



## Сутра 35 Будд

Текст для ежедневной практики  
Составлен 14-м Шамаром Ринпоче

## Содержание

Введение 14-го Шамара Ринпоче.....	3
<b>Предварительные молитвы</b>	
Восхваление Будды и его двенадцати деяний.....	6
Прибежище.....	15
Четыре Безмерных.....	16
Благословение места практики.....	17
Приглашение прийти и остаться.....	18
Семичленная Молитва.....	20
<b>Сутра 35 Будд: Раскаяние Бодхисаттв в падениях</b>	
Простирание перед 35-ю Буддами.....	29
<b>Подношение Мандалы</b>	
Практика Подношения Мандалы.....	39
<b>Сутра 35 Будд: Раскаяние и посвящение Бодхисаттв</b>	
Признание ошибок.....	50
Посвящение.....	54
<b>Заключительные молитвы</b>	
Обет Бодхисаттв.....	59
Просьба проявить терпение.....	60
Просьба уйти и вернуться.....	62
Посвящение заслуг.....	63
Молитвы-пожелания.....	64
Пожелание хороших обстоятельств.....	66
<b>Приложение</b> .....	67



35 Бүдд

## **Посвящение**

*Этот текст практики посвящается миру во всем мире, а также процветанию буддийского Королевства Бутан — страны, которая дала мне возможность проявлять Учение в этом мире.*

*Шамар Ринпоче*

### **Введение 14-го Шамара Ринпоче**

*Будда Шакьямуни дал Сутру 35-и Будд как наиболее эффективный и удобный метод для очищения и накопления заслуги. Эта практика была широко распространена в буддийской Индии, в особенности, когда там процветали Пути Бодхисаттвы — Махаяна и Ваджраяна. Многие буддисты — йогины тантрических линий, ученые университета Наланды, монахи и монахини, практикующие миряне — из всех доступных сутр и тантр Махаяны выбирали именно эту сутру в качестве своей предварительной или ежедневной практики. Даже великий тибетский мастер Марпа Хлодракпа, как и многие другие учителя его уровня, использовали ее как предварительную практику перед тем, как перейти к продвинутым практикам Ваджраяны.*

*Сутра 35-и Будд, также известная как «Ежедневное признание из трех частей», или «Арья Трискандхака Сутра», особенно хорошо подходит современным практикующим. Эта сутра была дана в Шравасти самим Буддой, и принадлежит ко второму циклу учений. Это подлинная и внесектарная передача, не вызывающая споров. Источник великого благословения, эта практика подходит как для начинающих, так и для и продвинутых практикующих.*

*Представленный ниже текст – это полный текст практики, основанный на Сутре 35-и Будд. Помимо текста самой сутры, в данную книгу включен текст практики Подношения Мандалы, представленный во многих сутрах и тантрах Махаяны, а также избранные молитвы из различных источников. Так, Обет Бодхисаттвы написан Шантидевой, приглашение прийти и остаться и посвящение заслуг взяты из сутр, а последние четыре строфы текста – традиционная молитва, читаемая Ламами по всему Тибету. Данная книга была составлена с целью предоставить ученикам всех линий полный текст для ежедневной практики.*



Те, кто желает практиковать эту Сутру, должны получить объяснения от квалифицированного учителя собственной линии передачи. И хотя можно познакомиться с практикой и приступить к ее выполнению без получения таких объяснений, без них и передачи чтением (лунг) невозможно ни приблизиться к сути практики, ни получить ее полное благословение. Так как это практика уровня сутр, она не связана с тантрическим избранным божеством (йидамом), и для неё нет соответствующего посвящения (ванг).

Практика 35-и Будд может выполняться индивидуально или в группе, время от времени, ежедневно или в качестве предварительной (нёндро). В этой практике признание ошибок и простиранья выполняются перед 35-ю Буддами, и сюда же включено Подношение Мандалы. В контексте предварительных практик за простираньями и Подношением Мандалы следует очистительная практика Ваджрасаттвы и, последней практикой — гуру-йога Авалокитешвары, или Ченрезы – великого Бодхисаттвы сострадания, которая позволит еще больше развить преданность и усилит нашу связь с Просветлением.

В прошлом многие великие практикующие, ретританты и миряне получали огромную пользу от Сутры 35-и Будд. В наше время также можно обрести много благ, если положиться на эту практику великих мастеров прошлого. Усилия искренних практикующих будут вознаграждены успехом в их избранной практике. Практикующие будут защищены от угрожающих жизни препятствий и от кармических ошибок и преград. Негативная карма тела, речи и ума будет очищена. Благополучие и счастье будут переживаться спонтанно.

По всем этим причинам я решил оживить эту драгоценную практику и сделать ее стандартной в центрах Bodhi Path по всему миру. В программу обучения в центрах Bodhi Path включены разнообразные практики, каждую из которых ученики могут выбрать в качестве своей основной в соответствии со своими нуждами и стремлениям. И практика Сутры 35-и Будд — это подходящее начало для всех путей. По завершению, по меньшей мере, 10 000 простираний перед Буддами и 10 000 подношений Мандалы, ученики могут получить поучения по многим другим практикам, входящим в программу центров Bodhi Path, или же они могут и дальше делать простиранья перед 35-ю Буддами в качестве своей основной практики.

Простиранья и подношения 35-и Буддам могут выполняться и как предварительные практики (нёндро), которые предшествуют более продвинутым практикам Ваджраяны,

*хотя есть и другие варианты предварительных практик. Например, практикующие которые следуют пути Кагью Махамудры, могут начать с практики Сутры 35-и Будд или Цокныи Зунджуг, практики Союза двух накоплений. Эта практика была составлена мною ранее, она основана на инструкциях Восьмого Кармапы Микьё Дордже, которые содержатся в его книге Даг гью Драгьен. Те, кто следуют Пути Карма Кагью Махамудра, могут выбирать между практикой 35-и Будд и подготовительными практиками Махамудры Девятого Кармапы Вангчуга Дордже. В любом случае, в ходе предварительной практики ученики должны завершить 100 000 простирааний и 100 000 подношений мандалы, также как 100 000 повторений очистительных мантр Ваджрасаттвы и мантр Гуру-Йоги.*

*Когда мы признаемся во всех наших негативных действиях перед 35-ю Буддами, первостепенное значение имеет доверие к силе практики. Также как все негативные действия оставляют отпечаток в потоке ума, и это не дает созреть положительной карме и усиливает иллюзию Самсары, точно также заслуга, создаваемая этой практикой, не дает созреть негативной карме и твердо устанавливает нас на пути к Освобождению.*

### **Предварительные Молитвы**

- 1. Восхваление Будды и его двенадцати деяний**
- 2. Прибежище**
- 3. Четыре Безмерных**
- 4. Благословение места практики**
- 5. Просьба прийти и остаться**
- 6. Семичленная Молитва**

ཐུབ་པའི་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ལ་བསྟོད་པ་བརྒྱགས་སོ།།

**Восхваление Будды и его двенадцати деяний**

*Эта молитва напоминает нам о качествах Будды Шакьямуни, Будды нашей эпохи, который является источником данной практики. Осознание его деяний и качеств позволяет великому благословению созреть в потоке нашего ума. Эта молитва не включена в оригинальный текст, и в отличие от других разделов, её не нужно повторять каждый раз, когда мы выполняем практику.*

|ཐབས་མཁས་སྤྱན་རླུང་གི་རིགས་སུ་འབྱུངས།|

**тхаб-кхе тхуг-дже шакье риг-су тхрунг**

Ты владеешь искусными методами, сострадательный, родился в роду Шакьев,

|གཞན་གྱིས་མི་སྤོང་བུ་ཉི་དབང་འཛོམས་པ།|

**жен гьи ми тхуб дю кьи пунг джом-па**

Неуязвимый для других, победил полчища демонов,

|གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་སུར་བརྗེད་པའི་སྤྱ།|

**сер гьи хлун-по та-бур джи-пе ку**

Твоё Тело сияет подобно золотой горе Сумеру,

|ལྷན་རླུང་གྱི་ལོ་ལྷོད་ལ་སྤྱག་འཚེལ་ལོ།|

**шакье гьял-по кхё ла чхаг-цхал ло**

Перед тобой, Царь Шакьев простираюсь!

|གང་གིས་དང་པོར་བྱང་ཚུབ་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ནས།

**ганг-ги данг-пор чжан-чхуб тхуг-кье нэ**

Ты сначала зародил Бодхичитту,

|བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་གཉིས་རྗེགས་མཛད་ཅིང་།

**сё-нам йе-ше цхог ньи дзог дзе чинг**

Завершил Собрание заслуг и мудрости,

|དུས་འདིར་མཛད་ས་རྒྱ་ཆེན་འགོ་བ་ཡི།

**дю дир дзе-па гья-чхен дро-ва йи**

И здесь, в наше время совершил Великие деяния.

|མགོན་གྱུར་ཁྱོད་ལ་བདག་གིས་བསྟོད་པར་བསྒྲི།

**гён гьор кхье ла даг-ги тө-пар гьи**

Тебя, кто стал Защитником существ, восхваляю!

|ལྷ་ནམས་དོན་མཛད་འདུལ་བའི་དུས་མཁུན་ནས།

**лха нам дён дзе дул-ве дю кхьен нэ**

Совершая деяния ради Богов, ты понял, что пришло время обучать,

|ལྷ་ལས་བབས་ནས་སྐང་ཆེན་ལྟར་གཤེགས་ཤིང་།

**лха ле баб нэ ланг-чхен тар щег щинг**

И спустился с божественных сфер, шествуя подобно слону.

|རིགས་ལ་གཟིགས་ནས་ལྷ་མོ་སྤྱུ་འབྲུལ་གྱི།

**риг ла зиг нэ лха-мо гью-тхрул гьи**

Перед тобой, кто, узрев благородный род,



|ལྷུ་མས་སུ་བྱུགས་པར་མཛད་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**хлум су щуг-пар дзе ла чхал-цхал ло**

Вошёл в чрево Майя Дэви, совершаю простираение!

|ལྷེ་བ་བཅུ་རྗེ་གས་སྤྱི་ཉི་མུ་མ་ལོ་ནི།

**да-ва чу дзог шакье сэ-по ни**

Сын Шакьев, по прошествии десяти лунных месяцев,

|བཀ་ཤེས་ལུ་སྤྱི་ཉི་ཚལ་དུ་བལྟམས་པའི་ཚོ།

**тра-ши лумбии цхел-ду там-пе цхе**

Ты был рождён в счастливом саду в Лумбини,

|ཚངས་དང་བརྒྱ་གྲིན་གྲིས་བསྟོད་མཚན་མཚོག་ནི།

**цханг данг гья-чжин гьи тө цхен чхог ни**

Брахма и Индра восхваляли тебя, и твои Высшие признаки

|བྱང་ཚུབ་རིགས་སུ་ངེས་མཛད་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**чжан-чхуб риг-су нге дзе чхаг-цхал ло**

Определённо указывали на род Просветлённых. Перед тобой совершаю простираение!

