



# LAMA CSÖPA

## Kjobpa Dzsigten Szumgön Guru-jógája

Önzetlenség motivációjának kialakítása	1
Menedék - és a motivációt kialakító imák	3
Szamádhi meghatalmazás	6
Vadzsa és csengő megáldása	16
Ének az eső aláhullásáról	21
LAMA CSÖPA	29
Az áldás esője, a Gurujóga ganacsakra szertartása	53
A 14 tantrikus gyökér-szamaja megszegésének megvallása	67
Felajánlások és jókívánság imák	73
Hosszúélet imák	78
Függelék	81



༄༅། །བདག་ལ་སྣང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ།

གཞོན་པར་བྱེད་པའི་བགོགས།

ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱིན་པའི་བར་དུ།

DHAG LA DANG VAR CSED PE DRA/ NÖ PAR CSED PE GEG/ THAR PA DANG TAM CSE KHJEN PE BAR DU

*Az önzetlenség motivációjának kialakítása:* Minden érző lény, kik egykor anyáim voltak, főként ellenségeim, kik gyűlölnek engem, az akadályozók, kik ártanak nekem és azok,

གཞོན་པར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཞོ་བྱས་པའི།

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན།

CSÖ PAR CSE PA TAM CSE KJI CO CSE PE/ MA NAM KHA DANG NYAM PE SZEM CSEN TAM CSE DEVA DANG DEN/

kik akadályokat teremtenek a megszabadulás és mindentudás felé vezető utamon, legyenek boldogok,

སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ། སྐྱུར་དུ་སྒྲོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱ།

ཞེས་ལན་གསུམ།

DHUG NGAL DANG DREL NYUR DU LA NA ME PA JANG DAG PAR DZOG PE CSANG CSUB RINPOCSE THOB PAR CSA // (3X)

és legyenek mentesek a szenvedéstől! Vezessem őket gyorsan a legtökéletesebb és legértékesebb Buddháság állapotába!

*(Ismételd el háromszor)*



ལྷོ དེའི་ཆེད་དུ་སངས་མ་རྒྱས་གྱི་བར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བཀོལ།

DEI CSE DU SZANG MA GYE KJI BARDU LU NGAG JI SZUM GEVA LA KOL/

Ezért, míg a megvilágosodást el nem érem, testemmel, beszédemmel és tudatommal erényes tetteket viszek véghez.

མ་ཤིའི་བར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བཀོལ།

MA SI BARDU LU NGAG JI SZUM GEVA LA KOL/

A halál érkezéig, testemmel, beszédemmel és tudatommal erényes tetteket viszek véghez.

དུས་དེ་རིང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཉི་མ་སང་ད་ཅུམ་གྱི་བར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བཀོལ།

DU DE RING NE SZUNG TE NYI MA SZANG DA CAM GYI BARDU LU NGAG JI SZUM GEVA LA KOL/

Mostantól, egy napon keresztül, testemmel, beszédemmel és tudatommal erényes tetteket viszek véghez.



3

## MENEDÉK- ÉS A MOTIVÁCIÓT KIALAKÍTÓ IMÁK

**Menedékvétel és a megvilágosodás szellemének felkeltése (szkrt. bodhicitta)**

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚན་རྣམས་ལ།

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

SZANG GYE CSÖ DANG COG TYI CSOG NAM LA/ DZSANG CSUB BARDU DAG NI TYAB SZU CSI/

A Buddhához, a Dharmához és a Szanghához fordulok menedékért, amíg el nem érem a megvilágosodást.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས།

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

DAG GI DZSIN SZOG GYI PE SZÖ NAM TYI/

DRO LA PEN CSIR SZANG GYE DRUB PAR SOG// (3X)

Adás és más cselekedetek érdeme által érjem el a Buddhaságot a lények javára!

*(ismételd el háromszor)*



### A Négy Mérhetetlen

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།

བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།

MA NAM KA DANG NYAMPE SZEM CSEM TAMCSE DE VA DANG DE VE GYU DANG DEN PAR GYUR CSIG/

Legyen minden érző lény – kiknek serege végtelen, mint az ég, s kik egykor anyáim voltak – boldog és rendelkezzenek a boldogság okával!

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

སྤྱག་བསྲུལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

DUG NGEL DANG DUG NGEL GYI GYU DANG DREL VAR GYUR CSIG/ DUG NGEL ME PE DE VA DANG MI DREL VAR GYUR CSIG/

Legyenek mentesek a szenvedéstől és a szenvedés okától! Sose váljanak el a szenvedéstől mentes boldogságtól!

ཉེ་རིང་ཆགས་སྲུང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

NYE RING CSAG DANG NYI DANG DREL VE TANG NYOM LA NE PAR GYUR CSIG// (3X)

Időzhessenek az Egyenlőség állapotában, mely elfogulatlan, mentes minden ragaszkodástól és elutasítástól!

*(ismételd el háromszor)*

**Rövid hétágú ima**

ཕུག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

CSAG CEL VA DANG CSÖ CSING SAG PA DANG/ DZSE SZU JI RANG KÜL SING SZÖL VA JI/  
Leborulva, áldozva, megbánással, örvendezve, tanításra és maradásra kérve –

དག་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།

ཐམས་ཅད་རྗེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོལ།

GE VA CSUNG SZE DAG GI CSI SZAG PA/ TAM CSE DZOG PE DZSANG CSUB CSIR NGO'O//  
az így összegyűlt érdemet – még a legkisebbeket is, felajánlom minden érző lény megvilágosodásáért.

༩ རྒྱལ་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཟབ་ཚཱ་ལས་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་དབང་བསྐྱུར།

A szamádhi-meghatalmazás szertartásának kivonata  
Kjobpa Rinpoce mélységes tanításaiból

ན་མོ་གུ་རུ།

**Namo Guru!**

7

སྐྱེ་བ་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོའི་ཟབ་ཚོས་སྐྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལས་གསུངས་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིག་གྱི་དབང་བསྐྱུར་གྲུང་བ་འདི་ལ་གསུམ་སྟེ།

སྐྱོན་འགྲོ།

དངོས་གཞི།

རྗེས་སོ། དང་པོ་ནི།

སྐྱུན་ལ་འབྲུལ་འཁོར་ལེགས་པར་བཅའ།

*Kjobjpa Dzsigten Szumgön rendkívül mélységes tanítása szerint a szamádhi-meghatalmazás átadásának és megkapásának három része van: az előkészítés, a tényleges gyakorlat és a befejezés. Elsőként meditációs üléseden helyezkedj el a megfelelő testhelyzetben.*



༄། །མ་གཏུར་ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། བདེ་ལྡན་སྐྱབས་བསྐྱེད་བྲལ་ཞིང་སངས་རྒྱལ་གྱི། གོ་འཕང་འཕྲོ་བ་ཕྱིར་དབང་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ།

MA GYUR NAM KHA NYAM PE SZEM CSEN NAM / DE DEN DUG NGAL DRAL ZSING SZAN GYE KJI/ GO PHANG THOB CSIR VANG ZSI NAL DZSOR GOM/

*Első rész, az előkészítés:*

Nagy igyekezettel végzem a Négyszeres meghatalmazás jogájának gyakorlatát, azért, hogy minden élőlény, kik egykor anyáim voltak s kiknek száma végtelen, mint a tér, legyenek boldogok, legyenek mentesek a szenvedéstől és ériék el a Buddháság állapotát.

གཉིས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྷུར་གསལ་སྒྲིན་མཚམས་སོར། པདྨ་ཉི་ཟླ་དར་ཟབ་གདན་གྱི་སྒྲིང་།

RANG NYI JIDAM LHAR SZEL MIN CAM SZOR / PEMA NYI DA DAR ZAB DEN GYI TENG/

*Második rész, a tényleges szertartás:*

Két szemem közt, azok fölött megjelenik előttem a gyökér Guru Jidam istenségként lótuszon, nap és holdkorongon,

ཕ་པའི་གླ་མ་དོ་ཇེ་འཆང་གི་སྐྱུ། ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་རྣམ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས།

CAVE LAMA DORDZSE CSANG GI KU / HE RU KA PAL NAM PA CSOM DEN DE/

selyempárnán ülve, Vadzsradhara formájában, a dicső Heruka, a Transzcendentális Győzedelmes alakjában.

དོ་ཇེ་དྲིལ་འཛོལ་ཕག་མོ་ཡུམ་དང་བཅས། གྲི་ཐོད་འཛོལ་ཅིང་ཡབ་ཡུམ་རུས་པ་དང་།

DOR DZSE TRIL DZIN PHAG MO JUM DANG CSE / DRI THÖ DZIN CSING JAB JUM RÜ PA DANG/

Egyesülve társával, Vadzsravarahival, kezeiben vadzsrát és csengőt tart, míg társnője kést és egy koponyacsészét.

Az Apát és Anyát csontok, drága ékszerek és selyemszalagok díszítik.

རིན་ཆེན་དར་དཔུངས་གྲིས་བརྒྱན་བརྒྱང་བསྐྱམ་ཞབས། དུས་མཚན་འཛིགས་བྱེད་གདན་ལ་གར་དགུས་འགྲིང་། འོད་དང་འོད་ཟེར་གཟི་བརླིང་ལྡན་པར་བཞུགས།

RIN CSEN DAR CSANG KJI GYEN KJANG KUM ZSAB / DÜ CEN DZSIG DZSE DEN LA GAR GÜ GYING / Ö DANG Ö ZER  
ZI DZSI DEN PAR ZSUG/

Egyik lábat kinyújtva, másikat behúzza méltóságteljes pózban, a tánc kilenc érzelmi jellemzőjével felruházva, Kalaratrin és Bhairaván taposva ragyogó fényt árasztanak magukból.



ལྷག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

CSAG CEL VA DANG CSÖ CSING SAG PA DANG / DZSE SZU JI RANG KÜL SING SZÖL VA JI

A leborulás, felajánlás, megbánás, örvendezés, könyörgés és imádkozás által felhalmozott minden egyes érdemet,

དག་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།

ཐམས་ཅད་རྗེས་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོར་བསྐྱེ།

GE VA CSUNG SZE DAG GI CSI SZAG PA / TAM CSE DZOG PE DZSANG CSUB CSEN POR NGO /

még a legkisebbeket is, felajánlom a teljes és tökéletes megvilágosodás szellemének.

*Így végezzük el a hétágú felajánlást.*

ཞེས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ལྷལ།

དབང་གི་དོན་དུ་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི།

*Meghatalmazás kérése:*

ལྷ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་བདག་ལ་དབང་བསྐྱེར་བ་མཇུག་དུ་གསོལ།

ཞེས་ཡན་གསུམ་བཅོམ།

LAMA DORDZSE CSANG CSEN PÖ DAG LA VANG KUR VAR DZE DU SZÖL// (3X)

Láma, Hatalmas Vadzsradhara, kérlek, részesíts a meghatalmazásban!

*Ismételd el háromszor.*

ལྷ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྒྲིན་མཚམས་མཛོད་སྐྱེ་ནས།      འོད་ཟེར་དཀར་པོ་འཕྲོས་ཏེ་སྒྲིན་མཚམས་ཐིམ།

LAMA JAB JUM MIN CAM DZÖ PU NE / Ö ZER KAR PO THRÖ TE MIN CAM THIM/

Az egyesülésben levő Istenségek szemei között, a homlokból fehér fény árad ki, mely beleolvad a szemeim közti térbe.

ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྐྱེས་བུམ་པའི་དབང་མཚོག་ཐོབ།      བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐྱེ།

LÜ KJI DRIB DZSANG BUM PE VAG CSOG THOB / DAG NYI SZAN GYE THAM CSE DÜ PE KU/

A test által létrehozott elhomályosulásoktól megtisztulva elnyerem a legfőbb váza meghatalmazást.

