



Shangpa Kagyu
Monlam

*Il 'Monlam' è una preghiera di aspirazione e di dedica,
rivolta a tutti gli esseri senzienti.*

Perché ci definiamo 'praticanti buddhisti' ?

Perché dedichiamo e offriamo la nostra devozione.

*Offriamo la nostra preghiera per il beneficio di tutti gli
esseri senzienti,*

usando la nostra saggezza e la nostra compassione.

– Kalu Rinpoche

Contenuti

Visualizzazione e Recitazione del Mantra di Cenresi.....	1
Preghiera in Sette Versi a Guru Rinpoche	15
Breve Preghiera di Auspicio per la Rinascita a Dewachen.....	17
“Aspirazione alle Buone Azioni” di Samantabhadra (Zangchö Mönlam)	19
La preghiera di Aspirazione del Sigillo della Parola di Niguma.....	48
Preghiera di Dedicazione, conosciuta come ‘Il Sigillo Orale’	62
Il Vascello che Libera Tutti gli Esseri	67
Preghiera di Lunga Vita per Sua Santità il Dalai Lama	80
Preghiera di Lunga Vita per Sua Eminenza Tai Situ Rinpoche	81
Preghiera di Lunga Vita per Sua Eminenza Kalu Rinpoche	82
Preghiera di Lunga Vita per il Venerabile Wangchen Rinpoche	85
Preghiera di Lunga Vita per il Lama	88
Preghiere Finali di Dedicazione	89



༄༅། །ཐུགས་རྗེ་ཚེན་པའི་བསྐྱོམ་བརླམས་འགྲོ་དོན་མཁའ་བྱུང་མ་བཞུགས་སོ།

Visualizzazione e Recitazione del Mantra di Cenresi

il Grande Compassionevole

ricevuta da Tangtong Gyalpo

སྐྱོན་རས་གཟིགས་བསྐྱོམ་བརླམས་ནི། དང་པོ་སྐྱབས་སེམས།

Preso di rifugio e Bodhicitta:

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་རྣམས་ལ། །

sangye chö dang tsok kyi chok nam la

Nel Buddha, nel Dharma e nella Suprema Assemblea,

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

changchub bardu dak ni kyab su chi

Prendo rifugio fino al Risveglio

བདག་གི་སྐྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

dak gi jin sok gyipé sönam kyi

Attraverso i meriti della mia pratica della generosità e delle altre qualità,

འགྲོ་ལ་ཐན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

dro la pen chir sangye drubpar shok

Possa io realizzare la Natura del Buddha per il beneficio degli esseri.

ལན་གསུམ།

Tre volte.

ལྷ་བསྐྱེད་ནི།

Poi, per la visualizzazione della divinità:

བདག་སོགས་མཁའ་ཁྱབ་སེམས་ཅན་གྱི། །

dak sok khakhyab semchen gyi

Sopra la mia testa, e quella di tutti gli esseri esistenti nello spazio,

སྤྱི་གཙུག་པད་དཀར་ཟླ་བའི་སྟེང་། །

chitsuk pekar dawé teng

Sopra un loto bianco bianco e un disco lunare,

མྱོང་ ལས་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

hrih lé pakchok chenrezik

Dalla lettera Hrih, appare il Nobile Cenresi,

དཀར་གསལ་འོད་ཟེར་ལྗང་ལྗན་འཕྲོ། །

kar sal özer nga den tro

Il suo corpo, bianco è luminoso, emana raggi di luce di cinque colori.

མཛེས་འཛུམ་བྱུགས་ཇེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས། །

dzé dzum tukjé chen gyi zik

Egli sorride con lo sguardo pieno di compassione,

ཕྱག་བཞེའི་དང་པོ་ཐལ་སྤྱར་མཛད། །

chak zhi dangpo taljar dzé

Ha quattro mani, le prime due giunte,

འོག་གཉིས་ཤེལ་སྤང་པད་དཀར་བསྐྱམས། །

ok nyi shel treng pekar nam

Le altre tengono una mala di cristallo e un Loto bianco.

དར་དང་རིན་ཚེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲུས། །

dar dang rinchen gyen gyi tré

Il suo corpo è ornato con seta e gioielli preziosi,

རི་དྲུགས་ལྷགས་པའི་སྟོད་གཡོགས་གསོལ། །

ridak pakpé töyok sol

Una pelle di daino copre le sue spalle;

འོད་དཔག་མེད་པའི་དབྱུ་རྒྱན་ཅན། །

öpakmé pé ugyen

Il Buddha dell' Infinita Luce corona la sua testa,

ཞབས་གཉིས་དོ་རྗེའི་སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས། །

zhab nyi dorjé kyiltrung zhuk
lede nella posizione del loto,

དྲིམ་ལྷོ་བར་རྒྱབ་བརྟེན་པ། །

drimé dawar gyab tenpa
La sua schiena s'appoggia ad una luna immacolata,

སྐྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་དོ་བོར་གྱུར། །

kyabné kündü ngowor gyur
N'essenza è l'unione di tutti i Rifugi.

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

Preghiera alla Divinità:

རྩོམ་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་སྐྱེ་མདོག་དཀར། །

jowo kyön gyi ma gö kudok kar
Signore dal corpo bianco e immacolato,

རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དབྱེལ་བརྒྱན། །

dzok sangyé kyi u la gyen
Col capo ornato dal Buddha perfetto,

སྐྱབས་རྗེའི་སྐྱེན་གྱིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས། །

tukjé chen gyi dro la zik
Con lo sguardo compassionevole per tutti gli esseri,

སྐྱེན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chenrezik la chaktsal lo
Signore Cenresig, a Te rendiamo omaggio!

ཞེས་ཅི་རུས་བསམགས།

Ripetere quante volte possibile.

ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།

Quindi si recita la Preghiera dei 7 Rami:

1. Prostrazioni

འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་དང་། །

pakpa chenrezik wang dang

Al nobile signore Cenresi e

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །

chok chu dü sum zhukpa yi

A tutti I vittoriosi e ai loro eredi,

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །

gyalwa sé ché tamché la

Che dimorano in tutte le direzioni dell'universo, attraverso il passato, il presente e il futuro,

ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་འཚུལ་ལོ། །

künné dangwé chaktsal lo

lo rendo omaggio in modo sincero ed entusiastico!

2. Offerte

མེ་ཏོག་བདུག་སྤྲོས་མར་མེ་དྲི། །

metok dukpö marmé dri

lo faccio offerte di fiori, incenso, luci, aromi profumati,

ཞལ་ཟས་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ། །

zhalzé rolmo lasokpa

E cibo e musica e simili –

དངོས་འབྱོར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྲུལ་ནས་འབྲུལ། །

ngöjor yi kyi trul né bul

Sia reali sia immaginari, creati dalla mente.

འཕགས་པ་འཛོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ། །

pakpé tsok kyi zhé su sol

Assemblea dei Nobili, vi prego di accettarle tutte!

3. Confessione

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །

tokma mé né danté bar

Tutte le mie azioni negative attraverso tempi senza inizio fino a oggi,

མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྗ། །

mi gé chu dang tsammé nga

Le dieci non virtuose e le cinque con resa dei conti immediata —

སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི། །

sem ni nyönmong wang gyurpé

Generate da questa mente guidata da emozioni distruttive,

སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བསྒྱེ། །

dikpa tamché shakpar gyi

Io le confesso tutte, ogni singola azione.

4. Gioire

ཉོན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་ཚུབ་སེམས། །

nyentö ranggyal changchub sem

Con il cuore pieno di felicità, io gioisco di tutti i meriti

སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས། །

soso kyewo lasokpé

Di śrāvakas, pratyekabuddhas, bodhisattvas,

དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པའི། །

dü sum gewa chi sakpé

E di ogni essere vivente,

བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་། །

sönam la ni dak yi rang

Attraverso I tre tempi.

5. Richiesta ai Buddha di Girare la Ruota del Dharma

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །

semchen nam kyi sampa dang

Io vi imploro: in accordo con il carattere

ལོ་ཡི་ཇེ་དྲཀ་ཇི་ཏཱ་འུ་བཅུ།

lo yi jedrak jitawar

E con la capacità mentale degli esseri senzienti,

ཆེ་ཚུང་མ་སྐྱེ་མོང་ཐེག་པ་ཡི།

ché chung tün mong tekpa yi

Per favore, girate la ruota del Dharma

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་དུ་གསོལ།

chö kyi khorlo kor du sol

Di tutti i veicoli: piccolo, grande e comune.

6. Richiesta ai Buddha di non passare nel Nirvana

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྤོང་བཅུ།

khorwa jisi matong bar

Fino a quando il samsara non sarà completamente svuotato,

སྐྱེ་འདྲེས་མི་འདའ་སྐྱུགས་ཇི་ཡིས།

nya ngen mi da tukjé yi

Vi supplico: non passate nel nirvana,

སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚོ་བྱིང་བ་ཡི།

dukngal gyatso jingwa yi

Ma volgete lo sguardo su di noi con la vostra compassione senza limiti,

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

semchen nam la zik su sol

Perché noi annaspriamo in questo oceano di sofferenza.

7. Dedic

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།

dak gi sönam chi sakpa

Possa qualsiasi virtù io abbia accumulato

ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

tamché changchub gyur gyur né

Diventare la causa dell'illuminazione per tutti;

རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །

ringpor mi tok drowa yi

Possa io velocemente, senza ritardi o rinvii,

འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག །

drenpé pal du dak gyur chik

Diventare una guida eccellente per tutti gli esseri.

སྲོ་ན། དགོས་པ་ལྟོང་པ་དུ་དཀར་པོའི་བླ་མ་དམ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ནི།

Se volete, potete recitare ora la preghiera a Cenresi che è stata la pratica personale del bhikṣu Padma Karpo:

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྱོད་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

solwa deb so lama chenrezik

Te prego, guru Cenresi.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཡི་དམ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

solwa deb so yidam chenrezik

Te prego, yidam Cenresi.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

solwa deb so pakchok chenrezik

Te prego, sublime nobile Cenresi.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐབས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

solwa deb so kyab gön chenrezik

Te prego, signore di rifugio Cenresi.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱམས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

solwa deb so jam gön chenrezik

Te prego, amorevole protettore Cenresi.

བླ་མ་རྗེས་བྱེད་སེམས་ཤིག་རྒྱལ་བ་བླ་མ་རྗེ་ཅན། །

tukjé zung shik gyalwa tukjé chen

Tienimi nella tua compassione, gentile e vittorioso essere.

མཐའ་མེད་འཁོར་བར་གྲངས་མེད་འབྲུམས་གྱུར་ཅིང་། །

tamé khorwar drangmé khyam gyur ching

Per noi esseri che vaghiamo senza fine attraverso il samsara

བཟོད་མེད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལྗོངས་འཁོར་བ་ལ། །

zomé dukngal nyongwé drowa la
e che siamo soggetti a intollerabile dolore e sofferenza,

མགོན་པོ་ཁྱེད་ལས་སྐྱབས་གཞན་མ་མཆིས་སོ། །

gönpo khyé lé kyab zhen ma chi so
Protettore, non abbiamo altro rifugio che te.

རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོ་བས། །

namkhyen sangye tobpar jingyi lob
Ispiraci affinché otteniamo onniscienza e risveglio.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུྃ།

om mani padmé hung
Om maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü
Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

ཞེ་སྤང་དབང་གིས་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་གུར་ཏེ། །

zhedang wang gi nyalwar kyé gyur té
Esseri che sono dominati dall'odio nascono negli inferni,

ཚ་གང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལྗོངས་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

tsadrang dukngal nyongwé semchen nam
Dove soffrono i tormenti di intenso caldo e freddo:

ལྷ་མཚོག་ཁྱེད་ཀྱི་དྲུང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

lha chok khyé kyi drung du kyewar shok
Possano rinascere tutti alla tua presenza, o supremo tra le divinità!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུྃ།

om mani padmé hung
Om maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü
Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

སེར་སྤྲི་དབང་གིས་ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྐྱེས། །

serné wang gi yidak né su kyé

Esseri che sono dominati dall'avarizia nascono nel regno dei preta,

བརྗེས་སྐྱོམ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

trekom dukngal nyongwé semchen nam

Dove soffrono i tormenti di intensa fame e sete:

ཞིང་མཚོག་པོ་ཏུ་ལ་རུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

zhing chok potala ru kyewar shok

Possano rinascere tutti a Potala, la tua suprema terra pura!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü

Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

གཏི་མུག་དབང་གིས་དུད་འགོར་སྐྱེས་གུར་ཏེ། །

timuk wang gi düdror kyé gyur té

Esseri che sono dominati dalla stupidità nascono come animali,

སྐྱོན་སྤྱགས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

lenkuk dukngal nyongwé semchen nam

E sperimentano l'infelicità della mancanza di parola e della confusione:

མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་རྩེ་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

gönpo khyé kyi drung du kyewar shok

Possano rinascere tutti alla tua presenza, o protettore!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü

Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

འདོད་ཆགས་དབང་གིས་མི་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས། །

döchak wang gi mi yi né su kyé

Esseri che sono dominati da ardente desiderio nascono nel regno umano,

གྲེལ་ཐོངས་སྤྱུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

drel pong dukngal nyongwé semchen nam

Dove soffrono i tormenti di una intensa deprivazione:

ཞིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །

zhing chok dewachen du kyewar shok

Possano rinascere tutti a Sukhāvātī, la suprema terra pura!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü

Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

ཕྱག་དོག་དབང་གིས་ལྷ་མིན་གནས་སུ་སྐྱེས། །

trakdok wang gi lhamin né su kyé

Esseri che sono dominati dalla gelosia nascono nel regno degli asura,

འཐབ་ཚོད་སྤྱུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

tabtsö dukngal nyongwé semchen nam

Dove soffrono i tormenti dei conflitti e delle dispute:

པོ་ཏཱ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །

po ta la yi zhing du kyewar shok

Possano rinascere tutti nella terra pura di Potala!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །

tokmé dü né lé ngen sakpé tü

Per la forza del karma negativo, accumulato attraverso tempi senza inizio,

ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ལྷ་ཡིས་གནས་སུ་སྐྱེས། །

ngagyal wang gi lha yi né su kyé

Esseri che sono dominati dall'orgoglio rinascono nel regno dei deva,

འཕོ་ལྷང་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

po tung dukngal nyongwé semchen nam

Dove soffrono i tormenti della trasmigrazione e della rovina:

པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

po ta la yi zhing du kyewar shok

Possano rinascere tutti nella terra pura di Potala!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

བདག་ནི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །

dak ni kyé zhing kyewa tamché du

Possa io in questa e in tutte le mie vite future,

སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་མཛད་པ་མཚུངས་པ་ཡིས། །

chenrezik dang dzepa tsungpa yi

Grazie ad attività come quella di Cenresi,

མ་དག་ཞིང་གི་འགོ་རྣམས་སྦྱོལ་བ་དང་། །

ma dak zhing gi dro nam drolwa dang

Liberare gli esseri dei regni impuri,

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

sung chok yik druk chok chur gyepar shok

E insegnare il supremo linguaggio delle sei sillabe attraverso le dieci direzioni!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

འཕགས་མཚོག་ཁྱེད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །

pakchok khyé la solwa tabpé tü

Attraverso la forza dell'invocazione verso di te, nobile in sommo grado,

བདག་གི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །

dak gi duljar gyurpé drowa nam

Possano tutti coloro che io devo educare e guidare,

ལས་འབྲས་ལྷུར་ལེན་དག་བའི་ལས་ལ་བརྩོན། །

lé dré lhurlen gewé lé la tsön

Interessarsi alla causa ed effetto, sforzarsi di agire in modo virtuoso,

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཚོས་དང་ལྷན་པ་ཤོག །

drowé döndu chö dang denpa shok

E arrivare a possedere le qualità che possono essere di beneficio a tutti.

ཅེས་དང།

Continua con:

དེ་ལྟར་རྩེ་གཅིག་གསོལ་བཏབ་པས། །

detar tsechik soltab pé

Attraverso la forza di questa preghiera a Te, o Sublime,

འཕགས་པའི་སྐྱེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །

pakpé ku lé özer trö

Il corpo del Nobile Cenresig emana raggi di luce,

མ་དག་ལས་སྤང་འབྲུལ་ཤེས་སྤྱངས། །

ma dak lenang trulshé jang

Che purificano le impurità delle apparenze karmiche e le conoscenze illusorie.

ཕྱི་སྣོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་། །

chinö dewachen gyi zhing

Il mondo esterno diventa il regno della grande beatitudine, Sukhāvātī,

ནང་བཟུད་སྐྱེ་འགྲོའི་ལུས་ངག་སེམས། །

nangchü kyendró lü ngak sem

Corpo, parola e mente degli esseri si trasformano

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས། །

chenrezik wang ku sung tuk

Nel corpo, parola e mente di Cenresig,

སྒྲ་གྲགས་རིག་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱུར། །

nang drak riktong yermé gyur

Apparenze, suoni e pensieri sono indivisi dalla Vacuità.

ཅེས་པའི་དོན་བསྐོམ་བཞིན་དུ།

Mentre mediti su questo, recita il mantra:

ཨོཾ་མཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

om mani padmé hung

Oṃ maṇi pemé hūṃ

ཅི་འགྲུབ་བརྒྱས།

Recitare quante volte possibile.

Mentre reciti il mantra, leggi di tanto in tanto la visualizzazione sopra

བདག་གཞན་ལུས་སྐྱེས་འཕགས་པའི་སྐྱ། །

dakzhen lü nang pakpé ku

Ogni corpo, il mio e quello degli altri, appare come il corpo del Nobile Cenresig;

སྒྲ་གྲགས་ཡི་གོ་དུག་པའི་དབྱེངས། །

dra drak yigé drukpé yang

Ogni suono come la melodia delle sei sillabe;

དྲན་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་གྲོང་། །

dren tok yeshe chenpö long

Ogni pensiero come la sfera della grande saggezza.

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

Alla fine, dimoriamo nella nostra vera natura e la integriamo nella pratica.

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །

gewa di yi nyurdu dak

Attraverso questi meriti,

སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །

chenrezik wang drub gyur né

possa io velocemente realizzare lo stato di Cenresig

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །

drowa chik chang malüpa
E portare allo stesso stato

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

dé yi sa la göpar shok
Tutti gli esseri senza eccezione.

