



༄༅། །ཕུགས་སྐྱབ་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་ལས།
རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་མིན་ལས་ངེ་མཚར་ཚེས་དུག་ལས་ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་ཕུང་བ། །

Uma Libertação Ao Ouvir
da Atividade Maravilhosa de Tukdrup Barché Künsel:
Os Seis Dharmas do Vidyādhara Pema Jungné

༄༅། རྒྱལ་མ་སྐྱབ་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་ལས།
རིག་འཛིན་པ་དང་འབྲུང་ཕྱིན་ལས་ངོ་མཚར་ཚེས་དུག་ལས་ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་ཕུང་བ། །

Uma Libertação Ao Ouvir
da Atividade Maravilhosa de Tukdrup Barché Künsel:
Os Seis Dharmas do Vidyādhara Pema Jungné

ན་མོ་གུར་བ།

Namo guruve

ཨོ་རྒྱན་སྐྱབ་བམམཐའ་ཡས་ལ། །

Eu me prostro em devoção a Orgyen Amitāyus!

གུས་པས་ཕུག་འཚལ་རྗེ་རྗེའི་གསུང་། །

Conceda suas bênçãos para que quem quer que ouça esse discurso vajra

ཐོས་ཚད་སྤོང་པའི་འཕྲང་སྐྱོལ་ནས། །

possa ser liberado do abismo do samsara

དབུགས་ཚེན་འབྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

e encontrar o alívio final.

རྒྱལ་མ་སྐྱབ་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་ཞལ་གདམས་སྤིང་བྱུང་ལས་རིག་འཛིན་པ་དང་འབྲུང་གནས་གྱི་ཕྱིན་ལས་མ་བསྐྱོལ་འཚོང་
རྒྱ་བའི་ཚེས་དུག་གི་ནང་ཚན་ཟབ་དོན་ཐོས་པས་གྲོལ་བའི་གདམས་ངག་འདེབས་པ་དོ། རབ་རིམ་གཉིས་གྱི་རྣལ་
འབྱོར་མཐའ་ཕྱིན་པ། འབྲིང་བསྐབ་པ་གསུམ་དང་ལྷན་པ། ཐམ་དམ་སྐྱོམ་ཉམས་པ་མ་ཡིན་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་
བཟང་པོ་ཡོད་པ། གང་ལའང་གདབ་ཡུལ་དེས་དད་མོས་འགྲོ་ཞིང་སེམས་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་གལ་ཆེད། །

Aqui estão as instruções profundas que libertam por meio da audição, um dos seis dharmas que trazem iluminação até mesmo sem praticar. É a atividade iluminada do vidyādhara Pema Jungné, retirado do Manual da Essência das Instruções Oraís Tukdrup Barché Künsel.

Quem deve dar essas instruções: na melhor das hipóteses, a pessoa que dá estas instruções deve ter aperfeiçoado a prática dos dois estágios. Em segundo lugar, a pessoa deve ser dotada com os três treinamentos. No mínimo, deveria ter votos e samayas intactos e a excelente motivação da bodhicitta. De qualquer modo, deve ser alguém em quem o falecido confie e admire e com quem tenha uma relação harmoniosa, isso é muito importante.

གདབ་པའི་ཡུལ་བར་དོད་དང་པོ་ཉིན་མཚན་འོད་གསལ་གྱི་ཉམས་སྲིང་ཡོད་པ། གཉིས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཅུང་ཟད་སྐྱེས་པ་འཇམ་རྗེས་ཚེན་ལྷ་བུའི་བྲིད་ཐོབ་ནས་དེས་ཤེས་བརྟན་པ། བམ་ནི་གང་ཟག་མཚོག་འགའ་དེ་ཙམ་ལས་དེད་པ་པལ་མོ་ཆེ་ལ་དགོས་པའོ། །

Para quem dar essas instruções: em relação ao falecido a quem essas instruções são dadas, primeiro (1) é oferecido principalmente para aqueles com experiência de luminosidade durante o dia e a noite; segundo (2) é oferecido principalmente para aqueles que desenvolveram algum nível de samadhi, ou quem tenha recebido instruções sobre Grande Perfeição, e assim por diante, e tem firme convicção nelas; e finalmente (3) é necessário para quase todos, com exceção de alguns poucos seres eminentes.

འདེབས་པའི་དུས་ནི། འོག་ཏུ་སོ་སོར་གསལ་བ་ལྟར་ལ་སྤྱིར་ཉམས་སེན་ཡོད་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་པལ་མོ་ཆེ་ཐུང་མཐའ་སྐད་ཅིག་མ་ནས་རིང་མཐའ་ཞག་བདུན་རྒྱུན་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེ་བ་གཞན་ཏུ་སྤིང་པར་སྤྱོད་བ་དང་། རྒྱུན་མ་རྟོག་དཔལ་ལས་དང་འབྲུལ་བའི་གཞན་དབང་ཅན་འགའ་ཞིག་ཞག་བདུན་གྱི་མཚོམས་སུ་བར་སྤིང་སྲུ་མ་འཆི་འཕོས་ཏེ་སྤྱང་བར་སྤིང་གཅིག་འབྲུབ་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་རིང་མཐའ་ཞག་ཞེ་དགུ་ལ་གནས་པས་མཚོན་མ་དེས་པའང་ཡོད་མོད། བར་དོ་སྲུ་མ་གཉིས་པལ་བས་དོས་ཟེན་དཀའ་བས་སྤིང་བ་བར་དོའི་དོ་སྤྱོད་འོ་ན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་གལ་ཆེ། འོ་ན་ཀྱང་དབུགས་ཆད་ཀར་སྤེལ་ན་མཚོག་དམན་གང་ལའང་བར་དོ་གསུམ་ཀའི་དོ་སྤྱོད་རིམ་པར་འདེབས་བ་ལེགས་ཏེ་ཐོས་བྲོལ་རྗེ་རྗེའི་གསུང་ཡིན་ཕྱིར་ཕན་ཆེ་བས་སོ། །

