



Practices of Buddha Amitabha

This booklet contains practices that are restricted to those who have received the necessary empowerments, transmissions, and instructions. Please consult a qualified teacher if you are unsure as to whether you may read or practice a particular text.

To make this practice book more accessible and readable, diacritics have been removed for Sanskrit words and Tibetan words are rendered in phonetics.

Several of the translations within this book are featured in collaboration with other translators. For the translation credits please consult the credit section at the end of this book.

2024 edition by Samye Translations & Publications
www.samyetranslations.org.

Front cover image of Buddha Amitabha is courtesy of The Metropolitan Museum of Art
www.metmuseum.org.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Table of Contents

Introduction.....	5
Brief Amitabha Sleeping Practice.....	7
The Transference of Consciousness.....	20
Brief Sukhavati Aspiration.....	27
Training in the Pure Realms of the Three Kayas.....	29
The Secret Crown Seed Tantra.....	40
Liberation-Upon-Hearing Mantra.....	42
Credits.....	46

INTRODUCTION

Phowa is the practice of deliberately transferring one's own or another's consciousness to achieve a felicitous result at the time of death. This transference (*phowa*) be directed towards liberation within the dharmakaya, rebirth within a pure realm such as Sukhavati, or birth into a favourable existence in the human realm. Although it is said to grant "enlightenment without meditation," *phowa* does require training before it can be put into effect successfully.

The particular *phowa* practice contained within this booklet, *The Transference of Consciousness Practice of Lotus Lord of Dance (Pema Garwang kyi Polung)*, was initially taught by Guru Padmasambhava, and subsequently revealed as a treasure by Chokgyur Dechen Lingpa (1829–1870) on December 12th, 1857, from the Pema Wangpuk Cave at Karmé Bumdzong as part of *The Great Compassionate One Who Dredges the Depths of Samsara (Khorwa Dongtruk)* cycle of teachings. Taking the treasure root text as a basis, Karmé Khenpo Rinchen Dargyé composed the short practice liturgy contain herein.

A brief sleeping practice based on Amitabha precedes the main *phowa* practice featured in this booklet. This practice was composed by Kyapjé Jamyang Khyentsé Chökyi Lodrö with the aim of helping the practitioners to transform their sleep into meditation practice. The booklet concludes with the classic aspiration to be reborn in Amitabha's pure realm of Sukhavati, the Blissful Paradise, where one may effortless travel the path to awakening for the benefit of all.

ལྷ འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཉལ་བསྐྱོམ་མཛོད་བསྐྱུས་བཞུགས། །
Brief Amitabha Sleeping Practice

སངས་རྒྱལ་ཚེས་ཚོགས་གྱི་སྐྱབས་སེམས་ལན་གསུམ། །

Take refuge and generate bodhicitta by reciting "Sangye chötsok... etc." three times:

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

sangyé chö dang tsok kyi chok nam la

In the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚེ། །

jangchup bardu dak ni kyapsu chi

I take refuge until enlightenment.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པ་འདི་དག་གིས། །

dak gi jin sok gyipa didak gi

Through the practice generosity and so on,

འགྲོ་ལ་ཕན་སྲིད་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

dro la pen chir sangyé drupar shok

May I attain buddhahood for the benefit of all beings.

མ་ལུས་སེམས་ཅན་སོགས་ཤུ་ལོ་ཀ་གཅིག་གི་མཐར།

Then recite the single verse beginning 'Malü semchen...':

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མཐོན་གྱུར་ཅིང་། །

malü semchen kün gyi gön gyur ching

You are the protectors of all beings, every single one.

བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བབ་དེ་འཛོམས་མཛེད་ལྷ། །

dü dé pung ché mi zé jom dzé lha

You are the deities who remorselessly destroy the maras and their forces.

དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །

ngö nam malü jizhin khyen gyurpé

You who know all things just as they are, in their true nature,

བཙོན་ལྷན་འཁོར་བཙམ་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

chomden khor ché né dir shek su sol

Enlightened ones, with your retinues, come now to this place!

ཨོཾམ་མི་ཏ་བླ་མྱིེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨེ་ཏྱེ་ཉི་བཟླ་ས་ལྷ་ཚེེ་ བསྐྱེ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་སྟེ།

om amitabha hrih saporiwara é hyé hi benza samadza | pema kama laya tom

གྲིས་གདན་སུལ་བར་མོས།

Thus offer a seat.

The Seven-Branch Offering from the Zangchö Mönlam (The King of Aspiration)

ཇི་སྟེད་སུ་དག་སོགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ།

Then perform the seven branches with “Jmyé su dak...etc.”:

1. Prostration

ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ན། །

ji nyé su dak chok chü jikten na

To all the buddhas, the lions of the human race,

དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གེ་ཀུན། །

dü sum shekpa mi yi sengé kün

In all directions of the universe, through past and present and future:

བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །

dak gi malü dedak tamché la

To every single one of you, I bow in homage;

ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བསྐྱེའོ། །

lü dang ngak yi dangwé chak gyio

Devotion fills my body, speech and mind.

བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྒྲིན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། །

zangpo chöpé mönlam top dak gi

Through the power of this prayer, aspiring to Good Action,

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །

gyelwa tamché yi kyi ngönsum du

All the victorious ones appear, vivid here before my mind

ཞིང་གི་རྩལ་སྐྱེད་ལུས་རབ་བཏུང་བ་ཡིས། །

zhing gi dül nyé lü rap tüpa yi

And I multiply my body as many times as atoms in the universe,

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་ཐུག་འཚོལ་ལོ། །

gyelwa kün la raptu chaktsel lo

Each one bowing in prostration to all the buddhas.

2. Offering

རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྐྱེད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

dül chik teng na dül nyé sanggyé nam

In every atom preside as many buddhas as there are atoms,

སངས་རྒྱས་སྲས་ཀྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག། །

sanggyé sé kyi ü na zhukpa dak

And around them, all their bodhisattva heirs:

དེ་ལྟར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །

dé tar chö kyi ying nam malüpa

And so I imagine them filling

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

tamché gyelwa dak gi gangwar mö

Completely the entire space of reality.

དེ་དག་བསྐྱུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །

dé dak ngakpa mizé gyatso nam

Saluting them with an endless ocean of praise,

དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས། །

yang kyi yenlak gyatsö dra kün gyi

With the sounds of an ocean of different melodies

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗེད་ཅིང་། །

gyelwa kün gyi yönten rap jö ching

I sing of the buddhas' noble qualities,

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

dewar shekpa tamché dak gi tö

And praise all those who have gone to perfect bliss.

མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་། །

métok dampa trengwa dampa dang

To every buddha, I make offerings:

སིལ་སྐྱེན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །

silnyen nam dang jukpa duk chok dang

Of the loveliest flowers, of beautiful garlands,

མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྤྲོས་དམ་པ་ཡིས། །

marmé chok dang dukpö dampa yi

Of music and perfumed ointments, the best of parasols,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོན་པར་བགྱི། །

gyelwa dé dak la ni chöpar gyi

The brightest lamps and finest incense.

ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཚོག་དང་། །

naza dampa nam dang dri chok dang

To every buddha, I make offerings:

སྤྲེམ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །

chéma purma rirap nyampa dang

Exquisite garments and the most fragrant scents,

བཞོན་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། །

köpa khyépar pakpé chok kün gyi

Powdered incense, heaped as high as Mount Meru,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོན་པར་བགྱི། །

gyelwa dé dak la ni chöpar gyi

Arranged in perfect symmetry.

