



༄༅། །ཐུབ་ཚལ་བྱིན་ལྷབས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

**Практика Будди Шак'ямуні
“Скарбниця величі просвітлої наснаги”**

Міпхам Рінпоче

Український переклад віршовано для співу з традиційними мелодіями тибетського оригіналу



༄༅། ལུབ་པའི་བསྟོན་པ་བཞུགས་སོ། །

Уславлення Будди Шак'ямуні*

ཐབས་མཁས་ལུགས་རྩེས་ཤྱག་འཇིགས་སུ་འབྱུངས། །
གཞན་གྱིས་མི་ལུབ་བདུད་གྱི་དབྱང་འཛམས་པ། །
གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བྱར་བརྩེད་པའི་སྒྱ། །
ཤྱག་འཇིགས་སུ་པོ་ཁྱེད་ལ་ལུག་འཛམ་ལོ། །

**тхабкхе тхугдже шак'ей ріґсу труг
женг'ї мітхуб дүк'ї пунг джом па
серг'ї лхюнпо табур джіпей ку
шак'ей ґ'ялпо кх'йо ла чагцал ло**

Завдяки майстерним засобам
добросердя надзвичайного
в клані Шак'їв народився ти,
і, для інших нездоланний, сам
легіони М́ари поборов.

Велич постаті просвітлої —
мов гора Сумэру золота.

Царю Шак'їв шана та уклін!

* Автором цієї строфи вважається Дрікунг К'йобпа Джігтен Сумг'он, який додав її на початку "Славня Дванадцяти Діянь Будди", що склав Наґарджуна. — тут і далі прим.пер.



༄༅། བྱུང་ཚལ་བྱིན་རྒྱལ་པ་གཏེར་མཛོད་ བཞུགས་སོ། །

Практика Будди Шак'ямуні “Скарбница величі просвітлої наснаги”

ན་མོ་གུ་ཅ་ཤུག་ཅུ་ན་ཡེ།

དེ་ཡང་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། འཆག་དང་འདུག་དང་འགྲེང་
དང་ཉལ་བ་ན། ། མི་གང་ཐུབ་པའི་རྩ་བ་དྲན་བྱེད་པ། ། དེ་ཡི་མདུན་
ན་ཏྲག་ཏུ་སྟོན་པ་བཞུགས། ། དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་མུ་ངན་འདའ་བར་འགྱུར།
ཞེས་དང་། རྒྱ་ལུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འདྲ་བས། ། འཛིག་རྟེན་
མགོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་
འཇུག་པ། ། བྱང་རྩལ་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་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི། འདི་
ཉི་ཉེ།

Намо гуру шак'ямунає!

Як мовиться у сутрі “Повелитель самадгі” *:

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

* санскр. Самадгіраджа Сутра = тиб. До Тінгдзін Г’ялпо



Статуя Будди Шак'ямуні у Бодгії

До того ж:

*Постать буддова просвітлена —
золотава — дивної краси.*

*Чином споглядання образу
цього Прихистку Усесвіту,
будь-хто з бодгісаттв відпружитья
у пережитті тотожності.*

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

* санскр. Муніндра, тиб. Тхубпей Вангпо / Тхубванг —
Можний Упокорювач, одне з імен-епітетів Будди
Шак'ямуні.



Прихисток і бодгічімта

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་ན་མས་ལ།
བྱང་ཆུབ་པར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།
བདག་གི་སྤྱན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།
འགོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

санг'є чö данг цог к'ї чог нам ла
джянгчуб барду даг ні к'ябсу чі
даг гї джінсог г'їпей сöнам к'ї
дро ла пхен чір санг'є друбпар шög

Будда — чистота у розквіті,
Дгарма — істинний духовний лад,
і спільнота-Сангга — це усе —
щонайвищий прихисток для нас,
доки і самі просвітлимось.
Завдяки набутку щедрості
і подібних добродійностей
хай пробуддженними станемо,
щоб блукальцям всім допомогти!

