

༡༡། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཏིག་  
གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་ཁྱིམ་གསུམ་  
སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་རྣམས་མཁུན་  
ལམ་བཟང་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

Додрубчен Джигме Трінлей Озер

Неперевершений шлях  
для пізнання всього:  
попередні практики  
сердечної сутності  
обширного простору  
остаточного довершення.

# Дзогпа Ченпо Лонгчен Нінгтік Ньондро

Авторство: Додрубчен Джигме Трінлей Озер (1745—1821)

Переклад: Намкай Лхамо

Редактура: Орджен Намдак Тонпа Дордже

Лонгчен Нінгтік Україна  
м.Київ, вул. Костянтинівська 20  
ЄДРПОУ 38778275

<https://longchenpa.guru/nendro/>

ISBN — 978-1-62540-054-3

© 2022 Лонгчен Нінгтік Україна

# Зміст

1	Заклик	9
2	Чотири думки, що відволікають від самсари	10
2.1	Свободи та переваги людського народження . . . .	10
2.2	Непостійність життя . . . . .	15
2.3	Закон причини та наслідку безпомилковий . . . . .	16
2.4	Недоліки самсари . . . . .	16
3	Пам'ятування притулку	22
4	Оновлення просвітленого осмисленого наміру	23
5	Очищення Ваджрасаттви	24
6	Подношение Мандалы	28
6.1	Подношение мандалы Нирманакаи . . . . .	28
6.2	Подношение мандалы Самбогакаи . . . . .	28
6.3	Подношение мандалы Дхармакаи . . . . .	29
7	Порождение накопления Кусали: Чод	30

8	Гуру Йога	32
8.1	Визуализация	32
8.2	Семистрочная молитва	34
8.3	Семь ветвей	35
8.4	Созревание Достижений	36
8.5	Благопожелания	37
8.6	Растворение	38
9	Молитвы и благопожелания	39
9.1	Молитва линии передачи	39
9.2	Благопожелания этой жизни	41
9.3	Благопожелания о промежуточном состоянии	42
9.4	Благопожелания о следующей жизни	44
9.5	Молитва об исполнении благопожеланий	46
10	Четыре посвящения	47
10.1	Посвящение Вазы	47
10.2	Тайное посвящение	48
10.3	Посвящение Мудрости	49
10.4	Символическое посвящение	50
10.5	Стадия растворения	51
11	Заключение	52
11.1	Молитва коренному учителю	52
11.2	Посвящение заслуг	54
11.3	Особые благопожелания	55

༡༩། གཏོད་ནས་མངནོ་སྤུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་གང་ལ་གང་འདུལ་གཟུགས་སྤྱུ་འགགས་པ་མེད།  
སྤྱུ་ཚོགས་སྤྱུ་འཕྱུལ་ངོམ་ཡང་ཕུང་ཁམས་སྤྱེ་མཆེད་གཟུགས་དང་འཛིན་པ་བྲལ།  
མི་ལི་གཟུགས་སུ་སྤྱང་ཡང་མ་ཉེན་བ་ཕྱེད་འོད་ཟེར་སྤྱང་འབར་རྒྱལ་བ་དངོས།  
ཆོ་འདྲི་ཙམ་དུ་མ་ལིན་གཏན་གྱི་སྤྲབ་སུ་ཉེད་བསྟེན་ཕྱིན་གྱིས་སློབས།

Просвітлений із самого початку,  
Не зупиняєшся приймати форми,  
Щоб приручити кожного у власний спосіб.  
Хоч тебе бачать як феномени, що виникли від дива,  
Насправді ти є вільний до останньої краплини  
Від скандх та почуттів, від елементів й ланцюгів чіплянь.  
Хоч ти з'явився у людському тілі,  
Насправді ти Будда, і сяєш ти на ділі  
Безліччю променів всевідання і щастя.  
Не тільки в цім житті, але й назавше  
Приймаю в тобі пристань, святе Кх'єнче Озер.  
Рясним благословенням сповни мене тепер!

དེ་ལ་འདིར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྟེང་ཐིག་གི་སྡེན་ཏུ་འཕྲོ་བའི་རག་འདོན་གླིགས་སྟུ་བསྟེབས་པ་ལ།

Тут представлена практика Лонгчен Нінгтік Ньондро.

## Благословіння мовлення

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།

ལྷ་དབང་རྩྭ་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསེགས་ནས།

འོད་དམར་རྒྱམ་པའི་དྲོ་ཅེ་གསུམ་སྦྱབས།

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

སུ་ཏིག་ཐེང་བ་ལྷ་བྱའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།

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

སྤར་འདུས་ངག་སྒྲིབ་དག་ནས་གསུང་དྲོ་རྩེའི།

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

OM A HUM

Вогонь, народжений зі складу Рам, випалює язик,  
І виникає трьохкінечна ваджра як червоний лик.  
Санскритського голосні і приголосні, мантрою окутані,  
Взаємозв'язного Походження — Сутності здобутої.  
Ось зі складів, подібних до перлового намиста,  
Виходить світло радості і райдуга барвиста,  
Що здійснює приношення Буддам і Бодхісаттвам,  
Й завжди вертається назад як вірне клятвам,  
І тьмяність очища, і здобува оздоблення  
Благословіння й сидхи ваджрного мовлення.

## Мантра голосних

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

A aa I ii У уу Рi pii Лi lii E ee O oo Ам А

7 разів

## Мантра приголосних

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

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 разів

ཨ་ཡེ་རྒྱལ་དུ་བླ་སྤྲོ་རྩེ་རྒྱུ་གཏི་ཅ་མ་དང།  
དེ་རྒྱུ་ཡོ་ནི་རོ་རྒྱལ་ཐོ་སྤྲོ་མ་རྒྱ་མ་ཆེ་སྤྲོ་



# 1 Заклик

ལྷ་མ་མཁུ་ནི།

ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕННО

Я знаю, вчитель знає, вчитель знає, вчитель знає мене!

ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དྲག་པོས་བོས་ནས།

Повторяй віддано 7 разів

སྙིང་དབྱུས་དད་པའི་གེ་སར་བཞད་པ་ནས།

སྐྱབས་གཅིག་རྒྱུ་ཅན་ལྷ་མ་ཡར་ལ་བཞུངས།

ལས་དང་ཉྩན་མོངས་དྲག་པོས་གཟེར་བ་ཡི།

སྐལ་བ་ངན་པ་བདག་ལ་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར།

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

དན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀྱན་ཀྱང་བཞུངས་སུ་གསོལ།

Із квітучого лотоса віри у серці моїм назавжди,

Славний лама, притулок єдиний, будь ласка, знайди.

Я страждаю від клеш і своєї недоброї карми.

Захисти же мене від неблагополучних обставин.

Будь прикрасою чакри Блаженства Великого в моїй короні,

Дай свідомість й уважність, молю, моїй долі.

## 2 Чотири думки, що відволікають від самсари

### 2.1 Свободи та переваги людського народження

Вісім свобод

ད་རེས་དམུལ་བ་ཡི་དུགས་རྒྱད་འགོ་དང་།  
ཆོ་རིང་ལྟ་དང་ལྟ་ལོག་ལྟ་ཅན།  
སངས་རྒྱས་མ་ཕྱིན་ཞིང་དང་ལྷགས་པ་སྟེ།  
མི་ཁོམས་བརྒྱད་ལས་ཐར་བའི་དལ་བ་ཐོབ།

Родитися в аду, голодним духом чи твариною,  
Серед богів вічноживих чи дикою людиною,  
У світі, куди Будда не прийшов, родитись слабоумним -  
Я вільних від цих станів восьми неблагоумних,  
Немає там нагоди вірити в карму  
Й практикувати Дхарму.

П'ять власних дарів і п'ять дарів оточення

མིར་གྱུར་དབང་པོ་ཚད་དང་ཡུལ་དབྱུས་སྒྲིམ།  
ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ།  
རང་ཉིད་འབྱོར་པ་ལྷ་ཚངས་ངས་རྒྱས་བྱོན།  
ཚོས་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་སྦྲེལ་ཚོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གྱུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་ངེན་ཅན་སྒྲུ་མ་མཁུན།

Народження людиною, повнота власних органів чуття,  
В країні серединній, достойний спосіб власного життя,  
У Вчення тверда віра — це п'ять твоїх дарів.  
Поява Будди, Дхарми проповідь та існування Вчення,  
Духовного Святого Друга підтримка і наслідування Вчення —  
Це п'ять оточення дарів.

Дарами володію, та, загубив їх з власної вини  
Через обставини неясні, відправився у інші народження й світи.

Всезнаючий Гуру, зверни мої думки до Дхарми.  
Всезнаючий Владико, на низький путь не дай піти у найми.  
Ти Вчитель нероздільний, пам'ятай про мене!

Трудність здобуття

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

Якщо не скористаюся своїми перевагами й здобутками — Не зможу я знайти опору для досягнення свободи у майбутньому. Розтративши заслуги всі щасливого народження і благих днів, По смерті я блукатиму в дурних народженнях приземлених світів.

Не розрізняю чесноти й нечесноти, звучання чисте Дхарми не почую, Духовного я Друга не зустріну, о, як жахливо я усе зруйную! Народження людське — це винятковість. Та, живучи серед людей пітьми, Багато їх погрозою в нечеснотах, і рідко хто за Дхармою живе, як вдень зірки.

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Милосердний Вчитель!

Вісім непередбачуваних обставин

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་རྟེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུད།  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཆོ།  
སྒྲོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུཅ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུཅ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུཅ།

Хоч я прибув на найцінніший острів, народження людини, В досягненні свободи хиткий розум не дійде й середини.

Під владою умов і п'яти ядів, що тиснуть перешкодами, Відволікають лінню й неблагою кармою, як раб під кодами, Зі страху Дхарму вчу, вдаю, що практикую, невігластво — Обставин вісім роблять Дхарми практику без сенсу, некрасивою.

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Милосердний Вчитель!

Вісім нусумісних з Дхармою обставин

སྒྲོ་ཤས་རྒྱུད་ཞིང་དང་པའི་ནོར་དང་བྲལ།  
འདོད་སྟེད་ནགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྟོད་རྩལ།  
མི་དག་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་མཐའ་ལོག།  
རིས་ཆད་སློ་ཡི་མི་ཁོམ་ནམ་པ་བརྟུད།  
བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་ཁྱར་ལྷགས་པའི་ཆོ།  
སློ་སྣ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སླ་མ་མཁུན།

Слабке відречення, неусвідомлення твердої віри цінності,  
Прив'язаність до світу марна, схильність до розпусти і невір-  
ності, Неблагочесна насолода та шкідливі дії через край, Від-  
сутність інтересу та порушення обітів і самай, — Це вісім станів  
розуму, що несумісні з Дхармою, як лід у спеці.

Коли вони приходять — Дхарми практика моя у небезпеці!

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий  
Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Ми-  
лосердний Вчитель!

## 2.2 Непостійність життя

ད་ལྟ་ནད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མ་གཟིར།  
བློ་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས།  
རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་དུས་འདིར།  
སྟོམས་ལས་ངང་དུ་དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་ན།  
འཁོར་དང་ལོང་ས་སྤྱོད་ཉིད་འབྲེལ་བ་ལ།  
ལྟ་ཅིག་ཅེས་པར་བརྒྱུད་བའི་ལུས་འདི་ཡང།  
མལ་གྱི་ནང་ནས་ས་ཕྱོགས་སྟོང་པར་བསྐྱལ།  
ཕ་དང་བྱ་ཚོད་ཁྱི་ཡིས་འདྲད་པའི་དུས།  
བར་དོའི་ཡུལ་ན་འཇིགས་པ་ཉིན་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་ཞེ།

Тепер я сповнений стражданнями й хворобами сповна, Але під владу інших не потрапив я, подібно до раба.

