



**Guru Padmasambhava
Rövid Guru Jóga gyakorlata**



Előkészítő imák

Önzetlenség motivációjának kialakítása

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

Minden érző lény, kik egykor anyáim voltak, főként
ellenségeim, kik gyűlölnék engem, az akadályozók, kik

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

ártanak nekem és azok, kik akadályokat teremtenek a
megszabadulás és mindentudás felé vezető utamon,

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

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

(Ismételd el háromszor)

**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 érényes tetteket viszek véghez.

MA SI BARDU LU NGAG JI SZUM GEVA LA KOL /

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

**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 érényes tetteket viszek véghez.

Menedékvétel és a megvilágosodás szellemének felkeltése

**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 menedéért, amíg el nem érem a megvilágosodást.

**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 Buddháságot a lények javára!

(Ismételd el háromszor)

A Négy Mérhetetlen

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!

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!

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

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

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.



Guru Padmasambhava Guru Jóga

Fő rész - Vizualizáció

༄༅། །ཨ། རང་ལུས་མཐའ་མལ་གནས་པའི་མདུན་མཁའ་རྩ།
།ཨོ་རྒྱན་རྩི་མེད་སྣ་ན་གོ་ཤེས་མཚོ།།

AH – RANG LÜ TA MAL NE PE DÜN KA RU/ ORGYEN
DRI ME DA NA KO SE CHO/

AH. A jelenlegi formában tartózkodom. A térben előttem található Oddijána ország tiszta Dhanakoshatava.

གཏིང་ཟབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔ་ན་རྒྱས་གང་བའི། །དབུས་སུ་རིན་ཆེན་པད་
སྤོང་འདབ་རྒྱས་སྦྲིང་།།

TING ZSAB JEN LAG GYE DEN CSÜ GANG VE/ Ü SZU
RIN CSEN PE DONG DAB GYE TENG/

A tó mély, és vize rendelkezik a nyolc kitűnő minőséggel. A közepében található egy értékes, teljesen kinyílt lótuszvirágon

སྐབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཨོ་རྒྱན་རྩི་རྩི་འཆང་། །མཚན་དཔའི་དཔལ་འབར་
མཚོ་རྒྱལ་ཡུམ་དང་འབྲེལ།།

KJAB NE KÜN DÜ ORGYEN DOR DZSE CSANG/ CEN
PE PAL VAR CO GYAL JUM DANG TRIL/

minden menedék lényege, Oddijána Vadzsradhara. Egy buddha fő és mellék ismertetőjeleinek fényében ragyog, átölelve partnerét Jese Cögyált.

ལུག་གཡས་དོ་རྗེ་གཡོན་པས་ཐོད་བྱམ་བསྐྱམས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རུས་
པའི་རྒྱན་གྱིས་མཛོས།

**CSAG JE DOR DZSE JÖN PE TÖ BUM NAM/ DAR DANG
RIN CSEN RÜ PE GYEN GYI DZE/**

Jobb kezében egy vadzsrát tart, bal kezében egy kapalát, melyben egy váza van. Selyemruhát visel, drágakövekkel és csontdíszekkel van feldíszítve.

འོད་ལྗེའི་གློང་ནས་བདེ་ཆེན་གཟི་བྱིན་འབར། །འཁོར་དུ་རྩ་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་
སྤྲིན་ལྟར་གཏོབས།

**Ö NGE LONG NE DE CSEN ZI DZSIN BAR/ KHOR DU
CA SZUM GYA CO DRIN TAR TIB/**

A nagy öröm állapotában, ötszínű fényt sugározva ragyog. A Három Gyökér (Láma, Jidam, Khandro) összegyűlt tengere, mint felhők veszik körbe kíséretként.

