



༄། །བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་པ་བཤགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

Бодгісаттвое каяття у проступках



Популярна у традиції Ньїнґма версія “Бодгісаттвового каяття у проступках”, також відома як “Сутра трьох сукупностей” (пхунґпо сумпей до), закликає тридцять п’ять будд каяття як спосіб очищення порушень обітниць бодгісаттви.

Цей текст є витягом із “Затвердження у дисципліні: Сутра питань Упалі”. Цей витяг Шантідева цитує в “Компендіумі практик” (шикшасамуччая) як метод очищення порушень і проступків, що стосуються обітниць бодгісаттви.



སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་པར་སྐྱེ་མ་ལ་
 སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 ཚེས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 དག་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 བཙམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
 དག་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
 སངས་རྒྱས་ལྷན་སྐྱབས་པ་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 རྩོམ་ལྷན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་འཆམ་ལོ། །
 རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 ལྷ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 དཔལ་པོའི་སྤེལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 དཔལ་དགེས་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 རིན་ཆེན་མེ་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །
 རིན་ཆེན་སྐྱེ་འོད་ལ་སྐྱག་འཆམ་ལོ། །

семчен тхамче тагпар
 лама ла к'ябсу чи-о
 санг'е ла к'ябсу чи-о
 чöла ла к'ябсу чи-о
 гeндюн ла к'ябсу чи-о
 чомденде дежін шeгпа
 драчомпа
 янгдагпар дзогпей санг'е
 шак'я тхубпа ла чагцал ло
 дорджей ньингпо рабту
 джöмпа ла чагцал ло
 ринчен öтро ла чагцал ло
 лу ванг ги г'ялпо ла
 чагцал ло
 павой де ла чагцал ло
 палг'е ла чагцал ло
 ринчен ме ла чагцал ло

Усі істоти повсякчас
 у Гуру прихищаються,
 у Будді прихищаються,
 у Дгармі прихищаються,
 у Сангзі прихищаються.
 О Бгагаване, Татхагато, Аргате,
 цілком довершено пробуджений,
 о Шак'ямуні, уклін тобі!
 О Ваджровий Підкорювачу,
 уклін тобі!
 Клейноде Променистий,
 уклін тобі!
 О Превеликий Царю Нагів,
 уклін тобі!
 Командувачу Звитяжців,
 уклін тобі!
 Звитяжна Радосте, уклін тобі!
 Славний Клейноде, уклін тобі!



མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 རིན་ཆེན་སྐྱབ་བ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 ཇི་མ་མེད་པ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 དཔལ་བྱིན་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 ཚངས་བཤམ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 ཚངས་བས་བྱིན་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 རྒྱ་སྤྱལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 རྒྱ་སྤྱེའི་སྤྱལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 དཔལ་བཟང་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 ཅོ་རྒྱན་དཔལ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 གཟེ་བརྗིད་མཐའ་ཡས་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 འོད་དཔལ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 ལྷ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 མེད་མེད་ཀྱི་བྱ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 མེ་ཏོག་དཔལ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
 དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་

рінчен да-ö ла чагцал ло
 тхонгва дён йо ла
 чагцал ло
 рінчен дава ла чагцал ло
 дрима мепала чагцал ло
 палджин ла чагцал ло
 цангпа ла чагцал ло
 цангпей джін ла чагцал ло
 чу лха ла чагцал ло
 чу лхей лха ла чагцал ло
 палзанг ла чагцал ло
 ценден пал ла чагцал ло
 зіжі тхає ла чагцал ло
 öпал ла чагцал ло

Дорогоцінне Місячне Сяйво,
 уклін тобі!
 О Неоманний Погляде, уклін тобі!
 Дорогоцінний Місяцю, уклін тобі!
 О Бездоганно Чистий, уклін тобі!
 О Звитяжний Даре, уклін тобі!
 О Чистий, уклін тобі!
 Даре Чистоти, уклін тобі!
 О Божество Води, уклін тобі!
 Владико Божеств Води, уклін тобі!
 Славетне Благо, уклін тобі!
 Славетний Сандале, уклін тобі!
 О Нескінченна Життєдайносте,
 уклін тобі!
 Славетна Велич, уклін тобі!
 Преславний
 Вільний Від Страждань,
 уклін тобі!



རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་
སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྒྱའི་འོད་ཟེར་རྣམ་
པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་སྤྱག་
འཚལ་ལོ། །
འོར་དབལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
དྲན་པའི་དབལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
མཚན་དབལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་བསྐྱགས་ལ་
སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
དབང་པོའི་ཉོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་
ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དབལ་ལ་
སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་
སྤྱག་འཚལ་ལོ། །
རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་པའི་དབལ་

н्यानген мепей пал ла
чагцал ло
семе к’ї бу ла чагцал ло
метоґ пал ла чагцал ло
дежін шегпа цангпей озер
нампар рөлпа нгёнпар
кх’енпа ла чагцал ло
дежін шегпа пемей озер
нампар рөлпа нгёнпар
кх’енпа ла чагцал ло
нор пал ла чагцал ло
дренпей пал ла чагцал ло
ценпал шінту йонг драг ла
чагцал ло
вангпой тоґ ги г’ялцен г’ї
г’ялпо ла чагцал ло

О Сину Того,
Хто Вільний Від Жадання,
уклін тобі!
Славетний Цвіте, уклін тобі!
Татхаґато
Усевідаюче Сяйво Брагми,
уклін тобі!
Татхаґато
Усевідаюче Лотосне Сяйво,
уклін тобі!
Славетне Багатство, уклін тобі!
Славне Пам’ятування, уклін тобі!
О Високославетний
і Уславлений, уклін тобі!
О Царю Знамена Індри
уклін тобі!
Звитяжна Славо, уклін тобі!
О Переможцю у Бою, уклін тобі!



ལ་སྤྱི་འཚལ་ལོ། །
 ཀུན་ནས་སྣང་བ་བཞོན་པའི་དཔལ་ལ་
 སྤྱི་འཚལ་ལོ། །
 རིན་ཚེན་པདྨས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་
 སྤྱི་འཚལ་ལོ། །
 དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
 དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་
 ཚེ་དང་པདྨའི་གདན་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་
 པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱི་འཚལ་ལོ། །

དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྩའི་འཇིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་
 གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་
 འདས་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཚོ་
 ཞིང་གཞིས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་

шінту нампар нөнпей пал
ла чагцал ло
юлле шінту нампар г’ялва
ла чагцал ло
нампар нөнпе шегпей пал
ла чагцал ло
кюнне нангва көпей пал ла
чагцал ло
рінчен пеме нампар нөнпа
ла чагцал ло

дежін шегпа драчомпа
янгдагпар дзогпей санг’е
рінпоче данг пемей ден ла
рабту жюгпа риванг’гі
г’ялпо ла чагцал ло
дедаг ласогпа чогчуй
джигтен г’ї кхам тхамче на

О Позамерный Перемождо,
 уклін тобі!
 Преславный Всеосыйный Строю,
 уклін тобі!
 Відважный Лотосовый Клейноде,
 уклін тобі!
 Татхагато, Аргате, цілком
 довершено пробуджений,
 Лотосний Клейноде,
 Непохитний Царю Гір,
 уклін тобі!
 Вас і всіх інших Татхагат, Аргатів,
 цілком довершено пробуджених
 Бгагаванів,
 усіх, хто мешкають і перебувають
 у всіх світах десяти напрямів, –
 молю всіх вас, о Будди-Бгагавани,
 зважте на мене!



འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་
 དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གིས་སྐྱེ་བ་
 འདི་དང་། སྐྱེ་བ་ཚོགས་མ་དང་མཐའ་མ་
 མ་མཆིས་པ་ནས། འཁོར་བ་ན་འཁོར་
 བའི་སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་ཕྱིག་པའི་
 ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་
 དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།
 མཚོད་ཉེན་གྱི་དགོར་རམ། དག་འདུན་
 གྱི་དགོར་རམ། ལྷོགས་བཅུའི་དག་འདུན་
 གྱི་དགོར་ལྷོགས་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་སྦྱལ་
 བ་དང་། འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་
 བའམ། མཚོམས་མ་མཆིས་པ་ལྗེའི་ལས་
 བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་དང་།
 བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མི་
 དག་བ་བཅུའི་ལས་གྱི་ལས་ཡང་དག་
 པར་བླངས་པ་ལ་ལྷོགས་པ་དང་། འཕྲུག་

дежін шеҭпа драчомпа
 янҕдагпар дзогпей санг’е
 чомденде ганг
 джінье чиг’ жюҕте
 цожинг’ жепей
 санг’е чомденде
 дедаг’ тхамче
 даг’ ла гонгсу сол
 даг’ ги к’ева ди данг
 к’ева тогма данг
 тхама ма чіпа не
 кхорва на кхорвей к’ене
 тхамче ду дігпей ле г’іпа
 данг’ г’і ду цалва данг
 г’іпа ла джесу і рангва ам
 чөртен г’і коррам
 гендюн г’і коррам
 чоҕчуй гендюн г’і кор
 троҭпа данг

За час кружляння споконвічного
 з одного самсаричного
 народження у інше,
 у всіх життях минулих
 і у цім народженні —
 злі дії, хоч би які я учинив,
 або підбуриив інших учинити,
 або ж учиненню яких я тішився;
 мною вчинене привласнення
 дарів, призначених для ступ,
 і того, що було дароване Сангзі,
 й того, що було піднесено як дар
 для сангг’ всіх десяти сторін,
 чи то привласнення дарів,
 на яке підбуриив інших,
 чи то привласнення дарів,
 якому я тішився;



ཏུ་སྐྱལ་བ་དང་། ལྷགས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་
 རང་བའམ། ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་གང་གིས་
 དབྱིབས་ནས་བདག་སེམས་ཅན་དམུལ་
 བར་མཆི་བའམ། ཏུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་
 སུ་མཆི་བའམ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་
 བའམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེ་བའམ།
 ལྷ་ལྷོར་སྐྱེ་བའམ། ལྷ་ཚོ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་
 སྐྱེ་བའམ། དབང་པོ་མ་ཚང་བར་འགྱུར་
 བའམ། ལྷ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པར་
 འགྱུར་བའམ། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་
 མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་
 ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་གང་ལགས་པ་དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་
 འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ། སྦྱོར་དུ་གྱུར་པ།
 དབང་དུ་གྱུར་པ། ཚང་མར་གྱུར་པ།
 མཁྱེན་པས་གཟིགས་པ། དེ་དག་གི་སྦྱོར་

трошту цалва данг
 трогпа ла джесу
 ї рангва ам
 цамма чіпа нгѐй ле г'їпа
 данг г'їду цалва данг
 г'їпа ла джесу ї рангва ам
 мігѐва чуї лек'ї
 лам янгдагпар
 лангпа ла жюгпа данг
 джюгту цалва данг
 жюгпа ла джесу
 ї рангва ам
 лек'ї дрібпа ганг гї
 дрібне даг
 семчен ньялвар чїва ам
 дюдрой к'єне су чїва ам
 їдаг к'ї юлду чїва ам
 юлтха кхобту к'єва ам
 лалор к'єва ам

п'ять діянь із негайною розплатою,
 які сам учинив,
 або підбурих інших учинити,
 або ж учиненню яких я тішився;
 десять злих діянь, що сам учинив,
 чи то підбурих інших учинити,
 чи то учиненню яких я тішився;
 усі можливі кармічні завіси,
 що мене затьмарюють,
 і через які я попрямую в пекло,
 чи то у світ тварин,
 чи в землі зголоднілих духів;
 або ж у приграничних
 землях народжуся,
 чи серед дикунів,
 чи то серед богів
 з життям довготривалим;



