



༄། །གཙུག་ཏྲོང་གཏུགས་དཀར་བསྐྱོམས་བསྐྱེས་བདེ་བ་ཙན་གྱི་ཞིང་དུ་བགྲོང་པའི་  
གདམས་པ་བྱ་རྒྱལ་བྱུང་གི་རྟེན་པོ་བཞུགས་སོ། །

**The Swift Steed of Garuda, King of Birds:<sup>1</sup>**

An instruction for traveling to Sukhavati, based on the visualization and recitation of Ushnisha-Sitatapatra

By Karma Chakmé

ནམོ་ཤུག་ལུ་ན་ཡེ།

*Namo Shakyamunayé!*

ཚོང་པག་མེད་པའི་ཡུམ་མཚོག་གོས་དཀར་མོ། །རབ་ཏུ་ཁྲིམ་པ་ལྷ་མོ་འདི་ཡིན་པས། །བདེ་བ་ཙན་དུ་  
སྐྱེ་བ་དེ་ཡི་དོན། །མ་མགོན་ལྷུ་མ་དལ་དམ་ལ་བཏགས་པའི་ཕྱིར། །ལུབ་པའི་གཙུག་ཏྲོང་ནས་ནི་ལྷ་  
འདི་སྐྱེ་ལ། །བྱུང་ལ་སྐྱོག་པར་ཟབ་པ་དེ་ཡི་དོན། །ཞལ་ནས་མ་གསུངས་ལུབ་པའི་གཙུག་ཏྲོང་ནས།  
ལམ་དོ་དོང་གཟུངས་ཀྱི་སྐྱ་ལྷགས་གཙུག་ཏྲོང་ཟེར། །འདི་ཉིད་བྱ་བའི་རྒྱུད་ནི་ཡིན་ནའང་། །བྱ་རྒྱུད་ལྷ་  
མེད་ལྟར་དུ་ཉམས་ལེན་པ། །རྗེ་ཏེ་དང་རྗེ་རྗེ་གདན་པ་སོགས། །ལྷུབ་ཚེན་མང་སོས་མཚན་ལྷུར་  
ཉམས་ལེན་བདེ། །དགའ་རབ་རྗེ་རྗེ་འཇམ་དཔལ་ལའེས་གཉེན་ནས། །འི་མ་མི་ཏར་བརྒྱུད་པའི་རྗེ་  
མའི་ལྷགས། །ལྷ་རྩུ་ཁག་འཐུང་ནག་པའི་གཏར་མ་དང་། །སྐྱེ་བ་ཐབས་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱ་རྩེ་རྒྱ་གཞུང་  
དང་། །མཚོང་བ་དོན་ལྷན་དབང་རྩུག་རྗེ་རྗེ་སོགས། །བོད་གཞུང་ཚད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་བཅུད་བསྐྱེས་ཏེ།  
ཉམས་ལེན་བདེ་ཞིང་བྱིན་རྒྱབས་ཚེ་བའདི། །ནད་གདོན་བྱུང་ག་གཏང་མཐོན་སྐྱོག་པ་ལ། །རྗེ་རྗེ་པ་  
ལམ་རལ་གྱི་ཉིད་དང་མཚུངས། །བདེ་བ་ཙན་གྱི་ཞིང་ཁམས་བགྲོང་འདོད་ན། །བྱ་རྒྱལ་བྱུང་ལ་  
ཚིབས་ནས་འགྲོ་དང་མཚུངས། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་རྒྱུན་བྱུང་ཉམས་ལེན་  
མཚོན། །

*Since the extremely wrathful Sitatapatra is a form of Pandaravasini, the supreme consort of Amítayus, this practice will lead to rebirth in Sukhavati, realm of great bliss. The mighty sage emanated Sitatapatra from his crown (ushnisha), in order to bind the male and female, together with their retinues, under oath. Thus Sitatapatra emerged as a profound practice for averting harmful forces. Because the dharani-sutra resounded from the sage's crown (ushnisha), while his speech remained silent, it was named ushnisha. Although the dharani-*

sutra is a kriya-tantra, it has been practiced by many siddhas such as Jetari and Vajrasana in the manner of a Highest Yoga tantra. If you follow this practice and also practice it like them, it will become very easy for you. It is a practice that condenses the authentic traditions of the Nyingma tantras, as passed from Prahevajra<sup>2</sup> and Manjushrimitra to Vimalamitra; the terma treasures of Guru Traktung Nakpo; an entire ocean of sadhanas from India; and the many Tibetan practices written by Karmapa Wangchuk Dorje<sup>3</sup> and others. Thus, it is an easy practice and its blessing is great. To practice it is to hold aloft an indestructible vajra sword that can avert disease, obstacles, black magic, evil spells, and all oppressing forces. If you wish to travel to Sukhavati, this practice will take you there, mounted on the garuda, king of birds. Therefore, make this your daily practice:

