

༄༅། །ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷ་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་གོ་བདེར་བཀོད་པ་
ཤེལ་དཀར་འཕྲེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བལྟགས་སོ།།

THE WHITE CRYSTAL ROSARY
The Practice of the Fivefold Mahāmudrā Made Easy to Understand

༄༅། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་བསྟན་པའི་དམ་ཚེས་ཀུན།།
ཟབ་མའི་ལམ་མཆོག་རྣམ་པ་ལྟར་བསྟུས་ཏེ།།
བསྐལ་བཟང་རྣམ་གྲོལ་གླིང་དུ་ཁྱིད་མཛད་པ།།
ལམ་གོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་དེར་མགོས་ཕུག་འཛེལ།།

ཕུལ་བྱང་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེའི་རྒྱ་གཏེར་ལས།།
ལེགས་འཁྲུངས་བྱང་རྒྱལ་མེས་ཀྱི་རང་གཟུགས་ཀྱིས།།
བསྐལ་བཟང་འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་འབྲས་སྟེར་བ།།
བྱབ་བདག་དམ་རྒྱུ་རྩེས་སུ་སྦྱོངས།།

All the sublime Dharmas shown by the three times' Victors,
By condensing them into five profound and supreme paths,
He who leads the fortunate ones to the island of complete
liberation,
Protector Drikungpa, I bow my head and pay homage to you.

Born from the excellent ocean of love and compassion,
You who are an embodiment of the mind of awakening,
The bestower of the fruit of benefits and joys to the fortunate
transitory beings,
Universal Lord Dharmarāja, may you care.

དེ་ཡང་ཐུན་མོང་གི་སྟོན་འགོ་ལ། ལུས་བསམས་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལྷན་པས་དང་
པོ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀར་བ་བསམས་སྟེ། དལ་བ་རྒྱད། རང་འབྱོར་ལ། གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་
བརྩ་རྣམས་ངོས་བཟུང་། དེ་ཉིད་དཔེ་དང་། རྒྱ་དང་། ངོ་བོའི་སྒྲིན་སྟེད་པར་དཀར་བ་
བསམ། གཉིས་པ་ནི། ཆོ་སྐད་ཅིག་མར་མི་སྟོད་པ། ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་མི་སྟོང་བར་ཆོལ་
ངོས་པ་མེད་པ་འཆི་རྒྱུ་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་སྟེད་འཆི་བ་དང་མི་རྟག་པ་
བསམ། གསུམ་པ། ལུས་འདིས་སྟོན་པ་མི་དགེ་བ་བརྩ་སྤང་ཞིང་། དགེ་བ་བརྩ་བསྐྱབ་པར་
བྱ་སྟེ། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱུང་། བྲལ་འབྲས། རྣམ་སྟོན། རྒྱུ་མཐུན། དབང་གི་འབྲས་བྱུང་
བཞི། རྒྱུ་མཐུན་ལ་ཡང་། བྱེད་པ་དང་སྦྱོང་བ་གཉིས། ལས་ལ་མི་གཡོ་བའི་ལས་དང་། སྦྱོང་
འགྲུར། མ་ངོས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་བསམ། ཆོ་དཔྱལ་ལ། ཡང་སོས་ཐིག་ནག་ཆོ་བ། རབ་

དུ་ཚ་བ། དུ་འབོད། དུ་འབོད་ཆེན་པོ། བསྐྱུས་འཛུམས། མནར་མེད་བརྒྱད། དེའི་འཁོར་ལ།
 མེ་མར་སྤར་གྱི་འོབས། རོ་མུག་གི་འདས། རལ་གྱི་འོ་མའི་ནགས་ཚལ། ཤལ་མ་ལིའི་སྤྲོད་པོ།
 ཐལ་ཆེན་གྱི་ཁུ་བོ་རྣམས་སོ།། གང་དཔྱལ་ལ། ཁུ་བར་ཅན། དེ་ཤོལ་བ་ཅན། ཨ་ཁུ་ཟེར་བ།
 གྱེ་དུད་ཟེར་བ། སོ་ཐམ་ཐམ་པ། པརྩ་ལྟར་གས་པ། ལྷུ་ལྷུ་ལྟར་ཆེར་གས་པ་རྣམས་སོ།།
 གཞན་ཡང་ཉི་ཆེ་བ་དང་། ཉེ་འཁོར་བ་སོགས་སོ།། ཡིག་དྲགས་ལ་ཡང་། ཕྱི། རང་། ཟས་
 སྒོམ། སྤྱི་མཐུན་གྱི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་རྣམས་སོ།། དུད་འགོ་ལ་ཡང་། བྱིངས་ན་གནས་པ་དང་། ཁ་
 འཐོར་བ་རྣམས་སོ།། མི་ལ་ཡང་། སྤྱེ་རྒྱ་ན་འཆི་སོགས་སོ།། ལྷ་མ་ཡིན་ལ། འཐབ་རྩྱུད་ལ་
 སོགས་སོ།། ལྷ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་ཁ་དྲོག་འཇུར་བ། སྤྲོན་ལ་མི་དགའ་བ། རྒྱན་ཕྱེད་ཉམས་པ།
 གོས་ལ་དྲི་མ་ཆགས་པ། ལུས་ལ་རྩལ་འབྱུང་བ་སོགས་འཆི་འཕོ་སྤྲོན་བྱེད་ལོ།། དེ་སོགས་
 འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་དང་པོ་ལུས་རྣམས་
 སྤྲོད་གི་ཆོས་བདུན་ནི། སྤྲོན་བདེ་བ་ལ། ཀང་བ་དོར་སྤྱིལ། སྤྲོལ་ཆོག་བསྐྱང་། དཔུང་པ་
 རྒྱུངས། མགྱིན་པ་ཡིད་ཅམ་དགུག ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག ལྷེ་ཡར་རྒྱལ་སྤྱར། མིག་སྒྲ་
 རྩེར་དབབ་པ་སྟེ། རྣམ་སྤྲོད་གི་ཆོས་བདུན་དང་ལྷན་པར་བྱས་ནས། གོང་གི་སྤྲོན་འགོ་རྣམས་
 གྱི་ཆོག་དོན་གསལ་གདབ་པ་ནི།

For the common preliminaries, with your body assuming the sevenfold posture of concentration, the first step is to contemplate the difficulty of finding a human life with freedoms and advantages. So, recognize the eight freedoms, the five personal endowments and the five circumstantial endowments. In terms of analogy, cause, and nature, contemplate how difficult it is to find them.

The second step is to contemplate the fact that life passes without halting for even a moment and there is no method whatsoever that can change that. Life is unpredictable and there are more circumstances for death and fewer for life. In these ways and so forth, contemplate death and impermanence.

The third step is to engage your very body in abandoning the ten wrongdoings and practicing the ten virtues. As for their results, there are four types: the results of separation, of maturation, concordant with the cause, and dominant. The result concordant with the cause is further classified into two: concordant with action and with experience.

As for karma, contemplate it in terms of unwavering, to be experienced, and uncertain karmas, and so forth.

Hot Hells:

Reviving; Black Line; Hot; Extremely Hot; Crying Out; Big

Crying Out; Crushing; Avici. Surrounding them are the Pit of Burning Embers; the Swamp of Rotten Corpses; the Forest of Sword Leaves; the Tree of Shalmali; the River of Burning Human Ashes.

Cold Hells:

The hells of Blisters; Blister Bursting; Crying Achu; Crying Kyhut; Chattering Teeth; Splitting Like an Utpala; Splitting like a Lotus; Splitting Like a Great Lotus. In addition to these are the Temporary and Neighboring Hells.

Hungry Ghosts: There are hungry ghosts with outer, inner, and common defilements, and the same related to food and drinks.

Animals:

There are animals that live in the ocean and those that are scattered.

Humans: There are the sufferings of birth, aging, sickness, death, and so forth.

Demi-gods: There are the sufferings of fighting, quarrelling, and so forth.

Gods:

The gods have the sufferings of five indications of death, which are: their body changing color, not enjoying the seat anymore, their garland ornaments fading, their clothes becoming dirty and their body producing odor. These and so forth, contemplate the defects of saṃsāra.

Following these words, first, the seven body postures of Vairocana are: On a comfortable seat, cross your legs in vajra position, straighten the spine, extend the shoulders, keep the neck slightly bent, set the hands in equipoise, touch the tongue to the roof of the mouth and set the gaze on the tip of the nose. Having assumed these seven postures of Vairocana, visualize the meanings of the above-mentioned preliminaries with:

དང་པོ་སྤྱན་མོང་ཐྱོན་འགྲོ་བཞི།

I. The Four Common Preliminaries

༥ དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་དུ་རྟེན་པར་དགའ། སྒྲིམ་བུ་དོན་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ།
གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་སྒྲུབ་ན། ཕྱིས་ནས་ཡང་དག་འབྱོར་བར་གལ་འབྱུར། ཞེས་དང།

**dal jor di ni shin tu nyé par ka/ kyé bu dön drup thop par
gyur pa la/
gel té di la phen pa ma drup na/ chi né yang dak jorwar ga
la gyur/**

This life with freedoms and advantages is extremely difficult to find. Having found this wish-fulfilling great existence, if one does not accomplish its benefits, how will such an excellent situation be found in the future?

༥ ཆོ་འདི་མི་རྟག་སྟོན་ཁད་སྤྱིན་དང་འདྲ། འགོ་བདེ་སྒྲེ་འཆིགས་ལ་བཏུ་དང་མཚུངས།
འགོ་བདེ་ཆོ་ནི་ནས་མཁའ་སྒྲོག་འདྲ་སྟེ། རིག་ཟུར་འབབ་ཆུ་བས་ཀྱང་ལྷུང་མཁྱོགས་འགོ་
ཅེས་དང་།

**tsé di mi tak tön khé trin dang dra/ drowé kye chi gar la ta
dang tsung/ drowé tsé ni nam khé lok dra té/ ri zar bap
chu wé kyang nyur gyok dro/**

This life is impermanent, like an autumn cloud. The birth and death of transitory beings is like seeing a show.
The life of transitory beings is like lightning in the sky,
rushing faster than water down a steep mountain.

རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། དུས་ཀྱིས་མནར་ཏེ་རྒྱལ་པོ་འགོ་གྱུར་ན། འོངས་སྤྱོད་
མཇུག་དང་གཉེན་བཤེས་རྗེས་མི་འབྲང་། སྒྲིམ་བུ་དོན་གར་དང་གར་འགོ་ཡང་། ལས་འདི་
ལུས་དང་གིབ་བཞིན་རྗེས་སུ་འབྲང་། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

**dü kyi nar té gyel po dro gyur na/ long chö dza dang nyen
shé jé mi drang/ kyé bu dé ni gar dang gar dro yang/ lé di
lü dang drip zhin jé su drang/**

Sūtra of Instructions to the King (Rājāvavāḍaka-Sūtra) says:
When his time comes, then even a king will pass, without his
wealth, friends and relatives following him. No matter where
he is, where he goes, it is his karma that follows like the body
and its shadow.

རྗེ་མི་ལས། རིགས་རྒྱལ་འཁོར་བའི་སྤུག་བསྐལ་འདི། བསམ་ན་སྤྱིང་རྒྱུང་དག་པོ་ལྷང་།
ཞེས་དང།

**rik druk khorwé duk ngel di/ sam na nying lung drak po
dang/**

Lord Mila said: Fierce exasperation sets in, when one thinks
of the sufferings in the six realms of saṃsāra.

མཉམ་མེད་དྲགས་པོའི་ཞལ་ནས་གྲང་། ཡུན་རིང་མི་སྤྲོད་འཆི་བར་ངེས་ཀྱི་ཐར་པ་སྦྱར་དུ་
སྦྲབས། ཉི་མ་རུབ་པའི་གིབ་སོ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་རོལ་འགོ་ངེས་ཀྱི། ལེ་ལོ་སྒྲིམས་ལས་
སྤངས་ལ་བཙུན་འགྲུས་དྲག་པོ་མེ་བཞིན་སྤྲོར།

**yün ring mi dö chiwar ngé kyi tharpa nyurdu drub/ nyima
nubpé drib so shyindu mi tak pharol dro ngé kyi/ lelo
nyom lé pong la tsöndrö drakpo mé shyin por/**

The Incomparable Dagpo said: Rush to seek liberation, as
death is certain before long. Fleeting as a setting sun's
shadow, going to the next world is certain. Get rid of laziness
and indolence, and make effort as powerful as fire.

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནན་ཏན་བསྐྱོམ་པར་བྱས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་། ཁང་པའི་རྒྱ་རྩ་བུ་ཡིན་
པས་ཞག་གསུམ་མཁ་བདུན་སོགས་བསྐྱོམ་དགོས་ཏེ། ལམ་གོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་ཆེན་པོས། གཞན་གྱིས་མི་ཟབ་པ་
རྣམས་འདིར་ཟབ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པས་ན། དེང་དུས་ཀྱི་ཆོས་པ་ཕལ་ཆེར་ཆོག་དོན་མི་མཚུངས་པའི་ཚུལ་འཆོས་
ཡོད་པ་ཡང་། འདི་རྒྱུད་ལ་མ་སྦྱེས་པའི་སྦྱོན་ཁོར་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ངེས་པ་གཤམ་ཆེད།

*When one meditates carefully in accordance with these words that is the root of all Dharmas, like the
foundation-stone of a house. Therefore, it is necessary to meditate on this for three or seven days. The Great
Protector Drikungpa said, "Those that others say are not profound are profound here." Therefore, most
Dharma practitioners these days are hypocrites, with discrepancies between what they say and what they
actually are, a defect resulting only from not having given rise to this in their minds. Therefore, it is important to
always be sure of this.*

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྔོན་འགོ་བཞི། II. Four Uncommon Preliminaries

༥ དང་པོ་སྦྱབས་འགོ་དངོས་ནི། I. Actual Refuge:

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྐད་ཅིག་གིས། དཔག་བསམ་གྱི་སྤོང་པོ་ཆེན་པོ་དབུས་དང་ཡལ་ག་
ཕྱོགས་བཞིར་བྱས་པའི་སྤྲོད་དུ།

**dün gyi nam khar ké chik gi/ pak sam gyi dong po chen po
ü dang yel ga chok zhir gyé pé teng du/**

Instantly, in the space in front of me, I visualize a big wish-

fulfilling tree. In its center and on the branches extending in the four directions there are five seats, each one comprised of four layers:

སེཁྱེ་དང་པརྩ་ཉི་ལྷའི་གདན་བཞི་བཙེགས་ལྷ་དབུས་མ་མཐོ་ཞིང་ཕྱོགས་བཞི་རུང་ཟད་དམའ་
བ་རྩམས་བསྐྱེམས་པའི་གདན་དབུས་མའི་སྟེང་དུ། ཙ་བའི་སྒྲ་མ་དྲི་ཆེ་འཆང་ལ་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་
མས་བསྐྱོར་བ།

**seng gé dang pema nyi dé den zhi tsek nga ü ma tho zhing
chok zhi chung zé mawa nam gom pé den ü mé teng du/
tsawé la ma dor jé chang la gyü pé la mé korwa/**

a lion-throne, a lotus, a sun, and a moon, stacked one upon another. The one in the center is higher and those in the four directions are slightly lower. On the seat in the center is the root guru Vajradhara, surrounded by the lineage gurus.

མདུན་གྱི་ཁྱི་སྟེང་དུ་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་ལ་ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱོར་བ། གཡས་སུ་
ཐུབ་དབང་ཤུགས་རྒྱལ་པོ་ལ། བསྐྱེམ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་སྟེང་གིས་བསྐྱོར་བ།

**dün gyi tri teng du pel khor lo dom pa la yi dam lha tsok
kyi korwa/ yé su thup wang shakyé gyel po la/ kel pa zang
pö sang gyé tong gi korwa/**

On the throne in front is Üre Cakrasaṃvara, surrounded by the assembly of yidam deities.

On the right is Subduer King of Üākyas, surrounded by the thousand buddhas of the fortunate eon.

རྒྱབ་དུ་དམ་ཚེས་པོ་ཉིདེ་རྩམ་པར་བཞུགས་པ། གཡོན་དུ་ཐབས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་སྤྱན་རས་
གཟིགས།
ཤེས་རབ་ཀྱི་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ།

**gyap tu dam chö po ti nam par zhuk pa/ yön du thap kyi
sem pa chen ré zik/shé rap kyi sem pa jam pel/**

Behind is the sublime Dharma, sitting on the throne in the form of texts. On the left are Avalokiteśvara, the bodhisattva of method; Mañjuṛē, the bodhisattva of wisdom;

མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་གསང་བདག གཞན་ཡང་ས་ཡི་སྟིང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བའི་སྤྲུམ་

བརྒྱད་དང་།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཚོགས།

**thu top kyi wang chuk sang dak/ zhen yang sa yi nying po
la sok nyé wé sé gyé dang/jang chup sem pé gendün gyi
tsok/**

and Guhyapati, the lord of mighty power. In addition to them,
there are the eight close disciples, such as Kṣitigarbha and so
forth, and an assembly of bodhisattva sanghas.

སྐད་བསྐྱར་དུ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་སོགས་ཚས་སྦྱང་བའི་སྤང་མ་རྣམས་སྤྱན་གྱི་ཕུང་པོ་གཏིབས་པ་
ལྟར་གསལ་བར་འགྱུར་བར་གསལ་བཏབ་ལ། དཀོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ལ་ཞལ་
ཕྱོགས་པའོ།།

**mé kor du nak po chen po sok chö kyong wé sung ma nam
trin gyi pung po tib pa tar sel war gyur/ konchok tham che
kyang tso wo la zhel chog pa ö/**

Below there are Dharma protectors, such as Mahākāla and the
like, gathered like cumulus clouds, and all objects of refuge
are facing the chief.

ཡན་ལག་བདུན་པ་འདོན་བསྐྱེད་སྤྱགས་མ་བྱ་བ་ནི།
Combine this seven-limb prayer with meditation:

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་ཕུག་འཇལ་ལོ།།

**phak pa jam pel zhön nur gyur pa la chak tsel lo/
Homage to the youthful Ārya Māñjuśrī.**

ཇི་སྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན། དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེཌེ་ཀུན།
བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕུག་བཞིའོ།།

**ji nyé su dak chok chü jik ten na/ dü sum shek pa mi yi
senggé kün/
dak gi ma lü dé dak tham ché la/ lü dang ngak yi dangwé
chak gyio/**

Each and every one of you, the lions among humans who go
to awakening in the three times

in the worlds of ten directions, to all of you I pay homage with
my body, speech, and sincere mind.

བཟང་པོ་སྐྱོད་པའི་སྒོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས།། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ།།
ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་ལུས་རབ་བདུད་པ་ཡིས།། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་དུ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།།

**zang po chö pé mön lam top dak gi/ gyelwa tham ché yi
kyi ngön sum du/
zhing gi dül nyé lü rap tü pa yi/ gyelwa kün la rap tu chak
tsel lo/**

By the power of aspirations prayers to engage in the perfect
conducts, all Victors are displayed vividly in the direct view
of my mind. With as many bodies as atoms of the world, I
bow down completely to all you Victors.

རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་སྟེང་སངས་རྒྱུས་རྣམས།། སངས་རྒྱུས་སྤྲུལ་གྱི་དབྱུས་ན་བཞུགས་པ་
དག།
དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ།། ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས།།

**dül chik teng na dül nyé sang gyé nam/ sang gyé sé kyi ü
na zhuk pa dak/
dé tar chö kyi ying nam ma lü pa/ tham ché gyelwa dak gi
gangwar mö/**

On one atom are buddhas as many as all atoms, each amidst a
host of bodhisattvas,
and I visualize the expanse of all phenomena is completely
filled with Victors in this way.

དེ་དག་བཞུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས།། དབྱིངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱུ་ཀུན་གྱིས།།
རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཟོད་ཅིང་།། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་
བསྟོད།།

**dé dak ngak pa mi zé gya tso nam/ yang kyi yen lak gya
tsö dra kün gyi/
gyelwa kün gyi yön ten rap jö ching/ dewar shek pa tham
ché dak gi tö/**

Through an infinite ocean of praise for them, vocalized in an
ocean of manyfold melodies,
I shall tell of the qualities of you Victors and praise all of you

Gone to Bliss.

མེ་ཏོག་དམ་པ་སྒྲེང་བ་དམ་པ་དང་།། སིལ་སྒྲན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་།།
མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྒྲོས་དམ་པ་ཡིས།། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི།།

**mé tok dam pa trengwa dam pa dang/ sil nyen nam dang
juk pa duk chok dang/
mar mé chok dang duk pö dam pa yi/ gyelwa dé dak la ni
chö par gyi/**

Superior flowers and superior garlands, musical instruments,
ointments, and grand parasols,
grand oil lamps and superior incense, I offer to you Victors.

ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་བྲི་མཚོག་དང་།། རྒྱུ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་།།
བཀོད་པ་ཁུད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས།། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི།།

**na za dam pa nam dang dri chok dang/ ché ma phur ma ri
rap nyam pa dang/
kö pa khyé par phak pé chok kün gyi/ gyelwa dé dak la ni
chö par gyi/**

Splendid costumes and ambrosial scents, heaps of incense
powder as high as Mount Meru,
and the most excellent of all marvelous arrays, I offer to you
Victors.

མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ།། དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།།
བཟང་པོ་སྦྱོད་ལ་དད་པའི་སྒྲོབས་དག་གིས།། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕུག་འཆལ་མཚོད་པར་བགྱི།།

**chö pa gang nam la mé gya chewa/ dé dak gyelwa tham
ché la yang mö/
zang po chö la dé pé top dak gi/ gyelwa kün la chak tsel
chö par gyi/**

Offerings that are unsurpassed and vast are also intended for
all Victors.

Through the power of faith in perfect conduct, I pay homage
to you Victors and serve offerings.

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི།། ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།།
སྒྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ།། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་

བཤགས།

**dö chak zhé dang ti muk wang gi ni/ lü dang ngak dang dé
zhin yi kyi kyang/
dik pa dak gi gyi pa chi chi pa/ dé dak tham ché dak gi so
sor shak/**

Whatever wrongdoings I have committed with my body,
speech, and mind
influenced by attachment, anger, and ignorance, all these I
confess one by one.

ཕྱོགས་བཅུའི་ཀླུ་བ་ཀྱན་དང་སངས་རྒྱལ་སྐུ་སྐུ་། རང་ཀླུ་ནམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་
དང་།
འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། དེ་དག་ཀྱན་གྱི་ཆེས་སུ་བདག་ཡི་རང་།

**chok chü gyelwa kün dang sang gyé sé/ rang gyel nam
dang lop dang mi lop dang/
drowa kün gyi sö nam gang la yang/ dé dak kün gyi jé su
dak yi rang/**

I rejoice in the merit of the buddhas and bodhisattvas in ten
directions, of solitary realizers,
hearers, those still in training and those beyond, and of all
transitory beings.

གང་ནམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྒྲོན་མ་ནམས་། བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱལ་མ་
ཆགས་བརྟེས་།
མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ་། འཁོར་ལོ་སྤྲོན་མེད་པ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་།

**gang nam chok chü jik ten drön ma nam/ jang chup rim
par sang gyé ma chak nyé/
gön po dé dak dak gi tham ché la/ khor lo la na mé pa
korwar kül/**

You who are the lamps of the worlds in the ten directions,
who have attained the desireless state of buddhahood through
the stages of awakening, I beseech you all, the protectors of
beings, to turn the supreme wheel of Dharma.

ལྷ་ངན་འདུ་སྒྲོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ་། འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར་།
བསྐྱེད་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྤེད་བཞུགས་པར་ཡང་། བདག་གིས་ཐལ་མོར་བསྐྱར་གསོལ་བར་

བཞུ།

**nya ngen da tön gang zhé dé dak la/ drowa kün la phen
zhing dewé chir/
kel pa zhing gi dǖl nyé zhuk par yang/ dak gi thel mo rap
jar sölwar gyi/**

With my palms put together I pray: Those of you who intend to enter parinirvāṇa, please stay for eons as many as atoms of the earth for the happiness and well-being of all transitory beings.

ཕུག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་གཤགས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཡིད་རངས་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་
ཡིས།
དགེ་བ་རྒྱུད་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། བསམས་ཅད་རྗེས་སུ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོ་
བོ།

**chak tselwa dang chö ching shak pa dang/ jé su yi rang kǖl
zhing sölwa yi/
gewa chung zé dak gi chi sak pa/ tham ché dzok pé jang
chup chir ngo wo/**

By paying homage, offering, confessing, rejoicing, beseeching, and praying, the small amount of virtue that I've accumulated, I dedicate all of it for the sake of complete awakening.

བསྐྱོད་པ་ནི།
Praise:

སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐུ། རྗེ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད།
དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅུ་བ་སྟེ། ལྷ་མ་ཆམས་ལ་ཕུག་འཆལ་བསྐྱོད།

**sang gyé tham ché dǖ pé ku/ dor jé dzin pé ngowo nyi/
kön chok sum gyi tsawa té/ la ma nam la chak tsel tö/**

Embodiment of all the buddhas, the very essence of the Holder of Vajra, the root of the Three Jewels—gurus I pay homage and praise you.

སྒྱེ་མེད་ངང་ན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡི།། བད་ནི་འཇིགས་བྱེད་དུས་མཚན་གདན་སྟེང་དུ།།
བདུད་འདུལ་རྩྱུ་ལས་ཁོ་ཆེན་སྐར་སྒྲུལ་པ།། བཅོམ་ཐུན་བདེ་བའི་མཚོག་ལ་ཕྱག་འཚུངས་ལོ།།

**kyé mé ngang na thuk jé chen po yi/ pé nyi jik jé dü tsen
den teng du/
dü dül hung lé tro chen kur trül pa/ chöm den dewé chok
la chak tsel lo/**

Embodiment of great compassion arisen from the state of non-arising—on a seat of lotus, sun, Bhairava, and Kālarātri, the Tamer of Māras, the embodiment of great wrath manifested from the syllable hūi —Bhagavān Cakrasaṃvara, I pay homage and praise you.

དག་པ་ཚོས་སྐྱེའི་པོ་བྲང་ནས།། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྟིང་བརྩེ་ཡིས།།
གཟུགས་སྐྱ་སྒྲུ་མར་སྟོན་མཛད་པ།། ཕག་མོ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚུངས་བསྟོད།།

**dak pa chö kü pho drang né/ mik pa mé pé nying tsé yi/
zuk ku gyu mar tön dzé pa/ phak mo yum la chak tsel tö/**

From the pure palace of dharmakāya, out of the non-referential love in her heart,
she who appears in the illusory form body—Mother Varāhē, I pay homage and praise you.

འབྲུང་བ་བཞི་པོ་རྣམ་དག་ཅིང་།། ཡེ་ཤེས་བཞི་ཡི་ངོ་བོ་ནིང་།། མཁའ་འགོ་སྒྲ་ལྷ་མ་དུམ་
སྒྱེས་མ།།
གཟུགས་ཅན་མ་སྟེ་ལྷ་མོ་བཞི།། འགོ་བའི་དོན་དུ་སྐར་སྒྲུལ་པ།། མཁའ་འགོ་བཞི་ལ་ཕྱག་
འཚུངས་བསྟོད།།

**jungwa zhi po nam dak ching/ yé shé zhi yi ngowo nyi/
khandro la ma dum kyé ma/
zuk chen ma té lha mo zhi/ drowé dön du kur trül pa/
khandro zhi la chak tsel tö/**

Utter purity of the four elements; four wisdoms in essence;
Dākinī, Lāma, Khandarohā, and Rūpinī, the four devēs
manifesting in forms for the benefit of transitory beings—four
ḍākinīs, I pay homage and praise you.

ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་ཤུགས་རྒྱ་ལྔ་ཡི་རིགས་སུ་འབྱུངས།། གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་ཀྱི་དབྱང་

འཛོམས་པ།

གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བྱར་བརྩིད་པའི་སྐུ། ཤུག་ཏི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།

**thap khé thuk jé shakyé rik su trung/ zhen gyi mi thup dü
kyi pung jom pa/
ser gyi lhün po ta bur ji pé ku/ shakyé gyel po khyö la
chak tsel tö/**

Skillful and compassionate, born into the Üākya clan,
vanquisher of the hosts of māras invincible to others, with a
body as magnificent as a mountain of gold—King of Śākyas, I
pay homage and praise you.

སྐྱེ་བསམ་བརྩོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་པོ་ལ་ཕྱིན། མ་སྤྲེས་མི་འགག་ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད།
སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྟོད་ཡུལ་བ། ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།

**ma sam jö mé shé rap pha röl chin/ ma kyé mi gak nam
khé ngowo nyi/
so so rang rik yé shé chö yül wa/ dü sum gyelwé yum la
chak tsel tö/**

Perfection of wisdom beyond words, thoughts, and
expressions, uncreated and unceasing
like the very essence of space, perceivable by the wisdom of
self-awareness—
Mother of the Victors of the three times, I pay homage and
praise you.

འཇམ་དབྱངས་ཕྱག་ན་རྟོ་རྩེ་སྐུན་རས་གཟིགས། ས་ཡི་སྤྱིང་པོ་སྤྲིབ་པ་ནམ་པར་སེལ།
ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ་བྱམས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་། ཉེ་བའི་སྤྲེས་ཆེན་བརྒྱད་ལ་ཕྱག་འཚལ་
བསྟོད།

**jam yang chak na dor jé chen ré zik/ sa yi nying po drip pa
nam par sel/
nam khé nying po jam pa kün tu zang/ nyé wé sé chen gyé
la chak tsel tö/**

Mānjuśrī, Vajrapāṇi, Avalokiteśvara, Kútigarbha,
Nivāraṇaviṣkambhin, Ākāśagarbha,
Maitreya, and Samantabhadra—The eight great heart sons, I
pay homage and praise you.

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྐུན་ཕྱ་རུ། སྐྱབ་པ་མཛད་པའི་གང་ཟག་ནམས།
བྱ་བཞིན་སྦྱོང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མའི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་བསྟོད།

**chom den dé kyi chen nga ru/ drup pa dzé pé gang zak
nam/
bu zhin kyong war zhel zhé pé/ chö kyong sung mé tsok la
chak tsel tö/**

You who vowed in the presence of the Bhagavân to protect
the practitioners like your own children—the host of Dharma
protectors, I pay homage and praise you.

བསྟོད་པར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། ཞིང་རྩལ་ཀུན་གྱི་གངས་སྟེང་གི།
ལུས་བདུད་པ་ཡིས་ནམ་ཀུན་དུ། མཆོག་དུ་དད་པས་བསྟོད་པར་བཞི།

**tö par ö pa tham ché la/ zhing dǖl kün gyi drang nyé kyi/
lũ tü pa yi nam kün tu/ chok tu dé pé tö par gyi/**

To all those who are worthy of praise, I shall bow replicas of
my body, as many as there are dust motes in the universe, and
continuously give praise with utmost devotion.

