

ཕྱི་ཚེ་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་ཇི་འབངས་ཉེར་ལྔའི་གསོལ་འདེབས་བཞུགས་སོ།

Prayer to Guru Rinpoche, His Manifestations and the Twenty-five Disciples

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་དངོས་རིགས་གྲི་བདག། །ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་འཁོར་ལོ་བསྐྱུར་པ་པོ།

DUSUM GYALWA KUN NGO RIG GYEI DAK TRINLE NAM SHYII KHORLO GYUR WA PO

You are the embodiment of all the conquerors, past, present and future- the lord of one hundred buddha families. You rule over the four enlightened activities.

སྐྱང་སྲིད་དབང་དུ་འདུས་པའི་མཐུ་བསྟོབས་ཅན། །པརྩ་འབྱུང་གནས་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

NANG SI WANG DU DU PE TU TOB CHEN PEMA JUNGE SHYAP LA SOLWA DEP

You possess the power to magnetize everything that appears and exists, Padmakara, at your feet we pray!

དྲོ་རྩེ་རིན་ཆེན་པརྩ་ཀམ་དང། །བུ་རྩུ་ཐོད་ཕྱིང་རིགས་མཚོག་རྣམ་པ་ལ།

DORJE RINCHEN PEMA KARMA DANG BUDDHA TOTRENG RIG CHOK NAMPA NGA

Vajra, Ratna, Padma, Karma and Buddha-the five supreme families of Totreng;

འཚི་མེད་པད་འབྱུང་པརྩ་སོ་སྟོ་ལ། །ལོ་ལྷན་མཚོག་སྲིད་པརྩ་རྒྱལ་པོ་ཅུ་ལ།

CHI ME PEJUNG PADMA SAMBHAWA LODEN CHOKSE PEMA GYALPO TSAL

the immortal Padmakara, Padmamasambhava, Loden Chokse, Pema Gyalpo

ཤཀུ་སེང་གཉི་མ་འོད་ཟེར་དང། །སེང་གཉི་སྐྱེ་བསྟོགས་དྲོ་རྩེ་གྲོ་བོ་འོད།

SHAKYA SENGE NYIMA OZER DANG SENGE DRADOK DORJE DROLO SOK

Shakya Senge, Nyima Ozer, Senge Dradok, Dorje Drolo and the like,

གང་ག་དུལ་སྐྱེ་འཕྱུལ་བུ་བའི་རྩུལ་འཆང་བ། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

GANG DUL GYU TRUL DRAWE TSUL CHANGWA KYAP NE KUN DU CHOK LA SOLWA DEP

assuming every kind of miraculous manifestation needed to tame beings, and embodying every source of refuge to you we pray!

སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་བ་མཚོག་དབྱངས་སྲི། །ནམ་མཁའི་སླིང་པོ་རྣམ་ཀུན་ལ།

SANGYE YESHE GYALWA CHOK YANG DE NAM KHE NYING PO JNANA KUMARA

Sangye Yeshe, Gyalwa Chokyang Namkhe Nyingpo, Jnanakumara,

།ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཞབས། །དཔལ་གྱི་སིང་གི་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

YESHE TSOGYAL, PAL GYI YESHE SHYA PAL GYI SENGE NAM LA SOLWA DEP

Yeshe Tsogyal, Palgyi Yeshe and Palgyi Senge, to you we pray!

།བེ་རོ་ཙན་ཚེས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲིང་ཞབས། །གཡུ་སྐྱ་སླིང་པོ་དེ་རྗེ་བདུད་འཛོམས་རྩལ།

VAIRO TSANA CHO GYAL TRI SONG SHYAP YUDRA NYINGPO DORJE DUDJOM TSAL

Vairochana, King Trisong Detsen, Yudra Nyingpo, Dorje Dudjum,

།ཡེ་ཤེས་དབྱངས་དང་སོག་པོ་ལྷ་དཔལ་ལྷ། །སྐྱ་ནམ་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

YESHE YANG DANG SOKPO LHA PAL DE NANAM YESHE NAM LA SOLWA DEP

Yeshe Yang, Sokpo Lhapal and Nanam Yeshe, to you we pray!

