



RIGPA

Event Booklet

Essence of Mahayana online course

Khenpo Sonam Tsewang

30 june - 27 october 2021

www.prajnaonline.org

Table of Contents

Opening Prayers

Taking Refuge and Generating Bodhicitta.....	3
Training the Mind in the Four Immeasurables.....	4
The Praise to Mañjuśrī: Glorious Wisdom’s Excellent Qualities.....	5
Short Bodhisattva Vow Ritual.....	10
Short Mandala Offering.....	12
Requesting the Teachings.....	13

Closing Prayers

The Dedication of Merit.....	15
Dedication from ‘Samantabhadra’s Aspiration to Good Actions’.....	16
Tenpé pal gyur.....	18
The Prayer in Six Vajra Lines.....	19
The Vajra Guru Mantra.....	20
Prayer for the Tradition of Guru Padmasambhava.....	21

version: 16 august 2021

Opening Prayers

Taking Refuge and Generating Bodhicitta

། ལངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

sangye chö dang tsok kyi chok nam la

In the Buddha, Dharma and the Supreme Assembly

བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

changchub bardu dak ni kyab su chi

I take refuge until I attain enlightenment.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བསྐྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

dak gi jin sok gyipé sönam kyi

Through the merit of practising generosity and the rest,

འགོ་ལ་ཕན་སྤྱིར་ལངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

dro la pen chir sangye drubpar shok

May I attain Buddhahood for the benefit of all beings!

(three times)

Training the Mind in the Four Immeasurables

By the power and the truth of this practice

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག།

semchen tamché dewa dang dewé gyu dang denpar gyur chik

May all sentient beings enjoy happiness, and the causes of happiness,

སྤུག་བསྐྱེད་དང་སྤུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

dukngal dang dukngal gyi gyu dang dralwar gyur chik

Be free from suffering, and the causes of suffering,

སྤུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

dukngal mepé dewa dampa dang midralwar gyur chik

May they never be separated from the great happiness devoid of suffering,

རྗེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉེས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་

ཅིག།

nyering chakdang nyi dang dralwé tangnyom tsemepa la nepar gyur chik

And may they dwell in the great equanimity that is free from attachment and aversion.

༄༅། །དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་པ། །

The Praise to Mañjuśrī: Glorious Wisdom's Excellent Qualities

ཐུགས་སྐད་དུ། །སྤྱི་རྒྱུ་ན་གུ་ཤ་རྩ་བ་རྒྱ་མཚོ་སྟེ། །

In the language of India: śrī jñāna guṇa bhadra nāma stuti

བོད་སྐད་དུ། །དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་པ། །

In the language of Tibet: dpal ye shes yon tan bzang po zhes bya ba'i bstod pa

བོཾ་མ་ལྷན་པ་དཔལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱུག་འཇམ་ལོ། །

Homage to the Lord Mañjuḥṣa!

ལྷ་མ་དང་མགོན་པོ་ཇི་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱུག་འཇམ་ལོ། །

lama dang gönpo jetsün jampé yang la chaktsal lo

Homage to the Lama and Jetsün Lord Mañjuḥṣa!

གང་གི་ལྷོ་ཤོས་ལྷེ་བ་གཉིས་ལྷེ་བ་ལྷ་ལྷེ་ལྷ་རྩ་བ་དག་རབ་གསལ་ལ་བས། །

gang gi lodrö drib nyi trindral nyi tar namdak rabsalwé

Your *wisdom* is brilliant and pure like the sun,
free from the clouds of the two obscurations.

ཇི་སྟེད་དོན་ཀུན་ཇི་བཞིན་གཟིགས་མྱིར་ཉིད་ཀྱི་སྤྱགས་ཀར་སྤྱེགས་བམ་འཛིན། །

jinyé dön kün jishyin zik chir nyi kyi tukkar lekbam dzin

You perceive the whole of reality, exactly as it is, and so hold
the book of Transcendental Wisdom at your heart.

