



Короткі настанови по послідовності виконання офіри учти¹

Текст для офіри учти: “Гряди хмар двох надбань”

Коли офірувати учту (цог): настільки часто, наскільки можливо. Як мінімум — кожного 10-го дня за тибетським місячним календарем (День Гуру Рінпоче). В ідеалі — також у 25-й місячний день тибетського календаря (День Дакіні).

Облаштування вівтаря:

1. Що офірувати: їжу та напої — наприклад, печиво, фрукти, солодощі, сік. Обов’язковою складовою офір має бути алкоголь і хоча б трішки м’яса.
2. Якщо офіруєте учту наодинці, приготуйте дві тарілки з їжею (одну для вівтаря, одну для себе) і два келихи чи чашки алкоголю в якості цогчангу (одну для вівтаря, одну для себе; наприклад, вино). У цей алкоголь додайте трохи мєндрубу (освячених пигулок), можна також додати трохи цукру.
3. Якщо офіруєте учту разом із групою практикуючих, можете приготувати декілька блюд із м’ясом, фруктами, різноманітними іншими офірами, алкоголь тощо, і слідує вказівкам того, хто проводить практику. Завжди має бути принаймні одна таріль, яку офіруємо на вівтар, і друга таріль, офірами з якої пригощаються всі учасники (додаткові тарілки для офір каяття, звільнення і залишків є опціональними).

¹ Ця коротка інструкція підготовлена переважно згідно усних настанов Пакчока Рінпоче щодо учти “Гряди хмар двох надбань”, які він дарував 7 серпня 2017 у Гомде Куперстаун (Нью-Йорк, США).



Послідовність виконання практики:

1. Вступні молитви до вчителів традиції передання.
2. Основна садгана [до начитування мантри включно].
3. Офіра учти — у даному випадку — “Гряди хмар двох надбань”.
 - 3.1. Встроміть паличку пахоців у їжу на тарілці, яку офіруватимете на вітвар.
 - 3.2. Промовте “РАМ ЯМ КХАМ”, аби очистити складові офіри, при цьому кроплячи їх очисною водою з мушли.
 - 3.3. Слідуючи за текстом, промовте наступні кілька рядків до “ОМ А ГУМ ГА ГО ГРІ” включно. Візуалізуємо як склади ОМ, А, ГУМ випромінюються з нашого серця і розчиняються в офірах учти. Промовляння “ГА ГО ГРІ” примножує складові офір учти таким чином, що вони постають неосяжними хмарами офір.
 - 3.4. **Запрошення:** прочитайте розділ тексту від “хунг орг’єн юлг’ї нубджянг цам” до “чог данг тхунмонг нг’одруб ц’ол” [вся стор. 20 [українського збірника цогу](#)]. Цими рядками запрошуємо всіх будд, бодгісаттв, божеств-їдамів, дакінь, дгармапал — прийти і насолодитися офірою учти.
 - 3.5. **Накопичення офір учти:** розділ тексту від “грї дусум санг’є гуру рінпоче” до Ваджру Гуру мантри “ом а хунг бендза гуру пема сіддгі хунг” включно [вся стор. 21 [українського збірника цогу](#)] — це власне офірування. Коли прочитали 10 рядків [тибетського] тексту плюс Ваджра Гуру мантру — це рахується як одне повторення.



4. Куштування офіру учти:

4.1. Коли завершили накопичувати необхідну кількість повторень офіри учти, візьміть в ліву руку таріль, яку офіруєте на вівтар, а в праву руку — келих з цогчангом. Плесніть трохи цогчангу на таріль і офіруйте її, поставивши на вівтар.

4.2. Тоді окропіть цогчангом із вашого [другого] келиху їжу на власній тарілці або блюдах з офірами для учасників — і насолоджуйтеся цоггом. Цог — офіра учти — це практика, що виконується гуртом. Навіть коли ви офіруєте цог наодинці, ви насолоджуєтеся субстанціями учти в компанії найпочесніших гостей: будд, бодгісаттв, божеств-їдамів, дакінь і дгармапал.

4.3. Скуштуйте офіри учти, які приготували для себе чи для групи учасників, а таріль, яку офірували на вівтар, по можливості, залиште там на один день. Якщо з якоїсь причини ви не можете залишити їжу на вівтарі, можете перекласти її у якусь ємність, до того, як винесете ці офіри надвір. Їжу і напої, які було офіровано на вівтар, можна пізніше або винести надвір, залишивши у чистому місці, або з'їсти наступного дня, оскільки це вже було офіровано і наповнилося благословіннями. Тільки залишки (якщо під час учти у вас була окрема таріль з офірою залишків) обов'язково треба винести надвір і залишити у чистому місці. Не можна викидати їжу чи напої учти у смітник.

5. Завершіть практику молитвами посвяти, прагнень і побажань блага.

<https://samyeinstitute.org/community/announcements/monthly-100000-feast-offerings-tsok-bum/>