

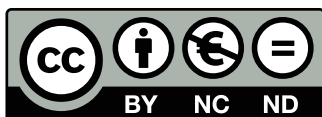
༄༅། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་རྩ་བའི་སྤགས་ཀྱིས་བསྟོད་ཅིང་
སྤག་འཛལ་བ་ཉི་ལུ་རྩ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ།

OS VINTE E UM LOUVORES
A ĀRYA TĀRĀ

LOUVOR COM O MANTRA-RAIZ DA NOBRE LIBERTADORA
EM VINTE E UMA HOMENAGENS



PADMAKARA



© Edições Padmakara, 2026 | Traduzido do tibetano para o português.

Esta obra está abrangida pela licença Creative Commons CC BY-NC-ND (Atribuição–Não-Comercial–Sem-Derivações 4.0 Internacional) e pode ser copiada ou impressa, mas apenas mediante atribuição dos devidos créditos, sem intuítos comerciais e sem alterações ou adaptações. Para detalhes, consulte no respetivo website a licença Creative Commons mencionada acima.

༄༅། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་རྩ་བའི་སྤྲལ་ས་ཀྱིས་བསྟོད་ཅིང་
སྤྲལ་འཛེལ་བ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ།

Os VINTE E UM LOUVORES
A ĀRYA TĀRĀ

LOUVOR COM O MANTRA-RAIZ DA NOBRE LIBERTADORA
EM VINTE E UMA HOMENAGENS

༄༅། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་ཕ་བའི་སྤྲལ་གྱིས་བསྟོན་ཅིང་
ཕྱག་འཆོལ་བ་ཉི་ལུ་རྩ་གཅིག་པ་ཞེས་བྲལ།

Os VINTE E UM LOUVORES A ĀRYA TĀRĀ
Louvor com o mantra-raiz da Nobre Libertadora
em vinte e uma homenagens

ཨོྃ་རྩེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །

Om Jetsünma phakma drolma la chatsal lo

Om. Reverência à sublime e nobre Tārā.

ཕྱག་འཆོལ་ཏཱ་རེ་རྒྱུར་མ་དཔའ་མོ། །

Chatsal tāre nyurma pamo

Homenagem a Tāre, rápida e corajosa,

ཏཱ་རྒྱུར་ཡིས་འཛིགས་པ་སེལ་མ། །

Tuttāra yi jikpa selma

Com Tuttāre dissipas [todos] os medos,

ཏཱ་རེས་དོན་ཀུན་སྦྱིན་པས་སྒྲོལ་མ། །

Ture tönkün jinpe drolma

Com Ture concedes todo o bem, ó Salvadora,

སྤྱ་སྒྲེལ་ཡི་གེ་བྱོད་ལ་འདུད་དོ། །

Svāhā yike khyöla düto

Svāhā é a palavra para te saudar.

ཕྱག་འཆོལ་སྒྲོལ་མ་སྦྱར་མ་དཔའ་མོ། །

Chatsal drolma nyurma pamo

Homenagem a ti, libertadora rápida e corajosa,

སྦྱན་ནི་རྣམ་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ། །

Chenni kechik lotang drama

Tal qual um relâmpago, imediato é o teu olhar;

འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྦྱེས་ཞལ་གྱི། །

Jikten sumgön chukye zhalkyi

Sobre os infinitos pistilos de um lótus,

གེ་སར་བྲེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ། །

Kesar chewa leni chungma

Nascestes da lágrima da face do Protetor dos três mundos¹. [1]

ཕྱག་འཆའ་སྟོན་ཀའི་རྒྱ་བ་ཀུན་རྒྱ། །

Chatsal tönke dawa küntu
Homenagem a ti, cuja face é

གང་བ་བརྒྱའི་བཟེགས་པའི་ཞལ་མ། །

Kangwa gyani tsekpe zhalma
Como cem luas cheias de outono sobrepostas;

སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཚེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས། །

Karma tongtrak tsokpa namkyi
E a tua luz, fulgurante, tudo clarifica

རབ་རྒྱ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

Rabtu chewe örab barma
Com o esplendor de milhares de estrelas. [2]

ཕྱག་འཆའ་སེར་སྡོལ་ནས་སྐྱེས་ཀྱིས། །

Chatsal ser-ngo chune kyekyi
Homenagem a ti, dourada e turquesa,

པདྨས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །

Peme chani nampar gyenma
Um lótus nascido das águas adorna tua mão;

