

Praksa Tare

Lama Zopa Rinpoche

Majka Tara oslobađa od samsare,

Oslobađa od osam strahova,

TURE oslobađa od bolesti,

Majci koja oslobađa prostirem se i veličam ju!

Onda recitiraj mantru:

OM TARE TUTARE TURE SVAHA

Guru Majka Tara je ispunjena ljubaznošću i suosjećanjem prema tebi i svim živim bićima; i cijelo vrijeme te gleda.

Zrake nektara emitirane iz njenog srca ulaze u tvoje tijelo i um i pročišćavaju te. Kao što se staklena boca ispunjava mlijekom, tako tvoje tijelo biva ispunjeno nektarom, pročišćavajući svu tvoju karmu, odakle dolaze sve patnje, bolesti i šteta od duhova. Te patnje sakupljene od bespočetnih preporađanja u potpunosti bivaju uklonjene.

Tvoje tijelo postaje u prirodi bijele svjetlosti (u potpunosti sastavljeno od bijele svjetlosti, op. prev.), čisto, poput kristala, a tvoj um postaje u potpunosti čist. Recitiraj mantru s ovom vizualizacijom.

Recitiraj pola *male* (brojanice; jedna mala / brojanica je obično sastavljena od 108 zrnaca, jedinica za brojanje, op. prev.) za sebe i pola male za svoju obitelj i sva osjetilna bića, na isti način. Svatko postaje u prirodi bijele svjetlosti (sastavljen od bijele svjetlosti, op. prev.), sa smirenim, čistim, jasnim umom; oni postaju čisti. Možeš raditi 25 mantri ili pola ili cijelu malu.

Misli da dobivaš sve kvalitete Tarinog svetog tijela, govora i uma. Posebno, misli

da su u tvom srcu sveznanje i veliko suosjećanje. Preuzmi odgovornost za oslobađanje svih živih bića iz oceana samsare i dovođenja njih do potpunog prosvjetljenja od strane tebe sâmog. Misli da primaš savršenu moć da budeš od pomoći osjetilnim bićima, sebi i svojoj obitelji.

Na kraju, recitiraj ovu ekstremno moćnu molitvu za uspjeh, ne samo za svjetovni uspjeh, nego za duhovni uspjeh, da zaustaviš uzroke patnje – obmane i karme – i da dostigneš put prosvjetljenja. Recitiraj ovu molitvu, i ako imaš neku želju za koju želiš da uspije, izrecitiraj ju (molitvu, op.prev.) nekoliko puta.

Om prostirem se TARI, uzvišenoj majci koja je prešla na drugu stranu,

Poštovanje majci osloboditeljici, TURE, sposobnoj majci,

Majci koja s TUTARE raspršuje sve strahove,

Slovima SVAHA se posebno klanjam.

NAPOMENA PREVODITELJA: U ovoj praksi vizualizira se forma Zelene Tare; mantra Om Tare Tutare Ture Svaha ima dugi glas 'a' na nekim mjestima ovako: Om Taare Tutaare Ture Svaahaa, ili drugačije zapisano: Om Tāre Tuttāre Ture Svāhā; u nekim varijantama riječ 'svaha' izgovara se 'soha', ali 'svaha' je korektna varijanta na sanskrtnu, s tim da su obje varijante u redu.

<http://www.lamayeshe.com>