



༄༅། །སྒྲིམ་ཆོག། །

Молитви для сесії медитації

упорядкував Тулку Ург'єн Рінпоче

Український переклад віршовано для співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу





༄༅། །སྒོམ་དོན་མཉམ་བཞག་ནི།

Молитви для сесії медитації

упорядкував Тулку Ург'єн Рінпоче

Прихисток

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆེ། །
བདག་གི་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།
འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

санг'є чöданг цогк'ї чогнам ла
джянгчуб барду дагні к'ябсу чі
даг'гі джінсог гьїпей сöнам к'ї
дрола пхенчїр санг'є друбпар шöг

В Будді й Дгармі прихищаюся,
і в Громаді щонайвищій я
прихищаюсь до Пробудження.
Силою заслуги щедрості
й інших добрих дій, які творю,
здля блага й щастя всіх істот
хай Пробудження удійсниться!



ན་མོ་རིགས་ཀྱན་བྱབ་བདག་ལྷ་མ་རྗེ།
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་ཡི་དམ་ལྷ།
བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་མཁའ་འགྲོའི་ཚྭ་གསུམ་།
རྩ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོ།

намо рігкюн кх'ябдаг лама дже
нгөдруб джюнгне їдам лха
барче кюнсел кхандрой цог
цава сумла к'ябсу чі

Намо! О безцінний Вчителю,
всеосяжний Владарю
буддових родин усіх!
Джерело досягнень-сіддг —
божество, мій їдаме!
Сонме дакінь, ви усі
перешкоди нищите!
Три Джерéла-Корені,
ви є Прихистком моїм!



ན་མེད་ངོ་བོ་སྤྲོད་པ་ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་
རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་མེད་
ཐུགས་རྗེ་ལྷན་ཆོག་སྐྱེ་སྐྱེ་ལེ་
བྱང་ལྷུང་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་

**намо нгово тонгпа чök'i ку
рангжін салва лонгчö дзог
тхугдже нацог трүлку ла
джянгчуб барду к'ябсу чи**

Намо! В суті — у порожності —
в дгармакаї-істині;
у природі — ясності —
у самбгоґакаї, та
у нірманакаєвім
розмаїтті проявів
співчуття потужного —
прихищаюся у трьох
каях — до Пробудження!



Бодгічітта

ཏོ་མཁའ་མཉམ་འགོ་བ་མ་ལུས་པུ་
སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་
རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གིས་
རང་རིག་ཆོས་སྐྱེ་རྫོགས་པར་བྱུ་

го кханьям дрова малю па
санг'є сала кӧпей чір
дзогпа ченпой менгаг гі
ранг ріг чӧку тогпар джя

Го! Щоб привести всіх істот,
що неначе небокрай,
до стану Пробудження,
покладатимуся на
настанови сутнісні
Дзӱгчена — Великої
Виповненості — і так
рігпу-усвідомлення —
дгармакаю осягну!



Молитва до Вчителя

དབལ་ལྷན་ཅུ་བའི་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
བདག་གི་སྤྱི་བོར་བརྒྱའི་གདན་བཞུགས་ལ། །
བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློན་སྐྱེས་བཟུང་སྟེ། །
སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། །
ཨ། སྐྱེ་མ་མཆིན་ནོ། །

палден цавей лама рінпоче
даг гі чівор пемей ден ла жюг
кадрін ченпой го не дже зунг те
ку сунг тхуг к'ї нгöдруб цал ду сöl
а лама кх'енно

Понад головою у менé
на сидінні лотосовому —
славний Лама — Вчитель корінний.

О безцінний Ґуру, вас молю:

з добросердям вéличним прийміть
мéне й ниспошліть досягнення
Тіла, Мови й Серця буддових!

О, Вчителе, тримайте мене в серці!



Отримання посвячень

དབལ་ལྷན་ལྷ་མའི་སྐྱེ་ཡི་གནས་བཞི་ནས་།
འོད་ཟེར་བྱང་བ་བདག་གི་གནས་བཞིར་བཅུ་།
སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་དང་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་ཡི་།
བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་བྱུང་།

палден ламей ку ї не жі не
өзер джюнгва даг ги не жір тхім
кусунг тхуг данг еше дордже ї
джін г'ї лабне ванг жі тхобпар г'юр

З тіла Вчителя славетного —
з чотирьох місць — світла промені
струменіють й розчиняються
в чотирьох моїх місцях вони.

Із благословінням ваджрових
Тіла, Мови, Серця й Мудрості
чотири посвяти приймаю.



