How to Practice the Buddhadharma

༄༅། ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་
ཐར་ལམ་གསལ་བའི་
སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

How to Practice the Buddhadharma

A Lamp Illuminating the Path to Liberation

སེར་བྱེས་ཏྲེ་ཧོར་ལྷ་རམས་དགེ་བཤེས་ཚུལ་དགའ།།

Sera Je Lharam Geshe Tsulga

Wisdom Publications • Boston

༄༅། །རྗེ་བཙུན་བླ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བརྩེ་བའི་རང་གཟུགས་བཞིན་ལག་རྣམ་ཅན་སྤྱན་
རས་གཟིགས། །

ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་སྩོལ་མཛད་བརྩེ་ཆེན་ཁྲོ་རྒྱལ་པདྨ་ཡང་གསང་ལྷ། །

རིགས་བརྒྱའི་ཁྱབ་བདག་རྡོ་རྗེ་འཆང་དངོས་སྡོམ་བརྩོན་འཁོར་སྒྱུར་
གངས་ཅན་མགོན། །

རྣམ་གསུམ་དབྱེར་མེད་སྤྱི་བོས་འདུད་དོ་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་འབྲལ་
མེད་མཛོད།

བློ་ཆེན་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སྤྱངས་རྟོགས་སོགས། །
བཟང་པོའི་མཛད་འཕྲིན་མ་ལུས་མཉམ་སྒྱུར་ཀྱང་། །
ཐུབ་དབང་བསྟན་པའི་སྙིང་པོ་བདུད་རྩིའི་རོ། །
དགྱེས་བསྐུལ་བཀའ་དྲིན་མཉམ་མེད་མགོན་དེར་འདུད། །
བཀའ་བསྟན་མདོ་སྔགས་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གི །
དགོངས་དོན་ཇི་བཞིན་དེང་དུས་ནང་ཆོས་ལ། །
དོན་གཉེར་སྐལ་ལྡན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐུལ་བས་ན། །
ཉམས་ལེན་གོ་བདེ་མདོར་བསྡུས་འབྲི་བར་བྱ། །
མཁས་པའི་མཁས་པར་འདི་མི་དགོས། །

I bow to the venerable gurus.

Avalokiteshvara, physical form of every buddha's
compassion;
most secret Hayagriva, king of wrath, greatly
compassionate, granting every attainment;
a vow holding monk, Chakravartin king, protector of
Tibet, in reality Vajradhara pervading the hundred
buddha families;
three aspects inseparable, I bow my head.
Until enlightenment do not be apart from me.

All wise and great conquerors are without difference,
equal in attainment, equal in their noble deeds.
Yet I prostrate to that guide of unequalled kindness,
who has joyfully given a taste of nectar,
essence of the mighty Buddha's teachings.

Requested by fortunate ones striving these days in
Buddhism,
I will write in brief on practice in a way easy to
understand,

བླུན་པོའི་བླུན་པོར་འདིས་མི་ཕན། །
འོན་ཀྱང་བདག་དང་བདག་འདྲ་ལ། །
ཕན་ན་ཕན་པར་གྱུར་ཅིག་ཨང་། །

དེ་ཡང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཚེ་འདི་ཙམ་གྱི་ཆེད་མིན་པར་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཕན་ཆད་དུ་ཕན་པའི་བསམ་བློ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཚེ་འདིའི་འཕྲལ་སེལ་གྱི་བདེ་བ་ཙམ་སྒྲུབ་པ་ནི་མི་ཙམ་དུ་མ་ཟད། དུད་འགྲོ་ལ་ཡང་སྒྲུབ་ཤེས་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པས་མི་དང་དུད་འགྲོའི་ཁྱད་པར་བསམ་ཚུལ་ཕུག་རྒྱང་རིང་ཐུང་གིས་འབྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ནང་པའི་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དགོས་པ་ནི། རང་གཞན་སུས་ཀྱང་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་དག་སྤོང་མི་དགོས་པའམ་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་དང་། རང་གཞན་ཚང་མས་འདོད་པའི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་དེ་དག་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་དེ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་འདྲའི་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་བདེ་སྡུག་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས། དེ་ལས་གཞན་རྒྱུ་མེད་རྐྱེན་མེད་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཅིང་། ཡང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ལྷ་བུ་ཞིག་གིས་བཟོས་པའང་མ་ཡིན་པས། བདེ་སྡུག་གཉིས་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ངོས་ཟིན་པའམ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་། དེ་ཤེས་པའི་རྗེས་སུ

and in accord with the intentions
of Buddha's words, their commentaries, sutra and tantra,
and the *Stages of the Path* both great and small.

The wise will have no need of this,
it will not help the foolish,
yet I pray it will be of benefit
to myself and those similar.

When practicing Buddhadharma it should be practiced not just for this life but with thoughts of benefit in the next life onward. After all, working for the fleeting comforts of this life is not confined to humans. Even among animals there are many who do the same. The difference between humans and animals, therefore, should be determined by the ability to think long term.

Therefore, the purpose of practicing Buddhadharma is to avoid the experience of, or to eliminate totally, the suffering that none of us wants and to gain the temporary and lasting happiness we all desire. Happiness and suffering arise from their own causes and conditions. They do not appear without prior causes and conditions, nor are they produced by a creator of the world. Therefore, one should first know or identify the causes of suffering and happiness. Then,

སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་པ་ཡིན་པས། དེའི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་མེད་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། སྡུག་བསྔལ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ་འབྲས་བུ་དེ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་མེད་ན་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་ཡོང་མི་ཐུབ་སྟེ། དཔེར་ན་མེ་ཏོག་གི་རྒྱུ་ས་བོན་མེད་ན་འབྲས་བུ་མེ་ཏོག་མི་སྐྱེ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདེ་བ་འདོད་ན་ཡང་བདེ་བ་དེ་རྒྱུ་རྐྱེན་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་འདུག་བརྟག་དཔྱད་ཀྱིས་བདེ་བའི་རྒྱུ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བའི་རྒྱུ་དེ་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བསྒྲུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་ཚང་ན་འབྲས་བུ་བདེ་བ་མི་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་དེ། དཔེར་ན་དབྱིད་ཀར་ས་ཞིང་ནང་ས་བོན་དང་ཆུ་ལུད་སོགས་རྒྱུ་རྐྱེན་ཚང་ན་སྨོན་འབྲས་ཡག་པོ་འབྱུང་བ་དང་མ་ཚང་ན་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་མི་དགེ་བ་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཞིག་དང་། བདེ་བའི་རྒྱུ་དད་པ་ཤེས་རབ་ཐབས་དང་བཅས་པ་རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་ཐབས་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། ཐབས་ཚུལ་འདི་གཉིས་སྒྲུབ་པ་དེ་ལ་ནང་པའི་ཆོས་བྱེད་ཟེར་བ་ཡིན། ཡང་ཆོས་ཀྱི་དོན་ནི་འཛིན་པའམ་སྐྱོབ་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ནང་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཡག་པོ་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ངན་སོང་གི་གཡང་ལ་ལྷུང་བའམ་དེར་སྐྱེ་བའི་འཇིགས་པ་ལས་འཛིན་པ་དང་། དེའི་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པས་ཆོས་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་

because suffering is an unwanted phenomenon, the causes and conditions of suffering should be destroyed. Suffering is a result created from causes and if the causes and conditions to create that result are not there, suffering cannot arise. For example, if the seed of a flower is missing, no flower can grow.

Likewise, if we wish to have happiness, we should learn the causes of happiness through an investigation that searches for the causes and conditions that produce happiness. Then, we should work to gather these causes of happiness with great determination. If the creation of these causes and conditions is complete, it is not possible for the fruit of happiness not to arise. For example, if rice seeds, water, fertilizer, and so forth are present in the fields during spring, a good harvest will follow in autumn. If they are not present, no harvest is possible. Practice should consist of methods to eliminate nonvirtuous activity and mental afflictions, the very causes of suffering, and to bring the causes of happiness—faith, wisdom and their associated practices—into one's being. These two kinds of practice is what is meant by the practice of Dharma.

Moreover, the term "Dharma" means to hold or to protect. If one practices Dharma well, one will be held back from falling into the depths of the lower realms or from the fear of being reborn in such places and will be protected from such

སྐབས་འདིའི་ཆོས་བྱེད་ཟེར་བའི་ཆོས་འདི་ནི་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བཅོས་ཐབས་སམ་བསམ་པ་སྒྱུར་ཐབས་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། དེ་ཡང་ང་རང་ཚོ་སེམས་ཅན་ཚང་མ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་ཚེ་འདི་ཁོ་ན་དང་རང་དོན་ཁོ་ན་བསམས་ནས་དུས་བསྐལ་བ་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་ཕྱིན་པ་རེད། དུས་ཚོད་དེའི་རིང་བསམ་རྒྱུ་དང་འདོད་རྒྱུ་ནི་བདེ་བ་ཁོ་ནར་འདོད་པ་དང་བསམ་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དུས་ཚོད་དེའི་རིང་ལ་རང་ཉིད་འདོད་པ་ཁེངས་བའི་བདེ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་ཐོབ་ལ། མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་ནི་དམའ་མནར་མེད་ནས་མཐོ་སྲིད་རྩེའི་བར་གྱི་སྡུག་བསྔལ་མེད་ན་མ་གཏོགས་ཚང་མ་དུས་བསྐལ་བ་ནས་བསྐལ་པའི་བར་དུ་རང་དབང་མེད་པར་མྱོང་དང་སྤྱོང་བཞིན་པའི་སྐྱབས་མེད་མགོན་མེད། རང་དོན་གཞན་དོན་གང་ལའང་བལྟ་ས་མེད་པའི་ངང་ཚུལ་ཐབས་སྡུག་འདི་ལས་མ་བྱུང་པ་རེད། འདི་ནི་བདེ་སྡུག་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གང་ཡིན་ངོས་མ་ཟིན་པ་དང་། སྒྲུབ་ཚུལ་ནོར་བའི་དབང་གིས་འདོད་པའི་བདེ་བ་མ་ཐོབ་ཅིང་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ་ལས།

སྡུག་བསྔལ་འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། །
སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་ལ་མངོན་པར་རྒྱུག །
བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་མུག་པས། །

suffering. Furthermore, Dharma in this context of "practice" should be understood as being a method to remake the practitioner's way of thinking, or to transform his or her mind.

Since beginningless time we sentient beings have been thinking only about one life and of ourselves alone. In this way countless eons have passed. During that time our thoughts and wishes have been only for happiness and yet never, not even for an instant, have we found the happiness to satisfy our desires. Instead, we have helplessly experienced and will continue to experience every possible unwanted suffering from the Hell of Respite up to the Peak of Existence for eons and eons. All this time, we have been without protection, without guidance, with no gain or benefit for oneself and others. At no time have we risen out of this desperate situation. Not knowing the causes of happiness and suffering we engage in wrong practice, falling prey to unwanted suffering, and have not attained our desired goal of happiness. In the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* it says:

> Although we wish to be free of suffering,
> we run toward the causes of suffering.
> Although we wish for happiness,
> with ignorance we destroy it
> as if it were our enemy.

རང་གི་བདེ་བ་དགྲ་ལྟར་འཛེམས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་བླང་དོར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སོང་བས་ལན་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་ད་ནི་ཆེ་འདི་ཙམ་དང་རང་དོན་ཁོ་ནར་བསམ་པའི་སྔར་གྱི་བསམ་ཚུལ་དེའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་པར་བསམ་ཚུལ་དེ་བརྗེ་དགོས་ཏེ། རང་དོན་ཁོ་ནར་བསམ་པའི་བློ་ངན་འདི་ནི།

ཇི་སྐད་དུ་ཡང་།

པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། བླ་མ་མཆོད་པ་ལས།

རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅོང་ནད་འདི། །

མི་འདོད་སྡུག་བསྔལ་སྐྱེད་པའི་རྒྱུར་མཐོང་ནས། །

ལེ་ལན་བདས་ལ་འཁོན་དུ་བཟུང་བྱས་ཏེ། །

བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་འཛེམས་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས། །ཞེས་དང་།

རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་རྒྱུད་པ་ཀུན་གྱི་སྒོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།

རང་དོན་བསམ་པ་འབྲི་ཡི་ཆོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྡུག་སྔ་དག་སྟེར་པའི་དགྲ་བོའི་དྭངས་མར་བལྟ་དགོས། དེར་བརྟེན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པའི་བསམ་ཚུལ་མ་རུང་པ་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ། རང་གཞན་ཀུན་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཕན་ཆད་དུ་བདེ་ཐབས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བློ

As this quote points out suffering is a result of misunderstanding what is to be eradicated and what is to be cultivated. Therefore, without letting ourselves fall under the influence of the old mind that thinks only of this life and only of ourselves, we should now transform our way of thinking. Concerning this bad attitude of cherishing oneself alone Panchen Lozang Chokyi Gyaltsen says in the *Guru Puja:*

> This chronic disease of cherishing ourselves
> is the cause of unwanted suffering.
> Seeing this, we hold it in contempt and as worthy of
> blame.
> Bless us to destroy the demon of selfishness.

In the same text he says:

> Self cherishing is the road to every trouble.

In the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* it says:

> Thinking of our ourselves is the doctrine of the devil.

We should look upon this self-cherishing attitude as our principal enemy who has dealt ourselves and others so much

གཉིས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ནང་ཆོས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ན་དེ་འདྲའི་བསམ་ཚུལ་བཙོས་བསྒྱུར་གཏོང་ནུས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ནང་ཆོས་ལ་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པས་ཚེ་འདི་ཁོ་ནའི་ཆེད་ཙམ་མིན་པར་ཕྱི་མ་ཕན་ཆད་དུ་ཕན་ཐབས་དང་། རང་དོན་ཙམ་མིན་པར་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་བཅས་ཡང་ཡང་གོམས་ན་རང་གི་བློ་དེའི་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་ནུས་ཤིང་། དེར་བརྟེན་ཆོས་ཀྱི་དོན་གཡང་ས་ནས་འཛིན་པ་དང་། འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་བྱེད། སེམས་འདུལ་བྱེད། སེམས་བཙོས་བྱེད། སེམས་སྒྱུར་བྱེད་སོགས་ལ་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་གོ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཚང་མའི་བདེ་བ་འདོད་པའི་ཆ་ནས་བསམ་ན་ཡང་ནངཔའི་ཆོས་ཚུལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་པའི་ཆ་ནས་བསམ་ནའང་ནང་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ད་ལྟའི་རང་གི་མི་ལུས་འདི་ཡང་རང་གི་སྐྱེ་བ་སྔོན་མའི་མི་ཞིག་གིས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་རྣམས་སུ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཁྱད་པར་ཅན་བཅུ་དང་ལྡན་ཞིང་འགལ་རྐྱེན་ཆེན་པོ་བརྒྱད་དང་བྲལ་པའི་མི་ལུས་ཁྱད་པ་ཅན་འཐོབ་པར་ཤོག་ཅེས་སྨོན་ལམ་རྣམ་པར་དག་པ་བཏབ་ཅིང་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་སྦྱིན་པ་བཏང་། མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུངས། བཟོད་པ་བསྒོམས། བརྩོན་འགྲུས་

suffering since time without beginning. Therefore, by turning away from this unbefitting and ingrained attitude we should develop the mind that thinks about happiness for ourselves and others from the next life onward as well as an attitude that works toward that end. By training in Buddhadharma it is possible to change our minds to such a way of thinking. If we train ourselves through the proper practice of Dharma, working for the benefit of future lives and not for this life alone, with the thought of working for others and not for ourselves alone, then our minds can be led into that direction. Therefore, Dharma has been spoken of as that which holds us from the abyss, protects us from fear, tames the mind, remakes the mind, and transforms the mind, and it should be understood in this way.

Whether one thinks from the perspective of all sentient beings wanting happiness or from the perspective of all sentient beings not wanting suffering, one should practice Dharma. Take this human rebirth that we have now, for example. In a past life as human beings we prayed to be reborn as human beings specially endowed with ten favorable conditions for achieving liberation and omniscience and to be free from the eight great obstacles. Alongside that prayer, we practiced giving, kept the morality that restrained from the ten nonvirtuous activities, practiced patience,

བསྐྱེད། བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་བཞག།

ཤེས་རབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སོགས་རྒྱ་རྐྱེན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ད་ལྟ་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་བའི་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་ཚང་བའི་མིའི་ལུས་རྟེན་འདི་ཐོབ་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེང་ནས་མ་ཤིའི་བར་དུ་སྐྱེ་བོ་མ་ཕན་ཆད་དང་། གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཆོས་ཞིག་སྒྲུབ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས།

དལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལུས། །

ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་རྙེད་གྱུར་ཀྱང་། །

ཕྱིས་ནས་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་བས། །

སྒྲུབ་ལ་འབད་པས་དོན་ཡོད་བྱ། །

སངས་རྒྱས་འབྱུང་དང་དགེ་སློང་དང་། །

མི་ལུས་རྙེད་དཀའ་རྙེད་གྱུར་ཅིང་། །

དགེ་བཤེས་འཕྲད་དཀའ་འཕྲད་གྱུར་ནས། །

དོན་མེད་པར་ནི་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཇལ། རང་ལ་ལམ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་བླ་མའམ་དགེ་རྒན་དང་འཕྲད་པ་སོགས་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་ཕྱི་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཚང་མ

developed determination, dwelt in meditative absorption, practiced wisdom, and so on. Because of these perfect causes and conditions, we have now gained this human form complete with its eight leisures and ten endowments, and we are free from the suffering of lower realms. Therefore, from now on until we die we should practice a Dharma that brings happiness to others and to our own future lives. The incomparable Atisha said:

> A rebirth complete in leisure and endowment
> is very difficult to gain.
> Even attained it is so difficult to find once more.
> Strive in practice, therefore, and make it meaningful.
> A buddha has appeared, a Sangha community exists,
> you have gained this hard-to-find human rebirth,
> a teacher so difficult to meet has been found,
> do not render it meaningless.

As this quote explains, we have gained this precious form with its leisure and endowments, met with the precious teachings of the Buddha, and met with the teacher or guru who flawlessly shows us the path. These and every other favorable internal and external condition for the practice of Dharma have come together at this one time. Now we must

ལན་གཅིག་འཇོམས་པའི་སྐབས་འདིར་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པའམ་ནུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་ཁྱི་ལུས་ཐོབ་པ་གཉིས་ཁྱད་པར་མ་བྱུང་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན་ཚུལ་བསམས་དགོས།

དེ་ཡང་རང་རེ་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་ལ་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་། འཁོར་བའི་སྡུགབསྔལ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། ད་ཆོའི་རྒྱུད་ལ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་མ་ཚང་བ་མེད་པར་ཡོད་པས། སྐྱེ་བ་རྗེས་མར་བདེ་འགྲོའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་དཀའ་བར་མ་ཟད། ཤི་མ་ཐག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་གླགས་མེད་པར་ཡུན་རིང་མྱོང་ངེས་པའི་ངན་སོང་གི་བཙོན་ཁང་དུ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བའི་ཉེན་ཁ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་ཏེ།

སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྡིག་པས་ཀྱང་། །
བསྐལ་པར་མནར་མེད་གནས་འགྱུར་ན། །
ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྡིག་གིས། །
བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྨོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རང་ཅག་ལ་དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ལས་མི་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ཉིད་སྟོབས་ཆེ་བས། རང་རེའི་སེམས་འདི་ཉོན་མོངས་པས་ཟིན་པའམ་བཅིངས་པས་དགེ་སེམས་ལྟ་ཅི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་སེམས་ཙམ་ཡང་སྐྱེ་སྐབས་ཆེར་མི་འབྱུང་བར་ཉེས་སྤྱོད་ཁོ་ནར་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་འཇུག་པ་དང་། དེ་

give this achievement of a human rebirth meaning and power. If that were not possible, we would have to conclude that there is no difference between being born as a human and being born as a dog.

Our unwanted sufferings are those of the lower realms and those of cyclic existence. Within our being we possess the complete causes and conditions for birth in the lower realms. Therefore, not only is it difficult to gain a higher rebirth but there is every danger immediately after we die of being born against our wishes in the prison of lower realms, where we are certain to experience unbearable suffering. The *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* says:

> If nonvirtuous activity performed for an instant
> can produce an eon in the Hell without Respite,
> what need is there to say that nonvirtuous activity
> accumulated since beginningless time
> will not produce birth in higher realms

Within us nonvirtuous activity is stronger than virtuous, and the mind, therefore, is held or bound by mental afflictions. This means that even neutral states of mind, not to mention virtuous, do not arise that often. This is because our minds naturally gravitate toward nonvirtue. Such activities, in terms

ཡང་ཞིང་བསམ་རྟེན་དངོས་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་། དེ་དག་མ་ཤི་ཚུན་ཆཤགས་སྡོམ་གྱིས་དག་ནས་གཙང་སེང་ངེ་བ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་དཀའ་བ་དང་། སྤྱིར་དགེ་བའི་ལས་ལ་ནི་འཇུག་པ་ཉུང་ཞིང་ཙུང་ཟད་རེ་སྒྲུབ་ཀྱང་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་དཀའ་བ་སོགས་གང་ལ་བསམས་ཀྱང་ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་ལས་འོས་མེད། གལ་སྲིད་དམྱལ་བ་དང་། ཡི་དྭགས་དུད་འགྲོ་སོགས་སུ་སྐྱེས་ན་དེ་དག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། ཀློ་རིགས་ཀ་ཙང་རྨོངས་པས་དགེ་བ་སྒྲུབ་པ་དང་སྡིག་པ་སྤོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནི་གཏན་ནས་མི་ཤེས་པ་མ་ཟད་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་ཙམ་ཐོས་པའང་དཀོན་པ་དང་།

ངན་སོང་པ་དེ་དག་ཕལ་མོ་ཆེ་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་ཉོན་མོངས་རགས་པའི་དབང་གིས་ལས་མི་དགེ་བ་ཡང་ཡང་གསོག་པས་འོག་ནས་འོག་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་པ་ལས་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་སྐབས་མེད་པ་ལྟ་བུར་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་ལས།

དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། །
སྡིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེར་བསགས་ན། །
བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཡང་ནི། །
བདེ་འགྲོའི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

of their fields, motivating thoughts, bases, and objects, have great strength and it will be difficult to purify ourselves of them totally before we die by means of confession and strong resolution.

Generally, virtuous activity is rare, and such activity when it is performed is often impure from the point of view of its preparation, undertaking, and conclusion. However we look at it, in our next life there can be no rebirth other than one in the lower realms. Born as a hell being, hungry ghost, or animal, our suffering will be so great and our minds so ignorant that we will not know at all the practices of cultivating virtue and eradicating nonvirtue. Even hearing the words of such practices will be rare. Most lower-realm beings under the power of coarse afflictions such as anger amass nonvirtuous karma again and again, and in their rebirths they migrate lower and lower with never a chance to be reborn in happier realms. The *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* says,

> By engaging in no virtuous activity,
> but amassing the nonvirtuous,
> for a hundred billion eons
> even the words "happier realms"
> will not be heard.

དེ་ཙམ་ཕོ་ན་སྨོད་གྱུར་ནས། །
འདི་ནི་རྣམ་ཐར་མི་འགྱུར་ཏེ། །
འདི་ལྟར་དེ་ནི་སྨོད་བཞིན་དུ། །
སྡིག་པ་གཞན་དག་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེར་བརྟེན་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་དེར་མི་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཉམས་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་འདྲའི་སྡིག་སྤྱོང་དགེ་སྒྲུབ་གྱིས་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ཡང་ཉིན་མ་དང་ཟླ་བ་རྗེས་མ། ལོ་དང་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་སོགས་སུ་བྱ་སྙམ་པའི་ཕྱི་འགྱངས་དང་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་ཆོས་ཉམས་ལེན་ད་ལྟ་རང་ནས་བྱ་དགོས་ཏེ།

རང་ཉིད་མ་ཤིའི་གོང་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བྱེད་དགོས་པ་གང་ཞིག་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་གུང་ཐང་པས།

ཆོས་བྱེད་ཀྱི་སང་ཉིན་འཆར་གྱི་བར། །
འཆི་དུས་ཀྱི་དེ་རིང་སླེབ་ཉེན་ཆེ། །
ད་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བསྐོར་པར། །
ཆོས་བྱེད་ན་དེ་རིང་ཉིད་ནས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཤེས་དགོས། ཤེས་པ་ལ་ཐོས་དགོས་ཤིང་། ཐོས་མ་དེ་ཡང་གང་བྱུང་བྱུང་གི་མི་འོང་པས་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་ལ་འོག་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་བསྟེན་ཚུལ་

The same text says:

> Having experienced it one is not free,
> for during the experience
> more nonvirtue is gathered.

Therefore, in order not to be born in those lower realms in future lives, we should practice a pure Dharma. In our practice of eradicating nonvirtue and cultivating virtue we should not fall under the spell of laziness and think to put it off until tomorrow, next month, next year or next life. Rather we should begin right now because practice must be undertaken before we die and our time of death is uncertain. Je Gungtangpa said:

> Before the tomorrow of Dharma practice
> there is danger that the death of today will arrive.
> Now, without deluding yourselves,
> if you want to practice Dharma, do it today.

Therefore, we should know the way to practice Dharma. To know this we must listen, but the person to whom we listen should not be just anyone. Rather, we should listen with a pure devotion to instructions from a guru or spiritual teacher complete with every qualification. The manner of this devo-

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟེན་པའི་སྒོ་ནས་གདམས་ངག་ཉན་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་བླ་མའི་དྲུང་ནས་གཞུང་ཞིག་གི་བཤད་ཁྲིད་ཐེང་གཅིག་ཙམ་ཉན་པ་དང་དེ་འདྲའི་དཔེ་ཆ་དེ་ལན་རེ་གཉིས་ཀློག་པ་ཙམ་གྱིས་གཞུང་དོན་ཉམས་ལེན་ལ་སྒྲིལ་ཤེས་པ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་མི་བྱ་བར་གཞུང་གཞན་མང་པོར་ཐོས་པ་དང་། ཐོས་དོན་བསམ་པ། བསམ་དོན་སྒོམ་པ་སོགས་ཡུན་རིང་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་བྱ་དགོས་ཏེ།རང་རེ་ནང་ཆོས་ལ་སྦྱངས་པའི་དགོས་པ་ནི་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་སྤོང་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། དགོས་པ་དེ་ལས་སླ་པོ་ཞིག་གིས་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་ལ་གཟིམ་ལམ་དུ་ཞལ་གཟིགས་ནས་།

རང་དང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར། །
ཐོས་པས་ངོམས་པར་མི་བྱ་སྟེ། །
ས་གསུམ་བརྙེས་པའི་འཕགས་པ་ཡང་། །
ཐོས་པས་ངོམས་པ་མེད་ལ་ལྟོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེ་གྲངས་མང་ཡུན་རིང་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེའོ།།

དེ་ལྟ་ནའང་གང་ཉན་རྒྱུའམ་ཐོས་རྒྱུའི་ཆོས་དེ་ཡང་ཐར་པ་དང་ཐམས་

tion will be explained later. However, by listening to an explanation of a text from a teacher just once or by reading a text only once or twice it will be difficult to gain a full and well-rounded understanding necessary to put its meaning into practice. Therefore, we should not be content with just that but should listen to many other texts, contemplate their meanings, and meditate determinedly upon their meanings for a long time. This is because the purpose of training in the Dharma is to eradicate the sufferings of samsara and of the lower realms along with their causes. That cannot be accomplished easily. Tsongkhapa appeared in a dream of Panchen Lozang Chokyi Gyeltsen and said:

> To benefit oneself and others
> do not be content with your learning.
> Look to the aryas of the third level,
> where even they are not content.

Therefore, a great learning of many texts undertaken over a long period, time and time again, is essential.

The Dharma we listen to should be, among other things, one that possesses flawless methods for gaining liberation or omniscience. It should not be confused as to the stages of practices and should be complete and accessible for

ཅན་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། གོ་རིམ་མ་འཁྲུགས་པ། གྲངས་ཚང་ཞིང་ལག་ཏུ་ལེན་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཉན་དགོས། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རང་ཅག་སྡུག་བསྔལ་ལས་ཐར་བའི་ཕྱིར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་དབང་གིས་ཆོས་ཚུལ་འདྲ་མིན་དུ་མ་ཞིག་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་ཐོག་མར་གང་ཞིག་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་ཞེ་ན། དེ་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས།

སྡིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །
དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྤྱོད། །
རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །
འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེ་དན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་དང་། འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་གཏི་མུག་གསུམ་སོགས་ཡིན་པས་དེ་དང་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་བསྒྲིམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་དག་སྤོང་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཁྲིམས་གཙོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་ངེས་ཀྱི་བཙོན་པ་ནག་ཉེས་ཅན་ཞིག་ཁྲིམས་གཙོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་དེ་དང་། བཙོན་ཁང་དེ་ལས་ཐར་ཐབས་རང་གཅིག་པུས་བྱེད་མི་ནུས་ཀྱང་། རང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཡུལ་གྱི་དཔོན་པོ་ལྟ་བུར་ཁོང་གིས་ཐབས་ཤེས་

practice. In order to free us from suffering the Buddha taught ways of practice that accord with the minds of sentient beings. So what should we practice first? The Buddha himself said:

> Do no wrong,
> cultivate every virtue,
> train your mind completely.
> This is the teaching of the Buddha.

The main causes for birth in lower realms are nonvirtuous activities and the main causes of cyclic existence are attachment, anger, ignorance, and so forth. Therefore, we should make effort to eliminate them through the power of meditation upon their antidotes. For example, a criminal destined to experience the suffering of punishment is not able to free himself from the punishment or from prison by his own means. However, should a high ranking official, with whom he has contact, take upon himself that responsibility and has the power to free this person from his difficulties, the offender will beg him for help from the depths of his heart and listen to his every word.

Likewise, we too, since beginningless time, have committed by body, speech, and mind powerful unwholesome actions, complete in their preparation, execution, and con-

དང་འགན་ལེན་གནང་ན་རང་ཉིད་དཀའ་ཉེན་དེ་ལས་ཐར་བ་བྱེད་ནུས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ལ་སྙིང་ནས་རེ་བ་དང་བཅས་རང་ཉིད་དེ་ལས་འདོན་ཐབས་སྐྱབས་འཇུག་ཞུ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་ཅི་གསུང་ཉན་པ་ལྟར། ང་རང་ཆོས་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཚང་བའི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སྡོབས་ལྡན་དམྱལ་བ་ཡི་དྭགས་དུད་འགྲོ་སོགས་ཀྱི་གནས་སུ་རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་གླགས་མེད་པ་ཡུན་རིང་མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་དུ་མ་བསགས་པས་ནག་ཆེན།

ངན་སོང་གི་བཙོན་ཁང་དུ་ལྷུང་བའམ་དེར་སྐྱེ་བར་གཏན་ཁེལ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིང་། ད་རང་ཉིད་ངན་སོང་དེར་མི་ལྷུང་བའམ་དེར་མི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། རང་ལ་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་འདོད་རྩ་བ་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་རང་ཉིད་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་མི་འདོད་ཀྱང་དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ཕལ་ཆེར་འཛོམས་ཟིན་ལ་ཡང་རང་ཉིད་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་མི་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་དེར་མི་སྐྱེ་བ་ནི་བྱེད་མི་ནུས་ཤིང་།

ད་འོ་ན་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་སྙམ་ན། དེ་ཡང་རང་གཅིག་པོས་ངན་སོང་དུ་མི་སྐྱེ་བར་བྱེད་མི་ནུས་པས་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་བཙལ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལས་

clusion, whose ripening will result in the experience of long and unbearable suffering in the realms of hell beings, ghosts, and animals. In this way we too are criminals and are certain to fall into the prison of the lower realms. We must ensure that this does not happen because we have no wish to experience the sufferings of these realms. However, the causes and conditions for birth there are probably complete and merely wishing not to be born there will not prevent it happening. So what should we do? We cannot prevent rebirth in the lower realms by our own means so we must seek a refuge that gives protection from these sufferings. There is no refuge other than the Three Jewels to protect us from the suffering of the lower realms. Therefore, we should entrust ourselves to them.

How we do this is by having great fear of the lower realms and great faith from the very depths of our being that the Three Jewels have the power to protect us. We place our trust in these precious jewels with the thoughts, "You know, you understand," creating thereby a mind full of hope. As a consequence we should do whatever the Buddha says. For example, if the influential official in whom the criminal has placed his trust, says, "In the past you have committed crimes of murder and so forth, and now you are in a great danger of being executed or at least undergoing the suffering

གཞན་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ལས་སྐྱོབ་ནུས་མཁན་མེད་པས་དེ་ཉིད་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་སྐྱབས་བཅོལ་ལུགས་ནི་རང་ཉིད་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག་པ་དང་། དེ་དག་ལས་སྐྱོབ་པའི་ནུས་པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡོད་པར་སྙིང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཁྱོད་ཤེས་ཁྱོད་མཁྱེན་སྙམ་དུ་བློ་བཀལ་ནས་རེ་ལྟོས་ཀྱི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཅི་གསུང་སྒྲུབ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་མི་ནག་ཆེན་དེ་ལ་རང་གིས་རོགས་སྐྱབས་ཞུ་སའི་དཔོན་པོའམ་མི་དབང་ཡོད་དེས་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྡོན་མི་བསད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བྱས་པས་ཁྱོད་ལ་སྡིག་ཤོར་བའི་ཉེན་ཀ་དང་། དེ་མིན་ཡང་ཟླ་བ་དང་ལོ་འཁྱུད་ནས་བཙོན་ཁང་དུ་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་ཡུན་རིང་མྱོང་དགོས་ཀྱི་ཉེན་ཀ་ཆེན་པོ་འདི་བྱུང་བ་རེད།

ད་ཕྱིན་ཆད་ངོས་ཀྱིས་ཞཕད་པ་ལྷུར་ཉན་ནས་སྡོན་བྱུས་ལ་འགྲོད་སེམས་དྲག་པོ་དང་། རྗེས་སུ་ཡང་དེ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་ངན་ནམ་ཡང་མི་བྱེད་པའི་སྡོམ་སེམས་བརྟན་པོ་དང་བཅས་ཚུལ་མཐུན་དུ་གནས་ཐུབ་ན་ཁྱོད་དཀའ་ངལ་འདི་ལས་ལན་གཅིག་ཙམ་ཐར་ཐབས་བྱེད་ནུས་ཅེས་

of imprisonment month after month, year after year. From now on, if you listen to what I say, develop strong remorse for your past, with a firm determination never to commit these kinds of crimes again, and are able to live within the law, I will be able to free you just this once from those sufferings," the criminal would have no choice but to do what the minister says.

When we ask him for protection from the sufferings of the lower realms, how does the Buddha accomplish it? The Buddha himself said:

> Buddhas cannot wash away nonvirtuous activity with
> water,
> remove sufferings with their hands,
> or transfer their realizations to others.
> They liberate by teaching truths.

As this quote indicates, the desire to free all sentient beings of the three realms from all their sufferings and causes exists within the buddhas and bodhisattvas, but they cannot take away the sufferings of sentient beings with their hands as one would remove a splinter, nor can they wash away suffering with water. They cannot create liberation by passing on or giving their qualities of wisdom, compassion, and power.

གསུངས་ན་ཅི་གསུང་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

འོ་ན་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ལས་སྐྱོབས་པར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ང་རང་ཚོ་སྡུག་བསྔལ་ལས་ཐར་པ་ཇི་ལྟར་མཛད་ཅེ་ན།

དེ་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིད་ཀྱིས།

ཐུབ་རྣམས་སྡིག་པ་ཆུ་ཡིས་མི་འཁྲུད་ཅིང་། །
འགྲོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཕྱག་གིས་མི་སེལ་ལ། །
ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྤོ་མིན་སྟེ། །
ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་བསྟན་པས་གྲོལ་བར་མཛད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་ལས་བྲལ་བ་ཞིག་མཛད་འདོད་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ། དེ་དག་གི་ཕྱག་གིས་ཚེར་མ་ལེན་པ་ལྟ་བུར་བྱེད་དུ་མེད་པ་དང་། ཡང་ཆུ་ཡིས་བཀྲུས་ནས་དག་པའང་བྱར་མེད་ཅིང་། དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤོ་བ་སྟེ་སྨིན་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཀྱང་ཐར་པ་འཐོབ་པར་མཛད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཇི་ལྟར་མཛད་ཅེ་ན། རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤངས་བླངས་གང་ཞིག་ཉམས་

How then is it done? They themselves have practiced the paths of eradication and cultivation and by doing so have traveled to high levels of realization. These paths they flawlessly teach to their disciples who in turn will practice them. There is no other way that buddhas and bodhisattvas can lead sentient beings to liberation and enlightenment. A sutra says:

> I show you the path to liberation,
> but know that liberation depends on yourself.

The meaning of this is as follows. Buddha said that if we did not want suffering and wished to be free of it, we should eradicate nonvirtuous activities, the causes of suffering, or at least reduce their powers, and strive to practice virtue, the cause of happiness. For that we should clearly know the individual causes of happiness and suffering. The main causes of the undesired sufferings of the lower realms are our nonvirtuous activities and their potential power stored within ourselves. We should make effort, therefore, in the practices that eradicate them. The *Precious Garland of the Middle Way* says:

> All suffering arises from nonvirtue,
> and likewise the lower realms.

བཞེས་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་མཐོན་པོར་གཤེགས་པའི་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་གསུངས་ཤིང་། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཉམས་ལེན་བྱ་བ་ལས། གཞན་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སར་འཁྲིད་ཐབས་མཛད་དུ་མེད་དོ། དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ལས།

ངས་ནི་ཁྱོད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་བསྟན་གྱི། །
ཐར་པ་བདག་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་དེ་དག་གི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ང་རང་ཚོ་ལ་ཁྱོད་རྣམས་སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་ཅིང་དེ་ལས་ཐར་པ་ཞིག་དགོས་ན་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་མི་དགེ་བ་སོགས་སྤོང་པའམ་དེའི་ནུས་པ་ཆུང་དུ་གཏོང་བ་དང་། བདེ་བའི་རྒྱུ་དགེ་བ་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་སྒྲུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་བདེ་སྡུག་གི་རྒྱུ་སོ་སོ་ནས་གསལ་པོར་ཤེས་དགོས། ཁྱོད་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་སེམས་ཅན་ཁྱོད་རང་ཚོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་དང་། དེ་དག་གི་ནུས་པ་རྣམས་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་སྤོང་ཐབས་སམ་དག་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཕྲེང་བ་ལས།

མི་དགེ་པ་ལས་སྡུག་བསྔལ་ཀུན། །
དེ་བཞིན་ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

What then is the way to eradicate nonvirtuous activity, the very cause of the sufferings of cyclic existence and lower realms? In *Four Hundred Verses of the Middle Way* says:

> Reject nonvirtue,
> then reject self,
> finally reject all views.
> He who knows this is wise.

In the beginning we should work to reject or eradicate nonvirtuous activity, the main cause of birth in the lower realms. Furthermore, making effort in virtue as a way to eliminate this nonvirtuous activity should be grasped by refuge or heartfelt faith in the Three Jewels. This is because working to cultivate virtue and to eradicate nonvirtue, even over a long time, is not perfect Buddhist practice if it is not held by such refuge and faith.

