

༄༅། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྣང་ཏིག་  
གི་སྡོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་གྲིགས་  
སྤུ་བསྐྱེབས་པ་རྣམ་མཁྱེན་  
ལམ་བཟང་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

Великолепный Путь к Всеведению:  
Предварительные Практики  
Сердечной Сущности  
Обширного Пространства  
Великого Завершения

# Дзогпа Ченпо Лонгчен Ньингтик Нёндро

Автор: Додрубчен Джигме Тринле Озер (1745—1821)

Перевод: Орджен Намдак Тонпа Дордже

Publisher imprint:

Toliman LLC

251 Harvard st. suite 11, Brookline, MA 02446

1.617.274.0635

Printed in Ukraine

Order a copy with worldwide delivery:

<https://balovstvo.me/nendro>

ISBN — 978-1-62540-054-3

© 2015

Toliman

© 2010-2015

Longchen Nyingthig Ukraine

# Contents

1	Призывание	9
2	Четыре мысли, отвлекающие от самсары	10
2.1	Свободы и преимущества человеческой жизни . . .	10
2.2	Непостоянство жизни . . . . .	15
2.3	Закон причины и следствия безошибочен . . . . .	16
2.4	Изъяны самсары . . . . .	16
3	Прибежище	22
4	Бодхичитта	23
5	Очищение Ваджрасаттвы	24
6	Подношение Мандалы	27
6.1	Подношение мандалы Нирманакаи . . . . .	27
6.2	Подношение мандалы Самбогакаи . . . . .	27
6.3	Подношение мандалы Дхармакаи . . . . .	28
7	Порождение накопления Кусали: Чод	29

8	Гуру Йога	31
8.1	Визуализация	31
8.2	Семистрочная молитва	33
8.3	Семь ветвей	34
8.4	Созревание Достижений	35
8.5	Благопожелания	36
8.6	Растворение	37
9	Молитвы и благопожелания	38
9.1	Молитва линии передачи	38
9.2	Благопожелания этой жизни	40
9.3	Благопожелания о промежуточном состоянии	41
9.4	Благопожелания о следующей жизни	42
9.5	Молитва об исполнении благопожеланий	43
10	Четыре посвящения	44
10.1	Посвящение Вазы	44
10.2	Тайное посвящение	45
10.3	Посвящение Мудрости	46
10.4	Символическое посвящение	47
10.5	Стадия растворения	48
11	Заключение	49
11.1	Молитва коренному учителю	49
11.2	Посвящение заслуг	50
11.3	Особые благопожелания	51

༄༅། གདོད་ནས་མངོན་སུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གདམས་པ་ལ་གདུལ་གཟུགས་སྐྱེ་འགགས་པ་མེད།  
སྐྱ་ཚོགས་སྐྱེ་འབྱུང་དོམ་ཡང་ཕྱང་ལམས་སྐྱེ་མཆེད་གཟུགས་དང་འཛིན་པ་བྲལ།  
མི་ཡི་གཟུགས་སུ་སྤང་ཡང་མཁུན་བརྩེའི་འོད་ཟེར་སྤོང་འབར་རྒྱལ་བ་དངོས།  
ཚོ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཡིན་གཏན་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཁྱེད་བསྟེན་བྱིན་གྱིས་སློབས།

Хотя просветлен с самого начала, ты не перестаешь принимать формы для приручения каждого в его личный способ. Хотя виден как чудесным образом возникшие феномены, ты на самом деле свободен от скандх, элементов, чувств и цепляний. Хотя ты появился в человеческом теле, в действительности ты Будда, светящийся тысячами лучей всеведения и счастья. Не только в этой жизни, но всегда, я принимаю в тебе прибежище, Кхьенце Озер, наполни меня своими благословениями!

དེལ་འདིར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྣོན་དུ་འགོ་བའི་ངག་འདོན་ཞིགས་སུ་བསྐྱབས་པ་ལ།

Здесь подготовлена практика Дзогчен Лонгчен Ньингтик Нендро.

## Благословение речи

ཨོཾ་ཨུལྷ་རྒྱུ།

ལྷ་དབང་རྩི་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསྐྱེགས་ནས།

འོད་དམར་ནུས་པའི་དོན་རྗེ་རྩེ་གསུམ་སྐབས།

ཨུ་ལི་ཀུ་ལིའི་མཐའ་སྐོར་རྟེན་འབྲེལ་སྟིང།

སྤྱིག་ཐོང་བ་ལྟ་བུའི་ཡིག་འབྲུ་ལས།

འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་མཚོན་པས་མཉེས།

སྐར་འདུས་ངག་རྒྱུ་དག་ནས་གསུང་དོན་རྗེའི།

བྱིན་རླབས་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར།

OM A HUM

Огнем, возникающим из слога Рам сжигается язык,  
Возникает трехконечная ваджра из красного света,  
Санскритские гласные и согласные, окружены мантрой

Сущности Взаимозависимого Происхождения,  
Из слогов подобных жемчужному ожерелью,  
Распространяется свет, свершающий радующие  
подношения Буддам и Бодхисаттвам,  
Собирается обратно, очищает омрачения речи, обретаются  
Все благословения и сиддхи ваджрной речи.

Мантра Гласных

ਅੰਕੁਰਾ ਅੰਕੁਰੀ ਐਕੁਰੀ ਈਕੁਰੀ ਐਕੁਰੀ ਐਕੁਰੀ ਐਕੁਰੀ ਐਕੁਰੀ

А аа И ии У уу Ри риИ Ли лии Э ээ О оо Ам А 7 раз

Мантра Согласных

ਗਾਗਾਗਾਗਾ  
ਤਕਕਕਕਕ  
ਲਲਲਲਲ  
ਰਰਰਰਰ  
ਮਮਮਮਮ  
ਘਘਘਘਘ  
ਘਘਘਘਘ

КА КХА ГА ГХА НА  
ЦА ЦХА ДЗА ДЗХА НЬЯ  
ТРА ТХРА ДРА ДХРА НРА  
ТА ТХА ДА ДХА НА  
ПА ПХА БА БХА МА  
Я РА ЛА ВА  
ЩА КХА СА ХА КЩА 7 раз

Мантра Взаимозависимого Происхождения

ཨོལ་ཏྟམ་ཉི་ཏུ་པ་རྣམ་ཉི་ཏུ་རྣམ་ཉི་ཏུ་ཉི་ཏུ་པ་ལ་ཉི་ཏུ་པ་  
ཉི་ཏུ་ལོ་ཉི་ཏུ་ཨོལ་ཉི་ཏུ་པ་རྣམ་ཉི་ཏུ་པ་ལ་ཉི་ཏུ་པ་

OM ЙЕДХАРМА ХЕТУПРАБХАВА  
ХЕТУНТЕКХАН ТАТХАГАТО  
ХАЙОВАДАТ ТЕКХАНЦАЙО НИРОДХА  
ЭВАМВАДИ МАХАШРАМАНА! СОХА 7 раз

Мантры Усиления Заслуг

ཨོ་སྣ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་ལི་མ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་  
ཨོ་སྣ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་ལི་མ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་

OM САМБХАРА САМБХАРА  
ВИМАНА САРА МАХА ДЗАМБХА ХУМ  
ОМ МАРА МАРА ВИМАНА  
КАРА МАХА ДЗАБА ХУМ 7 раз

ཨོ་རུ་ཅི་རམ་ཉི་པ་བརྟུ་ལེ་སྣ་ལྷོ་  
རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་རྣམ་པ་

OM РУЦИ РАМАНИ ПРАВАРДАЕ СОХА  
ХРИ БАДЗРА ДЗИХА  
МАНТРА ДХАРА ВАРДХАНИ ОМ 3 раза

ཡི་དམ་གྱི་བརྒྱལ་པའི་ཐོག་མར་འདི་དང་དབྱངས་གསལ་རྟེན་སྣོད་བཅས་བརྒྱལ་པས་ཐེང་བ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། ལྷག་པ་སྤུ་ཁ་ཟས་ལའང་བཏབ་  
གྲུབ་ན་རྣམ་པའི་མཐུ་སྣོད་པར་གསུངས་སོ།

Для благословления четок перед началом рецитации Идама рецитируй эту мантру вместе с гласными и согласными и мантрой взаимозависимого происхождения. Также рецитируй это время от времени над едой, это усилит ее силу и мощь.



# 1 Призывание

## ལྷ་མ་མཁུ་ནོ།

ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕН ЛАМА ЧЕННО  
Я знаю, учитель знает, учитель знает, учитель знает меня!