[× 3]



སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་
 ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་
 དང་བལ་བར་གྱུར་ཅིག སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་
 དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་
 གཉིས་དང་བལ་བའི་བཏང་སྟོམ་ཚད་མེད་པ་ལ་
 གནས་པར་གྱུར་ཅིག

ཅེས་སྐབས་སེམས་དང་། ཚད་མེད་བཞི་བསྟོམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ།

семчен тхамче дева данг
 девей г'ю данг денпар г'юр чиг
 дуг нгал данг дуг нгал г'и г'ю
 данг дралвар г'юр чиг
 дуг нгал мепей дева дампа
 данг мидралвар г'юр чиг
 нье ринг чаг данг ны данг дралвей
 танг ньйом цемеп ла непар г'юр чиг

Чотири Безмежні

Vci-uci! Будьте щасливими!
 Хай причини щастя будуть в вас!
 Хай ніхто ані страждатиме,
 ані матиме причин страждань!
 Хай ніколи не полишить вас
 достеменно щастя без журби!
 Вільні від заков дуальності:
 поділу на ближніх і чужих,
 на приємне і відразливе,
 будьмо у тотожності без меж!

[× 3]



ཚས་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་བླན་པའི་
ངང་ནས།

ཨེ་སྟེ་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྲུང་གི།
སྒྲུང་བ་འགག་མེད་བྱང་འཇུག་སྟུ་མའི་ཚུལ།
རང་མདུན་ནམ་མཁའ་མཚན་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས།
རིན་ཆེན་སང་ཁྲི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་སྟང་། །

**а к'еме тонгпа ньї данг тенгджюнг ги
нангва гагме зунгджюг г'юмей цүл
ранг дүн намкхар чөтрін г'ямцöй ү
рінчен сенгтри пеньї давей тенг**

སྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ཤྲུག་སང་གེ་ནི། །
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱང་ཐུན། །
ཚས་གོས་གསུམ་གསོལ་རྩི་རྩི་སྟེ་གྲུང་བཞུགས། །
བྱུག་གཡས་ས་གཞོན་བྱུག་རྒྱ་ལེགས་བརྒྱུངས་ཤིང་། །

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

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



тонгпа цўнгме шак'я сенге нї
серг'ї догчен цен данг педже ден
чўгў сум сўл дордже к'їл трунг жюг
чаг'є санўн чаг'г'я лег к'янг шїнг
ཕུག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་ཚིའི་ལྷུང་བཟེད་
བསྐྱམས། །
གསེར་གྱི་རི་ལྷར་གཟི་བརྗིད་དཔལ་འབར་བ། །
ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲ་བས་མཁའ་དབྱིངས་ཁྱབ། །
ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱད་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་སོགས། །
чаг'йон ньям шяг дўцій лхюнгзе нам
серг'ї рітар зіджі палбар ва
еше őзер драве кхайнг кх'яб
ньсвей сег'є нетен чудруг сог
འཕགས་ཆོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་
ཞིང་། །
དན་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །

прояв зовнішніх ознак і рис
досконалості просвітлої.
В три дгармічні рясї 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 амрітою.
Він неначе золота гора
сяйвом величі виблискує
і мереживом із променів
світла Чуйності одвічної
простір-широчінь оповива.
Почет мов незмірний океан:



ནམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཆོག་གི་དཔལ་སྤྱོད་ལ།
སྐྱབས་ཀྱན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ།

**чаг цог г'ямцöй кхорг'и йонгкор жинг
дренпа цамг'и сіжій тханьї ле
намдрöл дева чог гї палцöл ва
к'яб кюн дюпей дагньї ченпор сал**

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་
ཡོད་ལྟམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡི་ཤེས་
ཀྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་བྱིར།
གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་
ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་པ། ་དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་
ཏེ། ་ཉམས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས་བྱེད་ཅིང་། ་ཉེས་པ་ཀྱན་ལས་རྣམ་
པར་གྲོལ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་
ཆོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགེ་ཚུ་རྒྱུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ།
པལ་པོ་ཆེ་ལས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་པ་བྱས་པས་ཀྱང་།
་ཆོད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་ཕུང་པོ་འབེལ་བར་འགྱུར། ་ཉོན་
མོངས་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བཟུལ་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། ་འདུས་

з вісьмома синами ближніми
та шістнадцятьма аргатами,
й іншими шляхетними навкіл.

Досить просто раз його згадять —
він тієї ж миті сповнює
щастям, що неперевершене:
цілковитою свободою
від обмежень вмиротворення
й крайнощів циклічного буття.
Він виразно проявляється
як єство величне, у яким
Прихистки усі утілені.

