

༥ ལྷོན་ལམ་བདེན་ཚིག་ལྷུང་འགྲུབ། །

སྤྱོད་པ་འཕྱེད་ཀྱི་ལ་བ་སྤྲོད་དང་བཅས་རྣམས་དང་། །འཕགས་བཞི་བསྐྱེད་ཡུམ་ཚེས་སྐྱུ་ཡུམ་ཚེན་མོ། །

རྒྱལ་ཀུན་འཕྲིན་ལས་སྐྱུ་བ་བྱེད་སྤོལ་མ་ལ། །སྤོལ་གསུམ་གྲུས་བ་ཚེན་བོས་སྤྱོད་འཚལ་ལོ། །༡

སྤོལ་བའི་འགྲོ་རྣམས་དཔེ་སོང་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལས། །སྤོལ་ཏེ་མཐོ་རིས་རྟེན་བཟང་ཐོབ་ནས་ཀྱང་། །

ཐོག་གསུམ་ལམ་ལ་རིམ་པར་སྤོལ་བྱས་ཏེ། །སྤོལ་མེད་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་འགྲུབ་པར་ཤོག །༢

འཛིག་རྟེན་འདིར་ཡང་འབྱུང་བཞིའི་འཛིགས་པ་དང་། །དམག་འབྲུག་ནད་དང་ལུ་གའི་འཛིགས་པ་སོགས། །

མི་མཐུན་སྤྱོད་རྣམས་ཉེ་བར་ཞིབ་དང་། །མཐུན་རྒྱུན་ཚེས་དང་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པར་ཤོག །༣

སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལ་བསམས་སྤྱོད་སྤོལ་བའི་སྤྱོད་ལ། །འཕྲོད་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་མི་འབྱུང་བར། །

དཔུལ་ཐོངས་ནད་པ་ཉམ་ཐག་ལ་ཕན་བས། །འཕྲོད་སྤྱོད་བསོད་ནམས་ཚོགས་སྤྱོད་རྒྱུར་ལུས་ཤོག །༤

དཔུལ་པོ་རྣམས་ལ་ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས། །རྟེན་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལས་སྤོལ་ཞིང་།

རྟེན་པའི་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་སོགས་མི་འཕེལ་བར། །འཕྲོད་སྤྱོད་བདེ་སྤོལ་རྒྱུ་ཏུ་འགྱུར་བར་ཤོག །༥

མཐོན་པོ་རྣམས་ལ་ལྷུང་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་དང་། །སྤྱོད་དོག་ཅན་གྱིས་གཞོན་པ་བྱེད་པ་སོགས། །

མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་རྣམས་ལས་སྤོལ་ཏེ། །དབང་ཐང་གཞན་ཕན་དོན་དུ་སྤོལ་བར་ཤོག །༦

དམན་པ་རྣམས་ལ་རང་དབང་མེད་པ་དང་། །ནད་དང་རྒྱུན་པར་ཉ་ཅང་མང་བ་སོགས། །

དམན་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཀུན་ལས་སྤོལ་གྱུར་ཞིང་། །བདེ་སྤོལ་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལྷུང་སྤོལ་བར་ཤོག །༧

དགྲ་བོ་རྣམས་ལ་ཁོང་ཁོའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་དང་། །གཉེན་དང་སྤོལ་ལ་ཞེན་ཚགས་སྤྱོད་བསྐྱེད་སོགས། །

རང་ལ་ལྷོས་པའི་ཚགས་སྤོལ་སྤྱོད་བསྐྱེད་རྣམས། །ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་ཤོག །༨

མདོར་ན་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །གཞན་ལ་གནོད་པ་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་ཅིང་། །

འབྲེལ་ཚད་ཡང་དག་ལམ་ལ་སྒྲོར་བ་སོགས། །ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག ། ༧

སྤྱོད་པ་བཅུ་ཉི་མངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བྱུགས་རྗེ་དང་། །ཚེས་ཉིད་འོད་གསལ་སྒྲོས་དང་བྲལ་བ་དང་། །

ཚེས་ཅན་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱེད་བདེན་ཚིག་གིས། །སྒྲོན་པའི་དོན་ཀུན་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག ། ༡༠

ཞེས་པ་འདི་ནི་ཤེས་རབ་སློབ་གྲོས་པས་ཐ་ཡི་ལེན་ནས་རྒྱ་གར་རྒྱ་མཚོའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཐོལ་བུང་དུ་སྒྲོས་པས་ཨ་རི་གསེར་གླིང་པས་འབྲེལ་དུ་བ  
སྒྲུབ་པོ། །

## A PRAYER THAT THESE TRUE WORDS BE SWIFTLY FULFILLED

To the victorious ones of ten directions and their heirs,  
To the mother of the fourfold nobles, Mother Dharmakaya,  
To the one who performs the buddhas' deeds, Lady Tara,  
With my three doors I prostrate with great respect.

May all beings in existence be free from the lower realms' suffering  
By attaining the excellent support of the higher realms  
And may they progress on the path of three vehicles,  
And thus achieve unsurpassable, perfect enlightenment!

Here in this world, may fear arising from four elements,  
The fear of war, sickness, famine, and other harm,  
All adverse conditions be completely pacified  
And may good conditions, Dharma and prosperity, flourish!

When the affluent gather, guard, and increase their wealth,  
May they not suffer because of their fortune.  
May they benefit the destitute, sick, and tormented  
And thus boldly transform wealth to mountains of merit!

May the poor be free of such suffering  
As the constant lack of food, clothes, and shelter,  
And when they find these, may conflict not increase—  
May material enjoyments embellish their joy!

May the mighty and powerful be free  
Of the suffering of ruin and harm caused by jealousy.  
May they be free of all harmful conditions,  
And may they use their good fortune to benefit others!

May the weak no longer be powerless,  
May they be free of illness and calamity.  
May they be free of all the pain of the oppressed,  
Enjoying happiness like the gods' abundance!

May all those who suffer in relation to me—  
My enemies who suffer because of anger,  
And my friends who suffer due to attachment—  
May they realize that all is equality!

In short, with my body, speech, and mind  
May I not do the slightest harm to anyone,  
May I lead whomever I meet to the authentic path,  
In all my lifetimes may I benefit others!

By the buddhas' and bodhisattvas' compassion,  
Reality's clear light, fabrication-free,  
And seeming reality's unerring causes and results,  
May all of these aspirations be swiftly fulfilled!  
May all of these aspirations be swiftly fulfilled!

*On the sky-path above the Indian Ocean on the way from Thailand, this was spoken extemporaneously by Sherab Lodrö,  
December 14, 1998.*

*Translated by Rose Taylor, May 2007. Translation copyright 2012, Rose Taylor*