

དགྲིལ་འཁོར་དོན་དུ་གཏོར་མ་འདི། །

kyilkhor dön du sa chok dir

For the sake of this mandala, in this place,

འབྲུལ་གྱིས་ཡང་དག་བཞེས་ནས་ཀྱང་། །

dak shyu kyö kyi tsal du sol

I pray: please grant us the space!

རྣམ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །

naljor dakchak khor ché la

May we yogins with our disciples

ནད་མེད་ཚེ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །

né mé tsé dang wangchuk dang

Obtain mastery, freedom from disease, long life,

དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐྱལ་བ་བཟང་། །

pel dang drak dang kelwa zang

Glory, fame, good fortune,

ལོངས་སྤོང་བྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །

long chö gya chen kun top ching

And all great and vast enjoyments.

ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །

shyi dang gyé la sok pa yi

Grant us the siddhis

ལས་གྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་སྦྱེལ། །

lé kyi ngödrup dak la tsol

Of the pacifying, enriching actions and so on.

དམ་ཚིག་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྲུངས། །

damtsik chen gyi dak la sung

Samaya holders, guard us.

དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་སྒོར་གྲོགས་མཛོད། །

ngödrup kun gyi dong drok dzö
Support us with all the siddhis.

དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་། །

dü min chi dang né nam dang
May there be no untimely death, illness,

གདོན་དང་བགོགས་རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །

dön dang gek nam mé par dzö
Döns, or obstructing spirits for us.

མི་ལམ་ངན་དང་མཚོན་མ་ངན། །

milam ngen dang tsen ma ngen
May we have no nightmares,

བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །

cha ché ngenpa mé par dzö
Ill omens or bad dealings.

འཛིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལོགས་དང་། །

jikten dé shying lo lek dang
May the world enjoy peace, good harvests,

འབྲུ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་ཕྱགས་འཕེལ་བ། །

dru nam pel shing chuk pelwa
Abundant grain, expansion of Dharma,

དགོ་ལོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་གནས། །

gé lek punsum tsokpé né
And glorious auspiciousness.

ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །

yi la dö pa kun drup shok
Accomplish whatever mind desires!

གཏོར་མ་ཕྱི་རོལ་དུ་དོར།

Throw the tormas outside.

སྤོང་པའི་ངང་ལས་པ་རྒྱུད་སྤོང་དུ་རྩྱུ་ཡིག་ལྷུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་
 མོ་ཏྲིག་ །བདུག་སྒྲིམ་། མར་མེ། དྲི་ཆབ། ཞལ་ཟས། རོལ་མོ་རྣམས་དག་ཅིང་
 གཅེང་ལྷན་དྲིམ་མེད་པ་ལྷ་ཇས་ཀྱི་མཚོན་པའི་སྤྱིན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོལ་པར་འཆར་བར་གྱུར།

**tongpé ngang lé pemé nö du hung yik shyuwa lé jungwé yönchab shyabsil
 metok dukpö marmé drichab shyalzé rolmo nam dak ching tsangden drima
 mepa lhadzé kyi chöpé trin yeshe kyi rolpar charwar gyur**

Out of emptiness appears the syllable *hung* within a lotus vessel. The syllable melts and transforms into the wisdom play of cloud banks of divine substances, pristine, clean and immaculate: offering water and cleansing water, flowers, incense, butter lamps, scented water, food and music.

ཨོཾ་བཏུ་ཨུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་ཡུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་ཕུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་ཧུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ།
 ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་ཨུཾ་ཡི་གེ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་གཏུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་བཏུ་ཞུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ། ཨོཾ་
 བཏུ་ཤུཾ་ཨུཾ་ཨུཾ།

**om benza argham ah hung | om benza padam ah hung | om benza pupé ah
 hung | om benza dhupé ah hung | om benza aloké ah hung | om benza
 gendhé ah hung | om benza newité ah hung | om benza shabda ah hung |**

ཅེས་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ནམ་ནམ་མཁའ་གང་བའི་ཚོགས་ཤིང་རྣམས་ལ།
By blessing the offering substances with these mantras, they become a feast filling the entire sky.

དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཚེ། །

könchok sum la dak kyab chi
 I take refuge in the Three Jewels,

སྤྱིག་པ་མི་དགོ་སོ་སོར་འགགས། །

dikpa mi gé sotor shak
 Confess all my wrongdoing and non-virtuous actions,

འགོ་བའི་དགོ་ལ་ཇེས་ཡི་རང་། །

drowé gé la jé yi rang
 Rejoice in the virtues of beings,

སངས་རྒྱས་བྱུང་རྒྱུ་ཡིད་གྱིས་གཟུང་། །

sangye changchub yi kyi zung
 And maintain the mind of awakening to buddhahood.

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་མཚོག་ལ། །

sangye chö dang tsok chok la

I take refuge in the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly

བྱང་ལྷུ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

changchub bardu dak kyab chi

Until I reach enlightenment.

རང་གཞན་དོན་གཉིས་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །

dak dang shyendön rab drub chir

To fully accomplish the benefit of myself and others

བྱང་ལྷུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །

changchub sem di kyepar gyi

I arouse the heart of the awakening.

བྱང་ལྷུ་མཚོག་གི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱིས་ནས། །

changchub chok gi sem ni kyé gyi né

Having aroused the supreme heart of awakening,

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་མགྲོན་དུ་གཉིར། །

semchen tamché dak gi drön du nyer

I will honour all being as my guests

བྱང་ལྷུ་སྐྱེད་མཚོག་ཡིད་འོང་སྐྱེད་པར་བགྱི། །

changchub chö chok yi ong chepar gyi

And uphold the supreme awakened conduct, pleasing to all.

འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་འོག། །

dro la pen chir sangye drubpar shok

For the benefit of beings, I will accomplish buddhahood.

ཅེས་སྐབས་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ།

With this, offer the seven-branches of mantra.

བདག་བསྐྱེད་བསྟེན་པ་ནི།

1.2. *The Approach: The Self-Visualization*

གཏིར་བྱོན།

Following the treasure text, recite:

ཧཱུྃ ཚོས་སྐྱམ་ཚན་མ་ཀུན་སྤངས་མཉམ་ཉིད་ལས་མུ།

hung, chöku tsenma kün pang nyamnyi lé:

Hung. From the dharmakaya's equality, devoid of conceptualizations.:

མ་འགགས་ཚེ་རིལ་ལོངས་སྐྱུ་རྒྱན་རས་གཟིགས་མུ།

magak cho rol longku chenrezik:

As its unceasing magical display, I appear as the sambhogakaya Avalokiteshvara,:

རབ་དཀར་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་སྐྱིལ་ཀྱང་བཞུགས་མུ།

rab kar shyal chik chak shyi kyiltrung shyuk:

Brilliant white, with one face, four hands, and sitting cross-legged.:

རྩ་བའི་ཕྱག་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར་མུ།

tsawé chak nyi tukkar talmo jar:

His first two hands are joined at his heart, and:

འོག་མ་གཡས་གཡོན་ལེལ་ཐོང་བད་དཀར་བསྐྱམས་མུ།

ok ma yé yön shel treng pekar nam:

His lower two hold a crystal mala and white lotus.:

མཚན་དཔེའི་དཔལ་འབར་ལོངས་སྦྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱུ།

tsenpé palbar longchö dzokpé ku:

He is ablaze in splendour with all the major and minor marks of the sambhogakaya.:

སྣང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་ལྷམ་མེ་བུ།

nang la rangshyin ma drub lhammewa:

Although appearing vividly he lacks true existence.:

མཉམ་ཉིད་ཐུགས་རྗེའི་རྫོས་གར་སྐྱི་གཙུག་ཏུ།

nyamnyi tukjé dögar chitsuk tu:

On his crown, as the expression of impartial compassion,:

མཐའ་ཡས་རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བའདུལ་འོད་དཔག་མེད་ཅེ་།

tayé rik gyé khyabdak öpakmé:

Appears Amitabha, lord of the hundred families,:

དམར་གསལ་ཞི་འཇུག་འཇའ་ཚོན་འོད་ཀོར་འབྲིལ་།

mar sal shyi dzum jatsön ökor khyil:

Brilliant red, peacefully smiling, residing within a halo of rainbow light.:

ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་སྟེང་དུ་ཚོ་བུམ་ནི་།

chak nyi nyam shyak tengdu tsebum ni:

His two hands, resting in equipoise, hold a long-life vase,:

བདུད་ཚི་སྐྱན་བཅུད་འབྱུང་ལྗེའི་དྲངས་མས་གང་།

dütsi men chü jung ngé dangmé gang:

Which is filled with the luminous essence of the five elements, the medicinal nectar of immortality.:

མཚན་དཔེའི་ཆ་རྗེ་གསལ་ལེ་བརྒྱན་ཚོས་གོས་གསོལ་།

tsenpé cha dzok legen chögö sol:

He wears a red dharma robe and he is adorned with all with all the major and minor marks.:

དོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྱང་བད་ལྷའི་གདན་ལ་བཞུགས་།

dorjé kyiltrung pé dé den la shyuk:

He rests in the cross-legged vajra posture upon a lotus and moon-disc seat.:

སྤྱགས་ཀར་ལྷ་སྟེང་དབུས་སུ་རྗེ་དམར་པོ་།

tukkar da teng ü su hrih marpo:

In the centre of his heart, upon a moon-disc, is a red *hrih*,:

མཐའ་སྐོར་ཨ་མ་རྒྱ་ར་ཆིའི་སྤྱགས་ཀྱིས་བསྐོར་།

takor amarani ngak kyi kor:

Surrounded by the revolving *amarani*-mantra.:

འོད་འཕྲོས་ཕྱི་རོལ་འབྱུང་བ་ལྗེ་ལི་བཅུད་།

ö trö chiol jungwa nga yi chü:

Light radiates from the mantra and gathers the essence of the five elements of the external world.:

སྐྱེ་འགྲོའི་ཚོ་བམིད་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྗེ་དང་།

kyendrö tsesö pakpé tukjé dang

The vitality and merit of beings, the compassion of the noble ones.

བདག་གི་སྒྲི་ཚོ་ཚད་ཡར་ཐོར་པ་སོགས།

dak gi la tsé ché yar torpa sok

My dissipated and scattered life force and so forth.

ཚོ་དཔལ་ཀུན་འདུས་བྱུག་གི་བུམ་པར་འབྲིལ།

tsé pal kündü chak gi bumpar khyil

Into the all-embodying vase of longevity and glory.

དེ་ལས་ལུང་པས་བདག་གི་ཚངས་བུག་ཞུགས།

dé lé lüpe dak gi tsang buk shyuk

The nectar overflows and enters my brahma-aperture.

ལུས་ཀུན་གང་བས་བདེ་བ་ཚེན་པོར་གྱུར།

lü kün gangwé dewa chenpor gyur

Filling my entire body with great bliss.

ཅེས་པའི་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཏེ།

Together with this visualisation, recite the following mantra as much as you can:

ཨོཾ་ཨཱ་མྱ་ར་ཐི་རྩོ་ཨྲྀ་ཡེ་སྐྱ་ཏཱ།

om amarani dziwenti yé soha

ཅི་མང་བསྐྱེ།

མི་འགྱུར་མི་ཉིགས་རྗེ་རྗེའི་ཚོ་དབང་ཐོབ།

mingyur mishik dorjé tsewang tob

The empowerment of unchanging, indestructible vajra-life is obtained.

