

ངམ་གསོ



NGALSO
Path to Enlightenment

Preghiere preliminari e dediche Ngalso

Fonetica tibetana e sanscrita e traduzione in italiano di preghiere e mantra generalmente eseguiti durante l'apertura e la chiusura degli insegnamenti di Lama Michel Rinpoche

Preghiere preliminari:

Preghiera e mantra per richiedere le benedizioni del guru radice, Lama Gangchen Lobsang Thubten Trinley Yarpel

Lo cio sang po pal ghiur ta sci pa
Tub cen ten pe trin le iar ngo da
Pel ghie dro lor tsam pe dze pa cen
Pal den la me sciab la sol ua deb

In una vita precedente sei apparso come Sango Tashi, glorioso possessore della suprema mente virtuosa; dispensatore di buon auspici, azione divina degli insegnamenti del Buddha, benefico come una luna crescente, che agisci in accordo con le capacità mentali degli esseri per il loro sviluppo e maturazione; ai tuoi piedi, glorioso Lama Lobsang Thubten Tinley Yarpel, faccio richiesta.

OM AH GURU VAJRADHARA SUMATI MUNI SHASANE KARMA UHTA VARDANAYE SHRI
BADHRA VAR SAMANIYA SARWA SIDDHI HUM HUM (x3)

Concedici i siddhi mondani e straordinari di Lama Vajradhara, la nobile mente della dottrina del Buddha che accresce l'attività dei nobili e dei gloriosi.

Metodo per realizzare il guru interiore

Daghi Getsun Lama Tug Ge Cen

Gnam Da Da La Tug Ce Si Su Sol
Ghie Pe Scel San Dag La Ten Du Sol
U Iun Sun Ghi Nan Ua Tsel Du Sol

Tse Cig Gnin Ne Sol Ua Deb Pe Tse
De Cen Korlo u Su Leg Sciu Ne
Yi La Sampe Do Don Ma Lu Pa
Ghe Me Lung Ghi Drupar Gin Ghi Lob

Tso Gni Tso Dang Dictung Scia Pe Tse
Dunghi Namki Yin Su Le Sciu Ne
Labcen Tsogni Yon So Tso Pa Tang
Ceran Gnir Tung Ciang War Gin Ghi Lob

Cian Ciub Parghi Gni Tsen Tu Cun Tu
Gnin U Peme Se Dru Leg Sciu Ne
Cian Ciup Drub Pel Ghel Chien Cun Sci Scin
Tu Chien De Lag Drub Par Gin Ghi Lob

Dag Ghi Lo Na Cio La Ciog Pa Dan
Cio Min Sam Gior Gnien Pa Sci Ua Dan
Cio Dan Tun Pe Do Don Ma Lu Pa
Be Me Lun Ghi Drup Par Gin Ghi Lob

Dor Na Te Ne Tse Rab Tam Ce Da
Di Cin Bardo Ne Cab Tamce Du
Re se Chiab Ne Lama Chie Le Me
Tu Ce Cen Ghi Da La Si Su Sol

Gon Chiab Drel Ue Gnam Tag Da Cia La
Ge Tsun Lame Tug Ge Ra Go Ne
Cu Dang Sun Ghi Nan Wa Drel Me Du
Gniam Su Gnon Ne Chel San Tob Par Scion

Kye Wa Kuntu Yandang Lama Dang
Drel Me Cio Chi Pel La Long Cio Cing
Sa Dang Lam Ghi Yonten Rabzog Ne
Dorje Ciang Ghi Gopang Gniur Tob Shog

Ti prego, mio prezioso e santo Guru, con la tua mente infinitamente compassionevole rivolgimi il tuo sguardo su di me, tormentato dalle sofferenze. Mostrami il tuo radioso volto sorridente (Corpo).

Ti prego, donami la benedizione della tua sacra Parola “che toglie il respiro”. Dal profondo del mio cuore ti supplico, con concentrazione univoca: quando medito e ti visualizzo sulla cima del capo, ti prego siediti graziosamente al centro della Ruota delle Beatitudine e benedicimi affinché possa realizzare velocemente e facilmente qualsiasi aspirazione virtuosa sorga

nella mia mente.