མཚོན་པ་གང་རྣམས་སློམ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ། །

chöpa gang nam lamé gyachewa

Then the vast and unsurpassable offerings—

དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། །

dé dak gyelwa tamché la yang mö

Inspired by my devotion to all the buddhas, and

བཟང་པོ་སྦྱོང་ལ་དད་པའི་སྡོལ་བས་དག་གིས། །

zangpo chö la dépé top dak gi

Moved by the power of my faith in Good Actions—

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་མཚོན་པར་བགྱི། །

gyelwa kün la chaktsel chöpar gyi

I prostrate and offer to all you victorious ones.

3. Confession

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །

döchak zhédang timuk wang gi ni

Whatever negative acts I have committed,

ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །

lü dang ngak dang dézhin yi kyi kyang

While driven by desire, hatred and ignorance,

སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཚེས་པ། །

dikpa dak gi gyipa chi chipa

With my body, my speech and with my mind,

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །

dé dak tamché dak gi sosor shak

I confess now before you and purify each and every one.

4. Rejoicing

སྤྱོད་གསུམ་བཅུ་འཛིན་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱལ་སྤྲུལ་། །

chok chü gyelwa kün dang sangyé sé

With a heart filled with delight, I rejoice at all the merits

རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྤོབ་དང་མི་སྤོབ་དང་། །

rang gyel nam dang lop dang mi lop dang

Of buddhas and bodhisattvas,

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །

drowa kün gyi sönam gang la yang

Pratyekabuddhas, those in training and the arhats beyond training,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

dé dak kün gyi jésu dak yirang

And every living being, throughout the entire universe.

5. Imploring the Buddhas to Turn the Wheel of Dharma

གང་རྣམས་སྤྱོད་གསུམ་བཅུ་འཛིན་འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་མ་རྣམས་། །

gang nam chok chü jikten drönma nam

You who are like beacons of light shining through the worlds,

བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱལ་མ་ཆགས་བརྟེས་། །

jangchup rimpar sanggyé ma chak nyé

Who passed through the stages of enlightenment to attain buddhahood, freedom from all attachment,

མཁོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །

gönpo dé dak dak gi tamché la

I exhort you, protectors all

འཁོར་ལོ་སྤྲོན་ནམེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །

khorlo lana mépar korwar kü!

Turn the unsurpassable wheel of Dharma.

6. Requesting the Buddhas not to Enter Nirvana

ལྷ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །

nyangen datön gang zhé dé dak la

Joining my palms together, I pray

འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་སྲིད། །

drowa kün la pen zhing dewé chir

To you who intend to pass into nirvana,

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེན་བཞུགས་པར་ཡང་། །

kelpa zhing gi dül nyé zhukpar yang

Please remain, for as many eons as there are atoms in this world,

བདག་གིས་ཐལ་མོར་བ་སྐྱར་གསོལ་བར་བསྒྲི། །

dak gi telmo rapjar sölwar gyi

And bring well-being and happiness to all living beings.

7. Dedication

སྤྲུག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །

chaktselwa dang chö ching shakpa dang

What little virtue I have gathered through my homage,

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

jésu yirang küi zhing sölwa yi

Through offering, confession, and rejoicing,

དགོ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

gewa chung zé dak gi chi sakpa

Through exhortation and prayer—

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྲིད་བསྲོའོ། །

tamché dak gi jangchup chir ngo'o

I dedicate it all to the enlightenment of all beings!

བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་འོད་
དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ལྷུབས་སུ་མཆོའོ། །

**chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye öpakmé
la chaktsal lo kyab su chi o**

Bhagavan, tathagata, arhat, complete and perfect buddha, Amitabha, to you I pay
homage! In you I take refuge!

མཚན་ལན་གསུམ་བརྗོད།

Recite his name like this three times.

མོས་གུས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།

Then generate fervent devotion and continue with:

མདུན་གྱི་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱི།

dün gyi nangwa tayé kyī།

The Buddha Amitabha, 'Limitless Light' is before me.།

ཐུགས་ཀའི་རྗེ། ལས་གཉིས་པ་བྱུང་།

tuké hrih lé nyipa jung།

From the syllable *hrih* [རྗེ] at his heart a second syllable emerges.།

འདས་བྱག་གཡས་ནས་རང་ཉིད་གྱི།

shangbuk yéné rangnyi kyī།

Passes through his right nostril and enters my left nostril.།

སྐྱ་བྱག་གཡོན་ལྷགས་སྒྲིང་གའི་དབུས།

nabuk yön zhuk nyingé ü།

From where it descends to the center of my heart.།

འོད་ཟེར་སྐྱང་བ་རབ་འཕྲོས་པས།

özer nangwa rap tröpé།

It radiates light and rays of light.།

སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་བཅས་པ་སྦྱངས།

dik drip bakchak chépa jang།

Which purify my misdeeds, obscurations and habitual patterns.།

ལྷུང་ཕྱིར་སོང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ།

lung chir song dang lhenchik tu:

Then, together with my exhalation of breath,:

སྐྱ་བྱུག་གཡམས་ནས་བཅོམ་ལྷན་གྱི།

nabuk yéné chomden gyi:

It passes through my right nostril to enter:

འགངས་བྱུག་གཡོན་ཞུགས་རྗེའི་ལ་བྲིམ།

shangbuk yön zhuk hrih la tim:

The conqueror's left nostril and dissolve back into the *hrih* [མྱི།]:

རྒྱལ་བའི་བྱུགས་དང་རང་གི་སེམས།

gyelwé tuk dang rang gi sem:

My own mind and the victorious one's wisdom mind:

དབྱེར་མེད་སྐྱོ་འདས་ངང་དུ་བཞག།

yermé lodé ngangdu zhak:

Merge indivisibly and I rest in a state beyond the ordinary mind.:

ཅེས་བརྗོད་ཅིང་མོས་ལ་དབྱུགས་གྱི་འགྲོ་འོང་དང་བསྐྱུན་པའི་དམིགས་པ་ཡང་ཡང་བསྐྱོམ་པའི་མཐར་བུགས་
ཡིད་བསྐྱེད་ཞིང་། རྒྱལ་བའི་དུས་སུ་ དེའི་ངང་ལ་གཉིད་ལོག་པའམ། བྱན་ལས་ལྷང་ན་འོད་དཔག་
མེད་རང་ལ་བསྐྱེམ་པའམ། མི་དམིགས་པར་བཞག་ལ། སྐྱོན་ལམ་རྒྱས་བསྐྱུས་ཅི་རིགས་བྱའོ། །

Recite this, practicing the visualization again and again in coordination with your breathing, and merging your mind with the wisdom mind at the end. When sleeping, you can fall asleep in this state. Alternatively, it is fine if, when rising from the session, Amitabha dissolves into you, or you remain in the non-referential state, and then you recite prayers of aspiration, as elaborately or briefly as you prefer.

ཞེས་རྒྱབ་སྐྱེས་ཀུན་བཟང་ཚེས་འཕེལ་ནས་གསུང་བསྐྱུལ་ངོར་ཚེས་གྱི་སྐྱོ་གྲོས་པས་བྲིས་པའོ། །དགའོ།
།བཀའ་ལོས།

Thus, Chökyi Lodrö wrote this in response to a request from Nub Lama Kunzang Chöpel. May there be virtue and auspiciousness.

Dedication of the Merits from the Zangchö Mönlam (The King of Aspiration)

ལྷ འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོམ་ཇི་ལྟར་མ་ཁྱེན་པ་དང་། །

jampel pawö jitar khyenpa dang

Just as the bodhisattva Manjushri attained omniscience,

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

küntuzangpo dé yang dé zhin té

And Samantabhadra too,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཕྱིར། །

dédak kün gyi jésu dak lop chir

All these merits I now dedicate,

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །

gewa didak tamché rap tu ngo

That I may train and follow in their footsteps.

