

༡༡། །ཇོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཏིག་  
གི་སྒོན་འགོའི་ངག་འདོན་ཁྲིགས་  
སུ་བསྐྱེབས་པ་རྣམ་མཁུན་  
ལམ་བཟང་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

Додрубчен Джигме Трінлей Озер

Неперевершений шлях  
для пізнання зразу 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་འཕྱལ་ངོམ་ཡང་ཕུང་ཁམས་སྤྱེ་མཆེད་གཟུགས་དང་འཛིན་པ་བྲལ།  
མི་ལི་གཟུགས་སུ་སྤྱང་ཡང་མཁུཅན་བཟེད་འོད་ཟེར་རྩྱུང་འབར་རྒྱལ་བ་དངོས།  
ཆོ་འདྲི་ཙམ་དུ་མ་ལིན་གཏན་གྱི་སྤྲབ་སུ་ཁྱེད་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་སྡོན་རྒྱུ་འཕྲོ་བའི་རག་འདོན་གླིགས་སྟུ་བསྟེབས་པ་ལ།

Тут представлена практика Лонгчен Нінгтік Ньондро.

## Благословіння мовлення

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།

ལྷོ་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་བུའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།

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

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

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 пригласных

ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་།  
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་།  
ར་ཐ་ད་ན་ལ།  
ཏ་ཐ་ད་ན་ལ།  
བ་མ་བ་མ་ལ།  
ཡ་ར་ལ་ཤ།  
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 разів

ཨོཾ་ཡེ་ཤུ་མུ་ཏེ་རུ་པ་བླ་མུ་ཏེ་རུ་ཉྩེ་ཤུ་མུ་ག་ཏེ་བྱ་མ་དང་།  
ཏེ་ཤུ་མུ་ཡེ་མི་རོ་བླ་ཨོཾ་མུ་ཏེ་མ་རྒྱ་མུ་མ་ཁེ་མུ་ཏེ་།

## Мантри підсилення заслуг

ཨོྭ་མཁུ་ར་མཁུ་ར་བི་མ་ནུ་སྐྱ་ར་མ་རྩ་ཐུ་མཁུ་ཨྱོ།  
ཨོྭ་སྐྱ་ར་སྐྱ་ར་བི་སྐྱ་ན་སྐྱ་ར་མ་རྩ་ཐུ་བ་ཨྱོ།

ཨོ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་བ་བརྟ་བྱ་ཡེ་སྒྲ་  
རྩི་བཟོ་ངོ་རྩ་མཁུ་རྩ་བ་བརྟ་མི་ཨོ།

ОМ РУЦІ РАМАНІ ПРАВАРДАЄ СОХА  
ХРИ БАДЗРА ДЗІХА  
МАНТРА ДХАРА ВАР ДХАНІ ОМ 3 рази

ཡིད་མཁྱིའི་བརྒྱམས་པའི་ཐོག་མར་འདི་དང་དབྱངས་གསལ་རྟེན་སྟོན་བཅས་བརྒྱམས་པས་མེད་པ་ལྟིན་གྱིས་བརྒྱབ་སུ་པ་དང་།  
སྐབས་ལྷ་ཁ་ལྷས་ལའང་བདག་གུ་ཐོ་རྒྱལ་པའི་མཁུ་སྟེང་དར་གསལ་སུ་མོ།

8



# 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 відданно 7 разів

སྙིང་དབྱུས་དད་པའི་གེ་སར་བཞད་པ་ནས།

སྐྱབས་གཅིག་རྒྱུ་ཅན་ལྷ་མ་ཡར་ལ་བཞེངས།

ལས་དང་ཉྑམ་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་བཞེངས་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་རྩད་འགོ་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།

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་སྦྲེས།  
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་རྩེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་ངེན་ཅན་སྒྲ་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 попередбачуваних 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་འཕམ་བུང་ཉེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུང་།  
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 несумісних з Дхармою обставин