སྐྱབས་འགོ་བདག་གཞན་འགོ་ཆོགས་མཉམ་དུ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི།

**It is taught that one should take refuge
together with the mass of other transitory beings:**

༺ བདག་དང་མ་གྱུར་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱུ་
སྦྱང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ།

**dak dang ma gyur nam khé tha dang nyam pé sem chen
tham ché jang chup nying po la chi kyi bar du/**

I and all mother sentient beings, equal to the infinity of the
sky,

དྲིན་ཅན་ཅ་བ་དང་བརྒྱུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་གྲག་དམ་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་
མཆིའོ།

ཡི་དམ་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

**drin chen tsawa dang gyü par ché pé pel den la ma dam pa
nam la kyap su chio/
yi dam kyil khor gyi lha tsok nam la kyap su chio/**

take refuge in the kind, glorious, and sublime root and lineage
gurus until we reach the heart of awakening. We take refuge
in the assembly of yidam deities in the maṇḍala.

སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་འདས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།། དམ་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་
སུ་མཆིའོ།།
འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

**sang gyé chom den dé nam la kyap su chio/ dam pé chö
nam la kyap su chio/ phak pé ge dün nam la kyap su chio/**

We take refuge in all bhagavān buddhas. We take refuge in all
sublime Dharmas. We take refuge in all noble saṅghas.

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྦྱང་སྦྱང་མའི་ཚོགས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་
སུ་མཆིའོ།།

**pawo khadro chö kyong sung mé tsok yé shé kyi chen
dang den pa nam la kyap su chio/**

We take refuge in the assembly of vëras and ḍākinës, and
Dharma protectors who possess the eye of wisdom.

ཞེས་ཁ་ཚིག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྒྱུ་ལ་འདྲེ་ངེས་ལན་གྲངས་མང་དུ་བྱ་བ་གལ་ཆེ་ཞིང་། ཐུན་མཐར་སྐྱབས་ཡུལ་
འཁོར་རྣམས་གཙོ་བོ་དང་། བཙོ་བོ་རྣམས་འོད་དུ་ལྷུ་བ་རང་ལ་ཐེམ་པར་བསམ་ཞིང་། དར་ཅིག་གྲྱུས་མེད་རྣམ་
པར་མི་རྟོག་པའི་དང་དུ་ལྷན་རྟེན་བཞག་ལ་ངལ་བསའོ།།

*While thus reciting many times, it is very important to ensure that the recitation is not merely words but it blends
with your mind. At the end of the session imagine that the retinues of the objects of refuge dissolve into the
principal ones, the principal ones dissolve into light, and that dissolves into you. Then set your mind clearly in
the thought-free state of non-elaboration and relax.*

གྲངས་གསོག་གི་སྐབས་ནངས་རེ་སྐབས་ཡུལ་གསལ་བདེ་ཆེས། སྐབས་འགྲོ་ཁ་ཏོན་བྱ་བ་དང་མཉམ་དུ་ཕུག་
འབྲུམ་ཐེར་རམ། ཞག་བདུན་ཕྱག་གསུམ་མཇག་ཅིག་སོགས་བྱ་ཞིང་། བ་ནའང་ཞག་གསུམ་གྱི་རིང་ཁ་ཏོན་དང་
ཕུག་སོགས་གང་འགྲོ་དང་། སྐབས་འགྲོའི་དོན་རྣམས་དྲན་པར་བྱ་ཞིང་། སྐབས་ཡུལ་ཁྱད་གསལ་འདེབས་ཡང་
ཡང་འབད་ན་ལེགས་པར་མཛེན།

*During the period of accumulation, each morning, visualize the objects of refuge and recite the verses for taking
refuge 100,000 times, together with prostrations. Otherwise, do the recitation with prostrations for three weeks
or one week, or at least for three days. It is good to recollect the meanings of taking refuge, and to make efforts*

གཉིས་པ་ལྟེན་སྒྲིབ་སྐྱོང་བྱེད་རྟེན་མེད་པ་སྒྲིབ་བླུས་ནི།

II. Meditative Recitation of Vajrasattva, the Purifier of Wrongdoings and Obscurations:

༥ རང་གི་སྤྱི་བོར་བསྐྱོད་ཆེན་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤྱིང་དུ། རྩོམ་ཅི་ཅི་དཀར་པོ་ཅི་ལྟ་
བའི་སྤྱི་བ་ལ་རྩོམ་མཁོན་པ།

**rang gi chiwor pema dang dawé kyil khor gyi teng
du/ hung lé dor jé kar po tsé nga pé tewa la hung gi tsen
pa/**

On my crown is a maṇḍala of a lotus and a moon. Upon that is
a hūṃ syllable that transforms into a white vajra with five
spokes, with a hūṃ syllable at its navel,

དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས་རྒྱུ་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་
པ་ལས། རྗེ་སེམས་དཔལ་སྐྱུ་མདོག་གངས་རིའི་རྩེ་ཉི་མའི་འོད་གྱིས་རེག་པ་ལྟར་དཀར་
བ།

**dé lé ö trö phak pa chö/ sem chen gyi dön jé tsur dü yong
su gyur pa lé/
dor jé sem pa ku dok gang ri tser nyi mé ö kyî rek pa tar
karwa/**

from which emanate rays of light that make offerings to the noble beings, benefit sentient beings, gather back, and transform completely into Vajrasattva. His body is as white as the peak of a glacier in sunlight.

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་གཡས་དོ་རྩེ་ཕྱེ་བ་ཕྱགས་ཁར་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་དེས་ཡུ་བ་
བྱས་པའི་རྩྭ་བུ་དཀར་བརྟེན་པ། ཞབས་ཕྱེད་སྦྱིལ་མཛད་པ། དར་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་
པ་གསལ་བ་ལ།

**zhel chik chak nyi kyi yé dor jé tsé nga pa thuk khar dzin
ching/ yön dé yuwa jé pé dril bu kur ten pa/ zhap ché kyil
dzé pa/ dar dang rin po ché gyen par gyur/**

He has one face and two hands; the right hand holds a vajra with five spokes, held at his heart, and the left hand holds a

vajra-handled bell, resting at his waist. His legs are partially crossed, and he is adorned with silks and jewel ornaments.

Thus visualize

དེ་འི་གནས་གསུམ་ཨོྩཱུཾ རྩྱུ་གིས་མཚན་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། ཡེ་ཤེས་པ་དང་དབང་ལྡན་
རིགས་ལྡུག་དངས།
ཇོཾ རྩྱུ་བའོཾ དམ་ཚིག་པ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར།

**dé né sum om ah hung gi tsen pa lé ö trö/ yé shé pa dang
wang lha rik nga chen drang/
dzah hung bam hoh/ dam tsik pa dang yer mé du gyur**

The three places of the thus-visualized Vajrasattva are marked with oî, âê, and hūî syllables. Rays of light emanate from them and invite the wisdom beings, the empowerment deities consisting of the five buddha families. jaê hūî baî hoê. They become inseparable from the commitment being.

དབང་གི་ལྟར་ཨོྩཱུཾ་སུ་ཏ་སྒྲ་ག་ཏ་ཨ་རྩི་ཁྱི་རྩུ་དུ་སྟོ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སུམ་པའི་
རྩུ་དབང་བསྐྱར་སྐྱུ་གང་། རྩུ་ལྟག་མ་ལས་རིགས་ལྡུག་དབྱེར་བརྒྱན། དབང་ལྡན་རྩྱུ་
མེས་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

**wang gi lhar om sar wa ta tha ga ta a bhi shinytsa tu mam/
zhé sölwa tap pé/ bum pé chü wang kur ku gang/ chu lhak
ma lé rik ngé u gyen/ wang lhang dor sem la thim par
gyur/**

oî sarvatathågata abhiúeñctu mǎî. As I thus pray the empowerment deities, they bestow the empowerments by means of liquid from vases, which fills my body. The excess liquid transforms into the five buddha families as my crown ornaments, and the empowerment deities dissolve into Vajrasattva.

ཨོྩ་བཟླ་སུ་ཏ་ས་པ་རི་ལྟར་ཨ་རྩི་བླ་ཏི་རྩུ་སྟོ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་དང་།

Offering:

**om vajrasattva sapārivāra arghaṃ pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra pādyam pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra puṣpe pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra dhūpe pratīccha svāhā/ om**

**vajrasattva sapārivāra āloke pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra gandhe pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra naivedye pratīccha svāhā/ om
vajrasattva sapārivāra śabda pratīccha svāhā.**

སྐྱུ་གསུམ་ཡོངས་ཇོགས་སྒྲ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་
མཆོད།
བདག་ལུས་ཡོངས་སྦྱོད་སྒྲ་སྤྱིད་ཡོངས་བཞེས་ལ། སྒྲ་མེད་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱིས་
གསོལ།

**ku sum yong dzok la mé tsok nam la/ chi nang sang sum
dé zhin nyi kyi chö/
dak lü long chö nang si yong zhé la/ la mé chok gi ngö
drup tsel du söl/**

To the gurus who fully embody the three kāyas, I offer the
outer, inner, secret, and suchness offerings, with my body,
wealth, and the whole phenomena of appearance and
existence.

Please accept them and grant me the unsurpassed supreme
attainment.

རྫོགས་མེས་དཔལ་མེས་དཔལ་ཆེ། རྫོགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཀུན།
རྫོགས་དང་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་། ཕུག་འཁོལ་ཕུག་ན་རྫོགས་ལ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོད།

**dor jé sem pa sem pa ché/ dor jé dé zhin shek pa kün/
dor jé dang po kün tu zang/ chak tsel chak na dor jé la/**

I pay homage to the Vajra Holder, Vajrasattva, the
Mahāsattva, the embodiment of all
vajra tathāgatas, the primordial vajra Samantabhadra. *Praise
with this and so forth.*

རྩུགས་ཀར་རྒྱ་བའི་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤྱོད་ཏུ་རྩུ་ལས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སྤུགས་ཀྱིས་གཡས་
བསྐོར་ཏུ་བསྐོར་བར་དམིགས་ཏེ།

**thuk kar dawé kyil khor gyi teng du hung lé yi gé gya pé
ngak kyi yé kor du korwar mik té/**

At the heart of Vajrasattva is a moon maṇḍala. Upon it is a
hūṃ syllable, surrounded by the hundred-syllable mantra
rotating clockwise.

tham ché dü söl gyi khuwé nam par

From them, the stream of nectar flows and fills his body, and then it exits from the big toe of his right foot and enters me through my crown, thereby expelling all my wrongdoings, obscurations,

འོག་ཕྱགས་དབང་པོའི་སྒོ་དང་བ་སྐྱུའི་བྱ་ག་རྣམས་ནས་ཐོན། ཤུལ་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅི་འོ་
མའི་རྒྱ་ལྟ་བུས་གང་བར་བསྒོམ་མོ། ཐུན་གྱི་མཐར།

ög chok wang pö go dang ba pü bu ga nam né thön/ shül tham ché dü tsi o mé gyün ta bü gang war gom mo/

faults, and downfalls from beginningless lives, in the form of liquid charcoal, through the doors of my lower organs and the pores of my body. Like a stream of milk, the nectar fills my whole body. *Thus meditate, and at the end of the session, pray:*

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྤངས་པ་ཡིས། དམ་ཆོག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས། ལྷ་མ་
མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།

gön po dak ni mi shé mong pa yi/ dam tsik lé ni gel zhing nyam/ la ma gön pö kyap dzö chik/

Protector, I, due to sheer ignorance and lack of knowledge, have violated and transgressed the samayas. Protector Guru! Please be my protector.

གཙོ་བོ་དོན་འཛིན་པ་སྟེ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན། འགྲོ་བའི་གཙོ་བོས་
བདག་ལ་སྐྱབས།

tsowo dor jé dzin pa té/ thuk jé chen pö dak nyi chen/ drowé tsowö dak la kyop/

You are the principal, the vajra-holder, the epitome of great compassion. Chief of transitory beings, please protect me.

ཞེས་གསོལ་བ་བདུན་པས། རྗེ་མེམས་དཔའི་ཞལ་ནས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྱེད་ཀྱི་དམ་ཆོག་
ཉམས་ཆག་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ།

zhé sölwa tap pé/ dor jé sem pé zhel né rik kyi bu khyö kyi dam tsik nyam chak dik drip tham ché dak pa yin no/

As thus prayd, Vajrasattva says, “Child of the noble family! All your violations and breaches of samayas, your wrongdoings and obscurations, have been purified.”

ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ནས་རང་ལ་བེམ་པས། རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་
གྱུར་པར་མོས།
སྒྲིང་སྒྲིང་བྱུང་འཇུག་གི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

**zhé nangwa jin né rang la thim pé/ rang gi lü ngak yi sum
dang yer mé du gyur/**

Thus, after he grants his approval, he dissolves into me and becomes inseparable with my body, speech, and mind. *Imagining thus, set your mind in equipoise on the truth of the union of appearance and emptiness.*

སྤྱིག་སྤྱིབ་སྤྱོད་བའི་ནང་ནས་ཀྱང་མཚོག་དུ་བསྐྱགས་པ་འདི་ཉིད་དོར་སེམས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡེངས་པར་ཡིག་
བརྒྱ་འབུམ་ཕྱག་གཅིག་བཞུས་ན་རྩ་བའི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ཡང་དག་པར་གསུངས་པས་འབུམ་ཕྱག་གཅིག་རང་
བཞུགས།

This is the most-praised among the purifiers of wrongdoings and obscurations. It is said that one could purify even the violations of root samayas by reciting the hundred-syllable mantra 100,000 times, without being distracted from Vajrasattva's body by anything else. Therefore, recite it 100,000 times.

གསུམ་པ་མཐུལ་གྱི་ཁྲིད་ནི།

III. Instructions on Maṇḍala:

སྐབ་པའི་མཐུལ་དང་། མཚོད་པའི་མཐུལ་གཉིས་གསུངས་པས། རྒྱ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བས་ཆེ་ཆུང་གི་ཚད་དང་
ལྡན་པར་བྱས་པས་མཐུལ་དེ་ཉིད་དྲི་མ་དང་ནག་ཚག་སྟགས་མེད་པར་བྱས་ཏེ། དྲི་བཟང་གི་སྐྱུང་རུལ་བྱས་པའི་
དབུས་དང་ཕྱོགས་བཞིར་ཚོམ་བྱ་རེ་རེ་བཀོད་པ་སྟེགས་བུའི་ཁར་བཞག་ལ།

Two kinds of maṇḍalas are taught: the maṇḍala for practice and the maṇḍala for offering. Procure a maṇḍala set, the size of which appropriately accords with the quality of its material. Clean it until it is free from stains and spots, and moisten it with saffron water. Place one heap in the center, one in each of the four directions, and place it on the altar.

༺ ཚོམ་བུ་ལྷ་པོ་སྐད་ཅིག་གིས་སེཁླའི་ཁྲི་དང་པམ་ཉི་ལྷའི་གདན་བཞི་བཅེགས་ལྷ་ལས།
དབུས་མ་ཐུང་བད་མཐོ་བའི་སྟེང་དུ། རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་ལ་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མས་བསྐྱར་
བ།

**tsom bu nga po ké chik gi senggé tri dang pema nyi dé den
zhi tsek nga lé/
ü ma chung zé thowé teng du/ tsawé lama dor jé chang la
gyü pé la mé korwa/**

Visualization: In an instant, the five heaps become five seats, each one comprised of four layers: a lion-throne, lotus, sun, and moon, stacked one upon another. On the seat in the center, which is slightly higher, is the guru Vajradhara, surrounded by the lineage gurus.

མདུན་གྱི་ཁྱི་སྒྲེང་དུ་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་ལ། ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ། གཡས་སུ་
སྤུང་དབང་ཤུག་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྐྱེད་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱུ་སྒྲོང་གིས་བསྐོར་བ།

**dün gyi tri teng du pel khor lo dom pa la/ yi dam lha tsok
kyi korwa/ yé su thup wang shakyé gyel po la kel pa zang
pö sang gyé tong gi korwa/**

On the throne in front is Üre Cakrasaṃvara, surrounded by the assembly of yidam deities.

On the right is Munīndra, the King of Ûākyas, surrounded by the thousand buddhas of the fortunate eon.

རྒྱལ་དུ་དམ་པའི་ཚས་པོ་ཏིའི་རྣམ་པར་བཞུགས་པ། གཡོན་དུ་ཐབས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་སྤྱན་
རས་གཟིགས།
ཤེས་རབ་ཀྱི་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ། མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕུག་གསང་བདག་

**gyap tu dam pé chö po ti nam par zhuk pa/ yön du thap
kyi sem pa chen ré zik/ shé rap kyi sem pa jam pel/ thu top
kyi wang chuk sang dak/**

Behind is the sublime Dharma, sitting on the throne in the form of texts. On the left are Avalokiteśvara, the bodhisattva of skilful means, Mañjuère, the bodhisattva of wisdom, and Guhyapati, the sovereign of power and strength.

གཞན་ཡང་ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བའི་སྤྲས་བརྒྱད། རྒྱུང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དགེ་
འདུན་གྱི་ཚོགས། སྤང་སྐོར་དུ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་སོགས་ཆོས་སྒྲོང་བའི་སྤང་མ་རྣམས་སྤྱན་གྱི་
ཕུང་པོ་གཏོབས་པ་ལྷར་གསལ་བཏབ་ལ།

**zhen yang sa yi nying po la sok pa nyé wé sé gyé/ jang
chup sem pé gendün gyi tsok/ mé kor du nak po chen po
sok chö kyong wé sung ma nam trin gyi phung po tip pa
tar sel tap la/**

In addition to them, there are the eight close disciples, such as Kṣitigarbha and so forth, and an assembly of bodhisattvas;

below them are the guardians of Dharma, such as Mahākāla and the like, gathered like cumulus clouds.

དེ་ལྟར་གསལ་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དཔལ་བར་ཨོ། མགིན་པར་ཨ། ཐུགས་ཀར་རྩྱ་གིས་མཚན་
པ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་བསྐྱོམ་པ་དང་འདྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དྲངས། ཨོ རྩྱ་བོ་དོ།
གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།

**dé tar selwé lha nam kyi tralwar om/ drin par a/ thuk kar
hung gi tsen pa lé ö trö pé gom pa dang drawé yé shé pa
chen drang/ dzah hung bam hoh/ nyi su mé par gyur/**

The deities thus visualized have their foreheads marked with om, throats with âê, and hearts with hūṃ. Rays of light emanate from them and invite the wisdom beings, who look identical to the visualized deities. **Jaḥ hūṃ bam hoh**; they become inseparable [with me]

ཨ་རྩྱ་ནས། འཕྱེད་པར་གྱིས་མཚན། སངས་རྒྱས་འདུས་སྤྱི་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོད་ལ།

om vajra argham pratīccha svāhā/ om vajra pādyam pratīccha
svāhā/ om vajra puṣpe pratīccha svāhā/ om vajra dhūpe
pratīccha svāhā/ om vajra āloke pratīccha svāhā/ om vajra
gandhe pratīccha svāhā/ om vajra naivedye pratīccha svāhā/
om vajra śabda pratīccha svāhā/

Thus, make offerings, and praise (as above) by reciting 'Embodiment of all the buddhas' and so forth.

མཐལ་ཐེབ་ཡོད་ན་དེ་ཉིད་གོང་དུ་བཞག་ལྷེ་མཚན་པའི་མཐལ་ཤོམས། ཐེབ་མེད་ན་རྩྱ་བཟོ་ཏིལ་ས་དེ་དག་མཐུན་གྱི་
རྣམ་མཁར་བཞགས་པར་སོས་ལ། མཚན་པའི་མཐལ་ལག་དུ་ཐོགས་ཏེ། མཐལ་དང་ཚུལ་བུའི་རྒྱ་དང་འགོད་ཚུལ་
རྣམས་གཞུང་བཞིན་བྱས་པས།

If you have another maṇḍala set, keep this one upon the shrine as offering maṇḍala. If you don't have one, say, hýi vajra tiúuḥa and imagine the maṇḍala residing in the space in front of you. Then hold the offering maṇḍala in your hand, making sure the materials of the maṇḍala and its heaps, and the procedure of placing them, are in accordance with the text:

ཨོ་བཟོ་རྩྱ་མི་ཨྱ་རྩྱ། གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི། ཨོ་བཟོ་རིཾི་ཨྱ་ཨྱ་
རྩྱ། རྩྱ་ལྷགས་རི་སུ་ཁྱུང་གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་རྩྱ་རིཾི་རྒྱལ་པོ་རིཾི་རབ།

**om badzra bhu mi a hung/ zhi nam par dak pa wang chen
ser gyi sa zhi/ om badzra re khe ah hung/ chi chak ri mu
khyü kyi korwé ü su hung ri gyel po ri rap/**

Oṃ vajra bhūmi aḥ hūṃ: The base is utterly pure, a golden ground of great power. Oṃ vajra rekhe aḥ hūṃ: Around the outside, it is encircled by a fence of iron mountains, and in the

center a hūṃ syllable transforms into Meru, the king of mountains.

ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། ལུབ་བ་ལང་ལྷོད། བྱང་སྐྱ་མི་སྟན། ཤར་དུ་
ལུས་དང་ལུས་འཕགས། ལྷོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། ལུབ་དུ་གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཚོག་
འགོ་བྱང་དུ་སྐྱ་མི་སྟན་དང་སྐྱ་མི་སྟན་གྱི་ལྷ།

**shar lü phak po/ lho dzam bu ling/ nup ba lang chö/ jang
dra mi nyen/ shar du lü dang lü phak/ lhor nga yap dang
nga yap zhen/ nup tu yo den dang lam chok dro/ jang du
dra mi nyen dang dra mi nyen gyi da/**

The east is Pūrvavideha, the south is Jambudvēpa, the west is Aparagodānēya, and the north is Uttarakuru. In the east are Deha and Videha, in the south are Cāmara and Aparacāmara, in the west are Śāthā and Uttaramantriṇa, and in the north are Kurava and Kaurava.

རིན་པོ་ཆེའི་རི་པོ། དཔག་བསམ་གྱི་གིང་། འདོད་འཛེའི་བ། མ་སྐྱོས་པའི་ལོ་ཏྲག་ འཁོར་
ལོ་རིན་པོ་ཆེ།
ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྒོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། རྟ་མཚོག་
རིན་པོ་ཆེ།

**rin po ché ri wo/ pak sam gyi shing/ dö jö ba/ ma mö pé lo
tok/ khor lo rin po ché/ nor bu rin po ché/ tsün mo rin po
ché/ lön po rin po ché/ lang po rin po ché/ ta chok rin po
ché/**

There are: The mountain of jewels, the wish-fulfilling tree, the wish-fulfilling cow, and the harvest without sowing. The precious wheel, the precious gem, the precious queen, the precious minister, the precious elephant, the precious horse,

དཔག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། སྐློག་པ་མ། བྲེང་བ་མ། སྤུང་མ། གར་
མ། མེ་ཏྲག་མ། བདུག་སྒྲོས་མ། སྤང་གསལ་མ། རྩི་ཆབ་མ།

**mak pön rin po ché/ ter chen pö bum pa/ gek pa ma/
trengwa ma/ lu ma/ gar ma/ mé tok ma/ duk pö ma/ nang
sel ma/ dri chap ma/**

the precious general, and the vase of great treasure. The goddess of grace, the goddess of garlands, the goddess of

song, the goddess of dance, the goddess of flowers, the goddess of incense, the goddess of light, and the goddess of perfume.

ཉི་མཱ། ལྷ་བཟ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། རྩོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན། དབུས་
སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་སྤུན་སུ་མཚོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ཞིང་ཁམས་རྣམ་པར་དག་
པ་འདི་ཉིད།

**nyi ma/ dawa/ rin po ché duk/ chok lé nam par gyelwé gyel
tsen/ ü su lha dang mi pel jor phün sum tsok pa ma
tsangwa mé pa zhing kham nam par dak pa di nyi/**

The sun, the moon, the precious umbrella, and the royal banner of victory over opponents.
With the excellent wealth of gods and men in the center, this maṇḍala lacking nothing and completely pure—

དྲིན་ཅན་རྩ་བ་དང་རྒྱུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྡན་གླུ་མ་དམ་པ་རྣམས་དང་། ཡི་དམ་
དབྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། སྤུན་གྱི་མཐར།

**drin chen tsawa dang gyü par ché pé penden la ma dam pa
nam dang/ yi dam kyinkhor gyi lha tsok kön chok rin po
ché nam pa sum dang/**

All these, together with my body, wealth, and the root of virtue, I offer to the kind root guru and all the glorious gurus of the lineage, the assemblies of deities in the maṇḍalas of the yidam deities, the rare and excellent precious Three Jewels,

དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་རྒྱུང་སྤང་མ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྦྱོར་
དག་བའི་རྩ་བ་རྣམས་མཚན་པར་འབུལ་བར་གྱི་འོ།། སྤུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་
གསོལ། བཞེས་ནས་བདག་ལ་རྟོགས་པ་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་བསྐྱེད་པར་མཇེད་དུ་གསོལ།

**pawo khandro chö kyong sung ma dang ché pa nam la dak
gi lü long chö gewé tsawa nam chö par bülwar gyio/ thuk
jé drowé dön du zhé su söl/ zhé né dak la tok pa chok tu
gyur pa kyé par dzé du söl/**

the vīras and ḍākinīs, as well as the Dharma protectors. Please accept this with compassion for the benefit of transitory beings, and having accepted it, please cause the most excellent realization to arise in me.

ས་གཞི་སྒྲོམ་ཆུ་བྱ་ཅིང་མེ་ཏོག་བཀམ།། རི་རབ་གླིང་གཞི་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་པ་འདི།།
སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་འབུལ་བ་ཡིས།། འགྲོ་ཁྱེན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱེ་བར་ཤོག།

**sa zhi pö chü juk ching mé tok tram/ ri rap ling zhi nyi dé
gyen pa di/
sang gyé zhing la mik té bülwa yi/ dro kün nam dak zhing
du kyewar shok/**

The ground is sprinkled with scented water and strewn with flowers. It is adorned with Meru, the four continents, the sun and the moon. I visualize and offer these as buddha-fields; may all transitory beings be born in the pure lands.

སྐྱུ་གསུམ་ཡོངས་ཧྲོགས་སྒྲ་མའི་ཚྲོགས་རྣམས་ལ།། ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་
མཆོད།།
བདག་ལུས་ཡོངས་སྦྱོད་སྣང་སྤྱིད་ཡོངས་བཞེས་ལ།། སྒྲ་མེད་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་དུ་
གསོལ།།

**ku sum yong dzok la mé tsok nam la/ chi nang sang sum
dé zhin nyi kyi chö/
dak lü long chö nang si yong zhé la/ la mé chok gi ngö
drup tsel du söl/**

To the gurus who fully embody the three kâyas, I offer the outer, inner, secret, and suchness offerings, with my body, wealth, and the whole phenomena of appearance and existence.

Please accept them and grant me the unsurpassed supreme accomplishment.

ཕུག་འཛལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།། རྗེས་སུ་ཡིད་རངས་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་
ཡིས།།
དགེ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།། བསམས་ཅད་ཧྲོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཟོའོ།།

**chak tselwa dang chö ching shak pa dang/ jé su yi rang kü
l zhing sölwa yi/
gewa chung zé dak gi chi sak pa/ tham ché dzok pé jang
chup chir ngo/**

Whatever merit I have gathered, through prostrations, offerings, confession, rejoicing,

beseeching, and praying—I dedicate them to all for the sake of complete awakening.

སོགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འབུལ་ཞིང་། ཕྱག་དང་བསྐྱོར་བ་སོགས་ཀྱང་དངོས་སམ་ཡིད་ཀྱིས་བྱུང་། མཐར་ཐོང་གི་
ཚོགས་ཞིང་རྣམས་རང་ལ་ཐིམ་པར་མོས་ཤིང་། གངས་གསོག་གི་སྐབས་ནངས་རེ་བཞིན་ཚོགས་ཞིང་སྐབ་པའི་མཐུལ་
གསལ་བདུབ། མཚན་པའི་མཐུལ་གསལ་བདུབ། མཚན་པའི་མཐུལ་གོང་བཞིན་སོ་བདུན་མ་བཏོན་རྗེས་ས་གཞི་
སྤོས་དང་། སྐྱག་སྐུ་ཡོངས་རྒྱུགས། ཕྱག་འཆལ་བ་རྣམས་ཉི་ཤར་བར་གང་འགྲོ་བུ།

Thus, offer the seven branches, and also make prostrations, circumambulations and so on, either actually or mentally, and finally imagine the fields of accumulations dissolving into yourself. During a period of accumulation, each morning visualize the fields of accumulation, which is the mandala for practice. Visualize the mandala for offering, and then, as explained earlier, recite the Thirty Seven Aspects to make the mandala for offering. After that, recite the verses: The ground is sprinkled with scented water etc., To the gurus who fully embody the three kāyas etc., and Whatever merit I have gathered through prostrations etc., and so forth, as many times as possible until sunrise.

ཉི་ཤར། ཉི་ལྔ། དགོང་མོ་བཅས་ཀྱི་ཐུན་མགོར་ཚོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ་དང་། སོ་བདུན་མ་འདོན་ཅིང་
ཚོས་བྱ་བཀོད་རྗེས། ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་གང་འགྲོ་དང་། ཕྱག་དང་མཉམ་དུ་འབད་ཀྱང་རུང་ངོ་། དགོང་མཐུན་གྱི་
མཇུག་དུ་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་རང་ལ་ཐིམ་པར་མོས། ཚུལ་འདི་ཉིད་བདུན་ཕྱག་གསུམ་བདུན་གཅིག་གསལ་ཞག་གསུམ་
སོགས་གང་འབད་འབད་ན་ལེགས། ཡང་སྐབས་འགྲོ་དང་མཐུལ་གཉིས་པའི་ཁོངས་ནས་ཕྱག་རབ་འབུམ་ཐེར་
དང་། འབྲིང་གི་ཕྱག་བདུན་ཐ་ན་འང་གི་ཕྱག་གསུམ་བྱང་ན་ལེགས་སོ།

Visualize the fields of accumulation at the beginning of the sessions at sunrise, sunset and evening. Recite the Thirty-Seven Aspects while placing the corresponding heaps. After that recite the three ślokas as many times as possible; it is also possible to prostrate while doing so. At the end of the evening session, imagine the fields of accumulation dissolving into you. It is good to make effort in this for one, three or seven weeks, or three days, whatever is possible. Moreover, during the practices of refuge and mandala, it is excellent to have the best number of prostrations 100,000; the intermediate number is 70,000; and the least is 30,000.