བྱིན་རྒྱབས་ཐུགས་རྗེའི་ཆར་འབབས་བདག་ལ་གཟིགས། །རྒྱལ་ཀུན་ངོ་བོ་
འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱུར།

**DZSIN LAB TUG DZSE CSAR BEB DAG LA ZIG/ GYAL
KÜN NGO BO CSI ME JE SE KUR/**

Hulljon rám az áldás és az együttérzés folyama, kérlek figyelj rám! A kezdet nélküli bölcsesség halhatatlan teste, minden Buddha esszenciája előtt

༄༅། །གཏུང་ལྷགས་དྲག་པོས་དང་ཕྱག་རྟག་ཏུ་འཚོལ། །ལུས་དང་
ལོངས་སྡོད་དུས་གསུམ་དགེ་བའི་ཚོགས།།

**DUNG SUG DRAG PÖ DE CSAG TAG TU CEL/ LÜ
DANG LONG CSÖ DÜ SZUM GE VE COG/**

teljes odaadással folyamatosan leborulok. Ezután a tes-
temet és a saját, valamint a három idő jótevőinek anyagi
felhalmozásait

ཀུན་བཟང་མཚོད་པའི་སྲིན་དུ་དམིགས་ནས་འབྱུལ། །ཐོག་མི་ད་ནས་བསགས་
སྲིག་ལྷུང་མ་ལུས་ལགས།།

**KÜN ZANG CSÖ PE TRIN DU MIG NE BUL/ THOG ME
NE SZAG DIG TUNG MA LÜ SAG/**

Szamantabhadra felajánlás felhőihez hasonlatos módon
felajánlom. Beismerem kivétel nélkül az összes ártal-
mas tetteimet és hibáimat, melyeket kezdettelen idők óta
elkövettem.

སྲས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི། །བྱབ་བདག་གཅིག་ལུ་མགོན་པའི་
རྣམ་ཐར་ལ།།

**SZE CSE GYAL VA KÜN GYI JÖN TEN GYI/ KJAB DAG
CSIG PU GÖN PÖ NAM TAR LA/**

Tiszta szívemből örömet lelem minden Buddha,
Bodhiszattva és magának Padmaszambhavának a tette-
iben, minőségeiben.

སླིང་ནས་ཡི་རང་དད་པས་གསོལ་འདེབས་ཤིང་། །ཟབ་རྒྱས་ཚོས་གྱི་ཆར་ཆེན་
འབེབས་པར་བསྐྱུལ།།

**NYING NE JI RANG DE PE SZOL DEB SING/ ZAB GYE
CSÖ KJI CSAR CSEN BEB PAR KUL/**

Szívből, tiszta hittel imádkozom és kérem Öt, hogy hullassa rám záporként a mélységes és mérhetetlen tanítás folyamatát.

རང་གཞན་དག་བའི་དངོས་པོ་ཀུན་སྣོམ་སྟེ། །འགོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་ཇི་སྲིད་
གནས་གྱི་བར།།

**RANG ZSEN GE VE NGÖ PO KÜN DOM TE/ DRO KAM
GYA CO DZSI SZI NE KJI BAR/**

A saját és minden érző lény által felhalmozott érdemet összesítem, és felajánlom minden érző lény megszabadulásáért,

མགོན་པོ་བྱིད་གྱི་རྣམ་ཐར་རྗེས་སྐྱེགས་ཏེ། །མཁའ་བྱུང་འགོ་བ་འདྲན་པའི་
དོན་དུ་བསྟོ།།

**GÖN PO KJE KJI NAM THAR DZSE NYEG TE/ KA
KJAB DRO VA DREN PE DÖN DU NGO/**

követjük az utadat, egész addig, amíg a szamszára tart.

Kérelmező ima:

༄༅། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་ཏུ་མཐུན་བཅུ་འཁོར་རྒྱུ་ལོ། །དུས་ངན་
སྒྲིགས་མའི་སྐྱབས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།།

**KJAB NE KÜN TU KJEN CE TER CSEN PO/ DÜ NGE
NYIG ME KJAB CSOG RIN PO CSE/**

Megtestesítéd a menedék minőségeit, a mindentudás nagy kincsét és a szerető együttérzést. Ebben az elkorcsosult, sötét korszakunkban értékes, felülmúlhatatlan menedékként jelensz meg!

