



༄༅། །སྒྲོམ་ཚོག། །

Молитви для сесії медитації

упорядкував Тулку Ург'єн Рінпоче

Український переклад віршовано для співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу



Прихисток

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆོ། །
བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །
འགྲོ་ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

санг'є чөданг' цогк'ї чогнам ла
джянгчуб барду дагні к'ябсу чи
даггї джінсог гыпей сөнам к'ї
дрола пхенчїр санг'є друбпар шög
ན་མོ། རིགས་ཀྱན་བྱུང་བདག་སྐྱེ་མ་རྗེ།
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་ཡི་དམ་སྟོ།
བར་ཚད་ཀྱན་སེལ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས།
ཚུ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོ།

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

Намо! О безцінний Вчителю,
всеосяжний Владарю
буддових родин усіх!
Джерело досягнень-сїддг —
божество, мій їдаме!



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

ན་མོལ་ རོ་བོ་སྣོང་པ་ཚེས་ཀྱི་སྐུལ།
རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤོང་རྫོགས།
ཕྱགས་རྗེ་སྣ་ཚོགས་སྐུལ་སྐུ་ལ།
བྱང་ཚུབ་བར་དུ་སྐབས་སུ་མཚེ།

намо нгово тонгпа чөк'ї ку
рангжін салва лонгчө дзог
тхугдже нацог трўлку ла
джянгчуб барду к'ябсу чі

Сонме дакинь, ви усі
перешкоди нищите!
Три Джерéла-Корені,
ви є Прихистком моїм!

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!



Бодгічтта

ཉོཾ མཁའ་མཉམ་འགོ་བ་མ་ལུས་པཾ
སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་ཾ
རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གིས་ཾ
རང་རིག་ཚམས་སྐྱེ་རྫོགས་པར་བྱཾ

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
Дзӧгчена — Великої
Виповненості — і так
рігпу-усвідомлення —
дгармакаю осягну!



Молитва до Вчителя

དབལ་ལྗན་ཅུ་བའི་སླ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
བདག་གི་སྤྱི་བོར་བརྒྱའི་གདན་བཞུགས་ལ། །
བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློན་ལྗོན་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །
སྐྱེ་གསུང་ལུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། །
ཨ། སླ་མ་མཆོད་ནོ། །

палден цавей лама ринпоче
даг ги чивор 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 Гүру, 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་གྱུང་བ་བདག་གི་གནས་བཞིར་བེམ།
སྐྱེ་གསུང་ལུགས་དང་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩེ་ཡི།
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་གྱུར།

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

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.



དཔལ་ལྷན་ཅུ་བའི་སྐྱེ་མ་ཉིད།
དགྲེས་པ་ཆེན་པོས་རང་ལ་ཐེམ།
རང་ཡང་ཀུན་གཞི་མ་བཙུག་པའི།
ངང་ལ་ཡིད་ནི་འཛིན་པ་བྲལ།
རྣམ་དག་སློབ་བྲལ་ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ།
ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་གཉིས་སུ་མེད།
**палден цавей лама ны
г'эпа 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.



རྗེས་ཐོབ་སྐབས།

На завершення сесії практики:

Молитви посвяти

གུན་བཟང་ཚེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་མན་ཆད་ནས། །
བྱིན་ཆེན་ཚུ་བའི་སྐྱ་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 тапа
дедаг тхамче денг дїр друбпар шог**

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་སྣོང་རྗེས་ཕྱོགས་མེད་འབྱོངས་པ་དང་། །
དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི། །
རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར། །
བདག་སོགས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །

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

дагсог нгонсум тогпар джінг'и лоб

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

**г'ева діі к'ево кюн
сōнам еше цог саг те
сōнам еше ле джунг' ва
дампа ку ньі 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 Сенге Вангчуга (Ема ньонпа)

ཨི་མ་རྩོན་པ་སང་དབང་ངེ།
ལས་གྱི་རྒྱང་ཟད་ཡེ་ཤེས་རྒྱས།
མ་རིག་སྐོང་འུ་སྤྲུལ་ལས་གྲོལ།
རང་རིག་འོད་གསལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཞུ་བྱུགས།

**ема ньонпа сенг ванг нга
лек'ї лунгзе еше г'є
маріг гонгей буб ле дрөл
рангріг өсал г'ї буб су жүю**

སྐོ་གསུམ་གྱི་འཁྲུལ་པ་ཞིག་ཅ་ནེ།
འཁྲུལ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡ་རེ་ཆེ།
འཁྲུལ་སྤང་གི་མདུད་པ་ཚོད་ཅ་ནེ།
སེམས་འཛིན་ཟེར་བ་ཐང་རེ་ཆདེ།

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

Вивільнився з кокону
п'яти брам — невідання.
В сферу рігпи увійшов —
в сяйне усвідомлення.

