



། རྒྱལ་པོ་ལ་གཞེས་པ་འཛོལ་བ་བྱུང་།།



༄

ལུགས་རྗེ་ཚེན་པོའི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་འགྲོ་དོན་མཁའ་ལྷན་མ་བུལུགས་སོ།།

## RECITAÇÃO E MEDITAÇÃO NO GRANDIOSO COMPASSIVO

*A atividade altruísta que permeia todo o espaço*

## Refúgio e Bodhichitta

།དང་པོ་སྐྱབས་སེམས།

།སངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚེ།  
 །བདག་གིས་སྨིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །ལན་གསུམ།

**SANG GYE TCHO DANG TSOKYI TCHOK NAM LA. JANG TCHUB BAR DU DAK NI KYAB SU TCHI  
 DAK GUI DJIN SOK GYI PE SO NAM KYI. DRO LA PEN TCHIR SANG GYE DRUB PAR SHOK (3)**

No Buda, no Dharma e na Excelente Assembleia, até que eu acesse o solo da Grande Iluminação, eu busco refúgio. Pelo mérito feito através da generosidade e assim por diante, possa eu realizar a Budeidade para o benefício de todos os seres migrantes.

*(repetir 3 vezes)*

**Visualização da deidade**

ལྷ་བསྐྱེད་ནི།

༄༅།

།བདག་སོགས་མཁའ་ཁྱབ་སེམས་ཅན་གྱི།

།སྤྱི་གཙུག་པད་དཀར་ཟླ་བའི་སྟེང་།

**DAK SOK KHA KYAB SEM CHEN GYI. CHI TSUK PE KAR DA WE TENG**

No espaço de pureza plena, meu e de todos os seres sencientes, coroa de nossas cabeças, está um  
lótus branco e uma lua,

ཀྲིཧ་ ལས་འཕགས་མཚོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །དཀར་གསལ་འོད་ཟེར་ལྷ་ལྷན་འཕྲོ།  
མཛོས་འཇུག་ཐུགས་རྗེའི་སྐྱུན་གྱིས་གཟིགས། །ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་ཐལ་སྐྱུར་མཛད།

**HRIH LE PAK CHOK CHENREZI. KAR SEL O ZER NGA DEN TRO  
DZE DZUM TUK JAY CHEN GYI ZIK. CHAK ZHI DANG PO THEL JAR DZE**



HRIH

Nos quais a sílaba HRIH transforma-se no supremo e louvado Avalokiteshvara, que emite raios de uma luminosidade brilhante, branca e vívida, emanção dos cinco aspectos.

Olhando com o olhar compassivo e o sorriso amoroso, com quatro braços, o par superior disposto em prece.

༄

འོག་གཉིས་ཤེལ་ཕྱེང་པད་དཀར་བསྐྱམས། །དར་དང་རིན་ཆེན་བརྒྱན་གྱིས་སྤྲས།  
རི་དྲུགས་སྤྲགས་པའི་སྟོང་གཡོགས་གསོལ། །འོད་དཔག་མེད་པའི་དབྱུ་རྒྱན་ཅན།

**O NYI SHEL TRENG PE KAR NAM. DAR DANG RIN CHEN GYEN GYI TRE  
RI DAK PAK PAY TO YOK SOL. O PAK ME PAY U GYEN CHEN**

O par inferior segurando um rosário de cristal e um lótus branco.  
Ele é adornado com seda e ornamentos preciosos.  
A pele de um cervo cobrindo seu corpo superior.  
O ornamento de sua cabeça é Amithaba, Buda da Luz Infinita.

འཇབས་གཉིས་དོ་རྗེའི་སྐྱེལ་གྱུང་བལྟགས། ཨྲི་མེད་རྣ་བར་རྒྱབ་བརྟེན་པ།  
སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་དོ་བོར་གྱུར།

**ZHAB NYI DOR JE KYIL TRUNG ZHUK. DRI ME DA WAR GYAB TEN PA  
KYAB NE KUN DU NGO WOR GYUR**

Seus dois pés repousam na postura vajra.  
Às suas costas, uma lua imaculada o sustenta.

