

ལྷ་ སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བསྐྱོན་བརྒྱས་
འགྲོ་དོན་མཁའ་ཁྲུབ་མ་བཟུགས་སོ།།

**ПРАКТИКА
НЕБЕСНОЙ АКТИВНОСТИ
ЧЕНРЕЗИГА**



Москва 2007



ལྷན་རལ་བཞུགས་པ།

ལྷ་ སྐྱབས་ལྗོ་སེམས་བསྐྱེད་ནི།
བཞུགས་སོ།།

**Практика Ченрезига, активность которого
обширна как небо**

སྐྱབས་ལྗོ་སེམས་བསྐྱེད་ནི།

Принятие Прибежища и зарождение Бодхичитты. Повторяем три раза.

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།

САНГ ГЬЕ ЧО ДАНГ ЦОГ КЬИ ЧОГ НАМ ЛА

К Будде, Дхарме и Высшему собранию

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚེ།

ДЖАНГ ЧУБ БАР ДУ ДАГ НИ КЬЯБ СУ ЧИ

Вплоть до достижения Пробуждения я прихожу за Прибежищем.

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

ДАГ ГИ ДЖИН СОГ ГЬИ ПЕЙ СО НАМ КЬИ

Пусть благодаря заслуге от деяний даяния и других

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག།

ДРОЛА ПЕН ЧИР САНГ ГЬЕ ДРУБ ПАР ШОГ

Я обрету Просветление для пользы скитальцев.

ལྷ་བསྐྱེད་ནི།

Визуализация божества.

བདག་སོགས་མཁའ་ཁྲུབ་སེམས་ཅན་གྱི།

ДАГ СОГ КХА КЬЯБ СЕМ ЧЕН ГЬИ

Над макушкой моей головы и также над головами всех живых существ

སྤྱི་གཙུག་པད་དཀར་སྒྲོ་བའི་སྟེང་།

ДЖИ ЦУГ ПЕ КАР ДА ВЕЙ ТЕНГ

На белом лотосе, лунном диске,

རྗེ་ལས་འཕགས་མཚོག་སྤྱིན་རས་གཟིགས།

ШРИ ЛЕ ПАГ ЧОГ ЧЕН РЕ ЗИГ

Из слога ШРИ появляется Возвышенный Благородный Ченрезиг

དཀར་གསལ་ལོད་ཟེར་ལྷ་ལྷན་འཕྱོ།

KAR SEL O ZER HGA DEN TRO

Чистого белого цвета, распространяющий вокруг себя лучи света пяти цветов.

མཛེས་འཛུམ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱིས་གཟིགས།

DZE DZUM TUG DZEY CHEN GYI ZIG

Он смотрит сострадательным взглядом с любящей улыбкой. У него четыре руки.

ཕུག་བཞི་དང་པོ་ཐལ་སྐྱར་མཛད།

CHAG SHI DANP PO TEL DJAR DZE

Верхние две руки соединены в молитвенном жесте.

འོག་གཉིས་ཤེལ་ཕྱིང་པད་དཀར་བསྐྱེད།

OG NYI SHEL TRENK PE KAR NAM

В нижних он держит кристальные чётки и белый лотос.

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྐྱེས།

DAR DANP RIN CHEN GYEN GYI TRE

На нём шелка и драгоценности.

རི་དྲུགས་ལྷགས་པའི་སྟོད་གཡོགས་གསོལ།

RI DAG PAK PEY TO YOG SOL

Он одет в мантию из кожи антилопы,

འོད་དཔག་མེད་པའི་དབུ་རྒྱན་ཅན།

O PAK ME PEY U GYEN CHEN

Его голову украшает изображение Амиитабхи, Будды Безграничного Света.

ཞབས་གཉིས་རྩོམ་སྐྱིལ་ཀྱང་བཞུགས།

SHAB NYI DORJHEY KYIL TRUNG SHUT

Две его ноги отдыхают в ваджрной позе.

དྲི་མེད་ལྷ་བར་རྒྱབ་བཞེན་པ།

DRI ME DA VAR GYAB TEN PA

Сзади него незапятнанный лунный диск.

སྐྱེས་གནས་ཀྱན་འདུས་ངོ་བོར་གྱུར།

KYAB NE KUN DU NGO WOP GYUR

Он - сущность всех, в ком мы принимаем Прибежище.

