

རྣམ་ཐོན་ངོ་ཤེས་སྐྱབས་ལུལ་རྗེས་བྱེ་གསོལ་འདེབས་ནོངས་བཤགས་སློན་ལམ་ཡང་དག་ཟླང་དོར་གསལ་འདེབས་ཡིད།

A Aspiração pelo Puro Discernimento

A PRECE PELA QUAL SE RECONHECE AS PRÓPRIAS FALHAS

E

RECORDA DE SEU REFÚGIO

JUNTAMENTE COM

UMA CONFISSÃO ARREPENDIDA E RETIFICAÇÃO

E

UMA ASPIRAÇÃO MUITO PURA PARA TER ABSOLUTA CLAREZA SOBRE

O QUE DEVE SER ADOTADO E O QUE DEVE SER ABANDONADO

por

Dudjom Rinpoche, Jigdral Yeshe Dorje

༄༅། ། ར་མོ་གུ་རུ་བེ།

NA MO GU RU BE

Homenagem. Nos curvamos ao mestre.

བསྐྱལ་བཟང་ཞིང་གི་འདྲེན་མཚོག་ཤྲུའི་རྒྱལ།

KAL ZANG ZHING GI DREN CHO SHA KYAI GYAL
kalpa, bom reino, esfera de guia, supremo clã Sakya rei éon líder (i.e. Buda Sakyamuni)

(no qual o darma é ensinado)

Buda Sakyamuni, o supremo guia para o universo durante este bom kalpa,

རྒྱལ་སྐུམ་བྱང་སེམས་འགྲོ་འདུལ་འཕགས་པའི་ཚོགས།

GYAL SAE JANG SEM DRO DUL PHA PAI TSHO
Vitorioso, filhos bodisatva seres controle, aryas, nobre hospedar, assembléia Buda educar

Nobres bodisatvas, filhos reunidos do Vitorioso que educa os seres,

སྤྲིགས་འགྲོའི་སློབ་པ་མཚུངས་མེད་གུ་རུ་རྗེ།

NYIG DROI KYO PA TSHUNG ME GU RU JE
período seres protetor, inigualável, mestre nobre, superior degradado refúgio insuperável

Precioso guru, o insuperável protetor dos seres nesta era degradada,

རྩ་གསུམ་ཚོས་སློང་དམ་ཅན་ཚོགས་བཅས་ལ།

TSA SUM CHO KYONG DAM CHEN TSHO CHE LA
raízes três protetores do guardiões hoste junto para (guru, deva, dakini) darma dos votos

Juntamente com as Três Raízes e as hostes de protetores do darma e guardiões dos votos—

རྩེ་གཅིག་སྤྲིང་ནས་དྲན་པའི་གདུང་ཡུས་ཀྱིས།

TSE CHI NYING NE DRAN PAI DUNG YUE KYI
unidirecional, total coração desde recordação ansiando, por devoção desejando

Com a devoção ardente e unidirecional de lembrar de você do fundo do nosso coração

ཡང་ཡང་གསོལ་འདེབས་ལུགས་དམ་བསྐྱལ་ལགས་ན།

YANG YANG SON DE THU DAM KUL LA NA
Mais uma vez rezar, pedir invocar, despertar sua atenção fazer se, quando

Nós rogamos novamente para despertar sua atenção.

བརྩེ་བས་རྗེས་བཟུང་ཐོགས་མེད་ལུགས་རྗེའི་མཐུས།

TSE WAE JE ZUNG THO ME THU JEI THU
com compaixão, seguidores desobstruído compassivo pelo poder bondade

Pela sua bondade, pelo poder de sua compaixão desobstruída por seus seguidores,

བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SAM DON CHO ZHIN DRU PAR JIN GYI LO
pensamentos intenção, darma como realizar, abençoe-nos (e todos valor fazer seres sencientes)

Por favor nos abençoe para que nossos pensamentos e intenções estejam de acordo com o darma.

Buda Sakyamuni, o supremo guia para o universo durante este bom kalpa, Nobres Bodisatvas, filhos reunidos do Vitorioso que educa os seres, Precioso guru, o insuperável protetor dos seres nesta era degradada, juntamente com as Três Raízes e as hostes de protetores do darma e guardiões dos votos – com a devoção unificada ardente de nos lembrarmos de você do fundo do nosso coração, oramos repetidamente para despertar sua atenção. Devido à sua bondade, pelo poder de sua compaixão desobstruída por seus seguidores, por favor, abençoe-nos para que nossos pensamentos e intenções estejam de acordo com o darma.

སློན་ལས་མ་ཞན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ།

NGON LAE MA ZHAN MI LU RIN CHEN THO
anteriores ações, livre de apego existência precioso ganhar
carma (i.e. boa) humana

Devido a ações anteriores executadas sem apego, ganhamos esta preciosa existência humana.

བསོད་ནམས་མ་ཚུང་དམ་པའི་ཚོས་དང་མཇལ།

SO NAM MA CHUNG DAM PAI CHO DANG JAL
mérito não pequeno sagrado, excelente darma encontrar

Devido ao nosso mérito que sem dúvida não é pequeno, encontramos o sagrado darma.

སླ་མས་རྗེས་བཟུང་དབང་བྱིན་གདམས་དག་ཐོབ།

LA MAE JE ZUNG WONG JIN DAM NGA THO
pelo guru seguidores iniciação bênçãos instruções ganhar

Nosso guru permitiu que nós, seus seguidores, ganhássemos iniciação, bênçãos e instruções.

མོར་བྱ་རང་ལག་རྗེད་པའི་དུས་བྱུང་ཡང་།

NOR BU RANG LA NYE PAI DUE JUNG YANG
jóia próprio mão conquistado tempo, ocasião aconteceu ainda
(i.e. corpo humano precioso, com oportunidade de praticar)

Esse é o momento em que temos a jóia bem na nossa mão, mas ainda assim,

ཚོལ་ཚུང་སྤྱུ་འདྲ་བའི་རང་སེམས་འདི།

CHOL CHUNG TRE U DRA WAI RANG SEM DI
fútil, ações tolas macaco como meu mente então

Nossas mentes, como macacos tolos,

རྣམ་གཡིང་བསྐྱུ་བྱིད་འགོང་པའི་དབང་སོང་ནས།

NAM YENG LU TRI GONG POI WONG SONG NE
sempre mudando, enganado demônios falhar sobre o poder deles
muito instável forças negativas

São completamente instáveis, e somos levados pelo poder das enganosas forças negativas e demônios.