ལན་བདུན་གྱིས་གདུང་བ་དཀ་པོས་བོས་ནས།  
Повторяй преданно 7 раз

སྤྲིང་དབུས་དད་པའི་གོ་སར་བཞད་པ་ནས།  
སྐྱབས་གཅིག་རྗེན་ཅན་ལྷ་མ་ཡར་ལ་བཞེངས།  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་དཀ་པོས་གཟིར་བ་ཡི།  
སྐལ་བ་ངན་པ་བདག་ལ་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར།  
སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་བཞུགས།  
དན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀུན་ཀུང་བཞེངས་སུ་གསོལ།

Из цветущего лотоса веры в моем сердечном центре  
Единственное прибежище, славный лама, пожалуйста, взойди.  
Я страдаю от мук клеш и своей неблагодой кармы,  
Чтобы защитить меня от неблагоприятных обстоятельств,  
Пребывай как украшение орнамента  
чакры великого блаженства в моей короне,  
Зароди во мне внимательность и осознанность, молю тебя!

## 2 Четыре мысли, отвлекающие от самсары

### 2.1 Свободы и преимущества человеческой жизни

#### Восемь свобод

ད་རེས་དམྱལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་དང།  
ཚོ་རིང་ལྷ་དང་ལྷོ་ལོག་ལྷ་ཅན།  
སངས་རྒྱས་མ་ཐོན་ཞིང་དང་ལྷགས་པ་སྟེ།  
མི་ལོམས་བརྒྱད་ལས་ཐར་བའི་དལ་བ་ཐོབ།

Родиться в аду, голодным духом или животным,  
Среди богов-долгожителей, дикарем или с неверными взглядами,  
В мире, где Будда не пришел, или родиться слабоумным —  
Я свободен от этих восьми неблагоприятных состояний,  
где нет возможности практиковать Дхарму.

Пять собственных и пять дарований окружения

མིར་གྱུར་དབང་པོ་ཚང་དང་ཡུལ་དབྱུང་སྐྱེས།  
ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ།  
རང་ཉིད་འབྱོར་པ་ལྷ་ཚང་སངས་རྒྱལ་བྱོན།  
ཚོས་གསུངས་བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་ལ་ཞུགས།  
བཤེས་གཉེན་དམ་པས་ཟིན་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ།  
ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཚང་བའི་གནས་ཐོབ་ཀྱང།  
རྒྱན་མང་ངེས་པ་མེད་པས་ཚེ་སྤངས་ནས།  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉིད་ཏུ་སོན་པར་འགྱུར།  
ལྷོ་སྤྱི་ཚོས་ལ་སྦྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུའ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུའ་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་ལྷ་མ་མཁུའ།

Рождение человеком, полнота органов чувств, в срединной стране, достойный образ жизни, вера в Учение, — пять собственных даров. Появление Будды, проповедь Дхармы, пребывание Учения, следование ему, поддержка Святого Духовного Друга — пять других даров.

Обладаю всей полнотой даров, но, утратив их из-за множества неясных обстоятельств, отправлюсь в другие рождения и миры.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

## Трудность обретения

དེ་རེས་དལ་ཉེན་དོན་ཡོད་མ་བྱས་ན།  
ཕྱི་ནས་ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་ཉེན་མི་རྟེན།  
བདེ་འགྲོའི་ཉེན་ལ་བསོད་ནམས་ཟད་ལྟར་ནས།  
ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་འཁྱམས།  
དགོ་སྤྲིག་མི་ཤེས་ཚོས་གྱི་སྐྱེ་མི་ཐོས།  
དགོ་བའི་བཤེས་དང་མི་མངལ་མཚང་རེ་ཆེ།  
སེམས་ཅན་ཙམ་གྱི་གངས་དང་རིམ་པ་ལ།  
བསམས་ན་མི་ལུས་ཐོབ་པ་སྲིད་མཐའ་ཙམ།  
མི་ཡང་ཚོས་མེད་སྤྲིག་ལ་སྤྱོད་མཐོང་ན།  
ཚོས་བཞིན་སྤྱོད་པ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ།  
སློ་སྐྱ་ཚོས་ལ་སྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུའོ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུའོ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་རྟོན་ཅན་སྐྱེ་མ་མཁུའོ།

Если я не воспользуюсь сейчас свободами и преимуществами — я не смогу найти опору для достижения освобождения в будущем. Растеряв заслуги этого счастливого рождения, после смерти буду блуждать в дурных рождениях нижних миров. Не различу добродетель и недобродетель, не услышу звучания Дхармы, не встречу духовного Друга, о, как ужасно!

Поразмыслив — обретение человеческого рождения крайне редко. Среди людей, узрев неследующих Дхарме, погрязших в недобродетели, поступающие согласно Дхарме редки, как дневные звезды.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

## Восемь неподвижных обстоятельств

གལ་ཏེ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་གླིང་ཕྱིན་ཡང་།  
ལུས་རྟེན་བཟང་ལ་བྱུང་པོ་ཆེ་ཡི་སེམས།  
ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་ཏུ་མི་རུང་ཞིང་།  
ལྷན་པར་བདུད་ཀྱིས་ཟིན་དང་དུག་ལྡན་འབྲུགས།  
ལས་ངན་ཐོག་ཏུ་བབས་དང་ལེ་ལོས་གཡེངས།  
གཞན་ཁོལ་བྲན་གཡོག་འཇིགས་སྐྱོབ་ཚོས་ལྟར་བཅོས།  
མོངས་སོགས་འཕྲལ་བུང་སྐྱེན་གྱི་མི་ཁོམ་བརྟུད།  
བདག་ལ་ཚོས་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ལྷགས་པའི་ཚེ།  
སྒོ་སྤྲོ་ཚོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུཅན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུཅན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་བྲིན་ཅན་སྤྲོ་མ་མཁུཅན།

Хотя я достиг этого драгоценного острова, человеческого рождения, изменчивый и страстный ум даже при такой опоре не сможет стать основой достижения освобождения.

Особенно, во власти препятствующих условий или действий пяти ядов; под натиском неблаготворной кармы или отвлечения ленью; как раб под чьим-то контролем или вовлеченным в Дхарму из страха; притворяюсь, что практикую или хронически бесчувственен и глуп — это восемь неподвижных обстоятельств которые делают практику Дхармы невозможной.

Всеведущий Гुरु, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

Восемь несовместимых с Дхармой состояний ума

སྐྱོ་གས་རྒྱུང་ཞིང་དད་པའི་ནོར་དང་བྲལ་ལ།  
འདོད་སྲེད་ཞགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྲོད་རྩལ།  
མི་དགེ་སྤྲིག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་མཐའ་ལོག།  
རིས་ཆད་སློ་ཡི་མི་ཁོམ་རྣམ་པ་བརྒྱད།  
བདག་ལ་ཚོས་ཀྱི་འགལ་ཟླར་ལྷགས་པའི་ཚོ།  
སློ་སྣ་ཚོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུའ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུའ་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་རིན་ཅན་སླ་མ་མཁུའ།

Слабое отречение, отсутствие осознания драгоценности веры, пленение арканом привязанности, склонность к развращенному поведению. Наслаждение неблагим, вредоносные действия, отсутствие толики интереса, преступление обетов и нарушение самай, — Это восемь несовместимых с Дхармой состояний ума.

Когда они приходят ко мне, моя практики Дхармы в опасности!

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай власть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

## 2.2 Непостоянство жизни

དུ་ལྟ་ནད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མ་གཟིར།  
བྱམ་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས།  
རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་དུས་འདིར།  
སྟོམས་ལས་རང་དུ་དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་ན།  
འཁོར་དང་ལོང་ས་སྤྱོད་ཉེ་དུ་འབྲེལ་བ་ལྟ།  
ལྟ་ཅི་གཅེས་པར་བརྒྱུད་བའི་ལུས་འདི་ཡང།  
མལ་གྱི་ནང་ནས་ས་ཕྱོགས་སྟོང་པར་བསྐྱུལ།  
མ་དང་བྱ་ཚོད་ཁྱི་ཡིས་འདྲད་པའི་དུས།  
བར་དོའི་ཡུལ་ན་འཇིགས་པ་འིན་ཏུ་ཆེ།  
སྟོ་སྟོ་ཚེས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུ་ཞེ།  
ལམ་ལོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་ཀུན་མཁུ་ཞེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་གྱི་མ་མཁུ་ཞེ།

Сейчас я не измучен страданием и болезнями, И не попал под власть других подобно рабу.

Поэтому, обладая столь совершенно-успешным качеством независимости, если я в бесцельности растрачу человеческую жизнь из-за собственной лени, в час, когда придется оставить близких, богатство, родных и любимых, когда это тело которое я так лелеял, перекочет из своей постели в пустынное место на растерзание лисам, стервятникам и псам, тогда в бардо не будет ничего кроме страха и ужаса.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

## 2.3 Закон причины и следствия безошибочен

དག་སྲིག་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྲིན་ཕྱི་བཞིན་འབྲང།

Следствия благих и неблагих действий  
всегда следуют за мной.

