

MEDICINE BUDDHA TANTRAYANA MEDITATION CENTRE

THE SHORT SADHANA OF SOLITAIRE-HERO YAMANTAKA



Arranged by Lama Tendar







TABLE OF CONTENTS

PRELIMINARY PRACTICE	11
Prayer of Shakya Munye Buddha	11
Taking Refuge and Generating Bodhicitta	12
The Full Six Session Guru Yoga	15
The Abbreviated Six Session Guru Yoga	40
Lama Tsong Khapa Guru Yoga: Ganden Lha Gya Ma	45
The Foundation of All Good Qualities	52
Offering the Mandala of the Universe	60
THE ACTUAL SADHANA PRACTICE	67
Requests to the Yamantaka Lineage Gurus	67
Taking Refuge and Generating Bodhicitta	68
Instant Self-Generation as Yamantaka	68
Blessing the Inner Offerings	69
Blessing the Outer Offerings	71
Generating Oneself as Yamantaka	73
Sense Offerings to Oneself as Yamantaka	76
Inner Offerings to Oneself as Yamantaka	77
Offering Praise to Oneself as Glorious Yamantaka	77
Recitation Of Yamantaka's Four Mantras	78
Offerings and Praise to Oneself as Yamantaka	81
Blessing the Torma Offerings	82
Inviting Yamantaka and His Mandala as Guests for the Torma Offerings	85
Offering Torma with Mudras and Mantra	86
Outer and Inner Offerings to Yamantaka and His Mandala	87
Praise To Front-Generated Yamantaka	87
Blessing with Root Mantra	88
Torma Offerings to the Directional Protectors	89

Outer and Inner Offerings to the Directional Protectors	89
Praise to the Directional Protectors	90
CONCLUDING PRACTICE	92
Dissolution of Self as Yamantaka Into Clear Light Emptiness	92
Yamantaka Dedication and Auspiciousness Verses	94
Long Life Mantra of His Holiness the Dalai Lama	98
Praise of Mahakala Dharma Protector	100
Prayer for the Flourishing of Je Tsongkhapa's Teachings	106
Acknowledgement of sponsors	116

This sadhana practice is intended only for those people who have received the Yamantaka Maha-Anuttara-Yoga Tantra Initiation from a qualified Lama.

Instructions for the care of Dharma books:

Dharma books contain the precious teachings of the Buddha; they have the power to protect us from lower rebirth and to free us from the suffering of samsara. Please keep this prayer book always at a high and dry place. Avoid placing this on a chair to prevent people from sitting on it; avoid stepping over Dharma books; avoid moving tea cups over Dharma books to prevent water damage. If you no longer need it, pass it to someone who do need it. If it is necessary to dispose these materials, they should be burned with prayers of OM AH HUM, visualising the writings be absorbed into the letter AH, which in turn, absorbed into you, transmitting the wisdom to your midstream, also the good energies contained in the pages be released back to nature.

PRELIMINARY PRACTICE

Prayer of Shakya Munye Buddha

སྟོན་པ་བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

TON PAR CHOM DAN DHEN/ DE ZHIN SHEG PA/

དགྲ་བཙེན་པ་ཡང་དག་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་

DRA CHOM PA/ YANG DAG PAR/ DZOG PAI SANG GYE/

རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ།

RIG PA DANG/ ZHAP SU DAN PA/ DE WAR SHAG PA/

འཇིག་རྟེན་མཁུན་པ། སྤྱི་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ།

JIG TEN CHEN PA CHE BU DUL WA/ KHA LO GYUR WA/

སྤྱི་ན་མེད་པ་ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ།

LA NA ME PA/ LHA DANG MI NAM CHI/ TON PA

སངས་རྒྱས་བཙེན་ལྷན་འདས་དཔལ་རྒྱལ་བ་

SANG GYE/ CHOM DAN DHEN/ PAL GYAL WA/

ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ།། མཆོད་དོ་སྐབས་སུ་མཆོདོ།།

SHAKYA THUP PA LA/ CHAG TSAL LO/ CHO DO CHAP

SU CHI WO

Guru, Master, Bhagavan, Tathagata, Arhat, complete perfect and fully awakened one, perfect in knowledge and good conduct, Sugata, knower of the world, supreme driver of human beings to be tamed, teacher of Gods and human beings, to you, the Buddha, Bhagavan, Glorious Conqueror, Shakyamuni, to you, I prostrate, go for refuge, and make offerings. Please grant me your blessing.

ཏད་ཡའ་ ཨོ་མུ་ནི་མུ་ནི་མདུ་མུ་ནི་ཡི་སྐྱ་དུ།།

TADYATHA OM MUNI MUNI MAHA MUNYAE SVAHA

Taking Refuge and Generating Bodhicitta

ན་མོ་གུ་རུ་བྱེ།། ན་མོ་བུད་རྩེ་ཡ།།

NA MO GURUBAYE, NA MO BUDDHA YA,

ན་མོ་ཏྲ་སྐྱ་ཡ།། ན་མོ་སང་སྐྱ་ཡ།།

NA MO DHARMA YA, NA MO SANGHA YA. (x3)

Homage to Guru, homage to Buddha, homage to Dharma, home to Sangha.

ལྷ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།། སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།།

**LAMA LA CHAB SU CHE WO/ SANG GYE LA CHAB SU
CHE WO/**

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

**CHO LA CHAB SU CHE WO/ GEN DU LA CHAB SU CHE
WO/ (3x)**

ཡི་དམ་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་

YI DAM CHI KOR CHI, LHA TSOG, KOR DANG, CHI PA,

ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། དཔལ་མགོན་དམ་པ་

NAM LA CHAB SU CHE WO/ PAL GON DAM PA

ཆོས་སྐྱོང་བའི་སྤང་མ་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤྱན་དང་

CHOE CHONG-YE/ SUNG MA YE SHI CHI CHAN DANG

ལྷན་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

DHEN PA NAM LA CHAB SU CHE WO/

I take refuge in the Guru, I take refuge in the Buddha,
I take refuge in the Dharma, I take refuge in the Sangha.
I take refuge in all the Yidams, and the Deities gathered in the
Mandalas. I take refuge in all the glorious Protectors of pure
Dharma and Local Guardians who each have the eye of
transcending awareness.

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཚོགས་གྱི་མཆོག་ནམས་ལ།

SANG GYE CHO DANG TSOG CHE CHOG NAM LA/

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

JANG CHUB BAR DU DHA NE CHAB SU CHE/

བདག་གིས་སྤྱན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཚོགས་ནམས་ཀྱིས།

DAG GI JIG SOG GYI PAI TSO NAM CHI/

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག།

DROL LA PAN CHAR SANG GYE DRUB PAR SHOK/ (3x)

I go for refuge until I am enlightened to the Buddha, the Dharma and the highest assembly. From the virtuous merit I collect by listening to and practicing the teaching, may I attain the state of a Buddha to be able to benefit all sentient beings. (3x)

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ཕྱན་པར་གྱུར་ཅིག།

**SEM CHEN THAM CHE DE WA DANG/ DE WAI GYU
DANG/ DHEN PAR GYUR CHIK/**

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱལ་བསྐྱེད་དང་སྤྱལ་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**SEM CHEN THAM CHE DOOK NGAL DANG/ DOOK NGAL
YI/ GYU DANG DRAL WAR GYUR CHIK/**

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱལ་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**SEM CHEN THAM CHE DOOK NGAL ME PAY/ DE WA
DANG MI DRAL WA GYUR CHIK/**

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་དེང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་དང་སྦྲེལ་ལ་གནས་
པར་གྱུར་ཅིག།

**SEM CHEN THAM CHE/ NYE RING CHAK DHANG/ NYI
DANG DRAL WAI/ TANG NYOM LA/ NEE PAR GYUR
CHIK/ (3x)**

May all sentient beings have happiness and the cause of happiness. May all sentient beings be free of suffering and the cause of suffering. May all sentient beings not be separated from the bliss that is free of suffering. May all sentient beings live in equanimity, free from attachment and hatred, towards those near and far.

The Full Six Session Guru Yoga



སངས་རྒྱལ་ཚེ་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།

SANG GYE CHO DANG TSOG CHE CHOG NAM LA/

བྱང་ཆུབ་པར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

JANG CHUB BAR DU DHA NE CHAB SU CHE/

བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས།

DAG GI JIG SOG GYI PAI TSO NAM CHI/

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

DROL LA PAN CHAR SANG GYE DRUB PAR SHOK/ (3x)

I go for refuge until I am enlightened, to the Buddha, the Dharma, and the Highest Assembly. From the virtuous merit I collect by practising giving and other perfections, may I attain the state of a Buddha to be able to benefit all sentient beings.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉི་འོང་ཆགས་སྒྲུང་དང།

SEM CHEN THAM CHE NYE RING CHAK DHANG DANG

བྲལ་ནས་བྱད་པར་འཕགས་པའི་བདེ་བ་ཐོབ།

DRAL NE CHE PAR PHAG PAI DE WA THOB

བཟོད་དཀའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བྱ་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་ཏེ།

ZOD KE DUG NGAL GYA TSO LAY DRAL TE

ཐར་པ་དམ་པའི་བདེ་དང་འབྲལ་མ་གྱུར།

THAR PA DAM PAI DE DANG DRAL MA GYUR

May all sentient beings be parted from aversion and clinging, feeling close to some and distant from others. May they win the bliss that is especially sublime. May they find release from the ocean of unbearable sorrow, and may they never be parted from freedom's true joy.

འགྲོ་ཀུན་སྤྱིད་ཞིའི་འཇིགས་པ་ལས་སྦྱལ་ཕྱིར།

DRO KUN SID ZHI JIG PA LAY DRAL CHAR

རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས།

ZOK PAI JANG CHUB THOG PAR DOE PAI SEM

དང་ནས་བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར།

DENG NE ZUNG TE SANG GYE MA THOB BAR

སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་བཏང་བ་བྱུང་བར་བཀྱི།

SOG GI CHIR YANG MI TANG ZUNG WAR GYI

From this moment on, until I am a Buddha, may I never give up, though my life be at stake, the attitude to gain full enlightenment (Bodhicitta) In order to free from the fears of samsara and nirvana's complacency all sentient beings.

ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས།

LAMA GYAL WA SEE CHE NAM

བདག་ལ་དགོངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

DAG LA GONG PAR ZEE DU SOL

ཇི་ལྟར་སྡོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས།

JE TAR NGON GYE DE SHEG KYI

བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང།

JANG CHUB THUG NI KYE PA DANG

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ།

JANG CHUB SEM PAI LAB PA LA

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར།

DE DAG RIM ZHIN NE PA TAR

བདག་ཀྱང་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ།

DAG KYANG DRO LA PHAN DON DU

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བཀྱི་ཞིང།

JANG CHUB SEM NI KYE GYI ZHING

ཁྱེད་ཀྱི་མཆོག་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ།

JANG CHUB SEM PAI LAB PA LA

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བཞུ།

RIM PA ZHIN DU LAB PAR GYI (X3)

O Buddhas, Bodhisattvas and Gurus please listen to what I now say from the depths of my heart. Just as all Buddhas of the past have developed the thought of enlightenment, true Bodhicitta, then practiced its stages of graded development following the trainings for all Buddha's children, so may I too, for the sake of all beings, develop Bodhicitta and follow the trainings exactly as all Bodhisattvas have done.

དེང་དུས་བདག་ཆོལ་བྱས་བྱ་ཡོད།

DE DU DAG TSE DRI BU YOEE/

མི་ཡི་སྤྱད་པ་ལྷན་པར་སྐྱོབ།

MI YI SID PA LEG PAR THOB/

དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྦྱེས།

DE RING SANG GYE RIG SU KYE/

སངས་རྒྱས་སྐྱས་སུ་ད་གུར་དོ།

SANG GYE SEE SU DA GYUR TO/

At this moment my life has become truly fruitful for having attained an endowed human body and for having developed the true Buddha essence, Bodhicitta, and thus have become Buddha's child today.

ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང།

DA NI DAG GIE CHI NE KYANG/

རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ།

RIG DANG THUN PAI LAY TSAM TE/

སྒྲིན་མེད་བརྩན་པའི་རིགས་འདི་ལ།

KYON ME TZUG PAI RIG DHI LA/

རྟོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།

NYOM PAR MI GYUR DE TAR JA/

Applying now any skilled means whatsoever, may I always accord what I do with this essence (and follow the actions of all Buddha's children). May I never confuse with this pure faultless essence (any teachings that lack this enlightening thought).

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཡིད་འཕྲོག་རིན་ཆེན་གྱི།

DUN GYI NAM KHAR YIG TROG RIN CHEN TRI

ཐུ་སྦྱེས་ཉི་ཟླ་རྒྱས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་སྟེང།

CHU KYE NYI DHA GYE PAI KYIL KHOR TENG

རྩ་བའི་སྒྲ་མ་བྱབ་བདག་དོ་རྩེ་འཆང།

TSA WAI LAMA CHAB DAG DOR JEE CHANG

སྐྱེ་མདོག་སྤྲན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས།

KU DHOG NGON PO ZHAL CHIG CHAG NYIE KYI

དོར་དྲིལ་བརྒྱུང་ནས་རང་འདྲའི་ཡུམ་ལ་འབྱུང།

DOR DRIL ZUNG NE RANG DRAI YUM LA CHUE

མཚན་དཔེའི་གཟི་འབར་རིན་ཆེན་རྒྱན་མང་འཛིན།

TSAN PAY ZIG BAR RIN CHEN GYAN MANG ZIN

ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་རྩེས་དར་གྱི་ན་བཟའ་ཅན།

YIE TROG LHA ZEE GOE KYI NA ZA CHAN

དྲན་པ་ཅམ་གྱིས་གདུང་བ་ཀྱན་སེལ་ཅིང།

DRAN PA TSAM GYI DUNG WA KUN SEL CHING

སྐབས་མཚོག་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིས་དུ།

KYAB CHOG MA LUE DHU PAI DAG NYIE DU

སྐུལ་ཀྱང་ཚུལ་གྱིས་བཞགས་པའི་གནས་གསུམ་དུ།

KYIL TRONG TSUL GYI ZHUG PAI NE SUM DU

ཡི་གེ་གསུམ་མཚན་རྩྭ་ཡིག་འོད་ཟེར་གྱིས།

YI GI SUM TSAN HUM GI OUE ZER GYI

རང་བཞིན་གནས་ནས་སྤྲ་མ་རྩེ་རྩེ་འཆང།

RANG ZHIN NEE NE LAMA DOR JEE CHANG

རྩེ་རྩྭ་བུ་རྩེ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།

ZAH HUM BAM HO NYIE SU MEE PAR GYUR.

In the sky before me, on a breathtaking throne of jewels, on a mandala seat of a lotus, sun and full moon, sits my root Guru, all pervading Vajradhara, with a blue coloured body, one face and two arms, holding vajra and bell, and embracing his duplicate consort. He shines resplendent with all the marks of a Buddha, adorned with many dazzling jewelled ornaments, draped with fine garments of enchanting heavenly scarves. Even the mere remembrance of him dispels all my torment.

With a nature encompassing every supreme refuge, he sits cross-legged in the vajra position. The three spots of his body marked with three letters. Light beams forth from the HUM at his heart and invokes Guru Vajradhara from his actual abode. JAH HUM BAM HO. They merge to become non-dual.

གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདེ་ཆེན་ཉིད།

GANG GI DRIN GYI DE CHEN NYIE

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཆར་བ་གང།

KEE CHIG NYIE LA CHAR WA GANG

ལྷ་མ་རིན་ཆེན་ལྟ་བུ་ཡི།

LAMA RIN CHEN TA BU YI

དོ་ཨྲེ་ཅན་ཞབས་པད་ལ་འདུད།

DOR JEE CHAN ZHAB PAY LA DHUE

I bow at your lotus feet, O my jewel-like Guru Vajradhara,
your kindness heralds an instantaneous dawn of great bliss.

