

༄༅། སྲོག་བསྐྱབས་བྱ་ཚུལ་ཚེ་དཔལ་རྒྱས་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

Increasing Life and Vitality

A Practice for Freeing Lives

by Jamyang Khyentsé Wangpo

ལྷན་དང་བཅོམ་ལྷན་འདས་མགོན་པོ་ཚེ་དཔལ་ཏུ་མེད་པ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ། །

Homage to the Guru and the Blessed Protector Amitayus, the Buddha of Boundless Life!

གྲུབ་པའི་སྲོག་དཔོན་ཚེན་པོ་དག་གི་དབང་སྤྱག་གྲགས་པའི་ཞལ་ནས།

བྱ་ཉ་རི་དྲུགས་རྒྱུ་མ་དང་། །

སྐྱལ་སོགས་གསལ་བྱའི་ཕྱོགས་གྲུར་རྣམས། །

སྲོག་བསྐྱབས་པ་ཡིས་འཕམ་དུ་ནི། །

ཚེ་ཐུང་བ་ཡང་ཚེ་རིང་འགྱུར། །

The great accomplished master Vagishvarakirti stated:¹

If you save the lives of birds, fish, deer, thieves,

Snakes, and any others beings to be killed,

Your life, even if it were to be short,

Will inevitably be extended.

ཞེས་གསུངས་པས་མཚོན་གསོད་པར་དེས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྲོག་བསྐྱབ་བཞི་ཚེ་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཚོགས་

ཏུ་མེད་རྒྱུད་བསྟན་བཅོམ་ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས་ཤིང་རིག་པས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་

ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྲོག་གིས་དང་ལྷན་བ་རྣམས་གྱིས་སྲོག་བསྐྱབ་ལ་བརྩོན་པ་ཚེས་ཚེར་

བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

Saving the lives of creatures who are certain to be killed is taught to be the best of all longevity practices. Such has been taught in countless sutras, tantras, and shastras, as illustrated by the statement above. This fact can be established through reasoning as well. Moreover, since freeing lives results in benefits beyond comprehension, intelligent people should put ever more effort into the practice of freeing lives.

དེ་ལ་སྱིར་སེམས་བསྐྱེད་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་དུད་འགོ་གཙོ་བོར་གྱུར་བ་རྣམས་གྱི་

སྲོག་བསྐྱབ་ཞིང་། རང་གིས་བསང་པ་དང་། གཞན་ལ་འཚོང་བ་སོགས་མི་བྱ་བར་རང་རང་གི་སྱིད་

ཡུལ་དུ་བཏོང་བར་འཚོ་བ་དང་། དེ་ལྟར་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་ཚུ་བ་བསྲོ་སྲོན་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པ་ཅམ་

བགྱིས་བས་སྐྱབས་གྱི་དོན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཚོ་ག་དམིགས་བསལ་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་མོད།

In general, free the lives of those animals that are in your possession, your heart filled with compassion, and refrain from killing animals yourself or selling them off to others who would

kill them; rather, look after the animals' welfare that that live in your surroundings. If you can do this, and you seal the roots of this virtuous deed with dedication and aspiration prayers, you will accomplish the goal at hand and have no need for any other rituals.

ཡུལ་དུས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་སྒྲོ་ན། སྲ་འགྲུར་གྱི་མན་ངག་འགའ་ཞིག་ལས་སྤྱད་བའི་རྟེན་དུ་འཇུགས་པ་སོགས་གཞན་ནས་འགྲུང་བ་ལྟར་བྱ་བའམ།

Should you wish to engage in a slightly more elaborate form of this practice, as would be appropriate on a particular day or occasion, then you can follow one of the pith instructions taught in the Early Translation School, such as making the animal into a support for a Dharma protector:

ཐུན་མོང་དུ་ཤིས་བརྗེད་བསྐྱོད་ཅམ་སྒྲིམ་ཏེ་བྱ་བར་འདོད་ན། ཚོའམ་སྤུལ་རྒྱ་བ་དང་། རྒྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བའི་ཚེས་བརྒྱད་ཉི་ལྔ་ལ་སོགས་དུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་ཁྲུང་པར་ཅན་འགྲུང་བ་དང་སྤྱབས་འགྲིགས་ན་བཟང་ཞིང་།

Should you wish to just perform a ritual accompanied by the recitation of verses of auspiciousness, dedication and aspiration, as is common, then the following practice is suitable on special occasions, such as within the Miracle Month,² or on the eighth day,³ new-moon day, or full-moon day of any lunar month.

ཚོའི་ང་བའི་དོན་དུ་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་བསྐྱུ་བ་བྱའི་སྟོག་གཟའ་དར་བ་དང་འཕྲོད་སྐྱེར་བཟང་པོ་འཇོམས་པའི་ཉི་ཤར་ལ་བྱ།

If your main goal is to extend someone's life, you should perform the ritual at dawn on the person's ascending life-force day, during a favorable astrological juncture.⁴

གང་ལྟར་ཡང་སྟོག་བསྐྱུ་བ་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་མཐུན་དུ་འཁོད་པ་ན། རྒྱབས་སེམས་།

Whatever the occasion, arrange the animals to be released before you, and recite verses of refuge three times:

Refuge ཅུ་ Bodhichitta

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

sangye chö dang tsok kyi chok nam la

In the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

changchub bardu dak ni kyab su chi

I take refuge until I attain enlightenment.

