ཨོ་ཨྲཱི་ཧྲཱི་བཛྲ་གྱ་རུ་པཎྌ་སི་རྒྱུ་ཧྲཱི་

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

རྩོམ་པ་ལ་རྩོམ་གཞན་ལ་མེད་  
 ད་ལྟའི་དུས་རབས་སྤྱི་གསལ་མའི་འགྲོ་  
 མི་བཟང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་འདུག་ཅིང་སྤྱི་  
 འདི་ལས་སྤྱོད་པས་ཤིག་མ་རྒྱ་གུ་རུ་  
 དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་ཕྱིར་ཐུག་པས་ཅན་  
 རྟོག་པས་སྤྱོད་ཅིག་ཐུག་པས་ཇི་ཅན་  
 སྤྱི་བ་གཉིས་སྤྱོད་པས་ཤིག་ལུས་མཐུ་ཅན་  
 འོ་ལྷ་རྩྭ་གུ་རུ་བསྐྱར་མི་རྩི་རྩི་

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

ལྷོ་ནམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆེ་  
རང་སྣང་རྩ་ཡུལ་དཔལ་རིའི་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་སི་ཧྲཱི་ཧྲཱི་

## 9 Молитвы и благопожелания

### 9.1 Молитва линии передачи

ཨ་མ་རྟེ་ རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷང་བུལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས་  
དང་པོའི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་སྤྱུ་ཀྱན་ཏུ་བབང་  
ལོངས་སྤྱུ་ཚུ་ལྷའི་རོལ་ཅུལ་དོ་རྩེ་སེམས་  
སྤུལ་སྤྱུར་མཆོན་ཚོགས་དགའ་རབ་དོ་རྩེ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱབས་དབང་བསྐྱར་སྦྱོལ་  
ཤི་སིང་དོན་དམ་ཆོས་ཀྱི་མཛོད་  
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་  
རྫོ་ན་སུ་ཏུ་པར་ཆེན་བེམ་ལར་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྤྱུ་སྦྱོན་  
འཇམ་བུ་སྤྱིང་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 Дакинь,  
Молю, даруйте освобождение и всеведение!

རིགས་འཛིན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བའི་མུ་གུ་དང་།  
དཔལ་སྤུལ་འཇིག་བྲལ་ཚས་ཀྱི་དབང་པོའི་ནབས།  
མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེན་གཞན་པན་སྤང་པའི་དཔལ།  
འཇམ་དབྱངས་དབང་རྒྱལ་ཅུ་བའི་བླ་མ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།  
དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས།  
དམ་ཚིས་སྤྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ནི།  
རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་སྦྱར་བཀོད་ནས།  
སྤྱོད་པའི་ལོ་འཕང་སྦྱར་དུ་འཕྲོལ་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 умирятся дурные условия  
и препятствия к осуществлению Святой Дхармы.  
Быстро пройдя путь четырех стадий Видьядхары,  
Пусть быстро обретаем уровень Четырех Тел!

## 9.2 Благопожелания этой жизни

སྲིད་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ནིལ་ལོག་གིས་༥  
དོ་རྗེའི་བྲམ་མ་དོན་ལྡན་མིག་བཞིན་བརྟེན་༥  
ཅིག་སྲུང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་༥  
ལྷེས་རྒྱུད་མེད་པའི་བསྐྱབ་རྒྱུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས་༥  
བྱུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག་༥  
སྤང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་འོག་མིན་ནིང་༥  
ལྷ་སྤྲུགས་ཆོས་སྐྱར་དག་རྒྱུགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས་༥  
སྤང་བྲུང་བྱ་རྩྱལ་མེད་པའི་རྒྱུགས་པ་ཆེ་༥  
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱིད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་༥  
ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྗེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་༥  
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲུབ་འཇའ་ཟེར་སྐྱབས་༥  
སྐྱེད་ཐིག་ལེའི་ཉམས་སྤང་གོང་རྒྱ་འཕེལ་༥  
རིག་ཕུལ་ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབས་༥  
ཆོས་བད་སྒོ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱུས་ཏེ་༥  
གཞོན་ཀུ་བུམ་སྐྱར་གཏན་སྲིད་ཟིན་པར་ཤོག་༥

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 Осознавания 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་རྒྱལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་ཆུད་དེ།  
རགས་ལུས་དྭངས་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་རྩལ་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་པར་འོད་ཀྱི་ཕྱོག་བྱང་དུ་  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱན་རྒྱུ་  
གསང་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་  
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྤྱོད་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་སྟེ་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཛོར་བདག་འགྱུར་ལོག་

