



**Скорочені підготовчі практики**  
**[із циклу] “Звершення Пробудженого Серця Ґуру —**  
**практика, що усуває всі перешкоди”**  
***(Ламей тхугдруб барче кюнсел)***

*Український переклад віршовано для співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу*

---



༄༅། རྣམ་མཁོ་གྲུ་རྩ་བསྐྱེ་ཀ་ར་ཡེ།

*Намо гуру падмакарає! Уклін Гуру Падмакарі!*

འདིར་དཔལ་དུས་གསུམ་མཁུན་བ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བརྩུང། བོད་ཡུལ་ས་འོག་ཀུན་གི་གཏེར་གཅིག་སྐྱེ་མའི་ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་གི་རིམ་གཉིས་ཟབ་མོའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་ལྷུང་དུ་ཐོབ་པར་འདོད་པས། ཐོག་མ་ཁོ་ནར་ཐུན་མོང་དུ་ངེས་འབྱུང་དང་། དད་པ་དང་། སྤོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་པས་སློ་རྒྱུད་ཀྱི་ཞིང་ས་ལེགས་པར་སྐྱུངས་ལ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་སློན་དུ་འགོ་བའི་ས་བོན་གདབ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་ལྷ། ཐར་པའི་ལམ་གི་རྩ་བ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ། ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་ལམ་གི་སྤོང་བོ་བྱང་རྒྱབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ། འགལ་རྒྱུན་ཟླེག་སྐྱིབ་སྐྱོང་བ་དོན་རྗེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེད་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་རྣམས་པར་བྱེད་པ་མཚུས། དོན་རྗེ་ཐོག་པའི་ལམ་གི་མཐར་ཐུག་བྱིན་རླབས་སྐྱེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པ་དང་ལྡོ་ལས།

*3-поміж усіх підземних терм Тибету – ця терма є унікальною сутністю Пробудженого Серця величного Орг’єна, який відає всі три часи. Тому, хто бажає стрімко досягти Плід єдності, за допомогою глибокого Шляху двох стадій “Звершення Пробудженого Серця Гуру – практики, що усуває всі перешкоди” (Ламей тхугдруб барче кюнсел), перш за все, в якості звичайних [попередніх практик слід] зародити надзвичайно сильне зречення, віру та величне співчуття, тим самим ретельно очищуючи “поле” свого плину буття. Слід проявити старанність у сіянні “зерен” особливих попередніх практик. Тут їх п’ять: Прихисток – корінь шляху звільнення; плекання Бодгічїтти (прагнення Пробудження) – серце шляху всевідання; практика Ваджрасаттви з промовлянням мантри – очищення проступків, помилок, злих дій і затьмарень; Мандала – звершення накопичення сприятливих обставин; практика Гуру-йоги – найвищі благословіння шляху Ваджраяни.*



ཐོག་མར་སྐྱབས་སེམས་ནི། ***Спочатку – Прихисток і Бодгічітта:***

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྐྱབས་ཡུལ་ནམས་མངོན་སུམ་དུ་གསལ་བཏབ་པའི་སྐུན་ལྷན་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སློ་གསུམ་འཇུག་པ་གཅིག་པས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་  
དང་སེམས་བསྐྱེད་པར་མོས་ཏེ།

*У просторі перед собою бачу всі джерела Прихистку, вони дійсно присутні тут. У їхній присутності я і всі істоти, зі щирою відданістю, тілом, мовою і серцем беремо обітниці Прихистку і плекаємо Бодгічітту.*

ན་མོལ་བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན་ལོ།  
སྐྱབས་ཀྱི་མཚོག་གུར་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚིལ།  
སློན་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ལོ།  
སྐྱ་གསུམ་སླ་མའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པར་བགྱིལ།

**намо даг данг кханьям семчен малю кюн  
к’яб к’ї чокг’юр намла к’ябсу чі  
мөн данг джюгпей джангчуб семк’є не  
кусум ламей гопханг друбпар г’ї**

Намо!  
Вищий Прихисток – притулок мій  
і усіх без винятку істот,  
що безмежні як той небокрай.  
Зародивши мотивацію  
бодгічітти наміру і дій,  
стан Трикаї-Гуру осягнем!