རྩ་བའི་པ་སྐྱེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོར་པ་ནི།

IV. Meditation on Guru Yoga:

གོང་གི་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་རང་ལ་བསྐུས་ནས་སམ། མ་བསྐུས་ཀྱང་རུང་སྟེ་སྐྱེ་ལམ་གྱི་མཚོག་དུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་
རོ། ལྷ་མ་སྤྱི་བོར་རིགས་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བསྐྱོར་པ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི། དབང་བཞི་ལེན་པའི་དུས་འདིར།

You can either dissolve the above fields of accumulation into yourself, or it is also alright to not dissolve them, as that is said to be the most excellent wheel of protection. In some cases, the guru is also meditated as being on the crown. However, at this time, when you are to receive the four empowerments, it is as follows:

རྩ་བའི་པ་སྐྱེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ནམ་མཁར་སེལ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བདེགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་
ཁྱིམ་པ་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་དུ་པོ་ལས་པ་སྤྲུལ། ཨ་ལས་སྤྲུལ། རྩ་བའི་ཉི་མའི་གདན་ལ་ངོ་བོ་
དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་པ་ཡིན་པ་ལ།

**rang tha mel pé dün gyi nam khar senggé chen po gyé kyi
tek pé rin po ché tri yang shing gya chewé teng du pam lé
pema/ a lé dawa/ ram lé nyi mé den la ngowo drin chen
tsawé la ma yin pa la/**

I am in my ordinary form. In the space in front of me is a vast

and spacious precious throne,
held up by eight great lions. On top of that is a seat made of a
lotus arisen from paî, a moon arisen from âḥ, and a sun arisen
from raî syllables.

ནམ་པ་དེ་ཐེ་འཆང་སྐྱ་མདོག་ཐུན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕུག་གཉིས། གཡས་པས་དེ་ཐེ་ཙེ་ལྷ་པ་
དང་། གཡོན་པས་དེ་ལྷ་བ་བྱས་པའི་དྲིལ་བྱ་བྱགས་ཀར་བསྟོལ་བ།

**nam pa dor jé chang ku dok ngön po zhel chik chak nyi/
yé pé dor jé tsé nga pa dang/ yön pé dé yuwa jé pé dril bu
thuk kar nölwa/**

Sitting upon it is the kind root guru in essence, but Vajradhara
in aspect, blue with one face and two hands. In his right hand
is a vajra with five spokes and in his left hand is a bell with a
vajra-handle; they are crossed together at his heart.

རལ་པའི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། རུས་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཚོགས་པས་དབུ་རྒྱ། ལྷན་རྒྱ།
མགུལ་རྒྱ། སེ་མོ་དོ། དོ་ཤལ། སྐར་གས། ཕུག་གདུབ། ཞབས་གདུབ་ལ་སོགས་པས་
བརྒྱན་པ།

**rel pé thor tsuk chen/ rü pa dang/ rin po ché na tsok pé u
gyen/ nyen gyen/ gül gyen/
sé mo do/ do shel/ ka rak/ chak dup/ zhap dup la sok pé
gyen pa/**

His hair bound into a topknot, he is adorned with manyfold
bone and precious ornaments,
such as crown ornaments, ear ornaments, neck ornaments,
necklaces, belt, bracelets, anklets and so forth.

དར་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་སྟོད་གཡོག་དང་སྐད་གཡོག་ཅན། མཚན་བཟང་པོ་སོ་གཉིས་དང་དཔེ་
ཕུད་བཟང་པོ་བརྒྱད་རུས་སྤྲས་པ། ཞབས་དེ་ཐེ་སྦྱིལ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པའི་

**dar na tsok kyi tö yok dang mé yok chen/ tsen zang po so
nyi dang pé ché zang po gyé chü tré pa/ zhap dor jé kyil
trung gi zhuk pe**

Dressed in upper and lower garments of silk, he is
embellished with the thirty-two major and
eighty minor marks of awakening. He sits with his legs
crossed in vajrāsana position.

སྒྲིབ་ནས་སྤྱི་བོའི་སྒྲིབ་དུ་བརྒྱད་པའི་སྤྱི་མ་དོ་རྩེ་འཆང་ལ་ཐུག་གི་བར་འོག་མའི་སྒྲིབ་དུ་གོང་མ་
རིམ་གྱིས་མཐོ་བ་ཅེགས་སུ་བཞུགས་པར་འགྱུར། བར་བསྐོས་ལ། ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། རང་
གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་ལྟོས་པ་མེད་པར་འབུལ་བར་གསུངས་པས་ངག་དུ།

**teng né chiwö teng du gyü pé la ma dor jé chang la thuk gi
bar ok mé teng du gong ma rim gyi tho tsek su zhuk par
gyur/**

Above his crown are the lineage gurus, one above the other,
up to Vajradhara.

*Having thus meditated, one is instructed to make the outer, inner, secret and suchness offerings, including one's
body, wealth and the root of virtue, without holding anything back. To do that recite:*

དཔལ་ལྷན་སྤྱི་མ་སྤྱི་བཞིའི་དབང་ཕྱག་ལ། བདག་ལུས་ངག་ཡིད་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི།
དངོས་པོར་གྲུབ་དགུ་མཆོད་པའི་རྩེ་སུ་འབུལ།

**pel den la ma ku zhi wang chuk la/ dak lü ngak yi chi nang
sang sum gyi/
ngö por drup gu chö pé dzé su bül/**

To the glorious guru, the lord in four kāyas, I offer my body,
speech, and mind, and all outer, inner, and secret objects that
exist as offering substances.

མཆོད་བྱ་མཆོད་བྱེད་མཆོད་པའི་རང་བཞིན་གཅིག། མཐའ་བྲལ་རོ་མཉམ་ཆེན་པོར་འབུལ་
ལགས་གྱི།
བྱ་རྩེལ་བྲལ་བའི་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ། ཞེས་མཆོད་པ་འབུལ།

**chö ja chö jé chö pé rang zhin chik/ tha dral ro nyam chen
por bül lak kyi/ ja tsöl dralwé ngö drup tsel du söl/**

The recipient of the offerings, the offerer, and the offering are
one in nature. I offer this as the great one-taste devoid of
extremes. May the effortless accomplishments be granted to
me. *Thus make the offerings.*

སྤྱོད་ན་གསེར་ཁང་མ་འདོན་ཞིང་གོ་དོན་འཕྲོད་པར་བྱའོ། རིགས་ཀྱན་མ་སོགས་ཀྱི་གསོལ་བ་བདུབ་པའི་ཆོ། སྤྱི་མ་
དོ་རྩེ་འཆང་ཏིགླི་པ་ལ་ཐིམ་པ་སོགས་བརྒྱད་པའི་སྤྱི་མ་རྣམས་ཡས་རིམ་ནས་མར་ཐིམ་རྩ་བའི་སྤྱི་མའི་བར་དུ་བསྐྱུས།
རྩ་བའི་སྤྱི་མ་ལ།

*If you prefer, recite Golden Castle and be sure you understand the meaning. As you pray by reciting the text of
All Families, dissolve the lineage gurus in descending order; for example, Vajradhara dissolves into Tilipa and
so forth, down to the root guru.*

དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་མཚན་རྣམས་ཀྱང་རང་བཞིན།། བདག་གི་སྤྱོད་པོར་ལྷུས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ལ།།
ཉེ་བར་ཞུགས་ནས་བུམ་དབང་དགའ་བའི་རྒྱུ།། སད་པའི་བག་ཆགས་དག་པར་མཛད་དུ་
གསོལ།།

**pel den la ma tsen nam kün rang zhin/ dak gi chiwor lü
kyi thik lé la/
nyewar zhuk né bum wang gawé chü/ sé pé bak chak dak
par dzé du söl/**

Then to the root guru: Glorious guru endowed with all marks!
By entering the essence of body at my crown, and with the
liquid of joy of the vase empowerment, may you cleanse the
habitual patterns of the awake state.

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྤྲུལ་དམ་པའི་དབྱལ་བ་ནས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་འཕྲོས། རང་
གི་དབྱལ་བར་ཐིག་ལེ། སད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་སྦྱངས། བུམ་པའི་དབང་ཐོབ། སྤྱོད་
པོར་སྤྱོད་སྤྱོད་པོར་གསོལ།།

**zhé sölwa tap pé/ la ma dam pé tralwa né ö zer kar po trö/
rang gi tralwar thim/
sé pé né kap kyi drip pa jang/ bum pé wang thop/ ku dor
jé trül ku ngön du jé so/**

As he is thus prayed, a ray of white light emanates from the
forehead of the sublime guru;
it dissolves into my forehead and purifies the obscurations of
the awake state. I receive the vase empowerment and attain
nirmāṇakāya, the vajra body.

ཡང་། འོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པ་སེམས་ཅན་ཀྱང་གྱི་སྒྲིང་།། བདག་གི་མགྱིན་པར་ངག་གི་ཐིག་ལེ་
ལ།།
ཉེ་བར་ཞུགས་ནས་གསང་དབང་མཚན་དགའི་མེས།། ཆེ་ལམ་བུད་ཤིང་སྤྲེག་པར་མཛད་དུ་
གསོལ།།

**long chö dzok pa sem chen kün gyi ké/ dak gi drin par
ngak gi thik lé la/
nyewar zhuk ne sang wang chok gé mé/ mi lam bü shing
sek par dzé du söl/**

Then: Saṃbhogakāya, the sounds of all sentient beings! By
entering the essence of speech at my throat, and with the fire

of the supreme joy of the secret empowerment, may you burn
the firewood of the dream state.

ཞེས་གསོལ་བ་བདེ་པམ། སྤྲུལ་དམ་པའི་མགིན་པ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་འཕྲོས། རང་
གི་མགིན་པར་ཐིམ་པམ། མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་སྦྱངས། གསང་བའི་དབང་
ཐོབ། གསུང་རྩི་ཆེ་ལོངས་སྤྱོད་མཛོད་དུ་བྱས་སོ།།

**zhé sölwa tap pé/ la ma dam pé drin pa né ö zer mar po
trö/ rang gi drin par thim pé/
mi lam gyi né kap kyi drip pa jang/ sangwé wang thop/
sung dor jé long ku ngön du jé so/**

As he is thus prayed, a ray of red light emanates from the
throat of the sublime guru; it dissolves into my throat and
purifies the obscurations of the dream state. I receive the
secret empowerment and attain sambhogakāya, the vajra
speech.

ཡང་། རྩི་བཙུན་སྤྲུལ་མི་རྟོག་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ། བདག་གི་སྤྲིང་ཁར་ཡིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ལ། ཉེ་བར་
བཞུགས་ནས་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། གཉིད་འབྲུག་མུན་པ་སངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།།

**jé tsün la ma mi tok chö kyi ku/ dak gi nying khar yi kyi
thik lé la/ nyewar zhuk né shé rap yé shé kyi/ nyi thuk
mün pa sang par dzé du söl/**

Then: Lord guru, dharmakāya free of thoughts! By entering the
essence of mind at my heart, and with the wisdom and
knowledge empowerment, may you dispel the darkness of the
deep-sleep state.

ཞེས་གསོལ་བ་བདེ་པམ། སྤྲུལ་དམ་པའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་མཐིང་ག་འཕྲོས། རང་
གི་སྤྲིང་གར་ཐིམ་པམ། གཉིད་འབྲུག་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་སྦྱངས། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་དབང་ཐོབ། ཐུགས་རྩི་ཆེ་ཆོས་སྤྱོད་མཛོད་དུ་བྱས་སོ།།

**zhé sölwa tap pé/ la ma dam pé thuk ka né ö zer thing ga
trö/ rang gi nying gar thim pé/ nyi thuk gi né kap kyi drip
pa jang/ shé rap yé shé kyi wang thop/ thuk dor jé chö ku
ngön du jé so/**

As he is thus prayed, a ray of deep blue light emanates from
the heart of the sublime guru;
it dissolves into my heart and purifies the obscurations of the

deep-sleep state. I receive the wisdom-knowledge
empowerment and attain dharmakāya, the vajra mind.

ཡང་། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐུ། བདག་གི་ཉེ་བར་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ལ།
ཉེ་བར་ཞུགས་ནས་ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་དབང་། བསྐྱར་བས་འཕོ་མེད་དགའ་བ་ཐོབ་པར་
མཛོད།

**drowé gön po lhen chik kyé pé ku/ dak gi tewar yé shé thik
lé la/
nyewar zhuk né shé rap chen pö wang/ kurwé pho mé
gawa thop par dzö/**

Then: Protector of transitory beings, the co-emergent body! By
entering the essence of wisdom at my navel and conferring the
great wisdom empowerment, may you enable me to attain the
non-transitory joy.

ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། ལྷ་མ་དམ་པའི་ཉེ་བ་ནས་འོད་ཟེར་སེར་པོ་འཕྲོས། རང་གི་ཉེ་
བར་ཐིག་ལེ་འཕོ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐྱེས་པ་སྐྱངས། དབང་བཞི་པ་ཐོབ། ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩི་
བོ་ཉིད་སྐུ་མངོན་དུ་བྱས་སོ།

**ché sölwa tap pé/ la ma dam pé tewa né ö zer ser po trö/
rang gi tewar thim/ phowé né kap kyi drip pa jang/ wang
zhi pa thop/ yé shé dor jé ngowo nyi ku ngön du jé so/**

As he is thus prayed, a ray of yellow light emanates from the
navel of the sublime guru;
it dissolves into my navel and purifies the obscurations of the
moment of transference.
I receive the fourth empowerment and attain svabhāvikakāya,
the vajra wisdom.

སྐར་ཡང་། ཀྱན་དུ་བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་གྱི། གདོད་མའི་ལུས་ངག་ཡིད་དང་
ཡེ་ཤེས་རྣམས། ཁྱེད་ཀྱི་རྩི་རྩི་བཞི་དང་མཉམ་སྦྱར་བས། མཆོག་བདེ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་
མཛོད་དུ་གསོལ།

**kün tu dak dang kha nyam sem chen gyi/ dö mé lü ngak yi
dang yé shé nam/
khyö kyi dor jé zhi dang nyam jor wé/ chok dé ngön du
gyurwar dzé du söl/**

Again: At all times, by unifying the primordial body, speech,

mind, and wisdom of myself and all sentient beings—equal to space—with your four vajras, may you enable us to attain the supreme joy.

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲ་མ་དམ་པ་འོད་ཀྱི་གོང་བུར་ལྷ་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས། སྒྲ་
མའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པར་བསམ་ལ་
མཉམ་པར་བཞག་གོ།

**zhé sölwa tap pé/ la ma dam pa ö kyi gong bur zhu né rang
la thim pé/ la mé ku sung thuk dang rang gi lü ngak yi
sum yer mé du gyur/**

As he is thus prayed, the sublime guru melts into a mass of light and dissolves into me; thereby the guru's body, speech, and mind and my body, speech, and mind become inseparable. Imagining thus, set your mind in equipoise.

གངས་གསོག་གི་སྐབས་ནང་རེ་གོང་བཞིན་འབད་པས་རིགས་ཀྱན་མའི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚེས་སུ།

Every morning during accumulation do this as explained above, and then after reciting the prayers from All Families, recite:

༺ དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་སྐུ་བཞིའི་དབང་ལྷན། དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད། ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་
རྒྱུ། འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན། དམ་པའི་ལམ་སྟོན། ཐུགས་རྗེའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་
ཚབ། བཀའ་དྲིན་རྒྱ་བུ། སྟོན་པ་རྒྱ་མེད།

**pel den la ma ku zhi wang chuk/ dak po ka gyü/ yong kyi
tsuk gyen/ drowé dé pön/ dam pé lam tön/ thuk jé nga dak/
gyalwé gyel tsap/ ka drin da dral/ tön pa da mé/**

Glorious guru, lord of the four bodies, crown jewel of the entire Dagpo Kagyü, guide of transitory beings, one who shows the sublime path, master of compassion, regent of the Victors, matchless in kindness, unrivaled teacher,

རྫོགས་འཆང་དབང་། ལམ་གོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་ཆེན་པོ་མཁའ་ནོ།། གསོལ་བ་འདེབས་སོ།།
ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་ བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་ དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས། ད་ལྟ་སྟེན་ཅིག་
དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་འབྲས་བུ་སྟེན་ཅིག།

**dor jé chang wang/ gön po dri gung pa chen po khyen no/
sölwa dep so/ thuk jé zik shik/ jin gyi lhop shik/ ngö drup
nam nyi/ da ta tsöl chik/ dön nyi lhün drup dré bu tsöl**

chik/

lord Vajradhara, guardian Great Drikungpa—please think of me. I pray you. Please look upon me with your compassion. Please bless me and grant the two accomplishments this very moment. Please grant me the fruition of fulfilling the two benefits spontaneously.

ཞེས་གསོལ་བ་བརྒྱ་པ་ལྟར་འདི་མཚམས་སུ་རིགས་ཀྱི་རིགས་བདག་མ་གང་འོས་ཅེ་བཏོན་ནས་གོང་བཞིན་འབད་ལ་ཉི་
ཤར་སྐབས་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཐོས་པས་རྩ་བའི་སྒྲ་མར་དབང་བཞི་སྒྲུང་ཞིང་། སྒྲ་མའི་སྒྲུག་སྒྲུང་
ཐུགས་དང་རང་གི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་དུ་ཡུར་གྱི་བར་གོང་གསལ་ལྟར་འདོན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་རབ་ནི་
མིས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་མ་སྦྱེས་གྱི་བར་དུ་འོ། དེ་མིན་ཞག་གསུམ་མཐ་བདུན་སོགས་གང་ལྟོག་བྱའོ།

After one hundred of this prayer, recite either All Families or Lord of Family, and then make effort as mentioned before. At sunrise, recite from the passage where the lineage gurus gradually dissolve into one another, you receive the four empowerments from the root guru, and so on until the body, speech, and mind of the guru and your body, speech, and mind become inseparable. It is best to endeavor in this way until the qualities of devotion are developed. Otherwise, endeavor for three days or a week, whatever is possible.

དེ་ཡང་ལྔ་ཇེ་སྐམ་པོ་པས། འོ་སྐྱེལ་གྱི་འདི་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་བརྒྱད་པ་ཡིན་པས། སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་མ་ཞུགས་ན་ཕྱག་
རྒྱ་ཆེན་པོ་རྒྱད་ལ་འཚར་མི་མིན་དོ། སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་པ་ལ་ནི་ཆོགས་མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་
རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོར་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ལུས་ཀྱི་བ་སྒྲུ་ལྡང་བ། མིག་མཆི་མ་འཁྲུག་པ། དག་སྦྱེ་དག་
འདོན་པ། ཡིད་ལ་སྒྲ་མ་མིན་པ་བྱུར་མེད་ཅིང་། ཉམས་འབར་ཞིང་ཤེས་པ་བན་བུན་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་མ་བྱུང་གི་
བར་དུ་འབད་པར་བྱའོ།

Furthermore, Lord Gampopa said, "Ours is a lineage of blessings." Therefore, if the guru's blessing is not received, there is no way mahāmudrā can arise in the mind; and when the guru's blessing is received, there will be no difficulties. Therefore, it is necessary to pay careful attention to the practice of guru yoga, and endeavor until your body-hairs stand on end, your eyes shed tears, your mouth wails, you drop all thoughts other than that of the guru, and your mind becomes overwhelmed by the blazing of experience within.

༥ གསུམ་པ་ཁྱད་པར་སྤོན་འགྲོ་ལ་གསུམ་སྟེ།

III. Special Preliminary with Three Parts

དང་པོ་བྱམས་པ་སྦྱོར་པ་ནི།

1.1. Meditation on Love:

རང་གི་མདུན་དུ་མ་གསལ་ཐེབས་པར་བསྐྱོར་སྟེ། ལུས་བསྐྱེད་པ་དང་། མིག་བྱིན་པ་དང་། སྒྲུང་དོར་བཞུན་པ་
དང་། དག་ལ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དྲིན་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བསམ་པ་སོགས་ཀྱིས་བྱམས་པ་འཁྲིད་གཞུང་ནས་
གསུངས་པ་ལྟར་རིམ་བཞིན་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་ངེས་པར་བསྐྱོར་སྟེ། དེ་སྦྱེས་པ་དང་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པ་སྟེལ་ཏེ་
བསྐྱོར་མོ།

Clearly visualize your mother in front of you. Then think of her in terms of the four kindnesses, which are: giving birth to your body, giving life, showing what to adopt and what to discard, and enduring hardships. Through these reasonings or

the like, as taught in the instructions on love, meditate on love and ensure that it arises in your mind. Once it has arisen, expand it to all beings and meditate.

སྐྱིད་ཀྱལ་ན། ལ་ཇེ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས། སེམས་ཅན་རྣམས་བསོད་ནམས་རྒྱུ་བས། དྲིན་ཆེ་བའི་ཕ་མ་ལ་
བྱམས་པ་མི་སྤྱེ་བར། ཕན་ཐོགས་པ་མོ་བྱས་པ་ལ་སྤྱེ་བ་ཡོད་པས། རང་གི་གྲོགས་སམ། བྱ་གཅེས་སམ། མཇེལ་
བཤེས་སུ་སྤྱིང་ལ་ཆགས་པ་ཞིག་ལ་བྱམས་པའི་ངོ་བོ་དེ་ཅེ་གཅིག་དུ་བསྐྱོམས་པས་རྩེ་མུང་བ་ཞིག་འོང་། དེ་ནས་རིམ་
བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱོམ་གསུང་བ་གནད་ཤིན་དུ་བྱ་བ་བོ།

If it is difficult to make it arise, do as Lord Jigten Sumgön said: “Sentient beings are short of merit. Therefore, rather than for the father and mother, who are the kindest, they tend to develop love for those who have been of minor benefit. So meditate one-pointedly on the essence of love for anyone dear to you, such as your partner, a dear child, or a friend. Doing so you will get the taste of its flavor, and then meditate on it for all sentient beings.” This instruction is a key point of immense profundity.

གཉིས་པ་སྤྱིང་ཇེ་སྐྱོམ་པ་ནི།

1.2. Meditation on Compassion:

མ་དེ་སྐད་ཅིག་ལ་རིགས་བྱུག་གི་སྤྱུག་བཟུལ་རྣམས་དབང་མེད་དུ་བྱས་གཅིག་ལ་སྤྱིང་དགོས་པར་རང་ཉིད་ཀྱིས་
མཐོང་ཞིང་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ནི་མ་མཆིས་ལ་མི་བཟོད་པས་སྤྱིང་ཅི་སྤྱེ་མི་ཇེ། བྱ་བའི་ཐབས་ནི་མེད་པས་རང་སྤྱིང་མི་
དགའ་བ་སོགས་ཁྲིད་གཞུང་ནས་བྱུང་བ་ལྟར་བསྐྱོམས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ལ།

If one were to see one's mother helplessly experiencing all the sufferings of the six realms simultaneously in one moment, without any way to protect her, how could one not feel compassion for her? As there would be nothing that could be done, one would feel a sense of sadness.

མདོར་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིང་ཇེ་སྤྱེལ་ལ་བསྐྱོམ་མོ། དེ་ལྟར་སྤྱིང་ཇེ་འདི་གཤམ་མར་མ་འབྱོངས་བར་
འབད་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་གཤམ་ཆེདོ། བྱམས་སྤྱིང་ཇེ་འདི་སྤྱོད་ཐབས་དང་། ཕན་ཐོན་སོགས་ཁྲིད་གཞུང་ཉིད་དང་།
མདོ་སྤྱི་རྣམས་དང་། ཁྱད་པར་ལམ་གོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་ཁྲིད་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བཙུན་པ་གཤམ་
ཆེདོ།

In this way or the like, meditate on compassion as taught in the instructions, and so, meditate on compassion that extends to all sentient beings in the hot hell, cold hell, hungry ghost, animal, demi-god, and god realms.

In conclusion, meditate on compassion for all sentient beings in turn. Thus, it is very important to work hard until great compassion is fully mastered. The way to practice love and compassion and their benefits are as the text of instructions and the sūtras discuss. In particular, it is very important to endeavor in accordance with the Great Protector Drikungpa's mind instructions.

གསུམ་པ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ།

2. Meditation on Mind of Awakening:

རྒྱ་དང་པོ་སྒྲུ་མ་ལ་སངས་རྒྱུ་གྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་གདན་བཞི་བཟུགས་གྱི་
སྒྲིང་དུ། ཅ་བའི་སྒྲུ་མ་བཙུག་ལྷན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ་གསེར་མདོག་མཚན་དཔེ་ཚྲགས་ཤིང་།
ཕུག་གཡས་ས་གཞོན་དང་། གཡོན་མཉམ་བཞག་

**dün gyi nam khar den zhi tsek kyi teng du/ tsawé la ma
chom den dé sha kya thup pa ser dok tsen pé dzok shing/
chak yé sa nön dang/ yön nyam zhak/**

(2.1) The First Cause: Developing the Perception of the Guru as the Buddha:

In the space in front of me, on a seat with the stack of four, I visualize my root guru in the form of Bhagavān Śākyamuni. He is golden in color and fully adorned with the major and minor marks. His right hand is in the earth-touching gesture and his left in the one of equipoise.

ཞབས་རྩི་ཆེ་སྒྱུ་མ་ལྟར་དུ་བཞུགས་པ། ཆོས་གོས་གསུམ་ལྷན་འདས་ལྷོ་བ་ལ། འཁོར་
སངས་རྒྱུ་ལྷན་འདས་པའི་སྒྲིང་རྒྱུ་སེམས་དཔེ་ཚྲགས་དང་། ཡི་
དམ་ལྷ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲིང་སྒྲུང་མའི་ཆོགས་གྱིས་བསྐྱོར་བར་འགྱུར། ཅ་གསལ་གདབ་
གོ།

**zhap dor jé kyil mo trung du zhuk pa/ chö gö sum den ö
zer trowa la/
khor sang gyé dang nyé wé sé gyé la sok pé jang chup sem
pa nam dang/ yi dam lha tsok khadro chö kyong sung mé
tsok kyi korwar gyur/**

Sitting with his legs crossed in the vajrāsana posture, he is dressed in the three Dharma robes and resplendent with rays of light. He is surrounded by retinues that include buddhas and bodhisattvas, such as the eight close disciples and so forth, assemblies of the yidam deities, and a multitude of

dākinēs and Dharma protectors. *Thus visualize.*

གཉིས་པ་ཚོགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་བསག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བསགས་པ་ནི། བཟང་སྤྱོད་
དང་སྤྱོད་འཇུག་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་པ་རྒྱས་པར་བྱ་ཞིང་། བསྐྱུ་ན། ཕྱག་འཆའ་བ་སོགས་
བརྗོད་དོ། ། གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ནི་དར་ཅིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ངང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

(2.2) *The Second Cause: Vast Accumulation, has two parts:*

1. *Accumulation of merit.* 2. *The accumulation of wisdom.*

1. The accumulation of merit is to be done by reciting the *Seven Branches* at length, as taught in *Perfect Conduct* or *Engaging in the Bodhisattava Conduct*. To make it short, recite the verse ‘*By prostrating....*’ and so forth.

2. The accumulation of wisdom is to set the mind for a moment in equipoise in the state which is free of thoughts.

གསུམ་པ་ཆད་མེད་པ་བཞི་བསྐྱོན་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་
པར་གྱུར་ཅིག
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲུལ་བར་གྱུར་ཅིག སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲུལ་བར་གྱུར་ཅིག སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་བྲུལ་བའི་བདེ་བ་དང་སྐྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་
ཅིག ཅེས་བརྗོད་ཅིང་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བར་བསྐྱོན་མོ།

**sem chen tham ché dewa dang dewé gyu dang den par
gyur chik/ sem chen tham ché duk ngel dang duk ngel gyi
gyu dang dralwar gyur chik/ sem chen tham ché duk ngel
mé pé dewa dang mi dralwar gyur chik/ sem chen tam ché
nyé ring chak dang nyi dang dralwé tang nyom chen po la
né par gyur chik/**

(2.3) *The Third Cause, Meditation on the Fourfold Immeasurable:*

May all sentient beings have happiness and the causes of happiness. May all sentient beings be free from suffering and the causes of suffering. May all sentient beings not be separate from the happiness which is free from sorrow. May all sentient beings rest in great equanimity, free from attachment to the near and aversion to the far. *Recite this and meditate, making sure it blends with your mind.*

བཞི་པ་སྐྱབས་འགོ་ཁྱད་པར་ཅན་ནི། བྱང་རྒྱལ་སྤྱིང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་
སྐྱབས་སུ་མཆི། ཆོས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡི། ཆོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་
མཆི། ཇི་ལྟར་སྤྲོད་ཀྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། བྱང་རྒྱལ་སྐྱགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་
སེམས་དཔའི་སྐྱབ་པ་ལ། དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་འགོ་ལ་ཕན་དོན་

དུ། བྱང་རྒྱལ་ཐེམས་ནི་བསྐྱེད་བཞིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ནི་སྐྱེས་པ་ལ། རིམ་པ་བཞིན་དུ་
བསྐྱེས་པར་བཞིན། ཞེས་ལན་ཅི་མང་བཟོད་པར་བྱའོ།

**jang chup nying por chi kyi bar/ sang gyé nam la kyap su
chi/ chö dang jang chup sem pa yi/ tsok la'ng dé zhin kyap
su chi/ ji tar ngön gyi dé shek kyi/ jang chup thuk ni kyé
pa dang/ jang chup sem pé lap pa la/ dé dak rim zhin né
pa tar/ dé zhin dro la phen dön du/ jang chup sem ni kyé
gyi zhing/ dé zhin du ni lap pa la/ rim pa zhin du lap par
gyi/**

(2.4.) Fourth Cause, Special Refuge:

Until the heart of awakening is reached, I take refuge in all the buddhas. Likewise, I take refuge in the Dharma, and in the assembly of bodhisattvas. Just as the sugatas in the past developed the aspiration for awakening and trained themselves gradually in the practices of bodhisattvas, I shall also develop the aspiration for awakening for the benefit of transitory beings and train myself gradually in the practices. Recite this as many times as possible.

Thus recite as many times possible.

༐ གསུམ་པ་རྗེས་ལ།

3. Conclusion has three parts:

རང་དགའ་བ་སྐྱོམ་པ། རིགས་སྐྱེས་མ་འབྱེན་པར་དམ་འཆའ་བ། གཞན་དགའ་བ་བསྐྱོམ་དུ་འཇུག་པ་དང་གསུམ་
ལས།

3.1. Meditating on self-rejoicing. 3.2. Resolving not to discredit the family. 3.3. Guiding others in the meditation on rejoicing.