ཨོྲེ་བཙུང་ལྷན་དཔའ་བོའི་དབང་ཕུག་ལ་ཕུག་འཆལ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཕྱེ།

**OM CHOM DHAN PA WOI WANG CHUG LA CHAG TSAL
HUM HUM PHAT**

OM I prostrate to the Bhagavan lord of the brave ones
HUM HUM PHAT

ཨོ་བསྐལ་པ་ཆེན་པོའི་མེ་དང་མཉམ་པའི་འོད་ཏུ་ཏུ་ཕྱེ།

**OM KAL PA CHEN POI ME DANG NYAM PAI OUE
HUM HUM PHAT**

OM to you whose brilliance equals the fire that ends a great
eon HUM HUM PHAT

ཨོ་རལ་པའི་ཅོད་པན་མི་བཟད་པ་དང་ལྷན་ཏུ་ཏུ་ཕྱེ།

**OM RAL PAI CHOE PEN MI ZEE PA DANG DHEN
HUM HUM PHAT**

OM to you who have an inexhaustible crowning top knot
HUM HUM PHAT

ཨོ་མཆེ་བ་རྣམ་པར་གཅིགས་པ་འཇིགས་པའི་ཞལ་ཏུ་ཏུ་ཕྱེ།

**OM CHE WA NAM PAR TSIG PA JIG PAI ZHAL
HUM HUM PHAT**

OM to you with bared fangs and a wrathful face
HUM HUM PHAT

ཨོ་སྟོང་ཕྱག་ཕྱག་ནི་འབར་བའི་ཟེར་ཅན་ཏུ་ཏུ་ཕྱེ།

**OM TONG TRAG CHAG NI BAR WAI OUE ZER CHAN
HUM HUM PHAT**

OM to you whose thousand arms blaze with light
HUM HUM PHAT

ཨོྭ་དབྱ་སྟོ་ཞགས་གདེངས་མདུང་དང་ཁ་ཏྲུ་འཛིན་རྩུ་རྩུ་ཕྱེ།

**OM DRA TA ZHAG DHENG DHUNG DANG KHA TRANG
ZIN HUM HUM PHAT**

OM to you who hold an axe, an uplifted noose, a spear,
and a skull staff HUM HUM PHAT

ཨོྭ་སྟག་གི་པགས་པའི་ན་བཟའ་འཛིན་པ་ཅན་རྩུ་རྩུ་ཕྱེ།

**OM TAG GI PAG PAI NA ZA ZIN PA CHAN
HUM HUM PHAT**

OM to you who wear a tiger skin cloth
HUM HUM PHAT

ཨོྭ་སྐྱ་ཆེན་དུད་ཀ་བགལ་མཐར་མཛད་ལ་འདུད་རྩུ་རྩུ་ཕྱེ།

**OM KUN CHEN DU KHA GEK THAR ZEE LA DHUE
HUM HUM PHAT**

OM I bow to you whose great smoke-coloured body ends
all obstructions HUM HUM PHAT

ཨོྭ་བཙེམ་ལྷན་འདས་མ་དྲོ་ཇེ་ཕག་མོ་ལ་ཕུག་འཆལ་རྩུ་རྩུ་ཕྱེ།

**OM CHOM DHAN DHE MA DOR JEE PHAG MO LA
CHAG TSAL HUM HUM PHAT**

OM I prostrate to Bhagavati Vajra Varahi HUM HUM PHAT

ཨོཾ་འཕགས་མ་རིམ་མའི་དབང་ཕུག་ཁམས་གསུམ་གྱིས་མི་སྤྱོད་ཏུ་ཏུ་པཎ།

**OM PHAG MA RIG MIE WANG CHUG KHA SUM GYI MI
THUB HUM HUM PHAT**

OM to the queen of the female arya practitioners, invincible
in the three realms HUM HUM PHAT

ཨོཾ་འབྲུང་པོའི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ་རྩེ་ཆེན་པོས་འཇོམས་ཏུ་ཏུ་པཎ།

**OM JUNG POI JIG PA THAM CHE DOR JEE CHEN POE
JOM HUM HUM PHAT**

OM to you who destroy all fears of evil spirits with your
great diamond-like means HUM HUM PHAT

ཨོཾ་དོ་རྩེ་གདན་བཞུགས་གཞན་གྱིས་མི་སྤྱོད་དབང་བྱེད་སྤྱོད་ཏུ་ཏུ་པཎ།

**OM DOR JEE DHAN ZHUG ZHAN GYI MI THUB
WANG JE CHAN HUM HUM PHAT**

OM to you whose eyes empower those who sit on the diamond
throne not to be conquered by anyone HUM HUM PHAT

ཨོཾ་གདུམ་མོ་བློ་མའི་གཟུགས་གྱིས་ཚངས་པ་སྐྱེས་པར་མཛད་ཏུ་ཏུ་པཎ།

**OM TUM MO TRO MOI ZUG KYI TSANG PA KAM PAR ZEE
HUM HUM PHAT**

OM to you whose wrathful body of psychic heat can
dessicate Brahma HUM HUM PHAT

ཨོ་བདུད་རྣམས་སྐྱལ་ཅིང་སྐྱེས་པས་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་རྩུ་རྩུ་པཎ།

**OM DUE NAM TRAG CHANG KAM PAI ZHAN GYI
CHOG LAY GYAL HUM HUM PHAT**

OM to you who terrify and dry up the demons and thus can
vanquish all other forces HUM HUM PHAT

ཨོ་རྒྱལ་ས་བྱེད་རེངས་བྱེད་མོངས་བྱེད་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་རྩུ་རྩུ་པཎ།

**OM MUNG JE RENG JE MUNG JE KUN LAY NAM PAR
GYAL HUM HUM PHAT**

OM to you who triumph over all that can make you ill-
tempered, excited or stupefied HUM HUM PHAT

ཨོ་དོ་རྩེ་པག་མོ་སྦྱར་ཆེན་འདོད་དབང་མ་ལ་འདུད་རྩུ་རྩུ་པཎ།

**OM DOR JEE PHAG MO JOR CHEN DHOE WANG
MA LA DHUE HUM HUM PHAT**

OM I bow to Vajra Varahi, the consort who overpowers lust
HUM HUM PHAT

བདག་པོས་བཟུག་དང་མ་བཟུང་དང།

DAG POE ZUNG DANG MA ZUNG DANG

དངོས་བཤམས་ཡིད་ཀྱིས་སྦྱལ་པ་ལས།

NGOE SHAM YIE KYI TRAL PA LAY

བྱུང་བ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་ཡི།

JUNG WA CHI NANG SANG WA YI

སྒྲ་ཚོགས་མཆོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོས་མཆོད།

NA TSOG CHOE TRIN GYA TSO CHOE

བདག་གཞན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་ཚོགས་བཅས།

**DAG ZHAN LUE NGAG YIE SUM LONG CHOE DU SUM
GE TSOG CHE**

རིན་ཆེན་མརྒྱལ་བཟང་པོ་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་ཚོགས་བཅས་པ།

**RIN CHEN ME DRAL ZANG PO KUN ZANG CHOE PAI
TSOG CHE PA**

སྤྱོ་ཡིས་སྤངས་ནས་སྤྱ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ།

LO YE LANG NE LAMA YI DAM KON CHOG SUM LA BUL

ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་བཞེས་ནས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

**THUG JEI WANG GI ZHE NE DAG LA JIN GYI
LAB TU SOL**

ཨི་དྲ་གུ་རུ་རྩྭ་མརྒྱལ་ལ་ཀློག་ཏུ་ཡེ་མི།

IDAM GURU RATNA MANDALA KAMA NIRYATAYAMI

All the things I possess and what is not mine, what is actually placed here and I mentally create, I present to you an ocean-like cloud of these various offerings; outer, inner and secret. The body, speech and mind of myself and others, our wealth as well as our virtues amassed in the past, present and future, an excellent jewelled mandala together with a mass of Samantabhadra's offerings, I envision these all and present them to you, O my Guru, my Yidam and the Three Precious Gems, accepting these in your compassion, bestow on me waves of your blessings. IDAM GURU RATNA MANDALA KAMA NIRYATAYAMI

དུས་གསུམ་སྟོགས་བཅུའི་བདེ་གཤེགས་མ་ལུས་པ།

DU SUM CHOG CHUE DE SHEG MA LU PA

གང་འདུལ་ཇི་བཞིན་དུར་སྒྲིག་རྣམ་རྟེན་གྱིས།

GANG DUL JE ZHIN NGU MIG NAM ROL GYI

གངས་མེད་ཞིང་དུ་རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་ཅན།

DRANG ME ZHING DU GYAL WAI ZEE PA CHAN

སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LAMA RIN PO CHE LA SOL WA DEB

I humbly beseech you, my precious Guru, just as the Buddhas of the three times and ten directions have tamed (sentient beings), you too enact the Buddhas' deeds in countless realms, taking the form of a saffron-robed monk.

རྫོགས་འཆང་གིས་སྤོ་དམན་བསམ་པའི་ངོར།

DOR JEE CHANG GI LOB MAN SAM PAI NGON

རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་མཐའ་དག་ལས།

RAB JAM GYAL WAI KHOR LO THA DAG LAY

ལྷག་པའི་ཞིང་གི་དམ་པར་ལེགས་བསྒྲགས་པའི།

LHAG PAI ZHING GI DAM PAR LEG NGAG PAI

སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LAMA RIN PO CHE LA SOL WA DHEB

I humbly beseech you, my Precious Guru, esteemed by Vajradhara, for those meager of mind, as a field of merit more holy than the endless circles of infinite Buddhas.

མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཀྱི།

CHOG DANG THUN MONG NGON DRUP MA LU KUN

མགོན་ཁྱོད་ཚུལ་བཞིན་བསྟན་པའི་རྗེས་འགྲོ་བར།

GON CHOE TSUL ZHIN TEN PAI JEE DRO WER

མཐོང་ནས་ལུས་དང་སྲོག་ཀྱང་ཡོངས་བཏང་སྟེ།

THUNG NE LUE DANG SOOG CHANG YONG TANG TE

ཁྱོད་མཉེས་ཁོན་སྐྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CHOE NYE KHO NA DRUP PAR JIN GYI LAB

Every supreme and mundane attainment follows upon pure devotion to you, my Protector. Seeing this I forsake my body and even my life, bless me to practice what will only please you.

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྤྲ་མ་མཆོག།

DE TAR SOL WA TAB PAI LAMA CHOG

རང་གི་སྤྱི་བོའི་གཙུག་ཏུས་མ་ཇེ།

RANG GI KYI WOE TSUG TU SA MA ZA

སྤྲ་ཡང་དགེས་བཞིན་རང་དང་རོ་གཅིག་གྱུར།

LAR YANG GYE ZHIN RANG DANG RO CHIG GYUR

བདག་ཉིད་འོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ང་རྒྱལ་གྱིས།

DAG NYIE DOR JEE SEM PAI NGA GYAL GYI

ལྷན་སྦྲེས་བདེ་ཆེན་གསང་བའི་དོ་རྩེ་དང།

LHAN KYE DE CHEN SANG WE DOR JEE DANG

རང་བཞིན་སྦྲོས་བྲལ་གསང་བའི་གླུ་ཏ་ཏ་ཡི།

RANG ZHIN TROE DRAL SANG WE GAN DRA YI

མཆོན་བྱེད་བཟུང་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་མར་འཁྱུད།

TSON JEE ZUNG NE CHOM DHAN DHE MA CHUE

Requested in this way, my supreme Guru comes to the crown of my head, once more he gladly merges with me, we become of one taste. With the pride of being Vajrasattva I embrace (my consort) Bhagavati while holding a vajra and bell symbolic Of the secret of great bliss simultaneous with the secret of (voidness) free from the mental fabrication of true existence.

བདག་གི་ལུས་དང་དེ་བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་དང།

DAG GI LUE DANG DE ZHIN LONG CHOE DANG

དུས་གསུམ་དགེ་ཚོགས་སྤང་པོ་ཅི་མཆིས་པ།

DU SUM GE TSOGE PHUNG PO CHI CHE PA

མར་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།

MA GOUR SEM CHEN KUN GYI DON GYI CHIR

དེང་ནས་སངས་པ་མེད་པར་བཏང་བར་བྱ།

DENG NE PHANG PA ME PAR TONG WER JA

From this moment on, without any sense of loss, I send forth my body and likewise, my wealth, and my virtues amassed throughout the three times in order to help all beings, my mothers.

སོ་སོར་ཐར་པའི་ལྷང་བ་སྡེ་ལྔ་ལས།

SO SOR THAR PAI TUNG WA DHE NGA LAY

ཕམ་པ་བཞི་དང་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་དང།

PHAM PA ZHI DANG LHA MA CHU SUM DANG

སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུ་འབའ་ཞིག་དགུ་བཅུ་དང།

PANG TONG SUM CHU BAR ZHE GU CHU DANG

སོར་བཤགས་བཞི་དང་ཉེས་བྱས་བརྒྱ་བཅུ་གཉིས།

SOR SHAG ZHI DANG NYE JE GYA CHU NYIE

གཞན་ཡང་གཞིས་བསྐྱས་ལྷང་སོགས་སྤང་བར་བརྒྱ།

ZHAN YANG ZHIE DU TONG SOG PONG WA GYI

(For ordained practitioners only).

བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཆོས་རྣམ་མི་སྟོར་ཞིང།

DAG TOE ZHAN ME CHOE NOR ME TER ZHIN

བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་ཐེག་ཆེན་སྤང་བ་དང།

SHAG CHANG ME NYAN THEG CHEN POING WA DANG

དཀོན་མཆོག་དཀོར་འཕྲོག་ཆོས་སྤང་ངུར་སྒྲིག་འཕྲོག།

KON CHOG KOR TROG CHU PONG NGUR MIG TROG

མཚམས་མེད་ལྔ་དང་ལོག་ལྷ་གོང་སོགས་འཛོམས།

TSAM MEE NGA DANG LOG TAR DRONG SOG JOM

མ་སྤངས་སྟོད་ཉིད་བསྟན་དང་རྫོགས་བྱང་ལྷོག།

MA JUNG TONG NYI TEN DANG ZOG JANG DHOG

སོ་ཐར་ཐོང་དང་ཉན་སྒོད་ཟབ་བརྩུན་སྒྲ།

SO THAR PONG DANG NYAN MEE ZAP ZUN MA

མཚོག་གསུམ་དཀོར་ལེན་བྱིམས་ངན་འཆའ་སེམས་གཏོང།

CHOG SUM KOR LEN TRIM NGAN CHA SEM TONG

ཉེས་དམིགས་མི་བཟླ་སྒྱུད་འདོད་མ་ལོག་དང།

NYE MIG MI TA KYOE DOE MA LOG DANG

དགའ་མགུ་ངོ་ཚ་བྲིང་མེད་ཀྱན་དཀྱིས་བཞི།

GA GUR NGO TSA TREL ME KUN TRIE ZHI

ཚང་དགོས་བཅུ་དྲུག་མི་དགོས་ལོག་ལྟ་དང།

TSANG GOE CHU DRUG MI GOE LOG TA DANG

སེམས་འདོར་གཉིས་བཅས་རྩ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་བསྐྱེད།

SEM DOR NYI CHA TSA TONG CHO JEE SUNG

Praising myself and belittling others,
not sharing my wealth or the Dharma,
not forgiving even if others apologise,
doubting and denying the Mahayana,
taking offerings intended for the Triple Gem,
abandoning the Dharma (through sectarianism),
disrobing (monks or nuns),
committing the five heinous crimes,
holding distorted views,
destroying places such as towns,
teaching voidness to those untrained,
discouraging others from full enlightenment,
causing others to break Pratimoksha vows,
belittling those who follow Hinayana,
proclaiming false realisations (of voidness),
accepting gifts of what has been seized from the Triple Gem,

passing false judgement,
 giving up Bodhicitta:
these are the eighteen root (Bodhisattva) downfalls.
 Not regarding these as detrimental,
 not forsaking the wish to repeat such behaviour,
 delighting and taking pleasure in them,
 and having no shame or consideration,
 are the four binding factors that must all be present
 for sixteen of these to be complete.
 But for the two - holding distorted views and giving up
 Bodhicitta - these four are not needed.

ལྷ་མར་བརྟམ་སྒོད་བསྐྱབ་བྱར་ཁྱད་གསོད་བྱེད།

LA MA NYE ME LOB JA CHE SOE JE

སྤྱན་ལ་སྒྱུན་བརྗོད་འགོ་ལ་བྱམས་པ་སྒོང།

PUN LA KYON JOE DRO LA JAM PA PONG

སྒོན་འཇུག་སེམས་གཏོང་མདོ་སྤྲུག་ཆོས་ལ་སྒོད།

MON JUG SEM TONG DHO NGA CHOE LA ME

མ་སྒྲིན་གསང་སྒྲོག་རང་གི་ཕུང་པོར་བརྟམ།

MA MIN SANG DROG RANG GI PHUNG POR NYE

སྒོང་པ་ཉིད་སྒོང་གདུག་ཅན་མཇུག་བོར་བསྐྱེད།

TONG PA NYI PONG DUG CHAN ZA WO TEN

ལྷ་བ་མ་དྲན་དད་ལྷན་སེམས་སྤྱན་འབྱིན།

TA WA MA DRAN DE DEN SEM SU JIN

དམ་ཆོག་མི་བསྐྱེད་བྱད་མེད་སྒོད་པ་སྒྲེ།

DAM TSIG MI TEN BU ME MAY PA TE

ཅ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་སྟོག་དང་བསྟོས་ཏེ་བསྟུང།

TSA TONG CHU ZHI SOG DANG NGO TE SUNG

I shall guard myself (from all these downfalls):
despising or belittling my Guru,
disregarding any practice,
speaking badly of my vajra brothers,
abandoning love for any being,
giving up wishing and entering Bodhicitta,
scorning the teachings of Sutra and Tantra,
revealing secrets to those who are unripe,
abusing my own aggregates,
denying or doubting voidness,
remaining close to malevolent people,
not recollecting the view (of voidness),
causing someone to lose faith,
not upholding my word of honour,
despising women,
these are the fourteen root (tantric) downfalls.
I shall protect myself from them at the cost of my life.

ཡན་ལག་ཅ་བཞི་ཆང་དང་བྱ་མིན་སྟོང།

YAN LAG TSA ZHI CHANG DANG JA MIN PONG

དམ་པའི་མགོན་བསྟེན་གྲོགས་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱ།

DHAM PAI GON TEN DROG DANG NYEN KUR JA

དགེ་བཅུ་སྟོང་ཞིང་ཐེག་ཆེན་ལས་ལྷོག་ཀྱ།

GE CHU KYONG ZHING THEG CHEN LAY DHOG GYU

བརྟན་དང་འགོམ་སྤངས་དམ་ཆོག་མ་ལུས་བསྟུང།

NYE DANG GOM PANG DAM TSIG MA LU SUNG

I shall abandon the four basic non-virtues,
as well as liquor and misbehaviour.
Devote myself to a holy, protecting Guru,
treat my Dharma friends with respect,
cultivate the ten virtuous actions,
never withdraw from the Mahayana,
avoid walking or showing disrespect (to a sacred object).
All these (additional) pledges I shall honour.

