

# ASPIRAÇÃO

## MAHAMUDRA

ཇི་རང་གྲུང་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་ངེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པའི་སྣོན་ལམ་བཞུགས་སོ།།

ASPIRANDO PELA VERDADE DO MAHAMUDRA

POR

RANGJUNG DORJE

ནཱོ་མོ་གུ་རུ།

**NAMO GURU**

*homenagem professor*

Homenagem aos meus Gurus

ལྷཱ་མ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་དགྱིལ་འཁོར་ལྷ།

**LAMA MA NAM DANG YI DAM KYIL KHOR LHA**

*guru, plural e confiança ou mandala, círculo, deidades professor deidade caminho palácio*

Gurus, deidades de confiança, deidades da mandala

ཕྱི་གསལ་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས།

**CHO CHU DU SUM GYAL WA SAE DANG CHE**

*direções, dez tempos três jinas, vitoriosos, filhos, reunidos em todo lugar sempre budas bodisatvas*

Junto com todos os budas das dez direções e dos três tempos e os seus filhos, os bodisatvas,

**DA LA TSER GONG DA GI MON LAM NAM**

*mim para afeição, amor consideração, minha aspiração plural compaixão pensamento*

Por favor, olhem para nós com afeição. Que essas aspirações

ཇི་བཞིན་འགྲུབ་པའི་མཐུན་འགྲུར་བྱིན་རྣམས་མཛོད།

**JI ZHIN DRU PAI THUN GYUR JIN LO DZO**

*como são fazer facilitar, bênção, inspiração fazer propiciar*

Com as suas bênçãos nos apoiando, possam se realizar em cada detalhe.

*Gurus, deidades de confiança, deidades da mandala, e*

*Vitoriosos e bodisatvas de cada tempo e lugar*

*Por favor, considerem-nos com afeição e abençoe-nos*

*Com a realização destas nossas aspirações!*

ཁབ་དག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གསལ་བ་ཅད་ཀྱི།

**DA DANG THA YAE SEM CHEN THAM CHE KYI**

*eu e ilimitados seres sencientes todos de*

Eu e todos os seres sencientes ilimitados

ཁབ་སམ་སྣོན་རྣམ་དག་གངས་རི་ལས་སྐྱེས་པའི།

**SAM JOR NAM DA GANG RI LAE KYE PAI**

*pensamentos ações completamente pura neve montanha desde surgimento*

Gero montanhas de neve de muitas puras intenções e ações

།འཇོ་མཆོ་གསུམ་སྒོ་ག་མེད་དག་ཚོ་གས་ཚུ་རྒྱལ་རྣམས།

**KHOR SUM NYO ME GE TSHO CHU GYUN NAM**  
*círculos três\* problema, confusão sem virtude massa fluxo, corrente plural*  
\*ator, ação, objeto da ação

Das quais fluem raios de virtude livre dos três conceitos impuros.

།རྒྱལ་བ་སྐྱ་བཞིའི་རྒྱ་མཚོར་འདུག་གུར་ཅིག།

**GYAL WA KU ZHI GYAM TSHOR JU GYUR CHI**  
*jina, vitoriosos, corpo, quatro\* oceano entrar possam*  
*buda modo*  
\*darmakaya, modo aberto; sambogakaya, modo radiante; nirmanakaya, modo manifesto; svabhavikakaya, modo integrado)

Que eles possam se fundir no oceano dos quatro modos búdicos!

*Eu e todos os seres sencientes sem limites*  
*Gero montanhas de nuvens de pura intenção e ação das quais*  
*Fluem raios de virtude imaculada pelas três preocupações.*  
*Que eles possam fundir-se no oceano dos quatro modos búdicos!*

།རི་སྲིད་དེ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྲིད་དུ།

**JI SI DE MA THO PA DE SI DU**  
*enquanto que não obtido que até, vir a ser*

Enquanto isso não for alcançado,

།སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བ་ཚོ་རབས་ཀུན་དུ་ཡང།

**KYE DANG KYE WA TSHE RAB KUN TU YANG**  
*nascimento e nascimento vidas todas também, até*  
Nascimento após nascimento, em cada uma e em todas as vidas

།སྲིག་དང་སྲུག་བསྐྱེལ་སྒྲ་ཡང་མི་གྲགས་ཤིང།

**DI DANG DU NGAL DRA YANG MI DRA SHING**  
*não-virtude e sofrimento som também não ouvidas*  
Que nem mesmo as palavras ‘dano’ e ‘sofrimento’ possam ser ouvidas e

།བདེ་དག་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

**DE GE GYAM TSHOI PAL LA CHO PAR SHO**  
*felicidade virtude oceano glória, bondade, na praticar, possam*  
*brilhar fruir*  
Que possamos fruir o bem-estar dentro do oceano de felicidade e virtude.