*Коли ось так уважно споглядаємо просвітлу
постать Будди, щойно зроджуємо пережиття
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་
 ཏུ་སྒོན་ལམ་ཐི་སྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་སྟེ། འཇམ་
 དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལས། ཁོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་
 བཞིན་ཏེ། །འདུན་པའི་ཚེ་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་བསྟེན་དེ།



*таке пережиття, оскільки для просвітлених
 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 доброти, 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 добродіяння
 неосяжний, що дедалі множиться.*

* санскр. Аватамсака Сутра, тиб. Пхалпо Чє До



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

*Почуття буремні, невдоволення
і страждання у самсарі-кручії —
цілковито будуть викоренені.
Це надбання не розтратиться дарма.*

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. Манджушрі, тиб. Джямпал'янґ / Джям'янґ



སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཚུད་ལྷན་སྟེགས་མའི་ཞིང་། །
 བཟུང་ནས་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྔ་བརྒྱ་བཏབ། །
 བད་དཀར་ལྷར་བསྐྱགས་མཆོན་ཐོས་ཕྱིར་མི་ཐོག།
 སྟོན་པ་ཕྱགས་རྩེ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །
нынгдже ченпо цоден ныйгмей жинг
зунгне мөнлам ченпо нгабг'я таб
пекар тар нгаг центхө чир ми дог
төнпа тхүгдже чен ла чагцал ло
 བདག་གཞན་སྟོགས་དག་ཆོགས་ལོངས་སྟོད་བཅས། །
 ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱི་དྲུག་མིགས་ནས་འབུལ། །
 ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྟེག་ལྷང་མ་ལུས་བ། །
 སྙིང་ནས་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །
дагжен г'осум г'ецог лонгч'о ч'е
кюнзанг ч'опей тринду ми'гне б'ул
тхогме не саг дигтунг малю па
нынг не г'опа драгпо сосор шяг

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 удатному —
 Вчителеві шана та уклін!
 Доброту, що накопичена,
 тілом, мовою, серцем-умом, —
 власну й інших, разом з нашими
 статками, щедротами, майном —



འཕགས་དང་སྔ་སའི་སྒྲིབ་པའི་དགེ་བ་ནི། །
 དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །
 ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཚུལ། །
 བློགས་བཅུར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །

пхаг данг сосой к'евöй гева нi
дүсум сагла джесу їранг нго
заб чiнг г'яче чöк'ї кхорлöй цүл
чогчур г'юн мичепар корду сöl
 ཁྱོད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲི། །
 དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི། །
 གདུལ་བུའི་སྣང་ངོར་སྒྲིའཇིག་ཚུལ་སྟོན་ཀྱང་། །
 ལྷུལ་པའི་གཟུགས་སྒྲི་ཏྲག་དུ་སྣང་བར་མཛོད། །
кх'е нi намкха табүй еше ку
дүсум пхог'юр мепар жюгмö к'ї
дүлджей нанг нгор к'еджіг цүлтön к'янг
трүлпей зүгньен тагту нангвар дзö

все підношу наче гряди хмар
 із самантабгадрових дарів.

З незапам'ятної давнини
 скоєні проступки й вчинки злі:
 щиро, глибоко шкодуючи,
 каюсь в кожному й всіх без винятку.
 Тішуся і надихаюся

доброчесністю, набутою
 в трьох часах, — високогідними
 та звичайними істотами!

Неупинним плином наскрізним
 обертай, будь ласка, Колесо
 всеосяжних й сутніх Дгарма-Вчень!
 Ти є постаттю пробуддження
 Чуйності одвічної, немов
 простір в трьох часах незмінний. Втім,



བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཚོགས་ཀྱིས། །
 མཁའ་བྱའ་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་པན་སྦྱང་དུ། །
 ཚས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་དུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། །
 ཚས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག །

daŋgi dūsūm saŋпей гецоŋ к’i

кха кх’яб дрова кюнла пхенле ду

чöк’i г’ялпо таŋту ньедже чинг

чöдже г’ялпöй гоŋханг тхобпар шöг

བདག་ཅག་སྟིགས་མའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། །

ཐུགས་རྗེས་སྟག་པར་བཟུང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལས། །

ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །

སྤང་བ་རི་སྟེང་བྱེད་ཀྱི་ཐིན་ལས་ཉིད། །

daŋchaŋ nyiŋмей дрова гönме нам

тхугдже лхаŋпар зунгвей кадрин ле

жинг данг дү дйр ринчен намсум г’i

нангва джинье кх’е к’i тринле ньi

учням ти народження і смерть
 демонструєш в їхнім сприйнятті,
 щоб їх скерувати. Тож прошу,
 еманациї 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
 Володаря Дгарми; хай я теж
 стану майстром Дгарми та сягну
 рівня усеperеможних будд!
 З надзвичайною турботою
 дбаєш у добу занепаду
 про блукальців — нас, беззахисних.
 З доброти твоєї постають



དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཆོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ལུ་བྱ།
 ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྙིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན།
 སྒོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐྱེལ་བར།
 བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བྱགས་རྒྱས་རྒྱས་འཛིན་མཛོད།

дечір к'ябчöг цунгме чігпу ру
їче депе ныінг не сölдеб на
нгön г'ї дамча ченпо маньел вар
джянгчуб барду тхугдже джедзін дзö

ཅས་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་དྲག་པོས་སྙིང་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྐྱེས་
 པའི་སྐྱེལ་ཆེ་གཅིག་དུ་དམིགས་ཏེ།

прояви Дорогоцінних Трьох —
 всі, що в цьому світі нині є, —
 то твоє просвітле діяння.

Тож коли всім серцем кличемо
 і на тебе покладаємось
 з цілковитою довірою
 як на наш єдиний Прихисток —
 щонайвищий, непорівняний, —
 видатні обітниці свої,
 дані в давнину, не забувай!
 Милосердно нас прийми, подбай,
 аж допоки ми пробуддимось!

*Таким чином сповнитесь цілковитою довірою до
 Вчителя, і з пережиттям, що він на правду
 присутній тут, повністю зосередитесь на його
 просвітлій постаті.*



ལྷ་མ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
 དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
 དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤྲུག་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་ཚལ་ལོ། །མཆོད་དོ། །
 སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 ཞེས་ཅི་འགྲུབ་དང་།

**лама тѳнпа чомден де
 дежін шеґпа драчомпа
 янґдаґпар дзоґпей санґ'е
 пал шак'я тхубпа ла чаґцал ло
 чѳдо к'ябсу чи-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.чѳмденде;

** санскр. татхаґата, тиб. дежін шеґпа;

*** санскр. аргат, тиб. драчѳмпа



ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ནུང་ཏུ་ལས་གསུངས་པའི་
གཟུངས་ནི།

ཏ་ཏ་ཐ། ཨོྃ་མུ་མེ་མུ་མེ་མ་དྲ་མུ་ན་ཡེ་སྤ་དྲ།

теята ом муне муне мага мунае соха

ཞེས་ཅི་རིགས་དང་། ཨོྃ་མན་ཆད་ཅི་འགྲུབ་དུ་བསྐྱེད།

[ཨོྃ་མུ་མེ་མུ་མེ་མ་དྲ་མུ་ན་ཡེ་སྤ་དྲ།

ом муне муне мага мунае соха]



Храм Тисячі Золотих Будд в Лумбіні

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

теята ом муне муне мага мунае соха

Кількість повторень — стільки, скільки дозволяють обставини.

А також начитаєте якомога більше, тільки починаючи з ОМ.

[ом муне муне мага мунае соха]

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



འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བློ་ཏེ། དང་པའི་
སེམས་ཀྱིས་ཙེ་གཅིག་དུ་སྐྱེ་ཡི་གསལ་སྤང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་
བ་དང་། བཟུང་བཟུས་པའི་རྒྱུ་ལྟེན།

སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ཚོགས་པའི་
སྤང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་སྐྱབ་བ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་སྟོན་
པའི་ས་ནོན་པར་བསམ།
དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

төнпей ку ле еше к'ї
өзер нацогпей нангва ченпö
даг данг семчен тхамче к'ї
дрібпа тхамче сал жінг
тхегпа ченпöй ламг'ї йонтен
цүл жінгду к'ете
чір мідогпей санön пар г'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 саява
Чуйності споконвічного пробуддження 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.



