



༄། །ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་ལས།
ལྷ་མ་ཚོས་སྐྱ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་ཚེ་དཔག་མེད་པའི་ལས་བྱང་འཆི་མེད་བཅུད་འདྲན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

Extracting the Essence of Immortality

*The Practice Manual of Amitāyus, The Dharmakāya Guru of Boundless Light
from Accomplishing the Guru's Wisdom Heart, Dispeller of All Obstacles*

༄། །ལྷ་མའི་བྱུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་གྱི་ཚེ་སྐྱབ་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་འཆི་མེད་དཔག་བསམ་ལྗོན་ཤིང་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

The Wishfulfilling Tree of Immortality

The Lineage Supplication for the Longevity Sādhana

from Accomplishing the Guru's Wisdom Heart, Dispeller of All Obstacles

ཚེ་དང་ཡི་ཤེས་མཐའ་ཡས་འོད་དཔག་མེད། །འཆི་མེད་མགོན་པོ་རྟག་པ་དམ་པའི་སྐྱུ།།

tsé dang yeshe tayé öpakmé chimé gönpo takpa dampé ku

Boundless longevity and timeless wisdom, Amitābha, immortal protector with your everlasting and most excellent kāya,

རགས་ལྔ་ཡབ་ཡུམ་སྐྱུ་ལྔ་ཚེ་ཡི་བདག །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྲོལ།།

rik nga yabyum ku nga tsé yi dak solwa deb so chimé tsewang tsol

Lords and Ladies of the five families, five kāyas mastery over life, I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life.

ཅཱ་ལྷོ་ནི་འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་ཡུམ། །སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་བདག།

tsendali ni chimé tsé yi yum chenrezik wang chimé tsé yi dak

Caṅḍalī, sovereign of longevity; mighty Avalokiteśvara, life lord of immortality;

འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་རྣལ་འབྱོར་སྐྱོག་གི་ལྷ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྐྱོལ།།

pakma drolma naljor sok gi lha solwa deb so chimé tsewang tsol

Noble Tārā, divine life-force of practice; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

སྐྱོབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་འཆི་མེད་རྒྱུད་སྡེའི་བདག །པདྨ་འབྱུང་གནས་ཚེ་དཔག་མེད་མགོན་དངོས།།

lobpön ludrub chimé gyüdé dak pema jungné tsepakmé gön ngö

Ācārya Nāgārjuna, lord of longevity tantras; lotus-born master, Amitāyus in actuality;

༄༅། །བི་མ་མི་ཏཱ་རྗེའི་སྐུ་མཚན་བརྟེན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྦྱེལ།།

vimamitra dorjé ku chok nyé solwa deb so chimé tsewang tsol

Vimalamitra, attainer of the supreme vajra kāya; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

མནུ་ར་བ་ཚེ་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ། །ཁྲི་སྲོང་ཡབ་སྐུ་ས་འཆི་མེད་བསྟན་པའི་གཞི།།

mendarava tsé lam drubpé gyal trisong yabsé chimé tenpé shyi

Mandarava, accomplished queen of longevity's path; Trisong Father and Son, ground of the teachings on immortality;

ཡེ་ཤེས་རོལ་པ་ཚེ་དབང་ལུང་ཆེན་ཐོབ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྦྱེལ།།

yeshe rolpa tsewang lung chen tob solwa deb so chimé tsewang tsol

Yeshe Rolpa, who mastered the great oral instruction for power over life; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་རྗེའི་སྐུ་བུ་འགྲུབ། །རྒྱལ་བ་མཚོག་དབྱངས་གསུང་གི་ཚེ་དབང་ཐོབ།།

sangye yeshe dorjé ku ru drub gyalwa chok yang sung gi tsewang tob

Nub Sangye Yeshe, accomplisher of the vajra form kāya; Gyalwa Chokyang, who obtained the longevity empowerment of melodious speech;

ནམ་མཁའི་སྤྲིང་པོས་མི་འགྲུར་ཐུགས་མཚོག་རྟོགས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྲུང་།།

namkhé nyingpö mingyur tuk chok tok solwa deb so chimé tsewang tsol

Namkhé Nyingpo, who realized the supreme, unchanging wisdom mind; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

གཉགས་ཚེན་རྫོགས་འཆི་མེད་བདུད་རྩི་འགྲུབ། །ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཕྱིན་ལས་ཚེ་མཚོག་གྲུབ།།

nyak chen gyané chimé dütsi drub yeshe tsogyal triné tsé chok drub

Nyakchen Jñāna, who accomplished the amṛta of immortality; Yeshe Tsogyal, siddha of supreme-life activities;

༄༅། །དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་འི་ཚེ་བཅུད་འོན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྦྱེལ།།

pal gyi yeshe khandrö tsechü lön solwa deb so chimé tsewang tsol

Palgyi Yeshe, who extracted the vital life-essence of the ḍākinīs; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

སྤངས་ཚེན་དཔལ་སེང་རྟེན་པའི་ཚེ་སྲོག་བསྐྱུས། །བེ་རོ་རྩེ་ནས་སྤྲལས་གྱི་འཆི་མེད་གྲུབ།།

lang chen pal seng drekpé tsesok dü vairotsané ngak kyi chimé drub

Langchen Palseng, gatherer of the drekpas' life force; Vairocana, who accomplished immortality through mantra;

དོན་བདུད་འཛོམས་འཆི་བདག་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྦྱེལ།།

dorjé dūjom chidak zil gyi nön solwa deb so chimé tsewang tsol

Dorje Dudjom, subjugator of the Lord of Death; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

ལང་གྲོ་དཀོན་མཚོག་རིག་འཛིན་ཚེ་ལ་དབང་། །འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་གནས།།

lang dro könchok rigdzin tsé la wang chimé tsé yi ngödrub jungwé né

Landgro Konchok, vidyādhara with mastery over life, source of the siddhi of immortal life,

བཀའ་རིན་སུམ་ལྷན་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྟོལ།།

kadrin sumden tsawé lama la solwa deb so chimé tsewang tsol

Root guru who possesses the threefold kindness; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

ཚེ་ཡི་ལྷ་ཚོགས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་ཚེ་ཡི་བར་ཆད་སེལ།།

tsé yi lhatsok chimé ngödrub ter pawo khandrö tsé yi barché sel

Gathered long-life deities who bestow the siddhi of immortality; ḍākas and ḍākinīs who dispel obstacles to long life;

༄༅། །ཚེ་རིང་མཆེད་ལྷ་ས་འཆི་མེད་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱིགས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཆི་མེད་ཚེ་དབང་སྦྱེལ།།

tsering ché ngé chimé tendrel drik solwa deb so chimé tsewang tsol

Five long-life Sisters who harmonize the conditions for immortality; I supplicate you, bestow the empowerment of immortal life!

འཆི་མེད་བུམ་དབང་གང་སྐྱུང་ལྷ་རུ་ཤར། །འཆི་བདག་ཟེལ་གཞོན་འཁོར་འདས་ཚེ་བཅུད་འདུས།།

chimé bum wang gang nang lha ru shar chidak zilnön khordé tsechü dü

Through the immortal vase empowerment, may all appearance arise as deity. May the Lord of Death be subjugated and the life essences of saṃsāra and nirvāṇa be gathered.

གསང་བའི་དབང་གིས་རྩ་ཁམས་བདེ་དྲོད་འབར། །ཕུང་པོའི་བདུད་བཙོམ་རྩོ་རྗེའི་སྐུ་རུ་འགྲུབ།།

sangwé wang gi tsa kham dé drö bar pungpö dü chom dorjé ku ru drub

Through the secret empowerment, may the naḍīs and dhātus blaze with blissful warmth. May the Demon of the Aggregates be overcome and the vajra body be accomplished.

ཚོ་ལམ་ཕུག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་དགའ་བཞི་རྟོགས། །ཉོན་མོངས་བདུད་བཙམ་འཕོ་མེད་བདེ་ཆེན་འགྲུབ།།

tsé lam chakgya la ten ga shyi tok nyönmong dü chom pomé dechen drub

Through the support of the life-path mudrā, may the four joys be realized. May the Demon of Afflictions be vanquished and unchanging great bliss be attained.

ཚོལ་མེད་རྟོག་བྲལ་ལྷ་བྱའི་བདུད་ལས་རྒྱལ། །འཚི་མེད་གཉུག་མའི་བཙན་ས་ཟིན་པར་ཤོག།

tsolmé tokdral tabü dü lé gyal chimé nyukmé tsensa zinpar shok

Through effortlessness free of deliberation, may there be victory over the Demon of the Son of the Gods, and may we seize the innate stronghold of immortality!

ཅེས་པ་འདི་འང་ཡང་གྲིང་གླ་མ་ལེགས་བཤད་སྤུལ་སྤྱི་ཀམ་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷ་སྒྲུང་པས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་དོར། ཕ་མཚོག་གྲུང་གྲིང་པས་གསང་སྤྲུགས་ཕོ་བྲང་དོ་རྗེ་བཀོད་པར་
གྲིས་པ་དགོ། །།

In response to the repeated requests of Yarling Lama Lekshe Tulku, Karma Yeshe Tsultrim Danangpa, this was written by Chokgyur Lingpa while residing at the Vajra Arrayed Palace of Secret Mantra. Virtue!

༄༅། །ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀླན་སེལ་ལས།
ལྷ་མ་ཚོས་སྐྱ་སྒྲུབ་མཐའ་ཡས་ཚེ་དཔག་མེད་པའི་ལས་བྱང་འཆི་མེད་བརྒྱུད་འདྲིན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

Extracting the Essence of Immortality

*The Practice Manual of Amitāyus, The Dharmakāya Guru of Boundless Light
from Accomplishing the Guru's Wisdom Heart, Dispeller of All Obstacles¹*

ལྷ་མ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རང་བྱུང་འཆི་མེད་རྩི་རྩི་སྐྱ། །ཚེ་དཔག་མེད་མགོན་ལ་བརྟུན་ནས། །རིགས་ལྡེ་གཅིག་འདུས་གདམས་
ཟབ་ཀྱི། །སློན་གྲོལ་ཤིང་རྟའི་ཁ་ལོ་དྲང་།།

I prostrate to the dharmakāya guru!
I bow with reverence to the protector Amitāyus,
The self-arisen vajra kāya of immortality.
May you steer the great chariot of ripening and liberation
Through the profound instruction that encompasses the five families.