*Enquanto isso não for alcançado,*  
*Nascimento após nascimento, em cada uma e em todas as vidas,*  
*Que nem mesmo as palavras ‘dano’ e ‘sofrimento’, possam ser ouvidas,*  
*Que possamos prosperar no glorioso oceano de felicidade e virtude!*

།དལ་འབྱོར་མཚོ་ག་ཐོབ་དང་བརྩོན་ཤེས་རབ་ལྡན།

**DAL JOR CHO THO DAE TSON SHE RAB DEN**  
*vida humana melhor ganho fé diligência, sabedoria, tendo*  
*preciosa capaz energia discernimento*  
*de praticar o darma*

Tendo ganhado as liberdades e recursos preciosos, e dotados de fé, diligência e discernimento

།བཤེས་གཉེན་བཟང་བསྟེན་གདམས་པའི་བརྒྱད་ཐོབ་ནས།

**SHE NYEN ZANG TEN DAM PAI CHU THO NAE**

*amigo espiritual, bom confiar, instrução essência ganho então professor estar com*

Que possamos apenas confiar em amigos espirituais excelentes e receber as instruções essenciais.

ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བར་ཆད་མ་མཆིས་པར།

**TSHUL ZHIN DRU LA BAR CHE MA CHI PAR**  
*maneira, de acordo prática com obstáculos não ocorrendo desta forma*

Então, praticando de maneira apropriada, sem encontrar obstáculos

ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དམ་ཚཱ་སྤྱོད་པར་ཤོག།

**TSHE RAB KUN TU DAM CHO CHO PAR SHO**  
*vidas todas no puro, darma praticar, usar, possa sagrado fruir*

Que possamos praticar o darma puro em todas as nossas vidas.

*Com as liberdades e os recursos preciosos, e  
Dotados de fé, diligência e discernimento,  
Que possamos confiar nos excelentes amigos espirituais e  
Receber as suas instruções essenciais.  
Praticando corretamente, sem obstáculos  
Que possamos ser fiéis ao puro darma em todas as nossas vidas!*

ལུང་རིགས་ཐོས་པས་མི་ཤེས་སྐྱབ་ལས་གྲོལ།

**LUNG RIG THO PAE MI SHE DRIB LAE DROL**  
*instrução, aprender, não saber obscuridade da liberta escrituras estudar*

Estudar os ensinamentos nos livra dos véus da ignorância.

མན་ངག་བསམ་པས་ཐེ་ཚོམ་སྤུན་ནག་བཅོལ།

**MAN NGA SAM PAE THE TSHOM MUN NA CHOM**  
*ensinamento por pensar dúvidas escuridão destruir, superar experienciado sobre*

Refletir nas instruções piedosas derrota a escuridão da dúvida.

སྒོམ་བྱུང་འོད་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་གསལ།

**GOM JUNG OE KYI NAE LU JI ZHIN SAL**  
*meditação surgindo luz por como é tal como é esclarece de*

A luz que surge da meditação esclarece precisamente como nós somos.

ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་སྣང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག།

**SHE RAB SUM GYI NANG WA GYE PAR SHO**  
*sábio três\* de iluminar espalhar, possa discernimento permear*

\*estudo, reflexão, meditação

Que a iluminação desses três aspectos do discernimento se espalhem em todos os lugares.

*Estudar os ensinamentos nos livra dos véus da ignorância.  
Refletir sobre as instruções piedosas remove a escuridão da dúvida.  
A luz da meditação esclarece exatamente como nós somos.  
Que a iluminação destas três sabedorias se espalhe em todos os lugares!*

ཁྱག་ཆད་མཐའ་བྲལ་བ་དེན་གཉིས་གཞི་ཡི་དོན།

**TAG CHE THA DRAL DEN NYI ZHI YI DON**  
*permanência, niilismo, limite livre das verdades duas base de sentido, verdade, eternalismo esquecimento (relativa e natureza (todas as visões extremas) absoluta)*

A natureza da nossa base são as duas verdades, livre dos extremos do eternalismo e do esquecimento.

ལྷོ་སྐྱར་མཐའ་བྲལ་ཚོགས་གཉིས་ལམ་མཚོག་གིས།

**DRO KUR THA DRAL TSHO NYI LAM CHO GI**  
exagero, depreciação, limite, livre, acumulação dois caminho excelente,  
adicionar, retirar de margem de (mérito e sabedoria) através  
afirmação negação

Com o caminho supremo das duas acumulações livre dos extremos da afirmação e da negação

ཤིད་ཞིའི་མཐའ་བྲལ་དོན་གཉིས་འབྲས་ཐོབ་པའི།

**SI ZHI THA DRAL DON NYI DRAE THO PAI**  
samsara nirvana limite livre de benefício dois fruto, ganho  
agitado pacífico (de si mesmo e o outro) resultado

Há o resultado dos dois benefícios, livres do extremos do samsara agitado e do nirvana pacífico.

གོལ་ཅུ་མེཔའི་ཚོས་དང་འཕྲད་པར་ཤོག།

**GOL CHU ME PAI CHO DANG TRAE PAR SHO**  
erro, erro sem darma com encontrar possamos  
desvio

Que possamos encontrar este darma livre de erros ou enganoso!