Ele é a essência e personificação de todas as nossas fontes de refúgio. *(repetir 2 vezes)*



PRECE CLAMANDO PELO OLHAR DE CHENREZIG

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགོན་པོ་ལ་བཞུགས་ཏེ་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བསམས་ལ།

(Imagine todos os seres sencientes fazendo esta prece com você a uma só voz)



༄༅། །རྩོ་བོ་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་སྐྱུ་མདོག་དཀར། །རྩོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།  
།ཕྱགས་རྗེའི་སྐུན་གྱིས་འགོ་ལ་གཟིགས། །སྐུན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཞེས་ཅི་རུས་བསགས།

**JO WO KYON GYI MA GO KU DOK KAR. DZOK SANG GYE KYI U LA GYEN  
THUK JEY CHEN GYI DRO LA ZIK. CHENREZI LA CHAK TSAL LO [ x3 ]**

Soberano, despido de qualquer falta, seu corpo de cor branca, sua cabeça adornada com um Buda Perfeito, olhando para todos os seres com o olhar compassivo, à você, Avolokiteshvara, eu presto reverências. *(repetir 3 vezes)*

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎྜ། OM MANI PADME HUNG X 4

དགེ་སློང་མ་དབལ་མའི་མངོན་པའི་འཕགས་མཚོག་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འབྲུལ་ཚུལ་བཞུགས་སོ།

**PRECE DOS SETE RAMOS**

|འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་དང་། །ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།  
|རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**PAK PA CHENREZI WANG DANG. CHOK CHU DU SUM ZHUK PA YI  
GYAL WA SE CHE THAM CHE LA. KUN NE DANG WE CHAK TSAL LO**

Ao Nobre e Poderoso Avalokiteshvara e àqueles que residem nas dez direções e nas três eras,  
Aos Vitoriosos e seus filhos, a todos eles, eu presto completa e humilde reverência

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎྲི། OM MANI PADME HUNG X 4

མེ་རྟོག་བདུག་སྒོས་མར་མེ་དྲི། །ཞལ་ཟས་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ།  
།དངོས་འབྱོར་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱུལ་ནས་འབུལ། །འཕགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།

**ME TOK DUK PO MAR ME DRI. ZHAL ZE ROL MO LA SOK PA  
NGO JOR YI KYI TRUL NE BOL. PAK PAY TSOK KYI ZHE SU SOL**

Flores, Incenso, Luzes, Fragrâncias, alimento e música;  
Estas oferendas, sejam reais ou imaginadas, eu ofereço.  
Possam a Nobre Assembleia aceita-las.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དགོ་བསུ་དང་མཚམས་མེད་ལྔ།  
སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པའི། རྣིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

**TOK MA ME NE DA TAY BAR. MI GE CHU DANG TSAM ME NGA  
SEM NI NYON MONG WANG GYUR PAY. DIK PA THAM CHE SHAK PAR GYI**

Dos tempos sem início até agora, eu me arrependo das dez ações não virtuosas e dos cinco atos de retribuição imediata. Quando subjugado pelas paixões que obscurecem a compreensão, com todas as outras faltas que tenha cometido, confesso.

འོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4

། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་འབྲུག་ལྷོ་ལོ་སོགས་པས། །  
། ལྷོ་སོགས་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས། །  
། ལྷོ་སོགས་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས། །  
། ལྷོ་སོགས་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས། །

**NYEN THO RANG GYAL JANG CHUB SEM. SO SO KYE WO LA SOK PE  
DU SUM GE WA CHI SAK PAY. SO NAM LA NI DAK YI RANG**

Regozijo-me com os méritos dos Shravakas, Pratyekabuddhas, Bodisatvas e seres comuns, aglomerados nas três eras.

། ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

།སེམ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། ལྷོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བུ།  
།ཆེ་ཆུང་ལུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། ལོ་སྤྱི་ལོ་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ།

**SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG. LO YI JE DRAK JI TA WAR  
CHE CHUNG TUN MONG TEK PA YI. CHO KYI KHOR LO KHOR DU SOL**

Eu rogo para que a Roda do Dharma gire na forma dos veículos menores e maiores,  
Conforme as aspirações e a mentalidade dos vários tipos de seres.

།ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4

འཕོར་བ་རི་སྲིད་མ་སྟོངས་བར། ཟུ་ངན་མི་འདའ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས།  
སྤྱག་བཟུལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

**KHOR WA JI SI MA TONG BAR. NYA NGEN MI DA THUK JE YI  
DUK NGAL GYA TSOR JING WA YI. SEM CHEN NAM LA ZIK SU SOL**

E rogo para que até que o samsara se esgote, os Budas não migrem para o nirvana,  
Mas olhem para todos os seres que estão imersos no oceano do sofrimento.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4

།བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་རྒྱུར་རྒྱུར་ནས།  
།རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་རྒྱུར་ཅིག།

**DAK GI SO NAM CHI SAK PA. THAM CHE JANG CHUB GYUR GYUR NE**  
**RING POR MI THOK DRO WA YI. DREN PAY PAL DU DAK GYUR CHIK**

Possa qualquer mérito que eu tenha acumulado tornar-se a semente da iluminação de todos os seres.  
Uma vez que eu alcance a iluminação eu mesmo, possa eu desenvolver sem demora as qualidades de um salvador de seres.

།ཨོཾ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4



སྨོན་དགེ་སློང་པ་རྣམ་དཀར་པོའི་སྐྱགས་དམ་སྦྱར་རས་གཟིགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ནི།  
**SÚPLICA DE GELONG PEMA KARPO À CHENREZIG**

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྣ་མ་སྦྱར་རས་གཟིགས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཡི་དམ་སྦྱར་རས་གཟིགས།  
།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཕགས་མཚོག་སྦྱར་རས་གཟིགས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐྱབས་མགོན་སྦྱར་རས་གཟིགས།

**SOL WA DEB SO LAMA CHENREZI. SOL WA DEB SO YIDAM CHENREZI**  
**SOL WA DEB SO PAK CHOK CHENREZI. SOL WA DEB SO KYAB GON CHENREZI**

Eu rogo a você, Lama Avalokiteshvara! Eu rogo a você, Yidam Avalokiteshvara!  
Eu rogo a você, Nobre Perfeito Avalokiteshvara! Eu rogo a você, nosso Protetor, Avalokiteshvara!

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱམས་མགོན་ཐུན་རས་གཟིགས། །ཕྱགས་རྗེས་གཟུངས་ཤིག་རྒྱལ་བ་ཕྱགས་རྗེ་ཅན།  
།མཐའ་མེད་འཁོར་བར་གྲངས་མེད་འབྱམས་གྱུར་ཅིང་། །བཟོད་མེད་ལྷག་བསྐལ་སྤོང་བའི་འགོ་བ་ལ།

**SOL WA DEB SO JAM GON CHENREZI. THUK JE ZUNG SHIK GYAL WA THUK JE CHEN  
THA ME KHOR WA DRANG ME KYAM GYUR CHING. ZO ME DUK NGAL NYONG WAY DRO WA LA**

Eu rogo a você, Senhor do Amor Avalokiteshvara! Buda da Grande Compaixão, segure-me firme em sua compaixão.  
Dos tempos sem início, seres têm vagueado no samsara atravessando sofrimentos insuportáveis.

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4

མགོན་པོ་བྱིད་ལས་སྐྱབས་གཞན་མ་མཆིས་སོ། །རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།  
ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །ཞེ་སྤང་དབང་གིས་དམྱལ་བར་སྐྱེས་གུར་ཏེ།

**GON PO KYAY LE KYAB ZHEN MA CHI SO. NAM KYEN SANG GYE THOB PAR JIN GYI LOB  
THOK ME DU NE LE NGEN SAK PAY THU. ZHE DANG WANG GI NYAL WAR KYE GYUR TE**

Eles não têm outro protetor senão você. Por favor, abençoe-os para que eles alcancem o estado onisciente da Budeidade. Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres nascem, por força do ódio, no inferno.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

༄

ཁོ་གང་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །ལྷ་མཚོག་ཁྱེད་ཀྱི་བྱུང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**TSA DRANG DU NGEL NYONG WE SEM CHEN NAM. LHA CHOK KYEKYI DRUNG DU KYE WAR SHOK**

Esses seres, atravessando um excesso de calor e frio, ó mais perfeita das deidades, Avalokiteshvara, possam eles nascer em sua presença.

