

Божественная мантра

написано Аджаном Ли Дхаммадхаро

переведено с тайского

Тханиссаро Бхиккху

Попробовал перевести на русский – Толя с <http://dharma.org.ru/board/>.

© 2006–2013

## **Введение**

Я написал книгу Божественная мантра чтобы те, кто применяет Дхамму, узнали способ обретения чистоты. Строки, приведенные здесь, приносят пользу тем, кто запоминает их и повторяет, поскольку они прямо связаны с тем, что существует в каждом из нас.

Родившись, все мы пребываем в шести элементах. Эти элементы собраны воедино нашими действиями: хорошими и плохими. Элементы могут стать источником больших проблем для тех, кто живет в них подобно ребенку, постоянно причиняющему неудобства своим родителям. Повторение этих строк похоже на кормление и воспитание ребенка. Когда ребенок стал взрослым и здоровым, его родители могут отдохнуть и расслабиться. Читая эти строки вы словно кормите ребенка и укладываете спать под прекрасную колыбельную - Буддхагуну, декламацию добродетелей Будды.

Сила Буддхагуны может оказать воздействие на элементы любого человека, очищая их и наделяя силой (кара-siddhi), подобно тому, как все материальные объекты каждую секунду испытывают воздействие гравитации. Или можно привести сравнение с электрическим проводом. Поток электроэнергии следует туда, куда вы его направите, как и эта мантра. Она способна улучшить условия вашей жизни, поскольку в ней содержатся строки, что читывал Отшельник Капила, чью историю рассказывают так: Был отшельник, что читал эти строки в тиковом лесу Индии. В итоге этот лес стал райским. Круглый год на деревьях появлялись цветы и плоды. Вода стала кристально чистой. Все больные животные, коим случалось проходить через этот лес и напиться этой воды, полностью излечивались. Трава и кустарники всегда были свежими и зелеными. Агрессивные животные, постоянно дерущиеся друг с другом, жили в этом лесу как друзья. Пребывание всех зверей здесь было радостным. Запах трупов никогда не проникал сюда, поскольку умирающие животные уходили из этого места. Этот лес принадлежал предкам Будды, клану Сакья и

позднее они основали здесь свою столицу - Капилаваттху, что стоит до сих пор на территории Непала.

Всё это случилось благодаря священной силе строк, что повторял отшельник Капила. И вот как он это делал: сначала, садился лицом на восток и повторял эти строки день и ночь на протяжении семи дней. На вторую неделю он садился лицом на север, на третью - поворачивался на юг, на четвертую - на запад. На пятую неделю он смотрел вниз на землю, а на шестую поднимал руки, разворачивал лицо к небу и с чистым сердцем сосредотачивался на звездах. Седьмую неделю он занимался дыхательными упражнениями, концентрируясь на дыхании и распространяя его во всех направлениях силой ума, порожденной Четырьмя Возвышенными Состояниями: добротой, состраданием, сорадованием и невозмутимостью. Потому эти строки и были названы Божественной Мантрой.

Когда я узнал все это, пока был в Индии, то не мог перестать думать о Будде. Он был чист непревзойденными качествами своего сердца, способный наделить элементы тела силой, сделать их чище, чем что бы то ни было в мире. Я слышал, что мощи его тела, например, возникали перед теми, кто был предан ему, появлялись сами по себе, что действительно очень загадочно.

Все это свершается силой чистого сердца. Когда сердце чистое - элементы так же чисты. Когда эти элементы находятся в мире, они могут оказывать обновляющее воздействие на среду обитания, потому что все элементы взаимосвязаны. Если мы - Буддисты, направим свои умы в этом направлении, то сможем побуждать к благому пропорционально своему числу. Но, если вместо этого наполним свои сердца злобой, то они непременно станут слишком горячими и беспокойными. Огонь наших сердец будет воздействовать на элементы наших тел и этот внутренний пожар распространится по миру во всех направлениях. Пламя будет расти, собираясь вместе и это поднимет температуру атмосферы. Жар солнца будет становиться все яростнее, нарушится погода и смешаются времена года. Когда это произойдет, жить станет очень трудно. В конце зона, итогом этого зла станет разрушение мира огнем, который пожрет и землю.

Все это из-за нашего легкомыслия и безответственности. Процесс уже идет в этом направлении, что показывает нашу неразумность, потому что у всего есть причина, ничто не происходит просто так. Причина мира, в котором мы живем - это сердце. Если сердце благое, то и мир с уверенностью будет таким. Если же сердце развращено, то мир будет таким же.