In Buddhist tradition what are the reasons for asserting Three Jewels to be objects of refuge? To gain the happiness of freedom from suffering sentient beings must have as objects of refuge all Three Jewels. For example, a sick person weakened for a long time by illness and unable to take care of himself needs a wise doctor able to decisively diagnose

དེ་ལྟ་ན་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སོགས་སྤྱོད་པའི་གོ་རིམ་དང་། ཐབས་བཅས་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྙམ་ན། དེ་ནི་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བཟློག །
བར་དུ་བདག་ནི་བཟློག་པར་བྱེད། །
ཐ་མར་ལྟ་ཞིག་ཀུན་བཟློག་པ། །
གང་གིས་ཤེས་དེ་མཁས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་སྟེ་མི་དགེ་བའི་ལས་བཟློག་པ་སྟེ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལ་ཐོག་མར་འབད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་འགྲོའམ་དེ་དག་ལ་སྙིང་ནས་དད་པའི་དད་པས་ཟིན་པའི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། དེ་འདྲའི་སྐྱབས་འགྲོའམ་དད་པས་ཟིན་པ་ཞིག་མེད་ན་སྡིག་སྤྱོད་དགེ་སྒྲུབ་ལ་ཡུན་རིང་འབད་ཀྱང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཡང་དག་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འོ་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལུགས་ལ་སྐྱབས་ཡུལ་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་འདོད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྙམ་ན། དེ་ནི་སེམས་ཅན་གཅིག་སྡུག་བསྔལ་ལས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱབས་ཡུལ་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ངེས་པར་དུ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་གཙོང་

the illness; powerful medicine capable of destroying the illness' power; and a nurse to administer medicine, to give him suitable food in a accord with the doctor's instructions, and to care for him day and night. If these three are present that person will be cured of his illness. If any are missing he will not.

Similarly, for someone to be completely freed from the causes of suffering by amassing the opposing forces that will destroy them, three conditions are necessary. Firstly, the Buddha teaches the refuge. He is like a wise doctor, infallible in pointing out virtuous and nonvirtuous activities to be cultivated and eradicated. Like medicine that has the power to destroy illness, the antidotes that actually destroy the sufferings of samsara and the lower realms forever are the direct perceptions of no-self and so forth. This is the Truth of the Path. The eradication achieved by these paths is the Truth of Cessation. Together these two truths comprise the Jewel of the Dharma, the actual refuge that liberates one from suffering.

A nurse gives food and medicine to a sick person. With such care and companionship the patient will recover from their illness. Similarly, arya beings and ordinary Sangha initially help those new to Dharma practice who are confused as to what needs to be eradicated and cultivated to hear the teachings of the precious Dharma. Then they become companions, helping with contemplation and the understandings

ནད་ཀྱིས་ཡུན་རིང་མནར་བའི་ནད་པ་ཉམ་ཐག་རང་གཡོག་མི་ནུས་པ་ཞིག་ནད་དེ་ལས་ཐར་པ་ལ་ནད་རིགས་གང་ཡིན་ངོས་ཟིན་ངེས་པའི་སྨན་པ་མཁས་པ་ཞིག་དང་། ནད་དེའི་ནུསཔ་འཇོམས་ནུས་པའི་སྨན་ནུས་ལྡན་ཞིག་དང་། སྨན་དེ་དང་ཁ་ཟས་གང་འོས་སོགས་སྨན་པའི་དག་བཀོད་བཞིན་དུས་ཐོག་ཏུ་དེ་ལ་སྟེར་ཞིང་། ཉིན་མཚན་མེད་པར་གཟབ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ནད་གཡོག་ཞིག་དང་བཅས་དེ་གསུམ་ཀ་འཛོམས་ན་མི་དེ་གཙོང་ནད་དེ་ལས་ཐར་ནུས་ཤིང་། དེ་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་མ་ཚང་ན་དེ་ནད་ལས་གྲོལ་མི་ནུས་པ་བཞིན་དུ། གང་ཟག་གཅིག་སྡུག་བསྔལ་ལས་ཐར་པ་ལ་ཡང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་འདི་དང་། དེ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་འདི་སོགས་དགེ་སྡིག་བླང་དོར་བསྟན་པ་ལ་བསླུ་བའི་ཚད་མ་དང་བྲལ་པའི་སྨན་པ་མཁས་པ་དང་འདྲ་བ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ནི་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ནད་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་དེ་དངོས་སུ་འཇོམས་ནུས་ཀྱི་སྨན་དང་འདྲ་བ་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་རྩ་བ་ནས་དངོས་སུ་འཇོམས་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་ལམ་བདེན་དང་། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་སྤང་བྱ་ཅི་རིགས་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་བཅས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི་སྡུག་བསྔལ་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབས་དངོས། ནད་པར་ནད་གཡོག་གིས་སྨན་སྟེར་ཟས་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་ཕན་

that arise from those contemplations. Furthermore, they are friends helping others to receive for the first time the vows of individual liberation, bodhichitta, and tantra. They help guard and observe vows already received and if those vows weaken, they help to restore them. In this way, the Sangha leads sentient beings to the practice of virtuous activities, which are the causes of human and celestial birth in the higher realms as well as of liberation and enlightenment. They are good and reliable friends in our Dharma practice.

Therefore, the Jewel of the Buddha is the teacher of refuge, the Jewel of the Dharma is the actual refuge, and the Jewel of the Sangha are friends who helps us accomplish our practice. These objects of refuge are known as the Three Jewels and are a necessity. Chandrakirti's *Seventy Verses* says:

> Buddha, Dharma, and Sangha
> are the refuge for those who seek liberation.

Also, Tsongkhapa says:

> On the cliff of samsara, with its fearful rebirths,
> wandering alone without a friend,
> there is no refuge like the Three Jewels.
> Therefore, sincerely go for refuge

གྲོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ལྟར། འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་དང་སོ་སྐྱེས་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དགེ་སྡིག་བླང་དོར་གྱི་གནས་ལ་འཐོམས་པའི་སེམས་ཅན་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ལ། ཐོག་མར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཚིག་སོགས་ཐོས་པའི་གྲོགས་མཛད། བར་དུ་ཐོས་དོན་བསམ་པའི་གྲོགས་དང་། ཐ་མར་བསམ་དོན་བསྒོམ་པའི་གྲོགས་དང་། གཞན་ཡང་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྔགས་བཅས་ཀྱི་སྡོམ་པ་སྔར་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཐོབ་པའི་གྲོགས་དང་། ཐོབ་པ་རྣམས་མི་ཉམས་པར་སྲུང་བའི་གྲོགས། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་གྲོགས་བཅས་མཛད་པའི་སྒོ་ནས་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་དགེ་བ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བ་ལ་ཁྲིད་པས་དམ་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་པའི་ཟླ་གྲོགས་བསླུ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ནི་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི་སྐྱབས་དངོས། དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི་སྐྱབས་སྒྲུབ་པའི་ཟླ་གྲོགས་ཏེ་སྐྱབས་ཡུལ་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དུ་བཞེད་པ་ལྟར་ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་དཔལ་ལྡན་ཟླ་བ་གྲགས་པས།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ནི། །

Contemplating this with a firm faith we should work ceaselessly to eliminate the bad and cultivate the good.

If we have to eradicate nonvirtuous activity because we do want to experience their painful results, then what are these nonvirtuous activities? How should we eradicate them? Generally, there are countless nonvirtuous activities. However, Vasubandhu said:

> Types of virtue and nonvirtue,
> if they are condensed roughly,
> are spoken as ten paths of karma.

There are ten nonvirtues that are the main causes of birth in the lower realms. They are: the three physical nonvirtuous activities of killing, stealing, and adultery; the four verbally created nonvirtuous activities of lying, divisive speech, harsh speech, and idle gossip; the three mentally created nonvirtuous activities of envy, malice, and wrong view. It is taught that those whose nonvirtuous activity is great will be born in hell, those of medium nonvirtuous activity will take birth as a hungry ghost, and those whose nonvirtuous activity is small will be born as an animal. Nonvirtuous activity is determined as small, medium, or great by whether or not its preparation, execution, and conclusion are complete.

ཐར་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་།

སྐྱེ་རྒུ་འཇིགས་རུང་འཁོར་བའི་གཡང་ས་རུ། །
གྲོགས་མེད་གཅིག་པུར་ཀུན་ཏུ་རྒྱུ་བ་ན། །
དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་འདྲ་བའི་སྐྱབས་གནས་མེད། །
དེ་ཕྱིར་བསམ་པ་ཐག་པས་སྐྱབས་སུ་སོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་དང་འབྲེལ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་སྡིག་སྤོང་དགེ་སྒྲུབ་ལ་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་འབད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་པས། དེ་ཡི་རྒྱུ་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སྤོང་དགོས་ན། སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། དེ་སྤོང་པའི་ཐབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱིར་སྡིག་པ་མི་དགེ་པ་ལ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས།

དེ་ལས་ཆེ་ལོང་བསྡུས་ནས་ནི། །
དགེ་དང་མི་དགེ་ཅི་རིགས་པ། །
ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་བཅུར་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་མི་དགེ་བ་བཅུ་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་སྲོག་གཅོད་པ་དང་། མ་སྦྱིན་པར་ལེན་པ། ལོག་པར་གཡེམ་པ་བཅས་ལུས་ཀྱི་མི་

It is possible to purify ourselves of these ten nonvirtuous activities. If we can work hard in the practice in accordance with the thinking of the great texts and with the instructions of the gurus, then these can be eradicated. For example, the great wrongdoer Angulimala killed nine hundred and ninety-nine people in his life. Milarepa killed many human beings and horses through black magic. King Ajatashatru even killed his own father, King Bimbisara. Even though they had committed such heinous crimes, it is taught that they later put into practice with a great sense of regret and with great effort the methods of eradicating their wrong actions in accordance with the Buddha's instructions. Because of this not only were they not born in the lower realms, in that very life they became arya beings. In his *Letter to a Friend*, Nagarjuna said:

> Those who were once without conscience
> have later become conscientious,
> as beautiful as a cloud-free moon,
> as did Nanda, Angulimala,
> Ajatashatru, and Shankara.

As methods to remove nonvirtuous activity Buddha taught the practices of the four opposing powers. These are, the

དགེ་བ་གསུམ་དང་། རྫུན། ཕྲ་མ། ཚིག་རྩུབ། ངག་འཁྱལ་བཅས་ངག་གི་མི་དགེ་བ་བཞི། བརྣབ་སེམས། གནོད་སེམས། ལོག་ལྟ་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་མི་དགེ་བ་གསུམ་བཅས་བཅུ་པོ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལས་མི་དགེ་བའམ་སྡིག་པ་ཆེན་པོས་དམྱལ་བ་དང་། འབྲིང་གིས་ཡི་དྭགས། ཆུང་ངུས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་ལས་མི་དགེ་བའམ་སྡིག་པ་ཆེ་ཆུང་ནི་སྡིག་པ་དེ་དང་དེ་ཡི་སྦྱོར་བ། དངོས་གཞི། རྗེས་གསུམ་ཚང་མ་ཚང་གིས་སྡེ་ནས་བཞག་པ་ཡིན། འོ་ན་མི་དགེ་བ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་བའམ་དག་པ་སྟེ་མེད་པར་བྱེད་ནུས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་བླ་མའི་མན་ངག་བཞིན་རང་གིས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ལ་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ནུས་ན་དེ་དག་སྦྱོང་ནུས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྡིག་པོ་ཆེ་སོར་ཕྲེང་ཅན་གྱིས་མི་དགུ་བརྒྱ་དང་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་ཆོ་འདིར་བསད་པ་དང་། མིད་ལ་ཐོས་པ་དགས་མི་ཧྲ་མང་པོ་མཐུས་བསད་ཅིང་། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགྲས་རང་གི་ཡབ་གཟུགས་ཅན་སྙིང་པོ་བཀྲོངས་པ་སོགས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྡིག་ལས་ཚབས་ཆེན་བྱས་ཀྱང་། རྗེས་སུ་འགྱོད་སེམས་ཤུགས་དྲག་དང་བཅས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་སྦྱོང་ཐབས་ཇི་ལྟར་བཀའ་བསྩལ་བ་བཞིན་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་ལག་སྟར་གྱིས་ཉམས་ལེན་གནང་བས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་མ

power of reliance, power of regret or removal, power of antidote, and power of turning away.

The Power of Reliance

In the *Yamantaka Tantra Sadhana* it says, "Even those not done, in your presence." The *Guru Puja* says "In the presence of the compassionate ones with a mind of regret." In the *Prayer of Maitreya,* it says: "In the presence of the buddhas I confess them all." As these quotes indicate we should take the gurus, buddhas, and bodhisattvas as objects of confession and confess in their presence. The power of reliance, therefore, refers to these objects of refuge. Also, refuge, faith in karma, renunciation, love, compassion, bodhichitta, the view of emptiness, and so forth in the person confessing are also said to be powers of reliance; and this power, therefore, should also be applied to virtues such as faith within the being of the person who is confessing

The Power of Regret or Removal

This means thinking about the wrong actions and heavy nonvirtue accumulated through body, speech, and mind in previous lives, this life, this year, this month, this day, and how these will undoubtedly produce the suffering of lower realms. Then we need to develop a strong sense of remorse,

སྐྱེས་པ་མ་ཟད་རྟེན་དེ་ལ་འཕགས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་བཤེས་སྤྲིང་ལས།

གང་ཞིག་སྔོན་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་ལས། །
ཕྱི་ནས་བག་དང་ལྡན་པར་གྱུར་དེ་ཡང་། །
ཟླ་བ་སྤྲིན་བྲལ་ལྟ་བུར་རྣམ་མཛེས་ཏེ། །
དགའ་བོ་སོར་ཕྲེང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ཡང་སྡིག་པ་དེ་དག་སྦྱང་པའི་ཐབས་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རྟེན་གྱི་སྟོབས་དང་། རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས། ཉེས་པ་ལས་སླར་ལྡོག་པའི་སྟོབས་བཅས་བཞིའོ། །

དེ་ཡང་དང་པོ་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ནི། མི་བྱེད་པར་ཡང་སྐྱབས་སུ་བཟུང་ལ། ཞེས་པ་ལྟར་ནཀྵཏྲ་སོགས། ཞེས་པ་ལྟར་བླ་མ་དང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་སོགས་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་རྟེན་ནམ་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་དེ་དག་གི་སྤྱན་

as if we had just swallowed poison, for those actions plus a great fear of these sufferings as if a poisonous snake had just dropped on our lap. This is the power of regret. The Nyingma lama, Chagme Rinpoche said:

> Without regret confession will not be pure.
> Therefore, confess previous nonvirtuous activities with shame, fear, and great remorse as if poison had just entered your body.

His Holiness the Fourteenth Dalai Lama said in the *Avalokiteshvara Guruyoga*:

> With strong regret and resolution confess within the state of emptiness.

This is how we should confess. Therefore, remorse for nonvirtuous activity and fear of suffering is the actual power of removal.

We have cherished ourselves since beginningless time, and by the force of that habit we could feel that we are free of faults and that we have not collected any nonvirtuous activities. We may think, "Have I collected any nonvirtuous activities in previous lives? Probably not. In this life too I

སྤྱིར་སྔེ་མདུན་དུ་བཤགས་དགོས་པར་གསུངས་པས་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ནི་སྐྱབས་ཡུལ་དེ་དག་ལ་བཞེད་པ་དང་། ཡང་སྡིག་པ་བཤགས་པ་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ། ངེས་འབྱུང་།བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་སོགས་ལ་རྟེན་གྱི་སྟོབས་སུ་གསུངས་པའང་ཡོད་པས་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་རྟེན་གྱི་སྟོབས་སྡིག་པ་བཤགས་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་སོགས་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས་ནི། རང་གིས་སྐྱེ་བ་སྔ་མ་རྣམས་དང་། ཚེ་འདི། ལོ་འདི། ཟླ་བ་འདི་དང་ཉིན་འདི་བཅས་སུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་བསགས་ཡོད་ཅིང་དེའི་དབང་གིས་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་ངེས་པར་བསམས་ནས་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་དུག་ཁོང་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུའི་འགྱོད་པ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་པ་དེ་དང་། ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལ་དུག་སྦྲུལ་དཔང་དུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་སྐྱེས་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ།

ཇི་སྐད་དུ་ཡང་། འགྱོད་པ་མེད་ན་བཤགས་པའི་མི་འདགས་པས། །
སྔར་བྱས་སྡིག་པ་ཁོང་དུ་དུག་སོང་ལྟར། །
ངོ་ཚ་འཇིགས་སྐྲག་འགྱོད་པ་ཆེན་པོས་བཤགས། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་། འགྱོད་སྡོམ་དྲག་པོས་དམིགས་མེད་ངང་དུ་བཤགས། །ཞེས་

haven't killed anyone and I don't remember stealing or doing anything else wrong." This is the owl-headed devil of self-cherishing deluding us. If we think this way and fall under its power, we will never practice confession of nonvirtuous activity, and there can be no greater harm or loss to ourselves than that.

We should strive, therefore, to overcome this way of thinking. We should think that not only have we accumulated nonvirtuous activities in past lives, but that these activities have been heavy and numerous. Moreover, in our past lives we have been born as all of the six kinds of living beings countless times. For example we have been born as a tiger many times and as a tiger, bird, fish, snake, frog, and so forth we have killed and eaten only other creatures throughout our lives. So we should think about how much nonvirtue we have gathered in just one of those lives. Also, when we were born as hell beings, even though we underwent great suffering, we accumulated heavy nonvirtuous activity through the power of our familiarity with the three poisons. On this point the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* says:

> If a human form is not gained,
> there will only be nonvirtuous activity.

གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ནས་ཞུགས་དགོས་སོ། དེས་ན་སྡིག་པ་དང་སྡུག་བསྔལ་ལ་འཇིགས་འཛིགས་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་སྨིན་འབྲིན་པའི་སྟོབས་དངོས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ང་རང་ཚོ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གོམས་པའི་དབང་གིས་རང་ལ་ཉེས་སྐྱོན་མེད་པའི་ཕྱོགས་དང་། སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་བསགས་མེད་པའི་ཕྱོགས་བཟུང་ནས་བདག་གིས་སྐྱེ་བ་སྔོན་མར་མི་དགེ་བ་ཅི་བསགས་ཨེ་ཡོད་ཕལ་ཆེར་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་བསམས་པ་དང་། མ་ཟད་ཚེ་འདིར་ཡང་བདག་གིས་མི་ནི་མ་བསད་ལ། རྐུན་མ་བརྐུས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྡིག་པ་གཞན་བྱས་པ་ཡང་མི་དྲན་པས་ངན་སོང་དུ་རང་སྐྱེ་ཨེ་ཡོང་སྙམ་དུ་དྲན་སྲིད་ཅིང་། དེ་ནི་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ལྟས་ངན་འུག་པའི་མགོ་ཅན་འདིས་ང་རང་ཚོ་མགོ་སྐོར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བསམས་ཤིང་དེས་དབང་དུ་བཏང་ན་སྡིག་པ་ཞུགས་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་ནམ་ཡང་འཇུག་མི་སྲིད་པས་དེ་ལས་རང་ལ་གནོད་ཚབས་ཆེ་བ་ཞིག་དང་།

གྲོང་ཆེ་བ་མེད་པས་བསམས་ཚུལ་མ་རུང་པ་འདི་ཟློག་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྐྱེ་བ་སྔོན་མ་རྣམས་སུ་སྡིག་པ་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད་མང་པོ་དང་སྟོབས་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་ཚུལ་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་འདི་ལྟར་སྐྱེ་བ་སྔ་མ་རྣམས་སུ་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་རེ་རེ་ལ་སྐྱེ་བ་བླངས་

We have gathered much nonvirtuous activity in this life too and we should think about it like this: "Within myself there are many gateways through which nonvirtuous activity will appear. Ignorance is a gateway for nonvirtuous activity, my many mental afflictions are gateways for nonvirtuous activities, not respecting others is a gateway for nonvirtuous activity. Not only that, all these mental afflictions, such as attachment, aversion, pride, anger, miserliness, and jealousy are already in me. When any of these are linked to bodily expression, harsh or gentle speech, peaceful or violent thoughts, then they become nonvirtuous activities, and such nonvirtuous activities fall in my mind like rain day and night."

If we think like this, our misperception that we have not done any wrong in this life will be removed and remorse will easily develop. Whether one is ordained or not, it is so very important to confess with strong remorse all wrong actions, both natural and proscribed.

The Power of the Antidote

This means engaging in virtuous practice with a strong sense of remorse as the means to actually remove nonvirtuous activity. Six main practices have been taught: beseeching the thirty-five tathagatas by reciting their names as found in the *Confession of Downfalls* in the *Three Heap Sutra:* reciting many

པའང་གྲངས་མེད་དེ།

དཔེར་ན་དུད་འགྲོ་སྟག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བ་མང་པོ་བླངས་ཡོད་ལ། སྟག་དང་བྱ་བྱེའུ་ཉ་སྦྲུལ་སྦལ་པ་སོགས་ཀྱིས་ནི་སྐྱེས་ནས་མ་ཤིའི་བར་སེམསཅན་གཞན་དག་བསད་ནས་ཟ་བ་ལས་ཟས་རིགས་གཞན་མི་ཟ་པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་གཅིག་ལའང་སྡིག་པ་ཇི་ཙམ་བྱས་ཡོད་པ་བསམ་དགོས། མ་ཟད་དམྱལ་བ་སོགས་སྐྱེས་པའི་སྐབསསུའང་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་མྱོང་བཞིན་དུ་ཡང་དུག་གསུམ་གོམས་པའི་དབང་གིས་ལས་མི་དགེ་བ་ཚབས་ཆེན་མང་པོ་བསགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྤྱོད་འཇུག་ལས། མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ན། །སྡིག་པ་འབའ་ཞིག་དགེ་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

ཚེ་འདིར་ཡང་ལས་མི་དགེ་བ་མང་པོ་བསགས་ཡོད་ཚུལ་འདི་ལྟར་བསམ་དགོས་ཏེ། བདག་ནི་སྡིག་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་དུ་མ་དང་ལྡན་པས་སོ། །དེ་ཡང་མི་ཤེས་པ་སྡིག་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་དང་། ཉོན་མོངས་མང་བ་སྡིག་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ། གཞན་ལ་མ་གུས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྡིག་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཚང་མ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེར་མ་ཟད་རང་རྒྱུད་ཀྱི་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྡང་། ང་རྒྱལ། ཁོང་ཁྲོ། སེར་སྣ། ཕྲག་དོག་སོགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་འདི་རྣམས་གང་རུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་གཡོ་འགྲུལ། ངག་གི་རང་གདངས་འཇམ་རྩུབ། སེམས་

profound mantras, reading sutras, meditating on emptiness, making offerings, and prostrating to images of the Three Jewels. In short, engaging in any kind of virtuous activity in order to remove nonvirtuous activities is said to be the power of the antidote.

We do not wish to experience suffering, so before the seeds of suffering meet with the conditions to ripen them into results, we should engage in powerful virtuous actions to at least lessen the heavier nonvirtuous activities and to completely uproot the lesser. If the seeds meet with the right conditions and the fruits ripen, we will have no choice but to experience fierce suffering for eons until the force of the seed or bad karma is exhausted. In *Letter to a Friend* it says:

> Though experienced a billion times,
> until that nonvirtuous activity is ended,
> such a life will not be lost.

The Power of Turning Away

If we have continuously committed nonvirtuous activities since beginningless time through the force of habit, it is going to be difficult to put a stop to them completely even though we may practice confession with deep remorse. Therefore, with great fear of the results that ripen into the

ཀྱི་འཁྱེར་སོ་ཞི་དྲག་སོགས་གང་བྱས་ཀྱང་མི་དགེ་བའི་ལས་སམ་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་མི་དགེ་བ་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་ཆར་བཞིན་དུ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་བསམས་ན་ཆེ་འདིར་སྡིག་པ་མ་བྱས་སྐམ་པའི་ལོག་རྟོག་ཟློག་པ་དང་འགྲོད་སེམས་སྐྱེ་སླ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་ཁྲིམས་པ་དང་རབ་བྱུང་གང་ཡིན་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་འགལ་གྱི་ཉེས་པ་སོགས་ལ་འགྲོད་སེམས་དྲག་པོས་སྒྲོ་ནས་ཆཤགས་པ་གནང་རྒྱུ་ནི་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

གསུམ་པ་གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་ནི། སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་མང་པོ་བྱས་ཡོད་པ་ལ་འགྲོད་སེམས་དྲག་པོ་དང་འབྲེལ་སྡིག་པ་དངོས་སུ་དག་པའི་ཐབས་དགེ་བ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། གང་ཉམས་སུ་ལེན་བྱའི་ཆོས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དྲུག་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕུང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་སྡེ་ལྟུང་བཤགས་ནས་གསུངས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སོ་ལྔ་སོགས་ཀྱི་མཚན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། གཟུངས་སྔགས་ཟབ་མོ་དུ་མ་བཟླ་བ། མདོ་སྡེ་ཀློག་པ། སྟོང་པ་ཉིད་སྒོམ་པ། མཆོད་པ་འབུལ་བ། མཆོག་གསུམ་སྐུ་གཟུགས་སོགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ་བཅས་མདོར་ན་སྡིག་པ་དག་པའི་ཆེད་དུ་དགེ་བ་གང་བྱས་གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་སུ་འགྲོ་བར་

suffering of the lower realms, we must make a strong determination from the depths of our hearts that from now on we will not engage in nonvirtuous activity even if it should cost our lives. This is the power of turning away from faults. It is a resolution that decides, "From now on I will not do it," and it is very important. In the *Guru Puja* it says:

> Confess and make a vow never to commit them again.

Also the Nyingma lama Chagme Rinpoche says:

> Without such resolution it will not be removed.
> Therefore, place in your mind the firm vow
> never to do it again, though it may cost your life.

Therefore, an effective and repeated practice of the four powers is very important. The first three powers remove and emasculate nonvirtuous activities created in the past along with their seeds. The fourth power stops us from re-engaging in nonvirtuous activities, thereby ending the creation of new ones. Therefore, this practice of the four opponent powers eradicates the ten nonvirtuous activities, temporarily closes the door to the lower realms, and leads the mind to the path of liberation. Because of this we should for the time

གསུངས། དེས་ན་རང་རེ་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་མི་འདོད་པ་ཡིན་པས། སྡུག་བསྔལ་གྱི་ས་བོན་རྐྱེན་དང་འཕྲད་ནས་རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུ་མ་སྨིན་གོང་དུ་སྡིག་པའི་ས་བོན་ནམ་ནུས་པ་ཆེན་པོ་ཆུང་དུ་དང་། ཆུང་དུ་རྩ་མེད་བྱེད་ནུས་ཀྱི་དགེ་བ་སྟོབས་ཆེན་དངོས་སུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྡིག་པ་མི་དགེ་བའི་ས་བོན་རྐྱེན་དང་འཕྲད་ནས་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་སྨིན་ཟིན་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་མི་དགེ་བའི་ལས་སམ་དེའི་ས་བོན་གྱི་ནུས་པ་མ་ཛོགས་བར་དུ་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་བསྐལ་བ་ནས་བསྐལ་པའི་བར་དུ་མྱོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡང་བཤེས་སྤྲིངས་ལས།

བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱར་ཉམས་སུ་མྱོང་ཡང་ནི། །
ཇི་སྲིད་མི་དགེ་དེ་ཟད་མ་གྱུར་བར། །
དེ་སྲིད་སྲོག་དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཞི་པ་ཉེས་པ་ལས་སླར་ལྡོག་པའི་སྟོབས་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པའི་དབང་གིས་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ཡང་ཡང་བྱས་ན། འགྱོད་པས་བཤགས་ཀྱང་སླར་འགྲོ་ཆོད་པ་ཞིག་དཀའ་བས། ལས་མི་དགེ་བའི་རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུ་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལ་འཇིགས་སྐྲག་ཆེན་པོས་ཕྱི་ཆད་སྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་དགེ་བའི་ལས་མི་བྱ་བར་སྡོམ་ནས་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་ཉེས་པ་ལས་སླར་

being put aside the higher practices such as those involving the illusory body, union, mahamudra, emptiness, and the union of calm abiding and special insight, and concentrate initially on this very important practice of the four powers in conjunction with a belief in the Three Jewels and the karmic law of cause and effect. Otherwise, there is a danger of our life being spent in vain without accomplishing either this practice or the higher ones. Do not regard this practice of the four powers as being of little value to meditation.

It is not sufficient just to know about the practice of the four powers or to practice them once or twice. Rather, we should persevere with enthusiasm until we notice signs of purification.

Up to this point all that I have written, according to my understanding, forms a necessary basis for the practice of Buddhism. In order to enter these practices one must listen to the teachings. This topic has three outlines:

1. The Way to Listen to the Dharma
2. The Way to Teach the Dharma
3. Dedication of Merits

The Way to Listen to the Dharma

This is under three headings:

ཟློག་པའི་སྟོབས་ཅེས་བྱའོ། དེས་ན་ཕྱི་ཆད་མི་བྱ་སྙམ་པའི་སྡོམ་སེམས་འདི་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། །དེ་ཡང་ཇི་སྐད་དུ། བཤགས་ཤིང་སླན་ཆད་མི་བགྱིད་སྡོམ་པ་ནོད། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་། ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་སེམས་མེད་ན་མི་འདགས་པས། །

ཕྱིན་ཆད་སྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་དགེའི་ལས། །ད་ནི་མི་བགྱིད་སེམས་ལ་དམ་བཅའ་བཟུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ནུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡང་གནང་གལ་ཆེའོ།

དེ་ལྟ་ན་སྟོབས་དང་པོ་གསུམ་གྱིས་སྔར་བསགས་པའི་ལས་མི་དགེ་བ་དང་དེ་དག་གི་ནུས་པའམ་ས་བོན་རྣམས་དག་པ་སྟེ་ནུས་པ་མེད་པར་བྱས་ཤིང་། སྟོབས་བཞི་པས་སླར་མི་དགེ་བའི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་སྡོམ་པ་སྟེ་བཀག་པའི་སྒོ་ནས་ལས་མི་དགེ་བ་གསར་དུ་གསོག་པ་གཅོད་པར་འགྱུར་པ་དེའི་ཕྱིར་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་པའི་སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་འདི་ནི་གནས་སྐབས་ངན་སོང་གི་སྒོ་འགོག་བྱེད་དང་། བློ་སྣ་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འཁྲིད་བྱེད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །

དེར་བརྟེན་རེ་ཞིག་སྒྲུ་ལུས་དང་ཟུང་འཇུག །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། སྟོང་པ་ཉིད། དེ་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་སོགས་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚད་མཐོན་པོ་རྣམས་གཞག་ནས། མཆོག་གསུམ་དང་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ཐོག་མར་

1. Contemplating the benefits of listening to the Dharma
2. Generating respect for the Dharma and its teacher
3. The actual way of listening to the Dharma

Contemplating the benefits of listening to the Dharma

First of all, we should have a strong desire to listen to the teachings of the Buddha and their commentaries. To generate this desire, it is essential to contemplate the benefits of listening. If we do that, the joy of listening to the Dharma will naturally arise in out minds. For example, students receiving an education these days should want to study and take joy in their subjects. To generate such an attitude, they should think about the purpose and the possible results of their studies. If they are able to see the purpose and the great benefits of study, not only will they engage in their studies, they will also work hard to complete them.

There are great benefits in listening to the Dharma. We learn about nonvirtuous activities, such as killing, which are to be eradicated and are the causes of our unwanted sufferings, as well as virtuous activities to be cultivated, such as benefiting others and not harming others, which are the causes for our desired happiness. Moreover, by listening to Dharma we turn away from the ten nonvirtuous activities

གནད་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་མི་ཚེ་སྟོང་ཟད་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ་བས་སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་འདི་ལ་བྱེད་རིན་དང་སྒྲིམ་རིན་མེད་པའི་ཉམས་ལེན་ཆུང་རྩིས་མ་མཛད་ཅིག །དེ་ཡང་སྟོབསབཞིའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཤེས་པ་ཙམ་དང་ཐེང་འགར་ཉམས་ལེན་བྱས་པ་ཙམ་གྱི་མི་ཚོག་པར་སྡིག་པ་དག་པའི་རྟགས་མཚན་མ་བྱུང་བར་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་འབད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡན་གྱི་ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་ངེས་པར་དགོས་པའི་གཞིར་མདོར་བསྡུས་སུ་རང་གི་གོ་ཚོད་ལྟར་བྲིས་པའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་ནི་ཆོས་ཐོས་དགོས་པས་འདི་ལ་གསུམ། ཆོས་ཉན་པའི་ཚུལ། ཆོས་བཤད་པའི་ཚུལ། མཇུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ། ཆོས་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ། ཆོས་དང་ཆོས་སྨྲ་བ་ལ་རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་པ། ཆོས་ཉན་ཚུལ་དངོས་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་ཐོག་མར་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ལ་ཐོས་པ་བྱེད་འདོད་ཆེན་པོ་སྐྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ནི་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ།ཕན་ཡོན་ལེགས་པར་བསམས་ན་ཐོས་པ་བྱེད་པ་ལ་སྤྲོ་ཤུགས་ངང་གིས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས། འོག་ནས་འབྱུང་བའི་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་རྣམས་བསམས་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

and observe the pure practice of higher morality, which removes these nonvirtuous activities. This acts as a general cause of liberation and enlightenment and specifically as a cause for a special rebirth in the realms of humans and gods. By listening to Dharma we remove factors such as distraction, dullness, and excitement that hinder the attainment of common and uncommon calm abiding and by doing so accomplish the practice of higher concentration. Likewise, we develop the wisdom of hearing, wisdom of contemplation, and finally the higher wisdom that arises from meditations on impermanence and the no-self of person and phenomena. This in turn will lead to the liberation known as nonabiding nirvana, free from all suffering. These and countless other benefits have been taught. In the *Sayings of the Buddha,* in the chapter on listening it says:

> By listening we understand Dharma,
> by listening we turn away from nonvirtue,
> by listening we remove the meaningless,
> by listening we achieve nirvana.

Therefore, it is very important to listen and to contemplate constantly the meanings of the Buddha's teachings and the commentaries with contentment and few desires. The more

དེ་ནི་དཔེར་ན་དེང་དུས་ཀྱི་ཐུན་མོང་བའི་ཤེས་ཡོན་རྣམས་ཀྱང་སློབ་ཕྲུག་རང་ཉིད་ལ་དེ་དང་དེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་འདོད་དང་དེར་འཇུག་འདོད་ཀྱི་སྤྲོ་ཤུགས་ཡོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡོང་བ་ལ་ནི་དེ་དང་དེའི་གྲུབ་འབྲས་སམ་དགོས་པ་ལ་བསམ་བློ་བཏང་ནས་དགོས་པ་དང་ཕན་ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་མཐོང་ན་སློབ་སྦྱོང་དེ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཟད་དེ་ཉིད་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཆོས་ཐོས་པ་ནི་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཐོས་པས་ནི་རང་གཞན་ཀུན་གྱིས་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ། སྲོག་བཅད་པ་སོགས་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་རྣམས་ནི་སྤང་བྱའི་ཆོས་དང་། འདོད་པའི་བདེ་བའི་རྒྱུ། གཞན་ཕན་དང་གནོད་འཚེ་མི་བྱེད་པ་སོགས་དགེ་བ་རྣམས་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་བྱའི་ཆོས་སུ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་ཆོས་ཐོས་པས་ནི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཟློག་པ་སྟེ་དེ་དག་སྤོང་བའི་ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསླབ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་བསྲུང་བས་སྤྱིར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། ལྷག་པར་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ཆོས་ཐོས་པས་ནི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམ་གཡེང་དང་། བྱིང་རྒོད་ལ་སོགས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་ལྷག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསླབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཐོས་

we listen to the teachings with great determination, the more our ignorance will lessen. By increasing the wisdom that correctly understands the meaning of the teachings and developing our faith, enthusiasm, and so forth, there can be no doubt that we will become learned and accomplished people capable of fulfilling the needs of others and ourselves. Therefore, in the beginning a thorough and comprehensive learning is very important. Tsongkhapa said:

> If the darkness of confusion as to eradication and cultivation is not dispelled with the light of learning, and we do not know the path, then needless to say we will not enter the great city of liberation.

In the *Births of the Buddha* it says:

> Listening is the light to dispel the darkness of
> ignorance,
> the greatest wealth, never stolen by thieves,
> the weapon to annihilate the enemy of ignorance,
> the best friend to show the way,
> a true relative, unchanging even in destitution,
> a safe medicine to relieve the pains of suffering,
> the best force to conquer the great army of faults,

པས་ནི་རིམ་གྱིས་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ། མི་རྟག་པ་དང་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་བསྒོམ་བྱུང་གི་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསླབ་པ་གོམས་པས་སྡུག་བསྔལ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བའི་ཐར་པ་མི་གནས་པའི་མྱང་ངན་ལས་འདས་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས། ཐོས་པའི་ཚོམས་ལས།

ཐོས་པས་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར། །
ཐོས་པས་སྡིག་ལས་ལྡོག་པར་བྱེད། །
ཐོས་པས་དོན་མ་ཡིན་པ་སྤོང་། །
ཐོས་པས་མྱ་ངན་འདས་པ་འཐོབ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་ཚིག་དོན་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་ཉིན་མཚན་མེད་པར་འདོད་ཆུང་ཚོག་ཤེས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་གནང་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་དོན་ལ་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་ཐོས་པ་ཇི་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ཆེ་ལན་མང་བྱས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཤེས་པའི་རྨོངས་པ་ཇེ་ཉུང་དམ་ཇེ་སྲབ་དང་། གཞུང་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་དད་པ་བརྩོན་འགྲུས་སོགས་གོང་འཕེལ་གྱིས་རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྒྲུབ་ནུས་པའི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྐྱེས་བུ་

the greatest fame, glory, and treasure,
the greatest gift when meeting with decent people,
and in the midst of others it pleases the wise.

Listening and learning, therefore, have many good qualities and benefits. These are spoken of again and again by Tsongkhapa in his extensive and lesser *Stages on the Path* and by Pabongkha Rimpoche in *Liberation in the Palm of Your Hand*. These should be read and studied again and again.

Generating respect for the Dharma and its teacher

In this context the Dharma is of two kinds—conventional and ultimate. Conventional Dharma refers to the realizations in the minds of ordinary beings, such as the three higher practices, renunciation, bodhichitta, right view, the wisdom of hearing, contemplating, and meditation as well as to the teachings of the Buddha and their commentaries which expound such qualities. The ultimate Dharma refers to the qualities of arya beings such as the knowledge, power, and compassion that make up the truth of cessation and the truth of the path in the continuum of those beings. To these we should make offerings and prostrations with respect and faith. When teaching the Perfection of Wisdom sutras Buddha Shakyamuni himself arranged the throne as a mark

ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེར་བརྟེན་ཐོག་མར་ཐོས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་ཤེས་དགོས་ཏེ།

འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།

བླང་དོར་གནས་ལ་ཀུན་ནས་འཐོམས་པའི་མུན། །

ཡང་དག་ཐོས་པའི་སྒྲོན་མེས་མ་བསལ་ན། །

ལམ་མི་ཤེས་ན་ཐར་བའི་གྲོང་མཆོག་ཏུ། །

འཇུག་པར་འགྱུར་བ་སློས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་དགོས། །ཞེས་དང་།

སྐྱེས་རབས་ལས་ཀྱང་།

ཐོས་པ་གཏི་མུག་མུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །

རྐུན་པོ་ལ་སོགས་མི་འཕྲོག་ནོར་གྱི་མཆོག །

ཀུན་ཏུ་རྨོངས་པའི་དགྲ་འཇོམས་མཚོན་ཆ་ཡིན། །

ཐབས་ཚུལ་མན་ངག་སྟོན་པའི་གྲོགས་ཀྱི་མཆོག །

ཕོངས་པ་གྱུར་ཀྱང་མི་འགྱུར་མཛའ་བོ་ཡིན། །

གནོད་པ་མེད་པ་མྱ་ངན་ནད་ཀྱི་སྨན། །

ཉེས་པ་ཆེན་པོའི་དཔུང་འཇོམས་དཔུང་གི་མཆོག །

གྲགས་དང་དཔལ་དང་གཏེར་གྱི་མཆོག་ཀྱང་ཡིན། །

ཡ་རབས་རྣམས་དང་འཕྲད་ན་སྐྱེས་ཀྱི་མཆོག །

ཚོགས་ཀྱི་ནང་ན་མཁས་པ་མགུ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

of respect and devotion to the Dharma. If even Buddha Shakyamuni venerated the teachings in this way, there is no need to say that we too should respect and have faith in the Dharma. We should also practice flawless guru devotion and delight the teachers of the Dharma with offerings, prostrations, and great faith by remembering their kindness and excellent qualities.