Quando dar as instruções: embora seja especificado abaixo, geralmente, com exceção daqueles com experiência na prática, a maioria dos seres renasce dentro de uma semana (ou seja, a qualquer momento a partir do momento da morte até uma semana depois). No entanto, alguns seres, por não terem encontrado as condições necessárias, ou devido ao carma e ilusão, morrem do seu estado intermediário anterior de existência ao final de sete dias e mais uma migram para um estado intermediário. No máximo, isso pode durar 49 dias. Dessa forma, a duração do estado intermediário é incerta. Visto que é difícil para os seres comuns reconhecerem os dois primeiros estados intermediários [de morte e luminosidade], é importante repetir a introdução ao estado intermediário de existência continuamente. No entanto, quando a respiração cessa, seja o falecido um praticante experiente ou uma pessoa comum, é muito bom dar instrução a todos os estados intermediários (1–3) em ordem. Pois, uma vez que esta liberação ao ouvir é a fala vajra, tem um benefício extraordinário.

འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི། འགྲུབ་ཏུ་རུང་བ་རྣམས་ལ་དབང་པོས་བདེ་འཕྲོད་བའི་སྐབས་ནས་མིག་སྤར་རྟེན་གྱིན་རྒྱབས་ཅན། མཐོང་བྲོལ་འཁོར་ལོ། སོ་སའི་རྩ་བའི་བྲུ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་སྐྱབ་རྣམས་ནས་ཐང་ཀ་བཀམ་ལ་མཚོན་པ་བཤགས། ཉམས་སེན་ཡོད་པ་ལ་ཕྱག་རྗེས། ལྷའི་རྣལ་འབྱོར། རྫོ་སྤྱོད་སོགས་རྒྱུད་ཚོང་དང་མཐུན་པར་ཡང་ཡང་གསལ་བ་

གདགས། ཐུམས་ཅད་ལ་སྒྲ་མང་དོན་མཚོག་ཞིང་ཁམས་གྱི་ཡོན་ཏན་སྤོམ་པས་དད་མོས་བསྐྱེད། འཁོར་བའི་སྤྲུག་
བསྐྱེད་ལ་ངེས་འབྱུང་དང་། བར་དོའི་གདམས་པ་གོ་སློབ་ཅི་རིགས་པ་བཤད། རྒྱུད་པར་སངས་རྒྱུས་སྤྲུམ་གཅིག་
ཁབ་ཏུ་གསོལ་རིགས། བསྐྱེད་སྤོང་པོ་སོགས་ཐོས་གྲོལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་དང་། ཚེད་དུ་བསྐྲུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་
གྱི་མཚན་དང་གཞུང་སྤྲུགས་རྒྱུད་པར་ཅན་རྣམས་ཡང་ཡང་བསྐྱབ།

Como oferecer essas instruções: *se for apropriado e possível, quando a pessoa ainda estiver ciente e capaz de se comunicar, coloque objetos abençoados à vista. Da mesma forma, exiba chakras que liberam a partir da visão e também imagens dos gurus raiz e deidades yidam, e faça oferendas. Aos que são praticantes, lembre-os constantemente da prática, seja a prática do Grande Selo ou da Grande Perfeição, prática da deidade ou treinamento da mente e assim por diante. Sejam eles praticantes ou não, relembre-os das qualidades incríveis dos professores, das Três Joias, das terras puras, e assim acenda a fé dentro deles. Ajude-os a despertar a renúncia aos sofrimentos do samsara e converse com eles sobre o estado intermediário de maneiras que sejam fáceis de entender. Em particular, recite repetidamente o Sangyé Sechik, O Tantra do Único Filho dos Budas, as escrituras que liberam pelo uso, O Tantra da Essência do Lótus, e outros tantras que liberam ao ouvir. Também recite os nomes dos budas e mantras dhāranī que são exaltados por seus benefícios especiais.*

ཨོཾ་རྒྱུན་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་སོགས་གྱི་གསོལ་འདེབས་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བྱ། ཞེ་སྒྲུང་སྐྱེད་པའི་རྒྱུན་དུ་འབྱུར་བ་སོགས་
ཡིད་ལ་མི་འཐད་པའི་བྱེད་སྤྱོད་སྤྲུབ་རྒྱུད་ཉིན་ཏུ་འཛོམས། སེམས་ཚགས་པའི་ཡུལ་གང་ཡང་དུང་དུ་མི་བཞག། སྤྲོ་
སྤྲུགས་ཅ་ཅོ་རྣམས་གཞན་པའི་སྤྲུང་བ་མེད་མི་བསྐྱབ། སྤྱིང་གྲོལ་སངས་རྒྱུས་གྱི་རིང་བསོལ་སྤྱོ་བདུན་ཚུལ་བཞིན་
བསྐྱབ་པའི་རིལ་བུ་སོགས་འཛ་སྤྱིན། བཏགས་གྲོལ་གྲེགས་བམ་དང་ཅོ་རྣམས་སྤྱིས་པ་ལ་མཚན་རྒྱུང་གཤམ་ན།
བྱུང་མེད་ལ་གཡས་སམ། ལུགས་འདི་ལྟར་ན་མགུལ་དུ་གདགས། ཚོར་གྲོལ་བདུག་སྤོམ་མེར་བསྐྲུགས་པའི་དུང་
པ་བཏང་།

