Explicação da imagem

O Buda no centro sentado em um trono de lotus dentro de um santuário elaborado é Shakyamuni.
A figura proporcionalmente maior de Shakyamuni claramente domina a composição.
Ele está sentado com as pernas cruzadas numa postura de o gesto de tocar a terra com sua mão direita, simbolizando o chamado à terra para testemunhar sua Liberação.
Shakyamuni está ladeado por seus dois discípulos principais, Sariputra e Mahamaudgalyayana, que são famosos por seus poderes intelectuais e místicos, respectivamente.
Os dois discípulos são mostrados em um tamanho menor; eles sobresaem-se pela virtude de seus robes alaranjados, e cada um leva uma tigela de pedinte e um cajado de monge mendicante.
Agrupados ao redor da figura central de Shakyamuni estão os Trinta e Cinco Budas da Confissão
Os 35 Budas da Confissão devem ser reconhecidos como um grupo em sua totalidade. Cada um deles apresenta gestos com as mãos, alguns similares e outros diferentes. A característica principal da confissão está refletida no sentido literal de seu equivalente Tibetano que significa "escancarado,""espalhado,"ou "declarado".
Não-resistência e honestidade em todas as situações é a essência do caminho Budista.
Um *sutra* sobre os Trinta e cinco Budas da Confissão é o Sutra dos Três Montes
De acordo com um comentário Tibetano feito por Geshe Ngawang Dhargyey e Thupten Zopa Rinpoche, o primeiro dos "Três Montes" é o monte da confissão, o segundo, dedicação e o terceiro, regozijo.
A razão deles serem chamados de montes é porque um monte surgem pelo ajuntamento de muitas coisas, e aqui um monte implica que esta prática é uma síntese de vários métodos de confissão, dedicação e regozijo.
Dizem que a Declaração da Queda do Despertar (os Guerreiros), um comentário Indiano de Nagarjuna se originou de uma instância quando trinta e cinco Guerreiros do Despertar que eram iniciantes foram mendigar e causaram a morte do filho de um taberneiro.
Para evitar a sua ruína, eles incitaram Upali, um discípulo superior, a pedir este *sutra* para o Buda Sakyamuni, que é chamado o Destruidor Transcendente Favorecido.
Quando o *sutra* foi pedido pela primeira vez, o Destruidor Transcendente Favorecido radiou os seus raios luminosos que evocaram a aparição dos 34 Seres Totalmente Despertos das 10 direções, junto com mais uma multidão de outros seres. Eles permaneceram lá no espaço enquanto os penitentes Guerreiros Despertos procuraram refúgio.
Os Trinta e Cinco Budas da Confissão, na verdade, formam um conceito esférico, enfatizando a onipresença do poder de Buda em todas as direções, sempre disponível para ajudar os homens para se purificarem dos pecados atuais e passados.
Pelo fato dos 35 Budas possuírem poderes específicos para eliminar obstáculos das ações residuais erradas cometidos em vidas passadas através da meditação em cada e da recitação dos nomes dos Trinta e cinco Budas de cor e com uma compreensão completa todos os pecados serão perdoados.
Normalmente são somente 34 Budas com a figura central de Shakyamuni; o próprio Buda Shakyamuni é o trigésimo-quinto. Aqui estão representados os 35.