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

འཕྲོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །སེར་སྣའི་དབང་གིས་ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྐྱེས།  
 །བགྲོས་སྐྱོམ་སྤྱད་བཟུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །ཞིང་མཚོག་པོ་ཏུ་ལ་ཅུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**THOK ME DU NE LE NGEN SAK PE THU. SER NAY WANG GI YI DAK NAY SU KYE  
 TRE KOM DUK NGAL NYONG WAY SEM CHEN NAM. ZHING CHOK PO TA LA RU KYE WAR SHOK**

Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres nascem pela força da avareza como fantasmas famintos.

Esses seres têm atravessado o sofrimento da fome e da sede, possam eles nascer no mais perfeito reino de Potala.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎྜ། OM MANI PADME HUNG X 4

༄༅། །ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །གཏི་མུག་དབང་གིས་དུད་འགོ་སྐྱེས་ལྟར་ཏེ།  
 །སླུ་སྐྱུག་སྐྱུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་དུང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**THOK ME DU NE LE NGEN SAK PAY THU. TI MUK WANG GI DU DROR KYE GYUR TE  
 LEN KUK DUK NGAL NYONG WAY SEM CHEN NAM. GON PO KYE KYI DRUNG DU KYE WAR SHOK**

Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres renascem pela força da estupidez como animais.

Esses seres têm atravessado o sofrimento do embotamento e da estupidez, ó Protetor possam eles renascer em sua presença.

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

འཕྲོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །འདྲོད་ཆགས་དབང་གིས་མི་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས།  
 །བྲེལ་པོང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །ཞིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**THOK ME DU NE LE NGEN SAK PAY THU. DO CHAK WANG GI MI YI NE SU KYE  
 DREL PONG DUK NGAL NYONG WAY SEM CHEN NAM. ZHING CHOK DE WA CHEN DU KYE WAR SHOK**

Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres nascem através da força do apego no reino dos humanos.

Esses seres têm atravessado o sofrimento do nascimento, velhice, doença e morte. Possam todos os seres experienciar os campos perfeitos de Dewachen e lá nascer.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4

༄༅།

ཤོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །སྤྱག་དོག་དབང་གིས་རྩ་མེན་གནས་སུ་སྐྱེས།  
 །འཐབ་ཚོད་སྤྱག་བཟུལ་སྐྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །པོ་དྲ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**THOK ME DU NE LE NGEN SAK PAY THU. TRAK DOK WANG GI LHA MIN NE SU KE  
 THAB TSO DUK NGAL NYONG WAY SEM CHEN NAM. POTALA YI ZHING DU KYE WAR SHOK**

Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres nascem pela força do ciúme e da inveja como semideuses.

Esses seres têm atravessado o sofrimento das lutas e brigas. Possam eles nascer no reino de Potala.

།ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ། OM MANI PADME HUNG X 4



ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས། །ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས།  
འཕོ་སྤང་སྤྱད་བཟུལ་སྤོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །པོ་ཏུ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**THOK ME DU NE LE NGEN SAK PAY THU. NGA GYAL WANG GI LHA YI NE SU KYE  
PO TUNG DUK NGAL NYONG WAY SEM CHEN NAM. POTALA YI ZHING DU KYE WAR SHOK**

Através do poder do karma negativo acumulado desde os tempos sem início, seres nascem pela força do orgulho como deuses.  
Esses seres têm atravessado o sofrimento de cair num renascimento inferior. Possam eles nascer no reino de Potala.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎི། OM MANI PADME HUNG X 4

