

༡༡། །ཐུགས་རྗེ་ཚེ་པོ་ཚེ་མ་བུ་ཐུགས་ཀྱི་ཚེས་སྐོར།།

The Practical Instructions for Meditation upon Avalokiteśvara
According to the System of the Master Tsembupa
Written by Jamyang Khyentse Wangpo



། ལུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལུགས་ཀྱི་ཚེས་སྐོར།

The Practical Instructions for Meditation upon Avalokiteśvara
According to the System of the Master Tsembupa
Written by Jamyang Khyentse Wangpo

Contents

༡ ལུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལུགས་ཀྱི་ཚེས་སྐོར་ལ་འདེབས་པའི་ཚེས་སྐོར་ལམ་དང་བཅས་པ་བཞུགས་སོ།

1. A supplication to the Gurus in the lineage of Avalokiteśvara teachings——p. 1

༢ ལུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཚེས་སྐོར་ལམ་བཞུགས་སོ།

2. A Brief Practice for the Great Compassionate One According to the System of Tsembu, Entitled “The Joyful Path to Non-Duality” ————— p. 5

༣ ལུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལུགས་ཀྱི་འཕྲོ་བའི་གདམས་པ་བདེ་ལྡན་འབྲེན་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བཞུགས་སོ།

3. The Phowa Instructions of the Great Compassionate One According to the Tsembupa Tradition----- p. 10

༄༅། ལྷགས་རྗེ་ཚེན་པོའི་སྐྱ་མ་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་ལམ་རིམ་སློན་ལམ་དང་བཅས་པ་
བྱེད་རྒྱལ་ས་མཚོག་སྣོལ་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

A Supplication to the Gurus in the Lineage of the Great Compassionate
One Together with a Prayer for the Stages of the Path, Entitled
“Bestowal of Supreme Blessings”

༄༅། །དཔལ་ལྷན་ཅ་བའི་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱི་བོར་བརྒྱའི་གདན་བཞུགས་ནས།
།བཀའ་བློན་ཚེན་པོའི་སློན་སྤྱོད་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྐྱ་གསུང་ལྷགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བསྣལ་དུ་གསོལ།

**Pal den tsa wé la ma rin po ché / dak gi chi wor pemé den zhuk né /
ka drin chen pö go né jé zung té / ku sung tuk kyi ngö drup tsel du söl**

Glorious Root Guru, Precious One,
Seated upon a lotus on the crown of my head,
Look after me with your great kindness,
And bestow accomplishments of body, speech, and mind, I pray!

།དོ་རྗེ་འཆང་དབང་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ། །གྲུབ་ཚེན་ཚེས་བྱ་བ་དང་བྱང་ཚུབ་འོད།
།བྱང་ཚུབ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསོད་ནམས་སྣོད་པོ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྣོལ།

**Dorjé chang wang dorjé naljor ma / drup chen tsem bu pa dang jangchub ö /
jang chup tsül trim sönam nying po la / sölwa dep so ngö drup nam nyi tsöl**

I supplicate the powerful Vajradhara, Vajrayoginī,
The Mahāsiddha Tsembupa, Changchup Ö,
Changchup Tsultrim, and Sönam Nyingpo.
Grant me the two-fold attainments, I pray!

།ལྷགས་རྗེ་བཙོན་འགྲུས་རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་ཞབས། །གཞོན་ནུ་སེང་གེ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚོན་དཔལ།
།ཐེག་ཚེན་ཚེས་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ལེགས་བ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྣོལ།

**Tuk jé tsön drü gyelwa yé shé zhap / zhön nu seng gé sö nam gyel tsen pal /
thek chen chö jé palden lekpa la / sölwa dep so ngö drup nam nyi tsöl**

I supplicate Tukjey Tsöndru, Gyelwa Yeshe,
Shonu Senge, Sönam Gyaltzen Pal,
Tegchen Chöje, and Palden Legpa.
Grant me the two-fold attainments, I pray!

།དེ་ལྟར་སྦྱང་ནས་གྲུས་པས་གསོལ་བཏབ་མཐུས། །དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་འཆི་བ་མི་ཉག་དང་།
།ལས་འབྲས་བསྐྱེ་མེད་དོན་ལ་ལེགས་བསམས་ནས། །དེས་འབྲུང་བྲག་པོ་སྦྱི་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས།

Dé tar nying né gü pé söl tap tü / denjor nyé ka chiwa mi tak dang / lé dré lu mé dön la lek sam né / ngé jung drak po kyewar jin gyi lop

Through the power of supplicating with such heartfelt devotion,
May you bless me to contemplate well the meaning of the freedoms and endowments so difficult to attain,
Death and impermanence, and the infallibility of deeds and their fruition,
So that fierce renunciation may thereby be born.