ལྷ་བདེའི་རྒྱུད་པས་མནར་གཅིག་གསུང་ལུགས་གྱིས། །གསོལ་འདེབས་བྱ་ལ་བཅུ་
བས་ཐུགས་གྱིས་དགོངས།།

**NGA DÖ GÜ PE NAR SING DUNG SUG KJI/ SZÖL DEB
BU LA CE VE TUG KJI GONG/**

Ez az ötféle elkorcsosulás okozza a szenvedést. Ezért áhítatosan könyörgök, gondolj szerető együttérzéssel követőidre!

དགོངས་པའི་གྲོང་ནས་ཐུགས་རྗེའི་རྩལ་ཡུང་ལ། །མོས་ལྡན་བདག་གི་སྦྱིང་
ལ་བྱིན་གྱིས་རྩོམས།།

**GONG PE LONG NE TUG DZSE CEL CSUNG LA/ MÖ
DEN DAG GI NYING LA DZSIN GYI LOB/**

Áldd meg a bölcsesség tudatod és együttérzésed erejével az odaadó követőid szívét!

རྟལ་ས་དང་མཚན་མ་སྦྱར་དུ་སྟོན་པ་དང་། །མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་
སྦྱལ་དུ་གསོལ།

TAG DANG CHEN MA NYUR TU TÖN PA DANG/

CSOG DANG TÜN MONG NGÖ DRUB CEL DU SZOL/

Teljesítsd be gyorsan a megvalósítás jeleit és ismertetőjegyeit, valamint add meg nekem a felülmúlhatatlan és közönséges sziddhiket!

གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཚོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་བཞུགས།

Guru Rinpoche hétsoros meghívó imája

ལྷོ་ །ལུ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་: །པརྗེ་གཤམ་རྗེའི་པོ་ལ་:

**HUNG – URGYEN JUL GYI NUB DZSANG CAM/ PE MA
GE SZAR DONG PO LA/**

Hung! Urgyen birodalmában, észak-nyugat irányban, lótuszvirág kelyhének virágporos ágyában,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་: །པརྗེ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་:

**JA CEN CSÖG GYI NGÖ DRUB NYE/ PE MA DZSUNG
NE SE SZU DRAG/**

csodálatos, magasztos sziddhit megvalósított, lótuszban születettnek magasztalják nevedet.

དོ་རྗེ་ཚོག་བདུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་མཚན་དཔལ་གྱི་བུམ་བཟང་བཞུགས་སོ།

A ragyogás kiváló vázája

A hétsoros vadzsra-imával összekötött Gánacsakra

ཤ་ཚང་སོགས་ཅི་འགྲོར་བའི་དམ་ཚུས་བཤམས་ལ།

Miután mindenféle Szamaja-felajánlási anyagot felajánloltál, recitáld a következőket:

ཨུྱ་ ཨ་ལས་ཚོས་དབྱིངས་དང་མཉམ་ཀུ་ལ། །ཨོྱ་ལས་སྣང་སྲིད་
འདོད་ཡོན་ཚོགས་སུ་བཤམས།།

HUNG – A LA CSÖ JING DANG NYAM KA PA LA/

OM LE NANG SZI DÖ JÖN CHOG SZU SAM/

HUNG - Egy AH szótag közepéből megjelenik egy ka-pala, mely hatalmas, mint a dharmadhatu tere, ebben egy OM szótagból megjelenik a Gánacsakrára felajánlott minden elképzelhető finom élvezeti étel.

༄༅། ལྷོ་གིས་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རོལ་པར་བསྐྱར། ལྷོ་ཡིས་རྩ་
གསུམ་ལྷ་ཚོགས་དགུམ་པ་བསྐྱར།།

**HUNG GI DE CSEN JE SE ROL PAR GYUR/ HRI JI CA
SZUM LHA CHOG GYE PA KANG/**

A HUNG szótag kiejtésekor a felajánlások gyönyörteli őseredeti bölcsességgé alakulnak át. A HRI szótag kiejtésekor a három gyökér és a többi istenség örömmel töltődik fel.

