



Kagyü Dak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
 Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
 Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

Fundado em 1993 pelo Lama Trinle Drubpa
 Sob a Orientação espiritual do Mui Vem.Kalu Rimpoche
 Diretor para S.Paulo Naljorpa Karma Zopa Norbu

ཐུབ་ཚོག་ཅིན་ལྷ་བས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ།

TUB CHOG CHYN LAB TER DJO SHUG ZO

ཏོམ་པ་ལ་མེ་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ།

TOM PA LA ME SANG GYE RIMPOCHE

ཀྱོབ་པ་ལ་མེ་དམ་ཚོས་རིན་པོ་ཆེ།

KYOB PA LA ME DAM CHO RIMPOCHE

འདྲེན་པ་ལ་མེ་དགོ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།

འབུལ།

DREM PA LA ME GE DUN RIMPOCHE

ཀྱའབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་

KYAB NE KON CHOK SUM LA CHO PA BUL

ཐབས་མཁས་བྱུགས་རྗེས་ཤཉའི་རིགས་སུ་འགྲུངས།

TAB KEY THUK JEI SHAKYA RIK SU TRUNG

གཞན་གྱིས་མི་བྱུག་བདུད་གྱི་དཔུང་

SHEN GYI MI THUB DU KI PUNG

འཛོམས་པ།

JOM PA

གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗེད་པའི་སྐུ།

SER GYI LHUN PO TA BUR JI PAI KU

ཤཉའི་རགལལ་པོའི་ཞབས་ལ་

SHAKYA GYAL PO SHA LA

མཚོད་པ་འབུལ།

CHO PA BUL

སྨིང་དབུས་དད་བའི་འདབ་སྨོང་།

NHING U DAD BEI DAB TONG

གོ་སར་བཞད་པའི་དགྱིལ་ན།

GE SAR SHE PAI KYIL NE

ཏྲ་ཏུ་ཅིན་གྱིས་ལྷོབས་བཞིན།

TAG TU CHING GI LOB SHIN

འབུལ་མེད་དགྱིས་པར་བཞུགས་པའི།

DREL ME GYE PAR SHUG PEI

ལྷུབ་བདག་ཉི་རུ་ཀ་དཔལ།

KYAB DA HERUKA PEL UOR

འཛིགས་བྲལ་ཡི་ཤེས་དོ་རྗེ།

JIG DREL YE SHE DOR JE

གང་སྟོང་རྒྱལ་ཀུན་ངོ་བོར།

GANG GUO GYAL KUN NGO

སྨིང་ནས་ངས་པ་སྨིང་པས།

NHING NE NGE PA NYHE PE

བཟོད་མེད་གདུང་བའི་ཤུགས་གྱིས།

ZO ME DUNG PEI SHUG KYI



Kagyü Dak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
 Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
 Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

ཅེ་གཅིག་གསོལ་བ་འདེབས་ན།

TSE CHIG SOL UA DEB NA

དབང་གྲིན་དངོས་གྲུབ་བདུད་ཅིས།

WANG CHIN NGO DRUB DU TSI

བདག་རྒྱུད་སྒྲིན་གྲོལ་མཛེད་ཅིག།

DAG GYU MIN DROL DZO CHIG KYANG

ཉ་ཙང་སླ་མ་དན་ནས།

HÁ TSANG LAMA DREN NE

རྒྱུང་འབོད་འོ་དོད་བོས་ཀྱང།

GYANG UO O DO BO

རང་སེམས་གཏུག་མ་འདི་ལས།

RANG SEM NHYUG M DI LE

སླ་མ་ལོགས་སུ་མ་རྟེན།

LAMA LO SU MA NHYE

གསོལ་བ་གདབ་བྱའི་ཡུལ་དང།

སྐམ་

SOL WA DEB JYAI YUL DANG NHYAM

འདེབས་པའི་མཁན་པོ་མིང་ན།

DEB PEI GAN PO ME NA

གསོལ་བ་འདེབས་

SOL UA DEB

ལྷོས་བྱས།

LO DYE

འཇིན་རྩོལ་བཙུག་མས་ཅི་བྱེད།

DSIM TSOL CHO ME CHI DJYE

གསལ་ལ་ངོས་བཟུང་མིང་བའི།

SEL LA NGO DJUNG ME BEI

རྟོག་བྲལ་རིག་སྟོང་རྗེན་པ།

TOG DREL RIG TON DJEM PA SHE

འདི་ཀ་དོན་གྱི་སླ་མ།

DI KA DON GUI LAMA

ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་ངོ་ཤེས།

YE SHE DORJE NGO

ཡེ་ཡིན་ངང་གནས་ཆེན་པོ།

YE YIN NGANG NE CHEN PO MA

རང་བབས་གདོད་མའི་གཞི་ལ།

RANG BAB DOD MEI SHI LA

རྒྱུང་ནས་འབོད་ཀྱང་མ་

GYANG NE BOD KYANG

དགོས།

GO

འགྲམ་ནས་བཙུག་ཀྱང་མ་དགོས།

DRAM NE SEL KYANG M GO

ལྷོ་འདས་ལུབ་རྒྱབ་གཤེས་སུ།

LO DE UB CHUB SHI SU

འཇུལ་པའི་མིང་ཡང་མི་གྲགས།

TRHUL PEI MING YANG MI DRAG

སྲུང་ན་འདས་པ་ལྟ་ཅི།

NYA NGEN DE PA LHA CHI



Kagyudak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
 Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
 Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

