



ཨ་ཀར་ཏེ་ཅེན་ཇམ་སེལ་ལྷིང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創古中心

༄

ཁྱོད་སྤྱོད་གི་སྒོར་རྣམས་བཞུགས་སོ།།

Pertaining to Mind Training

LOJONG



ཨ་ཀར་ཏེ་ཅེན་ཇམ་སེལ་ལྷིང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創古中心



།དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

PAL DEN TSA WAY LA MA RIN PO CHHE

Glorious and precious Root Lama, seated on the lotus and moon seat on the crown of my head, through your great kindness,

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

KA DRIN CHHEN PO'I GO NE JE ZUNG TE

having accepted me as your disciple, please bestow upon me the enlightened accomplishments of your body, speech, and mind.

།བདག་གི་སྦྱི་བོར་པད་ལྷའི་གདན་བཞུགས་ལ།

DAG GI CHI WOR PAY DAY DEN ZHUK LA

།སྦྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་འགྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།

KU SUNG THUK KYI NGÖ DRUB TSAL DU SOL



ཨ། ཀུམ་ཏེཅེན་ཇམ་ཐང་གཞི་ལྷོང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創古中心



ཁོ་བོ་ཡབ་སྐུ་གེ་སྐུ་བསྟན་པ་ནི།

Praises of Atisha and His Spiritual Sons



ཨ། ཀུམ་ཏེཅེན་ཇམ་ཐང་གཞི་ལྷོང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創古中心

༄༅། རྫོག་ཡབ་སྲས་ཀྱི་སྐུ་བསྟན་པ་ནི།

Praises of Atisha and His Spiritual Sons:

ཨོྲ་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

OM DE LEK SU GYUR CHIK

Om. May all be happy and excellent!

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་འཆོ་འབྱུངས་པའི་རྒྱུ།

JANG CHHUB SEM PA ZHI TSHO THRUNG PAY GYÜ

in the family of the bodhisattva Shantarakshita—

།གཟུགས་མཛེས་ཡིད་འོང་གེས་རབ་སྙིང་བརྩེར་ལྡན།

ZUK DZE YI ONG SHE RAB NYING TSER DEN

and possessed a beautiful form, wisdom, compassion,

ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བ་རྩི་ག་ལ་ཡི་ཡུལ།

PHUN SUM TSHOK PA BHAM GA LA YI YUL

Born in the abundant land of Bengal,

།མར་མེ་མཛད་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

MAR ME DZAY PAY ZHAB LA SOL WA DEB

to the feet of Dipankara, I pray.

།དུལ་ཞིང་རྒྱུད་འཇམ་ཐབས་མཁས་སྙིང་སྟོབས་ཆེ།

DUL ZHING GYÜ JAM THAB KHE NYING TOB CHHE

a tame and gentle disposition, skill-in-means, and bravery—

།ཆོ་རིགས་བཅུན་པ་བ་ཟ་རྟོར་རྒྱལ་པོའི་རིགས།

CHHO RIK TSUN PA ZA HOR GYAL PO'I RIK

to the noble royal lineage of Zahor,

།ཡབ་དང་ཡུམ་ལ་སྤྲི་ཞུ་མཁས་ཤིང་གུས།

YAB DANG YUM LA SI ZHU KHE SHING GÜ

You respected your father and mother,

།མར་མེ་མཛད་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

MAR ME DZAY PAY ZHAB LA SOL WA DEB

to the feet of Dipankara, I pray.

༡༡། །འཇིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་དང་།

JIK TEN LUK KYI TEN CHÖ MANG PO DANG

You mastered many worldly treatises,

།མར་མེ་མཛད་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

MAR ME DZAY PAY ZHAB LA SOL WA DEB

to the feet of Dipankara, I pray.

།དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་སྡེ་བའི་དགེ་སློང་མཛད།

GEN DUN PHAL CHHEN DE WAY GE LONG DZAY

and became a monk of the Mahasamghika sangha—

།བཟོ་དང་གསོ་བ་སྐྱུ་རྩ་ལ་སྣ་ཆོགས་དང་།

ZO DANG SO WA GYU TSAL NA TSHOK DANG

handicrafts, medicine, art,

།འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་།

DÖ PAY YON TEN NAM LA MA CHHAK SHING

Unattached to sense pleasures,

།མར་མེ་མཛད་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

MAR ME DZAY PAY ZHAB LA SOL WA DEB

to the feet of Dipankara, I pray.

།རིག་བྱེད་ཀུན་ལ་མཁས་ཤིང་གོམས་བ་ཡི།

RIK JE KUN LA KHE SHING GOM PA YI

the Vedas, and so forth—

།རྒྱལ་སྤིང་འབྱོར་བ་སྤུན་ཆོགས་སྤངས་ནས་ཀྱང་།

GYAL SI JOR PA PHUN TSHOK PANG NE KYANG

you abandoned the wealth and abundance of the kingdom,

།འདུལ་བའི་སྡེ་སྣོད་སྡེ་བཞི་ལས་གསུངས་པའི།

DUL WAY DE NÖ DE ZHI LE SUNG PAY

You upheld the precepts of the Sugata,

ཁད་བར་གཤེགས་པའི་བསྐྱབ་པ་བཅས་པ་ལ།

DE WAR SHEK PAY LAB PA CHE PA LA
presented in the four sections of the Vinaya.



ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་མཁས་པ་མང་བསྟེན་ནས།

YONG SU DZIN PAY KHE PA MANG TEN NE
Studying under many scholarly masters,

དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

PAL DEN AH TI SHA LA SOL WA DEB
to the glorious Atisha, I pray.

ཉེས་པའི་སྒྲོན་གྱིས་མ་གོས་རྣམ་པར་དག

NYE PAY KYON GYI MA GÖ NAM PAR DAG
Untainted by faults and completely pure—

སྟེ་སྟོང་གསུམ་དང་སྒྲ་དང་ཚད་མ་དང་།

DE NÖ SUM DANG DRA DANG TSHAY MA DANG
you became vastly learned in the Three Baskets,

གསེར་གླིང་རྒྱ་བོ་ས་སྒྲོང་བླ་མ་ལས།

SER LING GYA WO SA KYONG LAMA LE
From the lama of the king of Sumatra,

དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

PAL DEN AH TI SHA LA SOL WA DEB
to the glorious Atisha, I pray.

མན་ངག་རྒྱན་ལ་མཁས་གིང་མཁྱེན་པ་རྒྱས།

MEN NGAK KUN LA KHE SHING KHYEN PA GYE
grammar, logic, and oral instructions—

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་རྩི་སྒྲན་བླངས་ནས།

JANG CHHUB SEM KYI DÜ TSI MEN LANG NE
you received the medicinal nectar of bodhicitta,

༄༅། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་པར་མཛད་པ་ཡི།

DRO WA KUN LA PHEN PAR DZAY PA YI
and brought benefit to all beings—

།རབ་རྩ་མང་ལ་སྤྱིང་ནས་བརྩེ་བ་ཡིས།

RAB TU MANG LA NYING NE TSE WA YI
destitute and suffering sentient beings,

།བྲུབ་པ་བརྟེས་པའི་སྤྲ་མ་དམ་པ་ལ།

DRUB PA NYE PAY LAMA DAM PA LA
From holy realized lamas,

།དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

PAL DEN AH TI SHA LA SOL WA DEB
to the glorious Atisha, I pray.

།འཇིག་རྟེན་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མིར་བཅས་པའི།

JIK TEN LHA DANG LHA MIN MIR CHE PAY
you are the protector of gods, demi-gods and humans.

།ཡི་དམ་ལྷ་ཡི་མངོན་རྟོགས་ལུང་མཐོས་ནས།

YI DAM LHA YI NGON TOK LUNG NÖ NE
you received the yidam deity practice and the oral transmission.

།སེམས་ཅན་ཕོངས་གིང་གིན་རྩ་སྤྲུག་བསྐུལ་བ།

SEM CHEN PHONG SHING SHIN TU DUK NGAL WA
With heartfelt loving-kindness for the countless

།སྟོབ་པ་ཡབ་གཅིག་སུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

KYOB PA YAB CHIK PU LA SOL WA DEB
To the sole father, I pray.

།བསྐྱབ་པ་རྩེ་གཅིག་སྤྱིང་པོར་མཛད་པ་ཡིས།

DRUB PA TSE CHIK NYING POR DZAY PA YI
Through whole-hearted one-pointed practice,

ལུང་བསྟན་ཐོབ་པར་གྱུར་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LUNG TEN THOB PAR GYUR LA SOL WA DEB

You fulfilled the prophecy—to you I pray.

སྒྲེ་པ་མི་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱ་མ་མཛད།

DE PA MI CHHEN NAM KYI LAMA DZAY

and became the lama of rulers and leaders.

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡོད་པར་གྱུར་གྱང་ནི།

SANG GYE TEN PA YÖ PAR GYUR KYANG NI

even if the Buddha's teachings were present,

འདུལ་བྱ་བོད་དུ་ཡོད་པར་དགོངས་ནས་ནི།

DUL JA BÖ DU YÖ PAR GONG NE NI

Realizing that there were disciples in Tibet,

མཆོད་ཅིང་བཀྱར་འོས་བྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

CHHÖ CHING KUR Ö KHYÖ LA SOL WA DEB

To you worthy of worship and respect, I pray.

ཡལ་ཆེར་བབ་མོའི་དོན་ལ་སྤྲོད་སྟུང་པས།

PHAL CHHER ZAB MO'I DON LA MONG GYUR PE

most would remain confused about its profound meaning.

ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་བྱོན་ནས་གྱང་།

KHA WA CHEN GYI JONG SU JON NE KYANG

you came to the Land of Snows,

མཁས་མཆོག་བྱོད་འདྲ་བོད་དུ་མ་བྱོན་ན།

KHE CHHOK KHYÖ DRA BÖ DU MA JON NA

If a supreme scholar like you did not come to Tibet,

ལེགས་པར་སྟོན་མཛད་བྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LEK PAR TON DZAY KHYÖ LA SOL WA DEB

To the one who taught well, I pray.

༄༅། །བསྟན་བཅོས་སྒྱུར་དང་བསྒྱུར་བེན་འཛུལ་པ་དང་།

TEN CHÖ GYUR DANG GYUR ZIN CHHÖ PA DANG

You translated treatises, revised them,

།བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

TEN PA GYE PAR DZAY LA SOL WA DEB

To the one who spread the teachings, I pray.

།རིགས་པས་ཚར་བཅད་ཐར་པའི་ལམ་ལ་བཀོད།

RIK PE TSHAR CHAY THAR PAY LAM LA KÖ

demons, believers of Ishvara, heretics, and adherents to incorrect philosophical tenets. To the supreme captain for those desiring liberation, I pray. Over many lives, again and again, you familiarized yourself

།དེ་ཉིད་འཆད་དང་རང་གིས་ཚུམ་པ་དང་།

DE NYI CHHAY DANG RANG GI TSOM PA DANG

explained them, and composed some yourself;

།ལྟ་ངན་ལ་ཞེན་ལོག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས།

TA NGEN LA ZHEN LOK PAY LAM LA ZHUK

Through logic, you completely annihilated and established on the path to liberation,

།ཐར་འདོད་དེད་དཔོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

THAR DÖ DE PON CHHOK LA SOL WA DEB

།ཡང་དག་ལམ་ལ་སློབ་མ་འབྲིད་མཛད་པའི།

YANG DAG LAM LA LOB MA THRI DZAY PAY

you guided disciples on the completely pure path.

།བདུད་དང་དབང་ལྷག་མུ་སྟེགས་གྲུབ་མཐའ་ངན།

DÜ DANG WANG CHHUK MU TEK DRUB THA NGEN

those who entered the repulsive path of wrong views,

།སྦྱིན་དང་ཚུལ་བྲིམས་བཟོད་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་།

JIN DANG TSHUL THRIM ZÖ DANG TSON DRÜ DANG

with

ཁ་སེམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཕ་རོལ་སྤྱན་པ་དུག

SAM TEN SHE RAB PHA ROL CHHIN PA DRUK
the six paramitas of generosity, moral discipline,

མཁོ་བ་སྤྱན་དང་སྒྲན་པར་སྤྱོད་པ་དང་།

KHO WA JIN DANG NYEN PAR MA WA DANG
You provided necessities, spoke gently,

གཞན་དོན་ལྷན་མཛད་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ZHEN DON LHUN DZAY KHYÖ LA SOL WA DEB
you worked spontaneously for the sake of others--to you I pray.

སྤྱི་བ་དུ་མར་ཡང་ཡང་གོམས་པ་ཡི།

KYE WA DU MAR YANG YANG GOM PA YI
patience, diligence, meditative concentration, and wisdom.

འཇིག་རྟེན་དོན་མཐུན་གདུལ་བྱའི་དོན་སྤྱོད་པ།

JIK TEN DON THUN DUL JA'I DON CHÖ PA
and acted for the sake of disciples in accord with mundane ways.

དད་དང་རྩྱལ་བྲིམས་ཐོས་དང་གཏོང་བ་དང་།

DAY DANG TSHUL THRIM THÖ DANG TONG WA DANG
You are rich with the seven jewels:

ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

TSHOK NYI YONG SU DZOK LA SOL WA DEB
To the one who has completely perfected the two accumulations, I pray.

བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ཡི་དབལ་འབྱོར་གྱིས།

DU WAY NGÖ PO ZHI YI PAL JOR GYI
Through the wealth of the four means of gathering disciples,

ཤེས་རབ་བྲེལ་ཡོད་ངོ་ཚ་ཤེས་པ་སྟེ།

SHE RAB THREL YONG NGO TSHA SHE PA TE
faith, moral discipline, knowledge, generosity,

༄༅། འོར་བདུན་དག་གིས་ལྷན་པར་གྱུར་པ་ཡི།

NOR DUN DAG GI CHHUK PAR GYUR PA YI

wisdom, modesty, and a sense of shame.

རྒྱལ་པའི་འབྲུང་གནས་རིང་ནས་འོངས་པའི་ཆོ།

GYAL WAY JUNG NE RING NE ONG WAY TSHE

the supreme disciple Gyelwé Chungné was coming from afar.

མ་ག་རྟ་ནས་སློབ་མ་གྱས་པ་ཡིས།

MA GA HA NE LOB MA GÜ PA YI

When disciples at Magadha, through devotion,

ཡོན་ཏན་འབྲུང་གནས་བྱིད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

YON TEN JUNG NE KHYÖ LA SOL WA DEB

To the source of qualities, I pray.

ཡུ་པ་སི་ཀས་ད་རིང་སླེབ་བོ་ཞེས།

AU PA SI KE DA RING LEB WO ZHE

At that time, you said, "An *upāsaka* will arrive today."

སིལ་སྟན་དགྲོལ་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་སྐད།

SIL NYEN TROL ZHING SOL WA TAB PAY KAY

played the cymbals and prayed,

སློན་ཆོ་སློན་ལམ་བཏབ་པའི་སློབ་མ་མཆོག།

NGON TSHE MON LAM TAB PAY LOB MA CHHOK

Due to aspirations made in the past,

ལྷ་མིག་མངོན་ཤེས་མངའ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LHA MIK NGON SHE NGA LA SOL WA DEB

To you with the divine eye and clairvoyance, I pray.

ཁོད་དུ་གསན་ནས་འབྲོམ་ལ་སྟན་པ་ལས།

BÖ DU SEN NE DROM LA DREN PA LE

you heard it in Tibet, and told this to Dromtön.

ན་བའི་མངོན་ཤེས་མངའ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

NA WAY NGON SHE NGA LA SOL WA DEB

To you with the divine ear, I pray.

ཕྱག་རྟེན་ཕུལ་ནས་མཁའ་ལ་བསྐྱོར་བ་མཛད།

CHHAK TEN PHUL NE KHA LA KOR WA DZAY

You made offerings and circumambulated.

མཁའ་འགྲོས་གཏེར་ཁ་སྤེལ་སྤྱོད་ལ་གཏད།

KHAN DRÖ TER KHA CHHE NE KHYÖ LA TAY

The dakinis opened and entrusted the treasure to you.

ལྷ་སར་ལྷ་ཡི་རོལ་མོ་གྲགས་པ་ལས།

LHA SAR LHA YI ROL MO DRAK PA LE

In Lhasa, when you heard the music of the gods,

རྩ་འཕྱུལ་མངོན་ཤེས་མངའ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DZU THRUL NGON SHE NGA LA SOL WA DEB

To you with the clairvoyance of miracles, I pray.

ཤུག་མུ་ནིའི་འཇའ་ས་ཁྱོད་ཀྱི་དྲིན།

SHAK KYA MU NI'I JA SA KHYÖ KYI DRIN

Shakyamuni's heir, you are kind.

ལྷུར་དུ་བྱོན་ནས་བར་སྒྲུང་ལྷ་ཚོགས་ལ།

NYUR DU JON NE BAR NANG LHA TSHOK LA

you came swiftly to the gods assembled in the sky.

གང་དུ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཆེམས་གཏེར་དུ་སྤེལ།

GANG DU GYAL PO'I KA CHHEM TER DU BE

In the location where the king's testament was hidden,

ཇི་བོ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

JO WO KA DRIN CHEN LA SOL WA DEB

To the kindness of Lord Atisha, I pray.

༄༅། །ས་བདག་ནད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་མི་རྣམས་ལ།

SA DAG NAY KYI ZIN PAY MI NAM LA

Through constantly protecting the lives of individuals

།ལྷ་སྐྱབ་གཉིས་པར་གྲགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LU DRUB NYI PAR DRAK LA SOL WA DEB

To the one renowned as the second Nagarjuna, I pray.

།རིན་ཆེན་སྣ་ལྔའི་མེ་ཏོག་ཆར་བ་ཕབ།

RIN CHHEN NA NGAI ME TOK CHHAR PA PHAB

and offered a shower of five-jeweled flowers.

།རྒྱ་པར་ཆེ་འཛིན་བསྐྱང་བའི་སྐྱོར་རྣམས་ཀྱང་།

TAK PAR TSHE DZIN SUNG WAY KOR NAM KYANG

suffering from illnesses induced by the earth lords,

།སྟེ་ཐང་འོར་དུ་བྱེ་མའི་སྟེང་བཞགས་ཆེ།

NYE THANG WOR DU JE MAY TENG ZHUK TSHE

When you were sitting upon the sand at Or in Nyétang,

།སྤྲ་མ་ལྷ་ཡི་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LAMA LHA YI LHA LA SOL WA DEB

To the lama, god of the gods, I pray.

།ཁྱོད་ལས་བྱུང་སྟེ་འགོ་བའི་ནད་གསོ་མཛད།

KHYÖ LE JUNG TE DRO WAY NAY SO DZAY

you cured the diseases of beings.

།བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པར་སྣང་ལྷ་ཆོགས་ཀྱིས།

GYA JIN LA SOK BAR NANG LHA TSHOK KYI

gods, including Indra, assembled in the sky,

།གཡོར་པོ་འཆིང་རུར་བུ་མོས་མགུལ་རྒྱན་སྤུལ།

YOR PO CHHING RUR BU MÖ GUL GYEN PHUL

At Yorpo Chingru, a girl offered a necklace.

ཤི་བ་གསན་ནས་དེ་ཡི་སྒྲིབ་སྦྱང་མཛད།

SHI WA SEN NE DE YI DRIB JONG DZAY

When you heard that she died, you purified her obscurations,

༥ ཁོ་བོ་འདི་ནས་དགའ་ལྷན་གནས་སུ་འགོ།

KHO WO DI NE GA DEN NE SU DRO

You said, "From here, I will go to Tushita.

མ་འོངས་མཛོན་སུམ་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

MA ONG NGON SUM ZIK LA SOL WA DEB

To the one who really sees the future, I pray.

རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་ལྷ་རུ་སྒྲེ་ཞེས་གསུངས།

RIK KYI BU MO LHA RU KYE ZHE SUNG

and said, "She is reborn as a noble goddess."

ང་ལ་དད་ཅིང་གུས་བར་བྱེད་བ་རྣམས།

NGA LA DAY CHING GÜ PAR JE PA NAM

Those who have faith and devotion towards me

དགའ་ལྷན་གནས་ན་ནམ་མཁའ་དྲི་མ་མེད།

GA DEN NE NA NAM KHA DRI MA ME

In Tushita, you are Namkha Drimamé;

འགྲོ་བ་འདྲེན་མཛད་ཁྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DRO WA DREN DZAY KHYÖ LA SOL WA DEB

To the one who leads beings, I pray.

དགའ་ལྷན་གནས་སུ་མཇལ་བར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས།

GA DEN NE SU JAL WAR GYUR ZHE SUNG

will meet me in Tushita."

འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་དྲི་པི་ཀ་ར་ཞེས།

PHAK PAY YUL NA DRI PAM KA RA ZHE

in India, you are called Dipamkara;

ཨྲ། །ཁ་བ་ཅན་འདིར་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ།

KHA WA CHEN DIR PAL DEN AH TI SHA
in Tibet, you are the glorious Atisha.

།འགྲོ་བ་འདྲེན་སྤྱིར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལས།

DRO WA DREN CHHIR SOL WA TAB PA LE
and supplicated for the ability to lead beings,

།ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་དང་ཐོས་པ་ལས།

KHYÖ KYI YON TEN THONG DANG TÖ PA LE
Hearing and seeing your qualities,

།ས་སྤྱོདས་གྲགས་པས་བྱབ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

SA TENG DRAK PE KHYAB LA SOL WA DEB
To the one whose fame encompasses the earth, I pray.

།དགའ་ལྷན་གནས་ནས་རབ་གནས་མེ་ཏོག་འཕྲོར།

GA DEN NE NE RAB NE ME TOK THOR
you scattered flowers of consecration from Tushita,

།དང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་ལྷང་ལྷང་གསོལ་འདེབས་ན།

DANG WAY YI KYI Lhang Lhang SOL DEB NA
I pray clearly and with a devoted mind,

།འབྲོམ་སྟོན་བདག་གིས་ར་སྤྱོད་ལྷ་ཁང་བཞེངས།

DROM TON DAG GI RA DRENG LHA KHANG ZHENG
When I, Dromtön, built the temple of Ratreng,

།བྱིན་རྒྱབས་མཛོན་སུམ་འབེབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

JIN LAB NGON SUM BEB LA SOL WA DEB
To the one who truly showered blessing, I pray.

།དགའ་ལྷན་གནས་ནས་བྱགས་རྗེས་གཟིགས་མཛོད་ལ།

GA DEN NE NE THUK JE ZIK DZÖ LA
and from Tushita you look upon me with compassion.

།གསོལ་བ་བཏབ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

SOL WA TAB LA JIN GYI LAB TU SOL

I pray that you please bestow blessings.

།ཐུགས་རྗེ་མངའ་བས་བུ་ལ་མ་བཞིན་དུ།

THUK JE NGA WE BU LA MA ZHIN DU

have compassion for them, like a mother's love for her son.

།དམ་མིན་དགོ་བའི་བཤེས་འདུས་རྗེས་བབྱང་ནས།

DAM MIN GE WA'I SHE DRE JE ZUNG NE

they follow so-called spiritual masters who lack samaya, and who are incapable of leading them away from the abyss of samsara.

།ད་དུང་ཁ་བ་ཅན་ན་ཁྱོད་ཉིད་ལ།

DA DUNG KHA WA CHEN NA KHYÖ NYI LA

Furthermore, in the Land of Snows,

།བཙེ་བས་བདག་གིས་བཤེས་གཉེན་མཛད་དུ་གསོལ།

TSE WE DAG GI SHE NYEN DZAY DU SOL

I pray that you be my spiritual friend.

།འཁོར་བའི་གཙོང་རྩང་གནས་ནས་འདྲེན་མིད་རྣམས།

KHOR WAY CHONG RONG NE NE DREN ME NAM

།དད་ཅིང་རྗེས་སུ་སློབ་མ་མང་ཡོད་ཀྱི།

DAY CHING JE SU LOB MA MANG YÖ KYI

you have many faithful followers;

།སྙིགས་དུས་སྡེ་བོ་དམུས་ལོང་ལྟ་བུ་རྣམས།

NYIK DÜ KYE WO MÜ LONG TA BU NAM

In this degenerate age, beings are as if blind:

།ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱས་ལྷུང་བར་དང་དུ་གསོལ།

THUK JE'I CHAK KYÜ NYUR WAR DRANG DU SOL

I pray that you swiftly grasp them with your iron hook of compassion.

༄༅། །དུས་དང་གནས་སྐབས་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ།

DÜ DANG NE KAB DAG NI THAM CHAY DU

At all times and in all situations,

།ཐོག་མར་ཚེས་སློན་བདག་ལ་སྙེལ་དུ་གསོལ། །

THOK MAR CHHÖ JIN DAG LA TSAL DU SOL

please bestow the Dharma upon me first.

།རང་གཞན་དོན་གཉིས་འབྱུང་གནས་རིན་པོ་ཆེ།

RANG ZHEN DON NYI JUNG NE RINPOCHHE

the precious source of the two benefits—for self and others,

།དམ་པ་ཁྱོད་ནི་བདག་གི་མགོན་ལགས་གྱི།

DAM PA KHYÖ NI DAG GI GON LAK KYI

you Holy One, please be my protector;

།ཡོངས་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡོངས་གྱི་མགོན།

YONG KYI GE WAY SHE NYEN YONG KYI GON

Spiritual friend of all, protector of all,

།བཤེས་གཉེན་སྟོན་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

SHE NYEN TON PAY ZHAB LA SOL WA DEB

to the feet of the teacher, the spiritual friend, I pray.

།མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཆེན་ཡང་།

NGON PAR DZOK PAR SANG GYE TSHE NA YANG

when you attain complete buddhahood,

།རྒྱལ་བའི་གདུང་ཚབ་གུར་པ་རྒྱལ་བའི་སྲས།

GYAL WAY DUNG TSHAB GYUR PA GYAL WAY SE

regent of the Victors, son of the Victors,

།བསྐལ་པ་དུ་མར་ཚོགས་གཉིས་གོམས་པའི་མཐུས།

KAL PA DU MAR TSHOK NYI GOM PAY THÜ

Through the power of training in the two accumulations for many kalpas,

།གནས་གསུམ་དོན་ལ་མཆིན་པའི་དགྲིལ་ལའོར་རྒྱས།

NE SUM DON LA KHYEN PAY KYIL KHOR GYE
you developed your mandala of knowledge of the three realms—

།མར་མེ་མཛད་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡབ།

MAR ME DZAY PAL GYAL WA KUN GYI YAB
From the glorious Dipamkara, the father of all Victors,

།བརྩོན་འགྲུས་གཡུང་རྒྱུད་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

TSOON DRÜ YUNG DRUNG ZHAB LA SOL WA DEB
to the feet of Tsöndru Yungdrung, I pray.

།ཨ་ཏི་ཤ་ཡི་སྲས་གྱི་སྤུ་བོ་པ།

AH TI SHA YI SE KYI THU WO PA
the oldest son of Atisha,

།རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལས།

GYAL WAY JUNG NE GYAL WA GYA TSHO LE
and the source of Victors—the Ocean of Victors,

།ལོང་མེད་སྤུགས་ལ་འབྲུངས་པའི་སྤོ་ཏོ་བ།

LONG ME THUK LA THRUNG PAY PO TO WA
Potawa, who gave birth to the mind of non-leisure;

ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LEK PAY SHE RAB ZHAB LA SOL WA DEB
to the feet of Lekpé Sherab, I pray.

།གདམས་པའི་ཁུ་བ་བཏོན་ནས་ཚིམ་མཛད་པའི།

DAM PAY KHU WA TON NE TSHIM DZAY PAY
you make the satisfying juice of instructions flow—

།བདག་བས་གཞན་གཅེས་སྒྲིམ་པའི་སྤྱན་རྒྱ་བ།

DAG WE ZHEN CHE GOM PAY CHIN NGA WA
Chenngawa, whose meditation cherished others more than himself;

༄༅། །བསྐྱབ་པ་སྙིང་པོར་མཛད་པའི་ཕུ་ཆུང་བ།

DRUB PA NYING POR DZAY PAY PHU CHHUNG WA

Puchungwa, who accomplished the essence of practice;

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

DRAL ME CHHÖ KYI PAL LA LONG CHÖ CHING

and enjoy the glorious Dharma.

