



༄། །ཐུབ་ཚོག་གི་རྒྱན་རྒྱབས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ།།

*THE TREASURY OF BLESSINGS*

*A Practice of Buddha Shakyamuni*

*By Mipham Rinpoche*

## **Verse of Homage from the Great Praise of the Ten Acts of the Buddha**

by Ārya Nāgārjuna

༄། །ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེས་འགྲུའི་རིགས་སུ་འབྱུངས།

**tabkhé tukjé shakyé rik su trung**

With skilful means and compassion, you were born in the Śākya clan,

།བཞུན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་འཛོམས་པ།

**shyen gyi mitub dü kyi pung jompa**

Unconquerable by others, you vanquished Māra's hordes,

།གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗིད་པའི་སྒྲ།

**ser gyi lhünpo tabur jipé ku**

Your physical form resplendent, like a mountain of gold.

།འགྲུའི་རྒྱལ་པོ་སྲོད་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ།

**shakyé gyalpo khyö la chaktsal lo**

To you, the King of Śākyas, I pay homage!

# ནམ་མཁུ་རྩུབ་ལྷན་ལཱ།

Namo Guru Śākyamunaye!

དེ་ཡང་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། འཆག་དང་འདུག་དང་འགྲོང་དང་ཉལ་བ་ན། །མི་གང་ཐུབ་པའི་རྒྱབ་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་ཏྲག་ཏུ་སྟོན་པ་བཞུགས། །དེ་ནི་རྒྱ་ཚེན་  
སྤྲུང་ན་འདའ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །སྐུ་ལུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འབྲུ་བས། །འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། །དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གིས་སེམས་  
འཇུག་པ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི། འདི་ལྟར་སྟེ།

*In the Samādhirāja Sūtra it is said: Those who, while walking, sitting, standing, or sleeping, recollect the moon-like Buddha, will always be in Buddha's presence, and will attain the vast nirvāṇa. And: His pure body is the colour of gold, beautiful is the Protector of the World. Whoever visualizes him like this, practises the meditation of the bodhisattvas. In keeping with this, we should practise remembering our incomparable teacher, the Lord of Sages, in the following way:*

༄༅། །སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

**sangye chö dang tsok kyi chok nam la jangchub bardu dak ni kyab su chi**

In the Buddha, the dharma and the supreme assembly I take refuge until enlightenment.

།བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་དེ་དག་གིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་སྲིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

**dak gi jin sok gyipé de daggi dro la pen chir sangye drubpar shok**

Through the accumulations of generosity and so forth, may I attain buddhahood for the benefit of beings.\*

ལན་གསུམ། ཚད་མེད་བཞི་བསྐོས་པ་སྣོན་དུ་བཏང་སྟེ།

*Recite this verse three times. Then cultivate the four immeasurables, by saying:*

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

**semchen tamché dewa dang dewé gyu dang denpar gyur chik**

May all sentient beings have happiness and the causes of happiness.

སྤྱད་བསྐྱལ་དང་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**dukngal dang dukngal gyi gyu dang dralwar gyur chik**

May they be free from suffering and the causes of suffering.

སྤྱད་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

**dukngal mepé dewa dang mi dralwar gyur chik**

May they never be separated from true happiness free of suffering.

།ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སློམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

**nyering chakdang nyi dang dralwé tang nyom chenpo la nepar gyur chik**

May they abide in great equanimity free from concepts of near and far, attachment and aversion.\*



། རྣམས་ཐམས་ཅད་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་ངང་ནས།

*Bringing to mind how all phenomena appear and yet lack inherent existence, recite the following:*

ཨ། སྐྱེ་མེད་སྣོད་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྱུང་གི། །སྣང་བ་འགག་མེད་བྱུང་འབྱུག་སྐྱེ་མའི་རྩུལ།  
**ah kyemé tongpa nyi dang tenjung gi nangwa gakmé zungjuk gyumé tsul**

Ah! As the union of unborn emptiness and the ceaseless appearances of interdependence, magically there appears

། རང་མདུན་ནམ་མཁར་མཚོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་སེང་གྲི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་སྟེང་།  
**rang dün namkhar chötrin gyatsö ü rinchen sengtri pé nyi dawé teng**

Before me in the sky, amidst vast clouds of offerings, on a jewelled lion throne, and lotus, sun and moon disc seats,

། སྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ལྷག་སེང་གེ་ནི། །གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལྷན།  
**tönpa tsungmé shakya sengé ni ser gyi dokchen tsen dang pejé den**

The incomparable teacher, Lion of the Śākya. His body the colour of gold, adorned with major and minor marks.