ཨུཾ ཚེས་རྣམས་སྐྱ་བསམ་བཟོད་མེད་སྟོང་པ་ཉིད། །

**ah, chö nam masam jömé tongpanyi**

*Ah.* Phenomena are emptiness, beyond words, thought and description.

ཨོཾ་གྱིས་མཚན་པའི་གདུགས་དཀར་ཡོངས་གྱུར་ལས། །

**om gyi tsenpé dukar yong gyur lé**

A white umbrella appears, marked with *om*,

དྲན་ཚེགས་དམ་ཡི་དབྱེར་མེད་རང་ཉིད་ནི། །

**dren dzok damyé yermé rangnyi ni**

And from it, instantaneously perfected through mere recollection, as *samaya-* and *jnanasattva* indivisible,

དོན་ལྟོགས་ཉེར་སྤྱིར་སྐྱོབ་ཆེན་མོའི་སྐུ། །

**dorjé tskutor chirdok chenmö ku**

I appear as Vajroshnisha, the Great Dispeller, with a thousand heads—

དབུ་སྟོང་མདུན་ཞལ་སྐྱེགས་པ་ཉིས་བརྒྱ་དཀར། །

**u tong dün zhel gekpa nyipgya kar**

Two hundred in front, white, mesmerizing, beautiful;

གཡས་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་འཛིགས་རུང་དགོད་པ་སེར། །

**yé zhel nyipgya jikrung göpa ser**

Two hundred to the right, gold, fearsomely laughing;

རྒྱབ་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་དམར་པོ་གཞེད་དང་རྩམ། །

**gyap zhel nyipgya marpo shé dang ngam**

Two hundred at the back, red, furiously raging;

གཡོན་ལལ་ལྷང་གུ་ཉིས་བརྒྱ་སྒྲིབ་ཇི་ལོ། །

**yön zhel jangu nyipgya nyingjé zhi**

Two hundred to the left, green, compassionately gazing;

སྟོང་ལལ་སྒྲོན་པོ་ཉིས་བརྒྱ་དྲག་ལ་གཏུམ། །

**teng zhel ngönpo nyipgya drak la tum**

And two hundred on top, blue, wrathful, ferocious.

དབྱ་རེར་རྗེ་ཇི་མཚན་རྟགས་སྐྱུན་གསུམ་གསུམ། །

**u rer dorjé tsen tak chen sum sum**

Each face has three eyes and is marked with a vajra.

སྐྱ་མདོག་དཀར་ཞིང་སྐྱུན་མིག་གྲེ་བ་འབུམ། །

**kudok kar zhing chen mik jewa bum**

She is white in color, with a trillion<sup>4</sup> eyes

ལུར་མིག་བསྐྱད་དང་གྲོག་ལྷར་དྲག་ཏུ་གཟིགས། །

**zurmik dré dang lok tar drak tu zik**

Sending side-long glances, wide open and awake, voracious and electric,

གཡས་ཕྱག་ལྷ་བརྒྱ་གཡོན་ཕྱག་ལྷ་བརྒྱ་ཡིས། །

**yé chak ngapgya yön chak ngapgya yi**

Her right and left arms, five hundred either side,

ཐམས་ཅད་བསམ་ཚེད་རལ་གྱི་འབར་བ་ཕྱུར། །

**tamché sam chö reldri barwa char**

All wield blazing swords that cut through thoughts.

ཞབས་གཡས་ལྷ་བརྒྱ་བརྒྱད་བས་འཛིགས་ཀུན་མཚན། །

**zhap yé ngapgya kyangpé jik kün nen**

Her five hundred right legs stretch out, extended, stomping beneath them  
everything that is frightening.

ཞབས་གཡོན་ལྷ་བརྒྱ་བསྐྱུམ་བས་གཏོན་ཀུན་མཚན། །

**zhap yön ngapgya kumpé dön kün nen**

Her five hundred left legs are drawn in, contracted, stomping beneath them all  
obstructors.