Тому коли я, маючи предосконалий успіх незалежності, Людське життя розтрачу через лінь без цілі із необережності, Коли скарби прийдеться залишити і близьких, рідню, коханих, Коли це випечене тіло переселиться з землі жаданих В пустинне місце для розшматування лисам, стерв'ятникам, собакам, Тоді в бардо вже не залишиться нічого, окрім страху й жаху.

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Милосердний Вчитель!

## 2.3 Закон причини та наслідку безпомилковий

དག་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་ནུས་སྒྲིབ་བཞིན་འབྲང།

Наслідки благочесних і неблагочесних дій  
Завжди ідуть за мною, як бджолиний рій.

## 2.4 Недоліки самсари

Страждання у гарячих адах

ཁྱད་པར་དུལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།  
ལྷགས་བསྐྱེགས་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་འབྲུགས་ཁྲོ་རྒྱར་འཚོད།  
ཀླན་ནས་ཚ་བའི་མེས་བསྐྱེགས་བརྒྱད་ཚན་གཅིག།

Якщо вже народжуся я лихим створінням адів,  
Обезголовлений і зраний я буду на поверхні лави,  
Розсічений пилою і роздроблений гарячим молотом,  
Зі страху буду вити, оточений залізним мороком,  
Пронизаний гарячим списом, зварений у лаві,  
Спалений полум'ям, пізнаю я весь жах восьми гарячих адів.



## Страждання в холодних адах

གངས་རི་སྒྲག་པོའི་འདབས་དང་རྩ་འབྲུགས་ཀྱི།  
གཙང་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱ་ཡུག་སྟེབས།  
གང་རེག་རྩུང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་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།  
ལྷགས་རིང་འདོན་ཅིང་སོ་ཐམ་པགས་པ་འགས།  
ཤུ་ཐོན་ནས་ལྷག་པར་འགས་ཏེ་བརྒྱད།

Там, на гірських вершинах, біля обривів льодяних,  
Посеред місць страшних, де заметіль та білий сніг,  
Моє преніжне тіло стрічає вітер, що не стих,  
Його у гнійні язви й рани трансформує гріх.  
То безперервний плач, стражденний крик людини,  
Котру в немислимих стражданнях покидають сили.  
Глибоко дихаю, сціпивши зуби до кісток.  
Плоть тлі заживо, не даючи піти, хоча до смерті крок.  
Пізнати відчай весь восьми холодних вдів то урок.

Страждання в проміжних адах

དེ་བཞིན་སྤྱི་མིའི་ཐང་ལ་རྒྱུ་ཤོགས།  
རལ་མིའི་ཚལ་དུ་ལུས་ལ་བཅད་གཏུབས་བྱེད།  
རོ་མུགས་འདམ་རྒྱུད་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་གྲོང་།  
མནར་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་དང་འགྱུར་བ་ཅན།

Стрічками розрізано ступні в Рівнині із Лез,  
У Лісі Мечів наше тіло шматують ножами,  
Затягує Яма Вугілля, Болото Трупарні без меж, -  
Ось Адів Проміжних страждання трапляються з нами.

Страждання в невизначених адах

སྒོ་དང་ཀ་བ་ཐབ་དང་ཐག་པ་སོགས།  
རྟག་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་ཉི་ཚེ་བ།  
རྣམ་གངས་བཅོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།  
ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཀུན་སྒོང་སྤྱིས་པའི་ཚོ།  
སྒོ་སྒྲ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུལ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུལ་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུལ།

Дверми, колонами, мотузками та піччю — чим завгодно я стаю,  
Й мінливого я аду рабство пізнаю.  
Причиною народження у вісімнадцяти адах  
Є сильний гнів і ненависть моя, це жах.

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий  
Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Ми-  
лосердний Вчитель!

## Страждання у світі голодних духів

དེ་བཞིན་ཕོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཡུལ།  
བཟའ་བཏུང་ལང་ས་སྤྱོད་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།  
ཟས་སྒོམ་ལོ་ཟླར་མི་རྟེན་ཡི་དྲགས་ལུས།  
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྟོབས་ཉམས་ནམ་པ་གསུམ།  
གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྩ་ནི་སེར་སྣ་ཡིན།

У темряві й безодні, де про комфорт і воду не чули й поготів,  
Там прети не знаходять питво і їжу впродовж довгих місяців й  
років. Тіла настільки виснажені в них, що навіть не стоять. Во-  
ни страждають від трьох видів забруднень і заклять. Подібне  
переродження — це жадібності результат.

## Страждання у світі тварин

གཅིག་ལ་གཅིག་བཟའ་གསོད་པའི་འཇིགས་པ་ཆེ།  
བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པས་ཉམ་ཐག་བྱུང་དོར་ཆོངས།  
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྐྱག་བསྐལ་གྱིས་གཟིར་བའི།  
ས་བོན་གཏི་མུག་སྐྱན་པར་འབྱམས་པ་བདག་  
སྟོ་སྣ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུན།

В постійнім страсі, що тебе хтось з'їсть, утомлені від рабства, Не  
знаючи, що прийняти, а що відкинути, де знак шаманства, Тва-  
рини, зв'язані стражданням нескінченним, суть якого — вперта  
тупість. Коли я потрапляють в темряву невідання — безвихідь  
бачу, глухість.