སྐྱེ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཚོ་སྐྱེ་འོ།

kyemé chö kyi ying su tsé ba o

My longevity is sealed within the unborn dharmadhatu.

སྲིད་ཞིའི་དྲུངས་བརྩུང་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སྲོག་རྫིེལ་བསྐྱུས་པའི་མཐར་ལྷ་སྐྱུ་ལལ་ཕྱུག་གི་རྣམ་
པ་ཅན་དེ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ངང་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་ཚེ་སྤོའོ། །

**sishyi dangchü tamché tuk sok hrih la düpé tar lha ku shyal chak gi
nampachen dedé shyin nyi kyi ting ngé dzin gyi ngang du nyampar jok**
All the luminous essences of existence and quiescence are drawn into the life-
force syllable *hrih*. At the end, the appearance of the deities' forms dissolve as
well. Rest within the samadhi of suchness.

སྐྱེར་ཡང་གཉུག་མའི་ལྷར་ལྷང་ལ།

*This seals the life-force according to the completion phase. Then again, arise in the deity's genuine
form.*

མདུན་བསྐྱེད་སྐྱུབ་པ་ནི།

1.3. The Accomplishment of the Practice of the Front Visualisation

མདུན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་མདོག་སྐྱུག་ནག་
གཟི་བཞིན་འབར་བ། དབུ་སྐྱ་དང་སྲིན་མ་སྐྱ་ར་ཨ་ག་ཚེ་མ་རྣམས་སོ་ཁྱུག་གོ་བ། ལོ་བརྒྱ་
ལོན་པའི་ངང་རྫོལ་ཅན།

**dün gyi kyilchor gyi ü su drubpé wangchuk tangtong gyalpo kudok
muknak ziji barwa utra dang minma mara aktsom nam sé khyuk gewa lo gya
lönpe ngang tsulchen**

In front, in the mandala's centre, appears the Lord of Siddhas, Thangtong
Gyalpo, dark red in colour, his radiance majestic and resplendent. His hair,
eyebrows and beard sparkle like gold. He appears as one who has lived a hundred
years.

ཕྱུག་གཉིས་མཉམ་གཞག་གི་སྟེང་ན་དབང་གཉེར་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚེའི་བུམ་པ་དཔག་
བསམ་ཤིང་གི་ཁ་རྒྱན་དང་བཅས་པ་བར་ཆད་བསྐྱུང་སྤྱིར་རྟེ་མགོས་མཚན་པ་བསྐྱུམས་པ།

**chak nyi nyam shyak gi teng na wang tor dang nyisumepé tsé bumpa paksam
shing gi kha gyen dang chepa barché sung chir ta gö tsenpa nampa**

In his hands, resting in equipoise, he holds the long-life vase—indivisible from
the empowerment tormas. Its lid is ornamented by a wish-fulfilling tree and it is
adorned by a horse head protecting against obstacles.⁵

རས་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་རི་མ་མེད་པ་གསེལ་བ། རི་དྲུགས་ཀྱི་པགས་པའི་གདན་ལ་སྐྱེལ་མོ་
 ཀྱང་གིས་བཞུགས་པའི་དབུ་གཙུག་ཏུ་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས་དམར་གསལ་སྤྱལ་སྤྱི་ཆ་ལུགས་
 མཉམ་གཞག་ཆོ་བུམ་འཛིན་པ། མགྱིན་པར་ཏྟ་མགྱིན་དམར་གསལ་གཡས་སྤྲུམ་མཚན་
 པའི་དབུ་གཏོ་འཕྱར་ཞིང་། གཡེན་ཐོད་པ་བྲག་གིས་གང་བ་ཐུགས་ཀར་འཛིན་པ། ཞབས་
 གཡས་བསྐྱམ་ཞིང་གཡེན་བརྒྱུང་བའི་སྤྲུམ་གྱིས་བཞེངས་པ་དུར་ཁྲིད་ཀྱི་ཆས་བརྒྱུད་ཀྱིས་
 བརྒྱན་པ།

**ré kar gyi naza drima mepa solwa ridak kyi pakpé den la kyilmo trung gi
 shyukpé u tsuk tu nangwa tayé mar sal tulkü chaluḡ nyam shyak tsebum
 dzinpa drinpar tamdrin mar sal yé pemé tsenpé yukto char shyng yön töpa
 trak gi gangwa tukkar dzinpa shyab yé kum shyng yön kyangwé tab kyi
 shyengpa durtrö kyi ché gyé kyi gyenpa**

Thangtong Gyalpo wears a pristine white cotton robe and sits cross-legged upon a deer-skin seat. On his head is Amitayus, brilliant red, resting in equipoise in nirmanakaya attire, and holding a long-life vase. At his throat is Hayagriva, brilliant red, brandishing a lotus-adorned staff in his right hand and holding a skull-cup filled with blood in his left hand. He stands with his right leg extended and his left leg drawn in and he is adorned with the eight charnel ground ornaments.

ཐུགས་ཀར་སྤྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་སྤྱུ་མདོག་དཀར་དམར་རྩོུ་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ།
 ཐོད་ཀ་ཆོས་གོས་ཟ་འེག་གི་བེར་དང་སྤྲུམ་ལུ་གསེལ་བ་རྩོུ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པ།

**tukkar lobpön chenpo pema jungné kudok kar mar dorjé dang töpa dzinpa
 pöka chögö zaok gi ber dang nyen shyusol ba dorjé kyilmo trung gi shyukpa**

At his heart is the great master Padmasambhava, white with a tinge of red, holding a vajra and a skull-cup. He wears a cloak, a dharma robe, a lower garment, and a hat, and resides in crossed-legged vajra posture.

