



༄༅། །གཙུག་ཏྲོར་གདུགས་དཀར་བསྐྱོམས་བཟླས་
 བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་བསྐོད་པའི་གདམས་པ་བྱ་རྒྱལ་
 བྱུང་གི་རྟ་ཕོ་བཟུགས་སོ། །

The Swift Steed of Garuḍa, King of Birds:¹
 an instruction for traveling to Sukhāvātī, based on the
 visualization and recitation of Uṣnīṣa-Sitātapatrā

BY KARMA CHAKMÉ

ན་མོ་ཤུག་ལུ་ན་ཡེ།

Namo Śākyamunaye!

ཚོ་དཔག་མེད་པའི་ཡུམ་མཚོག་གོས་དཀར་མོ། །རབ་དུ་ཁྲོས་པ་ལྟ་
 མོ་འདི་ཡིན་པས། །བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡི་དོན། །མ་མགོན་ལུ་
 དལ་དམ་ལ་བཏགས་པའི་སྤྱིར། །མུབ་པའི་གཙུག་ཏྲོར་ནས་ནི་ལྟ་
 འདི་སྤྱུལ། །བྱུང་ཁ་སྐྱོག་པར་བཟབ་པ་དེ་ཡི་དོན། །ཞལ་ནས་མ་

1 Here Karma Chakmé draws an analogy between a garuḍa and a stallion. The garuḍa is the fastest among all birds. Thus, mounting the garuḍa is the fastest way that one can travel to Sukhāvātī. Riding the garuḍa is like riding a great stallion or the fastest horse. (Oral clarification by Khenpo Pema Namgyel)



གསུངས་ཐུབ་པའི་གཙུག་ཏྲར་ནས། །མདོ་དང་གཟུངས་ཀྱི་སྐྱ་
 གསལ་གཙུག་ཏྲར་ཟེར། །འདི་ཉིད་བུ་བའི་རྒྱུད་ནི་ཡིན་ནའང། །བྱ་
 རྒྱུད་སྒྲ་མེད་ལྟར་དུ་ཉམས་ལེན་པ། །རྩོམ་འདྲི་དང་རྩོམ་གདམ་པ་
 སོགས། །ལྷོ་མེད་མང་པོས་མཛད་ལྟར་ཉམས་ལེན་བདེ། །དགའ་
 རབ་རྩོམ་རྩོམ་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ནས། །ཁི་མ་མི་ཉར་བརྒྱུད་
 པའི་རྩིང་མའི་ལུགས། །ལྷོ་མེད་ལྟར་འཇམ་ནག་པོའི་གཏེར་མ་དང། །
 ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་
 དབང་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་
 ལྷོ་མེད་ལྟར། །ཉམས་ལེན་བདེ་ཞིང་བྱིན་རྒྱལ་སྐྱབས་ཆེ་བ་འདི། །ནད་
 གདོན་བྱུང་ཀ་གཏད་མནན་སྒྲོག་པ་ལ། །རྩོམ་ལམ་རལ་གྱི་ཉིད་
 དང་མཚུངས། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་བསྐྱོད་འདོད་ན། །བྱ་
 རྒྱུད་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་
 ལྷོ་མེད་ལྟར། །དེ་ལྟར་འདི་ལྷོ་མེད་
 ལྷོ་མེད་ལྟར་ལྷོ་མེད་ལྟར། །

Since the extremely wrathful Sitātapatrā is a form of Pāṇḍarāvasinī, the supreme consort of Amitāyus, this practice will lead to rebirth in Sukhāvātī, realm of great bliss. The mighty sage emanated Sitātapatrā from his crown (uṣṇīṣa), in order to bind the male and female, together with their retainers, under oath. Thus Sitātapatrā emerged as a profound practice for averting harmful forces. Because the dhāraṇī-sutra resounded from the sage's crown (uṣṇīṣa), while his speech remained silent, it was



named uṣṇīṣā. Although the dhāraṇī-sutra is a kriyā-tantra, it has been practiced by many siddhas such as Jetāri and Vajrāsana in the manner of a Highest Yoga tantra. If you follow this practice and thus also practice it like them, it will become very easy for you. It is a practice that condenses the authentic traditions of the Nyingma tantras, as passed from Prahevajra² and Mañjuśrīmitra to Vimalamitra; the terma treasures of Guru Traktung Nakpo; an entire ocean of sadhanas from India; and the many Tibetan practices written by Karmapa Wangchuk Dorjé³ and others. Thus, it is an easy practice and its blessing is great. To practice it is to hold aloft an indestructible vajra sword that can avert disease, obstacles, black magic, evil spells, and all oppressing forces. If you wish to travel to Sukhāvātī, this practice will take you there, mounted on the garuḍa, king of birds. Therefore, make this your daily practice:

ཨེ ཚོས་རྣམས་སྣོ་བསམ་བརྗོད་མེད་སྣོང་པ་ཉིད། །

ah² chö nam masam jömé tongpanyi

A² Phenomena are emptiness, beyond words, thought and description.

ཨོྲྀ་གྲིས་མཚན་པའི་གདུགས་དཀར་ཡོངས་གྱུར་ལས།

|

om gyi tsenpé dukar yong gyur lé

A white umbrella appears, marked with om,

2 Garap Dorjé.

3 The 9th Karmapa (1556-1603).



དྲོན་རྩོགས་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་རང་ཉིད་ནི། །

dren dzok damyé yermé rangnyi ni

and from it, instantaneously perfected through mere recollection,
as samaya- and jñānasattva indivisible,

དོ་རྗེ་གཙུག་ཏྲར་ཕྱིར་སློག་ཆེན་མོའི་སྐུ། །

dorjé tsuktor chirdok chenmö ku

I appear as Vajroṣṇīṣā, the Great Dispeller, with a thousand
heads—

དབུ་སྟོང་མདུན་ཞལ་སྐྱེག་པ་ཉིས་བརྒྱ་དཀར། །

u tong dün zhel gekpa nyipgya kar

in front, two hundred white, mesmerizing, beautiful;

གཡས་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་འཇིགས་རུང་དགོད་པ་སེར། །

yé zhel nyipgya jikrung göpa ser

to the right, two hundred gold, fearsomely laughing;

རྒྱབ་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་དམར་པོ་གཤེད་དང་རྩམ། །

gyap zhel nyipgya marpo shé dang ngam

at the back, two hundred red, furiously raging;



གཡོན་ཞལ་ལྔ་བུ་ཉིས་བརྒྱ་སྟོང་རྗེ་ནི། །

yön zhel jangu nyipgya nyingjé zhi
to the left, two hundred green, compassionately gazing;

སྟོང་ཞལ་སྟོན་པོ་ཉིས་བརྒྱ་དྲག་ལ་གཏུམ། །

teng zhel ngönpo nyipgya drak la tum
on top, two hundred blue, wrathful, ferocious.

དབུ་རེར་དོ་རྗེའི་མཚན་རྟགས་སྐྱུན་གསུམ་གསུམ། །

u rer dorjé tsen tak chen sum sum
Each face has three eyes and is marked with a vajra.

སྐྱ་མདོག་དཀར་ཞིང་སྐྱུན་མིག་བྱེ་བ་འབུམ། །

kudok kar zhing chen mik jewa bum
I am white in color, with a trillion⁴ eyes

བུར་མིག་བསྐྱེད་དང་སྟོན་གླུ་དྲག་ཏུ་གཟིགས། །

zurmik dré dang lok tar drak tu zik
sending side-long glances, wide open and awake, voracious and electric.

4 That is 10 to the power of 12.



གཡས་ཕྱག་ལྔ་བརྒྱ་གཡོན་ཕྱག་ལྔ་བརྒྱ་ཡིས། །

yé chak ngapgya yön chak ngapgya yi
My five hundred right and five hundred left arms

ཐམས་ཅད་བསམ་ཚོད་རལ་གྱི་འབར་བ་ཕྱར། །

tamché sam chö reldri barwa char
all wield blazing swords that cut through thoughts.

ཞབས་གཡས་ལྔ་བརྒྱ་བརྒྱུང་པས་འཇིགས་ཀྱན་མནན།

|

zhap yé ngapgya kyangpé jik kün nen
My five hundred right legs stretch out, extended, stomping
beneath them everything that is frightening.

ཞབས་གཡོན་ལྔ་བརྒྱ་བསྐྱམ་པས་གདོན་ཀྱན་མནན།

|

zhap yön ngapgya kumpé dön kün nen
My five hundred left legs are drawn in, contracted, stomping
beneath them all obstructors.



སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཕྲག་བདུན་ཙོང་པན་འཆང། །

sangyé jewa trak dün chöpen chang

From my head hang silken garlands adorned with seventy million buddhas.

དབུ་གཙུག་གཏུགས་དཀར་བདུན་ནི་བརྟེགས་མར་
འཁོར། །

u tsuk dukar dün ni tsek mar khor

My crown knot is adorned with seven spinning parasols, on top of one another.

བ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་འབར། །

bapu tamché yeshé özer bar

The hairs of my body blaze with the light of primordial wisdom.

ལྗ་རྒྱས་ན་བབའ་ནི་ལྷོའི་རྒྱན་དང་ལྷན། །

lhazé napza zhitrö gyen dang den

My garments are bedecked with ornaments, peaceful and wrathful.

དཔྱལ་བར་རྣམ་སྤང་བྱུགས་ཀར་ཨོྩ་དཀར་པོ། །

trelwar namnang tukar om karmo

In my forehead resides Vairocana; in his heart the white syllable om.



མགྲིན་པར་སྣང་མཐའི་བྱུགས་ཀར་ཨུཾ་དམར་པོ། །

drinpar nang té tukar ah marpo

In my throat resides Amitābha; in his heart the red syllable āḥ.

བྱུགས་སྣང་དྲོད་སེམས་བྱུགས་ཀར་ཧཱུྃ་སྣོན་པོ། །

tuk mé dorsem tukar hum ngönpo

In my heart resides Vajrasattva; in his heart the blue syllable hūṃ.

བྱུགས་དབུས་ལྷ་སྟེང་ཨོྃ་ཡིག་དཀར་པོའི་མཐར། །

tuk ü da teng om yik karpö tar

At my heart centre, upon a moon disc, is an om̐ with surrounding mantra, the syllables all in white;

སྣག་རྒྱུང་འོད་ཀྱིས་སྐྱིབ་བསལ་མཐུ་སྟོབས་རྒྱས། །

ngak treng ö kyi drip sel tutop gyé

and from the mantra garland streams a radiance of light, clearing obscurations and enhancing power and strength.

ཡ་སོ་ཁྲོ་བརུ་མ་སོ་ཁྲོ་མོ་བརུ། །

yasō tro chu maso troma chu

My upper teeth are the ten male wrathful ones and my lower teeth the female ten.



སྐྱ་ར་མེ་དཔུང་རལ་གྱི་ངར་མའི་ལྷོ། །

mara mé pung reldri ngar mé ché

A blazing mass of fire curls around my mouth. My tongue is a sword, razor sharp.

མགོན་པར་ཉི་ཟླ་རང་ལུས་མེ་དཔུང་འབར། །

drinpar nyida rang lü mé pung bar

In my throat reside the sun and moon.

གཞོན་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཞོབ་ཐུལ་བསྐྱེགས་པར་བསམ།

|

nöjé tamché zhop tül sekpar gyur

The blazing inferno of my body burns to ash all harm-doers and obstacle-makers.

དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་སྒོ་ལ་མ་བྱིན་ཀྱང་། དམིགས་པ་བསྐྱོམ་པ་ཁོ་
ནས་ཚོག་པ་སྟེ། བསྐྱོམས་པ་ཅམ་གྱིས་མནན་གཏད་ངག་མནན་
སོགས། གྲོལ་པ་གུ་རུ་ལྷག་འཕྱང་ནག་པོས་གསུངས། །འདི་ནི་ངག་
རྒྱ་འདོན་པ་གལ་ཆེའོ། །

Although you may lack actual realization, it is sufficient simply to practice the above visualization. As Guru Traktung Nakpo explains, simply practicing this will free one from oppression, sorcery, spells, and the like. Thus, reciting it is of great importance.



