



༄༅། །འཕགས་པ་རང་བྱེན་མཆེད་ལྡེའི་བསྐྱེད་ཐབས་བསྐྱེད་རྫོགས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་
གདམས་པ་བཞུགས་སོ། །

The Sadhana of the Five Self-Arisen Noble Brothers¹
An Instruction in the Union of Generation and Completion
by Zhikpo Lingpa

ཨོཾ་མཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

om mani padme hung

སྐྱལ་ལོ་ཚོའུལ་རྒྱ་བལ། །སྐྱེ་བདུན་བསྐྱེད་ཆེན་བྱས་པའི་ཚེ། །ཚོས་པ་བཙོ་བརྒྱུད་སྲོད་གྱིས་དུས། །
ཁྲི་ལམ་འབྲུལ་སྤང་འདི་ལྟར་བྱུང་། །དྲུག་ལ་མཁར་མདོ་ནག་གསུམ་མདོ་རུ། །འབྲུངས་པའི་གྲུ་རུ་
བྱུང་གྲགས་དེ། །བདག་གི་མཁུན་དུ་བྱོན་ནས་སུ། །ཚོ་གཅིག་ཐར་པ་བགྲོད་པའི་ཚེས། །འཕགས་
པ་རིགས་ལྡེའི་བསྐྱེད་རྫོགས་གྱིས། །ཉམས་ལེན་མཐིལ་སྤིན་འདི་ལྟར་བསྐྱོམ། ། །

In the miracle month of the snake year, at dawn on the 18th day,² during a seven-times born great accomplishment ritual,³ the following vision occurred, within a dream: At the place known as Khyung Drak, the confluence of Khardo Nak, my guru of many lifetimes appeared before me and said: “Meditate until you have perfected this practice. A teaching which brings liberation in this lifetime, it is the creation and completion stages of the noble ones of the five families:

འཁོར་བའི་ཚོས་ལས་ཡིད་འབྱུང་ཏེ། །དང་པོ་མི་རྟག་ནལ་འབྱོར་སྐྱོམ། །དེ་ནས་སྐྱེ་བས་འགྲོ་སེམས་
བསྐྱེད་བྱ། །ཚོས་ཀུན་སྲོད་པའི་རང་བསམས་ལ། །འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །མ་ལྟར་
བརྩེ་བའི་སྲིད་རྗེ་བསྐྱོམ། ། །

Since samsaric dharmas arise from the mind, first cultivate the yoga of impermanence. Then, take refuge and arouse bodhichitta. Contemplate the nature of emptiness of all phenomena and generate compassion and love towards all wandering beings as if they were your own mothers.

སྟོང་ཉིད་སྒྲིབ་ཇི་འདྲ་ཅན་ལས། །

tongnyi nyingjé ngangchen lé

Out of the state of emptiness and compassion,

པད་ལྗེ་འདུག་ལ་རྫོང་ཡིག་དཀར། །

pé dé den la hrih yik kar

Seated upon a lotus and moon-disc, appears the white syllable *brih*.

དེ་ལས་རང་ཉིད་སྐྱུ་རས་གཟིགས། །

dé lé rangnyi chenrezik

From it, I appear as Avalokiteshvara

ཞལ་གཅིག་བྱུག་བཞི་སྐྱུ་རུ་སྒྲིམ། །

shyal chik chak shyi ku ru gom

With one face and four arms.

སྤྱི་བོར་འཕགས་པ་འཇའ་མ་ཡི། །

chiwor pakpa ja ma li

On the crown of my head is Arya Jamali,⁴

མདོག་མཐིང་པདྨ་གཡས་ན་སྐྱམས། །

dok ting pema yé na nam

Dark blue in color, in his right hand a lotus,

གཡོན་པ་སྐྱབས་སྤྱིན་བྱུག་རྒྱ་ཅན། །

yönpa kyab jin pak gyachen

His left hand in the mudra of granting protection.⁵

མགྲིན་པར་འཕགས་པ་བ་ཏི་སྐྱུ། །

drinpar pakpa wati ku

In my throat is Arya Vati,⁶

མདོག་དམར་པདྨ་སྐྱབས་སྤྱིན་ཅན། །

dok mar pema kyab jinchen

Red in color, holding a lotus and granting protection.

