

מקלט וכינון תודעת ההארה (בודהיצי'טה)

בבודהה, בדהרמה ובקהילה העילאית,
אבקש מקלט עד להארה,
באמצעות המצבורים שיצרתי [על-ידי] נדיבות וכולי,
לו אשיג בודהיות כדי להועיל ליצורים הנוודים. [x3]

Refuge and generating the altruistic mind of enlightenment

I take refuge until I am enlightened in the Buddhas,
the Dharma and the Supreme Assembly. By the
positive accumulation I gather by practicing
generosity and the other far-reaching attitudes, may
I attain Buddhahood in order to benefit all sentient
beings. 3X

ארבע המידות שאין להן שיעור

לו יזכו כל בעלי התודעה באושר ובגורמי האושר
לו ייפרדו כל בעלי התודעה מסבל ומגורמי הסבל
לו לעולם לא ייפרדו כל בעלי התודעה מאושר נטול
כאב
לו יפתחו כל בעלי התודעה את מידת ההשתוות,
ללא משוא הפנים של היקשרות ושל סלידה

The four immeasurables

May all sentient beings have happiness and its causes.
May all sentient beings be free of suffering and its causes.
May all sentient beings never be separated from
sorrowless bliss.
May all sentient beings abide in equanimity, free of bias,
attachment and anger.

הקדשה

הודות לפוטנציאל זכות זה לו נשיג במהרה
את המצב המואר של גורו-בודהה,
אזי יהיה בכוחנו
לשחרר את כל בעלי התודעה מסבלם.

לו תודעת ההארה העילאית יקרת הערך
שטרם נולדה תתהווה ותתעצם;
[לו זו] שנולדה לא תתנוון
ותשגה עוד ועוד.

Dedication

Due to this merit may we soon
Attain the enlightened state of Guru-Buddha,
That we may be able to liberate
All sentient beings from their sufferings.

May the precious bodhi mind
Not yet born arise and grow.
May that born have no decline,
But increase for ever more.

מתוך ההקדשה של שניידווה

לו כל בעלי התודעה,
כל הסובלים בגופם ובנפשם
יזכו באוקיינוס של אושר ושמחה
בזכות חסד זה שצברתי

לו יראו העיוורים מראות,
לו ישמעו החירשים צלילים,
וכל מי שגופו כורע תחת עול
יחדש את כוחותיו במנוחה.

לו ישיגו הערומים מלבוש,
והרעבים מזון,
לו ימצאו הצמאים מים
ומשקה טעים שירווח את גרונם.

לו יזכו האביונים בשפע,
ומי שתש כוחם מצער יתמלאו שמחה,
לו יהיו למיזאשים תקווה,
אושר מתמיד ורווחה.

לו יירפאו כל החולים והסובלים
במהרה ממכאוביהם,
לו ייעלמו כל המחלות מן העולם
ולא יופיעו עוד.

לו יחדלו הפוחדים לפחד
וישחרר כל מי שכבול,
לו יינתן לחסרי הישע כוח
ובני האדם יבקשו להיטיב זה עם זה.

לו יירדו הגשמים בעתם
ויהיו היבולים מצויים בשפע,
לו יועילו התרופות
והתפילות המיטיבות תשאנה פרי.

לו לא יסבול איש
יחלה או יעשה רע
לא יפחד ולא ימעיט בערכו
בגלל תודעה השקועה בדכדוך.

כל עוד יש חלל
וכל עוד חיים בו בעלי תודעה
לו אמשיך להתקיים גם אני
כדי למגר את סבלות העולם.

DEDICATION PRAYER

From Master Shantideva's *Bodhicharyavatara*

May all beings everywhere
Plagued by sufferings of body and mind,
Obtain an ocean of happiness and joy
By virtue of my merits.

May no living creature suffer,
Commit evil or ever fall ill.
May no one be afraid or belittled,
With a mind weighed down by depression.

May the blind see forms
And the deaf hear sounds.
May those whose bodies are worn with toil
Be restored on finding repose.

May the naked find clothing
The hungry find food;
May the thirsty find water
And delicious drinks.

May the poor find wealth,
Those weak with sorrow find joy;
May the forlorn find hope,
Constant happiness and prosperity.

May there be timely rains
And bountiful harvests;
May all medicines be effective
And wholesome prayers bear fruit.

May all who are sick and ill
Quickly be freed from their ailments.
Whatever diseases there are in the world,
May they never occur again.

May the frightened cease to be afraid
And those bound be freed;
May the powerless find power
And may people think of benefiting each other.

For as long as space remains,
For as long as sentient beings remain,
Until then may I too remain
To dispel the miseries of the world.