སྒྲིགས་རྒྱུ་ཞིང་དང་པའི་ནོར་དང་བྲལ།  
འདོད་མེད་ནགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྒྲིད་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་ཆོ།  
སྒོ་སྒྲ་ཆོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུན་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བློ་ཅན་སྒྲ་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་སྦྱག་བསྐྱེད་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་སྦྱོད་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

དགེ་ལྷན་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་བསྐྱུགས་ས་གཞིར་མཚན་གྱིས་མགོ་ལྷུས་འབྲལ།  
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལྷུས་འབར་བས་འཚོར།  
སྒོ་མེད་ལྷགས་ཁྱུ་མི་འབྱུམས་པར་འོ་དོད་འབོད།  
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྱུགས་ཁོ་རྒྱར་འཚོད།  
ཀླན་ནས་ཚ་བའི་མེས་བསྐྱུགས་བརྒྱད་ཚན་གཅིག།

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་རྒྱ་འབྲགས་ཀྱི།  
གཙང་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱུག་སྒྲེབས།  
གང་རེག་རྒྱང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་ཚོ་ནི།  
རྒྱ་བྱར་ཅན་དང་སྒྲག་པར་བརྒྱལ་བ་ཅན།  
སྒྲེ་སྒྲགས་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་།  
ཚོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱལ་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་སྒྲོང་སྤྱིས་པའི་ཚོ།  
སྒོ་སྒྲ་ཚས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གྱུ་རུ་མཁུ་ཞེ།  
ལས་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུ་ཞེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་འིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཁུ་ན།

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་རྒྱ་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་  
ལྷོ་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 іншим.  
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 впертості 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་བསྐྱལ་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་སྒྲ་ཡང་ཆགས་སྤང་མ་ཞིག་པའི།  
ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།  
གཉིད་འཇུག་འདི་ལས་སྦྱར་དུ་སད་དུ་གསོལ།  
ཁྲི་སྒྲན་འདི་ལས་སྦྱར་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།  
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་བྱུགས་མེ་བསྐྱང་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་མཆོག་

ཅ་རྒྱུད་ཐེག་ལའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་

དོ་བོ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྗེའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་མཆོག་

བྱང་ཆུབ་སྤྲིང་པའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆོག་

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!

ནོ་ ལྷ་ཚོགས་ལྷ་དང་བ་ལྷ་ཁྱེད་ཀྱིས་  
འཁོར་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཏུ་འབྱམས་པའི་འགྲོ་  
རང་ཟིག་འདྲ་གསལ་དབྱིངས་སུ་དལ་བསའི་ཕྱིར་  
ཚད་མེད་བཞི་ཡི་རང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་

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་རྩེ་རྩེ་སེམས་མེ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་སྤྱུ་  
རྩེ་རྩེ་འཛིན་སྟེམས་མ་འཁྲིལ་མེ ཁྱད་ལ་སྤྱབས་གསོལ་སྤྲིག་པ་སྤྱོདས་མེ  
འཁྱོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་མེ ཕྱིན་ཆད་སྤྲིག་ལ་བབས་ཀྱང་སྤྲོམ་མེ  
ཁྱོད་བྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྤྱོད་མེ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤྲིགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་མེ  
བཟླས་པ་སྤྲིགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་མེ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོལ་སྤྱོད་མཚམས་ནས་མེ  
བདུད་རྩི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་སྤྲིན་མེ ག་བྱར་རྩལ་ལྷར་འཛག་པ་ཡིས་མེ  
བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་མེ ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྤྲིག་བསྐྱལ་རྒྱུ་  
ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྱིལ་ཉེས་ལྷུང་གི་བེ མ་ལུས་བྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ་མེ