В светоносности великой тайны, вершине высшей из колесниц,  
Не ищут Будду где либо кроме Дхармакаи,  
Ведь все изначальное проявление освобождено в основе.  
На высшем из путей, пяти методах освобождения без медитации,  
Да рожусь я в чистых пяти землях 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་སྒྲོད་དུ་གྱུར།  
ནམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
སྤུལ་སྤྱིའི་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་ག་ལྟར་འབར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་མགིན་པ་ནས་ཞུགས།  
ངག་གི་ལས་དང་རྒྱུད་གི་སྒྲིབ་པ་དག  
གསུང་དོ་མེད་ཕྱིན་སྐབས་ཞུགས།  
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
བསྐྱས་བཞིན་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་ལའི་སྒྲིབ་པ་དག།  
ཐུགས་དྲོ་ཐེའི་བྱིན་ལྟུངས་ལུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།  
བདེ་སྟོང་ཅན་ལའི་སྟོན་དུ་གྱུར།  
ཕྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐེབས།  
ཚོས་སྤྱི་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་རྗེའི་བྱིན་རྒྱབས་ལུགས།  
ཆོག་གིས་མཚན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།  
ཀ་དག་ཚོགས་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

༥ ལྷ་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་བྱོད་དང་བཙས་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་སྤིང་གར་པ་བླ་གདན་བཅུགས་ལ།  
བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུངས་ཏེ།  
སྐྱེ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣུལ་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་བླ་མའི་རྣམ་པར་བར་པ་ལ།  
སྐྱེ་ཅིག་ཅམ་ཡང་ཡང་ལོག་ལྷ་མི་སྤྱེ་ཞིང་།  
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས།  
བླ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་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་ཀྱུན་དུ་ཡང་དག་བླ་མ་དང་།  
འབྲལ་མེད་ཚུལ་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ནས།  
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡན་ ཏན་རབ་རྫོགས་ཏེ།  
རྫོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མུར་ཐོབ་ཤོག།

Да не буду я разделен во всех рождениях со святым Учителем.  
И, насладившись величиим Дхармы,  
Да обрету я полностью качества уровней и путей Просветления.  
Да достигну я быстро состояния Ваджрахары Великого Пробуждения.

## 11.2 Посвящение заслуг

དག་བ་འདི་ཡིས་སྒྲེ་བོ་ཀྱན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྲགས་ཚྲགས་ཤིང།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འགོ་ཀྱན་དག་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང།  
བྱས་དང་བྱེད་འགྱུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དག།  
བཟང་པོ་ཇི་བཞིན་དེ་འདྲའི་ས་དག་ལ།  
ཀྱན་ཀྱང་ཀྱན་ནས་བཟང་པོར་རེག་ཀྱུར་ཅིག།  
འཇམ་དཔལ་དཔའ་པོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང།  
ཀྱན་རྩ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།  
དེ་དག་ཀྱན་གྱི་རྩིས་སྲུ་བདག་སྟོབ་ཅིང།  
དག་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྩ་བསྟོ།  
རྩས་གསུམ་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།  
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚྲག་རྩ་བསྐྱགས་པ་སྟེ།  
བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀྱན་ཀྱང།  
བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་རྩ་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 Особые благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྔ་ན་ཐོབ་པར་ཤོག།  
སྐྱེ་མ་ཐག་དུ་ཆོས་དང་འཕྲད་ཐུང་ཅིང་།  
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།  
དེར་ཡང་གྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་།  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།  
ཆོས་རྟོགས་ནས་ནི་སྤྲོད་པོའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།  
ཆེ་དེར་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་མཆོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།  
སྤྲོད་པར་དམ་པའི་ཆོས་རབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་།  
གཞན་པར་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!  
Т 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་ཚོགས་པ་ཆེན་པོ་ཀློང་ཆེན་སྒྲིབ་ཐེག་གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ ངག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྒྲེབས་པ་ནམ་མཁུན་ལས་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཛིགས་  
 མེད་གླིང་ པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་འདིན་གྱིས་ བསྐྱབས་ཤིང་དམ་ཚིག་ལ་མོས་པ་ཐོབ་པའི་ སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཐོན་  
 ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིས་པའི་ དག་བས་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་མ་སངས་ རྒྱུས་སུ་མཐོང་འབྲས་ཀྱིས་རང་རིག་ཀུན་ཏུ་བཟང་ པོའི་རང་ལུ་མངོན་  
 དུ་གྱུར་ནས་འགྲོ་ལམས་རྒྱ་མཚོ་ ལ་ཕན་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག

Это собрание предварительных практик Сердечной Сущности Обширного Пространства Великого Совершенства было записано тантрическим йогиним Джигме Тринле Озером, вскормленным добротой святых учителей: 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 самосознания, Самантабхадру, для того, чтобы нести нескончаемое благо океану существ.