|གཞོན་ལུ་སྟོབས་ལྡན་མི་ཡི་སང་གེ་དེས།

**жён-ну тоб ден ми йи сен-ге де**

Лев среди людей, юноша, обладающий силой,

|ཨི་ལྷ་མ་ག་རྣམ་ནི་སྤྱི་ཅལ་བསྟན།

**ангха магадхар ни гью-цал тен**

Кто продемонстрировал своё искусство в Ангхе и Магадхе,

|སྤྱི་བོ་དེགས་པ་ཅན་རྣམས་ཚར་བཅད་ནས།

**кье-во дрег-па чен нам цхар че нэ**

И полностью поверг высокомерных противников,

|འགྲན་ལྷ་མེད་བར་མངོད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**дрен-да ме-пар дзе ла чхаг-цхал ло**

Перед тобой, не имеющим себе равных, совершаю простирание!

|འཇིག་རྟེན་ཚོས་དང་མ་བྱུན་བར་བྱ་བ་དང་།

**джиг-тен чо данг тхюн-пар чжа-ва данг**

Ты, поступая в соответствии с традициями этого мира,

|ཁ་ན་མ་ཐོ་སྤང་བྱིང་བ་ཚུན་མོ་ཡི།

**кха на ма тхо панг чхир цюн-мо йи**

И чтобы отказаться от не нравственного поведения,

|འཁོར་དང་ལྡན་མངོད་ཐབས་ལ་མཁས་བ་ཡིས།

**кхор данг ден дзе тхаб ла кхе-па йи**

Взял в жёны принцессу, имеющую свиту,

|རྒྱལ་སྲིད་སློང་བར་མངོད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**гьял-си кьонг-вар дзе ла чхаг-цхал ло**

Перед Тобой, кто искусно правил своим королевством, совершаю простирание!

|འཁོར་བའི་བྱ་བ་སྣོད་པོ་མེད་གཟིགས་ནས།

**кхор-ве чжа-ва ньинг-по ме зиг нэ**

Увидев, что в самсарической активности нет сущности,

ཁྱིམ་ནས་བྱུང་སྟེ་མཁའ་ལ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་།

**кхым нэ чжунг те кха ла щег нэ кьянг**

Ты покинул свой дом, шествуя по небу,

།མཚོན་རྟེན་རྣམ་དག་བྱུང་བུ་ཉིད་ལ་ཉིད།

**чхё-тен нам-даг друнг-ду ньи ла ньи**

И у совершенно Чистой ступы (Висуддха)

།རབ་ཏུ་བྱུང་བར་མཛད་ལ་སྤྲལ་འཚལ་ལོ།

**раб-ту чжунг-вар дзе ла чхаг-цхал ло**

Принял монашество, перед тобой совершаю простираание!

།བརྩོན་བས་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་བར་དགོངས་ནས་ནི།

**цён-пе чжанг-чхуб друб-пар гонг нэ ни**

Ты стремясь обрести Просветление,

།འོ་ར་རྩུ་ནའི་འགམ་བུ་ལོ་བྲལ་ཏུ།

**нерандзане драм-ду ло друг ту**

В течение шести лет, на берегах реки Найранджана,

།དཀའ་བ་སྦྱད་མཛད་བརྩོན་འགྲུས་མཐར་ཕྱིན་བས།

**ка-ва че дзе цён-дру тхар чхин-пе**

Практиковал аскезу и довел до совершенства Парамиту  
Усердия,

།བསམ་གཏན་མཚོག་བརྟེས་མཛད་ལ་སྤྲལ་འཚལ་ལོ།

**сам-тен чхог нье дзе ла чхаг-цхал ло**

Перед тобой, кто достиг высшей медитативной концентрации,  
совершаю простираание!

|མོག་མ་མེད་ནས་འབད་བ་དོན་ཡོད་ཕྱིར།

**тхог-ма ме нэ бе-па дён йё чир**

Чтобы усилия, что ты прилагал с безначальных времен, обрели смысл,

|མ་ག་རྒྱ་ཡི་བྱང་ཚུབ་ཤིང་བྱུང་བུ།

**магадха йи чжанг-чхуб щинг друнг-ду**

Под деревом Бодхи в Магадхе, ты пребывал неподвижно в позе лотоса,

|སྐྱིལ་གྱུང་མི་གཡོ་མཛོན་བར་སངས་རྒྱས་ནས།

**кьил трунг ми-йо нгён-пар сан-гье нэ**

И действительно став Буддой,

|བྱང་ཚུབ་རྫོགས་བར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**чжанг-чхуб дзог-пар дзе ла чхаг-цхал ло**

Достиг Просветления, перед тобой совершаю простирание!

|ཕྱགས་རྗེས་འགོ་ལ་སྐྱུར་བུ་གཟིགས་ནས་ནི།

**тхуг-дже дро ла ньюр-ду зиг нэ ни**

Посмотрев сразу же на существ с состраданием,

|ལྡོ་རྩ་ཏ་སྤྱི་ལ་སོགས་གནས་མཚོག་ཏུ།

**варанаси ла сог не чхог ту**

В Варанаси и других священных местах,

|ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས།

**чхо кьи кхор-ло кор нэ дул-чжа нам**

Ты повернул Колесо Дхармы, и своих учеников

|ཐེག་པ་གསུམ་ལ་འགོད་མཛད་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

**тхег-па сум ла гё дзе чхаг-цхал ло**

Привёл на Путь Трёх колесниц, перед тобой совершаю простирание!

|གཞན་གྱི་ཚོལ་བ་ངན་ས་ཚར་གཙོད་ཕྱིར།

**жен гьи гол-ва нген-па цхар чё чхир**

Чтобы полностью преодолеть враждебность тех, кто бросил тебе вызов:

|སྤྲེགས་སྦྱོན་བ་དྲུག་དང་རྩ་སྦྱིན་སོགས།

**му-тег тён-па друг данг лха-чжин сог**

Шести небуддийских учителей (Тиртиков), Девадатты и других,

|འཁོར་མོ་འཇིག་གི་ཡུལ་དུ་བདུད་རྣམས་བརྟུལ།

**кхор-мо джиг ги йюл-ду дю нам тул**

Ты покорила Мар на земле Варанаси,

|སྐབ་བ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

**тхуб-па юл-ле гьял ла чхаг-цхал ло**

Покоритель и Победитель в сражениях, перед тобой совершаю простирание!

|སྲིད་བ་གསུམ་ན་དཔེ་མེད་ཡོན་ཏན་གྱིས།

**си-па сум на пе ме йон-тен гьи**

Обладая благими качествами, которым нет равных в Трёх мирах,

|མཉན་དུ་ཡོད་པར་ཚོ་འབྲུལ་ཚེན་པོ་བསྟན།

**ньен-ду йё-пар чхо-трул чхен-по тен**

Пребывая в Шравастии, ты продемонстрировал великие чудеса,

|སྣ་མི་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱིས་རབ་མཚོད་པ།

**лха ми дро-ва кюн гьи раб чхо-па**

Боги, люди и все существа сделали тебе Высшие подношения,

|བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**тен-па гье-пар дзе ла чхаг-цхал ло**

Перед тобой, кто распространил Учение, совершаю простирание!

|ལེ་ལོ་ཅན་རྣམས་ཚོས་ལ་བསྐྱལ་བུའི་བྱིར།

**ле-ло чен нам чхо ла кул-чже чхир**

Чтобы побудить ленивых практиковать Дхарму,

|རྩ་མཚོག་གྲོང་གི་ས་གཞི་གཙང་མ་རུ།

**ца чхог дронг ги са жи цанг-ма ру**

В чистом месте, в городе Кушинагар,

|འཚི་མེད་རྫོ་རྩེ་སྣ་བུའི་སྐྱ་གཤེགས་ནས།

**чхи-ме дор-дже та-буи ку щег нэ**

Ты отказался от своего бессмертного, подобного Ваджру, Тела,

|སྐྱ་ངན་འདའ་བར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**нья-нген да-вар дзе ла чхаг-цхал ло**

И совершил переход в Нирвану, перед тобой совершаю простирание!



ཡང་དག་ཉིད་ལྷོ་འཇིག་པ་མེད་གཟིགས་ཀྱང་།

**янг-даг ньи-ду джиг-па ме зиг кьянг**

Ты увидел, что в природе Совершенной Чистоты нет разрушения,

མ་འོངས་སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར།

**ма-онг сем-чен сё-нам тхоб-чже чхир**

Однако, чтобы существа в будущем могли накапливать заслугу,

།དེ་ཉིད་ལྷོ་ནི་རིང་བསྐྱེལ་མང་སྐྱེལ་ནས།

**де-ньи ду ни ринг-сел манг трул нэ**

Ты проявил множество драгоценных ринсел,

སྐྱེ་གཏུང་ཆ་བརྒྱད་མཛད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**ку дунг чха гье дзе ла чхаг-цхал ло**

И восемь реликвий своего тела, перед тобой совершаю простирание!

ཞེས་པ་མགོན་པོ་སྐྱེ་སྐྱེལ་གྱིས་མཛད་པ་ལོ།

*Составлено Нагарджунгой*

སྐྱབས་འགྲོ།

### **Прибежище**

*Здесь мы возобновляем наш обет Прибежища, подтверждаем нашу уверенность в Будде, как Совершенном Учителе и абсолютном состоянии Просветления, в Дхарме, как совершенном собрании учений и в Сангхе, как совершенной общине существ, которые направляют нас и сопровождают на пути к Просветлению.*

། བྱང་ལྷན་སྣོད་མཆིས་ཀྱི་བར།

### **чжан-чхуб ньинг-пор чхи кьи бар**

Пока не достигну сущности Просветления

།སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

### **сан-гье нам ла кьяб-су чхи**

Во всех Буддах принимаю Прибежище!

།ཆོས་དང་བྱང་ལྷན་སེམས་དཔའ་ཡི།

### **чхо данг чжанг-чхуб сем-па йи**

В Дхарме и в Собрании Бодхисаттв

།ཆོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི།

### **цхог лаанг де-жин кьяб-су чхи**

Я также принимаю Прибежище!

ཅེས་ལན་གསུམ།

*повторить три раза*

ཚད་མེད་བཞི་ནི།

### **Четыре Безмерных**

*Читая эту классическую молитву, мы вновь подтверждаем, что наша мотивация соответствует поучениям Великой Колесницы. Заслуга, которая проистекает от любой практики, выполненной с такой мотивацией, становится неизмеримой.*

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།

**сем-чен тхам-че дэва данг дэве гью данг ден-пар гьюр чиг**  
Да обретут все существа счастье и причины счастья,

སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**дуг-нгал данг дуг-нгал гьи гью данг драл-вар гьюр чиг**  
Да освободятся от страданий и причин страданий,

སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**дуг-нгал ме-пе дэва дам-па данг ми драл-вар гьюр чиг**  
Да будут не отделены от высшего счастья, в котором нет страданий.

ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་གཞན་པར་གྱུར་ཅིག།

**нье-ринг чхаг-данг данг драл-ве танг-ньом чхен-по ла не-пар гьюр чиг**

Да пребудут они в великой равности, свободной от привязанности и ненависти, к близким и далёким.