Gánacsakra áldása

ཨོྲཱེ་རྩྱུ་རྩྱུ་ ས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས།

OM A HUNG HRI/

།ཚོགས་ཞིང་སྐྱུན་འབྲེན་ཅིང་མཚོད་པ་འབྲུལ་བ་ནི།

Az érdemek és a felajánlás mezeinek meghívása

ལྷོ་ ལུ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་: བསྐྱ་གོ་སར་སྤོང་པོ་ལ་:

**HUNG – URGYEN JUL GYI NUB DZSANG CAM/ PE MA
GE SZAR DONG PO LA/**

Hung! Urgyen birodalmában, észak-nyugat irányban, lótuszvirág kelyhének virágporos ágyában,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་མེད་ བརྒྱ་འབྲུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་མེད་
**JA CEN CSÖG GYI NGÖ DRUB NYE/ PE MA DZSUNG
NE SE SZU DRAG/**

csodálatos, magasztos sziddhit megvalósított, lótuszban
születettnek magasztalják nevedet.

འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐོར་མེད་ བྱིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་
**KOR DU KA DRO MANG PÖ KOR/ KJE KJI DZSE SZU
DAG DRUB KJI/**

Dákinik kíséreted, nyomdokodban gyakorlok.

འདོད་ཡོན་ཚོགས་ལ་སྐྱུན་འབྲེན་ནེད་ བྱིན་གྱིས་སྐོབ་སྐྱོར་གྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་
**DÖ JÖN CHOG LA CSEN DREN NA/ DZSIN GYI LOB
CSIR SEG SZU SZOL/**

Meghívlak Benneteket az élvezeti felajánlások eme
Gánacsakra lakomájára, kérlek, gyertek el ide és adjátok
áldásotokat!

གནས་མཚོག་འདི་རུ་བྱིན་པོབ་ལེ་ ཚོགས་མཚོད་ཡི་ཤེས་བདུད་རྩི་བསྐྱུར་
**NE CSOG DI RU DZSIN PHOB LA/ CHOG CSÖ JE SE
DÜ CIR GYUR/**

Adjátok áldásotokat ezen a felülmúlhatatlan helyen, és
alakítsátok át a Gánacsakra felajánlásait az őseredeti
bölcesség nektárjává!

༄༅། སྐབ་མཚོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་བསྐྱར་བ་བཞག་ས་དང་ལོག་
འདྲིན་བར་ཆད་གསོལ་།

**DRUB CSHOG DAG LA VANG ZSI KUR/ GEG DANG
LOG DREN BAR CSE SZOL/**

Add meg nekem a négy felülmúlhatatlan beavatást! Kérlek távolítsd el a démonokat és a megtévesztő akadályokat!

མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྣེལ་།

CSHOG DANG TÜN MONG NGÖ DRUB COL/

Kérlek add meg a legmagasabb és közönséges szintű megvalósításokat!

ཨུཿ་ ལྷ་མ་རྗེ་བཙུན་པད་མ་ཐོད་ཐིང་རྩལ། །རིག་འཇིན་མཁའ་འགྲོའི་
ཚོགས་དང་བཅས་པ་ཡི།།

**HUNG – LA MA DZSE CÜN PE MA TÖ TRENG CAL/
RIG DZIN KA DRÖ CHOG DANG CSE PA JI/**

HUNG – Guru Dzsecün Pema, Tötrenng Cal! Hozzád, a vidjadharák és dákinik gyülekezetéhez,

ཚུ་གསུམ་ཀུན་འདུས་རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ། །མོས་གྲུས་གདུང་ལྷགས་
དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས།།

**CA SZUM KÜN DÜ GYAL VE KJIL KOR LA/ MÖ GÜ
DUNG SUG DRAG PÖ SZOL VA DEB/**

a győzedelmesek mandalájához, valamint a három gyökér megtestesítőihez könyörgök áhítatos hűséggel és tisztelettel.

