

Гуру-йога

༄། །དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
палден цавей лама ринпоче
བདག་གི་སྐྱེ་བོར་བསྐྱེད་གདན་ལ་བཞུགས། །
даг гі чівор пемей ден ла жюг
བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློན་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །
кадрін ченпой го не дже зунг те
སྐྱེ་བ་སྐྱུང་ལྷགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣལ་དྲུ་གསོལ། །
кусунг тхуг к'і нгөдруб цалду сөл

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

О безцінний Гуру, вас молю:

з добросердям величним прийміть
мене й ниспошліть досягнення
Тіла, Мови й Серця буддових!

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་རྣམ་མ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོད། །

**дўсум санг'е тхамче к'ї нгово
лама ринпоче кх'єн**

བདག་གི་རྒྱུད་སྦྱིན་ཅིང་གོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་དུ་གསོལ། །

**даг гї г'ю мін чінг дрёлвар
джінг'ї лабту сёл**

ཟབ་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་
དུ་གསོལ། །

**заблам г'ї тогпа кх'єпар чєн
г'ю ла к'євар джінг'ї лабту сёл**

ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་མཚོག་མཐར་
བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་དུ་གསོལ། །

**це ді нї ла өсел дзогпа чєнпой
ламчоғ тхарчін пар джінг'ї лабту сёл**

Безцінний Гүру — втілення всіх будд
минулих, нинішніх, прийдешніх —
мене почуйте і благословіть,
аби буття моє дозріло і звільнилося.

Благословіть,
щоб особливе розуміння
глибокого шляху
в плині буття мого зродилося.

Благословіть, аби найвищий шлях
осяйного Дзогчену
я осягнув самé в цьому житті.

Споглядання дорогоцінного людського народження

༄། །དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྗེད་པར་དགའ། །

дал джор діні шінту ньепар ка

སྐྱེས་སུའི་དོན་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །

к'єбуї дөндруб тхоб пар г'юрпа ла

གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པར་མ་བསྐྱབས་ན། །

гальте діла пхенпар мадруб на

སྤྱིས་འདི་ཡང་དག་འབྱོར་པ་གལ་འགྱུར། །

чі ді янґ даґ джөрпа га ла г'юр

Свободи та надбання ці
здобути надто важко.

Якщо не сповню сенсом
це людське народження,
й не зможу скористатись ним
належним чином,
коли ще знову зможу віднайти
подібні досконалії умови?

Споглядання непостійності

མིང་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྒྲིན་དང་འབྲ། །

сісум мітаг тönкей трін данг дра

འགོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་བསྟུང་དང་མཚུངས། །

дровей к'єчі ґарла та данг цунг

སྐྱེས་བུའི་ཚེ་སློག་ནམ་མཁའི་སློག་འགྲུ་བཞིན། །

к'єбуй цесоґ намкхей лог г'ю жін

རི་གཟར་འབབ་ཚུ་བཞིན་དུ་སྐྱུར་མགྲོགས་འགྲོ། །

рі зар бабчу жінду ньор г'йог дро

Ці три світи –

мінливі як осінні хмари.

Народження і смерть істот

наче кружляння в танці споглядаю.

Людське життя –

як спалах блискавки,

й спливає швидко

як вода в гірському водоспаді.

Споглядання карми – причин та наслідків

དུས་ཀྱིས་བསྐྱེན་ནས་རྒྱལ་པོ་འགོ་གྱུར་ན། །

дюк'ї ньен не г'ялпо дро г'юр на

ལོངས་སྤོད་མཛའ་དང་གཉེན་བཤེས་རྗེས་མི་འབྲང་། །

лонг' чө дза данг' ньенше дже мі дранг'

སྐྱེས་བུ་དག་ནི་གང་ནས་གར་འགོ་ཡང་། །

к'эбу даг' ні ганг' не гар дро янг'

ལས་ནི་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་འབྲངས། །

ле ні дрібма жінду джесу дранг'

О царю, коли прийде час

залишити цей світ,

багатства і кохана, рідні й друзі

не зможуть слідувати за тобою!

Хоч би куди істоти далі мандрували,

як тінь за ними карма їхня йде.

Споглядання вад самсари

མིང་གསུམ་ཚ་དང་ནད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འབར།།

сі сум га данг нек'ї дуг нгал бар

འདི་ནས་འཆི་མེ་རབ་འབར་མགོན་མེད་དེ།།

ді не чіме раббар гонме де

མིང་ལས་བྱང་བ་འགོ་བ་རྟག་ཏུ་ཚོངས།།

сі ле джюнгва дрова тагту монг

བུམ་པར་ཚུད་པའི་བྱང་བ་འཁོར་བ་བཞིན།།།

бумпар чюпей бунгва кхорва жін

Палають три світи

в стражданнях від старіння і хвороб.

Полум'я смерті

всіх істот самсарних поглинає.

Беззахисні, в омані повсякчас

кружляють у самсарі —

наче бджола,

яка потрапила у пляшку.

Посвята заслуги і прагнення

༄༅། །བྱང་ཆུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །

джянґчуб семчоґ рінпоче

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གྱུར་ཅིག། །

ма к'єпа нам к'є г'юр чіґ

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་། །

к'єпа ньямпа мєпа янґ

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་གྲོག། །

ґонґ не ґонґ ду пхелвар шөґ

Нехай пробуджене єство —

дорогоцінна бодґічїтта —

зародиться у всіх,

у кого ще не зародилася.

В кого з'явилася,

нехай не слабшає,

надалі хай зростає і сильнішає.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །

гева дії к'єво кюн

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ནས། །

sönam eše цог дзог не

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བ། །

sönam eše ле джюнг' ва

དམ་བ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་བར་ཤོག། །

дампа ку ны тхобпар шög

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །

sönam дії тхамче зігпа ны

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དགྲ་རྣམས་པམ་བྱེས་ནས། །

тхоб не ньепей дранам пхамдже не

སྐྱེ་ན་ན་འཆི་ན་བརྒྱབས་འཁྲུགས་པ་ཡི། །

к'єга начі балаб тругпа ї

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་གྲོལ་བར་ཤོག། ། །

сіпей цоле дрова дрöлвар шög

Силою цього блага, всі істоти
заслуги й мудрості
надбання хай здійснять
і досягнуть двох кай величних,
що з мудрості й заслуги постають.

Як досягну́ всевідання
цією кармою благою,
та подолаю ворогів — учинки неблагі,
то із бурхливих хвиль
коловороту існування —
народження, старіння,
недугів і смерті —
нехай усіх істот звільню.

Гуру-йоґа і молитви посвяти і прагнень

Переклала і віршувала Ната Сёнам Ванґмо, редагував Ярослав Литовченко, 2019-2020.

Споглядання чотирьох думок, що спрямовують ум до Дгарми

Переклали Марія Васильєва і Ната Сёнам Ванґмо, 2018-2020.

gotdeua.org