།ལྷ་མ་མཚོག་གསུམ་ཐུགས་རྗེས་ཉག་ཏུ་སྦྱོང་། །སྦྱོན་འཇུག་བྲུང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་རྒྱུད་ལ་ཤར།
།དོར་སེམས་བདུད་ཅིས་སྦྱིབ་གཉིས་ཀུན་སྦྱངས་ནས། །ལྷ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་སྦྱིང་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།

Lama chok sum tuk jé tak tu kyong / mön juk jang chub sem nyi gyü la shar / dor sem dü tsi drip nyi kün jang né / la mé jin lap nying la juk par shok

May I always be protected by the compassion of the Guru and the Triple Gem.
May both bodhicittas, aspirational and active, illuminate my being.
Once the two obscurations have been completely purified by the nectar of Vajrasattva,
May the blessings of the Guru be instilled in my heart.

།འོད་གསལ་ངང་ལས་ཤར་བའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱིས། །ང་རྒྱལ་རྣམ་པའི་གསལ་སྣང་རབ་རྗོགས་ཤིང་།
།བྲགས་སྦྱོང་དབྱེར་མེད་སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། །ཟབ་གསང་རྗོ་རྗོའི་བཞུས་པ་མཐར་བྱིན་ཤོག།

Wo sel ngang lé sharwé kyé rim gyi / nga gyel nam pé sel nang rap zok shing / drak tong yer mé ngak kyi nenjor dang / zap sang dor jé dé pa tar chin shok

Through the creation stage of arising from a state of clear light,
May I perfect divine pride and appearance in luminous form.
May I master the yoga of mantra, inseparable sound and emptiness,
And the profound, secret vajra recitation.

།འཁོར་འདས་ཚོས་ཀུན་ཅུ་བ་རང་གི་སེམས། །མེད་བཞིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་སྦྱུ་མའི་འབྲུལ།
།བརྗོད་བྲལ་སྒོ་འདས་ཕྱག་ན་བསྐྱོའི་ཞལ། །མངོན་སུམ་མཐོང་ནས་འབྲལ་མེད་སྦྱོང་བར་ཤོག།

Khor dé chö kün tsawa rang gi sem / mé zhin chir yang charwa gyu mé trül / jö drel lo dé chak na padmö zhel / ngön sum tong né drel mé kyongwar shok

The root of all phenomena in samsara and nirvana is my own mind.
Not really existent, it is an illusory phantasma appearing as anything at all.
Once I have directly seen it to be the ineffable, transcendent face of the One Holding a Lotus,
May I sustain this state without interruption.

།སྒྲིབ་ལམ་ཟས་གོས་ཉིད་དང་མི་ལམ་སོགས། །སྒྲིབ་གྲགས་རྟོག་ཚོགས་ལྷ་སྒྲགས་ཚོས་སྐྱར་ཤར།
།ཚེ་ཡི་མཐར་ཡང་འཕོ་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །བདེ་ཚེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་བསྐྱོད་པར་ཤོག།

Chö lam zé gö nyi dang mi lam sok / nang drak tok tsok lha ngak chö kur shar / tsé yi tar yang powé nenjor gyi / dé chen dak pé zhing du drö par shok

In my daily activities such as eating, dressing, sleeping, and dreaming,
May appearances, sounds, and the horde of thoughts arise as deity, mantra, and dharmakāya.
At the end of this life, through the yoga of transference, May I travel to the pure land of Sukhāvātī.

།མདོར་ན་འདི་ནས་བྱང་ཚུབ་སྤྱིང་པའི་བར། །ལྷ་མ་འཕགས་མཚོག་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་གིས།
།འབྲུལ་བ་མེད་པར་ཉག་ཏུ་རྗེས་བཟུང་ནས། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་པར་ཤོག།

Dor na di né jang chup nying pö bar / lama pak chok chenrézik wang gi / drelwa mé par tak tu jé zung né / rang zhen dön nyi yi zhin drup par shok

In brief, from now until the essence of enlightenment, May the powerful Guru Avalokiteśvara, noble and supreme,
Never be separate and always grace me and others. To accomplish our goals just as we intend.

།ཅེས་བའང་བྱུང་བདག་དོ་རྗེ་སེམས་དབའ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་མཚོག་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སློབ་གསལ་ཞབས་ལས་ཚོས་ཚུལ་འདིའི་བཀའ་བྲིན་ལོས་
པའི་ཚེ། རྒྱལ་ཁབས་ཀྱི་བྱ་བུ་བསྐྱེད་བཟང་མཁྱེན་བཟེའི་མིང་གིས་དཔལ་ལྷན་ལུ་རི་སྐྱེག་བྱང་ཚུབ་ཤིང་གི་ནགས་ཁྲོད་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་སྐྱོར་སྐྱ།

When from the Supreme Tulku inseparable from the Sovereign Vajrasattva—Omniscient Losal I heard the kind word of this Dharma, I, free of worldly occupations of the kingdom, Kalsang Khyentse by name, prayed in the forest of Bodhi trees at Pal Zhalu Ribuk. Siddhirastu—May there be accomplishment!
Modified in 2023 to reflect the lineal transmission of our Sakya lineage per the written advice of His Holiness the 41st Sakya Gongma Trichen Rinpoche.

།སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་། །འབྲུལ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འོངས་སྒྲིབ་ཅིང་།
།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེགས་ནས། །དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱར་ཐོབ་ཤོག།

Kyewa kün tu yang dak lama dang / drel mé chö kyi pel la long chö ching / sa dang lam gyi yön ten rap zok né dor jé chang gi gompang nyur top shok

In all my lives, may I never be separated from the perfect guru, And always enjoy the splendor of the Dharma.
Perfecting the qualities of the stages and paths, May I quickly attain the state of Vajradhāra.

།ཁྱེད་རྣམས་བསྐྱོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མ་ཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།
།ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་། །ཚོས་དང་བག་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།

Khyé nam tö ching sölwa tap pé tü / dak sok gang du né pé sa chok su / né dön wül pong tap tsö zhiwa dang chö dang ta shi pelwar dzé du söl

May the power of my praises and supplication to you, Eradicate sickness, negative influences, poverty, and strife,
Wherever I and others may abide, And may it cause the Dharma and good fortune to prosper.

༄༅། །སྤྱགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལྷགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་བྱང་འཇུག་
བདེ་ལམ་བསྟུན་སྟོན་།

A Brief Practice for the Great Compassionate One According to the System of Tsembu,
Entitled “The Joyful Path to Non-Duality”

ན་མོ་གུ་བུ་རྩེ་འདིར་སྤྱགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེས་བུ་ལྷགས་ཀྱི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་མདོར་བསྐྱེད་ཏེ་ཉམས་ལེན་སུ་གྲང་བའི་རྩལ་ལ་སྟོན་འགྲོ། དངོས་གཞི། རྗེས་སོ།
དང་པོ་ནི། སྐྱབས་ལུལ་གསལ་བཏབ་སྟེ།

Homage to the Guru! In this method of practice—an abbreviation of the profound instructions on the Great Compassionate One according to the system of Tsembu—there are the preliminaries, the main practice, and the conclusion.

The Preliminaries

First, clearly visualize the sources of refuge and begin the preliminaries with a supplication to the lineage.

།སྐྱབ་བདག་རྗེ་རྗེ་འཆང་དབང་ནས་བཟུང་སྟེ། །འདི་ཚེན་ཅ་བའི་སྐྱ་མའི་བར་བྱོན་པའི།
།དམར་མིང་བརྒྱན་པའི་སྐྱ་མ་ཐམས་ཅད་ལ། །མི་སྤྱད་སྤྱིང་ནས་གུས་པས་གསོལ་འདེབས་ན།
།དེས་འབྱུང་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་རྩལ་སེམས་གཉིས་དང་། །མོས་གུས་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་བྱིན་ཞིང་།
།བསྐྱེད་རྗེ་གས་བྱང་འཇུག་སྐྱུར་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས། །སྐྱ་བཞིའི་འབྲས་བུ་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
ཞེས་བརྒྱན་པའི་གསོལ་འདེབས་སྟོན་ཏུ་འགྲོ་བས།

khyap dak dor jé chang wang né zung té / drin chen tsawé la mé bar jön pé / mar tri gyü pé
lama tam ché la / mi ché nying né gü pé söl dep na / ngé jung nying jé jang chub sem nyi dang /
mö gü la mé nal jor tar chin zhing / kyé zok zunjuk nyur lam la ten né / ku zhi dré bu drup par
jin gyi lop

I supplicate with whole-hearted devotion all Gurus of the lineage of practical instruction, from the All-Pervading Lord, powerful Vajradhara, down to the most kind root Guru.

Bless me to perfect renunciation, compassion, both bodhicittas, the devotion of Guru Yoga, and through reliance upon the rapid path of the unified stages of creation and perfection, to realize the fruit of the four Kāyas.

སྐྱབས་སེམས་ནི།
།བདག་སོགས་འགྲོ་གུན་དེང་ནས་བྱང་རྩལ་བར། །སྐྱ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།
།གཞན་དོན་རྗེ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱའི་བྱིར། །ཟབ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་གྲང་བར་བགྱི།
ལན་གསུམ།

dak sok dro kün deng né jang chub bar / lama kön chok sum la kyap su chi / zhen dön dzok pé
sang gyé top jé chir / zap mö naljor nyam su langwar gyi

Recite three times.

Refuge—Bodhicitta

I and all living beings take refuge in the Guru and the Triple Gem from today until enlightenment.
I shall practice this profound yoga in order to reach perfect Buddhahood for the benefit of others.

Recite three times.

སྒྲོན་རྡོ་རྗེ་སེམས་སྒྲོམ་བརྒྱས་ནི།

།རང་གི་སྒྲི་བོར་སྐྱ་མ་རྗེ་རྗེ་སེམས། །ཡབ་ཡུམ་མཉམ་སྦྲེད་སྤྲུགས་ཀའི་སྤྲུགས་ཐོང་ལས།

།འོད་འཕྲོས་འཕགས་མཚོད་འགོ་ཀུན་སྦྱིབ་གཉིས་སྤྲུངས། །བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས་ནད་གདོན་སྤྲིག་སྦྱིབ་དག།

།ཤེས་ན་ཡི་གེ་བརྒྱ་བ་དང། མི་ཤེས་ན། ལོ་བརྒྱ་སུ་ལྷུང་ཅི་བྱས་བརྒྱ།

།རྡོ་རྗེ་སེམས་འོད་ལྷུ་རང་ལ་གཉིས་མེད་ཐིམ།

**rang gi chiwor lama dor jé sem / yap yum nyam jor tuk ké ngak treng lé / ö trö pak chö dro
kün drip nyi jang / dü tsi gyün bap né dön dik drip dak / OM VAJRASATTVA AH / dor sem ö
zhu rang la nyi mé tim**

The Optional Meditation—Recitation of Vajrasattva

On the top of my head is the Guru as Vajrasattva, the Father in union with the Mother. Light shines from the mantra rosaries in their hearts, makes offerings to the Noble Ones, and purifies the two obscurations of all living beings. A stream of nectar falls, cleansing away illnesses, demonic influences, sins, and obscurations.