བདག་གི་སྤྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་གྲིས། །

dak gi jin sok gyipé sönam kyi

Through the merit of practising generosity and so on,

འགྲོ་ལ་ཕན་མྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག།

dro la pen chir sangye drubpar shok

May I attain buddhahood for the benefit of all beings.

ལན་གསུམ།

Thus, recite the refuge verse, three times over.

Four Immeasurables

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

semchen tamché dewa dang dewé gyu dang denpar gyur chik

May all sentient beings enjoy happiness and the causes of happiness!

སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་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!

སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

dukngal mepé dewa dampa dang mindralwar gyur chik

May they never be separated from the sacred happiness devoid of suffering!

ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སློམ་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

nyering chakdang nyi dang dralwé tangnyom chenpo la nepar gyur chik

And may they dwell in boundless equanimity that is free from attachment and aversion!

ཅེས་ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ།

Thus cultivate the four immeasurables.

Reciting the Names of the Buddhas

སྤྱི་སྤྱི་ན་སངས་རྒྱས་གྱི་མཚན་དང་། གཞུངས་སྤྱགས་ཁྱེད་པར་ཅན་མང་དུ་བརྗོད་ན་དུང་འགྲོ་ནམས་གྱི་
རྒྱ་དང་ལ་ཐར་པའི་ས་བོན་ཐེབས་པ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཆེ། དེ་ཅོམ་མི་རྣམས་ཀྱང་།

If you wish to practice more elaborately, at this point you may recite the names of the buddhas and particular dharanis many times. This will bring great benefits, such as planting the seed of

liberation in the animal's mind-stream. Even if you're unable to do so, simply recite once the following:

བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགའ་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱལ་
མགོན་པོ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye gönpo ö pak tu mepa la chaktsal lo

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Protector Amithaba.

བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགའ་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱལ་
མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye gönpo mitrukpa la chaktsal lo

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Protector Akshobhya.

བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགའ་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱལ་རིན་
ཆེན་གཙུག་ཏུར་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye rinchen tsuktor chen la chaktsal lo

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Ratnashikhin.

བདེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བདུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

Next, pay homage to the Seven Sugatas:⁵

བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགའ་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱལ་
མཚན་ལེགས་པར་ཡོངས་བསྐྱབས་དཔལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye tsen lekpar yong drak pal gyi gyalpo la chaktsal lo

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Glorious King whose Name is Widely Renowned.⁶

བཙམས་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམས་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་
མཁམས་པ་གཟི་བརྗིད་གྱི་སྤྲུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye khepa
ziji kyi drayang kyi gyalpo la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, King
who Sounds the Energy of Virtue.⁷

བཙམས་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམས་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་
གསེར་བཟང་ངོ་མེད་རིན་ཆེན་སྣང་བཏུལ་ལྷུགས་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye ser zang
drimé rinchen nang tulshyuk drubpa la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, The
One with the Accomplishment of the Vow of the Radiance of Gold and Fine
Stainless Jewels.⁸

བཙམས་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམས་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་ལྷ་
ངན་མེད་མཚོག་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye nya
ngen mé chok pal la chal tsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, the
One without Anguish and with Supreme Glory.⁹

བཙམས་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམས་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་
ཚོས་བསྐྱགས་རྒྱ་མཚོའི་དབྱེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye chö
drak gyatsö yang la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, The
Roaring One with an Ocean of Dharma-Renown.¹⁰

བཙམས་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམས་པ་ཡང་དག་པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་
ཚོས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་སྒོས་རྣམ་པར་རོལ་པ་མངོན་པར་མཐུན་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye chö
gyatso chok gi lö nampar rolpa ngönpar khyenpé gyalpo la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, King
who is an Ocean of Dharma with the Best of Minds, Mastery, and Super-
Knowledge.¹¹

བཙམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷན་
གྱི་སྤྱི་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་འོད་ལ་ཕྱག་འཚུལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye men gyi
la baiduryé ö la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Master
of Medicine with the Radiance of Lapis-Lazuli.¹²

འགྲུ་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚུལ་ལོ། །

And finally, pay homage to Buddha Shakyamuni:

བཙམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུ་
ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚུལ་ལོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye shakya
tubpa la chaktsal lo**

Homage to the Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha,
Shakyamuni.

Recitation of the Mantras

ཞེས་དང་།

Next, chant mantras, such as the following ones, loud and clear:

ཨོ་ཞོ་རྩུག་པ།

The Six-Syllable Mantra of Avalokiteshvara

ཨོ་མ་ཎི་པཎྜེ་ཧྱུ་ཧྱུ་ཎི།

om mani pemé hung hrih

མི་འབྲུགས་པའི་གཟུངས།

The Dharani of Buddha Akshobhya

ནམ་རྒྱ་ཏུ་ཡུ་ཡ། བཟོ་བྱ་གཞུང་ལྷོ་བྱུ་ཡ། ཏུ་གྲ་གཏ་ཡ། ཨ་རྩ་ཏེ་སྐྱུ་ལྷོ་བྱུ་
ཡ། ཏུ་གྲ། ཨོ་ཀི་ཀཱ་ཀི་ཀི་ཀཱི། རོ་ཙ་ཀི་ཙ་ཀི། རྩ་ཙ་ཀི་ཙ་ཀི། ཏུ་ས་ཀི་ཏུ་
ས་ཀི། བྲ་ཏི་ཏུ་བྲ་ཏི་ཏུ་ཀ། སམ་ཀཱ་མ་པ་པ་པ་རྩི་མེ་སམ་མུ་རྒྱལ་སྐྱུ་ཏུ།