འདི་ལྟར་སྒོམ་བསྐྱས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་གྲིས། །

ditar gomdé gyipé sönam kyi
Con le virtù ottenute tramite questa meditazione,

བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཀུན། །

dak dang dak la drel tok drowa kün
Possa io e tutti gli esseri che sono in connessione con me,

མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བར་གྱུར་མ་ཐག །

mi tsang lü di borwar gyur ma tak
Non appena lasciamo questo corpo impuro

བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྐྱས་ཏེ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

dewachen du dzü té kyewar shok
Rinascere nella terra del Déwachen.

སྐྱེ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཅུ་རབ་བསྐྱོད་ནས། །

kyé ma tak tu sa chu rab drö né
Possiamo noi, non appena nati, completare i dieci stadi del Risveglio,

སྐྱུལ་པས་ཕྱོགས་བཅུར་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག །

trulpé chok chur zhendön jepar shok
E con le nostre emanazioni nelle dieci direzioni agire per il bene degli altri.

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྒོམ་བསྐྱས་འགྲོ་དོན་མཁའ་ཁྱབ་མ་འདི་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་གསུང་བྱིན་བརྒྱབ་ཅན་ལོ། །སྐྱེ་མ་ཐག་ལོ། །།
Questa visualizzazione e recitazione del Grande Compassionevole, di Grande Beneficio per tutti ed Esteso come il Cielo, è la parola benedetta del grande adepto Thangtong Gyalpo. Sarva Maṅgalam.



༄༅། ཚེ་ག་བདུན་གསེལ་འདེབས་ནི།

Preghiera in Sette Versi a Guru Rinpoche

ཧྲུང་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་མུ་།

hungṣ orgyen yül gyi nupjang tsam

Hūṃ! Nel Nord Ovest del paese di Oddiyana,

པ་མ་ག་སར་སྣང་པོ་ལ་།

pema gesar dongpo la

Nato da un fiore di Loto,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་སྲུབ་བརྟེན་མུ་།

yamtsen chokgi ngödrup nyé

Dotato delle più straordinarie realizzazioni,

པ་མ་འབྱུང་བཀའ་སྒྲིལ་སྲུ་བྲག་སུ་།

pema jungné zhesu drak

Rinomato come il Nato dal Loto (Padmasambhava),

འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐོར་མུ་།

khordu khandro mangpö kor

Circondato da una moltitudine di Khadros (Daka e Dakini)

ཁྱེད་གྱི་རྗེས་སྲུ་བདག་བསྐྱབ་གྱི་།

khyé kyi jésu dak drup kyi

Pratico seguendo te,

བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཕྱིར་གཤེགས་སྲུ་གསོལ་མུ་།

jin gyi lap chir shek su söl

Ti prego di concedermi le tue benedizioni!

གུ་པུ་པ་མ་སིདྲི་ཧྲུང་།

guru pema siddhi hung

guru padma siddhi hūṃ

ཅེས་པའི་དོན་བསྐྱོམ་བཞིན་དུ།

Mentre mediti su questo, recita il mantra:

ཨོའ་ཧཱུང་བཙུག་པོ་པདྨ་སིདྲི་ཧཱུང་།

om ah hung benza guru pema siddhi hung
om ah hung benza guru padma siddhi hūṃ

ཅི་འགྲུབ་བརྒྱུ་།

Recitare quante volte possibile.

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྦུང་དུ་བདག་།

géwa diyi nyurdu da
Attraverso questi meriti,

ཨོ་གྲུན་པདྨ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།།

orgyen pema wang drup jur né
Possa io velocemente realizzare lo stato di Guru Rinpoche

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།།

drowa chik chang malüpa
E portare allo stesso stato

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག་།

déyi sala gö par sho
Tutti gli esseri senza eccezione.



༄༅། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྣོན་ལམ་བསྐྱེས་པ་བརྟུགས།

Breve Preghiera di Auspicio per la Rinascita a Dewachen

dal terma di Namchö Mingyur Dorje

ཨོམ་ཨྲི།

emaho

Emaho!

རོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

ngotsar sangye nangwa tayé dang

Meraviglioso Buddha di Luce Infinita,

གཡས་སུ་ཇོ་བོ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།

yé su jowo tukjé chenpo dang

Alla tua destra vi è il Signore Compassionevole, Cenresig,

གཡོན་ཏུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།

yöndu sempa tuchen tob nam la

Alla tua sinistra il Bodhisattva dai grandi poteri, Chana Dorjé,

སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་དཔའ་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།

sangye changsem pakmé khor gyi kor

E siete circondati da innumerevoli Buddha e Bodhisattva;

བདེ་སྦྱིད་རོ་མཚར་དཔའ་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

dekyi ngotsar paktu mepa yi

Possa io, non appena lascerò questa vita,

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།

dewachen zhejawé zhingkhams der

Possa io, non appena lascerò questa vita,

བདག་ནི་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་གུར་མ་ཐག།

dak ni di né tsé pö gyur ma tak
Senza altre esistenze intermedie,

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ།

kyewa zhen gyi bar ma chöpa ru
Pervasa da inesprimibile meravigliosa felicità,

དེ་རུ་སྐྱིས་ནས་སྣང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

dé ru kyé né nang té zhal tong shok
E vedere il viso del Buddha della Luce Infinita!

དེ་སྐད་བདག་གིས་སྣོན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

deké dak gi mönlam tabpa di
Buddha e Bodhisattva delle dieci direzioni,

ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

chok chü sangye changsem tamché kyi
Datemi la vostra benedizione,

གཤམ་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

gekmé drubpar jingyi lab tu sol
Affinché possa essere realizzata senza ostacoli questa preghiera.

ཏུ་ཐུ། བརྒྱ་རྒྱུ་ཡ་ཞུ་ཕ་བོ་རྣ་རྣུ་ཡི་སྣ་རུ།

teyatha | pentsadriya awabodhanayé soha
tadyathā pañcendriyāvabodhanīye svāhā

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྐུ་སྐྱེ་མི་འགྱུར་དོན་དགུང་ལོ་བརྒྱ་གསུམ་གསེར་འཕྲུང་གི་ལོ་ས་ག་ལྔ་བའི་ཚེས་བདུན་ལ་གཙོ་འཕོར་རྣམས་གྱིས་ཞལ་གསོལ་གསོལ་པའི་ཚེ་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་གྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ།། །།

Nel 7° giorno del mese di Saga Dawa, Anno dell'Uccello di fuoco (1657) Tulku Mingyur Dorje aveva 13 anni ed ebbe la visione delle divinità del mandala e del Buddha Amitabha che pronunciò chiaramente queste parole.



༄༅། །འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྐྱོད་པའི་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཞུགས།

La Regina fra le Preghiere di Aspirazione:

“Aspirazione alle Buone Azioni” di Samantabhadra (Zangchö Mönlam)

Tratta dal sūtra Gaṇḍavyūha, un capitolo dell'Avataṃsaka sūtra

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཡུལ་རྩ་བ་ཙམ་པ་ཉི་རྩེ་ན་རུ་ཇ།

gyagar ké du arya bhadratsarya pranidhana radza

In Sanscrito: Ārya-Bhadracaryā-Praṇidhāna-Rāja

བོད་སྐད་དུ། འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྐྱོད་པའི་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ།

böké du pakpa zangpo chöpé mönlam gyi gyalpo

In Tibetano: Pakpa Zangpo Chöpé Mönlam gyi Gyalpo

In Italiano: La Regina fra le Preghiere di Aspirazione: "Aspirazione alle Buone Azioni" di Samantabhadra

Omaggio dei traduttori

འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

jampal zhönnur gyurpa la chaktsal lo

Omaggio al sempre giovane Mañjuśrī!

I sette preliminari per purificare la mente

1. Prosternazioni

ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན། །

jinyé su dak chok chü jikten na

A tutti i buddha, leoni fra gli uomini,

དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སང་གི་ཀུན། །

dü sum shekpa mi yi sengé kün

In tutte le direzioni dell'universo, attraverso il passato, il presente e il futuro:

བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །

dak gi malü dedak tamché la

Dinnanzi a ciascuno di voi mi inchino, rendendo omaggio,

ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ། །

lü dang ngak yi dangwé chak gyi o

Colmo di devozione nel corpo, nella parola e nella mente.

བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྣོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། །

zangpo chöpe mönlam tob dak gi

Grazie al potere di questa preghiera di aspirazione alle buone azioni,

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །

gyalwa tamché yi kyi ngönsum du

Appaiono vividamente dinnanzi alla mia mente tutti i Vittoriosi,

ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་ལུས་རབ་བརྒྱད་པ་ཡིས། །

zhing gi dul nyé lü rab tüpa yi

E multiplico il mio corpo per quanti sono gli atomi dell'universo,

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

gyalwa kün la rabtu chaktsal lo

Così che ciascun corpo si prosterni in omaggio davanti a tutti i buddha.

2. Offerte

རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

dul chik teng na dul nyé sangye nam

In ogni atomo presiedono tanti buddha quanti sono gli atomi,

སངས་རྒྱས་སྲས་ཀྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག། །

sangye sé kyi ü na zhukpa dak

Circondati dai loro eredi, i bodhisattva:

དེ་ལྟར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །

detar chö kyi ying nam malüpa

Così li immagino colmare

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

tamché gyalwa dak gi gangwar mö

Pienamente l'intero spazio della realtà.

དེ་དག་བསྐྱབས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །

dedak ngakpa mizé gyatso nam

Li saluto con un oceano infinito di lodi;

དབྱངས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས། །

yang kyi yenlak gyatsö dra kün gyi

Al suono di un oceano di melodie fra loro diverse,

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། །

gyalwa kün gyi yönten rab jö ching

lo canto dei buddha le nobili qualità,

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

dewar shekpa tamché dak gi tö

E rendo omaggio a tutti coloro che hanno conseguito la beatitudine suprema.

མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་། །

metok dampa trengwa dampa dang

Ad ogni buddha, offro:

སེལ་སྒྲན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །

silnyen nam dang jukpa duk chok dang

I più bei fiori, magnifiche ghirlande,

མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྒྲོས་དམ་པ་ཡིས། །

marmé chok dang dukpö dampa yi

Musica e unguenti profumati, i parasole più belli,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བསྒྱི། །

gyalwa dedak la ni chöpar gyi

Le lampade più luminose e l'incenso più raffinato.

ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཚོག་དང་། །

naza dampa nam dang dri chok dang

Ad ogni buddha, offro:

ཕྱེ་མ་སྤུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །

chema purma rirab nyampa dang

Vesti squisite e le più soavi fragranze,

བཀོད་པ་ལྷན་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། །

köpa khyepar pakpé chok kün gyi

E polvere di incenso, in mucchi alti quanto il monte Meru e,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བསྒྱི། །

gyalwa dedak la ni chöpar gyi

Disposti in perfetta simmetria.

མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྤྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །

chöpa gang nam lamé gya chewa

Poi, tutte queste offerte vaste e insuperabili,

དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། །

dedak gyalwa tamché la yang mö

Ispirato dalla mia devozione per tutti i buddha

བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྤོབས་དག་གིས། །

zangpo chö la depé tob dak gi

E mosso dal potere della mia fede nelle buone azioni

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་མཚོད་པར་བསྒྱི། །

gyalwa kün la chaktsal chöpar gyi

Le offro a tutti i Vittoriosi, prosternandomi.

3. Confessione

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །

döchak zhedang timuk wang gi ni

Qualsiasi azione negativa io abbia commesso,

ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །

lü dang ngak dang dezhin yi kyi kyang

Sospinto dal desiderio, dall'odio e dall'ignoranza,

སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བསྒྱིས་པ་ཅི་མཚེས་པ། །

dikpa dak gi gyipa chi chipa

Con il corpo la parola e la mente,

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །

dedak tamché dak gi sosor shak

Davanti a voi io li confesso, e li purifico tutti senza eccezioni.

4. Rallegrarsi

ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྲས། །

chok chü gyalwa kün dang sangye sé

Con il cuore pieno di gioia, mi rallegro di tutti i meriti

རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྣོབ་དང་མི་སྣོབ་དང་། །

ranggyal nam dang lob dang mi lob dang

Dei buddha e dei bodhisattva,

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །

drowa kün gyi sönam gangla yang

dei pratyekabuddha, di chi è ancora in cammino, degli arhat al di là dell'addestramento,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

dedak kün gyi jesu dak yi rang

E di ogni essere senziente, nell'intero universo.

5. Richiesta ai buddha di avviare la ruota del Dharma

གང་རྣམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྣོན་མ་རྣམས། །

gang nam chok chü jikten drönma nam

Voi che siete come raggi di luce che illuminano i mondi,

བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། །

changchub rimpar sangye machak nyé

E che avete attraversato le fasi che conducono all'Illuminazione fino a conseguire lo stato di buddha,

མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །

gönpo dedak dak gi tamché la

Libero da qualsiasi attaccamento, vi esorto, voi tutti, protettori,

འཁོར་ལོ་སླ་ན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །

khorlo lana mepar korwar kul

Ad avviare l'insuperabile ruota del Dharma.

6. Richiesta ai buddha di non entrare nel Nirvāṇa

ལྷ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །

nya ngen da tön gang zhé dedak la

A mani giunte vi prego:

འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །

drowa kün la pen zhing dewé chir

Voi che avete l'intenzione di entrare nel nirvāṇa,

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟོན་བཞུགས་པར་ཡང་། །

kalpa zhing gi dul nyé zhukpar yang

Restate in questo mondo per tanti eoni quanti sono gli atomi,

བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྐྱུར་གསོལ་བར་བསྟེ། །

dak gi talmo rab jar solwar gyi

E procurate benessere e felicità a tutti gli esseri viventi.

7. Dedicà

ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །

chaktsal wa dang chö ching shakpa dang

Quel poco di merito che ho accumulato con questo mio omaggio,

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

jesu yi rang kul zhing solwa yi

Attraverso l'offerta, la confessione, e la gioia partecipe,

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་པ། །

gewa chungzé dak gi chi sakpa

Attraverso le mie esortazioni e la mia preghiera, lo offro interamente

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོད། །

tamché dak gi changchub chir ngo o

E lo dedico all'Illuminazione di tutti gli esseri!

L'aspirazione in sé e per sé

1. Aspirazione ad un atteggiamento puro

འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ཕྱོགས་བཅུ་ཡི། །

depé sangye nam dang chok chu yi
Sia fatta offerta a tutti i buddha del passato,

འཛིན་རྟེན་དག་ན་གང་བཞུགས་མཚོད་པར་གྱུར། །

jikten dak na gang zhuk chöpar gyur
E a tutti quelli che attualmente dimorano nelle dieci direzioni di questo universo!

གང་ཡང་མ་བྱོན་དེ་དག་རབ་ལྗུར་བར། །

gangyang majön dedak rab nyurwar
E tutti quelli a venire possano realizzare prontamente i loro desideri

བསམ་རྫོགས་བྱང་ཚུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་སྤྱོན། །

sam dzok changchub rimpar sangye chön
E, percorrendo le fasi che conducono all'Illuminazione, conseguano lo stato di Buddha!

ཕྱོགས་བཅུ་ག་ལའི་ཞིང་རྣམས་ཇི་སྟེད་པ། །

chok chu galé zhing nam jinyepa
Che tutti i mondi esistenti nelle dieci direzioni

དེ་དག་རྒྱ་ཚེར་ཡོངས་སུ་དག་པར་གྱུར། །

dedak gyacher yongsu dakpar gyur
Si trasformino in vasti regni, perfettamente puri,

བྱང་ཚུབ་ཤིང་དབང་རླང་ག་ཤེགས་རྒྱལ་བ་དང་། །

changchub shingwang drung shek gyalwa dang
Colmi di buddha che si siano seduti sotto il possente albero della bodhi,

སངས་རྒྱས་སྲས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་གང་བར་ཤོག། །

sangye sé kyi rabtu gangwar shok
Circondati da tutti i loro figli e figlie bodhisattva!

ཕྱོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་གང་རྣམས་ཇི་སྟེད་པ། །

chok chü semchen gang nam jinyé pa
Che tutti gli esseri senzienti che esistono nelle dieci direzioni,

དེ་དག་རྟུ་ཉུ་ནད་མེད་བདེ་བར་གྱུར། །

dedak taktu nemé dewar gyur

Vivano per sempre felici e in buona salute!

འགོ་བ་ཀུན་གྱི་ཚོས་ཀྱི་དོན་རྣམས་ནི། །

drowa kün gyi chö kyi dön nam ni

Possano tutti gli esseri incontrare il Dharma

མཐུན་པར་གྱུར་ཅིང་རེ་བའང་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

tünpar gyur ching rewa ang drubpar shok

Più adatto a loro, e così possa concretizzarsi ogni loro speranza!

2. Aspirazione a non scordarsi mai della bodhicitta

བྱང་ཚུབ་སློང་པ་དག་ནི་བདག་སློང་ཅིང་། །

changchub chöpa dak ni dak chö ching

Mentre pratico lungo la via dell'Illuminazione,

འགོ་བ་ཀུན་ཏུ་སློང་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྷོད་པར་གྱུར། །

drowa küntu kyewa drenpar gyur

Ch'io possa ricordarmi di tutte le mie precedenti rinascite,

ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་འཚི་འཕོ་སློང་བ་ན། །

tserab küntu chipo kyewa na

E in tutte le mie vite successive, nella morte e nella rinascita,

རྟུ་ཉུ་བདག་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་ཤོག། །

taktu dak ni rabtu jungwar shok

Che io possa sempre rinunciare alla vita mondana!

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་སློབ་གྱུར་ཏེ། །

gyalwa kün gyi jesu lob gyur té

Seguendo le orme di tutti i Buddha vittoriosi,

བཟང་པོ་སློང་པ་ཡོངས་སུ་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅིང་། །

zangpo chöpa yongsu dzok jé ching

Ch'io possa compiere perfettamente le buone azioni,

ཚུལ་ཁྲིམས་སློང་པ་དྲི་མེད་ཡོངས་དག་པ། །

tsultrim chöpa drimé yong dakpa

E la mia condotta morale sia sempre immacolata e pura,

རྟམ་ཏུ་མ་ཉམས་སྐྱོན་མེད་སྦྱོད་པར་ཤོག། ༡

taktu manyam kyönmé chöpar shok
Senza un solo cedimento e libera da errore!