རང་མོར་རང་བདག་ཉམས་ལེན་མ་བྱས་ཏེ།

RANG NOR RANG DA NYAM LEN MA NU TE
minha jóia (corpo que sou mestre de prática, não poder então aqui
humano precioso) familiarização

Não temos poder para utilizar essa jóia que é nossa, e

དལ་འབྱོར་གདམས་དག་ཆབ་གཅིག་ཚུད་ཐོས་ཤོར།

DAL JOR DAM NGA CHAB CHI CHU ZOE SHOR
As 8 liberdades e 10 instruções todos desperdiçado
oportunidades do nascimento humano precioso

Assim, as instruções que recebemos sobre as liberdades e oportunidades são simplesmente jogadas fora.

Devido a ações anteriores executadas sem apego, ganhamos esta preciosa existência humana. Devido ao nosso mérito que sem dúvida não é pequeno, encontramos o sagrado darma. Nosso guru permitiu que nós, seus seguidores, ganhássemos iniciação, bênçãos e instruções. Esse é o momento em que temos a jóia bem na nossa mão, mas ainda assim, nossas mentes, como macacos tolos, são completamente instáveis, e somos levados pelo poder das enganosas forças negativas e demônios. Não temos poder para utilizar essa jóia que é nossa, e assim, as instruções que recebemos sobre as liberdades e oportunidades são simplesmente jogadas fora.

ད་ལྟ་དོན་ཆེན་འགག་ལ་ཐུག་ཉེ་དུས།

DAN TA DON CHEN GA LA THU NYE DU
agora significado grande ponto crucial para chegou tempo

Estamos agora num verdadeiro ponto de virada em nossas vidas.

ཞུས་ཚད་ཐོབ་ཚད་གནའ་བོའི་སྐྱེད་གཏམ་འདྲ།

ZHU TSHAE THO TSHAE NA WOI DRUNG TAM DRA
pedido qualquer recebido qualquer história sem sentido, como
quantidade quantidade apenas uma idéia interessante

O que quer que tenhamos pedido, o que quer que tenhamos recebido, tudo parece apenas uma espécie de história.

ལུས་འདི་ཚོས་གཟུགས་ཚོས་པ་ཡིན་ལྟོས་ཡང་།

LU DI CHO ZUG CHO PA YIN LOM YANG
corpo, este darma forma pessoa do darma ser desejar, querer ainda
vida (e imaginar que somos)

Queremos viver de acordo com o darma e ser verdadeiros praticantes do darma, mas

སེམས་འདིས་ཡང་དག་ཚོས་པའི་རྗེས་མ་ཟེན།

SEM DI YANG DA CHO PAI JE MA ZIN
mente meu, este puro, perfeito praticante do darma não lembrar de ser

Nossas próprias mentes esquecem o que significa ser uma pessoa pura do darma.

ལྷ་ཚོས་ལྷ་ཅི་མི་ཚོས་དྲིས་མ་གོས།

LHA CHO TA CHI MI CHO DRI MA GO
darma de deidades visão qual darma humano perguntar não entender
(i.e. puro (i.e. ideias e budadarma) conceitos)

Não sabemos como aprender sobre valores humanos comuns, muito menos a visão do budadarma, e

མི་ཚོས་གཙང་མ་བརྟུ་དུག་གོ་ལུས་ཅོམ།

MI CHO TSANG MA CHU DRU GO YUL TSAM
darma humano, puro dezesseis ter vagamente ouvido mas apenas
noção (16 regras de boa conduta não saber sobre
dadas pelo Rei Trisong Deutsen)

Temos apenas uma vaga noção das dezesseis regras.

རང་ལྷོས་སྤྱོད་ངན་སྤྱད་ལ་ངོ་ཚ་བལ།

RANG TOE CHO NGAN CHAE LA NGO TSHA DRAL
próprio observar, conduta mal feito para vergonha sem
examinar

Não nos envergonhamos ao observar as coisas ruins que fizemos, e

གཞན་ལྷོས་ལྷུ་གུ་བྱེ་ཐག་བའི་མཇུག།

ZHAN TOE TREL ZHUNG CHI THA TRA WAI JU
outros observar indignação amarrar, como a corda como segurar
moral no pescoço do animal algo

Nos fisgamos à indignação moral quando observamos a conduta de outros.

Estamos agora num verdadeiro ponto de virada em nossas vidas. O que quer que tenhamos pedido, o que quer que tenhamos recebido, tudo parece apenas uma espécie de história. Queremos viver de acordo com o darma e ser verdadeiros praticantes do darma, mas nossas próprias mentes esquecem o que significa ser uma pessoa pura do darma. Não sabemos como aprender sobre valores humanos comuns, muito menos a visão do budadarma, e temos apenas uma vaga noção das dezesseis regras de conduta humana adequada. Não nos envergonhamos ao observar as coisas ruins que fizemos, e nos fisgamos à indignação moral quando observamos a conduta de outros.

ལྷ་ཚོས་དག་བརྟུ་ཡང་དག་ཇོ་མ་ཐོགས།

LHA CHO GE CHU YANG DA NGO MA THO
budadarma virtudes dez muito puro, perfeito não reconhecer ou compreender

Não possuímos o entendimento puro das dez virtudes de acordo com o budadarma.

སློབ་པ་གཅིག་གི་བསྟན་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས།

TON PA CHI GI TAN LA CHO ZHEN GYI
professor um de ensinar, doutrina para parcialidade por conta*

*i.e. o Buda, a fonte de todas as linhagens e ensinamentos.

Por conta da parcialidade em nossas atitudes relacionadas às doutrinas do Professor que as ensinou por completo

ཚོས་དང་དམ་པར་སྐྱར་འདེབས་ལས་ངན་བསགས།

CHO DANG DAM PAR KUR DE LAE NGAN SA
darma e pessoas sagradas insultar, ação, mal acumular
(i.e., linhagens e professores) desonrar carma

Depreciamos o darma e os santos e portanto acumulamos carma negativo.

ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིག་པའི་ཁྱུང་ཚེན་བྱེད།

CHO LA TEN NE DIG PAI KHUR CHEN KHYER
darma para confiar em então, ainda pecaminoso carga, fardo grande carregar

Assim, aparentemente confiando no darma, apenas ganhamos um grande fardo de pecado para carregar.

ཐོས་པ་ཆེ་བཞིན་རང་མཚོང་ང་རྒྱལ་ཆེ།

THO PA CHE ZHIN RANG THONG NGA GYAL CHE
ouvir grande, muito como enxergar-se orgulho grande

Ouvimos muitos ensinamentos, então olhamos para nós mesmos com muito orgulho, e ainda

བསམ་བསམ་དབྱུང་དོན་གོ་བའི་གཏིང་མ་དཔོགས།

SAM PAE CHE DON GO WAI TING MA PO
por pensar, análise, preciso significado entender profundidade não tocar, considerar definição alcançar

Quando os contemplamos, não chegamos ao entendimento profundo do significado analisado.