སྐྱང་སྟོང་ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉིད་དུ་བྱས།      ལྷ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྒྲོམས་འཇུག་སྐྱོར་མཚམས་ནས།

NANG TONG LHA JI KJIL KHOR NYI DU DZSE / LAMA JAB JUM NYOM DZSUG DZSOR CAM NE/

Az összes Buddha alakját és Istenségek mandaláját megtestesítem, mégis üresség jelenik meg. Az egyesülésben levő Istenségek torkából vöröses fehér fény sugárzik ki,

འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མདངས་ཆགས་མགོན་པར་ཐིམ།      ངག་གི་སྒྲིབ་སྤྱངས་གསང་བའི་དབང་མཚོག་ཐོབ།

ÖZER KAR MAR DANG CSAG DRIN PAR THIM / NGAG GI DRIB DZSANG SZANG VE VANG CSOG THOB  
majd beleolvad a torkomba. A beszédbeli szennyezettségektől megtisztulva elnyerem a titkos meghatalmazást.

བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་གསུང་།      བྲག་སྒྲོང་སྤྲགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་བྱས།

DAG NYI SZAN GYE THAM CSE DÜ PE SZUNG / DRAG TONG NGAG KJI RANG ZSIN NYI DU DZSE/  
Megtettesítem minden Buddha beszédét, a mantra lényegét, mely hallható, mégis üres.

སྤྲམ་ཡབ་ཡུམ་བྱུགས་ཀྱི་དཔལ་བེུ་ལས།      འོད་ཟེར་སྔོན་པོ་འཕྲོས་ཏེ་སྒྲིང་ཁར་ཐིམ།

LAMA JAB JUM THUG KJI PAL BE-U LE / ÖZER NGÖN PO THRÖ TE NYING KHAR THIM/  
Az egyesülésben levő Istenségek szívéből kék fény sugárzik ki, majd beleolvad a szívembe.

ཡིད་གྱི་སྒྲིབ་སྤྱངས་གསུམ་པའི་དབང་མཚོ་གཞོན་པ། བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རང་བཞིན།

JI KJI DRIB DZSANG SZUM PE VANG CSOG THOB / DAG NYI SZAN GYE KÜN GYI THUG RANG ZSING

A tudati szennyezettségektől megtisztulva elnyerem a harmadik, legfőbb meghatalmazást. A saját tudatom a Buddhák tudatának természetével bír,

སྐྱེ་འགག་གནས་པའི་འཆིང་བ་ཀུན་བྲལ་རྟོགས། ལྷ་མ་ཡབ་ཡུམ་འོད་དང་འོད་ཟེར་ལྷ།

KJE GAG NE PE CSING VA KÜN DRAL TOG / LAMA JAB JUM Ö DANG Ö ZER ZSU/

mely mentes a születés, időzés és megszűnés béklyóitól. Majd az Istenségek fénné válnak, és a koronacsakrán keresztül belém olvadnak,

སྐྱེ་བོ་ནས་ཐིམ་སྒོ་གསུམ་འཛིན་པ་དག བཞི་བའི་དབང་ཐོབ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི།

CSI VO NE THIM GO SZUM DZIN PA DAG / ZSI PE VANG THOB SZAN GYE THAM CSE KJI/

megtisztítva a test, beszéd és tudat három kapujához való ragaszkodást. Ezáltal megkaptuk a negyedik meghatalmazást.

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དང་མཉམ་ཉིད་ཡི་ཤེས་སུ།

ངོ་བོ་མཉམ་ཡངས་ལྷན་གྱུ་བ་རྟོགས་གྱུར་ཏེ།

KU SZUNG THUG DANG NYAM NYI JESE SZU / NGO VO NYAM JANG LHÜN DRUB TOG GYUR TE/

A test, beszéd, tudat egységének őseredeti éberségében a lényeg spontán megvalósult.

བཅོས་བྲལ་ཡི་ཤེས་ལྷན་སྐྱེ་ཆེན་པོར་གནས།

གསུམ་པ་ནི།

CSÖ DRAL JESE CSAG GYA CSEN POR NE/

A természetes őseredeti tudatosságban, a mahamudrában időzöm.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་བདག་གཞན་འགྲོ་བ་རྣམས།      ལྷུར་དུ་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

GEVA DI JI DAG ZSEN DRO VA NAM / NYUR DU PAL DEN LAMA DRUB GYUR NE/

*Harmadik rész, a felajánlás:*

Ezen felhalmozott érdemek által én és minden lény tökéletesen

འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།      ཐམས་ཅད་དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་གྱུར་ཅིག།

DRO VA SZEM CSEN CSIG KJANG MA LÜ PA / THAM CSE DE JI SZA LA GÖ GYUR CSIG/

teljesítse be a dicsőséges Lámát, és kivétel nélkül érjük el az Ó állapotát.

ཅེས་དགེ་བའི་རྩ་བ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཏུ་བསྐྱོབ་བར་བྱའོ།།།

*Így ajánljuk fel az erények gyökereit a tökéletes megvilágosodásért.*



དོར་བྱིལ་བྱིན་རྒྱབས།

**Vadzra és csengő megáldása**

དོར་ཅིལ་ཚེ་དགུ་ཚེ་ལྷ་གང་ཡིན་ཀྱང་རབ་གནས་རྒྱས་པ་ལྷ་སོ་སོའི་རྩ་དང་པར་ལས་བསྐྱེད་པ་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་ལ།

འདིར་བསྐྱས་ནས་ཚོགས་ལོན་དུ་བྱ་བ་ནི།

*Amíg az istenség helyének, lótuszának kialakítása nem foglalja magában az öt- vagy kilencágú vadzsra és a csengő részletes felszentelését, itt a szertartás előtt a rövidebbet végezzük el.*

དོ་རྩེ་རྩྱུ་ལས་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ལྷུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་དོ་རྩེ་གྱུར།

DORDZSE HUNG LE DORDZSE SZEMPA ZSU VA LE DZSUNG VE THAB DE VA CSEN PÖ RANG ZSIN DOR DZSER GYUR/

*A vadzsra felszentelése:*

Egy **HUNG** szótag Vadzsraszattvává alakul át, aki ezután feloldódik. Az ebből származó módszer a nagy gyönyörűség természetével bír, és átalakul a vadzsrává.

དྲིལ་བུ་ཨ་མེ་ལས་རྗེ་སྐྱེམས་མ་ལུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་སྣོང་པ་ཉིད་གྱི་རང་བཞིན་དྲིལ་བུར་གྱུར།

DRIL BU AH LE DORDZSE NYEM MA ZSU VA LE DZSUNG VE SE RAB TONG PA NYI KJI RANG ZSIN DRIL BUR GYUR/

*A csengő megáldása:*

Az AH szótag Vadzsratopává alakul át, aki ezután feloldódik. Az ebből származó bölcsesség az üresség természetével bír, és a csengővé alakul át.

ཐལ་མོ་ཨ་མི་ཀའི་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ལག་གཡས་སུ་ཉི་མ་དང་གཡོན་དུ་སྐྱབ་གསལ་བར་གྱུར།

THAL MO AH DI KA DI JONG SZU GYUR PA LE LAG JE SZU NYIMA DANG JÖN DU DAVA SZEL VAR GYUR/

*A tenyerek megáldása:*

Képzeld el, hogy a szanszkrit magán- és mássalhangzók a jobb kezeden nappá alakulnak át, a bal kezeden pedig holddá.

*Vizualizáld ezt.*

ཨོ་སྐྱེ་ཉ་སྐྱེ་ག་ཉ་སྐྱེ་བལྟོ་ས་མ་ཡ་ཉིལུ་ཨོཔ་རྩོ་རྩོ་ར་ཡ་མི་རྩོ་ ཉི་ཉི་ཉི་ཉི་རྩོ་རྩོ་རྩོ་ སུ་སྐྱེ་སྐྱེ།

ཞེས་གཡས་པའི་མཐེ་བོང་དང་མིང་མེད་གྱིས་རྩོ་རྩོ་སྐྱེ་གས་བཟུང་།

**OM SZARVA TA THA GA TA SZIDDHI VADZSRA SZA MA JA TIS THA E KHA SZTAM DHA RA JA MI HI HI HI HI HUNG HUNG HUNG PHET SZOHA**

*Ezalatt tartsd a vadzsrát a jobb hüvelyk- és gyűrűsujjaddal a szív magasságában.*

ཨོ་བལྟོ་གྲམ་རྩོ་ ཞེས་གཡོན་པའི་མཐེ་བོང་དང་མིང་མེད་གྱིས་སྐྱེ་སྐྱེ་ཉ་སྐྱེ་དགུ་གཡོན་པར་བཟུང་། སྐྱེ་རྩོ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལ་རྩོ་ལ་བུ་ནང་གི་སྐྱེ་གས་མཚམས་བཟུང་དུ་བྱེ་བསྐྱེ་ཉ་སྐྱེ་དགོལ་ཞིང་།

**OM VADZSRA GHANDE HUNG**

*Fogd meg a csengőt a bal hüvelykdeddel és a gyűrűsujjaddal. Tartsd a vadzsrát az előbbiek szerint, és szólaltasd meg a csengőt annak nyelvét a nyolc fő és a köztes irányok felé lendítve.*

ཨོཾ་བདུ་རྩམ་རྗེ་ཏེ།      བྲ་རྗེ་ཏེ།      སམྲ་རྗེ་ཏེ། སམ་བུ་སྐྱོ་ཏེ། བྲ་ཚུ་ཡི་ཏེ།      བྲ་ཚུ་བྲ་རྗེ་ཏེ། རྒྱ་དུ་སྐྱེ་བུ་བདུ་སུ་ཅི་དེ། ཡ་སུ་ཏེ། རྩེ་ཏེ། རྩེ་ཏེ། རྩེ་ཏེ། རྩེ་ཏེ། རྩེ་ཏེ།

**OM VADZSRA DHARMA RA NRI TA / PRA RA NRI TA / SZAMPRA RA NRI TA SZARVA BUDDHA KSHE  
TRA PRA CA LI NI / PRADZSNA PA RA MI TA NA DA SZOBAVA VADZSRA SZATO HRI DA JA  
SZANTO KA NI HUNG HUNG HUNG HO HO HO**



ཞེས་དགོལ།      དེ་ནས་འཕྲིན་ལས་གང་ཡིན་ལ་འཇུག་གོ།

*Így szólaltasd meg a csengőt. Azután belefoghatsz bármilyen megvilágosodott tevékenységbe.*

**ÉNEK AZ ESŐ ALÁHULLÁSÁRÓL****Fohász a hagyományvonal áldásáért**

༄༅། །དཔལ་ཚོས་དབྱིངས་གྱི་ནམ་མཁའ་ཡངས་པ་ལ།

PEL CSÖ JING TYI NAM KA JANG PA LA/

A ragyogó Dharmadhatu végtelen tere

ཚོས་སྐྱོ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཡང་ཡང་དྲན།

CSÖ KU DORZSDE CSANG CSEN JANG JANG DREN/

Újra meg újra a nagy Vadzsraszattvára\* emlékezem, a Dharmakájára. Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

སླ་མ་བྲིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LA MA TYE RANG TA BUR DZSIN GYI LOB/

Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

\*Dordzse Csang

ཚོས་མཐའ་དབུས་མིད་པར་གུན་ལ་བྱུབ།

CSÖ TA Ü ME PAR KÜN LA TYAB/

áthat minden dharmát középpont vagy határok nélkül.

སེམས་རྩེ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/

Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

ཤར་བ་ཉོར་ཡུལ་དུ་ལྷོ་སྤྱིན་འཐིབས།

SAR SZA HOR JÜL DU LHO TRIN TIB/

Szahor országa fölött, keleten, az áldás felhői gyülekeznek,

བྱིན་རྒྱ་བས་བན་མ་བུན་མ་བྱུང་།

DZSIN LAB BEN MA BÜN MA DZSUNG/  
s gomolygó ködként emelkednek fel.

སེམས་ཚེ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/  
Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

བྱང་ཕུལ་ཉ་རིར་གློག་དམར་འབྲུག།

DZSANG PUSPA HA RIR LOG MAR TYUG/  
Vörös villámok villognak Pushpahari fölött északon.

\* Tilopa

ཏིལྱི་ཤེས་རབ་བཟང་པོ་ཡང་ཡང་དྲན།

TILLI SE RAB SZANG PO JANG JANG DREN/  
Újra meg újra Tilo Pradzsnabhadrára\* emlékezem.

ལྷ་མ་བྲིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LA MA TYE RANG TA BUR DZSIN GYI LOB/  
Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

ཚོས་ཕྱིར་དཀའ་བ་བཅུ་གཉིས་སྟུང།

CSÖ CSIR KA VA CSU NYI CSE/  
Kiálltad a tizenkét megpróbáltatást, hogy elnyerd a Dharmát.

