



༄། ར་མོ་གུ་རུ་ཤུག་སུ་ན་ཡེ།

Namo guru shakyamuniye!

དེ་ཡང་མདོ་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། འཆག་དང་འདུག་དང་འགྲུང་དང་ཉལ་བ་ན། །
 མི་གང་ཕུབ་པའི་བསྐྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་ཉག་ཏུ་སྟོན་པ་བཞུགས། །
 དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་སྲུང་ན་འདའ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །སྐུ་ལྷན་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འདྲ་བས། །
 འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། །དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་འཇུག་པ། །
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ།
 བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཕུབ་པའི་དབང་པོ་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་རྣལ་
 འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ།

In the Samadhiraja Sutra it is said: “Those who, while walking, sitting, standing, or sleeping, recollect the moon-like Buddha, will always be in Buddha’s presence, and will attain the vast nirvana.” And: “His pure body is the colour of gold, beautiful is the Protector of the World. Whoever visualizes him like this practices the meditation of the bodhisattvas.” In keeping with this, we should practice remembering our incomparable teacher, the Lord of Sages, in the following way:

Short Refuge Prayer

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚེ།
 བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བབྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འབྲུབ་པར་ཤོག།

SANGYE CHÖ DANG TSOK KI CHOK NAM LA/ CHANG CHUB BARDU DAK NI KY-
 AB SU CHI/ DAK GI JIN SOK GYI PÉ SÖNAM KYI/ DRO LA PHEN CHIR SANGYÉ
 DRUB PAR SHOK

In the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly, I take refuge until I attain enlightenment. Through the merit of practicing generosity and so on, may I attain buddhahood for the benefit of all beings.

ལན་གསུམ། ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ་པ་ཚོན་དུ་བཏང་རྟེ།
 Recite this verse three times. Then cultivate the four immeasurables, by saying:

Four Immeasurables Prayer

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ཕྱན་པར་གྱུར་ཅིག།
 སྐྱག་བསྐྱེད་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
 སྐྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
 ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྐྱོམ་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །

SEMCHEN TAMCHÉ DEWA DANG DEWÉ GYU DANG DEN PAR GYUR CHIK/
 DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG DRALWAR GYUR CHIK/
 DUG NGAL ME PÉ DEWA DANG MI DRALWAR GYUR CHIK/
 NYE RING CHAK DANG NYI DANG DRAL WÉ TANG NYOM TSÉ ME PA LA
 NÉ PAR GYUR CHIK

May all sentient beings enjoy happiness and the causes of happiness!
 May they be free from suffering and the causes of suffering!
 May they never be separated from the sacred happiness devoid of suffering!
 And may they dwell in boundless equanimity that is free from attachment and aversion!

ཚོས་ཐམས་ཅད་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་ངང་ནས།
 Bringing to mind how all phenomena appear and yet lack inherent existence, recite the following:

Visualization

ཨཾ་ཀྱེ་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྱུང་གི། ལྷང་བ་འགག་མེད་ཟུང་འབྲུག་སྐྱུ་མའི་ཚུལ། །
རང་མདུན་ནམ་མཁའ་མཚོད་སླིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་སངས་ཐེང་ཁྱི་ལྷ་བའི་སྟེང་། །
སྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ཤྲུག་སངས་གོ་ནི། །

AH KYE MÉ TONG PA NYI DANG TEN JUNG GYI/ NANG WA GAG MÉ ZUNG JUK
GYUR MÉ TSÜL/ RANG DÜN NAM KHA CHÖ TRIN GYATSÖ Ü/ RINCHEN SENG TRI
PÉ NYI DAWÉ TENG/ TÖNPA TSUNG MÉ SHAKYA SENGÉ NI/

Ah! Unborn emptiness and the unceasing appearances of dependent arising are the way of illusory unity. Before me in the sky, amidst vast clouds of offerings, on a jeweled lion throne, and lotus, sun and moon disc seats, the incomparable teacher, Lion of the Shakyas.

གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལྗན། ། ཚོས་གོས་གསུམ་གསོལ་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་ཀྱང་བལྟགས། །
བྱུག་གཡས་ས་གཞོན་བྱུག་རྒྱ་ལེགས་བརྒྱུངས་ཤིང། ། བྱུག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་ཚིའི་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས། །
གསེར་གྱི་རི་ལྷར་གཟེབ་བཞིན་དཔལ་འབར་བ། ། ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲ་བས་མཁའ་དབྱིངས་ཁྱབ། །

SER GI DOK CHEN TSEN DANG PÉ JÉ DEN/ CHÖ GÖ SUM SÖL DORJÉ KYIL TRUNG
SHUK/ CHAK YÉ SA NÖN CHAK GYA LEK KYANG SHING/ CHAK YÖN NYAM
SHYAK DÜDTSI LHUNG ZÉ NAM/ SER GYI RI TAR ZI JI PAL BAR WA/ YESHÉ ÖZER
DRA WÉ KHA YING KHYAB/

His body the colour of gold, adorned with major and minor marks. Clad in the three Dharma robes, he sits in vajra posture. His right hand gracefully poised in the earth-touching mudra, and his left hand in the gesture of meditation, holding an alms-bowl full of nectar. Like a mountain of gold, magnificent, he shines in splendor, spreading beams of wisdom light across the whole expanse of space.

ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱད་གནས་བཟླ་བཟུ་དྲུག་སོགས། ། འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐྱོར་ཞིང་། །
དྲན་པ་ཅན་གྱིས་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། ། རྣམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཚོག་གི་དཔལ་སྦྱེལ་བ། །
སྐྱབས་ཀྱན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །

NYE WÉ SÉ GYÉ NETEN CHU DRUK SOK/ PHAGTSOK GYATSÖ KHOR GYI YONG
KOR SHYING/ DRENPA TSAM GYI SI SHYI TANYI LÉ/ NAMDRÖL DEWA CHOK GI
PAL TSÖL WA/ KYAP KÜN DÜPÉ DAK NYI CHEN POR SAL/

The Eight Close Sons, Sixteen Elders and the like - a vast, ocean-like retinue of noble beings encircles him all around. Simply think of him and he grants the glory of the highest bliss: Liberation from samsara and nirvana, the two extremes. He is the Great Being, perfect embodiment of every source of refuge.

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་ལཱ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར།
 གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱལ་ཡིད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །
 ཏྟག་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས་བྱེད་ཅིང་། །ཉེས་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་།
 རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགེ་རྩ་རྒྱུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། སུམ་པོ་ཆེ་ལས། །
 རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཚོན་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། །
 ཚད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་ལུང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །
 ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །
 འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སློན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་སྟེ།
 འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལས། །ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། །
 འདུན་པའི་ཚེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གིས་སློན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །
 དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བཏན་པོ་བསྐྱེད་དེ།

Visualize the form of the Buddha in this way, and imagine that he is actually there, in front of you. The instant that you generate this thought—as the buddhas’ wisdom body is not constrained by limits like time or location—he will certainly be there. One of the sutras says: Should anyone think of the Buddha, he is there, right in front of them, constantly granting his blessings and freedom from all harm. The merit gained through visualizing the Buddha is inexhaustible; it is a source of virtue that will never go to waste. As it says in the Avatamsaka Sutra: By seeing, hearing or offering to the buddhas, a boundless store of merit is amassed. Till we are rid of all the destructive emotions and the suffering of samsara, this compounded merit will never go to waste. Also, whatever prayers of aspiration we make before the Buddha will be fulfilled.

As it says in the Teaching on the Qualities of Mañjushri’s Pure Land: Everything is circumstantial and depends entirely on our aspiration. Whatever prayers of aspiration we make the results we will gain accordingly. Generate firm conviction in these statements, and recite the following:

སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཚུད་ལྡན་སྟོགས་མའི་ཞིང་། །བརྒྱུད་ནས་སློན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་བཏབ། །
 བད་དཀར་ལྟར་བསྐྱེད་མཚན་ཐོས་ཕྱིར་མི་ལྡོག། །སྟོན་པ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

NYING JÉ CHEN PÖ TSÖ DEN NYIK MÉ SHING/ ZUNG NÉ MÖN LAM CHEN PO NGA
 GYA TAP/ PE KAR TAR NGAK TSEN TÖ CHIR MI DOK/ TÖN PA TUK JÉ CHEN LA
 CHAK TSAL LO/

With your great compassion, you embraced this turbulent and degenerate world, and made five hundred mighty aspirations. You are as exalted as the white lotus; whoever hears your name shall never return to samsara - most compassionate teacher, to you I pay homage!