If you know it, recite the one hundred-syllable mantra. If not, recite this as much as you are able:

OM VAJRASATTVA AH

Vajrasattva melts into light and is non-dually absorbed into me.

སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི།

།རང་མདུན་ནམ་མཁའ་སེང་གེས་བཏེག་བ་ཡི། །རིན་ཆེན་ཁྲི་དང་བད་རྒྱ་ཉི་མའི་སྤྲོད།

།ཅ་བའི་སྐྱ་མ་སངས་རྒྱས་རྗེ་རྗེ་འཆང། །སྐྱ་མདོག་སྒྲོན་པོ་རྡོ་རྗེ་ལ་སྤྲུགས་ཀའ་བསྐྱོལ།

།དང་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྗོགས་སྦྱིལ་ལྷུང་བལྟགས། །གནས་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ་གྲིས་མཚན་བ་ལས།

།འོད་འཕྲོས་སྐྱ་མ་ཡི་དམ་མཚོག་གསུམ་དང། །ཚོས་སྤྲུང་ནོར་ལྷའི་ཚོགས་ཀུན་སྤྲུན་བྲངས་ཐིམ།

།སྐྱབས་གནས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ངོ་བོར་གྱུར།

**rang dün nam khar seng gé tek pa yi / rin chen tri dang pé da nyi mé teng / tsawé lama sang
gyé dor jé chang / ku dok ngön po dor dril tuk kar nöl / dar dang rin chen gyen zok kyil trung
zhuk / né sum yi gé sum gyi tsen pa lé / ö trö lama yi dam chok sum dang / chö sung nor lhé
tsok kün chen drang tim / kyap né tam ché dü pé ngowor gyur**

Guru Yoga

In front of me in the sky is the root Guru as Buddha Vajradhara upon a lotus, moon, and sun disc on top of a jeweled throne supported by lions. His body is blue in color, he holds a vajra and bell crossed at the heart, is fully adorned with silks and jewels, and sits in the vajra position. His three places are marked with the three syllables, from which light shines out inviting all the Gurus, Yidams, Three Supreme Ones, and an assembly of dharma protectors and wealth deities. They are absorbed into him, and he becomes the embodiment of the essence of all sources of refuge.

དེ་ནས། །ས་གཞི་སྒོ་ས་ལྷས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཟམ། །རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།
།སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་བར་ཤོག། །མརྒྱལ་དབུལ།
**sa zhi pö chü juk shing mé tok tram / ri rap ling zhi nyi dé gyen pa di / sang gyé zhing du mik té
pülwa yi / dro kün nam dak zhing la chö par shok**

Then offer a maṇḍala:
The ground perfumed with scented water and strewn with flowers,
Mount Sumeru adorned with the four continents, sun and moon,
I offer this, visualizing the Buddha realms.
Through this merit, may all beings enjoy pure realms.

།ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ལྷ་མ་ཚོས། །དེ་བཞིན་ལྷ་མ་དག་འདུན་ཏེ།
།ལྷ་མ་དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །ལན་གསུམ།
**lama sang gyé la ma chö / dé zhin lama gendün té /
lama palden dor jé chang / sölwa dep so jin gyi lop**

Recite the supplication three times.
I supplicate the Guru as the Buddha, the Guru as the Dharma, likewise the Guru as the Sangha, and the
Guru as glorious Vajradhara. Please grant your blessings!
Recite the supplication three times.

།ཞེས་པས་གསོལ་བཏབ་སྦྱི་བོའི་ལྷ་མ་ཉིད། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོར་འོད་དུ་ལྷ།
།རང་ལ་ཐེམ་པས་རང་གི་སྒོ་གསུམ་དང་། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་གསང་གསུམ་དབྱེར་མེད་གྱུར།
ཅེས་སྒྲོས་བྲལ་གཉེན་མའི་ངང་དུ་མཉམ་པར་བཞག།
**zhé pé söl tap chiwö lama nyi / dewa chen pö ngowor ö du zhu / rang la tim pé rang gi go sum
dang / palden lamé sang sum yer mé gyur**
This supplication causes the Guru above my head to melt into light, the essence of great bliss. He is
absorbed into me, and my body, speech, and mind become inseparable from the three mystic aspects
of the glorious Guru.
Rest in balanced absorption in a state of primordial simplicity.

