ཨཱཿ །ཐུབ་ཆོག་བྱིན་རླབས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

Практика Будди Шак'ямуні
“Скарбниця величі просвітлої наснаги”

Міпхам Рінпоче

Український переклад віршовано для співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу

༄༅ །ཐུབ་པའི་བསྟོད་པ་བཞུགས་སོ། །

Уславлення Будди Шак’ямуні*

ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེས་ཤྲཱཡའི་རིགས་སུ་འཁྲུངས། །
གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་ཀྱི་དཔུང་འཇོམས་པ། །
གསེར་གྱི་ཕྲེང་པོ་ཉ་བྱང་བརྩེད་པའི་སྐུ། །
ཤྲཱཡའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

тхабкхе тхуґджє шак’єй ріґсу трунґ
женґ’ї мітхуб дӱк’ї пунґ джӧм па
серґ’ї лхюнпо табур джіпей ку
шак’єй ґ’ялпо кх’йо ла чаґцал ло

Завдяки майстерним засобам
добросердя надзвичайного
в клані Шак'їв народився ти,
і, для інших нездоланний, сам
легіони Ма́ри поборов.
Велич постаті просвітлої —
мов гора Суме́ру золота.
Царю Шак’їв шана та уклін!

* Автором цієї строфи вважається Дрікунґ К’йобпа Джіґтен Сумґӧн, який додав її на початку “Славня Дванадцяти Діянь Будди”, що склав Наґарджуна. – тут і далі прим.пер.

ཞི། ཐུབ་ཆོག་བྱིན་རླབས་གཉེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

Практика Будди Шак'ямуні “Скарбниця величі просвітлої наснаги”

ན་མོ་གུ་རུ་ཤཱཀྱ་མུ་ན་ཡེ།

དེ་ཡང་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། འཚག་དང་འདུག་དང་འགྲེང་དང་ཉལ་བ་ན། ། མི་གང་ཐུབ་པའི་རྟ་བ་དྲན་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་རྟག་ཏུ་སྟོན་པ་བཞུགས། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་ཐ་དན་འདའ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། རྒྱ་ལུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འདྲ་བས། །འཇིག་རྟེན་མཐོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། དཔེགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་འཇུག་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྣེས་སུ་དྲན་པའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱ་ཏེ། འདི་ཉོ་སྟེ།

Намо ґуру шак'ямунає!

*Як мовиться у сутрі “Повелитель самадгі” *:*

Вчитель за́вжди перед тими є,
хто про нього, Муні гарного,
згадує, коли іде, сидить,
чи коли стоїть, або лежить.
Всі вони ося́гнуть широчінь
виходу за межі всіх страждань.

* санскр. Самадгіраджа Сутра = тиб. До Тінґдзін Ґ’ялпо

Статуя Будди Шак’ямуні у Бодґаї

До того ж:

Постать буддова просвітлена —
золотава — дивної краси.
Чином споглядання образу
цього Прихистку Усесвіту,
будь-хто з бодгісаттв відпружиться
у пережитті тотожності.

Відповідно до цих слів, всім нам варто виконувати йоґу пам'ятування незрівнянного Вчителя, Можновладного Упокорювача — наступним чином. Розпочинаємо з Прихистку, плекання бодгічітти та Чотирьох Безмежних.*

* санскр. Муніндра, тиб. Тхубпей Ванґпо / Тхубванґ — Можний Упокорювач, одне з імен-епітетів Будди Шак’ямуні.

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །
འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

санґ’є чӧ данґ цоґ к’їчоґ нам ла
джянґчуб барду даґ ні к’ябсу чі
даґ ґі джінсоґ ґ’їпей сӧнам к’їдро ла пхен чір санґ’є друбпар шӧґ

Будда — чистота у розквіті,
Дгарма — істинний духовний лад,
і спільнота-Санґга — це усе —
щонайвищий прихисток для нас,
доки і самі просві́тлимось.
Завдяки набутку щедрості
і подібних доброчинностей
хай пробудженими станемо,
щоб блукальцям всім допомогти!
[× 3]

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག སྡུག་བསྔལ་དང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག སྡུག་བསྔལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ཉེ་རིང་ཆགས་སྡང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྙོམ་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག

ཅེས་སྐྱབས་སེམས་དང་། ཚད་མེད་བཞི་བསྒོམ་པ་སྟོན་ཏུ་བཏང་སྟེ།

семчєн тхамчє дева данґ
девей ґ’ю данґ денпар ґ’юр чіґ
дуґ нґал данґ дуґ нґал ґ’ї ґ’ю
данґ дралвар ґ’юр чіґ
дуґ нґал мепей дева дампа
данґ мідралвар ґ’юр чіґ
ньє рінґ чаґ данґ ньї данґ дралвей
танґ ньйом цемепа ла непар ґ’юр чіґ

Чотири Безмежні

Всі-усі! Будьте щасливими!
Хай причини щастя будуть в вас!
Хай ніхто ані страждатиме,
ані матиме причин страждань!
Хай ніколи не полишить вас
достеменне щастя без журби!
Вільні від законів дуальності:
поділу на ближніх і чужих,
на приємне і відразливе,
будьмо у тотожності без меж!
[× 3]

ཆོས་ཐམས་ཅད་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་ངང་ནས།

Триваємо в усвідомленні, що хоч би що з'являється у сприйнятті, саме собою насправді не існує.

ཨཿསྐྱེ་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྲེལ་གི།།
སྣང་བ་འགག་མེད་ཟུང་འཇུག་སྐུ་མའི་ཚུལ།།
རང་མདུན་ནམ་མཁར་མཆོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས།།
རིན་ཆེན་སེང་ཁྲི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་སྟེང་།།

а к’єме тонґпа ньї данґ тенґджюнґ ґі
нанґва ґаґме зунґджюґ ґ’юмей цӱл
ранґ дӱн намкхар чӧтрін ґ’ямцӧй ӱ
рінчєн сенґтрі пеньї давей тенґ

А! З позаз’явної порожності
й неупинно-необмежених
з'яв взаємообумовлених
в цілковитій неподільності —
    наче чарівна́ ілюзія:
    в неосяжних хмарах із дарів
    перед мною серед простору
    леви втримують коштовний трон,
на якім на квітці лотоса
і на дисках сонця й місяця —
незрівнянний Вчитель Шак'я-Лев.
Тіло — золотого кольору —

ལྷོན་པ་མཚུངས་མེད་ཤྲཱཀྱ་སེང་གེ་ནི།།
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཕྲན།།
ཆོས་གོས་གསུམ་གསོལ་རྩེ་རྩེ་སྐྱིལ་ཀྲུང་བཞུགས།།
ཕྱག་གཡས་ས་གནོན་ཕྱག་རྒྱ་ལེགས་བརྒྱངས་ཤིང་།།

тонґпа цӱнґме шак’я сенґє ні
серґ”ї доґчєн цен данґ педжє ден
чӧґӧ сум сӧл дордже к’їл трунґ жюґ
чаґ’є санӧн чаґ ґ’я леґ к’янґ шінґ
ཕྱག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་རྩིའི་ཕྱུང་བཟེད་
བསྣམས། །
གཞེར་གྱི་ཡེ་ཤུར་གཟི་བརྗིད་དཔལ་འབར་བ། །
ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲྭ་བས་མཁའ་དབྱིངས་ཁྱབ། །
ཉེ་བའི་སྒས་བརྒྱད་གནས་བརྟན་བསྡུ་དྲུག་སོགས། །
чаґ йон ньям шяґ дӱцій лхюнґзе нам
серґ”ї рітар зіджі палбар ва
єше ӧзер драве кхаїнґ кх’яб
ньєвей сеґ’є нетен чудруґ соґ
འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་
ཞིང་། །
དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྤིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །

прояв зовнішніх ознак і рис
досконалості просві́тлої.
В три дгармічні ряси вдягнений.
Ноги в позі ваджровій схрестив.
Граціозно випростаною
правою рукою творить він
мудру доторкання до землі,
на долоні лівої руки
в мудрі спочивання в рівності —
чаша для даянь з амрі́тою.
Він неначе золота гора
сяйвом величі виблискує
і мереживом із променів
світла Чуйності одвічної
простір-широчінь оповива.
Почет мов незмірний океан:

རྣམ་ཐོལ་བདེ་བ་མཆོག་གི་དབལ་སྟོལ་བ། །
སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །

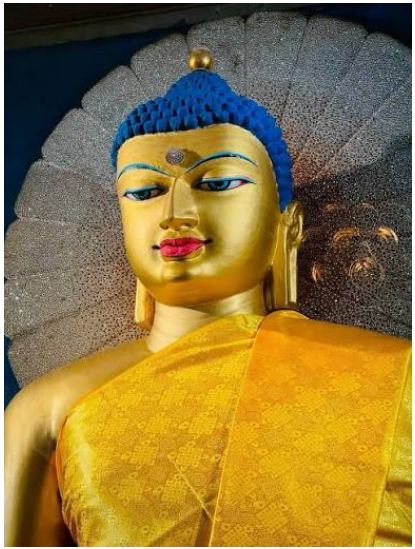
чаґ цоґ ґ’ямцöй кхорґ”ї йоньґкор жінґ
дренпа цамґ”ї сіжій тханьї ле
намдрöл дева чоґ ґі палцöл ва
к’яб кюн дюпей даґньї чєнпор сал

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་ད་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྙམ་པའི་སེམས་བསྒྲིད་མ་ཐག། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་དེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མངོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡིད་ཆེད་པ། ཀེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །རྟག་པར་ཕྱིན་ཀྱིས་རློབས་ཆེད་ཅིང་། །ཞེས་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགེ་རྩ་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐལ་དོ་ཆེ་ལས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཚད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་ཕྱང་དོ་འཛེལ་བར་འགྱུར། །ཞོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་

з вісьмома синами ближніми
та шістнадцятьма аргатами,
й іншими шляхетними навкіл.
Досить просто раз його згадать —
він тієї ж миті сповнює
щастям, що неперевершене:
цілковитою свободою
від обмежень вмиротворення
й крайнощів циклічного буття.
Він виразно проявляється
як єство величне, у якім
Прихистки усі утілені.

Коли ось так уважно споглядаємо просвітлу постать Будди, щойно зроджуємо переживання його дійсної присутності, тієї ж миті він направду з'являється перед кожним, хто має

བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སྒོན་ལམ་ཇི་སྙར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་སྟེ། འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྔགས་པ་ལས། །ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། །འདུན་པའི་རྩེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གིས་སྒོན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྒྲིད་དེ།



таке переживття, оскільки для просвітлих постатей будд не існує жодної різниці щодо місця і часу, чи відстані. Як мовиться в одній із сутр:

Тільки-но до Будди хтось
линути́ме подумки,
той навпроти нього є.
Це всякчас наснажує;
від всіх хиб і злигоднів
повністю вивільнює.

Крім того, зосередження на образі Переможного є накопиченням надбань, а ще і невичерпним джерелом добрості, яка ніколи не зменшиться і не буде марною. Як сказано в сутрі “Плеяда будд”:*

Чином слухання і бачення оцих
Переможців, й творенням дарів для них,
вершиться набуток добродія́ння
неосяжний, що дедалі множиться.

* санскр. Аватамсака Сутра, тиб. Пхалпо Чє До

статуя Джово Рінпочє у храмі Джокханґ (Лхаса, Тибет) — Сіддгартха Ґаутама (Будда Шак'ямуні) в віці 12 р.

Почуття буремні, невдоволення
і страждання у самсарі-кручії —
цілковито будуть викоренені.
Це надба́ння не розтратиться дарма́.

До того ж:

Всі прагнення і наміри втіляться саме так, як були висловлені в його присутності.

Із Вчення про просвітлі властивості чистої землі Лагідновеличного:*

Явища всі постають
відповідно до умов,
на мету і ставлення
повністю спираються.
Згідно зі сформованим
наміром і прагненням
буде і належний плід.

* санскр. Манджушрí, тиб. Джямпал'янґ / Джям'янґ

སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོས་རྩོད་ལྡན་སྙིགས་མའི་ཞིང་། །
བཟུང་ནས་སྨོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྔ་བརྒྱ་བཏབ། །
པད་དཀར་ལྟར་བསྟོད་མཚན་ཐོས་ཕྱིར་མི་སྣོག །
སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

ньїнґджє чєнпö цöден ньїґмей жінґ
зунґне мönлам чєнпо нґабґ’я таб
пекар тар нґаґ центхö чір мі доґ
тönпа тхуґджє чєн ла чаґцал ло

བདག་གཞན་ཐམས་དག་ཚོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །
ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྲིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །
ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྡིག་ལྟུང་མ་ལུས་པ། །
སྙིང་ནས་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །

даґжен ґосум ґєцоґ лонґчö чє
кюнзанґ чöпей трінду міґне бÿл
тхоґме не саґ діґтунґ малю па
ньїнґ не ґöпа драґпö сосор шяґ

На основі всіх цих тверджень зроджують сталу впевненість.

