

འུཾ རྫོང་ཆེན་སྣིང་གི་ཐིག་ལེ་ལས་མུཾ  
གཙོད་ཡུལ་མཁའ་འགྲོའི་གད་རྒྱུད་ས་བཞུགས་མུཾ

from

*The Heart Essence of Longchenpa*

# The Chöd Practice

## “The Bellowing Laugh of the Dakini”



**Palyul Changchub Dargyeling Ohio**  
**Damchö Rinchen**

January 2023, Version 11

© 2019 by Damchö Rinchen

All rights reserved.

This text, or parts thereof, may not  
be reproduced in any form  
without permission from the publisher.  
Printed in the USA

Published by Damchö Rinchen  
Palyul Changchub Dargyeling Ohio PO Box 202  
Richfield OH 44286  
330-659-0468  
damchorinchen@palyulohio.org

གཙོད་ཡུལ་མཁའ་འགྲོའི་གད་རླུང་ས་བཞུགས།

The Chöd Practice  
The Bellowing Laugh Of The Dakini

༄༅། །དབྱིངས་ཕྱག་བདེ་ཆེན་མཚོ་རྒྱལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། རང་བཞིན་རྗོགས་པ་ཆེན་པོ་  
ནི། ཉག་གཅིག་རྩེ་ནས་གཙོད་པའི་ཕྱིར། གཙོད་བྱ་གཙོད་བྱེད་ལས་འདས་ཀྱང་། སྲོལ་པ་ཅན་  
གྱི་གང་ཟག་དང་། བརྟལ་ཞུགས་སྲོད་པ་ལས་སྲོད་ཕྱིར། སུང་པོ་གཟན་བསྐྱར་མན་དག་བརྟན་  
དེ་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་ནི། དེགས་པ་ཟེལ་གྱིས་གནོན་པའི་ཕྱིར། སྲེར་བཞེ་མ་ཉམས་གཅན་  
གཟན་ལྷགས། ལྟ་བུམ་འབྲུབས་ཅོག་ཕུ་དང་། སྲོད་པ་མས་འཛེགས་འཕྲི་ཀ། ལྟ་འདྲི་  
དབང་སྲུང་མཚོག་ཆེན་རྐང་། སྲུང་བ་ཟེལ་གནོན་ལྟུ་མ་རུ། མ་ཚོགས་དབང་སྲུང་དུམ་གཡེར་དང་  
། སྲུག་གཟིག་རས་མ་སྐའི་ཅོད་པར། མདོར་ན་བརྟལ་ཞུགས་སྲོད་པ་ལ། འོས་པའི་ཆས་རྣམས་  
སྲུ་གོན་བྱ། དེ་ནས་ས་གཞན་དམིགས་སུ། སོ་ཚོད་ལྟ་འདྲེར་བརྟལ་སེམས་དང་། ཆོས་  
བརྒྱད་བསམ་པས་མ་ཡིན་པར། ཚད་མེད་བཞེ་ཡིས་དཔའ་གདེང་བསྐྱེད། སྲུང་བ་གང་ཤར་ཐོག་  
བརྗིས་བྱ། དེ་ཚོ་ཟེལ་གནོན་དམིགས་པ་ཡིས། མ་གཅུན་དག་ལ་བྱ་ཤོར་མཚུངས། དེ་ཕྱིར་རིག་  
པ་བརྟལ་ཞུགས་དང་། སུ། ཅེས་རང་གི་སྲིད་ག་ནས། གནམ་ལྷགས་རྗེ་རྗེ་ཅེ་དགུ་པ། སྲ་བརྟན་  
ལྷ་ཞིང་འཐས་པ་ལ། འོད་ཟེར་མི་དཔུང་འབར་བཞིག། གང་དམིགས་གཞན་སར་ཐོག་ལྟར་  
པོབ། དེར་གནས་ལྟ་འདྲི་དཔུང་དང་བཅས། འགོས་ཤིང་འཁྲེར་བའི་དབང་མེད་པར། དཔའ་  
ཟེལ་ཆག་སྲེ་གནས་པར་བསམ། དེ་ནས་ཚུལ་འཚོས་རོ་ཚོ་སོགས། ཐ་མལ་འཁྲུ་འཕྲིགས་སྲོ་  
སྲངས་ལ། བརྟལ་ཞུགས་རང་མའི་གདེང་ལྟན་པས། འགོ་ལུགས་རྣམ་པ་བཞི་དག་ལས། ལྟ་  
བའི་གདེང་འགོས་ལུགས་གྱིས་འགོ། དེ་ཡང་སྲུང་སྲིད་ལྟ་འདྲི་དང་། གནས་གདོན་ལས་འདྲི་  
འཁྲུམ་པོ་ཀུན། བཀུག་ལ་ར་ལུག་བདས་པ་བཞིན། གཞན་སར་རང་དབང་མེད་པར་གཅུར།  
གནས་དེར་སྲེབས་མ་ཐག་ཉིད་དུ། དག་ལུལ་འབར་བའི་སྲུངས་སྲུབས་གྱིས། ལྟ་འདྲི་ཀུན་གྱི་  
རྐང་པ་ནས། བརྟལ་སྲེ་ལྟ་ལ་ལན་གསུམ་བསྐྱོར། དབང་ཆེན་གཞི་ལ་བརྟལ་པར་བསམ།  
ཅོག་ཕུ་སྲུན་བཅས་ལུགས་གྱིས་བསྐྱར། ལྟ་འདྲི་རི་ལྟར་བྱིངས་ཆེ་ཡང་། མི་ལྟོངས་མི་སྲིད་ཟེ་  
ལོ་ལ་འགོ། རྣལ་འབྱོར་བརྟལ་ཞུགས་རྒྱུར་ན། རིམ་པས་སྲོ་དང་སྲུར་ཏེ་བྱ།

*I prostrate to the queen of space, the lady of great bliss, Yeshé Tsogyal.*

*Since the root [of samsara] is totally severed, true nature, the great perfection, transcends the cutter and the cut. But for those who enjoy elaboration and wish to accomplish the path of yogic conduct, I will teach the pith instructions for offering one's body as food.*

*The articles needed for this are as follows: to overpower malicious spirits, a wild animal's skin with the claws intact; to symbolize the descending view, a small tent; to show the ascending conduct, a khatvanga; to have authority over the demons, a thighbone trumpet; to overpower appearances, a chöd drum; and to dominate the hosts of dakinis, bells, small bells, and tassels with chevrons made of tiger skin, leopard skin, cotton cloth, and small plaits of human hair. In brief, to practice yogic conduct, prepare the necessary 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, not maintaining focused concentration on overpowering appearances is like being infiltrated by spies. Therefore, maintain awareness through yogic conduct.*

*With the sound of PHAT, from your heart center comes a nine-pointed vajra of meteoric iron, solid, firm, heavy, and strong. Blazing with light and masses of flames, it strikes like lightning on the fearful power spot. The hordes of demons dwelling there are unable to scatter and escape. Think that they are stuck there, with their bravery and strength broken. Then, abandoning pretense, shyness, ordinary doubts, hesitation, and so forth, with strong confidence in yogic conduct, walk powerfully, the walking style of perfect view among the four different styles of walking.*

*Furthermore, 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: hold 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 may be powerful, it is impossible that they won't become provoked and frantic. If your training in yogic conduct is weak and ineffectual, apply this according to the level of your realization.*

༄༅། །གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཚིག་བདུན་གསལ་འདེབས་བཞུགས་སོ།།

Seven-Line Prayer to Guru Rinpoche

ཧྲུང་ ཨོ་ རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་མུ་

**hūng orgyen yulgyi nubjang tsam**

HŪM On the northwest border of the country of Uḍḍiyāna,

པུ་གོ་སར་སྤྲོད་པོ་ལུ་

**pema gésar dongpo la**

In the pollen heart of a lotus,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་སྲུབ་བརྟེན་མུ་

**yatsen chokgi ngödrub nyé**

You attained the most marvelous spiritual accomplishment.

པུ་ལྷ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་བྲགས་མུ་

**pema jungné shyésu drak**

Renowned as the Lotus Born,

འཁོར་དུ་མཁའ་འགོ་མང་པོས་བསྐོར་མུ་

**khordu khandro mangpö kor**

You are surrounded by a retinue of many dakinis.

ཁྱེད་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་གྱི་མུ་

**khyedkyi jésu dakdrub kyi**

As I practice, following in your footsteps,

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་མུ་

**jingyi labchir shéksu sol**

Pray come forth and grant your blessings!

གུ་རུ་པུ་སྤྲོད་མུ་

**guru pema siddhi hūng**

ལན་གསུམ།

Recite three times

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

**okmin chökyi yingkyi podrang du**

In the Dharmadhatu palace of Above All,

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་འོ་བོ་ཉིད།།

**düsum sangyé küngyi ngowo nyid**

You are the very embodiment of the buddhas of the three times,

རང་སེམས་ཚོས་སྐྱོ་མཛོན་སུམ་སྟོན་མཛད་པ།།

**rangsem chöku ngönsum töndzed pa**

Who directly reveals my own mind as the dharmakaya.

རྩ་བའི་གླ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**tsawé lamé shyab la solwa deb**

At the feet of the root guru, I supplicate!