*As duas verdades livres de sempre e nunca são a natureza da base.  
As duas acumulações livres de afirmação e negação é o caminho supremo.  
Garantindo o resultado dos dois benefícios livre de samsara e nirvana como resultado.  
Que possamos encontrar este darma que não desvia ou engana!*

ལྷུང་གཞི་སེམས་ཉིད་གསལ་སྣང་བྱུང་འཇུག་ལ།

**JANG ZHI SEM NYI SAL TONG ZUNG JU LA**  
purificação base, a própria mente claridade, vacuidade união, com, sobre  
lucidez luminosidade indivisível

A base da purificação é a mente em si mesma, a união de luminosidade e vacuidade.

ལྷུང་བྱེད་ཕྱག་ཚེན་རྩི་རྣལ་འབྱོར་ཆེས།

**JONG JE CHAG CHEN DOR JEI NAL JOR CHE**  
purificando, mahamudra vajra, yoga grande  
meios, agente indestrutível

O que purifica é a grande yoga indestrutível do mahamudra.

ལྷུང་བྱ་སྒོ་བྱར་འབྲལ་པའི་དྲི་མ་རྣམས།

**JANG JA LO BUR THRUL PAI DRI MA NAM**  
a ser objeto ocorrendo repentinamente, delusão marcas, máculas  
purificado efêmero

O objeto da purificação é a mácula da delusão, que, repentinamente ocorre..

ལྷུངས་འབྲས་དྲི་བྲལ་ཚོས་སྐྱེ་མཛོན་གྱུར་ཤོག།

**JANG DRAE DRI DRAL CHO KU NGON GYUR SHO**  
purificação resultado mácula livre de modo aberto, manifestar possa  
darmakaya

Que o resultado da pureza, o imaculado modo aberto, manifeste-se completamente.

*A base da purificação é a mente em si mesma,  
A luminosidade e a vacuidade são inseparáveis.  
O que purifica é a grande e indestrutível yoga do mahamudra.  
O objeto da purificação é a mácula da súbita delusão.  
Que o resultado da pureza, o imaculado modo aberto, manifeste-se completamente!*

གཞི་ལ་སྣང་འདོགས་ཚད་པ་ལྷ་བའི་གདེངས།

**ZHI LA DRO DO CHO PA TA WAI DENG**

base em relação à, dúvidas, cortar, visão confiança,  
sobre elaborar resolver convicção

Cortar todas as dúvidas no que diz respeito à base é a confiança da visão.

དེ་ལ་མ་ཡིངས་སྐྱོད་བ་སྒོམ་པའི་གནད།

DE LA MA YENG KYONG WA GOM PAI NAE  
isto de inabalavelmente protegendo, meditações ponto essencial  
sustentando

Manter isto sem oscilar é o ponto principal da meditação.

སྒོམ་དོན་ཀུན་ལ་ཕྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་མཚོགས།

GOM DON KUN LA TSAL JONG CHO PAI CHO  
meditação sentido, todos para habilidade, expertise conduta, suprema  
verdade cultivado melhor

Empregando habilmente a verdade da meditação em todas as situações é a melhor conduta.

ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་པའི་གདེང་དང་ལྗན་པར་ཤོག།

TA GOM CHO PAI DENG DANG DEN PAR SHO  
visão meditação conduta confiança ter possa

Que possamos ter confiança nesta visão, meditação e conduta.

Cortar fora todas as dúvidas no que diz respeito à base é a confiança da visão.

Manter isto sem distração é o ponto principal da meditação.

Habilmente empregar a clareza da meditação é a suprema conduta.

Que possamos viver na confiança da visão, meditação e conduta!

ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་ཏེ།

CHO NAM THAM CHE SEM KYI NAM TRUL TE  
darmas, tudo mente de fabricações deludidas, ainda  
fenômenos aparições

Todos os fenômenos são aparições da mente e

སེམས་ནི་སེམས་མེད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤྱོད།

SEM NI SEM ME SEM KYI NGO WO TONG  
mente esta mente sem mente de natureza, essência vazia

Esta mente não é verdadeiramente existente porque sua essência é vazia.

སྤྱོད་ཞིང་མ་འགགས་ཅིང་ཡང་སྤྱང་བ་སྟེ།

TONG ZHING MA GA CHIR YANG NANG WA TE  
vazia como é incessante, o que quer que surja aparece, ainda  
não obstruída luz

Ainda que seja vazia, as aparências ocorrem sem obstrução.

ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་གཞི་ཕྱོད་པར་ཤོག།

LEG PAR TAG NE ZHI TSA CHO PAR SHO  
completamente analisar, assim base raiz cortar, eliminar, possa  
investigar determinar

Ao investigar completamente isto, que possamos cortar fora a raiz da base reificada.

Todos os fenômenos são a exibição ilusória da nossa mente.

Ainda que, para esta mente, não há mente, porque ela é destituída de essência.

Embora seja vazia, há incessante aparências de todos os tipos.

Que possamos, através da análise, cortar a raiz da base reificada!