ཧཱུྃ རོ་རྗེ་གཙུག་ཏྲར་ཕྱིར་སྐྱོག་པ་ཆེན་མོ། །

hum, dorjé tsuktor chirdokpa chenmo
Hūm! Vajroṣṇīṣā, mighty Great Dispeller,

ཕྱག་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

chak tong ngawa chenmo
great goddess with a thousand arms,

དབུ་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

u tong ngawa chenmo
great goddess with a thousand heads,

སྤྱན་བྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

chen jewa gya tong ngawa chenmo
great goddess with a trillion eyes,

རོ་རྗེ་མི་ཕྱེད་འབར་བའི་མཚན་རྟགས་ཅན། །

dorjé miché barwé tsentak chen
you who are named Blazing Indestructible Vajra,



དོ་རྗེ་ཡངས་པ་ཆེན་པོས་ས་གསུམ་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་
མངའ་མཛད་མ།

dorjé yangpa chenpö sa sum gyi kyilkhor la nga dzema
Vast Expansive Vajra, ruler of the three plains of existence—

ཀུན་ནས་བདག་ཅག་མི་ཚོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་ཉིན་དང་མཚན་དུ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །

küné dakchak mi nor khor dang chepa tamché la nyin
dang tsen du sung du söl

I pray to you, protect our families, our friends, wealth, and
possessions, both day and night!

ཏཱ་ཐྱ། ཨོ་ཨ་ན་ལེ་ཨ་ན་ལེ། བི་ཤ་དེ་བི་ཤ་དེ། བི་
རེ་བི་རེ། བཛྲ་ཏྲ་ཏི། བཛྲ་བཛྲ་ཏི། བཛྲ་ཤུ་ཏི་ཏྲུྱ་ཏྲུྱ།
ཕྱེ་ཕྱེ་སྐྱེ། ཏྲུྱ་ཏྲུྱ་བཛྲ་ཕྱེ། མ་མ་རྒྱ་རྒྱ་སྐྱེ།

teyata, om analé analé, bikadé bikadé, bai ré bai ré,
bendza dhari, bendha bendha ni, bendza pani hum hum
pé pé soha, hum drum bendha pé, mama raksha raksha
soha



བདག་དང་བསྐྱུང་བྱའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མཉན་པ་
 དང་བཅིངས་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱེས་ཕྱེས་ཁྲོལ་ཁྲོལ། མན
 ཉ་པ་དང་བཅིངས་པ་དང་བསྐྱུམས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་
 ཡ་པ་རྒྱ་ཡ་སྒྲུ། ཞི་བ་ལྷནྱི་ཀུ་རུ་ཡེ་སྒྲུ།

**dak dang sungjé lü ngak yi sum nenpa dang chingpa
 tamché ché ché tröl tröl, nenpa dang chingpa dang
 dampa tamché sarva apanaya soha, zhiwa shantim
 kuruyé saha**

As for all oppression and binding forces of body, speech, and
 mind, both my own and those of all who need protection: break
 them, break them! Stop them, stop them! Drive away all
 oppressive, binding, chaining forces! *Sarva apanaya svāhā!*
 Pacify them utterly! *Śāntiṅ-kuruye svāhā!*

ཞེས་པའི་བར་དེ་རབ་བདུན་འབྲིང་ལྔ་དང་། ཐ་མ་ཚར་གསུམ་ཙམ་
 བྱི་བཟླ་དཔའི་རྗེས། ལྷིང་པོ་དང་ནི་ཉེ་ལྷིང་སྐྱགས་འདི་གཉིས། རང་
 གི་གང་མོས་བསྐྱེན་པ་ཅི་འགྲུབ་བྱ།

*Recite this at best seven times, at middling five times or at the very least
 three times. After that, recite the essence and quintessence mantras, as you
 please and are able.*

The essence mantra:



ཨོཾ་ས་ར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨུ་ཤྲི་ཤ་ཧཱུྃ་པཌ། ཧཱུྃ་མ་མ་ཧཱུྃ་ནི་སྐྱ་ཏྲ།
སྙིང་པོའོ། །

om sarva tathagata ushnisha hum pé, hum mama hum ni saha

The quintessence mantra:

ཨོཾ་མ་མ་ཧཱུྃ་ནི་སྐྱ་ཏྲ། ཉེ་བའི་སྙིང་པོའོ། །

om mama hum ni soha

འདི་ལྟར་བསྐྱོམས་བཟུངས་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

|

ditar gom dé jepé sönam kyi

Through the merit of this meditation and recitation,

མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བར་གྱུར་མ་ཐག །

mi tsang lü di borwar gyur ma tak

as soon as we have discarded this unclean body,

བདེ་བ་ཙན་དུ་བརྟུངས་ཏེ་སྐྱེ་བར་ཤོག །

dewachen du dzü té kyewar shok

may we miraculously take birth in Sukhāvātī, realm of great bliss!