དཔལ་ལྡན་རྩ་བའི་གླ་མ་རིམ་ཆེ།།

**palden tsawé lama rinpoché**

Glorious root guru, precious one,

བདག་གི་སྦྱི་བོར་པདྨའི་ཟེའུ་འབྲུལ།།

**dakgi chiwor pemé zeudru la**

Upon the pollen heart of the lotus at my crown,

བྲལ་བ་མེད་པར་རྟག་པར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་།།

**dralwa médpar takpar shyukné kyang**

Remaining forever, never parting,

བཀའ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་སྐྱོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ།།

**kadrin chenpö goné jézung té**

Hold me with your great kindness and

སྐྱོ་གསུང་བྲགས་ཀྱིས་དངོས་སྲུབ་སྦྱུལ་དུ་གསོལ།།

**kusung tukyi ngödrub tsaldu sol**

Grant the siddhis of enlightened body, speech, and mind.

སྣ་བསམ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན།།

**masam jödméd shérab parol chin**

Transcendent wisdom, inexpressible, inconceivable, and ineffable,

མ་སྐྱེ་མི་འགགས་ནམ་མཁའི་རོབ་ཉིད།།

**makyé migak namkhé ngowo nyid**

Unborn and unceasing, the very nature of space,

སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྣོད་ཡུལ་བ།།

**soso rangrik yeshé chödyul wa**

The domain of distinguishing, self-knowing wisdom—

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**düsum gyalwé yumla solwa deb**

I supplicate the mother of the conquerors of the three times.

ཕ་བརྒྱད་ཐབས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**pagyüd tabkyi gyüdpā la solwa deb**

I supplicate the skillful method male lineage.

མ་བརྒྱད་ཤེས་རབ་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**magyüd sherab kyi gyüdpā la solwa deb**

I supplicate the wisdom female lineage.

སྐལ་ལྷན་ཉམས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**kalden nyamkyi gyüdpā la solwa deb**

I supplicate the lineage of fortunate ones with meditational experience.

སྤུང་ཐོབ་གཙོད་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**druftob chödkyi gyüdpā la solwa deb**

I supplicate the chöd lineage of siddhas.

སྟོབས་ལྷན་ཚོས་སྣོད་གི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**tobden chökyong gi gyüdpā la solwa deb**

I supplicate the lineage of powerful dharma protectors.

འབྲུལ་སྤང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ལ།།

**trulnang jikten gyi jawa la**

Deluded appearances and worldly activity—

ཞེན་པ་ལོག་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།།

**shyenpa lokpar jingyi lob**

Bless me to reverse clinging to them.

འབྲུང་བཞིས་བསྐྱས་པའི་སྐྱུ་ལུས་ལ།།

**jungshyi düpé gyulü la**

This illusory body, the amalgam of the four elements—

གཅེས་འཛིན་བྲལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།།

**chédzin dralwar jingyi lob**

Bless me to be free of cherishing and grasping.

འགལ་རྐྱེན་ནད་གདོན་བར་ཚད་ལ།།

**galkyen nedön barchéd la**

All hindrances, illnesses, negative forces, and obstacles—

རོ་སྦྱོམས་རྣམས་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།།

**ro'nyom nüpar jingyi lob**

Bless me with the capacity to see them with equanimity.

སྤང་སྲིད་སེམས་ཀྱི་ཚོའབྲུལ་ལ།།

**nangsid semkyi chotrul la**

All appearances are the magical display of the mind—

རང་ངོ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།།

**rang'ngo shépar jingyi lob**

Bless me that I may recognize this nature.

རང་རིག་སྐྱེ་གསུམ་ལྟུན་གྲུབ་ལ།།

**rang'rik kusum lhündrub la**

My own awareness as the spontaneous presence of the three  
kayas—



རང་དབང་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།།

**rangwang tobpar jingyi lob**

Bless me to attain mastery over it.

སྤྱིར་བདག་དང་འགྲོ་བུ་གཞི་མཉམས་ཅན་རྣམས།།

**chirdak dang drodruk semchen nam**

May I and all beings of the six classes in general

གྱུ་གཉིས་འཛིན་ངི་མ་ཀུན་སྦངས་ནས།།

**gyu nyidzin drima kün pang né**

Eliminate our two causes, grasping to duality and all ensuing defilements,

སླ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་ཤོག།

**lamé jangchub tobpar shok**

And attain unsurpassed enlightenment.

ཕཎཎཎ

**phaṭ phaṭ phaṭ**

ཞེས་པའང་རྗེ་རང་བྱུང་རྗོ་རྗེས་སོ།།

This was written by Je Rangjung Dorje

བཏུང་ བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་ཡོན་མཆེད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་ཚོ་རབས་འཁོར་  
 བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དགུ། གཞོན་པར་བྱེད་པའི་བགོགས།  
 ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ཐར་པ་དག་བ་སྐྱབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་བྱེད་པའི་  
 རྒྱུ། གནས་གདོན་ལུས་གདོན་ལས་ཀྱི་གདོན་དང་། རྒྱབ་བརྟེན་སྣ་འབྲེན་སྤྲོད་ཆེ་  
 དང་བཅས་པ། ཚུ་ཚུ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཁམས་གསུམ་མ་མ་རིགས་རྩལ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱབས་གནས་དམ་པ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 འགོ་བར་བགྱེད།།

**phaṭ | dakchak pönlob yönchéd khordang chepa  
 la | tsérab khorwa tokma médpa né | dang war  
 jedpé dra | nödpár jedpé gek | lü'ngak yidsum  
 gyi tarpa géwa drubpa la | bardu chödpa jedpé  
 kyen | nédön lüdön lékyi dön dang | gyabten  
 nadren dongda dang chépa | tsa tsalak dang  
 chepé kham sum pama rik druk semchen  
 tamched kyabné dampa könchok sum la kyabsu  
 drowar gyi'o**

PHAT! Those who have held us, the vajra master and the retinue of  
 disciples, sponsors, and vajra siblings, as bitter enemies throughout  
 our lifetimes in beginningless samsara: the harmful obstructors; all who  
 hinder the practice of mental, verbal, and physical virtues that lead to  
 liberation; negative spirits that dwell in the land or in other's bodies,  
 and those that are karmic; those who push us or lead us to join in non-  
 virtuous actions—indeed, all chief harmdoers, their subordinates, and  
 all parent sentient beings of the six classes go for refuge in the Three  
 Jewels, the sacred objects of refuge.

ཕཏུང་ཕཏུང་ཕཏུང་

**phaṭ phaṭ phaṭ**

བྱུང་པོ་སྤྱོད་མེད་ལྷན་ཆུང་བ་རྣམས་མ་འཇིགས་ཤིག་མ་སྐྱག་ཤིག་མ་དངངས་ཤིག་

**jungpo tramo nyam chungwa nam majik shik  
ma trak shik ma ngang shik**

Weak and feeble negative spirits, do not be afraid!  
Feel no terror! Do not panic!

ཀྱེ། ཡར་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་མན་ཆད་ནས་མར་མན་མེད་དཔྱལ་ཁམས་ཡན་ཆད་ཀྱི་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་ཅིག་

**kyé yar sidpé tsémo menched né mar narmé  
nyal kham yenché kyi semchen tamched nyön  
chik**

Kyé From the pinnacle of existence down to the deepest hell  
realm of Ultimate Torment, all sentient beings, listen!

**Self-Visualization**

---

དེ་ནས་རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས། གསང་བ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་མོ་མཚོ། ཆེ་ཆུང་སྤིད་པའི་གཏོས་དང་མཉམ་མེད་རྣམས་  
འགྲུར་རྗེས་པའི་སྐྱར་བསྐྱེད་ལ། མི་ཀང་སྤིད་བྱ་བྲག་ཏུ་འབྱུང་ལྟ་བུའི་དར་བསྐྱེད་ལྷོ་བརྟུང་བྱེད།

*Instantly one becomes Sangwa Yeshé Khandroma, the secret wisdom dakini,  
as large as the entire universe. Visualize her body perfectly complete in every  
aspect. Loudly blow the human thighbone trumpet. Forcefully generate the  
power of realization and perform the dance.*

ཕུཌ། འཇིགས་མེད་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོང་པའི་རྣམས་འབྱོར་ངེ།

**phaṭ jikméḍ tulshyuk chöd pé nal jor nga**  
PHAT! I am a fearless yogi who practices yogic discipline

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

**khordé nyampar dal wé gong chöd kyi**  
Through wisdom activities, which encompass the equality of  
samsara and nirvana,

བདག་འཛིན་ལྷ་འདྲའི་སྤྱིང་དུ་བྱོ་ཞིག་བརྟུང་།

**dakdzin lhadré teng du dro shyik dung**  
I dance and trample upon the demons of ego-clinging

གཉིས་འཛིན་འཁོར་བའི་རྣམ་ཏོག་རྟུལ་དུ་སྦྱོག་།

**nyidzin khorwé nam tok dul du lok**  
And grind samsaric, dualistic thinking into dust!

ཙ་བརྒྱུད་རིག་འཛིན་སྐྱ་མ་བོ་ལ་བྱོན།

**tsagyüd rigdzin la ma dro la jön**

Vidyādhara lamas of the root lineage, come to the dance!

