

གྲོང་ཆེན་སྣོད་གི་ཐིག་ལེ་ལས་མེད།

གཙོད་ཡུལ་མཁའ་འགྲོའི་གད་རྒྱུང་སྐབས་བཞུགས་མེད།

The
Longchen Nyingthig
CHÖD PRACTICE
"The Loud Laugh of the Dakini"



English translation by Karen Liljenberg, revised version 2017

www.zangthal.co.uk



This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

གཙོད་ཡུལ་མཁའ་འགྲོའི་གད་རླངས་བཞུགས་པ་

དབྱིངས་ལྷག་བདེ་ཆེན་མཚོ་རྒྱལ་མ་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ། རང་བཞིན་རྗོགས་པ་ཆེན་པོ་མི། ཉག་གཅིག་རྩྭ་དུས་
གཙོད་པའི་ཕྱིར། གཙོད་བྱ་གཙོད་བྱེད་ལས་འདས་ཀྱང་། སློམ་པ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་དང་། བརྟལ་ཞུགས་སྦྱོད་པ་
ལམ་སློང་ཕྱིར། སུང་པོ་གཟན་བསྐྱར་མན་ངག་བསྟན། དེ་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་ནི། དྲེགས་པ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་
པའི་ཕྱིར། སྒྲེང་བཞི་མ་ཉམས་གཅན་གཟན་ལྷགས། ལྷ་བ་ཡས་འབྲུབས་ཅོག་བྱ་དང་། སྦྱོད་པ་མས་འཛོགས་ལ་
ཏཱ་ཀེ། ལྷ་འདྲེ་དབང་སྤྱད་མཚོག་ཆེན་རྣང་། སྤྲང་བ་ཟེལ་གཞོན་ཏཱ་མ་རྩ། མཚོགས་དབང་སྤྱིར་དེལ་གཡེར་དང་།
སྤྲེག་གཟིག་རས་མ་སྤྱིའི་ཅོད་པའ། མདོར་ན་བརྟལ་ཞུགས་སྦྱོད་པ་ལ། འོས་པའི་ཆས་རྣམས་སྤྲོ་གོན་བྱ། དེ་ནས་
ས་གནད་གཉན་དམིགས་སུ། མོ་ཚོད་ལྷ་འདྲེར་བརྟལ་སེམས་ངང་། ཚོས་བརྒྱད་བསམ་པས་མ་ཡིན་པར། ཚད་
མེད་བཞི་ཡིས་དཔའ་གདེང་བསྐྱེད། སྤྲང་བ་གང་ཤར་ཐོག་བརྗིས་བྱ། དེ་ཆེ་ཟེལ་གཞོན་དམིགས་པ་ཡིས། མ་
གཟུན་དགའ་ལ་བྱ་ཤོར་མཚུངས། དེ་ཕྱིར་དུག་པ་བརྟལ་ཞུགས་ངང་། བཟུང་ཅས་རང་གི་སྤྲིང་ག་ནས། གནམ་
ལྷགས་དོ་རྗེ་རྩེ་དགའ་པ། སྤྲེག་ལྷ་ཞིང་འཐས་པ་ལ། འོད་ཟེར་མེ་དཔུང་འབར་བ་ཞིག། གང་དམིགས་གཉན་
སར་ཐོག་ལྷར་ཐོབ། དེར་གནས་ལྷ་འདྲེ་དཔུང་དང་བཅས། འབྲོས་ཤིང་འབྲེལ་བའི་དབང་མེད་པར། དཔའ་ཟེལ་
ཆག་སྤྲེ་གནས་པར་བསམ། དེ་ནས་ཚུལ་འཚོས་དོ་ཚོ་སོགས། ཐ་མལ་འལུ་འཕྲིགས་སློ་སྤངས་ལ། བརྟལ་ཞུགས་
ངར་མའི་གདེང་ལྷན་པས། འགོ་ལྷགས་རྣམས་པ་བཞི་དག་ལས། ལྷ་བའི་གདེང་འགོས་ལྷགས་གྱིས་འགོ། དེ་
ཡང་སྤྲང་སྤྲིད་ལྷ་འདྲེ་དང་། གནས་གདོན་ལམ་འདྲེ་འབྲུམ་པོ་རྒྱན། བརྟལ་ལ་ར་ལྷག་བདས་པ་བཞིན། གཉན་
སར་རང་དབང་མེད་པར་གཟུང་། གནས་དེར་སྤྲོབ་མ་ཐག་ཉིད་དུ། དྲག་ལྷལ་འབར་བའི་སྤངས་སྤྲུབས་གྱིས། ལྷ་
དྲེ་རྒྱན་གྱི་རྣང་པ་ནས། བཟུང་སྤྲེ་རྒྱུད་ལ་ལན་གསུམ་བསྐྱོར། དབང་ཆེན་བཞི་ལ་བརྟལ་པར་བསམ། ཅོག་བྱ་

སྒྲོན་བཅས་ལྷགས་ཀྱིས་བསྐྱར་། ལྷ་འདྲེ་རི་ལྷ་ར་དབྱིངས་ཆེ་ཡང་། མི་ལྷོངས་མི་སྲིད་ཟིལ་འགོ་། རྣལ་འབྱོར་

བརྟུལ་ཞུགས་ཚུང་གུར་ན་། རིམ་བས་སློ་དང་སྐྱར་ཏེ་བྱ་།

I prostrate to the queen of space, the lady of great bliss, Yeshe Tsogyal. The true nature, the Great Perfection, cuts the root of Samsara with one stroke, thus it transcends the cutter and the cut. But for those who enjoy elaboration and accomplishing the path of mahasiddha activity, I will teach the pith instructions for offering one's body as food.

The articles you need to do this are: to overpower the arrogant, a wild animal's skin with the claws intact. To symbolize the ascending view, a small tent, and to show the descending conduct, a khatvanga. To have authority over the demons, a thighbone trumpet. To overpower appearances, a damaru drum. To dominate the hosts of dakinis, have bells, jingle bells, and tassels with chevrons made of tiger skin, leopard skin, cotton cloth and small plaits of human hair. In brief, to practice a mahasiddha's activity, prepare the necessary, suitable things.

Then, in a sacred power spot, without having an arrogant mind that insults the demons, or thoughts of the eight worldly concerns, arouse heroic confidence through the four Immeasurables. Whatever appearances arise must be crushed instantly. At that moment, if you don't use your contemplation to overpower appearances, it is as if spies have interpreted your secret message. Therefore, perform fearless activities with awareness.

