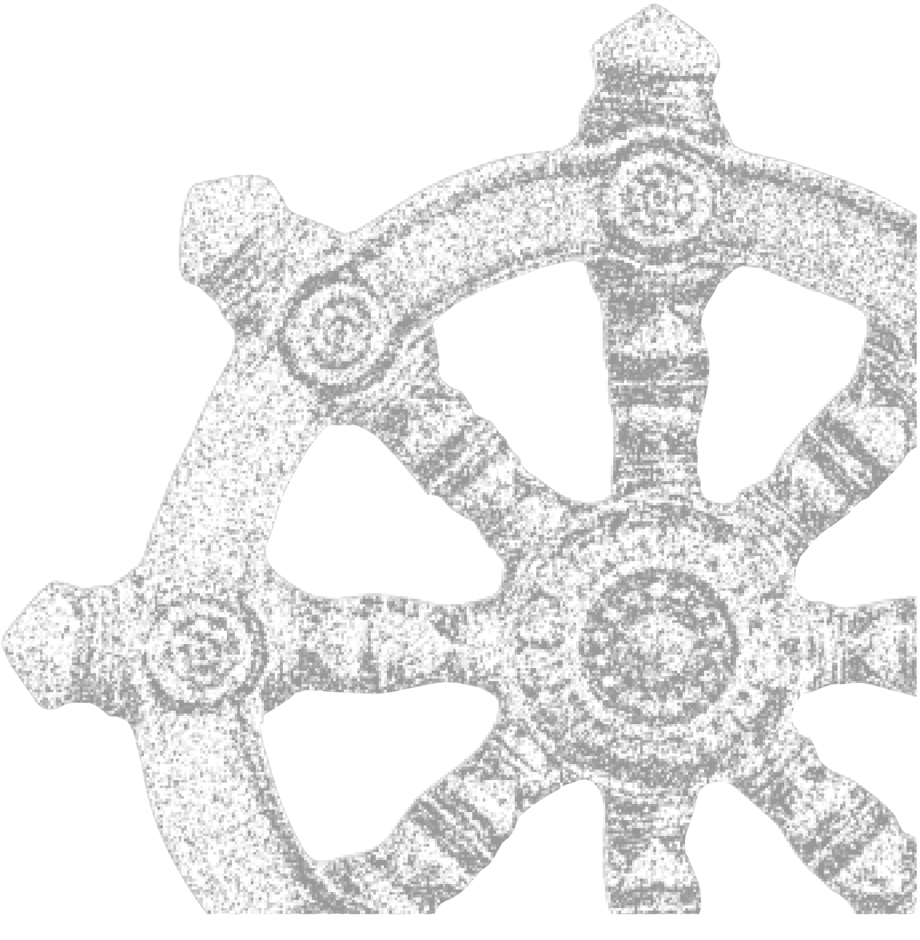
THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

10 GUIDE TO THE BODHISATTVA'S WAY OF LIFE - PART 1

COURSE

Level 3 of Middle-Way Philosophy *(Madhyamika)*



THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Thank you for your interest in the Asian Classics Institute's Correspondence Courses. A complete Formal Study Course consists of audio recordings from the original class series in New York, along with the supporting text materials from each class. The text and audio may be downloaded (see www.world-view.org in the on-line teachings section), or ordered by mail (see the Courses by mail section of the web site).

This Course consists of eleven classes, each of which has approximately two hours of audio, along with corresponding written materials. The audio can be ordered by mail, listened to on-line as streaming Real Audio, or downloaded onto your computer in mp3 or RA format for playback later. The written materials for this Course are contained in nine on-line files which can be downloaded, printed and assembled into a three-ring binder.

A complete Course binder contains the following sections in this order: a binder cover and spine, an overview of the teacher training program, prayers, a course syllabus, readings, class notes, homework, quizzes, a final examination, answer keys and Tibetan study materials. (The class notes were taken by a student in the original live classes, and you'll need these for reference as what's written on the board isn't always spoken.) For ease of binder assembly, be sure to print the files on three hole paper.

Each class lecture has a corresponding homework, quiz, meditation, and class notes. Most classes have readings, although not every class does. After listening to the audio from a class, the homework, quiz and meditation should be completed for that class before continuing on to the next class. The homework can be completed using your class notes, open book style. The quizzes should be completed from memory only, without the aid of notes or other materials. (A good approach is to look at an answer key *after* you have finished that homework, and to use that answer key to study for that quiz.) A final exam is given at the end of the Course.

You may grade your own papers using the supplied answer keys or, if you wish to do so, you may mail your quizzes, homework and final examination to the Asian Classics Institute to be graded. All of the quiz and final exam questions come from the homework, so the homework answer keys are also used to grade the quizzes and the final exam.

If you use the answer keys to complete your homework or quizzes by copying, please do not mail your papers to the Institute for grading. If you do mail your papers in, upon successfully passing, you will be presented with a certificate of proficiency from the Institute.

If you choose to have your papers graded by the Institute (this is completely optional), please mail all of the homework, quizzes and the final for the Course together – *DO NOT* mail papers from individual classes, or a partially completed Course. Once you have completed the entire Course, mail it to: The Asian Classics Institute, Correspondence Courses, 7055 Juniper Drive, Colorado Springs, CO 80908. Please make a copy of all materials that you send to us, in case they are lost in the mail. **Be sure to provide a self-addressed, stamped envelope of appropriate size and postage to have your papers returned.**

We would like to emphasize finally that, although recordings and written materials can be extremely helpful, it is essential for serious Buddhist practitioners to meet and study directly with a qualified Teacher who can give the necessary guidance and personal instructions of the lineage.

The wisdom of Enlightened Beings has been passed down in an unbroken lineage in these teachings. May you put them into practice in your life, gain every realization, and benefit all. May every goodness grow and spread in all directions right now!

Post Office Box 144 · New York, NY 10276 · aci@world-view.org · (212) 475-7752
All Correspondence Course mail should be sent to: 7055 Juniper Drive, Colorado Springs, CO 80908

Overview of the Formal Study Course Teacher Training Program

The Six Great Books of Buddhism outlined below are the subject of a geshe's eighteen year program of monastic study. The Asian Classics Institute condenses these Six Great Books of Buddhism into a series of 15 Formal Study Courses.

Book One

Geshe Study Subject: The Perfection of Wisdom (Prajnya Paramita)
School of Buddhism Studied: Beginning Middle-Way (Madhyamika Svatrantika); also includes some material from Mind-Only (Chitta Matra)
Main Root Text: *The Jewel of Realization (Abhisamaya Alamkara)*
Written by: Maitreya (the Future Buddha) as related to Master Asanga, circa 350 AD
Traditional period to cover this subject: Six years in a Tibetan monastery
Summarized in ACI Courses:

Course II: Buddhist Refuge
Course XV: What the Buddha Really Meant

Principal monastic textbooks used for ACI Courses: *Analysis of the Perfection of Wisdom, Overview of the Art of Interpretation, Overview of the Twenty Practitioners, Overview of Dependent Origination, Overview of the Form and Formless*
Written by: Kedrup Tenpa Dargye (1493-1568); Gyalwang Trinley Namgyal (fl. 1850)
Typical Subjects: The three kinds of refuge; The wish for enlightenment; What is nirvana?; The proofs for emptiness; Who is Maitreya?; The twelve links of dependent origination in the Wheel of Life; Deep levels of meditation; How do we know when the Buddha was speaking figuratively?; A flow-chart for liberation.

Book Two

Geshe Study Subject: The Middle Way (Madhyamika)
School of Buddhism Studied: Advanced Middle Way (Madhyamika Prasangika); also includes some material from the Mind-Only School (Chitta Matra)
Main Root Texts: *Entering the Middle Way (Madhyamaka Avatara)* and *A Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Bodhisattva Charya Avatara)*
Written by: The first by Master Chandrakirti, circa 650 AD in explanation of Master Nagarjuna, about 200 AD; and the second by Master Shantideva, circa 700 AD
Traditional period to cover this subject: Four years in a Tibetan monastery
Summarized in ACI Courses:

Course VI: The Diamond-Cutter Sutra
Course VII: The Vows of the Bodhisattva
Courses X, XI, XII: A Guide to the Bodhisattva's Way of Life

Principal monastic textbooks used for ACI Courses: *Overview of the Middle Way; A Commentary on the Diamond-Cutter Sutra; The String of Shining Jewels, on the Three Sets of Vows; The Point of Entry for Bodhisattvas, a Commentary to the "Guide to the Bodhisattva's Way of Life"*
Written by: Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432); Kedrup Tenpa Dargye (1493-1568); Choney Lama Drakpa Shedrup (1675-1748); Geshe Tsewang Samdrup (c. 1830)
Typical Subjects: Emptiness and the Wish for enlightenment; Emptiness and the bodies of a Buddha; The future of the Buddha's teaching; Emptiness and karma; The direct perception of emptiness; Emptiness and paradise; How empty things still work; The root and secondary vows of a bodhisattva; How to keep the vows; How to purify bad deeds; Taking joy; How to fight mental afflictions; The perfection of giving; How anger destroys good karma; The nature of anger; Where bad things really come from; Dealing with jealousy; Quietude; Stopping attachment; On the joys of solitude; Devoting oneself to meditation; On the need to see emptiness; The two realities; The emptiness of feelings; The sliver of Diamond.

Book Three

Geshe Study Subject: Higher Knowledge (Abhidharma)
School of Buddhism Studied: Detailist (Vaibhashika)
Main Root Text: *The Treasure House of Higher Knowledge (Abhidharma Kosha)*
Written by: Master Vasubandhu, circa 350 AD
Traditional period to cover this subject: Two years in a Tibetan monastery
Summarized in ACI Courses:
Course V: How Karma Works
Course VIII: Death and the Realms of Existence
Principal monastic textbooks used for ACI Courses: *Light on the Path to Freedom, a Commentary to the Treasure House*
Written by: Gyalwa Gendun Drup, the First Dalai Lama (1391-1474)
Typical Subjects: The nature of karma; The role of motivation; The correlation of deeds and their results; How karma is carried; The relative severity of deeds; The three realms of existence; The nature of the *bardo* (intermediate state between birth and death); A description of time and space; The destruction of the world; How to do death meditation

Book Four

Geshe Study Subject: Vowed Morality (Vinaya)
School of Buddhism Studied: Detailist (Vaibhashika)
Main Root Text: *A Summary of Vowed Morality (Vinaya Sutra)*
Written by: Master Gunaprabha, circa 500 AD
Traditional period to cover this subject: Two years in a Tibetan monastery

Summarized in ACI Course:
Course IX: The Ethical Life
Principal monastic textbooks used for ACI Course: *Essence of the Ocean of Discipline; Daymaker--A commentary on the "Essence of the Ocean"*
Written by: Je Tsongkapa (1357-1419), Master Ngulchu Dharma Bhadra (1772-1851)
Typical Subjects: The nature of the vows of freedom; Their divisions; The specific vows (note: nuns and monks' vows are presented only to those with ordination); Who can take vows; How vows are lost; The benefits of keeping vows.

Book Five

Geshe Study Subject: Buddhist Logic (Pramana)
School of Buddhism Studied: Sutrist (Sautrantika)
Main Root Text: *The Commentary on Valid Perception (Pramana Varttika)*
Written by: Master Dharmakirti, circa 650 AD, on Master Dignaga, circa 450 AD
Traditional period to cover this subject: Three months per year for 15 years in a Tibetan monastery
Summarized in ACI Courses:
Course IV: The Proof of Future Lives
Course XIII: The Art of Reasoning
Principal monastic textbooks used for ACI Courses: *The Four Reasonings; Light on the Path to Freedom, An Explanation of the "Commentary on Valid Perception"; Jewel of the True Thought; An Explanation of the Art of Reasoning; An Explanation of the Path of Reasoning; The Collected Topics of the Spiritual Son; The Collected Topics of Rato; A Clear Exposition upon Mind and Mental Functions*
Written by: Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (b. 1921); Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432); The First Panchen Lama, Lobsang Chukyi Gyaltsen (1567?-1662); Geshe Yeshe Wangchuk (1928-1997); Master Tutor Purbuchok Jampa Tsultrim Gyatso (1825-1901); Master Ngawang Trashi (c. 1700); Master Chok-hla U-ser (c. 1500)
Typical Subjects: The meaning of valid perception; The nature of omniscience; Proofs for past and future lives; The qualities of a Buddha; Why study the art of reasoning?; The definition of a reason; How to do Buddhist debate; The parts of a logical statement; Cause and effect; The nature of the subject mind; The concept of negatives and positives; The nature of definitions; The concept of time.

Book Six

Geshe Study Subject: The Steps to Buddhahood (Lam Rim)
School of Buddhism Studied: Advanced Middle Way (Madhyamika Prasangika)
Main Root Text: *The Great Book on the Steps to Buddhahood (Lam Rim Chenmo)*
Written by: Je Tsongkapa (1357-1419)
Traditional period to cover this subject: Intermittently over a period of 15 years in a Tibetan monastery

Summarized in ACI Courses:
Course I: The Principal Teachings of Buddhism
Course III: Applied Meditation
Course XIV: Lojong, Developing the Good Heart

Principal monastic textbooks used for ACI Courses: *A Gift of Liberation, Thrust into Our Hands; The Principal Teachings of Buddhism; A Commentary on the Principal Teachings of Buddhism; A Thousand Angels of the Heaven of Bliss (Ganden Hlagyama); Preparing for Tantra (The "Source of All My Good" and its Commentary); A Collection of Lojong Texts; Offering of the Mandala; How to Offer the Mandala in Thirty-Seven Parts*

Written by: Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin (b. 1921); Je Tsongkapa (1357-1419); Pabongka Rinpoche (1878-1941); Master Ngulchu Dharma Bhadra (1772-1851)

Typical Subjects: The Meaning of Rennciation, the Wish for enlightenment, and correct world view; How to do a daily practice; How to meditate; What to meditate on; How to practice at work and other everyday situations; How to offer the mandala; How to practice love and compassion; Brief presentations of the entire path to Enlightenment; How to prepare for the secret teachings.

༄༅། །མཎྜལ། །

mandel

།ས་གཞི་སྤོས་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ།

sashi pukyi jukshing metok tram,

།རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་འདི།

rirab lingshi nyinde gyenpa di,

།སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི།

sangye shingdu mikte ulwar gyi,

།འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག །

drokun namdak shingla chupar shok.

།ཨི་དཾ་གུ་རུ་རཏྣ་མཎྜ་ལ་ཀཾ་ནིརྻ་ཏ་ཡ་མི། །

Idam guru ratna mandalakam niryatayami.

Offering the Mandala

Here is the great Earth,
Filled with the smell of incense,
Covered with a blanket of flowers,

The Great Mountain,
The Four Continents,
Wearing a jewel
Of the Sun, and Moon.

In my mind I make them
The Paradise of a Buddha,
And offer it all to You.

By this deed
May every living being
Experience
The Pure World.

Idam guru ratna mandalakam niryatayami.

༄༅། །སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད། །

kyabdro semkye

།སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།

sangye chudang tsokyi choknam la,

།བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

jangchub bardu dakni kyabsu chi,

།བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

dakki jinsok gyipay sunam kyi,

།འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །།

drola penchir sangye druppar shok.

Refuge and The Wish

I go for refuge
To the Buddha, Dharma, and Sangha
Until I achieve enlightenment.

By the power
Of the goodness that I do
In giving and the rest,

May I reach Buddhahood
For the sake
Of every living being.

༄༅། །བསྔོ་བ། །

ngowa

།དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན།

gewa diyi kyewo kun,

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤིང་།

sunam yeshe tsok-dzok shing,

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།

sunam yeshe lejung way,

།དམ་པ་སྐུ་གཉིས་འཐོབ་པར་ཤོག །།

dampa kunyi topar shok.

Dedication of the Goodness of a Deed

By the goodness
Of what I have just done
May all beings

Complete the collection
Of merit and wisdom,

And thus gain the two
Ultimate bodies
That merit and wisdom make.

༄༅། །མཆོད་པ། །
chupa

།སྟོན་པ་བླ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ།
tonpa lame sanggye rinpoche,

།སྐྱོབ་པ་བླ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ།
kyoppa lame damchu rinpoche,

།འདྲེན་པ་བླ་མེད་དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།
drenpa lame gendun rinpoche,

།སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ།
kyabne konchok sumla chupa bul.

A Buddhist Grace

I offer this
To the Teacher
Higher than any other,
The precious Buddha.

I offer this
To the protection
Higher than any other,
The precious Dharma.

I offer this
To the guides
Higher than any other,
The precious Sangha.

I offer this
To the places of refuge,
To the Three Jewels,
Rare and supreme.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Level Three of Middle Way Philosophy (Madhyamika)

Course Syllabus

Reading One
Subject: The Author, Structure, and History of the Text

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* by Master Shantideva (circa 700 AD), with a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) entitled *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 1A-3B, 5B-6A.

Reading Two
Subject: The Benefits of the Wish for Enlightenment

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 6B-8B.

Reading Three
Subject: How to Make Offerings

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 14B-17B.

Reading Four
Subject: How to Purify Bad Deeds

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 18B-25A.

Reading Five
Subject: Rejoicing; Asking the Lamas to Teach and to Stay; How to Dedicate

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 25A-26B.

Reading Six
Subject: Taking Joy

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 28B-29B.

Reading Seven
Subject: How to Fight the Mental Afflictions, Part One

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 35A-37A.

Reading Eight
Subject: How to Fight the Mental Afflictions, Part Two; Why the Perfections are Mental

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 37B-38B, 42B-43B.

Reading Nine
Subject: Awareness

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 46A-48B.

Reading Ten
Subject: The Perfections of Giving and Ethical Living

Reading: *Guide to the Bodhisattva's Way of Life,* with commentary from *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas,* folios 52A-55A.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading One: Author, Structure, and History of the Text

The following story recounts in brief some of the events in the life of the great bodhisattva Shantideva. It is a paraphrase of sections from the *Life Stories of the Lineage Teachers of the Steps of the Path (Lam-rim bla-ma brgyud-pa'i rnam-thar)* written by Yongdzin Yeshe Gyeltsen (1713-1793), the teacher of the eighth Dalai Lama.

****

Master Shantideva was born to the west of Bodhgaya, the Seat of the Diamond, in a place called Yulkor Mosang. His father was a king named Armor of Virtue, and his mother was said to be an emanation of Vajra Yogini, the Angel of Diamond. He was able to choose the details of his birth, and when he was born he was given the name Armor of Peace. In his childhood he had all the favorable conditions that he needed, and from his earliest age he revealed himself to be a master of the traditional philosophical and other sciences. When he was six years old he met a great practitioner of the secret teachings, and received an initiation and a practice for reaching the enlightened being named Manjushri, or Gentle Voice. As a child he made great efforts in this practice, doing its meditations and reciting its secret words, and was soon able to meet Gentle Voice himself. After meeting this holy being, Master Shantideva was able to receive many teachings from him directly.

When his father the King passed away, all the people of the land requested Prince Shantideva to be King. Because he had practiced the bodhisattva path in many previous lives, he had no desire to live a life of royalty, but so as not to upset the people he agreed. The night before his crowning ceremony though he had a dream. In the dream he saw Gentle Voice sitting on the King's throne, and He said, "Son, this is my seat and I am your Teacher. It would be improper for us to sit on the same seat." Upon waking he realized that it was wrong for him to enjoy the pleasures of owning a kingdom, and he ran away.

Master Shantideva first went to Nalandra Monastery where he met the supreme leader of all the learned scholars there. His name was Angel of Virtue, and from this teacher he took the commitment to leave the home life. It also was from this master that he received the name Shantideva, which means "Angel of Peace." At the monastery he served his preceptor well, studied the three collections of scripture, and became a great scholar. He continued to receive many teachings from Gentle Voice himself, and was able to grasp the meaning of all the Buddha's teachings, both open and secret. He eliminated all the different kinds of distraction, both inner and outer, and with this incredible focus of mind he reached a very high spiritual level. He then composed the works entitled the *Compendium of Trainings,* the *Compendium of the Sutras,* and other books which describe the amazingly powerful and effective way of the life of a bodhisattva. Master Shantideva perfected within himself the three characteristics of a great Buddhist master—teaching, debating, and writing—and continued to rise up all the spiritual levels and paths. He achieved the ability to remember everything he had ever been taught, the ability to perform miracles effortlessly, and incredible clairvoyance; thus he became a god among bodhisattvas.

This was his inner life, but to the eyes of impure people Shantideva seemed to be interested in only three things: eating, sleeping, and going to the toilet. He thus became known by the name Bhusuku, which means "Mister Three Thoughts." Because the only fitting activity for a man who has left the home life is to involve himself in teaching, some of the monks who could not see who he really was perceived Master Shantideva as someone who was just living off the kindness of the laypeople, and decided that they should expel him from the monastery. They asked him to recite a scripture from memory before a gathering of the monastery, hoping that their request would cause him to decide to leave on his own. He answered them by saying, "How could someone like me ever be able to recite scripture?" and declined. However they insisted that he do so, and eventually he agreed.

The entire monastery was then invited to this gathering, and a very high throne was set up, one without any stairs—so there was no way for anyone to climb atop it. But when the bodhisattva Shantideva reached the front of the throne, he touched it gently, and without the slightest effort he appeared sitting on top of it. He then asked and said, "Would you like me to recite something you have heard before, or something which you have never heard?" The assembly asked that he recite something that they had not heard before, and so he began to recite that book which we call the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.* He began at the very beginning of the text, and by the time he had gotten about a third of the way through the ninth chapter he began to rise up into the sky. He rose higher and higher, and it seemed as though the sky and his knowledge were pitted in competition, until he could no longer be seen at all, only heard. Then he totally disappeared.

Later on some of the monks who had clairvoyance of the ear, and others who were masters of total recall, pieced the whole book together. The group who were from Kashmir said that it had nine chapters, and the group from central India said it had ten. People then began to get curious about two of his other books which were mentioned in the fifth chapter of the *Guide,* and so they sent two monks to the place where Master Shantideva was living. They travelled to a stupa in the south of India called Pelyun Chen to invite him to come back to Nalandra. The master refused to come, but he did tell them that the people from central India were correct, and that the two books they sought could be found written in tiny letters hidden in the rafters of his old room at the monastery. He then gave these monks a complete explanation of the both the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* and the *Compendium of Trainings.*

Later Master Shantideva was wondering what he could do to help others, and so he decided to check with his clairvoyance. He saw in the east a great many people whose lives were disturbed by a terrible dispute and, seeing that he could help, set off in their direction. While he was there he acted as the opponent of the great argument maker who was causing all the trouble, and with his great powers he was able to bring everyone back together.

He then thought to himself, "What further could I do to benefit people?" The idea then came to him that he should travel to the kingdom of Magada in order to help the people living there who had fallen into the chasm of wrong views. When he arrived, he found a great many people who had extremely weird wrong views, and he decided to stay with them for some time. One day, due to his extraordinary power and to the purity of the prayers these people had made in their past lives, there occurred an enormous blizzard. The storm lasted for seven days, and the community ran out of food and drink. They began to go crazy, and decided that whoever was able to come up with something to eat and drink would become their leader. The bodhisattva Shantideva was miraculously able to fill a single alms bowl with rice, and from it fed everybody in the community. As their leader he was then able to demolish their wrong views, and lead them into the Buddha's teachings.

Master Shantideva next checked with his clairvoyance to see who else needed help. He saw many people suffering from a famine, in desperate need of help, and thousands about to die. He provided these people with sustenance, taught them the teachings of the Buddha, and thus brought them to happiness.

Then the great bodhisattva thought to himself, "What could I do to help the teachings of the Buddha?" He saw that if he were to assist a certain king it would aid many people. He journeyed to the crossroads near his palace, and began to assess the situation. He found a great crowd of mighty, but merciless people. There were a lot of them gathered already, and many others like them on their way. These people were aware of the king's great wealth, and this fact was causing the king much distress. He thought that if he were to use all of

his wealth to pay off these people, then having obtained the kingdom would be of no point; but also that if he did not, then they would surely separate his mind from his body. Master Shantideva took a liking to the king, and arranged to be his bodyguard. Because he had limitless power and might, he was able to overpower all of the evil people, and put the king and his people at ease. During all this time Master Shantideva had no weapon other than a single wooden sword, a sword resembling the sword of Gentle Voice.

The whole kingdom began to develop great faith and respect for Master Shantideva, and made many offerings to him. But there was one man who was very jealous of him, and could not bear all of his success. He went to the king and told him that Master Shantideva was a devious man. He told the king that Shantideva had nothing more then a wooden sword, and that he would never be able to protect him if anything happened. He said to the king, "This man is a deceiving you. Even his sword is nothing more than wood, and so he could never be able to guard your body"; and advised the king to investigate. The king became angered, went to Master Shantideva, and told him to take his sword out of its scabbard. The bodhisattva replied saying, "Your Highness will be hurt if I do so," but the king told him to do it anyway, whether it hurt him or not. Master Shantideva then said to him, "I agree then to take it out, but I advise Your Highness to cover one of your eyes. The king covered one eye as instructed, and when the great bodhisattva pulled out the sword, it blazed with such a light that the king's exposed eye was blinded. The King apologized, took refuge in Master Shantideva, and entered into the teachings of the Buddha.

After this Master Shantideva thought to himself, "What next can I do to be of help to others?" He checked with his clairvoyance, and saw there were many non-Buddhists who opposed the Teachings and needed to be subdued. He went to where they lived in the south, and dressed himself as a beggar. One day a servant of the King saw him and noticed that drops of water which touched his body instantly began to boil.

There was a non-Buddhist teacher living in this land who decided that he wanted to compete with a Buddhist in miraculous powers. He made a deal with the king that whoever lost this competition would have to convert to the other's religion, and that the winner could burn all of the monasteries and books of the loser's religion. The King could find no one of the Buddhist community who would agree to these conditions, and he grieved. Then the servant who had seen the miracle with Master Shantideva told him about it. The King sent out messengers to seek him, and to beg for his help in defeating the non-Buddhist teacher.

The bodhisattva Shantideva told them that he would be able to help, and that they should prepare a large bowl of water, two bolts of cloth, and a fire. On the day of the competition the whole kingdom gathered, and a throne was

prepared for the King. The two opponents began their debates, and because of the power of Master Shantideva's reasoning and scriptural knowledge, his opponent was unable to even respond. Because of this he thought he'd try to win with his miraculous powers instead, and so he began to draw the secret world of a powerful Hindu god in the sky. But before he had finished drawing even its eastern side, the bodhisattva Shantideva went into a deep meditation on the element of wind and brought about a great storm which began to tear apart the entire area.

The King, Queen, and the others assembled ran for cover, and the non-Buddhist teacher and his secret world were thrown about in every direction, like sparrows caught in a hurricane. A great darkness descended upon all the land, and Master Shantideva sent rays of light out from a spot between his eyes to light the way for the King and the Queen. Their clothes had been ripped off and they were covered in dust, so the great bodhisattva bathed them in the water from the bowl, dressed them in the cloth, and put them near the fire, where they could warm themselves.

Master Shantideva's activities were exclusively dedicated to the benefit of living beings, and to helping the Buddha's teachings. Everything he did was meant to express the truth of the saying: "Men are like the mango fruit. Sometimes they look ripe on the outside, but are not ripe on the inside. Others are ripe on the inside, but don't look ripe on the outside. Some look and are ripe both inside and out, and others that don't look ripe truly are not." For people like us who haven't seen emptiness directly, it is very difficult to judge another's mind. Generally speaking then we should never allow ourselves to think that anyone at all has any bad qualities, and we should realize more specifically that criticizing anyone who has entered the Buddha's teachings is like playing near a pit of embers concealed in ash. It is important that we not criticize other people, and to try to see all things as pure. It is to express this fact that Master Shantideva lived the way that he did.

He also taught us by example many other lessons. Never be satisfied with wrong or partial paths. Train yourself in paths which are complete. Practice what is taught in this bodhisattva's books. If you take Gentle Voice as your personal Angel, you will be able to achieve all wonderful qualities. It isn't fitting to put any faith in books which can't bring you to total enlightenment. The only entry point for those who wish for freedom is the teachings of Enlightened Beings. So if you wish to practice the teachings of the steps of the path to enlightenment, make supplication to this great bodhisattva; and learn about, contemplate, and meditate on his words.

****

The following selections are taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་བཞུགས་སོ།།

Herein contained is the
Entry Point for Children of the Victorious Buddha
a commentary upon the
Guide to the Bodhisattva's Way of Life.

།རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ལ་གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

With deep respect I bow down to the feet of the revered ones,
the holy ones, to those who possess great compassion!

།གང་གི་མཁྱེན་པ་ཉེས་པ་ཀུན་ཟད་མཚན་དཔེའི་དཔལ་འབར་སྐུ་བཞིའི་
དཀྱིལ་འཁོར་ཆོས་དབྱིངས་མཁར་འཕགས་ཏེ།
།ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་གསུང་གི་འོད་ཟེར་
མཐའ་ཡས་འགྲོ་ལ་དྲི་མེད་རབ་འཕྲོ་ཞིང་།
།ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་ཅིང་རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་མཛད་པ་བཟང་པོས་
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་སྨུན་པ་སེལ་མཛད་པ།
།ཐུབ་དབང་རྣམས་དང་བླ་མ་སྐྱེས་ཆེན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་
ཞབས་ལ་བདག་ནི་གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

To those whose knowledge has eliminated all bad qualities
And rises high in the sky of the ether of phenomena
As a sun disc of the four holy bodies
Blazing with the glory of the marks and signs;

To those who by their great compassion,
Beam out to an endless number of beings
The immaculate light rays of holy speech
Which possesses sixty wonderful qualities;
To those who dispel the darkness
Of infinite living creatures
Spontaneously in an unbroken stream
Of pure and holy activities;

With great respect I bow down to them,
To the feet of the Lords of the Able,
To my Lamas, to all great beings,
And to He who is of Gentle Voice.

།རང་ཉིད་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་འདྲིས་ཕྱིར་དང་།

།སྐལ་མཉམ་གཞན་ལའང་ཕན་པར་འགྱུར་སྙམ་དུ།

།རྒྱལ་སྲས་དམ་པའི་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པ་ཡི།

།ཚིག་དོན་མཁས་པའི་བཞེད་པ་བཞིན་དུ་བྲི།

In accordance with the positions
Which the great masters hold to be true,
I shall write about the meaning of the words
In the *Guide to the Way of Holy Children*
So that it may always be familiar to me
In the string of my future lives,
And with the thought that it may also be helpful
To others who share such an interest.

།རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་ཞགས་པས་བཅིངས་པ་ཡིས།

།དམན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ།

།ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་མི་དགོས་ཞེས།

།བཞེད་པ་ལོག་པར་འཆད་རྣམས་བསལ་གྱིས་ཉོན།

Those of you who are bound by the noose
Of holding wrong views as supreme
Who say you needn't realize profound suchness
In order to reach lower enlightenments:

Listen carefully all of you people
Who teach this mistaken position!

།དེ་ལ་འདིར་རྒྱལ་བ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་དུ་མར་སྦྱིན་སོགས་ཕར་ཕྱིན་གྱི་སྤྱོད་པས་ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པར་བྱས་ཤིང་། མཐར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐོར་བར་མཛད་དེ།

First, the Lord of the Able Ones developed the wish to achieve supreme enlightenment. Then over many countless eons he worked to complete the two collections [of goodness and of wisdom] by carrying out the activities of giving and the other perfections. Finally he reached total enlightenment and turned the wheel of the Dharma in three stages.

དང་པོར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་ལན་གསུམ་དུ་བཟླས་ཤིང་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྐོར་བར་མཛད་དོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྒྱུད་སྨིན་པ་ཁ་ཅིག་ལ་ནི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་། རྟེན་འབྱུང་སྤྲོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་ལ། མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དང་། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་འགྲེལ་པ་སློབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པས་བཀྲལ་པ་ལྟར། ཐེག་པ་དམན་པའི་སྡེ་སྣོད་རྣམས་ལས་དངོས་སུ་ཡང་བདག་མེད་ཕྲ་མོ་ལན་དུ་མར་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་སོགས་གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་རྒྱས་པར་སྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གཉིས་པ་བསྐོར་བར་མཛད་དོ། །དེ་ནས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་འཁོར་ལོའི་གཏམ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པ་བསྐོར་བར་མཛད་དོ།

The Buddha first turned the wheel by teaching the Four Truths of Realization three times through in twelve different aspects. From this teaching on the Four Truths alone, some disciples who belonged to the class of Listeners and whose minds were ripe grasped the meaning of dependent origination, free from the extreme of thinking of things as self-existent. It has been explained by the savior Nagarjuna in his treatises, and by Master Chandrakirti in his work on the *Commentary on the Sixty Verses on Reasoning,* that the scriptures of the

Lower Way even describe explicitly the most subtle form of selflessness on many occasions. The second time the Buddha turned the wheel he taught in great detail about the selflessness of both the person and phenomena as is found in the brief, medium-length and extensive sutras on the Perfection of Wisdom, as well as in other works. The third time he turned the wheel he gave the teaching of the Cycle of No Return which deals extensively with the subject of method.

།དེ་ལ་སྤྱིར་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྣོད་ཀྱི་དགོངས་པ་རྫོགས་པར་བཀྲལ་ནས་གསུང་རབ་མཐའ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གཅིག་སངས་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའོ།

What I am going to explain is the holy *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* which, in general, comments upon the true intent of all the speech of the Buddhas, the highest of all spoken word. More particularly, however, this book thoroughly explains the true intent of the scriptures of the Greater Way. In so doing, it establishes in detail how every instance of the Buddhas' speech is a part of a path to reach enlightenment which can be put into practice by any particular person who belongs to the family of the Greater Way.

།བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཛད་པ་པོ་ནི་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཞི་བའི་ལྷ་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་པ་རྫོགས་པར་རྟོགས་ཤིང་། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། རང་ཉིད་འབའ་ཞིག་གི་བདེ་བ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་གཞན་གྱི་ཕན་བདེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ། ཁྱད་པར་དུ་རྣལ་འབྱོར་བླ་མེད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་སྤྲོས་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པའི་སྒོ་ནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་དེ་ཉིད་དོ།

The author of this treatise is that master and realized being, Shantideva, who had perfectly understood the true meaning of every instance of the highest form of the spoken word. Master Shantideva was possessed of the great compassion which treasures others more than oneself, and he totally lost himself to helping others and making them happy; he was completely free of the tendency of thinking only of his own happiness. More specifically, he was a being who succeeded in employing the activities of extreme non-

conceptualization found in the Unsurpassable group of secret teachings, and so brought the path of the Greater Way to its ultimate conclusion.

།དེས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལ་བཞི། མཚན་གྱི་དོན། འགྱུར་གྱི་ཕྱག གཞུང་གི་དོན། འཇུག་གི་དོན་ཏོ།

The book which he wrote, the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*, has four major sections: the meaning of the title, the translator's obeisance, the meaning of the body of the text, and some concluding remarks.

Meaning of the Title

།དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་ན་སྐད་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་ལས་སཾ་སྐྲྀ་ཏའི་སྐད་དུ། བསྟན་བཅོས་འདིའི་མིང་བོ་དྷི་ནི་བོད་སྐད་དུ་བྱང་ཆུབ་དང་། ས་ཏྭ་ནི་སེམས་དཔའ་དང་། ཙརྻ་ནི་སྤྱོད་པ་དང་། ཨ་བ་ཏ་ར་ནི་འཇུག་པ་ཞེས་བྱའོ།

The title of this book in Sanskrit, one of the four great languages of ancient India, is *Bodhisattvacharyavatara*. The meaning of this title can be explained in the following way. The word *bodhi* [*jang-chub* in Tibetan] means "enlightenment," the word *sattva* [*sempa*] means "warrior," *charya* [*chupa*] means "activities," and *avatara* [*jukpa*] means "to enter."