མཁས་པ་རྣམ་པ་ཆེན་ཡང་ཡང་དྲན།

KE PA NA RO PEN CSEN JANG JANG DREN/  
Újra meg újra a Tudós Mahapandita Naropára emlékezem.

ལྷ་མ་བྱིད་རང་ལྷ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/  
Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

སྙན་བརྒྱུད་གྱི་གདམས་པ་བོད་ལ་བསྐྱུར།

NYEN GYU TYI DAM PA BÖ LA GYUR/  
Lefordítottad Tibetben a Személyes Átadás tanításait.

སེམས་ཚུལ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/  
Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

ལྷོ་གྲོ་བོ་ལུང་དུ་གཡུ་འབྲུག་གླིང།

LHO DRO VO LUNG DU JU DRUG DIR/  
Drovo Lung völgyében, délen, a „Türkiz Sárkány” mennydörög.

བླ་ལྷུར་མར་པ་ལོ་ཙྰ་ཡང་ཡང་དྲན།

DRA GYUR MAR PA LO CA JANG JANG DREN/  
Újra meg újra a nagy fordítóra, Marpa Lotsawára emlékezem.



སེམས་ཚུལ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/

Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

འབྲོག་ལ་ཕྱིའི་གངས་ལ་སྤྲང་ཆར་བབས།

DROG LA CSI KANG LA TRANG CSAR BAB/

Lágy eső hull Lachi havas csúcsaira.

དཔལ་བཞད་པ་དོ་རྗེ་ཡང་ཡང་དྲན།

PEL SE PA DOR DZSE JANG JANG DREN/

Újra meg újra rád emlékezem, dicső Shepa Dordzse.\*

\* Milarepa

ལྷ་མ་བྱིད་རང་ལྟ་བུར་གྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/

Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

སྙེན་བརྒྱུད་གྱི་གདམས་ངག་མཚོ་ལྟར་འབྲིལ།

NYEN GYÜ TYI DAM NGAG CO TAR TYIL/

A Személyes Átadás tanításai egy tóban összegyűlnek,

སེམས་ཚུལ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/

Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

ལྷ་མ་བྱིད་རང་ལྷ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/  
Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

འོད་གསལ་གྱི་ཆབ་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད།

ÖSZEL GYI CSAB LA GYÜN CSE ME/  
a Tiszta Fény vizének nem szűnő árja öntözi.

སེམས་རྩེ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/  
Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

\* Gampopa

ཤར་དུགས་ལྷ་སྐམ་པའི་དོག་ས་བརྒྱན།

SAR DAG LHA GAM PÖ DOG SZA LEN/  
A keleti Daklha Gampo dombjain a földet

རྗེ་སྐོན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་ཡང་དུན།

DZSE MEN PE GYEL PO JANG JANG DREN/  
Újra meg újra az Orvosok dicső Urára\* emlékezem.

ལྷ་མ་བྱིད་རང་ལྷ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/  
Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

དཔལ་ཕག་མོ་གུ་རུ་སྐུ་གུ་འབྲུངས།

PEL PAG MO DRU RU NYU GU TRUNG/

Phagmodru dicsőséges földjén magvak sarjadnak.

རྗེ་རང་བྱུང་སངས་རྒྱས་ཡང་ཡང་དྲན།

DZSE RANG DZSUNG SZANG GYE JANG JANG DREN/

Újra meg újra a dicső, önmagától született Buddhára\* emlékezem.

ལྷ་མ་བྲིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/

Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

\* Phagmodrugpa

ཟབ་མོ་གསང་སྒྲགས་གྱི་གཏེར་ཁ་བྱེ།

SZAB MO SZANG NGAG TYI TER KA CSE/

Kinyitottad a mélységes és titkos Tantra kincsestárát.

སེམས་རྩི་གཅིག་གཤུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/

Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

བྱང་འབྲི་གུང་གི་ཕྱོགས་སུ་འབྲས་དུག་སྒྲིན།

DZSANG DRI GUNG GI CSOG SZU DRE DRUG MIN/

Hatféle gabona érik az északi Drikung vidékén.

འབྲས་ལྷུག་གིས་འགོ་ལྷུག་ཡོངས་ལ་བྲལ།

DRE DRUG GI DRO DRUG JONG LA TYAB/  
E hat gabona\* áthatja mind a hat világot.

སེམས་རྩེ་གཅིག་གཤུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/  
Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

གནས་སྤྱི་གཙུག་ཉི་ཟླའི་གདན་སྡེང་དུ།

NE CSI CUG NYI DE DEN TENG DU/  
Fejem felett, nap- és holdkorongon ül Ő.

\* számtalan tanítvány

\*\* Kjobpa Dzsigten Szumgön

དྲིན་ཅན་ཚོས་རྗེ་བླ་དཔོན་ཡང་ཡང་དྲན།

DRIN CSEN CSÖ DZSE KU ÖN JANG JANG DREN/  
Újra meg újra a Dharma jóságos urára\*\* emlékezem.

སྐྱ་མ་བྲིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/  
Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་ཡང་ཡང་དྲན།

DRIN CSEN CA VE LA MA JANG JANG DREN/  
Újra meg újra jóságos Gyökér-Lámámra emlékezem.

སེམས་རྩེ་གཅིག་གཏུངས་པས་གསོལ་བ་འདེབས།

SZEM CSE CSIG DUNG VE SZÖL VA DEB/

Egyhegyű tudattal, vágyakozva könyörgök hozzád szakadatlan:

ལྷ་མ་བྱིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LAMA TYE RANG TA BUR CSIN GYI LOB/

Láma! Add áldásod, hogy elérjem a megvalósításodat!

28

ཞེས་སྒྲུང་ཆར་ཟེམ་བུ་མར་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོས་མཛད་པའོ།།

*Ezt a szöveget Dzsigten Szumgön fogalmazta meg, és „Drang-Char-Zimbu”-ként, a Nagy Esőként ismert.*

# **LAMA CSÖPA**

**Kjobpa Dzsigten Szumgön Guru-jógája**

༄༅། །ནམོ་གུ་རུ། འདི་མ་གང་ཟག་གང་དག་གླ་མ་མཚོད་པ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེས་པ་ས་བཅད་ཙམ་ཆག་མེད་རྒྱན་འབྲེར་དུ་བསྐྱིན་གླ་མ་མཚོད་པའི་ཚོགས་ཞིང་གི་རྩུང་དུ།

ལུ་གཉིས་ཉིར་སྦྱོད་བཤམས། བདེ་བའི་སྐྱན་ལ་འདུག་ནས། འདི་སྐྱད་དོ།

**NAMO GURU**

*Bevezetés*

30

*A Buddha tanai közt sok olyan gyakorlat van, mely lehetővé teszi a megvilágosodás elérését. A Mahamudra állapotának megvalósítását célzó gyakorlatok között az egyik legfontosabb a Guru-jóga. Ez itt Nagardzsuna egyik reinkarnációjának, Kjobpa Dzsigten Szumgön Rathna Shrinék a Guru-jógája. Kjobpa Dzsigten Szumgönnek sokféle Guru-jógája létezik, ez a változat noha rövid, a teljes meditációt magában foglalja. (Kjobpa Dzsigten Szumgön Rincsen Pal, a hasonlíthatatlan Ratna Shri, a Drikung Kagyüpa alapítója, 1143-1217)*

*Namo Guru! A Guru-jóga e rövid szövegváltozata a rendszeresen gyakorlóknak készült. A Menedékfa előtt, mely az érdemek mezeje, helyez el kétfajta víz stb. felajánlást az oltáron (az arghamtól a shaptáig), ülj le és helyezkedj el kényelmesen, majd recitáld a szöveget.*

**Menedékvétel és a bodhicsitta kifejlesztése**

མཚོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་སྒྲ་མ་ལྷར།

CSOG SZUM KÜN DÜ LA MA L HAR/

A magasztos Guruhoz, a Három Drágaság megtestesüléséhez fordulok menedékért, míg a megvilágosodást el nem érem.

ཉམ་ཐག་མཁའ་བྱུང་འགྲོ་སྒྲོལ་ཕྱིར།

NYAM TAG KA TYAB DRO DRÖL CSIR/

Hogy a teret betöltő, szenvedő lényeket a megszabadulás felé vezessem, a Guru – aki a Buddha – jógáját nagy igyekezettel végzem.

ལན་གསུམ་གྱི་སྐབས་སེམས་དང།

*(ismételd el háromszor)*

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་སྐྱབས་མཚེ།

DZSANG CSUB BARDU DAG TYAB CSI/

སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་བརྩོན་བྱ།

LA MA SZANG GYE DRUB CÖN DZSA// (3X)



མཚོད་པ་བྱིན་རྒྱལ་སྟེ།

**A felajánlások megáldása**

ལྷ་དང་མི་ཡི་མཚོད་པའི་རྗེས།

LHA DANG MI JI CSÖ PE DZE/

Az isteni és emberi birodalom legjobb felajánlásait

དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གྱིས་སྤྱུལ།

NGÖ SZU SAM DANG JI TYI TRÜL/

adom valóságosan és tudatomban megidézve.

ཕྱི་ནང་གསང་བ་སྐྱེ་མེད་པའི།

CSI NANG SZANG VA LA ME PE/

A külső, belső, titkos és felülmúlhatatlan felajánlások hassák át a tér valamennyi világát!

ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་ཁྱབ་གྱུར་ཅིག།

NAM KE KAM KÜN TYAB GYUR CSIG/

**Felajánlásfelhő-dharani***a felajánlások megtisztítására és kiterjesztésére*

འཇམ་རྩུ་རྩུ་ཡུ་ཡ།    ཀ་མོ་རྩུ་ག་མ་ཏེ་བརྩ་ས་ར་མ་མུ་ནི་ཏ་ཐ་ག་རྩུ་ཡ།    ཡུ་རྩུ་ཏེ་ས་མུ་མྱོ་བུ་རྩུ་ཡ།    ཏ་རྩུ་ཐ།    ཨོྱོ་བརྩོ་བརྩོ་མ་རྩུ་བརྩོ།    མ་རྩུ་ཏེ་རྩོ་  
 བརྩོ།    མ་རྩུ་བི་རྩུ་བརྩོ།    མ་རྩུ་བོ་རྩོ་ཙོ་རྩོ་བརྩོ།    མ་རྩུ་བོ་རྩོ་མུ་རྩོ་པ་སློ་ག་མ་ན་བརྩོ་སའ་ག་མ་ཡུ་མ་ར་ན་བི་ཤ་རྩུ་ན་བརྩོ་སུ་རྩུ།

NAMO RATNA TRA-JA-JA/ NAMO BHAGA VA-TE VADZSRA SZA-RA PRA MARDHA-NI TATHA GA-TA-JA/  
 ARHATE SZAM-JAK-SZAM-BUDDHA-JA/ TADJA TA/ OM VADZSRE VADZSRE MAHA VADZSRE/  
 MAHA TEDZO VADZSRE/ MAHA BIDJA VADZSRE/ MAHA BODHI CITTA VADZSRE/  
 MAHA BODHI MANDO PA SZAM KRAMA-NA VADZSRE SZARVA KARMA AVA-RANA  
 BISHO-DHANA VADZSRE SZVAHA// (3X)

ལན་གསུམ།

*(ismételd el háromszor)**A 3. ismétlésnél:*

ཚོགས་ཞིང་བསྐྱེད་པ་ནི།

**Az érdemek mezejének vizualizációja**

རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་ཡི་དམ་ལྷུར་གསལ་བའི།

RANG NYI KE CSIG JI DAM LHAR SZEL VE/ DÜN KAR RIN CSEN TRI CSOG JI ONG CER/

Hirtelen megjelenek jidamként, amit világosan és tisztán vizualizálok. Előttem a térben a legértékesebb, legmagasabb és legkedvesebb trón,

པད་ཟླ་ཉི་ལྗེང་ཙུ་བའི་སྤྲ་མ་དང་།

PE DA NYI TENG CA VE LA MA DANG/

rajta lótusz, hold- és napkorong. Azon ül Dzsigten Szumgön, a Három Világ győzedelmese és legfőbb védelmezője, aki elválaszthatatlan a Gyökér-Gurutól.