མཚན་ཉིད་མི་ལྷན་ཕྱག་རྒྱར་བསྟེན་དང་འདུ་ཤེས་གསུམ་བྲལ་སྟོམས་འཇུག་བྱེད།
**TSAN NYIE MI DHAN CHAG GYAR TEN DANG DU SHE
SUM DRAL NYOM JUG JE**

སྟོད་མི་རུང་ལ་གསང་ཇས་སྟོན་དང་ཚོགས་འཁོར་དུས་སུ་འཐབ་ཚེད་བྱེད།
**NOE MI RUNG LA SANG ZEE TON DANG TSOG KHOR
DU SU THAB TSOE JE**

དད་པས་འདྲི་ལ་ལན་ལོག་འདེབས་དང་ཉན་ཐོས་ནང་དུ་ཞག་བདུན་གནས།
**DE PAI DRI LA LAN LOG DHEB DANG NYAN THOE
NANG DU ZHAG DUN NEE**

ཡང་དག་མིན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པར་རྫོམ་དད་པ་མེད་ལ་དམ་ཚེས་སྟོན།
**YANG DAG MIN CHANG NAM JOR PAR LOM DE PA
ME LA DHAM CHOE TON**

བསྟེན་སོགས་མ་དག་དཀྱིལ་འཁོར་ལས་འཇུག་དགོས་མེད་སོར་བྱང་བསྐྱབ་ལས་འདས།
**NYE SOG MA DE KYIL KOR LAY JUG GOE ME
SO JANG LOB LAY DHE**

ལྷ་མ་ཁྲ་བཅུ་རི་སྐབས་དང་འགལ་བའི་སྒྲོམ་པོ་རྣམས་ཀྱང་རྩལ་བཞིན་བསྟུང།

**LA MA NGA CHU KAB DANG GAL WI POM PO
NAM CHANG TSUL ZHIN SUNG**

Relying upon an unqualified consort,
sitting in union without the three recognitions,
showing secret substances to an unsuitable vessel,
fighting or arguing at an offering ceremony,
giving false answers to sincerely asked questions,
staying for more than a week in the home of a sravaka,
boasting that I am a yogi, although I am not,
teaching the sacred Dharma to those with no faith,
conferring the mandala rites without full preparation,
needlessly breaking the Pratimoksha or Bodhicitta vows,
acting in contradiction to the teachings of
the Fifty Verses of Guru Devotion:
these are the the secondary tantric transgressions.
I shall guard myself from them in accordance with the rules.

གཡོན་པའི་ཀུན་སྟོད་མི་བརྟམ་མཆོད།

YON PAI KUN KYOE MI NYE CHOE

མཚན་ལྡན་མིན་ལ་སྟོམ་འཇུག་སྟངས།

TSAN NYI MIN LA NYOM JUG PANG

སྟོར་ཆེ་ལྟ་དང་འབྲལ་མི་བྱ།

JOR TSE TA DANG DRAL MI JA

ཆགས་ལམ་ལ་མོས་འགྱུར་མེད་བྱ།

CHAG LAM LA MOE GYUR ME JA

ཕུག་རྒྱ་རྣམ་གཉིས་འདོར་མི་བྱ།

CHAG GYA NAM NYIE DHOR MI JA

ཕྱི་ནང་ཐབས་ལ་གཙོ་བོར་འབད།

CHI NANG THAB LA TZO WOR BEE

ཀུན་མི་འབྱེན་ཚངས་སྤྱོད་བསྟེན།

KUN DRA MI JIN TSANG KYOE TEN

བྱང་སེམས་ལེན་ཆོ་སྒྱུག་བློ་སྤང།

JANG SEM LEN TSE KYUG DRO PANG

I shall perform all actions (first) with my left,
make offerings (to women) and never abuse them,
reject sitting in union with an unqualified consort,
while in union, never be parted from the view (of voidness),
relentlessly aspire to the path of transforming attachment,
never forsake the two kinds of Mudra,
strive mainly for the outer and inner methods,
never release seminal fluid,
remain chaste in my behaviour,
and abandon repulsion when tasting Bodhicitta.

སོ་ཐར་བྱང་སེམས་རྩོ་རྩེ་ཐེག་པ་ཡི།

SOR THAR JANG SAN DOR JE THIG PA YI

ནམ་དག་བཅས་པའི་བསྐྱབ་པ་ཕྱ་མོ་ལས།

NAM DAG KYE PI LAP LA TRA MO LAY

མི་ལམ་དུ་ཡང་འདུ་བར་མི་བྱེད་པར།

MI LANG DAY YANG DHAR PAR MI KYE

རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ།

GYA WE KA ZHI DAG GI DRUP PA JA

ཐེག་པ་སྒྲུབ་དང་རྒྱུད་སྡེ་བཞིས་བསྐྱུས་པའི།

THEG PA SUM DANG GYU DHE ZHI DU PAI

ལུང་དང་དོགས་པའི་དམ་ཆོས་མ་ལུས་པ།

LUNG DANG TOK PAI DHAM CHOE MA LU PA

རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་ལེགས་བཟུང་སྟེ།

GYA WE GONG PA JI ZHIN LEG ZUNG TE

གང་འཆམས་ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ཡོངས་སུ་སྦྱོལ།

GANG TSAM THAB GYI DRO WA YONG SU DROL

I shall never transgress, even in my dreams, the most minor rule of the pure moral training, of the Pratimoksha, Bodhisattva and Vajrayana vows. I shall practice according to the Buddha's words. As Buddha intended, I shall uphold the complete sacred Dharma of insight and Scriptures as gathered together in the three types of vehicle and four tantric classes. I shall liberate beings by which ever means is suited to each.

Dedication

འདི་ལས་འོངས་པའི་རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་མཐུས།

DE LI WONG PAI NAM KAR GE WI THU

ཆོ་རབས་ཀུན་དུ་དོ་ཇེ་འཆང་དབང་གིས།

TSE RAB KUN DU DOR JE CHANG WANG GI

བཅས་པའི་མཆམས་ལས་ནམ་ཡང་མི་འདའ་བར།

KYE PAI TSAM LAY NAM YANG ME DHAR WAR

རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག།

RIM NYE LAM GYE RIM PA THAR CHI SHOK

Through the force of my virtues and by the compassionate power of Vajradhara throughout all my lives, may I never transgress any vows I have taken, may I complete the stages of the two-fold path.

མདོར་ན་འདིས་མཚོན་རྣམ་དཀར་དག་བའི་ཚོགས།

DHO NA DHI TSON NAM KAR GE WE TSOG

ཇི་སྟེང་བསགས་པ་དེ་ཡིས་སྤུང་དུ་བདག།

JI NYE SAG PA DI YI NYUR DU DAG

ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཤམ་ལར་སྤྲུས་ནས།

NOR BU BANG ZOE SHAM BA LA KYE NE

སྤྲ་མེད་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག།

LA MEE LAM GYI RIM PA THAR CHIN SHOK

In brief, may I be born in Shambala, the great jewel treasury, and complete there the stages of the peerless path in as quick a time as the amount of white merit, I have gathered from the virtuous practice.

སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་།

KYE WA KUN TU YANG DAG LA MA DANG

འབྲེལ་མེད་ཚེས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ཡོངས་སྟོན་ཅིང་།

DRAL ME CHO KYI PAL LA LONG JOE CHING

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ཀྱི་ཆུང་།

SA DANG LAM GYI YON TEN RAB ZOG NE

རྩོུ་རྩོུ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མུར་འཐོབ་ཤོག།

DOR JE CHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOB

Throughout all my lives may I never be separated from perfectly pure Gurus, by making good use of the glorious Dharma to fulfil the good features of the stages and paths, may I quickly achieve Vajradhara's enlightenment.

The Abbreviated Six Session Guru Yoga

དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྙིང་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི།

KUN CHOG SUM LA NYING NE GYAB SU CHI/

འགྲོ་ཁྱེན་གདུང་བསྐྱལ་གཏན་བདེར་འགོད་པར་བྱ།

DRO KUN DUNG DRAL TAN TER GOE PAR JA/

འདི་སྤྲད་རྫོགས་བྱང་འཕྲོབ་ཕྱིར་བྱང་རྒྱབ་སེམས།

DI LAE ZOG JANG THOB CHIR JANG CHUB SEM/

བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྲས་སྤྱིད་ལ་བསྐྱབ་པར་བགྱི།

KYE NE GYAL SEE CHOE LA LAB PAR GYI/

In my heart I turn to the Three Jewels of Refuge, may I free suffering creatures and place them in bliss, may the compassionate spirit of love grow within me that I might complete the enlightening path.

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཁྱིམ་དང་ཉི་ཟླའི་སྤང།

DUN GYI NAM KHAR TRI PE NYI DHI TENG/

རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ཁྱབ་བདག་དོ་རྩེ་འཆང།

TSA WAI LA MA KHYAB DAG DOJE CHANG/

སྐྱ་མདོག་སྤྱོན་པོ་དོར་བྲིལ་བཟུང་ནས་ནི།

KU TOG NGON PO TOR DRIL ZUNG NE NI/

དབྱིངས་ལྷག་མར་འཁྱུད་ལྷན་སྦྲེས་བདེ་བས་རོལ།

YING CHOG MAR CHUE LAN KYE TE WE ROL/

In the sky on a lotus, a sun and a moon seat, I see my Lama as Dorje Chang, blue in colour, he holds a Dorje and bell, experiencing great bliss with his consort Ying Chukma.

གནས་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ་མཚན་རྩྱ་འོད་ཀྱིས།

NE SUM YI GE SUM TSAN HUM WOE KYI/

ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྤྱན་དྲངས་རོ་གཅིག་གྱུར།

YE SHE PA NAM CHAN DRANG RO CHIG GYUR/

On his brow a white OM, at his throat a red AH, from the blue HUM at his heart many colours shine out, calling forth the awakened ones from all the ten directions, inviting them to him to melt into one.

རྫོ་ཇེ་ཅན་ཞབས་པ་སྒྲོར་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DOJE CHAN ZHOB PE MOR CHAG TSAL LO/

ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོས་མཚོད།

CHI NANG SANG WAI CHOE JIN GYA TSOE CHOE/

རི་གླིང་རིན་ཆེན་གདེར་བུམ་ཉི་ལྔ་སོགས།

RI LING RIN CHEN TER BUM NYI DHA SOG/

སྤྲ་མེད་ཀུན་དུ་བཟང་བའི་མཚོད་པ་འབུལ།

LA ME KUN TU ZANG POI CHOE PA BUL/

To your blue lotus feet I bow, Dorje Chang, with oceans of clouds I make triple offerings: the lands, jewelled vase, the sun and the moon, and all precious offerings I make unto you.

མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཀྱི།

CHOG DANG THUN MUNG NGOE DRUB MA LUE KUN/

མགོན་ཁྱོད་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པའི་རྗེས་འགོ་བར།

GON CHOE TSUL ZHIN TEN PAI JE DRO WAR/

མཐོང་ནས་ལུས་དང་སྒོག་ཀྱང་ཡོངས་བཏང་སྟེ།

THONG NE LUE DANG SOG KYANG YONG TANG TE/

ཁྱོད་མཉེས་ཁོན་སྐྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

CHOE NYE KHO NA DRUB PAR JIN GYI LOB/

Powers supreme and powers mundane, follow upon pure devotion to you, my protector, thus my body, my life and my wealth I forsake, and ask for your aid only to please you.

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྤྱི་བོར་བྱོན།

TE TAR SOL WA DAB PE JI WOR JON/

རང་ལ་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་གྱུར།

RANG LA THIM PE YER ME RO CHIG GYUR/

བདག་ཉིད་རྫོ་རྗེ་ཐེམས་དཔའ་བཙམ་ལྷན་མར།

DAG NYE DOJE SEM PA JOM TAN MAR/

རྫོར་བྱིལ་བཟུང་འཁྱུད་ལྷན་སྦྲེས་བདེ་བས་རོལ།

DOR DRIL ZUNG CHUE LAN KYE TE WE ROL/

Now my lama requested comes to the top of my head and dissolves till we are both one, and I, Dorje Sempa, unite with Chomdenma, holding Dorje and bell and feeling great bliss.

གནས་ལུས་ཡོངས་སྟོད་དུས་གསུམ་དག་ཚོགས་ནམས།

NE LUE LONG JOE DU SUM GE TSOG NAM/

མ་ནམས་དོན་དུ་ཡངས་མེད་བཏང་བར་བྱ།

MA NAM TON TU PANG ME DANG WAR JA/

སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲལ་ནམ་གསུམ་གྱི།

SO THAR JANG SEM SANG NGAG NAM SUM KYI/

བཅས་མཚམས་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་འཛོལ་མི་བྱ།

CHE TSAM SOG GI CHIR YANG DOR MI JA/

Land, body and wealth and all virtues collected, for the sake of all mothers I gladly release, and I vow to protect all the vows I have taken, nor transgress even one for the sake of my life.

ཐེག་གསུམ་རྒྱད་མེ་བཞིས་བསྐྱུས་ལུང་རྟོགས་ཚེས།

THEG SUM KYU TE ZHI TU LUNG TOG CHOE/

ལེགས་བབྱང་ཐབས་ཀྱིས་འགོ་བ་ཡོངས་སུ་སྦྱོལ།

LEG ZUNG THAB KYI DRO WA YONG SU DROL/

དག་འདིས་དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་སྤྲལ་བཅས་གྱི།

GE TI TU SUM TE SHEG SEE CHE KYI/

མཇུག་སྟོན་འགྲུབ་དང་དམ་ཚེས་འཛིན་ཕྱིར་བསྟོ།

ZE MON DRUB TANG TAM CHOE ZIN CHIR NGO/

By means of holding both Sutra and Tantra, may I liberate all living creatures completely. May the virtues collected flow on

toward the Dharma, preserve it and nourish the prayers of the masters.

མཆོག་གསུམ་བྱིན་རྒྱལ་ཏེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱེད་མཐུས།

CHOG SUM JIN LOB TEN DREL MI LUI THUE/

ལེགས་སློན་འགྲུབ་ནས་སངས་རྒྱས་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།

LEG MON DRUB NE SANG GYE MYUR THOB SHOG/

I request that the grace of the Three Jewels of Refuge, following on by cause and effect, shall fulfil all the prayers that I now set forth and lead me across to enlightenment's shore.

Lama Tsong Khapa Guru Yoga: Ganden Lha Gya Ma

Invocation

དགའ་ལྷན་ལྷ་བརྒྱའི་མགོན་གྱི་སྤྱགས་ཀྱི་ནས།

GAN DAN LHA GAI GON GYE THUG KA NE

རབ་དཀར་ཞོགས་ར་སྤངས་འདྲའི་ཆུ་འཛིན་ཅེས།

RAB KAR ZHO SAR PUNG TRAI CHU ZIN TSER

ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཀུན་མཁྱེན་སྟོ་བཟང་གྲགས།

CHO KYI GYAL PO KUN CHEN LOB ZANG DRAG

སྤྱས་དང་བཅས་པ་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

SI DANG CHA PA NEE DIR SHEG SU SOL

You who emanate from the heart of the saviour of the hundred devas Joyful Realm, on the peak of a cloud (water holder) resembling clumps of extremely fresh white curd, the King of Dharma, omniscient Lobsang Dragpa, with your sons I request you to come to this place.

Requesting to Have a Stable Life

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སངས་ཁྱིམ་པད་ལྷའི་སྤང།

DUN GYI NAM KHAR SENG THRI PE DAI TENG

རྩི་བཅུན་སྟོ་མ་དགེས་པའི་འཇུག་དཀར་ཅན།

JE TSUN LA MA GYE PAI ZUM KAR CHAN

བདག་སྟོ་དང་པའི་བསོད་ནམས་ཞིང་གཞོག་དུ།

DAG LOB DE PAI SO NAM ZHING CHOG TU

བསྟན་པ་རྒྱས་ཕྱིར་བསྐལ་བརྒྱུར་བཅུགས་སུ་གསོལ།

TAN PA GYA CHIR KAL GYAR ZHUG SU SOL

In the sky before me, on a lion throne, lotus, and moon disc,
the sublime Lama smiles with delight. Supreme field of the
merit of mind's devotion, I beg you to abide for a hundred
eons to increase the teachings.

Prostration

ཤེས་བྱའི་ཁྱོན་ཀུན་འཇལ་བའི་སྒོ་གྲོས་བྱགས།

SHE JAI KHYON KUN JAL WAI LO DROE THUG

སྐལ་བཟང་ན་བའི་རྒྱུ་ཁྱུར་ལེགས་བཤེད་གསུང།

KAI ZANG NA WAI GYAN GYUR LEG SHE SUNG

གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་ལྷམ་མེར་མཛེས་པའི་སྒྱ།

DRAG PAI PAL GYI LHAM MER ZEE PAI KU

མཐོང་ཐོས་དྲན་པ་དོན་ལྡན་ལ་ཕྱག་འཆལ།

THONG THOE DRAN PA DON DHAN LA CHAG TSHAL

Your holy mind understands the full extent of objects to be
known. Your eloquent speech is the ear-ornament of the
fortunate ones. Your holy body is glowing and glorious with
fame. To you, who it is meaningful to see, hear, and
remember, I prostrate.

Offerings

ཡིད་འོང་མཆོད་ཡོན་སྣ་ཆོགས་མེ་ཏོག་དང།

YI WONG CHO YON NA TSOG ME TOG DANG

དྲི་ཞིམ་བདུག་སྒྲོས་སྣང་གསལ་དྲི་ཆབ་སོགས།

DRI ZHIM DUG POE NANG SAL DRI CHAB SOG

དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤྲུལ་མཆོད་སྤྱོད་ཀྱི་མཆོ་འདི།

NGO SHAM YI TRUL CHO TRIN GYA TSO DI

བསོད་ནམས་ཞིང་མཆོག་བྱེད་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།

SO NAM ZHING CHOG KYO LA CHO PAR BUL

Beautiful drinking water, various arranged flowers, fragrant incense, light, scented water and so forth actually performed and mentally transformed, oceans of clouds of offerings I offer to you, the supreme Field of Merit.

Confession

གང་ཞིག་ཐོག་མེད་དུས་ནས་བསགས་པ་ཡི།

GANG ZHIG THOG ME DU NAY SAG PA YI

ལྷས་ངག་ཡིད་ཀྱི་མི་དག་ཅི་བགྱིས་དང།

LU NGAG YI CHI MI GE CHI GYI DANG

བྱད་པར་སྒྲོམ་པ་གསུམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས།

CHEE PA DOM PA DSUM GYI MI THUN CHOG

སྤྱིང་ནས་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས།

NYING NAY GYO PA DRAG PO SO SOR SHAG

Whatever non-virtues of body, speech and mind, especially actions opposite to the three vows, that I have created from beginningless time, from the bottom of my heart I regret and fervently confess them all individually.