Всезнаючий Гуру, зверни думки мої до Дхарми, Всезнаючий  
Владико, Не дай зійти на путь низький, мій Нероздільний Ми-  
лосердний Вчитель!

## Осмыслення власних помилок

### Три колісниці

ཚོས་ལས་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།  
ལས་གོལ་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хоч я ступив на Дхарми путь, та помилок не зрікся я, між іншим.  
Хоч увійшов у браму Махаяни, не маю наміру творити благо ін-  
шим. Посвячення чотири я отримав, але не практикую всі стадії  
зародження й завершення. О Вчителю, звільни мене від цього  
помилкового шляху збезчещення!

### Світогляд, медитація та поведінка

ལྷ་བ་མ་རྟོགས་ཐོ་ཙའི་སྤྱོད་པ་ཅན།  
སྒྲིམ་པ་ཡང་ས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་འུད་གོག་  
འཐག་སྤྱོད་པ་ནོར་ཀྱང་རང་སྤྱོད་མི་སེམས་པའི།  
ཚོས་རྗེད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Світогляд я не втілював у життя, веду себе як Йогин Мудрості  
Безумної. Без стійкості та медитації собі я дозволяю застигнути  
в концепціях та грі ума. Хоч поведінка моя помилкова, та про  
себе не маю думки я осудної. О Вчителю, звільни мене від впер-  
тості й високомірності, байдужості і зла!

Відволікання від справжнього життя

ནང་པར་འཆི་ཡང་གནས་གོས་ལྟེང་།  
ན་ཚད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྟེ་ཤས་བལ།  
ཐོས་པ་རྒྱུད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲིམ།  
མ་རིག་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།

Померти можу завтра, але чіпляюсь за житла й багатства чари.  
Хоч я немолодий, але позбавлений розчарування й зречення  
Самсари. Пізнавши краплю Дхарми, я хвастаюсь усім в своїй  
ученості. О Вчителю, звільни мене же від подібної обмеженості!

Вісім світських клопотів

རྒྱུན་ཁར་འཆོར་ཡང་འདྲུ་འཛི་གནས་སྟོར་སེམས།  
དབེན་པ་བརྟེན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་ངེས།  
དུལ་བར་སྤྲེལ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།  
ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།  
གཉིད་འཇུག་འདི་ལས་སྦྱར་དུ་སད་དུ་གསོལ།  
ཁྲི་སྟན་འདི་ལས་སྦྱར་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།  
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་བྱུགས་ཆེ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ།

Хоч небезпекам піддаюсь, та Дхарму я шукаю,  
Місця для спілкування із людьми паломництвом вважаю.  
В ретриті я, свідомість — посох, не розмина півкулю ліву.  
Хвалюся спокоєм, але не вільний я від жадібності й гніву.  
О Вчителю, від восьми цілей світських мене ти захисти!  
Зі сну глибокого невігластва мене ти пробуди!  
Із цього темного самозаточення мене звільни!

### 3 Пам'ятування притулку

དགོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཅུ་བ་གསུམ་།

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

དོ་བོ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྩེའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་།

བྱང་ཆུབ་སྤྲིང་པའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་།

У Трьох Дорогоцінностях, в їх сутностях сугатах,

У Трьох Коренях: Гуру, Дева і Дакіні,

В Вітрах, в Каналах, та Сферах, в їх природі Бодхічітті,

У Мудрості Природи Пустоти

— природі розуму мого,

У Мудрості Присутньої тут Світлоносності

— природі мовлення мого,

У Мудрості Всепроникаючого Милосердя

— природа тіла мого,

Приймаю я притулок аж до досягнення сутності просвітленої  
мудрості!

## 4 Оновлення просвітленого осмисленого наміру

དོ་ ལྷ་ཚོགས་སྒྲུང་བ་རྒྱུ་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱུ་  
འཁོར་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུ་དུ་འཁྱམས་པའི་འགོ་  
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་བསོའི་ཕྱིར་  
ཚད་མེད་བཞི་ཡི་ངང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་

Істоти зачаровані, за ілюзорними процесами, як відблиск місяця в воді, Які блукають безкінечно серед гріхів самсари у омані та пітьмі! Щоб відпочили ви у власнім просторі сам'усвідомлення, Любов безмежну активую вже, і милосердя, й задоволення, І рівність розуму пробудженого, серце Ботхітті, в самопізнанні!

Три рази

## 5 Очищення Ваджрасаттви

ཨུཾ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྤྱི་བོ་རུཾ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་མེ  
རྒྱུ་ལས་སྒྲ་མ་རྩོམ་མེས་མེས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་སྐུ་  
རྩོམ་རྩིལ་འཛིན་སྟེམས་མ་འཁྲིལ་ ཁྱེད་ལ་སྐྱབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་  
འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་ ཕྱིན་ཆད་སྤྲིག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོམ་  
ཁྱེད་སྐྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་  
བཞེས་པ་སྤྲགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོ་སྤྱོད་མཚམས་ནས་  
བདུད་ཅི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་ཀྱི་སྤྲིན་ ག་བྱར་རྩལ་ལྷར་འཛག་པ་ཡིས་  
བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་ ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྤྲག་བསྐྱལ་རྒྱུ་  
ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྱིལ་ལྷང་གི་བེཾ་ མ་ལུས་བྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ་

A! Я у звичній формі, ось на моїй голові У центрі квітки лото-  
са на місяця дузі Переображається Хум в Гуру, у Ваджрасаттву.  
І, давши білій сяючій Самбогакаї клятву, В обіймах із дружи-  
ною тримає ваджру і дзвінок. Прошу про захист і очищення  
від неблагих думок! Зізнаюся в гріхах з глибоким покаяттям,  
Не повторю їх знов під страхом смерті й катування! На місяця  
дузі у центрі твого серця, Склад Хум, оточений мантрою, ніжно  
в'ється. Із місця заклику й мантри читання в благоденстві, Де,  
як в раю, злилось подружжя в насолоді та блаженстві, Хмари-  
на там амріти-бодхічітти сходить, Подібно до потоку камфори,  
всіх водить. Прошу, моє та трьох світів істот Недобре мислення  
і карму очисти з нечистот. Це — джерело страждань, хвороб і  
негативу. Злі впливи і затьмарення очисти до краплини!