མདུན་མཁར་རིན་ཆེན་གྱི་མཚོག་ཡིད་འོང་ཅེར།

DÜN KAR RIN CSEN TRI CSOG JI ONG CER/

དབྱེར་མེད་རྒྱལ་མཚོག་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན།

JER ME GYEL CSOG DZSIG TEN SZUM GYI GÖN/

སྐུ་མདོག་དཀར་དམར་མཚན་དཔའི་གཟི་བརྗིད་འབར།

KU DOG KAR MAR CEN PE SZI DZSI BAR/

Teste vöröses-fehér színű és egy buddha jeleinek fényével sugárzik. Dharma-ruhája oly ragyogó, hogy még a lithi-ásvány színei is elhalványulnak mellette.

ངེས་དོན་གྲུབ་པའི་བཀའ་རྟགས་ཅོད་པན་དམར།

NGE DÖN DRUB PE KA TAG CSÖ PEN MAR/

Vörös koronája a Tanok értésének elnyerését szimbolizálja, mely már magyarázatoktól mentes. Ötszínű szivárványpalota közepében időzik.

བདུད་འདུལ་ཉིང་འཛིན་ཕུག་བཅས་དོར་དགྱིལ་བཞུགས།

DÜ DÜL TING DZIN CSAG CSE DOR TYIL SUG/DE LA TA CSÖ GOM PE LA MA DANG/

Lábai vadzsra-helyzetben, egyik keze a számádhi mudrájában, másik keze a márákat legyőző mudrában. A szemlélet, cselekvés és meditáció hagyományvonalának gurui,

ལི་བླིའི་མདངས་འཕྲོག་ཚོས་གོས་ལ་འགག་དང།

LI TRI DANG TROG CSÖ GÖ SA GAG DANG/

ཁ་དོག་ལྔ་ལྔན་དབང་གཞུང་གུར་བྱིམ་དབུས།

KA DOG NGA DEN VANG SUI GUR TYIM Ü/

གཅིག་འདྲེས་དོན་བརྒྱད་གསེར་གྱི་སྤྱིང་བས་བསྐྱོར།

མདུན་རྒྱབ་གཡས་གཡོན་སིང་བློ་པད་རྒྱུ་སྤྱིང་།

CSIG DRE DÖN GYÜ SZER GYI TRENG VE KOR/ DÜN GYAB JE JÖN SZENG TRI PE DE TENG/

és a végső igazság hordozóinak arany füzére veszik körül. Előtte, mögötte, tőle jobbra és balra orozlántrónon, lótuszon, napon és holdon

ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་མཚོག་གསུམ་ཚོས་སྤྱང་བཅས།

སྤྱིན་ཕུང་ལྷར་དགྱིག་གནས་གསུམ་ཡི་གེ་ལས།

JI DAM LHA COG CSOG SZUM CSÖ SZUNG CSE/ TRIN PUNG TAR TRIG NE SZUM JI GE LE/

a Jidam Istenségek legmagasabb gyülekezete és a Három Drágaság<sup>1</sup> a Dharma védelmezőivel körülvéve, kik felhőként gyülekeznek a térben. Három csakrájuk<sup>2</sup> magszótagjából

འོད་འཕྲོས་རང་འདྲེ་ཡི་ཤེས་སྤྱན་དྲངས་གྱུར།

Ö TRÖ RANG DRE JE SE CSEN DRANG GYUR//

fény sugárzik, és meghívja a bölcsességlényeket, akik mindig ugyanolyan alakban jelennek meg.

སྐྱོན་འདྲིན་པ་ནི།

**Meghívás**

སྟོབས་བརྩུའི་རྩལ་མངའ་རྒྱལ་དབང་སྟོབ་པ་ཇེ།

མཚོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་རྒྱུ་མཚོའི་འཁོར་དང་བཅས།

37

TOB CSUI CEL NGA GYEL VANG TYOB PA DZSE/ CSOG SZUM CA SZUM GYA CÖ KOR DANG DZSE/

A győzedelmes, hatalmas Védelmezőt, ki a tíz erő energiáját uralja, a Három Drágaság, a Három Gyökér és tengernyi kíséret veszi körül.

སྟོན་སྟོན་དམ་བཅའ་མཐུ་ཡིས་སྐད་ཅིག་ལ།

འགྲོ་ལ་ཇེས་བརྟེས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

NGÖN MÖN DAM CSA TU JI KE CSIG LA/

DRO LA DZSE CE NE DIR SEG SZU SZÖL/

A múltban tett kívánságok s ígéretetek ereje által, és szerető jóságodból fakadóan, kérlek, egy pillanat alatt jelenj meg ezen a helyen!

གདོང་ལྷའི་བློ་དང་མཚོ་སྐྱེས་ཀུན་ཕན་སྟེང་།

DONG NGE TRI DANG CO TYE KÜN PEN TENG/ TUG SZANG GYE PE GAR GYI TEN PAR SUG/

Foglalj helyet ezen az oroszlántrónon, melyet a „Tóból született”<sup>33</sup> és a „Mindenség Jósága”<sup>34</sup> borít! Maradj itt, örömteli szellemed együttérése által!

བསམ་ཡས་ཡོན་ཏན་ཡུང་པོའི་བདག་ཉིད་ལ།

SZAM JE JÖN TEN PUNG PÖ DAG NYI LA/

A határtalan kvalitások halmozásának lénye előtt porszemekhez hasonló számú testben leborulok!

བཟླ་སམ་ཇེ། པདྨ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟོ། ཡུ་ཉི་ཕུ་རྟོ།

ཐུགས་གསང་དགེས་པའི་གར་གྲིས་བརྟན་པར་བཞུགས།

ཞིང་རྩལ་གྲངས་མཉམ་ལུས་ཀྲིས་ལྷག་བགྲོའོ།

SING DÜL DRANG NYAM LÜ TYI CSAG GYI'O/

པ་ཉི་རྩོ་རྟོ།

VADZSRA SZA-MA-DZA/  
PADMA KAMA LAJE SZTAM/  
ATI PUHO/ PRATI CAHO//

མཚོད་པ་ནི།

**Nyolcszoros felajánlás**

ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཚོའི་མཚོད་ཡོན་ཞབས་བསིལ་དང་།      ལུ་སྐྱེས་བདུག་པའི་སྤྱིན་དང་མར་མེའི་འཕྲེང་།

SING KAM GYA CÖ CSÖ JÖN SAB SZIL DANG/ CSU TYE DUG PE TRIN DANG MAR PE TRENG/

Óceányi buddha-országoknak felajánlást teszek:      vizet italként és vizet a lábak megmosására, virágokat, füstölőt,

39

དྲི་མཚོག་ཞལ་ཟས་སྣོན་དབྱངས་རོལ་མོ་བཅས།      ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་བཀའ་སྟེ་བདག་གིས་འབུལ།

DRI CSOG SEL SZE NYEN JANG RÖL MO CSE/ NAM KE KAM KÜN KANG TE DAG GI BÜL/

mécsest, fenséges illatokat, ételt és kellemes zene hangjait, melyek betöltik a tér összes birodalmát.



**A felajánlások bemutatása**

ॐ गुरु बुद्ध भूषण वसिष्ठ मन्त्रम् ।

ॐ ह्रीं ह्रूं ह्रुं अर्घ्यं ह्रीं ह्रीं ह्रीं नमो भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम् ।

**OM GURU BUDDHA RATNA SZAPARI VARA**

40

**ARGHAM... / PADJAM... / PUSPAM... / DHUPAM... / ALOKE... / GANDHE... / NEVIDJA... / SAPTA...**

**PRATICA SZVAHA/**



zene



étel



illatosvíz



mécses



füstölő



virág



lábmosóvíz



ivóvíz

ཞེས་དང་། འདོད་ཡོན་ལྔ་རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་རྩལ་བརྒྱད་ནི།

**További felajánlások**

ཡིད་འོང་འདོད་པའི་ཡོན་ཏད་རྣམ་པ་ལྔ།

JI ONG DÖ PE JÖN TEN NAM PA NGA/

Az öt érzéknek kellemes dolgokat, egy királyság hét drágaságát,

རྒྱལ་པོའི་སྲིད་ལ་འོས་པའི་རིན་ཆེན་བདུན།

GYEL PÖ SZI LA Ö PE RIN CSEN DÜN/

བཀྲ་ཤིས་རྟགས་དང་རྩལ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ།

TRA SI TAG DANG DZE GYE LA SZOG PA/

a nyolc szerencsés anyagot és jelet szellememből kéelve felajánlom a Győzedelmeseknek.

བདག་གློ་སྤངས་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ།

DAG LÖ LANG TE GYEL VA NAM LA BÜL//

མཚལ་ནི།

**Rövid mandala-felajánlás**

སྟོང་གསུམ་ཕྱོགས་བཅུའི་ནོར་འཛིན་མཚལ་ལ།

རི་རབ་གླིང་དང་གླིང་སྤུན་ཚོམ་བུར་བཀྲམ།

TONG SZUM CSOG CSUI NOR DZIN MANDAL LA/ RI RAB LING DANG LING TREN COM BUR TRAM/

42 A háromszor háromezer világegyetem s a tíz irány mandaláiban sok-sok Meru-hegy van, kontinensekkel és szigetekkel körülvéve.

སྤྱ་ཚོགས་འདོད་ཡོན་དུ་མས་ཉེར་མཛེས་པ།

འབུལ་གྱི་བཞེས་ལ་དངོས་གྲུབ་དུས་འདིར་སྟོལ།

NA COG DÖ JÖN DU ME NYER DZE PA/

BÜL GYI SE LA NGÖ DRUB DÜ DIR CÖL//

Számtalan csodás dologgal díszítve kérek, fogadd el e felajánlásokat, és add meg gyorsan a sziddhiket!

**Hétágú ima**

*A tantrából származó rövid Szer-khang-ma ima*

དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཀུན་འདུས་སྐྱེ་མ་ལ།

DÜ SZUM DE SEG KÜN DÜ LA MA LA/

(1. *Leborulás*) Előtted, a Guru előtt, ki a három idő Szugatáinak<sup>5</sup> megtestesülése vagy, leborulok a test, a beszéd és a tudat tökéletes odaadásának tisztaságával.

གློ་གསུམ་རབ་གྲུས་དྲངས་པས་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་།

GO SZUM RAB GÜ DANG PE CSAG CAL SING/

ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱུ་མཚོས་མཚོད།

CSI NANG SZANG SZUM CSÖ TRIN GYA CÖ CSÖ/ DUG SZUM GYI TYE DIG TUNG SZO SZOR SAG/

(2. *Felajánlás*) Külső, belső és titkos felajánlások óceányi felhőit áldozom. (3. *Beismerés*) Egyenként megvallok minden vétket és hibát, melyek a három méregből erednek.

དུག་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྱིག་ལྷུང་སོ་སོར་བཤགས།

གསང་གསུམ་མཛད་པའི་སྤུལ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།

ཐེག་གསུམ་ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་།

SZANG SZUM DZE PE PÜL LA DZSE JI RANG/ TEG SZUM CSÖ TYI KOR LO KOR VA DANG/

(4. *Örvendezés*) Tested, beszéded és tudatod tettein örvendezek, melyek túl vannak minden gondolati képzelőerőn.

(5. *Kérés*) Kérlek, forgasd meg a három jármű Dharma-kerekét!

དོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་དོ་བོར་འཚོ་བཞེས་གསོལ།

འཁོར་གསུམ་རྣམ་དག་དགོ་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་ཀུན།

DOR DZSE SZUM GYI NGO VOR CO SE SZÖL/ KOR SZUM NAM DAG GE COG GYA CO KÜN/

(6. *Marasztalás*) Kérlek, maradj a három vadzsra<sup>6</sup> természetében! (7. *Érdemek felajánlása*) A három elképzeléstől<sup>7</sup> mentes tri-mandalával felajánlom az összegyűlt erények óceánját,

སྐྱུ་གསུམ་གོ་འཕང་སྒྲ་མིད་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ།

KU SZUM GO PANG LA ME TOB CSIR NGO//

hogy elérjük a Három Test<sup>8</sup> felülmúlhatatlan állapotát!