མཉམ་ནཉིད་བདེ་གློང་ཆེན་པོ།

NHYAM NHY DE LONG CHEN PO

གང་ཤར་ཚོས་སྐྱེའི་ཡོ་ལང།

GANG SHAR CHO KUEI YO LANG

གཏད་སོ་བྲལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས།

TAD SO DREL BEI CHIN LAB

རྣལ་འབྱོར་སྦྱིང་ལ་ཞུགས་འདི།

NAL CHOR NHYING LA SHUG DI

ཨ་ཏོ་ངོ་མཚར་ཆེའོ།

AH HO NGO TSAR CHE-O

བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསལ་སྡོན་འབྲེའི་ངག་འདོན་བསུམ་པ་བཞུགས།

ན་མོ།

NA MO

བསྐྱེ་མེད་གཏན་གྱི་མགོན་པོ་སྐྱ་མ་ཁྱེན།

LU ME TEN GYI GOMPO LA MA KYEN

དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྩིད་པར་དགའ།

DAL JOR DI NI SHIN TU NYEN PAR KA

སྐྱེས་ཅད་མི་རྟག་འཆི་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན།

KYE TSE MI TAK SHI PEI CHO CHEN YIN

དགོ་སྒྲིག་ལས་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱེ་བ་མེད།

GE DIK LE KYI GYU DRE LU WA ME

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་སྐྱབས་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོའི་ངང།

KHAN SUM KOR WA DUG NGEL GYA TSOI NGANG

དྲན་ནས་བདག་སྣོ་ཚོས་ལ་འགྱུར་བར་ཤོག།

DREN NE DAG LO CHO LA GYUR WAR SHO

འདི་བཟུང་བྱང་རྒྱབ་སྦྱིང་པོ་མཆིས་གྱི་བར།

-DI SUNG CHANG CHUB NHING PO CHI KI BAR

སྐྱ་མ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

LA MA KON CHOG SUM LA KYAB SU CHI

ད་ནས་བསུང་སྟེའ་འཁོར་བ་མ་སྦྱོང་བར།

DE NE SUNG TE KOR WA MA TONG PAR

མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཕན་བདེ་བསྐྱབ།

MA GYUR SEM CHEN KUN GYI PEN DE DRUB

ཚ་རབས་ཀུན་གྱི་ལུས་དང་ལོངས་སྦྱོད་དཔལ།

TSHE RAB KUN GYI LU DANG LONG CHO PEL

ཚོགས་གཉིས་ཇོགས་ཕྱིར་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་འབུལ།



Kagyü Dak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
 Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
 Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

TSHOK NYHI SOG CHIR KON CHOG SUN LA BUL

ལྷོ་བོར་གླ་མ་རྗེར་སེམས་དབྱེར་མེད་པའི།

CHI WOR LA MA DOR SEM CHIER ME PEI

སྐུ་ལས་བདུད་རྩི་རི་རྒྱན་བབས་སྐྱིབ་སྦྱངས་གུར།

KU LE DU SII GYUN BAB DRIB CHYANG GIUR

MANTRA DE DORJE SEMPA Longo e Curto

འོད་ལྷ་བདག་སྦྱང་དང་འདྲེས་རོ་གཅིག་གུར།

O SHU DAK NANG DANG DREY RO CHIK GYUR

རྩ་ཉིད་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མདུན་མཁའ་རུ།

RANG NYHI DORJE NAL JOR DUN KA RU

རྩ་བའི་གླ་མ་པདམའི་སྐུར་བཞེངས་གུར།

TSA WIE LA MA PE MEI KUR SENG GYUR

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་མ་ལུས་འདུས་པའི་སྐུ།

DU SUM SANGYE MA LU TU PEI KU

རྩ་བའི་གླ་མ་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

TSA WEI LA MA CHOG LA SOL WA DEB

འདི་ཕྱི་བྱ་དོ་གསུམ་དུ་བྱུགས་རྗེས་བྱུངས།

DI CHI BARDO SUM TU TUG JE ZUNG

དུས་གསུམ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DU SUM KYUN CHE ME PAR JING GI LOB

MANTRA DE GURU RIMPOCHE

OM HÁ HUNG VAJRA GURU PEMA SIDDHI HUNG

སྐུ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་དབང་བྱིན་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ།