དུས་གསུམ་གསལ་གསལ་བའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །

dü sum shekpé gyelwa tamché kyi

Just as all the victorious buddhas of past, present, and future

བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོགས་ཏུ་བསྟུགས་པ་དེས། །

ngowa gang la chok tu ngak pa dé

Praise dedication as supreme,

བདག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱིང་། །

dak gi gewé tsawa di kün kyang

So now I dedicate all these roots of virtue

བཟང་པོ་སྤྱོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི། །

zangpo chö chir rap tu ngowar gyi

That all beings may perfect good actions.

བདག་ནི་འཚི་བའི་དུས་བྱེད་ལྟར་པ་ན། །

dak ni chiwé dü jé gyurpa na

When it is time for me to die,

སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་ཕྱིར་བསལ་ཏེ། །

dripa tamché dak ni chir sel té

Let all that obscures me fade away,

མངོན་སུམ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་མཐོང་ནས། །

ngönsum nangwa tayé dé tong né

So that I look on Amitabha, there in person,

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་ཏུ་འགྲོ། །

dewachen gyi zhing der rap tu dro

And go at once to his pure land of Sukhavati.

དེར་སོང་ནས་ནི་སློན་ལམ་འདི་དག་གྲང་། །

der song né ni mönlam di dak kyang

In that pure land, may I actualize every single one

ཐམས་ཅད་མ་ལུས་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག། །

tamché malü ngön du gyurwar shok

Of all these aspirations!

དེ་དག་མ་ལུས་བདག་གིས་ཡོངས་སུ་བཀང་། །

dé dak malü dak gi yong su kang

May I fulfill them, each and every one,

འཇིག་རྟེན་ཇི་སྲིད་སེམས་ཅན་པན་པར་བགྱི། །

jikten jisi semchen penpar gyi

And bring help to beings for as long as the universe remains!

རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །

gyelwé kyilkhor zang zhing gawa der

May I be born there in a beautiful lotus flower,

པོ་ལྷོ་དམ་པ་འོན་ཏུ་མངོས་ལས་སྐྱེས། །

pemo dampa shintu dzé lé kyé

In that excellent and joyous buddha realm,

སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །

nangwa tayé gyelwé ngönsum du

And may the Buddha Amitabha himself

ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག། །

lungtenpa yang dak gi der top shok

Grant me the prophecy foretelling my enlightenment!

དེར་ནི་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས། །

der ni dak gi lungten rap top né

Having received the prophecy there,

སྤྱལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ཡིས། །

trülpa mangpo jewa trak gya yi

With my billions of emanations

ལྷོ་ཡི་སྤོབས་ཀྱིས་སྤྱོགས་བཅུ་རྣམས་སུ་ཡང་། །

lo yi top kyi chok chu nam su yang

Sent out through the power of my mind,

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མང་པོ་བགྱི། །

semchen nam la penpa mangpo gyi

May I bring enormous benefit to sentient beings, in all the ten directions!

ལྗོངས་གང་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་འདི་བསྡོམས་པས། །

gang yang zangpo chöpa di ngöpé

Through the true and boundless merit

བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་དམ་པ་གང་ཐོབ་དེས། །

sönam tayé dampa gang top dé

Attained by dedicating this *Aspiration to Good Actions*,

འགྲོ་བ་སྤུག་བསྐྱལ་རྒྱ་བོར་བྱིང་བ་རྣམས། །

drowa dukngel chuwor jingwa nam

May all those now drowning in the ocean of suffering,

འོད་དཔག་མེད་པའི་གནས་རབ་འཕྱོལ་པར་འོག། །

öpak mépé né rap topar shok

Reach the supreme realm of Amitabha!

བསྐྱེསྐྱོན་འདི་ཡང་བཟང་སྐྱོད་སྐྱོན་ལམ་ལས་ཁོལ་དུ་སྤྱང་ཞིང་། སྐྱབས་མགོན་འཕགས་མཚོག་རིན་པོ་
ཆེས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཉལ་བསྐྱེམ་གྱི་མཛུགས་ཏུ་བྱུང་བ་བརྒྱན་དུ་བཀོད་པའོ། །

The Dedication of the Merits from the Zangchö Mönlam (The King of Aspiration) is not part of the Brief Amitabha Sleeping Practice and was added by Phakchok Rinpoche.

༥ བུ་གར་དབང་གི་འཕོ་ལུང་བརྟུགས་སོ། །

**The Transference of Consciousness
Practice of Lotus Lord of Dance**

Begin by going for refuge and arousing bodhicitta:

ན་མེའོ། བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན།

namo, dak dang khanyam semchen malü kün།

Namo. I and all beings, infinite as space,།

སྐྱབས་གྱི་མཚོག་གྱུར་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

kyap kyi chokgyur nam la kyap su chi།

Take refuge in the supreme sources of refuge.།

སློན་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས།

mön dang jukpé jangchup semkyé né།

Rousing the bodhicitta of aspiration and application,།

སྐྱ་གསུམ་སྒྲ་མའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པར་བགྱི།

ku sum lamé gopang drupar gyi།

I will accomplish the level of the three-kaya guru.།

༥ བུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འཁོར་བ་དོད་སྐྱགས་གྱི་འགྲོ་དོན་ཚེས་དུག་ལས་བྱུང་བའི་འཕོ་སྐྱེད་གྱི་གདམས་པ་
འདི་ཉིད་དང་། བུ་གར་དབང་གི་འཕོ་ལུང་འདི་ཉིད་འདོན་བརྒྱུ་སྐྱགས་ཏེ།

The following combines the instructions for the sacred transference cord as taught in The Six Dharmas to Benefit Beings, a teaching of The Great Compassionate One, Dredger of Samsara (Khorwa Dongdruk), with the transference instructions of Lotus Lord of Dance (Pema Garwang).

དམིགས་ཡུལ་བྲམལ་གནས་པ་ཡི།

mik yül tamel nepa yi།

In the center of my body in its ordinary form, the object of focus,།

ལུས་དབུས་དབུ་མ་མདའ་སྐྱག་ཙམ།

lü ü uma da nyuk tsam།

Is the central channel, narrow as a bamboo shaft.།

སྒྱིང་གར་སྐྱུག་ཚིགས་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅེ།

nyingkar nyuk tsik tabur gyurཅེ།

In my heart center, like a joint in the shaft, is a discཅེ།

དེ་སྐྱོང་རྣམ་པའི་ས་ཐིག་ལེ་ནིཅེ།

dé teng namshé tiklé niཅེ།

On top of which rests the bindu of consciousnessཅེ།

དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པཅེ།

kar la marwé dang chakpaཅེ།

It is white with a glowing red hueཅེ།

ཡུངས་འབྲུ་ཙམ་ཞིག་བསྐྱོམ་པར་བྱེ།

yungdru tsam zhik gompar jaཅེ།

The size of a mustard seed. Visualize thatཅེ།

དབུ་མ་སྐྱུ་བོར་ཐ་ལེར་བྱུག་ཅེ།

uma chiwor taler zukཅེ།

The central channel continues to the crown of the headཅེ།

མཐོང་ཀ་ཕྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིཅེ།

tongka chepa tabu yiཅེ།

Where it opens out, like a wide windowཅེ།

པལ་ལྷ་བའི་གདན་སྐྱོང་དུཅེ།

pema dawé den teng duཅེ།

There, upon a throne of lotus and moonཅེ།

ལྷ་མ་སྐྱུན་རས་བཞིགས་དབང་ནིཅེ།

lama chenrezik wang niཅེ།

Sits the Guru, Avalokiteshvaraཅེ།

དཀར་གསལ་ཞལ་གཅིག་ཕྱུག་བཞི་པཅེ།

karsel zhel chik chak zhipaཅེ།

He is radiant white, with one face and four armsཅེ།

དང་པོའི་གྲགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྐྱར་མེད།

dangpö tukar telmo jar

His first two hands are joined at his heart center.