གཉིས་བ་དངོས་གཞི་བསྐྱེད་རྗེས་རླང་འབྲེལ་ལེ། །ཨོ་སྤྱ་བྱ་མ་ཕྱུགས་པ་རྣམས་ལྷ་མ་ཕྱུགས་ཏེ།
།སྦྱོང་བའི་ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་བྱེད་རྗེས་སུ། །བདེ་སྦྱོང་སྦྱང་དུ་རང་ཉིད་སྦྱུང་རས་གཟིགས།
།དཀར་གསལ་ཞི་འཇུ་མ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་བ། །དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་སྤྲུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར།

|གཡས་གཡོན་འོག་མས་ཤེས་སྤང་བད་དཀར་བསྐྱམས། |མཚན་དཔེའི་དབུ་འབར་དར་དང་རིན་ཆེན་
བརྒྱན། |ཞབས་གཉིས་དྲོ་རྗེའི་སྤྱིལ་ཀྱང་དང་པོར་བཞུགས།

OM SVABHĀVA ŚUDDHAḤ SARVADHARMĀ SVABHĀVA ŚUDDHO' HAṀ / tong pé
ngang lé ké chik dren dzok su / pé dé teng du rang nyi chen ré zik / kar sel zhi zum zhel chik
chak zhi pa / dang pö chak nyi tuk kar tel mo jar / yé yön ok mé shel treng pé kar nam / tsen pé
pambar dar dang rin chen gyen / zhap nyi dor jé kyil trung drang por zhuk /

The Main Practice—Unification of Creation and Perfection Stages

OM SVABHĀVA ŚUDDHAḤ SARVADHARMĀ SVABHĀVA ŚUDDHO' HAṀ

From a state of emptiness, I appear instantly in the complete form of Avalokiteśvara, upon a lotus and moon disc. I am radiantly white and peaceful, with one smiling face and four hands, of which the first pair are held with joined palms at my heart. The lower right and left hold a crystal rosary and a white lotus. I blaze with the splendor of the major and minor marks and am adorned with silks and jewels. I sit upright with both feet in the vajra position.

|གནས་གསུམ་ཨོྩ་དཀར་ལྷན་མར་རྩྭ་མཐེང་ག། |ཐུགས་ཀའི་དབུས་སུ་རྩྭ་སྤོང་རྩྭ་ཀར་པོ།
|དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རང་འབྲེལ་ཡེ་ཤེས་པ། |ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་བཅས་སྐྱེན་དངས་ཐེམ།
|རང་ཉིད་ཡི་དམ་ཀུན་འདུས་ངོ་བོར་གྱུར། |སྤར་ཡང་འོད་འཕྲོས་ཅ་བའི་རྩྭ་མ་ཉིད།
|སྐྱེན་དངས་བདུད་ཚིའི་རྒྱན་གྲིས་དབང་བསྐྱར་བས། |སྐྱེ་གང་སྤྱིབ་དག་གེན་དུ་འགྲིལ་བའི་དབུས།
|རྩྭ་མ་ཀུན་འདུས་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད། |རིགས་བདག་ཚུལ་དུ་དགོས་བཞིན་བཞུགས་པར་གྱུར།
ཅེས་སྤར་སྤར་སྐྱེ་མ་སྤྱ་བད་མེས་ཉིད་མ་བཅོས་པའི་ངོ་བོ་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་འཇུག་གི་དང་དུ་མཉམ་པར་གཞག།

**né sum om kar ah mar hum ting ga / tuk ké wü su da teng hrih kar po / dé lé ö trö rang dré yé
shé pa / yi dam lha tsok khor ché chen drang tim / rang nyi yi dam kün dü ngowor gyur / lar
yang ö trö tsawé lama nyi / chen drang dü tsi gyün gyi wang kurwé / ku gang drip dak gyen du
khyilwé wü / lama kün dü gön po ö pak mé / rik dak tsül du gé zhin zhuk par gyur**

At my three places are a white OM, a red ĀḤ, and a dark blue HŪM. In the center of my heart is a white HRĪH on top of a moon disc. Light shines from it, inviting the wisdom aspect identical to myself, and an assembly of yidams and deities together with their retinues, who are absorbed into me. I become in essence the embodiment of all yidams.

Once again light shines forth inviting my own root Guru who bestows initiation with a stream of nectar. It fills my body, purifying the obscurations, and swirls upwards. In its center is Lord Amitābha, embodiment of all Gurus, seated joyfully as master of my race.

Rest in balanced absorption with appearance as the deity like an illusion, and the essence of mind unfabricated, the unification of the stages of creation and perfection.