དབལ་ལྷན་ཅ་བའི་སྐུ་མ་ཉིད།
དབྱེས་པ་ཆེན་པོས་རང་ལ་ཐེམ།
རང་ཡང་ཀུན་གཞི་མ་བཙོས་པའི།
རང་ལ་ཡིད་ནི་འཛིན་པ་བྲལ།
ནམ་དག་སྤོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ།
ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གཉིས་སུ་མེད།
палден цавей лама ны
г'епа ченпö ранг ла тхім
ранг янг кюн жі мачö пей
нганг ла ї ні дзінпа драл
намдаг трöдрал чöк'ї ку
чöк'ї ку ла нысу ме

མཉམ་བཞག་བྱ།

Спочинь в медитативній рівності.

Славний Гүру корінний
з радістю великою
розчиняється в мені.
Я теж у природному
стані всеоснови цім.
Розум — вільний від чіплянь.
Дгармакая — Істина,
бездоганна простота.
В ній дуальності нема.



རྩིས་ཐོབ་སྐབས།

На завершення сесії практики:

Молитви присвяти

གུན་བཟང་ལྗོངས་ཆེན་མན་ཆད་ནས། །
དྲིན་ཆེན་མཉམ་པའི་སྒྲ་མ་ཡན་ཆད་ཀྱི། །
འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སྦྱོན་ལམ་གང་བཏབ་པ། །
དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདིར་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

**кюнзанг дордже чанг чен менче не
дринчен цавей лама енче к'ї
дровей донду монлам ганг таба
дедаг тхамче денг дїр друбпар шöг**

У цей сáмий день хай звершаться
всі прагнення блага для істот,
що Самантабгадра висловив
і великий Ваджрадгара, та
всі наступні — аж до Вчителя
корінного добросердного!



བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེས་ཕྱགས་མེད་འབྱོངས་པ་དང་། །
དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི། །
རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ནམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར། །
བདག་སོགས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །

**джям данг ньингдже чогме джонгва данг
дондам лхенчиг к'епей еше ні
г'ялва сече намк'ї тогпа тар**

дагсог нгонсум тогпар джінг'ї лоб

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚྭགས་བསགས་ཏེ། །

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བ། །

དམ་པ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག། །

г'ева дії к'ево кюн

сōнам еше цог саг те

сōнам еше ле джюнг ва

дампа ку ны тхобпар шōг

Надихніть нас і благословіть
виплекати співчуття й любов,
що неупереджені й без меж,
і напrawdę осягнути цю
Істину найвищу — вроджену
Мудрість, так як осягнули це
Переможці-Будди і сини.

Сила цього блага хай
приведе до того, що
всі істоти удійснять
надбання заслуги і
Мудрості одвічної.

І тоді здобудуть хай
досконалі каї дві,
що з заслуги й Мудрості
одвічної постають.



Останні слова Сенґе Ванґчуґа (Ема ньонпа)

ཨི་མ་སྒྲོན་པ་སང་དབང་ང་།
ལས་ཀྱི་རྒྱང་ཟད་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་།
མ་རིག་སྒོ་ངའི་སྤྱབས་ལས་གྲོལ་།
རང་རིག་འོད་གསལ་སྤྱབས་སུ་བྱུགས་།

ема ньонпа сенґ ванґ нґа
лек'ї лунґзе еше г'є
маріґ гонґей буб ле дрёл
ранґріґ өсал г'ї буб су жүю

སྒོ་གསུམ་གྱི་འབྲུལ་པ་ཞིག་ཙ་ན་།
འབྲུལ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡ་རེ་ཆ་།
འབྲུལ་སྤང་གི་མདུད་པ་ཆོད་ཙ་ན་།
ཐམས་འཛིན་ཟེར་བ་ཐང་རེ་ཆ་ད་།

Дивовижно! Я, Сенґванґ,
божевільний, вичерпав
вітер карми і розкрив
Мудрість, що одвічна є.

Вивільнився з кокону
п'яти брам — невідання.
В сферу ріґпи увійшов —
в саяне усвідомлення.

Щойно обвалилося
хибне сприйняття трьох брам —
бачу жалюгідність всю
основи ілюзії!



ґосум ґ'ї трўлла жіґ ца на
трўлжі тхамче я ре ча
трўлнанґ ґі дюпа чө ца на
семдзін зерва тханґ ре че

འབྲུལ་བ་ཡི་ཤེས་སུ་ཤར་ཅ་ན།

དག་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་བའི་ཆོས།

ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ཅ་ན།

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར།

трўлла еше су шяр ца на
данґнанґ тхамче лувей чө

тхамче їнґсу тхім ца на

чіянґ маїн чір янґ чар

ཨི་མ་ཨི་མ་དམ་བའི་སྐྱེ་བྱེད་ལགས།

ཨི་མ་འདའ་ཀའི་ཆོག་འདི་སྙིང་བའི་དོན།

སྙིང་ཕྱུང་ལག་མཐིལ་བཞག་བ་འདི་ལས་མེད།

ཆོག་གི་ཐ་མ་དུས་མཐར་སྐྱང་བར་ཤོག།

З'яв оманливих вузли
розрубавши, бачу, як
зосередження ума
так зване виснажує!