The actual way of listening to the Dharma

As listeners to the Dharma we should listen without the obstructions known as the three faults of unsuitable vessels and with the conducive conditions known as the six recognitions.

The three faults can be illustrated with an example. To make a delicious meal of the right color, taste, smell, and strength we need a good cooking pot. However, we cannot produce good food in a pot that is upside down or dirty, smelly and contaminated inside, or is cracked and leaks. Similarly, when listening to the guru, if we become inattentive, allowing our mind to wander off to other objects with attachment, anger, and so forth, not knowing what the guru is saying, as if we were not there, this is a fault of being like an upside-down pot.

If we listen attentively but with an argumentative mind that is critical of how the guru teaches, thinking that having

ཐོས་པ་ནི་གཏི་མུག་གི་མུན་པ་སེལ་བའི་སྒྲོན་མེ་དང་མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམ་ཕན་ཡོན་དུ་མ་དང་ལྡན་པར་རྗེ་ཡི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་སོགས་ལས་ཡང་ཡང་གསུངས་པས་དེ་དང་དེར་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཀློག་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་དང་ཆོས་སྨྲ་བ་ལ་རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་པ་ནི། དེ་ཡང་སྐབས་འདིའི་ཆོས་དེ་ལ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་དང་། དོན་དམ་པའི་ཆོས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷག་པའི་བསླབ་པ་གསུམ་དང་། ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ། ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་སོགས་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་། དེ་དག་བརྗོད་བྱར་བྱེད་པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་དང་། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་ལམ་གྱིས་བསྡུས་པའི་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་མཆོད་པ་དང་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་དད་ཅིང་གུས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། སྟོན་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་གསུང་སྐབས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཁྲི་བཤམས་པར་མཛད་པ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་འམ་གུས་སྟི་གནང་བ་ཡིན་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་ལ་ཆེ་བསྟོད་དམ་རིམ་གྲོ་དེ་ལྟར་མཛད་པ་ཡིན་ན་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་དད་གུས་བྱེད་དགོས་པ་

heard these teachings we will be able to explain them in a better way than the guru, or if we listen with the wrong motivation of gaining wealth and knowledge in this life, then this is a fault of being like a dirty pot.

Again, if we listen with full attention and without any fault in our motivation, but immeditately allow ourselves to forget what we have heard during the teaching, that is a fault of being like a leaking pot.

We should be free of these three faults. Listening to the teachings with full attention, with faultless motivation, and remembering well what the guru teaches about eradication and cultivation are essential requirements of listening. Therefore, whether listening to or explaining the Dharma, it is very important to check our minds at all times. It should be understood that the guru's instructions are like a clear mirror reflecting the faults of the listener's mind. Listen then with a mind untainted by the three faults. Buddha said, "Listen well, and keep it in your mind."

Six Recognitions Conducive to Listening to the Dharma

Seeing oneself as a sick person

We should constantly think of ourselves as being chronically afflicted by a serious illness. For Dharma practice this is very important because if we don't think about how we are being

ལྟ་ཅི་སྨོས། དེ་ལྟར་ཆོས་ལ་དད་གུས་བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད་ཆོས་སྨྲ་བ་པོ་སྟེ་ཆོས་གསུང་པ་པོ་ལའང་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་དད་པ་དང་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་མཆོད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཉེས་པར་སྒྲུབ་པ་བཅས་ཀྱིས་བསྟེན་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བྱེད་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་ཉན་ཚུལ་དངོས་ནི། དེ་ཡང་ཆོས་ཉན་པ་པོ་རང་ཉིད་ཆོས་ཉན་པའི་འགལ་རྐྱེན་སྣོད་ཀྱི་སྐྱོན་གསུམ་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་འདུ་ཤེས་དྲུག་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཉན་དགོས། དེ་ཡང་དང་པོ་ནི། དཔེར་ན་རང་གིས་ཁ་དོག་དྲི་རོ་ནུས་པ་དང་ལྡན་པའི་གཡོས་ཟས་ཞིམ་པོ་ཞིག་བཟོ་པ་ལ། ཟས་འཚོད་ཡུལ་གྱི་སྣོད་དེ་ཁ་སྦུབ་པ་དང་། ཡང་ན་ནང་དུ་དུག་དང་དྲི་མ་ངན་པ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ན་སྣོད་དེ་ཞབས་ཞོལ་བ་བཅས་ཀྱི་སྐྱོན་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་ཡོད་ན་སྣོད་དེའི་ནང་གཡོས་ཟས་ཞིམ་པོ་དང་ཡག་པོ་མི་ཡོང་པ་ལྟར། རང་གིས་བླ་མ་ལས་ཆོས་ཞུ་བའི་ཚེ་རྣ་བ་ཡག་པོ་གཏད་ནས་མ་ཉན་པར་སེམས་ཆགས་སྡང་སོགས་ཡུལ་གཞན་དུ་ཡེངས་ནས་བླ་མའི་གང་གསུངས་ཡོད་མ་ཤེས་པར། ཆོས་གྲྭ་དེར་མ་བསྡད་པ་ལྟ་བུ་ནི་སྣོད་ཁ་སྦུབ་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་དང་། ཡང་རྣ་བ་གཏད་ནས་ཉན་ནའང་བླ་མ་འདིས་ག་འདྲ་ཆཤད་ཀྱི་འདུག་བལྟས་ནས་ཁོང་ལ་རྗེས་སུ་རྟོད་པ་བྱེད་བསམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་ན་ཁོང་གི་དྲུང་ནས་ཆོས་ཉན་ནས་གཞན་ལ་

tormented by suffering, then we will not be self-motivated to practice eradication and cultivation. Moreover, we will be closing the door on the development of the mind of renunciation that wishes for freedom from the sufferings of cyclic existence and of the lower realms. The *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* says:

> Without suffering there can be no renunciation.

If we do not think constantly on how we are persecuted by the sufferings of lower realms and cyclic existence, it will not be possible to generate the renunciation that wants to be free of those sufferings. If we do not think how sentient beings of the six realms are tormented by the sufferings of cyclic existence and the lower realms, it will be impossible to generate the compassion that is unable to bear their torment and that longs for their freedom from such sufferings. Since beginningless time, we have continued to experience the sufferings wrought by the sickness of attachment, anger, ignorance, and so forth. Never, not even for an instant, has the opportunity for happiness arisen. Therefore, ordinary beings such as ourselves should realize that we are truly desperately sick people. The Kadampa Master Kamapa said:

ཁོང་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་འཆད་བསམ་པ་དང་། ཡང་ན་ཆེ་འདིར་དཔལ་འབྱོར་དང་ཤེས་ཡོན་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཉན་བསམས་པ་ལྟ་བུའི་ཀུན་སློང་ཡག་པོ་མེད་པའི་སྒོ་ནས་ཉན་པ་ནི་སྣོད་དྲི་མ་ཅན་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་དང་། ཡང་རྣ་བ་ཡག་པོ་གཏད་ནས་ཉན་པ་དང་ཀུན་སློང་ལ་སྐྱོན་མེད་ན་ཡང་ཆོས་གྲལ་ནས་གང་ཐོས་པ་རྣམས་དེ་མ་ཐག་བརྗེད་དུ་གཙུག་ནས་དྲན་པས་མ་བཟུང་པ་ནི། སྣོད་ཞབས་རྗོལ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་གསུམ་དང་མི་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས། དེས་ན་ཆོས་ཉན་པའི་ཚེ་རྣ་བ་ཡག་པོ་གཏད་པ། ཀུན་སློང་ལ་སྐྱོན་མེད་པ། བླ་མས་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་གང་གསུངས་པ་རྣམས་མ་བརྗེད་པར་དྲན་པས་ལེགསཔར་བཟུང་བ་སོགས་ནི་ཆོས་ཉན་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པས་ཆོས་ཉན་སྐབས་ཚང་མར་རང་རྒྱུད་ལ་བརྟག་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ཡང་བླ་མའི་གདམས་ངག་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉན་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱོན་མཚང་གང་ཡོད་གསལ་པའི་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་གོ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་གི་སེམས་ཆོས་ཉན་པའི་སྐྱོན་གསུམ་གྱིས་མ་གོས་པར་བྱས་ནས་ཉན་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་ཟུངས་ཤིག །ཞེས་གསུངས་སོ།

གཉིས་པ་ཆོས་ཉན་པའི་མཐུན་རྐྱེན་འདུ་ཤེས་དྲུག་བསྟེན་པའི་སྒོ་ནས་

> If we were not sick, such meditation would be wrong. Yet we are ailing with the chronic illness of the three poisons and are completely ignorant of such a serious illness.

The reality is that we are sick. Yet we have become habituated to our self-cherishing attitudes since beginningless time and because of our longtime experience of great suffering we are unaware of it. We are like madmen, drunken people, or those afflicted with a high fever, who unaware that they are mad, drunk, or sick, just enjoy themselves with songs and music.

Recognizing the Dharma as Medicine

This means to recognize or to believe that virtuous practice of eradication and cultivation as taught by the guru is the medicine that will eliminate the chronic disease of the three poisonous delusions, and to strive unceasingly in virtuous activity without regard to food, clothing, or reputation.

Recognizing the Spiritual Teacher as Doctor

If a sick person takes medicine without consulting the doctor, they cannot know if it will help or harm, and it may even endanger his or her life. Therefore, someone who is sick seeks out a learned doctor, rejoices when one is found,

ཉན་པ་ལ། དང་པོར། རང་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི། དེ་ཡང་རང་གཙོང་ནད་དུག་པོས་ཡུན་རིང་མནར་པའི་ནད་པ་ཡིན་པར་ཡང་ཡང་བསམ་དགོས་ཤིང་འདི་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། རང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ནད་ཀྱིས་མནར་ཚུལ་ཇི་བཞིན་མ་བསམས་ན་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་ལ་རང་གིས་ནང་ནས་བསྐུལ་བ་ཞིག་མི་འོང་བར་མ་ཟད་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་ཐར་འདོད་ཀྱི་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་སྐྱེ་པའི་སྒོ་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྡུག་བསྔལ་མེད་པར་ངེས་འབྱུང་མེད། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཉིད་འཁོརབ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་ཚུལ་ཡང་ཡང་མ་བསམ་པར། རང་ཉིད་སྡུག་བསྔལ་དེ་དག་དང་ཐར་འདོད་ཀྱི་ངེས་འབྱུང་སྐྱེ་མི་སྲིད་ཅིང་། རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་ཚུལ་ཡང་ཡང་མ་བསམ་པར་སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པ་དང་། དེ་དག་སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྙིང་རྗེ་སྐྱེ་པ་ཡང་མི་སྲིད་དོ།

རང་རེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་གཏི་མུག་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཀྱིས་ཡུན་རིང་མནར་བའི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་མྱོང་བ་མ་གཏོགས། བདེ་བའི་གོ་སྐབས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་བྱུང་

listens to them, and gives them the respect they deserve. Similarly, a person who wishes to be freed from the sickness of suffering and its causes, and who wants to achieve liberation and enlightenment, will find such goals difficult to attain without relying on the guru and by just reading texts and performing lots of daily recitations. Just as a chronically sick person has to rely upon a doctor well versed in medicine and must do as he says, we who seek liberation should likewise rely on a wise guru to guide our mind and our practice to higher levels. We should see him as the definitive doctor, as the Buddha himself, and should act in accord with his words.

Recognizing Wholehearted Practice to be the Cure

It is not enough just to have the medicine. It should be taken, and taken at the right time in the right doses according to the doctor's instructions. Similarly, since beginningless time we have been confused as to the practices of eradication and cultivation, and this has brought about the illness of mental affliction and karma gathered over a long time. To cure this illness we should take on the practices of the antidote. In the *Extensive "Stages of the Path"* it says:

> The purpose of knowledge gained through listening is to practice. Therefore, it is essential to put into

པའི་ཕྱིར། དེར་བརྟེན་ཁོ་བོ་ལྟ་བུའི་སོ་སྐྱེ་ཐ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རང་ཉིད་དངོས་གནས་ཉམས་ཐག་པའི་ནད་པ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་ཏེ།

ཇི་སྐད་དུ་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་ཀ་མ་པས། དོན་ལ་མི་ན་ན་དེ་ལྟར་སྒོམ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྲོ་སྟེ་དུག་གསུམ་གྱི་གཙོང་ནད་ཆེན་པོས་ཐེབས་ནས་ནད་ཚབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལ་འོ་སྐོལ་གྱིས་ན་བར་ཡེ་མ་ཤེས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

རང་ཅག་དོན་ལ་ནད་པ་ཡིན་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གོམས་པ་དང་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་ཡུན་རིང་མྱོང་བའི་དབང་གིས་ནད་པ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་སྨྱོན་པ་དང་། ཆང་རག་གིས་ཏ་ཅང་བཟི་བ། ཚད་པའི་ནད་དྲག་པོས་ན་པའི་ནད་པ་བཅས་ཀྱིས་རང་སྨྱོན་པ་དང་། ར་བཟི། ནད་པ་སོགས་ཡིན་པར་མི་ཤེས་པར་གླུ་ལེན་པ་དང་རོལ་ཆ་རྡུང་བ་སོགས་ཀྱིས་སྣང་བ་སྐྱིད་ཚུལ་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྨན་གྱི་འདུ་ཤེས་ནི། བླ་མས་གསུངས་པ་ལྟར་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་དགེ་བ་དེ་ལ་དུག་གསུམ་གྱི་གཙོང་ནད་རྩ་བ་ནས་སེལ་བྱེད་སྨན་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སམ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་དང་བཅས། ལྟོ་གོས་གཏམ་སོགས་ལ་གྲོང་བཏང་ནས་ཉིན་མཚན་མེད་པར་དགེ་སྦྱོར་ལ་འབད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

> practice, according to your ability, what has been heard.

In *Liberation in the Palm of Your Hand* it says:

> Don't be enthused by mere listening. Work hard to put it into practice. Otherwise your Dharma will become dogma and there is nothing worse than that.

Likewise, in the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* Shantideva says:

> I will actually do this.
> What can be achieved by mere words?
> Will a sick man be cured
> merely by reading medical texts?

This advice is found in many texts and we should think in this way. We must apply our knowledge to our mind and practice for a long time without separating listening, contemplation, and meditation. For example, a leper whose limbs are affected by the disease will not benefit from taking medicine once or twice but will have to take strong medicine over a long period of time. Similarly, we have been suffering

གསུམ་པ་དགེ་བའི་ཚ་ཤེས་གཉེན་ལ་སྨན་པའི་འདུ་ཤེས་ནི། དེ་ཡང་ནད་པས་སྨན་པ་ལ་མ་བསྟེན་པར་སྨན་ཟོས་ན་ཕན་གནོད་གང་འགྱུར་མི་ཤེས་ཤིང་སྲོག་ལ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པས་སྨན་པ་མཁས་པ་བཙལ། དེ་རྙེད་པ་ན་དགའ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེས། དེའི་ཅི་ཟེར་ཉན། གུས་པས་བསྙེན་བཀུར་བ་ལྟར། སྡུག་བསྔལ་དང་དེའི་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པའི་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འཐོབ་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་ཀྱང་བླ་མ་ལ་མ་བསྟེན་པར་དཔེ་ཆ་ཀློག་པ་དང་། ཁ་འདོན་མང་པོ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་རང་གི་འདོད་དོན་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འགྲུབ་དཀའ་ཞིང་།

ཡུན་ཤིན་ཏུ་རིང་བར་འགྱུར་པས་ནད་པས་སྨན་བཅོས་ཀ་ཅང་མཁས་པའི་སྨན་པར་བསྟེན་ནས་ཅི་གསུངས་སྒྲུབ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། རང་ཅག་ཐར་པ་འདོད་པ་དག་གིས་ཀྱང་རང་གི་དགེ་སྦྱོར་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚད་དང་བློ་སྣ་ཇེ་མཐོར་འཁྲིད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་བླ་མ་བསྟེན་ནས་དེ་ཉིད་ལ་ངེས་པ་དོན་གྱི་སྨན་པ་སངས་རྒྱས་དངོསཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དེ་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།།

བཞི་པ་ནན་ཏན་ཉམས་སུ་བླངས་པ་ལ་ནད་འཚོ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། དེ་ཡང་ནད་པས་སྨན་བླངས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར་སྨན་ཟ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དུས་སྔ་ཕྱི་དང་སྨན་ཐུན་གྲངས་མང་ཉུང་སོགས་

from the disease of mental afflictions since beginningless time and we will not benefit from practicing the instructions once or twice. Therefore, we should work hard and constantly like the continuous flow of the river, making prostrations and offerings to the Three Jewels, the guru, buddhas, bodhisattvas, Hearers and Solitary Realizers, with firm faith and with joy in our and others' virtue, and by doing so gather the merit conducive for practice. This should be done in conjunction with the practice of the four powers to negate past nonvirtuous activity and obstructions that hinder practice.

Recognizing the Noble Beings as Tathagatas

This means to listen to the Dharma with firm faith and to think, "Just as Shakyamuni and other buddhas of the past traveled to the state of enlightenment, so this kind guru to whom I am listening is a noble being who has actualized the four bodies, an actual tathagata whose teachings on eradication and cultivation are free from the stains of error."

Recognizing that the Dharma is Something to be Preserved

This means listening to the Dharma with the recognition or pure motivation along the lines of, "From teaching and listening to the Dharma may the pure doctrine of teaching and

སྨན་པའི་ངག་བཞིན་བྱ་དགོས་པ་ལྟར། རང་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བླང་དོར་ལ་རྨོངས་པའི་དབང་གིས་ཡུན་རིང་བསགས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཞི་བ་ལའང་གཉེན་པོའི་རིམ་པ་རྣམས་ཉམས་ལེན་ལག་སྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཐོས་ནས་ཤེས་པར་བྱས་པའི་དགོས་པ་ཡང་བྱསཔ་ཡིན་པས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་ནུས་པ་དང་བསྟུན་པའི་ལག་ལེན་རེ་གནད་དུ་ཆེའོ། ཞེས་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་ལས་ཀྱང་། ཐོས་པ་ཙམ་ལྟུར་མི་ལེན་པར་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་དགོས། དེ་ལྟར་མིན་ན་ཆོས་དྲེད་དུ་ཁྲེར་བའི་རྒྱུ་ཡང་འདི་ལས་ཐུབ་མེད་དེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།
ལུས་ཀྱིས་འདི་དག་སྤྱད་པར་བྱ། །
ཚིག་ཙམ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ། །
སྨན་དཔྱད་བཀླགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །
ནད་པ་དག་ལ་ཕན་འགྱུར་རམ། །ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བསམ་པ་བྱའོ། །

དེས་ན་གང་ཐོས་པའི་དོན་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བར་ཡུན་རིང་དུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་མཛེ་ཅན་རྐང་པ་ལག་པ་ཆད་པའི་ནད་པས་སྨན་ཐུན་རེ་གཉིས་བསྟེན་པས་ཅི་ཡང་

insight be born in those minds where it does not exist and enhanced in the minds of those where it does, and may the precious doctrine of the conquering buddha remain long in the world."

Or we can think, "In the beginning, like other buddhas, our compassionate teacher developed the mind of enlightenment, then accumulated merit for three countless great eons and finally achieved full and complete enlightenment. In order to free all sentient beings from suffering and its causes and to lead them to his own attainment, he turned the Wheel of Dharma three times, ripening and freeing countless disciples. To repay but a fraction of the kindness of the Buddha I will listen, or teach, and practice eradication and cultivation without fault, thereby delighting the buddhas with an offering of a practice that accords with the words of the Buddha."

Listening produces effects. These should be of the kind spoken by scholars of the past who said that the signs of listening were peace and discipline of mind and that the signs of meditation were fewer mental afflictions.

Therefore, when you listen to the teachings you should match your mind to the Dharma. You should not be controlled by your mind, nor should you let the mind be controlled by mental afflictions. If you are able to accomplish

མི་ཕན་པས་སྨན་ཡུན་རིང་ལ་སྟོབས་ཆེ་བ་མང་དུ་ཟ་དགོས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་གཞི་ཚབས་ཆེན་གྱིས་ཐེབས་པ་ལ། གདམས་ངག་གི་དོན་ལན་རེ་གཉིས་ཉམས་སུ་བླངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མི་ཕན་པས་བརྩོན་པ་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་དུ་མཆོག་གསུམ་བླ་མ་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཉན་རང་སློབ་མའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོས་ཕྱག་འཚལ། མཆོད་པ་འབུལ། རང་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སོགས་ཀྱིས་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་དང་། སྟོབས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་འགལ་རྐྱེན་སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་ནན་ཏན་དུ་འབད་དགོས་སོ། །

ལྔ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། སྔོན་བྱོན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཇི་ལྟར་གཤེགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཆོས་ཉན་ཡུལ་གྱི་བླ་མ་བཀའ་དྲིན་ཅན་འདི་ཡང་སྐུ་བཞིའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་མཛད་ཟིན་ཅིང་བླང་དོར་གྱི་གནད་བསྟན་པ་ལ་འཁྲུལ་བའི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དངོས་ཡིན་ནོ་སྙམ་པའི་འདུ་ཤེས་དང་དད་པ་བརྟན་པོའི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཉན་དགོས་པའོ།།

དྲུག་པ་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི།

that, your mind will be disciplined. Such a practice done continuously and with determination is of the greatest importance.

The Way to Teach Dharma

This has four outlines:

1. Thinking on the benefits of teaching the Dharma
2. Developing respect for the Dharma and its teacher
3. Motivation and preparation
4. Who to teach, who not to teach

Thinking on the benefits of teaching the Dharma

Liberation and omniscience are the goals of practice. The benefits of explaining, in correct order and without omission, the methods or causes leading to the attainment of these goals are very great indeed. Other than the teaching of Dharma, there is no primary cause for freeing disciples from the sufferings of cyclic existence and for the attainment of enlightenment endowed with all good qualities and with all faults eradicated. Even Buddha himself had no better way of helping sentient beings than by teaching Dharma. In the *Precious Garland of The Middle Way*, Nagarjuna says:

དེ་ཡང་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་འཆད་ཉན་བྱས་པ་ལས་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བསྟནཔ་དྲི་མ་མེད་པ་སྔར་མ་སྐྱེས་པ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེས་ཟིན་རྣམས་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་སྒོ་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་བྱའོ་སྙམ་པའི་འདུ་ཤེས་སམ་ཀུན་སློང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་བཅས་ཉན་པ་དང་། ཡང་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚོགས་བསགས། མཐར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཀུན་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་ལས་བསྒྲལ་ནས་རང་གི་རྙེད་པའི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་ལ་སོགསཔ་བསྐོར་ནས་གདུལ་བྱ་བགྲང་བ་ལས་འདས་པ་ཞིག་སྨིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་བཀོད་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་གསབ་པའི་ཕྱིར་ཏུ་ཆོས་འཆད་ཉན་དང་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་སོགས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པའི་མཉེས་པར་བྱ་སྙམ་དུ་ཆོས་ཉན་དགོས་པའོ། དེས་ན་ཆོས་ཉན་པས་ལག་རྗེས་ནི། སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་གསུང་ལས། ཐོས་རྟགས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ། བསྒོམ་རྟགས་ཉོན་མོངས་ཆུང་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་དགོས་ཤིང་། དེར་བརྟེན་ཆོས་ཉན་པའི་ཚེ་ཆོས་དང་རང་

As a grammarian teaches some to recite the alphabet,
so the Buddha taught the Dharma
that they could accept.

In his *Praise of Dependent Arising,* Lama Tsongkhapa said:

Among all his deeds,
his deeds of speech were the best.
The wise therefore
should remember the Buddha this way.

There are limitless benefits in teaching even a single verse of Dharma. Also, the sutras state that of the different types of giving the giving of Dharma is of the greatest benefit. We should think about this and teach with great joy.

Developing respect for the Dharma and its teacher

Here "teacher" refers to all buddhas generally and specifically to the gurus we have an actual Dharma connection with. We should reflect on their good qualities of body, speech, and mind. In his *Praise of Buddha* Tsongkhapa speaks on this:

If such mysteries of body, speech, and mind,
are not in the experience of bodhisattvas,

གི་སེམས་རྒྱུད་གཉིས་ར་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་དུ་ཉན་ནས་རང་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བ་དང་། སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མ་སོང་པ་ཞིག་དགོས། དེ་བྱུང་ན་སེམས་དུལ་བ་ཡིན་པས། དེ་འདྲའི་ཉམས་ལེན་ལ་རྒྱུན་མཐུད་ནས་འབད་པར་གནད་ཀྱི་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། ཆོས་བཤད་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ། སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པ། བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་ཇི་ལྟ་བུས་བཤད་པ། ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པ་དང་མི་བཤད་པའི་ཁྱད་པར་རོ། །

དང་པོ་ཆོས་བཤད་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ་ནི། དེ་ཡང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གཉིས་ནི་ཐོབ་བྱའི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའམ་ཐབས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་ཞིང་། གྲངས་ཚང་བ་ཚུལ་བཞིན་བཤད་པ་འདི་ནི་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། གདུལ་བྱ་རྣམས་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྒྲོལ་བ་དང་། འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྒྲོལ་བ། དེར་མ་ཟད་སྒྲིབ་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡང་ཆོས་བཤད་པ་འདི་ཉིད་ལས་གཞན་མེད་། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐབས་ཡང་ཆོས་འཆད་དེ་ལས་ལྷག་པར་ཞིག་སངས་རྒྱས་ལའང་མཛད་དུ་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་དབུ་མ་རིན་ཆེན་

> solitary practitioners and hearers, however they may try,
> what need to mention Brahma, Indra, and others?

Remembering such qualities of wisdom, compassion, and power we should have faith and respect and serve our teachers.

In this context "Dharma" mainly refers to liberation and omniscience and it taught in the texts that when teaching the Dharma we should perform devotions such as prostrations and offerings to the practices leading to these goals, as well as to the texts themselves.

Motivation and preparation

Preparation for teaching should not be tainted by the eight worldly concerns, such as the desire for fame or for making money, or by thoughts of oneself alone. Neither should we be jealous of scholars of great renown or be competitive with our equals or look with contempt on those lower than us. Instead, we should teach motivated by the nectar of love, compassion and bodhichitta, as taught in the sutras, tantras and commentaries. When teaching, we should provide quotations from sutra and tantra to make it known that the teaching has sound scriptural source. To help ascertain the meaning of the text we should give illustrative examples. To inspire faith we should relate stories and events from the

ཕྲེང་བ་ལས། བཟླ་སྒྲོད་པ་དག་ཇི་ལྟ་བུར། །
ཡི་གེ་འཕྲི་མོ་གློག་འཇུག་ལྟར། །
དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་གདུལ་བྱ་ལ། །
ཇི་ཙམ་བཟོད་པའི་ཆོས་སྟོན་ཏོ། ། ཞེས་དང་།
འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་ཆེན་པོས་ཀྱང་།
མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། །
མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །
འདི་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་མཁས་པ་ཡིས། །
འདི་ལས་སངས་རྒྱས་རྗེས་དྲན་བྱོས། །
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ཆོས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། སྦྱིན་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ནས་སྒྲོ་ཉམས་དང་བཅས་ཆོས་བཤད་དགོས་སོ། །
གཉིས་པ་སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ནི། དེ་ལ་འདིར་སྟོན་པ་ནི་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་ཁྱད་པར་རང་གི་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་བླ་མ་རྣམས་ཡིན་ལ་དེ་དག་གི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་དགོས་ཤིང་དེའི་ཚུལ་ནི།
རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།

past. We should inspire ourselves into a joyful state that thinks, "I have this great fortune to teach the holy Dharma." We should be radiant and smiling. With great faith we should recall the kindnesses of the gurus and the Three Jewels. Thinking of how we are tormented by suffering we should teach with renunciation and compassion. The *Abhidharmakosha* says:

> Giving Dharma should be without delusion,
> taught as purely as found in the sutras.

The place of teaching should be prepared. In the room where the teachings are to be held there should be representations of the Buddha's body, speech, and mind with beautiful, clean and perfect offerings arranged in front of them, and a high and beautifully decorated throne. You should wash and put on fresh, clean clothes. Visualize actual and lineage gurus, deities, buddhas, bodhisattvas, heroes, dakas, Dharma protectors, and so forth, as a merit field in the small space above the throne. Visualize them as being actually present, all of them radiating joy and compassion. With strong faith and respect, make three prostrations to the throne. Remember the words of the verse on the nine similes of impermanence from the *Diamond Sutra:*

ཁྱོད་ཀྱི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་ཡི། །
ཚུལ་འདི་རྒྱལ་སྲས་རང་རྒྱལ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས། །
ཇི་ཙམ་བརྟགས་ཀྱང་བློ་ཡི་ཡུལ་མིན་ན། །
ཚངས་དང་དབང་པོ་སོགས་ཀྱིས་སློས་ཅི་འཚལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པའི་ཡོན་ཏན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་དད་པ་དང་བསྙེན་བཀུར་རིམ་གྲོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། འདིར་ཆོས་ནི་གཙོ་བོ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་དག་འཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་བཛོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་དང་བཅས་པ་ལ་ཡང་དད་གུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་མཆོད་པ་འབུལ་བ་སོགས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་དང་བཅས་ཆོས་ཁྱད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ་བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་ཇི་ལྟ་བུས་ཁྱད་པ་ནི།
དེ་ཡང་ཆོས་ཁྱད་པའི་བསམ་པའམ་ཀུན་སློང་ནི་རང་ཉིད་སྙན་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ཐབས་དང་། ཡང་ན་དཔལ་འབྱོར་འདུ་ཐབས། སློབ་མ་མང་པོ་འདུ་རེ་སོགས་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་དྲི་མའམ་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་སོགས་ཀྱིས་མ་གོས་པ་ཞིག་དང་། མ་ཟད་མཚན་སྙན་གྱིས་མཐོ་བའི་མཁས་པ་གཞན་ལ་ཕྲག་དོག །མཉམ་པ་ལ་མགྲན་སེམས། དམན་པ་ལ་བརྙས་བཅོས་སོགས་དང་མ་འབྲེལ་ཞིང་།
མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱུ་

> Like a star, haze, a flame, an illusion,
> dew, a bubble, a dream, lightning, clouds,
> see all composite phenomena this way.

Thinking of impermanence and a lack of self-existence sit on the throne and recite the *Heart Sutra* and the verses for removing obstacles, as has been the practice of lamas of the past. The *Ornament of Mahayana Sutras* says:

> With compassion cast away all difficulties and tiredness.

With a mind held by compassion and thoughts of benefiting others set the causal and continuing motivations. Teach in accord with the thinking of the texts, in tune with your students' dispositions, and with a method intended primarily for taming their minds.

Who to teach, who not to teach

You should not agree to teach if the students do not make a request for the teaching. Even if they do, check their sincerity by not accepting immeditately. Alternatively, you could say that you do not know the teaching. It is taught that that if you see the students as being suitable for the teachings, it is acceptable to teach them immeditately.

དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ཀྱི་རྩིས་ཟིན་པའི་སྒོ་ནས། གདམས་ངག་ཁུངས་བཙན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་། དོན་ངེས་པའི་ཕྱིར་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ། ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་སྔོན་བྱུང་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སམ་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་དང་བཅས། དམ་པའི་ཆོས་འཆད་རྒྱུ་བྱུང་བར་སྐལ་བ་བཟང་སྙམ་པའི་སྤྲོ་སེམས་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ནང་ནས་བསྐུལ་པ་དང་བཅས། བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ་ཞིང་འཛུམ་པ། ཡར་བླ་མ་མཆོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་དད་པ། མར་རང་གཞན་སྡུག་བསྔལ་གྱི་མནར་ཚུལ་བསམས་ནས་ངེས་འབྱུང་དང་སྙིང་རྗེ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཆོས་བཤད་དགོས། དེ་ལྟར་ཡང་མཛོད་རྩ་བ་ལས།

ཆོས་སྦྱིན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པས། །
མདོ་སོགས་ཡང་དག་ཇི་བཞིན་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཛད་དགོས་སོ། །

དེ་ནས་ཆོས་བཤད་པའི་སྦྱོར་བ་ནི། དེ་ཡང་ཆོས་གསུང་ཡུལ་གནས་ཁང་དུ་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་དང་དེ་དག་གི་སྤྱན་སྔར་མཆོད་པ་སོགས་གཙང་མཛེས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། ཆོས་ཁྲི་མཐོ་ཞིང་མཛེས་པ་བཤམས། ཡན་ལག་ལྔའི་ཁྲུས་སོགས་གཙང་སྦྲ་གང་ལེགས་དང་། གོས་ཁ་གསར་གྱོན། དངོས་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་

When teaching, certain behavior from the students renders them unsuitable to teach. The Dharma should not be taught, for example, to a student who is lying down and not listening. This is one of the twenty-six types of conduct described in the *Root Vinaya Sutra*, and from this text one must know who and who not to teach.

In order to teach Buddhism to others it is not sufficient just to have studied Buddhism and to have practiced a little. Our minds are not hidden from ourselves and we should look to see if we possess all the qualities of a Dharma teacher as explained in the great texts. If not, it is better not to teach for the time being. Dharmakirti said in his *Commentary on Valid Cognition:*

> When the method is hidden
> it is difficult to explain.

The Kadampa Master Dromtonpa said:

> A beginner who lacks any insights whatsoever and tries to benefit others with Dharma will not succeed. Like pouring from one container empty of blessings to another, no blessings are imparted. Like alcohol extracted from unpressed grain, instruction will have no taste and nutrition.

བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་དང་བཅས་པའི་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་དགྱེས་བརྩེའི་ངང་ཁྲ་ལམ་མེར་དངོས་སུ་བཞུགས་པར་མོས་ནས་དད་གུས་དྲག་པོ་དང་བཅས་ཁྲི་ཕྱག་ལན་གསུམ་འཚལ། སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཚིག་དོན་དྲན་བཞིན་མི་རྟག་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་དང་བཅས་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་འཁོད། དེ་ནས་ཤེར་སྙིང་ཟློག་བསྒྱུར་སོགས་བླ་མ་གོང་མའི་ཕྱག་ལེན་བཞིན་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་དང་སྙིང་རྗེས་ཟིན་པ་སྟེ་དེ་ཡང་།

ཇི་སྐད་དུ། བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་སྐྱོ་ངལ་སྤངས་ལ་བརྟེན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སློབ་མ་རྣམས་ལ་རྒྱུ་དང་དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་བཅོས་ཚུལ་ལས་བརྩམས་ནས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་ཞིང་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ་ལྟར་སེམས་རྒྱུད་དུལ་བའི་ཐབས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་ཆོས་འཆད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་ཡུལ་གང་ལ་ཆཤད་པ་དང་མི་ཆཤད་པའི་ཁྱད་པར་ནི།

དེ་ཡང་གདུལ་བྱས་ཆོས་གསུང་པར་གསོལ་བ་མ་བཏབ་པ་དང་།

གསོལ་བ་བཏབ་ཀྱང་བདེན་མིན་བརྟག་པའི་ཕྱིར་རེ་ཞིག་ཁས་མི་ལེན་པ་སྟེ་ཞལ་གྱི་མི་བཞེས་པའི་ཚུལ་དང་། ཡང་ན་ཆོས་འཆད་མི་ཤེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་གནས་དགོས་པ་དང་། ཡང་རང་ཉིད་ཀྱིས་

Atisha also said:

> Without knowing your own mind you cannot tame others. Therefore, tame your own mind first. Just by knowing Dharma you will not attain enlightenment. Knowledge is not enough, so practice.

Therefore, by examining one's mind it is very important to have the confidence that knows one's level of insight. Otherwise, we cannot know whether we are helping or harming others and ourselves. This can be very dangerous, as Gungthang Rimpoche said:

> If one being swept away by the current
> clings to another in the same current,
> both will drown.

Dedication of Merits

At the end of each teaching session the lama and the students, should rejoice by thinking on the good fortune of being able to listen or teach the holy Dharma in these degeneration times when the precious doctrine of insight and transmission is in decline. As a mandala of gratitude wealthy students can offer horses, elephants, gold, silver, and those less

དེ་དག་སྔོན་ལྡན་གྱི་སློབ་མར་ཞེས་ན་དེ་མ་ཐག་ཆོས་འཆད་དུ་རུང་བར་
ཡང་གསུངས་པས་དེ་ལྟར་བྱའོ། །
ཡང་ཆོས་ཤཱད་པའི་སྐབས་སུ་སློབ་མའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་ནས་ཤཱད་དུ་
མི་རུང་བ་ནི། སློབ་མ་མི་ན་བར་ཉལ་བ་ལ་བླ་མ་འདུག་སྟེ་ཆོས་མི་
ཤཱད་པ་སོགས་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
ཡུལ་དུས་གང་ལ་ཤཱད་པ་དང་མི་ཤཱད་པའི་ཁྱད་པར་ཤེས་པར་བྱ་
དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་གཞན་ལ་ནང་ཆོས་འཆད་པ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་
ནང་པའི་ཆོས་ཚུལ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མྱོང་བ་ཙམ་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་
ཚུལ་སོགས་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་རང་བློ་རང་ལ་
ལྐོག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་ཡིན་པས་གཞུང་ཆེན་པོ་ཚད་ལྡན་རྣམས་ལས་ཆོས་
འཆད་པ་པོ་ལ་ཁྱད་ཆོས་གང་ལྡན་དགོས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ཤེས་
པར་བྱས་ནས་དེ་རྣམས་རང་ལ་ཚང་མ་ཚང་བལྟ་དགོས་ཤིང་། མ་ཚང་
ན་གནས་སྐབས་གཞན་ལ་ཆོས་ཤཱད་སྤྱི་མ་བྱས་ན་ལེགས་པ་ཡིན་ཏེ།
རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་དཔལ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས།
ཐབས་བྱུང་དེ་རྒྱུ་ལྐོག་གྱུར་པ། །
དེ་འཆད་པར་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་།
རྒྱལ་བ་འབྲོམ་སྟོན་པས་ཀྱང་། རང་རྒྱུད་ལ་ཉམས་རྟོགས་ཅི་ཡང་མེད་
པའི་ལས་དང་པོ་པའི་གང་ཟག་གིས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཕན

well off can offer just a needle and thread or whatever they can afford. These are offered with prostrations of respect. Then, as a pure and final adornment, dedication prayers such as the *King of Prayers,* the *Prayer of Maitreya,* the final dedication prayer from the *Stages of the Path,* or the *Prayer to Tsongkhapa (Mig tse me)* are offered and the session comes to a close.

