



༄༅། །སླ་མའི་རྣམ་འབྱོར་ཉུང་ཟབ་བཞུགས་སོ། །
A Profound and Concise Guru Yoga
by Kyapje Chatral Rinpoche

སྐྱབས་འགྲོ་ནི།
Take refuge:

སྐུ་གསུམ་བརྒྱུད་པ་དགུ་ལྷན་ལྷན་པའི་ལྷ། །
ku sum gyüpa guden lhakpé lha
Trikaya master with ninefold lineage,¹ and sovereign

རབ་འབྱུང་མས་ཞི་ཚྲོའི་བྱུང་བདག་ཤལ་འཇི་རྗེ། །
rabjam shyitrö khyabdak daki jé
Of yidams, countless peaceful-wrathful ones, and dakinis,

དོ་རྗེ་འཆང་དབང་དཔལ་ལྷན་འཁོར་འའི་མགོ་ན། །
dorjé chang wang palden khorlö gön
Lord Vajradhara, glorious protector of the mandala,

སྤིང་ནས་སྐྱབས་མཆི་བྱུགས་རྗེས་བརྗེར་དགོངས་གསོལ། །
nying né kyab chi tukjé tser gong sol
From the depths of my heart I go to you for refuge—
Please listen with love and compassion!

ལན་གསུམ།
Three times.

སེམས་བསྐྱེད་ནི།
Generate bodhichitta:

མཐའ་ཡས་ཁམས་གསུམ་སྐྱེ་འགྲོ་འཁོར་མཚོ་བསྐྱལ། །

tayé kham sum kyendro khor tso dral

To rescue all beings from the ocean of samsara's three realms,

ལྷུང་བྱ་སྤྲོ་མེད་བྱུང་ཚེན་ལ་འགོད་ཕྱིར། །

nyurdu lamé jang chen la gö chir

And lead them swiftly to unsurpassed, great awakening,

བདག་གིས་བྱིན་རྒྱབས་སྤྲོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །

dak gi jinlab lamé naljor la

I will immerse myself in the blessings of guru yoga

འདྲུག་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱབ་ལ་གནས་པར་བྱ། །

juk ching semkyé lab la nepar ja

And continuously cultivate bodhichitta, the awakened heart!

ལན་གསུམ།

Three times.

ཨ། རང་སེམས་མ་བཅོས་སྟོང་གསལ་འགག་མེད་ཚལ། །

ah, rangsem machö tong sal gakmé tsal

Ah! The unceasing expression of natural mind, empty yet clear,

ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་དཔལ་ལྡན་གླེ་མ་ནི། །

chiryang charwé palden lama ni

Is the glorious guru, who appears in every possible way.

སྤྱི་བོར་སེང་གི་པད་ཉི་ལྷ་གདན་སྟེང་། །

chiwor sengtri pé nyida den teng

You rest upon my crown, on a lion throne, lotus, sun and moon—

བྲན་མཚོག་མགོན་པོ་སངས་རྒྱས་རྗེ་ཅེ་ཅུལ། །

dren chok gönpo sangye dorjé tsal

Supreme remembrance, Lord Sangyé Dorjé Tsal.

དཀར་དམར་ཁྲོ་འཛུམ་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ཚུལ་འཆང་། །

kar mar tro dzum naljor chö tsul chang

Your face is ruddy white, fiercely smiling, as you take on a yogi's appearance,

འདུང་མ་དམར་པོ་དྲི་མེད་རས་གཟན་གསོལ། །

dungma marpo drimé ré zen sol

Wearing a red cloak and an upper robe of unblemished white.

དབུ་ལ་འདབ་ལྷན་པད་ལྷའི་ཅོད་པན་མཛེས། །

u la dabden pé shyé chöpen dzé

Your head is adorned by a lotus-petalled crown,

ཐབས་ཤེས་ཤུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་མཚོག་སྦྱིན་གྱིས། །

tabshé chak nyi nyamshyak chok jin gyi

And both hands, means and wisdom, are in mudras of generosity and equipoise.

དོ་རྗེ་དྲིལ་འཛིན་རྩུང་འབྲུག་བཟང་ཚོས་སྟོན། །

dorjé dril dzin zungjuk da chö tön

They hold a vajra and bell, symbolizing unity.

འགྲིང་བག་བདེ་སྟོང་ཉམས་འབར་རོལ་སྐབས་བཞུགས། །

gying bak detong nyam bar rol tab shyuk

You sit majestically in the revelling pose as the experience of empty-bliss blazes.

ཐོགས་མཚམས་བར་སྣང་འཇའ་འོད་ཐིག་ལའི་གྲོང་། །

choktsam barnang ja ö tiklé long

Within spheres of rainbow light that fill the sky in all directions,

རབ་འབྲུམས་ཙུག་ཤུམ་རྒྱ་མཚོ་སྦྱིན་ལྟར་གཏིབས། །

rabjam tsa sum gyatso trin tar tib

A boundless ocean of the three roots gather like clouds.