།རྒྱལ་སྤྱམ་སྐྱུ་མཆེད་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

GYAL SE KU CHHE SUM LA SOL WA DEB

to the three brothers, sons of the Victors, I pray.

།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ལྗོན་གསུམ་ནས།

SA DANG LAM GYI YON TEN RAB DZOK NE

Completely perfecting the qualities of the bhumis and paths,

།སྤྱི་བ་ཀུན་ཏུ་ཇི་བོ་ཡབ་སྤྱམ་དང་།

KYE WA KUN TU JO WO YAB SE DANG

In all my lives, may I be inseparable from Atisha and his sons,

།ཇི་བོ་ཡབ་སྤྱམ་གོ་འཕང་སྐུར་ཐོབ་ཤོག།

JO WO YAB SE GO PHANG NYUR THOB SHOK

may I quickly attain the level of Atisha and his sons.

ཅེས་འབྲོམ་སྟོན་གྱི་གསོལ་བ་བཏབ་པའོ།

This is the supplication of Dromtön.

ལྷོ་གྲོ་བོ་ལུང་སྐྱུར་ཆོག་པ་བ་ཟབ་གསལ་གྱི་སྤྱི་མ་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ་ལགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་འགྲུ་མཁས་དབང་མིང་ཅན་ལོ་ཙཱ་བ་པད་མའམ་རས་ཆུང་མས་དབྱིན་སྐད་དུ་སྒྱུར་བའོ།

Translated into English by Dr. Rachel Pang, also known as Rechungma, under the guidance of the Venerable Lama Tashi Dondup, of the Lho Drowolung Zabsel Translation Committee.

Copyright © KTZL Published by Karma Tekchen Zabsal Ling, Toronto Thrangu Centre, Canada in May 2013



ཨ། ཀུམ་ཏེཅེན་ཇམ་སེལ་གླིང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大 乘 深 明 苑
多 倫 多 創 古 中 心

ཨ། ཁྱོད་སྤྱོད་བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་དད་པའི་གདུང་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞུགས་སོ།།

Prayer to the Mind Training Lineage

Called, "Prayer of Longing Faith Which Clears the Way"



ཨ། ཀུམ་ཏེཅེན་ཇམ་སེལ་གླིང་།
Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大 乘 深 明 苑
多 倫 多 創 古 中 心

༄༅། ཁྱོད་སྦྱང་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་དད་པའི་གདུང་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞུགས་སོ།། སྤུབ་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཚབ་བྱམས་པ་དང། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་མཁས་མཆོག་དབྱིག་གི་གཉེན།

Prayer to the Mind Training Lineage
Called, "Prayer of Longing Faith Which Clears the Way"

THUB PAY WANG PO GYAL TSHAB JAM PA DANG PHAK PA THOK MAY KHE CHHOG YIG GI NYEN

At the feet of the King of the Capable Ones (Shakyamuni), his regent Maitreya, the Noble Arya Asanga, the greatly learned

གྲོལ་སྡེ་རྣམ་གཉིས་གྲུ་ཏ་མི་ཏྲ་དང།

སེངྒེ་བཟང་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱོངས་ཞིང།

DROL DE NAM NYI GU NA MI TRA DANG

SENG GE ZANG PO'I ZHAB LA SOL WA DEB

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG ZHING

Vasubhandu, and the two lords of liberation, Gunamitra and Senge Zangpo I pray. Bless that perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta,

ཁྱོད་པ་ཏང་གློག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

གང་སྡེལ་གྲུ་སྒྲུ་ལི་བ་ཆེ་ཆུང་དང།

གསེར་སྦྱིང་པ་དང་མགོན་པོ་ཨ་ཏི་ཤ།

འབྲོམ་སྦྱོན་པོ་ཏྲོ་བ་དང་ཤ་ར་བ།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB GANG PEL KU SA LI PA CHHE CHHUNG DANG SERLING PA DANG GÖN PO AHTISHA DROM TÖN PO TO WA DANG ZHA RA WA

I am able to let go of self-concern and reverse it through practice. To the sages Kusalipa the elder and younger, Serlingpa and the Lord Atisha, Dromton. Potowa and Sharawa, and the Yogi Chekawa I pray.

༄༅། །རྣལ་འབྱོར་འཆད་ཁ་བ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

NAL JOR CHHAY KHA WA LA SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice.

།སྒྱིལ་བུ་པ་དང་འོད་ཟེར་སྤྲུལ་དང།

CHIL BU PA DANG Ö ZER LA MA DANG

To Chilbupa and Ozer Lama, Lhading Jangchub Bumpa, Kunjaltsen, Yonten Palwa, the great scholar Dewa Pal, and Kashi Drakpa Shonnu I pray.

།བཀའ་བཞི་གྲགས་པ་གཞིན་རུར་གསོལ་བ་འདེབས།

KA ZHI DRAK PA ZHÖN NUR SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice.

།བུམས་དང་སྙིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱོར་ཤིང།

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG SHING

།ལྷ་སྤིངས་བྱང་ཆུབ་འབུམ་པ་ཀུན་རྒྱལ་མཚན།

LHA DING JANG CHHUB BUM PA KUN GYAL TSHEN

།ལྷོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

།ཡོན་ཏན་དཔལ་བ་མཁན་ཆེན་བདེ་བ་དཔལ།

YÖN TEN PAL WA KHEN CHHEN DE WA PAL

།ལྷོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

།བྱང་སེམས་བསོད་གྲགས་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ་དཔལ།

JANG SEM SÖ DRAG THOK MAY ZANG PO PAL

At the feet of Bodhisattvas Sodrak, Tokmay Zangpo Pal, Yonten Lodro and Shonnu Lodro, the great pundits Shak Chog Kunga and Chogdrub Tsen, and the venerable Drol Chog I pray.

།རྩེ་བཙུན་གྲོལ་མཆོག་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

JE TSÜN DROL CHHOG ZHAB LA SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice. To the Lords of Liberation,

།ལྷུང་རིག་རྒྱ་མཚོ་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲོལ་བའི་མགོན།

LUNG RIK GYA TSHO KÜN KHYEN DROL WAY GÖN

who understand the full extent of awareness and practice, the two regents who protect the qualities of the yogi – to the protectors who are completely victorious, Lord Paljor and the Lord Drakpay Tsen, I pray.

།ཡོན་ཏན་སྒོ་གྲོས་གཞོན་ནུ་སྒོ་གྲོས་དང།

YÖN TEN LO DRÖ ZHÖN NU LO DRÖ DANG

།པཎ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་ཀུན་དགའ་མཆོག་གྲུབ་མཆོན།

PEN CHHEN SHAK CHHOG KÜN GA CHHOG DRUB TSHEN

།བྱམས་དང་སྙིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱུངས་ཤིང།

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG SHING

།སྒོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་ནུས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

།རྒྱལ་ཚབ་རྣམ་གཉིས་རྣལ་འབྱུང་ཡོན་ཏན་མགོན།

GYAL TSHAB NAM NYI NAL JOR YÖN TEN GÖN

།མགོན་པོ་དཔལ་འབྱུང་མགོན་པོ་གྲགས་པའི་མཆོན།

GÖN PO PAL JOR GÖN PO DRAK PAY TSHEN

༄༅། །མགོན་པོ་རྣམ་པར་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

GÖN PO NAM PAR GYAL LA SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice. At the feet of the one

།ཆེ་དབང་ནོར་བུ་ཐིན་ལས་གིང་རྟའི་ཞབས།

TSHE WANG NOR BU CHHIN LE SHING TA'I ZHAB

who fulfills the activity of the doctrine, Tsewang Norbu, and at the feet of Tenpay Nyinjay, the accomplished Lodru Tsen, the Lords Karma Lhaktong, Shenpen Ozer and Lordro Taye I pray.

།སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

LO DRÖ THA YE ZHAB LA SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice.

།བུམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱོངས་གིང་།

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG SHING

།བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྲུབ་བརྟེན་སྒོ་གྲོས་མཆོན།

TEN PAY NYIN JAY DRUB NYE LO DRÖ TSHEN

།སྒོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

།ཀམ་ལྷག་མཐོང་གཞན་ཕན་འོད་ཟེར་རྗེ།

KAR MA LHAG THONG ZHEN PHEN Ö ZER JE

།སྒོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

|མཁའ་བྱའ་དོ་རྗེ་ཞི་བའི་སྙིང་པོའི་ཞབས།

KHA KHYAB DO JE ZHI WAY NYING PO'I ZHAB

To the root and lineage lamas, Khachab Dorje, Shiway Nyingpo, Pema Wangchog, Lord Chentse Öser, and to Rangjung Rigpay Dorje , I pray.

|ཅ་བརྒྱད་སྤྱ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

TSA GYÜ LA MA NAM LA SOL WA DEB

Bless that having perfected loving kindness, compassion and Bodhicitta, I am able to let go of self-concern and reverse it through practice. To the one who embodies

|སྤྱན་བཅས་ཀྱལ་བའི་བྱུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱུས་སྤྱ།

SE CHE GYAL WAY THUG JE CHIG DÜ KU

the compassion of all the Buddhas and their sons and with whom any connection is meaningful, to the incomparable lord of Dharma in whom all the traditions of Dharma converge, to my root lama I pray

|པདྨ་དབང་མཆོག་མཁྱེན་རྗེའི་འོད་ཟེར་སྟེ།

PE MA WANG CHHOG KHYEN TSE'I Ö ZER DE

|བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱོངས་གིང་།

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG SHING

|འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྡན་མཆོངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།

DREL TSHAY DÖN DEN TSHUNG MEY CHHÖ KYI JE

|རང་འབྱུང་རིག་པའི་དོ་རྗེ་ལ་སོགས་པ།

RANG JUNG RIG PAY DORJE LA SOG PA

|སྒྲོས་བཏང་སྒྲོག་སྒྲོམ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

|བརྒྱད་སྟོལ་ཀྱན་འདུས་ཅ་བའི་སྤྱ་མ་ལ།

GYÜ SOL KÜN DÜ TSA WAY LA MA LA

༄༅། །སྙིང་ཁུང་རུ་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས།

NYING KHUNG RÜ PAY TING NE SOL WA DEB

from the very bottom of my heart. Bless that having perfected

།ཞེན་ལོག་ངེས་འབྱུང་གཉིས་པོས་གཞི་བཟུང་ནས།

ZHEN LOG NGE JUNG NYI PÖ ZHI ZUNG NE

Bless that, having grasped the basis, disgust and renunciation for samsara, I give rise to, stabilize and increase the two kinds of precious Bodhicitta,

།སྦྱིས་བརྟན་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KYE TEN GONG DU PHEL WAR JIN GYI LOB

the irreversible secret of the Mahayana path. Bless that I demolish

།བྱམས་དང་སྙིང་ཇེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱོངས་གིང་།

JAM DANG NYING JE JANG CHHUB SEM JONG SHING

།ཐེག་ཆེན་ལམ་ལས་བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་གསང་།

THEK CHHEN LAM LE CHHIR MI DOK PAY SANG

།ཆོས་བརྟུན་མྱངས་སྦྱིལ་བདག་འཛིན་རྩད་ནས་བཅད།

CHHÖ GYAY MANG GYEL DAG DZIN TSAY NE CHAY

།སྦྱོས་བཏང་སྒྲིག་སྒྲིམ་རུས་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

LÖ TANG DOG GOM NÜ PAR JIN GYI LOB

།ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རྣམ་པ་གཉིས།

YANG DAG JANG CHHUB SEM CHHOG NAM PA NYI

།གཞན་གཅེས་གཏིང་ནས་འབྱོངས་ཏེ་ཅི་སྣང་ཀུན།

ZHEN CHE TING NE JONG TE CHI NANG KÜN

and having come to cherish others from the depths of my being,

།བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་གོ་གསུ་སུ་བྱིར་རུས་པའི།

JANG CHHUB LAM GYI DROG SU KHYER NÜ PAY

may I perfect mind-training, and be able to carry whatever happens as an aid on the path to awakening. Having realized the ultimate truth, emptiness free of arising, cessation or abiding –

།ཀུན་རྫོབ་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱུ་མའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས།

KÜN DZOB TEN DREL GYU MAY TSHUL TOK NE

and the relative truth, the illusory mode of interdependence, may I spontaneously become a completely realized being who benefits limitless living beings for as long as samsara exists.

།སྒོ་སྤྱོད་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

LO JONG THA RU CHHIN PAR JIN GYI LOB

།སྤྱིད་པ་ཇི་སྤྱིད་མཁའ་མཁྱལ་འགོ་བའི་དོན།

SI PA JI SI KA KHYAB DRO WAY DÖN

།དོན་དམ་སྤྱི་འགག་གནས་བྲལ་སྤྱོད་ཉིད་དང་།

DÖN DAM KYE GAG NE DRAL TONG NYI DANG

།ལྷུན་གྲུབ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པར་བདག་གུར་ཅིག།

LHUN DRUB THAM CHAY ZIK PAR DAG GYUR CHIK

ཅེས་པ་འདི་འདྲ་སྒོ་སྤྱོད་ཁྱིད་ཡིག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་སྒོ་གོས་མཐའ་ཡས་གྱིས་སྤེལ་བ་བྱུ་ཨྲི། །

This was composed by Lodro Taye, as a supplement for the guiding instructions of mind training.

༄༅། །རང་གི་སྒྱི་བོར་པད་ལྷའི་གདན་ལ་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ཞལ་འཇུག་བཀ། སྒྱ་གཟི་བརྗེད་དང་ལྷན་ཞིང་། ཐུགས་དམིགས་མེད་སྙིང་རྗེས་འགྲོ་ལ་དགོངས་ཏེ་བཞུགས་པ་རྩ་

RANG GI CHI WOR PE DAY DEN LA TSA WAY LAMA ZHAL DZUM BAG KU ZI JI DANG DEN ZHING THUK MIK ME NYING JE DRO LA GONG TE ZHUK PA TSA

Upon my crown, upon a lotus and moon seat, is my root guru, smiling. His body is majestically brilliant. With non-referential compassion, he thinks of beings. He is the essential embodiment of

བརྒྱད་སྤྲ་མ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པར་བསམ་ལ། མོས་གུས་གདུང་པའི་ངང་ནས། སྤྲ་མ་ཡང་དག་པ་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

GYÜ LAMA KUN DÜ KYI NGO WOR GYUR

root and lineage gurus.

མོས་གུས་གདུང་པའི་ངང་ནས།

With intense devotion:

LAMA YANG DAG PA YONG KYI GE WAY SHE NYEN CHHEN PÖ DAG LA JIN GYI LAB TU SOL

Lama, completely pure and the great spiritual friend of all, I pray that you bless me.

བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱད་ལ་སྒྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

JAM NYING JE JANG CHHUB KYI SEM KHYAY PAR CHEN GYÜ LA KYE WAR DZAY DU SOL

I pray that you will cause love, compassion, and bodhicitta in particular to be generated in my mind.

ཞེས་པའི་གསོལ་འདེབས་དེ་ལན་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་གསུངས་པའི་མཐར།

After 108 repetitions of this prayer:

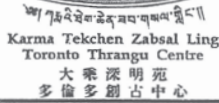
སླ་མ་དེ་ཉིད་རང་གི་སྤྱི་བོའི་ཚངས་བུག་ནས་མར་བྱོན་སྤྱིང་འོད་ཀྱི་གུར་ཁང་སྒོང་ལྗོགས་ཁ་གྱེན་བསྟན་ལྟ་བུར་བཞུགས་པར་གྱུར་མོས་ལ་འདོན་སྒྲིམ་སྒྲགས་ཏེ་རྒྱུད་ལ་འབྲེས་ངེས་བྱ་བ་ནི་སླ་མའི་

LAMA DE NYI RANG GI CHI WO'I TSHANG BUG NE MAR JON NYING Ö KYI GUR KHANG GONG KOK KHA GYEN TEN TA BUR ZHUK PAR GYUR

My guru descends through the brahma aperture at my crown, and dwells at my heart, in a tent of light like an open egg shell. Connect chanting with meditation, and really merge [it] with your mind.

རྣལ་འབྱོར་ཏེ་སྤྱན་འགོ་ཐམས་ཅད་དུ་གལ་ཆེ།

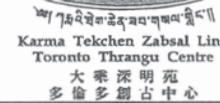
This is guru yoga, and it is important to do it at the beginning of all meditation sessions.



། ཁྲོ་སྤྱོད་སྤྱོན་ལམ་བུང་སེམས་རྒྱ་མཚོའི་འདུག་དོགས་ཞེས་བ་བ་ཞུགས་སོ།།

Lojong Monlam

Lojong Prayer, "Gateway to the Ocean of Bodhicitta"



༄༅། ལྷོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལམ་བྱང་སེམས་རྒྱ་མཆོའི་འཇུག་དོགས་ཞེས་བ་བཞུགས་སོ།

Lojong Prayer, "Gateway to the Ocean of Bodhicitta"

འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་དང་།

PHAG CHHOG CHEN RE ZIG WANG DANG

Supremely noble Lord Avalokiteshvara,

སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས།

SANG GYE JANG CHHUB SEM PA NAM

Buddhas and Bodhisattvas!

ཐུགས་བསྐྱེད་མཐར་ཕྱིན་བདེན་པ་ཡིས།

THUG KYEY THAR CHHIN DREN PA YI

Through the truth of your perfect mind of awakening,

བདག་གཞན་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ཀུན་ལ།

DAG ZHEN KHA NYAM DRO KUN LA

may supreme bodhicitta be generated

ཚ་བྱང་དཔྱལ་བ་སྤྱོད་བཞི།

TSHA DRANG NYAL WA NYONG WA YI

into hatred, and experiencing the suffering of the hot and cold hells

སྤྱི་བསྐྱེད་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

dissolves into me.

