

The six dharmas of preparation

Preliminary practices for the graduated
path to enlightenment

according to the text of the great Master
Phabongka Dechen Nyungpo

འཕགས་པ་



NGALSO
Western Buddhism

The six dharmas of preparation

Preliminary practices for the graduated path
to enlightenment

according to the text of the great Master
Phabongka Dechen Nyingpo

Lama Gangchen



Peace Publications

Lama Gangchen Peace Publications
© Kunpen Lama Gangchen
lgpp.org
ngalso.org

Edition code: DP-259-EN-02

First edition: April 2006

Second edition: September 2019

Editor's note:

This booklet has been prepared for Lama Michel Rinpoche's course at the Albagnano Healing Meditation Centre, Verbania, Italy.

The healing techniques used in this practice are not intended to replace treatment from a qualified medical practitioner; they can however be used to aid both the physical and mental healing process.

Contents

The six dharmas of preparation	4
NgalSo preliminary practices	6
NgalSo dedication prayers	24

The six dharmas of preparation

Preliminary practices for the graduated path to enlightenment

I. Preparation of the place of meditation and the altar

- Clean your room and arrange illuminated body, speech and mind symbols

II. Preparation of offers without concealment

- Obtaining the offerings without concealment
- Without dissimulation of motivation
- Prepare the offerings correctly and arrange them carefully

III. Sit comfortably, take refuge and generate the mind of enlightenment

- Adopt the posture of Vairochana with the seven characteristics
- Cultivate one's motivation with meditation on the breath
- Visualize the objects of refuge with an excellent and virtuous mind
- Take refuge
- Generate the mind of enlightenment: bodhicitta

IV. Blessing of the place, the offerings and visualization of the merit field

- Blessing the place and the offerings
- Expression of the power of truth
- Visualization of the merit field

V. The seven-limbed prayer and the mandala offering

1. Prostrations
2. Offerings
 - the importance of making offerings
 - the offering of the mandala
3. The confession of negative actions
4. Rejoicing for positive actions
5. Requesting that the Dharma wheel be turned
6. Requesting not to pass into nirvana
7. Dedication of positive actions

VI. Request for blessings according to the instructions

- Request for blessings
- Request for blessings for the realization of the path
- The absorption of the merit field

ན་མོ་གྲུ་བྱ་བྱུང་ བ་མོ་བྱུ་ལྗོལ།
ན་མོ་རྣམ་ལ། བ་མོ་སངས་ལ།
ན་མོ་ཉི་རྩུ་ལ།

NgalSo preliminary practices

Meditation on taking refuge

NAMO GURUBYE
NAMO BUDDHAYA
NAMO DHARMAYA
NAMO SANGHAYA (x3)
NAMO TRI RATNAYA

Meditation on taking refuge and generating bodhichitta

sangye chö dang tshog kyi chog nam la
jangchub bardu dag ni kyab su chi
dag gi jin sog gyipe sönam kyi
dro la phän chir sangye drubpar shog (x3)

སངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པས་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །
འགྲོ་ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

NgaSo preliminary practices

Meditation on taking refuge

I pay homage to the Guru and the Three Jewels:
the Buddha, his teachings and the spiritual community.

Meditation on taking refuge and generating bodhicitta

In the Buddha, Dharma and Sangha I take refuge until enlightenment.
Through the practice of generosity and the other perfections, may I
become a buddha for the benefit of all sentient beings. (x3)

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ལ་
 གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

The seven limitless meditations

semchän thamche dewa dang dewe gyu dang dänpar gyur chig

semchän thamche dugngäl dang dugngäl gyi gyu dang drälwar gyur chig

semchän thamche dugngäl mepe dewa dang min drälwar gyur chig

semchän thamche nyering chagdang nyi dang drälwe tangnyom la näpar gyur chig

semchän thamche lü sem kyi dugngäl le so zhing thräl yün lü sem dewa dang dänpar gyur chig

semchän thamche ngälso thob ching chinang nöchü khoryug dang shing tsangmar ne gyur chig

semchän thamche dang dzambuling gi kyendro thadag chinang gi zhide dang dükün dänpar gyur chig

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱལ་བསྡུལ་ལས་གསོ་ཞིང་འསྐལ་ཡུན་ལུས་
སེམས་བདེ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ངལ་གསོ་ཐོབ་ཅིང་བྱི་ནང་སྣོད་བཅུད་ཁོར་ཡུག་དངས་ཤིང་
གཙང་མར་གནས་གྱུར་ཅིག །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་འཇམ་བྱ་སྒྲིང་གི་སྐྱེ་འགྲོ་མཐའ་དག་བྱི་ནང་གི་ཞི་བདེ་དང་
དུས་ཀུན་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །

The seven limitless meditations

Limitless love – May all beings have happiness and its causes.

