

טיפת אלמוות מזוככת

מנדאלת אריכות ימים של אריה טארה - גלגל ממלא משאלות

נאמנו! כובשת עילאית, מימוש כל / הבודהות, הדהרמה והאסיפה,

הנודדים ואנוכי חוסים בך / ומעלים את תודעת ההארה.

Namo sang gye chö tsog kün ngö chom den mar /

dag dro kyab chi jang chub sem kye do (X3)

(יש לטהר את הטורמה עם:)

אום אָה בִּיגְנָן טָה קְרִיטָה הוּם פְּהָאט

(ולזכר עם:) אום סְוֹאבְּהָאָוּה שוּדְהָה סָאָרְוָה דְהֶרְמָה סְוֹאבְּהָאָוּה שוּדְהוּ הָאָם

OM AH BIGHNAN TA KRITA HUM PHAT

OM SVABHĀVA-ŚUDDHĀḤ SARVA-DHARMĀḤ SVABHĀVA-ŚUDDHO HAM

בכלי עטור אבני חן - טורמה: / עננות גדושות תענוגות חושים.

מוגשת לשומרי ארבעת- / כיוונים, נושים-קארמטיים ורוחות.

משזנח לבכם כל רוע / אך ראוי כי תגשימו אושר וטוב!

בוטא גאצ'ה!



[בן-רגע] הנני האריה / ממרכז לבי זורח אור;

קורן לכל כיוון, הופך ל- / מעגל הגנה שאין-לנצחו.

ואג'רה ראקשה ראקשה!



ושׁוב זורח אור לבן אל / שדות הבודה בעשרת-כיוונים.
מזמין הוא את הבהגאוטי, / הבודהות ובני-המנצחים.¹
קידות במלוא-כבוד אציע / ואגיש [לכם] שלוש מנחות.²
וידוי על עבירות ורוע, / אתענג על מעשים נושאי-זכויות.
אפציר כי יפעלו הבודהות / לְיוֹחַת הכל ויוותרו לעד.
אקדיש כל זכות להתעוררות; / אז נמוג שדה הצבירה אלי.
לו כל נודד ישהה באושר,³ / בלי כל סבל ובלב שווה לכל.

(הדמייה)

מתוך ריקות [עולה] ממלכת / אקאנישטה, מקומה אומר קדושה.
ובה ארמון שמידותיו הן / בלי-שיעור ויופי עיטוריו נפלא.
חלקת עצים קסומה טובלת / בפרחי אוטפאלה וגדילי-תכשיט.
בַּאמצע כס עטור אבני חן, / כס נפלא עם לוטוס וְלִבְנָה.
באמצע "טאם" אורה זורח - / ומגשים את שתי הרווחות.
ה"טאם" מותמרת והנני - / הגלגל-מגשים-המשאלות.⁴
יפהפיה בוהקת לובן, / יד ימין היא הַנְּדִיבוֹת העילאית.
יד שמאל לוטוס צחור אוחזת, / לוטוס הוא האופן של שיכול רגליי.
בְּסִימָנִים אני ניחנת;⁵ / וקורנת בצבעי הקשת אור.
שמונת העדיים עונדת, / חמישה פריטי המשי לבושה.
על כתר ראשי אמיטבהא / שלושת הַמְּקוֹמוֹת עם אֹם אֶה הוֹם.
בלב לבי ההברה "טאם", / לבנה, ממנה אור נשלח, מזמין,
את בת-דמותי [ישות החוכמה], / ונותנות החניכה מְשֻׁדָּה אוגמין.⁶
ללא-שניות הן נטמעות בי, / חניכה ניתנת וחותרם נטבע.⁷



¹ בודהיסטאות.

² תרגום מילולי: מנחות חיצוניות, פנימיות וסודיות.

³ אפשר גם לתרגם – ישוה בשדה "דווה-צ'ן".

⁴ כינוי לטארה.

⁵ תרגום מילולי: בסימנים העיקריים והמשניים.

⁶ המילה הטיבטית לאקאנישטה.

⁷ החותרם של משפחת בודהה אמיטבהא.

דְּזָה הוּם בָּאם הוֹ / אָבִישְקָטָה סָמַאיה שְרִייה הוּם.