གང་དག་སྲིད་པའི་བཙོན་རང་མ་དེག་སྐྱམ་ལྷུ་མས་སྤྱུག་བལྟལ་གྱིས་གཟིར་བའི། |

gangdak sipé tsönrar marik mün tum dukngal gyi zirwé

You look upon all beings imprisoned within samsara,
enshrouded by the thick darkness of ignorance and tormented
by suffering,

འགྲོ་ཚོགས་ཀུན་ལ་བྱ་བའི་བུ་བཙུན་ལྟར་བརྟེན་ཡན་ལག་བྱུག་བརྟུན་དེ་བྱུངས་ལྷན་གསུང། |

**dro tsok kün la bu chik tar tsé yenlak drukchü yangden
sung**

With the love of a mother for her only child. Your enlightened
speech, endowed with sixty melodious tones,

འབྲུག་ལྟར་ཆེར་སྒྲོགས་ཉོན་མོངས་གཉིད་སྲོང་ལས་ཀྱི་ལྷགས་སྒྲོགས་འགྲོ་ལ་མཛད་
ཚིང། |

**druk tar cher drok nyönmong nyi long lé kyi chak drok
droidzé ching**

Like the thundering roar of a dragon, awakens us from the
sleep of destructive emotions and frees us from the chains of
karma.

མ་དེག་སྐྱམ་ལེལ་སྤྱུག་བལྟལ་སྤྱུ་གཱ་ཇི་སྟེད་གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་བསྐྱམས། |

marik münsel dukngal nyugu jinyé chödzé raldri nam

Dispelling the darkness of ignorance, you wield the sword
of wisdom to cut through all our suffering.

གདོད་ནས་དག་ཅིང་ས་བཅུ་འེམ་ཐར་སོན་ཡོན་ཏན་ལྷན་རྒྱལ་རྫོགས་རྒྱལ་སྤྱོད་ལྷོ་བུ་འེའི་སྐྱེ། །

**döné dak ching sa chü tar sön yönten lü dzok gyalsé tuwö
ku**

Pure from the very beginning, you have reached the end of the ten bhūmis and perfected all enlightened qualities. Foremost of the Buddha's heirs,

བཅུ་ལྔ་ག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་རྒྱན་ལྲུས་བདག་སྤོའི་སྤྱན་སེལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་

འདད། །

**chu trak chu dang chunyi gyen tré dak lö münsel jampé
yang la dü**

Your *body* is adorned with the hundred and twelve marks of enlightenment. To Mañjuḥoṣa, the 'Gentle-voiced', I prostrate, and pray: dispel the darkness from my mind!

ཨོཾ་ཨ་པ་ཨ་ཅ་ཨ་རྩིེ།

om ra pa tsa na dhīh

༥ བརྗེ་ལྷན་ཁྱེད་ཀྱི་མཁྱེན་རབ་འོད་ཟེང་གྱིས། །

tseden khyé kyi khyen rab özer gyi

With all of your kindness and love,
let your wisdom's shining light

བདག་སྤོའི་གཉི་སྤྱག་སྤྱན་པ་རབ་བསལ་ནས། །

dak lö timuk münpa rabsal né

Clear the darkness of my ignorance, once and for all.

བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་སྤྲུགས་རྟོགས་པ་ཡི། །

ka dang tenchö shyung luk tokpa yi

Grant me, I pray, the intelligence, the brilliance

སྤྱོད་སྤྱོད་སྤོབས་པའི་སྣང་བ་སྣལ་དུ་གསོ་ཡ། །

lodrö pobpé nangwa tsal du sol

To understand the scriptures—the words of the
Buddha and works of the masters.