ཐུན་མཚམས་རྒྱམས་སུ་མཐུལ་སོགས་མཚོད་པ་དང་། ཐུབ་སྟོན་གྱི་རིགས་
དང་། སྟིང་རྩི་པ་དང་དཀར་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ། རྒྱུས་རབ་ལྷ་ཚོགས། དེ་བཞིན་
གཤེགས་པའི་མཚན་བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་
རྒྱས་པར་བཟླས། དགེ་བའི་ཙུ་བ་རྒྱམས་སྤྲེལ་བྱང་རྒྱལ་ཏུ་བསྟོན་པ་དང་
སྟོན་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. Ньінгдже Пе-кар До;

** санскр. Лаліта-Вістара Сутра, тиб. Г’ячер Рёлпей До;

*** санскр. джатака, тиб. к’є-раб



། བཟློམ་ན།

བདེ་གཤེགས་སྐུ་མཆོག་གི་ཐུགས་བརྟེན་དང་། །
མཛད་པ་སློན་ལམ་མཐུན་བཅེ་རུས་པའི་ཚུལ། །
སྐྱེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་འཕུལ་ཅི་འདྲ་བ། །
དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག །

**дешеґ сече кюнґ’ї тхуг к’є данґ
дзепә мӧнлам кх’єнцә нӱпей цӱл
ламе еше г’ютрӱл чі дра ва
де дра кхонар даґсоґ г’юрвар шӧґ**

Строфи присвяти та прагнень

Хай ми станемо тотожними
щастєсяжним* і наступникам
в бодґічїтї — добросердому
прагненнї пробуддженнє для всїх,
вчинках, намірах, і мудрості,
у любові та могутності,
й інших ілюзорних чарівнїх
формах проявів одвічної
непорівняної Чуйності!

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



དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག།

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་ཀྱིས་ནས།།

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།།

དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།།

гєва дії ньюрду даг

дзогпей санг'є друб г'юр не

дрова чиг'к'янг' малю па

де ї са ла гōпар шōг

སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་སྒྱུ་བྱོན་པ་དང་།།

བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་།།

བསྟན་འཛིན་ཕུ་རུ་བཞིན་དུ་མཐུན་པ་ཡིས།།

བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

тōнпа джигтен кхамсу джōнпа данг'

тенпа ньї ö жінду салва данг'

тендзін пху ну жінду тхүнпа ї

тенпа юн рінг' не пей таші шōг

Хай з цією добрiстю

стрiмко стану буддою,

а вiдтак блукальцiв всiх,

теж на рiвень цей здiйму,

не полiшу жодного!

З'ява Вчителя у свiтi цiм,

Вчення, що мов сонце сяє скрiзь,

братня злагода мiж тими, хто

Вчєння береже й продовжує, —

хай це все сприяє дальшому

якнайдовшому триванню Вчень!



སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱར་ཅིག །
ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྟག་དྲུ་སྟོངས་པར་ཤོག །
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །
དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྟོན་ལས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

**семчен тхамче де данг ден г'юр чиг
нгендро тхамче тагту тонгпар шög
джянгчуб семпа ганг даг саржюг па
дедаг кюн г'ї мөнлам друбпар шög
བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །**

མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེས་གྱུར་ཅིག །
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་། །
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

**джянгчуб семчог ринпоче
ма к'епа нам к'е г'юр чиг
к'епа ньямпа мепа янг
гонг не гонг ду пхелвар шög**

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

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



བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །
 ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་པམ་བྱེས་ནས། །
 རྩེ་ན་ན་འཆི་བ་བསྐྱབས་འཁྱུགས་པ་ཡི། །
 སྤྱིང་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་སྦྱོལ་བར་ཤོག །

сöнам дji тхамче зiгпа ньi
тхоб не ньепей дранам пхамдже не
к'ега начi балаб тругпа i
сiпей цоле дрова дрöлвар шöг

སྤྱིང་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀྱི་ན་རྩེ་ན་པ་ཉིད་མ་བཟེང་པར་
 དུན་པ་དང་། མཆོན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འདྲ་
 གྱིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཉེན་མོ་ཤེན་ཏུ་དྲངས་པའི་དུས་ལྟར་བྱང་ལྔ་བའི་
 འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ། དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ངི་
 ལྟར་བྱགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བཟུམ་སྟེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་
 དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་རྟེན་
 སུ་གཞོལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆའི་དམ་བཅའ་སྟོང་པ་མེད་

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

*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
 напрямках лине сяєво — мов полуденне сонце у
 напрочуд ясний день.*



