# *Letmá meditace na celou stezku*

vysvětlení lamrimové modlitby
ze sádhany *Jóga neoddělitelnosti duchovního učitele a Čenréziga, zdroj veškerých dosažení*
od Jeho Svatosti XIV. dalajlámy

Geše Tenzin Losel

Retreatové centrum Jamtseling

18. - 20. 3. 2022

# *Text a modlitby k učení*

# 1. Sútra esence dokonalosti moudrosti

Klaním se vznešeným Třem klenotům.

Tak jsem slyšel: Jednou Bhagavan pobýval na Supím vrchu v Rádžagrze spolu s velkým společenstvím mnichů a velkým společenstvím bódhisattvů. Tehdy byl Bhagavan pohroužen v soustředění na kategorie jevů zvané Hluboké vyjevení.

V tom čase také bódhisattva mahásattva vznešený Avalókitéšvara nahlížel na tu praxi hluboké dokonalosti moudrosti a uzřel oněch pět souborů také jako prázdné inherentní podstaty.

Poté, silou Buddhy, ctihodný Šáriputra takto promluvil k bódhisattvovi mahásattvovi vznešenému Avalókitéšvarovi: „Jak by se měl cvičit syn rodu, který si přeje uskutečňovat praxi hluboké dokonalosti moudrosti?“

To řekl a bódhisattva mahásattva vznešený Avalókitéšvara ctihodnému Šáradvatíputrovi takto odpověděl: „Šáriputro, kterýkoli syn nebo dcera rodu, kteří si přejí uskutečňovat praxi hluboké dokonalosti moudrosti, by se na to měli dívat takto: měli by správně pohlížet na těch pět souborů také jako na prázdné inherentní podstaty.

Forma je prázdná. Prázdnota je forma. Prázdnota není nic jiného než forma. Forma také není nic jiného než prázdnota. Stejně tak i pocit, rozlišování, skládající faktory a vědomí jsou prázdné.

Tedy, Šáriputro, všechny jevy jsou prázdnota, jsou bezpříznačné, nevytvořené a nezaniklé, neposkvrněné a ne bez poskvrny, nezmenšující se a nezvětšující se.

Tedy, Šáriputro, v prázdnotě není žádná forma, žádný pocit, žádné rozlišování, žádné skládající faktory, ani žádné vědomí. Není tam žádné oko, žádné ucho, žádný nos, žádný jazyk, žádné tělo ani žádná mysl, není tam žádná viditelná forma, žádný zvuk, žádný pach, žádná chuť, žádný objekt hmatu ani žádný jev. Není tam žádný zrakový konstituent a tak dál až po žádný mentální konstituent a žádný konstituent mentálního vědomí. Není tam žádná nevědomost ani vymizení nevědomosti a tak dál až po žádné stárnutí a smrt a žádné vymizení stárnutí a smrti. Rovněž tam není žádná strast, původ, zánik ani cesta, není tam žádná transcendentální moudrost, žádné dosažení ani žádné nedosažení.

A tedy, Šáriputro, protože není žádného dosažení, bódhisattvové spoléhají na dokonalost moudrosti a setrvávají v ní s myslí bez zastření a beze strachu. Úplným překonáním chybování nakonec dojdou na samý okraj, za zármutek.

Všichni buddhové tří časů také zjevně a úplně procitají do nepřekonatelného, dokonalého a úplného osvícení tím, že spoléhají na dokonalost moudrosti.

Proto by tudíž mantra dokonalosti moudrosti, mantra velikého vědění, nepřekonatelná mantra, mantra rovnající se nesrovnatelnému, mantra zcela utišující veškeré utrpení, měla vejít ve známost jako pravda, jelikož není nepravdivá. Mantra dokonalosti moudrosti zní:

TADJATHÁ (ÓM) GATÉ GATÉ PÁRAGATÉ PÁRASAMGATÉ BÓDHI SVÁHÁ

Šáriputro, bódhisattva mahásattva by se měl cvičit v hluboké dokonalosti moudrosti tímto způsobem.“

Poté se Bhagavan vynořil ze svého soustředění a chválil bódhisattvu mahásattvu vznešeného Avalókitéšvaru slovy: „Dobře jsi to řekl, dobře jsi to řekl, synu rodu, je to tak. Je to tak, praxe hluboké dokonalosti moudrosti má být uskutečňována právě tak, jak jsi to vyložil, i tathágatové se radují.“

Tak Bhagavan promluvil a ctihodný Šáradvatíputra, bódhisattva mahásattva vznešený Avalókitéšvara a všichni ti, kteří je obklopovali, spolu se světem bohů, lidí, asurů a gandharvů byli nesmírně rozradostněni a nadšeně velebili to, co Bhagavan řekl.

(Tímto *Árija-bhagavatí-pradžňápáramitá-hridaja-sútra* končí.)

## 2. Letmá meditace na celou stezku

1. Základe štěstí blízkého, vzdáleného, všeho,
laskavý Pane bezchybně cestu ukazuješ.
S jistotou že jsi celistvým souborem útočišť
žehnej mi k čisté důvěře myšlenkou i skutkem.