Limitless compassion – May all beings be free from suffering and its causes.

Limitless joy – May all beings never be separated from the great happiness that is beyond all misery.

Limitless equanimity – May all beings dwell in equanimity, unaffected by attraction to dear ones and aversion to others.

Limitless health – May all beings recover from the sicknesses of mind and body pollution and enjoy relative and absolute health now and forever.

Limitless ecological regeneration – May all beings relax in a pure and healthy outer and inner environment now and forever.

Limitless peace – May all beings enjoy inner and world peace now and forever.

ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ས་གཞི་དག། །གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་བ་དང་། །
ལག་མཐེལ་ལྟར་མཉམ་བེད་འཛིན། །རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གུར་ཅིག། །
ལྟ་དང་མི་ཡི་མཚོན་པའི་རྗེས། །དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གྱིས་སྦྱུལ། །
ཀུན་བཟང་མཚོན་སྤྲིན་ལྷན་ཞེས། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་བྱུང་གུར་ཅིག། །

Purification of the site

thamche du ni sashi dag
segma lasog mepa dang
lagthil tar nyam bendurye
rangshin jampor ne gyur chig

Transformation of the offerings

lha dang mi yi chöpe dze
ngö su sham dang yi kyi trul
künzang chötrin laname
namkhe kham künkhyab gyur chig

Offering mantra

om namo bhagawate benza sara pramardane tathagathaya
arhate samyak sam buddhaya tayatha om benze benze maha
benze mahatetsa benze mahavidya benze mahabodhicitta benze
mahabodhi mandopa samkramana benze sarwa karma awarana
bhishe dana benze soha

ཨོྲ་ཨོྲ་ཨོྲ་ག་མ་ཏེ། བཟོ་སྤྱོད་ར་སྤྱོད་མཛད་ལོ། ཏ་སྤྱོད་ག་ཏུ་ཡ། ཡམ་ཏེ་སུམ་གྱི་བུ་རྒྱ་ཡ།
ཏུ་སྤྱོད། ཨོྲ་བཟོ་བཟོ། མཚུ་བཟོ། མཚུ་ཏེ་ངོ་བཟོ། མཚུ་བེདུ་བཟོ། མཚུ་བོ་རྩི་ཅི་ཏུ་བཟོ།
མཚུ་བོ་རྩི་མཚོ་བ་སི་ག་མ་ཏུ་བཟོ། སམ་ཀམ་ཏུ་མ་ར་ཏ་བི་ཤོ་རྩི་བཟོ་སྤྱོད།

Purification of the site

May the earth become pure without roughness or thorns, like the palm of a child's hand and smooth in nature like lapis lazuli.

Transformation of the offerings

May the real and imagined offerings of gods and humans, as well as the clouds of supreme offerings of Bodhisattva Samantabhadra pervade the entire expanse of limitless space.

Offering mantra

om̐ namo bhagavate bendsa sāra pramardane tathāgatāya arhate
samyak-saṃbuddhāya tadyathā om̐ bendse bendse mahā bendse
mahātetsa bendse mahāvidya bendse mahābodhichitta bendse
mahābodhi maṇḍopa saṃkramana bendse sarva karma āwaraṇ
bisho dhana bendse svāhā

དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་བླ་མ་ལྷན་ཅིག་སེམས་དཔའ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་། ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མངའ་
ཐང་ཚེན་པོ་དང་། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་སྟོབས་
གྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག །

Expressing the power of the truth

könchog sum gyi denpa dang
sangye dang jangchub sempa
thamche kyi jin gyi lab dang
tsog nyi yongsu dzogpe ngathang chenpo dang
chö kyi ying nampar dagching sam gyi mi
khyabpe tob kyi dezhin nyi du gyur chig

Invocation of the Healing Buddha

malü semchän kün gyi gön gyur ching
dü de pung che mi ze jom dze lha
ngö nam malü yangdag khyen gyurpe
chomdän khor che ne dir sheg su söl