ཨོ་བཙྰ་སྟ་ས་མ་ཡེ། མ་ནུ་ཕུ་ལ་ཡེ། བཙྰ་སྟ་རྟེ་ཤོ་པ་ཏིལྱ་འི་རྟོ་མེ་བླ་ཤེ།  
 སུ་རྟེ་ཕྱེ་མེ་བླ་ཤེ། སུ་པོ་ཕྱེ་མེ་བླ་ཤེ། ཨ་ནུ་རྟེ་མེ་བླ་ཤེ། སའ་མི་རྩི་མྱེ་པ་ཡམྱཾ།  
 སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་རྩི་བྱེ་ཡི། ཀུ་རུ་རྩྱི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། བླ་ག་ལྷ་ན།  
 སའ་ཏ་བླ་ག་ཏ་བཙྰ་ལུ་མེ་ལུ་བླ་མ་མ་རྟ་ས་མ་ཡེ་སྟ་ཨུ།

ОМ БАДЗРА САТО САМАЯ МАНУ ПАЛАЯ  
 БАДЗРА САТО ТЕНОПА ТІШТО ДРИДХО МЕБХАВА  
 СУТО КАЙО МЕБХАВА  
 СУПО КАЙО МЕБХАВА  
 АНУ РАКТО МЕБХАВА  
 САРВА СИДДХІ МЕМПРАЯЦА  
 САРВА КАРМА СУЦАМЕ  
 ЧІТТАМ ШРИ ЯМ КУРУХУМ  
 ХА ХА ХА ХА ХО БХАГАВАН  
 САРВА ТАТХАГАТА  
 БАДЗРА МА МЕ МУНЦА  
 БАДЗРІ БХАВА МАХА  
 САМАЯ САТО А

рецитууй скільки зможеш

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་རྒྱུ་ལས་པ་ཡིས།  
 དམ་ཆོག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།  
 ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།  
 གཙོ་བོ་རྩི་རྩི་འཛིན་པ་སྟེ།  
 ཐུགས་རྩི་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།  
 འཕྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི།

Захиснику! Через невігластво моє за край  
 Пішов я на порушення моїх самай.  
 Патроне Ламо, будь моїм притулком і щитом!  
 Мандал Владико, Ваджрадхара, царю всіх істот,  
 І Втілення Великого ти Співчуття,  
 В тобі одним Пристанище приймаю я.



སྤྱི་གསུང་བྱུགས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།  
 སྤྱིག་པ་དང་སྤྱིབ་པ་ཉེས་ལྷུང་བྱི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།  
 ཞེས་བཅོད་པས་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དབྱེས་བཞིན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱིག་སྤྱིབ་ཉེས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཞེ་འོད་དུ་ཁུ་ནས་རང་ལ་ཐེམ་པའི་རྒྱུན་ལས།  
 རང་ཉིད་ཀྱང་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ སྤང་སྤྱོད་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བྱར་གྱུར་པའི་  
 བྱུགས་སོག་རྒྱུ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྱུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
 ལམས་གསུམ་སྟོད་བཅུད་དང་བཅས་པ་དོར་སེམས་རིགས་ལྗེ་  
 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 раство-  
 ряется во мне! Так я становлюсь Ваджрасаттвой, проявляющи-  
 мся, но пустым по природе, подобно отражению в зеркале. Из  
 слога ХУМ в сердечном центре, и окружающим его четырех  
 слогов, исходят лучи света. Все существа всех миров и всех  
 вселенных сливаются с Ваджрасаттвой и Пяти Семействами,  
 проявляя чистую мандалу, достигают состояния Будды!

ཨོ་བཏྲ་སྟ་རྒྱུ། Начитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤུང་དུ་བདག་ དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།  
 Через благодать 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་ཨུཾ་ཧཱུྃ་

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

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྟ་མིའི་འབྱོར་པས་གདམས་།

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

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

OM A HUM

Миллиард вселенных трехтысячекратных миров,

Заполненных семью видами драгоценностей

И богатствами богов и людей,

Подношу вместе со своим телом и владениями!

Благодаря этому подношению

Да стану я вселенским царем Дхармы!

### 6.2 Подношение мандалы Самбогакаи

འོག་མིན་བདེ་ཆེན་སྣུག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་།

ངེས་པ་ལྟ་ལྟན་རིགས་ལྟའི་ཆོས་བྱ་ཅན་།

འདྲོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་བསམ་ཡས་པ་།

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

Непревосходимая, блаженная, прекрасная земля Будд,

Наделенная собранием пяти семейств

И пяти превосходных совершенств,

А также невообразимые облака чувственных удовольствий —

Благодаря этому подношению

Да наслажусь я чистой землей Самбогакаи!