སྐྱེས་མ་ཐག་དུ་ས་བཅུ་རབ་བཞོན་ནས། །

kyé ma tak tu sa chu rap drö né

As soon as we are born there, having traversed the bhūmis,

སྤྱལ་པས་ཕྱོགས་བཅུར་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག། །

trülpé chok chur zhendön jepar shok

may we send our emanations in all directions, to benefit beings!

དེ་ནས་སྐྱོམ་མཁན་སེམས་ལ་རྩིག་གེར་བཟུ། ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ངང་
དུ་ས་ལེར་བཞག་རྒྱན་དུ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་མ་བསལ་གྱང། ལྷ
གས་ཐུང་གཉིས་པོ་སྦྱོད་ལམ་ཀུན་དུ་འདོན། །

Then look, vivid and awake, at the mind of the meditator. Rest within the clarity in which there is nothing whatsoever to see. Even if you cannot focus on this practice on a daily basis, continuously recite the two short mantras throughout all your daily activities.

ཀྱེ་མ་ཚེ་སྡོན་བསོད་ནམས་དམན་པའི་མཐུས། ཟོས་པ་མེད་པའི་
དོམ་ཡིག་ཟེར་བའི་དཔེ། བྱས་པ་མེད་ཀྱང་གཏད་ཡིག་ནང་དུ་ཐེབས།
བན་བོན་མང་པོའི་མཐུ་གཏད་ཞབས་སུ་སོང། ན་ཚ་རྒྱན་ངན་མང་
པོས་རྒྱན་དུ་མནར། འཆི་བ་དྲན་ཅིང་དམ་ཚོས་འདོད་ན་ཡང། དམ་
ཚོས་ཚུལ་བཞིན་སྦྱོད་པའི་སྐྱལ་བ་མེད། ནམ་འཆི་ཆ་མེད་འཆི་བ་
སྐྱོག་ཐབས་མེད། ཤི་ནས་གར་འགོ་ཆ་མེད་ཨ་ཙ་མ། རིགས་དུག་



གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆེ། དེ་འདྲ་ཡིད་ལ་བྲན་མཁའ་ན་མི་ཡོད་
ན། གང་མས་པ་འདི་ལ་རྒྱན་དུ་བྱུགས་དམ་མཛོད།

Kyema! We have but little merit from past lives! And so, with neither loan nor any use of money, still we are forced to repay the debt. Black magic and sorcery hold us in their sway, conjured by Buddhist and non-Buddhist alike. Disease and adversities continuously torment us. Although we reflect on death, and yearn for the sacred Dharma, we lack the good fortune to act in accordance with the Dharma. We do not know when death will come, and we have no means of averting it. Alas! We will never know where next we'll be born. Great suffering awaits us, wherever we take birth amongst the six classes of beings. For anyone to whom these thoughts occur, this practice and instruction should be taken as a daily commitment.

སྤོན་ཚེ་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་འུ་བཙན་གྱིས། མཐའ་དབུས་མཁས་པ་
བརྒྱ་ཙུ་གདན་བྲངས་ནས། བཀའ་འགྱུར་བསྟན་འགྱུར་ཐམས་ཅད་
བོད་དུ་བསྐྱུར། དེ་དུས་རྒྱལ་པོའི་སྐུ་རིམ་བྱད་ལྗོག་ལ། བཀའ་གྱུར་
ནང་ནས་འདི་ལས་ཟབ་མ་རྟེན། རྒྱལ་པོའི་སྐུ་རིམ་བྱད་ལྗོག་འདི་ལ་
བྱས། རྒྱ་གར་ལྷ་སྟགས་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཤང་དང། བོད་ཀྱི་བོན་པོ་ཀུན་
ཀྱང་གཞོན་མ་རུས། དུས་ཕྱིས་སོག་པོ་ཨོ་རོད་རྒྱལ་པོ་དེས། འདི་ལ་
རྒྱན་དུ་བྱུགས་དམ་འལ་དོན་མཛོད། ཀར་བསྟན་ཙུང་ནས་བརྒྱགས་
ཀྱང་གཞོན་མ་རུས། དེ་ཕྱིར་བྱད་ལྗོག་འདི་ལས་ཟབ་པ་མེད།

In the past, King Trisong Detsen invited a hundred scholars from far and wide to translate into Tibetan the Collected Words of the Buddha, along with the commentaries. For them, there was no practice more profound



than this in protecting the King and averting black magic. When this practice was performed as such, all the heretics of India, Hashang and his Chinese followers, and all the shamans of Tibet were unable to harm the King. And later, when the Oriat Mongols invaded Tibet, obliterating ruthlessly the Karmapa's teachings, because of their daily recitation of the Sitātapatrā practice, no harm or detriment came down upon the Tibetans.⁵ Therefore, there is no practice more profound than this for averting black magic.