།དཔལ་གྱི་དབང་ལྷུག་ལྷན་མ་རྩེ་མང་དང་། །སྐྱ་བ་དཔལ་བརྩེགས་ལུང་བུ་དཔལ་གྱི་སིང་།

PAL GYI WANG CHUK DENMA TSE MANG DAN GKAWA PAL TSEK SHUBU PAL GYI SENG

Palgyi Wangchuk, Denma Tsemang, Kawa Paltsek, Shubu Palgyi Senge,

།རྒྱལ་བའི་སློ་བྲོས་འབྲོག་བན་ལོ་རྩྱ་བ། །དྲན་པ་ནམ་མཁའ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

GYAL WE LODRO DROK BEN LOTSAWA DRENPA NAMKHA NAM LA SOLWA DEP

Gyalwe Lodro, Drokben Lotsawa and Drenpa Namkha, to you we pray!

།འོ་འབྲན་དབང་ལྷུག་མ་ཐོག་རིན་ཆེན་མཚོག། །དཔལ་གྱི་དེ་རྗེ་ལང་གོ་དོན་མཚོག་འབྲུང་།

ODREN WANG CHUK MA THOK RINCHEN CHOK PAL GYI DORJE LANG DRO KONCHOK JUNG

Odren Wangchik, Ma Rinchen Chok, Palgyi Dorje, Langdro Konchok Jungne and

།རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ་དགོངས་པ་མངོན་དུ་གྱུར། །ཐུགས་བརྩེ་རིག་འཛིན་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

GYALWA CHANG CHUB GONGPA NGON GYUR TUK SE RIDZIN NAM LA SOLWA DEP

Gyalwa Changchub -you who actualized the wisdom mind of the buddhas-Vidyadharas and the heart-disciples, to you we pray!

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ། །བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་རིག་འཛིན་སྐུ་ལ་པའི་ཚོགས།

SOLWA DEP SO ORGYEN RINPOCHE CHIN GYI LOB SHIK RIGDZIN TRUL PE TSOK

To you we pray, Orgyen Rinpoche, inspire us with your blessings, assembly of the vidyadhara emanations.

མྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་། །བསམ་པ་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཇེད་དུ་གསོལ།

CHI NANG SANGWE BAR CHE SHYI WA DANG SAMPALHUN GYI DRUP PAR DZE DU SOL

Pacify our obstacles, inner, outer and secret. Make all our aspirations be spontaneously fulfilled.

ལུས་ངག་ཡིད་ལ་དོ་རྗེ་དབང་བཞི་བསྐྱར། །ནད་གདོན་སྲིག་སྲིབ་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་གསོལ།

LU NAK YI LA DORJE WANG SHYI KUR NE DON DIK DRIP BARCHE YING SU SOL

Bestow on our body, speech and mind the four vajra empowerments. Dispel illness, harmful actions, obscurations and obstacles into space.

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཤིན་ལས་དངོས་གྲུབ་བསྐྱོལ། །རྣམ་གོལ་སྐྱུ་བཞི་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KU SUNG TUK YON TRIN LE NGO DRUP TSOL NAM DROL KU SHYI TOB PAR CHIN GYI LOP

Grant us the siddhis of enlightened body, speech, mind, qualities and activities.

Inspire us with blessings, to obtain the four kayas of complete enlightenment! Pray like this with piercing intensity. In accord with the prayer of one with devotion, by the name of Natha, this was

ཞེས་པའངས་གྲུ་རུའི་གསོལ་འདེབས་ཉུང་དུར་དུ་བསྐྱས་པ་འདི་ཡང་གངས་ལྗོངས་རིས་མེད་བསྟན་པ་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་བདག་འཇམ་

དབྱངས་མཁྱེན་བཙུང་དབང་པོའི་གསུང་བྱིན་རྫོབས་ཅན་ལོ།།

written by Khyentse Wangpo, the favourite

servant of the lake-born Guru. Siddhi bRastu!

༥ །སྒྲོན་འགྲོ་མདོར་བསྐྱུས་བྱང་རྒྱུ་ལམ་བཟང་བཞུགས་སོ།། །།

THE EXCELLENT PATH TO ENLIGHTENMENT: A SHORT PRELIMINARY PRACTICE

།སྒྲོ་མ་མཁྱེན་མོ། LAMAKYENO! Lama know me! ལན་གསུམ་བཟོད། [Recite this three or more times.]