Неймовірною турботою
огорнув світ чвар й занепаду,
а тоді проголосив п'ятьсот
надзвичайних прагнень-присягань.
Ти як Білий Лотос славишся.
Ті, хто просто чув твоє ім'я,
досягають стан Без-вороття.
Серцю Чуйності уда́тному —
Вчителеві шана та уклін!
Доброту, що накопичена,
тілом, мовою, серцем-умом, —
власну й інших, разом з нашими
статками, щедротами, майном –

འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་དགེ་བ་ནི། །
ངས་གསུམ་བསགས་ལ་རྣེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །
ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཚུལ། །
ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བསྐོར་དུ་གསོལ། །

пхаґ данґ сосой к’євöй ґєва ні
дÿсум саґла джєсу їранґ нґо
заб чінґ ґ’ячє чök’ї кхорлöй цÿл
чоґчур ґ’юн мічєпар корду сöл

ཁྱོད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ། །
ངས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི། །
གདུལ་བྱའི་སྣང་ངོར་སྐྱེ་འཇིག་ཚུལ་སྟོན་ཀྱང་། །
སྐྱལ་བའི་གཟུགས་སྐུ་རྟག་ཏུ་སྣང་བར་མངོད། །

кх’є ні намкха табÿй єше ку
дÿсум пхоґ’юр мепар жюґмö к’ї
дÿлджєй нанґ нґор к’єджіґ цÿлтöн к’янґ
трÿлпей зуґньєн таґту нанґвар дзö

все підно́шу наче гряди хмар
із самантабгадрових дарів.
З незапам'ятної давнини
скоєні проступки й вчинки злі:
щиро, глибоко шкодуючи,
каюсь в кожнім й всіх без винятку.
Тішуся і надихаюся
доброчесністю, набутою
в трьох часах, — високогідними
та звичайними істотами!
Неупинним плином на́скрізним
обертай, будь ласка, Колесо
всеосяжних й сутніх Дгарма-Вчень!
Ти є постаттю пробудження
Чуйності одвічної, немов
простір в трьох часах незмінний. Втім,

བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགེ་ཚོགས་ཀྱིས། །
མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་བདེ་དུ། །
ཚེས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། །
ཚེས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག །

даґґі дӱсум саґпей ґєцоґ к’ї
кха кх’яб дрова кюнла пхенле ду
чӧк’ї ґ’ялпо таґту ньєджє чінґ
чӧджє ґ’ялпӧй ґопханґ тхобпар шӧґ

བདག་ཅག་སྡིག་ཚའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། །
ཐུགས་རྗེས་ལྷག་པར་བཟུང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལས། །
ཞིང་དང་དུས་འདིར་རེན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །
སྣང་བ་ཇི་སྙེད་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད། །

даґчаґ ньїґмей дрова ґӧнме нам
тхуґджє лхаґпар зунґвей кадрін ле
жінґ данґ дӱ дір рінчєн намсум ґ’ї
наньґва джіньє кх’є к’ї трінлє ньї

учням ти народження і смерть
демонструєш в їхнім сприйнятті,
щоб їх скерувати. Тож прошу́,
еманації всякчас являй!
Хай від добрих дій моїх, які
є моїм надбанням в трьох часах,
буде користь для блукальців всіх,
що скрізь простір переповнюють;
хай це тішитиме повсякчас
Володáря Дгарми; хай я теж
стану майстром Дгарми та сягну
рівня усепереможних будд!
З надзвичайною турботою
дбаєш у добу занепаду
про блукальців — нас, беззахисних.
З доброти твоєї постають

དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཆོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ལྡུ་རྩྭ། །
ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྙིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །
སྔོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་ངོ་མ་བསྟེལ་བར། །
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཐུགས་རྗེས་རྗེས་འཛིན་མཛོད།

дечір к’ябчöґ цунґме чіґпу ру
їчє депе ньїнґ не сöлдеб на
нґöн ґ’ї дамча чєнпо маньєл вар
джянґчуб барду тхуґджє джєдзін дзö

ཅེས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དྲག་པོས་སྙོན་པ་དངོས་སུ་འཁྲུགས་ཡོད་སྐབས་བའི་སྐུ་ལ་རྟེ་གཅིག་དུ་དམིགས་ཏེ།

прояви Дорогоцінних Трьох —
всі, що в цьому світі нині є, —
то твоє просвітле дíяння.
Тож коли всім серцем кличемо
і на тебе покладаємось
з цілковитою довірою
як на наш єдиний Прихисток —
щонайвищий, непорівнянний, —
видатні обíтниці свої,
дані в давнину, не забувай!
Милосердно нас прийми, подбай,
аж допоки ми пробуддимось!