སོ་ཐར་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱུང་བར་རྫོམ་ན་ཡང་།

SO THAR TSHUL TRIM SUNG WAR LOM NA YANG
votos hinayana pratimoksa moralidade proteger desejar mas de disciplina moral

Gostaríamos de aderir à conduta moral das ordenações hinayana,

དག་སྦྱང་ཚོས་བཞི་གར་སོང་ཆ་མེད་སྟོར།

GE JONG CHO ZHI GAR SONG CHA ME TOR
prática virtuosa, pura darmas, quatro³ ir contra sem vestígio descartar, conduta de leigo pontos ausente

Mas agimos contra os quatro pontos básicos da prática virtuosa e as descartamos totalmente.

Não possuímos o entendimento puro das dez virtudes de acordo com o budadarma. Por conta da parcialidade em nossas atitudes voltadas às doutrinas do Professor que as ensinou por completo, depreciamos o darma e os santos e, portanto, acumulamos carma negativo. Assim, aparentemente confiando no darma, apenas ganhamos um grande fardo de pecado para carregar. Escutamos muitos ensinamentos, então olhamos para nós mesmos com muito orgulho, e ainda quando os contemplamos, não chegamos ao entendimento profundo do significado analisado. Gostaríamos de aderir à conduta moral das ordenações hinayana, mas agimos contra os quatro pontos básicos da prática virtuosa e as descartamos totalmente.

བྱང་སེམས་བསྐྱུང་ལོན་ལྡན་པར་རྫོམ་ན་ཡང་།

JANG SEM LAB NOR DEN PAR LOM NA YANG
bodisatva aprender, treinar riqueza possuir sonho, desejo mas

Gostaríamos de possuir as riquezas do treinamento bodisatva,

ཚད་མེད་རྣམ་བཞི་རི་མོའི་མར་མེ་འདྲ།

TSHAE ME NAM ZHI RI MOI MAR ME DRA
incomensurável tipos quatro desenho lamparina como
(amor, compaixão, alegria e equanimidade) (i.e. além do nosso alcance)

Mas as quatro atitudes incomensuráveis permanecem inalcançáveis como a imagem vista numa chama.

གསང་སྤྲུག་དམ་ཚིག་བསྟུང་བར་སྦྱོར་ན་ཡང་།

SANG NGA DAM TSHI SUNG WAR LOM NA YANG
mantra secreto, samaya, proteger, manter desejo mas
vajrayana, tantra votos sagrados

Gostaríamos de manter os votos tântricos do samaya,

རྩ་ལུང་དང་པོར་རྩི་མེད་སྤང་རྒྱུ་ཤོར།

TSA TUNG DANG POR TSI ME NANG CHUNG SHOR
raiz queda primeiro desconsiderar de pequena importância derrubar, descartar

Mas não prestamos atenção nem mesmo à queda da primeira raiz e descartamos todas como de pouca importância.

སློ་སྤྲུག་རྣམ་བཞི་ལ་ནས་བཤད་ཤེས་ཀྱང་།

LO DO NAM ZHI KHA NE SHE SHE KYANG
atitude mudar, plural quatro* boca desde explicar saber mas
revisar como

*nascimento humano precioso, carma, impermanência e morte, sofrimento nos seis reinos

Sabemos como dar explicações verbais dos quatro modificadores de atitude,

དོན་ལ་ཚྭ་མེན་འདྲར་སྤང་ཞེན་པས་སྦྱོར།

DON LA DOG MIN DIR NANG ZHEN PAE TON
valores para não reverter esta vida aparências, desejar, mostrar, expor
ocasiões apego

No entanto, nosso apego aos eventos desta vida expõe nosso envolvimento contínuo com os valores mundanos.

སློ་མ་བསྟེན་བཞིན་མོས་གུས་རིམ་གྱིས་བྲི།

LA MA TEN ZHIN MOE GUE RIM GYI TRI
guru, mestre servir como devoção respeito gradualmente diminuir

Servimos o guru, mas nosso respeito e devoção diminuem gradualmente.

དག་སྤང་ཚབས་སུ་མཉམ་འགྲོགས་ལོག་པར་མཐོང་།

DA NANG TSHAB SU NYAM DRO LO PAR THONG
visão pura da no lugar de igualmente como amigo erroneamente ver, interpretar
ação do professor

Em vez de ter uma visão pura, vemos erroneamente o Guru como um igual e um amigo.

Gostaríamos de possuir as riquezas do treinamento bodisatva, mas as quatro atitudes incomensuráveis permanecem inalcançáveis como a imagem vista numa chama. Gostaríamos de manter os votos tântricos do samaya, mas não prestamos atenção nem mesmo à queda da primeira raiz e descartamos todas como de pouca importância. Sabemos como dar explicações verbais dos quatro modificadores de atitude, no entanto, nosso apego aos eventos desta vida expõe nosso envolvimento contínuo com os valores mundanos. Servimos o guru, mas nosso respeito e devoção diminuem gradualmente. Em vez de ter uma visão pura, vemos erroneamente o Guru como um igual e um amigo.

དོ་རྗེ་སྤྲུག་ལ་བརྩེ་གཏུང་བཀུར་སེམས་ཞན།

DOR JE PUN LA TSE DUNG KUR SEM ZHAN
dorje irmãos para bondade amor atitude ofensiva manter

Nós insultamos e depreciamos nossos irmãos e irmãs vajra em vez de mostrar-lhes amor e bondade.

ཚིག་ངན་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་དམོད་ཆར་འབབས།

TSI NGAN TSAM YANG MI ZOE MOE CHAR BE
palavras ruim meramente mas sem tolerância maldições chuva cair

Quando outros nos dizem alguns palavrões, em vez de mostrar tolerância, enviamos a eles uma torrente de maldições.

འགྲོ་བྱུག་ཕ་མར་ཤེས་པའི་བྱམས་སྤོང་རྗེ།

DRO PHA MAR SHE PAI JAM NYING JE
seres sencientes seis (reinos) como pais saber, reconhecer amor compaixão

O amor e a compaixão de reconhecer todos os seres nos seis reinos como nossos próprios pais

བྱང་སེམས་གཏིང་ནས་མ་འབྲོངས་ན་བྱན་བཞིན།

JANG SEM TING NE MA JONG NA BUN ZHIN
bodisatva, profundidade desde não praticar névoa como
atitude altruísta

Somem como névoa já que não os praticamos com a profundidade da verdadeira bodicita.

བསྐྱེད་ཚོགས་ལམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱས་ལུལ་ཀྱང་།

KYE DZO LAM LA NYAM LEN JAE KHUL KYANG
estágio do estágio caminho em prática, fazer fingir, sem mas
desenvolvimento da completude familiarização interesse real

Nos forçamos a fazer às práticas dos estágios de desenvolvimento e completude, mas

ཐ་མལ་འཁྲུལ་འབྱམས་འདི་ལ་སྐྱགས་མ་རྟོན།

THA MAL TRUL JAM DI LA LAG MA NYE
ordinário confusão, submerso este para alternativa não obter
desorientação

Não conseguimos usá-las como alternativa a ficar submersos na confusão cotidiana.