No Sutra Aryabadrakalpa, é dito que durante a Era Auspiciosa haverão mil Budas. É por isso que essa idéia leva ao desenvolvimento dos 35 Budas da Confissão na China e no Tibet. Pelo fato deste tempo ainda não ter chegado, este conceito representa a promessa da iluminação de todos os seres. Os Budas são as testemunhas perfeitas da confissão, através do poder de suas bênçãos, é possível purificar todo karma negativo que nós acumulamos desde o começo dos tempos.
Todos os pecados são feitos maléficos que acumulam karma ruim (Las-Ngam), e a onipresença do poder de Buda para perdoar os pecados é demonstrados pelos número "trinta e cinco".
No Budismo Mahayana, o ser ideal é um bodhisattva, ou ser iluminado, que alcançou o Budato mas que não entrará no nirvana até que todo ser senciente tenha se iluminado.
Com o voto do bodhisattva, um bodhisattva provê uma ajuda ativa. Ele está pronto para suportar o sofrimento de todos os seres, e a transferir todos os seus méritos karmicos para os outros seres.
Para levar os seres ao caminho da Iluminação, os Bodhisattvas aparecem em várias formas. Os três mostrados aqui são Vajarapani, Avalokiteshvara, e Manjushri. Estes três Bodhisattvas são tidos como protetores, representando o poder (Vajrapani), compaixão(Avalokiteshvara), e sabedoria(Manjusri) de todos os Budas do presente, passado e futuro.
Vajarapani, ou "aquele que leva o Vajra", localizado à esquerda abaixo de Shakyamuni, é uma divindade complexa com várias formas e um dos mais velhos Bodhisattvas no panteão Budista.
Como companheiro de Buda, ele é uma figura familiar nos primordios nos textos do Budismo Mahayana. Na tradição Mahayana Tantrica, Vajrapani é mais frequentemente representado em sua emanação feroz, como mostrado aqui, na qual ele é um protetor e removedor de obstáculos poderoso. Na ordem Gelug em particular, Vajrapani está agrupado com Avalokiteshvara e Manjushri.
Avalokiteshvara, no meio abaixo de Sakyamuni, é o Bodhisattva da Grande Compaixão. Nesta forma, o Bodhisattva Avalokitesvara é conhecido como Shadakshari. Shadakshari, que viaja para todos os reinos do universo em sua incançavel procura para libertar os seres do sofrimento por meio de seu *mantra* especial, *om mani padme hum* ("Salve a Jóia no Lotus!"). Suas mãos principais estão elevadas a seu peito no *mudra* de segura a jóia. Sua mão superior direita mostra um rosário (mala) e a mão esquerda segura um lotus, os emblemas distintivos do Bodhisattva Shadakshari.
O Manjushri de quatro braços, no lado direito abaixo do Buda Shakyamuni, leva seus principais atributos: a espada flamejante, que corta as nuvens da ignorância em sua mão direita superior, e a flor de lotus com o texto da Sabedoria Transcendente (Prajnyaparamita Sutra) na esquerda inferior. No outro par de mãos ele mostra um arco e flexa, o símbolo duplo do método combinado com sabedoria, liderando para uma completa compreensão da Unidade-Gêmea dos Contrastes quenormalmente simboliza a arte Tântrica.
Para finalizar, este Thangka nos diz que se um devoto passa pelos Trinta e Cinco Budas da Confissão na pintura e medita em cada um deles, o karma negativo que eles acumularam em vidas passadas serão purificados atraves de seus votos. Tal benefício deriva da promessa de ajudar os seres sencientes que este Seres Totalmente fizeram em suas vidas passadas, e não pela mera repetição de seus nomes.

Puja dos 35 Budhas

།ཨཱ། དགེ་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྟོད་ཞིང་སྨོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པའི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།། ཐུགས་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་རྣམ་པར་ཕྱེ་བ་ལས་ཁ་ཅོ་བོར་ཕྱུང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་འདོན་པ་འདི་ཉིད་གལ་ཆེ་སྟེ། ཐོག་མར་མདུན་དུ་སངས་རྒྱས་སུམ་ཅུ་རྩ་ལྔ་གསལ་བར་དམིགས་པའི་དྲུང་དུ་སྐྱོང་ཐག་པ་བས་ཐུགས་པ་བསགས་པའི་ཏྲོས།

Se tem dito que esta confissão das faltas tem o poder de purificar todas as faltas, até aquelas que não podem ser perdoadas nem sequer no estado intermediário (bardo). Por este motivo é muito importante recitar o Sutra das Três Acumulações.

