

Presca di Rifugio e Bodhicitta

sangjé. chö tang. tsoji. cho nam la chang chup. bardu. dani. chapsu'nchi
dagi. gomdé. jipay. sönam ji. drola. penchir. sangjé. drup para sho.

Nel Buddha, nel Dharma e nella Suprema Assemblea

prendo Rifugio fino all'Illuminazione.

Attraverso i meriti della mia pratica (della generosità e delle altre qualità)

Possa io realizzare la Natura Buddha per il beneficio di tutti gli esseri.

3 volte

Quattro Incommensurabili

sem chen. tam chay. day wa tang. day way ju tang. den parra.

jur chik. dook ngal tang. dook ngal. ji ju tang. tral warra. jur chik.

dook ngal. may pay. day wa. tam pa tang. min dral. warra jur chik.

nyay ring. chak dang. tang tral way. tang nyom. chem po la. nay parra. jur chik.

Possano tutti gli esseri avere la felicità e le cause della felicità.

Possano tutti gli esseri essere separati dalla sofferenza e dalle cause della sofferenza.

Possano tutti gli esseri possedere la felicità priva di ogni sofferenza.

Possano tutti gli esseri dimorare nella grande equanimità

priva di attaccamento e avversione.

3 volte

Offerta del Mandala (tradizione Shangpa)

Questa sublime offerta del Mandala è presentata in modo molto piacevole.

Al centro vi è la più imponente delle montagne,

con i quattro continenti e i subcontinenti,

circondati e adornati dal sole brillante e dalla luna.

All'esterno le montagne e gli oceani attraversati dalle onde.

Vi sono gli alberi ricoperti di gioielli che esaudiscono i desideri;

le vacche che producono tutto ciò che si desidera;

i sette attributi di un monarca potente e l'ottavo attributo che è il tesoro dei gioielli:

i raccolti che non hanno bisogno di essere coltivati; l'acqua con le otto qualità;

innumerevoli nuvole di offerte dei tre livelli (interno, esterno e segreto).

Questa offerta del mandala, fonte di gioia e di piacere, è l'offerta di uno yogi

che desidera esaudire i due tipi di beneficio e che lo offre

alle vaste schiere di guru e ai Vittoriosi con diligenza potente ed entusiasta.

Io sono lo yogi che discende dal lignaggio di tutti i Buddha
e prego che, grazie all'offerta di questo meraviglioso e nobile mandala,
possano essere purificati tutti i miei errori, le mie mancanze e le mie impurità
e possa io ottenere le realizzazioni supreme e ordinarie.

ཨོཾ་མུ་ཐུ་ལ་ལྷ་མོ་གླ་ས་མུ་དྲ་སྤྱ་ར་ཏ་ས་མ་ཡེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།

OM MENDALA PUDZA MEGHA SAMUDRA SAPARANA SAMAYE AH HUNG

Grazie all'offerta di questo nobile e meraviglioso mandala
possano non esserci ostacoli sul sentiero dell'illuminazione
e possa io realizzare il fine dei Sugata dei tre tempi.
Possa io non rimanere confuso nell'esistenza condizionata
né rimanere in uno stato di pace individuale,
ma possa io liberare gli esseri infiniti come lo spazio!

Mandala in forma breve:

La terra è ricoperta di acqua profumata ed è disseminata di fiori
ed è adornata dal monte Meru, i quattro continenti, il sole e la luna.
Offro il Mandala immaginando che questo sia la Terra Pura del Buddha.
Possano tutti gli esseri godere di queste terre completamente pure.
In tutte le mie vite possa io non essere mai separato da un Maestro autentico.

Avendo completo beneficio dallo splendore del Dharma,
possa io perfezionare le qualità dei cinque sentieri e dei dieci bhumi
e possa io raggiungere velocemente il supremo stato di Vajradhara!

Preghiera al Lama Radice

Pal-den tsa-we la-ma rin-po che
Da-ki chi-wor pe-de den-shu la
Ka-drin chen-peu go-ne je-zung te
Ku-sung tu-chi ngeu-drup tsal-tu sol

Glorioso e Prezioso Lama radice,
che siedi su di un loto e un disco lunare al di sopra della mia testa,
per la Tua grande gentilezza prendimi sotto la Tua protezione
e donami le realizzazioni di Corpo Parola e Mente.