བརྩིས་པ་བྱ་བ་ནི།

|རང་གི་ཐུགས་ཀའི་སྤྱགས་སྤང་འོད་ཟེར་གྲིས། |སྤར་བཅས་རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལ་བས་བསྐྱུས།
|བདག་དང་འཕྲོ་ཀུན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐྱུར། |གསལ་བས་གྲགས་སྤོང་སྤྱགས་གྲི་བརྩིས་པ་བྱ།

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ། ཅི་རུས་མཐར་ལ།

།བཅོམ་ལྷན་འབགས་བ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་གིས། །བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་གྱིས་བཞུགས་ཏུ་གསོལ། །སྣོད་བཟུང་འོད་ལྷོ་རང་ཐིམ་འོད་གསལ་ངང་། །བྱུང་འཇུག་སྐྱབས་ཇི་ཆེན་པོའི་རྣམ་པར་གྱུར།

rang gi tuk ké ngak treng ö zer gyi / sé ché gyelwé sung gi jin lap dü / dak dang dro kün tuk jé chen pö kur / selwé drak tong ngak kyi dé pa ja / OM MANI PADME HÜM /
chom den pak pa chen ré zik wang gi / dak sok dro kün jin gyi lap tu söl / nö chü ö zhu rang tim ö sel ngang / zunjuk tuk jé chen pö nam par gyur

Recitation

The light rays from the mantra rosary in my heart gather the speech blessings of the Bodhisattvas. I and all living beings, clearly appearing as the Great Compassionate One, recite the mantra of sound and emptiness.

Recite as much as you are able. OM MANI PADME HÜM

May victorious Avalokiteśvara, noble and powerful, bless me and all living beings!
The animate and inanimate universe dissolves into light and is absorbed into me.
From a state of clear light I appear as the unified form of the Great Compassionate One.

།གསུམ་བ་ཇེས་བསྐྱོ་སྐོན་བྱུང་འབྲེལ་ནི།

།དགོ་བ་འདི་ཡིས་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཀུན། །ཆོ་འདིར་ཆོ་རིང་ནད་མེད་དམ་ཚོས་ལྷན།

།ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་སྐྱེས་ནས། །འོད་དཔག་མེད་མགོན་གོ་འཕང་སྐྱུར་ཐོག་ཤོག།

gewa di yi dak sok sem chen kün / tsé dir tsé ring né mé dam chö den / chi ma dewa chen gyi zhing kyé né / ö pak mé gön gompang nyur tok shok

Conclusion - Combined Dedication and Prayers

Through this virtue, may I and all living beings come to possess in this life, longevity, freedom from illness, and the sacred Dharma. In the next, may we be born in Sukhāvātī and quickly reach the level of Lord Amitābha!

ཅེས་བསྐྱོ་སྐོན་ཅི་ཤེས་བྱས་ནས། །སྣང་གྲགས་རིག་གསུམ་ལྷ་སྐྱབས་ཚོས་སྐྱེད་ལམ་བྱེད་དང་མ་བྲལ་བས་སྐྱོད་ལམ་ལ་འཇུག་གོ།

Perform whatever dedication and prayers you know, and then enter into your daily activities without parting from the continual recognition of appearance, sound, and awareness as deity, mantra, and dharmakāya.

༄༅། །སྤྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེམ་བྱ་ལུགས་ཀྱི་འཕོ་བའི་གདམས་པ་བདེ་ལྡན་འདྲེན་པའི་
ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

The Vehicle that Leads to Sukhāvati
The Phowa Instructions of the Great Compassionate One According to the
Tsembupa Tradition

༄༅། །སྤྱུག་ཚོགས་བདེ་ལྡན་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི། །བཀོད་བ་ཡོངས་བཟུང་འགྲོ་ཀུན་དེར་འདྲེན་པའི།
།ལྷ་མ་བཙུག་ལྡན་འོད་དཔག་མེད་མགོན་གྱིས། །ཐབ་ལམ་གདམས་པ་འདྲི་ལ་གནང་བ་སྟོལ།

Please bestow upon me permission to write *The Profound Path of Guru Bhagavan Amitābha* which leads all beings to the Land of Sukhāvati which is endowed with all kinds of endowments and qualities.

།འདིར་སྤྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་ཚེམ་བྱ་ལུགས་ཀྱི་གདམས་པ་ལས། །ཐབ་ལམ་འཕོ་བའི་རྣམ་འབྱོར་ཉམས་སྲུ་བསྟར་བ་ལ་སྦྱང་བ་དང། །ལས་ལ་སྦྱར་བ་གཉིས་
ལས། །དང་སོ་ནི། །སྤྱབ་ཐབས་དང་འབྲེལ་བའམ། །མ་འབྲེལ་ན་སྤྲིང་ཐག་བ་ནས་སྤྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱས། །དེ་ནས།

First Part:

Training Instructions

Perform the phowa practice along with the sadhana—otherwise just practice refuge and bodhicitta.

༄༅། །རང་ལུས་སྤྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོར་གསལ། །ལྷེ་བའི་འོག་ནས་སྦྱི་གཙུག་བར།
།དབུ་མ་འོད་ཀྱི་སྦྱ་གུའི་ནང། །མར་སྤར་ཚོས་འབྱུང་སྟོན་པའི་སྦྲིང།
།རང་སེམས་ཐེག་ལེ་སེར་རྗོག་ཅམ། །དཀར་སྟོ་དམར་འོད་འཕྲོས་བ་དང།

**rang lü tuk jé chen por sel / tewé ok né chi tsuk bar /
wu ma ö kyi bu gü nang / mar nar chö jung ngön pö teng /
rang sem tik lé ser dok tsam / kar ngo mar ö trö ba dang**

Visualize one’s body as Avalokiteśvara. The avadhuti runs from the navel to the crown point and is hollow like a pipe. A blue dharmakara rests inside it at its base. Upon the dharmākara is one’s mind in the form of a drop of bodhicitta. The size of a hailstone, it emanates white, red, and blue light rays.

