

Turvautumisrukous

༄༅། །སངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཆི།

Sangye chö dang chog kyi cho nam la

jang-chub bardu dani chab su ch

Turvaudun Buddhaan, Dharmaan ja ylhäiseen Sanghaan valaistumiseen saakka. (*Turvautumislupaus*)

།དག་གི་སྦྱིན་ཚོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

dagi jinchog gyipe sönam kyi

dro la phen chir sangye drupar shog.

Harjoittamalla anteliaisuutta ja muita hyveitä saavutan valaistumisen kaikkien olentojen hyväksi. (*Bodhimielen kehittäminen*)

Neljä mittaamatonta ajatusta

༄༅། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག

Semchen thamche dewa dang dewei gyu dang denpar gyurchig

Olkoot kaikki olennot onnellisia ja olkoon heillä onnen syyt.

།སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག

dugnal dang dugnal gyi gyu dang dralwar gyurchig

Olkoot he vapaat kärsimyksestä ja kärsimyksen syistä.

།སྐྱུག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག

dugnal mepei dewa dampa dang mi dralwar gyurchig

Älkööt he koskaan olko osattomia todellisesta onnesta, jossa kärsimystä ei ole.

།ཉེ་རིང་ཚགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

nye ring chag dang nyi dang dralwei tangnyom chenpo la nepar gyurchig.

Pysykööt he suuressa puolueettomuudessa vapaina takertumisesta läheisiin ja vihasta muita kohtaan.

Omistusrukous

༄༅། །བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཞིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དགྲ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ནས།

Sönam di yi thamche zigpa nyi

thobne nyeppei dra nam phamche ne

Tämän ansion kautta toivon saavuttavani tietoisuuden kaikesta,

voittavani pahuuden itsessäni ja vapauttavani olennot

།སྐྱེ་ཤ་ན་འཆིའི་བྱ་རྒྱལ་འགྲུག་པ་ཡི། །སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་གྲོལ་བར་ཤོག།

kye ga na chi-i ba lab drugpa yi

sipei tshole drowa drolwar shog.

olemassaolon merestä, missä vyöryvät

syntymän, sairauden, vanhenemisen ja kuoleman aallot.