Realizar esta prece é ideal antes de dar inicio ao treinamento matinal do Ngondro.
Cada um dos 35 Budas purificam diferentes tipos de Karma - ignorância, ódio, avareza, karma de feitos em 10.000 anos, 100.000 anos, um kalpa, 1.000 kalpas e assim por diante.
Tsonkhapa fez 100 000 prostrações para cada, fazendo um total de 3.5 milhões de prostrações

A Visualização dos Trinta e Cinco Budas da Confissão
Do Guru Shakyamuni no coração do Vajradhara (Dorje Chang) no centro, 34 raios de luz são projetados, 10 acima, 10 abaixo, e 07 em ambos os lados. No fim de cada raio está um trono de pérola preciosa branca suportado por um elefante branco.
A pérola branca simboliza a purificação completa das negatividades, e o elefante, sendo o mais forte dos animais, simboliza a força desta purificação .
As mãos de cada Buda sentados nestes tronos estão em diferentes posições ou mudras. Um nectar de luz branca está vindo de cada Objeto Sagrado, purificando todas as negatividades do corpo, da fala e da mente que se esvaem completamente como a escuridão desaparece quando a luz surge. Assim pode-se sentir completamente vazio de toda a negatividade do corpo, da fala e da mente incluindo até as impressões negativas.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་པར་བླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

Sem chen tam che tapar lama kyab bsu chio **Sangye la kyab su chio**

།ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

Chola kyab su chio **Guendun la kyab su chio**

བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་

འཚལ་ལོ།

Chondende de shin seg pa dra chom pa yang dag par djog pei sangye shakya tub pa la chagselo

།རྡོ་རྗེ་སྙིང་པོས་རབ་ཏུ་འཇོམས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Dorje nhingpo rabtu djompa la chagtselo **Rinchen otro la chagtselo**

ཀླུ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དཔའ་བོའི་སྡེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། དཔལ་དགྱེས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Lu uang gui gyelpo la chagtselo **Pauoi de la chagtselo** **Pal gye la chagtselo**

།རིན་ཆེན་མེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་ཟླ་འོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Rinchen me la chagtselo **Rinchen da o la chagtselo** **Tongua don yo la chagtselo**

།རིན་ཆེན་ཟླ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དྲི་མ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དཔས་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

Rinchen da ua la chagtselo **Dri ma me pa la chagtselo** **Pe jin la chagtselo**

།ཚངས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཚངས་པས་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཆུ་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Tsang pa la chagtselo **Tsang pe Djin la chagtselo** **Chu lha la chagtselo**

།ཆུ་ལྷའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དཔལ་བཟང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཙན་དན་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Chu lhei lha chagtselo **Pel zang la chagtselo** **Tsen den pel la chagtselo**

།གཟི་བརྗིད་མཐའ་ཡས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། །འོད་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Zi di ta ye la chagtselo **O pel la chagtselo**

།མྱ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །སྲེད་མེད་ཀྱི་བུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Nha Gnen me pei la chagtselo **Se me ki bu la chagtselo**

།མེ་ཏོག་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Me tog pel la chagtsel lo

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

De Shin seg. Pa Tsang pei o zer nam par rol pa gnon par kyen pa la chagtselo

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་པདྨའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

De shin seg. Pa pema o ser nam par rol pa ngon par kyen la chagtselo

།ནོར་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། །དྲན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Nor pel la chagtselo **Dren pei pel la chagtselo**

།མཚན་དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་གྲགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དབང་པོའི་ཏོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Tsen Pel shin tu yong drag la chagtselo **Uang pei tog gui gyel tsen gyi gyel po la chagtselo**

།ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གནོན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Shin tu nam par non pei pel la chagtselo **Yul le shin tu nam par gyel ua la chagtselo**

།རྣམ་པར་གནོན་པས་གཤེགས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཀུན་ནས་སྣང་བ་བཀོད་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Nam par non pe seg pala chagtselo **Kun ne Nang ua ko pei pel la chagtselo**

རིན་ཆེན་པདྨ་རྣམ་པར་གནོན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Rinchen pema nam par non pala chagtselo

།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེའི་པདྨ་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པ་རི་

དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

De shin seg. p adra chom pa yang dag par dsog pei sangye rimpocha pema la rab tu shug par i uang gui gyelpo la chagtselo

།དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་

པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ཇི་སྙེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཚོ་ཞིང་གཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་

ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

De dag la sog pa chog chui djig ten gyi kam tam che na de shin seg. p adra chom pa yang dag par djog pei Sangye Chondende gang dji nhe chig shug te tso shing she pei Sangye Chondende de dag tam che dag la gong su sol

བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།

Dag gui kye ua di dang **Kye ua tog ma dang tama ma chi pa ne**

འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་སྡིག་པའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྩལ་བ་དང་།

Kor ua na kor uei kye ne tam che du dig pei le gyi pa dang **Gui du tsel ua dang**

བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མཆོད་རྟེན་གྱི་དཀོར་རམ་ དགེ་འདུན་གྱི་དཀོར་རམ།

Gyi pa la dje su yi rang Baang **Cho ten gyi kor ram** **Guendun gyi kor ram**

ཕྱོགས་བཅུའི་དགེ་འདུན་གྱི་དཀོར་ཕྲོགས་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་སྩལ་བ་དང་།

chog chui guendun gyi kor trot pa dang **Trog tusel ua dang**

འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། །མཚམས་མ་མཆིས་པ་ལྔའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་།

Trog pa la dje su yi rang baam **tsam ma chi pa ngei le gyi pa dang**

བགྱིད་དུ་སྩལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

Gui du tsel ua dang **Gyi pa la dje su yi rang baam**

མི་དགེ་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་བླངས་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་།

Mi gue ua chui le kyi lam yang dag par lang pa la shug pa dang

འཇུག་ཏུ་སྩལ་བ་དང་། འཇུག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

Shug tu tsel ua dang Shug pa la dje su yi rag baam

ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་གིས་བསྒྲིབས་ནས་བདག་སེམས་ཅན་དམྱལ་བར་མཆི་བའམ།

Le kyi drug pa gang gui dril ne dag sen chen nhel uar chi baam

དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་མཆི་བའམ། ཡི་དགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེ་བའམ།

Du droi kye ne su chi baam Yi dag kyi yul du chi baam Yul ta kob tu kye baam

ཀླ་ཀློར་སྐྱེ་བའམ། ལྷ་ཚེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བའམ། དབང་པོ་མ་ཚང་བར་འགྱུར་བའམ།

La lor kye baam Lha tse ringpo nam su kye baam Uang po ma tsang bar Györ baam

ལྟ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་བའམ།

Ta ua log par Dsin par Györ baam

སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ།

Sangye djung ua la nhe par mi gyi par Györ uei le kyi dril pa gang lag pa de dag tam che sangye chondende de ye she su Györ pa

སྦྱན་དུ་གྱུར་པ། དཔང་དུ་གྱུར་པ། ཚད་མར་གྱུར་པ། མཁྱེན་པ། གཟིགས་པ།

Chen du gyur pa Uang du Györ pa Tse mar Györ pa Kyen pa Zig pa

དེ་དག་གི་སྦྱན་སྔར་མཐོལ་ལོ་འཆགས་སོ། །མི་འཆབ་བོ། །མི་སྦེད་དོ།

De dag gui chen gnar tol lo chag so Mi chab uo Mi ue do

།སླན་ཆད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྡོམ་པ་བགྱིད་ལགས་སོ།

Len che kyang cho ching dom par gyi lag so

།སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

Sangye chondende de dag tam che dag la gong su sol

བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མཆིས་པ་ནས།

Da gui kye ua di dang kye ua tog ma dang tama ma chipa ne

འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ལ་ཟས་ཁམ་གཅིག་ཙམ་

བསྩལ་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

Kor ua na kor uei kye ne shen dag tu djin pa tana du droi kye ne su kye pa la se kam chig team tsel uei tsa ua gang lag pa dang

བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུངས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལག་པ་དང་།