འོག་མཐའ་ལེལ་སྤོང་པད་དཀར་འཛིན་མེད།

okmé sheltreng pekar dzin

While the lower two hold a crystal mala and white lotus.

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་མེད།

dar dang rinchen gyen gyi gyen

He is adorned with ornaments of silks and jewels.

སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས་པའི་སྐྱི་བོ་རུ་མེད།

kyiltrung zhukpé chiwo ru

He sits in vajra posture, and above his head

རིགས་གྱི་བདག་པོ་འོད་དཔག་མེད་མེད།

rik kyi dakpo öpakmé

Sits Boundless Light, the Family Lord.

དམར་པོ་སྐྱལ་སྐྱེའི་ཆ་ལྷགས་ཅན་མེད།

marpo trülkü chaluk chen

His body red in color, in nirmanakaya attire.

མཚན་དཔེ་རབ་རྗེས་ཚོས་གོས་གསོལ་མེད།

tsenpé rap dzok chögö söl

He is replete with the noble marks and signs and wears the Dharma robes.

སྐྱལ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས་མེད།

chak nyi nyamzhak kyiltrung zhuk

With his two hands in equanimity, he sits in the vajra posture.

དེལ་མོས་གྲུས་དྲག་པོ་ཡིས་མེད།

dé la mögü drakpo yi

With intense, heartfelt devotion.

ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་ཚུ་གཅིག་ཐོབ་ཅེ།

yi kyi sölwa tsechik topཅེ།

I supplicate them one-pointedly.ཅེ།

ཅེས་དམིགས་པ་གསལ་གདབ་ལ་མོས་གུས་ཚུ་གཅིག་པས་ཅེ།

*Cultivate that visualization and then, with wholehearted devotion, say:*ཅེ།

ཧྲུང་འདྲེན་པ་བླ་མེད་སངས་རྒྱལ་སྤང་མཐའ་ཡས་ཅེ།

hung, drenpa lamé sangyé nangtayéཅེ།

Hung. O supreme guide, Buddha Boundless Light,ཅེ།

མཚན་ཐོས་ཅིམ་གྱིས་ངན་སོང་སློལ་གསལ་ལིང་ཅེ།

tsen tö tsam gyi ngensong go khek shingཅེ།

Simply hearing your name blocks off the lower states.ཅེ།

མོས་པས་གསོལ་བ་ཏུ་བཞེས་ཅན་དུ་འདྲེན་ཅེ།

möpé söltap dewachen du drenཅེ།

With devotion, I pray: lead me to your Blissful Realm!ཅེ།

ཐུགས་རྗེས་བཟེབས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ་ཅེ།

tukjé tsewé dak la gong su sölཅེ།

Look upon me with your loving compassion!ཅེ།

གསོལ་བ་འདེབས་སོལ་ས་ངན་སློབ་པ་སོལ་ཅེ།

sölwa dep so lé ngen dripa sölཅེ།

I pray to you: clear away my bad karma and obscurations!ཅེ།

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ལོག་བཞེས་ཅན་དུ་བློངས་ཅེ།

tukjé zik shik dewachen du drongཅེ།

Regard me with compassion; lead me to the Blissful Realm!ཅེ།

སྤོང་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཅེ།

nyingjé terchen pakpa chenrezikཅེ།

Vast treasury of compassion, noble Avalokiteshvara,ཅེ།

མཚན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་སྐྱབ་བསྐྱེལ་བམས་ཅད་སེལ།

tsen tö tsam gyi dukngel tamché sel།

By simply hearing your name, all suffering is dispelled.།

འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱབས་པའི་བྱུགས་རྗེ་ཅན།

khorwa dong né trukpé tukjé chen།

Great Compassionate One who dredges the very depths of samsara.།

གསོལ་བ་འདེབས་སོལས་ངན་སྒྲིབ་པ་སློངས།

sölwa dep so lé ngen dripa jong།

I pray to you: clear away my bad karma and obscurations!།

བྱུགས་རྗེས་གཟིགས་ལིག་བདེ་བ་ཅན་དུ་བློངས།

tukjé zik shik dewachen du drong།

Regard me with compassion; lead me to the Blissful Realm!།

རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་འོད་གྱི་སྐྱེ།

rangrik yeshé tiklé ö kyi ku།

The luminous bindu of self-aware wisdom.།

བདེ་ཚེན་འགྲུར་མེད་དབུ་མའི་ལམ་མཚོག་ནས།

dechen gyurmé umé lam chok né།

Is ejected by the sound of *phat*—awareness unimpeded—།

རིག་པ་ཟང་ཐལ་པའ་གྱི་སྐྱེས་འཕོས་ནས།

rikpa zangtel pé kyi dré pö né།

Through the supreme pathway, the central channel of unchanging great bliss.།

སྐྱེན་རས་གཟིགས་གྱི་བྱུགས་དང་དབྱེར་མེད་འབྲེས།

chenrezik kyi tuk dang yermé dré།

To merge inseparably with Avalokiteshvara's wisdom heart.།

ལྷ་མ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་རང་ལ་བཞག།

lama rangsem yermé ngang la zhak།

I rest in that state, the indivisibility of the guru's heart and my own mind.།

མཉམ་ཉིད་བདེ་ཚེན་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

nyamnyi dechen zhing du kyewar shok:

May I be born in equality—the Blissful Realm!:

རྩྱེ་དྲུང་རྟོག་པར་སོགས་གྱིས་དམིགས་པ་བརྒྱ་ཅུ་འཇམ། བླ་ན་འདེམ་གཅིག་གྲུ།

Perform this visualization with hung [རྩྱེ], hik [རྟོག], or phat [པར] one hundred times, or at the very least twenty-one times.

ཕར་གྱིས་བརྗེས་པར་ཚམ་གྱིས་ཐོག་ལེ་དེ།

pé kyi da jar tsam gyi tiklé dé:

By the mere utterance of *phat*:

སྐར་མདའ་རྒྱག་བཞིན་དབུ་མའི་ལམ་ནས་སོང་།

karda gyuk zhin umé lam né song:

The bindu flies up the central channel like a shooting star:

སྐྱུ་རྩེ་ས་གཟིགས་གྱི་ཐུགས་དང་གཉིས་མེད་འདྲེས།

chenrezik kyi tuk dang nyimé dré:

And merges inseparably with Avalokiteshvara’s wisdom heart.:

དེ་ཉིད་འོད་དཔག་མེད་དང་དབྱེར་མེད་གྲུར།

dé nyi öpakmé dang yermé gyur:

Avalokiteshvara becomes indivisible from Boundless Light.:

ནམ་མཁའི་ལམ་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་བྱེན།

namkhé lam né dewachen du jön:

Who travels through the sky to the Blissful Realm

ཞིང་ཁམས་གཙོ་བོ་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྲུར།

zhingkhām tsowo dé dang yermé gyur:

And merges inseparably with the chief buddha there, Boundless Light.:

དེ་ཡིས་སྐྱིག་སྐྱིབ་ཆེ་བའི་འགྲོ་བ་ཞི། བཅོན་ཐབས་འཕོ་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཕར་འགྲུབ། ཅེས་སོ། །

Thus it is said: “Even beings with grave misdeeds and obscurations are sure to reach awakening through the forceful transference of consciousness.”