ལྷ་ཡི་སྐད་དང་ལྷ་དང་གཞོན་སྦྱིན་སྐད། ༡

lha yi ké dang lu dang nöjin ké
Nella lingua degli déi, dei nāga e degli yakṣa,

གྲུལ་བུམ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། ༡

drulbum dak dang mi yi ké nam dang
Nella lingua dei demoni e anche in quella degli umani,

འགོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐད་རྣམས་ཇི་ཅམ་པར། ༡

drowa kün gyi dra nam ji tsampar
E comunque in ogni altra lingua potenzialmente esistente,

བམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚོས་བསྟན་ཏེ། ༡

tamché ké du dak gi chö ten to
lo proclamerò il Dharma, nella lingua di tutti!

དེས་ཤིང་པ་རོལ་བྱིན་ལ་རབ་བརྩོན་ཏེ། ༡

dé shing parol chin la rab tsön té
Domando la mia mente e sforzandomi di praticare le pāramitā,

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་བརྟེན་མ་གྱུར། ༡

changchub sem ni namyang jé magyur
Non dimenticherò mai la bodhicitta;

སྤྲིག་པ་གང་རྣམས་སྤྲིབ་པར་གྱུར་པ་དག། ༡

dikpa gang nam dribpar gyurpa dak
Che tutte le mie azioni dannose e gli oscuramenti da esse prodotti

དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཤོག། ༡

dedak malü yongsu jangwar shok
Siano completamente purificati, uno per uno!

3. Aspirazione a essere libero da oscuramenti

ལས་དང་ཉོན་མོངས་བདུད་གྱི་ལས་རྣམས་ལས། །

lé dang nyönmong dü kyi lé nam lé

Che io possa essere libero dal karma, dalle emozioni nocive e dall'operato della negatività,

གྲོལ་ཞིང་འཛིན་རྟེན་འགོ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་། །

drol zhing jikten drowa nam su yang

E agire in favore di tutti gli esseri di questo mondo,

ཇི་ལྟར་པརློ་རྒྱས་མི་ཆགས་པ་བཞིན། །

jitar pemo chü michakpa zhin

Proprio come un fiore di loto a cui né l'acqua né il fango restano attaccati

ཉི་ཟླ་ནམ་མཁའ་ཐོགས་པ་མེད་ལྟར་སྤྱད། །

nyida namkhar tokpamé tar ché

O come il sole e la luna, la cui rotta nel cielo non conosce ostacoli.

4. Aspirazione a condurre gli esseri alla felicità

ཞིང་གི་ཁྱོད་དང་ཕྱོགས་རྣམས་ཅི་ཙམ་པར། །

zhing gi khyön dang chok nam chi tsampar

Ovunque, nel vasto universo,

ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཞི་བར་བྱེད། །

ngensong dukngal rabtu zhiwar jé

lenirò fino in fondo la sofferenza di tutti i regni inferiori,

བདེ་བ་དག་ལ་འགོ་བ་ཀུན་འགོད་ཅིང་། །

dewa dak la drowa kün gö ching

condurrò tutti gli esseri alla felicità,

འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་པན་པར་སྤྱད། །

drowa tamché la ni penpar ché

E agirò per il bene assoluto di ciascuno di loro!

5. Aspirazione a indossare l'armatura della dedica

བྱང་ཚུབ་སློན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བྱེད་ཅིང་། །

changchub chöpa yongsu dzokjé ching
Compirò l'azione illuminata alla perfezione,

སེམས་ཅན་དག་གི་སློན་དང་མཐུན་པར་འབྲུག། །

semchen dak gi chö dang tünpar juk
Servirò gli esseri secondo i loro bisogni,

བཟང་པོ་སློན་པ་དག་ནི་རབ་སྟོན་ཅིང་། །

zangpo chöpa dak ni rab tön ching
Insegnerò loro a compiere le buone azioni,

མ་འོངས་བསྐྱེད་པ་ཀུན་ཏུ་སློན་པར་གྱུར། །

ma ong kalpa kuntu chöpar gyur
E continuerò a farlo per tutti gli eoni a venire.

6. Aspirazione a essere in compagnia di altri bodhisattva

བདག་གི་སློན་དང་མཚུངས་པར་གང་སློན་པ། །

dak gi chö dang tsungpar gang chöpa
Che io possa sempre incontrare ed essere in compagnia di

དེ་དག་དང་ནི་རྟུག་ཏུ་འགྲོགས་པར་ཤོག། །

dedak dang ni taktu drokpar shok
Coloro che agiscono in armonia con il mio agire;

ལུས་དང་ངག་རྒྱམས་དང་ནི་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །

lü dang ngak nam dang ni sem kyi kyang
E possano anche le azioni di corpo parola e mente,

སློན་པ་དག་དང་སློན་ལམ་གཅིག་ཏུ་སྦྱད། །

chöpa dak dang mönlam chik tu ché
Essere indissolubilmente unite alle nostre aspirazioni!

7. Aspirazione ad avere maestri virtuosi e a compiacerli

བདག་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་གྲོགས་པོ་དག། །

dak la penpar döpe drokpo dak
Che io possa sempre incontrare amici spirituali

བཟང་པོ་སྦྱོད་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་རྣམས། །

zangpo chöpa rabtu tönpa nam
Che aspirino davvero ad aiutarmi,

དེ་དག་དང་ཡང་རྟག་ཏུ་ཕྱད་པར་ཤོག། །

dedak dang yang taktu trepar shok
E che mi insegnino le buone azioni;

དེ་དག་བདག་གིས་རྣམ་ཡང་ཡིད་མི་དབྱུང་། །

dedak dak gi namyang yi miyung
Non li deluderò mai!

8. Aspirazione a vedere i buddha e a servirli di persona

སངས་རྒྱས་སྤྲས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་མགོན་པོ་རྣམས། །

sangye sé kyi korwé gönpo nam
Che io possa sempre vedere i Buddha, qui, davanti ai miei occhi,

མངོན་སུམ་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་རྒྱལ་བ་བཟླ། །

ngönsum taktu dak gi gyalwa ta
E tutti i bodhisattva che sono i loro figli e figlie e li circondano.

མ་འོངས་བསྐྱལ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོ་བར། །

ma ong kalpa kuntu mikyowar
Instancabilmente, in tutti gli eoni a venire,

དེ་དག་ལ་ཡང་མཚོད་པ་རྒྱ་ཆེར་བགྱ། །

dedak la yang chöpa gyacher gyi
Possano le mie offerte a loro essere vaste e infinite!

9. Aspirazione a preservare la prosperità del Dharma

རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས་འཛིན་ཅིང་། །

gyalwa nam kyi dampé chö dzin ching
Che io possa preservare i sacri insegnamenti dei buddha,

བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་པ་ཀུན་ཏུ་སྣང་བར་བྱེད། །

changchub chöpa kuntu nangwar jé
E far nascere azioni illuminate;

བཟང་པོ་སྦྱོང་པ་རྣམ་པར་སྦྱོང་བ་ཡང་། །

zangpo chöpa nampar jongwa yang

Che io possa addestrarmi fino a perfezionare le buone azioni,

མ་འོངས་བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱང་པར་བགྱི། །

ma ong kalpa kuntu chepar gyi

E praticarle in ogni era a venire!

10. Aspirazione ad acquisire un tesoro inesauribile

སྲིད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་འཁོར་བ་ན། །

sipa tamché du yang khorwa na

Mentre vagabondo in tutti gli stati dell'esistenza samsarica,

བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་དག་ནི་མི་ཟད་བརྟེས། །

sönam yeshe dak ni mizé nyé

Che io possa accumulare meriti e saggezza inestinguibili,

ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཉིང་འཛིན་རྣམ་ཐར་དང་། །

tab dang sherab tingdzin namtar dang

Diventando così un tesoro inesauribile di nobili qualità,

ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་མི་ཟད་མཛོད་དུ་གྱུར། །

yönten kün gyi mizé dzö du gyur

Abilità e discernimento, samādhi e liberazione!

11. Aspirazione ai diversi metodi per entrare nelle buone azioni

a) Vedere i buddha e le loro Terre pure

རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེད་ཞིང་རྣམས་ཉ། །

dul chik teng na dul nyé zhing nam té

In un solo atomo, ch'io possa vedere tante Terre pure quanti sono gli atomi dell'universo:

ཞིང་དེར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

zhing der sam gyi mikhyab sangye nam

E in ciascuna di quelle Terre, buddha al di là dell'immaginabile,

སངས་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་དབྱུང་ན་བཞུགས་པ་ལ། །

sangye sé kyi ü na zhukpa la
Circondati dai loro eredi, i bodhisattva,

བྱང་ཚུབ་སྤྲུད་པ་སྣོད་ཅིང་བཟླ་བར་བགྱི། །

changchub chepa chö ching tawar gyi
Insieme a loro, ch'io possa compiere le azioni illuminate!

དེ་ལྟར་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་སུ་ཡང་། །

detar malü tamché chok su yang
E così ovunque, in ogni direzione,

སྐྱ་ཅམ་ཁྱོན་ལ་དུས་གསུམ་ཚད་སྟེད་གྱི། །

tra tsam khyön la dü sum tsé nyé kyi
persino sulla punta di un capello, ch'io possa vedere un oceano di buddha,

སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ་ཞིང་ནམས་རྒྱ་མཚོ་དང་། །

sangye gyatso zhing nam gyatso dang
tutti a venire nel passato, presente e futuro, in un oceano di Terre pure,

བསྐླལ་པ་རྒྱ་མཚོ་སྟེད་ཅིང་རབ་ཏུ་འཇུག། །

kalpa gyatso chö ching rabtu juk
E durante un oceano di eoni ch'io possa entrare nell'azione illuminata di ciascuno di loro!

b) Udire la parola dei Buddha

གསུང་གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་སྐད་གྱིས། །

sung chik yenlak gyatsö draké kyi
Ogni parola del discorso di un buddha, quella voce dotata di un oceano di virtù,

རྒྱལ་བ་ཀུན་དབྱུངས་ཡན་ལག་རྣམ་དག་པ། །

gyalwa kün yang yenlak namdakpa
Porta in sé tutta la purezza della parola di tutti i buddha,

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དབྱུངས། །

drowa kün gyi sampa jizhin yang
E risuona in armonia con le menti di ogni essere senziente:

སངས་རྒྱལ་གསུང་ལ་རྟེན་ཏུ་འཇུག་པར་བསྒྲི། །

sangye sung la taktu jukpar gyi
ch'io sia sempre guidato dalla parola dei buddha!

c) Udire l'avvio delle ruote del Dharma

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག། །

dü sum shekpé gyalwa tamché dak
Con tutta la forza della mia mente, ch'io possa udire e realizzare

འཁོར་ལོའི་རྒྱལ་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ཡི། །

khörlö tsul nam rabtu korwa yi
l'inesauribile melodia degli insegnamenti

དེ་དག་གི་ཡང་གསུང་དབྱངས་མི་བློ་ལ། །

dedak gi yang sung yang mizé la
Pronunciati da tutti i buddha del passato, del presente e del futuro,

སློ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ཀྱང་རབ་ཏུ་འཇུག། །

lo yi tob kyi dak kyang rabtu juk
Quando avviano le ruote del Dharma!

d) Penetrare in tutti gli eoni

མ་འོངས་བསྐལ་པ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པར་ཡང་། །

ma ong kalpa tamché jukpar yang
Proprio come la saggezza dei buddha penetra in tutti gli eoni futuri,

སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་བདག་ཀྱང་འཇུག་པར་བསྒྲི། །

kechik chik gi dak kyang jukpar gyi
Che possa anch'io conoscerli istantaneamente,

གང་ཡང་བསྐལ་པ་དུས་གསུམ་ཚད་དེ་དག། །

gangyang kalpa dü sum tsé dedak
E in ogni frazione di istante ch'io possa conoscere,

སྐད་ཅིག་ཆ་ཤས་ཀྱིས་ནི་ཞུགས་པར་སྤྱད། །

kechik chashé kyi ni zhukpar ché
Tutto ciò che accadrà, nel passato, presente e futuro!

e) Vedere tutti i buddha in un istante

དུས་གསུམ་གཤམ་པ་མི་ཡི་སང་གི་གང་། །

dü sum shekpa mi yi sengé gang

In un istante, possa io vedere tutti i leoni fra gli uomini,

དེ་དག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་བདག་གིས་བལྟ། །

dedak kechik chik la dak gi ta

I buddha del passato, del presente e del futuro!

f) Entrare nella sfera di attività dei buddha

ཏུ་དུ་དེ་དག་གི་ནི་སྟོན་ཡུལ་ལ། །

taktu dedak gi ni chöyul la

Ch'io possa sempre essere guidato dal modo di vivere e agire dei buddha,

སྐྱུ་མར་གྱུར་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག། །

gyumar gyurpé namtar tob kyi juk

Attraverso il potere della liberazione, in cui ogni cosa viene realizzata quale illusoria!

g). Conseguire ed entrare nelle Terre pure

གང་ཡང་དུས་གསུམ་དག་གི་ཞིང་བཀོད་པ། །

gangyang dü sum dak gi zhing köpa

In un singolo atomo, ch'io possa fare davvero far apparire

དེ་དག་རྣམ་གཅིག་སྟེང་དུ་མངོན་པར་བསྐྱབ། །

dedak dul chik tengdu ngönpar drub

l'intera manifestazione delle Terre pure del passato, del presente e del futuro;

དེ་ལྟར་མ་ལུས་ཕྱོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ། །

detar malü chok nam tamché du

E poi entrare in queste Terre pure dei buddha,

རྒྱལ་བ་དག་གི་ཞིང་རྣམས་བཀོད་ལ་འཇུག། །

gyalwa dak gi zhing nam kö la juk

In ogni atomo, e in ogni direzione.

h) Essere in presenza dei buddha

གང་ཡང་མ་བྱོན་འཛིག་ཏུན་སྒྲོན་མ་རྣམས། །

gangyang majön jikten drönma nam

Quando coloro che illuminano il mondo, ancora a venire,

དེ་དག་རིམ་པར་འཚང་རྒྱ་འཁོར་ལོ་བསྐྱོད། །

dedak rimpar tsang gya khorlo kor

Conseguono gradatamente la buddhità e avviano la ruota del Dharma,

སྲ་ངན་འདས་པ་རབ་ཏུ་ཞི་མཐའ་སྟོན། །

nya ngen depa rabtu zhi ta tön

Attestando la pace profonda e definitiva del nirvāṇa,

མགོན་པོ་ཀུན་གྱི་རླུང་དུ་བདག་མཆི་ལོ། །

gönpo kün gyi drung du dak chi o

Ch'io possa sempre essere presente!

12. Aspirazione al potere dell'Illuminazione attraverso nove poteri

ཀུན་ཏུ་སྲུང་བའི་རྩུ་འཕུལ་སྟོབས་རྣམས་དང་། །

küntu nyurwé dzutrul tob nam dang

Grazie al potere di rapidi miracoli,

ཀུན་ནས་སློ་ཡི་ཐེག་པའི་སྟོབས་དག་དང་། །

künné go yi tekpé tob dak dang

Il potere del veicolo, simile a una porta,

ཀུན་ཏུ་ཡོན་ཏན་སྟོད་པའི་སྟོབས་རྣམས་དང་། །

küntu yönten chöpé tob nam dang

Il potere della condotta dotata di tutte le qualità virtuose,

ཀུན་ཏུ་བྱབ་པ་བྱམས་པ་དག་གི་སྟོབས། །

küntu khyabpa jampa dak gi tob

Il potere dell'amore benevolo che penetra ogni cosa,

ཀུན་ནས་དགེ་བའི་བསོད་ནམས་སྟོབས་དག་དང་། །

künné gewé sönam tob dak dang

Il potere perfettamente virtuoso dei meriti,

ཆགས་པ་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟོབས། །

chakpa mepar gyurpé yeshe tob

Il potere della saggezza libera da attaccamento, e

ཤེས་རབ་ཐབས་དང་ཉིང་འཛིན་སྟོབས་དག་གིས། །

sherab tab dang tingdzin tob dak gi

I poteri della conoscenza, dei mezzi abili e del samādhi,

བྱང་ཚུབ་སྟོབས་རྣམས་ཡང་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད། །

changchub tob nam yangdak drubpar jé

Ch'io possa conseguire a perfezione il potere dell'Illuminazione!

13. Aspirazione agli antidoti che pacificano gli oscuramenti

ལས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་བྱེད་ཅིང་། །

lé kyi tob nam yongsu dakjé ching

Ch'io possa purificare il potere del karma,

ཉོན་མོངས་སྟོབས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འཛོམས་པར་བྱེད། །

nyönmong tob nam küntu jompar jé

Distruggere il potere delle emozioni dannose,

བདུད་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་སྟོབས་མེད་རབ་བྱེད་ཅིང་། །

dü kyi tob nam tobmé rabjé ching

Rendere la negatività del tutto impotente,

བཟང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོབས་ནི་རྫོགས་པར་བགྱི། །

zangpo chöpé tob ni dzokpar gyi

E conseguire a perfezione il potere delle buone azioni!

14. Aspirazione alle attività illuminate

ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་། །

zhing nam gyatso nampar dakjé ching

Purificherò oceani di regni,

སེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོ་དག་ནི་རྣམ་པར་སྦྱོལ། །

semchen gyatso dak ni nampar drol

Libererò oceani di esseri senzienti,

ཚོས་རྣམས་ཀྱི་མཚོ་རབ་ཏུ་མཐོང་བྱེད་ཅིང་། །

chö nam gyatso rabtu tongjé ching
Comprenderò oceani di Dharma,

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད། །

yeshe gyatso rabtu tokpar jé
Realizzerò oceani di saggezza

སྦྱོད་པ་ཀྱི་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་། །

chöpa gyatso nampar dakjé ching
Porterò a compimento oceani di azioni

སློན་ལམ་ཀྱི་མཚོ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱེད། །

mönlam gyatso yongsu dzokpar jé
Esaudirò oceani di aspirazioni,

སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚོ་རབ་ཏུ་མཚོན་བྱེད་ཅིང་། །

sangye gyatso rabtu chöjé ching
Servirò oceani di buddha!

བསྐྱེད་པ་ཀྱི་མཚོ་མི་སྦྱོར་བྱེད་པར་བགྱི། །

kalpa gyatso mikyo chepar gyi
E compirò tutto ciò senza mai stancarmene, per oceani di eoni!