DZA HUM BAM HOH \ ABISHEKATE SAMAYA SHRIYE HUM

אום ואג'רה אָרְגְהָאם / פָּאדְיָאם / פּוּשְפָּא / דְהוּפָּא / אָלוּקָא / גַנְדְהָא / נְוִידְיָא /



שַאבְדָה פְּרַאטִיכָה סְוָהָא.

OM VAJRA ARGHAM \ PADYAM \ PUSHPE \ DHUPE \ ALOKE \ GANDHE \

NEIWIDYE \ SHABDA PRATICCHA SVAHA



כתרם מורכן, אלים, דמויי-אל, / לרגלי הלוטוס מְחוּזִים קידה!

שבחי הלל לאמא טארה / הגואלת ממחסור ומצוקה!



(הדמיית הלב)

בלב ליבה של הַמְנַצַּחַת / יש גלגל לבן במרכזו יש "טאם".

לִימִין ושמאל ה"טאם" - "אום" ו"הא"; / מסביבה מנטרת-חיים,⁸ שמי ושמותם

של מי שאקדיש לו תרגול זה. / בשמונת החישורים של הגלגל

שמונה הברות - "טָה" פותחת; / לִימִין הוא סיבובן,⁹ צבען לבן.

אורן נשלח, אוסף מספיג בי / את עוצמת והוד החי והדומם,

בסמסארה ובנירוואנה - / כך השגתי את מצב מְחִזִיקִי-

התודעה-שולטי-החיים. / בגלגל יש טבעות שלוש:

הראשונה - פנימית - חגות בה / ה'תנועות' וסיבובן ימין.

ובשניה כל ה'עיצורים' / סיבובם לשמאל, ובשלישית -

חגות ההברות "יָה דהרמה" / לימין ותוך פְּדִי סיבובן

מְשֻׁלוּש הטבעות קורן אור / בצבעי לבן, צהוב, אדום, כחול,

ירוק, סגול; גופי נמלא בו, / [אז] נשלח החוצה, יוצר ספירות אור.

בחללים שבין הספירות / מניצים פרחי אוטפאלה צעירים.

בבוהקם חיות גוברת, / הוד וכח וארבע הפעולות.

⁸ מנטרת אריכות הימים.

⁹ כלומר עם כיוון השעון.

אום ואסומאטי שְׂרִייה סְוֹהָא | אום ואג'רה אה צ'נדִרְיִיה סְוֹהָא
OM VASUMATI SHRIYE SVAHA | OM VAJRA AH CANDRAYE SVAHA
(לחזור על כל מנטרה 7 פעמים ואז לנשוף על המאלה)

אום טַאֲרַה טוּטְאֲרַה טוּרַה מאמה אִיור ג'נַאנַה פוֹנְיַה פוֹשְׁטִים
קוּרו סְוֹהָא

OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA AYUR JÑĀNĀ PUNYE PUŚTIM
KURU SVĀHĀ



(טורמה להדמייה קדמית)

מתוך ריקות בכלי-אבני-חן, / טורמת עינוגי חמשת החושים;
מוגשת היא לבהגאוטי - / [כך] פורחים חיי מורים מהוללים;¹⁰
תורת המנצחים פורחת / מתוך זה משגשים חיי
הפטרונים והנודדים. (כך הציגו והגישו את הטורמה)



(החזו את המנדאלה שמולכם:)

המנדאלה מולי - שְׂדֵה-בֹדֶה, / סידורה מושלם, יפת מראה.¹¹
ובה¹² פורחת אודומְוֹאֶרָה / זוהרה בוהק, עליה ישובה
הֶהָגֵאוּטִי, סימניה - / ראשיים ומשניים זורחים.
פרצוף אחד, עיניים שבע, / יד ימין במודרת הַנְּדִיבוֹת.
שמאלה אוחזת באוטפאלה; / עטורה במשי ובתכשיטים.
על כתר ראשה אמיטבהא / שלושת הַמְּקוֹמוֹת עם אֹמ אָה הוֹם.
ה"טאם" שבליבה קורנת, / כך ישות-חוכמה-נשגבת בדמותה
מֶאָקֵאֲנִישְׁטָה אור-מוזמנת, / מתמזגת לתוכה בלי הפרדה.