བདག་གཞན་སྒོ་གསུམ་དག་ཚོགས་ལོངས་སྤོང་བཅས། ། ཀུན་བཟང་མཚོན་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །
 རོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱིན་ལྷང་མ་ལུས་པ། ། ལྷོང་ནས་འགྲོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །
 འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་དག་བ་ནི། ། དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

DAK SHYEN GO SUM GÉ TSOK LONGCHÖ CHÉ/ KUNZANG CHÖPÉ TRIN DU MIG
 NE BUL/ TOK MENÉ SAK DIK TUNG MA LÜ PA/ NYING NÉ GYÖPA DRAKPÖ SOSOR
 SHAK/ PHAK DANG SOSÖ KYEWÖ GEWA NI/ DÜ SUM SAK LA JÉSU YIRANG NGO/

All my own and others' virtues of body, speech and mind, together with all our possessions, visualized like Samantabhadra's offering clouds, I offer to you. All the harmful actions and transgressions I have committed throughout beginningless time, each and every one I now confess, with intense and heartfelt regret. In all virtuous actions, of the noble ones and ordinary beings, accumulated throughout the past, present, and future, I rejoice.

ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཚུལ། ། ལྷོགས་བཅུར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བསྐྱར་དུ་གསོལ། །
 ལྷོད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ། ། དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི། །
 གངལ་བུའི་སྤང་ངོར་སྐྱེ་འཇིག་ཚུལ་སྤོན་ཀྱང་། ། སྤུལ་པའི་གཟུགས་སྐྱེ་ཉག་ཏུ་སྤང་བར་མཛོད། །

ZAB CHING GYA CHÉ CHÖ KYI KHOR LÖ TSÜL/ CHOK CHUR GYÜN MI CHE PAR
 KOR DU SÖL/ KHYÖ NI NAM KHA TA BÜ YESHÉ KU/ DÜ SUM PHO GYUR MÉ PAR
 SHYUK MÖ KYI/ DÜL JÉ NANG NGOR KYÉ JIK TSÜL TÖN KYANG/ TRÜL PÉ ZUK
 KU TAK TU NANG WAR DZÖ/

Turn the Wheel of the profound and vast Dharma teachings, ceaselessly and in every direction, I pray! Your wisdom body is like space, and remains changeless throughout past, present and future. Yet in the perception of those to be guided, you go through the display of birth and death, even so, let your form body continue always to appear.

བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཚོགས་ཀྱིས། ། མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྤང་དུ། །
 ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཉག་ཏུ་ཉེས་བྱེད་ཅིང་། ། ཚོས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །

DAK GI DÜ SUM SAK PÉ GÉ TSOK KYI/ KHA KHYAB DRO WA KÜN LA PHEN LÉ
 DU/ CHÖ KYI GYAL PO TAK TU NYÉ JÉ CHING/ CHÖ JÉ GYAL WÉ KO PHANG TOB
 PAR SHOK/

Through all the virtues I have accumulated in the past, am accumulating now, and will accumulate in the future, for the sake of benefitting all beings, who are as infinite as space, may you, the sovereign of Dharma, be forever pleased, and may all attain the state of the victorious one, the Lord of Dharma.

བདག་ཅག་སྒྲིགས་མའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། ། སྤྱགས་རྗེས་སྤྱག་པར་བཟུང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལས། །
 ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། ། ལྷང་བ་རི་སྤོང་བྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད། །

DAK CHAK NYIK MÉ DRO WA GÖN ME NAM/ TUK JÉ LHAK PAR ZUNG WÉ KA
 DRIN LÉ/ SHING DANG DÜ DIR RINCHEN NAM SUM GYI/ NANG WA JI NYÉ KHYÉ
 KYI TRIN LÉ NYI/

Living beings like us, adrift in this degenerate age, have no guidance and protection. Because of your kindness, caring for us with surpassing compassion, every manifestation, in this world now, of the Three Jewels, is your enlightened activity.

དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཚོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ཕུ་རྟ། ། ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྤོང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །
 ལྷོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐལ་བར། ། བྱང་ཚུབ་བར་དུ་སྤྱགས་རྗེས་རྗེས་འདོན་མཛད། །

DÉ CHIR KYAB CHOK TSUNG ME CHIK PU RU/ YICHÉ DE PÉ NYING NÉ SÖL DEP
 NA/ NGÖN GYI DAM CHÉ CHEN PO MA NYEL WAR/ CHANG CHUB BAR DU TUK JÉ
 JÉ DZIN DZÖ/

You are then our only refuge, incomparable, supreme, so from our hearts we pray, with total confidence and faith: Do not neglect the great promises you made in times gone by. But hold us, until we attain enlightenment, with your compassion.

ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་དྲག་པོས་སྤོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་སྐུ་ལ་ཙེ་གཅིག་དུ་དམིགས་ཏེ།

With the strongest possible confidence and faith, consider that the Buddha is actually there, in front of you. Concentrate one-pointedly on his form. And recite the following as many times as you can:

སྐྱེས་སྤོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་
 རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཕུབ་པ་ལ་ཕྱག་ཚལ་ལོ། ། མཚོད་དོ། ། སྐྱབས་སུ་མཆོའོ།

**LAMA TÖN PA CHOM DEN DÉ
 DE SHYIN SHEK PA DRA CHOM PA
 YANG DAK PAR DZOG PÉ SANGYÉ PAL
 GYAL WA SHAK YA TUB PA LA
 CHAK TSAL LO CHÖ DO KYAB SU CHIO**

repeat 3 times

Supreme teacher, bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect Buddha, glorious conqueror, Shakyamuni Buddha, to you I pay homage! To you I make offerings! In you I take refuge! repeat 3times

སྤྱགས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཤར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་ཏུ་ལས་གསུངས་པའི་བཟུང་ནི།

Then, as a means of invoking his wisdom mind, recite as many times as you can the following dharani, which is taught in the abridged Prajnaparamita:

ཏ་ཏྟ་མྱ། ཨོྫ་མུ་མེ་མུ་མེ་མ་རྒྱ་མུ་ན་ཡེ་སྲ་རྒྱ།

TADYATHA OM MUNE MUNE MAHAMUNAYE SVA HA

ཞེས་ཅི་རིགས་དང་།

Then recite, as many times as possible, the same mantra from OM onwards:

ཨོྫ་མུ་མེ་མུ་མེ་མ་རྒྱ་མུ་ན་ཡེ་སྲ་རྒྱ།

OM MUNE MUNE MAHAMUNAYE SVA HA

མན་ཚད་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བསྐྱེད། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྱ་ཏེ།

དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྡེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཡི་གསལ་སྣང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་པ་དང་། བཟུང་བསྐྱོང་པའི་རྒྱན་གྱིས།

During all this, bring to mind the Buddha's qualities and, with a mind full of devotion, concentrate one-pointedly on the clear visualization of his form. Then, through the power of uttering the names of the Buddha and reciting his dharani, imagine that:

སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ཚོགས་པའི་སྣང་བ་ཚེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་།

TÖN PE KU LÉ YESHÉ KYI ÖZER NA TSOK PÉ NANG WA CHEN PÖ DAK DANG
SEMCHEN TAMCHÉ KYI DRI PA TAMCHÉ SEL SHING/

From the Buddha's body there emanates a great radiance, of multi-coloured rays of wisdom light, dispelling all our own and others' obscurations,

ཐེག་པ་ཚེན་པའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་སྤྱིར་མེ་ཚོགས་པའི་ས་འོན་པར་བསམ།

TEK PA CHEN PÖ LAM GYI YÖN TEN TSÜL SHYIN DU KYÉ TÉ CHIR MI DOK PÉ SA
NÖN PAR GYUR

And causing all the genuine qualities of the Mahayana path to arise within us, so that we attain the level of perfection from which we will never return again to samsara.

བསམ་ལ་དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། ལུན་མཚམས་རྣམས་སུ་མཚུལ་སོགས་མཚན་པ་དང་། ལུབ་སྟོན་གྱི་རིགས་དང་།

སྟོང་རྗེ་བད་དཀར། རྒྱ་ཚེར་རོལ་པ། སྐྱེས་རབ་སྣ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་

མཚན་བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་རུས་པར་བཞག།

དགོ་པའི་རྩ་བ་རྣམས་སྐྱེ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བསྐྱེད་པ་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།

