

Ikdienas lūgšanas A-ci dzokčena ievadpraksei

(Daily Prayers of A-Khrid Dzogchen Preliminary Practice)

Agitas Baltgalves tulkojums no tibetiešu valodas
Geshe Dawa Namgyal Kharnatsang Rinpoche –
audio ieraksti gjuto melodijā

(Ar sarkanu iezīmētie teksti ir skaitāmi 100 000 reizes)

1. Lūgšana *Name Šerapam Ģelcenam*¹

Dižās svētlaimes valdniek, Kuntu Zangpo², kurš pārstāv visus uzvarētājus,³
Lauva, kura rēcienā gudrība, visu paturot prātā un nekad neko neaizmirstot.
Šīs pasaules bon galvas rota, kam nespēj līdzināties neviens,
Šerap Ģelcen,⁴ pie Jūsu pēdām es skaitu šo lūgsnu.

Ņamē lamē soldep
Dečen ģelpo kunsan(g) ģelva du,
Midže zun(g)den šerap mavē sen(g),
Dzamlin(g) bon ģi cuģen ņamēpa,
Šerap ģelcen žapla solva dep.

2. Godbijīga sekošana skolotājam⁵

Cik brīnišķīgi! Jebkuram, kas tiecas uz apgaismības mērķi,
Lama ir pilnības dziļā ceļa un buddhas stāvokļa⁶ cildenā sakne,
Tieši viņam, kam piemīt sešas raksturiezīmes⁷ un trīs īpašības,⁸
Ar klausīšanos, disciplīnu, domām, praksi un ticību ir jāseko.

3. Brīvību un dotību jēgas izvērtējums

Ķermenī, kas apveltīts ar 18 priekšrocībām – 8 brīvībām⁹ un 10 dotībām,¹⁰
Ir ļoti grūti iegūt, tāpēc uz daudzu piemēru pamata tās augstu jānovērtē.
Tagad, kad iemantots šis ķermenis, kas vērtīgs kā dārgakmens,
Ir īpaši jācenšas veikt šķīsti tikumīgas rīcības.

¹ *Name Lama* – burt. Visaugstākais skolotājs, kuram neviens nespēja līdzināties. *Name* ir personvārda sastāvdaļa, *Lama* – skolotājs (burt. visaugstākais, apgaismotais prāts).

² Šeit saisinājumā *Kunzang* – burt. Pilnīgi visur labs un cēls. Kuntu Zangpo ir svēta būtne, visu buddhu pirmsākums, absolūtais labais, absolūtā svētlaimē. Tas izpaužas absolūtajā *bon* ķermenī – *bonku*.

³ Uzvarētāji ir buddhas, kuri guvuši uzvaru pār savām jūtām, domām un visām ciešanām.

⁴ Burt. Gudrības uzvaras karogs.

⁵ Burtiski – paļaušanās metode. Šī ir lūgsna, kas māca, kā meklēt, pietuvoties, godināt un sekot skolotājam (tib. *lamam*).

⁶ Tibetiešu valodā izmantots tikai viens vārds – *sangje* (buddha).

⁷ Pilnīga izpratne, nepārtraukta prakse, niecīga pieķeršanās pasaulīgajām lietām, rīcības saskaņā ar mācību, līdzjūtība pret dzīvajām būtnēm, skaidrs un apgaismots skatījums.

⁸ Līdzjūtība, spēja novērst šķēršļus, prasmīga metode citu atbrīvošanai.

⁹ Vārds *del* var norādīt uz “brīvo laiku”, kad iespējams pievērsties mācības praksei. Tas var arī norādīt uz “atbrīvotību” no astoņiem nelabvēlīgiem stāvokļiem. Pirmie četri attiecas uz cilvēku eksistences sfēru: 1. Būt brīvam no nepareiziem (citu ticību un ideoloģiju) uzskatiem, 2. Nepiedzimt neticīgo (barbaru) zemē, 3. Nepiedzimt laikā, kad nav budisma mācības (patreiz pasaulē ir tagadnes Buddhas Šākjamuni mācības laiks), 4. Nepiedzimt ar garīgiem un miesiskiem defektiem. Otrie četri attiecas uz citām eksistences sfērām: 5. Nepiedzimt elles sfērā, 6. Nepiedzimt izsalkušo garu sfērā, 7. Nepiedzimt zvēru sfērā, 8. Nepiedzimt ilgmūžīgo dievu (un pusdievu) sfērās. Šajās pārdzimšanās nav budisma mācības.