གང་ཚེ་བལྟ་བར་འདོད་པ་འཇམ། །

gang tsé tawar döpa am

And whenever I wish to look upon you,

རྩེ་ཟད་འདྲི་བར་འདོད་ན་ཡང། །

chungzé driwar dö na yang

Or ask of you anything at all,

མགོན་པོ་འཇམ་དབྱུངས་ཁྱེད་ཉིད་མི། །

gönpo jamyang khyé nyi ni

Lord and protector, Mañjuśrī,

གཤགས་མེད་པ་ཡང་མཐོང་བར་འོག། །

gek mepa yang tongwar shok

Let me see you without any hindrance!¹

1 Bodhicaryāvatāra, X.53

གང་གི་ལྷ་ག་པའི་བལ་པ་རྣམ་པར་དག་པལ་གཅིག་དང། བདན་དང། ཉི་ལུ་གཅིག་དང། བརྒྱ་དང།
 ལྷོད་ལ་སོགས་པ་དག་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སྒྲོགས་པ་དེ་ནི། གོ་རིམ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་འདག་པ་དང། ཐོས་
 པ་འཛིན་པ་དང། སྒོ་བལ་པ་དང། མི་བརྗེད་པའི་གཟུངས་དང། སྤྱིར་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པའི་
 ཞེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་དང། སྒོ་བལ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྷན་པར་འབྱུང་ལོ།

Anyone, who recites this aloud once, seven times, twenty-one times, one hundred times or one thousand or more times a day with a completely pure motivation will gradually purify the obscurations, and will gain immeasurable qualities, such as remembering one's studies with confidence and unflinching retention, and the power and strength of wisdom through which one can defeat opponents in debate.

གང་ཞིག་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ལན་གསུམ་དུ་བསྟོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྷན་པལ་
 ཞེས་རབ་དང་སྒྲིབ་རྗེས་ལས་དང་ལ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བགོད་དེ། གོ་རིམ་གོད་དུ་ཆེས་ཆེར་འབེལ་ནས་སྐྱུར་དུ་
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོང་ཁྱེད་དུ་སྤྱིན་ནས་འགོ་བཙུག་པ་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་བའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོར་
 འབྱུང་ལོ། |

Anyone who offers praise in this way three times a day will gain the qualities just mentioned and will develop wisdom and compassion, gradually progressing along the paths and stages, gaining ever greater qualities before swiftly reaching the citadel of omniscience and becoming a great guide to liberate all beings from samsara.

དཔལ་ལེ་ཞེས་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་པ་སྒྲོབ་དཔོན་རྗེ་མཚན་ཆས་མཛད་པ་རྗེ་གས་སོ། |

This completes the praise entitled 'The Splendour of Wisdom's Excellent Qualities' composed by Vajrasastra. It was translated by Ngok Lotsawa.

Short Bodhisattva Vow Ritual

All you buddhas who dwell in the ten directions
All you great bodhisattvas on the ten levels,
All you great teachers, the vajra-holders,
turn your mind towards me, I pray!

Taking Refuge

Until I realize the essence of enlightenment,
I take refuge in the buddhas,
And likewise in the Dharma,
and the assembly of bodhisattvas.

from the Bodhicaryāvatāra, II.26

Taking both the aspirational and practical Bodhicitta vow

Just as the sugatas of former times aroused the bodhicitta
And established themselves by stages in the training
of a bodhisattva,
Just so, for the benefit of beings I will arouse bodhicitta
And likewise I will train progressively in those disciplines.

from the Bodhicaryāvatāra, III.23-24

Rejoicing in the merit and dedication

Today, my birth has been fruitful,
I have well obtained a human existence.
Today I am born into the family of the Buddhas,
I have become a son or daughter of the buddhas.

from the Bodhicaryāvatāra, III.26

From now on, at all costs,
I will perform the actions befitting to my family.

I will not be a stain on this faultless noble family.

from the Bodhicaryāvatāra, III.27

Just like a blind person happening upon
a priceless jewel in a heap of rubbish,

So, through some fortunate coincidence,
the bodhicitta has been born in me.

from the Bodhicaryāvatāra, III.28

Today, in the presence of all the protectors,
I invite all beings to the state of sugata,

And, meanwhile, to happiness and bliss:
Gods, asuras and others—rejoice!

from the Bodhicaryāvatāra, III.34

O sublime and precious bodhicitta,
may it arise in those in whom it has not arisen;

May it never decline where it has arisen,
but go on increasing further and further!

May they not be separated from bodhicitta,
but be always inclined to enlightened action.

May they be cared for by the buddhas,
and may they abandon harmful action.

May the bodhisattvas' good wishes
for benefitting beings be fulfilled.

Whatever the protectors have intended for them,
may sentient beings receive it.

May all sentient beings be happy.
May all the lower realms be forever empty.