ཡི་དམ་དཔའ་བོ་རྒྱ་མཚོ་བོ་ལ་བྱོན།

**yidam pawo gya tso dro la jön**

Oceans of yidams and ḍākas, come to the dance!

མཁའ་འགྲོ་གནས་ཉུལ་མ་ཚོགས་བོ་ལ་བྱོན།

**khandro né nyül ma tsok dro la jön**

Hosts of ḍākinis, those who roam everywhere, come to the dance!

བརྟུལ་ཞུགས་ལམ་དུ་ལོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

**tülshyuk lamdu long par jin gyi lob**

Grant your blessings to complete the path of yogic discipline

ཕཌཎ། །ཤར་ཕྱོགས་ལུས་འཕགས་སྒྲིང་དུ་བརྟུངས་ཅོན།

**phaṭ sharchok lüpak ling du dung tsa na**

PHAT! While dancing on the eastern [cosmic] continent of Pūrvavideha,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བོ་རྒྱུམ་ལ་འབྲིལ།

**pawo khandrö dro ra dum la kyil**

On the perfectly round arena of the ḍākas and ḍākinis,

ཞེ་སྤང་རྒྱལ་པོའི་མགོ་ལ་ཚེམས་སེ་ཚེམ།

**shyé dang gyalpo go la chem sé chem**

I stomp on the heads of the kings of anger: Chem Sé Chem!

མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་བུ་ཀུ་རུ་རུ།

**melong yeshe ling bu kyu ru ru**

The trumpet of mirrorlike wisdom blows: Kyu Ru Ru!

ཧྱུྃ་ཧྱུྃ་ཧྱུྃ། ཕཌཎ། **hūng hūng hūng phaṭ**

ལྷོ་ཡི་འཛམ་གྲུ་འགྲོ་ལ་བརྟུངས་ཅ་ནེ།

**lhoyi dzambüling la dung tsa na**

While dancing on the southern [cosmic] continent of  
Jambudvīpa,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་རྒྱུར་གསུམ་དབལེ།

**pawo khandrö dro ra zur sum wal**

On the sharp triangular arena of the *ḍākas* and *ḍākinis*,

ང་རྒྱལ་གཤེན་རྗེའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམེ།

**ngagyal shinjé go la chem sé chem**

I step on the head of the arrogant Lord of Death: Chem Sé  
Chem!

མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཐོད་རྩོལ་ལོ།

**nyamnyi yeshé tö nga tro lo lo**

The skullcup drum of equanimity wisdom resounds: Tro Lo Lo!

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ བཟེ་ **hūng hūng hūng phat**

ལྷོ་བྱི་བ་ལང་སྤྱད་ལ་བརྟུངས་ཅ་ནེ།

**nubkyi balangchöd la dung tsa na**

While dancing on the [cosmic] western continent of Godānīya,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་རྒྱུར་གསུམ་འཁྲིལེ།

**pawo khandrö dro ra da gam khyil**

On the semi-circular arena of the *ḍākas* and *ḍākinis*,

འདོད་ཆགས་སྲིན་མོའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམེ།

**dödchak sinmö go la chem sé chem**

I tread on the heads of the female cannibal demons of  
attachment: Chem Se Chem!

སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་རྗེའི་གཡེར་ལོ།

**sortok yeshé dril yer tro lo lo**

The little bells of discriminating-awareness wisdom ring: Tro  
Lo Lo!

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ བཟེ་ **hūng hūng hūng phat**

བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྐྱ་ན་ལ་བརྟུངས་ཅོ་ནེ།

**jangi draminyen la dung tsa na**

While dancing on the [cosmic] northern continent of  
Uttarakuru,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་ར་གྲུ་བཞི་ལམམེ།

**pawo khandrö dro ra drushyi lam**

On the shimmering square arena of the ḍākas and ḍākinis,

སྐྱག་དོག་དམ་སྲིའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམེ།

**trakdok damsi go la chem sé chem**

I trample the heads of the samaya corruptors of jealousy: Chem  
Se Chem!

བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཅོད་པན་སུ་རུ་རུ།

**jadrub yeshé chö pen pu ru ru**

The tassels of all-accomplishing wisdom flutter: Pu Ru Ru!

ཧྱུ་ཧྱུ་ཧྱུ་ བཏེ། **hüng hüng hüng phaṭ**

དབུས་ཕྱོགས་ལྷན་པའི་ཚེ་རུ་བརྟུངས་ཅོ་ནེ།

**üchok lhünpö tsé ru dung tsa na**

While dancing on the central continent of Mount Meru,

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བློ་ར་བྱིན་རེ་ཆགསེ།

**pawo khandrö dro ra jin ré chak**

On the splendid, charming arena of the ḍākas and ḍākinis,

གཏི་མུག་ཤི་འདྲེའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམེ།

**timuk shidré go la chem sé chem**

I trample on the heads of the ghosts of ignorance: Chem Se  
Chem!

ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ཧྱུ་གྲུ་རུ་རུ།

**chöying yeshe hüng lu kyu ru ru**

The melodious HÜNG of dharmadhatu wisdom sounds: Kyu Ru  
Ru!

ཧྱུ་ཧྱུ་ཧྱུ་ བཏེ། **hüng hüng hüng phaṭ**

ཅེས་བརྒྱུད་ཤེས་པ་གཏད་མེད་བཏང་ཅིང་། དེ་ནས་ཅོག་ཕུ་འབྲུབས་པ་ནི་ལྷ་གཞི་དེའི་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་གསུམ་བསྐྱེལ་བའི་ཡན་ལག་ལྔ་རེ་གནས་ལྷ་གསུམ་ཕྱུར་བུ་བཏང་བར་བསམ་ཅིང་།

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

ཕ་ཏཱ་ ཤར་ཕྱོགས་རྩི་རྩེ་མཁའ་འགོ་མས་ཅིང་།

**phaṭ shar chok dor jé khan dromé**

PHAT! The Vajra Ḍākini of the eastern direction

བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་ཕུར་པ་ཁྱེར་ཅིང་།

**jam pa chen pö pur pa khyer**

Carries the stake of great loving kindness.

ལྷོ་ཕྱོགས་རིན་ཆེན་མཁའ་འགོ་མས་ཅིང་།

**lho chok rin chen khan dromé**

The Ratna Ḍākini of the southern direction

སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་ཕུར་པ་ཁྱེར་ཅིང་།

**nying jé chen pö pur pa khyer**

Carries the stake of great compassion.

ཏུབ་ཕྱོགས་པདྨ་མཁའ་འགོ་མས་ཅིང་།

**nub chok pe ma khan dromé**

The Padma Ḍākini of the western direction

དགའ་བ་ཆེན་པོའི་ཕུར་པ་ཁྱེར་ཅིང་།

**ga wa chen pö pur pa khyer**

Carries the stake of great rejoicing.

བྱང་ཕྱོགས་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མས་ཅིང་།

**jang chok lé kyi khan dromé**

The Karma Ḍākini of the northern direction

བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་ཕུར་པ་ཁྱེར་ཅིང་།

**tang nyom chen pö pur pa khyer**

Carries the stake of great equanimity.

དབུས་ཕྱོགས་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོ་མས།

**ü chok sang gyé khan dromé**  
The Buddha Dākini of the central direction

བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་སྤར་པ་ཁྱེར།

**jang chub sem kyi pur pa khyer**  
Carries the stake of bodhicitta.

བདག་འཛིན་ལྷ་འདྲེའི་མགོ་བོ་དང་།

**dak dzin lha dré go wodang**  
By piercing the head

ལྷ་ཚོགས་བཞི་ལ་བཏབ་པ་ཡིས།

**lhu tsik shyi la tab pa yi**  
And four limbs of the demon of ego-clinging,

གཡོ་འགལ་མེད་པར་གནས་པར་གྱུར། །ཕུ།

**yo gul méd par né par gyur phat**  
It is transfixated, unable to move. PHAT!

Repeat the last line

ཅེས་བཛྲོད་བདག་གཞན་ལྷ་འདྲེ་གསུམ། གང་དུ་མི་དམིགས་མཉམ་པར་གཞག། དེ་ནས་ལྷ་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, recognize the demons and engage in the actual giving of your body.*

**Visualizing the Field of Merit**

---

ཕུ། རང་སྣང་འོད་གསལ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས།

**phat rangnang ödsal dé wa chen pö ying**  
PHAT! In the expanse of the self-appearance of utterly lucid  
great bliss,

འབད་ཚོལ་སྤྱོད་པ་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ།

**bedtsol tröpa dral wé nam kha la**  
The space that is free from contrived effort and elaboration,

ཚུ་བའི་སྐྱེ་མ་དུག་པ་རྗེ་རྗེ་འཆང་།

**tsawé lama druk pa dorjé chang**  
Is the root lama as Vajradhara, the lord of the six families,



དགོངས་བརྩན་བརྒྱུད་སྲ་མ་ཡི་དམ་ལྷ་མཚན་།

**gongda nyengyüd la ma yi dam lha**

The gurus and yidams of the mind-to-mind, symbolic, and oral transmission lineages,

མཁའ་འགོ་ཚེས་སྐྱོད་སྤྱང་མ་སྤྲིན་ལྷར་གཏོབས་།

**khandro chökyong sung ma trin tar tib**

And the dākinis, dharmapalas, and protectors, all gathered like clouds,

མ་འགགས་འཇའ་ཚོན་ཐིག་ལེའི་གྲོང་དུ་གསལ་ལུང་།

**magak jatsön tik lé long du sal**

Unobstructed and clear, in a vast, circular rainbow.