ལན་གསུམ།

*повторить три раза*

ས་གཞི་བྱིན་རྒྱལ་ས་བསྐྱུས་པ་ནི།

### **Благословение места практики**

Наше окружение, каким бы оно ни было, создано умом и одним только умом. Проявление, известное как Самсара, нечистый мир, который мы зовём нашим миром, имеет свои корни в запутанном уме, ошибочно цепляющимся за «Я». Из-за этой привязанности мы обычно прикладываем огромное количество усилий и энергии, чтобы сделать окружение комфортным для этого «Я», тем самым лишь усиливая наши заблуждения.

Визуализируя Чистую страну для Будд, мы используем противоядие против такой тенденции. Создавая в уме для Просветленных образ наиболее красивого райского места, которое мы только можем себе представить, мы упражняемся в оставлении наших привычных стремлений к личному комфорту и создаем причины для будущих перерождений в Чистых сферах.

ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག

### **тхам-че ду янг са жи даг**

Пусть вся земля – Совершенно Чистая Основа,

།གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་།

### **сег-ма ла сог ме-па данг**

Будет свободна от камней и прочего,

།ལག་མཐོལ་ལྟར་མཉམ་བེད་ཅུང་།

### **лаг тхил тар ньям бендурьё**

Будет гладкая как ладонь руки,

།རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་ཅིག

### **ранг-жин джам-пор не гьюр чиг**

И прекрасная как берилл!

སྐྱེན་འབྲེན་བརྒྱགས་གསོལ་ནི།

### **Приглашение прийти и остаться**

*В этой части так же, как в случае с благословением места практики, мы упражняемся в отсечении привычных тенденций. Обычно мы чрезвычайно озабочены призыванием и приглашением тех, к кому мы привязаны в мирском смысле слова. Сейчас мы замечаем наши мирские привязанности на преданность, основанную на нашем осознании качеств и благословения Будд.*

|མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་།

### **ма лю сем-чен кюн гьи гён гьюр чинг**

Защитники всех без исключения существ,

|བདུད་སྡེ་དབྱུང་བཅས་མི་བཟང་འཇོམས་མཛད་ལྷ།

### **дю де пунг-че ми сэ джом дзе лха**

Божества, умирившие полчища свирепых демонов,

|དངོས་རྣམས་མ་ལུས་རི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི།

### **нгё нам ма-лю джи-жин кхьен гьюр-пе**

Вы знаете все вещи, как они есть,

|བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

### **чом-ден кхор-че не дир щег су сол**

Победители и ваше окружение, в это место, прошу, придите!

|བཙམ་ལྷན་འདིར་ནི་བྱོན་པ་ལེགས།

**чом-ден дир ни чжон-па лег**

Победители, как хорошо, что вы сюда пришли,

|བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྷན།

**даг чаг сё-нам кал-пар ден**

Мы обладаем заслугами и счастливой судьбой!

|བདག་གི་མཚོད་ཡོན་བཞེས་སྐད་དུ།

**даг-ги чхо йон ще ле ду**

Чтобы мы могли совершить Вам подношения,

|འདི་ཉིད་དུ་ནི་བཞུགས་སུ་གསོལ།

**ди ни ду ни шуг су сол**

В этом месте, прошу, оставайтесь!

|སྟོང་གསུམ་ཀུན་དང་མཉམ་བ་ཡི།

**тонг сум кюн данг ньям-па йи**

На равных всем трёхтысячным мирам,

|བརྗེ་འདབ་བརྒྱད་གི་སར་བཅས།

**пе-ма даб гье ге-сар че**

Этих лотосах с восьмью лепестками,

|བདེ་ཞིང་ཡངས་པར་འབྲུལ་ལགས་ན།

**дэ щинг янг-пар бул лаг на**

Обширных и прекрасных, что предлагаем вам,



།ཅི་བདེ་བར་ནི་བཞུགས་སུ་གསོལ།

## **чи дэ вар ни щуг су сол**

Устраивайтесь поудобнее и прошу, оставайтесь!

ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།

### **Семичленная молитва**

*Семичленная молитва – это прекрасный метод накопления заслуг посредством ума. Было бы чудесно, если бы могли в действительности создавать Будд, Бодхисаттв, Чистые сферы и подношения так, как это описано в молитвах, но точно так же чудесно создавать их при помощи искреннего ума. Семь частей молитвы, сведенные в единое целое и представленные здесь, являются наиболее эффективным методом для накопления заслуги.*

*Что же касается подношений, то нам не нужно представлять, что Будды наслаждаются нашими подношениями мирским образом. Они наслаждаются и сорадуются нашей приверженности заслуге и Просветлению. Так как Будды являются проявлением сочувствия, то наилучшим подношением, какое мы можем им сделать, будет наша мотивация и практика с правильным отношением.*

།རྗེ་སྣེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་ཏེན་ན།

## **джи нье су даг чхог чуи джиг-тен на**

Во всех мирах в десяти направлениях пребывают

།དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སང་གེ་ཀུན།

## **дю сум щег-па ми йи сенг-ге кюн**

Татхагаты трёх времён, львы среди людей,

|བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ།

**да-ги ма-лю де-даг тхам-че ла**

Перед каждым из них без исключения,

|ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་སྤྲུག་བགྱིའོ།

**лю данг нгаг йи данг-ве чхаг гьио**

Я искренне преклоняюсь телом, речью и умом!

|བཟང་པོ་སྤྱོད་བའི་སྤོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས།

**занг-по чо-пе мён-лам тоб даг-ги**

Благодаря молитве О превосходном поведении,

|རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ།

**гьял-ва тхам-че йи кьи нгён-сум ду**

Все Победители силой моего ума проявляются.

|ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་ལུས་རབ་བརྟན་བ་ཡིས།

**цинг ги дул нье лю раб тю-па йи**

Телами, числом равным количеству атомов во вселенной, с наивысшим почтением,

|རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

**гьял-ва кюн ла раб ту чхаг-цхал ло**

Перед всеми Победителями, совершаю простирание!

|རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེང་སངས་རྒྱལ་རྣམས།

**дул чиг тенг-на дул нье сан-гье нам**

Над каждой частицей пребывают Будды, в окружении Сынов Будд,

|སངས་རྒྱལ་སྐུ་གྱི་དབྱུང་ན་བཞུགས་པ་དག།

**сан-гье сэ кьи ү-на шуг-па даг**

Числом равные количеству атомов во вселенной,

|དེ་ལྟར་ཚོས་གྱི་དབྱེངས་རྣམས་མ་ལུས་པར།

**де-тар чо кьи йинг нам ма-лю пар**

Таким образом вся Дхармадхату полностью

|ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་ཚོས།

**тхам-че гьял-ва даг-ги ганг-вар мё**

Заполнена Победителями, которых я представляю.

|དེ་དག་བཞུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས།

**де-даг нгаг-па ми-сэ гьям-цхо нам**

Океаном неисчерпаемых восхвалений,

|དབྱུངས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས།

**янг кьи ян-лаг гьям-цхои дра кюн гьи**

Океаном разнообразных мелодий, всеми звуками,

|རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་།

**гьял-ва кюн ги йон-тен раб джэ чинг**

О высших благих качествах всех Победителей возвещаю,

|བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད།

**дэ-вар щег-па тхам-че даг-ги тэ**

И всех Сугат восхваляю!

|མེ་ཉོག་དམ་པ་སྤང་བ་དམ་པ་དང་།

**ме-тог дам-па трхенг-ва дам-па данг**

Прекрасные цветы, превосходные гирлянды,

|སིལ་སྣན་རྣམས་དང་བྱུག་པའི་གདུགས་མཚོག་དང་།

**сил-ньен нам данг чжуг-пе дуг чхог данг**

Драгоценные зонты и цимбалы, шафрановую воду,

|མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས།

**мар-ме чхог данг дуг-пё дам-па йи**

Превосходные масляные светильники и наилучшие благовония:

|རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བསྟེ།

**гьял-ва де даг ла ни чхо-пар гьи**

Вам, Победители, подношу!

|ན་བཟའ་དམ་ས་རྣམས་དང་འི་མཚོག་དང་།

**на за дам-па нам данг дри чхог данг**

Превосходные одежды, наилучшие ароматы,

|སྤྱེ་མའི་ཕུར་མ་འི་རབ་མཉམ་ས་དང་།

**чхе-ме пхур-ма ри-раб ньям-па данг**

Ячменную муку с маслом, размером с гору Меру,

བཀོད་ས་བྱུང་སར་འཕགས་སའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས།

**kë-па кхье-пар пхаг-пе чхог кюн гьи**

Все эти благородные, высшие, прекрасно составленные,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཞི་མཚོད་སར་བསྐྱེ།

**гьял-ва де-даг ла ни чхо-пар гьи**

Вам, Победители, подношу!

|མཚོད་ས་གང་རྣམས་སྣ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ།

**чхо-па ганг нам ла-ме гья чхе-ва**

Этими многочисленными, наивысшими, обширными подношениями

|དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།

**де-даг гьял-ва тхам-че ла янг мё**

Я выражаю свою преданность всем Буддам,

|བཟང་པོ་སྲོད་ལ་དད་པའི་སྣོ་བས་དག་གིས།

**занг-по чо ла де-пе тоб даг ги**

С силой веры в молитву О превосходном поведении,

|རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚུལ་མཚོན་པར་བགྱི།

**гьял-ва кюн ла чхаг-цхал чхо-пар гьи**

Я простираюсь перед Победителями и совершаю им  
подношения!

|འདོད་ཆགས་ཞེ་སྣང་གཏི་ཕྱག་དབང་གིས་ནི།

**до-чхаг ще-данг ти-муг ванг-ги ни**

В силу страстной привязанности, гнева и неведения,

|ལྷུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།

**лю данг нгаг данг де-жин йи кьи кьянг**

Посредством тела, речи и также ума,

|སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཚེས་ས།

**диг-па даг-ги гьи-па чи чхи-па**

Какие бы злодеяния я ни совершил,

|དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།

**де-даг тхам-че даг-ги со-сор щаг**

Во всех них и в каждом я раскаиваюсь.



|སྐྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྣམ།

**чхог чуи гьял-ва кюн данг сан-гье сэ**

Всех Победителей во всех направлениях, Сынов Будд,

|རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་དང།

**ранг-гьял нам данг лоб данг ми-лоб данг**

Пратъекабудд, кто находится на Пути обучения и на Пути не обучения более,

|འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང།

**дро-ва кюн гьи сё-нам ганг ла янг**

И всех других существ – заслуге, какая только есть,

|དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང།

**де-даг кюн гьи дже-су даг йи ранг**

Всей заслуге, что они накопили, я сорадуюсь!

|གང་རྣམས་སྐྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སློན་མ་དག །

**ганг нам чхог чуи джиг-тен дрён-ма даг**

Светочи нашего мира, пребывающие в десяти направлениях,

|བྱང་ཆུབ་རིམ་བར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས།

**чжанг-чхуб рим-пар сан-гье ма чхаг нье**

Все Будды, не имеющие привязанности,

|མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ།

**гён-по де-даг даг-ги тхам-че ла**

Следующие по пути стадий Просветления, все Защитники,

|འཁོར་ལོ་ལྷ་ན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ།

**кхор-ло ла-на ме-пар кор-вар кул**

Прошу, поворачивайте наивысшее Колесо Дхармы!

|སྲུང་ན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ།

**нья-нген да тён ганг ще де-даг ла**

Вас, кто продемонстрировал выход за пределы страдания,

|འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞེད་བདེ་བའི་བྱིར།

**дро-ва кюн ла пхен щинг дэ-ве чхир**

Ради окончательного счастья и временного блага существ,

|བསྐྱེལ་བ་ཞེད་གི་རྩལ་སྟོན་བཞུགས་པར་ཡང།

**кал-па щинг-ги дул нье щуг-пар янг**

Оставаться здесь столько кальп, сколько песчинок есть во вселенной,

|བདག་གིས་ཐམས་མོ་རབ་སྐྱུར་གསོལ་བར་བསྐྱེ།

**даг ги тхел-мо раб чжар сол-вар гы**

Сложив почтительно ладони, молю!

|སྤྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

**чхаг цхал-ва данг чхо чинг щаг-па данг**

Всю, даже малейшую заслугу, которую я накопил  
простираниями,

|རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

**дже-су йи-ранг кул щинг сол-ва йи**

Подношениями, раскаянием, сорадованием,

|དགོ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།

**ге-ва чу-сэ даг-ги чи саг-па**

Просьбой поворачивать колесо Учения и не уходить в Нирвану,

|ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྐྱེར་བམྲོའོ།

**тхам-че даг-ги чжанг-чхуб чхир-нгоо**

Я посвящаю достижению Просветления!