དེའང་ཕྱ་བའི་གཞུང་ལས། ལས་རྣམས་ཀུན་གྱི་ཐོག་མར་ནི། རིག་འཛིན་ཚེ་ཡི་སྐྱབ་པ་བྱས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྲེལ་ཡུན་གྱི་དོན་ཚེན་སྐྱབ་པའི་རྟོན་ཚོལ་བའི་སྐོ་བོས་ཅན་དག་གིས་ཐོག་མའི་འཇུག་དོགས་འདི་ལ་གསུམ། རང་དོན་བསྐྱེད་སྐྱབ། གཞན་དོན་སྤེལ་བྱེད་གཉིས་ཀའི་དོན། ཚོགས་འཁོར་རྗེས་ཚོག་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ལྷོར་བ། དངོས་གཞི། འཕྲོས་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་ལས་དང་ཚོག་གཉིས་ལས། །དང་པོ་ནི། ལིན་ཏུ་དབེན་པའི་གནས་སུ་བཀྱ་ལེས་པའི་ས་ལ་སྟེགས་བུ་སྐྱ་བཞི་བྱས་པར། དཀྱིལ་འཁོར་སྐོ་རྗེགས་རྟ་བབས་སྐྱམ་བུ་བཞི་མ་རྟོར་འོད་ལྷའི་སྤང་བས་བསྐྱོར་བའི་ནང་དུ་ཕྱྱ་འདབ་མ་བརྒྱད་པའི་ལྟེ་བ་དམར་པོ་ལ་གཙོ་བོ་ཡབ་ཡུམ། འདབ་བརྒྱད་ཕྱོགས་མདོག་ལ་ལྟ་མོ་བརྒྱད། ལྷོ་བཞིར་མཁྱོགས་མ་བཞིའི་སྐྱའམ་ཕྱག་མཚན་ནམ་ཐིག་ལེ་ས་བོན་གྱིས་མཚན་པ་འཛོད། མ་འབྱོར་ན་སྐྱོན་མེད་པའི་མཁྱལ་བྱི་བཟང་གིས་ཆག་ཆག་བཏབ་པར། མེ་ཏོག་དམར་པོའི་ཚོམ་སུ་དབུས་སུ་གཅིག་ །དེ་རྒྱབ་བརྒྱད། དེ་རྒྱབ་བཞི་བཀོད་པའི་དབུས་སུ་བུམ་པ་ཆས་ལྡན་བཅུད་གྱིས་བཀའ་བའི་སྟེང་། དཀར་དམར་འབྲུ་ཟན་ལས་བཙོས་པའི་ཚོའི་འབྲང་རྒྱས་བུམ་གཞུགས་རྒྱན་གྱིས་སྐྱས་པ། དེ་དག་གི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐོད་མར་གྱི་སྟེ་ཐོག་ཅན་གྱི་ནང་དུ་རྩ་གདུག་གི་ཉིང་ཁྲ་སྐྱན་དང་སྐྱར་བ། གཡོན་དུ་བཅུད་ལེན་གྱི་རིལ་བུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་མཚོང་གཏོར། ལྷ་གཏོར་དམར་པོའི་གཡས་སུ་སྐྱན་ཐོད། གཡོན་ཏུ་གཏོར་སྐྱང་གཏོར་མ། ལྷ་བས་གང་བདེར་ཚེ་མདའ་རྒྱན་ལྡན། མདུན་ཏུ་རྒྱག་གིས་ཉེར་སྐོད་སྤང་ཚོར། བསྐྱེད་སྐྱབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱང་ཤར་མཚམས་འཛིན་ནས་བཅུམས་ཏེ་གཡས་བསྐྱོར། གཞན་ཡང་ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད། བགོགས་གཏོར། ཉེར་མཁོའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་བཀའ་སུ་རྒྱུད་པར་བྱ། དབང་གི་སྐབས་སུ་དེ་སྟེང་གཙོ་བོ་དང་རིགས་ལྟ་མོ་མོ། སྟེག་མོགས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ། ཡུམ་ལྷའི་ཕྱག་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་ཅོག་ལིའང་བུམ་པའི་མདུན་དུ་བཀོད་དོ། །

❧ | As stated in the root treasure text:

At the outset of all activities,§ one should practice the Vidyādhara of Life-Accomplishment.‡

In accordance with such statements, those of intelligence should exert themselves in this foundation for accomplishment, which fulfills the great benefit and aim in both the short-term and long-term. The entryway for this has three parts: 1. Benefitting oneself by way of approach and accomplishment, 2. Benefitting others by way of ripening, which fulfills the intent of both self and other, 3. The concluding rituals such as gaṇachakra and so forth.¹

1. Benefitting oneself by way of approach and accomplishment

This consists of three sections: A. Preliminaries, B. The main part, C. Supplementary instructions.

A. Preliminaries

This consists of two parts: 1. The preparatory activities, 2. The ritual itself.

1. The preparatory activities

¹ Only the first part, benefitting oneself by way of approach and accomplishment, is translated here.

In a completely solitary place, on an auspicious piece of land, arrange a raised platform that is square in shape and upon this raised platform arrange the maṇḍala. The maṇḍala has gateways topped by porticos, an encircling raised walkway, surrounded by a vajra fence and a garland of five-colored light. Inside this is an eight-petalled lotus. Its center is red and upon it are seated the chief figures, the Lord and Lady. The eight petals are the colors of the respective directions and upon them are seated the eight goddesses. At the four gateways are the four Swift Ladies. They are all illustrated either by drawings of their bodies, their hand implements, or spheres marked with their seed syllables. Arrange the maṇḍala in this way. If you cannot acquire such a maṇḍala, get an untarnished maṇḍala plate, sprinkle it with saffron water, and in its center arrange a heap of red flowers. Around it arrange eight, and around those eight arrange a further four. In the center, place a vase tied with ribbon and filled with the elixir. Atop the vase, place a long-life *drangyé* torma made from the dough of white and red grains, shaped like a vase and ornamented. To the right of these, place a vessel made from precious materials, its mouth adorned with drop-like ornaments of butter, and filled with *dzagé* with amṛta medicine. To the left, arrange essence pills, and to the rear arrange the offering tormas. To the right of the red guru torma arrange the kapala containing medicine, and to its left place the tormas for the treasure protectors. Wherever is convenient, arrange the long-life arrow adorned with ornaments, and in the front arrange the twofold water offerings, in a line. When engaging in the approach and accomplishment practices, arrange these clockwise beginning from the northeast corner. Moreover, prepare the articles for the gathering offering, the torma for the obstructers, and all other necessary articles.

༄༅། །གཉིས་པ་ནི། བརྒྱན་འདེབས་སྲོན་དུ་འགོ་བས། སྐབས་སུ་འགོ་ཞིང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།

2. The ritual itself

First chant the lineage supplication, and then recite the prayers for refuge and bodhicitta:

ན་མོ། བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན་། སྐབས་ཀྱི་མཚོག་གུར་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆི།

namo། dak dang khanyam semchen malü kün། kyab kyi chokgyur nam la kyab su chi།

NAMO། I and all beings equal to space། take refuge in the supreme refuge.།

སྲོན་དང་འཇུག་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། འཆི་མེད་སྲ་མའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པར་བསྐྱི། ལན་གསུམ།

mön dang jukpé jangchub semkyé né། chimé lamé gopang drubpar gyi།

Arousing the bodhicitta of aspiration and application,། I will accomplish the level of the immortal guru.།

(Three times.)

བཞགས་གཏོང། །རྩི་ཡི་ལྷོ་གིས་བསང། རྩོ་ལྷུང་རྩྱུ་རྩྱུ་ལོ་ལོ་གསུམ་གྱིས་བརྒྱབ། སམ་ལྷ་ཏ་ལྷུ་ཀཱུ་ཡ་ཇོ་ས་མཐོན་དགུགས། སམ་བོ་ལྷ་ན་ན་མེ་སམ་ཏ་ལྷ་
ག་ཏེ་རྩོ་བོ་ལྷ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ སམ་ལྷ་ལྷུ་ཏེ་སྤྲ་ར་ཆ་ལྷོ་མི་ག་ག་ཆ་ལྷུ་ཏེ་བ་ལྷུ་དེ་སྤྲུ།

གསུམ་གྱིས་བསྐྱོ། བཀའ་སློབ་ཞིང་མཚམས་བཅད་པ་ནི།

The tormā for the obstructers:

- Cleanse with **ram yam kam**.
- Consecrate by reciting three times **om ah hung ho**.
- Summon the guests with **sarva bhuta arkakhaya dza**.

Dedicate it by saying the following three times:

**sarva bighanan namah sarva tathagata bhayo bisho mukhebhé sarva tekham
utgaté saporana imam gagana kham ghrihana dam balayadé soha**
SARVAVIGHNĀN NAMAḤ SARVATATHĀGATEBHYO VIŚVAMUKHEBHYAḤ SARVATHĀ KHAM
UDGATE SPHARAṆA IMAḤ GAGAṆAKHAM GRĦĀNA DAḤ BALINTAYE SVĀVĀ

Issuing the command and establishing the boundaries:

༄༅། །རྩྱཱ་རྩྱཱ་། གཉིས་སྐྱང་འབྲུལ་པའི་གདོན་བཞེགས་འབྱུང་པོ་ཀུན་། གཏོར་མ་འདིལོངས་རང་རང་གནས་སུ་དེངས་།

hung hrih nyinang trülpé dön gek jungpo künᄃ torma di long rang rang nesu dengᄃ

HŪṀ HRĪḤ All demons, obstructers, and jungpos of deluded dualistic experience,ᄃ take this torma and disperse to your own abodes.ᄃ

གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྷ་སྐྱབས་ཚེས་སྐུའི་ངང་། མཚམས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་།

nyimé yeshe lha ngak chökü ngangᄃ tsam kyi kyilkhor rang shyin lhün gyi drubᄃ

In the nondual wisdom state of deity, mantra, and dharmakāyaᄃ the boundary maṇḍala is naturally self-perfected.ᄃ

ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་བརྗོད་རྒྱ་རྒྱ་བྱུང་།

hung hung hung bendza raksha raksha dhroomᄃ

HŪṀ HŪṀ HŪṀ VAJRA RAKᅒA RAKᅒA BHRŪṀᄃ

གྱིན་དབབ་ཅིང་མཚོད་རྫས་བརླབ་པ་ནི་སྤྲོས་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་སྦྱོར་བས།

To bring down the resplendence of blessings and consecrate the offering substances, burn incense and accompany this with music and a melodious tune:

ཨོ་ཨུཾ་ཧཱུྃ། སྐྱུ་གསུམ་སླ་མའི་ལྷ་ཚོགས་དབྱིངས་ནས་བཞེངས། གནས་འདིར་གྱིན་པོབ་དབང་དང་དངོས་གྲུབ་སྦྱུལ།

om ah hungᄃ kusum lamé lhatsok ying né shyengᄃ nedir jinpob wang dang ngödrub tsolᄃ

OM ĀḤ HŪᄃ Assembly of trikāya guru deities, manifest from dharmadhātu!ᄃ Shower down blessings on this place, and bestow empowerments and siddhis.ᄃ

སྤང་སྤྱིད་གཞིར་བཞེངས་མཚོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཚེ། ཀུན་བཟང་རྣམ་འཕུལ་རྒྱ་མཚོར་གྱིན་གྱིས་རྫོབས།

nangsi shir shyeng chöpé chagya chéᄃ künzang namtrül gyatsor jin gyi lobᄃ

Bless the great offering-mudrā of appearance and existence as manifest groundᄃ to be an oceanlike display of Samantabhadra.ᄃ

ॐ ། ཨོཾ་ཧཱུྃ་བཛྲ་གུ་རུ་རྗེ་ཤ་རྩྭ་གི་རྩི་རྩྭ་ན་ཨཱུ་བེ་ཤ་ཡ་ཨཱུ་ཧཱུྃ་

om ah hung bendza guru deva dakini gyana abheshaya a ah
OM ĀḤ HŪḤ VAJRA GURU DEVA DĀKINĪ JÑĀNA ĀVEŚAYA A ĀḤ

ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་ ཨོཾ་སར་པུ་ཇ་མེ་གླ་ཨཱུ་ཧཱུྃ་

hung hung hung፥ om sarva pudza megha ah hung፥
HŪḤ HŪḤ HŪḤ፥ OM SARVA PŪJA MEGHA ĀḤ HŪḤ፥

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གཉིས། ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་ཀྱི་བྱ་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་བསྐྱེད་བསྐྱེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་བདག་མདུན་ཏུ་རྣམ་པར་བརྟམ་པ་སོགས་སྣང་སྲིད་ཀྱི་
ཚོས་ཀྱན་རང་སྣང་འོད་གསལ་གྱི་འཁོར་ལོ་གཅིག་ཏུ་ཡི་ནས་རྗེས་པ་འདི་རང་བཞིན་ཡོངས་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲོམ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བས།

B. The Main Part

This has two parts: 1. The main practice, 2. The activities between sessions.