ཕྱི་སྐོར་དུ་སྤྲུ་མ་ཡི་དམ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐོར་སྤྱང་མ་ཆོ་ལ་དབང་བའི་རིག་འཛིན་ཐམས་
 ཅད་སྤྱིན་སྤུང་གཏིབས་པ་ལྟ་བུར་བཞུགས་པར་གྱུར་པར་ཚེས་ལ།

**chi kor du lama yidam pawo khandro chökyong sungma tsé la wangwé
 rigdzin tamché trinpung tibpa tabur shyukpar gyur**

Surrounding Thangtong Gyalpo, like billowing clouds, are the gurus, yidams, viras, dakinis, protectors and guardians of the dharma, and all the vidyadharas with power over life.

རྫོང་རྫོང་རྫོང་ ལྷ་བ་མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཀུན་རྗེས་སུ་སྐྱོང་། །

hrih hrih hrih, nangwa tayé dro kün jesu kyong

Hrih, hrih, hrih. Buddha Amitabha, Limitless Light, you care for us, each and every one,

ཚེད་བག་མེད་མགོན་འགྲོ་ལ་འཆི་མེད་སྟེར། །

tsepakmé gön dro la chimé ter

Lord Amitayus, Boundless Life, you grant us immortality,

རྟོ་མགོན་དབང་རྒྱལ་འགྲོ་བའི་བར་ཆད་སོལ། །

tamdrin wanggyal drowé barché sel

All-powerful Hayagriva, you eliminate every obstacle we face,

པདྨ་འབྲུང་གནས་སྐྱིགས་དུས་འགྲོ་བའི་སྐྱབས། །

pema jungné nyikdü drowé kyab

Padmasambhava, you are our refuge in this darkest of times,

ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོར་གསོལ་བཏབ་བསྐྱུ་བ་མེད། །

tangtong gyalpor soltab luwamé

Thangtong Gyalpo, you never fail to answer our prayers.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འགལ་རྐྱེན་བར་ཆད་སོལ། །

solwa deb so galkyen barché sol

Now, I pray to you all: dispel everything unfavourable, every obstacle,

འིླ་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །

jingyi lob shik chimé ngödrub tsol

Fill me, transform me with your blessing—grant me the siddhi of immortal life!

ཅེས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཚར་གསུམ་སོགས་ཅི་མང་དང་།

Recite this prayer three times, or however much you can. Then recite the following mantra:

ཨོཾ་ཨ་མ་ར་འི་ལྷ་བ་ཐུ་པདྨ་ཤོ་རྩ་པུ་ཚེ་རྫོང་ལྷ་ཡུར་སི་རྫོང་རྫོང་རྫོང་

om amarani dziwenti guru pema krodha punyé jnana ayur siddhi hrih hrih hrih

ཞེས་བརྒྱས་པ་ཅེས་གྱིས་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱིས་འོད་ཟེར་དབག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་ཏེ་རང་གི་བླ་ཚེ་
ཆད་ཉམས་ཡར་བ་ཐམས་ཅད་དང་། འབྲུང་བཞིའི་བཅུད། སྐྱེ་འགྲོའི་ཚོ་བསོད། འཕགས་པའི་

ཐུགས་ཇི་ཐམས་ཅད་བྱང་བས་མེ་ཏོག་གི་བརྩུན་ལེན་པ་ལྟར་བསྐྱུས་ཏེ། གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོའི་ཐུག་གི་བྱུམ་
པར་ཞུགས།

Infinite light-rays radiate from the hearts of the deities causing my degenerated and dissipated life force, the essence of the four elements, the vitality and merit of beings, and all the compassion of the noble ones, to gather, like bees collecting nectar from flowers into the long-life vase resting in the Mahasiddha's hands.

བདུད་རྩི་མ་ཤོང་བའི་རྩྱུལ་གྱིས་ཁ་ནས་ལྷུང་གྱིས་ལུང་བ་ཚོ་ཇས་རྣམས་ལ་ཐིམ་ཞིང་། བདག་གི་སྤྱི་པོའི་
ཚངས་བུག་ནས་ཀྱང་ཞུགས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་བས་འཆི་བ་མེད་པ་ཚོའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་
གྱུར་པར་མོས་ལ་བསྐྱུས་པ་ཅི་མང་བྱ།

This causes the vase to overflow with the immortal nectar, which dissolves into the long-life substances and enters my body through the brahma-aperture. The nectar fills my whole body and grants me the siddhi of immortality. While imagining this, accumulate the mantra for a while.

མཐུར།

At the end recite:

ཨོྲཱྃ་གུ་རུ་ཨ་པ་རི་མི་ཏ་ཨྲྀ་ཡུ་རྫོག་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྫོག་སྤྱི་ཤུག་རྩུ་བེ་ཨ་ལོ་གེ་གཞུ་རྩི་མི་ཏུ་ཤུག་ཏུ།
ཏི་ཚོ་སྤྱི་ཏུ།

**om guru aparimita ayur jñana sapariwara argham padyam pushpé dhupé
aloké gendhé newedyé shabdé pratichha soha**

ཅེས་བས་མཚོན།

With this, make offerings.

འཛིག་རྩིན་འདྲན་བའི་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་མཛོད་པ། །

dümin chiwa malü jom dzepa

Your glory overcomes all untimely death,

མགོན་མེད་སྤུག་བསུལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །

gönmé dukngal gyurpa nam kyi kyab

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

སྐྱབས་ལུ་ཚེ་ཡི་ལྷ་ལ་ཕུག་འཚེལ་བསྟོད། །

ku sum tsé yi lha la chaktsal tö

To you, long-life deity of the three kayas, I offer homage and praise!