སྦྱིན་པ་བརྟེན་འབྲུས་དཀའ་ཐུབ་ནི་བ། །

Jimpa tsöndrû kathub zhiwa
Generosidade, diligência, austeridade e paz,

བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྟོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

Zöpa samten chöyul nyima
Paciência e samādhi são os teus campos de ação. [3]

ཕྱག་འཆའ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲར། །

Chatsal tezhin shekpe tsuktor
Homenagem a ti, uṣṇīṣa² dos tathāgatas,

མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་སྟོད་མ། །

Thaye nampar gyalwa chöma
Cuja ação completamente vitoriosa é infinita;

མ་ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །

Malü pharol chinpa thobpe

Os bodhisattvas, plenamente apoiados em ti,

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེན་མ། །

Gyalwe sekyl shintu tenma

Realizam todas as pāramitās³ sem exceção. [4]

ཕྱག་འཆལ་ཏུ་རྒྱ་རྩྭ་ཡི་གེ། །

Chatsal tuttāra hūm yike

Homenagem a ti, cujas sílabas Tuttāra e Hūm

འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །

Dötang choktang namkha kangma

Preenchem os mundos do desejo, direções e céus;

འཛིན་རྟེན་བདུན་པོ་ནབས་གྱིས་མཉན་ཏེ། །

Jikten dünpo zhapkyi nente

Com os pés calcando os sete mundos,

ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རྩས་མ། །

Lüpa mepar gukpar nūma

Poderosa, convocas todos os seres sem qualquer omissão. [5]

ཕྱག་འཆལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །

Chatsal gyachin melha tsangpa

Homenagem a ti, que por Indra, Agni, Brāhma,

རྒྱུད་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཆོད་མ། །

Lhunglha natsok wangchuk chöma

Vāyu e demais deuses poderosos és venerada;

འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་རྩི་བ་ནམས་དང་། །

Jungpo rolang triza namtang

Que por bhūtas⁴, vetālas⁵, gandharvas⁶

གཞོད་སྤྱིན་ཚོགས་གྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ། །

Nöjin tsok kyi dünne töma

Yakṣas⁷ e demais hostes és glorificada. [6]

ཕྱག་འཆའ་ཏྲ་ཅེས་བྱ་དང་ཕྲ་ཀྱིས། །

Chatsal traṭ che chatang phaṭ kyi

Homenagem a ti, com Traṭ e Phaṭ

ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་རྩ་འཛམས་མ། །

Pharol trulkhor rabtu jomma

Subjugas por completo os inimigos e seus feitiços mágicos;

གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུང་ནབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །

Yekum yönkyang zhapkyi nente

Os quais, com a tua perna direita dobrada e a esquerda estendida,

མེ་འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་རྩ་འབར་མ། །

Mebar trukpa shintu barma

Pisas e consomes numa fúria de chamas. [7]

ཕྱག་འཆའ་རྩ་རེ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོས། །

Chatsal ture jikpa chenmö

Homenagem a ti, Ture, a Veloz, que aterrorizas

བདུད་གྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛམས་མ། །

Dükyi pawo nampar jomma

E subjugas completamente os ferozes māras⁸;

ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྷན་མཛད། །

Chukye zhalni tronyer dendze

Com a tua face de lótus franzida em ira,

དབྱ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །

Drawo thamche malü sōma

Exterminas todos os inimigos sem exceção. [8]

ཕྱག་འཆའ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་རྒྱའི། །

Chatsal könchok sumtsön chagye

Homenagem a ti, que adornas teu coração

སོར་མོས་བྱགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །

Sormö thukkar nampar gyenma

Com os dedos no mudrā das Três Joias;

མ་ལུས་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བརྒྱན་པའི། །

Malü chok kyi khorlo gyenpe

Tens como ornamento a roda de todas as direções,

རང་གི་འོད་གྱི་ཚྭ་ས་རྣམས་འབྲུག་མ། །

Rangki ökyi tsoknam trukma

E irradias a tua própria luz fulgurante. [9]