བདག་དང་མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བསམ་ལ།

Совершайте следующую молитву, думая, что все существа совершают её с вами, как бы в один голос.

ཇོ་བོ་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་སྐྱེ་མཛད་ག་དཀར།

ДЖО ВО КЬОН ГЫИ МА ГО КУ ДОГ КАР

Господин! Ты белого цвета, не запятнан никакой недобродетелью,

ཇོ་གས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།

ДЗОГ САНГ ГЬЕ КЫИ У ЛА ГЬЕН

Твоя голова украшена совершенным Буддой,

སྐྱབས་ཇིའི་སྐྱུན་གྱིས་འགོ་ལ་གཟིགས།

ТУГ ДЖЕЙ ЧЕН ГЫИ ДРО ЛА ЗИГ

Который сострадательно смотрит на всех живых существ.

སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

ЧЕН РЕ ЗИГ ЛА ЧАГ ЦЕЛ ЛО

Тебе, Ченрезиг, я кланяюсь.

ཞེས་ཅི་བྱས་བསག། *Повторите поклонение три раза.*

ཡན་ལག་བརྟན་པ་ནི། *Семичленная молитва.*

འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་དང་།

ПАГ ПА ЧЕН РЕ ЗИГ ВАНГ ДАНГ

Перед Благородным Господином, Ченрезигом,

ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་བརྟུགས་པ་ཡི།

ЧОГ ЧУ ДУ СУМ ЩУГ ПА ЙИ

Всеми Победоносными и их сыновьями

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།

ГЬЯЛ ВА СЕ ЧЕ ТАМ ЧЕ ЛА

В трёх временах и десяти направлениях,

ཀུན་ནས་དྲང་བས་ཕྱགས་འཚལ་ལོ།།

КУН НЕ ДАНГ ВЕЙ ЧАГ ЦЕЛ ЛО

С радостной верой я преклоняюсь.

དུས་གསུམ་དག་བ་ཅི་བསགས་པའི།

ДУ СУМ ГЕ ВА ЧИ САГ ПЕЙ

Во всех трёх временах

བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང།

СО НАМ ЛА НИ ДАГ ЙИ РАНГ

Обычными живыми существами, бодхисаттвами, пратьекабуддами и шраваками.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང།

СЕМ ЧЕН НАМ КЬИ САМ ПА ДАНГ

Для всех живых существ,

སྡོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བུར།

ЛО ЙИ ДЖЕ ДРАГ ДЖИ ТА ВАР

В соответствие с их способностями и стремлениями,

ཆེ་སྲུང་སྲུན་མོང་ཐིག་པ་ཡི།

ЧЕ ТУНГ ТУН МОНГ ТЕГ ПА ЙИ

Я умоляю вас поворачивать Колесо Дхармы,

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ།

ЧО КЬИ КОР ЛО КОР ДУ СОЛ

Малой, великой и обычной колесниц.

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོང་པར།

КОР ВА ДЖИ СИ МА ТОНГ ПАР

Я умоляю тебя, посмотри на всех чувствующих существ,

སྐྱ་རན་མི་འདའ་ཐུགས་ཇི་ཡིས།

НЬЯ НГЕН МИ ДА ТУГ ДЖЕ ЙИ

Утопающих в океане страданий!

སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྐྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི།

ДУТ НГЕЛ ГЬЯ ЦОР ДЖИНГ ВА ЙИ

И, благодаря своему состраданию, не уходи в нирвану,

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

СЕМ ЧЕН НАМ ЛА ЗИГ СУ СОЛ

Пока циклическое существование не опустеет.

ཐུག་དེ་ཙུང་ཤིག་གྱུ་ལ་བ་ཐུག་པ་མེ་ཅན།

ТУГ ДЖЕ ЗУНГ ШИГ ГЪЯЛ ВА ТУГ ДЖЕ ЧЕН

Сострадательный Будда, распространяя своё сострадание

མ་ཐའ་མིང་འཁོར་བར་གྲངས་མིང་འབྲུམས་གྱུར་ཅིང་།

ТА МЕ КОР ВАР ДРАНГ МЕ КЪЯМ ГЪЮР ЧИНГ

На всех живых существ, которые претерпевают невыносимые страдания,

བཟོན་མིང་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྦྱོང་བའི་འགོ་བ་ལ།

ЗО МЕ ДУГ НГЕЛ НЬОНГ ВЕЙ ДРО ВА ЛА

Безостановочно вращаясь в бесчисленных самсарных воплощениях.