ཞེས་ཅི་རུས་མཐར་སྐྱབས་ཡུལ་ནམས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་བདག་གཞན་གི་ཐིག་སྐྱིབ་ཐམས་ཅད་སློང་བར་བསམ།

*Повторюю це стільки, скільки можливо. Наприкінці споглядай, як світло, що сяє з усіх джерел Прихистку, очищує усі злі дії та затьмарення – твої та інших.*



རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་བསྐོམ་བཟླས་ལ། *Практика Ваджрасаттви із промовлянням мантри*

ཐོག་མར་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ལྷ་གསལ་གདབ་པ་ནི།

*Спочатку – сила опори: виразна присутність божества.*

ཨུཾ་བདག་གི་སྤྱི་བོར་པད་ལྷའི་སྟེང་མུཾ་

སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྐུཾ་

རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་བདེ་བ་ཆེཾ་

དྲི་མེད་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བའི་མདངསཾ་

**а даг гі чівор педей тенг**

**санг'є кюн г'ї єше ку**

**дордже семпа дева че**

**дріме тönкей давей данг**

ཕུག་གཉིས་རྫོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་བསྐྱམསཾ་

རང་འོད་སྟེམས་མ་དབྱེས་པར་འཁྲིལཾ་

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་མཛེསཾ་

A!

Понад тіменем моїм

на лотосі й місяці —

Ваджрасаттва — втілення

буддової Мудрості,

насолада вéлична,

сяйний, незатьмарений

наче повня восени.

В двох руках тримає він

ваджру разом з дзвоником.

Тішиться обіймами

з власним світлом — Г'арвою.



འབས་ལུང་རྩོམ་རྒྱུ་ལྷན་པོ་།  
འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེའི་སྒྲོང་ན་བཞུགས་།  
**чаг нь дордже дрлбу нам  
ранг ө ньемма г'епар тріл  
дар данг рінчен г'єн г'ї дзе  
жяб зунг дорджей к'їл трунг гї  
джязер тхіглей лонг на жюг**

Вбраний в шати шовкові  
і коштовні прикраси.  
Ноги в позі ваджровій.  
В сфері бінду він сидить —  
в веселкових променях.

ཞེས་གསལ་བ་ཏུ་བས་ཏེ། རྣམ་པར་སྲུང་འབྲིན་པའི་སྟོབས། ཐིག་ལེའི་ལ་གཞོན་འཕྲོད་དྲག་པོ་ཐོན་དུ་འགྲོ་བའི། གཞེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པའི་སྟོབས་སྐྱེས་པའི་  
དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱ་བ་ནི།

*Виразно сприймай його таким чином. Далі – сила абсолютного каяття: покута із почуттям глибокого жалю за недобрі дії та проступки. Після цього – сила застосування протиотрути: промовляння мантри зі спогляданням.*

ཐུགས་ཀར་སྐྱབས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དབུས་།  
བདེ་གཤེགས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་སྟོན་རྩྭ་།  
ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སྐྱེས་ཀྱིས་བསྐྱེད་།

В нього в серці — посеред  
місячної мандали —  
сила життєдайності  
будд-сугат усіх — склад ХУНГ



བཟླས་པས་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་བྱས།  
ཚྲོ་འདུས་བདུད་ཚིའི་ཚུ་རྒྱན་བབས།  
རང་གི་ཚངས་པའི་སྐོ་ནས་ལྷགས།  
སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉམས་ཆག་ཀུན་སྦྱངས་ནས།  
དག་ཅིང་དྲི་མ་མེད་པར་གྱུར་བསམ་ལ།  
**тхуг кар давей к'ілкхор ү**  
**дешег кюн г'і тхуг сог хунг**  
**їге г'япей нгаг к'і кор**  
**депе ө трө дон ны дже**  
**цурдү дүцій чуг'юн баб**  
**ранг гі цангпей гоне жюг**  
**діг дріб ньям чаг кюн джянг не**  
**даг чінг дріма мепар г'юр**

й мантра ста складів навкруг.  
Від її повторення  
світло, променіючи,  
благо двох різновидів  
удійснило і назад  
повернулося. Відтак  
струм нектару-амрїті  
через отвір Брагми мїй  
тіло все заповнивши,  
всі затьмарення і зло,  
всі мої порушення  
і послаблення самай  
вичистив, тож я тепер  
цїлковито чистим є.