༄

ཁདག་ནི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དང་མཛད་པ་མཚུངས་པ་ཡིས།  
ཁ་དག་ཞིང་གི་འགོ་རྣམས་སློལ་བ་དང་། །གསུངས་མཚོག་ཡིག་དུག་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་ཤོག།

**DAK NI KYE ZHING KYE WA THAM CHE DU. CHENREZI DANG DZE PA TSUNG PA YI  
MA DAK ZHING GI DRO NAM DROL WA DANG. SUNG CHOK YIK DRUK CHOK CHUR GYAY PAR SHOK**

Possa eu mesmo, através de todas as minhas existências, agir da mesma forma que Avalokiteshvara.  
Através destes meios, possam todos os seres ser liberados dos reinos impuros e possa o som mais perfeito do mantra das  
seis sílabas ser entoado.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

།འཕགས་མཚོག་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་གི་གསུལ་བྱུང་གྱུར་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས།  
།ལས་འབྲལ་སྐྱུར་ལེན་དགོ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཚེས་དང་ལྡན་པར་ཤོག།

**PAK CHOK KE LA SOL WA DEB PAY THU. DAK GI DUL JAR GYUR WAY DRO WA NAM  
LE DRAY LHUR LEN GE WAY LE LA TSON. DRO WAY DON DU CHO DANG DEN PAR SHOK**

Pelo poder desta prece à você, ó mais nobre e perfeito, possam todos os seres ser treinados por mim.  
Possam eles tomar o karma e seus efeitos em consideração e praticar ações hábeis diligentemente.  
Possam eles adotar o Dharma em benefício dos seres.

།ཨོཾ་མཎི་པདྨེ་ཧུང་། OM MANI PADME HUNG X 4

Transformando corpo, fala e mente na deidade de meditação

མོ་གསུམ་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བརྒྱབ་པ་ནི།

༄༅།

།དེ་ལྟར་ཚེ་གཅིག་གསོལ་བ་ཉ་བ་པས། །འཕགས་པའི་སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
།མ་དག་ལས་སྤང་འབྲུལ་ཤེས་སྤྲུངས། །ཕྱི་སྲོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་།

**DE TAR TSAY CHIK SOL TAB PE. PAK PAY KU LE O ZER TRO  
MA DAK LE NANG TRUL SHE JANG. CHI NO DE WA CHEN GYI ZHING**

Havendo assim rogado de forma unidirecionada, luz irradia do corpo daquele que é nobre purificando manifestações kármicas impuras e percepções equivocadas.

O recipiente externo é o reino de Dewachen.

ནང་བཟུང་སྐྱེ་འགྲོའི་ལུས་ངག་སེམས། ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་སྐྱེ་གསུངས་ལྷགས། ལྷན་གྲགས་རིག་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱུར།

**NANG CHU KYE DRO LU NGA K SEM. CHENREZI WANG KU SUNG TUK. NANG DRAK RIK TONG YER ME GYUR**

O corpo, fala e mente dos seres dentro dele tornam-se o corpo, fala e mente de Avalokiteshvara.  
Todo o conhecimento, som e aparências tornam-se inseparáveis da vazies.

Medite assim conforme recita o mantra quantas vezes puder ཅེས་པའི་དོན་བསྐོམ་བཞིན་དུ་ཅི་རུས་བསྐྱེ།

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཾ།

OM MANI PADME HUNG



མཐར་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི་རང་ངོར་མཉམ་པར་བཞག

(Enfim, permita à mente manter-se absorva em sua própria essência, sem criar distinções entre sujeito, objeto e ato)

ཁབ་དག་གཞན་ལུས་སྣང་འཕགས་པའི་སྐྱུ། །སྐྱུ་གྲགས་ཡིག་གོ་བྱུག་པའི་དབྱངས། །དྲན་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་གློང་།

**DAK ZHEN LU NANG PAK PAY KU. DRA DRAK YIK GE DRUK PAY YANG. DREN TOK YE SHE CHEN PO LONG**

A minha aparência é aquela do ser nobre.

Todos os sons são a melodia das seis sílabas.

Todos os pensamentos são a grande extensão da sabedoria original.