With the sound of PHAT, from your heart center comes a nine-pointed vajra of meteoric iron - solid, firm, heavy and strong. It blazes with light and masses of flames, striking like lightning on that fearful power spot. The hordes of demons dwelling there are unable to scatter and escape. Think that their bravery and strength are broken, and they are stuck there. Then, abandon pretense, shyness and so on, the ordinary doubts and hesitation. With strong confidence in mahasiddha activity, proceed in the four different ways. From among these, the best way to proceed is with the power of realization of the perfect view.

Further, summon all the demons - those of the entire phenomenal existence, the local demons and the demons who wander around. Herd them like goats and sheep into that frightening place where they are powerless. As soon as you arrive at that spot, assume the manner and gestures of blazing wrathfulness. Holding the demons by their feet, swing them around your head three times and think that they crash onto that powerful ground. Forcibly cast down your tent and mat. Even if the demons seem spacious and easy-going, it is impossible that they won't become provoked and frantic. If your yogic discipline is weak and ineffectual, apply this according to the level of your realization.

དེ་ནས་རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་།

de ne rang nyi ke chig gi
Then, instantly oneself becomes

གསང་བ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགོ་མེ

sang wa ye she khan dro ma
the secret wisdom dakini.

ཆེ་ཆུང་སྲིད་པའི་གཏོས་དང་མཉམ་མེ

che chung si pe tö dang nyam
As large as the entire universe,

རྣམ་འགྲུར་རྫོགས་པའི་སྐྱུར་བསྐྱེད་ལེ

nam gyur dzog pe kur che la
her body is generated complete in every respect.

མི་རྐང་གླིང་བུ་བྲག་ཏུ་འབུད་མེ

Mi kang ling bu trag tu bü
Loudly blow the human thighbone trumpet.

ཏྟ་བའི་ངར་བསྐྱེད་བློ་བརྟུང་བུམེ

ta we ngar che dro dung ja
Forcefully generate the power of realization and perform the dance.

ཕའམ་འཇིག་མེད་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོང་པའི་རྣལ་འབྱོར་ངམེ

PE jig me tul shug shö pe nal jor nga
PHAT I am a fearless yogi who practices a mahasiddha's activity.

འཁོར་འདས་མཉམ་པར་བརྟུལ་བའི་དགོངས་སྦྱོང་གྱིས་མེ

khor de nyam par dal we gong shö kyi
Through realization activities which encompass samsara and nirvana as equal,

བདག་འཇིག་ལྷ་འདྲའི་སྤེང་དུ་བློ་ཞེག་བརྟུང་མེ

dag dzin lha drei teng du tro shig dung
I dance and trample upon the demons of ego-clinging

གཉིས་འཛིན་འཁོར་བའི་རྣམ་ཏོག་རུལ་དུ་སྒྲིག་མེད།

nyi dzin khor we nam tog dul du log
and grind samsaric, dualistic thinking into dust.

ཙུ་བརྒྱུད་རིག་འཛིན་སྐྱ་མ་བློ་ལ་བྱོན་མེད།

tsa gyu rig dzin la ma tro la jön
Vidyadhara lamas of the root lineage, come to the dance!

ཡི་དམ་དཔའ་བོ་རྒྱ་མཚོ་བློ་ལ་བྱོན་མེད།

yi dam pa wo gya tso tro la jön
Ocean of yidams and dakas, come to the dance!

མཁའ་འགྲོ་གནས་ལུ་མ་ཚོགས་བློ་ལ་བྱོན་མེད།

khan dro ne nyul ma tsog tro la jön
Hosts of dakinis who roam sacred sites, come to the dance!

བརྒྱལ་ཞུགས་ལམ་དུ་ལོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས་མེད།

tul shug lam du long par shin gyi lob
Grant your blessings so I may accomplish the path of mahasiddha activity.

ཕན་མེད་ཤར་བྱོགས་ལུས་འཕགས་སྤྱིང་དུ་བརྒྱུད་མེད་ཅེ་ནེ།

PE shar shog lu pag ling du dung tsa na
PHAT While dancing on the eastern continent of Purvavideha,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་རྒྱུ་ལ་འབྲིལ་མེད།

pa wo khan drö tro ra dum la chil
on the dance-floor of the dakas and dakinis, which is perfectly round,

ཞེ་སྤང་རྒྱལ་བོའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས་མེད།

she dang gyal pö go la chem se chem
I stamp on the head of the demon of anger.

མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་བུ་ཧུ་རུ་རུ་ ཧུཾ ཧུཾ ཧུཾ

me long ye she ling bu chu ru ru hung hung hung
The trumpet of mirror-like wisdom blows. Hum Hum Hum

ཕན་ལྷོ་ཡི་དཛམ་བུའི་སྒྲིང་ལ་བདུངས་ཙ་ན་མེ

PE lho yi dzam bui ling la dung tsa na
PHAT While dancing on the southern continent of Jambudvipa,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བྲོ་ར་ཟུར་གསུམ་དབལ་མེ

pa wo khan drö tro ra zur sum wal
on the dance-floor of the dakas and dakinis, a sharp triangle,

ང་རྒྱལ་གཤེན་རྗེའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམ་མེ

nga gyal shin jei go la chem se shem
I stamp on the head of arrogance, Lord of Death.

མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་བྲོད་ར་བྲོ་ལོ་ལོ་ ཧུཾ ཧུཾ ཧུཾ

nyam nyi ye she tö nga tro lo lo hung hung hung
The skull-drum of Equalizing Wisdom resounds.

ཕན་ལྷོ་ཧུ་བ་རྒྱུ་བ་ལང་ཤོ་ལ་བདུངས་ཙ་ན་མེ

PE nub kyi ba lang shö la dung tsa na
PHAT While dancing on the western continent of Godaniya,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བྲོ་ར་ལྷ་གམ་འབྲིལ་མེ

pa wo khan drö tro ra da gam chil
on the dance-floor of the dakas and dakinis, which is perfectly semicircular,

དོད་ཅག་སྐོ་མེ་ཤེས་སྒྲིང་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམ་མེ

död chag sin mö go la chem se chem

I stamp on the heads of the cannibal demonesses of attachment.

སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་དྲིལ་ཡེར་བློ་ལོ་ལོ། ཧུཾ ཧུཾ ཧུཾ

sor tog ye she dril yer tro lo lo hung hung hung
The bells and jingles of Discriminating Wisdom ring. Hum Hum Hum

ཕན། བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྐྱན་ལ་བརྟུང་ཅ་ན།

PE shang si dra mi nyen la dung tsa na
PHAT While dancing on the northern continent of Uttarakuru,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་ར་གྲུ་བཞི་ལམ།

pa wo khan drö tro ra dru shi lam
on the four-sided dance-floor of the dakas and dakinis

ཕྱག་དོག་དམ་སྲིའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམ།

tra dog dam si go la chem se shem
I stamp on the head of jealousy, the samaya-breaking demon.

བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཅོད་པན་པུ་རུ་རུ། ཧུཾ ཧུཾ ཧུཾ

sha drub ye she chö pen pu ru ru hung hung hung
All-accomplishing Wisdom's diadem chimes. Hum Hum Hum

ཕན། དབུས་ཕྱོགས་ལྷན་པོའི་རྩེ་རུ་བརྟུངས་ཅ་ན།

PE ü shog lhun pö tse ru dung tsa na
PHAT While dancing on the central continent of Mount Meru,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་ར་གྲིན་རེ་ཆགས།

pa wo khan drö tro ra shin re chag
on the alluring dance-floor of the dakas and dakinis,

གཉི་མུག་གི་འདྲེའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམ།

ti mug shi drei go la chem se shem
I stamp on the head of the demon of ignorance.

ཚེས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་རྩི་གྲུ་ཁུ་རུ་ རྩི་ རྩི་ རྩི་ བཏེ།

chö ying ye she hung lu chu ru ru hung hung hung pe
The Wisdom of Dharmadhatu hums harmoniously. HUM HUM HUM PHAT

ཅེས་བརྒྱུད་ཤེས་པ་གཏས་མེད་བཏང་། དེ་ནས་ཅོག་སུ་འབྲུབས་པ་ནི།

གཞི་དེའི་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་། གན་རྒྱལ་བསྐྱེལ་བའི་ཡན་ལག་ལྔར་།

གནས་ལྷུགས་སུར་སུ་བཏབ་པར་བསམ།

Dance in that way, maintaining your mind without reference points. Then, pitch a small tent on the ground of the cruel demon, which lies on its back with its five limbs extended. Meditate that you pound in stakes of meteoric iron.

བཏེ། ཤར་ཕྱོགས་དོ་རྗེ་མཁའ་འགོ་མས།

PE shar shog dor je khan dro me
PHAT The vajra dakini of the east

བུམ་པ་ཚེན་པོའི་སུར་པ་བྱེར།

sham pa chen pö pur pa cher
bears the stake of great loving kindness.

ལྷོ་ཕྱོགས་རིན་ཚེན་མཁའ་འགོ་མས།

lho shog rin chen khan dro me
The ratna dakini of the south

སྟིང་རྗེ་ཚེན་པོའི་སུར་པ་བྱེར།

nying je chen pö pur pa cher

bears the stake of great compassion.

ནུབ་ཕྱོགས་པདྨ་མཁའ་འགྲོ་མས།

nub shog pe ma khan dro me
The padma dakini of the west

དགའ་བ་ཆེན་པོའི་སྤར་པ་ཁྱེར།

ga wa chen pö pur pa cher
bears the stake of great joy.

བྱང་ཕྱོགས་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མས།

shang shog le kyi khan dro me
The karma dakini of the north

བྱང་སྟོ་མས་ཆེན་པོའི་སྤར་པ་ཁྱེར།

tang nyom chen pö pur pa cher
bears the stake of great equanimity.

དབུས་ཕྱོགས་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོ་མས།

ü shog sang gye khan dro me
The buddha dakini of the centre

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྤར་པ་ཁྱེར།

shang chub sem kyi pur pa cher
bears the stake of bodhichitta.

བདག་འཛིན་ལྷ་འདྲེའི་མགོ་བོ་དང་།

dag dzin lha drei go wo dang
By piercing the head and

ལྷ་ཚིགས་བཞི་ལ་བཏབ་པ་ཡིས།

lhu tsig shi la tab pa yi

four limbs of the demon of ego-clinging,

གཡོ་འགྲུལ་མེད་པར་གནས་པར་གྱུར་མེད་ལྟར་།

yo gu me par ne par gyur PE
It is transfixed, unable to move. PHAT

ཅེས་བརྗོད་བདག་གཞན་ལྟ་འདྲེ་གསུམ་། གང་དུ་མི་དམིགས་མཉམ་པར་བཞག་། དེ་ནས་ལྟ་འདྲེ་ངོས་ཟིན་ནས་།
ལུས་སྤྱིན་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ནི་།

Having said that, remain in equanimity, not focusing on yourself, others, or the demons. Then, once you have recognized the demons, engage in actually giving your body.

ཕྱིར་རྣམ་འོད་གསལ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་།

PE rang nang ö sal de wa chen pö ying
PHAT One's natural perception is the luminous space of great bliss.

འབད་ཚུལ་སྤྱོད་པ་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ་།

be tsol tö pa dral we nam kha la
In the sky that is free of effort and complexity,

རྩ་བའི་སྤྲ་མ་དུག་པ་དོ་རྗེ་འཆང་།

tsa we la ma trug pa dor je chang
is one's root lama, Vajradhara, Lord of the six families,

དགོངས་བད་སྟན་བརྒྱུད་སྤྲ་མ་ཡི་དམ་ལྟར་།

gong da nyen gyu la ma yi dam lha
and the lamas and yidams of the mind, symbol, and oral transmission lineages,

མཁའ་འགོ་ཚོས་སྤྱོད་སྤྱང་མ་སྤྱིན་ལྟར་གཏིབས་།

khan dro chö shong sung ma trin tar tib

along with dakinis, dharmapalas and protectors, massing like clouds,

མ་འགགས་འཇའ་ཚོན་ཐིག་ལའི་གྲོང་དུ་གསལ།

ma gag ja tsön tig lei long du sal
in an unobstructed rainbow-sphere, vast and vivid.

ཞེས་པས་ཚོགས་ཞིང་གསལ་བཏབ་ལ། ལྷ་འདྲེས་གཙོ་བྱས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལྟེན་ཤེས་སྒྲོ་ཡིས་སྐྱབས་འགོར་

དམིགས།

Thus, vividly invoke that field of refuge and think that all beings, led principally by the demons, take refuge with fervent devotion.

ཕན་རྐྱེན་གྱི་རིག་པ་བཅོས་མེད་འདི།

PE rang jung gi rig pa chö me di
PHAT Because this unfabricated, self-existing awareness

སྐྱབས་ལུལ་གྱི་ངོ་བོར་མ་རིག་པས།

shab yul gyi ngo wor ma rig pe
is not recognised as the essence of the objects of refuge,

སྐྱབས་བསྐྱེད་ལྟེན་གྱི་ཀློང་མཚོར་བྱིངས་པ་རྣམས།

dug ngal gyi gya tsor shing pa nam
beings are drowning in the ocean of suffering.

སྐྱེ་གསུམ་གྱི་དགོངས་པས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

ku sum gyi gong pe shab tu sol
May the wisdom mind of the three kayas protect us.

ལན་གསུམ་

Repeat three times

དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ནི།

Then, arouse bodhichitta:

ཕན་ལྷན་སྐྱོད་པ་ལ་དངོས་པོར་འཛིན་པའི་སེམས་ལཱ་།

PE nang wa ngö por dzin pe sem
PHAT The mind that clings to appearances as solidly existing

བརྟུལ་ལྷུགས་ཀྱི་སྐྱོད་པས་ཚར་བཅད་ནས་ལཱ་།

tul shug kyi shö pe tsar che ne
is severed by the activities of a mahasiddha.

ཡང་དག་གི་གནས་ལུགས་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར་ལཱ་།

yang dag gi ne lug tog she shir
In order to realize the completely pure natural state

རེ་དོགས་དང་བྲལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་དོ།

re dog dang dral war sem she do
I generate bodhichitta free from hope and fear.

ཞེས་ལན་གསུམ་།

Repeat three times

དེ་ནས་མཚུལ་ནི། ཁོག་པ་རི་རབ་ལན་ལག་གླིང་བཞི།

ཉིང་ལག་གླིང་ཕྱན་མགོ་བོ་ལྷ་གནས་མིག་གཉིས་ཉི་ལྷ།

དོན་སྐྱོད་ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་དུ་བསམས་ལཱ་།

Then the Mandala offering: think that your torso is Mt. Meru, your limbs the four continents, your fingers and toes the subcontinents, your head the God Realm, your eyes the sun and moon, and your inner organs the wealth of gods and men.

ཕྱི་ལུས་འཛིན་གྱི་སྤང་བོ་སྐྱུ་མའི་ལུས་ཅུག་།

PE che dzin gyi pung po gyu me lü
PHAT This illusory body, this cherished aggregate,

མཎ་དཀར་གྱི་ཚོམ་སུར་རབ་བཀོད་ནས་ཅུག་།

man dal gyi tsom bu rab kö ne
is arranged as the offering substance of the mandala.

ཚོགས་ཞིང་གི་ལྷ་ལ་ལྷོས་མེད་འབུལ་ཅུག་།

tsog shing gi lha la tö me bul
With no expectations I offer it to the deities of the refuge field.

བདག་འཛིན་གྱི་རྩ་བ་ཚོད་པར་ཤོག་། ཕྱི་ལུས་ཅུག་།

dag dzin gyi tsa wa chö par shog PE
May the root of ego-clinging be cut! PHAT

དེ་ནས་སྐྱུ་མའི་རྣམ་འབྱོར་ནི་ཅུག་།

Then, Guru Yoga:

ཕྱི་ལུས་ཅུག་གི་མེད་ཚོས་སྐྱུ་མའི་རྣམ་འབྱོར་ལུས་ཅུག་།

PE ying sag me chö kui nam kha la
PHAT In the stainless expanse of the Dharmakaya's sky,

མདངས་འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེར་འབྲུགས་པའི་དབུས་ཅུག་།

dang ja ser tig ler trug pe ü
amid a scintillating sphere of brilliant rainbow light

ཕ་དུས་གསུམ་ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱ་ལྷོད་ཅུག་།

pa dü sum kun chen pe ma jung
is the father who knows the three times, Padmasambhava,

ཚུལ་བརྟུལ་ལྷགས་སྨྱོད་པའི་ཉེ་རུ་གེ།

tsul tul shug shö pe he ru ka
in the guise of a heruka performing mahasiddha's activity,

མ་མཁའ་འགོ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་དང་བཅས།

ma khan dro gya tsö tsog dang che
accompanied by a vast throng of mother-dakinis.

སྐྱུ་མཚན་དཔའི་གཟི་བྱིན་ཏ་ལ་ལ།

ku tsen pei zi shin ta la la
His body is radiant with the major and minor marks of a Buddha.

གསུང་གང་འདུལ་ཚོས་སྐྱུ་ལུ་རུ་རུ།

sung gang dul chö dra u ru ru
His speech is the sound of the Dharma, taming beings.

བྱགས་འོད་གསལ་དོ་རྗེ་སྣང་པོའི་ངང།

tug ö sal dor je nying pö ngang
His mind is the state of luminosity, the indestructible essence.

བུ་ཚོས་གྲུས་བྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས།

pu mö gu trag pö sol wa deb
I, your child, pray to you with strong devotion.

ཕྱི་ནམ་ཉོག་དགའ་ལངས་ལྷ་འདྲའི་གཟུགས།

shi nam tog drad lamg lha drei zug
Outwardly, concepts have arisen as enemies; the demons' form.

ནང་རེ་དང་དོགས་པའི་གཉིས་འཛིན་སེམས།

nang re dang dog pe nyi dzin sem

Inwardly, dualistic clinging is the mind of hope and fear.

བར་སྐྱང་བ་སྐྱོ་ཚོགས་རྒྱུན་ངན་ཀུན་ཅུག་ཅིག་ལོ།

bar nang wa na tsog kyen ngen kun
In between, all sorts of unfavorable conditions appear.

ཚོས་ཟབ་མོ་བདུད་གྱི་གཙོད་ཡུལ་གྱིས་ཅུག་ཅིག་ལོ།

chö sab mö du chi chö yul gyi
May the profound practice of Chöd

དུས་ད་ལྟ་སྟོན་ཐོག་འདི་སུ་ཚོད་ཅུག་ཅིག་ལོ།

du ta da ten tog di ru chö
destroy these demons right now, in this very spot.

དཀྱིངས་ཚོས་སྐྱེའི་རྒྱལ་ས་ཟིན་པ་སུ་ཅུག་ཅིག་ལོ།

ying chö kui gyal sa zin pa ru
So I may hold the royal seat of the space of Dharmakaya,

ཕ་ རྗེ་བཙུན་སྐྱེ་མས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཅུག་ཅིག་ལོ། ཕའ་ ཕའ་ ཕའ་

pa je tsun la me shin gyi lob PE PE PE
Father, revered lama, please grant your blessings! PHAT PHAT PHAT

ཅེས་བརྗོད་ཚོགས་ཞིང་རང་ལ་བསྐྱེད་ཅུག་ཅིག་ལོ། གཉིས་མེད་ང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ཅུག་ཅིག་ལོ།

Having prayed in that way, the field of refuge dissolves into oneself. Rest in non-dual equanimity.

ཕའ་ དེ་ནས་བག་ཆགས་སྒྲིགས་མའི་ལུས་ཅུག་ཅིག་ལོ།

PE de ne bag chag nyig me lu
PHAT Then see your impure body, of habitual tendencies,

ཚོ་ཞིང་སུམ་ལ་ལྷོས་ཆེ་བའི།

tso shing num la tö che we
as big and fat and greasy.

དབུས་ལས་དྲངས་མའི་རིག་པ་ནི།

ü le dang me rig pa ni
From within it, the pristine awareness

ཁྲོས་མའི་རྣམ་པར་ཕྱེས་དབྱེ།

trö me nam par pe che ye
in the form of Tröma, is distinguished through the sound PHAT.