བསྟོན་པ་ནི།

**Dicsőítés**

ཕུག་འོས་སྐབས་གྱི་མཚོག་གུར་སྐུ་མ་ཇེ།

རབ་འབྱམས་སྟོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྤྱི་ཡི་གཟུགས།

CSAG Ö TYAB TYI CSOG GYUR LA MA DZSE/ RAB DZSAM CSOG DÜ GYEL VA CSI JI SZUG/

Tiszteletreméltó Guru, ki a legfőbb menedékké váltál, a tíz irány és három idő számtalan buddhájának megtestesülése!

45

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་རང་བཞིན་ངེས་ལྷན་ནས།

དབྱུངས་གྱི་ཡན་ལག་འབྱམ་གྱིས་བསྟོན་ཕུག་འཚལ།

JÖN TEN GYA CÖ RANG SIN NGE NYE NE/ JANG TYI JEN LAG BUM GYI TÖ CSAG CEL/

Elnyervén a bizonyágot óceánnyi minőségű természetűed felől, Téged dicsőítelek 100.000-féle kellemes hanggal, és leborulok előtted.

ཅེས་བསྟོན།      མཚན་སྲགས་ནི།

**Kjobpa Dzigten Szumgön mantrája**

ཨོྲཱཾ། ཀ་མོ་གུ་རུ་བདེ་སྒྲི་གཱ་ཤི་ལོ་གུ་རུ་ཐ་རྒྱུ་ཤི་ལྷུ་ལ་གུ་རུ་མ་རུ་ལྷུ་བྱ་སྒྲི་ཐ་ལ་ཨོྲཱཾ།

**OM AH NAMO GURU VADZSRA DHRİK TRE LOKJA NATA  
RATNA SRI MULA GURU MAHA MUDRA  
SZİDDHI PALA HUNG/**

ཞེས་ཅི་རུས་བཞུ།

*(ismételd el annyiszor, ahányszor lehetséges)*

Om Ah Namó! Vadzsradhara (tib. Dordzse Csang, a legfőbb guru), a Három Világ Védelmezője (Dzigten Szumgön), Ragyogó Drágaság (Rincsen Pal), Gyökér-Láma (Mula-Guru) add meg nekem a legmagasabb sziddhi (Mahamudra) gyümölcsét! Ekkor elvégezhetjük a ganacsakrát (tib. cog).





མཐར་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་དབང་བཞི་སྒྲུང་བ་ནི།

### Ima a Négy Beavatás elnyeréséért

སྟོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ངོ་བོར་བྱིན་བརྒྱབས་པའི།

CSOG CSU DÜ SZUM GYELVA TAM CSE TYI/ KU SZUNG TUG TYI NGO VOR DZSIN LAB PE/

Hozzád, ki a tíz irány és három idő összes Győzedelmese testének, beszédének és tudatának lényege vagy –

ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་མགོན་རྣམས་ཀྱི།

ཡབ་སྲས་བརྒྱུད་པར་བཅས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

SZA SZUM DRO VE TYAB GÖN RATNA SRI/ JAB SZE GYÜ PAR CSE LA SZÖL VA DEB/

Ratna Shrí-hez, a föld alatti, földi és föld feletti lények védelmezőjéhez, az Apához, a Fiakhoz és a hagyományvonalhoz imádkozom.



གྲུ་ལུས་སྐྱལ་སྐྱུ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYU LÜ TRÜL KU TOG PAR DZSIN GYI LOB/

Add áldásod, hogy megvalósíthassam a Nirmanakája illuzórikus testét! Add áldásod, hogy megvalósíthassam a Szambhogakája életenergiáját!

སྟོག་རྩོལ་ལོངས་སྐྱུ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SZOG CÖL LONG KU TOG PAR DZSIN GYI LOB/

སེམས་ཉིད་ཚོས་སྐྱུ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SZEM NYI CSÖ KU TOG PAR DZSIN GYI LOB/

Add áldásod, hogy megvalósíthassam a tudat természetét, a Dharmakáját! Add áldásod, hogy elérjem a buddhaságot egy élet alatt!

ཚོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CE CSIG SZANG GYE TOB PAR DZSIN GYI LOB/

ཞེས་གསོལ་བཏབ་པས་འཁོར་ཚོགས་སྐྱ་མར་ཐིམ།

SE SZÖL TAB PE KOR COG LA MAR TIM/

Ezen kérés által a teljes kíséret a Guruba, Dzsigten Szumgönbe olvad. A Guru homlokából, torkából, szívéből és köldökéből

སྐྱ་མའི་དཔལ་མགྱིན་ཐུགས་ཀ་ལྟེ་བ་ནས།

LA ME TREL DRIN TUG KA TE VA NE/

དཀར་དམར་མཐིང་སེར་འོད་འཕྲོས་བདག་ཉིད་གྱི།

KAR MAR TING SZER Ö TRÖ DAG NYI TYI/

fehér, vörös, kék és arany fény sugárzik ki, és beleolvad az én négy csakrámba. Ezáltal egymás után megtisztul a négy szennyeződés.

གནས་བཞིར་ཐིམ་པས་སྐྱིབ་བཞི་རིམ་དག་ཅིང་།

NE SIR TIM PE DRIB SI RIM DAG CSING/

དབང་བཞི་ལེགས་ཐོབ་སྐྱེ་བཞིའི་ས་བོན་བསྐྱེ།

VANG SI LEG TOB KU SI SZA BÖN TRÜN/

Megkapom a négy beavatást, mely a négy test magvait elülteti bennem. Végül a Guru is fénné válik és belém olvad.

མཐར་ནི་སྐྱེ་མའང་འོད་ལུང་རང་བཞིན་དུ།

TAR NI LA MANG Ö PUNG RANG SING DU/

གྲུར་ནས་རང་ཐིམ་སྐྱེ་མའི་གསང་གསུམ་དང་།

GYUR NE RANG TIM LA ME SZANG SZUM DANG/ RANG GI GO SZUM NYAM PA CSEN POR GYUR//

A Guru megvilágosodott teste, beszéde és tudata, és az én három kapum a nem-dualitás szent Olyanságává válik<sup>9</sup>.

རང་གི་སྐྱོ་གསུམ་མཉམ་པ་ཆེན་པོར་གྱུར།



བསྐྱོབ་ནི།

**Érdemek felajánlása**

འདི་ལྟར་དཔལ་ལྡན་སྐྱ་མ་ལེགས་སྐྱོམ་ཞིང་།

DI TAR PEL DEN LA MA LEG GOM SING/

Miután a Gurun meditáltam e helyes módon, a felajánlásokból, dicsőítésből és imákból származó felhalmozott erények által,

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་གནས་པའི་འགྲོ་གཉེན་གྱིས།

KAM SZUM KOR VAR NE PE DRO KÜN GYI/

a szamszara három világának összes érző lénye valósítsa meg a Gurut, ki a szamszarában és nirvánában a legmagasztosabb – ezért ajánlom ezen érdemet!

མཚོད་བསྟོད་གསོལ་འདེབས་བགྱིས་པའི་དགེ་ཚོགས་གྱིས།

CSÖ TÖ SZÖL DEB GYI PE GE COG TYI/

འཁོར་འདས་ཡོངས་གྱི་སྐྱ་མ་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ།

KOR DE JONG TYI LA MA TOB CSIR NGO/

ཤེས་བརྗོད་ནི།

**Jókivánság-ima**

མདོ་སྐྱབས་ཐེག་པའི་ཤིང་རྩ་རྣམ་གསུམ་ཞེས།

དྲིན་ཆེན་སྐྱ་མ་བརྒྱད་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི།

DO NGAG TEG PE SING TA NAM SZUM SE/ DRIN CSEN LA MA GYÜ PE COG NAM TYI/

A Madyamaka, Yogacara és Mahamudra három szutra- és tantravonalát a vonal jószágos gurui és azok kísérete tartják fenn.

51

གསང་གསུམ་ཡོན་ཏན་མཐུ་ཡིས་སྐྱེ་དགུ་ཀུན།

ཕྱག་ཆེན་མཚོག་དངོས་འགྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

SZANG SZUM JÖN TEN TU JI TYE GU KÜN/ CSAG CSEN CSOG NGÖ DRUB PE TRA SI SOG//

Három kapujuk kvalitásainak ereje által részesüljön minden lény a Mahamudra legmagasabb megvalósításának szerencsés áldásában!

ཅེས་དང་གཞན་ཡང་བསྐྱོན་སྒྲིབ་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ།      ཞེས་པའང་འགྲི་བན་རྣམ་མ་ཉིས་སོ།

*(Mondj el más jókívánság- és felajánlásimákat is!)*

*A Guru minden buddha lényege. Ha ezt a jógát gyakoroljuk, minden hiba eltűnik, és minden jó tulajdonság spontán megjelenik.*

*Az Ati bkod pa Maha-Tantrá-ban ez áll:*

*„Aki a Gurut szíve mandalájában, tenyerén vagy fejtetőjén vizualizálva meditál, ezer buddha kvalitását fogja megkapni.”*

*A Guru áldása által minden lény érje el a Mahamudra állapotát!*

*A Guru-jógát Őszentsége, a 34. Drikung Kyabgön Dharmamati Chungtsang Rinpoche Chökyi Lodrö (1868–1906) állította össze.*

༄༅། །སྒྲ་མ་མཚོད་པའི་ཚོགས་མཚོད་ནི། །སྒྲ་མ་མཚོད་པའི་ཚོགས་བྱིན་རླབས་ཆར་འབབས་ཀྱི་ཁ་སྐོང་ཚོགས་མཚོད་བྱ་བར་སྒྲོ་ན་ཡོ་བྱད་རྣམས་ཚང་བར་མཁུམས་ལ།

## AZ ÁLDÁS ESŐJE

### A Guru-jóga ganacsakra szertartása (tib. cog)

53

*Ha a Nagy Drikungpa, Kjobpa Dzsigten Szumgön, Lama Csöpa gyakorlatának kiegészítéseként elvégezzük az ünnepi felajánlás szertartását (szkrt. ganacsakra, tib. cog) – amit az Áldás Esőjének neveznek –, úgy a gyakorlat elkezdése előtt elrendezzük a tiszta, áldozati felajánlásokat.*

**Az akadályok eltávolítása**

ཨོྃ་བཏྌ་ཨ་མྲི་ཏས་བསངས།

**OM VADZSRA AMRITA KUNDALI HANA HANA HUNG PHAT//**

A jelenségek önmaguktól megtisztulnak

སྣ་བྱ་ལྷན་སྦྲུངས།

OM SZVABHAVA SUDDHA SZARVA DHARMA  
SZVABHAVA SUDDHO AHANG//

Vizualizáció

སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཡི་ལས་རྒྱུང་།

རི་ལས་མེ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་སྟེང་།

གི་ལས་ཐོད་པའི་སྦྱིད་བུ་གསུམ་

54

TONG PE NGANG LE JAM LE LUNG/ RAM LE ME JI TYIL KOR TENG/ KAM LE TÖ PE GYE PU SZUM/

Az ürességből megjelenik a szél JAM szótagja. A RAM szótag tűz-mandalává válik, melyen a KAM szótagból egy három koponyából álló tűzhely keletkezik.

ཨ་ལས་ཐོད་པ་སྦྱི་དཀར་ལ།

ནང་དམར་དབུས་དང་ཕྱོགས་བཞི་རུ།

སྤྱི་བི་ར་ཤུ་མ་རྣམས་ལས།

A LE TÖ PA CSI KAR LA/ NANG MAR Ü DANG CSOG SI RU/ MUM BI RA SU MA NAM LE/

Rajta koponyaedény, mely az A szótagból jelent meg. Kívül fehér, belül vörös színű. Belsejében középen és a négy irányban található az öt szótag: a MUM, BI, RA , SHU és a MA,

ལྷད་པ་དྲི་ཆེན་རྩུ་དང་། བྱང་སེམས་དྲི་ཚུ་འབྱུ་ལྲས་མཚན། དབུས་མཚམས་ན་ད་གོ་རྟ་གྱ།

LE PA DRI CSEN RAKTA DANG/ DZSANG SZEM DRI CSU DRU NGA CEN/ Ü CAM NA **DA KO HA KU**/

ezek ötfajta nektárrá<sup>10</sup> válnak, az öt szótaggal<sup>11</sup> jelölve. Középen és a négy köztes irányban a NA, DA, KO, HA és KU szótagok,

མི་རྟ་བ་སྲང་སྲང་ཆེན་གྱི། འཁྲམས་མི་ལི་བི་པི་ཏི། མཚན་པའི་ཁ་གཙོད་རླ་དགྱིལ་ལ། གཡས་གཡོན་ཨ་དི་ཀ་དི་ཡིས།

MI TA BA LANG LANG CSEN GYI/ SA NAM MAM LAM BAM PAM TAM/ CEN PE KA CSÖ DA TYIL LA/ JA JÖN **A DI KA DI JI**/

melyek ötféle hússá válnak, ezeket a MAM, LAM, BAM, PAM és TAM jelöli. Az edényt holdkorong fedi be, melyen jobbra és balra a magán- és mássalhangzók állnak.

བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་ཨོྲཱུ་ཨུྱུྃ། བཙུགས་མར་གནས་པ་རང་ཉིད་གྱི། ལྷ་བུག་རླུང་གིས་ཧཱཱྱུྃ་ཧཱཱྱུྃ་ཞེས།

KOR VE Ü SZU **OM AH HUNG**/ CEG MAR NE PA RANG NYI TYI/ NA BUG LUNG GYI **HUNG HUNG SE**/

Ezek a középben, egymás fölött álló OM, AH, HUNG szótagok körül helyezkednek el. Előtte vagyunk mi magunk, orrlükainkból egy lélegzettel kifújjuk a HUNG HUNG szótagokat.



བུས་པས་རླུང་གཡོ་མི་སྤར་ཏེ། ཐོད་པ་དྲོས་ཤིང་རྗེས་རྣམས་ཁོལ། མ་དག་སྐྱོན་སྤངས་ཡིག་གསུམ་དང་།

Ü PE LUNG JO ME PAR TE/ TÖ PA DRÖ SING DZE NAM KOL/ MA DAG TYÖN DZSANG JIG SZUM DANG/

A légáramlattól a koponya alatti levegő megmozdul, és lángra lobbantja a tüzet. A koponya felforrósodik, és benne az anyagok megfőnek. Minden szennyeződés és hiba megtisztul,

དབྱུངས་གསལ་ལས་འཕྲོས་རྒྱལ་ཀུན་མཚོད། གྱིན་རླབས་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་བསྐྱུས། ཡིག་འབྱུར་ཐིམ་ཞིང་དེ་མ་ཐབ།

JANG SZEL LE TRÖ GYEL KÜN CSÖ/ DZSIN LAB Ö SZER NAM PAR DÜ/ JIG DRUR TIM SING DE MA TAG/

a három szótagból<sup>12</sup>, a magán- és mássalhangzókból fény árad, felajánlást téve a Buddháknak. A Buddhák áldása fénysugarak alakjában összegyűlik, és beleolvad a szótagokba.

ཡིག་འབྱུ་ཟླ་བ་འོད་དུ་ལྷ། བདུད་ཅིར་འདྲེས་པའི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར།

JIG DRU DA VA Ö DU SU/ DÜ CIR DRE PE GYA COR GYUR/

A szótagok hirtelen beletűnnek a holdkorongba, az fénnyé válik, ami elkeveredik az óceánnyi nektárral.

ཨོྭཱ་ཧཱུྃ། གསུམ་དང་།

OM AH HUNG// (3X)

ཚོགས་ལྷན་འབྲུལ་བ་ནི།

*Következik az első ganacsakra-felajánlás (a Guruhoz, a Dévákhöz és a Dákinikhez (tib. Lama, Jidam, Khadro))*

ཨུཾ་འོག་མིན་ཚོས་དབྱིངས་དག་པ་རབ་འབྲུམས་ཞིང་།      འབྲི་གུང་དཔལ་གྱི་གནས་མཚོག་དམ་པ་ནས།

**HUNG/ OG MIN CSÖ JING DAG PA RAB DZSAM SING/ DRI GUNG PEL GYI NE CSOG DAM PA NE/**

Ogmin buddha-országában, a Dharmadhatu végtelen és tiszta birodalmában, felülmúlhatatlanul nemes helyen, a dicső Drikungban

ཁྱབ་བདག་རྩི་རྗེ་འཆང་དབང་བརྒྱད་པར་བཅས།      རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཉམ་མེད་རིན་ཆེན་དཔལ།

**TYAB DAG DORDZSE CSANG VANG GYÜ PAR CSE/ GYEL VE VANG PO NYAM ME RIN CSEN PEL/**

tartózkodik a mindent átható, hatalmas Buddha Vadzsradhara<sup>13</sup>, a vonal guruival körülvéve. A diadalmas Hatalmas, a hasonlíthatatlan Ratna Shri<sup>14</sup>,

དྲིན་ཅན་ཅུ་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་ཚོགས་རྣམས་དང་། ལྷུན་གྲུབ་བདེ་ཆེན་གདོད་མའི་མཁའ་གྲོང་ནས། ཐེག་དགུ་རྒྱུད་བཞི་ཡི་དམ་ལྷ་ཡི་ཚོགས།

DRIN CSEN CA GYÜ LA ME COG NAM DANG/LHÜN DRUB DE CSEN DÖ ME KA LONG NE/TEG GU GYÜ SI JI DAM LHA JI COG/  
a jószágos Gyökér-Guru az, aki körül a vonal gurui gyülekeznek. A spontán, áldásban bővelkedő és eredendően mennyei birodalomból, hol a kilenc jármű négy tantra-osztályának Jidamjai időznek;

སྤྱི་ནང་གནས་ཡུལ་དག་པའི་ཕོ་བྲང་ནས། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མ་སྲིད་ལྷགས་འགྲོར་བཅས། རང་སྣང་ཡེ་ཤེས་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་གནས།

CSI NANG NE JÜL DAG PE PO DRANG NE/ PA VO KA DRO MA SZING SUG DROR CSE/ RANG NANG JE SE DZSIG SZU RUNG VE NE/  
a tiszta belső és külső országok mennyei palotáiból, hol a gyors dáká és dákinik tartózkodnak az Anyákkal és Testvérekkel; az önmagától megnyilvánuló bölcsesség félelmetes helyeiről, hol a szamáját,

བཀའ་སྲུང་ཚོས་སྲུང་དམ་ཅན་རྒྱུ་མཚོའི་ཚོགས། རྣལ་འབྱོར་བདག་གི་ཚོགས་ཁང་གཞལ་ཡས་སུ།

KA SZUNG CSÖ SZUNG DAM CSEN GYA CÖ COG/ NEL DZSOR DAG GI COG KANG SEL JE SZU/

a tanításokat és a Dharmát védelmezők óceánnyi serege időzik, kérlek, jelenjete meg mind a ganacsakra-palotában előttem, a jógi előtt!

མོས་གུས་གདུང་བའི་ཤུགས་གྱིས་གསོལ་འདེབས་ན། ལྷོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བཅུ་བས་ཉེར་དགོངས་ཏེ།

MO GU DUNG VE SUG TYI SZÖL DEB NA/ NGÖN GYI TUG DAM CE VE NYER GONG TE/

Amikor szívből jövő odaadással és tisztelettel imádkozom hozzátok, szerető kedvességetekkel emlékezzetek korábbi ígéreteitekre!

འདིར་གཤེགས་དགེས་བཞུགས་གུས་པའི་ཐུག་འཚལ་ཞིང་། འདོད་ཡོན་དམ་རྫས་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡི། གཉིས་འཛིན་དྲི་མ་སྤངས་པའི་དོ་རྗེ་མཚོག

DIR SEG GYE SUG GÜ PE CSAG CEL SING/ DÖ JÖN DAM DZE LA NA ME PA JI/ NYI DZIN DRI MA PANG PE DOR DZSE CSOG/

Gyertek ide, és örömmel telve időzzetek! Mély tisztelettel leborulok előttetek. Ezek a felülmúlhatatlan szamaja-anyagok, melyek örömmel töltik el az érzékeket, a legfőbb Vadzsra<sup>15</sup>, mentes a dualisztikus ragaszkodás szennyeződésétől,

རྣམ་དག་ཚོགས་གྱི་མཚོད་པའི་དངོས་པོ་འདི། དཔལ་གྱི་དགེས་སྐྱོང་དམ་པ་འབྲུལ་ལགས་ན། ཨ་ལ་ལ་ཧོ་དགེས་པར་རོལ་མཛོད་ལ།

NAM DAG COG TYI CSÖ PE NGÖ PO DI/ PEL GYI GYE KONG DAM PA BÜL LAG NA/ **A LA LA HO** GYE PAR RÖL DZÖ LA/

ezek a teljesen tiszta ganacsakra-felajánlás anyagai. Ahogy a dicső öröm és beteljesülés nemes felajánlását bemutatom, örömkialtás hangzik fel: **A LA LA HO!**

བཞེས་ཤིག་རོལ་ཅིག་མཉེས་ཤིང་ཚིམ་པར་མཛོད། འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཡིས། ག་ན་ཅ་གའི་དགའ་སྟོན་འབྲུལ་ལགས་ན།

SE SIG RÖL CSIG NYE SING CIM PAR DZÖ/ DRO KÜN SZANG GYE TOB PAR DÖ PA JI/ GA NA CAK RE GA TÖN BÜL LAG NA/  
Fogadjátok el ezt a felajánlást, örvendjétek, élvezzéték és legyetek elégedettek! Azáltal, hogy minden lény buddhaságba jutását kívánva elvégeztük e ganacsakra-felajánlást,

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། ཚོགས་གཉིས་རབ་ཚློགས་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྐུར་དག་ཅིང་། ཐར་ལམ་སྐུ་བཞི་ཐོབ་པར་མཛོད་དུ་གསོལ།

DAG DANG KA NYAM SZEM CSEN MA LÜ PA/ COG NYI RAB DZOG DIG DRIB NYUR DAG CSING/ TAR LAM KU SI TOB  
PAR DZE DU SZÖL/

én és kivétel nélkül minden lény, kiknek serege végtelen, mint az ég, teljesítsük be gyorsan a két halmozást<sup>16</sup>, tisztítsuk meg gyorsan a negativitásokat és elhomályosulásokat, s érijük el a megszabadulás ösvényét és a négy Káyát!

དེ་དག་ཚློགས་བྱང་མ་ཐོབ་དེ་སྲིད་དུ། ངན་འགྲོ་འཁོར་བའི་གནས་ངན་ལེན་སྤངས་ཏེ།

DE DAG DZOG DZSANG MA TOB DE SI DU/ NGEN DRO KOR VE NE NGEN LEN PANG TE/

Amíg a tökéletes buddhaságot el nem értük, többé ne szülessünk alacsony létbirodalmakba, és hagyjuk el mindannyian az alacsony szamszarikus helyeket!

དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་མཚོག་ཐོབ་དམ་ཚོས་སྟོད།      ནད་གདོན་ཉེ་བར་འཚོ་བ་ཀུན་ཞི་ཞིང་།

DEL DZSOR RIN CSEN CSOG TOB DAM CSÖ CSÖ/ NE DÖN NYE VAR CE VA KÜN SI SING/

Érjük el az értékes és nemes emberi testet, a szabadságokkal és adottságokkal azért, hogy a Dharmát gyakoroljuk! Legyen elégedett minden fenyegető betegség és démon!

61

རྣལ་འབྱོར་ཚོ་དཔལ་འབྱོར་པ་གྲས་པ་དང་།      མོས་པ་རྣམ་བཞི་དབང་དུ་བསྐྱུས་ནས་ཀྱང་།      བསྟན་གཞོན་དགྲ་བགོགས་བསྐྱེད་བའི་སྤྱིན་ལས་མཛོད།

NEL DZSOR CE PEL DZSOR VA GYE PA DANG/ MÖ PA NAM SI VANG DU DÜ NE TYANG/ TEN NÖ DRA GEG DRÖL VE TRIN LE DZÖ/

A jógik élete, ragyogása és kincsei gyarapodjanak! Miután a négy bizalom által mindent ellenőrzés alá vontunk, szabaduljon meg a Tan minden ártója, ellensége és akadályozója! Kérlek, e célért folytassátok megvilágosult tevékenységeket!