སླིང་ཁར་འཕགས་པ་བྱ་ཁམ་དེ། །

nyingkhar pakpa bu kham dé

In my heart is Arya Bukham,⁷

མདོག་སེར་སྐྱབས་སྦྱིན་བརྒྱ་འཛིན། །

dok ser kyab jin pema dzin

Golden in color, holding a lotus and granting protection.

ལྷོ་བར་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་སྐྱ། །

tewar jikten wangchuk ku

In my navel is Lokeshvara,⁸

མདོག་ལྗང་སྐྱབས་སྦྱིན་བརྒྱ་འཛིན། །

dok jang kyab jin pema dzin

Green in color, holding a lotus and granting protection.

ཀུན་གྲུང་ཕྱིད་དགྱིལ་རོལ་པར་བཞུགས། །

kün kyang ché kyil rolpar shyuk

All are delightfully seated in crossed-leg posture.

རི་དགས་ལྷགས་པས་རུམ་བཞག། །

ri gé pakpé numa kak

In my mind's eye, deerskins cover their chests

དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན། །

dar dang rinpoche gyen

And graceful adornments of jewels and silks

ཚངས་སྐྱད་སེར་པོས་རབ་བྱ་མཛེས། །

tsang kü serpö rabtu dzé

And the sacred golden thread.⁹

གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱི། །

tsokhor tamché özer gyi

The main deity and his entourage

གུར་དུ་བཞུགས་པར་བསམ་པའི་ངང་། །

gur du shyukpar sampé ngang
Reside within a dome of light.

པོ་ཏ་ལ་ནས་ཡེ་ཤེས་པ། །

potala né yeshé pa
From the Potala itself, I summon the jñanasattvas,

བཏུག་བསྐྱེམ་མཚོན་ཅིང་བསྟོད་པས་བསྟོད། །

kuk tim chö ching töpa tö
Dissolve them, presenting offerings and praise,

ཟིགས་བདག་སངས་རྒྱས་དམར་པོ་མཚོག། །

rikdak sangyé marpo chok
And in my mind's eye I see the lord of the family,
the buddha red and supreme,¹⁰

སྤྱལ་པའི་སྐྱུ་ཡིས་དབུ་བརྒྱན་བསམ། །

trulpé ku yi u gyen sam
As the nirmanakaya adorning their crowns.

བྱུགས་སྟོག་རྫིེ་ཡི་མཐའ་སྐོར་དུ། །

tuk sok hrih yi takor du
Life-force of the heart centre, *hrih* is surrounded

གཟུངས་སྤྲུགས་འདི་ཉིད་འཁོར་བ་ལས། །

zung ngak di nyi khorwa lé
By the turning, self-spinning dharani mantra.

འོད་འཕྲོས་ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་བསྐྲུགས། །

ö trö nedön dikdrib sek
Light rays stream outwards, burning up sickness,
Burning to ash all harmful influences,
Clearing all negativity and obstruction.

ཡར་འཕྲོམ་སངས་རྒྱལ་སྤངས་སེམས་མཚོད། །

yar trö sangyé jang sem chö

And light rays stream upwards, purifying buddha-fields,
And sending forth streams of imagined offerings.

འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི། །

drowa semchen tamché kyi

The light purifies all negativity and delusion

སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྱད་ས་ཤིང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

dikdrib jang shing tamché kyang

For wandering beings without exception,

འཕགས་པའི་སྐྱུ་རུ་གསལ་བར་བསྐྱོམ། །

pakpé ku ru salwar gom

And I rest in meditation, all appearances as the Noble One.¹¹

གཟུངས་སྤགས་འདི་ཉིད་གྲངས་མེད་བཞུ། །

Recite this dharani mantra innumerable times:

ཨོཾ་ཨྲ་ཏྱ་བ་ཉི་མ་ཉི་འཇའ་མ་ལི་བཞེ་བྱུ་ལམ་ལོ་གཤུ་ར་ཏྱཱ།

འུའྱྱི། དུའྱྱི། བ་ཤོ། ཀམྱ་སིཏྱི་པ་ལ་ཏྱཱ། །

om aya wati mani jamali padmé bhukham lokeshwara hung

shantim pushtim washam karma siddhi phala hung

ཅེས་བཞུས་མཚོད་བསྟོད་བརྒྱས་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་འཕགས་པའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་རང་སེམས་ལས་བྱུང་ཚོས་གྱིསྤྲ། །

བདག་གཞན་བཞེ་པོད་བྱང་རྩལ་སེམས། །

རྒྱན་དུ་བསྐྱོམ་ཞིང་གཟུངས་སྤགས་བཞུ། །

སྟོང་ཉིད་རང་བཞག་སྤྲོས་བྲལ་དུ། །

མཉམ་པར་བཞག་ཅིང་པར་ཕྱིན་དུག། །

དོན་ལ་ལྷ་ཞིང་ཉམས་སུ་གྲངས། །

འདི་ལྟར་བགྱིས་པས་འཕགས་པའི་སྐུ། །
 དབྱེར་མེད་ཐོབ་ནས་རིགས་དྲུག་གིས། །
 འཁོར་བ་དོང་སྤྲུགས་ས་ཐོབ་འགྲུར། །
 རྗེས་སྲོད་འགྲོར་བསྐྱོ་སྲིན་ལ་གདབ། །

*Having recited the mantra thus, present vast offerings and praise.
 The assembled deities of Noble Ones,¹²
 Arisen from your mind, are the dharmakaya.
 While engaged in reciting the dharani mantra,
 Continuously cultivate the awakened mind¹³
 And exchange yourself with others.
 Then, rest within emptiness, settle within equipoise,
 Free from all mental fabrications,
 Actualizing, taking to heart the six paramitas.
 If you practice these instructions,
 You will become indivisible from the Noble One,
 Dredging from samsara's depths the six classes of beings
 And you will attain the bodhisattva bhumis.
 In post-meditation,
 Dedicate your activities to the benefit of beings
 And recite aspiration prayers.*

འཕགས་པ་རང་བྱུང་མཚེད་ལྷ་ཡིས། །
 ལུས་དགྱིལ་བསྐྱེད་རྫོགས་ལག་བཅངས་འདི། །
 བསྐྱེད་ཐུགས་སྤྲུལ་གྱུ་རུ་མཚོག། །
 ཡེ་ཤེས་ལྷུང་གྲགས་ཞལ་ཉིད་ནས། །
 མི་ལམ་དག་ཏུ་བྱུང་བ་དེ། །
 གར་གྱི་དབང་ལྷུག་ཅུལ་གྱིས་བཀོད། །
 དག་འདིས་སངས་རྒྱས་ལྷུར་ཐོབ་ཤོག། །མཚན་ལོ།

*This practice of the Five Self-Arisen Noble Brothers
 Delivers the creation and completion of the body mandala
 Into the palm of your hand.
 It was spoken in my dream by Yeshe Kyungdrak,
 The mind emanation of the supreme Guru Padma.
 It was written down accordingly by Gargyi Wangchuk Tsal.¹⁴
 Through this merit may we swiftly reach attainment and buddhahood! Mangalam!*



Translation Origin

Translated by [Samye Translations](#), 2020 (trans. Stefan Mang and Peter Woods with reference to Hubert Decler's translation of the same practice.¹⁵ Edited by Sara Lytle and Libby Hogg.)