ཡོད་མ་སྤྱོད་བའི་རང་སྤྱང་ཡུལ་དུ་འཁྲུལ།

YOE MA NYONG WAI RANG NANG YUL DU TRUL  
realmente não experienciado auto-aparente, objeto como confundido  
existente, real auto-luminosidade,

A aparência intrínseca da mente nunca existiu ainda que ela seja erroneamente tomada como sendo um objeto.

ཁོ་རིག་དབང་གིས་རང་རིག་བདག་ཏུ་འབྱུང།

MA RIG WANG GI RANG RIG DAG TU TRUL  
não-lucidez poder devido a lucidez reflexiva auto como confuso,  
desnortado

Devido ao poder da não-lucidez, a lucidez reflexiva é tomada como sendo você mesmo.

ཁག་ཉིས་འཛིན་དབང་གིས་སྲིད་པའི་གྲོང་ཏུ་འབྱུངས།

NYI DZIN WANG GI SI PAI LONG DU CHAM  
dual sustentar,\* poder através samsara, os reinos vastidão vaguear  
acreditar do vir-a-ser sem fim

\* sujeito e objeto tanto como reais quanto separados

Devido ao poder da apreensão dual, vagamos na vastidão da criação.

ཁོ་རིག་འབྱུང་པའི་རྩ་བ་དང་ཚོད་པར་ཤོག།

MA RIG TRUL PAI TSAE DAR CHOE PAR SHO  
não-lucidez, confusa raiz acuradamente, finamente cortar possamos  
ignorância completamente

Que possamos cortar completamente a não-lucidez, a fonte da delusão.

*A aparência intrínseca não tem existência, ainda que equivocadamente seja tomada como um objeto.  
A lucidez intrínseca, devido ao poder da não-lucidez é tomada erroneamente como sendo você mesmo.  
O poder de agarrar à dualidade faz-nos vagar na vastidão do vir-a-ser.  
Que possamos cortar a não-lucidez, a fonte da delusão!*

ཡོད་པ་མ་ཡིན་སྐུལ་བས་ཀྱང་མ་གཟེགས།

YOE PA MA YIN GYAL WAE KYANG MA ZI  
existe, real não é jina, buda mesmo não vista

É não existente, porque mesmo os Budas não podem vê-la.

མེད་པ་མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀྱི་གྲི་གཞི།

ME PA MA YIN KHOR DAE KUN GYI ZHI  
absolutamente, não é samsara nirvana tudo de base  
nada, não existindo

É não não-existente, porque é a base de todo o samsara e nirvana.

འདགལ་འདྲུ་མ་ཡིན་ཟུང་འཇུག་དབུ་མའི་ལམ།

GAL DU MA YIN ZUNG JU U MAI LAM  
contradição, associação não é conjunto meio caminho,  
dicotomia (i.e. paradoxo) separável madhyamaka direção  
(nem é, nem não é, ou ambos)

Isto não é um paradoxo e sim a união não-dual, o caminho do meio.

ཁམས་སྤངས་སེམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག།

THA DRAL SEM KYI CHO NYI TOG PAR SHO  
extremos\* livre de mente de atualidade ver claramente, possa  
despertar para

\*da existência e da não-existência

Que possamos despertar para a atualidade da mente livre de extremos!

*É não existente, porque mesmo os Budas não podem vê-la.  
É não não-existente, porque é a base do samsara e do nirvana.  
Isto não é um paradoxo e sim a união não-dual, o caminho do meio.  
Que possamos despertar para a atualidade desta mente livre de extremos!*

འདི་ཡིན་ཞེས་པ་གང་གིས་མཚོན་པ་མེད།

isto é dito como o que quer por signo, símbolo, sem  
(ser) que seja indicação

Nada é indicado por dizer, “isso é isto”.

འདི་མིན་ཞེས་བྱ་གང་གིས་བཀག་པ་མེད།

DI MIN ZHE JA GANG GI KAG PA ME

isto não é chamado o que quer por refutar sem  
(não ser) que seja

“Isso não é isto” não oferece nada para ser refutado.

ལྡོ་ལས་འདས་པའི་ཚེས་ཉིད་འདུས་མ་བྱས།

LO LAE DAE PAI CHO NYI DUE MA JAE

intelecto além atualidade sem fundamentos, não composto  
não condicionada, não fabricada

A atualidade não-fabricada está além do alcance do intelecto.

ཡང་དག་དོན་གྱི་མཐའ་ནི་དེས་པ་ཤོག།

YANG DA DON GYI THA NI NGE PA SHO

completamente sentido, de limite, último, certo possa  
puro último final

Que possamos estar certos neste limite final inultrapassável.

“Isso é isto” não encontra nada para indicar.

“Isto não é isto” não encontra nada para ser refutar.

A atualidade não-fabricada está além do alcance do intelecto.

Que possamos estar certos nesse limite final inultrapassável.

འདི་ཉིད་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་སྐྱེ་མཚོར་འཁོར།

DI NYI MA TO KHOR WAI GYAM TSHO KHOR

esta, não ver, despertar samsara oceano giramos  
atualidade para

Ao não estarmos lúcidos disto, circulamos no oceano do samsara.