ཕྱག་འཆལ་རབ་རྩ་དག་འབ་བཟིན་པའི། །

Chatsal rabtu gawa jipe

Homenagem a ti, esplendor da grande alegria

དབུ་རྒྱུན་འོད་གྱི་ཐོང་བ་སྒྲེལ་མ། །

Wugyen ökyi trengwa pelma

Que da tua coroa emanas guirlandas de luz;

བཞད་པ་རབ་བཞད་རྩྭ་ར་ཡིས། །

Zhepa rabzhe tuttāra yi

Rindo e gargalhando, com Tuttāra

བདུད་དང་འཛིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །

Dütang jikten wangtu dzema

Dominas o universo e todos os māras. [10]

ཕྱག་འཆལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚྭ་ས་རྣམས། །

Chatsal sazhi kyongwe tsoknam

Homenagem a ti, que tens o poder de convocar

ཐམས་ཅད་འགྲུག་པར་རུས་པ་ཉིད་མ། །

Thamche gukpar nūpa nyima

Todas as legiões de protetores da Terra;

ཁྱོད་ཀྱི་ཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྱུ་གིས། །

Tronyer yowe yike hūm ki

Com tua expressão irada e vibrando a letra Hūm,

ཕོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ། །

Phongpa thamche nampar drolmar

Todos libertas completamente da miséria. [11]

ཕྱག་འཆའ་ལྷ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱུན། །

Chatsal dawé tumbü wugyen

Homenagem a ti, que ostentas a lua crescente por diadema,

བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཉིན་རྒྱུ་འབར་མ། །

Gyenpa thamche shintu barma

Completamente ornada, brilhas reluzente;

རལ་པའི་བྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས། །

Ralpe tröne öpame le

E Amitābha, nos teus longos cabelos,

རྟག་པར་ཉིན་རྒྱུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

Takpar shintu örab dzema

Continuamente irradia sua luz cintilante. [12]

ཕྱག་འཆའ་བསྐྱལ་པའི་ཐམ་མའི་མེ་ལྟར། །

Chatsal kalpa thame metar

Homenagem a ti, no centro de uma guirlanda de chamas,

འབར་བའི་ཐྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །

Barwe trengwe wüna nema

Rodeada por labaredas como as do final do kalpa;

གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྒྲོར་དགའི། །

Yekyang yönkum künne korge

Com a perna direita estendida e a esquerda recolhida,

དབྲེ་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །

Drayi pungni nampar jomma

Envolta em alegria⁹, as legiões hostis derrotas por completo. [13]

ཕྱག་འཆའ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི། །

Chatsal sazhi ngöla chaki

Homenagem a ti, que bates com a palma da mão

མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ནབས་གྱིས་བརྟུང་མ།

Thilkyi nünching zhapkyi dungma

Na superfície da terra e a pisas com os pés;

ཁྲོག་ཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་རྩྱེ་གིས། །

Tronyer chendze yike hūm ki

Com a tua expressão irada e a sílaba Hūm,

རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ། །

Rimpa dünpo namni gemma

Assim dominas os sete níveis [sob a terra]. [14]

བུག་འཚལ་བདེ་མ་དག་མ་ནིམ། །

Chatsal dema gema zhima

Homenagem a ti, que és êxtase, virtude e paz,

བྱ་ངན་འདས་ནི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

Nya-ngen dezhi chöyul nyima

A quietude do nirvāṇa é o teu campo de ação;

སྤྱོད་ཨོྭ་དང་ཡང་དག་ལྷན་པས། །

Svāhā om tang yangdak denpe

Com a perfeição do teu [mantra], de Svāhā a Om,

སྤྲིལ་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ། །

Dikpa chenpo jompa nyima

Derrotas até as piores ações negativas. [15]

བུག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དག་འབའི། །

Chatsal künne korab gawe

Homenagem a ti, envolta em alegria,

དབྱེ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་རྒྱུ་འགོམས་མ། །

Drayi lüni rabtu gemma

Que aniquilas por completo os corpos dos inimigos;

ཡི་གེ་བཅུ་པའི་དག་ནི་བཀོད་པའི། །

Yike chupe ngak ni köpe

A partir de HŪM — cognoscência sob a forma

རིག་པ་རྩྱེ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ། །

Rigpa hūm le drolma nyima

Do mantra das dez sílabas — és a Libertadora. [16]