ཅེས་གཤེན་དོན་དུ་འཕོ་སྐྱུད་ཅིག་མེད་ཐབས་མི་འདུག་པས་གཏེར་གསུམ་རང་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་དགོས་
ཞེས་དཀར་པོ་དགོ་བཤེས་ས་བརྩས་ཡང་ཡང་གསུངས་པོར་འདུ་འཛིན་པས་ངལ་བ་དང་དུ་སྐྱབས་ནས་གྲིས་
པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་པའི་གནས་སུ་འབྲིང་པར་གྱུར་ཅིག། རྗེས་ལྷོ། །།

In response to the virtuous Gesbé Sachu's insistent requests, saying that "for the benefit of the deceased, it is indispensable that we have a practice for the sacred transference cord connected with our own tradition, the New Treasures," I, a holder of the vinaya, joyfully accepted the challenge and wrote this down. By this virtue, may all beings be led to liberation! Jayatu!

༄ བདེ་སྐྱོན་བསྐྱུས་པ།
Brief Sukhavati Aspiration

ཨོམ་ཨོྃ། རོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

émaho, ngotsar sangyé nangwa ta yé dang:
Emaho! Amitabha, magnificent Buddha of Boundless Light.

གཡས་སུ་ཇོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་དང་།

yé su jowo tukjé chenpo dang:
With the great compassionate lord Avalokiteshvara to his right.

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཚེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།

yön du sempa tuchen top nam la:
And Vajrapani-Mahasthamaprapta on his left.

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།

sangyé jangsem pakmé khor gyi kor:
Is surrounded by an assembly of countless buddhas and bodhisattvas.

བདེ་སྐྱིད་རོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

dé kyi ngotsar pak tu mépa yi:
In the place of wonder and boundless joy and happiness.

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།

dewa chen zhé jawé zhing kham der:
That is the heavenly realm of Sukhavati, the Blissful Paradise.

བདག་ནི་འདི་ནས་ཚོ་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག།

dak ni di né tsé pö gyur ma tak:
When the time comes for me to leave this present life.

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་བ་རུ།

kyewa zhen gyi barma chöpa ru:
May I go there directly, without any other birth along the way.

དེ་རུ་སྐྱེ་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

dé ru kyé né nang té zhel tong shok།

And being reborn there, may I see Amitabha face to face!།

དེ་སྐད་བདག་གིས་སྒོན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

dé ké dak gi mönlam tapa di།

May this, my fervent prayer of aspiration,།

ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

chok chü sangyé jangsem tamché kyi།

Be blessed by all the buddhas and bodhisattvas of the ten directions།

གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

gek mé drupar jingyi lap tu sö!།

So that it is accomplished, without the slightest hindrance!།

ཏུ་རྒྱུ། བཅུ་ཉེ་ཡ་ཨ་ལ་བོ་རྩ་རྣམས་སྐྱེ།

teyata pentsa driya awa bodha naya saha།

ཞེས་བའདད་ནི་སྤུལ་སྐྱེ་མི་འགྲུར་རྗེ་རྩེ་དགུང་ལོ་གཅུ་གསུམ་གསེར་འབྱུང་གི་ལོ་ས་ག་ལྔ་བའི་ཚེས་བདུན་ལ་
གཙོ་འཁོར་རྣམས་གྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་གྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ།།

*When Tulku Mingyur Dorjé was thirteen years old, on the seventh day of the month of Saga
Dawa, Fire Bird year (1657), he had a vision of the deities of the mandala, and Buddha
Amitabha spoke these words directly.*

༥ ལྷ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྤོང་བའི་གསོལ་འདེབས་སྒྲིན་ལམ།
Training in the Pure Realms of the Three Kayas

ཀྱེམ་ཀྱི་རྩུང་རིག་འཛིན་བརྒྱ་འབྱུང་། །

kyema kyi hū rigdzin pema jung

Kyema Kyihü! O Lotus-born, master of pure awareness,

བདག་འདྲ་ལས་ངན་སྒྲིགས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

dak dra lé ngen nyikmé semchen nam

Sentient beings like me in this degenerate age possess evil karma.

བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་སྐྱབས་བསྐྱེད་དོན་དུ་གཉེར། །

dewa dö kyang dukngal döndu nyer

When I yearn for happiness, yet contrive to create only suffering,

སྒྲིང་རུས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་སུ་ལ་རེ། །

nyingrū chin chi lok nam su la ré

When my every effort is completely wrong, who can I turn to?

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་ཇ་ཡབ་སྤོང་བ་མཚུན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

ཐུགས་རྗེ་ལྷན་པའི་རྒྱལ་བ་བྱེད་ལྷ་བུས། །

tukjé denpé gyalwa khyé tabü

Even an enlightened being, as compassionate as you,

བོད་འབངས་བོར་ནས་ཇ་ཡབ་སྤོང་དུ་གཤེགས། །

bö bangwor né ngayab ling du shek

Left the Tibetans behind, and departed for Ngayab Ling.

གདོང་དམར་བོད་སྐྱུ་སྐྱུ་ལྷོ་ཚོ་བོ་རྣམས། །

dong mar bö truk pé'ü tsawo nam

Yet for the children of Tibet, descendants of the monkey,

འདི་སྤི་འདི་ལྷོ་སྐྱུ་སྐྱུ་བས་གནས་སུ་ལ་རེ། །

di chi ré tö kyabné su la ré

You are our only refuge, in this life and the next: so who can I turn to?

སྐྱུ་སྐྱུ་རྗེས་གཟིགས་ལོག་རྩེ་ཡབ་སྤོང་བ་མ་བྱེན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

ཚོ་སློག་མི་ཉལ་གཡང་ལའི་བྱེད་འདྲ། །

tsesok mi tak yangkhé jé'u dra

Life is precarious, like a chick perched on the edge of a cliff.

དོ་རྣུ་ཚམ་ཡང་མི་འཆི་བའི་གདོང་ནི་མེད། །

donub tsam yang mi chi deng nimé

There's no certainty that death will not come tonight.

ཉལ་ཏུ་སྤོང་གཡང་བྱེད་བ་བདུད་ཀྱིས་བསྐྱུ་ས། །

taktu dö drab jepa dü kyi lü

Planning to live forever, I am caught by the demon of distraction,

གཤེན་རྗེས་པོ་ཉལ་བྱེད་ན་སུ་ལ་རེ། །

shinjé ponya jung na su la ré

And when the henchmen of the Lord of Death come by, who will I turn to then?

སྐྱུ་སྐྱུ་རྗེས་གཟིགས་ལོག་རྩེ་ཡབ་སྤོང་བ་མ་བྱེན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་ལྷིང་རྫོང་ས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལས་ལ་གཡེངས། །

khorwé semchen dukngal lé la yeng

We sentient beings in samsara are addicted to actions that bring suffering:

དམ་ཚེས་བྱེད་སློབ་ཀྱི་ལངས་སྐྱར་ལྟར་ཡལ། །

damchö jé lo namlang kar tar yal

Any intention to practice the Dharma fades like the stars at dawn,

དོན་རྒྱུད་གཡེང་བའི་ཁོལ་བོར་མི་ཚོ་བྱད། །

dön chung yengwé kholwor mitsé zé

And our lives are wasted, squandered in slavery to trivial things.

དགའ་ཚེན་འཆི་བ་བྱུང་ན་སུ་ལ་རེ། །

dra chen chiwa jung na su la ré

When death, the greatest foe of all, arrives, who then can I turn to?

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ལོག་རྗེས་ཡབ་སྐྱིད་པ་མཚུན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་ལྷིང་རྫོང་ས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

བྱིས་པའི་རང་བཞིན་སོ་སའི་སྤྱོད་བོ་ཀུན། །

jipé rangzhin sosö kyewo kün

We ordinary people have the mentality of infants,

ཐོས་བསམ་སློབ་པའི་ན་ཚོད་ཆེས་ཆེར་རྒྱད། །

tö sam gompé natsö ché cher gü

The older we get, our study, contemplation and meditation steadily grow more feeble.