ལྷན་མཛོལ་ལོ་འཆགས་སོ།
 མི་འཆབ་བོ། མི་སྐྱེད་དོ།
 ལྷན་ཆད་ཀྱང་གཙོད་ཅིང་སྐྱོམ་པ་བགྱིད་
 ལགས་སོ།།

སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།
 བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཚོག་མ་
 དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས། འཁོར་
 བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་གཞན་དག་
 ཏུ་སྐྱེན་པ་ཐ་ན་དུང་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་
 སྐྱེས་པ་ལ་ཟས་ཁམ་གཅིག་ཅོམ་བསྐྱལ་
 བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།
 བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་པའི་
 དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

лхаце рінгпо намсу
 к'єва ам
 вангпо мацангвар
 г'юрва ам
 тава логпар дзінпар
 г'юрва ам
 санг'є джюнгва ла
 ньєпар мі г'іпар г'юрвей
 лек'ї дрібла ганг лагпа
 дедаг тхамче
 санг'є чомден де
 еше су г'юрпа
 ченду г'юрпа
 пангду г'юрпа
 цемар г'юрпа
 кх'єнпе зігпа дедаг гі
 чен нгар тхölло чагсо
 мічаб бо мібе до
 ленче к'янг

або унаслідок яких я матиму
 неповноцінні органи чуття
 або невірні погляди,
 чи то не тішитимуся появі Будди —
 всі ці затьмарення кармічні
 я спокутую
 в присутності мудрих усевидців
 Будд-Бгаґаванів,
 які є свідками,
 які є достеменності джерелами,
 які і відають, і бачать.
 Усі ті затьмарення кармічні
 визнаю і не приховую!
 Присягаюся їх викоринити відтепер!
 О Будди-Бгаґавани,
 будь ласка, зважте на мене!



བདག་གིས་ཚོངས་པར་སྐྱོད་པ་ལ་གནས་
 པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་
 པར་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་
 ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་
 མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་
 བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་སྐྱ་ན་
 མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་
 ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་
 བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱེམས་ཏེ། བསྐྱེམས་ནས་སྐྱ་
 ན་མ་མཚིས་པ་དང་། ཤོང་ན་མ་མཚིས་
 པ་དང་། ཤོང་མའི་ཡང་ཤོང་མ། སྐྱ་མའི་
 སྐྱ་མར་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བས། སྐྱ་ན་མེད་པ་
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་
 ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིའོ། །

chöcing dompa g'i lagso
 sang'e chomden de
 de dag tshamche
 dagla gongsu sol
 dag gi k'eva di dang
 k'eva tshogma dang
 tshama machipa ne
 khorwa na khorwei k'ene
 jendagtu djinpä tshana
 dudroy k'ene su k'epa
 laze kham chig cäm cälwei
 g'evay cawa
 gang lagpa dang
 dag gi cültrim sungpey
 g'evay cawa
 gang lagpa dang
 dag gi can'par chöpa la
 nepay g'evay cawa
 gang lagpa dang

Хоч би які джерела блага я надбав
 за час кружляння споконвічного
 з одного
 самсаричного народження
 у інше,
 в усіх життях минулих
 і у цім народженні —
 щедрість, проявлену до інших,
 хай би навіть і крихітну настільки,
 як дрібочка їжі,
 що тварині я подав;
 джерела блага
 дотримання дисципліни;
 джерела блага дотримання
 цнотливого поведження;
 джерела блага
 приведення істот до зрілості;



ཇི་ལྷར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་
 ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟོས་
 པ་དང་། ཇི་ལྷར་མ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་
 བཙེམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
 བཟོ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཇི་ལྷར་ད་ལྷར་
 བཞུག་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྷན་
 འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སློ་བར་
 མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་
 ཡོངས་སུ་བཟོ་བར་བསྐྱོད། །

རྗེ་ལ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ། །
 བསྟོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་
 རང་ངོ་། །

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་བསྐྱེད་ཞིང་
 གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །
 བདག་གིས་སློན་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོགས་

даг ги семчен йонгсу
 мінпар г'іпей гевей цава
 ганг лагна данг
 даг ги джянгчуб чогту
 сем к'єпей гевей цава
 ганг лагна данг
 даг ги лана мепе еше к'ї
 гевей цава ганг лагна
 дедаг тхамче
 чігту дю шінг
 дум те дом не
 лана мачіпа данг
 гонгна мачіпа данг
 гонгмей янг гонгма
 ламей ламар йонгсу нгове
 ланамепа янгдагпар
 дзогпей джянгчуб ту
 йонгсу нговар г'ї-о
 джітар депей санг'є

джерела блага плекання
 прагнення пробудження;
 надбані мною джерела блага
 неперевершеної
 мудрості одвічної —

все це зібравши, об'єднавши,
 звівши разом і віддаючи цілком
 неперевершеному, найвищому,
 щонайвищому з найвищого
 і найнеперевершенішому, —
 повністю присвячую
 Пробудженню, що незрівнянне,
 цілковите і довершене!

Так само досконало,
 як присвячували
 всі Будди-Бгагавани часів минулих;



དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།
མི་མཚོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་
བཞུགས་པ་དང་།།
གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་བཞིན་
གང་མ་བྱོན།།
ཕོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་
འདྲ་ཀུན་ལ།།
ཐལ་མོ་སྐྱུར་བར་བསྐྱེད་ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་
བར་མཚོའོ།།

чомденде намк'ї
йонгсу нг'опа данг'
джитар маджонпей
санг'є чомденде намк'ї
йонгсу нговар
г'юрва данг'
джитар дантар жюгпей
санг'є чомденде намк'ї
йонгсу нговар дзепа
дежін ду даг' гї к'янг'
йонгсу нговар г'ї-о
дігпа тхамче ні
сосор шяг со
с'о нам тхамче лані
джесу ї ранг' нго
санг'є тхамче лані кулжінг'
с'олва деб со
даг' гї ланамепа еше к'ї
чог' дампа тхобпар г'юр ч'иг'

так само досконало,
як присвячуватимуть
усі прийдешні Будди-Бга'авани;
так само досконало,
як нинішні всі Будди-Бга'авани
присвяту роблять,
я у всій повноті, так само як вони,
роблю присвяту!

Каюся у вчинках злих —
у всіх і кожному!
Радію всій заслuzі!
Всіх Будд молю і закликаю
дарувати Вчення
й залишатися.

Хай я найвищої, неперевершеної
святої мудрості одвічної сягну!



**мічоґ ґ'ялва ґанґ даґ
дантар жүґпа данґ
ґанґ даґ депа даґ данґ
дежін ґанґ ма джѳн
йонтен нґаґпа
тхае ґ'ямцо дракюн ла
тхалмо джярвар ґ'ї те
к'ябсу ньевар чї-о**

О неперевершені
Переможні Будди,
всі хто є зараз,
усі минулі та прийдешні,
вшановую чесноти ваші всі,
безкраї наче океан,
долоні склавши разом,
прихищаюся у вас!

འཕགས་པ་མུང་པོ་གསུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་རྫོགས་སོ།།

На цьому завершується шляхетна Сутра Магаяни “Три сукупності”.



Додаткові строфи каяття [віршовані відповідно до ритму читання тибетського оригіналу]:

ལྷན་གྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །
ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། །
གང་ཡང་ཡིད་གྱི་རྣམ་གསུམ་སོ། །
མི་དགེ་བཅུ་སོ་སོར་བཤགས། །

**люк'ї лені нампа сум
нґаг' гї нампа жідаг' данг'
ґанг' янг' ік'ї намсум по
міґе чупо сосор шяг'**

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །
མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྟ། །
སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པའི། །
ཐྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བསྐྱེ། །

**тхоґма мене дантей бар
міґе чу данг' цамме нґа
сем ні ньйон монг' ванг' г'юр пей
діґпа тхамче шяг'пар г'ї**

В кожній з десяти недобрих дій
каюся! І зокрема́ у трьох
діях тіла, та у чотирьох
діях мови, і в трьох діяннях
серцем і умом учинених.

В діях злих усіх, що я вчинив
із часів прадавніх й дотепер,
в десяти недобрих діяннях,
у п'яти тяжких проступках тих,
що з миттєвою розплатою —
каюся в усьому злі, яке
виникло у серці та умі
через почуття розбурхані.



འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །
ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །
སྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །
དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །

**дöчаг жеданг тiмуг ванг гi нi
лю данг нгаг данг дежин iк'i к'янг
дiгпа даг гi г'iпа чiчi па
дедаг тхамче даг гi сосор шяг**

མཚམས་མེད་ལྷ་པོ་དག་གི་སྲིག་པ་རྣམས། །
གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག །
དེ་ཡིས་སྤང་བ་བཤགས་པ་འདི་བཏོན་པས། །
ལྷུང་དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་འགྱུར། །

**цaмме нгапо даг гi дiгпа нам
ганг гi мише ванг гi чепа даг
де-ї тунгва шягпа дi тönпе
ньорду малю йонгсу джянгвар г'юр**

Дії злі – хоч би які вчинив
тілом, мовою, серцем-умом, –
із жадання чи ненависті,
чи під владою невідання, –
каюся в усіх і в кожній з них!

Все, що скоїв я в невіданні,
зокрема́, ті п'ять учинків злих
із негайною розплатою —
скоро це усе без винятку
буде повністю очищено
промовлянням каяття цього
у проступках і порушеннях.



བདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྐྱིལ་པའི་ལས། །
ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བསྒྱེ། །
སྐྱེ་ཆད་ནམ་ཡང་བསྐྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །
ལས་གྱི་སྐྱིལ་པའང་གཏན་དུ་ཟད་བྱེད་ཤོག །
**даг данг семчен кюнг'ї дїгпей ле
ньепар г'юр ганг тхөл жінг шягпар г'ї
ленче нам янг г'їпар маг'юр чїг
лек'ї дрібпа анг тендду зече шög**

སྤྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །
རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །
དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམས་པ། །
ཐམས་ཅད་རྗེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་བསྟོལ། །
**чагцалва данг чöчинг шягпа данг
джесу ї ранг кулжинг сölва ї
гева чунгзе даг ги чїсаг па
тхамче дзогпей джянгчуб чїр нго-о**

Карму злу — мою та всіх істот,
і всі хиби щиро визнаю,
каюся! Ніколи відтепер
хай такого не чинитиму!
І затьмарення кармічні хай
буде вичерпано назавжди!

Благо все, хай навіть крихітне,
накопичене поклонами,
і дарунками, і каяттям,
і радінням, і закліканням,
і молитвами – все це цілком
я Пробудженню присвячую!



Згідно з порадою Чок'ї Ньіми Рінпоче для української санґи читати цю молитву каяття рідною мовою, переклала з тибетської мови © Ната Сонам Ванґмо, 2022. Редагували Серій Зінов'єв і Марина Рябікіна.



LHASEY LOTSAWA
TRANSLATIONS AND PUBLICATIONS



༄༅། །པམ་སྐུར་མཚོ་དཀར་དམར་ཤིན་ཏུ་ཕྱིར་བདེ་བལྟུགས་སོ། །

**Дарування білого та червоного суру,
яке надзвичайно легко виконувати**

Тэрма, відкрита Чокг'юром Деченом Лінгпою





ན་མོ་གུ་རུ།

Намо Гүру! Уклін Гүру!