ཨོྃ་གུ་རུ་དེ་མཁའ་གཤིན་པོ་ལ་ཙཱ་ཤུ་ཇ་ཁ་ཁ་ཁ་ཉི་ལྷ་ཉི།

**OM GURU DEVA DAKKINI GANA CAKRA PUDZA  
KHA KHA KHAHI KHAHI/**

*(ismételd el háromszor az 57. oldaltól kezdve: HUNG/ OG MIN CSÖ...)*

62

ཚོགས་ལ་རྩལ།

*Fogyaszd el a ganacsakrát.*

ཨི་མ་ཏོ།

E MA HO

mily csodálatos!

ཐབས་ཤེས་སྟོང་ཉིད་གདོད་ནས་དག། ཟུང་འཇུག་བདེ་ཆེན་རྣམ་དག་ཆེ། བསྐྱེད་རྫོགས་འབྲས་བུ་ཡན་ལག་བདུན།

TAB SE TONG NYI DÖ NE DAG/ SZUNG DZSUG DE CSEN NAM DAG CSE/ TYE DZOG DRE BU JEN LAG DÜN/

A módszer és üresség természete az üresség, kezdettől fogva elválaszthatatlanul egyesülve a legmagasabb és teljesen tiszta Gyönyörrel. A kifejlesztő és beteljesítő szakasz eredménye Vadzsraszattva hét testrésze –

རྣམ་དག་རང་སེམས་ཨ་ལ་ལ། རོ་མཚར་མ་འགགས་ཀུ་ལྷ་བཞིན། རང་རོ་མཐོང་བའི་དེ་ཉིད་ཤེས།

NAM DAG RANG SZEM A LA LA/ NGO CAR MA GAG CSU DA SIN/ RANG NGO TONG VE DE NYI SE/

saját, teljesen tiszta szellemem: A la la!<sup>17</sup> Amilyen a Hold csodálatos és folyamatos tükröződése a vízen, olyan a tudás, amikor saját szellemünk felismeri Olyanságát.

འབྲས་བུ་ཡི་ཤེས་སྟོར་བ་ཡིས། རེ་དོགས་མེད་པའི་ངང་དུ་གྲོལ།

DRE BU JE SE DZSOR VA JI/ RE DOG ME PE NGANG DU DRÖL/

E felismerést alkalmazva elérjük a megszabadulást, az állapotot, mely mentes reménytől és félelemtől.



ལྷག་མར་ཤལ་གྱི་རོམ་གྱིས་རྒྱལ་བཤམ།

**A maradék lakoma megáldása (tib. cog-lag)**

**OM AKARO MUKAM SZARVA DHARMA NAM  
ADJA NUTPANN TVATA OM AH HUNG PHAT SZVAHA/**

*(ismételd el háromszor)*

བདེ་གཤེགས་ལྷག་མའི་ལོངས་སྤོང་རྒྱ་ཆེན་འདི།      འག་ལྔ་བདུད་རྩི་ལྔ་ལྔ་ན་དམ་རྩུས་ཆེ།      དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་སྤྱང་མ་དང་བཅས་པ།

DE SEG LHAG ME LONG CSÖ GYA CSEN DI/ SA NGA DÜ CI NGA DEN DAM DZE CSE/ PA VO KA DRO SZUNG MA DANG CSE PA/

Ez a Szugaták maradék lakomájának nagy élvezete. Ez a szamaja-anyagok nagy, ünnepi lakomája, ötféle húsból és amritából.

Felajánlom a Dákáknak, Dákiniknek, a Védelmezőknek és Védelmező Anyáknak - mindazoknak,

སྐྱབ་པོའི་གྲོགས་མཛད་འཇིག་རྟེན་རྩུལ་འཇིག་ཀུན།      དགྲེས་པར་བཞེས་ལ་ངོམ་ཞིང་ཚོམ་གྱུར་ནས།      རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་དམ་ལྔ་སྤོང་བ་དང་།

DRUB PÖ DROG DZE DZSIG TEN CÜL DZIN KÜN/ GYE PAR SE LA NGOM SING CIM GYUR NE/ GYEL VE KA SIN DAM  
DEN TYONG VA DANG/

kik evilági alakot öltenek, amikor a gyakorlóknak segítenek. Fogadjátok el és legyetek elégedettek! A Buddha tanaival összhangban, kérlek, védelmezzétek a szamaja követőit!

སངས་རྒྱས་བསྟན་སྤྱིལ་ཚོས་བྱེད་བསམ་པའི་དོན།      བཅོལ་བའི་ལས་ཀུན་ཐོགས་མེད་འགྲུབ་པར་མཛོད།

SZANG GYE TEN PEL CSÖ DZSE SZAM PE DÖN/ CSÖL VE LE KÜN TOG ME DRUB PAR DZÖ/

Kérlek, terjesszétek a Buddha tanait, és teljesítsétek a gyakorlók kéréseit! Kérlek, akadálytalanul teljesítsétek minden kérésünket!

ལུ་ཚྭ་བ་ཡི་རྒྱ་བུ་ཉི། །།

**UCISTA BALINGTA KHAHI/**

ཞེས་དོར། ཅེས་པ་ཚོགས་མཚོན་འདི་ཡང་རང་རེའི་གླེང་གསུང་ལ་ཨ་ཚོ་དགོང་ལོ་གླེང་གསུང་ལ་དོར་འབྲི་གྲུང་པའི་བཅ་ཚེ་རྩམ་མ་ནི་ཀམ་ལྷུང་བ་དགོའོ།།

66

*A felajánlás maradékát vidd el a házon kívülre, egy tiszta helyre.*

*Ezt a Kjobpa Dzsigten Szumgönhöz intézett ünnepi áldozati szertartást a Nagy Drikungpa Dharmamati állította össze Acho Gergan Tsering Tontop szerzetes kérésére.*

A 14 TANTRIKUS GYÖKÉR-SZAMAJA  
MEGSZEGÉSÉNEK  
MEGVALLÁSA

༄༅། །གང་སྤྱིར་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཡིས། དངོས་གྲུབ་སློབ་དཔོན་རྗེས་འབྲང་གསུང་། དེ་བས་དེ་ལ་བརྟམས་པ་ནི། རྩ་བའི་ལྷུང་བ་དང་པོར་བཤད།

GANG CSIR DOR DZSE DZIN PA JI/ NGÖ DRUB LOB PÖN DZSE TRANG SZUNG/ DE VE DE LA NYE PA NI/ CA VE TUNG  
VA DANG POR SE/

(1.) a Vadzsra-tartó<sup>18</sup> tanítása szerint minden sziddhi a Vadzsra-mestertől ered. Ha negatívan beszélünk róla, az az első gyökér- hiba<sup>19</sup>.

བདེ་བཤེགས་བཀའ་ལས་འདས་པ་ནི། ལྷུང་བ་གཉིས་པ་ཡིན་པར་བཤད།

DE SEG KA LE DE PA NI/ TUNG VA NYI PA JIN PAR SE/

(2.) A Szugata tanának elhanyagolása a második hiba, így mondják.

དོར་བྱེ་སྤྱན་ལ་ཁྲོས་པ་ནི།

ཉེས་པར་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་ཡིན།

DOR DZSE PÜN LA TRÖ PA NI/ NYE PAR DZSÖ PA SZUM PA JIN/

(3.) Ha vadzsra-testvéreinkkel szemben negatív a hozzáállásunk, az a harmadik szamaja megszegése.

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་སྤོང་།

བཞི་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་གསུངས།

SZEM CSEN NAM LA DZSAM PA PONG/ SI PA JIN PAR GYEL VE SZUNG/

(4.) Ha megszűnik szeretetünk az élőlények iránt, az a negyedik szamaja megszegése, így mondja a Buddha.

ཚོས་གྱི་རྩ་བ་བྱང་རྒྱལ་སེམས།

དེ་སྤོང་པ་ནི་ལྲ་པ་ཡིན།

CSÖ TYI CA VA DZSANG CSUB SZEM/ DE PONG PA NI NGA PA JIN/

(5.) Ha lemondunk a megvilágosodás szelleméről, mely minden Dharma-gyakorlás alapja, azzal megszegjük az ötödik szamáját.

རང་ངམ་གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ།

ཚོས་ལ་སྤོང་པ་དྲུག་པ་ཡིན།

RANG NGAM SĒN GYI DRUB PE TA/ CSÖ LA MÖ PA DRUG PA JIN/

(6.) Magunk vagy mások vallását kritizálni, ez a hatodik szamaja megszegése.

ཡོངས་སུ་མ་སྒྲིན་སེམས་ཅན་ལ།

གསང་བ་སྒྲོགས་པ་བདུན་པ་ཡིན།

JONG SZU MA MIN SZEM CSEN LA/ SZANG VA DROG PADÜN PA JIN/

(7.) Beavatásban nem részesült, felkészületlen lényeknek a Titkosakat<sup>20</sup> magyarázni, az a hetedik számaja megszegése.

ཡུང་པོ་སངས་རྒྱས་ལྔའི་བདག་ཉིད།

དེ་ལ་བརྟམས་བྱེད་བརྒྱད་པ་ཡིན།

PUNG PO SZANG GYE NGE DAG NYI/ DE LA NYE DZSE GYE PA JIN/

(8.) Saját szkandháinkat megvetni, lenézni, melyek természetük szerint az öt buddha, ez a nyolcadik számaja megszegése.

རང་བཞིན་དག་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ།

སོམ་ཉི་ཟ་བ་དགུ་པ་ཡིན།

RANG SIN DAG PE CSÖ NAM LA/ SZOM NYI SZA VA GU PA JIN/

(9.) A Buddha tanításainak tiszta természetében kételkedni, ez a kilencedik számaja megszegése.

གདུག་ལ་རྟག་ཏུ་བྱམས་ལྡན་པར།

བྱེད་པ་དེ་ནི་བརྩུ་པར་འདོད།

DUG LA TAG TU DZSAM DEN PAR/ DZSE PA DE NI CSU PAR DÖ/

(10.) Ártó lényekkel barátságot fenntartani, ez a tizedik számaja megszegése.

མིང་སོགས་བྲལ་བའི་ཚོས་རྣམས་ལ།

དེར་རྟོག་པ་ནི་བརྩུ་གཅིག་པ།

MING SZOG DREL VE CSÖ NAM LA/ DER TOG PA NI CSU CSIG PA/

(11.) Kétkedni minden jelenség eredendően tiszta természetében, mely gondolatokon és szavakon túli, ez a tizenegyedik számaja megszegése.

སེམས་ཅན་དང་དང་ལྡན་པ་ཡི།

སེམས་སྲུན་འབྱིན་པ་བརྩུ་གཉིས་པ།

SZEM CSEN DE DANG DEN PA JI/ SZEM SZÜN DZSIN PA CSU NYI PA/

(12.) Valakinek a Dharmába vetett bizalmát elvenni, az a tizenkettedik számaja megszegése.

དམ་ཚིག་ལ་ནི་ཇི་བཞིན་རྟེན།      མི་བསྟེན་པ་ནི་བཅུ་གསུམ་པ།

DAM CIG LA NI DZSI SIN NYE/ MI TEN PA NI CSU SZUM PA/

(13.) A szamajákat nem elfogadni<sup>21</sup> úgy, ahogyan megkaptuk azokat, ez a tizenharmadik szamaja megszegése.

ཤེས་རབ་རང་བཞིན་བྱུང་མིང་ལ།      ལྷོད་པར་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་པ།

SE RAB RANG SIN BÜ ME LA/ MÖ PAR DZSE PA CSÜ SI PA/

(14.) A nők természete a bölcsesség, ezért a nőket lenézni – a tizennegyedik szamaja megszegése.

སྒྲགས་པས་འདི་དག་སྤངས་ན་ནི།      དངོས་གྲུབ་ངེས་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར།

NGAG VE DI DAG PANG NA NI/ NGÖ DRUB NGE PAR TOB PAR GYUR/

Azok a jógik<sup>22</sup>, kik felhagynak az összes szamaja megszegésével, valóban megkapják a sziddhiket.