དང་པོ་ནི། དེང་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བྱུ་ཡོད། མི་ཡི་སྤིང་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།
དེ་རིང་སངས་རྒྱལ་རིགས་སུ་སྐྱེས། སངས་རྒྱལ་སྐྱེས་སུ་ད་བྱུར་ཏོ། ཞེས་
བཟོད།

**deng dü dak tsé dré bu yö/ mi yi si pa lek par thop/
dé ring sang gyé rik su kyé/ sang gyé sé su da gyur to/**

3.1. At this time my life is fruitful. Having well attained a human existence, today I am born in the Buddha's family; now I have become a child of buddhas. *Thus recite.*

གཉིས་པ་ནི། ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་།། རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ།།
སྒྲིན་མེད་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་ལ།། རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།། ཞེས་བཅོད།

**da ni dak gi chi né kyang/ rik dang thün pé lé tsam té/
kyön mé tsün pé rik di la/ nyok par mi gyur dé tar ja/**

3.2. Now, whatever it takes, through deeds conforming to this family, I shall ensure that this flawless noble family will not become sullied. *Thus recite.*

གསུམ་པ་ནི། བདག་གིས་དེ་རིང་སྒྲོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།། སྤྱན་ལྔར་འགོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་
དང་ནི།། བར་དུ་བདེ་བ་མགོན་དུ་བོས་ཟིན་ཀྱི།། ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་
གྱིས།། ཞེས་བཅོད་ཅིང་སོ་སོའི་ཆོག་དོན་གསལ་གདབ་བོ།།

**dak gi dé ring kyop pa tham ché kyi/ chen ngar drowa dé
shek nyi dang ni/
bar du dewa drön du bö zin gyi/ lha dang lha min la sok
gawar gyi/**

3.3. Today in the presence of all buddhas, I have already invited transitory beings as my guests, to the very state of sugata, and the joys in the interim. Hence, gods, demi-gods and the like, be happy. *Reciting this, clearly visualize the meaning of the words.*

བསྐྱབ་བྱ་ནི། Precepts:

སྒྲིན་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲུང་དོར་གཞན་དུ་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དེ་
དག་ལས་འགལ་ལམ་མ་འགལ་ནང་རྒྱབ་ཐམས་ཅད་དུ་བརྟག་ལ། འགལ་ན་ཐུན་ཁོངས་སམ། ཐ་ན་འང་ཉིན་ཞག་
གི་བར་མ་ཆོད་པར་བཤགས། མ་འགལ་བར་འདུག་ན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྒྲོམ་ཞིང་བསྐྱོ་བས་རྒྱས་གདབ་བོ།།

Learn elsewhere about what to adopt and what to discard in regard to the precepts of the aspiration and engaged minds of awakening, and abide according to them. Each morning and evening, examine whether any precept was violated. If a violation is found, confess it during the session, or at least without delaying for a day. If no violation is found, meditate on rejoicing and seal it with dedication.

མདོར་ན་སྒྲོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ། མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ཐུན། སྤྱག་
བཟུལ་དང་འབྲལ། སྤྱར་དུ་སྒྲིན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱ། སྤྱམ་པའི་
བསམ་པ་དང་མ་བྲལ་བར་འབད་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་འདུས་གིང་། སེམས་བསྐྱེད་

འདིས་ཟིན་ན། དགེ་བའི་ཕ་བ་སྣ་རེ་ལ་ཡང་། ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་མཁ་པར་ཕྱིན་དུག་ཀ་ཚང་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་
བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་སོགས་ནི་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

In conclusion, during all activities, do not separate yourself from the thought of wishing all mother sentient beings, equal to the infinity of the sky, to have happiness, to be separated from suffering, and to be quickly established in the state of unsurpassed, perfect, and complete precious awakening. This includes all the vows of the bodhisattvas. If embraced by the generation of this thought, even a single root of virtue will have the three types of moral ethics and all of the six perfections included within it. Learn elsewhere about the benefits and so forth of meditating on the mind of awakening in this manner.

རྒྱ་དང་པོ་སྐྱེ་མ་ལ་སངས་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ། གཉིས་པ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བསགས་
པ། གསུམ་པ་ཚད་མེད་བཞི་སྟོམ་པ། བཞི་པ་སྐྱབས་འགོ་ཁྱད་པར་ཅན་བྱ་བ་རྣམས་འདོན་སྟོམ་སྒྲག་མའི་གངས་ཅི་
མང་དང་། འཇུག་དུ། དེད་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡོད། མི་ཡི་སྤྱད་པ་སོགས་དང་། ད་ནི་བདག་གིས་ཞེས་
དང་། བདག་གིས་དེ་རིང་སྟོབ་པ་བཅས། ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་པོ་ཚར་བདུན་རེ་ཙམ་ཉི་ཤར་གྱི་ཐུན་ཁོངས་སུ་ཚང་བ་
དང་། ཐུན་གཞན་རྣམས་ལ་འདེས་མཚུངས་ཡོངས་རྫོགས་རེ་འབད་པས་ཞག་གསུམ་མཁ་བདུན་སོགས་གང་ལྟོག་
རེ་བྱའོ།

The first cause, developing the perception of the guru as the buddha; the second cause, gathering vast accumulations of merit and wisdom; the third cause, meditation on the four immeasurables; and the fourth cause, special refuge: recite these as many times as possible in combination with meditation. At the end, recite: At this time my life is fruitful. Having well attained a human existence etc.; Now, whatever it takes, etc.; Today in the presence of all buddhas, etc. Recite these three ślokas seven times during the sunrise session and the same way in the other sessions. Practice thus for three days, a week or more, whatever is possible.

སྤྱི་དོན་གཉིས་པ། དངོས་གཞི་ཡི་དམ་ལྷ་སྟོམ་པ།

II. Actual Meditation on the Yidam Deity

ཨོ་སྦ་རྒྱ་པ་ཤུལ་སའ་རྣམ་སྦ་རྒྱ་པ་ཤུལ་ཤྱ་ཨོ་བཎྲ་ཤུལ་སའ་རྣམ་བཎྲ་ཤུལ་ཤྱ་ཨོ་ཡོ་
ག་ཤུལ་སའ་རྣམ་ཡོ་ག་ཤུལ་ཤྱ་ཞེས་རྣམ་དག་གསུམ་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱིས་སྟོང་པར་སྦྱངས།

om svabhāva śuddhā sarvadharmā svabhāva śuddho, ‘haṃ/

om vajra śuddhā sarva dharmā vajra śuddho, ‘ham/ om yoga
śuddhā sarva dharmā yoga śuddho, ‘ham/

Thus purify all phenomena within emptiness through these three mantras of complete purification.

ཁྱེད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་ལྷན་སྐྱེས་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་སྤྱགས་ཀར་ཉི་མའི་དབུས་སུ་རྩ་
ནག་པོས་མཚན་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། ལྷ་ཚོགས་དྲེ་རྩེའི་ས་གནི་དང་། རྩ་བ། དྲ་བ། གུར།
སྒྲ་རེ། ཕྱི་རོལ་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་འབར་བའི་བསྐྱང་བའི་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོར་གྱུར།

**ké chik gi rang nyi lhen kyé yap yum du selwé thuk kar
nyi mé ü su hung nak pö
tsen pa lé ö trö/ na tsok dor jé sa zhi dang/ ra ba/ dra ba/
gur/ la ré/ chi röl tu yé shé kyi mé barwé sungwé khor lo
chen por gyur/**

In an instant I visualize myself in the form of the co-emergent
father and mother. In my heart is a sun disc with a black hūm
syllable in its center which emanates rays of light and
transforms into a ground of variegated vajras, a fence, lattices,
a tent, and a canopy; an enormous wheel of protection,
which is blazing with the flames of wisdom.

རང་ལྷན་གསལ་བའི་གནས་གསུམ་ཡི་གས་མཚན་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། ལྷོད་གཞལ་ཡས་ཁང་
དང་བཅུད་ལྷར་བསྐྱར། ཚུར་འདུས་ཡི་གེ་གསུམ་ལ་བེམ། རང་ལྷན་གསལ་བ་ཡང་སྟོད་སྟོད་
ནས་འོད་དུ་ཞུ་བ་ཡི་གེ་གསུམ་ལ་བེམ། ཡི་གེ་སྟེང་མ་གཉིས་ཀྱང་རྩྱ་ལ་བེམ། རྩྱ་ལ་བས་ཀྱུ།
ཁོག་པ། མགོ་བོ། ལྷ་ཚོས། བེམ་ལོ། ལྷ་དའི་བར་དུ་བསྐྱས་ནས། ལྷ་ད་ཡང་མི་དམིགས་
པ་ལས་པད་ཉིད་སྟེང་དུ་རྩྱ་ལས་དྲེ་རྩེ་ནས་པོ་རྩྱ་གིས་མཚན་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

**rang lhar salwé né sum yi gé tsen pa lé ö trö/ nö zhel yé
khang dang chü lhar gyur/tsur dü yi gé sum la thim/ rang
lhar selwa yang tö mé né ö du zhuwa yi gé sum la thim/
yi gé teng ma nyi kyang hung la thim/ hung zhap kyu/
khok pa/ gowo/ da tsé/ thik lé/ na dé bar du dü né/ na da
yang mi mik pa lé pé nyi teng du hung lé dor jé nak po
hung gi tsen pa lé ö zer trö/**

I visualize myself in the form of the deity. From my three
places marked with the three syllables, rays of light emanate
and transform the vessel (world) into a celestial mansion and
its essences (sentient beings) into deities, and then the rays
gather back and dissolve into the three syllables. I, visualized
in the form of the deity, also melt into light from the upper
and lower parts of my body, which then dissolves into the

three syllables. The upper two syllables also dissolve into the hūṃ syllable, and then the u of the hūṃ dissolves into the trunk, the trunk into the head, the head into the crescent moon, the crescent moon into the circle, and the circle into the nāda. When the nāda also disappears, a lotus-moon disc appears, upon which is a hūṃ syllable that transforms into a black vajra marked with a hūṃ syllable.

འཕགས་པ་མཆོད་ཅིང་བྱིན་ཆུབས་བསྐྱུས། འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་རྒྱུངས་ཚུར་འདུས་
ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། བཅོས་ལྷན་འདས་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་སྐྱུ་མདོག་ནག་པོ་སྤྱན་གསུམ་པ་
ཞལ་གྱི་མཆེ་བའི་སྤྱུ་གུ་བཞི་ཅུང་ཟད་གཅིགས་པ། དབུ་སྒྲ་དང་སྒྲིན་མ་སྒྲ་ར་དམར་མེར།
ཕྱག་གཡས་རྩི་རྩི་སྒྲིན་པོ་ཆེ་ལ་བ་དང་། གཡོན་རྩིལ་བུ་འཛིན་པས་ཡུམ་ལ་འཁྱུང་པ།

**phak pa chö ching jin lap dü/ drowa tham ché kyi gyü
jang tsur dü yong su gyur pa lé/
chom den dé khor lo dom pa ku dok nak po chen sum pa
zhel gyi che wé nyu gu zhi chung zé tsik pa/ u tra dang
min ma ma ra mar ser/ chak yé dor jé ngön po tsé nga pa
dang/ yön dril bu dzin pé yum la khyü pa/**

Rays of light emanate from it and make offerings to the noble beings, gather their blessings, purify the minds of all transitory beings and reabsorb into the black vajra, which then transforms completely into Bhagavān Cakrasaṃvara, who is black in color and has three eyes. The four fangs in his mouth are slightly clenched and he has reddish-yellow hair, eyebrows and mustache. With a blue vajra held in his right hand and a bell in his left hand, he embraces the mother.

སྤྱི་བོར་རལ་པའི་ཅོད་པན་དར་དབྱངས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་ཆེར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དབང་
གི་རྒྱལ་པོ། མདུན་དུ་སྒྲ་ཆོགས་རྩི་རྩི། གཡོན་དུ་འཕྲེང་བས་སྒྲེལ་བའི་ཐོད་སྐྱམ་ལ་རིན་པོ་
ཆའི་ཆེ་ཕྱན་ཅན་སྐྱུ་མཆོམས་སུ་བཅིངས་གིང་། ཐོད་རྫོན་ལ་བརྩའི་དོ་གལ་འཕྱང་བ། རུས་
ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ། རྩ་ཆ། མགུལ་རྒྱུ། གདུབ་སྒོར། སྐར་གསལ། ཐལ་ཆེན་གྱིས་སྒྲིན་
མཆོམས་དང་སྤྱི་སྤྱུལ་བྱུགས་པ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་དུག་གིས་བརྒྱན་པ།

**chiwor rel pé chö pen dar yang kyi ching pé tser yi zhin
gyi nor bu wang gi gyel po/ dün du na tsok dor jé/ yön du
treng bé drelwé tö kam nga rin po ché tsé tren chen tra
tsam su ching shing/ thö lön nga chü do shel chang ba/ rü
chen gyi khor lo/ na cha/ gül gyen/ dup kor/ ka rak/ thal
chen gyi min tsam dang kü sül juk pa té chak gya druk gi
gyen pa/**

His hair is made into a diadem, banded with silk ribbons on his crown. It is topped with the gem King of Power and has a variegated vajra in the front. On the left is a garland of five dry skulls, topped with jewels and tied along the edge of his hairline. Wearing a long necklace of fifty fresh skulls, he is adorned with six mudrās: a wheel, earrings, a necklace, bracelets, a sash made of human bones, and human ashes applied between his eyebrows and in the creases of his body.

སྒྲིག་པ། དཔའ་བ། འཇིགས་སྲུ་རུང་བ། དགོད་དང་། གཤེ་དང་། བཏམས་པ་དང་།
 སྦྱང་ཇེ། ཞི་བ། རྩེ་མཚར་བ་སྟེ། གར་དགུའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཉིད། སྐྱུ་སྦྱོད་ལ་གྲུང་ཆེན་གྱི་
 ཀོ་ལྗོན་དང་། སྐྱུ་སྦྱང་ལ་སྟག་གི་ལྷགས་པའི་ཤམ་ཐབས་གསོལ་བ། ཞབས་གཡས་བརྒྱུང་
 བས་དུས་མཚན་མ་དམར་མོའི་རྩ་མའི་བར་དང་། གཡོན་བསྐྱམ་པས་འཇིགས་བྱེད་ནག་པོའི་
 མགོ་བོ་བལྟ་བས་སྟེ་བཙུངས་པ།

**gek pa/ pawa/ jik su rungwa/ gö dang/ shé dang/ ngam pa
 dang/ nying jé/ zhiwa/ ngo tsar wa té/ gar gü nyam dang
 den pa nyi/ ku tö la lang chen gyi ko lön dang/ ku mé la
 tak gi pak pé sham thap sölwa/ zhap yé kyangwé dü tsen
 ma mar mö nu mé bar dang/ yön kum pé jik jé nak pö
 gowo tap té dzi pa/**

He has the nine moods of dance: enchanting, heroic, terrifying, laughing, abusive, awe-inspiring, compassionate, peaceful, and marvelous. The upper part of his body is clad in the fresh skin of an elephant, and the lower part of his body is clad in the skin of a tiger. His right foot, extended, is between Red Kālarātri's breasts, and with his left foot he tramples Black Bhairava's head by folding it back.

དེའི་པང་དུ་ཡུམ་རྩེ་ཇེ་ཕག་མོ་སྐྱུ་མདོག་དམར་མོ་གཅེར་བུ་རྩ་གཡས་སོགས་པའི་སྐྱུ་ལས་ཁག་
 འཇིག་པ། བརྒྱ་དུག་ཡོན་པའི་ལང་ཆོ་ཅན། ཞལ་ཡབ་དང་སྦྱོར་བ། རྩ་ལྷག་གཡས་སྲུ་ཕག་
 ཞལ་ནག་པོས་མཚན་པ་སྟུན་གསུམ་པ། སྐྱུ་སིལ་བུར་གྲོལ་བ། ཐོད་སྐྱམ་ལྔ་ཡི་དབུ་རྒྱན་དང་
 ཐོད་དུམ་ལྔ་བརྒྱའི་དོ་ཤལ་འཕྲུང་ཞིང་། ཐོད་པའི་དུམ་བུའི་སྐྱུ་རགས་ཅན། འོག་ཕག་སིལ་
 སིལ་གྱི་སྐྱུ་དང་།

**dé pang du yum dor jé phak mo ku dok mar mo cher bu
 bhaga la sok pé ku lé trak dzak pa/ chu druk lön pé lang
 tso chen/ zhel yap dang jorwa/ na tak yé su phak zhel nak**

**pö tsen pa chen sum pa/ tra sil bur drölwa/ thö kam nga yi
u gyen dang thö dum nga chü do shel chang zhing/ thö pé
dum bü ka rak chen/ ok pak sil sil gyi dra dang/**

Held in his lap is the mother Vajravarāhī. She is red in color and naked, dripping blood from her body such as her bhaga so forth. She is a youth of sixteen years and is in union with the father. She is bedecked with a black sow's head above her right ear and she has three eyes.

Her hair falling loose, her head is adorned with five dry skulls. Wearing a long necklace of fifty skulls, she has a belt of skulls, with ornaments that make the sound 'sil' 'sil.'

ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་གཡས་རྩོལ་ཆེ་ཆེ་ལྷ་པ་དང་། གཡོན་ཐོད་པ་ཁྲག་གིས་གང་བ་འཛིན་པ། འབས་གཉིས་ཡབ་ཀྱི་ཏིང་ལ་འབྱུང་ཅིང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉམས་རྒྱས་པ། བསྐལ་པའི་མེ་འབར་བའི་གཟེ་བེད་ཅན་དྲི་མ་མེད་པའི་འོད་ཟེར་ལྷ་འཕྲོ་བའི་དཔལ་བར་སྐྱབ་པ་ལ་ཨོ་དཀར་པོ། མགོན་པར་བསྐལ་ལྷུ་ཅེས་པོ། སྙིང་ཁར་སྣ་ཚོགས་རྩོལ་ཆེ་ཆེ་ལྷེ་བར་རྩྭ་ནག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་པར་གྱུར་གྱིས་རྒྱས་གདབ།

**chak nyi kyi yé dor jé tsé nga pa dang/ yön thö pa trak gi
gangwa dzin pa/ zhap nyi yap kyi ké la khyü ching dewa
chen pö nyam gyé pa/ kel pé mé barwé zi ji chen dri ma
mé pé ö zer nga trowé trelwar dawa la om kar po/ drin
par pema la ah mar po/ nying khar na tsok dor jé tewar
hung nak po nam kyi tsen par gyur/**

Of her two hands, in the right she is holding a five-pronged vajra and in the left, a skull-cup filled with blood. Embracing the father with her legs wrapped around his waist, she is aroused by the experience of great bliss. She is as magnificent as the apocalyptic fire, and emanates five rays of immaculate light. On her forehead is a white om̐ on a moon; at her throat, a red âê on a lotus; and at her heart, a black hūṃ on the navel of a variegated vajra. *Thus, seal.*

ཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྙིང་ཁར་ཨོ་དཀར་པོ། མགོ་བོར་ན་མ་ཉི་མེར་པོ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་སྣ་རྩྭ་དུ་དམར་པོ། ཕྱག་པ་གཉིས་སུ་བྱོལ་ཏེ་ནག་པོ། མིག་གཉིས་སུ་རྩྭ་རྩྭ་ཉི་དམར་མེར། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་ཕུ་ཏྲ་ལྷུང་གྲུ་སྟེ། ཡབ་ལ་དཔའ་བོ་རྩྭ་དང་། ཡུམ་ཀྱི་ལྷེ་བར་ཨ་བེ་དམར་མོ། སྙིང་ཁར་ཏྲ་ཡ་ཐོན་པོ། ཁར་ཏྲ་མེད་མོ། མགོ་བོར་ཏྲ་ཏྲ་མེར་མོ། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་རྩྭ་རྩྭ་ལྷུང་ལ། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་པར་གྱུར།

chom den dé kyi nying khar om ha kar po/ gowor na ma hi

**ser po/ chi tsuk tu svaha hung mar po/ trak pa nyi su bau
sha ta hé nak po/ mik nyi su hung hung ho mar ser/ yen
lak tham ché la phat ham jang gu/ yum gyi tewar om bam
mar mo/ nying khar ham yom ngön po/ khar trim mam
mar mo/ gowor hring hring ser mo/ chi tsuk tu hung hung
jang khu/ yen lak tham ché phat phat du kha nam kyi tsen
par gyur/**

At the heart of the bhagavān are white syllables om̐ ha, on his head are yellow syllables nama hi, on his crown are red syllables svāhā hu, on his two shoulders are black syllables bauúaûa he, at his two eyes are orange syllables hūṃ hūṃ ho, and on all his limbs are green syllables phaû haî. These are six vēras with the father. With the mother: At the navel of the mother are red syllables om̐ baî, at her heart are blue syllables haî yom, at her mouth are red syllables triî maî, on her head are yellow syllables hriî hriî, on her crown are green syllables hūṃ hūṃ and on all her limbs are smoky syllables phaû phaû.

པོ་སྤྱིང་ཁདི་རྩུ་གི་འོད་ཟེར་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྤེམ་པ་སྤྱོད་མ་ཡིད་དམ་
མངས་སྤྱིས་བྱུང་རྒྱལ་མེམས་དཔའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་མདུག་གི་ནམ་མཁར་སྤྲུག་དངས།

**phem! nying khé hung gi ö zer gyi chom den dé pel khor lo
dom pa la ma yi dam sang gyé jang chup sem pé tsok dang
ché pa dün gyi nam khar chen drang/**

Pheî. From the hūṃ syllable in my heart, rays of light emanate and invite Bhagavān Ūrē Cakrasaîvara along with the assembly of gurus, yidam deities, buddhas, and bodhisattvas to the sky in front of me.

ཨོ་མཁའ་མྱེན་ཏུ་རྩུབ་ཀྱི། དེ་མཁའ་ཀྱི། མེད་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི།
མཁའ་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི། མཁའ་ཀྱི།

**om vajra vēne hūṃ hūṃ phaû/ Likewise: om vajra vaiṣe
hūṃ hūṃ phaû/ om vajra mrītange hūṃ hūṃ phaû/ om
vajra murañje hūṃ hūṃ phaû/ om vajra hāse hūṃ hūṃ
phaû/ om vajra lāse hūṃ hūṃ phaû/ om vajra gērti hūṃ
hūṃ phaû/ om vajra nīrti hūṃ hūṃ phaû/ om vajra
pushpe hūṃ phaû/ om vajra dhūpe hūṃ hūṃ phaû/ om
vajra dīpe hūṃ hūṃ phaû/ om vajra gandhe hūṃ hūṃ
phaû/ Likewise:**

ཨོྭ་རུ་པ་བཟླ་བྱ་བྱ་པའ། དེ་བཞིན་དུ། རུ་ཤེ། སྤར་གྱེ། རྩམ་རྩ་བཟླ་བྱ་བྱ་པའམ།

**oṃ rūpa vajri hūṃ hūṃ phaû/ oṃ rāse vajri hūṃ hūṃ
phaû/ oṃ sparshe vajri hūṃ hūṃ phaû/ oṃ dharmadhātu
vajri hūṃ hūṃ phaû/**

ཇོ་མོ་གློ་ལེ་ཤེས་པ་དང་དམ་ཚིག་པ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར། སྤར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་རྩ་ལས་
འོད་འཕྲོས་པས་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྔ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱན་དྲངས།

**dza hung bam ho, yé shé pa dang dam tsik pa yer mé du
gyur/ lar yang thuk ké hung lé ö trö pé wang gi lha rik nga
khor dang ché pa chen drang/**

jah hūṃ baî ho. The wisdom and commitment beings become inseparable. Once again, rays of light emanate from the hūṃ syllable in my heart and invite the five-family empowerment deities together with their retinues.

ཨོྭ་བཟླ་ལྷ་ནི་སོགས་རིག་མ་བཅུ་དུག་གས། ཨོྭ་བཟླ་ཕུའློ་ནས། རྟེན་དྲུ་པ་ཏི་རྩོ་སྤྱུ། ཞེས་ཉེར་མཆོད་
ལས་མཆོད་ལ།

Offer the sixteen consorts, such as **oṃ vajra vëne** *and so forth, or make the fivefold offerings:*

oṃ vajra pushpaî *etc. until* **nevedyaî praticcha svāhā**, *and then:*

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་ལ་མངོན་པར་དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ། ཞེས་
གསོལ་བ་བཏབ་པས། དབང་གི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་རིན་པོ་ཆའི་བུམ་པ་བདུད་རྩིས་གང་བ་
བསྐྱམས་ནས། ཨོྭ་སཐད་ཐུག་ཏུ་ཨ་ཁྱེ་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་གྱི་ཡེ་རྩྱ། ཞེས་དབང་བསྐྱར། སྤྱི་
གང་དྲི་མ་དག་ཟུ་ལྷག་མ་ལས་ཡབ་ལ་མི་བསྟོད་པ་དང་། ཡུམ་ལ་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་
ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་ཅིང་དབང་གི་ལྷ་རྣམས་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

**dé zhin shek pa tham ché kyi dak la ngön par wang kur du
söl/ zhé sölwa tap pé/ wang gi lha nam kyi rin po ché bum
pa dü tsi gangwa nam né/ oṃ sarva tathāgata abhiúekata
samaya ùrëye hūṃ/ zhé wang kur/ ku gang dri ma
dak chu lhak ma lé yap la mi kyö pa dang/ yum la nam
par nang dzé kyi u gyen ching wang gi lha nam rang nyi la
thim par gyur/**

May all the tathāgatas confer the empowerments upon me completely! As I thus pray, all the empowerment deities hold the precious vases filled with nectar and confer the empowerments upon me, saying oṃ sarva tathāgata

abhiúekata samaya ùrëye hūṃ. The nectar fills my body and purifies the defilements. The excess water that overflows at the crown is transformed into the crown ornaments: Akúobhya on the father and Vairocana on the mother, and then the empowerment deities also dissolve into me.

ཀྱུས་པར་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་ཁོ་ཉིད་ཀྱི་འཛིན་ཅིང་། བསྐྱ་ན་རིག་མ་བཅུ་བྱུག་གིས་མཛོད། བསྐྱོད་པ་ཡང་ཀྱུས་པར་ན་ཡབ་ཡུམ་གྱི་ཀླང་པ་བརྒྱད་པ་གཉིས་དང་།

If you wish to elaborate, make the outer, inner, secret and suchness offerings. To do it simply, offer the sixteen consorts. Also, while praising, if you wish to elaborate, recite the Eight Verses of Praise, once each for the father and the mother.

བསྐྱ་ན། ཏེ་རུ་ཀ་དཔལ་དཔལ་བོ་ཆེ། རྣམ་དག་རྩི་རབང་ཕྱག་དང་།
རྩིས་ཆགས་ཆགས་པ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི། རྩི་ཕག་མོ་དེ་ལ་འདུད།

**hé ru ka pel pawo ché/ nam dak dor jé wang chuk dang/
jé chak chak pa ché nam kyi/ dor jé phak mo dé la dü/**

To simplify: I bow to Glorious Heruka, the great vēras, the completely pure vajra lord, and to Vajravarāhē the passionate for those who are of great passion.

མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་འཇིགས་ཆེན་པོ། རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་འཕྲེང་བས་བརྒྱན།
ཤ་ཆེན་རབ་རྩུ་གསོལ་མཛད་པ། བྱག་འཕྲེང་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཛལ་བསྐྱོད།

**chewa tsik shing jik chen po/ ngak kyi mé tok treng wé
gyen/
sha chen rap tu söl dzé pa/ trag tung pel la chak tsel tö/**

I pay homage to and praise the glorious blood drinker, the fang-clenching and dreadfully fearsome one, adorned with a garland of mantra-flowers, the supreme devourer of great flesh.

དཔལ་ལྷན་རྩི་རྩི་མཁའ་འགྲོ་མ། མཁའ་འགྲོ་མ་ཡི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར།
ཡེ་ཤེས་ལྷ་དང་སྐྱེ་གསུམ་ཉིད། འགྲོ་བ་སྐྱོབས་ལ་ཕྱག་འཛལ་བསྐྱོད།

**pelden dor jé khandro ma/ khandro ma yi khor lo gyur/
yé shé nga dang ku sum nyi/ drowa kyop la chak tsel tö/**

I pay homage to and praise the glorious Vajraçākēī, the

turner of the dākīṇī-wheel, herself
the five wisdoms and three bodies, the protector of transitory
beings.

ང་རྒྱལ་བརྟན་པ་ནི། ཨོ་ས་བ་ལྷོ་ལོ་གི་རྒྱ་ཡ་ལྷ་ཁྱེ་རྩྱུ་བཟླ་མ་ལྷ་ལྷ་ཀོའི་ཉླ།
ཞེས་འཁོར་ལོ་ལྷོ་མ་པར་ཐག་བཅད་པའི་ང་རྒྱལ་བརྟན་པ་གཡ་ཆེ།

Stabilization of Pride: **oṃ sarva vëra yoginë kâya vâka cittaî vajra
svabhâva âtmako, haî/**

Thus, it is of utmost importance to stabilize the pride that you are definitely Cakrasaivara.

བགང་ཕྱེང་བྱིན་བརྒྱབས་ནི།

Blessing the Counting Mālā:

པད་ཉིདེ་སྤེང་དུ་བགང་ཕྱེང་ཉིམ་ ལས་པ་རྒྱ་གར་དབང་དམར་པོ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞིདེ་
གཡས་དང་པོས་པ་རྒྱ། གཉིས་པས་ཁྲ་མ་རུ། གཡོན་དང་པོས་དྲིལ་བུ། གཉིས་པས་ཐོད་པ་
དང་ཁ་རྩྭ་ག་བསྐྱམས་པ། ཐོད་པ་སྐྱམ་རྫོན་དང་། ཕྱག་རྒྱ་དུག་གིས་བརྒྱན་པ། རྟག་ཤམས་
ཅན་ཞབས་གཡས་བརྒྱང་གིས་བཞུགས་པའོ།།

**pé nyi teng du drang treng hrih lé pema gar wang mar
po zhel chik chak zhi yé dang pö pema/ nyi pé da ma ru/
yön dang pö dril bu/ nyi pé thö pa dang kha tam ga nam
pa/ thö pa kam lön dang/ chak gya druk gi gyen pa/ tak
sham chen zhap yé kyang gi zhuk pao/**

Sitting on a lotus and sun disc, the mālā is in the form of a êri
syllable, which transforms into Padmanateśvara, who is red in
color with one face and four hands. In the first right hand, he
has a lotus, and in the second, a çamaru. In the first left hand
he has a bell, and in the second, a skull and a khatvaîga. He is
adorned with dry and fresh skulls and the six mudrās. Clad in
a skirt of tiger skin, he sits with his right leg outstretched.

ཨོ་པ་རྒྱ་ནཱེ་ཤར་རྩྱུ་རྩྱུ་པཎ། ཅེས་ཉེར་གཅིག་མོགས་བརྒྱ་ཞིང་། ལྷ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པས་བགང་ཕྱེང་དུ་གྱུར་
པར་མོས།

oṃ padma narte shvaôî hūṃ hūṃ phat.

Recite this 21 times or more. After that, imagine the deity fully transforms into the counting mālā.