By correctly listening and teaching the holy Dharma and by proper practice we gain insights. These begin with the practices of guru devotion and end in the experience and insights of the state of enlightenment. Therefore, in the beginning we have to gain the insights of guru devotion. This is under two headings:

1. How to devote to a guru, the root of insights on the path
2. Having devoted oneself to a guru, the stages of training the mind

How to devote to a guru, the root of insights on the path

This has three outlines:

1. Preparation
2. Actual practice
3. Conclusion

བཏགས་ཀྱང་མི་ཐོགས་སྟེ། བྱིན་རླབས་སྟོད་སྟོང་པ་བྱོ་བ་དང་འདྲ་བའི་བྱིན་རླབས་ལ་འོང་རྒྱུ་མེད། གདམས་ངག་སྦྲང་མ་མ་མནན་པར་བསིངས་པའི་ཆང་དང་འདྲ་སྟེ། གདམས་ངག་ལ་རོ་བཅུད་མེད། ཞེས་དང་། ཇོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། རང་རྒྱུད་མ་ཐུལ་བར་དུ་གཞན་རྒྱུད་མི་ཐུལ་པས་ན་ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་ཐུལ། ། ཆོས་ནི་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་སངས་མི་རྒྱ་བས་ཤེས་པས་མི་ཆོག་ཉམས་སུ་ལོངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ནས་ཉམས་རྟོགས་མཐོ་དམན་གྱི་ཚོད་ཀྱིས་སྤྱོབས་པ་ལ་གནས་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་རང་གཞན་ལ་ཕན་གནོད་གང་འགྱུར་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་།

ཆུས་བྲེར་ཆུ་ཡིས་བྲེར་བ་ལ། །
འཇུས་ན་གཉིས་ཀ་བྱིང་བར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འགྱུར་ཉེན་ཆེའོ། །

གསུམ་པ་འཇུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི།

དེ་ཡང་ཆོས་ཐུན་དེ་དང་དེའི་འཇུག་ཏུ་བླ་སློབ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ད་ལྟ་སྙིགས་མའི་དུས་རྒྱལ་བའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་མར་འགྲིབ་ཀྱི་སྐབས་འདིར། དམ་པའི་ཆོས་འཆད་ཉན་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་བ་འདི་

Preparation

The results and abilities we derive from our training in virtuous activity will depend upon well-organized preparation. Therefore, we should pay attention to preparation and put great effort into it, just as we would take care in buying the ingredients in order to make a good lunch. Preparation as a method for acquiring higher realizations is under six headings:

1. Cleaning the room and arranging representations of the Buddha's body, speech, and mind
2. Setting up offerings, beautifully arranged and acquired without deception
3. Sitting in a comfortable seat in the seven-point posture of Vairocana and taking refuge
4. Clearly visualizing the merit field
5. Performing the seven-limbed puja—the essence of purification and accumulation—and offering the mandala
6. Making requests from the depths of one's heart

Cleaning the room and arranging representations of the Buddha's body, speech and mind

The instruction to clean the room originates from our compassionate Buddha who gave it to Chutapindaka in order to

ཉི་ཧྲ་ཅང་སྐྲལ་བ་བཟང་ངོ་སྙམ་པའི་དད་སྤྲོའི་ངང་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་བཅས་སློབ་མ་རྣམས་ནས་བླ་མ་ལ་གཏང་རག་གི་མྤྲཿལ་སོགས་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་དུ་འབྲོར་ལྡན་གྱིས་ཧྲ་དང་གླང་ཆེན་གསེར་དང་དངུལ། འབྲོར་མེད་ཀྱིས་ཁབ་དང་སྐུད་པ་སོགསཅི་འབྲོར་བའི་དངོས་ཛས་གུས་ཕྱག་བཅས་ཕུལ་ཞིང་། དེ་ནས་བཟང་སྤྱོད་དང་། བྱམས་སྨོན།དེ་རིང་མ། དམིགས་བརྩེ་མ་སོགས་ཀྱི་བསྔོ་སྨོན་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐའ་བརྒྱན་ཏེ་ཆོས་ཐུན་གྲོལ་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་དམ་པའི་ཆོས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཆད་ཉན་དང་། ཉམས་བཞེས་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཞུགས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་བར་གྱི་ཉམས་རྟོགས་ཚང་མ་འབྱུང་དགོས་ལ། དེ་ལ་དང་པོར་ཞུགས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་སོགས་སྐྱེ་དགོས་པས་འདི་ལ་གཉིས། ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཞུགས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཚུལ། བསྟེན་ནས་བློ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་བའི་རིམ་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། སྦྱོར་བའི་ཆོས། དངོས་གཞི་ཇི་ལྟར་བསྐྱང་བ། མཇུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་པའོ། །དེ་ཡང་དགེ་སྦྱོང་ཉམས་ལེན་ལ་གྲུབ་འབྲས་དང་ནུས་པ་ཐོན་མིན་ཡང་སྦྱོར་བའམ་སྔོན་འགྲོའི་གྲ་སྒྲིག་ལེགས་ཉེས་ལ་རག་ལས་པས་སྦྱོར་བའི་ཆོས་ལ་གཟབ་འབད་གནང་

purify this disciple's karmic obscurations. It was then passed down as a blessed instruction or practice to Lama Serlingpa and to Atisha. Cleaning our room or place of meditation makes the room pleasing to others. It is not done for one's own comfort but to create the favorable conditions for the achievement of higher insights and experiences leading to the state of enlightenment in which the purposes of oneself and others have been achieved, and to remove the conditions for obstructions and nonvirtuous activity. With this in mind, clean the room, inside and out, while reciting "Dust disappear, dirt disappear." This has five benefits, explained in a sutra:

> One's mind will become clear, others' minds will be clear, the gods will be happy, one gathers the karma to be beautiful, after dying one will be born a god.

Therefore, we beginners should concentrate on this practice. Regardless of whether the room is dirty or not, cleaning it every day is very beneficial.

When arranging the representations of the Buddha's body, speech and mind the position of the statues in the middle or on the sides of the altar should not be determined by the quality of the material they are made of. Arrange them as they are arranged in the field of the merit visualiza-

དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་གང་ཟག་ཚིགས་བཞེས་ལག་ཡག་པོ་ཞིག་བཟོ་བ་ལའང་དང་པོར་རྒྱུ་བཙའ་ཉོ་སྐབས་ནས་གཟབ་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། དེས་ན་ཉམས་རྟོགས་གོང་མ་སྐྱེ་པའི་ཐབས་སམ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་ལ་དྲུག་སྟེ། གནས་ཁང་བྱི་དོར་བྱེད་ཅིང་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་བཀྲམ་པ། མཆོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ། སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་རྣམ་སྣང་གི་ཆོས་བདུན་ལྡན་དུ་འཁོད་དེ་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་བྱ་བ། ཚོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ། བསགས་སྦྱོང་གི་གནད་བསྡུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཎྜལ་དང་བཅས་པ་འབུལ་བ། གསོལ་བ་འདེབས་པ་རང་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་སུ་བྱེད་པའོ།

དང་པོ་གནས་ཁང་བྱི་དོར་བྱེད་པའི་མན་ངག་འདི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་ལམ་ཆུང་པ་ལ་ལས་སྒྲིབ་དག་པའི་ཕྱིར་གནང་པའི་མན་ངག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་བླ་མ་གསེར་གླིང་པ་དང་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་སོགས་ལས་བརྒྱུད་པའི་གདམས་ངག་གམ་ཉམས་ལེན་བྱིན་རླབས་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རང་གི་སྒོམ་ཁང་ངམ་གནས་ཁང་གང་བདར་གྱིས་གཙང་མ་བྱེད་པ་འདི། གཞན་གྱི་བལྟ་སྣང་མཛེས་ཆོས་དང་། རང་སྐྱིད་འདོད་སོགས་ཀྱིས་མིན་པར་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འདྲེན་ནུས་ཀྱི་ཉམས་རྟོགས་གོང་མ་རྣམས་འཐོབ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་དང་། འགལ་རྐྱེན་སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་

tion with Buddha and the lama from whom we received teachings, and with whom we have a Dharma connection, as the main figures in the center and at the front of the altar. Arya Nagarjuna in his *Letter to a Friend* said:

> The wise venerate figures of the Sugatas,
> even though they be made of wood and such like.

We should not distinguish statues by the quality of the material. Otherwise, if we place statues made of gold and silver at the front, as if to show off our wealth, we cannot be sure if this is a virtuous act or not. We should be careful on this point. The statues of our lamas and the buddhas are there to remind us of the objects of refuge and for generation of faith. It is very important not to become tainted by the eight worldly concerns and think of the statues as just pretty objects. It is particularly important not to regard the representations of Buddha's body, speech, and mind in the shrine room with an over-familiarity, thinking "What is there to look at?" thereby showing disrespect and disdain. Instead, we should look on them as actual lamas and buddhas who kindly live with us for a lifetime. In their presence we should regularly make offerings and prostrations to them and confess nonvirtuous activities through the seven-limb prayer as found

དུ་ཡིན་སྐམ་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟུལ་སྤྱོང་དྲི་མ་སྦྱོང་ཅེས་ངག་ནས་བརྗོད་བཞིན་གནས་ཁང་དང་ཉེ་སྐོར་ཕྱི་ནང་ཀུན་གཙང་མར་བྱ་དགོས། འདི་ལ་ཕན་ཡོན་ལྟ་མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ། རང་གི་སེམས་དྭངས་བར་འགྱུར་བ། གཞན་གྱི་སེམས་དྭངས་བར་འགྱུར་བ། ལྷ་རྣམས་དགའ་བར་འགྱུར་བ། མཛེས་པའི་ལས་གསོག་པ། ལུས་ཞིག་ནས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་པའོ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་རང་རེ་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་གད་སྙིགས་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཉིན་རེ་བཞིན་གཙང་མ་བྱས་ན་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་བཀྲམ་པ་ནི། སྐུ་རྒྱུ་བཟང་ངན་སོགས་ཀྱིས་མཐའ་དཀྱིལ་གྱིས་དབྱེ་བ་མི་བྱ་བར། རང་གི་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་བླ་མ་རྣམས་དང་ཐུབ་དབང་གི་རྟེན་སོགས་གཙོ་བོར་རམ་མདུན་དུ་བཞུགས་པ་སོགས་ཚོགས་ཞིང་ལྟར་བཞུགས་སུ་གསོལ།

དེ་ཡང་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས།

ཇི་ལྟར་བདེ་གཤེགས་སྐུ་གཟུགས་ཤིང་ལས་ཀྱང་། །

བགྱིས་པ་ཅི་འདྲའང་རུང་སྟེ་མཁས་པས་མཆོད། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྐུ་རྒྱུ་བཟང་ངན་སོགས་ཀྱིས་ཁྱད་པར་འབྱེད་མི་རུང་ངོ། །

in the *King of Prayers,* thereby striving to accumulate merit and to eliminate obstructions. In this way we should make the attainment of this perfect human rebirth with its eight leisures and ten endowments meaningful and purposeful.

Setting up offerings, beautifully arranged and acquired without deception

Atisha said: "Offer whatever you can afford." Regardless of the size, amount, or quality of the offering, the practice should not be tainted with miserliness and the eight worldly concerns. Offerings should be laid out with the aim of oneself and others attaining enlightenment. "Deception" in this context refers to a faulty motivation and to unsuitable offerings.

Offerings arranged with our own hands include water, flowers, incense, light in the form of offering lamps, perfume, food, and pleasant sounds, as well as offerings of the five sense objects. When arranging water bowls and other containers of offerings, they should be aligned equidistant from each other. Offerings should be clean and beautifully laid out. In short, they should be arranged as taught in the *Stages of the Path.* When making offerings to and serving the Sangha an examination of our motivation is particularly necessary. Otherwise, there is the danger that a sizeable offering will not be matched by a sizeable result.

གཞན་དུ་ན་གསེར་དངུལ་གྱི་སྐུ་སོགས་མདུན་ལ་བཤམས་ནས་སྐོར་བས་འབྱོར་ཇོམས་པ་ལྟ་བུར་སོང་ན་དགེ་སྡིག་གང་ཡོང་མི་ཤེས་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་དགོས་སོ། །

དེས་ན་བླ་མ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་སོགས་ནི་སྐྱབས་ཡུལ་དེ་དང་དེ་དྲན་པ་དང་། དྲན་ནས་དད་པ་སྐྱེ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་ལས། མཛེས་ཆོས་ལྟ་བུ་ཆོས་བརྒྱད་གང་གིས་ཀྱང་མ་གོས་པར་གལ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་རང་གི་གནས་ཁང་ནང་གི་ལྷ་སྐུ་རྟེན་གསུམ་རྣམས་ལ། རྒྱུས་ཡོད་ཡིན་བལྟ་རྒྱུ་གང་ཡོད་སྙམ་རྩིས་མེད་བརྙས་བཅོས་བྱེད་མི་རུང་། འདི་རྣམས་ལ་བླ་མ་དང་སངས་རྒྱས་སོགས་དངོས་ཡིན་སྙམ་པ་དང་། རང་གི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་དུ་མི་ཆེ་གཅིག་ང་རང་དང་མཉམ་བཞུགས་གནང་བར་བཀའ་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྙམ་པ་དང་བཅས་རྒྱུན་དུ་ཕྱག་འཚལ་དང་། མཆོད་པ་ཕུལ་ཞིང་དེ་དག་གི་སྤྱན་སྔར་སྡིག་པ་བཤགས་པ་སོགས་བཟང་སྤྱོད་ནས་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་ཚོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྦྱོང་ལ་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་ཚང་བའི་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པའམ་དགོས་པ་ཡོད་པར་བྱེད་དགོས་སོ།།གཉིས་པ་མཆོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམས་པ་ནི། དེ་ཡང་ཇོ་བོ་རྗེས། ཅི་འབྱོར་པ་ཡིས་མཆོད་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོད་པའི་རྫས་ཆེ་ཆུང་མང་

Sitting in a comfortable seat in the seven-point posture of Vairocana and taking refuge

Under the seat where the practice is performed draw a swastika to symbolize the vajra throne, then lay kusha grass and long-life grass with their tips pointing to the front. This is done to remind us of the compassionate Buddha who attained enlightenment in Bodhgaya on a cushion of grass and for us to emulate his achievement. The back of the cushion should be slightly raised and the front slightly lower. Sitting on such a seat will produce no pain even if we sit for a long time, and it is taught that experience and realization will be easier to gain.

Place the seat in front of the altar or so that the altar is to your right. Once on the cushion you should free yourself from wrong motivations. It is taught that the way to sit is in the seven-point posture of Vairocana. This means that legs are crossed in vajra position and the hands are in the mudra of meditative equipoise below the navel with the right hand on the top of the left and with the tips of the two thumbs touching. The back or the spine should be as straight as an arrow. If the body is straight, the airs and channels will also be straight. This makes it easier for the mind to be more pliant. The lips and teeth should be in their natural position, with the tip of the tongue touching the roof of your mouth.

ཉུང་བཟང་ངན་གང་ཡིན་ཡང་འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་དང་སེར་སྣ་སོགས་ཀྱིས་མ་སླད་ཅིང་། རང་གཞན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་ཉམས་དགོས། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་གཡོ་ནི་ཀུན་སློང་སྐྱོན་ཅན་དང་འབུལ་རྫས་མི་ཉུང་བར་ཉམས་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །

ཡང་མཆོད་པའི་རྫས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལག་སྟར་ནས་ཉམ་པའི་ཚེ་ནི། ཆུ་དང་། མེ་ཏོག། སྤོས། སྣང་གསལ་སྟེ་མཆོད་མེ། དྲི་ཆབ། ཞལ་ཟས་ཀྱི་རིགས། སྒྲ་གདངས་ཡིད་དུ་འོང་པ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་གཟུགས། སྒྲ། དྲི། རོ། རེག་བྱ་སོགས་ཡིན་ལ་དེ་དག་མཆོད་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་སྒྲིག་སྣོད་ཆུ་ཏིང་སོགས་ཡོ་ཀྱོག་མེད་ཅིང་། བར་ཐག་རིང་ཐུང་མཉམ་པ་བཅས་བཀོད་པ་མཛེས་ཤིང་གཙང་ལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་སོགས་ལམ་རིམ་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་ཉམས་དགོས། ལྷག་པར་དགེ་འདུན་ལ་བསྙེན་བཀུར་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ཀུན་སློང་ལ་བརྟགས་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་འབུལ་རྫས་ཆེན་པོ་ཕུལ་ཡང་ཕན་འབྲས་དེ་ཙམ་མི་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ་སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་རྣམ་སྣང་གི་ཆོས་བདུན་ལྡན་དུ་འཁོད་དེ་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་བྱ་བ་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་དགེ་སྦྱོར་ཉམས་ལེན་བྱ་བའི་སྟན་གྱི་འོག་ཏུ་རྡོ་རྗེའི་གདན་མཚོན་བྱེད་དུ་གཡུང་དྲུང་ཆོས་སྐོར་མ་འབྲི། དེ་ནས་རྩྭ་དུར་བ་དང་ཀུ་ཤའི་རྩེ་མོ་མདུན་དུ་བསྟན་ནས་བཏིང་།

The head is bent slightly and the eyes rest upon the tip of the nose. The shoulders should be balanced. Marpa and other great siddhas have emphasized the importance of this seven-point posture.

In this posture first visualize the objects of refuge, and in their presence go for refuge, generate bodhichitta and the four immeasurables as explained in the preparatory practices. Then strive to bless the actual and mentally transformed offerings.

Clearly visualizing the merit field

These are the objects to whom we make requests and from whom we accumulate merit and nullify nonvirtuous activities by way of the seven-limb practice, which is explained below. They are visualized and meditated upon with the words from the *Guru Puja* that begin, "In the vast skies of indivisible emptiness and bliss."

Performing the seven-limbed puja, the essence of purification and accumulation, and offering the mandala

One does not prostrate or offer praises to the gurus and deities of the visualized merit field with just a single body. Instead, emanate countless bodies in front of each of the objects and generate faith by remembering their excellent qualities of body, speech and mind. Then with strong

འདི་ནི་སྔོན་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་རྡོ་རྗེའི་གདན་དུ་རྩྭའི་གདན་ལ་སངས་རྒྱས་པའི་རྣམ་ཐར་དྲན་པ་དང་དེ་དང་མཚུངས་པར་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཡིན། གདན་དེའི་རྒྱབ་ཅུང་ཟད་མཐོ་ཞིང་མདུན་ཅུང་དམའ་བ་དགོས་ཤིང་། འདི་ལ་ཐུན་རིང་པོར་བསྡད་ཀྱང་ཡོངས་མི་ན་བ་དང་ཉམས་རྟོགས་སྐྱེ་སླ་བ་སོགས་ཀྱི་གནད་ཡོད་པ་གསུངས་ཡོད། དེ་འདྲའི་འབོལ་གདན་དེ་ཡང་རང་གི་མཆོད་ཆཤམས་གང་དུ་ཡོད་པ་དེར་མདུན་བསྟན་པའམ་ཡང་ན་མཆོད་ཆཤམས་རང་གི་གཡས་ལ་ཁེལ་བར་བྱ། དེའི་སྟེང་དུ་ཀུན་སློང་གི་སྐྱོན་བསལ་ཞིང་།

ལུས་འདུག་སྟངས་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྣང་མཛད་བཞུགས་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་ཆོས་བདུན་དང་ལྡན་པར་འདུག་དགོས་པ་གསུངས། དེ་ཡང་རྐང་པ་གཉིས་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་། ལག་པ་གཉིས་ལྟེ་བའི་འོག་ཐད་དུ་གཡས་སྟེང་དང་གཡོན་འོག་མཐེ་བོང་གཉིས་རྩེ་སྦྱར་དང་བཅས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་དང་། རྐེད་པའམ་སྒལ་ཚིག་རྣམས་མདའ་ལྟར་བསྲང་པ།དེ་ཡང་ལུས་དྲང་ན་རྩ་དང་རླུང་འདྲོང་ཞིང་དེར་བརྟེན་སེམས་ལས་རུང་དུ་འགྱུར་སླ་བ་གསུངས། མཆུ་དང་སོ་རང་བབས་སུ་བཞག །ལྕེ་རྩེ་ཡ་རྐན་དུ་སྦྱར། མགོ་ཅུང་ཟད་དགུག་ཅིང་མིག་སྣ་རྩེར་ཕབ། ཕྲག་པ་གཉིས་ཐད་ཀར་འཛོག་པ་བཅས་ཆོས་བདུན་དང་ལྡན་པའི་ལུས་གནད་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་གྲུབ་ཆེན་མར་པ་

remorse for the nonvirtuous activities, obstructions, and their imprints, accumulated by body, speech, and mind, do the seven-limbed practice with prostrations, offerings, confession, rejoicing in the virtues of oneself and others, and so forth and perform the short or long mandala offering. You should do this practice of purification and accumulation daily and according to your ability.

Making requests from the depths of one's heart

In sutra and tantra the development of higher realizations and experiences on the paths and levels is dependent on the guru's blessings. Regarding the guru and deity as one, we should make requests to the gurus again and again with strong faith and respect. Although the wording of the requests varies according to the particular preparatory practices, generally we can use the verse from Panchen Lozang Yeshe's *Explicit Teaching on the Swift Path* that begins, "Unparalleled teacher, conqueror." After this the lamas have instructed that the following verse should be added:

> Never, even for a instant, generating a wrong view
> of the life of the glorious guru,
> with veneration that all he does is good,
> may the blessings of the guru enter my mind.

སོགས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །

ཐོག་མར་སྐྱབས་ཡུལ་གསལ་འདེབས་པ་དང་དེ་དག་གི་དྲུང་དུ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ཚད་མེད་བཞི་བཅས་སྦྱོར་ཆོས་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྔོན་དུ་བཏང་ནས་དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤྲུལ་གྱི་མཆོད་པ་རྣམས་བྱིན་གྱིས་རླབས་པ་སོགས་ལ་ནན་ཏན་གྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་ཚོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ་ནི། དེ་ཡང་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་ཚོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྦྱོང་དང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བླ་མ་མཆོད་པ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་མའི་ཚིག་རིས་དང་མཐུན་པར་གསལ་བཏབ་སྟེ་བསྒོམ་པར་བྱའོ། །

ལྔ་པ་བསགས་སྦྱང་གི་གནད་བསྡུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་མཎྜལ་དང་བཅས་པ་འབུལ་བ་ནི། དེ་ཡང་གོང་དུ་གསལ་བཏབ་པའི་ཚོགས་ཞིང་དུ་བཞུགས་པའི་བླ་མ་ཡི་དམ་སོགས་ལ་རང་གི་ལུས་གཅིག་གིས་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་བསྟོད་པ་ལྟ་བུར་མིན་པར་དེ་དག་རེ་རེའི་མདུན་དུ་ལུས་གྲངས་མེད་པར་སྤྲུལ་སྟེ་དེ་དག་གི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དྲན་པའི་དད་པ་དང་། རང་གི་སྒོ་གསུམ་གྱིས་བསགས་པའི་སྡིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པར་འགྱོད་སེམས་དྲག་པོ་བཅས་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་། མཆོད་པ་འབུལ་བ། སྡིག་སྒྲིབ་བཤགས་པ། རང་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་བ་སོགས་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་། དེ་

Actual practice

In accord with the guru's instruction train yourself in cultivating the points of practice of the paths of sutra and tantra from guru devotion in the beginning up to stable realization and experiences within the generation and completion stages of tantra as taught in the Tsongkhapa's *Foundation of All Good Qualities.* Until you have gained firm conviction, use analytical meditation on those points that need it and placement meditation in practices where it is necessary. Practice hard in this way and bring meaning to this human rebirth with its eight freedoms and ten endowments, found this one time only.

To reach the state of enlightenment by practicing according to the stages of paths of sutra and tantra, we must rely correctly on a spiritual friend who can show us the paths without fault. As Lama Tsongkhapa says in his *Foundation of All Good Qualities:*

> The foundation of all good qualities is the kind guru,
> proper devotion is the root cause of the path.
> Seeing this, bless me to devote myself
> with great effort and great respect.

The great Kadampa master Geshe Potowa, said:

ནས་མཎྜལ་ལ་རྒྱས་བསྡུས་གང་ཐུང་ཕུལ་བ་དང་བཅས་བསགས་སྦྱོང་
གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ནུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་ཉིན་སྣར་བརྩོན་པར་བྱའོ། །
དྲུག་པ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་རང་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་སུ་བྱེད་པ་ནི།
དེ་ཡང་མདོ་སྔགས་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡང་ས་ལམ་གྱི་ཉམས་རྟོགས་
གོང་མ་སྐྱེ་པ་ནི་བླ་མའི་བྱིན་རླབས་ལ་རག་ལས་ཤིང་དེ་ཡང་བླ་མ་ཡི་
དམ་དབྱེར་མེད་དུ་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་དད་གུས་ཤུགས་དྲག་པོས་
གསོལ་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདེབས་དགོས་སོ། །
གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚིག་ལའང་སྦྱོར་ཆོས་སོ་སོར་མི་འདྲ་བ་མང་ཡང་
པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མྱུར་ལམ་དམར་ཁྲིད་ནས་གསུངས་པ་
ལྟར། འདྲེན་པ་མཉམ་མེད་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས། །ཞེས་སོགས་
ཀྱི་ཚིག་རིས་དང་མཐུན་པར་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་འཇུག་ཏུ།

དཔལ་ལྡན་བླ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ། །
སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་བྱེད་ཅིང་། །
ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས། །
བླ་མའི་བྱིན་རླབས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག །ཞེས་སོགས་སྦྱར་
དགོས་པའང་བླ་མའི་མན་ངག་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི། མགོ་ཆཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་སྔགས་
ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་པའི་བར་མདོ་སྔགས་

> For gaining liberation nothing is more important than the guru to achieve liberation. If even the things of this life that can be accomplished by direct visual experience need a teacher, then how will it be possible without a guru to travel to a place we have never been to, having arrived straight from the lower realms?

As this quote points out, without relying upon a guru there is no way to practice Dharma. For example, if going on a single day's journey or accomplishing the smallest tasks of this life are impossible without a guide or teacher, then consider the fact that since beginningless time we have wandered from the Hell without Respite up to the Peak of Existence and experienced the most horrendous sufferings again and again, particularly in the lower realms, and never have we become familiar with the practices that lead to liberation and all-knowing enlightenment or to their paths and levels. Therefore, how can we simply know these things without relying upon a guru? It is not possible. We definitely need a guru.

A guru cannot be anyone. We should devote ourselves to someone possessing the qualities taught in the *Ornament of Mahayana Sutras*, the small and great *Stages on the Path*, *Fifty Verses on Guru Devotion*, and so on. If we rely on such a guru,

གཉིས་ཀྱི་ལམ་རིམ་གྱི་དམིགས་སྐོར་རྣམས་རྗེའི་གསུང་ཡོན་ཏན་
གཞིར་གྱུར་མའི་ཚིག་རིས་དང་མཐུན་པར་རེ་རེ་བཞིན་བླ་མའི་མན་ངག་
ལྟར་དམིགས་རྣམ་སྤྱངས་ཏེ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་མ་སྐྱེད་ཀྱི་བར་དུ་དཔྱད་
བསྒོམ་དགོས་པ་རྣམས་ལ་དཔྱད་བསྒོམ།
འཇོག་བསྒོམ་དགོས་པ་རྣམས་ལ་འཇོག་བསྒོམ་སོགས་ཀྱིས་ཉམས་
ལེན་ལ་བརྩོན་པའི་སྒོ་ནས་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་ཚང་བའི་མི་ལུས་ལན་
གཅིག་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱའོ།།
དེས་ན་མདོ་སྔགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཇི་བཞིན་ཉམས་སུ་བླངས་པ་
ལས་མཐར་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་ནི། ལམ་ཇི་
ལྟ་བ་བཞིན་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་
དགོས་ཏེ། འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་གྱུར་དྲིན་ཅན་རྗེ། །
ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་རུ། །
ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས། །
གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྟེན་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས། ། ཞེས་དང་།
བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་པོ་ཏོ་བས་ཀྱང་།
རྣམ་གྲོལ་བསྒྲུབ་པ་ལ་བླ་མ་ལས་གལ་ཆེ་བ་མེད་དེ། ཚེ་འདིའི་བྱ་བ་
བལྟས་ནས་བྱས་ཚོག་པ་ལའང་སློབ་མཁན་མེད་པར་མི་འོང་ན་དན་

we will undoubtedly become fortunate beings free from error in the stages of our practice and will develop the complete path of practice within our minds. Therefore, it is very important to devote ourselves properly to a fully qualified spiritual friend who faultlessly shows us the path.

Devoting oneself to a guru has four outlines:

1. The benefits of relying on a spiritual teacher
2. The disadvantages of not relying or relying incorrectly
3. Devotion through thought
4. Devotion through activity

The Benefits of Relying on a Spiritual Teacher

There are of eight kinds:

1. We become closer to enlightenment.
2. It pleases the buddhas.
3. We will not be harmed by maras and nonvirtuous friends.
4. All mental afflictions and unwholesome actions will automatically cease.
5. All insights and experiences of the paths and levels will automatically increase.

སོང་ནས་འོང་མ་ཐག་པ་འགྲོ་མ་སྐྱོང་བའི་སར་འགྲོ་བ་ལ་བླ་མ་མེད་པར་ག་ན་འོང་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་བླ་མ་ལ་མ་བསྟེན་པར་འོང་ཐབསམེད་དེ། དཔེར་ན་འདི་ནས་ཉི་མ་གཅིག་གི་ལམ་ལ་འགྲོ་བ་དང་། ཚེ་འདིའི་བྱ་བ་ཆུང་དུ་རེ་ལའང་ལམ་སྟོན་མཁན་དང་བྱེད་ཚུལ་སློབ་མཁན་མེད་པར་མི་ཤེས་ན།

ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དམའ་མཐར་མེད་ནས་མཐོ་སྲིད་རྩེའི་བར་དང་། ལྷག་པར་ངན་སོང་གསུམ་དུ་མི་འདོད་ནའང་རང་དབང་མེད་པར་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་ཡང་ཡང་སྐྱོང་བཞིན་གདན་འཁྱམས་བྱས་པ་ཙམ་ལས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་དང་། ས་ལམ་བགྲོད་ཚུལ་སོགས་ལ་གོམ་འདྲིས་གཏན་ནས་མེད་པས། བླ་མ་མ་བསྟེན་པར་ལས་སླ་པོར་ག་ནས་ཤེས་ཏེ་མི་ཤེས་པས་ན་བླ་མ་ཞིག་ངེས་པར་བསྟེན་དགོས་ལ། བསྟེན་བྱའི་བླ་མ་དེ་ཡང་གང་བྱུང་བྱུང་གི་མི་འོང་བས་མདོ་སྡེ་རྒྱན་དང་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་། བླ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་བསྟེན་དགོས། དེ་འདྲའི་བླ་མ་ཞིག་ལ་བསྟེན་ན་བསྟེན་མཁན་སློབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་གོ་རིམ་མི་འཕྱུགས་པ་དང་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་སྐལ་ལྡན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ངེས་པས་སོ། །དེས་ན་རང་ལ་ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚན་ལྡན་ཞིག་ཚུལ་

6. We will not lack spiritual teachers in all future lives.
7. We will not fall to the lower realms.
8. All temporary and ultimate goals will be accomplished effortlessly.

We become closer to enlightenment.

This is under two headings:

1. Becoming closer to enlightenment by putting into practice the guru's instructions
2. Becoming closer to enlightenment by making offerings and serving the guru

Becoming closer to enlightenment by putting into practice the guru's instructions

In the beginning of one's Dharma practice it is very important to rely on a guru to teach us the Dharma. "Dharma" in this context is of two kinds. It is the liberation that consists of the absence or eradication achieved by the power of meditation upon the powerful antidotes to the sufferings of the lower realms and cyclic existence and to their causes. "Dharma" also refers to the state of enlightenment free of all faults and endowed with every good quality. In this context these are the two types of Dharma to develop or to work for day after day

བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། དེ་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། ཕྱེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན། མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས། བསམ་པའི་བསྟེན་ཚུལ། སྦྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ཕན་ཡོན་ལ་བརྒྱད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ། རྒྱལ་བ་རྣམས་དགྱེས་པར་འགྱུར་བ། བདུད་དང་སྡིག་གྲོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ། ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་པ། ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཐམས་ཅད་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ། ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་ཕྱེས་གཉེན་གྱིས་མི་ཕོངས་པ། ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། བླ་མས་གདམས་པ་བསྟན་པ་རང་གིས་ཉམས་སུ་བླངས་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་དང་། བླ་མ་མཆོད་ཅིང་བསྙེན་བཀུར་བས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་ཆོས་སྟོན་མཁན་གྱི་བླ་མ་བསྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། ཆོས་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོས་ནི་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་བསྒོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤངས་པ་སྟེ་ཟད་པའམ་དེ་དག་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་ཆ་དེ་ལ་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་ལ་དེ་དང་། སྐྱོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན

as much as is appropriate, training in the methods to attain these two goals in accordance with the teachings of the guru. This is what it means to practice Dharma in this context. To gain such liberation and enlightenment, as well as birth in the form of a human or god, we should work hard to complete the causes and conditions for each. For that we need to create the favorable circumstance of an accumulation of merit and to destroy the unfavorable circumstances of obstructions. We need to know how to practice, we must know the stages of that practice, in their right order, in their entirety and we should know that our practices have potential.

To know all this we should listen and the person we listen to and devote ourselves to should be a qualified spiritual teacher who shows us the path without error. This is very important, because by relying on a guru we will be able to achieve all the good qualities of higher rebirth and liberation with no difficultly. The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> It is said that the great unification,
> difficult to achieve, even with long practice
> and much effort over oceans of eons,
> can be attained easily in these degenerate times
> in one short life,
> by relying upon a guru.

ཀུན་ལྡན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་སྐབས་འདིའི་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་སམ་དོན་དུ་གཉེར་རྒྱུའི་ཆོས་དངོས་སམ་ངོ་མ་ནི་དེ་གཉིས་ཡིན་ལ། གོང་གི་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་སམ་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་དེ་གཉིས་རང་གིས་ཐོབ་ཐབས་སམ་རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་ཐབས་ཇི་དགོས་བླ་མས་གསུང་པ་ལྟར་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་ལག་ལེན་བཀལ་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་སྐབས་འདིའི་ཆོས་སྒྲུབ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གཉིས་དང་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་བཅས་ཐོབ་པ་ལ་རང་རང་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་མ་ཚང་བ་མེད་པར་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་བསྒྲུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཡང་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་དང་འགལ་རྐྱེན་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བ་གཉིས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་གོ་རིམ་མ་ནོར་བ། གྲངས་ཚང་ཞིང་ནུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཤེས་དགོས། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ལ་ཐོས་དགོས་ཐོས་ས་དེ་ཡང་རང་ལ་ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། བླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བདེ་བླག་མྱུར་དུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས།

གྲངས་མེད་བསྐལ་པ་བརྒྱ་ཆེར་བརྩོན་པ་བརྒྱུས། །
བསྒྲུབས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་རྙེད་བཀའ་བྲུང་འཇུག་ཆེ། །

The state of enlightenment, which has to be reached in the Perfection Vehicle by the two accumulations of merit and wisdom for three countless great eons, can be achieved in one short lifetime in these degenerate times by practicing the highest tantra. This too is the result of devoting oneself to a guru as taught in the great texts. On the other hand, if we rely upon a guru incorrectly, even practicing tantra with the aim of achieving the state of Vajradhara carries the danger of being reborn in the lower realms.

Jetsun Milarepa's attainment of the state of unification in one short life was accomplished by the special practice of combining sutra and tantra but its primary cause was his flawless devotion to his guru Marpa and others. By following his demands he pleased Marpa with the untold hardships of building again and again a house for his guru's son. This is explained in the *Songs of Milarepa*.

The guru, therefore, is more valuable than a thousand diamonds, or a thousand pieces of gold and silver. These precious things will only serve as conditions for the arising of attachment, anger, miserliness, and so forth by whose power we will fall to a state of unbearable suffering. On the other hand, by listening with faith and respect to the guru's instructions just once or twice, or by devoting ourselves to a guru who teaches us as much as he can on the stages of the

བླ་མའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ན་སྙིགས་དུས་ཀྱི། །
ཚེ་ཐུང་གཅིག་ལ་བདེ་བླག་འགྲུབ་པར་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པ་

ལྟར་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་སྐབས་བསྐལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚོགས་གཉིས་བསགས་ནས་བསྒྲུབ་དགོས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་སྔགས་བླ་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་སྙིགས་དུས་ཀྱི་ཚེ་ཐུང་གཅིག་ལ་ཐོབ་ནུས་པ་དེའང་བླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། དེ་ལྟར་མིན་པར་བླ་མ་ལ་བསྟེན་ཀྱང་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་ན་གསང་སྔགས་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱང་ངན་སོང་སོགས་སུ་སྐྱེ་ཉེན་ཡོད། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་ཚེ་ཐུང་འདི་ཉིད་ལ་ཟུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་བརྙེད་པ་ཡང་། མདོ་སྔགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་ཡིན་མོད། གཙོ་བོ་ནི་བླ་མ་མར་པ་སོགས་ལ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་མཛད་པ་ཁོ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཁོང་གཅིག་པོས་བླ་མ་མར་པའི་སྲས་མཁར་དགུ་བརྩེགས་ཅན་ཡང་ཡང་བཞེངས་པ་སོགས་དཀའ་སྤྱད་ཚད་མེད་ཀྱིས་བླ་མ་དེ་ཉིད་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པ། ཇི་ལྟར་གནང་བ་མིད་ལའི་མགུར་འབུམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

དེས་ན་བླ་མ་ནི་རྡོ་རྗེ་ཕ་ལམ་དངགསེར་དངུལ་སོགས་འབུམ་འགྱུར་

path of the three scopes, we will be brought that much closer to enlightenment. In particular, devoting oneself to a guru who is able to teach us the entire path brings enlightenment very quickly.

Most bodhisattvas have to accumulate merit and wisdom for two countless great eons from the path of accumulation to the eighth level. However, the bodhisattva Sadaprarudita traveled from the path of accumulation to the eighth bodhisattva level in only seven lifetimes because of his devotion to his guru. This is explained in the *Life of Sadaprarudita*. Padampa Sangye said:

> If the guru carries you,
> you will reach the place you desire.
> Offer him then, people of Dingri,
> reverence and respect
> as the greatest of vehicles.

In his *Five Stages* Nagarjuna said:

> If by the kindness of the guru,
> you receive helpful teachings,
> you will be liberated,
> even though you think you will not.

ལས་ལྷུག་པ་ཡིན་སྟེ། རིན་པོ་ཆེ་དེ་དག་གིས་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཆགས་སྡང་དང་སེར་སྣ་སོགས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་བྱེད་ཅིང་དེའི་དབང་གིས་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་གནས་སུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་ལ། དད་གུས་དང་བཅས་བླ་མའི་མན་ངག་ལན་རེ་གཉིས་ཉན་པའམ། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ཇི་ཙམ་བསྟན་ནུས་པའི་བླ་མ་ཞིག་བསྟེན་ནའང་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་ཞིང་། ཁྱད་པར་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་ནུས་པའི་བླ་མ་ཞིག་ལ་བསྟེན་ན་ནི་འཚང་རྒྱ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་མྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ཕལ་མོ་ཆེས་ཐེག་ཆེན་ཚོགས་ལམ་ནས་ས་བརྒྱད་པའི་བར་བསྐལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གཉིས་རིང་ཚོགས་གསོག་དགོས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་ཏུ་ངུས་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་ནས་ས་བརྒྱད་པའི་བར་མི་ལོ་བདུན་ཙམ་རིང་བགྲོད་པ་ཡང་བླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ལས་བྱུང་བར་རྟག་ངུས་ཀྱི་རྟོགས་བརྗོད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཕ་དམ་པའི་དིང་རི་བརྒྱ་རྩ་ལས་ཀྱང་།
བླ་མས་བསྐྱལ་ན་གང་འདོད་གནས་སུ་སླེབས། །
ཤང་བླར་མོས་གུས་ཕུལ་ཞིག་དེང་རི་བ། ཞེས་དང་།
མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ལས།
བླ་མའི་དྲིན་གྱིས་ཕན་པའི་ལུང་ཐོབ་ན། །

In the *Gandavhyuha Sutra* it says:

> The bodhisattva who does not transgress words of the spiritual teacher will draw closer to enlightenment.

