

Практика Зелёной Тары

Намкая Норбу



A

ཨ

OM

ཨྐྱ

Э ХО ШУДДХЕ ШУДДХЕ

ཨེ་རྟོ་ཤུང་རྩེ་ཤུང་རྩེ་

ЯМ ХО ШУДДХЕ ШУДДХЕ

ཡེ་རྟོ་ཤུང་རྩེ་ཤུང་རྩེ་

БАМ ХО ШУДДХЕ ШУДДХЕ

བེ་རྟོ་ཤུང་རྩེ་ཤུང་རྩེ་

РАМ ХО ШУДДХЕ ШУДДХЕ

རེ་རྟོ་ཤུང་རྩེ་ཤུང་རྩེ་

ЛАМ ХО ШУДДХЕ ШУДДХЕ

ལེ་རྟོ་ཤུང་རྩེ་ཤུང་རྩེ་

Э ЯМ БАМ РАМ ЛАМ

ཨེ་ ཡེ་ བེ་ རེ་ ལེ་

ШУДДХЕ ШО - ДХА - НА - Е СВА ХА

ཤུང་རྩེ་ཤོ་རྩེ་ན་ཨེ་སྐྱ་རྩེ་

А

ཨ

В ПРОСТРАНСТВЕ ПЕРЕД НАМИ ПРОЯВЛЯЕТСЯ УЧИТЕЛЬ
В ФОРМЕ ГУРУ АРЬЯ ТАРЫ, В ОКРУЖЕНИИ ВЕЛИКОГО СОБРАНИЯ
УЧИТЕЛЕЙ, ИДАМОВ И ДАКИНИ
И МЫ ПРИНИМАЕМ ПРИБЕЖИЩЕ СО СЛОВАМИ:

НА - МО ГУРУ БХЕ

ན་མོ་གུ་རུ་བྱུང་མུ་

НА - МО ДЭВА БХЕ

ན་མོ་རྗེ་ལྷ་བྱུང་མུ་

НА - МО ДАКИНИ БХЕ

ན་མོ་རྗེ་ལྷ་ཀྱི་ནི་བྱུང་མུ་

Тара находится перед нами. Мы подносим ей лотосовый трон и при помощи мантры
приводим в действие ее самаи.

ОМ ГУРУ АРЬЯТАРЕ САПАРИВАРА

ВАДЖРА САМАЯ

ПАДМА КАМАПАЙЕ СТАМ

ཨོཾ་གུ་རུ་ཨྲཱ་ཅཱ་ཀཱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཏྟ་ས་མ་ཡ་པ་བླ་ཀུ་མ་བྱེ་སྟོེ།

(ДАЛЕЕ СЛЕДУЕТ ЧИТАТЬ ПРИЗЫВАНИЕ, ПОВТОРЯЯ КАЖДУЮ СТРОКУ 3,7 ИЛИ 21 РАЗ)

ОМ ДЖЕ-ЦХУН-МА ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་རྩེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ УЧИТЕЛЕЙ

ОМ ЛАМА КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་སླ་མ་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ ИДАМОВ

ОМ ЙИДАМ КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་ཡི་དམ་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ ДАКИНИ

ОМ КХА-ДРО КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་མཁའ་འགོ་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ ЗАЩИТНИКОВ

ОМ ЧЁ – ЧЖОНГ КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་ཚས་སྐྱོང་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ БОЖЕСТВ БОГАТСТВА

ОМ НОР - ЛХА КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་ནོར་ལྷ་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་སྐྱོང་ས།

ОБРАЩЕНИЕ К ТАРЕ, КАК К ЕДИНСТВУ ВСЕХ ПРОЯВЛЕНИЙ, КОТОРЫЕ ДАРУЮТ ОСВОБОЖДЕНИЕ

ОМ ЧЬЯБ - НЭ КЮНДУ ПХАГ-МА ДРОЛМА ЧХЕЛА ДУДДО ЦХЭВЭ ЧЖОНГ

ཨོ་སྐབས་གནས་ཀུན་འདུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་བྱིད་ལ་འདུད་དོ་བཅེ་བས་

སྐྱོང་ས།

МАНТРА ТАРЫ 108 ИЛИ БОЛЕЕ РАЗ

OM TARE TUTTARE TURE SWAHA

ཨོྃ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྣ་རྩུ་ཏཱཾ།

ПРИЗЫВАНИЕ ТАРЫ, ПЕРЕДАННОЕ УЧИТЕЛЕМ АТИШЕЙ. СЛЕДУЕТ ПОВТОРЯТЬ 3, 5 ИЛИ 7 РАЗ

OM ДЖЕЦУН ПхАГМА ДРОЛМА ЧХЕ - ЧХЕННО

ཨོྃ་ཇེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྐྱེལ་མ་བྱེད་མཁྱེན་ལོ།

ДЖИГ ДАНГ ДУГНГЭЛ КЮНЛЭ ЧЬЯБТУ СОЛ

འཇེགས་དང་སྐྱབ་བསྐལ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

КРАТКОЕ ПРИЗЫВАНИЕ ТАРЫ. 108 ИЛИ БОЛЕЕ РАЗ

TARE

ཏཱ་རེཾ།

ВТОРАЯ ЧАСТЬ ПРАКТИКИ ВЫПОЛНЯЕТСЯ В СТИЛЕ АНУ - ЙОГИ

ПРИ ПРОИЗНЕСЕНИИ СЛОГА ТАРА РАСТВОРАЕТСЯ В СВЕТЕ И ВХОДИТ В НАС.