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



госум г'ї трўлла жїг ца на
трўлжі тхамче я ре ча
трўлнанг гї дюпа чō ца на
семдзін зерва тханг ре че
འབྲུལ་བ་ཡི་ཤེས་སྤྱུ་ཤར་ཙ་ནོ།
དག་སྣང་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་བའི་ཚོས།
ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སྤྱི་ཐེམ་ཙ་ནོ།
ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅེར་ཡང་འཆར།
трўлла еше су шяр ца на
дангнанг тхамче лувей чō
тхамче їнгсу тхім ца на
чіянг маїн чїр янг чар
ཨེ་མ་ཨེ་མ་དམ་པའི་སྐྱུ་དྲིན་ལགས།
ཨེ་མ་འདའ་ཀའི་ཚོག་འདི་སྣང་པའི་དོན།
སྣང་སྤྱང་ལག་མཐེལ་བཞག་པ་འདི་ལས་མེད།
ཚོག་གི་ཐ་མ་དུས་མཐར་སྣང་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 нічōго і нема,
втім усе з'являється.

Неймовїрна доброта ества!
Дивовижна суть останніх слів!



ема ема дампей ку дрін ла
ема дакей цігді ньінгпой дөн
ньінг чунг лагтхіл жягпа ді ле ме
ціггі тхама дютхар нангвар шög
ཟག་པ་རང་ཟད་འབྱུང་བ་རང་སར་དེངས།
དུན་པ་རང་གོལ་ཟང་ཐལ་འོད་ཀྱི་ལྷས།
སང་གི་དབང་ལྷག་ཉིད་དང་མཉམ་གུར་ནས།
གོལ་བ་རྣམ་བཞི་འཁོར་བ་དོང་སྐྱགས་ཤོག།
загпа рангзе джюнгва ранг сар денг
дренпа рангдрöl зангтхал öк'і лю
сенгге вангчуг ньіданг ньям г'юр не
дрöлва намжі кхорва донг труг шög

ཅེས་རྗེས་ཚིག་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྐུལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱང་བའོ།

Останню строфу додав Джамг'он Конгтрöl.

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 Сэнге Вангчуг ми
станемо і випорожнимо
із самих глибин самсару цю
чотирма чинами звільнення!



Дарування світильника

Міпам Рінпоче

རིག་པ་ཀ་དག་སྒྲུང་གསལ་མར་མེ་འདི། །
རིག་འཛིན་དགྲིལ་འཁོར་བད་འབྱུང་སྣ་ལ་འབྱུལ། །
རིག་པས་གར་བྱུང་མ་གྱུར་འགྲོ་བ་རྣམས། །
རིག་སྣོང་ཚོས་སྐུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །
མི་སེམ་པས་སོ། །

**ріґпа кадаґ нанґсал марме ді
ріґдзін к'ілкхор педжюнг лха ла бүл
ріґпей ґар кх'яб маґ'юр дрова нам
ріґтонґ чөкуй ґопханґ тхоб пар шөґ**

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

Чокґ'юр Дечен Лінґпа

གདོད་མའི་གཤིས་དང་དབྱེར་མེད་བརྒྱ་འབྱུང་། །
རང་སྣང་དག་པའི་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་། །
སྣང་རིག་དབྱེར་མེད་མ་བཙོས་གཏུག་མའི་ངང་། །
གདོད་ནས་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །
མཚོག་སྤིང་གསུང་། །

**дөмей шіданг ерме пема джюнг
ранг нанг дагпей зангдок палрй жинг
нанг риг ерме мачө ньюгмей нганг
дөне намдаг жинг ду к'евар шög**

Падмакара невіддільний від
основи буття одвічної.
Прояви усі — чиста 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་ཀུན་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས།
བར་ཆད་ཀུན་སེལ་བདུད་འདུལ་བྲག་པོ་རྩེ།
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།
སྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།
བསམ་བ་སྦྱོན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
**дүсум санг'е гуру ринпоче
нгödруб кюн даг'е дева ченпой жяб
барче кюнсел дүдүл драгпо цал
сөлва дебсо джін'ї лабту сөл
чі нанг' сангвей барче жі ва данг'
сампа лхюн г'ї друбпар джін г'ї лоб**

Безцінний Гүру, Буддо трьох часів,
Сіддг Володар, Вéлич насолоди,
нищиш мари і завади всі.
Наснажуй нас, щоб 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་། །
མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྣལ་དྲུ་གསོལ། །

**орг'ен ринпоче ла сөлва деб
гал к'ен барче міджюнг жінг
тхүн к'ен сампа друбпа данг
чог данг тхүн монг нгödруб цалду сөл**

О безцінний Орг'ене, молю:
хай не поставатимуть
перешкоди й труднощі.
Слушні умови твори,
здійснення бажань даруй,
ниспошли досягнення –
сіддгі вищі та загальнії!

མཉམ་བཞག་སྐབས་ཀྱི་ཚོན་རྗེས་ཀྱི་དག་འདོན་གསུང་རྒྱུན་ལྟར་ཕན་སྤུལ་མིང་ཀམ་ཨོ་རྒྱལ་བས་ཚོག་བསྐྱོགས་སོ། །།

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

Тут можна прослухати, як співає ці молитви Тулку Ург'ен 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 Сöнам Вангмо, 2019-2022.

*З подякою Ярославу Литовченко за редагування
першої, невіршованої версії перекладу 2019 р.*

На благо!



LHASEY LOTSAWA
TRANSLATIONS AND PUBLICATIONS