Becoming closer to enlightenment by making offerings and serving the guru

Whether we aim for temporary goals such as a human form in the higher realms with its happiness and possessions or for the ultimate goals of freedom and enlightenment with its bliss and qualities of insight and eradication, they all need to be reached by a causal accumulation of merit. Concerning the objects for accumulating such merit the *Abhidharmakosha* says:

> The value of bringing offerings to parents
> though they are not aryas,
> to the sick, to teachers of Dharma,
> and to bodhisattvas in the final life
> is beyond measure.

As this quote points out, there is immeasurable merit in serving and making offerings to these objects. In the *Ornament of Realization*, Maitreya said:

> The virtue gained by all the people of this world

གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་སྟོམ་ཡང་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྡོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཚིག་དང་མི་འགལ་བར་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉེ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོགས་གསུངསཔ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ། བླ་མ་མཆོད་ཅིང་བསྙེན་བཀུར་བས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་ནི། རང་རེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོབ་བྱ་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་དང་བདེ་འབྱོར་སོགས་དང་། མཐར་ཐུག་གི་ཐོབ་བྱ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་སྤྱངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱུ་བསོད་ནམས་བསགས་པ་ལས་ཐོབ་དགོས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་བསོད་ནམས་གསོག་ཡུལ་ལ་ཡང་། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛོད་ལས། འཕགས་པ་མིན་ཡང་ཕ་མ་དང་། །
ནད་པ་དང་ནི་ཆོས་སྨྲ་དང་། །
སྐྱེ་མཐའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ། །
ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན། །ཅེས་དེ་དག་ལ་མཆོད་པ་དང་བསྙེན་བཀུར་བ་ཡང་བསོད་ནམས་གཞལ་དུ་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི། མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་།
འཛམ་བུའི་གླིང་གི་སྐྱེ་བོ་སྙེད། །
སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་དགེ་ལ་སོགས། །

making offerings to the buddhas,
is shown by many examples,
and is of sixteen kinds of increase.

Bodhisattvas gain inconceivable merit through meditating on the Perfection of Wisdom, but it is said more than once in the sutras that remembering the guru's good qualities and his kindness, venerating a single pore on body of the guru who teaches you the Dharma, or working to please him, is far more meritorious. Therefore, lamas who give teachings, vows of refuge, liberation, bodhichitta, and tantra, as well as initiations, transmissions, instructions, and so forth from the thrones, and in particular those teachers who with great love in their hearts used whatever skillful means were necessary, peaceful or wrathful, to teach us to read and write, to improve our mental, verbal, and physical behavior, who never gave up or became irritated, who stayed with us, giving us teachings such as the dialectic curriculum, who supported us materially in the past and continue to do so now, such teachers are an incomparable field for the gathering of merit through prostrations and making offerings. Therefore, we should know that there are such special objects close to us. A tantra says:

རྣམ་མང་དུ་ནི་དཔེར་མཛད་ནས། །
རྣམ་འཕེལ་བཅུ་དྲུག་བདག་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཤེར་ཕྱིན་བསྒོམ་པ་ཡང་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་གསུངས་མོད། འོན་ཀྱང་རང་གིས་ཆོས་འབྲེལ་ཞུས་པའི་བླ་མའི་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་བླ་མའི་བ་སྤུའི་ཁུང་བུ་གཅིག་ལ་གུས་པའམ་དེ་མཉེས་པའི་ལས་བྱས་ན་སྔ་མ་དག་ལས་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཆེས་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ལན་གཅིག་མིན་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེར་བརྟེན་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་ནས་རང་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྔགས་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་དང་སྡོམ་པ་དབང་ལུང་མན་ངག་གནང་བའི་བླ་མ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་རང་ལ་ཡིག་རིག་འབྲི་ཀློག་དང་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡ་རབ་སྤྱོད་བཟང་དུ་འགྱུར་ཆེད་ཉིན་མཚན་དུས་ཀུན་ཏུ་ཐུགས་གཏིང་ནས་བརྩེ་བའི་དབང་གིས་ཞི་དྲག་གང་འོས་ཀྱི་ཐབས་མཁས་པོ་ནས་སྐྱོང་བ་མ་གཏོགས།

སྐྱིད་ལུག་དང་ཞེན་ལོག་གཏན་ནས་མི་མངའ་བར་རང་དང་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་དུ་བཞུགས་ནས་མཚན་ཉིད་ཁྲིད་པ་སོགས་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གིས་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱངས་དང་སྐྱོང་བཞིན་པའི་དགེ་རྒན་འདི་རྣམས་ནི་རང་རེའི་ཕྱག་མཆོད་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་མགྲན་ཟླ་བྲལ་བ་ཡིན་པས། རང་དང་ཐག་ཉེ་ས་ན་དེ་

Greater than the merit of offering to
buddhas and bodhisattvas of the ten directions
is the merit of offerings made
to a single pore of the master.
Make offerings therefore to the master.
This has been seen by the buddhas and bodhisattvas.

In his *Five Stages* Arya Nagarjuna said:

Renounce all offerings,
and work well to offer to the guru.
Pleasing him one will achieve
the exalted wisdom of omniscience.

Therefore, delighting the guru by the practice of his words will bring about the exalted wisdom of omniscience. In the *Guru Puja* it says:

To the one from whom a single hair
is praised as being a greater field of merit
than all conquerors of all times and all directions,
compassionate guide and protector, we request you.

"Hair" here also refers to the guru's relatives, his entourage,

འདྲའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་བཞུགས་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་སོ།།

དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱུད་ལས། གང་ཕྱིར་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསོད་ནམས་པས། །

སློབ་དཔོན་བ་སྤུའི་ཁུང་གཅིག་མཆོག །

དེའི་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་མཆོད་བྱེད་པ། །

སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་གཟིགས། ཞེས་དང་།

དེ་བཞིན་དུ་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ལས།

མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤངས་ནས། །

བླ་མ་མཆོད་ལ་ཡང་དག་བརྩོན། །

དེ་མཉེས་པས་ནི་ཀུན་མཁྱེན་པའི། །

ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནི་འཐོབ་པར་འགྱུར། ཅེས་རང་གི་བླ་མ་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཉེས་པར་བྱས་པ་ལས་ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་འཐོབ་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་།

པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་།

དུས་གསུམ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས། །

གང་གི་བ་སྤུའི་བུ་ག་གཅིག་ཙམ་ཡང་། །

བདག་ཅག་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་ལེགས་བསྔགས་པའི། །

སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཞེས་གསུངས་པ་

his horse, dogs, etc. If we respect these beings by remembering the guru's kindness, it is said we will accumulate an especially large amount of merit.

While it is true that there is limitless merit to be made from making offerings and prostrations to the Buddhas of the ten directions, offering just a cup of water, a piece of fruit or some rice, vegetables, etc., or whatever one can afford, to the teacher who teaches us texts, for example, with prostrations and awareness of his kindness, will amass great waves of merit and bring us very close to enlightenment.

It pleases the buddhas.

If we devote ourselves properly to a spiritual friend, such as a teacher or guru, and perform offerings and prostrations, it delights the buddhas. A guru is a personification of enlightened activity emanated by all the buddhas, and whose purpose is to tame our minds. Therefore, if we devote ourselves to him properly, all the buddhas will be pleased. They will rejoice and reflect that such a person can be led to liberation and omniscience. For example, if parents see their child working hard in his or her education in accord with their wishes, they will naturally be happy.

In the *Gandavhyuha Sutra* it says:

ལྷུར་ཡིན་ལ། བླ་མའི་བ་སྤྱུའི་ཁང་བུ་ནི་བླ་མའི་སྐུ་མཆེད་དང་། ཉེ་གནས། བཙོན་པ། གཟིམ་ཁྲི་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་བླ་མའི་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་གུས་རྩི་བྱས་ན་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསོག་པ་ཡང་གསུངས་སོ། །

སྤྱིར་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་ཕུལ་ན་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་མོད། རང་གི་དཔེ་ཆའི་དགེ་རྒན་ལྷ་བུ་ལ་མ་མཐའ་ཚུ་བཞེས་དཀར་གང་ཙམ་དང་ཤིང་ཏོག་ཆུང་དུ་རེའམ་བཞེས་འབྲས་དང་སྣོད་ཆོད་སོགས་རང་གི་འབྱོར་ནུས་ལ་དཔག་པ་རེ་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་བཞིན་ཕྱག་དང་བཅས་ཕུལ་ན་བསོད་ནམས་རླབས་ཆེན་ལ་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། རྒྱལ་བ་རྣམས་དགྱེས་པར་འགྱུར་པ་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མའམ་དགེ་རྒན་ལྷ་བུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ནས་ཕྱག་མཆོད་ཕུལ་ན་རྒྱལ་བ་ཀུན་དགྱེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་སྟེ། བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྤྲུལ་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རང་གཟུགས་ཡིན་པས་དེ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀུང་ཐུགས་དགྱེས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མའམ་དགེ་རྒན་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ནི་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སར་འཁྲིད་ནུས་པ་འདུག་གོ་སྙམ་དུ་ཐུགས་རང་ཞུགས་

> The buddhas are pleased with bodhisattvas who follow the teachings of the guru.

The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> Devoting yourself properly to a spiritual friend
> will quickly bring release from existence.
> Like a mother seeing her child being helped,
> the buddhas rejoice from the depths of their hearts.

If we do not devote ourselves correctly to spiritual teachers, it is taught that even if we invite the buddhas and bodhisattvas and make hundreds of thousands of offerings to them, we only accrue the benefits of making offerings but not the benefits of the offerings being joyfully accepted. Therefore, we should be careful on this point. On the other hand, if we devote ourselves properly to our guru and make offerings to him, there is no need to invite all the buddhas for they will happily come to dwell within the guru and fully accept the offerings. The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> It is taught that when a disciple
> relies properly upon a guru,
> though the buddhas are not invited

ཀྱིས་དགྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བུས་རང་གི་ཕ་མའི་ཐུགས་འདོད་ལྟར་ཡོན་ཏན་ལ་བརྩོན་པ་མཐོང་ན་ཕ་མ་སོགས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་དགའ་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྡོང་པོ་བཀོད་པ་ལས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་པ་ལ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཐུགས་དགྱེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་།

ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས་ཀྱང་།

བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་བྱས་ཚེ། །
འདི་ནི་མྱུར་དུ་སྲིད་ལས་གྲོལ་འགྱུར་ཞེས། །
བུ་ལ་ཕན་པ་སྒྲུབ་པ་མས་མཐོང་བཞིན། །
རྒྱལ་བ་མ་ལུས་ཐུགས་ཡིད་གཏིང་ནས་དགྱེས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

གཞན་ཡང་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་ན་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་རྣམས་སྤྱན་དྲངས་ནས་བརྒྱ་མཆོད་སྟོང་མཆོད་ཕུལ་ནའང་ཕུལ་བའི་ཕན་ཡོན་ཙམ་ལས་དགྱེས་བཞིན་བཞེས་པའི་ཕན་ཡོན་མི་འབྱུང་བ་གསུངས་པས་གནད་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱའོ། །

རང་གི་བླ་མ་དེ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་དེ་ལ་མཆོད་པ་ཕུལ་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྤྱན་འདྲེན་མི་དགོས་པར་ཡང་བྱོན་ཏེ་བླ་མའི་སྐུ་ལ་དགྱེས་བཞིན་བཞུགས་ནས་མཆོད་པ་རྣམས་ལེགས་པར་

> they dwell happily within the guru,
> to bless the mind of the disciple.

Therefore, if we make offerings to our guru, we receive the benefits of offering and acceptance, whereas making offerings to buddhas and bodhisattvas gathers the benefits of offering but not of actual acceptance. I have heard this from many realized and wise masters who have gained the conviction from their own experience of guru devotion. In the notes taken from Pabonka Dechen Nyingpo's experiential teaching on guru devotion, it says:

> There is no difference between the lama on the throne and the teacher on the hide seat in your room. As lamas and teachers of Dharma they are the same. That lama is an emanation of all buddhas of all directions, manifested in order to guide us. Therefore, the benefit of offering him just a cup of tea is equal to the benefit of making a grand tea offering to all the buddhas. If our devotion to the guru is proper, the buddhas will naturally be pleased. If not, no matter how many prostrations and offerings we make, we will not gain any true insights. Therefore, down to the teacher who

བཞེས་པ་ཡང་གསུངས་ཏེ། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས།

སློབ་མས་བླ་མ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པའི་ཚེ། །

རྒྱལ་རྣམས་སྤྲུལ་མ་དྲངས་ཀྱང་བླ་མའི་སྐུར། །

དགྱེས་བཞིན་བཞུགས་ནས་མཆོད་ཚོགས་ཀུན་བཞེས་ཤིང་། །

དེ་ཡི་རྒྱུད་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་བརླབ་པར་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

རང་གི་བླ་མ་ལ་ཕུལ་ན་ཕུལ་བཞེས་གཉིས་ཀའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་ཅིང་

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་གཞན་ལ་ཕུལ་ན་ཕུལ་བའི་ཕན་ཡོན་ཙམ་

ལས་དངོས་སུ་བཞེས་པའི་ཕན་ཡོན་མི་ཐོབ་པར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་

ཚུལ་ལ་ཉམས་མྱོང་ཚད་མའི་ངེས་ཤེས་རྙེད་པའི་མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་

ཞལ་ནས་ཐོས་སོ། །

དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྐྱབས་རྗེ་བདེ་ཆེན་སྙིང་པོས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་

མྱོང་ཁྲིད་སྟུལ་སྐབས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་ལས་ཀྱང་། དེ་ཡང་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་

གི་བླ་མ་དང་། རང་ཤག་ཀོམ་གདན་སྟེང་གི་དགེ་རྒན་གཉིས་ལ་ཁྱད་

པར་མེད་དེ། བླ་མ་ཡིན་པ་དང་ཆོས་གསུངས་པ་གཉིས་ཀ་འདྲ། བླ་མ་

དེ་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་འདྲེན་པའི་ཕྱིར་

སྤྲུལ་བར་མཛད་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཇ་བཞེས་སྤྱད་གང་ཙམ་ཕུལ་ནའང་

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མང་ཇ་ཕུལ་བ་ལྟ་བུའི་ཕན་ཡོན་ཐོབ་པ་རེད།

དེས་ན་རང་གི་བླ་མ་དེ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱུང་ན་རྒྱལ་བ་རྣམས་

> taught us the alphabet, it is very important to have proper guru devotion.

This is very true and we should put it at the heart of our practice.

We will not be harmed by maras and nonvirtuous friends.
If we make prostrations and offerings with great faith, mindful of our guru's wisdom, purity and compassion and of his kindness in devotedly caring for us over a long time in various ways with Dharma teachings and material support, we will accumulate huge amounts of merit. By the power of this merit, inner and outer *maras* and other obstructions will not be able to harm us. A sutra says:

> Gods and mara
> cannot obstruct
> those with merit.

The *Gandavhyuha Sutra says:*

> Mental afflictions and karma will find it difficult to overcome the bodhisattva under the care of a spiritual friend.

ཀྱང་ཐུགས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་དགྱེས་པ་ཡིན། དེ་ཚུལ་བཞིན་མ་བྱུང་ན་ཟུར་དུ་ཕྱག་མཆོད་ཇི་ཙམ་ཕུལ་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་ཉམས་རྟོགས་བཟང་པོ་གང་ཡང་མི་སྐྱེ་པས་རང་ལ་ཀ་ཁ་སློབ་པའི་དགེ་རྒན་ཚུན་ཆད་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་མོད་པ་ཡིན་པས་གནད་འདི་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་པར་འཚལ་ལོ། །

གསུམ་པ་བདུད་དང་སྡིག་གྲོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། རང་གི་བླ་མ་དེའི་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཁོང་གིས་ང་རང་ཚོ་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་སོགས་ཐབས་ཚུལ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་ཡུན་རིང་བསྐྱངས་པའི་དད་པ་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་ཕུལ་ན་བསོད་ནམས་རླབས་པོ་ཆེ་བསགས་པ་ཡིན་ཞིང་། བསོད་ནམས་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱི་ནང་གི་བདུད་དང་དེའི་རིགས་གང་གིས་ཀྱང་གནོད་པ་དང་བར་ཆད་བྱེད་མི་ནུས་པ་ཡིན་དེ།

མདོ་ལས།

བསོད་ནམས་ལྡན་པའི་མི་དག་ལ། །

ལྷའམ་བདུད་ཀྱི་རིགས་དག་གིས། །

བར་ཆད་བྱ་བར་མི་ནུས་སོ། །ཞེས་དང་། སྡོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་བྱང་ཆུབ་

The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> Then the blessings of every buddha
> enter the pores of the mind of faith
> and no harm will come from mara or affliction

These quotes indicate that the practice of guru devotion is even more powerful than a protection wheel. Therefore, discerning students who desire liberation should work hard on this.

All mental afflictions and unwholesome actions will automatically cease. The kind guru or teacher shows us without error the eradication and cultivation practices of eliminating nonvirtuous activities and developing virtuous activities, the root cause of all temporary and permanent happiness. By doing so he is leading us from one happy state to another and if we can devote ourselves to him by determined practice, then we and other mother sentient beings, who like ourselves are in this wretched and vulnerable state, can start to undermine the coarse or manifest root and secondary afflictions such as the poisons of desire, aversion, and ignorance, our main enemies that have given us so much unwanted trouble since beginningless time, and reduce the three, six, or eight kinds of suffering that they produce. By doing so we automatically move

སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་ཐུབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས་ཀྱང་།

དེ་ཚེ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་བྱིན་བརླབས་ཏེ། །
དད་པའི་སེམས་ཀྱི་བུ་གར་ཞུགས་པའི་མཐུས། །
བདུད་དང་ཉོན་མོངས་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་ཤིང་། ཞེས་སོགས་

གསུངས་པ་ལྟར་གྱིས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་ཉམས་ལེན་འདི་ནི་སྒྲུང་བའི་འཁོར་ལོ་གཞན་ལས་ཀྱང་ཕན་ནུས་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ཐར་འདོད་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་དག་གིས་ཚུལ་འདི་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། དེ་ཡང་རང་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་སྡིག་སྤོང་དགེ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སོགས་བླང་དོར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་རང་ཉིད་བདེ་བ་ནས་བདེ་བའི་ས་ལ་འཁྲིད་པར་མཛད་པའི་དགེ་རྒན་ནམ་བླ་མ་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་ན། རང་ཉིད་ལྟ་བུའི་ཏ་ཅང་ཉམ་ཐག་ཅིང་མགོན་སྐྱབས་དང་བྲལ་བའི་མ་རྒན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དུས་ད་ལྟའི་བར་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔ་དཀྲུ་སྐྱེར་བའི་དགྲའི་གཙོ་བོ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་གཏི་མུག་གསུམ་སོགས་རྩ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། དེ་དག་གི་དབང་

closer to freedom and enlightenment. Therefore, by devoting ourselves to a guru, mental afflictions and wrong conduct will natural cease.

For example, if the children of good and decent parents follow the parental advice on how to conduct themselves, the good things of life will fall into place, others will find them a delight and they will become objects of praise. Their studies will bear the fruits they desire and they will be able to spend their lives in happiness and well-being. The destructive elements of life such as hostility toward others, malicious thoughts, killing, stealing, delighting in alcohol and other intoxicating substances, jealousy toward superiors, competitiveness toward equals, and belittling or bullying those considered inferior and so forth, will all naturally cease.

All insights and experiences of the paths and levels will increase automatically. If we properly devote ourselves in thought and action to a spiritual teacher with whom we have Dharma connection, then even if our meditation sessions stop and we have no opportunity to meditate for months and years, our karmic obstructions will still diminish and we will soon gain higher qualities such as clairvoyance. Moreover, like great masters of the past we will gain a deep and unmistaken understanding of the thinking behind the sutra and tantra teachings.

གིས་བྱུང་བའི་སྡུག་བསྔལ་གསུམ་དང་། དྲུག་དང་། བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་མངོན་གྱུར་པའམ་རགས་པ་ནས་ཇེ་ཆུང་དང་ཇེ་ཉུང་དུ་གཏོང་བའི་སྒོ་ནས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཉེ་བར་འགྱུར་པ་ཡིན་པས་བླ་མ་བསྟེན་ན་ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྤྱོད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར་བའོ། །

དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཕ་མ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་ཕྲུ་གུ་ཚོས་ཀྱང་ཕ་མས་རང་གི་མི་ཚེའི་འགྲོ་སྟངས་བསླབ་བྱ་གང་གནང་བ་ལྟར་བསྒྲུབས་ན་མཐུན་ཕྱོགས་ནས་མི་གཞན་རྣམས་རང་ལ་སེམས་དགའ་ཞིང་ཚང་མའི་བསྔགས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་དང་། མ་ཟད་སློབ་སྦྱོང་གི་གྲུབ་འབྲས་སོགས་བསམ་དོན་བཞིན་འགྲུབ་ནས་མི་ཚེ་ཧྲིལ་པོར་བདེ་བ་དང་སྐྱིད་པའི་ངང་ནས་སྐྱེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དགག་ཕྱོགས་ནས་གཞན་ལ་གནོད་སེམས་འཆང་བ་དང་། དེ་དག་གསོད་པ། རྐུན་མ་རྐུ་བ། ཨ་རག་སོགས་སྨྱོ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ལ་དགའ་བ། མཐོ་བ་ལ་ཕྲག་དོག །མཉམ་པ་ལ་མགྲན་སེམས། དམན་པ་ལ་ཐུབ་ཚོད་དང་བརྙས་བཅོས་སོགས་སྤྱོད་ངན་རྣམས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ།

ལྔ་པ་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཐམས་ཅད་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕན་ཡོན་ནི། རང་དང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དགེ་རྒན་དེ་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ན་ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་བཅད་

Accounts of guru devotion such as Milarepa to his teacher Marpa, Conqueror Dromtonpa to the peerless Atisha, Sakya Pandit to Venerable Drakpa Gyaltsen, Jayulwa Shonnu to Lama Chen Ngawa, and Purchok Ngawang Jampa to Venerable Drupkangpa, and how their devotion led these disciples to develop great insights and experiences on the path, can be clearly understood from the *Stages of the Path* and other texts. The *Kshitigarbha Sutra* says:

> The merit gained from making offerings to the guru for just one morning with faith and respect outshines the virtue of the practice of giving, guarding one's precepts and of making offerings to infinite buddhas.

We will not lack a spiritual teacher in all future lives.
In the *Blue Book of Instructions* the great Kadampa master Geshe Potowa said:

> The reality is that one will not be deprived of a guru in the future because karma does not waste away.

If we devote ourselves properly in thought and action, even to a teacher who has the appearance of being stupid and of few good qualities, our karma and prayers will bring about a

ནས་ལོ་དང་ཟླ་བ་སོགས་ཡུན་རིང་སློམ་ལོང་མ་བྱུང་ཡང་ལས་སྒྲིབ་ཇེ་སྲབ་ཀྱིས་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་གོང་མ་རྣམས་མྱུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། མདོ་རྒྱུད་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལའང་གོ་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྙེད་སླ་བ་སོགས་སྔོན་བྱོན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ཡང་རྗེ་མིད་ལས་བླ་མ་མར་པ་ཇི་ལྟར་བསྟེན་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་བ་འབྲོམ་སྟོན་པས་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་རྗེ་བསྟེན་ཚུལ། ས་པཎ་གྱིས་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན། བྱ་ཡུལ་བ་གཞོན་ནུ་འོད་ཀྱིས་བླ་མ་སྤྱན་སྔ་བ། ཕུར་ལྕོག་ངག་དབང་བྱམས་པས་རྗེ་སྒྲུབ་ཁང་པ་ཇི་ལྟར་བསྟེན་པ་དང་དེ་དག་གི་མཐུས་སློབ་མ་དེ་རྣམས་ལ་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འཁྲུངས་ཚུལ་ལམ་རིམ་སོགས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་ཆཤེས་གཉེན་ལ་དད་གུས་དང་བཅས་སྤྱི་བོ་གཅིག་ཙམ་མཆོད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། རང་གི་བསླབ་པ་བསྲུང་བ། སངས་རྒྱས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་མཆོད་པའི་དགེ་བ་རྣམས་ཟིལ་གྱིས་ནོན་པ་ས་ཡི་སྙིང་པོའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དྲུག་པ་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་ཆཤེས་གཉེན་གྱིས་མི་ཕོངས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བའི་ཆཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ

Result Similar to Cause and in all our lifetimes we will meet a spiritual teacher, such as Maitreya or Manjushri, who will care for us and bring us into contact with the complete scriptural and insight teachings of the Buddha. The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> The result that accords with the cause
> of pleasing the guru in this life
> is that one meets with the spiritual master in all lives
> and hears the Dharma, complete and unmistaken.

Therefore, if it is our wish not to be separated from spiritual teachers in all future lives, it is very important to devote ourselves unerringly and with faith, respect and a pure view to the teacher or guru who is here with us now.

We will not fall to the lower realms.

If we devote ourselves with great faith and respect to our teacher and in accord with his words consistently pursue practices that are antidotes to obstructions and nonvirtues such as the ten nonvirtuous actions which are causes that ripen into the long and unbearable suffering in the three lower realms, then those karmas will decrease in power and in length, reducing the suffering to a single day's headache

པོ་ཏྟ་བའི་བེའུ་བུམ་སྔོན་པོ་ལས།

མ་འོངས་བླ་མས་མི་ཡོངས་ཆོས་ཉིད། །

ལས་རྣམས་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྔོན་གྱི་

ལས་སྨོན་སོགས་ཀྱིས་དགེ་ཆན་ཡོན་ཏན་ཆུང་ཞིང་ཐུགས་གཏམ་པའི་

ཚུལ་ཅན་ལའང་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ན་དེའི་བྱེད་

པ་རྒྱུ་མཐུན་གྱིས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་དང་།

འཇམ་དབྱངས་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཇལ་ཞིང་མཉེས་བཞིན་

རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡོངས་

རྫོགས་དང་མཇལ་བར་འགྱུར་ཏེ།

བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས།

ཚེ་འདིར་བླ་མ་ཚུལ་བཞིན་མཉེས་བྱས་པའི། །

རྒྱུ་མཐུན་འབྲས་བུས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོག་དང་མཇལ་འགྱུར་ཞིང་། །

ཚང་ལ་མ་ནོར་དམ་ཆོས་ཐོས་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་

ན་སྐྱེ་བ་ནས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་འཕྲད་

ཅིང་མི་འབྲལ་བ་ཞིག་འདོད་ན་ད་རེས་ཀྱི་རང་དང་ཁ་མཉམ་ལག་

མཉམ་དུ་བཞུགས་པའི་དགེ་ཆན་དང་བླ་མ་རྣམས་ལ་དག་སྣང་དང་

།དད་གུས་ཆེན་པོ་དང་བཅས་བསྟེན་ཚུལ་མ་ནོར་བར་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་

for example. If we vow not to engage in nonvirtuous activity, place strong faith in the law of cause and effect and the Three Jewels, make prostrations and offerings, all in accordance with the guru's words, there is simply no place for us in the lower realms and no possibility of being born there. The *Kshitigarbha Sutra* says:

> Held in this way, the karma to cause endless wandering in the lower realms for millions of eons is nullified in this life by epidemics, famine, harm to body and mind or even by verbal abuse and bad dreams.

Similarly, Lama Tsongkhapa said:

> By offering and serving the guru, actions that would have brought about the experiences of the lower realms are ended by experiences in this life as discomfort to our body and mind or in dreams.

All temporary and ultimate goals will be accomplished effortlessly.
The goals we are working for are the temporary goals of a higher state of rebirth in the form of a human or god and our ultimate objective of liberation and omniscience. The main cause or method to accomplish these goals is as Nagarjuna

གལ་ཆེའོ། །

བདུན་པ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བའི་ཕན་ཡོན་ནི།

དེ་ཡང་རང་གིས་བླ་མ་ལ་དད་གུས་ཆེན་པོའི་བསྟེན་ཅིང་། ཁོང་གིས་ཀྱང་རང་ལ་ངན་སོང་གསུམ་དུ་རྣམ་སྨིན་སྨྱོང་འགྱུར་གྱི་རྒྱུ། མི་དགེ་བ་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་སྡིག་སྒྲིབ་རྣམས་དག་ཐབས་སུ་དེ་དག་གི་གཉེན་པོའི་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་ཉིན་མཚན་དུ་ཉམས་སུ་བླངས་ན་ངན་སོང་གསུམ་དུ་རྣམ་སྨིན་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཡུན་རིང་སྨྱོང་འགྱུར་གྱི་ལས་རྣམས་ཀྱང་ནུས་པ་ཆུང་ཞིང་དུས་ཐུང་དུར། དཔེར་ན་ཚེ་འདིར་ཉིན་གཅིག་མགོ་ནད་ན་བ་ཙམ་གྱིས་བྱང་བ་སྟེ་དག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱི་ཆད་ཀྱང་མི་དགེ་བའི་ལས་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་པའི་སྡོམ་སེམས་བརྟན་པོ་དང་བཅས་ལས་འབྲས་དང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ། ཕྱག་འཚལ་བ། མཆོད་པ་ཕུལ་བ་ལ་སོགས་པ་བླ་མའི་བཀའ་བཞིན་བསྒྲུབས་ན་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་གནས་མེད་པས་དེར་ནམ་ཡང་ལྟུང་མི་སྲིད་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་ས་སྙིང་གི་མདོ་ལས། དེས་ཟིན་པ་ནི་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ངན་འགྲོར་འཁྱམས་པར་འགྱུར་བའི་ལས་རྣམས་ཚེ་འདིར་རིམས་ལ་སོགས་པའམ་མུ་གེ་ལ་སོགས་པ་ལུས་དང་སེམས་ལ་གནོད་པ་བྱུང་བས་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ་ཐ་ན་བརྒྱད་བཀག་གམ་སྐྱི་ལམ་ཙམ་

says in his *Precious Garland of the Middle Way*:

> A higher rebirth is happiness,
> definite goodness is liberation;
> their causes, in brief,
> are faith and wisdom.

"Faith" here refers to faith the Three Jewels and in the infallibility of virtuous and nonvirtuous activity as causes to produce the results of happiness and suffering. Endowed with such a faith we will properly enter practices of eradication and cultivation such as guarding the morality that abandons the ten nonvirtuous actions, which will result in the achievement of the higher rebirth happiness of a human or god.

"Wisdom" refers to the analysis that knows the nonexistence of the object grasped by the ignorance that lies at the root of cyclic existence, as asserted by all the proponents of Buddhist tenets. With meditational development of this wisdom we will attain the peace or freedom known as nirvana, the elimination of the suffering of one's own cyclic existence. By joining that wisdom with great compassion and the precious mind of enlightenment with its practices of giving and the other perfections and by continuous development of these two accumulations, we will achieve the resultant form

ཁྲིས་ཀྱང་བྱང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་འཛམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། ཤེས་གཉེན་བསྟེན་བཀུར་པས་ནི། ངན་འགྲོར་སྨྱོང་བའི་ལས་རྣམས་ཚེ་འདིར་ལུས་སེམས་ལ་གནོད་པ་ཕྲ་མོ་ཙམ་མམ་རྨི་ལམ་དུ་སྨྱོང་བས་ཀྱང་ལས་དེ་དྭངས་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་དང་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བརྒྱུད་པ་འཕྲུལ་ཕྱུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ང་རང་ཚོས་དོན་དུ་གཉེར་བྱའམ་ཐོབ་བྱ་དེ་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོབ་བྱ་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་དང་། མཐར་ཐུག་གི་ཐོབ་བྱ་ཐར་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བཅས་ཡིན་ལ། དེ་དག་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའམ་ཐོབ་བྱེད་གཙོ་བོ་ནི། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཕྲེང་བ་ལས། དེ་ལ་མངོན་མཐོ་བདེ་བ་སྟེ། །ངེས་པར་ལེགས་པ་ཐར་པར་འདོད། །

དེ་ཡི་སྒྲུབ་པ་མདོར་བསྡུ་ན། །

མདོར་ན་དད་དང་ཤེས་རབ་བོ། །གསུངས་པ་བཞིན་དད་པ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཡིན་ཞིང་དེ་འདྲའི་དད་པ་ནི། གཙོ་བོ་རྒྱུ་དགེ་སྡིག་ལས་འབྲས་བུ་བདེ་སྡུག་འབྱུང་བར་མི་བསླུ་བའི་ལས་འབྲས་དང་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་དབང་གིས་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྲུང་བ་སོགས་སྤངས་བླངས་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པ་ལས་མངོན་

and wisdom body of a buddha. Faith and wisdom, which form the main causes for the accomplishment of both temporary and ultimate goals, arise from properly devoting oneself to a guru. With no guru or improper devotion there can be no such attainments.

Therefore, the guru is the root cause or foundation of all good qualities in this and future lives. As Lama Tsongkhapa said:

> The foundation of all good qualities is the kind guru,
> proper devotion is the root cause of the path.
> Seeing this, bless me to devote myself
> with great effort and great respect.

Also in his *Songs of Experience*

> The auspicious and supremely conducive cause
> of all that is good in this and future lives
> is proper and determined devotion in thought and
> action
> to the sacred guru who shows you the path.
> Seeing that, please him with the offering
> of practice in accord with his words,
> which you would not forsake though it cost your life.

མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་དང་དེའི་བདེ་སྐྱིད་སོགས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། ཤེས་རབ་ནི་རང་རེའི་གྲུབ་མཐའ་སྨྲ་བ་ཀུན་གྱིས་འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་མ་རིག་པའི་ཞེན་ཡུལ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་དཔྱོད་དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཅེས་བཞེད་ལ། དེ་ཉིད་སྒོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་མ་བྲལ་བར་སྒོམས་པ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་ཆོས་ཐར་པའམ་ཞི་བ་སྟེ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་པ་དེ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་བརྩེ་བ་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱིན་སོགས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་གྲོགས་དང་བཅས་རྒྱུ་ཚོགས་གཉིས་ཡང་ཡང་སྒོམས་པ་ལས་འབྲས་བུ་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་གཉིས་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་དད་པ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀྱང་བླ་མ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལས་འབྱུང་གི་གཞན་བླ་མ་མེད་པ་དང་ཡོད་ཀྱང་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་ན་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་དོ། །

དེར་བརྟེན་བླ་མ་ནི་འདི་ཕྱིའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིའམ་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ།
འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་དྲིན་ཅན་རྗེ། །
ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་རུ། །

> I, the yogi, have practiced like this,
> you who seek liberation should do likewise.

Also:

> The root cause of all worldly and nonworldly good qualities is the kind guru.

We should think about the meaning of these and many other similar quotes and meditate accordingly.

We all know that there are many who for the whole of their lives renounce food, clothes, and reputation, who study, contemplate, and meditate on the great texts, undertake meditation retreats and by doing so attain great fame, with the appearance of being a great master, but are not able to benefit themselves and others that much, and sometimes are not able even to live a long life. For most of them this is undoubtedly due to a lack of guru devotion. Therefore, if we want our efforts in listening, contemplating, and meditating to be beneficial to others and to the Dharma, and if we want to quickly accomplish our temporary and ultimate goals by deepening our insights and experiences, we should pay great attention to the practice of guru devotion.

ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས། །
གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྟེན་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས། །ཞེས་དང་།
ཡང་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་མགུར་ལས་ཀྱང་།
དེ་ནས་འདི་ཕྱི་ལེགས་ཚོགས་ཇི་སྙེད་པའི། །
རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འགྲིག་པའི་རྩ་བ་ནི། །
ལམ་སྟོན་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་འབད་པ་ཡིས། །
བསམ་དང་སྦྱོར་བས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་རུ། །
མཐོང་ནས་སྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར། །
བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱེད། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བྱས། །
ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚལ་ལོ། །ཞེས་དང་།
འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་དགེ་ལེགས་ཀྱི། །
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་དྲིན་ཅན་རྗེ། །ཞེས་སོགས་མཐའ་ཡས་པ་
གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་དཔྱད་ནས་སྒོམ་དགོས་སོ། །

དེས་ན་མི་ཚེ་ཧྲིལ་པོར་ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ལ་གྲོང་བཏང་ནས་གཞུང་ཆེན་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་དང་མཚམས་བསྙེན་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱིས་ཕྱི་ལྟར་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་གྲགས་སྙན་ཆེ་ཡང་རང་གཞན་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་ཕན་ལྷབས་ཆེ་བ་གནང་མི་ཐུབ་པ་དང་རེ་འགའ་སྐུ་ཚེ་ཡང་རིང་པོ་བཞུགས་

The Disadvantages of Not Relying or Relying Incorrectly

There are eight disadvantages of not devoting oneself to a spiritual teacher. These can be understood by thinking about the opposites of the eight benefits as explained above. For example, if we do not rely on a guru, not only will we not become closer to enlightenment, but will move farther away.

There are eight disadvantages of relying incorrectly. They are:

1. If one is contemptuous of the guru, one is contemptuous of the all the buddhas.
2. If one has anger or ill will toward the guru, one will destroy roots of virtue and will be born in the hell realms for an equal number of eons as there were moments of anger.
3. Even if we rely on tantra we will not gain any attainments.
4. Even though one practices tantra with great effort, it will be like practicing for birth in hell and the other lower realms.
5. Unborn qualities will remain unborn while those developed will weaken.
6. In this life one will be inflicted by sickness and so forth.

མི་ཐུབ་པ་དུ་མ་ཞིག་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཕལ་ཆེ་བ་ཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་བཞིན་མ་བྱུང་བའི་ཡིན་པར་གདོན་མི་གཟའ་བས་རང་གི་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ལེན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་འགྲོར་ཕན་རླབས་ཆེ་བ་དང་ཉམས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་མྱུར་དུ་འགྲུབ་པ་ཞིག་འདོད་ན་དགེ་བའི་ཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་གཟབ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། དང་པོ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་བརྒྱད་ནི། གོང་གི་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་ལས་ཟློག་ནས་བསམ་ན་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དགེ་ཚན་ནམ་བླ་མ་ལ་མ་བསྟེན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་མི་ཉེ་བ་མ་ཟད་རིང་བར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

གཉིས་པ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་བརྒྱད་ནི།

༡། བླ་མ་ལ་བརྙས་སྨོད་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བརྙས་སྨོད་དུ་འགྱུར་བ།

༢། བླ་མ་ལ་ཁྲོ་སེམས་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་དགེ་རྩ་བཅོམ་ནས་བསྐལ་པར་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བ།

༣། སྔགས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་མཆོག་མི་འགྲུབ་པ།

༤། རྒྱུད་དོན་བརྩོན་པས་སྒྲུབ་ཀྱང་དམྱལ་བ་སོགས་སྒྲུབ་པ་དང་འདྲ་བ།

7. In future lives one will wander endlessly in the lower realms.
8. In all future lives one will be deprived of a spiritual teacher.