པར་ཕྱིན་དྲུག་གི་འདྲེན་བྱེད་ཅེ་རེ་ལོང་། །

parchin druk gi dren jé ché ré long

And the eyes of the six perfections go blind.

འགྲུང་བ་ཐིམ་རིམ་གྲུང་ན་སུ་ལ་རེ། །

jungwa timrim jung na su la ré

But when the elements dissolve, one by one, who can I turn to then?

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་ང་ཡབ་སྤིང་བ་མ་བྱེན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

དགོ་བརྩའི་ལམ་ལ་མོས་པས་ཞུགས་ན་ཡང་། །

gé chü lam la möpé zhuk na yang

We might aspire to the path of virtue and devote ourselves to it,

རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ཚོས་བརྒྱད་ཟོབ་དང་འདྲེས། །

nampar ché na chö gyé zob dang dré

And yet if we look, we'll see our practice is a sham, riddled with the eight worldly obsessions.

མི་དགའི་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཚོར་ཤུགས་གྱིས་འགོ་ །

mi gé nammin ma tsor shuk kyi go

The results of our harmful acts are ripening, without our even noticing, and because of this,

བར་དོར་དམྱལ་ཐག་གཅོད་དུས་སུ་ལ་རེ། །

bardor nyal tak chö dü su la ré

In the bardo state, our decision is made—we are bound for the hell realms. Who can I turn to then?

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྗེས་ཡབ་སྐུང་པ་མཆིན། །

tukjé zik shik ngayab lingpa khyen

Look on me with compassion, you who dwell in Ngayab Ling—Care for me, guide me, inspire me, make me one with you.

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok palrir drong

Lead me, right now, to the Copper Colored Mountain of Glory!

ཀྱེ་མ་ནམ་ཞིག་ཚེ་ཡི་འཕེན་པ་ཟད། །

kyema namzhik tsé yi penpa zé

Kyema! When my life force is spent,

ལུས་ཀྱི་མཛད་སེམས་ཤོར་དབུགས་ཀྱི་ངར་སྐྱབ་བརྟེན་གས། །

lü kyi dang shor uk kyi ngar dra tsek

The vital glow slips from my body, and breath comes in gasps, one upon the other,

འདེགས་བྱེད་རླུང་གྲོས་ངར་སྐད་ཅན་གྱི་རོས། །

dek jé lung drö ngar kechen gyi rö

When the inner supporting air withdraws, and my weak and groaning corpse severs

ཉེ་འབྲེལ་གཏུང་སེམས་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་པའི་ཚེ། །

nyedrel dung sem dreltak chö pé tsé

The links between me and loved ones in their grief,

གནད་གཅོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་དག་པོ་མི་འབྱུང་ཞིང་། །

né chö dukngal drakpo minjung zhing

Let me not suffer the fiercest agony, at the final moment of death,

མ་ཁའ་འགྲོས་བསྐྱབ་བའི་སྐྱང་བ་ཤར་བར་ཤོག། །

khandrö suwé nangwa sharwar shok

But instead behold the *Ḍākinīs* come to bid me welcome.

ཀྱི་རྩུད་ས་ཚུ་མི་རླུང་ནམ་མཁའ་སྟེ། །

kyi hū sa chu mé lung namkha té

Kyihū! Earth, water, fire, air and space: as the five elements

འབྲུང་ལྡེ་ཐིམ་རིམ་དུ་བ་སླིག་རྒྱུ་དང་། །

jung ngé timrim duwa mikgyu dang

Dissolve one by one, the visions of smoke, mirages,

མི་ཁྲེར་མར་མེའི་སྣང་བ་གསལ་བའི་རྗེས། །

mekhyer marmé nangwa salwé jé

Sparks and lamps becomes clear, and thereupon unfolds

སྲ་བའི་ཐིམ་རིམ་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་སྟེ། །

trawé timrim nang ché tob sum té

The subtle dissolution of appearance, increase and attainment.

འདི་ལྟར་རྣམ་ཤེས་སྣང་བ་ལ་ཐིམ་པས། །

ditar namshé nangwa la timpé

And so, as consciousness dissolves into appearance,

སླིན་མེད་མཁའ་ལ་ཉི་ཟླ་གཟམ་ཟིན་ལྟར། །

trinmé kha la nyida zé zin tar

Like an eclipse in a cloudless sky,

དམར་ལམ་འཆར་ཞིང་དམར་ཆ་སློང་གར་ལྷོག། །

marlam char zhing mar cha nyinggar dok

The red experience dawns, and red essence rises to the heart.

དེ་རྗེས་སྣང་བ་མཆེད་པ་ལ་ཐིམ་པས། །

dé jé nangwa chepa la timpé

In turn, as appearance dissolves into increase,

སྐར་ཁུང་ནང་དུ་ཟླ་ཟེར་ཤར་བ་ལྟར། །

karkhung nang du dazer sharwa tar

Like moonbeams slanting through a skylight,

དཀར་ལམ་འཆར་ཞིང་དཀར་ཆ་ཐུར་དུ་བབས། །

karlam char zhing kar cha turdu bab

The white experience unfolds, and white essence descends.

དེ་ནས་མཆེད་པ་ཉེར་ཐོབ་ལ་ཐིམ་པས། །

dené chepa nyertob la timpé

Then, as increase dissolves into near attainment,

སྤྱིན་མེད་ནམ་མཁམ་སྲོད་མུན་འབྲིགས་པ་ལྟར། །

trinmé namkhar sō mün trikpa tar

Like the darkness at dusk on a clear and cloudless night,

ནག་ལམ་ཤར་ནས་ཀུན་གཞིའི་ངང་དུ་བརྒྱལ། །

naklam shar né künzhi ngang du gyal

The black experience draws in, and I sink into the *alaya*, the ground of all.

སྲུང་ཡང་སྲོག་འཛིན་རླུང་བརྒྱད་གྲུས་པ་ཡིས། །

lar yang sokdzin lung gyé gyepa yi

Once again, with the eightfold separation of the life-supporting wind,

ཅུང་ཟད་བརྒྱལ་སངས་གདོད་མའི་ཡོ་གདངས་ཤར། །

chungzé gyal sang dōmé yé dang shar

I awaken slightly from unconsciousness, and the original primordial radiance dawns,

གསལ་ལ་མ་འགགས་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁམ་བཞིན། །

sal la magak tön gyi namkha zhin

Clear and unobstructed, like a limpid autumn sky.

སྟོང་གསལ་སྤྱི་བ་གཡོགས་བྲལ་བའི་ངང་ལ་གནས། །

tong sal drib yok dralwé ngang la né

While I rest in this state of empty cognizance, free from all obscuring veils,

དེ་ཚེ་ད་ལྟའི་ཀ་དག་གློ་བྲལ་དབྱིངས། །

detsé danté kadak lodral ying

In this moment, may I realize the primordial purity of nowness, the space that is free from conceptual mind,

ཐ་མལ་ཤེས་པ་ཟང་ཀ་རྒྱ་ཡན་ལ། །

tamal shepa zangka gya yen la

As 'ordinary' awareness, fresh, vast and boundless.

ངེས་པ་རྗེད་དེ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཐུས། །

ngepa nyé dé nyampar zhakpé tü

And through the power of meditating in that state,

གཤོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་ནང་གསལ་གསང་བའི་སྤྱབས། །

dömé zhi ying nangsang sangwé bub

In that very instant may I seize the stronghold of

ལྷུང་ཚེས་བྱུག་ལྷན་ཀུན་བཟང་དགོངས་པའི་གློང་། །

khyechö drukden kunzang gongpé long

The space of the primordial ground, the secret depth of inner luminosity,

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བཅཅ་ས་ཟིན་པར་ཤོག། །

kechik nyi la tsensa zinpar shok

The vast expanse of the wisdom mind of Samantabhadra, endowed with its six special qualities!

