

КРАТКИЙ ТЕКСТ *для*
ЧЕТЫРЁХ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ
ПРАКТИК



Е.С. КАРМАПА XVII
ОГЬЕН ТИНЛЕЙ ДОРДЖЕ

КРАТКИЙ ТЕКСТ ДЛЯ ЧЕТЫРЁХ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

Е.С. КАРМАПА XVII
ОГБЕН ТИНЛЕЙ ДОРДЖЕ



DHARMA EBOOKS

СОДЕРЖАНИЕ

Краткая молитва к линии преемственности Ваджрадхары

Четыре общих основания

**КРАТКИЙ ТЕКСТ ДЛЯ ЧЕТЫРЁХ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ
ПРАКТИК**

I. Прибежище и бодхичитта

II. Практика Ваджрасаттвы

III. Подношение мандалы для собрания накоплений

IV. Гуру-йога

གསེལ་འདེབས་དོ་རྩེ་འཆང་ཐུང་མ།

КРАТКАЯ МОЛИТВА К ЛИНИИ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ
ВАДЖРАДХАРЫ

དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་ཉི་ལོ་རྒྱ་རོ་དང་། །

ДОР ДЖЕ ЧАНГ ЧЕН ТЭ ЛО НА РО ДАНГ

О великий Ваджрадхара, Тилопа, Наропа,

མར་པ་མི་ལ་ཆོས་རྩེ་སྒྲུལ་པོ་པ། །

МАР ПА МИ ЛА ЧЁ ДЖЭ ГАМ ПО ПА

Марпа, Миларепа, владыка Дхармы Гампопа,

དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཁྱེན་ཀམ་པ། །

ДЮ СУМ ШЭ ДЖА КЮН КХЬЕН КАР МА ПА

Знающий три времени всеведущий Кармапа,

ཆེ་བཞི་ཚུང་བརྒྱད་བརྒྱད་པར་འཛིན་རྣམས་དང་། །

ЧЕ ШИ ЧУНГ ГЬЕ ГЬЮ ПАР ДЗИН НАМ ДАНГ

Держатели четырех старших и восьми младших линий,

འབྲི་སྟག་ཆའ་གསུམ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་སོགས། །

ДРИ ТАК ЦАЛ СУМ ПАЛ ДЭН ДРУК ПА СОК

Дрикунг, Таклунг, Цалпа, славной Друкпа,

ཟབ་ལམ་སྤྲལ་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བཞེས་པ་འདི། །

САБ ЛАМ ЧАК ГЬЯ ЧЕ ЛА НГА НЬЕ ПЭЙ

И все, кто познал глубокий путь Махамудры,

མཉམ་མེད་འགྲོ་མགོན་དྲགས་སོ་བཀའ་བརྒྱད་ལ། །

НЬЯМ МЭ ДРО ГЁН ДАК ПО КА ГЬЮ ЛА

Несравненные защитники существ – Дакпо Кагью,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་བརྒྱད་སྒྲ་མ་ནམས། །

СОЛ ВА ДЭБ СО КА ГЬЮ ЛА МА НАМ

Я молюсь вам, мастера Кагью, я храню вашу линию,

བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་ནམ་ཐར་གྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །

ГЬЮ ПА ДЗИН НО НАМ ТХАР ДЖИН ГЫ ЛОБ

Даруйте благословение, чтобы я следовал вашему примеру!

ཞེན་ལོག་སྒོམ་གྱི་རྒྱུ་པར་གསུངས་པ་བཞིན། །

ШЭН ЛОК ГОМ ГЫ КАНГ ПАР СУНГ ПА ШИН

Как сказано в учениях, отречение – стопы медитации.

ཟས་ནོར་ཀུན་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པ་དང་། །

СЭ НОР КЮН ЛА ЧАК ШЕН МЭ ПА ДАНГ

Созерцателю, который освободился от привязанности к пище и богатству,

ཆེ་འདིའི་གདོས་ཐག་ཆེད་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

ЦЭ ДИЙ ДО ТАК ЧЁ ПЭЙ ГОМ ЧЕН ЛА

И отсек цепляние к этой жизни, даруйте благословение, чтобы

རྟེན་བཀུར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྩོབས། །

НЬЕ КУР ШЕН ПА МЭ ПАР ДЖИН ГЫ ЛОБ

Я не стремился к выгоде и славе.

མོས་གུས་སྒྲིམ་གྱི་མགོ་བོར་གསུངས་པ་བཞིན། །

МЁ ГЮ ГОМ ГЫ ГО ВОР СУНГ ПА ШИН

Как сказано в учениях, преданность – голова медитации.

མན་ངག་གཏེར་སྒྲིའབྱེད་པའི་སྒྲིམ་ལ། །

МЭН НГАК ТЭР ГО ЧЕ ПЭЙ ЛА МА ЛА

Созерцателю, который непрерывно молится Гуру,

རྒྱུན་དུ་གསེལ་བ་འདེབས་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

ГЬЮН ДУ СОЛ ВА ДЭБ ПЭЙ ГОМ ЧЕН ЛА

Открывающему врата сокровищницы устных наставлений,

བཅོས་མིན་མོས་གྲས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

ЧЁ МИН МЁ ГЮ КЬЕ ВАР ДЖИН ГЫ ЛОБ

Даруйте благословение, чтобы во мне зародилась истинная преданность.

ཡེངས་མེད་སྒྲིམ་གྱི་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་བཞིན། །

ЕНГ МЭ ГОМ ГЫ НГО ШИР СУНГ ПА ШИН

Как сказано в учениях, неотвлечение – тело медитации.

གང་ཤར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་སོ་མ་དེ། །

ГАНГ ШАР ТОК ПЭЙ НГО ВО СО МА ДЭ

Когда всё, что возникает – свежесть, сущность постижения.

མ་བཅོས་དེ་ཀར་འཛོག་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

МА ЧЁ ДЭ КАР ДЖОК ПЭЙ ГОМ ЧЕН ЛА

Созерцателю, который пребывает, ничего не меняя,

བསྐྱེམ་བྱ་སྒོ་དང་བྲལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ГОМ ДЖА ЛО ДАНГ ДРАЛ ВАР ДЖИН ГЫ ЛОБ

Даруйте благословение, чтобы моя медитация была свободна от умопостроений.

ནུམ་རྟོག་ངོ་བོ་ཆོས་སྐྱུར་གསུངས་པ་བཞིན། །

НАМ ТОК НГО ВО ЧЁ КУР СУНГ ПА ШИН

Как сказано в учениях, природа концептуального мышления – Дхармакая.

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ལ། །

ЧИ ЯНГ МА ЙИН ЧИР ЯНГ ЧАР ВА ЛА

Ничто, она проявляется, как что угодно.

མ་འགགས་རྒྱུ་པར་འཆར་བའི་སྐྱེམ་ཆེན་ལ། །

МА ГАК РОЛ ПАР ЧАР ВЭЙ ГОМ ЧЕН ЛА

Созерцателю, который видит всё возникающее как непрерывную игру,

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

КХОР ДЭ ЕР МЭ ТОК ПАР ДЖИН ГЫ ЛОП

Даруйте благословение, чтобы я познал нераздельность сансары и нирваны.

སྒྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། །

КЪЕ ВА КЮН ТУ ЯНГ ДАК ЛА МА ДАНГ

Пусть во всех рожденьях я не разлучаюсь с истинным Гуру,

འབྲུལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

ДРАЛ МЭ ЧЁ КЫ ПАЛ ЛА ЛОНГ ЧЁ ЧИНГ

И всегда наслаждаюсь величием Дхармы.

ས་དང་ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །

СА ДАНГ ЛАМ ГЫ ЙОН ТЭН РАБ ДЗОК НЭ

В совершенстве обретя качества всех ступеней и путей,

རྫོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཟུར་ཐོབ་ཤོག། །

ДОР ДЖЭ ЧАНГ ГИ ГОПХАНГ НЬЮР ТХОБ ШОК

Да достигну я без промедления состояния Ваджрадхары!

ཅེས་པའང་བན་སྐར་བ་འཇམ་དཔལ་བཟང་པོས་མཛད་པའོ། །

Составлено Пенгаром Джампелем Зангпо.

ЧЕТЫРЕ ОБЩИХ ОСНОВАНИЯ

༥ མི་ལུས་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་བྲིད་ཀྱི་ངག་འདོན་ནི།

1. Драгоценное человеческое рождение

དང་པོ་བསྐྱེམ་བྱ་དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་འདི། །

ДАНГ ПО ГОМ ЧА ДАЛ ДЖОР РИН ЧЕН ДИ

Прежде всего я созерцаю драгоценное человеческое рождение, наделённое свободами и богатствами.

ཐོབ་དཀའ་འཇིག་སླ་ད་རེས་དོན་ཡོད་བྱ། །

ТХОБ КА ДЖИК ЛА ДА РЭ ДОН ЙО ЧА

Его так трудно обрести и так легко утратить.

༥ འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ནི།

2. Смерть и непостоянство

གཉིས་པ་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་། །

НЬИ ПА НО ЧЮ ТХАМ ЧЕ МИ ТАК ЧИНГ

Во-вторых, мир и населяющие его существа непостоянны.

སྒོས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་སྒོག་ཚུ་བུར་འད། །

ГЁ СУ ДРО ВЭЙ ЦЭ СОК ЧУ БУР ДРА

В особенности эта жизнь подобна кругам на воде.

ནམ་འཆི་ཆ་མེད་འཆི་ཆ་རོ་རུ་འགྱུར། །

НАМ ЧИ ЧА МЭ ШИ ЦЭ РО РУ ГЬЮР

Кто знает, когда я умру и превращусь в прах?!

དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་པན་སྤྱིར་བཏོན་པས་བསྐྱབ། །

ДЭ ЛА ЧЁ КЫ ПХЭН ЧИР ЦЁН ПЭ ДРУБ

Поскольку лишь Дхарма сможет помочь мне тогда, я буду практиковать с усердием.

༄ ལས་རྒྱ་འབྲས་ནི།

3. Карма - причина и следствие

གསུམ་པ་ཤི་ཆེ་རང་དབང་མི་འདུ་བར། །

СУМ ПА ШИ ЦЕ РАНГ ВАНГ МИ ДУ ВАР

В-третьих, в момент смерти я буду бессилён.

ལས་ནི་བདག་གིར་བྱ་སྤྱིར་སྡིག་པ་སྤང། །

ЛЕ НИ ДАГ ГИР ЧА ЧИР ДИК ПА ПАНГ

Чтобы стать хозяином своей кармы,

དགེ་བའི་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་འདའ་བར་བྱ། །

ГЕ ВЭЙ ЧА ВЭ ТАК ТУ ДА ВАР ЧА

Я откажусь от неблагих поступков и буду всегда совершать добродетель.

ཞེས་བསམ་ཉིན་རེ་རང་རྒྱད་ཉིད་ལ་བརྟག།

ШЕ САМ НЫН РЭ РАНГ ГЬЮ НЫ ЛА ТАК

Помня об этом, я каждый день проверяю свой ум.

༄ འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི།

4. Изъяны сансары

བཞི་པ་འཁོར་བའི་གནས་གྲོགས་བདེ་འབྱོར་སོགས། །

ШИ ПА КХОР ВЭЙ НЭ ДРОК ДЭ ДЖОР СОК

В-четвёртых, места обитания, друзья, удовольствия и богатства сансары

སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུམ་གྱིས་རྟག་ཏུ་མནར་བའི་བྱིར། །

ДУК НГАЛ СУМ ГЫИ ТАК ТУ НАР ВЭЙ ЧИР

Всегда заражены тремя страданиями.

གསོད་སར་ཁྲིད་པའི་གཤེད་མའི་དགའ་སྟོན་ལྟར། །

СО САР ДРИ ПЭЙ ШЕ МЭЙ ГА ТОН ТАР

Они словно пир накануне смертной казни.

ཞེན་འཁྲིས་བཅད་ནས་བརྩོན་པས་བྱང་རྒྱུ་བསྐྱབ། །

ШЕН ТРИ ЧЕ НЭ ЦЁН ПЭ ДЖАНГ ЧУБ ДРУБ

Поэтому я отсеку все узы и приложу усилия, чтобы достичь пробуждения!

ཞེས་པས་ཐུན་མོང་གི་ཐོན་འགོ་བཞི་དང་།།



Гуру Ваджрадхара

༄༅། །སྒྲིན་འགྲོ་བཞེསྒྲུར་གྱི་དག་འདོན་མདོར་བསྐྱུས་བཞུགས་སོ། །

КРАТКИЙ ТЕКСТ ДЛЯ ЧЕТЫРЁХ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ
ПРАКТИК

དབལ་ལྷན་བྱུང་བདག་དོ་རྗེ་འཆང་དབང་རིགས་ཀྱན་གཙོ་བོ་སྒྲ་མ་ཀམ་པ། །

Глава всех семейств будд, славный, могущественный и
вездесущий Владыка Ваджрадхара – Гуру Кармапа,

དགྱིལ་འཁོར་ཀྱན་གྱི་འབྱུང་གནས་སྤིད་ཞིའི་དབལ་གྱུར་ཡི་དམ་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་
མ། །

Источник всех мандал, слава сансары и нирваны – Йидам
Ваджрайогини,

སྒྲིན་ལས་ཀྱན་གྱི་བྱེད་པོར་དབང་བསྐྱུར་ཆོས་སྦྱོང་བེར་ཅན་ལྷམ་བྲལ་ལ། །

Защитники Дхармы, владеющие пробуждённой активностью, –
Бернакчен с супругой,

རྣལ་འབྱོར་ཅེ་གཅིག་གྱུས་པས་འདུད་དོ་འབྲལ་མེད་བྱུགས་རྗེས་སྦྱོང་བར་མཛོད།
།

Я, йогин, склоняюсь перед вами с однонаправленным
почтением. Прошу, всегда защищайте меня своим
состраданием!

འདིར་གང་ཟག་གང་ཞིག་ལས་སྤྱན་མོང་བས་རྒྱད་སྤངས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བས། ཚད་ལྡན་གྱི་སྒྲ་མའི་
སྤང་ནས་དབང་དང་གདམས་པ་ལེགས་པར་ཁྱེས་ཏེ། སྤྱག་ཆེན་གྱི་སྤྱན་མིན་སྡོན་འགྲོའི་འདོན་སྡོམ་
བཟུང་བ་ལ།

Очистив свой поток ума с помощью общих предварительных практик, следует надлежащим образом испросить посвящение и наставления у сведущего гуру, и затем упражняться в начитывании и созерцании особых предварительных практик Махамудры:

༡ སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད།

I. ПРИБЕЖИЩЕ И БОДХИЧИТТА

ཐོག་མར་ཅི་བྱེད་ཆོས་སུ་འགོ་བ་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ལ། །ཐུན་དང་ཐུན་མཆོམས་གཉིས་ལས།
དང་པོ་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་བྱ་བ་གཞན་གྱི་སྒྲོས་བ་བཅད་དེ་བདེ་བའི་སྐྱན་ལ་ལུས་གནད་གཅུན་ཏེ།

Во-первых, чтобы всё, что вы делаете, соответствовало Дхарме, принимайте прибежище и зарождайте бодхичитту как во время сессий практики, так и в перерывах между ними. Во время практики оставьте все мирские заботы и дела, сядьте на удобное сиденье, примите правильную позу для медитации и произнесите следующее:

རང་མདུན་ནམ་མཁར་སྒྲ་མ་རྩོ་རྩེ་འཆང་། །

РАНГ ДЮН НАМ КХАР ЛА МА ДОРДЖЕ ЧАНГ

Передо мной в небе – Гуру Ваджрадхара,

དེ་ལ་དོན་བརྒྱད་བྱིན་རྒྱབས་བརྒྱད་པ་དང་། །

ДЭ ЛА ДОН ГЬЮ ДЖИН ЛАБ ГЬЮ ПА ДАНГ

Окружённый гуру линии передачи смысла и благословений,

ཆོས་འབྲེལ་དད་ཐོབ་སྒྲ་མའི་ཆོག་ས་ཀྱིས་བསྐྱོར། །

ЧЁ ДРЕЛ ДЭ ТХОБ ЛА МЭЙ ЦОК КЫ КОР

И гуру, в которых я обрёл веру и с которыми имею духовную СВЯЗЬ.

མདུན་དུ་ཡི་དམ་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས་དང་། །

ДЮН ДУ ЙИ ДАМ Е СУ САНГ ГЬЕ ДАНГ

Перед ними йидамы, справа будды,

རྒྱལ་ཏུ་དམ་ཚེས་གཡོན་དུ་དགེ་འདུན་བཅས་། །

ГЬЯБ ТУ ДАМ ЧЁ ЙОН ДУ ГЕН ДЮН ЧЕ

Позади священная Дхарма, слева Сангха.

རང་རང་རིགས་མཐུན་འཁོར་ཚོགས་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱོར། །

РАНГ РАНГ РИК ТХЮН КХОР ЦОК ГЬЯМ ЦО КОР

Все они окружены свитой себе подобных.

སྐབས་ལུལ་ཀུན་གྱི་སྤྱན་ལམ་འོག་ཕྱོགས་སུ། །

КЬЯБ ЮЛ КЮН ГЫ ЧЕН ЛАМ ОК ЧОК СУ

Перед этими источниками прибежища

མ་རྒྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་འཁོད་རྒྱུར་བས། །

МА ГЬЮР СЭМ ЧЕН КЮН КЬЯНГ КХЁ ГЬЮР ПЭ

Стою я и мои матери – все существа.

ཅེ་གཅིག་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གུར། །

ЦЕ ЧИК ЙИ КЬИ КЬЯБ ДРО СЭМ КЬЕ ГЬЮР

С однонаправленным умом мы принимаем прибежище и
зарождаем бодхичитту.

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ДАГ ДАНГ СЭМ ЧЕН ТХАМ ЧЕ ЛА МА ЛА КЬЯБ СУ ЧИО

Я и все существа идём за прибежищем к Гуру,

ཡི་དམ་ལྷ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ЙИ ДАМ ЛХА ЛА КЬЯБ СУ ЧИО

Идём за прибежищем к божествам-йидамам,

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

САНГ ГЬЕ ЛА КЬЯБ СУ ЧИО

Идём за прибежищем к Будде,

ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ЧЁ ЛА КЬЯБ СУ ЧИО

Идём за прибежищем к Дхарме,

དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ГЕН ДЮН ЛА КЪЯБ СУ ЧИО

Идём за прибежищем к Сангхе.

དགོན་མཆོག་རིགས་ལྔར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཅི་བྱས་དང་། དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མཐུད་དེ་
སེམས་བསྐྱེད་བྱ་བ་ནི།

Примите прибежище в этих пяти драгоценностях столько раз, сколько сможете. Затем, сохраняя ту же визуализацию, зародите бодхичитту:

བྱང་ཆུབ་སྣང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། །

ДЖАНГ ЧУБ НЫНГ ПОР ЧИ КЫИ ВАР

Пока не обрету сути пробуждения,

སངས་རྒྱས་ནྐམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

САНГ ГЪЕ НАМ ЛА КЪЯБ СУ ЧИ

Я прихожу за прибежищем к буддам,

ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །

ЧЁ ДАНГ ДЖАНГ ЧУБ СЭМ ПА ЙИ

Я прихожу за прибежищем к Дхарме

ཚོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ЦОК ЛА АНГ ДЭ ШИН КЪЯБ СУ ЧИ

И Сангхе бодхисаттв.

དེ་ལྟར་སྔོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་གྱིས། །

ДЖИ ТАР НГЁН ГЫИ ДЭ ШЕК КЫИ

Подобно тому, как сугаты прошлого,

བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །

ДЖАНГ ЧУБ ТХУК НИ КЪЕ ПА ДАНГ

Зародив бодхичитту,

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབས་པ་ལ། །

ДЖАНГ ЧУБ СЭМ ПЭЙ ЛАБ ПА ЛА

Проходили ступень за ступенью

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །

ДЭ ДАК РИМ ШИН НЭ ПА ТАР

Путь бодхисаттв

དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །

ДЭ ШИН ДРО ЛА ПХЭН ДОН ДУ

Так же и я, ради скитальцев сансары

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱེ་ཞིང་། །

ДЖАНГ ЧУБ СЭМ НИ КЬЕ ГЫ ШИНГ

Зародив бодхичитту,

དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱེད་པ་ལའང་། །

ДЭ ШИН ДУ НИ ЛАБ ПА ЛАНГ

Ступень за ступенью пройду

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པར་བགྱེ། །ལན་གསུམ།

РИМ ПА ШИН ДУ ЛАБ ПАР ГЫ

Путь бодхисаттв. *(Повторите три раза)*

Затем произнесети:

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །

ДЖАНГ ЧУБ СЭМ ЧОК РИН ПО ЧЕ

Пусть драгоценная бодхичитта

མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེ་གུར་ཅིག །

МА КЬЕ ПА НАМ КЬЕ ГЬЮР ЧИК

Возникнет в тех, в ком она ещё не возникла.

སྒྲིམ་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །

КЪЕ ПА НЬЯМ ПА МЭ ПА ДАНГ

В ком зародилась, пусть не убудет,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

ГОНГ НЭ ГОНГ ДУ ПХЭЛ ВАР ШОК

А всё более возрастает.

མཐའ་མར་སྐྱབས་ལུལ་འོད་ཁྱུ་བདག་དང་འབྲེས།

В конце объекты прибежища растворяются в свете и сливаются с вами.

གཉིས་པ་སྒྲུན་མཆམས་སུ། །རང་རྒྱད་བཏང་སྟོམས་སུ་མ་ལུས་བར། གཉིན་པོས་བཟུང་སྟེ། ལྷ་མ་ལ་
མོས་གུས་རྗེ་ཆེ། དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པ་ཅི་སྟེ། སེམས་ཅན་ལ་སྟིང་རྗེ་རྗེ་སྟེད་ལ་འབད་དགོས་པ་
ཡིན་ནོ། །

Во-вторых, в перерывах между сессиями не погружайтесь в состояние безразличия. Применяйте противоядия: старайтесь взрастить как можно большую преданность к Гуру, веру в Три Драгоценности и сострадание ко всем существам.



Гуру Ваджрасаттва

༡ རྟོག་སེམས་སྒྲིམ་བཞུས།

II. ПРАКТИКА ВАДЖРАСАТТВЫ

༥ རྟོག་སྒྲིམ་དག་པར་བྱེད་པ་རྟོག་སེམས་སྒྲིམ་བཞུས་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

Практика созерцания Ваджрасаттвы и начитывания стослоговой мантры, очищающая все нарушения и омрачения, совершается во время сессий и в перерывах между ними. Во-первых, практика созерцания во время сессий:

རང་གི་སྤྱི་བོར་པད་ལྷའི་གདན་གྱི་སྟེང་། །

РАНГ ГИ ЧИ ВОР ПЭ ДЭЙ ДЭН ГЫ ТЭНГ

Над моей головой на сидении из лотоса и луны

ལྷ་མ་རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་རྒྱན་ལྷན་དཀར། །

ЛА МА ДОР ДЖЕ СЭМ ПА ГЬЕН ДЭН КАР

Пребывает Гуру Ваджрасаттва, белого цвета. Он убран украшениями,

ཞལ་གཅིག་སྤྱག་གཉིས་གཡས་པས་རྩོ་རྩེ་དང་། །

ШЕЛ ЧИК ЧАК НЫ Е ПЭ ДОР ДЖЕ ДАНГ

С одним лицом и двумя руками.

གཡོན་པས་དེལ་བུ་འཛིན་ཅིང་སྐྱིལ་གྱུང་བཞུགས། །

ЙОН ПЭ ДРИЛ БУ ДЗИН ЧИНГ КЫЛ ТРУНГ ШУК

В правой руке держит ваджру, в левой – колокольчик и восседает в ваджарной позе.

ཐུགས་ཀར་རྒྱ་དགེལ་ལ་རྩྱི་དང་སྤྲུགས་ཐེང་བཅས་པ་གསལ་བར་དམིགས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་
བདུད་ཅིའི་རྒྱན་སྐྱེལ་ས་བརྒྱད་དེ་ཞབས་གཡས་པའི་མཐེ་བོང་ནས་བབས། རང་གི་ཚངས་བུག་ནས་
མར་ཞུགས། ཐྲིག་སྐྱིབ་ཐམས་ཅད་སྒྲག་ཚའམ་དུད་ཁུ་ལྟ་བུ་ཕྱིར་དོན་ལུས་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་
དེས་གང་བ་ལ་སེམས་གཏད་དེ།

Представьте в сердечном центре Ваджрасаттвы лунный диск, на нём слог ХУМ, окружённый цепочкой мантры. Поскольку вы обращаетесь к нему с молитвой, его тело наполняется нектаром. Затем нектар выходит из большого пальца его правой ноги и входит в вас через отверстие Брахмы на макушке головы. Все ваши омрачения и неблагие поступки очищаются, покидая ваше тело в виде чернил и копоты, в результате чего тело полностью наполняется нектаром. Представляя таким образом, начитывайте стослоговую мантру столько, сколько сможете:

ཨོ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་སྤ་ལ་ཡ། བཟླ་སཏྲ་ཏེ་ལ། ཏིཏྲ་འི་རྩོ་མེ་རྩ་ལ། སུ་
ཏི་ཏྲ་མེ་རྩ་ལ། སུ་པོ་ཏྲ་མེ་རྩ་ལ། ཨ་རུ་རྩོ་མེ་རྩ་ལ། སམ་སི་རྩི་སྤེ་བ་ཡ་ཚ།
སམ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅིཏྲ་བྲེ་ཡི་ཀུ་རུ་རྩྱ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོཾ་རྩ་ག་ལྷན། སམ་ཏ་སྤ་ག་
ཏ། བཟླ་སྤ་མེ་སྤུམ། བཟླ་རྩ་མ་རྩ་ས་མ་ཡ་སཏྲ་ལྷུཾ་ཨོ་བཟླ་སཏྲ་རྩྱ། །ཞེས་གྱུང་
ཅི་རུས་བཟླ་དེ།

ОМ БЕНДЗА САТО САМАЯ МАНУ ПАЛАЯ БЕНДЗА САТО

ТЕНОПА ТИШТА ДРИДХО МЭБХАВА СУТОКАЙО МЭБХАВА

СУПОКАЙО МЭ БХАВА АНУРАКТО МЭ БХАВА САРВА
СИДДХИМ МЭ ПРАЯЦА САРВА КАРМА СУЦАМЭ ЦИТТАМ
ШРИЯ КУРУ ХУМ ХА ХА ХА ХА ХО БХАГАВАН САРВА
ТАТХАГАТА БЕНДЗА МАМЭ МУНЬЦА БЕНДЗРИ БХАВА МАХА
САМАЯ САТО А

ОМ БЕНДЗА САТО ХУНГ

ཞེས་སོགས་བཤགས་བསྐྱེད་བྱ། རྫོག་མེས་ས་དཔས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་གོ་ཞེས་དགྲེས་པར་མཛད་
ཅིང་འོད་དུ་ཁྱུ་བ་རང་ལ་བསྐྱེད་ས་ནས་མཉམ་པར་བཞག།

Затем раскайтесь в совершённых неблагих поступках и пообещайте не совершать их впредь:

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་གཟིགས་ལྷ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ། །

ТХАМ ЧЕ КХЬЕН ЗИК ЛХА НАМ ГОНГ СУ СОЛ

Всеведущие, всевидящие божества, молю, подумайте обо мне!

ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཅག་གིས། །

ТХОК МА МЭ ПЭЙ ДЮ НЭ ДАК ЧАК ГИ

С безначальных времён под влиянием трёх ядов

དུག་གསུམ་དབང་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །

ДУК СУМ ВАНГ ГИ ЛЮ НГАК ЙИ СУМ ГЫ

Посредством тела, речи и ума

སྒྲུལ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདས་གྱུར་པ། །

ДОМ СУМ ГЯЛ ВЭЙ КА ЛЕ ДЭ ГЬЮР ПА

Я нарушал три типа обетов и наставления Победоносного.

ཉེས་ལྷུང་སྒྲིག་པའི་ལས་བགྱིས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

НЬЕ ТУНГ ДИК ПЭЙ ЛЕ ГЫ ТХОЛ ЛО ШАК

Я признаюсь и раскаиваюсь в содеянных нарушениях и неблагих поступках.

སླུན་ཆད་མི་བགྱིད་སྟོང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །

ЛЕН ЧЕ МИ ГЫ НЬОНГ ВАР МА ГЬЮР ЧИК

Я обещаю не совершать их впредь. Пусть я не испытаю их последствий!

ཞེས་སོགས་བཤགས་བསྐྱམ་བུ། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་གོ་ཞེས་དགྱེས་པར་མཛད་
ཅིང་འོད་དུ་ཁྱུ་བ་རང་ལ་བསྐྱེམས་ནས་མཉམ་པར་བཞག །

Произнеся это, раскайтесь в содеянном и исполнитесь решимости не совершать подобного впредь. Слыша это, Ваджрасаттва радуется и говорит: "Твои злодеяния очищены!" Затем он растворяется в свете и сливается с вами. Пребывайте в состоянии равностности.

གཉིས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཡང་། ཤར་མ་ཐག་ཏུ་བྲན་པས་བཟུང་ནས་འཕྲོ་བྲད་
བཅད་ནས་འཛིན་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་བཞག །སེམས་ཅན་གང་མཐོང་ཐོས་བྲན་གསུམ་བྱུང་རིགས་དང་།
ལྷག་པར་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ལ་དམིགས་ནས་རྡོར་སེམས་སྤྱི་བོར་བསྐྱོམ་ཞིང་ཡིག་བརྒྱ་བརྗོད་དོ། །

Второе, когда между сессиями возникают омрачения или мысли, осознавайте

их, как только они возникают. Полностью отсеки­те их и пребывайте в свободе от цепляния. Когда вы видите существ, слышите их или думаете о них, особенно о тех, кто совершил тяжкие злодеяния, представляйте Ваджрасаттву над их головой и читайте стослоговую мантру.

༣ ཚཱིག་པ་གསེག་མཐུལ།

III. ПОДНОШЕНИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ СОБРАНИЯ НАКОПЛЕНИЙ

༎ ཚཱིག་པ་གཉིས་ཇོགས་པར་བྱེད་པ་མཐུལ་གྱི་ཚཱིག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཞིང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་
སྐྱབ་པའི་མཐུལ། དངོས་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་མཚོན་པའི་མཐུལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། མཐུལ་གྱི་གཞི་
གང་ཡང་རུང་བར་ཕྱོགས་བཞི་དབུས་དང་ལྗང། བསྐྱའི་ཕྱོང་པོ་རེ་རེར་སེང་གོ་བརྒྱད་གྱིས་བཏེག་པའི་
རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་བསྐྱེད་ཁྲི་སྟེང་དུ། དབུས་སུ་ལྷ་མ། མདུན་དུ་ཡི་དམ། གཡས་སུ་སངས་རྒྱལ། རྒྱབ་
དུ་ཚེས། གཡོན་དུ་དགོ་འདུན་དགོན་མཚོག་ནམས་དང་། མཐར་དམ་པའི་ཚེས་སྟོང་བ་དང་བཅས་པ་
དམིགས་ལ། རོན་པོ་བཞིན་པས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཡང་འབུལ་ཏེ།

Практика подношения мандалы для собрания двух накоплений состоит из двух частей. Во-первых, во время сессий подносятся две мандалы – мандала достижения, представляющая собой поле для собрания двух накоплений, и мандала подношения, содержащая материальные объекты подношения. На основе первой мандалы, сделанной из любого подходящего материала, представьте в центре и четырёх сторонах лотосы, поверх каждого из которых стоят восемь львов, поддерживающих драгоценные троны. На них находятся сидения из лотоса, солнца и луны. На центральном троне восседает Гуру, перед ним йидамы, справа будды, позади тексты Дхармы, слева Сангха, то есть все драгоценности. По краям мандалы пребывают защитники. Памятуя о смысле визуализации, вознесите семичастную молитву:

འོག་མིན་ཚེས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་པོ་བྲང་དུ། །

ОГ МИН ЧЁ КЫ ЙИНГ КЫ ПХО ДРАНГ ДУ

Во дворце сферы Дхармадхату земли Акаништхи

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །

ДЮ СУМ САНГ ГЬЕ КЮН ГЫ НГО ВО НЫ

Пребывает сущность всех будд трёх времён,

རང་སེམས་ཆོས་སྐར་མཛོན་སུམ་སྟོན་མཛད་པའི། །

РАНГ СЭМ ЧЁ КУР НГЁН СУМ ТОН ДЗЭ ПЭЙ

Напрямую указывающая природу моего ума – Дхармакаю.

དཔལ་ལྷན་ལྷ་མ་དམ་པ་ལ་སྤྱག་འཆོལ། །

ПАЛ ДЭН ЛА МА ДАМ ПА ЛА ЧАК ЦАЛ

Я простираюсь перед истинным славным Гуру!

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱིས་སྤུལ་པ་ཡི། །

ЛЮ ДАНГ ЛОН ЧЁ ЙИ КЫ ТРУЛ ПА ЙИ

Своё тело, имущество и все желанные объекты, какие только могу представить,

མཆོད་པ་ཀྱན་གྱིས་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པར་བགྱེ། །

ЧЁ ПА КЮН ГЫ ЧЁ ЧИНГ ТО ПАР ГЫ

Я подношу и возношу хвалу.

སྒར་བྱས་སྡིག་པ་མ་ལུས་བཤགས་པར་བྱ། །

НГАР ЧЕ ДИК ПА МА ЛЮ ШАК ПАР ЧА

Я раскаиваюсь во всех без исключения неблагих поступках.

སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སྤྲོན་ཆད་མི་བགྱིད་དོ། །

ДИК ПА ШЕН ЯНГ ЛЕ ЧЕ МИ ГЫ ДО

Я никогда не совершу подобных деяний вновь.

འགྲོ་ཀུན་དགེ་བ་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །

ДРО КЮН ГЕ ВА КЮН ЛА ДЖЕ ЙИ РАНГ

Я сораднуюсь добродетели всех существ.

བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྒྱུར་ནི་བསྡོམས་པར་བགྱི། །

ДЖАНГ ЧУБ ЧОК ГИ ГЬЮР НИ НГО ВАР ГЫ

Я посвящаю их тому, чтобы они стали причиной высшего пробуждения.

སྟུང་ན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །

НЬЯ НГЕН МИ ДА ШУК ПАР СОЛ ВА ДЭБ

Я молю вас пребывать и не уходить в нирвану.

ཐེག་མཆོག་སྒྲ་མེད་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱེལ། །

ТХЭК ЧОК ЛА МЭ ЧЁ КХОР КОР ВАР КЮЛ

Я прошу вас повернуть Колесо Дхармы непревзойдённой
высшей колесницы.

བྱམས་དང་སྙིང་རྩེ་སྤྱོད་པ་མེད་འབྱོར་བ་དང་། །

ДЖАМ ДАНГ НЫНГ ДЖЕ ЧОК МЭ ДЖОНГ ВА ДАНГ

Даруйте благословение, чтобы так же как победоносные и их
сыновья

དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །

ДОН ДАМ ЛХЕН ЧИК КЬЕ ПЭЙ Е ШЕ ДЭ

Развили беспристрастную доброту и сострадание

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར། །

ГЬЯЛ ВА СЭ ЧЕ НАМ КЬИ ТОК ПА ТАР

И постигли совозникающую изначальную мудрость,

བདག་གིས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

ДАГ ГИ НГЁН СУМ ТОК ПАР ДЖИН ГЫ ЛОБ

Так же и я непосредственно их постиг!

མཆོད་པའི་མཆོལ་སྒྲངས་ནས།

Затем, взяв мандалу подношения, произнесите:

ས་གཞི་སྒྲོས་ཚུས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཉྱག་བགྲམ། །

СА ШИ ПЁ ЧЮ ЧУК ШИНГ МЭ ТОК ТРАМ

Земля ороплена благоуханной водой и усыпана цветами,

རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །

РИ РАБ ЛИНГ ШИ НЬИ ДЕ ГЬЕН ПА ДИ

Украшена горой Меру, четырьмя континентами, солнцем и луной.

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །

САНГ ГЬЕ ШИНГ ДУ МИК ТЭ ПХЮЛ ВА ЙИ

Представляя её как чистую землю Будды, я подношу её,

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་བར་ཤོག །

ДРО КЮН НАМ ДАК ШИНГ ЛА ЧЁ ПАР ШОК

Чтобы все существа смогли насладиться этой совершенно чистой землёй.

ཨིདྲི་གུརུ་རྩྱ་མཁྲལ་ཁི་རྒྱུ་ཏལ་མི།

ИДАМ ГУРУ РАТНА МАНДАЛАКХАМ НИРЬЯТАЯМИ

ཞེས་མཁྲལ་འདོན་སྒྲོམ་སྒྲུགས་པ་སྒྲོ་ལ་རྣམ་བཤགས་ལ་ཐོར་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་འབུལ། མཐར་མཆོད་

ཡུལ་སོགས་ལ་འཁོར་གསུམ་གྱི་རྟོག་པ་མེད་པར་མཉམ་པར་བཞག །

Сочетая начитывание с созерцанием, подносите мандалу до тех пор, пока ваша визуализация не станет ясной и чёткой. По завершении пребывайте в состоянии равностности, свободном от цепляния за три сферы (субъект, объект и действие).