If one is contemptuous of the guru, one is contemptuous of the all the buddhas. For the benefit of disciples buddhas reveal themselves in pure and impure forms. They do not do so freely from their own side, showing themselves in whatever forms they wish but due to the varying karma-determined views or obstructions of disciples they appear in the form of gurus and teachers. For example, in water one can see reflections of the sun and moon in varying degrees of clarity. These differences are not due to the sun and moon themselves but to the clarity of the water. Therefore, the teachers and gurus with whom we have a teacher and student relationship are simply the forms of all buddhas in aspects of ordinary appearance. To have no faith in them or to have contempt for them is to hold every buddha in contempt, and in many scriptures this is said to be a very heavy accumulation of nonvirtuous activity. Therefore, do not think that we are always unmistaken with regard to the way objects appear to us. The *Fifty Verses of Guru Devotion* says:

༥། ཡོན་ཏན་སྡུར་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་ཟིན་ཉམས་པ།

༦། ཚེ་འདིར་ནད་སོགས་མི་འདོད་པས་གཙེས་པ།

༧། ཕྱི་མར་ངན་སོང་མུ་མཐའ་མེད་པར་འཁྱམས་པ།

༨། ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་པའོ། །

དང་པོ་བླ་མ་ལ་བསྙེས་སྐྱོད་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བསྙེས་སྐྱོད་དུ་འགྱུར་པའི་ནི། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་དག་མ་དག་གང་གི་རྟེན་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ནི། སངས་རྒྱས་རང་ངོས་ནས་རྣམ་འགྱུར་གང་འདོད་བསྟན་པའི་ནུས་པ་ཡོད་པའི་རང་དབང་གིས་མིན་ཅིང་། ང་རང་ཚོ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་ལས་སྣང་ངམ་ལས་སྒྲིབ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་བླ་མ་སྟེ་དགེ་ཟན་སོགས་དེ་དང་དེའི་རྣམ་པར་ཤར་འོང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་ཆུའི་ནང་དུ་ཉི་ཟླའི་གཟུགས་གསལ་མི་གསལ་དུ་མ་ཞིག་ཤར་ཡང་དེ་དག་ཉི་ཟླའི་དབང་གིས་མིན་པར། ཉི་ཟླའི་གཟུགས་ཤར་ཡུལ་གྱི་ཆུ་དྭངས་མིན་ལས་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་རང་ལ་དཔེ་ཁྲིད་སོགས་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་བླ་མ་སྟེ་དགེ་ཟན་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རང་གཟུགས་རང་གིས་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་སྣང་བ་ཙམ་ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་མ་དད་པ་དང་བསྙེས་སྐྱོད་

> Having become his disciple,
> if one with intent condemns such a guru,
> that person condemns every buddha,
> and will find nothing but suffering.

The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> Spiritual teachers are the enlightened activity of every buddha,
> in appearance our guru himself.
> It is taught, therefore, that disrespect to him
> is disrespect to every buddha.
> What ripening could be heavier than that?

Therefore, it is very important not to be afflicted by such a karmic obstruction that can ripen into a long, heavy and unbearable experience of suffering. However, if one becomes tainted by such an obstruction, one should put huge efforts into purifying oneself of it with great remorse and resolve.

If one has anger or ill will toward the guru, one will destroy roots of virtue and will be born in the hell realms for an equal number of eons as there were moments of anger.

If a bodhisattva becomes angry with another bodhisattva of

ཤོར་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྙས་སྨོད་དུ་འགྱུར་བས་སྡིག་པ་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གཞུང་དུ་མ་ནས་གསུངས་པས་ཡུལ་གང་སྣང་ལ་རང་
ཉིད་འཁྲུལ་པ་མེད་པ་ཡིན་བསམ་པར་མི་བྱའོ། །
དེ་ལྟར་ཡང་བླ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས།
དེ་འདྲའི་མགོན་ལ་བསམ་བྱས་ནས། །
སློབ་མར་གྱུར་ནས་བརྙས་ན་ནི། །
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྙས་པས་ན། །
དེས་ནི་རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་འཐོབ། །ཅེས་དང་།
བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས་ཀྱང་།
དགེ་བའི་བཤེས་རྣམས་རྒྱལ་ཀུན་འཕྲིན་ལས་དེ། །
རང་གི་བླ་མ་ཤར་བ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །
དེ་ལ་མ་གུས་རྒྱལ་ཀུན་མ་གུས་པར། །
གསུངས་ཕྱིར་དེ་ལས་རྣམ་སྨིན་ལྕི་བ་གང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ཡིན་པས་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་རྣམ་སྨིན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་ཆེས་ལྕི་བར་
ཡུན་རིང་དུ་མྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལས་སྒྲིབ་འདི་ལྟ་བུས་མ་གོས་པར་བྱེད་པ་ཤིན་
ཏུ་གལ་ཆེ་བ་དང་། གལ་སྲིད་གོས་ན་དེ་མ་ཐག་འགྱོད་སྡོམ་དྲག་པོས་
དག་ཐབས་ལ་འབད་པ་ཆེན་པོས་བརྩོན་དགོས་སོ། །
གཉིས་པ་བླ་མ་ལ་ཁྲོ་སེམས་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་

a higher insight, they destroy merit collected over a thousand eons, and if a bodhisattva becomes angry with a bodhisattva of equal insight, they destroy merit collected over a hundred eons. This distinction, as taught in the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* is made on the basis of the object of anger. If that is so, there is no need to say that one will have to remain in the Hell without Respite for as many eons as moments of destructive anger one has toward a spiritual teacher or guru whose kindness exceeds that of the Enjoyment Form and Emanated Form of the Buddha. The *Kalachakra Root Tantra* says:

> For as many moments of anger toward the guru,
> virtue built up over eons is destroyed,
> and for as many eons one will experience
> the intense suffering of hell.

The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> For as many moments of anger generated toward the guru,
> as many eons of virtue will be destroyed,
> and for as many eons as moments,
> there will be birth in hell.
> This the *Kalachakra Root Tantra* has proclaimed.

མཉམ་པའི་དགེ་རྩ་བཅོམ་ནས་བསྐལ་པར་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། དེ་ཡང་བྱང་སེམས་རྟོགས་པ་དམན་པས་བྱང་སེམས་རྟོགས་པ་མཐོ་བ་ལ་ཁྲོས་ན་བསྐལ་པ་སྟོང་དང་བྱང་སེམས་རྟོགས་པ་མཉམ་པས་མཉམ་པ་ལ་ཁྲོས་ན་བསྐལ་པ་བརྒྱའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བཅོམ་པར་སྤྱོད་འཇུག་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ཡང་ཁྲོ་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་ཡིན་ན། རང་ལ་ལོངས་སྐུ་དང་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བའི་བླ་མའམ་དགེ་རྒན་ལ་ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་དགེ་རྩ་བཅོམ་ནས་སྐད་ཅིག་དེ་སྙེད་ཀྱི་བསྐལ་བར་དམྱལ་བ་མནར་མེད་དུ་གནས་དགོས་པ་སློས་ཅི་དགོས།

དེ་ལྟར་ཡང་དུས་འཁོར་རྩ་རྒྱུད་ལས།

བླ་མ་ལ་ཁྲོས་སྐད་ཅིག་གྲངས། །

བསྐལ་བར་བསགས་པའི་དགེ་བཅོམ་ནས། །

དེ་སྙེད་བསྐལ་བར་དམྱལ་སོགས་ཀྱི། །

སྡུག་བསྔལ་ཆེར་བ་དྲག་པོ་མྱོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས་ཀྱང་།

བླ་མར་ཁྲོ་སེམས་སྐད་ཅིག་གང་སྐྱེས་པ། །

དེ་སྙེད་བསྐལ་བར་བསགས་པའི་དགེ་བཅོམ་སྟེ། །

སྐད་ཅིག་དེ་ཡི་གྲངས་མཉམ་བསྐལ་པ་རུ། །

The danger of becoming angry with the guru is always present and this is a very heavy wrongdoing. The best method to prevent it happening is to train oneself to have a pure view of the guru. Therefore, we should be very careful about this.

Even if we rely on tantra we will not gain any accomplishment.

If someone relies upon a guru by way of a Dharma relationship and then later thinks, because of some perception or other, "From now on I am not devoting myself to this person," thereby destroying their faith and holding the guru in contempt, such a person may practice the meditations of the highest tantras for a long time and with great hardship but they will not find it easy to benefit themselves and others, nor will they achieve the ordinary and supreme siddhi.

The *Guhyasamaja Root Tantra* states:

> One may have committed great wrongdoing,
> yet in the ocean of the vajra vehicle,
> the supreme vehicle, they will succeed.
> Those who despise their master from their hearts,
> although they practice, do not succeed.

The mind that holds whatever appears to it as trustworthy or whatever thoughts arise as being correct, is a source of the

དམྱལ་བར་སྐྱེ་ཞེས་དུས་འཁོར་རྒྱུད་ལས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བླ་མ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བ་འདི་རང་རེ་ལ་འབྱུང་ཉེ་ཞིང་སྡིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་འགོག་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་བླ་མ་ལ་དག་སྣང་སྦྱོང་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱ་དགོས་སོ།།

གསུམ་པ་སྔགས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་མཆོག་མི་འགྲུབ་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། དེ་ཡང་གང་ཞིག་ཆོས་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་རང་གི་བླ་མར་བསྟེན་ནས་རྗེས་སུ་རང་གི་མཐོང་ཕྱོགས་གང་ཡང་རུང་བའི་དབང་གིས་ད་ནས་འདིར་མི་བསྟེན་སྙམ་པའི་དད་པ་ལོག་པ་དང་སྙིང་ནས་དེ་ལ་བརྙས་སྨོད་སོགས་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་དེས་ནི་ངལ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་དུ་མས་སྔགས་བླ་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོམ་སྒྲུབ་ཡུན་རིང་བྱས་ཀྱང་རང་གཞན་གང་ལའང་ཕན་པར་དཀའ་ཞིང་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་སོགས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡང་གསང་འདུས་རྩ་རྒྱུད་ལས།

སེམས་ཅན་མཚམས་མེད་ལ་སོགས་པའི། །
སྡིག་པ་ཆེན་པོ་བྱས་པ་ཡང་། །
རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །
ཐེག་པ་མཆོག་ནི་འདི་ལ་འགྲུབ། །
སྙིང་ནས་སློབ་དཔོན་སྨོད་པ་དག །

great nonvirtuous activity of losing faith and of criticizing the gurus and other holy objects. Knowing this we should be suspicious of these kinds of mind and regard them as we would an enemy. This is most important.

Even though one practices tantra with great effort, it will be like practicing for birth in hell and the other lower realms.

A person who truly dislikes his teacher or master and holds him in contempt may give up sleep, food, contact with others and spend a long time alone practicing with great determination for the accomplishment of the supreme siddhi but it will all be like practicing for the accomplishment of hell. The *Vajramandalamkara Tantra* says:

> He who despises a perfect master,
> may be the best practitioner of every tantra,
> giving up society and sleep,
> and practice well for a thousand eons,
> yet he is practicing for the hells.

Lama Tsongkhapa also said:

> Those who make no attempt to stop themselves criticizing or despising the guru and yet talk about

བསྒྲུབས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་རང་ལ་གང་སྣང་དང་རང་གིས་གང་བསམས་འབྲུལ་མེད་ཡིན་སྙམ་པའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བློ་ངན་མ་རུང་བ་འདི་ནི། བླ་མ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་མ་དད་བརྙས་སྨོད་སོགས་ཀྱི་སྡིག་པའི་རྩ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་བློ་ངན་འདི་ལ་དོགས་ཟོན་དང་དཔྱར་བལྟ་བ་ནི་གང་ལས་ཀྱང་གལ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། །

བཞི་པ་རྒྱུད་དོན་བརྗོན་པས་བསྒྲུབས་ཀྱང་དམྱལ་བ་སོགས་བསྒྲུབས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་སློབ་དཔོན་ནམ་དགེ་ཆན་ལྟ་བུ་ལ་སྐྱིང་ནས་མི་དགའ་ཞིང་། དེ་ལ་མི་དད་པར་སྨོད་པའི་གང་ཟག་དེས་ནི་གཉིད་དང་། འདུ་འཛི། བཟའ་བཏུང་ཚུན་ཆད་སྤངས་ཏེ་གནས་དབེན་པར་ཡུན་རིང་བརྗོན་པ་ཆེན་པོས་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བསྒྲུབས་ཀྱང་དམྱལ་བ་སོགས་བསྒྲུབས་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། རྡོ་རྗེ་སྙིང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས།

གང་གིས་སློབ་དཔོན་ཡང་དག་སྨད། །
དེས་ནི་རྒྱུད་ཀུན་སྒྲུབ་པའི་མཆོག །
གཉིད་དང་འདུ་འཛི་རྣམས་སྤངས་ཏེ། །
བསྐལ་པ་སྟོང་དུ་ལེགས་བསྒྲུབས་ཀྱང་། །
དམྱལ་སོགས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་དང་། འཇམ་མགོན་ཅོང་ཁ་

> their efforts in listening, contemplation and meditation are simply opening the doors to the lower realms.

These quotes are very true and we should think about this and be very careful.

Unborn qualities will remain unborn while those developed will weaken.
If we tarnish our practice of guru devotion by going against his words, losing faith in him, despising him, and weakening the bond between us, no matter what practice we do we will not develop any new qualities. Though we have studied, contemplated, and meditated throughout our lives, we will find it very difficult to be of any benefit to the Dharma, oneself and others.

Great meditators of the past, such as Nakpo Chopa, Rechungpa and many others were not able to achieve enlightenment in their lifetimes because they went against their gurus' words. These accounts can be known from their biographies.

The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> Lacking respect for the great guru,
> we will not develop good qualities
> and those developed will degenerate.

པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། བླ་མ་ལ་བརྙས་སྨོད་སོགས་ལ་ཅི་ཡང་མི་འཛེམ་པར་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ལ་འབད་པ་སྐད་བྱེད་པ་དག་ནི་ངན་འགྲོའི་སྒོ་འབྱེད་པ་རང་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་མོད་པ་ཡིན་པས་གནས་འདི་ལ་བརྟག་དཔྱད་དང་འབྲེལ་གཟབ་པར་བྱའོ། །

ལྔ་པ་ཡོན་ཏན་སྔར་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་ཟིན་ཉམས་པ་ནི། རང་གི་དགེ་རྒན་ནམ་བླ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བ་དང་། དད་ལོག །བརྙས་སྨོད་དང་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱིས་བླ་མ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཉེས་ན་ཉམས་ལེན་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་སྔར་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་པ་མ་ཟད་རང་གིས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་སོགས་སློབ་གཉེར་མི་ཚེར་བྱས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོ་སོགས་རང་གཞན་གང་ལའང་ཕན་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ། སྔོན་བྱོན་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ནག་པོ་སྤྱོད་པ་དང་རས་ཆུང་པ་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་ཡང་རང་གི་བླ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བས་ཚེ་འདིར་སངས་རྒྱས་མ་ནུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རང་རང་གི་རྣམ་ཐར་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཡིན་སྟེ། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས།

བླ་མ་མཆོག་ལ་གུས་པ་དང་བྲལ་ན། །

ཡོན་ཏན་མི་སྐྱེ་སྐྱེས་པ་ཉམས་འགྱུར་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

དྲུག་པ་ཚེ་འདིར་ནད་སོགས་མི་འདོད་པས་གཙེས་པ་ནི། རང་གི་བླ་མ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ཅིང་སྨོད་པར་བྱས་ན། དེ་འདྲའི་མཐོང་ཆོས་སྐྱོང་

In this life one will be inflicted by sickness and so forth.

If we break devotion to the guru and hold him in contempt, such karma is of a kind that ripens in this life. As a result our hopes of this life will not be accomplished. At the time of death we will be in a state of great fear such as the sense of a huge mountain pressing down upon us or as if the monastery was on fire and falling on us. With the ripening of the karma to be experienced in the very next life, we will experience the dreadful suffering of a hell being or hungry ghost. The *Fifty Verses of Guru Devotion* says:

> Despising the master, the ignorant fool
> will die from epidemics and dreadful illness,
> from evil spirits, fevers and poisons.
> He will be killed by kings, by fire,
> by poisonous snakes and floods,
> by witches, thieves, demons and spirits,
> then he will go to hell.

There was a Kadampa Master called Geshe Nehu Zurpan. One of his disciples turned against him and broke the commitment to guru devotion. The Geshe told the disciple that he should confess to him before he died but the student would not listen. As the disciple lay dying he called out, "All

འགྱུར་གྱི་ལས་ཀྱིས་ཚེ་འདིར་ཡང་བསམ་དོན་མི་འགྲུབ་ཅིང་། ཚེ་ཐུང་ཞིང་ཡམས་ནད་སོགས་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་རྐྱེན་དྲག་པོ་དུ་མས་ཡུན་རིང་མནར་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་པ་དང་། འཆི་ཁར་རི་བོ་ཆེན་པོས་མནན་འོང་བ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་སྣང་དང་། དགོན་པ་ལ་སོགས་པ་མེ་འབར་བཞིན་པ་རང་གི་སྟེང་དུ་བསྙེབས་པའི་འཇིགས་སྣང་མི་བཟོད་པ་དང་བཅས་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་སྐྱེས་ནས་མྱོང་འགྱུར་གྱི་ལས་ཀྱིས་དམྱལ་བ་ཡི་དྭགས་རྣམས་སུ་སྡུག་བསྔལ་དྲག་པོ་མྱོང་བར་འགྱུར་ཏེ། བླ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས།

སློབ་དཔོན་ལ་ནི་སྨོད་པ་དེ། །
ཡམས་དང་འཚེ་བའི་ནད་རྣམས་དང་། །
གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་རྣམས་ཀྱིས། །
རྨོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆི་བར་འགྱུར། །
རྒྱལ་པོ་མེ་དང་སྦྲུལ་གདུག་དང་། །
ཆུ་དང་མཁའ་འགྲོ་རྐུན་པོ་དང་། །
གདོན་དང་ལོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །
བསད་ནས་སེམས་ཅན་དམྱལ་བར་འགྲོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། སྔོན་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་སྣེའུ་ཟུར་པའི་སློབ་མ་དགེ་ཚུལ་ཞིག་བླ་མ་བསྙེན་ཚུལ་ལོག་པས། བླ་

the mountains of Nehu Zur are pressing down upon me! The monastery is in flames and falling upon me!" Thus he died in agony and terror with the sense of being burnt alive. There is no greater cause of suffering in this and future lives than breaking the devotion to the guru. Therefore, those of intelligence who seek liberation must gain conviction on this point.

In future lives one will wander endlessly in the lower realms.

Breaking one's guru devotion has serious disadvantages. When the glorious Vajrapani asked the Buddha what the disadvantages of breaking guru devotion were, Buddha replied, "Do not ask such things. Vajrapani, the gods and the beings of this world would be terrified." This passage from *Vajrapani Initiation Tantra* is quoted in the *Extensive "Stages of the Path"* by Tsongkhapa.

If to any of our spiritual friends, from the teacher who taught us the alphabet up to the vajra master who confers initiations and explains the tantra, we should think, "From now on I have no respect for this person and I will not devote myself to him" simply because others have pointed out faults or because we have seen faults in him, then we have broken our guru devotion. This is said to be a very serious wrongdoing. From the very outset we should not be fickle-minded and foolish, like water that flows wherever it

མས་དགེ་ཚུལ་ཁོ་མ་ཤི་གོང་ང་ལ་བཤགས་པ་ཕུལ་ན་ཡོང་བ་འདུག་སྟེ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་བཤགས་པ་ཕུལ་མ་ཉན་པས་ཁོ་འཆི་ཁར་སྣེའུ་ཟུར་གྱི་རི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ང་མནན་བྱུང་ཟེར་བ་དང་། ཡང་སྣེའུ་ཟུར་གྱི་དགོན་པ་ལ་མེ་འབར་ཏེ་ངའི་སྟེང་དུ་བསླེབས་བྱུང་ཞེས་མེས་ཚིག་པའི་སྣང་བ་བྱུང་སྟེ་འཇིགས་སྐྲག་དང་གཟེར་ཟུག་མི་བཟད་པའི་ངང་ནས་ཚེ་འཕོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས། འདི་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འབྱུང་བའི་གཞིར་འདི་ལས་ཆེ་བ་མེད་པས། ཐར་འདོད་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་གནད་འདི་ལ་ངེས་པ་རྙེད་པར་བྱའོ། །

བདུན་པ་ཕྱི་མར་ངན་སོང་མུ་མཐའ་མེད་པར་འཁྱམས་པ་ནི། རང་གི་བླ་མ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པ་ནི་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དཔལ་ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་ཇི་ལྟ་བུར་ལགས་ཞེས་ཞུས་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེ་ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྐྲག་པར་འགྱུར་བས་དེ་སྐད་མ་སྨྲ་ཞིག །ཞེས་ལག་ན་རྡོ་རྗེ་དབང་བསྐུར་བའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་དྲངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས། རང་ལ་ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་ནས་གསང་སྔགས་ཀྱི་དབང་སྐུར་རྒྱུད་བཤད་པའི་རྡོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་གྱི་བར་གྱི། བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ལ་གཞན་གྱིས་སྐྱོན་བརྗོད་པའམ་རང་གི་སྐྱོན་མཐོང་བ་གང་རུང་ལ་

is channeled, running without checking into having faith in a guru and then just as easily losing that faith. Great benefit but also great harm can come from this practice.

Therefore, it is important from the very beginning to think about this subject again and again and once we have devoted ourselves, to have firm faith and respect. Also, it is imperative to have faith and pure view by looking upon the good qualities in the guru. However, if we are not able to develop this pure view, we should always prevent ourselves from criticizing or showing disrespect to our spiritual teachers at any time, directly or indirectly, especially when influenced by false friends who have no respect for our guru.

In *Illuminating the Path to Liberation* Gyaltsab Rinpoche said:

> Even if we are unable to practice the pure view, lessening the criticism would be wonderful.

Think about this and while you have eyes do not jump off a cliff. Otherwise, without the guidance of a spiritual teacher showing us the practices of eradication and cultivation, we will have to wander endlessly throughout the lower realms in future lives.

བརྟེན་ནས་ད་ནས་བཟུང་འདི་ལ་མི་བསྟེན་ཞིང་གུས་ཞབས་སོགས་མི་བྱེད་སྙམ་པ་བྱུང་ན། རང་བླ་མ་དེ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུངས་པས་དང་པོ་ནས་བླུན་པོ་ཚུ་སྣ་གར་ཁྲིད་ལྟ་བུར། མ་བརྟག་པར་བླ་མ་ཞིག་ལ་དད་གུས་བྱེད་སླ་བ་དང་། སླར་ལོག་སླ་བ་གཉིས་ཀར་བྱ་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལ་ཁེ་ཉེན་ཧ་ཅང་ཆེ་པས་གནད་དོན་འདི་ལ་དང་པོར་ཡང་ཡང་བརྟག་པ་དང་། བསྟེན་ནས་དད་གུས་བརྟན་པོ་བྱེད་པ་གལ་ཆེའོ། །

དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཡོན་ཏན་བལྟ་བའི་སྒོ་ནས་དག་སྣང་དང་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་དང་། ཡང་གལ་་སྲིད་དེ་ལྟར་དག་སྣང་ཇི་བཞིན་བསྒོམ་མ་ནུས་ནའང་། རང་གི་བླ་མ་ལ་རྩེ་བཀར་མེད་པའི་སྡིག་གྲོགས་ངན་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡང་དངོས་ཤུགས་ཉིན་མཚན་དུས་བཞི་གང་དུའང་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་དང་མ་གུས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་ཚབ་རྗེས། ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། དག་སྣང་སྦྱོང་བར་མ་ནུས་ནའང་སྐྱོན་བརྗོད་ཀྱི་སྨྲ་བ་ཉུང་ངུར་བྱས་ན་མཛེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ནས་མིག་ཡོད་གཡང་ལ་འཆོང་བར་མི་བྱའོ། གཞན་དུ་ན་རང་ཉིད་བླང་དོར་བསྟན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མགོན་དང་བྲལ་ནས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་རྣམས་སུ་ངན་སོང་མུ་མཐའ་མེད་པར་

In all future lives one will be deprived of a spiritual teacher.

If, by seeing faults in our gurus and teachers, we lose faith and hold them in contempt, thereby breaking our guru devotion, the ripening result will mean endless births in the lower realms and for thousands of eons we will not attain even a human form. Even if we do gain birth in the upper realms, the Result Similar to Cause that arises from breaking guru devotion will ensure that such a birth will be in a place devoid of freedom and leisure and in that in all other lifetimes we will not even hear the sounds of Dharma and the names of spiritual teachers or gurus. The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> Even though birth in the higher realms may be gained,
> the results of your disrespect,
> in harmony with its cause,
> will bring birth in places of no freedom,
> where the sounds of Dharma and of spiritual friends
> will not be heard.

Therefore, as taught in the *Stages of the Path* we should know that guru devotion is a practice of the utmost importance.

If these have been the benefits of relying on a spiritual master and the disadvantages of not relying on a spiritual

འབྲུམས་དགོས་པ་འགྱུར་རོ། །

བརྒྱུད་པ་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་པ་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མ་སྔེ་དགེ་ཁན་རྣམས་ལ་སྐྱོན་མཐོང་གིས་དད་པ་ལོག་ཅིང་བརྙས་སྨོད་དང་མ་གུས་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན་དེའི་རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུ་ངན་སོང་མུ་མཐའ་མེད་པར་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། བསྐལ་བ་འབུམ་ཕྲག་དུ་མའི་བར་དུ་མི་ལུས་ཙམ་ཡང་མི་འཐོབ་པ་དང་། བཀྲུ་ལ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་རེ་ཙམ་རྙེད་ནའང་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་རྒྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུས་མི་ཁོམས་པའི་གནས་འབའ་ཞིག་དུ་སྐྱེས་ནས། ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་དང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་ཡང་མི་ཐོས་པར་འགྱུར་ཏེ།

ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས།

གལ་ཏེ་བཀྲུ་ལ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་ཀྱང་། །

མ་གུས་པ་ཡི་རྒྱུ་མཐུན་འབྲས་བུ་དེས། །

མི་ཁོམས་གནས་སུ་སྐྱེས་ནས་དམ་ཆོས་དང་། །

དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་སྐོར་འདི་ཉམས་ལེན་གང་ལས་གལ་ཆེ་བར་ཤེས་དགོས་སོ། །

འོ་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་བསྟེན་པ་དང་།

master or of relying in an improper way, what kind of spiritual teacher should we devote ourselves to? This is a very important question. If we are adults with a degree of independence we should examine those known to be worthy of devotion and devote ourselves to a spiritual teacher who is able to teach us the complete path. Someone may possess a particular power such as clairvoyance but that on its own is insufficient to render him worthy of being our spiritual teacher. Our goal in this context is liberation and enlightenment and we should look for a spiritual teacher who is able to teach us methods for the attainment of these goals and to teach them in their correct order, without omission and without error. Without such a teacher our hopes will not be realized. In his *Commentary on Valid Cognition* Dharmakirti says:

> He who knows the reality of eradication and
> cultivation
> together with their practices
> is asserted as being valid.
> He does not have to know everything.
> Whether he sees afar or not,
> he sees the nature of desire.
> If seeing afar is the mark of a valid person,
> then come and devote yourselves to vultures.

བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཇི་འདྲ་བ་ཞིག་བསྟེན་དགོས་ཞེ་ན། འདི་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། རང་ཉིད་ལོ་ན་སོན་པ་དང་རང་དབང་ཡོད་པ་བཅས་ཡིན་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་འོས་སུ་གྲགས་པ་རྣམས་ལ་བརྟགས་ནས་རང་ལ་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་ནུས་པ་ཞིག་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕྱོགས་རེ་བ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་དེ་རང་གི་བཤེས་གཉེན་དུ་བསྟེན་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐབས་འདིའི་རང་གིས་འདོད་དོན་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་དེ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གོ་རིམ་མ་ནོར་ཞིང་གྲངས་ཚང་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་ནུས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞིག་འཚོལ་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་རང་གི་འདོད་དོན་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་གིས།
བླང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །
ཐབས་དང་བཅས་པ་རིག་མཛད་པ། །
གང་དེ་ཚད་མར་ཉིད་འདོད་ཅིང་། །
ཐབས་ཅད་རིག་མཛད་མ་ཡིན་ནོ། །
རིང་པོ་མཐོང་བར་མིན་ཡང་རུང་། །

Even if someone possesses clairvoyance, there is no certainty that such a person is suitable to be one's spiritual teacher. The incomparable Atisha said:

> One skilled in the vow taking ceremony,
> who abides by the vows,
> patient and compassionate in bestowing the vows,
> know him to be a good guru.

In the *Ornament of Mahayana Sutras* it says:

> Rely on a spiritual guide
> who is controlled, at peace, well controlled,
> of greater qualities, of enthusiastic perseverance,
> rich in the scriptures,
> who knows well the nature of things,
> wise in speaking, of a loving nature
> and never discouraged.

We should look for a spiritual teacher complete with these qualities and devote ourselves properly in action and thought. This is indispensable for those who wish for liberation.

འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། །

གལ་སྲིད་རིང་མཐོང་ཚད་ཡིན་ན། །

རྒྱར་ཤོག་བྱ་རྒོད་བསྟེན་པར་གྱིས། །ཞེས་ཐག་རིང་མཐོང་པའི་མངོན་

ཤེས་ལྡན་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཆ་ཤེས་གཉེན་བསྟེན་འོས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་

མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་།

སློམ་པའི་ཚོགས་ལ་མཁས་དང་། །

བདག་ཉིད་གང་ཞིག་སློམ་ལ་གནས། །

སློམ་པ་འགོག་བཟོད་སྙིང་རྗེ་ལྡན། །

བླ་མ་བཟང་པོ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་།

རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས།

ཆ་ཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཞི་བ་ཉེར་ཞི་བ། །

ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་བརྩོན་ལྡན་ལུང་གིས་ཕྱུག །

དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་ལ་སྨྲ་མཁས་ལྡན། །

བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་སྐྱོ་ངལ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

གྱི་ཡོན་ཏན་ཚང་བའི་བླ་མ་དགེ་བའི་ཆ་ཤེས་གཉེན་ཞིག་འཚོལ་ནས་

བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་འདི་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྐྱེས་

བུ་ལ་མེད་ཐབས་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་

Devotion through Thought

This has two headings:

1. Establishing the foundation of faith
2. Generating respect by remembering the kindness

Establishing the foundation of faith

We must develop faith in our guru. The way to do this is to think about it from the many aspects of scripture and reasoning. Whatever good we see in our guru or teacher, great or small, be it teaching Dharma in the form of explaining scripture or his own regular practices or even the way he wears his robes or clothes, we should think on it as a reason for developing faith. Occasionally, some unpleasant or harsh words may arise. Nevertheless, we should think decisively that these are mostly skillful means employed to tame our minds or that they have great purpose in benefiting others, and use these occasions to develop faith.

Using both positive and negative perceptions as a basis for contemplating and developing faith is a very important practice. All the attainments of the levels and paths and of insight and eradication must be reached by taking guru yoga as the soul of the practice. Without faith in the guru that is impossible.

བ། བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་ནས་གུས་པ་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རང་གི་བླ་མ་ལ་དད་པ་སྐྱུར་བར་བྱ་སྟེ་དད་པ་སྐྱེ་པའི་ཐབས་སུ་ལུང་དང་རིགས་པའི་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པའོ། དེ་ཡང་བླ་མ་སྟེ་དགེ་ཆན་དེས་དཔེ་ཁྲིད་སོགས་ཆོས་འཆད་ཉན་གནང་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཉམས་བཞེས། ན་བཟའ་བཞེས་སྟངས་སོགས་ལེགས་པའི་ཆ་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་ཡང་དེ་དང་དེ་རྒྱུ་མཚན་དུ་བསམ་ནས་དད་པ་སྒོམ་པ་དང་། ཡང་སྐབས་རེར་ཐུང་ཟད་མཛད་སྤྱོད་དང་བཀའ་མོལ་སོགས་མི་མཛེས་པའམ་འཛམ་རྟུབ་ཇི་ལྟར་སྣང་ཡང་། ཕ་ཆེར་རང་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་སམ་གཞན་ཕན་གྱི་དགོས་པ་ལྷབས་ཆེན་ཡོད་པར་ཐག་ཆོད་སྟམ་ནས་དད་པ་སྒོམ་དགོས། འདི་འདྲའི་དགག་ཕྱོགས་སྒྲུབ་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ནས་བསམ་བློ་བཏང་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་དད་པ་སྐྱེ་ཐབས་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་ཡིན། ས་ལམ་དང་སྤྱངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒོག་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཐོབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་བླ་མ་ལ་དད་པ་མེད་ན་དེ་དག་ཡོང་ཐབས་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་དད་པ་འདི་ལ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཞེས་གཞུང་མང་པོ་ནས་གསུངས་ཡོད། སྤྱིར་དད་པ་ཙམ་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཅིང་། ནང་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པ་ལའང་དད་ཡུལ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ

Therefore, this kind of faith in the guru is called the foundation of the path in many scriptures. Generally faith is present in both Buddhists and non-Buddhists, and even among Buddhists there are various objects of faith although the primary objects are the Three Jewels, the process of karma, the Four Truths, and so forth. Such faith is known as nonworldly faith. However, faith in this context is called unchanging faith and arises from seeing the internal, external and secret qualities of the guru and remembering his kindness. This kind of faith is like a mother, necessary at the beginning, middle and end, essential for all that is good in this and future lives and for every virtue. The *Mantra of the Lamp of the Three Jewels* says:

> Faith is a prerequisite, like a mother it creates,
> protecting all good qualities, causing them to grow,
> dispelling doubt, rescuing from the torrent
> to show the city of happiness.
> Faith is trouble free, brightening the mind,
> banishing pride, a foundation of respect,
> the greatest wealth, the greatest treasure,
> the best legs on which to walk,
> like a hand, the best gatherer of virtue.

དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། ལས་འབྲས། བདེན་བཞི་སོགས་ལ་དད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དད་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིའི་དད་པ་ནི་རང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་དང་། བཀའ་དྲིན་དྲན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་མི་འགྱུར་པའི་དད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

འདི་འདྲའི་དད་པ་ནི་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཚོགས་མ་ལུས་པ་དང་། དཀར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བའི་མ་ལྟ་བུར་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་ཏ་ལའི་གཟུངས་ལས།

དད་པ་སྔོན་འགྲོ་མ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །
ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྲུང་ཞིང་སྤེལ་བར་བྱེད། །
ང་རྒྱལ་སྤོང་ཞིང་གུས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། །
དད་པ་ནོར་དང་གཏེར་དང་རྐང་པའི་མཆོག །
ལག་པ་བཞིན་དུ་དགེ་སྡུད་རྩ་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་། འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ལས་ཀྱང་།

དེ་ལ་རབ་ཏུ་དང་བ་ནི་ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་འཐོབ་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་རང་དང་འདྲ་མཉམ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་ན་ཡོན་ཏན་གོང་མ་སྐྱེ་བ་མེད་དེ་ཇོ་བོ་རྗེའི་ཞལ་ནས། ཁྱེད་བོད་པར་བླ

In his *Commentary on the Ornament of Realization* Acharya Haribhadra says:

> Clear faith is the primary cause of all that is good.

If we see our spiritual teacher as an ordinary being, no better than ourselves, there can be no development of higher qualities. Atisha said:

> You Tibetans do not see your guru as being more than an ordinary being. How will you develop any good qualities?

Also:

> Hey! Hey! I have good ears before me but for the instruction you need faith. Faith! Faith!

I think it is more important than anything to understand this instruction or advice and to put it into practice.

Without a faith born from by repeated meditation upon the recognition of the guru as an actual buddha, there is no way at all to achieve enlightenment. Therefore, in order to generate that kind of faith quickly and easily, this topic is

མ་ལ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་པས་ཡོན་ཏན་ག་ན་སྐྱེ་ཞེས་དང་། ཡང་ཁོང་གི་ཞལ་ནས་རྗེ་རྗེ་ང་ལ་རྣ་བ་ཏ་བཟང་པོ་བཟང་པོ་འདུག་སྟེ་མན་ངག་བྱ་བ་དད་པ་ཡིན་དད་པ་དད་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

གདམས་ངག་འདིའི་གནད་དམ་བསླབ་བྱ་འདི་ཤེས་པ་དང་ཤེས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་གང་ལས་གལ་ཆེ་བར་སེམས་སོ། །

ཡང་རང་གིས་བླ་མ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཡང་ཡང་བསྒོམས་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེས་པའི་དད་པ་མེད་པར་འཚང་རྒྱ་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད་པས་དེ་འདྲའི་དད་པ་བདེ་བླག་དུ་སྐྱེ་བའི་ཆེད་དུ་འདི་ལ་ས་བཅད་གསུམ་དུ་ཕྱེ་ནས་ལམ་རིམ་སོགས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་འདི་ལ་གསུམ།

བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན། བལྟ་ནུས་པའི་རྒྱུ་མཚན། ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་བལྟ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ནི། བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་ཏེ། རང་ལ་ཁེ་འདོད་ཅིང་གྱོང་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་དང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། བདེ་སྡུག་གི་རྒྱུ་དགེ་སྡིག་བླང་དོར་ནི་བླ་མར་མ་བརྟེན་པར་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར། བླ་མ་ལ་ཉིད་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་རང་གི་བླ་མ་དེ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ཀྱང་རང་གིས་སངས་

divided into three outlines, because we need understand it as it is explained in the *Stages of the Path* and other texts:

1. The need to regard the guru as a buddha
2. Reasons why it is possible to regard the guru as a buddha
3. How to see the guru as a buddha

The need to regard the guru as a buddha

We should look upon the guru as a buddha because we want gain and not loss, because we want happiness and not suffering, because eradication and cultivation of nonvirtuous and virtuous activity, the causes of happiness and suffering, cannot be understood without devoting oneself to a guru and because by relying on his teachings we will attain the nirvana that is free from the extremes of samsara and peace.

Even if our guru is an actual buddha, if we do not regard him as such, we will not see an actual buddha nor receive the blessings of a buddha. In the *Blue Book of Instructions* Geshe Potowa says:

> Without belief and without repaying the kindness,
> even if Manjushri and Avalokiteshvara actually
> appeared,

རྒྱས་དངོས་སུ་མ་བལྟས་ན་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཇལ་བ་དང་སངས་
རྒྱས་དངོས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་སོགས་མི་འབྱུང་ཏེ། བཀའ་གདམས་པའི་
དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། བེའུ་བུམ་སྔོན་པོ་ལས།

བུས་གཟོ་མེད་ཅིང་ཡིད་མ་ཆེས་ན། །
འཇམ་དཔལ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དངོས་བྱོན་ཡང་། །
དེ་ཡི་དོན་དུ་ཅི་ཡང་མི་འགྱུར། །
དེ་བས་ཡིད་ཆེས་བུས་གཟོ་གལ་ཆེ། །
བླ་མ་དག་ལ་གུས་པ་མེད་ན། །
སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་བརྟེན་ཡང་མི་ཕན། །
དེ་བས་མ་ཁེངས་བླ་མར་གུས་པ། །
དེ་ནི་དེ་ལ་དོ་གལ་ཆེའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གིས་བླ་མ་ལ་
སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མ་བལྟས་ན་དེ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ཀྱང་ཁེ་
མི་འབྱུང་བ་ནི་ལྟས་བྱིན་དང་ལེགས་སྐར་སོགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་
ཤེས་ཤིང་། སྔོན་སངས་རྒྱས་ལ་ཤིན་ཏུ་དད་པའི་རྒན་མོ་ཞིག་གིས་ཁྲི་
སོ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོམས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཕྱག་
འཚལ། མཆོད་པ་ཕུལ། གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཁྲི་སོ་ལས་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་རིང་བསྲེལ་འཁྲུངས་པ་དང་། རིང་མིན་མོའི་སྡིག་པ་དག་ནས་རྒན་
མོ་འཆི་ཁར་འཇའ་འོད་ཤར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་དད་ཡུལ་སངས་རྒྱས་

it would not be of any benefit.
Belief and repaying kindness, therefore, is important.