ཕྱག་འཆའ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བཅུགས་པས། །

Chatsal ture zhapni dabpe

Homenagem a ti, Ture, cuja sílaba-semente é a forma de Hūm;

ཧཱུྃ་གི་ནམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །

Hūm ki nampe sapōn nyima

Com o bater dos teus pés

རི་རབ་མརྒྱ་ར་དང་འབིགས་བྱེད། །

Rirab mandara tang bikche

Estremeces o Monte Meru,

འཛིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

Jikten sumnam yowa nyima

Mandara, Vindhya e os três mundos. [17]

ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །

Chatsal lhayi tsoyi nampe

Homenagem a ti, que seguras na mão [a lua]

རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ། །

Ritak takchen chana namma

Com a marca da lebre, tal qual um lago celestial;

ཏཱ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཕུཎ་གྱི་ཡི་གས། །

Tārā nyijö phaṭ kyi yike

Com a dupla recitação de Tārā e a sílaba Phaṭ,

དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །

Tuknam malü parni selma

Dissipas todos os venenos sem exceção. [18]

ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །

Chatsal lhayi tsoknam gyalpo

Homenagem a ti, a quem servem deuses e kimnaras¹⁰

ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །

Lhatang miam chiyi tenma

E todos os reis das assembleias celestiais;

ཀུན་ནས་གོ་ཚད་གའ་བ་བརྗེད་ཀྱིས། |

Künne gocha gawa jikyi

Com o esplendor da tua armadura de alegria,

ཙོང་དང་སྤྱི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། |

Tsötang milam ngenpa selma

Eliminas todos os pesadelos e conflitos. [19]

བྱལ་འཚལ་ཉི་མ་རྒྱ་བརྒྱས་པའི། |

Chatsal nyima dawa gyepe

Homenagem a ti, como o sol e a lua cheia,

ཤུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། |

Chennyi pola örab salma

Os teus dois olhos brilham radiantes;

ཧ་ར་གཉིས་བརྗེད་ཏུ་རྩེ་ཡིས། |

Hara nyijö tuttara yi

Com a dupla recitação de Hara e com Tuttāra,

ཤིན་ཏུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། |

Shintu trakpö rimne selma

Erradicas até as mais severas epidemias. [20]

བྱལ་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། |

Chatsal tenyi sumnam köpe

Homenagem a ti, ao dispores as [sílabas] das três talidades¹¹,

ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྗན་མ། |

Zhiwe thutang yangtak denma

És perfeitamente dotada do poder de pacificação;

གཤོན་དང་རོ་ལངས་གཤོད་སྤྱི་ཞུ་ཚོགས་རྣམས། |

Döntang rolang nöjin tsoknam

Subjugadora das hostes de grahas¹², vetālas e yakṣas,

འཛོམས་པ་ཏུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ། |

Jompa ture rabchok nyima

És a grandiosa e suprema Ture. [21]

ཙཱེ་ངམ་ཀྱི་ཏོཔ་དྲཱང་། །

Tsawe ngak kyi töpa ditang

Eis o louvor do mantra-raiz

ཤཱས་འཆལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་ཙཱཅིག་།

Chatsal wani nyishu tsachik

E as vinte e uma homenagens.

[\[Voltar ao início\]](#)

Os benefícios:

ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྷན་པའི། །

Lhamo lakü yangdak denpe

Alguém, sábio, dotado de genuína devoção pela deusa,

ལོད་ལྷན་གང་གིས་རབ་དང་བརྗོད་དེ། །

Loden kangki rabtang jöte

Que fervorosamente recite estes versos,

སྟོན་དང་བློ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། །

Sötang thorang langpar chene

Recordando-a ao crepúsculo e ao amanhecer, quando acordar,

བློ་པས་མི་འཛིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། །

Trenpe mijik thamche rabter

Será plenamente agraciado com total intrepidez,

སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་རྩ་ནི་བྱེད། །

Dikpa thamche rabtu zhiche

Todos os atos negativos serão completamente pacificados,

ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ནི་དོ། །

Ngendro thamche jompa nyito

E todos os renascimentos inferiores serão totalmente eliminados.