Як омана постає
Мудрістю одвічною,
видно: чисте сприйняття —
то оманні явища.

Щойно все розтануло
в просторі відкритості —
хоч нічого і нема,
втім усе з'являється.

Неймовірна доброта єства!
Дивовижна суть останніх слів!



ема ема дампей ку дрін ла
 ема дакей цігді ньінгпой дон
 ньінг чунг лагтхіл жягпа ді ле ме
 ціггі тхама дютхар нангвар шög
 ཟག་པ་རང་ཟད་འབྱུང་བ་རང་སར་དེངས།
 དན་པ་རང་གྲོལ་ཟང་ཐལ་འོད་གྱི་ལྷས།
 སང་གི་དབང་ཕྱག་ཉིད་དང་མཉམ་གྱུར་ནས།
 གྲོལ་བ་ནམ་བཞི་འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་ཤོག།
 загпа рангзе джюнгва ранг сар денг
 дренпа рангдрöl зангтхал öк'ї лю
 сенгге вангчуг ньіданг ньям г'юр не
 дрöлва намжі кхорва донг труг шög

Лиш оце й нічого іншого,
 наче саме серце витягли
 і в долоню вклали! Ці слова
 хай проявляться в кінці часів!

Зникли занечищення самі;
 елементи розтали в собі;
 природно звільнилися думки;
 тіло світла це прозорим є.

Хай самі як Сєнге Вánгчуг ми
 станемо і випорожнимо
 із самих глибин самсару цю
 чотирма чинами звільнення!

ཅེས་རྒྱུ་ཚིག་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྱལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱང་བའོ།

Останню строфу додав Джамгөн Конгтрүл.



Дарування світильника

Міпам Рінпоче

རིག་པ་ཀ་དག་སྒྲུང་གསལ་མར་མེ་འདི། །
རིག་འཛིན་དགྲེལ་འཁོར་པ་ད་འབྱུང་སྟེ་ལ་འབྱུལ། །
རིག་པས་གར་བྱབ་མ་གྱུར་འགྲོ་བ་རྣམས། །
རིག་སྟོང་ཆོས་སྐུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག།
མི་པམ་པས་སོ། །

**ріґпа кадаґ нанґсал марме ді
ріґдзін к'ілкхор педжюнг лха ла б'үл
ріґпей ґар кх'яб маґ'юр дрова нам
ріґтонґ ч'өкуй ґопханґ тхоб пар ш'өґ**

Сяйна свічка усвідомлення
чистого одвіку — то мій дар
Лотосорожденному і всій
мандалі божеств Від'ядгар.

Всюди, де є усвідомлення,
хай істоти-матері усі
дгармакаї стан осягнуть —
єдність усвідомлення-шуньяти.



Молитва про перенародження у Занґдок Палрі

Чокг'юр Дечен Лінґпа

གདོད་མའི་གཤིས་དང་དབྱེར་མེད་པ་སྒྲ་འབྱུང་། །
རང་སྒྲ་དག་པའི་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་། །
སྒྲ་རིག་དབྱེར་མེད་མ་བཅོས་གཏུག་མའི་ངང་། །
གདོད་ནས་ནམ་དག་ཞིང་དུ་སྒྲེ་བར་ཤོག །
མཚོག་སྒྲིང་གསུང་། །

**дөмей шіданг ерме пема джюнг
ранг нанг дагпей зангдок палрій жінг
нанг ріг ерме мачö ньюгмей нганг
дөне намдаг жінг ду к'евар шög**

Падмакара невіддільний від
основи буття одвічної.
Прояви усі — чистá земля
Міднокольорової Гори —
стан природний єдності усіх
проявів і усвідомлення.
Хай перенародимось у цій
буддовій землі одвіку чистій!



Молитва у шести ваджрових рядках

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གྲུ་རྩ་རིན་པོ་ཆེ།
དངོས་གྲུབ་ཀྱན་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས།
བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་བདུད་འདུལ་བྲག་པོ་རྩེ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།
བྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།
བསམ་བ་སྦྱོར་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས།
дѹсум санг'е гуру ринпоче
нгöдруб кюн даг дева ченпой жяб
барче кюнсел дүдүл драгпо цал
сöлва дебсо джінг'ї лабту сöл
чі нанг сангвей барче жі ва данг
сампа лхюн г'ї друбпар джін г'ї лоб

Безцінний Ґуру, Буддо трьох часів,
Сіддг Володар, Вéлич насолоди,
нищиш мари і завади всі.
Наснажуй, щоби зникли перешкоди
зовнішні, внутрішні й таємні,
і прагнення спонтанно щоб здійснились!