אום! בהגאוטי, בודהות ובניהם! / כשאזמין אתכם באמונה שלמה,
הגיעו נא, עלי הָבִיטו / בחמלה ואהבה גדולה!

אום אריה טאָרָה סָמָאָה ג'ה טישְטָה לְהָאן
OM ARYA TARA SAMAYA JA TISHTA LHAN



¹⁰ אפשר גם לקרוא: חיי הגורו המהולל.

¹¹ עפ"י קנפו טנזין, הנקודה החשובה פה היא שמראה המנדאלה נתפש בתודעה אבל גם כשפוקחים עיניים
עדיין רואים אותה לפנינו.

¹² במרכז המנדאלה.

(הגישו מנחות):

אום; רכיבים מחומר ומרוח; / חיצוני, פנימי, סודי וככותי;
חמשת מושאי חושים - מים / לשתייה וטהרה, פרחים, קטורות,
נרות, מעדנים, נגינות; / תהילת והון אלים ובני אדם;
סמלי מלכות, סימני מזל; / אוקיינוס עננות-סמנטהבאדרה,
אגיש לאסיפה הרמה.

אום אריה טארה סאפאריוארה ארגהאם / פאדיאם / פושפא / דהופא / אלוקא /
גנדהא / נוידיא / שאבדה פראטיצה סוואהא.

OM ARYA TARA SAPARIWARA ARGHAM \ PADYAM \ PUSHPE \ DHUPE \ ALOKE \
GANDHE \ NEIWIDYE \ SHABDA PRATICCHA SVAHA



רופה / שאבדה / גנדהא / ראסה / ספארשה / ראטנה מאנגאלה פוג'ה הו //
RUPA \ SHABDA \ GANDHE \ RASA \ SPARSHE \ RATNA MANGALA PUJA HOH \\\

(הגשת מנדאלה)

בעין-רוחי אראה כשלי: / הר מרו, ארבע היבשות,
תתי-היבשות, היקפן, / משכנות-אלים, מיליארד העולמות
מעוטרים בנאירוצ'אנה, / עם כל ששייך לי ואינו שייך:
אגיש לך כובשת נשגבת!

ראטנה מנדאלה פוג'ה מְגָה-לָה אַה הום
RATNA MANDALA PUJA MEGA-LA AH HUM

קרקע נרחבת זו טובלת / מי-בשמים, פרחים זרועה ותכשיטה -
הר מרו, יבשות, השמש, / והלבנה - שְׂדֵה-בודהה מול עיניי!
כשאגישו לו שְׂדוֹת הטוהר / ימומשו להנאת הנודדים! (הגישו כך)

ג'טסון ארֶיה טארה ו-, / בודהות, בודהיסטוּת ב-
כל כיוון וזמן שוכנים / לכולכם אגיש קידה.
אציע פרחים, קטורות, / מנורות חמאה, ריחות, / אוכל, מוזיקה ועוד,
פרי-דמיון ופרי-ממש; / אסיפת הנעלה, / זאת קבלו בבקשה!
אתוודה על הרעות,¹³ / חמישה-מידים,¹⁴ / על כל מעשה מזיק / שנבע מתודעה /
נתונה באשליה / מראשית ועד-עתה.
מעמקי-לבי אשמח / על כל פוטנציאל הזכות - / מעלות אשר צברו / בעבר, הווה,
עתיד / שְׂרָאָנוּקוֹת ופְּרָאָטְיִיקוֹת / בודהיסטוּת, יצורים / רגילים וכדומה.
בהתאם לַפּוֹנוֹת / ולְקִיבוֹלוֹת שוֹנוֹת, / של מכלול היצורים, / אנא מכם סובבו
את גלגל הדהרמה של / מרכבות גדולה, קטנה, / ושל המשותפים.
עד אשר סמסארה לא / תתרוקן, בכם אפציר: / לנירוונה אל תלכו;
דאגו לַיִצוּרִים / ההולכים ונבלעים / באוקיינוס-ייסורים.
מאחר והגורם / להתעוררות שלמה / הוא כל זכות שנצברה / על יְדֵי לו אהפוך
בקרב להדרכה / נפלאה לנודדים!