15. Aspirazione all'addestramento

a) Emulare i buddha

གང་ཡང་དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཡི། །

gangyang dü sum shekpé gyalwa yi
Tutti i buddha, in ogni tempo,

བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་པའི་སློན་ལམ་གྱི་བྲག་རྣམས། །

changchub chöpé mönlam jedrak nam
Hanno conseguito l'illuminazione attraverso le buone azioni

བཟང་པོ་སྦྱོད་པས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ནས། །

zangpo chöpé changchub sangye né
E le loro preghiere e aspirazioni a compiere le azioni illuminate:

དེ་ཀུན་བདག་གིས་མ་ལུས་རྫོགས་པར་བགྱི། །

dé kün dak gi malü dzokpar gyi
Ch'io possa compierle tutte!

b) Emulare i bodhisattva: Samantabhadra

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྲས་ཀྱི་སློབ་པ། །

gyalwa kün gyi sé kyi tuwopa
Il maggiore dei figli di tutti i buddha

གང་གི་མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བཟང་ཞེས་བྱ། །

gang gi ming ni kuntuzang zheja
Si chiama Samantabhadra, il "Perfettamente buono":

མཁས་པ་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །

khepa dé dang tsungpar chepé chir
Per poter agire con altrettanta capacità,

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །

gewa didak tamché rabtu ngo
Dedico pienamente tutti questi meriti!

ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱང་རྣམ་དག་ཅིང་། །

lü dang ngak dang yi kyang namdak ching
Per purificare il mio corpo, la mia parola nonché la mia mente,

སྟོན་པ་རྣམ་དག་ཞིང་རྣམས་ཡོངས་དག་པ། །

chöpa namdak zhing nam yong dakpa
Per purificare le mie azioni e tutti i regni,

བསྟོ་བ་བཟང་པོ་མཁས་པ་ཅི་འདྲ་བ། །

ngowa zangpo khepa chindrawa
Possa io essere pari a Samantabhadra

དེ་འདྲར་བདག་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག །

dendrar dak kyang dé dang tsungpar shok
Nella sua capacità di fare una dedica perfetta!

c) Mañjuśrī

ཀུན་ནས་དག་བ་བཟང་པོ་སྤྱད་པའི་བྱིར། །

künné gewa zangpo chepé chir

Per compiere completamente la virtù delle buone azioni,

འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སློན་ལམ་སྤྱད་པར་བགྱི། །

jampal gyi ni mönlam chepar gyi

Agirò secondo le preghiere di aspirazione di Mañjuśrī,

མ་འོངས་བསྐལ་བ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོ་བར། །

ma ong kalpa kuntu mikyowar

E senza mai stancarmene, in tutti gli eoni a venire,

དེ་ཡི་བྱ་བ་མ་ལུས་རྫོགས་པར་བགྱི། །

dé yi jawa malü dzokpar gyi

Porterò perfettamente a compimento ogni suo scopo!

16. Conclusione dell'aspirazione

སྤྱད་པ་དག་ནི་ཚད་ཡོད་མ་གྱུར་ཅིག། །

chöpa dak ni tsé yö magyur chik

Che i miei atti da bodhisattva siano incommensurabili,

ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཚད་བཟུང་མེད་པར་ཤོག། །

yönten nam kyang tsé zung mepar shok

E siano incommensurabili anche le mie qualità illuminate!

སྤྱད་པ་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་ནས་ཀྱང། །

chöpa tsemepa la né né kyang

Attenendomi a questa attività incommensurabile,

དེ་དག་འཕྲུལ་བ་ཐམས་ཅད་འཚལ་བར་བགྱི། །

dedak trulpa tamché tsalwar gyi

Ch'io possa conseguire tutti poteri miracolosi dell'Illuminazione!

Portata dell'aspirazione

ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་གྱུར་བ་ཇི་ཅོམ་པར། །

namkhé tartuk gyurpa ji tsampar

Gli esseri senzienti sono illimitati

སེམ་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

semchen malü ta yang dezhin té
Quanto la vastità dello spazio;

ཇི་ཅམ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་མཐར་གུར་པ། །

ji tsam lé dang nyönmong tar gyurpa
Che le mie preghiere di aspirazione per loro

བདག་གི་སློན་ལམ་མཐའ་ཡང་དེ་ཅམ་མོ། །

dak gi mönlam ta yang detsam mo
Siano dunque tanto illimitate quanto il loro karma e le loro emozioni dannose!

I benefici delle aspirazioni

1. I benefici delle aspirazioni in generale

གང་ཡང་སློབ་སྐྱོད་བཅུ་ཞིང་རྣམས་མཐའ་ཡས་པ། །

gangyang chok chü zhing nam tayepa
Chiunque ascolti questa regina delle preghiere di dedica,

རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་སྤུལ། །

rinchen gyen té gyalwa nam la pul
E aspiri all'Illuminazione suprema,

ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཚོག་རྣམས་ཀྱང་། །

lha dang mi yi dewé chok nam kyang
Chiunque abbia, anche una volta soltanto, suscitato in sé la fede,

ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བསྐྱལ་པར་སྤུལ་བ་བས། །

zhing gi dul nyé kalpar pulwa bé
Acquisirà meriti autentici, ancora maggiori

གང་གིས་བསྐྱོ་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཐོས་ནས། །

gang gi ngowé gyalpo di tö né
Che se avesse offerto ai buddha vittoriosi

བྱང་ཆུབ་མཚོག་གི་རྗེས་སུ་རབ་མོས་ཤིང་། །

changchub chok gi jesu rab mö shing
Infinite Terre pure in ogni direzione, tutte adorne di gemme,

ལན་གཅིག་ཅུ་ཡང་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ན། །

len chik tsam yang depa kyepa na
O tutte le massime gioie degli déi e degli umani

བསོད་ནམས་དམ་པའི་མཚོག་ཏུ་འདི་འགྱུར་རོ། །

sönam dampé chok tu di gyur ro
Per tanti eoni quanti sono gli atomi in quelle Terre.

2. I tredici benefici, descritti nei particolari

གང་གིས་བཟང་སྲོད་སྲོན་ལམ་འདི་བཏབ་པས། །

gang gi zangchö mönlam di tabpé
Chiunque davvero pratici questa Aspirazione alle buone azioni,

དེས་ནི་ངན་སོང་ཐམས་ཅད་སྤོང་བར་འགྱུར། །

dé ni ngen song tamché pongwar gyur
Non rinascerà mai più nei regni inferiori;

དེས་ནི་གྲོགས་པོ་ངན་པ་སྤངས་བ་ཡིན། །

dé ni drokpo ngenpa pangwa yin
Sarà libero da compagni dannosi

སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་ཡང་དེས་སྐྱུར་མཐོང་། །

nangwa tayé deyang dé nyur tong
E ben presto vedrà il Buddha di Luce Infinita.

དེ་དག་ལྗིད་པ་རབ་ལྗིད་བདེ་བར་འཛོེ། །

dedak nyepa rab nyé dewar tso
Otterrà ogni sorta di bene e vivrà felice;

མི་ཚེ་འདིར་ཡང་དེ་དག་ལེགས་པར་འོང་། །

mitsé dir yang dedak lekpar ong
Anche in questa vita presente tutto andrà bene,

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་ཅི་འདྲ་བར། །

kuntuzangpo deyang chindrawar
E prima che sia passato molto tempo,

དེ་དག་རིང་པོར་མི་ཐོགས་དེ་བཞིན་འགྱུར། །

dedak ringpor mitok dezhin gyur
Diventerà proprio come Samantabhadra.

མཚམས་མེད་ལྔ་པོ་དག་གི་སྒྲིག་པ་རྣམས། །

tsammé ngapo dak gi dikpa nam

Tutte le azioni negative, comprese le cinque a retribuzione immediata,

གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག །

gang gi mishe wang gi jepa dak

Qualsiasi cosa abbia compiuto sotto l'egida dell'ignoranza,

དེ་ཡིས་བཟང་པོ་སྦྱོད་པ་འདི་བརྗོད་ན། །

dé yi zangpo chöpa di jö na

Sarà ben presto completamente purificato,

སྙུར་དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་འགྱུར། །

nyurdu malü yongsu jangwar gyur

Se recita questa Aspirazione alle buone azioni.

ཡེ་ཤེས་དང་ནི་གཟུགས་དང་མཚན་རྣམས་དང་། །

yeshe dang ni zuk dang tsen nam dang

Possiederà saggezza perfetta, bellezza e segni eccellenti,

རིགས་དང་ཁ་དོག་རྣམས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། །

rik dang khadok nam dang denpar gyur

Nascerà in una buona famiglia, e sarà radioso.

བདུད་དང་སྦྲེགས་མང་པོས་དེ་མི་བྱུབ། །

dü dang mutek mangpö dé mitub

Demoni ed eretici non gli faranno mai del male,

འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཀུན་ནའང་མཚོད་པར་འགྱུར། །

jikten sumpo kün na ang chöpar gyur

E i tre mondi lo onoreranno, facendogli offerte.

བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་རྩུང་དུ་དེ་སྙུར་འགྲོ། །

changchub shingwang drung du dé nyur dro

Ben presto andrà sotto l'albero della bodhi,

སོང་ནས་སེམས་ཅན་ཕན་ཕྱིར་དེར་འདུག་སྟེ། །

song né semchen pen chir der duk té

E lì si siederà per il bene di tutti gli esseri senzienti;

བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་འཁོར་ལོ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར། །

changchub sangye khorlo rabtu kor

Poi, risvegliatosi all'Illuminazione, avvierà la ruota del Dharma,

བདུད་རྣམས་སྡི་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བཏུལ། །

dü nam dé dang chepa tamché tul

E domerà Māra con tutte le sue orde.

3. I benefici, esposti in breve

གང་ཡང་བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སློན་ལམ་འདི། །

gangyang zangpo chöpé mönlam di

Il pieno risultato dell'aver custodito, insegnato o letto

འཆང་བ་དང་ནི་སློན་ཏམ་གྲོག་ན་ཡང་། །

changwa dang ni tön tam lok na yang

Questa preghiera di aspirazione alle buone azioni

དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པའང་སངས་རྒྱས་མཁྱེན། །

dé yi nampar minpa sangye khyen

È noto solo ai buddha,

བྱང་ཆུབ་མཚོག་ལ་སོམ་ཉི་མ་བྱེད་ཅིག། །

changchub chok la somnyi majé chik

Ma non abbiate dubbi: raggiungerete l'Illuminazione suprema!

Dediche dei meriti di questa virtuosa aspirazione

1. Dedicando che segue le orme dei bodhisattva

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང་། །

jampal pawö jitar khyenpa dang

Così come il bodhisattva Mañjuśrī conseguì l'onniscienza,

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཉི། །

kuntuzangpo deyang dezhin té

E come lui Samantabhadra

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྦྱོབ་བྱིར། །

dedak kün gyi jesu dak lob chir

Tutti questi meriti ora dedico

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །

gewa didak tamché rabtu ngo

Per addestrarmi seguendo le loro orme.

2. Dedicazione che segue le orme dei buddha

དུས་གསུམ་གཤམས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །

dü sum shekpé gyalwa tamché kyi

Giacché tutti i buddha vittoriosi del passato, del presente e del futuro

བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྟུགས་པ་དེས། །

ngowa gangla chok tu ngakpa dé

Lodano la dedica come pratica suprema,

བདག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་། །

dak gi gewé tsawa di kün kyang

Anch'io, ora, dedico tutte queste mie radici di virtù,

བཟང་པོ་སྟོན་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི། །

zangpo chö chir rabtu ngowar gyi

Perché tutti gli esseri portino a perfetto compimento le buone azioni.

3. Dedicazione volta alla realizzazione del risultato

བདག་ནི་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་གུར་པ་ན། །

dak ni chiwé dü jé gyurpa na

Quando verrà per me il tempo di morire,

སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་ཕྱིར་བསལ་ཏེ། །

dribpa tamché dak ni chir sal té

Scompaia tutto ciò che mi oscura,

མངོན་སུམ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་མཐོང་ནས། །

ngönsum nangwa tayé dé tong né

Così che io possa guardare Amitābha, lì, in persona,

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་ཏུ་འགོ། །

dewachen gyi zhing der rabtu dro

E immediatamente mi rechi nella sua Terra pura, Sukhāvātī.

དེར་སོང་ནས་ནི་སློན་ལམ་འདི་དག་ཀྱང་། །

der song né ni mönlam didak kyang
In quella Terra pura, ch'io possa realizzare ciascuna

ཐམས་ཅད་མ་ལུས་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག། །

tamché malü ngön du gyurwar shok
Di queste aspirazioni!

དེ་དག་མ་ལུས་བདག་གིས་ཡོངས་སུ་བཀའ་། །

dedak malü dak gi yongsu kang
Che possa realizzarle tutte, una per una,

འཛིག་རྟེན་ཇི་སྲིད་སེམས་ཅན་ཕན་པར་བགྱི། །

jikten jisi semchen penpar gyi
E aiutare agli esseri fino a quando l'universo resterà!!

4. Dedicata volta al ricevere una profezia dai buddha

རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །

gyalwé kyilkhor zang zhing gawa der
Nato qui, in un bel fiore di loto,

པོ་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་མངོས་ལས་སྐྱེས། །

pemo dampa shintu dzé lé kyé
In questa eccellente e gioiosa Terra dei buddha,

སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །

nangwa tayé gyalwé ngönsum du
Possa lo stesso Buddha Amitābha

ལྷུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག། །

lungtenpa yang dak gi der tob shok
Predirmi, con una profezia, la mia Illuminazione!

5. Dedicata volta al servizio degli altri

དེར་ནི་བདག་གིས་ལྷུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས། །

der ni dak gi lungten rab tob né
Avendo, in quel luogo, ricevuto la profezia,

སྐྱུལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་ཡིས། །

trulpa mangpo jewa trak gya yi
Con un miliardo di mie emanazioni,

སློ་ཡི་སློབས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བཅུ་རྣམས་སུ་ཡང་། །

lo yi tob kyi chok chu nam su yang
Emesse grazie al potere della mia mente,

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མང་པོ་བརྒྱ། །

semchen nam la penpa mangpo gyi
Ch'io possa fare un bene immenso agli esseri senzienti, nelle dieci direzioni!

Conclusion

བཟང་པོ་སློད་པའི་སློན་ལམ་བཏབ་པ་ཡི། །

zangpo chöpe mönlam tabpa yi
Quale che sia il merito che, poco o tanto, io abbia accumulato

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

gewa chungzé dak gi chi sakpa
Recitando questa “Aspirazione alle buone azioni”,

དེས་ནི་འགྲོ་བའི་སློན་ལམ་དགེ་བ་རྣམས། །

dé ni drowé mönlam gewa nam
Possano i virtuosi auspici delle preghiere e delle aspirazioni di tutti gli esseri

སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་ཤོག །

kechik chik gi tamché jorwar shok
Essere esauditi all'istante!

གང་ཡང་བཟང་པོ་སློད་པ་འདི་བསྔོས་པས། །

gangyang zangpo chöpa di ngöpe
Grazie ai veri e illimitati meriti

བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་དམ་པ་གང་ཐོབ་དེས། །

sönam tayé dampang gang tob dé
Conseguiti dedicando questa “Aspirazione alle buone azioni”,

འགྲོ་བ་སྐྱུག་བསྔུ་ལ་ཚུ་བོར་བྱིང་བ་རྣམས། །

drowa dukngal chuwor jingwa nam
Possano tutti coloro che in questo momento affogano in un oceano di sofferenza

འོད་དཔག་མེད་པའི་གནས་རབ་འཕྲོབ་པར་ཤོག །

öpakmepé né rab tobpar shok
Raggiungere la Terra suprema di Amitābha!

སློན་ལམ་རྒྱལ་པོ་འདི་དག་མཚོག་གི་གཙོ། །

mönlam gyalpo didak chok gi tso
Questa Regina delle aspirazioni possa suscitare

མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་བྱེད་ཅིང་། །

tayé drowa kün la pen jé ching
l'intento e il bene supremi degli infiniti esseri senzienti;

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་བརྒྱན་པའི་གཞུང་གྲུབ་སྟེ། །

kuntuzangpö gyenpé zhung drub té
Possano tutti conseguire perfettamente ciò che è descritto in questa sacra preghiera,
pronunciata da Samantabhadra!

ངན་སོང་གནས་རྣམས་མ་ལུས་སྟོངས་པར་ཤོག །

ngensong né nam malü tongpar shok
Possano i regni inferiori essere completamente svuotati!

འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྤྱད་པའི་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་སོ།

Ciò completa la Regina delle preghiere di aspirazione, L' "Aspirazione alle buone azioni" di Samantabhadra.

སློན་ལམ་འགྲུབ་པའི་གཞུངས་ནི།

La dhāraṇī per il realizzarsi di tutte le aspirazioni:

ཏུ་ཐུ་པ་ཕྱུ་རྩི་ཡ་ཨ་ཤ་བོ་རྣ་ན་ཡི་སྣ་རྒྱ། །

teyatha pentsa indriya awabodhanaye soha
tadyathā pañcendriyāvabodhanīye svāhā



༄༅། །འཕགས་པ་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཧི་གུ་མའི་སློན་ལམ་བཀའ་རྒྱལ་མ་བཞུགས་སོ། །

Il Re delle Preghiere di Nobile Aspirazione:

La preghiera di Aspirazione del Sigillo della Parola di Niguma

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨྲཱ་པ་ཧི་ལྷོ་ན་རྩ་ཇོ་ན་མ།

gyagar ké du arya pranidhana radza nama

In Sanscrito: Ārya Praṇidhāna Rāja Nama

བོད་སྐད་དུ། འཕགས་པ་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ།

böké du pakpa mönlam gyi gyalpo zhejawa

In Tibetano: Pakpa Mönlam Gyi Gyalpo Zhejawa

In Italiano: “Il Re delle Preghiere di Nobile Aspirazione : La preghiera di Aspirazione del Sigillo della Parola di Niguma”

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

sangye dang changchub sempa tamché la chaktsal lo

Mi inchino a tutti i buddha e bodhisattva,

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །

chokchu düsum gyalwa gyatso yi

Attraverso l’immensa diffusione dell’attività compassionevole,

བྱུགས་རྗེའི་སྤོན་ལས་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡིས། །

tukjé triné pünsum tsokpa yi

Di un oceano di vincitori dei tre tempi e delle dieci direzioni,

བདག་གིས་སློན་ལམ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱུན། །

dak gi mönlam didak tamché kün

Possano tutte le mie preghiere di aspirazione essere realizzate così come le esprimo.