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་ལ།

*Із таким сприйняттям і пережиттям промовляй мантру:*



ཨོྃ་བཟླ་སང་ས་མ་ཡུལ་མ་རུ་སྐྱ་ལ་ཡུལ་བཟླ་སང་ཏཱ་ལོ་པུལ་ལྷོ་མེ་ལྷ་བུ་ལྷོ་མེ་ལྷ་བུ་ལྷོ་མེ་ལྷ་བུ་  
ཨ་རུ་རྟོ་མེ་ལྷ་བུ་སབ་སྐྱི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་སབ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅིཏྲ་བྱི་ཡི་ཀྱ་ཏྲ་རྩྱེ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏྲེ་ལྷ་ག་ལྷན་  
སབ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་བཟླ་མ་མེ་ལྷ་རྩྱེ་བཟློ་ལྷ་བ་མ་རུ་ས་མ་ཡུལ་སང་ལྷོ་

**ом бендза сато самая ману палая бендза сато тенопа тіштха дрідго мебгава  
сутойо мебгава супойо мебгава ануракто мебгава  
сарва сіддгі мем траяцца сарва карма суцаме  
ціттам шірі ям куру хунг ха ха ха ха го бгаґаван  
сарва татхаґата бендза маме муньца бендзрі бгава мага самая сато а**

ཞེས་ཅི་རུས་དང་།

*Повторю це якомога більше. Також начитуй:*

ཨོྃ་བཟླ་སང་ལྷོ་

**ом бендза сато а**

ཞེས་སངས་ཅི་རིགས་པར་བརྒྱས་མཐར།

*Повтори цю мантру доречно кількість разів. Наприкінці промов:*



མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་ཚོངས་པ་ཡིས།  
 དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།  
 ལྷ་མ་མགོན་པོས་བསྐྱབ་མཛོད་ཅིག།  
 གཙོ་བོ་རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་ནི།  
 ལྷགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།  
 འགོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆོ།

**гөнпо даг ни міше монгпа ї  
 дамцїг ле ні гел жїнг ньям  
 лама гөнпо к'яб дзö чїг  
 цово дордже дзїнпа ні  
 тхугдже ченпой даг ньї чен  
 дровей цола даг к'яб чї**

གང་ལྟར་ཡང་། *Також промов:*

སྐྱུ་གསུང་ལྷགས་རྩེ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་སོ། ལྷིག་སྐྱིབ་ཉེས་ལྷུང་བྱི་མའི་  
 ཚིགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛོད་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ལྷ་མ་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དགུས་དང་འཇུམ་

О Захиснику, унаслідок  
 затьмарень й невідання  
 від *самай*-обітниць я  
 відступив, порушив їх.

Вчителю, Волóдарю,  
 прихисти мене, прошу́!

Ваджродержцю-голово,  
 Велич надзвичайного  
 милосердного єства,  
 ти є Прихистком моїм!





བ་དང་བཅས་པས་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱོད་ཀྱི་མྱོག་སྐྱིབ་ཉེས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཅིང་འོད་དུ་ལྷུ་  
ནས་རང་ལ་ཐེམ་པས་རང་ཉིད་ཀྱང་དཔལ་ལྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྐྱར་གྱུར།

**ку сунг тхуг цава данг енлаг ги дамциг ньямчаг тхамче тхол жинг шягсо  
диг дриб нье тунг дримей цог тхамче джянг жинг дагпар дзе ду сол  
же солва табпе лама дордже семпа г'е данг дзумпа данг чепе  
ригк'и бу кх'йо к'и дигдриб нье тунг тхамче дагпа інно  
же нангва джін чінг оду жүне рангла тхімпе ранг ны к'янг пал дордже семпей кур г'юр**

Усі послаблення й порушення корінних і другорядних обітниць-самай Тіла, Мови й Серця щиро визнаю і каюся! Молю, очисти всі злі вчинки, затьмарення, помилки та проступки!