THE SIX CONTEMPLATIONS

དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་དོན་ཆེན་ཐོབ་དུས་འདིར། །སྒྲོད་བཅུད་མི་ཉག་ཅན་པས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་ནས།

DAL JOR NYE KA DÖN CHEN TOB DU'IDIR NÖ CHU MITAK DRENPE GYU KUL NE

Now that I possess these freedoms and endowments, so difficult to obtain, and of such importance, may I arouse my mind by remembering the impermanence of the universe and beings.

།སྲིད་གསུམ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་མཚོ་ལས་ངས་འབྱུང་ཕྱིར། །སྒྲོང་དོར་མ་ནོར་ལམ་ལ་བརྩོན་རྒྱས་ཤོག།

DIR.SI SUM DUNGEL TSO LE NGE JUNG CHIR LANG DOR MA NOR LAM LA TSÖN NU SHOK

To free myself truly from the ocean of suffering of the three worlds, without confusing what is to be adopted and what is to be abandoned, may I persevere in the path. །ཅེས་མཛུགས་སོ།

(These four lines were written by Mangala, or Dilgo Khyentse Rinpoche).

TAKING REFUGE AND BODHICHITTA PRACTICE

ན་མོ། བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་བྱང་རྒྱུ་བར། །རྩ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚི།

NAMO DA SOK DRO KUN CHANG CHUPBAR TSAWA SUM LA KYAP SU CHI

Homage! Until the enlightenment of myself and all beings, I take refuge in the Three Roots.

།གཞན་དོན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །སྒྲོན་འཇུག་དོན་དམ་བྱང་སེམས་བསྐྱེད།

SHEN TÖN SANG GYE TOB CHE SHIR MÖN JUK TÖN DAM CHANG SEM KYE

To obtain Buddhahood for the benefit of others, I generate bodhicitta, as aspiration, as action, and in its absolute meaning. (Dissolve the visualization and dedicate the merit.)

VAJRASATTVA PRACTICE

ཨེ་ བདག་ཉིད་སྤྱིར་བོར་པད་རྒྱའི་སྤྱིང། །སྒྲོ་མ་དོར་སེམས་ཡབ་ཡུམ་གྱི།

AH DANYI CHIWOR PE DE TENG LAMA DORSEM YAB YUM KYI

Ah! On the crown of my head, on a lotus and a moon, sits GuruVajrasattva in union with his consort.

consort. །ཐུགས་ཀའི་སྤྲུགས་ལས་བདུད་ཚིའི་རྒྱན། བབས་པས་ནད་གདོན་སྲིག་སྲིབ་སྤངས།

TUK KE NGAK LE DUTSI GYUN BAP PE NE DÖN DIK DRIP JANG

From the mantra in his heart falls a stream of nectar, which purifies illness, harmful influences, negative actions and defilements. [*Recite the hundred-syllable mantra.*]

ཨོྩ་བཏྟ་ས་ཏཱ་ས་མ་ཡེ། མ་རུ་ཕུ་ལ་ཡེ། བཏྟ་ས་ཏཱ་ཏཱ་ཀོ་པ་ཏི་ལྷེ། དི་ལྷོ་མི་གྲ་མེ།

OM BENZARSATTO SAMAYA MANUPALAYA BENZARSATTO TENOPATICH'TRA DRIDHO ME BHAWA

སུ་ཏྟོ་ཕྱོ་མི་གྲ་མེ། སུ་ཕོ་ཕྱོ་མི་གྲ་མེ། ཨ་རུ་རྟོ་མི་གྲ་མེ། སའ་སི་ཏྱི་སྲི་ཕུ་ཡ་ལྷོ།

SUTOKOYO ME BHAWA SUPOKOYO MEBHAWA ANURAKTO ME BHAWA SARWA SIDDHI ME PRAYATSA

སའ་ཀམ་སུ་ཙ་མི། ཙོ་ཏྱི་ཡི། ཀུ་རུ་ཏྱི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ།

SARWA KARMA SUTSA ME TSITTAM SHIRYAM KURU HUNG'HA HA HA HA HO

གྲ་ག་ལྷ་ནས་འ་ཏ་གྲ་ག་ཏ་བཏྟ་མ་མི་སུ་ཏྱུ་བཏྟི་གྲ་མེ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་ས་ཏཱ་ཨུ།

ཡི་གོ་བརྒྱ་པ་ཙེ་རུ་ས་སུ་བཏྟོད་པའི་མཐར།

BHAGAWAN SARWA TATHAGATA BENZAR MAME MUN TSA BENZI BHAWA MAHA SAMAYA SATTO AH

[*Visualize yourself as Vajrasattva and recite the six-syllable mantra.*]

དོར་སེམས་འོད་ལྷུང་ལ་བེམ། DORSEM Ö SHU RANG LA TIM

Vajrasattva melts into light and dissolves into me.