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 сходять, 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་གླ་ཤེ།  
 སུ་རྟེ་ཕྱེ་མེ་གླ་ཤེ། སུ་པོ་ཕྱེ་མེ་གླ་ཤེ། ཨ་ནུ་རྟེ་མེ་གླ་ཤེ། སའ་མི་རྩི་མྱེ་པ་ཡེ་ལྷོ།  
 སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་རྩི་ཤེ་ཡེ། ཀུ་རུ་རྩི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། གླ་ག་ལྷ་ན།  
 སའ་ཏ་སྒྲ་ག་ཏ་བཙྰ་ལུ་མེ་སུ་ཕྱེ་གླ་ཤེ་མ་ནུ་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་རྟོངས་པ་ཡིས།  
 དམ་ཆོག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།  
 གླ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།  
 གཙོ་བོ་རྩི་རྩི་འཛིན་པ་སྟེ།  
 སྐྱགས་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་བྲགས་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་ཁྱོད་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་ སྤངས་སྤོང་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བྱར་གྱུར་པའི་  
 ཐུགས་སོག་རྩྭ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
 ཁམས་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་བཙྰ་སྙ་རྩྭ་། འཁྲིལ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

དེ་གེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱར་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་ཨུལ་རྩྱེ་

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

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྷ་མིའི་འབྱོར་པས་གདམས་མཁའ་

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

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

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་མཁའ་

ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་རིགས་ལྷའི་ཆོས་བྱ་ཅན་མཁའ་

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

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

Непревосходимая, блаженная, прекрасная земля Будд,  
Наделенная собранием пяти семейств  
И пяти превосходных совершенств,  
А также невообразимые облака чувственных удовольствий —  
Благодаря этому подношению  
Да наслажусь я чистой землей Самбогакаи!

### 6.3 Подношение мандалы Дхармакаи

སྒྲིབ་མཁོ་སྤྱི་ཐུག་གཞིན་ཅུ་བྱམ་པའི་སྐྱེ་  
བྱུགས་རྩི་མ་འགགས་ཚུལ་ཉིད་ལོ་པའི་བྱུག་  
སྐྱེ་དང་ཐིག་ལའི་འཛིན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་  
ཕུལ་བས་ཚུལ་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

ཕཌེ།

ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་ལྟ་བདུད་ཚོམས་མེད།

སེམས་ཚངས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན།

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙམ་ཁྲིམ་མར་གྱུར།

གཡས་ཉིན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གུག་གིས།

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙམ་ཐོད་པ་བྲེགས།

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུ་ཐོགས།

སྒྱུ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྒྱེད་བྱར་བཞག།

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ།

ཨ་ཐུང་དང་ཉྩྭ་ཡིག་གིས་བདུད་ཅིར་བཞུ།

འབྲུ་གསུམ་གྱི་རྩས་པས་བྱུང་སྒྲེལ་བསྐྱར།

ПХАТ

Отбросив цепляние за любимое тело, повергаю демона богов.  
Мышление вылетает в пространство через отверстие на ма-  
кушке.

Повергая демона-владыку смерти, становлюсь Гневной Мате-  
рюю.

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་ཨུཾ་ཧཱུྃ།    рецитируй

ཡང་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་།  
 ཆོགས་ཨྲོགས་ནས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ།  
 མང་འཁོར་བའི་མགོན་མཉམས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
 ལྷ་པར་དུ་གཏོད་བྱེད་བགལ་སེམས་ཆེམ།  
 འདྲ་གཤོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི།  
 རྒྱུན་དཔར་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག།  
 མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀྱན།  
 གཤིས་ཨྲོགས་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!