མདོ་སྐྱགས་ཚོས་སྤྱག་སྟོང་ཉིང་ངོ་ཤེས་ཀྱང་།

DO NGA CHO PHU TONG NYI NGO SHE KYANG
sutra tantra darma profundeza, interior vacuidade reconhecer mas

Sabemos que a vacuidade é a essência do darma no sutra e no tantra mas,

སྟོང་གོ་མ་ཚོད་རང་རྒྱུད་ར་ལྷར་གྱིང་།

TONG GO MA CHO RANG GYU RA TAR GYONG
vacuidade entendimento não obter fluxo mental, chifre como duro,
personalidade sólido

Sem conquistar um entendimento apropriado disto, nossas mentes tornam-se tão rígidas quanto um chifre.

Nós insultamos e depreciamos nossos irmãos e irmãs vajra em vez de mostrar-lhes amor e bondade. Quando outros nos dizem alguns palavrões, em vez de mostrar tolerância, enviamos a eles uma torrente de maldições. O amor e a compaixão de reconhecer todos os seres nos seis reinos como nossos próprios pais somem como névoa já que não os praticamos com a profundidade da verdadeira bodicita. Nos forçamos a fazer as práticas dos estágios de desenvolvimento e completude, mas não conseguimos usá-las como alternativa a ficar submersos na confusão cotidiana. Sabemos que a vacuidade é a essência do darma no sutra e no tantra mas, sem conquistar um entendimento apropriado disto, nossas mentes tornam-se tão rígidas quanto um chifre.

གནས་ལྔགས་སློམ་གྱི་རང་ཚུགས་མ་ཟེན་པར།

NAE LU GOM GYI RANG TSHU MA ZIN PAR
natureza original prática de equilíbrio não manter

Não mantendo a confiança relaxada de permanecer em nossa natureza original,

ཁ་ཁྱེར་ལྷ་བས་སྐྱེ་འབྲས་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར།

KHA KHYER TA WAE GYU DRE LUNG LA KUR
conversa fiada com aquela visão carma, causa e efeito vento em dispersar
(i.e. abandonar todo cuidado com a atividade)

Falamos da boca para fora sobre essa visão.

ཕྱི་ལྷར་ཚུལ་འཚོས་སྤྱོད་ལམ་བཟང་ན་ཡང་།

CHI TAR TSHUL CHO CHOE LAM ZANG NA YANG
externamente comportamento disciplinado padrão de comportamento bom mas

Externamente, parecemos disciplinados com um comportamento muito bom,

ནང་དུ་ཆགས་སྲིད་འདོད་རྩམས་མེ་ལྷར་འབར།

NANG DU CHA SE DOE NGAM ME TAR BAR
Internamente apego ânsia desejo ganância fogo como queimando

Mas internamente, nosso apego, ânsia, desejo e ganância queimam como fogo.

ལུས་འདི་དབེན་པའི་རི་ལ་གནས་ལུས་ཀྱང་།

LU DI WEN PAI RI LA NAE KHUL KYANG
corpo este isolado montanha em ficar mostrar, fingir mas

Embora ponhamos nosso corpo na solidão das montanhas,

སེམས་འདིས་ཉིན་མཚན་བར་མེད་གོང་ཡུལ་འགྲིམས།

SEM DI NYIN TSHAN BAR ME DRONG YUL DRIM
mente por isso dia noite constantemente cidade visitar

Nossas mentes vagam incessantemente pela cidade de dia e de noite.

རང་མགོ་ཐོན་པའི་གདོང་ཚད་མ་ལོངས་བཞིན།

RANG GO THON PAI DING TSHE MA LONG ZHIN
próprio cabeça experiência confiança não ter como

Não confiamos em nossa própria experiência e prática,

གཞན་མགོ་འདོན་པའི་བསམ་སྦྱར་བྱིས་པའི་སྦྱང་།

ZHAN GO DON PAI SAM JOR JI PAI DRUNG
outros cabeça conselho, direção da criança história

No entanto, damos conselhos aos outros como uma criança contando uma história.

Não mantendo a confiança relaxada de permanecer em nossa natureza original, falamos da boca para fora sobre essa visão e jogamos causa e efeito ao vento. Externamente, parecemos disciplinados com um comportamento muito bom, mas internamente, nosso apego, ansia, desejo e ganância queimam como fogo. Embora ponhamos nosso corpo na solidão das montanhas, nossas mentes vagam incessantemente pela cidade de dia e de noite. Não confiamos em nossa própria experiência e prática, no entanto, damos conselhos aos outros como uma criança contando uma história.

དགོན་མཚོག་ཕྱགས་རྗེས་བསྐྱབ་བའི་སྲིད་ཀྱང་།

KON CHO THU JE LU WA MI SI KYANG
três jóias compaixão traído não possível mas

É impossível ser enganado pela compaixão das Três Jóias,

མོས་གུས་ཞན་པས་རང་གིས་རང་བསྐྱབ་དོགས།

MOE GUE ZHAN PA RANG GI RANG LUE DO
devoção respeito rejeitando eu por eu traído obstruído

Mas por conta de nossa devoção falha, enganamos e machucamos a nós mesmos.

འདི་ལྟར་དམ་པའི་ཚེས་དང་ལྷ་མ་ལ།

DI TAR DAM PAI CHO DANG LA MA LA
Dessa maneira santo, sagrado, excelente darma e guru para

Logo, embora estejamos livres das visões errôneas surgidas da falta de fé

ཡིད་མ་ཆེས་པའི་ལོག་ལྷ་མེད་མོད་ཀྱང་།

YI MA CHE PAI LOG TA ME MOE KYANG
sem fé, sem confiar na mente aberta visão errônea sem são mas

No guru e no sagrado darma,

དུས་དན་སེམས་ཅན་ལས་དན་ཁ་མ་གང་།

DUE NGAN SEM CHAN LAE NGAN KHA MA GANG
tempos ruim, difícil seres sencientes más ações não satisfeito

Devido a esses tempos ruins, nós, seres sencientes, realizamos más ações e permanecemos insatisfeitos.

གོ་བཞིན་ཤེས་བཞིན་བག་མེད་དབང་དུ་ཤོར།

GO ZHIN SHE ZHIN BA ME WANG DUE SHOR
entendimento realizando descuido poder sobre ido, caído

Nossa compreensão e clareza ficaram sob o poder do descuido.

བྱན་ཤེས་བྱ་ར་མ་ཐོང་གྱིང་ཆེན་བརྒྱུ།

DRAN SHE JA RA MA THONG GYONG CHEN DA
atenção plena cuidar não fazer bem perda, problema grande trás

Sem proteger nossa atenção plena sofremos grandes perdas.

