

## *Útočiště, bódhičitta a Čtyři nezměrné myšlenky*

### **Doslovná a zpívatelná verze**

V Buddhovi, v Dharmě a ve Vynikajícím shromáždění  
přijímám útočiště až do osvětlení.  
Svémi sbírkami, štědrostí a ostatním,  
Kéž dosáhnu buddhovství ku prospěchu putujícím bytostem. (3x)

*V Buddhovi, Dharmě, Sangze vznešené  
Do osvětlení úkryt nacházím  
Svou štědrostí a veškerou ctností  
Kéž pro druhé buddhovství dosáhnu. (3x)*

Kéž mají všechny cítící bytosti štěstí a příčiny štěstí.  
Kéž jsou všechny cítící bytosti prosté utrpení a příčin utrpení.  
Kéž žádná cítící bytost není nikdy oddělena od štěstí bez utrpení.  
Kéž všechny cítící bytosti setrvávají ve vyrovnanosti, bez lpění na blízkých a odporu ke vzdáleným. (3x)

*Kéž vnímající bytosti štěstí a jeho příčin dojdou.  
Kéž utrpení všeho a jeho příčin jsou ušetřeny.  
Kéž štěstí bez trápení vždy a dokonale užívají  
kéž bez lpění a odporu v rovnováze setrvají. (3x)*