Pregchiere di Aspirazione di Niguma

Rendo omaggio a tutti i Buddha e a tutti i Bodhisattva!
Grazie alla eccellente attività compassionevole
delle vaste schiere dei Vittoriosi delle dieci direzioni e dei tre tempi
possano realizzarsi tutte le aspirazioni che esprimo, così come le ho formulate.

D'ora in avanti, possa io in ogni modo rallegrare i miei maestri con infinita devozione,
possa io offrire loro corpo, parola e ricchezze vaste come lo spazio.
Possa aiutare le loro attività a prosperare, senza essere mai separato da loro.

In tutte le mie vite, quando studierò, insegnerò, mediterò o praticherò,
possa io non incontrare mai falsi insegnanti o cattivi maestri,
cattivi compagni o falsi benefattori.
Possa io fare affidamento su maestri eccellenti e raggiungere così l'illuminazione.

In tutte le mie vite, possa io nascere in una buona famiglia,
godere di buona salute, essere dotato di una voce armoniosa e
di un corpo meraviglioso, di carisma e potere personale
così che io possa spontaneamente beneficiare di lunga vita, amicizie,
ricchezza e insegnamenti spirituali ed essere rispettato da tutti.

In tutte le mie vite, qualunque siano le circostanze della mia rinascita,
le persone che mi vedranno, mi ascolteranno, mi penseranno e mi toccheranno
possano trovarmi magnifico e attraente e non riescano a staccare gli occhi da me.
Possa così io essere libero da situazioni disarmoniche ed essere in armonia con tutti.

Possa io essere il protettore, il rifugio, la fonte di speranza e
il sostegno di tutti gli esseri, che sono infiniti come lo spazio.
Possa io esaudire senza eccezioni le aspirazioni e le speranze
di ognuno di loro secondo le loro necessità.

Possa io avere amici che desiderano aiutarmi,
in modo che corpo, parola e mente siano uniti nella stessa aspirazione.
Possiamo noi d'ora in avanti non essere mai separati neppure per un istante,
godendo di benessere e visione pura.

Ovunque io nasca, come la gemma che esaudisce tutti i desideri
possa io soddisfare i bisogni e i desideri così come sono stati espressi,
sotto forma di una pioggia eccellente e senza limiti,
portando così tutti gli esseri nello stato di felicità.

Ovunque io sia, possano tutti gli esseri essere liberi da malattie,
turbamenti, conflitti e miseria.
Possano essere dotati di lunga vita, salute, insegnamenti spirituali e prosperità.
Possano godere di ricchezze ed eccellente felicità.

In questa vita e in tutte le vite possa io disporre di infinite ricchezze e tesori.
Possa io donarli nelle dieci direzioni attraverso i quattro tipi di generosità,
portando a realizzazione e liberando tutti gli esseri
attraverso le dieci perfezioni trascendenti.

Attraverso l'acquisizione della perfetta saggezza, senza alcun attaccamento
verso tutti i fenomeni di samsara e nirvana senza eccezioni,
possa manifestarsi a me l'intero mandala di tutto ciò
che può essere conosciuto attraverso i tre tempi, senza eccezioni.

Possa io essere adornato con i tre perfetti insegnamenti più elevati.
In questo modo possa io essere incontrastato, onorato e lodato dal mondo.
Possa io condurre tutti gli esseri allo stato sublime della disciplina,
così che possano portare a perfezione compiutamente
tutte le qualità eccellenti senza eccezione.

Possa io dimorare in luoghi di eremitaggio in montagna,
appagato dal cibo e dagli indumenti che possiedo,
senza che si manifestino neppure per un istante ostacoli interni o esterni.
Possa io portare a compimento la mia esperienza e la mia realizzazione
in modo che, attraverso infinite attività illuminate,
io possa far maturare e liberare tutti gli esseri senza eccezioni.

Che tutti gli dei e i demoni arroganti mi offrano il loro cuore
e mi ascoltino come servitori, senza che siano necessarie neppure per un solo istante
le esortazioni di una pratica di avvicinamento.
Possa io proteggere gli insegnamenti con forza e potenza assolute.

Possa io dare prova di amore e di compassione.
Placando la loro tendenza a farsi reciprocamente del male,
possa io far dimorare tutti gli esseri dei tre regni
in un amore simile a quello di una madre verso il suo unico figlio.

