

༄༅། །དགོངས་གཏིར་ལུགས་ཀྱིས་གྲོང་གསལ་གྱི་ཟུར་རྒྱན་གནམ་ཚོས་ཉིད་ནས་ཟུར་དུ་བསྐྱིགས་པ་
སྐབས་སྤེལ་བའི་ལྷོ་ལྷོ་རྒྱན་བཞུགས་སོ།།

*Sadhana of Menla, Compiled from the Clear Expanse of Mind,
A Mind Treasure Found within the Sky of Dharma Texts and Called:*

“A Stream of Lapis Lazuli” A Medicine Buddha Sadhana



***Sangye Menla
The Medicine Buddha***

INTRODUCTION TO THE PRACTICE

ཡི་མོ་མ་རྒྱུ་ལྟོ་ཡེ། འདི་ལ་འཛོམ་ན་སྐྱེས་སྤྱི་ལའ་ཐང་མདུན་དུ་ཞི་བའི་མཚོན་པ་མཐུལ་སོགས་ཅི་འབྱོར་བ་ཤམས་པས་ཚོགས་རྫོགས།

Namo. Maha Bekandzeya. *If they are available, arrange in front of a Menla thangka as many peaceful offerings as you can, such as a mandala and so forth. In this way the accumulations are completed.*

མེད་ན་མདུན་བསྐྱེད་ནམ་མཁར་དམིགས་ལེ། མཚོན་པ་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱུལ་ཚོགས་པས་ཅི་ཡང་མི་དགོས་སོ། །འདི་སྐྱེས་མེད་ལྷགས་ཡིན་པས་

If these are not available, it is enough to make mental offerings while imagining the front visualization in the sky—nothing else is needed. Since this is the anutaratantra

འདོན་མཁན་ཤུལ་མཆོད་སྤང་བ་དང་ལྷུས་དང་ཆབ་སོགས་གཙུག་སྐྱེས་དགོས། འོན་ཀྱང་འདིའི་དབང་ལུང་ནི་དེས་པར་ཐོབ་དགོས་ཏེ།

the practitioner need not refrain from meat and alcohol nor perform the rituals of purification, such as taking the blessing of pure water. It is definitely necessary, however, to receive the empowerment and reading transmission for this practice,

སྐྱེས་མེད་གསང་སྤྲུགས་ལྷགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། བདག་མདུན་དུས་གཅིག་ལ་བསྐྱེད་པ་རྙིང་མའི་ལྷགས་ཡིན་པས་སོས་མི་དགོས་སོ།

as it belongs to the anutara tradition. Since it belongs to the Nyingma tradition, the self and frontal visualizations are simultaneously generated; it is not necessary to create them separately.

རྙིང་མ་གྱིར་བསྐྱོམ་ཡིན་པས་ཚོག་དོན་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱོམ་ཞིང་།

As it is chanted meditation of the Nyingma, your mind should meditate on the meaning of the words.

།། །གསོལ་འདེབས་ནི།

THE SUPPLICATION

།། །ན་མོ་བྱིའུ་མ་རྒྱ་རྒྱུ་ལེ།

NAMO BEKENDZE MAHA RADZAYE

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར་མངའ་ཞིང་། །

SÖ NAM YÖN TEN GYA TSÖI TER NGA ZHING

You are endowed with an oceanic treasury of qualities and merit;

བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་སྤྲུགས་རྗེའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །

SAM GYI MI KHYAB THUG JEY JIN LAB KYI

By the blessing of your inconceivable compassion

འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་བཏུང་བ་ཞི་མཛད་པ། །

DRO WAY DUG NGAL DUNG WA ZHI DZE PA
You calm the suffering and torment of sentient beings.

བེན་ཏུ་འོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

BEN DUR YA I Ö LA SÖL WA DEB
I supplicate you, Light of Lapis Lazuli.

ཤིན་ཏུ་སེར་སྣང་གཤིས་རབ་བཅིང་པས། །

SHIN TU SER NA DRAK PÖ RAB CHING PE
Those bound by very intense greed

ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བོ་ཡིས། །

YI DAG NE SU KYE WAY KYE WO YI
are born in the hungry ghost realm.

སྲིད་མཚན་ཐོས་ན་མིར་སྐྱེ་སྐྱེན་པ་དགའ། །

CHÖ TSEN THÖ NA MIR KYE JIN PA GA
If they hear your name, they're born human and take delight in your generosity.

བཅོམ་ལྷན་སྐྱོན་གྱི་སྤྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

CHOM DEN MEN GYI LA LA SOL WA DEB
I supplicate you, victorious Menla.

ཚུལ་ཁྲིམས་འཚལ་དང་གཞན་ལ་གཤེན་བཟོན་པས། །

TSUL TRIM CHAL DANG ZHEN LA SHI TSÖN PE
Violating morality and abusing others,

དཔྱུལ་བར་སྐྱེ་བའི་འགྲོ་བ་འདི་དག་གིས། །

NYAL WAR KYE WAY DRO WA DI DAG GI
beings are born in the hell realms.