ཅེས་པས་བསྟོད།

With this, offer praises.

འཚིམ་ཅེ་ཡི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

chimé tsé yi pal la longchö ching

The enjoyment and splendour of a deathless, everlasting life,

རིག་པའི་སྒྲོ་དང་རྣམ་དཔྱོད་ལེས་རབ་དང་། །

rigpé lo dang namchö sherab dang

Keen intellect, discernment, and insight,

སྲིད་དང་ནི་བའི་དཔལ་ལ་འབྱེར་གང་ལགས་པ། །

si dang shyiwe paljor gang lakpa

And all the riches and glories of existence and quiescence,

དེ་དག་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

dedak lhün gyi drubpar dzé du sol

May they all be spontaneously accomplished, we pray!

ཞེས་གསོལ་བ་གདབ་པར་བྱའོ། །

With this, make aspirations.

གཉིས་པ་སྒྲོབ་མ་ལ་བྱིན་རྒྱལས་བྱ་བ་ནི།

2. The Long-Life Blessing for the Disciples

སྒྲོབ་མ་བྲལ་བུ། མཇུལ་མེ་ཏྲིག་དང་བཅས་པ་ཕུལ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས།

The vajra master performs the cleansing ritual for the disciples and in turn the disciples offer a mandala of flowers. The master then says:

འོ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་འཆི་མེད་ཆོ་དབལ་མེད་ཀྱི་གོ་
འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་ཆོ་དབང་ཟབ་མོ་ལྷ་སྐྱམ་པ་མཛད་དེ་གསལ་འཚེལ།

**o namkha dang nyampé semchen tamché kyi döndu chimé tsepakmé kyi
gopang rinpoche tobpar ja dé chedu tsewang zabmo shyu nyampa dzé dé sen
tsal**

So that we may attain the precious level of deathless Amitayus for the benefit of all sentient beings who are as infinite as space, I will bestow this long-life empowerment. Thus please pay attention and listen!

དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་དཔལ་འབྱུང་གནས་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ནི། གྲུབ་པའི་
དབང་ཕྱག་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་བརྒྱད་པའི་ཆོ་སྐྱབ་འཆི་མེད་དབལ་སྟེར་
དུ་གྲགས་པ་འདི་ལ་རིང་བརྒྱད་དང་ཉེ་བརྒྱད་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས།

**deyang lobpön pema jungné kyi ngönsum du jin gyi labpa ni drubpé
wangchuk tangtong gyalpo nyi yin shyang dené gyü pé tse drub chimé pal ter
du drakpa di la ring gyü dang nyegyü nyi su yöpa lé**

The one blessed in actuality by the master Padmasambhava himself is no other than the Lord of Siddhas, Thangtong Gyalpo. His famous long-life practice, the Glorious Bestower of Immortality, has both a long and a short lineage.

དང་པོ་རིང་བརྒྱད་ནི། གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་ལྷ་གསལ་ཐམ་པ་ནས་བསྐྱེད་འཛིན་ཉི་མ་བཟང་པོ་
སོགས་ལས་བརྒྱད་དེ་ཅུ་བའི་བླ་མའི་བར་དུ་བྱོན་པ་དང་།

**dangpo ring gyü ni drubpé wangchuk chak zampa né tendzin nyima zangpo
sok lé gyü dé tsawé lamé bardu jönpa dang**

As for the former: The Lord of Siddhas, the Iron Bridge Builder, gave this practice to Tendzin Nyima Zangpo,⁶ and thus the lineage continued until my own root teacher.

གཉིས་པ་ཉེ་བརྒྱད་ནི། འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་དོན་ཡོད་ཞགས་པ་ལས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་
 རིགས་བདག་ལ་བསྟེན་ནས་ཚེ་སྐྱུ་བ་པ་ཚོ་ད་བཟུང་བུས་བབས་གྱི་གཏེར་སྟོན་རིག་འཛིན་ཚེན་པོ་
 ཚོས་རྗེ་སྒྲིང་པའི་གཏེར་བྱོན་དང་། དག་སྣང་དུ་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་ཚེན་པོས་བསྐྱེད་པའི་ཚོ་
 སྐྱུ་བ་ཉེ་བརྒྱད་དེ།

**nyipa nyegyü ni pakpa tukjé chenpo dön yö shyakpa lé deshyin nyi du
 rikdak la ten né tse drub pa tsödral dü bab kyi tertön rigdzin chenpo chöjé
 lingpé ter jön dang daknang du drubpé wangchuk chenpö tsalpé tse drub
 nyegyü dé**

As for the latter: The short lineage comprises the long-life practice which relies on the lord of the family⁷ of the noble and compassionate Amoghapasha—that is the treasure revealed by the indisputable and timely treasure revealer, the great vidyadhara Chöjé Lingpa—and the long-life practice that Chöjé Lingpa received in a vision from the great Lord of Siddhas himself. These two practices together constitute the short lineage.