## 2.4 Изъяны самсары

Страдание в горячих адах

ལྷན་པར་ད་སྐྱལ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་སོན་ན།  
ལྷགས་བསྐྱེགས་ས་གཞིར་མཚོན་གྱིས་མགོ་ལུས་འབྲལ།  
སོག་ལེས་གཤོགས་དང་ཐོ་ལུམ་འབར་བས་འཚོར།  
སློ་མེད་ལྷགས་ལྷམི་འབྲུམས་པར་འོ་དོད་འབོད།  
འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྲུགས་ལོ་རྒྱུར་འཚོད།  
ཀུན་ནས་ཚ་བའི་མེས་བསྐྱེགས་བརྒྱད་ཚན་གཅིག།

Если я рожусь существом адов,  
На поверности из лавы буду изранен и обезглавлен,  
Рассечен пилами и раздроблен раскаленными молотами,  
В ужасе буду вопить,  
    заключенный в железных домах без дверей,  
Пронзенный калеными копьями и свареный в лаве,  
Выжженный яростным пламенем,  
    я познаю ужас восьми горячих адов.



## Страдание в холодных адах

གངས་རི་སྐྱག་པོའི་འདབས་དང་རྩུ་འབྲུགས་ཀྱི།  
གཙོང་མོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱུག་སྐྱབས།  
གང་རེག་རྩུང་གིས་བཏབ་པའི་ལང་ཚོ་ནི།  
རྩུ་བྱར་ཅན་དང་སྐྱག་པར་བརྗོལ་བ་ཅན།  
སྐྱོ་སྐྱགས་རྩུན་མི་ཚད་པར་འདོན་པ་ཡང།  
ཚོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་བརྟག་པར་དཀའ་བ་ཡིས།  
བྱངས་ཀྱིས་རབ་བཏང་འཆི་ཁའི་ནད་པ་བཞིན།  
ཤྱགས་རིང་འདོན་ཅིང་སོ་ཐམ་པགས་པ་འགས།  
ཤུ་ཐོན་ནས་ལྷག་པར་འགས་ཏེ་བརྟུན།

На вершинах гор, у ледяных обрывов,  
Посреди страшных мест, где метель и снег,  
Мое нежное тело встречает замораживающие ветра,  
Превращаясь в волдыри и гнойные язвы.  
Непрерывный вопль и мучительный крик,  
Немыслимые страдания человека, которого покидают силы.  
Я дышу глубоко и прерывисто, сжав зубы, а кожа трескается.  
И моя плоть разлагается заживо в глубоких ранах,  
    не давая мне умереть  
Так я познаю отчаяние восьми холодных адов.

## Страдание в промежуточных адах

དེ་བཞིན་སྐྱ་གྱིའི་ཐང་ལ་རྒྱུ་བཞུགས།  
རལ་གྱིའི་ཚལ་དུ་ལུས་ལ་བཅད་གཏུབས་བྱེད།  
རོ་མུགས་འདས་རྒྱུད་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་གྲོང་།  
མནར་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་དང་འགྲུར་བ་ཅན།

Мои ступни разрезаются на ленты,  
В Равнине Бритвенных лезвий,  
В Лесу Мечей мое тело располасывается ножами,  
Я погружаюсь в Болото Гниющих Трупов,  
И в Яму Горящих Углей.  
Так я познаю мучения Смежных Адов.

## Страдание в неопределенных адах

སློང་དང་ཀ་བ་ཐབ་དང་ཐག་པ་སོགས།  
རྟག་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སློང་པའི་ཉེ་ཚེ་བ།  
རྣམ་གངས་བཅོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ།  
ཞེ་སྤང་དག་པོའི་ཀུན་སློང་སྐྱེས་པའི་ཚེ།  
སློ་སྣ་ཚོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུའོ།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུའོ་རྗེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དེ་ན་ཅན་སྐྱ་མ་ཁུའོ།

Используемый как двери, колонны, печи, веревки и прочее,  
Я познаю рабство изменчивого ада.  
Причина рождения в восемнадцати адах —  
Сильный гнев и ненависть.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай власть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

## Страдания в мире голодных духов

དེ་བཞིན་མོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཡུལ།  
བཟའ་བཏུང་ལོང་ས་སྤྱོད་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།  
ཟས་སྐོམ་ལོ་ཟླར་མི་རྟེན་ཡི་དུགས་ལུས།  
རིད་ཅིང་ལྷང་བའི་སྤྲོབས་ཉམས་རྣམ་པ་གསུམ།  
གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་སེར་སྣ་ཡིན།

Точно также в мрачной и обездоленной области, где про пищу, воду и комфорт не слышать и подавно, преты не могут найти ничего поесть и попить в течении месяцев и лет. Их тела настолько истощены, что нет сил даже стоять. Они страдают от трех видов загрязнений. Подобное перерождение — результат жадности.

## Страдания в мире животных

གཅིག་ལ་གཅིག་བཟའ་གསོད་པའི་འཇིགས་པ་ཆེ།  
བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པས་ཉམ་ཐག་ལྷང་དོར་ཚོངས།  
ཕ་མཐའ་མེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་གཟིར་བའི།  
ས་བོན་གཏོ་སྤྲུག་སྤྲོས་པར་འབྱམས་པ་བདག་  
ལྷོ་སྣ་ཚོས་ལ་བསྐྱར་ཅིག་གུ་རུ་མཁུན།  
ལམ་གོལ་དམན་པར་མ་གཏོང་གུན་མཁུན་ཇེ།  
གཉིས་སུ་མེད་དོ་དྲིན་ཅན་ལྷ་མ་མཁུན།

В постоянном страхе быть съеденными другими, изнуренные рабством, не ведая, что принимать, а что отвергать, животные поглощены бесконечным страданием, суть которого упрямая тупость, — когда я попадаю в этот мрак неведения.

Всеведущий Гуру, обрати мое мышление к Дхарме. Всеведущий Владыка, не дай впасть на ошибочный, низкий путь. Неразделимый, Милосердный Учитель, знай обо мне!

# Осознание собственных ошибок

## Три Колесницы

ཚོས་ལམ་ཞུགས་ཀྱང་ཉེས་སྤོང་མི་སྒྲིམ་ཞིང།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ཞུགས་གཞན་པན་སེམས་དང་བྲལ།  
དབང་བཞི་ཐོབ་ཀྱང་བསྐྱེད་རྫོགས་མི་སྒྲིམ་པའི།  
ལམ་གོལ་འདི་ལས་སླ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я вступил на путь Дхармы, я не отрекся от ошибочных путей. Хотя я вошел во врата Махаяны, я лишен намерения принести благо другим. Хотя я получил четыре посвящения, я не практикую стадии зарождения и завершения. О, Учитель, освободи меня от этого ошибочного пути!

## Воззрение, Медитация и Поведение

ལྟ་བ་མ་རྟོགས་ཐོ་ཚེད་སྤོང་བ་ཅན།  
སྒྲིམ་པ་ཡང་ས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་འུད་གོག་  
འཐག་སྤོང་བ་ཉོར་ཀྱང་རང་སྤོན་མི་སེམས་པའི།  
ཚོས་རྗེད་འདི་ལས་སླ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я не реализовал Воззрение, я веду себя как Йогин Безумной Мудрости. Без устойчивости в Медитации я позволяю себе застрять в концепциях и игре ума. Хотя мое Поведение ошибочно, я виню не себя. О, Учитель, освободи меня от высокомерия, упрямства и бесчувственности!

## Отвлечение от настоящей жизни

ནང་བར་འཆི་ཡང་གནས་གོས་ལོ་ལ་སྲིད།  
ན་ཚོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྟོང་གས་བལ།  
ཐོས་པ་རྒྱུད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་ཚོམ།  
མ་རིག་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

Хотя я могу умереть завтра, я цепляюсь за жилье, одежду и богатство. Хотя я уже не молод, я лишен разочарования и отречения от Самсары. Познав крупицу Дхармы, кичусь учёностью направо и налево. О, Учитель, освободи меня от подобной тупости!

## Восемь мирских забот

རྒྱུན་ཁར་འཚོར་ཡང་འདུ་འཇིག་གནས་སྐྱོར་སེམས།  
དབེན་པ་བརྟེན་ཡུང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས།  
དུལ་བར་སྐྱེ་ཡང་ཆགས་སྣང་མ་ཞིག་པའི།  
ཚོས་བརྒྱད་འདི་ལས་སྒྲ་མས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།  
གཉིད་འཇུག་འདི་ལས་སྐྱུར་དུ་སད་དུ་གསོལ།  
ཇི་སྲིད་འདི་ལས་སྐྱུར་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ།  
ཞེས་འབོད་པ་དྲག་པོས་ཕྱགས་རྗེ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ།

Хотя я могу подвергнуться опасностям, я ищу Дхарма-общение в публичных местах, думая, что это паломничество. Хотя пребываю в ретрите, мышление словно посох, лишено гибкости. Похваляясь покоем и тихой речью, я не избавился от гнева и жадности. О, Учитель, защити меня от восьми мирских целей. Пробуди меня от этого глубокого сна неведения. Вызови меня из этого мрачного самозаключения!

