

༄༅། །ལྷོང་ཆེན་སྙིང་ཐིག་ལྔ་ལྔ་བསྟུས། །

*The Short Preliminary Practice of  
Longchen Nyíngthig*



*Longchen Nyinthig Ngondro*

**CONTENTS**

Introduction – 4

Lineage Prayer – 6

The Four Thoughts Which Turn the Mind – 7

Taking Refuge – 8

Developing Bodhicitta – 9

Meditation and Recitation of Vajrasattva – 10

The One-Hundred Syllable Mantra of Vajrasattva – 14

Offering the Mandala – 19

Guru Yoga – 23

Dedication of Merit – 26

## *Introduction*

Longchen Nyingthig is a wisdom lineage founded primarily by Vidyadhara Jigme Lingpa, who was both a yogi and a scholar. He is considered one of the most important figures, along with Dzogchen Master Longchenpa, in the Nyingma tradition. Some even believe that Dzogchen teachings are still alive with the vibrant force of liberation because of the Longchen Nyingthig lineage. Many great Dzogchen masters, including Zhabkarpa, Dza Patrul Rinpoche and Kenpo Ngakgi Wangpo, came from this particular lineage.

In many ways, the Longchen Nyingthig lineage doesn't have a central institution. Instead, because of its undeniable profundity, it is practiced by other traditions. When it first appeared, people found it refreshing because of its strong emphasis on the reflection of the nature of mind, and because people longed for something that was not heavily influenced by institutional politics. Almost everyone in the Nyingma tradition embraced the Longchen Nyingthig lineage, while maintaining their own.

All the lineages in the Nyingma tradition teach Ngondro as preliminary practice. Ngondro literally means, "to go before." The Longchen Nyingthig Ngondro is a practice that can be the foundation for the entire Vajrayana path, including Dzogchen. Do Drubchen Jigme Trinley Odzer composed the original Longchen Nyingthig Ngondro liturgy by assembling verses from the writings of Jigme Lingpa, who was his master. However, some people find the original version quite long. With this concern, our sangha has created a shorter version of the Longchen Nyingthig Ngondro that retains the vital components of the original. We are truly happy to publish this liturgy, which is both poetic and profound.

Anam Thubten

བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི།

## Lineage Prayer

ཀུན་བཟང་དོར་སེམས་དགའ་རབ་ལྷོ་སེང་།།

KUN ZANG DOR SEM GA RAB SHI RI SENG

I pray to Samantabhadra and Vajrasattva,  
to Prahevajra and Shri Singha,

པདྨ་ཀ་ར་རྗེ་འབངས་ཉི་ལུ་ལྔ།།

PAD MA KA RA JE BANG NYI SHU NGA

To Padmakara and his twenty-five disciples:  
the King and subjects,

སོ་ཟར་གཞུབས་གཉག་གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཙ་སོགས།།

SO ZUR NUB NYAG TER TON GYA TSA SOG

To So, Zur, Nub, Nyak, the one hundred  
Dharma treasure revealers,

བཀའ་གཏེར་སླ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

KA TER LA MA NAM LA SOL WA DEB

And to all the Gurus of the lineage of canonical and treasure  
teachings, I pray.

སློབ་ལྗོན་ལྔ་མ་བཞི་ནི།

**Four Thoughts Which Turn the Mind**

དལ་འབྱོར་རྗེད་དཀའ་ཐོབ་པ་ད་རེས་ཙམ།།

TAL JOR NYED KA TOP PA TA REE DZAM  
Precious human birth, with freedom and endowments,  
is gained but once and rare to find.

མི་ཉག་འཆི་བ་ནམ་འོང་ཆ་མ་མཆིས།།

MI TAG CHI WA NAM ONG CHA MA CHEE  
Life is impermanent;  
it is uncertain when death will arrive.

འཁོར་བ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ།།

KHOR WA GANG DU KYEE KYANG DHUK  
NGAL GYU  
All birth within samsara causes suffering.

དགོ་སྡིག་ལས་འབྲས་བུ་དེ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་མེད།།

GE DHIG LEE DREE DE DHUG LHU WA MED  
Happiness and suffering are the certain fruit  
of virtuous and non-virtuous karma.

ཐར་ལམ་ཐོབ་པ་སློབ་མའི་སྐྱུག་ས་རྗེས་བྱུངས།།

TAR LAM TOP PA LA MEE TUG JEE ZUNG  
Held in the guru's grace, may I find the path of liberation.