བདག་གཞན་སློ་གསུམ་དག་ཚོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །སྣང་སྲིད་འདོད་
ཡོན་དགུས་དགུ་མ་ཚང་མེད།།

**DAG ZSEN GO SZUM GE COG LONG CSÖ CE/ NANG
SZI DÖ JÖN GYE GU MA CHANG ME/**

Az általam és minden érző lény által a három kapun keresztül felhalmozott minden elképzelhető érzéktárgyat hiány nélkül felajánlok

ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་འབུལ། །ལྷགས་བརྩེས་དགུས་
བཞིས་ལྷགས་དམ་བསྐྱོང་གུར་ཅིག།

**KÜN ZANG DE CSEN CHOG KJI KOR LOR BUL/ THUG
CE GYE ZSE THUG DAM KONG GYUR CSIG/**

oly hatalmasan, mint Szamantabhadra felajánlás felhői. Kérlek, fogadd el örömmel a felajánlásokat és teljesítsd az ígéreteidet!

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོག་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ། །བྱིན་གྱིས་སྐོབས་ཤིག་
རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས།།

**SZOL VA DEB SZO GU RU RIN PO CSE/ DZSIN GYI
LOB SIG RIG DZIN KA DRÖ CHOG/**

Így könyörgök Hozzád Guru Rinpoce! A vidjadharák és
dákínik gyülekezetével együtt adjátok áldásokat!

མོས་ལྡན་བྱ་ལ་མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྣོལ། །དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་
ཐམས་ཅད་སྐྱེད་དུ་གསོལ།།

**MÖ DEN BU LA CSHOG TÜN NGÖ DRUB COL/ DAM
CIG NYAM CSAG TAM CSE DZSANG DU SZOL/**

Adjátok meg az odaadó követőknek a legmagasabb és
közönséges szintű megvalósításokat. Kérlek add áldásod
minden megtört fogadalmam megtisztításához!

ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་སྣོལ། །བྱང་རྒྱབ་བར་དུ་འབྲལ་མེད་
རྗེས་འཛིན་ཞིང་།།

**CSI NANG SZANG VE BAR CSE JING SZU DROL/
DZSANG CSUB BAR DU DRAL ME DZSE DZIN ZSING/**

Szabadítsatok meg a külső, belső és titkos akadályoktól
a Dharmadhatuban! A felébredés eléréséig maradjatok
velem és tartsatok engem a védelmetek alatt!

ཚོ་བསོད་ནམས་རྟོགས་ཡར་ངོའི་རྒྱར་ལྷུང་འཕེལ། །བསམ་བ་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་
པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CHE SZÖ NYAM TOG JAR NGÖ DAR TAR PEL/

SZAM PA LÜN GYI DRUB PAR DZSIN GYI LOB/

Élethosszom, szellemi fejlődésem és beteljesítésem növekedjen, mint a növő Hold! Adjátok áldásotok, mellyel a kívánságaim spontán megvalósulnak!

ཨོྲཱེ་རྩྱུ་རྩྱུ་བཟླ་གུར་པརྱ་སིརྩྱུ་རྩྱུ།

OM A HUNG BENDZA GURU PADMA SZIDDHI HUNG/

ཚོགས་བསྐྱེད་ནི། ཚོགས་རྒྱས་རྣམས་ ཨོྲཱེ་རྩྱུ་རྩྱུ་ བྱིན་གྱིས་
རྫོབས་ལ།

A felajánlások megtételre kerültek és a Ghánacsakra szubsztancia a következő szótagokkal megáldásra kerül:

OM A HUNG HO/

།རྩ་གསུམ་ལྷ་ཚོགས་ཚོགས་ལ་སྐྱུན་འབྲེན་གཤེགས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་
བདེ་ཚེན་ཚོགས་མཚོན་འབུལ།།

CA SZUM LHA CHOG CHOG LA CSEN DREN SEG/ CSI

NANG SZANG VE DE CSHEN CHOG CSÖ BUL/

Meghívom a Három Drágakövet és az Istenek gyülekezetét erre a Ghánacsakrára, akik megjelennek. Nagy örömmel felkínálom a Ghánacsakra külső, belső és titkos felajánlásait.