བྱང་ལྷན་སེམས་དབའི་ལྷན་བཤགས་བརྒྱུན་སོ།

## **Сутра 35 Будд: Раскаяние Бодхисаттв в падениях:**

### **Преклонение перед 35 Буддами**

Тогда как в рамках нашей вселенной существует бесчисленные поля Будд, Будда Шакьямуни избрал для этой сутры 35 Будд из 35-ти полей, расположенных поблизости от нашей солнечной системы. Выбранные Будды имеют особую кармическую связь с нашим миром. Когда мы призываем их, мы представляем, что приглашаем их прийти из их Чистых земель, чтобы провести время в Чистой земле, которую мы создали для них в уме.

Так как мудрость Будд безгранична, если мы обращаемся к ним с подлинной преданностью, то они будут присутствовать везде. Они мгновенно занимают свои сидения на лотосовых тронах, которые мы им преподносим, и естественно и спонтанно осуществляют положительные пожелания всех существ. Каждый Будда описывается через свои собственные характеристики и свое Будда-поле, но фокусироваться на этом необязательно. Детальные объяснения существуют, и для некоторых практикующих они могут быть очень полезными и вдохновляющими, но важно помнить, что самое главное — это доверие. Правильный настрой являются ключом к этой практике.

### **Простирания перед 35-ю Буддами**

В этой части мы представляем, что простираемся перед Буддами, повторяя их имена. Когда мы накапливаем простирания в рамках предварительных практик или практикуя вместе, мы повторяем целиком всю серию из 35-и имен (либо на тибетском, либо на санскрите или на русском), в то же время выполняя простирания физически. В данном случае, подсчитываются только физические простирания; количество повторений имен не должно соответствовать количеству

простираний. В ходе групповой практики, повторяя имена, мы делаем неполные простираания; в ходе индивидуальной практики мы делаем полные простираания всем телом. Во время простираний мы визуализируем всех чувствующих существ в драгоценной человеческой форме и представляем, что они присоединяются к нам во время практики.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉག་པར་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

**сем-чен тхам-че таг-пар сангье ла кьяб су чхио**

Все существа непрерывно принимают Прибежище в Будде,

།ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

**чхо ла кьяб су чхио      гендюн ла кьяб су чхио**

Принимают Прибежище в Дхарме, принимают Прибежище в Сангхе.

**Имена 35 Будд (тибетский вариант)**

།བཙུན་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤམ་གསལ་བ་དག་བཙུན་ལ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྡུང་རྒྱུ་བྱས་པ་ལ་སྐྱབས་འཆོལ་འོ།

**1. чомденде дежин щегпа драчомпа янгдагпар  
дзогпе сангье шакья тхубпа      ла чхаг-цхал ло**

།རྫོ་རྫེའི་སྣོང་པོས་རབ་ཏུ་འཛོམས་པ་ལ་སྐྱབས་འཆོལ་འོ།

**2. дорджеи ньингпё рабту джомпа      ла чхаг-  
цхал ло**

།རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**3. ринчен ö-тхро    ла чхаг-цхал ло**

།རྒྱ་དབང་གི་རྒྱལ་ལོ་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**4. луванги гьялпо    ла чхаг-цхал ло**

།དབའ་བོའི་སྤེལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**5. павои де    ла чхаг-цхал ло**

།དབའ་དགེས་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**6. палгье    ла чхаг-цхал ло**

།རིན་ཆེན་མེལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**7. ринчен ме    ла чхаг-цхал ло**

།རིན་ཆེན་རྣའོད་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**8. ринчен да ö    ла чхаг-цхал ло**

།མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**9. тонгва дён йё    ла чхаг-цхал ло**

།རིན་ཆེན་རྣམ་པ་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**10. ринчен дава    ла чхаг-цхал ло**

།རྗེ་མ་མེད་པ་ལ་སྤྱལ་འཆའ་ལོ།

**11. дрима мепа    ла чхаг-цхал ло**

།དབལ་བྱིན་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**12. палчжин ла чхаг-цхал ло**

།ཚངས་བལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**13. цхангпа ла чхаг-цхал ло**

།ཚངས་བས་བྱིན་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**14. цхангпе чжин ла чхаг-цхал ло**

།ཚུ་ལྟ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**15. чху лха ла чхаг-цхал ло**

།ཚུ་ལྟའི་ལྟ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**16. чху лхаи лха ла чхаг-цхал ло**

།དབལ་བཟང་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**17. палзанг ла чхаг-цхал ло**

།ཅོན་དན་དབལ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**18. ценден пал ла чхаг-цхал ло**

།གཟི་བརྗེད་མཐའ་ཡས་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**19. зиджи тхайе ла чхаг-цхал ло**

།འོད་དབལ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

**20. опал ла чхаг-цхал ло**

།སྤྱ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**21. ньянген мепе пал    ла чхаг-цхал ло**

།སྤྱེད་མེད་གྱི་སྤྱ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**22. семекьи пу    ла чхаг-цхал ло**

།མེ་ཉོག་དཔལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**23. метог пал    ла чхаг-цхал ло**

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**24. дежин щегпа цхангпе öзер нампар ролпа  
нгёнпар кхьенпа    ла чхаг-цхал ло**

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བད་མའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**25. дежин щегпа пеме öзер нампар ролпа  
нгёнпар кхьенпа    ла чхаг-цхал ло**

།ཉོར་དཔལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**26. норпал    ла чхаг-цхал ло**

།བྲན་པའི་དཔལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**27. дренпе пал    ла чхаг-цхал ло**

།མཚན་དཔལ་ལེན་ཏུ་ཡོངས་གྲགས་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**28. цхенпал шинту йонгдраг    ла чхаг-цхал ло**



།དབང་པོའི་ཉོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**29. вангпой тог-ги гьялцхен гьи гьялпо ла чхаг-цхал ло**

།ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དབལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**30. щинту нампар нёнпе пал ла чхаг-цхал ло**

།གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**31. юл-ле шинту нампар гьялва ла чхаг-цхал ло**

།རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་པའི་དབལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**32. нампар нёнпе щегпе пал ла чхаг-цхал ло**

།ཀུན་ནས་སྣང་བ་བཞོད་པའི་དབལ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**33. кюн-не нангва кёпе пал ла чхаг-цхал ло**

།རིན་ཆེན་པད་མ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**34. ринчхен пема нампар нёнпа ла чхаг-цхал ло**

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་གྲུས་རིན་པོ་ཆེ་དང་  
བསྐྱའི་གདན་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

**35. дежин щегпа драчомпа янгдагпар дзогпе сангье ринпочхе данг пеме ден ла рабту щугпа риванги гьялпо ла чхаг-цхал ло**

### ***Имена 35 Будд (вариант на санскрите)***

1. Намо бхагаватэ шакьямунайе татхагатаяархате самьяк-самбуддхя
2. Намо ваджрасара прамардине
3. Намо ратнарчише
4. Намо нагешвара-раджая
5. Намо вирасеная
6. Намо вира-нандине
7. Намо ратнагнае
8. Намо ратначандрапрабхя
9. Намо амогха даршине
10. Намо ратна чандрая
11. Намо нирманалая
12. Намах шура-даттая
13. Намо брахмане
14. Намо брахмадаттая
15. Намо варуная
16. Намо варунадевая
17. Намо бхадра-шрие
18. Намах-чандана-шрие
19. Намо анантау-джассе
20. Намах прабхаса-шрие
21. Намо ашока-шрие
22. Намо нараяная
23. Намах кусума-шрие
24. Намо браhma-джйотир-викридатабхи-гная татхагатая
25. Намах падма-джйотир-викридатабхи-гная татхагатая
26. Намо дхана-шрие
27. Намах смрити-шрие
28. Намах супари-киртита-нама-дхей-шрие
29. Нама индра-кетуд-ваджа-раджая
30. Намах сувикранта-шрие
31. Намо сувиджита-самгра-мая
32. Намо викранта-гамишрие
33. Намах саманта-вабхаса-вьюха-шрие
34. Намо ратна-падма-викрамине
35. Намо ратна-падма-супратиштита-шаилендра-раджая-  
татхагатаяархате-самьяк-самбуддхя

## **Имена 35 Будд (вариант на русском языке)**

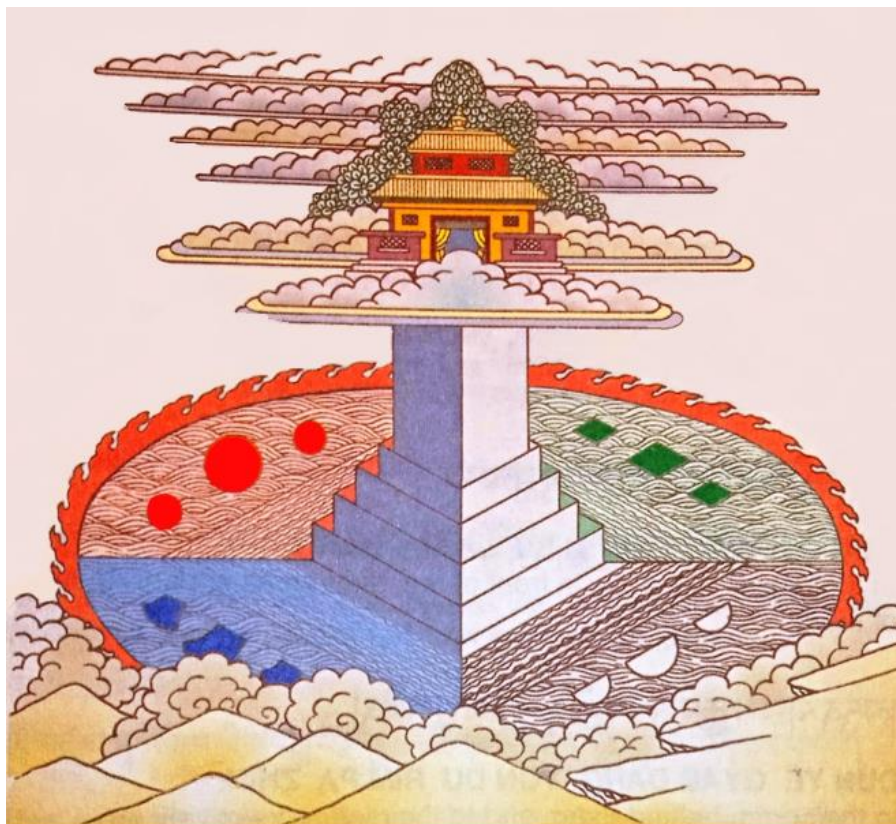
*Все существа непрерывно принимают Прибежище в Будде,*