МЫ САМИ ПРЕОБРАЖАЕМСЯ В ТАРУ

TAM

ཏཱཾ།



мантра Тары, начитывается 108 и более раз

OM TARE TAM SWAHA

ॐ तरे तं स्वाहा

OM TARE TUTTARE TURE SWAHA

ॐ तरे तुतरे तुरे स्वाहा

МАНТРА БЕЛОЙ ТАРЫ

OM TARE TUTTARE TURE MAMA AYO PUNYE DJHJANA

ПУШТИМ КУРУ SWAHA

ॐ तरे तुतरे तुरे मम अयु पुन्ये ध्यानं पुष्टिम कुरु स्वाहा

БЛАГОПОЖЕЛАНИЕ

ЧИМЕ ЦЕЙИ ПАЛЛА ЛОНГЧОД ЧИНГ

།འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།

РИГПЭЙ ЛО ДАНГ НАМДЖОД ШЕРАБ ДАНГ

།རིག་པའི་སློབ་དང་རྣམ་དཔྱད་ཤེས་རབ་དང་།

СИ ДАНГ ШИВЭЙ ПАЛДЖОР ГАНГ - ЛАГПА

སྲིད་དང་ཞི་བའི་དཔལ་འབྱོར་གང་ལགས་པ་།

ДЕ КУН ЛХУН - ДЖИ ДРУБПЭЙ ТРАШИ ШОГ

དེ་ཀུན་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག

ПЕСНЯ ВАДЖРА

Э-МА КИ-РИ КИ-РИ МАС-ТА ВА-ЛИ ВА-ЛИ

ཨེ་མ་གི་རི་གྲི་རྩེ། མ་སྐྱ་ཏ་བ་ལི་བྲ་ལྷེ།

СА-МИ-ТА СУ-РУ СУ-РУ КУ-ТА-ЛИ МА-СУ МА-СУ

ས་མི་ཏ་སྐྱ་ཅ་སྐྱ་རྩེ། ཀུ་ཏ་ལི་མ་སྐྱ་ལྷ་སྐྱེ།

Э-КА-РА СУ-ЛИ БХА-ТА-Е ЧИ-КИ-РА БХУ-ЛИ БХА-ТА-Е

ཨི་ཀ་ར་སུ་ལི་བླ་ཏ་ཡེ། རྩི་ཀི་ར་བླ་ལི་བླ་ཏ་ཡེ།

СА-МУН-ТА ЧАРЬЯ СУ-ГХА-Е

ས་སུརྟ་ཙུ་སུ་བླ་ཡེ།

БХЕ-ТА СА-НА БХЕ-КУ-ЛА-Е

བླེ་ཏ་ས་ན་བླ་ཀུ་ལ་ཡེ།

СА-КА-РИ ДУ-КХА-НА МА-ТА-РИ ВАЙ-ТА-НА

ས་ཀ་རིེ། རྩི་ཀ་ནེ། མ་ཏ་རིེ། བི་ཏ་ནེ།

ПА-РА-ЛИ ХИ-СА-НА МА-КАР-ТА КЕ-ЛА-НАМ

པ་ར་ལིེ། ཏི་སུ་ནེ། མ་ཁརྟེ། ཁེ་ལ་ནེ།

САМ-БХА-РА-ТА МЕ-КХА ЧАНТА-ПА

СУРЬЯ БХА-ТА-РЕ ПА-ША-НА-ПА

སེ་བླ་ར་ཐ་མེ་ཁ་ཙུ་པེ། སུརྟ་བླ་ཏ་རྩེ་པ་འ་ན་པེ།

РА - НА БХЕ - ТИ СА - ГХУ - РА - ЛА - ПА

МАСМИН СА - ГУ - ЛИ ТА-Я-ПА

ར་ན་བི་རྩི་ས་བླ་ར་ལ་པེ། མ་སྒྲིན་ས་བླ་ལྷི་ཏ་ཡ་པེ།

ГХУ-РА ГХУ-РА СА-ГХА КХАРНА-ЛАМ

НА-РА НА-РА И-ТХАР-ПА-ТА-ЛАМ

ལྷ་ར་བླ་ར་ས་བླ་ཁ་ན་ལྷེ། ཉ་ར་རྩེ་རྩེ་ཨི་ཐ་པ་རྩེ་ལེ།

СИР-НА СИР-НА БХЕ-СА РАСПА-ЛАМ

БХУН-ДХА БХУН-ДХА ЧИ-ЩА СА КЕ ЛАМ

སི་སྲིར་ན་རྩེ་ས་རྒྱ་ལྷོ། བྱུར་བྱུར་ཚི་ལ་ས་གེ་ལོ།

СА СА: РИ РИ: ЛИ ЛИ: И И: МИ МИ

ས་སྲོ། རི་རྲོ། ལི་ལྲོ། ཨི་ཨྲོ། མི་མྲོ།

РА РА РА

ར་ ར་ རྲོ།

ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ

ОМ ДхАРЕ ДхАРЕ БХЭНДхАРЕ СВАХА

ཨོྃ་རྩེ་རེ་རྩེ་རེ་བྱུར་རྩེ་སྲོ་རྲོ།

ДЖАЯ ДЖАЯ СИДДХИ СИДДХИ ПХАЛА ПХАЛА

རྩེ་ཡ་རྩེ་ཡ། སི་རྩེ་སི་རྩེ། བ་ལ་བ་ལ།

a А ХА ША СА МА

འམ། ཨམ། ཅམ། རམ། སམ། མམ།

МАМА КО-ЛИНГ САМЭНТА

མ་མ་གེ་ལིང་ས་མ་རྩེ།