1. The main practice

This consists of the yogas of development stage and recitation. Regarding the first, everything that appears and exists, all phenomena, such as the imputed self and frontal visualizations, are self-appearances, primordially complete within the single sphere of luminosity. Fully understand the intrinsic nature in this way, with the unity of view and meditation:

ཨུཾ་ ཚོས་སྐྱ་དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱིངས་འོད་གསལ་ལ་ངང་། འོངས་སྐྱ་འགགས་མེད་ཀུན་སྣང་སྤིང་རྗེའི་རྩལ་།

ah chöku deshyin nyi ying ösel ngang། long ku gagmé künnang nyingjé tsal།

ĀḤ Dharmakāya's basic space of suchness is the realm of luminous wakefulness.། Sambhogakāya's unceasing illumination is compassionate energy.།

སྐྱལ་སྐྱ་རྒྱུ་ཡི་ཉིང་འཛོན་རྩྱེ་དཀར་པོ་། དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་སྣང་བཅུད་དངོས་འཛོན་སྐྱངས་།

trulkü gyuyi ting dzin hrih karmo། delé ötrö nöchü ngödzin jang།

Nirmāṇakāya's seed-samādhi is the white HRĪḤ [རྩྱེ་]།. From it light streams forth, purifying grasping to the vessel and contents as real.།

༄༅། །འབྲུང་བ་རིམ་བརྗེགས་རྫོ་རྗེའི་སྐྱུང་འཁོར་དབུས་ཀྱི་ ལྷོ་ལས་རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་མཚན་ཉི་དཀྲོགས་ཀྱི་

jungwa rim tsek dorje sung khor üᄃ dhroom lé rinchen shalyé tsennyi dzogᄃ

On stacked elements, in the center of the vajra protection circle:ᄃ From BHRŪM [ལྷོ] appears a jewel celestial palace replete with attributes.ᄃ

རྗེ་ དབུས་ཉིད་དངས་མ་འོད་ལྷའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་ མའབྲུས་བཏེག་པའི་རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་ཁྲི་

hrih ü nyi dangma ö ngé kyilkhör duᄃ majé tekpé rinchen natsok triᄃ

HRĪḤ In its center, in a maṇḍala of the five lights of pure essence:ᄃ is a throne of variegated jewels supported by peacocks,ᄃ

ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་པདྨ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་ རང་རིག་སོ་སོར་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཡི་

tabshé yermé pema nyidé tengᄃ rangrig sosor küntu tokpa yiᄃ

With a lotus, sun and moon seat of inseparable means and wisdom:ᄃ Upon this is great self-aware discriminating wakefulness,ᄃ

ཡེ་ཤེས་ཚེན་པོའི་ངོ་བོ་རྩི་དམར་པོ། དེ་ཉིད་ཡོངས་གྲུབ་སྐད་ཅིག་བྲན་རྩོགས་སུ།

yeshe chenpö ngowo hrih marpo། denyi yong gyur kechik dren dzok su།

Its essence manifest as a red HRĪḤ.། It transforms in an instant of recollection.།

མ་རྒྱ་གུ་ཅུ་པདྨ་ཚོ་དཔག་མེད། དམར་གསལ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས།

maha guru pema tsepakmé། mar sal shyal chik chak nyi longchö dzok།

Into Mahā Guru Padma Amitāyus,། luminous red, with one face, two arms, in sambhogakāya form.།

མཚན་དཔེའི་གཟི་འབར་ཞི་འཇུག་སྐྱེག་པའི་ཉམས། མཉམ་བཞག་ཕྱག་རྒྱས་ཚོ་ཡི་བུམ་པ་འཛིན།

tsenpé zibar shyi dzum gekpé nyam། nyamshyak chakgyé tsé yi bumpa dzin།

Blazing with the signs and marks, he has a peaceful, smiling, and captivating expression.། With hands in the mudrā of equanimity, he holds a life vase.།

༄། །རང་འོད་ཡུམ་འཁྲུང་བདེ་སྦྲང་ཆེན་པོར་སྦྱར་རུང་། དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་མངོས་སྤྱིལ་གྱུང་བཞུགས་པུང་།

rang ö yum khyü detong chenpor jorꣳ dar dang rinchen gyen dzé kyiltrung shyukꣳ

While embracing the consort of his own light, the great indivisibility of bliss and emptiness.ꣳ
Adorned with silks and jewels, he is seated with legs crossed.ꣳ

རང་གྲུང་དོན་རྗེ་ལུས་ཀྱི་དྲྀལ་འཁོར་དུང་། འཁོར་ལོ་ལྷ་རུ་རིགས་ལྷ་ཚོ་དཔག་མེད་པུང་།

rangjung dorjé lü kyi kyilkhor duꣳ khorlo nga ru rik nga tsepakméꣳ

Within the maṇḍala of the self-arisen vajra body,ꣳ within the five wheels are the five families of Amitāyus,ꣳ

དཀར་དམར་མཐིང་སེར་ལྷང་བའི་མདངས་འོད་འཚོར་རུང་། ལོངས་སྐྱའི་ཆས་རྗོགས་རང་རིག་ཡུམ་དང་འབྲེལ་རུང་།

kar mar ting ser jangwé dang ö tserꣳ longkü ché dzok rangrig yum dang trilꣳ

Glowing white, red, blue, yellow, and green.ꣳ Perfectly adorned with sambhogakāya attire, they are in union
with the consorts of self-awareness.ꣳ

ཡབ་རྣམས་མཉམ་བཞག་ཚེ་ཡི་བུམ་པ་དང་། ཡུམ་རྣམས་རང་རྟགས་ཕྱག་མཚན་ཚེ་བུམ་བསྐྱམས།

yab nam nyamshyak tsé yi bumpa dang། yum nam rang tak chaktsen tsebum nam།

The male deities hold life vases in the mudrā of equanimity, while the consorts hold life vases and their family implements.

དོ་རྗེ་པདྨ་འི་སྐྱིལ་ཀྱང་དང་བཅས་ཉེ། འོད་དང་འོད་ཟེར་འཁྲུགས་པའི་གྲོང་དུ་གསལ།

dorjé pemé kyiltrung dangché té། ö dang özer trukpé long du sal།

They are seated in vajra and lotus posture, vividly present amidst a great mass of light and light-rays.

དེ་ཡི་ཕྱི་རོལ་པདྨ་འདབ་བརྒྱད་སྟེང་། དོ་རྗེ་སྐྱེག་མོ་སྟེང་བ་སྐྱུ་གར་དང་།

dé yi chirol pema dab gyé teng། dorjé gekmo trengwa lugar dang།

Upon the eight petals that surround the lotus flower, are vajra offering goddesses of beauty, garlands, song, and dance,

༄༅། །བདུག་སྒྲོམ་མེ་ཉླ་མ་ར་མེ་རི་ཆབ་མཆོ། བདེ་བའི་ཉམས་རྒྱས་རང་རང་མཚོད་སྒྲིན་སྒྲོ།

dukpö metok marmé drichab maᄋ dewé nyam gyé rang rang chötrin troᄋ

Incense, flowers, lamps, and perfumes.ᄋ With blissful experiences a hundredfold, they stream out clouds of offerings.ᄋ

སྒོ་བཞིར་ཚོ་ཡི་ལྷ་མོ་མགྲོགས་མ་བཞི། དཀར་སེར་དམར་ལྗང་རང་རྟགས་ཚོ་སུམ་འཛིན།

go shyir tsé yi lhamo gyok ma shyiᄋ kar ser mar jang rang tak tsebum dzinᄋ

At the four gates the four Swift Ladies, goddesses of long life,ᄋ white, yellow, red, and green,ᄋ hold life vases with their family implements.ᄋ

བར་མཚམས་རྩ་གསུམ་ཚོ་ཡི་ལྷ་ཚོགས་ཀུན། འཁྲིལ་སྒྲབས་གཟི་འཁྲིལ་འོད་སྒྲུབ་ལམ་མེར་བཞུགས།

bar tsam tsa sum tsé yi lhotsok künᄋ jinlab zijin ökur lammer shyukᄋ

Occupying the space between, hosts of the three roots and long life deities,ᄋ their bodies of light ablaze with blessings and resplendence.ᄋ

ཨོཾ་ཨ་མུ་ར་ཉི་ལྷོ་བརྟུ་ཡི་སྐུ་རྩེ། པདྨ་མཛུ་ལ་ཨུཾ་ཧུཾ།

om amarani dzventiyé sohaḥ pema mandala ah hungḥ

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀḥ PADMA MAṄDALA ĀḤ HŪMḥ

དོརྗེ་གསུམ་གྱི་དོ་བོར་ལྷན་གྱུབ་ཅིང་། ཡི་ཤེས་རིགས་ལྡེ་དབང་མཚོག་རྫོགས་པར་གྱུར།

dorje sum gyi ngowo lhün drub chingḥ yeshe rig ngé wang chok dzog par gyurḥ

The essence of the three vajras are spontaneously present,ḥ and are replete with the supreme empowerment of the five wisdom families.ḥ

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ། ཨོཾ་ཧུཾ་ཧུཾ་ཧུཾ་ཨུཾ། ཨ་མྱི་ཤི་རྩེ་ཧུཾ།

om ah hungḥ om hung tram hrih ah abikhentsa hungḥ

OM ĀḤ HŪMḥ OM HŪM TRĀḤ HRĪḤ ĀḤ ABHIṢIÑCA HŪMḥ

༄༅། །སྤྱན་འདྲེན་པ་ནི།

Invitation:

ཧཱུྃ་མྱི་ལྷོ་གས་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་ནས། ཆོ་ཡི་བདག་པོ་སྐྱེ་བཞེངས་ཤིག།

hung hrih nubchok dechen shyengkham néᄆ tsé yi dakpo kur shyeng shikᄆ

HÜM HRĪᄆ From the western pure land of Great Bliss,ᄆ Lord of Life, manifest here in your awakened form!ᄆ

སྐྱེ་བ་ལ་ཆོ་དབང་མཆོག་སྤྲོལ་བྱིར། གནས་འདིར་སྤྱན་འདྲེན་གཤེགས་སུ་གསོལ།

drub la tsewang chok tsol chirᄆ né dir chendren shek su solᄆ

To bestow on us practitioners the supreme longevity empowerment,ᄆ I invite you to this place! Please come!ᄆ