### 3 Прибежище

དཀོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཅུ་བ་གསུམ་མེད།  
ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་མེད།  
དོསོ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྗེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལེད།  
བྱང་རྒྱུ་སྙིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

В Трех Драгоценностях и их сущностях сугатах,  
Трех Корнях: Гуру, Дэва и Дакини,  
В Каналах, Ветрах и Сферах и их природе Бодхичитте,  
В Мудрости Естественной Пустоты [природе моего ума],  
Мудрости Присущей Светоносности [природе моей речи] и  
Мудрости Всепроникающего Милосердия [природе моего тела]  
Я принимаю прибежище, вплоть до достижения  
сущности просветленной мудрости!

## 4 Бодхичитта

དོ་སྣ་ཚོགས་སྣང་བ་རྒྱུ་ལྡན་རྒྱན་རིས་ཀྱིས་མེད་  
འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་མོ་  
རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་བསོའི་ཕྱིར་  
ཚད་མེད་བཞི་ཡི་ངང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་

Хо! Зачарованные, цепляющиеся за различные  
иллюзорные явления, подобные отражениям луны в воде,  
Существа, бесконечно скитающиеся  
в заблуждении среди порочных кругов самсары!  
Для того, что бы вы отдохнули  
в собственном пространстве самоосознания,  
Я активирую безмерные любовь, милосердие,  
удовольствие и равенность  
пробужденного ума, сердца Бодхичитты!

Три раза

## 5 Очищение Ваджрасаттвы

ལྷུ་ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྒྲིབོ་རུ་ བད་དཀར་ལྷ་བའི་གདན་གྱི་དབུས་མེ་  
རྒྱུ་ལས་སླ་མ་རྩོམ་མེས་མེས་ དཀར་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་སྐྱེ་  
རྩོམ་མེས་མེས་མེས་མེས་མེས་མེས་ རྩོད་ལ་སྐྱབས་གསོལ་སྲིག་པ་སྤྱོད་མེས་  
འགྲོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་མེས་ ཕྱིན་ཚད་སོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྤོམ་  
ལྷོད་སྐྱགས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་སྤོང་ རྒྱུ་ཡིག་མཐའ་མར་སྐྱགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་  
བཞུགས་པ་སྐྱགས་ཀྱིས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བས་ ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལོ་སྤོར་མཚམས་ནས་  
བདུད་རྩི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་སྤྱིན་ ག་བུར་རྩལ་ལྷར་འཇག་པ་ཡིས་  
བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་ ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྐྱག་བསྐྱལ་རྒྱུ་  
ནད་གདོན་སྲིག་སྒྲིབ་ཉེས་ལྷུང་གི་བེ་ མ་ལུས་བྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ་

A! Я в своей обычной форме. Над моей макушкой,  
На лунном диске в центре белого лотоса  
ХУМ преобразуется в Гуру Ваджрасаттву.  
В форме сияющей белой Самбогакаи,  
В объятии с супругой держит ваджру и колокольчик.  
Пожалуйста, защити и очисти во мне все неблагое!  
Признаюсь во всем с глубоким рассказанием  
И не повторю этого снова даже под угрозой жизни!  
На лунном диске в твоём сердечном центре  
слог ХУМ окруженный мантрой.  
Благодаря взыванию, начитыванием мантры,  
Из места союза наслаждающихся блаженством супругов,  
Облако амриты-бодхичитты  
Нисходит подобно потоку камфоры.  
Мои и существ трех миров  
Неблагое мышление и карму — причины страданий,  
Болезни, вредоносные влияния, негативности, омрачения,  
Пожалуйста, очисти без остатка!



ཨོ་བཙུན་སྲ་ས་མ་ཡེ། མ་རུ་ལཱ་ལ་ཡེ། བཙུན་ཏེ་ལོ་པ་ཏིལྱ་འི་རྩོ་མེ་བྱ་ཤེ།  
སྲ་ཏེ་ཏེ་མེ་བྱ་ཤེ། སྲ་པོ་ཏེ་མེ་བྱ་ཤེ། ཨ་རུ་རྟོ་མེ་བྱ་ཤེ། སང་སྒྲི་སྒྲི་ཡ་ཡཾ་ཧྲོ།  
སང་ཀམ་སྲ་ཚ་མེ། ཅོ་རྩི་གེ་ཡོ། ཀུ་རུ་རྩི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། ལྷག་ཤུལ།  
སང་ཏ་སྲ་ག་ཏ་བཙུན་ལཱ་མེ་སྲུ་བཙུན་མེ་སྲ་ས་མ་ཡེ་སྲ་ཡེ།

ОМ БАДЗРА САТО САМАЯ МАНУ ПАЛАЯ  
БАДЗРА САТО ТЕНОПА ТИШТО ДРИДХО МЕБХАВА  
СУТО КАЙО МЕБХАВА  
СУПО КАЙО МЕБХАВА  
АНУ РАКТО МЕБХАВА  
САРВА СИДДХИ МЕМПРАЯЦА  
САРВА КАРМА СУЦАМЕ  
ЧИТТАМ ШРИ ЯМ КУРУХУМ  
ХА ХА ХА ХА ХО БХАГАВАН  
САРВА ТАТХАГАТА  
БАДЗРА МА МЕ МУНЦА  
БАДЗРИ БХАВА МАХА  
САМАЯ САТО А

рецитируй сколько сможешь

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྤོངས་པ་ཡིས།  
དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།  
ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།  
གཙོ་བོ་རྩེ་འཛིན་པ་སྟེ།  
ཐུགས་རྗེ་ཚེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།  
འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཚེ།

О защитник! Из-за моего невежества и заблуждения  
Я пошел на нарушение моих самай.  
Лама защитник, будь моим прибежищем!  
Владыка Мандал, Ваджрадхара,  
Воплощение Великого Сострадания,  
Царь всех существ, в тебе принимаю Прибежище!

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།  
 སྲིག་པ་དང་སྲིབ་པ་ཉེས་ལྟོང་བྱི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།  
 ཞེས་བརྗོད་པས་རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དཔེས་བཞེན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་ རིགས་ཀྱི་བུ་ཚོ་དེ་གི་སྲིག་སྲིབ་  
 ཉེས་ལྟོང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཞེས་འོད་དུ་ལུ་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པའི་སྐྱེན་ལས།  
 རང་ཉིད་ཀྱང་རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ སྣང་སྟོང་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ ཐུགས་སོག་  
 རྗེ་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་པོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འམས་གསུམ་སྟོད་བཅུད་དང་བཅས་  
 པ་རྫོར་སེམས་རིགས་ལྗེའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ རང་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་པར་གྱུར།

Я нарушал коренные самаи тела, речи и ума и самаи-ветви  
 Во всех этих падениях я открыто раскаиваюсь. Молю, пускай  
 все мои негативные действия, омрачения и нарушения обетов  
 очистятся. Вместе с этими словами, Ваджрасаттва исполненный  
 счастья и улыбки говорит: “Чистое дитя всех Будд, все твои  
 негативные действия, омрачения нарушения обетов и изьяны  
 очистились!” Принимая его прощение, он тает в свете и раство-  
 ряется во мне! Так я становлюсь Ваджрасаттвой, проявляющи-  
 мся, но пустым по природе, подобно отражению в зеркале. Из  
 слога ХУМ в сердечном центре, и окружающим его четырех  
 слогов, исходят лучи света. Все существа всех миров и всех  
 вселенных сливаются с Ваджрасаттвой и Пяти Семействами,  
 проявляя чистую мандалу, достигают состояния Будды!

ཨོ་བཙྰ་སཏྱ་རྗེ།      Начитывай сколько можешь и медитируй

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག  
 རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།  
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།  
 དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག

Через благость и заслуги этого, я могу быстро достичь  
 реализации Ваджрасатвы, и таким образом, каждое существо  
 достигнет Состояния Совершенства тоже.

## 6 Подношение Мандалы

### 6.1 Подношение мандалы Нирманакаи

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་།

སྒོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བྱེ་བ་སྤག་བརྒྱའི་ཞིང་།

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྟ་མིའི་འབྱོར་པས་གངས་མཚན་།

བདག་ལུས་ལོངས་སྤོང་བཅས་པ་ལོངས་འབྱུང་གྱིས་།

ཚེས་གྱི་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་སྤྲིད་ཐོབ་ཤོག་།

OM A HUM

Миллиард вселенных трехтысячекратных миров,  
Заполненных семью видами драгоценностей  
И богатствами богов и людей,  
Подношу вместе со своим телом и владениями!  
Благодаря этому подношению  
Да стану я вселенским царем Дхармы!

### 6.2 Подношение мандалы Самбогакаи

འོག་མིན་བདེ་ཆེན་སྤུག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་།

ངེས་པ་ལྟ་ལྟན་རིགས་ལྟའི་ཚོམ་བུ་ཅན་།

འདོད་ཡོན་མཚན་པའི་སྤྲིན་ལུང་བསམ་ཡས་པ་།

སུལ་བས་ལོངས་སྤོང་ཞིང་ལ་སྤོང་པར་ཤོག་།

Непревосходимая, блаженная, прекрасная земля Будд,  
Наделенная собранием пяти семейств  
И пяти превосходных совершенств,  
А также невообразимые облака чувственных удовольствий —  
Благодаря этому подношению  
Да наслажусь я чистой землей Самбогакаи!