*Принимают Прибежище в Дхарме,*

*принимают Прибежище в Сангхе.*

1. Простираюсь перед **Буддой Шакьямуни** (Мудрецом из Шакьев): **Бхагаваном** (Победоносным), **Татхагатой** (Кто постиг исконную природу всех явлений, Татхату), **Архатом** (Победившим врагов), **Подлинно Совершенным Буддой**.
2. Простираюсь перед **Полностью Побеждающим Ваджрной сущностью**.
3. Простираюсь перед **Сияющим Светом Великой Драгоценности**.
4. Простираюсь перед **Царём могущественных нагов**.
5. Простираюсь перед тем, **Кто из класса Героев-Даков**.
6. Простираюсь перед **Радостью Победы**.
7. Простираюсь перед **Огнём Великой Драгоценности**.
8. Простираюсь перед **Светом Луны Великой Драгоценности**.
9. Простираюсь перед **Осмысленным Видением**.
10. Простираюсь перед **Луной Великой Драгоценности**.
11. Простираюсь перед **Незапятнанным**.
12. Простираюсь перед **Даром Славы**.
13. Простираюсь перед **Чистотой**.
14. Простираюсь перед **Даром Чистоты**.
15. Простираюсь перед **Богом Воды**.
16. Простираюсь перед **Богом Божеств Воды**.
17. Простираюсь перед **Славным и Благим**.

18. Простираюсь перед **Славой Сандалового дерева.**
19. Простираюсь перед **Безграничным Великолепием.**
20. Простираюсь перед **Великолепием Света.**
21. Простираюсь перед **Славой, свободной от страданий.**
22. Простираюсь перед **Сыном, не имеющим страстных желаний.**
23. Простираюсь перед **Великолепием Цветка.**
24. Простираюсь перед **Татхагатой, Лучом Света Чистоты, Полностью знающим многообразные проявления.**
25. Простираюсь перед **Татхагатой, Лучом Света Лотоса, Полностью знающим многообразные проявления.**
26. Простираюсь перед **Славой Драгоценности.**
27. Простираюсь перед **Славой Бдительности.**
28. Простираюсь перед **Известным, как обладающим Великолепными признаками.**
29. Простираюсь перед **Королём Победного Знамени – Вершины Власти.**
30. Простираюсь перед **Славой, которая полностью подчиняет.**
31. Простираюсь перед **Совершенным Победителем в войнах.**
32. Простираюсь перед **Славой, что шествует благодаря полному подчинению.**
33. Простираюсь перед **Славой, что создана проявлениями повсюду.**
34. Простираюсь перед **Драгоценным Лотосом, полностью подчиняющим.**
35. Простираюсь перед **Татхагатой, Архатом, Подлинно Совершенным Буддой, Пребывающим на драгоценном лотосовом сидении, Королём Горы Меру.**



*Подношение мандалы*

Подношение Мандалы - это высочайший метод, засеивающий семена для перерождения в Чистых сферах, где мы можем продолжить наше продвижение по Пути Бодхисаттвы. Из одной жизни в другую, мы проявляемся в наилучших из возможных условий вплоть до достижения полного Просветления. В противоположной ситуации существа, которые перерождаются в низших сферах, не обладают возможностью применить Дхарму на практике.

Когда мы практикуем Подношения Мандалы, мы замечаем нашу нечистую вселенную на чистое проявление. Мы подносим все, что описано в тексте, от наиболее драгоценных вещей, которые существа желают больше всего, до божественных сфер. Так как пространство безгранично, мы можем в уме наполнить его нашими подношениями Буддам. В этом случае мы проявляем себя как творцы, и вместо создания мирских удовольствий и усиления желания, мы создаем совершенные условия, которые помогают Буддам в их усилиях освободить существ.

Если у нас есть основание мандалы, мы протираем его, сметая каждую упавшую на него пылинку, при этом повторяя стослоговую мантру, начиная с «Ом Бендза Сато...». При этом мы представляем, что все неправильные поступки и завесы, накопленные из-за двойственного цепляния в нашем потоке ума и потоке ума других существ, полностью очищаются.

Затем, представляя поле Прибежища (Будд, окруженных Бодхисаттвами, Пратьекабуддами, Архатами и так далее), мы выполняем 37-частное подношение мандалы, за которым следует короткая строфа, начинающаяся с «Саши пёчу» («Эту землю, окропленную ароматной водой...»). Мы насыпаем горку цветов, риса и т.д., и подносим все это, читая текст и осознавая его смысл.

Считаем ли мы количество подношений или нет, и являются ли наши подношения обширными или краткими, мы вспоминаем визуализацию мандалы из 37-и частей, а также великолепные Чистые сферы, и представляем, что мы подносим все это.

Если вы накапливаете 100 000 подношений мандалы в рамках предварительной практики, то считается каждое повторение короткого стиха, начинающегося с «Саши пёчу...» («Эту землю, окропленную ароматной водой...»). Прежде чем начинать накопления, необходимо получить подробные объяснения от квалифицированного учителя.

100 слоговая мантра

ཨོྫོན་བཟོ་ས་རུ་ས་མ་ཡ། མ་བུ་སྐྱ་ལ་ཡ།

**ом бенза сато самайя ману палайя**

བཟོ་ས་རུ་ཉེ་ལོ་བ། ཉེ་བྱ་ཐི་རྣོ་མེ་བྱ་མ།

**бенза сато тенопа тиштха дри до ме бхава**

སུ་ཉོ་ཕྱོ་མེ་བྱ་མ། སུ་ཤོ་ཕྱོ་མེ་བྱ་མ།

**суто кхайо ме бхава супо кхайо ме бхава**

ཨ་བུ་རྟོ་མེ་བྱ་མ། སང་སི་རྩི་མེ་ཡ་ཡལྷ།

**ану ракто ме бхава сарва сиддхи мемтра яца**

སང་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅི་ལྟོ་ཤི་ཡེ།

**сарва карма суца ме циттам шри йя куру хунг**

ཀུ་རུ་རྩི་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། ལྷ་ག་སྐྱེ།

**ха ха ха ха хо бхагаван**

སང་ཏ་བྲ་ག་ཏ་བཟོ་སྐྱ་མེ་བུལྷ།

**сарва татхагата бенза ма ме мунца**

བཟོ་བྱ་མེ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་ས་རུ་ལྷེ།

**бензи бхава маха самая сато ах**

ཨོ་བཏྲ་ཡུ་མི་ལྷུང་རྒྱུ།

**ом бенза бхуми ах хунг**

གཞི་རྒྱུ་ས་པར་དག་ས་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི།

**жи нам-пар даг-па ванг-чхен сер гьи са жи**

Эта совершенно чистая основа – могучая золотая земля,

ཨོ་བཏྲ་རེ་ཁེ་ལྷུང་རྒྱུ།

**ом бенза рекхе ах хунг**

ཕྱི་ལྷགས་རིའི་འཁོར་ལུག་གི་ར་བས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་བའི་

**чхьи чаг-рии кхор-юг ги ра-ве йонг-су кор-ве**

Полностью окружённая по внешнему кругу цепью железных гор.

དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་བོ་མཆོག་རབ། །ཤར་ལུས་འཕགས་པོ།

**ÿ-су рии гьял-по ри-во чхог раб щар лю-пхаг-по**

В центре – гора Меру, царь среди гор. На востоке континент – Пурвавидеха.

ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། ལུབ་བ་ལང་སྟོན།

**лхо дзам-бу-линг нуб ба-ланг-чо**

На юге континент – Джамбудвипа, на западе – Апарагодания.

བྱང་སྐྱེ་མི་སྣམ། ལུས་དང་ལུས་འཕགས།

**чжанг дра-ми-ньен лю данг лю-пхаг**

На севере континент – Уттаракуру. Субконтиненты Дега и Видеха.



རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཚོག་འགོ།

**нга-яб данг нга-яб-жен/ йо-ден данг лам-чхог-дро**

Субконтиненты Чамара и Апарачамара. Субконтинент Шатха и Уттарамантрина.

སྐྱ་མི་སྣན་དང་སྐྱ་མི་སྣན་གྱི་ཟླ།

**дра-ми-ньен данг дра-ми-ньен гьи да**

Субконтиненты Курава и Каурава.

རིན་པོ་ཆེའི་རི་པོ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་།

**рин-по-чхеи ри-во паг-сам гьи щинг**

Драгоценная гора. Древо, исполняющее желания.

འདོད་འཇོའི་བ། མ་ཚོས་བའི་ལོ་ཉིག།

**до джои-ва ма мё-пе ло-тог**

Исполняющая желания корова. Самовозникающий урожай.

འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།

**кхор-ло рин-по-чхе нор-бу рин-по-чхе**

Драгоценное колесо. Драгоценность, исполняющая желания.

བུམ་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྒོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ།

**цун-мо рин-по-чхе лён-по рин-по-чхе**

Драгоценная королева. Драгоценный министр.

སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏཱ་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

**ланг-по рин-по-чхе та чхог рин-по-чхе**

Драгоценный слон. Драгоценный конь.

དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཉེར་ཆེན་པོའི་བྱམ་པ།

**маг-пён рин-по-чхе            тер чхен-пои бум-па**

Драгоценный генерал. Драгоценный сосуд с сокровищами.

སྒྲིབ་མོ་མ། རྗེ་བ་མ།

**гег-мо-ма            тренг-ва-ма**

Очаровывающая дева. Дева с гирляндами.

སྐྱུ་མ། གར་མ།

**лу-ма            гар-ма**

Поющая дева. Танцующая дева.

མེ་ཉོག་མ། བདུག་སྒྲོལ་མ།

**ме-тог-ма            дуг-пё-ма**

Дева с цветами. Дева с благовониями.

སྐྱུང་གསལ་མ། རྗེ་ཆབ་མ།

**нанг-сел-ма            дри-чхаб-ма**

Дева с лампадами. Дева с духами.

ཉི་མ། ལྷ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས།

**ньи-ма            да-ва            рин-по-чхеи дуг**

Солнце. Луна. Драгоценный зонт.

ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན།

**чхог-ле нам-пар гьял-ве гьял цхен**

Победоносное знамя – полной победы во всех направлениях.