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག།      расслабься в естественном состоянии

## 8 Гурӯ Йога

## 8.1 Визуализация

ཨེ་མ་རྟོ།

རང་སྒྲུང་ལྟོན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།

བཀོད་པ་རབ་ཚླགས་ཟང་མདོག་དཔལ་འི་འདུས་པ་།

རང་ཉིད་གཞི་ལུས་དོ་རྩེ་ནལ་འབྱོར་མེ།

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

ཞབས་གཉིས་དོར་སྟབས་སྟུན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས།

ཕྱི་བོར་པར་འབྱུང་བར་ལ་ཉི་ཟླའི་སྐྱེང་།

སྐྱུ་བས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཅུ་བའི་སྒྲ་མ་དང་།

དབྱེར་མེད་མཆོ་སྐྱེས་དོ་ཁྱེ་སྤྲུལ་པའི་སྐྱེ།

དཀར་དམར་མདངས་ལྡན་གཞོན་ལྷུང་གི་ཤ་ཆུགས་ཅན་།

ཕྱིད་ཁ་ཚེས་གོས་བྱ་བར་འདྲུང་མ་གསེལ།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྟབས་༖

ཕྱག་གཡས་དོ་རྩེ་གཡོན་པས་ཐོད་བྱམ་བསྐྱམས་ཅེ།

དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པརྩའི་མཉེན་ཁུ་གསོལ།

མཆན་བྱང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུལ་མཆོག་མ།

སྐུ་ཕུང་ལྔ་ལྟ་བུ་གྱི་ཁ་ཏྲུ་ཅེ་གསུམ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཅེ།

འཇམ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་མུང་གློད་ན་བཅུགས།

ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྡན་དྲུག་བས་མངོས་པའི་གློང་།

སྐུ་ལ་པའི་རྩེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྔ་དང་།

ཐུ་བོད་པའ་ཁྱུ་བ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་།

མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་དམ་ཅན་སྒྲིན་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 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 лotosовая 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 Данакоша, 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་  
མྱ་ངན་མི་འད་འབུགས་གསོལ་འདེབས་  
དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཅུ་ཀྱན་  
བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ་

Совершаю простиранья, 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་སྤྲོད་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར་  
སྟོན་སྟུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀྱང་  
རྩོམ་པ་ལྟོན་པོ་པའི་འབྲུང་མཁའ་  
ཨོ་ཨུ་རྩི་བཟོ་གྱི་རྩུ་ལྟོན་པོ་

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་མེད་  
བྱུང་འབྱུག་སྤྱལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ གཞི་ལུས་རྩོུ་རྣལ་འབྱོར་མེད་  
གསལ་འཆར་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་རུ་ བྱུར་ནས་རྩོུ་བཙུན་པད་འབྱུང་དང་མེད་  
དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ བདེ་དང་སྦྱོང་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་  
ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྩོུ་པ་ལས་ ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་  
འབྱེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་ རྩོུ་བཙུན་པད་སྤྲུལ་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ་  
གསོལ་བ་སྦྱིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས་ ཁ་ཚམ་ཆོག་ཚམ་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་བཙོ་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་ཚེས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཞབས།  
 མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེན་གཞན་ཕན་སྤང་བའི་དཔལ།  
 འཇམ་དབྱངས་དབང་རྒྱལ་ཅུ་བའི་བླ་མ་ལ།  
 གསེལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།  
 དེ་ལྟར་གསེལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས།  
 དམ་ཆེས་སྡུབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི།  
 རིག་འཇིག་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་ལྷུང་བཤོད་ནས།  
 ལྷ་བཞི་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་ལྷག་གིས་།  
དོ་རྗེའི་བླ་མ་དོན་ལྷན་མིག་བཞིན་བརྟེན་།  
ཅིག་སྤྱང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་།  
ཉམ་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་།  
ལྷ་སྤགས་ཆོས་སྐྱར་དག་རྗེས་སྤྲོད་པའི་འབྲས་།  
སྤང་བྲུང་བྱ་ཚུལ་མེད་པའི་རྗེས་པ་ཆེ་།  
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས་།  
ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྗེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག་།  
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲོལ་འཇའ་ཟེར་སྤྱབས་།  
སྤྱད་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤང་གོང་དུ་འཕེལ་།  
རིག་ཅུལ་ལོངས་སྤྲིའི་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  
     запредельно исследованию 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་ཆ་ལོངས་སྤྱོད་ཚྲགས་སྐྱར་གྲོལ།  
 རྒྲེགས་ཆོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རྩལ་ཚྲགས་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་ཚེའི་ཆོས་སྐུ་འཛིན་ལུང་  
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ནུ་  
མ་བསྐྱེམ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུང་ལམ་མཆོག་ལུང་  
བསྐྱེན་ནས་རང་བཞིན་སྤྱུལ་པའི་ཞིང་ལྗང་དང་  
ཁྱད་པར་པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྱང་དུ་  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཆོག་ཨོ་རྒྱན་རྩེས་  
གསང་ཆེན་ཆོས་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་སྦྱངས་གསུམ་གྱི་།  
རྟེན་འབྲེལ་མངོན་གྱུར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག་།