Buddha Shakyamuni prayer

lama gyälwa shakya thubpa la chagtshäl lo /
chö do kyab su chi'o / jin gyi lab tu söl

OM MUNI MUNI MAHA MUNI SHAKYAMUNIYE SOHA

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དབྱང་བཅས་མི་བཟང་
 འཛོམས་མཛད་ལྷ། །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཡང་དག་མཁའི་གྱུར་བའི། །བཙུན་ལྷན་
 འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །
 ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། མཚོད་དོ།། ལྷུབས་སུ་མཚོད།། འིན་
 གྱིས་བརྒྱབས་ཏུ་གསོལ། ཚི་ལུ་ཉི་ལུ་ཉི་མའུ་ལུ་ཉི་ཤུ་ལུ་ཉི་ཡེ་སྐྱུ།

Expressing the power of the truth

By the truth power of the Three Jewels and the blessings of all the buddhas and bodhisattvas, as well as by the great strength generated by the two accumulations and the power of the pure and inconceivable *dharmadhātu*, may these offerings become real.

Invocation of the Healing Buddha

Protector of all beings without exception, endless subduer of demonic beings and energies, deity, perfect knower of all things: Bhagavan and attendants, please come here.

Buddha Shakyamuni prayer

To you, victorious Lama, Buddha Shakyamuni, I prostrate. I make offerings and take refuge in you. I request you to give me your blessings.

OM MUNI MUNI MAHA MUNI SHAKYAMUNIYE SOHA

དགེ་བ་རྣམས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །འཁོར་བ་མ་སྣོང་བར་དུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། །འགྲོ་
ལ་ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། །བདག་གཞན་དགེ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཚེན་པོར་
བསྟོན། །

Seven-limb prayer

go sum güpe gone chagtsäl lo
ngö sham yitrül chöpa malü bü
thogme ne sag digtung thamche shag
kye phag gewa nam la je yi rang
khorwa matong bardu leg shug ne
dro la chö kyi khorlo korwa dang
dagshän ge nam jangchub chenpor ngo

Mandala offering

sazhi pö kyi jug shing metog tram
rirab ling zhi nyide gyänpa di
sangye zhing du mig te ülwa yi
dro kün namdag zhing la chöpar shog



idam guru ratna mandala kham niryatayami

ས་གཞི་སྒོས་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཟུང་། །རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྔས་བརྒྱན་བ་
ལད། །སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བ་ཡིས། །འགོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་
སྦྱོང་བར་འོག །
ཨི་དྲི་གུ་རུ་རྣམ་མཁུལ་གྱི་ཞིང་ལ་ཉ་ལ་མི

Seven-limb prayer

With body, speech and mind I prostrate.
I offer real and visualised offerings.
I acknowledge all my harmful actions,
gathered since beginningless time.
I rejoice in all virtues.
I request all Buddhas to remain and turn the wheel of Dharma for us.
I dedicate the virtues of myself and others to great enlightenment.

Mandala offering

I offer to you, the assembly of Buddhas visualised in front of me, this mandala anointed with perfume, strewn with flowers, adorned with Mount Meru, four continents, sun and moon. Through the merits created in this way, may all sentient beings enjoy this pure world.

Oh Guru, I offer to you this precious mandala.

ལྷོ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། །གཅིག་བསྐྱེས་དྲི་མེད་རྒྱལ་བ་སྣུན་འཛིན་པའི་
གཙོ། །རབ་འབྱམས་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་སློབ་སྦྱུང་མགོན། །དེའི་ཅན་ལྷ་མའི་
ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཨོ་ཨྲཱུགྲཱ་རུ་བཟླ་ན་ར་སུ་མ་ཉི་རྣུ་ན་ཤ་ས་ན་ར་ས་སུ་བ་ཤྲི་རྩ་བ་སའ་སི་རྩི་ཧྲཱི་ཧྲཱི།།

**Prayer and mantra requesting the blessings of the lineage Guru,
Trijang Dorje Chang Jetsun Lobsang Yeshe Tenzin Gyatso**

lo zang gyälwa kün gyi yeshe ni
chigdü drime gyeltän dzinpe tso
rabjam kyilkhör gyatsö trodü gön
drinchän lame shab la sölwa deb

OM AH GURU VAJRADHARA SUMATI GYANA SHASANA DHARA
SAMUDRA SHRI BHADRA SARWA SIDDHI HUNG HUNG (x 3)