Итак, в этой книге, я описал путь для совершенствования сердца, который ведет к счастью и благополучию в самом ближайшем будущем.

## **Часть 1: почитание**

*Чтобы раскаяться и оказать почтение мощам Будды, Благородных Учеников, Изображениям Будды, ступам, дереву Бодхи – всему, что должен уважать каждый Буддист внешне и внутренне:*

### **Arahaṃ sammā-sambuddho bhagavā.**

Достоин почитания Благословенный, правильно и собственными силами Пробужденный.

### **Buddhaṃ bhagavantaṃ abhivādemī.**

Я склоняюсь перед Пробужденным, Благословенным.

(ПОКЛОН)

### **Svākkhāto bhagavatā dhammo.**

Хорошо сказано Учение Благословенным.

### **Dhammaṃ namassāmi.**

Я склоняюсь перед его Учением.

(ПОКЛОН)

### **Supaṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho.**

Община учеников Благословенного следует по хорошему пути.

### **Saṅghaṃ namāmi.**

Я склоняюсь перед Общиной.

(ПОКЛОН)

### **Namo tassa bhagavato arahato sammā-sambuddhassa.** (Три раза)

Выражаю свое почтение Благословенному, Победителю омрачений, правильно и собственными силами пробужденному.

### **Ukāsa, dvāra-tayena kataṃ, sabbaṃ apāradhaṃ khamatu no (me) bhante.**

Просим (Прошу) твоего прощения, достопочтенный, за все неумелые действия тела, речи и ума.

### **Vandāmi bhante cetiyaṃ, sabbaṃ sabbattha ṭhāne, supatitṭhitaṃ sārīraṅka-dhātuṃ,**

**mahā-bodhiṃ buddha-rūpaṃ, sakkāratthaṃ.**

Достопочтенный, я поклоняюсь каждой ступе, где бы она ни находилась, всем мощам тела Пробужденного, всем великим деревьям Пробуждения, всем изображениям Пробужденного.

**Ahaṃ vandāmi dhātuyo, ahaṃ vandāmi sabbaso, iccetaṃ ratana-tayaṃ, ahaṃ vandāmi sabbadā.**

Я поклоняюсь мощам. Я почитаю их везде. Я всегда почитаю Три Драгоценности.

**Buddha-pūjā mahā-tejavanto, Dhamma-pūjā mahappañño, Saṅgha-pūjā mahā-bhogāvaho.**

Почитание Пробужденного приносит великий восторг. Почитание его Учения – великую мудрость. Почитание Общины – великое богатство.

**Buddhaṃ Dhammaṃ Saṅghaṃ, jīvitaṃ yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Я принимаю прибежище и отдаю свою жизнь Пробужденному, Учению и Общине до самого освобождения.

**Parisuddho ahaṃ bhante, parisuddhoti maṃ, Buddho Dhammo Saṅgho dhāretu.**

Я добродетелен, достопочтенный. Пусть Пробужденный, Учение и Община узнают меня таким.

**Sabbe sattā sadā hontu, averā sukha-jīvino.**

Пусть все существа живут счастливо, свободные от вражды.

**Kataṃ piñña-phalaṃ mayhaṃ, sabbe bhāgī bhavantu te.**

Пусть все разделят благословение, возникшее от моих умелых действий.

(Поклониться три раза)

## **Часть 2: декламация**

*Наделение шести элементов Буддхагуной:*

**Namo tassa bhagavato arahato sammā-sambuddhassa.**

Выражаю свое почтение Благословенному, Победителю омрачений, правильно и собственными силами пробужденному. (Три раза)

**Buddhaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitaṃ yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Я принимаю прибежище и отдаю свою жизнь Пробужденному до самого освобождения.

**Dhammaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Я принимаю прибежище и отдаю свою жизнь Учению до самого освобождения.

**Saṅghaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Я принимаю прибежище и отдаю свою жизнь Общине до самого освобождения.

**Dutiyampi buddhaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Во второй раз...

**Dutiyampi dhammaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Во второй раз...

**Dutiyampi saṅghaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

Во второй раз...

**Tatīyampi buddhaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

В третий раз...

**Tatīyampi dhammaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

В третий раз...

**Tatīyampi saṅghaṃ āyu-vaḍḍhanaṃ jīvitam yāva-nibbānaṃ saraṇaṃ gacchāmi.**

В третий раз...

