

The Essence of the Unelaborate,
Daily practice of the Buddha Amitabha

The Essence of the Unelaborate, Daily practice of the Buddha Amitabha

Homage to the Guru inseparable from protector Amitābha

Here, if you wish to do the unelaborate sādhana of Buddha Amitābha, at times, if you are able, arrange long-life substances, offerings, tormas and so forth; ordinarily, let visualization pervade them.

First, refuge and bodhicitta:

བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཚོགས་ལ།
lama sangyé chö tsok la
To the Gurus, Buddhas, Dharma and Sangha,

བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་སྐྱབས་སུ་མཆི།
dak dang dro kün kyab su chi
I and all beings go for refuge.

མ་གྱུར་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།
ma gyur khorwé semchen nam
In order for all mother sentient beings in saṃsāra

བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཕྱིར་སེམས་བསྐྱེད་དོ།
jangchub tob chir sem kyé do
to attain enlightenment, I give rise to bodhicitta.

(repeat three times)

སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །
semchen dé dang den gyur chik
May sentient beings have happiness.

སྡུག་བསྔལ་ཀུན་དང་བྲལ་བར་ཤོག །
dukngal kün dang dralwar shok
May they be free from all suffering.

བདེ་དང་རྟག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་།
dé dang tak tu mi dral zhing
May they never be separated from happiness.

ཆོས་ཀུན་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག །
chö kün nyam nyi tokpar shok
May they realize the equality of all phenomena.

(repeat three times)

ཧྲཱིཿ
Hrih
Hrīḥ.

རང་ཉིད་ལྷ་ཡི་ཐུགས་ཀ་ནས།
rang nyi lha yi tuk ka né
From the heart of myself as the deity,

འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕོས་པ་ལས།
ö zer chok chur pöpa lé
Light rays radiate to the ten directions;

ཁྲོ་རྒྱལ་ལྷ་ཡི་སྐུར་བཞེངས་ཏེ།
tro gyal lha yi kur zheng té
From them arise the forms of wrathful-king deities,

མེ་དབུས་གནམ་ས་གང་བར་ཆུར།
mé ü nam sa gangwar gyur
Filling heaven and earth in the midst of fire.

ཨོཾ་བཛྲ་ཀྲོ་དྷ་ཧ་ཡ་གྲི་ཝ་རཀྵ་རཀྵ་ཧཱུྃ།
Om vajra krodha hayagriva raksha raksha hum

Demarcate the boundary this way.

Generating oneself as the deity:

ཨཿ
ah
Āḥ.

འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་སྟོང་པའི་ངང།
khor dé chö nam tongpé ngang
In the state where saṃsāra and nirvāṇa's phenomena are empty,

སྣང་སིད་དག་པ་རབ་འབྱམས་དབུས།
nang si dakpa rabjam ü
In the center of the infinite purity of appearance and existence,

རང་ལུས་རྣམ་དག་གཞལ་ཡས་ཁང་།
rang lü nam dak zhal yé khang
Is my own body, the utterly pure celestial palace.

མ་ཆགས་སྙིང་གི་པདྨའི་སྟེང་།
ma chak nying gi pemé teng
Upon the lotus of my heart, free from attachment,

ཐབས་ཤེས་ཉི་ཟླ་བསྡེགས་པའི་ཁར།
tab shé nyida tsekpé khar
Upon the stacked sun and moon of method and wisdom,

སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཆེ།
so so rang rik yéshé ché
Is the great wisdom of self-cognizing awareness —

གོང་མའི་མགོན་པོ་འོད་མི་འགྱུར།
dömé gönpo ö mi gyur
The primordial protector of unchanging light,

ློ་འདས་ཆོས་སྐུའི་རང་བཞིན་ལ།
lo dé chö kü rang zhin la
In the nature of the Dharmakāya beyond conceptual mind.

ཞལ་ཕྱག་མཚན་མ་ཀུན་བྲལ་ཡང་།
zhal chak tsenma kün dral yang
Although free from all marks of face and hands,

ཐུགས་རྗེ་འགག་པ་མེད་པའི་རྩལ།
tukjé gakpa mépé tsal
Yet the unceasing expression of compassion

ལྷུན་གྲུབ་རོལ་པའི་ཚུལ་དུ་ཤར།
lhündrub rölpé tsul du shar
Arises as the display of spontaneous presence.