אום אָה בִּיגְנָאן טָה קְרִיטָה הוּם פְּהָאט
אום סְוָאבְּהָאָוּה שוֹדְהָה סְאָרְוָה דְהַרְמָה סְוָאבְּהָאָוּה שוֹדְהוֹ הָאָם
OM AH BIGHNAN TA KRITA HUM PHAT
OM SVABHĀVA-ŚUDDHĀḤ SARVA-DHARMĀḤ SVABHĀVA-ŚUDDHO HAM

בכלי-חן תמצית נקטר - טורמה - / אגישה אל הגבירה הנעלה.
הדר ועושר נא הגבירי!



¹³ תרגום מילולי: על עשר המידות הרעות.
¹⁴ חמשת המעשים הנושאים גמול מידי.

שבחי הלל לטארה ב- 21 בתים

אום, ג'טסונָמָה אַרְיָה טארה לך הלל!

1.

טארה, גיבורה מהירה
כהבזק ברק עיניה,
נולדה מטיפת צ'נְרִיג
מגן-עולמות, לך הלל.

2.

טארה פניה כמָאָה
ירחי הסתיו במילואָם,
זוהרת באור מנצנץ
אַלפי כוכבים, לך הלל.

3.

מלוטוס תכול-זהב עולה
ובידיה אוֹטֶפֶאלָה
מימוש נדיבות, סבלנות,
פרישות וחדוות שקדנות,
ריכוז והשקֶנֶת שלום.
נשירה - טארה לך הלל.

4.

מכתר הבודהה שְבָחִים
לך טארה המנצחת,
בך בוטחים בני הגיבורים,
שלמויות הגשמת, לך הלל.

5.

כל חלל עולם היצר
מתמלא ב- "טוטאָרה", "הום".
עולמות שבעה רומסת,
ממגנטת, טארה, הלל.

6.

אַגְנִי, אינְדֶּרָה, וַאִי, בְּרַהְמָה
ואישְוָאָרָה נותנים כבוד.
אסיפת רוחות וזומבים,
גַאנְדָאָרוֹת וגם הַיָאָקְשֹׁת,
מזמרים - טארה, לך הלל.

7.

טארה עם "טָרָאט, פֶּהֶט" הורסת
גלגלי התעתוע,
רגל ימין מכופפת,
שמאל נמתחת ולוחצת,
אַת שבעוצמה בוערת
בְּמַעֲרֹבֹלֶת אש, לך הלל.

8.

טארה מטילת האימה,
ממים עלו פניה,
עם "טוֹרָא" שדים הורסת,
במבע זועם קוטלת
את כל האויבים, לך הלל.

9.

מול לבך אצבעותיך
במוֹדֶרֶת הַיָקָרִים שלושה,
זיו גופך מאיר בין-רגע
היקום - טארה לך הלל.

10.

כְּתֶרֶךְ אלומות אור קורן
טאַרָה - התגלמות האושר,
הד צחוקך "טוֹטאַרָה" כובש
עולמות-שדים, לך הלל.

11.

שומְרֵי-מקום מזמנת,
במבע זועם מצילה
חסרי-כל יחד עם ה"הום",
נשירה - טארה, לך הלל.

12.

טארה כתרך חצי סהר,
כל עיטוריך זוהרים,
ממקלעת שיער ראשך
אמיטבהא קורן הלל.

13.

טארה המוקפת אושר,
ימין מתוחה, שמאל כפופה,
אש קץ-העולם מסביבה,
מכלה אויבים, לך הלל!

14.

יד טארה מוחאת בקרקע,
רגלה רוקעת, מבטה
מאיים עם "הום" מכניעה
עולמות שבעה, לך הלל.

15.

שופעת אושר, טהורה,
שלווה בנירוונה שְלמה,
"סְוֹהָא", "הום" טארה גוברת
על פְּגְעֵי יָרֵשׁ, לך הלל.

16.