གནས་མཆོག་འདི་རུ་བྱིན་པོ་བ་ལ། འཆི་མེད་ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྤྲོལ།

né chok diru jin pob laᄆ chimé tsé yi ngödrub tsolᄆ

Bestow blessings upon this supreme place,ᄆ bestow the siddhi of immortality,ᄆ

བདག་ཅག་ཚེ་སྲིག་བརྟན་པར་མཛོད་ཅེ་ ཚོ་དབང་མཐར་ཕྱིན་མཛོད་དུ་གསོལ་ཅེ་

dakchak tsesok tenpar dzö꾀 tsewang tarchin dzé du sol꾀

Stabilize our life-force,꾀 and bring us to the ultimate attainment of mastery over life!꾀

ཨོཾ་ཨཱ་མུ་ར་ཅི་རྗེ་བརྟན་ཡི་སྐུ་རྩེ་ རྩེ་རྩེ་རྩེ་ རོ་རྩེ་བོ་ཉེ་ ཀཱ་ཡ་ལྷ་ཀ་ཅི་ཏྲ་ཏིཏྲ་བཛ་ས་མ་ཡ་རྩེ་ ས་མ་ཡ་ཏིཏྲ་ལྷ་ནེ་

**om amarani dzventiyé soha꾀 hung hung hung꾀 dza hung bam ho,
kaya vaka tsitta tishta bendza samaya hung꾀 samaya tishta lhen꾀**

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀ꾀 HŪM HŪM HŪM꾀 JAḤ HŪM BAM HOḤ |
KĀYA VĀKA CITTA TIṢṬHA VAJRA SAMAYA HŪM꾀 SAMAYA TIṢṬHA LHAN꾀

ཐུག་བྱ་བ་ནི།

Paying homage:

རྩེ་རྩེ་ སྐྱེ་འགག་འགྲུར་མེད་སྤོན་ལས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་ཅེ་ རང་བྱུང་ཐུགས་རྗེས་འགོ་བ་མ་ལུས་སྦྱོལ་ཅེ་

hung hrih꾀 kyegak gyurmé triné tamché dzog꾀 rangjung tukjé drowa malü drol꾀

HŪM HRĪḤ꾀 Unborn, unceasing, unchanging, all activities perfected,꾀 with self-arising compassion you liberate all beings.꾀

༄། །ཡིད་བཞིན་ནོར་ལྷ་ར་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབབས་པའི། །འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

yishin nortar ngödrub char bebpé། chimé tsé yi lha la chaktsal lo།

Like a wish-fulfilling jewel, you shower down a rain of siddhis—། Deities of immortality, I pay homage to you!།

ཨ་ཏི་ཕུ་ཏོ། བ་ཏྲི་ཚུ་ཏོ།

ati puho, pratishta ho

ATIPŪHOḤ | PRATĪCCHA HOḤ

མཚོད་པ་འབྲུལ་བ་ལ་ཕྱི་མཚོད་ལྷ་རྣམས་ནི།

Making offerings:

The outer offerings of divine substances:

ཧྱུ་རྗེ། །འཆི་མེད་ཚེ་ལྷ་འི་དགྲིལ་འཁོར་སྤྱན་ལམ་དུ། །དངོས་འབྱོར་ཡིད་གྲིས་རྣམ་པར་འབྲུལ་བ་ཡི།

hung hrih chimé tselhé kyilkhor chen lam du། ngöjor yi kyi nampar trulpa yi།

HŪḤ HRĪḤ In the presence of the maṇḍala deities of immortality,། all these material and emanated offerings—།

ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་མཚོད་ཡོན་མཚོ་ལྟར་བསྐྱེལ་ཞེས་ རི་མེད་ཞབས་བསིལ་གདམ་ཉི་ལྔ་བཞིན་སྐྱེད་ཞེས་

yenlak gyeden chöyön tso tar kyil་ཞེས་ drimé shyabsil ganggé gyün shyin dreng་ཞེས་

Drinking water with the eight qualities, in ocean-like abundance;ཞེས་ pristine rinsing water, flowing like the River Ganges;ཞེས་

ལྷ་རྒྱུ་མེ་ཉོག་ཚར་གྱིས་ནམ་མཁའ་བཀའ་ཞེས་ རི་ཞིམ་སྲོལ་གྱི་དུད་སྤྲིན་བར་སྐྱེད་ལྷ་བཞེད་ཞེས་

lhadzé metok tsar gyi namkha kang་ཞེས་ drishyim pö kyi dü trinwar nang khyab་ཞེས་

A rain of divine flowers, filling the sky's expanse;ཞེས་ clouds of fragrant incense, pervading the reaches of space;ཞེས་

སྐྱེད་གསལ་ཉི་ལྔ་ཉི་ཚོགས་རྣམས་འོད་རབ་འབར་ཞེས་ ལྷ་གསལ་བའི་བསྐྱེད་པ་བདུད་རྩི་ཅུ་ཞེས་

nangsal nyidé tsok nam ö rab bar་ཞེས་ jukpé dewa kyepa dütsi chu་ཞེས་

Illuminating lamps, the sun and moon blazing forth;ཞེས་ nectar-like water that when anointed generates bliss;ཞེས་

༄༅། །རོ་བཅུད་རུས་པ་སྤུན་ཚོགས་ཞལ་ཟས་རིགས་མེད་ རོལ་མོ་ལྷུ་དབྱངས་ཀྱིན་བཟང་དབྱིངས་བྱུང་པ་མེད།

ro chü nüpa püntsoḳ shyalzé rikḥ rolmo luyang kunzang ying khyabpaḥ

An abundant variety of food endowed with perfect potency, taste and strength;ḥ and melodious tunes of music, pervading the all-good expanse—ḥ

འགྲུལ་ལོ་བཞེས་ནས་མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྤྱོད་མེད།

bullo shyené chok tun ngödrub tsolḥ

All of these I offer! Accepting them, bestow the supreme and common siddhis!ḥ

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་བཛྲ་ཨུཾ་ཡུཾ་རྣ་ས་པ་རི་བུ་ར་ཨེ་རྒྱུ་པའྱི་པུའྱི་རྒྱུ་པེ་ཨུཾ་ལོ་གེ་གཞུ་ནི་བཱི་ཤའ་བྲ་པྱི་རྩོ་སྤྱོད་མེད།

**om ah hung bendza ayu gyana saporivara argham padyam
pupé dhupé aloké gandhé naividya shabda tratitsa sohaḥ**

OM ĀḤ HŪḤ VAJRA ĀYUJÑĀNA SAPARIVĀRA ARGHAM PADYAM PUṢPE
DHŪPE ĀLOKE GENDHE NAIVIDYA SHABDA PRATĪCCHA SVĀHĀḥ

ནང་མཚོད་སྒྲུབ་དང་གཏོར་མ་ནི།

The inner offerings of amṛta and baliṅga:

ཨོཾ། རང་བྱུང་གཏོར་ནས་རྣམ་པར་དག་པའི་རྗེས། ཅུ་བརྒྱད་ཡན་ལག་སྟོང་སྒྱུར་སྒྲུབ་གྱི་མཚོགས།

omṣ rangjung döné nampar dakpé dzéṣ tsa gyé yenlak tong jar men gyi chokṣ

OMṣ The primordially pure self-arisen substanceṣ is the supreme amṛta medicine with its eight root ingredients and its thousand subsidiary ingredients.ṣ

དོར་རྗེའི་དམ་ཚིག་ཤ་ལྔ་བདུད་རྩི་ལྔ། རིགས་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྔ་ལྔ་ན་བདེ་བ་ཆེ།

dorjé damtsik sha nga dütsi ngaṣ rik nga yeshe ngaden dewa chéṣ

It is the vajra samaya five meats, the five samaya amṛtas,ṣ and the five families endowed with the great bliss of the five wisdoms.ṣ

༄༅། །ཁ་དོག་དྲི་རོ་རུས་བཅུད་སུན་སུམ་ཚོགས་མཉམ་ཞིག་མ་གང་ལ་རེག་པས་དོན་གྲུབ་པའི་མཉམ་མཉམ་།

khadok dri ro nū chū pūn sum tsokᄨᄩ zik ma gangla rekpé döndrub péᄨᄩ

It is replete with perfect color, smell, taste, power and potency,ᄨᄩ all gathered in abundance. Wherever a drop of it touches, it brings forth the ultimate accomplishments.ᄨᄩ

ཕན་རུས་ལྷན་པའི་སྤྲད་འདི་ལྷ་ལ་འབྲུལ་མཉམ་སྤྲུལ་རྗེས་བཅེར་དགོངས་དབང་དང་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་།

pen nū denpé pū di lha la bulᄨᄩ tukjé tser gong wang dang ngödrub tsolᄨᄩ

Such is its benefit and power. The first portion I offer to the deities.ᄨᄩ Through your great compassion, look upon us lovingly and bestow empowerment and siddhis!ᄨᄩ

ཨོཾ་ཨུམ་བུ་བརྒྱ་ལུ་རྩེ་ན་ས་པ་རི་ཕུ་ར་སར་པརྱ་ཨ་མ་མི་ཉ་ལྷ་ཉི་།

om ah hung bendza ayu gyana saporivara sarva pentsa amrita khahiᄨᄩ

OM Āᄨ HŪᄨ VAJRA ĀYURJÑĀNA SAPARIVĀRA SARVA PAÑCA AMᄨᄩTA KHĀHIᄨᄩ

ཚོ་དཔག་མེད་མགོན་འགྲོ་འདུལ་སྤྱུགས་རྗེའི་གཏེར། །མཚོ་སྐྱེས་རྩོུ་འཆི་མེད་བི་མ་ལ།།

tsepakmé gön drodul tukjé ter tsokyé dorjé chimé bimala

Protector Amitāyus, Treasury of Compassion, Tamer of Beings, Lake-born Vajra, Immortal Vimalamitra,

མནུ་ར་བ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ལ། །སྤྲུན་མཚོད་འབུལ་ལོ་འཆི་མེད་ཚོ་དབང་སྣུལ།།

mendarawa yeshe tsogyal la men chö bul lo chimé tsewang tsol

Consort Mandārava, and Lady Yeshe Tsogyal—I proffer this offering of amṛta; bestow the empowerment of immortality!

ཚོས་རྒྱལ་ཡབ་སྲས་ཚེ་མཚོག་གྲུབ་པའི་འཁོར། །ཟབ་གཏེར་མཚོད་འཚོན་མཚོག་གྲུར་བདེ་ཆེན་གླིང་།།

chögyal yabsé tsé chok drubpé khor zabter dzö dzin chokgyur dechen ling

Dharma king, father and son, you turn the wheel of supreme life accomplishment, Chokgyur Dechen Lingpa, holder of the treasury of profound treasures,

༄༅། །བཀའ་བབ་ཚེས་བདག་བརྒྱུད་པར་བཅས་རྣམས་ལ། །སྤྲུལ་མཚོད་འབྲུལ་ལོ་འཆི་མེད་ཚོ་དབང་སྦྱེལ།།

kabab chödak gyüpar ché nam la men chö bul lo chimé tsewang tsol

Dharma heirs and holders of the special transmission lineages—I proffer this offering of amṛta;
bestow the empowerment of immortality!