Rejoicing

སྙིགས་མའི་དུས་འདིར་མང་ཐོས་སྐྱབ་ལ་བརྩོན།

NYIG MI DU DHIR MANG THOE DRUB LA TSON

ཆོས་བརྒྱད་སྤངས་པས་དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱེད།

CHO GYE PANG PAI DAL JOR DON YO JE

མགོན་པོ་ཁྱེད་གྱི་རྒྱབས་ཆེན་མཇུག་པ་ལ།

GON PO CHO CHI LAB CHEN ZE PA LA

བདག་ཅག་བསམ་པ་ཐག་པས་ཡི་རང་དོ།

DAG CHAG SAM PA THAG PAI YI RANG NGO

In this time of the five degenerations, you strove for many listenings and realisations and made meaningful the perfect human rebirth by renouncing the eight worldly concerns. In the Saviour's extensive deeds I rejoice sincerely from the depths of my heart.

Requesting and Beseeching

ཇི་བཅུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཁྱེད་ནམས་ཀྱིས།

JE TSUN LA MA DAM PA CHE NAM CHI

ཆོས་སྐྱའི་མཁའ་ལ་མཁྱེན་བརྩེན་ཁྱེད་འཛིན་འཁྱིགས།

CHO KUI KHA LA CHEN TSEI TRIN THRIG NAY

ཇི་ལྟར་འཆོས་པའི་གདུལ་བྱའི་འཛིན་མ་ལ།

JI TAR TSAM PAI DUL JAI ZIN MA LA

ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ།

ZAB GYA CHO CHI CHAR PA BAB TU SOL

Please holy supreme Gurus, from billowed clouds of compassion and wisdom in the sky of Dharmakaya, make rainfalls of profound and extensive teachings of whatever is suitable for the ears of sentient beings who are the objects to be subdued.

Dedication

བདག་གིས་ཇི་སྟེང་བསགས་པའི་དགེ་བ་འདིས།

DAG GI JI NYE SAG PA GYE WA DHI

བསྟན་དང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གང་ཕན་དང།

TAN DANG DRO WA KUN LA GANG PHAN DANG

ཁྱད་པར་ཇི་བཙུན་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི།

CHE PAR JE TSUN LO ZANG DRAG PA YI

བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་རིང་དུ་གསལ་བྱེད་ཤོག།

TAN PAI NYING PO RING DU SAL JE SHOG

I dedicate whatever virtues I have collected for the benefit of the teachings and all sentient beings. In particular, for the essential teachings of venerable Lobsang Dragpa to shine forever.

དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྐྱམ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

PAL DAN TSA WAI LA MA RIN PO CHE

བདག་གི་སྟོང་ཁར་པད་ལྗེའི་གདན་བཅུགས་ལ།

DAG GI CHI WOR PE MI TENG ZHUG LA

བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་ཇིས་བཟུང་སྟེ།

KA DRIN CHEN POI GO NE JE ZUNG TE

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱི་གསོལ།

KU SUNG TUG KYI NGOE DRUB TSAL DU SOL

Magnificent and precious root Guru, please abide on the lotus seat at my crown, guide me with your great kindness and grant me the realisations of your holy body, speech, and mind.

Nine Line Prayer To Lama Tsong Khapa

དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་ཐུབ་དབང་རྩེ་འཆང་།

NGON DRUP KUN JUNG THUB WANG DOR JE CHANG

དམིགས་མེད་བརྩེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྐུ་རས་གཟིགས།

MIG ME TSE WAI TER CHEN CHAN RA ZIG

དྲི་མེད་མཆོག་པའི་དབང་བོ་འཇམ་པའི་དབྱངས།

DRI ME CHEN PAI WANG PO JAM PAI YANG

བདུད་དཔུང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་བདག།

DU PUNG MA LU JOM DZE SANG WAI DAG

གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་བཟང་གྲགས།

GANG CHAN KHE PAI TSUG GYAN LO ZANG DRAG

སྐྱབས་གསུམ་ཀྱི་འདུས་སྤྲོ་མ་སངས་རྒྱས་ལ།

CHAP SUM KUN DU LA MA SANG GYA LA

སྒོ་གསུམ་གྲུས་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས།

GO SUM GU PAI GO NE SOL WA DEB

རང་གཞན་སྦྱིན་ཅིང་གོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

RANG ZHAN MIN CHING DROL WAR JIN GYI LOB

མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱི་གསོལ།

CHOG DANG THUN MONG NGO DRUB TSAL DU SOL (X3)

Vajradhara, lord of sages, source of all realisations, Avalokiteshvara, great treasure of objectless compassion, Manjushri, master of stainless wisdom, Vajrapani, destroyer of the entire host of maras, Losang Dragpa, crown jewel of sages of the land of snow, to you, Guru-Buddha, embodying the three refuges, I make requests respectfully with my three doors. Please grant your blessings to liberate myself and others. Please bestow the supreme and common realisations.

ཆོ་རབས་ཀུན་དུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བས།

TSE RAB KUN TU GYAL WA TSONG KHA PAI

ཐེག་མཚོག་བཤེས་གཉེན་དངོས་སུ་མཇུག་པའི་མཐུས།

THEG CHOG SHE NYEN NGOE SU ZIN PAI THUE

རྒྱལ་བས་བསྐྱེད་པའི་ལམ་བཟང་དེ་ཉིད་ལས།

GYAL WAI NGAG PAI LAM ZANG DE NY LAY

སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལྷོག་པར་མ་གྱུར་ཅིག།

KE CHIG TSAM YANG DHOG PAR MA GYUR CHIG

In all my lives, through the victorious one, Lama Tsong Khapa, acting in person as the Mahayana Guru, may I never turn aside for even an instant from the excellent path of the victorious ones.



The Foundation of All Good Qualities

by Lama Tsong Khapa

ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱེད་ཅན་རྗེ།

YON TAN KUN GYI ZHIR GYUR DRIN CHAN JE

ཚུལ་བཞིན་བསྟན་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་རུ།

TSUL ZHIN TEN PA LAM GYI TSA WA RU

ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས།

LEG PAR THONG NE BE PA DU MA YI

གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྟན་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས།

GU PA CHEN PO TEN PAR JIN GYI LOB

The foundation of all good qualities is the kind and perfect, pure Guru; correct devotion to him is the root of the path. By clearly seeing this and applying great effort, please bless me to rely upon him with great respect.

ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི།

LAN CHIG NYE PAI DAL WAI TEN ZANG DI

ཤིན་དུ་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤེས་གུར་ནས།

SHIN TU NYE KA DON CHEN SHE GYUR NE

ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་སྤྲོད་པོ་ལེན་པའི་སྒོ།

NYIN TSAN KUN DU NYING PO LEN PAI LO

རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYUN CHEE ME PAR KYE WAR JIN GYI LO

Understanding that the precious freedom of this rebirth is found only once, is greatly meaningful, and is difficult to find again, please bless me to generate the mind that unceasingly, day and night, takes its essence.

ལུས་སྒོག་གཡོ་བ་ཁུ་ཡི་ཁུ་ལྷུར་བཞིན།

LUE SOG YO WA CHU YI CHU BUR ZHIN

སྐུར་དུ་འཇིག་པའི་འཆི་བ་དྲན་པ་དང།

NYUR DU JIG PAI CHI WA DRAN PA DANG

ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན།

SHI WAI JE SU LUE DANG DRIB MA ZHIN

དཀའ་ནག་ལས་འབྲས་ཕྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ།

KAR NAG LE DRE CHI ZHIN DRANG WA LA

This life is as impermanent as a water bubble; remember how quickly it decays and death comes. After death, just like a shadow follows the body, the results of black and white karma follow.

ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས།

NGE PA TAN PO NYE NE NYE PAI TSHOG

སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤོང་བ་དང།

THRA ZHING THRA WA NAM KYANG PONG WA DANG

དགེ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ།

GE TSOG THA DAG DRUB PAR JE PA LA

རྟག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

TAG TU BAG DANG DAN PAR JIN GYI LOB

Finding firm and definite conviction in this, please bless me always to be careful to abandon even the slightest negativities and accomplish all virtuous deeds.

སྤྱད་པས་མི་ངོམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒོ།

KYI PAI MI NGOM DUG NGAL KUN GYI GO

ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྤྱིད་པའི་སྤུན་ཚོགས་ཀྱི།

YI TAN MI RUNG SI PAI PHUN TSHOG KYI

ཉེས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ།

NYE MIG RIG NE THAR WAI DE WA LA

དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DON NYER CHEN POR KYE WAR JIN GYI LOB

Seeking samsaric pleasures is the door to all suffering: they are uncertain and cannot be relied upon. Recognising these shortcomings please bless me to generate the strong wish for the bliss of liberation.

ནམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་དྭངས་པ་ཡི།

NAM DAG SAM PA DE YI DRANG PA YI

དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས།

DRAN DANG SHE ZHIN BAG YOE CHEN PO YI

བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ།

TAN PAI TSA WA SO SOR THAR PA LA

སྐྱབ་པ་སྙིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DRUB PA NYING POR JE PAR JIN GYI LOB

Led by this pure thought mindfulness, alertness, and great caution arise. The root of the teachings is keeping the Pratimoksha vows: please bless me to accomplish this essential practice.

རང་ཉིད་སྲིད་མཚོར་ལྷང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།

RANG NYI SI TSHOR LHUNG WA JI ZHIN DU

མར་གྱུར་འགོ་བ་ཀུན་ཀྱང་དེ་འདྲ་བར།

MAR GYUR DRO WA KUN KYANG DE DRA WAR

མཐོང་ནས་འགོ་བ་སྒྲོལ་བའི་ཁུར་འཁྱེར་བའི།

THONG NE DRO WA DROL WAI KHUR KHYER WAI

བྱང་རྒྱུ་སེམས་མཚོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

JANG CHUB SEM CHOG JONG PAR JIN GYI LOB

Just as I have fallen into the sea of samsara, so have all mother migratory beings. Please bless me to see this, train in supreme Bodhicitta, and bear the responsibility of freeing migratory beings.

སེམས་ཅམ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཚུལ་བྱིམས་ནམ་གསུམ་ལ།

SEM TSAM KYE KYANG TSUL TRIM NAM SUM LA

གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་མི་འགྲུབ་པར།

GOM PA ME NA JANG CHUB MI DRUB PAR

ལེགས་པར་མཐོང་ནས་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྒྲོམ་པ་ལ།

LEG PAR THONG NE GYAL SEE DOM PA LA

བརྩོན་པ་དྲག་པོས་སྒྲོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

TSON PA DRAG PO LOB PAR JIN GYI LOB

Even if I develop only Bodhicitta, but I don't practice the three types of morality, I will not achieve enlightenment. With my clear recognition of this, please bless me to practice the Bodhisattva vows with great energy.

ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ནི་བྱེད་ཅིང།

LOG PAI YUL LA YENG WA ZHI JE CHING

ཡང་དག་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱེད་པ་ཡིས།

YANG DAG DON LA TSHUL ZHIN KYOE PA YI

ནི་གནས་ལྷག་མཐོང་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ།

ZHI NE LHAG THONG ZUNG DU DREL WAI LAM

སྐྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

NYUR DU GYUE LA KYE WAR JIN GYI LOB

Once I have pacified distractions to wrong objects and correctly analysed the meaning of reality, please bless me to generate quickly within my mindstream the unified path of calm abiding and special insight.

ཐུན་མོང་ལམ་སྒྱུར་སྒོ་དུ་གུར་པ་ན།

THUN MONG LAM JANG NOE DU GYUR PA NA

ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གུར་དོ་ཇེ་ཐེག་།

THEG PA KUN GYI CHOG GYUR DOR JE THEG

ཀལ་བཟང་སྒྱེ་བོའི་འཇུག་ངོགས་དམ་པ་དེར།

KAL ZANG KYE WOI JUG NGOG DAM PA DER

བདེ་སྒྲག་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས།

DE LAG NYI DU JUG PAR JIN GYI LOB

Having become a pure vessel by training in the general path, please bless me to enter the holy gateway of the fortunate ones: the supreme vajra vehicle.

དེ་ཆེ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྒྱུབ་པའི་གཞི།

DE TSHE NGO DRUB NAM NYI DRUB PAI ZHI

རྣམ་དག་དམ་ཆོག་སྒྲུབ་པ་གསུངས་པ་ལ།

NAM DAG DAM TSHIG DOM PA SUNG PA LA

བཙུག་མ་མིན་པའི་ངེས་པ་རྟེན་གུར་ནས།

CHOE MA MIN PAI NGE PA NYE GYUR NE

སྒྲག་དང་བསྒྲུབ་ཏེ་བསྒྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས།

SOG DANG DOE TE SUNG WAR JIN GYI LOB

At that time, the basis of accomplishing the two attainments is keeping pure vows and samaya. As I have become firmly convinced of this, please bless me to protect these vows and pledges like my life.

དེ་ནས་རྒྱད་མེད་སྤྱིང་པོ་རིམ་གཉིས་ཀྱི།

DE NE GYU DEI NYING PO RIM NYI KYI

གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བརྩོན་པ་ཡིས།

NEE NAM JI ZHIN TOG NE TSON PA YI

ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བར།

THUN ZHAI NAL JOR JOE LE MI YEL WAR

དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྦྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DAM PAI SUNG ZHIN DRUB PAR JIN GYI LOB

Then, having realised the importance of the two stages, the essence of the Vajrayana, by practicing with great energy, never giving up the four sessions, please bless me to realise the teachings of the holy Guru.

དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང།

DE TAR LAM ZANG TON PAI SHE NYEN DANG

ཚུལ་བཞིན་སྦྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང།

TSUL ZHIN DRUB PAI DROG NAM ZHAB TAN CHING

ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཚོགས།

CHI DANG NANG GI BAR DU CHOE PAI TSHOG

ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

NYE WAR ZHI WAR JIN GYI LAB TU SOL

Like that, may the gurus who show the noble path and the spiritual friends who practice it have long lives. Please bless me to pacify completely all outer and inner hindrances.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང།

KYE WA KUN TU YANG DAG LA MA DANG

འབྲེལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང།

DRAL ME CHOE KYI PAL LA LONG CHOE CHING

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ལྗོན་གསུམ།

SA DANG LAM GYI YON TAN RAB DZOG NE

རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མུར་ཐོབ་ཤིག།།

DOR JE CHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG

In all my lives, never separated from perfect gurus, may I enjoy the magnificent Dharma. By completing the qualities of the stages and paths, may I quickly attain the state of Vajradhara.

Offering the Mandala of the Universe

ཞིང་ཁམས་འབྲུལ་བ་ཟུ།

ZHING KAM BUL WA ZHU/

ཨོཾ་བ་ཇྱ་བླ་མི་ཡུཾ་ཏུ།

OM VAJRA BHUMI AH HUM/

དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གནི།

WANG CHEN SER GYI SA ZHI/

ཨོཾ་བ་ཇྱ་རེ་ཁེ་ཡུཾ་ཏུ།

OM VAJRA REKHE AH HUM/

ཕྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱར་བའི་

CHI CHAG RI KHOR YUG GI KOR WAI

དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།

WU SU/ RI YI GYAL PO RI RAB/

ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཇམ་བུ་གླིང།

NUB BA LANG CHOE/ JANG DRA MI NYEN/

ལུ་བ་བ་གླང་ལྷོ་དཀ། བྱང་སྒྲ་མི་སྟན།

SHAR LU PHAG PO/ LHO DZAM BU LING/

ལུས་དང་ལུས་འཕགས། རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན།

LU DANG LU PHAG/ NGA YAB DANG NGA YAB ZHEN/

གཡོ་ལྡན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ།

YO DEN DANG LAM CHOG DRO/

སྒྲ་མི་སྟན་དང་སྒྲ་མི་སྟན་གྱི་ཟླ།

DRA MI NYEN DANG DRA MI NYEN GYI DA/

Offering to the Buddha field.

OM VAJRA BHUMI AH HUM.

Here is the mighty golden ground.

OM VAJRA REKHE AH HUM.

Here is the diamond-hard fence.

In the centre, is the king of mountains, Mount Meru.

In the east, the continent of Purvavideha.

In the south, Jambudvipa.

In the west Aparagodaniya.

In the north, Uttarakuru.

Around the east, the sub-continent Deha and Videha.

Around the south, Camara and Aparacamara.

Around the west, Satha and Uttaramantrina.

Around the north, the sub-continent Kurava and Kaurava.

རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་གསལ་གྱི་ཤིང།

RIN PO CHE YI RI WO/ PAG SAM GYI SHING/

འདོད་འཇོའི་བ། མ་ཚོས་པ་ཡི་ལོ་ཏྲག།

DOE JO YI BA/ MA MO PA YI LO TOG/

འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རྟེན་སྲུ་རིན་པོ་ཆེ།

KHOR LO RIN PO CHE/ NOR BU RIN PO CHE/

བརྩམ་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ།

TSUN MO RIN PO CHE/ LON PO RIN PO CHE/

སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཚག་རིན་པོ་ཆེ།

LANG PO RIN PO CHE/ TA CHOG RIN PO CHE/

དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ།

MAG PON RIN PO CHE/ TER CHEN PO YI BUM PA

སྒྲིག་བ་མ། བྲེང་བ་མ། ལྷུ་མ། གར་མ།

GEG WA MA/ TRENG WA MA/ LU MA/ GAR MA/

མེ་ཏོག་མ། བདུག་སྒྲིམ་མ། ལྷང་གསལ་མ། གྲི་ཆབ་མ།

ME TOG MA DUG PO MA/ NANG SEL MA DRI CHAB MA/

ཉི་མ། ལྷ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས།

NYI MA/ DA WA/ RIN PO CHE YI DUG/

ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན།

CHOG LAI NAM PAR GYAL WAI GYAN TSAN/

དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་གསུམ་ཚོགས་པ་

WU SU LHA DANG MI YI PAL JOR PHUN SUM TSOG PA

མ་ཚང་བ་མེད་པ་གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་

MA TSANG WA ME PA TSANG ZHING YI DU ONG WA

In the east is the treasure mountain.

In the south is the wish granting tree.

In the west is the wish granting cow.

In the north is the harvest that needs no cultivation.

Here is the precious wheel.

Here is the precious jewel.

Here is the precious queen.