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

1 Zhikpo Lingpa's sadhana is a unique practice focused on a set of four Avalokiteshvara statues that are highly sacred and revered among Tibetan Buddhists. What Shikpo Lingpa counts as the fifth brother is the self-visualization generated by the practitioner. The statues of the four self-arisen Avalokiteshvara brothers are located along the ancient trade route that begins in Patan, passing through the Kathmandu valley and continuing up the Trisuli river valley until it finally reaches Lhasa in Tibet. The history of the statues is deeply connected to the introduction and formation of Buddhism within Tibet in the 7th century. The history of the self-arisen Avalokiteshvara brothers begins with Avalokiteshvara sending and concealing sacred images of himself throughout our world, so as to benefit beings within this degenerate age. In the 7th century, there appeared King Songtsen Gampo (c.605-650), an emanation of Avalokiteshvara whose purpose was to establish the sacred Dharma within Tibet. Well aware of the power of these unique and sacred treasures, Songtsen Gampo sought to bring such a statue of Avalokiteshvara to Tibet, that it might bless the land and people and lay the ground for the establishment of the Dharma. King Songtsen Gampo shot forth a light ray from between his eyebrows, on the tip of which he sent an emanation—the monk Akaramatishila—to identify a particular Haricandana tree in the thick of a sandalwood forest somewhere in the Terai of southern Nepal, and to gently extract from it the self-arisen Avalokiteshvara brothers. During the process of extraction, the statues miraculously spoke and determined the location of their future residences, choosing the places where they are now situated. For a summary of the story, see: Hubert Decler, "The Sacred Wati Image and Temple in Kyirong – Franz-Karl Erhard's Magisterial Magnum Opus," *The Tibet Journal* XXXI.3, 2006. See also: Per K. Sørensen, *Tibetan Buddhist Historiography: The Mirror Illuminating the Royal Genealogies: An Annotated Translation of the XIVth Century Chronicle rGyal-rabs gsal-ba'i me-long*, (Wiesbaden: Harrassowitz Verlag, 1994) 189-194. For an extensive discussion of the various stories, see: Franz Karl Erhard, *Die Statue und der Tempel des Arya Va-ti bzang-po: Ein Beitrag zur Geschichte und Geographie des Tibetischen Buddhismus*, (Wiesbaden: Dr. Ludwig Reichert Verlag, 2004). For pictures of the four statues, see: <http://www.himalayanart.org/search/set.cfm?setid=3934>. And for a short discussion of the sadhana, see: Hubert Decler, "Another Newar Link with Suratabajra & Lhasa's White Crystal Cave? Zhigpo-lingpa's Meditation Scenario on the Five Arya Brother Images," *The Great Compassion: International Buddhist Review*, 1, 2004, 53-8.

2 Tuesday 26th February, 1557.

3 The seven-times born great accomplishment ritual is a terma treasure practice, revealed by Shikpo Lingpa, aiming at repelling the invading Mongol armies and protecting the Tibetan borders.

4 Arya Jamali, referred to by Tibetans as Jowo Dzamling Karpo and by Nepalis as Seto Machindranath, is located in Jana Bahal midway between Asan Tole and Indra Chowk, close to the Kathmandu Durbar Square.

5 The color and attributes of the Avalokiteshvara statues change according to the various accounts of their origin.

6 Arya Vati Zangpo's original location was in the border-taming temple Jamtrim in Kyirong in Mangyul. However, it has been moved to Dharamsala, where it now remains in the possession of His Holiness the Dalai Lama.

7 Arya Bukham resides for one half of the year in Patan and for the other half of the

year in Bungamati.

8 Arya Lokeshvara resides in the Potala Palace in Lhasa.

9 The sacred thread (Skt. Yajñopavita) is received by a boy during the traditional rite of passage (Skt. samskara) that marked the acceptance of a student by a guru.

10 Amitabha

11 Avalokiteshvara

12 The self-visualization along with all sentient beings – all without exception are now visualized as Avalokiteshvara.

13 Bodhichitta

14 Aka Shikpo Lingpa.

15 See: Hubert Decleer, “Another Newar Link with Suratabajra & Lhasa’s White Crystal Cave? Zhigpo-lingpa’s Meditation Scenario on the Five Arya Brother Images,” *The Great Compassion: International Buddhist Review*, 1, 2004, 53-8. For a Tibetan publication of the text, see: Franz Karl Ehrhard, *Die Statue und der Tempel des Arya Va-ti bzang-po: Ein Beitrag zur Geschichte und Geographie des Tibetischen Buddhismus*, (Wiesbaden: Dr. Ludwig Reichert Verlag, 2004), 523-4.