*1. Элемент ветра*

**Vāyo ca buddha-guṇaṃ arahaṃ buddho itipi so bhagavā namāmi'haṃ.**

Ветер - это умелое качество Пробужденного. Достоин почитания Пробужденный, поэтому он Благословенный – я склоняюсь перед ним.

**Arahaṃ sammā-sambuddho,**

Достоин почитания правильно и собственными силами Пробужденный,

**Vijjā-caraṇa-sampanno sugato lokavidū,**

Совершенный в знании и поведении, ушедший благим путем, видящий все миры,

**Anuttaro purisa-damma-sārathi satthā deva-manussānaṃ buddho bhagavāti.**

Непревзойденный наставник тех, кто может быть обучен, Учитель богов и людей, пробужденный, благословенный.

*(Думай о Пробужденном и его чистоте)*

**Vāyo ca dhammetaṃ arahamaṃ buddho itipi so bhagavā namāmi'haṃ.**

Ветер – это элемент Учения. Достоин почитания Пробужденный, поэтому он Благословенный – я склоняюсь перед ним.

**Svākkhāto bhagavatā dhammo,**

Хорошо сказано Учение Благословенным,

**Sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko,**

Очевидное, вневременное, приглашающее всех убедиться в нём,

**Opanayiko raccattaṃ veditabbo viññūhīti.**

Ведущее прочь от страданий, познаваемое мудрыми на собственном опыте.

*(Думай о достопочтенном Сарипутте и его мудрости)*

**Vāyo ca saṅghānaṃ arahamaṃ buddho itipi so bhagavā namāmi'haṃ.**

Ветер дарится Общинам. Достоин почитания Пробужденный, поэтому он Благословенный – я склоняюсь перед ним [Я это понимаю так, что Будда распознавал элемент ветра, это его «добродетель», его способность. Он учил его распознавать в своем учении, Дхамме и Сангха, его последователи, этот элемент распознают. прим мои – Толя]

**Supaṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho,**

Община учеников Благословенного следует по хорошему пути,

**Uju-paṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho,**

Община учеников Благословенного следует по прямому пути

**Ñāya-paṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho,**

Община учеников Благословенного следует по верному пути

**Sāmīci-paṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho,**

Община учеников Благословенного следует по умелому пути

**Yadidaṃ cattāri purisa-yugāni aṭṭha purisa-puggalā:**

А именно четыре пары, восемь типов личностей.

## **Esa bhagavato sāvaka-saṅgho —**

Такова община учеников Благословенного

### **Āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo añjali-karaṇīyo,**

Достойная даров, достойная гостеприимства, достойная подаяния, достойная почтительного приветствия,

### **Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassāti.**

Несравненное поле заслуг для всего мира

*(Думай о достойном Могаллане, его сверхъестественных силах и сострадании)*

### **Dhātu-parisuddhānubhāvena, sabba-dukkhā sabba-bhayā sabba-rogaṃ vimuccanti.**

Силой чистоты элементов все они становятся свободными от страдания, опасностей и заболеваний.

### **Iti uddham-adho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya sabbāvantaṃ lokaṃ, mettā karuṇā muditā upekkhā sahaḡatena cetasā, catuddisaṃ pharitvā viharati,**

Когда кто-либо так распространяет свою осознанность, проникнутую добротой, состраданием, сорадованием и невозмутимостью в четырех направлениях, вверх, вниз, вокруг, везде, охватывая всю вселенную

### **Sukhaṃ supati sukhaṃ paṭibujjhati, na pāpakaṃ supinaṃ passaṃti,**

Он спит легко, встает легко, не видит плохих снов,

### **Manussānaṃ piyo hoti, amanussānaṃ piyo hoti, devatā rakkhanti,**

### **Nāssa aggi vā visaṃ vā satthaṃ vā kamati,**

Он дорог людям, дорог не-человеческим существам, его охраняют небожители, его не касается огонь, яды или оружие.

### **Tuvaṇṇaṃ cittaṃ samādhivati, mukha-vaṇṇo vipphaṇṇati,**

Он быстро сосредотачивается и его вид приятен (ярок).

### **Asammaḡho kālaṃ karoti,**

### **Uttariṃ appaṭivijjhanto brahma-lokūpago hoti.**

Он умирает без мучений и если не идет выше, то перерождается в мирах Брахмы.

### **Iti uddham-adho tiriyaṃ averaṃ averā sukha-jīvino.**

Так, не чувствуя вражды вверху, внизу и вокруг, свободный от вражды, он живет счастливо.