¹⁰ Vārds *džor* norāda uz iedzimtu dotību, saikni, liktenīgu satikšanos, laimīgu gadījumu, veiksmi. Pirmās piecas no desmit dotībām parāda iekšējos apstākļus: 1. Piedzimt cilvēku pasaulē, 2. Piedzimt ar cilvēka ķermeni, 3. Piedzimt ar pilnīgām maņām, 4. Dzīvot vietā, kur ir budisma mācība, 5. Dzīvot laikā, kad ir budisma mācība. Otrās piecas dotības attiecas uz ārējiem apstākļiem: 6. Iespējams satikt skolotāju, kam ir visas atbilstošās īpašības, 7. Iespējams satikt garīgos draugus, cilvēkus ar līdzīgu motivāciju uz apgaismību, 8. Ir laiks, kad praktizēt mācību, 9. Nav nepareizu uzskatu, 10. Nav jāpiedzīvo astoņi nelabvēlīgie apstākļi (kas minēti iepriekš pie astoņām *del* brīvībām).

4. Domas radišana¹¹

Līdzīgi kā cildenie buddhas – uzvarētāji
Ar trīs laikos¹² uzkrāto tikumu brīnišķo spēku
Es radu domu par visdīžāko apgaismību,
Lai visas būtnes varētu sasniegt buddhas stāvokli.

Sem ke

*Džitar ģelva phakpa dži žindu,
Tisok dusum gevē thu pel ģi,
Semčen sangje thoppar džavē čir,
Dak ņi džan(g)čup čoktu sem ke do.*

5. Ieiešana patvērumā

(Lama) Viedais lama – diženais trīs ķermenju¹³ rašanās pamats
(Buddha) Tā gājušie¹⁴ trīs laiku buddhas – pilnīgie aizstāvji,¹⁵
(Bon mācība) Buddhu statujas, portreti, stūpas un runas (raksti)¹⁶ kā balsts,
(Mūku kopiena) Desmit virzienu¹⁷ svētie, kas kā gaismekļi rāda atbrīves ceļu.
Es klanos šiem četriem un pieņemu patvērumu pie tiem.

Ķapdžo

*Šenrap lama ku sum džungnē pel,
Du sum deršek dzova jonķi gon,
Ku zuk, želķin, kudun(g), sun(g)rapden,
Čok ču šenrap tharlam donpē dzon,
Nē žir čakcel dzokun ķapsuči.*

6. Atzišana¹⁸

Jums, buddhām,¹⁹ bez slēpšanas es atklāti atzīstu
Itin visus manis paša un visu dzīvo būtņu
Netikumus un ļaunos darbus, kas paveikti
No bezgalīgiem laikiem līdz pat
Tagadējam brīdim, kad iegūts šis ķermenis.²⁰
Paveikto nekrietno darbu sārņus
Ar savu žēlsirdību, lūdzu, attīriet visus!
Turpmāk es tiekšos tikai pēc labajiem darbiem.

¹¹ Doma attiecas uz prātu jeb apziņu, kas tiecas pēc apskaidrības, apgaismības visu dzīvo būtņu labā, arī – līdzjutības doma.

¹² Pagātne, tagadne un nākotne.

¹³ *Bonku* – absolūtais ķermenis, kas reprezentē pirmatnējo pilnību, īsto realitāti un būtņu īsto dabu; *dzukku* – pilnīgais ķermenis, kas parādās izciliem praktizētājiem meditācijā un vīzijās; *culku* – brīnumainais ķermenis, kas parādās uz zemes (piem., skolotāju, buddhu tēlu un gleznojumu veidolā).

¹⁴ Sanskr. *tathāgata* (*burt.* tā gājis) buddhas pseidonīms. Kad mācekļi jautāja Šāķjamuni Buddham, kur un kā viņš ieguva savu mācību, Buddha teica: “Es pats tā nācu un tā gāju,” norādot, ka viņam nav bijis konkrēts skolotājs, ka viņš pats dabiskā ceļā atklāja patiesību un ieraudzīja savu īsto būtību.