འདི་ཉིད་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་གཞན་ན་མེད།

DI NYI TO NA SANG GYE ZHEN NA ME

esta, ver, despertar se buda, outro que não  
atualidade iluminação

Despertos a isto, não há outra iluminação.

ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གང་ཡང་མེད།

THAM CHE DI YIN DI MIN GANG YANG ME

tudo isto é isto não é de qualquer sem  
coisa que seja

Isto é tudo o que há, com nada que não seja isso.

ཚེས་ཉིད་ཀུན་གཞིའི་མཚང་ནི་རིག་པར་ཤོག།

CHO NYI KUN ZHI TSHANG NI RIG PAR SHO

atualidade, base de tudo, oculta estas estar lúcido possa  
darmata vacuidade

Que possamos estar lúcidos da atualidade oculta, a base de tudo!

Ao não estarmos lúcidos disto, circulamos no oceano do samsara.

Despertos a isto, não há outra iluminação.

Isto é tudo o que há, com nada que não seja isso.

Que possamos estar lúcidos da atualidade oculta, a base de tudo!

ལྷུང་ཡང་སེམས་ལ་སྤོང་ཡང་སེམས་ཡིན་ཏེ།

NANG YANG SEM LA TONG YANG SEM YIN TE

aparecendo ainda, se, mente para vazio ainda, se, mente é assim, então

mostrando

Com aparências, há mente; com vacuidade, há mente.

རྩོགས་ཀྱང་སེམས་ལ་འབྲུལ་ཡང་རང་གི་སེམས།

TO KYANG SEM LA TRUL YANG RANG GI SEM  
ver, despertar ainda, mente como confusão, ainda, própria mente  
se delusão se

Com o despertar, há a mente; com confusão, há, também, minha mente.

སྐྱེས་ཀྱང་སེམས་ལ་འགགས་ཀྱང་སེམས་ཡིན་པས།

KYE KYANG SEM LA GA KYANG SEM YIN PAE  
surgimento, também mente como cessando também mente é portanto  
nascimento

Com o surgimento, há a mente; com a cessação, há a mente.

སློབ་འདོགས་ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་ཚོད་པར་ཤོག།

DRO DO THAM CHE SEM LA CHO PAR SHO  
dívidas, tudo mente sobre,na cortar possa  
interpretações

Que possamos cortar todas as interpretações dentro da mente.

*A aparência é a mente e a vacuidade também é a mente.*

*O despertar é a mente e a delusão também é a minha mente.*

*O que surge é a mente e a cessação também.*

*Que possamos cortar todas as asserções diferenciadoras na nossa mente!*

སློབ་བྱས་ཚུལ་བའི་སློབ་གྱིས་མ་བསྐྱད་ཅིང་།

LO JAE TSOL WAI GOM GYI MA LAE JING  
intelecto fazendo esforçada, meditação por não misturar, adulterar  
fabricada deliberada

Não corrompidos por uma meditação esforçada, que emprega o intelecto, e

ཐ་མལ་འདུ་འཛིན་རླུང་གིས་མི་བསྐྱོད་པར།

THA MAL DU DZI LUNG GI MI KYOE PA  
ordinário, alvoroço, ventos, por perturbada  
comum comoção volatilidade

Não movidos pela volatilidade do alvoroço das preocupações ordinárias,

མ་ཚོས་གཞུག་མར་རང་བབ་འཛོག་ཤེས་པའི།

MA CHOE NYUG MAR RANG BAB JOG SHE PAI  
espontânea primordial, tal como vem, descansar, sabendo  
dada fluindo naturalmente estar em

Aprendendo a descansar no fluxo original livre e espontâneo,

སེམས་རོན་ཉམས་ལེན་མཁས་ཤིང་སློབ་བར་ཤོག།

SEM DON NYAM LEN KHAE SHING KYONG WAR SHO  
mente sentido, praticar entendido, proteger, sustentar possamos  
ponto chave experienciado

Que possamos, habilmente, proteger a nossa mente tal como ela verdadeiramente é!

*Não corrompidos por uma meditação esforçada, que emprega o intelecto, e,*

*Não movidos pela volatilidade do alvoroço das preocupações ordinárias,*

*Aprendendo a descansar no fluxo original livre e espontâneo,*

*Que possamos, habilmente, proteger a nossa mente tal como ela verdadeiramente é!*

ཐ་རགས་རྩོག་པའི་བླ་བས་རང་སར་ཞི།

TRA RA TO PAI BA LAB RANG SAR ZHI  
sutil, grosseiro pensamentos, ondas próprio lugar, pacificar, acalmar  
fino bruto conceitos por si mesmos aquietar

As ondas dos pensamentos sutis e grosseiros pacificam-se onde estão.

ལག་ཡོ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཚུ་བོ་དང་གིས་གནས།

YOE ME SEM KYI CHU WO NGANG GI NAE  
movimento sem mente da corrente própria por repousa  
subterrâneo natureza

A água da mente imperturbável aquietou-se de acordo com a sua própria natureza.