עשר הברות חגות סביב
טאם בלב, הום-ריגָפָה זוהר,
כובש את אויבֵי השמחים
בסיבוב גלגל הדהרמה.
שְלווה-זועמת גם יחד,
נשירה - טארה לך הלל.

17.

"טוֹרָא" ברגלך רוקעת
עם "הום" את מרעידה הרים
מָרוּ, מְנַדָּאָרָה וקאילֶשׁ,
שלושה מישורים, לך הלל.

18.

בידך ירח מלא
כאגם-אלים, בו סימן
ארנבת, בקריאת "טאָרָה
טאָרָה" ו"פֶּהֶט" מסלקת
כל הרעלים, לך הלל.

19.

כל המלכים, האֲלִים,
והקינָרִים, לך נותנים
כבוד, מפוגגת מדון
וחלומות רעים, אושר
מעניקה עם שְׂרִינְךָ -
אהבה, טארה לך הלל.

20.

שתי עינייך קורנות כמו
השמש והלבנה,
קוראת פעמיים "הָרָה"
ו"טוֹטָאָרָה", מסלקת
מגיפות, טארה לך הלל.

21.

דרך שלושת הכָּוִיּוֹת,
עוֹצֶמֶת הרוגע המושלם,
מנצחת רוחות-רעות,
זומבים ויָאֻקְשׁוֹת, הו טוֹרָא
נשגבת, אותך נהלל.

עשרים ואחד הבתים
עם מנטרות ושבחי הלל
בהוקרה כאן מסתיימים.

התועלת העולה מ- "21 שבחי הלל לטארה":

המסורים בכנות לאלה / בוקר וערב זוכרים הם אותה
בחוכמתם אומרים זו התפילה / לא יעלה בליבם כל מורא.
יוכנעו עולמות,¹⁵ ישקוט הרע. / מליוני בודהות¹⁶ יתנו חניכה,
מעלות יתפתחו עד השגת / מצב הבודהה - שלמות המוחלט.
רעל מוכר או חדש שנשתה / או נאכל מסולק ונמחה.
התפילה מסירה המייסרים: / עכירות, רע, מגיפות, רעלים,
גם אם תאמרוה עבור אחרים. / בחזור עליה עוד¹⁷ פעמים,
הרוצים ילד בילד יזכו, / חפצים עושר חפצם ישיגו.
המשאלות מעצמן יתמלאו, / ומכשילים-מפריעים יוכנעו.

את שני המיסוכים שלי ו- / של כולם, טארה נשגבת - טהרי;
ברכי שיושלמו הצבירות,¹⁸ / כך שבכל פרק חיים ישקטו
נזקי שש-עשרה-הסכנות.¹⁹ / ותרגול, זכות, עושר רוחני יִשְׁגוּ.
הנודדים יחצו כל פחד, / וכמותך לבודהה יהיו.



בלב האַרְיָה 'טאם' לבנה, / מסביבה חגה מחרוזת המנטרה.
האור נוהר מביא שלמות ה- / תועלות ומעשיר חיות והוד.

אום טַאְרָה טוּטַאְרָה טוּרָה מאמה אַיור ג'נַאנָה פוֹנְיָא פוּשְׁטִים קוּרו סוֹוָהא

**OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA AYUR JÑĀNĀ PUNYE PUŚTIM
KURU SVĀHĀ**

¹⁵ תרגום מילולי: העולמות התחתונים

¹⁶ תרגום מילולי: שבעה מיליון בודהות.

¹⁷ תרגום מילולי: פעמיים, שלוש או שבע פעמים.

¹⁸ שתי הצבירות.

¹⁹ תרגום מילולי: 8 או 16 הסכנות.

שבעה בתי הפצרה להגנה

בְּחַל־ל־הִדְהַרְמָה-הָאֵם הַחוֹפְשִׁי מְלִידָה / שֵׁם שׁוֹכֶנֶת טָאֵרָה-הָאֵם, אֱלֹה־נִעְלָה.
הַנּוֹתֶנֶת רוּחָהּ וְעוֹנֵג לְכָל תּוֹדָעָה / מְכַל פֶּחַד וְסִכְנָה, שְׁמִרְנִי נָא.