རྒྱན་དང་ཆ་བྱད་ཇི་ལྟ་བ།
gyen dang cha jé ji tawa
His ornaments and attire, just as they are,

མ་འདྲེས་འཇའ་ཚོན་བཞིན་དུ་གསལ།
ma dré jatsön zhin du sal
Are distinct and clear like the unmixed colors of a rainbow;

དམ་ཡེ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐུ།
dam yé nyi su mépé ku
The kāya in which samaya-being and wisdom-being are nondual

རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ངོ་བོར་བཞུགས།
gyalwa gyatsö ngowor zhuk
Abides as the essence of the ocean of victorious ones.

གནས་གསུམ་ཨོཾ་ཨཿཧཱུྃ་གིས་མཚན།
né sum Om Ah Hung gi tsen
Its three places are marked with Om, Āḥ, and Hūm.

དབྱིངས་ལས་རང་ཤར་དབང་གི་ལྷས།
ying lé rang shar wang gi lhé
By the empowerment deities self-arisen naturally from Dharmadhātu,

བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་གྱིས་དབང་བསྐུར་བས།
dütsi gyün gyi wang kurwé
Conferring empowerment with a stream of amṛta,

ལུས་གང་སྒྲིབ་དག་སྤྱི་བོར་འཁྱིལ།
lü gang drib dak chiwor khyil
[The nectar] fills the body, purifies obscurations, and swirls at the crown,

རིགས་བདག་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་བརྒྱན།
rik dak öpakmé kyi gyen
Adorned by Amitābha, the lord of the Buddha family.

The approach [Mantra recitation]:

རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ཧྲཱིཿ ཡིགས་ལས།
rang gi tuk ké Hrih ngak lé
From the Hrīḥ mantra at my heart,

འོད་འཕོས་སྣོད་བཅུད་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས།
ö pö nöchü dribpa jang
Light radiates, purifying the obscurations of world and inhabitants.

སྣང་གྲགས་དྲན་རྟོག་མ་ལུས་པ།
nang drak dren tok ma lüpa
All appearances, sounds, thoughts, and memories, without exception,

ལྷ་ཡིགས་ཡེ་ཤེས་རོལ་བར་བསམ།
lha ngak yéshé rölpar sam
Are imagined as the play of deity, mantra, and wisdom.

ཨོཾ་ཨ་མི་དེ་ཝ་ཧྲཱིཿ

OM AMIDEVA HRĪḤ

Reciting this as many times as you can, at the end:

སྣར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས།

lar yang tuk ké ö zer gyi

Again, by light rays from the heart,

སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་རྣམས།

ku sung tuk kyi jinlab nam

The blessings of enlightened body, speech, and mind

ཚུར་བསྡུས་ཧྲཱིཿ ལ་ཐིམ་པ་ལས།

tsur dü Hrih la timpa lé

Are gathered back and dissolve into the Hrīḥ,

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར།

déwa chenpö ngowor gyur

Which transforms into the essence of great bliss.

ཧྲཱིཿ

HRĪḤ

Recite this as much as possible, without distraction.

If one wishes to do the front visualization, focus on the supports.

ཨོཾ་སྭ་ཧྭ་ཡཱས་སྦྱང་།

Purify with Om Svabhāva.

སྟོང་པའི་ངང་ལས་མདུན་གྱི་མཁར།

tongpé ngang lé dün gyi khar

From within emptiness, in the sky in front,

རང་སྣང་འཇའ་འོད་འཕྲིགས་པའི་གློང་།

rang nang ja ö trikpé long

In an expanse where self-appearing rainbow light gathers,

པདྨ་ཟླ་བའི་གདན་སྟེང་དུ།

pema dawé den teng du

Upon a lotus-and-moon seat,

བདག་གི་ཐུགས་ལས་འཕོས་པ་ཡི།
dak gi tuk lé pöpa yi
Emanated from my heart,

ཧྲཱིཿ ཡིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས།
Hrih yik yong su gyurpa lé
The syllable Hrīḥ transforms completely

བཅོམ་ལྡན་འདུ་དཔག་མེད་པའི་སྐུ།
chomden öpakmépé ku
Into the form of Bhagavān Amitābha,

ལི་ཁྲིའི་རི་བོ་ཟླ་བྱང་མཛེས།
litri riwo ta bur dzé
Beautiful like a vermilion mountain,

ཞལ་གཅིག་ཤིན་ཏུ་ཞི་ཞིང་འཇུམ།
zhal chik shin tu zhi zhing dzum
With one face, extremely peaceful and smiling.

ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ལྷུང་བཟེད་འཛིན།
chak nyi nyam zhak lhung zé dzin
Two hands in equipoise holding an alms bowl,

ཞབས་གཉིས་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་དཀྲུང་བཅས།
zhab nyi dorjé kyil trung ché
Two legs in the vajra posture,

སྤྲུལ་བའི་སྐུ་ཡི་ཆ་བྱད་ཅན།
trulpé ku yi cha jé chen
Bearing the attire of the nirmāṇakāya,

གནས་གསུམ་ཨོཾ་ཨཿཧཱུྃ་གིས་མཚན།
né sum Om Ah Hung gi tsen
His three places marked with Om, Āḥ, Hūm.

ཐུགས་ཀའི་འོད་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་པ།
tuk ké ö kyi yéshépa
Light from the heart invokes the wisdom being;

སྤྱན་དྲངས་དམ་ཡེ་གཉིས་མེད་འདྲེས།
chen drang dam yé nyi mé dré
Samaya- and wisdom-beings merge as one.

སྣར་ཡང་བདེ་གཤེགས་དབང་གི་ལྷས།
lar yang dé shek wang gi lhé
Again, by the empowerment Sugata deities

བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་གྱིས་དབང་བསྐུར་བས།
dütsi gyün gyi wang kurwé
Conferring empowerment with a stream of amṛta,

ལུས་གང་དྲི་དག་སྦྱི་དོར་འཁྱིལ།
lü gang dri dak chiwor khyil
[The nectar] fills the body, purifies defilements, swirls at the crown,

རིགས་བདག་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་མཚན།
rik dak öpakmé kyi tsen
Marked by Amitābha, lord of the Buddha family.

Imagine the offering substances pervading all of space:

ཡིད་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་མོ་ཡིས།
yi lé jungwé lhamo yi
By the goddesses arising from the mind,

ཉེར་སྤྱད་ལྔ་དང་འདོད་ཡོན་ལྔ།
nyer ché nga dang döyön nga
The five sense-offerings and five sense-pleasures,

བཀྲ་ཤིས་རྫས་རྟགས་རྒྱལ་སིད་བདུན།
tashi dzé tak gyal si dün
The auspicious substances and signs, the seven royal emblems,

ལ་སོགས་མཆོད་པའི་སྤྲིན་གྱིས་མཆོད།
la sok chöpé trin gyi chö
And more — are offered as clouds of offering.

ཨོཾ་བཛྲ་ཨརྒྷཾ། པ་དྱཾ། པུཥྤེ། ཌྷཱུ་པེ། ཨ་ལོ་ཀེ། གནྡྷེ། ནཻ་ཝི་དྱ། ཤཔྟ་ཝ་ཏྱཱ་ཙྪ་ཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
Om Vajra Argham, Padyam, Pushpe, Dhupe, Aloke, Gandhe, Naividya, Shabda Praticcha Hum Svaha. **(Offerings)**

Praise:

བཅོམ་ལྡན་མགོན་པོ་ལྷ་ཡི་ལྷ།
chomden gönpo lha yi lha
Bhagavān, Protector, God of Gods,

ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་གཟི་བྱིན་གྱིས།
yéshé nangwé zi jin gyi
By the splendor of the light of wisdom

ན་ཇ་འཆི་བའི་གདུང་སེལ་བ།
na ga chiwé dung selwa
You dispel the torment of sickness, aging, and death —

འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།
öpakmé la chak tsal tö
Amitābha, to you I pay homage and praise!

The recitation and visualization to invoke the front visualization:

བདག་གི་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས།
dak gi tuk ké ö zer gyi
By light rays from my heart,

མདུན་གྱི་ལྷ་ཡི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ།
dün gyi lha yi tuk gyü kul
The mind stream of the deity in front is invoked;

སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་དང་།
ku sung tuk kyi jinlab dang
The blessings of enlightened body, speech, and mind,

ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་བསམ།
tsé yi ngödrub tobpar sam
And the attainment of longevity — imagine receiving them.

ཨོཾ་ཨ་མི་དེ་ཝ་ཧྲཱིཿ
OM AMIDEVA HRĪḤ

Recite this as many times as you can.