རིགས་ལྔ་ཚོ་དཔག་མེད་མགོན་ཡབ་དང་ཡུམ། །ལྷ་མོ་བརྒྱུད་དང་ལས་བྱེད་མགྲོགས་མ་བཞི།།

rik nga tsepakmé gön yab dang yum lhamo gyé dang leje gyok ma shyi

Protector Amitāyus, Lords and Ladies of the five families, the eight goddesses and the four Swift Ladies
of activity,

བཀའ་སྤྲུང་པོ་ཉ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་ལ། །སྤྲུལ་མཚོད་འབྲུལ་ལོ་འཆི་མེད་ཚོ་དབང་སྦྱེལ།།

kasung ponya damchen gyatso la men chö bul lo chimé tsewang tsol

Ocean of teaching protectors, messengers, and oath-bound ones—I proffer this offering of amṛta;
bestow the empowerment of immortality!

ལྷག་མ་དངོས་གྲུབ་ལྷང་བ་ནི།

Receiving the siddhis from the remainder:

ཀླ་ཡ་སིདྲི་ཨོཾ། འཇུག་སིདྲི་ཨུཾ། ཙོད་སིདྲི་ཧཱུཾ།

kaya siddhi omṃ vaka siddhi ah, tsitta siddhi hungṃ

KĀYA SIDDHI OMṃ VĀKA SIDDHI ĀḤ | CITTA SIDDHI HŪMṃ

རྩྱུ་རྩྱུཾ། ལྷང་བ་རྩྱུ་དྲུགྱི་འཇིག་རྟེན་གཏོར་གཞོང་དུཾ། སྲིད་པ་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གཏོར་མར་སྦྱརཾ།

hung hrih nangwa nö kyi jikten torshyong duṃ sipa chü kyi semchen tomar jarṃ

HŪM HRĪḤ On the balingta plate of appearance, the vessel of this world,ṃ is arranged the torma of existence, the inner contents of sentient beings.ṃ

དཔལ་གྱི་གཏོར་མ་བཅིད་ལྷན་འགྲིང་བ་འདིཾ། རིགས་འདུས་ཚེ་ཡི་དྲུགྱི་ལ་འཁོར་ལྷ་ལ་འབུལཾ།

pal gyi torma jiden gyingwa diṃ rik dü tsé yi kyilkhor lha la bulṃ

This glorious balingta, naturally poised with splendor,ṃ I offer to the maṇḍala of long life deities, embodiment of all families.ṃ

༄། འཕྲོ་ལྷོ་རྩྱུ་བཟླ་ལྷུ་ལྷུ་ན་ས་པ་རི་ལྷུ་ར་མ་རྩུ་བ་ལི་ཏ་ལྷུ་ཉི།

om ah hung bendza ayurgyana saparivara maha balingta khahi།

OM ĀḤ HŪṀ VAJRA ĀYURJÑĀNA SAPARIVĀRA MAHĀ BALIṂTA KHĀHI།

གསང་མཚན་སྐྱེག་སོགས་བརྒྱད་ནི།

The secret offering of the eight goddesses:

རྩྱུ། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད། དོ་རྩེ་སྐྱེག་མའི་མཚན་པའི་སྤྱིན།

hung། melong yeshe ngowo nyi། dorjé gek mé chöpé trin།

HŪṀ། The nature of mirror-like wisdom,། offering clouds of the vajra goddess of beauty—།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།

kyilkhor lhatsok nam la bul། shyé né chimé ngödrub tsol།

I offer this to the gathered maṇḍala deities.། Accepting it, bestow the siddhi of immortality!།

ཨོ་བཛྲ་ལཱ་ཤུ་ཧྱུཾྃ

om bendza lasé hungᄃ

OM VAJRA LĀSYA HŪMᄃ

ཧྱུཾྃ མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད་ལྷོ་རྩེ་བཞད་མའི་མཚོད་པའི་སྤྱི་ནལྷོ་

tramᄃ nyamnyi yeshe ngowo nyiᄃ dorjé shyé mé chöpé trin ᄃ

TRAMᄃ The nature of wisdom equality,ᄃ offering clouds of the vajra goddess of laughter—ᄃ

དགྲིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་བལྷོ་

kyilkhor lhatsok nam la bulᄃ shyé né chimé ngödrub tsolᄃ

I offer this to the gathered maṇḍala deities.ᄃ Accepting it, bestow the siddhi of immortality!ᄃ

ཨོ་བཛྲ་ལཱ་ཤུ་ཧྱུཾྃ

om bendza malé tramᄃ

OM VAJRA MĀLYA TRĀMᄃ

༄༅། །རྗེ་མཚན་ལོ་ཤེས་དེ་བོ་ཉིད་། རོ་རྗེ་གླུ་མའི་མཚོད་པའི་སྒྲིན་།

hrih sortok yeshe ngowo nyi། dorjé lu mé chöpé trin།

HRĪḤ The nature of discriminating wisdom,། offering clouds of the vajra goddess of song—།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་།

kyilkhor lhatsok nam la bul། shyé né chimé ngödrub tsol།

I offer this to the gathered maṇḍala deities.། Accepting it, bestow the siddhi of immortality!།

ཨོ་བཛྲེ་གྲི་རྗེ་རྗེ་།

om bendzé girti hrih

OM VAJRE GĪRTĪ HRĪḤ

ཨུཾ འུ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ རོ་རྗེ་གར་མའི་མཚོད་པའི་སྒྲིན་མེད་

ah ja drub yeshe ngowo nyiᄃ dorjé garmé chöpé trinᄃ

ĀḤ The nature of all-accomplishing wisdom,ᄃ offering clouds of the vajra goddess of dance—ᄃ

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་མེད་ བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་མེད་

kyilkhor lhatsok nam la bulᄃ shyé né chimé ngödrub tsolᄃ

I offer this to the gathered maṇḍala deities.ᄃ Accepting it, bestow the siddhi of immortality!ᄃ

ཨོཾ་བཛྲ་རྣམ་ཏེ་ཨུཾ་

om bendza nirti ah

OM VAJRA NĪRTI ĀḤ

༄༅། །ལྷོ། དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད། བྱམས་པའི་རང་བཞིན་བདུག་པ་མ།

hung། gawé yeshe ngowo nyi། jampé rangshyin dukpa ma།

HŪM། The nature of the wisdom of joy,། goddess of incense, the spirit of love—།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱིལ།

kyilkhor lhatsok nam la bul། shyé né chimé ngödrub tsol།

I offer this to the gathered maṇḍala deities.། Accepting it, bestow the siddhi of immortality!།

ཨོ་བརྗ་རྩུ་བེ་སྦྱོ།

om bendza dhupé hung།

OM VAJRA DHŪPE HŪM།

ཏྲཱཾ། མཚོག་དགའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད། སྤྲིང་རྗེའི་རང་བཞིན་མེ་ཏོག་མ།

tramᄃ chok gé yeshe ngowo nyiᄃ nyingjé rangshyin metokmaᄃ

TRAMᄃ The nature of wisdom of supreme delight,ᄃ goddess of flowers, the spirit of compassion—ᄃ

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ།

kyilkhor lhatsok nam la bulᄃ shyé né chimé ngödrub tsolᄃ

I offer this to the gathered maᅇᅇala deities.ᄃ Accepting it, bestow the siddhi of immortality!ᄃ

ཨོཾ་བཛྲ་པུཤྲེ་ཏྲཱཾ།

om bendza pushpé tram

OM VAJRA PUᅇPE TRĀM

༄༅། །མྱེ་ དགའ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད་། དགའ་བའི་རང་བཞིན་སྣང་གསལ་མ་།

hrih gadral yeshe ngowo nyi། gawé rangshyin nangsalma།

HRĪḤ The nature of the wisdom of absence of joy,། goddess of light, the spirit of sympathetic joy—།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་།

kyilkhor lhatsok nam la bul། shyé né chimé ngödrub tsol།

I offer this to the gathered maṇḍala deities.། Accepting it, bestow the siddhi of immortality!།

ཨོྃ་བརྗ་ཨུ་ལོ་ཀེ་མྱེ་

om bendza aloké hrih

OM VAJRA ĀLOKE HRĪḤ

ཨཱཾ ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད། བཏང་སྟོམས་རང་བཞིན་དྲི་ཆབ་མ།

ah lhenkyé yeshe ngowo nyi། tangnyom rangshyin drichab ma།

ĀḤ The nature of co-emergent wisdom,། goddess of perfume, the spirit of equanimity—།

དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ། བཞེས་ནས་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།

kyilkhor lhatsok nam la bul། shyé né chimé ngödrub tsol།

I offer this to the gathered maṇḍala deities.། Accepting it, bestow the siddhi of immortality!།

ཨོ་བཛྲ་གརྟེ་ཨཱཾ།

om bendza gandhé ah

OM VAJRA GANDHE ĀḤ

༄། །རྡོ་རྗེའི་སྐུ་ཡིས་བསྟོན་པ་ནི།

Praising with vajra song:

རྗེ་ སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་། བུདྡའི་རིགས་སུ་རྣམ་འབྲུལ་པ་།

hrih sosor tokpé yeshe kyi། pemé rik su namtrul pa།

HRĪH Appearance of discriminating wisdom,། magical manifestation of the lotus family,།

འཆི་མེད་མགོན་པོ་བཅོམ་ལྡན་འདས་། ཆོ་ཡི་བདག་པོར་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན་།

chimé gönpo chomdendé། tsé yi dakpor chaktsal tö།

Bhagavān, immortal protector,། to the Lord of Life, I pay homage and praise!།

སྐུ་གསུང་ལུགས་ཡོན་ཤིན་ལས་ཀྱི་། བདེ་མཚོག་སྐུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་ཚུལ་།

ku sung tuk yön triné kyi། demchok gyutrul drawé tsul།

Your body, speech, mind, qualities and activities are supreme bliss,། appearing as the mayajala's display.།

འགོ་བའི་རྒྱུད་ལྔ་སྦྱང་མཛད་པེ། རིགས་ལྔ་ཚེ་དཔག་མེད་ལ་བསྟོད།

drowé gyü nga jong dzepaᄋ rik nga tsepakmé la töᄋ

You thus cleanse the five types of beings.ᄋ To the five families of Amitāyus, I pay homage and praise!ᄋ

རང་བྱུང་མཚོད་པའི་སྤྲོན་སྤྲོ་བའི། བདེ་ཆེན་སྦྱང་མཛད་ཡུམ་ནམས་དང་།

rangjung chö pé trin trowéᄋ dechen kyé dzé yum nam dangᄋ

To the consorts that give rise to great bliss,ᄋ while sending forth cloudbanks of self-arisen offerings,ᄋ

ཚེ་ཡི་ལས་བྱེད་མགྲོགས་མའི་ཚོགས། དགྲིལ་འཁོར་ལྔ་ཚོགས་ཀྱུན་ལ་བསྟོད། ཨ་ལ་ལ་ཨོ།

tsé yi lejé gyok mé tsokᄋ kyilkhör lhatsok kün la töᄋ a la la ho

To the host of Swift Ladies who perform long-life activities,ᄋ to the entire maᅇᅇala of deities, I pay homage and praise!ᄋ

༄༅། །གཉིས་པ་བརྒྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། བསྐྱེན་པའི་སྐབས་རྫོགས་ཁང་དབྱེ་མི་དགོས་ཤིང་། ལྷན་པ་དང་དབང་བསྐྱར་ལས་ཚོགས་སྐྱབ་པ་སོགས་མདུན་བསྐྱེད་གཙོར་འདོན་པའི་
སྐབས།

Second, the yoga of recitation. During the approach recitation there is no need to open the recitation mansion. However, when performing the accomplishment, bestowing empowerment, and carrying out activities and the like, when the front visualization is emphasized, the following should be recited:

ཧྲུམ་བི་ཤུ་བི་བུཊྲ་དང་། ཨོཾ་ཨ་མ་ར་ཉི་ཧྲོ་བ་རྩི་ཡེ་སྤ་རུཾ།

dhroom bishu bishuddhé, om amarani dzventiyé soha

BHRŪṂ VIŚVIŚUDDHE PHAṬ JAḤ | OṂ AMĀRAṆI JĪVANTIYE SVĀHĀ

(The essence mantra)

ཞེས་སྒྲིང་པོའི་གཤམ་དུ། བཞུ་རྫོང་བཏགས་པས།

and then append it with **pé dza** / PHAṬ JAḤ.