Confesso qui tutte le azioni negative e raccolgo le due accumulazioni. Quando ti invoco, ti prego, appari nello spazio di fronte a me e benedicimi perché possa completare le due accumulazioni, come una vasta onda che si espande per purificare tutte le reazioni negative.

Quando ti prego dal profondo del cuore siediti gioiosamente al centro del loto nel cuore e restaci sempre, di giorno e di notte, fin quando otterrò l'essenza dell'Illuminazione.

Benedicimi affinché possa ottenere tutte le condizioni favorevoli che conducono alla felicità e affinché siano distrutte tutte quelle che ostruiscono il campo alla libertà.

Benedicimi affinché senza sforzo possa realizzare tutte le aspirazioni virtuose, pacificare tutti i pensieri e le azioni negative e stabilizzare la mia mente nel Dharma. In breve, ora e in tutte le mie vite future, e nel bardo, non avrò bisogno di altro rifugio.

Per favore rivolgimi il tuo sguardo compassionevole. Prenditi cura di me che soffro e sono privo di rifugio e benedici il mio corpo, parola e mente ordinari. Sia così per noi possibile raggiungere la beatitudine dell'unione inseparabile con il tuo Santo Corpo, Parola e Mente. Sia per me possibile ottenere il godimento della buona fortuna, mai separato dalla tua Santa Beatitudine.

In tutte le mie esistenze possa non essere mai separato dal Guru perfetto e quindi gioire dello splendore del Dharma. Perfezionandomi nelle virtù dei sentieri e degli stadi, possa io ottenere velocemente lo stato di Vajradhara.

Meditazione per diventare della stessa natura del maestro

Essenza del Ganden Chagkya Chenpo - Preghiera Mahamudra per invocare le benedizioni del Grande Padre e della Grande Madre

Pa chiu chi cu dang dag ghi lu
Pa chiu chi sung dang dag ghi ngag
Pa chiu chi tug dang dag gyi i
Don ier me cig tu gin ghi lob

Il tuo santo corpo e il mio corpo, o padre. La tua santa parola e la mia parola, o padre. La tua santa mente e la mia mente, o padre. Per favore benedicimi affinché le mie tre energie possano diventare inseparabili dalle tue.

Ma chiu chi cu dang dag ghi lu
Ma chiu chi sung dang dag ghi ngag
Ma chiu chi tug dang dag gyi i
Don ier me cig tu gin ghi lob

Il tuo santo corpo e il mio corpo, o madre. La tua santa parola e la mia parola, o madre. La tua santa mente e la mia mente, o madre. Per favore benedicimi affinché le mie tre energie possano diventare inseparabili dalle tue.

Buddha Shakyamuni - Shakya Thub Pa

OM MUNI MUNI MAHA MUNI SHAKYAMUNIYE SOHA

Presa di rifugio e sviluppo della Bodhichitta

Sang ghie cio dang tso chi cio nam la
Cian ciub bardu dag ni chiab su ci
Dag ghi gin sog ghipe sonam ghi
Dro la pencir sang ghie dru par sciog

Nel Buddha, nel Dharma e nel Shanga prendo rifugio fino all'Illuminazione. Con la pratica della generosità e delle altre perfezioni, possa io ottenere lo stato di Buddha per il beneficio di tutti gli esseri senzienti.

Dediche

Dediche per la lunga vita dei grandi Maestri

Getsun lame cu tse rabten cin
Namcar trinle ciog ciur ghie pa dan
Lobsang tenpe dron me sa sum ghi
Dro ue mun sel tac tu ne ghiur cig

Possano i grandi maestri avere una lunga vita. Possano le attività illuminate diffondersi nelle dieci direzioni e possano gli insegnamenti di Lama Tsong Khama dissipare continuamente il velo di oscurità che ricopre gli esseri delle tre sfere di esistenza.