༄༅། དམ་ཚིག་ཉམས་ཚགས་ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
།གཉིས་འཛིན་དགྲ་བགའས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་སྒྲོལ།།

**DAM CIG NYAM CSAG TAM CSE TO LO SAG/ NYI
DZIN DRA GEG CSÖ KJI ING SZU DROL/**

Sajnálattal beismerem az összes, bármely fogadalmam megszegését. A kettőség szemléletéből eredő ellenségek és akadályozó szellemek szabaduljanak meg a Dharmadhatuban!

མཉམ་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕྱགས་དམ་བསྐྱངས། །མཚོག་དང་ཐུན་མོང་
དངོས་གྲུབ་སྣལ་དྲུག་སོལ།

**NYAM NYI DE VA CSEN PÖ TUG DAM KANG/ CSOG
DANG TÜN MONG NGÖ DRUB CAL DU SZOL/**

Az egyenlőség állapotának felismerése és a nagy gyönyör teljesedjen be! Add meg a legmagasabb és a közönséges megvalósításokat!

ཞེས་པའང་ཚོགས་གྲངས་བསགས་སོགས་ལ་འཁོ་བའི་ཚོགས་བསྐྱུས་འཇམ་དཔལ་རྩོ་
རྩེས་སོ།

Jampal Dorje (Lama Mipham) állította össze ezt a rövid, három bekezdésnyi Ghánacsakra szertartást.

ཨོཾ་ཧཱུཎི། ལྷག་ལ་དབང་བ་དྲེགས་པའི་ཚོགས་མཚན་གྱི་ལྷ་རྒྱུ་གཏི་བས་ཤིང་ཉམ་
ཤ་རྒྱུ་གཏི་གཏི།

**OM A HUNG/ LHAG LA VANG VA DREG PE CHOG/
TRIN TAR TIB SING HAB SA GYUG/**

OM A HUNG A büszke világi démonok gyülekezete, mint a felhők összegyűlnek, hogy a maradék felajánlások elfogyasztásához gyorsan nekilássanak.

ཤ་ཁྲུག་རྒྱུན་པའི་ཚོགས་ལྷག་བཞེས་མཚན་གྱི་དམ་བཅའ་ཇི་བཞིན་དུ།

**SA TRAG GYEN PE CHOG LHA ZSE/ NGÖN GYI DAM
CSA DZSI ZSIN DU/**

Egyétek ezt a vérrel és hússal díszített Ghánacsakra maradékot! Korábbi ígéreteiteknek megfelelően egyétek

བསྟན་དག་དམ་ཉམས་ཟས་སུ་ཟོ། ཉམས་དང་མཚན་མ་སྐྱུར་དུ་སྟོན།

**TEN DRA DAM NYAM ZA SZU ZO/ TAG DANG CHEN
MA NYUR DU TÖN/**

meg a dharma ösvényének akadályozóit! Nyilvánuljanak meg gyorsan a megvalósítás jelei és ismertetőjegyei!

བསྐྱུབ་པའི་བར་ཆད་བརློག་པ་དང་། སྟོན་ལས་ཐོག་མེད་འགྲུབ་པར་མཛོད།

**DRUB PE BAR CSE DOG PA DANG/ TRIN LE TOG ME
DRUB PAR DZÖ/**

A megvalósításomat hátráltató akadályok szűnjenek meg és a buddha tevékenységek akadályok nélkül, azonnal teljesüljenek!

༄། ཨུལྷིལྷ་བ་ལིཏྱ་ལྷ་ནི།། ཞེས་བཟོད་ནས་ལྷག་མ་དོར་དོ།

UCISTA BALING TAKHA HI/

A recitáció után a megmaradt ételt vidd ki.

ཐུན་མཐར།

Befejezés

ལྷ་མའི་གནས་གསུམ་ཡི་གོ་འབྲུ་གསུམ་ལས་མེད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་བྱུང་གནས་སུ།

LA ME NE SZUM JI GE DRU SZUM LE/ Ö ZER KAR
MARTING SZUM DZSUNG NE SZU/

A Guru három csakrájának gyökér szótagokból fehér, vörös és kék fény sugárzik ki, beleolvadva az én három saját csakrámba,

རང་གི་གནས་གསུམ་ཐིམ་པས་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་བྱང་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་དོ་རྗེར་གྱུར།

RANG GI NE SZUM TIM PE GO SZUM GYI/ DRIB
DZSANG KU SZUNG THUG KJI DOR DZSE GYUR/

megtisztítva a három kapum zavarodottságait, melyek így Vadszra testté, beszéddé és tudattá alakulnak át.