Faça súplicas a Orgyen Amitābha do fundo do seu coração. Seja extremamente cuidadoso para não perturbar a mente da pessoa que está morrendo; evite fazer ou mencionar qualquer coisa que possa chateá-los ou deixá-los com raiva. Remova de vista qualquer coisa a que sejam apegados. Ao alcance dos ouvidos deles, não pronuncie uma única palavra de tagarelice ou sem sentido ou diga qualquer coisa que possa perturbá-los. Dê-lhes pílulas de liberação pelo paladar que tenham sido preparadas de maneira correta, tais como a pílula das sete relíquias do parto excelente. Coloque textos e chakras que libertam ao serem usados ao lado esquerdo do torso, se forem homens, e no lado direito, se forem mulheres. Alternativamente, de acordo com nossa tradição, você também pode colocar os textos em volta do pescoço. Queime incenso contendo substâncias que são liberadas pelo cheiro e que exalem fumaça.

འཕོ་འདབས་མི་དགོས་ངེས་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་སྤྱི་ལ་རེག་གྲོལ་འཕོ་རྫས་ཆང་གར་མར་བསྐྱ་བར་སྤྱངས་པའི་
ལྷོ་གུ་བྱས་ལ་སྤྱི་དབྱགས་ཆད་ཀར་སྤྱི་ཚངས་བྱས་ཏུ་བྱུགས། ལྷུང་ཕོ་འང་མགོ་བྱང་། ལ་རུབ། ལྷོ་གཡས་འོག་
ཏུ་བསྐྱེན་ཏེ་གཞག་ན་ཕན་ཡོན་དགོས་པ་ཆེ། བརྗོད་པ་ཕོ་འང་ལྷོ་འཚོ་བ་ལྷོ་བ་ཏུ་མ་སོང་བར་མོས་གུས་སྣང་རྗེ་རིག་
ཚུལ་གསལ་ངར་དང་ལྷན་པས།

Com exceção daqueles que definitivamente não precisam que o phowa (ejetar a consciência) seja executado por eles, para todos os outros, faça uma pasta alcóolica pungente que libera pelo toque. Assim que a respiração exterior cessar, passe-a na abertura de Brahma no topo da cabeça. Depois de terem morrido, é extremamente benéfico se você puder colocar o corpo do lado direito com a cabeça para o norte e o rosto para oeste. A pessoa que, então, recita a instrução, deve fazê-lo sem agitação, com compostura, devoção vívida e compaixão infundida com a força da consciência.

1. Elucidando o Estado Intermediário da Morte para Praticantes Experientes

གདམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ། དང་པོ་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་འཆི་ཀའི་བར་དོགས་ལ་འདེབས་པ་ནི། ཕྱི་དབུགས་
ཚད་ནང་དབུགས་མ་ཚད་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱེལ་སྐྱོད་མི་བྱ་བར་ན་བ་གཡོན་ནས་ཆོག་གསལ་ལ་གདངས་སྐྱན་པོས་འདི་
ལྟར།

Quando sua respiração externa cessa mas sua respiração interna ainda não, sem movê-lo, recite o seguinte em seu ouvido esquerdo, com pronúncia clara e tons melódiosos.

ཀྲེམ་སྐལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ།

kyema kalden rik kyi bu:

Alas! Criança nobre de grande fortuna,:

མ་ཡེངས་རྩེ་གཅིག་བྲན་བས་ཉོན།

ma yeng tsechik drepé nyön:

não se distraia, mas ouça com atenção concentrada!:

འཇིག་རྟེན་འདིར་སྣང་ཇི་སྟེད་ཀུན།

jikten dir nang jinyé kün:

Tudo que aparece neste mundo:

མི་ལམ་བདུད་ཀྱི་བསྐྱེད་ཡིན།

milam dü kyi lu dri yin:

é um sonho, a isca enganosa de Māra.:

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་འཆི་བའི་རྒྱ།

tamché mi tak chiwé gyu:

Tudo é impermanente e a causa da morte.:

སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤོངས་འགོག་རིགས་ཀྱི་བུ།

dukngal pong shik rik kyi bu:

Portanto, renuncie ao sofrimento, filho de família nobre!:

དཀར་དམར་ནག་ལམ་སྣང་བ་ཀུན།

kar mar nak lam nangwa kün:

As experiências vívidas de branco, vermelho e preto:

ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་ཚོའམ་ཡིན།

tamché sem kyí chotrül yin:

são todas manifestações da mente.:

རང་ལས་གཞན་དུ་སྐྱོད་བ་མེད།

rang lé zhendu nangwamé:

Nenhuma aparência é separada de você.:

མ་འཇིགས་མ་སྐྱོད་ས་རིགས་ཀྱི་བུ།

ma jik ma ngang rik kyí bu:

Filho de família nobre, não entre em pânico, não tenha medo.:

ད་ལྟ་རིག་པ་བརྒྱུལ་འདྲ་བ།

danta rikpa gyal drawa:

No momento, é como se você tivesse desmaiado.:

ཕྱི་སྐྱོད་ནམ་ལངས་མཁའ་དང་འདྲ།

chi nang namlang kha dang dra

A experiência externa é como o sol ao amanhecer.:

ནང་སྐྱོད་བུམ་ནང་མར་མེ་བཞིན།

nang nang bum nang marmé zhin:

A experiência interior é como uma vela num vaso.:

གསལ་ལ་མི་རྟོག་རྩེ་བཅིག་བཞུགས།

sal la mi tok tsechik né:

Claro, mas livre de pensamentos, permanecendo concentrado—:

འདི་ནི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་ཉེ།

di ni chiwé ösal té:

esta é a luminosidade da morte.:

སངས་རྒྱས་དགོངས་པ་འདི་ཀ་རང་།

sangyé gongpa dika rang:

Isso em si é a realização dos budas.:

མ་བཅོས་མ་བསྐྱད་ལྷག་པར་ཞོག།

machö ma lé lhukpar zhok:

Descanse facilmente, sem inventar ou adulterar,

ཚོས་སྐྱར་གྲོལ་ལོ་རིགས་གྱི་བུ།

chökur dröl lo rik kyi bu:

filho nobre, e você será liberado no dharmakāya!:

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། སྤྱགས་དམ་ཟིན་པའི་རྟགས་བྱུང་ན་དེ་ཀར་བཞག་པས་དབང་པོ་རབ་དེ་ཡིས་གྲོལ།

Recite três vezes. Se aparecerem sinais que a pessoa entrou em thukdam (absorção meditativa depois da morte física), pare, visto que esses seres de capacidade suprema serão assim liberados.

2. Elucidando o Estado Intermediário do Dharmadhātu

གཉིས་པ་དེ་ཡིས་པན་མ་ཐོགས་པའམ་ཐོགས་ཀྱང་བསྐྱིང་ཁྱུང་དུ་སྤྱགས་དམ་གྲོལ་བའམ། རང་དབྱགས་ཆད་པའི་རྟགས་བྱོང་དང་མཛད་ས་ཡལ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ཚེ་ཚོས་ཉིད་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི།

Se essa instrução não ajudar ao falecido, ou mesmo se o ajudar, mas então o estado de thukdam se dissolve ou há sinais de que a respiração interna cessou (como o desbotamento do calor e da tez do corpo), então o seguinte esclarecimento do estado intermediário de dharmadhātu deve ser dado.

ཀྱི་མ་སྐྱལ་ལྷན་རིགས་གྱི་བུ།

kyema kalden rik kyi bu:

Alas! Filho nobre de grande fortuna,:

མ་ཡེངས་རྩེ་གཅིག་བྲན་པས་ཉོན།

ma yeng tsechik drepé nyön:

não se distraia, mas ouça com atenção concentrada!:

ཁར་སང་རིག་པ་ངོས་མ་ཟིན།

kharsang rikpa ngö ma zin:

Antes você não reconhecia o estado desperto:

ད་ནི་ཞག་བདུན་རྩེན་ཆད་ལ།

dani zhak dün tsünché la:

e, assim, a partir de agora pelos próximos sete dias:

སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཟེར།

nangwa tamché ja özer།

todas as aparências vão surgir como arco-íris, raios de luz,།

ཐིག་ལེ་ལྷ་སྐྱའི་རྣམ་པར་འཕར།

tiklé lha kü nampar shar།

bindus, e nas formas de deidades.།

ཐམས་ཅད་རིགས་ལྗེ་རྒྱལ་བ་ཡི།

tamché rik ngé gyalwa yi།

Tudo é uma manifestação das cinco famílias búdicas,།

ཡི་ཤེས་ཐབས་གྱི་འཚོ་འཕུལ་ཡིན།

yeshé tab kyi choatrül yin།

sabedoria e meios hábeis.།

འོད་དང་འོད་ཟེར་བྲག་གཤམ་ཡང་།

ö dang özer trak tser yang།

Portanto, não tenha terror, não tenha medo།

དེ་ལ་མ་འཇིགས་མ་སྐྱུག་པར།

dé la ma jik ma trakpar།

dessas luzes e raios intensamente brilhantes.།

རང་སྒྲུང་ཡིན་པར་ལ་རྩོས་ཤིག།

rangnang yinpar la dö shik།

Resolva que eles são a exibição da sua própria mente.།

དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འོད་ཟེར་ནི།

dé dang lhenchik özer ni།

Junto com eles surgirão།

བྲག་གཤམ་མེད་ཡིད་ལ་འབྲད་པར་འཆར།

trakmé yi la tepar char།

raios de luz suaves e opacos que te atraem.།

བདག་ཉིད་བྱག་ས་རྗེས་ཟུང་ས་ཤིག་ཅེས་ཅེ།

daknyi tukjé zung shik ché:

suplique com intenso desejo,:

འདུན་པ་བྲག་པོས་གསོལ་བ་གདབ་ཅེ།

dünpa drakpö solwa dap:

dizendo, “Abraça-me com a sua compaixão!”:

རང་དང་ལྷར་སྐྱད་དབྱེར་མེད་ངང་ཅེ།

rang dang lhar nang yermé ngang:

Você e as deidades aparentes são indivisíveis,:

སྤང་སྤང་བསལ་བཞག་མེད་པར་བསྐྱེད་ཅེ།

pang lang sal zhak mé par kyang:

e não há nada para adotar ou abandonar, eliminar ou estabelecer
— descanse neste estado.:

དེ་ཚོ་ལྷ་ལ་ལྷ་ཐིམ་ནས་ཅེ།

detsé lha la lha tim né:

Nesse ponto, as deidades vão se dissolver nas deidades:

ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཅེ།

longchö dzok kur drolwar gyur:

e você será liberado no sambhogakāya.:

ཀྱིམ་སྐྱལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ་ཅེ།

kyema kalden rik kyi bu:

Alas! Filho nobre de grande fortuna, :

གལ་ཏེ་དུས་དེར་མ་གྲོལ་ན་ཅེ།

galté dü der ma drol na:

se você não está liberado então,:

དུས་མ་འགྲུར་གྱི་སྐྱེ་བ་འགྲུར་ཅི།

dü ma gyur kyang nangwa gyurᄃ

embora o tempo não mude, as aparências irão se transformar.ᄃ

ཕྱོགས་མཚམས་སྟོང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནི།

chok tsaᄃm teng ok tamché küᄃnᄃ

as direções cardeal e intermediária, acima e abaixo — em toda parte —.ᄃ

འཇམ་འོད་མེ་དབུང་འབྲུགས་པའི་གྲོང་ཅི།

ja ö mé pung trukpé longᄃ

vão se tornar uma expansão estrondosa de luzes de fogo e arco-íris.ᄃ

དཔལ་ཚེན་བྲག་འཇུང་ལྷ་ཚོགས་དང་ཅི།

palchen traktung lhatsok dangᄃ

O Grande e Glorioso e seu anfitrião de herukas,ᄃ

འཛིགས་པའི་བྱུག་བརྒྱན་དུ་མ་ཡིས་ཅི།

jikpé chaknyen duma yiᄃ

junto com uma multidão de atendentes aterrorizantes,ᄃ

མཚོན་ཆ་རྣམས་འབྲེལ་བའི་ཅི།

tsöncha nowé charbeb shingᄃ

vão derramar uma chuva de armas perfurantes.ᄃ

སྤྱི་ཕུ་གདམས་སྟོང་ཁམས་གཡེ་ཅི།

hung pé gé mö tong kham yoᄃ

Suas risadas de *hūᄃm* e *phaᄃt* vão abalar o reino de mil camadas,ᄃ

འབར་བའི་རྣམ་པོ་ལ་ཅིར་ཡང་སྟོན་ཅི།

barwé namrol chiryang tönᄃ

e sua exibição furiosa aparecerá de todas as maneiras.ᄃ

དེ་ལ་མ་སྐྱག་མ་སྐྱངས་བར་མེད།

dé la ma trak ma ngangwarམེད།

Não tenha pânico, não tenha medo;མེད།

ཐམས་ཅད་རང་གི་རིག་ཕུལ་དུ་མེད།

tamché rang gi riktsal du

reconheça tudo como a expressão do seu estado desperto.མེད།

ངོས་བཟུང་ཐག་ཚོད་རང་བབས་ཞོག་མེད།

ngö zung takchö rangbap shokམེད།

Esteja certo disso, e descanse naturalmente.མེད།

འདུན་པ་གཏོང་ལ་དབྱེར་མེད་བསྐྱེས་མེད།

dünpa tö la yermé séམེད།

Concentre-se neles e funda-se indivisivelmente,མེད།

ལམ་སྐྱ་ཐོན་ནས་གྲོལ་བར་འགྱུར་མེད།

lam na zin né drolwar gyurམེད།

e você entrará no caminho e será liberado.མེད།

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་པོ་འབྱིང་པོ་རྣམས་དེ་ཀས་གྲོལ་བར་གསུངས།

Recite isso repetidamente. É dito que aqueles que tem capacidade mediana serão então liberados.

3. Introduzindo o Estado Intermediário de Existência

གསུམ་པ་སྲིད་པ་བར་དོའི་དོ་སྲོད་ཞག་བདུན་པལ་ཚད་ལ་འདེབས་པར་གསུངས་ཀྱང་གཞུང་གི་ཞག་གྲངས་རྣམས་བསམ་གཏུན་གྱི་ཞག་ལ་དགོངས་པས། གང་ཟག་སྤྱི་ལ་ཞག་གསུམ་པལ་ཚད་དོ་སྲོད་འདི་ཀའི་ན་ཟེང་པས་བྱང་ཚོག་གི་ཞར་བྱུང་ཟས་བསྐྱེད་ཇེས་སུ་ཚར་ཅེ་བཤག་པ་དང་། འདི་ཉིད་ཁོ་ན་བརྗོད་ཀྱང་རུང་སྟེ་ལྷའི་གསལ་སྐྱབ་སྤྱིང་ཇེའི་སེམས་དང་ལྷན་པས་མདུན་དུ་བཀུག་པར་བསམས་ལ་གསུར་བསྐྱོ་བྱས་པའི་ཇེས་སུ་གདངས་གསལ་ལ་སྐྱབ་པས།