ལྷ་དྲོའི་ཆར་ཕྱེ་གཙང་མ་དཀར་མངར་རིན་ཆེན་སྣེ་སྣེ་སོགས་བསྐྱེད་པ་དང་། དགོང་མོར་གྲ་ཆང་ཟས་སྣ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱེ་འཕུར་དང་། བར་དྲོའི་འགོ་བ་ལ་ཕན་གདགས་གཙང་བྱེད་ན་ནམ་ཡང་སྤོང་གོལ་གྱི་དམ་ཚུས་བསེ་བ་གནད་དུ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་གསུང་ཚུལ་མེ་ལ་བཏབ། ཆབ་བྱུང་ལ།

Практикуючи вранці [тобто, даруючи білий сур], змішай із чистим підсушеним на вогні борошном білі й солодкі [складові], різноманітне дорогоцінне каміння, цілющі трави тощо. Практикуючи ввечері [тобто, даруючи червоний сур], додай трохи м'яса, алкоголь та їжу. Даруючи передусім задля принесення користі істотам у проміжному стані (бáрдо), важливо завжди додавати децицію складових, що звільняють через відчуття смаку. Підготовлені відповідним чином складові суру помісти у вогонь, окропи очисною водою та промов наступне:

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་།
སྐྱབས་ལུལ་ཀུན་འདུས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་།
མགོན་པོ་ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།
ཁྱོད་ནི་བྱང་ཚུབ་སྤྱུགས་བསྐྱེད་ལྟར་ཀྱང་།
མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀྱང་།
སངས་རྒྱས་སྐུར་དུ་ཐོབ་པར་བྱའོ།

Авалокітешваро,
втілення усіх джерел
Прихистку, Захиснику,
я з істотами всіма,
що є незліченними
як незмірний небокрай,
прихищаюся в тобі!



даг данг кханьям семчен нам
к'яб юл кюндү ченрезиг
гөнпо кх'йола к'ябсу чи
кх'йо ні джангчуб тхуг к'є тар
кха кх'яб дро ва дралвей чір
санг'є ньорду тхоб пар джя

མེས་ཅན་མ་ལུས་བདེ་དང་ལྡན།
སྐྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀུན་བྲལ་ནས།
མཚོག་གི་བདེ་ལས་འབྲལ་མེད་པའི།
ཉེ་རིང་བཏང་སྦྱོམས་ལ་གནས་ཤོག།
семчен малю де данг ден
дуг нгал тхамче кюн драл не
чог ги деле драл ме пей
ньє ринг танг ньйом ла не шöг

ཅེས་སྐྱབས་མེས་དང་ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ།

І так само як і ти
бодгічтту виплекав,
я заради звільнення
всіх істот, що сповнюють
все безмежжя простору,
стрімко стану буддою!

Хай істоти геть усі
будуть щастям сповнені,
вільні від усіх страждань,
і не полишаючи
істинну вдоволеність,
хай в неупередженій
рівності відпружаться!

*Таким чином практикуй Прихисток, Бодгічтту та
Чотири Безмежні.*



རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་སྐྱེན་རས་གཟིགས།
 ལ་སར་བླ་ཁྱིའི་སྐྱེ་བྱུང་།
 ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ། ཞེས་སྐད་ཟད་བཟ།

**ранг ны кечиг ченрезіг
 кхасарпані куру г'юр
 ом мані пеме хунг грі**

ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ། ལན་གསུམ།

ом а хунг

བསྐྱེད་རྒྱས་ཨོྲཱེ་ཨོྲཱེ་གསུམ་ལས།
 དེ་ཤེས་མཚོན་སྒྲིན་འཕྲོ་བར་བསམ།

**сег дзе ом а хунг сум ле
 еше чөтрін тро вар г'юр**

བསྐྱེད་མེད་དཀོན་མཚོག་རྣམ་གསུམ་ལ།
 བསྐྱེད་རྒྱས་བདུད་རྩིའི་མཚོན་པ་འབྱུང་།
 བདག་དང་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་ཏུ་གསོལ།

луме кӧнчоғ нам сум ла

Вмишь я сам Ченрѐзіком
 Кхасарпа́ні постаю.

ом мані пеме хунг грі

Накопич невелику кількість повторень цієї мантри.

ом а хунг

Повтори тричі.

З ОМ А ХУНГ жевріючі
 складові здіймаються
 й линуть хмарами дарів
 Мудрості одвічної.

Цей нектар жевріючих
 складовіх підношу в дар
 вам, Дорогоцінним Трьом
 неоманним. Вас молю:
 прихистіть усіх істот!



сеґ дзе дүҗий чөпа бул
даґ данґ семчен к'яб ту сөл
ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ལུ།
བསྐྱེག་རྩེས་བདུད་རྩིའི་མཚོད་པ་འབྲུལུ།
བདག་དང་སེམས་ཅན་བྱིན་གྱིས་རྫོབསུ།
лама їдам кхандро ла
сеґ дзе дүҗий чөпа бул
даґ данґ семчен джін г'ї лоб
ཚོས་རྫོང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ལུ།
བསྐྱེག་རྩེས་བདུད་རྩིའི་མཚོད་པ་འབྲུལུ།
བར་ཚད་སོལ་ལ་བྱིན་ལས་སྐྱབསུ།
чө к'йонґ юл лха жібдаґ ла
сеґ дзе дүҗий чөпа бул
барче сөл ла трінле друб
པ་མས་གཙོར་བྱས་སེམས་ཅན་ལུ།
བསྐྱེག་རྩེས་བདུད་རྩིའི་བསྐྱེས་བསུ།
ལྷོ་བ་དག་ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པར་ཤོགུ།

Цей нектар жевріючих
складовіх підношу в дар
вам, о Гуру, їдами
і дакіні. Ниспошліть
велич і наснажуйте
ви мене і всіх істот!

Цей нектар жевріючих
складовіх підношу в дар
вам, хто Вчення боронить,
й духам-хазяям земель.
Перешкоди знищуйте,
діяння вивершуйте!

Коли я присвячую
цей нектар жевріючих
складовіх істотам всім –



пхаме цор дже семчен ла
сеґ дзе дүці ді нгö пе
дріб даґ цоґ ныї дзоґ пар шöґ
བར་དོར་གནས་བའི་སེམས་ཅན་ལུང་
བསྐྱེག་རྗེས་བདུད་རྩི་འདི་བསྐྱོས་པས་ལུང་
འབྲུལ་སྤང་སྐྱེག་བསྐྱེད་ཞི་བར་ཤོག་ལུང་
бар дор непей семчен ла
сеґ дзе дүці ді нгö пе
трүл нанґ дуг нґал живар шöґ
ལན་ཚགས་དག་བཞགས་ཐམས་ཅད་ལུང་
བསྐྱེག་རྗེས་བདུད་རྩི་འདི་བསྐྱོས་པས་ལུང་
བྱ་ལོན་ཤ་མ་ལོན་བྱང་བར་ཤོག་ལུང་
ленчаґ дра геґ тхамче ла
сеґ дзе дүці ді нгö пе
бу лön ша кхön джянґ вар шöґ
སྐྱིན་གྱི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལུང་
སྐྱིན་པས་དོན་རྣམས་གྲུབ་པ་བཞིན་ལུང་

дорогим моїм батькам,
хай очистяться вони
від затьмарень і цілком
два надбання удійснять.

Коли я присвячую
цей нектар жевріючих
складовіх істотам тим,
хто у бáрдо зараз є,
хай спочинуть від страждань
і примар у сприйнятті.

Коли я присвячую
цей нектар жевріючих
складовіх всім ворогам,
хто завади створює,
й тим, кому заборгував,



ཚོས་ཉིད་རྣམ་དག་བདེན་པ་ཡིས།
སྒྲིན་ལམ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་ཤོག།
ཅེས་དང་།

ngön r'i r'yawa t~~h~~amche k'i
джинпе д~~о~~н нам д~~р~~убпа ж~~и~~н
ч~~о~~ нь нам даг ден па і
mönlam t~~h~~amche д~~р~~уб пар ш~~о~~г

хай відтак очистяться
карма вбивства і борги.

І так само як колись
Переможні Будди всі
удійснили щедрістю
наміри свої, нехай
Істиною чистої
Дгарматі, всі прагнення
цілковито сповняться!

Так промовляй. Потім:

ན་མཚམས་ཅ་ཏེ་སྒྲིན་གྱི་ཏེ་ཨ་མ་ལོ་གེ་ཏེ་ཨོ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་རྒྱུ།

нама сарва татхагата авалокіте ом самбгара самбгара хунг

ལན་བདུན། ཡིག་བྱུག་གི་ཀ་ནི་སོགས་བརྗོད།

Повтори сім разів, потім промов шість складів, Камкані тощо.



Шестискладова мантра:

ཨོཾ་ཎི་ཤེ་བརྟེ་རྩུ་རྩེ།

ом мані пеме хунг грі

Мантра Камкані:

ན་མོ་ར་རྒྱ་ཏྲ་ཡཱ་ཡ། ཨོཾ་ཀཾ་ཀཾ་ཀཾ་ཀཾ་ཀཾ་ཀཾ་ རོ་ཅཾ་ཀཾ་རོ་ཅཾ་ཀཾ་ རྩོ་ཏྲ་ཀཾ་རྩོ་ཏྲ་ཀཾ་ ཏྲ་སྐ་ཀཾ་ཏྲ་སྐ་ཀཾ་ སྐ་ཏི་ཏྲ་ཀྱ་སྐ་ཏི་ཏྲ་ཀྱ།
སཀྲ་ཀཾ་མཾ་བ་རི་བ་རྣ་ཏི་མེ་སཀྲ་སྐ་ ཏྲ་རྣ་རྣ་སྐྱ་རྣ།

**намо ратна трая я ом камкані камкані роцані роцані тротані тротані трасані трасані
пратіхана пратіхана сарва карма парам пара німе сарва сатва ненца соха**



བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དག་དང་། །
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེན་སྟོབས་དང་། །
ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས། །
འཕགས་པ་རྣམས་ལ་མཚོད་པ་དང་། །
སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་གདགས་སྤྱིར། །
དོན་རྣམས་གང་དག་བསམ་པ་ཀུན། །
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་པ། །
འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་མ་ལུས་པར། །
ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱུང་བར་ཤོག། །
ཅས་བདེན་བརྗོད་དང་།

daḡ ḡi sampey toḡ daḡ danḡ
deḡin sheḡpey dḡin toḡ danḡ
čöḡ'i iḡnḡ k'i toḡ nam k'i
phaḡpa nam la čöpa danḡ
semčen kyön la pḡen daḡ čir
dön nam ḡanḡ daḡ sampa kyön
deḡaḡ tḡamče či riḡ pa

Завдяки потужності
прагнень й намірів моїх,
завдяки потужності
щедрості татхаґат-будд,
завдяки могутності
Дгармадґату-простору
Істини найвищої
хай без жодних перешкод
втіляться в усіх світах
всі можливі прагнення
й задуми, спрямовані
на принесення дарів
всім Шляхетним, і також
допомогу для істот.



джіґтен кхам ні малю па
тхобпа мепар джюнг вар шöґ
кхьс'кхьс'схьс'сд'кхь'лхь'схь' ||
д'кхь'д'с'кхь'с'кхь'с'с'с'с' ||
д'с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
д'с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
чö нам тхамче г'ю ле джюнг
де г'ю дежін шегпе сунг
де ла гогпа ганг ін па
ге джöнг ченпо ді ке сунг
с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
д'с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
д'с'с'с'с'с'с'с'с'с'с' ||
діґпа чі янг мі джя жінг
гева пхунсум цог пар че
ранг гі сем ні йонг су дүйл
ді ні санг'є тенпа ін

Після цього промов слова Істини:

Постають всі явища
із причин; причини ті
роз'яснив Татхáґата.
Щодо їх припинення,
то Великий Шрáмана
мовив ось такі слова:

“Лихо жодне не вчиняй,
благо щедро віплекай,
власні серце й ум цілком
маеш ти приборкати —
це є Вчénня Буддове”.



དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་བསགས་ཏེ། །
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བ། །
དམ་པ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག །

**гѐва дїї к'єво кюн
сõнам еше цоґ саґ те
сõнам еше ле джюнг ва
дампа ку ны тхобпар шõґ**

ཅེས་ཚོས་སྐྱིན་བྱས་ལ་དགེ་བམྲོ་དང་སྣོན་ལམ་གང་འོས་བྱའོ།།

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.

*Промовляючи так, практикуй щедрість дарування
Дгарми та прочитай присвяту блага й прагнення,
які є доречними.*

[Див. прагнення на с.17, після червоного суру]



། ཡང་རྒྱན་གྱི་འཛེ་བསྐྱེད་ལ་ཟེབ་པའི་དམར་གསུང་ནི། སོད་དུས་སུ་བྱེ་མར་ལ་ཤ་ཁག་འབྲུ་སྐྱོན་སྐྱོན་ཚོགས་སྐྱུར་བས་བསྐྱེད་ཀྱི། རྒྱུ་བས་སེམས་གང་ཅུང་བྱ།

Глибоку практику дарування червоного суру необхідно виконувати регулярно як відкуп від смерті: ввечері додай м'ясо, кров, зерна та цілющі складові у суміш цампи з маслом та помісти у вогонь. Промов належні молитви Прихистку та Бодгічїтти. [Потім:]

རང་ཉིད་སྐྱུན་རས་གཟིགས་སུ་གསལ།
ཨོྃ་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱིཾ་ ལན་གསུམ།

ранг нї ченрезіг су сал

ом а хунг

གསུར་མཚོད་འདོད་ཡོན་ལྷན་ལྷན་བུཾ
མཁའ་ཁྱབ་དབང་པོ་ཚེས་བྱེད་བྱུངཾ
སྐྱེད་པའི་ཐུགས་ལན་གསུམ་བཅོདཾ

сур чө дөйон нга ден па

кха кх'яб вангпо цім дже г'юр

ན་མཉམ་ཅན་ཏུ་སྐྱབ་ག་ཏུ་ཨ་མ་ལོ་གི་ཏེ་ཨོྃ་སྐྱུར་སྐྱུར་རྩྱཱི།

нама сарва татхагата авалокіте

ом самбгара самбгара хунг

Ясно постаю Ченрезіком.

ом а хунг

Повтори тричі.

Ці жевріючі дари
мають якості п'ятьох
насолод чуттєвих, і
тішать і втамовують
органи чуття істот,
що весь простір сповнюють.

Повтори мантру Самбгара тричі.

**[нама сарва татхагата авалокіте
ом самбгара самбгара хунг]**



ཨོཾ་ ཤ་ཁྲག་འབྱུ་སྐྱན་སྦྱར་བ་ཡི།
གསུར་མཚོད་འདོད་ཡིན་ལྷ་ལྷན་འདི།
བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་འཁོར་བཅས་ཀྱི།
ཚོ་དང་སློག་ལ་བར་གཙོད་པའི།

**ом шятраг дру мен джярва і
сур чө дөйон нга ден ді
даг чаг пөнлоб кхорче к'ї
це данг сог ла бар чө пей**

འཆི་བདག་གཤིན་རྗེ་མ་མོའི་སྡེ།
འབྱུང་པོ་ཤ་བ་གཞོད་སྦྱིན་ཚོགས།
སྤོན་པོ་དྲི་བ་ཡི་དུགས་སོགས།
མ་རུང་གཏུག་པའི་སེམས་འཚང་བ།

**чі даг шіндже мамой де
джюнгпо ша са нөжин цог
сінпо дрі за їдаг сог
марунг дугпей сем чанг ва**

Om! Ці жевріючі дари
з м'ясом, кров'ю, зернами,
й травами цілющими –
сур, наділений п'ятьма
втіхами чуттєвими –
я присвячую усім,
хто вкорочує життя
Вчителів і учнів та
їхнього оточення,
силу життєдайності
нашу відбираючи:

Ямі – смерті Владарю,
полчищам богинь-мамó,
духів джюнгпо сонмищам,
якшам кровожерливим,
і ракшасам-дикунам,



так вівільнюємося
від недугів й впливів злих.

В серці хай зародяться
доброчинні прагнення,
щастя і вдоволеність.

Хай відтак довершено
й щедро все сприятиме!

ཅེས་དང་། ཡིག་རྒྱལ་བརྗོད། བསྐྱོན་གང་འོས་བྱས་པས་དུས་མིན་གྱི་འཆི་བ་བསྐྱོག་ཅིང་སློ་བུར་བར་ཆད་ཞི་བར་གསུངས་སོང་། སྐ་མ་ནི་གཏེར་གསར་ལྷགས་རྩེ་ཆེན་
པོའི་ཚོས་སྐྱོད་དང་། ལྷི་མ་ལྷགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་ལས་བྱུང་བའོ། །

Начитуй шестискладову мантру. Потім прочитай молитви присвяти та прагнення. Сказано, що таке дарування червоного суру відвертає передчасну смерть та вгамовує тимчасові перешкоди. Перша частина [білий сур] походить з ритуалу Великого Володаря Співчуття з Новітніх Терм (Терсару), а друга частина [червоний сур] походить із [циклу] “Звершення Пробудженого Серця — практика, що усуває всі перешкоди” (Тхугдруб барче кюнсел).



གལ་སྲིད་མོགས་ཀྱི་མཐར་མྱོན་ལམ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་སློབ་ན།

Якщо хочеш учинити більш розлогі прагнення, після присвяти суру промов наступне:

རྟོ་ཚོས་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡི།
ཚོས་ཅན་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱབ་མེད།
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཡི།
དགེ་ཚོགས་དཔག་མེད་འདི་ཡི་མཐུས།
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་གྱུར་ཅིག།
དམ་ཚོས་ཡུན་རྒྱ་གནས་པ་དང་།
དགེ་འདུན་ཚོས་ཀྱིས་འཚོ་བར་ཤོག།
го чöинг нампар дагпа ї
чö чен г'юдре лува ме
тен чинг дрелвар джюнгва ї
гөцог пагме дїї тхү
г'ялвей тенпа дар г'юр чиг
дамчö юнду непа данг
гөндюн чöк'ї цовар шöг

Го! Цілковито чистим є
простір Дгармадгату, втім,
у проявному бутті
неухильно наслідки
виникають із причин.

Силою безмежного
набуття добра цього,
що постало зі зв'язків
взаємозалежності,
розквітатиме нехай
Вчення Переможних Будд!

Дгарма чиста і свята
хай існує вічно і
Санггу забезпечує.



ལྷ་མའི་སྐུ་ཚོ་བརྟན་པ་དང་།
དགོངས་བཞེད་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་ཤོག།
ཡི་དམ་བསྟེན་ཅིང་འགྲུབ་པ་དང་།
དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།
མ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་མཁོན་པ་སྦྱང་།
ཅ་བ་གསུམ་གྱི་སྤྲུལ་དམ་བསྐྱང་།
སྦྱང་མའི་བཀའ་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་།
ламей ку це тенпа данг
гонг же малю друбпар шог
їдам ньен чінг друбпа данг
нгөдруб нам нь тхобпар шог
мамо кхандро кхонпа джянг
цава сум г'ї тхугдам канг
сунг'мей каче міджюнг жінг
བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གྱིས།
ཚོ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས།
སགས་པའི་ལས་ངན་སྲིག་སྦྱིབ་དག།

Довголіття Вчителів
буде непохитним хай,
і всі до єдиного
наміри просвітлені
їхні хай удійсняться.
Хай ми у наближенні
й звершенні у їдамі
сіддг обох набудемо.
Невдоволеність *мамо*
й *дакінь* хай очиститься,
і сердечні прагнення
Трьох Джерел хай сповняться!
Хай від оборонців Вчень
кари не зазнаємо.
Все, що натворили ми –
всі істоти без числа –



ཀློན་ངན་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་།
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤོག།
даг данг тхае семчен г'ї
цераб тхогма мепа не
сагпей ле нген диг дріб даг
к'єн нген барче жїва данг
сöнам еше цог дзог шöг
དམྱལ་བའི་ཚ་བྱང་སྤྲུག་བསྐལ་ཞི།
ཡི་དྲགས་བཀའ་སློམ་མེད་ཀྱང་ཅིག།
དུང་འགོ་འཇིགས་བ་ཚེ་ལས་ཐར།
སྙ་རྣམས་ཚས་སྦྱོད་པམ་ལྷུང་བལ།
སྙ་མེན་འཐབ་ཚོད་ཞི་ཀྱང་ཅིག།
མི་རྣམས་ཚུ་བོ་བཞི་ལས་སྦྱོལ།
བར་དོའི་སེམས་ཅན་རང་ངོ་འཕྲོད།
ньялвей ца дранг дуг нгал жї
їдаг треком мег'юр чиг
дўртро джїгпа че ле тхар

з незапам'ятних часів:
помилки й затьмарення,
і нажіта карма зла –
хай це все очиститься!

Гальмівні обставини
і завади вщухнуть хай!
Хай заслуги й мудрості
ми надбання звершимо!

Хай пекельні муки від
жару й стужі скінчаться!

Хай буде втамовано
спрагу й голод духів-*прет*!

Хай тварини звільняться
від страхів нечуваних!



лха нам чö джö пхам тунг драл
лха мін тхаб цö жи г'юр чиг
мі нам чуво жи ле дрöл
бардой семчен ранг нго трö
མདོར་ན་སྐྱེ་གྲུ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཅུང་།
ངན་འགོའི་འཇིགས་ལས་རབ་ཐར་ནས་ཅུང་།
ལྷ་མེད་བྱང་ཚུབ་གནས་ཐོབ་ཤོག་ཅུང་།
འདིར་གནས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཅུང་།
ཚོ་རིང་ནད་མེད་མཐུན་སྦྲེན་འཕྱོར་ཅུང་།
ལས་དང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཅུང་།
ཕར་ཕྱིན་དུག་ལ་སྦྱར་ཏེ་སྦྱོང་ཅུང་།
རྟོག་པར་དགོ་བ་འཕེལ་བར་ཤོག་ཅུང་།
дорна к'егу тхамче кюн
нген драй джигле раб тхар не
ламе джянгчуб не тхоб шöг
дip не лючен тхамче кюн
церинг неме тхүнк'ен джöр

Всі богi, звільнившись
від порочних вчинків, хай
діють згідно з Дгармою!
Хай серед напівбогiв
ворожнеча спиниться.

Люди всі хай звільняться
з плинучотирьох страждань.
Хто наразі в бардо – хай
розпізнають власну суть –
істинний природний стан.

Тож нехай істоти всі
цілковито звільняться
від жахів нижчих світів
і неперевершену
сферу Будди досягнуть!



ле данг джява тхамче кюн
пхар чін друг ла джяр те джө
тагпар гева пхелвар шөг

བདག་གི་བྱ་བ་ཆེ་སྲ་ཀུན་ཅུང་།
དགོ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་བཞིན་དུ་ཅུང་།
རྣམ་དཀར་ཤེས་རབ་ལས་བརྩམས་པའི་ཅུང་།
གཞན་ལ་སྦྱང་རྗེས་ཕན་བདེ་སྦྱིན་ཅུང་།

даг ги джява четра кюн
гевей лела джюг жін ту

нам кар шераб ле цам пей
жен ла ньинг дже пхенде джін

དགོ་བ་དེར་གནས་བསམ་གཏན་དང་ཅུང་།
དེ་ཡི་ཐབས་ལ་འབད་བས་བཅོམ་ཅུང་།
གང་བྱའི་ཚུལ་ལ་མི་ཚོག་ཅིང་ཅུང་།
དྲིན་མི་དྲིན་འཁུ་རྣམས་ལས་བཟོད་ཅུང་།
བག་ཡོད་དེ་རྣམས་སྦྱད་བཞིན་དུ་ཅུང་།
ལོ་བརྒྱ་དག་ཀྱང་འཚོ་བར་ཤོག་ཅུང་།

Всі істоти втілені,
що наразі тут живуть,
хай здоров'ям сповняться,
довголіттям й успіхом.
Хай всі справи вершаться
з парамітами шістьма.
Доброчинність, все благає
хай зростає повсякчас!