**Prayer and mantra requesting the blessings of the root Guru, Lama
Gangchen Lobsang Thubten Trinley Yarpel**

lo chog zangpö päl gyur trashipa
thub chen tänpe trinle yar ngö da
phäl je dro lor tsampe dze pa chän
päldän lame shab la sölwa deb

OM AH GURU VAJRADHARA SUMATI MUNI SHASANE KARMA
UHTA VARDANAYE SHRI BADHRA VAR SAMANIYA SARWA SIDDHI
HUNG HUNG (x 3)

ལྷོ་མཚོག་བཟང་པོའི་དཔལ་གྱུར་བཟུ་ཤིས་པ། །ཐུབ་ཆེན་བསྟན་པའི་འཕྲིན་ལས་
 ཡར་ངོའི་ལྷ། །འཕེལ་བྱེད་འགོ་ལྷོར་མཚམས་པའི་མཛད་པ་ཅན། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་
 འབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །
 ཨོྲེ་ལྷུང་གྲུ་རུ་བརྗོད་རྟེན་སུ་མ་ཉི་ཐུ་ནི་ཤ་ས་ན་ཀམ་ཨུ་མར་རྟེན་ཡེ་ཤྲི་རྩ་བ་མར་ས་
 མ་ན་ཡེ་སའ་སི་རྩི་རྩི་རྩི།

Prayer and mantra requesting the blessings of the lineage Guru, Trijang Dorje Chang Jetsun Lobsang Yeshe Tenzin Gyatso

Kind Lama, principal holder of the stainless victorious Dharma; Lord, emanating and reabsorbing an ocean of infinite mandalas, at your precious feet, Lama Lobsang Yeshe Tenzin Gyatso I pray:

May you grant us the mundane and extraordinary siddhis, Venerable Good Mind of Exalted Wisdom, bearer of the ocean of Buddha’s teachings.

Prayer and mantra requesting the blessings of the root Guru, Lama Gangchen Lobsang Thubten Trinley Yarpel

In a previous life appearing as Zangpo Tashi, the Auspicious One, splendor of the noble intellect supreme, now rising as the waxing moon, acting exactly in accordance with the mental capacity of beings for their development and maturation. To the feet of the glorious and splendid Lama Lobsang Thubten Trinley Yarpel, I offer my prayer requests:

May you grant us the mundane and extraordinary siddhis of Lama Vajradhara, the noble mind of the Buddha’s doctrine, which increases the activity of the noble glorious ones.

བདག་གི་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །ཉམ་ཐག་བདག་ལ་ཐུགས་རྗེས་
 གཟེགས་སུ་གསོལ། །དགྲེས་པའི་ཞལ་བཟང་བདག་ལ་བསྟན་དུ་གསོལ། །
 དབུགས་དབྱུང་གསུང་གི་གནང་བ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཅེ་གཅིག་སྦྱང་ནས་གསོལ་བ་
 འདེབས་པའི་ཚེ། །བདེ་ཚེན་འཁོར་ལོའི་དབུས་སུ་ལེགས་ལྷགས་ནས། །ཡིད་ལ་
 བསམ་པའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་བ། །གོགས་མེད་ལྷུན་གྲིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྲིས་
 རྫོབས། །ཚོགས་གཉིས་གསོག་དང་སྤྲིག་སྦྱང་གཤགས་པའི་ཚེ། །མདུན་གྱི་ནམ་

Method to develop the inner guru

dak gi jé tsün la ma tuk jé chen
 nyam tak dak la tuk jé zik su söl
 gyé pé zhel zang dak la ten du söl
 uk yung sung gi nangwa tsel du söl

tsé chik nying né sölwa dep pé tsé
 dé chen khor lö ü su lek zhuk né
 yi la sam pé dö dön ma lü pa
 gek mé lhün gyi drup par jin gyi lop

tsok nyi sok dang dik tung shak pé tsé
 dün gyi nam khé ying su lek zhuk né
 lap chen tsok nyi yong su dzok pa dang
 ché rang nyé tung jangwar jin gyi lop

jang chup bar gyi nyin tsen dü kün tu
 nying ü pemé zeu drur lek zhuk né
 jang chup drup pé gel kyen kün zhi zhing
 tün kyen dé lak drup par jin gyi lop