གཞན་ཡང་འདི་ཡི་གཟུངས་ནས་གསུངས་པའི་དོན། འིན་ཏུ་བསྐྱུས་
 ཏེ་ཚོགས་སུ་བཅད་སྣེ་ན། སངས་རྒྱལ་བྱེ་བ་གངས་མེད་དུ་མ་ཡི། བྱི
 བ་རྒྱལ་བ་སོད་ནམས་རང་གིས་ཐོབ་པར་གསུངས། མཚམས་མེད་
 ལྷ་དང་ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་རྣམས། ཐམས་ཅད་མ་ལུས་བྱང་ཞིང་དག་
 པར་འགྱུར། རང་གི་ཚོ་དང་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཆེར་འཕེལ། བམ་
 ཞིག་འདི་ནས་འཆི་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་
 བར་གསུངས། ཚོ་འདི་འི་རྒྱུན་སྒྲོག་ཕྱི་མ་ཞིང་ཁམས་ཐོབ། ཕྱིར་མི་
 ལྷོག་པ་གཏན་གྱི་འདུན་མ་སྟེ། རྣོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་ཐག་
 ཉིབ།

⁵This is a reference to the invasion of the Oriat Mongols to Tibet in the years 1641-1642 under the leadership of Güshi Khan (1582-1655). Although claiming to be Buddhist, they became enemies of the Kagyü school and attacked the Kagyü monasteries. Although the invaders engaged in such violent actions, nevertheless no harm came to them, because they practiced Sitātapatrā. Thus Karma Chakmé states that the practice of Sitātapatrā is so powerful that even if enemies practice it they will be protected. (Oral clarification by Khenpo Pema Namgyel)



If you recite this practice, the condensed meaning of the dhāraṇī, you will obtain the merit and blessings of infinite numbers of buddhas. All without exception will be cleansed and purified—all karmic obscurations, and the five crimes with immediate retribution. Your life-span and merit will increase and flourish, and, immediately after passing, you will take birth in Sukhāvātī. Thus the adversities of this life will be averted and you will reside in pure realms in lives to come. Hence, perfect buddhahood, the irreversible and ultimate goal, will be close at hand.

འདི་འདྲ་རང་དང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་སྱིད། རྣ་གཡ་ཨ་སྤྱིས་གཞུང་དང་
 མན་ངག་བསྐྱབས། པདྨ་མཐར་ཕྱིན་ཞེས་བྱས་ཡི་གེར་བྲིས། འདི་
 ལ་སྤྲུགས་སྐྱེ་མ་དག་འགལ་འཁྲུལ་སོགས། མཆིས་ན་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་
 ལྡན་རྣམས་ལ་བཤགས། དག་བས་འགྲོ་ཀུན་བར་ཆད་ཀུན་ཉི་ནས།
 ཕྱི་མ་བདེ་ཆེན་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག སྐྱེ་ནས་གཞན་དོན་དཔག་མེད་
 འགྲུབ་པར་ཤོག །

I, Rāga Asya, for the benefit of myself and others, compiled this practice that brings together the root text and the pith instructions. It was transcribed by Pema Tarchin. Any errors that are here, such as misspelled mantras, I confess them before those with the wisdom eye. Through this merit, may the obstacles of all beings be pacified, and may they take rebirth in Sukhāvātī! Once there, may they accomplish the immeasurable benefit of others!



། གདུགས་དཀར་བསྐྱོག་པ་ནི།

The White Umbrella Reversal

བཙམ་ལྷན་གདུགས་དཀར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས། །

chomden dukar lha tsok nam

Deities of the Bhagavāti White Umbrella—

མཐུ་སྟོབས་ཐོགས་པ་མི་མངའ་ཞིང། །

tutop tokpa mi nga zhing

through your power that knows no limits,

བྱགས་རྗེ་སྟོན་ལམ་མཐུ་བཙན་པས། །

tukjé mönlam tu tsenpé

and through the strength of your compassion and aspirations,

བདག་གིས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བ་བཞིན། །

dak gi jitar sölwa zhin

accomplish what we request of you!