ཡབ་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་རྩྱུ་དང་། ཡུམ་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་
དབྱིལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་ བའི་མཐར་ཅུ་ཐུགས་དང་། ཐུགས་ཕྱེང་རྒྱུང་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་

རང་གི་སྒྲ་བྲག་གཡོན་ནས་ཐོན། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ལྟར་གནས་པའི་སྒྲ་བྲག་གཡས་
པར་ཞུགས། མྱིང་ཁར་དྲུག་ནས་པ་ལ་ཐིམ་ཞིང་དྲུག་སྒྲ་བྲག་གི་ཐྱིང་བ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲ་
བྲག་གཡོན་པ་ནས་ཐོན། རང་གི་སྒྲ་བྲག་གཡས་པར་ཞུགས། ཐུགས་ཀྱི་དྲུག་པ་ཐིམ་ཞིང་
འཁོར་བར་གྱུར་པར་དམིགས་ནས་བརྒྱུ་།

**yap kyi thuk kar nyi mé kyilkhor gyi ü su hung dang/ yum
gyi thuk kar nyi mé kyilkhor gyi ü su bam gyi thar tsa
ngak dang/ ngak treng lung dang lhen chik tu rang gi na
buk yön né thön/ kham sum sem chen lhar né pé na buk yé
par zhuk/ nying khar hung né pa la thim zhing hung lé
ngak kyi trengwa sem chen gyi na buk yön pa né
thön/ rang gi na buk yé par zhuk/ thuk ké hung la thim
zhing khorwar gyur/**

At the father's heart is a hūṃ syllable in the center of a sun maṇḍala, and at the mother's heart is a baī syllable in the center of a sun maṇḍala. The syllables are encircled by their root mantras, which, in a chain of mantras and together with the wind energy, exit from my left nostril and enter the right nostrils of sentient beings in the three realms—who are in the form of deities—and dissolve into the hūṃ syllable at their hearts. From that hūṃ syllable the chain of mantras exits from their left nostrils, enters my right nostril and dissolves into the hūṃ syllable at my heart and then it revolves around it. *Visualizing thus, do the recitation.*

ཡང་ན་ཐུགས་ཀྱི་དྲུག་པ་སྒྲ་བྲག་གི་ཐྱིང་བ་སེམས་ཅན་ཐོན། ཡུམ་གྱི་ཞུལ་དུ་ཞུགས། པམ་ནས་དྲོ་རྩེར་ཞུགས་ཤིང་
འཁོར་བར་དམིགས་ཏེ་བརྒྱུ་བ་ནི་རྩེ་སུ་ཆགས་པའི་བརྒྱས་པ་སྟེ་ཟབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱང་གསུངས་སོ།

Another option is: The chain of mantras from the hūṃ syllable in one's heart comes out from the mouth, enters the mother's mouth, enters the vajra via the lotus, and thus circulates. This is reciting with passion, and it is described as a more profound way of reciting.

ཡབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ། ཞོ་བྱི་བཙྰ་དེ་དེ་རུ་རུ་ཀླ་དྲུ་ཕུ་པཎ་ཏུ་ཁྱི་ཁྱི་ལ་སྦྱར་རྩྭ་།

Father's Essence Mantra:

**om Ūrē vajra hehe ruru kaī hūṃ hūṃ phaū ḍākēñ jāla
samvaraī svāhā/**

ཉེ་སྒྲིང་ནི། ཞོ་རྩྭེ་ཏུ་དྲུ་ཕུ་པཎ་ཏེ་།

His Quintessence Mantra:

om hrēē hāha hūṃ hūṃ phaû/

ཡུམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ནི། ཨོ་བཟླ་བའི་ཙ་ནི་ཡེ་རྩུ་རྩུ་པཎེ།

Mother's Essence Mantra:

om vajra vairocaniye hūṃ hūṃ phaû/

ཉི་སྒྲིང་ནི། ཨོ་སམ་བུ་རྒྱ་ཞུ་ནི་བཟླ་ཙ་ནི་ཡེ་རྩུ་རྩུ་པཎེ། ཅེས་པའོ།

Her Quintessence Mantra:

om sarva buddha ḍākēñ vajra varīaniye hūṃ hūṃ phaû/

དེ་ལ་ཙ་བསྟེན་འབུམ་ཕྱག་བཞི། སྒྲིང་པོ་རྩལ་འབུམ། ས་བོན་འབུམ་དུ་བསྒྲུབ་ར་བཤད། ཡི་དམ་གྱི་བསྟེན་པ་བྱ་
ཚུལ། ལྷེ་ཁྱབ་བདག་རྗེ་ཤེ་འཆང་རྣམ་རྒྱུ་ཐུག་པའི་སྐུ་ཐབས་དངོས་གྲུབ་བང་མཛོད་ལྟར་ཉམས་སྦྱང་
བ་ནི་ཤིན་དུ་ལགས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་བཙོན་པ་ཤིན་དུ་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐལ་པ་བཟང་ཁྱད་ལྟར་ལྟ་བུར་ལྷ་ལྟོས་ཀྱི་ཆ་
ལག་དུ་འདིས་ཀྱང་རུང་ངོ་།

One is instructed to recite 400,000 of the root mantra, 600,000 of the essence mantra and 100,000 of the seed mantra. In regard to the meditative recitation of the yidam deity, it is best practiced according to the sādhanā Treasury of Jewels, composed by the Universsal Lord Vajraholder Dharmarāja. For those who are too poor in such effort, the way presented here is also adequate as a part of the Fivefold. [Practice].

བྱེད་ཀ་གསུམ་པ་སྒྲུབ་སྐབས་པ་ལ།

III. Practicing the Guru

༥ དང་པོ་སྒྲུབ་སྐབས་སྐབས་པ་ནི།

I. Practicing the Guru as Nirmāṇakāya:

༥ རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བའི་མདུན་གྱི་ཐང་ཁྱག་ངམ། རང་ལས་ཁད་ཀྱིས་མཐོ་བའི་སར་
སེམས་ཀྱི་དང་པད་རྒྱ་ཉི་མའི་སྤེང་དུ། ཙ་བའི་སྒྲུབ་སྐབས་པའི་བདག་པོ་ཤུག་ཐུབ་པ་སྐལ་
པའི་སྐུ་སྐུ་མདོག་གསེར་བཙོ་མ་ལྟ་བུ་དབུའི་གཙུག་ཏོར་བལྟར་མི་མངོན་པ། འབས་རྗེ་
སྐལ་ཀྱང་དུ་བཞུགས་པ།

**rang yi dam du selwé dün gyi thé tru gang ngam/ rang lé
khé kyi thowé sar seng gé tri dang pé da nyi mé teng du/
tsawé la ma ten pé dak po shakya thup pa trül pé ku ku
dok ser tso ma ta bu ü tsuk tor tar mi ngön pa/ zhap dor jé
kyil trung du zhuk pa/**

I visualize myself in the form of the yidam deity. At a distance
of one cubit in front of me,
or in a position slightly higher than me, is a lion-throne,
cushioned with a lotus, moon, and sun. Sitting upon it is the
root guru, the lord of the teachings, the nirmāṇakāya

Śākyamuni, whose complexion is like refined gold, and the ūṣṇīṣa protuberance on his head is not seen when looked at. He sits with his legs crossed in the vajrasāna position.

ཕུག་གཡས་ས་གནོན་དང་གཡོན་མཉམ་བཞག ན་བཟའ་གུར་གུམ་གྱི་མདོག་ལྟར་དམར་
སེར་གྱི་ཚེས་གོས་གསུམ་དང་ལྷན་པ། མཚན་བཟང་པོ་དང་། དཔེ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་གིང་། འོད་དང་འོད་ཟེར་དཔག་དུ་མེད་པ་འཕྲོ་བ་ལས། བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་དང་སངས་
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ནས་བཞགས་
པར་གྱུར།

**chak yé sa nön dang yön nyam zhak/ na za gur gum gyi
dok tar mar ser gyi chö gö sum dang den pa/ tsen zang po
dang/ pé ché tham ché yong su dzok shing/ ö dang ö zer
pak tu mé pa trowa lé/ gyü pé la ma dang sang gyé dang
jang chup sem pa
yi dam kyilkhör gyi lha tsok kyi kor né zhuk par gyur/**

His right hand is in the earth-touching gesture and his left in the gesture of meditative equipoise. He is dressed in the three Dharma robes of saffron yellow color. He is fully endowed with the major and minor marks of perfection, and boundless rays of light shine from him. He sits, surrounded by the lineage gurus, buddhas, bodhisattvas, and the maṇḍala of yidam deities.

བམས་ལ། ཡན་ལག་བདུན་པ་སོགས་ཀྱིས་མཛོད། མཛོད་པ་བརྩ་གཉིས་སམ། དགུ་པའམ། ཡང་ན། གང་ཆེ་
རྒྱུ་གཉིས་གཙོ་བོ་ཁྱོད་བཞུགས་ཆོ། ཞེས་པ་ནས་། གཉན་ཡོད་བཞགས་པ་དེ་ལ་ཕུག་འཛལ་ལོ། ཞེས་རྒྱས་
བཞུས་གང་རུང་གིས་བསྟོད། རིགས་ཀུན་མ་དང་རིགས་བདག་མ་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་།

Visualizing thus, make offering of the Seven Branches and so forth. Praise him either elaborately with The Twelve Deeds or The Nine Deeds, or simply by reciting from (gang tsé kang nyi tsowo khyö tam tsé/) As soon as you were born, the chief among two-legged beings, etc. until.. (nyen yö zhuk pa dé la chak tsel lo/) I pay homage to he who dwells in Śrāvastī. Recite the prayers All Families and Lord of Family and so forth, and also pray fervently as follows:

༺ དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་མཉམ་པ་ཉིད་ལྷན་གྱུ་བ་རྒྱན་ཆད་
མེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གཏེར་དུ་གྱུར་པས། བདག་དང་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཐ་མལ་པའི་ལྷས་ངག་
ཡིད་གསུམ་རྣམ་པར་དག་ནས། སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་དང་དབྱེར་མེད་པར་
མཛོད་དུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གསོལ་བ་དྲག་དུ་བཏབ།

**dü sum sang gyé tham ché kyi ku sung thuk nyam pa
nyi lhün drup gyün ché mé pé yön ten gyi ter du gyur
pé/ dak dang kham sum gyi tha mel pé lü ngak yi sum
nam par dak né/ la ma rin po ché ku sung thuk dang yer**

mé par dzé du söl/

Precious guru, equal in body, speech, and mind to all the buddhas of the three times,
treasury of unending spontaneous qualities, I pray you. Please ensure the ordinary body,
speech and mind of the three realms and myself are completely purified and indivisible
from your awakened body, speech, and mind. *Thus pray fervently.*

མཐར་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱབ་དབང་དང་། དེ་འོད་ཟུང་དུ་གྱུར་བ་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར་
བསམ་ལ་སེམས་མ་བཅོས་པར་བཞག་གོ།

Finally, the lineage gurus and so forth dissolve into the Buddha and he, transformed into a mass of light, dissolves into myself. Thus thinking, settle your mind in its uncontrived state.

གངས་གསོག་སྐབས་ཡན་ལག་བརྟན་པ་རྒྱས་བཟུས་དང་། རིགས་ཀུན་མ་དང་གཞན་ཡང་། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་
རྒྱས་ཐམས་ཅད་སོགས་ནས་མཛད་དུ་གསོལ་ཡན་གྱི་བར་ཅི་འགྲུབ་ཀྱི་མཐར་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་དང་སྤྱབ་དབང་རང་
ལ་བཟུ་ཞིང་། མཐུན་མཆམས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་སྤྲར་གསལ་འདེབས་དང་གངས་གསོག་གོང་བཞིན་སྤྱན་ཐམས་ཅད་ལ་
བྱེད།

To recite during the accumulation: Recite the short or simplified version of the Seven Branches and All Families. Apart from that, recite: (dü sum gyi sang gyé tham ché) All the buddhas of the three times until (dzé du söl) Please ensure the ordinary body, speech, and mind of myself and the three realms are completely purified and indivisible from your awakened body, speech, and mind." Having repeated this as many times as possible, dissolve the lineage gurus and Lord Buddha into yourself and engage in the post-session activities. Thereafter, repeat the prayers and accumulation as mentioned before; this applies to all sessions.

༥ གཉིས་པ་འོངས་སྤྱར་སྤྱབ་པ་ནི།

II. Practicing the Guru as Sambhogakāya:

༥ རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བའི་སྤྱིང་ཁར་སེཀླའི་ཁྱིའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱིང་པ་སྒྲ་འདབ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ་བར་
ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤྱིང་དུ། རྩ་བའི་སྒྲ་མ་འོངས་སྤྱིང་རྫོགས་པའི་སྤྱི་རྣམ་སྤྱང་གངས་ཅན་
མཚོ་སྤྱོད་ཀྱི་དཀར་པོ། རིན་པོ་ཆའི་དབུ་རྒྱུ། སྤྱན་རྒྱུ། མཁུལ་རྒྱུ། སེ་མོ་དོ། སྐ་
རགས། རྒྱལ་གདུབ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་དང་། དར་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་གཡོགས་དང་སྤྱད་
གཡོགས་ཅན།

**rang yi dam du selwé nying khar senggé tri teng du
nying pema dap gyé kyî tewar nyi mé kyilkhör gyi teng du/
tsawé la ma long chö dzok pé ku nam nang gang chen tso
ku dok kar po/ rin po ché u gyen/ nyen gyen/ gül gyen/ sé
mo do/ ka rak/ chak dup la sok pé gyen dang/ dar na tsok
kyi tö yok dang mé yok chen/**

I visualize myself as the yidam deity, and in my heart, is a lion throne. Upon it, in the center of a heart-lotus with eight petals, is a sun maṇḍala, sitting upon which is my root guru in the sambhogakāya form of Vairocana, white in color like a lake of ice. He is adorned with precious ornaments, including a head ornament, earrings, necklace, long necklace, sashes, bracelets and so forth, and is dressed in manyfold upper and lower garments made of silk.

ཕུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་གི་སྒྲིབ་དུ་ལྷུང་བཟེད་པ་སྒྲིབ་ཐོང་པ་བཅས་པ་བསྐྱམས་ཤིང་།
 འབས་ཐོང་ཐོང་གི་སྒྲིབ་ཀྱང་དུ་བཞུགས་པ། སྐུ་ལ་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་ཞིང་། ཞིང་ཁམས་
 ཐམས་ཅད་ལ་སྐུས་བྱབ་པ། འོད་དང་འོད་ཟེར་གྱི་ཚོགས་དང་ལྷན་པའི་དཔལ་བར་སྐྱབ་པ་
 མོ་དཀར་པོ། མགོན་པར་པ་སྐྱེ་ལ་ལྷུ་ཅེས་པོ། སྒྲིབ་ཀར་གྱི་མ་ལ་ཏུ་མཐིང་ཁས་མཚན་
 པ། ཏུ་གི་མཐར་བརྒྱད་པའི་མཚན་སྤྲུགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བར་གྱུར་བསམ་ལ།

**chak nyi nyam zhak gi teng du lhung zé pemé dong po
 dang ché pa nam shing/ zhap dor jé kyil trung du zhuk pa/
 ku la zhing kham tham ché nang zhing/ zhing kham tham
 ché la kü khyap pa/ ö dang ö zer gyi tsok dang den pé
 trelwar dawa la om kar po/ drin par pema la ah mar
 po/ nying kar nyi ma la hung thing khé tsen pa/ hung gi
 thar gyü pé tsen ngak kyi korwar gyur/**

With his two hands in the gesture of meditation, holding an alms bowl that has a stalk of lotus in it, he sits with his legs crossed in the vajrāsana position. All buddhafi elds reflect in his body, and his body pervades all buddhafi elds. He shines with a multitude of light rays, and his forehead is marked with a white syllable om̐ on a moon, his throat with a red syllable ẫ on a lotus, and his heart with a blue syllable hūṃ on a sun. The hūṃ is encircled by the name mantras of the lineage gurus. *Thus imagine.*

ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ནས་མཚན་པ་ནི། མོ་བཟླ་ཨུཾ་ལྷུ་ཏུ་ནས། འཕྱེད་པར་གྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་པ་
 རྒྱལ་མཚན་པ་དངོས་འབྱོར་ན་བྱ་ལ། མོ་སེམས་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ག་ཏུ་དེ་ལ་ཞུགས་ཀྱིས་པ་རི་ལྷ་རྒྱ་ཨུཾ་པ་
 ཏིཙྪ་སྤྲུ། རས་འཕྱེད་པར་དང་།

Next are the outer, inner, secret, and suchness offerings. (Make these offerings, if feasible) To bless them, recite:

**om vajra argham ā hūṃ until ùabda ā hūṃ/
 om sarva tathāgata guru deva dākēñī saparivārā argham**

until **Ùabda prañccha svāhā/**

[illegible]

The Fivefold Offering: om̐ guru vajrācārya puṣpāi and so forth.

**Inner Offering: om guru vajrācārya nirmāṇa sambhoga
dharmakāya caturkāyapati sarva amṛita om âê hūṃ.**

Secret Offering: **om̐ guru vajrācārya carturkāyapati anurāga
vajra svābhava ātmako haî.**

**Suchness Offering: om guru vajrācārya caturkāya adyanutpanan
tvarūnyatā jñānavajra svābhāva ātmako haī/**

[illegible]

Recitation of the name mantras from Vajradhara down to the Root Guru:

**oṃ âṇ namoguru vajra dhrikā mahāmudrā siddhi phala
hūm/**

om̐ â nāmo guru prajñā bhadra mahāmudrā siddhi phala
hūm/

oṃ â namo guru jñāna siddhi mahāmudrā siddhi phala
hūm/

oṃ âê namo guru dharma mati mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra dvaja mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru jambudvīpa kirti mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra rāja mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru trelokyanātha ratna ūrē bhadra
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru upadeya śīla vajra mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru puṇya kērti mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru kērti kara mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra kērti mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna siddhi mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru kērti puṇya mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra ratna mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra rāja mahāmudrā siddhi phala
hūṃ/
oṃ âê namo guru jambudvīpa dharma saya rāja
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru artha siddhi rāja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ūrē sya dvaja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru dharma rāja ūrē bhadra mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna dharmasya dvaja mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna dharma rāja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru sarvajñā ananta dharma sya dvaja ūrē
bhadra mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru jayendra ratna sampanan mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru puṇya ūrē sya sagara mahāmudrā

siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru dharma rāja lakúmi mangala ùrë
bhadra mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru mangala sampanan kērti dvaja ùrë
bhadra mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru vajra akúobyaê mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru dharma kērti karma vijayā sena
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna karma vijayā mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna karma bhadra mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna karma artha siddha dharmarāja
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara dharúi mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna dharma dvaja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara dharma sya sūrya
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru padma sya dvaja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru dharma sya dvaja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/

oṃ âê namo guru vidyā dhara mati dvaja mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru dharma maïi ùrë bhadra mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna kârīia sya sýrya mahāmudrā
siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dvaja mahāmudrā siddhi
phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara dharma mati karma
vijaya ùrë bhadra
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara śānti mati
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara dharma kara
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ùāsana dhara dharmaloka

**mahāmudrā siddhi phala hūṃ/
oṃ âê namo guru ratna ûāsana dhara karma âboga
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/**

Thus, recite the name mantras completely.

མ་གུབ་ན་དོ་ཤིང་འཆང་སྒྲོབ་པ་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཤུགས་སྒྲེལ་ནས་བསྐྱབ་ནི། བཛྲ་རྩི་ཀླ་རྩ་བློ་
རྩི་མ་ར་ཇ། ཞེས་ཐོག་མཐའ་། ཨོྩ་ཨྩ་མུམ་མུམ་ལ་བསྐྱས་པས།

If that is not possible, combine the name mantras of Vajradhara, Kyopa Jigten Sumgön, and the root guru into one and recite:

**oṃ âê namo guru vajra dhôikā ratna ùrë dharma rāja
mahāmudrā siddhi phala hūṃ/**

མཚན་ཤུགས་ལས་འདྲ་འཕྲོས། སྒྲ་མའི་སྒྲུ་གང་། ཕྱིར་འཕྲོས་འཕགས་པ་མཚན་ཅིང་བྱིན་
རྒྱབས་བསྐྱས་ནས་ཤུགས་འཕྲེང་ལ་བསྒྲིམ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས། རྣམ་སྒྲུང་
གི་སྒྲུར་བྱས། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཏིལ་གྱི་གང་བུ་ལྟར་གང་བར་བྱར་བསམ།

**tsen ngak lé ö trö/ la mé ku gang/ chir trö phak pa chö
ching jin lap dü né ngak treng la thim/ drowa tham ché
kyi drip pa jang/ nam nang gi kur gyur/ jik ten gyi kham
tham ché til gyi gang bu tar gangwar gyur/**

Then rays of light emanate from the name mantras and fill the guru's body, emanate outside, make offerings to the noble beings, gather their blessings, and dissolve back into the mantra garland, purifying the obscurations of all transitory beings, who become Vairocana, filling all worlds like sesame seeds in its pod. *Thus imagine.*

མཐར་ཕྱིད་སྒྲ་མ་རྣམས་འདྲ་དུ་ཁྱབ་ནང་གི་སྒྲ་མ་ལ་ཐིམ། དེ་འདྲ་དུ་ཁྱབ་ཤུགས་འཕྲེང་དང་
དེ་རྣམས་ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལ་ཐིམ། རྩྭ་ཡིག་ཞབས་བྲུ། ཁོག་པ། མགོ་བོ། ལྷ་ཚེས། ཐིག་ལེ་རྒྱ་
དའི་བར་དུ་བསྐྱས་ཏེ་རྒྱ་དྭ་ཡང་དམིགས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་བཞག་གོ།

**thar chi la ma nam ö du zhuwa nang gi la ma la thim/ dé ö
du zhuwa ngak treng dang dé nam thuk ké hung la thim/
hung yik zhap kyu/ khok pa/ gowo/ da tsé/ thik lé nā dé
bar du dü té na da yang mik mé kyi ngang du zhak go/**

At the end, the outer gurus dissolve into light, and that dissolves into the inner guru. He melts into light, and that dissolves into the mantra garland which dissolves into the syllable hūṃ at his heart. In the syllable hūṃ, the ü dissolves

into the trunk, the trunk into the head, the head into the crescent, the crescent into the sphere and the sphere into the nāda. Then settle in equipoise in a state wherein not even the nāda is a point of reference.

དེ་ལྟར་ཏིལ་གྱི་གང་བུ་གང་བ་ལྟར་བསམ་ལ། མཚན་ལྷགས་བསྐྱེད་ཐུན་མཚམས་སྟ། ཕྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་འོད་དུ་ལྷུ་བ་སོགས་ནས། རྒྱ་དྭང་དམིགས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་བཞག་ཅིང་། སྒྲར་ཐུན་ལ་འཇུག་ཆེ་གོང་གི་གསོལ་འདེབས་དམིགས་པ་གསལ་བའི་ངང་ནས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་བཞིན་བྱས་པས། རབ་སྒྲ་བ་གཅིག་གསལ། བདུན་གསུམ་མཁུ་རྟགས་མ་བྱུང་བར་འབད་པར་བྱེད།

Thus, recite the name mantra with the visualization that everywhere is filled [with all beings in the form of Vairocana], like sesame seeds in their pod. At the end of the session, recite from, the outer gurus dissolve into light and so on until settle in equipoise in a state wherein not even the nāda is a point of reference. When re-engaging in the session, do the prayers and visualization mentioned before, from within this state do the recitation as explained earlier. Ideally, do this for one month. Otherwise, for three weeks or until achieving some sign.

༥ གསུམ་པ་ཚས་སྒྲར་སྒྲུབ་པ་ནི།

III. Practicing the Guru as Dharmakāya:

སྒྲིབ་ཚས་ཀྱི་སྒྲུབ་དངོས་པོ་དང་མཚན་མར་མ་གྲུབ་ཀྱང་། གསལ་ལྷགས་པ་རྣམས་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་བྱིར། འདི་ལྟར་གསལ་གདབ་སྟེ།

In general, dharmakāya does not exist as an entity or attribute. However, in order to integrate it into the path, the adherents of Secret Mantra visualize as follows:

༥ རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བའི་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སེའི་པད་ལྷན་ནི་མའི་སྟེང་དུ། ཅ་བའི་སྒྲ་མ་རིགས་དུག་པ་རྩྭ་འཆང་ཆེན་པོ་སྒྲུ་མདོག་ནམ་མཁའ་རྣམ་པར་དག་པ་ལྟར་སྟོབས་ངང་། ཉལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ་རྩྭ་འཆང་དང་དྲིལ་བུ་ཐུགས་ཁར་བསྟོལ་བ། ཉལས་གཉིས་རྩྭ་འཆང་གྲང་མཇད་པ། དར་གྱི་ན་བཟའ་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པ་ མཚན་དཔེ་རྩོགས་ཤིང་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ། དེ་ལ་ཟབ་ཁིད་ལྷ་ལྷན་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་ཕུང་གཏོབས་པ་ལྟར་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་ཀྱང་པར་སོས།

**rang yi dam du selwé dün gyi nam khar seng gé pé da nyi
mé teng du/ tsawé la ma rik druk pa dor jé chang chen po
ku dok nam kha nam par dak pa tar ngo sang/ zhel chik
chak nyi pa dor jé dang dril bu thuk khar nölwa/ zhap nyi
dor jé kyil trung dzé pa dar gyi na za dang rin po ché gyen
pa tsen pé dzok shing ö zer trowa/ dé la zap tri nga den
gyü pé la ma nam kyi trin phung tip pa tar kor né zhuk
par gyur/**

I visualize myself in the form of the yidam deity. In the space in front of me, on a lion throne with a cushion made of a lotus,

moon, and sun, is my root guru, the great Vajradhara, who embodies the sixth family. He is blue in color, like the sky in its complete purity. He has one face and his two hands, holding a vajra and a bell, are crossed at his heart. His legs are crossed in the vajrasāna position, and he is adorned with silk garments and precious jewels.

Fully embellished with the major and minor marks, he emanates rays of light. He sits surrounded by the lineage gurus of the Fivefold Profound Instruction, who are gathered like cumulus clouds. *Thus imagine.*

ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ནས་མཆོད་ཅིང་། རིགས་ཀྱན་མ་སོགས་ཀྱིས་གསོལ་འདེབས་ཅི་རིགས་བྱ། མོས་གསུམ་གྱི་
གདུང་བ་དྲག་པོ་སྦྱེ་ཞིང་དམིགས་པ་གསལ་བ་དང་། སེམས་བྱིང་ཆོད་ཀྱི་དབང་དུ་མི་འགོ་ན་ཡུན་རིང་བྱ། སེམས་
བྱིང་ཆོད་ཀྱི་དབང་དུ་འགོ་བར་འདུག་ན་རྟོག་པས་བར་མ་ཆོད་པར་བྱ།

Make the outer, inner, secret, and suchness offerings and pray with All Families or the like. Generate intense longing devotion, and thus, when the visualization is clear and the mind is not swayed by sinking or agitation, continue for a longer period of time. If the mind is being swayed by sinking and agitation, make sure to be free from interruptions by thoughts.

མཐར་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་དོ་ཤྲོ་འཆང་ལ་ཐིམ། དེ་འོད་ལུང་དུ་བྱ་བ་རང་གི་སྒྲིན་མཚམས་སུ་ཐིམ་པར་གྱུར་པར་
བསམ་མོ།

At the end: Imagine that the lineage gurus dissolve into Vajradhara, who melts into a mass of light and dissolves into the spot between my eyebrows.

༥ བཞི་པ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱར་སྐྱབ་པ་ནི།

IV. Practicing the Guru as Svābhāvikakāya:

ཕྱི་ལོ་དུ་སྐྱར་བའི་ཀྱན་ཇོ་བ་བདར་བདགས་པའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད། རང་སེམས་དོན་དམ་པའི་སྒྲ་མའི་རང་རྩལ་ལམ་
རང་གདངས་ཡིན་པས། སྒྲ་མ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་ཐག་བཅད་ལ།

The conventionally designated guru, who appears externally, is the natural play or natural expression of one's own mind, which is the ultimate guru. Therefore, resolve on the point that the guru and your own mind are inseparable. Then offer the Seven branches by reciting as follows:

༥ ཇེ་སེམས་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ། ལྷན་གྱིས་གྱབ་ཅིང་འདུས་མ་བྱ།
སྐྱ་བསམ་ཤེས་བརྗོད་ཡུལ་ལས་འདས། ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

jé sem nyi ngowo nyi kyi ku/ lhün gyi drup ching dü ma
ja/

ma sam shé jö yül lé dé/ jé rin po ché la chak tsel lo/

Mind itself is the lord Svābhāvikakāya; it is spontaneously present and uncompounded, beyond the objects of words, thoughts, knowledge, and

expression. To this precious lord I pay homage.

དངོས་དང་དངོས་མེད་འཁོར་འདས་ཀྱི།། སེམས་ཉིད་གཅིག་དུ་འདྲེས་པ་ལ།།
ཀུན་དུ་བཟང་པོར་འགྱུར་པ་ཡི།། སྤྲེའི་མཆོད་པས་མཆོད་པར་བཞི།།

**ngö dang ngö mé khor dé kün/ sem nyi chik tu dré pa la/
kün tu zang pör gyur pa yi/ la me chö pe chö par gyi/**

The material and immaterial, all of saṃsāra and nirvāṇa, when mixed and mingled into one in the mind itself, is the offering that is perfect in all aspects. With this unsurpassable offering I serve.

རང་གཞིན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་སངས་རྒྱས།། སྐྱེ་གསུམ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ།།
ཐ་མལ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི།། འཁྲལ་པར་གྱུར་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།།

**rang zhen tham ché dzok sang gyé/ ku sum lhün gyi drup
pa la/
tha mel lü ngak yi sum gyi/ trül par gyur pa thöl lo shak/**

All others and I are fully awakened, and the three bodies are spontaneously present. Yet there is the confusion that body, speech, and mind are ordinary, which I disclose and confess.

རང་བཞིན་གདོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཤིང་།། སྤྲེའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དང་།།
འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དགེ་བ་ལ།། སྤྲིང་ནས་དགའ་བས་ཡིད་རང་ངོ་།།

**rang zhin dö né sang gyé shing/ la mé kön chok sum po
dang/
drowa kün gyi gewa la/ nying né gawé yi rang ngo/**

In the primordially awakened nature, which is the unsurpassed Three Jewels, and in the virtues of all transitory beings, I rejoice from my heart with joy.

རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྱད་དུ་སངས་རྒྱས་ཤིང་།། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྐོབ་པ་ནམས།།
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་གྱུར་ནས།། འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་སྐོབ་མཛད་གསོལ།།

**gyel sé nyur du sang gyé shing/ dzok pé jang chup thop pa
nam/
chö kyī khor lo kor gyur né/ dro kün sang gyé thop dzé
söl/**

Bodhisattvas who have quickly attained buddhahood and thus have achieved complete awakening, may you turn the wheel of Dharma, and help all transitory beings attain buddhahood.

སྟོན་པ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་རྣམས།། ཟུང་ན་འདུང་བ་གང་བཞེད་པ།།
སྟོན་གྱི་དམ་བཅའ་དགོངས་མཛོད་ལ།། ཟུང་ན་མི་འདུང་བཞུགས་སུ་གསོལ།།

**tön pa thuk jé chen po nam/ nya ngen dawa gang zhé pa/
ngön gyi dam cha gong dzö la/ nya ngen mi da zhuk su
söl/**

All teachers of great compassion who think of passing into nirvāṇa, may you consider your past commitments and remain here without passing into nirvāṇa.