### 6.3 Подношение мандалы Дхармакаи

སྒྲིབ་མཁོ་སྤྱི་ཐོག་གཞིན་ཅུ་བྱམ་པའི་སྐྱེ་  
བྱུགས་རྩེ་མ་འགགས་ཚེས་ཉིད་ལོ་པའི་བྱུག་  
སྐྱེ་དང་ཐིག་ལའི་འཛིན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་  
ཕུལ་བས་ཚེས་སྐྱེའི་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག་

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

## 7 Порождение накопления Кусали: Чод

ཕུ།

ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་ལྟ་བདུད་ཚེས་སེ།

སེམས་ཚངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན།

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙེམ་ཁྲིམ་མར་གྱུར།

གཡས་ཉིན་མོངས་བདུད་འཛེམས་གི་གྲུག་གིས།

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙེམ་ཐོད་པ་བྲེགས་མེད།

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་བྱུང་བློགས་།

སྐྱུ་གཟུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྐྱེད་བྱར་བཞག་།

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བཅ་རོ་དེ།

ཨ་ཐུང་དང་རྟོ་ཡིག་གིས་བདུད་རྩིར་བཞུགས།

འབྲུག་གསུམ་གྱི་རྣམ་པས་སྤྱད་སྤེལ་བ་སྤྱད།

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

три́мя сло́гами ОМ А ХУМ!

ཨོཾ་ཨཱཾ་མཱཾ་      рецитируй

ཡང་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་།  
 ཆོགས་ཨོགས་ནས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ།  
 མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉམས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
 ལྷ་པར་དུ་གཏོད་བྱེད་བགལ་སེམས་ཆིམ།  
 ལྷ་གཤོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི།  
 རྒྱུན་དཔྱད་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག།  
 མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀྱན།  
 གཤིས་ཨོགས་པ་ཆེན་པོར་མ་བོས་ཨ།

Исполняю желания верхних гостей подношения,  
Завершаю накопление и обретаю обычные и высшие достиже-  
ния,  
Удовлетворяю нижних гостей самсары и выплачиваю все дол-  
ги,  
В особенности насытив вредоносных и препятствующих духов,  
Умиротворяю в пространстве болезни, злых духов и припят-  
ствия,  
Стираю в пыль дурные условия и цепляния за "Я".  
В заключение подношения, объекты подношения все полно-  
стью  
Растворяются в естественном Великом Совершенстве. А!

## 8 Гुरु Йога

### 8.1 Визуализация

ཨེམ་ཙོཾ་

རང་སྒྲུང་ལྷན་གྱི་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།

བཀོད་པ་རབ་ཚློགས་ཟངས་དོག་དཔལ་རིའི་དབུས་།

རང་ཉིད་གཞི་ལུས་དྲོ་རྩལ་འབྱོར་མ་།

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

ཞབས་གཉིས་དོར་སྒྲབས་སྒྲན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་།

སྤྱི་བོར་བསྐྱེད་འབྱམས་བདལ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་།

སྒྲབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཙུ་བའི་བྲམ་དང་།

དབྱེར་མེད་མཚེས་སྤྱི་དྲོ་རྩལ་པའི་སྒྲ་།

དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་གཞོན་ཅུའི་ཤ་རྒྱལ་མ་ཙན་།

ཐོད་ཁ་ཆོས་གོས་ཟ་བེར་འདུངས་གསོལ་།

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

ཕྱག་གཡས་དྲོ་རྩལ་གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས་།

དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པདྨའི་མཉེན་ལྷ་གསོལ་།

མཆན་ཁུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཚེག་མ་།

སྤྲུལ་པའི་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་ཁྱིམ་ཕྱི་གསུམ་བསྐྱམས་།

འཇམ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ཕུང་གྲོང་ན་བཞུགས་།

ཕྱི་འཁོར་འོད་ལཱའི་བྲམ་མཛོས་པའི་གྲོང་།

སྤྱི་པའི་རྩེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྷ་དང་།

རྒྱ་བོད་པཎ་གྱི་པ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་།

མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་དམ་ཙན་སྤྱིན་ལྷར་གཏོབས་།

གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཆེན་པོའི་དང་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 распутившегося тысячелепесткового лотоса,  
Коренной Учитель, воплощение всех объектов прибежища,  
В форме Нирманакаи Падмасамбхавы,  
В расцвете юности, с легким румянцем,  
В парчовом одеянии, халате цвета неба,  
Монашеской накидке и царской мантии,  
С одним лицом, двумя руками, в игривой царской позе:  
В правой руке ваджра, в левой череп с сосудом.  
На голове пятилепестковая лотосовая шапка.

Прижимая изгибом 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་ མོ་ཀུན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཆོམས་  
 བསྐྱ་གེས་རྩོང་པོ་ལུང་  
 ཡ་མཆོན་མཆོག་གི་དངོས་སྤྱབ་བརྟེས་  
 བསྐྱ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་  
 འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱོར་  
 ཅེད་ཀྱི་རྩེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི་  
 ཕྱིར་གྱིས་བསྐྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་  
 གྱུར་བསྐྱ་མེནྟི་རྩི་

XYM

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

### 8.3 Семь ветвей

རྩི་བདག་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་དུ་  
ནམ་པར་འཕྱལ་པས་ཕྱག་འཆལ་ལི་  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤུལ་ཉིང་འཛིན་མཐུས་  
སྤང་སྲིད་མཆོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ་  
སྟོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་ནམས་ཀྱན་  
འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱི་ངང་དུ་བཤགས་  
བདན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡི་  
དགོ་ཆོགས་ཀྱན་ལ་རྒྱུ་ཡི་རང་  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ།  
ཐེག་གསུམ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་  
ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་  
ལྷ་རན་མི་འད་འབུགས་གསོལ་འདེབས་  
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཅུ་ཀྱན་  
བྱང་རྩལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ་

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

། རྩོམ་པ་ལྟོན་གྱི་རྩུ་ལྟོན་པོ་ཆེ་  
ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱལ་མཆོག་ཅན་གྱི་  
ཐུགས་རྩིས་ལྟོན་པའི་འདུས་པའི་དཔལ་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་པུ་  
ལུས་དང་ལོངས་སྟོན་སྟོན་པའི་  
སྟོན་པ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་འབུལ་  
འདོན་སྐྱོང་བྱ་བ་མ་ཐོབ་པར་  
སྟོན་སྐྱོང་ལེགས་ཉེས་མཐོན་པའི་གྲུ་  
རྩོམ་པ་ལྟོན་པོ་པའི་འབྱུང་མཁའ་  
མོ་ལྟོ་སྟོ་བཟོ་གྱི་རྩུ་ལྟོ་

Благородный владыка, Непревзойденная Драгоценность,  
Ты — славное воплощение милосердия  
и благословения всех Будд,  
Единственный защитник всех существ,  
Тело, богатство, сердце и мышление, подношу тебе без сомне-  
ний!