¹⁵ Buddhu pseidonīms, kas norāda, ka buddhas spēj aizsargāt cilvēkus no dažādiem ļaunumiem un problēmām.

¹⁶ Stūpas ir buddhas prāts, svētie raksti ir buddhas runa, statujas un gleznojumi ir buddhas ķermenis.

¹⁷ Desmit virzieni ir četras debespuses, četras starp debespuses, augša un apakša. Norāde, ka garīgie draugi, praktizētāji un mūki ir itin visur.

¹⁸ Slikto darbību un jūtu apzināšanās un nožēlošana.

¹⁹ Tibetiešu valodā ir lietota pieklājības forma otrajā personā, bet nav nosakāms skaitlis. Tāpēc varētu būt, ka tiek uzrunāts viens vai arī vairāki buddhas.

²⁰ Labskanības dēļ rindiņas latviešu valodā ir samainītas vietām, tās neatbilst rindu secībai tibetiešu oriģināltekstā. Arī dažos citos pantos rindu secība var būt mainīta, jo tibetiešu valodas teikuma struktūra nereti ir ļoti atšķirīga no latviešu valodas.

7. **Mandala** (🎵 pirmā melodija) , (🎵 otrā melodija)

Cik brīnišķīgi! Uz pieciem elementiem²¹ stāv Meru kalns²² un septiņi kalnāji,
Četri kontinenti un subkontinenti,²³ iekšējie un ārējie ziedoņi, ko vien katrs vēlas,
Ar sauli un mēnesi rotātas miljardiem šādas pasaules
Es ziedoju savā prāta mandalā, lūdzu pieņem tās!

Menda

*Ema džun(g)ē ten(g)du žižap židun dan(g),
Lin(g) ži lin(g)cen či nan(g) dojon če,
Ni de ģenpa čeva caģa di
Dagi lolan(g) bulo šesu sol.*

8. **🎵 Guru joga** (skolotāja pielūgums)

Galvvidū, svētlaiimes pilī mītošo
Labvēli – saknes guru es pielūdzu.
Dižais dārgum, kas rādi buddhas prātu,
Svēti mani, lai varu to izzināt pats sevī.

9. **🎵 Šķēršļu attīrīšanas ceļš**

Ak, brīnišķo, labo skolotāj, Tu pārstāvi trīs ķermeņu jēgu.
Lūdzu, dāvā jo drīz manai apziņas plūsmai
Itin visas Tavas žēlsirdības svētības.
Lai norimst iekšējie, ārējie un slēptie šķēršļi!
Lai savā prātā es ātri sasniegšu Kuntu Zangpo²⁴ pilnību!

Lai skolotāja svētība ienāk manā prātā!
Lai skolotāja svētība ienāk manā prātā!
Lai skolotāja svētība ienāk manā prātā!

10. **🎵 Lūgums pēc svētības**

Jums, diženie un godājamie dzīvo būtņu aizstāvji,
Es veltu šo lūgšanu, lūdzu pieņemiet to žēlsirdīgi!
Visu būtņu labsirdīgie un krietnie tēvi,
Ar savu svētību aizsargājiet mani kā bērnu!

Dodiet svētību un spēku praksei,
Sniedzot padomus par vissvarīgāko!
Dodiet svētību, lai rodu izpratni par bēdām,
Kas pasaules iluzorajās parādībās!

Dodiet svētību, lai dzimst manī nepatika
Pret nebeidzamo ciešanu cikla okeānu!
Dodiet svētību, lai varu pārraut atkarību no
Naidnieku, draugu un dēmonu māņiem!

²¹ Zeme, ūdens, uguns, gaiss (vējš) un telpa (debesis).

²² Arī saukts par Šumeru jeb Tise kalnu. Hinduisti, bon un budisti to uzskata par pasaules centrālo asi. Realitātē to bieži asociē ar Kailaša kalnu.

²³ Astoņi subkontinenti kopā ar četriem kontinentiem, Meru un septiņiem kalniem veido ideālo visumu.

²⁴ Skat.skaidrojumu 2.piezīmē.

