





ཞེས་བདུད་རྩི་འབབ་སྐྱོད་གི་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཡིག་བརྒྱ་དང་། *Recite the hundred syllables as much as you can, while focusing on the descent of purifying nectar.*

ཨོྃ་བཟླ་སདྲ་ཧྱུྃ།

ॐ वज्रसत्त्व हूं।।

*Oṃ vajrasattva hūṃ ḥ*

ཞེས་ཡིག་རྒྱག་ཡང་ཅི་རུས་བསྐྱེས་མཐར་། *Recite this six syllable mantra as much as you can as well. Then:*

འོད་ལྷ་བདག་སྐྱང་དང་འབྲེས་རོ་གཅིག་གྱུར།

The sacred form melts into light and merges with my appearance, so we are of one taste ḥ

ཞེས་རྩོར་སེམས་རང་ལ་བསྐྱེས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག། *Thus withdraw Vajrasattva into yourself and rest in meditation.*

ལྷ་པ་བྱིན་རྒྱབས་ལྷུང་འཇུག་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི། Fifth, the Guru Yoga, which Brings Blessings Swiftly

རང་ཉིད་རྗེ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མདུན་མཁའ་རུ། ཅུ་བའི་སྐྱ་མ་པ་སྐྱའི་སྐྱར་བཞེངས་གྱུར།  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་མ་ལུས་འདུས་པའི་སྐྱ། ཅུ་བའི་སྐྱ་མ་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།  
འདི་བྱི་བར་དོ་གསུམ་དུ་བྱུགས་རྗེས་བྱུངས། དུས་གསུམ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས།

I am Vajrayoginī and in the space in front of me ḥ

My root guru arises in the sacred form of Padmasambhava ḥ

I beg you, O Root Lama, supreme ḥ

Embodiment of all the buddhas of the past, present, and future combined ḥ

Hold me in your divine compassion, whether now, or in the next life, or in the state between ḥ

And in the past, right now, and in all time to come, please bless me in a never-ending stream ḥ

ཨོྃ་ཨུ། ཧྱུྃ་བཟླ་གུ་རུ་པ་རྒྱ་སིདྲི་ཧྱུྃ།

*Oṃ āḥ hūṃ vajra guru padma siddhi hūṃ ḥ*

ཞེས་བརྒྱ་སྐྱོད་སོགས་གང་མང་བསྐྱེས་ལ། *Recite the mantra a hundred times, or a thousand, or as many times as you can. Then:*

སྐྱ་གསུང་བྱུགས་གྱི་དབང་བྱིན་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ། བཟླ་གུ་རུ་ཀུ་ལ་ལྷ་ཀའི་ཙྰ་སིདྲི་ཧྱུྃ།

I receive the perfectly complete empowerments and blessings of the enlightened body, speech, and mind ḥ

*Vajra guru kāya vāk citta siddhi hūṃ ḥ*

ཞེས་དབང་བཞི་བྲམ་མཐར། *Reciting thus, take the four empowerments. Then say:*

སྐྱ་མ་འོད་ལྷ་རང་བམིམ་དབྱེར་མེད་ངང་། རིག་སྤོང་དོན་གྱི་སྐྱ་མ་འི་རང་ཞལ་བལྟ།

My lama melts into light and dissolves into me :

Within the sphere where we are indivisible :

I look upon my own face, the face of my true lama :

Pristine awareness and emptiness :

ཞེས་སྐྱ་མ་རང་ལ་བསྐྱུས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག། *Thus withdraw the lama into yourself and rest in meditation.*

དུག་པ་འཕོ་བ་ནི། Sixth, the Transference of Consciousness:

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འབྱོངས་པར་གྱིན་གྱིས་སློབས།

I pray to you, Amitābha, my Protector, Unfathomable Light :

Please bless me to gain mastery in the profound path of phowa, the transference of consciousness :

ཞེས་ལན་གང་མང་བརྗོད་ལ་འཕོ་བའི་འདུན་པ་བྱ། *Recite this as many times as you can, with the sincere intention to transfer your consciousness.*

བདུན་པ་ལུས་སྤྱིན་བཅོམ་ནི། Seventh, Giving One's Body and Dedicating it to Others:

ད་ནི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཅུར་བཅས། མ་གྱུར་འགྲོལ་པ་མེད་པར་བཏང་།

འགྲོ་དོན་སླབས་ཆེན་གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་འོག།

Now, without any sense of loss, I give away my body and my possessions :

As well as the roots of my virtue, to my mothers, every sentient being :

May the immense power of this act accomplish without impediment the good of living beings :

ཅེས་སོགས་སློན་ལམ་ནན་ཏན་དུ་གདབ་བོ། *Fervently pray in this way, adding other prayers of aspiration as well.*

ཞེས་གཏེར་གསར་སློན་འགྲོའི་ངག་འདོན་རྒྱས་པ་མི་ཤེས་ཤིང་མི་ལྷོག་པའི་རིགས་ལ་ཕན་ཕྱིར་སློན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བསྐྱུས་པ་འདིའི་གཞན་དོན་གོ་བདེའི་གསལ་འདེབས་ས་བཅད་ཅམ་དུ་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩོམ་སོ།།

*Thus, this mere outline clarifies, in a way that is easy to understand, the meaning of the essential points of this concise recitation of the preliminary practices. It was written by Jikdrel Yeshé Dorjé for the sake of those who do not understand or do not have time for the extensive recitation of the preliminaries for the New Treasures.*

*Bdud 'joms gter gsar sngon 'gro'i ngag 'don bsdus pa* in The Collected Writings and Revelations of H. H. bDud-'jom Rin-po-che 'Jigs-bral-ye-shes-rdo-rje (Kalimpong: Dupjung Lama, 1979-1985), Vol 23: 337-339.

English Translation © 2020 Eva Natanya. Layout and design by Christopher Sprague.