Al momento della morte, possa io realizzare il Dharmakaya e
possano sorgere spontaneamente i Rupakayas per il beneficio di tutti gli esseri.
Dopo la mia morte possano le reliquie servire per guidare gli esseri.

In tutte le Terre Pure dei Vittoriosi, alla presenza di vaste schiere di Buddha,
numerose quanto gli atomi di un kalpa, possa io fare offerte attraverso molti eoni,
riempiendo l'universo intero con nuvole di offerte di Samantabhadra.

Possa io manifestarmi in infinite Terre Pure.
Con condotta pura e saggezza infinita, possa io ricevere
tutti gli insegnamenti spirituali e realizzare l'insieme della pura consapevolezza.

Possa io manifestare la melodiosa parola di un oceano di Vittoriosi
e, facendo risuonare nello spazio intero l'armoniosa voce di Brahma,

possa io insegnare il Dharma nelle diverse lingue degli esseri,
conducendoli, tutti, senza alcuna eccezione, allo stato di Buddha.

Seguendo l'esempio di Samantabhadra (simile all'illusione)
possa io manifestare l'assorbimento meditativo dello stato illusorio libero da estremi,
così che la forma di tutti i Buddha e di tutte le Terre Pure senza eccezione
si manifesti istantaneamente in ogni atomo.

Possano le mie aspirazioni, il mio samadhi e la mia attività
essere senza tempo, senza fondo, senza limite né misura,
così come l'universo infinito degli esseri, l'oceano insondabile,
lo spazio illimitato e la sfera infinita della realtà ultima.

Possa io manifestarmi in infiniti monarchi potenti,
esaudendo le speranze di tutti gli esseri e proteggendo i paesi dove regna il Dharma.
Regnando su nazioni infinite come lo spazio, possano questi monarchi universali
condurre tutti gli esseri allo stato di felicità.

Quando nel futuro un kalpa di malattie e guerre sprofonderà gli esseri nella sofferenza,
possa io diventare un eccellente guaritore, che elimina la loro sofferenza in un istante.

Quando staranno morendo di fame e di sete in un tempo di carestia,
cibo, bevande, stoffe preziose, oro, argento e tutto ciò che vi è di più prezioso
possa addensarsi nel cielo come nuvole
e ricadere come una pioggia di piaceri sensoriali nelle dieci direzioni.

Grazie all'immensa efficacia della condotta dei Bodhisattva,
possa io istruire e guidare in ogni circostanza e senza eccezione
tutti gli esseri infiniti come lo spazio,
fino a quando l'oceano del samsara sia svuotato.

Possa io domare tutti gli esseri potenti e arroganti che seguono sentieri sbagliati
e che non sono stati domati dai Vittoriosi delle dieci direzioni e dei tre tempi.
Possa io condurli istantaneamente allo stato di Buddha.

Fino a che rimarranno degli esseri nel Samsara,
grazie a un'attività spontanea e senza sforzo
possa manifestarsi completamente la realizzazione spontanea del bene altrui,
che conduce alla maturazione e alla liberazione degli esseri.

Nel corso di innumerevoli kalpa, quando erano esseri ordinari o Bodhisattva,
le vaste schiere dei Vittoriosi delle dieci direzioni e dei tre tempi
hanno generato la Mente del Risveglio, hanno espresso le aspirazioni e,
perfezionando le due accumulazioni, hanno realizzato lo stato del Buddha.

I Vittoriosi hanno fatto maturare e hanno liberato infiniti esseri,
possedendo lo splendore del Risveglio e un oceano di qualità.

Possano le mie aspirazioni e le mie attività essere così estese da incorporare anche le loro.

Il bene per tutti gli esseri è spontaneo e illimitato, possano quindi realizzarsi, così come le ho espresse, tutte le aspirazioni dei Vittoriosi che sono anche le mie, aspirazioni fondate sulla suprema motivazione del Risveglio e su una fiducia assoluta.

Che la prosperità, la felicità e l'eccellenza siano ininterrotte come un grande fiume nelle dieci direzioni e nei tre tempi, nel samsara e nel nirvana e che si diffondano fino a noi e fino a tutti gli esseri in tutte le direzioni!

Si conclude così "Il Re delle Nobili Aspirazioni"