ཞེས་པས་ཚོགས་ཞིང་གསལ་བཏབ་ལུང་། ལྷ་འདྲེས་གཙོ་བྱས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལྟེང་ཤེས་སློལ་ཡིས་སྐྱབས་འགོར་དམིགས་།

*Thus, vividly visualize the field of merit and think that all beings, principally the demons, take refuge with fervent devotion.*

## Refuge

---

ཕཌེ་ རང་བྱུང་གི་རིག་པ་བཅོས་མེད་འདི་།

**phaṭ rang jungi rik pa chö méd di**

PHAT! Because unfabricated, self-existing awareness

སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོར་མ་རིག་པས་།

**kyab yülgyi ngo wor ma rik pé**

Is not recognized as the essence of the objects of refuge,

སྤྱག་བསྐྱུལ་གྱི་སྤྱ་མཚོར་བྱིངས་པ་རྣམས་།

**duk ngalgyi gya tsor jing pa nam**

Beings drown in the ocean of suffering.

སྐྱ་གསུམ་གྱི་དགོངས་པས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་ལུང་། ཕཌེ་

**ku sumgyi gong pé kyab tu sol phaṭ**

May the wisdom intent of the three kayas protect us. PHAT!

ལན་གསུམ།

Recite three times

དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ནི།

**Bodhicitta**

---

སྣང་བ་ལ་དངོས་པོར་འཛིན་པའི་སེམས།

**nang wala ngö por dzin pé sem**

The mind that clings to appearances as solidly existing

བརྟུལ་ལྷགས་ཀྱི་སྲོད་པས་ཚར་བཅད་ནས།

**tul shyukyi chöd pé tsar ched né**

Is severed by yogic conduct.

ཡང་དག་གི་གནས་ལྷགས་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར།

**yang dakgi né luk tok jé chir**

So that the perfectly pure nature may be realized,

རེ་དོགས་དང་བྲལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་དོ། བཞ།

**ré dokdang dral war sem kyed do phat**

I generate bodhicitta free from hope and fear. PHAT!

ལན་གསུམ།

Recite three times

དེ་ནས་མཐུལ་ནི། ལོག་པ་རི་རབ། ཡན་ལག་གླིང་བཞི། ཉིང་ལག་གླིང་ཕྱན། མགོ་བོ་ལྷ་གནས། མིག་གཉིས་ཉི་ཟླ། དོན་སྲོད་ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་དུ་བསམས་ལ།

*Then, for the mandala offering, think that the torso of the body is Mount Meru, the limbs are the four continents, the fingers are the subcontinents, the head is the god realm, the eyes are the sun and moon, the five solid and six hollow organs of the body are the wealth of gods and humans.*

**Accumulation of Merit**

---

གཅེས་འཛིན་གྱི་སྤང་པོ་སྐྱེ་མའི་ལུས།

**ché dzingyi pung po gyu mé lü**

This illusory body, this cherished aggregate,

མཐུལ་གྱི་ཚོམ་བྱུང་རབ་བཀོད་ནས།

**man dalgyi tsom bur rab köd né**

Is arranged as the offering substances of the maṇḍala.

ཚོགས་ཞིང་གི་ལྷ་ལ་ལྷོས་མེད་འབུལ།

**tsok shyingi lha la tö méd bul**

Without expectations, I offer it to the assembly of the deities.

བདག་འཛིན་གྱི་ཚ་བ་ཚོད་པར་ཤོག། བཞུགས།

**dak dzingyi tsa wa chöd par shok phat**

May the root of ego-clinging be cut. PHAT!

དེ་ནས་སྤྲོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི།

**Guru Yoga**

---

མཁའ་ལྷ་མཚོ་མེད་ཚོས་སྐྱའི་ནམ་མཁའ་ལ།

**phat ying zakmé chöku namkha la**

PHAT! In the stainless space of the dharmakaya,

མདངས་འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེར་འབྲུགས་པའི་དབུས།

**dang jazer tik ler truk pé ü**

Amid a brilliant mass of bindus and rainbow light,

པ་དུས་གསུམ་ཀུན་མཁྱེན་བདུན་འབྱུང་།

**pa dūsum künkhyen pema jung**

Is Padmakara, the father who knows all the three times,

ཚུལ་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོད་པའི་ཉེ་རུ་ཀ།

**tsul tulshyuk chöd pé hé ru ka**

In the style of a heruka engaging in yogic conduct.

མ་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་དང་བཅས།

**ma khandro gyatsö tsokdang ché**

He is surrounded by a vast assembly of mother dakinis;

སྐྱེ་མཚན་དཔེའི་གཟེ་བྱིན་ཏ་ལ་ལ།

**ku tsenpé zi jin ta la la**

His body has the radiant array of major and minor marks of a buddha;

གསུང་གང་འདུལ་ཚོས་སྤྱུ་ལུ་རུ།

**sung gangdul chödra uru ru**

His speech has the constant resonance of the dharma, taming beings according to their needs;

བྱུགས་འོད་གསལ་དོ་རྗེ་སྦྱིང་པོའི་ངང་།

**tuk ödsal dor jé nying pö ngang**

His mind is in the state of luminosity, the indestructible essence.

བྱ་མོས་གུས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས།

**bu mögü drakpö solwa deb**

I, your child, supplicate you with strong devotion.

ཉི་མཱ་རྩོག་དབང་ལངས་ལྷ་འདྲེའི་གཟུགས།

**chi namtok drar lang lha dré zuk**

Outwardly, concepts have arisen as enemies in the form of demons,

ནང་རེ་དང་དོགས་པའི་གཉིས་འཛིན་སེམས།

**nang rédang dokpé nyidzin sem**

Inwardly, the mind dualistically clings to hope and fear,

བར་སྐྱེས་སྐྱེའོགས་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྟོ།

**bar nangwa na tsok kyen ngen kün**

In between are all sorts of appearances and unfortunate conditions.

ཚོས་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་གྱིས།

**chö zabmo düdkyi chödyul gyi**

With the profound dharma of chöd, the cutter of demons,

དུས་ད་ལྟ་སྟེན་ཐོག་འདི་རུ་ཚོད།

**dü data ten tok di ru chöd**

May all of them be cut right now on this very seat.

དབྱིངས་ཚོས་སྐྱེའི་རྒྱལ་ས་ཟིན་པ་རུ།

**ying chökü gyalsa zinpa ru**

To hold the royal seat of the space of dharmakāya,

ཕ་རྗེ་བཙུན་སྐྱེའི་གྱིན་གྱིས་རྣོབས།

**pa jétsün la ma jin gyi lob**

Father, Jetsun Lama, please grant your blessings.

Recite the last two lines twice

ཕཎཎཎ ཕཎཎཎ ཕཎཎཎ    **phaṭ phaṭ phaṭ**

ཅེས་བརྗོད་ཚོགས་ཞིང་རང་ལ་བསྐྱེམ་མཁུ་གཉིས་མེད་ངང་དུ་མཉམ་པར་གཞག་མཁུ་

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

### Chöd Feast Offering

---

ཕཌཏེ དེ་ནས་བག་ཆགས་སྒྲིགས་མའི་ལུས་མཁུ་

**phaṭ dé né bak chak nyik mélü**

PHAT! Then see your gross body, the product of karmic imprints,

ཚོ་ཞིང་སྐྱུམ་ལ་ལྷོས་ཚེ་བའི་མཁུ་

**tso shying num la tö ché wé**

As huge, fat, and lustering.

དབུས་ལས་དྲངས་མའི་རིག་པ་ནི་མཁུ་

**ü lé dang mé rik pani**

From its core, the pure essence of awareness

ཁྲོས་མའི་རྣམ་པར་ཕཌཏེ་ཅེས་དབྱེམ་མཁུ་

**trö mé nam par phaṭ ché yé**

In the form of Tröma separates [upward] with the sound of PHAT!

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྲི་ཐོད་ཅན་མཁུ་

**shyal chik chak nyi dri töd chen**

She has one face, two arms, and holds a curved-blade and skullcup.

དེ་ཡིས་རང་ལུས་ཐོད་པ་སྤལ་མཁུ་

**dé yi rang lü töd pa tral**

She slices the skull from one's body,

སྟོང་ཁམས་ཁྱབ་པའི་མི་མགོ་ཡི་མཁུ་

**tong kham khyab pé mi goyi**

Which expands to encompass the entire universe,

སྦྱང་བུ་གསུམ་གྲི་ཁར་བཞག་ནང་མཁུ་

**gyed bu sum gyi khar shyak nang**

And places [the skull] upon a hearth of three human heads.

འབྲུང་ལུས་ཚོགས་སུ་བཤམས་པ་དེ།

**jung lü tsok su sham padé**

Inside it the gross body is arranged as the feast offering.

འབྲུ་གསུམ་འོད་གྱིས་བདུད་ཅིར་སྐྱར།

**dru sum öd kyi düd tsir bar**

With the light of the three syllables, it melts into nectar (amṛta).