ཁྱོད་མཚན་ཐོས་ན་མ་ཐོ་རིས་སྐྱེ་བར་གསུངས། །

CHÖ TSEN THÖ NA THÖ RI KYE WAR SUNG
Hearing your name, they'll be born in the higher realms, it is said.

སྐྱེན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

MEN GYI GYAL PO DE LA SOL WA DEB
I supplicate you, King of Medicine.

གང་དག་དབྱེན་དང་སྤྲོ་མ་དུ་མ་ཡིས། །

GANG DAG YEN DANG TRA MA DU MA YI
Whoever by repeated dissension and slander

རབ་ཏུ་འབྱེད་ཅིང་ལུས་སྲོག་སྦྱལ་བ་དག །

RAB TU JE CHING LÜ SOG TRAL WA DAG
creates deep schisms and takes life.

ཁྱོད་མཚན་ཐོས་ན་དེ་དག་འཚོ་མི་རུས། །

CHÖ TSEN THÖ NA DE DAG TSE MI NÜ
Hearing your name, they cannot harm others.

སྐྱེན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

MEN GYI GYAL PO DE LA SOL WA DEB
I supplicate you, King of Medicine.

མཚན་ལེགས་གསེར་བཟང་དྲི་མེད་སྣང་བ་དང། །

TSEN LEG SER ZANG DRI ME NANG WA DANG
Excellent Name, Appearance of the Stainless Fine Gold,

སྤྲུང་མེད་མཚོག་དཔལ་དང་ཚོས་བསྐྱེད་གསུང་དབྱེད། །

NYA NGEN ME CHOK PAL DANG CHÖ DRAK YANG
glorious Supreme One Free of Misery, Resounding Dharma Melody,

མངོན་མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་སྤྲུང་དབྱེད་གསུང་རྒྱལ་པོ་དང། །

NGÖN KHYEN GYAL PO DRA YANG GYAL PO DANG
King of Direct Knowledge, King of Melody,

ལྷ་གྲུ་འི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

SHA KYAY GYAL PO NAM LA SOL WA DEB
and King of Shakyas, supplicate you all.

འཇམ་དཔལ་སྐྱབས་གྲོལ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་འཇོན། །

JAM PAL KYAB DRÖL CHAG NA DORJE DZIN
Manjushri, Kyabdrol, and Vajrapani

ཚངས་དབང་བརྒྱུན་གྱི་ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱལ་པོ་བཞི། །

TSANG WANG GYA JIN CHOK ZHI GYAL PO ZHI
Brahma, Indra, the Four Kings of the Four Directions

གཞོན་རྒྱུན་སྡེ་དཔོན་ཚོ་པོ་བཅུ་གཉིས་སོགས། །

NÖ JIN DE PÖN CHEN PO CHU NYI SOG
the twelve great Yaksha chiefs, and others,

དགྲིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

KYIL KHOR YONG SU DZOG LA SOL WA DEB
I supplicate you, entire and perfect mandala.

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བདུན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་མདོ། །

DE ZHIN SHEG PA DÜN GYI MÖN LAM DO
The Sutra of the Seven Tathagatas' Aspirations,

སྐྱེན་གྱི་ལྷ་ཡི་མདོ་སྡེ་ཉིད་དང་ནི། །

MEN GYI LHA YI DO DE NYI DANG NI
and the Sutra of the Medicine Buddha,

མཁན་ཚེན་ཞི་བ་འཚོས་མཛད་གཞུང་ལ་སོགས། །

KHEN CHEN ZHI WA TSÖ DZE ZHUNG LA SOG
the treatise by the great abbot Shantarakshita, and so forth

དམ་ཚོས་སྐྱེགས་བམ་ཚོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

DAM CHÖ LEG WAM TSOK LA SÖL WA DEB
I supplicate all the volumes of the genuine Dharma,

བོ་རྗེ་སངས་རྒྱ་སྤོང་ལྷེ་འཕེན་སོགས། །

BO DHI SA TO TRI SONG DEU TSEN SOG
Bodhisattva Shantarakshita, Trisong Deutsen, and others,

ལོ་པན་རྒྱལ་ལྷོན་གྲུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང། །

LO PEN GYAL LÖN JANG CHUB SEM PA DANG
translators, scholars, kings, ministers, bodhisattvas,

བརྒྱུད་པའི་སྤྲ་མ་དམ་པ་ཐམས་ཅད་དང། །

GYÜ PAY LAMA DAM PA THAM CHE DANG
and all genuine lamas of the lineage,

ཚོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་སོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

CHÖ KYI WANG CHUK SOK LA SOL WA DEB
Powerful One of the Dharma, and others, I supplicate you.

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །

DE TAR SÖL WA TAB PAY JIN LAB KYI
Through the blessing of this supplication,

གནས་སྐྱབས་ནད་དང་འཇིགས་པ་སྣ་ཚོགས་ནི། །

NE KAB NE DANG JIG PA NA TSOK ZHI
may all variety of disease and dangers of this life be pacified.

འཚི་ཚོ་ངན་སོང་འཇིགས་པ་ཀུན་ནི་ནས། །

CHI TSE NGEN SONG JIG PA KÜN ZHI NE
At death, may all fear of the lower realms be allayed.

བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རློབས། །

DEWA CHEN DU KYE WAR JIN GYI LÖP
Grant your blessing that we are then born in Sukhavati.

REFUGE AND RAISING BODHICHITTA

ནམོཾ་ དགོན་མཚོག་གསུམ་དང་རྩ་བ་གསུམ་མོཾ་

NAMO KÖN CHOK SUM DANG TSA WA SUM

To the sources of refuge, the three jewels

སྐྱབས་གནས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚོཾ་

KYAB NE NAM LA KYAB SU CHI

and the three roots, I go for refuge.

འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ལ་འགོད་ཕྱིར་མོཾ་

DRO KÜN SANG GYE LA GÖ CHIR

To establish all beings in Buddhahood,

བྱང་ཚུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོཾ་

JANG CHUB CHOK TU SEM KYE DO

I awaken the mind of supreme enlightenment.

ལན་གསུམ།

(Repeat 3 times)

ཀ་དག་གྲོང་ནས་སྐྱུ་ལ་བ་ཡིཾ་

KA DAG LONG NE TRÜL PA YI

From the expanse of primordial purity come forth

གནམ་ས་གང་བའི་མཚོད་པའི་སྒྲིན་མོཾ་

NAM SA GANG WAY CHÖ PAY TRIN

clouds of offerings filling the earth and sky

མཚུལ་རྒྱལ་སྲིད་ལྷ་མོར་བཅས་མོཾ་

MAN DAL GYAL SI LHA MOR CHE

with mandalas, articles of royalty, and goddesses.

ཟད་མེད་གྲུར་ཅིག་ཕུ་ཇོ་ཉོ།

ZE ME GYUR CHIK PU DZA HO
May they never be exhausted. PUD DZA HO.

འགྲོ་གྲུབ་བདེ་ལྡན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་བྲལ།

DRO KÜN DE DEN DUG NGAL DRAL
May all beings be happy and free of suffering.

བདེ་ལས་ཉམས་མེད་བཏང་སྟོམས་ཤོག།

DE LE NYAM ME TANG NYOM SHOG
May their happiness not diminish. May they abide in equanimity.

ཨོཾ་སྐ་བྱ་མ་ལྷ་རྣམས་རྣམ་ལྷ་སྐ་བྱ་མ་ལྷ་རྣམས་ཨོཾ།

OM SOBHAWA SHUDDHA SARWA DHARMA SOBHAWA SHUDDHO HAM

THE VISUALIZATION

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྲུར།

TONG PA NYI DU GYUR
Everything becomes emptiness.

སྟོང་པ་འི་ངང་ལས་སྟོང་གསུམ་འདི།

TONG PAY NANG LE TONG SUM DI
From its depth, this triple universe becomes

ལྷ་ན་སྤྲུག་གི་ཕོ་བྲང་དུ་གྲུར་པའི་ནང་དུ།

TA NA DUG GI PHO DRANG DU GYUR PAY NANG DU
the Exquisite Palace, where

སེང་གའི་ཁྱི་པདྨ་སྐོ་སེང་གའི་སྟོང་དུ།

SENG GEI TRI PE DA SO SÖI TENG DU
on lion thrones, each with a lotus and moon disk on top

རང་ཉིད་དང་མདུན་བསྐྱེད་གྱི་གཙོ་བོ་ལོ་ས་བོན་རྩྭ་མཐིང་ཁ་ལས།

RANG NYI DANG DÜN KYE KYI TSO WÖI SA BÖN HUNG TING KHA LE
Appear deep blue HUNGS, the seed syllable of myself and the main figure visualized in the front,

སྐྱེས་ལྷ་སྐྱེ་མདོག་བྱེད་ལྷ་བུ་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བའི་སྐྱེ་ཅན།

MEN LA KU DOK BE DUR YA TA BU ÖZER TRO WAY KÜ CHEN
from which arises Menla, his body is the color of lapis lazuli and radiating light.

ཚོས་གོས་གསུམ་གྱིས་བཟུབས་པ།

CHÖ GÖ SUM GYI LUB PA
He is clothed in the three Dharma robes.

ཕྱག་གཡས་མཚོག་སྐྱིན་ཨ་རུ་ར་དང་།

CHAG YE CHOK JIN A RU RA DANG
His right hand in the mudra of supreme generosity holds an arura.

གཡོན་མཉམ་བཞག་ལྷུང་བཟེད་འཛིན་པ།

YÖN NYAM ZHAG LHUNG ZE DZIN PA
His left hand in meditation mudra holds a begging bowl.

མཚོན་དཔེ་རྫོགས་ཤིང་རྫོག་སྐྱིལ་གྱང་གིས་བཞུགས་པ།

TSEN PE DZOG SHING DORJE KYIL TRUNG GI ZHUK PA
With the major and minor marks complete, he sits in the vajra posture.