[*Visualize yourself as Vajrasattva and recite the six-syllable mantra.*]

ཨོྩ་བཏྟ་ས་ཏཱ་ཏྱི། OM BENZAR SATTO HUNG

**OFFERING OF THE MANDALA**

[Begin each session by going through the previous stages of the ngondro, then visualize the assembly of those to whom you are making the offering.]

ཨོྩ་ཨུ། སྐྱ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་ལོངས་སྤྱོད་དང་། ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོན་པའི་སྤྱིན།

OMAH HUNG KU SUM SHING KHAM LONG CHÖ DANG CHI NANG SANG WE CHÖPE TRIN

I offer to the Buddhafields of the Three Kayas, riches, and clouds of offerings, outer, inner, and secret, དགོན་མཚོག་རྩ་བ་གསུམ་ལ་འབུལ། བཞེས་ནས་མཚོག་གུན་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ།

KÖNCHOK TSAWA SUM LA BUL SHE NE CHOK TUN NGÖDRUP TSÖL

To the Three Jewels and the Three Roots. Accept them, and grant  
the supreme and common accomplishments

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རློབ་གུ་རུ་དེ་མཁའ་ཀློག་མཁའ་ལྷ་རི་ལྷ་ར་རྩུ་མཁའ་ལྷ་ཇ་མི་གྲུ་ཧཱུྃ་།

OM AH HUNG GURU DE WA DAKINI SAPARIWARA RATNA MANDALA PUJA MEGHAAH HUNG

[At the end of the session, dissolve the visualization and dedicate the merit.]

GURU YOGA

[Having gone briefly through the previous sections of the ngondro, concentrate on the  
visualization and recitation of the Guru Yoga.]

རང་མདུན་ནམ་མཁའ་འཇམ་འོད་གློང་།                      ཅུ་བའི་གླུ་མ་ཐོད་ཐོང་ཅུ་ལ།

RANG DUN NAMKHAR JA Ö LONG                      TSAWE LAMA TÖTRENGTSEL

Before me in the sky, in an expanse of rainbow light, is my root teacher, Pema Thötrengetsal,

བརྒྱུད་གསུམ་རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐོར།                      ལྷོ་བས་ཀུན་འདུས་པའི་ངོ་བོར་བཞུགས།

GYU SUM RIGDZIN GYAMTSÖ KOR                      KYAP KUN DUPE NGOWOR SHUK

Surrounded by the ocean of Knowledge Holders of the three transmissions, he is the union of all  
objects of refuge.                      THE SEVEN-LINE PRAYER

ཚིགས་བདུན་གསལ་འདེབས་དང་བསྐྱེན་པ་བཟོ་གུ་རུ་ལ་འབད།

[Endeavor in the recitation of the Seven-Line Prayer and the Vajra Guru mantra.]

རློབ་ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་མུ་                      པདྨ་གི་སར་སྤོང་པོ་ལུ་།

HUNG ORGYEN YUL KYI NUB CHANG TSAM                      PEMA KESAR DONGPO LA

Hung! Born in the northwest land of Uddiyana, on the pollen bed of a lotus stem,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེས་མུ་                      པདྨ་འབྲུང་གནས་ཞེས་སུ་བྲགས་མུ་།

YAMTSEN CHOK KI NGÖDRUP NYE                      PEMA JUNGNE SHESU TRA

Wondrously, you attained supreme accomplishment. You are renowned as the Lotus Born,

འཕོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱོར་མུ་                      ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྐྱབས་གྱིས་མུ་།

KOR DU KHANDRO MANGPÖ KOR                      KHYE KYI JESU DA DRUP KYI

Surrounded by retinues of many dakinis. Emulating you, I will perfect myself.

བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་ས་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ། གུ་རུ་པ་རྩ་སྐྱི་རྩྱེ།

CHIN KYI LOP CHIR SHEK SU SÖL GURU PEMA SIDDHI HUNG

Come then, I pray, bestow your blessings.

