



༄༅། །ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་གཟུངས་མདོ་བཟུགས་ཐབས་བརྟུགས།

## How to Recite the Dharanisutra of Amitayus

by *Kyapjé Jamyang Khyentsé Chökyi Lodrö*

གུ་རུ་ཨ་པཱ་རི་མི་ཏ་ཡེ། །

*Gurvaparimitaya!*

ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་གཟུངས་མདོ་བཟུགས་པར་འདོད་པས་སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅི་རིགས་སློན་དུ་བཏང་ནས།

*If you wish to recite the dharanisutra of Amitayus, begin by taking refuge and generating bodhichitta as briefly or elaborately as you prefer.*

ཨོ་སྤྱ་བྱ་ལས་སྟོང་པར་སྐྱེད་ས།

*Then, purify everything into emptiness with the svabhava-mantra:*

ཨོ་སྤྱ་བྱ་ལ་ཤུ་རྩེ་མཐའ་སྤྱ་བྱ་ལ་ཤུ་རྩེ་ཉི།

**om sobhava shuddho sarva dharma sobhava shuddho hang**

སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐྱེད་ཅིག་གིས། །

**tongpé ngang lé kechik gi**

*Out of emptiness, instantly,*

གནས་ཡུལ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་། །

**neyul dewachen gyi shying**

*The whole environment becomes the pureland of Sukhavati.*

པལ་རྩེ་བའི་གདན་སྟེང་དུ། །

**pema dawé den tengdu**

*Upon a lotus and moon-disc seat,*

རང་ཉིད་རྗེ་ལས་ཚོ་དཔག་མེད། །

**rangnyi hrih lé tsepakmé**

From the syllable *hrih* I appear as Amitayus,

དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། །

**marpo shyal chik chak nyipa**

Red in colour, with one face and two hands.

མཉམ་བཞག་ཚེ་ཡི་བུམ་པ་བསྐྱམས། །

**nyamshyak tsé yi bumpa nam**

Resting in meditative equipoise, he holds the long-life vase.

དར་དང་རིན་ཚེན་རྒྱན་གྱིས་མངོས། །

**dar dang rinchen gyen gyi dzé**

He is adorned with silks and jewelled ornaments and

ཞབས་གཉིས་དྲོའི་སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས། །

**shyab nyi dorjé kyiltrung shyuk**

Seated in the cross-legged vajra posture.

གནས་གསུམ་ཨོྲཱེ་ཧཱུྃ་གྱིས་མཚན། །

**né sum om ah hung gi tsen**

His three places are marked by the syllables om, ah and hung.

བྱགས་ཀར་ལྷ་སྟེང་རྗེ་དམར་མཐར། །

**tukkar da teng hrih mar tar**

In his heart upon a moon disc is the red syllable *hrih*

གཟུངས་གྱི་སྐགས་གྱི་སྟེང་བས་བསྐོར། །

**zung kyi ngak kyi trengwé kor**

Surrounded by the dharani-mantra-mala.

དེ་ལས་སྐྱགས་སྟེང་སྐྱར་བཅས་འཕྲོས། །

**dé lé ngak treng drar ché trö**

From it spontaneously resounding mantra-malas stream forth

བདག་གཞན་ལས་ཉོན་སྒྲིབ་པ་སྤངས། །

**dakshyen lé nyön dribpa jang**

To purify the veils of my own and others' karma and afflictions.

འཁོར་འདས་ཚེ་བཅུད་དྲངས་མ་རྣམས། །

**khordé tsechü dangma nam**

The clear elixir of the vitality of samsara and nirvana

སྤྱགས་ཀའི་སྤྱགས་ཀྱི་སྤོང་བ་དང་། །

**tukké ngak kyi trengwa dang**

Dissolves into the mantra-mala in his heart and

ཕྱག་གི་ཚེ་ཡི་བུམ་པར་བསྟོམ། །

**chak gi tsé yi bumpar tim**

The vase of longevity in his hands.

འཚི་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་རྒྱུ། །

**chimé yeshe dütsi gyün**

A stream of deathless wisdom amrita

བབས་པས་རང་གཞན་ལུས་ཁེངས་ཤིང་། །

**babpé rangshyen lü kheng shing**

Falls upon me and others, completely filling our bodies

ཚེ་བསོད་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་གྱུར། །

**tsesö yeshe gyepar gyur**

And causing our lifespan, merit and wisdom to increase.

ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། བསྐྱབ་བྱ་དམིགས་བསལ་ཡོད་ན་རྒྱན་ཆས་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པས་མདུན་དུ་འཁོད་པ་  
གསལ།

*Recite these lines, and if you wish to direct the practice toward a particular person, imagine him or her sitting well-dressed and resplendent in front of you.*

གོང་གི་དམིགས་པ་དང་བཅས་མཛད་གསུངས་ཅི་རུས་བསྐྱགས་མཐར། ཚེ་གསུངས་རྒྱང་བའང་ཅི་རུས་  
བསྐྱེད་ཡིག་བརྒྱ་ལན་གསུམ་བསྐྱས་མཐར།

*Then, while maintaining the visualization, recite the entire dharanisutra as many times as possible. Afterwards recite the dharani of long life on its own as many times as possible and conclude by reciting the hundred-syllable mantra three times. Next recite:*

བཙམ་ལྷན་འདས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འཆི་མེད་ཚེ་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་དངོས་གྲུབ་  
སྤུལ་དུ་གསོལ།

**chomdendé dak dang semchen tamché la chimé tsé dang yeshe kyi ngödrub  
tsal du sol**

O Bhagavat, please grant me and all other sentient beings the siddhi of deathless life and wisdom!

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་།

*Recite this followed by:*

གདན་པད་ཟླ་འོད་དུ་ལྷུ་ནས་རང་ལ་ཐེམ།

**den pé da ö du shyu né rang la tim**

The lotus and moon-disc seat transform into light which dissolves into me.

རང་གི་གནས་གསུམ་ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཧྱཱི་གིས་མཚན་པར་གྱུར་པར་ཚོས་ལ། །

**rang gi né sum om ah hung gyi tsenpar gyur**

And I imagine that my three places are marked by om, ah and hung.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཀུན། །

**gewa di yi dak sok semchen kün**

Through this merit may I and all sentient beings

ཚེ་འདིར་ཚེ་རིང་ནད་མེད་དམ་ཚོས་ལྷན། །

**tsé dir tsering nemé damchö den**

Enjoy, in this very lifetime, longevity and good health, and may we never be separated from the Dharma.

ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་སྤྱིས་ནས། །

**chima dewachen gyi shying kyé né**

In the next life, may we take birth within the pureland of Sukhavati,

ཚོ་དཔག་མེད་མགོན་གོ་འཕང་རྒྱུར་ཐོབ་ཤོག། །

**tsepakmé gön gopang nyur tob shok**

And may we swiftly attain the level of the protector Amitayus.

སོགས་བསྐྱེད་ཅིང་།

*Thus dedicate the merit and make aspirations.*

སྐྱིན་པའི་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

**jinpé tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of generosity, the Buddha is perfectly sublime.

མི་ཡི་སང་གོ་སྐྱིན་པའི་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé jinpé tob tok té**

A lion among men, he has realized generosity's strength.

སྣང་ཇེ་ཅན་གྱི་ཤོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

སྐྱིན་པ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**jinpa tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect generosity.

ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

**tsultrim tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of discipline, the Buddha is perfectly sublime,

མི་ཡི་སང་གོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé tsultrim tob tok té**

A lion among men, he has realized discipline's strength.

སྣང་ཇེ་ཅན་གྱི་ཤོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**tsultrim tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect discipline.

བཟོད་པའི་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་འཕགས། །

**zöpé tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of patience, the Buddha is perfectly sublime,

མི་ཡི་སང་གོ་བཟོད་པའི་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé zöpé tob tok té**

A lion among men, he has realized patience's strength.

སླིང་རྗེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

བཟོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**zöpa tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect patience.

བརྗེན་འགྲུས་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

**tsöndrö tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of diligence, the Buddha is perfectly sublime,

མི་ཡི་སང་གོ་ཚུལ་བྱིམས་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé tsultrim tob tok té**

A lion among men, he has realized diligence's strength.

སླིང་རྗེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

བརྗེན་འགྲུས་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**tsöndrö tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect diligence.

བསམ་གཏན་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

**samten tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of meditation, the Buddha is perfectly sublime,

མི་ཡི་སང་གོ་བསམ་གཏན་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé samten tob tok té**

A lion among men, he has realized meditation's strength.

སློང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

བསམ་མཁུན་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**samten tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect meditation.

ཤེས་རབ་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

**sherab tob kyi sangye yangdak pak**

Through the strength of wisdom, the Buddha is perfectly sublime,

མི་ཡི་སངས་གེ་ཤེས་རབ་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ། །

**mi yi sengé sherab tob tok té**

A lion among men, he has realized wisdom's strength.

སློང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུག་པ་ན། །

**nyingjé chen gyi drongkhyer jukpa na**

When entering the citadel of the compassionate ones,

ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

**sherab tarchin tsé yang pelwar shok**

May my life-span further increase, so that I can perfect wisdom.

ཅེས་ཤིས་བརྗོད་བྱའོ། །

*Thus recite the prayer of auspiciousness.*

ཞེས་པ་འང་ཉེར་མཁོའི་སྤྲད་དུ་ཚེས་གྱི་སྒྲོགས་པས་སོ།། །།

*Composed, out of necessity, by Chökyi Lodrö.*



### **Translation Origin**

Translated by [Samye Translations](#), 2019 (trans. Stefan Mang). The final prayer of auspiciousness beginning with “jinpé tob kyi” was translated by [Adam Pearcey](#).

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