གལ་ཏེ་བར་དོ་དང་པོར་མ་གྲོལ་ན། །

galté bardo dangpor ma drol na

If I am not liberated in this, the first bardo,

དབྱིངས་སྤང་ལྷན་གྲུབ་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་ནས། །

ying nang lhündrub ösal la tim né

The appearances of space dissolve into spontaneously present luminosity,

སྒྲ་འོད་ཟེར་དང་ཚེས་བུའི་དབྱིལ་འཁོར་སོགས། །

dra özer dang tsembü kyilkhör sok

And when sound, light, rays, mandala patterns and the like arise—

ཐིམ་ལུགས་བརྒྱད་ཀྱི་སྤང་བ་འཆར་བའི་ཚེ། །

tim luk gyé kyi nangwa charwé tsé

The visions of the eightfold process of unfolding—

ཚོས་ཉིད་བར་དོར་རང་སྤང་ངོ་ཤེས་ནས། །

chönyi bardor rangnang ngoshé né

May I recognize them as my own appearances in the bardo of dharmata,

མ་པང་བུ་འཇུག་ལྟ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག། །

ma pang bu juk tabur drolwar shok

And be liberated, like a child leaping into its mother's lap.

དེ་ཚེ་སྐྱེ་ཡིས་འཇིགས་ཏེ་ཟེར་གྲིས་དངངས། །

detsé dra yi jik té zer gyi ngang

Yet if I am shocked by the sounds, terrified by the rays,

སྐྱེ་ཡི་སྣང་བས་སྐྱག་སྟོམ་གྲོལ་ན། །

ku yi nangwé trak té ma drol na

Frightened by the appearances of deities, and liberation eludes me,

ཚེས་ཉིད་བདེན་པ་བླ་མའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །

chönyi denpa lamé jinlab kyi

Then by the truth of the nature of reality, and through the blessing of the master,

འབྲུལ་པ་མྱི་ལམ་སང་པའི་ཆ་ཙམ་ལས། །

trulpa milam sepé cha tsam lé

At the moment of awaking from this dream of delusion,

རང་བཞིན་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་ཞིང་ཁམས་པ་སྐྱེ་བ་སྐྱབས། །

rangzhin tulkü zhingham pemé bub

May I be inspired and liberated, miraculously born

བརྗམས་ཏེ་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་གྲོལ་བར་ཤོག། །

dzü té kyé né ukyung drolwar shok

In the heart of a lotus flower in a natural nirmanakaya realm!

ཟིམ་དགུའི་ཐེག་པ་ཀུན་ལས་འདས་པའི་དོན། །

rim gü tekpa kün lé depé dön

Through the power of entering the path of the Clear Light Dzogpachenpo,

འོད་གསལ་ལ་རྫོགས་ཚེན་ལམ་ལ་ཞུགས་དེའི་མཐུས། །

ösal dzogchen lam la zhuk dé tü

The truth that surpasses all the nine graded vehicles,

ནམ་ཞིག་གཤོད་མའི་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་པའི་ཚེ། །

namzhik dömé lhum su zhukpé tsé
After I enter the womb of the primordial,

གང་གི་གྲོལ་ཚད་སྣ་འོད་ས་གཡོས་དང་། །

gang gi drol tsé dra ö sayö dang
May all the signs of liberation: sounds, lights, earthquakes,

རིགས་ལྔའི་གདུང་དང་ནི་ཁྲོའི་སྣང་བརྟན་སོགས། །

rik ngé dung dang zhitrö nangnyen sok
Relics of the five families, forms of the peaceful and wrathful deities, and the like

ཀུན་གྱི་མཐུན་སྣང་གྲུབ་ཏུ་མ་ངོན་པར་ཤོག། །

kün gyi tün nang drub tu ngönpar shok
Become visible for all to see.

རིག་འཛིན་བདག་གི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་། །

rigdzin dak gi lhaksam namdak dang
By the power of the extraordinary pure intention I possess as a vidyadhara,

ཚོས་ཉིད་རང་བཞིན་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི། །

chönyi rangzhin chiyang mayinpé
By the power of the truth of the nature of reality, which is free from being anything in and of itself,

བདེན་པའི་མཐུ་ཡིས་ཁམས་གསུམ་ཡིད་ཅན་དང་། །

denpé tu yi kham sum yichen dang
May sentient beings of the three realms of existence, and especially

ཁྱེད་པར་འབྲེལ་བས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན། །

khyepar drelwé düpé semchen kün
All who are connected in any way with me,

སྐྱེ་བཞིན་ཞིང་ཁམས་རྗེད་བྱུང་ཉམས་དགའ་བར། །

ku zhi zhingkhram mejung nyamgawar
Be liberated, altogether, all at once

ཚོམ་བུ་གཅིག་དུ་སྤུམ་གཅིག་གྲོལ་བར་ཤོག། །

tsombu chik tu chamchik drolwar shok

In the wondrous pure realms of the four kayas, full of joy!

དེ་ལྟར་སྐྱེ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྤྱིང་བའི་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་འདི་ནི་རང་བྱུང་པ་རྒྱུ་འབྲེལ་གསུང་གི་དབེན་གནས་འོག་མིན་རྗེས་ཀུན་ཚང་དུ་རང་ཉིད་གཅིག་སྤུམ་དབེན་པ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཞིག་གི་ཚོན་མིག་ལམ་དུ་ཉམས་པའི་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས་སྤང་བ་ལ། ག་རེ་རིམ་གྱི་ཕྱིར་མཁན་སློབ་རྗེ་འབངས་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། ལྷ་འདྲེ་བཏུལ། སྤྱོད་སངས་མཛད་པ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆེར་སྤང་མོད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དུ་ལྟའི་མིང་ཙམ་མེད། འདི་ལྟ་བུའི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟོག་པར་ཡིད་ཆེས། རང་ཉིད་ཀྱང་ལོ་ཤས་ཙམ་མི་འཆི་བའི་འཚོ་རྩིས་བྱས་ཀྱང་སང་ཙམ་ནས་འཛིན་རྟོག་པ་རོལ་དུ་མི་འགྲོ་བའི་དེས་པ་ཅི་ཆ་སྐྱམ་ནས་སྤྱོད་ཤས་དེས་འབྱུང་ཚད་མེད་སྤྱིས། ཨོ་རྒྱུན་རྗེ་འབངས་རྣམས་དྲན་པ་ལ་ཚད་མེད་ཀྱི་མཆིམ་འབྲུག་པ་ཞིག་བྱུང་བས་རྒྱུན་བྱས། དེའི་ཚོ་བུགས་དམ་གནད་ནས་བསྐྱེད་པའི་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བར་བར་དོལ་མ་སྤང་གི་གྲོལ་རྒྱལ་ཚུལ་ཚུ་ཚོག་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ཉོན་དུ་བཀྲིས་ཚོག་པའི་སློན་པ་འདི་ཡང་བྱ་བལ་བ་མཁུལ་བསྐྱེད་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིས་པའོ། །

Once I was alone in solitary retreat in 'The Akaniṣṭha Vajra Cave', a hermitage blessed by the naturally arising enlightened speech of Padmasambhava, when early one morning, I caught sight of Mount Hépori and thought: "Wait...It was on that hilltop just over there that Khenpo Shantarakshita, the master Padma, the King and the disciples once walked, subjugated gods and ghosts, and relaxed. Many are the tales that appear to that effect. But now, apart from their names, not a single trace of them remains." I was gripped by a conviction that in the very same way, everything is transient, impermanent. And although I had reckoned on staying alive, and not dying, for a few years more, what certainty was there that I would not leave for my next life the very next day? This train of thought filled me with haunting sorrow and aching weariness, and a sense of renunciation that was boundless. The memory of Guru Rinpoche, the King and the disciples plunged me into floods of tears. And this was why, at that moment I, Chatral Khyentsé Özer, wrote this 'Prayer and Aspiration to Training in the Pure Realms of the Three Kayas': a prayer invoking and imploring Guru Rinpoche, coupled with an aspiration prayer suitable for daily recitation based on the root words of the way to attain liberation through the experiences of the bardo states.