མགོན་པོ་ཁྱེད་ལས་སྐྱབས་གཞན་མ་མཆིས་སོ།

ГОН ПО КЪЕ ЛЕ КЪЯБ ЩЕН МА ЧИ СО

Защитник, у нас нет другого прибежища, кроме тебя!

རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

НАМ КЬЕН САНГ ГЬЕ ТОБ ПАР ДЖИН ГЪИ ЛОБ

Благослови нас на достижение состояния всеведающего Будды.

ཐོག་མིང་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

ТОГ МЕ ДУ НЕ ЛЕ НГЕН САГ ПЕЙ ТУ

Сила недобродетельных поступков, накопленных с безначальных времён,

ཞི་སྤང་དབང་གིས་དལུལ་བར་སྐྱིམ་གྱུར་ཏེ།

ЩЕ ДАНГ ВАНГ ГИ НЬЕЛ ВАР КЪЕ ГЪЮР ТЕ

Вынудила чувствующих существ, которых одолела ненависть, переродиться существами адов.

ཚ་གྲང་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྦྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

ЦА ДРАНГ ДУГ НГЕЛ НЬОНГ ВЕЙ СЕМ ЧЕН НАМ

Путь все они, претерпевающие пытки жары и холода,

ལྷ་མཚོག་ཁྱེད་གྱི་དུང་དུ་སྐྱེ་བར་འོག།

ЛХА ЧОГ КЪЕ КЪИ ДРУНГ ДУ КЪЕ ВАР ШОГ

Получат рождение в твоём присутствии, Высшее Божество.

ཨོ་མཆི་པརྩི་རྩྭ།

ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

ТОГ МЕ ДУ НЕ ЛЕ НГЕН САГ ПЕЙ ТУ

Сила недобродетельных поступков, накопленных с безначальных времён,

འདོད་ཆགས་དབང་གིས་མི་ཡི་གནས་སུ་སྐྱིམ།

ДО ЧАГ БАНГ ГИ МИ ЙИ НЕ СУ КЬЕ

Вынудила чувствующих существ, которых одолели желания, переродиться в мире людей.

བྲེལ་པོངས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

ДРЕЛ ПОНГ ДУГ НГЕЛ НЬОНГ ВЕЙ СЕМ ЧЕН НАМ

Пусть все они, претерпевающие страдания тяжелого труда и неудовлетворённости,

སའིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ШИНГ ЧОГ ДЕВАЧЕН ДУ КЬЕ ВАР ШОГ

Получат рождение в твоей Чистой Земле, Девачене.

ཨོ་མཆི་པརྗེ་ཧྱཱི།

ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

ТОГ МЕ ДУ НЕ ЛЕ НГЕН САГ ПЕЙ ТУ

Сила недобродетельных поступков, накопленных с безначальных времён,

སྐྱུ་ག་དོག་དབང་གིས་ལྷ་མིན་གནས་སུ་སྐྱིམ།

ТРАГ ДОГ ВАНГ ГИ ЛХА МИН НЕ СУ КЬЕ

Вынудила чувствующих существ, которых одолела ревность, переродиться в мире полубогов.

འཐབ་ཚེད་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

ТУГ ЦО ДУГ НГЕЛ НЬОНГ ВЕЙ СЕМ ЧЕН НАМ

Пусть все они, претерпевающие страдания ссор и борьбы,

པོ་ཏཱ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ПО ТА ЛА ЙИ ШИНГ ДУ КЬЕ ВАР ШОГ

Получат рождение в твоей Чистой Земле, Потале.

ཨོ་མཆི་པརྗེ་ཧྱཱི།

ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ

ཐོག་མིང་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

ТОГ МЕ ДУ НЕ ЛЕ НГЕН САГ ПЕЙ ТУ

Сила недобродетельных поступков, накопленных с безначальных времён,

ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས།

НГА ГЪЯЛ ВАНГ ГИ ЛХА ЙИ НЕ СУ КЪЕ

Вынудила чувствующих существ, которых одолела гордость, переродиться в мире богов.