Versi di buon auspicio

Gnimo dele tsen delek
Gnime gung iang delek scin
Gnitsen tactu delek pe
Con cio sum ghi gin ghi lob
Con cio sum ghi ngo drup tsol
Con cio sum ghi ta sci sciog

At dawn or dusk, at night or midday, may the Three Jewels grant us their blessings, may they help us to achieve all realisations and sprinkle the path of our lives with various signs of auspiciousness.

All'alba o al tramonto, alla notte o durante il giorno, possano i tre gioielli concederci le loro benedizioni, possano aiutarci a ottenere tutte le realizzazioni e cospargere il sentiero della nostra vita con molti segni di buon auspicio. *(Italian)*

Puissent les trois bijoux, jour et nuit nous combler de leur grace, puissent les trois bijoux nous dispenser toutes les réalisations, puissent les trois bijoux remplir notre vie de multiples signes de bonne augure. *(French)*

De sol a sol, a noite ou ao meio dia, possam as tres joias concedernos seas bencaos, possam as tres joias ajudar nos a alcancar todas as realizacoes, possam as tres joias espalhar muitos sinais auspiciosos no caminho de nossas vidas. *(Portuguese)*

Al amanecer y a la anochecer, por la noche y durante el día, puedan las tres joyas concedernos sus bendiciones, puedan ayudarnos a obtener todos las realizaciones y colmen el sendero de nuestras vidas con muchos signos de buen auspicio. *(Spanish)*

Bei Sonnenaufgang und Sonnenuntergang, Nachts oder Mittags, Mogen die drei Juwelen uns Ihren Segen gewahren. Mogen Sie uns helfen alle Verwirklichungen zu relangen und unseren Lebensweg mit den verschiedensten segensreichen Zeichen besprengen. *(German)*

Bij zonsopgang en zonsondergang, bij nacht of middag, mogen de drie Juwelen ons hun zegeningen schenken, mogen zij ons helpen alle realisaties te verwerven en het pad van ons leven besproeien met varierende tekens van voorspoed. *(Dutch)*

Pu lun Ching Chern Her Pang Wan/ Pan Lun Pai Cou Her Hai Ye/ Yuen San Pali Sher Wor Chia Tzez/ Cu Wor Cherng Chui Cu Kong Ter/ Chai Wor Shui Shing Lu Thu Shang/ Phain Pu Chu Ru Yi Chi Shiang. *(Mandarin)*

Se anatólí che thísi níghta i mesimerí ithe ta tria polítima petrádhia namasdínun this evlogíes tus ithe na mas voi thissun na epítúme oles this pragmatóssis che na radíssun ti zoímas me para polá evanoíá simádia. *(Greek)*

Pri východe alebo západe slnka, v noci alebo počas dňa, môžu tieto tri klenoty prepožičať svoje požehnanie, že nám môže pomôcť získať všetky úspechy a posypeme cestu našich životov veľa priaznivých znamení. *(Slovakian)*

Ved solopgang eller solnedgang, ved nat eller middag, må de tre juveler skænke os deres velsignelser, må de hjælpe os med at opnå alle erkendelser og drysse stien af vores liv med forskellige lykkebringende tegn. *(Danish)*

Koidikul või loojangul, öösel või päeval, kolm kalliskivi õnnistagu meid. Aidaku nad meid jõuda selgusele ja puistaku meie teele mitmesuguseid heandelisi märke. *(Estonian)*

Fi al fa'jer aw fi garoub alshams aw fi allail, aw fi nesf al nahar, li tusia'dana al jawa'her al talata, fi tahqiq kol ahla'mina wa tu'nawer tariq hayati'na bi isharat tuba'sher be al tawfiq wa al maha'ba. *(Arabic)*

Beshachàr ubaskià, blail obetsororéy hayòm, mi yeten sheshalosh avnei chen yevahùnu

shenaglia lehol hahavanòt
veyairu et derech hayeynù bimsevasréy tov. *(Hebrew)*

ngalso.org