མཐར་ནི་སྐྱ་མ་ལ་ཁོར་བཅས་འོད་དུ་ལྷུང་། དཀར་དམར་ཐིག་ལེ་རྩྱུ་གིས་མཚན་པ་རུང་།

TAR NI LA MA KHOR CSE Ö DU ZSU/ KAR MAR TIG
LE HUNG GI CHEN PA RU/

Végül a Guru és kísérete feloldódik a fényben, mely egy
vörösés-fehér apró fénygömbbé alakul át, melynek a
közepe egy HUNG szótaggal van jelölve.

རང་གི་སྒྲིང་གར་ཐིམ་པས་སྐྱ་མའི་བྱུགས་མཚན་སྐྱུ་སྐྱེས་
ཚོས་སྐྱུར་གནས་མཚན་ ལྷུང་ ལྷུང་།

RANG GI NYING GAR TIM PE LA ME TUG/ RANG
SZEM JER ME LEN KJE CSÖ KUR NE/

A fénygömb beleolvad a saját szívembe. Ezáltal a Guru
és a saját tudatom elválaszthatatlanná válik. Ebben a nem
keletkezett Dharmakája állapotban időzöm.

ཞེས་བརྗོད་ལ་ཡི་ནས་བཅོས་བསྐྱུར་སྐྱུར་སྐྱུར་ལས་འདས་པ་རང་གི་སེམས་ཉིད་གདོད་མའི་
ཚོས་སྐྱུར་ཚེན་པའི་རང་ཞལ་བཟློ།

*Recitálj így és figyeld meg a tudatod természetét, mely
teremtésén túli, nem ragaszkodó. A Te arcod olyan, mint
a Nagy Eredeti Dharmakája igaz természete.*

སྐྱུར་ཡང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་སྐྱུར་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བཟླ་ལ་དགེ་བ་བསྐྱེ་ཞིང་
ཤིས་པ་བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱུངོ།

*Ezután ismét szemlélj meg minden jelenséget, melyek
mind illúziók, ugyanakkor ezeket szintén a Guru meg-
testesülésének lásd.*

༄༅། ཞེས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཅེས་པའི་འགྲོ་བ་ཤིན་ཀླ་བའི་ཡར་ཚོས་བརྒྱད་ལ།
ཚོ་རབ་ཐམས་ཅད་དུ་གྱུ་རྩ་པ་སྒྲའི་བྲན་དུ་སློན་ལམ་འདེབས་པ་མི་ཤམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་
ཡིད་གྱི་མཚོ་ལས་བྱུང་བ་དགའོ། སར་བ་མང་ག་ལོ།

Ezt a szöveget 1887. július 8-án Mipham Nampa Gyalwa (1846-1912) állította össze, aki azért imádkozott, hogy minden jövőendő életében a Lótuszban született Gurut szolgálja. Sarva Mangalam!

A magyar nyelvű kiadás Őeminenciája 3. Lho Ontül Rinpoche által a Milarepa Meditációs Központban, 2018. májusában tartott Guru Padmaszambhava beavatásra és tanításra készült. A fordítás alapját Jan-Ulrich Sobish és Markus Lodetmeier Drupon Sönam Jorphel Rinpoche útmutatásai alapján készített német nyelvű gyakorlata képezte.

Tisztuljon meg minden esetleges fordítási hiba a szertartás ereje és áldása által!

Felajánlások és jókívánságimák

DOR DZSE CSANG CSEN TILLI NA RO DANG/ MAR

PA MI LA CSÖ DZSE GAM PO PA/

Hatalmas Vadzsradhara, Tilopa, Naropa, Marpa, Milarepa, a Dharma Ura Gampopa,

PAG MO DRU PA GYEL VA DRI GUNG PA/ KA GYÜ LA

MA NAM TYI TRA SI SOG//

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

SZÖ NAM DI JI TAM CSE SZIG PA NYI/ 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!