Ця молитва тішить Гуру Ваджрасаттву, він посміхається і говорить: “Дитя шляхетне, всі твої злі дії, затьмарення, помилки і проступки очищені!” Даруючи благословення, він тане в світло, що розчиняється в мені, і сам я постаю славетним Ваджрасаттвою.

ཞེས་མྱོག་སྐྱིབ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་སོར་ལྷུང་པར་བསམ།

*Усі недобрі вчинки та затьмарення очищені, послаблені й порушені обітниці-самай відновлені.*



མཚུལ་ནི། **Манда́ла:**

རིན་པོ་ཆའི་མཚུལ་དྲི་བཟང་གི་ཚུ་ཚོམ་སྲིད་རྒྱ་སྐོགས་སྐ་གོན་བྱས་ལ། ལྷ་ས་ཀྱི་ཚོམ་སྲི་འགོད་བ་དང་བསྐྱེན་ནས། དག་ཏུ།

*Підготуй дорогоцінну таріль мандали, ароматну воду, складові для насипання купок, тощо. Промовляй, узгоджуючи із послідовністю насипання купок:*

ཨོྲྌ་ཨྲྌ་ཨྲྌ།

ཁམས་གསུམ་སྣོད་བཅུད་དཔལ་འབྱོར་དང་།

བདག་ལྷས་ལོངས་སྤྱོད་དགོ་ཚོགས་ཀུན་ལ།

ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་འབུལ་།

བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་།

ཨོྲྌ་སའ་ཏ་སྐ་ག་ཏ་རྒྱ་མཚུལ་སྲི་ཇ་ཨོྲྌ།

**ом а хунг**

**кхам сум нөчү палджор данг**

**даг лю лонгчö гецог кюн**

**тхүгджей даг ны нам ла бül**

**же не джінг’и лабту сöl**

**ом сарва татхагата ретна мендала пудза хо**

**OM A ХУНГ!**

Світ трьох сфер буття й істот,

разом із щедротами

їхніми і славою,

власне тіло і майно,

і все благо надбане —

Милосердні Владарі,

Вам підношу я, прийміть!

Вас молю: благословіть!

**OM SARVA TATHAГАТА**

**RETNA MENDALA ПУДЗА ХО**



ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། ཡིད་གྱི་རི་རབ་སྐྱིད་བཞི་ལྟ་མིའི་ལོངས་སྤོང་ཞིང་རྩལ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པ་སྐྱུལ་ཏེ་ཕུལ་བ་བྱི་ཡི་མཚུལ། རང་རང་གི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་གཅེས་  
པར་བརྩུང་བའི་འདོད་དགུའི་ཚོགས་དང་བཅས་ཏེ་འབྲུལ་བ་ནང་གི་མཚུལ། དེ་ཐམས་ཅད་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པའི་ལྟ་བུས་རྒྱས་ཐེབས་པ་གསང་བའི་མཚུལ་ཏེ་  
གསུམ་ཀ་ཕྱག་གཅིག་ཏུ་ལན་མང་དུ་འབྲུལ་ཞིང་མཐར། ཚོགས་ཞིང་རྣམས་རང་ལ་བསྐྱེམ།

*Зовнішня мандала — це незліченні наче порошинки уявні дари — Гори Сумеру, чотирьох континентів, багатств богів та людей. Внутрішня мандала — це принесення в дар власних сукупностей-скандг, елементів-дгату, основ чуттів, усього, що цінуємо й бажаємо. Потаємна мандала — це затвердження усього вище згаданого у Погляді, вільному від концепцій щодо трьох сфер. Таким чином піднось всі три мандали багато разів. Потому Опори для Надбань розчиняються в тобі.*



ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གསུམ་སྟེ། Гуру-йога складається з трьох частин.

དང་པོ་སྤྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་རྩལ་ཏུ་སྐྱབ་པ་ནི།

1) Зовнішня практика у формі молитви.