རི་ལྟར་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག། ༡

jitar tabpa zhindu drubpar shok

Da questo momento in avanti, con venerazione e devozione senza limiti,

འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། ༡

di né zung té nampa tamché du

Possa io appagare il Lama, facendo offerte pure di

མོས་གུས་ཚད་མེད་སྒྲིམ་མ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། ༡།

mögü tsemé lama nyé jé ching

Corpo, parola e appagamenti in quantità vasta come lo spazio,

རྣམ་དག་ལུས་དག་ལོངས་སྟོན་མཁའ་མཉམ་མཚོད། ༡།

namdak lü ngak longchö kha nyam chö

Possa io non essere mai separato da lui neppure per un istante, e

སྐད་ཅིག་མི་འབྲལ་བྲིན་ལས་རྒྱས་བྱེད་ཤོག། ༡

kechik mi dral trinlé gye jé shok

Possa la sua attività prosperare.

ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཉན་བཤད་སྒྲིམ་སྐྱབ་ཚོ། ༡

tserab küntu nyen shé gom drub tse

Attraverso tutte le mie vite, quando ascolto, chiarisco,

ལོག་པའི་སྟོབ་དཔོན་དེ་བཞིན་སྒྲིམ་མ་ངན། ༡།

lokpé lobpön dezhin lama ngen

Medito e pratico il Dharma,

གྲོགས་ངན་སྦྱིན་བདག་ངན་དང་མི་འཕྲད་ཅིང་། ༡།

drok ngen jindak ngen dang mi tre ching

Possa io non incontrare falsi insegnanti, cattivi lama, cattivi amici o cattivi alleati,

སྒྲིམ་མ་མཚོག་བསྟེན་བྱང་རྒྱབ་དེར་ཐོབ་ཤོག། ༡

lama chok ten changchub der tob shok

Possa io servire un Lama eccellente e quindi ottenere l'illuminazione.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་རིགས་བཟང་ནད་མེད་ཅིང་། ༡།

kyewa küntu rik zang nemé ching

In tutte le mie nascite possa io avere un'eccellente famiglia,

དབྱངས་སྒྲན་གཟུགས་མཛེས་གཟི་བཟིན་སྟོབས་ལྡན་ནས། ། །

yang nyen zuk dzé ziji tob den né
La libertà dalle malattie, un aspetto piacevole,

ཚེ་རིང་འཁོར་དང་ལོངས་སྟོན་ཚོས་རྣམས་ཀུན། ། །

tsering khor dang longchö chö nam kün
Una voce melodiosa, gloria e potere.

ལྷུན་གྲིས་གྲུབ་ཅིང་ཀུན་གྲིས་བཀུར་བར་ཤོག། །

lhun gyi drub ching kün gyi kurwar shok
Possa io essere dotato senza sforzo di ogni cosa:

གང་དུ་སྐྱེ་བའི་ཚོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། ། །

gang du kyewé tserab tamché du
Lunga vita, seguito e ricchezze – ed essere rispettato da tutti,

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྲིས་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་ཚོ། ། །

semchen nam kyi tong tö dren rek tse
Ovunque attraverso le mie vite: gli esseri viventi che mi vedono, mi ascoltano, si ricordano di me o mi toccano,

མཛེས་ཤིང་ཡིད་འོང་ལྷ་བས་མི་ངོམས་ཤིང།

dzé shing yi ong tawé mi ngom shing
Possano trovarmi attraente e interessante.

མི་མཐུན་ཕྱོགས་བྲལ་ཀུན་དང་མཐུན་པར་ཤོག། །

mi tün chok dral kün dang tünpar shok
Possa io essere in armonia con tutti, libero da discordie di ogni genere,

བདག་ནི་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ། །

dak ni kha nyam semchen tamché kyi
Possa io diventare un protettore, un rifugio, una fonte di speranza e

མགོན་སྐྱབས་རེ་གནས་དཔུང་གཉེན་གྱུར་ནས་ཀྱང། ། །

gönkyab rené pungnyen gyur né kyang
Difendere gli esseri viventi numerosi quanto lo spazio, e

གང་ལ་གང་འདོད་རེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན། །

gang la gang dö rewa tamché kün
Possa io esaudire in ogni modo possibile

ཚུལ་བཞིན་བདག་གིས་མ་ལུས་སྐོང་བར་ཤོག །

tsul zhin dak gi malü kongwar shok
I desidero di ogni singolo essere vivente.

བདག་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་གྲོགས་རྣམས་དང་། །

dak la penpar döpe drok nam dang
Possano le mie aspirazioni e la condotta di corpo, parola e mente,

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་སྣོན་ལམ་གཅིག་ཏུ་སྦྱད །

lü ngak yi sum mönlam chiktu ché
Essere tutt'uno con coloro che desiderano essermi di beneficio, e

དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྐད་ཅིག་མི་འབྲལ་ཞིང་། ། །

dü di né zung kechik mi dral zhing
Da questo momento in poi possa io avere un atteggiamento sacro

དག་སྣང་བདེ་སྦྱིད་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག །

dak nang dekyi pünsum tsokpar shok
Verso di loro e possa io non essere mai separato da loro neppure per un istante.

གང་སྦྱིས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུར་བདག་གྱུར་ནས།

gang kyé yizhin norbur dak gyur né
Possano esserci grande felicità e gioia!

དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་ཡིད་ལ་བསམ་མ་ཐག །

gö dö tamché yi la sam ma tak
Ovunque io nasca, possa essere come il gioiello che esaudisce i desideri,

སྤུན་སུམ་ཚོགས་པ་དཔག་མེད་ཆར་བབས་ནས ། །

pünsum tsokpa pakmé charbab né
Appena qualcuno ha bisogno o desidera qualcosa, possa questo scendere come pioggia in abbondanza senza limiti,

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

semchen tamché de la göpar shok
Possa io condurre tutti gli esseri viventi alla felicità!

བདག་ནི་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ། །

dak ni népe sa chok tamché du
Ovunque nelle regioni in cui risiedo,

འགྲོ་ཀུན་ནང་གཞོན་འཐབ་རྩོད་དབུལ་ཕོངས་བྲལ། །

dro kün nedön tabtsö ulpong dral

Possano tutti gli esseri essere liberi da malattie, da mara (demoni tentatori), conflitti, dispute, povertà e indigenza.

ཚེ་རིང་ནད་མེད་ཚོས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལྷན་། །

tsering nemé chö dang longchö den

Possano avere lunga vita e buona salute e

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྤུན་སྲུང་ཚོགས་པར་ཤོག། །

tashi delek pünsum tsokpar shok

Possano avere il Dharma e ogni agiatezza.

སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །

kyewa di dang kyewa tamché du

Possano esserci immense benedizioni e buona fortuna!

ལོངས་སྤྱོད་ནམ་མཁའི་མཛོད་ལ་མངའ་བརྟེན་ནས། །

longchö namkhé dzö la nga nyé né

In questa e in tutte le mie altre vite,

སྤྱིན་པ་རྣམ་བཞི་ཕྱོགས་བརྒྱུར་གཏོང་བྱེད་ཅིང་། །

jinpa namzhi chokchur tong jé ching

Avendo ottenuto l'autorità su un'ampia riserva di risorse,

ཕ་རོལ་ཕྱིན་བརྒྱས་འགྲོ་ཀུན་སྤྲིན་གྲོལ་ཤོག། །

parol chin chü dro kün mindröl shok

Possa io praticare i quattro tipi di generosità in ogni angolo dell'universo,

འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ། །

khor de chö nam malü tamché la

Facendo maturare e liberando tutti gli esseri grazie alle dieci paramita.

ཆགས་ཐོགས་མེད་པའི་ཤེས་རབ་སྤུན་ཚོགས་ནས། །

chak tok mepé sherab püntsok né

Attraverso la conoscenza di tutti i fenomeni di samsara e nirvana grazie alla saggezza priva di attaccamento e ostruzioni,

དུས་གསུམ་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་ལུས་ཀུན། །

dü sum shejé kyilkhör malü kün

Possano tutti i mandala, che sono i nobili oggetti

སྐད་ཅིག་ཅམ་གྱིས་ཐམས་ཅད་མངོན་གྱུར་ཤོག །

kechik tsam gyi tamché ngön gyur shok

Della conoscenza dei tre tempi, manifestarsi in un singolo istante.

བདག་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་དྲི་མེད་ལེགས་བརྒྱན་ཞིང་། །

dak ni lab sum drimé lek gyen zhing

Adornato con i tre tipi di insegnamenti immacolati,

ཚོད་བྲལ་ལྟར་བཅས་འཛིན་ཏེན་མཚོད་ཅིང་བསྟོད། །

tsö dral lhar ché jikten chö ching tö

E lodato e offerto dagli dei e dal mondo in modo indiscusso,

ཚུལ་ཁྲིམས་མཚོག་ལ་འགོ་བ་ཀུན་འགོད་ཅིང་། །

tsultrim chok la drowa kün gö ching

Possa io condurre tutti gli esseri nello stato di eticità pura, e

ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་རབ་ཚྲོགས་ཤོག །

lekpé yönten malü rabdzok shok

Perfezionare pienamente tutte le qualità positive.

རི་ཁྲོད་དགོན་པར་ཚོག་ཤེས་ཟས་གོས་ལྡན། །

ritrö gönpar chok she zé gö den

Possa io essere felice nei ritiri isolati di montagna e avere cibo e vestiti a sufficienza.

ཕྱི་ནང་བར་ཆད་སྐད་ཅིག་མི་འབྱུང་བར། །

chi nang barché kechik mi jungwar

Possano gli ostacoli interiori ed esterni non sorgere neppure per un istante, e

ཉམས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་སྤོང་ལས་ཚད་མེད་གྱིས། །

nyamtok tharchin triné tsemé kyi

Grazie all'esperienza, alla realizzazione ultima e all'attività senza limiti,

འགོ་རྣམས་མ་ལུས་སློན་ཅིང་གོལ་བྱེད་ཤོག །

dro nam malü min ching dröl jé shok

Possa io portare a maturazione e liberare ogni singolo essere

ལྷ་འདྲེ་སྟོབས་ལྡན་དེགས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན། །

lhadré tob den drek chen malü kün

Senza doverli supplicare neppure per un istante.

བསྟེན་སྐྱབ་ཅད་བསྐྱལ་སྐྱད་ཅིག་མི་དགོས་པར། །

nyen drub bé kul kechik mi göpar

Attraverso la recitazione delle pratiche preliminari e di realizzazione,

སྟོག་སྦྱིང་སྤུལ་ཞིང་བྱན་བཞིན་ཉན་པ་དང། །

sok nying pul zhing dren zhin nyenpa dang

Possano tutti gli dei e i demoni orgogliosi e potenti,

མཐུ་སྟོབས་སྤུན་ཚོགས་བསྟན་པ་བསྐྱུང་བར་ཤོག། །

tutob püntsok tenpa sungwar shok

Offrendo le loro vite e partecipando come servitori,

བདག་གིས་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་མངོན་གྱུར་ཏེ། །

dak gi jam dang nyingjé ngön gyur té

Proteggere gli insegnamenti con i loro meravigliosi poteri.

ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱུན། །

khamsum semchen malü tamché kün

Manifestando gentilezza amorevole e compassione,

གཅིག་ལ་གཅིག་འཚེའི་གཞོན་པ་རབ་ཞི་ནས། །

chik la chik tsé nöpa rabzhi né

Possa io essere sempre come una madre amorevole verso il suo unico figlio,

བུ་གཅིག་མ་བཞིན་བརྩེ་བས་གནས་པར་ཤོག། །

bu chik ma zhin tsewé népar shok

Placando completamente qualsiasi pericolo minacci

ནམ་ཞིག་འཚེ་བའི་དུས་བྱེད་གྱུར་པའི་ཚེ། །

namzhik chiwé dü jé gyurpé tse

Ogni singolo essere vivente nei tre regni

གནད་གཅོད་མི་འབྱུང་ཚེས་སྐྱེ་མངོན་གྱུར་ནས། །

néchö mi jung chöku ngön gyur né

Quando arriverà il momento della morte, possa non esserci agonia.

གཟུགས་སྐྱེ་རང་ཤར་གཞན་དོན་ལྷན་གྱུ་བ་ཅིང། །

zuk ku rangshar zhen dön lhundrub ching

Possa io manifestare il dharmakaya, e spontaneamente essere di beneficio agli altri con corpi che manifestano spontaneamente la forma,

སྐྱ་གདུང་རིང་བསྐྱེལ་འགྲོ་བ་འདྲེན་པར་ཤོག། 1

kudung ringsel drowa drenpar shok

Con apparizioni di reliquie, possa io essere una guida per gli esseri.

རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་དུ། 1

gyalwé zhingkhām malü tamché du

Nei regni di tutti i buddha senza eccezione,

སངས་རྒྱས་བསྐྱེལ་པའི་རྩལ་སྟེད་རྒྱ་མཚོ་ལ། 1

sangye kalpé dul nyé gyatso la

Verso un oceano di buddha numerosi come gli atomi in un eone,

ཀུན་བཟང་མཚོད་སྤྱིན་ནམ་མཁའ་མཉམ་པ་ཡིས། 1

künzang chötrin namkha nyampa yi

Possa io fare offerte per un oceano di eoni,

བསྐྱེལ་པ་རྒྱ་མཚོར་བདག་གིས་མཚོད་བྱེད་ཤོག། 1

kalpa gyatsor dak gi chö jé shok

Con nuvole di offerte numerose come lo spazio, come quelle di Kuntuzangpo.

ཞིང་ཁམས་རྣམ་དག་རྒྱ་མཚོར་མངོན་གྱུར་ཏེ། 1

zhingkhām namdak gyatsor ngön gyur té

Manifestando un oceano di regni di buddha puri, e

སྦྱོད་པ་རྣམ་དག་ཤེས་རབ་ཚད་མེད་ཀྱིས། 1

chöpa namdak sherab tsemé kyi

Grazie a una conoscenza senza limiti e a una condotta pura,

ཚོས་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་ཐམས་ཅད་རབ་མཐོང་ནས། 1

chö nam gyatso tamché rab tong né

Avendo pienamente compreso oceani di Dharma,

ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་མ་ལུས་རྟོགས་པར་ཤོག། 1

yeshe gyatso malü tokpar shok

Possa io realizzare l'intero oceano della saggezza.

རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་དབྱངས་མངོན་གྱུར་ནས། 1

gyalwa gyatsö sung yang ngön gyur né

Manifestando la melodiosa parola di un oceano di vittoriosi, e

ནམ་མཁའི་མཐའ་བྱུང་ཚངས་པའི་དབྱངས་སྒྲོགས་ཤིང་། །

namkhé takhyab tsangpé yangdrok shing
Diffondendo il Dharma in tutte le lingue degli esseri,

འགྲོ་རྣམས་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཚོས་བསྟན་ནས། །

dro nam kédu dak gi chö ten né
In tonalità bramini che raggiungono i confini dello spazio,

སེམས་ཅན་མ་ལུས་སངས་རྒྱས་སར་འགོད་ཤོག །

semchen malü sangye sar gö shok
Possa io condurre tutti gli esseri viventi senza eccezioni allo stato di buddha.

ཀུན་བཟང་སྐུ་མའི་རྣམ་ཐར་ཇི་བཞིན་ཏུ། །

künzang gyumé namtar ji zhin tu
Come nella storia della vita di Kuntuzangpo, simile a un miraggio,

མཐའ་བྲལ་སྐུ་མའི་ཉིང་འཛིན་མངོན་གྱུར་ནས། །

ta dral gyumé tingdzin ngön gyur né
Possa io realizzare un infinito samadhi simile un'illusione, e

སངས་རྒྱས་དང་ཞིང་ཁམས་མ་ལུས་ཀུན། །

sangye ku dang zhingkhām malü kün
All'istante creare tutti i regni e i kaya del buddha in ogni particella.

རྩལ་གཅིག་སྡེད་དུ་སྐད་ཅིག་འགྲུབ་པར་ཤོག །

dul chik teng du kechik drubpar shok
Come i regni degli esseri, la profondità e l'estensione dell'oceano,

སེམས་ཅན་ཁམས་དང་རྒྱ་མཚོའི་གཉིང་མཐའ་དང། །

semchen kham dang gyatsö ting ta dang
I confini dello spazio, la distesa senza limiti dei fenomeni –

ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་ཚོས་དབྱིངས་ཚད་མེད་ལྟར། །

namkhé ta dang chöying tsemé tar
Possano le mie preghiere di aspirazione, il samadhi e le attività

བདག་གི་སྒྲོན་ལམ་ཉིང་འཛིན་ཕྱིན་ལས་རྣམས། །

dak gi mönlam tingdzin triné nam
Essere incommensurabili, senza limiti e senza misura.

གཉིང་མཐའ་དཔག་མེད་ཚད་བཟུང་མེད་པར་ཤོག། 1

tingta pakmé tse zung mépar shok
Emanando monarchi universali illimitati,

འཁོར་ལོས་སྐྱར་རྒྱལ་དཔག་མེད་བདག་སྤུལ་ནས། 1

khorlo gyur gyal pakmé dak trul né
Possa io realizzare le speranze di tutti gli esseri, e

འགོ་ཀུན་རེ་སྐོང་ས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་སྐྱོད། 1

dro kün re kong chö kyi gyal si kyong
Proteggere il regno del Dharma.

མཁའ་མཉམ་ཞིང་ཁམས་ཀུན་ལ་དབང་བསྐྱར་ནས། 1

kha nyam zhinghkam kün la wang gyur né
Avendo ottenuto la supremazia su tutti i regni puri, vasti come lo spazio,

སེམས་ཅན་མ་ལུས་བདེ་ལ་འགོད་པར་ཤོག། 1

semchen malü de la göpar shok
Possa io condurre ogni essere vivente alla felicità.