།སྦྲིང་གར་ཡི་དམ་སྦྱན་རས་གཟིག། །མཐེབ་སོར་ཅམ་ཞིག་གསལ་ཡང་གདབ།
།སྦྱི་བོར་ལྷ་མ་འོད་དཔག་མེད། །བྱམས་སྤྱབས་ཀྱིས་བཞུགས་ཚངས་བྱག་རྟི།
།རྒྱ་མཐོངས་ལྷ་བྱར་བྱེ་བར་མཛད། །དེ་ལ་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ།

**nying gar yi dam chen ré zik / tep sor tsam zhik sel yang dap /
chiwor lama ö pak mé / jam tap kyi zhuk tsang buk ham /
gya tong ta bur jewar dzé / dé la sölwa di tar tap**

At the level of the heart is a thumb-sized Avalokiteśvara.
The Guru Amitābha, seated upon one’s crown in the Maitreyañātha posture, opens the HAM of the Brahmarandhra like a skylight.

རྒྱལ་ལྷན་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་དངོས། །སྐྱབས་གནས་སྣ་མ་རྣམས་དང་དབྱེར་མེད་པའི།
 །འདྲེན་པ་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཆེ་འདི་སློལ་སྤོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།
 །དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འགྲོང་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།
 །འཕྲུགས་མེད་མཁའ་སྲོད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །བསམ་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པ་དང་།
 །དག་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

dü sum gyelwa tam ché dü pé ngö / kyap né lama nam dang yer mé pé
dren pa ö pak mé la sölwa dep / tsé di lo yi tong par jin gyi lop
gö mé gyü la kyewar jin gyi lop / zap lam powa jong bar jin gyi lop
chuk mé kha chö drup par jin gyi lop / sam dön tam ché yi zhin drup pa dang / dak pé zhing du
kyewar jin gyi lop

Pray thus to Guru Amitābha:

To the foremost Amitābha,
 Embodiment of all Victorious Ones of the three times;
 Who is inseparable from the Gurus of supreme refuge, I pray:
 Bless me to renounce attachment to this life;
 Bless me that renunciation arises;
 Bless me to perfect the profound path of phowa;
 Bless me to faultlessly attain the Buddhafield Kechari;
 Bless me to be born in the Pure Land;
 And for each and every wish to be fulfilled! (Pray thus)

།དེ་ལྟར་གསོལ་བཏབ་རང་སེམས་ཀྱི། །ཐེག་ལེ་སྤྱར་དུ་ཡར་བྱོན་ནས།
 །སྤྲིང་གི་ཡི་དམ་སྣ་ལ་ཐེམ། །ཡི་དམ་ཚངས་པའི་སློན་ནས་བྱོན།
 །སྐྱེ་བའི་ཐུགས་ཀར་སིབ་གྱིས་ཐེམ། །སྐྱེ་མ་ཡི་དམ་རང་སེམས་གསུམ།
 །རོ་གཅིག་འདྲེས་པའི་ངང་དུ་བཞག །ཉི་ཀ

dé tar söl tap rang sem kyi / tik lé nyur du yar jön né
nying gi yi dam lha la tim / yi dam tsang pé go né jön
la mé tuk kar sip kyi tim / lama yi dam rang sem sum
ro chik dré pé ngang du zhak / hik

After supplicating with such prayers, focus your mind on the following:
 The drop of Bodhicitta which is one’s own mind ascends upward and dissolves into the Yidam at one’s heart level. The Yidam ascends through the brahmarandhra and then softly dissolves into the heart of the Root Guru. Concentrate on the one taste of Guru, Yidam, and one’s mind.
 Recite: HIK.

།སྐྱར་ཡང་ཡི་དམ་སྙིང་གར་བྱོན། །ཐིག་ལེ་ཉིད་ཀྱང་རང་གནས་བབ། །ཀ
lar yang yi dam nying gar jön / tik lé nyi kyang rang né bap / KA

Once again, the Yidam descends to one’s heart level and the drop of bodhicitta returns to its natural place.

Recite: KA.

།དེ་ལྟ་བུ་འཕང་ནས་ཡར་འཕོ་བ་དང་མར་འབེབས་པའི་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཉི་ཉི་ཀ་ལན་མང་དུ་བྲ། ལྷན་བསྐྱུ་བ་ནི།
Repeat the process of the ascension and descension many times together with the recitation of HIK and KA.

In conclusion of the session:

།ལྷ་མ་འོད་ལྷུ་ཡི་དམ་ཐེམ། །དེ་ཡང་འཆི་མེད་བདུད་ཅིར་ལྷ།
།ལུས་ཀྱུན་བྱུང་བས་འཆི་མེད་ཐོབ། །ཚངས་བྱུག་ཉི་གི་ཡི་གེས་བཀག།
།ཅེས་བསམ་ལ་རླུང་བུམ་པ་ཅན་བཟུང་བས་ཆེ་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་པོ།
**lama ö zhu yi dam tim / dé yang chi mé dü tsir zhu
lü kün khyap pé chi mé top / tsang buk ham gi yi gé kak**

The Guru Amitābha dissolves into light and is absorbed into Avalokiteśvara at one’s heart. The Yidam also transforms into nectar of immortality which then pervades all parts of the body. One attains to the state of immortality.