Here is the precious minister.

Here is the precious elephant.

Here is the precious and best of horses.

Here is the precious general. Here is the great treasure vase.

Here is the goddess of beauty, the goddess of garlands.

the goddess of song, the goddess of dance,
the goddess of flowers, the goddess of incense,
the goddess of light, the goddess of perfume.
Here is the sun, the moon.
Here is the umbrella of all that is precious. Here is the banner
of victory in all directions.
In the centre are all possessions precious to gods and men,
lacking in nothing, pure and pleasing.

འདི་དག་དྲིན་ཆེན་རྩ་བ་དང་

DI DAG DRIN CHEN TSA WA DANG

བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྤྲུམ་

GYU PAR CHE PAI/ PAL DAN LA MA

དམ་པ་རྣམས་དང་། ལྷ་པར་དུ་ཡང་

DAM PA NAM DANG/ KHYE PAR DU YANG/

སྤྲུམ་སྤྲོ་བཟང་ཐུབ་དབང་དྲེ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་

LAMA LOZANG TUB WANG DOR JE CHANG CHEN POI/

ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་

LHA TSOG KOR DANG CHAY PA NAM LA

ཞིང་ཁམས་འབྲུལ་བར་བཞིན།

ZHING KAM BUL WAR GYI WO/

ཐུགས་རྩེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བཞེས་ནས་

TUG JE DRO WAI DON DU ZHE SU SOL/ ZHE NEE

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་

DAG SOG SEM CHAN TAM CHE LA/

བྱུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་མཆོག་དང་

TUG TSE WA CHEN POI GO NEE CHOG DANG

ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྦྱུང་དུ་གསོལ།

THU MONG GI NGOE DRUB MA LU PA TSA TU SOL

This I offer to you, my kind and holy root Lama. Together with you, venerable Lineage Lamas. To you Je Tsong Khapa, to you O Buddha, and to you Vajradhara, together with the assembly of deities in the company of their retinues, I offer this pure and beautiful collection to you. In your great compassion, please accept what I offer for the sake of all sentient beings. Having accepted these, to myself and to all sentient beings, please grant your blessings through your great compassion. Please grant all common and supreme attainments.

ས་གཞི་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ།།

SA SHI PUL CHI JUNG SHING ME TOG TRAM/

རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉིན་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

RI RAB LING SHI NYI DHE GYAN PA DHI

སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་སྦྱུང་བ་ཡིས།།

SANG GYE SHING LA MIG TE PHUL WAI YEE/

འགྲོ་ཁྱེན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱོང་བར་ཤོག།

DROR KUN NAM DHAG ZHING DU CHOD PAR SHOK

This ground, anointed with perfume, strewn with flowers, adorned with Mount Meru, four continents, the sun and the moon. I imagine this as a buddha-field and offer it. May all living beings enjoy this pure land!

བདག་གཞན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལོངས་སྟོང་དུས་གསུམ་དག་ཚོགས་བཅས།

**DAG ZHAN LUE NGAG YIE SUM LONG CHOE DU SUM
GE TSOG CHE**

རིན་ཆེན་མརྒྱལ་བཟང་པོ་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་ཚོགས་བཅས་པ།

**RIN CHEN ME DRAL ZANG PO KUN ZANG CHOE PAI
TSOG CHE PA**

སྟོ་ཡིས་སྒྲངས་ནས་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ།

LO YE LANG NE LAMA YI DAM KON CHOG SUM LA BUL

སྤྱགས་རྗེའི་དབང་གིས་བཞེས་ནས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

**THUG JEI WANG GI ZHE NE DAG LA JIN GYI
LAB TU SOL**

This offering I make of a precious jewelled mandala together with other pure offerings and wealth, and the virtues we have collected throughout the three times with our body, speech and mind, O my Masters, my Yidams and the Three Precious Jewels, I offer all to you with unwavering faith. Please accept these out of your boundless compassion, send forth to me waves of your inspiring strength.

རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཁྱེད་ནམས་གྱིས།

JE TSUN LA MA DAM PA CHE NAM CHI/

ཆོས་སྐུའི་མཐའ་ལ་མཁུན་བཅེའི་ཁུ་འཛིན་འཁྲིགས།

CHO KUI KHA LA CHEN TSEI CHU ZIN TRIG

ཇི་ཏར་འཆམ་པའི་གདུལ་བྱའི་འཛིན་མ་ལ།

JI TAR TSAM PAI DUL JAI ZIN MA LA/

ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ།

ZAB GYA CHO CHI CHAR PA BAB TU SOL

O holy and perfect, pure Lama, from the clouds of compassion that form in the skies of your Dharmakaya wisdom, please release a rain of vast and profound Dharma, precisely in accordance with the needs of those to be trained.

སྟོན་པ་སྤྲ་ན་མེད་པའི་བསྟན་པ་དང།

TON PA LA NA ME PAI DEN PA DANG/

མཇལ་བ་འདི་འདྲ་སྤྲ་མའི་བྱིན་ཡིན་པས།

JAL WA DI DRA LA MI DRIN YIN PE/

དགེ་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།

GE WA DI YANG DRO WA MA LUE PA/

བཤེས་གཉེན་དམ་པས་འཇིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ།

SHE NYEN DAM PE ZIN PAI GYU RU NGO/

Thus meeting the teaching of the peerless teacher is due to the spiritual mentors' kindness. I dedicate this virtue for all living beings to be cared for by excellent spiritual friends.

ཨི་དམ་གུ་རུ་རྩྭ་མརྒྱལ་ཀློག་ཅི་རྒྱ་ཏ་ཡ་མི།

IDAM GURU RATNA MANDALA KAMA NIRYA TAYAMI

THE ACTUAL SADHANA PRACTICE

Requests to the Yamantaka Lineage Gurus

ཁྱབ་བདག་འཇམ་པའི་དོ་རྩེ་གཤེན་རྩེའི་གཤེད།

CHAP DHAG JAM PAI DO JEE SHIN JE SHAI

རྒྱལ་བ་ཀུན་དངོས་རྩེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ།

GYAL WA KUN NGOE JE TSUN TSONG KA PA

ཡབ་སྲས་བརྒྱད་པར་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།

YOB SRI GYUE PAR CHEE PA THAM CHAY LA

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྦྱེ།

SOL WA DEB SO NGOE DRUP NAM NYIE TSOL (x3)

O pervading Lord Manjushri-vajra, the Opponent of Yama,
O Lama Je Tsong Khapa, the Father who embodies all
Conquerors, and your Sons together with the lamas of the
lineage, please bestow the two kinds of siddhi.

Taking Refuge and Generating Bodhicitta

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ།

KON CHOG SUM LA CHAB SU DRO

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སྦྱོལ།

SEM CHEN THAM CHAY DAK GI DROL

བྱང་རྒྱལ་གནས་ལ་འགོད་པར་བསྒྱེ།

JANG CHUB NAY LA GOE PAR GYI

བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་ཡང་དག་བསྐྱེད།

JANG CHUB SEM NI YANG DAG KYED (x3)

I go for refuge to the Triple Gem. I shall liberate all sentient beings and place them in the state of Enlightenment. I shall purely generate Bodhicitta.

Instant Self-Generation as Yamantaka

རང་ཉིད་སྐད་ནིག་གིས་དཔལ་རྩི་རྩེ་འཛིགས་བྱེད

RANG NYI KAE CHIG GI PAL DOR JEE JIG JIE

འལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་གྲི་གུག་དང་

SHAL CHIG CHAG NYI CHI DRI GUG DANG

ཐོད་པ་འཛིན་པའི་སྐར་བཞེངས་པར་གྱུར།

THOD PA ZIN PAI KUR ZHENG PAR GYUR

Instantaneously I arise into the exalted body of glorious Vajrabhairava with one face and two arms, holding a curved knife and skull-cup.

Blessing the Inner Offerings

ཨོྐྱི་ཏྲི་ཧི་ཏྲི་ཐཱ་ན་ན་ཏུ་པཎ།

OM HRI TRI VIK TRI TA NA NA HUM PHAT (do not sprinkle nectar)

ཨོ་སྐ་ལྷ་པ་ཤུ་ཨ་ས་ཐ་སྐ་སྐ་ལྷ་པ་ཤུ་ཨོ་ཉཱ།

**OM SOBHAVA SHU DHA SARVA DHARMA SOBHAVA SHU
DOO HAM**

Purifying all dualistic appearances with the emptiness mantra.
Everything dissolves into emptiness.

ཐོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། ཐོང་པའི་ངང་ལས་

TONG PA NYI DU GYUR/ TONG PAI NGANG LAY/

ཡེ་ལས་རྩུང། རྩེ་ལས་མེ།

YAM LAY LUNG/ ROM LAY ME/

ཨྲཱེ་ལས་མི་མགོའི་སྦྱེད་སུ་གསུམ་གྱི་སྦྱེད་དུ་

AH LAY MI GOI/ GYE PU SUM GYI TENG DU

ཨྲཱེ་ལས་བྱང་བའི་ཐོད་པ་དཀར་པོ།

AH LAY JUNG WI/ THOE PA KAR PO/

དེའི་ནང་དུ་གཤམ། བདུད་ཅི་ཤ།

DI YI NANG DU SHA NGA/ DUE TSI NGA/

དེ་དག་གི་སྦྱེད་དུ་ཨོ་ཨྲཱེ་ཏུ།

DE DAG GI TENG DU/ OM AH HUM/

རང་གི་བྱགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

RANG GI THUG KAI HUM LAY WO ZER TROE/

རྩྭ་གཡོས། མེ་སྤར།

LUNG YOE/ ME BAR/

ཐོད་པའི་ནང་གི་རྩམ་རྣམས་ཉུ་ཞིང་ཁོལ།

THOE PAI NANG GI / ZEE NAM ZHU SHING KHOL/

ཡི་གེ་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་

YI GE SUM LAY/ WO ZER TROE PAI/

དོ་རྩེ་གསུམ་བཀྲག་ནས་

DOR JEE SUM KUG NEE/

ཐིམ་པ་ཐོད་པར་ལྷང་སྟེ་ཉུ་བས་

THIM PA THO PAR LUNG TE ZHU WAI

རྩྭ་གིས་ཁ་དོག་དྲི་ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་སྤངས།

HUM GI KHA DOG DRI NUE CHI CHON JANG/

ཨྲཱཾས་བདུད་རྩིར་རྟོགས་པར་བྱས།

AH YI DUE TSIR TOG PAR JE/

ཨོ་གྲིས་མང་པོར་སྤར་ཞིང་སྟེལ་བར་བྱས།

OM GYI MANG POR BAR ZHING PEL WAR GYUR/

ཨོ་ཨྲཱཾ་རྩྭ། **OM AH HUM (X3)** *(Inner Offerings)*

Everything become emptiness, from within the space of emptiness, from YAM comes wind, from RAM, fire, from AH,

three hearthstones of human heads, upon which from AH comes a white skull cup. In it are the five meats and the five nectars. Above them are **OM AH HUM**. From the HUM at my heart, light rays radiate. The wind stirs, the fire blazes, and the substances in the skull cup melt and boil. Light rays from the three syllables, whereby the three vajras are hooked and absorb into them. The three syllables then fall into the skull cup and melt. Through this, **HUM** purifies the faults of colour, odour and potential. **AH** transforms them into nectar. **OM** multiplies and increases them abundantly. (Blessing with three syllables) **OM AH HUM (3x)**

Blessing the Outer Offerings

ཨོྩ་ཧྲིཿ་ཤྲིཿ་ཁྲི་ཏཱ་ཀ་ན་ཏཱ་པཱ།

OM HRIH SHTRIH VIKRITA-NANA HUM PHAT (make inner offerings and sprinkle nectar)

Purifying hindrances with wrathful action mantra.

ཨོྩ་སྔ་མུ་ཤུ་དཔྱུཾ་སཌ་ཤྲུ་སྔ་མུ་ཤུ་དཔྱུཾ་ཉཱ།

OM SOBHAVA SHU DHA SARVA DHARMA SOBHAVA SHU DOO HAM

Purifying all dualistic appearances with the emptiness mantra.

ཐོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། ཐོང་པའི་ངང་ལས་

TONG PA NYI DU GYUR/ TONG PAI NGANG LAY/

ཨཱཾ་ལས་བྱང་བའི་ཐོད་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་

AH LAY JUNG WAI THOE PA YANG SHING GYA CHE WA

ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་རྩུ་རྩུ་བ་ལས་བྱང་བའི་

NAM KYI NANG DU/ HUM HUM ZHU WA LAY JUNG WE

མཆོད་པ་ནམས་བྱད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར།

**CHOE PA NAM CHEE PAR SUM DHAN GYI NGO WOR
GYUR**

(Everything) becomes empty. Within a state of emptiness, from AH's come vast and expansive skull-cups, inside of which are HUM's. The HUM's melt and become libation, cooling water for the feet, perfume, flowers, incense, a butter lamp, food and music. By nature they are bliss and emptiness. In aspect they are the offering substances. Their function is to confer distinguished, uncontaminated bliss as objects to be enjoyed by the six cognitive powers.

ཨོ་ཨརྒྱ་ཨུཾ་ཧཱ། **OM ARGHAM AH HUM/**

Om drinking water Ah Hum

ཨོ་པྱ་དུ་ཨུཾ་ཧཱ། **OM PADYAM AH HUM/**

Om washing water Ah Hum

ཨོ་གརྒྱེ་ཨུཾ་ཧཱ། **OM GANDHE AH HUM/**

Om perfume Ah Hum

ཨོ་པུཤེ་ཨུཾ་ཧཱ། **OM PUSHPE AH HUM/**

Om flowers Ah Hum

ཨོ་ལྷུཔེ་ཨུཾ་ཧཱ། **OM DHUPE AH HUM/**

Om incense Ah Hum

ཨོཾ་ལོ་ཀེ་ཨུཾ་ ཨུཾ་ OM ALOKE AH HUM/

Om light Ah Hum

ཨོཾ་རྩི་ཕྱི་ཨུཾ་ ཨུཾ་ OM NAIVIDYA AH HUM/

Om food Ah Hum

ཨོཾ་གླ་ཨུཾ་ ཨུཾ་ OM SHABDA AH HUM

Om music Ah Hum (blessing the sense offerings with the above mantras, mudra, bell and vajra.)

Generating Oneself as Yamantaka

ཨོཾ་སྤྱ་ལྷ་པ་ཤུ་ཏྲ་ཨ་ས་ཐ་སྤྱ་སྤྱ་ལྷ་པ་ཤུ་ཏྲ་ཨུཾ་

OM SOBHAVA SHU DHA SARVA DHARMA SOBHAVA SHU
DOO HAM

ཐོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། ཐོང་པའི་ངང་ལས་

TONG PA NYIE DU GYUR/ TONG PAI NGANG LAY/

དོ་རྗེའི་ས་གཞི། ར་བ། གུར། ལྷ་རེ། མེ་རི་དང་

DOR JEE SA ZHI/ RA WA/ GUR/ LA RE/ ME RI DANG/

བཅས་པའི་ནང་དུ། གཞལ་ཡས་ཁང་གུ་བཞི་

CHA PAI NANG DU/ ZHAL YEE KANG DRU ZHI/

སྒོ་བཞི་པའི་དབུས་སུ་སྒྲ་ཚོགས་པད་ལྷ་

GO ZHI PAI/ WUE SU NA TSOG/ PE DHA/

ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་གདན་ལ།

NGI MI KHYIL KOR GYI DHAN LA

རྒྱ་འོ་རྩེ་འཛིན་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐུར་གྱུར།

GYU DOR JEE ZIN PA JAM PAL GYI KUR GYUR/

རང་འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

**RANG JAM PAL PA WOR SAL WI THUG KA NEE WO ZER
TROE/**

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་

DE WAR SHEG PA THAM CHAY/

དཔལ་རྩེ་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་སྦྱར་བྱངས།

PAL DOR JEE JIG JE KYI/ NAM PAR CHAN DRANG/

རང་ལ་ཐིམ་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས།

RANG LA THIM PA YONG SU GYUR PA LAY/

རང་ཉིད་འབྲས་བུ་རྩེ་འཛིན་པ་

RANG NYI DRAE BU DOR JEE ZIN PA/

དཔལ་རྩེ་འཛིན་གྱི་ཆེན་པོ།

PAL DOR JEE JIG JE CHEN PO

སྐུ་མདོག་མཐིང་ནག་ཞལ་དགུ།

KU DOG THIE NA ZHAL GU/

ཕུག་མོ་བཞི། ཞབས་བརྩ་དྲུག་པ་གཡས་བསྐྱམས་ཤིང་།

CHAG SO ZHI ZHOP CHU-DRUG-PA YEE KUM ZHING/

གཡོན་བརྒྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ།

YON KYANG WI/ TOB KYIE ZHOG PA/

དེའི་བྱགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་

DI YI THUG KAR YE SHI SEM PA

འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྩུང་གྱུར་པ།

JAM PAL ZHON NUR GYUR PA/

དེའི་བྱགས་ཀར་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་

DI YI THUG KAR TING-NGE ZIN SEM PA

རྩྱ་ཡིག་གིས་མཚན་པ། དེའི་སྤྱི་བོར་ཨོ།

HOM YIG GI TSEN PA/ DI YI KYI WOR OM/

མགིན་པར་ཨུཾ བྱགས་ཀར་རྩྱ།

DRIN PAR AH/ THUG KAR HOM/

བྱགས་ཀའི་རྩྱ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

THUG KAI HOM LAY WO ZER TROE/

རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་དང་

RANG ZHIN GYI NEE NE/ YE SHI PA DANG/

དབང་གི་ལྷ་རྣམས་སྤྱན་དྲངས།

WANG GI LHA NAM CHAN DRANG/

ཡེ་ཤེས་པ་རང་ལ་ཐིམ།

YE SHI PA RANG LA THAM/

དབང་ལྷ་ས་དབང་བསྐྱར། མི་བསྐྱོད་པས་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར།

**WANG LHE WANG KUR/ MI KYOE PAI WU GYEN PAR
GYUR**

Everything becomes emptiness. While they are empty, from that state comes a Vajra ground, fence, tent and canopy together with a mountain of fire. Within it is the celestial mansion that is square and has four doors. In its centre, upon a seat of variegated lotus, moon and sun disks, I arise as the exalted body of Manjushri, the causal Vajra-holder. From the heart of myself visualised as the hero Manjushri, light rays radiate, inviting all the Sugatas in the aspect of glorious Vajrabhairava. They absorb into me, and I completely transform into the great glorious Vajrabhairava, the resultant Vajra-holder, with an exalted body dark blue in colour, nine faces, thirty-four arms and sixteen legs. I stand with my right legs bent and my left legs outstretched. At my heart is the wisdom being, youthful Manjushri. His heart is marked with the concentration being, the syllable HUM. At my crown is an OM, at my throat an AH, and at my heart a HUM. Light rays radiate from HUM at my heart, inviting the wisdom beings and empowering deities from their natural abodes. The wisdom beings dissolve into me. The initiation deities confer the empowerment. From the nectar that overflows at my crown, my head becomes adorned with Akshobhya.