སྐྱབ་གསུང་ཐུགས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་ཉེས་ལྷུང་གི་མའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།

KU SZUNG TUG CA VA DANG JEN LAG GI DAM CIG NYAM CSAG NYE TUNG TRI ME COG DANG CSE PA TAM  
CSE TÖL LO SAG SZO/

Megvallok minden vétket, szennyeződést, hibát, negatív cselekedeteket, az összes gyökér- és ág-szamaja megszegését, melyet testtel, beszéddel és tudattal elkövettem.

བྱང་ཞིང་དག་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DZSANG SING DAG PAR DZSIN GYI LAB TU SZÖL//

Kérlek, adjátok áldásokat, hogy mindezekről megtisztuljak!

དི་ནི་སློབ་དཔོན་གྱི་ལས་མཛད་པའོ། །

*Ezt a szöveget Lobpön Bhawila fogalmazta meg.*



## FELAJÁNLTÁSOK ÉS JÓKÍVÁNSÁGIMÁK

དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་ཏུ་སྒྲི་རྒྱ་རོ་དང་།

DOR DZSE CSANG CSEN TILLI NA RO DANG/ MAR PA MI LA CSÖ DZSE GAM PO PA/  
Hatalmas Vadzsradhara<sup>23</sup>, Tilopa, Naropa, Marpa, Milarepa, a Dharma Ura Gampopa,

མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྗེ་སྐྱམ་པོ་པ།

ཕག་མོ་གུ་པ་རྒྱལ་བ་འབྲི་གུང་པ།

PAG MO DRU PA GYEL VA DRI GUNG PA/

Phagmodrupa, győzelmes Drikungpa és minden Kagyü-láma, kérlek, adjátok boldogságot hozó áldásokat!

བཀའ་བརྒྱུད་སྐྱམ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ཤེས་ཤོག།

KA GYÜ LA MA NAM TYI TRA SI SOG//



བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

SZÖ NAM DI JI TAM CSE SZIG PA NYI/

Érjem el ezen érdem által a mindent-tudás állapotát, s győzzem le saját hibáim, melyek az igazi ellenségek!

ཀྱེ་ཀ་ན་འཆི་བ་སྐྱོང་འབྲུག་པ་ཡི།

TYE GA NA CSI BA LONG TRUG PA JI/

A születés, öregség, betegség és halál félelmetes hullámaival kavargó Lét óceánjából szabadítsam meg a lényeket!

བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

DZSANG CSUB SZEM CSOG RIN PO CSE/

A drága bodhicsitta<sup>24</sup> szülessen meg azokban, kikben még nem született meg,

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།

TYE PA NYAM PA ME PAR JANG/

akikben már megszületett, soha ne gyengüljön, mindig csak növekedjen!

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་པམ་བྱས་ཏེ།

TOB NE NYE PE DRA NAM PAM DZSE TE/

Érjem el ezen érdem által a mindent-tudás állapotát, s győzzem le saját hibáim, melyek az igazi ellenségek!

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

SZI PE CO LE DRO VA DRÖL VAR SOG//

A születés, öregség, betegség és halál félelmetes hullámaival kavargó Lét óceánjából szabadítsam meg a lényeket!

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་བྱུང་ཅིག།

MA TYE PA NAM TYE GYUR CSIG/

A drága bodhicsitta<sup>24</sup> szülessen meg azokban, kikben még nem született meg,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

GONG NE GONG TU PEL VAR SOG//

akikben már megszületett, soha ne gyengüljön, mindig csak növekedjen!



ལྷ་མ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།

LA MA KU KAM SZANG VAR SZÖL VA DEB/

A Láma jó egészségéért imádkozom a Láma hosszú életéért imádkozom,

འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།

TRIN LE DAR SING GYE PAR SZÖL VA DEB/

s azért, hogy megvilágosult tevékenysége akadálytalanul terjedjen. Áldásért könyörgök, hogy sose váljak el a Lámától!

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མ་བྱེན་པ་དང་།

DZSAM PEL PA VÖ DZSI TAR TYEN PA DANG/

Mandzsushri<sup>25</sup>, ki elérte a legmagasabb felébredést, Szamantabhadrá<sup>26</sup>, ki hozzá hasonló –

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཅིང་།

DE DAG KÜN GYI DZSE SZU DAG LOB CSING/ GE VA DI DAG TAM CSE RAB TU NGO//

őket követve gyakoroljak, és ajánljam fel mindezen érdemet!

མཚོག་ཏུ་སྐྱུ་ཚེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།

CSOG TU KU CE RING VAR SZÖL VA DEB/

ལྷ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LA MA DANG DREL VA ME PAR DZSIN GYI LOB//

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

KÜN TU SZANG PO DE JANG DE SIN TE/

དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།

GE VA DI DAG TAM CSE RAB TU NGO//



སངས་རྒྱལ་སྐྱ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།

SZANG GYE KU SZUM NYE PE DZSIN LAB DANG/

A Buddha Három Testének áldása által, a Dharma nem-változó igazságának áldása által,

ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།

CSÖ NYI MI GYUR DEN PE DZSIN LAB DANG/

དག་འདུན་མི་ཕྱེད་འདུས་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས།

GE DÜN MI CSE DÜ PE DZSIN LAB TYI/

és a nemes Szangha gyülekezetének áldása által ezen felajánlás jókívánságai váljanak valóra!

ཇི་ལྟར་བསྐྱོས་བཞིན་སྦྱོན་ལམ་གྲུབ་པར་ཤོག།

DZSI TAR NGÖ SIN MÖN LAM DRUB PAR SOG//

བདག་དང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།

DAG DANG KOR DE TAM CSE TYI/

Ezen erényes tettek által, melyet én és minden lény, a három időben, a szamszárában és nirvánában felhalmoztunk,

དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་།

DÜ SZUM DU SZAG PA DANG/



ཡོད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདིས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུར་དུ་སྒྲིན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།

JÖ PE GE VE CA VA DI/ DAG DANG SZEM CSEN TAM CSE NYUR DU LA NA ME PA JANG DAG PAR DZOG PE DZSANG  
CSUB RIN PO CSE TOB PAR GYUR CSIG//

s az erények vele született gyökere által, minden érző lényel együtt, érjem el gyorsan a felülmúlhatatlan, teljesen tökéletes és értékes megvilágosodást!

ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་གྱི་རྗེ།

རྟེན་འབྲེལ་གནས་ལ་དབང་ཐོབ་འབྲི་གུང་པ།

SE DZSA KÜN SZIG KÜN TYEN CSÖ TYI DZSE/ TEN DREL NE LA VANG TOB DRI GUNG PA/

A Dharma mindent-tudó ura, a Független Keletkezés Mestere, a Nagy Drikungpa.

རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་བསྟན་པ་སྲིད་མཐའི་བར།

བཤད་སྐབས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པས་འཇིན་གྱུར་ཅིག།

RIN CSEN PEL GYI TEN PA SZI TE BAR/

SE DRUB TÖ SZAM GOM PE DZIN GYUR CSIG//

Ratna Shri<sup>27</sup> nagy hagyományvonalára – míg a szamszara véget nem ér, a tanulás, gyakorlás, elmélkedés és meditáció által töretlenül fejlődjön!

Szarva Mangalam!



### **Ima Őszentsége a XIV. Dalai Láma hosszú életéért**

GANG RI RAVE KORVE SING KAM DIR /

E tiszta földön, melyet havas hegyeknek gyűrűje keretez,

CSENREZI WANG TENZIN GYATCO JI /

hatalmas Csenrézi, Tenzin Gyatszo,

PEN DANG DEVA MALÜ DZSUNG VE NE /

Te, aki minden jószág és gyönyörűség forrása vagy,

SAB PE SZI TE BAR DU TEN GYUR CSIG //

lábad lótuszán állj szilárdan, a szamszára végezetéig!

### **Ima Őszentsége Kjabgön Kunzang Trinle Lhundrub (Csechang Rinpocse) hosszú életéért**

KÖN CSOG RIN CSEN SZUM GYI NGO VO NYI /

A három Drága Ékkő megtestesülése vagy,

DÖN KÜN SZANG PO CSEN GYI SZIG DZE PA /

Szemeid a tökéletes jelentést látják.

GYEL TEN DZIN PA TRÜL PE PE KAR CSANG /

A Lótuszt Tartó, Csenrézi emanációja, ki a Buddha tanait fenntartja,

TRIN LE LHUN DRUB KEL GYER SAB TEN SOG //

Trinle Lhundrub, maradj fenn száz meg száz kalpán keresztül!



### **Ima Öszentsége Kjabgön Csökji Nangwa (Csungchang Rinpoce) hosszú életéért**

KÖN CSOG SZUM GYI TEN PA DZIN PA LA /  
A szent Mandzsushri, a Beszéd Ura vagy,

TUB TEN RIN CSEN DRÖN ME DEG DZE PA /  
A Buddha tanításainak értékes lámpását emeled.

NGAG GI VANG CSUG DZSE CÜN DZSAM PE JANG /  
Ki megjelent, hogy a Három Drágaság hagyományát fenntartsa,

CSÖ TYI NANG VA KEL GYER SAB TEN SOG //  
Csökji Nangwa, maradj fenn száz meg száz kalpán keresztül!

### **Ima Garchen Rinpoce hosszú életéért**

PHAK PE JÜL NA AR JA DE VA ZSE/  
A Tiszta Földön Aryadeva-ként ismert,

DZSIG TEN GÖN PO THUK SZE CSÖ DING PA/  
Dzsigten Gönpó szívbeli fia vagy,

DO KHAM CSOK SZU GAR GYI RIK SZU TRÜL/  
Csödingpa-ként kiáradtál a kelet-tibeti Gar családba,

PEL DEN GAR CSEN KU CE KAL GYAR TEN/  
Dicső Garchen, életed maradjon fenn szilárdan, száz meg száz kalpákon át!



NYIG DÜ GYAL TEN NYAK TRE NE KAB DIR/

Mikor a Győzelmes tanai nehézségekkel kerülnek szembe a vizály e korszakában, erőteljes, vadzsra-tevékenységed által,

RI ME TEN PE KHUR CSI DAG GIR ZSE/

Magadra vállalod az elfogulatlan tanítás nehéz felelősségét,

THU TOB DOR DZSE TA BÜ TÜL ZSUK KJI/

TEN PE NYI MA GAR CSEN ZSAB TEN SZÖL//

Garchen, a Tanítások Napja, élj soká!



## F Ü G G E L É K

<sup>1</sup> Három Drágaság: Buddha, Dharma, Szangha

<sup>3</sup> Tóból született: lótusz

<sup>5</sup> Szugatáinak: Buddháinak

<sup>7</sup> Három elképzelés: cselekvő, befogadó és tárgy

<sup>9</sup> Nem dualitás szent Olyansága: Mahamudra

<sup>11</sup> Öt szótag: OM, HUNG, TRAM, HRI és AH

<sup>13</sup> Vadzsradhara: tibetiül Dordzse Csang

<sup>15</sup> Legfőbb vadzsra: a ganacsakra anyagai

<sup>17</sup> A la la!: Csodálatos öröm!

<sup>19</sup> Gyökér-hiba: lényegi hiba

<sup>21</sup> Elfogadni: elfogadni és megtartani

<sup>23</sup> Vadzsradhara: tibetiül Dordzse Csang

<sup>25</sup> Mandzsushri: tibetiül Dzsampel Jang

<sup>27</sup> Ratna Shri: tibetiül Rincsen Pal

<sup>2</sup> Három csakra: homlok, torok, szív

<sup>4</sup> Mindenség Jósága: hold

<sup>6</sup> Három vadzsra: test, beszéd, tudat

<sup>8</sup> Három Test: Dharmakaya, Szambhogakaya, Nirmanakaya

<sup>10</sup> Ötfajta nektár: Lepa, dricsen, rakta, dzsangszem és dricsu

<sup>12</sup> Három szótag: OM, AH, HUNG

<sup>14</sup> Ratna Shri: Kjobpa Dzsigten Szumgön

<sup>16</sup> Két halmozás: érdem és bölcsesség

<sup>18</sup> Vadzsra-tartó: Vadzsradhara

<sup>20</sup> Titkosak: magasabb tantrikus tanítások

<sup>22</sup> jógik: mantra-hordozók

<sup>24</sup> Bodhicsitta: a lények javára történő megvilágosodás szelleme

<sup>26</sup> Szamantabhadra: tibetiül Kuntu Szangpo