If you also wish to accomplish the activity-vase:

སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐད་ཅིག་གིས།
tongpé ngang lé kechik gi
From within emptiness, in an instant,

བུམ་ནང་ཁྲོ་རྒྱལ་ར་མཁྱིན་དམར།
bum nang tro gyal ra drin mar
Inside the vase, red Hayagrīva, king of the wrathful ones;

སྐུ་ལས་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་བབས་པས།
ku lé dütsi gyün bépé
From his body a stream of amṛta descends,

བུམ་པ་ཡོངས་སུ་གང་བར་བསམ།
bumpa yong su gangwar sam
Imagine the vase completely filled.

Recite the activity mantra, om vajra krodha…, one hundred and eight times.

Finally, imagine that the deity melts into light and becomes of one taste with the vase water.

This may also be practiced before the self-generation, in the manner of (sangchu) cleansing water.

If you wish to offer the feast (Ganacakra) on auspicious occasions and so forth:

Over the feast substances, recite three times: Om Āḥ Hūm and visualize that they melt into amṛta — purified, realized, and increased (Jang, Tok, Par)

Inviting the guests of the feast:

བྱིན་རླབས་རྩ་བ་བླ་མ་དང་།
jinlab tsawa lama dang
Gurus, the very root of blessings,

དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ཡི་དམ་ལྷ།
ngödrub terwé yidam lha
Yidam deities who bestow attainments,

བར་ཆད་སེལ་བའི་མཁའ་འགྲོ་མ།
barché selwé khadroma
Ḍākinīs who dispel obstacles,

འཕྲིན་ལས་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་སྐྱོང་ཚོགས།
trinlé drubpé chökyong tsok
And the hosts of Dharmapālas who accomplish activity —

འདོད་ཡོན་ཚོགས་ལ་སྤྱན་འདྲེན་ནོ།
döyön tsok la chen dren no
To this feast of sense-delights, we invite you.

ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་གཤེགས་ནས་ཀྱང་།
tukjé wang gi shek né kyang
Having come by the power of your compassion,

བདག་ཅག་རྣམས་ལ་དབང་བསྐུར་ནས།
dak chak nam la wang kur né
And conferred empowerment upon us,

འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ།
chimé tsé yi ngödrub tsöl
Grant the attainment of deathless life!

The first portion of the Ganacakra offering:

བླ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་།
lama yidam khadro dang
To the gurus, yidams, ḍākinīs,

ཆོས་སྐྱོང་སུང་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ།
chökyong sungmé tsok nam la
And the hosts of Dharma Protectors and guardians,

དགྱེད་བའི་མཆོད་རྫས་མ་ལུས་པ།
gyépé chö dzé ma lüpa
All delightful offering substances, without exception,

ནམ་མཁའ་གང་བར་དམིགས་ཏེ་འབུལ།
namkha gangwar mik té bul
We offer, visualizing them filling all of space.

The middle portion offering:

ལྷ་དང་རང་སེམས་གཉིས་མེད་དུ།
lha dang rang sem nyi mé du
In the nonduality of the deity and my own mind,

བདག་གིས་མ་འཚལ་ཉེས་པ་གང་།
dak gi ma tsal nyépa gang
Whatever faults I committed through not knowing —

རང་རིག་ཀློང་དུ་མཐོལ་བཤགས་ན།
rang rik long du töl shak na
Confessing them openly in the expanse of self-awareness,

དབེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབས།
yer mé tokpar jin gyi lob
Grant your blessings that I realize inseparability.

The final portion offering:

བདག་གི་ཚེ་འཕོག་གངོན་གྱི་ཚོགས།
dak gi tsé pok dön gyi tsok
The host of Döns that steal my life-force,

འཆི་བདག་བདུད་ཀྱི་སྡེར་བཅས་རྣམས།
chidak dü kyi der ché nam
The Lord of Death together with his māra legions —

ཚོགས་འདིར་བསྡིམས་ནས་ཁྱོད་ཞལ་བསབ།
tsok dir tim né khyö zhal sab
Dissolving them into this feast, I satisfy your mouths;

རྟག་ཏུ་བགེགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག །
tak tu gek dang dralwar shok
May [we] be forever free of obstacles!

(If you wish to accumulate the concise feast offering):

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ།
OM ĀH HŪM

རྩ་གསུམ་འཆི་མེད་ལྷ་ཚོགས་ལ།
tsa sum chimé lha tsok la
To the hosts of deathless deities of the three roots

འདོད་ཡོན་ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ།
döyön tsok kyi chöpa bul
I offer the feast-offering of sense-pleasures.

དུས་མིན་འཆི་བའི་བར་ཆད་སོལ།
dü min chiwé barché söl
Dispel the obstacles of untimely death,

མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྩོལ།
chok dang tünmong ngödrub tsöl
And grant the supreme and common attainments!