אֵימּוֹתַי, בְּרִי-הַתּוֹדָעָה שְׁאִינָם מְזֵהִים / כִּי הֵינָם דִּהְרַמְהָקְאִיָּה - נִפְלוּ שְׁבוּיִים
בְּרִשְׁתָּם שֶׁל רִגְשׁוֹת עוֹכְרִים - בְּסַמְסָאֵרָה תּוֹעִים; / אִם-אֱלֹה־מִמֶּךָ אֲבָקֶשׁ - שְׁמִרִי
אוֹתָם.

מִי אֲשֶׁר בְּזֶרֶם-הַיּוֹתוֹ לֹא עֲלָתָה מִן הַלֵּב / הִדְהַרְמָה, יִילֶךְ הוּא אַחֵר מִלּוֹת-מֵרָאִית.
הַהוֹלְכִים בְּדֶרֶךְ זֶה שׁוֹלֵל בִּידֵי תוֹרוֹת כּוֹזְבוֹת - / אִם-אֱלֹה־אֲמַת אֲבָקֶשׁ, שְׁמִרִי אוֹתָם.
אִף אִם כֵּן חֲזוּ בַתּוֹדָעָה הַטְּבַעִית שֶׁל עֲצָמָם, / הַקְּשָׁה כָּל-כֶּךָ לַתְּפִישָׁה - לֹא סִיגְלוּהָ.
לְפִיכָךְ, בַּפְּעוּלוֹת שִׁגְוִיּוֹת דַּעַתָּם תִּתְפַּזֵּר. / אֲנִי, אִם-אֱלֹה־מוֹדַעוֹת, שְׁמִרִי אוֹתָם.

מִי אֲשֶׁר לִמְרוֹת כָּל מֵאֲמָץ יוֹתֵר בְּכַבְּלִי / הִטְבַּעוֹת תְּפִישָׁה-שְׁנִיּוֹנִית, בַּתּוֹדָעָה -
שֶׁהֵינָה חוֹכְמָה לֹלֵא-שְׁנִיּוֹת הָעוֹלָה מֵעֲצָמָהּ. / אִם-אֱלֹה־תּוֹדַעַת-אֵין-שְׁנִיּוֹת - שְׁמִרִי
אוֹתָם.

יֵשׁ אֲשֶׁר שֶׁהוּא בְּמִשְׁמַעוֹת-הָאֲמַת אֵין עִם זֹאת, / אֵת הַתְּלוֹת סִיבָה-תּוֹצָאָה אֵינָם יוֹדְעִים;
נִבְעָרִים מִפְּנֵי אֲמִיתוֹתָם שֶׁל בְּרִי-הִידְיָעָה / אִם-אֱלֹה־הַיּוֹדַעַת-הַכֹּל, שְׁמִרִי אוֹתָם.
הַדְּבָרִים כּוֹלֵם נִיחָנוּ בַּטְּבַע חֲלָל-לֹא-מִוֹרֵכֵב, / וּמִמֶּנּוּ לֹא-נִפְרָדִים, אֵין הַבְּדִלָה.
וְעַדִּין לֹא יוֹדְעִים זֹאת כֶּךָ אֲנָשִׁים-תְּלַמִּידִים; / אֲנִי אִם-בּוֹדֵהָ-מוֹשְׁלֶמֶת, שְׁמִרִי אוֹתָם.

אוֹם אַרְיָה טָאֵרָה סַפָּאֲרִיּוֹאֲרָה אֲרִגְהָאֵם / פָּאֲדִיָּאֵם / פּוּשְׁפָּא / דְּהוּפָּא / אֱלוֹקָא /
גַּנְדְּהָא / נְוִיִּדְיָא / שַׁבְּדָּה פְּרַאטִּיכְיָה סְוָאֲהָא.

OM ARYA TARA SAPARIWARA ARGHAM \ PADYAM \ PUSHPE \ DHUPE \ ALOKE \
GANDHE \ NEIWIDYE \ SHABDA PRATICCHA SVAHA



כְּתָרֵם מוֹרְכָן, אֵלִים, דְּמוּי־אֵל, / לְרַגְלֵי הַלוֹטוֹס מְחֻוּיִם קִידָה!
שְׁבַחִי הַלֵּל לֵאמָא טָאֵרָה / הַגּוֹאֲלֶת מִמַּחְסוֹר וּמִצּוֹקָה!