ལྷུང་པར་དུ་མདུན་བསྐྱེད་གྱི་འདབ་མ་རྣམས་ལ།

KYE PAR DU DÜN KYE KYI DAB MA NAM LA
In particular, on the lotus petals of the front visualization

བྱུང་དབང་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་བདུན་དང་ཚོས་པུ་སྟེ།

THUB WANG LA SOG PAY SANG GYE DÜN DANG CHÖ PU TI
are the seven Buddhas, Shakyamuni and the others, and Dharma texts.

དེ་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་བཅུ་དྲུག་ག།

DE GYAB SEM PA CHU DRUK
Surrounding them are the sixteen bodhisattvas,

དེ་རྒྱལ་འཇིག་རྟེན་སྐྱོད་བ་བཅུ་དང་།

DE GYAB JIG TEN KYONG WA CHU DANG
surrounding them are the ten protectors of the world,

ལྔ་དཔོན་ཆེན་པོ་བཅུ་གཉིས་སོ་སོའི་འཁོར་དང་བཅས་པ།

DE PÖN CHEN PO CHU NYI SO SÖI KHOR DANG CHE PA
and the twelve great chiefs with their respective retinues.

སྣོ་བཞི་ལ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་བཅས་པའི།

GO ZHI LA GYAL PO CHEN PO ZHI DANG CHE PAY
The Four Great Kings are at the four gates.

གནས་གསུམ་ཡི་གོ་གསུམ་དང་ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས།

NE SUM YI GE SUM DANG THÜG KAY HUNG LE Ö TRÖ PE
From the three syllables in their three places and the HUNG in their hearts, lights radiate,

འཤར་ཕྱོགས་གྱི་སངས་རྒྱས་སོ་སོའི་ཞིང་ཁམས་ནས།

SHAR CHOK KYI SANG GYE SO SÖ ZHING KHAM NE
invoking from the eastern Buddha realms,

ཡི་ཤེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྐྱུན་དངས་ནས་བདག་མདུན་རྣམས་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

YE SHE PA PAG TU ME PA CHEN DRANG NE DAG DÜN NAM LA THIM PAR GYUR
countless wisdom deities which dissolve into myself and the one visualized in front.

ཧྱུ་ལྔ་སྐྱེས་སྐྱེ་མཆོད་བརྒྱད་ལྔ་ཚོགས་མ་ལུས་རྣམས།

HUNG MEN LA CHE GYE LHA TSOK MA LÜ NAM
HUNG. The eight Menla brothers and all deities without exception

གནས་འདིར་སྐྱུན་འདེན་བྱིན་ཆེན་དབབ་དུ་གསོལ།

NE DIR CHEN DREN JIN CHEN AB DU SÖL
I invite here to this place. Please rain upon us your great blessings.

སྐལ་ལྔ་དད་ལྔ་བདག་ལ་དབང་མཚོག་བསྐྱར།

KAL DEN DE DEN DAG LA WANG CHOK KUR
Bestow the supreme empowerment on those who are worthy and faithful.

ལོག་འདྲེན་ཚོ་ཡི་བར་ཚད་བསལ་དུ་གསོལ།

LOG DREN TSE YI BAR CHE SAL DU SÖL

Dispel false guides and obstacles to long life.

ནམ་མཁུ་སྒྲིལ་བྱེད་ས་པ་རི་སྒྲར་བཞུང་ས་མ་ཡ་ཇི་ཇི་ཇི།

NAMO MAHA BEKENDZE SAPARI WARA BENDZA SAMAYA DZA DZA

བཞུང་ས་མ་ཡ་ཏི་ཕྱུ་ལྟན།

BENDZA SAMAYA TIKTRA LEN

ཨོཾ་ཧུང་ཏཱཾ་ཧཱུཾ།

OM HUNG TRAM HRI AH

ཨ་བློ་ཏཱཾ་ཧཱུཾ།

ABHIKHE TSA HUNG

ཧཱུཾ། མེ་ཏོག་བདུག་སྒྲོས་མར་མེ་དྲི།

HUNG ME TOK DUG PÖ MAR ME DRI

HUNG Flowers, incense, lights, scents,

ཞལ་ཟས་རོལ་མོལ་སོགས་དང་།

ZHAL ZE RÖL MO LA SOG DANG

food, music and so forth,

གཟུགས་སྒྲིལ་རོ་རིག་བྱའོས།

ZUK DRA DRI RO REG JA CHÖ

forms, sounds, smells, tastes, touch, and all dharmas,

བདག་གིས་ལྷ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ།

DAG GI LHA LA CHÖ PA BUL

I offer to the deities.

བདག་ཅག་ཚོ་གས་གཉིས་རྫོགས་པར་ཤོག།

DAG CHAG TSOK NYI DZOG PAR SHOG

May we perfect the two accumulations.