ཨོྲཱེ་ཧྲཱིྃ་དང་ཧྲཱོ་ཧྲཱིྃ།

**oṃ āh hūṅ ha ho hrī**

[Recite many times]

ཅི་མང་བཟོད་པས་སྐྱུང་སྤེལ་བསྐྱར། ལ་བོར་འགྱུད་ན་དེ་ཉིད་ལས། སྦྱོད་ཚུལ་ཟས་གོས་སྐྱན་ལ་སོགས།  
ཡིད་ལ་ཅི་འདོད་དོ་བོར་སྐྱར། དམར་འགྱུད་རང་ཉིད་ཁོས་ནག་མས། སྤྲིགས་མའི་ལུས་ཀྱི་པགས་པ་  
བཤམས། རྩོད་གསུམ་བྱབ་པར་བཀྲམ་པའི་སྤྱིང་། གཟུགས་སྤང་ག་ལྟ་སྤང་བོར་སྐྱུངས། ཤན་པའི་འདུན་ས་  
ལྷ་བྱར་བསམ། ཉག་འགྱུད་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་གྱི། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ནད་གདོན་དང་། སྤྲིག་  
སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་ནག་བུན་གྱི། བསྐྱུས་ཏེ་གཟུགས་སྤང་ལ་བསྐྱིམས་པ། ལྷ་འདྲིས་ཟོས་བས་ལོའི་ལུས། སོལ་  
བ་ལྷ་བྱར་གྱུར་པར་བསམ། མཚོད་སྦྱིན་མཐོན་ནམས་འདི་ལྷར་འབོད།

*By reciting these syllables as many times as possible, purify, increase, and transform the offering. If it is the endless generosity of the striped feast, generate gardens, food, clothing, medicine, and so forth. Increase the nature of whatever is desired. For the endless generosity of the red feast, one becomes Tröma Nakmo, stripping off the skin of one's own gross body and spreading it out to encompass the three thousand worlds. On top of it, pile up heaps of bodies, aggregates, flesh, and blood. Envision it like a slaughterhouse. For the endless generosity of the black feast, gather what has been accumulated since beginningless time by all sentient beings, oneself, and others: diseases, obstacles, evil deeds, and obscurations. Amassed like a big black cloud, they dissolve into heaps of bodies, which the demons devour. Think that the demons' bodies then become like charcoal. In this way invite all the guests to your offering with generosity.*

ཕཎ་མཚོད་ཡུལ་རྩ་གསུམ་དམ་ཅན་ནས་མཆོད་པའོ།

**phat chöd yul tsa sum dam chené**

PHAT! Objects of offering, the three roots and oath-bound protectors,

སྤེལ་བརྒྱད་འབྲུང་པོས་གཙོ་བྱས་པའི་མཆོད་པའོ།

**dé gyed jung pö tso jé pé**

Objects of generosity, principally the eight classes of spirits,

སྤྱིན་ཡུལ་ལན་ཆགས་འདྲེ་གདོན་ཡན་མཆོད་པའོ།

**jin yul len chak dré dönyen**

As well as the demons of karmic creditors—all of you,

བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད་པའི་གནས་འདིར་བྱོན་པའོ།

**tul shyuk chöd pé né dir jön**

Please come to this place of yogic discipline!

དེ་རིང་འཇིགས་མེད་རྣམས་འབྱོར་ངས་མཆོད་པའོ།

**dé ring jik méd nal jor ngé**

Today, I, the fearless yogi,

འཁོར་འདས་ཤན་འབྱེད་སྐྱུ་མའི་ལུས་མཆོད་པའོ།

**khor dé shen jed gyu mé lü**

Offer this illusory body, clearly distinguishing samsara and nirvana.

སྤོང་གསུམ་ཁྱིམ་ཡངས་ཀ་ཕུ་ལར་མཆོད་པའོ།

**tong sum khyön yang ka pālar**

In the skullcup as vast as the three thousand worlds,

བམ་ཚེན་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་བཤམས་པའོ།

**bam chen tsok kyi khor lor sham**

The corpse is arranged as the ganachakra offering,

ཟབ་མེད་ཡི་ཤེས་བདུད་རྩིར་བསྐྱུར་པའོ།

**zak méd yé shé düd tsirgyur**

Transformed into the nectar of stainless wisdom.

འདོད་དགུར་འཆར་བའི་ཚོ་འཕྲུལ་ཅན་མེད།

**död gur char wé cho trul chen**

With a magical display of all that is desired,

གཅེས་འཛིན་མེད་པར་འབྲུལ་ལགས་གྱི་མེད།

**ché zin méd par bul lakyi**

I make this offering without holding it dear.

སྟོན་ཆེན་མགོན་ལ་གཤེགས་སུ་གསོལ་ལེན།

**tön chen drön la shek su sol**

Please come as guests to this great party.

མཚོག་ཆེན་ཐོད་རྒྱུད་རེ་གསངས།

**chok chen töd nga ked résang**

The sound of the great, supreme skullcup drum is so loud and clear.

ཞིང་ཆེན་གཡང་གཞི་བརྗིད་རེ་ཆེན།

**shying chen yang shyi jid ré ché**

The array of human skins of enemies is so resplendent.

མི་ཀང་གླིང་བུ་གདངས་རེ་སྟོན་མེད།

**mi kang ling bu dang rényen**

The trumpet of human thighbone blows so melodiously.

དྲིལ་གཡེར་ཅོད་པན་དངས་རེ་སྟོན་མེད།

**dril yer chöd pen dang ré tro**

The little bells [on the skirts] and the silken ribbons [on the drums] are so delightful.

བྱ་རྩོད་ཤ་ལ་འཐིབས་པ་བཞིན་མེད།

**ja göd sha la tib pashyin**

Just like vultures landing on flesh,

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་གཤེགས་སུ་གསོལ་ལེན། བཏུང་།

**ked chik nyid la shek su sol phat**

Please come here at this very instant. PHAT!



དེ་ནས་འབྲུལ་ཞིང་བསྐྱེ་བ་ནི།

**Offering and Dedication**

---

ཕཌཿ གཤོད་མའི་མགོན་པོ་མན་ཆད་ནསཿ

**phaṭ dödmé gön po men chédné**

PHAT! To all of you, from the Primordial Protector

ཙ་བའི་སྐྱ་མ་ཡན་ཆད་གྱིཿ

**tsa wé la ma yen ched kyi**

Up to the root lama,

བརྒྱུད་གསུམ་རིག་འཛིན་སྐྱ་མ་དང་ཅཿ

**gyüd sum rig dzin la madang**

And the vidyāhara lamas of the three lineages,

ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ཚེས་སྐྱོང་ལཿ

**yi dam khan dro chö kyong la**

As well as the yidams, dākinis, and dharmapalas,

བམ་ཆེན་བདུད་ཚིའི་མཚོད་པ་འབྲུལཿ

**bam chen düd tsi chöd pabul**

I offer the amṛta of the great corpse.

ལྷ་འདྲེས་གཙོ་བྱས་བདག་གཞན་གྱིཿ

**lha dré tso jé dak shyen gyi**

May I and others, principally the demons,

ཚོགས་གཉིས་ཚྲོགས་ཤིང་སྐྱིབ་གཉིས་བྱངཿ

**tsok nyi dzok shing drib nyijang**

Perfect the two accumulations, purify the two obscurations,

བརྟུལ་ལྷགས་འགོ་དོན་མཐར་ཕྱིན་ནསཿ

**tul shyuk dro dön tar chin né**

And, having perfected the yogic conduct of benefiting beings,

སྣང་བ་འོད་གསལ་སྐྱུ་མར་འབྱོར་སཿ

**nang wa öd sal gyu marjong**

Purify appearances as illusory clear light

ཡ་ང་བག་ཚ་ཚས་སྐྱར་གྲོལ།

**ya nga bak tsa chö kur drol**

And liberate fear and anxiety into the dharmakāya.

ཉེ་རུ་ཀ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོར་བས།

**hé ru ka tar jin gyilob**

Please bless me to become a heruka.

Repeat last line twice

ཕམ་ཏེ། འཇིག་རྟེན་འདས་དང་མ་འདས་ཀྱི།

**phat jikten dé dang ma dékyi**

PHAT! To those in the world and those beyond,

སྡེ་བརྒྱད་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན།

**dé gyed jung po mi ma yin**

The eight classes of spirits and the non-humans,

ལོ་ག་འདྲེན་ཤ་བའི་གདོན་ཚོགས་ལ།

**lok dren shazé dön tsokla**

And to the hosts of flesh-eating demons who lead beings  
astray,

སྟོང་གསུམ་ཁྱེད་པའི་ཞིང་ལྷགས་སྟེང་།

**tong sum khyab pé shying pak teng**

On a human skin the size of the three thousand worlds,

ཤ་ཁྲག་རུས་པའི་ཕུང་པོར་འབུལ།

**sha trak rüpe pung porbul**

I offer heaps of flesh, blood, and bones.

བདག་ཏུ་འཛིན་ན་ང་རེ་ཞེན།

**dak tu dzin na nga ré shyen**

If I cling to this, I am being weak.

སྟོང་དུ་མ་རུས་ཁྱེད་རེ་ལོད།

**chöd du ma nü khyöd rélöd**

If you cannot use this, you are weaker.