Translator's Obeisance

།བམ་པོ་དང་པོ།

།སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Here begins the first *bampo:*

I bow down to all Buddhas and bodhisattvas!

།གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་ཞེས་སོགས་ཏེ་ཕྱོགས་གང་དུ་གཏོགས་པ་ངོས་བཟུང་བའོ། །དེ་ཡང་འགྱུར་གྱི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་། སྡེ་སྣོད་མཐའ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་ཡང་། གཙོ་བོར་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྣོད་ཀྱི་དགོངས་འགྲེལ་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །བམ་པོའི་གྲངས་ཀྱི་བཤད་པ་གོ་བར་སླ་བས་མ་བཀོད་དོ།

The purpose of including the line which contains the words "Buddhas and..." is to indicate which section of the scriptures this book is included into. This involves preventing obstacles to the translation, and serves to help you realize that even through this is a commentary upon all of the collections of scripture, it focuses mainly upon the sutra collection.

The words which indicate the beginning of the first *bampo,* or major textual division, are easy to understand, and thus require no commentary.

Meaning of the Body of the Text

།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་དངོས་སོ།

I will explain the meaning of the body of the text in two main parts: first will be an explanation of the preliminaries which precede an explanation of the steps of the path of the greater way, and then the actual explanation of the steps themselves.

།དང་པོ་ལ་གསུམ། །མཆོད་བརྗོད་དང་། བཤད་པར་དམ་བཅའ་དང་། ཁེངས་སྐྱུང་ཞིང་རྩོམ་པར་སྤྲོ་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ།

The preliminaries to the actual explanation will be in three sections: Master Shantideva's offering of praise, his pledge to compose the work, and then finally words to prevent pride arising, along with the reasons why he takes joy in composing this work.

།དང་པོ་ལ་གསུམ། དགོས་དོན་དང་། བསྡུས་དོན་དང་། ཚིག་དོན་ནོ།

The offering of praise can be explained in three parts: its purpose, what it includes, and its wording itself. It begins as follows:

།བདེ་གཤེགས་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་མངའ་སྲས་བཅས་དང་།
།ཕྱག་འོས་ཀུན་ལའང་གུས་པར་ཕྱག་འཚལ་ཏེ།

I bow down with great respect
To Those Who Have Gone to Well-Being—
Those who possess the Dharma Body—

And to all of their sons and daughters,
And all others worthy of prostration!

།དང་པོ་ནི། ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ཅིང་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་རང་ཉིད་སྐྱེས་བུ་དམ་པར་རྟོགས་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་སོགས་ཀྱི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་། མཐར་ངེས་ལེགས་ཐོབ་ཅིང་གདུལ་བྱ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པས་ལེགས་ཚོགས་སུ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའོ།

The reason why Shantideva here expresses the wonderful spiritual qualities of an extraordinary being, and why he goes for refuge, is so that other people will understand that he is himself a holy person. Another reason he does so is to prevent any obstacles which may come up as he is writing this book, or in any of his other endeavors. His ultimate purpose is that he may achieve definite good, and that by following in his footsteps other disciples will also be able to achieve every single good thing that there is.

།གཉིས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཕྱག་བྱ་བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཕྱག་འཚལ་བ་བསྟན་ཏོ།

This verse shows us that Master Shantideva in bowing down to the Three Jewels, as well as to everyone else who is worthy of being prostrated to.

།གསུམ་པ་ནི། སུ་ག་ཏའི་སྒྲ་སྤངས་པ་དང་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་བཤད་དུ་ཡོད་པས་སྤངས་པ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། སྐྱེས་བུ་གཟུགས་ལེགས་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་ཟད་པར་སྤངས་པས་ལེགས་པའམ་མཛེས་པར་གཤེགས་པ་དང་། རིམས་ནད་ལེགས་པར་བྱང་བ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སླར་འཁོར་བར་མི་ལྡོག་པར་གཤེགས་པ་དང་། བུམ་པ་ལེགས་པར་གང་བ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་ཟད་པར་སྤངས་པས་མ་ལུས་པར་གཤེགས་པས་བདེ་བར་གཤེགས་པའོ། །བདེ་བ་ནི་ལེགས་པ་སོགས་དང་། གཤེགས་པ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་སོན་པའོ།

The Sanskrit word *Sugata* [Those Who have Gone to Well-Being] can be explained in two ways. We can explain it in reference to either the things which an Enlightened Being has eliminated, or in reference to the things which he or she has realized.

First I will explain it in terms of that excellent virtue an Enlightened Being possess of having totally eliminated every single bad quality there is. Because an Enlightened Being has completely cleaned Himself of all the obstacles which are related to bad thoughts, we can say that he has *gone well*, or beautifully, and is like someone who has an *well*-formed body. Because he will never have to return back to this cycle of suffering life by force of things poisoned with the afflictions of the mind, we can say that he has *gone* like someone who has been completely cured, or made *well,* from an illness. And because he has totally removed all of those kinds of ignorance which are not related to the mental afflictions, we can say that he has totally *gone* like a vase which is *well*-filled. It is in this way that we call such a being One Who Has Gone to Well-Being. We say "well-being" to refer to the different qualities described above with the word "well", and we say "gone" to indicate that these beings have gone to the nature which embodies those very qualities.

།དེ་གསུམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་པའི་ཆགས་བྲལ་དང་། རྒྱུན་ཞུགས་ཕྱིར་འོང་སོགས་དང་། དམན་པའི་དགྲ་བཅོམ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའོ།

Using the word "well" in these three different ways serves also to distinguish Those Who Have Gone to Well-Being respectively from non-Buddhists who have freed themselves of desire; from stream-enterers, once-returners, etc.; and from lower foe-destroyers.

།རྟོགས་པ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པ་དང་། མཁྱེན་པ་བརྟན་པ་དང་། མ་ལུས་པར་མཁྱེན་པས་བདེ་བར་གཤེགས་པའོ། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་གསུམ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའོ།

Now, I will explain "Sugata" in terms of an Enlightened Being having perfected every single realization there is. Such a being has *gone well* in the sense that His knowledge has directly perceived the suchness of the two kinds of lack of self-nature, that His knowledge is firm, and that His knowledge is total. These qualities of His knowledge respectively indicate how such a being is exceedingly higher then the three groups of practitioners mentioned above.

།དེས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟོད་པ་བསྟན་ཏོ།

This is Master Shantideva's praise of the Buddha Jewel.

****

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་དང་། སོ་སོའི་དོན་བཤད་པའོ།

The second section, the actual explanation of this book, is in two parts. First will be a presentation of the overall structure of the book, and then an explanation of each individual part.

།དང་པོ་ནི། བསྟན་བཅོས་འདིས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་བསམ་པ་སྦྱོང་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྦྱོང་བ་སྔོན་དུ་བཏང་ནས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྤྱོད་པ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དྲུག་ལ་བསླབས་ནས། སངས་རྒྱས་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྫོགས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ།

This book presents, in their entirety, each one of the steps of the path to enlightenment. It begins by telling you the way to practice the contemplations for people of lesser and medium capacity as an adjunct to practicing the contemplations for people of great capacity. Then it goes on to teach you how to develop the wish to achieve supreme enlightenment, and how—after you have developed that wish—you should train yourself in the perfection of giving, along with the other five perfections.

།དེ་ལ་ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་དེའི་ཕན་ཡོན་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སྤྲོ་ཤུགས་ལྷག་པར་འཕེལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ལེའུ་དང་པོས་སྟོན་ལ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྦྱོང་བ་དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་འཆད་དོ།

The first chapter explains how, in the beginning, you must increase your joyful energy to its very highest by thoroughly contemplating the benefits which come from developing the wish to achieve supreme enlightenment. This chapter also touches upon the way you should practice, as an adjunct, the contemplations for people of lesser and medium capacity.

།དེ་ནས་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྗེའི་རྩ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འཁོར་ལོ་སྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྤྱན་འདྲེན་པའི་གནས་ཁང་སོགས་བྱི་དོར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འགལ་རྐྱེན་སྒྲིབ་པ་བཤགས་པ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་བསགས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་དགོས་པའི་སྔ་མ་ལེའུ་གཉིས་པ་དང་། ཕྱི་མ་ལེའུ་གསུམ་པས་བསྟན་ཏོ།

You must go about developing the wish to achieve supreme enlightenment, that wish whose very root is love and compassion, in the same way that you would go about preparing to welcome a King who ruled the entire world by cleaning your house, and so on. You will be able to acquire this wish by purifying all of the factors which obstruct your spiritual realizations, and gathering together the power of good deeds which promote them. These two subjects are covered respectively in the second and third chapters.

།སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་པའི་དགེ་བ་རྣམས་མི་ཉམས་པའི་ཡན་ལག་བག་ཡོད་བསྟེན་དགོས་པ་ལེའུ་བཞི་པས་བསྟན་ལ། ཕར་ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ནི་འོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ་དེ་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བའི་སྒོ་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་ལེའུ་ལྔ་པས་བསྟན་ལ། བཟོད་པ་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་ལ་སློབ་ཚུལ་དེ་ནས་ལེའུ་བཞིས་རིམ་པ་བཞིན་བསྟན་ཏེ།

The fourth chapter teaches you why you must be careful once you have developed the wish, so that the good energy you have amassed from training yourself in the activities of a bodhisattva does not degenerate.

The chapters which follow teach you how to put the six perfections into practice. With regard to this, the fifth chapter is devoted to an extensive presentation of how to train yourself to live an ethical life through maintaining your mindfulness and awareness, and the next four chapters are successively devoted to how to train yourself in not getting angry, joyfully doing good deeds, meditative concentration, and wisdom.

།ལེའུ་བཅུ་པས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་བ་རྣམས་གཞན་ལ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱོང་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསྟོ་བས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་སྟོན་པས་སྦྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་རྒྱས་པར་ལེའུ་བཅུ་པས་སྟོན་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སྟོན་ཏོ། །འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལེའུ་དགུ་པས་བསྟན་ཏོ།

The tenth chapter explains in detail how you can learn that attitude which wants to give away to others your own body, all of your possessions, along with every good thing you've ever done. And it teaches you how to sweeten your acts of giving through dedication. Although the tenth chapter treats with great thoroughness how it is that you should train yourself in the perfection of giving, this subject is also taught on other occasions, such as in the chapter

on how to develop the wish for enlightenment. The subject of what it is to be a Buddha, which is the final result, is treated in the ninth chapter.

****

The names of the ten chapters of the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life* are as follows:

༡༽ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།

I. Benefits of the Wish for Enlightenment

༢༽ སྡིག་པ་བཤགས་པ།

II. Purifying Bad Deeds

༣༽ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ།

III. Acquiring the Wish for Enlightenment

༤༽ བག་ཡོད་བསྟན་པ།

IV. Using Carefulness

༥༽ ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བ།

V. Guarding Awareness

༦༽ བཟོད་པ་བསྟན་པ།

VI. Not Getting Angry

༧༽ བརྩོན་འགྲུས་བསྟན་པ།

VII. Joyous Effort

༨༽ བསམ་གཏན་བསྟན་པ།

VIII. Meditative Concentration

༩། ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུ།

IX. Wisdom

༡༠། བསྔོ་བའི་ལེའུ།

X. Dedication

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Two: The Benefits of the Wish for Enlightenment

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།གཉིས་པ་ལ་བཞི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་ཕན་ཡོན་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པའི་གང་ཟག་ལ་བསྔོད་པའོ།

The second part [the more detailed contemplation upon the benefits of the wish for enlightenment] has four divisions: an explanation of the benefits of the wish for enlightenment, identifying just what the wish for enlightenment is, a presentation of the reasons why these benefits occur with the wish, and words in praise of persons who are practicing the wish.

།དང་པོ་ལ་གསུམ། སྡིག་པ་མཐའ་དག་འཇོམས་ཤིང་དགེ་བ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་ནུས་པ་དང་། མིང་དང་དོན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་དང་། ཕན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པའོ།

The first of these divisions has three sections of its own: a description of how the wish has the power to destroy all bad deeds and to accomplish all good deeds; how those who achieve the wish attain both an exceptional name, as well as the point of the name; and metaphors which are used to explain the benefits.

།དང་པོ་ལ་གསུམ། སྡིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་དང་། བདེ་བ་མཆོག་བསྒྲུབ་ནུས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་དོན་བསྒྲུབ་ནུས་པའོ།

The first of these sections has three of its own: how the wish has the power to destroy great bad deeds; how it has the power to accomplish the highest form of happiness; and how it has the power to bring about anything you might ever wish for.

།སྡིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ།
།དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ།
།དགེ་གཞན་གང་གིས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པར་འགྱུར།

What kind of goodness could there ever be
Other than the wish for total enlightenment
That could overwhelm those negative deeds
Of dreadful and awesome strength?

།དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། དམྱལ་བའི་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་སྡིག་པ་མི་བཟད་པ་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མིན་པ་དགེ་བ་གཞན་གང་གིས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པར་འགྱུར་ཏེ་གང་གིས་ཀྱང་ཟིལ་གྱིས་གནོན་མི་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པའི་ས་བོན་སྤོང་བའི་ནུས་པ་ཡོད་པ་འདིར་བཤད་བྱའི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་གྱི། འདིར་ནི་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ངན་འགྲོའི་རྒྱུ་སྔར་བསགས་འདག་ཅིང་ཕྱི་མ་རྒྱུན་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་ཏོ།

Making great efforts to practice the two forms of the wish for enlightenment is something which is very right to do. This is because we have committed *negative deeds of dreadful strength,* deeds that would cause us to be born into the hells, or the like. And *what kind of goodness could there ever be, other than the wish for total enlightenment, that could overwhelm* them? The answer is that there is no such other goodness.

The main point being mentioned here is not the fact that the ultimate form of the wish has the power to eliminate the seeds for spiritual obstacles. The intent rather is to indicate the benefit of the wish where, in its "deceptive" form, the wish functions to clear away those causes already created which would take one to the births of misery, and also functions to prevent the continued creation of these causes in the future.

།བསྐལ་པ་དུ་མར་རབ་དགོངས་མཛད་པ་ཡི།
།ཐུབ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་ཕན་པར་གཟིགས།

The Lords among Victors contemplated the question
For many millions of years and saw
That this alone could be of benefit.

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་དུ་མར་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པའམ་ཐབས་ལ་རབ་ཏུ་དགོངས་ཤིང་སེམས་པར་མཛད་པའི་ཐུབ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཉིད་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་གཟིགས་ཤིང་།

Again we can say that making efforts to practice the wish is something which is very right to do. This is because *the Lords among Victors have* considered and *contemplated, for many* "countless" periods of *millions of years* each, *the question of what could be of benefit to,* or a way to achieve the ends of, all living beings. And what they *saw was that this* wish for enlightenment *alone* would be so.

།འདིས་ནི་ཚད་མེད་སྐྱེ་བོའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས།
།བདེ་མཆོག་བདེ་བླག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད།

It is this wish which allows a limitless
Mass of sentient kind to attain
The highest form of happiness, with ease.

།གཉིས་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་སེམས་ཅན་ཚད་མེད་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་བ་མཆོག་སྐྲ་འབལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་ལམ་བདེ་བས་བདེ་བླག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་ནུས་པའི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ལ། །སེམས་ཞེས་སུ་ཞིག་སྐྱིད་ལུག་འགྱུར། །ཞེས་འཆད་པ་ལྟར་རོ།

It is this wish for enlightenment which is like a special seed, one that has the power *which allows a limitless* number of living beings, a great *mass of sentient kind, to attain the highest form of happiness.* And it allows them to do so *with ease,* with perfect ease—that is, without having to undertake any such difficult spiritual practices as undertaking the life of a cave-dwelling yogi. It's just as the lines say which go,

What person with any intelligence at all
Would lose heart in going easily to ease?

།སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་གཞོམ་འདོད་ཅིང་། །
།སེམས་ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་། །
།བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྲག་སྤྱོད་པར་འདོད་པས་ཀྱང་། །
།བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་རྟག་ཏུ་གཏང་མི་བྱ། །

Those who hope to smash the thousand pains
Of the cycle of life, or to solve
The unhappiness of every living being,
Or bring them to the many thousand forms
Of happiness, must never give up
This very wish for enlightenment.

།གསུམ་པ་ནི། རང་གཞན་ཀུན་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཡིན་པས་སེམས་དེ་ཉིད་བསྒོམ་པར་རིགས་ཏེ། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྦྱངས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་གཞོམ་འདོད་ཅིང་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་བསམ་པ་སྦྱངས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་བདེ་བ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་། མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྲག་སྤྱོད་པར་འདོད་པས་ཀྱང་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གཞན་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་དུས་རྟག་ཏུ་བཏང་བ་སྟེ་ཉམས་པར་མི་བྱའོ། །

And we can say once more that it is very right to practice this very wish, for it is the highest means of helping all living things, both oneself and all others. This is because there is no higher method for persons of any level, whether you are one of *those who* is practicing the attitude of those of medium capacity, and who thus *hopes to smash the thousand pains of the cycle of life* as they exist within your own being; or whether you are one of those who is practicing the attitude of those of greater capacity—who hopes *to solve the unhappiness of* absolutely *every living being,* or *to bring them to the many thousand forms of happiness,* meaning the happiness of the higher realms and definite good. These persons then *must* strive to develop *this very wish for enlightenment,* and *never give it up,* which is to say, never let it degenerate once one has succeeded in developing it.

།བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐད་ཅིག་གིས།
།འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྡམས་པའི་ཉམ་ཐག་རྣམས།
།བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྲས་ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང་།
།འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར།

Once they've succeeded in developing
The wish for enlightenment, then even
Those miserable beings chained in the prison
Of cyclic life are in an instant referred to
By Those Gone to Bliss as their very own
Daughters or sons, and are worthy to be bowed to
By the entire world, of men and gods.

།གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། སྨོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེས་པར་གྱུར་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་སྐད་ཅིག་གིས་མིང་ཁྱད་པར་ཅན་བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྲས་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ཞིང་མིང་གི་དོན་ཁྱད་པར་ཅན་འཇིག་རྟེན་པ་ལྷ་མིར་བཅས་པ་ཐལ་མོ་སྦྱོར་བ་དང་། ཕྱག་བྱ་བར་འོས་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

And again we can say that it is a very right thing to make great efforts in developing the wish for enlightenment, for the following reasons. Suppose that any person *succeeds in developing the wish for enlightenment,* in either the form of a prayer or activity itself. Within the very next *instant* after doing so they are given an exceptional name, for *Those Gone to Bliss* then *refer to them as their very own daughters or sons.* They also attain the point of this name, which is that they become *worthy to be bowed to,* worthy to have *the entire world, of* both *men and gods,* clasp their hands at their breasts and prostrate to them.

ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་འབའ་ཞིག་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྡམས་པའི་ཉམས་ཐག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་ན་དེ་མ་ཐག་ཕན་ཡོན་དེ་དག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ།

And it is not the case that only those great bodhisattvas residing at high levels obtain these benefits, because *even those miserable beings chained* by their mental afflictions and past deeds *in the prison of cyclic life* also reap these same benefits in the very next instant after succeeding in developing the wish.

།གསུམ་པ་ལ་དྲུག དམན་པ་མཆོག་ཏུ་བསྒྱུར་བའི་དཔེ། རྙེད་དཀའ་ཞིང་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དཔེ། འབྲས་བུ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བའི་དཔེ། འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལས་སྐྱོབ་ནུས་པའི་དཔེ། སྡིག་པ་ཚོགས་མེད་པར་འཇོམས་པའི་དཔེ། ཕན་ཡོན་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་ཚུལ་ལོ།

Here is the third part, where metaphors are used to explain the benefits of the wish. There are six such metaphors, to express the following: changing the inferior to the supreme; being difficult to find and very precious; giving unending results and continually increasing; being able to protect one from some great fear; smashing bad deeds without any difficulty at all; and finally, being described as beneficial in the sutras.

།གསེར་འགྱུར་རྩི་ཡི་རྣམ་པ་མཆོག་ལྟ་བུ།
།མི་གཙང་ལུས་འདི་བླངས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྐུ།
།རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྒྱུར་བས་ན།
།བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་ཟུང་།

Keep this thing called the "wish for enlightenment"
As firmly as you can, for like
The highest form of alchemical elixir
It transforms this filthy body you've taken
To the holy form of a Victorious One,
Of immeasurable value beyond all value.

།དང་པོ་ནི། ཕན་ཡོན་འདི་དག་བསམས་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་བླངས་ནས་མི་ཉམས་པར་རབ་ཏུ་བརྟན་པར་བཟུང་ཞིག་སྟེ་བཟུང་བར་བྱ་སྟེ། གསེར་འགྱུར་རྩིའི་རྣམ་པའི་མཆོག་གསེར་འགྱུར་གྱི་རྩི་སྲང་གཅིག་གིས་ལྕགས་སྲང་སྟོང་གསེར་དུ་བསྒྱུར་པར་ནུས་པ་ལྟ་བུར་རྒྱུ་དང་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་མི་གཙང་བའི་ལུས་འདི་བླངས་ནས་དེ་ཉིད་

རྒྱལ་བའི་སྐུ་རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྒྱུར་བས་ནའོ།

Once you have contemplated its benefits, then you are to *keep*—that is, you must keep—*this thing called the "wish for enlightenment" as firmly as you can:* find it, and then prevent it from ever lessening. This is because it is *like the highest form of alchemical elixir,* the kind where you need only a single gram of the elixir to change a thousand grams of iron into gold. And this is so because with the wish, and with it alone, you can *transform this filthy body you've taken* on—a body which is filthy both in the sense of what has brought it about, and from the point of view of the stuff from which it is made—*into the holy form of a Victorious One, of immeasurable value beyond all value.*

།སྡོང་པོ་བཀོད་པ་ལ། དངུལ་ཆུའི་རིགས་གསེར་དུ་སྒྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྲང་གཅིག་གིས་ལྕགས་སྲང་སྟོང་གསེར་དུ་བསྒྱུར་ནུས་པ་དཔེར་མཛད་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་གསུངས་པ་བསྡུས་པའོ།

This is an abbreviated presentation of the benefits of the wish explained in the scripture known as *Stalks in Array,* where it uses the metaphor of that kind of quicksilver known as "goldmaker," where you can use a single gram of the elixir to transform a thousand grams of iron into gold.

།འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་གཅིག་པུ་ཚད་མེད་བློས།
།ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་རིན་ཆེ་བས།
།འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་རྣམས།
།རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལེགས་བརྟན་པར་ཟུང་།

Those who seek to be free of the state
Of living beings should keep, well and firm,
This precious jewel, the wish for enlightenment,
For that single captain of living kind
Has searched at length with a state of mind
Beyond all limit, and found it to be of great value.

།གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བའི་གནས་འཁོར་བའི་རྒྱུད་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལེགས་པར་

བསྐྱེད་ནས་མི་ཉམས་པར་བརྟན་པར་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། དེད་དཔོན་མཁས་པས་ཚོང་པ་རྣམས་རིན་པོ་ཆེའི་གླིང་དུ་འཁྲིད་པ་ལྟར་འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་ཟླ་མེད་པས་གཅིག་པུས་སངས་རྒྱས་དང་། ཚད་མེད་བློས་ཏེ་ཚད་མེད་པའི་བློ་གྲོས་གང་ལ་མངའ་བ་དེས་འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བའི་ཐབས་མཆོག་གང་ཡིན་ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་རིན་ཆེ་བས་ཏེ་དཀོན་པ་དང་ཕན་འདོགས་ཆེ་བའི་ཐབས་སུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Those who seek to be free of the state of living beings—that is, who seek to be free of each and every one of the troubles of this cycle of life—*should* seek to develop, *well,* the wish for enlightenment, and then *keep it firm,* without ever lessening, for it is like the king among the lords of all *precious jewels. That single* and matchless *captain of living kind,* the Buddha, is like a master ship captain who guides the merchants of old to the Isle of Jewels. He and all those beings who possess *the state of mind beyond all limit*—unlimited wisdom—*have searched at length*, very thoroughly, to find what it is that would be the highest method of clearing away all the poverty of living kind. And they have *found* that the wish, and only it, *is of great value;* that is, they have seen that it is a method of great rarity and benefit.

།དགེ་བ་གཞན་ཀུན་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི།
།འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད།
།བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ལྗོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང་།
།འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར།

All other good deeds are like the plantain tree,
That gives its fruits and always dies away;
The wish for enlightenment though is an evergreen
That never dies by giving its fruits,
But rather ever increases.

།གསུམ་པ་ནི། དགེ་བ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བར་འདོད་པས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒོམ་པར་རིགས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་དགེ་བ་གཞན་ཀུན་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི་

འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་སླར་ཡང་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་ནུས་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། དཔག་བསམས་གྱི་ཤིང་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ལྗོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང་འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་ཅིང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

Practicing the wish for enlightenment is moreover a right thing to do for those who hope to see their good deeds never die, but increase ever further. This is because *all other good deeds,* meaning those that are not imbued by this wish, *are like the plantain tree:* they *give their fruits* and, once they have done so, it is *always* the case that their ability to produce further fruits *dies away. The wish for enlightenment though is an evergreen:* it is like a wish-giving tree, in that *it never dies by giving its fruits, but rather ever increases,* higher and higher.

།བློ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ལྷུང་བའི་ཆུའི་ཐིགས་པ་བསྐལ་པའི་མཐའི་བར་དུ་མི་ཟད་པ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྔོས་པའི་དགེ་བ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་མི་ཟད་པར་གསུངས་སོ།

As the *Sutra Taught by Inexhaustible Understanding* states,

> A drop of water which falls into the great sea never disappears, even in the period of an eon of millions of years. Virtues which have been dedicated to enlightenment are just the same: they never disappear before the state of perfect enlightenment is achieved.

།སྡིག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བྱས་ན་ཡང་།
།དཔའ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟར།
།གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུད་ཀྱིས་སྒྲོལ་འགྱུར་བ།
།དེ་ལ་བག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་བརྟེན།

A person may have committed deeds
That are dreadful in the extreme, and yet
Anyone who relies on this can be freed
From all of them in an instant, as though they relied
On a warrior to save them from some horrible fear.
Why then would those who live with care
Not choose to rely upon this very wish?

།བཞི་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒོམ་པ་དེ་ལ་བླང་དོར་ལ་བཟོད་པ་ལྷུར་ལེན་པའི་བག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་མཚན་ཅིས་མི་བརྟེན་བརྟེན་པར་རིགས་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གནོད་པ་དང་མཚམས་མེད་སོགས་སྡིག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟོད་པ་བྱས་ན་ཡང་དཔའ་བོ་སྐྱོབས་ལྡན་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་གྱི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་སྐྱོབ་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་དེ་དག་ཡུད་ཙམ་གྱིས་སྒྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

For what reason, *why, would those who live with care* (meaning those who have gladly taken it upon themselves to master the way of life relating to the practice of the wish for enlightenment) *not rely upon this very wish?* It would be right for them to do so, for the following reason. *A person may have committed deeds that are dreadful in the extreme,* may have done things to hurt the Three Jewels, or else committed one of the immediate deeds or something similar, *and yet they can be freed from all* the fears of the lower realms *in an instant, if they rely on this* wish for enlightenment. This is because it is like *relying on a warrior to save oneself from some horrible fear* that one might meet with while travelling along some road.

།ངེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྡིག་ཆེན་རྣམས།
།སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྲེག་པར་བྱེད།

It burns with certainty, in an instant,
Even the greatest of bad deeds, as if it were
The fire that comes at the end of time.

།ལྔ་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྡིག་པ་འཇོམས་པའི་ནུས་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་དེས་ནི་བསྐལ་པ་འཇིག་པའི་དུས་མཐའི་མེས་བསམ་གཏན་དང་པོ་མན་ཆད་ཀྱི་སྣོད་སྲེག་པ་བཞིན་དུ་དམྱལ་བ་སྐྱེད་པའི་སྡིག་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་དུས་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྲེག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ནི་མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ནུས་པ་འཇོམས་པར་བྱེད་ནུས་ན་མ་ངེས་པ་ལྟ་ཅི་སྨོས་སོ། །ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབས་བཞི་ཚང་བའི་བཤགས་པས་མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྨིན་པ་ཡང་འདག་ཅིང་མྱོང་ངེས་སུ་བཤད་པ་ནི།

གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་བསྒོམ་པ་མེད་ན་མྱོང་ངེས་སུ་ལུང་དང་རིགས་པ་དུ་མས་སྒྲུབས་སོ།

This wish for enlightenment has a tremendous ability to destroy the effects of bad deeds. It is as though this wish *were the fire that comes at the end of time,* meaning at the end of the eon of destruction—the fire that destroys the entire physical world from the first meditation level on down. This is because the wish can *burn, with certainty, and in a* single *instant, even the greatest of bad deeds:* those deeds which would force one into a birth in the hells.

If the wish, by the way, has the power to destroy even those kinds of karma which are certain to produce an experience, then there is no need to say that it has the ability to do so with those types of karma which are not certain to produce an experience. Those of the Greater Vehicle can utilize an act of purification, in which all four of the forces of purification are present, in order to purify themselves of the expected ripening of those types of karma which are certain to produce an experience. The expression "certain to produce an experience" then refers to those kinds of karma which are proven, through many cases of scriptural authority and also through reasoning, to be certain to produce an experience *unless one practices the appropriate antidote* to their power.

།དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག
།བྱམས་མགོན་བློ་དང་ལྡན་པས་ནོར་བཟངས་བཤད།

The benefits of this wish, beyond all reckoning,
Were spoken to Sudana by the Gentle Protector,
The One who Possesses Wisdom.

།དྲུག་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཕན་ཡོན་དེ་དག་ངེས་པར་འབྱུང་སྟེ། སེམས་དེའི་ཕན་ཡོན་དང་བསྔགས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་བྱམས་མགོན་བློ་དང་ལྡན་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སྡོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞོན་ནུ་ནོར་བཟང་ལ་སྔ་ཇི་བཞིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ།

The benefits of the wish for enlightenment, as described above, are certain to occur if you succeed in developing it. This is because *the benefits of this wish,* and its praises, which are *beyond all reckoning,* really are just as they were *spoken to* the younger bodhisattva *Sudana,* in the sutra called *Stalks in Array,* by the bodhisattva who is *the Gentle Protector, the One Who Possesses Wisdom.*

།སྡོང་པོ་བཀོད་པ་ལས། རིགས་ཀྱི་བུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀར་པོའི་ཆོས་རྣམ་པར་འཕེལ་བར་བྱེད་པས་ཞིང་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནས་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྟ་བུའོ། །ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ཐམ་པར་བྱེད་པ་ལ་མདུང་ཐུང་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ།

This point is explained in great detail in the sutra mentioned on such occasions as where it begins by saying,

> Oh son of noble family, this wish for enlightenment is like a seed for each and every quality of an enlightened being. And because it makes all the pure white qualities of every living being grow and increase, it is like a rich field of soil. . .

And continues up to,

> . . . It is as well like an excellent [wish-giving] vase, for it fulfills your every wish. And it is, finally, like a spear, in that you can use it to defeat the enemy of anything related to the mental afflictions.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Three: How to Make Offerings

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

༄། །གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་དང་། སྤྱོད་པ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་ལོ།

The second major section concerns how to train oneself in the activities of a bodhisattva, once one has been able to develop the two forms of the wish for enlightenment. This section itself has two parts: how to acquire the wish for enlightenment, and how to train oneself in the perfections, which are the activities of the bodhisattva.

།དང་པོ་ལ་གཉིས། སྦྱོར་བའི་ཡན་ལག་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་དང་སྐྱབས་འགྲོ་སྔོན་དུ་བཏང་སྟེ་སྟོབས་བཞི་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་འགལ་རྐྱེན་སྡིག་པ་བཤགས་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་སོགས་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་སྔོན་དུ་བཏང་སྟེ་སེམས་གཟུང་བ་དངོས་སོ།

The first of these two parts has two divisions of its own. The first concerns purifying oneself of the hindering conditions that consist of bad deeds. This is done by applying all four of the forces of purification, once one has already performed the preliminary practices of prostration, offering, and going for refuge. The second concerns the actual practice of acquiring the wish for enlightenment, once one has already completed the actions of accumulating conducive conditions, which is done through the various practices which begin with rejoicing in virtue.

།དང་པོ་ལ་གཉིས། ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུའི་མཚན་ནོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། མཆོད་པ་དང་། ཕྱག་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་དང་། སྡིག་པ་བཤགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོད་པ་ཕུལ་པའི་དགོས་པ་དང་། མཆོད་པ་དངོས་སོ།

We will explain the first of these two divisions in two steps: an explanation of the actual text of the chapter, and an explanation of the chapter's name. The former of these will proceed in four stages represented by the four practices of offering, prostration, going for refuge, and purifying oneself of bad deeds. For the first of these we will cover the need to make offerings, and then the kinds of offerings themselves.

།རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་དམ་པའི་ཆོས། །དཀོན་མཆོག་དྲི་མ་མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྲས། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་མཆོད།

Make offerings, in an excellent way, to Those
Who have Gone That Way; to the holy Jewel
Of the Dharma, the absence of impurity; and to
Those oceans of high spiritual qualities:
To the sons and daughters of the Buddhas,
In order to acquire this jewel wish.

།དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་གྱ་ནོམ་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་གུས་པས་ལེགས་པར་མཆོད་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཆེད་དུ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །ཡུལ་གང་ལ་མཆོད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་འཕགས་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་པས་དམ་པའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་ལ་གློ་བུར་གྱི་དྲི་མ་མེད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་དང་། འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྲས་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའོ།

You should *make offerings in an excellent way,* meaning that you should offer the most exquisite objects with thoughts and in a manner which is filled with reverence. What should be the goal of making these offerings? You should present them *in order to acquire the jewel of the wish* for enlightenment, which supplies every single good thing there is to every single living being.

And to whom should you make the offerings? They should be made first of all *to Those Who Have Gone That Way. And* then they should be made to the *holy jewel of the Dharma,* so called because it is the Dharma of holy realized beings. This Dharma consists of the truth of cessation, and the truth of the path, in the greater way. The truth of cessation here includes both natural purity and also the *absence* of any temporary *impurities.*

And you should finally make offerings to those great ones who are like *oceans of high spiritual qualities: to sons and daughters of the Buddhas* who are realized beings such as the Lord, Loving Eyes (Avalokiteshvara), and Gentle Voice (Manjushri).

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་ཀྱི་མཆོད་པ་དང་། རང་གི་ལུས་དབུལ་དང་། བློས་སྤྲུལ་པའི་མཆོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། མཆོད་པའི་རྫས་དང་། ཇི་ལྟར་དབུལ་བའི་ཚུལ་དང་། བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་འབུལ་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ།

We will discuss the kinds of offerings in three parts: the offering of things which have no owner; the giving of your own body; and the offering of things which you emanate with your own thoughts. For the first we will describe what it is we offer, and then how it is we offer it, and finally the reason for giving things which have no owner.

།མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་།
།སྨན་གྱི་རྣམ་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་།
།འཇིག་རྟེན་རིན་ཆེན་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་།
།ཆུ་གཙང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་དང་།
།རིན་ཆེན་རི་བོ་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ།
།ནགས་ཚལ་ས་ཕྱོགས་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་དང་།

།མེ་ཏོག་ཤིང་མེ་ཏོག་རྒྱན་སྤྲས་སྤྱད་པ་དང་།
།ཤིང་གང་འབྲས་བཟང་ཡལ་ག་དུད་པ་དང་།
།ལྷ་སོགས་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་དྲི་དང་ནི།
།སྤོས་དང་དཔག་བསམ་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་ཤིང་།
།མ་རྨོས་འཁྲུངས་པའི་ལོ་ཏོག་རྣམ་པ་དང་།
།གཞན་ཡང་མཆོད་པར་འོས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ནི།
།མཚོ་དང་རྫིང་བུ་པད་མས་བརྒྱན་པ་དག
།ངང་པ་ཤིན་ཏུ་སྐད་སྙན་ཡིད་འོང་ལྡན།

Give flowers, and fruits, as many as exist;
And all the different herbs, as many as there may be.
Give each and every precious substance contained in the planet,
All the pure and lovely water that exists.
Give the precious mountains, and so too
The forests, quiet places of refuge, and lovely spots;
Give the plants, studded with flowers, and adorned,
The trees whose branches are bent low under fine ripe fruit.
Give fragrances and incenses, even those which are found
In the worlds of pleasure beings and the like;
The wishing tree, and the tree of precious substances.
Give grain that grows without ever being planted,
And any other lovely object which is worthy of presenting—

Lovely lakes and bathing ponds bedecked with lotus blossoms
And water birds of beauty, singing their splendid songs.

།དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་མེ་ཏོག་པད་མ་སོགས་མེ་ཏོག་དང་། ཨ་རུ་ར་སོགས་འབྲས་བུ་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་། ག་པུར་སོགས་སྨན་གྱི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གང་དག་ཡོད་པ་དང་།འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་གསེར་དངུལ་སོགས་རིན་ཆེན་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་མཚོ་དང་རྫིང་བུ་སོགས་ཆུ་གཙང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་པ་དང་། གསེར་ལ་སོགས་

པའི་རིན་ཆེན་རི་བོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ནགས་ཚལ་དང་ས་ཕྱོགས་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་དང་ལྗོན་ཤིང་རང་གི་མེ་ཏོག་སྣ་ཚོགས་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་ཤིང་མཛེས་པར་སྤུད་པ་དང་། ཤིང་གང་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་སྨིན་པ་ལྗི་བས་ཡལ་ག་ཐུར་ལ་དུད་པ་དང་ལྷ་དང་ཀླུ་ལ་སོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་དང་སྦྱར་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྒྱུར་པ་ལས་བྱུང་བའི་དྲི་བཟང་པོ་དང་ནི་བདུག་པའི་སྤོས་དང་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་དཔག་བསམ་ལྗོན་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ཤིང་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་མཚོ་དང་ཁྲུས་ཀྱི་རྫིང་བུ་པད་མས་བརྒྱན་པ་དང་དེ་ན་ངང་པ་ཤིན་ཏུ་སྒྲ་སྙན་པ་སྒྲོག་པ་ཡོད་དུ་འོང་བ་དང་། ཐོང་བཤོལ་གྱིས་མ་རྨོས་པ་རང་འཁྲུངས་པའི་ལོ་ཏོག་གི་རྣམ་པ་དང་དེ་ལ་སོགས་པའི་གཞན་ཡང་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པར་འོས་པའི་རྒྱན་མཛེས་པ་རྣམས་ནི་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །འགྲེལ་པའི་དོན་མ་གོ་བ་ཁ་ཅིག་གིས་གཞུང་གི་གོ་རིམས་གཞན་དུ་བཤད་དོ།

You should first *give* those things in the world which have no owner. Give *flowers,* flowers like the lotus, and give the *fruits* of the trees, like the olive, *as many as exist* everywhere. Then give *all the different herbs* of the earth, camphor and the like, *as many as there may be.* Give *each and every precious substance contained in the planet:* gold, silver, and anything of the sort. Give *all the pure and lovely water* of every ocean, lake, and other bodies of water *that exists.* Give the eight *precious mountains* of gold and all the rest, *and so too* give all *the forests,* give all the *quiet places of refuge,* all the *lovely spots,* all the many kinds of *plants,* each *studded with* a variety of jewel *flowers,* each *adorned* in beauty. Give all the *trees whose branches are bent low under* the weight of *fine ripe fruit.* Give all the fine *fragrances and incenses* that exist, whether they be natural, or concocted, or transformed, and include *even those which are found in the worlds of pleasure beings,* serpent-beings, *and the like.* Give the *wishing tree,* which supplies your every wish, and give the *tree made of precious substances.* Give *lovely lakes and bathing ponds,* ones that grant your every desire, *bedecked with lotus blossoms,* and give the *waterbirds* who live upon them, in all their *beauty, singing their splendid songs.* Give every kind of *grain, growing* of its own accord, *without ever being planted.* Offer these, and offer *any other lovely object which is worthy of presenting* to the Jewels. Certain authors who failed to understand the commentary have explained the order of the root text in a different way.

།ནམ་མཁའ་རབ་འབྱམས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་ན།
།ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་ཀུན།
།བློ་ཡིས་བླངས་ནས་ཐུབ་པ་སྐྱེས་ཀྱི་མཆོག
།སྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་འབུལ་ན།
།ཡོན་གནས་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས།
།བདག་ལ་བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས།

I imagine in my mind each and every one
Of those objects owned by no one
Which may exist in all the infinite expanse
Of all of myriad space. I offer these
In an excellent way, to the highest
Of all living beings, to the Able Ones,
Along with their sons and daughters.
May all of these beings of highest spiritual qualities,
Who possess the ultimate form of compassion,
Look upon me with love, and accept all I offer.

།གཉིས་པ་ནི། ནམ་མཁའ་རབ་འབྱམས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་བཏུགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་ན་བདག་པོས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་ཀུན་བདག་གིས་བློ་ཡིས་བླངས་ནས་མཆོད་པའི་ཡུལ་ཐུབ་པ་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་གུས་པས་ལེགས་པར་འབུལ་ན་ཡོན་གནས་དམ་པ་ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་བརྩེ་བར་དགོངས་ནས། བདག་གི་མཆོད་པ་འདི་དག་བཞེས་ཤིག་ཅེས་པའོ།

Here next is the way in which we offer those things which have no owner. Think to yourself, "*I imagine in my mind each and every one of those objects owned by no one which may exist in all the infinite expanse,* upon the limitless number, *of* all *the myriad* planets there are *in all of space. I offer these* objects *in an excellent way,* with great reverence, to certain special beings; that is, *to the highest of all living beings, to the Able Ones, along with their sons and daughters. May all of these beings of highest spiritual qualities,* all those *who possess the ultimate form of compassion, look upon me with love, and* so *accept all* these objects which *I offer."*

།བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཀྲེན་ཆེན་ཏེ།
།མཆོད་པའི་ནོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས།
།དེས་ན་གཞན་དོན་དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་འདི།
།བདག་གི་དོན་སླད་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག

I am not the kind of person who has merit,
I am extremely poor, and I have no other kind
Of wealth that I might offer. I beg you therefore,
Protector who thinks of what might be
Of benefit to others, to use your power
To accept these offerings, all for my own sake.

།གསུམ་པ་ནི། ཡིད་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་པ་ཙམ་ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད། དངོས་པོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ་དང་དེ་དངོས་སུ་འབུལ་བར་རིགས་སོ་ཞེ་ན། བདག་ནི་སྔོན་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསགས་པ་དང་མི་ལྡན་པས་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་མེད་པའི་བཀྲེན་ཆེན་དུ་གྱུར་ཏེ། མཆོད་པའི་ནོར་གཞན་རང་དབང་ཅན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས་པས་དེས་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞན་དོན་ལ་དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་མཆོད་པ་འདི་དག་བདག་གི་དོན་གྱི་སླད་དུ་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག་ཅེས་པའོ།

Here is the explanation of why we offer things which have no owner. One may begin with the following question: "What is the use of offering things which are only imagined in the mind? Would it not be better to actually offer some lovely object or another?" *I am not the kind of person who has* been able, in the past, to accumulate any great amount of *merit,* and so I am *extremely poor,* in the sense that I possess none of the things that I would like to. And so *I have no* rights at all to any *other kind of wealth that I might offer. I beg you therefore,* you who are the *Protector who thinks* exclusively *of what might be of benefit to others, to use your power to accept* this offering I have made, this object which has no other owner, and to do so *for my own sake.*

།རྒྱལ་དང་དེ་སྲས་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི།
།བདག་གི་ལུས་ཀུན་གཏན་དུ་དབུལ་བར་བགྱི།

།སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་ནི་ཡོངས་བཞེས་ཤིག

།གུས་པས་ཁྱེད་ཀྱི་འབངས་སུ་མཆི་བར་བགྱི།

I offer my own body forever to the Victors,
And to their sons and daughters; and I beg
These supreme warriors to accept me, totally,
For in reverence I offer myself as your subject.

།གཉིས་པ་ནི། བདག་ལ་དབུལ་བར་བྱ་བའི་ལུས་ཡོད་པས་དེ་དབུལ་བར་བྱའོ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱལ་བ་དང་དེའི་སྲས་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི་རང་དབང་བའི་བདག་གི་ལུས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་གིར་བྱ་བའི་བློ་དོར་ནས་དུས་གཏན་དུ་དབུལ་བར་བགྱི་བས་སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་གི་ལུས་ཡོངས་སུ་བཞེས་ཤིང་། །ཕུལ་བའི་དགོས་པ་དད་ཅིང་གུས་པས་ཁྱེད་ཀྱི་འབངས་སུ་འཆི་ཞིང་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྒྲུབ་པར་བགྱིའོ།

Here next is the giving of your own body. The next section of the text is meant to say, "But I do have a body that I could offer you, and so I do." I do have the rights to *my own body,* and I hereby give up, *forever* and in every way, any concept of it belonging to myself. *I offer it* instead *to the Victors, and to their sons and daughters. I beg these supreme warriors to accept me,* my body, *totally.* I am impelled *by* my faith and *reverence* for you to *offer myself as your subject,* and I will do whatever you command me to do.

།བདག་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བས་ན།

།སྲིད་ན་མི་འཇིགས་སེམས་ཅན་ཕན་པ་བགྱིད།

།སྔོན་གྱི་སྡིག་ལས་ཡང་དག་འདའ་བགྱིད་ཅིང་།

།སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སླན་ཆད་མི་བགྱིད་དོ།

Because you have taken me into your care,
I no longer need to concern myself
With the fears of the cycle of life;
I can be of benefit to all living things.
I will transcend, totally, all the bad deeds
Of the past, and from this point on
I will never commit any new bad deeds.

།ཕུལ་ནས་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ན་བདག་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བས་ན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སྐྱབས་ལ་བརྟེན་པས་སྲིད་པ་ན་མི་འཇིགས་ཤིང་འཇིགས་པ་དང་བྲལ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པར་བགྱིད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་དོན་མེད་པའི་སྔོན་གྱི་སྡིག་པ་བསགས་པ་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བར་བགྱིད་ཅིང་སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སླན་ཆད་སྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བགྱིད་དོ།

And what will I do, once I have offered myself to you? *Because you have taken me into your care,* I have reached a kind of protection where I am free of all fear. And because I *no longer need to concern myself with the fears of the cycle of life,* because I am finally free of every fear, *I can be of benefit to* all *living things. I will transcend, totally, all the* energy of any *bad deeds* which I accumulated *in the past; and from this point on, I will never commit any new bad deeds,* even should it cost me my life.

།གསུམ་པ་བློས་སྤྲུལ་པའི་མཆོད་པ་ལ་གཉིས། །དང་པོ་ལ་བཅུ་གཉིས། ཁྲུས་དང་། ན་བཟའ་དང་། རྒྱན་དང་། བྱུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། སྤོས་དང་། ཞལ་ཟས་དང་། སྣང་གསལ་དང་། གཞལ་མེད་ཁང་དབུལ་བ་དང་། གདུགས་དང་། རོལ་མོ་དང་། མཆོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཁྲུས་ཁང་དང་། ཁྲུས་གསོལ་བའི་ཚུལ་དང་། སྐུ་ཕྱི་བའོ།

There are two major divisions to our third point, the offering of things which you emanate with your own thoughts. The first of them has twelve parts of its own: the offering of bathing, of lovely clothing, precious adornments, ointments, flowers, incense, fine foods, lights, mansions, parasols, and music, followed by the act of blessing, so that the stream of offering can continue never-ending. The offering of bathing covers three subjects: the bathing chamber, the way in which to offer the bathing, and how to wipe dry the holy body.

།ཁྲུས་ཀྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ།
།ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་འཚེར་བ་སྤྲར།

།རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་འོང་ལྡན།

།མུ་ཏིག་འོད་ཆགས་བླ་རེ་བྲེས་པ་དེར།

I make this offering in a great bathing chamber,
Filled with fine fragrance, and with a floor
Made of crystal, perfectly clear, sparkling, gleaming.
The chamber has lovely pillars,
Glowing with precious jewels,
And a canopy stretched across it,
With pearls, and radiating light.

།དང་པོ་ནི། ཁྲུས་གང་དུ་གསོལ་ན་ཁྲུས་ཀྱི་ཁང་པ་ཙན་དན་ལ་སོགས་པས་ཆག་ཆག་བཏབ་པས་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ་དང་། ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་ཁ་དོག་གསལ་ཞིང་འོད་འཚེར་བ་བྱི་དོར་གྱིས་བསྟར་བ་ལ་རིན་ཆེན་འོད་འབར་བའི་ཀ་བ་དང་གདུང་ལ་སོགས་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྡན་པ་དང་སྟེང་དུ་མུ་ཏིག་གིས་སྤྲས་པས་འོད་ཆགས་པའི་བླ་རེ་བྲེས་པ་དེར་རོ།

Here is the offering of bathing. Where does one perform this offering? *In a great bathing chamber,* strewn with sandalwood and other scents, so that it is *filled with fine fragrance. The floor* of the chamber *is* made of *crystal:* it is *perfectly clear, and sparkles* with light. The entire surface of the room *gleams,* for it has been cleaned and shined perfectly. The chamber has *lovely pillars,* rafters, and details; they *glow with* the light of *precious jewels. Stretched* above it all is a great *canopy,* studded with fine *pearls* that *radiate light* of their own.

།དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་དེ་ཡི་སྲས་རྣམས་ལ།

།རིན་ཆེན་བུམ་པ་མང་པོ་སྤོས་ཀྱི་ཆུ།

།ཡིད་འོང་ལེགས་པར་བཀང་བ་གླུ་དང་ནི།

།རོལ་མོར་བཅས་པ་དུ་མས་སྐུ་ཁྲུས་གསོལ།

Make this offering of bathing to the holy bodies
Of Those Who Have Gone That Way, and to
Their sons and daughters. Use many great
And precious vases, filled with water
Which is scented, and lovely; make the offering
With a great number of songs, and music.

།གཉིས་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་དེའི་སྲས་རྣམས་ལ་རིན་ཆེན་གསེར་ལ་སོགས་པའི་བུམ་པ་མང་པོ་དྲི་ཞིམ་པོ་དང་སྦྱར་བའི་སྤོས་ཀྱི་ཆུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་མེ་ཏོག་དང་བཅས་པས་ལེགས་པར་བཀང་བ་སྣ་ཚོགས་པའི་གླུ་དང་རོལ་མོར་བཅས་པ་དུ་མས་སྐུ་ཁྲུས་གསོལ་བར་བྱའོ།

You should *make the offering of bathing to the holy bodies of Those Who Have Gone That Way, and to their sons and daughters,* by using *many great vases, filled with water which is scented* with various fragrances, and made of gold and other *precious* materials. The water should also be mixed with *lovely* blooms, and the bathing done while singing *a great number* of beautiful *songs, and* playing wonderful *music.*

།དེ་དག་སྐུ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས།
།གཙང་ལ་དྲི་རབ་བསྒོས་པས་སྐུ་ཕྱིའོ།

Wipe the holy bodies of these ones
Using immaculate towels, beyond all compare,
Imbued with the sweetest of scents.

།གསུམ་པ་ནི། དེ་ནས་མཆོད་ཡུལ་དེ་དག་གི་སྐུ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས་འཇམ་ཞིང་གཙང་ལ་དྲི་ཞིམ་པོས་རབ་ཏུ་བསྒོས་པས་སྐུ་ཕྱིའོ།

After this you should *wipe the holy bodies of these ones* to whom you have made the offering of bathing, *using* soft and *immaculate towels beyond all compare, imbued with the sweetest of scents.*

།དེ་ནས་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་བསྒྱུར་བའི།
།ན་བཟའ་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་དམ་པ་འབུལ།
།གོས་བཟང་སྲབ་ལ་འཇམ་པ་སྣ་ཚོགས་དང་།

Next offer them the highest of all clothing,
Stained the excellent color, and wafting
With the finest fragrance. Offer them a whole
Variety of rich raiments, sheer and soft.

།གཉིས་པ་ནི། བྱི་དོར་བྱས་པའི་རྗེས་དེ་ནས་མཆོད་ཡུལ་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་པར་བསྒྱུར་བའི་ན་བཟའ་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ་དམ་པ་འབུལ་ལོ། །ཁྱིམ་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་ཡིན་ན་གོས་བཟང་པོ་སྲབ་ལ་འཇམ་པ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་དང་བཅས་པ་དབུལ་བར་བྱའོ།

Once you have wiped the holy bodies of those to whom you are making the offering, then *next offer them the highest of all clothing, stained the excellent color, and wafting with the finest fragrance.* If they are ones who wear the clothes of a householder, then offer them *rich raiments, sheer and soft, in a whole variety* of styles and hues.

།རྒྱན་མཆོག་བརྒྱ་ཕྲག་དེ་དང་དེ་དག་གིས།
།འཕགས་པ་ཀུན་དུ་བཟང་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་།
།འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་སོགས་ལའང་བརྒྱན་པར་བགྱི།

Offer too hundreds of highest ornaments,
Of every different sort, to those realized beings
Such as Excellent One, and the Undefeatable,
To Gentle Voice, and the Lord of All the World.

།གསུམ་པ་ནི། རྣ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་མཆོག་བརྒྱ་ཕྲག་དེ་དང་དེ་དག་གིས་ཞེས་པ་ནི་གདུབ་བུ་སོགས་སོ། །དེས་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་དང་མི་ཕམ་པ་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་སོགས་ལའང་བརྒྱན་པར་བགྱིའོ།

The *"hundreds of highest ornaments"* here refers to earrings and other such adornments. *"Of every different sort"* means armbands and others of the like. These *too* you should *offer, to those realized beings such as Excellent One (Samantabadra), and the Undefeatable (Maitreya), to Gentle Voice (Manjushri), and to the Lord of the World (Avalokiteshvara).*

།སྟོང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་དྲི་ངད་ལྡང་བ་ཡི།
།དྲི་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་ཐུབ་དབང་ཀུན་གྱི་སྐུ།
།གསེར་སྦྱངས་བཙོ་མ་བྱི་དོར་བྱས་པ་ལྟར།
།འོད་ཆགས་འབར་བ་དེ་དག་བྱུག་པར་བགྱི།

Now take the highest of all fragrant ointments,
With scents that pervade the thousand groups
Of a thousand collections of a thousand planets each,
And use them to anoint the holy bodies of every one
Of the Lords of the Able Ones, those who are like
Pure refined gold, shined to a perfect polish.

།བཞི་པ་ནི། སྟོང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པོའི་ངད་ལྡང་བའི་དྲི་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་ཐུབ་དབང་ཀུན་གྱི་སྐུ་གསེར་དྲི་མ་སྦྱངས་པའི་གཙོ་མ་བྱི་དོར་ལེགས་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་འོད་ཆགས་ཤིང་འབར་བའི་སྐུ་དེ་དག་བྱུག་པར་བགྱིའོ།

Now take the *highest of all fragrant ointments, with scents that pervade the thousand groups of a thousand collections of a thousand planets each,* and *use them to anoint the holy bodies of every one of the Lords of the Able Ones,* those whose forms gleam and blaze with light, as though they were made of *pure refined gold,* free of every impurity, shined to a *perfect polish.*

།ཐུབ་དབང་མཆོད་གནས་མཆོག་ལ་ཡིད་འོང་བའི།
།མེ་ཏོག་མན་ད་ར་དང་པད་མ་དང་།
།ཨུཏྤལ་ལ་སོགས་དྲི་ཞིམ་ཐམས་ཅད་དང་།
།ཕྲེང་བ་སྤེལ་ལེགས་ཡིད་འོང་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད།

Make offerings to the highest object of all offerings,
To the Lords of the Able Ones; offer every
Different kind of flower, like the mandara,
The red lotus, and the blue lotus,
Arranged as well in lovely garlands.

།ལྔ་པ་ནི། ཐུབ་དབང་མཆོད་གནས་མཆོག་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །གང་གིས་ན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མེ་ཏོག་མན་ད་ར་བ་དང་པད་མ་དང་ཨུཏྤལ་ལ་སོགས་པ་དྲི་ཞིམ་པོ་ཐམས་ཅད་གསིལ་མར་བྱས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་ཕྲེང་བ་སྤེལ་ལེགས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོད་པར་བགྱིའོ།

Make offerings, *to the highest object of all offerings, to the Lords of the Able Ones.* With what kinds of offerings? Offer to them *every different kind of flower:* beautiful, fragrant blooms *like the mandara, the red lotus, and the blue lotus.* Offer the flowers loose, and offer them *as well arranged in lovely garlands.*

།སྤོས་མཆོག་ཡིད་འཕྲོག་དྲི་ངད་ཁྱབ་པ་ཡི།

།བདུག་པའི་སྤྲིན་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ།

Offer them too supreme incense powders, exquisite,
Great clouds of incense that send forth all their scent.

།དྲུག་པ་ནི། བདུག་པའི་སྤོས་མཆོག་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཨ་ཀ་རུ་ལ་སོགས་པ་དྲི་ངད་ཕྱོགས་བཅུར་ཁྱབ་པ་ཡི་བདུག་པའི་སྤྲིན་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

Offer them too supreme incense powders, exquisite, such as the *akaru* and others. Give *great clouds of incense that send their scent* throughout the ten directions of space.

།ཞལ་ཟས་བཟའ་བཏུང་སྣ་ཚོགས་བཅས་པ་ཡི།

།ལྷ་བཤོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱི།

Also offer the repast of the gods, fine foods,
And every sort of refreshment.

།བདུན་པ་ནི། ཞལ་ཟས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལི་ཁ་ར་དང་བཏུང་བའི་ཁྱད་པར་སོགས་བཟའ་བཏུང་ཁ་དོག་དྲི་རོ་སྣ་ཚོགས་དང་བཅས་པ་ཡི་ལྷ་བཤོས་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

Also offer to the Victors, and to their sons and daughters, the *repast of the gods:* special kinds of *fine food,* like the sweet *likara,* and special kinds of drink or the like: *every sort of refreshment,* in a wide assortment of forms, smells, and tastes.

།གསེར་གྱི་པད་མ་ཚར་དུ་དངར་བ་ཡི།

།རིན་ཆེན་སྒྲོན་མ་རྣམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བགྱི།

Offer in addition lamps made of precious jewels,
On lotuses of gold, lined in array.

།བརྒྱད་པ་ནི། སྡོང་གསེར་གྱི་པད་མ་ཚར་དུ་དངར་བ་སྟེ་དུ་མ་བསྒྲིགས་པའི་ནང་དུ་བཞག་པ་འོད་འབར་བའི་རིན་ཆེན་སྒྲོན་མེ་རྣམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

Offer in addition lamps made of precious jewels, burning forth their light, set into holders that are *lotuses of gold, lined in array:* that is, set forth in long rows.

།ས་གཞི་བསྟར་བ་སྤོས་ཀྱིས་བྱུགས་པ་དེར།
།མེ་ཏོག་ཡིད་འོང་སིལ་མ་དགྲམ་པར་བྱ།
།གཞལ་མེད་ཕོ་བྲང་བསྟོད་དབྱངས་ཡིད་འོང་ལྡན།
།མུ་ཏིག་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཕྱང་མཛེས་འབར་བ།
།དཔག་ཡས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་གྱུར་དེ་དག་ཀྱང་།
།ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབུལ་བར་བགྱི།

Offer, to those whose nature is compassion,
The earth, set forth in a lovely way,
Smeared with incense powder, and strewn
With lovely blooms of loose flowers;
And upon it great mansions, palaces,
And within them those singing out lovely
Songs of praise. The mansions are decked out
In jewels, pearls and precious gems,
Adorning the sky itself, and blazing.

།དགུ་པ་ནི། ས་གཞི་ལེགས་པར་བསྟར་བ་སྤོས་ཀྱིས་བྱུགས་པ་དེར་མེ་ཏོག་ཡིད་དུ་འོང་བ་སིལ་མ་བཀྲམ་པར་བྱས་པ། གཞལ་མེད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ནང་ན་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟོད་དབྱངས་སྙན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྡན་པ་དང་། མུ་ཏིག་དང་རིན་ཆེན་དུ་མའི་རྒྱན་གྱི་ཆུན་བུ་འཕྱང་བས་མཛེས་པ་དང་འོད་འབར་བ་དཔག་ཡས་ཀྱིས་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་མཛེས་པར་བྱས་པ་ནམ་མཁའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

Offer as well, *to those whose nature is compassion, the earth, set forth in a lovely way, smeared with incense powder, and strewn with lovely blooms of loose flowers.* Upon this earth offer *great mansions, palaces, and within these* palaces goddesses, *singing out lovely songs of praise.* See the mansions *decked out in* strings of thousands of *jewels, pearls and precious gems,* and see these great edifices *adorning the sky itself, blazing* in displays of limitless light.

།རིན་ཆེན་གདུགས་མཛེས་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་ཅན།
།འཁོར་ཡུག་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་འོང་ལྡན།
།དབྱིབས་ལེགས་བལྟ་ན་སྡུག་པ་བསྒྲེང་བ་ཡང་།
།རྟག་ཏུ་ཐུབ་དབང་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་བགྱི།

Constantly offer to the Lords of the Able Ones
Lovely parasols made of precious substances;
They have golden handles, and around the edge
They are covered with lovely adornments that look
Like jewelry. Stand them thus,
With their excellent outlines, exquisite to the eye.

།བཅུ་པ་ནི། རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པའི་གདུགས་མཛེས་པ་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་ཅན་མཐའི་འཁོར་ཡུག་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མས་སྤྲས་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་དུ་འོང་བས་བརྒྱན་ཅིང་དབྱིབས་ལེགས་པ་མིག་གིས་བལྟ་ན་སྡུག་པ་ཕུབ་སྟེ་བསྒྲེང་བ་ཡང་དུས་རྟག་ཏུ་ཐུབ་དབང་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

Constantly offer too *to the Lords of the Able Ones lovely parasols made of* a whole variety of *precious substances.* Imagine that *they have golden handles,* and that *around the edge they are covered with lovely adornments that look like jewelry,* studded with a great many precious gems. In your mind *stand* the parasols up—raise them—and think of their *excellent outlines, exquisite to the eye.*

།དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཚོགས།
།རོལ་མོ་དབྱངས་སྙན་ཡིད་འོང་ལྡན།
།སེམས་ཅན་སྡུག་བསྔལ་ཚིམ་བྱེད་པའི།

།སྤྲིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་གྱུར་ཅིག

Think then of a whole mass of offerings
Beyond those you have already offered:
Lovely music and song, and think,
"May each one of them be there,
In a separate cloud, to satisfy
The pain of every living being."

།བཅུ་གཅིག་པ་ནི། སྔར་ཕུལ་བ་དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཚོགས་རྫ་རྔ་ལ་སོགས་པའི་རོལ་མོ་དང་དབྱངས་སྙན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྡན་པ་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་བསལ་ནས་ཚིམ་པའམ་ཡིད་སིམ་པར་བྱེད་པའི་སྤྲིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་ཤིང་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་པའོ།

Think next of *a whole mass of offerings beyond those you have already offered.* Think of *lovely music and song,* the sounds of the clay drum and others; think to yourself, *"May each one of them be there,* may each of them come, *in a separate* mass or *cloud* of offerings, and may each of them have the power to remove *the pain of every living being, and to satisfy them*—completely fill them—even if all they do is catch the sound for a moment.

།དམ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་།
།མཆོད་རྟེན་རྣམས་དང་སྐུ་གཟུགས་ལ།
།རིན་ཆེན་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་ཆར།
།རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབབ་པར་ཤོག

And think, "May a great rain fall,
In a never-ending stream, precious gems,
And flowers, and other such offerings,
Upon each and every expression
Of the Jewel of the Holy Dharma,
Upon shrines of offering,
And upon the holy bodies."

།བཅུ་གཉིས་པ་ནི། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་དང་འགོག་ལམ་གྱིས་བསྡུས་པའི་དམ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་རིང་བསྲེལ་གྱི་སྙིང་པོ་ཅན་གྱི་མཆོད་

རྟེན་རྣམས་དང་རི་མོར་བྲིས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐུ་གཟུགས་ལ་རིན་ཆེན་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་མཆོད་པའི་ཆར་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་ཀྱི་བར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབབ་པར་ཤོག་ཅིག་པའོ།

And now think to yourself, *"May a great rain* of offerings *fall, in a never-ending stream,* for as long as the cycle of suffering itself continues to exist. May there be a rain of *precious gems, and flowers, and other such* offerings *upon each and every expression of the Jewel of the Holy Dharma,* which in itself includes all twelve divisions of the highest form of the spoken word. *And* may the rain fall as well *upon* those places where the holy minds of the enlightened ones stay: on the *offering shrines* which have at their hearts the relics that come from these beings. *And* may it finally fall *upon the bodily* representations of these same beings, whether they be drawn on paper, or in any other form."

།ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་ལ་སོགས་པས། །
།རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་མཛད་པ། །
།དེ་བཞིན་བདག་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས། །
།མགོན་པོ་སྲས་དང་བཅས་རྣམས་མཆོད། །

And think, "May I be like those named Gentle Voice,
And all the others, who present
Their offerings to the Victors.
May I, like them, make offerings
To all of Those Who have Gone That Way,
To the Protectors, and to their sons and daughters.

།གཉིས་པ་བླ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པ་ནི། ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་དང་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཞེད་པའི་མཆོད་རྫས་ནམ་མཁའ་གང་བ་སྤྲུལ་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྷ་མི་རྣམས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་མཆོད་པར་བགྱིའོ།

Here secondly is the unsurpassable offering. "And may I be *like those named Gentle Voice (Manjushri),* and Excellent One (Samantabhadra), *and all the other* bodhisattvas who have gained the power; those who fill the entire expanse of space with *offerings* emanated in their thoughts, and *present them to the Victors. May I, like them, make* these same *offerings to all of Those Who have Gone That Way, to the Protectors* of gods and men, *and to their sons and daughters* as well."

།དཀོན་མཆོག་ཏ་ལ་ལས། མེ་ཏོག་ཕལ་ཆེར་ཏོག་བླ་རེ་དང་། །མེ་ཏོག་བཀོད་པའི་འོད་ཟེར་རབ་བཀྱི་སྟེ། །མེ་ཏོག་སྣ་ཚོགས་ཀུན་ཏུ་བཀྲམ་བྱས་ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་རྒྱལ་བ་མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

The scripture called the *Precious Tala* says,

> The great ones make offerings to the Victors,
> With a shower of flowers, a flower canopy,
> With flowers sent forth in rays of light,
> With every flower that ever exists,
> Strewn all over the earth itself.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Four: The Four Forces of Purification, Part One

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs)*, a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།བཞི་པ་སྟོབས་བཞི་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་བཤགས་པ་ལ། སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་ནི། དང་པོ་ཉིད་ནས་ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་མ་གོས་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་ལ། འབད་ཀྱང་བག་མེད་པ་དང་ཉོན་མོངས་མང་བ་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ཉེས་པ་བྱུང་ན་ཇི་མི་སྙམ་པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བས། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་འབད་དགོས་སོ།

The fourth section here concerns purifying yourself of bad deeds, through using all four of the forces together. We begin with a general presentation. You should from the very beginning make efforts to see that you are not sullied by performing any harmful actions. Despite your efforts, however, such an action may occur, due to some instance of carelessness, an attack of mental afflictions, or the like. It would be a mistake in such a case to simply ignore the bad deed; you should rather exert yourself in the various methods of repairing the damage. These methods were taught by our compassionate Teacher.

།དེ་ཡང་ལྟུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་ནི་སྡོམ་པ་གོང་འོག་སོ་སོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་ལ་སྡིག་པ་ཕྱིར་བཅོས་པ་ནི་སྟོབས་བཞིའི་སྒོ་ནས་བྱ་སྟེ། ཆོས་བཞི་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། བྱམས་པ་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆོས་བཞི་དང་ལྡན་ན་སྡིག་པ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ཡང་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པར་འགྱུར་རོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དང་། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དང་། ཉེས་པ་ལས་བཟློག་པའི་སྟོབས་དང་། རྟེན་གྱི་སྟོབས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་ནི་མྱོང་ངེས་ཡིན་པས་དེ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་ནུས་ན་མ་ངེས་པ་ལྟ་ཅི་སྨོས།

Instances in which you have committed some transgression of your vows, at whichever level of vows you may have, should be repaired according to the methods prescribed for those particular vows. For repairing the damage caused by other kinds of bad deeds you should utilize the four powers. As the *Sutra on the Four Practices* states,

> If, oh Loving One, some great bodhisattva has succeeded in the four practices, then even those bad deeds which have been both committed and collected can be overcome. What are the four practices? They are as follows: the activity of destruction; the activity of applying the antidote; the force of restraining from the particular bad deed; and the force of the foundation.

The expression "committed and collected" refers to actions whose karmic results are "certain to be experienced." If even these types of karmic results can be overcome by the four practices, then there is no need to mention those which are not certain to be experienced.

དེ་ལ་སྟོབས་དང་པོ་ནི་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པ་མང་བ་ཡིན་ཏེ་འདི་སྐྱེ་བ་ལ་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་གསུམ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལེགས་པར་བསྒོམ་དགོས་སོ།

The first of these four forces involves feeling strong regret over having committed some negative action. In order to achieve this level of regret, you must contemplate carefully the way in which negative actions trigger three different karmic results.

།སྟོབས་གཉིས་པ་ལ་བསླབ་བཏུས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་བསྒོམ་པ་དང་། བཟླས་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྐུ་གཟུགས་ལ་བརྟེན་པ་དང་།

མཆོད་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། མཚན་ལ་བརྟེན་པ་སོགས་སོ།

The second force, as described in the *Compendium of Trainings,* consists of performing practices such as studying the profound scriptures of the canon, meditating on emptiness, reciting secret words, preparing physical representations of the holy bodies of enlightened beings, making offerings, and reciting the names of high beings.

།སྟོབས་གསུམ་པ་ནི་ཕྱིན་ཆད་མི་དགེ་བ་ཡང་དག་པར་སྡོམ་པའོ། །བཞི་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒོམ་པ་སོགས་སོ། །འདིར་ནི་སྟོབས་དང་པོ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་སྡིག་པ་བྱས་པའི་དུས་དང་། རྒྱུ་དང་སྒོ་དང་། སྦྱོར་བ་དང་། ཡུལ་དང་ཇི་ཙམ་བྱས་པ་རྣམས་དྲན་པར་བྱའོ།

The third force is to restrain yourself perfectly from ever committing these negative actions again in the future. The fourth consists of meditating upon the wish for enlightenment, and similar practices. Here it is the first force which is described in great detail. The points to be considered are the time at which the bad deeds may have been committed, the cause, the mode of expression, the undertaking of the deed, its object, and how the deed was committed.

།སོ་སོའི་དོན་ལ་བཞི་སྟེ། རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པ་ཀུན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་དང་། རྟེན་གྱི་སྟོབས་དང་། གཉེན་པོ་ཀུན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་དང་། ཉེས་པ་ལས་སླར་ལྡོག་པའི་སྟོབས་སོ།

Next we present some detail on each of the four: the force of the activity of destruction; the force of the foundation; the force of the activity of applying the antidote; and the force of restraining from the particular bad deed.