ཨོ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །
འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་། །
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་བཤམ་འབྲུབ་པ་དང་། །
མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ། །

**or'єn рінпоче ла сѳлва деб
гал к'єн барче міджюнг жінг
тхүн к'єн сампа друпба данг
чог данг тхүн монг нгѳдруб цалду сѳл**

མཉམ་བཞག་སྐབས་ཀྱི་ཐོན་རྗེས་ཀྱི་ངག་འདོན་གསུང་རྒྱུན་ཉར་ཕན་སྤུལ་མིང་ཀམ་ཨོ་རྒྱལ་བས་ཆོག་བསྐྱིགས་སོ། །

Ці молитви для початку і завершення сесії медитації упорядкував тулку на ім'я Карма Ург'єн [Тулку Ург'єн Рінпоче] згідно з традицією.

Тут можна прослухати, як співає ці молитви Тулку Ург'єн Рінпоче (збірка Gomtun у лівій колонці):

<http://www.lotustreasure.com/media/>

*Переклала з тибетської мови і віршувала для співу з автентичними мелодіями тибетського оригіналу
© Ната Сѳнам Вангмо, 2019-2022. З подякою Ярославу Литовченко за редагування першої, невіршованої
версії перекладу 2019 р. На благо!*



SAMYE
TRANSLATIONS



Інститут Сам'є — Samye Institute

У восьмому сторіччі в Тибеті тантричний майстер Ґуру Падмасамбгава, цар Дгарми Трисонґ Деуцен і настоятель Шантаракшита заснували монастир Сам'є — дороговказ мудрості, милосердя і гідності для нашого світу. Надихаючись добротою цих майстрів минулого, К'ябґён Пакчок Рінпоче заснував **Інститут Сам'є** — онлайн-платформу, що об'єднує учнів цих сутнісних вчень у сучасний і доступний спосіб.

Ми прагнемо надавати засоби і навчання, щоб сприяти автентичній і впевненій практиці учнів усіх рівнів. Ті, хто практикують буддизм вже тривалий час, або нещодавно розпочали, знайдуть тут матеріали для підтримки навчання, осмислення і медитації. Тут знайдете вчення про те, як працювати з емоціями та умом, настанови з медитації, практики співчуття, медитації Магамудри та особливі практики, що є унікальними для нашої традиції.

Також, Інститут Сам'є слугує віртуальним осередком для взаємодії санґги як міжнародної спільноти. Тут учні з усього світу можуть збиратися на онлайн-форумах, щоб обговорювати власну практику, ставити питання та вчитися одне в одного. Цими інтерактивними засобами ми будуємо всесвітню спільноту, яка практикує і служить суспільству.

Будь ласка, завітайте до нас на samyeinstitute.org



Команда перекладачів Сам'є — Samye Translations

Команда перекладачів Сам'є надихається постаттю Принца Муруба Ценпо, який був близьким учнем Гуру Падмасамбгани та завдяки своєму перекладацькому доробку уславився як Лхасей Лоцава. Цей видатний майстер перенародився тринадцятьма поколіннями пізніше як великий відкривач скарбів Чокг'юр Дечен Лінгпа. Наша команда дедалі зростає і складається з перекладачів, письменників та редакторів, що працюють під керівництвом К'ябг'она Пакчока Рінпоче заради збереження цієї сутньої традиції передання.

Ключова місія команди перекладачів Сам'є — сприяння збереженню і поширенню Дгарми у спосіб перекладання буддійських практик і вчень, щоб вони були доступні як онлайн, так і у друкованому форматі. Ми здебільшого зосереджуємося на підтримці послідовників традиції Новітніх скарбів Чокг'юра Лінгпи (Чоклінг терсар) і надаємо матеріали, незамінні для їхнього навчання та практики. Також, ми перекладаємо тексти з усіх буддійських традицій, давні та сучасні, від слів Будди Шак'ямуні й аж до наших днів.

Будь ласка, завітайте до нас на lhaseylotsawa.org



སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ། དང་པ་དང་བཙེ་བཀྱར་སོགས་བྱས་ན་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་བས། དམ་པའི་ཚོས་
ཀྱི་དཔེ་ཆ་སོགས་འགོ་ལམ་དང་རྒྱབ་བཀྱག་སོགས་གང་བྱུང་དུ་མ་བཞག་རོགས་གནང་། །

*“Вшануванням символів буддових Тіла, Мови і Серця Мудрості ми накопичуємо величезне благо.
Будь ласка, не кладіть тексти Дхарми там, де люди ходять чи сидять”.*

— Чок’ї Ньіма Рінпоче



ཡི་གེ་ནི་བྱ་རྩལ་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་བཞོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

*Згідно з корінною тантрою Манджушрі, якщо помістити ці двадцять шість складів всередину книги,
навіть якщо хтось через неї переступить, хиби в цьому не буде.*