Хай із добрим наміром
справи всі творитиму –
і значні, і незначні –
сповнившись мудрістю,
співчуттям і прагненням
іншим помагати та
щастя дарувати їм.



ལྷུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སློན་ལམ་བཞིན།
བདག་གི་སློན་ལམ་འགྲུབ་བར་ཤོག།

ґєва дер не самтен данґ
де ї тхаб ла бе пе цӧн
ґанґ джей цӱл ла ми доґ чинґ
дрін ми дрін кху нам ле зӧ
баґ йо детар че жін ду
лог'я даґ к'янґ цовар шӧґ
ченрезіґ к'ї мӧнлам жін
даґ гї мӧнлам друб пар шӧґ

Цих чеснот тримаючись,
хай медитуватиму
ревно й наполегливо.
Шлях хай не облишу цей
і терпіння матиму
до усіх без винятку –
вдячних і невдячних теж.

Діючи розважливо,
хай сто років житиму!
І хай прагнення мої
здійсняться так само як
прагнення Чєнрєзіка!

*Переклала з тибетської мови
і віршувала відповідно до ритму
читання тибетського оригіналу
© Ната Сӧнам Ванґмо, 2019-2022.
Редагував Ярослав Литовченко.*



LHASEY LOTSAWA
TRANSLATIONS AND PUBLICATIONS



༄༅། །ལྷན་སྐྱེས་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་སེལ་ལས། རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་ཕྱིན་ལས་ངོ་མཚར་ཚོས་དྲུག་ལས་
ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་ཕྱུང་བ་བཞུགས་སོ། །

Глибкі настанови звільнення через слухання



༄༅། །འབྲུག་སྐྱེལ་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་ལས། རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་ཕྱིན་ལས་ངོ་མཚར་ཚོས་དྲུག་ལས་
ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་སྐྱུང་བ་བཞུགས་སོ། །

Глибкі настанови звільнення через слухання

із “Шести Дгарм чудовних діянь Від’ядгари Пема Джюнгне” із циклу терм “Звершення Пробудженого Серця Ґуру — практика, що усуває перешкоди” (Тхугдруб барче кюнсел)

*Терма Чокґ’юра Лінґпи,
упорядкована Джамг’оном Конґтр’юлом Лодр’о Тхае*

ན་ལོ་གུར་བེ།

ཨོ་རྒྱན་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་ལ། །

གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་དོ་རྗེའི་གསུང་། །

ཐོས་ཚད་སྲིད་པའི་འཕྲང་སྒྲོལ་ནས། །

དབྲུགས་ཚེན་འབྱེན་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །

Намо Ґуруве!

Шанобливо вклоняюся Орг’ену Амитабі!

Даруй благословіння, аби кожен, хто почує мову ваджрову,

був звільнений зі згубного шляху самсари

і величну наснагу віднайшов.



ལྷགས་རྒྱུ་བར་ཚད་ཀྱན་སེལ་ཞལ་གདམས་སྡིང་བྱང་
ལས་རིག་འཛིན་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་མ་
བསྐྱེད་འཚང་རྒྱ་བའི་ཚོས་དུག་གི་ནང་ཚན་ཟབ་དོན་
ཐོས་པས་གྲོལ་བའི་གདམས་ངག་འདེབས་བ་པོ།

Це глибокі усні настанови звільнення слуханням — одна з “Шести Дгарм”, які дозволяють сягнути пробудження навіть без практики. Це витяг із пробуджених діянь Від’ядгари Пема Джюнгне, із “Коментаря до сутності усних настанов” (Желдам ньінгдзянг) зі “Звершення Пробудженого Серця Гүру — практика, що усуває всі перешкоди” (Тхугдруб барче кюнсел).

རབ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་པ། འབྲིང་
བསྐྱབ་བ་གསུམ་དང་ལྡན་པ། ཐ་མ་དམ་ཚུམ་ཉམས་པ་
མ་ཡིན་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་བཟང་པོ་ཡོད་པ། གང་
ལའང་གདབ་ལུལ་དེས་དད་མོས་འགྲོ་ཞིང་སེམས་མི་
མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་གལ་ཆེའོ།།

Хто має давати ці настанови? В найкращому випадку — той, хто досконало опанував практику двох стадій. Або принаймні той, хто обдарований трьома видами тренування. Щонайменше — той, хто непорушно тримає обітниці й самаї, і має досконалу мотивацію бодгічїтти. У будь-якому разі, вкрай важливо, щоб той, хто дає ці настанови, викликав довіру й відданість і був у злагоді з адресатом, який це слухає.

གདབ་པའི་ལུལ་བར་དོ་དང་པོ་ཉིན་མཚན་འོད་གསལ་
ཀྱི་ཉམས་ཚུང་ཡོད་པ། གཉིས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་རུང་
ཟད་སྐྱེས་པའམ་རྗེས་ཆེན་ལྷ་བུའི་ཤིང་ཐོབ་ནས་ངེས་
ཤེས་བརྟན་པ། ཐ་མ་ནི་གང་ཟག་མཚོག་འགའ་རེ་ཙམ་
ལས་དེ་དུས་པལ་མོ་ཆེ་ལ་དགོས་པའོ།།

Адресати цих настанов — ті, хто перебувають у проміжному стані (бардо): (1) ті, хто мали переживання осяйності вдень і вночі; (2) ті, хто деякою мірою розвинули самадгі, або ті, хто отримали настанови Великої Досконалості (Дзогчену) тощо і здобули стійку впевненість щодо них; зрештою (3) майже всі люди, за виключенням лише небагатьох найвидатніших.



འདེབས་པའི་དུས་ནི། འོག་ཏུ་སོ་སོར་གསལ་བ་ལྟར་ལ་
སྦྱིར་ཉམས་ལེན་ཡོད་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་
པལ་མོ་ཆེ་བྱང་མཐའ་སྐད་ཅིག་མ་ནས་རིང་མཐའ་
ཞག་བདུན་ཚུན་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེ་བ་གཞན་ཏུ་སྲིད་
པར་སྦྱོར་བ་དང་། རྒྱན་མ་རྟེན་པའམ་ལས་དང་འཁྲུལ་
བའི་གཞན་དབང་ཅན་འགའ་ཞིག་ཞག་བདུན་གྱི་
མཚམས་སུ་བར་སྲིད་ལྷ་མ་འཆེ་འཕོས་ཏེ་སྦྱར་བར་
སྲིད་གཅིག་འགྲུབ་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་རིང་མཐའ་ཞག་ཞེ་
དགུ་ལ་གནས་པས་མཚོན་མ་ངེས་པའང་ཡོད་མོད། བར་
་དོ་སྣ་མ་གཞིས་པལ་བས་ངོས་ཟེན་དཀའ་བས་སྲིད་པ་
བར་དོའི་ངོ་སྦྱོད་ཁོ་ན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་གལ་ཆེ། འོན་
ཀྱང་དབུགས་ཆད་ཀར་སྦྱིབས་ན་མཚོག་དམན་གང་
ལའང་བར་དོ་གསུམ་ཀའི་ངོ་སྦྱོད་རིམ་པར་འདེབས་བ་
ལེགས་ཏེ་ཐོས་གོལ་དོ་རྗེའི་གསུང་ཡིན་ཕྱིར་པན་ཆེ་
བས་སོ།།

*Коли слід давати ці настанови? Нижче це буде зазначено
детальніше для кожного випадку. В цілому, за виключенням
досвідчених практиків, більшість істот перенароджуються
впродовж тижня (тобто, у будь-який час від моменту смерті до
тижня після смерті). Тим не менш, деякі істоти, чи то за
відсутності необхідних умов, чи то внаслідок карми й оман, знов
помирають у бардо через сім днів після смерті, і далі знов
переходять у наступний проміжний стан. Так може тривати
щонайдовше — сорок дев'ять днів. Таким чином, тривалість
проміжного стану є невизначеною. Оскільки звичайним істотам
важко розпізнати перші два проміжних стани [бардо вмирання і
бардо дгармати], важливо повторювати для них настанови щодо
проміжного стану знову і знову. Тим не менш, коли дихання
припинилося, чи то померлий був досвідченим практиком, чи то
звичайною людиною, дуже добре послідовно ознайомлювати його з
усіма трьома проміжними станами (1 — 3) у відповідному порядку.
Оскільки це звільнення через слухання є ваджровою мовою, користь
від нього надзвичайна.*



འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི། འགྲུབ་ཏུ་བྱང་བ་རྣམས་ལ་
དབང་པོས་བརྟེན་འཛིན་པའི་སྐབས་ནས་མིག་སྤར་རྟེན་
བྱིན་རྒྱབས་ཅན། མཐོང་གྲོལ་འཁོར་ལོ། སོ་སའི་ཚ་བའི་
སྐྱམ་དང་ཡི་དམ་གྱི་སྐྱབ་བརྟན་ནམ་ཐང་ཀ་བཀའ་ལ་
མཚོན་པ་བཤམ། ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱུགས། ལྷ
འི་རྣལ་འབྱོར། རྩོམ་སོགས་རྒྱུད་ཚོད་དང་མཐུན་
བར་ཡང་ཡང་གསལ་གདབ། ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱམ་
དཀོན་མཚོག་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སློབ་པས་དང་
མོས་བསྐྱེད། འཁོར་བའི་སྐྱག་བཟུལ་ལ་དེས་འབྱུང་དང་
བར་དོའི་གདམས་པ་གོ་སྐྱབ་བ་ཅི་རིགས་པ་བཤད། ལྷད་
བར་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གཅིག་ཁྱེད་གྲོལ་རིགས། བརྒྱ
འི་སྤིང་བོ་སོགས་ཐོས་གྲོལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་དང་། ཚེད་དུ་
བཟུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་དང་གཟུང་ཐུགས་
ལྷད་བར་ཅན་རྣམས་ཡང་ཡང་བཟླག

Як давати ці настанови? Якщо це є доречним і можливим, поки людина все ще притомна і здатна спілкуватися, розмістіть у полі її зору освячені предмети. Покажуйте їй чакри, що звільняють баченням, а також зображення її корінних гуру і божеств-їдамів; і підготуйте дари. Тим, хто практикує, знову і знову нагадуйте про їхню практику, чи то це Магамудра, чи то Дзогчен, або практика божества, або тренування ума тощо. Незалежно від того, практикує людина чи ні, розмовляйте із нею про надзвичайні якості вчителів, Трьох Дорогоцінних, чистих земель, і у такий спосіб надихайте її віру. Допоможіть їй зародити зречення від страждань самсари і розповідайте їй про проміжний стан так, щоб для неї це було просто зрозуміти. Зокрема, знову і знову читайте для неї мантру “Єдине дитя всіх будд” (Санг’є се чіг); тексти, що звільняють, коли носимо їх на собі; мантру “Лотосна суть” й інші подібні мантри, які звільняють слуханням; ушавлені імена будд і мантри-дгарані, рекомендовані для цих випадків.