མ་འོངས་དུས་སྟེན་མཚོན་བསྐྱལ་པ་ཡིས། 1

ma ong dü su ne tsön kalpa yi
Quando gli esseri viventi sono colpiti dalla sofferenza,

སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱལ་ཉམ་ཐག་གྱུར་པའི་ཚོ། 1

semchen dukngal nyamtak gyurpé tse
Nei futuri eoni di malattia e armi,

བདག་ནི་སྐྱེན་མཚོག་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ནས་ཀྱང། 1

dak ni men chok gyalpor gyur né kyang
Possa io diventare il re di eccellenti medicine,

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཞི་བྱེད་ཤོག། 1

kechik nyi la dukngal shi jé shok
Alleviando all'istante tutte le sofferenze,

སྤུ་གཏི་བསྐྱལ་པས་བཀའ་སྐྱོམ་གྱུར་པའི་ཚོ། 1

mugé kalpé trekom gyur pé tse
Quando gli esseri soffriranno a causa della fame e della sete durante eoni di carestia,

བཟའ་བདུང་དར་ཟབ་གསེར་དངུལ་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས། །

zantung darzab ser ngul longchö nam

Essendo io diventato un'inesauribile raccolta di nuvole di cibo,

ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མཁའ་མཉམ་སྤྲིན་གཏིབས་ནས། །

pünsum tsokpa kha nyam trin tib né

Bevande, morbidi vestiti, oro, argento e ogni comodità,

ཕྱོགས་བརྒྱུར་འདོད་ཡོན་ལྡན་ཡི་ཆར་འབབས་ཤོག། །

chokchur dōyön nga yi char beb shok

Possa io far piovere in ogni direzione tutto ciò che è desiderato.

བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཚེན་གྱིས། །

changchub sem kyi chöpa labchen gyi

Grazie a grandi ondate di attività di bodhisattva,

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྤོངས་པར་མ་གྱུར་ཚོ། །

khorwé gyatso tongpar ma gyur tse

Fino a che l'oceano del samsara non sarà svuotato,

ནམ་མཁའི་མཐའ་གཏུགས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀྱུན། །

namkhé ta tuk semchen malü kün

Possa io apparire in qualsiasi forma sia richiesta

གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དེར་སྤོན་ཤོག། །

gang la gang dul de la der tön shok

Per istruire ogni singolo essere vivente attraverso l'infinita estensione dello spazio,

ལོག་པའི་ལམ་ཞུགས་སྤོབས་ལྡན་དེགས་པ་ཅན། །

lokpé lam zhuk tob den drekpa chen

Possa io istruire ogni essere che non sia stato ancora educato dai

ཕྱོགས་བརྒྱུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་མ་སྤུལ་བའི། །

chokchu dūsum gyalwé ma tulwé

Vittoriosi dei tre tempi e delle dieci direzioni,

འགྲོ་ཀྱན་མ་ལུས་བདག་གིས་རབ་བརྒྱལ་ནས། །

dro kün malü dak gi rab tul né

Coloro che seguono sentieri fuorvianti, i potenti e i caparbi –

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་སར་འགོད་ཤོག །

kechik nyi la sangye sar gö shok
E all'istante condurli allo stato di buddha.

ཇི་སྲིད་འཁོར་བར་སེམས་ཅན་གནས་གྱི་བར། །

ji si khorwar semchen né kyi bar
Fino a che gli esseri viventi rimarranno nel samsara –

དེ་སྲིད་སྲིན་ལས་རྩོལ་མེད་རང་ཤར་གྱིས། །

de si trinlé tsol mé rangshar gyi
Fino a quel momento – possa io ininterrottamente e spontaneamente

སེམས་ཅན་མ་ལུས་སྲིན་ཅིང་གྲོལ་བྱེད་པའི། །

semchen malü min ching dröl jé pé
Essere di beneficio grazie a un'attività senza sforzo che sorge spontaneamente,

འགོ་དོན་ལྷན་གྱུབ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཤོག །

dro dön lhundrub gyünché mépar shok
Portando a maturazione e liberando ogni singolo essere vivente.

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །

chokchu düsum gyalwa gyatso yi
Quando l'oceano dei vittoriosi dei tre tempi e delle dieci direzioni

སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོ། །

so so kyewo changchub sempé tse
Erano individui ordinari e bodhisattva,

བསྐལ་པ་གངས་མེད་སེམས་བསྐྱེད་སྲིན་ལས་བཏབ། །

kalpa drangmé semkye mönlam tab
Hanno generato la mente del risveglio e

ཚོགས་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ནས། །

tsoknyi tarchin ngönpar sangye né
Hanno fatto preghiere di nobile aspirazione per innumerevoli eoni,

ཕུན་སུམ་ཚོགས་མངའ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །

pünsum tsok nga yönpen gyatso yi
Perfezionando le accumulazioni e manifestando lo stato di Buddha.

སེམ་ཅན་དཔག་མེད་སྣོན་ཅིང་སྣོལ་མཛད་པའི། །

semchen pakmé min ching dröl dzépé

Quindi, grazie a un oceano di eccellenti qualità e risorse,

སྣོན་ལམ་སྣོན་ལས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་པ་བས། །

mönlam trinlé chiktu dompa wé

Essi hanno portato a maturazione e liberato infiniti esseri.

བདག་གི་སྣོན་ལམ་སྣོན་ལས་རྒྱ་ཆེར་ཤོག། །

dak gi mönlam trinlé gyacher shok

Possano le mie preghiere di aspirazione e le mie attività essere ancora più vaste

གཞན་དོན་ལྷན་སྲུབ་དཔག་མེད་འབྱུང་གྱུར་པས། །

zhen dön lhundrub pakmé jung gyur pé

Di tutte le loro aspirazioni e attività raccolte in una.

བདག་གི་སྣོན་ལམ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱུན། །

dak gi mönlam didak tamché kün

Dal momento che ciò porta a infiniti spontanei benefici per gli altri,

བྱང་ཆུབ་མཚོག་མོས་དད་པ་རབ་བསྐྱེད་དེ། །

changchub chok mö depa rabkye de

Chiunque reciti tutte queste mie preghiere di aspirazione,

གང་གིས་འདེབས་པ་དེ་ལ་ཡོངས་རྫོགས་ཤོག། །

gang gi debpa de la yongdzok shok

Avendo chiaramente suscitato la fede e il desiderio della suprema illuminazione,

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

chokchu düsum khorde tamché kyi

Possa realizzare pienamente il suo scopo.

བྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྲུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཀྱུན། །

tashi delek pünsum tsokpa kün

Possano tutti i copiosi auspici e le virtù

རྒྱུ་ཚད་མེད་པ་རྒྱ་ཐོའི་གཞུང་བཞིན་དུ། །

gyünche mépa chuwö zhung zhin du

Di tutti i samsara e nirvana delle dieci direzioni e dei tre tempi,

བདག་གཞན་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ཏུ་བྱུང་བར་ཤོག །

dak zhen chok nam küntu khyabpar shok

Come l'ininterrotto fluire di un grande fiume, pervadere ogni essere in tutte le direzioni.

འཕགས་བསྐྱོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྒྱུགས་སོ

Questo conclude Il Re delle Preghiere di Nobile Aspirazione : La preghiera di Aspirazione del Sigillo della Parola di Niguma.



༄༅། །བསྐྱོབ་བ་ཁྱུང་པོས་མཛད་པའི་བཀའ་རྒྱ་མར་གྲགས་པ་ནི།

Preghiera di Dedicazione, conosciuta come 'Il Sigillo Orale'

del Grande Yogi Khyungpo Naljor

སྐྱུ་གསུམ་མཁུན་བཅུ་ཚོས་ཀྱི་རྗེ། །

ku sum khyen chu chö kyi je
Possano i buddha, signori del Dharma,

སླེ་མ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་ལྷ། །

lama nam dang yidam lha
Che possiedono i tre kayas e le dieci saggezze,

མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱོང་ལ་སོགས་ཀུན། །

khandro chökyong la sok kün
I guru e gli yidam, le dakini, i protettori del dharma e gli altri,

བཙེ་བས་བསྐྱོབ་པའི་དཔང་དུ་བཞུགས། །

tsewé ngowé pang du zhug
Possano essere tutti, con gentilezza, testimoni della mia dedica dei meriti.

སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན། །

kyewa di dang kyewa zhen
In questa e in altre vite,

བདག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །

dag gi lü ngak yi sum gyi
Grazie a tutte le mie meritevoli azioni di corpo, parola e mente,

དཀར་པོའི་དགོ་བ་ཅི་བགྱིས་པ། །

karpö gewa chi gyi pa
Con l'intento di essere di beneficio a tutti gli esseri viventi,

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

semchen kün gyi dön gyi chir
Possano le mie impurità emotive

ཉོན་མོངས་ལམ་དུ་སློང་གུར་ཅིག །

nyönmong lam du long gyur chik
Essere trasformate in opportunità per il progresso spirituale.

སྣང་བ་དབང་དུ་བསྐྱུས་གུར་ཅིག །

nangwa wang du dü gyur chik
Possa io controllare tutte le apparenze.

སྐུ་གསུམ་རང་ལ་ལྗེད་གུར་ཅིག །

kusum rang la nye gyur chik
Possa io ottenere i tre kayas.

རང་དོན་ཚོས་སྐུ་འགྲུབ་གུར་ཅིག །

rang dön chöku drub gyur chik
Per il mio bene, possa io ottenere il dharmakaya.

གཞན་དོན་གཟུགས་སྐུ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས། །

zhen dön zuk ku nam nyi kyi
Fino a quando il samsara non sarà svuotato, per il beneficio degli altri,

ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར། །

ji si khorwa ma tong bar
Possa io realizzare una grande quantità di buone azioni.

འགྲོ་དོན་གྲིན་ལས་རབ་རྒྱས་པའི། །

dro dön triné rabgye pé
Possa io realizzare questo grazie alle due forme di kaya, con una grande quantità di attività illuminate,

གང་ལ་གང་འདུལ་དེར་སྟོན་ནས། །

gang la gang dul der tön né
Ed essere di beneficio a tutti a seconda delle loro necessità individuali.

གཞན་དོན་རྒྱབས་ཆེན་འགྲུབ་གུར་ཅིག །

zhen dön labchen drub gyur chik
Possano tutti gli esseri essere istruiti e

འདུལ་བྱ་དུས་ལ་ཐེབས་གུར་ཅིག །

dul ja dü la theb gyur chik

Vivere in tempi adatti alla loro crescita spirituale.

རྟེན་འབྲེལ་ཐབས་ལ་མཁས་གུར་ཅིག །

tendrel thab la khe gyur chik

Grazie ai mezzi abili, (possano) avere molte circostanze di buon auspicio.

འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྡན་གུར་ཅིག །

drel tse dön dang den gyur chik

Possano tutte le mie connessioni con gli esseri essere significative.

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྤོངས་གུར་ཅིག །

khorwé gyatso tong gyur chik

Possa l'oceano del samsara essere svuotato.

འོད་གསལ་ཚོས་སྐྱེ་བོ་གུར་ཅིག །

ösal chöku thob gyur chik

Possa io realizzare la chiara luce del dharmakaya.

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས། །

düsum sangye tamché kyi

Possa io realizzare questa dedica dei meriti

བསྔོ་བར་མཛད་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །

ngowar dzépa ji zhin du

Così come hanno fatto i buddha dei tre tempi.

བདག་གིས་བསྔོ་བ་འགྲུབ་གུར་ཅིག །

dak gi ngowa drub gyur chik

Fino a quando io non raggiungo l'illuminazione,

ཇི་སྲིད་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར། །

ji si sangye ma tob bar

Possa io rinascere in buone famiglie,

རིགས་བཟང་ནད་མེད་དབང་པོ་གསལ། །

rig zang nemé wangpo sal

Essere libero da malattie, possedere facoltà pure, e

ཐྲིང་སེ་མེ་མེ་བཞིན་ཚོས་སྣོད་ཅིང་། །

trim den she zhin chö chö ching

Avere una condotta virtuosa, con attenzione e consapevolezza.

ཀུན་གྱིས་བཀུར་བར་བདག་གུར་ཅིག །

kün gyi kurwar dak gyur chik

Possa io essere rispettato da tutti,

རེ་འདོད་ཐམས་ཅད་བསྐྱང་བར་ཤོག །

redö tamché kangwar shok

Esaudire le speranze e i desideri di tutti.

བྱང་ཚུབ་མངོན་དུ་མ་གྱུར་ཚོ། །

changchub ngön du ma gyur tse

As long as I have not manifested enlightenment,

ནད་དང་གདོན་དང་བགོགས་རྣམས་དང་། །

ne dang dön dang gek nam dang

Possano tutti i mali causati da malattie, spiriti malvagi, forze pericolose,

མི་དང་གཅན་གཟན་སྲིན་པོ་དང་། །

mi dang chenzen sinpo dang

Umani, animali selvaggi, demoni e dai quattro elementi

འགྲུང་བ་བཞི་ཡི་གཞོང་པ་སོགས། །

jungwa zhi yi nongpa sok

Essere interamente pacificati.

ཐམས་ཅད་ཞི་བ་ཉིད་གུར་ཅིག །

tamché zhiwa nyi gyur chik

Possano la durata della mia vita e

ཚོ་དང་བསོད་ནམས་དར་བ་དང་། །

tse dang sönam darwa dang

I meriti accrescersi.

དཔལ་དང་འབྱོར་པ་རྒྱས་གུར་ནས། །

pal dang jorpa gye gyur né

Possano la mia gloria e la mia ricchezza accrescersi.

སྒྲོན་གྲགས་ནམ་མཁའ་མཉམ་གྱུར་ཅིག །

nyendrak namkha nyam gyur chik
Possa la mia fama essere come il cielo.

ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་མཛད་སྤྱོད་ཀུན། །

lü ngak yi kyi dzé chö kün
Possano tutte le mie attività di corpo, parola e mente

ཅི་བྱས་སེམས་ཅན་དོན་གྱུར་ནས། །

chi jé semchen dön gyur né
Diventare di beneficio per gli esseri senzienti, e

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྤོངས་པ་དང་། །

khorwé gyatso tongpa dang
Possa l'oceano del samsara svuotarsi,

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག །

dzokpé sangye tobpar shok
Possa io raggiungere la perfetta illuminazione.

བསྐྱོབ་འདི་ལྷུང་པོས་མཛད་པའི་བཀའ་རྒྱ་མར་གྲགས་པའོ།

Questa preghiera di dedica, conosciuta come il 'Sigillo Orale' è stata composta dal Grande Yogi Khyungpo Naljor.



༄༅། །དབལ་ལྷན་ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚོས་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམས་ཆེན་སྣོ་
ན་ལམ་འགྲོ་བ་སྣོ་ལ་བའི་གྲུ་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

Il Vascello che Libera Tutti gli Esseri:

L'onda di Aspirazioni Fondate sul Ciclo di Insegnamenti

della Gloriosa Tradizione Shangpa Kagyu

Di Sua Eminenza Dorje Chang Kalu Rinpoche

རྡོ་རྗེ་འཆང་དང་ཡེ་ཤེས་དྲ་ཀྱི་གཉིས། །

dorje chang dang yeshe daki nyi

Vajradhara e le due dakini che incarnate la cognizione primordiale,

ཁྱུང་པོ་རྣམ་འབྱོར་རྩ་བརྒྱུད་སློམ་དང་། །

khyungpo naljor tsa gyü lama dang

Khyungpo Naljor, i guru radice e i guru del lignaggio,

བདེ་དབྱེས་གསང་གསུམ་སྐུ་འཕུལ་ཆེན་མོ་དང་། །

degye sangsum gyutrul chenmo dang

Chakrasamvara, Hevajra, Guhyasamaja e Mahamaya,

འཛིགས་བྱེད་རྟ་མཚོག་ལ་སོགས་ཡི་དམ་ལྷ། །

jik jé tachok la sok yidam lha

Vajrabhairava, Hayagriva e le altre divinità degli yidam,

མཁའ་འགྲོ་སྡེ་ལྔ་སྐུར་མཚན་རེ་མ་ཉི། །

khandro de nga nyur dzé remati

Dakini delle cinque classi, Protettore, che sei il Signore rapido, e Remati,

བཀའ་སྡོད་བཞི་སོགས་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས། །

kadö zhi sok damchen gyatsö tsok

I quattro attendenti obbedienti e la folla oceanica degli esseri legati da giuramento,

སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་དང་རྩ་བ་གསུམ། ༡

kyabné könchok sum dang tsawa sum

Tutte le fonti di rifugio, i Tre gioielli e le Tre Radici,

མི་མངོན་དབྱིངས་ནས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ༡

mi ngön ying né dak la gong su sol

Vi prego affinché dall'invisibile vastità, voi pensiate a me

ཁྱེད་རྣམས་བྱིན་རླབས་སྤྲུགས་ཇིའི་བདེན་མཐུ་དང་། ༡

khyé nam jinlab thukjé den thu dang

Grazie alla verità e al potere della vostra benedizione e della vostra compassione, e

དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགེ་རྩ་ཅི་སྟེན་མཐུས། ༡

düsum sakpé getsa chi nyé thü

Al potere di tutte le radici di virtù riunite nei tre tempi,

སྐྱེ་བ་འདི་དང་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། ༡

kyewa di dang tserab tamché du

Io prego affinché qualsiasi aspirazione io esprima in questa nascita,

སྟོན་ལམ་གང་བཏབ་ལྷུང་དུ་འགྲུབ་མཛད་གསོལ། ༡

mönlam gang tab nyurdu drub dzé sol

E in tutte le mie vite, possa essere velocemente realizzata.

ཤིན་ཏུ་ཉེད་དཀའི་དལ་འབྱོར་རིན་ཚེན་འདི། ༡

shintu nyéké daljor rinchen di

Questa preziosa nascita, libera e ben dotata, è così difficile da ottenere,

ཚུད་ཟོས་མི་བྱ་སྟེང་པོ་ལེན་པར་ཤོག། ༡

chüzö mi ja nyingpo lenpar shok

Possa io non sprecarla, ma farne un uso significativo.

མི་རྟག་མི་བརྟན་འགྲུར་བའི་ཚོས་ཅན་ལ། ༡

mitak miten gyurwé chö chen la

Riflettendo su ciò che è transitorio, precario e mutevole,

བསམ་ཞིང་ལོངས་མེད་སྟོ་སྟུང་བར་ཤོག། ༡

sam zhing long me lona thungwar shok

Possa io fare pochi progetti e smetterla di sprecare tempo.

དགེ་སྤྱི་གཤམ་འབྲས་ཆེ་སྤྱ་ཐམས་ཅད་ལ། །

gedig lédré chedra tamché la

Riconoscendo gli effetti delle azioni virtuose e delle azioni nocive,

ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་ཞིང་རྒྱ་འབྲས་སྲུང་རུས་ཤོག །

yiché kye zhing gyudré sung nü shok

Qualsiasi sia la loro importanza, possa io essere capace di rispettare la legge del karma.

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལ་རབ་མཐོང་ཞིང་། །

khamsum khorwé dukngal rab tong zhing

Vedendo chiaramente la sofferenza dei tre regni di samsara,

འཁོར་བའི་གནས་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་ཤོག །

khorwé né né ngépar jungwar shok

Possa io sviluppare la rinuncia al regno del samsara.

