

BRIEF RECITATIONS *for the*  
FOUR PRELIMINARY PRACTICES



GYALWANG KARMAPA  
OGYEN TRINLEY DORJE

BRIEF RECITATIONS FOR THE FOUR PRELIMINARY PRACTICES

by

THE 17th GYALWANG KARMAPA OGYEN TRINLEY DORJE

## CONTENTS

The Short Vajradhara Lineage Prayer 3

The Four Ordinary Foundations 7

## BRIEF RECITATIONS FOR THE FOUR PRELIMINARY PRACTICES

I. Going for Refuge and Giving Rise to Bodhichitta 11

II. Vajrasattva Meditation and Recitation 17

III. The Mandala Offering, Which Gathers the Two Accumulations 20

IV. Guru Yoga 24

གསོལ་འདེབས་དོ་ཇི་འཆང་གུང་མ།  
THE SHORT VAJRADHARA LINEAGE  
PRAYER

དོ་ཇི་འཆང་ཆེན་ཉི་ལོ་རྣམ་དང་། །

**dor je chang chen te lo na ro dang**  
Great Vajradhara, Telo, Naropa,

མར་པ་མི་ལ་ཚོས་ཇི་སྐུལ་པོ་པ། །

**mar pa mi la chö je gam po pa**  
Marpa, Mila, Dharma Lord Gampopa,

དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཁྱེན་ཀམ་པ། །

**dü sum she ja kün khyen kar ma pa**  
The knower of three times, omniscient Karmapa,

ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱད་པར་འཛིན་རྣམས་དང་། །

**che shi chung gye gyü par dzin nam dang**  
Those who hold the four elder and eight younger lineages,

འབྲི་སྟག་ཚལ་གསུམ་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་སོགས། །

**dri tak tsal sum pal den druk pa sok**  
The Drikung and Taklung and Tsalpa, great Drukpa,

ཟབ་ལམ་ཕུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི། །

**sap lam chak gya che la nga nye pay**  
And others who've mastered mahamudra's profound path,

མཉམ་མེད་འགྲོ་མགོན་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལ། །

**nyam me dro gön dak po ka gyü la**  
Unequaled protectors of beings, Dakpo Kagyu,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲོ་མ་རྣམས། །

**sol wa dep so ka gyü la ma nam**

We supplicate you. Kagyu gurus, we uphold

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས། །

gyü pa dzin no nam tar jin gyi lop

Your lineage: Please bless us to follow your example.

ཞེན་ལོག་སྦྱོམ་གྱི་ཀང་པར་ག་སྤངས་པ་བཞིན། །

**shen lok gom gyi kang par sung pa shin**

Detachment's the foot of meditation, as it's taught.

ཟས་ལོར་ཀུན་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པ་དང། །

**se nor kün la chak shen me pa dang**

As ones with no craving for food or for wealth,

ཚེ་འདིའི་གདོས་ཐག་ཚད་པའི་སྦྱོམ་ཆེན་ལ། །

**tse diy dö tak chö pay gom chen la**

Who cut all the ties to this life: Please bless us

ཚིང་བ་ཀུར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས། །

**nye kur shen pa me par jin gyi lop**

To have no attachment to honor or to gain.

མོས་གུས་སྦྱོམ་གྱི་མགོ་བོར་ག་སྤངས་པ་བཞིན། །

**mö gü gom gyi go wor sung pa shin**

Devotion's the head of meditation, as it's taught.

མན་ངག་གཏེར་སྦྱོ་འབྱེད་པའི་སྤྲོ་མ་ལ། །

**men ngak ter go che pay la ma la**

As ones who pray always to the lama who opens

རྒྱུན་དུ་གསེལ་བ་འདེབས་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ལ། །

**gyün du sol wa dep pay gom chen la**

The gate to the treasury of oral instructions:

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྣོ་བས། །

**chö min mö gü kye war jin gyi lop**

Please bless us to develop genuine devotion.

ཡེངས་མེད་སྒྲོམ་གྱི་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་བཞིན། །

**yeng me gom gyi ngö shir sung pa shin**

The main practice is being undistracted, as it's taught.

གང་ཤར་རྟོག་པའི་དོ་བོ་སོ་མ་དེ། །

**gang shar tok pay ngo wo so ma de**

As ones who whatever arises, rest simply,

མ་བཅོས་དེ་ཀར་འཇོག་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ལ། །

**ma chö de kar jok pay gom chen la**

Not altering, in just that fresh essence of thought:

བསྒྲོམ་བྱ་སྒོ་དང་བལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྣོ་བས། །

**gom ja lo dang dral war jin gyi lop**

Please bless us with practice that's free of conception.

རྣམ་རྟོག་དོ་བོ་ཆོས་སྐྱུར་གསུངས་པ་བཞིན། །

**nam tok ngo wo chö kur sung pa shin**

The essence of thought's the dharmakaya, as it's taught.

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ལ། །

**chi yang ma yin chir yang char wa la**

Not anything at all, yet arising as anything,

མ་འགགས་རོལ་པར་འཆར་བའི་སྒྲོམ་ཆེན་ལ། །

**ma gak röl par char way gom chen la**

In unceasing play we arise: Please bless us

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

**khor de yer me tok par jin gyi lop**

To realize samsara and nirvana inseparable.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲོ་མ་དང་། །

**kye wa kün tu yang dak la ma dang**

In all of our births may we never be separate

འབྲུལ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

**dral me chö kyi pal la long chö ching**

From the perfect guru, enjoying dharma's splendor.

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །

**sa dang lam gyi yön ten rap dzok ne**

Perfecting the qualities of the paths and levels,

དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུར་ཐོབ་ཤོག། །

**dor je chang gi go pang yur top shok**

May quickly we reach the state of Vajradhara.

ཅེས་པའང་བན་སྐར་བ་འཇམ་དཔལ་བཟང་པོས་མཛད་པ་ལོ། །

Composed by Bengar Jampel Sangpo.

## THE FOUR ORDINARY FOUNDATIONS

ལྷོ་མི་ལུས་དལ་འབྱོར་རྗེད་པར་དཀའ་བ་འཇིག་གྱི་ངག་འདོན་ནི།

### 1. The Precious Human Body

དང་པོ་བསྐྱོམ་བྱ་དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་འདི། །

**dang po gom ja dal jor rin chen di**

First meditate on this precious human body, so hard to get and easy to lose.

ཐོབ་དཀའ་འཇིག་སྐྱེད་རེས་དོན་ཡོད་བྱ། །

**top ka jik la da re dön yö ja**

I shall make this life meaningful!

ལྷོ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ནི།

### 2. Death and Impermanence

གཉིས་པ་སྐྱོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་། །

**nyi pa nö chü tam che mi tak ching**

Second, the world and living beings are impermanent.

སྐྱོས་སུ་འགོ་བའི་ཆོ་སྲོག་ཆུ་བུར་འདྲ། །

**gö su dro way tse sok chu bur dra**

Our lives in particular are like water bubbles—

ནམ་འཆི་ཆ་མེད་འཆི་ཆོ་རོ་རུ་འགྱུར། །

**nam chi cha me shi tse ro ru gyur**

Who knows when we will die and become corpses?

དེ་ལ་ཆོས་གྱི་ཕན་ཕྱིར་བརྩོན་པས་བསྐྱབ། །

**de la chö kyi pen chir tsön pay drup**

Since Dharma will help then, I'll practice diligently.

ལས་རྒྱ་འབྲས་ནི།

### 3. Karma, Cause, and Effect

གསུམ་པ་ཤི་ཚེ་རང་དབང་མི་འདུ་བར། །

**sum pa shi tse rang wang mi du war**

Third, there is no freedom at the time of death.

ལས་ནི་བདག་གིར་བྱ་ཕྱིར་སླིག་པ་སྤང། །

**le ni dak gir ja chir dik pa pang**

In order to take control over karma,

དགོ་བའི་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་འདའ་བར་བྱ། །

**ge way ja way tak tu da war ja**

I give up misdeeds and always do virtuous acts.

ཞེས་བསམ་ཉིན་རེ་རང་རྒྱུད་ཉིད་ལ་བ་རྟག། །

**she sam nyin re rang gyü nyi la tak**

Thinking thus, I examine myself every day.

ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི།

### 4. The Defects of Samsara

བཞི་པ་འཁོར་བའི་གནས་གྲོགས་བདེ་འབྱོར་སོགས། །

**shi pa khor way ne drok de jor sok**

Fourth, the places, friends, pleasures, and riches of samsara,

སྤྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་རྟག་ཏུ་མནར་བའི་ཕྱིར། །

**duk ngel sum gyi tak tu nar way chir**

Are always stricken with the three sufferings;

གསོད་སར་ཁྲིད་པའི་གཤེད་མའི་དགའ་སྟོན་ལྟར། །

**sö sar tri pay she may ga tön tar**

They're like a feast before being led to execution.



ཞེན་འཇིགས་བཅད་ནས་བཙོན་པས་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ། །

**shen tri chen ne tsön pay jang chup drup**

Cutting the ties of attachment, I'll strive and reach enlightenment.

ཞེས་པས་སྐྱོན་མོང་གི་སྔོན་འགོ་བཞི་དང་།།



GURU VAJRADHARA

༄༅། །སྲོན་འགོ་བཞི་སྦྱར་གྱི་དག་འདོན་མདོར་བསྐྱེས་བཀུགས་སོ། །

BRIEF RECITATIONS FOR THE FOUR PRELIMINARY PRACTICES

དཔལ་ལྷན་ཁྱབ་བདག་དོ་མེ་འཆང་དབང་རིགས་ཀུན་གཙོ་བོ་སྐྱ་མ་གམ་པ། །

Glorious, powerful, omnipresent Lord Vajradhara, principal of all Buddha families—Guru Karmapa,

དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་སྲིད་ཞིའི་དཔལ་གྱུར་ཡི་དམ་དོ་མེ་རྣལ་འབྱོར་མ། །

Origin of all maṇḍalas, glory of saṃsāra and nirvāṇa—Yidam Vajrayoginī,

སྲིན་ལས་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོར་དབང་བསྐྱེད་ཚོས་སྦྱོང་བེར་ཅན་ལྷ་མ་པལ་ལ། །

Those who have power over enlightened activity—dharma protectors Bernakchen and consort,

རྣལ་འབྱོར་ཅེ་གཅིག་གསུམ་པས་འདུད་དོ་འབྲལ་མེད་ཐུགས་རྗེས་སྦྱོང་བར་མཛོད། །

This yogi bows to you with one-pointed respect—please protect me forever with your noble compassion.

འདིར་གང་ཟག་གང་ཞིག་ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱད་སྦྱངས་པ་སྲོན་དུ་སོང་བས། ཚད་ལྡན་གྱི་སྐྱ་མའི་རྩེད་ནས་དབང་དང་  
གདམས་པ་ལེགས་པར་ལུས་ཏེ། དུག་ཆེན་གྱི་ཐུན་མིན་སྲོན་འགོ་འདོན་སྦྱོར་བཀྱི་བ་ལ།

Once individuals have purified their mindstreams with the common preliminary practices, they should excellently request empowerment and instruction from a qualified guru and then train in the recitation meditation of Mahāmudrā’s extraordinary preliminary practices as follows:

༡ སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད།

I. GOING FOR REFUGE AND GIVING RISE TO BODHICHITTA

ཐོག་མར་ཅི་བྱེད་ཚོས་སུ་འགོ་བསྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ལ། །ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་འཇིག་  
རྟེན་དང་བྱ་བ་གཞན་གྱི་སྦྱོས་པ་བཅད་དེ་བདེ་བའི་སྦྱན་ལ་ལུས་གནད་གཅུན་ཏེ།

First, so that everything you do will accord with the dharma, go for refuge and give rise to bodhichitta in two ways: during meditation sessions and in between meditation sessions.

During meditation sessions, leave worldly concerns and other activities aside, sit in a proper meditation posture on a comfortable seat, and recite:

རང་མ་དུན་ནམ་མཁའ་སྒྲ་མ་དྲོ་རྗེ་འཆང་། །

**rang dün nam khar la ma dor je chang**

Before me in the sky is the Guru Vajradhara,

དེ་ལ་དོན་བརྒྱད་བྱིན་ལྷ་བས་བརྒྱད་པ་དང་། །

**de la dön gyü jin lap gyü pa dang**

Surrounded by the gurus of the lineage of meaning and blessings

ཚོས་འབྲེལ་དད་ཐོབ་སྒྲ་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར། །

**chö drel de top la may tsok kyi kor**

And gurus with whom I have dharmic connections of faith.

མ་དུན་དུ་ཡི་དམ་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས་དང་། །

**dün du yi dam ye su sang gye dang**

In front are the yidams, to the right are the buddhas.

རྒྱབ་ཏུ་དམ་ཚོས་གཡོན་དུ་དགེ་འདུན་བཅས། །

**gyap tu dam chö yön du gen dün che**

Behind is the sacred dharma; to the left, the sangha.

རང་རང་རིགས་མཐུན་འཁོར་ཚོགས་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱོར། །

**rang rang rik tun khor tsok gya tsoy kor**

All are surrounded by ocean-like retinues of their own kind.

སྐབས་ཡུལ་ཀུན་གྱི་སྐྱུན་ལམ་འོག་ཕྱོགས་སུ། །

**kyap yul kün gyi chen lam ok chok su**

My mothers, sentient beings, and I stand together

མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཀྱང་འཁོད་གྱུར་པས། །

**ma gyur sem chen kün kyang khö gyur pay**

As the sources of refuge gaze down upon us.

ཅུ་གཅིག་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གུར། །

**tse chik yi kyi kyap dro sem kye gyur**

One-pointedly, we go for refuge and arouse bodhichitta.

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ སྲི་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**dak dang sem chen tam che la ma la kyap su chi o**

All sentient beings and I go for refuge to the gurus.

ཡི་དམ་ལྷ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**yi dam lha la kyap su chi o**

We go for refuge to the yidams.

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**sang gye la la kyap su chi o**

We go for refuge to the buddhas.

ཚཱ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**chö la kyap su chi o**

We go for refuge to the dharma.

དགོན་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**gen dñen la kyap su chi o**

We go for refuge to the sangha.

དགོན་མཚོག་རིགས་ལྔར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཅི་ལུས་དང་། དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མཐུན་དེ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་བ་ནི།

Go to these five jewels for refuge as many times as possible. Maintaining the same visualization, arouse bodhichitta:

བྱང་ཚུབ་སྣོད་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། །

**jang chup nying por chi kyi bar**

Until I reach enlightenment's essence,

སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

**sang gye nam la kyab su chi**

I go for refuge to the buddhas.

ཚོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །

**chö dang jang chub sem pa yi**

To the dharma and the assembly

ཚོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

**tsok la'ang de shin kyab su chi**

Of bodhisattvas, too, I go for refuge.

ཇི་ལྟར་སྔོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། །

**ji tar ngön gyi de shek kyi**

Just as the sugatas of the past

བྱང་ཆུབ་སྐྱབས་ལྡན་བསྐྱེད་པ་དང་། །

**jang chup tuk ni kye pa dang**

Aroused the mind of bodhichitta;

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ། །

**jang chup sem pay lap pa la**

Just as they followed step-by-step

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །

**de dak rim shin ne pa tar**

The training of the bodhisattvas,

དེ་བཞིན་འགོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །

**de shin dro la pen dön du**

So, too, shall I, to benefit wanderers

བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྡན་བསྐྱེད་བ་གྱི་ཞིང་། །

**jang chup sem ni kye gyi shing**

Arouse the mind of bodhichitta.

དེ་བཞིན་དུ་ལྟོ་བསྐྱབ་པ་ལའང་། །

**de shin du ni lap pa la**

So, too, shall I follow step-by-step,

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བ་གྱི། །ལན་གསུམ།

**rim pa shin du lap par gyi**

The bodhisattva's training. (Recite three times.)

Then recite the following:

བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །

**jang chup sem chok rin po che**

May precious and supreme bodhichitta

མ་སྐྱེས་པ་ནུམས་སྐྱེ་གུར་ཅིག །

**ma kye pa nam kye gyur chik**

Arise where it has not arisen,

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །

**kye pa nyam pa me pa dang**

Not diminish where it has arisen,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

**gong ne gong du pel war shok**

And continually increase and increase.

མཐའ་མར་སྐབས་ཡུལ་འོད་ཟླ་བདག་དང་འབྲེས།

Finally, the sources of refuge melt into light and then become one with me.

གཉིས་པ་ཐུན་མཚམས་སུ། རང་རྒྱུད་བཏང་སྟོམས་སུ་མ་ལུས་པར། གཉེན་པོས་བཟུང་སྟེ། ལྷ་མ་ལ་མོས་གུས་ཇེ་ཆེ།

དགོན་མཚོག་ལ་དད་པ་ཅི་སྟེ། སེམས་ཅན་ལ་སྦྱིང་རྗེ་རྗེ་སྦྱིད་ལ་འབད་ད་གོས་པ་ཡིན་ནོ། །

Second, between sessions, do not be indifferent. Take up the antidotes: Strive to increase devotion to the guru, to develop as much faith in the rare and supreme jewels as possible, and to have greater and greater compassion for sentient beings.



GURU VAJRASATTVA



## ༢ རྩོམ་སེམས་སྒོམ་བསྐྱེས།

### II. VAJRASATTVA MEDITATION AND RECITATION

༥ ལྷོག་སྒྲིབ་དག་པར་བྱེད་པ་ རྩོམ་སེམས་སྒོམ་བསྐྱེས་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

The Vajrasattva meditation and recitation practice, which purifies negativity and obscurations, has two parts. First, during meditation sessions, recite:

རང་གི་སྤྱི་བོར་པད་ ཟླ་འི་གདན་གྱི་སྟེང་། །

**rang gi chi wor pe day den gyi teng**

Above the crown of my head, on a lotus- moon seat,

སྤྲ་མ་དོ་ཇེ་སེམས་དཔའ་ རྒྱན་ལྡན་དཀར། །

**la ma dor je sem pa gyen den kar**

Is Guru Vajrasattva, white in color, adorned with ornaments,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གཡས་པས་དོ་ཇེ་དང་། །

**shal chik chak nyi ye pay dor je dang**

With one face and two arms,

གཡོན་པས་དྲིལ་བུ་འཛིན་ཅིང་ སྐྱིལ་གྲུང་བ་ཞུགས། །

**yön pay dril bu dzin ching kyil trung shuk**

Holding a vajra with his right hand and a bell with his left, and seated in vajra posture.

ཐུགས་ཀར་རྒྱ་དྲུལ་ལ་སྤྱི་དང་སྤྱུགས་སྟེང་བཅས་པ་གསལ་བར་ད་མིགས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བདུད་ཚིའི་རྒྱན་  
སྐྱུ་ལས་བརྒྱད་དེ་ཞབས་གཡས་པའི་མཐེ་བོང་ནས་བབས། རང་གི་ཚངས་བུག་ནས་མར་ཞུགས། ལྷོག་སྒྲིབ་ཐམས་  
ཅད་སྒྲག་ཚའམ་དུད་ལྷ་ལྷ་བུ་ཕྱིར་དོན་ལུས་ཐམས་ཅད་བ་དུད་ཚིའི་རྒྱན་དེས་གང་བ་ལ་སེམས་གཏད་དེ།

Clearly visualize at Vajrasattva's heart center a moon disc, upon which sits a རྩུ (HŪM),

encircled by the mantra garland. Due to your supplicating him, a stream of amṛita fills his body and descends from his right big toe, entering the Brahma aperture at the top of your head. All your obscurations and past negative actions, embodied in a substance that looks like ink or dark smoke, leave your body as all of your body's parts are filled with amṛita. While doing this visualization, recite Vajrasattva's mantra as many times as you can:

ཨོྃ་བཛྲ་སྟྲ་སམཡམའུའུལཡ། །བཛྲ་སྟྲ་ཏུའོཔཏིལྱ། རི་རྩོ་མེ་རྣམ། ལུའོའོ་མེ་རྣམ།  
 ལུའོའོ་མེ་རྣམ། ཨ་ཏུ་རྟོ་མེ་རྣམ། སམ་སི་རྩི་མེ་པལ་རྩོ། སམ་ཀམ་ལུ་ཅ་མེ་ཅི་རྟོ་ཤལ་ཅེ།  
 ཀུའོ་རྩོ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་རྣམ་བཞ་ཏུ་བཞ་ཏ། བཛྲ་སྟྲ་མེ་སུལྱ། བཛྲ་རྣམ། མ་རྩ་ས་མ་  
 ཡ་སྟྲ་ལྷ། ཨོྃ་བཛྲ་སྟྲ་རྩོ། ཞེས་ཀྱང་ཅི་རུས་བཟོད་དེ།

**OM VAJRASATTVA SAMAYAM ANUPĀLAYA VAJRASATTVA  
 TVENOPATIṢṬHA DṚḎHO ME BHAVA SUTOṢHYO ME BHAVA  
 SUPOṢHYO ME BHAVA ANURAKTO ME BHAVA SARVA- SIDDHI  
 ME PRAYACCHA SARVA- KARMASU CHA ME CHITTAṢ SHREYAḢ  
 KURU HŪṢ HA HA HA HA HOḢ BHAGAVAN SARVA TATHĀGATA  
 VAJRA MĀ ME MUṢCHA VAJRĪ BHAVA MAHĀSAMAYASATTVA ĀḢ**

**OM VAJRASATTVA HŪṢ**

ཞེས་སོགས་བཤགས་བསྐྱེས་བྱ། རོ་རྩེ་སེམས་དཔས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་གོ་ཞེས་དགྲེས་པར་མཛད་ཅིང་འོད་དུ་ལྷ་བ་རང་  
 ལ་བསྐྱེས་ནས་མཉམ་པར་བཞག །

Then, confess your past negative actions and vow not to perform them again by reciting the following:

ཐམས་ཅད་མ་བྱེན་གཟིགས་ལྷ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ། །

**tam che khyen sik lha nam gong su söl**  
 Noble ones who know and see everything, think of us.

ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཅག་གིས། །

**tok ma me pay dü ne dak chak gi**  
 Since beginningless time, under the power of the three poisons,

དུག་གསུམ་དབང་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །

**duk sum wang gi lü ngak yi sum gyi**  
 We have transgressed the three vows and the victors' commands

སྒོམ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདས་གུར་པ། །

**dom sum gyal way ka le de gyur pa**  
 In body, speech, and mind.

ཉེས་ལྷུང་སྒྲིག་པའི་ལས་བགྲིས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

**nye tung dik pay le gyi tol lo shak**

We admit and confess these downfalls and misdeeds

སྲིན་ཆད་མི་བགྲིད་སྤྱོད་བར་མ་གྱུར་ཅིག །

**len che mi gyi nyong war ma gyur chik**

And promise not to do them again—may we not experience their results.

གཉིས་པ་ནི། ཉེན་མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཡང་། ཤར་མ་ཐག་ཏུ་དྲན་པས་བཟུང་ནས་འཕྲོ་བཤད་བཅད་ནས་འཛོལ་མེད་  
གྱི་ངང་དུ་བཞག །སེམས་ཅན་གང་མ་ཐོང་ཐོས་དྲན་གསུམ་བྱུང་རིགས་དང་། ལྷག་པར་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ལ་དམིགས་ནས་རྗོར་  
སེམས་སྤྱི་བོར་བསྐྱོམ་ཞིང་ཡིག་བརྒྱ་བརྗོད་དོ། །

Saying this, confess and resolve not to repeat your misdeeds. Vajrasattva says, “Your misdeeds are purified,” and is pleased. He melts into light and dissolves into you. Rest in equipoise.

༣ ཚོགས་གསོག་མཇུག

III. THE MANDALA OFFERING,  
WHICH GATHERS THE TWO ACCUMULATIONS

༄ ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་མཇུག་གི་ཚོག་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཞིང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་སྐྱབ་པའི་  
མཇུག། དངོས་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་མཚོན་པའི་མཇུག་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། མཇུག་གི་གཞི་གང་ཡང་རུང་བར་  
ཕྱོགས་བཞི་དབུས་དང་ལྔར། པའི་སྒོང་པོ་རེ་རེ་སང་གོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་པ་ཉི་ལྔའི་སྟེང་  
དུ། དབུས་སུ་གླ་མ། མདུན་དུ་ཡི་དམ། གཡས་སུ་སངས་རྒྱུས། རྒྱབ་དུ་ཚོས། གཡོན་དུ་དགོན་འདུན་དཀོན་མཚོག་  
རྣམས་དང་། མཐར་དམ་པའི་ཚོས་སྟོང་བ་དང་བཅས་པ་ད་མིགས་ལ། དོན་བྲན་བཞིན་པས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཡང་  
འབུལ་ཏེ།

The maṇḍala ritual, which completes the two accumulations, has two parts. First, during meditation sessions, there are two types of maṇḍalas: the maṇḍala of accomplishment, the field of focus for one’s gathering of the two accumulations, and the offering maṇḍala, which contains the substances offered. For the first of these, the maṇḍala’s physical base may be made of any suitable material. Visualize that in its center and each of its four directions there are lotus flowers, upon each of which stand eight lions supporting a throne made of precious jewels, upon which is a lotus, sun, and moon seat. On these central thrones sit the gurus, in front sit the yidams, to the right the buddhas, behind the dharma, and to the left the sangha—so are the rare and supreme jewels arrayed. The dharma protectors guard the maṇḍala’s perimeter. While remembering its meaning, offer the seven branches:

འོག་མིན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཕོ་བླང་དུ། །

**ok min chö kyi ying kyi po drang du**  
In the dharma expanse palace of Akaniṣṭha

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུས་ཀུན་གྱི་དོ་བོ་ཉིད། །

**dü sum sang gye kün gyi ngo wo nyi**  
Is the essence of all buddhas of the three times,

རང་སེམས་ཚོས་སྐྱར་མཛོན་སུམ་སྟོན་མཛད་པ་འི། །

**rang sem chö kur ngön sum tön dze pay**  
Who directly shows my mind as dharmakāya:

དཔལ་ལྡན་སྤྲོ་མ་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ། །

**pal den la ma dam pa la chak tsal**

I prostrate to the genuine, glorious guru.

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་གྱིས་སྐྱུལ་བ་ཡི། །

**lü dang long chö yi kyi trul pa yi**

My body, possessions, and all the pleasing things I can imagine,

མཚོད་པ་ཀུན་གྱིས་མཚོད་ཅིང་བསྟོད་པར་བ་གྱི། །

**chö pa kün gyi chö ching tö par gyi**

I offer you; I praise you.

སྲུང་བྱས་སྡིག་པ་མ་ལུས་བཤགས་པར་བྱ། །

**ngar che dik pa ma lü shak par ja**

I confess all the misdeeds I have performed

སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སྤྲོད་ཆད་མི་བགྱིད་དོ། །

**dik pa shen yang le che mi gyi do**

And will never do such things again.

འགྲོ་ཀུན་དགེ་བ་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །

**dro kün ge wa kün la je yi rang**

I rejoice in all sentient beings' virtuous actions.

བྱང་ཆུབ་མཚོག་གི་རྒྱུར་ནི་བསྟོད་པར་བ་གྱི། །

**jang chup chok gi gyur ni ngo war gyi**

I dedicate all this as a cause of supreme enlightenment.

སྐྱུ་དན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །

**nya nge mi da shuk par sol wa dep**

I supplicate you to remain and not pass into nirvāṇa.

ཐེག་མཚོག་སྤྲོ་མེད་ཚོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱུལ། །

**tek chok la me chö khor kor war kul**

Please turn the dharma wheel of the unsurpassably supreme vehicle.

བྱམས་དང་སླིང་རྗེ་ཕྱོགས་མེད་འབྱོར་པ་དང་། །

**jam dang nying je chok me jong pa dang**

Just as the victors and their heirs mastered

དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །

**dön dam lhen chik kye pay ye she de**

Universal love and compassion, and realized

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

**gyal wa se che nam kyi tok pa tar**

The ultimate co-emergent wisdom,

བདག་གིས་མཛོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

**dak gi ngön sum tok par jin gyi lop**

Bless me that I may directly realize that.

མཚོན་པའི་མཇུག་སྒྲངས་ནས།

Next, pick up the offering maṇḍala and recite:

ས་གཞི་སྤྲོས་ཆུས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བཀྲམ། །

**sa shi pö chü juk shing me tok tram**

The earth is perfumed with scented water and strewn with flowers,

རི་རབ་སྤྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །

**ri rap ling shi nyi day gyen pa di**

Adorned with Mount Meru, the four continents, sun, and moon.

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །

**sang gye shing du mik te pul wa yi**

Visualizing this as the buddha realm, I offer it

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག །

**dro kün nam dak shing la chö par shok**

So that all beings may enjoy this perfectly pure realm.

ཨི་དྲི་གུ་རཏུ་རཏྭ་མཐུ་ལ་འི་རྣམ་ཏུ་ཡ་མི།

**IDAM GURU RATNA MAṄḌALA KHAṂ NĪRYATAYA MI**

ཞེས་མཐུ་ལ་འདོན་སྐོམ་སྤྲུགས་པ་སྐོ་ལ་རྣམ་པ་གསལ་པོར་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་འབྱུང་། མཐར་མཚོན་ཡུལ་སོགས་ལ་

འཁོར་གསུམ་གྱི་རྟོག་པ་མེད་པར་མཉམ་པར་བཞག །

Combine the maṅḌala recitation and meditation and offer the maṅḌala until your visualization of it is vivid. Finally, rest in equipoise, free of thoughts of the offering's three spheres.

གཉིས་པ་ནི། རང་འདོད་གྱི་འཁྲི་བ་སྤངས་ནས་སྐོ་གསུམ་སྐོ་མ་དང་དཀོན་མཚོག་ལ་འབྱུང་། རྒྱུད་པར་སྐྱབས་གནས་

དེ་དག་གི་རྟོན་ལ་སྲི་ལྷ་དང་རིམ་གྲོ་སོགས་བྱའོ། །

Second, in between meditation sessions, abandon self-centered attachment and offer your three gates to the guru and the rare and supreme jewels. Especially, offer respect, service, and veneration to these sources of refuge and their symbolic representations.

## ལ ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར།

### IV. GURU YOGA

བྱིན་ལྷ་བས་ལྷ་ར་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ལྷ་མའི་དང་ལྷ་མོང་གཉིས་ལས་  
འདིར་བྱི་མ་ལྷ་ར་སྒོ་མ་ན། རང་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ར་མོས་ཏེ།

Guru yoga, which quickly brings blessings, has two parts. First, during meditation sessions, there are the common and the extraordinary ways to do this practice. Here, do the former by visualizing yourself as your yidam and then reciting:

སྤྱི་བོར་པ་དྲུ་ཉི་ཟླའི་གདན་སྤེང་དུ། །

**chi wor pe ma nyi day den teng du**

Above the crown of my head, on a lotus, sun, and moon seat,

རྩ་བའི་ལྷ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་དབང་པོ། །

**tsa way la ma dor je chang wang po**

Is my root guru, the mighty Vajradhara,

སྐྱེ་བསངས་དོར་དྲིལ་འཛོན་པའི་ཕུག་རྒྱ་བསྐྱེལ། །

**ngo sang dor dril dzin pay chak gya nöl**

Sky-blue, holding vajra and bell in his crossed arms,

རིན་ཆེན་རྒྱན་མཛོས་མཚན་དཔེ་རབ་ཏུ་འབར། །

**rin chen gyen dze tsen pe rap tu bar**

Beautified by precious ornaments, blazing with major and minor marks,

ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི་ངོ་བོར་གསལ། །

**chok dü gyal kün dü pay ngo wor sal**

The vivid embodiment of all ten directions and three times' victorious ones.

ཡན་ལག་བདུན་པ་གོང་བཞིན་ལ།

Recite the seven-branch prayer as above and then the supplication of the four kāyas:



མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma sang gye rin  
po che la sol wa dep so**

I and all my mother sentient beings, as great in number as space is vast, supplicate the guru,  
the precious buddha.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་ཀུན་ལྱབ་ཚེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma kün khyap  
chö kyī ku la sol wa dep so**

I and all my mother sentient beings, as great in number as space is vast, supplicate the guru,  
all-pervading dharmakāya.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་  
རྗེ་གསལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

**ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma de chen long  
chö dzok pay ku la sol wa dep so**

I and all my mother sentient beings, as great in number as space is vast, supplicate the guru,  
great bliss sambhogakāya.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་སྤུགས་རྗེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྐྱེ་བཞི་མ་དང་།

**ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma tuk je trul pay  
ku la sol wa dep so**

I and all my mother sentient beings, as great in number as space is vast, supplicate the guru,  
great compassionate nirmāṇakāya.

Then, recite:

སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

**la ma rin po che**

Precious guru

དོན་གྱི་བརྒྱུད་པ་ཅན། །

**dön gyi gyü pa chen**

Who holds the lineage of meaning,

བྱིན་རླབས་ཀྱི་འཕེ་བ་མཁན། །

**jin lap kyi po wa khen**

Who gives us blessings,

རྟོགས་པའི་གདེང་ཚད་ཅན། །

**tok pay deng tse chen**

Who has the confidence of realization,

མངོན་ཤེས་སྤྱན་དང་ལྡན་པ། །

**ngon she chen dang den pa**

Who has the clairvoyances and eyes,

རྩུ་འཕྲུལ་བཀོད་པ་བ་སྟན་ཏེ། །

**dzu trul kö pa ten te**

Who shows arrays of miracles,

བཟོད་མེད་བཀའ་རིན་སྦྱོལ་བ། །

**sö me ka drin tsol wa**

Who gives unbearable kindness,

སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་པ། །

**sang gye lak chang su tö pa**

Who places buddhahood in our palms,

ཐ་མལ་སྒྲུང་བ་བ་སྒྱུར་ཏེ། །

**ta mal nang wa gyur te**

Who transforms ordinary appearances

དག་པ་རབ་འབྱམས་སྟོན་པ། །

**dak pa rap jam tön pa**

And shows infinite purity,

འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕུག། ༡

**phak pa jik ten wang chuk**

You are the noble Lokeshvara.

སྤིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས། ༡

**nying khong rü pay ting ne**

From the depths of my heart,

གཅིག་སྐྱབ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ༡

**chik tup sol wa dep so**

I supplicate you, the all-capable.

སྐྱབས་རྗེས་འཇོན་པར་བྱ་དང། ༡

**tuk je dzin par shu dang**

Please hold me with your compassion.

དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཚན་ཁ་ཅན། ༡

**ngö dup kyi tsen kha chen**

The undisputed Kagyü lineage

བཀའ་བརྒྱུད་ཚོད་པ་མེད་པ། ༡

**ka gyu tsö pa me pa**

Holds the power of the siddhis,

དམུ་ཚོད་འདུལ་བའི་རུས་པ། ༡

**mu gö dul way nü pa**

And can tame wild sentient beings—

འཕྲིན་ལས་འགྲན་ལྷ་བྲལ་བ། ༡

**trin le dren da dral wa**

Your enlightened activity is peerless.

ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དམ་པ། ༡

**dzog pay sang gye dam pa**

You are the genuine and perfect Buddha.

སྒོ་གསུམ་དག་ཚུ་དང་བཅས་པ། །

**go sum ge tsa dang che pa**

For the benefit of all the limitless sentient beings,

མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་དོན་དུ། །

**ta me sem chen dön du**

This very moment, I offer you

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འབུལ་ལོ། །

**da ta nyi du bül lo**

My body, speech, and mind, and all my roots of virtue.

བརྗེ་བ་ཆེན་པོས་བཞེས་ཤིག། །

**tse wa chen poy she shik**

Please accept them with your great love.

བཞེས་ནས་འགོ་བ་ཀུན་གྱི། །

**she ne dro wa kün gyi**

Having accepted them,

གཏན་སྐྱབས་སྲུབ་པའི་སླ་མ། །

**ten kyap tuk pay la ma**

O lord and guru, ultimate protector

ཇི་བཅུན་ཁྱེད་རང་ལྟ་བུར། །

**je tsün khye rang ta bur**

Of all wandering beings,

སྙིང་ནས་བྱིན་གྱིས་སློབས་ཤིག། །

**nying ne jin gyi lop shik**

Please bless me that I might become like you.

ཀར་མ་ཁྱེན་དང་གཞན་ཡང་ག་སོལ་འདེབས་ཡུན་རིང་དུ་བྱ། ལྷ་མ་རྗེ་རྗེ་འཆང་རབ་ཏུ་དབྱེས་པའི་སྐྱའི་གནས་གསུམ་  
 ལས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མ་ཐིང་ག་སུམ་འཕྲོས། རང་གི་སྒོ་གསུམ་གྱི་རི་མ་དག་དབང་བཞི་ཐོབ། སྐྱ་བཞི་མཛོན་དུ་  
 བྱས། མཐར་འོད་དུ་ཞུ་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་སྒྲ་མའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་  
 མེད་དུ་སྒྱུར་པ་ལ་སེམས་བཞག་གོ།

Recite “Karmapa, think of me” (Karmapa Khyenno) and other supplications at length. Visualize that the Guru Vajradhara is utterly pleased, and that from the three places on his enlightened form emanate white, red, and blue light respectively. These purify the stains of your own three gates, you receive the four empowerments, and you manifest the four kāyas. Finally, the guru melts into light and dissolves into you. Rest in the equipoise of the guru’s enlightened body, speech, and mind and your own body, speech, and mind being undifferentiable.

གཉིས་པ་ནི། སྦྱོང་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་མའི་སྐྱ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱ། སྦྱོང་སྤྱུག་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་སྐྱ་རིན་དུ་  
 བཟླ་ཞིང་། རྗེ་འོད་ཟེར་དང་རང་གི་འོད་པ་རྒྱབ་འགལ་དུ་མ་སོང་བར་ཐུགས་ཡིད་ག་ཅིག་འདྲེས་སུ་ཤོག་སྐྱམ་པའི་  
 མོས་པ་འཕྲལ་འཕྲལ་བསྐྱེད། མཛོན་ན་ཞི་སོགས་གྱི་ལས་གང་སྐྱབ་ཀྱང་དམིགས་རྣམ་བསྐྱུར་བ་ཅོམ་ལས་སྒྲ་མ་ཉིད་  
 གྱིས་ཚོག་པར་བྱའོ།

Second, in between meditation sessions, in all paths of conduct, never be apart from the appearance of the guru. View all happiness and suffering as the guru’s kindness. Do not let your lord’s intentions and your own desires contradict each other, but rather, pray again and again that his

enlightened mind and your own mind will mix and become one. In short, whatever of the activities of pacifying and so forth you seek to accomplish, you need only to adjust your conduct’s focus and the way you think of it and to supplicate the guru—that will suffice.

ཚུལ་འདི་རང་གི་འཕྲལ་མཁོར་རྗེ་ཞུ་དམར་ལྡེ་པའི་སྦྱོན་འགྲོ་མན་ངག་དང་མ་ཐུན་པར་ཀམ་པར་འབོད་པ། ཨོ་རྒྱན་  
 ཐིན་ལས་པས་སྦྱོང་རྒྱུད་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཚུ་སྦྱོང་གི་ཉ་བའི་ཡར་ཚེས་དགུ་ལ་གྲུབ་པར་སྐྱུར་བའོ།། ༡༡༢༠༠༦ ལ ༣

As it was needed quickly, the one called Karmapa, Ogyen Trinley, composed this according to the Fifth Shamar’s pith instructions on the preliminaries on the ninth day of the waxing phase of the sixth Tibetan month at the temple of Gyutö, August 3, 2006.

English translation compiled and revised by Tyler Dewar based upon previous translations by Ari Goldfield and Karma Choephel, April, 2008.