ཨོ་བཱ་ཨརྒྱུ་ པུའྲི་ སུའྲི་ ལྷུའྲི་ ལྷུ་ལོ་གའ་ གཞུ་ བེབུའྲི་

OM BENDZA ARGHAM PADYAM PUPE DHUPE ALOKE GENDHE NEWIDYE

(drink water, wash water, flowers, incense, light, perfume, food)

ཤམ་ རུཔ་ ཤམ་ གཞུ་ ར་ས་ སྤྲོ་ སྤྲོ་ ལྷུ་

SHABDA RUPA SHABDA GENDHE RASA SAPARSHE PRATITSA HUNG

(music, mirror, music, smell, food, touch, each of these HUNG)

ལྷུ་ བཀ་ཤིས་གཙོ་བོ་རྣམ་བརྒྱད་དེ།

HUNG TRA SHI TSO WO DZE GYE DE

HUNG. The eight foremost auspicious substances,

གཙོ་མཚོ་ག་རྒྱལ་པོ་ཡུང་ས་དཀར་སོགས།

TSO CHOK GYAL PO YUNG KAR SOG

the best royal white mustard seed, and the others,

བདག་གིས་ལྷ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ།

DAG GI LHA LA CHÖ PA BUL

I offer to the deity.

ཚོ་གས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཤོག།

TSOK NYI YONG SU DZOG PAR SHOG

May the two accumulations be perfected.

མངལ་ལོ་ཨརྒྱ་སྤྲོ་ལྷུ་

MANGALAM ARTHA SIDDHI HUNG

ལྷོ་ལྷོ་ བཀྲ་ཤིས་གཙོ་བོ་རྟགས་བརྒྱད་དེ།

HUNG TRA SHI TSO WO TAG GYE DE
HUNG. The eight foremost auspicious symbols,

གཙོ་མཚོ་ག་རྒྱལ་པོ་བུམ་པ་སོགས།

TSO CHOK GYAL PO BUM PA SOG
the peerless royal vase and all others,

བདག་གིས་ལྷ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ།

DAG GI LHA LA CHÖ PA BUL
I offer to the deities.

སེམས་ཅན་ཚོ་གས་གཉིས་རྫོགས་པར་ཤོག།

SEM CHEN TSOK NYI DZOG PAR SHOG
May sentient beings perfect the two accumulations.

མངལ་ལོ་ཀུམ་བུ་ལྷོ།

MANGALAM KUMBHA HUNG

ལྷོ་ལྷོ་ འདོད་ཡོན་གཙོ་བོ་རིན་ཆེན་བདུན།

HUNG DÖ YÖN TSO WO RIN CHEN DÜN
HUNG. The sources of pleasure, the seven precious articles,

གཙོ་མཚོ་ག་རྒྱལ་པོ་ནོར་བུ་སོགས།

TSO CHOK GYAL PO NOR BU SOG
the most excellent royal one, the jewel, and the others,

བདག་གིས་ལྷ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ།

DA GI LHA LA CHÖ PA BUL
I offer to the deity.

བདག་ནི་ཚོ་གས་གཉིས་རྫོགས་པར་ཤོག།

DAG NI TSOK NYI DZOG PAR SHOG
May I perfect the two accumulations.

ཨོཾ་མ་ཎི་ར་རྣཱ་ཧཱུྃ།

OM MANI RATNA HUNG

ཧཱུྃ་ཀུན་གྱི་གཙོ་བོ་རི་རབ་གླིང་།

HUNG KÜN GYI TSO WO RI RAB LING
HUNG. The foremost of all, Mount Meru

རི་རབ་གླིང་བཞི་གླིང་ཕྱན་བཅས་།

RI RAB LING ZHI LING TREN CHE
with its four continents and subcontinents

བདག་གིས་ལྷ་ལ་མཚོན་པ་འབུལ་།

DAG GI LHA LA CHÖ PA BUL
I offer to the deity.

ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འོག་།

TSOK NYI YONG SU DZOG PAR SHOG
May the two accumulations be perfected.

ཨོཾ་ར་རྣཱ་མཐུ་ལ་ཧཱུྃ།

OM RATNA MANDALA HUNG

ཧཱུྃ་བདག་གིས་དྲི་ལྷན་དྲི་ཆབ་གྱིས་།

HUNG DAG GI DRI DEN DRI CHAB KYI
HUNG. With scented water

བདེ་གཤེགས་སྐུ་ལ་སྐུ་ལྷུས་གསོལ་།

DE SHE KU LA KU TRÜ SÖL
I bathe the sugata's body.

ལྷ་ལ་དྲི་མ་མི་མངའ་ཡང་།

LHA LA DRI MA MI NGA YANG
Although you, the deity, is flawless,

འདྲིལ་བློབ་དག་པའི་རྟོན་འབྲེལ་བགྱི།

DIG DRIB DAG PAY TEN DREL GYI

this creates the auspicious connection for purifying all wrongs and obscurations.

ཨོཾ་སར་ཁ་ཏ་ཐ་ག་ཏེ་མ་མ་ཡ་ཤྲི་ཡི་ཧཱུྃ།

OM SARWA TATHAGATA ABIKHEKATE SAMAYA SHRIYE HUNG

ཧཱུྃ་ར་ས་དག་ར་འཇམ་དྲི་དེན་པ་ཡི་ས།

HUNG RE KAR JAM DRI DEN PA YI

HUNG With a scented, soft white cloth

རྒྱལ་བའི་རློ་ཉིད་ཕྱི་བར་བགྱི།

GYAL WAY KU NYI CHI WAR GYI

I dry the victor's body.