The Force of the Activity of Destruction

།དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། སྡིག་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་བརྟགས་ཏེ་འགྱོད་པ་བྱ་བ་དང་། སྡིག་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་ནས་འགྱོད་པ་བསྒོམ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། དོན་མེད་པའི་སྡིག་པ་བྱས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསམས་ནས་འགྱོད་པ་བསྒོམ་པ་དང་།

སྡིག་པས་འཇིགས་པའི་ཚུལ་བསམ་པའོ།

We will explain the first force in four steps: an explanation of the process of regret, which you reach by examining the way in which you have committed the negative deed; the practice of developing regret out of fear that you may die while you still possess the negative deed, along with an explanation of how to go for refuge; the practice of developing regret by considering with special attention the way in which you have committed a negative deed which is meaningless; and the practice of learning to fear negative deeds.

།དང་པོ་ལ་བཞི། གང་ལ་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་ཡུལ་ལ་མཁྱེན་པར་གསོལ་བ་དང་། དུས་དང་རྒྱུ་དང་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་བྱས་པ་སྤྱིར་བཤགས་པ་དང་། ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྡིག་པ་སྟོབས་ལྡན་བྱས་པ་བཤགས་པ་དང་། མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བསམས་ཏེ་འགྱོད་པས་བཤགས་པའོ།

The first of these steps has four parts of its own: requesting the one to whom you are going to reveal your negative action to attend to your confession; a method for a general purification of negative actions you have committed, according to time, cause, type, or other detail; a method for the purification of especially powerful negative actions which have been committed towards some special object; and learning to perform purification due to regret inspired by having considered carefully the unwanted karmic results that the action will bring you.

།ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་བཞུགས་པ་ཡི།
།རྫོགས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས།
།ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་རྣམས་ལ།
།ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།

I make supplication, with my palms joined at my breast,
To the totally enlightened beings, and bodhisattvas,
Who reside in every direction of the world:
To those beings who possess great compassion.

།དང་པོ་ནི། ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་བཞུགས་པའི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་བ་རྣམས་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པས་བཤགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི་འོ།

Here is the first. *I make supplication, with my palms joined at my breast, to the totally enlightened beings, and bodhisattvas who reside in every direction of the world: to those beings who possess great compassion.* I request them to hear my confession, which I make out of regret for the negative deeds I have committed.

།ཐོག་མ་མེད་ལྡན་འཁོར་བ་ནས།
།ཚེ་རབས་འདི་འམ་གཞན་དག་ཏུ།
།བདག་གིས་མ་འཚལ་སྡིག་བགྱིས་པའམ།
།བགྱིད་དུ་སྩལ་བ་ཉིད་དང་ནི།
།གཏི་མུག་འཁྲུལ་པས་བདག་ནོན་ཏེ།
།རྗེས་སུ་ཡི་རངས་གང་བགྱིས་པ།
།ཉེས་པ་དེ་ནི་མཐོང་བགྱིས་ནས།
།བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་ལ་བཤགས།

In the cycle of life without beginning,
In both this and my other lives,
I committed bad deeds without understanding
And encouraged others to commit them;
Overcome by my total failure to understand, I took joy.
Now I see my mistakes, as many as I may have made,
And I confess them to the Protectors
From the bottom of my heart.

།གཉིས་པ་ནི་དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཚེ་རབས་འདི་འམ་གཞན་དག་ལ་བདག་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྨིན་ལ་རྨོངས་པར་གྱུར་པའི་དབང་གིས་རང་གིས་སྡིག་པ་བགྱིས་པ་དང་། གཞན་དག་བགྱིད་དུ་རྩལ་བ་ཉིད་དང་ནི་ལས་འབྲས་ལ་

སྨོངས་པའི་གཏི་སྨུག་འཁྲུལ་པས་བདག་ནོན་ཏེ་གཞན་གྱིས་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་
རང་བ་གང་བགྱིས་པའི་ཉོངས་པ་དེ་ནི་རང་གིས་ཉོངས་པར་མཐོང་བར་བགྱིས་ནས་འགྱོད་
བཞིན་དུ་བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་བཤགས་ཏེ་མི་འཆབ་ཅིང་མི་སྦེད་པའོ།

Here is the second point. During all the time that I have circled around *in the cycle of life,* for time *without beginning, in both this and my other lives, I* have *committed bad deeds* myself. I have as well *encouraged others to commit them.* And because of the fact that I was *overcome by my total failure to understand* the principles of deeds and their consequences, *I took joy* in the negative actions committed by others. *I see now* that all of *my mistakes, as many as I may have made,* truly are mistakes, and with regret that comes *from the bottom of my heart I confess* these mistakes *to the Protectors*—I conceal nothing, I hide nothing.

།བདག་གིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནི།
།ཕ་མའམ་བླ་མ་གཞན་དག་ལ།
།ཉོན་མོངས་སྒོ་ནས་ལུས་ངག་དང་།
།ཡིད་ཀྱིས་གནོད་བགྱིས་གང་ལགས་དང་།

I confess whatever harm I may ever have done towards
The Three Jewels, my parents, and other high objects
With my actions, my speech, and my thoughts
Caused by the mental afflictions.

།གསུམ་པ་ནི། འཁྲུལ་པ་ཅན་བདག་གིས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནི་ཕ་མའམ་
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་བླ་མ་གཞན་དག་ལ་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་
འབྱུང་བའི་སྒོ་ལུས་ངག་དང་ཡིད་ཀྱིས་གནོད་པ་བགྱིས་པ་གང་ལགས་པ་བཤགས་པར་
བགྱིའོ།

Here is the third point. The person who was mistaken—that is, *I* myself—*confess whatever harm I may ever have done towards the Three Jewels,* or towards *my parents, and* towards any *other* such *high object* of merit; I confess all these actions, which were *caused by the mental afflictions* known as the three poisons, and which were expressed *with* either *my* bodily *actions, my speech, and my thoughts.*

།ཉེས་པ་དུ་མས་སྐྱོན་ཆགས་པའི།
།སྡིག་ཅན་བདག་གིས་སྡིག་པ་གང་།
།ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བགྱིས་པ་དེ།
།ཐམས་ཅད་འདྲེན་པ་རྣམས་ལ་བཤགས།

I am a person full of negative actions;
I have been infected by a great number of bad deeds.
I confess to every one of the Guides
All the dreadful negative deeds I've done.

།བཞི་པ་ནི། དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པའི་རྒྱུ་ཆགས་སོགས་ཉེས་པ་དུ་མའི་སྐྱོན་ཆགས་པའི་སྡིག་ཅན་བདག་གིས་སྲོག་གཅོད་སོགས་སྡིག་པ་གང་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པས་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་བགྱིས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་འདྲེན་པ་རྣམས་ལ་བཤགས་སོ།

Next is the fourth point. *I am a person full of negative actions; I have been infected by a great number of bad deeds,* by emotions such as attachment, which will act as causes that will bring me the karmic result of a birth in the hells or the like. *All the negative deeds that I have done,* actions like killing and the like, are going to create for me immense suffering; they are therefore *dreadful,* and *I confess* them *to every one of the Guides.*

།བདག་ནི་སྡིག་པ་མ་བྱང་བར།
།སྔོན་དུ་འགུམ་པར་འགྱུར་དུ་མཆི།
།ཇི་ལྟར་འདི་ལས་ངེས་ཐར་བར།
།མྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

I could be finished off first, before
I can clean myself of my negative deeds.
And so I beg you protect me, speedily,
In any way I'll be certainly freed.

།གཉིས་པ་ནི། སྡིག་པ་དེ་མ་ཐག་མ་བཤགས་ན་བདག་ནི་སྡིག་པ་མ་བྱང་བར་སྡིག་པ་དང་བཅས་ཏེ་འཆི་བདག་གིས་སྔོན་དུ་འགུམ་པར་འགྱུར་དུ་མཆི་ཞིང་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བས་ཐབས་

ཇི་ལྟར་བྱས་ན་སྡིག་པ་འདི་ལས་ངེས་པར་ཐར་བར་འགྱུར་བར་མྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ལོ།

Next is the part about developing regret out of fear that you may die while you still possess the negative deed, and so on. Suppose that I die while I still possess *the negative deed:* suppose I was unable to *clean myself* of the deed immediately after committing it, and failed to clean it from my mind. The Lord of Death then could come and *I could be finished off first,* and I would have to take a birth in one of the lower realms. And so I must avail myself of *any way* possible in which *I will certainly be freed* from my negative actions, and that I do so *speedily;* and *so I beg you protect me,* by helping me to do so.

།ཡིད་བརྟན་མི་རུང་འཆི་བདག་འདི།
།བྱས་དང་མ་བྱས་མི་སྒུག་པས།
།ན་དང་མི་ན་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་།
།གློ་བུར་ཚེ་ལ་ཡིད་མི་བརྟན།

This Lord of Death cannot be trusted,
He waits for no one, finished or not.
He takes all sorts suddenly, those sick and well,
So feel not certain about your life.

།སྡིག་པ་མ་བྱང་བར་དུ་མི་འཆི་བས་མྱུར་དུ་བསྐྱབ་ཅི་དགོས་ཞེ་ན། དུས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བའི་འཆི་བདག་འདི་སྡིག་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ལ་མི་སྒུག་ཅིང་བྱ་བ་ཚར་མ་ཚར་ལ་མི་ལྟོས་པས་གང་ཟག་ན་བ་དང་མི་ན་བ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་ཚེ་ཚད་མ་རྫོགས་ཀྱང་གློ་བུར་དུ་འཆི་བས་ཚེ་ལ་དེ་རིང་མི་འཆི་བ་ཙམ་ལ་ཡང་ཡིད་མི་བརྟན་ཅིང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་སྡིག་པ་མྱུར་དུ་སྦྱོང་བར་བྱའོ།

"What kind of protection," one may ask, "is it that we need, so quickly, while we have yet to die, and have still not purified ourselves of our bad deeds?" *This Lord of Death cannot be trusted,* even for a single moment of time, and he *waits for no one:* he has absolutely no interest in whether you have *finished* purifying yourself of your negative actions *or not.* His coming in no way

depends upon whether what you have hoped to do is done or not. *All sorts* of people die *suddenly,* before their life has reached its normal length, and whether they have gone through some *sickness* or whether they are *well.* Therefore you should *feel no certainty about your life,* no assurance even that you will not die this very day. And since this fact that you can feel no certainty is true, you should quickly purify yourself of your negative actions.

།གསུམ་པ་ལ་བཞི། གཉེན་དང་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་མ་ཤེས་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པ་དང་། འཆི་བའི་ཚེ་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བའི་དཔེ་དང་། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པས་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པའོ།

Next is the point about meaningless misdeeds. Here first we cover the kind of regret you have about negative actions you have committed for the sake of your relatives, or for the sake of your body or possessions or anything of the like, all because you failed to realize how they were nothing you could ever depend upon. After that will come a metaphor to show how, at the moment of death, none of these is anything more than a memory. Then we will cover the kind of regret you reach about having committed these kinds of negative actions once you have seen directly as well how none of the things for whom you committed the actions were in any way something you could depend upon. And then finally we will discuss the regret that you develop over the negative deeds you committed because you failed to realize that there was no certainty at all when you would die.

།ཐམས་ཅད་བོར་ཏེ་ཆས་དགོས་པར།
།བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ནས།
།མཛའ་དང་མི་མཛའི་དོན་གྱི་ཕྱིར།
།སྡིག་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་བྱས།

I'll have to give up it all and travel,
But I've failed to realize this fact,
And so I've committed an entire variety
Of bad deeds for friends and enemies.

།དང་པོ་ནི། གཉེན་དང་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཤ་རུས་སོགས་ཐམས་ཅད་བོར་ཏེ་རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཆ་དགོས་པར་བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པས་མཛའ་བ་བསྲུང་བ་དང་མི་མཛའ་བ་གཞོམ་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སྡིག་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་བྱས་པས་འགྱོད་པའོ།

Here is the first of the four points. *I will have to give up it all*—my relatives, and all my possessions and the rest, and even the flesh and blood and such which came with me when I was born—*and travel* on to the life beyond, alone, by myself. *But I have failed to realize this fact, and so I have committed an entire variety of bad deeds for* the sake of protecting my *friends and* defeating my *enemies.* This is one reason why I should now feel regret.

།མི་མཛའ་རྣམས་ཀྱང་མེད་འགྱུར་ཞིང་།
།མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར།
།བདག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ།
།དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར།

The enemies cease to exist,
The friends too cease to exist,
I myself cease to exist as well;
And everything else ceases too.

།དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ་མི་མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་ལ་བདག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་གཉེན་དང་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་བས། ཡིད་བརྟན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རུང་བས་དེ་དག་གི་ཆེད་ཆགས་སྡང་གིས་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པའོ།

And it was wrong to commit bad deeds for these reasons, because shortly afterwards *the enemies cease to exist, and the friends to cease to exist,* and *I myself cease to exist as well.* Just so *everything else,* the relatives and the possessions and so on, *ceases too.* Nothing is in the least bit dependable, and so I should also feel regret at having committed negative actions due to any attachment or dislike for any of them.

།རྨི་ལམ་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་བཞིན།
།དངོས་པོ་གང་དང་གང་སྤྱད་པ།
།དེ་དེ་དྲན་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར།
།འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་མི་འགྱུར།

All the objects you use are the same
As something experienced during a dream.
They are soon nothing but some memory;
All things that have passed are no longer here.

།གཉིས་པ་ནི། དཔེར་ན་རྨི་ལམ་དུ་བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་སད་པའི་ཚེ་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་པ་བཞིན་དུ་སྣང་བདེ་བར་སྙམ་པའི་དངོས་པོ་གང་དང་གང་ལོངས་སྤྱད་པ་དེ་དང་དེ་འཆི་བའི་ཚེ་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཆོས་འབའ་ཞིག་བྱ་བར་ཐག་གཅོད་པ་ལན་མང་དུ་བྱའོ། །གང་དང་གང་འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བར་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་ཟད་པའོ།

Think of some minor pleasure that you might *experience during a dream.* When you wake up, the pleasure is no longer anything but a memory. *All the objects* that you might deceive yourself into thinking are pleasant in this life, and which *you use, are the same.* When you die *they are soon nothing but some memory.* Therefore you should resolve, from this moment on, and time and time again, that you will only practice the Dharma. *All* those *things* that *have passed are no longer here,* and so they become nothing more than a memory.

།རེ་ཞིག་གསོན་ཚེ་འདི་ཉིད་ལ།
།མཛའ་དང་མི་མཛའ་དུ་མ་འདས།
།དེ་དག་དོན་དུ་བྱས་པའི་སྡིག
།མི་བཟད་གང་ཡིན་མདུན་ན་གནས།

Even here in the present moment,
In the time that we have lived,
Many friends and enemies have slipped to the past.

But all the negative that we committed
For their sakes lies before us still.

།གསུམ་པ་ནི། གཞན་ཡང་རེ་ཤིག་གསོན་པའི་ཚེ་འདི་ཉིད་ལ་ཡང་སྔར་མཛའ་བ་དང་མི་མཛའ་བ་དུ་མ་འདས་པ་མྱོང་བས་གྲུབ་ལ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བྱས་པའི་སྡིག་པའི་རྣམ་སྨིན་མི་བཟད་པ་གང་ཡིན་པ་མདུན་ན་གནས་པས་སྡུག་བསྔལ་སྐལ་གཞན་མི་ལེན་ན། །གེགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམ་པར་བྱའོ།

Even here in the present moment, in the time that we have lived, we have seen *many* who were our *friends, and* many who were our *enemies, slip into the past. But* whatever dreadful consequences there may be from *all the negative that we committed for their sakes still lies before us.* It's like the lines that say,

> Since they can never take upon themselves
> Any share of the suffering,
> What use then are the best of friends,
> Who only serve to hinder us?

Thus we must feel, over and over again, deep regret at having committed bad deeds for their sakes.

།དེ་ལྟར་བདག་ནི་གློ་བུར་ཞེས།
།བདག་གིས་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པས།
།གཏི་མུག་ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་གིས།
།སྡིག་པ་རྣམ་པ་དུ་མ་བྱས།

As I live in this condition, suddenly,
Without my even realizing it,
I commit a great number of different bad deeds,
Due to my ignorance, to liking and disliking.

།བཞི་པ་ནི། དེ་ལྟར་བདག་ནི་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པ་ཚེ་ཡུད་ཙམ་གྱིས་གློ་བུར་བ་ཞེས་བདག་གིས་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པས་གཏི་མུག་དང་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་གིས་སྡིག་པ་

རྣམ་པ་དུ་མ་བྱས་ཤིང་སྡིག་པས་ངན་འགྲོར་ལྷུང་བས་འཆི་ངེས་པ་དང་། ནམ་འཆི་ངེས་མེད་དང་། འཆི་བའི་ཚེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པ་བསམ་ཞིང་། ངན་འགྲོའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ལ་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པ་ལན་དུ་མར་བསྒོམ་པར་བྱའོ།

In just a single instant of time *as I live in this condition,* of having no certainty when it is that I will die—that is to say, *suddenly, without my even realizing it, I commit a great number of different bad deeds, due to my ignorance,* my tendency of *liking* some things, *and disliking* other things. These now will take me to a birth in the lower realms. I must contemplate thus the facts of how my death is certain, and how the time that I will die is not certain at all, and how when I die there is nothing at all that can help me except the Dharma. I must think carefully too of all the problems of these lower realms. I must feel, and feel again and again, deep regret then at having committed these negative deeds.

།བཞི་པ་ལ་བཞི། ཚེ་ལ་སྣོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་པར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་འཆི་ཞིང་སྡིག་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་པ་དང་། སྡིག་པ་མ་དག་ན་ཚེ་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་དགོས་པ་དང་། འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། ཕྱི་མར་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལོ།

This brings us to the fourth step in the explanation of the first of the forces: the practice of learning to fear negative deeds. Here too there are four parts. The first is learning to feel fear about the certainty of death, which is a fact because you cannot add any time onto your life, which is melting away constantly, without a moment's hesitation; and to feel fear that you might die while you still possess negative deeds. The second is thinking about how, if you fail to purify yourself of the power of negative actions, you will be forced even in this very life to experience suffering. The third is a description of the reason why great fear will come, and the fourth a description of how, in your future life, you will be tormented by pain.

།ཉིན་མཚན་སྡོད་པ་ཡོད་མེད་པར།
།ཚེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་།
།སྣོན་པ་གུད་ནས་འོང་མེད་ན།

།ཉིན་མཚན་གནས་པ་མེད་པ་ཡི། །ཚེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་། །སྣོན་པ་གུད་ནས་འོང་བ་མེད། །བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འགྱུར།

Day and night, without hesitating
This life is forever dropping,
There is no extra life set aside
That is ever going to come to you.
How then could it ever happen
That someone like me wouldn't die?

།དང་པོ་ནི། འགྲོ་འཆག་ཉལ་གསུམ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཉིན་མཚན་སྐད་ཅིག་ཀྱང་སྡོད་པ་ཡོད་མེད་པར་ཚེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་པས་ཏེ་བྲི་བར་འགྱུར་ཞིང་སྣོན་པ་གུད་ནས་ཙུང་ཟད་ཙམ་ཡང་འོང་བ་མེད་ན་བདག་ལྟ་བུ་ངེས་པར་འཆི་བར་རྒྱུ་མཚན་ཅིས་མི་འགྱུར་ངེས་པར་འཆི་ཞིང་། ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པས་སྡིག་པ་སྦྱོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །འགོད་ཅེས་པ་ལྟར་ན་ཉིན་མཚན་གྱིས་ཚེ་སོ་སོར་འགོད་པའི་དོན་ཏོ།

Here is the first of the four. No matter which of the three kinds of activities you may be engaged in—going somewhere, sitting somewhere, or sleeping; and during all the *day and* all the *night, without hesitating* even for a moment, *this life is forever "dropping,"* which is to say, decreasing. *There is no extra life set aside* somewhere *that is ever going to come to you* later. *How then,* for what reason, *could it ever happen that someone like me would not* certainly *die?* It is definite that I will die, and there is no certainty when I will die. Therefore I must make great efforts to purify myself of all my negative actions. If one reads the Tibetan word for "drop" in this verse with an alternate spelling, it becomes the word for "mark," and the section could then be read as "life marked by days and nights."

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྡིག་པ་མི་བྱང་ན་སྡོག་འཆད་པའི་སྡུག་བསྔལ་གཉེན་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་སྐྱོབ་མི་ནུས་པ་དང་། བསོད་ནམས་མ་བྱས་པས་འཇིགས་པ་དང་། འགྱོད་པས་གདུང་བའོ།

Our discussion of the suffering in this life has itself three sections, which are all based on what would happen if you failed to purify yourself of negative actions. These are descriptions of how people like your family and friends have no ability to protect you; how you will have to fear if you have not been able to perform any good deeds; and how you will be tormented by regret.

།བདག་ནི་མལ་ན་འདུག་བཞིན་དུ།
།གཉེན་བཤེས་ཀུན་གྱིས་མཐའ་བསྐོར་ཀྱང་།
།སྲོག་འཆད་པ་ཡི་ཚོར་བ་དག
།བདག་ཉིད་གཅིག་པུས་མྱོང་བར་འགྱུར།
།གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉས་ཟིན་པ་ལ།
།གཉེན་གྱིས་ཅི་ཕན་བཤེས་ཅི་ཕན།

You may be lying down on your bed
Surrounded by your friends and family,
But it's only you, and you alone,
Who will have to undergo the pain.
When Lord Death's messengers take hold of you.
What's the use of your family,
And what use are your friends?

།དང་པོ་ནི། བསོད་ནམས་མ་བྱས་ན་འཆི་བའི་ཚེ་བདག་ནི་མལ་ན་འདུག་བཞིན་དུ་གཉེན་བཤེས་ཇི་ལྟར་བརྩེ་གདུང་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་སྐོར་ཡང་སྲོག་གཅོད་པའི་ཚོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་དག་བདག་ཉིད་གཅིག་པུས་མྱོང་བར་འགྱུར་ཞིང་འཇིགས་པ་སེལ་བྱེད་མེད་པར་མ་ཟད། འཇིགས་པའི་ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱི་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉས་ཟིན་པ་ལ་གཉེན་ཡོད་པས་ཅི་ཕན་བཤེས་ཀྱིས་ཅི་ཕན་ཆོས་འབའ་ཞིག་སྐྱབས་སུ་འགྱུར་པའོ།

Here is the first. If you fail to perform good deeds, then when you die you experience the sufferings caused by the sensations of having life stop; *you may be lying down on your bed surrounded by your friends and family,* people who love you with their whole hearts, but *it is only you, and you alone, who will have to undergo the pain.* And the problem is not only that there is no one there who can stop the terror—*the messengers of the Lord of Death,* in hideous forms, *take hold of you. What is the use of your family* at this point? And *of what use are friends?* Only the Dharma can protect you at that moment.

།དེ་ཚེ་བསོད་ནམས་གཅིག་བསྐྱབས་ན།
།དེ་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟེན་ཏོ།

At that moment protection is good deeds alone,
Though I failed to follow them during my life.

།གཉིས་པ་ནི། དེའི་ཚེ་སྐྱབས་འགྲོ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུང་བ་སོགས་བསོད་ནམས་གཅིག་པུ་སྐྱབས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་ན་དེ་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟེན་ཏོ། །ཞེས་པ་དགེ་བ་མ་བྱས་པས་འགྱོད་པའོ།

Here is the second point. *At the moment* of death, the highest of all *protection is good deeds,* and good deeds *alone:* practices such as going for refuge, and maintaining an ethical way of life. *I failed though during my life to follow* these practices. These lines are describing another kind of regret, the kind you feel about having failed to do good deeds during your life.

།མགོན་པོ་བག་མེད་བདག་གིས་ནི།

།འཇིགས་པ་འདི་འདྲ་མ་འཚལ་ནས།

།མི་རྟག་ཚེ་འདིའི་ཆེད་དག་ཏུ།

།སྡིག་པ་མང་པོ་ཉེ་བར་བསྒྲུབས།

Oh Protectors, I've been careless, and wasn't aware
I'd be faced with terrors like this;
And so I accomplished many negative deeds,
All for the sake of this fleeting life.

།གསུམ་པ་ནི། སྐྱབས་གནས་ལ་མགོན་པོ་ཞེས་བོས་ནས་བག་མེད་བདག་གིས་ནི་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་མ་འཚལ་ཞིང་མ་ཤེས་ནས་ཚེ་མི་རྟག་པ་གཉེན་སོགས་ཚེ་འདིའི་ཆེད་དག་ཏུ་སྡིག་པ་མང་པོ་ཉེ་བར་བསྒྲུབས་པས་འགྱོད་པའོ།

Here is the third point. Here you are calling out to the sources of protection, with the words, *"Oh Protectors." I have been careless, I was not aware,* I did not know, *that I would be faced like this with* the *terrors* of the lower realms. *And so I accomplished many negative deeds, all for the sake of* people such as my relatives of *this life,* this life which is so *fleeting,* so impermanent.

།སྐྱེ་བོ་ཡན་ལག་གཅོད་པའི་སར།

།དེ་རིང་ཁྲིད་པའང་བྲིད་འགྱུར་ཏེ།
།ཁ་སྐམས་མིག་རྩ་ངན་ལ་སོགས།
།སྔ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་སྣང་ན།
།གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་འཇིགས་འཇིགས་ལྟའི།
།ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱིས་བཟུང་གྱུར་ཅིང་།
།འཇིགས་ཆེན་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་གྱུར་པ།
།རབ་ཏུ་ཉམ་ཐག་སྨོས་ཅི་དགོས།

There are people who are about
To have one of their limbs cut off;
And on the day they're dragged away
To the place, they are seized with terror.
Their whole appearance from before is transformed:
Their mouths go dry, eyes bulge, and the rest.

Suppose then that you are taken hold of
By the messengers of the Lord of Death,
By those monstrous and terrifying creatures,
And are stricken by that great fear, the unique pain.
If one can go through the change before
Then what need then is there ever to speak
Of this most desperate of all situations?

།གསུམ་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་ཆད་པ་བཅད་པའི་དོན་དུ་ཡན་ལག་གཅོད་པའི་སར་དེ་རིང་མིས་ཁྲིད་པའང་བྲིད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁ་སྐམས་པ་དང་བཞིན་གྱི་མདངས་ཉམས་པ་དང་། མིག་རྩ་ངན་པ་ལ་སོགས་པ་སྔ་མ་ལས་རྣམ་འགྱུར་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྣང་ན་རང་དང་སྐལ་བ་མི་མཉམ་པའི་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་འཇིགས་འཇིགས་ལྟ་བུའི་ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱིས་བཟུང་བར་གྱུར་ཅིང་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འཆི་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པར་གྱུར་པས་རབ་ཏུ་ཉམས་ཐག་པ་ལ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་སྨོས་ཅི་དགོས། དེས་ན་སྡིག་པ་ལ་འགྱོད་པར་བྱའོ།

This brings us to our description of the reason why great fear will come. *There are* kinds of *people who are about to* undergo some punishment where they will *have one of their limbs cut off; on the day* that the guards *drag them away to the place* where the sentence is to be carried out, *they are seized with terror. Their whole appearance is transformed from* what it was *before: their mouths go dry* from the fear, their faces go pale, their *eyes bulge* from their sockets, *and the rest.*

Suppose now that *you are taken hold of by the messengers of the Lord of Death, by monstrous and terrifying creatures* from another realm altogether. And suppose as well that *you are stricken by that great fear,* by *the unique pain* of death itself. *If* people who are about to have nothing more than a limb cut off *go through the change* we just spoke of *before, then what need* is there *ever to speak of* the incredible terror that you will, in *this most desperate of all situations,* come to experience? This is another reason why you should feel regret for the wrong things you have done.

།སུ་ཞིག་འཇིགས་ཆེན་འདི་ལས་བདག
།ལེགས་པར་སྐྱོབ་པར་བྱེད་འགྱུར་ཞེས།
།བྲེད་ཤ་ཐོན་པའི་མིག་བགྲད་ནས།
།ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་དག་ཚོལ་བར་བྱེད།
།ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་མེད་མཐོང་ནས་ནི།
།དེ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཡི་མུག་འགྱུར།
།གནས་དེར་སྐྱབས་ཡོད་མ་ཡིན་ན།
།དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཇི་ལྟར་བྱ།

Where is there now anyone who can
Save me completely from this horror?
Your face takes on a look of terror,
Your eyes open wide with panic,
And you turn in every direction
To look for someone who can help.
You realize that there is no one to protect you,
No one in any direction at all,
And the darkness then comes and envelops you.
In this place, there is no one at all who can protect you;
At that moment nothing you can do for yourself.

།བཞི་པ་ནི། དམྱལ་བར་སྐྱེས་ནས་དམྱལ་སྲུངས་རྣམས་མཐོང་བའི་ཚེ་ཀྱི་ཧུད་སྐྱེས་བུ་སུ་ཞིག་གིས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འདི་ལས་བདག་ལེགས་པར་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞེས་ཤིན་ཏུ་སྐྲག་ཅིང་བྲེད་ཤ་འཐོན་པའི་མིག་བགྲད་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་དག་ཚོལ་བར་བྱེད་ལ་དེ་ལྟར་བཙལ་ཡང་ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་མེད་པར་མཐོང་ནས་ནི་དེ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཡི་མུག་འགྱུར་བས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །དེས་ན་དམྱལ་བའི་གནས་དེར་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་དུས་དེའི་ཚེ་བདག་གིས་ཇི་ལྟར་བྱ་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད་པས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་འཇིགས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱུ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here now is the fourth part: the description of how, in your future life, you will be tormented by pain. And once you have taken your birth in the hells, and you see the hellguards coming for you, then will you be overcome with fear, and scream out, "Ah! *Where is there now anyone who can save me completely from this horror?" Your face takes on a look of terror, your eyes open wide with panic, and you turn in every direction to look for someone who can help.* You can look, but then *you realize that there is no one to protect you, no one in any direction at all, and then the darkness comes and envelops you.* Thus it is that you must, from this very moment, take refuge in the Three Jewels. Once you are *in this place,* in the hells, *there is no one at all who can protect you* from the terrors of the hells, there is *at that moment absolutely nothing that you can do for yourself.* And so you should, right now, make efforts in those practices which can save you from the terror later.

THE FORCE OF THE FOUNDATION

།གཉིས་པ་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ལ་གསུམ། ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྨོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བའི་སྲས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་དེ་དག་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྒྲུབ་པའོ།

With this we have reached our explanation of the second the four forces, which is the force of the foundation. We proceed in three steps: instructions on seeking refuge in the Three Jewels from this very moment; seeking help in the sons and daughters of the Victors, those who possess the power of prayers; and carrying out their wishes, once you have taken refuge in them.

།དེ་བས་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་མགོན།
།འགྲོ་བ་སྐྱོབ་པའི་དོན་བརྩོན་པ།
།སྟོབས་ཆེན་འཇིགས་པ་ཀུན་སེལ་ལ།
།དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི།

The Victorious Buddhas, the Saviors of all living kind,
Exert themselves in order to protect beings.
Thus it is that you should take refuge today itself,
In those of great power, who remove every kind of fear.

།དང་པོ་ནི། ངན་འགྲོར་སྐྱེས་པའི་ཚེ་སྐྱབས་བཙལ་ཡང་མི་རྙེད་པ་དེ་བས་ན་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་སྔོན་ནས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱོབ་པའི་དོན་དུ་བརྩོན་པ་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་མཐུ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་མངའ་བས་སྟོབས་ཆེན་པོ་འཇིགས་པ་ཀུན་སེལ་ནུས་པ་ལ་མྱུར་དུ་དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་བར་བྱའོ།

Here is the first. Once you have taken birth in the lower realms, you can seek for some kind of protection, but you will find none. *The Victorious Buddhas, the Saviors of all living kind, exert themselves* in advance, *in order to protect* every sentient *being,* and they possess a consummate ability to achieve this protection. *Thus it is that you should take refuge* quickly, *today itself, in those of great power, who* have the ability to *remove every kind of fear.*

།དེ་ཡི་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་ཆོས།
།འཁོར་བའི་འཇིགས་པ་སེལ་བ་དང་།
།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ལ་ཡང་།
།དེ་བཞིན་ཡང་དག་སྐྱབས་སུ་མཆི།

You should as well take total refuge
In the Dharma which they have grasped completely,
The Dharma which eliminates this cycle's every fear,
As well as in the assembly of bodhisattvas.

།གཞན་ཡང་རྒྱལ་བ་དེ་ཡིས་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་ཆོས་བསྟེན་ན་འཁོར་བའི་འཇིགས་པ་སེལ་བ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་དང་། འཕགས་པའི་གོ་འཕང་བརྙེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པར་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་སྟེ་ལམ་སྒྲུབ་པའི་གྲོགས་སུ་ཁས་བླང་བར་བྱའོ།

You should as well take total refuge in the Dharma which they, the Victorious Buddhas, *have grasped completely, the Dharma* jewel *which,* when you rely on it properly, *eliminates every fear in this cycle of life.* And you should do so *too with the assembly of bodhisattvas* who have been able to reach the state of a realized being. You should accept them as companions in helping you to practice the path.

།བདག་ནི་འཇིགས་པས་རྣམ་སྐྲག་པས།
།ཀུན་ཏུ་བཟང་ལ་བདག་ཉིད་འབུལ།
།འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས།
།བདག་གི་ལུས་ནི་དབུལ་བར་བགྱི།
།ཐུགས་རྗེས་སྤྱོད་པ་མ་འཁྲུལ་བ།
།སྤྱན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་ལ་ཡང་།
།ཉམ་ཐག་ང་རོས་འོ་དོད་འབོད།
།སྡིག་ལྡན་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།
།འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་དང་།
།ས་ཡི་སྙིང་པོ་དག་དང་ནི།
།ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ།
།སྐྱབས་ཚོལ་སྙིང་ནས་འོ་དོད་འབོད།
།གང་ཞིག་མཐོང་ནས་གཤིན་རྗེ་ཡི།

།ཕོ་ཉ་ལ་སོགས་སྡང་བ་རྣམས།
།སྐྲག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱེར་བྱེད་པ།
།རྡོ་རྗེ་ཅན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

And so I offer myself to the Excellent One.
I, myself, offer this body of mine to Gentle Voice.
I call out in a voice from a desperate situation,
I cry out to the savior Loving Eyes,
The one who lives in compassion, who is free of all error;
And I beg you to protect me,
A person who had committed great bad deeds.

I seek protection in all those saviors
Whose hearts are filled with great compassion:
I cry out, from my heart to the realized pair
Named "Essence of Space" and "Essence of Earth."

I take refuge as well in the One with the Diamond;
When those full of hate, such as the messengers of death,
Catch sight of him, they're filled with fear,
And forced to flee in every direction.