བྱིངས་སྤྱུགས་སྣོག་པའི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི།

JING MU NYO PAI DRI MA DANG DRAL WAI  
torpor, estupidez lodo, escuma, mácula, e livre de  
afundamento turbidez poluição

Livre da perturbação das máculas do afundamento e entorpecimento

ཞི་གནས་སྐྱུ་མཚོ་མི་གཡོ་བརྟན་པར་ཤོག།

ZHI NAE GYAM TSHO MI YO TAN PAR SHO  
calma, oceano sem oscilar, estável, possa  
shamatha não perturbado firme

Que o oceano da tranquilidade seja estável e não perturbado.

*As águas dos pensamentos sutis e grosseiros acalmam-se por si mesmas.*

*As águas da mente imperturbável naturalmente vem a acalmar-se.*

*Livre da perturbação das máculas do afundamento e entorpecimento*

*Que o oceano do calmo repousar seja estável e não perturbado.*

ལྟོན་མེད་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་བཏུས་པའི་ཚོ།

TAR ME SEM LA YANG YANG TAE PAI TSHE  
ser vista sem mente para uma vez após a outra olhar quando

Quando olhando uma vez após a outra para a mente invisível,

མཐོང་མེད་དོན་ནི་ཇི་བཞིན་ལྷག་གིར་མཐོང་།

THONG ME DON NI JI ZHIN LHA GER THONG  
vendo sem sentido, tal como é, distintamente ver  
fato, a verdade disto vividamente

O supremo não visível é visto distintamente, tal como é.

ཡིན་མིན་དོན་ལ་བྲེ་ཚོམ་ཚོད་པ་ཉིད།

YIN MIN DON LA THE TSHOM CHOE PA NYI  
é não é a verdade em relação a dúvidas cortando completamente  
como é

Isto corta todas as incertezas do que é e do que não é no que diz respeito à verdade, presente.

འཇུག་མེད་རང་དོ་རང་གིས་ཤེས་པར་ཤོག།

TRUL ME RANG NGO RANG GI SHE PAR SHO  
sem confusão, própria face, reflexivamente, por si, saber possa  
não deludido própria essência instantânea

Que possamos nós mesmos saber que a nossa própria essência é livre de delusão.

*Quando olhando repetidamente para a mente invisível,*

*O supremo não-visível é visto distintamente, tal como é.*

*Cortando a incerteza se a verdade é ou não é,*

*Que possamos nós mesmos conhecer nossa própria essência, livre da delusão!*

ལྟུང་ལ་བཏུས་པས་ལྟུང་མེད་སེམས་སུ་མཐོང་།

YUL LA TAE PAE YUL ME SEM SU THONG  
objeto à por olhar objeto sem mente como a, ver  
com

Ao vermos um objeto, não vemos nada a não ser a mente.

།སེམས་ལ་བརྟེན་པས་སེམས་མེད་རྟོག་རྟོག་།

SEM LA TAE PAE SEM ME NGO WO TONG  
mente para por olhar mente sem essência vazio

Ao olhar para a mente, não vemos nada a não ser o espaço vazio.

།གཉིས་ལ་བརྟེན་པས་གཉིས་འཛིན་རང་སར་གྲོལ།།

NYI LA TAE PAE NYI DZIN RANG SAR DROL  
dois, à por olhar dualismo próprio lugar, liberado  
ambos onde está desaparece

Olhando para ambos, o apego a dualidade é liberado onde está.

།འོད་གསལ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྫོགས་པར་ཤོག།།

OE SAL SEM KYI NAE LU TO PAR SHO  
brilhante, mente de tal como é, ver, despertar para possa  
luminosidade dádiva

Que possamos despertar para a luminosidade, a dádiva da mente.

*Olhando para o objeto, não há objeto: eu vejo que é a minha mente.*

*Olhando para a mente, não há mente, porque é espaço vazio.*

*Olhando para ambos, o apego à dualidade é auto-liberado.*

*Que possamos despertar para a luminosidade, a dádiva da mente!*

།ཡིད་བྱེད་བྲལ་བ་འདི་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།།

YI JE DRAL WA DI NI CHA GYA CHE  
atividade mental, livre de este mahamudra, grande  
construção doado, o que é

Separado da atividade mental, este é o grande mahamudra.

།མཐའ་དང་བྲལ་བ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན།།

THA DANG DRAL WA U MA CHEN PO YIN  
limites livre de madhyamaka grande é

Livre dos extremos, este é o grande caminho do meio.

།འདི་ནི་ཀུན་འདུས་རྫོགས་ཆེན་ཞེས་ཀྱང་བྱ།།

DI NI KUN DUE DZO CHEN ZHE KYANG JA  
isto tudo inclusiva, dzogchen, chamado também é  
abrangendo grande completude

Abrangendo tudo, também é chamado de a grande completude.

།གཅིག་ཤེས་ཀུན་དོན་རྫོགས་པའི་གདེངས་ཐོབ་ཤོག།།

CHI SHE KUN DON TO PAI DENG TO SHO  
um saber tudo sentido ver, despertar confiança ganhar possa

Que possamos ganhar a confiança para despertar para saber que um tem o sentido de todos.