རིང་ན་རྗེན་པར་ཁྱུར་མིད་ཐོང་སུ།

**ring na jen par khyur mid tong**

If you are in a hurry, swallow the raw flesh whole.

ལྷོད་ན་དུམ་བུར་ཚོས་ལ་ཟོ།

**lhöd na dum bur tsö lazo**

If you have time, cook the pieces and eat them.

དུལ་ཕྱན་ཅམ་ཡང་མ་བཞག་ཅིག།

**dul tren tsam yang ma shyak chik**

Don't leave even one minute particle uneaten.

ཕཎ། འཁོར་ཚེ་ཐོག་མ་མིད་པ་ནས།

**phaṭ khortsé tok ma méd pané**

PHAT! From beginningless time, when wandering in saṃsāra,

ཤ་འཁོན་ཆགས་པའི་ལན་ཆགས་དང་།

**sha khön chak pé len chak dang**

To those whom one owes karmic debts of flesh-retribution,

སློ་བུར་ལྷགས་པའི་སླིང་རྗེན་མགོན།

**lo bur lhak pé nying jédrön**

And to those who have suddenly arrived, the guests of compassion,

ཁས་ཞན་དབང་རྒྱུད་མ་ལུས་ལ།

**khé shyen wang chung ma lü la**

And without leaving out those who are powerless and weak,

སོ་སོ་གང་ལ་ཅི་འདོད་གྱི།

**so so gang la chi dödkyi**

Whatever they wish, to each and every individual

འདོད་ཡོན་མི་ཟད་གཏེར་དུ་བསྟོ།

**död yön mi zéd ter du ngo**

I convey this inexhaustible treasure of desirable things.

འབྲེལ་པ་ཐོགས་ཚད་སངས་རྒྱས་ཤིང་།

**drel pa tok tsed sang gyéshing**

May whoever is connected with this feast attain enlightenment,

བྱུ་ལོན་ལན་ཆགས་བྱང་བར་ཤོག་། སུ།

**bu lön len chak jang war shok phat**

And may all karmic debts be paid and purified. PHAT!

ཅེས་བརྗོད་ལྟོས་པ་མེད་པར་བྱིན། ལྟོང་ཉིད་དང་ལ་མཉམ་པར་གཞག། དེ་ཚེ་ལུས་ལ་གཅེས་འཛིན་
 དང་། འཇིགས་སྤང་འཁྲུ་འཕྲིགས་སྒོ་སྐྱེས་ན། ལུས་ནི་ལྷ་འདྲེར་བྱིན་ནས་མེད། སེམས་ནི་གཞི་མེད་
 ཙུ་བ་བྲལ། འདྲེ་བས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། གཟིགས་པ་མེད་སྐྱེས་གདེང་བསྐྱེད་ལེ། གང་
 ། འཤར་རང་རོ་རྩ་གདར་བཅད། ཐོགས་བཅས་བདུད་དང་། མྱི་རྒྱུན་འབྱུང་བ་དང་གཅན་གཟན་མི་ཚོད་སོགས།
 ཐོགས་མེད་བདུད། རང་རྒྱུན་དགའ་སྤྲུག་སེམས་ཚིག་པ་དང་ཆགས་སྤང་གི་རྣམ་རྟོག་སོགས། དགའ་བྱོད་
 བདུད་དང་། རང་མཐོང་བདེ་སྐྱིད་མངོན་སྲོམ་སོགས། སྐྱེམས་བྱེད་བདུད། བེ་ཚོམ་དང་ལུ་འཕྲིགས་ལ་སོགས།
 བཟུང་ཅེས་དབྱིངས་སྤུ་གཅོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དུས་ཚོད་ལ་མ་ཚོར་ན། ཐོ་རངས་ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་
 པའི་ཕྱིར། དཀར་འགྲོད་བདུད་ཚེའི་རོ་བོར་སྤར། ཉིན་གྲང་ལན་ཆགས་སྤང་བའི་ཕྱིར། ལྷ་འགྲོད་
 གང་ལ་འཚོམས་པར་བསྟོར། ལུབ་མོ་བརྟུལ་ཞུགས་ལམ་སྤོང་ཕྱིར། བདག་འཛིན་ཚར་གཅོད་དམར་
 འགྲོད་གཏོར། སྟོད་ལ་སྤིག་སྤྱོད་ནག་འགྲོད་བྱེ། ཀུན་ཀྱང་འདུན་པ་བསྐྱར་བ་སྟེ། གཅོ་བོ་དམིགས་
 པས་ཉམས་སྤུ་གྲང་། དེ་ཚེ་ཚོ་འཕྲུལ་ཅི་བྱུང་ཡང་། ཉམས་དང་བྲལ་བའི་ལྷ་བས་གཅུན། གལ་ཏེ་
 རྣལ་འབྱོར་དབྱིངས་རྒྱུད་ནས། ལྟོངས་འཚུབས་འཚུན་པར་དཀར་བའམ། ལྷ་འདྲེ་དབྱིངས་ཚེས་མ་
 ལྟོངས་ན། ཀེང་རུས་དཀར་པོའི་དམིགས་པ་བྱེ། བཟུང་ཅེས་རང་ཉིད་སྐྱོད་ཅིག་གིས། ཀེང་རུས་དཀར་
 པོ་མི་འབར་བ། ཤིན་རྒྱ་ཚོ་པོ་ལས་བྱུང་བའི། མི་ཡིས་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་དང་། ལྷ་པར་ལྷ་འདྲེའི་
 གནས་རྟེན་བསྐྱེགས། མཐར་ཉི་ཀེང་རུས་མི་དང་བཅས། འོད་ཡལ་སྟོང་པའི་དང་ལ་གཞག། འགོ་
 རད་སྤང་བ་ལ་ཡང་ཟབ། ཚར་ཚོད་དུས་སྤུ་མ་བྱུང་དང་། གནོད་འདྲེ་གདུག་པ་ལམར་གཏོད་ན། རིག་
 པ་ཁྲོས་མའི་སྐྱར་གསལ་བས། སྤིགས་མའི་ལུས་ཀྱི་པགས་པ་བལྟས། ལྟོང་གསུམ་ཁེངས་པའི་
 གལའང་གཞིའི་སྟོང་། ཤ་རུས་གཅེལ་དུ་བཀའ་པ་ལ། འདྲེ་གདོན་ཟས་ལ་གདུང་བའི་མོད། ཁྲོས་
 མས་གལའང་གཞི་འཁྲུབ་ཀྱིས་དེལ། སྤུལ་དང་རྒྱ་མའི་ཞགས་པས་བསྐྱམས། ལྱང་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་
 བརྟུགས་པ་ཡིས། ཤ་རྒྱག་རུས་ལྷོག་དག་རྒྱ་མོང་། སྤུལ་པའི་གཅན་གཟན་དུ་མ་ཡིས། ལྷག་མ་
 མེད་པར་ཐོས་པར་བསམ། དབྱིངས་རིག་བསྐྱེས་ཏེ་མཉམ་པར་གཞག། དེས་ནི་ཚར་ཚོད་རིས་འབྱུང་
 ཞིང་། འདྲེ་གདོན་གདུག་པ་ཚར་ཚོད་འབྱུར། ཀུན་ལ་གཅེས་འཛིན་སྤོངས་ཏེ། ལྷ་བའི་གདེང་
 གིས་ཟེན་པ་གཅེས། དེ་ཚེ་ཚར་ཚོད་འདྲེ་བའི་སྟོངས། ལྟོངས་ཚོད་འདྲེ་བའི་ཚར་ཚོད་དང་། གཉིས་
 ཀ་འདྲེ་བའི་འདྲེས་མ་དང་། འདྲེས་མ་འདྲེ་བའི་བག་ཆགས་དང་། ཚར་སྟོངས་གཉིས་ཀ་མཐར་ཕྱིན་
 གྱི། ཉགས་རྣམས་ཉམས་དང་སྤུར་ཏེ་སྤུད། དོན་ལ་བདག་མེད་ཀུན་བཟང་མོ། ཡུམ་ཚེན་ཤེས་རབ་
 བར་ཕྱིན་མའི། དགོངས་པ་གྲོང་དུ་གྱུར་ཅོ་ན། གཅོད་ཡལ་ལམ་དུ་ལོང་བའོ། ས་མ་ཡེ།

*Praying thus, give without holding anything back and meditate within the state of emptiness. At this 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 so on), insubstantial demons (internal conditions, such as happy and sad moods, and thoughts of attachment, anger, and so forth), demons of excitement (being conceited about one's own happiness and the like), and demons of pride (doubt, hesitation, and so forth). Shout PHAT and sever them into the space of emptiness.*

