

སྲོང་ཚེན་སྲིང་གི་ཐོག་ལེ་ལས་།སྲོན་འགྲོ་ཉེར་བསྐྱེས་བྱང་རྒྱུ་ལམ་བཟང་བཞུགས་

From Heart Essence of the Vast Expanse (*Longchen Nyingthig*)
Abbreviated Foundational Practices, A Close and
Excellent Path to Enlightenment



། སྲུང་བྱུང་ཨ་འཛེམ་ས་འོང་གསལ་པ་ཐེག་མཆོག་གྲོང་།

Adzom Paylo Rinpoche

Great Bliss Blazing for Chanting

by Mipham Rinpocheⁱ

ཨོཾ་ཨུམ་ཧྲི་ཧྲི།

Om Ah Hum Hri

བདེ་ཚེན་འབར་བ་དབང་གི་ཤོ་བྲང་དུ།

Dechen Barwa Wang Gi Pho Drang Du
Great bliss blazing power palace where

བདེ་སྟོང་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐུ།

De Tong Sosor Togpe Yeshe Ku
Wisdom Ones know bliss and emptiness—

མ་ཚགས་བདེ་ལྡན་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ལས།

Ma Chag De Den Peme Rang Zhin Le
Blissful lotus ones with no wanting

དོར་རྗེ་ཉི་མ་སྣང་བ་ཚེན་པོའི་དཔལ།

Dorje Nyima Nangwa Chen Pö Pel
Vajra sun great glory shines from there.

ཚོས་སྐྱེ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དོར་རྗེ་ཚོས།

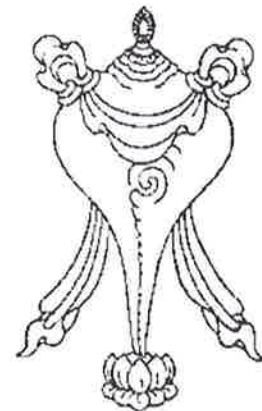
Chöku Nangwa Tha Ya Dorje Chö
True-formⁱⁱ Amitabha; Dorje Chö;

འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷུག་ལྷུགས་རྗེའི་རྗེས་ཚགས་གཟུགས།

Jig Ten Wangchug Thug Je'i Je Chag Zung
Lokesh Lord, compassion passionate;

པདྨ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་འདས་མངའ་དབང་བསྐྱེད།

Pema Gyal Po Khor Da Nga Wang Gyur
Lotus lord, master of world and peace;



སྣང་སྲིད་ཟེལ་གཞོན་དབང་ཚེན་ཉེ་སུ་ཀ།

Nang Si Zil Non Wang Chen Heruka
Power Heruka outshines all things.

གསང་བ་ཡེ་ཤེས་བཟླ་སྣ་ར་ཉི།

Sangwa Yeshe Benzra Wara Hi
Sangwa Yeshe,ⁱⁱⁱ Vajravarahi;

བདེ་མཚོག་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་བདེ་ཚེན་གཉེར།

De Chog Dö Pe Gyalpo Dechen Ter
Demchog,^{iv} Desire King, great bliss treasure;

མ་ལུས་སྐྱེ་རྒྱུའི་ཡིད་འཕྲོག་རིག་བྱེད་མ།

Malü Khye Gü Yi Thrö Rig Jema
Mind-muse Rigjema^v rules all mudras

མཚོག་ཐུན་ཅག་རྒྱལ་པོ་དབང་ལྷུ་བདེ་སྣང་གས།

Chog Thun Chag Gye Wang Jug De Tong Gar
High, low, dancing in bliss-emptiness.

དབང་མཚན་རྗེ་རྩེ་དཔའ་བོ་རྒྱ་ཀིའི་ཚོགས།

Wang Dzö Dorje Pao Dakki Tshog
Power-wielding *dak* and *daki* hosts,

སྣང་སྲོང་མཉམ་པ་ཚོན་བའི་ངང་ཉིད་དུ།

Nang Tong Nyampa Chenpö Ngang Nyi Du
You know seen and empty as the same.

རྗེ་རྒྱ་ཡི་གར་གྱིས་སྲིད་གསུམ་གཡོ།

Dorje Ku Yi Khar Gyi Sri Sum Yo
You dance, your vajra form shakes three worlds;

འགགས་མེད་གསུང་གི་བཞུད་སྐྱས་ཁམས་གསུམ་འགྲུགས།

Gag Me Sung Ki Shey Drey Kham Sum Gug
Your laugh and ceaseless speech rouse three realms.



འོད་ཟེར་དམར་པོས་འཁོར་འདས་ཡོངས་ལ་བྱབ།
Özer Marpö Khorde Yong La Khyab
Red light rays suffuse all worlds and peace,

སྲིད་བཞིའི་དྲངས་བརྩུད་གཡོ་ཞིང་སྲུང་པར་བྱེད།
Si Zhi Dvang Chü Yo Zhing Dü Par Je
Stir and gather world, peace essences.^{vi}

དོ་རྗེ་ཆགས་པ་ཆེན་པོའི་སྲུགས་གྱིས་ནི།
Dorje Chag Pa Chenpö Thug Gyi Ni
Grant the two feats, our supreme desire:

རྣམ་གཉིས་དངོས་གྲུབ་འདོད་རྒྱའི་མཚོག་སྣོལ་ཞིང།
Nam Nyi Ngö Drub Dö Gü Chog Tsöl Zhing
Vajra passion of your own heart-mind.

དོ་རྗེ་ལྷགས་ཀྱི་ཞགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིས།
Dorje Cakyu Zhagpa Chenpo Yi
With great vajra hooks and lassos you

སྣང་སྲིད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྣོལ་བྱེད་པ།
Nang Si Dewa Chenpo Dom Je Pa
Bind to great bliss all you know and see.