May the aspirations of all the bodhisattvas
of the various bhūmis be fulfilled!

Short Mandala Offering

། ས་གཞི་ཐོས་རྒྱས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ། །

sa shyi pö chü juk shing métok tram

The ground is purified with scented water and strewn with flowers.

རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་པ་འདི། །

rirap ling shyi nyi dé gyenpa di

It is adorned with Sumeru, the king of mountains, the four quarters of the universe, and the sun and the moon;

སངས་རྒྱལ་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །

sangyé shying du mik té pulwa yi

Thinking of it as the blessed buddha-fields, I offer it.

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག། །

dro kun namdak shying la chöpar shok

By virtue of this offering, may all beings here and now attain the happiness of that pure land!

ཏྲི་གུ་རུ་རྩུ་མཇུལ་སྤུ་ཇ་མེ་གྲ་ས་སྤུ་དྲ་ས་བ་ར་ན་ས་མ་ཡེ་ཨུམ་མུ་ཏྲི།

tram guru ratna mandala pudza megha samudra saparana samayé ah hung

Requesting the Teachings

༥ སེམཅན་ཙམ་རྣམས་ཀྱི་བལམ་པ་དང། །

semchen nam kyi sampa dang

I implore you: according to the temperament

ལྗོ་ཡི་ཐེ་བླག་ཇི་ལྟ་བུ། །

lo yi jedrak jitawar

And mental capacity of sentient beings,

ཆེ་རྒྱུད་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །

chechung tünmong tekpa yi

Please turn the wheel of Dharma

ཚོས་ཀྱི་ལམ་ལོ་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོ་ཡ། །

chö kyi khorlo kor du sol

Of all the vehicles — lesser, greater, and general.

Closing Prayers

The Dedication of Merit

༥ བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་བརྟེན། །

sönam di yi tamché zikpa nyi

Through this merit, may all beings attain
the omniscient state of enlightenment,

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་ཕམ་བྱས་གིང། །

tob né nyepé dra nam pamjé shing

And conquer the enemy of faults and delusion,

སྐྱེ་ན་ཞ་འཆིའི་རྩ་གྲོང་ལ་བྱུགས་པ་ཡི། །

kyé ga na chi balong trukpa yi

May they all be liberated from this ocean of samsara

བྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་གོག། །

sipé tso lé drowa drolwar shok

And from its pounding waves of birth,
old age, sickness and death!

Dedication from ‘Samantabhadra’s Aspiration to Good Actions’

༥ འཇམ་དཔལ་ལ་དཔལ་འབོམ་ཇི་ལྟར་མ་ཕྱེན་པ་དང། །

jampal pawö jitar khyenpa dang

Just as the bodhisattva Mañjuśrī attained omniscience

ཀུན་རྫོབ་ཐབས་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

kuntuzangpö deyang deshyin té

And Samantabhadra too,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཇི་ས་སུ་བདག་སྣོབ་ཅིང། །

dedak kün gyi jesu dak lob ching

All these merits now I dedicate

དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྟུ་བསྟོ། །

gewa didak tamché rabtu ngo

To train and follow in their footsteps!

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། |

dü sum shekpé gyalwa tamché kyi

As all the victorious buddhas of past, present and future

བསྐྱོ་བ་གད་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་དེས། |

ngowa gangla chok tu ngakpa dé

Praise dedication as supreme,

བདག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱིས། |

dak gi gewé tsawa di kün kyang

So now I too dedicate all these sources of merit of mine,

བཟང་པོ་སྤྱོད་མྱོང་བར་ཏུ་བསྐྱོ་བར་བསྐྱེ། |

zangpo chö chir rabtu ngowar gyi

For all beings to perfect ‘Good Actions’.²

2 These two famous verses come from Samantabhadra’s *Aspiration to Good Actions—the King of Aspiration Prayers*, the *Ārya Bhadracarya Praṇidhāna Rāja*, which is the final part of the *Gaṇḍavyūha Sūtra*, the last section of the *Avatamsaka Sūtra*.

Tenpé pal gyur

། བསྟན་པའི་དཔལ་ལྷུང་སྤེལ་མའི་ཞབས་པད་བརྟན། །

tenpé pal gyur lamé shyabpé ten

May the life of the lama, the glory of the teaching, be secure!

བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་སུས་ས་སྟེང་ཡོངས་ལ་བྱུག། །

tendzin kyebü sateng yong la khyab

May the whole world be filled with holders of the teaching!

བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་མངའ་ཐང་འབྱོར་པ་རྒྱུག། །

tenpé jindak ngatang jorpa gyé

May the wealth and power of the patrons of the teaching increase!

བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག། །

tenpa yün ring nepé tashi shok

And may all be auspicious, so that the teaching remains for ages to come!

༥ ཏུམ་བབས་ཀྱི་གསེལ་འདེབས་ཏུམ་གསུམ་ལངས་རྒྱལ།

The Prayer in Six Vajra Lines

a revelation of Chokgyur Dechen Lingpa

ཏུམ་གསུམ་ལངས་རྒྱལ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།

dü sum sangye guru rinpoche

Embodiment of buddhas of past, present and future,
Guru Rinpoche;

དངོས་གྲུབ་ཀུན་བདག་འདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས།

ngödrub kün dak dewa chenpö shyab

Master of all siddhis, Guru of Great Bliss;

བར་ཚད་ཀྱན་སེལ་བདད་འདུལ་དྲག་པོ་རྩེལ།

barché kün sel düdul drakpo tsal

Dispeller of all obstacles, Wrathful Subjugator of Maras;

གསེལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

solwa deb so jingyi lab tu sol

To you I pray: inspire me with your blessing,

བྱིན་གསལ་བའི་བར་ཚད་ཞིབ་དང་།

chi nang sangwé barché shyiwa dang

So that outer, inner and secret obstacles are dispelled

བསམ་པ་ལྷན་གྱིས་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

sampa lhün gyi drubpar jingyi lob

And all my aspirations are spontaneously fulfilled.

ཞེས་གཏེར་ཆེན་མཚོ་གསུང་བཤད་ཆེན་གྱིང་པས་སེང་ཆེན་གནམ་བུ་གཟི་གཡལ་རྩུབ་བུ་ལྷོ་མེད་ཆེན་བརྟེན་གསུང་
ནས་སྐྱུན་དངས་པ་འདྲེས་བབས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་འདི་ཉིད་བྱིན་རྫོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཀྱན་གྱིས་ཁོ་ཉེད་ལ་གཅེས་
པར་བྱེད་ལ་གྱི། །།

Discovered by the great terma-revealer Chokgyur Dechen Lingpa, from the right-hand side of the Sengchen Namdrak rock on Mount Rinchen Tseka, 'The Pile of Jewels'. Because the blessing of this prayer, one intended for this present time, is so immense, it should be treasured by all as their daily practice.

The Vajra Guru Mantra

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རློ་བལྟ་བུ་ལྷ་སྐྱེ་རློ་

om ah hung benza guru pema siddhi hung

Prayer for the Tradition of Guru Padmasambhava

by Jñāna (Kyabje Dudjom Rinpoche)

། མཁའ་ལྷོ་བོ་ཚེས་གསུམ་ཅིང་ལྷག་ལ་ཚེ། །

khen lob chö sum ringluk ché

May the living tradition of Guru Padmasambhava,
Bodhisattva Śāntarakṣita and the Dharma-king
Trisong Detsen,

འཛམ་གླིང་ལ་གསུམ་ཁྱབ་པར་འཕེལ། །

dzamling sa sum khyabpar pel

Spread throughout the world in all directions!

འགྲོ་རྒྱུད་མཚོག་གསུམ་སྣང་བ་དང། །

dro gyü chok sum nangwa dang

May the Buddha, Dharma and Saṅgha be present
in the minds of all,

མི་འབྲེལ་དུས་གསུམ་དགེ་ལེགས་ཤོག། །

mindral dü sum gelek shok

Inseparably, at all times, bringing peace,
happiness and well-being!



RIGPA

www.rigpa.org

www.prajnaonline.org

*On account of the Dharma it contains, this booklet should be treated with respect.
If you should wish to dispose of it, please burn it, rather than throw it away.*