Then imagine that:

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་མདུན་དཀྱིལ་སྐྱབ་རྗེས་ཀྱི་གོ་སར་བྱེས་ཏེ་དབྱེར་མེད་དུ་བཞུགས་པར་མོས་ལ།

yeshe kyi khorlo ten dang tenpar chepa dün kyil drubdzé kyi gosar ché té yermé du shyukpar gyur

The wisdom maṇḍala, both support and supported, is opened up as a front-visualized maṇḍala, superimposed upon the accomplishment substances, indivisible from them.

ཇོ་བོ་དམིགས་ནི། །

The recitation visualization:

རང་གི་སྤྱིང་དབུས་སྟོང་གསལ་ལ་འོད་ལྗང་གྲོང་། མི་བསྐྱོད་ཚེ་དཔག་མེད་མགོན་ཐུགས་ཀ་རུ།

rang gi nying ü tong sal ö ngé long། mi kyö tsepakmé gön tukka ru།

Within my heart center² amidst a sphere of five-colored lights, empty yet vivid,། is the protector Akṣobhya Amitāyus.།

2 Be aware that if you have opened the recitation mansion, you should alter this line to read: "Within the heart center of myself and the deity before me, amidst a sphere . . ." (phonetics: **dag dun tukkar tong sal . . .**).

༄། །རྒྱ་གྲམ་ལྗེ་བར་ཉི་ཟླའི་གཏུའི་དབུས་མེ་ ལྷོ་གི་ལོག་པར་རྩི་ཉི་ཡིག་ཨ་ཡིས་མཚན་མེ།

gyadram tewar nyidé ga'ü üṣṣ hung gi khokpar nri yik a yi tsenṣṣ

Within his heart, in the center of a vajra cross, is a sphere of sun and moon.ṣṣ At its center is HÜM and inside that the syllable NR, marked with A.ṣṣ

དེ་ལ་ཇོ་མ་ལང་དབྱེ་སྐབས། བདག་མདུན་ཐུགས་ཀར་སོགས་ལ་བསྐྱུར་ཤེས་པར་བྱ། ཚེ་ཡི་སླིང་པོས་བསྐྱོར་བ་ལས་མེ། འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་ནས་མཁའ་
ཁྱབ་པར་སྒྲོམ་མེ།

dé la tsé yi nyingpö korwa léṣṣ özer pakyé namkha khyabpar tröṣṣ

It is encircled by the essential life-mantra,ṣṣ from which boundless light-rays stream throughout the sky.ṣṣ

རང་གི་སྒྲ་ཚེ་ཆད་ཉམས་ཡར་བ་དང་མེ། འབྲུང་ལྗེའི་དུངས་བཅུད་སྐྱེ་འགོའི་ཚེ་བསོད་སྟོབས་མེ།

rang gi la tsé chenyam yarwa dangṣṣ jung ngé dangchü kyendrö tsesö tobṣṣ

My own vitality and life-force that have been interrupted, damaged, or dissipated;ṣṣ the vital essences of the five elements; sentient beings' life-span, merit, attainments;ṣṣ

རྒྱལ་བ་སྐྱུ་བཅས་མཐུན་བཅའི་ཡེ་ཤེས་ཚེ། མ་ལུས་བདུད་རྩིའི་རྣམ་པར་ལུབ་གྱིས་བསྐྱུས།

gyalwa sé ché khyentsé yeshe tsé། malü dütsi nampar ub kyi dü།

The victors and heirs' wisdom life-force of knowledge and love—། all these without exception are gathered back in the form of amṛta,།

རིགས་ལྔ་ཚེ་དཔག་མེད་པའི་བུམ་པར་འབྲིལ། ལྷ་ཞིང་ལོལ་བས་རང་ལུས་ནང་ཀུན་བྱུང།

rik nga tsepakmé pé bumpar khyil། shyu shying kholwé rang lü nang künkhyab།

Streaming into the life vases of the five families of Amitāyus.། Melting and boiling, it completely fills my body,།

སྒྲིབ་པ་ལྔ་དག་ཁམས་ལྔའི་ཚེ་ཉམས་གསོས། འབྱུང་ལྔའི་དྲུངས་མས་ཡེ་ཤེས་ཚེ་འཕེལ་ནས།

dribpa nga dak kham ngé tsé nyam sö། jung ngé dangmé yeshe tsé pel né།

Purifying the five obscurations, revitalizing the damaged life-essence of the five elements.། By increasing the life-force of timeless awareness through the vital essences of the five elements,།

༄༅། །རིགས་ལྔ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར།

rik nga tsé yi ngödrub tobpar gyurᄃ

The life-siddhi of the five families is accomplished.ᄃ

ཨོཾ་ཨུ་རུ་ར་ཅི་རྩི་བ་རྩི་ཡི་སྐ་རུ། ཨོཾ་བུ་ཏུ་ཨུ་ཡུ་གྲ་ན་ཚེ་ཨོཾ། ཨོཾ་བུ་ཏུ་ཨུ་ཡུ་གྲ་ན་ཚེ་སྐ་རུ།
ཨོཾ་བུ་ཏུ་ཨུ་ཡུ་གྲ་ན་ཚེ་ཨོཾ། ཨོཾ་རུ་ཏུ་ཨུ་ཡུ་གྲ་ན་ཚེ་ཨོཾ། ཨོཾ་ཀམ་ཨུ་ཡུ་གྲ་ན་ཚེ་ཨོཾ།

**om amarani dziventiyé sohaᄃ om buddha ayugyana tsé dhroom omᄃ
om pema ayugyana tsé dhroom hrihᄃ om bendza ayugyana tsé dhroom hungᄃ
om ratna ayugyana tsé dhroom tramᄃ om karma ayugyana tsé dhroom ahᄃ**

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀᄃ OM BUDDHA ĀYUGYĀÑA TSHE BHRUᄃ OMᄃ
OM PADMA ĀYUGYĀÑA TSHE BHRUᄃ HRĪᄃᄃ OM VAJRA ĀYUGYĀÑA TSHE BHRUᄃ HŪᄃᄃ
OM RATNA ĀYUGYĀÑA TSHE BHRUᄃ TRĀᄃᄃ OM KARMA ĀYUGYĀÑA TSHE BHRUᄃ Āᄃᄃ

ཞེས་ཅུ་བའི་སྒྲིང་པོ་འབྲུམ་སྤྲུག་བརྩུ་གཉིས། རིགས་ལྷ་སོ་སོར་དེ་ཡི་བརྩུ་ཆ་རེ་བརྒྱུས་པས་བསྟེན་པའི་རིམ་པ་རྫོགས་པར་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ལུན་མཚམས་ལ་བབ་པ་ན།

The essential root mantra should be recited 1.2 million times. It is taught that in order to perfect the stages of the approach recitation one should accumulate one tenth of the above amount for each of the five families.

2. Having reached [the activities] between sessions, recite the following:

ཧྲཱི། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཚོགས་སྤྱན་འདྲེན་གཤེགས། །སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོན་པ་འབྲུལ།།

hung yeshe lhatsok chen dren shek chi nang sangwé chöpa bul

HÜM Host of wisdom deities, I invite you. Please come! I present outer, inner, and secret offerings,

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་སྤིན་ལས་བསྟོད། །བག་མེད་འགལ་འབྲུལ་ཉམས་ཆགས་བཤགས།།

ku sung tuk yön triné tö bagmé galtrul nyam chak shak

Praise Body, Speech, Mind, Qualities, and Activities, and confess all carelessness, mistakes, and downfalls!

༄། །མ་རྒྱལ་མཐི་ཏ་བ་ལི་ཏ་ལྷ་ཉི།

maha pentsa amrita rakta balingta khahi

MAHĀ PAÑCA AMṚTA RAKTA BALIṂTA KHĀHI

ཞེས་སྟོང་ཚོག་སྤྱི་ལྟར་བྱ། མཚོན་བསྟོན་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་སྤྱོས་ཀྱང་རུང་།

Thus recite this verse to make recitation offerings and praises in the normal way. If you wish, you can make slightly more extensive offerings and praises.

མྱི་མྱི་མྱི་༄ རྒྱུ་འཚིག་ཉིས་སྤངས་མཐོན་པོ་ཚེ་དཔག་མེད་༄ རྒྱུ་ལྷ་འི་ཚེ་ཡི་བདག་པོ་ཡབ་ཡུམ་དང་༄

hrih hrih hrih kyechi nyi pang gönpo tsepakmé༄ ku ngé tsé yi dakpo yabyum dang༄

HRĪḤ HRĪḤ HRĪḤ Protector Amitāyus, you who have relinquished both birth and death,༄ you, the awakened kāyas of the five family Lords and Ladies with mastery over life,༄

ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཙཱ་ལྷོ། འཆི་མེད་སྐུ་བརྟེན་རིག་འཛིན་པ་རྣམ་འབྱུང་།

yeshe ying kyi lhamo tsendali། chimé ku nyé rigdzin pema jung།

You, Caṇḍalī, goddess of the expanse of timeless awareness,། you, lotus-born vidyādhara, who showed the attainment of the immortal kāya,།

མི་འགྲུང་ཚེ་ལ་མངའ་བརྟེན་གྱི་མ་ལ། ཚེ་ལམ་གྲུབ་པའི་ཕུག་རྒྱ་མཚན་རྣམས་།

migyur tsé la nga nyé bimala། tsé lam drubpé chakgya mendara།

You, Vimalamitra, with mastery of immutable life essence,། you, Mandārava, the mudrā that accomplished longevity through the path,།

བདེ་ཆེན་ཚེ་ལ་དབང་ཐོབ་མཚོ་རྒྱལ་ཡུམ། ཚེ་ཡི་བཀའ་བབ་ལྷ་སྲས་རོལ་པ་རྩལ།

dechen tsé la wang tob tsogyal yum། tsé yi kabab lhasé rolpa tsal།

You, consort Yeshe Tsogyal, who received the empowerment for longevity's great bliss,། you, divine prince Rolpa Tsal, holder of longevity's special transmission,།

༄༅། །སྐབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཙུ་བའི་སྐྱེ་མ་སོགས་མཁུ་ རིག་འཛིན་ཚེ་ཡི་ཙུ་བརྒྱད་གྲུ་མ་རྣམས་མཁུ།

kyab sum kündü tsawé lama sokꣳ rigdzin tsé yi tsa gyü lama namꣳ

You, root guru, embodiment of the three objects of refuge,ꣳ all you root and lineage gurus, vidyādhara with mastery over life—ꣳ