*Não criado pela atividade mental, este é o grande mahamudra.*

*Livre dos extremos, este é o grande caminho do meio.*

*Abrangendo tudo, também é chamado de a grande completude.*

*Que possamos ser confiantes no despertar para saber que um tem a verdade de tudo!*

།ཞེན་པ་མེད་པའི་བདེ་ཆེན་རྒྱན་ཚད་མེད།།

ZHEN PA ME PAI DE CHEN GYUN CHA ME  
desejo, sem grande êxtase, incessante, não-interrompido  
despertar felicidade fluxo, contínuo

A grande bem-aventurança, livre de apego, é incessante.

།མཚན་འཛིན་མེད་པའི་འོད་གསལ་སློབ་གཞི་གསལ་བྲལ།།

TSHEN DZIN ME PAI OE SAL DRIB YO DRAL  
características apreensão, sem claridade, obscuridade véu livre de

definidas confiar em clara luz

A luminosidade livre de apreensão às características é não-obscurecida.

ལྷོ་ལས་འདས་པའི་མི་རྟོག་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།

LO LAE DAE PA MI TO LHUN GYI DRU  
intelecto indo além não-conceitualização, surgindo sem esforço,  
não pensamento presença instantânea

A não-conceitualização além do intelecto é a presença instantânea.

ཚོལ་མེད་ཉམས་ཚུང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ཤོག།

TSOL ME NYAM NYONG GYUN CHA ME PAR SHO  
sem esforço, estados experiência ininterrupta, continuidade possa  
não-buscados meditativos\*

\*bem aventura, luminosidade, não-pensamento

Que experiências de meditação não provocadas ocorram sem interrupção.

A grande bem aventura livre do apego é contínua.

A luminosidade livre da dependência em características é não-obscurecida.

O não-pensamento, além do conceito, é a presença instantânea.

Que essas experiências não-provocadas possam ser contínuas!

ཁབ་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་འཛོལ་པ་རང་སར་གྲོལ།

ZANG ZHEN NYAM KYI DZIN PA RANG SAR DROL  
bons apego meditação de apreensão próprio lugar, liberada  
estados\* onde estão,  
no local

\* em particular, bem-aventurança, claridade e não-pensamento

A apreensão à 'boas' experiências de meditação é liberada em seu próprio lugar.

ངན་རྟོག་འཇུག་པ་རང་བཞིན་དབྱིངས་སུ་དག།

NGAN TO TRUL PA RANG ZHIN YING SU DA  
maus pensamentos delusão sua natureza dharmadhatu na pura

'Maus pensamentos' delusivos são inerentemente puros dentro do espaço que tudo inclui.

ཐ་མལ་ཤེས་པ་སྦང་སྦང་བྲལ་བྲལ་ཐོབ་མེད།

THA MAL SHE PA PANG LANG DRAL TO ME  
ordinária conhecimento, descartar adotar partindo ganhar, sem  
não-alterada consciência desde somar

A mente ordinária é além de rejeitar e adotar, remover e adicionar.

སྒྲིས་བྲལ་ཚོས་ཉིད་བདེན་པ་རྟོགས་པར་ཤོག།

TOE DRAL CHO NYI DEN PA TO PAR SHO  
livre de interpretação atualidade verdade despertar a possa  
ou elaboração

Que possamos despertar para a verdade da atualidade além da interpretação.

O apego à 'boa' meditação é auto-liberado.

'Maus' pensamentos delusivos são inerentemente puros no espaço do fenômeno.

A mente intrínseca é além de adotar e rejeitar, adicionar e subtrair.

Que possamos despertar para a verdade do atual, livre das construções limitantes!

འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟོག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་།

DRO WAI RANG ZHIN TAG TU SANG GYE KYANG  
seres sencientes natureza sempre buda, ainda  
errantes desperto

Ainda que a verdadeira natureza de todos os seres sencientes é sempre iluminada,

མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས།

MA TO WANG GI THA ME KHOR WAR CHAM  
sem ver poder pelo sem limite samsara vagueiam

Devido ao poder de não despertar a isto, eles vagueiam no samsara sem fim.

ལྷུག་བསྐྱེད་ལྷུ་མཐའ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ།

DU NGAL MU THA ME PAI SEM CHEN LA  
sofrimento, limites, sem seres sencientes para  
miséria fronteiras

Em relação a estes seres sencientes cujo sofrimento é sem limite

འབྲོད་མེད་སྤྱིང་རྗེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ZO ME NYING JE GYU LA KYE WAR SHO  
intensa, compaixão mente na nascer, surgir possa  
avassaladora corrente

Que uma compaixão avassaladora possa surgir na nossa mente.