**namo ratna trayaya | namo bhagavate akshobhyaya tathagataya arhate
samyak sambuddhaya | tadyatha | om kamkani kamkani rotsani rotsani
trotani trotani trasani trasani pratihana pratihana sarva karma paramparani
me sarva sato nantsa soha**

བརྩ་གཅིག་ཞལ་གྱི་གཟུངས།

The Dharani of the Eleven-faced Avalokiteshvara

ནམ་རྒྱ་ཏུ་ཡུ་ཡ། བམམ་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་བ་སྐྱ་ག་ར་བེ་རོ་ཙ་བྲ་ཏུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡ། ཏུ་གྲ་གཏ་ཡ།
ཨ་རྩ་ཏེ། སྐྱུ་ལྷོ་བྱུ་ཡ། བམམ་སམ་ཏུ་གྲ་གཏེ་བྱུ་ཨ་རྩ་ཏེ་བྱུ་སྐྱུ་ལྷོ་བྱུ་བྱུ་
བམམ་ཞུ་རྒྱ་ཨ་བའི་ཀི་ཏེ་པ་རྒྱ་ཡ། བོ་རྩི་སུ་ཡ། མ་རྒྱ་སུ་ཡ། མ་རྒྱ་ཀུ་རྩི་ཀུ་ཡ།
ཏུ་གྲ། ཨོ་རྩ་རྩ་ར། རྩི་རི་རྩི་རི། རྩུ་རྩུ་རྩུ། ཨོ་ལྷོ་ལྷོ། ཙ་ལེ་ཙ་ལེ།
བྲ་ཙ་ལེ་བྲ་ཙ་ལེ། ཀུ་སྐྱུ་མེ། ཀུ་སྐྱུ་མེ། བ་པེ། ཨོ་ལི་ལི་ལི། ཙོ་ཏི་རྩུ་ལ་སྐྱ་པ་ན་
ཡ་སྐྱུ་ཏུ།

**namo ratna trayaya | nama arya jnana sagara vairotsana byuha radzaya
tathagataya arhate samyak sambuddhaya | nama sarva tathagate bhyah
arhata bhyah samyak sambuddha bhyah | nama arya avalokiteshvaraya
bodhisattvaya mahasattvaya mahakarunikaya | tadyatha | om dhara dhara |
dhiri dhiri | dhuru dhuru | itte bitte | tsale tsale | pratsale pratsale | kusume
kusuma | vare | ili mili tsiti dzola mapanaya soha**

Visualization

སོ་གསལ་ཞེས་སྐྱད་གསལ་འཕྲོ་བས་བརྗོད། དེ་ནས་ལག་ཏུ་མེ་ཏིག་ཐོགས་ལ།
Then, holding flowers in your hand, imagine as follows:

མདུན་གྱི་ནམ་མཁམ་གྱི་མ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བཙེམ་ལྷན་འདས་མགོན་པོ་ཚེ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་
 ལ་སྤྱོད་པ་བཅུ་ཉི་མངས་རྒྱས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལྷ་དང་བྱང་སྤོང་བདེན་ཚིག་གྲུབ་པ་
 སོགས་སྐབས་གནས་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་མཛད་སྲུང་དུ་བཞུགས་པའི་
 ཞལ་ནས་ཤིས་པ་བརྗོད་པའི་དབྱངས་སྟོན་སྤྱོད་པའི་མེ་ཏོག་གི་ཆར་ཆེན་པོ་ཕབ་པས་བདག་
 དང་སྤྱིན་པའི་བདག་པོས་གཙོ་བོར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚོ་བསོད་དཔལ་འབྱེད་ཡེ་ཤེས་ཡོན་
 ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འབེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། དུད་འགྲོའི་སྐྱེས་གནས་སུ་གྱུར་པ་
 རྣམས་ཀྱང་གནས་སྐབས་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བའི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཞིང་དཀོན་མཆོག་
 གསུམ་གྱི་སྐབས་འོག་ཏུ་བདེ་བར་འཛོལ་དང་། མཐར་ཐུག་ཐར་པའི་ས་སོན་རྒྱུད་ལ་སྤྱིན་ནས་
 རྒྱར་དུ་བྱང་རྒྱལ་འཐོབ་པའི་སྐལ་བ་ཅན་དུ་གྱུར་པར་བསམས་ལ།

**dün gyi namkhar lama dang nyisumepé chomdendé gönpo tsé pak tu mepa
 la chok chü sangye dang changchub sempa lha dang drangsong dentsik
 drubpa sok kyabné könchok gyatsö tsok kyi korwa ngönsum du shyukpé
 shyal né shipa jöpé yang nyen drok shing metok gi char chenpo pabpé dak
 dang jinpé dakpö tso jé semchen tamché kyi tsé sö paljor yeshe yönten
 tamché gong né gong du pel shying gyepa dang düdrö kyé né su gyurpa nam
 kyang nekab dü mayinpar chiwé jikpa lé tar shying könchok sum gyi kyab
 oktu dewar tsowa dang tartuk tarpé sabön gyü la min né nyurdu changchub
 tobpé kalwachen du gyurpar gyur**

The Blessed Protector Amitayus, the Buddha of Boundless Life, who is indivisible from my own teacher, appears directly in the sky before me, surrounded by an ocean-like gathering of the precious sources of refuge, such as the buddhas and bodhisattvas of the ten directions, the devas, and the rishis whose speech is undecieving. They chant verses of auspiciousness in sweet melodies, showering down a great rain of flowers which expands and extends the life, merit, wealth, wisdom, and qualities of all sentient beings, especially myself and the sponsors of the ritual. In this way, all those who have taken birth as animals are liberated from the fear of untimely death, and so live happily under the protection of the Three Jewels. Ultimately, when the seed of liberation ripens within their mind-streams, they will have the fortune of swiftly attaining awakening.