།གཉིས་པ་ནི། བདག་ནི་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པས་རྣམ་སྐྲག་ནས་སྨོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཅན་
གྱི་རྒྱལ་སྲས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་བདག་ཉིད་འབུལ་བས་འཇིགས་པ་ལས་བདག་བསྐྱབ་ཏུ་
གསོལ་ཞེས་པའོ། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་གཞན་གྱིས་བསྐུལ་བ་མ་
ཡིན་པར་སེམས་དང་བས་བདག་གི་ལུས་འདི་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་
རྒྱུན་མི་འཆད་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་དོན་མཛད་པའི་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱོད་པ་མ་འཁྲུལ་བ་ཅན་
སྤྱན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་ལ་ཡང་འཇིགས་པས་ཉམས་ཐག་པའི་ང་རོས་འོ་དོད་འབོད་དོ།
།ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སྡིག་ལྡན་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་དང་སའི་སྙིང་པོ་དག་དང་ནི་བྱམས་པ་དང་
སྒྲིབ་པ་རྣམ་སེལ་སོགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱབས་སུ་ཆོལ་ཞིང་། སྙིང་ནས་

འོ་དོད་འབོད་པས་སྐྱབས་ཞིག་ཅེས་པའོ། །ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེ་གང་ཞིག་མཐོང་ན་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་དམྱལ་སྲུངས་ལ་སོགས་སེམས་ཅན་ལ་སྡང་བ་རྣམས་སྐྲག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱེར་བར་བྱེད་པ་རྡོ་རྗེ་ཅན་ལ་ཡང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

I feel absolute terror over the fears of the lower realms, *and so I offer myself to the Excellent One* (Samantabadra), that son of the Victors who possesses the power of prayers, and beg him to protect me from these fears. *I myself*—that is, without the urging of anyone else at all—*offer this body of mine* as well *to Gentle Voice* (Manjushri), with thoughts of great faith. *And I call out in the voice from a desperate* and frightening *situation, I cry out,* to that one who accomplishes the aims of others in two ways—with perfect spontaneity and in an uninterrupted flow: to *the one who lives in compassion, who is free of all error, to the savior*—whose name is *Loving Eyes* (Avalokiteshvara). And how is it that I cry out? In the words, *"I beg you to protect me, a person who has committed great bad deeds."* Just so do *I seek protection in all those saviors whose hearts are filled with great compassion:* those *realized* bodhisattvas such as the *pair named "Essence of Space"* (Akashagarba) *and "Essence of Earth"* (Kshitigarba), and so too Loving One (Maitreya), and the Ender of Obstacles (Nivarana Vishkambi). *"I cry out, from my heart,* so please, protect me." And finally *I take refuge in the One with the Diamond,* in the Holder of the Diamond (Vajrapani). *When those full of hate* living beings—when those *such as the messengers of death* or the hellguards—*catch sight of him, they are filled with fear, and* are *forced* to *flee in every direction.*

།སྔོན་ཆད་ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་ལས་འདས།
།ད་ནི་འཇིགས་པ་ཆེ་མཐོང་ནས།
།ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ཀྱིས།
།འཇིགས་པ་མྱུར་དུ་བསལ་དུ་གསོལ།

I have, up till now, acted against your wishes:
Now though I have seen the great terrors
And so I take refuge in you, and beg you
To remove my fears with all speed.

།གསུམ་པ་ནི། བདག་གིས་སྔོན་ཆད་ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་ལས་འདས་ནས་སྡིག་པ་བྱས་ཤིང་དགེ་བ་མ་བྱས་ལ་ད་ནི་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དང་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་མཐོང་ནས་ཁྱོད་

ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ཀྱི་བླང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྒྲུབས་པས་
འཇིགས་པ་མྱུར་དུ་བསལ་དུ་གསོལ་ཞིག་པའོ།

I have, up till now, acted against your wishes: I have committed negative actions, and I have failed to engage in positive actions. *Now though I have seen the great terrors* of the limitless cycle of life, and the lower realms. *And so I take refuge,* and commit myself to carrying out your every wish concerning those things which I should take up, and those things which I should give up. *I beg you to remove my fears with all speed.*

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Five: The Four Forces of Purification, Part Two; Rejoicing; Asking the Lamas to Teach and to Stay; How To Dedicate

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

The Force of the Antidote

།གསུམ་པ་གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་ལ་གཉིས། སྡིག་པ་སྦྱོང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། མྱུར་དུ་འབད་པར་རིགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ནད་ཀྱི་དཔེས་སྡིག་པ་མྱུར་དུ་སྦྱང་དགོས་པ་དང་། གཡང་སའི་དཔེས་སྦྱང་དགོས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། དཔེ་དོན་དགོད་པ་དང་། དུག་གསུམ་གྱི་ནད་ཉེས་དམིགས་ཆེ་ཞིང་དེ་འཇོམས་པའི་སྨན་དཀོན་པ་དང་། དེས་ན་སྨན་པ་མཆོག་སྟོན་པའི་གསུང་ལྟར་སྒྲུབ་རིགས་པའོ།

Here next is our expanded explanation of the third of the four forces: the force of the activity of applying an antidote. Here there are two parts: the reason why it is fitting for you to make efforts in purifying yourself of your bad deeds, and why it is fitting to do so quickly. The first of these parts has itself two points: using the metaphor of a patient in order to demonstrate why you must purify yourself of your bad deeds quickly, and then using the metaphor of a cliff to demonstrate why you must purify yourself. The former of these contains three sections: setting forth the metaphor and what it refers to; a

description of the very serious problems caused by the illness of the three poisons, and of the rarity of the medicine used to cure them; and finally why it is therefore appropriate to follow the advice of the supreme physician, the Teacher.

།ཐ་མལ་ནད་ཀྱིས་འཇིགས་ན་ཡང་།
།སྨན་པའི་ངག་བཞིན་བྱ་དགོས་ན།
།འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་ཉེས་པ་བརྒྱའི།
།ནད་ཀྱིས་རྟག་བཏབ་སྨོས་ཅི་དགོས།

Even in a case where you're endangered
By some normal illness, you must still
Follow the advice of a physician.
There's no need to mention then
What you should do in the clutches
Of the disease of a thousand evils,
Of liking things and the rest.

།དང་པོ་ནི། རླུང་མཁྲིས་སོགས་འཁྲུགས་པའི་ཐ་མལ་པའི་ནད་ཀྱིས་འཇིགས་ན་ཡང་ཤིར་དོགས་ནས་དེ་བཅོས་པའི་ཐབས་སྨན་པའི་ངག་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དུག་གསུམ་གྱི་གཙོང་ནད་ཆེན་པོ་ཉེས་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ནད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བཏབ་པས་རང་ཅག་དེ་སེལ་བའི་སྨན་པ་མཆོག་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་བསྟེན་པར་རིགས་པ་སྨོས་ཅི་དགོས་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ།

Even in a case where you are endangered by some normal illness—that is, where the components such as wind or bile within your body are in a state of disturbance, and you have reason to fear that this might be fatal—*you must still follow the advice of a physician,* as a method for curing your disease. People like you and I though have been *in the clutches* of the greatest and most chronic disease of all, the three poisons of *liking things and the rest, constantly,* for time with no beginning. And these three are a *disease* which acts as the source for many *thousands* and millions *of evils.* If we would listen to the advice of a physician in the case of the normal disease, then *there is no need to mention* how fitting it would be for us to follow the antidote that has been prescribed for us

by the highest of all physicians, by the victorious Buddhas, as an antidote for removing our sickness. Therefore it is fitting for us to make great efforts in applying the antidotes for negative deeds.

།དེ་གཅིག་གིས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་ན།

།གནས་པའི་མི་ཀུན་བརླག་བྱེད་ལ།

།དེ་དག་གསོ་བའི་སྨན་གཞན་ནི།

།ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ནས་མི་རྙེད་ན།

Even a single instance of these is enough
To waste all the human beings in our world,
And you will never find anywhere at all
Another medicine that can treat them.

།གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་དག་གཅིག་གིས་ཀྱང་འཛམ་བུའི་གླིང་ན་གནས་པའི་མི་ཀུན་དམྱལ་བར་རླག་པར་བྱེད་པས་གནོད་པ་ཆེན་ནད་དེ་དག་གསོ་བའི་སྨན་གཉེན་པོ་ལམ་སྒོམ་པའི་ཚུལ་སོགས་སྟོན་པའི་གསུང་ལས་གཞན་ནི་ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་སོགས་ཕྱོགས་གཞན་ཀུན་ནས་མི་རྙེད་ན་སྟེ་མ་རྙེད་པས་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པའོ།

Even a single instance of these deeds such as anger at a bodhisattva *is enough to waste all the human beings* living *in our world;* that is, to send them to the hells. Where then could you ever find an antidote, other than the holy words that impart teachings such as how to practice the path—where could you find any other *medicine for treating these* great harms? You could search *everywhere,* even in the realms of the worldly god named Pure One, or other such beings, but still *never find another;* and thus it is extremely rare.

།དེ་ལ་སྨན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན།

།ཟུག་རྔུ་ཐམས་ཅད་འབྱིན་པ་ཡི།

།བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་སེམས་པ་ནི།

།ཤིན་ཏུ་གཏི་མུག་སྨད་པའི་གནས།

The Omniscient One is a physician for this;
He's given instructions for uprooting all pains,
Though we fail to follow and concentrate.
It's incredibly ignorant, disgraceful.

།གསུམ་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ནད་དེ་ལ་དེ་སེལ་བའི་སྨན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ཟུག་རྔུ་ཐམས་ཅད་འབྱིན་པར་མཛད་པའི་བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དང་ངན་འགྲོའི་རྒྱུ་ལ་སེམས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་གཏི་མུག་གོ་ཞེས་སྨད་པའི་གནས་ཡིན་པས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྟོན་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ། སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱའོ།

Here is the third point. *The Omniscient One is a physician for this* illness; he is one who removes all of it, all the sickness of the mental afflictions, and who has spoken the *instructions for uprooting all the pains* of these afflictions. We *though fail to follow* these instructions, and *concentrate* on the causes that keep us in the cycle of life endlessly, that throw us to the lower realms. This is, as the text says, *"incredibly ignorant,"* meaning a situation which is *disgraceful.* As such you must, from the bottom of your heart, go for refuge in the Teacher, and practice the teachings of this Teacher in the proper way.

།གཡང་ས་ཐ་མལ་ཆུང་ངུ་ལའང་།
།བག་ཡོད་གནས་པར་བྱ་དགོས་ན།
།དཔག་ཚད་སྟོང་དུ་ལྟུང་བ་ཡི།
།ཡུན་རིང་གཡང་སར་སློས་ཅི་དགོས།

A person must be very cautious
Even of small, ordinary cliffs;
There is no need to say then
That we must take care around
Those many thousands of yojana high,
And where a fall means a very long time.

།གཉིས་པ་ནི། གང་ལ་ལྟུང་ན་ཡན་ལག་ཙམ་གནོད་པར་འགྱུར་བའི་རི་ལ་སོགས་པ་གཡང་ས་ཐ་མལ་བ་ཆུང་ངུ་ལའང་ལྟུང་དོགས་ནས་བག་ཡོད་པས་གནས་པར་བྱ་དགོས་ན་

དཔག་ཚད་སྟོང་ཕྲག་དུ་མས་མཚོན་པའི་དཔག་ཚད་སུམ་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་སོགས་ཀྱི་གཡང་ས་ར་ལྷུང་བའི་གཡང་ས་ར་ཡུན་རིང་པོར་གནས་དགོས་པ་ལ་བག་ཡོད་བྱ་དགོས་པ་སྨོས་ཅི་དགོས་པས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

A person must be very cautious whenever there is any danger of falling *even* from one of those *small, ordinary cliffs,* the kind around a mountain or the like—the type of cliff where, if you fall off, all you can hurt is one of your arms or legs. *There is no need to say then* that you must be cautious about the kind of *cliffs* such as the one which is 32,000 *yojana* high [about 154,000 miles, or the distance at which the hell of No Respite is said to be located below the earth]. This is what the expression *"many thousands of yojana"* is meant to represent; a special kind of cliff from which, once you *fall,* you must stay at the bottom for a *very long time.* This too is a reason why you must make efforts in applying the antidotes for the mental afflictions.

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མི་འཇིགས་པ་ལ་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པས་ལམ་བསྒོམ་པ་ལ་ལེ་ལོ་བྱ་བར་མི་རིགས་པའོ།

Here next is the discussion of why you must purify yourself quickly. This section has two parts of its own: instructions to make efforts in applying the antidotes to negative deeds, beginning today itself; and an explanation of why, since there is no reason at all that we can feel free of the threat of suffering, it is inappropriate to feel laziness about practicing the path.

།དེ་རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས།
།བདེ་བར་འདུག་པ་རིགས་མ་ཡིན།
།བདག་ནི་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དུས།
།དེ་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་།

It is not right to relax and think,
"I will never die right now, today;"
For without a doubt the time will come
When you have disappeared.

།དང་པོ་ནི། གཉེན་པོ་ལ་འབད་དགོས་ཀྱང་ཟླ་བ་ཕྱི་མ་དང་ལོ་ཕྱི་མ་ལ་འབད་པར་བྱའོ་སྙམ་ན། དེ་རིང་ཉིད་ནས་འབད་པར་རིགས་ཏེ་དེ་རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས་གཉེན་པོ་ལ་མི་འབད་པར་བདེ་བར་འདུག་པའི་ལེ་ལོས་གནས་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་རིང་མི་འཆི་བའི་ཡིད་བརྟན་མེད་པས་བདག་ནི་ཤི་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དུས་དེ་ནི་སང་ཕལ་ཆེར་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་བས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བར་དེ་རིང་ཉིད་ནས་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the first of the two. You might think to yourself, "Admittedly I should make some efforts in applying the antidotes; but I think I will do so next month, or perhaps next year." The correct thing to do though would be to start making efforts today itself, because *it is not* something *right* to simply live in laziness, and *to relax* without making any efforts towards the antidotes, thinking to oneself, *"I will never die right now, today."* There is absolutely no certainty though that you will not die today, and we can fairly say that, *without a doubt, the time that you have* died and *disappeared will come* tomorrow. Thus you should stop this tendency to be lazy, and begin to make your efforts today itself.

།ཀ་ནི་ཀའི་སྤྲིང་ཡིག་ལས། འདི་སངས་དེང་ནི་འདི་བྱ་ཞེས། །བྱ་བ་མི་ལ་བཟང་པོ་མིན། །ནམ་ཞིག་ཁྱོད་ནི་མེད་འགྱུར་བའི། །སང་དེ་གདོན་མི་ཟ་བར་འོང་། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ།

It is just as the *Epistle of Kanika* states:

> It's no good thing for a human being
> Ever to say, "I'll do it tomorrow;"
> The tomorrow when you are no longer here
> Is a day that beyond any doubt will come.

།བདག་ལ་མི་འཇིགས་སུ་ཡིས་བྱིན།
།འདི་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས།
།གདོན་མི་ཟ་བར་མེད་འགྱུར་ན།
།ཇི་ལྟར་བདག་ཡིད་བདེ་བར་འདུག

Who was it that granted you the power not to fear?
How could you ever gain any certain freedom
That you would, beyond doubt, not disappear?
Why is it you sit there relaxed?

།གཉིས་པ་ནི། འཆི་ཡང་འཇིགས་པ་བྱས་པས་མི་ཕན་པས་འཇིགས་མི་དགོས་སོ་ཞེ་ན། གཞན་ཐམས་ཅད་འཆི་བ་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་ཡི་ནས་ངན་འགྲོར་ལྟུང་བའི་འཇིགས་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་བདག་ལ་འཆི་བ་དང་སྡིག་པས་འཇིགས་མི་དགོས་ཞེས་མི་འཇིགས་པ་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་སུ་ཡིས་བྱིན། སྟེར་བ་པོ་ས་ཡང་མེད་པས་གཉེན་པོ་ལ་མ་འབད་ན་སྡིག་པ་དང་འཆི་བ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་པར་ཐར་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་ཐར་བས་ཤི་ནས་གདོན་མི་ཟ་བར་མེད་པར་འགྱུར་ན་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་མི་འབད་པར་ཅིའི་ཕྱིར་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་བདག་ཡིད་བདེ་བར་འདུག་པ་མི་རིགས་པས་ལམ་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the second point. You might then say, "Even if it's true that we're going to die, it's no use to be afraid of it—there is no point to being frightened." But you are here in the midst of the fear that comes from seeing and hearing of the deaths of everyone else, and the fear that you might fall into the lower realms. So *who was it,* what holy being, *that* blessed you and *granted you the power not to fear:* to say that, despite all this, there is "no point to being frightened," no need to fear death, or your own bad deeds? The fact is that there is no being who could grant you any such power. So if you fail to make efforts towards applying the antidotes, then *how could you ever gain any certain freedom* from your negative deeds, and from death itself? You never could be free. And then when you died *you would, beyond any doubt, disappear.* So why is it that you fail to make any efforts in applying the antidotes, and *why is it that you sit there, relaxed,* lost to the effects of laziness? It is wrong to do so, and thus you should make every effort in practicing the path.

The Force of Restraint

།བཞི་པ་ཉེས་པ་ལས་སླར་ལྡོག་པའི་སྟོབས་ལ་གསུམ། སྡིག་པ་ལ་འགྱོད་པས་ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་པ་དང་། སྔར་བྱས་བཤགས་པ་དང་། མཁྱེན་པར་གསོལ་ནས་ཉེས་པ་ལས་ལྡོག་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དོན་མེད་པའི་སྡིག་པ་སྤང་བ་དང་། ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་སྡིག་པ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པའོ།

Next is our expanded explanation of the fourth of the four forces: the force of restraining yourself from bad deeds in the future. Here there are three parts: restraining yourself from negative actions because of your feelings of regret;

purifying yourself of what you have already done; and pledging to restrain from negative actions, which is done once you have requested holy beings to listen to your resolution. There are two sections to the first of these parts: giving up bad deeds, which are meaningless; and making efforts, day and night, to practice the methods for freeing oneself from negative actions.

The first section has two steps of its own: why being attached to your possessions is so inappropriate, since they are in no way reliable; and why it is wrong to be attached to relatives and the like. Here is the first.

།སྔོན་ཆད་སྤྱོད་སྤྱི་ཞིག་པ་ལས།
།བདག་ལ་ལྷག་པ་ཅི་ཡོད་ན།
།བདག་ནི་དེ་ལ་མངོན་ཞེན་ནས།
།བླ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བར་བྱས།

All which you have enjoyed
Up to this point has fallen apart;
And what further do you have?
All because of your craving for these,
You've acted against your Lama's wishes.

།དང་པོ་ལ་གཉིས། ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། གཉེན་སོགས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་དང་པོ་ནི། སྔོན་ཆད་འཁོར་བར་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱི་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་ཞིག་པ་ལས་ད་དུང་བདག་ལ་སྙིང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ལྷག་པ་ཅི་ཡོད་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་བདག་ནི་སྙིང་པོ་མེད་པ་དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་ཆགས་ནས་བླ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བར་བྱས་ཤིང་སྡིག་པ་བྱས་པས་འགྱོད་པའོ།

All of the possessions *which you* have *enjoyed up to this point* in the cycle of suffering have been unreliable; that is, they *have fallen apart.* And can we say that, among those possessions which *you* still *have* now, there are *any further ones* which have any essence? No, none at all. And yet, *all because of your craving* and attachment *for these* objects with no essence, *you have acted against the wishes of your Lama,* and committed negative deeds. You must feel regret for this.

།གསོན་ཚེ་འདི་དང་དེ་བཞིན་དུ།
།གཉེན་དང་བཤེས་པ་རྣམ་སྤངས་ནས།
།གཅིག་པུ་ག་ཞེད་འགྲོ་དགོས་ན།
།མཛའ་དང་མི་མཛའ་ཀུན་ཅི་རུང་།

You will give up this, that was
While you lived, and just so
With friends and relatives;
Then go on alone to who knows where.
Of what use then are any of
Your friends or enemies?

།གཉིས་པ་ནི། བདག་གི་ལུས་སྙིང་པོ་མེད་པ་གསོན་པའི་ཚེ་འདི་དང་དེ་བཞིན་དུ་གཉེན་དང་བཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤངས་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱོགས་ག་ཞེད་རང་དབང་མེད་པར་འགྲོ་དགོས་ན་མཛའ་བ་དང་མི་མཛའ་བ་ཀུན་གྱིས་ཅི་ཞིག་རུང་སྟེ། ཕན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་དེ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ།

Here is the second point. *You* are going to have to *give up* everything: *this* body that you have here, *while you are alive, and just so your friends and relatives* as well. *And then you* will have to *go on alone, to "who knows where;"* that is, to a place which you cannot now know for sure. *And so what is the use of any of your friends or enemies?* They can be of no help at all, and thus it is wrong for you to feel any attachment for them.

།མི་དགེ་བ་ལས་སྡུག་བསྔལ་འབྱུང་།
།དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས།
།ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་ནི།
།འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་བསམ་པའི་རིགས།

Suffering comes from negative actions;
It is fitting that you spend all your time,
Day and night, devoted to only
This contemplation, and think to yourself:
"How can I gain definite freedom?"

།གཉིས་པ་ནི། སྲོག་གཅོད་སོགས་མི་དགེ་བ་ལས་དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་འབྱུང་བས་སྡུག་བསྔལ་དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་པར་ཐར་པར་འགྱུར་ཞེས་ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་ནི་དགེ་མི་དགེའི་ལས་འབྲས་འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་བསམ་པའི་རིགས་སོ། །ལས་འབྲས་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་ངེས་པ་མ་རྙེད་ན་ཆོས་གང་ལ་ཡང་རྒྱལ་བ་དགྱེས་པའི་ངེས་པ་མི་རྙེད་པས་ཀུན་གྱི་འདི་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ། ཁ་ཅིག་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ངེས་པ་རྙེད་པ་སྙད་ཐེར་ནས་ལས་འབྲས་ལ་མི་རྩི་བ་ནི། གོ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སོང་བར་གསལ་ཞིང་། སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གནས་པ་ལ་ངེས་པ་མ་རྙེད་པའོ།

Here next is the point about making efforts night and day. The *suffering* of the hells and the like all *comes from negative actions* such as taking life. As such *it is fitting that you spend all your time, day and night, devoted only to this contemplation* of good and bad deeds, of the principles of actions and their consequences, *thinking to yourself, "How can I gain definite freedom* from all these sufferings?" If you are unable to find with certainty, if you are unable to contemplate deep within your heart, the principles of actions and their consequences, then you will never be able to grasp with any certainty, with any of the kind of certainty which pleases the victorious Buddhas, any spiritual teaching at all.

Therefore it is right that you make great efforts in all these things. There are certain people who claim to have reached the point where they grasp emptiness clearly, and who still do not consider the principles of actions and their consequences to be of any importance. This is obviously a complete misunderstanding, and reflects a failure to grasp clearly the fact that emptiness is a reflection of dependent origination.

།བདག་ནི་མི་ཤེས་གཏི་མུག་པས

།རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོའམ།

།བཅས་པའི་སྡིག་པ་གང་ཡིན་ལས།

།གང་ཡང་རུང་བ་བགྱིས་པ་རྣམས།

Deeds which are wrong by nature,
And deeds which are forbidden,
Any bad deed at all that you might

In dark ignorance, due to your failure
To grasp, ever committed at all.

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། བཤགས་བྱའི་དངོས་པོ་དང་། བཤགས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བདག་ནི་ལས་འབྲས་ལ་རྨོངས་ཤིང་མི་ཤེས་པ་གཏི་མུག་པས་བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་མིན་གྱི་གང་ཟག་སུ་གང་གིས་བྱས་ཀྱང་སྡིག་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའམ་བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ན་ལ་དེ་ལྟར་གནས་པ་བཅས་པའི་སྡིག་པ་གང་ཡིན་པ་ལས། བྱ་བ་ངན་པ་གང་ཡང་རུང་བ་བགྱིས་པ་རྣམས་སོ།

Here next is the part about purifying yourself of what you have already done. We proceed in two steps, concerning the thing it is that you purify, and then the way in which you purify yourself of it. You are purifying yourself first of those *deeds which are wrong by nature:* those that are negative actions no matter who commits them; that is, regardless of whether the person in question is one with vows or not. *And* secondly there are the *deeds which are* wrong because the Buddha has *forbidden* them: those which are wrong only for those who have taken vows. What you are purifying yourself of is whichever of these you may have committed; in short, you are purifying yourself of *any bad deed at all that you may ever have committed, out of* your lack of understanding and your *dark ignorance, your failure to grasp,* the principles of actions and their consequences.

།མགོན་པོའི་སྤྱན་སྔར་མངོན་སུམ་དུ།
།ཐལ་སྦྱར་སྡུག་བསྔལ་འཇིགས་སེམས་ཀྱིས།
།ཡང་དང་ཡང་དུ་ཕྱག་འཚལ་ཏེ།
།དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

You stand here in the Protector's direct presence,
Joining your palms at your breast,
And with a sense of fear for suffering
Prostrate, over and over again,
And thus undertake to purify
Yourself of all these.

།གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་སྲས་དང་བཅས་པའི་མགོན་པོའི་སྤྱན་སྔར་མངོན་སུམ་དུ་སྙིང་ལམ་ཐལ་མོ་སྦྱར། བསམ་པ་སྡུག་བསྔལ་ལ་འཇིགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ

ཕྱག་འཚལ་ཏེ་སྡིག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱིའོ།

To purify these deeds *you stand here in the direct presence of the Protectors,* before the Buddhas and their sons and daughters; you express yourself by *joining your palms at your breast.* In your thoughts you develop *a sense of fear for suffering.* And then you *prostrate, over and over again, and undertake thus to purify yourself of all these* negative actions.

།འདྲེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་སྡིག

།ནོངས་པ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ།

།འདི་ནི་བཟང་པོ་མ་ལགས་པས།

།སླན་ཆད་བདག་ནི་ཡོང་མི་བགྱིད།

The bad deeds I have committed, my Guides,
I ask you to consider mistakes.
They are nothing good, and from this moment on,
I'll never commit any single one.

།གསུམ་པ་ནི། རྒྱུ་མཚན་དེ་བས་ན་འདྲེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གིས་སྡིག་པ་བྱས་པ་ནོངས་པ་ལགས་པས་ནོངས་པ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འདི་ནི་བྱ་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་པས་སླན་ཆད་བདག་ནི་སྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་ཡོང་ཡེ་མི་བགྱིད་དོ། །ཞེས་པ་ནི་དེང་ཕྱིན་ཆད་རྒྱུན་གཅོད་ཅིང་སྡོམ་པར་བགྱིད་པའོ། །གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནས་སྡིག་པ་སྦྱོང་བའི་སྒོ་མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་གཉེན་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་སྟོབས་བཞི་ཚང་བའི་བཤགས་པ་འདིས་བཤགས་པ་ཡིན་ལ་དེས་མྱོང་ངེས་ཀྱི་སྡིག་པ་ཡང་འདག་པར་རྟོག་གེ་འབར་བ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་འགྲེལ་ཆེན་སོགས་ལས་གསུངས་སོ།

Next is the pledge to restrain ourselves. For this reason I make the following request to the *Guides: "The bad deeds I have committed* are mistakes, and *I ask you to consider them mistakes.* The bad things I have done *are nothing good, and from this moment on,* even at the cost of my life, *I will never commit any single one* of them at all, ever again." By doing so we stop the flow of our bad deeds, and restrain ourselves from them again.

The teachings of the Buddha, and the commentaries upon them, present a great number of ways in which we can clean ourselves of our bad deeds. The one antidote which is totally complete though is this purification, this practice of using all four forces together to do the purifying. It is stated in a number of scriptures—for example, in the *Blaze of Reasoning* and in the *Great Commentary to the Perfection of Wisdom in Eight Thousand Verses*—that this practice can erase even those bad deeds which are definite to lead to the experience of a karmic result.

།རང་ཅག་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་མཁས་ཤིང་། ཅུང་ཟད་ཤེས་ཀྱང་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པ་ལ་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྡིག་པའི་སྒོ་དུ་མ་འབྱུང་བས་རྒྱུན་དུ་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་པའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱ་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གེགས་སྦྱོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འབད་པར་བྱའོ།

People like you and I have no great knowledge of the various laws of actions and their consequences. Even that very little bit which we do understand we are unable to put into practice as we should. Every single day then we commit negative actions in a great variety of different ways. Because of this we must follow the path of purifying ourselves of our bad deeds on a continual basis. And we should make efforts in the practice especially with the intention of purifying ourselves of those thoughts and actions which block us from being able to develop the true wish for enlightenment.

།ཆགས་དང་ཕྲག་དོག་སྙོམས་པས་ཁེངས་པ་ཡི།ཉོངས་པས་གཟིར་ལ་སེམས་མཆོག་མི་སྐྱེ་བས། །ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་འཁྲུལ་པ་གང་བགྱིས་པ། །དེ་ཀུན་བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་ལ་བཤགས། །བསྡུ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།

I was crushed by the mistake
Of being filled with the arrogance
Of deluded desire and jealousy,
And it kept me from reaching
The highest wish of all.

Before the Protectors then,
From the depths of my heart,
I confess every error
That I may have made
In thought or word or deed.

This is just a brief verse to summarize the chapter.

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།
།སྡིག་པ་བཤགས་པའི་ལེའུ་སྟེ་གཉིས་པའོ།།

This concludes the second chapter
Of the Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Entitled "Purifying oneself of negative deeds."

།གཉིས་པ་ལེའུའི་མཚན་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་པའོ།།

Here lastly we cover the name of the chapter. This then is the explanation of *the second chapter,* the chapter on *purifying oneself of negative deeds, from* the "Entry Point for the Sons and Daughters of the Victorious Buddhas," a commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.*

****

།གཉིས་པ་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་སོགས་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་སྔོན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་དངོས་ལ་གཉིས། ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུའི་མཚན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྦྱོར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཇུག་གི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་ལྔ། དགེ་བ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐུལ་བ་དང་། མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་། དགེ་བ་བསྔོ་བ་དང་། སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྔོན་དུ་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། མངོན་མཐོ་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དང་། ཐར་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་དང་། བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བའོ།

Here is the second major section, which is actually acquiring the wish for enlightenment, once you have already assembled the conducive conditions for its development: rejoicing in good deeds, and so on. This section has two

parts, which are an explanation of the text of the chapter, and then a note on the name of the chapter. There are three steps to the first of these two parts: what to do for the preliminaries, for the main stage, and then for the conclusion. The preliminaries are five—rejoicing in good deeds; urging teachers to turn the wheel of the Dharma; requesting holy beings not to pass into "nirvana;" dedicating good deeds; and, as a step towards the practice of the perfection of wisdom, cultivating the state of mind in which we give up our bodies, our possessions, and the power of all the good we have done.

REJOICING

Rejoicing we will cover in three steps: rejoicing in those good deeds which act as a cause for birth in the higher realms, and in the result they cause; rejoicing in good deeds which act as a cause for freedom alone, and in the result they cause; and rejoicing in good deeds which act as a cause for unsurpassed enlightenment, and in the result which they cause.

།སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི
།སྡུག་བསྔལ་ངལ་སོའི་དགེ་བ་དང་།
།སྡུག་བསྔལ་ཅན་དག་བདེར་གནས་ལ།
།དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།

I rejoice, with joy, in the virtuous deeds
Which relieve the torment of the lower realms
For every being; and in the fact
That these suffering beings could ever come
To live in happiness.

།དང་པོ་ནི། འཁོར་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ངལ་བསོ་ཞིང་མངོན་མཐོ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུའི་དགེ་བ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་ཅན་དག་མངོན་མཐོའི་བདེ་བར་གནས་པ་ལ་བསམ་པ་དགའ་བས་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཨ་རེ་ལེགས་སྙམ་དུ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།

Here is the first of the three. *I rejoice in the good deeds which* act as a cause to help *relieve the torment of the lower realms for every being* in the cycle of suffering; and I rejoice as well in those which act as a cause for all of them to achieve a very special form of birth in the higher realms. I also rejoice in the result

which these causes bring about: I rejoice in the fact that *these suffering beings could ever come to live in* the *happiness* of the higher realms. How do I rejoice? I think to myself, *with* thoughts of *joy,* about what a wonderful thing it is that these good deeds exist in the world.

།བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་དགེ་བསགས་པ།
།དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།
།ལུས་ཅན་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལས།
།ངེས་པར་ཐར་ལ་ཡི་རང་ངོ་།

I rejoice in their having collected together
Good deeds which act as enlightenment's cause.
I rejoice in living beings' certain freedom
From the sufferings of cyclic life.

།གཉིས་པ་ནི། ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བའི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་བ་སོགས་བསགས་པ་དེ་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །དེའི་འབྲས་བུ་ལུས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལས་ངེས་པར་ཐར་ནས་མྱང་འདས་ཐོབ་པ་དེ་ལ་ཡང་ཡི་རང་ངོ་།

Here is the second. *I* also *rejoice in* the fact that beings have *collected together good deeds* such as those which are consistent with reaching freedom: those deeds *which act as a cause for* the *enlightenment* of the listeners and self-made Buddhas. *I rejoice* as well *in* the result which these good deeds bring about: *the certain freedom from the sufferings of cyclic life* which *living creatures* can attain through these deeds—that is, I rejoice in the fact that they will achieve nirvana.

།སྐྱོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་།
།རྒྱལ་སྲས་ས་ལའང་ཡི་རང་ངོ་།
།སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་མཛད་པའི།
།ཐུགས་བསྐྱེད་དགེ་བ་རྒྱ་མཚོ་དང་།
།སེམས་ཅན་ཕན་པ་མཛད་པ་ལ།
།དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།

So too I rejoice in the enlightenment
Of those who protect, and in the levels
Of the sons and daughters.
I rejoice with gladness in the ocean
Of the goodness of the wish for enlightenment
Which brings every living being to happiness;
I rejoice too in what they undertake
To help all living kind.

།གསུམ་པ་ནི། འགྲོ་བ་གཞན་སྐྱོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱིས་ས་བཅུ་ལའང་ཡི་རང་ངོ་། །དེ་དག་གི་རྒྱུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་དང་སྦྱོར་བས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་མཛད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཡང་ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་དང་བའི་དད་པ་བསྒོམས་ཤིང་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།

Here is the third. *So too I rejoice in the* total *enlightenment* which has been reached by *those who protect* all other living beings; *and in the* ten *levels* which the different *sons and daughters* of the victorious Buddhas have attained. *I rejoice* as well in the causes for all these states, *in the* veritable *ocean of the goodness of the wish for enlightenment:* the thought to attain highest enlightenment in order to *bring every living being to happiness.* Beyond this I rejoice in the actual deeds of the beings with this wish: in the activities *they undertake to help all living kind.* I rejoice, *with gladness,* and I dwell in the faith of admiration, which is mixed in my mind with feelings of great happiness.

Asking the Lamas to Teach

།ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ།
།ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།
།སེམས་ཅན་སྡུག་བསྔལ་མུན་འཐོམས་ལ།
།ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་སྦར་དུ་གསོལ།

I join my palms at my breast and make
Supplication to all the Buddhas in every
Corner of the universe.
I request them to light the lamp of the Dharma
In order to illuminate every one
Of the living beings who wander confused
In suffering and darkness.

།གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་ཆོས་མི་གསུངས་པར་བཞུགས་པའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲོད་ལམ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། དགོས་པ་སེམས་ཅན་སྡུག་བསྔལ་ཞིང་མ་རིག་པའི་སྨུན་པར་འཐོམས་པ་རྣམས་ལ་ཐར་པའི་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྦར་དུ་གསོལ་ཅིག་པའོ།

Here is the second. I think of *all the Buddhas in every corner of the universe* who have only recently achieved their Buddhahood, and who have yet to teach the Dharma. Physically *I join my palms at my breast and,* with great respect, *make supplication to them.* What is the goal of my supplication? *I request them to light the lamp of the Dharma,* of both the Dharma in the minds of people and the Dharma in the form of words, *in order to illuminate* the path which frees *every living being* from *wandering confused in suffering and the darkness* of ignorance.

Asking the Lamas to Stay

།རྒྱལ་བ་མྱ་ངན་འདའ་བཞེད་ལ།
།ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།
།འགྲོ་འདི་ལྡོངས་པར་མི་དགོད་ཅིང་།
།བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་བཞུགས་པར་གསོལ།

I join my palms at my breast and make
Supplication to those Victorious Ones
Who've determined to pass into "nirvana."
I beg them not to leave behind
All these living beings so blind,
And to remain for countless eons.

།གསུམ་པ་ནི། རྒྱལ་བ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་པ་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི་འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་མ་རིག་པས་བློ་གྲོས་ཀྱི་མིག་ལྡོངས་པར་མི་དགོད་ཅིང་སྐྱེ་མ་རིག་པའི་མུན་པ་གསལ་བའི་ཆེད་དུ་བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་པར་བཞུགས་པར་གསོལ་ལོ།

Here is the third point. *I* also *join my palms at my breast and make supplication to those Victorious Ones who have determined to pass on into "nirvana." All these living beings* are *blind*ed—their eyes of wisdom are blinded—by ignorance, and *I beg* the Victors *not to leave them* in this condition: I ask them to *remain for countless eons,* so that they might remove from these beings the darkness of ignorance.