Embora seja ensinado que isso deva ser recitado a partir do sétimo dia, nesse contexto, “dias” se refere a “dias de concentração”. Assim sendo, em geral, esta e somente esta introdução deve ser recitada a partir do terceiro dia. É muito significativo fazer isso. Quando o ritual de queima de inscrições é realizado, esta introdução deve ser anexada e recitada uma vez depois da dedicação do alimento. Também não há problema de recitá-la sozinha. Visualizando-se como a deidade e com uma mente compassiva,

imagine que você convocou a consciência do falecido perante você. Então, depois da dedicação do sur, recite o seguinte com uma voz clara e melodiosa:

ཀྲིམ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྲི་བུ།

kyema nyön chik rik kyi buᄃ

Alas! Filho nobre de grande fortuna,ᄃ

མ་ཡེངས་མ་ཡེངས་རྒྱལ་བ་བརྟན།

ma yeng ma yeng drenpa tenᄃ

não se distraia! Foque!ᄃ

ད་ནི་རླུང་སེམས་འདུས་པའི་ལུས།

dani lungsem düpé lüᄃ

Agora você tem um corpo de prāna e menteᄃ

སྲིད་པ་བར་དོའི་སྣང་བ་ཤར།

sipa bardö nangwa sharᄃ

e as aparências do bardo da existência estão surgindo.ᄃ

འཆི་བར་ལེས་ལོང་གསོན་ལ་འབྲེང།

chiwar shé shing sön la trengᄃ

Você sabe que está morto e agarra-se aos vivos.ᄃ

གཤམ་རྗེའི་ཕོ་ཉ་གཏུམ་པོས་བྱིན།

shinjé ponya tumpö zinᄃ

Você é confrontado pelos mensageiros ferozes de Yama.ᄃ

འཇིགས་པའི་སྐྱེ་དང་ཉམ་པའི་འབྲང་།

jikpé dra dang nyampé trangᄃ

Sons aterrorizantes e abismos terríveis—ᄃ

ངེས་དང་མ་ངེས་རྟགས་མང་ཤར།

ngé dang ma ngé tak mang sharᄃ

todos os tipos de sinais, alguns estáveis e outros fugazes —
surgem.ᄃ

དེ་ཀུན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཕྱུག་པ་།

dé kün rang gi sem kyi tsal:

Todos são a expressão da sua mente.:

སེམས་ནི་སྟོང་པ་ནམ་མཁའ་འདྲ་།

sem ni tongpa namkha dra:

Mente é vazia como o espaço.:

ནམ་མཁའས་ནམ་མཁའ་གླགས་མི་རྟེན་།

namkhé namkha lak mi nyé:

O espaço não pode fazer nada para prejudicar o espaço,:

དེ་བྱིར་ཚོས་ཉིད་དབང་གཤིང་སྐྱེད་།

dechir chönyi pading kyé:

então desperte a coragem digna da verdadeira natureza!:

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གསུང་བསྐྱོལ་དེ་།

jin gyi lapé sur ngo di:

Essa oferenda consagrada e dedicada de *sur*,:

ཟད་མི་ཤེས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དེ་།

zé mi shepé longchö dé:

um prazer inesgotável,:

ཟག་མེད་མུང་གོལ་ཞལ་ཟས་ཡིན་།

zakmé nyang drol zhalzé yin:

é um alimento livre de contaminação que liberta pelo paladar.:

བཞེས་ཤིག་གསོན་ལ་མ་འབྲེང་བར་།

zhé shik sön la ma trengwar:

Participe da oferenda e não se apegue aos vivos.:

འདུན་པ་ལྷ་དང་སློམ་མར་གཏོང་།

dünpa lha dang lamar tö:

Volte sua atenção para as deidades e os gurus!:

འདི་ནས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན།

di né nup kyi chok röl na:

A oeste está Sukhāvati,

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིད།

dewachen gyi zhingkhām yö:

a Terra Pura da Bem-aventurança,

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་པ་བཞུགས།

gönpo öpakmé pa zhuk:

onde o protetor Amitābha reside.

སུ་ཞིག་དེ་ཡི་མཚན་འཛིན་པ།

su zhik dé yi tsen dzinpa:

Quem quer que mantenha seu nome em mente:

དེ་ནི་དེ་རུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར།

dé ni dé ru kyewar gyur:

renasce na terra pura.:

ཁྱོད་ཀྱང་མགོན་པོ་དེ་ཡི་མཚན།

khyö kyang gönpo dé yi tsen:

Portanto, mantenha o nome do protetor:

ཡིད་ལ་བརྒྱུང་ནས་གསོལ་བ་བྲིབ།

yi la zung né solwa top:

na sua mente e suplique!:

སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་པརྣ་འབྱུང་།

chenrezik dang pema jung:

Pensando, “Avalokiteśvara e Padmasambhava,:

མཚེན་མོ་སྐྱེས་དུ་མོས་གུས་བསྐྱེད་ཅེ།

khyen no nyam du mögü kyé:

Olhe para mim!”, acenda a devoção interna.:

ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་ནས་ཅེ།

tetsom mepé ngang nyi né:

Completamente livre de dúvida.:

རང་བྱུང་དོན་རྗེའི་འགོས་གྱིས་སོང་ཅེ།

rangjung dorjé drö kyi song:

siga em frente com a marcha vajra que ocorre por si só!:

ཞིང་ཁམས་དེ་རུ་བསྐྱེད་སྤྱབས་ཅེ།

zhingkhām dé ru pemé bup:

Então, na terra pura no coração de um lótus:

རྩུ་ཏེ་ལྷུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཅེ།

dzü té nyurdu kyewar gyur:

você rapidamente terá um renascimento milagroso.:

དེ་ཕྱིར་དགའ་ཞིང་སྤྱོད་བའི་ངང་ཅེ།

dechir ga shing trowé ngang:

Então, com alegria e deleite:

དད་མོས་སྐྱེད་ཅིག་རིགས་གྱི་བུ་ཅེ།

dé mö kyé chik rik kyi bu:

desperte fé e devoção, filho de família nobre!:

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་པོ་ཐམས་མེད་པར་གསུངས།

Recite repetidamente. Ao fazer isso, é dito que aqueles com menor capacidade serão liberados.

4. A Instrução para Ganhar Liberação no Renascimento

ཞག་བདུན་པན་ཚད་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱེ་བ་བརྒྱུད་ནས་གྲོལ་བའི་གདམས་པ་ནི།

A partir de sete dias, depois das instruções acima, recite o seguinte, a instrução de ganhar liberação no renascimento:

ཀྱེ་མཉེན་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བྱེ་

kyema nyön chik rik kyi bu:

Alas! Escute, filho nobre de grande fortuna:º

དཀྱིལ་ངའ་སྐྱོམ་ཁེགས་པས་

da ni ngal go ma khekpé:

a entrada do útero está descoberta:º

སྒོང་དུམ་བྲོག་སྤྱག་ལུན་བྲོང་དང་

dong dum drok puk mün trö dang:

então agora você verá troncos de árvores, buracos,º

ནགས་ཚལ་གཞལ་ཡས་ཁང་མཐོང་ཡང་

naktsal zhalyé khang tong yang:

coberturas escuras, florestas e palácios.º

དེ་ལ་ཚགས་དང་ཞེན་པ་སྒྲོང་

dé la chak dang zhenpa pong:

Jogue fora o desejo e o apego por eles.º

འཇོམ་སྤྱིང་སྤྱི་དང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་

dzamling chi dang bö kyi yul:

Foque sua atenção:º

བྲོང་ཀྱི་སྤྱོད་མའི་ཞབས་བྱེ་

khyö kyi lamé zhab drung du:

em renascer perto do seu professor:º

སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་འདུན་པ་གཏོང་

kyewa lenpé dünpa tö:

em um país neste mundo ou , em particular, no Tibete.º

ཚོས་ལྷན་རིགས་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་མེད།

chöden rik kyi pama nyiམེད།

Visualize seu pai e sua mãe, ambos do Dharma,མེད།

པདྨ་འབྲུང་གནས་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱོན་མེད།

pema jungné yapyum gomམེད།

como Padmasambhava e consorte.མེད།

ཚགས་དང་སྤང་བའི་སློབ་སྦྱོང་ས་ལ་མེད།

chak dang dangwé lo pong laམེད།

Abandone pensamentos de desejo e raivaམེད།

དད་པས་བསམ་གཏན་ངང་དུ་ཞུགས་མེད།

depé samten ngang du shukམེད།

e com fé entre em estado meditativo.མེད།

ཟབ་མེད་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོང་གྲུར་ནས་མེད།

zapmö chö kyi nö gyur néམེད།

Assim, você se tornará um recipiente para o profundo Dharmaམེད།

སྲུང་དུ་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་མེད།

nyurdu yeshé toppar gyurམེད།

e vai rapidamente obter a consciência prístina.མེད།

ཞེས་ཞེད་བྱ་ཚོགས་ཀྱི་བར་ཉིན་རེ་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ལས། དེ་ལྟར་རིམ་བུར་གདམས་པ་ཡིས་མེད།
ཇི་ལྟར་དབང་པོ་དམན་པ་ཡང་མེད། སྐྱེ་བ་བདུན་ནས་རིམ་བུར་གྲོལ་མེད། ཅེས་དང་། འདི་ལྟའི་གདམས་པ་ཡང་ཟབ་
ནི་མེད། བསྐྱོན་མི་དགོས་ཏེ་ཐོབ་གྲོལ་ལོ་མེད། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་རྒྱུལ་བཞིན་ལག་ཏུ་གྲུང་ས་ན་བསྐྱེད་པ་མ་མཚེས་སོ།།

Recite isso diariamente até o fim dos 49 dias. Os benefícios de fazê-lo são explicados nas escrituras, aonde é dito: “Por meio dessas instruções passo a passo, eles serão libertados dentro de sete vidas, não importa o quão inferior sua capacidade possa ser”. E: “Esta instrução mais profunda liberta simplesmente ao ser ouvida, sem necessidade de prática”. Portanto, se você aplicar isso corretamente, certamente assim será.