རློ་ལ་དྲི་མ་མི་མངའ་ཡང་།

KU LA DRI MA MI NGA YANG

Though your body is flawless,

སྤྱལ་བསྐྲུལ་བྲལ་བའི་རྟོན་འབྲེལ་བགྱི།

DUG NGAL DRAL WAY TEN DREL GYI

this creates the auspicious connection for freedom from suffering.

ཨོཾ་ཀའ་ཡ་བི་ཤྲོ་ཧྲི་ཧཱུྃ།

OM KAYA BISHO DHANI HUNG

ཧཱུྃ་ ཀ་བཟའ་མཛེས་ལྷན་དུར་སྤྲིག་འདི།

HUNG NA ZA DZE DEN NGUR MIG DI

HUNG. With these beautiful saffron robes

རྒྱལ་བའི་རློ་ལ་གསོལ་བར་བགྱི།

GYAL WAY KU LA SOL WAR GYI

I clothe the victor's body.

སྐྱེལ་བསིལ་བ་མི་མངའ་ཡང་།

KU LA SIL WA MI NGA YANG

Although your body is never cold,

བཀྲ་གཤམ་མངའ་ས་འཕེལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེ།

TRAG DANG PHEL WAY TEN DREL GYI

this creates the auspicious connection for vitality to flourish.

ཨོཾ་བཙྰ་མཐྲ་ཨུམ་ཧྲཱི།

OM BENDZA WASTRA AH HUNG

ཧྲཱི། སྐྱེལ་མདོག་བེད་རུ་ཡི་རི་པོ་འདྲ།

HUNG KU DOK BEN DUR YA YI RI WO DRA

HUNG Your body is like a mount, the color of lapis lazuli

འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ།

DRO WA SEM CHEN NE KYI DUG NGAL SEL

You dispel the suffering of illness in sentient beings.

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བརྒྱད་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།

JANG CHUB SEM PA GYE KYI KHOR GYI KOR

Surrounded by a retinue of eight bodhisattvas,

རིན་ཆེན་སྐྱེན་འཛིན་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྐྱོད།

RIN CHEN MEN DZIN LHA LA CHAG TSAL TÖ

Holder of Medicine, precious deity, I praise and prostrate to you.

མཚན་ལེགས་རིན་ལྗེ་གསེར་བཟང་ལྷ་དཀ་མེད།

TSEN LEG RIN DA SER ZANG NYA NGEN ME

Excellent Name, Precious Moon, Fine Gold, Free of Misery,

ཚོས་བསྐྱུགས་ཀྱི་མཚོ་ཚོས་སྒོ་ལྷ་ཀྱུ་བུབ།

CHÖ DRAK GYAMTZO CHÖ LO SHA KYA THÜB

Resounding Dharma Ocean, Dharma Mind, Shakyamuni,

དམ་པའི་ཚོས་དང་སེམས་དཔའ་བཅུ་དྲུག་སོགས་མཆོད་པའོ།

DAM PAY CHÖ DANG SEM PA CHU DRUK SOG
The genuine Dharma, the sixteen bodhisattvas, and others,

དགོན་མཚོག་རིན་ཆེན་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན་པའོ།

KÖN CHOK RIN CHEN SUM LA CHAG TSAL TÖ
to the precious Three Jewels, I offer praise and prostrate.

ཚངས་དང་བརྒྱ་བྱིན་རྒྱལ་ཆེན་ཕྱོགས་སྐྱོད་བཅུ་མཆོད་པའོ།

TSANG DANG GYA JIN GYAL CHEN CHOK KYONG CHU
To Brahma, Indra, the Great Kings, the Protectors of the Ten Directions,

གོད་རྒྱུན་སྡེ་དཔོན་བཅུ་གཉིས་གཡེག་དང་བཅས་མཆོད་པའོ།

NÖ JIN DE PÖN CHU NYI YOK DANG CHE
the twelve yaksha chiefs and all their assistants,

ལྷ་མི་སྐྱེན་གྱི་རིག་འཛིན་དང་སྲོད་ཚོགས་མཆོད་པའོ།

LHA MI MEN GYI RIG DZIN DRANG SONG TSOK
Vidyadharas and Rishis of medicine, divine and human

བདུད་རྩི་སྐྱེན་གྱི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན་པའོ།

DÜ TSI MEN GYI LHA LA CHAG TSAL TÖ
to the deities of ambrosial medicine, I offer praise and prostrate.

བདག་མདུན་སྤྲུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལ་སྤྲུགས་སྡེད་བསྐྱོར་བར་གྱུར་། །དམིགས་ལ།།

DAG DÜN THUG KAY HUNG LA NGAG TRENG KOR WAR GYUR
The HUNG in the heart of the self and front visualizations is surrounded by the mantra garland.

AN EXPLANATION

འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྐྱེན་ཚོགས་འཕྲོས་པས་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་བྱིན་རྒྱལ་ཆེན་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན་པའོ།

Through radiating many-colored light rays, offerings are made to Menla in the pure realm appearing in the East as the color of lapis lazuli.