Таким чином сповнитеся цілковитою довірою до Вчителя, і з пережиттям, що він направду присутній тут, повністю зосередитеся на його просвітлій постаті.

བླ་མ་སྐྱོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་ཚལ་ལོ། །མཆོད་དོ། །སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཞེས་ཅི་འཕྲིན་དང་།

лама тönпа чомден де
дежін шеґпа драчомпа
янґдаґпар дзоґпей санґ’є
пал шак’я тхубпа ла чаґцал ло
чöдо к’ябсу чі-о

Майстре, Учителю,
Неземний Побідоносцю*,
Такосяжний**,
Звитяжцю ворогів***,
істинно довершено Пробудджений,
преславний Переможцю Шак'ямуні,
уклін тобі та шана!
Тобі дари підносимо і прихищаємось в тобі!

Начитаєте це стільки, скільки зможете.

імена-епітети будд:
* санскр. бгаґаван, тиб.чömденде;
** санскр. татхаґата, тиб. дежін шеґпа;
*** санскр. аргат, тиб. драчömпа

ཐུགས་རྩུད་བསྡུས་བའི་ཚུལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཞུང་དུ་ཡས་གསུངས་པའི་གཟུངས་ནི།

ཏ་ཇ་ཐཱ ཨོཾ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་ཧཱ་མུ་ན་ཡེ་སྭ་ཧཱ།

теята ом муне муне мага мунає соха

ཞེས་ཅེ་ཟིགས་དང་། ཨོཾ་མན་ཚད་ཅེ་འགྲུབ་ཀུ་བཟློ།

[ཨོཾ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་ཧཱ་མུ་ན་ཡེ་སྭ་ཧཱ།

ом муне муне мага мунає соха]

Храм Тисячі Золотих Будд в Лумбіні

Потім — дгарані зі стислого “Позамежжя мудрості”, як закликання до просвітлого Серця Чуйності.*

теята ом муне муне мага мунає соха

Кількість повторень — стільки, скільки дозволяють обставини.

А також начитаєте якомога більше, тільки починаючи з ОМ.

[**ом муне муне мага мунає соха**]

---

* санскр. праґ'я-параміта, тиб. шераб пхаролту чінпа / пхар-чін

འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་དྲན་ཏེ། དང་པའི་སེམས་ཀྱིས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སྐུ་ཡི་གསལ་སྣང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་པ་དང་། བཟང་བཟཁས་པའི་རྒྱུན་གྱིས།

སྟོན་པའི་སྐུ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ཚོགས་པའི་སྣང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ཏེ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ས་ནོན་བར་བསམ།

དེ་ཁར་ཅི་ནུས་གུ་བརྩོན་པར་བྱའོ།།

tönpej ku le єше k’ï
özer nacoґpej nanґva чєnpö
daґ danґ семчєн тхамчє k’ï
дрібпа тхамчє сал жінґ
тхеґпа чєnпöй ламґ’ї йонтен
цÿл жінґду к’єте
чір мідоґпей санön пар ґ’юр

Завдяки промовлянню імен та дгарані, коли при цьому згадуємо про просвітлі якості Вчителя, і всім серцем, просякнутим вірою, зосереджуємося на образі його просвітлої постаті,

різнобарвне проміння неймовірного сяйва Чуйності споконвічного пробудження із постаті Будди очищує всі затьмарення — мої та всіх істот, і в нас зроджуються всі автентичні чесноти шляху Великої Колісниці Магаяни. Відтак ми опануємо щабель Без-вороття.

Ось до того слід докласти якнайбільше старань.