ད་ལྟར་རང་ལོ་ལ་དབྱེད་ཉེན་མོ།

DAN TA RANG LOE RANG LA CHE NYIN MO
agora próprio pelo intelecto eu para examinar ter tempo para

Devemos agora fazer o esforço para examinar a nós mesmos cuidadosamente.

É impossível ser enganado pela compaixão das Três Jóias, mas por conta de nossa devoção falha, enganamos e machucamos a nós mesmos. Logo, embora estejamos livres das visões errôneas surgidas da falta de fé no guru e no sagrado darma, devido a esses tempos ruins, nós, seres sencientes, realizamos más ações e permanecemos insatisfeitos. Nossa compreensão e clareza ficaram sob o poder do descuido. Sem proteger nossa atenção plena sofremos grandes perdas. Devemos agora fazer o esforço para examinar a nós mesmos cuidadosamente.

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་པའི་ཁ་སྐྱོན་སོང་།

JAE TSHAE THAM CHE TRUL PAI KHA NON SONG
feito qualquer, tanto quanto todo confusão acrescenta mais a

Tudo o que fizemos apenas aumentou nossa confusão.

བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་འཛིན་པར་སོང་།

SAM TSHAE THAM CHE NYON MONG DZIN PAR SONG
pensamento, tanto quanto todo aflição (apego, avidez misturado com, ido conceito aversão etc) apegado

Todos os nossos pensamentos estão impregnados com aflições e apegos.

དགེ་བའང་ཕྱིག་པས་མ་བསྐྱར་མེད་མཐོང་བས།

GE WANG DIG PAE MA LE ME THONG WAE
virtude também por erro não misturado sem ver por

A virtude que fazemos é sempre misturada com erro, e por mais que vejamos isso, não fazemos nada a respeito,

མཐར་ཐུག་འགོ་ས་ངན་སོང་ལས་གཞན་ཅི།

THAR THU DRO SA NGAN SONG LAE ZHAN CHI
último destino três reinos inferiores* onde mais senão estes?

*animais, fantasmas famintos e infernos

Assim, onde mais poderá ser nosso destino final senão os três reinos inferiores?

དེ་ལྟར་རང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་བྱ་བཞག་རྣམས།

DE TAR RANG GI CHO TSHUL JA ZHA NAM
dessa maneira meu ação, conduta caminho, sistema todas ações

Então, quando olhamos para nossas ações e padrões de comportamento,

བླན་ནས་རང་གིས་རང་ལ་ཡི་ཚད་ཅིང་།

DRAN NE RANG GI RANG LA YI CHE CHING
lembrar então eu por eu para perder confiança, remorso

Perdemos a confiança em nós mesmos, e

གཞན་ལ་བཞུས་ཀྱང་ཡི་ཐུག་ཁ་སྐྱོན་ལས།

ZHAN LA TAE KYANG YI MU KHA NON LAE
outro para olhar para também desapontado crítico então

Quando consideramos os outros ficamos desapontados e críticos, e então

ཕན་གྲོགས་ལྷོ་བག་ཕབ་མཁན་སུ་མ་བྱུང་།

PHEN DRO LO BA PHAB KHAN SU MA JUNG
beneficial amigo, ajudante mente confiante ajudante confiável como não surgir

Não encontramos ninguém confiável para nos tranquilizar e ajudar.

Tudo o que fizemos apenas aumentou nossa confusão. Todos os nossos pensamentos estão impregnados com aflições e apegos. A virtude que fazemos é sempre misturada com erro, e por mais que vejamos isso, não fazemos nada a respeito, assim, onde mais poderá ser nosso destino final senão os três reinos inferiores? Perdemos a confiança em nós mesmos, e quando consideramos os outros, ficamos desapontados e críticos, e depois não encontramos ninguém confiável para nos tranquilizar e ajudar.

ད་ནི་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བཏོན་ན།

DA NI RANG GO RANG GI MA TON NA
agora próprio cabeça eu por não mostrar se

Se não tornarmos as coisas claras para nós mesmo agora,

གཤིན་ཇིའི་སོ་ཉའི་ལག་ཏུ་ཚུད་ཟིན་དུས།

SHIN JEI PHO NYAI LAG TU TSHU ZIN DUE
Yama Senhor da morte dos mensageiros mão em pegos quando

Então, quando formos capturados pelas mãos dos mensageiros de Yama,

གཞན་པ་སྐྱེས་ཀྱང་སློབ་པའི་རེ་བ་ཟད།

ZHAN PA SUE KYANG LO PAI RE WA ZAE
outra pessoa por quem também dos professores esperança' acabar, destruir

Qual de nós não verá as esperanças de nossos professores destruídas?

རེ་སློབ་བསྐྱེག་པས་བསྐྱེས་ལ་མ་ཚོར་རམ།

RE TONG GU PAE LUE PA MA TSHOR RAM
esperanças vazio esperar enganado não sentir ou

Enquanto esperamos com todas as nossas esperanças não realizadas, não nos sentiremos enganados?

དེས་ན་རང་སློན་ངོས་ཟིན་གཞོང་འགྲོད་ཀྱིས།

DE NA RANG KYONG NGOE ZIN NONG GYOE KYI
portanto próprio faltas reconhecer arrependimento, culpa remorso por

Portanto, com culpa e remorso surgindo do reconhecimento de nossas próprias faltas,

ཚོས་འགལ་ཉེས་ལྷུང་ཉམས་ཚག་ཅི་མཆིས་པ།

CHO GAL NYE TUNG NYAM CHA CHI CHI PA
darma erro falha queda lapsos qualquer feito

Por quaisquer erros no darma, quaisquer falhas, quedas e lapsos que cometemos,

མི་འཆབ་མི་སྤང་ཡི་ཤེས་སྤྱན་ལྷན་བྱུང་།

MI CHA MI BE YE SHE CHAN DEN DRUNG
não repetir não fazer conhecimento original olho tendo diante, na frente de
(i.e. Buda)

Determinados a nunca mais repeti-los, diante daqueles que têm o olho do conhecimento original

སླིང་ནས་བཤགས་སོ་བརྟེ་བས་བཟོད་བཞིས་ལ།

NYING NE SHA SO TSE WAE ZOE ZHE LA
coração desde confessar por compaixão perdoe então

Fazemos a confissão do fundo dos nossos corações. Com sua compaixão, por favor, perdoe-nos.

ལམ་འོག་གཡང་སའི་འཇིགས་ལས་བསྐྱབ་ནས་ཀྱང་།

LAM LO YANG SAI JIG LAE KYAB NE KYANG
caminho errado, inverso precipício medo desde protegido então também

Por favor, protejam-nos do terror dos abismos do caminho errado e

ཡང་དག་ཐར་ལམ་ཟིན་པར་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ།

YANG DA THAR LAM ZIN PAR WUG JUNG SOL
muito puro, perfeito liberação caminho segurar inspiração, pedido
segurança

Sustentem-nos para que possamos seguir no caminho puro da liberação.