*A verdadeira natureza de todos os seres sencientes é sempre iluminada,*

*Ainda que, inconscientes disto, eles vagueiam sem parar no samsara.*

*No que diz respeito a estes seres cujos sofrimento é sem limite.*

*Que a compaixão intensa possa surgir em nós!*

འབྲོད་མེད་སྤྱིང་རྗེའི་རྩལ་ཡང་མ་འགགས་པའི།

ZOE ME NYING JEI TSAL YANG MA GA PAI  
incontrolável compaixão energia também sem cessar, ininterrupto

Quando a energia da compaixão incontrolável flui como amor incessante

འབྱེད་ཏུས་ངོ་བོ་སྤོང་དོན་རྗེན་པར་ཤར།

TSE DUE NGO WO TONG DON JEN PAR SHAR  
afeto, enquanto, essência vazia sentido, nua, surgir  
bondade quando sabedoria clara

A verdade da sua essência vazia revela-se completamente nua.

ཟུང་འཇུག་གོལ་ས་བྲལ་བའི་ལམ་མཚོག་འདི།

ZUNG JU GOL SA DRAL WAI LAM CHO DI  
conjunção erro, lugar livre de caminho supremo este  
união inseparável\* desvio  
\* de sabedoria e compaixão

Desta união, o caminho supremo livre de erro,

འབྲལ་མེད་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་བསྐྱོམ་པར་ཤོག།

DRAL ME NYIN TSHEN KUN TU GOM PAR SHO  
nunca separar dia noite sempre meditar, ser possa  
presente em

Que possamos sempre estar presentes, e praticar continuamente, dia e noite.

*Quando a energia da compaixão incontrolável fluir como amor sem fim*

*A verdade da sua essência vazia se revela completamente nua.*

*Esta união é o supremo caminho livre de erro.*

*Que essa possa ser a nossa presença incessante dia e noite!*

སྐྱོམ་སྤོབས་ལས་བྱུང་སྐྱུན་དང་མཛོན་ཤེས་དང་།

GOM TO LAE JUNG CHEN DANG NGON SHE DANG  
meditação força, desde surgindo olho\* e saber claro, extra e  
conhecimento ordinário

\*os cinco olhos de sabedoria de um buda

Através do poder da meditação, ganhamos os olhos de sabedoria e a percepção clarividente, e

SEM CHEN MIN JAE SANG GYE ZHING RAB JANG  
sentient beings ripened buddha, reino, completamente purificada,  
awakened field refinada

Fazemos seres sencientes amadurecerem, purificamos os campos búdicos,

།སངས་རྒྱལ་ཚོས་རྣམས་འགྲུབ་པའི་སློན་ལམ་རྫོགས།

SANG GYE CHO NAM DRU PAI MON LAM DZO  
buda dharma, realizada aspiração cumprida  
qualidades

Realizamos nossa aspiração de atingir as qualidades de um buda.

།རྫོགས་སློན་སྤངས་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་སངས་རྒྱལ་ཤོག།

DZO MIN JANG SUM THAR CHIN SANG GYE SHO  
perfeito, amadure- purificando três completar, buda possa  
completando cendo limpando cumprir

Realizando este cumprimento , amadurecimento e purificação<sup>1</sup>, poderemos alcançar a budeidade.

*Pelo poder da meditação, olhos de sabedoria e clarividência surgem, e nós*

*Fazemos os seres sencientes amadurecer, purificamos nossos campos búdicos e cumprimos nossas aspirações para atingir as qualidades de um buda.*

*Por completar este cumprimento, amadurecimento e purificação*

*Que possamos atingir a budeidade!*

།ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་བླགས་རྗེ་དང་།

CHO CHU GYAL WA SAE CHAE THU JE DANG  
direções dez jinas, bodisatvas, compaixão, e  
(em todo o lugar) budas filhos espirituais bondade

Pelo poder da compaixão dos vitoriosos e dos bodisatvas das dez direções, e

།རྣམ་དཀར་དག་བའི་སློན་ཡོད་པའི་མཐུས།

NAM KAR GE WA JI NYE YOE PAI THUE  
pura virtude tanto quanto possua pelo poder ou a força de  
haja

através do poder da pura virtude, toda a que for possível,

།དེ་ལྟར་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DE TAR DA DANG SEM CHEN THAM CHE KYI  
como essa eu e seres sencientes todos de

Que esta pura aspiração, tanto minha quanto de todos os seres sencientes

།སློན་ལམ་རྣམ་དག་ཇི་བཞིན་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།

MON LAM NAM DA JI ZHIN DRUB GYUR CHI  
aspiração, pura como foi feita realizada ser  
bons desejos

Possa ser realizada exatamente como foi intencionada.

*Através do poder da compaixão*

*De todos os budas e bodisatvas presentes em todos os lugares,*

*pelo poder de toda a pura a virtude, tanta quanto for possível,*

*Que essa pura aspiração que eu compartilho com todos os seres*

*Possa se realizar justo como a desejamos!*

<sup>1</sup> Estes são três aspectos da conduta do Bodhisattvas. O amadurecimento de todos os seres através da dedicação ao mérito e do ensino e apoio. Eles purificam os campos de Buda para que todos os obstáculos sejam removidos e os seres sencientes possam renascer lá facilmente. Eles cumprem sua aspiração de obter todas as qualidades de um Buda para que não haja limite ao que podem fazer pelos outros, logo, eles amadurecem, limpam/purificam e cumprem.