མོས་འདུན་ཅེ་གཅིག་པས།

*З односпрямованою відданістю [промов]:*

རང་མདུན་ནམ་མཐར་མཚོད་སྤྱིན་ཀྱང་མཚོའི་དབུས།

སང་ཁྱིམ་ལྷ་ཉི་ཟླ་བ་ཅེགས་པའི་སྤོང་།

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཨོ་རྒྱན་ཐོད་སྤོང་རྩལ།

ཞལ་གཅིག་སྤྱག་གཉིས་ཁྱོ་འཇུག་གཟེ་འོད་འབར།

**ранг дүйн намкхар чөтрин г'ямцой ү**

**сенг трі пема ньіда цеґпей тенг**

**к'ябне кюндү орг'ен тхөтрентг цал**

**жял чіг чаг ньї тродзум зі ө бар**

Серед океану хмар дарів

в небі перед мною — лев'ячий

трон, на нім — на квітці лотоса,

і на дисках сонця й місяця —

Орг'ен Тхөтрентг Цал. У ньому всі

Прихистку джерела втілені.

Гнівно всміхнене одне лице,

дві руки. Велично пломенить.



བད་ལྷ་གསང་པོད་ཚོས་གོས་ཟབ་བེར་གསོལ།  
 ཕྱག་གཡས་རྩོུ་རྩོུ་གཡོན་པས་ཐོད་བྱས་བསྐྱམས།  
 གསང་བའི་ཕྱག་རྒྱ་སྐས་ཚུལ་ཁ་རྩོུ་འབྱུང་།  
 ཞབས་གཉིས་རོལ་སྐབས་འཇའ་ཚོན་འོད་ལཱི་སྐོང་།

**пежя санг'пхө чөгö заббер сöl**  
**чаг'є дордже йонпе тхөбум нам**  
**санг'вей чаг'г'я бецул кхатванг'кх'ю**  
**жяб ньи рölтаб джяцöн öнгей лонг'**  
 རབ་འབྱམས་རྩོུ་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་ཕྱང་འཕྲོུུ།  
 ལྷང་སྒྲིད་དབལ་ལྷན་སྐུ་མའི་ངོ་བོར་གྱུར།  
**рабджям цава сумг'и трин пхунг'тро**  
**нангси палден ламей нг'овор г'ю**

ཞེས་གསལ་བཏབ་ལ།

*Так выразно споглядай.*

Вбранный у корону лотосну,  
 тайний одяг, рясу дгармічну,  
 плащ парчевий. Ваджра в правиці,  
 у лівиці — ваза в *капалі*.

Потаємну мудру обійма  
 в формі *кхатванг'і* приховану.  
 У грайливій позі короля  
 він сидить у сфері райдужній  
 світла п'ятибарвного. Усе  
 хмарами безмежних Трьох Джерел  
 сповенене. Всі явища й буття  
 суттю Г'уру славного стають.



དེ་ནས་བྱིན་ལྷབས་འཇུག་པའི་བྱིན་མོས་གྲས་གཏུང་ཤུགས་དྲག་པོས།

*Потому, за ддя отримання благословінь, із невимовною відданістю і тугою, промовляй:*

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གྱུ་རྩ་རིན་པོ་ཆེའི་  
དངོས་གྲུབ་ཀྱི་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས་ལུ་  
བར་ཆད་ཀྱི་ལུ་བདུད་འདུལ་དྲག་པོ་རྩལ་ལུ་  
གསོལ་བ་འདེབས་པོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ལུ་  
བྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་ལུ་  
བསམ་བ་སྣོན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྩོམ་ལུ་

Безцінний Гүру, 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!

**дүсум санг'е гүру ринпоче  
нгөдруб кюн даг'е дева ченпой жяб  
барче кюнсел дүдул драгпо цал  
сөлва дебсо джінг'и лабту сөл  
чі нанг сангвей барче жі ва данг  
сампа лхюн г'и друбпар джін г'и лоб**

ཞེས་མང་དུ་བརྗོད་ཅིང་གསོལ་བ་གདབ་པར་བྱའོ།།

*Повторюй цю молитву багато разів.*



གཉིས་པ་ནང་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དུ་བརྒྱུ་བ་པ་དབང་རྒྱང་བ་དང་བཅས་པ་ནི།

**2) Внутрішня практика наближення — промовляння мантри й отримання посвячень.**

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྣ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་ནས་འཇའ་འོད་ཐིག་ལེ་སྐྱ་དང་ཡིག་འབྲུ་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་གངས་མེད་པ་ཉི་ཟེར་གྱི་རྩལ་ལྟར་བྱུང་  
ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་དབང་དང་བྱིན་རླབས་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་ཐོབ་པར་བསམ་ལ། །