Without respect for our gurus
relying on the buddhas will be of no use.
Therefore, don't be proud, respect the gurus.
This is important for those who seek liberation.

If we do not look upon our guru as an actual buddha, we will not profit even if he happens to be an buddha. This can be understood from the stories of the Buddha's disciples Devadatta, Sutaraka and others. Once there was an old woman with great faith in the Buddha, who thought that a dog's tooth was an actual tooth of the Buddha. She made prostrations, offerings and prayers to it, and a relic of the Buddha developed from the tooth. Soon this old woman was purified of her nonvirtuous activities and on her death rainbow lights were seen. This story shows that strong faith produces results even if the object of our faith is not a buddha. We should know this well.

How great the blessing is we receive from the guru as a meditational deity depends on how developed the perception is from our side. If the student regards the guru or teacher as a hearer or solitary realizer, the student will

མིན་ཀྱང་དད་པ་བརྟན་ན་རང་ལ་ཁེ་ཆེ་བས་གནད་དོན་འདི་ལེགས་པར་ཤེས་དགོས། དེར་མ་ཟད་རང་ལ་བླ་མ་ཡི་དམ་གྱི་བྱིན་རླབས་ཆེ་ཆུང་ནི་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་གྱི་ངོས་ནས་ཕར་འདུ་ཤེས་ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སློབ་མ་དེས་བླ་མ་འམ་དགེ་རྒན་དེ་ལ་ཉན་རང་གི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཉན་རང་གི་བྱིན་རླབས་དང་། སློབ་མ་དེས་བླ་མ་འམ་དགེ་རྒན་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱིན་རླབས་དང་། སློབ་མ་དེས་བླ་མ་འམ་དགེ་རྒན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ལ་དགོངས་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། བླ་མའི་བྱིན་རླབས་ཆེ་དང་ཆུང་བ། །དངོས་ལ་མ་ཡིན་རང་ལ་རག་ལས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ཡང་རང་གིས་བླ་མ་འམ་དགེ་རྒན་དེ་ལ་རང་གི་ཕ་རྒན་གྱི་ཚོད་ཙམ་ལས་འདུ་ཤེས་མེད་ན་རང་ཉིད་ཡང་ཕ་རྒན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མི་ཡོང་བ་དང་། ཡང་རང་གིས་བླ་མ་འམ་དགེ་རྒན་དེ་ལ་མི་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་ན་རང་ཉིད་ལོ་མཚམས་ཚོ་མཚམས་བསྡད་ནས་ཉམས་ལེན་བྱས་ཀྱང་ཐ་མལ་པའི་གནས་སྐབས་ལས་ཉམས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད། དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་ཆེན་པོས།

receive the blessings of hearers and solitary realizers. If the student sees the guru as a bodhisattva, they will receive the blessings of the bodhisattvas. If the student perceives the guru as an actual buddha, they will receive the blessings of the buddhas. With this in mind Geshe Potowa said:

> The amount of blessing from the guru depends not
> on reality but on oneself.

If we see our teacher or guru as nothing more than an old man, we too will become like an old man and nothing more. If we think of our guru or teacher as just an ordinary person, we will not gain any realizations beyond the ordinary even if we do a yearlong or a lifelong retreat. The great Gyalwa Ensapa said:

> To summarize, realizations, great or small
> are due to faith, great or small.
> To the kind guru, therefore, may I
> think on his qualities, not looking on faults.
> and holding this advice in my hand,
> may I guard this pledge without obstruction.

It is very important to practice with such thoughts.

མདོར་ན་ཉམས་རྟོགས་ཆེ་ཆུང་གང་སྐྱེས་ནི། །
དད་པ་ཆེ་ཆུང་བསྒོམ་པའི་མཐུ་ཡིན་པས། །
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་དྲིན་ཅན་བླ་མ་ལ། །
ཡོན་ཏན་བསམ་ཞིང་སྐྱོན་དུ་མི་བལྟ་བའི། །
གདམས་པ་འདི་ཉིད་མཐིལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །
དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་གེགས་མེད་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

གཉིས་པ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་ནུས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་ཡང་ཡང་བལྟས་ན། དད་པའི་བློ་ཤུགས་དྲག་སྐྱེ་ཞིང་དེའི་དབང་གིས་བླ་མ་ལ་སྐྱོན་རྟོག་གི་བློ་སྐྱེ་དཀའ་བ་དང་རྒྱ་ལ་ཙུང་ཟད་རེ་སྐྱེས་ནའང་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་བློས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་ནས་རིང་པོར་མི་ཐོག་པར་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐལ་ནུས་པ་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་ན་རང་རེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གོམས་པའི་དབང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་སྐྱོན་མཐོང་བའི་བློ་སྐྱེ་དཀའ་བ་བཞིན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ཡང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྐྱོན་ཐན་ཐུན་ཡོད་པར་མཐོང་ཡང་བློས་ཡོན་

Reasons why it is possible to regard the guru as buddha

If we look again and again at the qualities of the guru's body, speech and mind, and his excellent qualities of wisdom, morality and kindness, we will develop strong faith, which will make it difficult to have a faultfinding attitude toward him. Even if we see little faults from time to time, they will be eclipsed by our perception of the good qualities and before long we will be able to see the guru as an actual buddha. For example, because of our self-cherishing attitude ingrained since beginningless time it is difficult to generate any perception of faults in ourselves. The *Extensive Stages of the Path* says:

> Even if we see a few faults, because we hold to the perception of good qualities they do not become obstacles to faith. For example, even if we notice many good qualities in someone we resent, our strength of perception that holds that person's faults eclipses any perception of good in them. Also, even though we may notice many faults in ourselves, the great strength of perception that holds to just one type of good quality in ourselves eclipses the perception of faults.

ཏན་གྱི་ཕྱོགས་འཛིན་པས་དད་པ་ལ་གེགས་སུ་མི་འགྲོ་སྟེ། དཔེར་ན་རང་མི་འདོད་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཡོད་པར་མཐོང་ཡང་སྐྱོན་མཐོང་བའི་བློ་ཤུགས་དྲག་པས་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་བློ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པ་དང་། ཡང་རང་ལ་སྐྱོན་མང་པོ་མཐོང་ཡང་རང་གི་ཡོན་ཏན་སྣ་རེ་མཐོང་བའི་བློ་ཤུགས་དྲག་ན་དེས་སྐྱོན་མཐོང་བའི་བློ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་རང་ངོས་ནས་ལུང་རིགས་དྲི་མ་མེད་པའི་རྒྱབ་གཉེར་དང་བཅས་བླ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་སྙམ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་དང་འབྲེལ་བླ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་འགལ་རྐྱེན་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབད་ན་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་ནུས་པའམ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཇལ་ནུས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཇལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དང་པོ་ནས་བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཇལ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ཞིང་གོང་གསལ་ལྟར་གྱི་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།

ལག་ན་རྡོ་རྗེ་དབང་བསྐུར་བའི་རྒྱུད་ལས།

སློབ་དཔོན་གྱི་ནི་ཡོན་ཏན་གཟུང་། །
སྐྱོན་ནི་ནམ་ཡང་གཟུང་མི་བྱ། །

If we constantly work from our side to remove obstacles and to gather merit while relying on a guru with strong faith, supported by stainless scripture reasoning, that the guru is an actual buddha, we will be able to regard the guru as a buddha or to see the guru to be an actual buddha. Great practitioners who were able to see their gurus as actual buddhas did not do so from the very beginning. Such a perception arises from the kind of practice explained above. The *Vajrapani Initiation Tantra* says:

> Apprehend the master's good qualities,
> do not apprehend his faults.
> Apprehending qualities gains siddhi,
> apprehending faults do not.

How to see the guru as a buddha

This has four outlines:

1. Vajradhara stated that the guru is a buddha.
2. The guru is the agent of every buddha's activity.
3. Even these days buddhas and bodhisattvas are working for the benefit of sentient beings.
4. We cannot trust appearances.

ཡོན་ཏན་གཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། །

སྐྱོན་རྣམས་གཟུང་ན་དངོས་མི་འགྲུབ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

གསུམ་པ་ཚུལ་དེ་ལྟར་བལྟ་བའི་ཚུལ་ལ་བཞི།

བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་རྗོ་རྗེ་འཆང་གིས་བཞེད་པ།

བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ། དེང་སང་གི་དུས་སུ་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ། རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པའོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ནི། སྔོར་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཚང་མས་དང་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་། བར་དུ་ཚོགས་གཉིས་རླབས་པོ་ཆེ་བསྐལ་པ་མང་པོར་བསགས་པ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསགས། མཐར་བྱ་དཀའ་བའི་རྒྱལ་སྲས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་མཐའ་ཡས་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་ནས་སྐུ་བཞི་གཅིག་ཅར་དུ་མངོན་དུ་མཛད་པའང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ་དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཟིན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་མཛད་པ་ནི་གནས་མིན་ལ་དོགས་པ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་ཚུལ་ནི་སངས་རྒྱས་རང་ལ་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པའི་སྟོབས་སོགས་ཡོད་པས་རང་གི་གང་འདོད་རང་དབང་ལྟར་མཛད་དུ་མེད་ཅིང་མི་མཛད་ལ། འོ་ན་ཇི་ལྟར་

Vajradhara stated that the guru is a buddha.

When buddhas first generate the mind of enlightenment, they generate it for the benefit of sentient beings. When they amass the two great accumulations of merit and wisdom over many eons, they do so for the benefit of sentient beings. Finally, when they perfect the innumerable and difficult heroic deeds of the bodhisattvas and thereby attain the four bodies simultaneously, it is done solely for the benefit of sentient beings. Therefore, having attained enlightenment, there is simply no possibility of not working for sentient beings. Of that there is no doubt.

A buddha working for sentient beings does not do whatever he wishes because of his wisdom, compassion, and power to do so. A buddha works for sentient beings by appearing in various forms that accord with the perceptions and dispositions of disciples. Such manifestations may be peaceful, wrathful, animate, inanimate, in the form of a religious person or nonreligious person, and so on. In these ways he fulfils the wishes and hopes of disciples. Because no living being of any kind wants suffering, the greatest benefits that sentient beings can reap from these enlightened activities is to be introduced to sufferings and their causes, to be clearly shown their shortcomings, followed by faultless teachings on practices and methods to eradicate them. Also,

ཡིན་སྙམ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་ཚུལ་ནི་གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཁམས་དང་བསམ་པ་དང་མཐུན་པར་ཞི་བ་དང་། དྲག་པོ། སེམས་ཡོད་དང་སེམས་མེད། ཆོས་ལུགས་ཁས་ལེན་མཁན་དང་མི་ལེན་མཁན་སོགས་རྣམ་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་གྱི་རེ་འདོད་ཡོངས་སུ་སྐོང་བར་མཛད་པ་ཡིན་ལ།

དེ་དག་ལས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་ཆེ་ཤོས་ནི་སེམས་ཅན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྡུག་བསྔལ་གཏན་ནས་མི་འདོད་པ་ཡིན་པས། སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་སྤྲོད་དང་དེ་དག་གི་ཉེས་དམིགས་གསལ་པོ་གསུང་ནས་དེ་དག་སྤོང་པའི་ཐབས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་དེ་དང་། ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་བདེ་བ་འདོད་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་ལ་དེ་འདྲའི་བདེ་བ་དེ་ལའང་། གནས་སྐབས་མངོན་མཐོའི་བདེ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་བ་གཉིས་ལས། དེ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཐུན་ཕྱོགས་ནས་དགེ་བ་གང་ཞིག་སྒྲུབ་དགོས་པ་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ནས་སྤང་བྱ་གང་ཞིག་སྤོང་དགོས་པ་སོགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གདུལ་བྱ་དེ་དང་དེའི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པར་དེ་དག་ལ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་བརྩེ་ཤིང་ཐབས་མཁས་པའི་སྒོ་ནས།རང་གི་སྐྱོ་དལ་སོགས་ལ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་

every sentient being wants to have happiness. This happiness is of two types—the temporary happiness of humans and gods and the ultimate happiness of liberation. From the point of view of development the method for the attainment of these two kinds of happiness is the practice of appropriate virtuous activity. From the point of view of eradication it is the destruction of appropriate nonvirtuous activity.

The greatest benefit that living beings can gain, therefore, is to be taught these methods without error, in a way that accords with each disciple's perceptions, with great compassion, great skill, with no regard to tiredness or hardship, and to be led higher and higher through the paths and levels, through the attainments of the development and eradication practice, to the ultimate attainment of the happiness of liberation. The way that living beings are fulfilled through such skillful deeds is that when the buddha sees the time has come to help a particular disciple by teaching them the practices of development and eradication, he shows himself as a spiritual friend of similar form to that disciple and displays the physical, verbal, and mental activities that almost mirror those of the disciple. In this way he works for our benefit. Therefore, Vajradhara said that the guru is Buddha. In the *Vajra Tent Tantra*, it says:

མི་འཛོམ་པར་དེ་དག་གི་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚད་དམ་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཇེ་མཐོ་ཇེ་མཐོར་ཁྲིད་ནས་མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་སྦྱོར་བའམ་བདེ་བ་དེ་འཐོབ་པར་མཛད་པ་དེ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཛད་པའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཚུལ་ནི། གདུལ་བྱ་དེ་དང་དེ་ལ་བླང་དོར་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕན་ཐོགས་བྱེད་རན་པའི་དུས་ལ་བབས་པར་གཟིགས་པ་ན་གདུལ་བྱ་དེ་དག་དང་ལུས་རྟེན་མཚུངས་པ་དང་། སྐྱེ་ཚུལ་ཡང་མཚུངས་ཤིང་།ཚེ་གཅིག་གི་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་སོགས་ཕ་ཆེར་གདུལ་བྱ་དེའི་ཀུན་སྤྱོད་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་རང་ཅག་གི་དོན་མཛད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་ཕྱིར་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱུད་རྡོ་རྗེ་གུར་ལས།

གང་ཉིད་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཞེས། །

དེ་ཉིད་སློབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་འཛིན། །

སེམས་ཅན་ཕན་འདོགས་དམིགས་ནས་ནི། །

ཐ་མལ་པ་ཡི་ཚུལ་དུ་གནས། །ཞེས་སོགས་ལན་མང་གསུངས་ཤིང་།

ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

མ་འོངས་སྙིགས་མའི་དུས་སུ་ནི། །

> He who is known as Vajrasattva,
> will take the form of a Master.
> With the aim of helping sentient beings
> he dwells within ordinary form.

This is said many times. In the same text, it also says:

> In future times of degeneration
> I will appear in ordinary form
> and in forms by various means.

In a sutra it says:

> Hey Amoghadarshin, in future times
> I will appear in form of an abbot,
> I will dwell in the form of a Master.

In the same sutra:

> Hey Amoghadarshin, to ripen the sentient beings,
> I will show birth, ageing,
> sickness and death.

ང་ནི་བྱིས་པའི་གཟུགས་དང་ནི། །

སྣ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱིས་གཟུགས་སུ་སྟོན། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས་ཀྱང་།

ཀྭ་ཡེ་མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ཀྱེ། །

ཕྱི་མའི་དུས་སུ་གྱུར་པ་ན། །

ང་ནི་མཁན་པོའི་ལུས་ཀྱིས་སྟོན། །

ང་ནི་སློབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་གནས། །ཞེས་དང་།

ཀྭ་ཡེ་མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ཀྱེ།

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སྨིན་པའི་ཕྱིར། །

ང་ནི་སྐྱེ་དང་རྒ་བ་དང་། །

ན་དང་འཆི་བ་རབ་ཏུ་སྟོན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་སྙིགས་མའི་དུས་འདིར་སྟོན་པ་རྡོ་རྗེ་འཆང་བླ་མའི་རྣམ་པར་བྱོན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་རྡོ་རྗེ་འཆང་ཉིད་ནས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་སྟེ་ཁས་བླངས་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་རྫུན་གསུང་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱོན་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་མངའ་སྟེ།

མདོ་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།

ཟླ་བ་སྐར་མ་བཅས་པ་གནས་ལྷུང་ཞིང་། །

རི་དང་གྲོང་དུ་བཅས་པའི་ས་ཞིག་ལ། །

ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་གྱུར་ཀྱང་། །

In these degenerating times, therefore, Buddha Vajradhara will come in the form of gurus to work for sentient beings. This is has been personally promised by the Conqueror Vajradhara himself. Moreover, such words are not tainted by being false because, as the *King of Concentration Sutra* states:

> The moon and stars may fall from the skies,
> mountains and cities may be destroyed,
> the realms of space may change,
> but you will never speak false words.

Dharmakirti said:

> As there would be no result,
> he does not speak false.

Therefore, these days Buddha Vajradhara appears in the ordinary forms of gurus and Dharma teachers. If that is true generally, why should the buddhas and bodhisattvas not appear to us also in the ordinary form of a guru and teach the practices of development and eradication? There is no doubt that they will appear because right now we have all the inner and outer favorable conditions for listening to the Dharma and are free from most of the unfavorable. There

ཁྱོད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་ཚིག་མི་གསུང་། ། ཞེས་དང་། རིག་པའི་དབང་ཕྱུག་གིས་ཀྱང་།

འབྲས་མེད་ཕྱིར་ན་རྫུན་མི་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་དེང་སང་གི་དུས་སུ་རྒྱལ་བ་རྡོ་རྗེ་འཆང་བླ་མའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་གདུལ་བྱར་ཆོས་སྟོན་མཁན་ཞིག་ངེས་པར་བྱོན་ཡོད་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྔོན་སངས་རྒྱས་རྣམས་བླ་མ་དང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་གདུལ་བྱར་ཆོས་བསྟན་ན། ད་རང་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་བླང་དོར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བསྟན། ངེས་པར་དུ་བསྟན་དགོས་ཏེ། དེང་གི་དུས་འདིར་རང་ཉིད་ལ་ཆོས་ཉན་པའི་ཕྱི་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཚང་ཞིང་འགལ་རྐྱེན་ཕལ་ཆེར་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ནང་ན་རང་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཕེབས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཐག་ཆོད། དེ་ནི་དགེ་རྒན་འདི་ཡང་དེ་ཡིན་གྱི་རེད། འདི་ཡང་དེ་ཡིན་གྱི་རེད་བསམ་པའི་དག་སྣང་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཕྱག་མཆོད་གསོལ་འདེབས་སོགས་དགེ་སྦྱོར་གྱི་ལས་ལ་འབད་ན་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་གསོག་པར་གསུངས་པས་དེ་བཞིན་བྱེད་གལ་ཆེ། ཡང་རང་གང་ལ་དད་པ་ཆེ་བ་དང་བླ་མ་གང་གིས་རང་གི་སེམས་ལ་ཕན་ཆེ་བར་དེ་རང་གི་རྩ་བའི་བླ་

can be no doubt that within our spiritual teachers there are manifestations of buddhas come to tame our minds. With a pure view that thinks, "That must apply to my teacher also," work hard in the virtuous activities of prostrations, offerings, requests and so forth, and great merit will follow. It is, therefore, an important practice.

The guru who has been the greatest benefit to our mind and in whom we have the greatest faith should be regarded as our root or main guru. Other teachers from the one who taught us the alphabet and how to read, up to the Masters who have given us individual liberation, bodhichitta, and tantric vows, are simply different physical expressions or emanations of our root guru come to subdue our minds. For example, a single religious dancer performs in several different masks and costumes. Such a dancer will become many different deities in many different expressions but it is the same dancer.

The guru is the instrument of every buddha's activity.

The guru is like a messenger between buddhas and sentient beings. He is the instrument of the Buddha's activities. For example, no matter how big the roof of a house may be, rainwater gathers and falls through one drainpipe. Similarly, there may be millions of buddhas but their faultless teach-

མ་འམ་བླ་མའི་གཙོ་བོར་བལྟ་དགོས་པ་དང་།

དེ་ལས་གཞན་རང་ལ་ཀ་ཁ་བསླབ་པའི་ཀློག་གི་སློབ་དཔོན་ནས་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྔགས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་བར་གྱི་བླ་མ་རྣམས་ནི་རྩ་བའི་བླ་མ་དེས་རང་འདུལ་ཐབས་སུ་སྐུའི་རྣམ་འགྱུར་འདྲ་མིན་བསྟན་པའམ་ཡང་ན་སྤྲུལ་པའི་རོལ་པ་མི་འདྲ་བ་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན། དཔེར་ན་འཆམ་དཔོན་གཅིག་གིས་འབག་དང་འཆམ་ཆས་གོས་སོགས། སྔོ་སེར་འདྲ་མིན་དུ་མ་བརྗེས་ནས་འཆམ་འཁྲབ་པ་ནའང་། གང་འཁྲབ་རྒྱུའི་ལྷའི་མིང་དང་རྣམ་འགྱུར་མི་འདྲ་བ་མང་ཡང་དོན་དུ་འཁྲབ་མཁན་མི་གཅིག་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་ནི། བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་དང་སེམས་ཅན་གཉིས་ཀྱི་དབར་འཕྲིན་ནམ་བྱེད་སྒོའི་ལན་སྐྱེལ་མཁན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁང་པའི་སྟེང་རྒྱ་ཧྲི་ཙམ་ཆེ་ཡང་ཐོག་ཆུ་ཚད་མ་འགྲོ་ས་གཅིག་ནས་འོག་ཏུ་བབ་དགོས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་འཐོབ་པའི་ཐབས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་རྣམས་གོ་རིམ་མ་ནོར་ཞིང་། མ་ཚང་བ་མེད་པ་བླ་མ་ཁོ་ནས་གདུལ་བྱ་ལ་བསྟན་དགོས། དེ་ཉིད་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་པ་

ings on the methods of gaining higher rebirth and liberation are channeled in their entirety to disciples solely through guru, and without listening to, contemplating, and meditating on these teachings, there is no way for the disciple to gain liberation.

Furthermore, the guru is the instrument of the buddhas' activities because every activity or blessing of every buddha reaches the disciple through the guru. Sakya Pandita says:

> The rays of the sun are very hot,
> yet without a magnifying glass there is no fire.
> Likewise the blessings of the Buddha
> cannot be received without the guru.

Also, from another text:

> When all obstruction is removed,
> the power of the sun,
> in reliance upon a clear magnifying glass,
> comes to the firewood.
>
> When ordinary, faulty perceptions are removed,
> the blessings of the buddhas in the ten directions,

དང་བསམ་པ་དང་སྒོམ་པ་ལས་དེ་དག་གིས་གྲོལ་བར་འཐོབ་དགོས་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིའཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་སམ་བྱིན་རླབས་མ་ལུས་པ་བླ་ལ་བརྟེན་ནས་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་འཇུག་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རྡོ་ས་པཎ་གྱིས།

ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རབ་ཚ་ཡང་། །
མེ་ཤེལ་མེད་པར་མེ་མི་འབྱུང་། །
དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་བྱིན་རླབས་ཀྱང་། །
བླ་མ་མེད་པར་འཇུག་མི་ནུས། །ཞེས་དང་།
ཡང་གཞུང་གཞན་ལས་ཀྱང་།
བར་གྱི་སྤྲིབ་བྱེད་དག་པ་ན། །
ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི་ནུས་པ་དེ། །
མེ་ཤེལ་དྭངས་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །
བུད་ཤིང་སྟེང་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན། །
ཐ་མལ་སྐྱོན་རྟོག་དག་པ་ན། །
ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱིན་རླབས་དེ། །
མཚན་ལྡན་བླ་མའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །

in reliance upon a qualified guru,
will come to the disciple's mind.

The heat of the sun through a magnifying glass becomes fire and takes hold of tinder or wood. Similarly, the buddhas' deeds enter the minds of disciples through the guru. If there is no magnifying glass of a guru between the sun rays of the buddhas' deeds and the tinder of our minds, it is very difficult for the blessings of the buddhas to enter

Why does Buddha appear in the ordinary form of a teacher or guru? He has to appear this way because since beginningless time we have become ingrained with great karmic obscuration and now we lack the good fortune to be able to see directly the supreme Buddha form adorned with the signs and marks of an enlightened being. For example, throughout the time Arya Asanga meditated inside his cave the noble Maitreya was present but Asanga did not see him. Only after twelve years when he encountered Maitreya in the form of a suffering dog and great compassion was born within him did he behold the actual face of Maitreya through the power of that compassion. In the *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཕེབས་པ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཚ་དྲོད་དེ་མེ་ཤེལ་ལ་བརྟེན་མེར་གྱུར་ནས་སྦྲ་བ་དང་བུད་ཤིང་སོགས་ལ་འཇུག་དགོས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་དེ་ཡང་། བླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་འཇུག་དགོས་པ་ཡིན་ལ།དེ་ཡང་ཉི་མའི་འོད་དང་འདྲ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་དང་སྦྲ་བ་དང་འདྲ་བའི་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་མེ་ཤེལ་དང་འདྲ་བའི་བླ་མ་མེད་ན་རང་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་འཇུག་ཤིན་ཏུ་དཀའོ། །

ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དགེ་རྣན་ནམ་བླ་མ་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ཇི་ལྟར་དགོས་ཞེ་ན། དེ་ནི་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། རང་ཅག་ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་ལས་སྒྲིབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ད་ལྟར་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་མཆོག་དངོས་སུ་མཇལ་བའི་སྐལ་བ་མེད་པས་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་ན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དང་པོར་སྒྲུབ་ཁང་དུ་ཞུགས་དུས་ནས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་དེར་བྱོན་མོད་ཀྱང་ཁོང་གིས་མ་མཇལ་ཞིང་། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྗེ་བཙུན་སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་ཁྱི་མོའི་རྣམ་ཅན་ཞིག་གཟིགས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཁོང་གི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འཁྲུངས་ཤིང་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་བླ་མ་རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་དངོས་སུ་མཇལ་

Until this veil of karmic obscuration is removed,
even if every buddha actually appeared,
other than these present ordinary appearances
we would have no fortune to behold
the supreme body adorned with signs and marks.

Our gurus and spiritual friends are actual buddhas but with our impure karma we are tainted with desire, miserliness and so forth and are unable to see them as being anything more than ordinary people such as ourselves.

Even these days buddhas and bodhisattvas are working for the benefit of sentient beings.

We should think along the following lines. As long as there are sentient beings who suffer, buddhas and bodhisattvas will attempt to free them from their suffering. When these beings gain the forms of humans or gods capable of practicing Dharma, buddhas will visibly appear in the guise of ordinary spiritual teachers. They will teach the ways of practice without fault, omission, in the correct order and in accord with the dispositions of the disciples, beginning with practices of eradication and development. In accord with these teachings the disciples will practice analytical and placement meditation to develop in their minds the three wisdoms of

ཚུལ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་བདུད་རྩི་སྙིང་པོ་ལས།

ལས་ངན་སྒྲིབ་གཡོག་འདི་དང་མ་བྲལ་བར། །

སངས་རྒྱས་མ་ལུས་དངོས་སུ་བྱོན་ན་ཡང་། །

ད་ལྟའི་སྣང་བ་འདི་ཉིད་མ་གཏོགས་པའི། །

མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྐུ་མཆོག་མཐོང་སྐལ་མེད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེའི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ཀྱང་རང་ཉིད་ལས་མ་དག་པའི་དབང་གིས་ཆགས་སྡང་ཅན་དང་སེར་སྣ་ཅན་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་དང་བཅས་པའི་རང་དང་རང་མཉམ་གྱི་ཐ་མལ་པ་ཞིག་ལས་ལྷག་ད་ལྟ་མཇལ་མི་ནུས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེང་སང་གི་དུས་སུ་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ནི། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་བསམ་དགོས་ཏེ། སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་ཇི་སྲིད་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་ཐབས་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཁོ་རང་ཚོས་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ནུས་པའི་ལྷ་མི་སོགས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ན། དེ་དག་གིས་མཐོང་ནུས་ཚོད་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་དེ་དག་གི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པ་དགེ་སྡིག་བླང་དོར་

hearing, contemplation, and meditation, the attainments of renunciation, bodhichitta, the correct view, and so on. Through these practices their realizations and experiences will grow more and more and eventually they will be led to liberation and omniscience. Such guidance is the best way to benefit sentient beings and the best way to fulfill their hopes and wishes. Therefore, by relying upon scripture and pure logic we should think about how buddhas and bodhisattvas of the past appear these days in the forms of ordinary spiritual teachers to work for the benefit of sentient beings by teaching the Dharma and so forth.

In the short, medium and extensive *Perfection of Wisdom Sutras* it says:

> "Ananda, for as long as this Perfection of Wisdom is practiced in the world, for so long will there be tathagatas and for so long will the tathagatas teach the Dharma."

In the *Ornament of Realization* Maitreya said:

> When the mind stream is ripened,
> whatever will be of benefit
> to whatever disciple

ནས་བཟུང་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གོ་རིམ་མ་འཁྲུགས་ཤིང་ཆ་ཚང་བར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་དང་། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བླངས་པ་ལས་དཔྱད་སྒོམ་དང་། འཇོག་སྒོམ། ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ། ངེས་འབྱུང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སོགས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཚད་ཇེ་མཐོ་ཇེ་མཐོར་གྱིས་མཐར་ཐར་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་དུ་འཁྲིད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། མཛད་ཚུལ་འདི་ནི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐབས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་རེ་འདོད་སྐོང་ཚུལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས། སྔོན་བྱོན་གྱི་སངས་རྒྱས་སྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེང་སང་གི་དུས་སུ་ཡངདགེ་བའི་ཆཤེས་གཉེན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་གསུང་པ་སོགས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ནི་ལུང་དང་རིགས་པ་རྣམ་པར་དག་པ་དུ་མའི་སྒོ་ནས་བསམ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་ཀ་ལས། ཀུན་དགའ་བོ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ན་ཇི་སྲིད་དུ་སྤྱོད་པར་དེ་སྲིད་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞུགས་པ་རིག་པར་བྱའོ། །
དེ་སྲིད་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་བསྟན་པ་རིག་པར་བྱའོ། །
ཞེས་དང་། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོས།

at whatever time,
that will appear.

In the *Guru Puja* Panchen Lozang Chokyi Gyaltsen writes:

In ordinary guise,
to lead living beings,
compassionate protector.

The master Kehutsang Jamyang Monlam said:

The buddhas and bodhisattvas of the past
these days work for the sake of others.
When you know this not to be mere words,
it comes down to qualified gurus.

Many other texts say the same.

Therefore, there can be no room for doubting that the buddhas, our objects of refuge, will help us fulfill our wishes. We should think, "From their side buddhas are perfected in a compassion that focuses upon sentient beings. From my side I have gained a human rebirth with its eight leisures and ten endowments, I have met with the Buddha's teaching complete with sutra and tantra and because of good karma,

རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་སྨིན་གྱུར་ན། །
གང་དང་གང་ལ་གང་དང་ནི། །
གང་ཚེ་བྱ་བ་ཕན་གྱུར་པ། །
དེ་དང་དེ་ལ་དེར་སྣང་ངོ་། །ཞེས་དང་།
པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས།
ཐ་མལ་ཚུལ་གྱིས་འགྲོ་བ་འདྲེན་མཛད་པའི། །
སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན། ཞེས་དང་།
རྗེ་ཀུན་ཚང་འཇམ་དབྱངས་སློན་ལམ་གྱིས།
སྔོན་བྱོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས། །
དེང་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པ། །
ཁས་ལེན་ཙམ་མིན་པར་བསམ་ཤེས་ན། །
མཚན་ལྡན་གྱི་བླ་མའི་ཐོག་ཏུ་བབས། ཞེས་སོགས་དུ་མ་གསུངས་སོ། །
དེས་ན་སྐྱབས་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོས་ནས་ང་རང་ལ་ཕན་གྲོགས་མི་མཛད་པ་དང་ང་ཡི་རེ་འདོད་མི་སྐོང་པ་ནི་དོགས་པའི་གནས་མེད་དེ། ཁོང་རྣམས་ནི་ང་རང་སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དམིགས་པའི་བརྩེ་བ་གོམས་པ་མཐའ་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་ང་རང་གི་ངོས་ནས་དལ་འབྱོར་འབྱོར་བཅུ་ཚང་བའི་མི་ལུས་དང་ལྡན།
མདོ་སྔགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་མཇལ།

prayers, and merit accumulated in the past, I have listened to and continue to listen to the practices of the small, great and tantra vehicles from the mouths of the unfailing and best of refuges, the qualified Mahayana spiritual teacher. Therefore, there is no doubt that inside my spiritual teachers there exists a buddha emanation teaching me the Dharma. However, I cannot say in which spiritual teacher that is. Therefore, I will see all spiritual teachers with whom I have a direct Dharma relationship as actual buddhas and if I develop faith, make requests, offer prostrations, make offerings and so on, I can only gain and not lose." We should think in this way constantly.

The way that buddhas benefit others is not to gaze upon them with clairvoyance or celestial eyes from some far off Buddha field and make prayers. Rather, they teach Dharma. To do that they have to manifest as a Dharma teacher. When the time is ripe for disciples to receive teachings, the buddhas' activities will manifest on time like the waves of the ocean.

We cannot trust appearances.

We might think, "If the guru is a buddha then I should see him as one. But as I do not, is he really a buddha?" In general, because we do not see the gurus or spiritual teachers as buddhas we cannot decide that they are not buddhas. For

སྔོན་བསགས་ལས་སྨོན་བསོད་ནམས་བཟང་པོའི་དབང་གིས་བསླུ་བ་མེད་པའི་སྐྱབས་མཆོག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚད་ལྡན་དུ་མའི་ཞལ་སྔ་ནས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་སྔགས་དང་བཅས་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཐོས་དང་ཐོས་བཞིན་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ང་ལ་ཆོས་བཤད་མཁན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐག་ཆོད་ཅིང་འོན་ཀྱང་དེ་སུ་ཡིན་ངེས་དཀའ་བས་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་རང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚང་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་དད་པ་སྒོམ། གསོལ་བ་འདེབས། ཕྱག་འཚལ། མཆོད་པ་ཕུལ་བ་སོགས་བྱས་ན་རང་ལ་ཁེ་ཆེ་ཞིང་གྱོང་མེད་པས་དེ་བཞིན་དུ་བྱའོ་སྙམ་དུ་ཉིན་མཚན་སྤྲེལ་ནས་བསམ་དགོས། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཚུལ་ནི། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་དག་ཞིང་ལྟ་བུ་ཐག་རིང་ཞིག་ནས་སྤྱན་དང་། མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱི་གཟིགས་ནས་སྨོན་ལམ་བཏབ་པ་ཙམ་མིན་པར་དེ་དག་ལ་ཆོས་གསུང་དགོས། དེ་ལ་ཆོས་གསུང་མཁན་སྤྲུལ་དགོས་ཏེ། གདུལ་བྱའི་ཆོས་ཉན་པའི་དུས་ལ་བབ་པ་ན་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པ་ནི། རྒྱ་མཚོའི་རྦབས་བཞིན་དུས་ལས་མི་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། གལ་སྲིད་བླ་མ་སངས་

example, not knowing that someone is a thief does not mean the person is not a thief. Not knowing if someone is a spy does not mean he is not a spy. In a sutra it says:

> I and those like me can judge others, but others should not judge others, for it will bring about degeneration.

In his *Light on the Path to Liberation,* a commentary on the *Pramanavartika,* Gyalstsab Darma Rinchen said:

> Like a pit of fire covered with ash, we cannot tell where holy beings are. Be careful on this point.

Again, we might think "I see faults such as miserliness and anger in my guru and teacher. How can he be a buddha?" It is because of the impure and bad karma of seeing our guru as someone with faults that such appearances arise. Just because the guru appears to have faults that does not mean that he has them. Sutaraka and Devadatta even saw our compassionate Buddha Sakyamuni as having faults. Long ago a father and son while plowing their fields saw Jetsun Milarepa flying through the sky. The father said to his son, "He is an evil man who has killed many people and horses. If his shadow

རྒྱུས་ཡིན་ན་རང་ཅག་གིས་སངས་རྒྱས་སུ་མཐོང་དགོས་ཀྱང་མི་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་སངས་རྒྱས་རང་ཨེ་ཡིན་སྙམ་ན། སྤྱིར་རང་ཉིད་ཀྱིས་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་སངས་རྒྱས་སུ་མ་མཐོང་བས་དེ་དག་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་མི་ནུས་ཏེ། དཔེར་ན་མི་དེ་ཀུན་མ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པས་དེ་ཀུན་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་པ་དང་། མི་དེ་གསང་ཉུལ་པ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པས་དེ་དེ་མིན་པར་སོགས་སྒྲུབ་མི་ནུས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ལས། ང་དང་ང་འདྲ་བས་གང་ཟག་གི་ཚོད་གཟུང་གི །གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་གི་ཚོད་གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏ་རེ། ཞེས་དང་། རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས་ཀྱང་། ཐལ་བས་གཡོག་པའི་མེ་དོང་བཞིན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གང་ན་ཡོད་མི་ཤེས་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱའོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་རང་གི་དགེ་རྒན་ནམ་བླ་མ་དེ་དང་དེ་ལ་སེར་སྣ་དང་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་སྐྱོན་དེ་དང་དེ་ཡོད་པར་ང་ལ་སྣང་བས། དེ་དག་སངས་རྒྱས་ཅི་ཨེ་ཡིན་སྙམ་ན། དེ་ནི་རང་ཉིད་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྐྱོན་ཅན་དུ་མཐོང་བའི་ལས་ངན་མ་དག་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་སྣང་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། རང་ལ་དེ་སྐྱོན་ཅན་དུ་སྣང་ན་དེ་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དཔེར་ན་སྔོན་ལེགས་སྐར་དང་ལྷས་བྱིན་གཉིས་

falls upon us we will be struck by his curse." In the light of these accounts how can we sure of what appears to us? Why wouldn't Buddha intentionally appear as an ordinary, flawed spiritual teacher and teach the Dharma to ordinary, flawed disciples? It is certainly possible. Moreover, the Buddha himself has appeared in ordinary guise in order to subdue ordinary disciples. Our compassionate Buddha is a supreme emanation endowed with the physical attributes and signs of an enlightened being, yet in order to subdue the king of celestial musicians, a conceited vina player, he appeared in the form of an ordinary vina player. To tame the murderer Angulimala he showed himself in the form of an ordinary monk. Many deities have wrathful and frightening forms but they appear that way because of the disciples. In reality they are not merciless flesh-eating and blood-drinking beings. We should think deeply about this point and convince ourselves that we cannot put our trust in appearances. His Holiness the Seventh Dalai Lama said the following and we should think likewise:

> To some they appear as the malicious Naga leader,
> Lions' Roar.
> To others they are Amoghapasha or Ishvara and so on.
> In many forms do they manifest.