Dodiet svētību, lai nav pieķeršanās
Pie materiālo lietu iluzorajām bagātībām!
Dodiet svētību, lai nerodas tieksmes
Pēc seklām nodarbēm, kas novērš prātu!²⁵

Dodiet svētību vienmēr nožēlot
Savas kļūdas, kas visa sliktā balsts!
Dodiet svētību vienādei, nesavtīgai attieksmei
Pret vecākiem, bērniem, radiem un citām būtnēm.²⁶

Dodiet svētību, lai varu ieraudzīt un pierast
Pie savas prāta dabas, kas grūti atklājama!
Dodiet svētību, lai briesmīgajā bardo²⁷ aizā
Mani nepārņem bailes.

Dodiet svētību, lai kļūstu brīvs
No garā dzīves-nāves cikla ceļa!
Dodiet svētību pārvarēt pašapmānu –
Nelabo,²⁸ kas ar maģiju kavē praksi.

Dodiet svētību un spēku, lai viena garša²⁹
Prātā kaislei, sāpēm, cerībām un bailēm.
Dodiet svētību izzināt īsto dabu, kuras jēga –
Nemainība, mērenums³⁰ un dabiskums.

Dodiet svētību, lai nav ne ko pielikt, ne atņemt,
Lai piedzīvoju skaidrības laimi bez priekšstatiem.
Dodiet svētību, lai bez jebkādiem šķēršļiem
Vienmēr atklājas paša vieduma spēks.

Dodiet svētību, lai apgaismes ceļā varu izdibināt
Labā, ļaunā, laimes un ciešanu pēkšņos cēloņus.
Dodiet svētību, lai kā labu draugu es uztveru
Prātu, kurā rodas un attīstās domu plūsma.

Dodiet svētību, lai gūstu izpratni un atbrīvi,
Piedzīvojot trīs ķermeņus bez atšķirtības.
Dodiet man pilnīgās spējas un pilnvarojumu,
A OM HŪM³¹, ČIPAR³² RATNA³³ THACĒN³⁴ SITI³⁵ DU³⁶.³⁷

²⁵ Novērš prātu no budisma prakses un principiem.

²⁶ Domāti visi, kas mīt sešās eksistences sfērās: elles būtnes, izsalkušie gari, dzīvnieki, cilvēki, pusdievi un dievi.

²⁷ Posms pēc nāves, līdz nākamajai pārdzimšanai.

²⁸ Sanskr. *mara* – dēmons, kas dusmu, šaubu un baiļu veidolā uzmācās arī Šāķjamuni Buddham, kad viņš sēdēja meditācijā. Šādi nelabie ir jāpārvar ikvienam praktizētājam.

²⁹ Vienāda attieksme, ar neizmainītu prāta stāvokli.

³⁰ Burtiski – bez galējībām.

³¹ Šeit šīs trīs zilbes simbolizē ķermeni, runu un garu.

³² Žangžung valodā – skolotājs, lama, guru.

³³ Sanskritā – dārgums.

³⁴ Žangžung valodā – visi, visas.

³⁵ Sanskr. *siddhi* – virsspējas, pārdabiskās spējas.

³⁶ Tib. *’du* – būt, lai ir!

11. Trīs sirds mantras³⁸

A OM HŪM, Ā AKAR³⁹ SALE⁴⁰ O⁴¹ AJANG⁴² OM DU⁴³
OM MA⁴⁴CI MUJE SALE DU⁴⁵
AKAR AME⁴⁶ DUCISU NAKPO⁴⁷ ŽIŽI⁴⁸ MALMAL SŌHA⁴⁹ 50

12. Simts zilbju mantra

SO MUJE DZOČUNG JELAM CICI TARDAR
SALBAR Ō PARAM SŌHA
SO MURA TAHEN VENNI DZUMHJUN
MUDZE MUDZE MURA MUDZE
MUJE MUJE HARA MUJE
MUDZO MUDZO VERO MUDZO
MUNI ǾERTŌ JEǾĀ KHARO
DZODEL HJIHJO VERNI VERO
ŠULA VERO NAHU TAKA
ŠUDHO ŠUDHO DU ŠUDHO JA
SALE SALE ČI SALE JA
SANGe SANGe SU SANGe JA
MURA TAHEN ČICE DZUNG MU HAHA DZUMDZUM HOHO LAMLAM HŪMHŪM
PHET PHET