*Після такої молитви з трьох місць кожного божества променіють веселки, світло, бінду, першосклади, чисті форми божеств і їхні символічні атрибути — незліченні та проявні наче порошинки в сонячних променях. Коли все це розчиняється в тобі, отримуєш усі без винятку посвяти, благословіння та досягнення. Сподядай таким чином, промовляючи мантру:*

ཨོྃ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་བཏྩ་གུ་ཏཱ་བརྗེ་སྐྱི་ཧཱུྃ་

**ом а хунг бендза гуру пема сіддгі хунг**



ཞེས་བཞུ། ལུན་ལྷུ་བ་ན་འཁོར་གྱི་རྩ་བ་གསུམ་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་སླ་མ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་ལ་ཐེམ། དེའི་གནས་བཞི་ནས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་ག་སྣ་ཚོགས་མདོག་ཅན་བྱུང་། རང་གི་གནས་བཞིར་ཐེམ་པས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་བསམ་ལ།

*Завершуючи сесію практики, споглядай, як почит Трьох Джерел розчиняється у величному Гуру Орг'єні — втіленні усіх джерел Прихистку. З його чотирьох місць сяють промені світла білого, червоного, синього та різнобарвного кольорів. Коли вони розчиняються у твоїх чотирьох місцях, отримуєш чотири посвяти.*

དཔལ་ལྷན་སླ་མའི་སྐྱ་ཡི་གནས་བཞི་ནས།  
 འོད་ཟེར་བྱུང་བ་བདག་གི་གནས་བཞིར་ཐེམ།  
 སྐྱ་གསུང་ལུགས་དང་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེ་ཡི།  
 འབྲི་གྲིས་བསྐྱབས་ནས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་གྱུར།

**палден ламей ку ї не жі не  
 öзер джюнгва даг'гі не жір тхім  
 кусунг'тхуг'данг'еше дордже ї  
 джін г'ї ланне ванг жі тхобпар г'юр**

З тіла Вчителя славетного —  
 з чотирьох місць — світла промені  
 струменіють й розчиняються  
 в чотирьох моїх місцях вони.  
 Благословіннями ваджрових  
 Тіла, Мови, Серця й Мудрості  
 чотири посвяти приймаю.





གསུམ་པ་གསང་བ་ལས་སྦྱར་གྱི་ཚུལ་དུ་སྦྱོས་མེད་དོན་གྱི་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི།

3) Потаємна практика — Гурӯ-йоґа істинної простоти у спосіб застосування діянь.

ལྷ་མ་ཚོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་ཉིད།

དགྲེས་པ་ཆེན་པོས་རང་ལ་ཐེམ།

རང་ཡང་ཀུན་གཞི་མ་བཙོས་པའི།

ངང་ལ་ཡིད་ནི་འཛིན་པ་བྲལ།

རྣམ་དག་སྦྱོས་བྲལ་ཚོས་ཀྱི་སྦྱོ།

**лама орг'ен ченпо ныї**

**г'епа ченпö ранг ла тхім**

**ранг янг кюн жі мачö пей**

**нганг ла ї ні дзінпа дрел**

**намдаг трöдрел чöк'ї ку**

Гурӯ Орг'ен вéличный

з радíстю великою

розчинається в мені.

Я теж у природному

стані всеоснови цім.

Розум — вільний від чіплянь.

Дгармакая — Істина,

бездоганна простота.

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་ལ། དུས་གསུམ་གྱི་སྦྱོས་པ་དང་བྲལ་བའི་རིག་སྣོད་གཉེན་མའི་རང་ཞལ་ལྟ་བུས་མཚམས་སྦྱར་ཏེ། དངོས་གཞིའི་བརྒྱུད་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་  
བའམ།

*Промовляй із таким пережиттям. Дивись у справжнє обличчя порожнього усвідомлення, вільного від концепцій щодо трьох часів. Це шлях основної частини практики, єднання Розвитку і Довершення.*