དེ་ལས་སྐྱེན་སྐྱེན་ཆེ་ཚུངས་ལས་སྤྲུགས་འཕྲེད་སྤྲུགས་ཕྱག་མཚན་ཨ་རུ་ར་ལྷུང་བཟེད་བདུད་རྩི་བཀའ་བཅའ་ལྷུང་བབས་ནས་རང་དང་མདུན་སྤྲུགས་སྡེད་པའོ།

ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

These lights invoke his mind stream, whence Menla's bodies, large and small, his speech as the mantra garland, and his mind as the hand symbols of the arura and the begging bowl filled with amrita, all falling like rain, dissolve into myself and the front visualization.

ཏུ་ཐུ། ཨོྫ་རྩི་ཤ་རྩོ་རྩི་ཤ་རྩོ་མ་རྩོ་རྩི་ཤ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་སྐྱ་ཏེ་སྐྱ་རྩོ།

TAYATA OM BEKHANDZE BEKHANDZE MAHA BEKHANDZE RADZA SAMUGATE SO HA

ཅེས་ཅི་རྣམས་བསྐྱེས་ནས་མཚུགས་ཏེ།

(Repeat as much as possible and then at the end:)

སྲིག་ལྷུང་གྱུན་བཞགས་དགོ་བ་བྱང་ཚུབ་བསྔོ།

DIG TUNG KÜN SHAG GE WA JANG CHUB NGO

I confess all wrongs and downfalls and dedicate all virtue to awakening.

ནད་གཏོན་སྲུག་བསྔལ་བལ་བའི་བག་ཤིས་ཤོགས།

NE DÖN DUG NGAL DRAL WAY TASHI SHOG

May there be the auspiciousness of freedom from sickness, harmful spirits, and suffering.

གཤམ་གསལ་གསོལ་ནི།

THE FULFILLMENT PRAYER

འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་རང་གནས་བཞུ་ལུ།

JIG TEN PA NAM RANG NE BENDZA MU

The worldly ones return to their own places BENDZA MU

ཡེ་ཤེས་དམ་ཚིག་ལྷ་རྣམས་བདག་ལ་ཐིམ།

YE SHE DAM TSIK LHA NAM DAG LA THIM

The jnana and samaya sattvas dissolve into me,

ཀ་དག་གྱུན་བཟང་གྲོང་དུ་ཨེ་མ་ཨོ།

KA DAG KÜN ZANG LONG DU E MA HO

and I dissolve into primordial purity, the expanse of Samantabhadra. E MA HO.

[END OF PRACTICE]

ཞེས་པ་དགོངས་གཏེར་གྱི་ཟུར་རྒྱུན་དུ་གནས་ཚེས་ཉིད་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་རྩ་གུ་མ་སྲིད་བསྐྱིགས་པ་ལ་འགལ་བ་མཚིས་ན་ལྷ་ལ་བཤགས་ཤིང་།

This was compiled from a mind treasure found within the Sky-Dharma and was arranged by Raga Asya. If there are contradictions, I confess them before the deity.

དགོ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནད་ལས་ཐར་ནས་སྐྱུར་དུ་སྐྱེན་སྲིད་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་། མདོ་ཚིག་ལ་ཞུས་གསེལ་སྟོན་ན་ཡོད་ཀྱང་།

Through this virtue, may all sentient beings, once freed from sickness, swiftly attain the level of Menla. Though the sutra rituals have the practice of washing [which is absent here],

དེ་ལས་མཐོ་བའི་རྒྱལ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་མཇུག་ཏུ་ཡོད་པས་མི་འགལ་ལོ། དེ་ལ་ཚིག་འདི་ལ་ཐུགས་དམ་བྱས་ན་ཕན་ཡོན་ཞིང་། བཅུན་པ་ཡིན་ན་

as this is a higher practice, found at the end of the [supreme] yoga tantra, there is no contradiction. If you take this as your regular practice, the benefits are the following. If you are ordained,

ཚུལ་ཁྲིམས་མི་ཉམས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ཉམས་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། དེའི་སྐྱིབས་པ་བྱུང་ནས་དཔལ་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བ་དང་། དལུལ་བ་དང་ཡི་དུགས་དང་།

your discipline will be maintained; though there might be an occasion when it is not, having purified this obscuration, you will not fall into the lower realms. Having purified the negative karma of being born as a hell being, a hungry ghost,

དུང་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་ལས་དན་ཐམས་ཅད་དག་ནས་དེར་མི་སྐྱེ་། གལ་ཏེ་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཐར་ནས་བདེ་འགྲོ་མཐོ་རིས་གྱི་མཚོགས་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་རིམ་

or an animal, you'll not take such a birth. Even if you do, immediately liberated, you'll take a felicitous rebirth in a higher realm, and gradually

གྱིས་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་དང་། ཚོ་འདིར་ཡང་ཟས་གོས་ཚོགས་མེད་པར་འབྱོར་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། རྒྱུ་དང་གཤོན་དང་བྱུང་ཀ་དང་རྒྱལ་པོའི

attain awakening. In this life as well, you'll easily obtain food and clothing and not be harmed by disease,