འཕོ་ལྷུང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

ПО ТУНГ ДУГ НГЕЛ НЬОНГ ВЕЙ СЕМ ЧЕН НАМ

Пусть все они, претерпевающие страдания падения в более низкие миры,

མོ་ཏུ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ПО ТА ЛА ЙИ ШИНГ ДУ КЪЕ ВАР ШОГ

Получат рождение в твоей Чистой Земле, Потале.

ཨོ་མཆི་པརྟེ་ཏྟཱ།

ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ

བདག་ནི་སྐྱེ་ཤིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།

ДАГ НИ КЪЕ ШИНГ КЪЕ ВА ТАМ ЧЕ ДУ

Посредством действий, достойных Ченрезига,

སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་མཛོད་པ་མཚུངས་པ་ཡིས།

ЧЕН РЕ ЗИГ ДАНГ ДЗЕ ПА ЦУНГ ПА ЙИ

Пусть я во всех своих формах существования,

མ་དག་ཞིང་གི་འགྲོ་རྣམས་སྐྱོལ་བ་དང།

МА ДАГ ШИНГ ГИ ДРО НАМ ДРОЛ ВА ДАНГ

Буду распространять возвышенный резонанс шестислоговой мантры,

གསུང་མཚོག་ཡིག་དུག་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་ཤོག།

СУНГ ЧОГ ЙИГ ДРУГ ЧОГ ЧУР ГЪЕ ПАР ШОГ

И таким образом освобожу всех существ от нечистых миров.

འཕགས་མཚོག་སྲིད་ལ་གསོལ་བ་འདིབས་པའི་མཐུས།

ПАГ ЧОГ КЪЕ ЛА СОЛ ВА ДЕБ ПЕЙ ТУ

Благодаря силе молитвы к тебе, Благороднейший,

བདག་གི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས།

ДАГ ГИ ДУЛ ДЖАР ГЬЮР ПЕЙ ДРО ВА НАМ

Пусть все существа будут привлечены мной

ལས་འབྲས་ལྗུར་ལེན་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན།

ЛЕ ДРЕ ЛХУР ЛЕН ГЕ ВЕЙ ЛЕ ЛА ЦЕН

К совершению добродетельных поступков и со всей серьёзностью осознают работу закона кармы.

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཚོས་དང་ལྡན་པར་འོག།

ДРО ВЕЙ ДОН ДУ ЧО ДАНГ ДЕН ПАР ШОГ

Пусть они обретут качества, которые принесут пользу всем живым существам.

དེ་ལྟར་རྩེ་གཅིག་གསོལ་བཏབ་པས།

ДЕ ТАР ЦЕ ЧИГ СОЛ ТАБ ПЕ

Благодаря моей однонаправленной молитве

འཕགས་པའི་སྐྱེལ་སའོད་ཟེར་འཕྲོས།

ПАГ ПЕЙ КУ ЛЕ О ЗЕР ТРО

Лучи света исходят из тела Благородного

མ་དག་ལས་སྤང་འཁྲུལ་ཤེས་སྤངས།

МА ДАГ ЛЕ НАНГ ТРУЛ ШЕ ДЖАНГ

И очищают все омрачённые способы восприятия и негативные кармические тенденции,

སྤྱི་སྣོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང།

ЧИ НО ДЕ ВА ЧЕН ГЬИ ШИНГ

Превращая окружающий мир в блаженную Землю Будды, Девачен.

ནང་བཟུང་སྐྱིེལ་འགའི་ལྷུས་ངག་སེམས།

НАНГ ЧУ КЬЕ ДРОЙ ЛУ НГАГ СЕМ

Внутреннее содержание всех живых существ, тело, речь и ум,

སྐྱུན་རས་གཟེགས་དབང་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས།

ЧЕН РЕ ЗИГ ВАНГ КУ СУНГ ТУГ

Становятся Телом, Речью и Умом Ченрезига.

སྒྲིང་གྲགས་རིག་རྟོང་དབྱིར་མིང་གྲུར།།

НАНГ ДРАГ РИГ ТОНГ ЕР МЕ ГЬЮР

Все мысли, звуки и формы неотделимы от пустотности.
Медитируйте таким образом, повторяя эту мантру как можно больше:

ཨོཾ་མའི་པརྟེ་ཧྲུྃ།

ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ

མཐར་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོགས་པའི་རང་དོར་མཉམ་པར་བཞག།

В конце, позвольте уму спокойно пребывать в естественном состоянии, без построения концепций (о трёх сферах - объекте, субъекте и действии). После этого:

བདག་གཞན་ལུས་སྒྲིང་འཕགས་པའི་སྐྱ།

ДАГ ЩЕН ЛУ НАНГ ПАГ ПЕЙ КУ

Всё проявленное - великолепная форма Ченрезига.