སྐྱབས་འགོ་ནི།

## Taking Refuge

དགོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་ཚ་བ་གསུམ།།

KON CHOK SUM NGOO DE SHEG DZA  
WA SUM

In the Three Jewels and their essence: the Sugata;  
and in the Three Roots;

ཚ་རླུང་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས།།

DZA LUNG TIK LEE RANG ZHIN CHANG  
CHUB SEM

In the channels, prana, bindu, and their nature: Bodhicitta;

ངོ་བོ་རང་བཞིན་བྱུགས་རྗེའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ།།

NGO WO RANG ZHIN TUK JEE KYIL KHOR LA  
And in the mandala of essence, nature and compassion;

བྱང་ཆུབ་སྣང་བོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཚེ།།

CHANG CHUB NYING POO WAR TU KYAB SU CHI  
I take refuge until I reach the heart of Enlightenment.

སེམས་བསྐྱེད་ནི།

## Developing Bodhicitta

ཧོ། ལྷ་ཚོགས་སྤང་བ་ཚུ་ལྷའི་རྩུན་རིས་ཀྱིས།།

HO NA TSOK NANG WA CHU DHEE DZUN  
REE KYEE

Ho! Deceived by myriad appearances  
like reflections of the moon in water,

འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འབྱམས་པའི་འགོ།།

KHOR WA LU GU GYUD DU KHYAM PEE DRO  
Beings wander in the endless cycle of samsara;

རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་གསོའི་ཕྱིར།།

RANG RIG OD SAL YING SU NGAL SOO CHIR  
To let them rest in the space of luminous awareness,

ཚད་མེད་བཞི་ཡི་ངང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ།།

TSAD MED ZHI YI NGANG NEE SEM KYED DO  
With the four immeasurables, I give rise to bodhicitta.

དོར་སེམས་བསྐྱེད་བཞུགས་ནི།

## **Meditation and Recitation of Vajrasattva**

ཨུཾ བདག་ཉིད་ཐ་མལ་ཤི་ལོ་རུ།།

AH DAK NYID TA MAL CHI WO RU

AH Above my head,

པད་དཀར་ཆེ་བའི་གདན་གྱི་དབུས།།

PAD KAR DHA WEE DAN GYI WU

In the center of a white lotus and moon seat,

ཧཱུྃ་ལས་ལྷ་མ་དོ་རྗེ་སེམས།།

HUM LEE LA MA DOR JE SEM

The letter HUM becomes Guru Vajrasattva,

དཀར་གསལ་ལོངས་སྤོད་རྫོགས་པའི་སྐུ།།

KAR SAL LONG CHOD DZOK PEE KU

The brilliant white sambhogakaya,

དོ་རྗེ་དྲིལ་འཛིན་སྟེམས་མ་འབྲིལ།།

DOR JE DRIL DZIN NYEM MA TRIL

Holding a vajra and bell, embracing Vajratopa.

ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་གསོལ་སྡིག་པ་སྦྱོངས།།

KHYOD LA KYAB SOL DHIG PA JONG  
I take refuge in you; please purify my vices.

འགྲོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།།

GYOD SEM DRAK POO TOL LO SHAG  
With great regret I confess them all.

ཕྱིན་ཚད་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་སྡོམ།།

CHIN CHAD SOK LA WAB KYANG DHOM  
Even if I might lose my life, from now on I will abstain.

ཁྱོད་ཐུགས་རྒྱ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་།།

KHYOD TUK DHA WA GYEE PEE THENG  
Upon the full moon disc in your heart,

རྗེ་ཡིག་མཐའ་མར་སྤགས་ཀྱིས་བསྐོར།།

HUM YIG TA MAR NGA K YEE KHOR  
The mantra garland circles the syllable HUM;

བརྒྱས་པ་སྤགས་ཀྱིས་རྒྱད་བསྐྱལ་བས།།

DHEE PA NGAG KYEE GYUD KHUL PEE  
Invoking with mantra your enlightened mind,

ཡབ་ཡུམ་བདེ་རོལ་སྐྱོར་མཚམས་ནས།།

YAB YUM DE ROL JOR TSAM NEE  
From the point of blissful union of the consorts,

བདུད་ཅི་བྱང་ཚུབ་སེམས་གྱི་སྒྲིན།།

DUD DZI CHANG CHUB SEM KYI TRIN  
A cloud of bodhicitta nectar

ག་བྱར་དུལ་ལྟར་འཇག་བ་ཡིས།།

KA WUR DUL TAR DZAK PA YEE  
Flows down like camphor powder.

བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི།།

DAK DANG KHAM SUM SEM JAN GYI  
Please purify karma, kleshas, causes of suffering,

ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ།།

LEE DANG NYON MONG DUK NGAL GYU  
Illness, hindrances, vices, defilement, and broken vows,

ནད་གདོན་སྡིག་སྒྲིབ་ཉེས་ལྷུང་གི་བ།།

NAD DON DHIK DRIB NYEE TUNG DRIB  
Of all beings in all worlds,

མ་ལུ་ཇང་འར་མཛད་དུ་གསོལ།།

MA LU CHANG WAR DZAD DU SOL  
Until not a single impurity remains.

## The One-Hundred Syllable Mantra of Vajrasattva

ཨོ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡེལ་མ་རུ་སྤྲ་ལ་ཡེལ་

OM VAJRASATTVA SAMAYAM ANUPALAYA

བཟླ་སཏྲ་ཏེ་ནོ་པེལ་ ཏིཏྲ་བི་ཞོ་མེ་ཟླ་ཤེལ་

VAJRASATTVA TENOPATISHTA DRIDHO ME BHAWA

སུ་ཏོ་ཏྲོ་མེ་ཟླ་ཤེལ་ སུ་པོ་ཏྲོ་མེ་ཟླ་ཤེལ་

SUTOSHYO ME BHAWA SUPOSHYO ME BHAWA

ཨ་རུ་ར་ཀོ་མེ་ཟླ་ཤེལ་ སཏྲ་སི་རྩི་ལྷེ་སྤྲ་ཡེལ་རྩེལ་

ANURAKTO ME BHAWA SARWA SIDDHIM

ME PRAYACHA

སཏྲ་ཀམ་སུ་ཅ་མེལ་ ཅི་ཏྲི་བྲེ་ཡིལ་ གུ་རུ་རྩིལ་

SARWA KARMA SU CHA ME

CHITTAM SHREYAM KURU HUM

ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོལ་ ཟླ་ག་ཤུལ་

HA HA HA HA HOH BHAGAWAN

སཏྲ་ཏ་སྤྲ་ག་ཏེལ་ བཟླ་སྤྲ་མེ་སུ་རྩེལ་

SARWA TATHAGATA VAJRA MA ME MUNCHA

བཟློ་ཟླ་ཤེལ་སཏྲ་ས་མ་ཡེལ་སཏྲ་ཤུལ་

VAJRI BHAWA MAHA SAMAYA SATTVA AH

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་ཚོངས་པ་ཡིས།།

GON PO DAK NI MI SHEE MONG PA YEE  
Oh Lord, in ignorance and delusion,

དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།།

DAM TSIK LEE NI GAL ZHING NYAM  
I have gone against and broken my samaya.

ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།།

LA MA GON POO KYAB DZOD JIK  
Lord guru, please protect me.

གཙོ་བོ་དྲེ་འཇིན་པ་སྟེ།།

DZO WO DOR JE DZIN PA TE  
Oh supreme Vajradhara,

སྐྱབས་ཇེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།།

TUK JE CHEN POO DAK NYID JAN  
Embodiment of great compassion,

འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི།།

DRO WEE DZO LA DAK KYAB CHI  
Lord of beings, I take refuge in you.

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཚ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།།

KU SUNG TUK DZA WA DANG YAN LAK KI DAM  
TSIK NYAM PA TAM JAD TOL LO SHAK SO  
I confess all broken root and branch samayas  
of the enlightened body, speech and mind.

སྒྲིག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་ཉེས་ལྷུང་བྱི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།།

DHIK PA DANG DRIB PA NYEE TUNG DRI MEE TSOK  
TAM JAD CHANG ZHING DAK PAR DZAD DU SOL  
Please cleanse and purify all vices, obscurations,  
and downfalls.