དབྱུས་སྲུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་སྲུ་སྲུ་ཚོགས་པ་

**ÿ-су лха данг мии пал-чжор пхун сум цхог-па**

В центре все богатства богов и людей, полное собрание совершенных,

མ་ཚངས་བ་མེད་པ།

**ма цханг-ва ме-па**

В которых отсутствует любая неполнота,

རབ་འབྱམས་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱལ་གྱི་གངས་ལས་འདས་པ་མངོན་པར་བཞོད་དེ།

**раб чжам гьям-цои дул гьи дранг ле де-па нгён-пар кё де**

И число этого выходит за пределы числа частиц в океане вселенной.

བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤམ་གསལ་པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུམ་བཅུ་ཙུ་ལྔ་དང་།

**чомденде дежин щегпа драчомпа янгдагпар дзогпе сангье сум-чу ца-нга данг**

Я подношу Бхагаванам, Татхагатам, Архатам, 35-ти Полностью Совершенным Буддам,

གཞན་ཡང་སྐྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་འཁོར་

**жен янг чхог чуи джиг-тен гьи кхам тхам-че на шуг-пе сангье данг кхор**

А также Буддам, находящимся во всех мирах в десяти направлениях,

ཉན་རང་བྱང་སེམས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་འབྲུལ་བར་བགྱིད།

**ньен ранг чжан-сем данг че-па нам ла бул-вар  
гьио**

С их свитами Шраваков, Пратьекабудд и Бодхисатв,

ཐུགས་རྗེས་འགོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།

**тхуг-дже дро-ве дён-ду ще су сол**

Молю, примите это с состраданием ради блага существ,

བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

**ще нэ чжин гьи лаб ту сол**

И приняв, даруйте своё благословение!

ས་གཞི་སྲོལ་རྩུས་ཐུགས་ཤིང་མེ་ཉོག་བགྲམ།

**са-жи пё-чху чжуг щинг ме-тог трам**

Землю, орошённую ароматной водой и усыпанную цветами,

རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

**ри-раб линг жи ньи де гьен-па ди**

Украшенную горой Меру, Четырьмя континентами, Солнцем и Луной,

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས།

**сан-гье щинг ду миг те пхул-ва йи**

Я представляю, как Чистую страну Будды и подношу

འགོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྲོད་པར་ཤོག།

**дро кюн нам даг щинг ла чо-пар шог**

С пожеланием, чтобы все существа насладились этой Чистой землёй.

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་བ་ཡི།

**чхог чу дю сум щуг-па йи**

Пребывающим в трёх временах и в десяти направлениях

།སངས་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་།

**сан-гье чжанг-чхуб сем-па данг**

Буддам и Бодхисаттвам,

།ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་དབྱ་བཅོམ་ཚོགས།

**ньен-тхё ранг-гьял дра-чом цхог**

Собранию Шравак, Пратъекабудд, Архатов,

།དུས་གསུམ་བདེ་བཤེགས་མ་ལུས་ལ།

**дю сум дэ-щег ма-лю ла**

Сугатам трёх времён, всем без исключения,

།སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་བཅས་ས་དང་།

**линг-жи ри-раб че-па данг**

Подношу Четыре континента и гору Меру.

།སྒྲིང་བཞི་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དང་།

**линг-жи чже-ва тхраг гья данг**

Четыре континента: десять миллионов – сотни раз,

།བྱེ་བ་འབྲུམ་དང་དུང་ལྷུང་ཉེ།

**чже-ва бум данг дунг-чхур те**

Десять миллионов – сто тысяч раз и сто миллионов раз,

|མཇུལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་ནི།

**ман-дал чиг-ту дю нэ ни**

Всё собрав в одну мандалу,

|མོས་ལྗོས་གོང་མ་རྣམས་ལ་འབྲུལ།

**мё лё гонг-ма нам ла бул**

С преданностью, всем Высшим подношу!

|ཐུགས་རྗེས་བརྟེན་དགོངས་བཞེས་སུ་གསོལ།

**тхуг-дже цер гонг ще су сол**

Из сострадания, с любовью, молю, примите!

|བཞེས་ནས་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་དང།

**ще нэ чжин-гьи лаб-ту сол**

И приняв, даруйте своё благословение!

|ཨོ་མཇུལ་བྱུ་རྩེ་མེ་རྣམས་ལུ་བྱ་བ་པ་ར་ཏ་ས་མ་ཡེ་ཞུ།

**ОМ МАНДАДА ПУДЗА МЕГХА САМУДРА САПХАРАНА  
САМАЙЕ АХ ХУНГ**

ཞེས་ཚར་ཅི་རུས་སུ་འབྲུལ་ལ། རྗེས་སུ།

*Поднеси столько раз, сколько сможешь, затем:*

མཉེས་བྱེད་མཚུལ་བཟང་པོ་འདི་སྤུལ་བས།

**нье чже мандал занг-по ди пхул-ве**

Пусть благодаря поднесению этой благой Мандалы – проявлению уважения,

།བྱང་ཚུབ་ལམ་ལ་བར་ཚད་མི་འབྱུང་ཞིང་།

**чжан-чхуб лам ла бар-чхе ми чжунг щинг**

Не возникнет препятствий на Пути к Просветлению,

།དུས་གསུམ་བདེར་གཤེགས་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་དང་།

**дю сум дэр-щег гонг-па тог-па данг**

Будут реализованы пожелания Сугат трёх времён,

།སྲིད་པར་མི་འཁྲུལ་ཞི་བར་མི་གནས་ཤིང་།

**си-пар ми-тхрул ши-вар ми-не щинг**

И не будучи запутанными в Самсаре и не прибывая в Нирване,

།ནམ་མཁའ་མཉམ་སའི་འགྲོ་བ་སློལ་བར་ཤོག།

**нам-кха ньям-пе дро-ва дрол-вар шог**

Пусть освободятся существа, число которых безгранично как пространство!

མཚུལ་གངས་གསོགས་པ་ཡིན་ན།

*Если вы накапливаете число подношений Мандалы, то повторяете:*

ས་གཞི་སྒོ་ས་རྩུ་ས་བྱུག་ས་ཤིང་མེ་ཉོག་བགྲམ།

**са-жи пё-чху чжуг щинг ме-тог трам**

Землю, орошённую ароматной водой и усыпанную цветами,

རི་རབ་སྐྱིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་བ་འདི།

**ри-раб линг жи ньи де гьен-па ди**

Украшенную горой Меру, Четырьмя континентами, Солнцем и Луной,

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས།

**сан-гье щинг ду миг те пхул-ва йи**

Я представляю, как Чистую страну Будды и подношу

འགོ་ཀྱན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་བར་ཤོག།

**дро кюн нам даг щинг ла чо-пар шог**

С пожеланием, чтобы все существа насладились этой Чистой землёй.

ཅེས་རྒྱས་བསྟུས་སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ།

*Можете сочетать обширное и краткое Подношение Мандалы*

དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྦྱུལ་ལོངས་སྦྱོད་ཀྱན་སྤུལ་ནས།

**нгё-чжор йи-трул лонг-чо кюн пхул нэ**

После того, как были поднесены все материальные и воображаемые богатства,

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་བར་གྱུར།

**сё-нам йе-ше цхог ньи дзог-пар гьюр**

Два накопления заслуг и мудрости, стали полностью завершёнными.



## Признание ошибок

*После Подношения Мандалы, мы продолжаем читать Сутру до конца.*

དེ་དག་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་བ་ཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་

**де-даг ла сог-па чхог чуи джиг-тен гьи кхам  
тхам-че на**

Все пребывающие во всех мирах в десяти направлениях,

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་  
ལྡན་འདས་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ།

**дежин щегпа драчомпа янгадагпар дзогпе сангье  
чомденде ганг джи-нье чиг щуг те**

Все Татхагаты, Архаты, Полностью Совершенные Будды-  
Бхагаваны, каких только можно найти,

འཚོ་ཞིང་བཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ།

**цо щинг ще-пе сангье чомденде де-даг тхам-че  
даг ла гонг су сол**

И все Будды-Бхагаваны, что прибыли сюда и приняли  
подношения, Всех вас прошу, подумайте обо мне!

།བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།

**даг-ги кье-ва ди данг кье-ва тхог-ма данг тха-ма  
ма-чхи-па нэ**

В этом рождении и во всех рождениях с безначальных времен,

།འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་སླིབ་པའི་ལས་བགྱིས་བ་དང་།

**кхор-ва на кхор-ве кье-не тхам-че ду диг-пе ле  
гьи-па данг**

В Самсаре, пребывая во всех уделах-рождениях Самсары,

བགྱིད་དུ་སྦྱེལ་བ་དང་། བགྱིས་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

**гьи ду цал-ва данг гьи-па ла дже су йи ранг  
ваам**

Я совершал недобродетельные поступки, заставлял других совершать их и радовался, когда они так поступали.

།མཚོད་རྟེན་གྱི་དཀོར་རམ། དག་འདུན་གྱི་དཀོར་རམ།

**чхо-тен гьи кор рам гендюн гьи кор рам**

Я присваивал пожертвования для Ступы, пожертвования для Сангхи,

སྤོབས་བཅུའི་དག་འདུན་གྱི་དཀོར་སྤོབས་བ་དང་།

**чхог чуи гендюн гьи кор трог-па данг**

И имущество Общин-Сангхи, в десяти направлениях,

འསྤོབས་ཏུ་སྦྱེལ་བ་དང་། འསྤོབས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

**трог-ту цал-ва данг тхрөг-па ла дже-су йи-ранг  
ваам**

Заставлял других присваивать и радовался, когда они так поступали.

མཚམས་མ་མཚེས་བ་ལྗེའི་ལས་བགྱིས་བ་དང་།

**цхам ма-чхи-па нгаи-ле гьи-па данг**

Я совершал Пять действий с безотлагательным результатом,

བགྱིད་དུ་སྦྱུལ་བ་དང་།      བགྱིས་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བཤམ།

**гы ду цал-ва данг      гы-па ла дже-су йи-ранг  
ваам**

Заставляя других совершать и радовался, когда они так поступали.

མི་དགོ་བ་བརྩའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་སྐྱངས་བ་ལ་ཞུགས་བ་དང་།

**ми-гева чуи ле кьи лам янг-даг-пар ланг-па ла  
щуг-па данг**

Я полностью принял путь Десяти недобродетельных действий, и вступил на него,

འདུག་དུ་སྦྱུལ་བ་དང་།      འདུག་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བཤམ།

**джуг-ту цал-ва данг      джуг-па ла дже-су йи-ранг  
ваам**

Побуждал других вступить и радовался, когда они так поступали.

ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་བ་གང་གིས་བསྐྱིབས་ནས།

**ле кьи дриб-па ганг-ги дриб нэ**

Омраченные всеми кармическими завесами,

བདག་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་མཆི་བཤམ།

**даг сем-чен ньял-вар чхи ваам**

Я и другие существа отправимся в Ады,

དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་མཆི་བཤམ།

**дю-дрои кье-не су чхи ваам**

Или же получим рождение животными,

ཡི་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ།

**йи-даг кьи юл ду чхи ваам**

Или же получим рождение голодными духами,

ཡུལ་མཐའ་ཁོ་བོ་ཏུ་སྐྱེ་བའམ།

**юл тха кхоб ту кье ваам**

Или родимся в окраинных землях, где нет Дхармы,

སྐྱ་སྐོར་སྐྱེ་བའམ།

**ла-лор кье ваам**

Или родимся варварами,

སྣ་ཚེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བའམ།

**лха це ринг-по нам су кье ваам**

Родимся долгоживущими Богами,

དབང་པོ་མ་ཚང་བར་འགྱུར་བའམ།

**ванг-по ма-цханг-вар гьюр ваам**

Родимся с неполноценными органами чувств,

ལྷ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་བའམ།

**та-ва лог-пар дзин-пар гьюр ваам**

Будем придерживаться ложных взглядов,

སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་མཉམས་པར་མི་བགྱིད་པར་

**сангье чжунг-ва ла нье-пар ми гьи-пар**

И не будем радоваться появлению Будды,

འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་གང་ལགས་པ།

**гьюр-ве ле кьи дриб-па ганг лаг-па**

Какие бы кармические завесы ни возникли,

དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ།

**де даг тхам-че сангье чомденде йе-ше су гьюр-па**

Перед всеми Буддами-Бхагаванами: Мудрыми,

སྤྱན་དུ་གྱུར་པ།    དབང་དུ་གྱུར་པ།    ཚད་མར་གྱུར་པ།

**чен ду гьюр-па    панг-ду гьюр-па    цхе-мар гьюр-па**

Глазами, Свидетелями, Правдивыми,

མཁྲིན་པས་གཟིགས་པ།    དེ་དག་གི་སྤྱན་སྒྲར་མཐོལ་ལོ་འཆགས་སོ།

**кхьен-пе зиг-па/ де-даг ги чен-нгар тхол-ло чхаг со**

Знающими, Видящими, во всех этих деяниях, признаюсь и  
раскаиваюсь,

མི་འཆབ་སོ།    མི་སྤྲེད་དོ།    སྤྱན་ཚད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྤོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ།

**ми чхаб-по    ми бе до    лен чхе кьянг чё чинг**

**дом-пар гьи лаг со**

И не лицемеря, не скрывая, с этого момента обещаю отказаться  
от их совершения.

*Посвящение*

།སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

**сангье чомденде де-даг тхам-че даг ла гонг су**

**сол**

Все Будды-Бхагаваны, прошу, подумайте обо мне!

།བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།

**даг-ги кье-ва ди данг кье-ва тхог-ма данг тха-ма**

**ма-чхи-па нэ**

В этом рождении и во всех рождениях с безначальных времен,

།འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་གཞན་དག་ཏུ་སྐྱིན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་

**кхор-ва на кхор-ве кье-не жен даг ту чжин-па  
тха на дю-дрои кье-не су**

В Самсаре, пребывая во всех уделах-рождениях Самсары, какой бы ни был корень добродетели от того, что я проявлял щедрость к другим,

སྐྱེས་པ་ལ་ཟམ་ཁམ་གཅིག་ཙམ་བསྐྱེལ་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

**кье-па ла сэ кхам чиг цам цал-ве ге-ве ца-ва  
ганг лаг-па данг**

Даже если только раз побудил кого-то дать пищу существу, который пребывает в состоянии рождения животным;

བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེངས་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

**даг-ги цхул-тхрим сунг-пе ге-ве ца-ва ганг лаг-па  
данг**

Какой бы ни был корень добродетели от того, что я хранил нравственность,

བདག་གིས་ཚངས་བར་སྤོད་པ་ལ་གནས་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

**да-ги цханг-пар чё-па ла не-пе ге-ве ца-ва ганг  
лаг-па данг**

Какой бы ни был корень добродетели от того, что я придерживался Чистого поведения,

བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྐྱིན་པར་བགྱིས་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

**даг-ги сем-чен йонг-су мин-пар гьи-пе ге-ве ца-  
ва ганг лаг-па данг**

Какой бы ни был корень добродетели от того, что я приводил существ к полной духовной зрелости,

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

**да-ги чжанг-чхуб чхог-ту сем кье-пе ге-ве ца-ва ганг лаг-па данг**

Какой бы ни был корень добродетели от того, что я зарождал устремление к Наивысшему Просветлению,

བདག་གིས་ལྷ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་

**да-ги ла-на ме-пе йе-ше кьи ге-ве ца-ва ганг лаг-па данг**

Какой бы ни был корень добродетели от непревзойдённой изначальной мудрости,

དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱེམས་ཏེ།

**де-даг тхам-че чиг-ту дю щинг дум те**

Все эти корни добродетели, я собираю, объединяю,

།བསྐྱེམས་ནས་ལྷ་ན་མ་མཚེས་པ་དང་།

**дом нэ ла-на ма-чхи-па данг**

И сложив вместе – Превосходней которого нет,

གོང་ན་མ་མཚེས་པ་དང་།

**гонг на ма-чхи-па данг**

Выше которого нет,

།གོང་མའི་གོང་མ་ལྷ་མའི་ལྷ་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བས།

**гонг-ме гонг-ма ла-ме ла-мар йонг-су нго-ве**

Высшему из высших, Ламе всех Лам, полностью посвятив,

།ལྷ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིའོ།

**ла-на ме-па янг-даг-пар дзог-пе чжанг-чхуб ту йонг-су нго-вар гьио**

Непревзойдённому, Истинно Совершенному Просветлению, всецело посвящаю!

། ཇི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པ་དང།

**джи-тар де-пе сангье чомденде нам кьи йонг-су нго-па данг**

Как Будды-Бхагаваны прошлого полностью посвящали заслугу,

ཇི་ལྟར་མ་གྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་འགྱུར་བ་  
དང།

**джи-тар ма чжон-пе сангье чомденде нам кьи йонг-су нго-вар гьюр-ва данг**

Как Будды-Бхагаваны будущего будут полностью посвящать заслугу,

ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བར་

**джи-тар та-тар чжун-ве сангье чомденде нам кьи йонг-су нго-вар**

Как Будды-Бхагаваны настоящего, полностью посвящают заслугу сейчас,

མཇེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱེད།

**дзе-па де-жин ду даг-ги кьянг йонг-су нго-вар гью**

Так же и я, подобно их деяниям, также всецело совершаю посвящение заслуг!

། རྗེ་ག་བ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ།

**диг-па тхам-че ни со-сор щак со**

Во всех злодеяниях и в каждом раскаиваюсь,



།བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ།

**сё-нам тхам-че ла ни дже-су йи-ранг нго**

Всем заслугам сораднуюсь,

སངས་གྲུས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

**сангье тхам-че ла ни кул щинг сол-ва деб со**

Всех Будд призываю и молю,

བདག་གིས་སྐྱེན་མེད་ས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོག་དམ་ས་ཐོབ་སར་གྱུར་ཅིག

**даг-ги ла-на ме-па йе-ше кьи чхог дам-па тхоб-  
пар гьюр чиг**

Пусть я обрету высшую, непревзойдённую, превосходную  
изначальную мудрость!

མི་མཚོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་ས་དང་།

**ми чхог гьял-ва ганг даг та-тар щуг-па данг**

Все Победители, Высшие среди людей, пребывающие сейчас,

གང་དག་འདས་ས་དག་དང་དེ་བཞིན་གང་མ་སྟོན།

**ганг даг де-па даг данг де-жин ганг ма-чжон**

Также все Победители прошлого и будущего,

ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་ས་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ལ།

**йонг-тен нгаг-па тха-йе гьям-цхо дра кюн ла**

Все, подобные безграничному океану прославленных благих  
качеств,

ཐམས་ཅོ་སྐྱུར་བར་བཞུགས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཚོའོ།

**тхел-мо чжар-вар гьи те кьяб-су нье-вар чхио**

В вас, сложив почтительно ладони, искренне принимаю  
Прибежище!

བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སྣོན་པ།

**Обет Бодхисаттв**

རི་ལྟར་སྣོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་གྱིས།

**джи-тар нён гьи дэ-щег кьи**

Подобно тому, как Сугаты прошлого

བྱང་ཆུབ་སྤྲུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་།

**чжанг-чхуб тхуг ни кье-па данг**

Зарождали Бодхичитту,

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ།

**чжанг-чхуб сем-пе лаб-па ла**

Как постепенно обучались

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར།

**де-даг рим-жин не-па тар**

Практикам Бодхисаттв,

དེ་བཞིན་ལགོ་ལ་ཕན་དོན་དུ།

**де-жин дро-ла пхен дён-ду**

Так и я ради блага существ

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་།

**чжанг-чхуб сем ни кье гьи щинг**

Буду зарождать Бодхичитту,

དེ་བཞིན་དུ་འཇུག་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ།

**де-жин ду джуг-пе лаб-па ла**

И следуя тем же практикам Бодхисаттв,

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི།

**рим-па жин-ду лаб-пар гьи**

Шаг за шагом буду тренироваться в них!

ཞེས་ལན་གསུམ།            *повторить три раза*

བཞོན་གསོལ་ནི།

***Просьба проявить терпение***

*Просьба о снисхождение достаточно прямолинейна. В мирских ситуациях, если мы попросим уважаемых гостей простить нас за любые ошибки или неловкость, то в нашей просьбе может присутствовать аспект внимания к себе. Возможно, мы просим прощения, чтобы обеспечить благосклонность гостей для наших будущих дел. Сейчас же наша цель совершенно другая. Мы искренне просим прощения за любые неудобства, недостатки или ошибки, и мы клянемся сделать все возможное, чтобы наша практика была правильной в будущем.*

བདག་ཅག་དུས་ངན་བའི་སེམས་ཅན་

**даг-чаг дю нген-пе сем-чен**

Мы, существа времен упадка,

སྲོད་པ་དམན་ཞིང་མ་དག་པས་འཚལ་བ་དང་།

**чө-па мен щинг ма-даг-пе цхал-ва данг**

Из-за низкого и нечистого поведения, обуреваемы страстями,

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཉོན་མོངས་པ་དང་འདྲེས་པ་དང་།

**лю нгаг йи сум ньён-монг-па данг дре-па данг**

А наши тело, речь и ум смешаны с омрачениями,

མཚོད་བའི་དངོས་པོ་ཚུང་ཞིང་དམན་ས་དང་།

**чхо-пе нгё-по чунг щинг мен-па данг**

Наши материальные подношения скудные и низкие,

གཙང་སྐྱུས་མ་བྱེད་ས་དང་།

**цанг тре ма чхе-па данг**

Мы пренебрегаем очищающими ритуалами,

མདོ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོ་ག་བཞིན་དུ་མ་སྦྱོགས་ས་ལ་སོགས་ས་འབྲུལ་ཞིང་ཉོངས་ས་

**до ле чжунг-ве чхо-га жин-ду ма чог-па ла сог-па  
тхрул щинг нонг-па**

Мы не способны правильно выполнять ритуалы из сутр и совершаем ошибки.

ཐམས་ཅད་འཕགས་ས་སྤྱགས་ཇི་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་ས་རྣམས་ལ་བཟོད་པར་གསོལ་  
ཞིང་མཆིས་ན།

**тхам-чхе пхаг-па тхуг-дже чхен-по данг ден-па  
нам ла сё-пар сол щинг чхи на**

Вас Благодородные, обладающие великим состраданием,  
терпеливо прошу,

སྤྱགས་བཅེ་བར་དགོངས་ཏེ་བཟོད་པར་བཞེས་ཤིང་།

**тхуг це-вар гонг те сё-пар ще щинг**

Подумайте о нас с любовью и состраданием, проявите терпение,

སྤལ་དང་ཡུན་དུ་བདག་ཅག་གི་སྐྱིབ་བར་

**тхрел данг юн-ду даг-чаг ги дриб-пар**

И чтобы в будущем мы стали свободными от завес,

མི་འགྲུར་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

**ми гьюр-вар чжин гьи лаб ту сол**

Неизменно, даруйте своё благословение!

