

A. *The Message in the Moon*

།བཅུམ་པར་བྱ་ཞིང་དབྱུང་བར་བྱ།
།སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ་འཇུག་པར་བྱ།
།འདམ་བུའི་བྲིམ་ལ་གླང་ཆེན་བཞིན།
།འཆི་བདག་སྡེ་ནི་གཞོམ་པར་བྱ།

Take this up, and give that up—
Enter into the Buddha's teachings.
Destroy the forces of the Lord of Death
Like an elephant crushing a house of reeds.

།གང་ཞིག་རབ་རྩ་བག་ཡོད་པས།
།ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་སྦྱོད་གྱུར་པ།
།སྦྱོ་བའི་འཁོར་བ་རབ་སྦྲངས་ནས།
།སྦྱུག་བསྐྱེད་ཐ་མར་བྱེད་པར་འགྱུར།

Those who gently follow
This path of self-control
Will escape the wheel of rebirth
And put an end to pain.

Notes:

B. The Twelve Links

རྟོན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས།

དང་པོ་མ་རིག་པ།

First link

Ignorance

Notes:

གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་ལས།

Second link

Fresh karma

Notes:

The Wheel of Life

གསུམ་པ་རྣམ་ཤེས།

Third link

Consciousness

Notes:

བཞི་པ་མིང་གཟུགས།

Fourth link

Name & form

Notes:

ལྔ་པ་སྐྱེ་མཆེད།

Fifth link

The doors of sense

Notes:

The Wheel of Life

དྲུག་པ་རྟེན་པ།

Sixth link

Contact

Notes:

བདུན་པ་ཚོར་བ།

Seventh link

Feeling

Notes:

བརྒྱད་པ་སྲིད་པ།

Eighth link

Initial desire

Notes:

དགྲ་པ་ལེན་པ།

Ninth link
Strong desire

Notes:

བརྩ་པ་སྲིད་པ།

Tenth link
Ripe karma

Notes:

བརྩ་གཞིག་པ་སྐྱེ་བ།

Eleventh link
Birth

Notes:

བརྩ་གཉིས་པ་རྒྱ་ལོ།

Twelfth link
Aging and death

Notes:

C. The Six Realms

འགྲོ་བ་དྲིགས་དུག

ལྷ་འགྲོ་བ།

Life as a pleasure being

Notes:

ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་འགྲོ་བ།

Life as a near pleasure being

Notes:

མིའི་འགྲོ་བ།

Life as a human

Notes:

དུད་འགྲོའི་འགྲོ་བ།

Life as an animal

Notes:

ཡི་དྲགས་ཀྱི་འགྲོ་བ།

Life as a craving spirit

Notes:

སྤྱལ་བའི་འགྲོ་བ།

Life as a hellbeing

Notes:

D. The Three Poisons

དུག་གསུམ།

འདོད་ཆགས།

Liking things in an ignorant way

Notes:

ཞི་སྲང་།

Disliking things in an ignorant way

Notes:

The Wheel of Life

གཏི་མུག

Misunderstanding things

Notes: