



ਗੁਰ ਪਸੰਦ ਹੈ ਸੀ ਕੁ ਏ ਜਾਵ ਏ ਵਿ ਟਿ ਕ ਪੇਦ ਸ੍ਰਿ ਨ ਏ ਹਦ ਏ ਵਿ ਸ਼੍ਰਵ ਏ ਦਾ ਰ ਕੂ ਕ ਸ੍ਰਿ ਏ ਵਾ ਏ ।

# KRÓTKA CODZIENNA SADHANA BIAŁEJ TARY

ułożona przez Tenpej Njindzie, wszechwiedzącego Tai Situpę

༄༅། ། ག්‍රේ ພා ດ ສූ ອ ເ ລ ປ ສූ ວ ດ ຕ ດ ວ ດ ວ ດ

*Modlitwa do Linii Przekazu Białej Tary:*

න ມ ຮ ສ ກ ຮ ນ ທ ປ ຕ ປ ດ ປ ດ

**Namo guru arja tara je**

Poklon Lamie, który jest Tarą.

ං ප ම ඩ ස එ ද ප ඩ ඇ ප ප එ ප එ ප එ

**dyl ma ngak gi ṭang ciuk ser ling pa**

Taro, Ngagi Łangciuku, Serlingpo,

ං ඩ ඩ ඩ එ ප එ ප එ ප එ ප එ ප එ

**dzio ṭo drom tyn cien nga dre pej szиab**

Dzioło [Atisia], Dromtynpo, Cien Nga, czcigodny Drepo,

ං ප එ ඩ එ ඩ එ ප එ ප එ ප එ ප එ

**dak po dy kjen re cien pom drak pa**

Dakpopo, Dysum Khjenpo, Drogyn Recenie, Pomdrakpo

ං ප එ ප එ ප එ ප එ ප එ ප එ ප එ

**drub cien cie kji la mar sol ṭa deb**

i mahasiddho Karma Pakszi – wysłuchajcie mej modlitwy.

ஓ'କୁର'ପ'ନ୍ଦ'ନ୍ଦ'ପୁର'ଶ୍ୟୁନ'ଶ୍ୱର'କୁର' ।

**o gjen pa dang rang dziung jung tyn gjal**

Ogjenpo, Rangdziungu Dordże, Zwycięski Jungtynpo,

କ୍ଷେତ୍ର'କ୍ଷେତ୍ର'ମାତର'ଶ୍ୱର'ନ୍ଦର'ଶ୍ୱର'କ୍ଷେତ୍ର'ମାତର' ।

**ryl dor ka cie Łang po de szin sziek**

Rolpej Dordże, Khacie Łangpo, Deszin Sziekpo,

ଶ୍ରୀ'ଶ୍ରୀ'ନ୍ଦର'ତ୍ତବ'ମାତର'ଶ୍ୱର'ଶ୍ରୀ'ହୋ ।

**rik ral dyn den ben gar go szri dzie**

Rikpej Raldri, Tongła Dynden, Pengarło, [Gjalsab] Goszir

କ୍ଷେତ୍ର'ଶ୍ରୀ'ନ୍ଦର'ତ୍ତବ'ମାତର'ଶ୍ରୀ'ହୋ ।

**cie drak gjam tsoj sziaib la sol ta deb**

i czcigodny Ciedraku Gjamtso – wysłuchajcie mej modlitwy.

ନ୍ଦର'ଶ୍ରୀ'ନ୍ଦର'ତ୍ତବ'ମାତର'ଶ୍ରୀ'ହୋ ।

**sang gje njen pa mi kje kyn ciok bang**

Sangje Njenpo, Mikjo Dordże, Kyncioku Jenlak,

ନ୍ଦର'ଶ୍ରୀ'ନ୍ଦର'ତ୍ତବ'ମାତର'ଶ୍ରୀ'ହୋ ।

**Łang ciuk dor dzie cie Łang nam dak tsen**

Łangciuku Dordże, doskonale czysty Ciekji Łangciuku,

ཀarma ຂaṣaṇ·me dyl mo pal cien po |

**karma ciak me dyl mo pal cien po**

Karma Ciakme, Dylmopo, Pal Cienpo Ciekji Dyndrub

एश्वर्पदीत्रिर्मस्तुतेऽपाशास्त्रवृद्धेषणा ।

**ten pej njin mor dzie la sol ṭa deb**

i Situ Tenpej Njindzie – wysłuchajcie mej modlitwy.

एश्वर्पदीत्रिर्मस्तुतेऽपाशास्त्रवृद्धेषणा ।

**Dydyl dor dzie pema njin dzie Łang**

Dydyl Dordže, Pema Njindzie Łangpo,

शीद्बिदीगङ्गाकुरुषेणामक्षमाऽहेऽन्ना ।

**si szij tsuk gjen tek ciok dor dzie dang**

Thekcioku Dordże, będący ozdobą korony samsary i nirwany,

कुरुषेणामस्तुतेऽपाशास्त्रवृद्धेषणा ।

**gjal ṭe lung ten jong dzok ten pej dak**

oraz przepowiadziany przez Zwycięzcę doskonały dzierżycielu Nauk

श्वेतश्चामस्तुतेऽपाशास्त्रवृद्धेषणा ।

**lo dry ta je sziaib la sol ṭa deb**

Lodro Thaje – wysłuchajcie mej modlitwy.

ਤ੍ਰਿਲੰਬਿਕੁ' ਪਛੈਲਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੈ। ।

**dor dziej ku nje ka kjab dor dzie dang**

Khakhjab Dordże, który urzeczywistniłeś Ciało Wadzry,

ਖਾਤੇਰ ਪਤ੍ਰੇਤੀ ਦੱਤ ਚੇਰੇ ਰੰਗ ਪਨੀ ਤ੍ਰਿਲੰਬਿਕੁ' ਸ਼ਸਤ੍ਰਾ। ।

**kjen tse y zer rik pej dor dzie sok**

Khjentse Yzer, Rikpej Dordże

ਤ੍ਰਿਲੰਬਿਕੁ' ਸਾਗਰ ਦੰਡਾਂ ਵੇਂ ਪਤ੍ਰੇਤੀ ਆ। ।

**tsa gju la ma kyn ngy dzie tsyn ma**

oraz Rdzenny Lamo i lamowie Linii ucieśnieni w Czcigodnej

ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ। ।

**gang gi min dryl ka bab gju pej syl**

– dzierżyciele sześciu Linii [prowadziących do] dojrzałości i wyzwolenia

ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ। ।

**rim pa druk den nam la sol ta deb**

– wysłuchajcie mej modlitwy.

ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ ਪਾਂਨੀ। ।

**kje ngak dzok pej rim pa tar cin te**

Obym osiągnął doskonałość w kje rim, mantrze i dzog rim.

ஓକ୍ତିଶେଦ୍ୟେଷେନ୍ଦ୍ରିୟେନ୍ଦ୍ରିୟାଵକ୍ଷଣାବସ୍ଥା ।

**ci me je szie dor dziej ku ciok drub**

Obym urzeczywistnił nieśmiertelność ciała wadzry pierwotnej mądrości!

ଶୁଖ୍ୟାପାରାପଞ୍ଜୀଯିନ୍ଦ୍ରିୟାବର୍ତ୍ତନା ।

**gjal ta kyn kje ji szin kor lo dang**

Obym stał się nieoddzielny od Koła Spełniającego Życzenia – [Tary], która zradza wszystkich Buddów!

ମୁହେନ୍ଦ୍ରନ୍ଦରାଶତ୍ତିନ୍ଦ୍ରାଲୁହାଶୁଷ୍ଠିରାଶୁଷ୍ଠିନ୍ଦ୍ରା ।

**jer me dyn nji lhyn drub dzin gji lob**

Obym spontanicznie urzeczywistnił dwa cele.

ଶ୍ଵର୍ଣ୍ଣପାରାପଞ୍ଜୀଯିନ୍ଦ୍ରିୟାବର୍ତ୍ତନାଶତ୍ତିନ୍ଦ୍ରାଲୁହାଶୁଷ୍ଠିରାଶୁଷ୍ଠିନ୍ଦ୍ରା  
ମୁହେନ୍ଦ୍ରନ୍ଦରାଶତ୍ତିନ୍ଦ୍ରାଲୁହାଶୁଷ୍ଠିରାଶୁଷ୍ଠିନ୍ଦ୍ରା ॥

*Ta modlitwa do Linii Przekazu z krótkiej praktyki Białej Tary została ułożona przez Karma Ngaglanga Jynten Gjamso w odpowiedzi na prośby Karma Lhałang Langciuka, którego wiara i samaja są niesplamione.*

ସନ୍ଦାସ୍ତୁଷାହ୍ନାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷା ।

**Sang gje cie dang tsok kji ciok nam la**

W Buddzie, w Dharmie i w Najwyższym Zgromadzeniu

ସନ୍ଦକ୍ଷଣାହ୍ନାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷା ।

**dziang ciub bar du dak ni kjab sun ci**

przyjmuję Schronienie, póki nie osiągnę Przebudzenia.

ସନ୍ଦାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷା ।

**dak gi dzin sok gji pej sy nam kji**

Dzięki zasłudze szczodrości i pozostałych [paramit]

ସନ୍ଦାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷା ।

**dro la pen cir sang gje drub par szio**

urzeczywistnię Stan Buddy dla dobra wszystkich istot.

ତେଜ୍ଜୀବନାମଶ୍ରମେଷନାମଶ୍ରମେଷ ।

*W ten sposób przyjmij Schronienie i obudź w sobie bodhicittę.*

ସନ୍ଦାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷାହ୍ରକ୍ଷଣାସ୍ତୁଷା ।

**Sem cien tam cie de ta dang de lej gju dang den par gjur cik**

Oby wszystkie istoty osiągnęły szczęście i przyczyny szczęścia.

ਊஶ·ஏஞ்சுவ·த்தூஶ·ஏஞ்சுவ·ஸி·கு·த்தூஶ·ஏஞ்சுவ·ஸுர்த்தீஶ ।

**du ngal dang du ngal gji gju dang dral tar gjur cik**

Oby były wolne od cierpienia i przyczyn cierpienia.

ਊஶ·ஏஞ்சுவ·ஸெட்·ஸ்ரீ·ஸ்ரீ·த்தூஶ·ஏஞ்சுவ·ஸுர்த்தீஶ ।

**du ngal me pej de ta dam pa dang min dral tar gjur cik**

Oby nie były oddzielone od prawdziwego szczęścia, w którym nie ma cierpienia.

ஓ·ஸெட்·கஷஸ·ஸ்ரீ·ஏஞ்சுவ·த்தூஶ·ஏஞ்சுவ·ஸ்ரீ·ஸ்ரீ·ஏஞ்சுவ·ஸுர்த்தீஶ ।

**nje ring ciak dang dang dral tej tang njom cien po la ne par gjur cik**

Oby spoczęły w wielkiej bezstronności, bez przywiązania i awersji, bez dzielenia istot na dalekie i bliskie.

வேஷ·க்ஷெட்·ஸ்ரீ·ஸ்ரீ·ஏஞ்சுவ·ஸுர்த்தீஶ ।

*W ten sposób medytuj nad Czterema Niezmierzonosćiami.*





༄༅། ། ཤ්වාමූල්‍යනුධිස්චු ຕ්‍රැජ් ප්‍රේද් ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ  
ංස් දාර්ශුණ් ස්‍රිත්‍රෙෂ් ස්‍රුණ් ।

Krótką codzienną sadhana Białej Tary,  
ułożoną przez Tenpej Njindzie, wszechwiedzącego Tai Situpe

༄༅། ། ཤ්‍යෑලී ཟෘජන ཀ්‍රිත්‍ය ප්‍රේද් ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ ।

*Kłanię się Lamie i szlachetnej Tarze.*

දින් කුඩා තුළු මාකු ප්‍රේද් ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ නිස් ස්වේද් ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ ග්‍රීසාම්ද්  
දා තෝර් මුද්‍රා ස්වේද් ප්‍රේ තෝර් ස්වේද් ප්‍රේ නිස් මාකු ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ ග්‍රීසාම්ද්  
ප්‍රේ ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ නිස් මාකු ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ ග්‍රීසාම්ද් ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ  
හේ ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ  
හේ ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ  
හේ ප්‍රේ නිස් ප්‍රේ ।

Te nauki o Białej Tarze zostały podane w matczynej anu joga tantrze zwanej: „Pochodzenie Tary” i [są znane jako] „Ochroniające przed śmiercią”. Najpierw nauczano o „Bóstwie Aktywności” i w konsekwencji o „Zielonym Kole Aktywności”, a następnie przekazane zostały esencjalne nauki o Białej Tarze i „Kole Spełniającym Życzenia”. Zawarte tutaj instrukcje są zgodne z rdzennym tekstem Ngaglanga Drakpy i opierając się na nim kładą główny nacisk na tradycję Dzioło Atisi. Są one przeznaczone dla tych, którzy życzą sobie wykonywać krótką wersję praktyki.

ༀ ། ༌ ། ༌ ། ༌ ། ༌ ། ༌ ། ༌ །

**Om siuneta dziana benza sobhała ema ko ham**

ශ්‍රී ස්වේද්‍රාසා

- oczyścić.

ਕੁਂਦ-ਪੰਨੀ-ਦਨ-ਘਨ-ਸ-ਵਾਤਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-

**Tong-pej ngang le ma-cie-pej sem nang**

W esencji pustki wolny od sztuczności umysł przejawia się

ਕੁੰਗ-ਸ਼ੀ-ਛੁੰ-ਸਾਦ-ਨਾਨ-ਕਲ-ਵਾਤਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-

**HUNG-gi dra dang nam-ka gang-ła dang cie-pa-le**

jako dźwięk HUNG wypełniający przestrzeń.

ਕੁੰਹ-ਨੈ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-

**dor-dziej sung-kor-ra gur me-pung bar-ła jang-szing**

Z niego powstaje rozległy krąg ochronny wadżr – płot i namiot – otoczony chmurą płomieni.

ਕੁੰ-ਕੇ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-

**gja-cie-łar gjur-pej y-su DRUM-le da-ła ciu-sziel-gji szial-je-kang**

W środku sylaba རྩ (DRUM) przemienia się w pałac z kamienia księżycowego.

ਕੁੰ-ਨੈ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-ਨਾਨ-ਚਾਰੀ-ਨੇਵਨ-ਛੁਦ-

**de-i y-su PAM-le pema kar-po dong-bu dang-cie-pa**

Wewnątrz, z sylaby དྷ (PAM) powstaje w pełni rozwinięty biały lotos z łodyzką,

ନ୍ତା'ନ୍ତୁ'କୁ'ନ୍ତ'ପରି'ଶ୍ଲେଷ୍ଟନ୍ତ'ଆ'ବନ୍ତ'ଜ୍ଞା'ନ୍ତ'ଶଦ୍ଵା'ନ୍ତା'କ୍ଷେତ୍ର'ପରି'ଶ୍ଲେଷ୍ଟନ୍ତ'ବା'ନ୍ତା'ବା'ନ୍ତା'ବା'

**rab-tu gje-pej teng-du A-le da-łā nja-gang-łā njok pej dri-ma dang-dral-łā**

a nad nim z sylaby ଅ (A) - leżący poziomo niesplamiony dysk księżyca.

ଦୈ'ଶ୍ଲେଷ୍ଟନ୍ତ'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'ହୁ'ନ୍ତା'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'

**de-i teng-du rang-sem TAM kar-po-le**

Ponad nim mój umysł pojawia się jako biała sylaba ହୁ (TAM),

ଆହୁବ'ନ୍ତା'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'ହୁ'ଯିଶ'ନ୍ତା'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'ବର୍କର'ପା'

**utpala kar-po TAM-jik kar-py tsen-pa**

która przekształca się w biały kwiat utpala ozdobiony sylabą ହୁ (TAM).

ନ୍ତ'ବନ୍ତ'ର୍ଦ୍ଧ'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ' ରଥବନ୍ତ'ବନ୍ତ'ବର୍କର'ପା' ଶେଷନ୍ତ'ତବ'ଶ୍ରୀ'ହୁ'ନ୍ତ'ବନ୍ତ'ବା'

**de-le y try / pak-pa cie / sem-cien-gji dyn dzie**

Promienieje z niego światło, które niesie ofiary Szlachetnym oraz pożytek czującym istotom.

ଶ୍ଵର'ନ୍ତା'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'ଶ୍ଵର'ନ୍ତା'ବନ୍ଦଶେଷନ୍ତ'ରଥ'ତବ'ଶ୍ରୀ'ହୁ'ନ୍ତ'ବନ୍ତ'ବା'

**lar dy-szing jong-su gjur-pa-le rang-nji pak-ma dyl-ma**

Światło powraca i [utpala wraz z sylabą] przemienia się tak, że staje się szlachetną Tarą.

કુ'દ્રશ'ાલ્લ'સ'કુ'શેષ'ભૂત'ાન'બીજ'ર્દ'બેન'ભૂ'ભૂત'નુ'ર્દ્રે'સ'શૈષ'તીં'

**ku-dok da-la ciu-sziel tar kar-szing y-zer nga den-du tro-la gek-cing**

Jej ciało jest białe jak kamień księżycowy i promieniuje pięciobarwnym światłem.

કણણ'દર્દીભણણ'તર'નુ'રસુન'નુદણીસ'વદેસ'ધા

**ciak-pej njam-cien nu-bur zung-gi dze-pa**

Postać jest czarująca. Ma piękne piersi.

બી'સ'હેઠ'શર્દીન્હુસ'ભણ'તરા

**szii-la cien-poj dzum szial-cien**

Na twarzy maluje się pełen spokoju uśmiech.

ન્સ'ઘ'શ્રુત'શણુસ'દન'

**u-la cien sum dang**

Ma troje oczu,

શુષ'ભણણ'સબીજીએશીષ'નુદન'શ્રુત'રેસ'શ્રેષ્ઠેષ'શૈષ'ગી'શ્રુત'સનુ'નુત'નુદન'શ્રુત'શા

**ciak sziab szi-i til du-ang cien re-re-te jeszie-kji cien dyn dang-den-pa**

a także na jej dłoniach i stopach znajduje się po jednym oku – razem siedmioro oczu mądrości.

ସତ୍ୟାମ୍ୟନ୍ତରାକଣାଶ୍ଵିତ୍ରୀପତ୍ରକୁନ୍ତି

**ciak je-pe ciok-dzin-gji ciak-gja dang**

Prawą rękę trzyma w mudrze najwyższej szczodrości.

ଶ୍ଵର୍ଣ୍ଣବ୍ରଦ୍ଧାବେଷଶ୍ଵିତ୍ରୀପତ୍ରପତ୍ରା

**jyn-pe teb-sin dziar-łe**

W lewej kciukiem i serdecznym palcem trzyma przy sercu łodyzkę

ଆହୁପାଦାନାର୍ଥ୍ୟଦନାପତ୍ରକୁଣ୍ଡଳକୁରାପଦିଯୁଷପ୍ରମାଣାନାର୍ଥ୍ୟଦିନା

**utpala kar-po dab-gja njen drung-du gje-pej ju-ła tuk-kar dzyn-pa**  
stuplątkowego białego kwiatu utpala, który rozwija się przy uchu.

ଶୁର୍ତ୍ତିଶାନାର୍ଥ୍ୟଶାର୍ତ୍ତଶୁର୍ତ୍ତପଦି

**mu-tik kar-po tso-łor gjur-pej**

Jej korona, kolczyki, trzy naszyjniki,

ଶ୍ଵର୍ଣ୍ଣକେଶ୍ୱରକଣାପଦିଦଶକୁଣ୍ଡଳକଣାପଦିଦଶକୁଣ୍ଡଳ

**rin-po-cie na-tsok-pej u-gjen njen-cia gul-gjen do-szial se-mo do-pung gjen**

bransolety na nadgarstkach, ramionach i kostkach u nóg oraz pas z małymi dzwoneczkami

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**ciak sziab-kji dub-bu ke-rak jer-kej treng-ła dang-cie-pa**  
są uczynione z różnych klejnotów, głównie perel.

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**Iha dze-kji me-tok du-me dze-pa**  
Upiększają ją liczne niebiańskie kwiaty.

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**Iha dze-kji dar kar-poj ty-jok dang**  
Na ramionach ma białą narzutkę z najwyborniejszego jedwabiu.

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**łang-poj sziu ta-łuj dar-gji me-jok syl-ła**  
Odziana jest w długą spódnicę w barwach tęczy.

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**u-tra li-ła tak-par cing-pa**  
Włosy ma związane w kok.

༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·༄༅·

**sziab dor-dziej kjil-mo trung-gi sziuk-szing**  
Siedzi z nogami w pozycji wadżry.

ཇ. ། ན. ། ས. ། བ. ། ཁ. ། ཉ. ། ཉ. །

**da-łej gjab-jyl cien-du gjur**

Plecy wspiera o dysk księżyca.

ད. ། ད. ། མ. ། ས. ། བྷ. ། ཤ. །

**de-i tral-łar OM kar-po**

W czole ma białą sylabę ། (OM),

අ. ། ལ. ། ར. ། ཡ. ། ད. ། མ. །

**drin-par A mar-po**

w gardle czerwoną ཡ. (A),

ସ. ། ལ. ། ཀ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. །

**tuk-kej cia me-du HUNG ngyn-po**

a w sercu, w dolnej części, niebieską ཁ. (HUNG).

ସ. ། ལ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. ། ཁ. །

**tuk-kej y-su pe-kar dang da-ła la TAM kar-po**

W centrum serca jest biały lotos i księżyc, a na nim stoi biała sylaba ཁ. (TAM).

ନେସା ର୍ଦ୍ଧ ବେଳ ଦ୍ରୁଷ୍ଟା

de-le y-zer try

Z niej promieniuje światło

ରଙ୍ଗ ଶିଖି ଶୁଣି ଶରସା ରନ୍ଦା ପଞ୍ଚଶିଶ ପାଦ ଦର୍ଶନ ପାଦ ଦର୍ଶନ

rang-szin-gji ne-ne gom-pa dang-dra-łej je-szie-pa cien-drang

i przywołuje z naturalnego miejsca przebywania Istotę Mądrości (jesziepa), która pojawia się w takiej formie, jak ta, na którą medytuję.

ବନ୍ଦ ନ ମୁହଁ

Benza samadza

ଓମ ବନ୍ଦ ଅର୍ଘମ ଶୁଣି ଓମ ବନ୍ଦ ପଦ୍ଜମ ଶୁଣି

Om benza argham so ha / Om benza padjam so ha

Ofiarowuję wodę dla ust. Ofiarowuję wodę dla stóp.

ଓମ ବନ୍ଦ ମୁହଁ ଆର୍ଘମ ଶୁଣି ଓମ ବନ୍ଦ କାନ୍ଦି ପଦ୍ଜମ ଶୁଣି

Om benza pype a hung / Om benza dhype a hung

Ofiarowuję kwiaty. Ofiarowuję kadzidła.

ଓମ ବନ୍ଦ ଆଲୋ ପାଦ ଶୁଣି ଓମ ବନ୍ଦ ଗନ୍ଧେ ଅର୍ଘମ ଶୁଣି

Om benza aloke a hung / Om benza gendhe a hung

Ofiarowuję lampki. Ofiarowuję wonne olejki.

ॐ बेंजा नेल्दजे अ हंग ॥ ॐ बेंजा सियाबदा अ हंग ॥

**Om benza nełidje a hung / Om benza sziabda a hung**  
Ofiarowuję jedzenie. Ofiarowuję muzykę.

ऐः कुः सः तः शति॒सु॒पे॒द॒प॒षी॒मा॑

**Dza hung bam ho nji-su me-par tím**  
Stajemy się nierozdzielni.

शु॒द॒ष॒श॒र॒ष॒र॒श॒र॒व॒र॒त॒र॒न॒र॒श॒र॒त॒र॒त॒र॒

**Lar-jang sa-byн-gji y-kji lang-lha rik-nга kor-cie cien drang**  
Znów światło promienia z nasiennej sylaby i przywołuje bóstwa abhiszeki  
pięciu Rodzin wraz z orszakiem.

ॐ पेंत्सा कु॒ला॒ सा॒पि॒र॒त॒र॒उ॒न॒ह॒

**Om pentsa ku la sapariłara argham so ha**  
Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję wodę dla ust,

ॐ पेंत्सा कु॒ला॒ सा॒पि॒र॒त॒र॒उ॒न॒ह॒

**Om pentsa ku la sapariłara padjam so ha**  
Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję wodę dla stóp,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा शुद्धे घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara pype a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję kwiaty,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा त्वं घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara dhype a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję kadzidła,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा अज्ञापि घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara aloke a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję lampki,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा शक्तिः घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara gendhe a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję wonne olejki,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा वैश्विनीः घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara nełidje a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję jedzenie,

ॐ पंचु गुणा सप्तस्त्रीभूत्वा विष्णवः घृणः त्वं।

**Om pentsa ku la sapariłara sziabda a hung**

Pięciu Zwycięzcom i ich orszakowi ofiarowuję muzykę.

ഏ.ତ୍ଥ.ଶୁ.ଶ.ଅ.କ୍ଷି.ପି.ତ୍ର.ତ୍ର.ଶ୍ଵୀ

**Sarla tathagata abhikentsa tu mam**

Wszyscy Tathagatowie, udzielcie proszę abhiszeki!

ବୈ.ଶନ୍ତି.ଶ.ମହା.ମନ୍ଦରୀ.କ୍ଷମଣୀ

**Szie sol-ła tab-pe ḥang-gi lha-nam-kji**

Bóstwa abhiszeki odpowiadają na moją prośbę:

ହୀ.ଲୁହ.ମଲ୍ଲମନ୍ଦରୀ.କ୍ଷମଣୀ ।

**Dzi tar tam pa tsam gji ni**

„Tak jak w chwili narodzin [Budda]

କ୍ଷମଣୀ.ଶନ୍ତି.ଶ.ମହା.ମନ୍ଦରୀ ।

**Iha nam kji ni try sol tar**

został obmyty przez bóstwa,

କ୍ଷମଣୀ.ଶନ୍ତି.ଶ.ମହା.ମନ୍ଦରୀ ।

**Iha ji ciu ni dak pa ji**

tak teraz tą boską wodą

ମେ.ଶନ୍ତି.ଶ.ମହା.ମନ୍ଦରୀ.ଶନ୍ତି.ଶ.ମହା.ମନ୍ଦରୀ ।

**de szin dak gi try syl lo**

my obmywamy ciebie”.

ॐ नमः तथा शारणे ब्रह्मे गरुदे नमः यज्ञे वैष्णवे

**Om sarla tathagata abhikekata samaja szri je hung**

Wszyscy Tathagatowie, udzielają abhiszeki! Samaja! Czcionki!

ब्रेष्ट्वा शुद्धिं सुवाप्ति कृत्वा दद्यन्ते

**Szie sung-szing bum-pej ciu ḥang-kur**

Wraz z tymi słowami otrzymuję abhiszekę poprzez wodę z wazy.

शुद्धिं दीप्तिं ।

**ku gang dri-ma dak**

Ciało jest wypełnione. Splamienia oczyszczone.

कृत्वा नायनं अद्य विनाशं द्विष्ठां शुद्धिं

**ciu lhak-ma jar ly-pa-le rik-kji dak-po**

Nadmiar wody przelewa się przez szczyt mojej głowy i przemienia

दद्यन्ते शुद्धिं दीप्तिं विनाशं पक्षुर्विनाशं

**y-pak-me-kji u-gjen par-gjur**

w Pana Rodziny, Amitabhę, który pozostaje nade mną.

विनाशं दीप्तिं विनाशं दद्यन्ते शुद्धिं दीप्तिं विनाशं पक्षुर्विनाशं

*Wypromienowane boginie z oddaniem składają mi dary:*

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा अर्घम् ॥

**Om arja tara sapariłara argham so ha**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wodę dla ust,

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा पद्जम् ॥

**Om arja tara sapariłara padjam so ha**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wodę dla stóp,

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा पूज्ये औं ॥

**Om arja tara sapariłara pype a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję kwiaty,

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा कड्डी औं ॥

**Om arja tara sapariłara dhype a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję kadzidła,

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा अलोके औं ॥

**Om arja tara sapariłara aloke a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję lampki,

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा गेंधे औं ॥

**Om arja tara sapariłara gendhe a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wonne olejki,

ॐ अ॒र्जुन् ता॒रा॒ सा॒पि॒ र्मि॒ भ॒र्व॒ अ॒ज्ञ॒ न्त॒ ।

**Om arja tara sapariłara neļidje a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję jedzenie.

ॐ अ॒र्जुन् ता॒रा॒ सा॒पि॒ र्मि॒ भ॒र्व॒ अ॒ज्ञ॒ न्त॒ ।

**Om arja tara sapariłara sziabda a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję muzykę.

ऽद्यं द्विष्टक्त्वा॑ श्री॒ श्री॒ श्री॒ श्री॒ ।

**Lha dang lha min cie pen gji**

Bogowie i półbogowie chylą głowy

ऋषिः॑ पूर्ण॒ व॒ व॒ व॒ व॒ व॒ ।

**szia b kji pemo la ty de**

do Twych lotosowych stóp.

श्वेतस्तु॑ व॒ व॒ व॒ व॒ व॒ ।

**pong pa kyn le dyl dze ma**

Tobie, która wyzwalasz od wszelkiej niedoli,

श्वेतस्तु॑ व॒ व॒ व॒ व॒ व॒ ।

**dyl ma jum la ciak tsal ty**

Matko Taro składam poklon.

॥ ས୍ତୋର୍ଣ୍ଣମ୍ବାନ୍ଧୁ ॥

*Praktyka powtarzania:*

ରଙ୍ଗି ଶିଦ୍ଧାନ୍ତ ସନ୍ଦର୍ଭରେ ଶୈଦ୍ଧନ୍ତ ପରିଷରରେ କୌଣ୍ଡଲ ଶୁଣିବାରେ

**Rang-gi njing-gar pe-dej teng-du kor-lo kar-po tsib-gje mu-kju dang**  
W moim sercu na lotosie i księżyku znajduje się białe koło

ଏତଥାମନ୍ତରେ ମନ୍ତ୍ରରେ ଏବଂ ଏବଂ ଏବଂ ଏବଂ ଏବଂ

**cie-pej te-łar TAM de-i tar dyn-ne je kor-du**

W środku stoi sylaba ତାଂ (TAM), a wokół niej, poczynając od przodu i idąc kolejno w prawo:

ॐ ମା ମା ଆ ଯୁ ପୁଣ୍ୟତାଂ କୁରୁ ତାଂ

**OM MA MA A JU PUNJE DZNIA NA PUK TIM KU RU HA,**

ଓମ ମା ମା ଆ ଯୁ ପୁଣ୍ୟତାଂ କୁରୁ ତାଂ (OM MA MA A JU PUNJE DZNIA NA PUK TIM KU RU HA),

କୌଣ୍ଡଲ ଶୁଣିବାରେ କୌଣ୍ଡଲ ଶୁଣିବାରେ କୌଣ୍ଡଲ ଶୁଣିବାରେ

**tsib-gje-la TA RE TUT TA RE TU RE SO**

zaś na ośmiu szprychach: ତାଂ ରେ ତୁତାଂ ତାଂ ରେ ତୁତାଂ (TA RE TUT TA RE TU RE SO).

ཡិ·ស់ក្រសាស្ត្រិធមិ·ធន·ម៉ែ·លុប·ធន·រុប·ធន·មិ·ធន·មិ·ធន·មិ·

**ji-ge-nam mu-tik-gi dok-po-tar kar hram-me mi-jo-łar ne-pa**

Każda z sylab jest jak perła: biała, wyrazista i spoczywa nieruchomo.

ពិ·ធន·តំបេជ្ជិនា | គុណ·ស·សុស·សទស·សក់ជា |

**de-le y try gjal-ła se-cie cie**

Promieniuje z nich światło i płynie do Buddów i Bodhisattwów, składając im dary,

និមស·តរ·ក្រសាស្ត្រិ·កៅ·ស្ថិជ·ស·សុស·សុវ·ធន·មិ·

**sem-cien nam-kji tse pel-ła sok-kji dyn-dzie**

a także do istot, powiększając długość życia i niosąc im pożytek.

ធនសស·ស·ក្រសាស្ត្រិ·ស្ថិជ·និស·តន·មិ·សុវ·ធន·មិ·សក់ជា·

**pak-pa nam-kji dzin-lab dang ten jo kor-de-kji tse-ciu**

Błogosławieństwo Szlachetnych oraz siła życiowa

តន·មិ·សុវ·ធន·សនស·តន·មិ·និស·សិ·ក្រស·សុវ·ធន·មិ·

**ngy-drub tam-cie y-zer-gji nam-par dy**

świata i czujących istot, samsary i nirwany, zbiera się w formie światła

ସାବ୍ୟନ୍ତରେ ଦିନକାଳିମାତ୍ରାକୁ ଧ୍ୟାନିତିକାରୀ ପରିଷାମିତି ପାଇବାକୁ

sa-byin ngak-treng dang-cie-pa-la tim-pe trak dang zi-dzi

i wtapia w nasienną sylabę i łańcuch mantry,

ରାବ୍ତୁ ବାର୍ସିଙ୍ ଚିମେ ତ୍ୟୋଜି ନଗ୍ରୁଦ୍ଧି ଶୁଦ୍ଧି ବିହୁରୁଦ୍ଧି

rab-tu bar-szing ci-me tse-ji ngy-drub tob-par-gjur

które promieniują silnym blaskiem. Otrzymuję siddhi nieśmiertelności.

ତେଣାପରିନିର୍ଦ୍ଦେଶର୍ମିତ୍ୱାପାଞ୍ଚେଶତ୍ତେଶାଚୁର୍ବାପାଶା

Spoczywaj tak w jednoupunktowionym stanie samadhi.

ॐ ତରେ ତୁତ୍ତରେ ତୁତ୍ତରେ ଶୁଦ୍ଧା

Om tare tuttare ture so ha

ତେଣାପରିନିର୍ଦ୍ଦେଶର୍ମିତ୍ୱାପାଞ୍ଚେଶତ୍ତେଶାଚୁର୍ବାପାଶା

Powtarzaj te rdzenne dziesięć sylab tak wiele razy, jak tylko potrafisz.

[Jeśli chcesz wykonać praktykę długiego życia, przejdź tutaj.]

ଅପବ୍ରତା ଓ ପରିମାତ୍ରାକୁ ଧ୍ୟାନିତିକାରୀ ପରିଷାମିତି ପାଇବାକୁ

Po czym: Om tare tuttare ture mama aju punje dziana puktim kuru so ha

ब्रेष्मेपैक्षेष्मऽवृद्धंमन्त्रं कृष्टुर्द्विमन्त्रं । पश्चेत्प्रदीप्तिर्भवन्तु गुरुकृष्णागुरुंपैक्षेष्मऽवृद्धं  
चिन्तय । त्रिमन्त्रं प्रदीप्तिर्भवन्तु गुरुंपैक्षेष्मऽवृद्धं । विश्वांगुरुं कृष्णागुरुं पैक्षेष्मऽवृद्धं  
प्रदीप्तिर्भवन्तु गुरुंपैक्षेष्मऽवृद्धं । इति अधिकरणं आदित्यं पैक्षेष्मऽवृद्धं ।

Powtarzaj tę połączoną mantrę 108 razy. Jest powiedziane, że milion powtórzeń rdzennej mantry tworzy tzw. „skompletowanie mantry”, a dziesięć milionów powtórzeń przyniesie spełnienie wszelkich aktywności. Jeśli podczas nawet siedmiodniowego odosobnienia powtarzasz mantrę z radością i oddaniem, z pewnością odwróciś przedwczesną śmierć. Zarówno w przypadku, gdy wykonujesz głównie praktykę długiego życia, jak też podczas codziennej praktyki powinieneś powtarzać połączoną mantrę.

द्वैतस्त्रुत्यस्त्रुत्ये ॥

Zakończenie sesji medytacyjnej:

शुद्ध्वीद्वैतस्त्रुत्यस्त्रुत्ये ॥

**Nang-si tam-cie pak-ma dryl-mej kjil-kor-du gjur**

Wszelkie zjawiska stają się mandałą szlachetnej Tary

द्वैतस्त्रुत्यस्त्रुत्यस्त्रुत्ये ॥

**de tam-cie sung-kor-la tim**

i wtapiają się w krąg ochronny.

रंगन्जितेतेंदरंपारंसिंहंस्त्रुत्यस्त्रुत्यस्त्रुत्ये ॥

**rang-nji ten dang ten-par cie-pa-ang rim-gji tuk-kej TAM la tim**

Ja, jako bóstwo, wraz z pałacem wtapiam się w sylabę བ (TAM) w sercu.

ਨੈਰਦਾਸਾਂ ਰੈਸਾਂ ਸ੍ਰੀਸਾਂ ਰੱਦਾਸਾਂ ਹੁਣਾਂ

**de-ang me rim-gji y-sal-du sziuk-par gjur**

Sylaba rozpuszcza się od dołu do góry. Spoczywam w świetlistości.

*[Jeżeli chcesz teraz wykonać praktykę kręgu ochronnego, przejdź tutaj.]*

ਸ਼੍ਰੁਦਾਨੰਤ੍ਰੀਦਾਸਾਸਾਂ ਸ਼੍ਰੁਧਾਵਨੀ

**Lar rang-nji pak-ma dyl-mej**

Znów staję się szlachetną Tarą,

ਸ਼੍ਰੁਦਾਨੰਤ੍ਰੀਦਾਸਾਂ ਸ਼੍ਰੁਧਾਵਨੀ

**kur gjur-pej ne sum-du OM A HUNG-gi tsen-par gjur**

z trzema sylabami ଉ ଔ ହੁੰ (OM, A, HUNG) w trzech miejscach.

ਸ਼੍ਰੁਦਾਨੰਤ੍ਰੀਦਾਸਾਂ ਸ਼੍ਰੁਧਾਵਨੀ

**nang drak-kji cie tam-cie dyn-dam-par rang-szin me-pa nang-cia**

Wszystkie zjawiska – formy i dźwięki – w ostatecznej naturze nie mają samoilistnego bytu,

ਸ਼੍ਰੁਦਾਨੰਤ੍ਰੀਦਾਸਾਂ ਸ਼੍ਰੁਧਾਵਨੀ

**gju-ma ta-ਲੁ jeszie lha-i ngo-ਲੋ nam-par dak-go**

lecz pojawiają się niczym iluzja i są w istocie przejawem bóstwa mądrości.

[Jeśli chcesz ofiarować tormę, przejdź teraz [tutaj](#).]

ନ୍ତେ'ଷ'ର୍ଦ୍ଧ'ଫିଣ'ଶୁର'କୁ'ପନ୍ଥ ।

**Ge ᲍a di ji njur du dak**

Obym, dzięki zasłudze z tej praktyki,

ଶ୍ଵେତ'ଶ'ର୍ଦ୍ଧ'ଗାନ୍ଧ'ମ'ରଶୁନ'ଶୁର'ବନ୍ଧ ।

**dyl ma kar mo drub gjur ne**

szybko osiągnął stan Białej Tary

ରଶ୍ଵ'ଶ'ଶତିଶ'ଶୁନ୍ଦ'ମ'ଯୁନ'ପା ।

**dro ᲍a cik kjang ma ly pa**

i wszystkie istoty, bez wyjątku,

ହେ'ଫି'ଶ'ର'ରଶ୍ଵ'ଦ'ପନ୍ଥ'ର୍ବେଶ । ଶଶ୍ଵନ୍ଦିନୀ

**de ji sa la gy par szio**

doprowadził do tego poziomu.

[Aby zakończyć, przejdź do [modlitw dobrych życzeń i pomyślności](#).]

ଓର୍ବାର୍କଶଶ୍ଵାରିତ୍ତିନାମାଦୁଷ୍ଟାର୍ଥା ୯୩ାର୍କର୍ତ୍ତିର୍ବ୍ରାହ୍ମଣଶାସ୍ତ୍ରାଧିଷ୍ଠାନାରା

Pomiędzy sesjami, jeśli ofiarowujesz tormę, przygotuj biały „ciok dum”.

ॐ ବନ୍ଦା ଅମ୍ରିତ ଗୁଣ ପ୍ରିଣ୍ଟ କନ୍ଦଳି ହନ ହନ ହନ ହନ

Om benza amrita kundali hana hana hung pe

ଶ୍ରୀଶଶଦଶା ।

- tak zmyj nieczystości.

ॐ ସୁଶ୍ରୁତ୍ସମ୍ବନ୍ଧଶତଃଲିଙ୍ଗଶ୍ରୁତ୍ସମ୍ବନ୍ଧିଂ

Om sobhała siuddha sarla dharma sobhała siuddho ham

ଶ୍ରୀଶଶଦଶା ।

- tak oczyścić.

ଶ୍ରୀଶଶଦଶାରିତ୍ତିନାମାଦୁଷ୍ଟାର୍ଥାଶାସ୍ତ୍ରାଧିଷ୍ଠାନାରା

Tong-pej ngang-le tor ny jang-szing gja-cie-ła rin-po-cie le drub-pej  
nang-du

Z natury pustki pojawia się olbrzymie naczynie uczynione z klejnotów.

ॐ ଆ ହୁଂ ହୁଂ ଦ୍ରୁତ ଦ୍ରୁତ ସାଧାରଣ ଦୁର୍ଦ୍ଵାରା ଶାରିତ୍ତିନାମାଦୁଷ୍ଟାର୍ଥାଶାସ୍ତ୍ରାଧିଷ୍ଠାନାରା

OM A HUNG y-du sziu-ła-le dziung-łej tor-ma dy-guj gjam-tso cien-po

Wewnątrz niego sylaby ॐ ଆ ହୁଂ ହୁଂ (OM, A, HUNG) rozpuszczają się w światło, z którego powstaje torma, ocean wszystkiego, czego można zapragnąć,

॥ མ· ད· ན· ར· བ· ཕ· བ· བ· བ· བ· བ·

**ka-dok dri ro ny-tu pyn-sum tsok-par gjur**

o doskonałym kolorze, zapachu, smaku i właściwościach.

ॐ अङ्गुष्ठे

**Om a hung**

॥ ພ· ສ· ສ· ພ· ພ· ພ·

– trzy lub siedem razy.

॥ ຮ· ສ· ສ· ສ· ດ· ສ· ສ· ດ· ດ· ດ·

**Rang-gi njing-gej sa byn le y try**

Światło promieniuje z nasiennej sylaby w moim sercu

॥ ແ· ໂ· ໃ· ເ· ແ· ແ· ແ· ແ· ແ· ແ·

**Iho-ciok po-ta-la-i ri-ło ne dzie-tsyn-ma dyl-ma kar-mo la**

i przywołuje z góry Potala na południu szlachetną Białą Tarę,

॥ ສ· ດ· ດ· ດ· ດ· ດ· ດ· ດ· ດ· ດ·

**sang-gje dang dang-ciub sem-pej tsok tam-cie-kji kor-ła**

otoczoną zgromadzeniem Buddów i Bodhisattwów.

பெ.ந.பூ.எ் பெ.க.ம.வ.ய.பி

benza samadza / Pema kamalaja satom

ஓ.க்வஸ்.பி.லைஸ்.த்.ஹெடி.ஷு.ஸுஷ.த்தை.தி.ஶா.ஒ.ஷ.ஸ்வ.ப.ஸ.ஷு.ஸ.

**Lha nam-kji dziak dor-dziej bu-gy drang-te torma syl-łar gjur**

Bóstwa spożywają tormę za pomocą rurek [wychodzących] z ich wadżra-języków.

ஓ.நூ.ரே.நூ.ரே.நூ.ரே.ஜி.நீ.ஷ.பீ.ந.ஏ.ஏ.நூ.தி.நூ.தி

**Om tare tuttare ture idam balingta ka ka kahi kahi**

ஓ.ஷ.ஸு.ஸ.பி.ஸ.ஹே.ஸ்ரூ.ஷ.நா

- powtórz trzykrotnie, ofiarowując Tarze.

ஓ.அ.நூ.ரே.நூ.ரே.நூ.ரே.ஜி.நூ.ந.ந.ந.ந.ந.ஓ.அ.நூ.ந.ந.ந.ந.

**Om a karu mukam sarla dharma nam adja nut penna tota om a hung  
pe so ha**

ஓ.ஷ.ஸு.ஸ.பி.ஸ.ந.ஸ்ரீ.ஷ.ந.ஷ.ந.ஷ.ந.ஷ.

- powtórz trzykrotnie, ofiarowując całemu orszakowi.

ஓ.அ.நூ.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.ந.

**Om arja tara sapariłara argham so ha**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wodę dla ust.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा पद्जम सो हा

**Om arja tara sapariłara padjam so ha**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wodę dla stóp.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा पुष्टि अज्ञाने हौ

**Om arja tara sapariłara pype a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję kwiaty.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा ध्यो अज्ञाने हौ

**Om arja tara sapariłara dhype a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję kadzidła.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा अलोक अज्ञाने हौ

**Om arja tara sapariłara aloke a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję lampki.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा गेंधे अज्ञाने हौ

**Om arja tara sapariłara gendhe a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję wonne olejki.

ॐ अर्जुन तरा सपरितारा नेलिदजे अज्ञाने हौ

**Om arja tara sapariłara nełidje a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję jedzenie.

ॐ अ॒र्जुन् त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्चक्षुं ।

**Om arja tara saparitara sziabda a hung**

Szlachetnej Tarze i jej orszakowi ofiarowuję muzykę.

त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्च ।

**Kor ta le dyl ta re ma**

TARE, jesteś matką, która wyzwala z samsary.

त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्च ।

**tutta re ji dzik gje dyl**

Dzięki TUTTARE uwalniasz od ośmiu rodzajów lęków.

त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्च ।

**tu re na ta kyn le kjob**

Za pomocą TURE chronisz przed chorobami.

त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्च ।

**dyl ma la ni ciak tsal ty**

Wyzwolicielko, Tobie składam poklon i wychwalam Cię.

त॒रा सपि॑रि॒भूतः प॒र्वतः ग॒ग्निः कृ॑ष्णैश्च ।

**gang gi tuk dziej y kar gji**

Wasze białe światło współczucia

ମାଲ୍ଯୁଷ'ରଶ୍ମ'ପରିଦ୍ଵନ'ବାହେଦ'ତୈନା ।

**ma ly dro Ძej dyn dzy cing**

przynosi pożytek wszystkim bez wyjątku istotom.

ପରିଶ୍ରମ'କୋଦ'କୁଷାଣ'ଗୁ'ପରିଶ୍ରମ'ଦନ୍ତକୁଷାଣ ।

**gyn me nam kji gyn dang kjab**

Pozbawionym ochrony udzielacie opieki i schronienia.

କୁପ'ପ'ଶ୍ରମ'ଦନ୍ତପତନ'ପ'ରତ୍ନା ।

**gjal Ძa se dang cie la dy**

Wam, Zwycięzcom, i Waszym Synom składam poklon i wychwalam Was.

ପାର୍କଦ'ଶ୍ରୀର'ପାର୍କଦ'ପ'ରଦ୍ଵ'ପକ୍ଷିଶବ୍ଦୀ'ପକ୍ଷିଶବ୍ଦୀ ।

**cie dzin tor ma di szie la**

Proszę, przyjmijcie tę ofiarę z tormy

କୁପ'ରତ୍ନ'ପଦମ'ତମ'ରତ୍ନ'ପଦମ'ତମ'ପଦମ'ତମ' ।

**nal dzior dak ciak kor cie la**

i zapewnijcie mnie, joginowi, i mym bliskim

ରତ୍ନ'କୋଦ'କେ'ଦନ୍ତପଦମ୍ଭୂଷା'ଦନ୍ତା ।

**ne me tse dang Ძang ciuk dang**

długie życie bez chorób, moc,

ବ୍ୟାପକ ଶରୀରର ଅନ୍ତରେ ମଧ୍ୟରେ ଦେଖିଲାମ ।

**pal dang drak dang kal pa zang**  
bogactwo, sławę, pomyślność

କୌଣସି କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ ।

**long cie gja cien kyn tob cing**  
i wszelki dobrobyt.

କୌଣସି କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ ।

**szi dang gje la sok pa ji**  
Udzielcie mi siddhi aktywności:

କୌଣସି କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ ।

**le kji ngy drub dak la tsyl**  
uspokajającej, pomnażającej i pozostałych.

କୌଣସି କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ ।

**dam tsik cien gji dak la sung**  
Wy, których wiążą samaja, chrońcie mnie!

କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ କୁରୁତେ ।

**ngy drub kyn gji tong drok dzy**  
Pomagajcie mi w osiągnięciu siddhi.

ବୁନ୍ଦୁ'ଶୀତ୍'ରକ୍ତି'ଦନ୍ତକୁଣ୍ଡଳା' ।

**dy min ci dang ne nam dang**

Chrońcie mnie przed przedwczesną śmiercią, wszelkimi chorobami,

ଶର୍ଦ୍ଦର୍ଦ୍ଦଶଶେଷଶ'କୁଣ୍ଡଳା' ।

**dyn dang gek nam me par dzy**

demonami, przeszkodami,

ହେଲ୍ ଯଶ'ଦର୍ଦ୍ଦଶକର୍ତ୍ତର'ଶ'ଦର୍ଦ୍ଦଳା' ।

**mi lam ngen dang tsen ma ngen**

złymi snami, złowróżbnymi znakami

ଉପ୍ରେଦ୍ଧଶ'ପ'ଶେଦ୍ଧଶ'ଗଣ୍ଡଳା' ।

**dzia dzie ngen pa me par dzy**

i niepomyślnymi wydarzeniami.

ଦୟିଶ'ହେତ୍'ଶଦେ'କିନ୍ତୁ'ଯେଶଶ'ଦର୍ଦ୍ଦଳା' ।

**dzik ten de szing lo lek dang**

Oby na całym świecie ten rok był dobrym rokiem,

ଦସୁ'କୁଣ୍ଡଳା'ଦସେପ'କିନ୍ତୁ'କଣ୍ଠଶ'ଦସେପ'ଦର୍ଦ୍ଦଳା' ।

**dru nam pel szing cie pel ta**

oby zbiory były obfite i aby Dharma kwitła.

དେ' ༜ ଶ

**de lek pyn sum tsok pa dang**

Oby zapanowały szczęście i pomyślność

ཡ ଶ

**ji la dy pa kyn drub dzy**

i aby wszystkie życzenia się spełniły.

ସ ଶ

**Pak-ma dyl-me dak-la ciok tyn-mong-gi ngy-drub ma-ly-pa tsyl-ła  
dang**

Szlachetna Taro, proszę udzieli mi wszystkich bez wyjątku zwyczajnych i nadzwyczajnych siddhi.

ଓ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ

**kje-par-du tral jyn-gji dzik-pa-le kjob-cing**

W szczególności ochraniaj mnie przed obecnymi i przyszłymi niebezpieczeństwami

କ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ ଶ

**cie cie-szin jyn ring-du tso-łej ciok dzin-par dze-du-sol**

i obdarz mnie długim życiem pełnym aktywności.

ॐ एकं स तु न अस्या ॥ वा गुणं वा या ॥

Om benza sato samaja / manu palaja

एकं स तु ते ते परिमृशने शुभा ॥

benza sato tenopa titi dridho me bhaṭa

सुरुद्धृष्टे शुभा ॥ सुरुद्धृष्टे शुभा ॥

suto kajo me bhaṭa / supo kajo me bhaṭa

अनुरुद्धृष्टे शुभा ॥ सत्त्वीकृष्टे शुभा ॥

anu rakto me bhaṭa / sarla siddhi mem trajatsa

सत्त्वासं सुर्त्ते तेहं श्रेयः ॥

sarla karma sutsa me / tsi tam szri ja

कुरु हुं हुं हुं हुं हुं हुं शुभा ॥

kuru hung / ha ha ha ha ho / bhaga ṭen

सत्त्वासं हुं हुं हुं हुं हुं हुं शुभा ॥

sarla tathagata / benza mame myntsa / benzi bhaṭa maha / samaja  
sato ah

ஓ'ଶେ'ଷକୁ'ଶ'ବ୍ର'ଶଶୁମ'ନ୍ଦ୍ରୀ

- trzykrotnie recytuj stusylabową mantrę [powrót do początku mantry].

ଶ'ର୍ଵତ୍ରପ'ନ୍ଦ୍ରାତ୍ମଶଶ'ପ'ନ୍ଦ୍ରୀ ।

**Ma dzior pa dang njam pa dang**

Wszystko, co zaniedbałem lub przygotowałem w sposób splamiony,

ଶର୍ଯ୍ୟର୍ଥଶଦଶ'ହେନ୍ଦଶ'ଶ୍ଵର୍ଣ୍ଣିଶ'ର୍ବୀ ।

**gang jang dak mong lo ji ni**

gdyż powodowało mną pomieszanie,

ଶଶୀଶ'ଶ'ନ୍ଦ୍ରର୍ବୀ'ଶଶୀତ୍ର'ଶଶୁପ'ଶନ୍ଦ୍ରୀ ।

**gji pa dang ni gji tsal ta**

jak i to, co wykonałem błędnie lub czego nie wykonałem

ଶ'ଯର୍ଥଶତ୍ରଦ'ପନ୍ଦ'ଗନ୍ଧନ୍ଦ୍ର'ଶଶୀପ୍ରୀତୀ ।

**de kyn gyn py zy par dzy**

- wybaczcie mi to wszystko, Opiekunowie.

ଶ୍ରୀଶ'ର୍ଵନ୍ଦଶ'ପ'ନ୍ଦନ୍ଦ୍ରୀ ।

- tak wyznaj błędy.

འདੰ-'ਬੰ-'ਤੇ-'ਵ-'ਨ-'ਭੁ-'ਤੀ-'ਸ਼-'ਤ੍ਰਾ ।

**Dir ni ten dang lhen cik tu**

Proszę, stań się jednym z tym obiektem wsparcia

॥ རྩྚସ-'ସ-'შୀ-'ਤ୍ରୁ-'ସକ୍ରମା-'ର୍ଷ-'ଗୁ-'ନ୍ତା ।

**kor ṭa si du sziuk ne kjang**

i pozostań tu tak dugo, jak trwać będzie samsara.

॥ ད୍ର-'ସେ-'ਤ୍ରେ-'ਨ-'ਦ୍ଵା-'ପଦ-'ଭୂଷା-'ଦନ୍ତା ।

**ne me tse dang ṭang ciuk dang**

Obdarz mnie długim życiem, wolnym od chorób,

॥ ພକ୍ଷ-'ଶ-'କୁମା-'ଘେମା-'ପନ-'ଶୁଧ-'ତ୍ରୁ-'ଶର୍ଵ୍ୟା ।

**ciok nam lek par tsal du sol**

mocą i wszystkim, co najwznioślejsze.

ॐ ଶୁଧି ତିକ୍ତା ବେନ୍ଜା ଜେ ସୋ ହା

**Om sutra tikta benza je so ha**

ब्रेष्ट-प्रसाद-महाराजा-कृष्ण-हेतु-प्रसाद-शुभ-मन्त्र-या श्वेत-प्रसाद-वृत्ति-प्रसाद-त्रिप्ति ।

*W ten sposób goście zaproszeni do spożycia tormy proszeni są o pozostanie w obiekcie wsparcia.  
Recytuj modlitwy dobrych życzeń i modlitwy o pomyślność.*

*[Powrót do praktyki głównej]*

༄༅ ། ༐ ༑ ༒ ༓ ༔ ༕ ༖ ༗ ༘ ༙ ༚ ༛ ༜ ༝ ༞ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༪ ༪ ༫ ༬ ༭ ༮ ༰ ༱ ༲ ༳ ༴ ༵ ༶ ༷ ༸ ༹ ༻ ༺ ༻ ༻ ༻ ༻ ༻ ༻

*Jeśli chcesz medytować na krąg ochronny, to [zrób to] po rozpuszczeniu wizualizacji na koniec dakra, a przed ponownym pojawiением się w iluzorycznej formie, jak objaśniono powyżej:*

༄༅ ། ༐ ༑ ༒ ༓ ༔ ༕ ༖ ༗ ༘ ༙ ༚ ༛ ༜ ༝ ༞ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༪ ༪ ༫ ༬ ༭ ༮ ༰ ༱ ༲ ༳ ༴ ༵ ༶ ༷ ༸ ༹ ༻ ༻ ༻ ༻ ༻

**Tong-pej ngang-le ke-cik-gi kor-lo kar-po tsib-ciu gur-tab-su ne-szing**  
Z pustki w jednej chwili [pojawia się] białe koło niczym namiot, o dziesięciu szprychach,

༄༅ ། ༐ ༑ ༒ ༓ ༔ ༕ ༖ ༗ ༘ ༙ ༚ ༛ ༜ ༝ ༞ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༪ ༪ ༫ ༬ ༭ ༮ ༰ ༱ ༲ ༳ ༴ ༵ ༶ ༷ ༸ ༹ ༻ ༻ ༻

**mi-ngyn-par njur-du kor-łej te-ła dum-po jang-pej nang-du**  
tak szybko wirujących, że są aż niewidoczne.

༄༅ ། ༐ ༑ ༒ ༓ ༔ ༕ ༖ ༗ ༘ ༙ ༚ ༛ ༜ ༝ ༞ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༪ ༪ ༫ ༬ ༭ ༮ ༰ ༱ ༲ ༳ ༴ ༵ ༶ ༷ ༸ ༹ ༻ ༻

**rang-nji pak-ma dryl-ma ji-szin kor-lo gjen dang cia-luk**

W okrągłym rozległym wnętrzu przejawiam się jako Szlachetna Tara, Koło Spełniające Życzenia,

༄༅ ། ༐ ༑ ༒ ༓ ༔ ༕ ༖ ༗ ༘ ༙ ༚ ༛ ༜ ༝ ༞ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨ ༩ ༪ ༪ ༫ ༬ ༭ ༮ ༰ ༱ ༲ ༳ ༴ ༵ ༶ ༷ ༸ ༹ ༻ ༻

**jong-su dzok-par sal-łej tuk-kar kor-lo jik-dru dang-cie-pa**

posiadająca wszystkie doskonałe szaty i ozdoby. W mym sercu [znajduje się] koło z sylabami [mantry].

ରଙ୍ଗିଜିନ୍ଦୁଷ୍ଟାନ୍ତିଆ ରଙ୍ଗକୁଣ୍ଡା ତୈଷଶୁରୀକଷାମୁଷାନ୍ତିଷଦୁଷ୍ଟି  
rang nji-kji teng-du OM / ok-tu HA / tsib-kji tsa-ଲା bub tong-gi te-kji

Nade mną jest ଅଞ୍ଚି (OM), pode mną - ହୃଦୟ (HA), a przy wejściu do pustych szprych,

ନଂଦୁନ୍ତବ୍ରତଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀ  
nang-du dyn-ne je kor-du ji-ge gje cie jik-dru nam kar-po  
poczynając od przodu i dalej w prawo, jest osiem sylab. Wszystkie litery są białe.

ରଙ୍ଗିପୁଷ୍ପଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀ  
rang-gi tuk-kej sa-byn-le y-zer kar-po sziel ta-ଲୁ  
Z nasiennej sylaby w moim sercu promieniuje światło białe jak kryształ,

ଶେର୍ପଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀ  
ser-po ser ta-ଲୁ / mar-po pema ra-ga ta-ଲୁ  
następnie żółte jak złoto, czerwone jak rubin,

ଶିଶ୍ରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀଶ୍ଵରୀ  
ciak-ka to-reng-kji nam ta-ଲୁ / dziang-ku ma-ge ta-ଲୁ  
stalowo-niebieskie jak niebo o brzasku, zielone jak szmaragd

ਸਕੰਦ' ਸ' ਜਿੰਨ੍ਹੀ' ਪਾਲੁ' ਸੁਕਲਾ' ਰੰਗ' ਪਾ' ਸ਼੍ਰੂਣਾ।

**cin-ka indra-ni-la ta-łu nam rim-par try**

i szafrowe – płyną jedno po drugim.

ਸੇਮਾਨ' ਤਰ੍ਹਾਣ੍ਹੀ' ਦੁਰਲਾਸਾ। ਕੁਖ' ਸ' ਕਲਾ' ਏਕ੍ਕਾ।

**sem-cien-gji dyn dzie gjal-ła nam cie**

Przynoszą pożytek czującym istotom i składają ofiary Zwycięzcom.

ਛੁਣਾਸ' ਸਤ੍ਤੁਰੰਕੁਖ' ਸ' ਕਲਾ' ਗ੍ਰੀਵ' ਨਾਸਾ' ਰੰਦ' ਚੇਤ'

**ciok-ciuj gjal-ła nam-kji dzin-lab y-zer**

Błogosławieństwo Zwycięzców dziesięciu kierunków powraca kolejno w formie świąteł:

ਨਾਰ੍ਦ' ਸੈਨ' ਦਲਾਨ' ਸ਼੍ਵੰਧ' ਮਬਿਨ' ਸ਼ੀ' ਕਲਾ' ਪਾ' ਰੰਗ' ਏਨ' ਪਾ' ਤੁਰ੍ਕਾ।

**kar ser mar ngo dziang ting-gi nam-par rim-par dzin**

białego, żółtego, czerwonego, stalowo-niebieskiego, zielonego i szafrowego,

ਨੰਥੀ' ਸੁਣਾ' ਗ੍ਰਿਵ' ਰੰਤੁ' ਵ' ਬਿਏ' ਪਾ'

**rang-gi tuk-kej kor-lo-la tim-pe**

które wtapiają się w koło w mym sercu.