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་སྤྱི་བར་ཤོག།

JANG CHHUB SEM CHHOG KYE WAR SHOG

in the mind of myself and others—beings innumerable as the sky. The causes and effects of entering

བདག་གི་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ནི།

DAG GI JAM PAY SEM DANG NI

I give my loving-kindness—

སེམས་ཅན་ཞེ་སྤང་ལ་ཞུགས་དང།

SEM CHEN ZHE DANG LA ZHUG DANG

ཞེ་སྤང་མེད་པའི་དགོ་རྩ་རྣམས།

ZHE DANG ME PAY GE TSA NAM

the virtuous roots of that annihilate hatred—

༄༅། །ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།སེར་སྣ་འདོད་ཆགས་ལ་ཞུགས་དང་།

SER NA DÖ CHHOG LA ZHUG DANG

causes and effects of engaging in stinginess and attachment, and the pretas' sufferings

།འདོད་ཆགས་མེད་པའི་དགོ་ཅུ་རྣམས།

DÖ CHHAG MEY PAY GE TSA NAM

the roots of virtue that abolish attachment—

།ཞེ་སྤང་དམུལ་བའི་གནས་སྟོངས་ནས།

ZHE DANG NYAL WAY NE TONG NE

May the hells characterized by hatred be emptied, and may all beings become Avalokiteshvara of the vajra family, the supreme mirror-like wisdom.

།ཡི་དྲགས་བགྲེས་སྒྲིམས་མྱོང་བ་ཡི།

YI DAG TRE KOM NYONG WA YI

of hunger and thirst dissolve into me.

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།རྩི་རྩེ་རིགས་ཀྱི་སྦྱུན་རས་གཟིགས།

DO JE RIG KYI CHEN RE ZIG

become Avalokiteshvara of the vajra family, the supreme mirror-like wisdom.

།སྦྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

of hunger and thirst dissolve into me.

།སེར་སྣ་ཡི་དྲགས་གནས་སྟོངས་ནས།

SER NA YI DAG NE TONG NE

May the realm of the pretas characterized by stinginess become emptied, and may all beings

།མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

ME LONG YE SHE CHHOG THOB SHOG

become Avalokiteshvara of the padma family,

།བདག་གི་སྦྱོང་བའི་སེམས་དང་ནི།

DAG GI PONG WAY SEM DANG NI

I give my mind of abandoning—

།པདྨ་རིགས་ཀྱི་སྦྱུན་རས་གཟིགས།

PE MA RIG KYI CHEN RE ZIG

become Avalokiteshvara of the padma family,

།སོར་ཏོག་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

SOR TOG YE SHE CHHOG THOB SHOG

the supreme discerning wisdom.

།བདག་གི་སྦྱེས་སྦྱངས་ཤེས་རབ་དང་།

DAG GI KYE JANG SHE RAB DANG

I give my innate and learned wisdom—

།བདེ་གཤེགས་རིགས་ཀྱི་སྦྱུང་རས་གཟིགས།

DE SHEG RIG KYI CHEN RE ZIG

and may all beings become Avalokiteshvara of the Tathagata family, the supreme wisdom of the dharmadhatu.

།གཏི་མུག་སྤྱོད་ལ་ཁྱགས་རྣམས་དང་།

TI MUG CHÖ LA ZHUG NAM DANG

The causes and effects of engaging in ignorant conduct,

།གཏི་མུག་མེད་པའི་དགོ་ཅ་རྣམས།

TI MUG ME PAY GE TSA NAM

the roots of virtue that dispel ignorance—

།ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

CHHÖ YING YE SHE CHHOG THOB SHOG

།དུད་འགྲོ་གློན་ཅིང་ལྷགས་པ་ཡི།

DÜ DRO LEN CHING KUG PA YI

and the animals' suffering of stupidity and dumbness

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།ཕྱག་དོག་ཁོང་ནས་འཁྱུགས་རྣམས་དང་།

CHHAG DOG KHONG NE THRUG NAM DANG

The causes and effects of inner turmoil due to jealousy,

།སྦྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

dissolve into me.

།གཏི་མུག་དུད་འགྲོའི་གནས་སྤྱོདས་ནས།

TI MUG DÜ DRO'I NE TONG NE

May the animal realm full of ignorance be emptied,

།འཐབ་ཅིང་རྩྱུང་པའི་ལྷ་མིན་གྱི།

THAB CHING TSÖ PAY LHA MIN GYI

and the warfare of the demi-gods

༄༅། །སྤྱལ་བསྐྱེལ་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

dissolve into me.

།འཐབ་རྩོད་ལྷ་མིན་གནས་སྟོངས་ནས།

THAB TSÖ LHA MIN NE TONG NE

May the realm of the demi-gods characterized by warfare become emptied, and may all beings become Avalokiteshvara of the karma family, the wisdom of accomplishment. The causes and effects of

།ཕམ་ལུང་སྟོང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི།

PHAM LHUNG NYONG WAY LHA NAM KYI

being burdened by pride,

།བདག་གི་སྒོ་གསུམ་བཟོད་བ་དང་།

DAG GI GO SUM ZÖ PA DANG

I give my patience of the three gates—

།ལས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་སྦྱོར་རས་གཟིགས།

LE KYI RIG KYI CHEN RE ZIG

།སྤྱལ་བསྐྱེལ་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

and the god' suffering of falling, dissolve into me.

།ཐུག་དོག་མེད་བའི་དགོ་རྩ་རྣམས།

THRAG DOG ME PAY GE TSA NAM

virtuous roots that eradicate jealousy—

།བྱ་བྱུབ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

JA DRUB YE SHE CHHOG THOB SHOG

།བདག་གི་བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་བ་དང་།

DAG GI TSON DRÜ TSAM PA DANG

I give my diligence—

།ནམ་མཁའ་མཉམ་བའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།ང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱིས་ནོན་རྣམས་དང་།

NGA GYAL SEM KYI NON NAM DANG

།ང་རྒྱལ་མེད་བའི་དགོ་རྩ་རྣམས།

NGA GYAL ME PAY GE TSA NAM

the virtuous roots that eradicate pride—

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྒྱུན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

ཐོག་མེད་ལས་སྒྲིབ་ཇི་སྟེད་དང་།

THOG ME LE DRIB JI NYE DANG

The causes and effects of all the karmic obscurations accumulated since beginningless time, and the sufferings of samsara—birth, old age, sickness, and death—dissolve into me. I give the roots of

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་དག་ཅུ་རྒྱམས།

THOG ME NE SAG GE TSA NAM

physical, verbal, and mental virtue accumulated since beginningless time, to beings equal to the sky.

པམ་ལུང་ལྷ་ཡི་གནས་སྟོངས་ནས།

PHAM LHUNG LHA YI NE TONG NE

May the realm of the gods who fall be emptied,

སྒྲིབ་ཀ་ན་འཆི་འཁོར་བ་ཡི།

KYE GA NA CHHI KHOR WA YI

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྒྱུན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་སྐུན་རས་གཟིགས།

RIN CHHEN RIG KYI CHEN RE ZIG

and may all beings become Avalokiteshvara of the ratna family,

སྐུ་བཟུལ་རྒྱ་འབྲས་བདག་ལ་ཐིམ།

DUG NGAL GYU DRE DAG LA THIM

བྲེལ་ཕོངས་མི་ཡི་གནས་སྟོངས་ནས།

DREL PHONG MI YI NE TONG NE

May the human realm characterized by the poverty of toil be emptied, and may all beings become the stainless dharmakaya, Avalokiteshvara,

མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

NYAM NYI YE SHE CHHOG THOB SHOG

the wisdom of sameness.

བདག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས།

DAG GI LÜ NGAG YI SUM GYI

ཆོས་སྐྱེད་མེད་སྐུན་རས་གཟིགས།

CHHÖ KU DRI ME CHEN RE ZIG

༄༅། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

RANG JUNG YE SHE CHHOG THOB SHOG

and attain supreme self-arising wisdom.

།སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི།

SO THAR JANG SEM SANG NGAG KYI

Weakened, broken, faulty, and transgressed pratimoksha, bodhisattva and secret mantrayana vows dissolve into me. I offer the virtue resulting from

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

upholding the three vows to all beings equal to the sky.

།སྦྱོམ་གསུམ་རྣམ་པར་དག་གྱུར་ནས།

DOM SUM NAM PAR DAG GYUR NE

Through perfectly upholding the three vows, may they become Vajrasattva, the embodiment of all buddha families, lacking even a whiff of degeneracy.

།སློག་བཅད་རྟེན་གསུམ་གཞིག་གཞིམས་སོགས།

SOG CHAY TEN SUM ZHIG ZHOM SOG

The karmic obscurations that shorten one's lifespan—

།ཆེ་བྱང་ལས་སྦྱིབ་བདག་ལ་ཐིམ།

TSHE THUNG LE DRIB DAG LA THIM

such as from killing and destroying the three supports—dissolve into myself. I give the virtue amassed from erecting the three supports and saving lives

།ཉམས་ཆག་ཉེས་ལྷུང་བདག་ལ་ཐིམ།

NYAM CHHAG NYE TUNG DAG LA THIM

།ཉམས་པའི་དྲི་ཙམ་མི་འབྱུང་བར།

NYAM PAY DRI TSAM MI JUNG WAR

།རྟེན་གསུམ་བཞེངས་དང་སློག་བསྐྱབས་དག།

TEN SUM ZHENG DANG SOG KYAB GE

།བདག་གི་སྦྱོམ་གསུམ་བསྐྱུངས་པའི་དགོ།

DAG GI DOM SUM SUNG PAY GE

།རིགས་འདུས་དྲེ་རྩེ་སེམས་ཐོབ་ཤོག།

RIG DÜ DO JE SEM THOB SHOG

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

འདུས་མིན་འཆི་བའི་མིང་མི་གྲགས།

DÜ MIN CHHI WAY MING MI DRAG

they attain the state of Vajra Amitayus, where the expression "untimely death" is unheard of.

དེག་རྩང་སྤངས་དང་སྒྲན་སྒྲིན་སྒྲགས།

DEG DUNG BANG DANG MEN JIN SOG

I offer the roots of virtue that result in good health and happiness—such as not beating others and giving medicine—to beings equal to the sky.