གཤེགས་གསོལ་ནི།

### **Просьба уйти и вернуться**

Если бы наша коллективная карма была бы достаточно чиста, мы бы приглашали Будд, и они в действительности проявлялись бы в нашем мире. Но так как нам не достаёт заслуги, то они могут проявиться только в наших умах. Сейчас таким же образом, как мы провожаем наших гостей, когда они уходят домой, мы уважительно отсылаем Будд в их соответствующие Чистые страны и просим их возвращаться снова, когда их вновь приглашают. Результатом заслуги, накапливаемой просьбой покинуть место практики и приглашением возвращаться вновь, будет наше перерождение в мирах, где проявляются Будды, и у нас будет благоприятная возможность быть их учениками до тех пор, пока мы, как и они, не достигнем Просветления.

མགོན་སོ་སྤྱགས་རྗེ་ཚེན་སོ་དང་ལྷན་པ་བྱིད་རྣམས་ཀྱིས་

### **гён-по тхуг-дже чхен-по данг ден-па кхье нам кьи**

Обладающие великим состраданием Защитники,

བདག་ཅག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་ལགས་ཀྱི་

### **даг-чаг данг сем-чен тхам-че кьи дён дзе лаг кьи**

Вы, кто совершает деяния ради блага всех существ,

སོ་སོའི་ཞིང་ཁམས་སྤུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གཤེགས་སྤུ་གསོལ་ལ།

### **со-сои щинг-кхам су кхор данг че-па щег су сол ла**

Прошу, отправляйтесь вместе с окружением в ваши Чистые земли,

སྤང་ཡང་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་ལ་སྤྱགས་རྗེས་འབྱོན་པར་བྱ།

### **лар-янг сем-чен гьи дён ла тхуг-дже чжон-пар цу**

И ради блага существ, из сострадания, прошу, вновь возвращайтесь!

འཕྲོ་བ་ནི།

### **Посвящение заслуг**

*В данных традиционных посвящениях и пожелательных молитвах мы утверждаемся в нашей мотивации освободить всех существ с помощью заслуг, накопленных нами благодаря практике. Затем мы делаем пожелания, чтобы все существа однажды приобрели совершенные качества Будды.*

། བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

**сё-нам ди йи тхам-че зиг-па ныи**

Пусть благодаря этим заслугам, будет обречено Всеведение,

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་པམ་བྱས་ནས།

**тхоб-нэ нье-пе дра нам пхам-чже нэ**

Пусть будут повержены все враги – пороки,

སྐྱེ་གན་འཆིའི་ཚ་རྒྱལ་ལས་འབྲུགས་པ་ཡི།

**кье га на чхии ба-лаб тхруг-па йи**

Пусть существа освободятся из океана Самсары,

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག །

**си-пе цхо ле дро-ва дрол-вар шог**

Будоражимого волнами: рождения, старения, болезни и смерти!

སྐྱོན་ལམ་ནི།

*Молитвы-пожелания*

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱིད་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་དང།

**де-жин щег-па кхье-ку чи дра данг**

Татхагата, ты обладаешь такими великолепными Телом,

།འཁོར་དང་སྐྱུ་ཆེད་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་སུ།

**кхор данг ку-цхеи цхе данг щинг-кхам су**

Свитой, длительностью жизни и Чистыми землями,

བྱིད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།

**кхье кьи цхен чхог занг-по чи дра-ва**

Высшими благими признаками,

།དེ་འདྲ་ཁོ་ན་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག།

**де дра кхо-на даг сог гьюр-вар шог**

Пусть я и другие станем точно подобными тебе!

བྱིད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།

**кхьё ла тё чинг сол-ва таб-пе тхю**

Пусть силой молитвы и восхвалений, обращённых к Тебе,

།བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།

**даг сог ганг-ду не-пе са чхог су**

Где бы я и другие ни находились,

|ནད་གདོན་དབྱུང་འཕོང་ཐབས་བརྩོད་ཞི་བ་དང།

**не дён үл пхонг тхаб-цё ши-ва данг**

Болезни, негативные влияния и бедность умиротворяются,

ཚོས་དང་བཀའ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།

**чхо данг тра-ши пхел-вар дзе ду сол**

А Дхарма и всё благоприятное возрастает!

|འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐྱོན་གཅིག་སྤྱ།

**дро-ве дуг-нгал мен чиг-пу**

Пусть, единственное лекарство от страданий существ,

|བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས།

**дэ-ва тхам-че чжунг-ве не**

Источник всего счастья, Учение-Дхарму,

|བསྟན་བཟུང་དང་བཀའ་རྒྱུ་རྩི་དང།

**тен-па нье данг кур-ти данг**

Буду всегда встречать, относится к нему с почтением,

|བཅས་ཉི་ཡུན་རིན་གནས་གྱུར་ཅིག །།

**че те юн-рин не гьюр чиг**

И пусть так будет вечно!



བཀྲ་ཤིས་ནི།

*Пожелания хороших обстоятельств*

སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་།

**тён-па джиг-тен кхам-су чжён-па данг**

Пусть Будда-Учитель приходит в наш мир,

།བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་།

**тен-па ньи-ö жин-ду сал-ва данг**

Пусть Учение проясняет, подобно лучу солнца,

།བསྟན་འཇིག་བྱ་སློབ་དང་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡི།

**тен дзин пу лоб дар щинг гье-па йи**

Пусть Ученики – держатели Учения развивают и распространяют его,

།བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །།

**тен-па юн-ринг не-пе тра-ши шог**

Пусть для Учения всегда будут благоприятные условия!



Перевод с тибетского – Камаданова Т., Мелихова А.

Редакция 2020г. – Камаданова Т.

Перевод с английского

(комментариев Шамара Ринпоче) – Мелихова А.

## **Приложение**

### **Варианты прочтения имен Будд**

*Что касается повторения имен 35-и Будд, то практикующим рекомендуются произносить имена на тибетском или на санскрите, потому что произношение имен на этих языках несет в себе особое благословение. Повторять имена на русском языке, чтобы иметь понимание значения имен, также хорошо, если делать это время от времени, и если на то есть желание. На тибетском языке текст может произноситься вслух как написано или же к каждому имени Будды могут быть добавлены эпитеты. Имена первого и последнего Будды в любом случае необходимо произносить полностью.*

*Возможно, вам будет легче сначала сосредоточиться на запоминание корневых имен, а затем, по желанию, добавлять эпитеты. Дже Цонкапа выразил мнение, что повторение полных имен приводит к созданию большей заслуги.*

*При повторении на тибетском возможны следующие варианты:*

#### **А. Повторение как в тексте**

1. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ ШАКЬЯ ТХУБПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО/
2. ДОРДЖЕ НЬИНГПЁ РАБТУ ДЖОМПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО/
3. РИНЧЕН ÖТРО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО/
4. ЛУВАНГИ ГЬЯЛПО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО/ и так далее....

## **Б. Более длинное повторение**

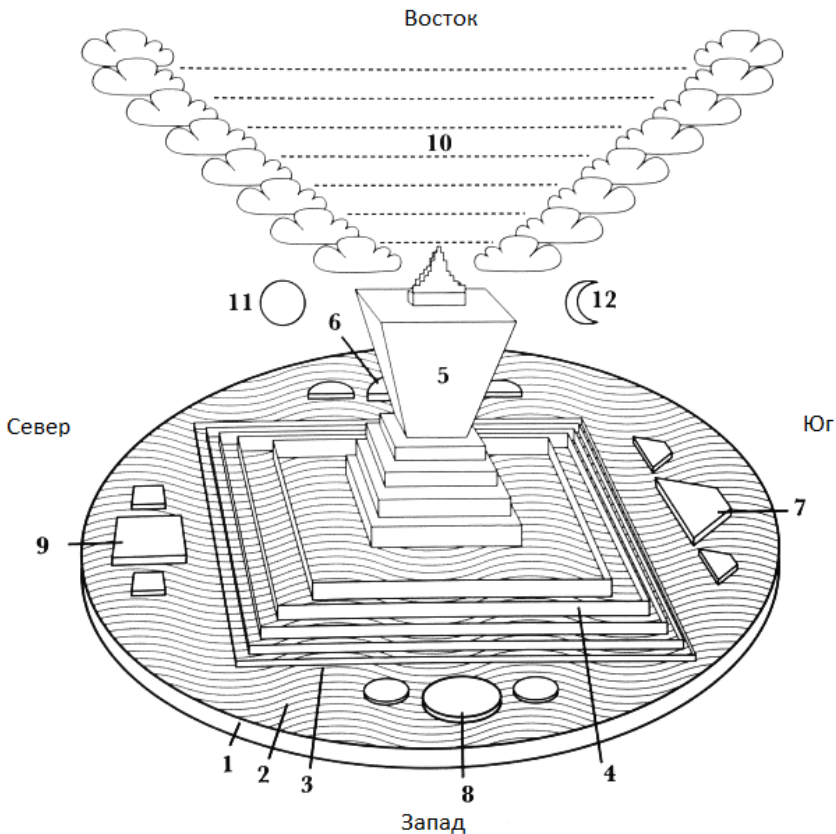
1. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ ШАКЪЯ ТХУБПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
2. ДЗОГПЕ САНГЬЕ ДОРДЖЕ НЬИНГПЁ РАБТУ ДЖОМПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
3. ДЗОГПЕ САНГЬЕ РИНЧЕН ÖТРО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
4. ДЗОГПЕ САНГЬЕ ЛУВАНГИ ГЪЯЛПО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО и так далее.

## **В. Самое длинное повторение**

1. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ ШАКЪЯ ТХУБПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
2. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ ДОРДЖЕ НЬИНГПО РАБТУ ДЖОМПА ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
3. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ РИНЧЕН ÖТРО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО
4. ЧОМДЕНДЕ ДЕЖИН ЩЕГПА ДРАЧОМПА ЯНГДАГПАР ДЗОГПЕ САНГЬЕ ЛУВАНГИ ГЪЯЛПО ЛА ЧХАГ ЦХАЛ ЛО и так далее.

## Вселенная

1. Цепь железных гор
2. Океан
3. Семь горных хребтов
4. Семь озёр
5. Гора Меру
6. Континент Пурвавидеха и субконтиненты Деха и Видеха
7. Континент Джамбудвипа и субконтиненты Чамара и Апарачамара
8. Континент Апарагодания и субконтиненты Шатха и Уттарамантрина
9. Континент Уттаракуру и Субконтиненты Курава и Каурава
10. Миры Богов
11. Солнце
12. Луна



## Подношение Мандалы из 7 пунктов

1. Гора Меру
2. Пурвавидеха
3. Джамбудвипа
4. Апарагодания
5. Уттарамантрина
6. Солнце
7. Луна