Se não tornarmos as coisas claras para nós mesmo agora, então, quando formos capturados pelas mãos dos mensageiros de Yama, qual de nós não verá as esperanças de nossos professores destruídas? Enquanto esperamos com todas as nossas esperanças não realizadas, não nos sentiremos enganados? Portanto, com culpa e remorso surgindo do reconhecimento de nossas próprias faltas, por quaisquer erros no darma, quaisquer falhas, quedas e lapsos que cometemos, determinados a nunca mais repeti-los, diante daqueles que têm o olho do conhecimento original fazemos a confissão do fundo dos nossos corações. Com sua compaixão, por favor, perdoe-nos. Por favor, protejam-nos do terror dos abismos do caminho errado e sustentem-nos para que possamos seguir no caminho puro da liberação.

བྱས་བྱས་བསྐྱབ་བསྐྱབ་མི་ཚོ་བསྐྱལ་ན་ཡང།

JE JE DRU DRU MI TSHE KYAL NA YANG
fazendo fazendo praticando realizando humano vida gastar também

Passamos nossas vidas ocupados, tão ocupados, fazendo isto e aquilo, e ainda

དོན་སྐྱོང་ལག་དུ་ལོན་པ་གཅིག་མ་བྱུང།

DON NYING LAG TU LON PA CHI MA JUNG
significado, valor essencial mão em vazio um não tornar

Estamos de mãos vazias, sem um átomo sequer da verdade essencial.

ད་ནི་ཀུན་ཤེས་གཅིག་སྐྱུག་ལམ་བོར་ནས།

DA NI KUN SHE CHI DUG LAM BOR NE
agora todo saber um sofrimento caminho descartar dez

Agora, ao abandonar o caminho de saber muitas coisas, de novo experienciando apenas sofrimento,

གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་ལམ་ལ་ཅིས་མི་འཇུག།

CHIG SHE KUN DROL LAM LA CHI MI JU
um saber todo livre caminho em porquê não entrar

Por que não deveríamos entrar no caminho de conhecer uma coisa e nos libertar de todas?

མི་བསྐྱེད་ངེས་པའི་རེ་སྟོན་གཅིག་ཚོག་མགོན།

MI LU NGE PAI RE TOE CHI CHO GON
não enganar certo esperança confiança único benfeitor

Verdadeiro benfeitor infalível, nossa única esperança e confiança,

རྩ་བའི་སླ་མ་སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ལ།

TSA WAI LA MA KYAB NAE KUN DUE LA
raiz guru refúgio incorpora abranger para

Guru raiz que abrange todos os locais de refúgio,

རྩེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་ལགས་ན།

TSE CHI GUE PAE SOL WA DE LA NA
unidirecional por devoção rezar, pedir fazer se, quando

Quando rezamos a você com devoção unifocada,

ཐུགས་རྗེ་གཟིགས་ཤིག་སྐྱབས་མཚོག་དྲིན་ཚེན་རྗེ།

THU JE ZI SHI KYAB CHO DRIN CHEN JE
com compaixão olhe para nós! refúgio supremo mais bondoso o Nobre

Por favor olhe para nós com compaixão, nosso supremo refúgio, senhor mais bondoso!

Passamos nossas vidas ocupados, tão ocupados, fazendo isto e aquilo, e ainda estamos de mãos vazias, sem um átomo sequer da verdade essencial. Agora, ao abandonar o caminho de saber muitas coisas, de novo experienciando apenas sofrimento, por que não deveríamos entrar no caminho de conhecer uma coisa e nos libertar de todas? Verdadeiro benfeitor infalível, nossa única esperança e confiança, guru raiz que abrange todos os locais de refúgio, Quando rezamos a você com devoção unifocada, por favor olhe para nós com compaixão, nosso supremo refúgio, senhor mais bondoso!

རང་སྐྱོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྗོབས།

RANG KYON RANG GI THONG WAR JIN GYI LO
meu faltas eu por ver por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que vejamos nossas próprias faltas.

གཞན་སྐྱོན་བཟོ་འདོད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྗོབས།

ZHAN KYON TA DOE ME PAR JIN GYI LO
outros falhas examinar sem desejo por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que não queiramos examinar as faltas dos outros.

བསམ་ངན་གདུག་རྩུབ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་རྗོབས།

SAM NGAN DU TSUB ZHI WAR JIN GYI LO
pensamentos ruim distúrbio difícil pacifique por favor me abençoe

Por favor nos abençoe com a remoção de todos os nossos pensamentos negativos perturbadores.

བསམ་བཟང་ཁོངས་ནས་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

SAM ZANG KHONG NE CHAR WAR JIN GYI LO
pensamentos bom bem no fundo desde surgir por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que bons pensamentos surjam do interior mais profundo.

འདོད་ལྗང་ཚོག་ཤེས་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

DOE CHUNG CHO SHE DAN PAR JIN GYI LO
desejo pequeno limite, capacidade saber ter por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que tenhamos pouco desejo e saibamos nossos limites.

ནམ་འཆི་ཆ་མེད་དྲན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

NAM CHI CHA ME DRAN PAR JIN GYI LO
quando morrer incerto lembrar por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para lembremos que a hora da morte é incerta.

འཆི་དུས་སློ་ལྷག་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHI DUE LO LHAG ME PAR JIN GYI LO
morrer quando preferências, intenções sem lembrete por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para estejamos livres de intenções mundanas quando morreremos.

ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHO LA YI CHE KYE WAR JIN GYI LO
darma para acreditar surgir, nascer por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que a verdadeira confiança no darma nasça em nós.

Por favor nos abençoe para que vejamos nossas próprias faltas. Por favor nos abençoe para que não queiramos examinar as faltas dos outros. Por favor nos abençoe com a remoção de todos os nossos pensamentos negativos perturbadores. Por favor nos abençoe para que bons pensamentos surjam do interior mais profundo. Por favor nos abençoe para que tenhamos pouco desejo e saibamos nossos limites. Por favor nos abençoe para lembremos que a hora da morte é incerta. Por favor nos abençoe para estejamos livres de intenções mundanas quando morreremos. Por favor nos abençoe para que a verdadeira confiança no darma nasça em nós.

དག་སྣང་ཕྱོགས་མེད་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

DA NANG CHO ME JONG PAR JIN GYI LO
visão pura parcialidade, tomar partido praticar por favor nos abençoe

Por favor nos abençoe para que pratiquemos a visão pura livre de enviesamento.

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHO MIN MOE GUE KYE WAR JIN GYI LO
não artificial, espontâneo devoção respeito surgir por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que sintamos realmente respeito e devoção genuínos.

