

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. Общемахаянские практики для преобразования ума

Тройная непрерывная молитва (Гюнчак Сумпа).....	4
Обращение к Прибежищу и порождение Бодхичитты.....	5
Обращение к семнадцати великим пандитам славной Наланды.....	7
Молитва Манджушри «Ганг-ло-ма».....	12
Гуру-йога, называемая «Гаден Лхагьяма».....	13

УЧЕНИЯ ДЛЯ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ УМА

Чже Цонкапа. Основа всех благих качеств.....	15
Чже Цонкапа. Малый Ламрим. Краткое руководство к этапам пути Пробуждения.....	17
Чже Цонкапа. Восхваление взаимозависимости.....	21
Чже Цонкапа. Три главных аспекта пути.....	26
Чже Цонкапа. Повествование о постижениях «Прекрасное стремление» (Счастливая судьба).....	28
Длинная, средняя и краткая молитвы, обращенные к Ламе Цонкапе, «Спонтанное исполнение замыслов»	33
Молитва о расцвете учений Чже Цонкапы.....	43
Святое сердце Бхагавати Праджняпарамиты (Сутра Сердца).....	45
Дхарани Праджняпарамиты и сердечной сущности Взаимозависимости.....	46
Кончок Тенпе Донме. «Наставления досточтимого Миларепы по практике воззрения, созерцания и поведения».....	47

ЛОДЖОНГ

Геше Лангри Тангпа. Тренировка ума из восьми строф.....	52
Геше Чекава. Тренировки ума в семи частях.....	52

МОЛИТВЫ-УСТРЕМЛЕНИЯ

Молитвы к Гуру Ринпоче.....	55
Царь молитв устремления: «Устремление к благим деяниям» Самантабхадры.....	56
Молитва к Майтрее о будущих жизнях.....	64
Чже Цонкапа. Молитва о рождении в Земле Блаженства.....	64

МОЛИТВЫ ДАЛАЙ-ЛАМЕ 14 ТЕНЗИН ГЯЦО

Молитва о долголетию Его Святейшества Далай-ламы.....	69
Личная мантра Далай-ламы XIV.....	71

ОЧИСТИТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ

Практика простираций перед тридцатью пятью Буддами.....	72
Краткая практика Ваджрасаттвы.....	79

Кратчайшая молитва и мантра Ваджрасаттвы.....	83
ПРАКТИКИ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ БЛАГИХ ЗАСЛУГ	
Гуру-йога Авалокитешвары «Лестница в чистую землю Потала».....	84
Ежедневная практика Четырехрукого Ченрези.....	85
Садхана Симханада Авалокитешвары	89
Гимн Досточтимой Арья Таре (21 восхваление Таре).....	93
Садхана Будды – Гуру медицины.....	99
Практики долгой жизни.....	101
Кратчайшие молитвы и мантры.....	102
Церемония восьми Махаянских обетов (Пошадха Махаяны).....	103
РАЗДЕЛ II. Практики для имеющих посвящение в Аннутара-Йога Тантру	
Обширная шестиразовая Гуру-йога.....	109
Краткая шестиразовая Гуру-йога.....	117
Ритуал почитания Учителя (Лама Чопа).....	119
Подношение Ганачакры(Цог) в связи с ритуалом почитания Учителя.....	124
Сверхкраткое подношение Цога.....	133
САДХАНЫ	
«Источник всех сиддхи». Садхана мандалы двадцать одной Тары, по традиции махасиддхи Сурьягупты.....	134
Краткая садхана Бхагавана Одиночного Героя Шри Ваджрабхайравы.....	161
Ежедневная медитативная начитка Шри Гухьясамаджи.....	167
Йога трех чистот Шри Чакрасамвары.....	172
Краткая садхана Сахаджа Чакрасамвары.....	177
Краткая ежедневная практика Ваджрайогини.....	179
Кратчайшая молитва и мантра Шри Калачакры.....	183
Ежедневная практика Великолепного Совершенно Тайного Хаягривы.....	184
Краткая молитва и мантра Сверхтайного Хаягривы.....	186
Восхваление Шестирукому Махакале «Нюрзема».....	187
Восхваление Шридеви – Палден Лхамо.....	188
Мантры Защитников.....	189
РАЗДЕЛ III. Посвящение заслуг	
Благопожелание Ламрима.....	190
Чже Цонкапа. Заключительная молитва ламрима. «Ламрим Монлам Щугсо».....	191
Молитвы-посвящения заслуг Учителям.....	192
Общие молитвы посвящения заслуг.....	195