སངས་རྒྱལ་གྱི་བ་སྤྲུག་བདུན་ཅུ་བཞུད་ལྟོགས་ལྟོགས་། །

**sangyé jewa trak dñn chöpen chang**

From her head hang silken garlands adorned with seventy million buddhas.

དབུ་གཞུག་གཞུགས་དཀར་བདུན་ཅི་བཅེགས་མར་འཁོར་། །

**u tsuk dukar dñn ni tsek mar khor**

Her crown knot is adorned with seven spinning parasols, on top of one another.

བ་སྤྱ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་འབར། །

**batu tamché yeshé özer bar**

The hairs of her body blaze with the light of primordial wisdom.

ལྷ་ཇས་ན་བཟའ་ནི་ཁྲིའི་རྒྱན་དང་ལྷན། །

**lhadzé napza zhitrö gyen dang den**

Her garments are bedecked with ornaments, peaceful and wrathful.

དབུ་ལ་བར་རྣམ་སྤྲང་བྱགས་ཀར་ཨོྭ་དཀར་པོ། །

**trelwar namnang tukar om karmo**

In her forehead resides Vairocana; in his heart the white syllable *om*.

མགྲིན་བར་སྤྲང་མཐའི་བྱགས་ཀར་ཨུཾ་དམར་པོ། །

**drinpar nang té tukar ah marpo**

In her throat resides Amitabha; in his heart the red syllable *ah*.

བྱགས་སྤྲང་རྩོད་སེམས་བྱགས་ཀར་སྤྱི་སྤྱི་ན་པོ། །

**tuk mé dorsem tukar hung ngönpo**

In her heart resides Vajrasattva; in his heart the blue syllable *Hung*.

བྱགས་དབུས་ལྷ་སྤྲང་ཨོྭ་ཡིག་དཀར་པོའི་མཐར། །

**tuk ü da teng om yik karpö tar**

At her heart center, upon a moon disc, is an *om* with surrounding mantra, the syllables all in white;

སྤྲུགས་ཐོང་འོད་ཀྱིས་སྤྱི་བ་བསལ་མཐུ་སྤྱི་བས་རྒྱས། །

**ngak treng ö kyi drip sel tutop gyé**

And from the mantra garland streams a radiance of light, clearing obscurations and enhancing power and strength.

ཡ་སེའི་བརྩུ་མ་སེའི་མི་བརྩུ། །

**yaso tro chu maso tromo chu**

Her upper teeth are the ten male wrathful ones and her lower teeth the female ten.

སླར་མེ་དབྱུང་རལ་གྱི་ངར་མའི་ལྷ། །

**mara mé pung reldri ngar mé ché**

A blazing mass of fire curls around her mouth. Her tongue is a sword, razor sharp.

མགྲིན་པར་ཉི་ལྷ་རང་ལུས་མེ་དབྱུང་འབར། །

**drinpar nyida rang lü mé pung bar**

In her throat reside the sun and moon.

གཞོན་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཞོབ་མཉམ་བསྐྱེགས་པར་བསམ། །

**nöjé tamché zhop tül sekpar gyur**

The blazing inferno of her body burns to ash all harm-doers and obstacle-makers.

དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་སློལ་མ་བྱིན་གྱིང་། དམིགས་པ་བསྐྱོམ་པ་ཁོ་ནས་ཚེག་པ་སྟེ། བསྐྱོམས་པ་ཙམ་གྱིས་མཚན་གཏང་ངག་མཚན་སོགས། གྲོལ་པ་གུ་རུ་བྲག་འཕུང་ནག་པོས་གསུངས། །འདི་ནི་ངག་ཏུ་འདོན་པ་གལ་ཆེའོ། །

*Although you may lack actual realization, it is sufficient simply to practice the above visualization. As Guru Traktung Nakpo explains, simply practicing this will free one from oppression, sorcery, spells, and the like. Thus, reciting it is of great importance.*

ཧྱུ། དོ་རྩེ་གཙུག་ཏྱིར་སྤྱིར་སློག་པ་ཆེན་མོ། །

**hung, dorjé tsuktor chirdokpa chenmo**

*Hung*. Vajroshnisha, mighty Great Dispeller,

ཕྱག་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

**chak tong ngawa chenmo**

Great goddess with a thousand arms,

དབུ་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

**u tong ngawa chenmo**

Great goddess with a thousand heads,

ལྷན་བྱེད་བཟུངས་མངའ་བ་ཆེན་མོ། །

**chen jewa gya tong ngawa chenmo**

Great goddess with a trillion eyes,

རྡོ་རྗེ་མི་བྱེད་འབར་བའི་མཚན་ཉག་ཅན། །

**dorjé miché barwé tsentak chen**

You who are named Blazing Indestructible Vajra,

རྡོ་རྗེ་ཡངས་པ་ཆེན་པོས་ས་གསུམ་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་མངའ་མཛད། །