TYE GA NA CSI BA LONG TRUG PA JI/ SZI PE CO LE

DRO VA DRÖL VAR SOG//

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

LA MA KU KAM SZANG VAR SZÖL VA DEB/ CSOG

TU KU CE RING VAR SZÖL VA DEB/

A Láma jó egészségéért imádkozom, a Láma hosszú életéért imádkozom, s azért, hogy

**TRIN LE DAR SING GYE PAR SZÖL VA DEB/ LA MA
DANG DREL VA ME PAR DZSIN GYI LOB//**

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

**DZSAM PEL PA VÖ DZSI TAR TYEN PA DANG/ KÜN
TU SZANG PO DE JANG DE SIN TE/**

Mandzsushri, ki elérte a legmagasabb felébredést,
Szamantabhadra, ki hozzá hasonló –

**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!

**SZANG GYE KU SZUM NYE PE DZSIN LAB DANG/
CSÖ NYI MI GYUR DEN PE DZSIN LAB DANG/**

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

**GE DÜN MI CSE DÜ PE DZSIN LAB TYI/ DZSI TAR
NGÖ SIN MÖN LAM DRUB PAR SOG//**

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

**DAG DANG KOR DE TAM CSE TYI/ DÜ SZUM DU
SZAG PA DANG/**

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

**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//**

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

**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.

**RIN CSEN PEL GYI TEN PA SZI TE BAR/ SE DRUB TÖ
SZAM GOM PE DZIN GYUR CSIG//**

Ratna Shrí nagy hagyományvonalára – míg a szamszara véget nem ér, a tanulás, gyakorlás, elmélkedés és meditáció által töretlenül fejlődjön!

Ima Őszentsége a XIV. Dalai Láma hosszú életéért

**GANG RI RAVE KORVE SING KAM DIR / PEN DANG
DEVA MALÜ DZSUNG VE NE /**

E tiszta földön, melyet havas hegyeknek gyúrúje keretez,
Te, aki minden jóság és gyönyörűség forrása vagy,

**CSENREZI WANG TENZIN GYATCO JI / SAB PE SZI
TE BAR DU TEN GYUR CSIG //**

hatalmas Csenrézi, Tenzin Gyatso, 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 /
GYEL TEN DZIN PA TRÜL PE PE KAR CSANG /**

A három Drága Ékkő megtestesülése vagy, a Lótuszt
Tartó, Csenrézi emanációja, ki a Buddha tanait fenntartja,

**DÖN KÜN SZANG PO CSEN GYI SZIG DZE PA / TRIN
LE LHUN DRUB KEL GYER SAB TEN SOG /**

Szemeid a tökéletes jelentést látják. Trinle Lhundrub,
maradj fenn száz meg száz kalpán keresztül!

Ima Őszentsége Kjabgön Csökji Nangva (Csungchang Rinpoce) hosszú életéért

**KÖN CSOG SZUM GYI TEN PA DZIN PA LA /NGAG GI
VANG CSUG DZSE CÜN DZSAM PE JANG /**

A szent Mandzsushri, a Beszéd Ura vagy, ki megjelent,
hogy a Három Drágaság hagyományát fenntartsa,

**TUB TEN RIN CSEN DRÖN ME DEG DZE PA / CSÖ
TYI NANG VA KEL GYER SAB TEN SOG //**

A Buddha tanításainak értékes lámpását emeled.Csökji
Nangva, maradj fenn száz meg száz kalpán keresztül!

**DZSANG CSUB SZEM CSOG RIN PO CSE / MA TYE
PA NAM TYE GYUR CSIG/ TYE PA NYAM PA ME PAR
JANG / GONG NE GONG TU PEL VAR SOG /**

A drága bodhicsitta szülessen meg azokban, kikben még
nem született meg, akikben már megszületett, soha nem
gyengüljön, mindig csak növekedjen.







**Drikung-Kagyü Magyarország
Milarepa Meditációs Központ**

Zalaszántó, Világosvár hegy 13.

Hungary 8353

Tel.: 83/370-466

www.stupa.hu