The brahmarandhra opening is then closed by the HAM syllable.
Visualize thus and then perform the vase retention. By doing this one’s life will be prolonged.

ཕྱི་གཉིས་པ་ནི། གཞན་ཐམས་ཅད་སྣ་མ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་ལ། ལྷན་བར་ནི་རོ་གཅིག་འདྲེས་པའི་ངང་དུ་བཞག། །ཅེས་པའི་རྗེས་སྟེ། ཉི་ཀ་། །བརྗོད་ཅིང་ཡར་འཕོ་བའི་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ལས། མར་འབེབས་པའི་དམིགས་པ་མི་བྱ་བར་བཞག།

Second Part:

Application of Phowa

Repeat as before, up to “concentrate on the one taste of Guru, Yidam, and one’s mind.” Then apply the visualization of ascension together with the sound of HIK and KA - without the descension.

།དེ་ལྟ་བུ་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་མ་ཆད་ཀྱི་བར་ལ་བྱས་པས་བར་དོ་མེད་པར་མཁའ་ལ་སྦྱོད་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ནི་ངེས་པ་ཉིད་དོ།
By doing this until the stoppage of breath, it is certain one will attain to the Buddhafield of Kechari without entering the Intermediate State.

།ཡེ་ཤེས་ལུས་སྤྲ་དགེས་པའི་ཞལ་གྱི་ལུང། །མཁས་བྱུང་ཚོགས་རབ་གཤེགས་པའི་ལམ་ཆེན་པོ། །ཉུང་གསལ་གྲིས་པའི་དགོ་བས་སེམས་ཅན་ཀྱུན། །བདེ་ལྷན་འདྲེན་པའི་ཐེག་པ་མཚོག་གྱུར་ཅིག།

Concluding Prayer

By the merit from writing in a brief way this oral tradition which is the beautiful Body of Wisdom and the path trod by the gathering of learned scholars and siddhas, may I become the vehicle which leads all beings to Sukhāvātī.

། ཅེས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རྗེ་ཆེན་པོ་ཆོས་བྱུང་ལུགས་ཀྱི་འཕོ་བའི་གདམས་པ་བདེ་ལྗན་འབྲེན་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །དཔོན་ཀན་ཨ་སྤྲུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པོར་བྲིས་
ཡིག་གཞུང་གི་སྤྲིང་པོ་ཉམས་སུ་བསྟར་བདེ་བར་བཞེ་ཚུ་ལ་བྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་སྡེ་དགོ་ལྷན་གྲུབ་སྤྲོད་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་བྲིས་པ་དགོལ།

Colophon:

These phowa instructions of the Great Compassionate One (Avalokiteśvara) according to the Tsembupa tradition, which is entitled *The Vehicle that Leads to Sukhāvātī* was written at the request of Pongyen Akyab by Bhante Tsultrim Rinchen at Dege Lhundrup Teng, so that the Phowa might be easily practiced. May it be virtuous!

། ཞེས་པའང་འདུས་པ་སྤྲོད་པའམ་པ་ལ་ལམ་འདིའི་བསྐྱེད་རྗེས་སུ་མོང་ཅམ་བུ་བཤད་པའི་སྐབས་། རྒྱ་མའི་བྲིན་རྒྱབས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་འཇམ་དབྱེད་སྤྲུལ་
མཁེན་བཞེད་དབང་པོས་སློབ་པའམ་རྣམས་ལ་པན་པའི་བསམ་པས་ཚར་ཆེན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེད་མཛོད་བསྐྱེད་ཏེ་བྲིས་པའི་དགོ་
བས་འགོ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་སྤྲོད་པའི་རྒྱུར་གྲུར་ཅིག
། སུ་མཁེན་ལོ་རྒྱ་ལྟ། །།

These three texts for meditation upon Avalokiteśvara—*Bestowal of Supreme Blessings*; *The Excellent Path Leading to the Level of Non-Duality*; and the *Joyful Path to Unity*—were composed by the great 19th century Tibetan master Jamyang Khyentse Wangpo. He based this explanation on the precepts received from his own master Losal Tenkyong, the commentaries by Khyenrab Choje and Sangye Phuntsok, and the tradition of Tsarchen Losal Gyatso and his spiritual sons.

Based upon the extraordinary instructions of the most Venerable Dezhung Rinpoche, a true embodiment of the compassion of Avalokiteśvara, these works have been translated into English by Cyrus and Maruta Stearns in Kuching, Sarawak, E. Malaysia, on March 25, 1982.

These texts were recompiled and updated in the year 2019 in Minneapolis, MN after the bestowal of teachings and practical instructions by His Holiness the 42nd Sakya Trizin and again slightly revised in 2023.

Sarva Maṅgalaṃ!