དོ་རྗེ་སེམས་དབའ་དགུས་བཞིན་འཇུ་མ་བ་དང་བཅས་པས། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲིག་

DOR JE SEM PA GYEE ZHIN DZUM PA  
DANG JEE PEE RIK KYI WU KHYOD KYI DHI  
Smiling with love, Vajrasattva says,  
“Noble one, all your vices,

ལྷོ་བ་ཉེས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཞིང་འོད་དུ་ལྷུན་ས་རང་ལ་

DRIB NYEE TUNG TAM JAD DAK PA YIN NO ZHEE  
NANG WA CHIN ZHING OD DU ZHU NEE RANG LA  
Obscurations and downfalls are purified.”  
So, giving pardon, he melts into light

ཐེམ་པའི་རྐྱེན་ལས།རང་ཉིད་ཀྱང་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་སྣང་སྣོང་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ

TIM PEE KYEN LEE RANG NYID KYANG DOR JE  
SEM PA. NANG TONG ME LONG NANG GI ZUK  
NYAN DA WUR  
And dissolves into me. I become Vajrasattva, apparent yet  
empty, like a reflection in a mirror.

གྲུང་པའི་ཐུགས་སློག་རྩྱི་གི་མཐའ་མར་ཡི་གེ་འབྲུ་བཞི་བོ་གསལ་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

KYIR PEE TUK SOK HUM GI TA MAR YI GE DRU ZHI  
WO SAL WA LEE OD ZER TROO  
The heart syllable HUM, and the four syllables encircling it,  
radiate light rays

ཁམས་གསུམ་སྣོད་བཅུད་དང་བཅས་པ་དོར་སེམས་རིགས་ལྔའི་

KHAM SUM NOD JUD DANG JEE PA DOR SEM  
RIK NGEE  
To all beings and realms of the three worlds,  
transforming into the nature

དེང་དང་བདེང་པའི་རང་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱལ་པར་གྱུར།

DEN DANG DEN PEE RANG ZHIN DU SANG  
GYEE PAR GYUR

Of the Buddhas and pure lands of the five Vajrasattvas.

ཨོ་བཌྲ་ས་ཧཱ་ཧཱཾ།

OM VAJRASATTVA HUM

མཚམ་ནི།

## Offering the Mandala

ཨོ་ཨུཾཱུཿ

OM AH HUM

### Nirmanakaya Mandala Offering

སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་གྱེ་བ་སྟག་བརྒྱའི་ཞིང་།།

THONG SUM JIG TEN CHE WA TRAK GYEE ZHING  
I offer the three-thousand fold universe of one billion worlds,

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ལྷ་མིའི་འབྲོར་བས་གཏམས།།

RIN CHEN NHA DUN LHA MEE JOR PEE TAM  
Filled with all the wealth of gods and humans,  
such as the seven precious gems,

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས་བ་ཡོངས་འབྲུལ་གྱིས།།

DAK LU LONG CHOD JEE PA YONG BUL GYEE  
As well as my body and all my possessions.

ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་སྲིད་ཐོབ་ཤོག །

CHOO KYI KHOR LOO GYUR WEE SID TOB SHOK  
May I become the dharma chakravartin.

## Sambhogakaya Mandala Offering

འོག་མིན་བདེ་ཆེན་སྐྱུག་པོ་བཀོད་བའི་ཞིང་།།

OG MIN DE CHEN THUK PO KOD PEE ZHING  
The highest heaven of great bliss: the realm of Tukpo Kodpa,

ངེས་པ་ལྔ་ལྔ་རིགས་ལྔའི་ཚོམ་བྱ་ཅན།།

NGEE PA NGA DAN RIK NGEN TSOM WU JAN  
Endowed with the five certainties,  
the mandala of the five Buddha families,

འདོད་ཡོན་མཚོན་བའི་སྤྱིན་སྲུང་བསམ་ཡས་བ།།

DOD YON CHOD PEE TRIN PUNG SAM YEE PA  
And inconceivably vast offerings of sensual pleasures,

སྤུལ་བས་འོངས་སྐྱུའི་ཞིང་ལ་སྦྱོད་བར་ཤོག །

PUL WEE LONG KUI ZHING LA SHOD PAR SHOK  
May I enjoy the Sambhogakaya realm with this offering.

## Dharmakaya Mandala Offering

སྣང་སྲིད་ནམ་དག་གཞིན་ལུ་བུམ་པའི་སྐྱུ།

NHANG SID NAM DAK ZHON NU WUM PEE KU  
Where all appearance and existence are intrinsically sacred:  
the youthful vase body,

བུགས་ཇེ་མ་འགགས་ཚེས་ཉིད་རོལ་པའི་རྒྱན།

TUK JE MA GAK CHOO NYID ROL PEE GYAN  
Adorned by the play of Dharmata— unceasing compassion,

སྐྱེ་དང་ཐིག་ལའི་འཇིན་པ་ནམ་དག་ཞིང་།

KU DANG TIK LEE DZIN PA NAM DAK ZHING  
The realm where all the grasping to kayas and bindus  
is utterly transcended,

ཕུལ་བས་ཚེས་སྐྱའི་ཞིང་ལ་སྐྱོད་པར་ཤོག །

PUL WEE CHOO KUI ZHING LA SHOD PAR SHOK  
May I enjoy the Dharmakaya realm with this offering.