ཀྱིས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཡང་སྐྱོན་ཅན་དུ་མཇལ་བ་དང་། ཡང་སྔོན་ས་ཞིང་རྨོ་མཁན་ཕ་བུ་གཉིས་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་མིད་ལ་གནམ་ལ་འཕུར་བ་མཐོང་སྐབས་ཕ་བཤན་དེས་རང་གི་བུ་ལ་མི་ཡ་གི་གྲིབ་མའི་འོག་ཏུ་ཕྱིན་ན། ཕོ་མི་རྟ་མང་པོ་བསད་པའི་སྡིག་ཆེན་ཡིན་པས་བཙོག་གྲིབ་ཐོག་ཡོང་ཅེས་བརྗོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་ག་ལ་ཡོད། ཡང་ན་གདུལ་བྱ་སྙིང་རྗེ་ཅན་ཐ་མལ་པ་རང་ཅག་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བཤེས་གཉེན་སྐྱོན་ཅན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་ཆོས་བཤད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མིན་སྟེ་ཡིན་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཡང་གདུལ་བྱ་ཐ་མལ་པ་འདུལ་བའི་ཆེད་དུ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ་ཡིན་ཀྱང་། ང་རྒྱལ་ཅན་དྲི་ཟའི་རྒྱལ་པོ་པི་ཝང་མཁན་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་པི་ཝང་མཁན་ཐ་མལ་པ་དང་། སྡིག་པོ་ཆེ་སོར་ཕྲེང་ཅན་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་དགེ་སློང་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་དང་། ཡི་དམ་དྲག་པོ་སྟེ་ཁྲོ་བོའི་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་དེ་དང་དེའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་དེ་རྣམས་སྙིང་རྗེ་མེད་ཅིང་ཤ་ཟ་ཁྲག་འཐུང་ཐ་མལ་པ་དེ་ལྟར་མིན་པ་སོགས་ཞིབ་པར་བསམས་ནས་རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པར་བསྒོམ་དགོས་སོ།

Sometimes as Vighnantaka, Takiraja, Hayagriva, or
Mahakala.
Their ferocity may fill the three worlds,
yet their minds never stray from compassion.

Although gurus and spiritual teachers appear as ordinary spiritual teachers at our level of perception, the reality is that there is no certainty that such appearances actually exist that way. For ordinary people such as ourselves our karma will ensure that there are many discrepancies between the way things appear and the way they actually exist. There is one root guru who is the object of our perceptions yet there will be many different perceptions of that object depending on the different degrees of purity of the perceivers' karma. At the outset of our practice before we have entered any of the paths, even with great faith in the guru we will not see him in a form other than that of an ordinary being. However, by following the guru's instruction our practice gradually progresses to an effortless development of renunciation, bodhichitta, and so on and we enter the path of accumulation. Here we are able to see the guru as an actual buddha. Again, practicing in accord with the guru's instructions we move to the path of great accumulation where we see the guru as a buddha in Supreme Emanation. Then by pursuing a practice

ཇི་སྐད་དུ་ཡང་། ༸སྐྱབས་མགོན་བདུན་པ་ཆེན་པོས།

ལ་ལར་གདུག་ཅན་ཀླུ་ཡི་དེད་དཔོན་སེ་ཏྲེའི་སྦྲུ་དང་གཞན་དུ་ནི། །
དོན་ཡོད་ཞགས་དང་མགྲིན་སྔོན་ལ་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མའི་ཆོ་འཕྲུལ་འགྱེད། །རེས་འགའ་བགེགས་འཇོམས་ཁྲོ་རྒྱལ་རྟ་མགྲིན་ལེགས་ལྡན་ནག་པོའི་ཚུལ་ལ་སོགས། །
དྲག་ཤུལ་ས་གསུམ་འགེངས་པ་བསྟན་ཡང་ཐུགས་ནི་བརྩེ་ལས་གཡོ་མི་མངའ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམ་དགོས་སོ། །

དེས་ན་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་རང་གི་སྣང་ཚོད་ལ་ཐ་མལ་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་ལྟ་བུར་སྣང་ཡང་། དོན་ལ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། བདག་ལྟ་བུ་ལ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྣང་གནས་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་མཇལ་ཡུལ་རང་གི་རྩ་བའི་བླ་མ་གཅིག་ཉིད། མཇལ་བ་པོ་རང་ཉིད་ལས་དག་ཆེ་ཆུང་གིས་མཇལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་དེ། རང་ཉིད་བླ་མ་དེ་ལ་དད་པ་དང་ལྡན་ཡང་ལམ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་ལས་དང་པོ་པའི་སྐབས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པ་ལས་གཞན་མཇལ་མི་ནུས་ཀྱང་། རྗེས་སུ་རིམ་པས་རང་གིས་བླ་མ་དེའི་མན་ངག་བཞིན་སྒྲུབ་པ་ཉམས་སུ་བླངས་ནས་ངེས་འབྱུང་དང་། བྱང་སེམས་སོགས་ལ་རྩོལ་མེད་ཀྱི་སྐྱོང་བ་ཐོན་སྟེ་ཚོགས་ལམ་ཐོབ་པ་ན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་སངས་རྒྱས་

of sustained meditation in accord with the guru's words, method and wisdom are united and we reach the path of seeing to become an arya bodhisattva. There we see the guru as a buddha in Enjoyment Body form. Upon the attainment of enlightenment we directly perceive the Transcendent Wisdom body of the guru's mind.

Therefore, we should know that the guru not appearing in a form other than the ordinary is due to our impure karma and that appearance does not exist objectively from the side of the guru. When Chandrakirti says in *Engaging in the Middle Way*, "Hungry ghosts see rivers as pus" and so forth, he is discussing the way a bowl of water would appear to a hungry ghost, a human, and a god who are all influenced by their powerful individual karmas and whether the way it appeared would differ from the way it actually existed. We should think along those lines in this context too. This analysis of a discrepancy between way of appearance and way of existence not only serves a purpose here but is invaluable for ascertaining the right view also.

Developing respect by remembering the kindness of the guru

This has four outlines:

དངོས་མཇལ་ནུས། དེ་ནས་རང་གིས་བླ་མ་དེའི་མན་ངག་བཞིན་སྒྲུབ་པ་ཉམས་སུ་བླངས་ནས་ཚོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་ན། རང་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ་དངོས་མཇལ་ནུས། དེ་ནས་ཡང་རང་གིས་བླ་མ་དེའི་མན་ངག་བཞིན་ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲུབ་པ་ཉམས་སུ་བླངས་ནས་ཡང་ཡང་གོམས་པས་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ན་རང་ཉིད་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་རང་གི་བླ་མ་ལོངས་སྐུའི་རྣམ་ཅན་དངོས་སུ་མཇལ་ཞིང་། དེ་ནས་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པ་ན་བླ་མའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་མངོན་སུམ་དུ་མཇལ་ནུས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེར་བརྟེན་བླ་མ་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པ་ལས་གཞན་མི་སྣང་བ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་ངན་མ་དག་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་བླ་མའི་ངོས་ནས་མིན་པར་བསམ་དགོས།

འདི་ཡང་འཇུག་པ་ལས། ཆུ་འབབ་ཀླུང་ལ་ཡི་དྭགས་རྣམ་བློ་ཡང་། ། ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལས་སྨོན་ལྡན་གྱི་ལྷ་མི་ཡི་དྭགས་གསུམ་གྱིས་ཆུ་ཕོར་པ་གང་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་བལྟ་བའི་ཚེ་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་ཇི་བྱུང་ལྟར་འདིར་ཡང་བསམ་དགོས་པ་ཡིན། སྣང་གནས་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་དཔྱད་པ་འདི་ནི་སྐབས་འདི་ཙམ་མ་ཟད་ལྟ་བ་གཏན་ལ་འབེབ་པ་ལའང་གནད་ཆེའོ། །

1. A kindness greater than that of the Buddha
2. Kindness in teaching the Dharma
3. The kindness of blessing
4. Material kindness that gathers us into his circle

A kindness greater than that of the Buddha

This is under two headings:

1. A kindness greater than that of every buddha
2. A kindness greater than Buddha Shakyamuni

A kindness greater than that of every buddha

Generally, in terms of the two great causal accumulations of merit, of the attainments of the resultant transcendent wisdom bodies, of working for all beings at all times and other eradication and insight qualities of wisdom, compassion and power, there is no difference at all between our gurus and all buddhas of past, present, and future. The *Abhidharmakosha* says:

> Every buddha is equal in merit,
> in dharmakaya, in working for others,
> but not in lifespan, race,
> and bodily dimension.

གཉིས་པ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་ནས་གུས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་བཞི། བླ་མ་སངས་རྒྱས་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན། ཆོས་གསུངས་པའི་བཀའ་དྲིན། ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རླབས་པའི་བཀའ་དྲིན། ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན། སྒོས་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན་ནོ། །

དང་པོ་ནི། སྤྱིར་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་དང་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་དུ་རྒྱུ་ཚོགས་གཉིས་རླབས་པོ་ཆེ་གོམས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་མངོན་དུ་བྱས་པ། དུས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པ་སོགས་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་མཉམ་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་མཛོད་རྩ་བ་ལས།

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཚོགས་དང་ནི། །
ཆོས་སྐུ་འགྲོ་བའི་དོན་སྤྱོད་པ། །
མཉམ་པ་ཉིད་དེ་སྐུ་ཚེ་དང་། །
རིགས་དང་སྐུ་བོང་ཚོད་ཀྱིས་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་།

རང་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཆུང་གི་ངོས་ནས་བསམས་ན་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་གཞན་སུ་དང་མི་འདྲ་བའི་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པར་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་

Nevertheless, if we think about this from the point of view of who has been kinder to us, our own spiritual teachers possess a special kindness that is greater than that of all the buddhas. The Omniscient Khedrup Rinpoche said in a praise to Je Tsongkhapa:

> Kindness greater than that of all buddhas,
> peerless guru supreme I make this request.

In the past, countless buddhas appeared and they set countless beings on the paths to liberation and omniscience. However, I with my bad karma and great store of nonvirtue did not have the great fortune to be cultivated by these buddhas. Also, as Je Tsongkhapa says in the *Three Principal Points of the Path:*

> Swept along by the current of four powerful rivers,
> tightly bound by the hard to break chains of karma,
> cast headlong into the iron traps of cherishing self,
> totally enveloped by the darkness of ignorance,
> born again and again in endless samsara,
> unceasingly tortured by the three sufferings.

This is indeed our present situation and in such a state where

པས། དཔལ་ལྡན་ས་གསུམ་མ་ལས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅན། །ཟླ་མེད་བླ་མ་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་བཞིན་སྔོན་སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་བྱོན་ནས་གདུལ་བྱ་བགྲང་པ་ལས་འདས་པ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལ་བཀོད་ཟིན་མོད་ཀྱང་། ལས་ངན་སྡིག་ཅན་མ་རུང་པ་བདག་ནི་སངས་རྒྱས་དེ་དག་གིས་འདུལ་པའི་སྐལ་པ་ཅན་དུ་མ་གྱུར་པར་མ་ཟད་ད་ལྟའང་རང་གི་དང་ཚུལ་དངོས་ནི། རྗེ་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།

ཤུགས་དྲག་ཆུ་བོ་བཞི་ཡི་རྒྱུན་གྱིས་ཁྱེར། །
བཟློག་དཀའ་ལས་ཀྱི་འཆིང་བ་དམ་པོས་བསྡམས། །
བདག་འཛིན་ལྕགས་ཀྱི་དྲ་བའི་སྦུབས་སུ་ཚུད། །
མ་རིག་མུན་པའི་སྨག་ཆེན་ཀུན་ནས་འཐིབས། །
མུ་མེད་སྲིད་པར་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་རུ། །
སྡུག་བསྔལ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་མནར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ཟད་དོ། །

དེར་བརྟེན་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་མྱང་དང་མྱོང་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སུ་བདག་ཉིད་རྗེས་སུ་བཟུང་ནས་མ་བཟང་པོས་བུ་གཅིག་ངན་སྐྱོང་བ་ལྟར། ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་སྒོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་

we continue to experience the intolerable sufferings of samsara and of the lower realms our spiritual teachers care for us personally like a good mother bringing up an unruly child, nourishing us with dharma and telling us of the flawless practices that result in liberation and omniscience. This is kindness a million times greater than that of previous buddhas. We should think on this again and again. The bodhisattva Shantideva said:

> Countless buddhas have come and gone,
> working for the sake of every living being,
> and yet by my misdeeds
> I was not an object of their care.

Panchen Lozang Chokyi Gyaltsen said in the *Guru Puja:*

> For we unruly beings of this degenerate age
> untamed by countless buddhas of the past,
> I request you compassionate guide and refuge
> who teaches the wonderful path of the tathagatas.

In this way we should think on the kindness of the gurus.

བསྐྱངས་ཤིང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གསུངས་པ་འདི་ནི་སྔོན་གྱི་རྒྱལ་བ་ཀུན་ལས་བཀའ་དྲིན་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་ཡིན་པས་དེ་དོན་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསམ་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་། རྒྱལ་སྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷས།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་མཛད་པའི། །
སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། །
བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི། །
གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་།
པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་།
སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་པའི། །
མ་རུང་གདུལ་དཀའི་སྙིགས་དུས་འགྲོ་བ་ལ། །
བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་ཇི་བཞིན་སྟོན་པ་ཡི། །
སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་བཀའ་དྲིན་དྲན་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དེ་ཡང་སྔོན་སྟོན་པའི་སྐུ་སྐྱེ་བྲམ་ཟེ་རྒྱ་མཚོའི་རྡུལ་གྱིས་སྙིགས་དུས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་འདུལ་བར་ཐུགས་བསྐྱེད་པས། ཆོ་ལོ་བརྒྱ་

A kindness greater than that of Buddha Shakyamuni

In a previous life as Brahman Varunaraja the buddha developed the mind of enlightenment in order to tame the minds of sentient beings of this degenerate age. For disciples of a hundred year life span this makes him far kinder than other buddhas. However, for unruly beings such as ourselves, untamed by the kindness of the compassionate and skillful Buddha, it is our teachers in form and speech similar to our own who use many peaceful and wrathful means to tame us and to lead us along the paths of freedom and omniscience. Were we to meet with the buddha himself he could not do more. We should think about how such deeds are of a kindness and compassion far greater than that of the Buddha.

The kindness of teaching Dharma

Scholars and practitioners of the past underwent frequent hardships in order to hear the Dharma and paid no regard to thoughts of physical comfort or material possession. However, we are free of the difficulties of having to travel long distances for the Dharma and our teachers teach us with great compassion and without error the practices of eradication and development in accord with the faculties of the disciples without the slightest concern as to whether we have gold or other forms of wealth as offerings for their

བའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་གཞན་ལས་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་འདི་ཉིད་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ཡིན་ཀྱང་། ཐབས་མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེས་ཀྱང་མ་ཐུལ་བའི་སྤྱོད་ངན་ཉེས་ཅན་བདག་དང་བདག་འདྲ་བ་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ཀྱིས་རང་དང་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་གྱིས་ཞལ་བསྟན་ཅིང་། གསུང་འབྲོན་ནས་རང་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཞི་དྲག་ཐབས་མཁས་ཀྱི་རྣམ་པ་དུ་མས་བདག་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་འཕྲད་ཀྱང་། དེ་ལྷག་མཐོང་དུ་མེད་པའི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལ་འཁྲིད་པར་མཛད་པ་འདི་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་དང་ཐུགས་རྗེ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པར་བསམ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་གསུང་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཉན་པའི་ཕྱིར་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་གང་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱོད་དུ་མ་མཛད་མོད་ཀྱང་། རང་རེ་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་ལམ་ཐག་རིང་པོར་བགྲོད་པའི་དཀའ་ངལ་ནི་མེད། ཡང་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བཀའ་དྲིན་ཅན་འདི་རྣམས་ཀྱིས། གསེར་སོགས་ཆོས་གསུང་ཡོན་འབུལ་རྒྱུ་ཡོད་མེད་སོགས་གང་ལའང་མི་གཟིགས་པར་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས། གདུལ་བྱ་རང་ཉིད་ཀྱི་དབང་པོ་དང་འཚམས་པའི་བླང་དོར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་འདི་ནི་གསལ་བ་

teachings. We should look upon this as a great kindness that can never be repaid. The great Atisha said:

> You are so fortunate to have found what is so essential with so little hardship. Practice well and practice with effort.

If there is no way to match the kindness of our gurus and spiritual teachers who explain just one verse to us, how would it be possible to measure the kindness of being taught the complete paths of sutra and tantra? The *Essence of Nectar Stages of the Path* says:

> It has been said that to make offerings
> for as many eons as letters in a single verse taught,
> would still not match such kindness.
> How then will the kindness of being taught
> the wonderful path to completion
> ever be measured?

As Tsongkhapa has said, our basic state is "the form of a human but the discrimination of a farm animal." At one time we did not know anything and were as ignorant as a baby cow. Then our teachers taught us the alphabet and how to

ཏུ་མེད་པའི་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བསམ་དགོས་ཏེ། མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས། ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་བའི་ལས་མ་བགྱིས་པར་སྙིང་པོའི་དོན་རྟེན་པ་བསོད་ནམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན། ལེགས་པར་ནན་གཏན་དུ་བགྱིས་ཤིག །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལ་ཆོས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་བསྟན་པའི་བཀའ་དྲིན་ཡང་གསོ་ཐབས་མེད་ན། མདོ་སྔགས་ཀྱི་ལམ་ཡོང་རྫོགས་བསྟན་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི་གཞལ་དུ་ག་ལ་ཡོད་དེ། ལམ་རིམ་བདུད་རྩི་སྙིང་པོ་ལས།

ཚིགས་བཅད་གཅིག་བསྟན་ཡི་གེའི་གྲངས་སྙེད་ཀྱི། །
བསྐལ་པར་མཆོད་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་མི་འཁོར་བར། །
གསུངས་ན་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་བཟང་ཉེར་བསྟན་པའི། །
བཀའ་དྲིན་འདི་ནི་གང་གིས་གཞལ་བར་ནུས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རང་ཉིད་སོ་སོའི་གནས་སྣང་སམ་རང་བཞིན་ནི། རྗེ་བླ་མས། མི་ཡི་ཤ་ཚུགས་ཕྱུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཅན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་རྨོངས་པ་གླང་ཕྱུག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མེད་ཀྱང་། རྗེས་སུ་དགེ་རྒན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཀ་ཁ་སོགས་ཡི་གེ་བསླབས་ཤིང་། དེ་ནས་བླ་མ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་རབ་བྱུང་གི་སྡོམ་པ་དང་། དེ་ནས་བསྙེན་རྫོགས་དང་སྔགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་གཞན་ཡང་དབང་ལུང་མན་ངག་སོགས་གནང་སྟེ་གླང་ཕྱུག་མི་གྲལ་དུ་ཚུད་པ་གནང་བས་བཀའ་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་

read and write, our gurus bestowed upon us monastic vows, full ordination, tantric vows, initiations, transmissions, and instructions. This baby cow was brought into the ranks of human beings. Isn't this immense kindness? If this had not happened, by now we would undoubtedly be old fools unable to recognize the first letter of the alphabet even it were the size of an ox's head—whose faith would not be aroused even if the Buddha flew through the skies—like goateed old sinners with no compassion even for animals whose intestines are hanging out.

The kindness of blessing

Although we may find it difficult to understand even the grosser levels of eradication and cultivation because of being conditioned to all forms of delusion since beginningless time, we have now achieved human rebirth, are in the presence of the Dharma and we at least understand what it means to have a faith in the guru and the Three Jewels. Such an understanding is the blessing of the guru. The term *blessing* means to give and to transform. In the past we had no understanding of what it means to have faith in the gurus and in the Three Jewels, but now we have minds that have faith and that want to develop virtuous activities. Our gurus have given this to us. They have transformed our minds.

བར་མ་ཡིན་ནམ། གཞན་དུ་ན་ད་ཆོད་ཀ་སླང་གི་མགོ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་ཡང་མི་ཤེས་པའི་རྨོངས་ཆན་སངས་རྒྱས་གནམ་ལ་འཕུར་པ་ལ་དད་པ་ཡང་མེད། སེམས་ཅན་རྒྱ་མ་ལུག་པ་ལ་སྙིང་རྗེ་ཡང་མེད་པའི་སྡིག་ཆེན་ཨོག་ཅོམ་ཅན་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། རང་རེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་གོམས་པའི་དབང་གིས་དགེ་སྡིག་བླང་དོར་རག་པ་ཙམ་ཡང་ཤེས་དཀའ་ནའང་། ད་ལྟ་ཆོས་ལྡན་གྱི་མིའི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། བླ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་ཙམ་བྱེད་ཤེས་པ་འདི་བླ་མས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིན་ཞེས་པ་ནི་སྤྲོད་པ་དང་། བརླབས་ཞེས་པ་ནི་བསྒྱུར་བའི་དོན་ཡིན་པས། སྔོན་བླ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་ཀྱང་། ད་ལྟ་དགེ་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བློ་དང་དད་པ་སོགས་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་བླ་མས་རང་ལ་བྱིན་པ་དང་རང་སེམས་བསྒྱུར་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ད་ལྟའི་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་ནས་བཟུང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བར་གྱི་དགེ་བ་རྣམས་བླ་མའི་བྱིན་རླབས་ཡིན་ཏེ། དགེ་བ་ཡིན་ན་རང་གི་བདག་རྐྱེན་དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་ལས་བྱུང་དགོས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་དེ་རང་གི་བླ་མའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལས་གཞན་ལ་བཞག་དཀའོ། །

Furthermore, every possible virtue, from those in our minds at present such as the wisdom of listening, contemplation and meditation, up to virtues of the transcendent wisdom of omniscience arises due to the blessing of the guru. Every virtue must be created from its own determining cause. This can be none other than the dharmakaya and it is difficult to posit such a dharmakaya as being anything other than the mind of the guru. If we think deeply using scripture and logic, we can come to understand how the virtues within our mind are the work of the dharmakaya. Tsongkhapa said:

> Though we have listened, we do not remember. Though we have thought, we have not understood. Though we have meditated, no insight has grown within us. At such times when our minds are so weak, the advice is to turn to the field of merit.

Do not think the "field of merit" to be other than the guru. Therefore, if we pray to the guru, he will bless our minds and all we wish for will be quickly realized.

The material kindness that gathers us into his circle

In the great monasteries for example, most teachers and lamas will first of all please their students with material help

དེས་ན་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དགེ་བ་རྣམས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུའི་འཕྲིན་ལས་ཡིན་པར་ལྷུང་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་ན་ཤེས་ནུས་ཏེ། འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། མཉན་ན་ཚིག་མི་ཟིན། བསམས་ན་དོན་མི་གོ །བསྒོམས་ན་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེ་བའི་བློའི་མཐུ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བའི་དུས་སུ་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་པ་མན་ངག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཞིང་གི་མཐུ་ནི་བླ་མ་ལས་གཞན་དུ་བསམ་པར་མི་བྱ་ལ། དེའི་ཕྱིར་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་བླ་མས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཏེ་བསམ་དོན་ཐམས་ཅད་མྱུར་དུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དཔེར་ན་དགོན་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་གི་དགེ་ཚན་རྣམ་པ་སོགས་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཕལ་མོ་ཆེས་དགེ་ཕྲུག་ཚོར་དང་པོར་ལྟོ་གོས་གནས་གསུམ་སོགས་ཟང་ཟིང་གིས་སེམས་མགུ་བ་གནང་ཞིང་། དེ་ནས་ཞི་དྲག་གང་འོས་ཀྱི་བསླབ་བྱ་དང་བཅས་ཆོས་ཕྱོགས་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ལ་འཁྲིད་པར་མཛད་པ་ཡིན།

འདི་ནི་འཇམ་མགོན་བླ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།

ཐོག་མར་ཟང་ཟིང་བྱིན་པས་སེམས་ཅན་རྣམས། །
འཁོར་དུ་བསྡུས་ནས་ཆོས་ཀྱིས་ཚིམ་བྱེད་ཤོག །ཞེས་པའི་ཐུགས་སྨོན་བཞིན་ང་རང་རྣམས་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་ནས་ཆོས་ལ་ཁྲིད་པ་

such as food, clothes, and shelter. Then they will guide them through the stages of Dharma practice with teachings and instruction, wrathful or peaceful according to need. Tsong-khapa said:

> Having gathered them about me with material help
> may I satisfy them with the Dharma.

In accord with such a prayer we have been gathered into the guru's circle by material gifts and led toward the Dharma. We should think on this as a great kindness. A very clear example of how to remember the kindness of our teachers and gurus can be found in the *Dasadharmaka Sutra* taught by our compassionate Buddha:

> I see him as one who searches for me
> as I wander a long time in samsara,
> who wakes me lost me in sleep,
> a long time veiled by ignorance,
> who will pull me from the depths of the ocean of
> samsara,
> a teacher of the good path to one who has strayed
> badly,
> who will liberate me from the imprisonment of samsara,

ནི་བཀའ་དྲིན་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་བསམ་དགོས་པ་དང་། ཡང་འདི་ལྟར་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་དྲན་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཞིག་ནི། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་ཆོས་བཅུ་པའི་མདོ་ལས།

བདག་ཡུན་རིང་དུ་འཁོར་བར་འཁྱམས་པ་འཚོལ་བར་བྱེད་པ་དང་།
བདག་ཡུན་རིང་དུ་གཏི་མུག་གིས་བསྒྲིབས་ཤིང་གཉིད་ལོག་པའི་སད་བྱེད།
བདག་སྡིག་པའི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་བྱིང་བའི་འབྱིན་བྱེད།
བདག་ལམ་ངན་པར་ཞུགས་པ་ལ་ལམ་བཟང་པོ་སྟོན་མཁན།
བདག་སྡིག་པའི་བཙོན་རར་བཅིངས་པ་འགྲོལ་བྱེད།
བདག་ཡུན་རིང་པོར་ནད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པར་གསོ་བའི་སྨན་པ།
བདག་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་མེས་ཀུན་ཏུ་འབར་བ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཆར་སྤྲིན་གྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་བཀའ་དྲིན་བསམས་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་བདག་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ནི་ཞེས་གོང་གི་ཚིག་རྣམས་ཀྱི་མགོར་སྦྱར་དགོས་པ་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་གསུངས་སོ། །

དེས་ན་ང་རང་ཚོ་ཁྲིམས་པ་དང་རབ་བྱུང་ཧི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ཉིད་ཀྱི་དད་པ་དང་། ཤེས་རབ་བརྩོན་འགྲུས་ཆེ་ཆུང་གིས་མཁས་བླུན་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་གྱི། བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བསླུས་པ་གཏན་ནས་མེད་དེ། མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་དང་། རྗེ་བཙུན་མིད་

a doctor who will revive me worn down by long time
illness,
a soothing rain cloud on the fiery torment of my desires.

We should contemplate such kindness and put the words "my spiritual teachers" at the beginning of each line as Je Tsongkhapa has indicated in his *Extensive "Stages on the Path."*

Therefore, whether we are lay practitioners or ordained monks and nuns we are of many different levels of wisdom and stupidity because of our differing amounts of faith, wisdom, and effort but we were never let down by our gurus and spiritual teachers. Even the attainment of the state of enlightened union in one lifetime by practitioners such as Nagarjuna and Jetsun Mila was achieved mainly by the power of their strong faith in the guru. Meditating on faith in the guru, therefore, is such an important practice.

Devoting Oneself to the Guru through Activity

This is under three headings:

1. Offering material wealth
2. Respect and service
3. Obeying the guru's words

ལ་སོགས་ཆེ་གཅིག་ལ་ཐུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའང་གཙོ་བོར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མ་ལ་དད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཡིན་པས། བླ་མ་ལ་དད་པ་སྒོམ་པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་སྦྱོར་བའི་བསྙེན་ཚུལ་ལ་གསུམ། རྙེད་པ་ཟང་ཟིང་འབུལ་བ། བཀུར་སྟི་རིམ་གྲོ་བྱེད་པ། བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཐོབ་བྱ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་གང་རུང་ཐོབ་པ་ལ། ཡར་སྐྱབས་ཡུལ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་བ་དང་། མར་ངན་སློང་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ། རང་གཞན་གྱི་དགེ་ཚོགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསོད་ནམས་གསོག་དགོས་ཤིང་མཆོད་པ་འབུལ་ཡུལ་ལ་ནི་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།

མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས། །
དེ་ཚེ་སློབ་དཔོན་དབང་སྐུར་ཕྱིར། །
བསྙེན་བཀུར་རིན་ཆེན་སོགས་སྦྱིན་དང་། །
བཀའ་སྒྲུབ་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །
བླ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རང་ལ་ཡོད་པའི་དངོས་རྫས་རྣམས་ལས་མང་ལེགས་ཆེ་གསུམ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སེར་སྣ་སོགས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་གོས་པར་དད་པས་འབུལ་

Offering material wealth

To achieve the temporary goal of a higher rebirth or the permanent goal of liberation we need to accumulate merit. This can be achieved by making offerings to the Three Jewels, by giving to the poor, and rejoicing in the virtues of oneself and others. As a recipient for offerings there is none greater than one's spiritual teacher. The peerless Atisha said:

> To receive initiation from the master,
> offer your service as well as precious jewels,
> follow his words and in every way
> delight the sacred guru.

From our material possessions we should pick those that excel in size, quality, and quantity and without the pollution of parsimony and other mental afflictions we should offer them with faith. The *Stages on the Path* and other texts say that is not right to offer the yellow of a leaf or the mould from cheese. It is wrong to offer that which is poor in quality, number, or size while we still possess the same in greater quality, number, and size. To perform such a offering and then to repeat the verse:

> Destitute and without merit,
> I have no other wealth to offer.

དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་ལ་བཟང་པོ་དང་། མང་པོ། ཆེན་པོ་སོགས་ཡོད་བཞིན་དུ་ངན་པ་དང་ཉུང་བ་དང་ཆུང་དུ་སོགས་འབུལ་མི་རུང་སྟེ། ལམ་རིམ་སོགས་ལས། ལོ་མའི་སེར་ས་དང་ཐུད་ཀྱི་སྐྱོ་ས་ནས་ཕུལ་མི་རུང་བ་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་རང་ལ་འབུལ་རྫས་བཟང་ཆེ་མང་གསུམ་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་དག་ལས་ཟློག་ནས་ཕྲན་ཙམ་རེ་ཕུལ་སྟེ། བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཀྲེན་ཆེན་སྟེ། །

མཆོད་པའི་ནོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །

དེས་ན་བཞན་དོན་དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་འདི། །

བདག་གི་དོན་སླད་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག །ཞེས་པ་ནི་ལོང་བས་མིག་ལྡན་འགོ་སྐོར་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་མི་རུང་བར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་བཀུར་སྟི་རིམ་གྲོ་བྱེད་པ་ནི། རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་དང་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་མཐོང་པའི་དད་པ་དང་། བྱས་གཟོ་ཤེས་པའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་པ་དང་བཅས་ཕྱག་གཡོག་ཚུལ་བཞིན་སྒྲུབ་དགོས། སྔོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་མང་པོས་བླ་མའི་སྙུན་གཡོག་སོགས་མཛད་པ་ལས་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་བློ་བུར་དུ་འཁྲུངས་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་ལ་གཟིགས་ནས་བདག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཉམས་ལེན་བྱའོ་སྙམ་དུ་བསམས་ནས་རང་གི་གང་ནུས་ཀྱི་ཕྱག་གཡོག་སོགས་ཞུ་དགོས། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གསུངས་སོ། །

> Therefore, protectors who think only of others,
> accept with your great power
> this offering for my sake.

is like a blind person trying to deceive one with sight.

Respect and service

With the faith that sees their good qualities and with an awareness of their kindness that is so difficult to repay, we should serve our spiritual teachers properly. Many a scholar practitioner of the past has served as a nurse in times of their guru's illness and from such service they have gained sudden realizations. Looking at their biographies we should think, "I too will practice in this way," and we should offer ourselves in their service as much as we are able. This is said to be a practice of enormous benefit.

Obeying the guru's words

Whatever duties in Dharma, pleasant or otherwise, our teachers and gurus instruct us to do, we should carry them out. We should not dwell on the hardships the tasks may cause us but do it with determination, perseverance, sincerely, honestly, and with great enthusiasm. This is also one of the main ways of removing obscurations. For example,

གསུམ་པ་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པ་ནི། དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་མཐུན་གྱི་བྱེད་སྒོ་ལེགས་ཉེས་གང་གསུང་པ་ཐམས་ཅད་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལ་ཧི་མི་སྐམ་ཞིང་ངོས་ལྐོག་དང་། ཉིན་མཚན་མེད་པར་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་འབད་རྩོལ་ཆེན་པོས་མཐའ་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། འདི་ནི་སྒྲིབ་སྦྱོང་གི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་རྗེ་བཙུན་མི་ལས་སྲས་མཁར་དགུ་ཐོག་བརྩིགས་པ་སོགས་ཀྱིས། སྐུ་ཚེ་དེ་ལ་ཟུང་འཇུག་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་བརྙེས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛོད་རྩ་བ་ལས།

ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྡན་པའི། །

སྒོམ་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྦྱོར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྔགས་བཅས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེགས་པར་སྲུང་ཞིང་། བྱམས་སྙིང་རྗེ་སོགས་དང་འབྲེལ་པའི་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་བླང་དོར་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས། འདི་ནི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སྲས་དང་བཅས་པ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་པ་ཡིན་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རླབས་པོ་ཆེ་གསོག་པ་སྟེ།

སློབ་དཔོན་དཔའ་བོའི་སྟོན་པའི་སྐྱེས་རབས་ལས།

Milarepa built nine-story towers and in that life reached the Vajradhara state of unification. Also Vasubandhu in his *Abhidharmakosha* said:

> Dwell in morality and apply yourself to meditation
> endowed with study and contemplation.

As this quote states, we should guard well the vows of individual liberation, bodhichitta, and tantra, and live in the contentment of few desires with love and compassion. In such a lifestyle we should engage in the practices of eradication and cultivation. This is the offering of practice in accord with the words of the guru. It brings great delight to the gurus, buddhas and bodhisattvas, thereby ensuring a great accumulation of merit. In the *Births of the Buddha* Acharya Shura said:

> An offering that repays the kindness
> is to practice in accord with instructions.

Jetsun Milarepa said:

> I shall repay the kindness of my father guru by practice.

Again:

ཕན་པའི་ཡན་དུ་མཆོད་པ་བྱ་བ་ནི། །
བསྒོ་བའི་ཚིག་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། རྗེ་མིད་ལས།
ཕ་བླ་མའི་དྲིན་ལན་སྒྲུབ་པས་མཇལ། ཞེས་དང་།
སྙིང་རུས་སྡུག་སྲན་གྱིས་སྒྲུབ་པ་འདི། །
ཕ་བླ་མ་མཉེས་པའི་ཞབས་ཏོག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན་
པས་རང་ལ་ནུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བཀའ་
བཞིན་སྒྲུབ་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་པར་འཚལ་ལོ། །དེ་ལྟར་བླ་མའི་
མན་ངག་བཞིན་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་དྲངས་པའི་ནང་ཆོས་ཉམས་
སུ་ལེན་ཚུལ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་ལ་
དཔྱད་བསྒོམས་ཀྱིས་སྦྱོང་བ་ཐོན་པ་ན། དེ་ནས་དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་
ནས་བཟུང་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་དམིགས་རྣམ་སྦྱོང་པའི་སྒོ་
ནས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱའོ། །
སླར་སྨྲས་པ། འདི་འབད་ལས་བྱུང་རྣམ་དཀར་ལ་བརྟེན་ནས། །
དྲིན་ཅན་ཉམས་ཐག་མ་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀུན། །
ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་སོགས། །
རྒྱལ་སྲས་སྤྱོད་དང་རིམ་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། །
སྐུ་ཐུགས་ཟུང་འཇུག་བདེ་ཆེན་མངོན་འགྱུར་པའི། །
རྒྱུ་ཡི་གཙོ་བོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སོགས། །

Practicing with fortitude and great hardship
is a service to please the father guru.

Therefore, as much as we are able to we should put effort into the practice of obeying the instructions of our gurus and spiritual teachers. When through analytical meditation in accord with our gurus' teachings we gain some experience of Buddhist practice derived from scripture, and specifically of the practices of guru devotion, we should train in the remaining stages of the path beginning with the meditations on the perfect human rebirth and thereby make meaningful this attainment of a human form with its endowments and leisure.

Through the virtue gained from this work,
may every kind and poor mother sentient being
accomplish renunciation, bodhichitta,
right view, every bodhisattva activity
and may they complete the two stages.

By finding conviction in guru devotion,
the main cause of the great bliss attainment
of unification of enlightened mind and body,
may they be quickly liberated.

ངེས་པར་རྙེད་ནས་མྱུར་དུ་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །
འདི་ལྟར་བགྱིས་པའི་རྣམ་དཀར་དགེ་བ་ཡང་། །
དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །
མཛད་པ་སྨོན་ལམ་མ་ལུས་འགྲུབ་པ་དང་། །
ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་རྒྱུ་རུ་བསྔོ། །
སྟོན་པ་བླ་ན་མེད་པའི་བསྟན་པ་དང་། །
མཇལ་བ་འདི་འདྲ་བླ་མའི་དྲིན་ཡིན་པས། །
དགེ་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །
ཞེས་གཉེན་དམ་པས་འཛིན་པའི་རྒྱུ་རུ་བསྔོ། །
ཅེས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཅན་གྱི་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ལ་ནང་ཆོས་ངོ་སྤྲོད་དང་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་སུ་བཀོད་པ་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོལ་མེ་དང་པོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་དད་ལྡན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྲི་དགོས་ཞེས་རྟེན་བཅས་བསྐུལ་ངོར་རང་དང་རིགས་མཐུན་རྨོངས་བརྟུལ་རྣམས་ལ་ཕན་སེམས་ཀྱིས་དུས་མཐའི་བཙུན་གཟུགས་སེར་བྱེས་ཧེ་རྟོར་དགེ་ཤེས་མིང་ཅན་ཚུལ་དགའ་འམ་མིང་གཞན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཆོས་འཕེལ་དུ་འབོད་པས་བོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༢༨་རབ་བྱུང་༡༧་པའི་ས་ཡོས་ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩་ཕྱི་ཟླ་༡༢་ཚེས་༢༨་ཉིན་མཇུག་རྫོགས་པར་བྲིས་པའོ།། བཀྲ་ཤིས།།

Every virtue created here,
I dedicate it to the realization
of every prayer and every deed
of every buddha and bodhisattva of the three times,
and to preservation of the holy Dharma
of scripture and insight.

To have met the teachings of the greatest of teachers
is due to the kindness of my gurus.
May this virtue therefore be a cause
for every living being to be cared for
by sacred spiritual friends.

This first part of the *Lamp to Light the Path to Liberation,* is a brief introduction to Buddhism and to its practice for beginners interested in Buddhism. A few sincere students indicated a necessity for such a work. Because of such a request and in order to benefit myself and similar ignorant beings this so-called Sera Je Trehor Geshe in a form of a monk in these degenerate times who goes by the name of Tsulga or Tsultrim Chophel completed this work in the Tibetan year 2126 in the earth-rabbit year of the 17th sixty-year cycle, on December 26, 1999. Tashi Delek.

This translation was completed by Gavin Kilty, with help from Damchoe (Tsering Gyurme Lama). Editorial assistance was provided by Susan Macy, David Kittelstrom, and Erin Ehmen. The photo on the cover was taken by Kris Snibbe, and the book was designed by David Kittelstrom. Wisdom Publications sponsored the printing of this volume in 2002. In 2004 a kind donor sponsored this second reprint.

Sarva Mangalam!