Sense Offerings to Oneself as Yamantaka

[illegible]

**OM YAMANTAKA ARGHAM/ PADHAM/ GANDHE/
PUSPHE/ DHUPE/ ALOKE/ NAIVIDY/ SHABDA
PRATICCHA HUM SVAHA (With Mudras and Ring Bell)**

Inner Offerings to Oneself as Yamantaka

ཨོཙ་ཨུ་རྩ་ཀ་ཏུ་པཌ། ཨོཙྰཱུཾ་ཏུ།

OM YAMANTAKA HUM PHAT OM AH HUM (*Make Inner Offerings*)

Offering Praise to Oneself as Glorious Yamantaka

གཟུགས་མཆོག་མཆོག་ཏུ་བྲག་པོ་ཆེ།

ZUG CHOG CHOG TU DRAG PO CHE

དཔའ་བོ་མཆོག་གི་སྤྱད་ཡུལ་ཅན།

PO WO CHOG GI KYOE YUL CHEN

གདུལ་དཀའ་འདུལ་བའི་དོན་མཛེད་པ།

DUL GA DUL WAI DON DZE PA

དོ་ཇེ་འཇིགས་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆམ།

DO JEE JIG JEE LA CHAG TSAL (*mudras ring bell*)

Supreme form, extremely great fury, intrepid one, enjoyer of supreme objects, who acts to tame those hard to tame, to Vajrabhairava I bow down.

Recitation Of Yamantaka's Four Mantras

(Contemplate that: On top of a sun disk at my heart, the syllable HUM is encircled by the mantra rosaries.)

རང་གི་ཐུགས་ཀར་ནི་མའི་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་

RANG GI THUG KAR/ NYI MI KYIL KHOR GYI/ TENG DU/

ཏུ་ཡིག་གི་མཐར་སྟགས་སྟེང་གིས་བསྐོར་བར་གྱུར།

HOM YIG GI/ THAR NGAG TRENG GAI KOR WAR GYUR

On top of the sun-disc mandala at my heart, around the syllable HUM circle the mantra-rosaries: the Combined Peaceful and Wrathful Mantra.

The mantra of Manjushri

ཨོཾ་ཨ་ར་པ་ཙ་ན་ཏིཾ་ཨཱཾ་

OM A RA PA TZA NA DHIH (21x)

*The visualisation of reciting the mantra of Manjushri is as follows: The concentration being letter **HUM** at the heart of oneself visualised as a deity becomes a yellow letter **DHIH**. Outside of that is a six-spoked yellow sword. On each of the spokes respectively are the six letters **OM A RA PA TZA NA**. In the six intermediate directions visualise six letter **DHIHs**. While reciting **A RA PA TZA**, an infinite amount of yellow light, in nature of the wisdom of Lord Manjushri and in aspect forms of Manjushri, seed syllables, implements (sword and text) and mantras, is emanated from the sword and the syllables and fills the inside of one's body. Then think that all the faults of sentient beings, and particularly all faults of ignorance are eliminated like the sun shining into a dark corner.*

Think that one achieves a special light of wisdom like that of Manjushri.

This light is emanated outward, purifying the vessel and essence and placing sentient beings in the state of Manjushri. Then all the Buddhas and their offspring are pleased with the offerings, and all their wisdoms are invited in the aspect of an infinite number of forms of Lord Manjushri.

*These dissolve into the letter **DHIH** at my heart. Think that one achieves the special wisdoms of hearing, contemplation, meditation, rhetoric, debate and composition.*

*Then visualise a brilliant orange **DHIH** on the base of the tongue with its head facing one's throat. In one breath, recite **DHIH** one hundred times.*

*Much light is emanated from this letter **DHIH**, filling one's own body entirely, and think that one has achieved a special power of memory not to forget the words and meanings of the teachings.*

The Recitation of the Root Mantra:

ཨོཾ་ཡ་མ་ར་ཤོ་ས་དོ་མེ་ཡ། ཡ་མེ་དོ་རུ་ཁ་ཡོ་ད་ཡ། ཡ་ད་ཡོ་ནི་
ར་ཡ་ཤེ་ཡ། ཡ་ཤ་ཡ་རྩོ་ནི་རུ་མ་ཡ་དུ་དུ་པ་པ་སྐྱུ།

**OM YAMA RAJA SADO ME YA / YAME DORU NAYO DAYA/
YADA YO NI RA YAK CHEYA / YAKSHE YAN ZA NIRA
MAYA HUM HUM PHAT PHAT SVAHA**

*Visualisation: When reciting the root mantra, the sword and wheel together with the **DHIH** dissolve into the letter **DHIH** in the center. **DHIH** becomes a blue letter **HUM**. Around this is (the garland of the essence mantra) **YAMANTAKA**, around this is (the garland of the action mantra) **HRIH SHTRIH**, and around this is the mantra garland of **OM YAMARAJA**. The colour of the letters is blue and they stand upright, appearing like scintillating orange flames. Think that this has the power to eliminate the entire three thousand worlds.*

When reciting each mantra, think that an infinite number of forms and infinite light come from the central seed syllable and the mantra garland, filling the entire outside of one's body, eliminating the downfalls and obstacles accumulated from beginningless lives, as well as pacifying all sickness and evil spirits. Life, merit, and the qualities of knowledge of scripture and insight are developed. The light emanated from the right nostril of the root face eliminates all the impurities of the vessel and essence and places all sentient beings in the state of Vajrabhairava.

All the Victorious Ones and their offspring are pleased with an inconceivable variety of offerings. The blessings of their body, speech and

mind and all the attainments are invited in the form of Vajrabhairava, etc.

They enter through the left nostril of the root face and dissolve into the seed syllable at the heart. Then think that because of this one has received the blessings of the Victorious Ones together with their offspring, and all attainments.

(Recite the root mantra, the action mantra and the essence mantra as much as possible. When completing the mantra recitation of the outside mantra, it dissolves into the next one inward.)

The recitation of the action mantra:

ཨྐྱཱ་ཏྱིཾ་ཐྱིཾ་ཐི་གྱི་ཏྱ་ན་ན་ཏཱཾ་ཕྱེཌ།

OM HRI TRI VIK TRI TA NA NA HUM PHAT (100x, 21x or as many times as possible)

The recitation of the essence mantra:

ཨྐྱཱ་ཡ་མུནྟ་ཀ་ཏཱཾ་ཕྱེཌ།

OM YAMANTAKA HUM PHAT (21x)

The hundred-syllable mantra:

ཨྐྱཱ་ཡ་མུནྟ་ཀ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་ཕྱ་ལ་ཡ། ཡ་མུནྟ་ཀ་ཏྲེ་ཀོ་པ་ཏིལ། ཏི་ཧྲོ་མེ་ལྷ་
ཐ། སུ་ཏྲེ་ཕྱི་མེ་ལྷ་ཐ། སུ་པོ་ཕྱི་མེ་ལྷ་ཐ། ཨ་རུ་རྟོ་མེ་ལྷ་ཐ། སའ་སི་རྩི་མེ་པ་
ཡ་ཚྭ། སའ་ཀ་མུ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་ཏྲྱི་ཡེ་ཀྱ་རུ་ཏཱཾ་ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏྱིཾ་ལྷ་ག་ཐ་
ཡ་མུནྟ་ཀ་མ་མེ་མུ་རྩ། ཡ་མུནྟ་ཀ་ལྷ་ཐ། མ་རུ་ས་མ་ཡ་སའ་ཨྐྱཱཾ་ཏཱཾ་ཕྱེཌ།

OM YAMANTAKA SAMAYA MANU-PALAYA/
 YAMANTAKA TENO PA TIK TRA/ DRIDHO ME
 BHAVA/ SUTO KHAYO ME BHAVA/ SUPO KHAYO ME
 BHAVA/ ANURAKTO ME BHAVA SARVA SIDDHI
 ME TRA YAN ZA/ SARVA KARMA SUCHA ME
 CHI RI TAM SHI RI YAM KURU HUM/ HA HA HA HA
 HOH BHAGAVAN/ YAMANTAKA MA ME MUNCHA/
 YAMANTAKA BHAVA MAHA SAMAYA SATTVA AH HUM
 PHAT (1x or 3x)

*Visualisation: a stream of nectar flows from the letter HUM surrounded by the hundred syllables at the heart of the respective lord of the family. Think that all downfalls are eliminated.
 (Ring the bell while reciting the hundred-syllable mantra.)*

Offerings and Praise to Oneself as Yamantaka

ཨོཾ་ཡ་མུ་རྒྱ་ཀ་ཨ་མ་ཏ་ཀ་ སུ་ཏྱ་ ག་ཏྱ་ སུ་ཏྱ་ རྩུ་པེ། ཨུ་ལོ་ཀེ། རེ་མི་ཏྱ། འཤ་པ་ཏི་རྩུ་ཏྱ་མུ་ཏྱ།

OM YAMANTAKA ARGHAM/ PADYAM/ GANDHE/
 PUSHPE/ DHUPE/ ALOKE/ NAIVIDYA/ SHABDA
 PRATICCHA HUM SVAHA (With Mudras and Bell)

ཨོཾ་ཡ་མུ་རྒྱ་ཀ་ཏྱ་པ་ཏྱ། ཨོཾ་ཨུཾ་ཏྱ།

OM YAMANTAKA HUM PHAT OM AH HUM (Make Inner Offerings)

གཟུགས་མཆོག་མཆོག་དུ་དྲག་པོ་ཆེ།

ZUG CHOG CHOG TU DRAG PO CHE

དཔའ་བོ་མཆོག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན།

PO WO CHOG GI KYOE YUL CHEN

གཏུལ་དཀར་འཏུལ་བའི་དོན་མཛོད་པ།

DUL GA DUL WAI DON DZE PA

དོ་རྩེ་འཇིགས་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆལ།

DO JEE JIG JEE LA CHAG TSAL (*Mudra and Bell*)

Supreme form, extremely great fury, intrepid one, enjoyer of
supreme objects, who acts to tame those hard to tame,
to Vajrabhairava I bow down.

Blessing the Torma Offerings

ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཨཱི་ཤི་ཤི་ཏཱ་ཀ་ཀ་ཏཱ་པཱ།

OM HRIH TRI VIK TRI TA NANA HUM PHAT/ *(sprinkle nectar over offerings)*

Purifying hindrances and obstacles.

ཨོཾ་སྐུ་བླ་མ་ཤེས་པའི་འཇམ་དཔལ་སྐུ་བླ་མ་ཤེས་པའི་འཇམ་དཔལ་ཨོཾ་

OM SVABHAVA SHUDDHAH SARVA DHARMAH SVABHAVA
SHUDDHO HAM

Mind grasping on all dualistic appearances dissolves into emptiness.

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་

TONG PA NYI DU GYUR/ TONG PAI NGANG LAY/

ཡེ་ལས་རྩུང། རེ་ལས་མེ།

YAM LAY LUNG/ ROM LAY ME/

ཨྲཱེ་ལས་མི་མགོའི་སྟེང་དུ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་

AH LAY MI GOI/ GYE PU SUM GYI TENG DU

ཨྲཱེ་ལས་བྱང་བའི་ཐོད་པ་དཀར་པོ།

AH LAY JUNG WI/ THOE PA KAR PO/

དེའི་ནང་དུ་གཤམ། བདུད་ཅི་ཤ།

DI YI NANG DU SHA NGAI/ DUE TSI NGAI/

དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་ཨོྲཱེ་ཨྲཱེ་ ཧཱུྃ།

DE DAG GI TENG DU/ OM AH HUM/

རང་གི་སྐྱགས་ཀའི་དྲུང་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

RANG GI THUG KAI HUM LAY WO ZER TROE/

རྩུང་གཡོས། མེ་སྤར།

LUNG YOE/ ME BAR/

ཐོད་པའི་ནང་གི་རྩམ་རྣམས་ལྷུ་ཞིང་ཁོལ།

THOE PAI NANG GI / ZEE NAM ZHU SHING KHOL/

ཡི་གེ་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་

YI GE SUM LAY/ WO ZER TROE PAI/

དོ་རྗེ་གསུམ་བཀྲག་ནས་

DOR JEE SUM KUG NEE/

ཐིམ་པ་ཐོ་པར་ལུང་ཏེ་ཞུ་ཡེ

THIM PA THO PAR LUNG TE ZHU WAI

ཧུཎ་གིས་ཁ་དོག་དྲི་ནུམ་ཀྱི་སྒྲོན་ཐུངས།

HUM GI KHA DOG DRI NUE CHI CHON JANG/

ཨ་ཡི་དེུ་ཏུས་ཏོག་པར་ཇེ།

AH YI DUE TSIR TOG PAR JE/

ཨོཾ་གྱི་མང་པོར་སྤར་ཞིང་སྤེལ་བར་གྱུར།

OM GYI MANG POR BAR ZHING PEL WAR GYUR/

ཨོཾ་ཨུཎ་ཧུཎ། **OM AH HUM** (X3)

Everything become emptiness, from within the space of emptiness, from YAM comes wind, from RAM, fire, from AH, three hearthstones of human heads, upon which from AH comes a white skull cup. In it are the five meats and the five nectars. Above them are OM AH HUM. From the HUM at my heart, light rays radiate. The wind stirs, the fire blazes, and the substances in the skull cup melt and boil. Light streams from the three syllables, whereby the three vajras are hooked and absorb into them. The three syllables then fall into the skull cup and melt. Through this, HUM purifies the faults of colour, odour and potential. AH transforms them into nectar. OM multiplies and increases them abundantly. (Blessing with three syllables) OM AH HUM (3x)

Inviting Yamantaka and His Mandala as Guests for
the Torma Offerings

མདུན་དུ་སྐད་ཅིག་གིས་དཔལ་རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་

DUN DU KE CHIG GIE PAL DOR JEE JIG JE

དཔལ་ལོ་ག་ཅིག་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་

PA WO CHIG PAI TEN DANG TEN PAI

དགྲིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་གྱུར།

KYIL KOR YONG SU ZOG PA GYUR/

རང་གི་བྱགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

RANG GI THUG KEE HOM LAY WO ZER TROE/

དཔལ་རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་པལ་ལོ་ག་ཅིག་པའི་

PAL DOR JEE JIG JE PA WO CHIG PAI

ཡེ་ཤེས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ཕྱོགས་སྐྱོང་དང་

YE SHI PAI KYIL KOR CHOG KYONG DANG

བཅས་པ་སྦྱན་དངས། ཇུ་རྩྭ་བུ་རྩོམ་

CHAY PA CHEN DRANG/ DZA HUM PAM HO/

ཡེ་ཤེས་པ་དམ་ཆོག་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།

**YE SHI PA DANG DAM TSIG PA DANG NYIE SU
ME PAR GYUR/**

མགོན་ཆུང་གི་ལྷགས་རྩྭ་ལས་སྦྱེས་པའི་

DRON NAM KYI JAG HOM LAY KYEE PAI

དོ་རྗེ་ཙེ་ཅིག་པ་དཀར་པོ་

DOR JEE TSE CHIG PA KAR PO

འོད་ཀྱི་སྒྲུ་གུ་ཅན་དུ་གྱུར་པས་གཏོར་མའི་བཙུང་

WO KYE BU GU CHAN DU GYUR PAI TOR MI CHU

ཐམས་ཅད་དངས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར།

THAM CHE DRANG TE SOL WAR GYUR

Instantaneously there appears before me the complete supporting mandala of the glorious Solitary Hero Vajrabhairava and its supported deities. From the HUM at my heart, light rays emanate, bringing forth the mandala of the wisdom beings of glorious Solitary Hero Vajrabhairava, together with the directional protectors. JAH HUM BAM HOH. The wisdom beings become non-dual with the commitment beings. From a HUM on the tongue of (each of) these guests comes a white single-spoked vajra through which each partakes (of the offerings), drawing up the essence of the Torma through a straw of light.