དེ་ལྟ་བུའི་བཀའ་གཏེར་དག་སྣང་བྱུང་འཇུག་གི་སློབ་མཁུ་འཚི་མེད་ཚོའི་དབང་བསྐྱུར་བ་སྐྱབས་སུ་
 བབས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་དང་པོར་སློབ་དཔོན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་འདིའི་རྗེས་སློབ་མཛོད།

**detabü kater daknang zungjuk gi goné chimé tsé wangkurwa kabsu babpa
 yinpé dé la dangpor lobjön la solwa tabpa di jé dö dzö**

Since the moment has come to bestow the long-life empowerment for this practice which unites the oral, treasure and visionary teachings, repeat the following prayer after me:

ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཕྱང་པོ་ཅན། །

künkhyen yeshe pungpochen

Omniscient one, embodiment of primordial wisdom,

སྲིད་པའི་འཁོར་ལོ་རྣམ་སྐྱེད་བ། །

sipé khorlo nam jongwa

Who thoroughly purifies the wheel of existence—

དེ་རིང་བཤད་པའི་རིན་ཚེན་གཏེར། །

dering shepé rinchen ter

Lord, with your kindness, grant me this precious treasure

གཙོ་བོ་ས་བདག་ལ་བཀའ་རིན་སྣོལ། །

tsowö dak la kadrin tsol

Of which you have spoken today.

ལན་གསུམ།

Three times.

མ་དུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཚོགས་ཤིང་རྣམས་བཞུགས་པའི་སྤྱན་སྲུང་སྐྱབས་འགོ་རྒྱན་བཤགས་ཀྱང་
འདིའི་ཇེས་རྣམས་མཛོད།

**dün gyi namkhar tsok shying nam shyukpé chen ngar kyamdro gyün shak
kyang di jé dö dzö**

Before the field of refuge in the sky in front, repeat these verses of refuge and confession after me:

དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཚི། །

könchok sum la dak kyab chi

I take refuge in the Three Jewels,

སྤྱི་ག་པ་མི་དགོ་སོ་སོར་བཤགས། །

dikpa mi gé sosor shak

Confess all my wrongdoing and non-virtuous actions,

འགྲོ་བའི་དགོ་ལ་ཇེས་ཡི་རང་། །

drowé gé la jé yi rang

Rejoice in the virtues of beings,

སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །

sangye changchub yi kyi zung

And maintain the mind of awakening to buddhahood.

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་མཚོག་ལ། །

sangye chö dang tsok chok la

I take refuge in the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

changchub bardu kyab su chi

Until I reach enlightenment.

རང་གཞན་དོན་གཉིས་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །

rangshyen dön nyi rab drub chir

To fully accomplish the benefit of myself and others

བྱང་ལྷུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །

changchub sem ni kyeper gyi

I will arouse the heart of the awakening.

བྱང་ལྷུབ་མཚོག་གི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱིས་ནས། །

changchub chok gi sem ni kyé gyi né

Having aroused the supreme heart of awakening,

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་མགོན་དུ་གཉིར། །

semchen tamché dak gi drön du nyer

I will honour all beings as my guests

བྱང་ལྷུབ་སྐྱོད་མཚོག་ཡིད་འོང་སྤྱད་པར་བགྱི། །

changchub chö chok yi ong chepar gyi

And uphold the supreme awakened conduct, pleasing to all.

འགོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

dro la pen chir sangye drubpar shok

For the benefit of beings, I will accomplish buddhahood.

ཅེས་ལན་གསུམ།

Three times.

དེ་ནས་དངོས་གཞི་དབང་གི་སྒྲིབ་དུ་དམིགས་པ་འདི་བཞིན་དུ་མཛོད། མདུན་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་
 དབུས་སུ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་མེ་ཞེས་སོགས་ནས། སྤྱིན་ཕུང་གཏོབས་པ་ལྟ་
 བུར་བཞུགས་པའི་སྤྱན་སྒྲར་འཆི་མེད་ཆེད་དངོས་གྲུབ་ལྷུ་བའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་འདིའི་
 རྗེས་རྗེས་ལན་གསུམ་མཛོད།

**dené ngöshyi wang gi ledu mikpa di shyindu dzö dün gyi kyilkhor ü su
 drubpé wangchuk tangtong gyalpo shyé sok né trinpung tibpa tabur
 shyukpé chen ngar chimé tsé ngödrub shyuwé chir solwa debpa di jé dö len
 sum dzö**

For the main part, the empowerment, the master recites the visualisation from
 “In the centre of the mandala in front of me, appears the Lord of Siddhas,
 Thangtong Gyalpo...” until “Surrounding Thangtong Gyalpo, like billowing
 clouds, are the gurus, yidams, viras, dakinis, protectors and guardians of the
 dharma, and all the vidyadharas with power over life.” Having thus invited the
 deities, in order to request their siddhis of immortality, recite the following
 prayer three times after me:

ཧྲིཾ་ ཧྲིཾ་ ཧྲིཾ་ སྐྱབ་བ་མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཀུན་རྗེས་སུ་སྐྱོང་། །

hrih hrih hrih, nangwa tayé dro kün jesu kyong
Hrih, hrih, hrih! Buddha Amitabha, Limitless Light, you care for us, each and
 every one,

ཆོ་དཔག་མེད་མགོན་འགྲོལ་འཆི་མེད་སྟེར། །

tsepakmé gön dro la chimé ter
 Lord Amitayus, Boundless Life, you grant us immortality,

རྟོ་མགྲིན་དབང་རྒྱལ་འགྲོ་བའི་བར་ཆད་སེལ། །

tamdrin wanggyal drowé barché sel
 All-powerful Hayagriva, you eliminate every obstacle we face,

པདྨ་འབྲུང་གནས་སྤྱིགས་དུས་འགྲོ་བའི་སྐྱབས། །

pema jungné nyikdü drowé kyab
 Padmasambhava, you are our refuge in this darkest of times,

ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོར་གསོལ་བཏབ་བསྐྱེ་བ་མེད། །

tangtong gyalpor soltab luwamé
 Thangtong Gyalpo, you never fail to answer our prayers.

གསོལ་བ་འདེབས་སོའགལ་རྒྱན་བར་ཆད་སོལ། །

solwa deb so galkyen barché sol

Now, I pray to you all: dispel everything unfavourable, every obstacle,

འིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་འཛི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །

jingyi lob shik chimé ngödrub tsol

Fill me, transform me with your blessing—grant me the siddhi of immortal life!