རྒྱལ་ཅེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས། །

Gyalwa chewa trakdün namkyi
Setenta milhões de budas vitoriosos

རྣམ་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། །

Nyurtu wangni kurwar gyurla
Rapidamente lhe conferirão poder,

འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །

Dile chewa nyini thob ching
E assim obterá suprema grandeza,

སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ། །

Sangye komphang tharthuk terdro
E alcançará o nível da mais completa budeidade.

དེ་ཡི་དུག་ནི་བྲག་པོ་ཆེན་པོ། །

Teyi tukni trakpo chenpo
Mesmo os mais fortes e potentes venenos,

བསྐྱེན་གནས་པ་འཇམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ། །

Tenne pa-am zhenyang drowa
Provenientes de lugares, objetos ou mesmo outros seres,

ཟོས་པ་དང་ནི་འཁྲུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། །

Zöpa tangni thungpa nyi kyang
Que tenham sido ingeridos ou tomados,

བྲན་པས་རབ་རུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། །

Trenpe rabtu selwa nyithob
Ao recordá-la, serão totalmente dissipados.

གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟིར་བའི། །

Döntang rimtang tuk ki zirwe
Os tormentos causados por forças maléficas,

སྐྱལ་བསྐྱལ་ཆོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །

Du-ngal tsokni nampar pangte
Venenos, epidemias e outros males,

སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། །

Semchen zhenpa namla yang ngo

Sejam seus ou de outros seres, serão completamente erradicados.

གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། །

Nyisum düntu ngönpar jöna

Se recitar corretamente nas duas, três e sete vezes¹³,

བུ་འདོད་པས་ནི་བུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། །

Pudö peni puthob gyur zhing

Quem desejar uma criança, uma criança terá,

ནོར་འདོད་པས་ནི་ནོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །

Nordö peni nornam nyithob

Quem desejar riqueza, riqueza obterá,

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། །

Döpa thamche thobpar gyurla

Todos os seus desejos serão realizados,

འགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛུམས་འགྱུར་ཅིག

Geknam meching sosor jomgyur chik

E, livre de entraves, vencerá cada obstáculo!

འཕགས་མ་སྒྲིལ་མ་ལ་བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ཉི་ལྔ་ཅུ་གཅིག་པ་རྗོད་སོ།། །།

Ficam assim completos os louvores a Ārya Tārā em vinte e uma homenagens.

NOTAS:

1. Protetor dos Três Mundos (tib. *'jig rten gsum mgon*): epíteto atribuído a Avalokiteśvara, enfatizando sua função como guardião compassivo de todo este mundo. Segundo o *sgom sde tshig mdzod chen mo*, os três mundos aqui mencionados são o mundo dos nāgas abaixo do solo, o mundo dos humanos sobre o solo e o mundo dos deuses acima.
2. Uṣṇīṣa (sct.) (tib. *gtsug tor*): Protuberância no topo da cabeça de um buda, considerada um dos trinta e dois sinais maiores (lakṣaṇa) de um ser plenamente iluminado. Simboliza a sabedoria suprema e a realização espiritual. O termo tibetano é composto por gtsug (“topo”, “ápice”) e tor (“ornamento”, “pináculo”), significando literalmente “ornamento do topo” ou “pináculo do ápice [da cabeça]”.
3. Pāramitā (sct.) (tib. *pha rol tu phyin pa*): “perfeições transcendentais”, virtudes cultivadas pelos bodhisattvas no caminho para a iluminação. Tradicionalmente, são seis: generosidade (*dāna*), disciplina ética (*śīla*), paciência (*kṣānti*), diligência (*vīrya*), concentração (*dhyāna*) e sabedoria (*prajñā*). O termo sânscrito pāramitā deriva da raiz $\sqrt{\text{param}}$ (“alcançar o outro lado”), e o tibetano significa literalmente “ido para a outra margem”.
4. Bhūta (sct.) (*byung po*): Espíritos ou seres elementais na cosmologia budista, associados aos elementos da natureza. Podem ser benéficos, neutros ou causar obstáculos, sendo por isso frequentemente mencionados em contextos de proteção ritual. O termo sânscrito bhūta deriva da raiz $\sqrt{\text{bhū}}$ (“ser, tornar-se”) e designa, em sentido amplo, “aquilo que veio a existir”, i.e., seres que “surgiram” dos elementos.
5. Vetāla (sct.) (tib. *ro langs*): espíritos “mortos-vivos” que habitam ou animam cadáveres. O equivalente tibetano é *ro-lang*, que literalmente significa “cadáver erguido”, uma entidade reanimada por espíritos ou por rituais.
6. Gandharva (sct.) (tib. *dri za*): Músicos e cantores celestiais na cosmologia budista. O termo tibetano dri za significa literalmente “comedores de aromas” ou “comedores de odor”, em alusão à crença de que estes seres se alimentam de aromas e fragrâncias sutis.
7. Yakṣa (sct.) (tib. *gnod sbyin*): Classe de seres semi-divinos na mitologia hindu e budista, frequentemente associados à proteção de tesouros naturais, florestas e lugares sagrados. Podem ser benevolentes ou hostis. O termo tibetano gnod sbyin significa literalmente “doador de dano” ou “aquele que causa prejuízo”.
8. Māra (sct.) (tib. *bdud*): Forças obstrutivas que simbolizam os impedimentos ao caminho espiritual. Na tradição budista, Māra personifica tanto as aflições mentais quanto a morte e tudo aquilo que desvia os praticantes da iluminação. O termo sânscrito deriva da raiz $\sqrt{\text{mr}}$ (morrer).
9. Envolta em alegria (tib. *bskor dga'*): descreve a alegria plena com que Tārā, dançando e

envolvida em atividades benéficas, destrói as hordas de inimigos e cura os danos causados pela raiva, guerra, hostilidade, etc. Cf. Khenchen Palden Sherab Rinpoche & Khenpo Tsewang Dongyal Rinpoche, *Tara's Enlightened Activity: An Oral Commentary on the Praises to Tara*. Ithaca, NY: Snow Lion Publications, 2007, p. 130.

10. Kimnara (sct.) (tib. *mi'am ci*): Seres celestiais híbridos, parte humanos e parte animais (frequentemente cavalos ou pássaros), conhecidos como músicos celestiais. O nome em sânscrito e tibetano significa literalmente “será humano?”, refletindo sua natureza ambígua.

11. Três talidades (tib. *de nyid gsum*): Refere-se aos três estados adamantinos de Tārā — corpo-vajra, fala-vajra e mente-vajra — que são praticados no contexto do Atiyoga, como manifestações inseparáveis da realidade última. Op. cit., p. 49–50.

12. Graha (sct.) literalmente “aquele que agarra”, em tibetano *gdon* (dön), refere-se, neste contexto, a forças malévolas.

13. Segundo Khenchen Palden Sherab Rinpoche, esta passagem pode ser interpretada como a divisão de um dia em dois períodos, o dia e a noite, em que cada um desses períodos é subdividido em três partes, sendo os louvores recitados sete vezes em cada uma (Ver: *The Smile of Sun and Moon*, Sky Dancer Press, 2004; p. 175). Alternativamente, a instrução de recitar o Louvor duas vezes, depois três e, por fim, sete vezes encontra-se em sādhanas, como *A Sādhana de Tārā, Essência das Duas Acumulações* revelada por Chokgyur Lingpa, do ciclo *sgrol ma'i zab tig*.

Traduzido a partir do original tibetano para o português pelo Grupo de Tradução Padmakara.

A transliteração dos termos e mantras em sânscrito foi elaborada de acordo com a convenção do Alfabeto Internacional de Transliteração do Sânscrito (IAST, International Alphabet of Sanskrit Transliteration, Genebra, 1894). Exceção foi feita no que concerne à palavra sânscrita “Buddha”, para a qual se manteve a adaptação fonética corrente: “Buda”.

1ª edição: Janeiro 2026.

© 2026, Padmakara Brasil

São Paulo & Monchique | Ramo Lusófono do Grupo de Tradução Padmakara

www.padmakara.org.br | www.padmakara.pt

Também disponível em português de Portugal, em <https://www.padmakara.pt/pub-digitais>



© Edições Padmakara, 2026 | Traduzido do tibetano para o português.

Esta obra está abrangida pela licença Creative Commons CC BY-NC-ND (Atribuição–Não-Comercial–Sem-Derivações 4.0 Internacional) e pode ser copiada ou impressa, mas apenas mediante atribuição dos devidos créditos, sem intuítos comerciais e sem alterações ou adaptações. Para detalhes, consulte no respectivo website a licença Creative Commons mencionada acima.