Благодаря благословениям океана победоносных Видьядхар  
И силе истины Дхармадхату, запредельной мышлению,  
Опираясь на свободы и преимущества,  
Да реализую я взаимозависимость  
Завершения, созревания и очищения, чтобы все стали 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་ཕྱིན་རྒྱབས་ལྷགས།  
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
བཟླས་བཅོད་ཀྱི་སྒྲོད་དུ་བྱུང།  
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 Гуру струятся лучи света.  
Входя в меня через макушку, они очищают неблагую карму,  
созданную речью, и омрачения ветров;  
Приносят благословение ваджрной речи;  
Даруют тайное посвящение;  
Делают меня подходящим сосудом для начитывания;  
Засевают семя бессмертного держателя осознания;  
И даруют мне силу для становления Самбогакаей.



### 10.3 Посвящение Мудрости

ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ཡིག་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་ཞུགས།  
ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་ཐིག་ལེའི་སྒྲིབ་པ་དག  
ཐུགས་དོ་རྩེའི་བྱིན་ལྟ་བུ་ཞུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།  
བདེ་སྟོང་ཙུང་ལིའི་སྟོང་དུ་བྱུང།  
ཕུག་ཀྱི་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.

#### 10.4 Символическое посвящение

སྒྲུབ་ཡང་སྐྱུ་གཤེད་ཀྱི་ཡིག་གཉིས་པ་ཞིག་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་ཆད།  
རང་སེམས་དང་ཐ་དད་མེད་པར་འདྲེས།  
ཀུན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས།  
ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་བྱིན་རྒྱལ་ཞུགས།  
ཆོག་གིས་མཆོན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།  
ཀ་དག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་དུ་ལྟར།  
སྤྱན་རྒྱལ་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐབས།  
མཐར་སྐྱུ་གཤེད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་རོབ་ཉིད་སྐྱེའི་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 слова;  
Делает меня подходящим сосудом для практики  
Изначально чистого великого совершенства;  
Засевает семя спонтанного держателя осознания;  
И дарует мне силу для достижения  
окончательного результата — Свабхавикакаи.

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་ཧྲུཾ་པཱཾ་སིདྲིཾ་ཧཱཾ་

OM A HUM BADDHRA GURU PEMA SIDDHI HUM

## 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་ངེན་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།  
སྐྲད་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་གུན་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་པ་འདི་ཡིས་སྒྲིབ་ཀྱིན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྲགས་ཚྲགས་ཤིང་།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འཕྲོ་ཀྱན་དག་པ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་།  
བྱས་དང་བྱེད་འཇུག་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་།  
དག་པ་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་པའི་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་ བསྐྱེད་ཤིང་དམ་ཚིག་ལ་མོས་པ་ཐོབ་པའི་ ཐུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཕྱིན་ལས་འདྲ་བེད་གྱིས་ཐེས་པའི་  
 དགོ་བས་ཐེས་འཇུག་རྣམས་གྱིས་སྒྲུ་མ་སངས་ རྒྱལ་སུ་མཐོང་འབྲས་གྱིས་རང་རིག་ཀྱན་ཏུ་བཟང་ པོའི་རང་ཞལ་མཛེན་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: 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 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.