དེ་དག་གང་གིས་མཐར་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་དང་། བདེ་སྲོན་མཛོད་དགའི་ཞིང་སྲོན་སོགས་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་སྲོན་ལམ་
མང་དུ་གདབ། དགོ་ཚུབ་ལྟ་བུ་བསྐྱོས་ལ་ཀ་དག་གི་ངང་དུ་ཡུལ་སེམས་རོ་གཅིག་པར་མཉམ་གཞག་ཡུན་རིང་དུ་

བསྐྱུང། རྗེས་སུ་ཕུང་པོ་ལ་རེག་གྲོལ་བྱེ་མའང་གདབ་ཅིང་ངན་སོང་སྦྱོང་བའི་སྐྱགས་སོགས་བརྗོད། བཏགས་
གྲོལ་གྱི་ལག་ལེན་སོགས་ཚུལ་བཞིན་བྱས་ན་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་གསུང་ལ་བསྐྱུ་བ་མི་སྲིད་པས། ཟབ་མོའི་ཐབས་
དེ་ཙམ་འཚོགས་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས་ངེས་པར་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཅིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་
དཔལ་ལ་དབྱགས་འབྱེན་འཕྲོག་གཏོག་མི་བཞོ། །

Ao final da recitação dessas instruções, deve-se recitar muitas preces de aspiração Mahāyāna, tais quais O Rei das Preces de Aspiração, a aspiração para o renascimento em Sukhāvātī, a aspiração para o renascimento no reino da Pura Alegria [terra pura de Akṣobhya] e assim por diante. Em seguida, dedique o mérito para a iluminação e descanse em meditação por um longo período no estado de pureza primordial, em um só sabor de mente e objeto. A seguir, coloque o pó que liberta ao tocar sobre o corpo e recite mantras como o que purifica os reinos inferiores. Se a liberação ao usar textos, e assim por diante, for usada corretamente, uma vez que a fala iluminada do Protetor Primordial é infalível, não há dúvida de que o falecido será libertado do medo do samsara e dos reinos inferiores e irá obter a gloriosa confiança da liberação por meio das bênçãos desses meios hábeis profundos.

གཞན་དོན་མཛོད་པ་འཕྱི་སྐྱུ་ཡུལ་གཉན། །

Algumas pessoas afirmam estar fazendo em benefício de outros,

བསྐྱོན་ཚར་གཅིག་བགྲའ་ན་རྒྱན་ཆེར་བཅུ། །

recite a dedicação e aspiração apenas uma vez e considere isso um grande serviço.

གཞན་དག་དགོངས་སྦྱོད་རྗེས་པས་ཞིབ་ཆ་མེད། །

Outros distorcem a realização com conduta e, portanto, negligenciam os detalhes

འཕོ་འདེབས་འོལ་ཙམ་བྱས་པས་ཚོག་པར་རྫོམ། །

e arrogantemente consideram isso o suficiente para executar phowa vagamente e apenas uma vez.

ཕལ་ཆེར་རྫོངས་པས་འདི་བྱ་དེ་བྱེད་མེད། །

A maioria das pessoas ignora o que realmente fazer.

བླ་བྱ་ལས་ཀྱང་འདྲིན་བྱེད་སེམས་རྩ་འཕྲོར། །

A própria mente do guia está mais dispersa do que aquela que precisa de orientação, o falecido.

དེ་བས་ཀུན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་དཀའ་ཡང་། །

Sendo assim, embora seja difícil beneficiar a todos,

སློང་ཇེ་དེ་སེམས་ལྷན་དམ་པ་རེས་འགའ་ཙམ། །

Suponho que isso possa servir como um lembrete,

ཚུལ་འདིས་མ་རྒྱལ་སྐྱབས་མེད་སློབ་པ་ཡི། །

a alguns seres nobre com corações de compaixão,

ཐབས་ཟབ་གཅིག་ཅུ་ཕྱག་དུ་བཞེས་པ་ལ། །

da prática desse profundo, instantâneo meio hábil,

བསྐྱེལ་གསོས་ཙམ་དུ་འགྱུར་སྐྱམ་ཀུས་ལྡེ། །

que garante proteção às nossas velhas mães vulneráveis.

སློབ་གྲོས་མཐའ་ཡས་གནས་ཆེན་ཇེ་ཤོད་དུ། །

Assim, isso foi escrito por kusāli Lodrö Tayé enquanto praticando

སྐབ་པའི་སྐབས་བགྲིས་དགོ་བས་སྐྱེད་གུ་ཀུན། །

no lugar sagrado Dzongshö. Por essa virtude,

ཕུམ་གཅིག་གཤོད་མའི་ས་ལ་རྣལ་ལྡོལ་ཤོག། །

possam todos os seres juntos serem naturalmente liberados no estado primordial.

དགོ་ལེགས་འཕེལ། །།

Possa virtude e excelência florescer.

Lhasey Lotsawa Traduções, Julho de 2019 (tradução de Laura Dainty e Peter Woods, edição Libby Hogg).

Kyabgön Phakchok Rinpoche's Mandala

Spiritual activities: <https://cqlf.org/>

Merit-making activities: <https://akaracollection.com/>

Teaching activities: <https://samyeinstitute.org/>

Charitable activities: <https://basic-goodness.org/>

Scriptural activities: <https://lhaseylotsawa.org/>

<https://www.nekhor.org/>



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཚུ་བླ་མ་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
 བཤོམས་གང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཚུ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Manjusrī Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.