### 6.3 Подношение мандалы Дхармакаи

སྒྲུང་སྒྲིང་རྣམ་དག་གཞིན་ལུ་བུམ་པའི་སྐྱུ་  
བུགས་རྗེ་མ་འགགས་ཚོས་ཉིད་རོལ་པའི་རྒྱན་  
སྐྱུ་དང་ཐིག་ལེའི་འཛིན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་  
ཕུལ་བས་ཚོས་སྐྱུའི་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག་

Все совершенно чистые явления, юное тело сосуда,  
Украшенное непрерывным милосердием, игрой пустоты —  
Земля совершенного чистого видения тел и сфер.  
Благодаря этому подношению  
Да наслажусь я чистой землей Дхармакаи!

## 7 Порождение накопления Кусали: Чод

ཕན་མཚན་།

ལུས་གཅེས་འཛིན་བོར་བས་ལྷ་བདུད་ཚོམས་མཚན་།

སེམས་ཚངས་པའི་སྐྱོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་མཚན་།

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙམ་ཁྲོས་མར་གུར་མཚན་།

གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་འཛོམས་གི་གྲུག་གིས་མཚན་།

གཟུགས་སྤང་བའི་བདུད་བཙམ་ཐོད་པ་བྲེགས་མཚན་།

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུ་ཐོགས་མཚན་།

སྐྱ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྤྱིད་བྱུར་བཞག་མཚན་།

ནང་སྤོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ་མཚན་།

ཨ་བྱང་དང་ཉོ་ཡིག་གིས་བདུད་ཚིར་བཞུ་མཚན་།

འབྲུ་གསུམ་གྱི་འུས་པས་སྤྱང་སྤེལ་བསྐྱར་མཚན་།

ПХАТ

Отбросив цепляние за любимое тело, повергаю демона богов.

Мышление вылетает в пространство через отверстие на макушке.

Повергая демона-владыку смерти, становлюсь Гневной Матерью.

Дигугом в правой руке повергаю демона усталости.

Рассекаю череп, повергая демона-составляющих.

Левой рукой срываю отсеченную верхнюю часть

И помещаю на очаг из человеческих голов — трех кай.

Внутри черепа мой труп, заполняющий всю вселенную,

Плавится нектаром из слогов А и ХУМ,

А затем очищается, разрастается и преобразуется

тремя слогами ОМ А ХУМ!

ཨོ་ཨུ་ཧཱུྃ་།

рецитируй

ཕའེ།

ཡར་མཚོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་བྱུགས་དམ་བསྐྱང་།  
ཚོགས་རྫོགས་ནས་མཚོག་བྱུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།  
མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།  
ལྷན་པར་དུ་གཞོན་བྱེད་བགོགས་རིགས་ཚིམ་།  
ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།  
རྒྱན་དན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བསྐྱུག་།  
མཐར་མཚོད་བྱ་དང་མཚོད་ཡུལ་མ་ལུས་ཀུན་།  
གཤིས་རྫོགས་པ་ཚེན་པོར་མ་བཅོས་ཨ་།

ПХАТ

Исполняю желения верхних гостей подношения,  
Завершаю накопление и обретаю обычные и высшие достижения,  
Удовлетворяю нижних гостей самсары и выплачиваю все долги,  
В особенности насытив вредоносных и препятствующих духов,  
Умиротворяю в пространстве болезни, злых духов и припятствия,  
Стираю в пыль дурные условия и цепляния за "Я".  
В заключение подношения, объекты подношения все полностью  
Растворяются в естественном Великом Совершенстве. А!

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག

расслабься в естественном состоянии

# 8 Гурӯ Йога

## 8.1 Визуализация

ཨ་མ་ཧོ།

རངསྐྱོང་ལྷུན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།

བཀོད་པ་རབ་རྗེགས་ཟང་མདོག་དཔལ་རིའི་དབྱུང་།

རངཉིད་གཞི་ལུས་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་།

ཞབས་གཉིས་དོར་སྐབས་སྤུན་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས་།

སྤྱི་བོར་པརྗ་འབྱུང་བརྟལ་ཉི་ཟླའི་ལྟེང་།

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཙ་བའི་བླ་མ་དང་།

དབྱེར་མེད་མཚོ་སྐྱེས་དོ་རྗེ་སྤུལ་པའི་སྐུ།

དཀར་དམར་མདངས་ལུན་གཞོན་ལྷའི་བཀུགས་ཅན་།

ཐོད་ཁ་ཚོས་གོས་བཟེང་འདུང་མ་གསལ་།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྐྱབས་།

ཕྱག་གཡམས་དོ་རྗེ་གཡོན་པས་ཐོད་བྱུང་བསྐྱམས་།

དབུ་ལ་འདབ་ལུན་པརྗའི་མཉེན་ལྷུ་གསལ་།

མཚན་ཁྲུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཚོག་མ།

སྐས་པའི་རྒྱལ་གྱི་ལ་ཏྲི་ཙུ་གསུམ་བསྐྱམས་།

འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ལྷུང་གྲོང་ན་བཞུགས་།

ཕྱི་འཁོར་འོད་ལྷའི་དྲུ་བས་མཛེས་པའི་གྲོང་།

སྤུལ་པའི་རྗེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྷ་དང་།

རྒྱ་བོད་པའི་གྲུབ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ།

མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱོང་དམ་ཅན་སྤྱིན་ལྷར་གཉིབས་།

གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཚེན་པོའི་ངང་དུ་གསལ་།

## ОМ А ХУМ

Самовозникшая спонтанная полностью чистая Сфера,  
Совершенно расположенная Славная Медноцветная Гора;  
В центре я в виде Ваджрайогини, с одним лицом, двумя руками:  
Красная, сияющая, держит дигуг и капалу,  
Две ноги в заигрывающей позе, три глаза глядят в пространство.  
Над моей головой на лунном и солнечном дисках,  
поверх распустившегося тысячелепесткового лотоса,  
Коренной Учитель, воплощение всех объектов прибежища,  
В форме Нирманакаи Падмасамбхавы,  
В расцвете юности, с легким румянцем,  
В парчовом одеянии, халате цвета неба,  
Монашеской накидке и царской мантии,  
С одним лицом, двумя руками, в игривой царской позе:  
В правой руке ваджра, в левой череп с сосудом.  
На голове пятилепестковая лotosовая шапка.  
Прижимая изгибом левой руки  
Высшую супругу блаженства-пустоты,  
Скрытую в виде тризубца,  
Восседает в сиянии радужных лучей и сфер света.  
В окружении совершенного сплетения пятицветного света  
Двадцать пять проявлений, царь и подданные,  
Ученые и мастера, держатели ведения Индии и Тибета,  
Божества, летящие в пространстве,  
Охранители учения и держатели обетов  
собраны подобно облаку.  
Все — великая равность светоносности и пустоты.



## 8.2 Семистрочная молитва

ལྷོ་མཚན་ཡུལ་གྱི་ལྷ་མཚན་ལོ་ལོ་སོ་སོ་ལྟེ་སྟེ།  
པར་ལོ་སར་ལྷོ་ལོ་སོ་སོ་ལྟེ་སྟེ།  
ཡ་མཚན་མཚན་གྱི་དོན་གྱུ་བ་བརྟེ་སྟེ།  
པར་ལྷོ་ལྷོ་གཏན་ལེན་གྱི་ལྷོ་གཏན་སྟེ།  
འཛིན་དུ་མཚན་འགྲོ་མང་ལོ་སོ་སོ་ལྟེ་སྟེ།  
ལྷོ་གྱི་ལྷོ་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་གྱི་ལྷོ་གྱི་ལྷོ་སྟེ་སྟེ།  
ལྷོ་གྱི་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་གྱི་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་གྱི་སྟེ་སྟེ།  
ལྷོ་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་སྟེ་སྟེ་ལྷོ་སྟེ་སྟེ།

ХУМ

На северо-западной границе священной страны Уддияны,  
Посреди озера Данакоша, в ложе цветка на стебле лотоса,  
Ты обрел чудесные высшие достижения,  
Прославленный как Лотосорожденный,  
Окружен свитой из множества дакинй и видьядхар.  
Следуя тебе, я достигну совершенства.  
Молю приди и благослови!