བའི་ངང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ་སྟི་དང་། བྱང་པར་ཞི་མཁྱེན་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རུས་སུ་བཙོན་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་ཐོག་པར་འགྱུར་བ་
 མདོ་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ། གོང་དུ་བསྟན་པའི་གཟུངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཁེངས་། གཟུངས་འདི་རྟེན་པའི་མཐུས་ཤུགས་རྒྱལ་
 པོ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་། ལྷན་རས་གཟིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ་མཚན་རྩ་ལྟར་པ་དང་། གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་བསོད་ནམས་
 རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆོགས་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་པ་དང་། སྤགས་བསྐྱབ་པ་ན་བགཏགས་མ་མཆིས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་
 ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཡི་གེ་ཉུང་ཅུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བསྐྱས་
 པས་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་བྱས་པའི་ཐོག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་པར་འགྱུར་པ་སོགས་པན་ཡོན་ཆད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཁེངས་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུགས་པའི་སྟོང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །
 དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞི་མཁྱེན་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རུས་བཙོན་པའི་ཆུལ་
 ཟུར་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

Спершу потрібно так само як і Вчитель виплекати в серці альтруїстичний намір, а тоді заповзятю 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 йогох тривання в спокої* і вивищеного бачення**, то завдяки цьому набуток вольностей і розкоші*** сповниться смыслом. 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. лхаг'тонг

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



З наведеної вище дгарані з'являються всі будди. Зі снагою, набутою від цієї дгарані, Цар Шак'ів 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 "Поза межжі 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. Авалокітешвара, тиб. Ченрезіг



ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐབ་གསུམ་ནོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དབོན་ཨོ་ཁྱ་
 བཟན་འཛིན་ནོར་བུ་ནས་བཟུ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩེས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་
 དུ་བསྐལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྤྲོད་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དབོན་རིན་པོ་ཆེ་
 ཉིད་ནས་སྤུལ་པའི་སྐུ་འཇིགས་མེད་པད་མ་བདེ་ཆེན་ལ་སྤྲན་ཏེ། རིན་
 ཆེན་དང་པོ་སོགས་བཟུ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩེས་ཀྱི་སྤྲོད་དང་བཅས་ལྷུར་དུ་
 གྲུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་བྱུང་གི་བཀས་བསྐལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་
 པ་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་མཐར་ཆོས་སྤྲོ་བའི་མིང་
 ཅམ་འཛིན་པ་ཤུག་ཏེ་རྩེས་འཇུག་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་མཆོས། རྩེ་
 རྩེ་འཕམ་ལྷུག་གི་རི་ཞོལ་ལྷན་ཆོགས་ནོར་བུའི་སྤྲོད་དུ། ཀྱན་ལྷན་ལྷགས་
 གྱི་གསར་ཆོས་ཆོ་འཕུལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱད་ལ་གྲུབ་པར་
 བཀྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་བཟན་འཁྱོལ་པན་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་རྒྱན་མི་
 འཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྩེས་འདི་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་གི་འཁྱོལ་
 རྩེས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་སྟོན་པ་ལུབ་པའི་དབང་པོའི་བྱིན་རྒྱལས་མཛུངས་པ་
 མེད་པ་མཛོན་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག།

Задум цього тексту з'явився в мене після наполегливих прохань владаря дорогоцінних надбань Трьох Тренувань — Їона Орг'єна Тензіна Норбу, які він супроводив символічним дарунком на знак сприятильності. Також, нещодавно Тулку Джигме Пема Дечєн, за дорученням того самого Їона 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 Г'ямцо, який в кінці часів зветься речником Дгарми лише на словах, склав це у Пхунцог Норбу Лінзі, що у підніжжя гори Дза Дордже Пхенчуг на молодика 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 Вангмо, 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 (Чёк'ї Ньіма Рінпоче, Кхенпо Пема Намг'ял, Лама Тензін Зангпо)
<https://dharmafun.org/courses/a-treasury-of-blessings-the-liturg-y-of-shakyamuni/>
- Коментар Ділго Кх'енце Рінпоче (в перекладі англійською) підсумовує розгорнутий автокоментар Міпхама Рінпоче “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 Зангпо, Друбла Шераб Дордже, Джек ДеТар)
<https://www.samyeinstitute.org/practices/treasury-of-blessings/>



Гомде Україна
Буддійська спільнота Рангджунг Єше
gomdeua.org
gomdeua.org/media

спільно з
Мандалою Шедруб і Мандалою Сам'є
shedrub.org samyemandala.org