མཁའི་དབྱིངས་སུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། །རྣམས་ཚེན་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་དང་། །བཅས་རང་ཉིས་ལྷུང་བྱང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །བྱང་ཚུབ་བར་གྱི་
ཉིན་མཚན་དུས་ཀུན་ཏུ། །སྙིང་དབུས་པར་ལྷུང་ཟེའུ་འབྲུང་ལེགས་བཞུགས་ནས། །བྱང་
ཚུབ་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །མཐུན་རྒྱུན་བདེ་སྐྱབ་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །

Method to develop the inner guru

Please, my precious and holy guru, show me your beautiful smiling face. Grant me the blessings of your breathtaking speech and look upon me, tormented by suffering, with your infinitely compassionate mind.

Now, I beseech you from the depths of my heart, with single pointed concentration: when I meditate upon you at the crown of my head, please gracefully take your seat at the centre of the wheel of bliss, and bless me to be able to accomplish whatever virtuous wish comes to my mind, swiftly, easily and without exception.

When I call upon you, please peacefully appear in the space in front of me, so that I may complete the two accumulations of merit and wisdom, in the manner of a vast, increasing wave, in order to purify all my negative actions.

When I pray to you from my heart, please joyfully take the seat at the centre of the lotus at my heart, and remain there at all times, day and night, until I attain the essence of enlightenment, and bless me that I may accomplish all favourable conditions leading to happiness, and that all conditions obstructing the path to freedom be quelled.

བདག་གི་སྒོ་སྒྲ་ཚེས་ལ་སྤྱོད་པ་པ་དང་། |ཚེས་མིན་བསམ་སྦྱོར་ངན་པ་ཞི་བ་
 དང་། |ཚེས་དང་མཐུན་པའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ། |འབད་མེད་སྤྱོད་གྱིས་
 འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། |མདོར་ན་དེང་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དང་། |
 འདི་བྱི་བར་དོའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་སུ། |རེ་སའི་སྐབས་གནས་སྒོ་
 མ་བྱེད་ལས་མེད། |ཐུགས་རྗེའི་སྤྱོད་གྱིས་བདག་ལ་གཞིགས་སུ་གསོལ། |
 མགོན་སྐབས་བྲལ་བའི་ཉམ་ཐག་བདག་ཅག་ལ། |རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མའི་ཐུགས་

dak gi lo na chö la chok pa dang
 chö min sam jor ngen pa zhiwa dang
 chö dang tün pé dö dön ma lü pa
 bé mé lhün gyi drup par jin gyi lop

dor na deng né tsé rap tamché dang
 di chiwar dö né kap tamché du
 ré sé kyap né la ma khyé lé mé
 tuk jé chen gyi dak la zik su söl

gön kyap drelwé nyam tak dak chak la
 jé tsün la mé tuk jé rap gong né
 ku dang sung gi nangwa drel mé du
 nyam su nyongwé kel zang top par shok

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

རྗེས་རབ་དགོངས་ནས། །སྐྱེ་དང་གསུང་གི་སྣང་བ་འབྲུལ་མེད་དུ། །ཉམས་
 སུ་མྱོང་བའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་པར་ཤོག། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་
 དང་། །འབྲུལ་མེད་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །ས་དང་ལམ་གྱི་
 ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ནས། །རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱེ་ཐོབ་ཤོག། །
 མ་ཁྱོད་གྱི་སྐྱེ་དང་བདག་གི་ལུས། །

Bless me that I may effortlessly accomplish all wishes in accordance with the dharma, pacify all evil thoughts and actions, and firmly set my mind in the direction of the dharma.

In short, from now, in all my lives, in the future and in the bardo, I need no other refuge than you.
Please look upon me with your compassionate eyes.

To this suffering being without refuge, please pay attention, and mature my ordinary body, speech and mind so that I reach the bliss of inseparable oneness with your holy body, speech and mind.
Never separated from your holy body, speech and mind may I always enjoy good fortune.

Through all my lives may I never be separated from the perfect guru, and so enjoy the splendour of dharma. Perfecting the virtues of the paths and bhumis, may I quickly attain the state of Vajradhara.