ཨོྃརྩུ་རྣམས་ལ་མཐའ་ཡས་སོགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་
སྤིང་ཐག་ནས་བྱ། ཞེ་སྤང་སྦྱེད་པའི་བྱིན་དུ་འགྱུར་བ་
སོགས་ཡིད་ལ་མི་འཐད་པའི་བྱེད་སྦྱོད་སྐྱབ་བརྟེན་ཤིན་

Щиросердо молися Орг’ену Амітабі й іншим. Будь надзвичайно обачним, щоб не турбувати серце-ум людини, що вмирає. Уникай будь-яких дій чи слів, які можуть її засмутити або розгнівати.



ཏུ་འཛོམས། སེམས་ཆགས་པའི་ཡུལ་གང་ཡང་དུང་དུ་མི་
བཞག །སྤྱི་སྤྱུགས་ཅ་ཅོ་ན་བར་གཟུགས་པའི་སྐད་མུ་
མོའང་མི་བསྐྱུག །ལྷང་གོལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིང་བསྐུལ་
སྤྱི་བདུན་རྩལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རིལ་བུ་སོགས་ཁར་
སྤྱིན། བཏགས་གོལ་སྤྱུགས་བམ་དང་ཅ་གྲ་རྩམས་སྤྱིས་བ་
ལ་མཆན་ལུང་གཡོན། ལུང་མེད་ལ་གཡམས་སམ། ལུགས་
འདྲི་ལྟར་ན་མགུལ་དུ་གདགས། ཚོར་གྲོལ་བདུག་སྤྱོས་
མེར་བསྐུལ་པའི་དུད་པ་བཏང་།

*Прибери подалі все, до чого вона прив'язана. Коли перебуваєш на
такій відстані від неї, з якої вона може почути, уникай безглуздої
балаканини і не кажи ані слова, яке може стурбувати її. Дай їй
пігулку з буддових реліквій “Сім перенароджень” чи інші подібні
пігулки-рілбу, що звільняють через відчуття смаку, приготовлені
належним чином. Якщо той, хто вмирає, чоловік, поклади тексти і
чакри, що звільняють носінням на тілі, по лівий бік від тіла, а якщо
це жінка — то по правий бік. Або ж, згідно з нашою традицією,
також можеш пов'язати тексти навколо шиї. Запали пахощі, що
звільняють через відчуття запаху, і окурюй ними приміщення.*

འཕོ་འདེབས་མི་དགོས་ངེས་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་
གཞན་སྤྱི་ལ་རིག་གོལ་འཕོ་རྫས་ཆང་གར་མར་བསྐྱ་
བར་སྐྱངས་པའི་ལྗེ་གུ་བྱས་ལ་ཕྱི་དུགས་ཆང་ཀར་སྤྱི་
ཆངས་བྱག་ཏུ་བྱུགས། ལུང་པོའང་མགོ་བྱང་། ལ་ལུབ། ལྗོ་
གཡམས་འོག་ཏུ་བསྐྱེན་ཏེ་གཞག་ན་པན་ཡོན་དགོས་བ་
ཆེ། བརྗོད་པ་པོའང་སྤོ་འཚབ་འཚུབ་ཏུ་མ་སོང་བར་
མོས་གུས་སྤོང་རྗེ་རིག་རྩལ་གསལ་ངར་དང་ལྡན་བས།

*За виключенням тих, хто точно не потребує, аби для них виконували
перенесення свідомості (пхову), для всіх інших підготуй терпку
алкогольну пасту із субстанцій пхови, що звільняють через дотик.
Щойно припиниться зовнішнє дихання, змаж нею отвір Брагми на
маківці. Коли людина померла, буде надзвичайно корисно, якщо
зможеш перевернути її тіло на правий бік — головою на північ,
обличчям на захід. Той, хто читатиме настанови, має робити це
неквапливо, спокійно, сповнившись потужною відданістю,
співчуттям, і силою ріпи-усвідомлення.*



Самі настанови складаються із трьох частин.

1. Роз'яснення проміжного стану (бардо) смерті для досвідчених практиків.

གངམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ། དང་པོ་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་འཆི་ཀའི་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི། ཕྱི་དབུགས་ཆད་ནང་དབུགས་མ་ཆད་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱལ་སྐྱོད་མི་བྱ་
བར་ན་བ་གཡོན་ནས་ཚིག་གསལ་ལ་གདངས་སྟོན་པོས་འདི་ལྟར།

Коли припинилося зовнішнє дихання, але внутрішнє дихання ще триває, не рухаючи тіло небіжчика, чітко й мелодійно начитуй йому у лівє вухο наступне:

གྲི་མ་སྐལ་ལྷན་རིགས་གྲི་བུ།

Щасливцю з кармою благою,

མ་ཡེངས་རྩེ་གཅིག་དྲན་པས་ཉོན།

дитя шляхетне, слухай!᳚

འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤང་ཇི་སྟེད་ཀུན།

Не забувайся, слухай зосереджено!᳚

མི་ལམ་བདུད་གྲི་བསྐྱུ་བྱིད་ཡིན།

к'ема калден рігк'ї бу

Усе, що в цьому світі проявляється, —᳚

маєнг' цечіг' дренпе ньйон

то сновидіння, оманливі спокуси Марі.᳚

джігтен дїр нанг' джїньє кюн

Все — непостійне й спричиняє смерть.᳚

мілам дўк'ї лудрі їн

Облиш страждання, о дитя шляхетне!᳚

ཐམས་ཅད་མི་ཉལ་འཆི་བའི་རྒྱ།



སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱོང་སྤྱི་གཞི་རྒྱ་ལྡན་གྱི་སྤྱོད་
དཀར་དམར་ནག་ལམ་སྣང་བ་ཀྱུ་ཅུ་
ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་ཚོ་འཕྲུལ་ཡིན་ཅེས་

тхамче мітаг чівей г'ю

дунг нгал понг шіг рігк'ї бу
кар мар наг лам нанг'ва кюн

тхамче семк'ї чотрүл ін

རང་ལས་གཞན་དུ་སྣང་བ་མེད་ཅེས་
མ་འཇིགས་མ་སྣང་སྤྱི་གཞི་སྤྱོད་
ད་ལྟ་རིག་བ་བརྒྱལ་འདྲ་བུ་
ཕྱི་སྣང་ནམ་ལངས་མཁའ་དང་འདྲུ་ཅེས་

рангле женду нангва ме

маджіг манганг рігк'ї бу

данта рігпа г'ял драва

чінанг намланг кхаданг дра

ནང་སྣང་སྤྱུ་ཅུ་མར་མེ་བཞིན་ཅེས་
གསལ་ལ་མི་རྟོག་རྩེ་གཅིག་གནས་ཅེས་

Біле, червоне, чорне —

всі ці переживання на шляху —
то ілюзорні прояви двоїстого ума.

Ніякі з'яви окремо від тебе самого не існують.
Дитя шляхетне, не панікуй, не бійся!

Зараз ти ніби знепритомнів,
зовнішні з'яви нагадують світанок,
внутрішні пережиття — мов свічка в вазі.

У ясності, втім без думок,
лишайся зосередженим —

оце — осяйність смерті.

Це, власне, буддове осягнення і є.



འདི་ནི་འཆེ་བའི་འོད་གསལ་ཏེ།

སངས་རྒྱལ་དགོངས་པ་འདི་ཀ་རང་།

нанг' нанг' бумнанг' марме жін

салла мітог' цечіг' не

діні чівей' осал те

санг'є гонгпа діка ранг'

མ་བཅོས་མ་བསྐྱད་སྤྱུག་པར་ཞོག།

ཚོས་སྐར་གྲོལ་ལོ་རིགས་ཀྱི་བྱུ།

мачо' мале лхугпар жог'

чокур' дрөлло рігк'ї бу

У непідробній чистоті спочинь природно.ॐ

Дитя шляхетне, звільнишся у дгармакаю!ॐ

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། ལུགས་དམ་ཟེན་པའི་རྟགས་བྱུང་ན་དེ་ཀར་བཞག་པས་དབང་པོ་རབ་དེ་ཡིས་གྲོལ།

Промов це тричі. Якщо з'являться ознаки входу в тхугдам [занурення у медитативний стан після смерті], зупинися на цьому, оскільки ці істоти з найвищими здібностями звільняться у такий спосіб.



2. Роз'яснення проміжного стану істинної природи (бардо Дгармати)

གཉིས་པ་དེ་ཡིས་པན་མ་ཐོགས་པའམ་ཐོགས་ཀྱང་བརྗེད་ཀྱང་ལྷགས་དམ་གྲོལ་བའམ། རང་དབྱུགས་ཚད་པའི་རྟགས་བྱོད་དང་མདངས་ཡིལ་བ་སོགས་རྣམ་པའི་ཚེ་
ཚོས་ཉིད་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི།

Це роз'яснення дається, якщо попередні настанови не допомогли, або допомогли, але тхугдам завершився, або коли з'явилися ознаки припинення внутрішнього дихання, такі як згасання тепла тіла і втрата природного сяйва шкіри тощо.

ཀྱི་མ་སྐལ་ལྡན་རིགས་ཀྱི་བྱུང་།
མ་ཡེངས་ཚེ་གཅིག་དྲན་པས་ཉོན།

**к'ема калден рігк'ї бу
маєнг' цечіг' дренпе ньон**

ཁར་སང་རིག་པ་དོས་མ་ཟེན།
ད་ནི་ཞག་བདུན་ཚུན་ཚད་ལུང་།
སྣང་བ་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཟེར།
ཐིག་ལེ་ལྷ་སྐུའི་རྣམ་པར་ཤར།

**кхарсанг' рігпа нг'о ма зін
дані жяг'дюн ц'юнче ла**

Щасливцю з кармою благою,
дитя шляхетне, слухай!᳚

Не забувайся, слухай зосереджено!᳚

До того ти не розпізнав природне усвідомлення,᳚
тож відтепер впродовж семи наступних днів᳚
в твоєму сприйнятті все поставатиме веселками,᳚
променями світла, бінду і формами божеств.᳚



**нангва тхамче джяё зер
тхігле лха куй нампар шяр**

ཐམས་ཅད་རིགས་ལྔའི་རྒྱལ་བ་ཡི།

ཡི་ཤེས་ཐབས་ཀྱི་འཚོ་འཕུལ་ཡིན།

འོད་དང་འོད་ཟེར་བཀྲག་འཚོར་ཡང་།

དེ་ལ་མ་འཇིགས་མ་སྐྱག་པར།

རང་སྣང་ཡིན་པར་ལ་སྐྱོས་ཤིག།

тхамче ріг нгей г'ялва ї

еше тхабк'ї чотрұл їн

ö данг öзер тракцер янг

дела ма джіг ма трагпар

ранг нанг їнпар ла дө шіг

དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འོད་ཟེར་ནི།

བཀྲག་མེད་ཡིད་ལ་འཐད་པར་འཆར།

དེ་ལ་མ་ཆགས་འཁོར་བའི་ལམ།

དུག་ལྔ་རང་མདངས་སྣང་བ་ཡིན།

деданг лхенчиг öзер ні

Все це — чудовні прояви᳚

мудрості й методів п'яти родин.᳚

Пронизливо яскравих променів і світла᳚

не бійся, не жахайся,᳚

будь певен: то твої власні прояви.᳚

Із ними одночасно з'являться᳚

тьмяні проміння, що вабитимуть тебе.᳚

До них не линь — то шлях в самсару,᳚

так сяють п'ять отрут.᳚

Отже, у твоєму сприйнятті постануть᳚

чистий і занечищений шляхи.᳚

У виборі шляху не помились!᳚



трагме їла тхепар чар

дела ма чаг кхорвей лам

дуг нга ранг данг нангва їн

དེ་ལྟར་ཁྱོད་གྱི་སྣང་བ་ལསྟེ

དག་དང་མ་དག་ལམ་ཤར་བསྟེ

ལམ་གྱི་འདམ་ཀ་མ་འོར་བརྟེ

детар кхйо к'ї нангва ла

даг данг мадаг ламшяр ве

ламг'ї дамка манор вар

རིགས་ལྡེ་ཡབ་ཡུམ་སྤྱགས་ཀ་ནསྟེ

རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་གསེང་ལམ་ཆེྟེ

འོད་གྱི་སྒྲུ་གུ་མིག་ལ་བྱུགྟེ

ріг нга яб юм тхугка не

дордже семпей сенглам че

ок'ї бугу мігла зуг

རིག་བ་སྣན་གྱིས་གནས་པའི་ཆེྟེ

བདག་ཉིད་སྤྱགས་རྗེས་བྱུངས་ཤིག་ཅེསྟེ

З сердечних центрів будд п'яти родин в союзі:

твоїх очей сягне трубочка світла —

шлях Ваджрасаттви —

найкоротший, дивовижний.