མི་མངོན་དབྱིངས་ནས་གནས་འདིར་བརྩེར་དགོངས་ལམ་མཁུ་ འཆི་མེད་ཚེ་དང་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་སྣོན་ལམ་མཁུ།

mi ngön ying né né dir tser gong laꣳ chimé tsé dang yeshe ngödrub tsolꣳ

Through your loving intent, come to this place from the unmanifest expanse,ꣳ and bestow upon me the siddhis of immortality and timeless awareness!ꣳ

ཨོཾ་ཨམ་ར་ཉི་རྩོ་བརྩི་ཡེ་སྣོ་བུ་མཁུ་ བརྩོ་ན་ཨུ་ཡུ་ཉི་ལྷོ་ལྷོ་རྩི་ངོ་སྣོ་སྣོ་ཕ་ལ་ལྷོ་མཁུ།

om amarani dziventiyé sohaꣳ bendza gyana ayukhé hung droom nri dza sarva siddhi pala hungꣳ

OM AMĀRAṆĪ JĪVANTIYE SVĀHĀꣳ VAJRA JÑĀNA ĀYUṢE HŪṀ BHRŪṀ NR JA SARVA SIDDHI PHALA HŪṀꣳ

ཞེས་གསོལ་འདེབས་བྱ། ཚེ་འགྲུགས་པའི་དམིགས་པ་ནི།

Thus supplicate in that way. The visualization for summoning life:

ཚེ་བདག་རིགས་ལྷའི་སྤྱགས་སྲོག་སྦྱར་མཚམས་ནས། འོད་འཕྲོས་པོ་ཉ་མགྲོགས་མའི་ཚོགས་བཅས་བསྐྱལ།

tsedak rik ngé tuk sok jortsam né། ö trö ponya gyok mé tsok ché kul།

From the life-force syllables and places of union of the five family lords of life, light shines forth, invoking the gatherings of swift messenger ladies.

དེ་དག་ཀུན་དང་འོད་ཟེར་སྤྱགས་ཀྱི་ཡིས། རང་གི་སླ་ཚེ་གདོན་གྱིས་བརྐྱས་པ་དང་།

dedak kün dang özer chakkyu yi། rang gi la tsé dön gyi küpa dang།

The Swift Ladies, and light-rays in the shape of hooks, gather back all of my vitality and life force that have been stolen by negative forces

ཆད་དང་ཉམས་དང་ཡར་བ་ཐམས་ཅད་དང་། འཁོར་འདས་སྦྱོད་བཅུད་ཚེ་ཡི་དྲངས་མ་ཀུན་།

ché dang nyam dang yarwa tamché dang། khordé nöchü tsé yi dangma kün།

And been interrupted, damaged, or dissipated, together with all the vital life-essences of saṃsāra and nirvāṇa, the outer vessel and the inner contents—

༄༅། །དབང་མེད་བསྐྱུས་ཉི་བདག་ལ་ཐིམ་པ་ཡིས། །འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར།

wangmé dü té dak la timpa yiᄋ chimé tsé yi ngödrub tobpar gyurᄋ

It is all naturally gathered and dissolves into myself.ᄋ I thus attain the siddhi of deathlessness.ᄋ

མདའ་དར་གཡབ་ཅིང་སྐྱེན་པའི་དབྱངས་བཅས།

Wave the long-life arrow and recite melodiously:

ཧྱུྃ་ཧྱེུྃ། རྣམ་སྣང་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུགས་དམ་དབྱིངས་ནས་བསྐྱུལ། ཕོ་ཉ་མགྲོགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཐུ་ཚུལ་སྦྱེད།

hung hrih namnang yabyum tukdam ying né kulᄋ ponya gyok mé tsok nam tutsal kyéᄋ

HŪᄋ HRĪᄋ Through the heart samayas of Vairocana and consort, I invoke you from the expanse!ᄋ

Gathering of swift messenger ladies, bring forth your power and might!ᄋ

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དྲང་སྲོང་རིག་པ་འཛིན། །འཇིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ཚེ་བསོད་དཔལ།

sangye jangsem drangsang rigpa dzinᄋ jikten sönam chen gyi tsesö palᄋ

Buddhas, bodhisattvas, rishis, and vidyādharaᄋ—ᄋ draw in the life-span, merit, and splendor of all the meritorious ones in the world.ᄋ

སྟེང་འོག་མཚམས་ཀྱི་འགྲུང་པོས་འཕྲོག་པའི་ཚེ། རམ་མཁའི་བརྩུང་དང་བུརྟ་ཚེ་མཚོག་ཀུན།

teng ok tsam kyi jungpö troké tsé། namkhé chü dang buddhé tsé chok kün།

The life-span stolen away by jungpos above, below, and in between,། the vital essence of space,
and the supreme longevity of the buddha family—།

བཀྲ་ཤེས་ཚེ་ཡི་བྱུམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེལ། བདག་ཅག་ཚེ་སྲོག་བརྟན་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག།

tashi tsé yi bumpé nang du kyil། dakchak tsesok tenpé lé dzö chik།

May it all be collected into the auspicious long life vase.། Help stabilize our life-force,།

འགྲུང་མེད་བདེ་གཤེགས་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྲོལ།

gyurmé deshek tsé yi ngödrub tsol།

And bestow the siddhi of the unchanging life-force of the sugata family!།

༄། །ཨོཾ་ཨ་མ་རྩའི་རྩི་བརྟེན་ཡེ་སྤུ་རྩེ། །ཨོཾ་བུདྡཱ་ལྷ་ཡུལ་ན་ཚེ་གྲུ་ཨོཾ།

om amarani dzventiyé sohaḥ om buddha ayugyana tsé dhroom omḥ

OM AMARĀṆĪ JĪVANTIYE SVAHĀḥ OM BUDDHA ĀYURJÑĀNA TSHE BHRŪM OMḥ

ཧཱུྃ་ཀྲི། ལྷ་པ་མཐའ་ཡབ་ཡུམ་གྱུགས་དམ་དབྱིངས་ནས་བསྐྱལ། སོ་ཉ་མགྲོགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཐུ་ཙམ་སྦྱིད།

hung hrihḥ nang ta yabyum tukdam ying né kulḥ ponya gyok mé tsok nam tutsal kyéḥ

HŪM HRĪḤ Through the heart samayas of Amitābha and consort, I invoke you from the expanse!ḥ
Gathering of swift messenger ladies, bring forth your power and might!ḥ

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དྲང་སྲོང་རིག་པ་འཛིན། འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ཚོ་བསོད་དཔལ།

sangye jangsem drangsong rigpa dzinḥ jikten sönam chen gyi tsesö palḥ

Buddhas, bodhisattvas, rishis, and vidyādharas—ḥ draw in the life-span, merit, and splendor of all
the meritorious ones in the world.ḥ

ལུབ་ཕྱོགས་ལྷ་དབང་ལ་གནས་སྤོ་ཚེ་ལྷག་མེ་ཡི་བཅུད་དང་པདྨའི་ཚེ་མཚོག་ཀུན་མཁོ།

nubchok luwang la né la tsé khuk། mé yi chü dang pemé tsé chok kün།

Summon the vitality and life-span from the nāga king in the west.། Gather the vital essence of fire, and the supreme longevity of the lotus family—།

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་ཡི་བྱུམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེལ་མེ་བདག་ཅག་ཚེ་སྲོག་བརྟན་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག་མེ།

tashi tsé yi bumpé nang du kyil། dakchak tsesok tenpé lé dzö chik།

May it all be collected into the auspicious long life vase.། Help stabilize our life-force,།

འགགས་མེད་པདྨ་ཚེ་ཡི་དངོས་སྲུབ་སྣེལ་མེ།

gakmé pema tsé yi ngödrub tsol།

And bestow the siddhi of the unobstructed life-force of the lotus family!།

༄། འཛོམས་ལྷ་ར་ཉི་ལྷོ་བརྟེན་ཡེ་སྤྱ་རྩེ། འཛོམས་ལྷ་ཡུལ་རྩེ་ཆེ་བའི་རྩེ།

om amarani dzivantiyé sohaḥ om pema ayugyana tsé droom hriḥ

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀḥ OM PADMA ĀYURJĪĀNA TSHE BHRŪM HRĪḥ

ལྷ་རྩེ། མི་བརྟེན་ཡབ་ཡུམ་ཐུགས་དམ་དབྱིངས་ནས་བསྐྱེལ། ཕོ་ཉམ་གྲོགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཐུ་ཅུལ་སྐྱེད།

hung hrih mi kyö yabyum tukdam yang né kulḥ ponya gyok mé tsok nam tutsal kyéḥ

HŪM HRĪḥ Through the heart samayas of Akṣhobhya and consort, I invoke you from the expanse!ḥ
Gathering of swift messenger ladies, bring forth your power and might!ḥ

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དྲང་སྲོང་རིག་པ་འཛིན། འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ཚོ་བསོད་དཔལ།

sangye jangsem drangsong rigpa dzinḥ jikten sönam chen gyi tsesö palḥ

Buddhas, bodhisattvas, rishis, and vidyādharas—ḥ draw in the life-span, merit, and splendor of all the
meritorious ones in the world,ḥ

ཤར་ཕྱོགས་ནི་ཟའི་ལག་ནས་སྒྲ་ཚེ་ལྷག་ཟེ། རྒྱ་ཡི་བཅུད་དང་རྩི་རྩེའི་ཚེ་མཚོག་ཀུན་ཟེ།

sharchok drizé lak né la tsé khukᄃ chu yi chü dang dorjé tsé chok künᄃ

Summon the vitality and life-span from the gandharvas in the east.ᄃ Gather the vital essence of water, and the supreme longevity of the vajra family—ᄃ

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་ཡི་བྱུམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེལ་ཟེ། བདག་ཅག་ཚེ་སྲོག་བརྟན་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག་ཟེ།

tashi tsé yi bumpé nang du kyilᄃ dakchak tsesok tenpé lé dzö chikᄃ

May it all be collected into the auspicious long life vase.ᄃ Help stabilize our life-force,ᄃ

འཕོ་མེད་རྩི་རྩེ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྲུང་ཟེ།

pomé dorjé tsé yi ngödrub tsolᄃ

And bestow the siddhi of the unwavering life-force of the vajra family!ᄃ

༄༅། །ཨོཾ་ཨཱ་རྩུ་ར་ཅི་རྩོ་བརྟུ་ཡེ་སྤྱུ་རུཾ། །ཨོཾ་བཙྴ་ཨཱུ་ཡུ་རྩུ་ན་ཚེ་བློ་ལྷོ་ལྷོཾ།

om amarani dzventiyé sohaḥ om bendza ayugyana tsé droom hungḥ

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀḥ OM VAJRA ĀYURJÑĀNA TSHE BHRŪM HŪMḥ

ལྷོ་ལྷོཾ། རིན་འབྱུང་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུགས་དམ་དབྱིངས་ནས་བསྐྱལ། སོ་ཉ་མགྲོགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཐུ་ཚུལ་སྦྱེད།

hung hrih rinjung yabyum tukdam ying né kulḥ ponya gyok mé tsok nam tutsal kyéḥ

HŪM HRĪḤ Through the heart samayas of Ratnasambhava and consort,ḥ I invoke you from the expanse!ḥ
Gathering of swift messenger ladies, bring forth your power and might!ḥ

