

## DÖRT ÖLÇÜLEMEZLER,

Ya da

## DÖRT BRAHMAVIHARALAR

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་

**SEM CHEN THAM CHE DE WA DANG**

*Duyumsayan varlıklar tümü mutluluk ve*

Tüm duyumsayan varlıklar mutluluğa sahip olsun

བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།

**DE WAI GYU DANG DEN PAR GYUR CHIG**

*Mutluluk sebep ve sahip olmak olsun*

Ve de mutluluğun sebebine

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་

**SEM CHEN THAM CHE DUG NGAL DANG**

*Duyumsayan varlıklar tümü ızdırıp ve*

Tüm duyumsayan varlıklar ızdıraptan özgür olsun

སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**DUG NGAL GYI GYU DANG DRAL WAR GYUR CHIG**

*ızdırıp dan sebep ve ayrı, özgür olsunlar*

Ve de ızdırabın sebebinden

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་

**SEM CHEN THAM CHE DUG NGAL MED PAI**

*Duyumsayan varlıklar tüm ızdırıp özgür*

Tüm duyumsayan varlıklar asla ayrılmasın

བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**DE WA DANG MI DRAL WAR GYUR CHIG**

*Mutluluk ve değil ayrı olsun*

Izdıraptan özgür mutluluktan

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་

**SEM CHEN THAM CHE NYE RING CHAG DANG DANG**

*Duyumsayan varlıklar tüm yakın uzak arzu öfke ve*

Tüm duyumsayan varlıklar ikamet etsin arkadaşlar ve akraba diyerek üstün tutmayan

བླ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

**DRAL WAI TANG NYOM LA NAE PAR GYUR CHIG**

*Özgür eşitlik ile ikamet etmek olsunlar*

Yabancılar ve düşmanlar diyerek dışlamayan eşitlik içerisinde

Tüm duyumsayan varlıklar mutluluğa sahip olsun ve de mutluluğun sebebine, tüm

duyumsayan varlıklar ızdıraptan özgür olsun ve de ızdırabın sebebinden, Tüm

duyumsayan varlıklar asla ayrılmasın, ızdıraptan özgür mutluluktan, tüm

duyumsayan varlıklar ikamet etsin arkadaşlar ve akrabalar diyerek üstün tutmayan,

yabancılar ve düşmanlar diyerek dışlamayan eşitlik içerisinde

Çeviren : 25.08.2020 – Mustafa Mert Çelebi