Prayers of Auspiciousness

Next, recite whatever prayers of auspiciousness come to mind, such as:

རྒྱལ་མཚན་ཚེ་མོ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟར། །

gyaltsen tsemo wang gi gyalpo tar

Like the pinnacle of a might king's banner,

ལྷག་པར་ལྷ་ཡི་གཙུག་གི་རྒྱན་གྱུར་པའི། །

lhakpar lha yi tsuk gi gyen gyurpé

Crown ornament of the exalted deities,

སྐྱུབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་མཚོག་སྐྱེལ་བ། །

drubpapo la ngödrub chok tsolwa

Please grant us practitioners the supreme accomplishment!

དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །

palden lama nam kyi tashi shok

Glorious gurus, let everything be auspicious!

སྟོན་པ་སྐྱེ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ། །

tönpa lamé sangye rinpoche

Precious Buddha, the unsurpassable teacher,

སྐྱོབ་པ་པོ་སྐྱེ་མེད་དམ་ཚེས་རིན་པོ་ཆེ། །

kyobpa lamé damchö rinpoche

Precious Dharma, the unsurpassable protection,

འབྲེན་པ་སྐྱེ་མེད་དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །

drenpa lamé gendün rinpoche

Precious Sangha, the unsurpassable guide—

སྐྱུབ་པ་གནས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །

kyabné könchok sum gyi tashi shok

Threefold source of refuge, rare and supreme, let everything be auspicious!

འཇིག་རྟེན་འདྲན་པའི་གཙོ་བོ་ཚོ་དཔག་མེད། །

jikten drenpé tsowo tsepakmé

Buddha of Infinite Life, foremost guide for beings in this world,

དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཛོམས་མཚན་པ། །

dümin chiwa malü jom dzepa

Your glory overcomes all untimely death,

མགོན་མེད་སྤྱད་བསུལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་བས། །

gönmé dukngal gyurpa nam kyi kyab

You are a refuge for those of us who suffer without protection—

མགོན་པོ་ཚོ་དཔག་མེད་ཀྱི་བཀའ་ཤེས་ཤོག། །

gönpo tsepakmé kyi tashi shok

Buddha Amitayus, let everything be auspicious!

Verses from the Sutra of Boundless Life and Wisdom¹³

ལ་སོགས་བཀའ་ཤེས་གང་ཤེས་ཀྱི་མཐར།

Then recite:

སྤྱན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

jinpé tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of generosity are perfectly sublime.

མི་ཡི་སང་གོ་སྤྱན་པའི་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé jinpé tob tok té

Lions among men, they have realized generosity's strength.

སྣང་ཇི་ཅན་གྱི་སྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

སྤྱན་པ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

jimpa tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect generosity.

ཚུལ་བྲིམས་སྟོབས་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

tsultrim tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of discipline are perfectly sublime.

མི་ཡི་སང་གོ་ཚུལ་བྲིམས་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé tsultrim tob tok té

Lions among men, they have realized discipline's strength.

སློང་རྗེ་ཅན་གྱི་ཤོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

ཚུལ་བྲིམས་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

tsultrim tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect discipline.

བཟོད་པའི་སྟོབས་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

zöpé tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of patience are perfectly sublime.

མི་ཡི་སང་གོ་བཟོད་པའི་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé zöpé tob tok té

Lions among men, they have realized patience's strength.

སློང་རྗེ་ཅན་གྱི་ཤོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

བཟོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

zöpa tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect patience.

བརྩོན་འགྲུས་སྟོབས་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

tsöndrö tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of diligence are perfectly sublime.

མི་ཡི་སེང་གོ་རྩུལ་བྲིམས་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé tsultrim tob tok té

Lions among men, they have realized diligence's strength.

སླིང་རྗེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

བརྗོན་འགྲུས་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

tsöndrū tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect diligence.

བསམ་མ་གཏན་སྟོབས་གྱི་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

samten tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of meditation are perfectly sublime.

མི་ཡི་སེང་གོ་བསམ་མ་གཏན་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé samten tob tok té

Lions among men, they have realized meditation's strength.

སླིང་རྗེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

བསམ་མ་གཏན་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

samten tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect meditation.

ཤེས་རབ་སྟོབས་གྱི་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

sherab tob kyi sangye yangdak pak

The buddhas who are the strength of wisdom are perfectly sublime.

མི་ཡི་སེང་གོ་ཤེས་རབ་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

mi yi sengé sherab tob tok té

Lions among men, they have realized wisdom's strength.

སློང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུག་པ་ན། །

nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na

When entering the citadel of the compassionate ones,

ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

sherab tarchin tsé yang pelwar shok

May our lifespan further increase, so that we can perfect wisdom.