2. Šancím, svobodám zrození se jmění nerovná
však nelze míti jistoty o čase odchodu.
Nezaujat ni v nejmenším těmito výjevy
žehnej mi ať praxí svaté Dharmy přejdu mimo.

3. S úctou k třem Klenotům jako k přístavu bezpečí,
ochraně před hrůzou z krutých nižších říší žití
vědom si temných a světlých činů i důsledků
žehnej mi zlých skutků se vzdát a ty dobré konat.

4. Veškerá Indry nádhera je pouhým mámením
klamavá je a ošidná jako píseň sirén.
V mysli silné odhodlání dostat se mimo svět
žehnej mi ať ve třech vyšších cvičeních pokročím.

5. Nejlepší mysl úplná vzniklá přemítáním
jak o mne pečovaly vždy s velkou laskavostí.
Žehnej mi vyplout na moře praxe pro bloudící
matky, které jsou trýzněny bytím i poklidem.

6. Jóga ve které se snoubí setrvání s vhledem:
bezpočet divů prázdnoty vždy prosté krajností
v jasném zrcadle neochvějné vyváženosti
se nerušeně odráží - žehnej ať vyvstane.

7. Prošel jsem bránou nejhlubší mantry laskavostí
duchovního učitele, držitele vadžry.
Žehnej mi abych schopen byl správně zachovávat
kořen všeho dosažení, závazky a sliby.

8. Proudy všetvořící karmy přetnuty v toku svém
mečem prázdnoty a blaha nedvojí moudrosti.
Žehnej mi kéž uskutečním již v tomto životě
mahamudry stav blaženství, tělo-mysl jedním.

# *A glance menditation in the entire path*

1. Foundation of all happiness, the near and further both,
Kind-hearted Lord who faultlessly identifies the path,
Being definite that you're the sum of refuge all-in-all,
Bless me that my reliance be by flawless thought and deed.

2. A freedom-fortune basis wealth in billions can't surpass:
Though found, it's fallible, the time of parting undefined.
On no account preoccupied by these appearances,
By sacred Dharma practice then, bless me to go beyond.

3. Revering the three jewels as the refuge that's secure,
Best help against the horrors of harsh evil destinies,
By knowledge of the black and white of actions and effects,
Your blessings on me so I may do virtue and cease sin.

4. Seeing even Indra's splendours all are objects of deceit,
Deceptive and alluring like a siren's song so then,
My mind-stream moved with strong resolve to pass beyond the world,
Please bless me to make progress in the higher trainings three.

5. The best of minds full well aroused through contemplating how
They have with so much kindliness forever cared for me,
Bless me that I embark upon great seas of practice for
Migrating mothers harrassed by the pangs of being and peace.

6. The yoga that's the union of quiescence and insight
Where myriad-wondrous voidness, free forever from extremes
Within the gleaming mirror of unwav'ring equipoise
Shines uneclipsed! O bless that in the mind-stream it arise.

7. Passed through profoundest mantra's door due to the kindness of
The spiritual friend, one qualified as vajra-holder, then,
Please bless me so I'm able to correctly keep the root
Of actual attainments, the commitments and restraints.

8. The all-creating karmic winds cut right off in their flow
By non-dual bliss-void wisdom's sword that is so sharp, so then
Please bless me that, within this life, there may be actualized
The māhamudra of great bliss, mind-body unified.

## 3. Darování mandaly

**SA ŽI PO KI DŽUG ŠING ME TOG TRAM**
Tuto zemi ovoněnou parfémem a posetou kvítím,
**RI RAB LING ŽI NI DÄ GJÄN PA DY**
okrášlenou Králem hor, čtyřmi kontinenty a sluncem a měsícem,
**SANG GJÄ ŽING DU MIG TE ÜL UA JI**
si představuji jako pole buddhů a daruji ji.
**DRO KÜN NAM DAG ŽING LA ČÖ PAR ŠOG**
Kéž se z této čisté země těší všechny živé bytosti!

**JIDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRJATAJAMI**

## 4. Útočiště a bódhičitta

V Buddhovi, Dharmě, Sangze vznešené
do osvícení úkryt nacházím,
svou štědrostí a veškerou ctností
kéž pro druhé buddhovství dosáhnu. (3x)

**DRO NAM DRÄL DÖ SAM PA JI**
S myšlenkou touhy osvobodit putující bytosti
**SANG GJÄ ČÖ DANG GEN DÜN LA**
budu vždy hledat útočiště
**DŽANG ČHUB NING POR ČHI KJI BAR**
v Buddhovi, Dharmě a Sangze
**TAG PAR DAG NI KJAB SU ČI**
dokud nebude dosaženo esence osvícení.