С этого мгновения, пока не обрету пробуждение,  
В счастье и страдании, в радости и печали, в успехе и неудаче,  
Всевеликий благородный владыка, помни меня!

## 8.5 Благопожелания

ཕྱི་བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་ཅེ་  
ད་ལྟའི་དུས་ངན་སྟིགས་མའི་འགོ་  
མི་བཟད་སྤྱག་བསྐྱེད་འདམ་དུ་བྱིངས་ཅེ་  
འདི་ལས་སྦྱོབས་ཤིག་མ་རྒྱ་གུ་རུ་  
དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ཅེ་  
རྟོགས་པ་སྤོར་ཅིག་བྱགས་རྩེ་ཅན་ཅེ་  
སྤྱིབ་གཉིས་སྦྱོངས་ཤིག་ཁུས་མཐུ་ཅན་ཅེ་  
ཨོ་ཨྱོ་རྩྱུ་བཟོ་གུ་རུ་པ་རྒྱ་སྤྱི་རྩྱུ་

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

## 8.6 Растворение

༥ རྣམ་ཞིག་ཆོ་ཡི་དུས་བྱས་ཆོེ་ རང་སྣང་རྩ་ཡབ་དཔལ་རིའི་ཞིང་།  
བྱང་འབྲུག་སྤྱལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། གཞི་ལུས་དོ་རྩེ་ན་ལ་འབྱོར་མེ།  
གསལ་འཆར་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་རུ། ལྷ་རྣམ་རྩེ་བཙུན་པད་འབྱུང་དང་།  
དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ། བདེ་དང་སྦྱོང་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི།  
ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྩོལ་པ་ལས། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པེ།  
འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ། རྩེ་བཙུན་པདྨས་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ།  
གསོལ་བ་སྦྱིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས། ཁ་ཙམ་ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་ནོ།  
ཕྱིན་ལྷབས་བྱགས་ཀྱི་གྲོང་ནས་སྦྱོལ། བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

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

ཨོ་ཨུཾ་ཧྱཱྃ་བཏྌ་གུ་རུ་པདྨ་སི་རྟི་རྟིཾ་

OM A HUM BADDRA GURU PEMA SIDDHI HUM

## 9.1 Молитва линии передачи

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 Да-  
кинь,  
Молю, даруйте освобождение и всеведение!

འཇིག་རྒྱུ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བའི་ལྷ་གུ་དང་།  
དཔལ་སྡུལ་འཇིག་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཞབས།  
མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེན་གཞན་ཕན་སྤངས་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་ཆོས་སྡུབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི།  
འཇིག་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ལྷུང་བཤོད་ནས།  
སྐྱབ་ཞི་གོ་འཕང་ལྷུང་དུ་འཐོབ་པར་ཤོག།

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



## 9.2 Благопожелания этой жизни

སྲིད་ལས་ངས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས་  
དོ་རྩེའི་བླ་མ་དོན་ལྷན་མིག་བཞིན་བརྟེན་  
ཅིག་སྤྱད་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་  
ལྟམ་རྒྱུད་མེད་པའི་བསྐྱབ་ཚུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས་  
ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་ལྟེན་འཕོ་བར་ཤོག་  
སྤང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་  
ལྟ་སྤགས་ཆོས་སྐྱར་དག་རྫོགས་སྤྲིན་པའི་འབྲས་  
སྤང་བྱེད་བྱ་རྩལ་མེད་པའི་རྫོགས་པ་ཆེ་  
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་  
ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྩེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་  
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲོལ་འཇའ་ཟེར་སྤྱབས་  
སྤྱད་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤང་གོང་དུ་འཕེལ་  
རིག་རྩལ་ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབས་  
ཆོས་ཟད་སྟོ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་  
གཞོན་ནུ་བྱམ་སྐྱར་གཏན་སྲིད་བྲིན་པར་ཤོག་

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

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

### 9.3 Благопожелания о промежуточном состоянии

ཤིན་རྒྱལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་རྒྱུད་དེ།  
 རགས་ལུས་དངས་མའི་དབྱིངས་སུ་མ་གྲོལ་ན།  
 རྣམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བསྐྱེད་བའི་ཆེ།  
 འཆི་བ་འོད་གསལ་ཀ་དག་ཆོས་སྐྱར་ཤར།  
 བར་དོའི་སྒྲུང་ཆལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱར་གྲོལ།  
 ལྷགས་ཆོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རྩལ་རྫོགས་ནས།  
 མ་པང་བུ་འཇུག་ལྟ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག།

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

светоносность изначальной чистоты Дхармакаи!