DEDICATION

།བཞི་པ་ལ་བཞི། སྤྱིར་བསྔོ་བ་དང་། ནད་པའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་དང་། བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་དང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་བསྔོ་བའོ།

There are four parts to the fourth point: dedication in general, dedication for the sake of the sick, dedication so that hunger and thirst may be removed, and dedication so that everything they ever wish for comes true.

།དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ།
།དགེ་བ་བདག་གིས་བསགས་པ་གང་།
།དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
།སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཤོག

Through performing all these activities,
Great goodness have I gathered.
I pray that, by this virtue,
The pain of every single living
Creature may be removed.

།དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་མཆོད་པ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་བར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ་དགེ་བ་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ་དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཤོག་ཤིག་པའོ།

Here is the first of the four. *I have gathered* together a *great* deal of *goodness through performing all these activities:* through everything from making offerings on up to the supplication just mentioned. And *I pray that, by this virtue, the pain of every single living creature may be removed.*

།འགྲོ་བ་ནད་པ་ཇི་སྲིད་དུ།
།ནད་སོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི།
།སྨན་དང་སྨན་པ་ཉིད་དག་དང་།
།དེ་ཡི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག

I pray as well that I may become
The medicine, and the physician,
As well as nurses for all who are sick,
Until the day they are cured.

།གཉིས་པ་ནི། དགེ་བ་དེ་དག་གི་མཐུས་འགྲོ་བ་ནད་པ་རྣམས་ཇི་སྲིད་དུ་ནད་བསོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི་བདག་ཉིད་སྨན་དང་སྨན་པ་ཉིད་དག་དང་ནད་པ་དེའི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག་ཅེས་པའོ།

Here is the second. *I pray as well that,* through the power of these same acts of virtue, *I may* myself *become the medicine, and the* one great *physician, and the nurses for all these sick* living beings, *until the day they are cured* of their illness.

།ཟས་དང་སྐོམ་གྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ།
།བཀྲེས་དང་སྐོམ་པའི་སྡུག་བསྔལ་བསལ།
།མུ་གེའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་ཚེ།
།བདག་ནི་ཟས་དང་སྐོམ་དུ་གྱུར།

I pray that a shower of food and drink
May fall and that, when the intermediate eon
Of famine arrives, I may become
Food and drink as well.

།གསུམ་པ་ནི། བཀྲེས་སྐོམ་ཅན་རྣམས་ལ་ཟས་དང་སྐོམ་གྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ་བཟའ་བཏུང་སྣ་ཚོགས་པས་བཀྲེས་པ་དང་སྐོམ་པའི་གནོད་པ་མཐའ་དག་བསལ་ནུས་པ་བསྐལ་པ་བར་མ་གསུམ་ལས་མུ་གེའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་ཚེ་བདག་ནི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ཟས་དང་སྐོམ་དུ་གྱུར་ནས་བཀྲེས་སྐོམ་ཞི་བར་བྱེད་ནུས་པར་གྱུར་ཅིག

Here is the third. *I pray* as well *that there falls a shower of food and drink*—that is, a whole variety of sustenance and refreshment—all with the power to remove every kind of harm in the form of hunger or thirst. There are three types of intermediate eons, and one of them is *the intermediate eon of famine. I pray that, when*ever this kind of eon *arrives, I may become food and drink,* and thus be able to remove the hunger and thirst of every living creature who needs me.

།སེམས་ཅན་ཕོངས་ཤིང་དབུལ་བ་ལ།
།བདག་ནི་མི་ཟད་གཏེར་གྱུར་ཏེ།
།ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་ཚོགས་སུ།
།མདུན་དུ་ཉེ་བར་གནས་གྱུར་ཅིག

I pray that I may become myself
A great treasure house,
One that can never be exhausted,
For all living beings who are poor, and lack.
May I become too anything they need
Or want, an entire range
Of the different necessities for life,
And so appear to their very eyes.

།བཞི་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་ཕོངས་ཤིང་དབུལ་བ་ལ་བདག་ནི་ལོངས་སྤྱོད་པས་མི་ཟད་པའི་གཏེར་དུ་གྱུར་ཏེ་ཅི་འདོད་པའི་ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་ཚོགས་སུ་འགྱུར་ཞིང་བསྒྲུབ་པ་ལ་འབད་རྩོལ་མེད་པར་མདུན་ན་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་ཅིག

Here is the fourth. *I pray* too *that I may become a great treasure house, one that can never be exhausted, for all those living beings who are poor, and lack* the things they need. I pray that I can become *anything they need and want, an entire range of different necessities for life, and then appear before their very eyes,* without any effort at all to make it happen.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Six: Taking Joy

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།གསུམ་པ་མཇུག་ལ་གཉིས། རང་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་དང་། གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རང་གི་དོན་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སེམས་གཟེངས་སྟོད་དེ་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་དང་། སེམས་དེ་རྙེད་ནས་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་དང་། རྙེད་དཀའ་བའི་སེམས་རྙེད་པས་དགའ་བ་བསྒོམ་པའོ།

The third part in our explanation of the actual body of the third chapter of the *Guide* is the conclusion. Here there are two sections: practicing the taking of joy yourself, and bringing joy to others. The first of these has two sections of its own: how the wish achieves your own goals, and how it achieves the goals of others. The first of these will come in three steps: taking joy by uplifting your heart; practicing care once your have attained the wish; and practicing the taking of joy, over having attained a wish that is very hard to find.

།དེ་ལྟར་བློ་དང་ལྡན་པ་ཡིས།
།རབ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཟུང་ནས།
།མཇུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།
།སེམས་ནི་འདི་ལྟར་གཟེངས་བསྟོད་དོ།

Those of intelligence should in this way
Then attain the wish for enlightenment
With great devotion, and in conclusion
Lift up their hearts, in the following manner,
To engage in an ever increasing way.

།དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་བློ་དང་ལྡན་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་སེམས་རབ་ཏུ་དང་བ་དགའ་བ་དང་དད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བརྟན་པར་གཟུང་ནས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བའི་ཐབས་འཇུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་ཉམས་སུ་བླངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སེམས་ནི་འདི་ལྟར་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་གཟེངས་སྟོད་དོ།

Those of intelligence, meaning bodhisattvas, *should in this way then attain* the two forms of *the wish for enlightenment,* and attain it so it is firm, through thoughts that are filled *with great devotion,* and gladness, and faith. *And* they should then, *in conclusion,* undertake as well a method to keep this state of mind from being lost, and to increase it ever further. It is in order *to engage* in this state of mind *in an ever increasing way* that *your should* take joy, and *uplift your heart, in the following manner.* [The *Entry Point* seems to read *'jug* here for *mjug* by mistake.]

།དེང་དུ་བདག་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད།
།མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།
།དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས།
།སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་བདག་དེང་གྱུར།

With this moment my life has become fruitful;
I have truly achieved a human life
Today I have been born into the family of the Buddhas;
Now I have become a child of the Buddhas.

།ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་སྡོམ་པ་བཟུང་བའི་དུས་དེང་དུ་བདག་གི་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་བྱས་ཤིང་མིའི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ་པ་དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱས་པའོ། །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྐྱེས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པའོ། །སངས་རྒྱས་

ཀྱི་སྲས་སུ་ནམ་ཞིག་འགྱུར་ན་སྙམ་དུ་སྨོན་པ་དེ་སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་ང་གྱུར་ཏོ་སྙམ་དུ་དགའ་བ་བསྒོམ་པའོ།

How is it that we uplift our hearts? *With this moment*—that is, at the point where I develop the wish and take the vows—*my life has become fruitful;* now *I have truly achieved a human life,* in the sense that I have given meaning to the spiritual leisure and fortune with which I was born. *Today I have been born into the family of the Buddhas:* I have become a bodhisattva. Practice the feeling of gladness, thinking to yourself, *"Now I have become a child of the Buddhas"*—for this is the prayer wherein one thinks to oneself, "When is it that I will become a child of the Buddhas?"

།ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་།
།རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ།
།སྐྱོན་མེད་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་ལ།
།རྙོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།

Now, no matter what, I will undertake
Only those actions which are fitting
For those who belong to the family,
And I will assure that this holy
And faultless family is never defiled.

།གཉིས་པ་ནི། དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གམ་སྙམ་ན་ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཡབ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱིས་ལས་བརྩམས་ཏེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྐྱོན་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་གིས་བརྒྱན་པས་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་ལ་སྨོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བསླབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་ལྟུང་གིས་རྒྱུད་རྙོག་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཐབས་དེ་ལྟར་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the second point. You may wonder whether this act alone is enough. It is not, for you must then make the resolution: *"Now, no matter what, I will undertake only those actions* of the three doors *which are fitting for those who belong to the family* of my new fathers, the Buddhas. I will keep my *family* one which is *holy,* one which is at all times—in the beginning, and during, and at the end of any action—forever made beautiful: *faultless,* and filled only with wonderful

qualities. *I will* make every effort I can to *assure that* my mind *is never defiled* by breaking my vows—the rules that have been set forth for those that are following the wish both in the form of a prayer, and in the form of action.

།ལོང་བས་ཕྱག་དར་ཕུང་པོ་ལས།
།ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྙེད་པ་ལྟར།
།དེ་བཞིན་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས།
།བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་བདག་ལ་སྐྱེས།

Suppose a beggar were to find
Some precious jewel in a pile of garbage.
I am just the same, for by dumb luck
I have been able to develop
The wish for enlightenment.

།གསུམ་པ་ནི། དབུལ་ཞིང་ཕོངས་པའི་ལོང་བས་ཕྱག་དར་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་ཇི་ཞིག་ལྟར་རིན་ཆེན་རྙེད་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས་ཏེ་སྟེས་དབང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བདག་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་ངེས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུའོ།

Here is the third point. *Suppose a* poor and penniless *beggar were to find some precious jewel in a pile of garbage. I am just the same, for by "dumb luck"*—that is, through simple good fortune—*I have been able to develop* this precious *wish for enlightenment.* It is surely only something that has happened through the miraculous power of the Enlightened Ones.

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སེམས་ཅན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་སེལ་ནུས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་སྒྲིབ་པ་སེལ་ནུས་པ་དང་། ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྒྲུབ་ནུས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལྔ། འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པ་དང་། དབུལ་བ་འཇོམས་པ་དང་། ནད་འཇོམས་པ་དང་། སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ་དང་། ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་ཇོམས་པའོ།

How the wish achieves the goals of others we will cover in three steps as well, describing how it has the power to remove the sufferings of living beings, how it has the power to remove the obstacles that cause these sufferings, and finally how it has the power to accomplish all help and happiness. The first of these three has five parts of its own: descriptions of how the wish destroys the Lord

of Death within every living being; how it destroys poverty; how it destroys illness; how it destroys the general suffering of the cycle of life; and, more particularly, how it destroys the sufferings of the lower realms.

།འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་བྱེད་པའི།

།བདུད་རྩི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།

The supreme nectar of deathlessness,
Which acts to destroy the Lord of Death
Within every living being, is as well this wish.

།དང་པོ་ནི། རང་དབང་མེད་པར་འཆི་བའི་འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་བདུད་རྩི་མཆོག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཏེ་རྒ་ཤི་མེད་པའི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the first of the five. There is a *supreme nectar of deathlessness,* one *which acts to destroy the Lord of Death within every living being*—which stops this condition of having helplessly to die. And the nectar *is this wish* for enlightenment, because it leads us to the state where there is no aging, and no death.

།འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བ་ཡི།

།མི་ཟད་གཏེར་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ།

This same wish is an endless
Treasure house which removes
The poverty of every living thing.

།གཉིས་པ་ནི། ཟང་ཟིང་དང་ཆོས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་མི་ཟད་པ་སྟེར་བས་འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བ་ཡི་མི་ཟད་པའི་གཏེར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ།

Here is the second. There is as well *an endless treasure house which removes the poverty of every living thing,* for it grants never-endingly a wealth of both material things and the Dharma. The treasure too *is this* same *wish* for enlightenment.

།འགྲོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི།

།སྨན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།

This same wish is a supreme medicine
Which puts a final end
To the illness of living kind.

།གསུམ་པ་ནི། འགྲོ་བའི་ནད་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྨན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།

Here is the third. There is *a supreme medicine which puts a final end to* every *illness of living kind,* and it too *is this same wish.*

།སྲིད་ལམ་འཁྱམ་ཞིང་དུབ་པ་ཡི།
།འགྲོ་བའི་ངལ་སོ་ལྗོན་ཤིང་ཡིན།

The wish is a great tree which refreshes
All those beings who have tired themselves
Wandering along the road of cyclic existence.

།བཞི་པ་ནི། སྲིད་པའི་ལམ་དུ་འཁྱམ་ཞིང་དུབ་པ་ཡི་འགྲོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ངལ་བསོའི་གནས་གསིལ་བ་སྟེར་བའི་ལྗོན་ཤིང་ཡང་ཡིན་ནོ།

Here is the fourth. There is *a great tree which* provides a cool spot that *refreshes* and clears away the sufferings of *all those beings who have tired themselves by wandering along the road of the cycle of existence. This* too *is the wish.*

།འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས།
།སྒྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྟེགས་ཡིན།

The wish is a great span
That allows all living beings
To escape from the lower realms.

།ལྔ་པ་ནི། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས་སྒྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྟེགས་ཀུན་གྱི་ཐམ་པ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ།

Here is the fifth. There is *a great span,* a bridge, *that allows all living beings to escape from the lower realms.* This too *is the wish.*

།འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བའི།
།སེམས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཤར་བ་ཡིན།

The wish is a moon that rises
In the mind, to clear away
The mental afflictions
That torment living creatures.

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཉོན་སྒྲིབ་སེལ་བ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་སེལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཚ་གདུང་སེལ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཤར་བ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་སྒྲིབ་མཐའ་དག་འཇོམས་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ།

The power of removing obstacles we will cover in two parts: how the wish removes the obstacles that are mental afflictions, and then how it removes the obstacles to total knowledge. Here is the first. *The wish* for enlightenment *is a moon that rises in the mind, to clear away* with its cool light all the heat of *the mental afflictions,* which *torment living creatures.* This is because it has the power to destroy each and every one of the obstacles which are mental afflictions.

།འགྲོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག
།དབྱིས་འབྱིན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡིན།

The wish is a great sun
That rises to obliterate,
To rip out, the cataracts,
The lack of knowledge,
In every living being.

།གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་རབ་རིབ་དག་དབྱིས་ཏེ་རྩ་བ་ནས་འབྱིན་པའི་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཤར་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་པོས་བརྒྱན་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ས་བོན་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the second part. *The wish is* also *a great sun that rises to obliterate*—that is, *to rip out* from its roots—*the cataracts* of the obstacles to total knowledge *in every living being: the lack of knowledge* which is not directly related to the mental

afflictions. This is because the state of wisdom which perceives emptiness, and which is further enhanced by great accumulations of good deeds, functions to terminate completely the very seeds of the obstacles to total knowledge.

།དམ་ཆོས་འོ་མ་བསྲུབས་པ་ལས།
།མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་བྱུང་བ་ཡིན།

The wish is the very essence
Of butter, distilled from churning
The milk of the holy Dharma.

།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པ་དང་། བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་གསུང་རབ་དམ་པའི་ཆོས་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྲུབ་ཤིང་གིས་ལེགས་པར་བསྲུབས་པ་ལས་སྙིང་པོ་ཕྱུང་བ་ཡིན་པས། ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱེད་པའི་རོ་ནུས་དང་ལྡན་པའི་མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་ཕྱུང་བ་ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་འདི་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here thirdly is how the wish achieves the goals of others, in two stages of how it brings about every kind of benefit, and how it brings about every kind of happiness. *This wish* for enlightenment *is* the very essence, something that has been *distilled from* the great ocean of *the milk of the holy Dharma,* the highest of all spoken words. It has been distilled through the process of *churning* this milk with the great paddle of wisdom which has come from listening and contemplation. It is like a great heap of *the very essence of butter,* a butter that has a special nutritional value, in that it can help everything of any kind of benefit at all to grow. As such, everyone should make efforts to reach this state of mind.

།འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྲིད་པའི་ལམ་རྒྱུ་ཞིང་།
།བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱད་པར་འདོད་པ་ལ།
།འདི་ནི་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་ཉེར་གནས་ཏེ།
།སེམས་ཅན་མགྲོན་ཆེན་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

Sentient beings are travelers
Wandering here and there
Along the roads of the three realms,
Hoping to win pleasant experiences.
This wish remains the highest method
Of all for happiness: it brings
Satisfaction to all these travelers,
Every living being.

།གཉིས་པ་ནི། འཁོར་བར་འཁྱམས་པའི་འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྲིད་པ་གསུམ་པོའི་ལམ་དུ་རྒྱུ་ཞིང་ལྷ་མིའི་བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སྤྱད་པར་འདོད་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་བདེ་བ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་ཉེ་བར་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་མགྲོན་ཆེན་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་བསྒྲུབ་པར་བྱེད་པས་སོ།

Here is the second point. *Sentient beings are* like *travelers* who are wandering in the cycle of suffering: they *wander here and there along the roads of the three realms,* and *hope to win* all the *pleasant experiences* of a birth among humans, or the pleasure beings. It is *this wish* for enlightenment which *remains the highest method of all for* achieving *happiness: it brings satisfaction to all these travelers, every living being.* This is because it allows all living kind to reach the higher realms, and definite goodness.

།བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
།སྤྱན་སྔར་འགྲོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི།
།བར་དུ་བདེ་ལ་མགྲོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས།
།ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་གྱིས།

I stand today in the presence
Of all the Protectors.
I invite every living creature
As my guest, to partake
In the very state of Those
Who have Gone to Bliss, and in
Happiness until they reach it.
I call on every pleasure being,
On near pleasure beings, and
All such creatures, to take joy
In this as well.

།གཉིས་པ་ནི། བདག་གིས་དེ་རིང་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པའི་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་དང་ནི་དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུའང་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ལ་ཚིམ་པར་ལོངས་སྤྱོད་པས་ཚོག་པའི་མགྲོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས་དེང་ཕྱིན་ཆད་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་དང་ལྟོ་འཕྱེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་དགའ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གཞན་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པའོ།

With this we have reached how to bring joy to others. *I stand today in the presence of all the Protectors:* the victorious Buddhas, and their sons and daughters. And in your presence *I invite every living creature,* every being, to come here *as my guest,* for I will serve them to their heart's content *the very state of Those Who have Gone to Bliss:* the ultimate culmination of every kind of help and happiness. And *until they reach* this state I offer them as well *to partake,* to their own satisfaction, all the *happiness* that can be found among humans and pleasure beings. And once I have made *this* invitation, *I ask others to take joy as well: I call on every pleasure being,* and *near pleasure being,* and serpent-like naga, *and all such creatures* to feel gladness.

།སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་སྔོན་དུ་བསྟན་བཅོས་འདི་ནས་བཤད་པ་ལྟར། འགལ་རྐྱེན་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་སྔོན་དུ་བཏང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་པའི་མཆོག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་འབད་པར་བྱའོ།

As Master Shantideva's text explains, there are certain preliminaries that must be fulfilled before one can develop the wish for enlightenment. We must purify ourselves of the obstacles which are factors that work against being able to develop the wish, and we must gather together all the factors that are conducive to reaching it. You should understand that this process, of undertaking all the preliminaries and then reaching the wish itself, is the very highest way of all to get the essence out of having achieved this human body and mind, with all their spiritual leisure and fortune. As such we must make great efforts in the practice of these preliminaries.

།དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་ཤེས་ལྡན་དག །རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྙིང་པོའི་དོན། །རྒྱལ་སྲས་བྱེ་བས་བགྲོད་པའི་ལམ་གཅིག་བུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ལ་འབད་པར་བྱ། །བསྡུ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།

All those ones of intelligence
Who have reached a body
With spiritual leisure and fortune
Should make every effort in finding
The two forms of the wish,
For this is the essential point
Of all the highest of words—
The teachings of the Victors,
And the one and only road
Travelled by many millions
Of their sons and daughters too.

This is just a brief verse, to summarize the chapter.

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའོ།།

This concludes the third chapter of the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*, entitled "Attaining the Wish for Enlightenment."

།གཉིས་པ་ལེའུའི་མཚན་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་པའོ།།

Here finally we cover the name of the chapter. This then is the explanation of *the third chapter*, the chapter on *attaining the wish for enlightenment,* from the "Entry Point for the Sons and Daughters of the Victorious Buddhas," a commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.*

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Seven: How to Fight the Mental Afflictions, Part One

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།གསུམ་པ་ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་སྤོང་བའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། འབད་པས་སྤངས་ན་སྤོང་ནུས་པ་ཉིད་དུ་སྤྲོ་བ་བསྒོམ་པའོ།

The third part, which is taking care to eliminate the mental afflictions, has three divisions: considering the problems of mental afflictions; the reasons why it is wrong to feel discouraged over any hardships one may have to put up with during the process of eliminating the mental afflictions; and practicing the emotion of joy over the fact that, should one make serious efforts to eliminate them, the mental afflictions really are something that can be eliminated completely.

།དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལ་བཟོད་པ་བསྒོམ་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བློའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའོ།

།དང་པོ་ལ་བཞི། རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྡུག་བསྔལ་དཔག་མེད་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། གནོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གྲོགས་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ།

The first of these divisions has three parts of its own: considering how the mental afflictions hurt us; reasons why it is wrong to tolerate the mental afflictions; and developing courage for the task of destroying the afflictions. There are four separate steps to the process of considering how the mental afflictions hurt us: thinking about how they leave us powerless; how they send us to unthinkable suffering; how the time that they hurt us is infinite; and the reasons why it is wrong to make friends with the mental afflictions.

།ཞེ་སྡང་སྲེད་སོགས་དགྲ་རྣམས་ནི།

།རྐང་ལག་ལ་སོགས་ཡོད་མིན་ལ།

།དཔའ་མཛངས་མིན་ཡང་ཇི་ཞིག་ལྟར།

།དེ་དག་གིས་བདག་བྲན་བཞིན་བྱས།

The great enemies of anger, desire and the rest
Are not creatures with hands, legs, or the like.
Neither are they great warriors, or wily masters.
So how did it happen, that they
Have made me like their slave?

།དང་པོ་ནི། རྩ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྡུས་པའི་ཞེ་སྡང་དང་སྲེད་པ་སོགས་བདག་གི་དགྲ་རྣམས་ནི་རྐང་ལག་དང་ལག་ཏུ་མཚོན་ཐོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མིན་ལ། བརྩོན་པ་ཆེ་བའི་དཔའ་བ་དང་ཐབས་མཁས་པའི་མཛངས་པ་མིན་ཡང་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཉོན་མོངས་དེ་དག་གིས་བདག་བྲན་བཞིན་དུ་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་པའོ།

Our *great enemies—"anger and desire and the rest,"* which incorporates all the primary and secondary mental afflictions—*are not* some kind of *creatures with hands* or *legs,* that could carry weapons in their hands, *or the like. Neither are they great warriors,* full of energy, *or wily masters* who can find clever ways to get what they want. *So how did it happen, that these* mental afflictions *have made me* powerless, *like* I were *their slave?*

།བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ།

།དགའ་མགུར་བདག་ལ་གནོད་བྱེད་པ།

།དེ་ལའང་མི་ཁྲོ་བཟོད་པ་ནི།

།གནས་མིན་བཟོད་པ་སྨད་པའི་གནས།

They live in my mind,
And hurt me at their absolute will,
It's completely wrong that I should tolerate,
And not feel anger for them:
My patience with them is a disgrace.

།གཉིས་པ་ནི། བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ་དགའ་མགུར་བདག་ལ་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བྱེད་པ་དེ་ལའང་མི་ཁྲོ་བར་བཟོད་པ་ནི་གནས་མིན་པ་ལ་བཟོད་པ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྨད་པའི་གནས་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་ལ་དགྲར་བལྟས་ནས་དེ་འགོག་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་དང་། རྒྱུ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་མངོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་གཙོ་བོར་ཉེས་དམིགས་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the second point. The mental afflictions *live in my mind, and at their absolute will they hurt me,* and drag me to the sufferings of the lower realms, and other kinds of pain. *It's completely wrong that I should tolerate* them, *and not feel anger for them: my patience with them is a disgrace.* Therefore I should see the mental afflictions as my foe, and make great efforts to stop them. We should exert ourselves in studying the definitions, divisions, causes, functions, and other details of the mental afflictions, as presented in the treatises on higher knowledge. Most importantly we must think over and over again about the problems which the afflictions bring to us.

།གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་རྣམས།

།ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགྲར་ལངས་ཀྱང་།

།དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི།

།མེ་ནང་ཁྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་ནུས།

།ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཅན་དགྲ་འདིས་ནི།

།གང་དང་ཕྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་།

།ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པ།

།དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར།

Suppose the mighty pleasure beings, and
Near pleasure beings, all rose to be my enemy;
Still they would never be able to lead me to
The fires of No Respite, and throw me in.
But my great enemies, the powerful mental afflictions,
Can in a single instant throw me into fires so powerful
That if the great Mount Meru were to brush against them
Not even dust would remain.

།གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བདག་ལ་དགྲར་ལངས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མ་གྱུར་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི་མེ་ནང་ཁྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་ནུས་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཅན་དགྲ་འདི་ཡིས་མནར་མེད་ཀྱི་མེ་གང་དང་ཕྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པར་བྱེད་པ་དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར་བར་བྱེད་པས་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

Suppose the mighty pleasure beings, and near pleasure beings, all rose together as one *to be my enemy. Still they would never be able to lead me to the fires of* the hell called *"No Respite," and throw me in*to the fires, so long as I could prevent myself from falling under the power of the mental afflictions. Just one of *my great enemies* though, one instance of a *powerful mental affliction* within my own mind, *can in a single instant throw me in*to the fires of this same hell, into fires *which are so powerful that—if the great Mount Meru were to brush against them* slightly—it would be totally destroyed, and *not even dust would remain.* Thus I should make great efforts to smash this enemy, the enemy of everything related to the mental afflictions.

།བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགྲ་བོ་གང་།

།དུས་རིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ལྟར།

།དགྲ་གཞན་ཀུན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུར།

།ཡུན་རིང་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ།

This great enemy of mine, the mental afflictions,
Can live for a very long time:
For time without beginning or end.
But there is not a one of my other enemies,
None of the worldly ones, who can live so long.

།གསུམ་པ་ནི། ཉེས་དམིགས་གཞན་ཡང་བསམ་པ་བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགྲ་བོ་གང་དུས་རིང་པོ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་གནས་པ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་གཞན་ཀུན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་དེ་ལྟ་བུར། ཚེ་ཡུན་རིང་པོ་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ཐུན་རེ་ཙམ་བསྒོམས་པས་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པ་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་ལྟར་བརྩོན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the third point. Consider now another problem with the mental afflictions. *This great enemy of mine, the mental afflictions, can live for a very long time: for time without beginning or end. But there is not a one of my other enemies, none of the worldly ones, who can live so long.* If I apply the various antidotes for everything related to the mental afflictions only occasionally, nothing will change at all. Thus I must not only make great efforts to destroy the mental afflictions, but I must do so continuously, in a steady stream like a great river of water.

།མཐུན་པར་རིམ་གྲོ་བསྟེན་བྱས་ན།
།ཐམས་ཅད་ཕན་དང་བདེ་བྱེད་ལ།
།ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན།
།ཕྱིར་ཞིང་སྡུག་བསྔལ་གནོད་པ་བྱེད།

All look to help you and make you happy,
If you make an effort to relate to them
And serve them in a friendly way;
But if you try to relate to the mental afflictions,
They turn on you—hurt you, and bring you pain.

།བཞི་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་གཞན་ལ་ཁ་ཟས་སོགས་དེ་དང་མཐུན་པར་རིམ་གྲོ་བྱས་ཏེ་བསྟེན་པར་བྱས་ན་དེ་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་གྲོགས་བྱེད་ན། ཉོན་མོངས་

པའི་དགྲ་རྣམས་ནི་བསྙེན་ཅིང་དེ་དང་མཐུན་པར་བྱས་ན་སྟོབས་འཕེལ་ནས་ཕྱིར་ཞིང་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གནོད་པ་བྱེད་པས་དེ་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པ་ཉིད་རང་ཉིད་བདེ་བའི་ཐབས་ཡིན་ནོ།

The other kinds of enemies—that is, the worldly ones—*all* befriend you, and *look to help you and make you happy, if you make an effort to relate to them and serve them in a friendly way,* with food and the like. The *mental-affliction* enemies though are different: *if you try to relate to them,* or get friendly with them, then they become stronger and stronger; and then *they turn on you, and hurt you, bring you pain.* The best way to help yourself then is to concentrate on this one task: destroying them completely.

།དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་རྒྱུན་ཆགས་དགྲར་གྱུར་པ།
།གནོད་པའི་ཚོགས་རབ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་གཅིག་པུ།
།བདག་གི་སྙིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ན།
།འཁོར་བར་འཇིགས་མེད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར།

They've been thus my constant enemy for a very long time;
And are the one single cause that feeds and nourishes
The entire mass of harmful things.
How could I ever be free of all the terrors
Of cyclic life, and feel gladness so long as
They are rooted and fixed in my very heart?

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སེམས་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པར་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་པོ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུན་ཆགས་སུ་དགྲར་གྱུར་པ་སྡུག་བསྔལ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་གཅིག་པུ་ལྷ་མེད་པ་བདག་གི་སྙིང་པ་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ཞིང་ཧྲེན་ན་འཁོར་བར་འཇིགས་པ་མེད་པ་དང་ཡིད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

There are two parts to the explanation of why it is wrong to tolerate the mental afflictions: considering how they hurt the mind, and considering how they hurt the body. Here is the first. *They*—the mental afflictions—*have been thus my constant enemy for a very long time,* for time with no beginning: they *are the one single* and matchless *cause that feeds and nourishes the entire mass of harmful things,* of suffering and all the rest. *How* could it ever happen then, *so long as these* afflictions *are rooted and fixed in my very heart,* that *I could ever* reach any point where I was *free of all the terrors of cyclic life, and feel* any kind of *gladness?* Happiness would be an impossibility. I must therefore make true efforts in destroying my mental afflictions.

།འཁོར་བའི་བཙོན་རའི་སྲུང་མས་དམྱལ་སོགས་སུ།

།གསོད་བྱེད་གཤེད་མར་གྱུར་པ་འདི་དག་ནི།

།གལ་ཏེ་བློ་གནས་ཆགས་པའི་དྲ་བ་ན།

།གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བ་ག་ལ་ཡོད།

They are guards for the prison of cyclic life,
For the hells and all the like;
They are butchers that kill you.
How could it ever be possible
That I could have happiness,
So long as they are living
In the net of desire that stays in my mind?

།གཉིས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་དེས་འཁོར་བ་ལས་འདར་མི་སྟེར་བས་འཁོར་བའི་བཙོན་རའི་བསྲུང་མ་དང་བཙོན་དོང་དམྱལ་བ་སོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་དང་། ངན་སོང་དང་མཐོ་རིས་སུའང་གསོད་པར་བྱེད་པའི་གཤེད་མར་གྱུར་པ་ཉོན་མོངས་འདི་དག་ནི་གལ་ཏེ་བདག་གི་བློ་ལ་གནས་པའི་ཆགས་པའི་དྲ་བ་སྟེ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྟོག་པའི་ནང་ན་གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པའོ།

Here is how the afflictions hurt the body. The mental afflictions prevent you from getting beyond the cycle of life, and so *they are guards for the prison of cyclic life*—they throw you into the dungeon of *the hells and all the like. They are* also *butchers that kill you,* whether you are living in the lower realms, or the higher realms. *How could it ever be possible* then *that I could* ever *have* a moment's *happiness, so long as these* mental afflictions are *living in the net of*

desire that stays in my mind—that is, so long as they exist among the misimpressions within my thoughts? The answer is that I never could have a moment's happiness, in my body or my mind.

།དེ་ལྟར་ཇི་སྲིད་བདག་གིས་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ། །ངེས་པར་མ་བཅོམ་དེ་སྲིད་བདག་འདིར་བརྩོན་མི་འདོར། །རེ་ཞིག་གནོད་བྱེད་ཆུང་ངུ་ལ་ཡང་ཁྲོས་གྱུར་པ། །ང་རྒྱལ་བདོ་རྣམས་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་།

Even in temporary situations
Where someone does me some minor harm,
I feel anger, pride comes, and until I ruin them
I do not even stop to sleep.
Therefore I must exert myself,
Without letting up in my effort for even a moment,
Until such time as I have directly,
And finally, destroyed this enemy.

།གསུམ་པ་ནི། མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཇི་སྲིད་བདག་གི་མི་བཟད་པའི་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ་ངེས་པར་མ་བཅོམ་པ་དེ་སྲིད་དུ་བདག་འགྲོ་བ་འདིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ལ་བརྩོན་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདོར་བར་འབད་པར་རིགས་ཏེ། རེ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་དུ་གནོད་བྱེད་ཆུང་ངུ་ཚིག་རྩུབ་ཙམ་སྨྲ་བ་ལ་ཡང་ཁྲོས་པར་གྱུར་པ་ཁོན་འཛིན་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་བདོ་བ་རྣམས་དགྲ་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་བར་བརྩོན་པར་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པ་བྱ་བར་རིགས་སོ།

Each and every thing which ever happens that I don't want is caused by something related to the mental afflictions. *Therefore* the right thing for me to do is to *exert myself, without letting up in my effort even for a moment, until such time as I have directly, and finally, destroyed this* terrible *enemy. Even* in the everyday world, *in temporary situations* such as *where someone does me some minor harm,* does no more than say a few hard words to me, *I* immediately *feel anger, and* then some kind of *pride comes* where I begin to dwell on hard feelings for the person, *and then* do whatever I can to *ruin* this enemy, and *don't even stop to sleep* until I do so. If I act this way with worldly enemies then it is completely appropriate then that I make great efforts to smash the other enemy, the mental afflictions.

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་གཞོམ་ནུས་པའི་གོ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་བྱ་དང་། ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩོན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། དེས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྦྱོར་བ་ལ་བརྩོན་པར་རིགས་པའོ།

Here next is the second general division, on the reasons why we should never be discouraged by the hardships necessary to destroy the afflictions. This division has three parts of its own: putting on armor that allows us to destroy the mental afflictions, and refusing to be discouraged by any hardships that this effort brings us; considering the benefits of making every effort to destroy the afflictions; and a description of why it is therefore completely proper to exert ourselves in actually undertaking to destroy the mental afflictions.

།རང་བཞིན་འཆི་བས་སྡུག་བསྔལ་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག
།གཡུལ་ངོར་མདར་ཆེ་ནན་གྱིས་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་།
།མདའ་མདུང་མཚོན་གྱིས་ཕོག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཁྱད་བསད་ནས།
།དོན་མ་གྲུབ་པར་ཕྱིར་ཕྱོགས་འབྱེར་བར་མི་བྱེད་ན།
།རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ།
།རང་བཞིན་དགྲ་ངེས་གཞོམ་བརྩོན་བདག་ལ་ཡང་།
།སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་རྒྱུར་གྱུར་གང་གིས་ཀྱང་།
།ཡི་ཆད་སྒྲིད་ལུག་མི་འགྱུར་སྨོས་ཅི་དགོས།

There are poor deluded ones who are willing to suffer
For those who are going to die by their very nature;
They advance to war with fanatical hopes of destroying:
Completely ignoring the pain of being hit,
Never to turn back, never to withdraw from the field,
Until they have achieved their aim.

With the true enemy, an enemy who is an enemy by nature,
Who is the cause of all of our sufferings, all the time,
There is no need to say that I must be the same.
Whatever comes, I must never become discouraged,
I must never lessen in my resolve,
Even if it brings me hundreds of sufferings.

།དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་ཏེ་མ་བསད་ཀྱང་རང་གི་ངང་གིས་འཆི་བའི་སྡུག་བསྔལ་བར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག་སྙི་སྙིང་རྗེའི་གནས་དེ་ཡང་གཡུལ་ངོར་མདར་ཞིང་གཡུལ་སྦྱོད་པའི་ཆེ་ནན་གྱིས་ཕ་རོལ་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་མདའ་དང་མདུང་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་གྱིས་འཕོག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་ཕ་རོལ་ཆོམས་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཤིང་འབྱེར་བར་མི་བྱེད་ན་དུས་རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ། སྐྱེས་ཙམ་ནས་དགྲ་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགྲ་འབའ་ཞིག་ངེས་པ་ཅན་གཞོམ་འདོད་པའི་དཀའ་སྤྱད་བདག་ལའང་དེ་ཆེ་གྲང་དང་བཀྲེས་སྐོམ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་གི་རྒྱུར་གྱུར་པ་གང་གིས་ཀྱང་དཔའ་འཁྱུམས་ནས་ཡིད་ཆད་པ་དང་སྙིད་ལུག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་མ་ཐུལ་བར་དུ་བརྩོན་པ་མི་འདོར་བར་རིགས་པ་སྨོས་ཅི་དགོས་སོ།

Here is the first. *There are* those *"poor deluded ones,"* meaning people who are worthy of our pity, *who are willing to suffer* to kill *those who are going to die by their very nature;* that is, who will die by themselves anyway, without anyone having to kill them. These people *"advance to war,"* meaning they go to fight in a war, *with fanatical hopes of destroying* their enemy. They are so intent on this goal that they *completely ignore* whatever suffering is inflicted upon themselves, *the pain of being hit* by some weapon like an arrow or spear. They have decided *never to turn back, never to withdraw from the field, until they have achieved their aim* of destroying their opponent. We on the other hand are faced with enemies that are *the cause of all of our sufferings, all the time.* They are *the true enemy,* a pure enemy: *an enemy who is an enemy by nature,* and who has always been so, from the moment we were born. *There is no need to say that I must be the same* as those other fighters: *I must never become discouraged, never lessen in my resolve,* never lose my warrior's heart, no matter what hardships I may have to face in the task of destroying this enemy. I must bear with *whatever comes, even if it brings me hundreds of sufferings* such as cold, hunger, thirst, or anything of the like. And it is right that I must never let up my efforts until I have been able to subdue the enemy of the mental afflictions.

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རང་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་དང་། གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་དང་། སྔར་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ།

The second part has three sections of its own: how it is right to bear with hardships for the reason that they are a cause for the culmination of my own goals; how it is right to bear with them for the reason that they are a cause for the culmination of the goals of others; and the reasons why I must bring to a final end the pledge I have made before.

།དོན་མེད་དགྲ་ཡིས་རྨ་སྐྱོལ་བཏོད་པ་ཡང་།
།ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འདྲ་བར་སྤྱིལ་བྱེད་ན།
།དོན་ཆེན་སྒྲུབ་ཕྱིར་ཡང་དག་བརྩོན་གྱུར་པ།
།བདག་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཅི་ཕྱིར་གནོད་བྱེད་ཡིན།

Like some ornament for their body
A person treasures even the mark of a wound
Meaninglessly put there by an enemy.
So why should we consider a problem
The pain we feel in our quest
To attain a very great purpose?

།དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་དོན་མེད་པ་དགོས་པ་ཆུང་ངུའི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་དགྲ་ཡིས་རྨ་སྐྱོལ་བཏོད་པ་ཡང་། འདི་དེའི་ཚེ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འདྲ་བར་བསྤྱིལ་ཞིང་། ངོམ་པར་བྱེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཡང་དག་པར་བརྩོན་པར་གྱུར་པའི་ཚེ་བདག་ལ་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཅིའི་ཕྱིར་གནོད་བྱེད་ཡིན། ཕན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་བསྟེན་པར་བྱའོ།

Here is the first. Consider how, in the everyday world, *a person treasures, like some ornament for their body, even the mark of a wound* that was *put there by an enemy* for some *meaningless* reason, over some insignificant thing, and then shows it off to other people, saying "This is how I got this one..." We, on the other hand, have undergone some kind of hardship, some kind of *pain,* for *a very great purpose:* that is, *in our quest to attain* total enlightenment. *Why should we consider* these pains then *a problem?* We should rather embrace them, for they can only help us.

།ཉ་པ་གདོལ་པ་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ།

།རང་གི་འཚོ་བ་ཙམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་།

།གྲང་དང་ཚ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་བཟོད་ན།

།འགྲོ་བ་བདེ་ཕྱིར་བདག་ལྟ་ཅིས་མི་བཟོད།

Even fishermen, butchers, farmers, and the like
Endure willingly all kinds of harms
Such as cold or heat, thinking of nothing
More important than their livelihood.
Why then shouldn't someone like myself
For the sake of the living being's happiness?

།གཉིས་པ་ནི། ཉ་པ་ཉ་བསད་པས་འཚོ་བ་དང་། གདོལ་པ་རིགས་ངན་ཤན་པ་དང་། ཞིང་ལས་ཀྱིས་འཚོ་བའི་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ། རང་གི་འཚོ་བ་ཙམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་གྲང་བ་དང་། ཚ་བ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བཟོད་པར་བྱེད་ན་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་དུ་དཀའ་སྤྱད་བདག་ལྟ་བུས་ཅི་སྟེ་མི་བཟོད་དེ་བཟོད་པར་རིགས་སོ།

Here is the second point. Consider now *fishermen,* who make their living by killing fish; *butchers,* the slaughter-house workers who are by tradition considered an inferior caste; *farmers,* those who make their living through tending the earth; *and the like. Even they endure willingly all kinds of harms, such as cold or heat, thinking of nothing more important than their livelihood. Why then should someone like myself not* be able to endure hardships *for the sake of* bringing about every sort of *happiness* for all *living beings?* I should endure them.

།ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི།

།འགྲོ་བ་ཉོན་མོངས་ལས་བསྒྲལ་བར།

།དམ་བཅས་གང་ཚེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་།

།ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ།

།བདག་གི་ཚོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར།

།སྨྲ་བ་ཇི་ལྟར་སྨྱོན་པ་མིན།

You have pledged yourself to free all living beings
In the ten different directions from their mental afflictions.
At the same time you have failed to free you yourself
From your own mental afflictions,
Are you not some kind of madman then,
To say so while you've failed to judge your own level?

།གསུམ་པ་ནི། གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་བར་ཁས་བླངས་པ་ཡིན་མོད། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཞི་བའི་མཐར་ལྟུང་བར་འགྱུར་བས་སོ་ཞེ་ན་ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་ལས་སྒྲོལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་དམ་བཅས་ནས་གང་གི་ཚེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ་ཡིན་ན་གཞན་དོན་ལྟ་ཞོག་རང་དོན་ཡང་རྫོགས་པར་མི་ནུས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་བདག་གི་ཚོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར་གཞན་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་ལས་སྒྲོལ་བར་སྨྲ་བ་ཇི་ལྟར་སྨྱོན་པ་མིན་ཏེ། རང་འཁོར་བར་བཅིངས་པས་གཞན་དོན་རྫོགས་པར་མི་ནུས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

Here is the third point. Someone might make the following statement: "I admit that I am a person who has agreed to undertake the destruction of the mental afflictions within the minds of other persons. It would be wrong though for me to work to destroy the mental afflictions in my own mind, because if I succeeded in doing so I would have fallen into what is called the 'extreme of personal peace.'" *You have* though *pledged yourself,* and developed the wish, *to free all living beings,* beings as vast in extent as *the ten different directions* of space itself, *from their mental afflictions.* If *at the same time you have failed to free you yourself from* all *your own mental afflictions,* then you have failed even in the endeavor of accomplishing all your own needs, much less those of others. *Are you not some kind of madman then, to say* that you are going to free every other living being from their mental afflictions, *while* at the very same moment *you have failed* completely *to judge your own level*—the fact that you yourself are still at the mercy of your own mental afflictions? No one chained in the cycle of suffering of life themselves could ever accomplish all the goals of other living beings, and so you should rather make efforts to destroy the mental afflictions within your own mind.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Eight: How to Fight the Mental Afflictions, Part Two; Why the Perfections are Mental

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། དུས་ནམ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་བད་པར་བྱའོ།

The third section, on why it is right to make great efforts to destroy the mental afflictions, has two parts: making efforts in applying the antidotes to the mental afflictions, and making efforts never to become controlled by the mental afflictions.

།དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ།
།རྟག་ཏུ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་བྱ།
།འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་བྱ་ཞིང་།
།ཁོན་དུ་བཟུང་ནས་གཡུལ་སྤྲད་དེ།
།རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་ཉོན་མོངས་པ།
།ཉོན་མོངས་འཛོམས་བྱེད་མ་གཏོགས་སོ།

I should therefore never turn back
Even for a single moment from the task
Of destroying the mental afflictions.
I should get attached to them,
And learn to hate and make war.
These kinds of mental afflictions
Act to destroy the mental afflictions
And so are not counted among them.

།དང་པོ་ནི། སྤང་བར་འོས་པ་དེ་ལྟ་བས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་དུས་ཏག་ཏུ་བསམ་སྦྱོར་གང་ཡང་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་བྱའོ། །ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་པ་སྟེ་ཆེད་དུ་བསྟེན་པར་བྱ་ཞིང་ཉོན་མོངས་ལ་ཁོན་དུ་གཟུང་ནས་གཡུལ་བསྒྲད་ལ་གཞོམ་པར་བྱའོ།

Here is the first of the two. *The mental afflictions* are, *therefore,* things which deserve to be eliminated. As such, *I should never turn back,* either in my thoughts or my actions, *from the task of destroying them, even for a single moment. I should get attached to these* antidotes for the mental afflictions; that is, I should make use of the antidotes. *And I should learn to hate* the mental afflictions, *and make war* on them, and smash them.

།སྤང་གཉེན་ལ་ཆགས་སྡང་དང་སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ཉིད་ཉོན་མོངས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གཉེན་པོ་ལ་ཞེན་པ་དང་སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟར་སྣང་བ་ནི་ཉོན་མོངས་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་མ་གཏོགས་སོ། །འགྲེལ་པར་ཕྱིས་དེ་ཡང་གཞོམ་བྱར་བཤད་པ་ནི་སྤང་བྱ་ཟད་པ་ན་སྤང་གཉེན་གཡུལ་སྤྲོད་མི་དགོས་པའི་དོན་ཏོ།

Someone may ask the following question: "You seem to be describing some kind of bias in the attitude we should have towards the antidotes that eliminate our mental afflictions, and you have spoken about hating the thing that the antidote is supposed to eliminate. Aren't these types of thoughts themselves just another kind of mental affliction—that is, the very thing which we are trying to eliminate?" *These kinds of* attitudes—of being attached to the antidotes for mental affliction, and of hating the mental afflictions we are trying to eliminate—are themselves only apparent *mental afflictions.* Because they are included into the antidote side—that is, because they are part of what

acts to destroy the mental afflictions—they are not counted among the objects which we seek to eliminate from our minds. There are commentaries which do state that these are themselves something to be destroyed later, but what they mean by saying this is that, once one has finished off all the objects to be eliminated, one need no longer make war.

།བདག་ནི་བསྲེགས་ཏེ་བསད་གྱུར་ཏམ།
།བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་ལྷའི།
།རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི།
།དགྲ་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ།

You can tie me to a stake and burn me, kill me,
Or you can cut off my head—that would be fine.
But I will never in any shape or form submit
To my great enemy, the mental afflictions.

།གཉིས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་མཐའ་ཡས་པས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཉིད་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བདག་ནི་མེར་བསྲེགས་ཏེ་བསད་པར་གྱུར་ཏམ་བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་སླའི་དེས་ནི་ཚེ་འདིའི་ལུས་དོར་བ་ཙམ་དུ་ཟད་ལ་དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་འདོད་དོན་ཐོབ་པའི་གེགས་བྱེད་པས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ལ་འདུད་པར་ཏེ་དེའི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ།

Here is the second. Someone may ask another question: "Wouldn't it be easier just to cooperate with the mental afflictions, rather than possibly having to undergo infinite thousands of sufferings during the task of eliminating them?" *You can tie me to a stake and burn me, kill me. Or you can cut off my head—that would be fine.* The only thing that would happen is that I would lose the body which I possess in this life. *But I will never in any shape or form submit to*—that is, I will never allow myself to come under the control of—*my great enemy, the mental afflictions:* those things which create the great sufferings of the hells and such, those things which block me from reaching the goals I hope for.

།གསུམ་པ་ལ་གསུམ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་དང་། རྒྱུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་བརྩོན་པ་བསྟེན་ན་སྤོང་ནུས་པ་དང་། རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་

དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སྤོང་རིགས་པའོ།

The third section from before describes how we should take joy in the fact that, if we make efforts, the mental afflictions can be removed. Here there are three parts: describing how, if we are able to eradicate the mental afflictions completely from our minds, they have nowhere else to go; how, because the mental afflictions spring from a cause which is a misperception, they really can be eliminated if we make great efforts; and how, if they are eradicated completely, there could be nowhere else for them to go at all—and should thus be eliminated.

།ཐ་མལ་དགྲ་བོ་ཡུལ་ནས་ཕྱུང་ཡང་ནི།
།ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་གནས་ཡོངས་བཟུང་ནས།
།ནུས་པ་བརྟས་ནས་དེ་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་གི
།ཉོན་མོངས་དགྲ་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་མ་ཡིན།

If you push a normal enemy out of your country,
They can still go on to other lands,
Make their home there, and get reinforcements;
And then they can return.
The way in which the mental afflictions behave
As enemies though is not the same.

།དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་གནས་ནས་ཕྱུང་ཡང་འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་ལྟར་ནུས་པ་སྐྱེད་པ་དང་། སླར་ཡང་གནོད་པ་བྱེད་པས་དེ་དང་མཚུངས་པར་བྱ་རིགས་སོ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ་ཐ་མལ་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་བོ་ལན་ཅིག་ཡུལ་ནས་ཕྱུང་ཡང་ནི་ཡུལ་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་དེར་ཡུལ་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་ནུས་པ་བརྟས་ཤིང་སྟོབས་སྐྱེད་ནས་དེ་ནས་གནོད་ལན་འཇལ་བའི་ཆེད་དུ་ཕྱིར་ལྡོག་གི་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་གཞན་དུ་གནས་པ་ཡང་མེད་ནུས་པ་སྐྱེད་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་པའང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the first of the three. "Still," one may begin, "it would be better to simply coexist with the mental afflictions, because if they are like normal enemies in the everyday world, they can—if you remove them from the mind one time—go back and regroup, then return to hurt you again." But they are not the same as normal enemies. *If you push a normal enemy,* a worldly enemy, *out of your country* one time, *they can still go on to other lands,* stay there, *make their home there, and* then regroup—*get reinforcements. Then they can return* to seek revenge upon you. *The way in which the mental afflictions behave as enemies though is not the same.* Once you eradicate them completely from your mind, there is nowhere else for them to go, and it is completely impossible for them to regroup and return.

།ཉོན་མོངས་ཉོན་མོངས་ཤེས་རབ་མིག་གིས་སྤང་།

།བདག་ཡིད་ལས་བསལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར།

།གང་དུ་གནས་ནས་བདག་གནོད་བྱ་ཕྱིར་འོང་།

།བློ་ཞན་བདག་ལ་བརྩོན་པ་མེད་པར་ཟད།

The mental afflictions are such that
Once I have eliminated them,
Cleared them from my mind
By using the eye of wisdom,
They have nowhere else to go—
No place they can make their home,
No way to return and harm me.
It all comes down to the fact
That my mind is so very weak:
I do not have the energy.

།གཉིས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉོན་མོངས་པ་རྩ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་ས་བོན་སྤང་བ་ལ་འབད་དེ་སྤངས་ནས་བདག་གི་ཡིད་ལས་བསལ་ནས་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རྟེན་གང་དུ་གནས་ནས་ནུས་པ་སྐྱེད་པ་དང་བདག་ལ་གནོད་པ་བྱ་བའི་ཕྱིར་འོང་སྲིད། མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་བློ་ཞན་པ་བདག་ལ་ལན་ཅིག་རྩ་བ་ནས་འདོན་པའི་བརྩོན་པ་མེད་པར་ཟད་པས་གནོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

Here is the second point. *The mental afflictions are such that,* once I have managed to eradicate them from my mind a single time, they have nowhere to stay. I should therefore make efforts *in using the eye of wisdom*—the perception of emptiness—*to eliminate* the seed of *the mental afflictions:* for everything related to mental affliction springs from a root which is a misperception. Once I have eliminated these seeds, *once I have cleared* the mental afflictions away *from my mind* in this way, *they have nowhere else* at all *to go, no place they can make their home,* no place to regroup, *no way to return to do me harm*—it would be a complete impossibility.

Even though this is the case, the mental afflictions do continue to hurt me, and *it all comes down to the fact that my mind is so very weak: I do not* even *have the energy* to throw the mental afflictions out even the single time that would be needed.

།ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་ཡུལ་ན་མི་གནས་དབང་ཚོགས་ལ་མིན་བར་ན་འང་མིན།
།དེ་ལས་གཞན་ན་འང་མིན་ན་འདི་དག་གར་གནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གནོད་བྱེད།
།འདི་ནི་སྒྱུ་འདྲ་དེ་ཕྱིར་སྙིང་ལ་འཇིགས་སྤོངས་ཤེས་ཕྱིར་བརྩོན་པ་བསྟེན།
།དོན་མེད་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དམྱལ་སོགས་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གནོད་པ་བྱེད།

It's not true that the mental afflictions
Exist among objects, neither do they exist
Among the group of the powers,
Nor somewhere throughout, nor somewhere other.
There is nowhere at all that they can stay
To do harm to every living being.

They are like an illusion, and so
I should eliminate this fear from my heart,
And rely on the practice of making great efforts,
Working to develop wisdom.
Why should I subject myself pointlessly
To the pains of the hells and the rest?

།གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྐྲེས་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་ན་གཅིག་ཀྱང་སྤོང་མི་ནུས་སོ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དགྲ་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་

ཀྱང་གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚེ་ན་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the third point. Someone else might come and assert the following: "We could never be able to eliminate mental afflictions even once, because they grow with the mind itself, and exist as part of the very nature of things." *It's not true that the mental afflictions exist* by nature *among* the *objects* which we perceive: visual objects and the rest. If this were the case, then mental afflictions would start to grow even in enemy destroyers, as they looked upon visual objects and such.

།མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཚོགས་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་གནས་པ་མིན་ཏེ། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་སེམས་པའི་ཚེ་མིག་ཡོད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Neither do the mental afflictions exist in this way *among the group of the* physical *powers,* such as the eye. This is because a person who is directing his or her thoughts towards the meaning of the actual reality of things may still possess the power of the eye, and yet not have any mental affliction.

།དེ་དག་གི་བར་ནའང་གནས་པ་མིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་ནའང་གནས་པ་མིན་ན་ལན་ཅིག་རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འདི་དག་གར་གནས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གནོད་པ་བྱེད་དེ་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Nor do the mental afflictions exist *somewhere throughout* these two possibilities, *nor somewhere other* than the two: once you have eradicated them from their very root, *there is nowhere at all that they can stay:* that they can by some kind of nature go and remain, to return then *to do harm to every living being.*

།ཉོན་མོངས་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྣང་བ་སྒྱུ་མ་དང་འདྲ་བ་དེའི་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་རྩ་བ་ནས་སྤོང་མི་ནུས་སྙམ་དུ་སྙིང་ལ་འཇིགས་པ་སྤོང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ནས་ཉོན་མོངས་སྤང་བའི་ཕྱིར་བརྩོན་པ་བསྟེན་པར་རིགས་ཀྱི་དེ་ལྟར་ནུས་བཞིན་དུ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངན་སོང་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གནོད་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་སྟེ་འཇུག་པར་མི་རིགས་སོ།

།སྡུ་མ་རྣམས་ས་བོན་ཕྱུང་ན་གནས་དེ་དག་ཏུ་མི་གནས་པ་ལ་ཡང་བཤད་དོ།

One might have the following thought: "*These* mental afflictions are empty of any natural kind of existence, but at the same time they do appear to have natural existence, and so they *are like an illusion.* As long as this is the case—because they do exist through some nature of their own—I could never eliminate them from their root." It is good though if I can *eliminate this fear from my heart,* and *rely on the practice of making great efforts to* remove my mental afflictions, *through working* to develop the *wisdom* which perceives emptiness.

Given that I therefore have at the present moment the ability to remove these afflictions, it is not good on the other hand that I *subject myself pointlessly* to the sufferings of the lower realms, *to hells and the rest. Why should I* put myself through these *pains?* Some commentators have also explained the previous lines as referring to the fact that, once we remove the seeds for the mental afflictions, they can no longer stay in these various places.

།དེ་ལྟར་རྣམ་བསམས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ཡི།
།བསླབ་པ་བསྒྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་བྱ།
།སྨན་པའི་ངག་མ་མཉན་ན་སྨན་དག་གིས།
།བཅོས་དགོས་ནད་པ་སོས་པ་ག་ལ་ཡོད།

In this way we must engage in different
Kinds of contemplations and make great efforts
For the purpose of accomplishing the rules
As they have been described.
If you—a patient who absolutely had
To be treated with specific kinds of medicine—
Refused to listen to your physician's advice
How could you ever be cured?

།གསུམ་པ་དོན་བསྡུ་བ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དུ་མར་བསམས་པ་ལ་སྦྱར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། བསླབ་པ་བསྲུང་བའི་ཆེད་དུ་སྟོན་པས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ། མི་བདེ་ན་སྨན་པའི་ངག་མ་ཉན་པར་སྨན་དག་གིས་ངེས་པར་བཅོས་དགོས་པའི་ནད་པ་བསོས་པ་ག་ལ་ཡོད་དེ་མི་གསོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་སྨན་པ་ཆེན་པོ་སྟོན་པའི་གསུང་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the third overall section, which is the summary of the chapter. *In this way*—that is, as explained above—*we must engage in contemplations* of many *kinds,* and *make great efforts* in the practice of carefulness, just as the Teacher has taught us to do, *for the purpose of accomplishing* the ends of both the wish for enlightenment, and the various *rules* for bodhisattvas, *as they have been described* earlier. Suppose you were sick, but *refused to listen to the advice of your physician. How* then *could you ever be cured,* if you were *a patient who absolutely had to be treated with specific kinds of medicine?* I would never be cured. Therefore we must exert ourselves in the task of eliminating our mental afflictions, just as that Great Physician, the Teacher, has taught us to do.

།རང་རྒྱུད་ཉེས་པའི་རྙོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་།

།དགེ་བ་མི་ཉམས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ནི།

།ངེས་པར་བག་ཡོད་བསྒོམ་ལ་རག་ལས་པས།

།མཁས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་པར་བྱ།

Freeing yourself of the dirt
Of the faults in your own mind
And keeping your good deeds increasing,
And never becoming less,
All depends without a doubt
On the practice of carefulness;
As such the wise should ever after
Live their lives with care.

།བསྡུ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།

This is just a brief verse, to summarize the chapter.

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས། བག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་པའོ།

This has been the fourth chapter, the presentation on carefulness, from the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.*

།གཉིས་པ་ལེའུའི་མཚན་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞེས་བྱའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་པའོ།།

Here finally we cover the name of the chapter. *This* then *has been* the explanation of *the fourth chapter, the presentation on carefulness, from* the "Entry Point for the Sons and Daughters of the Victorious Buddhas," a commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.*

****

གཉིས་པ་ལ་དྲུག །སྦྱིན་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་

དང་། བཟོད་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། བསམ་གཏན་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། ཤེས་རབ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པའོ།

The second section, a demonstration that the fine qualities depend on the mind, has six different parts, consisting of an explanation of how giving, an ethical way of life, not getting angry, joyful effort, meditation, and finally wisdom each depend on the mind.

།དང་པོ་ལ་གཉིས། སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་རྫོགས་པ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབུལ་བ་བོར་བ་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཏོང་བའི་སེམས་པ་གོམས་པས་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བའོ།

We will present the first of these in two steps of its own: a demonstration of the fact that the culmination of the perfection of giving does not depend on removing the poverty of each and every living being; and an explanation of how one can reach the final end of a generous state of mind through continual practice.

།གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་དབུལ་བོར་ནས།
།སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཡིན་ན།
།ད་རུང་འགྲོ་བཀྲེན་ཡོད་ན་སྐྱོན།
།སྐྱོབ་པ་ཇི་ལྟར་ཕ་རོལ་ཕྱིན།

Suppose something were the perfection
Of giving when it removed
The poverty of every living being.
If there were living beings though
Who suffered still from hunger,
How then could the Protectors of
The past have reached the perfection?

།དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་རྫོགས་པ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབུལ་བ་བོར་ནས་སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དགོས་པ་ཡིན་ན། ད་དུང་འགྲོ་བ་བཀྲེན་པ་ཡོད་ན་སྟེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྔོན་སྐྱོབ་པ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྫོགས་ཏེ་རྫོགས་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ།

Here is the first. *Suppose* someone were to assert the following: "We can posit *something* as *the perfection of giving when* the culmination of this perfection of giving results in *removing the poverty of* each and *every living being." If though there were living beings who still suffered from hunger,* and there are, *how then could the Protectors of the past,* the Buddhas, ever *have reached* the culmination of *the perfection* of giving? It would be illogical.

།བདོག་པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བཅས་ཏེ།
།སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བཏང་སེམས་ཀྱིས།
།སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་གསུངས་ཏེ།
།དེ་ལྟས་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་དོ།

It was spoken that the perfection
Of giving is the thought
To give all that one has,
Along with the results,
To every living being.
This then is the reason why
It's the state of mind alone.

།གཉིས་པ་ནི། དེས་ན་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་བའི་འབྲས་བུ་བསོད་ནམས་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བཏང་བར་འདོད་པའི་སེམས་གོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྫོགས་པར་གསུངས་ཏེ་རྒྱུ་མཚན་དེ་ལྟ་བས་ན་སྦྱིན་པ་དེ་ནི་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་དོན་བསྡུ་བའོ།

Here is the second point, which is a kind of summary: "Therefore *it was spoken that* the culmination of *the perfection of giving* occurs when one has perfectly accustomed oneself to the kind of *thought* where one wishes *to give all that one*

has—one's body, one's possessions, and the total sum of one's good deeds, *along with* the power of the virtue that *results* from giving these things away—*to every living being. This then is the reason why,* it is because of this, that giving *is only* something that depends upon *the state of mind."*

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་རྫོགས་པ་སྲོག་གཅོད་བྱའི་སེམས་ཅན་ཟད་པ་ལ་ལྟོས་པ་མི་འཐད་པ་དང་། སྤོང་སེམས་གོམས་པ་ལས་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའོ།

The second part, on the ethical way of life, has two sections of its own: a demonstration that it would be incorrect to say that the culmination of the perfection of an ethical life depends on the final end of any living being who is being killed; and that the culmination of the perfection comes from constant practice of the attitude of wanting to give up harm to others.

།ཉ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་ཏུ།
།དེ་དག་གསོད་མི་འགྱུར་བར་བསྐྲད།

How could you ever chase fish and such
To a place where no one could kill them?

།དང་པོ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིར་རྫོགས་པ་སྲོག་གཅོད་བྱའི་སེམས་ཅན་མེད་པར་བྱས་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རི་དྭགས་དང་ཉ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གང་ཞིག་ཏུ་དེ་དག་མཐའ་དག་སུས་ཀྱང་གསོད་ནུས་པར་མི་འགྱུར་བར་བསྐྲད་དེ་སྐྲོད་མི་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the first point. It must be incorrect to say that the culmination of the perfection of an ethical life should depend on trying to reach the end of the last living being who is being killed. Because *how could you ever chase* every wild beast, and every *fish, and* every other *such* being *to* some *place where no one could kill* any of *them*? You never could.

།སྤོང་བའི་སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས།
།ཚུལ་ཁྲིམས་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པར་བཤད།

It is explained that the perfection
Of an ethical way of life consists of
Attaining a way of thinking wherein
One wishes to abandon.

།གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་མཚན་དེས་ན་འཚེ་བའི་བསམ་པ་དང་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་བསམ་པ་སོགས་སྤོང་བའི་སེམས་པ་གོམས་པ་རྫོགས་པར་ཐོབ་པ་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྫོགས་པར་མདོ་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་གང་ཞེ་ན། གཞན་ལ་གནོད་པ་སྤོང་བའི་སེམས་པའོ། །ཞེས་བཤད་པས་སོ།

Here is the second. Therefore, for this reason, *it is explained* in sutra *that the* culmination of the *perfection of an ethical way of life consists of attaining* the culmination of the constant practice of *a way of thinking wherein one wishes to abandon* any idea of harming someone else, or of stealing anything. The sutra at this point says, "What is the perfection of an ethical way of life? It is the way of thinking in which one abandons anything that is harmful to others."

།སེམས་ཅན་མི་སྲུན་ནམ་མཁའ་བཞིན།
།དེ་དག་གཞོམ་གྱིས་ལོང་མི་ལང་།
།ཁྲོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་བཅོམ་ན།
།དགྲ་དེ་ཐམས་ཅད་ཆོམས་དང་འདྲ།

It would be a complete impossibility
Ever to destroy altogether those
Irritating people, vast as space.
But the destruction of a single object,
The thought of anger, is comparable
To destroying each and every enemy.

།གསུམ་པ་ལ་གསུམ། དོན་དང་། དཔེ་དང་། དཔེ་དོན་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཁྲོ་བའི་སེམས་ནི་གཅིག་པུ་བཅོམ་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་དགྲ་དེ་ཐམས་ཅད་ཆོམས་པ་དང་འདྲ་བར་བཟོད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་གྱི། །ཁོང་ཁྲོའི་དམིགས་ཡུལ་ཟད་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་མི་སྲུན་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་དག་ཀུན་གཞོམ་གྱིས་ལོང་དེ་ཡི་ནས་སམ། གཏན་ནས་མི་ལང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བཟོད་པ་ཡང་སེམས་ལ་རག་ལུས་སོ།

The third part, on the perfection of patience, has three sections: the point, a metaphor, and the connection between the point and the metaphor. Here is the first. You have reached the culmination of patience *with the destruction of a single object—the thought of anger, which is comparable to destroying each and every* one of your external *enemies.* You would have to admit that the culmination of this perfection is not something that depends on finishing off every possible object which could make you angry though, because *it would be a complete,* or entire, *impossibility ever to* accomplish the *destruction* of every single *irritating person,* for these are as limitless in extent *as space* itself. Therefore patience is also something that depends upon the mind.

།ས་སྟེངས་འདི་དག་ཀོས་གཡོགས་སུ།

།དེ་སྙེད་ཀོ་བས་ག་ལ་ལང་།

།ལྷམ་མཐིལ་ཙམ་གྱི་ཀོ་བས་ནི།

།ས་སྟེངས་ཐམས་ཅད་གཡོགས་དང་འདྲ།

How could you ever find enough leather
To cover the entire surface of Earth?
Covering simply the soles of your feet
Is comparable to the entire surface.

།གཉིས་པ་ནི། ཚང་པ་ལ་ཚེར་མ་ལ་སོགས་པ་འི་གནོད་པ་སྲུང་བའི་དོན་དུ་ས་སྟེང་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀོ་བས་ག་ཡོག་ཏུ་དེ་སྙེད་ཀྱི་ཀོ་བས་ག་ལ་ལང་དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཚེར་མ་ལ་སོགས་པས་མི་གནོད་པ་ལ་ལྷམ་མཐའི་ཙམ་གྱི་ཀོ་བས་ནི་རང་གིས་ཚང་པ་ག་ཡོགས་ནས་ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་ག་ཡོགས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the second point. Suppose you decided *to cover the entire surface of Earth with leather,* in order to prevent the thorns and so on there from hurting your feet. *How could you ever find enough* leather to do so? Even in this case you would *simply* wrap your own feet in enough leather to cover the area of *the soles of your feet,* in order to keep the thorns and such from hurting you. This would be *comparable* then *to covering the entire surface* of the Earth with leather.

།དེ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་ཡང་།

།བདག་གིས་ཕྱིར་བཟློག་མི་ལང་གི

།བདག་གི་སེམས་འདི་ཕྱིར་བཟློག་བྱའི།
།གཞན་རྣམས་བཟློག་གོ་ཅི་ཞིག་དགོས།

Just the same it would be an impossibility
For me to stop every single outer object;
Rather I should stop this tendency of my own mind.
Why should I stop all the others?

།གསུམ་པ་ནི། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་གནོད་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡང་མཐའ་དག་བདག་གིས་ཕྱིར་བཟློག་པར་བྱེད་པས་མི་ལང་གིས། བདག་གི་སེམས་འདི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྲོ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཕྱིར་བཟློག་པར་བྱའི་དེ་གོམས་པ་ལས་བཟོད་པ་རྫོགས་པར་འགྱུར་གྱི། ཁྲོ་བའི་ཡུལ་གཞན་རྣམས་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བཟློག་སྟེ་བཟློག་མི་ནུས་ཤིང་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the third part. My present case is *the same* as this metaphor. *It would be an impossibility for me to stop every single outer object* that might bring me any kind of pain. *Rather I should stop this tendency of my own mind* to focus on these same objects and then feel anger. It is through the constant practice of this action that I could eventually bring patience to its culmination. *Why* though *should I* try to *stop all the other* objects, everything that could ever make me angry? I never could, and there is no need even to try.

།སེམས་གསལ་གཅིག་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་གང་།
།ཚངས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་ལྟར།
།ལུས་ངག་བཅས་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་།
།སྤྱོད་པ་ཞན་པས་དེ་ལྟ་མིན།

A single instance of clear mind
Can as a result lead you
To the Pure One or the like.
Along these same lines the related actions
Of body and speech are unable to give
A result if one's efforts are feeble.

།བཞི་པ་ནི། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱང་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྙོམས་འཇུག་ལ་སོགས་པ་བསྒོམ་པ་ལ་སྤྲོ་བའི་སེམས་གསལ་པོ་སྙོམས་འཇུག་གིས་བསྡུས་པ་ཙུང་ཟད་ཅིག་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་ཚངས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་ལྟར་སེམས་སྟོབས་ལྡན་དང་མ་འབྲེལ་ན་ལུས་ངག་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡང་སྤྲོ་བ་ཆུང་བའི་སྤྱོད་པ་ཞན་པས་དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་དང་པོ་སེམས་སུ་སྐྱེ་ནུས་པ་མིན་པས་སེམས་སྟོབས་ལྡན་ལ་རག་ལས་པའོ།

Here is the fourth point. Joyful effort as well is something that depends upon the mind, something that depends on your constant practice of it to bring it to its final conclusion. Consider the fact that *a single* small *instance of clear* and focused concentration, in which with a joyful state of *mind* you are practicing meditation upon something like the first concentration level, *can as a result lead you* even so far as a birth in the place of the *Pure One* (Brahma), *or the like. Along these same lines,* an instance of the mind, *and the related actions of body and speech,* which are not related to a powerful state of mind *are unable* to lead to a desired *result,* such as the development of the the state of mind of the first concentration level, *if one's efforts are feeble*—meaning where one has little joy in the task. Therefore it all depends on a powerful state of mind.

།བཟླས་བརྗོད་དང་ནི་དཀའ་ཐུབ་ཀུན།
།ཡུན་རིང་དུས་སུ་སྤྱད་བྱས་ཀྱང་།
།སེམས་གཞན་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི།
།དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་མེད་གསུངས།

Suppose you attempt every kind of practice
Where you repeat, or do other asceticisms,
Over a long period of time.
If you allow your mind to be distracted
To other objects, then understanding
The true nature is meaningless.