Dag gui tsultrim sung pei gue uei tsa ua gang lag pa dang

བདག་གིས་ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལག་པ་དང་།

Dag gui tsang par cho pa la ne pei gue uei tsa ua gang la pa dang

བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྨིན་པར་བཀྲིས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལག་པ་དང་ཿ

Dag gui sen chen yong su min par gyi pei gue uei tsa ua gang lag pa dang

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལག་པ་དང་།

Dag gui djang chub chog tu sem kye pei gue uei tsa ua gang lag pa dang

བདག་གིས་བླ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ཤིང་བརྩེ་མས་ཏེ།

Dag gui la na me pei ye she kyi gue uei tsa ua gang lag pa de dag tam che chig tu du shing dun te

བསྟོ་མས་ནས་བླ་ན་མ་མཆིས་པ་དང་། གོང་ན་མ་མཆིས་པ་དང་།

Dom ne la na ma chi pa dang Gong nama chi pa dang

གོང་མའི་ཡང་གོང་མ་བླ་མའི་ཡང་བླ་མར་ཡོངས་སུ་སྟོ་བས།

Gong mei yang gong ma la mei yang la mar yong su gno ue

བླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བར་བགྱིའོ།

La na me pa yang dag par dsog djang chub tu yong su gno bar gyio

།ཇི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྟོས་པ་དང་།

Dji tar de pei Sangye Chondende nam kui yong su ngo pa dang

ཇི་ལྟར་མ་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བར་འགྱུར་བ་དང་།

Dji tar ma Djon pei Sangye Chondende nam kyi yong su ngo bar Györ ua dang

ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྟོ་བར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་

ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བར་བགྱིའོ།

Dji tar da tar shug uei sangye Chondende nam kyi yong su ngo uar dse pa de shin du dag gui kyang yong su ngo bar gyio

།སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ། །བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།

Dig pa tamche ni so sor shag so Sonam Tamche la dje su yi rang ngo

།སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐུལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།།

Sangye tamche la kul shing sol ua debso

།བདག་གིས་བླ་ན་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོག་དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག

Dag gui la na me pa yeshe kyi chog dam pa tob par györ chig

།མི་མཆོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་། །གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་བཞིན་གང་མ་བྱོན།།

Mi chog gyel ua gang dag tar shug pa dang Gang dag de pa dag dang de shin gang ma djon

།ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ལ། །ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་བགྱིས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་གཉེ་བར་མཆི་བོ།

Yonten ngag pa ta ya Gyamtso dra kun la Tel mo charbar gyi te kyat su nhe bar chio ཞེས་དང་།

ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། །གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ།།

Lu kyi le ni nam sum Ngag gui nam pa shi dag dang Gang yang yi kyi nam su po

།མི་དགེ་བཅུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས། །ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྔ།

Me gue chu po so sor shag Tog ma me ne da tei bar Mi gue chu dang team me nga

།སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི། །སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

Sem ni nhom mong uang györ uei Dig pa tam che shag par gyi

།འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་།

Do chag she dang ti mug uang gui ni Lu dang ngag dang de shin yi ki kyang

།སྡིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།།

Dig pa dag gui gyi pa chi chi pa De dag tam che dag gui so sor shag

།མཚམས་མེད་ལྔ་པོ་དག་གི་སྡིག་པ་རྣམས། །གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག

Tsam me nga po dag gui dig pa nam Gang gui mi she uang gui djepa dag

།དེ་ཡིས་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་འདི་བཏོན་པས། །དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྱུར།

De yi tung ua shag pa di ton pe De dag mal u yong su djang uar gyur

།བདག་དང་སེམས་ཅན་གྱི་གྱི་སྡིག་པའི་ལས། །ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བགྱི།

Dag dang sen chen kun gyi dig pei le Nhe par cyur gang tol shiung shag par gyi

།སྨན་ཆད་ནམ་ཡང་བགྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའང་གཏན་དུ་ཟད་བྱེད་འོག

Len che nam yang gyi par ma gyur chig Le kyi dril paang ten du dje shog

ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང། བཤགས་པ་དང། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

Chagtsel ua dang cho ching shag pa dang dje su yi rang kul shing sol ua yi

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོད།

Gue ua cheng ze dag gui chi sag pa Tamche dag gui djang chub chir ngoo.