ཅེས་པའི་གསོལ་བ་འདེབས་ལན་གསུམ་གྱ།

Recite this prayer three times.

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་
ལྷགས་ལྷ་ལྷ་བྱ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས། རང་རང་གི་སྤྱོད་ཆེ་ཆད་ཉམས་ཡར་བ་ཐམས་ཅད་
དང་། འབྲུང་བ་བཞིའི་བཅུད། སྐྱེ་འགྲོའི་ཚོ་བའོད། འཕགས་པའི་ཕྱགས་རྗེ་ཐམས་
ཅད་བྱང་བས་མ་ཉོག་གི་བཅུད་ལེན་པ་ལྟར་བསྐྱེས་ཏེ། གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་གི་བུམ་པར་
ཞུགས།

**detar solwa tabpa la ten né lhatsok nam kyi tukka né özer marpo chakkyu
tabu pak tu mepa trö rang rang gi la tsé chenyam yarpa tamché dang jungwa
shyi chü kyendro tsesö pakpé tukjé tamché bungwé metok gi chülen pa tar
dü té drubtob chenpö chak gi bumpar shyuk**

Pray like this and then image that infinite red lights in the shape of hooks emanate from the hearts the assembled deities, gathering our degenerated and dissipated life force, the essence of the four elements, the vitality and merit of beings, and all the compassion of the noble ones—like bees collecting nectar from flowers—into the long-life vase resting in the Mahasiddha’s hands.

བདུད་རྩི་མ་ཤོང་བའི་རྩུལ་གྱིས་ཁ་ནས་ལྷུད་ཀྱིས་ལུད་པ་སློབ་མའི་ཚངས་བུག་ནས་ཞུགས་ཏེ་
ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་བས་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཛི་བའི་འཛིགས་པ་སྐྱུངས། འཛི་མེད་
ཚོའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་མོས་པ་མཛོད།

**dütsi mashongwé tsul gyi kha né lhü kyi lüpa lobmé tsang buk né shyuk té lü
kyi nang tamché gangwé dü mayinpé chiwé jikpa jang chimé tsé ngödrub
tobpé möpa dzö**

This causes the vase to overflow with the immortal nectar which enters the disciples through their brahma-aperture. It fills their whole bodies, purifies their fear of untimely death and grants them the siddhi of immortality.

ཚེ་བུམ་སྐོབ་མའི་སྤྱི་བོར་བཞག་ལ།

Then, place the long-life vase on the disciples' heads and recite:

མྱོ་མྱོ་མྱོ་ སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཀུན་རྗེས་སུ་སྐྱོང་། །

hrih hrih hrih, nangwa tayé dro kün jesu kyong

Hrih, hrih, hrih! Buddha Amitabha, Limitless Light, you care for us, each and every one...etc.

ཞེས་སོགས་གསོལ་འདེབས་གྱི་མཐའ་།

Add this mantra to the end of the prayer:

ཨོཾ་ཨཱ་མཱ་ར་ཧི་རྩེ་ལྷ་རྩེ་གུ་རུ་བལྟ་གོ་རྟེ་བུ་ལྷ་ཡུར་སྤྱི་མྱོ་མྱོ་མྱོ་

om amarani dziwenti guru pema krodha pūnyé jnana ayur siddhi hrih hrih hrih

ཞེས་བའི་བར་བརྗོད། ཚེ་རིལ་དང་ཚེ་ཆང་ཡང་སྤྱིན། ཚར་གྲངས་ལྷ་བླ་གསོག་ཚོ།

Also give them the long-life pills and the long-life alcohol. If you are accumulating the long-life blessing, repeat the prayer and mantra:

མྱོ་མྱོ་མྱོ་ སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཀུན་རྗེས་སུ་སྐྱོང་། །

hrih hrih hrih, nangwa tayé dro kün jesu kyong

Hrih, hrih, hrih! Buddha Amitabha, Limitless Light, you care for us, each and every one...

ཞེས་བའི་ཚིགས་བཅད་དང་སྤྲུགས་བརྗོད་ཅིང་ཚེ་བུམ་གྱིས་དབང་བསྐྱར། ཚེ་རིལ་དང་ཚེ་ཆང་སྤྱིན།
དེ་ཀྱང་བརྒྱ་ཅུ་དང་སྟོང་ཅུ་སོགས་བསགས་པས་འབྲུས།

Grant the empowerment with the long-life vase and give the long-life pills and the long-life alcohol. It is good to accumulate this long-life blessing a hundred or a thousand times.

མཐའ་མེ་ཏོག་འཐོར་བ་དང་།

At the end scatter flowers and recite the prayer of auspiciousness:

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

chimé tsé yi pal la longchö ching

The enjoyment and splendor of a deathless, everlasting life,

རིག་པའི་སྒོ་དང་རྣམ་དཔྱད་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་དག་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

dedak lhün gyi drubpar dzé du sol

May they all be spontaneously accomplished, we pray.

དཔོན་སློབ་མི་འབྲལ་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས། །

pönlob mindral lhenchik drok

May the master and disciples never be separated.

སྐྱེ་ཚེ་མི་འགུར་སྲ་ཞིང་བརྟན། །

kutsé mingyur sa shying ten

May the master's life remain steadfast, stable and firm.

ཇ་བཟང་བཞེས་སྒོ་རྒྱུན་མི་འཆད། །

ja zang shyé tro gyün mi ché

May food and drink always be in constant supply.

སྐྱིད་ལ་ཚོས་འཕེལ་བ་གྲ་ཤིས་ཤོག། །

kyi la chö pel tashi shok

May everything be auspicious for the spread of happiness and Dharma!