ཁོས་གོས་གསུམ་གསོལ་དོརྗེའི་སྐྱིལ་གྱུང་བལྟགས། །ཕྱུག་གཡས་ས་གཞོན་ཕྱུག་རྒྱུ་ལེགས་བརྒྱུངས་ཤིང་།

**chögö sum sol dorje kyiltrung shyuk chak yé sa nön chakgya lek kyang shing**

Clad in the three Dharma robes, he sits in vajra posture. His right hand gracefully poised in the earth-touching mudrā,

ཕྱུག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་རྩིའི་ལྗང་བཟེད་བསྐྱམས། །གསེར་གྱི་རི་ལྗར་གཟི་བརྗིད་དཔལ་འབར་བ།

**chak yön nyamshyak dütsi lhungzé nam ser gyi ri tar ziji pal barwa**

And his left hand in the gesture of meditation, holding an alms-bowl full of nectar. Like a mountain of gold, magnificent, he shines in splendour,

ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་བས་མཁའ་དབྱིངས་ཁྲབ། །ཉི་བའི་སྲས་བརྒྱུད་གནས་བཞུན་བཅུ་དྲུག་སོགས།

**yeshe özer drawé khaying khyab nyewé sé gyé neten chudruk sok**

Spreading beams of wisdom light across the whole expanse of space. The Eight Close Sons, Sixteen Elders and the like—

༄། །འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་ཞིང་། །དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས།

**pak tsok gyatsö khor gyi yong kor shying drenpa tsam gyi sishyi ta nyi lé**

A vast, ocean-like retinue of noble beings encircles him all around. Simply think of him and he grants the glory of the highest bliss:

།རྣམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཚོག་གི་དཔལ་སྣོལ་བ། །སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཚེན་པོར་གསལ།

**namdrol dewa chok gi pal tsolwa kyab kündüpe daknyi chenpor sal**

Liberation from saṃsāra and nirvāṇa, the two extremes. He is the Great Being, perfect embodiment of every source of refuge.

།ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྤྲུགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་  
མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གང་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་  
ཏེ། །རྟག་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བྱེད་ཅིང་། །ཉིས་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་འགྲོལ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགོ་  
ཙུ་རྒྱུད་མི་ཟད་ཡིན་ཏེ། སལ་པོ་ཚེ་ལས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཚོན་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཚོད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་སུང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་འཁོར་  
བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོ་རུ་ཟད་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སྒྲོན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུ་བ་སྟེ།



འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱན་པ་ལས། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། །འདུན་པའི་ཕྱི་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གི་སྒྲོན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དེ།

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

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

སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོས་རྩོད་ལྔ་སྒྲིགས་མའི་ཞིང་། །བརྩུང་ནས་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྔ་བརྒྱ་བཏབ།

**nyingjé chenpö tsöden nyikmé shyings zung né mönlam chenpo ngabgya tab**

With your great compassion, you embraced this turbulent and degenerate world, and made five hundred mighty aspirations.

༄། །པད་དཀར་ལྗར་བསྐྱབས་མཚན་ཐོས་སྤྱིར་མི་ལྷོག། །སྟོན་པ་སྤྱགས་རྗེ་ཅན་ལ་ཡུག་འཚལ་ལོ།

**pekar tar ngak tsen tö chir midok      tönpa tukjé chen la chaktsal lo**

You are as exalted as the white lotus; whoever hears your name shall never return to saṃsāra—  
Most compassionate teacher, to you I pay homage!

།བདག་གཞན་སྟོན་གསུམ་དག་ཚོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །ཀུན་བཟང་མཚོད་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ།

**dakshyen go sum gé tsok longchö ché    kunzang chöpé trin du mik né bul**

All my own and others' virtues of body, speech and mind, together with all our possessions, visualized like  
Samantabhadra's offering clouds, I offer to you.

།ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱིག་ལྷུང་མ་ལུས་པ། །སྤྱིང་ནས་འགྲོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས།

**tokmé né sak diktung malüpa    nying né gyöpa drakpö sosor shak**

All the harmful actions and transgressions I have committed throughout beginningless time, each and every  
one I now confess, with intense and heartfelt regret.

།འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་དགེ་བ་ནི།      །དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ།

**pak dang sosö kyewö gewa ni      dü sum sak la jesu yi rang ngo**

In all virtuous actions, of the noble ones and ordinary beings, accumulated throughout the past, present and future, I rejoice.

།ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལེའི་རྩལ།      །ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བསྐོར་དུ་གསོལ།

**zab ching gyaché chö kyi khörlö tsul      chok chur gyün michepar kor du sol**

Turn the Wheel of the profound and vast Dharma teachings ceaselessly and in every direction, I pray!

།བྱིད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ།      །དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི།

**khyö ni namkha tabü yeshe ku      dü sum pogyur mepar shyuk mö kyi**

Your wisdom body is like space, and remains changeless throughout past, present and future.

།གདུལ་བྱའི་སྣང་དོར་སྐྱེ་འཇིག་རྩལ་སྟོན་ཀྱང།      །སྐྱུལ་པའི་གཟུགས་བརྟན་རྟལ་ཏུ་སྣང་བར་མཛོད།

**duljé nang ngor kyé jik tsul tön kyang      trulpé zuk nyen taktu nangwar dzö**

Yet in the perception of those to be guided, you go through the display of birth and death, even so, let your form body continue always to appear.

༄། །བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཚོགས་གྱིས། །མཁའ་ཁྲབ་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྐྱད་དུ།

**dak gi dü sum sakpé gé tsok kyi khakhyab drowa kün la pen ledu**

Through all the virtues I have accumulated in the past, am accumulating now and will accumulate in the future, for the sake of benefitting all beings, who are as infinite as space,

།ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྟལ་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། །ཚོས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག།

**chö kyi gyalpo taktu nyé jé ching chöjé gyalwé gopang tobpar shok**

May you, the sovereign of Dharma, be forever pleased, and may all attain the state of the victorious one, the Lord of Dharma.

།བདག་ཅག་སྒྲིགས་མའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། །སྲུགས་རྗེ་ལྷག་པར་བརྩུང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལས།

**dakchak nyikmé drowa gönmé nam tukjé lhakpar zungwé kadrin lé**

Living beings like us, adrift in this degenerate age, have no guidance and protection. Because of your kindness, caring for us with surpassing compassion,

ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི།      །སྣང་བ་ཇི་སྟེང་བྱིས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད།

**shying dang dü dir rinchen nam sum gyi      nangwa jinyé khyé kyi trinlé nyi**

Every manifestation, in this world now, of the Three Jewels is your enlightened activity.

དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཚོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ཕུ་རུ།      །ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྦྱིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན།

**dechir kyab chok tsungmé chikpu ru      yiché depé nying né soldeb na**

You are then our only refuge, incomparable, supreme, so from our hearts we pray, with total confidence and faith:

སྟོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐལ་བར།      །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བྱུགས་རྗེས་རྗེས་འཛོལ་མཛོད།

**ngön gyi damcha chenpo manyelwar      changchub bardu tukjé jedzin dzö**

Do not neglect the great promises you made in times gone by but hold us, until we attain enlightenment, with your compassion.

ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་དྲག་པོས་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་སྐྱེ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་ཏེ།

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

༄། །ལྷ་མ་སྟོན་པ་བཙམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་  
རྒྱལ་བ་ལྷན་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཚོད་དོ། །རྒྱབས་སུ་མཚོའོ།

**lama tönpa chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye pal gyalwa  
shakya tubpa la chak tsal lo chö do kyab su chi o**

Supreme teacher, bhagavān, tathāgata, arhat, complete and perfect Buddha, glorious conqueror,  
Śākyamuni Buddha, to you I pay homage! To you I make offerings! In you I take refuge!

ཞེས་ཅི་འགྲུབ་དང་། ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་གཟུངས་ནི།

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

ཏད་ཐཱ། ཨོྲ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་དུ་མུ་ན་ཡི་སྣ་དུ།

**teyata om muné muné maha munayé soha**

**TADYATHĀ OṂ MUNE MUNE MAHĀMUNAYE SVĀHĀ**

ཞེས་ཅི་རིགས་དང་། ཨོྃམན་ཚད་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བརྒྱའོ།

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

ཨོྃམུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་རྒྱུ་ན་ཡི་སྐྱུ་རྒྱུ།  
**om muné muné maha munāyé soha**  
OM MUNE MUNE MAHĀMUNAYE SVĀHĀ

།འདི་དག་གི་སྐྱབས་སུ་སློན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ཏེ། དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཡི་གསལ་སྣང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་པ་དང་། གཟུངས་བརྒྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས།