13. Mandalas piedāvājuma mantra

NAMO AKAR ŠAJA NIŠĀ SALE SANGe JE SŌHA
DZO ŽITI KARMA LA HO
A JAm RAm MAm KHAM DZUm ŠĀ SALE SANGe SŌHA
ČOPHUR SALE HALO SENG
OM Ā DADA DEDE ČOPHUR SALE HALO SENG

³⁷ Teikums uztverams kā mantra – svētie vārdi, kas noslēdz lūgšanu. Aptuvena doma ir šāda: “*Visi dārgie skolotāji, dodiet virsspējas manam ķermenim, runai un garam!*”

³⁸ Mantras sevī ietver zilbes, kas nav burtiski tulkojamas, lai gan dažkārt tajās parādās arī vārdi ar konkrētu nozīmi. Budistu mantras pārsvarā ir sanskrita vārdu skaņu transkripcija, tāpēc tām iespējams atrast konkrētu nozīmi sanskritā. Bet bon mantras ir sanskrita un tibetiešu valodas sajaukums un neietver tekstos vai ikdienā lietotos vārdus. Dažas bon mantru zilbes pēc izrunas atgādina konkrētus vārdus tibetiešu valodā vai sanskritā, bet rakstība ir saīsināta vai izmainīta.

³⁹ Baltais a.

⁴⁰ Skaidrs, gaišs.

⁴¹ Gaisma.

⁴² Mūžīgs, pastāvīgs, ilgstošs.

⁴³ Šī mantra attiecas uz *bonku* – absolūto ķermeni, kas reprezentē pirmatnējo pilnību, īsto realitāti un būtņu īsto dabu.

⁴⁴ Zilbe *ma* tibetiešu valodā attiecas uz sieviešu dzimti un uz sievišķām būtnēm.

⁴⁵ Šī mantra attiecas uz *dzukku* – pilnīgo ķermeni, kas parādās izciliem praktizētājiem meditācijā un vīzijās.

⁴⁶ Zilbe *me* tibetiešu valodā nozīmē “uguns”.

⁴⁷ Melns.

⁴⁸ Miers, mierīgs.

⁴⁹ Mantras noslēguma zilbei *sōha*, kas nāk no sanskrita, ir aptuveni tāda pati nozīme kā tibetiešu valodā zilbe ‘*du*, kas saistās ar darbības vārdu “būt” (tib. ‘*dug*). Šeit – lai ir, tā tas ir.

⁵⁰ Šī mantra attiecas uz *culku* – brīnumaino ķermeni, kas parādās pasaulīgajos veidos.

14. Veltījuma lūgšana⁵¹

Lai jel kādi skaidrie tikumi būtu veikti pa trim vārtiem,⁵²
Es itin visus tos veltu trīs lauku⁵³ dzīvajām būtnēm.
Attīrot trīs laikos uzkrātos karmisko darbību sārņus,
Lai ātri sasniedzam trīs ķermeņos pilnīgo buddhas⁵⁴ stāvokli!

N(g)o mon

*Go sum dakpē geva gangīpa,
Kham sum semčen namḥi dondu n(g)o,
Du sum sakpē le dzip kun džan(g) nē,
Ku sum dzokpē sangje ṇur thop šok.*

⁵¹ Šī lūgšana ir skaitāma itin visu prakšu noslēgumā, lai ar savām reliģiskajām un tikumiskajām darbībām iegūto labo karmu un nopelnus veltītu visām dzīvajām būtnēm, vēlot tām apgaismību.

⁵² Fiziskās darbības ar ķermeni, runas pa muti un domas prātā.

⁵³ Vēlmju lauks (sešu eksistences sfēru parastās būtnes), formu lauks (meditāciju un vizualizāciju praktizējošie), bezformu lauks (visizcilākie meistari, kuru meditācija un prakse ir bez formām).

⁵⁴ Burt.no sanskrita – apgaismība, apskaidrība. Tibetiešu valodā vārds “buddha” sastāv no divām zilbēm: *sang* – tīrība, skaidrība; *gje* – izplatīt, attīstīt, pilnveidot.