ཕྱན་མཚམས་རྣམས་སུ་མཆྱལ་སོགས་མཚོད་པ་དང་། ཕྱག་སྒོད་ཀྱི་རིགས་དང་། སྙིང་རྗེ་པད་དཀར། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ། སྐྱེས་རབ་སྣ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ཟེར་རྣས་པར་བགྱི་ དགེ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་ཟླ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྔོ་བ་དང་སྨོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།།

*На завершення сесії практики піднесете мандалу чи інші дари (згідно з власною спроможністю), і прочитаєте ті славлення Муні та сутри, які вам до вподоби: “Білий Лотос милосердя” *, “Чарівливий епос” **, різноманітні історії з попередніх життів Будди ***, “108 рис Такосяжного” тощо — на ваш вибір. Всі джерела добрості слід скерувати присвятою на неперевершене просвітлення і скріпити молитвами чистих намірів і прагнень.*

---

* санскр. Каруна-Пундаріка Сутра, тиб. Ньїнґджє Пе-кар До;

** санскр. Лаліта-Вістара Сутра, тиб. Ґ’ячєр Рölпей До;

*** санскр. джатака, тиб. к’є-раб

Строфи присвяти та прагнень

བདེ་གཤེགས་སྲས་བཅས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །
མཇོད་པ་སྨོན་ལམ་མཉམ་བརྩེ་བརྩེ་ནུས་པའི་ཚུལ། །
བླ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྣ་ཚོགས་ཅི་འདྲ་བ། །
དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྲུར་བར་ཤོག །

дешеґ сечє кюнґ’ї тхуґ к’є данґ
дзепа мьонлам кх’єнце нюпей цӱл
ламе єше ґ’ютрӱл чі дра ва
де дра кхонар даґсоґ ґ’юрвар шьоґ

Хай ми станемо тотожними
щастєсяжним* і наступникам
в бодгічітті — добросердому
прагненні пробудження для всіх,
вчинках, намірах, і мудрості,
у любові та могутності,
й інших ілюзорних чарівни́х
формах проявів одвічної
непорівняної Чуйності!

* санскр. суґата, тиб. девар шеґпа / де-шеґ — одне з імен-епітетів будд

དགེ་བ་འདི་ཡིས་རྒྱུར་དུ་བདག །
རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་བའྱུར་ནས། །
འཕྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །
དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག ། །

ґєва дії ньюрду даґ
дзоґпей санґ’є друб ґ’юр не
дрова чіґ к’янґ малю па
де ї са ла ґöпар шöґ

སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་། །
བསྟན་པ་ཉེ་འདབ་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་། །
བསྟན་འཛིན་ཕུ་ནུ་བཞིན་དུ་མཐུན་པ་ཡིས། །
བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

тöнпа джіґтен кхамсу джöнпа данґ
тенпа ньї ö жінду салва данґ
тендзін пху ну жінду тхӱнпа ї
тенпа юн рінґ не пей таші шöґ

Хай з цією добрістю
стрімко стану буддою,
а відтак блукальців всіх,
теж на рівень цей здійму,
не поли́шу жодного!

З’ява Вчителя у світі цім,
Вчення, що мов сонце сяє скрізь,
братня злагода між тими, хто
Вче́ння береже й продовжує, —
хай це все сприяє дальшому
якнайдовшому триванню Вчень!

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྡན་ཐྱུར་ཅིག །
ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྣག་ཏུ་སྟོངས་པར་ཤོག །
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །
དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྨོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

семчєн тхамчє де данґ ден р’юр чіґ
нґєндро тхамчє таґту тоньпар шöґ
джяньчуб семпа ґанґ даґ саржюґ па
дедаґ кюн р’ї мönлам друбпар шöґ

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །
མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་ཐྱུར་ཅིག །
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་། །
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

джяньчуб семчоґ рінпочє
ма к’єпа нам к’є р’юр чіґ
к’єпа ньямпа мепа яньґ
ґоньґ не ґоньґ ду пхелвар шöґ

Хай усі будуть щасливими,
а всі нижні сфери злигоднів —
хай навік-віків спусто́шаться!
Хай звершáться прагнення усіх
бодгісаттв, що бгумі осягли!

Найдорогоцінніше
прагнення просвітлення —
хай зародиться у всіх,
в ко́го не зродилося.
В ко́го вже з’явилося —
хай не слабне, а зроста
і всякчас сильнішає.