ཅེས་པའི་བཀའ་ཤིས་བརྗོད། དམ་ཚིག་ལས་སྒྲང་། གཏང་རག་གི་ཡོན་དུ་མཇུག་སོགས་སྦྱི་ལྟར་བྱ།

Then the students accept the samayas, offer a mandala to express their gratitude and so forth as is generally done. Next, make offerings to the deities of the front visualization with:

མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལ་ཨོྲཱ་ཤཱ་ཨཱ་པ་འི་མི་ཏཱ་ཨཱ་ཡཱ་ཤྲ་ན་ས་པ་འི་ལྷ་ར་ཨཱ་ཤྲི་ལྷུངྱེ་རྩུ་བེ་ཨཱ་ལེ་གེ་གཱ་རྩུ་
ཞེ་མི་བྱ་ལོ་ལྷ་པ་ཏྲི་ཚྷེ་སྤྱ་ལྷ།

om guru aparimita ayur jñana sapariwara argham padyam pushpé dhupé
aloké gendhé newedyé shabdé praticcha soha

ཅེས་པས་མཚོན།

With this, perform the offerings.

འཛིག་རྟེན་འདྲན་བའི་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་སྤྱག་བསུལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱབས། །

gönmé dukngal gyurpa nam kyi kyab

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

སྤྱ་གསུམ་ཚེ་ཡི་ལྷ་ལ་བྱུག་འཚལ་བསྟོན། །

ku sum tsé yi lha la chaktsal tö

To you, long-life deity of the three kayas, I offer homage and praise.

ཅེས་པས་བསྟོན།

With this, offer praise.

ཡི་གེ་བསྐྱེད་པས་ལྷག་ཆད་བསྐྱེད།

Amend any omissions or additions with the hundred-syllable mantra:

གསུམ་པ་རྒྱན་ཁྱེར་ནི།

3. The Daily Practice

བཅས་བཤམ་སོགས་མེད་པས་གོང་གི་བདག་བསྐྱེད།

Without having set up a shrine or gone through the preparations, recite the self-visualization from

ཧུང་། ཚོས་སྐྱེ་མཚན་མ་ཀུན་སྤངས་མཉམ་ཉིད་ལས།

hung chöku tsenma kün pang nyamnyi lé:

Hung, from the dharmakaya's equality, devoid of conceptualizations...

ཞེས་སོགས་ནས།

Until:

སྐྱེ་མེད་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཚེ་སྤོ་འོ།

kyemé chö kyi ying su tsé ba o:

My longevity is sealed within the unborn dharmadhatu.

ཞེས་པའི་བར་གྱི་གཏེར་གཞུང་བཅོས་མེད་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །

Thus simply recite the treasure root text without alteration.

ཚུལ་འདི་པར་འབྱུང་དང་ལྷགས་ཟམ་པའི། །

ཐུགས་རྗེའི་ཉི་མས་སློ་བྱིས་པད་དཀར་ཚལ། །

ལེགས་པར་སྤྲེལ་ལས་མཚོག་བྱུན་དངོས་གྲུབ་གྱི། །

ལེགས་བཤད་སྤྲང་ཅི་གསར་པ་འདི་བྱས་སོ། །

As the sun-like compassion of Padmasambhava and the Iron Bridge Builder shines,

The grove of white lotus flowers of wisdom and intelligence bloom,

And this fresh nectar-like teaching on obtaining supreme and ordinary siddhis,

Is naturally revealed!

དེ་སྐད་སྐྱེ་བའང་ཚོས་རྗེ་སྤིང་པའི་སྤེལ། །

འབྲེལ་མེད་རང་བཟོའི་སྐྱོ་བཏགས་མ་བྱས་ཏེ། །

བཀའ་གཏེར་རྒྱང་འཇུག་ལྷན་ཐབས་སྤེང་བར་བསྤེབས། །

ཐོག་མའི་རྩོམ་ཡིག་ཀུན་བཟང་ལྷན་གྲུབ་བོ། །

Without fabricating anything unrelated to the original practice,

Chöjé Lingpa arranged this garland-like addendum,

Which unites the oral and treasure lineages.

Through the original revelation may the state of Samantabhadra be spontaneously accomplished!

མཐོག་མཐོག་ལོ། །།

Sarvada mangalam!



Translation Origin

Translated by [Samye Translations](#), 2020 (trans. Stefan Mang). Many thanks to Han Kop for kindly providing suggestions and clarifications. The prayers beginning with “gang dak dir né...,” “könchok sum la...,” “jikten tsowo...,” and “nangwa tayé...” courtesy of Rigpa Translations.

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

Tibetan Source

“bka' gter dag snang zung du 'brel ba'i tshe sgrub shin tu nye brgyud kyi sgrub thabs dbang chog dang bcas pa.” In mkhyen brtse'i dbang po, blo gter dbang po. *sgrub thabs kun btus*. BDRC W23681. 14 vols. Kangra, H.P.: Indo-Tibetan Buddhist Literature Publisher, Dzongsar Inst. for Advanced Studies, null. Vol. 1: 475–478.

1 New (gsar pa) here implies that Chöjé Lingpa revised Thangtong Gyalpo's long-life practice The Glorious Bestower of Immortality based on his own treasure revelation and pure vision.

2 That is Amitayus.

3 This appears to be referring to both the long-life practice composed by Thangtong Gyalpo himself and the long-life practice revealed as a treasure by Chöjé Lingpa.

4 The three sweets are sugar, honey and molasses.

5 The sign of Hayagriva.

6 Tendzin Nyima Zangpo (b. 1436) was Thangtong Gyalpo's son.

7 That is Amitayus.