སྤྱིར་འགོ་འཇག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀྱི་འཇུག་ལྟ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བརྗེད་པར་བྲན་པ་དང་།
 མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འོད་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཉེན་མོ་ཤིན་ཏུ་
 དྲངས་བའི་དུས་ལྟར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ།
 དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རི་ལྷོ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ལས་བཅུ་ལྟེ།
 དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་
 རྗེས་སུ་གཞོལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་དམ་བཅའ་སྟོན་པ་མེད་པའི་ངང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་སྤྱི་
 དང་། ལྷན་པར་ཞེ་སྟོན་གི་རྣམ་འབྱོར་ལ་ཅེ་རུས་སུ་བཙོན་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ཐུན་དུ་འགྱུར་ཏེ།
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཚེན་པོའི་ལམ་
 ལས་སྤྱིར་མེད་པར་འགྱུར་བ་མདོ་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ།
 ལོང་དུ་བསྟན་པའི་བཟངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་།
 གཟུངས་འདི་རྗེད་པའི་མཐུས་ཤུགས་ཀྱི་ལོ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་།
 སྤྱི་རམས་གཞིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་།
 གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཚོགས་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བ་དང་།
 རྣམས་བསྐྱབ་པ་ན་བཞགས་མ་མཚེས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ཞེས་པ་དེ་
 ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བརྒྱས་པས་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱད་མིའི་
 བར་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་པ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཚད་མེད་པ་དང་ཐུན་ཞིང་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུགས་བྱུང་བའི་སྤྱིང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །
 དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞེ་སྟོན་གི་རྣམ་འབྱོར་ལ་རི་ལྷོ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་བྱུང་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །
 ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་ལོར་བུའི་མཚན་མངའ་དཔོན་ཨོ་རྒྱུན་བསྟན་འཛིན་
 ལོར་བུ་ནས་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྗེས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་
 ལྷན་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་སྤུལ་པའི་སྐྱེ་འཇིགས་མེད་པར་མ་བདེ་ཚེན་ལ་སྤྱོད་ཏེ།
 རིན་ཚེན་དང་པོ་སོགས་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྗེས་ཀྱི་སྤྱོད་དང་བཅས་སྤྱིར་དུ་གྲུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་བྱང་གི་བཀའ་བསྐྱལ་
 བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་པ་མཚོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་མཐར་ཚས་སྤྱི་བའི་མེད་ཅམ་འཛིན་པ་
 ཤུགས་རྗེས་འཇུག་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས། རྗེ་རྗེ་འཕན་བྱུག་གི་རི་ཞོལ་སྤྱོད་ཚོགས་ལོར་བུའི་སྤྱིང་དུ།
 ཚུལ་འདི་མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་གི་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་སྟོན་པ་སྤྱོད་པའི་དབང་པོའི་བྱིན་
 རྒྱལ་མཚུངས་པ་མེད་པ་མདོན་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག །།

Diligently apply yourself to this practice, as much as you can. In between sessions, practice mandala offering, and recite, to the best of your ability, whichever sutras you prefer, such as the Praises of the Buddha, White Lotus of Compassion, Lalitavistara, Jataka Tales, or The One Hundred and Eight Names of the Tathagatas. Dedicate your sources of virtue towards unsurpassable awakening and recite prayers of aspiration.

In general, whatever you are doing, whether it is moving, walking, sleeping or sitting, you should constantly remember the Buddha. Even at night, when you go to sleep, consider that the radiance of the Buddha's form illuminates the whole of space in every direction, lighting it up as brightly as during the day. At all times, emulate the buddha's actions from the moment he first generated the mind of awakening, and follow the example of the buddhas and great bodhisattvas of the past, present and future. Maintaining your commitment to precious bodhichitta, without ever allowing it to waver, exert yourself as much as possible in the bodhisattvas' conduct in general, and in the practices of shamatha and vipashyana in particular, so as to make meaningful the freedoms and advantages of this human existence.

It is said in several sutras that merely hearing the name of our teacher, the Buddha, ensures that one will gradually progress along the path to great enlightenment, without ever falling back. It is also said that the dharani revealed above is the source of all the buddhas. It was through the force of discovering this dharani that the King of Shakyas himself attained enlightenment, and that Avalokiteshvara became the supreme of all the bodhisattvas. Through simply hearing this dharani, a vast accumulation of merit will easily be gained and all karmic obscurations will be purified, and when reciting it, obstacles will not occur. This has been taught in the abridged Prajnaparamita.

Other teachings say that by reciting this dharani only once, all the harmful actions you have committed throughout 800,000 kalpas will be purified. They say that it possesses boundless qualities such as these, and is the sacred heart-essence of Buddha Shakyamuni. The way to generate faith and exert oneself in the practices of shamatha and vipashyana are explained elsewhere.

The intention to compose this text first arose due to the persistent encouragement of Öñ Orgyen Tenzin Norbu, who is a holder of the treasury of threefold training, and who accompanied his request with the offering of auspicious substances. More recently, the same Öñ Rinpoche sent Tulku Jikmé Pema Dechen, with gifts of gold and other auspicious substances, saying, "Please finish it quickly." At the urging of these two great masters, I, Mipham Jamyang Gyatso, a follower of Shakyamuni, who has unshakeable faith in the supreme teacher and is a Dharma teacher in name only during this final age, composed this at Phuntsok Norbui Ling at the foot of Mount Dza Dorje Penchuk. It was completed on the eighth day of the Month of Miracles in the Iron Rat year. May this benefit the teachings and beings continuously, without interruption, on a marvelous scale, and may all who see, hear, think of, or come into contact with it in any way, truly receive the incomparable blessings of our teacher, the Lord of Sages.

Translated by Rigpa Translations, with reference to existing versions by Tulku Thondup Rinpoche and the Padmakara Translation Group.

Special thanks to Lotsawa House and Rigpa Translations for their translation of this precious sadhana. Some editing and alterations were done by Erick Tsiknopoulos.