**dorjé yangpa chenpö sa sum gyi kyilkhör la nga dzema**

Vast Expansive Vajra, ruler of the three plains of existence—

ཀུན་ནས་བདག་ཅག་མི་ཚོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉིན་དང་མཚན་དུ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །

**küné dakchak mi nor khor dang chepa tamché la nyin dang tsen du sung du söl**

I pray to you, protect our families, our friends, wealth, and possessions, both day and night!

ཏུཌ་གྲུ། ཨོ་ཨ་ན་ལོ་ཨ་ན་ལོ། བེམ་དེ་བེམ་དེ། བེ་རེ་བེ་རེ། བརྗེ་རི། བརྗེ་  
བརྗེ་ལྷ། བརྗེ་ལྷ་ཉི་ཉི་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ཉི་ཉི་བརྗེ་ལྷ་ལྷ། མ་མ་རྣམ་རྣམ་སྐྱེ་སྐྱེ།

teyata, om analé analé, bikadé bikadé, bai ré bai ré, bendza dhari, bendha  
bendha ni, bendza pani hung hum pé pé soha, hung drum bendha pé, mama  
raksha raksha soha

བདག་དང་བསྐྱེད་བྱེད་ལྷས་དག་ཡིད་གསུམ་མནན་པ་དང་བཅེངས་པ་ཐམས་ཅད་ལྷེས་ལྷེས་ཁྲོལ་ཁྲོལ།

མནན་པ་དང་བཅེངས་པ་དང་བསྐྱེད་ལྷེས་ལྷེས་ཅད་སྐྱོད་ཨ་བ་རྣམ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ། བློ་བཟོན་གྱི་རྩ་ལེ་སྐྱེ་སྐྱེ།

**dak dang sungjé lü ngak yi sum nenpa dang chingpa tamché ché ché tröl tröl, nenpa dang chingpa dang dampa tamché sarva apanaya soha, zhiwa shanting kuruyé saha**

As for all oppression and binding forces of body, speech, and mind, both my own and those of all who need protection: break them, break them! Stop them, stop them! Drive away all oppressive, binding, chaining forces! *Sarva apanaya svaha!* Pacify them utterly! *shantin-kuruye svaha!*

ཞེས་པའི་བར་དེ་རབ་བདུན་འབྲིང་ལྔ་དང་། ཐམ་ཚར་གསུམ་ཙམ་ནི་བརྗོད་པའི་རྗེས། སླིང་པོ་དང་ནི  
ཉེ་སླིང་སྲགས་འདི་གཉིས། རང་གི་གང་མོས་བསྟེན་པ་ཅི་འགྲུབ་གྲ།

*Recite this at best seven times, at middling five times or at the very least three times. After that, recite the essence and quintessence mantras, as you please and are able.*

*The essence mantra:*

ཨོཾ་ས་ཐ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཞུའི་ཤ་རྩེ་ལྷོ་པའ། སྩེ་མ་མ་སྩེ་ནི་སྩེ་ལྷོ། སླིང་པོའོ། །

**om sarva tathagata ushnisha hung pé, hung mama hung ni saha**

*The quintessence mantra:*

ཨོཾ་མ་མ་སྩེ་ནི་སྩེ་ལྷོ། ཉེ་བའི་སླིང་པོའོ། །

**om mama hung ni soha**

འདི་ལྟར་བསྟོམས་བརླས་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །

**ditar gom dé jepé sönam kyi**

Through the merit of this meditation and recitation,

མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བར་གྱུར་མ་ཐག། །

**mi tsang lü di borwar gyur ma tak**

As soon as we have discarded this unclean body,

བདེ་བ་ཙན་དུ་བརྗེས་ཏེ་སྤྱི་བར་ཤོག། །

**dewachen du dzü té kyewar shok**

May we miraculously take birth in Sukhavati, realm of great bliss!