*Further, to indicate the times of the day for the feast: 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 yogic conduct, give the red feast to sever ego-clinging. At night, purify evil deeds with 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, reduce them with the view that is beyond temporary experiences. If the practitioner's realization is small, it is difficult to handle the provocation that arises, or the demons may be diffident, unable to be aroused. If so, you should do the meditation on the white skeleton. Shouting PHAT instantly you become a white skeleton, blazing with fire. From that enormous fire another fire arises, which burns the threefold world, particularly the dwelling place of the demons. To conclude, the skeleton, the fire, and their light subside and dissolve into emptiness. Also, this practice provides special protection against contagious diseases. If signs of accomplishment have not arisen, then one has to put pressure on the malevolent demons. Visualize your awareness in the form of Tröma and spread out the skin of your gross body to the extent of the three thousand worlds. On top of that, spread out your flesh and bones, which the demons and obstructors desire to devour. At that moment, Tröma quickly folds up the field 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 become pulp, which many emanated wild animals consume. Then rest evenly, intermingled with space and awareness. Through that practice, signs of accomplishment will definitely arise. The cruel and obstructing demons will be subdued. Giving up the mind that holds everything dear is critical to retain the confidence of the view. At that time, signs of being provoked may seem like signs of accomplishment, or signs of accomplishment may seem like signs of being provoked, or both signs appear mixed, or seem mixed because of habitual tendencies. To perfect both the signs of being provoked and accomplishment, you should conduct yourself according to your experiences and signs.*

*Ultimately, egolessness is Samantabhadri, the great mother Prajnaparamita. If you can encompass that realization, you can accomplish the path of chöd practice.*  
SAMAYA

རྗེས་ལ་བསྐྱོད་བྱ་བ་ནི།

Recite the Following Dedication and Aspiration Prayers

---

ཨ། དག་དང་མི་དགའི་རྟོག་ཚོགས་རང་གྲོལ་ལ།

**a gédang migé toktsok rang drola**

A All thoughts, whether virtuous or unvirtuous, are self-liberated.

རེ་དང་དོགས་པའི་མཚན་མ་མི་དམིགས་ཀྱང་།

**rédiang dokpé tsen ma mi mik kyang**

The characteristics of hope and fear cannot be found.

སྐྱང་ཆའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་མེད་དག་ཚོགས་རྒྱུ།

**nangché tendrel luméd gé tsokgyün**

However, since interdependent appearances are unfailing,

ཟག་མེད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བྱ།

**zakméd chökyi ying su ngo war ja**

We will dedicate the stream of the accumulation of virtue to the undefiled dharmadhātu.

ཕུ། ཀུན་རྗེ་བུལ་གྱི་སྤྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས།

**phaṭ kundzob lükyi jinpa la tené**

PHAT! By giving this body of relative truth,

བསྐླལ་བར་བསལ་གས་པའི་བྱ་ལོན་ལན་ཆགས་བྱང་།

**kalpar sakpé bu lön len chak jang**

May karmic debts and retributions accumulated for aeons be purified.

དོན་དམ་ཚོས་ཀྱི་བདེན་པས་རྒྱད་འགོལ་ཚོ།

**döndam chökyi denpé gyüd droltsé**

When my mind has been liberated by the dharma of absolute truth,

བདག་གི་འདུས་པ་དང་ཕོར་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**dakgi düpa dang por kyé war shok**

May these demons be reborn as my first disciples.

དེ་ཚེ་མ་བཅོས་རང་བཞག་གཞུག་མའི་དོན།

**detsé machö rangshyak nyuk médön**

At that time when the unfabricated, self-existing innate truth

མི་བསྐྱུན་ལྷ་འདྲེའི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ནས་ཀྱང།

**misün lhadré gyüd la kyé né kyang**

Arises in the mindstreams of the wild demons,

ངར་འཛིན་འཁྲུལ་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར།

**ngardzin trülpé jesu mi drangwar**

Without following after confused ego-clinging,

བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེས་ཤེས་རྒྱུད་བརྒྱན་པར་ཤོག།

**jamdang nyingjé shé gyüd len par shok**

May their mindstreams be softened with love and compassion.

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

**dakyang tulshyuk chödpa tar chiné**

May I also, perfecting the yogic conduct,

སྦྱིང་སྦྱུག་རོ་སྦྱོམས་འཁོར་འདས་ཚོས་སྐྱར་འབྱོངས།

**kyiduk ronyom khor dé chö kur jong**

Experience happiness and sadness as the same taste where  
samsara and nirvana are purified as the dharmakāya.

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

**choklé namgyal dreltsé dön dengyi**

Victorious in all directions with meaningful connections,

སྡིན་ལས་མཐར་ཕྱིན་འཇའ་ལུས་འགྲུབ་པར་ཤོག། བཏེ།

**trinlé tarchin ja lü drub par shok phat**

May I accomplish enlightened activity and attain the rainbow  
body. PHAT!



ཅེས་བཤོད་ལྟ་བུའི་ངང་མ་དངས་བསྐྱེད་སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ཟེན་པས་ལྷོ་བདེ་སྤྲུག་གཞིར་ལེན་དམིགས་པ་  
 དང་། ཚེས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་རྣམས་དག་ཀྱང་། འབྲེལ་ཐོགས་བཟང་ངན་ཐར་ལམ་འགོད་ལྷོ་ས་མ་ཡུལ་མ་མ་གོ་ལིང་ས་  
 མཚན་ལྷོ་བདེ་སྤྲུག་གཞིར་ལེན་ནི་། བདག་གི་བདེ་བ་ལྷོ་འདྲེར་གཞིར་བ་དང་། ལྷོ་འདྲེར་སྤྲུག་བསྐྱེད་རང་གིས་  
 ལེན་པའོ། ཚེས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་ནི།

*Having said that, maintain the clarity of the view. Using the transformative power of great compassion, envision giving your happiness in exchange for others' suffering. Give the completely pure gift of dharma. Whoever you encounter, good or bad, will be led to the path of liberation.*  
 SAMAYA MAMA KOLING SAMANTA

*As for the giving and taking of happiness and suffering, one's own happiness is given to the demons and their suffering is taken onto oneself. As for the gift of the dharma, conclude with:*

### **Giving the Gift of Dharma**

---

སྤྱིན་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱུར་པ་འདི་ཡི་མཐུས།།

**jinpa gyachen gyurpa di yitü**

With the power of this vast generosity

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་བྱུང་སངས་རྒྱས་ཤོག།

**drowé döndu rang jung sang gyé shok**

May we become self-arisen buddhas for the benefit of beings.

སྤོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མ་བསྐྱེད་པའོ།།

**ngöngyi gyalwa namkyi ma dralwé**

May all beings who were not liberated by previous buddhas

སྤྱི་རྒྱུ་འོ་ཚོགས་རྣམས་སྤྱིན་པས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག།

**kyégu tsoknam jin pé drol gyur chik**

Be liberated through this generosity.

ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་མཛོད་བཞིན་དུ།།

**tam ched namkhé dzöd shyindu**

Like the wish-fulfilling sky treasury,

ལོངས་སྤྱོད་ཟད་པ་མེད་པར་ཤོག།

**long chöd zed pa méd par shok**

May all wealth become inexhaustible.

ཚོད་པ་མེད་ཅིང་འཚོ་མེད་པར།།

**tsöd pa médching tsé médpar**

Without conflict or harm,

རང་དབང་དུ་ནི་སྤྱོད་པར་ཤོག། ཕཎཿ

**rang wang du ni chöd par shok phat**

May [this wealth] be freely enjoyed. PHAT!

སྣ་བསམ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན།།

**masam jödméd sherab pa rolchin**

Transcendent wisdom, inexpressible, inconceivable, and ineffable,

མ་རྒྱུ་མི་འགགས་ནམ་མཁའ་རིང་བོ་ཉིད།།

**makyé migak nam khé ngo wo nyid**

Unborn, and unceasing, the very nature of space,

སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཡུལ་བ།།

**soso rangrik yéshé chöd yulwa**

The domain of distinguishing, self-knowing wisdom—

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱི་བྲག་ཤེས་ཤོག།

**düsum gyalwé yum gyi ta shi shok**

May the mother of the conquerors of the three times, bring auspiciousness.

ཏཏྱ་ཐཱ། ག་ཏེག་ཏེམ་ར་ག་ཏེམ་ར་ས་ག་ཏེབོ་རྗེ་སྣ་ལྷ།

**teyatha gaté gaté para gaté para sam gaté**

**bodhi sōhā**

[Repeat the mantra several times]

ན་མོ། ཚེས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལས་བྱུང་།།

**namo chönam tamched gyulé jung**

Homage! All phenomena arise from causes.

དེ་རྒྱུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།།

**dégyu déshyin shekpé sung**

Those causes were taught by the Tathagata.

རྒྱུ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ།།

**gyulé gokpa gang yinpa**

Whatever bring cessation to these causes

དག་སྦྱང་ཆེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས།།

**géjong chenpö dikéd sung**

This too was spoken by the Great Sage.

སྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་།།

**dikpa chiyang mija shying**

Do not commit any negative actions

དག་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྦྱད།།

**géwa pünsum tsokpar ched**

But practice all excellent virtues.

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།།

**rangi semni yongsu dul**

Thoroughly tame one's own mind.

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན།།

**dini sangyé tenpa yin**

This is the Buddha's teaching.

ཚོགས་གྱི་ལམ་དང་སྦྱོར་བའི་ལམ།།

**tsokgyi lamdang jorwé lam**

The path of accumulation and the path of preparation,

མཐོང་བའི་ལམ་དང་སྦྱོར་བའི་ལམ།།

**tongwé lamdang gompé lam**

The path of seeing and the path of meditation,

བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་བགྲོད་ནས།།

**barched médpé lamdröd né**

And the obstacle-free path—travelling the path of these paths,

མ་ཡུམ་ཚེན་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག།

**mayum chengyi gopang tobpar shok**

May the state of the Great Mother be attained!

