



༄༅། །མཉམ་བཞག་སྐབས་ཀྱི་སྒྲིན་རྗེས་ཀྱི་དག་འདོན།  
**Chants for the Meditation Session**

*Going for Refuge*

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་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 bar du dak ni kyap su chi**

I take refuge until awakening.

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

**dak gi jin sok gyipa didak gi**

Through the practice of generosity and so forth,

འགོ་ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

**dro la pen chir sangyé drupar shok**

May I attain buddhahood for the benefit of beings.

ན་མོཾ་ རིགས་ཀུན་ལྷན་བདག་སྐྱེ་མེཾ་

**namo, rik kün khyap dak lama jéཾ་**

*Namo.* Lord guru, sovereign of all families,ཾ་

དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་ཡི་དམ་ལྷཾ་

**ngödrup jungné yidam lhaཾ་**

Yidam deities, the source of siddhis,ཾ་

བར་ཚད་ཀུན་སེལ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་མཆོག་ལོ།

**barché kün sel khandrö tsok**།  
Dakinis, dispellers of all obstacles—།

ཚུ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

**tsawa sum la kyap su chi**།  
To these Three Roots, I go for refuge.།

ན་མེ་ལོ། རོ་བོ་སྤོང་བ་ཚེས་གྱི་སྐྱེ།

**namo, ngowo tongpa chökyi ku**།  
*Namo.* To the empty essence, dharmakaya,།

རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤོང་རྫོགས་མཆོག་ལོ།

**rangzhin selwa longchö dzok**།  
To the luminous nature, sambhogakaya,།

བྱུགས་རྗེ་སྣ་ཚོགས་སྤུལ་སྐྱེ་ལོ།

**tukjé natsok trülku la**།  
And to the manifold capacity, nirmanakaya,།

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

**jangchup bardu kyap su chi**།  
I go for refuge until awakening.།

### *Arousing Bodhicitta*

ཧོ། མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ལོ།

**hoh, khanyam drowa malü pa**།  
*Hoh.* In order to establish all beings, limitless as the sky,།

སངས་རྒྱལ་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་ལོ།

**sangyé sa la göpé chir**།  
In the state of buddhahood,།

རྫོགས་པ་ཚེན་པོའི་མཚན་འགྲུབ་ལོ།

**dzokpa chenpö mengak gi**།  
I will realize dharmakaya, natural awareness,།

རང་རིག་ཚེས་སྐྱོད་ཉེན་པར་བྱེ།

**rang rik chöku tokpar ja:**

Through the instructions of the Great Perfection.:

*Supplicating*

དཔལ་ལྷན་ཚུ་བའི་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

**pelden tsawé lama rinpoché**

Glorious root guru, precious master,

བདག་གི་སྤྱི་བོར་བསྐྱེད་པའི་གདན་ལ་བཞུགས། །

**daki chiwor pemé den la zhuk**

Please be seated on the lotus throne above my head.

བཀའ་རིན་ཆེན་པོའི་སྐོན་སྤེས་བསྐྱེད་སྟེ། །

**kadrin chenpö goné jzung té**

Accept me through your immense kindness,

སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣུལ་དུ་གསོལ། །

**ku sung tuki ngödrup tseldu söl**

And grant the siddhis of your wisdom form, speech, and heart!

ཨ། སྐྱེ་མ་མཐུན་ནོ། །

**a, lama khyeno**

Ah! Guru, think of me!

*Receiving Empowerment*

དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་འི་སྐྱེ་ཡི་གནས་བཞི་ནས་ཅུ།

**pelden lamé ku yi né zhi né:**

From the four centers of the glorious guru's form:

འོད་ཟེར་བྱུང་བ་བདག་གི་གནས་བཞིར་ཐིམ་ཅུ།

**özer jungwa dak gi né zhir tim:**

Light rays emerge and dissolve into my four centers.:

སྐྱབས་ལུང་ཐུགས་དང་ཡི་ཤེས་རྗེ་ཡི།

**ku sung tuk dang yeshé dorjé yi:**

Blessed by his vajra form, speech, heart, and wisdom.:

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་གྱུར།

**jin gyi lap né wang zhi topar gyur:**

I obtain the four empowerments.:

དཔལ་ལྷན་ཚུ་བའི་སྤྲུལ་ཉིད།

**pelden tsawé lama nyi:**

The glorious root guru.:

དགྱེས་པ་ཆེན་པོས་རང་ལ་བྲིམ།

**gyépa chenpö rang la tim:**

With great joy dissolves into me.:

རང་ཡང་ཀུན་གཞི་མ་བཅོས་པའི།

**rang yang kunzhi machöché:**

In the state of the unfabricated all-ground.:

རང་ལ་ཡིད་ནི་འཛིན་པ་བྲལ།

**ngang la yi ni dzinpa dral:**

My mind, free from fixation.:

རྣམ་དག་སྤྲོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ།

**namdak trödral chökyi ku:**

Is the pure dharmakaya devoid of constructs.:

ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་གཉིས་སུ་མེད།

**chö kyi ku la nyi su mé:**

Dharmakaya is beyond duality.:

མཉམ་བཞག་བྱ། རྗེས་ཐོབ་སྐབས།

*At this point, remain in the meditation state of shamatha and vipashyana according to the oral instructions you have received.*

*Dedicating the Merit and Making Aspirations*

ཀུན་བཟང་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་མན་ཆད་ནས། །

**künzang dorjé chang chen menché né**

From the great Samantabhadra Vajradhara

འོན་ཆེན་ཙཱེ་བའི་སློམ་ཡན་ཆད་གྱི། །

**drinchen tsawé lama yenché kyi**

Down until our kind root guru,

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སློན་ལམ་གང་བཏབ་པ། །

**drowé döndu mönlam gang tapa**

May the aspirations made for the benefit of beings

དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདིར་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

**dedak tamché deng dir drupar shok**

Be fulfilled this very day!

བྱམས་དང་སློང་རྗེས་སྤྱོད་གསལ་མེད་འབྱོར་བ་དང་། །

**jam dang nyingjé chokmé jongpa dang**

Grant your blessings that I and all others

དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི། །

**döndam lhenchik kypé yeshé di**

May perfect impartiality through love and compassion,

རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར། །

**gyelwa seché nam gyi tokpa tar**

And directly realize ultimate, innate wisdom

བདག་སོགས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

**dak sok ngönsum tokpar jin gyi lop**

Just as all the buddhas and their heirs have done!

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱི་བོ་ཀུན། །

**gewa di yi kyewo kün**

By this virtue, may all beings

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་རྫོགས་བསལ་གཏེ། །

**sönam yeshé tsok sak té**

Gather the accumulations of merit and wisdom,

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་རྒྱང་བ། །

**sönam yeshé lé jungwé**

And attain the two sublime *kayas*

དམ་བ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག། །

**dampa ku nyi topar shok**

Resulting from that merit and wisdom!

*Emā Nyönpa ~ The Final Words of Sengé Wangchuk*

ཨ་མ་སྲོན་པ་སང་དབང་ང་།

**ema, nyönpa seng wang nga:**

*Emā!* I, the madman Sengé Wangchuk,:

ལས་ཀྱི་རྒྱང་བད་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་།

**lekyi lung zé yeshé gyé:**

Have exhausted *karma-prana* and expanded wisdom.

མ་རིག་སྒོ་ངའི་སྐབས་ལས་གྲོལ་།

**marik go ngé bup lé dröl:**

Freed from the confines of the five gates of ignorance,:

རང་རིག་འོད་གསལ་སྐབས་སུ་ཞུགས་།

**rang rik ösel bupsu zhuk:**

I have entered the sphere of luminous natural awareness.:

སྒོ་གསལ་གྱི་འབྲུལ་བ་ཞིག་ཅ་ན།

**gosum gyi trülpa zhik tsa na:**

When the illusion of the three gates has collapsed,:

འབྲུལ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡ་རེ་རྐ།

**trül zhi tamché yaré cha:**

How pitiful is the whole basis of delusion.:

འབྲུལ་སྒྲུང་གི་མཐུད་པ་ཚོད་ཅོན་ཅེ།

**trül nang gi düpa chö tsa na:**

When the knots of confused experience are cut,:

སེམས་འཛིན་ཟེར་བ་ཐང་རེ་ཆད་ཅེ།

**sem dzin zerwa tang ré ché:**

How tiring is so-called concentration.:

འབྲུལ་པ་ཡེ་ཤེས་སུ་ཤར་ཅོན་ཅེ།

**trülpa yeshé su shar tsa na:**

When confusion arises as wisdom,:

དག་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཚེས་ཅེ།

**dak nang tamché luwé chö:**

Even pure appearances are deceptive phenomena.:

ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སུ་བྲིམ་ཅོན་ཅེ།

**tamché yingsu tim tsa na:**

When everything dissolves into basic space,:

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་ཅེ།

**chi yang mayin chir yang char:**

Nothing whatsoever, yet everything, manifests.:

ཨོམ་ཨོམ་དམ་པའི་སྐྱེད་ལག་སེ།

**ema ema dampé ku drin lak:**

Amazing, amazing is the kindness of the sacred one.:

ཨོམ་འདའ་ཀའི་ཚིག་འདི་སློང་པོའི་དོན་ཅེ།

**ema daké tsik di nyingpö dön:**

Amazing! These words at the moment of passing, the essential meaning.:

སློང་ཕྱུང་ལག་མཐོལ་བཞག་པ་འདི་ལས་མེད་ཅེ།

**nying chung lak til zhakpa dilé mé:**

Are the heart placed fresh in the palm, nothing else.:

ཚིག་གི་ཐམ་དུས་མཐར་སྐྱང་བར་ཤོག།

**tsiki tama dütar nangwar shok**

May these final words appear at the end of this age.