མཐའ་ཡས་སྐྱེ་འཇུག་དྲུ་བའི་རོལ་གར་ཅན།
Tha Ya Gyu Thrul Dra We Rol Gar Ce
Dance, play in the endless magic net

ཉིལ་གྱིས་གོང་བུ་བྱེ་བ་བཞིན་བཞུགས་པའི།
Til Gyi Gong Bu Che Wa Zhin Zhug Pe
Like sesame pods burst open with

རབ་འབྱམས་རྩ་གསུམ་དབང་གི་ལྷ་ཚོགས་ལ།
Rabjam Tsa Sum Wang Gi Hla Tshog La
Three roots, power god host, vast array.

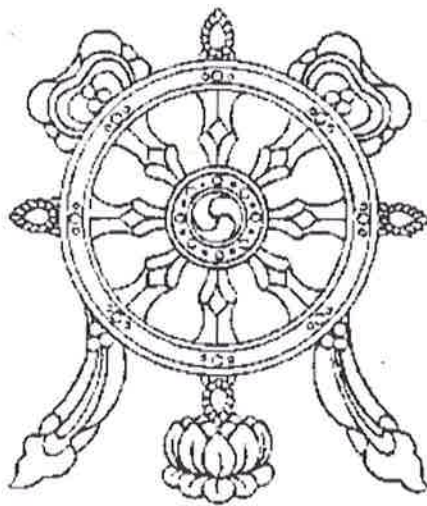
འདུལ་བའི་ལྷ་མོ།

གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Gü Pa Sol Wa Deb So Jin Gyi Lab
Bless and grant as with respect I pray

མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འདོད་རྒྱུའི་དཔལ་མཐའ་དག།
Chog Thün Ngö Drub Dö Gü Pel Tha Dag
For unhindered *siddhi* power in

ཐོག་མིང་དབང་དུ་བྱེད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྣེས།
Thog Me Wang Du Je Pe Ngö Drub Tsol
All feats high and low that I desire.

ཅེས་པའང་རབ་ཚེས་ས་ཡོས་ལྷ་བ་ཚེས་ལ་དོ་རྩེ་མིང་པས་སྒྲེལ།།



Waves of Splendor

Adzom Rinpoche's *Condensed Heart Essence Foundational Practices*
for Chanting

སྒྲོང་ཚེན་སྦྱིང་གི་ཐིག་ལེ་ལས། མྱོན་འགོ་ཉེར་བསྐྱུས་བྱུང་རྩེབ་ལམ་བཟང་བཞུགས།

ན་མོ་གུ་བུ་བྱུ་

Namo Guru Bhya
Homage to the guru.

རྒྱུང་ལོ་དགུ་བསལ། Nine Breathings

NINE BREATHINGS

Oral Instructions (Adzom Paylo Rinpoche)

Inhale radiant light. Left forefinger closes left nostril. Exhale three times, first forcefully, then middling, then gently. Hatred exudes as blue-black into the distance. Repeat this for the other side; desire exudes as dark red from the left nostril. Finally, three breaths through both nostrils; ignorance exudes as grey-black.

རྒྱུང་བྱིན་སྦྱོབ། PURIFICATION OF WINDS

OM AH HUM (white, red, blue) (21 times)

ངག་བྱིན་སྦྱོབ། PURIFICATION OF SPEECH

ཨོ་ཨུམ་ཧཱུྃ།

OM AH HUM (3 times)

ལྷེ་དབང་རམ་ཡིག་ལས་བྱུང་མེས་བསྐྱེགས་ནས།

Che Wang Ram Yig Le Jung Me Seg Ne
Red RAM fire burns away my tongue

དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་ཀུན་གྱིང་བཞེངས་སུ་གསོལ།

Dren Dang She Zhin Kun Kyang Zheng Su Söl
Rouse me to be mindful and aware.

Four Thoughts to Turn Me from Samsara ལྷོ་ལྷོ་གནམ་བཞི།

དལ་འབྱོར་རྗེད་དཀའ་དོན་མེད་གཡེང་བས་བསྐྱུས།

Del Jor Nye Ka Dön Mey Yeng Wey Lu
Freedoms, rare life, lost to distraction.

མི་རྟག་འཆི་བར་རྟག་འཛིན་སློ་ཡི་འཆིབ།

Mi Tag Chi War Tag Dzin Lo Yi Ching
Despite change, death, mind grasps permanence,

ལས་འབྲས་བསྐྱེ་མེད་ཉོན་མོངས་གཞན་དབང་ཤོར།

Ley Drey Lu Mey Nyö Mong Zhen Wang Shor
Afflictions sway, their effects sure to

སྐྱུག་བསྐྱུལ་འཁོར་བར་ཡིད་བསྐྱུས་གྱུར་བ་བདག།

Dug Ngel Khorwar Yi Lu Gyur Pa Dag
Ensnare me in this suffering swirl.

སྐུར་དུ་སྐྱུབས་གཅིག་སྐྱ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན།

Nyurdu Gyab Cig Lama Thugje Jen
Swift sole refuge, most loving Lama,

སློ་སྣ་བསྐྱུར་གཅིག་སྐྱ་མ་བཀའ་དྲིན་ཅན།

Lo Na Gyur Cig Lama Ka Drin Cen
Transform these minds, my most kind Lama.

དལ་རྗེན་དོན་ལྡན་མི་རྟག་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་ཞིང།

Del Ten Dön Den Mi Tag Gyu Gul Zhing
Rare mortal base, take on real meaning;

རྣམ་དག་ཁྲིམས་བསྐྱུང་འཁོར་བར་ཡིད་དབྱུང་ཤོག།

Nam Dag Thrim Sung Khor War Yid Jung Shog
May I guard pure ethics, leave this swirl.