འབྱུང་པོ་གང་དག་འདིར་ནི་ལྷ་གས་གྱུར་ཏམ།།

**jungpo gangdak dirni lhakgyur tam**

Whatever spirits have come here,

སའམ་འོན་ཏེ་བར་སྐྱང་འཁོད་ཀྱང་རུང་།།

**sa'am önté barnang khödkyang rung**

Whether dwelling on the earth or in the sky,

སྐྱེ་དགུ་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་བྱམས་བྱེད་ཅིང་།།

**kyégu namla taktu jamjed ching**

May they constantly love all beings

ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཚོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

**nyindang tsendu chöla chödpar shok**

And practice the dharma day and night.

ཅེས་སོགས་ཤིས་སྦྱོན་བརྗོད་པར་བྱའོ།།

Recite these and other auspicious verses.

རྩི་རློན་གྱིས་མ་གོས་སྐྱ་མདོག་དཀར།།

**hrīh kyön'gyi magö kudok kar**

HRĪH Unsullied by faults, your body white in color

རྩོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།།

**dzoksang gyékyi ula gyen**

With a perfect buddha as your crown ornament,

སྤྱགས་རྩེ་སྤྱན་གྱི་འགོ་ལ་གཟིགས།།

**tukjé chengyi drola zik**

You look at all beings with your eyes of compassion.

སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

**chenrézik la solwa deb**

To Avalokiteśvara I supplicate!

ཨོ་མ་ཎི་པཌྌེ་ཧྱུྃ

**om mani pemé hung**

གང་མང་བསགས།

Accumulate as much as possible.

དགེ་བ་འདི་ཡི་སྦྱར་དུ་བདག།

**géwa diyi nyurdu dak**

By this merit may I swiftly attain

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་གྲུབ་གྱུར་ནས།།

**chenrézik wang drubgyur né**

The state of powerful Avalokiteśvara,

འགོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།།

**drowa chik kyang malü pa**

And may all beings, without exception,

འདི་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

**diyi sala gödpar shok**

Be placed in this same state.

༄༅། གནམ་ཚོས་བདེསྐྱོན་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།།

Concise Nam Chö Prayer to be Reborn in Sukhāvati

ཨོམ་ཨོཿ རོམ་ཚར་སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དངཿ

**é ma ho ngotsar sangyé nangwa tayé dang**  
How astonishing! Wondrous Buddha Amitābha,

གཡས་སུ་ཚོ་བོ་སྤྲུགས་ཇེ་ཆེན་པོ་དངཿ

**yésu jowo tukjé chenpo dang**  
With Lord Avalokiteśvara to your right and

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལཿ

**yöndu sempa tuchen tobnam la**  
The bodhisattva Mahāsthāmaprāpta<sup>1</sup> to your left—

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོརཿ

**sangyé jangsem pakmé khorgyi kor**  
A boundless retinue of buddhas and bodhisattvas surrounds  
you three.

བདེསྐྱིད་རོམ་ཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡིཿ

**dékyid ngotsar paktu médpa yi**  
In the immeasurably blissful, happy, and wondrous

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེརཿ

**déwachen shyé jawé shyinkham der**  
Pure realm known as Sukhāvati,

བདག་གཞན་འདི་ནས་ཚོ་འཕོས་གྱུར་མ་ཐགཿ

**dakshyen diné tsépö gyurma tak**  
At the moment when we pass away,

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུཿ

**kyéwa shyengyi barma chödpa ru**  
With no other rebirths intervening,

དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

**déru kyéné nangté shyaltong shok**  
May we be reborn to behold the face of Amitābha.

དེ་སྐོད་བདག་གིས་སློན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

**déked dakgi mönlam tabpa di**  
By thus making this aspiration prayer,

ཉོན་ལས་བཅུ་ཉི་མངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།

**chokchü sangyé jangsem tamched kyi**  
May the buddhas and bodhisattvas of the ten directions

གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

**gekméd drubpar jingyi labtu sol**  
Bless us to accomplish this without obstacles.

ཏུ་ཐུ། བཟུང་བྱི་ཡ་ཨ་མ་རྩོ་རྩ་ན་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ།

**teyathā pentsa indriya awa bhodha nayé sōhā**  
tadyathā pañcendriyāvabodhanaye svāhā

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤུལ་སྐྱེ་མི་འགྲུར་རྩོ་རྩེ་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་གསེར་འཕྲང་གི་ལོ་ས་ག་རྩེ་བའི་ཚོས་བདུན་ལ་  
གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཚོ་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་  
པའོ།། །།

*On the 7th day of the month of Saga Dawa, in the Fire Bird year (1657), when thirteen-year-old Tulku Migyur Dorje had a vision of the deities of the maṇḍala, Buddha Amitābha spoke these words directly to him.*

<sup>1</sup> Skt. *Mahāsthāmaprāpta* (*Vajrapāṇi* in peaceful form), Tib. (Wyl.) *mthu chen thob*. Vajra-bearer with Great Strength, also known as the Lord of Secrets. One of the eight great bodhisattvas, one of the lords of the three families, and the chief compiler of the Vajrayana teachings. He represents the power of the buddhas.

*Prior translation edited by PMTC International, 2021.*

བསྐྱོབ།

Short Dedication

---

དགོ་བ་མ་རྒྱལ་འགོ་རྒྱལ་ཀུན་ལ་བསྐྱོར།

**géwa magen drodruk künla ngo**

I dedicate the merit to all motherly-sentient beings of the six classes.

Dedication Prayer

---

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།།

**södnam diyi tamched zikpa nyid**

By this merit, through attaining omniscience,

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབང་རྣམས་པམ་བྱས་ཤིང་།།

**tobné nyépé dranam pamjé shing**

May all negative forces be defeated,

སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་བ་ལྷོད་འབྲུགས་པ་ཡི།།

**kyéga nachi balong trukpa yi**

And from the turbulent waves of birth, old age, sickness, and death,

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

**sidpé tsolé drowa drolwar shok**

From this ocean of existence, may all beings be set free!

རིན་ཆེན་དགོ་ཚོགས་འདི་ཡིས་འགོ་བ་ཀུན།།

**rinchen gétsok diyi drowa kün**

Through this accumulation of priceless merit,

རྟག་ཏུ་དམ་པའི་ཚོས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།།

**taktu dampé chödang midral shying**

May all beings never be separated from the sacred Dharma.

རང་གཞན་དོན་གཉིས་ཚུགས་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས།།

**rangshyen dönyi dzogpa tarchin né**

By perfectly completing my own and others' purposes,



ཚོས་རྩ་སློགས་པས་འཇིག་རྟེན་མཛེས་པར་ཤོག།

**chö'nga drokpé jikten dzépar shok**

May the beat of the dharma drum grace this world.

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།

**sangyé tenpa darshying gyépar shok**

May the propagation of the Buddha's doctrine be ever increasing.

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པར་ཤོག།

**semchen tamched déshying kyidpar shok**

May all sentient beings be blissful and happy.

ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཚོས་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག།

**nyindang tsendu chöla chödpār shok**

May they practice the Dharma throughout the day and night.

རང་གཞན་དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་ཤོག།

**rangshyen dönyi lhüngyi drubpar shok**

May the two purposes of self and of others be spontaneously accomplished.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲོ་མ་དང་།།

**kyéwa küntu yangdak lama dang**

In all lifetimes, may I never be separated from the perfectly pure guru.

འགྲུལ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འོངས་སྦྱོང་ཅིང་།།

**dralmé chökyi pala longchöd ching**

Utilizing the glorious Dharma to its utmost,

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ནས་།།

**sadang lamgyi yönten rabdzok né**

Perfecting all pure qualities on the stages and paths,

དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།

**dorjé changi gopang nyurtob shok**

May I swiftly achieve the level of Vajradhara!

ཀློང་གླིང་རྩ་ནི།

**The Notes of the Trumpet**

---

ཨོྃ་ ལྷན་ལ་རིང་བ་བུང་བའི་སྐད་ལྟ་བུ།

OM Long and pleasing like the humming of a bee.

ཧྱུྃ་ རམས་ལ་འཚོར་བ་ཉ་སྐད་ལྟ་བུ།

HÜNG Powerful and dignified like the neighing of a horse.

ཧྱོྃ་ དྲག་ལ་གཏུམ་པ་སྟག་མའི་ངར་སྐད་ལྟ་བུ།

TRÂM Wrathful and fierce like a roar of a tigress.

ཧྱིྃ་ འགྲུར་ལ་ལྷེམ་པ་བྱི་ཟའི་སྐད་ལྟ་བུ།

HRĪ Melodious rising and falling tones like the song of gandharvas.

ཨྲྵྃ་ འགྲུར་ལྷེམ་གོང་འདྲ་ནས་གཤམ་འདེགས་ཅིམ་བྱེད་པ་ལ་ཇཱ་ཀའི་སྟུག་ལྷུ་ཟེར།

ĀH The tone is like the last one but rises up at the end, known as “the whistle of the dakinis.”