**ŠE RAB NING CE DANG ČE PÄ**

S vytrvalostí, moudrostí

**CÖN PÄ SEM ČÄN DÖN DU DAG**

soucítěním a milující laskavostí,

**SANG GJÄ DÜN DU NÄ GJI TE**

v přítomnosti buddhů a ku prospěchu cítícím bytostem

**DZOG PÄI DŽANG ČHUB SEM KJE DO (3X)**

nechávám vyvstat mysli úplného osvícení. (3x)

## *5. Sedmivětvá modlitba*

S úctou se klaním svým tělem, řečí i myslí.

Přináším všechny druhy obětin, skutečných i přetvořených myslí.

Doznávám všechny své negativní činy nashromážděné od časů bez počátku

a raduji se z ctností všech svatých i obyčejných bytostí.

Prosím zůstaň, dokud samsára neskončí,

a roztoč kolo Dharmy pro cítící bytosti.

Všechny ctnosti své i druhých věnuji velikému osvícení.

Reverently I prostrate with my body, speech, and mind.

I present clouds of every type of offering, actually offered and mentally transformed.

I confess all my negative actions accumulated during beginning-less time

And rejoice in the virtues of all holy and ordinary beings.

Please remain until samsara ends

And turn the wheel of Dharma for sentient beings.

I dedicate all the virtues of myself and others to the great enlightenment.

## 6. Vybrané mantry

Mantra Čenréziga: OM MANI PADME HUM

Mantra svatého jména Jeho Svatosti dalajlámy:

OM AH GURU VADŽRADHARA BHATTARAK / MAŇDŽUŠRÍ / VAGINDRA / SUMATI / DŽNANA ŠASANA / DHARA SAMUDRA / ŠRI BHADRA SARVA SIDDHI HUM HUM

## 6. Modlitby věnování

**GE WA DY JI ŇUR DU DAG**

Kéž se touto ctností

**TUG DŽE ČEN PO DRUB GJUR NE**

rychle dosáhnu velikého soucítění

**DRO WA ČIK KJANG MA LU PA**

a vedu všechny cítící bytosti bez výjimky

**DE JI SA LA GO PAR ŠOG**

do toho osvíceného stavu.

**DŽANG DŽUB SEM ČOG/TO NI TA WA RIN PO ČE**

Kéž nejvzácnější klenot, bódhičitta / vhled do prázdnoty

**MA KJE PA NAM KJE GJUR ČIK**

která / ý ještě nevznikla / nevznikl, vznikne a roste

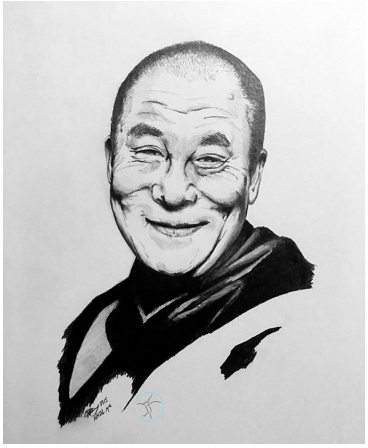
**KJE PA ŇAM PA ME PA JANG**

a ta / ten, která / ý již vznikla / vznikl,

**GONG NE GONG DU PEL WAR ŠOG**

nikdy nezeslábne, ale roste čím dál víc.

# *8. Modlitba za dlouhý život Jeho Svatosti dalajlámy*



**DŽIG TEN KHAM DIR PEN DE MA LU PA**
**GANG LE DŽUNG WEI SAM PEL JI ŽIN NOR**
**KA DRIN CUNG ME TEN DZIN GJA CO LA**
**SOL WA DEB SO TUG ŽE LUN DRUB ŠOG**

Skvoste přání všechna plnící,
původce dobra a štěstí světa,
nejlaskavější Tenzine Gjatso
kéž jsou všechna Tvá přání naplněna.

Source of this world every help and joy
Wish-fulfilling jewel we pray to you
Matchless kind one Tenzin Gyatso la
Effortlessly  be your aims attained.

# *9. Závěrečná lamrimová modlitba* od lámy Tsongkhapy

1. Silou dvou sbírek širých jak prostor
nashromážděných dlouhým úsilím,
kéž se stanu buddhou s mocí průvodce
těm oslepeným nevědomostí.

2. Než se tak stane, kéž neustále
mne vede Maňdžušrího laskavost
nejlepší cestou Lam Rim učení
a kéž těším buddhy svým poznáním.

3. Hnán silou lásky a se schopností
vidět principy stezky tak, jak jsou,
rozptýlím temno v myslích bytostí
a držet budu pravé učení.

4. Tam, kde se vzácná čistá učení
nerozšířila nebo upadla,
se soucítěním srdce blažícím
kéž vyjevím ten poklad radosti.

5. Kéž stupně osvěcující stezky
dovedou hledající k svobodě
za úžasné pomoci Vítězných
jejichž činy kéž setrvávají.

6. Správné podmínky ve všech životech,
zbavením se veškerých překážek
kéž lidské ani jiné bytosti
nesejdou nikdy z chválené cesty.

7. Když kdokoli s velikým úsilím
koná desateré činy Dharmy,
kéž mocní drží ruku ochrannou
a moře štěstí všude rozlijí.