### 8.3 Семь ветвей

སྒྲིལ་བཤམ་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་དུ།  
རྣམ་པར་འཕྲུལ་པས་ཕྱག་འཚལ་ལེ།  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱུལ་ཉིང་འཛིན་མཐུས།  
སྤང་སྲིད་མཚོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ།  
སྒོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་རྣམས་ཀུན།  
འོད་གསལ་ཚེས་སྐྱའི་ངང་དུ་བཤམས།  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་བ་ཡི།  
དགོ་ཚོགས་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ།  
ཐོག་གསུམ་ཚེས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ།  
ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར།  
ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས།  
དུས་གསུམ་བསམས་པའི་དགོ་ཚུ་ཀུན།  
བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟེ།

Совершаю простиранья, преобразив свое тело во столько тел, сколько частиц во вселенной. Всевозможные материальные подношения и те, что созданы в уме силой медитации; подношу всю вселенную в одно мгновение. Всю свою неблагодарную карму, созданную телом, речью и умом очищаю в ясном свете Дхармакаи. Как относительным так и абсолютным, сорадуюсь всем накопленным заслугам и мудрости. Для блага существ с тремя видами способностей прошу вас поворачивать колесо Дхармы трех колесниц. Пока сансара полностью не опустеет и существа не обретут свободу, молю, пожалуйста, оставайтесь среди нас и не входите в паринирвану. Все заслуги и благодать карму прошлого, настоящего и будущего посвящаю всем существам, чтобы они стали Буддами.

## 8.4 Созревание Достижений

། རྩོམ་པོ་ལྷན་གྱི་རྩོམ་པོ་ཆེ།  
ལྷན་པོ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།  
སྐྱེས་པའི་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དཔལ།  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་ལཱ་མཚོ།  
ལུས་དང་ལོངས་སྤོད་སྤོ་སྤོང་བྱང་།  
ལྷོས་པ་མེད་པར་ལྷན་ལ་འབྱུང་།  
འདི་ནས་བྱང་ལྷན་མ་ཐོབ་པར།  
སྤྱིད་སྤྱུག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཀྱུན།  
རྩོམ་པོ་ཆེན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ།  
ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ།

Благородный владыка, Непревзойденная Драгоценность,  
Ты — славное воплощение милосердия  
и благословения всех Будд,  
Единственный защитник всех существ,  
Тело, богатство, сердце и мышление, подношу тебе без сомнений!  
С этого мгновения, пока не обрету пробуждение,  
В счастье и страдании, в радости и печали, в успехе и неудаче,  
Всевеликий благородный владыка, помни меня!

## 8.5 Благопожелания

ལྷོ་བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་ཅེ་  
ད་ལྟའི་དུས་རལ་སྟིགས་མའི་འགོ་  
མི་བཟང་སྤྲུག་བསྐྱེད་འདམ་དུ་བྱིངས་ཅེ་  
འདི་ལས་སྐྱོབས་ཤིག་མ་རྒྱ་གུ་རུ་  
དབང་བཞི་བསྐྱར་ཅིག་བྱིན་ལྷབས་ཅན་ཅེ་  
རྟོགས་པ་སྐོར་ཅིག་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཅེ་  
སྤྱི་བ་གཉིས་སྐྱོངས་ཤིག་ལུས་མཐུ་ཅན་ཅེ་  
ལོ་ལྷོ་རྩྭ་བརྒྱ་གུ་རུ་པརྒྱ་སྤྱི་རྩྭ་

У меня нет иной опоры кроме тебя.  
Существа нынешнего времени упадка  
Тонут в пучине нестерпимых страданий.  
О, Великий Гуру, защити нас от них!  
Благословенный, даруй четыре посвящения.  
Милосердный учитель, усиль реализацию.  
Могущественный, очисти два омрачения.

## 8.6 Растворение

། རྣམ་ཞིག་ཚེ་ཡི་དུས་བྱས་ཚེ་ རང་སྣང་རྒྱལ་བ་དཔལ་རིའི་ཞིང་།  
རླང་འཇུག་སྤྱུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ གཞི་ལུས་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ་  
གསལ་འཚོར་འོད་གྱི་གོང་བྱ་རུ་ ལྷུར་ནས་རྗེ་བཙུན་པ་ད་འབྱུང་དང་།  
དབྱེར་མེད་ཚེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ བདེ་དང་སྤོང་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་གྱི་  
ཡེ་ཤེས་ཚེན་པོའི་རོལ་པ་ལས་། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་།  
འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་ རྗེ་བཙུན་བསྐྱེས་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ་།  
གསོལ་བ་སྤྲིང་གི་དཀྱིལ་ནས་འདེབས་། ལ་ཙམ་ཚིག་ཙམ་མ་ཡིན་ནོ་།  
ཕྱིན་ལྷ་བས་བྱུགས་གྱི་གྲོང་ནས་སྦྱོལ་། བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ་།

Во время когда жизнь моя подойдет к концу с полнотой восприятия Небес Чамары — Славной Медноцветной Горы, чистой земли Нирманакаи нераздельных пустоты и явлений, мое тело Ваджрайогини переходит в сияющий, мерцающий шар света и сливается в нераздельности с Падмасабхавой, и я достигаю состояния Будды. Затем из игры обширной изначальной мудрости, которая являет чудесное проявление блаженства и пустоты, для каждого живого существа в трех мирах пусть предстану я как их Проводник к Освобождению — Джетсун Пема, осуществи это, Молю! Со всей искренностью из глубины моего сердца Это не просто слова или треп: Ниспошли свои благословения из глубин Мудрости своего Ума, осуществи все мои благопожелания, Молю!

ཨོ་ཨུ་རྗེ་བཙུན་གྱུ་རུ་བསྐྱེས་སྤྲིང་གི་རྗེ་རྗེ་།

OM A HUM BADDRA GURU PEMA SIDDHI HUM

## 9 Молитвы и благопожелания

### 9.1 Молитва линии передачи

ཨེ་མ་རྟོ། རྒྱ་རྒྱུ་ཕྱོགས་ལྷུང་བུལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།  
དང་པོའི་སངས་རྒྱལ་ཚོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་།  
ཡོངས་སྐུ་རྒྱ་རྒྱུའི་རོལ་ཅུལ་དོ་རྗེ་སེམས།  
སྐུལ་སྐུར་མཚན་རྗེས་དགའ་རབ་དོ་རྗེ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱ་བས་དབང་བསྐྱར་སྦྱོལ།  
བྱི་སྤྲོ་དོན་དམ་ཚོས་ཀྱི་མཛོད།  
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར།  
རྫོ་ན་སྐུ་ཏུ་པཎ་ཆེན་བེ་མ་ལར།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྐུ་སྦྱོན།  
འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་རྒྱན་གཅིག་པདྨ་འབྱུང་།  
ངེས་པར་ཐུགས་ཀྱི་སྐས་མཚོག་རྗེ་འབངས་གྲོགས།  
ཐུགས་གཏེར་རྒྱ་མཚོའི་བདེ་འགྲོལ་གྲོང་ཆེན་ཞབས།  
མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་བབས་འཇིགས་མེད་སྤྱིང་།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྦྱོལ།

ЭМАХО В бескрайней неделимой чистой земле  
Изначальный Будда, Дхармакая Самантабhadра,  
Игра подобная луне в воде, Самбогакая Ваджрасаттва,  
Совершенство качеств, Нирманакая Прахеваджра,  
Молю, даруйте благословения и посвящения!  
Шри Синха, сокровищница абсолютной Дхармы,  
Манджушримитра, вселенский владыка девяти колесниц,  
Джнянасутра, великий ученый Вимиламитра,  
Молю, укажите путь освобождения!

Падмасамбхава, единственное украшение этого мира,  
Царь, учениники и спутница, величайшие истинные дети сердца,  
Лонгчен Рабджам, раскрывающий смысл океана сокровищ ума,  
Джигме Лингпа, наделенный сокровищами пространства Дакинью,  
Молю, даруйте освобождение и всеведение!

རིགས་འཛིན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གུ་དང་།  
དཔལ་སྐུལ་འཛིག་བྲལ་ཚེས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཞབས།  
མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེས་གཞན་ཕན་སྤང་བའི་དཔལ།  
འཇམ་དབྱངས་དབང་རྒྱལ་ཅུ་བའི་སླ་མ་ལ།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཚོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།  
དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་བརླབས་ཀྱིས།  
དམ་ཚེས་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི།  
རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ལམ་ལ་སྐྱུར་བཤོད་ནས།  
སྐྱབ་བཞི་གོ་འཕང་སྐྱུར་དུ་འཕྲོབ་པར་ཤོག།

Великий Видьядхара Гьелве Нью,  
Патрул “Бесстрашный Владыка Дхармы”  
Ученый и сиддха, Славный Шенпен Нангва,  
Джамьян Вангьял, Коренной Учитель,  
Возносим молитву, даруйте высшие и общие сиддхи!  
Благословением такой молитвы,  
Пусть усмирятся дурные условия  
и препятствия к осуществлению Святой Дхармы.  
Быстро пройдя путь четырех стадий Видьядхары,  
Пусть быстро обретем уровень Четырех Тел!