## Short Offering

ས་གཞི་སྒོ་ས་ཚུས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བགྲམས།།

SA ZHI BOO CHU CHUK SHING ME DOK DRAM  
By offering the earth visualized as a Buddha paradise,

རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་བ་འདི།།

RI RAB LING ZHI NYI DEE GYAN BA DI  
Anointed with perfumed water and strewn with flowers,

སངས་རྒྱས་ཞིང་འདི་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས།།

SANG GYEE ZHING TU MIK DE PUL WA YEE  
Bejeweled with Mount Meru and the four continents,  
the sun and moon,

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྤྱོད་བར་ཤོག །

DRO KUN NAM TAK ZHING LA JOD BAR SHOK  
May all sentient beings enjoy the pure land.

ཨི་དམ་རྣམ་མཁུལ་ཁྱིེ་ར་ཡ་ཏ་ཡ་མིཾ

I DAM RATNA MANDALA KAM NIR YA TA YA MI

ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར་ནི།

## Guru Yoga

ཧཱུྃ། ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་ནུབ་བྱང་མཚམས།

HUM! OGYAN YUL GYI NUBJANG TSAM  
Hum! In the northwest of the land of Oddiyana

པདྨ་གེ་སར་སྒོང་པོ་ལ།

PADMA GESAR DONGPO LA  
In the heart of a lotus flower,

ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས།

YATSAN CHOK GI NGODRUB NYE  
Endowed with the most marvelous attainments,

པདྨ་འབྲུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས།

PADMA JUNGNE ZHYE SU DRAK  
You are renowned as the Lotus Born,

འཁོར་དུ་མཁའ་འགོ་མང་པོས་བསྐོར།

KHOR DU KHANDRO MANGPO KOR  
Surrounded by a host of many dakinis.

ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི།

KHYED KYI JESU DAK DRUB KYI  
I follow in your footsteps.

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

JIN GYI LAB CHIR SHEK SU SOL  
Please come and bestow your blessings!

གུ་རུ་པདྨ་སིདྱི་ཧཱུྃ།

GURU PADMA SIDDHI HUM

### Mantra Recitation

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་བཛ་གུ་རུ་པདྨ་སིདྱི་ཧཱུྃ།

**OM AH HUM VAJRA GU RU PA DMA SIDDHI HUM**

དབལ་ལྷན་ཅ་བའི་སླ་ས་རིན་པོ་ཆེ།།

PAL DAN DZA WEE LA MA RIN PO CHE  
Glorious and precious root guru,

བདག་གི་སྤྱིང་གར་པད་མའི་གདན་བཞུགས་ལ།།

DAK KI NYING GAR PAD MEE DAN ZHUK LA  
Please remain on the lotus throne in my heart;

བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོའི་སྐོར་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ།།

GA DRIN CHEN BOO GO NEE JEE ZUNG DE  
Embracing me with your great kindness,

སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།།

KU SUNG TUK KYI NGOO TRUB DZAL DU SOL  
Bestow on me all the siddhis of body, speech, and mind.

བསྐྱོབ་ནི།

**Dedication of Merit**

ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་རྣམས།།

NAM KHEE TAR TUK TA YE SEM JAN NAM  
May beings, infinite as the sky is vast,

མ་འབད་བཞིན་དུ་སྐྱེ་གསུམ་མངོན་གྱུར་ཏེ།།

MA BAD ZHIN DU KU SUM NGON KYUR DE  
Effortlessly attain the three kayas,

པ་མ་འགྲོ་དྲུག་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ།།

PA MA DRO DRUK SEM JAN MA LU PA  
And together may all motherly and fatherly beings  
of the six realms,

བྱམས་གཅིག་གདོད་མའི་ས་ལ་སྤྱིན་བར་ཤོག །

CHAM JIK DOD MEE SA LA CHIN BAR SHOK  
Reach primordial Buddhahood.

Copyright 2016 All Rights Reserved  
Vajra Sangha