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དྲང་སྲོང་རིག་པ་འཛིན། འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ཚོ་བསོད་དཔལ།

sangye jangsem drangsong rigpa dzinḥ jikten sönam chen gyi tsesö palḥ

Buddhas, bodhisattvas, rishis, and vidyādharas—ḥ draw in the life-span, merit, and splendor of all the
meritorious ones in the world.ḥ

སྣོ་ཕྱོགས་གཤིན་རྗེའི་ལག་ནས་སྣ་ཚེ་ལྷག་ཅི། ས་ཡི་བརྒྱད་དང་རྒྱའི་ཚེ་མཚོག་ཀུན་ཅི།

lhochok shinjé lak né la tsé khukᄃ sa yi chü dang ratné tsé chok künᄃ

Summon the vitality and life-span from Yama in the south,ᄃ gather the vital essence of earth, and the supreme longevity of the jewel family—ᄃ

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་ཡི་བྱུམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེལ་ཅི། བདག་ཅག་ཚེ་སྲོག་བརྟན་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག་ཅི།

tashi tsé yi bumpé nang du kyilᄃ dakchak tsesok tenpé lé dzö chikᄃ

May it all be collected into the auspicious long life vase.ᄃ Help stabilize our life-force,ᄃ

སྦྱོལ་མེད་རིན་ཆེན་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ་ཅི།

tsolmé rinchen tsé yi ngödrub tsolᄃ

And bestow the siddhi of the effortless life-force of the jewel family!ᄃ

༄། །ཨོ་ཨ་མུ་ར་ཉི་རྩི་བཞི་ཡེ་སུ་རུཾ། །ཨོ་རཏུ་ཨུ་ཡུགུ་ན་ཚེ་བློ་བློཾ།

om amarani dziventiyé sohaḥ om ratna ayugyana tsé droom tramḥ

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀḥ OM RATNA ĀYURJÑĀNA TSHE BHRŪM TRĀMḥ

ཧུཾ་ཧྲིཾ་ དོན་གྲུབ་ཡབ་ཡུམ་ཐུགས་དམ་དབྱིངས་ནས་བསྐྱལ། ཐོ་ཉ་མ་གྲོགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཐུ་ཅུལ་སྐྱེད།

hung hriḥ döndrub yabyum tukdam ying né kulḥ ponya gyok mé tsok nam tutsal kyéḥ

HŪM HRĪḤ Through the heart samayas of Amoghasiddhi and consort,ḥ I invoke you from the expanse!ḥ
Gathering of swift messenger ladies, bring forth your power and might!ḥ

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དྲང་སྲོང་རིག་པ་འཛིན། འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་ཚེ་བསོད་དཔལ།

sangye jangsem drangsong rigpa dzinḥ jikten sönam chen gyi tsesö palḥ

Buddhas, bodhisattvas, rishis, and vidyādharas—ḥ draw in the life-span, merit, and splendor of all the
meritorious ones in the world.ḥ

བྱང་ཕྱོགས་གནོད་སྐྱོན་ལག་ནས་སྒྲ་ཚོ་བྲལ། ལྷུང་གི་བཅུད་དང་ལས་ཀྱི་ཚོ་མཚོག་ཀྱུན།

jangchok nöjin lak né la tsé khuk། lung gi chü dang lé kyi tsé chok kün།

Summon the vitality and life-span from the yakshas in the north,། gather the vital essence of wind,
and the supreme longevity of the karma family—།

བཀྲ་ཤིས་ཚོ་ཡི་བྱུམ་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེལ། བདག་ཅག་ཚོ་སློག་བརྟན་པའི་ལས་མཛོད་ཅིག།

tashi tsé yi bumpé nang du kyil། dakchak tsesok tenpé lé dzö chik།

May it all be collected into the auspicious long life vase.། Help stabilize our life-force,།

ཐོགས་མེད་ཐོན་ལས་ཚོ་ཡི་དངོས་སྲུབ་སྐྱེལ།

tokmé trinlé tsé yi ngödrub tsol།

And bestow the siddhi of the unimpeded life-force of the karma family!།

༄། །ཨོཾ་ཨུ་ར་ཤི་རྩི་བརྟི་ཡི་སྤྱ་རུཾ། །ཨོཾ་ཀར་མ་ཡུ་རྩུ་ན་ཚེ་རྩུ་ཨུཾ།

om amarani dzventiyé sohaḥ om karma ayugyana tsé droom aḥ

OM AMĀRANI JĪVANTIYE SVĀHĀḥ OM KARMA ĀYURJÑĀNA TSHE BHRŪṀ ḌĀḥ

ཞེས་བསྐྱེལ་བས།

With that, you entreat them, whereby:

ཚེ་བརྩུད་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་གང་སྟེ། །ཉི་ཟླའི་ཁ་ཕྱེ་རྩི་ལ་འབྱུང་འབྱུང་འདུས།

tsechü nam kyi rang gi lü gang téḥ nyidé kha ché nri la ub ub düḥ

The vital essences of longevity fill up my body,ḥ the sun and moon open up, all the essences are gathered into the NR.ḥ

འོད་ལྷན་འབར་ཞིང་དོ་རྩི་ཚེ་ཐོབ་གྱུར།

öden bar shyang dorjé tsé tob gyurḥ

It blazes with the five lights, and vajra life is thus obtained.ḥ

ཞེས་མོས་ལ། རང་དོན་བསྐྱེད་སྐྱབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་རླུང་ལོ་ན་གསུམ་བསལ་བས་ཚོའི་བར་ཚད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་སངས་ཀྱིས་དག་པར་མོས། རླུང་ལ་ནས་ཏུབ་ཏུབ་ཅེས་
རླུང་ཅིང་ལུས་ན་སྲུང་ཅན་དང་། མི་ལུས་ན་བར་རླུང་བརྩུང་བས།

Imagine that. When practicing the approach and accomplishment for the benefit of oneself, exhale the stale breath three times and imagine that thereby all unwanted obstacles and hindrances to longevity are completely purified. Then, inhale through the mouth and, if you can, hold the vase breath. If not, hold the intermediate breath.

འོད་ཀྱིས་ལུས་གང་ཉི་ཟླ་ལ་བསྐྱེད་པར་ནས་ཅེ། འོག་གི་དོ་རྗེའི་རྒྱ་རྩམས་སྟེང་དུ་མདུད་ཅེ།

ö kyi lü gang nyida kha drik néᄆ ok gi dorjé ra nam tengdu düᄆ

Light fills my body, the sun and moon rejoin,ᄆ and the spokes of the lower vajra tie together with the upper spokes.ᄆ

གཟུངས་སྐྱགས་དམར་པོའི་ཐག་པས་ལན་གསུམ་བསྐྱེད་ཅེ། ཅིས་ཀྱང་མི་འགྱུར་མི་ཤིགས་རབ་ཏུ་བརྟན་ཅེ།

zung ngak marpö takpé len sum damᄆ chikyang mingyur mishik rabtu tenᄆ

Bound three times with the red cord of the dhāraṇī mantra,ᄆ it becomes completely stable, unchangeable, and indestructible.ᄆ

༄། །དེ་སྤྱིང་རྩི་དམར་ལས་སྐྱེས་ཏྟ་མགིན་ནི། །གི་ཐོད་འཛིན་པས་ཚེ་གོགས་བསྐྱུངས་བར་གྱུར།

dé teng hrih mar lé kyé tamdrin niᄁ dri tö dzinpé tsé gek sungwar gyurᄁ

Upon it, from a red HRĪḤ, appears Hayagrīva.ᄁ Holding a knife and skull cup, he guards against hindrances to longevity.ᄁ

ཞེས་མོས་ལ་སྤྱིང་པོ་རྣམས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོ་བརྗོད།

Imagine that, and then recite the essence mantra and the Essence of Causation mantra.

རྩི་རྩི། །འཁོར་འདས་ཚེ་རྣམས་འགྲུང་བ་ལྔ་ལ་ཐིམ། །ཤ་ཁྲག་དྲོད་དབུགས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་འཕེལ་ཏེ།

hung hrih khordé tsé nam jungwa nga la timᄁ sha trak drö uk sem kyi tob pel téᄁ

HŪḤ HRĪḤ The life essence of saṃsāra and nirvāṇa dissolves into the five elements,ᄁ and increases the strength of flesh, blood, heat, breath, and mind.ᄁ

☯ | Recite the above, in order to stabilize. Finally, all phenomena, illustrated by that to be accomplished and the act of accomplishing, are primordially unborn, the dharmatā, the state of self-occurring, unfabricated great bliss. Regard that state as the immutable nature, immortal innate wakefulness, and the life-span will be concealed within dharmadhātu. If you are performing this practice in connection with the consecration of supports for enlightened body, speech, and mind and the like, request the front-visualized jñānasattva wheel to remain, and scatter flowers. Otherwise, dissolve it into oneself in the manner of the sun and its rays. Bring the wheel of the samayasattvas to abide within luminosity:

hung hung hung

HŪṂ HŪṂ HŪṂ

pé pé pé

PHAṬ PHAṬ PHAṬ

Thus, arise as the innate kāya. While holding a flower in your hand, recite these vajra lines of aspiration, three times:

ཨོྃ འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག་དོ་རྗེའི་ཡེ་ཤེས་ཚོ་མི་འགྱུར་མི་ཤིག་མཁའ་ལྟར་ཀུན་ལ་བྱབ་ཨོྃ

omᄃ drubpar gyur chik dorjé yeshe tséᄃ migyur mi shik kha tar kün la khyabᄃ

OMᄃ May it be accomplished! May the longevity of vajra wisdomᄃ be unchanging, indestructible, and all-pervasive, like space,ᄃ

ཡོན་ཏན་དཔག་ཡས་སྤོན་ལས་བསམ་མི་བྱབ་ཨོྃ པདྨ་ཚོ་དཔག་མེད་མགོན་ཐུང་ཐོབ་ཤོག་ཨོྃ ཅེས་དང་།

yönten pakyé trinlé sam mikhyabᄃ pema tsepakmé gön nyur tob shokᄃ

And with infinite qualities and activities beyond thought,ᄃ may there be the swift attainment of the protector, Lotus Amitāyus!ᄃ

Then:

༄། །ཙ་བརྒྱུད་སྐྱ་མའི་བྱིན་རླབས་སླིང་ལ་ཞུགས། །ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ལུས་དང་གྲིབ་བཞིན་འགོགས། །

tsa gyü lamé jinlab nying la shyukᄃ yidam khandro lü dang drib shyin drokᄃ

May the blessings of the root and lineage gurus enter my heart!ᄃ May the yidams and dākiᅇis accompany me like a shadow follows its body!ᄃ

ཚོས་སྐྱོང་སྤུང་མས་བར་ཚད་ཀུན་བསལ་ནས། །མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག། །

chökyong sungmé barché kün sal néᄃ choktün ngödrub drubpé tashi shokᄃ

May the dharma protectors and guardians dispel all obstacles!ᄃ May there be the auspiciousness of attaining the supreme and common siddhis!ᄃ

ཅེས་ཤིས་པ་བརྗོད་ལ་མེ་ཏྲོག་འཐོར་ཞིང་དགེ་བའི་སྤྱོད་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །།

With that, utter verses of auspiciousness, scatter flowers, and enter into the path of virtuous conduct.

Arranged by the vidyādhara Pema Gargyi Wangchuk Tsal. May virtue and excellence increase!