## 9.2 Благопожелания этой жизни

སྲིད་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས།  
རྫོང་ཇི་ལྟར་དོན་ལྡན་མིག་བཞིན་བརྟེན།  
ཅི་གསུང་བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ།  
ལྷོ་མ་རྒྱུད་མེད་པའི་བསྐྱབ་ཚུགས་ཞེ་རུས་ཀྱིས།  
ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག།  
སྤྲོད་སྲིད་འཁོར་འདས་ལེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་།  
ལྷ་སྒྲགས་ཚོས་སྐར་དག་ཇོགས་སྦྱིན་པའི་འབྲས།  
སྤངས་བྱ་རྩལ་མེད་པའི་ཇོགས་པ་ཆེ།  
ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱོད་ལས་འདས་རིག་པའི་གདངས།  
ཚོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྗེན་པར་མཐོང་བར་ཤོག།  
མཚན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་གྲོལ་འཇའ་ཟེར་སྐབས།  
སྐྱེད་ཐིག་ལའི་ཉམས་སྤང་གོང་དུ་འཕེལ།  
རིག་ཚུལ་ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབས།  
ཚོས་ཟད་སློའ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ།  
གཞིན་ལུ་བུམ་སྐར་གཏན་སྲིད་བྱིན་པར་ཤོག།

Из подлинного отречения, отвращения к самсаре,  
Да положусь я на своего ваджрного учителя, как на свои глаза!  
Благодаря следованию каждому его слову,  
Как глубинной практике,  
С неослабевающим ни на миг усердием,  
Да передастся мне благословение реализации мудрости!



Всевозможные явления, самсара и нирвана —  
 Изначально чистая земля Акаништха!  
 Где все явления освобождаются в совершенных формах Будд;  
 Все звуки очищаются мантрами;  
 А все мысли самоосвобождаются в Дхармакае.  
 Поскольку Великое Совершенство  
     свободно от усилий принятия и отвержения,  
 А Сияние Осознания  
     запредельно исследованию и переживанию,  
 Я реализую напрямую реализацию обнаженной природы!  
 Освободив мысли в сияющее радужное пространство,  
 Я разовью переживания видения тел и сфер!  
 Да достигнет игра осознания своей полноты в мире Самбогакаи!  
 Совершенно исчерпав мышление в Пробужденное Всеведение,  
 Да пребудет вечно юное тело сосуда,  
     свободное от рождения и смерти!

### 9.3 Благопожелания о промежуточном состоянии

ཤིན་ཏུ་ནལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་རྒྱན་དེ།  
 རགས་ལུས་དངས་མའི་དབྱིངས་སུ་མ་གོལ་ན།  
 ནམ་ཞིག་ཚེ་ཡི་འདུ་བྱེད་བསྐྱེད་བའི་ཚེ།  
 འཆིབ་འོད་གསལ་ཀ་དག་ཚེས་སྐྱར་ཤར།  
 བར་དོའི་སྐྱང་ཆལོངས་སྲོད་ཚོགས་སྐྱར་གོལ།  
 ལྷོགས་ཚོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རྩལ་ཚོགས་ནས།  
 མ་པང་བྱ་འཇུག་ལྟ་བུར་གོལ་བར་ཤོག།

Если не овладею сутью Ати йоги в этой жизни,  
 И грубое тело не освободится в сфере природы,  
 Когда иссякнут условия этой жизни,  
 Да распознаю в миг смерти  
     светоносность изначальной чистоты Дхармакаи!

Пусть все видения и переживание бардо  
самоосвободятся в формах Самбогакаи!  
И совершенствуя путь Трекчо и Тогал,  
Пусть освобожусь также естественно,  
как дитя припадает к коленям матери!

#### 9.4 Благопожелания о следующей жизни

གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཚོག་གི་ཕྱེ།  
སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་ཚོལ་ཚོས་སྐྱེ་ཞལ།  
མངོན་གྱུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན།  
མ་བསྐྱེམ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལྡེའི་ལམ་མཚོག་ལ།  
བསྐྱེན་ནས་རང་བཞིན་སྤུལ་པའི་ཞིང་ལྗང་།  
ལྷན་པར་པར་འོད་གྱི་ཕོ་བྱང་དུ།  
རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་མཚོག་ཨོ་རྒྱན་རྩེས།  
གསང་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འགྲེང་པའི་སར།  
སྤུལ་གྱི་བྱ་བོར་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་ལྷེ།  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཚོར་བདག་འགྱུར་ཤོག།

В светоносности великой тайны, вершине высшей из колесниц,  
Не ищут Будду где либо кроме Дхармакаи,  
Ведь все изначальное проявление освобождено в основе.  
На высшем из путей, пяти методах освобождения без медитации  
Да рожусь я в чистых пяти землях Самбогакаи,  
А в особенности во дворце Лотосового Света —  
Славное Медноцветной Горе,  
Где достославный владыка из Уддияны  
В окружении океана видьядхар  
Возглавляет пиршество Дхармы великой тайны!  
Пусть обрету я рождение как его любимый сын или дочь,  
Для того, чтобы безгранично помогать живым существам!

## 9.5 Молитва об исполнении благопожеланий

དེག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིན་རླབས་དང་།  
ཚོས་དབྱིངས་བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་བདེན་པ་ཡིས།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་རྫོགས་སློན་སྦྱངས་གསུམ་གྱི།  
རྟེན་འབྲེལ་མངོན་གྱུར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།

Благодаря благословениям океана победоносных Видьядхар  
И силе истины Дхармадхату, запредельной мышлению,  
Опираясь на свободы и преимущества,  
Да реализую я взаимозависимость  
Завершения, созревания и очищения, чтобы все стали Буддами!

# 10 Четыре посвящения

## 10.1 Посвящение Вазы

གུ་རུ་འི་སྒྲིན་མཚམས་ནས་ཨོ་ཡིག་ཚུ་ཤེལ་ལྷ་བུར་འཚོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྒྲི་བོ་ནས་ལུགས།  
ལུས་ཀྱི་ལས་དང་རྩེ་འོ་སྒྲིབ་པ་དག།  
སྐྱེ་རྗེ་རྗེ་འོ་སྒྲིབ་སྐྱབས་ལུགས།  
བུམ་པའི་དབང་ཐོབ།  
བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐོད་དུ་གྱུར།  
ནམ་སྐྱེན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
སྤུལ་སྤུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из сверкающего подобного луне слога Ом  
на уровне межбровья Гуру струятся лучи света.  
Входят в меня через макушку, они очищают неблагую карму,  
созданную телом, и омрачения каналов;  
Приносят благословение ваджрного тела;  
Даруют посвящение сосуда;  
Делают меня подходящим сосудом для стадии зарождения;  
Засевают семя полностью созревшего держателя осознания;  
И даруют мне силу для становления Нирманакаей.

## 10.2 Тайное посвящение

མགིན་པ་ནས་ལྷུ་ཡིག་པ་སྐྱོ་རྩ་ག་ལྟར་འབར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་མགིན་པ་ནས་ལྷུ་གས།  
ངག་གི་ལས་དང་རྒྱུད་གི་སྦྱིབ་པ་དག  
གསུང་རྟོ་རྗེའི་བྱིན་རླབས་ལྷུ་གས།  
གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
བརྒྱས་བཞེད་ཀྱི་སྦྱོང་བྱ་བྱས།  
ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས།  
ལོངས་སྤོད་རྫོགས་པའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из сияющего подобно рубину слога А  
В горле Гуру струятся лучи света.  
Входя в меня через макушку, они очищают неблагую карму,  
созданную речью, и омрачения ветров;  
Приносят благословение ваджрной речи;  
Даруют тайное посвящение;  
Делают меня подходящим сосудом для начитывания;  
Засевают семя бессмертного держателя осознания;  
И даруют мне силу для становления Самбогакаей.

### 10.3 Посвящение Мудрости

ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ཡིག་ནམ་མཁའ་མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
རང་གི་སྣོད་ག་ནས་ལུགས།  
ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་ཐིག་ལའི་སྐབ་པ་དག།  
ཐུགས་དོ་རྗེའི་བྱིན་རླབས་ལུགས།  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཕྱོད།  
བདེ་སྟོང་ཅན་ལིའི་སྣོད་དུ་གྱུར།  
ཕྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐེབས།  
ཚོས་སྐྱའི་གོ་འཕང་ཕྱོད་པའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

Из ХУМ цвета неба в сердце Гुरु струятся лучи света.  
Входя в меня через макушку, они очищают неблагую карму,  
созданную мышлением, и омрачения сфер;  
Приносят благословение ваджрной мудрости;  
Даруют посвящение мудрости;  
Делают меня подходящим сосудом для практики туммо;  
Засевают семя держателя осознания великого жеста мудрости;  
И даруют мне силу для становления Дхармакаей.