སྨོན་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཡིན་ན།

*Коли настане час переходити до повсякденних справ, промов:*

རྟོ། རིག་འཛིན་སླ་མའི་དགྲིལ་འཁོར་བསྐྱབས་པའི་མཐུས།

བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀྱང་།

ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་སྦྱོན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་།

འོད་གསལ་ཚོས་སྐྱའི་དབྱིངས་སུ་གྲོལ་བར་ཤོག།

**го рігдзін ламей к'ілхор друбпей тхү**

**даг данг тхае семчен малю кюн**

**трінлє намжі лхюн г'і друбпа данг**

**ösel чöккю ін'су дрöлвар шöг**

ཅ་བརྒྱད་སླ་མའི་བྱིན་སྐབས་སྣང་ལ་ལྷགས།

ཡི་དམ་མཐའ་འགོ་ལུས་དང་གྲིབ་བཞིན་འགོགས།

ཚོས་སྐྱོང་སྲུང་མས་བར་ཚད་ཀྱན་བསལ་ནས།

མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

Го!

Від'ядгари-гуру мандали

досягненням хай спонтанно я

та істоти незліченні всі

звершимо чотири Діяння.

В чистосаяйний простір основи —

в дгармакаю хай ми звільнимось!

Хай до мого серця увійде

наснага-благословіння від

корінного Гуру і майстрів

традиції передання Вчень!

Хай за мною як за тілом тінь

їдами та дакіні ідуть!



цаг'ю ламей джінлаб ньінг ла жюг  
їдам кхандро лю данг дрібжін дрог  
чөк'йонг сунгме барче кюнсел не  
чоґ тхүн нгөдруб друбпей таші шөґ

Дгармапали й оборонці хай  
перешкоди геть усунуть всі!  
Хай усе сприяє набуттю  
щонайвищих і загальних сіддг!

ཅེས་དགེ་བའི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་སྐྱིད་པོར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་ཞིང་སློན་ལམ་རྣམ་པར་དག་པས་རྒྱས་གདབ་པ་དང་། ལུན་མཚམས་ཐམས་ཅད་དུ་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་སྨྱོད་པས་  
དུས་འདའ་བ་ལ་བསྐབ་པར་བྱའོ། །

*Так слід повністю присвятити джерела блага найвищому Пробудженню і закріпити чистими прагненнями.  
У перервах між сесіями належить повсячас дотримуватися поведінки, що не протирічить Дгармі.*

མཚོག་གཏེར་ལུགས་རྒྱབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་གྱི་ཚོན་འགོ་ལས་དང་པོ་པའི་ཆེད་དུ་ཤིན་ཏུ་མདོར་བསྐྱས་སུ་གམ་ཨོ་རྒྱན་པས་བྲིས་པའོ། །།

*Ці надзвичайно стислі підготовчі практики з термі Чоклінґа “Звершення Пробудженого Серця Гуру — практика, що усуває всі перешкоди” склав для початківців Карма Ург’єн [Тулку Ург’єн Рінпоче].*

*Переклала з тибетської мови і віршувала, адаптуючи до співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу, © Ната Сонам Ванґмо, 2019-2022. Розділи Прихистку і Бодгічїтти, внутрішньої і потаємної Гуру-йоґи, строфи посвяти і побажання сприятливого редагував Ярослав Литовченко.*

Більше Дгарми українською: [gomdeua.org/media](http://gomdeua.org/media)



**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'ябг'он 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 санґґи 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](http://samyeinstitute.org)*



## Команда перекладачів Сам'є — Same 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](http://lhaseylotsawa.org)*



ལྷ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ། དང་པ་དང་བཅེ་བཀུར་སོགས་བྱས་ན་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་བས། དམ་པའི་ཚོས་  
ཀྱི་དཔེ་ཆ་སོགས་འགོ་ལམ་དང་རྐྱབ་བཀུག་སོགས་གང་བྱུང་ཏུ་མ་བཞག་རོགས་གནང་། །

*“Вшануванням символів буддських Тіла, Мови і Серця Мудрості ми накопичуємо величезне благо.  
Будь ласка, не кладіть тексти Дгарми там, де люди ходять чи сидять”.*  
— Чок’ї Ньіма Рінпоче



ཡི་གེ་ནི་བྱ་རྩ་རྣམས་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་བཞག་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྣམས་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.*