KU SUM TUG KII WANG JIN YONG DZOK TOB

VAJRA GURU KAYA WAKA TSITTA SIDDHI HUNG

གླ་མ་འདོ་ལྷ་རང་ཐེམ་དབྱེར་མེད་ངང་།

LAMA O SHU RANG TIM YER ME NGANG

རིག་སྣོད་དོན་གྱི་གླ་མའི་རང་ཞལ་བལྟ།

RIG TON DON GYILAMEI RANG SHALTA

མགོམ་པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་དེབས།

GOM PO O PAKME LA SOL WA DEB

ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འབྱོར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SAM LAM PHO WA JYONG WAR JING GI LOB



Kagyü Dak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
 Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
 Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

ད་ནི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩལ་བཅས་མེད་པའི་ལྷན་པོ་།

DA NI LU DANG LONG CHYOD GESAR CHE

མ་གྱུར་འགྲོ་ལ་ཕངས་པ་མེད་པར་བདང་།

MA GYUR DRO LA PHANG PAME PAR TANG

འགྲོ་དོན་རྒྱབས་ཆེན་གོགས་མེད་འགྲུབ་པུ་ཤོག་།

DRO DON LAB CHEN GEK ME DRUB PAR SHOK

མཁན་སློབ་ཆོས་གསུམ་རིང་ལུགས་ཆེ།

KHEN LOB CHO SUM RING LUK CHE

འཇམ་གླིང་ས་གསུམ་ཐུབ་པུ་འཕེལ།

DSAM LING AS SUM KYAB PAR PHEL

འགྲོ་རྒྱུད་མཚོག་གསུམ་སྤུང་བ་དང།

DRO GYU CHOK SUM

མི་འབྲུལ་དུས་གསུམ་དགེ་ལེགས་ཤོག།

MI DREL DU SUM GELEK SHOG

NUM LOCAL SOLITARIO

No local solitário. : O pensamento da morte fixado no coração.

O eremita, profundamente desgostoso com os apegos, Supera os limites de seu retiro pela renuncia dos pensamentos de sua vida, e não encontra aqueles senão os 8 Dharmas mundanos.

Nós devemos agir como Gyalwa Yang Gompa. De outra forma,

O Dharma mesclado com as 8 preocupações mundanas é extremamente perigoso, como comida misturada com veneno Os 8 dharmas mundanos podem ser condensados em: **esperança e dúvida, que basicamente, significa apego.**

Ninguém nos conta a verdade, nem mesmo seu pai ou mãe podem lhes dar o conselho correto.

Apenas um guru qualificado pode dizer a verdade sempre.

Devemos praticar o dharma genuinamente agora mesmo

Na hora da morte nós devemos, como Jetsum Mila, não nos arrepender ou nos repreender.

Alguém perguntou a Milarepa sobre a sua tradição.

Milarepa disse.

“A Tradição Dharma de mim mesmo, é tal que Eu no me envergonho de mim mesmo.”

Lama Shang Rimpoche Disse:

“nutrir a quietude, experiências, concentração profunda, estas são coisas comuns”.

Mas muito rara é a realização interior nascida através das Bênçãos do Guru, que surgem pelo poder da fé entusiasta.

Je Drigung disse:

outros ensinamentos consideram a pratica principal profunda,

Mas aqui é a pratica do **Ngondro**, que nós consideramos profunda.

Se você não tem **Bodhichita**, mesmo que você tenha alguma outra prática espiritual não vai tornar-se iluminado. Se você não tem o poder da vida, os outros poderes sensoriais não funcionam.

O Tantra Dzogchen na teoria,é como um caminho ele vai embora.

E as experiências são como a nevoa, Elas vão desvanecer.

Ocupe-se de cultivar a sua mente continuamente.

Nossa mente é natureza absoluta como se diz na Grande Perfeição:



Kagyü Dak Shang Choling - Jardim do Dharma www.jardimdharma.org.br
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

“A realização é imutável como o céu”.

Guru Rimpoche disse:

“Apesar de que a minha visão é mais elevada do que o Céu, minha conduta com relação a causa e efeito é mais fina do que farinha de cevada”.

Khunu Rimpoche um grande mestre Dzogchen disse:

“quando olhar olhe com Bodhichita
Quando comer, coma com Bodhichita.
Quando falar, fale com Bodhichita.
Quando pensar pense com Bodhichita”

Bodhichita pacifica nossa própria corrente de pensamentos.
Bodhichita pacifica a corrente de pensamento dos outros
Com Bodhichita respeitamos a todos.
Com Bodhichita vemos a todos como iguais.

O sol elimina a escuridão
A lua leva embora nossas preocupações
Um desejo, jóia de realizações, nos dá aquilo que desejamos,
Bodhichita faz com que todos os objetivos sejam atingidos.