## 10.4 Символическое посвящение

སྐར་ཡང་བྱུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་རྩྭ་ཡིག་གཉིས་པ་ཞིག་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་ཚད།  
རང་སེམས་དང་བྲ་དད་མེད་པར་འདྲེས།  
ཀུན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་སྦྱངས།  
ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེའི་བྱིན་རླབས་ལུགས།  
ཚིག་གིས་མཚོན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ།  
ཀ་དག་རྗེགས་པ་ཚེན་པོའི་སྡོད་དུ་གྱུར།  
ལྷན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐབས།  
མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ངོ་མོ་ཉིད་སྐྱའི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག་གོ།

Из ХУМ в сердечном центре  
Подобно метеору вылетает еще один ХУМ  
И нераздельно растворяется в моем уме.  
Он очищает неблагую карму,  
Созданную сознанием основы, и омрачениями природы;  
Приносят благословение ваджрного всеведения;  
Дарует посвящение слова;  
Делает меня подходящим сосудом для практики  
Изначально чистого великого совершенства;  
Засевает семя спонтанного держателя осознания;  
И дарует мне силу для достижения  
окончательного результата — Свабхавикакаи.

ཨོ་ཨུལ་རྩྭ་བཟོ་གྲུ་ལུ་ལྷ་སྐྱའི་རྩྭ་ལུ་

OM A HUM BADDRA GURU PEMA SIDDHI HUM

## 10.5 Стадия растворения

ལྷོ་གླ་མའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་བྱོད་དང་བཅས་པ་  
ཞིག་ལྗེས་སྐྱབ་བ་བདག་ཉིད་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མར་  
གསལ་བའི་སྣོད་གར་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་འོད་དམར་གྱི་  
གོང་སྤྱ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྤྱགས་ཀར་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་འོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར།

Внезапно из сердца Гуру исходят лучи красного цвета,  
Я сам Ваджрайогини, они достигают моего сердца,  
и я становлюсь сферой красного цвета,  
А затем растворяюсь в сердце Гуру Ринпоче,  
Сливаясь с ним в единстве одного вкуса.



# 11 Заключение

## 11.1 Молитва коренному учителю

དཔལ་ལྷན་ཅུ་བའི་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ།  
བདག་གི་སྙིང་གར་པདྨ་གདན་བཞུགས་ལ།  
བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་བཟུངས་ཏེ།  
སྐྱ་གསུང་བླགས་གྱི་དངོས་གྲུབ་སྣལ་ཏུ་གསོལ།

Славный милосердный коренной учитель,  
Пожалуйста, воссядь на лotosовый трон в моем сердце.  
Прими меня с безграничной добротой и благослови достижениями  
Твоего просветленного тела, речи и ума.

པལ་ལྷན་སྐྱ་མའི་རྣམ་པར་བར་པ་ལ།  
སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྦྱེ་ཞིང་།  
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་གྱིས།  
སྐྱ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་སེམས་ལ་ལ་འཇུག་འཇུག་པར་ཤོག།

Да не возникнет у меня даже на мгновение ложный взгляд  
На деяния святого Ваджрного Учителя.  
Благодаря чистой преданности, —  
Восприятия каждого его действия как учения, —  
Да войдут высшие благословения Учителя в мой Ум.

སྦྱེ་བ་ཀྱམ་ཏུ་ཡང་དག་སྐྱ་མ་དང་།  
འབྲལ་མེད་ཆོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ནས།  
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡན་ །ཏན་རབ་རྗེས་ཏེ།  
རྫོགས་འཆང་གི་གོ་འཕལ་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།

Да не буду я разделен во всех рождениях со святым Учителем.  
И, насладившись величиим Дхармы,  
Полностью завершу все пути Просветления,  
Достигну быстро состояния Ваджрахары Великого Пробуждения!

## 11.2 Посвящение заслуг

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤིང།  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།  
དམ་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
འགྲོ་ཀུན་དགེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང།  
བྱས་དང་བྱེད་འགྱུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དག།  
བཟང་པོ་ཇི་བཞིན་དེ་འདྲའི་ས་དག་ལ།  
ཀུན་ཀྱང་ཀུན་ནས་བཟང་པོར་རེག་གྱུར་ཅིག།  
འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁུན་པ་དང།  
ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཉེ།  
དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཅིང།  
དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།  
དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།  
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྐྱེགས་པ་སྟེ།  
བདག་གི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང།  
བཟང་པོ་སྟོན་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བསྟེ།

Благодаря этой добродетели пусть все существа  
Завершат накопления заслуг и мудрости,  
Достижение двух высших тел!  
Благодаря всей добродетели, какая только есть у существ,  
И их благим деянием в прошлом, будущем и настоящем,  
Пусть все они достигнут совершенства —  
Реализации Самантабхадры!

### 11.3 Особые благопожелания

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
མཐོ་རིས་ཡོན་ཏེན་བདུན་ལྔ་ན་ཐོབ་པར་ཤོག།  
སྐྱེ་མ་ཐག་དུ་ཚོས་དང་འཕྲད་ལྷུར་ཅིང།  
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།  
དེར་ཡང་སྤྲོ་མ་དམ་པ་མཉེས་བྱེད་ཅིང།  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཚོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།  
ཚོས་རྟོགས་ནས་ཞེ་སྤིང་པོའི་དོན་བསྐྱབ་སྟེ།  
ཚེ་དེར་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་བར་ཤོག།  
སྲིད་པར་དམ་པའི་ཚོས་རབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང།  
གཞན་ཕན་བསྐྱབ་ལ་སྐྱོད་ལ་མེད་པར་ཤོག།  
རྒྱ་བས་ཚེན་གཞན་དོན་ཚུགས་རིས་མེད་པ་ཡིས།  
ཐམས་ཅད་ཕྱམ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།

Во всех жизнях, где бы я не родился,  
Пусть обрету семь качеств высшего состояния.  
Сразу после рождения, повстречав Учение,  
Пусть получу свободу осуществлять его подлинно.  
Тогда, радуя святого Гуру,  
Пусть я стану практиковать Учение день и ночь.  
Постигнув Учение, а затем исполнив его сущностный смысл,  
Пусть я пересеку океан существования в этой жизни,  
Тщательно объясняя святую Дхарму в миру.  
Пусть я никогда не устану работать на благо других.  
Благодаря великому потоку безграничного  
и беспристрастного блага для других,  
Пусть все, как один, обретут Просветление!

ཅེས་ཚོགས་པ་ཚེན་པོ་གྲོ་བ་ཚེན་སྤྱིང་ཐེག་གི་སྒྲིན་འགྲོའི་ ངག་འདོན་ཁྲིགས་སུ་སྡེབས་པ་རྣམ་མཁུན་ལམ་ བཟང་འདི་ཉིད་རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་  
གླིང་ པ་སོགས་དམ་པ་དུ་མས་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ བསྐྱེད་ཤིང་དམ་ཚིག་ལ་སོས་པ་སོབ་པའི་ སྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཚེན་པོ་འཛིགས་ མེད་ཕྱིན་  
ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིས་པའི་ དག་བས་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་གྲོ་མ་སངས་ རྒྱས་སུ་མཐོང་འབྲས་ཀྱིས་རང་རིག་ཀུན་ཏུ་བཟང་ པོའི་རང་ལམ་མཛོད་  
དུ་གྲུབ་ནས་འགོ་ལམས་རྒྱ་མཚོ་ ལ་ཡན་པ་རྒྱན་ཚད་མེད་པའི་རྒྱུར་གྲུར་ཅིག

Это собрание предварительных практик Сердечной Сущности Обширного Пространства Великого Совершенства было записано тантрическим йогиним Джигме Тринле Озером, вскормленным добротой святых учителей: Ригдзином Джигме Лингпа и достигшим твердости в самае. Благодаря накопленным этим заслугам да будут ученики видеть в учителе самого Будду и в результате этого да узрят они собственный лик самоосознания, Самантабхадру, для того, чтобы нести нескончаемое благо океану существ.

## Комментарии на Нёндро

- 1 Патрул Ринпоче.  
Слова моего Всеблагого Учителя.
- 2 Патрул Ринпоче.  
Краткое руководство по стадиям визуализации  
в практике Лонгчен Ньингтик Нёндро.
- 3 Дхонгсар Кхьенце Ринпоче.  
Не счастья ради. Руководство по так называемым  
предварительным практикам тибетского буддизма.
- 4 Джигме Лингпа.  
Лестница в Аканишту.
- 5 Джамьнг Кьенце Вангпо.  
Освещение Великолепного Пути к Всеведению.

## Обращение с буддийской литературой

Дхарма — чудодейственное лекарство, помогающее вам самим и всем живым существам избавиться от страданий. Ко всякой книге содержащей учение Будды (а даже одно слово Дхармы или имя Будды делают ее таковой), следует относиться уважительно, на каком бы языке она не была написана. Избегайте класть книгу на пол или стул, не переступайте через книгу и не ставьте на нее какие либо предметы — даже изображения Будды или божеств. Храните книги Дхармы на алтаре или в другом почетном, чистом и предпочтительно высоком месте. Не выбрасывайте, подобно мусору, старые или неиспользуемые книги содержащие Учение Будды. Если возникла такая необходимость, лучше сожгите их — предание огню считается уважительным способом избавиться от пришедшего в негодность религиозного текста. Таким же образом рекомендуется с почтением относиться и к писаниям других духовных традиций.