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །
ཇོག་ནས་ཉེས་པའི་དབུ་རྣམས་ཐམ་བྱེས་ནས། །
སྐྱེ་ཁ་ན་འཆི་ཏ་བརླབས་འཁྲུགས་པ་ཡི། །
སྡིད་པའི་མཚོ་ལས་འཕྱོ་བ་སྐྱལ་བར་ཤོག །

сönam дії тхамчє зіґпа ньї
тхоб не ньєпей дранам пхамджє не
к’єґа начі балаб труґпа ї
сіпей цоле дрова дрölвар шöґ

Чином набуття добра цього́
хай сягну всевідання й скорю́
ворогів усіх — учинки злі;
а тоді з бурхливих хвиль буття —
від народження і старості,
від нездужання і від смерті —
хай усіх блукальців вивільню!

སྤྱིར་འགྲོ་འཚག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བརྗེད་པར་དྲན་པ་དང་། མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐུ་ཡི་འོད་ཀྱིས་སྣོགས་ཐམས་ཅད་ཉེན་མོ་ཤེས་ཏུ་དྲངས་པའི་དུས་ལྟ་བུར་སྣང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ། དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེ་ཤར་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྩམ་སྟེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་རྗེས་སུ་གཞོལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་དམ་བཅའ་སྟོད་པ་ཚེད་

Узагалі за будь-яких обставин — в дорозі, в повсякденних справах, чи коли лежимо, або сидимо — слід не впадати в забуття і пам'ятати Вчителя. Так само і нічною порою засинати необхідно в стані ясного усвідомлення дійсної присутності Вчителя, з постаті якого у всіх напрямах лине сяєво — мов полуденне сонце у напрочуд ясний день.

བའི་ངང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་སྦྱི་དང་། ཁྱད་པར་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་ནུས་སུ་བརྩོན་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་འགྱུར་བ་མདོ་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ། གོང་དུ་བསྟན་པའི་གཟངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་། གཟངས་འདི་རྟེན་པའི་མཐུས་ཤྲཱི་ཡི་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་། སྨན་རས་གཟེགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་མཆོག་རྟ་གྱུར་པ་དང་། གཟངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་བཟོད་ནས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཚོགས་མེད་པར་འཕོ་ཅིང་ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བ་དང་། ཐུགས་བསྒྲུབ་པ་ན་བགེགས་མ་མཆིས་པར་གྱུར་པར་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡི་གེ་ཉང་ངུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟངས་འདི་ལན་གཅིག་བརྙས་པས་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་ངན་པའི་ཕྱོག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་པ་སོགས་ཁན་ཏོན་ཚད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་སྐྱིང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཇི་ལྟར་བརྩོན་པའི་ཚུལ་ཟུར་དུ་བཤད་པར་བྱའོ།།

Спершу потрібно так само як і Вчитель виплекати в серці альтруїстичний намір, а тоді заповзято брати за приклад історії життя будд трьох часів і видатних бодгісаттв, які сягнули свободи. Якщо неослабно тримати обіт-прагнення найціннішого просвітлення для всіх, і постійно докладати якомога більше зусиль у загальних практиках бодгісаттв, а надто у йоґах тривання в спокої і вивищеного бачення**, то завдяки цьому набуток вольностей і розкошів*** сповниться смислом. Як мовиться у різноманітних сутрах, якщо навіть просто зачуємо ім'я Вчителя, згодом нас неможливо буде збити зі шляху до цілковитого просвітлення.*

---

* санскр. шаматха, тиб. жі-не

** санскр. віпаш'яна, тиб. лхаґ-тонґ

*** 18 ознак, що визначають людське життя як дорогоцінне

З наведеної вище дгарані з'являються всі будди. Зі снагою, набутою від цієї дгарані, Цар Шак'їв сам сягнув просвітлення, а Світовидець став неперевершеним у діяннях бодгісаттв. Якщо просто слухати цю дгарані, без жодних зусиль відбувається неабияке набуття доброї карми, і очищаються всі потьмарення від злих дій. Також, лиходійні чинники не зможуть втрутитися у практику мантрування. Про все це йдеться у стислому "Позамежжі мудрості". А ще інші Вчення говорять про безмежні просвітлі властивості цієї дгарані, зокрема: якщо хоча б один раз її промовити, очиститься все зло, вчинене протягом 800 мільярдів (800 000 000 000) кальп, тощо. І також сказано, що ця дгарані являє собою саме серце-суть Такосяжного Будди Шак'ямуні.*