བདག་སོགས་འདི་ཕྱི་བར་དོ་ཐམས་ཅད་དུ། །

dak sok di chi bardo tamché du

In questa vita, nelle vite future e negli stati intermedi, sempre,

དགོན་མཚོག་ཅུ་གསུམ་སྐྱབས་འོག་ཚུད་པར་ཤོག །

könchok tsasum kyab ok tsüpar shok

Possiamo noi trovare riparo e rifugio nei Tre Gioielli e nelle Tre Radici

མཁའ་མཉམ་པ་མ་འགོ་དུག་སེམས་ཅན་ལ། །

kha nyam pama drodruk semchen la

Possa l'amore e la compassione sorgere dalle profondità del mio cuore

བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་གཏིང་ནས་སྐྱེ་བར་ཤོག །

jam dang nyingjé ting né kyewar shok

Per i sei regni degli esseri, che sono i miei genitori, illimitati come lo spazio.

མཐུན་རྐྱེན་ཀུན་འཛོམས་དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་དུ། །

thünkyen kün dzom enpé ritrö du

In un luogo di eremitaggio in montagna dove siano presenti tutti le condizioni favorevoli,

ཚེ་གཅིག་བསྐྱབ་ནས་ཉམས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། 1

tsechik drub né nyamtok tharchin shok

Possa io praticare con una mente focalizzata e raggiungere l'apice dell'esperienza e della realizzazione.

ཚེ་རབས་ཀུན་དུ་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་གྱི། 1

tserab kuntu yönten kün den gyi

Possano i santi lama dotati di grandi capacità

སྤྲ་མ་དམ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་ཤོག། 1

lama dampé jésu dzinpar shok

Vegliare su di me in tutte le vite a venire.

སངས་རྒྱས་སྐྱེ་དངོས་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ལ། 1

sangye ku ngö tsawé lama la

Possano sorgere nel mio cuore venerazione e devozione spontanee

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྦྱིང་ནས་སྐྱེ་བར་ཤོག། 1

chömin mögü nying né kyewar shok

Per il mio lama radice, l'incarnazione di tutti i buddha.

ཡི་ནས་རང་བྱུང་ལྷ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ལ། 1

yené rangjung lha yi kyilkhör la

Possa io riconoscere, così com'è, il mandala primordiale delle divinità, sorto spontaneamente,

ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་གསལ་སྣང་བརྟན་པར་ཤོག། 1

yinpar she shing salnang tenpar shok

E rendere stabile la sua chiara manifestazione.

སྤྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ཚེས་སྐྱོང་ཚོགས། 1

lama yidam khandro chökyong tsok

Semplicemente facendo le pratiche rituali di Lama, yidam, dakini e protettori,

སྐྱབ་ཅིམ་ཉིད་ནས་མངོན་སུམ་ཞལ་མཐོང་ཤོག། 1

drub tsam nyi né ngönsum zhaltong shok

Possa io vedere chiaramente i loro volti.

ལུས་ལ་བདེ་བློན་བཟོན་མེད་རབ་འབར་ཞིང་། 1

lü la dedrö zömé rab bar zhing

Possano la beatitudine e il calore irresistibili avvampare nel mio corpo [=tummy], e

སེམས་ལ་བདེ་སྤོང་ཉིང་འཛིན་བརྟན་པར་ཤོག། ༡

sem la detong tingdzin tenpar shok

Possa il samadhi della felicità-vacuità rimanere stabile nella mia mente.

ཚོས་རྣམས་སྐྱུ་མ་མི་ལས་ལྟ་བུ་ལ། ༡

chö nam gyuma milam tabu la

Grazie alla comprensione che tutti i fenomeni sono come sogni e illusioni magiche,

བདེན་འཛིན་འཁྲུལ་པ་ཚུད་ནས་ཞིག་པར་ཤོག། ༡

dendzin trulpa tséné zhikpar shok

Possano la confusione e l'attaccamento alle idee della realtà essere completamente annullati.

མཚན་མོ་ཚོལ་མེད་མི་ལས་རབ་བྱིན་ཅིང་། ༡

tsenmo tsolmé milam rabzin ching

Durante la notte, possa io riconoscere con chiarezza e senza sforzo lo stato di sogno,

སྤོང་སྤྲེལ་སྤུལ་སྤྱུར་ཡུལ་སྤྲོད་ཐེབས་པར་ཤོག། ༡

jong pel trulgyur yül nang pebpar shok

E praticare la lucidità, l'accrescimento, l'emanazione, la trasformazione e la precisione nel percepire determinati oggetti.

མ་རིག་གཉི་མུག་གཉིད་ཀྱི་སྤྲོན་ཁོང་ལ། ༡

marik timuk nyi kyi mün khong la

Nell'oscurità interiore del sonno, ignorante e illuso,

སྤབ་མཐུག་འོད་གསལ་ལ་ངོ་ཤེས་བྱིན་པར་ཤོག། ༡

sab thuk ösal ngoshe zinpar shok

Possa io riconoscere e cogliere la chiara luce del sonno superficiale e del sonno profondo.

ཚོས་སྐྱུ་སྐྱུ་མ་ཡི་དམ་སྐར་ཁུང་མ། ༡

chöku lama yidam karkhung ma

Possa io padroneggiare i diversi tipi di trasferimento (della coscienza),

མཁའ་སྤྱོད་ལ་སོགས་འཕོ་བ་འབྱོརས་པར་ཤོག། ༡

khachö la sok powa jongpar shok

Dharmakaya, lama, yidam, corpo di luce, regni celesti e altri,

སྐུ་གསུམ་རང་ཤར་འཇུགས་མེད་ལ་སོགས་གྱིས། །

kusum rangshar chukmé la sok kyi

Attraverso il sorgere spontaneo dei tre kayas e della liberazione dalla deviazione,

སྲིད་པ་བར་དོ་སྐུ་གསུམ་མངོན་གྱུར་ཤོག །

sipa bardo kusum ngön gyur shok

Possano realizzarsi i tre kaya del bardo del divenire.

སྐྱོན་བཞི་རང་གྲོལ་སྐྱུ་བཞི་ལྷན་གྲུབ་ལ། །

kyön zhi rangdröl kuzhi lhundrub la

Nell'auto-liberazione dai quattro errori e alla presenza spontanea dei quattro kaya,

ཕྱག་ཚེན་གནས་ལུགས་ཚོ་འདིར་རྟོགས་པར་ཤོག །

chakchen néluk tse dir tokpar shok

Possa io realizzare in questa vita il Mahamudra, lo stato naturale.

སྣ་མ་མོས་གུས་སྣང་གྲགས་ལྟ་དང་སྣུགས། །

lama mögü nangdrak lha dang ngak

Con la venerazione e la devozione verso il mio lama, riconoscendo le apparenze come divinità e i suoni come mantra, riconoscendo le apparenze e gli stati mentali come illusioni e sogni,

སྣང་སེམས་སྐྱུ་མ་མྱི་ལམ་ལམ་བྱེད་ཤོག །

nang sem gyuma milam lam khyer shok

Possa io portare tutte le esperienze sul sentiero spirituale.

བདེ་སྟོང་མཁའ་ལ་སྟོད་པའི་རྗེ་བཙུན་མས། །

detong kha la chöpé jetsun mé

Grazie alla Nobile Signora che dimora nel regno della beatitudine-vacuità,

བསྐྱེད་རྗེ་གས་ལམ་གྲུབ་མཁའ་སྟོད་བགྲོད་པར་ཤོག །

kyedzok lam drub khachö dröpar shok

Possa io padroneggiare il sentiero di generazione e completamento [kye rim e dzog rim] e recarmi nel regno celeste.

ལུས་ཉིད་བེམས་པོ་སེམས་ནི་སྐྱེ་འཆི་བྲལ། །

lü nyi bempo sem ni kye chi dral

Il corpo è sostanza fisica, la mente non conosce né nascita né morte,

འབྲས་བུ་འཆི་མེད་འཇུགས་མེད་དོན་རྟོགས་ཤོག། ༡

drébu chime chukme dōn tok shok

Possa io comprenderne chiaramente il risultato che è privo di morte e deviazione.

སླ་མ་མགོན་པོའི་ཞལ་བཟང་རབ་མཐོང་ཞིང་། ༡

lama gönpö zhal zang rab tong zhing

Possa io vedere chiaramente la nobile forma del lama e del protettore come indivisibili, e

ལས་བཞི་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་ཤོག། ༡

lézhi chok gi ngödrub tobpar shok

Realizzare le quattro attività e la suprema siddhi.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷན། ༡

semchen nam kyi ne dang dukngal kün

Per pacificare le malattie e la sofferenza di tutti gli esseri,

ཞི་བའི་མཐུ་བྱིན་སངས་རྒྱས་ལྷ་བུར་ཤོག། ༡

zhiwé thujin sangye tabur shok

Possa io avere il potere e la benedizione di un Buddha.

ཚོ་བམོད་དབང་ཐང་ཉམས་དང་རྟོགས་པ་སོགས། ༡

tse sö wang tang nyam dang tokpa sok

Possano la mia vita, il mio merito, il mio potere, la mia presenza autentica e la mia comprensione diretta,

དབྱར་གྱི་ཚུ་བོ་ལྷ་བུ་རྒྱས་པར་ཤོག། ༡

yar gyi chuwo tabu gyepar shok

Aumentare come i fiumi nella stagione delle piogge.

བསྟན་དང་འགོ་ལ་མཚོག་ཏུ་ཕན་པའི་ཕྱིར། ༡

ten dang dro la chok tu penpé chir

Per essere io di massimo aiuto alla Dottrina e agli esseri,

ཁམས་གསུམ་སྲིད་གསུམ་དབང་རུ་འདུ་བར་ཤོག། ༡

khamsum sisum wangdu duwar shok

Possa il mio potere estendersi sopra i tre regni e i tre mondi.

ཞིང་བཅུ་ཚང་བའི་དབྱེ་བོ་སློལ་ལུས་ཕྱིར། ༡

zhingchu tsangwé drawo dröl nu chir

Per essere in grado di liberare i nemici dei dieci tipi,

དྲག་སྤྲུགས་རྩུ་མ་བྱ་མི་བཞིན་འབར་བར་ཤོག །

drakngak nüthu me zhin barwar shok

Possano il mio potere e la mia energia ardere come il fuoco nei mantra irati.

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་བཅས་དང་རང་བཞིན་སོགས། །

dak sok semchen ché dang rangzhin sok

Possano tutti gli esseri essere completamente purificati da tutti gli atti dannosi

སྤྲིག་པ་གང་མཆིས་མ་ལུས་བྱང་པར་ཤོག །

dikpa gang chi malü changpar shok

Commessi, sia che siano dannosi per natura o avendo preso i voti.

བྲང་བྲིང་ཚོས་དང་མི་འཛིགས་སྤྱིན་པ་ཡིས། །

zangzing chö dang mijik jinpa yi

Possa io essere in grado di rendere felici molti esseri

སྐྱེ་གྲུ་ཐམས་ཅད་བདེ་ལ་འགོད་རྩུ་ཤོག །

kyegu tamché de la gö nü shok

Grazie alla generosità di cose materiali, del Dharma e della protezione.

སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲུགས་དམ་ཚིག་སོགས། །

sotar changsem sangngak damtsik sok

Possa io essere sempre capace di mantenere la condotta virtuosa

དགེ་བའི་བྲིམས་རྣམས་དུས་ཀུན་སྲུང་རྩུ་ཤོག །

gewé trim nam dü kün sung nü shok

Dei voti della liberazione personale, del bodhisattva e del samaya del mantra segreto.

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཕྱིར་ཡང་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཅུ། །

semchen chik gi chiryang kal gya ru

Per il bene anche di un solo essere,

བདག་ལུས་བྱེ་བར་གཏུབ་ཀྱང་བཟོད་པར་ཤོག །

dak lü jewar tub kyang zöpar shok

Possa io pazientemente sopportare che il mio corpo sia fatto in 10 milioni di pezzi per cento kalpa.

བདག་གཞན་ཐར་པའི་ལམ་མཚོག་སྐྱབ་པ་ལ། །

dak zhen tarpé lamchok drubpa la

Nella pratica del sentiero supremo che porta alla liberazione di tutti gli esseri,

ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་བརྩོན་འགྲུས་མཚུངས་པར་ཤོག། ༡

tubpé wangpö tsöndrö tsungpar shok

Possa io avere lo stesso entusiastico impegno del Buddha Shakyamuni.

མཐའ་བྲལ་འོད་གསལ་སེམས་ཉིད་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ། ༡

tadral ösal sem nyi chö kyi ku

Possano il samadhi di shamatha e vipassana, al di là degli estremi,

ཞི་ལྷག་ཉིད་འཛིན་མི་གཡོ་བརྟན་པར་ཤོག། ༡

zhilhak tingdzin miyo tenpar shok

La chiara luce, la natura della mente e il dharmakaya essere stabili in modo irremovibile.

འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ། ༡

khorde chö nam malü tamché la

Possa io avere la conoscenza completa come Manjushri,

མཁྱེན་རབ་འཇམ་པའི་དབྱེངས་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། ༡

khyenrab jampéyang dang tsungpar shok

Di tutti i fenomeni di samsara e nirvana.

མདོ་རྒྱུད་གསར་ལྷིང་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་ཀྱུན། ༡

do gyü sar nying chö nam malü kün

Possa io portare a perfezione ogni pratica di Dharma,

ཉམས་སུ་གང་སྤངས་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་ཤོག། ༡

nyam su gang lang ta ru chinpar shok

Siano sutra o tantra, della Scuola Nuova o della Scuola Antica.

གཟུགས་མཛེས་དབྱེངས་སྣ་ཚོ་དཔལ་སྟོབས་འབྱོར་ལྡན། ༡

zuk dzé yang nyen tse pal tob jor den

Possa io ottenere un aspetto piacevole, una voce melodiosa, una vita magnifica,

གང་མཐོང་ཡིད་འོང་བརྗེ་བའི་སེམས་ཐོབ་ཤོག། ༡

gang tong yi ong tsewé sem tob shok

Potere e ricchezze, un cuore pieno di amore ed attrarre tutti coloro che mi vedono.

རྒྱལ་བསྟན་སྤྱི་དང་ཤངས་བརྒྱད་བསྟན་པ་ལ། ༡

gyal ten chi dang shang gyü tenpa la

Possa io diventare come le sei gemme del mondo, e

འཛམ་གླིང་རྒྱན་དང་ཤིང་ཏྲ་བརྒྱད་ལྟར་ཤོག། 1

dzamling gyen dang shingta gyé tar shok

E come gli otto aurighi, per il Buddhadharna e per il lignaggio Shangpa.

འཆི་བའི་དུས་སུ་གནད་གཅོད་མི་འབྱུང་ཞིང་། 1

chiwé dü su néchö mi jung zhing

Al momento della morte, possa non esserci agonia, e

འཇམ་འོད་རིང་བསྐལ་འགྲོ་བ་འདྲིན་བྱེད་ཤོག། 1

ja ö ringsel drowa dren jé shok

Possa io essere una guida per gli esseri con l'apparire di arcobaleni e reliquie.

བདག་གཞན་འཕོས་མ་ཐག་ཏུ་བདེ་བ་ཅན། 1

dak zhen pö mataktu dewa chen

Dopo la morte, possiamo io e tutti gli esseri

ལྷུང་པོ་ཡབ་སྐུ་ཞབས་རྩུང་སྐྱེ་བར་ཤོག། 1

khyungpo yabsé zhabdrung kyewar shok

Rinascere in Sukhavati, ai piedi di Khyungpo e dei suoi discepoli.

སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཅུ་རབ་ཐོབ་སྟེ། 1

kyé mataktu sachu rab tob té

Non appena vi saremo nati,

སྣ་མེད་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ཤོག། 1

lamé dzokpé changchub tobpar shok

Possiamo raggiungere i dieci livelli e la suprema illuminazione completa.

སྲིད་བཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་འགྲོ་བའི་དོན། 1

sé zhi ta la mi né drowé dön

Non dimorando né nel samsara né nel nirvana,

རྒྱལ་བ་སྐུ་བཅས་ཀུན་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། 1

gyalwa sé ché kün dang tsungpar shok

Possiamo noi essere di beneficio agli esseri allo stesso modo di tutti i buddha e bodhisattva.

མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་བླས་ཚོས་འབྲེལ་བ་ཀུན། 1

tong tö dren rek zé chö drelpa kün

Possano tutti gli esseri connessi a me grazie alla vista, all'udito, al pensiero, al tatto, al cibo o al dharma,

གདུལ་བྱ་འཁོར་གྱི་ཐོག་མར་སྐྱེ་བར་ཤོག །

dul ja khor gyi tokmar kyewar shok
Nascere tra i miei primi discepoli.

འདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཉེ་ལམ་གསང་སྤྲུགས་དང་། །

dul ja nam la nyelam sangngak dang
Possa io riversare una pioggia di insegnamenti,

ཐེག་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་ཆར་པ་ཕབ་པར་ཤོག །

tekchen chö kyi charpa pabpar shok
Del Mahayana e del sentiero diretto del Vajrayana su coloro che devono essere domati.

མཐར་སྤྲུག་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །

tartuk semchen chik kyang malüpa
Infine, possa io solo collocare ogni essere senziente,

བདག་ཉིད་ལོ་ནས་སངས་རྒྱས་སར་བཀོད་ཤོག །

dak nyi kho né sangye sar kö shok
Senza eccezioni, nello stato di buddha.

བདག་གཞན་སངས་རྒྱས་ས་ལ་མ་འཁོད་བར། །

dak zhen sangye sa la ma khöpar
Fino a quando io e tutti gli altri non avremo raggiunto lo stato di Buddha,

ཚོས་འགལ་བར་ཆེད་སྐྱད་ཅིག་མི་འབྱུང་ཤོག །

chö gal barché kechik mi jung shok
Possano gli ostacoli al Dharma non sorgere neppure per un istante.

བདག་གི་བདེ་དང་དགེ་བ་ཅི་མཆིས་པ། །

dak gi de dang gewa chi chipa
Possano i sei regni degli esseri ricevere

འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ཐོབ་པར་ཤོག །

drodruk semchen kün gyi tobpar shok
Ogni felicità e virtù in mio possesso.

དེ་ཐོབ་བདེ་དང་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། །

de tob de dang kewa la ten né
Sulla base della felicità e della virtù così ottenuta,

དུས་རྒྱུས་ཀུན་ཏུ་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བར་ཤོག། 1

dü nam küntu dekyi jungwar shok

Possano gli esseri essere sempre felici e gioiosi.

འགོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱེད་མཆིས་པ། 1

drowé dukngal dikdrib chi chipa

Possano tutte le sofferenze, le azioni negative e le oscurazioni di tutti gli esseri dissolversi in me,

བདག་ཐིམ་བདག་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱོད་པར་ཤོག། 1

dak tim dak gi dukngal nyongpar shok

Possa solo io sperimentare la sofferenza.

དེ་སྐྱོད་སྟོབས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། 1

de nyong tob kyi semchen malüpa

Poiché io sperimento la sofferenza,

སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱེད་གཏན་ནས་མི་འབྱུང་ཤོག། 1

dukngal dikdrib ten né mi jung shok

Possano tutti gli esseri senzienti esseri liberi da povertà, stati corrotti o oscurazioni.

དགོན་མཚོག་ཙུ་བ་གསུམ་གྱི་བྱིན་རླབས་དང་། 1

könchok tsawa sum gyi jinlab dang

Grazie alla benedizione dei Tre Gioielli e delle Tre Radici,

མཁའ་འགོ་ཚོས་སྐྱོད་སྐྱུང་མའི་རུས་མཐུ་དང་། 1

khandro chökyong sungmé nütu dang

Al potere di dakini e protettori,

དོན་དམ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། 1

döndam gyurwa mépé denpa dang

Alla verità dell'assoluto immutabile, e

ཀུན་རྫོབ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པའི་མཐུས། 1

kündzob tendrel luwa mépé tü

Al potere dell'infallibile interdipendenza relativa,

ཇི་ལྟར་བཏབ་པའི་སྟོན་ལམ་དེ་དག་ཀུན། 1

jitar tabpé mönlam de dak kün

Possano tutte le aspirazioni che ho enunciato,

སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག། ༡

nyurwa nyidu yizhin drubpar shok

Essere velocemente realizzate così come io le ho formulate.

དེ་ལྟར་སྣོན་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ། ༡

detar mönpé gewé tsawa de

Dedico le radici di virtù di queste aspirazioni,

མ་གྱུར་ནམ་མཁའི་མཐའ་མཉམ་ཀུན་ལ་བསྟོ། ༡

ma gyur namkhé ta nyam kün la ngo

A tutte le mie madri, che sono senza limiti come lo spazio.

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀུན་གྲུབ་བདེ་བ་མཚོག་ཐོབ་ནས། ༡

dukngal kün dral dewa chok tob né

Possiamo essere tutti liberi dalla sofferenza,

ཕྱུ་གཅིག་སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། ༡

chamchik sangye gopang tobpar shok

Possiamo essere assolutamente felici e insieme raggiungere lo stato di Buddha.

།ཅེས་བའང་དཔལ་ལྷན་ཤངས་པའི་གྲལ་མཐར་འཁོད་པ་ཀུམ་རང་བྱུང་ཀུན་ལྟབ་པས་ས་ཤོ་འབྲུག་གི་ལོར་སྐྱུས་པ་འདིས་ཀྱང་འགོ་པན་

རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག། །མདྲ་ལོ། ༥༥

Questa preghiera è stata composta nell'Anno del Dragone di Terra-Maschio (1928) da Karma Rarjung Kungchab, che è l'ultimo nella linea di trasmissione della Gloriosa tradizione Shangpa.

Possa questa preghiera essere di gran beneficio per gli esseri! Mangalam!



༄༅། །རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

Preghiera di Lunga Vita per Sua Santità il Dalai Lama

གངས་རི་རྩ་བས་བསྐོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །

gang ri rawé korwé zhingkhamsu

Nel regno celeste del Tibet, circondato da montagne innevate,

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །

pen dang dewa malü jungwé né

La fonte di ogni felicità e di ogni aiuto per gli esseri senzienti

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །

chenrezik wang tenzin gyatso yi

È Tenzin Gyatso, Chenrezi in persona

ཞབས་པད་བསྐྱལ་བརྒྱའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག །

zhabpé kal gyé bardu ten gyur chik

Possa la sua vita essere sicura per centinaia di kalpa!



༄༅། །ཀུན་ཏིང་རྒྱ་ཡི་སི་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདྲིབས།

Preghiera di Lunga Vita per Sua Eminenza Tai Situ Rinpoche

པདྨའི་རྒྱལ་ཚབ་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་མགོན། །

pemé gyaltsab ten dang drowé gön

Reggente di Padma, protettore degli insegnamenti e degli esseri,

མ་འོངས་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་ཚབ་མ་པམ་པ། །

ma ong sangye gyaltsab ma pampa

Rappresentante di Maitreya, il Buddha del futuro,

རྒྱ་ཡི་སི་རུ་པདྨ་དོན་ཡོད་ཀྱི། །

tayi situ pema dönyö kyi

Tai Situ Pema Dönyo, possa tu vivere a lungo

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་སྤྱོད་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

zhabpé ten ching dzétrin gyé gyur chik

E manifestare le tue azioni illuminate in ogni direzione.



༄༅། །སྐྱབས་རྗེ་ཀ་ལུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་ནི།

Preghiera di Lunga Vita per Sua Eminenza Kalu Rinpoche

ན་མོ་གུ་རུ། །

namo guru
Namo Guru!

རྒྱལ་བ་བྱམ་བདག་བཙུག་ལྷན་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །

gyalwa khyabdak chomden dorje chang
Bhagavan Vajradhara, il vittorioso che tutto pervade ,

བཀའ་གཏེར་དག་སྣང་རང་རིག་ཡི་དམ་ལྷ། །

kater daknang rangrik yidam lha
Divinità di Yidam, consapevolezza specchio e manifestazioni pure di karma e terma,

མཐུ་རྩལ་ལས་བཞིའི་རོལ་བ་ཚོས་སྲུང་ཚོགས། །

tutsal lézhi rolpa chösong tsok
Moltitudini di protettori del dharma, espressione dei poteri delle quattro attività,

དམིགས་མེད་རོལ་བ་ཚེན་པོའི་གྲོང་ནས་དགོངས། །

mikmé rolpa chenpö long né gong
Pensate a me dalla vastità della grande manifestazione priva di punti di riferimento.

གངས་མེད་དུ་མར་གོམས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །

drangmé dumar gompé yeshe kyi
Grazie alla saggezza sviluppata attraverso molti innumerevoli kalpa,

སྣ་ཚོགས་གང་འདུལ་དེར་སྟོན་སྲུང་པའི་སྐྱ། །

natsok gang dul der tön trul pé ku
Il tuo Nirmanakaya si manifesta in molti modi per insegnare agli esseri.

སྐྱབ་བརྒྱད་བརྟན་པའི་སློག་ཤིང་སྐྱ་མ་རྗེ། །

drubgyü tenpé sokshing lama je
Lama Jetsun, forza della vita degli insegnamenti del lignaggio della pratica,

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་སྤྱིན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

shabpé ten ching dzétrin gye gyur chik

Possa la tua vita essere lunga e possano le tue attività espandersi.

བདག་གི་རྣམ་དག་མོས་སྤོའི་ལྷག་བསམ་དང་། །

dak gi namdak mölö lhaksam dang

Grazie alla nobile intenzione delle mie aspirazioni assolutamente pure,

ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས། །

chönyi nampar dakpé den tob kyi

Grazie al potere della perfetta verità del Dharmata,

ཇི་ལྟར་སྟོན་པ་མཐའ་དག་ལྷན་འགྲུབ་ཅིང་། །

jitar mönpar tadak lhundrub ching

Possano tutti i loro desideri essere completamente esauditi,

དག་མཚན་སྲིད་ཞེའི་དཔལ་དུ་འབར་གྱུར་ཅིག །

getsen sizhi pal du bar gyur chik

E possano i segni virtuosi risplendere come la gloria del Samsara e del Nirvana!

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མ་དམ་པ་སྐྱབས་རྗེ་ཀུ་ལུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚན་གི་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་སྟོན་ཚིག་འདི་བཞེན།

ཡབ་སྐུ་ཚེ་རྒྱལ་མཚན་གཙོས་སྟོབ་འབངས་སེར་རྒྱ་རྣམས་ནས་བསྐྱལ་བ་བཞེན། །

རྒྱ་ཡི་སི་རུ་པས་སྟོན་པ་དེ་དེ་བཞེན་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །

Tai Situpa compose questi versi per la lunga vita di H.E. Kalu Rinpoche, preziosa emanazione del glorioso e santo lama Kyabje Kalu Rinpoche, su richiesta del padre Gyaltzen (il quale prima era stato suo nipote) e di molti discepoli monaci e laici.

Possa questa preghiera realizzarsi!



༄༅། །སྐྱབས་རྗེ་ཀ་ལུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་ནི།

Preghiera di Lunga Vita per Sua Eminenza Kalu Rinpoche

ཨོ་སྐ་ཏྟི།

Om So Ti

Om So Ti

ངེས་དོན་སྣིང་པོ་དུགས་ཤངས་བཀའ་བརྒྱད་དང་། །

ngédön nyingpo dakshang kagyü dang

Cuore del significato più autorevole, protettore dello stendardo della vittoria degli esseri,

རིས་མེད་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་འགོ་བའི་མགོན། །

rimé tenpé gyaltzen drowé gön

Maestro delle tradizioni Dak Shang Kagyu e Rimé

མཚོག་གི་སྤུལ་སྐྱུ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་བཞིན། །

chok gi tulku gongmé namtar zhin

Supremo Nirmanakaya, come nella tua vita precedente,

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་སྤྱོད་རྒྱས་ལྱུང་ཅིག། །

zhabpé ten ching dzétrin gyé gyur chik

Possa la tua vita essere lunga e la tua attività diffondersi!

འབོ་དཀར་སྤུལ་སྐྱུ་གསུང་ངོ། །

Preghiera composta da Bokar Tulku.



༄༅། །འོ་རྩེ་སྒྲ་མ་ཀ་ལུ་རྒྱུ་བའི་ཡང་སྲིད་སྤྱུ་ལ་སྐྱེ་དབང་ཆེན་གྱི་ཞབས་བརྟན།

Preghiera di Lunga Vita per il Venerabile Wangchen Rinpoche

དི་མེད་རྒྱུ་ཤེལ་ལོར་བུའི་ལྷན་པོ་ནི། །

drimé chushel norbū lhunpo ni

Montagna di gioiello di cristallo purissimo lucidato centinaia di volte da una seta celestiale,

ལྷ་རྩེ་དར་གྱིས་ལན་བརྒྱར་ཕྱིས་འདྲ་བ། །

lhadzé dar gyi len gyar chi drawa

Manifestazione in forma di divinità, la suprema bellezza dell'attività della dea,

རབ་མཛེས་འཕྲིན་ལས་ལྷ་མོའི་སྐྱེ་རྣམ་པའི། །

rab dzé trinlé lhamö kur tön pé

Amato essere che dona lunga vita,

ཆེ་སྤྱིན་འཕགས་མས་ཤིས་པའི་སྐྱེ་བ་སྣུལ། །

tse jin pakmé shipé nangpa tsol

Possa tu donarci segni di buon auspicio.

སྤྱིང་སྟོབས་ཆེར་རྒྱས་ཀུན་ལན་གྲང་པོའི་ལུས། །

nying tob cher gyé kün len langpö lü

Distesa vasta come un elefante di forma coraggiosa,

བཟང་པོའི་བགས་ཆགས་སད་པའི་འགྲུ་ཕ་དྲིས། །

zangpö bakchak sépé gi'uwa dri

La tua maturata inclinazione alla nobiltà è straordinaria come il profumo del giwam.

ཐར་འདོད་ཕུང་བ་བསྐྱུས་པའི་སྐྱ་སྤྱན་པོས། །

tar dö pungwa düpé dra nyenpö

Coloro che desiderano essere liberati vorticano come api intorno alla tua voce melodiosa.

ཐུབ་ནཱམ་དགེས་བར་སྐྱིད་པའི་ཞབས་བརྟན་ཤོག། 1

tub nam géwar kyépe zhabten shok

Possa tu vivere a lungo, essere che diletta tutti i buddha.

གྲུ་གྲུའི་མདུན་གྲོས་བཤོམས་པའི་སྐྱེ་བོ་སོགས། 1

gya gyü dündrö shompé kyewo sok

Mentre le persone diffondono immoralità in questi tempi di degenerazione, e

སྟོན་མ་ཅན་གྱིས་གང་བའི་དུས་མཐའ་འདིར། 1

nyokma chen gyi gangwé düta dir

Il mondo è pieno di esseri ingannevoli,

གྲུ་གྲུ་སྤོངས་པ་བྲང་སྲོང་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས། 1

gya gyu lengpa drangsong tulzhuk kyi

Ascetico, narratore di verità che abbandona l'immoralità,

བྲང་པའི་ལམ་བཟང་སྟོན་མཁས་ཞབས་བརྟན་ཤོག། 1

drangpö lamzang tönkhe zhabten shok

Possa tu, che sapientemente mostri il sentiero della nobile verità, vivere a lungo.

ཙ་གསུམ་ལྷ་ཡི་བྱིན་རླབས་བདེན་སྟོབ་དང་། 1

tsasum lha yi jinlab den tob dang

Grazie alla benedizione e alla potenza delle Tre Radici, e

བདག་ཅག་བསམ་སྦྱོར་ནཱམ་པར་དགེ་བའི་མཐུས། 1

dakchak samjor nampar gewé thü

Grazie alla forza virtuosa delle nostre intenzioni e azioni pure,

ལྷ་མའི་སྐྱེ་ཚེ་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པ་དང་། 1

lamé kutse dzétrin gyépa dang

Possano la longevità e l'attività del maestro aumentare, e

ཚོས་མཐུན་འཕྲིན་ལས་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་ཤོག། 1

chötün triné malü drubpar shok

Possano tutte le attività del Dharma essere realizzate.

ཅེས་ཉི་ཉོར་ལྷ་མ་ཀ་ལུ་རྒྱུད་བའི་ཡང་སྤིད་སྤུལ་སྐྱེ་དབང་ཚེན་གྱི་ཞབས་བརྟན་ཞིག་དགོས་ཞེས་བཀའ་རྒྱུད་བན་གན་དགོན་གྱི་སྐུ་ཐུན་མོང་

ནས་བསྐྱུལ་ངོར། ཀམ་པར་འབོད་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་པས།

ནང་ལོ་ ༢༥༦ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ལྷོ་ཀ་ཚེས་ ༢༣ང་པོར་རྒྱ་གར་ན་མས་ལ་དཔ་ནན་ལ་ལྷན་སྟོན་རྒྱུད་ལག་ཁང་དུ་སྐྱུར་བ་དགོ།

La preghiera per la lunga vita di Wangchen Tulku, reincarnazione di Tré Hor Lama Kalu il giovane, è stata richiesta da insegnanti e studenti del Kagyu Benchen Monastery. È stata scritta dal Karmapa Orgyen Trinley nell'Upper Tantric Monastery vicino a Dharamsala, India, nell'anno di buon auspicio 2567 del calendario buddhista, il 2 novembre 2003.



༄༅། །ཞབས་བརྟན་གསོལ།

Preghiera di Lunga Vita per il Lama

དཔལ་ལྷན་སྤྲོ་མ་ཞབས་པད་བརྟན་པ་དང། །

palden lama zhabpé tenpa dang

Glorioso Lama, possa il tuo piede di loto rimanere stabilmente (in questo mondo),

མཁའ་མཉམ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བ་དང། །

kha nyam yong la dekyi jungwa dang

Possano la felicità e il benessere manifestarsi in tutti gli esseri illimitati come il cielo,

བདག་གཞན་མ་ལུས་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྦྱང་ནས། །

dak zhen malü tsok sak drib chang né

Possa io, e tutti gli esseri, senza eccezioni ottenere tutte le accumulazioni e purificare tutti i veli,

སྙུར་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

nyurdu sangye sa la göpar shok

E raggiungere velocemente l'illuminazione!



༄༅། །བསྐྱོབ་ནི།

Preghiere Finali di Dedic

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

sönám di yi tamché zikpa nyi

Grazie a questa virtù possano tutti gli esseri ottenere l’onniscienza,

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ནས། །

tobné nyépé dranám pamjé né

Avendo sconfitto il nemico, l’agire iniquo,

སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་བྱ་རྣམས་འབྲུགས་པ་ཡི། །

kye ga na chi balab trukpa yi

Possa io liberare tutti gli esseri dalle onde tempestose di

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག། །

sipé tso lé drowa drölwar shok

Nascita, vecchiaia, malattia e morte e dall’oceano del samsara.

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང། །

jampal pawö jitar khyenpa dang

Seguendo l’esempio dell’eroico Manjushri,

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

küntu zangpo deyang dezhin té

di Samantabhadra e di tutti gli Onniscienti,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྐྱོབ་ཅིང། །

dedak kün gi jésu dak lob ching

Esprimo anch’io una dedica perfetta

དག་པོ་བའདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྐྱོ། །

gewa didak tamché rabtu ngo

Di tutte le azioni meritevoli.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །

gewa diyi kyewo kün

Grazie a questa virtù,

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ནས། །

sönam yeshe tsok dzok né

Possano tutti gli esseri perfezionare l'accumulazione di meriti e saggezza, e

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །

sönam yeshe lé jungwé

Possano ottenere i due sacri kaya,

དམ་པ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག། །

dampa ku nyi tobpar shok

Che sorgono da merito e saggezza.

སངས་རྒྱས་སྐྱུ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། །

sangye kusum nyépé jinlab dang

Grazie alla benedizione dei buddha che hanno conseguito i tre kayas,

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

chönyi mi gyur denpé jinlab dang

Grazie alla benedizione della verità immutabile del Dharma, e

དགེ་འདུན་མི་ཕྱིད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །

gedün miché dünpé jinlab kyi

Grazie alla benedizione delle irremovibili aspirazioni del sangha,

ཇི་ལྟར་བསྐྱོ་བའི་སྣོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

jitar ngowé mönlam drubpar shok

Possa realizzarsi questa preghiera di dedica!

བྱུང་རྒྱུ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །

changchub semchok rinpoche

La Bodhicitta è preziosa,

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་བྱུར་ཅིག། །

ma kyé pa nam kyé gyur chik

Possa manifestarsi in coloro nei quali non si è ancora manifestata,

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །

kyépa nyampa mépa dang

Una volta manifestata, possa crescere per sempre, e

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག་།

gong né gong du pelwar shok

Possa prosperare sempre di più!