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

## 9.4 Благопожелания о следующей жизни

གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཕྱི་  
སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་ཚོལ་ཚས་སྒྲིའི་ཞལ་  
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན་  
མ་བསྐྱེམ་སངས་རྒྱལ་ཚས་ལྗེའི་ལམ་མཆོག་ལ་  
བསྐྱེན་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗེ་དང་  
ཁྱད་པར་པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱལ་རྩེས་  
གསང་ཆེན་ཚས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་  
སྤེལ་གྱི་བྱ་བར་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་སྟེ་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཛོར་བདག་འགྱུར་ཤོག་

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



## 9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

འཇིག་རྟེན་གྱི་ལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རླབས་དང་།  
ཚོས་དབྱིངས་བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་བདེན་པ་ཡིས་།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་ཚོགས་སྒྲིན་སྤྱད་ས་གསུམ་གྱི་།  
རྟེན་འབྲེལ་མངོན་གྱུར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག་།

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

## 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་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས།  
ལུས་ཀྱི་ལས་དང་ཚུའི་སྦྱིབ་པ་དག  
སྐུ་དོ་མེད་ཀྱི་སྒྲུབས་ཞུགས།  
བུམ་པའི་དབང་ཐོབ།  
བསྐྱེད་རིམ་ཀྱི་སྒྲོང་དུ་གྱུར།  
ནམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
སྤུལ་སྤྱིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

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

## 10.2 Тайное посвящение

མགིན་པ་ནས་ལྷ་ཡིག་སྒྲ་རྩ་ག་ལྟར་འབར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་མགིན་པ་ནས་ལྷགས།  
ངག་གི་ལས་དང་རྒྱུང་གི་སྒྲིབ་པ་དག  
གསུང་རྩི་རྩི་ལྷ་བས་ལྷགས།  
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
བཞུས་བཅོད་ཀྱི་སྒྲོད་དུ་གྱུར།  
ཆོད་བང་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག

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



### 10.3 Посвящение Мудрости

ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ཡིག་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་ཞུགས།  
ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་ཐིག་ལེའི་སྒྲིབ་པ་དག  
ཐུགས་དོ་རྩེའི་བྱིན་ལྟ་བུ་ཞུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།  
བདེ་སྟོང་ཅན་ལིའི་སྟོང་དུ་གྱུར།  
ཕྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
ཆོས་སྐུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

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

སྒྲུབ་ཡང་བྱུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་རྩྱུ་ཡིག་གཉིས་པ་ཞིག་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་བྱ་ཆད།  
 རང་སེམས་དང་ཐ་དད་མེད་པར་འབྲེས།  
 ཀུན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤྲངས།  
 ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེའི་བྱིན་རྒྱལས་ཞུགས།  
 ཆོག་གིས་མཆོད་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།  
 ཀ་དག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲོད་བྱ་ལྟར།  
 ལྷན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱིས་པོན་ཐེབས།  
 མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་དོ་བོའི་ཉིད་སྒྲུའི་སྒྲུལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག་གོ

ཨོྭ་ཨུཿ་བརྩ་གྲུབ་སྒྱུ་མཁའ་

50

## 10.5 Стадия растворения

ལྷ་མའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་རྫོད་དང་བཅས་པ་  
ཞིག་ཕྲལ་གྱིས་བྱང་བ་བདག་ཉིད་དོ་རྗེ་ནལ་འབྱོར་མར་  
གསལ་བའི་སྤྲིང་གར་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་འོད་དམར་གྱི་  
གོང་བུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྤྱགས་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་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།  
བདག་གི་སྙིང་གར་པར་གདན་བཞུགས་ལ།  
བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བརྩམས་ཏེ།  
སྐྱེ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསེལ།

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་སྒྲ་མའི་ནས་པར་བར་པ་ལ།  
སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྦྱེ་ཞིང་།  
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མས་གུས་ཀྱིས།  
སྒྲ་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.

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

Да не буду я разделен во всех рождениях со святым Учителем.  
И, насладившись величиим Дхармы,  
Полностью завершу все пути Просветления,

Достигну быстро состояния Ваджрахары Великого Пробуждения!

## 11.2 Посвящение заслуг

དག་བ་འདི་ཡིས་སྒྲིབ་ཀྱིན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྲགས་རྫོགས་ཤིང།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འཕྲོ་ཀྱན་དག་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་ཇུར་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།  
དག་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།  
དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།  
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚྲག་ཏུ་བསྟུགས་པ་སྟེ།  
བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀྱན་ཀྱང།  
བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི།

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

### 11.3 Оособые благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྔ་ན་ཐོབ་པར་ཤོག།  
སྐྱེ་མ་ཐག་དུ་ཆོས་དང་འཕྲད་ཐུང་ཅིང་།  
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།  
དེར་ཡང་གྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་།  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།  
ཆོས་རྟོགས་ནས་ནི་སྤིང་པོའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།  
ཆེ་དེར་སྤྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།  
སྤྲིད་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།

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

ཅེས་ཐོགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟ་ ོང་ཆེན་སྙིང་ཐེག་གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ ངག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྒྲེབས་པ་རྣམས་མཁུན་ལམ་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གླིང་  
 པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ བསྐྱངས་ཤིང་དམ་ཚིག་ལ་མོས་པ་ཐོབ་པའི་ ཐུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཕྱིན་ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་ཐིས་པའི་  
 དགེ་བས་རྩིས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་མ་སངས་ རྒྱལ་སུ་མཐོང་འབྲས་གྱིས་རང་རིག་ཀྱན་ཏུ་བཟུང་ པའི་རང་ཞལ་མཛེན་དུ་གྱུར་ནས་འགྲོ་ལམས་རྒྱ་མཚོ་  
 ལ་ཕན་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག་

Это собрание предварительных практик Сердечной Сущности Обширного Пространства  
 Великого Совершенства было записано тантрическим йогиним Джигме Тринле Озером,  
 вскормленным добротой святых учителей: Ригдзином Джигме Лингпа и достигшим твер-  
 дости в самае. Благодаря накопленным этим заслугам да будут ученики видеть в учителе  
 самого Будду и в результате этого да узрят они собственный лик самоосознавания, Са-  
 мантабхадру, 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 Нёндру.
- 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.