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རྩྱེ་བརྩ་གུ་རུ་པ་རྩ་སྐྱི་རྩྱེ།

OM AH HUNG VAJRA GURU PEMA SIDDHI HUNG

*[First, complete 100,000 recitations of the Seven-Line Prayer, concluding each session by reciting the Vajra Guru mantra a few hundred times, and receiving the four empowerments as below. When this has been done, proceed to the 1,300,000 recitations of the Vajra Guru mantra. Begin each session by reciting the Seven-Line Prayer 7 or 21 times and spend the rest of the time reciting the Vajra Guru mantra. At the end of each session receive the four empowerments and dissolve the visualization.]*

གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་འོད་ཟེར་གྱིས། ། བྱིན་རྒྱབ་ས་དབང་དང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ།

NE SUM DRU SUM ÖZER KYI CHIN LAP WONG DANG NGÖDRUP TOP

Through the three light rays from the three seed-syllables at the three places I obtain blessings, empowerments and accomplishments.

ལྷ་མ་འོད་ལྷུ་རང་ལ་ཐིམ། ། དབྱེར་མེད་མ་བཅོས་ལྷུག་པར་བཞག།

LAMA Ö SHU RANG LA TIM YERME MACHÖ LHUKPAR SHA

The Guru melts into light and dissolves into myself. Inseparable from him, rest in simplicity.

*Dedicate the merits.* །ཞེས་པ་འང་མཁུན་བརྩེའི་དབང་པོས་སོ། ། *This was written by Khyentse Wangpo.*

༎ །དཔལ་ལྷན་སྐྱོ་མའི་སྐྱེ་ཆོ་རབ་བརྟན་ཅིང་། ། བསྟན་པའི་སྐྱིན་བདག་མངའ་ཐང་དར་བ་ཡིས།

PAL DEN LAMAI KUTSE RAB TEN CHING TENPAI JIN DAK NGA THANG DAR WAYI

Through the perfectly firm life of the glorious guru, through the unceasing prosperity of the patrons of the Teaching,

ཆོས་སྲིད་མི་རྣམས་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་མཚན་བསྐྱེད་ས། ། མཚོ་སྐྱེས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

CHO SID MI NUP NOR PU GYALTSEN DRENG TSOKYE GYALVI TEN PAGYA GYUR CHIG

Through the undecending dominion of the Dharma, raising the jewelled banner of victory, may this Teaching of the Lake Born-Buddha flourish and spread. *(by Mipham Rinpoche)*

།མདོ་སྤྲལ་ཚེས་ཚུལ་ཚང་ལ་མ་ཉེ་བ། །མཁས་ཤིང་གྲུབ་བསྐྱེས་རིག་འཛོམ་བརྒྱུད་པའི་སྲོལ།  
DO NGAK CHHO TSUL TSHANG LA MA NOR WA KHAY SHING DRUP NYEY RIG DZIN GYU PAI SOL

May the tradition of the Vidhyadhara lineage of those endowed with learning and realization,

།ཐུབ་བསྟན་སླིང་པོ་གསང་སྤྲལ་སྲ་འགྱུར་པའི། །བསྟན་པ་འཕེལ་རྒྱས་འཇམ་གླིང་བྱུང་གྱུར་ཅིག །།  
THUP TEN NYINH PO SANG GNAK NGA GYURPAI TENPA FELGYAY DZAM LING KHYAP GYUR CHIG

the essence of the Buddha 's teachings, the secret Mantrayana, and the early transmission school  
increase and spread throughout the world.

#### DEDICATION OF MERIT

*All virtue that I have accumulated in all of my lives up to this moment, including the merit generated by this practice, I offer to the well-being of all sentient beings. May disease, hunger, war and suffering diminish for all sentient beings, and may their wisdom and compassion increase in this and in future lives. May I clearly realize that all experiences are insubstantial like the tissue of dreams during night-time and immediately awake to realize the manifestation of pure wisdom in the arising of all phenomena. May I quickly achieve enlightenment in order to work unceasingly for the liberation of all beings.*

***Lotus, born from a stainless lotus,***

***the Supreme Deity, Padmasambhava of the Lotus Family.***

***Outside pure. Inside pure. Just like the bud of a lotus.***

***Like that, may you serve the teachings of the Lotus Born, Padmasambhava.***