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བ་དང། །

sangyé tenpa darwa dang

May the Buddhadharma spread



སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྷན་པར་མཛོད། །

semchen dé dang denpar dzö
and may sentient beings be happy!

རྒྱ་སྤྱོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །

gyujor yöndak khor ché kyi
For the patrons and their retinues,

ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་བསྐྱོག་ཏུ་གསོལ། །

chak ché nyam nga dok tu söl
reverse all potential accidents and fear!

མི་ལམ་མཚན་མ་ངན་པ་སྐྱོག། །

milam tsenma ngenpa dok
Avert all bad dreams and bad omens!

ཏྱགས་དང་ཏྱེན་འབྲེལ་ངན་པ་སྐྱོག། །

tak dang tendrel ngenpa dok
Reverse bad signs and inauspiciousness!

དག་འདྲེ་བསམ་སྤྱོར་ངན་པ་སྐྱོག། །

dra dré samjor ngenpa dok
Confound the evil plans of enemies and demons!



ལྷས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞི་སྒྲོག། །

té ngen gyé chu tsa zhi dok

Reverse the eighty-four bad omens!

ཡེ་འདྲོག་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་སྒྲོག། །

yé drok sumgya drukchu dok

Reverse the three hundred and sixty *yedrok*!⁶

ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཙ་བཞི་སྒྲོག། །

né rik zhigya tsa zhi dok

Avert the four hundred and four types of illness!

བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་སྒྲོག། །

gek rik tongtrak gyechu dok

Reverse the eighty thousand obstructors!

དུས་མིན་འཆི་བ་རྣམ་བརྒྱད་སྒྲོག། །

dümin chiwa nam gyé dok

Reverse the eight types of untimely death!

⁶Yedrok (*ye 'drog*) are a type of obstacle-creating spirit.



ཡས་ཀྱི་བདུད་དུ་གཡོས་པ་ལློག། ।

yé kyi dü du yöpa dok

Reverse the movements of demons from above!

མས་ཀྱི་སྲི་རུ་ལངས་པ་ལློག། ।

mé kyi si ru langpa dok

Reverse the uprising of devils from below!

དཔལ་བའི་གཤེད་དུ་བསྐོས་པ་ལློག། ।

trelwé shé du köpa dok

Reverse the forces rebelling against destiny!

ཕ་མེས་དུར་སྲི་ལངས་པ་ལློག། ।

pamé dursi langpa dok

Reverse disputes between ancestors and descendants!

མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ་ལློག། ।

mi la né du tongwa dok

Reverse diseases of humans from curses!

ཕུགས་ལ་གོད་ཁ་བྱེད་པ་ལློག། ।

chuk la gökha jepa dok

Reverse forces causing harm to livestock!



གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ཐེབས་པ་ལློག། ।

nam gyi delkha tepa dok

Reverse the descent of calamities from space!

ས་ཡི་དུག་མདའ་གཡོས་པ་ལློག། ।

sa yi dukda yöpa dok

Reverse the paths of earthly arrows of poison!

སླེ་བ་སྤར་ཁ་ངན་པ་ལློག། ।

mewa parkha ngenpa dok

Reverse the unfavorable calculations of the gods of astrological squares and trigrams!⁷

སྐྱེག་དང་ཕུང་སྤྱི་ལངས་པ་ལློག། ।

kek dang pungsi langpa dok

Reverse the arising of periodical hindrances and agitations!

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་བལྟོག་གུར་ཅིག། ।

mitün chok kün dok gyur chik

Reverse all adverse conditions!

ཅེས་ཐལ་དེབ་བྲ། གུབ་ཆེན་ལས་ཀྱི་དོ་རྗེས་སོ།། ॥

⁷Astrological squares (*mewa, sme ba*) and trigrams (*parka, spar kha*) are designs in the astrological charts associated with methods of divination in Chinese astrology, as practiced in Tibet.



While reciting the above, clap your hands. This was composed by the mahāsiddha Lekyi Dorjé.

Lhasey Lotsawa Translations (trans. Laura Dainty, Stefan Mang; ed. Libby Hogg), 2017. Revised 2018, with thanks to Adam Pearcey, Peter Woods, and Han Kop.