བདག་དང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པས།། དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་བ་དང་།།
གདོད་ནས་ཡོད་པའི་དགོ་བ་འདིས།། འགྲོ་ཁྱེན་སྒྲ་མེད་བྱང་རྩལ་མུར་ཐོབ་ཤོག། ཅེས་དང་།

**dak dang drowa ma lü pe/ dü sum sak pé gewa dang/
dö né yö pé gewa di/ dro kün la mé jang chup nyur thop
shok/**

Through the virtues accumulated in the three times by myself and all transitory beings without exception, and by the primordially existing virtue, may all transitory beings swiftly achieve unsurpassed awakening.

༥ ཅ་མོ་སྣང་སྤྱིད་རྣམ་དག་གི་སྒྲ་མ་ལ།། སྣང་སྤྱིད་གཞིར་བཞེངས་སུ་མཛོད་པ་འབྱུལ།།
ཁམས་གསུམ་ཡོངས་གྲོལ་དུ་གསོལ་བ་འདེབས།། འཁོར་བ་དོང་སྤྱག་དུ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

**na mö nang si nam dak gi la ma la/ nang si zhir zheng su
chö pa bül/
kham sum yong dröl du sölwa dep/ khorwa dong truk tu
jin gyi lop/**

Also: Namo! Guru who is the purity of appearance and existence: I make offerings to invoke you as the base of appearance and existence. I pray you for the liberation of all in the three realms. Please grant your blessing to stir saṃsāra from its depths.

ཞེས་གསུངས་པས་མཛོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། རང་སེམས་དང་སྒྲ་མ་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་སྒྲ་མ་བསྟོམ་
 པ། མཛོད་བྱ་མཛོད་བྱེད་མཛོད་པ་གསུམ་ཀ་དོན་དམ་པར་སྒྲ་མའི་རྩལ་བར་ཤར་བ་ནི་མཛོད་པ། གསོལ་བ་
 འདེབས་བྱ་འདེབས་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཐ་དད་དུ་མི་དམིགས་པ་ནི་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱུས་
 སྟུ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཞེ་ཐག་པ་སྟོང་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཅིང་།
 ངར་རམ་དབལ་ནི་གདུང་བའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ལ། སྟོན་བྱ་བཞིའི་རྣལ་
 འབྱོར་བྱིན་རླབས་ཀྱི་རྩལ་མཛོ་ལྟར་ཉམས་སྲུ་སྒྲ་ཞིང་། སྒྲ་མ་རྒྱུང་འབོད་དང་། སྒྲ་མ་མཁུན་ནི་ཞེས་གངས་གསོག་
 དང་། དབང་བཞི་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱང་འབད་ན་ལེགས་པར་མངོན་ནོ།།

Making offerings and prayers with these words and thereby realizing the guru and one's mind as indivisible is meditation on the 'guru.' Ultimately, 'offering' is to realize that the recipient of the offering, the one who offers and the act of offering, all three of them, are the guru's display. 'Prayer' is when there are no notions of a prayer, an object of prayer, and one who prays as distinct from one another; it is about generating, from the core of your heart and the depths of your bones, the notion of the guru as a buddha who is the embodiment of the four bodies, which he is; and 'supplicating with vigour or sharpness' means doing it with the power of continuous longing. If you wish to elaborate, practice the yoga of four sessions as taught in The Enchanting Lake of Blessings. It is also excellent to make effort in accumulating recitations of Calling the Guru from Afar and 'Lama Khyeno' (Guru! Think of me), and to receive the four empowerments.

༺ སྟོན་བཞི་པ་རྟོགས་རིམ་དོན་གྱི་སྟོང་པོ་ཤུག་རྒྱུ་ཆེན་པོ་སྟོམ་པ་ནི།

IV. Meditation on Mahāmudrā, The True Essence of the Completion Stage

[Calm Abiding]

༺ ཁྱིད་རིམ་དང་། རོ་སྟོང་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་མ་འཁྲིད་པ་ལ་གཉིས་
 ལས། དང་པོ་ནི་སེམས་རྣམ་རྟོག་གི་སྟོས་པས་མ་བསྐྱེད་པར་ཞི་བར་གནས་པའི་དོན་གྱིས་ན་ནི་གནས་ཤེས་བྱ་
 ཞིང་། དེ་སྐབས་པ་ལ་མཚན་བཅས་དང་། མཚན་མེད་གཉིས། དང་པོ་ལ་ཡང་རྟོན་ཅན་དང་རྟོན་མེད་གཉིས་ལས།
 དང་པོ་ནི། མདུན་དུ་དམིགས་རྟོན་ཏེ་ཅང་དཀར་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་མིག་ཏེ་རེ་བ་བལྟས་ལ་གཞན་དུ་མ་ཡོངས་པར་
 གསལ་སྟོང་དེ་ཀའི་ངང་དུ་རྟོག་གེ་ཅི་གནས་སུ་བཞག། སེམས་མི་གནས་པར་རྟོག་པ་ཐོལ་གྱིས་སྟེ་ན་སྟེས་མ་ཐག་དུ་
 ཅད་གྱིས་བཅད་དེ་དམིགས་རྟོན་ཉིད་ལ་ཅེར་གྱི་བལྟས་ལ་བཞག། དམིགས་རྟོན་སེམས་ཀྱི་སྟོང་དུ་རྩྱུར་འཁྱེར་
 བའས། སེམས་དམིགས་རྟོན་གྱི་སྟོང་དུ་ཤར་འཁྱེར་བའས། སེམས་དང་དམིགས་རྟོན་ཐ་དད་དུ་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་
 སྟོས་མ་བསྐྱེད་པར་རང་བབས་སུ་བཞག། ཡང་ན་ཡི་དམ་ལྷའི་བསྐྱེད་རིམ་ལས་གྱིས་གསལ་བཏབ་ནས་ལྷའི་སྟེ་
 བཞིན་ལ་སེམས་ཅེ་རེ་བལྟས་ལ་འཛོག་པ་རྣམས་གང་བདེ་བྱའོ།།

It consists of two parts: 1. The gradual instructions. 2. The pointing-out. 1.1 Instructions on calm abiding 1.2 Instructions on special insight. 1.1 Instructions on calm abiding: The mind abides calmly, undiluted by elaborating thoughts; hence it is called 'calm abiding.' In order to practice this, there are two methods: 1.1.1 With sign. 1.1.2 Without sign. 1.1.1.1 With support. 1.1.1.2 Without support.

1.1.1.1 With support: Place an object which is not too bright as a reference point in front of you, and look at it straight on. Let the mind abide wide-awake in that very state of clarity-emptiness, as long as it can, without being distracted by anything. If the mind does not abide and thoughts pop up abruptly, cut them down on the spot and make it abide on the reference point by looking directly at it. Let the mind abide in its natural state, undiluted by thoughts of bringing the reference point in to the mind or directing the mind out to the reference point, or thinking of the mind and the reference

point as distinct from one another and so forth. Another option is to visualize the yidam deity through the process of the generation stage. Then look directly at the deity's form and set the mind thereon. Do whichever is more convenient.

༥ གཉིས་པ་རྟོག་མེད་ལ་ཡང་རྒྱུ་ཅན་དང་། རྒྱུ་མེད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱུ་འབྱུང་གནས་འཇུག་གསུམ་ལ་སེམས་བཞུགས་དེ་བསྐྱོམ། དེ་ཡང་འདི་འབྱུང་བའོ། ། འདི་འཇུག་པའོ་སྐྱུ་དུ་རྟོག་པ་སོགས་གྱིས་མ་བསྐྱེད་པར་རྒྱུ་དེ་ཉིད་དམིགས་རྟོག་ཅན་དུ་བྱས་ལ་ཅི་གནས་སུ་བཞག་པ་དང་། རྒྱུ་མེད་ནི་སེམས་གང་ལ་ཡང་རྟོག་མི་བཅད་བར་རང་བབས་ཇི་ལྟར་འབྱུག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་སྤྱོད་ན་སྤྱོད་ཐོག་གསལ་ན་གསལ་ཐོག་དུ་མ་བཅོས་པར་བཞག་ རྟོག་པ་ཐོལ་གྱིས་སྒྲིན་ཅད་གྱིས་གཅོད་པ་གོང་ལྟར་བྱའོ། །

1.1.1.2 Without support has two parts: 1.1.1.2.1 With breath. 1.1.1.2.2 Without breath.

1.1.1.2.1 With breath: This is practiced by looking at the arising, abiding, and engaging of the breath. However, it should be undiluted by thoughts such as ‘this is arising,’ ‘this is engaging,’ and so forth. Use the breath only as a reference point and set the mind upon it for as long as the mind will abide on it.

1.1.1.2.2 Without breath: In this, using nothing as a support, set the mind in its natural state, whatever it is, without altering anything. If it is empty, set it upon the emptiness; if it is clear, set it upon the clarity. If thoughts pop up abruptly, cut them down on the spot, as before.

༥ མཚན་མེད་ལ་ཡང་སྒྲིམ་པ་དང་སྤྱོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ལུས་གནས་པ་དང་བཟླ་སྤངས་ལ་གཟིར། སྐབས་སུ་རྒྱུ་རོ་སངས་ཀྱིས་དབྱུང་། རིག་པ་ངར་བསྐྱེད་ལ། དུས་གསུམ་གྱི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཅི་ཡང་སྤྱིར་མི་འཇུག་སྐྱུ་པའི་གསལ་སྤྱོད་གི་ངང་དུ་འབྱུ་བ་ཐམས་ཅད་ཅད་ཀྱིས་བཅད་ལ་བཞག་གོ། གཉིས་པ་སྤྱོད་པ་ནི་གོང་གི་དེས་སུ་ན་པའས། སེམས་ཀྱི་འཆར་སྐྱོ་ཤོད་དུ་སོང་ན། ལུས་སེམས་ཁོང་སྤྱོད་ལ་རང་བབས་སུ་བཞག་ དེའི་ངང་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོག་པ་རགས་པ་སྒྲིན་ཅད་ཀྱིས་བཅད། འབྱུ་བ་སྤྱོད་པ་ནི་དགག་པར་རང་སོར་བཞག་ འདི་གཉིས་ཀ་གསལ་བ་དོ་བ་འཕྲོ་བཅད་ཅིང་སྐྱུ་རྒྱུང་ལ་གངས་མང་བར་བྱེད་པ་མན་ངག་ཡིན་ཏེ། སྒྲིམ་ལུན་རིང་ན་ཤོད་པའི་སྤྱོན་དང་། སྤྱོད་ལུན་རིང་ན་བྱིང་སྐྱུགས་དང་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་འགོ་བས་སོ། །

1.1.2 Without sign has two parts: 1.1.2.1 Tightening. 1.1.2.2 Loosening.

1.1.2.1 Tightening: Concentrate on the sitting posture of the body and the ways of gazing. At times, expel the stale air completely. Sharpen your awareness and resolve to prevent any thoughts of the three times from arising. Thus, cut down all fleeting thoughts on the spot, and set your mind in the state of clarity-emptiness.

1.1.2.2 Loosening: If you get tired of the above practice, or if the arising of thoughts gets out of control, let the body and mind

relax and abide in their natural states. Within this state state, if coarse afflictive thoughts arise, cut them down on the spot. If there are subtle movements of thoughts, leave them as they are, without attempting to block them.

For both of these, the pith instruction is to practice in short but repeated sessions by breaking up the continuity of clarity and progress. The reason is that if tightening is applied for too long, there is the fault of becoming subject to agitation, and if loosening is applied for too long, there is the fault of becoming subject to sinking and dullness.

འོན་ཀྱང་གང་ཟག་གི་ཁམས་རིགས་དང་བསྐྱེད་ལ་ས་ཁམས་ཤས་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་བྱིང་ཞིང་རྒྱགས་ནས་རིག་པ་མི་གསལ་
ཞིང་ཉེག་ན་སྦྱིས་པ་ལ་གཙོ་བོར་བྱ། སྤྱུའི་རྣམ་ཤེས་ལྟར་འཕྲོ་ཤོད་ཤས་ཆེ་བའི་རིགས་ཡིན་ན་སྦྱོང་པ་གཙོ་བོར་བྱ་
ཞིང་། བྱིང་ཤོད་སྟོམས་པའི་རིགས་ལ་སྦྱིལ་མར་བྱ་བའི་གནད་མ་ཤེས་ན་སྟོམ་སྟོན་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པས་སོ།།

However, this should conform to the type of one's disposition. For instance, if one has excessive earth element and is thus subject to sinking and dullness, whereby the awareness remains dim and disturbed, emphasize tightening.

If one has excessive scattering and agitation, like a monkey's mind, emphasize loosening; and if one has a balance of sinking and agitation, apply [tightening and loosening] alternately. If one does not know these key factors, there is the danger that there will be errors in the meditation.

ལྷག་མཐོང་།

[Special Insight]

༥ གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་གི་སྟོན་པ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ལས། [སེམས་སྣང་སྣ་ཚོགས་གཏན་ལ་དབབ་པ་
དང་། གཞི་རྩལ་སྟོང་འདྲགས་གཙོད་པ་གཉིས་ལས།] དང་པོ་ནི། [ལ]སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།
དེའི་རྩལ་རྣམ་ཐོག་དང་སྣང་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སེམས་ལྷན་ནི་གནས་པའི་དུས་སུ་དེ་
གའི་ངོ་བོ་ལ་ཅེར་བྱས་བལྟས་ལ། གནས་པ་འདི་ལྷན་ཡིན་ནས་སེམས་ཡིན། སེམས་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ཞིག་ཡོད་
པར་ཐག་ཆོད་པས།

*1.2 Instructions on special insight has two parts: 1.2.1 Establishing the manyfold appearances of the mind.
1.2.2 Clearing exaggerations in regard to the expressions of the base; establishing the nature of the mind.
(1.2.1, continued) Establishing its dynamic energies, thoughts and appearances.*

1.2.1 Establishing the manyfold appearances of the mind: When the mind is abiding vividly, look directly at its nature and examine: Is this that is abiding the body, or is it the mind? If it is the mind, it must be an entity. If so, what kind of shape and color does it have?

གཟུགས་དབྱིབས་སམ་ཁ་དོག་ཇི་ལྟར་འདུག ལྷ་བཞི། ལྷ་གམ། ལྷ་མ་པོ་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་། དཀར་དམར་
 ཀླུ་པོ་སོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་དུ་འདུག་གམ། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གང་དུ་གནས། མིག་སོགས་དབང་པོ་རྣམས་
 ཀྱིས་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་སྒྲ་ཐོས་པ་སོགས་ཀྱི་དུས་སྟེ། སེམས་གཅིག་ཕུ་ཉིད་དབང་པོ་སོ་སོར་རེས་མོས་ཀྱི་རྒྱུའམ་
 སྤྱི་ཁབ་དུ་གནས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིང་ལ་སོགས་པའི་དོན་ལྟ་དང་། རྒྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་སྣོད་དུག་དང་། ལུས་
 སྣོད་སྣོད་ཀྱི་ཆ་གང་དུ་གནས། ལུས་སྤྱི་ལ་ཁབ་བོ་ཞིན། ཁབ་ལུགས་ཇི་ལྟ་སྟེ། དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་
 གནས་ན། ལུས་རོར་ཡུར་པའི་ཆོ་སེམས་ཇི་ལྟར་སོང་། དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་གནས་འགྲོ་གསུམ་སོགས་ལ་ཡང་ལེགས་
 པར་བརྟག་གོ།

Does it have any shape such as square, semi-circular, round, and so forth? Any color such as white, red, black, and so forth? Where does it abide, outside the body, inside the body or in between them? When the eyes and the like, the sense organs, see forms, hear sounds, and so forth, does the mind work with each sense organ alternately or does it permeate them in general?

Likewise, where does it exist, in the five vital organs such as the heart and so forth, in the six vessels such as the intestines and so forth, or in the upper or lower part of the body? If one says it permeates the whole body, in what manner does it permeate it?

If it is the case that the mind and the body exist inseparably, as if mixed, then what happens to the mind when the body becomes a corpse? Likewise, carefully examine how it arises, remains, and goes, and so forth.

གཉིས་པ། སེམས་རྩད་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་མཁན་པོ་རྣམ་རྟོག་ཉིད་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་ལ། གཟུགས་དབྱིབས་ཁ་
 དོག་སོགས་དང་། དང་པོ་གང་ནས་བྱུང་། བྱུང་བའི་དུས་གང་། ད་ལྟ་གར་གནས། བཅས་གང་དུ་སོང་སོགས་ཞིབ་
 དུ་བརྟག་ རང་ཐག་རང་གིས་ནང་ནས་ཆོད་ངེས་ཤིག་མ་བྱུང་བར་དུ་དཔྱོད་པ་གལ་ཆེད།

གཉིས་པ་གཞི་རྩལ་སྤྱོད་དོགས་གཅོད་པ་ལ་བཞི། རྣམ་རྟོག་སེམས་སུ་ཐག་བཅད་པ། སྤྱང་བ་སེམས་སུ་ཐག་བཅད་
 པ། སེམས་གནས་འཁྱའི་རྩ་བ་བཅད་པ། གང་ཤར་སྤྱོད་མེད་དུ་བཅད་པའམ་ལ་བསྐྱབ་པའོ། [དང་པོ་ནི། སེམས་
 ལྷན་ནེ་གནས་པའི་ངང་ནས་རྣམ་རྟོག་ཅིག་སྤྱོས་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་ཏེ། རྣམ་རྟོག་དེ་སེམས་ལས་བྱུང་ངམ་མ་
 བྱུང་། སེམས་དང་གཅིག་གམ་ཐ་དད། སེམས་ལས་བྱུང་ན། ཉི་མ་ལས་ཟེར་བཞིན་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། དེ་ལྟར་
 རྟོ་ ཉི་མ་དང་འོད་ཟེར་གཉིས་དུས་གཅིག་དུ་སྤྱང་བ་ལྟར། སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་གཉིས་མཉམ་འགྲོག་གི་ཚུལ་དུ་
 སྤྱོས་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་མ་ལས་བྱུ་སྤྱོས་པ་ལྟར་སྤྱོས་སོ་སྤྱོས་ན།

(1.2.1, continued) Establishing its dynamic energies, thoughts and appearances: Look directly at the very thought that is enquiring into the mind, and carefully examine: what shape and color does it have? From where does it arise in the beginning? When does it arise? Where does it exist now? Where does it go in the end? It is crucial to scrutinize thus

until you gain a decisive certainty from within.

1.2.2 Clearing exaggerations in regard to the expressions of the base has four parts: 1.2.2.1 Determining thoughts are the mind. 1.2.2.2 Determining appearances are the mind. 1.2.2.3 Cutting the root of the abiding and moving of the mind. 1.2.2.4 Determining or resolving that whatever manifests is non-arising.

1.2.2.1 Determining thoughts are the mind: Within the state of the vividly abiding mind, generate one thought. Look at it directly and analyze: Does it arise from the mind or not? Is it the mind itself or is it different? If it does arise from the mind, does it arise like rays from the sun? If that is the case, just as the sun and its rays that can be seen simultaneously, do the mind and the thought arise concurrently? One may suppose it arises like a child being born from its mother.

འོན་མ་གཏིས་གསོན་པ་ལྟར་སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་གཉིས་ཀ་གསོན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསལ། སུ་སྦྱེས་པ་ན་མ་གཏིས་པ་རྣམས་ལྟ་བུ་ལྟར། མ་གསོན་ཞིང་བུ་ལྟ་བུ་ལྟར། སེམས་གསོན་རྣམ་རྟོག་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ། མ་གཏིས་ཀ་འཆི་སྤྱིད་པ་ལྟར་སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་གཉིས་ཀ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ་ཞིབ་དུ་ཐག་བཅད། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་རྣམ་རྟོག་གཉིས་གཅིག་ན། སེམས་རྣམ་རྟོག་དུ་ཤར་ནས་གཅིག་གསལ། རྣམ་རྟོག་སེམས་སུ་ཤར་ནས་གཅིག་མི་གཅིག་ན་ཁྱད་པར་ཇི་ལྟ་བུ་སོགས་ལེགས་པར་བརྟག་གོ། གཉིས་པ་མཐུན་གྱི་ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་ལ། གཟུགས་དེ་སེམས་ལས་བྱུང་ངམ་མ་བྱུང་། སེམས་དང་གཅིག་གསལ་ཐ་དད། སེམས་ལས་མ་བྱུང་ན་གྱི་བའི་མི་རོལ་ལང་སྤང་འོས་པ་ལ་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར།

If so, as in the situation of both mother and child surviving, do both the thought and the mind survive? As in the situation of the mother dying when the child is born, does the mind die when the thought is born? As in the situation of the mother surviving but the child dying, does the mind survive and the thought die? As there is the possibility of both the mother and the child dying, do both the mind and the thought die? Ascertain carefully.

Likewise, if the mind and the thought are one and the same, is it because the mind manifests as the thought, or the thought manifests as the mind? If they are not the same, analyze carefully and identify the differences.

1.2.2.2 Determining appearances are the mind: Look directly at something in front of you, such as a pillar, and examine: Does this form arise from the mind or doesn't it? Is it the same as the mind or is it different? If it does not arise from the mind, then even the dead should be able to see it, but that is not the case.

སེམས་ལས་བྱུང་ན་རང་གཞས་གཞན་དུ་སོང་བའི་དུས་སུ། ཀ་བ་སོགས་ཀྱང་རང་དང་མཉམ་དུ་འོང་འོས་པ་ལ་མི་འོང་བའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱད་དུ་རྩོམ་གྱི་ལ་ཡང་སྤང་བཞིན་བརྟག་གོ། ཡང་སྤང་སེམས་གཉིས་གཅིག་ན་

སེམས་སྒྲིབ་པ་མཛད་ཀྱིས་གཅིག་གཟུགས་སྒྲིབ་པ་སེམས་སྒྲིབ་པ་དང་སེམས་རྒྱུ་ལྟོགས་ཐུབ་པ་ལྟ་བུར་འདུག་གས་ཁྱད་པར་ཇི་ལྟ་བུ་སོགས་བརྟག་གོ། གསུམ་པ་ནི། ཞིག་ནས་ཀྱི་སྐབས་ལྟ་བུའི་སེམས་གནས་པའི་ངོ་བོ་ལ་གཅེར་གྱིས་བཟུ། ཡང་ལྟ་མཐོང་གི་སེམས་ཚོལ་གྱི་སྐབས་ལྟ་བུའི་འགྲུ་བའི་ངོ་བོ་ལ་ཅེར་གྱིས་བཟུས་ལ། དེ་གཉིས་ལ་ཁྱད་འདུག་གས་མི་འདུག་འདུག་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཇི་ལྟ་བུ། མི་འདུག་ན་གནས་འགྲུ་གཉིས་སྒྲིབ་པ་ཅི་ཡིན།

If it does arise from the mind, then the pillar or the like ought to follow you when you move to a different place, but that is not the case. Similarly, analyze sound, smell, taste and touch in the same manner. Also, if the appearance and the mind are one and the same, is it because the mind itself is the appearance or because the appearance is mixed with the mind? If they are not the same, does the mind appear to be capable of sustaining on its own, independently? Analyze whether there is any difference.

1.2.2.3 Cutting the root of the abiding and moving of the mind: Look directly at the nature of the abiding mind, for instance during calm abiding. Then look directly at the nature of the moving thoughts, for instance while searching the mind during special insight. Is there is any difference between them? If yes, what is the difference? If there is no difference, why is there the differentiation of abiding and moving?

ཡང་སེམས་གནས་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་གནས་པའི་སྐྱེས་པའི་འགྲུ་བ་ཕྱ་མོ་འགའ་ཞིག་འདུག་པ་དང་། འགྲུ་བ་ཞིན་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་འགྲུ་བའི་སྐྱེས་པ་སོགས་གནས་པའི་ཆ་འགའ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་ཡང་སེམས་བརྟག་ལ་ཐག་ལེགས་པར་བཅད་དོ། བཞི་པ་ནས་རྟོག་དང་ཚོགས་རྒྱུ་གི་སྒྲིབ་པ་སོགས་ལ་མི་བཟོ་བར། སེམས་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་ཅེར་གྱིས་བཟུས་ལ། གསལ་བ་ཞིག་འདུག་གས། སྟོང་པ་ཞིག་འདུག་གས། གསལ་བ་ཤས་ཆེ་བའམ། སྟོང་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་གས། གསལ་སྟོང་དབྱེར་མེད་པ་ཞིག་འདུག་པ་སོགས་ཞིབ་དུ་བརྟག་པ་གལ་ཆེ་ལོ། འདི་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སྒྲིབ་ཐོས་ལམ་དང་གོ་བ་ཙམ་ལ་བཞག་སྟེ། རྟོ་རུས་ཐུག་པའི་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱས་ན་ཕྱིས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དྲ་བར་རྒྱུད་དོ། སྟོས་ཆེན་ཆུན་པོར་རྟོམ་པ་འགའ་ཡང་སྒྲིབ་པ་འདྲ་བའི་སྒྲིབ་ཀྱིས་སེམས་ལ་ཁོ་ཀྱི་འཚོལ་དགོས་པ་ནི་སྐབས་འདིར་ཕུ་ཐག་མ་ཚད་པས་ལན་པ་ཡིན་གསུངས།

Also, within the abiding mind, there are some subtle aspects of movement, such as sensing ‘it is abiding,’ and during the movement there are also some aspects of abiding, such as sensing ‘it is moving.’ Examine these individually and determine well.

1.2.2.4 Determining or resolving that whatever manifests is non-arising: Without looking at any thought or the experiences related to the six collections, look directly at the very nature of mind itself. Is it something clear? Is it something empty? Is it more of a clarity? Is it more of an emptiness? Is it an indivisible union of clarity and emptiness? It is very crucial to carefully scrutinize in these

terms and so forth.

At this stage, if you rely on mere hearsay and theoretical understanding and never persevere to examine completely and conclusively, you will later find yourself trapped in a web of doubts. Because of not being able to reach a decisive conclusion at this stage, even some of the meditators who arrogantly assume themselves to be ‘great and senior’ have to keep looking just for pointing out instructions and methods for getting rid of obstacles.

ངོ་སྟོན། [Pointing-out]

༥ གཉིས་པ་ངོ་སྟོན་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྣམ་རྟོག་ལྟན་སྦྱེས་ངོ་སྟོན་པ། གཉིས་པ་སྒྲུང་བ་ལྟན་སྦྱེས་ངོ་སྟོན་པ། གསུམ་པ་སེམས་ཉིད་ལྟན་སྦྱེས་ངོ་སྟོན་པ། དང་པོ་རྣམ་རྟོག་ལྟན་སྦྱེས་ངོ་སྟོན་པ་ཐོག་མར་བཅོལ་ན། སྒྲུང་རྣམ་རྟོག་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། རྣམ་རྟོག་སེམས་སུ་ཐག་གཅོད་པའི་ཆེ། རྣམ་རྟོག་དང་སེམས་ཐ་དང་པ་ཞིག་དུ་གོ་ན། ད་རུང་ཐག་མ་ཆོད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲུང་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལྟར་གོ་ན། རྣམ་རྟོག་སེམས་ལས་ཤར་ཙམ་གྱི་ངོས་ནས་ཆ་འདྲ་ཡང་། ཉི་མ་དང་འོད་ཟེར་གཉིས་སེམས་སྒྲུང་བ་ལྟར། སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་གཉིས་མཉམ་དུ་སྒྲུང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཡང་མ་ལས་བྱ་སྦྱེས་པ་ལྟར་གོ་ན། དེ་དེ་ལས་སྦྱེས་པ་ཙམ་དུ་ཆ་འདྲ་ཡང་། མ་བྱ་རྒྱུད་ཐ་དང་པའི་ཕྱིར། མ་ཤི་ནས་བྱ་གསོན་པའམ། བྱ་ཤི་ནས་མ་གསོན་པའམ། མཉམ་དུ་ཤི་བའམ། མཉམ་དུ་གསོན་པ་ལྟ་བུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

2. The pointing-out has three parts: 2.1 Pointing out co-emergent thoughts. 2.2 Pointing out co-emergent appearances. 2.3 Pointing out the co-emergent mind itself.

2.1 Pointing out co-emergent thoughts: Earlier, while establishing the thought and determining that the thought is the mind, if one found the thought and the mind to be different, one is yet to reach a decisive conclusion. If the thought is found to be like in the earlier example of the sun and its rays, it is so only from the perspective of the thought arising from the mind. However, although the sun and its rays appear individually, side by side, it is not possible for the mind and the thought to appear concurrently.

Also, if it is found to be like in the example of a child being born from its mother, it is so only from the perspective of one being born from the other. However, a mother and her child are beings with different minds, and so the mother dies and the child survives, the child dies and the mother survives, both die together, or both survive together, which is not possible with [the thought and the mind].

དེས་ན་འདིར་དཔེར་རུང་བ་ཙམ་ནི་གསེར་དང་གཡའ་ལྷ་བུ་སྟེ། སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་ལྷན་ཅིག་དུ་སྦྲེལ་ཤིང་སེམས་
ཉིད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་ལ་སྦྱབ་པ་ལྷན་སྦྲུང་ཡང་། རྣམ་རྟོག་དེ་ཉིད་རང་ངོ་ཤེས་པས་རང་དག་སྟེ་དབྱེར་མེད་དུ་གྲོལ་བར་གོ
ཞིང་། སེམས་རྣམ་རྟོག་དུ་སོང་ནས་གཅིག་པའམ། རྣམ་རྟོག་སེམས་སུ་སོང་ནས་གཅིག་པ་ལྷ་བུ་མ་ཡིན་པར་དོ
གང་གི་ཤྱེན་གྱིས་རྒྱ་དང་ཆབ་རོམ་གཉིས་སུ་སྦྲུང་ཡང་། ཇོ་བོ་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པ་ལྷན། སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་གྲང་
ཐོག་པའི་སྒོ་ནས་ཐ་དད་པ་ཙམ་ལས་ངོ་བོ་རྣམ་ཡང་དབྱེར་མེད་པས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་འང་ཁ་ཆོན་བཅད་དུ་
མ་གཏུབ་པར་རྟོགས་ན་རྣམ་རྟོག་ལྷན་སྦྲེལ་ངོ་འཕྲོད་པའོ།།

Therefore, gold and its stain can be used here as a mere example; it seems as if the thought co-emerges with the mind and obscures the dharmakāya nature of mind. However, the thought is naturally purified when one recognizes oneself; it becomes self-liberated in the context of indivisibility. When one understands this, it appears that the mind and the thought are the same neither by the mind being the thought nor by the thought being the mind.

For example, water and ice appear as two things due to warm and cold temperatures. However, the essence of each is nothing more than water. Likewise, the mind and the thought are separate only in aspect, but in essence they are always indivisible. Therefore, if one realizes that it can't be determined that they are either one or different, one has recognized co-emergent thought.