ལོངས་མེད་སློ་སྣང་ལུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

LONG ME LO NA THUNG WAR JIN GYI LO
impossível de obter desejos, ideias diminuir por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que reduzamos nossa ânsia pelo que é impossível obter.

སློ་ཕྱག་ཚོས་ལ་གཏང་ནུས་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

LO PHU CHO LA TAE NU JIN GYI LO
mente, em profundidade, darma como consertar, poder por favor me abençoe
intelecto experiência estabelecer

Por favor nos abençoe com o poder de estabelecer o darma no fundo de nossas mentes.

ཚོས་ཕྱག་སྐྱབ་ལ་བཅོན་ནུས་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

CHO PHU DRU LA TSON NU JIN GYI LO
darma profundidade prática para diligência poder por favor me abençoe

Por favor nos abençoe com o poder da diligência em praticar a profundidade do darma.

སྐྱབ་ཕྱག་རང་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

DRU PHU RANG GYU DROL WAR JIN GYI LO
prática profundidade própria capacidade, liberar por favor me abençoe
mental, personalidade

Por favor nos abençoe para que liberemos toda nossa experiência na profundidade da prática.

ལྷན་ལ་བར་ཆེད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

DRU LA BAR CHE ME PAR JIN GYI LO
prática para obstáculos sem por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que nossa prática seja livre de obstáculos.

ལྷན་འབྲས་ལྷུང་དུ་སྒྲིབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

DRU DRAE NYUR DU MIN PAR JIN GYI LO
prática resultado rápido amadurecer por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que os resultados da prática amadureçam rapidamente!

Por favor nos abençoe para que pratiquemos a visão pura livre de enviesamento. Por favor nos abençoe para que sintamos realmente respeito e devoção genuínos. Por favor nos abençoe para que reduzamos nossa ânsia pelo que é impossível obter. Por favor nos abençoe com o poder de estabelecer o darma no fundo de nossas mentes. Por favor nos abençoe com o poder da diligência em praticar a profundidade do darma. Por favor nos abençoe para que liberemos toda nossa experiência na profundidade da prática. Por favor nos abençoe para que nossa prática seja livre de obstáculos. Por favor nos abençoe para que os resultados da prática amadureçam rapidamente!

འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

TREL TSHE DON DANG DAN PAR JIN GYI LO
aqueles que tenho conexão com significativo por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que tragamos sentido e benefício para todos com quem estamos conectados.

རེ་དོགས་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

RE DO NYI DZIN ZHIG PAR JIN GYI LO
esperança dúvidas dualismo destruir por favor me abençoe

Por favor nos abençoe com a destruição da dualidade e suas esperanças e medos.

གཉིས་མེད་ཡི་ཤེས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

NYI ME YE SHE THONG WAR JIN GYI LO
não-dual conhecimento original ver, experienciar por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que entremos no conhecimento original não-dual.

ཡི་ཤེས་རང་ངོ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

YE SHE RANG NGO SHE PAR JIN GYI LO
conhecimento original própria essência conhecer, reconhecer por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que realizemos o conhecimento original de nossa própria essência.

རང་ཐོག་བཙན་ས་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

RANG THOG TSAN SA ZIN PAR JIN GYI LO
eu em assegurar lugar segurar, por favor me abençoe*
**liberdade não nascida permanecer em*

Por favor nos abençoe para que permaneçamos no lugar seguro exatamente onde estamos.

སློལ་མེད་གདིང་ཆེན་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

TSOL ME DING CHEN THO PAR JIN GYI LO
sem esforço dualista grande confiança ganhar por favor me abençoe

Por favor nos abençoe para que ganhemos grande confiança no não-esforço.

Por favor nos abençoe para que tragamos sentido e benefício para todos com quem estamos conectados. Por favor nos abençoe com a destruição da dualidade e suas esperanças e medos. Por favor nos abençoe para que entremos no conhecimento original não-dual. Por favor nos abençoe para que realizemos o conhecimento original de nossa própria essência. Por favor nos abençoe para que permaneçamos no lugar seguro exatamente onde estamos. Por favor nos abençoe para que ganhemos grande confiança no não-esforço.

ཡི་གནས་ཡི་ཤེས་རྗེ་རྩི་མཚན་ཚན་གྱིས།

YE NAE YE SHE DOR JEI TSHON CHEN GYI
desde o presente conhecimento vajra, indestrutível arma grande por começo original

Com a grande arma indestrutível do conhecimento original que já é sempre presente,

འཁོར་འདས་སྣང་སློབ་སློབ་དུས་གཅིག་བཅད་ནས་ཀྱང་།

KHOR DAE TONG SO DUE CHI CHE NE KYANG
samsara nirvana mil força- tempo um cortar então também coisas vital (na maneira de Vajrasatva)

Que a completa diversidade do samsara e nirvana seja cortada num instante.

མ་འགག་བདེ་ཆེན་སྣེམས་མའི་དགའ་སྣོན་ལ།

MA GA DE CHEN NYEM MAI GA TON LA
incessante grande nome da consorte festival, celebração em, dentro felicidade de Vajrasatva

Na grande felicidade incessante da celebração de Nyema

འདྲུ་འདྲལ་མེད་པར་སློབ་པས་རྟག་ཚེན་ཤོག།

DU TRAL ME PAR CHO PAE TAG TSEN SHO
juntando separando sem por conduta permanente assegurar possa haver (i.e.imutável)

Possamos todos encontrar segurança permanente na conduta livre de qualquer mudança.

མཉམ་བཅའ་སྣོད་ན་སྲུག་བསྐལ་མེད་ཅམ་མེད།

NYAM DAL LONG NA DU NGAL MING TSAM ME
quite, espalhar, vastidão e profundidade em sofrimento nome mesmo sem igual permear (não-dualidade de vacuidade e consciência)

Na infinidade que é a mesma em todo lugar sequer existe o nome do sofrimento –

དེས་ན་བདེ་བ་འཚོལ་མཁན་སྲུ་ཞིག་མཚེས།

DE NA DE WA TSHOL KHAN SU ZHI CHI
quando isto existir felicidade pessoa que procura quem haveria

Quem poderia encontrar alguém lá ainda procurando a felicidade?

བདེ་སྲུག་རོ་མཉམ་འཛིན་མེད་རང་གོལ་གྱི།

DE DU RO NYAM DZIN ME RANG DROL GYI
felicidade tristeza sabor igual livre de apego auto-liberado de

O estado auto-liberado livre de apego onde a felicidade e a tristeza tem o mesmo sabor –

ཀུན་བཟང་རྒྱལ་སྲིད་ཆེ་འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག།

KUN ZANG GYAL SI TSHE DIR THO PAR SHO
Samantabadra, reino vida esta ganhar possa haver 'sempre bom'

Possamos nesta mesma vida conquistar este reino de Samantabadra.