ག་ཎ་ཙ་ཀྲ་པཱུ་ཇ་ཁཱ་ཧི།
Ganacakra pūja khāhi.

Offering the torma:

རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་འདྲུ་གསུམ་གྱིས།
rinchen nö du dru sum gyi
In a jeweled vessel, by the three syllables,

གཏོར་མ་ཟག་མེད་བདུད་རྩིར་བསམ།
torma zak mé dütsir sam
Imagine the torma as uncontaminated amṛta.

Mentally invite the guests of the torma:

ཨོཾ་ཨ་མི་དེ་ཝ་ཧྲཱིཿ ཨི་དཾ་བ་ལིཾ་ཏ་ཁ་ཁཱ་ཧི་ཁཱ་ཧི།
Om Amideva Hrīḥ Idaṃ Baling ta kha khāhi khāhi **Offer three times.**

རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ།
naljor dak chak khor ché la
To us yogins, together with our retinue,

ནད་མེད་ཚེ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་།
né mé tsé dang wangchuk dang
Grant health, long life, and prosperity,

ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི།
zhi dang gyé la sokpa yi
And the [activity] attainments of pacifying, increasing, and so on,

ལས་དང་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ།
lé dang chok gi ngödrub tsöl
Together with the supreme attainment!

བཛྲ་སྨུཿ
Vajra muh.

Imagine that the guests of the torma depart to their own abodes.

Enjoying the feast and dedicating the leftovers:

སྦྷྲཱུཾ་ཕེཿ
Bhrūm phem.

Imagine the vessel as a kapāla (skull-cup) and its contents melting into the amṛta of primordial wisdom.

ལྷག་ལ་དགྱེས་པའི་མ་དང་སྲིང་།
lhak la gyépé ma dang sing
Mothers and sisters who delight in the leftovers,

འདོད་དགུར་གཞུར་བའི་རྩལ་འཕྲུལ་ཆེན།
dö gur gyurwé dzutrul chen
Endowed with the magical power to transform things as desired —

དགྱེས་པར་འདི་ལ་རོལ་ནས་ཀྱང་།
gyépar di la röl né kyang
Having enjoyed this with delight,

བསམ་པ་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་གསོལ།
sampa lhün gyi drubpar söl
May [our] wishes be spontaneously fulfilled.

ཨོཾ་ཨུ་ཙི་ཥྚ་བ་ལིཾ་བཀྵ་བྷཡ་སྭཱཧཱ།
Om ucchista balinga baksabhya svāhā

With this, cast out the leftovers.

Make the aspiration prayers as follows:

In the mandala of Heruka,
By offering the wheel of the feast (Ganacakra),
May I and all others — beings without exception —
Reach accomplishment together in a single mandala.

Unstained by the defilements of faults and downfalls,
And perfecting the vast and mighty conduct,
May I attain, in this very life,
The state equal to Heruka.

May all sentient beings, my fathers and mothers, come to have happiness.
May all the lower realms be forever emptied.
Whatever Bodhisattvas dwell upon the grounds (Bhumis),
May the aspirations of them all be fulfilled.

The concluding ritual:

Make offerings as before, from Om vajra argham up to shabda.

བཅོམ་ལྡན་མགོན་དོ་ལྷ་ཡི་ལྷ།
chomden gönpo lha yi lha
Bhagavān, Protector, God of Gods,

ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་གཟི་བྱིན་གྱིས།
yéshé nangwé zi jin gyi
By the splendor of the light of wisdom

ན་ཀ་འཆི་བའི་གདུང་སེལ་བ།
na ga chiwé dung selwa
You dispel the torment of sickness, aging, and death —

འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།
öpakmé la chak tsal tö
Amitābha, to you I pay homage and praise!

Having praised thus, if you wish to receive the attainments:

འཆི་བདག་བདུད་རྩེམས་ཆོ་ཡི་ལྷས།
chidak dü jom tsé yi lhé
O deity of long life, who conquers the Māra Lord of Death,

བདག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ།
dak gi lü ngak yi sum la
Upon my three — body, speech, and mind —

སྐུ་གསུང་ཐུགས་kyi བྱིན་གྱིས་ཟློབས།
ku sung tuk kyi jin gyi lob
Bestow the blessings of your enlightened body, speech, and mind,

ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩལ་དུ་གསོལ།
tsé yi ngödrub tsal du söl
And grant, I pray, the attainment of long life!