Перебуваючи в природнім усвідомленні,

із палким прагненням і тугою молися:

“На мене згляньтесь милосердно!”

Ти й божества, яких сприймаєш, — нероздільні,

немає нічого, що слід облишити або прийняти,

вилучити чи додати — так спочинь.

В той час, як божества розчиняться у божествах,

ти звільнишся у самбогакаю.



འདུན་པ་དྲག་པོས་གསོལ་བ་གདབ།
ріґпа лхенґ’і непей це
даґньі тхугдґе зунґшіґ че
д’унпа драґп’о с’олва даб
རང་དང་སྣར་སྣང་དབྱེར་མེད་ངང་།
སྤང་སྤང་བསལ་བཞག་མེད་པར་བསྐྱང་།
དེ་ཚེ་སྣལ་སྣ་ཐིམ་ནས།
ལོངས་སྤོང་རྫོགས་སྐར་གྲོལ་བར་འགྱུར།
ранґ данґ лхар нанґ ерме нґанґ
панґ ланґ сал жяґ мепар к’янґ
деце лхала лха тхім не
лонґч’о дзоґкур др’олвар г’юр
གྲེ་མ་སྐལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ།
གལ་ཏེ་དུས་དེར་མ་གྲོལ་ན།
དུས་མ་འགྱུར་ཀྱང་སྤང་བ་འགྱུར།
ཕྱོགས་མཚམས་སྤེང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀུན།

Щасливцю з кармою благою,
дитя шляхетне, слухай!᳚
Якщо не звільнишся тоді,᳚
час не зміниться,
але у сприйнятті зміняться з’яви:᳚
у основних і у проміжних напрямх,
нагорі й знизу —᳚
усе постане як бурхлива широчінь
веселок й полум’я.᳚

Великославний з сонмищем божеств-герук᳚
й численними жахними служниками᳚
вдарять рясним дощем гострої зброї,᳚
заходячись ГУМ-ПХАТ —
так, що здригнеться тисяча світів,᳚
і розмаїття полум’яних з’яв демонструватимуть.᳚



འཇའ་འོད་མེ་དབུང་འབྲུགས་པའི་སྒྲོང་།

к'єма калден рігк'ї бу

ґалте дүдер мадрөл на

дү маг'юр к'янґ нанґва ґ'юр

чоґцам тенґ оґ тхамче кюн

джяө мепунґ тругпей лонґ

དབལ་ཆེན་ཐག་འཐུང་སྣ་ཚོགས་དང་།

འཇིགས་པའི་བྱག་བརྒན་དུ་མ་ཡིས།

མཚོན་ཆ་རྣེས་པའི་ཆར་འབབས་ཤིང་།

རྩི་པར་གད་མོས་སྒྲོང་ཁམས་གཡོ།

འབར་བའི་རྣམ་རོལ་ཅིར་ཡང་སྟོན།

палчен траґ тхунґ лхацоґ данґ

джіґпей чаґ ньєн дума ї

цөнча новей чарбеб шінґ

хунґ пхет ґємо тонґкхам йо

барвей намрөл чір'янґ төн

དེ་ལ་མ་སྐྱག་མ་སྤངས་བར།

Не панікуй і не жахайся, གླིང་།

все розпізнай як силу ріґпи —

усвідомлення природного, གླིང་།

будь певним в цьому,

так розслабся й відпусти. གླིང་།

На це сприйняття покладаючись

і об'єднавшись неподільно, གླིང་།

ступиш на шлях і звільнишся. གླིང་།



ཐམས་ཅད་རང་གི་རིག་ཚུལ་དུ།
ངོས་བཟུང་ཐག་ཚོད་རང་བབས་ཞོག།
འདུན་པ་གཏོད་ལ་དབྱེར་མེད་བསྐྱེད།
ལམ་སྣ་ཟེན་ནས་གོལ་བར་འགྱུར།

**дела ма траг ма нганг вар
тхамче ранг ги ригцал ду
нгӧзунг тхагчӧ рангбаб жӧг
дӱнпа тӧла ерме се
ламна зӱнне дрӧлвар г'юр**

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་པོ་འབྲིང་པོ་རྣམས་དེ་ཀས་གོལ་བར་གསུངས།

Промовляй це знову й знову. Сказано, що в такий спосіб звільняться ті, хто має середній рівень здібностей.



3. Ознайомлення із проміжним станом (бардо) становлення

གསུམ་པ་སྲིད་པ་བར་དོའི་ངོ་སློང་ཞག་བདུན་པན་ཚད་ལ་འདེབས་པར་གསུངས་ཀྱང་གཞུང་གི་ཞག་གངས་རྣམས་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་ལ་དགོངས་པས། གང་ཟག་སྲི་ལ་ཞག་གསུམ་པན་ཚད་ངོ་སློང་འདི་ཀ་ལོ་ན་ཟབ་པས་བྱང་ཚོག་གི་ཞར་བྱང་ཟས་བསྐྱེད་རྗེས་སུ་ཚར་རེ་བཏགས་པ་དང་། འདི་ཉིད་ལོ་ན་བརྗོད་ཀྱང་ཅུང་སྡེ་སྡེའི་གསལ་སྣང་སྣང་རྗེས་སེམས་དང་ལྡན་པས་མདུན་དུ་བཀུག་པར་བསམས་ལ་གསུང་བཅོམ་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་གངས་གསལ་ལ་སྐྱབ་པས།

Сказано, що ці настанови слід читати починаючи з сьомого дня й надалі. Втім, згідно з корінним текстом, коли рахуються “дні”, маються на увазі “дні в медитативному зосередженні”. Тому, для більшості людей починаючи з третього дня і надалі слід читати лише оце ознайомлення, оскільки воно є дуже ґрунтовним. Під час виконання ритуалу спрямування померлих до вищих сфер, це ознайомлення слід прочитати одразу після присвяти дарів їжі. Втім це ознайомлення можна також читати окремо. Візуалізуй себе божеством, сповнись милосердям і, закликавши [свідомість небіжчика], уяви його перед собою. Присвятивши сур, чітко і мелодійно промов:

གྲི་མ་ཉོན་ཅིག་རིགས་གྱི་བུ།
མ་ཡེངས་མ་ཡེངས་དྲན་པ་བརྟན།
ད་ནི་རྗེས་སེམས་འདུས་པའི་ལྷས།
སྲིད་པ་བར་དོའི་སྣང་བ་ཤར།
**к’ема ньюн чіг рік’ї бу
маенг маенг дренпа тен**

Ох, дитя шляхетне, слухай!᳚
Не забувайся, зосередься!᳚
Наразі маєш тіло із прани і серця-ума об’єднаних,᳚
і прояви бардо становлення з’являються.᳚



дані лунгсем дүпей лю
сіпа бардой нангва шяр
འཆི་བར་ཤེས་ཤིང་གསོན་ལ་འཕྲེང་།
གཤེན་རྗེའི་ལོ་ཉ་གཏུམ་པོས་བྱེན།
འཇིགས་པའི་སྐྱ་དང་ཉམ་པའི་འཕྲང་།
ངེས་དང་མ་ངེས་རྟགས་མང་ཤར།
чівар шешінг сөнла тренг
шінджей пхонья тумпö зін
джігпей дра данг ньямпей транг
нгє данг мангє тагманг шяр
དེ་ཀུན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་རྩལ།
སེམས་ནི་སྟོང་པ་ནམ་མཁའ་འདྲ།
ནམ་མཁའ་ནམ་མཁའ་སྐྱགས་མི་རྟེན།
དེ་སྤྱིར་ཚོས་ཉིད་དཔའ་གདིང་སྐྱེད།
декюн ранг гі сем к’ї цал
семні тонгпа намкха дра
намкхе намкха лагмі ньє

Ти знаєш, що помер, і тужиш за життям.།
Люті посланці Ями тебе схопили.།
Звуки жахні і моторошні прірви,།
численні знаки певні і непевні постають.།

Усе це — вираз твого власного серця-ума.།
А серце-ум — порожній наче небо.།
Простір не може простору зашкодити, том’у།
відвагу й впевненість у істинній природі зароди!།

Дарунок суру цей освячений призначено тобі;།
ці невичерпні насолоди — чиста їжа,།
що відчуттям смаку звільняє.།
Скуштуй і не журися за життям.།

Тугу свою спрямовуй до їдама і Гуру!།



སྲུ་ཞིག་དེ་ཡི་མཚན་འཛིན་པུ།
དེ་ནི་དེ་ཅུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར།
ཁྱོད་ཀྱང་མགོན་པོ་དེ་ཡི་མཚན།
ཡིད་ལ་བརྩུང་ནས་གསོལ་བ་ཐོབ།

**сужиг деї цендзін па
дені деру к'евар г'юр
кхйо к'янг г'онпо деї цен**

їла зунг не с'олва тхоб
སྲུ་རས་གཟིགས་དང་བསྐྱེད་འགྱུར།
མཁྱེན་ལོ་སྐྱེས་དུ་མོས་གྲུས་བསྐྱེད།
ཐེ་ཚཱ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་ནས།
རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་འགྲོས་ཀྱིས་སོང།

**ченрезиг данг пема джюнг
кх'енно ньямду м'огю к'е
тхецом мепей н'ганг ньї не
рангджюнг дорджей др'ок'ї сонг**
ཞིང་ཁམས་དེ་ཅུ་བསྐྱེད་འགྱུར།

Стрімко народишся чудовним чином;
в тих чистих землях у бутоні лотоса;
Тому, дитя шляхетне, з радістю і втіхою;
віру, палке прагнення і відданість зроди!



རྩུ་ཏེ་ལྷུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཅི།
དེ་ཕྱིར་དགའ་ཞིང་སྣོ་བའི་ངང་ཅི།
དང་མོས་སྐྱེད་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བྱེ།

**жінгкхам деру пемей буб
дзүте ньюрду к'эвар г'юр
дечір ґажінг тровой нґанг
демө кье чиг'іг'і бу**

ཞེས་ཡང་ཡང་བཟོན་པས་དབང་བོ་ཐ་མ་གྲོལ་བར་གསུངས།

Промовляй це знову й знову. Сказано, що в такий спосіб звільняться ті, хто має нижчий рівень здібностей.