བེདུར་ཡོད་སྒྲུ་ཐོབ་ཤོག།

BE DUR YA Ö KU THOB SHOG

the luminous lapis lazuli body. The hunger, thirst, and poverty resulting from stealing, plundering and taking what is not given dissolves into me.

དོ་རྩེ་ཆོད་པག་མེད་ཐོབ་ཤོག།

DO JE TSHE PAG ME THOB SHOG

ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་དགོ་ཅ་རྣམས།

NAY MEY DE KYI GE TSA NAM

ཁྱུ་འཕྲོག་མ་བྱིན་སྤངས་པ་ཡིས།

KU CHHOG MA JIN LANG PA YI

ལྷུང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུས་པ་སྒྲགས།

LHUNG THRI BAY KEN DÜ PA SOG

All the illnesses of beings—resulting from winds, bile, moistures, their combination, etc.—dissolve into me.

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

བགྲོས་སྒྲོམས་དབུལ་ཕོངས་བདག་ལ་ཐིམ།

TRE KOM UL PHONG DAG LA THIM

འགོ་བའི་ནད་ཀུན་བདག་ལ་ཐིམ།

DRO WAY NAY KUN DAG LA THIM

དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སྒྲན་གྱི་བླ།

DUG SUM NAY SEL MEN GYI LA

May they attain the state of Medicine Budha who dispels the illness of the three poisons,

ཆོས་ནོར་སྦྱིན་འབྲས་ཇི་སྟེད་པ།

CHHÖ NOR JIN DRE JI NYE PA

I offer whatever results from giving the Dharma and riches

༄༅། །ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།མ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱེ་བ་ཡི།

MA DAG ZHING DU KYE WA YI

being reborn in an impure realm, caused by performing solely non-virtuous deeds, dissolve into myself.

།ཀུན་གྲང་མངོན་དགའ་བདེ་ལྡན་སྐག་ས།

KUN KYANG NGON GA DE DEN SOG

May they all be reborn only in a pure realm

།འདོད་དགུ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་པ།

DÖ GU BAY ME LHUN DRUB PA

May they enjoy the sky-treasury, where all desires are effortlessly and spontaneously fulfilled.

།ལས་སྦྱིབ་ཇི་སྟེད་བདག་ལ་བེམ།

LE DRIB JI NYE DAG LA THIM

such as, Abhirati, Sukhavati, and so forth.

།དག་ཞིང་ཁོ་ནར་སྦྱེ་བར་ཤོག།

DAG ZHING KHO NAR KYE WAR SOG

such as, Abhirati, Sukhavati, and so forth.

།ནམ་མཁའ་མཛོད་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཤོག།

NAM KHA DZÖ LA LONG CHÖ SHOG

I offer bodhicitta and the ten transformations, and so forth,

།སེམས་བསྦྱེད་འགྱུར་བ་བརྒྱ་ལ་སྐག་ས།

SEM KYEY GYUR WA CHU LA SOG

Whatever karmic obscurations resulting from not pleasing the Jewels, such as meditating solely on

།ལོག་སྟེ་འབད་ཞིག་བསྒྲུམས་པ་ཡིས།

LOG TA BA ZHIG GOM PA YI

Wrong views

།མི་དགོ་འབད་ཞིག་བྱས་པ་ཡིས།

MI GE BA ZHIG JE PA YI

May whatever karmic obscurations of

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྦྱིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN

to beings equal to the sky.

།དགོན་མཚོག་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པའི།

KON CHHOG NYE PAR MI GYI PAY

Wrong views

ལས་སྒྲིབ་ཇི་སྟེན་བདག་ལ་བིམ།

LE DRIB JI NYEY DAG LA THIM
dissolves into me.

ཡིད་ཆེས་ཁོང་ནས་རྡོལ་བ་ཡིས།

YI CHHE KHONG NE DOL WA YI
through firm conviction

ཆགས་སྒྲུང་མ་ལུས་བདག་ལ་བིམ།

CHHAG DANG MA LÜ DAG LA THIM
dissolves into me without exception.

དད་པ་རྣམ་གསུམ་དག་ཏུ་སོགས།

DE PA NAM SUM GE TSA SOG
I give the three faiths, the roots of virtue, and so forth

དག་སྒྲུབ་སྒྲིག་སྟོང་བྱེད་པར་ཤོག།

GE DRUB DIG PONG JEY PAR SHOG
in the infallibility of karma and result.

ཆོད་མེད་བཞི་ཡི་དག་ཏུ་རྣམས།

TSHAY ME ZHI YI GE TSA NAM
To beings equal to the sky,

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྒྲིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN
to beings equal to the sky.

བདག་འཛིན་འབའ་ཞིག་གོམས་པ་ཡིས།

DAG DZIN BA ZHIG GOM PA YI
Attachment and aversion that results from seeing self-manifestation as enemies, due to being accustomed solely to ego-clinging,

ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྒྲིན།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN
I give the four immeasurables and the roots of virtue.

བསྐྱུ་མེད་ལས་དང་འབྲས་བུ་ལ།

LU MEY LE DANG DRE BU LA
May they practice virtue and abandon negative deeds

རང་སྣང་དག་རུ་ལྟ་བ་ཡི།

RANG NANG DRA RU TA WA YI
accustomed solely to ego-clinging,

ཀུན་ཀྱང་བྱམས་པ་སྟོང་རྗེ་དང་།

KUN KYANG JAM PA NYING JE DANG
May all possess loving-kindness, compassion,

༄༅། །དགའ་བ་བདེ་སྙོམས་སེམས་ལྡན་ཤོག །འབྲུལ་སྤང་བདེན་པར་འཛིན་པའི་སེམས། །སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་ཁུངས་བདག་ལ་ཐིམ། །སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་ཚྭ་གས་པ་ནི།

GA WA TANG NYOM SEM DEN SHOG
sympathetic joy, and equanimity.

THRUL NANG DEN PAR DZIN PAY SEM
The source of suffering, a state of mind that

DUG NGAL JUNG KHUNG DAG LA THIM TONG ZHING DAG MEY TOG PA NI
grasps deluded appearances as real dissolve into me. I give the realization of emptiness and no-self

།ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་འགྲོ་ལ་སྦྱིན།

།སྟོང་ཉིད་ཟབ་མོ་རྒྱད་ལ་སྦྱིས།

།ཚྭ་གས་སངས་གོ་འཕང་མཆོག་ཐོབ་ཤོག །མདོར་ན་འཛིགས་པ་བཅུ་དྲུག་སོགས།

NAM KHA NYAM PAY DRO LA JIN
to beings equal to the sky.

TONG NYI ZAB MO GYÜ LA KYE
May profound emptiness be generated in their mental continuum,

DZOG SANG GO PHANG CHHOG THOB SHOG DOR NA JIG PA CHU DRUB SOG
and may they attain the supreme level of complete buddhahood. In brief, I take on

whatever sufferings that arise from ego-grasping:

།མི་འདོད་པ་དང་འཕྲད་པ་དང་།

།ཉེ་དུ་ཟས་ནོར་གནས་གྲོགས་སོགས།

།འདོད་པ་རྣམས་དང་བྲལ་བ་དང་།

།དབྱེ་འདུལ་གཉེན་སྦྱིང་སོ་ནམ་སོགས།

MI DÖ PA DANG CHHAY PA DANG

NYE DU ZE NOR NE DROG SOG

DÖ PA NAM DANG DRAL WA DANG

DRA DUL NYEN KYONG SO NAM SOG

encountering the undesired, such as the 16 fears, and so forth; being separated from the desired, such as relatives, food, wealth, our abode, friends, and so forth; not being able to protect that which we own,

ཡོད་པ་བསྐྱུང་གིས་མི་ལོངས་དང།

YÖ PA KYONG GI MI LONG DANG

such as subduing enemies, protecting friends, agriculture, and so forth; not being able to find that which we do not possess, such as power, wealth, fame, and so forth; the suffering of change,

འགྱུར་བའི་སྐྱུ་བསྐྱེད་ལ་ཇི་སྟེད་པ།

GYUR WAY DUG NGAL JI NYEY PA

such as being suddenly startled by obstacles, and so forth.

སྟོས་པ་མེད་པར་འགོ་ལ་སྦྱིན།

TÖ PA MEY PAR DRO LA JIN

to all beings without holding back.