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྱི་ཐོད་ཅན།

shal chig shag nyi dri tö chen
With one face and two arms, she holds hooked knife and skull-cup.

དེ་ཡིས་རང་ལུས་ཐོད་པ་སྤལ།

de yi rang lu tö pa tral
She slices the skull from your body.

སྟོང་ཁམས་བྱུ་བའི་མི་མགོ་ཡི།

tong kham chab pe mi go yi
Encompassing the whole universe, this human head

སྐྱེད་བུ་གསུམ་གྱི་ཁར་བཞག་ནང།

gye bu sum gyi khar shag nang
is placed on a hearth of three skulls.

འབྲུང་ལུས་ཚོགས་སུ་བཤམས་པ་དེ།

jung lu tsog su sham pa de
This body made of the elements is set out as the offering.

འབྲུག་གསུམ་འོད་གྱིས་བདུད་རྩིར་སྤར་མཁོ།

dru sum ö chi du tsir bar

With the light of the three syllables it blazes as amrita-nectar.

ཨོྩ་ཨུམ་ཧཱུྃ། དང ཧཱེ་ཧཱི།

OM AH HUNG dang HA HO HRI

OM AH HUM and HA HO HRI

ཅི་མང་བརྗོད་པས་སྤྱད་སྤེལ་བསྤར་མཁོ། བླ་བོར་འགྲུང་ན་དེ་ཉིད་ལས་མེད་ཚལ་ཟས་གོས་སྤྲོན་ལ་སོགས་མཁོ། ཡིད་ལ་

ཅི་འདོད་ངོ་བོར་སྤར་མཁོ། དམར་འགྲུང་རང་ཉིད་ཁྲོས་ནག་མས་སྤྲོགས་མའི་ལུས་གྱི་པགས་པ་བལྟས་མཁོ། སྤོང་གསུམ་

ཁྱབ་པར་བཀྲམ་པའི་སྤེངས་གཟུགས་སྤུང་ག་ཁྲག་སྤུང་བོར་སྤྱངས་མཁོ། ཤན་པའི་འདུན་ས་ལྟ་སྤར་བསམ་མཁོ། ཉག་

འགྲུང་བདག་བཞུགས་སེམས་ཅན་གྱི། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ནད་གདོན་དང་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་ནག་སྤོན་གྱི།

བསྤུས་ཏེ་གཟུགས་སྤུང་ལ་བསྤྲིམས་པམཁོ། ལྷ་འདྲེས་ཟོས་བས་ཁོ་ཡི་ལུས་མཁོ། སོལ་བ་ལྟ་སྤར་གྱུར་པར་བསམ་མཁོ།

མཚོད་སྤྲིན་མགོན་ལྷ་སྤར་འབོད་མཁོ།

By reciting these syllables as many times as possible, purify, increase and transform the offering. If it is the generosity of the variegated feast, generate gardens, food, clothing, medicine, and so forth. Increase the natures of whatever is desired. For the generosity of the red feast, you become Tröma Nagmo, the Dark Wrathful Mother, and stripping off the skin of your own gross body, spread it out to encompass the three thousand worlds. On top of it, pile up heaps of bodies, aggregates, flesh and blood. Envision it to be like a slaughterhouse. As the generosity of the black feast, gather what has been accumulated since beginningless time by all sentient beings, yourself and others - diseases, obstacles, evil deeds and obscurations. Amassed like a big black cloud, they dissolve into the heaps of bodies, which the demons devour. Think that your body then becomes like charcoal. Invite in this way all the guests of your offering and generosity.

ཕའ་མཚོད་ཡུལ་རྩ་གསུམ་དམ་ཅན་ནས་མཁོ།

pe chö yul tsa sum dam chen ne

PHAT You to whom I make offering, the Three Roots, samaya-bound protectors,

ཇེ་བརྒྱུད་འབྱུང་པོས་གཙོ་བྱས་པའི།

de gye jung pö tso she pe
and you to whom I donate, principally the Eight Classes of spirits

ཤིན་ཡུལ་ལན་ཆགས་འདྲེ་གདོན་ཡན།

shin yul len chag dre dön yen
as well as my karmic creditors, demons and obstructors,

བརྒྱལ་ལྷགས་སྤྱོད་པའི་གནས་འདིར་བྱོན།

tul shug shö pe ne dir shön
come to this place of mahasiddha activity!

དེ་རིང་འཇིགས་མེད་རྣལ་འབྱོར་ངས།

te ring jig me nal jor nge
Today I, the fearless yogini [yogi],

འཁོར་འདས་ཤན་འབྱེད་སྐྱུ་མའི་ལུས།

khor de shen je gyu me lu
offer this illusory body that differentiates between Samsara and Nirvana.

སྟོང་གསུམ་ཁྲོན་ཡངས་ཀ་པ་ལར།

tong sum chön yang ka pa lar
In the skull-cup vast as the three thousand worlds

བམ་ཆེན་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་བཤམས།

bam chen tsog chi khor lor sham
the corpse is arranged as the Ganachakra offering

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་བསྐྱུར།

sag me ye she du tsir gyur

and transformed into the nectar of stainless wisdom.

འདོད་དགུར་འཆར་བའི་ཚོ་འཕྲུལ་ཅན་མེད།

dö gur char we cho trul chen
A magical display that fulfills all wishes,

གཅེས་འཛིན་མེད་པར་འབྲུལ་ལགས་གྱི།

che dzin me par bul lag chi
I make this offering without holding it dear.

སྟོན་ཆེན་མགོན་ལ་གཤེགས་སུ་གསོལ།

tön chen drön la sheg su sol
Please come, guests to this great party!

མཚོག་ཆེན་ཐོད་རྩ་སྐད་རེ་གསངས།

chog chen tö nga ke re sang
The great drum of a supreme skull-cup beats brightly;

ཞིང་ཆེན་གླིང་བུ་གདངས་རེ་སྟོན།

shing chen ling bu dang re nyen
the great thighbone trumpet blows melodiously;

དྲིལ་གཡེར་ཅོད་པན་དངས་རེ་སྟོན།

dril yer chö pen dang re tro
the bells, jingles, and hanging diadems glitter gaily.

བྱ་གློད་གལ་འཐིབས་པ་བཞིན།

sha gö sha la tib pa shin
Just like vultures flocking to flesh,

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཡན།

ke chig nyi la sheg su sol PE

Please come here, this very second! PHAT

དེ་ནས་འབུལ་ཞིང་བསྐྱོ་བ་ནི།

Then the offering and dedication:

ཕྱི་ལོ་འདོད་མའི་མགོན་པོ་མཐོང་ཆད་ནས།

PE Dö me gönpo men che ne
PHAT To all of you, from the Primordial Protector

རྩ་བའི་སྤྲེལ་ཡན་ཆད་གྱི།

tsa we la me yen che chi
up to my root lama,

བརྒྱུད་གསུམ་རིག་འཛིན་སྤྲེལ་དང་།

gyu sum rig dzin la ma dang
the Vidyadhara lamas of the Three Lineages,

ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྦྱོང་ལ།

yi dam khan dro chö shong la
and yidams, dakinis and Dharma-protectors,

བམ་ཚེན་བདུད་རྩི་མཚོན་པ་འབུལ།

bam chen du tsi chö pa bul
I offer the deathless nectar of my great corpse.

ལྷ་འདྲེ་གཙོ་བྱས་བདག་གཞན་གྱི།

lha dre tso she dag shen gyi

May I and others, and principally the demons,

ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་ཤིང་སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་།

tsog nyi dzog shing drib nyi jang
perfect the Two Accumulations and purify the Two Obscurations.

བརྟུལ་ལྷགས་འགྲོ་དོན་མཐར་སྦྱིན་ནས་།

tul shug dro dön tar shin ne
Having perfected a mahasiddha's activity for the benefit of beings,

སྣང་བ་འོད་གསལ་སྒྱུ་མར་འབྱོང་།

nang wa ö sal gyu mar jong
may appearances be purified into illusory clear light

ཡ་ང་བག་ཚ་ཚོས་སྒྲུར་གྲོལ་།

ya nga bag tsa chö kur drol
and dread and anxiety be liberated into the Dharmakaya.

ཉེ་རུ་ཀ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་།

he ru ka tar shin gyi lob
Please bless me to become a heruka!

ཕྱི་ལ་། འཇིག་རྟེན་འདས་དང་མ་འདས་ཀྱི་།

PE jig ten de dang ma de chi
PHAT To those who have transcended this world and those who have not,

སྡེ་བརྒྱད་འབྱུང་བོ་མི་མ་ཡིན་།

de gye jung po mi ma yin
the Eight Classes of spirits, and the non-humans,

ལོག་འདྲེན་ཤ་ཟའི་གདོན་ཚོགས་ལ་།

log dren sha ze dön tsog la

the hosts of carnivore ghouls who lead beings astray,

སྟོང་གསུམ་ཁྱབ་པའི་ཞིང་གསུམ་སྟེང་།

Tong sum shab pe shing pag teng
on a human skin as big as the three thousand worlds

ཤ་ཁྲག་རུས་པའི་སྤང་པོར་འབུལ།

sha trag ru pe pung por bul
I offer heaps of flesh, blood and bones.

བདག་ཏུ་འཛིན་ན་ང་རེ་ཞན།

dag tu dzin na nga re shen
If I cling to this self, I am weak.

སྟོད་དུ་མ་བུས་ཁྱོད་རེ་ལོད།

shö du ma nu chö re lö
If you can't eat it, you are useless!

རིང་ན་རྗེན་པར་བྱུར་མིད་གིངས།

ring na jen par chur mi ting
If you are in a hurry, swallow the raw flesh whole!

ལྟོད་ན་དུམ་བུར་ཚོས་ལ་བོ།

lhö na dum bur tsö la so
If you have time, cut it into pieces and cook it!

དུལ་སྤན་ཙམ་ཡང་མ་བཞག་ཅིག།

dul tren tsam yang ma shag shig
Don't leave even as much as an atom!

ཕྱེད།

PE
PHAT

ལཾོར་ཚེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མུམ་

khor tse tog ma me pa ne
For those who, from beginningless time in Samsara

ཤ་ལཾོན་ཆགས་པའི་ལན་ཆགས་དང་མུམ་

sha kön chag pe len chag dang
have held blood-grudges and karmic debts ,

ལྷོ་ལུར་ལྷགས་པའི་སྤྱིང་རྗེའི་མགྲོན་མུམ་

lo wur lhag pe nying jei dron
and those who turn up for the leftovers, the guests of my compassion,

ཁས་ཞན་དབང་ཚུང་མ་ལུས་ལུམ་

khe shen wang chung ma lu la
including all those lowly ones with little power,

སོ་སོ་གང་ལ་ཅི་འདོད་ཀྱི་མུམ་

so so gang la chi dö chi
as whatever each one may wish

འདོད་ཡོན་མི་ཟད་གཏེར་དུ་བསྐྱོད་མུམ་

dö yön mi ze ter du ngo
I dedicate this inexhaustible treasure of the objects of desire!

འབྲེལ་པ་ཐོགས་ཚད་སངས་རྒྱས་ཤིང་མུམ་

drel pa tog tse sang gye shing
May all who are connected to this feast gain enlightenment

ལུ་ལཾོན་ལན་ཆགས་བྱང་བར་ཤོག་མུམ་ སུམ་

bu lön len chag shang war shog PE
and be cleansed of all dues and karmic debts . PHAT

ཅེས་བརྗོད་ལྟོས་པ་མེད་པར་གྱིན་མེད་ཉིད་དང་ལ་མཉམ་པར་གཞག་མེད་དེ་ཚོ་ལུས་ལ་གཅེས་འཛིན་དང་
འཛིགས་སྐྱར་འཁུ་འཕྲིགས་སློབ་སྦྱོང་ནམ་ལུས་ལི་ལྷ་འདྲེར་གྱིན་ནས་མེད་མེས་ལི་གཞི་མེད་རྩ་བ་བཟུལ་འདྲེ་
བས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གཟིགས་པ་མེད་སྐྱམ་གདེང་བསྐྱེད་ལེ་གང་གར་རང་ངོ་རྩ་གདར་བཅད་
ཐོགས་བཅས་བདུད་དང་ཕྱི་རྒྱུན་འབྱུང་བ་དང་གཅན་གཟན་མི་ཚོད་སོགས་དང་ཆགས་སྐྱར་གི་རྣམ་ཉོག་སོགས།
ཐོགས་མེད་བདུད་ནང་རྒྱུན་དགའ་སྐྱེག་སེམས་ཚིག་པ་སོགས། དགའ་བོད་བདུད་དང་རང་མཐོང་བདེ་སྦྱིད་མངོན་
རྣམ་སོགས། སྐྱེམས་བྱེད་བདུད་ཐོ་ཚོམ་དང་ལུ་འཕྲིགས་ལ་སོགས། ཡེ་ཅེས་དབྱིངས་སུ་གཅོད་པ་ཡིན་པེ་ཡང་
དུས་ཚོད་ལ་མཚོན་ནམ་ཐོ་རངས་ཚོགས་གཉིས་རྗོད་པེ་ཕྱིར་དཀར་འགྲེད་བདུད་རྩི་འོ་འོ་སྐར་ཉིན་
ལྷང་ལན་ཆགས་སྐྱར་བེ་ཕྱིར་ལྷང་འགྲེད་གང་ལ་འཚམས་པར་བསྐྱོད་ལུ་མོ་བརྟུལ་ལུགས་ལམ་སློང་ཕྱིར་
བདག་འཛིན་ཚར་གཅོད་དམར་འགྲེད་གཏོང་སྟོད་ལ་སྤྲིག་སྦྱོང་ནག་འགྲེད་བྱེད་ཀྱུན་ཀྱང་འདུན་པ་བསྐྱར་བ་སྟེ་
གཅོ་བོ་དམིགས་པས་ཉམས་སུ་སྤྱང་དེ་ཚོ་ཚོ་འཕྲུལ་ཅི་བྱུང་ཡང་ཉམས་དང་བཟུལ་བེ་ལྷ་བས་གཅུན་གལ་ཏེ་
རྣལ་འབྱོར་དབྱིངས་རྒྱུད་ནས་སྟོངས་འཕྱུབས་འཕྱུན་པར་དཀའ་བའམ་ལྷ་འདྲེ་དབྱིངས་ཆེས་མ་སྟོངས་ནམ་
ཀའ་རུས་དཀར་པོ་འོ་དམིགས་པ་བྱེད་ཡེ་ཅེས་རང་ཉིད་སྐྱེད་ཅིག་གིས་ཀའ་རུས་དཀར་པོ་མེ་འབར་བེ་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལས་བྱུང་བེ་མེ་ཡིས་སྟོང་གི་འཛིག་རྟེན་དང་ལྷང་པར་ལྷ་འདྲེ་གནས་རྟེན་བསྐྱེགས་མཐར་ཉི་
ཀའ་རུས་མེ་དང་བཅས་འོད་ཡལ་སྟོང་པེ་རང་ལ་གཞག་མེ་འགོ་ནད་སྐྱར་བ་ལ་ཡང་ཟབ་ཚར་ཚད་དུས་སུ་མ་
བྱུང་དང་གཞོད་འདྲེ་གདུག་པ་ཨར་གཏོད་ནམ་རིག་པ་ཁྲོས་མེ་སྐྱར་གསལ་བས་སྤྲིགས་མེ་ལུས་ཀྱི་བགས་

བ་བཤུས་མེད་གསུམ་ཁེངས་པའི་གཡང་གཞིའི་སྟེང་། འགྲུབ་གཙུག་ལྷན་པ་ལ་། འདྲེ་གདོན་ཟས་ལ་གཏུང་
 བའི་མོད་། ཁྲོས་མས་གཡང་གཞི་ལྷན་གྱིས་དྲིལ་། སྐྱུལ་དང་རྒྱུ་མའི་ཞགས་པས་བསྐྱམས་། གྲུབ་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་
 བརྒྱབས་པ་ཡིས་། འགྲུབ་སྐྱེད་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་། སྐྱུལ་པའི་གཙུག་གཟན་དུ་མ་ཡིས་། ལྷག་མ་མེད་པར་ཟོས་པར་
 བསམ་། དབྱིངས་རིག་བསྐྱེད་ཏེ་མཉམ་པར་གཞག་། དེས་ནི་ཚར་ཚད་ངེས་འབྱུང་ཞིང་། འདྲེ་གདོན་གཏུག་པ་ཚར་
 ཚོད་འགྲུབ་། གུན་ལ་གཙུག་འཛིན་སྐྱོ་སྐྱེད་ཏེ་། ལྷ་བའི་གདེང་གིས་ཟིན་པ་གཙུག་། དེ་ཚོ་ཚར་ཚད་འདྲ་བའི་
 འདྲེས་མ་དང་། འདྲེ་མ་འདྲ་བའི་བག་ཆགས་དང་། ཚར་སྟོངས་གཉིས་ཀ་མཐར་ཕྱིན་གྱི་། ཏྟགས་རྣམས་ཉམས་
 དང་སྐྱུར་ཏེ་སྐྱུར་། དོན་ལ་བདག་མེད་ཀྱན་བཟང་མོ་། ཡུམ་ཚེན་གཤམ་རབ་ལས་ཕྱིན་མའི་། དགོངས་པ་གྲོལ་དུ་གྱུར་
 ཅོན་། གཙོད་ཡུལ་ལམ་དུ་ལོངས་བའོ་། ས་མ་ཡེ་།

Praying thus, give without holding anything back and meditate within the state of emptiness. At that time if you hold your body dear, or fear and hesitation arise in your mind, think that your body does not exist; it has already been given to the demons. Your mind is groundless and rootless; it can't be found by the demons, since even the Buddhas can't see it. Arouse a courageous mind, recognizing deep down that whatever arises is one's own display. There are substantial obstructing demons [external conditions such as the elements, wild animals, outlaws and thoughts of attachment, anger and so on], insubstantial demons [internal conditions such as happy and sad moods], demons of excitement [being conceited about one's own happiness and so on], and demons of uncertainty [doubt, hesitation and so forth]. Shout PHAT and sever those into the space of emptiness.

Further, to indicate the times of the day for the feasts: in the morning, in order to complete the two accumulations, increase the white feast as the nature of amrita. At mid-day, in order to purify habitual tendencies, dedicate the striped feast in whatever way is appropriate. In early evening, in order to accomplish a mahasiddha's activity, give the red feast to sever ego-clinging. At night, purify evil deeds by the black feast. All of these change with one's intention, so mainly practice by doing the visualization.

At this time no matter what illusory reactions arise, subdue them with the view that is beyond experiences. Once the practitioner has entered the space of meditation, if the swirling demons are difficult to tame, or are not transformed by the great space of meditation, you should do the visualization of the white skeleton:

Shouting PHAT, instantly you become the white skeleton, blazing with fire. From that enormous fire another fire arises, which burns the threefold world, particularly the dwelling place of the demons. Finally, dissolve the skeleton and the fire into light and rest in the state of Emptiness. This practice also provides protection against contagious disease. If signs of accomplishment have not arisen, and the malevolent demons target you, visualize your awareness in the form of

Tröma and spread out the skin of your corrupt body to the extent of the three thousand worlds. On top of that scatter a display of flesh and bones, which the demons and obstructers devour longingly. At that moment, Tröma quickly folds up the fold of skin and ties it with a noose made of snakes and intestines. She whirls it overhead and then smashes it on the ground. Think that the flesh and bones of the demons become pulp, which many wild animals consume. Then, rest in equipoise with space and awareness intermingled. Through that practice, signs of accomplishment will definitely arise. The cruel and obstructing demons will be overcome. The mind that holds everything dear will be given up. It is very important to retain the confidence of the View. At that time, danger may seem like accomplishment, or accomplishment may seem like danger. Or both appear mixed, and habitual tendencies may seem mixed. Practice regarding signs of attaining stability or failure as just experiences. Ultimately, egolessness is Samantabhadri, the great mother Prajnaparamita. Fathom that realization, and you accomplish the practice of Chöd. SAMAYA.