With this, partake of the long-life substances.

Recite the hundred-syllable mantra to repair excesses and omissions.

ཨོཾ་བཛྲ་སཏྭ་མ་ཡ། མ་ནུ་པ་ལ་ཡ། བཛྲ་སཏྭ་ཏེ་ན་པ་ཏྲི་ཐྲ། ྀ་ཌྷི་མེ་ཕ་བ། སུ་ཏོ་ཁྱོ་མེ་ཕ་བ། སུ་པོ་ཁྱོ་མེ་ཕ་བ། ཨ་ནུ་རཀྟེ་མེ་ཕ་བ། སརྦ་སིདྡྷི་མེ་པྲ་ཡཙྪ། སརྦ་ཀརྨ་སུ་ཙ་མེ་ཙིཏཾ་ཤྲི་ཡཾ་ཀུ་རུ་ཧཱུྃ་ཧ་ཧ་ཧ་ཧ་ཧོ་བྷ་ག་ཝཱན་སརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་བཛྲ་མཱ་མེ་མུཉྩ། བཛྲཱི་ཕ་བ། མ་ཧཱ་ས་མ་ཡ་སཏྭ་ཨཿ

Om vajra sattva samaya manupalaya vajra sattva tenopa trithra dri dho mebhava suto khyo mebhava supo khyo mebhava anurakto mebhava sarwa siddhi mepra yatsa sarwa karma sutsa me tsitam shriya kuru hung ha ha ha ha ho Bhagavan sarwa tatha gata vajra ma me muntsa vajri bhava maha samaya satva ah

Ask for forgiveness with the verses;

Whatever I failed to provide, whatever was impaired,
And whatever, through my deluded mind,
I have done [wrongly] or caused [others] to do —
I beseech you to forbear it all.

མདུན་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷ།
dün du kyépé yéshé lha
The wisdom deity generated in front

རང་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཐིམས།
rang zhin chö kyi ying su shek
Departs into the natural Dharmadhātu.

བདག་ཉིད་ལྷ་སྐུར་སྣང་བའི་ཚ།
dak nyi lha kur nangwé cha
The aspect of myself appearing as the deity's form

དྲན་རིག་གཉུག་མའི་ངོ་བོར་ཞིམ།
dren rik nyukmé ngowor tim
Dissolves into the essence of innate mindful awareness.

Thus dissolve into emptiness and arise again in the form of Amitābha Buddha:

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེར་དུ་བདག །
géwa di yi nyur du dak
By this virtue, may I swiftly

འོད་དཔག་མེད་མགོན་འགྲུབ་གྱུར་ནས།
öpakmé gön drub gyur né
Accomplish [the state of] the protector Amitābha,

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
drowa chik kyang ma lüpa
And may I place every being, without a single exception,

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །
dé yi sa la göpar shok
In that very state.

Dedicate the roots of virtue to enlightenment.

ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ང་ཡི་མིང་ཐོས་ཀུན།
khyö kyi semchen nga yi ming tö kün
"May all beings who hear my name

ང་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག་བཏབ།
nga yi zhing du kyéwar gyur chik tab
Be born in my pure realm" — so you aspired;

དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་གུས་པས་གསོལ་བཏབ་མཐུས།
dé chir dak gi güpé söl tab tü
Therefore, by the power of my devoted supplication,

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །
déwachen gyi zhing du kyéwar shok
May I be born in the realm of Sukhāvatī!

Perform the stages of aspiration prayers, verses of auspiciousness, and so forth appropriately. Furthermore: recognizing awareness (rigpa) as the deity's form, so that all appearance and existence arises as the deity's mandala, is the intent of Atiyoga.

Knowing one's own body as the very nature of the deity's mandala is the intent of Anuyoga. And clearly visualizing the outer face, hands, and attributes, then being introduced [to their nature] through recollecting their essential purity, and so engaging the meaning — this generation is the system of Mahāyoga. Accordingly, here too the self-generation has been arranged in keeping with the intent of

Anuyoga and Atiyoga, and the front visualization in accordance with the system of Mahāyoga.

This, too, was composed by the one bearing the Bodhisattva name Yeshey Oephoe ("Radiating with wisdom" — the Bodhisattva name of His Holiness the 70th Je Khenpo) for his own recitation practice. May it become virtuous and excellent!

Translated by Lopen Sonam Bumdhen, Research and Translation office of His Holiness the Je Khenpo, 27 October 2024

Edited and formatted by Deki Soh, 2026