**Kataṃ piñña-phalaṃ mayhaṃ sabbe bhāgī bhavantu te.**

Пусть все разделят благословение, возникшее от моих умелых действий.

**Bhavantu sabba-maṅgalaṃ rakkhantu sabba-devatā.**

Пусть всё будет благословенно, да пребудут на страже небожители.

**Sabba-buddhānubhāvena sabba-dhammānubhāvena sabba-saṅghānubhāvena sotthi hontu nirantaraṃ,**

Силой Пробужденного, Учения и Общины пусть будет нескончаемое благо.

**Arahaṃ buddho itipi so bhagavā namāmi'haṃ.**

Достоин почитания Пробужденный, поэтому он Благословенный – я склоняюсь перед ним.

Декламация для всех остальных элементов идентична декламации для элемента ветер. Меняется только название самого элемента:

## **2. Элемент огня:**

Tejo ca buddha-guṇaṃ...

Tejo ca dhammetaṃ...

Tejo ca saṅghānaṃ...

## **3. Элемент воды:**

Āro ca buddha-guṇaṃ...

Āro ca dhammetaṃ...

Āro ca saṅghānaṃ...

## **4. Элемент земли:**

Paṭhavī ca buddha-guṇaṃ...

Paṭhavī ca dhammetaṃ...



Paṭhavī ca saṅghānaṃ...

## **5. Элемент пространства**

Ākāśā ca buddha-guṇaṃ...

Ākāśā ca dhammetaṃ...

Ākāśā ca saṅghānaṃ...

## **6. Элемент сознания:**

Viññāṇaṃ ca buddha-guṇaṃ...

Viññāṇaṃ ca dhammetaṃ...

Viññāṇaṃ ca saṅghānaṃ...

Как только вы запомнили секцию элемента ветер, остальные не представят проблем, потому что они одинаковые и различаются только названием элемента.

Эти элементы существуют внутри каждого из нас, поэтому в процессе декламации вы должны размышлять о значении того, что вы начитываете: Ветер – это ощущение движения, например – вдох и выдох. Огонь – ощущение тепла. Вода – ощущение жидкости или свежести [по Абхидхаме вода – это сцепление. Прим мои - Толя]. Земля – ощущение тяжести, твердости. Пространство – ощущение пустоты. Сознание – знание объекта. Если вы думаете о том, что декламируете, то начитывание будет очень благотворным.

Такую же форму имеет декламация, в которой используются 5 групп, 12 опор и 32 части тела. Метод такой же, как и с 6 элементами, но меняются названия в следующем порядке:

### **5 групп**

1. Rūpaṃ ca — чувственная материя
2. Vedanā ca — чувство приятного, неприятного и нейтрального
3. Saññā ca — имена, названия, акты восприятия и узнавания
4. Saṅkhārā ca — волиции и процессы ума
5. Viññāṇaṃ ca — сознание 6 видов

### **12 опор**

1. Cakkhu ca — глаза

2. Sotañca — уши
3. Ghānañca — нос
4. Jivhā ca — язык
5. Kāyo ca — тактильные ощущения
6. Mano ca — ум
7. Rūpañca — видимое
8. Saddo ca — звуки
9. Gandho ca — запахи
10. Raso ca — вкусы
11. Poṭṭhabbā ca — тактильные ощущения
12. Dhammārammaṇañca — идеи

### **32 части тела**

1. Kesā ca — волосы на голове
2. Lomā ca — волосы на теле
3. Nakhā ca — ногти
4. Dantā ca — зубы
5. Taso ca — кожа
6. Maṃsañca — мясо
7. Nhārū ca — сухожилия
8. Aṭṭhī ca — кости
9. Aṭṭhimiñjañca — костный мозг
10. Vakkañca — селезенка
11. Hadayañca — сердце
12. Yakanañca — печень
13. Kilomakañca — перегородки

14. Pihakañca — почки
15. Papphāsañca — легкие
16. Antañca — толстый кишечник
17. Antaguṇañca — тонкий кишечник
18. Udariyañca — гортань
19. Karīsañca — кал
20. Matthaluṅgañca — мозг
21. Pittañca — желчь
22. Semhañca — мокрота
23. Pubbo ca — лимфа
24. Lohitañca — кровь
25. Sedo ca — пот
26. Medo ca — жир
27. Assu ca — слезы
28. Vasā ca — смазка
29. Kheḷo ca — слюна
30. Singhāṇikā ca — слизь
31. Lasikā ca — смазка суставов
32. Muttañca — моча

### **Часть 3: медитация**

#### **Семь основных шагов:**

Начните с трех или семи длинных вдохов и выдохов. Думайте БУД- на вдохе и -ДХО на выдохе. Длина звука должна быть равна фазе дыхания.