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

༄། །སྟོན་པའི་སྐུ་ལས་ཡི་ཤེས་གྱི་འོད་ཟེར་སྐྱོ་ཚོགས་པའི་སྐྱེང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲིབ་པ་  
 ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ས་ནོན་པར་བསམས་ལ་དེ་ལྟར་ཅི་  
 ལུས་སུ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

**tönpé ku lé yeshe kyi özer natsokpé nangwa chempö dak dang semchen tamché kyi dribpa tam-  
 ché sal shying tekpa chempö lam gyi yönten tsul shyin du kyé té chirmidokpé sa nönpar gyur**

From the Buddha’s body there emanates a great radiance of multi-coloured rays of wisdom light dispelling all our own and others’ obscurations, and causing all the genuine qualities of the Mahāyāna path to arise within us, so that we attain the level of perfection from which we will never return again to saṃsāra.

།ཕུན་མཚམས་རྣམས་སུ་མཐུལ་སོགས་མཚོད་པ་དང་། ཐུབ་བསྟོད་གྱི་རིགས་དང་། སྦྱིང་རྗེ་པད་དཀར། རྒྱ་ཆེར་འོལ་པ། སྐྱེས་རབས་སྐྱོ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་མཚན་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་ལུས་པར་བསྐྱེག་ དགོ་བའི་ཅུ་བ་རྣམས་སྐྱོ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བསྟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།

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



།དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་གྱུར་ནས།།

**gewa di yi nyurdu dak dzogpé sangye drub gyur né**

By this virtue, having swiftly accomplished complete enlightenment,

།འགོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

**drowa chik kyang malüpa dé yi sa la göpar shok**

May I establish all beings without a single exception, at that level.

།བདེ་གཤེགས་སྐས་བཅས་ཀུན་གྱི་བྱུགས་བསྐྱེད་དང་། །མཇུག་པ་སྣོན་ལམ་མཁྱེན་བརྩེ་རུས་པའི་རྣམས།།

**deshek seché kün gyi tukkyé dang dzepa mönlam khyen tsé nüpe tsul**

Just as the sugatas and their heirs aroused bodhicitta, just like their activities, aspirations, wisdom, compassion, and power,

།ལྷ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་འཕྲུལ་ཇི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་འགོ་ཀུན་འགྱུར་བར་ཤོག།

**lamé yeshe gyütrul jidrawa dedra khonar drokün gyurwar shok**

And their magical manifestations of supreme wisdom—may all beings become exactly like that!



། ཅེས་པའང་མི་ཕམ་པས་སོ། །ཨོྲཱ་ཤུ་ཏིཏྲ་བརྗེ་ཡེ་སྐྱུ་དྲུ། མཎྜ་ཡོ། འུ་མྱོ།

*This was composed by Mipham. Om sūtra tiṣṭha vajraye svāhā. Mangalam. Subham.*

ཕྱིར་འགོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བརྗེད་པར་བྱན་པ་དང་། མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱུ་ཡི་འོད་གྱིས་སྤོགས་ཐམས་ཅད་ཉིན་མོ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པའི་དུས་ལྟ་བུར་སྐྱེད་པའི་འདུ་ཤེས་གྱི་ངང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ། དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྱིས་སྟོན་ཇི་ལྟར་སྐྱབས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་ལས་བཅུ་མ་རྟེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་རྣམས་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་རྗེས་སུ་གཞིལ་བའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་དམ་བཅའ་ལྟོད་པ་མེད་པའི་ངང་ནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རུས་སུ་བརྩོན་པ་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཉིད་གྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཅོམ་ཞིག་རིམ་གྱིས་བྱང་རྒྱལ་ཚེན་པོའི་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་སྟོག་པར་འགྱུར་པ་མདོ་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ། ཤོད་དུ་བསྐྱེད་པའི་གཟུངས་འདི་ལ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་། གཟུངས་འདི་རྙེད་པའི་མཐུས་ཤུགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཉིད་སངས་རྒྱལ་ཤིང་། སྐྱུན་རས་གཟིགས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཅོམ་གྱིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཚོགས་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བ་དང་། སྐབས་བསྐབས་པ་ན་བགོགས་མ་མཚིས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་འོཞེས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་སྟོན་པ་ཡི་གོ་སྲིད་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལོན་གཅིག་བརྒྱས་པས་བསྐྱལ་པ་བྱི་བ་ཕྱག་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་བྱས་པའི་སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཚད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུགས་ལ་འགྲུབ་པའི་སྤྲིང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞི་ལྷག་རྣལ་འབྱོར་ལ་རྗེས་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བྱུང་པར་བྱའོ།