ཚོགས་ལུང་ས་ཅི་རུས་བསྐྱེད་མོ་དྲོག་འཛོེས།

Then recite the dharani of long-life as many times as you can and scatter flowers:

ཨོཾ་མོ་སྒྲ་ག་ཤ་ཏེ། ཨ་པ་འི་མི་ཏ་ཨུ་ཡུ་རྫོག་སུ་བི་ནི་ལྷི་ཏ་ཏེ་ཚོ་རུ་རྫོ་ཡ། ཏ་སྒྲ་ག་ཏུ་ཡ།
ཨ་ཏ་ཏེ་ས་ལྷ་མྱོ་བུ་རྫོ་ཡ། ཏ་ཏུ་སྒྲ། ཨོཾ་བུ་རྩེ་བུ་རྩེ་མ་རུ་བུ་རྩེ། ཨ་པ་འི་མི་ཏ་བུ་རྩེ་ཨ་པ་འི་
མི་ཏ་བུ་རྩེ་རྫོག་སུ་སྒྲོ་འུ་ཅི་ཏེ། ཨོཾ་ས་ཐ་སེ་སྐྱེ་ར་བ་འི་ཤུ་རྫོག་ཏེ་ག་ག་ན་ས་ལྷ་ཏེ་སུ་སྒྲ་ཤ་
བི་ཤུ་རྩེ་མ་རུ་ན་ཡ་པ་འི་ལྷ་འི་སྐྱེ་རུ།

**om namo bhagavate | aparimita ayurjnana subinikita tedzo radzaya |
tathagataya arhate samyak sambuddhaya | tadyata | om punye punye
mahapunye aparimita punye aparimita punye jnana sambharo patsite | om
sarva samskara pari shuddha dharmate gagana samudgate sobhava
vishuddhe mahanaya parivare soha**

Dedication & Aspiration Prayers

དེ་ལྟར་བགྲིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བས་མཚོན་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བས་སངས་
རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་འཛིག་རྟེན་དུ་དགོ་ལེགས་རྒྱ་ཚེན་པོ་འབྱུང་བ་དང་། བསྟན་འཛིན་གྱི་
སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་སྲིན་ལས་རྒྱས་པ་དང་། རང་དང་སྦྱིན་བདག་
གིས་གཙོ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་འཕེལ་བ་དང་། དུ
ད་འགྲོ་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བ་དང་དན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་གྲོལ་ནས་བྱང་རླབ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུར་
དུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག།

**detar gyipé gewé tsawé tsön dü sum du sakpé gewé tsawé sangye kyi tenpa
dar shying jikten du gelek gyachenpo jungwa dang tendzin gyi kyebu dampa
nam shyabpé ten ching trinlé gyepa dang rang dang jindak gi tso jepé
semchen tamché tsé sö paljor yeshe pelwa dang düdro nam kyang khorwa
dang ngensong gi jikpa lé drol né changchub rinpoche nyurdu tobpar shok
chik**

May the roots of virtue of this practice, and likewise all the roots of virtue gathered in the past, present and future; cause the Buddhadharma to spread; cause virtue and happiness to flourish in our world; cause the lives of the sublime upholders of the Dharma to be lengthened and strengthened; cause their activities to thrive; cause the life, merit, wealth, and wisdom of all sentient beings, and especially myself and the sponsors of this ritual, to increase and be extended; and cause these animals to be liberated from the fear of samsara and the lower realms; and may they swiftly attain the precious state of awakening.

སྣམ་དུ་འདུན་པ་རྩེ་གཅིག་པས།

With this resolution, recite the following aspirations one-pointedly:

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །

gewa di yi kyewo kün
Through this virtue, may all beings

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤིང་། །

sönam yeshe tsok dzok shing
Complete the accumulations of merit and wisdom,

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །

sönam yeshe lé jungwé
And so attain the dharmakaya and rupakaya

དམ་པ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག། །

dampa ku nyi tobpar shok

That come from merit and wisdom.

བསེད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །

sönam di yi tamché zikpa nyi

Through this merit, may all beings attain the omniscient state of enlightenment

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་པམ་བྱས་ཤིང་། །

tob né nyepé dra nam pam jé shing

And conquer the enemy, faults and delusion.

སྐྱེ་གན་འཆིའི་རྒྱ་ཁོང་འབྲུགས་པ་ཡི། །

kyé ga na chi balong trukpa yi

May they all be liberated from this ocean of samsara

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག། །

sipé tso lé drowa drolwar shok

And from its pounding waves of birth, old age, sickness, and death!

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །

gangdu kyepé tserab tamché du

In all our lives, wherever we are born,

དཀོན་མཚོག་གསུམ་དང་ནམ་ཡང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །

könchok sum dang namyang mindral shyang

May we never be apart from the Three Jewels.

དཀོན་མཚོག་གསུམ་པོ་རྒྱན་དུ་མཚོད་པ་དང་། །

könchok sumpo gyündu chöpa dang

May we always honor them

དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་རླབས་འཇུག་པར་ཤོག། །

könchok sum gyi jinlab jukpar shok

And receive their constant blessings.

གྲང་ལྷུབ་སེམ་ཅོག་རིན་པོ་ཆེ། །

changchub sem chok rinpoche

Precious and sublime bodhichitta--

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གུར་ཅིག། །

makyepa nam kyé gyur chik

May it arise in those in whom it has not yet arisen,

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །

kyepa nyampa mepa dang

And may it never decline where it has arisen,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། །

gong né gong du pelwar shok

But go on increasing, further and further!

ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་པོ། །

pendé jungwé né chikpo

The one true source of benefit and happiness--

བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །

tenpa yün ring nepa dang

The Dharma—may it long endure!

བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས། །

tendzin kyebu dampa nam

May the lives of the sublime upholders of the Dharma

སྐྱེ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་མཚན་བརྟན་གུར་ཅིག། །

kutsé gyaltsen ten gyur chik

Remain steady, like a royal banner!

འཛིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལོ་གསལ་དང་། །

jikten dé shyng lo lek dang

Bring peace to the world, and usher in excellent years!

འབྲུ་རྒྱམས་འཕེལ་ཞིང་སྤྱགས་འཕེལ་བ། །

dru nam pel shyng chuk pelwa

May grains and livestock evermore increase;

དགེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བའི་གནས། །

gelek tamché jungwé né

May all happiness and goodness be ever-present;

ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །

yi la döpa kün drub dzö

And may all that we wish for be accomplished!

གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་འདི་ཉིད་དུ། །

shyenyang kyewa di nyi du

In particular, in this very life,

མི་མཐུན་སྤོགས་ཀུན་ཞི་བ་དང་། །

mitün chok kün shyiwa dang

May everything unfavorable be pacified!

ཚེ་རིང་ནད་མེད་སྤྱན་སུམ་ཚོགས། །

tsering nemé pün sum tsok

May we always enjoy peace, happiness, long life,

རྒྱ་ཏུ་བདེ་དང་ལྷན་གྲུར་ཅིག། །

taktu dé dangden gyur chik

Good health, prosperity, and success!

བསོད་ནམས་སྟོབས་ཚེན་འདི་ཡི་མཐུས། །

sönam tobchen di yi tü

By the great power of this merit,

སྤྱིན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་རྒྱམས་གྱི། །

jindak khor dangché nam kyi

May the wishes and aims of the patrons, their friends and families,

ཚེ་འདིར་བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་ཅིང་། །

tsé dir sampé dön drub ching
All be fulfilled in this very life!

བར་ཚད་ཞི་ནས་བཀྲ་ཤིས་པར། །

barché shyi né trashipar
Let everything be auspicious, may they be free of obstacles,

བསམ་པ་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

sampa chö shyin drubpar shok
And may they accomplish their aims in accordance with the Dharma!

ཅེས་སོགས་བསྐྱོད་སྤོན་གང་ཤེས་དང་།

Thus recite whatever dedication and aspirations prayers are familiar to you. Then recite:

ཆེ་བའི་ཆེ་མཚོག་སྟོན་མཚོག་སླ་ན་མེད། །

chewé chemchok tön chok lanamé
Unsurpassable supreme teacher, supreme among those who are great--

ཚོས་རྗེ་ཉི་མ་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །

chöjé nyima gyalwé jinlab kyi
May your blessings, King of the Dharma, Sun-like Conqueror,

བདུད་དང་བགགས་རིགས་གཞོན་པའི་དགྲ་ཞི་སྟེ། །

dü dang gek rik nöpe dra shyi té
Pacify harmful enemies, maras, and obstacles!

རྟུག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །

taktu pal né nyintsen tashi shok
May all be ever-glorious and auspicious, throughout day and night!

ཚོས་ཉིད་བདེན་པའི་ཚོས་མཚོག་སླ་ན་མེད། །

chönyi denpé chö chok lanamé
Unsurpassable supreme Dharma, the truth of dharmata--

དམ་ཚེས་བདུན་ཅི་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས། །

damchö dütsi denpé jinlab kyi

May the blessings of the nectar of truth that is the sublime Dharma

ཉོན་མོངས་དུག་ལྷ་གདུང་བའི་དགྲ་ནི་སྟེ། །

nyönmong duk nga dungwé dra shyi té

Pacify our painful enemies--the afflictions, the five poisons!

རྟག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཟང་གིས་ཤོག། །

taktu pal né nyintsen tashi shok

May all be ever-glorious and auspicious, throughout day and night!

དགེ་འདུན་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་དཔལ་འབར་བ། །

gendün yönten rinchen pal barwa

Sangha, blazing with the glory of precious noble qualities--

རྒྱལ་སྲས་པན་མཛད་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས། །

gyalsé pen dzé denpé jinlab kyi

May the blessings of the truth of bodhisattvas' beneficial deeds

ཉེས་པའི་སྐྱོན་བྲལ་དགེ་ཚོགས་རྣམ་པར་འཕེལ། །

nyepé kyöndral gé tsok nampar pel

Increase every virtue, free from negativity!

རྟག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཟང་གིས་ཤོག། །

taktu pal né nyintsen tashi shok

May all be ever-glorious and auspicious, throughout day and night!

སོགས་བཟང་གིས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐུར།

Having recited verses of auspiciousness such as these, conclude with:

འཚི་མེད་ཚེ་ཡི་དཔལ་ལ་འོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

chimé tsé yi pal la longchö ching

The enjoyment and splendour of an everlasting deathless life,

རིག་པའི་སྒོ་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཤེས་རབ་དང་། །

rigpé lo dang namchö sherab dang

Keen intellect, discernment, and insight,

སྲིད་དང་ནི་བའི་དཔལ་འབྱོར་གང་ལགས་པ། །

si dang shyiwé paljor gang lakpa

And all the riches and glories of existence and quiescence—

དེ་ཀུན་སྐྱུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བཀའ་ཤིས་འོག། །

dé kün lhün gyi drubpé tashi shok

May they all be spontaneously accomplished, we pray!

བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་རི་རྒྱལ་ལྷུན་པོ་བཞིན། །

sönam dargyé ri gyal lhünpo shyin

May merit ever increase, becoming like Meru, lofty king of mountains!

སྐྱེད་གྲགས་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་བྱུབ། །

nyendrak chenpo namkha shyindu khyab

May great fame and renown pervade the whole of the sky!

ཚེ་རིང་ནད་མེད་གཞན་དོན་སྐྱུན་གྲུབ་པའི། །

tsering nemé shyendön lhündrubpé

May there be the constant auspiciousness of a sublime ocean of qualities—

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་ཤིས་འོག། །

yönten gyatso chok gi tashi shok

Long life, good health, and spontaneous benefit for others!

གནས་འདིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས། །

né dir nyinmo delek tsen delek

May this very place itself enjoy happiness and peace, at dusk and at dawn!

ཉིན་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་འཁོར། །

nyin mé gung yang delek shing

May midday too be delightful and comfortable!

ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདེ་ལེགས་པའི། །

nyintsen taktu delek pé

May the auspiciousness of the Three Jewels be ever-present,

དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བཟང་ལོས་ཤོག། །

könchok sum gyi tashi shok

Causing peace and happiness throughout day and night!

ཡེ་རྣམས་བརྗོད་ལ་མེ་ཏོག་འཐོར་བས་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུ།

Then conclude properly, by reciting the ye-dharma while scattering flowers:

ཨོཾ་ཡེ་རྣམས་ཉེ་ཏུ་བླ་ལྷ་ཉེ་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱ་གཉིན་ལྷ་དཀ། ཉེ་ཏུ་ཡེ་ནི་རོ་རྩེ་ཨོཾ་ཨྲི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་གྲོ་གྲོ།
མ་ཆེ་སྣ་རྒྱ།

**om yé dharma hetu prabhava hetun teshan tatagato hyavadat | teshan tsa yo
nirodha evam vadi maha shramana soha**

སྲོན་ཚེ་སྐྱབ་གྱི་གཞུང་གཞན་ལས།

It is stated in another longevity practice:¹⁴

ཅི་འབྱོར་སྲོག་བསྐྱུ་བཞིས་པའི་དཔལ་བ་རུཾ།

Mark the animals that you were able to ransom, by drawing a sun and moon on their foreheads.

ཉི་ལྷའི་རྟགས་གདབ་དེ་སྲིན་སྲོག་མི་གཅོད་ཅེ།

This mark will show others that these animals are not to be killed.

ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཚོ་ཐར་བཞིས་པ་རྣམས་ཀྱི་དཔལ་བར་མར་གྱི་ཉི་ལྷའི་གཟུགས་འདྲི་བ་ཚོ་ཉི་ལྷ་དང་
མཉམ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བཤད་ལ། རོར་སྐྱབས་དཀར་མཚན་ཅན་ལྷ་བུའི་བྱུ་ཡུང་འགའ་རེ་ལ་མིང་བཟང་
ལེགས་པར་བཏགས་པའང་བཟང་ལོས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བཤད་པས་དེ་ལྟར་བྱའོ། །

It is also taught that drawing a sun and moon on their foreheads with butter creates the auspicious condition for their lifespan to become equal to the sun and moon. It is further taught that giving auspicious names to some of the finest livestock with white spots will create auspicious conditions for the future. Follow this advice.

གཞན་ཡང་བྱ་དང་རི་དྲགས་དང་ཉེ་སོགས་ཀྱི་སྲོག་བསྐྱུ་བའི་སྐད་དུ་རི་རྒྱ་ལྷུང་རྒྱ་བསྐྱུ་པ་ན། ལོང་དུ་
བཤད་ལ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་དང་བསྲོ་སྲོན་གྱི་ཕྱིས་ཟིན་པ་དང་། ལྷ་བསང་སོགས་དང་འབྲེལ་བར་བྱས་
པས་སྲིར་འཆི་བ་བསྐྱུ་བས་མཚོན་པན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུབ།

Protect the lives of wild animals—such as birds, fish, or deer—and do not catch them with traps and the like. As explained above, seal your efforts with the motivation of bodhichitta and with dedication and aspiration prayers. By further combining this with practices such as the sang (smoke) offering, the benefits of freeing lives in this way will be beyond imagination.

ཁྱད་པར་དུ་ཡུལ་རྒྱུགས་དེར་ཆར་རྒྱུ་འབབས་ཤིང་ལོ་སྤྲུགས་ལེགས་པ་སོགས་བཀའ་ཤིས་པའི་དགོ་མཚན་དུ་
མ་འགྱུར་བ་དང་།

The region where you apply these instructions will have auspicious signs, such as seasonal rainfall, bountiful harvests, and abundant livestock.

འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་རིན་ཆེན་སྲེང་བ་ལས།

In The Precious Garland,¹⁵ the noble Nagarjuna states:

གྲོག་སྐྱར་ཚང་གི་སྐོ་དག་ཏུ།

At the openings of ant hills,

ཟད་དང་རྒྱ་དང་འབྲུ་མར་དང་།

Have the trustworthy

འབྲུ་ཡི་ཕུང་པོ་རྟག་པར་ཞི།

Always put food, water,

ཐུགས་བརྟན་མི་རྣམས་བགྱིད་དུ་གསོ་ལ།

Sugar and piles of grains.