རྗེས་ལ་བསྐྱོ་སྐྱོན་བྱ་བ་ནི།

In conclusion, the dedication and prayers of aspiration:

ཨུ། དག་དང་མི་དགའི་རྟོག་ཚོགས་རང་གྲོལ་ལེ།

Ah ge dang mi gei tog tsog rang drol la
AH When all thoughts, virtuous and unvirtuous, are self-liberated

རེ་དང་དོགས་པའི་མཚན་མ་མི་དམིགས་ཀྱང་།

re dang dog pe tsen ma mi mig chang
the signs of hope and fear cannot be found.

སྣང་ཚའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་མེད་དག་ཚོགས་རྒྱུན་།

nang che ten drel lu me ge tsog gyun
But, since interdependent appearances inevitably continue as the accumulation of virtue

ཟག་མེད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བྱེ།

sag me chö chi ying su ngo war sha
dedicate this within the undefiled Dharmadhatu.

ཕན་ལེ། ཀུན་རྗོབ་ལུས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་།

PE kun dzob lu chi jin pa la ten ne

PHAT By giving the relative body

བསྐྱལ་པར་བསགས་པའི་བྱ་ལོན་ལན་ཆགས་བྱང་།

kal par sag pe bu lön len chag shang
may those who have accumulated karmic debts over aeons be purified.

དོན་དམ་ཚོས་གྱི་བདེན་པས་རྒྱད་འགོལ་ཚེ།

dön dam chö chi den pe gyu drol tse
When their mind-stream has been liberated by the dharma of absolute truth

བདག་གི་འདུས་པ་དང་པོར་སྐྱེ་བར་ཤོག།

dag gi du pa dang por she war shog
may they be born as my first disciples.

དེ་ཚེ་མ་བཅོས་རང་གཞག་གཞུག་མའི་དོན།

de tse ma chö rang shag nyug me dön
Then, when the unfabricated, self-existing, innate truth

མི་བསྐྱུན་ལྟ་འདྲའི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ནས་ཀྱང་།

mi sun lha drei gyu la she ne chang
arises in the mindstreams of humans, rakshas, gods and demons,

ངར་འཇོན་འབྲུལ་པའི་རྗེ་སུ་མི་འབྲང་བར།

ngar dzin trul pe je su mi drang war
without pursuing the delusion of ego-clinging,

བུམས་དང་སྣང་རྗེས་ཤེས་རྒྱད་བརྒྱན་པར་ཤོག།

sham dang nying je she gyu len par shog
may their minds be saturated with love and compassion!

བདག་ཀྱང་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས།

dag chang tul shug shö pa tar shin ne

For myself, having perfected the activity of a mahasiddha,

སྒྲིད་སྐྱེག་རོ་སྟོ་མས་ལའོར་འདས་ཚས་སྐྱར་འབྱོར་སེ།

shi dug ro nyom khor de chö kur jong
may happiness and sadness be of equal taste, and Samsara and Nirvana be purified as the Dharmakaya!

ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྡན་གྱིས།

shog le nam gyal drel tse dön den gyi
Victorious in all directions, with every connection that I make a meaningful one,

ཕྱིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་འཇའ་ལྷས་འགྲུབ་པར་ཤོག། ཕཎ།

trin le tar shin ja lu drub par shog PE
may I perfect enlightened activity, and attain the rainbow body! PHAT

ཅེས་བརྗོད་ལྟ་བུའི་ངང་མདངས་བསྐྱེད་སེ། སྙིང་རྗེ་ཚེན་པོའི་རྩིས་ཟེན་པས། བདེ་སྐྱེག་གཏོང་ལེན་དམིགས་པ་

དང་། ཚོས་གྱི་སྐྱེན་པ་རྣམ་དག་བྱེ། འབྲེལ་ཐོགས་བཟང་ངན་གསལ་ལམ་འགོད་ཅེས་མ་ཡེ། མ་མ་གོ་ལིང་ས་མརྟེ།

Having said that, maintain the clarity of the View. Using the transformative power of great compassion, visualize exchanging your happiness for others' suffering. Give the completely pure gift of the Dharma. Establish whoever you encounter, good or bad, on the path to liberation. SA MA YA MA MA KO LING SA MANTA.

བདེ་སྐྱེག་གཏོང་ལེན་ནི། བདག་གི་བདེ་བ་ལྟ་འདྲེར་གཏོང་བ་དང་། ལྟ་འདྲེའི་སྐྱེག་བསྐྱེད་ལ་ངང་གིས་ལེན་པའོ།

ཚོས་གྱི་སྐྱེན་པ་ནི།

Regarding giving and receiving happiness and suffering: one's own happiness is given to the demons, and their suffering is received by oneself. The gift of the Dharma is as follows:

ཚོས་རྣམ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལས་བྱུང།

chö nam tam che gyu le jung
All phenomena arise from causes.

དེ་རྒྱུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།

de gyu de shin sheg pe sung
Those causes were taught by the Tathagata.

རྒྱུ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ།

gyu la gog pa gang yin pa
All causes also have their cessation.

དགེ་རྒྱུ་ཆེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས།

ge jong chen pö di ke sung
The great sage spoke these words.

ཞེས་དང།

Say that, and:

སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞེད།

dig pa chi yang mi sha shing
Do not commit even a single negative action;

དགེ་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱ།

ge wa pun sum tsog par she
but practice a wealth of virtues.

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།

rang gi sem ni yong su dul
Again and again tame your own mind:

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན།

di ni sang gye ten pa yin
this is the teaching of the Buddha.

ཞེས་དང།

Say that, and:

འབྱུང་པོ་གང་དག་འདིར་ནི་ལྷགས་གུར་ཏམ།

jung po gang dag dir ni lhag gyur tam
Whatever spirits are still left here,

སའམ་འོན་ཏེ་བར་སྣང་འཁོད་ཀྱང་རུང།

sa am ön te bar nang khö chang rung
or reside in earth or sky, or wherever they may be,

སྐྱེ་དགུ་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་བྱམས་བྱེད་ཅིང།

she gu nam la tag tu sham she ching
may they constantly love all beings,

ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཚོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

nyin dang tsen du chö la shö par shog
and practice the Dharma day and night!

ཅེས་སོགས་ཤིས་སྦྱོན་བརྗོད་པར་བྱའོ།།

Recite these and other auspicious prayers.