གཉིས་པ་སྦྲང་བ་ལྷན་སྦྲེལ་ངོ་ཕྱོད་པ་ནི། མདུན་གྱི་ཀ་བའས་བུམ་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་པའི་ཆེ། དེ་ཉིད་
མཚན་ཉིད་ཆང་ཆང་པོ། བདེན་བདེན་པོ་ལྷན་སྦྲང་བ་འབྲལ་པའི་སྒྲོས་བདགས་པའི་ཀུན་བརྟགས་ཏེ། གཞན་རྒྱུན་
གྱིས་བྱས་པས་ན་གཞན་དབང་སྟེ། དེ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་བརྟག་ཅིང་དཔྱད་ན་མིང་ཙམ་བདུན་ཙམ་བདགས་པ་ཙམ་
ལས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་ན་ཡོངས་གྲུབ་སྟེ། གཟུགས་དེས་མཚོན་པས་སྤྱི་དོ་རེག་བྱ་སོགས་སྦྲང་བ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྟན། དེར་སྦྲང་བ་ཙམ་རྒྱལ་བས་ཀྱང་མི་ཞིགས་ལ་སྦྲང་ཙམ་དེ་ཀ་རང་གི་ངོ་
བོས་སྦྲང་པས་ན་སྦྲང་སེམས་སོ་སོ་རང་རྒྱལ་བུ་མ་ཡིན་པར་སྦྲང་བ་ཕྱིར་མ་ལུས། སེམས་ནང་དུ་མ་ལུས་
ངོ་བོ་གསལ་སྦྲང་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་དབྱེར་མེད་ཅིང་།

2.2 Pointing out co-emergent appearances: When you look directly at something in front of you, such as a pillar or a vase, it appears as if it is complete in its characteristics, true and real. That is purely an ‘imputation,’ imputed by the mind of confusion; it is ‘powered by others,’ as it is created by other conditions; when it’s nature is subject to critical analysis, other than being a mere name, a mere word, it has no existence by its very nature, and realizing this is the ‘thorough establishment.’

Just like form, the three characteristics apply also to sound, smell, taste, touch and so forth. Their mere appearance cannot be negated even by the Victors and the mere appearance is

empty by its very nature. Therefore, the appearance and the mind do not exist separately as independent entities; the appearance does not remain outside and the mind does not remain inside. In essence, they are not separable in terms of either clarity or emptiness.

མེས་སྤང་བར་ཕར་འདྲེས་པ་ལས། སྤང་བ་མེས་སྤྱོད་[ཚུར་]འདྲེས་ནས་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དོན་ནི་
སྤང་བ་མེས་སྤྱོད་དང་མེས་སྤྱོད་པ་གང་དུ་འང་ཁ་ཚེན་བཅད་དུ་མ་བཟུབ་པར་རྟོགས་ན་སྤང་བ་ལྟན་སྤྱོད་འཕྲོད་
པ་ལོ། གསུམ་པ་མེས་སྤྱོད་ལྟན་སྤྱོད་པ་ནི། སྤྱོད་མེད་ཞི་གནས་དང་པོ་དང་། བར་པ་དང་། བཅའི་
གནས་སྐབས་གསུམ་ཡོད་པས། ཕྱི་མ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱབས་ཀྱིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་གཞི་གནས་ཏེ། རྩ་རྟོག་གི་སྤྱོད་པ་
ཐམས་ཅད་ཉི་ལེན་ཞི་ཡང་། རྟོག་མེད་ལྟངས་པོ་སྤྱོད་མ་ཡིན་པར་ཚེགས་དུག་མ་འགགས་པར་གསལ་བ་ལ། དེའི་
རྩིས་སྤྱོད་ཡང་མི་འབྲང་བའི་ཤེས་པ་དོ་བོ་གསལ་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་དུ་ཐག་ཆོད་ཅིང་།

Nor is it that the mind is mixed with the appearance or the appearance is mixed with the mind. The reality is that the mind and the appearance can be determined as being neither the same nor different. Realizing this is the recognition of co-emergent appearance.

2.3 Pointing out the co-emergent mind itself: There are three stages of flawless calm abiding: basic, intermediate, and advanced. Of these, the last is a state of calm abiding, similar to an ocean undisturbed by waves, wherein the elaborations of thoughts are thoroughly pacified. However, it is not a vague state without thoughts; the six collections (six senses) are unimpeded and clear, and yet the consciousness, the essence of which is determined as being the indivisible union of clarity and emptiness, does not follow after them.

རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་རྒྱབས་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཡང་ཁ་རིམ་ཅམ་ལས་གཏིང་གཡོ་མི་རུས་པ་ལྟར། གནས་ནང་གི་འབྲུ་བ་
དང་། འབྲུ་ནང་གིས་གནས་པ་སྟེགས་ཀྱང་། མེས་སྤྱོད་དེ་ཁའི་དུངས་ཆ་ཅམ་ལས་གསལ་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་ཀྱི་དོ་
བོར་རང་གྲོལ་བ་ནི། མེས་སྤྱོད་ལྟན་སྤྱོད་འཕྲོད་པ་ལོ། ཉམས་ལེན་རྒྱན་ཁྱེར་དུ་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། བ་
མལ་གྱི་ཤེས་པ་དོས་བཟུང་བ་དང་། ཉམས་ལེན་སྤྱོད་ཚུལ་དངོས་སོ། དང་པོ་ནི། བཅའི་གཞི་ཤེས་པ་འདི་དོན་དོས་
ཟེན་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་རང་གི་སྐབས། སྤྱོད་དཔོན་ཏོག་ཅེ་པས། དུབ་པ་མེས་སྤྱོད་མཐོན་
པོ་དག། སྤྱོད་དང་བྲལ་བར་ངལ་གསོས་ཤིག། མོ་མ་གཉུག་མ་རང་བབས་འདི། སྤྱོ་འདས་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན།
ཞེས་གསུངས་པས་བསྐྱར་ཏེ། གཟུང་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་པས་དུབ་པའི་མེས་སྤྱོད་མཐོན་པོ་དག། སྤྱོད་བྲལ་དུ་ངལ་གསོ་
བའི་ཚུལ་ནི། མོ་མ། གཉུག་མ། རང་བབས་གསུམ་སྟེ།

No matter how waves crash into the great ocean, nothing except the surface, not its depths, can be shaken. Likewise, the movements inside the abiding, the abiding inside the movements, and so forth, are nothing more than the limpid aspects of the of mind itself, and thus they self-liberate within the nature of the indivisible union of clarity and emptiness. That is the recognition of the co-emergent mind itself.

1. Identifying the ordinary mind: Identifying the meaning of ‘ordinary mind’ is very crucial, which, in the context of mahāmudrā itself, is illustrated by the words of Acārya Kotalipa, “The fatigued guests of the mind! Let’s rest in the state of non-elaborations. This fresh, innate, natural mode is mahāmudrā beyond thoughts.” The way the guests of the mind, who are fatigued by subject-object elaboration, rest in the state of non-elaboration includes three factors: the ‘fresh,’ the ‘innate,’ and, the ‘natural mode.’

འདས་པ་འགག་མ་འོངས་མ་སྒྲེས་པའི་ད་ལྟའི་ཤེས་པ་འདི་གསར་པ་ལྟ་བུའི་དོན་གྱིས་སོ་མ། སོ་མར་མིང་བདག་ས་
ཁྱེད་དང་པོ་འཇག་གདོད་མའི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིད་པའི་ཕྱིར་གཞུག་མ། མ་འོངས་པའི་ཤེས་པ་དེ་མ་ཡིན་ནམ་ཅེན་དུས་
གསུམ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེར་མེད་པའི་ཕྱིར་རང་འབབ་སྒྲེ། དོན་དེ་ཉིད་བསམ་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒོ་
ལས་འདས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། མགོན་པོ་བྱམས་པས། སེམས་ལས་གཞན་མེད་པར་
ནི་སྒོས་རིག་ནས། དེ་ནས་སེམས་ཁྱེད་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས། སྒོ་དང་ལྡན་པས་གཉིས་པོ་མེད་རིག་ན། དེ་མི་
ལྡན་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་གནས། ཞེས་གསུངས་པས་བཞུན་དེ། ཕྱིན་སྒོ་དང་བཅུད་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་
ཅད་རང་གི་སེམས་དང་། སེམས་ཁྱེད་ངོ་བོས་སྒྲོང་པ་དང་། སྒྲོང་སེམས་གཉིས་སུ་སྒྲོང་བ་ཡང་མི་དམིགས་པ་
དང་། ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱིས་སྒྲོས་པ་དང་བུལ་བའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།

When the past has ceased and the future is yet to arise, the mind in the present moment is like a new [mind]. Hence, it is the ‘fresh.’ Though it is called ‘fresh,’ it is actually the original or the primordial mind itself. Hence, it is the ‘innate.’ One may ask, “Is the future mind not that?” In essence, the three times cannot be differentiated, and hence it is the ‘natural mode,’ the truth, which is not an object of thought, and thus it is the mahāmudrā beyond intellect.

Protector Maitreya said, “One sees with the intellect that nothing exists other than the mind. Thereafter, one realizes that the mind does not exist either. If the wise one sees that neither of them exist, devoid of them he dwells in expanse of dharma.” As thus said, the outer vessel and the inner essence, all phenomena of saṃsāra and nirvāṇa in their entirety, are one’s own mind, and the mind is also empty by its very nature. The presence of appearances and the mind as two is also unperceivable and free from the elaborations of existence, non-existence, and so forth.

མདོར་ན་སེམས་ཀྱི་རང་བབས་དང་རང་གཤིས་དེ་ཉིད་དུས་གསུམ་གྱི་རྟོག་པས་མ་བསྐྱེད་པར་ངག་དུ་སྒྲུབ་པར་མ་
བདུབ་ཁྱེད་མེད་པ་རྟོག་མེད་ཉེང་པོ་འཇག་ཀྱི་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཤེས་པ་རྗེན་ལྟར་ངོ་བོ་དེ་ཉིད་

ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་ལོ། གཉིས་པ་སྤྱོད་ཚུལ་དངོས་ལ། སྤྱིར་སྒོམ་སྤྱོད་ཚུལ། ལྷན་པར་སྒོམ་གསར་བྱ་པ་དང་། ཅུང་
ཟད་གོམས་པ་དང་། ཆེར་གོམས་པ་ལྟེན་ཚུལ། ལམ་དུ་འཁྱར་ཚུལ། རྟོགས་པ་སྤྱོད་ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ནི། སྒོམ་
སྤྱོམ་པས་མི་ཆོག་ལེགས་པར་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཞེན་ལྷག་སྒོམ་གྱི་རྟེན་པ་ལམ། བདག་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་
འཁོར་བའི་སྤྱུག་བཟུལ་བསམ། ཆོ་འདི་མི་རྟག་ཅིང་སྤྱོད་པོ་མེད་པ་ཞེས་ལྟ་བུ་བཟུགས་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་འཁྲི་བ་
སྒོམ་བཏང་ལ། ཆོ་དང་སྤྱུག་པ་མཉམ་པར་བྱ་བ་ལོ་སྟོབྱེད།

In conclusion, the mind’s natural condition, its natural disposition, is undiluted by any thoughts pertaining to the three times. Thus, it cannot be put into words, and yet it can be experienced. This vividly naked consciousness, which is neither a vague thoughtless state nor a follower of thoughts, is the ‘ordinary mind.’

2. The actual way to sustain the practice has six parts: 2.1 Sustaining meditation in general. 2.2 Sustaining meditation by the beginning meditator in particular. 2.3 Sustaining by one who is slightly familiar with meditation. 2.4 Sustaining by one who is very familiar with meditation. 2.5 Integrating adverse circumstances into the path. 2.6 Sustaining what has been realized.

2.1. Sustaining meditation in general: To develop meditation is not enough; it must be properly sustained. For that, revulsion is like the legs or what holds meditation. Therefore, contemplate the sufferings of saṃsāra and hold in the innermost part of your mind that the present life is impermanent and without substance. Thus let go of mundane clinging and develop the will to practice all your life.

མོས་གུས་སྒོམ་གྱི་མགོ་བོའམ་བོགས་འདོན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། སྤྱོམ་དང་བྟག་འབྱུང་ལ་སངས་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་འདུ་
ཤེས་དང་མ་བུལ་བར་རེ་ཤོས་བཅས་ནས་གསེལ་བ་སྤྱོད་ནས་འདེབས། དུན་པ་སྒོམ་གྱི་བྱ་ར་བའམ་དངོས་གཞི་ཡིན་
པས་ཐུན་གྱི་དུས་མིན་པ་གཞན་སྒོམ་བཏང་མི་བྱ་བར། དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། གནས་ལྷགས་གྱི་
དུན་པ་དང་མ་བུལ་བ་ལ་བསྟོན། སྒོམ་གྱི་འཕྲིན་ལས་བྱམས་སྤྱོད་ཇི་ལ་བྱ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་
སྤྱོད་ཇི་ཤུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒོམ་ཞིང་བཞོ་བ་སྟོན་ལམ་གྱིས་སྤྱབས་འོག་དུ་བཟུགས། རང་སྒོམ་མཐར་མ་ཕྱིན་པར་
གཞན་ལ་སྟོན་པ་དང་སྟེལ་བའི་གཞན་དོན་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་བཟུང་ལ་དབེན་པ་བཟླས། སྒོམ་གྱི་གོ་ཆ་
ཁེལ་དང་ངོ་ཆ་ལ་བྱ་སྟེ། རང་རང་སེམས་དཔང་པོར་བཞག་ཅིང་ཅི་ནས་སྤྱོམ་དགོན་མཆོག་དང་མཆོད་གོགས་ཀྱིས་
མི་ཁེལ་བར་ཡིད་ཆེས་པའི་རི་མཆོམས་དང་། འདག་སྦྱར་དང་སྦྱ་བཅད་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྒོམ་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱུངོ།

Devotion is like the head, or what enhances meditation. Therefore, do not separate yourself from the notion of the guru and the instruction lineage as real buddhas, and pray them from your heart with hope and trust.

Mindfulness is the main body, or what acts as sentinel of meditation. Therefore, do not sacrifice it in the post-session phases, and train yourself in never separating, at any time or in any situation, from mindfulness of the mode of existence.

Regard loving kindness and compassion as the activities of meditation; bring all sentient beings under your protection by

meditating on loving kindness, compassion, and the mind of awakening, and with dedication and aspirations prayers. Regard teaching and propagating meditation to others before having mastered it oneself as a superficial benefit to others, an obstacle of mǎra, and keep to secluded places.

Regard modesty and shame as the armors of meditation; appoint your mind the inner witness, and from the outside, concentrate carefully on meditation by doing silent retreat in mountains, sealed huts, and so forth, and ensure that you are not ashamed but trusted by your guru, the Three Jewels, and fellow practitioners.

དེ་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་དྲན་པ་མ་ཡངས་པར་བསྐྱེན་པ་འདི་ནི་གནད་ཟབ་མོ་མཐར་ཐུག་པ་
ཡིན་ཏེ། ལེ་ཇེ་འཇིག་རྟེན་མགའ་པོས། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གཞུང་ལམ་དེ། དུས་རྒྱུ་ཆད་མེད་པའི་དྲན་པ་
ཡིན། དྲན་པ་རྒྱུ་ཆགས་མ་ཤེས་ནས། ལུས་ངག་སྦྲེལ་བ་ཀྱི་ཁ་ཉ་མེད། ཅེས་དང་། ལེ་ཇེ་ཕག་མོ་གྲུ་པས།
མངོན་ཤེས་རྩ་འཕྲུལ་ལ་སོགས་པའི། རེ་འདོད་སྤོངས་ལ་སེམས་ལ་ལྟོས། སེམས་ལ་བལྟ་དང་མ་བཟུང་དང་།
སྟོབས་བརྩམ་འདྲེས་བཅོ་བརྒྱད་དང་། མི་འཇིགས་བཞི་ལ་སོགས་པ་ཡི།སངས་རྒྱལ་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ། བར་
དོ་དང་པོར་འབྲུང་བར་ངས། ཞེས་སོ། གཉིས་པ་ནི། རྟོམ་གསར་བྱ་རྩམས་ཀྱི་སྦྱང་རྩལ་ལ། ལེ་ཇེ་ཁོད་ཚང་
པས། རང་གི་སེམས་ལ་ཅེར་གྱིས་ལྟོས། བལྟས་པས་མི་མཐོང་དངོས་པོ་མེད། མེད་པའི་ངང་དུ་སྟོང་དེ་ཞོག།
ཡལ་ལེ་ཆད་དེ་འཇོག་མེད་ཞོག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱང་སྦྱོང་རང་གི་སེམས་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་པས།

Moreover, as mentioned before, maintaining mindfulness without interruption is the ultimate key point; as Lord Jigten Sumgön said, “The main path of the buddhas of the three times is uninterrupted mindfulness at all times. If one doesn’t know continuous mindfulness, flaunting of body and speech is of no moment.” And, Lord Phagmodrupa said, “Look at the mind with no expectation of becoming clairvoyant or getting magical power and so forth. Do not withdraw from looking at the mind, and the ten powers, the eighteen unmixed qualities, the four fearlessnesses and so forth—all the qualities of awakening without exception—will definitely manifest in the first phase of bardo.

2.2 Sustaining meditation by the beginning meditator: In this regard, Lord Götsangpa said, “Look directly at your own mind. A non-existent entity, it can’t be seen upon looking. Keep the [mind] relaxed in this state of non-existence; keep it carefree and relaxed with no grasping.” Meditation should be sustained as thus said.

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་ཞིང་དངོས་པོ་མེད་པར་ཉམས་སྲུང་བ་དེའི་ངང་ལ་ཤེས་པ་རང་བབས་སམ་
རང་ལྷགས་སུ་ཤེས་པ་སྟོང་དེ་བཞག་ཅིང་། དེ་ཡང་ལུང་མ་བསྟན་དུ་མ་སོང་བར་དྲན་རིག་གསལ་ལ་རྟིག་གེ་ཡལ་ལེ་
བ་འདི་རྟོམ་གྱི་གཏད་སོ་མེད་པར་སྦྱེ་མེད་དུ་ཨ་ཆད་དེ། དགག་སྦྱབ་སྟོང་དང་མི་སྟོང་གི་ཞེན་འཇོན་ཅི་ཡང་མེད་

པར་གསལ་སྒྲོང་འཛིན་མེད་གྱི་ངང་དུ་ཞོག་ཅིག ཅེས་པ་ལྟར་རོ།། ཅུང་ཟད་གོམས་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི་གང་སྒྲོང་དེ་
ཀའི་རང་ངོ་ལ་ཅེར་ཅེར་བཟླ་བ་ཙམ་ལས་ཆེད་དུ་ཚྭ་བས་འཛོག་མི་དགོས་པའོ།། ཆེར་གོམས་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི་
བསྐྱེད་བྱ་དང་སྐྱོམ་བྱེད་གྱི་འཛིན་པ་དང་བལ་བའི་ཕྱིར་ཚྭ་བཙས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་རྩལ་ཙམ་ཡང་མེད་པའོ།།

For instance, upon looking directly at your own mind, there is nothing to see as the nature of mind, and you experience that it is not an existent entity. In this state, keep your mind relaxed in its natural mode or natural fashion. However, it should not remain a neutral [state of mind] but a clear and wide-awake wakefulness, without any point of reference and yielding to non-arising state; keep it in the non-grasping state of clarity and emptiness, free from grasping at negation, affirmation, emptiness or non-emptiness.

2.3 Sustaining by one who is slightly familiar with meditation: Except for looking directly at the nature of whatever appears, there is no need to make any concerted effort to set the [mind].

2.4 Sustaining by one who is very familiar with meditation: As a result of being free from grasping at meditation and meditator, there is nothing to meditate upon with deliberate effort, not even as much as a speck of dust.

མདོར་ན་ཡོང་བོ་ཐེས། ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་བརྒྱད་ཁྱིམ་དང་།། བཞི་སྟོང་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ།། ཆོས་ཉིད་འདི་ལ་
གཞིལ་ཞིང་འབབས།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དམ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཞེད་བྱ་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་ཐམས་ལྟ་
ཤེས་པ་མ་བཙོས་པ་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ཅིང་། དེའི་ཉམས་ལེན་སྟོང་ཚུལ་ལ། གང་ཤར་འཛིན་མེད་ལས་ལྷག་པ་
གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པར་མཐོང་སྟེ། དེ་ཡང་
བདག་གཞན་དུ་འཛིན་པ་ནི་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ངན་པ་ལ་ཞེན་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས་
ཏེ། བཟླ་སྐྱོམ་སྟེད་པ་ལ་སོགས་པ་བཟང་པོ་ལ་ཡང་ཞེན་ན་ཐར་བའི་གཞུང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཉེས་སྟོན་ཐམས་ཅད་
སེམས་ལ་འཛིན་པ་ལྷག་པ་ལས་བྱུང་བས་ན། མཚན་བཙས་དང་མཚན་མེད་སྟོས་པའི་ཉམས་སྒྲུང་དང་། ཐ་མལ་
གྱི་བག་ཆགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲུང་བ་རང་ག་མ་ལ་སོགས་པ་ཅིར་སྒྲུང་ཅིར་ཤར་ཡང་འཛིན་མེད་འཛོག་པ་ལས་ཀྱི་
མཚོག་ཡིན་པར།

In conclusion, it is as Atiua said, “Whatever categories of Dharma was taught, the eighty and four thousand, leads towards and arrives at this dharm itself.” Thus, it is said, “Nothing but the ‘uncontrived ordinary mind’ is the real essence of the subject matter of all sublime Dharma teachings, and in order to sustain the practice of it, there is nothing better than not grasping at whatever arises.”

This statement appears to contain all the key points of practice within it, because grasping at ‘I’ and ‘others’ is the root of saṃsāra. Obstacles to the attainment of liberation are created

even by clinging to something positive such as the view, meditation, and conduct, not to mention clinging to something negative such as the three poisons. All flaws and faults arise from having grasping in the mind.

Therefore, the most excellent path is to set the mind free of grasping at experiences during meditation with and without signs, or at anything that appears and manifests, such as regular experiences in connection with ordinary habitual patterns.

ལམ་ཉམས་མེད་དུགས་པོས། ཅི་ཡང་ཤར་བ་ཅི་ཡང་མི་འཇིག་པ། ལམ་མཚོག་འདི་ལས་གོང་དུ་འཕུལ་ས་མེད།
ཅས་དང་། ཞེ་འདོད་མེད་ན་ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་ཡིན། དེ་ལྟར་རྟོགས་ན་སྒྲོམ་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད། ཅས་དང་།
སར་ཏུས། གང་ལ་ཞེན་པ་ཡོད་ན་དེ་ཡང་ཐོང་། ཞེས་སྟགས་གསུངས་པ་རྣམས་དགོངས་པ་མཐུན་པར་སྒྲུང་ངོ་།
དེས་ན་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་གཞན་འགའ་ཞིག་ཚོགས་དབུས་དང་། དལ་བྲེལ་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུན་ལ་ལྷོས་ཤིང་། རེས་ཡོད་རེས་
མེད་དུ་སྒྲིབ་བར་འདུག་ནའང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱ་མཚོ་དང་སྒྲུབས་ལྟ་བུའི་འཁོར་འདས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་པའི་
གནས་ལུགས་འདིའི་ཁ་རྟོགས་ཀྱང་། གཏིང་མ་རྟོགས་པས་ལན་པ་སྟེ། དོན་གྱི་སེམས་ཡོད་ན་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
ཡོད། སེམས་མེད་ན་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཚོགས་དབུས་དང་དལ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱུན་ལ་ལྷོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་
པས། འདི་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་སྟོམ་དུ་འགོ་འཁུམ་མི་འགོ་སྟམ་པ་སྟགས་སྤང་སྤངས་དང་རེ་དོགས་དང་ཐེ་
ཚོམ་འཁུ་འཕྲིག་མི་བྱ་བར་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་གང་ཤར་གང་སྤང་ལ་ཅི་རེ་ལྟ་ཞིང་བཅོས་མེད་དུ་སྦྱང་བར་བྱའོ།

The Incomparable Dagpo said, “Grasping at nothing, no matter what appears, is the excellent path, beyond which one cannot push.” And, “If there is no clinging, everything is in equality. If thus realized, there is no interruption in meditation.” Saraha said, “Also let go of that to which you cling.” All these statements seem to share the same point of view.

Some ‘great meditators’ are dependent upon conditions such as being away from the crowd, time and the lack of time, and at times they assert existence, and at times non-existence. However, that is because they have realized only the surface but not the depths of the mode of existence, which encompasses all of saṃsāra and nirvāṇa, like the ocean and its waves. The point is that if the mind exists, mahāmudrā exists; if the mind does not exist, mahāmudrā does not exist. Therefore, there is no dependence at all on being away from the crowd and time and lack of time. So, do not harbor any sense of rejection, acceptance, hope, fear, doubt or worry, such as wondering ‘is this mahāmudrā or not? Can this work as meditation or not?’ Rather, always look directly at whatever arises or appears and sustain with nothing altered.

གསུམ་པ་ལམ་འཁྲུང་ནི། གཞན་ཡང་ཕུག་ཀྱི་ཆེན་པོའི་ལས་ཆོགས་ལྟ་བུར། རྣམ་རྟེན། ཉོན་མོངས་ལྟ་བུར། ཉ་
ཆ། ལྷག་བཟུལ། འཆི་བ་སོགས་ངོས་བཟུང་ཞིང་ལམ་དུ་འཁྲུང་བ་ལ། རོ་སྒོམས་དུག་སྒྲོང་དུ་གྲགས་པ་སོགས་
ལམ་འཁྲུང་མང་དུ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། ལ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས། ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པ་ཉིད་རྣམ་རྟེན་ཡིན་ལ། དེར་
འཛིན་པ་ཡང་རྣམ་རྟེན། དེའི་གཉེན་པོར་སྒོམ་བྱེད་པ་ཡང་རྣམ་རྟེན་གྱི། རྣམ་རྟེན་གསུམ་བཟེགས་པ་འདི་མི་བཞད་
གསུངས་པས། དེ་ཐམས་ཅད་རང་སེམས་གཅིག་ལུའི་བྱེད་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤང་གཉེན་དབྱེར་མེད་གང་ཤར་
འཛིན་མེད་སྦྱང་བ་ནི་ལམ་འཁྲུང་གཅིག་ཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་བུའི་ལ་མཆོན་ན་ཡང་དེར་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟེན་དེ་ཉིད་
གོགས་སམ་གཞིད་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་ཀ་འཛིན་མེད་དུ་འཛོག་པའི་གནད་ཤེས་ན་གཞན་གཞིད་པར་བྱེད་པ་སུ་ཡང་མེད་
དོ།།

2.5 *Integrating adverse circumstances into the path:* Furthermore, as a form of activity related to mahāmudrā, one should identify the thoughts, afflictions, sickness, suffering, death, and so forth, and integrate them into the path. To do this there are many methods of integration into the path, such as that known as the Six Cycles of Equal Taste and so forth. However, Jigten Gönpo said, “An affliction that arises is a thought in itself, and grasping at it as such is also a thought. To do meditation as an antidote to it is also a thought. I do not contemplate this stack of three thoughts.”

As he said, all these are only the undertakings of one's mind. Therefore, sustaining 'no distinction between the object to abandon and its antidote' and 'no grasping at whatever appears' is the 'single-sufficient [method of] integration into the path.' For instance, consider the phenomena of god and demon: the very thought that grasps at them as such is the obstructor or the harm-doer. There will be no other harm-doer once one has learned the key point of letting go of grasping.

དཔེར་ན་ཇི་འཕུན་མི་ལར་བྲག་སྤྱི་མོ་དགར་ཡངས་པ་ཡང་། བྲག་སྤྱི་མོར་འཛིན་རྟོག་དེ་ཉིད་དགྲ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་བྲག་སྤྱི་མོས་གཞིད་པ་ཅི་ཡང་བྱས་པ་མེད་དོ། དེས་ཀྱིས་མ་ཆ་མས་ཀྱིས་དགར་པོ་ཆེག་བྱུབ་ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་ལམ་འཁྲེལ་གཞན་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞན་དང་ལྷན་ན་ཉོན་མོངས་ཇི་ཅམ་རགས་པ་དེ་ཅམ་དུ་རྟོགས་པ་ཅུལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་སྦྱོན་བལྟ་མི་དགོས་ཏེ། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྐབས་ཉོན་མོངས་ཅམ་དུ་མ་ཟད་བྱམས་སྤྱིང་ཇི་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྟོས་པ་སོགས་ཀྱང་བཟང་རྟོག་ངན་རྟོག་ཁྱད་པར་ཅམ་ལས་དོན་དམ་པར་རྣམ་རྟོག་དུ་གཅིག་མེད་ཀྱང་། དེ་སེམས་ཅད་ཆེད་དུ་སྤོང་ཡང་མི་སྤོང་དང་དུ་ཡང་མི་ལེན་པར་གང་ཤར་བཅོས་མེད་སྤོང་བ་འདི་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞན་ཡང་དག་པ་ཡིན་ལ། རང་སེམས་རྣལ་མའི་དོན་འདི་ལྟ་ལ་དབང་འབྱོར་བས་ཀ་རྣལ་འབྱོར་དང་། རང་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཐོང་བ་ལས་རྟོགས་པས་ཀ་རྟོགས་ལྷན་ཅེས་མིང་དུ་བདགས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ།

For example, the Rock Demoness appeared as an enemy of Jetsun Mila. Then too, the enemy was the very thought of grasping at her as the Rock Demoness. Other than that, the Rock Demoness did no harm whatsoever. Therefore, the forefathers described this as 'self-sufficient White' (Tib. dkar po chig thub), which means there is no need to depend on any

method of integration into the path other than this. When one has [mastered] a key point of practice such as this, the stronger the afflictions are, the greater the skill in realization. Therefore, one does not need to regard the afflictions as faults.

Ultimately, when it comes to mahāmudrā, not only afflictions, but also love, compassion, the mind of awakening, and deity practices are the same as ‘thoughts,’ with the difference merely being good or bad thoughts. Making no deliberate effort either to abandon or to pursue all of these, sustain whatever appears, with no modification. This is the most excellent key point in the practice. One is then called 'Naljor' (Tib. rnal=genuine, 'byor=arrive) as one has arrived at the point where there is the power to look at the genuine reality of one's own mind, and one is called '*Togden*'. (Tib. rtogs=realize ldan=has) as one sees the nature of one's own mind and has the realization of it.