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲོག་ཆགས་གྲོག་མ་ལ་ཟས་སྦྱིན་པ་དང་། ཉ་ལ་ཟན་གཅོང་མ་སྦྱིན་པ་དང་།
ནད་པ་ལ་སྐྱན་དང་། བྱིས་པ་ལ་སྟོན་མོ་དང་། འདབ་ཆགས་དང་དབུལ་པོངས་ལ་ཟས་སྦྱོར་སྦྱིན་པ་
སོགས་ཀྱང་བྱང་རྒྱུ་བྱི་སེམས་དང་། བསྐྱོ་སྐོན་དག་པའི་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་ན་འཆི་བ་བསྐྱུ་བ་དང་། འ
བྱོར་བ་སྤེལ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་སོགས་བྱ་སྤྲོ་ཆོགས་རྒྱུང་པར་ཡོན་
ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པས་སྒོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་སྐོ་དུ་མ་ནས་ཆོགས་གསོག་པའི་ཐབས་མཁས་ལ་བརྟེན་
པར་བྱའོ།

As advised, train in giving—such as offering sustenance to ants and other animals, grains to fish, medicine to the sick, meals to children, food and drink to birds and the destitute. This should of course be embraced by the skilful means of bodhichitta, dedication, and aspiration. If you do this, the resulting merit will become a cause for preventing death and increasing vitality, ultimately leading to the attainment of great awakening. Since these instructions are easy to follow, involve little hardship, and yield great benefits, intelligent people should by all means strive in becoming skilled in these methods for gathering the accumulations.

ཞེས་པའང་རང་གཞན་རྣམས་ལ་པན་པའི་དོན་དུ་གྲུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་ལ་གྲུས་པ་འཇམ་དབྱེངས་
 མ་ཁྱེན་བརྗེའི་དབང་སོས་ལྷག་པའི་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་གྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་
 བསྐྱེད་འཛིན་མཚོག་རྣམས་ཞབས་པད་བསྐྱེད་བརྒྱུར་བརྟན་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་མིན་འཆི་
 བའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་ནས་མགོན་པོ་ཚོ་དབག་ཏུ་མེད་པའི་གོ་འཕང་རྒྱུར་དུ་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །
 སུལ་དུ་མཛོད་ལོ།

Motivated by bodhicitta, I, Jamyang Khyentsé Wangpo, a devotee of the bodhisattva-pitaka, have composed this ritual for the benefit of myself and others. May it be a cause for the sublime upholders of the Dharma to live for hundreds of eons, for all sentient beings to be freed from the fear of untimely death, and for all without exception to swiftly attain the state of Amitayus, the Buddha of Boundless Life. Sarva Mangalam!



Translation Origin

Translated by [Samye Translations](#), 2021 (trans. Stefan Mang, Peter Woods and Paul Thomas, ed. Libby Hogg). The verses from the *Sutra of Boundless Life and Wisdom* courtesy of [Adam Pearcey](#).

This work is licensed under [CC BY-NC 4.0](#).

1The quotation is found in a slightly different form in Vagishvarakirti's Pith Instructions on Deceiving Death (Toh. 1748, mrityuvañcanopadesha, 'chi ba bslu ba'i man ngag).

2The first month of the Tibetan calendar.

3The eighth day of the lunar month is associated with Medicine Buddha and Tara.

4Depending upon an individual's birth year, a particular day of the week is considered conducive to long-life practice.

5While the Seven Sugatas can refer to the Seven Heroic Buddhas (sangs rgyas dpa' bo bdun), here it refers to a set of seven 'medicine buddhas' mentioned in two kriya-yoga tantras, namely The Sutra Describing in Full the Specific Previous Vows of the Seven Tathagatas (Toh. 503, sapta-tathagata-purva-pranidhana-vishesa-vistara-sutra, phags pa de bzhin gshegs pa bdun gyi sngon gyi smon lam gyi khyad par rgyas pa zhes bya ba theg pa chen po'i mdo) and The Incantation of Vaidurya-prabha (Toh. 505, tathagata-vaidurya-prabha-nama-baladhana-samadhi-dharani; bai DUr+ya'i 'od gyi gzungs. As outlined by Toh. 503, invoking and making offerings to these Seven Buddhas is said to cure diseases and can "interrupt the death process and call a dying person's consciousness back to their body.")

6Skt. Supari-kirtita-nama-shri-raja.

7Skt. Kushala-tejo-nirghosha-raja.

8Skt. Suvarna-bhadra-vimala-ratna-prabhasa-vrata-siddhi.

9Skt. Ashokottama-shri.

10Skt. Dharma-kirti-sagara-ghosha.

11Skt. Dharma-sagaragramati-vikriditabhi-jña-raja.

12Skt. Bhaishajya-guru-vaidurya-prabha.

13The verses and the dharani that follows come from *The Sublime Sutra of the Great Vehicle entitled "Boundless Life and Wisdom"* (Toh. 675, *arya-āparimita-ayurjñāna-nama-mahāyāna-sūtra*, 'phags pa tshé dang ye shes dpag tu med pa zhes bya ba theg pa chen po'i mdo)

14The following quotations appears to come from the Embodiment of the Families of the Deathless Three Kayas ('chi med sku gsum rigs 'dus) revealed by Changdak Tashi Tobgyal.

15The full title of this famous text by Nagarjuna is Precious Garland of Advice for a King (Toh. 4158, rajaparikatharatnavali, rgyal po la gtam bya ba rin po che'i phreng ba)