. Primeiro faça três prostrações enquanto recita o mantra :

***Om namo Manjushri ye, namo su shri ye, namo uttama shri ye soha*.**

Então faça prostrações enquanto recita toda a prece, continuamente, ou leia a prece uma vez e faça a prostração enquanto repete os nomes dos 35 Budas continuamente. Ao final das prostrações leia toda a prece uma vez mais.
Eu, _ _ _ _ _ _ _ _ _ (seu nome),
busco, todo o tempo, ao Lama por Refúgio,
busco ao Buda por Refúgio,
busco ao Dharma por Refúgio,
busco à Sangha por Refúgio.

Tradução do texto tibetano

À Ele que é o Bhagawan, oTathagata, o Arhant, o Totalmente Iluminado, o Guru Buda Shakyamuni, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Grande Destruidor que destrói com a Essência Vajra, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Luz da Jóia Radiante, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Rei que governa os Espíritos Naga, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Líder dos Guerreiros, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é O Supremo Bem-aventurado, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Jóia do Fogo, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Jóia do Luar, Eu me prostro.
Ao Tathagata cuja Visão Sagrada traz Realizações, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Jóia da Lua, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é O Imaculado, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Doador Gloriosos,Eu me prostro.
Ao Tathagata que é O Puro, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é Aquele que concede a Pureza, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é As Águas Celestiais, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Ser Celestial das Águas Celestiais, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Bem Glorioso, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Sândalo Glorioso, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é Aquele dO Esplendor Ilimitado,Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Luz Gloriosa, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é O Glorioso sem Tristeza,Eu me prostro.
Ao Tathagata que é Filho Daquele que não tem Desejos, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é a Flor Gloriosa, Eu me prostro.
AoTathagata que compreende a realidade aproveitando da Luz Radiante da Pureza, Eu me prostro.
Ao Tathagata que compreende a realidade aproveitando da Luz Radiante do Lótus, Eu me prostro.

Ao Tathagata que é a Riqueza Gloriosa, Eu me prostro.
Ao Tathagata, O Glorioso que é Atento, Eu me prostro.
Ao Tathagata, O Glorioso que é o Nome Extremamente Afamado, Eu me prostro.
Ao Tathagata, o Rei mantenedor da Flâmula da Vitória sobre os Sentidos, Eu me prostro.
Ao Tathagata, O Glorioso que suprime tudo por completo, Eu me prostro.
Ao Tathagata que é o Conquistador de todas as Batalhas, Eu me prostro.
Ao Tathagata, O Glorioso que foi Além do Auto-Controle Perfeito, Eu me prostro.
Ao Tathagata, O Glorioso que ajusta a aparência de tudo, Eu me prostro.
Ao Tathagata, a Jóia Lótus que tudo suprime, Eu me prostro.
Ao Tathagata, o Bhagawan, o Totalmente Iluminado, a Grande Jóia que sempre permanece no Lótus, o Rei com Poder sobre as Montanhas , Eu me prostro.