ལྷ སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྲས་གཅིག་པོ་གསང་བ་ཅོད་པལ་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་ཅེས་

The Secret Crown Seed Tantra
That is the Only Child of All Buddhas

འཕྲིན་ལྷན་པ་ ཀ་ལ་པིང་ཀའོ་ཡི་གི་ཙེ་ལྷན་དུ་ བརྒྱ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་པོ་

kala pingka dzo yogini ké du buddha gushtha dhakha emana:
In the Kalapingka Dzo Yogini language: *Buddha Gushtha Dhakha Emana:*

བོད་སྐད་དུ་ སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྲས་གཅིག་པོ་གསང་བ་ཅོད་པལ་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་ཅེས་

bö ké du sangye tamché kyi sé chikpo sangwa chöpen sabön gyi gyü:
In Tibetan: sangyé tamché kyi sé chikpo sangwa chöpen sabön gyi gyü:

[In English: *The Secret Crown Seed Tantra that is the Only Child of All Buddhas.*]

རང་བྱུང་དོན་གྱི་གློང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལེ་ལོ་

rangjung dön gyi long la chak tsal lo:
Homage to the self-occurring ultimate expanse!:

སྟོན་པ་ཀུན་བཟང་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་ཅེས་

tönpa künzang yap yum gyi:
The teacher Samantabhadra, with consort,:

རང་བཞིན་གློང་ནས་བཀའ་སྤྲུལ་པ་ལེ་ལོ་

rangzhin long né ka tsal pa:
Spoke these words from the natural expanse::

གནས་ལུགས་རང་རྩལ་འཁོར་རྣམས་གསོན་ཅེས་

neluk rang tsal khor nam sön:
Listen retinue, self-expressions of the natural state::

ཉག་གཅིག་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འདི་ལེ་ལོ་

nyak chik rangjung yeshé di:
This single self-existing wakefulness::

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྲས་གཅིག་ཡིན།

sangyé kün gyi sé chik yin

Is the only child of all the buddhas.

ཏི་ལ་སྟོང་པས་ལས་ཀྱི་བྱེད།

tila tongpé lé kün jé

This empty essence performs all deeds.

ཀུན་ཏུ་བབང་པོའི་ས་བོན་ནོ།

küntu zangpö sabön no

It is the seed of Samantabhadra.

ཐམས་ཅད་འདི་ལས་བྱུང་ཞིང་གྲོལ།

tamché di lé jung zhing dröl

From this, everything arises and into this everything is freed.

རང་བྱུང་ཉག་གཅིག་རྒྱུད་འདི་ནི།

rangjung nyak chik gyü di ni

This self-existing single tantra

མཐོང་ཐོས་བཅངས་པས་སངས་རྒྱལོ།

tong tö changpé sangyao

Awakens by seeing, hearing, and upholding.

སངས་རྒྱལ་སྲས་གཅིག་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་རྫོགས་སོ།

sangyé sechik sabön gyi gyü dzok so

This completes the *Seed Tantra that is the Only Child of All Buddhas*.

སྐྱུ་ཡི་སྐྱུ་ གསུང་གི་སྐྱུ་ ཐུགས་ཀྱི་སྐྱུ་

Seal. Seal. Seal. Awakened Body Seal. Awakened Speech Seal. Wisdom Seal.

མཁས་པ། བྱེད་པ། ལྷན་པ།

ཨ་ཤཱ་སཱ་མཱ་ཀྱེ།

Liberation-Upon-Hearing Mantra

ཨ་ཤཱ་སཱ་མཱ་ཀྱེ།

a ah sha sa ma ha



ལྷག་ཏེར་ཚེན་མཚོག་གྱུར་བདེ་ཚེན་ཞིག་པོ་སྤྲིང་པ།

Terchen Chokgyur Dechen Zhikpo Lingpa



Samye Institute

Samye Monastery was Tibet's first and foremost Buddhist monastery. Its importance to the religious history of Tibet cannot be overstated, for here Tibetan Buddhism was established, tested, defended, and upheld for well over a millennium. Inspired by this grand accomplishment, and intending to continue this incredible legacy, Samye Institute upholds an online platform that connects students to these profound teachings of the Buddhadharmā in a modern and accessible way.

Samye Institute offers tools and training to enable practitioners of all levels to practice authentically and confidently. Buddhist practitioners, both newer and long-term students, will find resources here to support their study, reflection, and meditation. Here you may find teachings on working with the emotions and the mind, introduction to meditation, training in compassion, advanced meditation, and special practices unique to our tradition.

Samye Institute also provides a virtual hub for the Sangha to connect as a global community. Here, students from around the world can gather in our online forums to discuss their practice, ask questions, and learn from each other. Through these interactive resources we are building a community of practice and social service that spans the world.

Please visit us at: samyeinstitute.org



Samye Translations

Once Samye monastery had been built, one of Guru Padmasambhava's main projects was to translate the Dharma into the Tibetan language. Taking this vast and profound translation project as our inspiration, Samye Translations aspired to follow in the footsteps of the Mahaguru, and like the translators at Samye monastery once did, translate and spread the Dharma in all languages throughout the world.

Samye Translations in particular looks to Prince Murup Tsenpo, a heart-disciple of Guru Padmasambhava who was praised for his translation efforts as Lhasé Lotsawa, is thus as our chief role model, for he embodies our aspiration to benefit the world through providing authentic sources for practice and realization. This sublime being was reborn thirteen generations later as the great treasure revealer Chokgyur Dechen Lingpa.

The core mission of Samye Translations is to help preserve and disseminate the Dharma by translating Buddhist practices and teachings and making them available in print as well as online. While our main focus is to support followers of the *Profound Treasures of Chokgyur Lingpa (Chokling Tersar)* by providing essential materials for their study and practice, we also translate texts from all Buddhist traditions, both ancient and modern, hailing from the time of Shakyamuni Buddha right up to our present age.

Please visit us at: samyetranslations.org

CREDITS

Brief Amitabha Sleeping Practice

Translated by Adam Pearcey, 2020. Phonetics, Sanskrit diacritics and English have been lightly edited to conform with Samye Translations style and format. [View the latest version on Lotsawa House.](#)

The Transference of Consciousness

Samye Translations, 2020 (trans. Laura Dainty and Ryan Conlon, ed. Libby Hogg).

Brief Sukhavati Aspiration

Rigpa Translations, 2016. Phonetics, Sanskrit diacritics and English have been lightly edited to conform with Samye Translations style and format. [View the latest version on Lotsawa House.](#)

Training in the Pure Realms of the Three Kayas

Rigpa Translations. [View the latest version on Lotsawa House.](#)

The Seed Tantra that is the Only Child of All Buddhas

Translated by Erik Pema Kunsang with minor revisions by Oriane Sherap Lhamo and Libby Hogg.



ཡི་གེ་ཉི་ལུ་ཚུ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
 བཤོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཚུ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Mahājūsri Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.