མངའ་ཐང་ལོངས་སྟོན་སྟན་གྲགས་སོགས།

NGA THANG LONG CHÖ NYEN DRAG SOG

བདག་གི་བདག་འཛིན་སྟེང་དུ་ལེན།

DAG GI DAG DZIN TENG DU LEN

I give all virtue of the three times,

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྦྱིད་ལྡན།

SEM CHEN THAM CHAY DE KYI DEN

May all sentient beings possess joy and happiness,

མེད་པ་བཅའ་གྱིས་མ་རྟེན་དང།

MEY PA TSAL GYI MI NYEY DANG

དུས་གསུམ་དགེ་བའི་དངོས་ཀྱན་དང།

DÜ SUM GE WAY NGÖ KUN DANG

together with good fortune and its enjoyment,

བྱང་ཆུབ་སྟོན་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།

JANG CHHUB CHÖ LA JUG PAR SHOG

and engage in bodhisattva conduct. To those whom I have taught the Dharma, exhorted in virtue;

བར་ཆད་གློ་བུར་ཡེ་འདྲོགས་སོགས།

BAR CHHAY LO BUR YE DROG SOG

ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་ལུས་སྟོག་བཅས།

KHA JE WANG THANG LÜ SOG CHE

and my body and life

བདག་གིས་ཚཱ་བཤད་དགེ་བསྐྱེད་དང།

DAG GI CHHÖ SHAY GE KUL DANG

༡། །ཤ་ཟོས་ཞོ་འཐུང་བཞོན་པ་ཞོན།

SHA ZÖ ZHO THUNG ZHON PA ZHON

those whose flesh I ate, yoghurt I drank, and rode upon; to those who gave me faith, respect, food, or wealth; to those who lacked faith, had wrong views, slandered, robbed, beat, or bore negative intentions towards me—

།བདག་ལ་དད་གུས་ཟས་ནོར་སྦྱིན།

DAG LA DAY GÜ ZE NOR JIN

།མ་དད་ལོག་ལྟ་བུར་འདེབས་དང་།

MA DAY LOG TA KUR DEB DANG

།འཕྲོག་བཅོམ་དེག་རྩང་ངན་སེམས་འཆང་།

CHHOG CHOM DEG DUNG NGEN SEM CHHANG

།བཟང་ངན་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་སོགས།

ZANG NGEN LE KYI DREL PA SOG

།མདོར་ན་བདག་ལུས་མཐོང་བ་དང་།

DOR NA DAG LÜ THONG WA DANG

།བདག་གི་མིང་ཐོས་སྦྱོན་ཡོན་དྲན།

DAG GI MING THÖ KYON YON DREN

།རྩེ་རིས་རེག་པའི་འགོ་ཀུན་ཀྱང་།

LUNG DZI REG PAY DRO KUN KYANG

that is, those with whom I have positive or negative karmic connections—in brief, may all who merely see my body, hear my name, recall my faults and qualities, or is touched by the same breeze,

།ཐོག་མེད་སྡིག་སྦྱིབ་བྱ་ནས་ནི།

THOG MEY DIG DRIB ZAY NE NI

།འཕགས་མཆོག་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིས།

PHAG CHHOG THUG JE CHHEN PO YI

།བདེ་བ་ཅན་དུ་འདྲན་པར་ཤོག།

DE WA CHEN DU DREN PAR SHOG

།བདག་གི་སྒྲོ་གསུམ་བྱ་སྦྱོང་དང་།

DAG GI GO SUM JA JONG DANG

exhaust negativities and obscurations from beginningless time and be guided to Dewachen by the noble and supreme Great Compassionate One. May my actions performed through my three gates,

ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས།

LÜ KYI DRI MA TSHUN CHHAY KYI
including those done by my defiled body,

ཐོག་མ་ཁོ་ནར་འཆང་རྒྱ་ཤོག།

THOG MA KHO NAR TSHANG GYA SHOG
be the first to attain buddhahood.

བརྟག་ན་བདེན་པར་མ་གྱུབ་པ།

TAG NA DEN PAR MA DRUB PA
, nothing is truly existent if analyzed.

འགྲོ་ཕན་ཁོ་ན་བྱེད་ནུས་ཤོག།

DRO PHEN KHO NA JEY NÜ SHOG
be for the sole benefit of beings.

བདག་ལ་བརྟེན་ནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་།

DAG LA TEN NE CHUNG ZAY KYANG
May even the slightest result of negative deeds

བདག་འཛིན་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས།

DAG DZIN DI YI THAM CHAY LÜ
All are deceived by ego-grasping.

བདག་གི་ལུས་སློག་ལ་འཆོ་བའི།

DAG GI LÜ SOG LA TSHE WAY
May humans and non-humans with harmful intentions

སློག་པའི་འབྲས་བུར་མ་གྱུར་ཅིག།

DIG PAY DRE BUR MA GYUR CHIG
not arise due to me.

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་གུན་དང་།

DAG DANG KHA NYAM DRO KUN DANG
I and beings equal to the sky,

མི་དང་མི་མིན་གཞོན་སེམས་ཅན།

MI DANG MI MIN NÖ SEM CHEN
who harm my body and life,

མི་ལམ་ཚུ་ཟླ་སློག་རྒྱ་ལྟར།

MI LAM CHHU DA MIG GYU TAR
Like dreams, a moon in water, mirages,

གཞོན་བགོགས་མི་མ་ཡིན་ལ་སློགས།

DON GEG MI MA YIN LA SOG
such as demons, obstructors, and non-humans,

༄༅། །དོན་དམ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་མཉམ།

DON DAM TONG PA NYI DU NYAM

are equivalent to the ultimate truth of emptiness.

།སྟོང་ལ་བདེན་ཞེན་བྱེད་པ་འབྲུལ།

TONG LA DEN ZHEN JEY PA THRUL

It is a mistake to grasp emptiness as real.

།དྲིན་ཆེ་བ་ནི་གང་ཞིག་ཡོད།

DRIN CHHE WA NI GANG ZHIG YÖ

than our parents?

།མ་བུར་གཞོན་སེམས་འཆང་བ་འབྲུལ།

MA BUR NÖ SEM CHHANG WA THRUL

It is a mistake for a mother to hold harmful thoughts towards her child.

།ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་སྤྱོན།

KHE DANG GYAL KHA ZHEN LA JIN

Because of this, I give gain and victory to others;

།གྲོང་དང་བུབ་ཁ་རང་ལ་ལེན།

DRONG DANG BUB KHA RANG LA LEN

I take loss and defeat upon myself.

།ཀུན་ཇོ་བ་ཕ་མར་མ་གྱུར་མེད།

KUN DZOB PHA MAR MA GYUR MEY

Relatively, there is not a sentient being who was not once our parent.

།འཇིག་རྟེན་དག་ན་ཕ་མ་ལས།

JIG TEN DAG NA PHA MA LE

Who has shown us greater kindness in the world

།དེ་བས་ཕ་མ་སེམས་ཅན་ནི།

DE WE PHA MA SEM CHEN NI

Thus, we should remember the kindness of

།ཕྱོགས་དེས་མེད་པའི་དྲིན་དྲན་པས།

CHHOG RI MEY PAY DRIN DREN PE

our sentient being-parents impartially.

།བདག་གི་ལྷག་བསམ་འདི་ཡི་མཐུས།

DAG GI LHUG SAM DI YI THÜ

Through the force of my altruistic thoughts,

།ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་སྒྱུངས་ཆོག་ས་ཇོག་ས་ཤིང་།

THAM CHAY DRIB JANG TSHOG DZOG SHING

may everyone purify obscurations, complete the accumulations.

། བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE
The essence of supreme and precious bodhicitta

། རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱལ་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག །།

NAM KHYEN SANG GYE NYUR THOB SHOG
and may they swiftly attain omniscient buddhahood.

། སྟོང་ཉིད་སྙིང་ཇེ་འི་སྙིང་པོ་ཅན།

TONG NYI NYING JE'I NYING PO CHEN
is emptiness and compassion:

། བྱིན་ཅི་མ་ལོག་རྒྱལ་བའི་ལམ།

CHHIN CHI MA LOG GYAL WAY LAM
may this unmistakable path of the Victors

། བདེ་བླག་ཉིད་དུ་སྐྱེས་ནས་ཀྱང་།

DE LAG NYI DU KYE NE KYANG
be easily generated within them,

ཅེས་པའང་སྟོ་སྟོང་ལ་མོས་བ་ལམ་དུ་བྱེད་པ་སྟོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དབེན་པའི་རི་ངོགས་སུ་སྙིང་ནས་སྟོན་ལ་དག།

Lodro Thaye, who practices the devotional path of Mind Training, composed this with heartfelt virtuous aspirations on a secluded mountainside.

ལྟོ་གྲོ་བོ་ལུང་སྒྲུབ་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག་སྙིང་གི་སྒྲ་མ་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱུ་བ་ལགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་འོག་ཏུ་མཁས་དབང་མིང་ཅན་ལོ་ལྷ་བ་པད་མའམ་རས་ཆུང་མས་དབྱིན་སྐད་དུ་སྒྱུར་བའོ།

Translated into English by Dr. Rachel Pang, also known as Rechungma, under the guidance of the Venerable Lama Tashi Dondup, of the Lho Drowolung Zabsel Translation Committee.
Copyright © KTZL Published by Karma Tekchen Zabsal Ling, Toronto Thrangu Centre, Canada in May 2013



Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創占中心

Seven Branch Prayer



Karma Tekchen Zabsal Ling
Toronto Thrangu Centre
大乘深明苑
多倫多創占中心

With complete faith I bow, To all the victorious ones and their children, Who abide in the 10 directions and three times.

I offer flowers, incense, light, Perfume, food, music, and many other things, Both in substance and with my imagination. I ask the noble assemblage to accept them.

**I confess all evil actions that I have done, Influenced by the defilements, From time without beginning until now:
The five that ripen immediately, The ten non-virtuous acts, and many others.**

I rejoice in the merit of whatever virtue, Shravakas, pratyekabuddhas, Bodhisattvas, and ordinary people Gather throughout the three times.

**I pray for the wheel of the dharma to be turned, The teachings of the mahayana and hinayana,
In ways suitable for the different aptitudes And motivations present in sentient beings.**

**I ask the buddhas not to pass into nirvana, But, with great compassion and Until samsara is completely empty,
To look after all sentient beings Who drown in this ocean of sorrow.**

May whatever merit I have accumulated Become a seed for the enlightenment of all beings. Without delay, may I become A splendid leader for sentient beings.