* санскр. Авалокіте́швара, тиб. Чєнрезіґ

ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྟབ་གསུམ་ནོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དོབོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ་ནས་བཀུ་ཤིས་པའི་ལྷ་ཇུས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐུལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྟེང་དུ་ཞེ་ཚར་ཡང་དོབོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་སྨན་འཛིགས་མེད་བདུད་མ་བདེ་ཆེན་ལ་སྦྱན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་བཀུ་ཤིས་པའི་ལྷ་ཇུས་ཀྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་སྡུར་དུ་གྱུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་ཟུང་གི་བཀས་བསྐུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྱོན་པ་མཆོག་ལ་མི་ལྡོད་པའི་དད་པ་ཐོག་ཅིང་། དུས་མཐར་ཚོས་སྐྱེ་བའི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ་ཤཱཀྱའི་རྗེས་འཇུག་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་ཀུ་མཚོས། ཇི་རྟོ་རྗེ་འཕགས་ཕྱག་གི་རེ་ཞེལ་ཕུན་ཚོགས་ནོར་བུའི་གླིང་དུ། ཀུན་ལྡན་ལྷགས་བྱི་གསར་ཚོས་ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པའི་རྩ་བའི་ཡར་ཚོས་བརྒྱད་ལ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོ་ལ་ཕན་པ་རྣད་དུ་བྱང་བ་རྒྱུ་མཚན་མེ་འཆད་པར་ལྡོད་པ་དང་། ཚུལ་འདི་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྨོན་པ་ཐྲུབ་པའི་དབང་ཏོའི་བྱིན་ཆློས་མཚུངས་པ་མེད་པ་མངོན་དུ་འཕྲག་པར་ཐྱུར་ཅིག །།

Задум цього тексту з'явився в мене після наполегливих прохань владаря дорогоцінних надбань Трьох Тренувань — Öна Орґ'єна Тензіна Норбу, які він супроводив символічним дарунком на знак сприятливості. Також, нещодавно Тулку Джиґме Пема Дечєн, за дорученням того самого Öна Рінпочє, підніс найліпшу коштовність й інші сприятливі дарунки із побажанням, щоб я завершив той текст якнайскоріше. У відповідь на заохочення цих двох достогідних, послідовник Шак'ямуні, що набув непохитну віру в неперевершеного Вчителя, Міпхам Ґ'ямцо, який в кінці часів зветься речником Дгарми лише на словах, склав це у Пхунцоґ Норбу Лінзі, що у підніжжя гори Дза Дордже Пхенчуґ на молодику у 8-й день місяця чудес чоловічого року Заліза-Пацюка.* [9 лютого 1900 р.]

* тибетський образний вираз на позначення золота

Віршований переклад українською з тибетської

© Ната Сёнам Ванґмо, 2023-2026, печера Асура, Непал.

Редакція — Сергій Зінов'єв, Ірина Галамба; Київ 2026.

На благо!

Додаткові матеріали

- *Відео-візуалізація практики з тибетським співом і українськими субтитрами*
  https://youtu.be/z8Kvsq1Wwrk?si=JQXKvizRa8CdPLAN
- *Відео- та аудіо вчень і коментарів (тибетською і англійською), виконання практики тибетською (Чьок'ї Ньїма Рінпочє, Кхенпо Пема Намґ'ял, Лама Тензін Занґпо)*
  https://dharmasun.org/courses/a-treasury-of-blessings-the-liturgy-of-shakyamuni/
- *Коментар Ділґо Кх'єнце Рінпочє (в перекладі англійською) підсумовує розгорнутий автокоментар Міпхама Рінпочє "Білий Лотос", роз'яснює, як практикувати шаматху та віпаш'яну в контексті виконання цієї садгани та висвітлює взаємозв'язок між Буддою Шак'ямуні, їдамом і Вчителем*
  https://www.lotsawahouse.org/tibetan-masters/dilgo-khyentse/dispelling-anguish
- *Відео- та аудіо вступних вчень, виконання практики тибетською, з українськими субтитрами (Лама Тензін Занґпо, Друбла Шераб Дордже, Джек ДеТар)*
  https://www.samyeinstitute.org/practices/treasury-of-blessings/

Ґомде Україна
Буддійська спільнота Ранґджунґ Єше
gomdeua.org
gomdeua.org/media

спільно з

Мандалою Шедруб і Мандалою Сам'є
shedrub.org *samyemandala.org*