Знайте, что вы вдыхаете и выдыхаете.

Наблюдайте, как дыхание входит и выходит, приятно оно или неприятно, свободное или сдавленное, затрудненное или свободное, быстрое или медленное,

короткое или длинное, теплое или холодное. Если появляются некомфортные ощущения, то смените тип дыхания. Например, если неприятен длинный вдох и выдох, попробуйте дышать короче. Как только ощущение от дыхания станет приятным, наполните им все части тела.

Начните с того, что ощущение вдоха течет вниз от основания черепа вдоль спины. Если вы мужчина, то распространяйте это ощущение по своей правой ноге, до самой ступни, пальцев и дальше в пространство. Вдыхайте и снова распространяйте это ощущение уже по левой ноге, в ступню и дальше. (Если вы женщина, то делайте наоборот, потому что нервные системы различны).

Потом распространите дыхание от основания черепа на плечи, руки, запястья, пальцы и далее в пространство.

Распространяйте дыхание от горла по центральному нерву, пройдите легкие, печень, мочевой пузырь и толстую кишку.

Вдыхайте и распространяйте дыхание по середине груди, чтобы оно прошло до кишечника.

Распространяйте эти ощущения так, чтобы они соединились, растекаясь повсюду и вы почувствуете, как увеличивается ваше счастье.

Выучите четыре способа регулировки дыхания:

Длинный вдох и длинный выдох

Короткий вдох и короткий выдох

Короткий вдох и длинный выдох

Длинный вдох и короткий выдох

Дышите так, чтобы чувствовать себя комфортно или, что еще лучше, выучите все четыре способа, чтобы чувствовать себя удобно в каждом из них, потому что дыхание и физическое состояние постоянно меняются.

Так же полезно ознакомиться с центрами или местами координации ума, местами концентрации дыхания и осознавать тот из них, что наиболее удобен.

Вот некоторые из них:

На кончике носа

В середине головы

На небе

В гортани

В центре груди

В пупке (или чуть повыше)

Если вы страдаете от частых головных болей или у вас проблемы с нервами, не сосредотачивайтесь на тех точках, что выше гортани. И не пытайтесь войти в транс при помощи манипуляций с дыханием. Дышите свободно и естественно. Пребывайте с дыханием, но не засыпайте.

Распространите осознанность ощущений по всему телу.

Объедините ощущения дыхания во всем теле, позвольте им распространяться вместе, сохраняя осознанность настолько широкой, насколько это возможно.

Если вы осознаете все аспекты дыхания в своем теле, то сможете узнать и другие стороны этого процесса. Дыхание имеет много граней: ощущения дыхания идут через нервы, окутывают их, распространяются от них в каждую пору. Хорошие ощущения и вредоносные смешаны по природе.

Суммируя все сказанное: (а) с целью совершенствования энергии, уже существующей в каждой части вашего тела настолько, что вы сможете справляться с заболеваниями и болью (б) чтобы прояснить знание, уже содержащееся в вас, настолько, насколько это необходимо для освобождения и чистоты сердца – вы должны всегда следовать этим семи шагам тренировки ума, потому что они являются базовыми для медитации дыхания.

Почитание, декламация и медитация должны идти рука об руку, чтобы действительно очистить ум в согласии с основными положениями Учения Будды:

### **Sabba-pāpassa akaraṇaṃ**

Не совершайте никакого зла

### **Kusalassūpasampadā**

Развивайте умелые качества.

Это значит, что почитание – это умелое действие телом, декламация – умелое действие речью, а медитация – умелое действие умом.

Применяя это мы сможем достичь сердца учения Будды:

### **Sacitta-pariyodapanam**

Очистите свое сердце.

Все в мире происходит через силу сердца. Развращенное сердце не сможет

использовать эту силу, а умелое получит бесценное благословение и обратит силу в помощь другим.

## **Jinapañjara Gāthā**

Клетка Победителей [защитная декламация. Прим. мои – Толя]

**Jay'āsan'āgatā Buddhā**

**Jetvā Māraṃ savāhanaṃ**

**Catu-saccāsabhaṃ rasaṃ**

**Ye piviṃsu narāsabhā**

Пробужденные, Благородные, что пьют нектар Четырех Истин, победившие Мару и его войско, занимают славные сидения:

**Taṇhaṅkar'ādayo Buddhā**

**Aṭṭha-vīsati nāyakā**

**Sabbe patiṭṭhitā mayhaṃ**

**Matthake te munissarā**

28 Будд-предводителей,

Совершенных мудрецов,

Начиная с Танханкары –

Все прибывают на макушку моей головы.