Com a grande arma indestrutível do conhecimento original que já é sempre presente, que a completa diversidade do samsara e nirvana seja cortada num instante. Na grande felicidade incessante da celebração de Nyema, possamos todos encontrar segurança permanente na conduta livre de qualquer mudança. Na infinidade que é a mesma em todo lugar sequer existe o nome do sofrimento – quem poderia encontrar alguém lá ainda procurando a felicidade? Possamos nesta mesma vida conquistar este reino de Samantabadra, o estado auto-liberado livre de apego onde a felicidade e a tristeza tem o mesmo sabor.

COLOFÃO

Em relação a este trabalho, que é uma combinação de prece, confissão arrependida e aspiração, em uma noite durante a lua crescente do décimo mês do ano do porco d'água, minha esposa, Shes-Rab-Ma Rig-'Dzin dBang-Mo, teve um sonho em que aparecia uma senhora com quem que já havia sonhado antes. Esta senhora disse, “Você deverá pedir ao Rinpoche para escrever uma prece.” e então partiu.

Além disso, mais tarde, na noite do décimo dia do mesmo mês, a mesma senhora apareceu e disse a ela: *“Você deverá ajudar imediatamente na solicitação da escrita de uma prece.”* e então sumiu.

Eu fui informado do sonho na próxima manhã mas falei, *“Não há muitas pessoas que estejam prontas para recitar as preces que já existem, então não é que não hajam preces existentes atualmente”* Minha esposa então pediu que eu escrevesse rapidamente uma prece sem me preocupar com o tamanho. Então, tive a ideia de escrever uma oração, pois parecia haver necessidade de alguém pedir proteção contra os medos de doenças, fome, armas e lutas que prevalecem neste momento. Mas isso foi apenas uma intenção enquanto outras coisas aconteciam e pareceu menos urgente.

No entanto, mais tarde, na noite do 10º dia do 11º mês, a senhora apareceu novamente no sonho de minha esposa e disse: *“Minha solicitação por aquela prece não é algo de pouca importância. É uma grande necessidade.”* Então, com base em ouvir esse sonho, na manhã do 15º dia daquele mês, tive a ideia de escrever algo.

Então, na noite do 14º dia do mês seguinte, rezei de forma unificada a Guru Rinpoche e fiz uma aspiração por uma bênção muito significativa.

Na manhã seguinte, ao cantar do galo, tive um sonho em que estava sentado dentro de um grande edifício que se assemelhava ao meu templo. De repente, apareceu um homem branco, jovem, vestido de branco e com longos cachos esvoaçantes. Ele estava tocando címbalos muito suavemente e dançando nos passos em espiral no sentido horário do Ging quando ele passou pela porta e se aproximou cada vez mais de mim enquanto entoava estas palavras:

Se você quiser consagrar o darma, plante-o em seu coração.

Quando ele estiver no fundo do seu coração você terá a budeidade.

Se você quiser alcançar o reino búdico, então purifique seu apego a confusão ordinária.

Felizmente, o reino búdico puro está bem ao seu lado.

Desenvolva diligência na prática da essência.

Se você não praticar quem irá obter as realizações?

É difícil olhar para os próprios defeitos.

Mas realmente ver os próprios defeitos é o ponto essencial das instruções do darma.

Gradualmente purifique os erros que possui e incremente e desenvolva as boas qualidades que possui.

Ao final de cada linha ele aumentava o volume dos címbalos e ao final ele partiu tocando-os bem alto – e por isso eu acordei. Imediatamente ao acordar, lembrei-me de suas palavras e soube que seu significado dizia respeito à dificuldade de treinar o que ‘rejeitar e aceitar’. Então, com pesar por ter visto meu único pai, Guru Padmasambhava, diretamente na minha frente e não reconhecê-lo, com profunda devoção este velho pai do rNyng-Ma, Jigtral Yeshe Dorje, escreveu isto de acordo com minha visão. Que seja benéfico.

Benefício a Todos

Notas

1. O Curto Capítulo sobre Discriminação (*'byd-pa le'u chung*) listam-nas como segue: 1. Desenvolva fé nas Três Joias Preciosas sem tristeza ou cansaço; 2. Em última análise, procure a verdadeira doutrina; 3. Habilmente estude as ciências excelentes; 4. Primeiramente relembre e depois estime qualquer coisa que deva ser empreendida; 5. Não anseie por trabalho não atribuído; 6. Se volte para um nível mais elevado e imite os antigos e aqueles de conduta superior; 7. Retribua bondade aos seus pais do passado, presente e futuro; 8. Tenha uma mente aberta e hospitaleira ao lidar com os irmãos mais velhos e mais novos e parentes paternos; 9. Assegure que os jovens respeitem os mais velhos em graduação; 10. Demonstre bondade amorosa aos seus vizinhos; 11. Preste assistência arduamente a seus conhecidos que são benfeitores espirituais; 12. Satisfaça plenamente as necessidades daqueles próximos conectados com as questões mundanas; 13. Ajude aos outros por meio de sua habilidade nas ciências e nas artes; 14. Ofereça um refúgio com bondade para aqueles que dele dependam; 15. Resista aos maus conselhos e estabeleça conselhos que aumentem a felicidade do país; e 16. Confiando os próprios atos à doutrina, deve-se levar o cônjuge a obtenção da base da iluminação em vidas futuras. [Visto em *A ESCOLA NYINGMA DO BUDISMO TIBETANO POR DUDJOM RINPOCHE*]
2. 1. Não matar os seres, mas resgatá-los e protegê-los. 2. Não tomar o que não é dado, mas dar o que se tem a outros. 3. Não se entregando ao comportamento sexual, mas mantendo-se dentro da moralidade. 4. Não contar mentiras, mas falar a pura e simples verdade. 5. Não usar fala desarmônica, mas se empenhar em reconciliar aqueles em desacordo. 6. Não falar palavras rudes, mas falar calma e suavemente. 7. Não falar ou fofocar à toa, mas restringir a fala ou passar seu tempo lendo livros religiosos ou recitando mantras. 8. Não ser avarento, mas saber que sua riqueza é suficiente e meditar na falta de necessidade de mais. 9. Não ter má vontade, mas preocupar-se com o benefício dos outros. 10. Não ter visões errôneas, mas ter fé nas Três Jóias do Buda, Darma e Sangha, e na relação cármica de causa e efeito.
3. 1. Não odiar os outros, mesmo que sejamos o objeto de seu ódio. 2. Não retaliar com raiva, mesmo quando estiver com raiva. 3. Não ferir outras pessoas, mesmo quando ferido. 4. Não bater nos outros, mesmo quando alguém é espancado por eles.
4. Embora tenhamos recebido muitas instruções de nossos gentis professores, não as aplicamos e, portanto, as esperanças que nossos professores depositaram em nós foram em vão.

Tradução para o português por Mário César Lins Filho em dezembro de 2022.

Revisão por João Vale Neto em dezembro de 2022.