

Prática Concisa de Chenrezig

Refúgio e Boditchita

SANG DJE TCHO DANG TSO G TCHI TCHO G NAM LA DJANG TCHUB BAR DU DAG NYI TCHAB SU TCHI
No Buda, no Dharma e na excelente assembleia da Sangha, até que alcance a iluminação, neles eu tomo refúgio.

DAG GUI DJIN SO G DJI PE SÖ NAM TCHI DRO LA PEN TCHIR SANG DJE DRUB PAR SHOG
Que, pela minha prática das seis perfeições, todos os seres sencientes possam alcançar o estado búdico.

JOWO KYÖN GYI MA GÖ KU DOK KAR DZOK SANG GYE KYI U LA GYEN
Ser Sublime, livre de qualquer mácula, com um corpo branco e o Buda perfeito adornando sua cabeça,
TUK JEI CHEN GYI DRO LA ZIG CHENREZIG LA SOL WA DEB
você olha para todos os seres com olhos de compaixão. A você eu suplico, ó, Chenrezig.

CHAK TONG KOR LÖ GYUR WAI GYAL PO TONG CHEN TONG KAL PA ZANG POI SANG GYE TONG
Eu me prostro diante do venerável Chenrezig cujos mil olhos são os mil budas dos Éons Virtuosos,
GANG LA GANG DÜL DE LA DER TÖN PAI TSÜN PA CHEN RE ZIG LA SOL WA DEB
cujos milhares de braços são os mil Grandes Reis, Detentores da Roda. Você demonstra a forma apropriada de domar todos os seres. A você, eu suplico.

OM MANI PEME HUNG HRI (repita muitas vezes)

[Aqui inserir a prece abaixo – recitar uma vez em português e duas vezes em tibetano]

Dedicação

GE WA DI YIY NYUR DU DAG TCHEN RE ZIG UANG DRUB DJUR NE
Que por meio desta virtude eu possa rapidamente consumir o poderoso Chenrezig.

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA DE YI SA LA GOD PAR SHOG
and may all beings, without a single exception, be brought to this same state.

Os versos que salvaram os sakya da doença: uma prece para pacificação do medo da enfermidade por Thangtong Gyalpo

LE DANG LO BUR TCHEN LE DJUR PA YI DÖN DANG NE DANG DJUNG PÖ TSE UA SO G
Que todas as enfermidades que perturbam a mente dos seres sencientes e que resultam do carma e de condições temporárias,

SEM TCHEN YI MI DE UE NE NAM KÜN DJIG TEN KHAM SU DJUNG UAR MA DJUR TCHIG
como danos causados por espíritos, por doenças e pelos elementos, jamais ocorram nos reinos deste mundo.

DJI TAR SHE ME THRI PE SE DJA JIN KE TCHIG TCHIG LA LÜ SEM DRAL DJE PE
Que quaisquer sofrimentos advindos de doenças que ameaçam a vida – doenças que, como um abatedor conduzindo animal ao abate,

SOG THROG NE TCHI DUG NGAL DJI NYE PA DJIG TEN KHAM SU DJUNG UAR MA DJUR TCHIG
separam o corpo da mente em um mero instante – jamais ocorram nos reinos deste mundo.

TCHI DAG SHEN DJE KHA NANG TSÜ PA TAR NE TCHI MING TSAM THÖ PE TRAG DJE PE
Que todos os seres permaneçam imunes às doenças agudas, crônicas e infecciosas,

NYIN TCHIG PA DANG TAG PE RIM SOG TCHI LÜ TCHEN KÜN LA NÖ PAR MA DJUR TCHIG
cujo mero nome pode inspirar o mesmo horror que se sentiria nas presas de Yama, o Senhor da Morte.

NÖ PE GUEG RIG TONG THRAG DJE TCHU DANG LO BUR YE DROG SUM DJA DRUG TCHU DANG
Que as 80 mil classes de obstrutores malfazejos, os 360 espíritos nocivos que prejudicam sem advertência,

JI DJA TSA JI NE LA SOG PA YI LÜ TCHEN KÜN LA TSE UAR MA DJUR TCHIG
os 424 tipos de enfermidades e entre outras coisas jamais causem mal a qualquer ser!

LÜ SEM DE UA MA LÜ THROG DJE PE DJUNG JI THRUG PE DUG NGAL DJI NYE PA
Que quaisquer sofrimentos advindos de distúrbios nos quatro elementos, que privam o corpo e a mente de qualquer prazer,

MA LÜ JI JING DANG TSOB DEN PA DANG TSE RING NE ME DE TCHI DEN PAR SHOG
sejam totalmente pacificados, e que o corpo e a mente possuam brilho e poder, e sejam dotados de longevidade, saúde e bem-estar.

LA MA KONG TCHOG SUM DJI THUG DJE DANG KHA DRO TCHÖ TCHONG SUNG ME NÜ THU DANG
Pela compaixão dos gurus e das Três Joias, pelo poder das dakinis, dos protetores e guardiões do Dharma,

LE DRE LU MA ME PE DEN TOB TCHI NGO UA MÖN LAM TAB TSE DRUB PAR SHOG
e pela força infalível do carma e de seus resultados, que todas essas dedicações e preces se realizem assim que forem recitadas.

Certa vez, uma epidemia estava se disseminando de uma pessoa para outra no grande monastério da gloriosa tradição Sakya. Tudo o que os mestres tântricos tentaram – efígies, tormas, medicamentos, mantras, amuletos de proteção e assim por diante – não surtiu efeito, e o monastério estava sob risco de aniquilamento. Naquele momento, o mestre mahasidha Tangtong Gyalpo recitou a prece de refúgio que inicia com “Os seres sencientes, cujo número é tão vasto quanto o espaço”, seguida de uma quantidade de mantras Mani e, como quem profere um comando, disse “Pela força desta prece. . .” Com isso, a epidemia imediatamente cessou por completo. A partir de então, a prece passou a ser conhecida como a fala-vajra que irradia nuvens de bênçãos, intitulada “A Prece que Salvou os Sakya da Doença”.