Todos os Trinta e Cinco Budas e outros, tantos quanto possíveis, são Tathagatas, Arhants, Totalmente Iluminados, que existem, mantém e vivem, que estão na natureza dos Três Corpos Sagrados, todos vocês Budas e Bhagawans que vivem em todas as dez direções dos mundos dos seres sencientes, por favor prestem atenção em mim: Nesta vida e desde o começo sem fim da vida no samsara, da vida que precede a esta e em todos os reinos samsáricos de renascimento, qualquer que seja o karma negativo que eu tenha criado, forçado os outros a fazê-lo, ou me deleitado com a criação de karmas negativos, tais como: a posse egoísta de objetos de oferendas materiais, o uso material de objetos da Sangha, ou o roubo ou a tomada pela força de coisas pertencentes à Sangha; tendo criado as cinco ações negativas extremas assim como as cinco ações negativas que estão próximas às cinco ações negativas extremas; forçado os outros a criarem estas ações; ou me deleitado com a criação desta ações; ou no envolvimento da total criação do caminho das dez ações maléficas; feito os outros a se envolverem; ou me deleitado na criação dessas ações; sendo obscurecido por estes karmas sejam qual forem os criados, me causando e aos outros seres sencientes a nascer: nos estágios narak, ou em um lugar de nascimento animal, ou no reino dos pretas, ou em países não religiosos, como um bárbaro como um deus duradouro, como um ser vivo com órgãos imperfeitos, mantendo pontos de vista errados, ou não estando satisfeito com a vinda de Buda.
Todas estas negatividades que estou confessando, Eu estou aceitando estas ações como negativas; Eu não as manterei em segredo não confessando-as; Eu não as esconderei, e mesmo no futuro, de agora em diante, Eu erradicarei e me privarei de criar estas ações negativas, na presença dos Budas e Bhagawans que se tornam a Sabedoria Transcendental de conhecer toda a existência, que se tornam o Olho Compassivo que olha pelos seres sencientes de todos os tempos, que se tornam testemunhas, como a Mente Onisciente que vê exatamente qualquer que seja os karma negativos e positivos que são criados, e que se tornam o verdadeiro conhecimento, como A Mente Onisciente que vê toda a existência e explica exatamente e sem enganos à todos os seus seguidores.

Além da Sabedoria Transcendental conhecer e cuidar juntamente com o Olho Compassivo, os Budas e Bhagawans, por favor preste atenção em mim. Nesta vida e desde o começo sem fim da vida no Samsara, da vida que precede a esta e em todos os reinos samsáricos de renascimento, qualquer que sejam os méritos que eu tenha criado, mesmo por ações pequenas, como dar um punhado de comida a um ser nascido no reino animal, quaisquer que sejam os méritos que eu tenha criado por manter os preceitos, e quaisquer que sejam os méritos que eu tenha criado por seguir a conduta para receber o sublime Nirvana, quaisquer que sejam os méritos por ter amadurecido, por completo, as mentes de outros seres, quaisquer que sejam os méritos que eu tenha criado por gerao o Bodhicitta e todos os méritos da mais elevada Sabedoria Transcendental que eu tenha criado; todos estes méritos acima, e colocando juntas todas as minhas próprias virtudes e depois as atando com todas as outras e assim totalizando todos os nossos méritos, Eu os dedico, por completo, ao mais elevado, o qual não existe nada acima, e a aquele ainda acima do mais elevado, ao mais elevado do mais elevado, ao Nirmanakaya o qual é o mais elevado do que o Arhant Hinayana.

Por esta razão Eu dedicarei completamente ao mais elevado, àquele que alcançou a Iluminação completa, como os Budas e Bhagawans prévios dedicaram, como ainda os Budas e Bhagawans que não se manifestaram irão dedicar e como os Budas e Bhagawans do presente estão dedicando.
Todo o karma negativo que resulta em sofrimento nos reinos de sofrimento Eu confesso separadamente.
Eu me alegro em todos os méritos. Eu convenço todos os Budas a garantirem o meu pedido: que Eu receba a mais elevada, a mais sublime Sabedoria Transcendental.
Aos Reis sublimes dos seres humanos; aqueles que estão vivendo no tempo presente, aqueles que viveram no tempo passado, e aqueles que ainda não desceram, e a todos que possuem o conhecimento tão vasto quanto um oceano infinito, com as mãos postas no mudra de prostração, Eu busco Refúgio.
* A tradução foi feita por Sérgio Pereira Alves e oferecida à Sangha,
à bem-aventurança e bem estar de todos os seres sencientes

Esta prece é muito poderosa para purificar a criação de karmas negativos especialmente aqueles de preceitos destorcidos e para prevenir o aumentos deles. É muito efetivo na eliminação da continuidade de karmas negativos prévios se repetida com prostrações ao final de cada dia.
Dizem que o Lama Tsong Khapa por meio desta prática, conseguiu visualizar todos os Trinta e cinco Budas