Offering Torma with Mudras and Mantra

ཨོྭ་ཏྲི་ཏྲི་འི་ཀྱི་ཏཱ་ན་ན་ཏཱ་པཱ།

OM HRI TRI VIK TRI TA NA NA HUM PHAT

བཟླ་བྷེ་ར་ཤ་ཡ་ཨ་ཏི་པ་ཏྲི་ཨི་མཎ་བ་ལི་ཏ་ཁ་ཁ་ཁ་ཏི་ཁ་ཏི་ཏཱ་པཱ་སྐྱུ་

BEZA BAI RA WA YA A TI PA DHI EA MAM BA LIM TA

KHA KHA KHAHI KHAHI HUM PHAT SVAHA (3x or 7x)

Outer and Inner Offerings to Yamantaka and His
Mandala

ཨོཾ་ཡ་མུན་ཀ་ཨུཾ་ སྒྲུཾ་ གནེ། སུཤེ། རྩུ་པེ། ཨུ་ལོ་ཀེ། རེ་ཤིངྱ། འཤ་པ་ཏི་ཚཱ་ཏུ་སྒྲུཾ།

**OM YAMANTAKA ARGHAM, PADYAM, GANDHE, PUSHPE,
DHUPE, ALOKE, NAIVIDYA, SHAPTA, PRATICCHA HUM
SVAHA**

ཨོཾ་ཡ་མུན་ཀ་ཏུ་པཌ། ཨོཾ་ཨུཾ་ཏུ།

OM YAMANTAKA HUM PHAT OM AH HUM *(Make inner
offerings)*

Praise To Front-Generated Yamantaka

གནིས་མེད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་ཁྱབ་པའི་སྒྲུ།

NYIE ME THUN MONG MA YIN CHAB PAI KU

ཀུ་ལ་ལྷོ་མས་མཇེད་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡབ།

KU LA NYOM ZEE GYA WA KUN GYE YAB

ཆོས་གྱི་དབྱིངས་གུར་རྒྱུར་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ།

CHOE CHI YANG GYUR GYA WA KUN GYE YUM

ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྐུ།

YE SHE SAM PA GYA WA KUN GYE SEA

ཕྱག་འཆལ་འཇམ་དཔལ་དཔལ་གུར་རྫོགས་པ་བྱོད།

CHAG TSAL JAM PAL PAL JOR ZOG PA CHOE

ཚོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་བྱམས་སྣང་མི་མངའ་ཡང་།

CHOE CHI KU LA JAM DHANG ME NGA YANG

སྲིད་གསུམ་གདུག་པ་མ་ལུས་འདུལ་བའི་ཕྱིར།

SI SUM DUG PA MA LUE DUL WE CHIR

ཐུགས་རྗེ་ཐབས་ཀྱིས་ཁོ་རྒྱལ་སྐུར་བསྟན་པ།

THUG JE THAB CHI TRO GYAL KUR TEN PA

འཇིགས་བྱེད་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

JAG JIE SHIN JEE SHE LA CHAG TSAL LO

Non-dual, uncommon, pervasive exalted body;
acting with equanimity towards all, father of all conquerors;
the reality sphere of phenomena, mother of all conquerors;
the wisdom being, spiritual child of all conquerors -
I prostrate to you, complete and glorious Manjushri.
Although the Dharmakaya has no love-hate dichotomy,
in order to subdue all evil beings of the three realms of
existence, through compassionate means, you display the
exalted body of the king of fury. I prostrate to Bhairavava
Yamantaka.

Blessing with Root Mantra

ཨོཾ་ཡ་མ་རྩ་ས་དོ་མེ་ཡ། ཡ་མེ་དོ་རུ་ཏེ་ཡོ་ད་ཡ།

ཡ་ད་ཡོ་ནི་ར་ཡཞེ་ཡ། ཡཞེ་ཡ་རྩ་མ་ཡ་རྩུ་རྩུ་པཎ་པཎ་སྭ་ཏུ།

OM YAMA RAJA SADO ME YA / YAME DORU NAYO DAYA/

YADA YO NI RA YAK CHEYA / YAKSHE YAN ZA NIRA

MAYA HUM HUM PHAT PHAT SVAHA

Torma Offerings to the Directional Protectors

[illegible]

OM BHU ZA RA NAM / YAPA TALA CHARAYA / MAN KHE
CHARAYA / TA PUR WA NI GA NAM / KA DAK SHI NA DI
GAYA / HUM PAZCHI MA NAM PHAT UTTARA TI GA
YA / OM UR HRIH YA / TRI VA / VIK SHI / TRI KO / TA-
E / NA AH / NA DE / HUM BHA YO PHAT SARVA BHUTE
BHY (3x)

Outer and Inner Offerings to the Directional Protectors

ཨོ་དག་དི་ཀ་ལོ་ཀ་སྤྱ་ལ་ས་པ་རི་བླ་ར་ཨུ་རྒྱ། སྤྲོ། གཞེ། དུངེ། རྩུ་པོ་ཨུ་ལོ་གོ། བྷ་
མིཏྱ། གཉ་པ་རྩི་རྩོ་རྩུ་སྤྲ།

**OM DA SHA DIK LO KA PA LA SA PA RI WA RI ARGHAM/
PADHAM/ GANDHE/ PUS PE/ DHUPE/ ALOKE/ NEE VIN
DHY/ SHA DHA/ TRATI CCHA HUM SVAHA** *(With Mudras and
Ring Bell)*

ཨོྭ་དག་དེ་ཀ་ལོ་ཀ་སྒྲ་ལ་ས་པ་རི་བླ་ར་ཨོྩ་ཞུ། རྟུ།

OM DASHA DIK LO-KA PA-LA SA PA RI WARI OM AH HUM
(Make Inner Offerings)

Praise to the Directional Protectors

བཙེམ་ལྷན་ཚས་ཇེ་འཇམ་དབྱངས་སྒྱུན་ལམ་དུ།

CHOM DAN CHOE JE JAM YANG CHAN LAM DU

བདུད་འདུལ་བསྐྱན་པ་བསྐྱང་བར་ཞལ་བཞེས་པ།

DUG DUL TEN PA SUNG WA ZHAL SHEL PA

ལས་ཀྱི་གཤིན་ཇེ་མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་མ།

LAY CHI SHIN JE MA MO KHA DRO MA

འབྱུང་པོ་རོ་ལངས་ཅི་བཀྱི་བཀའ་ཉན་ཚགས།

JONG PO RO LANG CHI JE KA NYAN TSOG

སྤྱི་ནང་སྤྱོད་བའི་དམ་ཅན་མ་ལུས་ལ།

CHIN NANG CHONG WE DAM CHAN MA LU LA

བདག་ནི་རེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་འདུད་ཅིང་མཆིས།

DAG NI RE WE SAM CHI DUE CHING CHEE

ཕྱོགས་སྤྱོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་

CHOG CHONG KOR DANG CHA PA NAM CHI DAG GI

དགེ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་མཐར་ཕྱིན་པ་དང།

GE WEI JA WA NAM THAR CHIN PA DANG

དེའི་བར་ཆད་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད་ཅིག།

DI YI BAR CHE ZHE WEI TRIN LAY ZOE CHI

To Karma Yama, Ogresses, Dakinis, evil spirits and zombies,

hosts of those who obey what they are told, those sworn as outer and inner protectors, without exception, to you who in the presence of the Bhagavan and Dharma Lord Manjushri promised to subdue demons and guard the teachings, I bow and turn with a wishful mind. May the directional guardians along with your retinue bring to completion my virtuous activities and enact exalted activities that pacify any obstacles to them!

CONCLUDING PRACTICE

Dissolution of Self as Yamantaka Into Clear Light Emptiness

གཏོར་མགོན་འཁོར་བཅས་རང་གནས་སུ་གཤེགས།

TOR DRON KOR CHE RANG NE SU ZHAG/

The guests of the Torma return to their own abodes.

དུར་ཁྲོད་གཞལ་ཡས་ཁང་ལ་ཐིམ།

DUR TROE ZHAL YE KANG LA THIM/

གཞལ་ཡས་ཁང་རང་ལ་ཐིམ།

ZHAL YE KANG RANG LA THIM/

རང་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ལ་ཐིམ།

RANG YE SHE SEM PA LA THIM/

དེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་རྩུ་ལ་ཐིམ།

DE TING NGE ZIN SEM PA HUM LA THIM/

དེ་ཡང་འོད་གསལ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཐིམ་པར་གྱུར།

DE YANG WU SAL TONG PA NYI DU THIM PAR GYUR/

The cremation grounds absorb into the celestial mansion. The celestial mansion absorbs into me. I absorb into the wisdom being. The wisdom being absorbs into the concentration being HUM. That, in turn, absorbs into clear light emptiness.

སྟོང་པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་རྡོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་

TONG PAI NGA LAY/ RANG NYI DOR JEE JIG JE/

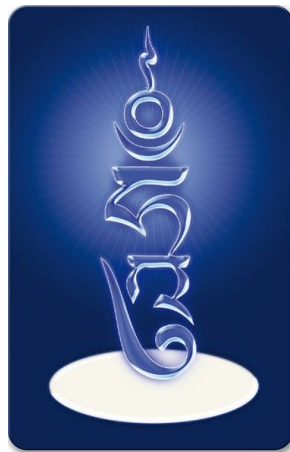
ཞལ་གཙུག་ལྷག་གཉིས་པར་གསལ་བའི་

ZHAL CHIG CHA NYI PAR SAL WEI/

གནས་གསུམ་དུ་འབྱུག་གསུམ་གྱིས་མཚན་པར་གྱུར།

NEE SUM DU/ DRU SEM GYI TSEN PAR GYUR

From the state of emptiness I arise as Vajrabhairava with one face and two arms. My three places are marked with the three grain (syllables).



Yamantaka Dedication and Auspiciousness Verses

ནམ་དག་བསམ་པས་ཚུལ་འདི་འབད་པ་ལས།

NAM DAG SAM PAI TSUL DHIR BEE PA LAY

བྱང་བའི་དགེ་བས་མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ཀུན།

JUNG WAI GE WAI THA YEE DRO WA KUN

སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བར་འཇམ་དབྱངས་ནི་ཁོ་ཡིས།

KYI ZHING CHI WA JAM YANG ZHI TRO YE

འབྲལ་བ་མེད་པར་རྗེས་སུ་འཛིན་གྱུར་ཅིག།

DRAL WA MAN PAR JEE SU ZIN GYUR CHIG

Through the virtue that has arisen from making effort in this manner with a pure, selfless attitude, may all infinite migrators in birth after birth be inseparably cared for by the peaceful and wrathful Manjushri!

ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་སྐྱེ་ལྡིང་བདག་ཉིད་ཅན།

NAM KHAB JI SI KU NGAI DAG NYI CHAN

ཁ་སྐྱོར་བདུན་ལྟན་གོ་འཕང་མངོན་གྱུར་ནས།

KHA JOR DUN DHAN GO PHANG NGON GYUR NE

མཐའ་དག་འགོ་འདི་གོ་འཕང་དེ་ཉིད་ལ།

THA DAG DRO DHI GO PHANG DE NYI LA

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བདེ་སྤྱག་འགོད་པར་ཤོག།

KE CHIG NYI LA DE LAG GOE PAR SHOG

Having manifested the state possessing the seven unions and having the essence of the five exalted bodies for as long as space abides, may I instantaneously and with ease place infinite migrators in that very state!

ཕ་བརྒྱད་སྤྲུལ་མ་རྣམས་ཀྱི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

TSA GYU LAMA NAM CHI TASHI SHOG

ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

YI DHAM LHA TSOG NAM CHI TASHI SHOG

མ་དང་མཁའ་འགོ་རྣམས་ཀྱི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

MA DANG KHA DRO NAM CHI TASHI SHOG

ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

CHOE CHONG SONG MA NAM CHI TASHI SHOG

May there be the auspiciousness of the root and lineage gurus!
May there be the auspiciousness of the Yidams and assemblies of deities! May there be the auspiciousness of the mothers and dakinis! May there be the auspiciousness of the Dharma protectors and guardians!

ནམ་མཁའི་བྱུང་ལྷར་ཡངས་པའི་ཕོ་བྲང་མཆོག།

NAM KHI CHON TAR YANG PAI PHO DRANG CHOG/

ཉི་ཟླའི་འོད་དང་མཉམ་པའི་འོད་འཕྲོ་ཞིང་།

NYI DAI WOE DANG NYAM PAI WOE TRO ZHING/

གྲངས་མེད་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པ་ལ།

DRANG ME RIN CHEN GYAN GYI ZEE PA LA/

དགེ་མཚན་ཇི་སྟེང་མཆིས་པའི་བཀྲ་ཤིས་དེས།

GE TSAN JI NYE GYI PAI TRA SHI DE/

By the auspiciousness of whatever signs of virtue exist in the supreme palace (celestial mansion) vast as the expanse of the sky, beautiful with countless jewelled ornaments and emanating light equal to the brilliance of the sun and the moon.

ཁྱེད་ཅག་གང་ནས་གང་དུ་གནས་པ་དེར།

KYE CHA GANG NE GANG TU NE PA TER/

མི་ཤིས་མཚན་མ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང།

MI SHI TSAN MA GANG YANG MI JUNG ZHING/

ཞིང་གི་འགྲོར་པ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཡི།

ZHING GI JOR PA PHUL TU JUNG WA YI/

བདེ་ལེགས་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

DE LEG GYUN I CHE PAI TRA SHI SHOG/

May everything be auspicious for there never to be any inauspicious signs wherever you may live and for there to be the unbroken goodness, bliss and bountiful riches there of a Buddha Field.

མཁས་པའི་དབང་པོ་ཞབས་པད་བརྟན།

KHE PAI WANG PO ZHAB PE TAN/

བསྟན་འཛིན་བུ་སྟོབ་རྒྱས་པ་དང།

TEN ZIN BU LOB GYE PA DANG/

བཤད་སྐྱབ་ཉི་ཟླ་ལྷར་གསལ་བའི།

SHE DRUB NYI DHA TAR SAL WAI/

བདེ་ལེགས་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

DE LEG GYUN MI CHE PAI TRA SHI SHOG/

May there be the endless auspiciousness for all masters with power of intelligence to have long life; for gurus and their disciples to achieve increasing concentration; and for those practicing highest yoga tantra to attain the moon and sun like realisation of Vajrahood.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག།

GE WA DI YI NYUR DU DAG

དོ་ཨེ་འཛིགས་བྱེད་འགྲུབ་ཟུར་ནས།

DOR JE JIG JEE DRUB GYUR NE

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར།

DRO WA CHIG KYANG MA LU PA

བྱེད་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

KYE KYI SA LA GO PA SHOG

By the accumulation of this merit may I quickly accomplish in reality Vajradhara and all sentient beings without exception may I lead to that stage.

Long Life Mantra of His Holiness the Dalai Lama



སྟོང་ཉིད་སྟིང་ཇེ་བླུང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ།

TONG NYI NYING JE ZUNG DU JUG PAI LAM

ཆེས་ཆེར་གསེལ་མཇུག་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན།

CHE CHER SEL DZE GANG CHAN TAN DROI GON

ཕྱག་ན་པལྟོ་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ལ།

CHAG NA PE MO TEN ZIN GYA TSO LA

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གཞན་དོན་ལྷན་གྱུ་བ་ཤོག།

SOL WA DEB SO ZHE DON LUN DRUB SHOG

Saviour of the Snow Land Teachings and transmigratory beings, who makes extremely clear the path that is unification of emptiness and compassion, to the Lotus Holder, Tenzin Gyatso, I beseech may all your holy wishes be spontaneously fulfilled.

Mantra of His Holiness the Dalai Lama

ཨོཾ་ཨ་གུ་རུ་བཙུང་ཤར་བཤ་ཏཱ་ར་མ་
མཛུ་བྱེ་ཤྭ་གི་རྩ་སུ་མ་དེ་རྩྭ་ཤྭ་ས་
ན་རྩ་ར་ས་སུ་དྲ་བྱེ་རྩ་དྲ་སའ་སི་རྩི་ཏུ་ཏུ།

**OM AH GURU BENZA DHARA BHA-TRA RAM
MANJUSHRI VANGEN-DRA SUMATI JHANA
SHASANA DHARA SAMUDRA SHRI BHADRA
SARVA SIDDHI HUM HUM**

གངས་རི་ར་བས་བསྐྱར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།

GANG RI RA WAI KOR WAI ZHING KAM DIR/

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།

PANG DANG DE WA MA LU JUNG WAI NEE/

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཚོ་ཡི།

CHEN REN ZIG WANG TEN ZIN GYA TSO YI/

ཞབས་པད་སྤིང་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག།

ZHA PAI SI TAI BAR DU TAN GYUR CHIG

O Avalokiteshvara, Tenzin Gyatso, the source of benefit and bliss in the snow land of Tibet, please live until the end of cyclic existence.

Praise of Mahakala Dharma Protector



Mahakala is the wrathful aspect of Avalokiteshvara, the Buddha of Compassion. The main role of Mahakala is to fulfil the four enlightened activities of pacifying interferences, increasing favourable circumstances, gaining control over situations and, if all else fails, destroying obstacles with wrathful force. Everyday Lama Tendar performs Mahakala Puja dedicated to the dharma friends of our centre and to all sentient beings.

ཧཱུྃ ལྷུར་མཇེད་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ།

HUM! NYUR ZEE CHAN REN ZIG LA CHAG TSAL LO

ཞབས་གདུབ་དང་བཅས་བི་རྒྱ་ཡ་ཀ་མནན།

ZHAB DHUB THAM CHEE BIE NA YA KA NEE

ནག་པོ་ཆེན་པོ་སྟག་གི་ཤམ་ཐབས་ཅན།

NAG PO CHEN PO TAG GI SHAM THAB CHAN

ཕྱག་རྒྱལ་སྤྱུལ་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་བརྒྱན།

CHAG DRUG DRUL GYE GYAN GYE NAM PAR GYAN

Quick-acting Avalokita, homage to you! Wearing anklets, you trample Ganesa. Mahakala, you wear a tiger-skin loincloth fully adorned with snake-ornaments on your six arms.

གཡས་པ་གྱི་གྲུག་བར་པས་འཕྲེང་བ་འཛིན།

YEE PA DRI GUG BAR WE TRENG WA ZIN!

ཐ་མ་ཌཱ་མ་རུ་ནི་བྲག་ཏུ་འབྱོལ།

THA MA DRA MA RU NI GRAG TU TROL

གཡོན་པ་ཐོད་པ་དང་ནི་མདུང་ཅེ་གསུམ།

YON PA THOE PA DANG NI DHUNG TSE SUM

དེ་བཞིན་ཞགས་པ་བཟུང་ནས་འཆིང་བར་བྱེད།

DE ZHIN ZHAG PA ZUNG NEE CHING WAR JE

The (first) right arm holds a triku (chopping-knife), the middle a mala, the last plays violently a damaru; The left holds a skull-cup, and a three-pronged lance, and likewise a noose, which serves for tying up.

བྲག་པོའི་ཞལ་ནི་མཆེ་བ་རྣམ་པར་གཙོགས།

DRAG POI ZHAL NI CHE WA NAM PAR TSIG !