སྐྱ་གྲགས་ཡི་གི་དུག་པའི་དབྱངས།

ДРА ДРАГ ЙИ ГЕ ДРУГ ПЕЙ ЯНГ

Все звуки слышатся как мелодия его шестислоговой мантры.

དྲན་རྟོགས་ཡི་ཤེས་ཆེན་པོའི་གློང་།།

ДРЕН ТОГ ЙЕ ШЕ ЧЕН ПОЙ ЛОНГ

Все мысли и воспоминания - великое пространство мудрости.

དགེ་བ་འདི་ཡི་ལྷུང་དུ་བདག།

ГЕ ВА ДИ ЙИ НЮР ДУ ДАГ

Благодаря искусному овладению

སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

ЧЕН РЕ ЗИГ ВАНГ ДРУБ ГЬЮР НЕ

Практики Всевидящего Ченрезига,

འགྲོ་བ་གཅིག་གྲུང་མ་ལུས་པ།

ДРО ВА ЧИГ КЬЯНГ МА ЛУ ПА

Да помогу я каждому живому существу без исключения

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

ДЕ ЙИ СА ЛА ГО ПАР ШОГ

Утвердиться в этом совершенном состоянии.

འདི་ལྟར་སྒོམ་བརྒྱས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས།

ДИ ТАР ГОМ ЛЕ ГЫ ПЕЙ СО НАМ КЫ

Пусть благодаря заслуге, накопленной во время медитации и рецитации,

བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཀུན།

ДАГ ДАНГ ДАГ ЛА ДРЕЛ ТОГ ДРО ВА КУН

Я и все живые существа, с которыми я связан,

མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བ་གྲུར་མ་ཐག

МИ ЦАНГ ЛУ ДИ БОР ВА ГЬЮР МА ТАГ

Родятся чудесным образом в Девачене,

བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྗུས་ཏེ་སླེ་བར་འོག།

ДЕ ВА ЧЕН ДУ ДЗУ ТЕ КЬЕ ВАР ШОГ

И в этот момент их нечистые проявления будут отброшены.

སླེ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཅུ་རབ་བསྐྱོད་ནས།

КЬЕ МА ТАГ ТУ СА ЧУ РАБ ДРО НЕ

Пусть наши эманации, полностью прошедшие путь десяти стадий,

སྐྱུ་ལ་པས་ཕྱོགས་བཅུར་གཞན་དོན་བྱིད་པར་འོག།

ТРУЛ ПЕ ЧОГ ЧУР ЩЕН ДОН ДЖЕ ПАР ШОГ

Присутствуют в десяти направлениях, заботясь о благе других.

དག་བ་འདི་ཡིས་སླེ་བོ་ཀུན།

ГЕ ВА ДИ ЙИ КЬЕ ВО КУН

Через благодетель, пусть все живые существа,

བསོད་ནམས་ཡི་འོས་ཚོགས་ཚོགས་ཏེ།

СЁ НАМ ЙЕ ШЕ ЦОГ ДЗОГ ТЕ

Завершат накопление заслуги и мудрости,

བསོད་ནམས་ཡི་འོས་ལས་བྱུང་བའི།

СЁ НАМ ЙЕ ШЕ ЛЕ ДЖУНГ ВЕЙ

И достигнут двух возвышенных кай,

དམ་པ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་པར་འོག།

ДАМ ПА КУ НЬИ ТОБ ПАР ШОГ

Которые возникнут из этих заслуг и мудрости.

བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

ДЖАНГ ЧУБ СЕМ ЧОГ РИНПОЧЕ

Пусть высочайший и драгоценный просветлённый ум

མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེ་གྱུར་ཅིག

МА КЬЕПА НАМ КЬЕ ГЬЮР ЧИГ

Зародится у тех, у кого еще не родился,

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་།

КЬЕ ПА НЬЯМ ПА МЕ ПА ДАН

А у тех, у кого уже зародился,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག

ГОНГ НЕ ГОНГ ДУ ПЕЛ ВАР ШОГ

Пусть не ослабеваает, но возрастает все больше и больше.