གཉིས་པ་ནི། རང་འདོད་གྱི་འཁྲི་བ་སྤངས་ནས་སྒོ་གསུམ་ལྷ་མ་དང་དགོན་མཆོག་ལ་འབུལ། བྱད་པར་
སྐྱབས་གནས་དེ་དག་གི་རྟེན་ལ་སྤི་ཞུ་དང་རིམ་གྱོ་སོགས་བྱའོ། །

Во-вторых, в перерывах между сессиями, оставив привязанность к "я", поднесите своё тело, речь и ум Гуру и высшим драгоценностям. В особенности выражайте почтение объектам прибежища и их символам, а также служите им.

༄ ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར།

IV. ГУРУ-ЙОГА

བྱིན་ལྷབས་སྐྱར་དུ་འབྱུག་པར་བྱེད་པ་ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཐུན་མིན་དང་
ཐུན་མོང་གཉིས་ལས་འདིར་བྱི་མ་ལྟར་སྒྲིམ་ན། རང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟར་མོས་ཏེ།

Практика Гуру-йоги, быстро дарующая благословения, состоит из двух частей. Во-первых, во время сессий существует два способа практики – обычный и особый. Здесь практикуйте согласно особому способу. Представив себя йидамом, произнесите:

སྤྱི་བོར་པ་ལྷ་ཉི་ལྷའི་གདན་སྟེང་དུ། །

ЧИ ВОР ПЭ МА НЫ ДЭЙ ДЭН ТЭНГ ДУ

Над моей головой поверх сидения из лотоса, солнца и луны

ཅུ་བའི་ལྷ་མ་རྩོ་རྩེ་འཆང་དབང་པོ། །

ЦА ВЭЙ ЛА МА ДОР ДЖЕ ЧАНГ ВАНГ ПО

Восседает мой коренной Гуру – могущественный Ваджрадхара.

སྤྱི་བསངས་རྩོར་བྱིལ་འཛིན་པའི་བྱུག་རྒྱ་བསྟོལ། །

НГО САНГ ДОР ДРИЛ ДЗИН ПЭЙ ЧАК ГЯ НОЛ

Он небесно-голубого цвета, в скрещенных руках держит
ваджру и колокольчик.

རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་མཆོད་དཔེ་རབ་ཏུ་འབར། །

РИН ЧЕН ГЬЕН ДЗЭ ЦЭН ПЭ РАБ ТУ БАР

Украшен драгоценностями, сияет знаками и признаками.

ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི་ངོ་བོར་གསལ། །

ЧОК ДЮ ГЬЯЛ КЮН ДЮ ПЭЙ НГО ВОР САЛ

Он воплощение всех победоносных десяти направлений трёх времён.

ཡན་ལག་བདུན་པ་གོང་བཞིན་ལ།

Прочтите семичастную молитву, как изложено ранее, а затем вознесите молитву к четырём каям:

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་
ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**МА НАМ КХА ДАНГ НЬЯМ ПЭЙ СЭМ ЧЕН ТХАМ ЧЕ ЛА МА САНГ ГЬЕ РИН ПО ЧЕ ЛА
СОЛ ВА ДЭБ СО**

Я и все мои матери – существа, бесконечные как пространство,
– молимся Гуру, драгоценному Будде.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཀྱན་བྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་
ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**МА НАМ КХА ДАНГ НЬЯМ ПЭЙ СЕМ ЧЕН ТХАМ ЧЕ ЛА МА КЮН КХЬЯБ ЧЁ КЫ КУ
ЛА СОЛ ВА ДЭБ СО**

Я и все мои матери – существа, бесконечные как пространство,
– молимся Гуру, всепроникающей Дхармакае.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་
རྫོགས་བའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**МА НАМ КХА ДАНГ НЬЯМ ПЭЙ СЭМ ЧЕН ТХАМ ЧЕ ЛА МА ДЭ ЧЕН ЛОНГ ЧЁ ДЗОК
ПЭЙ КУ ЛА СОЛ ВА ДЭБ СО**

Я и все мои матери – существа, бесконечные как пространство,
– молимся Гуру, великому блаженству Самбхогакае.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་སྐྱགས་རྗེ་སྐུ་ལ་བའི་
སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**МА НАМ КХА ДАНГ НЬЯМ ПЭЙ СЭМ ЧЕН ТХАМ ЧЕ ЛА МА ТХУК ДЖЕ ТРУЛ ПЭЙ КУ
ЛА СОЛ ВА ДЭБ СО**

Я и все мои матери – существа, бесконечные как пространство,
– молимся Гуру, сострадательной Нирманакае.

སྐུ་བཞི་མ་དང་།

Затем прочтите:

ལ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

ЛА МА РИН ПО ЧЕ

Драгоценный Гуру,

དོན་གྱི་བརྒྱུད་ས་ཅན། །

ДОН ГЫ ГЬЮ ПА ЧЕН

Держатель истинной линии,

བྱིན་ལྷ་བས་གྱི་འཕོ་བ་མཁན། །

ДЖИН ЛАБ КЫ ПХО ВА КХЕН

Дарующий благословения,

རྟོགས་སའི་གདེང་ཚད་ཅན། །

ТОК ПЭЙ ДЭНГ ЦЕ ЧЕН

Обладающий уверенностью постижения,

མཛོན་ཤེས་སྒྱུན་དང་ལྡན་ས། །

НГЁН ШЕ ЧЕН ДАНГ ДЭН ПА

Наделённый ясновидением и божественным зрением,

རྩ་འབྲུལ་བཀོད་ས་བསྟན་ཏེ། །

ДЗУ ТРУЛ КЁ ПА ТЭН ТЭ

Являющий чудеса,

བཟོད་མེད་བཀའ་ཤིན་སྟེལ་བ། །

СО МЭ КА ДРИН ЦОЛ ВА

Одаривающий нестерпимой добротой,

སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་པ། །

САНГ ГЬЕ ЛАК ЧАНГ СУ ТО ПА

Кладущий пробуждение в мои ладони,

ཐ་མལ་སྒྲུང་བ་བསྐྱར་ཏེ། །

ТХА МАЛ НАНГ ВА ГЬЮР ТЭ

Изменяющий обычное восприятие

དག་པ་རབ་འབྱམས་སྟོན་པ། །

ДАК ПА РАБ ДЖАМ ТОН ПА

И показывающий безграничную чистоту.

འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག། །

ПХАК ПА ДЖИК ТЭН ВАНГ ЧУК

Благородный Владыка Мира,

སྟོང་ཁོང་རྩས་པའི་གཏིང་ནས། །

НЬИНГ КХОНГ РЮ ПЭЙ ТИНГ НЭ

Я молюсь тебе от всего сердца,

གཅིག་ཐུབ་གསེལ་བ་འདེབས་སོ། །

ЧИК ТХУБ СОЛ ВА ДЭБ СО

Нужен мне лишь ты!

ཐུགས་རྗེས་འཛིན་པར་བྱ་དང་། །

ТХУК ДЖЕ ДЗИН ПАР ШУ ДАНГ

Прошу, взгляни на меня с состраданием!

དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཚན་ཁ་ཅན། །

НГЁ ДРУБ КЫИ ЦЕН КХА ЧЕН

Обладающий силой достижения,

བཀའ་བརྒྱད་ཚུད་པ་མེད་པ། །

КА ГЬЮ ЦО ПА МЭПА

Несравненный мастер Кагью,

དམུ་ཚོད་འདུལ་བའི་བྱས་པ། །

МУ ГЁ ДЮЛ ВЭЙ НЮ ПА

Твоя бесподобная активность

འཕྲིན་ལས་འགྲན་ལྷ་བྲལ་བ། །

ТРИН ЛЕ ДРЭН ДА ДРЭЛ ВА

Усмиряет безумных существ.

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དམ་པ། །

ДЗОК ПЭЙ САНГ ГЬЕ ДАМ ПА

Воистину совершенный Будда,

སྟོ་གསུམ་དགེ་རྩ་དང་བཅས་པ། །

ГО СУМ ГЕ ЦА ДАНГ ЧЕ ПА

Ради блага бесчисленных существ

མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་དོན་དུ། །

ТХА МЭ СЭМ ЧЕН ДОН ДУ

Я подношу тебе сейчас

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འབྲུལ་ལོ། །

ДА ТА НЬИ ДУ БЮЛ ЛО

Своё тело, речь и ум

བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་བཞེས་ཤིག། །

ЦЕ ВА ЧЕН ПЁ ШЕ ШИК

И все корни добродетели.

བཞེས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི། །

ШЕ НЭ ДРО ВА КЮН ГЫ

Прими их в силу великой милости

གཏན་སྐབས་སྐབ་བའི་ལྷ་མ། །

ТЭН КЪЯБ ТХУБ ПЭЙ ЛА МА

И благослови меня из сердца,

ཇེ་བཙུན་ཁྱེད་རང་ལྟ་བུར། །

ДЖЕ ЦЮН КХЬЕ РАНГ ТА БУР

Чтобы я стал таким, как ты,

སྙིང་ནས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །

НЬИНГ НЭ ДЖИН ГЫ ЛОБ ШИК

Гуру – защитником скитальцев!

ཀར་མཁྱེན་དང་གཞན་ཡང་གསོལ་འདེབས་ཡུན་རིང་དུ་བྲ། ལྷ་མ་དོ་ཇེ་འཆང་རབ་ཏུ་དབྱེས་བའི་སྐྱའི་
གནས་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འཕྲོས། རང་གི་སྒོ་གསུམ་གྱི་དི་མ་དག
དབང་བཞི་ཐོབ། སྐྱ་བཞི་མངོན་དུ་བྲས། མཐར་འོད་དུ་ཁྱེན་རང་ལ་ཐིམ་བས་ལྷ་མའི་སྐྱ་གསུང་
བྱགས་དང་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་བ་ལ་སེམས་བཞག་གོ །

Начитывайте продолжительное время мантру «Кармана Кхьенно» и другие молитвы. Затем представьте, что Гуру Ваджрадхара радуется, и из его трёх центров излучаются белые, красные и синие лучи света. Они растворяются в ваших трёх центрах, очищая все омрачения тела, речи и ума, в результате чего вы получаете четыре посвящения и обретаете реализацию четырёх кай. В конце Гуру растворяется в свете и сливается с вами. Пребывайте в состоянии равностности, созерцая, что Тело, Речь и Ум Гуру и ваши тело, речь и ум стали нераздельными.

གཉིས་པ་ནི། སྤྱིད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་མའི་སྒྲར་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱ། སྤྱིད་སྤྱག་ཐམས་ཅད་སྒྲ་
མའི་སྤྱ་ཁྲིན་དུ་བཟླ་ཞིང་། རྗེའི་བཞེད་པ་དང་རང་གི་འདོད་པ་རྒྱབ་འགལ་དུ་མ་སོང་བར་ཐུགས་ཡིད་
གཅིག་འདྲེས་སུ་ཤོག་སྒྲམ་པའི་མོས་པ་འབྲལ་འབྲལ་བསྐྱེད། མདོར་ན་ནི་སོགས་ཀྱི་ལས་གང་སྤྱབ་
ཀྱང་དམིགས་ནམ་བུ་སྤྱར་བ་ཙམ་ལས་སྒྲ་མ་ཉིད་ཀྱིས་ཚིག་པར་བྱའོ། །

Во-вторых, в перерывах между сессиями, что бы вы ни делали, всегда помните о Гуре. Относитесь ко всему счастью и страданию как к проявлению доброты Гуру. Поступайте так, чтобы намерения Гуру и ваши желания не противоречили друг другу. Постоянно молитесь, чтобы его просветлённые Тело, Речь и Ум и ваши тело, речь и ум стали нераздельными. Вкратце, какие бы активности (умиротворения и другие) вы ни стремились реализовать, всё, что вам нужно – это зародить чистую мотивацию и молиться Гуру. Одного этого будет достаточно!

ཚུལ་འདི་རང་གི་འབྲལ་མཁོར་རྗེ་ཞུ་དམར་ལུ་བའི་སྟོན་འགྲོའི་མན་ངག་དང་མཐུན་པར་ཀླུ་པར་
འབོད་པ། ཨོ་རྒྱན་ཐིན་ལས་བས་སྟོད་རྒྱུད་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཆུ་སྟོད་ཀྱི་ཉ་བའི་ཡར་ཆེས་དགུ་ལ་
གྲུབ་པར་སྦྱར་བའོ།། །། ༢༠༠༦ ན ༣

Поскольку в этом была срочная необходимость, Огъен Тинлей, зовущийся Кармапой, составил это согласно наставлениям по предварительным практикам Шамарпы V в девятый день растущей луны шестого месяца в монастыре Гьюто (3 августа 2006 года).



འཕགས་པའི་འཕེལ་བའི་
正法寶藏
Dharma Treasure