

## КОРОТКА ЩОДЕННА ГУРУ-ЙОҒА ДЖЕЦУНА МІЛАРЕПИ

*[Стадія Творення – візуалізація, молитва, мантра:]*

Над моєю головою, на лотосі й місяці воссiдає Джецун Міла Шепа Дордже<sup>1</sup> *[мій корінний Гуру в образі Міларепи<sup>2</sup>]*. У нього світло-синя шкіра. На ньому накидка з білої бавовни. Його волосся скуйводжене. Свою праву долоню він приклав до вуха. В лівій руці, що в мудрі медитації – чаша з черепа. У просторі п'яти інтенсивних світел одвічної мудрості він палає величним сяйвом і мелодійно співає незнищенні ваджрові пісні.

РАНґ ГІ ЧІВОР ПЕДЕЙ ТЕНґ / ДЖЕ ЦУН ШЕПА ДОРДЖЕ НІ / КУН ДОК НҒО САНґ РЕ КАР СОЛ /  
У РЕЛ Г'ЄНДУ ЧХОҒ ПА ЙІ / ЧХА Г'Є НЬЕН ДЖІ ТХЕЙ КАР ТЕН / ЮН ПЕЙ НЬЯМ ШЯК ТХЬО ЖЕЛ НАМ  
/ ЄШЕ О НҒА ТРУҒ ПЕЙ ЛОНґ / ЗІ ДЖІН РАБТУ БАР ВАР ШУК / ЖОМ МЕ ДОРДЖЕ ГҒР ЯНґ ДРОҒ //

- [молитва:]

*Молю Вас, у своєму співчутті Ви спогляньте із любов'ю!  
Благословіть, аби реалізувати п'ять кай і п'ять мудростей.  
Благословіть, аби розкрити справжнє лице – істинну природу сутності.  
Благословіть, аби думки й емоції ставали медитацією.  
Благословіть, аби вживати нелегкі умови як засоби на шляху.  
Благословіть очиститися від негативних дій, поганої карми і перешкод.  
Благословіть на те, аби не підлягати хибним поглядам.  
Благословіть на те, аби постала відраза до самсари.  
Благословіть удійснити веселкове тіло і подорожувати у Кхечару<sup>3</sup>.  
Благословіть, щоб, нероздільно з'єднавшись із Вами,  
реалізувати магамудру істинно.*

ТХУК ДЖЕ ДАҒ ЛА ЦА ВЕЙ ГОНґ / КУ НҒА ЄШЕ НҒА ТХОБ ДЖИН ДЖІ ЛОП /  
НЕЙ ЛУҒ РАНґ ЖЕЛ ДЖЯЛ ВАР ДЖИН ДЖІ ЛОП / НАМТОК ГОМ ДУ ЧХАР ВАР ДЖИН ДЖІ ЛОП /  
ЧЕН НҒЕН ЛАМДУ ЛОНґ ВАР ДЖИН ДЖІ ЛОП / ЛЕЙ НҒЕН ДИҒ ДРІП ДАҒ ПАР ДЖИН ДЖІ ЛОП /  
ТАВА ГЬОЛ СА ЧХУР ПА ДЖИН ДЖІ ЛОП / КХОРВА ЖЕН ЛОҒ ЧЕЙ ВАР ДЖИН ДЖІ ЛОП /  
ДЖЯ ЛУ КХА ЧЮ ДРУБ ПАР ДЖИН ДЖІ ЛОП //

- [мантра-моління до Міларепи, проспівуєш багато раз, від усього серця щиро  
і з ясною візуалізацією:]

**ДЖЕ МІЛА ШЕПА ДОРДЖЕ ЛА СОЛЬ ВА ДЕБ СО**  
*(Владико Міла, Радісний Ваджро, молю Тебе!)*

<sup>1</sup> Шепа Дордже (тиб.) – Радісний Ваджра (Дгармічне ім'я Міларепи). Тут і далі примітки перекладача.

<sup>2</sup> Згідно з інструкцією Рінпоче.

<sup>3</sup> Кхечара (тиб.) – Чиста Сфера Будди Ваджрайогіні (Царівни всіх даків і дакінь, вона Їдам Міларепи)

- [мантра Міларепи, якомога більше раз:]

ОМ А ҐУРУ ГАЗА БЕНЗА ГУНґ *(тибетська вимова санскриту)*  
(ОМ А ҐУРУ ГАСА ВАДЖРА ГУМ) *(санскрит)*

[По завершенні промовлення мантри – Стадія Звершення:]

Просвітлене тіло Джецуна Шепи Дордже нероздільно зливається з моїм серцем-умом в одну одвічно чисту сутність, як бульбашка розчиняється у воду. Усвідомлено, врівноважено відпочиваю у неконцепційному стані.

ДЖЕЦУН ШЕПА ДОРДЖЕ КУ / РАНґ СЕМ ТРО ДРЕЛ НЬІМЕЙ ДРЕ /  
ЧхЮ ЛА ЧхУ ПУР ТхіМ ПА ТАР / МІГ МЕЙ НґАНґ ДУ НЬЯМ ПАР ШАК //

- *[уважно перебуваю у неконцепційній медитації]*

[Присвята:]

*В добру силу від цієї практики хай швидко досягну і звершу магамудру.  
Хай усіх істот без винятку до цього стану приведу. [3х]*

ҐЕВА ДИ ЙІ НЮР ДУ ДАґ / ЧхАК Ґ'я ЧхЕНПО ДРУБ Ґ'ЮР НЕ /  
ДРОВА ЧІґ КЯНґ МАЛУ ПА / ДЕ ЙІ СА ЛА ҐЮ ПАР ШОК //

*Так насамкінець запечатай практику молитвами присвяти і добрих побажань.  
Цю практику записав Павопа<sup>4</sup>.*

*Переклав українською мовою © Ярослав Литовченко, 1999.  
Редагувала Лама Журавка Дазанґ.*

---

<sup>4</sup> Павопа – просвітлений Майстер, маґасіддга, Паво Рінпоче.