དེས་ན་དུ་བྱས་ཀྱི་དག་པ་ལ་བསྐལ་པ་དུ་མར་སྤྱད་པ་བས་ཀྱང་། གནས་ལུགས་ཟབ་མའི་དོན་སྐད་ཅིག་ཙམ་
བསྐྱེལ་པ་བསོད་ནམས་ཀེ་སྟེ། དཀོན་མཆོག་བརྟགས་པ་བྱམས་པ་སྟེ་འཛིན་པ་ལས། སྤྱང་གསུམ་གྱི་སྤྱང་ཆེན་པོའི་
འཕྱི་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་རིན་པོ་ཀེ་སྟེ་བདུན་ལས་བྱས་པའི་མཆོད་རྟེན་རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་མཉམ་པས་
གང་བར་བྱས་པ་བས། ཐ་ན་སེ་གོལ་གདོགས་པའི་ཆད་ཙམ་དུ་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པའི་བསོད་ནམས་
ལྷག་པར་བསམ་གྱི་མི་ཁྱབ་པར་ཆེད། ཞེས་དང་། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོར། བསྐལ་པ་བཅུར་པར་ཕྱིན་ལ་
སྤྱད་པ་བས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐོས་པའི་བསོད་ནམས་ཀེ་བ་དང་། ལུ་རིའི་བྱ་གང་གིས་བསྐལ་པ་བཅུའི་བར་དུ་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་ཀྱི་དོན་གཞན་ལ་སྟོན་པ་བས། གང་གིས་སེ་གོལ་གདོགས་པའི་ཆད་ཙམ་ཞིག་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྐྱེལ་པ་
ཆོས་གངས་མེད་པར་འཕེལ་ལོ། ཞེས་དང་། སྤྱང་གཉེན་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པས་སྟེ་གསྐྱིབ་བག་ཆགས་དང་
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འདག་སྟེ། ཏི་ལོ་པས། དཔེར་ན་བསྐལ་པ་སྟོང་གི་སྟེན་པ་ཡང་། སྟོན་མེ་གཅིག་གིས་སྟེན་
པའི་ཆོགས་རྒྱམས་སེལ། དེ་བཞིན་རང་སེམས་འོད་གསལ་སྐད་ཅིག་གིས། བསྐལ་པར་བསམགས་པའི་མ་རིག་སྟེ་ག་
སྟེ་བ་སེལ། ཞེས་དང་།

Therefore, a single moment of meditation on the profound truth of the mode of existence is greater in merit than the practice of conditioned virtues for many eons. Thus, *The Stack of Jewels Sūtra* (*Ratnakūṭa Maitrī Sīhanāda Sūtra*) says, “Gaining patience in the profound Dharma for only a moment as brief as a finger-snap is inconceivably greater in merit than filling all the realms of the billion-fold worlds with stūpas as big as Mount Meru that are made of the seven types of precious materials.” The Meeting of *Father and Son Sūtra* (*Pitāputra-saṃgamaśāstra*) says, “As compared to ten eons of practice of the five perfections, hearing of suchness is greater in merit. Shariputra! He who meditates on suchness, just for the duration of finger-snap, progresses immeasurably farther than

he who shows suchness to others for ten eons.” Realizing the objects to abandon and their antidotes are indivisible purifies all wrongdoings and obscurations, including the habitual patterns; as Tilopa said, “Another analogy is the darkness accumulated over a thousand eons. The whole mass of such darkness is dispelled by a single lamp; likewise, a single moment of the luminosity of your mind dispels ignorance and all evil deeds and obscurations accumulated over eons.”

ཉི་ལྔ་གྲུབ་པར། རྣམ་འབྱོར་དབང་རབ་རྣམས་གྱིས་ནི། དོན་དམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་བ་སྟེན་པ། མི་གཡོ་བས་མ་གཏན་
 སྦྱར་བ་ཡིས། རྒྱ་མཐུན་པ་ཡི་ཏིང་འཛིན་བསྟོན། ལོ་གསུམ་རྒྱ་ཕྱེད་གསུམ་གྱིས་ནི། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་
 པར་གསུངས། ཞེས་སོ། ། ཡུན་མང་དུ་དབེན་པ་གཙོ་བོར་བསྟེན་པ་དང་སྒྲུབ་བ་བཅད། བདག་དུ་ཞེན་པ་དང་།
 འོངས་སྤྱོད་ལ་ཞེན་པ་དང་། ཏིང་པེ་འཛིན་ལ་ཞེན་པ་གསུམ་བཏང་ངོ་། ། ཡའཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོས།
 ཐབས་ཤེས་གཉིས་གཅིག་བོགས་གཅིག་གིས་འདོན་གསུང་བ་ལྟར། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆེ་
 དང་བསྐྱེད་རིམ་སོགས་མཆོན་བཅས་གྱི་དགོ་སྦྱར་རྣམས། མཉམ་བཞག་གི་ངང་དུ་བྱུང་འཇུག་དུ་ཉམས་སྲུང་
 ཞིང་། བོགས་འདོན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་སྒྲུ་མའི་མོས་གྲས་ཁོ་ན་ཡིན་དེ། ཡའཇིག་རྟེན་མགོན་པོས། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་
 བོགས་འདོན་དེ། རྒྱ་དམ་པའི་མོས་གྲས་ཡིན། གསུངས་སོ། །

It is said in *Nyi Da Drubpa*, “The yogis of superior faculties who follow mahāmudrā, the ultimate: through the practice of unwavering dhyāna, they practice the appropriate samādhi. In three years and two and a half months, it is said, they attain the supreme accomplishment.” In general, give priority to dwelling in solitude, stop speaking, and get rid of the three attachments—to self, wealth, and samādhi.

According to Jigten Sumgyi Gönpö, method and wisdom enhance each other. Just as he said, the symbolic practices of virtue, such as the mind of awakening, precious moral ethics, generation stage, and others, should be practiced within the state of equipoise in the mode of unification, and the principal enhancement is nothing but devotion to the guru. Thus, Jigten Gönpö said, “What enhances mahāmudrā is devotion to the sublime guru.”

སྦྱོར་དོན་གསུམ་པ་རྗེས་ནི།

III Conclusion

‡ འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་གི་བསྟོན་བས་རྒྱས་འདེབས་པ་སྟེ། དང་པོ་ལ་ཞིང་། བསམ་པ། དངོས་པོ་གསུམ་གྱི།
 ཞིང་ཡར་གདམས་པ་གནད་ཟབ་པར་བཞེད་དེ། དེ་ཡང་དམངས་རིགས་དང་། བླ་མ་ཟེ་གཙུག་པ་དང་། དགོ་སྦྱོང་
 རྒྱལ་མེད་དང་། ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་པ་དང་། ཐུགས་ཀྱི་རྟོག་སྤྱོད་དཔེར་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཐུག་བས་བྱི་མ་སྦྱང་
 ཕྱག་གཉིས་འབྱུར་གྱི་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་བཞུད་ཅིང་། སྦྱོབ་དཔེར་ལ་ཡང་དམ་ཆོས་ཀློག་པ་དང་། སྦྱོན་པ།
 འཆད་པ། མན་ངག་བསྟེན་པ། དབང་བསྐྱར་བ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལས་མཇུག་པའི་སྦྱོབ་དཔེར་དེ་རྒྱག་ཡོད་པ་

ལས། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་དེ་ཆེ་སྒྲོབ་དཔོན་ནི་མན་ངག་སྟོན་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པོ་ལོ། དངོས་པོ་རྣམ་པར་དག་པ་ནི། མ་རིགས་པའི་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་ཅིང་། ཡུལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉེར་སྤྱད་དུ་འོས་པོ་ལོ།

Dedication I:

It is about sealing with the utter purity of the three spheres. It consists of three factors:

1. The field. 2. The intention. 3. The object.

1. *The completely pure field:* Choosing a higher field of merit is held to be a key point. For instance, a servant-caste, a pure Brāhmaṇa, a spotless monk, a possessor of wisdom, and a mantric vajra master: in this sequence, each field is said to be two thousand times greater than the one that precedes it, in terms of producing merit. As for the master, there are six types: 1. the one who reads sublime scriptures, 2. the one who gives, 3. the one who preaches, 4. the one who teaches pith instructions, 5. the one who confers empowerments, 6. the one who performs maṇḍala activities. Among them, the vajra master refers here to the one who gives the pith instructions; he is thus the completely pure field.

2. *The completely pure object:* Anything that is not an inappropriate gift, and is useful to the specific field.

བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ནི། ལན་དང་། རྣམ་སྒྲིན་ལ་མེ་བ་དང་། ཆེ་འདིའི་ཁེ་གྲགས་དང་རྟེན་བཀུར་འདོད་པ་སོགས་དང་། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་དང་མ་འདྲེས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན་ སྟེ། སྟེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པས། ད་ལྟར་ཀྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདིས་མཆོད་ཏེ། བདག་ཉིད་དང་། འཁོར་བའི་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་སྤྱང་འདས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་ཉན་རང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་། ཡོད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཁམས་རང་བཞིན་རྣམ་དག་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་དང་བཅས་པ་བདག་དུ་བཟུང་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟོར་བོ།

3. *The completely pure intention:* Undiluted by self-centered objectives such as hoping for reciprocation and good results, or desiring profit, fame, riches, honor, and so forth in this life, resolve to ensure that the Buddha's teachings remain long and all sentient beings, equal to the infinity of the sky, have happiness, are free from suffering, and quickly attain complete awakening. That is the intention of complete purity.

With an intention, as vast as this, take possession of and completely dedicate the virtues accumulated over the three times—for instance, the present root of virtue—by you and the six types of transitory beings in saṃsāra, and all the buddhas, bodhisattvas, ūravākas, pratyekabuddhas, and so forth in nirvāṇa, as well as the inherent root of virtue, which is

the element that is completely pure by nature, the essence of the sugata.

གཉིས་པ་ནི། སྒྲ་མ་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་སྒྲུབ་སྤྱི་བཤད་པ་དང་མཚུངས་པར་ཞིང་བསམ་དངོས་གསུམ་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་
བོར་རྟོགས་པ་སྟེ། གང་གིས་བསྟོན་བ་དང་། གང་གི་ཆེད་དུ་དང་། གང་དུ་བསྟོན་བ་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་སྒྲུ་མ་ལྟ་
བྱའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོངས་སྤྱི་བསྟོན་བའོ།། དེ་ཡང་དཔང་བོ་གསལ་གདབ་ཅིང་ཆོག་གིས་མཚམས་སྦྱར་བ་གལ་ཆེ་བས།
ལམ་དུ་ན་གྱི་ནམ་མཁར་རྩ་བའི་སྒྲ་མར་ཡི་དམ་ལྟ་ཆོགས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
བསྟོར་ནས་བཞུགས་པར་མོས་ནས།

Dedication II.

Just as mentioned in the explanation of guru svabhāvikakāya, the field, the intention, and the object of dedication are to be realized as being the essence of the mind itself. That is, the dedication is to be carried out as if an illusion, without the notions of the one who dedicates, the one who is the recipient, and the objective of the dedication.

Moreover, it is very important to visualize a witness [for the dedication] and then continue reciting the words. Therefore, in the sky in your front, visualize the root guru surrounded by assemblies of yidam deities, along with all buddhas and bodhisattvas, and say:

༦ དམ་པ་རྗེ་བཙུན་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་
རྣམས་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་ཆོགས། ཕྱོགས་བཙུན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ། དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་རྣལ་འབྱོར་མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་
བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

**dam pa jé tsün rin po ché tsawa dang gyü par ché pé
pelden la ma dam pa nam dang yi dam gyi lha tsok/ chok
chu na zhuk pé sang gyé dang jang chup sem pa/ pawo
dang pa mo neljoma dang khandrö tsok tham ché dak la
gong su söl/**

Sublime Precious Jetsün, glorious and sublime root and lineage gurus, assembly of yidam deities, buddhas, and bodhisattvas dwelling in the ten directions, and all assemblies of vīras, vīranis, yoginīs and çākṇēṣ, please heed me.

བདག་དང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་ཡོད་པའི་དགེ་བའི་
རྩ་བ་འདིས། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད། འཁོར་བའི་རྒྱ་བཞི་དང་། འབྲས་བུ་ཉན་ཐོས་དང་
རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་སློན་པར་མི་འགྱུར་བར་

**dak dang khor dé tham ché kyi dü sum du sak pa dang yö
pé gewé tsawa di/ jik ten gyi chö gyé/ khorwé gyü zhi
dang/ dré bu nyen thö dang rang sang gyé kyi sar min par
mi gyur war**

May these virtues accumulated in the three times by me and
the entirety of saṃsāra and nirvāṇa, and the inherent root of
virtue, not result in the eight worldly dharmas, the four causes
of saṃsāra, and the resultant states of śrāvakas and
pratyekabuddhas,

བདག་དང་བདག་ཅག་རྣམས་ལ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ་གནོད་པར་བྱེད་པའི་བགེགས།
བར་དུ་གཙོད་པའི་རྒྱུ། ལོག་འདྲེན་བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་དབྱེལ་འཁོར་གྱིས་བཙོ་བྱས་པའི།
མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ཐུག་སྤྱུག་བསལ་དང་
བྲལ། ལྷུང་དུ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་
ཅིག བདག་ཅག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདིའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས། ལུས་ངག་ཡིད་
གསུམ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག

**dak dang dak chak nam la dangwar jé pé dra/ nö par jé pé
gek/ bar du chö pé kyen/
log dren dü dang dü kyi kyilkhör gyi tso jé pé/ ma nam
kha dang nyam pé sem chen tham ché dewa dang den/ duk
ngel dang dral/ nyur du la na mé pa yang dak par dzok pé
jang chup rin po ché thop par gyur chik/ dak chak gi gewé
tsawa gya chen po di thu la ten né/ lü ngak yi sum gyi sem
chen tham ché la phen thok par gyur chik/**

and may all mother sentient beings equal to the infinity of the
sky have happiness, be separated from suffering, and quickly
attain the unsurpassed, perfect, and complete precious
awakening, particularly the enemies who hate us, the
obstructors who harm us, the ones who create obstacles, the
māras who mislead us, and the assembly of māras. By the
power of this, our vast root of virtue, may we benefit sentient
beings with our body, speech, and mind.

བདག་གི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་གི་བསམ་པ་
མི་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག གྲགས་པ་དང་སྤྲོན་པ་རྟེན་པ་དང་བཀྲར་སྤྱོད་སོགས་ཆོ་འདིའི་བསམ་
པ་སྤང་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག

**dak gi gyü la nyön mong pa dö chak zhé dang ti muk nga
gyel trak dok gi sam pa mi jungwar gyur chik/ drak pa**

**dang nyen pa nyé pa dang kur ti sok tsé di sam pa ké chik
tsam yang mi jungwar gyur chik/**

May the afflictive thoughts of attachment, aversion,
ignorance, pride, and jealousy not arise in my mind-
stream. May thoughts of name, fame, gain, respect, and so
forth in this life not arise for even a moment.

བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱིས་བདག་གི་རྒྱུད་བརྒྱན་ཏེ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་དགེ་
བའི་གཤེས་གཉིས་ནས་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་ནས་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག

**jam pa dang nying jé jang chup sem kyi dak gi gyü len té
yong su dzin pé gewé shé nyen nam kha dang nyam pa
zhik tu gyur né tsé di nyi la chak gya chen po chok gi ngö
drup thop par gyur chik/**

With my mind moistened by love, compassion, and the mind
of awakening, may I become a wholehearted spiritual
friend, as vast as space, and thus may I achieve the supreme
accomplishment of mahāmudrā in this very life.

བདག་དང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་ཡོད་པའི་དགེ་བའི་
རྩ་བ་འདིས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷུང་དུ་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུགས་
པའི་བྱང་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག

**dak dang khor dé tham ché kyi dü sum du sak pa dang yö
pé gewé tsa wa di dak dang sem chen tham ché nyur du la
na mé pa yang dak par dzok pé jang chup rin po ché thop
par gyur chik/**

By the virtues accumulated by myself and the entirety of
saṃsāra and nirvāṇa, and by the inherent root of virtue, may
all sentient beings and I quickly attain the unsurpassed,
perfect, and complete precious awakening.

ཅས་ཇེ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོའི་བསྔོས་བརྒྱས་གང་རུང་དང་། གཞན་ཡང་བདེན་ཆོག་གྲུབ་པ་ནམས་
ཀྱི་གསུང་ལས་བྱུང་བའི་བསྔོས་བསྐྱོན་ལམ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ཡང་གདབ་དུ་རུང་ངོ་།

*Thus, recite either the elaborate or the short version of Lord Jigten Sumgön's dedication prayer. Besides this, it
is also possible to recite any preferred dedication and aspiration prayers found in the teachings of those who
have accomplished the [siddhi of] true words.*

རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཆོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་དུ་འཁོར་བར་འབྱམས་པ་དེ། བསྔོས་བསྐྱེས་

Thus, the stages of instructions have been shown in detail,

together with the explanation of their meaning, in accordance with the experiential tradition of the lineage's forefathers.

Hereafter, practicing the Fivefold concisely on a regular basis is to integrate the complete practice of the Fivefold even in minor activities. For example, even while having a single morsel of food, if one generates the intention: “I am going to have it so that I can make all sentient beings attain awakening,” it is the mind of awakening. Being the thoroughly established form of the generation stage, stabilizing the divine pride instantly, is the yidam deity. One's mind itself is the ultimate guru. However, also visualizing the conventionally designated guru clearly in one's heart or on the crown is guru meditation. Whatever occurs, letting go of it with no grasping is mahāmudrā, and knowing the mode of utter purity of the three spheres is dedication. That is how the complete Fivefold is practiced, even in a single moment.

དེ་ལྟར་ཟབ་བྱིད་ལེགས་པར་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་འདུས་པ་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྗེས་སུ་བརྟེ་བས་
འགག་དོན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གནང་བ་རྣམས་ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོར་མཐོང་ནས་ཆ་གས་ཙམ་
འདིར་བྲི་བ་ནི།

**Thus, the Profound Instructions Come to a Perfect End.
After This, I Shall Also Write Down a Few Key Words of
Advice that were Given to the Gatherings, as I find them
to be the Quintessence of Dharma:**

དེ་ཡང་ངེད་རང་འདིར་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་སྒོར་ཉུགས་གིང་། སྐྱ་བྲེག་ ལུས་བསྐྱར། རྩོམ་པ་གསུམ་རིམ་
བཞིན་སྒྲུང་བའི་དགོས་པ་ནི། རང་གཞན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་ཕྱིར་དང་། རྣམ་གྲོལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མ་
གཏོགས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་གཞན་ཅིང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། འཁོར་བར་འབྱམས་མི་འབྱམས་དང་། སངས་རྒྱུ་
འཕྱོལ་མི་ཕྱོལ་བ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་གྱི་ལས་དགེ་མི་དགེ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་དང་མཐུན་མ་མཐུན་ལ་རག་ལས་པའི་
ཕྱིར། དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྩོམ་པ་གསུམ་དང་འགལ་ལམ་མ་འགལ་ལེགས་པར་བརྟག་ལ།

All of you gathered here have entered the door of Dharma, cut your hair, changed your form, and gradually taken the three vows. The purpose is for you and others to become free from saṃsāra and attain the state of complete liberation. Other than this, there is nothing whatsoever to seek.

Therefore, whether one wanders in saṃsāra or not, and whether one attains buddhahood or not, is dependent on the virtuous or non-virtuous actions of one's body, speech, and mind; on conforming or not conforming to the sublime

Dharma. Hence, examine carefully at all times to see whether or not you have violated the three vows.

གལ་ཏེ་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་ནས་སོ་ཐར་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་མི་མཐུན་པ་ཕམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་ལྷུང་གིས་གོས་པ་འཕམ། སེམས་ཅན་སྒྲོས་སྤང་བ་སོགས་བྱུང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་འགལ་བ་འཕམ། གསང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དོན་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དམ་ཚིག་ནས་བཟུང་། ཡི་དམ་དང་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་དམ་ཚིག་ནས་བཟུང་བའི་དམ་ཚིག་སོགས་རྩ་བ་ཡན་ལག་གི་ལྷུང་བས་ཕྱོག་པར་གྱུར་ན། དེའི་འབྲས་བྱ་རང་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་གཞན་སྤུ་ལའང་མི་སྤྲིན་པའི་ཕྱིར། དཔུལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་བཟོད་པའི་གནས་སྤྱུར་གིས་རང་གིས་རང་ཉིད་བསྐྱར་བ་སྒྲོས་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་ལ་བསམ་ནས་ཁོང་དུ་དུག་འཁུང་བ་ལྟར་འཁྱེད་པ་དུག་པོ་དང་བཅས་ཏེ་ཉིན་ཞག་གིས་བར་མ་ཚད་པར་བཀག་ས་ཤིང་། ཕྱིན་ཆད་ཉེས་པས་གཏན་ནས་མ་གོས་པར་བྱ་སྤྲུམ་པའི་དམ་བཅའ་དུག་པོའི་སྒོ་ནས་སྒྲོམ་པ་དང་། ཉེས་པའི་རྩ་བ་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་འགོ་བར་འདུག་ན། རབ་ཀྱིས་གནས་ལུགས་བྱུག་ཏུ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་སྤང་གཉེན་དབྱེར་དུ་ལ་བསྐྱབ་བ་དང་།

Due to the mind falling under the sway of afflictions, if you are stained by the faults and downfalls, such as the defeats (killing, stealing, sexual activities, and lying) and others, which are discordant with the precepts of prātimokṣa; or if you have violated the precepts of the mind of awakening, such as giving up on a sentient being, and others; or if you are guilty of downfalls of the root and branch samayas of the Secret Mantra, from the samaya of the vajra master, which is the root of all accomplishments, through the samayas of the yidam deities and vajra siblings, down to the samaya of eating and others, you must confess them, not delaying by even a day, with as deep a sense of remorse as if you had swallowed poison, and vow with a firm resolve to remain absolutely unstained by the same faults in the future. That is because the consequences thereof will not ripen on anyone else but yourself, and thus you can't afford to consign yourself to the hell realms and others where there are unbearable sufferings. The root of all faults lies in the mind falling under the sway of afflictions. In that case, the best is to resolve through mahāmudrā, the mode of existence, that the things to abandon and their antidotes are indivisible.

དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་སྒྲོམ་གྱིས་ལམ་དུ་མ་སོང་ན། བྱམས་སྤྱིང་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་མཚན་བཅས་ཀྱི་དག་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེའི་སྤྱང་དུ་སྤྱངས་ནས་སྤངས་པ་དང་། ཐར་ལང་རང་རྒྱུད་ཆོས་དང་འགལ་ན་གནས་སྐབས་སྤུ་ལང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱང་པའི་གནས་སྤྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱན་པའི་འཕེལ་གྱིབ་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཆུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉོན་མོངས་པས་བཞིག་མ་བཞིག་ལ་བྱུག་པའི་ཕྱིར། སྤྲ་བྲག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆ་ལུགས་བགོས་པ་འདྲི་གཅིག་སྤུ་ལའང་ངོ་ཆ་བའི་ཆུལ་ལ་བསམ་པ་སོགས་ཏུ་མཚན་རྣམས་ཏུ་མའི་སྒོ་ནས་བསྐྱར་བཅུགས་ཏེ་ཉེས་པ་ལས་ཕྱོག་ཅིང་། དུས་རྟག་དུ་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁེལ་དང་བག་ཡོད་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱེད། འོ་ན་བྱང་སེམས་གཞན་དོན་དུ་འཁྱར་བའི་སྐབས་སམ་སྤགས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་སྒྲོམ་པ་འོག་མ་དང་འགལ་བ་ལྟར་སྤང་བ་རྣམས་ཇི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན།

If you are not successful with such a view and meditation, add

love, compassion, the mind of awakening, the stages of generation, and others to it. In conclusion, piling up all symbolic acts of virtue against them, abandon the afflictions.

After all, if your mind contradicts the Dharma, you will immediately become an object of rebuke by all. The rise or fall of Buddha's teachings also depends on whether or not the afflictions damage your mind's practice of moral ethics. Therefore, violating moral ethics is a matter of shame just for the sole reason that you have cut your hair and dressed as the Buddha.

This and so forth, think about many reasons and persist in getting rid of faults, and at all times, train yourself in the senses of shame, modesty, and heedfulness. One may wonder: The bodhisattvas seem to go against the lower vows if it is beneficial to others or when engaging in mantric conduct. How is one to deal with that?

དེའི་སྐབས་སུ་སྒོམ་པ་གོང་མའི་ཉམས་ལེན་གཞུང་བཞིན་མ་འཁུགས་པ་བྱས་ན། འོག་མ་མི་ཉམས་པའི་སྤྲེང་བུ།
གོང་མའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་ཕྱི་དྲི་ཁ་ཟས་ལ་ལྟ་ཡིང་རྒྱལ་བ་སྟེན་པ་འབྱུགས་མ་སོགས་ཀྱི་སྤྱལ་ས་
དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་བདུད་ཅིར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཤིང་ཡོངས་སྤྱད་པས་སོ་ཐར་གྱི་ལྟངས་བྱེད་མི་འབྱུང་བའི་སྤྲེང་
བུ་སྤྱལ་ས་ཀྱི་བཟའ་བའི་དམ་ཚིག་ལ་གནས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ།། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་སྒོམ་པ་གསུམ་གོང་འོག་
མི་འགལ་བའི་གནས་ཤེས་པར་བྱས་ལ། སྤང་བྱ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་འབད་དེ་སྤོང་བ་དང་། སྦྱོར་བྱ་སྒོ་
གསུམ་གྱི་སྤྲོད་པ་དམ་པའི་ཚས་དང་མཐུན་པ་སྤྱད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་བསྟོམ་
ཞིང་། སྤྱན་ཆད་ཀྱང་སྤར་བས་བརྒྱ་འགྱུར་སྤོང་འགྱུར་གྱིས་དགེ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་བྱ་གཏོང་བར་དམ་འཆའ་ཞིང་
དེའི་འབྲས་བུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་འཕྲོག་པའི་ཆེད་དུ་བསྐྱོ་བས་རྒྱས་གདབ་པ་དང་བཅས་པ་རང་
གཞན་གྱི་དོན་འབྲུབ་ངེས་ཞིག་མཛད་པར་བྱའོ།། །།ཞེས་གསུངས་སོ།།

In such situations, if one practices the higher vows precisely as taught, one not only keeps the lower vows intact, but also reaps the qualities of the higher vows. For example, the meal in the afternoon: when one blesses and transforms it into nectar with mantras and samādhi, such as the three syllables and the like, and enjoys it with divine pride, not only does one not commit a downfall of prātimokṣa, one also adheres to the mantric samaya of eating.

In this way, know how the three vows do not contradict each other. Abandon all objects to abandon, the adverse conditions; with joy, meditate on rejoicing in all the past conducts of your body, speech, and mind that conformed to the sublime Dharma, the objects of practice; resolve to increase the accumulation of virtue by a hundred-fold, a thousand-fold, in

the future, and seal the results thereof with dedication so that all sentient beings attain buddhahood. Thus, make sure the purposes of others and yourself are fulfilled.

དེ་ལྟར་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་ལྟར་བཞིན། ཉམས་ལེན་འདོན་སྐོམ་འབད་དགོས་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཁོལ་བྱར་ཕུང་ཞིང་།
གངས་གསོག་གི་རིམ་པ་ལྟར་གྱི་ཁལ་རྒྱུ་དང་། གཞན་ཡང་སྐབས་སུ་གང་བབས་བཅས་གོ་བདེར་བྲིས་པ་འདི་
བཞིན་ཀྱང་། རྟིགས་དུས་མི་རྣམས་འབད་ཚུ་ལྟར་ཞིང་། ལཱ་ལྷན་གྱི་མ་དཔེ་དགོན་པ་བཅས་འཁྱེར་བདེ་ཞིག་བྱུང་
ན་ཞེས་སྐར་ཆོས་ཁྲིམས་པ་རབ་བཟང་སྟགས་དོན་གཉེར་བ་འགའ་ཞིག་གིས་མོས་སྒོ་ལྟར་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་
བཀྲིས་འདུན་དང་ཆོགས་བསགས་ཀྱིས་རྒྱར་མཐོང་བ་བཅས་ཡའབྱི་གུང་ཤུག་འདི་དགོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་
འགོ་འདུལ་གྱིས་དབང་ལྷག་ཅེས་པ་བྱིན་ཟེའི་ཁམས་ལྷན་གྱི་བྱ་མཆོག་ལའི་ཏྲུ་རྒྱ་དང་པེའི་ཆོས་དག་བར་མ་བྱང་
བཀྲིས་རྟུགས་ནས་སྟེལ་བ་འདིས་ཀྱང་རང་གཞན་ཀྱང་དོན་གཉིས་ལྷན་འབྲུབ་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག། །།དགེ།།

Thus, I have excerpted the stages of recitation and meditation wherein one needs to make effort, in accordance with the Words of Dharmakṛti. As for the accumulations, in this lucid writing, I have followed the oral teachings from the past, and also what is appropriate at the moment.

The reasons I have done so are that the people in the decadent age fall short in effort, and also to fulfill the wishes of a few aspirants, such as Gar Chotrim Rabzang and others, who requested me to make an easily accessible text of the Fivefold, the manuscript of which is in short supply. I also had the aspiration to do this, and I have found it a means to accumulate merit.

Composed by the monk of Üākya, Drikung Kyabgön Konchok Tenzin Drodul, (1724-1766) at Tashi Tshug Palace on the sacred days of the 1st Mongolian month in the Fire Bull Year. This is Virtuous!

ལཱ་ལྷན་ཤེལ་དཀར་མེད་བ་འདི་ཉིད་འབྱི་གུང་ཆོས་མཛོད་ནང་བཞུགས་པའི་མ་དཔེ་གཞིར་བཟུང་ཡིན་ཡང་། རྩོར་
སེམས་སྐབས་གྲུབ་དབང་ནོན་རིན་པོ་ཆེས་མཛོད་པའི་བྲིས་བྱུང་རྒྱུ་ལམ་རྒྱུ་དུ་གངས་པ་ལྟར་ཡེ་ཤེས་པ་
སྟན་འདྲེན་པ་དང་། བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་སྟགས་འདིར་མེད་པ་རྣམས་རྒྱུ་གྱིར་ཏིའི་ཁལ་ལྟར་ནང་བཞིན་
ཁ་སྐོང་བྱས་ཡོད་པ་འདིས་ཀྱང་འབྱི་བསྟན་ཕྱོགས་བཅུ་ཀྱན་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། མཁའ་མཉམ་འགོ་བཙོངས་
ལ་བདེ་སྦྱང་འབྱུང་ཞིང་དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྒྲ་མའི་བྱགས་དགངས་རྩོགས་པའི་རྒྱར་བསྟོར་བ་བཅས། དབྱིན་རྒྱར་བ་
དགོན་མཆོག་བརྟན་འཕེལ་ནས་སྟེལ་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་བ་ ༡༡ ཆོས་ ༣༠ བཟང་པོར་འཕགས་ཡུལ་གདན་ས་བྱུང་
རྒྱུ་གླིང་དུ་འབྲིས།།

This version of the Crystal Rosary has been reproduced based on the version found in the Drikung Treasury of Dharma. However, following Drubwang Nono Rinpoche's instruction in the Continuous Path to Awakening, a passage for inviting the wisdom beings has been added to the practice of Vajrasattva.

Also, the name mantras of some of the lineage holders that are missing in the Crystal Rosary have been added from the Words of Dharmakṛti.

May this little endeavor also contribute to the flourishing of the doctrines of the Drikung Kagyu lineage in all directions and times, bringing joy and happiness to all migratory beings equal to the infinity of the sky, and fully accomplishing the heart-aspirations of my root gurus.