ཕ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་དང་བདག་གི་ལུས། །
ཕ་ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་དང་བདག་གི་ངག། །
ཕ་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱགས་དང་བདག་གི་ཡིད། །
དོན་དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
ཕ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་དང་བདག་གི་ལུས། །

Request to become one nature with the Guru

Essence of Ganden Chagkya Chenpo – Mahamudra prayer to invoke the blessings of the Great Father and Great Mother

pha khyö kyi ku dang dag gi lü
pha khyö kyi sung dang dag gi ngag
pha khyö kyi thug dang dag gi yi
dön yerme chig tu jingyi lob

ma khyö kyi ku dang dag gi lü
ma khyö kyi sung dang dag gi ngag
ma khyö kyi thug dang dag gi yi
dön yer me chig tu jin gyi lob

མ་ཁྱོད་གྱི་གསུང་དང་བདག་གི་ངག །

མ་ཁྱོད་གྱི་སྤྱད་སྤྱོད་དང་བདག་གི་ཡིད། །

དོན་དབྱེར་མེད་གཅིག་ཏུ་བྱེད་གྱིས་རྫོབས། །

རྫོགས་སྤྱོད་གསུམ་གྱུས་བའི་རྫོགས་སྤྱོད་ལྷན་འཚེས་ལོ། །དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱུལ་མཚོན་ས་མ་
ལུས་འབྲུལ། །ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱི་ལྷུང་ཐམས་ཅད་བཤགས། །སྤྱི་འཕགས་

Request to become one nature with the Guru

Essence of Ganden Chagkya Chenpo – Mahamudra prayer to invoke the blessings of the Great Father and Great Mother

Father, your holy body and my body;
Father, your holy speech and my speech;
Father, your holy mind and my mind –
Please bless me so that they become inseparable and of the same nature.

Mother, your holy body and my body;
Mother, your holy speech and my speech;
Mother, your holy mind and my mind –
Please bless me so that they become inseparable and of the same nature.

ཇི་བརྟུན་སྒྲ་མའི་སྐྱ་ཚེ་རབས་བརྟན་ཅིང་། །ནམ་དཀར་འཕྲིན་ལས་སྤྱོད་ལས་བརྟུར་རྒྱས་
བ་དང་། །སློབ་མཚན་བསྟན་པའི་སློན་མེས་གསུམ་གྱི། །འགྲོ་བའི་སྤྱན་སེལ་རྟུག་ཏུ་
གནས་གྱུར་ཅིག །

ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས། །ཉི་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་།།
ཉིན་མཚན་རྟུག་ཏུ་བདེ་ལེགས་པས། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱི་སློབས།

NgalSo dedication prayers

Dedication for the long life of the gurus

je tsün lame kutshe rab tän ching /
nam kar thrinle chog chur gyäpa dang /
lo zang tänpe drönme sa sum gyi /
drowe münsel tagtu ne gyur chig /

Verse of auspiciousness

nyinmo deleg tshän deleg /
nyime gung yang deleg shing /
nyintshän tagtu deleg pe /
könchog sum gyi jin gyi lob /
könchog sum gyi ngödrub tsöl /
könchog sum gyi tashi shog /

།དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱིས་དངོས་གྲུབ་སྣོད། །དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱིས་བག་ཤེས་
ཤོག།

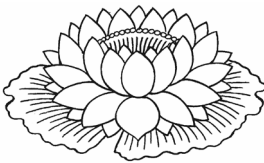
NgalSo dedication prayers

Dedication for the long life of the gurus

May the holy teacher have a long life. May the enlightened activities be fully displayed in the ten directions and may the brightness of the teachings of Lama Tsongkhapa continuously dissipate the veil of darkness covering the beings of the three realms.

Verse of auspiciousness

At dawn or dusk, at night or midday, may the Three Jewels grant us their blessings, may they help us to achieve all realizations and sprinkle the path of our lives with various signs of auspiciousness.



Printed in certified paper, 100% biodegradable and recyclable
at Albagnano Healing Meditation Centre, Italy



KUNPEN LAMA GANGCHEN

INSTITUTE FOR THE STUDY AND DISSEMINATION OF VAJRAYANA BUDDHISM IN THE WEST

Affiliated with the Italian Buddhist Union

MILAN

Via Marco Polo, 13
20124 Milano (MI) Italy
Tel +39 02 29010263
kunpen@gangchen.it
kunpen.ngalso.net

ALBAGNANO

Via Campo dell'Eva, 5
28813 Albagnano di Bèe (VB) Italy
Tel +39 0323 569601
reception@ngalso.net
ahmc.ngalso.net