ཚད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་པས་མི་ཚུགས་པ་དང་། ལྷལ་ན་དེ་རྗེ་དང་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱེད་དང་རྒྱལ་པོ་ཚེན་པོ་བཞི་དང་།

negative spirits, sorcery, or the punishments of rulers. You'll be protected and guarded by VajrABani, Brahma, and mighty Indra the great kings of the four directions,

གཞོན་སྐྱེན་གྱི་སྡེ་དངོན་ཚེན་པོ་བཅུ་གཉིས་གཡོག་བདུན་འབྲུམ་དང་བཅས་པས་སྤང་ཞིང་སྐྱོབ་སྟེ། དུས་མ་ཡིན་པའི་འཚིབ་བཅོམ་རྒྱུད་དང་།

and the twelve great Yaksha chiefs each with their 700,000 assistants. You'll be freed from all harm:

དགྲ་དང་གཅན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་ཞིང་། བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་།

from the eighteen kinds of untimely death, the harm of enemies, carnivorous beasts, and so forth. All your wishes will be fully realized, and so forth.

རྒྱལ་པ་སྐྱེན་སྲིད་མདོ་གཉིས་ནས་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་ཞུབ་པར་གསུངས་ཤིང་། ཚོས་ཕལ་ཚེར་ལ་སྐྱོན་མདོགས་ཤིང་མཁུ་དགའ་བ་མཁམས་

In the two more extensive sutras of Menla, the benefits are said to be inconceivable. In the great monastic centers,

པའི་གྲྲ་ས་ཚེན་པོ་བྱུང་དམ་རིང་དཔལ་འཁོར་ཚོས་སྡེ་ལ་སོགས་མཚན་ཉིད་གྱི་གྲྲ་ས་ཐམས་ཅད་ནས་གསོན་པོའི་སྐྱེ་རིམ་དང་།

such as Jang Damring Pelkhor Chöde, and their philosophical colleges, where the scholars find fault with most Dharma and are difficult to satisfy, only this Menla ritual for prolonging life and clearing away

གཤམ་པོའི་སྐྱིབ་སྐྱོང་ལ་སྐྱེན་སྐྱུ་མ་གཏོགས་གཞན་ཚོ་གམི་དར་ཉིང་། བོད་ཡུལ་དོན་རྒྱུ་སྐྱེན་ལོ་བའི་མདུན་དང་།

the obscurations of death has spread widely. The ritual to be performed before the Jowo in Lhasa, Tibet's Bodhgaya, and before the Great Awakened One at Samye

བསམ་ལས་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོའི་མ་དུན་དུ་བཏབ་རྒྱུའི་ཚོག་ཡང་སྐྱེན་སྐྱུའི་ཚོག་ཡིན།

is this ritual of Menla. You should trust that within any of the new and the ancient transmissions, the sutras and the tantras, nothing is more beneficial than Menla.

དེ་ལྟར་བཀའ་གསར་རྙིང་མདོ་སྐྱེན་གང་ལ་ཡང་སྐྱེན་སྐྱུ་བས་པན་ཡོན་ཚེ་བམེད་པས་ཡིད་ཚེས་པར་གྱིས།

དེ་ལ་རྒྱས་བསྐྱེས་མང་ཡང་འདི་ཚོག་ཉུང་ལ་དོན་འབྲས་པ་དང་། སྐྱེན་མའི་ལུགས་ཡིན་པས་གཙང་སྐྱེས་དགོས།

There are many extensive and concise versions; this one has few words and the full meaning. Since it belongs to anutara yoga, rituals of purification are not needed.

འདི་ཡིད་སྐྱེལ་ཡིན་པས་གཏོར་མཚོད་མེད་ཀྱང་ཚོག་པ་ཀུན་གྱིས་ཉམས་སུ་ལོངས་ཤིག། ལུང་ལྟོ་ལྟོ།

Since the offerings are mental, it is all right not to offer tormas. Everyone should practice this.

SHUBHAM DZAYENTU.

Translated under the guidance of Thrangu Rinpoche and Khenpo Karthar Rinpoche by Michele Martin with assistance from Ngodrup Burkhar and reference to translations by Lama Yeshe Gyamtso and Sarah Harding, Woodstock, NY, 1984, 1999, Kathmandu.

A SHORT MEDICINE BUDDHA PRACTICE

༄༅། །བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

CHOM DEN DE DE ZHIN SHEG PA DRA CHOM PA YANG DAG PAR DZOG PAY
To you, Bhagavan, Tathagata, Arhat, perfect and fully

སངས་རྒྱལ་སྐྱེས་གྱི་བླ་བླ་བླ་འོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚའ་ལོ། །

SANG GYE MEN GYI LA BEDURYA Ö KYI GYAL PO LA CHAG TSAL LO
awakened Menla, king of lapis lazuli light, I offer prostrations.

ཏཏ་ཐུ། ཨོྃ་ཞྱི་ཤ་རྩེ་ཞྱི་ཤ་རྩེ་མ་རྣམ་ཞྱི་ཤ་རྩེ་རྣམ་ལྷན་ཏེ་སྣམ་རྣམ་

TAYATA OM BEKHANDZE BEKHANDZE MAHA BEKHANDZE RAZA SAMUGATE SO HA