སྤྱི་མ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཅུ་རབ་བསྐྱོད་ནས། །

**kyé ma tak tu sa chu rap drö né**

As soon as we are born there, having traversed the *bhumis*,

སྤྱུལ་པས་སྤྱོགས་བཅུར་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག། །

**trülpé chok chur zhendön jepar shok**

May we send our emanations in all directions, to benefit beings!

དེ་ནས་སྒྲོམ་མཁམ་སེམས་ལ་རྒྱུག་གེར་བཟླ། ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ངང་དུ་ས་ལེར་བཞག་ རྒྱན་དུ་  
དམིགས་པ་ལ་སོགས་མ་བསལ་གྲང་། སྲགས་ཐུང་གཉིས་པོ་སྦྱོང་ལམ་ཀུན་ཏུ་འདོན། །

*Then look, vivid and awake, at the mind of the meditator. Rest within the clarity in which there is nothing whatsoever to see. Even if you cannot focus on this practice on a daily basis, continuously recite the two short mantras throughout all your daily activities.*

ཀྲུམ་ཚོ་སྡོན་བསོད་ནམས་དམན་པའི་མཐུས། ཟེས་པ་མེད་པའི་དོམ་ཡིག་ཟེར་བའི་དཔེ། བྱས་པ་  
མེད་ཀྱང་གཏང་ཡིག་ནང་དུ་ཐེབས། བན་བོན་མང་པོའི་མཐུ་གཏང་ཞབས་སུ་སོང་། བཅོམ་རྒྱུ་དམ  
མང་པོས་རྒྱན་དུ་མཛར། འཚི་བ་དྲན་ཅིང་དམ་ཚེས་འདོད་ན་ཡང་། དམ་ཚེས་ཚུལ་བཞིན་སྦྱོང་བའི་  
སྐལ་བ་མེད། མས་འཚི་ཆ་མེད་འཚི་བ་རྫོག་ཐབས་མེད། འི་ནས་གར་འགྲོ་ཆ་མེད་ཨ་ཙོ་མ། རི  
གས་དུག་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྲུག་བསུལ་ཆེ། དེ་འདྲ་ཡིད་ལ་དྲན་མཁམ་མི་ཡོད་ན། གང་མས་པ་འདི་  
ལ་རྒྱན་དུ་བྱགས་དམ་མཛོད།

*Kyema! We have but little merit from past lives! And so, with neither loan nor any use of money, still we are forced to repay the debt. Black magic and sorcery hold us in their sway, conjured by Buddhist and non-Buddhist alike. Disease and adversities continuously torment us. Although we reflect on death, and yearn for the sacred Dharma, we lack the good fortune to act in accordance with the Dharma. We do not know when death will come, and we have no means of averting it. Alas! We will never know where next we'll be born. Great suffering awaits us, wherever we take birth among the six classes of beings. For anyone to whom these thoughts occur, this practice and instruction should be taken as a daily commitment.*

སྡོན་ཚོ་ཚེས་རྒྱལ་བྱི་སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་གྱིས། མཐའ་དབུས་མཁམ་པ་བརྒྱ་ཅུ་གཏན་དངས་ནས། བཀ  
འ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་ཐམས་ཅད་བོད་དུ་བསྐྱར། དེ་དུས་རྒྱལ་པོའི་སྐུ་རིམ་བྱུང་རྫོག་ལ། བཀའ་  
གྲུར་ནང་ནས་འདི་ལས་ཐབས་ཆེད། རྒྱལ་པོའི་སྐུ་རིམ་བྱུང་རྫོག་འདི་ལ་བྱས། རྒྱ་གར་ལུ་སྟེགས་རྒྱ  
ནག་རྟུ་ཤང་དང་། བོད་གྱི་བོན་པོ་ཀུན་གྲང་གཞོན་མ་རུས། དུས་ཤིས་སོག་པོ་ཨོ་རིད་རྒྱལ་པོ་དེས།  
འདི་ལ་རྒྱན་དུ་བྱགས་དམ་ཞལ་དོན་མཛོད། ཀར་བསྟན་ཅད་ནས་བརྒྱགས་ཀྱང་གཞོན་མ་རུས། དེ་  
ཤིར་བྱུང་རྫོག་འདི་ལས་ཐབས་མེད།