ពិ.ក្បស.ជនបទ.ឃន.ឈុ.ខេស.បនិ.បន.សុ.ស៊ិ.មិ.សហ.បន.លុន।

szi gje ḥang drak le na-tsok-pej ngy-drub tob-cing ten-par dzie

Siddhi aktywności uspokajającej, pomnażającej, magnetyzującej i gniewnej  
zostają osiągnięte i ustabilizowane.

តុ.ខ្ល.ស.រ.កស.ជនបទ.ឈុ.សុ.សន.សិ.មិ.សាត.។

y lhak-ma nam kor-loj gur-kang-gi ci ne

Z pozostałej części światła powstaje na zewnątrz kręgu-namiotu

ឧ.ស.សន.គស.រស.តុ.បន.បទ.ឈុ.សុ.សន।

dom gang tsam-ne y kar-poj gur-kang

odległa o szerokość ramion kulista biała powłoka ze światła.

ពិ.មិ.ស.សែ.សំ. ពិ.មិ.ស.បន.សំ.។

de-i cir ser-po / de-i cir mar-po

Wokół niej - żółta. Wokół niej czerwona.

ពិ.មិ.ស.ខេ.ស.រ. ពិ.មិ.ស.ខ្ល.សុ।

de-i cir ciak-ka / de-i cir dziang-ku

Wokół niej stalowo-niebieska. Wokół niej zielona.

ኩሪሮርኩርኩርኩርኩርኩር

**de-i cir y cin-kej gur-kang nam kjang dom-rej bar-tak cien**

Wokół niej szafrowa – każda kolejna oddalona o szerokość ramion.

ኩሮርኩሮርኩሮርኩሮርኩሮር

**teng ok ciok-tsam kyn-tu kor-ła dum-poj nam-pa cien**

Mają one kształt kulisty, roztaczając się we wszystkich kierunkach.

ኩሮርኩሮርኩሮርኩሮርኩሮር

**sa-ła ten-pa sub-me-pa lung ser-bu tsam jang mi-tar-ła bar**

Są twardze, solidne i pozbawione pęknięć tak, że żaden powiew wiatru ich nie przeniknie,

ኩሮርኩሮርኩሮርኩሮርኩሮር

**tong tam-cie utpala ngyn-po ka dzie-ma tak-pe gang-łar gjur**

a pusta osobno przestrzeń pomiędzy nimi wypełniona jest świeże rozwitłymi niebieskimi kwiatami utpala.

ஓ.ஏ.பதுபரி.ஷ்வாய்.கீருஸ்.ஷ்ரீ. சம்ரத்தினாபுரம். ஶ்ரீ. ஜூன். மூலபா. நூ. கா. பகிர்த். | २३०५.०९.२०१७. |

Recytuj dziesięciosylabową mantrę tak wiele razy, jak to możliwe. Na koniec rozpuść wszystko w jasne światło i pojaw się ponownie w iluzorycznej formie, tak jak powiedziano powyżej. Jest to objaśniane jako dzog rim z charakterystykami albo nieprzewyższona [praktyka].

[Teraz wróć do praktyki głównej.]

ཡ ད ག ཁ ཇ ཉ ཉ ཉ ཉ

*Podczas praktyki długiego życia:*

ਕ੍ਰි ਵਰੰਦਰਾ ਮੇਦ ਗ੍ਰੀ ਬੁਧਾ ਕ੍ਰਿ ਵਸਾ

**Ci-łoj y-pak-me-kji tuk-gju kyl-łe**

Gdy przyzywam błogosławieństwo Amitabhy ponad moją głowę,

ਖ਼ਣ ਸੀ ਖੁਦ ਪਤੇਦ ਗ੍ਰੀ ਪਨ੍ਦ ਕ੍ਰੀ ਰਿ

**ciak-gi lhung-ze-kji dy-tsi kyl**

nekter w miseczce żebraczej w jego dloniach wrze,

ਰੰਗ ਸੀ ਕ੍ਰੀ ਵਰ ਕੁਣਾ

**rang-gi ci-ło-ne sziuk**

wpływająca przez szczyt mojej głowy

ਮੁਸ ਬਨਸ ਤਨ ਸ਼ਨ ਕੰਦ ਮੇਦ ਰਸਾ ਸਨ ਰਸਾ

**ly tam-cie gang-szing ci-me drub-par-gjur**

i wypełnia całe moje ciało, obdarzając mnie nieśmiertelnością.

ਬਨ ਸਨ ਸਨ ਲੋਭਨ ਸੈਪ ਹੈਂਦ ਤਨ ਸੁਝ ਸਨ ਅਨ ਸਨ ਸੁਤੁਰੀ ।

*Wyobrażając tak sobie, recytuj mantrę długiego życia.*

*[Przejdź do mantry długiego życia, w praktyce głównej.]*

ਕੁਦਾਕਣਾਕੇਦਾਨਾਕੇਦਾਨਿਧੁਆ ।

**Gjal ciok tse pak me pej jum**

Partnerko wzniósłego Amitajusa, Matko,

ਇਕੈਕੇਦਾਨਿਸਾਹਨਿਲੈਨਾਕੀ ।

**ci me nge par ter Ṽa mo**

która obdarzasz pewnością nieśmiertelności,

ਹੈਂਥਾਨਿਲੈਨਾਕੈਕਾਨਾਲਾਨਾ ।

**rik pa dzyn ma ciom den de**

Zwycięska Dzierżycielko Mądrości,

ਫਿਦਾਕਿਨਾਨਿਲੈਨਾਕੈਵਾਨਾਵਿਨਾਵਾ ।

**ji szin kor loj ta szi szio**

oby dzięki Tobie, Kołu Spełniającemu Życzenia, wszystko było pomyślne!

ਨਿ਷ਾਨਿਲੈਨਾਕੈਵਾਨਾਵਾ ।

**Ge Ṽa di ji sem cien kyn**

Oby dzięki tej zasłudze wszystkie istoty oczyściły negatywne czyny, splamienia

ਖ੍ਰਿਧਾਨਿਲੈਨਾਲੁਦਾਨਾਗਨਾਕਿ ।

**dik drib nje tung ne dyn szi**

i złamane czy naruszone ślubowania i uwolniły się od chorób i demonów,

କେ'ହନ୍ତି'ପାଦର୍ଥରୁଷ୍ଣି'ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନ୍ଧିମାତ୍ରାଂକୁଣ୍ଡା ।

**tse pal sy nam je szie gje**

oby wzrastała ich siła życiowa, wspaniałość, zasługa i mądrość

ଶ୍ଵେତମର୍ଣ୍ଣରୁଷ୍ଣିଦ୍ୱାରା'ପରିଵର୍ତ୍ତନ ।

**dyl mej go pang njur tob szio**

i oby szybko osiągnęły stan Tary.

ବୈଶାଖେ'ଶବ୍ଦି'ଦଶୋ'ପକ୍ଷିଦିଵୀପିଲା'ଗୁରୁ'କ୍ରମ'ନାହିଁ'ଏ'ପରା'ଶ୍ଵେତମର୍ଣ୍ଣରୁଷ୍ଣି'ପରିଵର୍ତ୍ତନ ।  
ଶ୍ଵେତମର୍ଣ୍ଣରୁଷ୍ଣି'ପରିଵର୍ତ୍ତନ'କୁ'ପାଦର୍ଥରୁଷ୍ଣି'ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନ୍ଧିମାତ୍ରାଂକୁଣ୍ଡା ।  
ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନ୍ଧିମାତ୍ରାଂକୁଣ୍ଡା'ପରିଵର୍ତ୍ତନ'କୁ'ପାଦର୍ଥରୁଷ୍ଣି'ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନ୍ଧିମାତ୍ରାଂକୁଣ୍ଡା ।

*Ten tekst do praktyki Jidama na prośbę Lodro [króla Dege], obdarzonego skarbem dyscypliny, napisałem ja, leniwy Dharmakara [ósmego Tai Situ Rinpoche]. Miało to miejsce w stolicy, w wielkim pałacu Lhyandrub Teng w roku obfitych zbiorów, w pomyślny dzień wzrostającego księżyca, w ósmym miesiącu.*



## Związek Buddyjski Bencien Karma Kamtsang

Opracowanie: Zespół Tłumaczy Bencien Arja Tara  
Wyd. 2 popr. Grabnik 2016  
Grabnik 4, 96-313 Jaktorów

[benchen.org.pl](http://benchen.org.pl)



Ten utwór jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów zależnych 4.0 Międzynarodowe. Pytania dotyczące innego wykorzystania tego pliku należy kierować do: bencien@gmail.com

Wydanie pierwsze w formacie ebook: lipiec 2018

Okładka, skład: Beata Karma Tashi Drolkar

[dharmaebooks.org](http://dharmaebooks.org)



Dharma Ebooks jest projektem organizowanym przez Dharma Treasure, który działa pod merytorycznym nadzorem 17. Gjalanga Karmapy, Ojena Trinle Dordže. Prawa własnościowe Dharma Ebooks należą do Dharma Treasure Corporation.



- Okładka
- Linia Przekazu, Schronienie i Bodhicitta
- Sadhana Białej Tary
- Prawa autorskie