*In general, whatever you are doing, whether it is moving, walking, sleeping or sitting, you should constantly remember the*

*Buddha. Even at night, when you go to sleep, consider that the radiance of the Buddha's form illuminates the whole of space in every direction, lighting it up as brightly as during the day. At all times, emulate the buddha's actions from the moment he first generated the mind of awakening, and follow the example of the buddhas and great bodhisattvas of the past, present and future. Maintaining your commitment to precious bodhichitta, without ever allowing it to waver, exert yourself as much as possible in the bodhisattvas' conduct in general, and in the practices of śamatha and vipaśyanā in particular, so as to make meaningful the freedoms and advantages of this human existence. It is said in several sūtras that merely hearing the name of our teacher, the Buddha, ensures that one will gradually progress along the path to great enlightenment, without ever falling back. It is also said that the dhāraṇī revealed above is the source of all the buddhas. It was through the force of discovering this dhāraṇī that the King of Śākya himself attained enlightenment, and that Avalokiteśvara became the supreme of all the bodhisattvas. Through simply hearing this dhāraṇī, a vast accumulation of merit will easily be gained and all karmic obscurations will be purified, and when reciting it, obstacles will not occur. This has been taught in the abridged Prajñāpāramitā. Other teachings say that by reciting this dhāraṇī only once, all the harmful actions you have committed throughout 800,000 kalpas will be purified. They say that it possesses boundless qualities such as these, and is the sacred heart-essence of Buddha Śākyamuni. The way to generate faith and exert oneself in the practices of śamatha and vipaśyanā are explained elsewhere.*

ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་ཚོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དབོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ཚོར་བུ་ནས་བཀའ་ཤིས་པའི་བླ་རྒྱས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱེལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྤོང་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་  
 དབོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེ་འཇིགས་མེད་བདུ་བདེ་ཆེན་ལ་སྟོན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་བཀའ་ཤིས་པའི་བླ་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་སྐྱུར་དུ་བྱུང་བ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་བྱུང་།

། །གི་བཀའ་བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལྷོན་པ་མཚོག་ལ་མི་ཕྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། ཏུས་མཐར་ཚོས་སྐུ་བའི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་མི་ཙམ་འཇམ་  
 དབྱེད་ས་རྒྱ་མཚོས། ཇུ་རྗེ་ཇུ་འཕན་ཕུག་གི་རི་ཞོལ་ཕུན་ཚོགས་ནོར་བུའི་གླིང་དུ། ཀྱུན་ལྡན་ལྷགས་བྱི་གསར་ཚོས་ཚོ་འཕུལ་ཚེན་པའི་ཡར་ཚོས་བརྒྱད་ལ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་འདིས་  
 བསྐྱེད་འགོ་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་དུ་བྱུང་བརྒྱན་མི་ཚད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་འདི་མཐོང་ཐོས་དུན་རེག་གི་འགོ་བརྒྱའི་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ལྷོན་པ་བྱུབ་པའི་དབང་པའི་བྱིན་རླབས་མཚུངས་པ་མེད་པར་  
 མངོན་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག

*The intention to compose this text first arose due to the persistent encouragement of Wön Orgyen Tenzin Norbu, who is a holder of the treasury of threefold training, and who accompanied his request with the offering of auspicious substances. More recently, the same Ön Rinpoche sent Tulku Jikmé Pema Dechen, with gifts of gold and other auspicious substances, saying, “Please finish it quickly.” At the urging of these two great masters, I, Mipham Jamyang Gyatso, a follower of Śākyamuni, who has unshakeable faith in the supreme teacher and is a Dharma teacher in name only during this final age, composed this at Phuntsok Norbüi Ling at the foot of Mount Dza Dorje Penchuk. It was completed on the eighth day of the Month of Miracles in the Iron Rat year.*

*May this benefit the teachings and beings continuously, without interruption, on a marvellous scale, and may all who see, hear, think of, or come into contact with it in any way, truly receive the incomparable blessings of our teacher, the Lord of Sages.*

Translated by Rigpa Translations, with reference to existing versions by Tulku Thondup Rinpoche and the Padmākara Translation Group. Verses marked by a star \* were translated by Lhasey Lotsawa Translations. Sanskrit diacritics and the verses of dedication and aspiration were also added by Lhasey Lotsawa Translations, 2013. This text may be freely reproduced when not for commercial purposes.