ཐུན་གསུམ་དྲག་པོ་དབུ་སྒྲ་གྱེན་དུ་འབར།

CHAN SUM DRAG PO EU TRA GYAN DU BAR

དབྱལ་བར་སྒྱུ་རྩེ་ཡིས་ལེགས་པར་བྱགས།

TRAL WAR SIN DHU RA YIE LEG PAR JUG

སྤྱི་བོར་མི་བསྐྱོད་རྒྱལ་པོའི་རྒྱས་བཏབ་བརྟན།

KYI WOR MI KYOE GYAL POI GYE TAB TAN

Your wrathful mouth completely bares its fangs, your three eyes are fierce. The hair of your head blazes upward. Your forehead is properly anointed with red lead. On your crown, Aksobhya's royal presence is fixed.

ཐག་འཇག་མི་མགོ་ལྔ་བརྩའི་དོ་ཤལ་ཅན།

TRAK ZAG MI GO NGA CHUI DO SHAL CHAN!

རིན་ཆེན་ཐོད་སྐམ་ལྔ་ཡིས་དབུ་ལ་བརྟན།

RIN CHEN THOE KAM NGA YI EU LA GYAN

ཤིང་ལས་བྱོན་ནས་གཏོར་མ་ལེན་མཛད་པའི།

SHING LEE JON NEE TOR MA LEN ZEE PAI

དཔལ་ལྷན་ཕྱག་རྒྱ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།

PAL DEN CHAG DRUG PA LA CHAG TSAL LO

You wear a great necklace of fifty men's heads, dripping blood. On your crown, you're adorned with five dry, jewelled skulls. You come from your tree and accept our Torma offerings, Glorious Six-Armed, homage and praise to you!

སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་གཉན་པོ་བསྟུང་བ་དང།

SANG GYE TAN PA NYAN PO SUNG WA DANG!

དགོན་མཆོག་དབུ་འཕང་གཉན་པོ་བསྟོད་པ་དང།

KON CHOG EU PHONG NYAN PO TO PA DANG

བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ཀྱི།

DAG CHAK PON LOB KOR DANG CHAE PA DANG

རྒྱུ་རྩ་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང།

KYEN NGAN BAR CHAE THAM CHA ZHI WA DANG

ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་ཐུར་དུ་སྩལ་དུ་གསོལ།

CHI DOE NGOE DRUB NYUR DU TSAL DU SOL!

Sternly protect the Doctrine of the Buddha! Sternly praise the height of power of the Jewels! For us - teachers, disciples and entourage - please quell all bad conditions and obstructions, and grant us quickly whatever Siddhis we wish.

Mahakala Mantra

ཨོཾ་བཛྲ་མ་རྩ་ཀླ་ལ་ཁྲི་ཁྲེ་ཏཱ་བི་ཐཱ་ན་བི་རྣ་ཡ་ཀ་རྩུ་རྩུ་ཤཎ་ཤཎ་སྩཱ།

**OM BE ZA MAHAKALA CHIM CHE TRA BEE NE
BI NA YA KA HUM HUM PHAT PHAT SO HA**

སླ་མ་མགོན་པོ་དབྱེར་མེད་ལ།

LAMA GON PO YER ME LA/

བདག་ནི་གུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི།

DAG NI GUE PAI KYAB SU CHI/

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

DAG SOG SEM CHAN THAM CHAE LA/

ཉོན་མོངས་མ་ལུས་སེལ་བར་ཤོག།

NYON MONG MA LUE SEL WAR SHOG

I whole-heartedly take refuge in the Guru who rises inseparably in my mind as the dharma protector, pacifying all the defilements of the three poisons and obscuration for all sentient beings.

མགོན་པོ་སླ་མ་དབྱེར་མེད་ལ།

GON PO LAMA YER ME LA/

བདག་ནི་གུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི།

DAG NI GUE PAI KYAB SU CHI/

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

DAG SOG SEM CHAN THAM LA/

བར་ཆད་མ་ལུས་སེལ་བར་ཤོག།

BAR CHAE MA LUE SEL WAR SHOG! (3x)

I whole-heartedly take refuge in the dharma protector who rises inseparably in my mind as the Guru, removing all hindrances and obstacles for all sentient beings.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་ཆོ་རབས་ཀྱན་དུ་བདག།

GE WA DI YI TSE RAB KU TU DAG/

རྒྱལ་བའི་དམ་ཆོས་མ་ལུས་འཛིན་པ་དང།

GYAL WAI DAM CHOE MA LUE ZIN PA DANG/

དེ་ཡི་འགལ་རྒྱུན་སེལ་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་ཀྱན།

DE YI GAG CHEN SEL ZHING THUN CHEN KUN/

སྙུར་མཇུག་སྤྱ་མ་མགོན་པོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱབ་གྱུར་ཅིག།

NYUR ZEE LAMA GON POI YEAL ME DU DRUB

GYUR CHIG/

By the power of the merits, I will forever have fulfilment in dharma study. May all obstacles and hindrances to dharma practice be pacified. For ever I pay homage to Guru Protector.

Prayer for the Flourishing of Je Tsongkhapa's Teachings
(Lob sang gyäl tän ma)

རྒྱལ་བ་མ་ལུས་སྐྱེད་པའི་ཡབ་གུར་གྱང།

GYAL WA MA LUE KYE PAI YAB GYUR KYANG

རྒྱལ་སྤྱི་ཚུལ་གྱིས་ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་སྟེ།

GYAL SEE TSUL GYI ZHING KHAM RAB JAM SU

རྒྱལ་བའི་ཆོས་འཛིན་གྲགས་བསྐྱེད་བདེན་པའི་མཐུས།

GYAL WAI CHOE DZIN THUG KYE DEN PAI THUE

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བཟློན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Though he's the father, producer of all conquerors, as a conqueror's son, he produced the thought of upholding the Conqueror's Dharma in infinite worlds. Through this truth may the conqueror Lobsang's teachings flourish!

སྟོན་ཆོད་བང་པོའི་དོག་གི་སྟུན་ཐུ།

NGON TSE WANG POI TOG GI CHAN NGA RU

དམ་བཅས་ཆོན་སྟངས་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཞེས།

DAM CHOE TSE NA NYING TOB CHEN PO ZHE

སྤྱི་བཅས་རྒྱལ་བས་བཟློགས་བཟོད་བདེན་པའི་མཐུས།

SEE CHAE GYAL WAE NGAG JOE DEN PAI THU

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བཟློན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

When of yore before [Buddha] Indraketu he made his vow, the conqueror and his offspring praised his powerful courage. Through this truth may the conqueror Lobsang's teachings flourish!

ལྷ་སྤྱོད་གཙང་མའི་རྒྱུད་པ་སྤེལ་བའི་ཕྱིར།

TA CHOE TSANG MAI GYUE PA PEL WAI CHIR

ཐུབ་པའི་རྩུང་དུ་ཤེལ་དཀར་སྤེང་བ་ལུལ།

THUB PAI DRUNG DU SHEL KAR TRENG WA PHUL

ཆོས་དུང་གནང་ཞིང་ལུང་བསྟན་བདེན་པའི་མཐུས།

CHOE DUNG NANG ZHING LUNG TAN DEN PAI THUE

སྤྱོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

That the lineage of pure view and conduct might spread, he offered a white crystal rosary to the Sage, who gave him a conch and prophesied. Through this truth may the conqueror Lobsang's teachings flourish!

ལྷ་བ་རྣམ་དག་རྟག་ཆད་མཐའ་ལས་གྲོལ།

TA WA NAM DAG TAG CHE THA LAY DROL

གློམ་པ་རྣམ་དག་བྱིང་རྒྱལ་ས་སུན་པ་སངས།

GOM PA NAM DAG JING MUG MUN PA SANG

སྤྱོད་པ་རྣམ་དག་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་རྒྱབ།

CHOE PA NAM DAG GYAL WAI KA ZHIN DRUB

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

His pure view free of eternity or destruction; his pure meditation cleansed of dark fading and fog; his pure conduct practiced according to conquerors' orders. May the conqueror Lobsang's teachings flourish!

མང་དུ་སྟོས་པ་རྒྱ་ཆེར་བཅའ་བས་མཁས།

MANG DU THOE PA GYA CHER TSAL WA KHE

སྟོས་དོན་ཇི་བཞིན་རྒྱད་ལ་སྦྱར་བས་བཅུན།

THOE DON JI ZHIN GYU LA JAR WE TSUN

ཀུན་གྲང་བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་བསྟོ་བས་བཟང།

KUN KYANG TAN DROI DON DU NGO WAI ZANG

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Learned, since he extensively sought out learning; reverend, rightly applying it to himself; good, dedicating all for beings and doctrine. May the conqueror Lobsang's teachings flourish!

དྲང་ངེས་གསུང་རབ་མ་ལུས་འགལ་མེད་དུ།

DRANG NGE SUNG RAB MA LUE GAL ME DU

གང་ཟག་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་གདམས་པ་རུ།

GANG ZAG CHIG GI NYAM LEN DAM PA RU

ངེས་པ་རྟེན་པས་ཉེས་སྦྱོད་མཐའ་དག་འགག།

NGE PA NYE PAI NYE CHOE THA DAG GAG

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Through being sure that all scriptures, definitive and interpretative were, without contradiction, advice for one person's practice, he stopped all misconduct. May the conqueror Lobsang's teachings flourish!

ལུང་ཚེས་ཐེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་འཆད་ཉན་དང།

LUNG CHOE DE NOE SUM GYI CHE NYAN DANG

རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་བསྐྱབ་གསུམ་ཉམས་ལེན་དེ།

TOG PAI TAN PA LAB SUM NYAM LEN TE

མཁས་ཤིང་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་མད་དུ་བྱང།

KHAE SHING DRUB PAI NAM THAR MAE DU JUNG

སྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Listening to explanations of the three pitakas, realised teachings, practice of the three trainings - his skilled and accomplished life story is amazing. May the conqueror Lobsang's teachings flourish!

ཕྱི་རུ་ཉན་ཐོས་སྟོན་པས་ཞི་ཞིང་དུལ།

CHI RU NYAN THOE CHOE PAI ZHI ZHING DUL

ནང་དུ་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་གདེང་དང་ལྷན།

NANG DU RIM NYI NAL JOR DENG DANG DAN

མདོ་སྤགས་ལམ་བཟང་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འབྱེད།

DHO NGAG LAM ZANG GAL ME DROG SU KHYER

སློ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Outwardly calmed and subdued by the hearer's conduct, inwardly trusting in the two stages' practice, he allied without clash the good paths of Sutra and Tantra: may the conqueror Lobsang's teachings flourish!

རྒྱལ་ཡི་ཐེག་པར་བཤད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད།

GYU YI THEG PAR SHE PAI TONG PA NYI

འབྲས་བུའི་ཐབས་ཀྱིས་མཚུབ་པའི་བདེ་ཆེན་དང།

DRE BUI THAB KYI DRUB PAI DE CHEN DANG

མཉམ་སྦྱར་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲིའི་སྟོང་པོའི་བཅུད།

NYAM JOR CHOE PHUNG GYE TRII NYING POI CHUE

སློ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

Combining voidness, explained as the causal vehicle, with great bliss, achieved by method, the effect vehicle, heart essence of eighty thousand Dharma bundles - may the conqueror Lobsang's teachings flourish!

སྤེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་སྟངས་མའི་གཙོ།

KYE BU SUM GYI LAM GYI SUNG MAI TSO

སྐུར་མཛད་མགོན་དང་རྣམ་སྤྲུལ་ལས་གཤེན་སོགས།

NYUR DZE GON DANG NAM SEE LE SHIN SOG

བསྟན་སྲུང་དམ་ཅན་གྱི་མཆོད་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས།

TAN SUNG DAM CHAN GYA TSOI THU TOB KYI

སློ་བཟང་གྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

By the power of the ocean of oath-bound doctrine protectors,
like the main guardians of the three beings' paths - the quick-
acting lord, Vaishravana, Karma-yama - may the conqueror
Lobsang's teachings flourish!

མདོར་ན་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མའི་སྐུ་ཆོ་བརྟན།

DOR NA PAL DAN LA MAI KU TSE TAN

མཁས་བརྩན་བསྟན་འཛིན་དམ་པས་ས་སྤྱོད་གང།

KHE TSUN TAN DZIN DAM PAI SA TENG GANG

བསྟན་པའི་སྐུ་བདག་མངའ་ཐང་དར་བ་ཡིས།

TAN PAI JIN DAG NGA THANG DAR WA YI

སློ་བཟང་གྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གུར་ཅིག།

LO ZANG GYAL WAI TAN PA GYE GYUR CHIG

In short, by the lasting of glorious gurus' lives, by the earth
being full of good, learned, reverend holders of the teaching,
and by the increase of power of its patrons, may the
conqueror Lobsang's teachings flourish!

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བཙུང་ཁ་པའི།

CHOE KYI GYAL PO TSONG KHA PAI/

ཆོས་ཚུལ་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ལ།

CHOE TSUL NAM PAR PHEL WA LA/

གོགས་ཀྱི་མཚན་མ་ཞི་བ་དང།

GEG KYI TSAN MA ZHI WA DANG/

མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་ཚང་བར་ཤོག།

THUN KYEN MA LUE TSANG WAR SHOG/

That the Dharma King Tsong Khapa's Dharma method may prosper, let all adverse signs be stilled and good conditions be complete.

བདག་དང་གཞན་གྱི་དུས་གསུམ་དང།

DAG DANG ZHAN GYI DUE SUM DANG/

འབྲེལ་བའི་ཆོགས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས།

DREL WAI TSOG NYIE LA TEN NE/

རྒྱལ་བ་སློ་བཟང་གྲགས་པ་ཡིས།

GYAL WA LOB ZANG DRAG PA YI/

བསྐྱན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གུར་ཅིག།

TEN PA YUN RING BAR GYUR CHIG/

From the joint efforts of myself and others in accumulating the two collections of the three times, may the doctrine of the conqueror Lobsang Dragpa flourish forever long.

གངས་རི་ར་བས་བསྐྱར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།

GANG RI RA WAI KOR WAI ZHING KAM DIR/

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།

PANG DANG DE WA MA LU JUNG WAI NEE/

ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཚོ་ཡི།

CHEN REN ZIG WANG TEN ZIN GYA TSO YI/

ཞབས་པད་སྤེད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག།

ZHA PAI SI TAI BAR DU TAN GYUR CHIG

O Avalokiteshvara, Tenzin Gyatso, the source of benefit and bliss in the snow land of Tibet, please live until the end of cyclic existence.

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

JANG CHUB SEM CHOG RIN PO CHE

མ་སྦྱེས་པ་རྣམས་སྦྱེ་གྱུར་ཅིག།

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

སྦྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང།

KYE PA NYAM PA ME PA YANG

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

GONG NE GONG DU PHEL WAR SHOG

May the supreme Bodhicitta that has not arisen, arise and grow and may that which has arisen never diminish but increase ever more.

ཕ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག།

PHA MA SEM CHAN THAM CHAD DE DANG

TAN GYUR CHIG

ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྟག་དུ་སྤངས་བ་དང།

NGAN DRO THAM CHAD TAG TU TONG PA DANG

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གང་ན་སྤུ་བལྟགས་པ།

JANG CHUB SEM PA GANG NA SU SHUG PA

དེ་དག་ཀུན་གྱིས་སློན་ལམ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།

DE DAG KUN GYI MON LAM DRUB GYUR CHIG/

May all sentient beings, our fathers and mothers,
have stable happiness. May all the evil-gone realms
become empty forever, and may all the prayers of all the
Bodhisattvas, wherever they reside, be fulfilled.

དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སློན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང།

DE TAR LAM ZANG TON PAI SHE NYEN DANG

རྩལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང།

TSUL ZHIN DRUB PAI DROG NAM ZHAB TAN CHING

ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཚོགས།

CHI DANG NANG GI BAR DU CHOE PAI TSHOG

ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

NYE WAR ZHI WAR JIN GYI LAB TU SOL

Like that, may the gurus who show the noble path and the
spiritual friends who practice it have long lives. Please bless
me to pacify completely all outer and inner hindrances.

སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་།

KYE WA KUN TU YANG DAG LA MA DANG

འབྲེལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།

DRAL ME CHOE KYI PAL LA LONG CHOE CHING

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ཀྱི་ནས།

SA DANG LAM GYI YON TAN RAB DZOG NE

རྫོགས་འཆང་གི་གོ་འཕང་མུར་ཐོབ་ཤིག་།།

DOR JE CHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG

In all my lives, never separated from perfect gurus, may I enjoy the magnificent Dharma. By completing the qualities of the stages and paths, may I quickly attain the state of Vajradhara.

Acknowledgement of sponsors

This is part of the on-going effort to assemble a complete prayer book, “The Big Prayer Book” as we call it, for the Medicine Buddha Tantrayana Medication Centre. What we assemble will also be offered to others centres in the world.

This project is currently sponsored by Vai-Lam Mui, Yuk-Ying Tsoi, Janice Mui, Justin Mui, Nelson Choi, Nicole Kwok, Karilyn Fazio, Henry and Yvonne Chu, Mathieu Chatelain, Mr. Thinh Nguyen and Mrs. Thi Nguyen, Lemai Nguyen, Lan Nguyen, Lien Mac, Bang and Con Nguyen, The Nguyen Family, Jamie Filardo, Kath O’Brien, Judith and Trevor Clarke, Lianna Lam, Yeing Ling, Val Meyers, Ayu Suprapti, and Ani Dechen.

They would like to dedicate the merits to the enlightenment of all sentient beings, to the long life of all Gurus, the flourish of Buddhist teaching for world peace, and for everyone to have good health and to live a meaning life.

In appreciation Lama Tendar offers daily dedication prayers for the successful Dharma practice of the sangha. For the accumulation of pure merits, Lama Tendar would like to encourage more sponsorship for the preparing and printing of dharma and prayer books from the sangha.

Donation Details:

**Lobsang Tendar BSB 733060, Account 633537
Description “Donation Big Prayer Book”**



Medicine Buddha Tantrayana Meditation Centre
132 Kars Street Frankston South VIC 3199
(03) 9766 0768 info@tendar.net
www.tendar.net www.medicinebuddhacentre.net