DEDICAÇÃO བཏོག་སྒྲོལ།

།དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།  
།འགོ་བ་གཅིག་གྱུང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

**GE WA DI YI NYUR DU DAK. CHENREZI WANG DRUB GYUR NE  
DRO WA CHIK KYANG MA LU PA. DE YI SA LA GO PAR SHOK**

Através desta virtude, possa eu rapidamente realizar o grande estado daquele que é onisciente  
E, então, possa eu estabelecer todos os seres sem exceção neste nível.

༄༅། །འདི་སྣང་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་འགོ་བ་ཀུན།  
།མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བར་གྱུར་མ་ཐག །བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྒྱས་ཏེ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**DI TAR GOM DE GI PAY SO NAM KYI. DAK DANG DAK LA DRAL THOK DRO WA KUN  
MI TSANG LU DI BOR WAR GYUR MA THAK. DE WA CHEN DU DZU TE KYE WAR SHOK**

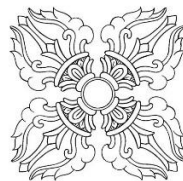
Pelo mérito de meditar e recitar o mantra desta forma, possa eu e todos os seres conectados a mim,  
Assim que descartarmos este corpo impuro, milagrosamente nascer em Dewachan.

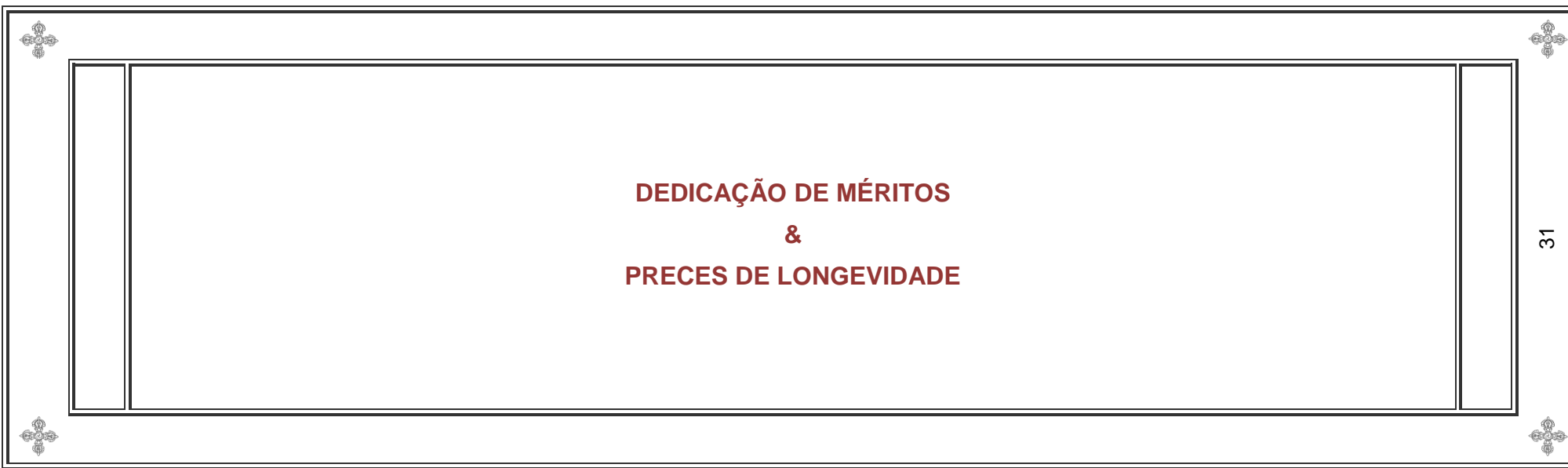


ལྷེ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཅུ་རབ་བསྐྱོད་ནས། །སྤྱལ་པས་ཕྱོགས་བཅུར་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག།

**KYE MA THAK TU SA CHU RAB DRO NE. TRUL PE CHOK CHUR ZHEN DON JE PAR SHOK**

E, assim que tivermos nascido lá, atravessando os três níveis do Bodisatva,  
Que possamos emanar nas dez direções, trabalhando em benefício dos outros.