אום אַרְיָה טָאָרָה סָמַאי־מַאנוּפָּלָאָה / אַרְיָה טָאָרָה טְוֹנוּפָּה-טִישְׁטָה / דְּרִידְהוּ מָה
 בְּהַאָוָה / סוּטוֹ-קִיו מָה בְּהַאָוָה / סוּפּוֹ-קִיו מָה בְּהַאָוָה / אָנוּרַאקְטוּ מָה בְּהַאָוָה /
 סָאָרְוָה סִידְהִים מָה פְּרִיאָצָה / סָאָרְוָה קָאָרְמָה סוּ צָה מָה / צ'יטָאם שְׂרִיָּה קוּרוּ הוּם /
 הָא הָא הָא הָא הוּ / בְּהַאָוָאטִי / אַרְיָה טָאָרָה מָה מוּנְצָה / אַרְיָה טָאָרָה בְּהַאָוָה
 מָהָא סָמַאיָה סַאטְוָה אָה. (3 פעמים)

OM ARYA TARE SAMAYAMANUPĀLAYA \ ARYA TARE TVENOPATIṢṬHA \ DRIDHO
 ME BHAVA \ SUTOṢYO ME BHAVA \ SUPOṢYO ME BHAVA \ ANURAKTO ME
 BHAVA \ SARVA-SIDDHIṢ ME PRAYACCHA \ SARVA KARMASU CA ME \ CITTAṢ
 ŚREYAḤ KURU HŪṢ \ HA HA HA HA HOḤ \ BHAGAVATI \ ARYA TARE MĀ ME
 MUÑCA \ ARYA TARE BHAVA MAHĀ-SAMAYA-SATTVA ĀḤ (x3)

בסבלנות סלחת על שגיאות / מפגמים, אי-מושלמות, תעתועי;
 לכן ראוי כי יוענק הסידה!

אום; עם חפץ מייצג זה את שוהה פה, / בסמסארה ועם זאת אנא,
 תני בְּמִלּוּאָם חִיִּים בלי חולי, / שפע, כח, והסידה העליון!
 (שהייה במדיטציה ללא אובייקט)

{ אום; את המגשימה רווחת-כל, / הישגים הולמים הרעיפי נא!
 אל שדות הבודהה את עוזבת, / אך הופיעי שוב בבקשה! ואג'רה מו!
 ישות-חוכמה ממול עוזבת, / מעצמה, בטבעיות, אל החלל.
 ישות-ההתחייבות מתמוססת לעצמה }

כְּמוּ מֶלֶךְ רֵם בְּרָאשׁ הַדָּגֵל, / מְרַעִיפָה אֶת סִידְהִי דֶרֶךְ הוֹקְרָה!²⁰
 עָלִי, בְּרִפְתִּי הַלֵּאמָה-יִידָאָם!



(הקדשה)

בזכות גישה, הישג, מנחה ו- / הוקרת-הלב, אשר צברתי, לו -
 הנוודים מהר אותך יגשימו!

²⁰ תרגום מילולי: דרך הוקרתם של אלי ובני אדם.

כך, בהתאם לרצונו של טַנְגִיָה המוגשם שהשיג סידהי, נכתב תרגול המנדאלה התמציתי של טארה. לאחר שנראו שלושה חזיונות בחלום, בהם ניתנו נקטר, מאלה מקריסטל, אוטפאלות עם 100 עלי כותרת וכד' בידי הגבירה הנעלה עצמה, ומתוך הנחה כי מדובר בסימנים חיוביים, טרינֶלָה יוֹנְגְקֶאב, הגארטֶרול ה-7, כתב מייד את הדברים, כשהוא פוגם אך במעט בדיבור הבוהה שלה. לו יהיה זה טוב ונעלה! מנגלאם! לו תשרה ברכת המזל!