**Sīse patiṭṭhito mayhaṃ**

**Buddho dhammo dvilocane**

**Saṅgho patiṭṭhito mayhaṃ**

**Ure sabba-guṇākaro**

Будда располагается в моей голове, Дхамма - мои глаза, Сангха, источник добродетелей – в моей груди.

**Hadaye me Anuruddho**

**Sārīputto ca dakkhiṇe**

**Koṇḍañño piṭṭhi-bhāgasmim**

**Moggallāno ca vāmake**

Анураддха в моем сердце, Сарипутта справа, Конданья передо мной и Могаллана слева.

**Dakkhiṇe savane mayhaṃ**

**Āsuṃ Ānanda-Rāhulo**

**Kassapo ca Mahānāmo**

**Ubh'āsuṃ vāma-sotake**

Ананда и Рахула в правом ухе, Кассапа и Маханама в левом.

**Kesante piṭṭhi-bhāgasmim**

**Suriyova pabhaṅkaro**

**Nisinno siri-sampanno**

**Sobhito muni-puṅgavo**

Собхита, благородный мудрец, сидит в непревзойденной славе, освещая как солнце мой затылок.

**Kumāra-kassapo thero**

**Mahesī citta-vādako**

**So mayhaṃ vadane niccaṃ**

**Patitṭhāsi guṇākaro**

Старейший Кумаракассапа – великий мудрец, искусный в речах, сокровище добродетелей постоянно в моем рту.

**Puṇṇo Aṅgulimālo ca**

**Upālī Nanda-Sīvalī**

**Therā pañca ime jātā**

**Nalāṭe tilakā mama**

Пять старейших – Пунна, Ангулимала, Упали и Сивали возникают как благоприятные знаки посередине моего лба.

**Sesāsīti mahātherā**

**Vijitā jina-sāvakā**

**Etesīti mahātherā**



**Jitavanto jinorasā**

**Jalantā sīla-tejena**

**Aṅgamaṅgesu saṅṅhitā**

Остальные 80 великих старейших, победоносные, ученики Победителя, сыновья Победителя, сияют величием своих добродетелей в разных частях моего тела.

**Ratanaṃ purato āsi**

**Dakkiṅe Metta-suttakaṃ**

**Dhajaggaṃ pacchato āsi**

**Vāme Aṅgulimālakaṃ**

**Khandha-Mora-parittaṅca**

**Ātānāṅgiya-suttakaṃ**

**Ākāse chadanaṃ āsi**

**Sesā pākāra-saṅṅhitā**

Ратана Сутта передо мной, Метта Сутта справа, Дхажагга Сутта позади, Ангулимала Паритта слева. Кхандха Паритта, Мора Паритта и Атанатия Сутта – крыша, остальные Сутты становятся крепостным валом.

**Jināṅbala-saṃyuttā**

**Satta-pākāra-laṅkatā**

**Vāta-pitt'ādi-saṅṅjātā**

**Bāhir'ajjhatt'upaddavā**

**Asesā vinayaṃ yantu**

**Ananta-jina-tejasā**

Перед ними семь крепостных валов, связанные властью и силой Победителей. Пусть все несчастья внутри и снаружи, вызванные ветром или желчью будут уничтожены без следа бесконечным величием Победителей.

**Vasato me sakiccena**

**Sadā Sambuddha-paṅjare**

**Jina-paṅjara-majjhamhi**

**Viharantaṃ mahītale**

**Sadā pārentu maṃ sabbe**

**Te mahā-purisāsabhā**

Я пребываю во всем моих делах в клетке Пробудившихся, живу на земле в центре клетки Победителей, все Благородные охраняют меня.

**Icevamanto sugutto surakkho**

**Jinānubhāvena jit'upaddavo**

**Dhammānubhāvena jitārisaṅgho**

**Saṅghānubhāvena jit'antarāyo**

**Saddhammānubhāva-pālito carāmi jina-pañjareti.**

Так я полностью защищен, полностью охраняем.

Силой Победителей, все несчастья исчезли.

Силой Дхаммы все орды врагов повержены.

Силой Сангхи, все опасности исчезли.

Охраняемый силой истинной Дхармы

Я нахожусь в клетке Победителей.