**DEDICAÇÃO DE MÉRITOS  
&  
PRECES DE LONGEVIDADE**

**DEDICAÇÃO** དག་བས་ན།

དག་བ་འད་ཡས་མཁའ་མཉམ་སམས་ཅན་ཀན། སག་དང་སབ་པའ་ཚྲགས་ཀན་བང་གར་ནས།  
བསམ་པའ་དན་ཀན་ཡད་བཞན་འགབ་འགར་ནས། ར་ར་འཆང་ག་ག་འཕང་མར་ཐབ་ཤག

**GÉWA DIYI KHA NYAM SEMCHEN KUN. DIG DANG DRIB PEI TSHOGKUN JANG GYUR NÉ  
SAMPEI DONKUN YISHIN DRUBGYUR NÉ. DORJÉ CHANGGI GOPHANG NYURTHOB SHOG**

Através dessa virtude, possam todos os seres, vastos como o espaço infinito,  
Purificar por completo o acúmulo de negatividades e obscurecimentos,  
Realizar todos os seus propósitos pretendidos, tal como imaginados  
E rapidamente alcançar o estado de Vajradhara.

ས་བར་དམ་པའ་ཆས་ལ་ནན་ཏན་གིས། བང་ཆབ་ཆན་པའ་ས་ལ་མ་པན་བར།  
བར་ཆད་བདད་བཞུའ་གཡལ་ལས་རལ་བ་དང་། ཉམས་རགས་གང་ད་འཕལ་བའ་བཀ་ཤས་ཤག། །།

**KYÉWAR DAMPEI CHÖELA NENTEN GYL. JANGCHUB CHENPOI SALA MACHIN PAR  
BARCHE DÜE ZHII YULLÉ GYELWA DANG. NYAMTOG GONGDU PHELWEI TRASHI SHOG**

Por vidas, através da prática constante do genuíno Dharma,  
Até que eu acesse o solo da Grande Iluminação,  
Possam eu ser vitorioso no combate aos quatro maras obstrutores,  
E possam sinais auspiciosos se mostrarem através do desenvolvimento da  
experiência e da realização

PRECE DE LONGEVIDADE À S.S. O DÉCIMO SEGUNDO GYALWANG DRUKPA

༄༅། །དཔལ་ལྷན་པ་དབང་འབྲེལ་པ་བཅ་གཉེས་པའ་ཞབས་བརན་བཞགས་ས།།

ཨྱིས་ས། བདད་བཞའ་དཔང་གས་འཇགས་མད་ར་ར་འཇོན། མང་རའ་གཏར་མཛད་པད་དཀར་པའ་གར།  
མཁན་རབ་དབང་ཕག་འབྲེལ་པ་ཆས་ཀ་རའ། ཞབས་ཟུང་རག་བརན་བཞའ་དན་ལན་གབ་ཤག། །།

**OM SOTI. DÜE SHII PUNGGI JIGME DORJÉ DZIN. NYINGJÉ TERDZÖE PADMA KARPOI GAR.  
KHYENRAB WANGCHUG DRUKPA CHÖE KYI JEL. SHABZUNG TAGTEN SHÉDON LHUNDRUB SHOG.**

Detentor do Vajra, destemido subjugador dos quatro maras,  
Tesouro de compaixão, a atividade manifesta de Pema Karpo,  
Ó Drukpa, Senhor do Dharma, Poderoso Senhor do Supremo Conhecimento,  
Possas você ter definitivamente uma longa vida e seus desejos serem espontaneamente realizados.

**PRECE DE LONGEVIDADE AO LAMA JIGME LHAWANG**

Você recebeu a sua herança,  
As bênçãos da intenção iluminada da linhagem suprema,  
Você cuida de mim e de outros seres amorosamente nestes tempos de degenerescência.  
Lama de grande bondade, possa você usufruir de uma longa vida  
E que todas as aspirações esplêndidas que você cultiva em sua mente  
Possam ser realizadas.





*Drukpa Publicações Brasil 2016.*