སྐབས་ཡུལ་དགུ་ཤུགས་དོ་བོ་སྐྱམ་ཉིད། །

kyabyul gu truk ngowo lama nyi

You, guru, are the quintessence of infinite sources of refuge;

ཡིན་པར་ཐག་ཚོད་དད་ཚེས་དྲག་པོ་ཡིས། །

yinpar takchö dé mö drakpo yi

Of this I am certain, and in this I have total trust.

སློང་ནས་གུས་ཤིང་གདུང་བས་གསོལ་འདེབས་ན། །

nying né gü shing dungwé soldeb na
With heartfelt devotion and longing I call upon you—

བྱིན་རྒྱ་བས་འཕོ་བའི་དབང་བཞི་དུས་འདིར་སྤོལ། །

jinlab powé wang shyi dü dir tsol
Please grant the four empowerments and bestow your blessings!

ཨོཾ་ཧཱུལྷ་བུ་རྒྱ་བའོ་ཧྱཱི།

om ah buddha benza hung

གླ་མ་འོད་ལྷ་རང་ཐིམ་གྲུགས་ཡིད་འདྲེས། །

lama ö shyu rang tim tuk yi dré
The guru melts into light, dissolves into me, mind and wisdom merge—

ཡིད་ས་མེད་བྱ་རྩོལ་བྲལ་བའི་རྫོགས་པ་ཆེ། །

yengmé jatsol dralwé dzogpa ché
Undistracted and free from effort, this is the great perfection.

སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་དགོངས་གྲོང་བདེ་ཆེན་པོ། །

sangye kün gyi gong long dechen po
The great bliss of all the buddha's wisdom vastness,

དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔལ་བདག་འགྲུབ་ཤོག། །

palden dorjé sempa dak drub shok
Glorious Vajrasattva, may I realize you!

ཅེས་དག་སྒྲུང་ཅན་དུ་མས་ནན་བསྐྱུལ་ངོ་མ་ཚོག་པར་ཁོ་བོ་རང་བསྐྱོམ་བྱུར་བཞུགས་པའི་གླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་
ཉུང་དུ་འདྲིའང་། སྤྱིར་བདག་ལྟ་བུའི་སྤྲིགས་དུས་ཀྱི་གླ་གསུགས་གདོལ་སྤྱོད་སྤྲོམས་ལས་མཁན་སོ་
སྤྱིའི་རང་བཞིན། རྣལ་འབྱོར་དུ་བསྐྱོམ་པར་འོས་པའི་བྱི་ནང་གི་ཡོན་ཏན་ཉིལ་འབྱུ་ཚམ་མ་མཚིས་ཀྱང་།
མཚོག་གི་རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེས་བཞིན་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་དགོངས་པ་གཏང་བའི་སྐྱལ་བ་བཟང་པོ་
ཐབས་ནས་བྲིས་པ་ལ། ཅུ་བརྒྱད་གླ་མ་རྣམས་ཀྱི་བྲུགས་རྗེ་བྱིན་རྒྱ་བས་ཀྱིས་བདག་ལ་སྤྱི་བ་པར་མི་འགྱུར་
ཞིང་། དད་མོས་ཅན་ལ་འདོད་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་འབྱུང་བར་ཤོག་ཅེག། །

As many with pure perception insisted, and so unable to resist, I wrote this concise guru yoga so they could meditate upon me, an ordinary, lazy man with boorish behaviour. I have only the

appearance of a guru in this degenerate age; I lack even a sesame seed's worth of the outer or inner qualities upon which you could meditate as a "yoga." And yet I have been graciously cared for by supreme vajra masters, and they put their trust in me. In this I am fortunate, and because of them this was written. May the compassion and blessings of the root and lineage gurus prevent any obstacles that might come from writing this, and may the desired results arise without fail for those with faith and devotion.



Translation Origin

Translated by [Samye Translations](#), 2019 (Peter Woods, Nick Schmidt and Stefan Mang).

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

1) The nine lineages of the Nyingma tradition: 1) the mind-direct lineage of the victorious ones (rgyal ba dgongs), 2) the sign lineage of the vidyadharas (rig 'dzin brda), 3) the aural lineage of realized beings (gang zag snyan), 4) the dakini's seal of entrustment lineage (mkha' 'gro gtad rgya), 5) the lineage empowered by aspiration (smon lam dbang bskur), 6) the lineage of prophetically declared succession (bka' bab lung bstan), 7) the lineage of yoga siddhis (dngos grub rnal 'byor), 8) the lineage of blessed samaya substances (byin rlabs dam rdzas), and 9) the written lineage of yellow parchments (tshig brgyud shog ser). While 1)-3) remain constant, listings of the following six lineages vary. Following Dan Martin, this list is drawn from Mkhyen rab rgya mtsho 1557 (1981) 256.4.