*In the past, King Trisong Detsen invited a hundred scholars from far and wide to translate into Tibetan the Collected Words of the Buddha, along with the commentaries. For them, there was no practice more profound than this in protecting the King and averting black magic. When this practice was performed as such, all the heretics of India, Hashang and his Chinese followers, and all the shamans of Tibet were unable to harm the King. And later, when the Oriat Mongols invaded Tibet, obliterating ruthlessly the Karmapa's teachings, no harm or detriment came down upon the Tibetans—because of their daily recitation of the Sitatapatra practice.<sup>5</sup> Therefore, there is no practice more profound than this for averting black magic.*



གཞན་ཡང་འདི་ཡི་གཟུངས་ནས་གསུངས་པའི་དོན། ཤིན་ཏུ་བསྐྱེས་ཏེ་ཚིགས་སུ་བཅད་སྤྲོན། སངས་  
 རྒྱལ་བྱེད་གངས་མེད་དུ་མ་ཡི། ཕྱིན་རྒྱལ་བ་བསོད་ནམས་རང་གིས་ཐོབ་པར་གསུངས། མཚམས་  
 མེད་ལྷ་དང་ལས་གྱི་སྦྱིབ་པ་རྣམས། ཐམས་ཅད་མ་ལུས་བྱུང་ཞིང་དག་པར་འགྱུར། རང་གི་ཚེ་དང་  
 བསོད་ནམས་སྟོབས་ཚེར་འཕེལ། རམ་ཞིག་འདི་ནས་འཆི་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་  
 དེར་སྐྱེ་བར་གསུངས། ཚོ་འདིའི་རྒྱུན་རྒྱོགས་སྤྱི་མ་ཞིང་ཁམས་ཐོབ། ཕྱིར་མི་ལྷོག་པ་གཏན་གྱི་འདུན་མ་  
 ལྷོ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་ཐག་ཉེ།

*If you recite this practice, the condensed meaning of the dharani, you will obtain the merit and blessings of infinite numbers of buddhas. All without exception will be cleansed and purified— all karmic obscurations, and the five crimes with immediate retribution. Your life-span and merit will increase and flourish, and, immediately after passing, you will take birth in Sukhavati. Thus the adversities of this life will be averted and you will reside in pure realms in lives to come. Hence, perfect buddhahood, the irreversible and ultimate goal, will be close at hand.*

འདི་འདྲ་རང་དང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་གཙུག་གཟུངས་དང་མན་ངག་བསྐྱེབས། བུ་  
 མཐར་ཕྱིན་ཞེས་བྱས་ཡི་གེར་བྱིས། འདི་ལ་སྤྲུགས་སྤྲོམ་དག་འགལ་འཁྲུལ་སོགས། མཚིས་ན་ཡེ་  
 ཤེས་སྤྱན་རླུན་རྣམས་ལ་བཤགས། དགོ་བས་འགྲོ་ཀུན་བར་ཚད་ཀུན་ཞི་ནས། སྤྱི་མ་བདེ་ཚེན་ཞིང་དུ་  
 སྐྱེ་བར་ཤོག། སྤྱི་ནས་གཞན་དོན་དཔག་མེད་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

*I, Raga Asya, for the benefit of myself and others, compiled this practice that brings together the root text and the pith instructions. It was transcribed by Pema Tarchin. Any errors that are here, such as misspelled mantras, I confess them before those with the wisdom eye. Through this merit, may the obstacles of all beings be pacified, and may they take rebirth in Sukhavati! Once there, may they accomplish the immeasurable benefit of others!*



### **Translation Origin**

Translated by [Samye Translations](#), 2017 (trans. Laura Swan, Stefan Mang; ed. Libby Hogg). Revised 2018, with thanks to Adam Pearcey, Peter Woods, and Han Kop.

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

1 Here Karma Chakmé draws an analogy between a garuda and a stallion. The garuda is the fastest among all birds. Thus, mounting the garuda is the fastest way that one can travel to Sukhavati. Riding the garuda is like riding a great stallion or the fastest horse. (Oral clarification by Khenpo Pema Namgyel)

2 Garap Dorjé.

3 The 9th Karmapa (1556-1603).

4 That is 10 to the power of 12.

5 This is a reference to the invasion of the Oriat Mongols to Tibet in the years 1641-1642 under the leadership of Gūshi Khan (1582-1655). Although claiming to be Buddhist, they became enemies of the Kagyü school and attacked the Kagyü monasteries. Although the invaders engaged in such violent actions, nevertheless no harm came to them, because they practiced Sitapatra. Thus Karma Chakmé states that the practice of Sitapatra is so powerful that even if enemies practice it they will be protected. (Oral clarification by Khenpo Pema Namgyel)