(הקדשות נוספות)

ג'טסון, בהגאווטי, החמלה, / משטוהרו שני מיסוכים,
הושלמו חיש-קל שתי הצבירות, / שלי ושל אינספור יצורים,
פְּעֵלִי לבודהיות שלמה! / עד שזה יושג לו כל חיים,
אֶת פֶּסֶגַת אושרם של האלים / ובני האדם נשיג ואז,
פְּעֵלִי שידע-כל יושלם! / מכשולים, רוחות רשע חוסמות,
מגיפה וחולי זאת ועוד, / כל סוגי מיתה בטרם עת,
חלומות רעים, אותות קודרים, / שמוֹנָה סכנות וכל מפגע -
השקיטי, הפיגי במהרה. / כל שיש לצבור ולהגביר:
מושאים של שפע ומזל, / של עולם זה ומעבר לו -
פְּעֵלִי שבקלות יושגו! / לו אתמיד בלהט בתרגול;
הדהרמה האמיתית תפרח! / לו בתרגלי אותך תמיד
בפנייך הרמים אחזה! / תני שאממש את הריקות,
בודהיצ'טה יקרה תְּגַדֵּל / כמו הלבנה במילואה.
לכשאולד במנדאלת - / הִמְנִצְחִים, שְׂדָה עונג מצוין,
מתוך לוטוס יפהפה וטוב, / לו אמיטבהא-המנצח,
ייתן ישירות נבואתו / ולו אזהה זאת בשלמות!

לְאֵלָה שבכל גלגלִי / תרגלתי; אֵם פעילות בודהות-
שלושת-הזמנים, צבעך כחול- / וירוק, ראש אחד, שתי זרועות,
את היא הגבירה המשקיטה! / לו תהילתך, אֵם מחזיקה-
בפרח אוטפאלה תתגלה! / טארה אֵם, מלכה, לו נהיה
גם אני גם אחרים כמותך: / בְּצורה, בפמליה, חיים,
שדות הטוהר, שמוֹנָה סימנים! / מעוצמת שבחים והפצרות,
תני לְמַחלה ומלחמות, / עוני ורוחות רעות לשקוט!
תני לְדהרמה, לְברכה, לגדול, / עבור כל אחד בכל מקום.

אֶת אשר זנחת כל פגם בגוף, / צורתך בת כל הסימנים;
כל פגם בדיבור זנחת לכן / נעימת קולך כשל זמיר;
כל פגם תודעה זנחת לכן / כלל ברי-הידיעה רואה.
הבוהקת זוהר הברכה / לו תהילתך כאן תתגלה!

*

אום / שבח והלל למגינה / מפגעי שמונה הסכנות!
שבח והלל נושאת-מזל / בזוהרה מפיצה כל-טוב!
שבח והלל לסוגרת / שערי לידות מוכות גורל!
שבח והלל מורת-דרך / אל רמות לידה ברות-מזל!
את תמיד ליווית אותי / בחמלה שְׁמַרְנִי נא,
לעולם לנצחים / בְּחִמְלַתְךָ נא שמרי!
מילותיו של פאנדיט אטישה.

*

הו! אִם מנצחי-שלושה-זמנים / אֶת כל בעלי התודעה,
אֶת אוהבת כאם את ילדה! / דרך חיבתך את מנקה
שתי-עכירויות ומשלימה / שתי-צבירות, שלי, של אחרים.
שמונה או שש-עשרה סכנות / נרגעות בכל גלגול חיים.
ותרגול, זכות, עושר רוחני, / ולימוד גדלים ומתעצמים.
כששחררתי משלשלאות / הברזל של 'היאחזות-עצמי'
לו כוונותיי האוהבות / ותועלותיי לנוודים, / לא יהיו נבדלות משלך!
הגשימי את כל ההפצרות של התלמידים המסורים.

נכתב על ידי קונצ'וק גיאלצן, המכונה 'גאר'.

עובד לשירה ע"י ליהי סלע, שנת 2020.

חלק מהקטעים עובדו ע"י הנזירה דאקמה: "21 שבחי הלל טארה", "התועלת העולה
מ- 21 שבחי הלל לטארה" ומילותיו של פאנדיט אטישה.

גרסה לקריאה זמינה במרכז גאר ג'מפה לינג, בתרגום הנזירה דאקמה.