4. Настанови щодо звільнення через перенародження

ཞག་བདུན་པན་ཆད་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱེ་བ་བརྒྱད་ནས་གོལ་བའི་གདམས་བ་ནི།

Починаючи з сьомого дня і надалі, після вищенаведеного даються настанови щодо звільнення через перенародження:



ཀྲི་མ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྲི་སྤུ།

ད་ནི་མངལ་སློ་མ་ཁེགས་པས།

སྔོང་དུམ་གྲོག་ལུག་ལུན་ཁྲོད་དང་།

ནགས་ཚལ་གཞལ་ཡས་ཁང་མཐོང་ཡང་།

к'єма ньюн чиг рігк'ї бѹ

дані нгал го макхеґ пе

донгдѹм дроґ пхуг' мюнтрѹ данг'

нагцал жял'є кханг' тхонг' янг'

དེ་ལ་ཆགས་དང་ཞེན་པ་སྔོང་།

འཇམ་སྒྲིང་སྐྱེ་དང་བོད་ཀྲི་ཡུལ།

ཁྲོད་ཀྲི་ལྗ་མའི་ཞབས་བྱང་དུ།

སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་འདུན་པ་གཏོད།

дела чаг данг' женпа понг'

дзамлінг' чіданг' бѹк'ї юл

кхйо к'ї ламей жябдрунг' ду

к'єва ленпей дѹнпа тѹ

ཚས་ལྡན་རིགས་ཀྲི་པ་མ་གཉིས།

Ох, дитя шляхетне, слухай!᳚

Зараз ворота до утроби не закриті,᳚

ти бачитимеш стовбури, западини, печери,᳚

темні місця, ліси, палаці, втім,᳚

облиш чіпляння й прагнення до них.᳚

Зосередься на перенародженні᳚

біля свого Учителя᳚

в землях Тибету чи то поза ними.᳚

Уявляй батька і матір як адептів Дгарми,᳚

як Падмакару із дружиною в союзі.᳚

Облиш чіпляння і відразу,᳚

сповнившись вірою, в медитативнім стані будь.᳚



བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱེད་མུ་
 མགས་དང་ལྡང་བའི་སྒོ་སྒྲིབ་ལུ་
 དད་པས་བསམ་གཏུན་དང་དུ་ལྷགས་མུ་
 ཟབ་མོའི་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་དྲ་གྱུར་ནས་མུ་
 ལྷུར་དུ་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་མུ་

Як станеш вмістищем
 для Дгарми вчень глибоких,᳚
 стрімко одвічну мудрість осягнеш.᳚

**чӧден рiгк’ї пхамань
 пема джюнгне яб юм гом
 чаг данг дангвей лопонг ла
 депе самтен нгангду жюг
 забмой чӧк’ї нӧг’юр не
 ньорду еше тхобпар г’юр**

ཞེས་ཞེ་དགུ་རྗེ་གསུང་གི་བར་ཉིན་རེ་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ལས། དེ་ལྟར་རིམ་པར་གདམས་པ་ཡིས་མུ་ ཇི་ལྟར་དབང་པོ་དམན་པ་ཡང་མུ་ རྒྱུ་བ་བདུན་ནས་
 རིམ་པར་གྲོལ་མུ་ ཅས་དང་། འདི་ལྟའི་གདམས་པ་ཡང་ཟབ་ནི་མུ་ བསྐྱེད་མུ་དགོས་ཏེ་ཐོས་གྲོལ་ལོ་མུ་ ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཚུལ་བཞིན་ལག་ཏུ་སྒྲུབ་ན་བསྐྱེད་པ་མ་མཚེས་སོ། །

Згідно з першоджерелами, коли начитувати це щодня до завершення сорока дев'яти днів, то блага будуть наступні: “За допомогою цих покрокових настанов, поступово звільняться протягом семи народжень, навіть ті, хто має нижчий рівень здібностей”, а також: “Ці найґрунтовніші настанови, звільняють слуханням — без необхідності практики”. Якщо застосовувати це належним чином, безперечно, так і буде.



དེ་དག་གང་གིས་མཐར་ཡང་བཟང་པོ་སྒྲིབ་པ་དང་། བདེ་སློན་མངོན་དགའི་ཞིང་སློན་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློན་ལམ་མང་དུ་གདབ། དགེ་ཅུང་ཚུབ་ཏུ་བཟོས་ལ་ཀ་
 དག་གི་ངང་དུ་ཡུལ་སེམས་རོ་གཅིག་པར་མཉམ་གཞག་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱུང་། ཇེས་སུ་ཕུང་པོ་ལ་རེག་གོལ་བྱེ་མའང་གདབ་ཅིང་ངན་སོང་སྒྲིབ་པའི་ལྷགས་སོགས་བརྗོད།
 བདུགས་གོལ་གྱི་ལག་ལེན་སོགས་ཚུལ་བཞིན་བྱས་ན་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་གསུང་ལ་བསྐྱེད་པ་མི་སྲིད་པས། ཟབ་མོའི་ཐབས་དེ་ཙམ་འཚོགས་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་ངེས་
 པར་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཅིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་དཔལ་ལ་དབྱུགས་འབྱེན་འཛོལ་གདོན་མི་ཟེའོ།

Після цих настанов наприкінці також слід прочитати багато молитов-прагнень Великої Колісниці, такі як “Молитва-прагнення до благих діянь”, прагнення перенародження у Сукхаваті, прагнення перенародження у світі Істинної Радості [чиста земля Акшоб’ї] тощо. Присвяти джерела блага Пробудженню і якомога довше лишайся у медитативній рівності — в плині одвічної чистоти, де об’єкти сприйняття і серце-ум мають єдиний смак. Після того посип тіло померлого порошком, який звільняє через дотик, і начитуй мантри очищення нижчих світів і тому подібні. Якщо правильно застосовувати [засоби] звільнення через носіння на тілі, то безперечно, благословіннями самих лише цих ґрунтовних методів, [померлий] звільниться від страху самсари й нижчих світів, і сягне пробудження у величі цілковитої свободи. Це безсумнівно так, адже мова Одвічного Захисника є неоманною.

གཞན་དོན་མཛད་པ་ལ་ཅིག་སྐྱེ་ཡུལ་གཞན། །
 བསྐྱོ་སློན་ཚར་གཅིག་བསྐྱབ་ན་དྲིན་ཆེར་བསྐྱེ། །
 གཞན་དག་དགོངས་སྒྲིབ་རྗེས་པས་ཞིབ་ཆ་མེད། །
 འཕོ་འདེབས་འོལ་ཙམ་བྱས་པས་ཚག་པར་རྫོམ། །
 བལ་ཆེར་སྒོངས་པས་འདི་བྱ་དེ་བྱེད་མེད། །

*Деякі твердять, що вони для інших творять благо:
 присвяту й прагнення прочитають лише раз
 і вважають себе поважними і найдобрішими.
 Інші осягнення спотворюють, у поведінці нехтуючи тонкощами,
 й зарозуміло вважають, що достатньо пхову виконати абияк.
 Більшість необізнана в тому, що слід робити.*



དང་བྱ་ལས་ཀྱང་འདྲེན་བྱེད་སེམས་ཚུ་འཕྲོད། །
དེ་བས་ཀྱན་ལ་ཕན་བར་འགྱུར་དཀའ་ཡང་། །
སྤོང་རྗེའི་སེམས་ལྡན་དམ་པ་རེས་འགའ་ཙམ། །
ཚུལ་འདིས་མ་ཀན་སྐབས་མེད་སྐྱོབ་པ་ཡི། །
ཐབས་ཟབ་གཅིག་ཅར་ཕྱག་ཏུ་བཞེས་པ་ལ། །
བསྐྱེལ་གསོས་ཙམ་དུ་འགྱུར་སྐྱམ་ཀུ་སྣ་ལི། །
སློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་གནས་ཆེན་རྫོང་ཤོད་དུ། །
རྒྱབ་པའི་སྐབས་བགྲིས་དགེ་བས་སྐྱེ་དགུ་ཀུན། །
ཕུམ་གཅིག་གཤོད་མའི་ས་ལ་རྣལ་གྲོལ་ཤོག། །
དགེ་ལེགས་འཕེལ།།

*Серце-ум провідника розбурханий сильніше за серце-ум того,
хто потребує настанов.
З огляду на це, хоча і важко всім принести користь,
але щоб лише нагадати тим небагатьом,
хто милосердям сповнений,
про відповідну практику глибоких швидкодійних методів
для прихистку старих безпорадних матерів,
я, кусалі Лодрö Тхає, підготував це,
коли практикував в святій місцині Дзонгшö.
Завдяки цьому благу хай всі істоти разом
природним чином звільняться в одвічну сферу!
Хай благо і добро примножуються!*

*З нагоди вчень Пакчока Рінпоче про бардо, переклала з тибетської, співставляючи з англійською версією
Lhasey Lotsawa Translations, Ната Сöнам Ванг'мо, серпень 2020. Редагували Марина Рябикіна і Сергій Зінов'єв.*



LHASEY LOTSAWA
TRANSLATIONS AND PUBLICATIONS



ཨྲ། །བདེ་བ་ཆེན་མོ་ནི་ལམ་བཟུས་པ།

Коротке прагнення перенародження у Девачені

ཨེ་མ་རྟོ་འོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།
གཡས་སུ་རོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།
གཡོན་དུ་སེམས་དབའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།
སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དབག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།
емаго н'гоцар санг'є нангва тхає данг
єсу джово тхугдже ченпо данг
йонду семпа тхучен тхобнам ла
санг'є джанг сем пагме кхор г'ї кор
བདེ་སྦྱིད་འོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།
བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།
བདག་ནི་འདི་ནས་ཆེ་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག།
སྦྱི་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ།

Емаго!

В центрі – будда Світла, що Без Меж,
дивовижний, справа від нього –
Велич Серця Милосердного,
а ліворуч — Сили Пан-Єство.

Ще й довкола незліченнії
будди й бодгісаттви в почиті.
Деваченом зветься та земля —
чиста, дивовижна, сповнена
миром й щастям неосяжними.

Тож коли настане час мені

[Тож коли його/її настане час] [Тож коли настане їхній час]



**дек'ї н'гоцар пагту мепә ї
девачен шеджявей жінг' кхам дер
дагні ді не цепхө г'юрма тхаг**

к'ева женг'ї барма чөпа ру

དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

དེ་སྐད་བདག་གིས་སློན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

ཕྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།

གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།

ཏུ་རློ་བལྟ་རྒྱུ་ཡི་ཨ་མ་ལོ་རྒྱུ་ལྟོ་སྐྱོ།

деру к'єне нанг' тхей жялтонг' шөг

де ке даг' гї мөнлам табпа ді

чогчуй санг'є джянг'сем тхамче к'ї

гег'ме друбпар джінг'ї лабту сөл

теята пеньцадрія авабодганає соха

це життя полишити, нехай

вмить у Девачені народжусь,

[в Девачені вमितь народиться/народяться]

без самсарної повторності

і узрію Амитабги лик!

[і узріє/узріють Амитабги лик!]

Надихніть, молю, благословіть,

щоб здійснилися без перешкод

ці слова молитви-прагнення

завдяки усім Пробудженим

й бодгісаттвам десяти сторін!

теята пеньцадрія авабодганає соха

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤུལ་སྤྱི་མི་འགྲུར་རྩོམ་རྩི་དགྲུང་ལོ་བརྩུ་གསུམ་གསེར་འཕྱང་གི་ལོ་ས་ག་ཟླ་བའི་ཚེས་བདུན་ལ་གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཚེ་སངས་རྒྱས་སྤང་
བ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ།།



Коли Тулку Мінг'юру Дордже було тринадцять років, у сьомий день місяця Сага Дава, у рік Вогняної Птиці [1657], він мав видіння головного божества із почтом, і Будда Безмежного Світла [Амітабга] сам промовив ці слова.

*Цей переклад, віршований для співу з традиційною мелодією тибетського оригіналу, підготувала Ната Сонам Вангмо 8 березня 2022, на основі перекладу Ярослава Литовченко (2009).
На благо!*



LHASEY LOTSAWA
TRANSLATIONS AND PUBLICATIONS