ཐག་པ་རང་ཟད་འགྲུང་བ་རང་སར་དེངས།

**zakpa rang zé jungwa rangsar deng**

Defilements self-exhausted, the elements naturally dissolved.

དྲན་པ་རང་གྲོལ་ཟང་ཐལ་འོད་གྱི་ལྷས།

**drenpa rangdröl zangtel ökyi lü**

Thinking self-liberated, the transparent body of light.

སེང་གོ་དབང་ཕྱག་ཉིད་དང་མཉམ་གྱུར་ནས།

**sengé wangchuk nyi dang nyam gyur né**

Through equality with Sengé Wangchuk.

གྲོལ་བ་རྣམ་བཞི་འཁོར་བ་དོང་སྐྱལ་ས་ཤོག།

**drölwa nam zhi khorwa dong truk shok**

May the depths of samsara be overturned by the four liberations!

ཅེས་ཇི་སྟེ་ཚིག་འཇམ་མཁོན་ཀོང་སྐུལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱང་བའོ།།

*The final line was added by Jamgön Kongtrul.*

*Lamp Aspiration*

རིག་པ་ཀ་དག་སྐྱང་གསལ་མར་མེ་འདི། །

**rikpa kadak nangselsel marmé di**

This illuminating lamp of original pure awareness,

རིག་འཛིན་དགྱིལ་འཁོར་པ་དང་འགྲུང་ལྷ་ལ་འགྲུལ། །

**rikdzin kyilkhorsel péjung lha la bü**

I offer to the mandala deities of vidyadhara Padmakara.

རིག་པས་གར་བྱུང་མ་གྱུར་འགྲོ་བ་རྣམས། །

**rikpé gar khyap magyur drowa nam**

May all beings, my mothers, wherever awareness pervades,



རིག་སྣོད་ཚུལ་སྐྱུ་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །

**riktong chökü gopang topar shok**

Attain the dharmakaya level of aware emptiness.

མི་ཕམ་པས་སོ། །

*Composed by Mipham Rinpoche.*

*Aspiration for Rebirth in the Ultimate Pure-land*

གདོད་མའི་གཤིས་དང་དབྱེར་མེད་པ་སྤྲུལ་བྱུང་། །

**dömé shi dang yermé pema jung**

Padmasambhava, inseparable from the primordial nature;

རང་སྣང་དག་པའི་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་། །

**rang nang dakpé zangdok pelri zhing**

Pure self-phenomena, the Copper-Colored Mountain buddhaheld;

སྣང་རིག་དབྱེར་མེད་མ་བཙེས་གཉུག་མའི་ངང་། །

**nang rik yermé machö nyukmé ngang**

Indivisible appearance and awareness, the uncontrived natural state—

གདོད་ནས་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །

**döné namdak zhing du kyewar shok**

May everyone be born in this primordial pure land!

*The Six Vajra Lines Prayer*

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་འོ་འོ་ཆེ།

**dü sum sangyé guru rinpoché།**

Buddha of the three times, Guru Rinpoche,།

དངོས་གྲུབ་ཀུན་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས།

**ngödrup kün dak dewa chenpö zhap།**

Lord of all siddhis, Great Bliss,།

བར་ཆད་ཀུན་སེལ་བདུད་འདུལ་བྲག་པོ་རྩེ་ལ།

**barché kün sel düdul drakpo tsal**

Dispeller of all obstacles, Wrathful Tamer of Mara—

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

**sölwa depso jin gyi lap tu söl**

Bestow, I pray, your blessings.

སྤྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ནི་བ་དང་།

**chi nang sangwé barché zhiwa dang**

Pacify the outer, inner, and secret obstacles

བསམ་པ་ལྟུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

**sampa lhün gyi drupar jingyi lop**

And spontaneously fulfill all wishes.

ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

**orgyen rinpoché la sölwa dep**

Precious master of Uddiyana, to you I pray.

འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནིང་། །

**gal kyen barché mijung zhing**

May obstacles and mishap not arise.

མ་ཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་པ་དང་། །

**tün kyen sampa drupa dang**

May good conditions be gathered and our wishes fulfilled.

མཚོག་དང་ཐུན་མེད་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་བྱ་གསོལ། །

**chok dang tünmong ngödrup tsel du söl**

Bestow the supreme and common siddhis!

མཉམ་བཞག་སྐབས་ཀྱི་སློན་རྗེས་ཀྱི་དགའ་འདོན་གསུང་རྒྱན་ལྟར་ཕྱན་སྤུལ་མིང་ཀམ་ཨོ་རྒྱན་བས་ཚོག་  
བསྐྱོགས་སོ།། །།

*These chants for the beginning and end of meditation sessions were arranged by the so-called tulku, Karma Urgyen (Tulku Urgyen Rinpoche), in accordance with the tradition.*



### **Translation Origin**

Translated by Rangjung Yeshe & [Samye Translations](#), 2019 (trans. Erik Pema Kunsang, checked against the Tibetan and edited by Oriane Sherap Lhamo and Nick Schmidt, re-edited by Libby Hogg).

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