།ལྔ་པ་ནི། བསམ་གཏན་གྱི་ཕར་ཕྱིན་རྫོགས་པ་ཡང་བྱིང་རྒོད་དང་བྲལ་ཞིང་དང་བར་འགྱུར་

བ་དང་། སྐྱོ་བར་འགྱུར་བའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་ལ་རག་ལས་ཏེ་གཟུངས་སྔགས་ཀྱི་བཟླས་བརྗོད་དང་ནི་སྨྱུང་གནས་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ཐུབ་ཀུན་ཡུན་རིང་པོའི་དུས་སུ་སྤྱད་པར་བྱས་ཀྱང་སེམས་གཞན་དུ་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི་དེ་ཉིད་མི་རིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མདོ་ལས། དགེ་སློང་དག་འདོད་པ་ལ་སེམས་གཡེངས་པའི་དཀའ་ཐུབ་དང་ཁ་ཏོན་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོགས་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱིན་པས་དོན་མེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the fifth point. The culmination of the perfection of meditation as well is something that depends on the mind—a mind which is free of dullness and agitation, and which is lucid; a mind which is under the constant influence of thoughts of sadness over this life. *Suppose* now that *you attempt every kind of practice where you repeat* a great number of secret mantras, *or asceticisms,* such as fasting or the like, *over a long period of time. If you allow your mind to be distracted to other objects* as you do these practices, then you will be unable to *understand the true nature* of things.

As the Buddha himself has stated in scripture, "Oh monks! The practices of asceticism or of recitation, or any of the like, are fruitless when the mind is distracted to the objects of desire." What Lord Buddha is saying is that practices done this way are *meaningless,* in the sense that they can never lead to the desired result.

།གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཆོག
།སེམས་ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཤེས་ན། །
།བདེ་ཐོབ་སྡུག་བསྔལ་གཞོམ་འདོད་ཀྱང་། །
།དེ་དག་དོན་མེད་གྱི་ནར་འཁྱམས། །

Suppose any particular person fails
To understand this secret of the mind;
The highest import, the principal teaching.
They may hope to reach bliss and smash all suffering,
But will wander nonetheless, just as they
Always have, without reaching their goal.

།དྲུག་པ་ནི། ཤེས་རབ་ཡང་སེམས་ལ་རག་ལས་ཏེ། གང་ཟག་གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོའམ་དོན་ པོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྣོད་མིན་ལ་མི་བསྟན་པས་ན་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་འདི་མ་ཤེས་ན་བླ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་། འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་གཞོམ་པར་འདོད་ཀྱང་དེ་དག་འདོད་པའི་དོན་མེད་པ་གྱི་ནར་རང་དགར་འཁྱམ་པས་ ཤེས་རབ་སེམས་ལ་རག་ལས་པའོ།

Here is the sixth point. Wisdom is also something that depends upon the mind. *Suppose any particular person fails to understand this secret of the mind,* ultimate reality, because they are no proper vessel for being taught *the highest import* of all, *the principal* instruction of this *teaching.* It *may* be the case that *they hope to reach* matchless *bliss, and to smash all* the *sufferings* of the cycle of life. They will *nonetheless* be left *without reaching the goal* they wish for; they will be left *wandering* here and there, wherever, *just as they always have* been. Therefore the perfection of wisdom depends on the mind.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Nine: Awareness

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs),* a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དྲན་པ་སྐྱེ་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཤེས་བཞིན་སྐྱེ་ཚུལ་ལོ།

The third section covers how to develop awareness through recollection. There are two steps to this explanation: how to develop recollection, and then how awareness is developed from this.

།དེས་ན་སངས་རྒྱས་རྗེས་དྲན་པའང་།

།དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་།

Because of this, recalling to mind
The Buddhas will also come
To him or her again and again.

།དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་བསམས་པ་དེས་ནི་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་དྲན་པའང་གང་ཟག་དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་བས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དྲན་པ་བདེ་བླག་ཏུ་སྐྱེའོ།

Here is the first. If any particular person performs the contemplation described above then, *because of this, recalling to mind* the high qualities of *the Buddhas,* along with those of the Dharma and the Sangha, *will also come to him or her again and again.* They will thus be able to develop with ease the practice of recalling the Three Jewels.

།གང་ཚེ་དྲན་པ་ཡིད་སྒོ་ནས།
།བསྲུང་བའི་དོན་དུ་གནས་གྱུར་པ།
།དེ་ཚེ་ཤེས་བཞིན་འོང་འགྱུར་ཞིང་།
།སོང་བ་དག་ཀྱང་འོང་བར་འགྱུར།

Suppose a person reaches a point
Where they're able to keep their recollection
Very solid; where they are able
To use their mind to protect.
At this point it will lead to awareness,
And even should these two
Disappear, they nonetheless return.

།གཉིས་པ་ནི། དྲན་པ་དེ་ལས་གང་གི་ཚེ་དྲན་པ་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཉོན་མོངས་བསྲུང་བའི་དོན་དུ་གནས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཚེ་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་ལ་རྟོག་ཅིང་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་བཞིན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཡན་ཅིག་ཉམས་ནས་སོང་བ་དག་ཀྱང་ཕྱིར་འོང་བར་འགྱུར་བས་བསླབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་མཁས་མི་མཁས་ནི། དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱི་སྐྱིད་ཚུལ་ལ་རག་ལས་པས་དེས་དེ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ།

Here is the second point. *Suppose a person reaches a point where* he or she is *able to keep their recollection very solid*—is *able to use their mind to protect* themselves against mental afflictions. *At this point* then the recollection *will lead* this person *to* gain a kind of *awareness,* where they are able to watch themselves and grasp properly the distinction between occasions when their actions are proper, and when they are improper. It is *also* the case that, *even should these two* attitudes slip and *disappear* at some point, *they nonetheless return.* Therefore the question of whether one becomes a master of Buddhist practice or not hinges upon how well one can maintain their recollection and awareness; and thus one should seek to become a master of these two attitudes.

།གསུམ་པ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སེམས་བསྲུང་བའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབས་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། སྡོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་ཚུལ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་སྡུད་པ་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒོ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་

དགག་པ་ལ་འབད་པ་དང་། ཉམས་པ་བསྲུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟག་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟག་པ་དང་། གནང་བཀག་གི་བྱ་བའི་སྐབས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། ལུས་ཀྱི་བྱ་བའི་སྔོན་དུ་ཀུན་སློང་ལ་བརྟག་པ་དང་། ལྟ་བ་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་བསླབ་བྱ་དང་། སྤྱོད་ལམ་གཞན་ལ་སྦྱར་བ་དང་། གནས་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟག་པའོ།

Here next is the third point from before, which covers how one should train oneself in the act of using recollection and awareness to guard one's mind. We proceed in three separate sections: how to train oneself in the ethics of restraint, in the ethics of collecting goodness, and in the ethics of working for the benefit of all living beings.

The first section has two parts of its own, which are striving for purity in the actions of all three doors of expression, and protecting oneself from slipping. The first of these three has three divisions: how to watch one's physical and verbal behavior; how to watch one's mind; and then an explanation of situations which are allowed, and those which are not. Watching one's physical and verbal behavior will be presented in terms of examining one's motivation prior to any physical action; advice concerning how to look around, and other subjects; applying this advice to other activities; and then finally watching how one is staying.

།རེ་ཞིག་དང་པོ་འདི་འདྲའི་སེམས།
།འདི་ནི་སྐྱོན་བཅས་ཤེས་བྱས་ནས།
།དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཤིང་བཞིན་དུ།
།རྫངས་ཐུབ་པར་ནི་གནས་པར་བྱ།

At the particular moment
You should decide:
This state of mind has something
Wrong with it.
At this point freeze

Exactly as you are—
Stay like a bump on a log.

།དང་པོ་ནི། འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་རེ་ཞིག་དང་པོ་ཀུན་སློང་འདི་འདྲའི་སེམས་འདི་ནི་སྐྱོན་བཅས་དང་། འདི་ནི་སྐྱོན་མེད་པའོ་ཞེས་ཞེས་པར་བྱས་ནས་དེའི་ཚེ་ཀུན་སློང་སྐྱོན་ཅན་བྱུང་ན་གཉེན་པོ་དྲན་བཞིན་དུ་ཉེས་པས་མི་གཡོ་བར་གཟུངས་ཤུབ་པར་ནི་གནས་པར་བྱའོ།

Here is the first. Whenever one is about to go somewhere, or do anything of the kind, one should *at the particular moment*—that is, before anything else—examine one's motivation: *one should decide, "This state of mind has something wrong with it,"* or "This state of mind has nothing wrong with it." If *at this point* you find that your motivation does have something wrong with it, then you should apply the appropriate antidote, which is to *freeze exactly as you are, like a bump on a log,* and refuse to be moved by something which is not good.

།གཉིས་པ་ལ་བཞི། མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། ངུབ་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གང་ཟག་གཞན་དྲུང་དུ་འོངས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ངལ་བསོས་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ།

The advice relating to how one should look around comes in four separate steps: a general presentation on how you should undertake the activity of using your eyes to look around; instructions on what to do if you become tired; what to do if someone approaches you; and what to do when you have finished refreshing yourself.

།དོན་མེད་གཡེང་བར་ལྟ་བ་ནི།
།ནམ་ཡང་བདག་གིས་མི་བྱ་སྟེ།
།ངེས་པར་སེམས་པས་རྟག་ཏུ་ནི།
།མིག་ནི་ཕབ་སྟེ་བལྟ་བར་བྱ།

I should never look around
Meaninglessly or with distraction,
But rather be sure to fix my mind,
And always keep my eyes lowered.

།དང་པོ་ནི། དོན་མེད་པར་ཕྱོགས་སུ་གཡེང་བར་བལྟ་བ་ནི་དུས་ནམ་ཡང་བདག་གིས་མི་བྱ་

སྡེ་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ངེས་པར་སེམས་པས་དུས་རྟག་ཏུ་ནི་བལྟ་བའི་ཚེ་གཉའ་ཤིང་གང་ཙམ་དུ་མིག་ནི་ཕབ་སྟེ་བལྟ་བར་བྱའོ། །ལྟ་བ་ངལ་བསོའི་ཆེད་དུ་ནི། །རེས་འགའ་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ།

Here is the first. *I should never,* at any time, *look around* from side to side *meaninglessly,* with my mind *distracted.* This is because of the fact that, should I do so, my mind will get worse. Rather *I should be sure to fix my mind* on a virtuous object: whenever I look around, I should *always keep my eyes lowered,* looking ahead no farther than the length of a plowshare, [which is explained in scripture as one armspan].

བལྟ་བ་ངལ་བསོའི་ཆེད་དུ་ནི།

རེས་འགའ་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ།

To refresh myself
From looking this way,
I should look around
For the time being.

།གཉིས་པ་ནི། ཁམས་གསོ་བ་དང་དུབ་ན་བལྟ་བ་ངལ་བསོ་བའི་ཆེད་དུ་ནི་རེས་འགའ་མིག་བཏེག་སྟེ་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ།

Here is the second point. If the time should come to invigorate myself—that is, if I find that I have become tired *looking this way*—then *to refresh myself I should for the time being* raise my eyes, and *look around.*

།འགའ་ཞིག་མིག་ལམ་སྣང་གྱུར་ན།

།བལྟས་ནས་འོངས་པ་ལེགས་ཞེས་བརྗོད།

།ལམ་སོགས་འཇིགས་པ་བརྟག་པའི་ཕྱིར།

།ཡང་དང་ཡང་དུ་ཕྱོགས་བཞིར་ལྟ།

It may happen that someone
Comes into my line of vision;
I should look at them and say,
"It is good to see you."
I should look around me

On all sides again and again,
To check if there are dangers
Or the like on the way.

།གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་བལྟས་པས་འགའ་ཞིག་མིག་གི་ལམ་དུ་སྣང་བར་གྱུར་ཅིང་མདུན་དུ་འོངས་ནས་འཛུམ་པས་བལྟས་ནས་འོངས་བ་ལེགས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་ཚེ་ལམ་སོགས་སུ་འཇིགས་པ་ཡོད་མེད་བརྟག་པའི་ཕྱིར་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཕྱོགས་བཞིར་བལྟ་བར་བྱའོ།

Here is the third point. When I have started to look around this way, *it may happen that someone comes into* my line of *vision,* and approaches me. At this point *I should look at them* and give them a smile, *and say, "It is good to see you."* Moreover, as I move down the road it may be necessary *to check* whether or not there are any dangers or the like on the way, and in such a case *I should look around me on all sides, again and again.*

།ངལ་བསོས་ཁ་ནི་ཕྱིར་བལྟས་ནས།
།རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ།
།མདུན་དང་རྒྱབ་ཏུ་བརྟག་བྱས་ནས།
།འགྲོའམ་ཡང་ན་འོང་བྱ་སྟེ།

When I've finished refreshing myself
I should then turn around,
And look at the things behind me;
I should check
In front and in back of me,
And then either go, or come.

།བཞི་པ་ནི། ཡང་ངལ་བསོས་ནས་འགྲོ་བའི་ཚེ་ཁ་ནི་ཕྱིར་ལ་བལྟས་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་རྫས་ལ་སོགས་པ་བལྟ་བར་བྱའོ། །མདུན་དང་རྒྱབ་ཏུ་གཡང་ས་ཡོད་མེད་སོགས་བརྟག་པ་བྱས་ནས་ཇི་ལྟར་རིགས་པས་འགྲོ་བའམ་ཡང་ན་འོང་བར་བྱ་སྟེའོ།

Here is the fourth point. *When I have finished refreshing myself* and it is time to go on, *then I should turn around and look at the things behind me. I should check in front of me and in back of me*—to see if there is anything there like a cliff—*and then either go, or come,* as may be fitting.

།དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ།

།དགོས་པ་ཞིབ་ནས་སྤྱད་པར་བྱ།

I should act the same way
In every circumstance,
Acting only after determining
Whether there is any meaning.

།གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ལུས་ངག་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པར་ཞིབ་ནས་སྤྱད་པར་བྱའོ།

Next is the third section from above, on applying this advice to other activities. *I should act the same way in every circumstance* in which I am about to engage in any physical or verbal action. That is, I should *act only after determining whether there is any meaning,* any benefit, to myself and others.

།ལུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གནས་བྱ་ཞེས།

།བྱ་བ་བསྒོམས་ནས་དེ་ནས་ནི།

།སྐབས་སུ་ལུས་འདི་ཇི་ལྟ་བུར།

།གནས་པ་ཡིན་ཞེས་བལྟ་བར་བྱ།

I should prepare myself and say,
"This is how my body is engaged now."
And then I should look at myself and say,
"For this particular length of time
Just how will my body be engaged?"

།བཞི་པ་ནི། གནས་གང་དུ་སྤྱོད་པའི་ཚེ་ལུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གནས་པར་བྱའོ་ཞེས་བསམས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་བསྒོམས་ནས་དེ་ནས་ནི་བར་སྐབས་སུ་ལུས་འདི་སྤྱོད་ལམ་ཇི་ལྟ་བུར་གནས་པ་ཡིན་ཞེས་བལྟ་བར་བྱ་ཞིང་ཉེས་པ་མེད་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the fourth part, about how to stay in different states. Whenever I am engaged in anything at all, *I should* consider myself, *prepare myself, and say, "This is how my body is engaged* right *now." And then I should look at myself and say,* "Now I am going to undertake some activity *for a particular length of time; just how will my body be engaged,* in what kind of activity?" After this, go and try your best to undertake some activity which is free of any kind of wrong.

།སེམས་ཀྱི་གླང་ཆེན་སྨྱོས་པ་ནི།

།ཆོས་ལ་སེམས་པའི་ཀ་ཆེན་ལ།

།ཇི་ལྟར་བཏགས་པ་མི་འཆོར་བར།

།དེ་ལྟར་འབད་པ་ཀུན་གྱིས་བརྟག

My mind is a wild elephant:
I must tie it properly to the strong stake
Of a spiritual object of focus.
I must try with my every effort
To watch that it stays this way,
Without ever getting loose.

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་གདགས་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་རྩེ་གཅིག་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་བརྟག་པའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཀྱི་གླང་ཆེན་མ་དུལ་ཞིང་སྨྱོས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་བྱ་བར་ཁས་བླངས་པའི་ཆོས་ལ་སེམས་པའི་དམིགས་པའི་ཀ་ཆེན་ལ་ཇི་ལྟར་བཏགས་པ་མི་འཆོར་བར་དེ་ལྟར་འབད་པ་ཀུན་གྱིས་བརྟག་པར་བྱའོ།

Next comes the second point, on how to watch one's mind. Here again there are two divisions: tying the mind to some virtuous object, and checking whether or not you are keeping your mind one-pointedly fixed upon a virtue or not.

Here is the first. *My mind is an elephant* that has yet to be trained, and is still *wild. I must tie it properly to a strong stake;* that is, *to the spiritual object* where I have promised to keep the *focus* of my mind, one-pointedly. *I must try* now *with my every effort to watch that it stays this way, without ever getting loose.*

།ཅི་ནས་ཏིང་འཛིན་བརྩོན་པ་ནི།

།སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་མི་འཆོར་ཡང་།

།བདག་གི་ཡིད་འདི་གར་སྤྱོད་ཅེས།

།དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་སོ་སོར་བརྟག

No matter what I will make efforts
In single-pointed concentration
That never for even a second slips.
I will examine my thoughts
Constantly in a certain way, saying
"What is my mind engaged in?"

།གཉིས་པ་ནི། བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་མ་ཡེངས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྩོན་པ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཆོར་བར་བྱས་ཏེ། བདག་གི་ཡིད་འདི་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་གར་སྤྱོད་ཅེས་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ།

Here is the second division. Now *no matter what I will make efforts* to achieve a kind of *single-pointed concentration* which is focussed on a virtuous object, and which is never distracted elsewhere. I will see that my concentration *never slips* away, *for even a* single *second,* to any other object. And *I will examine my thoughts constantly in a certain way,* which is by saying to myself, "*What is my mind engaged in* right now; is it something which is proper, or something which is improper?"

།འཇིགས་དང་དགའ་སྟོན་སོགས་འབྲེལ་བར།
།གལ་ཏེ་མི་ནུས་ཅི་བདེར་བྱ།
།འདི་ལྟར་སྦྱིན་པའི་དུས་དག་ཏུ།
།ཚུལ་ཁྲིམས་བཏང་སྙོམས་བྱ་བར་གསུངས།

Suppose that in danger or celebration,
Or anything related, I find myself unable;
I should do then the convenient.
It's stated that, at any specific moment
In the act of giving this way,
You should leave the ethical way of life.

།གསུམ་པ་ནི། རང་གི་སྲོག་ལ་གནོད་པའི་འཇིགས་པ་དང་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགའ་སྟོན་དང་། དེ་བས་ཆེས་ལྷག་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སོགས་དང་འབྲེལ་

བས་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཞིབ་ཏུ་ཕྲ་བ་རང་གིས་གལ་ཏེ་མི་ནུས་པ་བྱུང་ན་ཅི་བདེར་བྱ་བར་གནང་སྟེ། བློ་གྲོས་མི་ཟད་པས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། འདི་ལྟར་སྦྱིན་པའི་དུས་སུ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྡུས་ཏེ་བཏང་སྙོམས་སུ་བྱའོ། །ཞེས་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་ཏུ་མི་ནུས་ཤིང་སྦྱིན་པ་ལ་སློབ་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྦྱིན་པའི་དུས་དག་ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཕྲ་མོ་སྒྲུབ་མི་ནུས་པ་བཏང་སྙོམས་སུ་བཞག་པར་གསུངས་སོ། །ལམ་གྱི་གོ་རིམས་ལ་མཁས་པར་བྱས་ནས་རིམས་ཅན་དུ་རྫོགས་པར་བྱ་དགོས་པའི་དོན་ཏོ།

Next is the third point, an explanation of situations which are allowed, and those which are not. Suppose there is a situation where there is some *danger* that threatens my life, *or* I am engaged in some *celebration* such as an offering to the Jewels, *or* else I have to do *anything related* to something which is of even greater benefit to living beings, or anything of the like. *And suppose* that during one of these occasions *I find myself unable* to maintain very fine scrutiny of the actions of my body and my mind.

In such a case we are allowed to continue *as we may find most convenient.* The *Sutra Requested by Unending Understanding states, "At any specific moment,* when you are performing *the act of giving in this way,* then *you should* withdraw somewhat from the practice of the *ethical way of life,* and *leave it* for the moment." This quotation is saying that, if you are unable at the same moment to maintain both of these two practices, then assuming it is the time for giving—that is, assuming you are concentrating primarily on learning the practice of giving at this point—then you should leave off the practice of an ethical way of life, as far as those fine points which you are unable to maintain at the moment. The point of this verse is that we must become masters in understanding the proper order of the path, and then complete each step of the path in its proper order.

།གང་ཞིག་བསམས་ཏེ་བྱར་བརྩམས་པ།
།དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་བསམ་སྟེ།
།དེར་གཏད་པ་ཡི་བསམ་པ་ཡིས།
།དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་བསྒྲུབ་པར་བྱ།

།དེ་ལྟ་ན་ནི་ཀུན་ལེགས་བྱས།
།གཞན་དུ་གཉི་གར་མི་འགྱུར་རོ།
།ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་ཉེ་ཉོན་མོངས།
།དེ་ལྟ་ན་ནི་འཕེལ་མི་འགྱུར།

With any action first consider,
And then undertake it,
Without thinking of any other.
If you focus your mind on this,
Then for the time being undertake
To practice it alone.

If you keep this way then everything
Will come out perfectly;
Otherwise you will fail in both.
If you follow this too then
The secondary afflictions of failing
In watchfulness will never grow.

།སྦྱིན་པ་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་ཇི་ལྟར་བཏང་སྙོམས་སུ་བྱ་ཞེ་ན་གོ་རིམས་ངེས་ཅན་དུ་སློབ་དགོས་པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་གི་ཐོག་མར་བློས་བསམས་ཏེ་བྱ་བར་བརྩམས་པ་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་བསམ་སྟེ་ཐོག་མར་བརྩམས་པའི་སྦྱིན་པ་དང་ཡིད་གཏད་པའི་བསམ་པ་ཡིས་སྦྱིན་པ་དེ་ཉིད་རེ་ཤིག་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ་ལམ་ལ་གོ་རིམས་ངེས་ཅན་དུ་བསླབས་པ་དེ་ལྟ་ན་ནི་ཀུན་ལེགས་པར་བྱས་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་གོ་རིམས་ལོག་ན་སྔ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་མཐར་ཕྱིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རིམ་པ་མི་ཤེས་པའི་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལམ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་ན་ནི་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་བས་ལམ་གྱི་གོ་རིམས་ལ་མཁས་པར་བྱའོ།

One may raise the following objection: "The practice of an ethical way of life is superior to the practice of giving; how is it then that we are supposed to leave off the former practice for the latter?" *With any* series of actions that you must practice in a definite order, you must be careful to *consider* carefully

which should come first. Then you should *undertake this* first *action and not think of some other one.*

If you are starting with the practice of giving, if you are *focussing your mind on this, then you should for the time being undertake to practice it only. If* you train yourself *this way* where there is a path that must be followed in a certain fixed order, *then everything will come out perfectly;* whereas if you do *otherwise,* and reverse the order somehow, *you will fail in* bringing *both* the earlier and the later steps to their proper conclusion.

There are *secondary* types of *mental affliction* which are a kind of failure to understand the stages of the path, *a failure of watchfulness,* and *if you follow* this understanding of the stages then *they will never grow* strong within you. As such you must become a master in understanding the proper order of the stages of the path.

།གཉིས་པ་ཉམས་པ་བསྲུང་བ་ལ་གཉིས། ལུས་ཀྱི་བསླབ་པ་ཉམས་པ་བསྲུང་བ་དང་། སེམས་ཀྱི་བསླབ་པ་ཉམས་པ་བསྲུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྣམ་གཡེང་གི་དབང་དུ་མི་བཏང་བ་དང་། དོན་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་སྤང་བ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཚེ་ཀུན་སློང་གི་བསམ་པ་བརྟག་པའོ།

Here is the second major section, on how to prevent oneself from slipping. This section itself has two parts: preventing yourself from slipping in the rules for the body, and preventing yourself from slipping in the rules for the mind. The first of these has three divisions, which are keeping yourself from falling under the control of distraction; giving up activities which are meaningless; and checking your motivation whenever you engage in any action.

།བྲེ་མོའི་གཏམ་ནི་སྣ་ཚོགས་དང་།
།ངོ་མཚར་ལྟད་མོ་རྣམ་མང་པོ།
།ཀུན་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན།
།དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བར་བྱ།

Even if I must engage
In all sorts of useless conversation,
Or all those many kinds
Of interesting spectacles,
Still I should abandon
Any desire for them at all.

།དང་པོ་ནི། རྒྱལ་པོ་དང་ཆོམ་རྐུན་གྱི་གཏམ་སོགས་བྲེ་མོའི་གཏམ་ནི་སྣ་ཚོགས་པ་དང་གླུ་གར་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མཚར་བའི་ལྟད་མོ་རྣམ་པ་མང་པོ་ཀུན་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱ་ཞིང་། དགོས་པ་ཡོད་པའམ་གཞན་གྱི་ངོར་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན་བྱ་བ་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བར་བྱའོ།

Here is the first. I should keep myself from engaging in *all sorts of useless conversation* such as talk about the leaders of countries, and criminals or the like; I should as well avoid *all those many kinds of interesting spectacles* such as performances of music or dance. *Even if* there is some pressing need to *engage* in these things, or if I do so out of consideration for others' wishes, *I should still abandon any desire at all for these* things.

།དོན་མེད་ས་རྐོ་རྩྭ་གཅོད་དང་།
།ས་རིས་འདྲི་སོགས་བྱེད་གྱུར་ན།
།བདེ་གཤེགས་བསླབ་པ་དྲན་བྱས་ནས།
།སྐྲག་པས་དེ་ཡི་མོད་ལ་དོར།

One should recall the rules
Of Those Who Have Gone to Bliss,
And out of terror desist immediately
From any activity such as digging the earth,

Cutting living plants, or drawing in the soil
Without any particular need.

།གཉིས་པ་ནི། དགེ་སློང་མིན་ཡང་དོན་མེད་པར་ས་རྐོ་བ་དང་རྩྭ་གཅོད་པ་དང་། ས་རིས་འདྲི་བ་སོགས་བྱེད་པར་གྱུར་ན། བདེ་གཤེགས་ཀྱི་བསླབ་པ་དྲན་པར་བྱས་ནས་ཉེས་དམིགས་ལ་སྐྲག་པས་དེའི་མོད་ལ་དོར་བར་བྱའོ།

Here is the second division. Even though one may not be a fully ordained monk, *one should* still *recall the rules* established by *Those Who Have Gone to Bliss, and out of terror* for the problems that would come to oneself *desist immediately from any activity such as digging the earth, cutting living plants, or drawing in the soil without any particular need* to do so.

།གང་ཚེ་བསྐྱོད་པར་འདོད་གྱུར་ཏམ།

།སྨྲ་བར་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་།

།དང་པོར་རང་གི་སེམས་བརྟགས་ནས།

།བརྟན་པས་རིགས་པ་ལྡན་པར་བྱ།

Whenever I feel a wish to move
Or any wish at all to express myself,
I will first check my own mind;
I resolve firmly to act
In accord with what is right.

།གསུམ་པ་ལ་གསུམ། བསྟན་པ་དང་། བཤད་པ་དང་། དོན་བསྡུ་བའོ། །གང་གི་ཚེ་ལུས་བསྐྱོད་པར་འདོད་པར་གྱུར་ཏམ་ངག་སྨྲ་བར་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་དང་པོར་རང་གི་སེམས་ལ་བརྟགས་ནས་ཉེས་པའི་དབང་དུ་མི་བཏང་བར་བརྟན་པས་འཇུག་ལྡོག་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་དང་ལྡན་པར་བྱའོ།

The third division has three parts of its own: the teaching, its explanation, and a summary. *Whenever I feel a wish to move* my body, *or any wish at all to express myself* in speech, *I will first check my own mind.* I will not allow myself to fall under the power of anything wrong, and *I resolve firmly to act in accord with what is right:* with what I know should be done, and should not be done.

།གཉིས་པ་ལ་ལྔ། ཉོན་མོངས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། རྒོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། རྙེད་བཀུར་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གཞན་དོན་ལ་སེམས་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཁྲོ་བ་དང་ཞུམ་པ་སོགས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ།

The explanation comes in five sections: what to do when you feel as though you want to have a mental affliction; what to do when agitation or similar thoughts come; what to do when you feel desire for material gain or fame, or anything of the like; what to do when you should be thinking of the benefit of others; and what to do when you feel as though you want to have a feeling like anger, depression, or such.

།གང་ཚེ་རང་ཡིད་ཆགས་པ་དང་།
།ཁྲོ་བར་འདོད་པ་དེ་ཡི་ཚེ།
།ལས་སུ་མི་བྱ་སྨྲ་མི་བྱ།
།ཤིང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པར་བྱ།

Whenever I feel as though I want
To have attachment, or else anger,
I should keep from going into action,
I should keep from speaking out,
I should stay as a bump on a log.

།དང་པོ་ནི། །གང་གི་ཚེ་རང་གི་ཡིད་ཆགས་པ་དང་ཁྲོ་བར་འདོད་པ་དེའི་ཚེ་ལུས་ཀྱིས་ལས་སུ་མི་བྱ། ངག་གིས་སྨྲ་བར་མི་བྱ་བར་གཉེན་པོ་བཟུང་ས་ཐུབ་པ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པར་བྱའོ།

Whenever I feel as though I want to have attachment, or else anger, I should keep my body *from going into action, and I should keep* my speech *from speaking out. I should stay* as I am, working on the antidote, and stay as still *as a bump on a log.*

།དགོད་དང་ག་ཞར་བཅས་པའམ།
།གལ་ཏེ་ང་རྒྱལ་རྒྱགས་ལྡན་པའམ།
།མཚང་འབྲུ་བ་ཡི་བསམ་པ་དང་།
།གལ་ཏེ་སྐོར་འབྱིན་སླུ་སེམས་སམ།

Suppose I feel agitation,
Or an urge to humiliate someone,
Or pride, or else conceit;
Suppose it occurs to me
That I should expose
Another person's faults,
Or deceive another
By pulling the wool over their eyes.

།གཉིས་པ་ནི། ཡུལ་ལ་འཕྱུར་བའི་རྒོད་པ་དང་བཞད་གད་ཀྱིས་ཅོ་འདྲི་བའི་ག་ཞར་བཅས་པའམ། གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལང་ཚོ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱགས་པ་དང་ལྡན་པའམ། གཞན་གྱི་མཚང་འབྲུ་བའི་བསམ་དང་། གལ་ཏེ་སྐྱོར་འབྱིན་ཏེ་ཆོག་མི་ཤེས་པས་ཁེ་ཚོལ་བ་དང་གཡོ་རྒྱུས་གཞན་བསླུ་བར་སེམས་སམ།

Here is the second section. *Suppose I* begin to *feel agitation,* where my mind floats from one object to another, *or* else *an urge to humilate someone,* by laughing at them derisively. *Or* say that I start to feel *pride,* where I am puffed up by thinking of my own qualities, *or else conceit,* which comes from thinking of my own youthful vitality or the like. *Suppose* as well that *it occurs to me that I should expose another person's faults* publicly, or that I should *pull the wool over another's eyes;* that is, *deceive another* person by some devious action motivated by my own lack of contentment, my desire for some kind of profit for myself.

།གང་ཚེ་བདག་བསྟོད་ལྷུར་ལེན་པའམ།
།གཞན་ལ་སྨོད་པ་ཉིད་དང་ནི།
།གཤེ་བཅས་འགྱེད་དང་བཅས་གྱུར་པ།
།དེ་ཚེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།

Or suppose a time comes
That I feel the urge
To sing my own praises,
Disparage others, or else contend.

In every such situation
I should stay like a bump on a log.

གང་གི་ཚེ་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་བདག་བསྟོད་ལྷུར་ལེན་པའམ། སྐྱོན་བརྗོད་པས་གཞན་ལ་སྨོད་པ་ཉིད་དང་ནི་སྐུར་བ་འདེབས་པའི་གཤེ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། རྩོད་ཅིང་འགྱེད་པ་དང་བཅས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཚེ་གཉེན་པོ་རང་རྒྱུ་ཐུབ་པ་མི་གཡོ་བར་ཤིང་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱའོ།

Or suppose a time comes that I feel the urge to sing my own praises, describing to everyone my good qualities; or else to *disparage others* by criticizing them, or to scold them with words of contempt. Suppose finally that I feel the need to engage in some argument with someone else, to *contend* with them. *In every such situation I should* stand completely still, and not move the slightest, and *stay like a bump on a log.*

།རྙེད་དང་བཀུར་སྟི་གྲགས་འདོད་པའམ།
།གཡོག་འཁོར་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པའམ།
།བདག་སེམས་རིམ་གྲོ་འདོད་གྱུར་ན།
།དེ་ཚེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།

Suppose as well that I feel
A desire for gain, or else for honor;
For a great circle of servants,
Or else the service of others.
On these occasions too I should stay
Still as a bump on a log.

།གསུམ་པ་ནི། ནོར་ལ་སོགས་པའི་རྙེད་པ་དང་བཀུར་སྟི་གདན་འདིངས་པ་སོགས་དང་སྙན་པའི་གྲགས་པའམ། །གཡོག་འཁོར་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པའམ། བདག་གི་སེམས་སྐུ་མཉེ་སོགས་རིམ་གྲོ་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་དེའི་ཚེ་ཤིང་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་བཟུངས་ཐུབ་པར་གནས་པར་བྱའོ།

Here is the third section. *Suppose as well that I feel a desire for gain*—in the form of money for teaching or the like; *or else honor,* such as when others prepare a seat upon which I shall teach; or reputation. *Or* perhaps I may begin to hope for *a great circle of servants, or else* desire *the service of others,* who come to honor me by massaging my body. *On these occasions too I should stay still as a bump on a log,* stay concentrating on the antidotes that work against these attitudes.

།གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་།
།རང་དོན་གཉེར་བར་འདོད་པ་དང་།
།སྨྲ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་ན།

།དེས་ནི་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།

Suppose I ignore the needs of others,
Or strive only for my own needs,
Or else get the urge to simply talk;
When I am like this, I should stay
As still as a bump on a log.

།བཞི་པ་ནི། རང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སེམས་པའི་ཚེ་གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བའམ། རང་དོན་འབའ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བར་འདོད་པ་དག་དང་། ངག་སྨྲ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་ན་གང་ཟག་དེས་ནི་ཤིང་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱའོ།

Here is the fourth section. *Suppose* that, while I am supposed to be intent on reaching the goals of both myself and others, *I ignore the needs of others, or* else begin to *strive only for my own needs, or else get the urge to simply talk. Whenever I am* acting *like this* kind of person, *I should stay as still as a bump on a log.*

།མི་བཟོད་ལེ་ལོ་འཇིགས་པ་དང་།
།དེ་བཞིན་སྤྱི་རྟོལ་མུ་ཅོར་དང་།
།རང་གི་ཕྱོགས་ཞེན་སེམས་བྱུང་ན།
།དེ་ཚེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།

Suppose I can no longer endure,
Or feel laziness, and fear.
Just so I might want to act
In some uncontrolled way,
Or engage in some irrelevant chatter,
Or get the thought to feel
Some bias for my own kind.
At such times too I should stay
As still as a bump on a log.

།ལྔ་པ་ནི། ཁྲོ་བ་དང་སྡུག་བསྔལ་སོགས་མི་བཟོད་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་མི་སྤྲོ་བའི་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་དགེ་བ་བསྒྲུབ་པ་སོགས་ལ་འཇིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ཏུ་མ་བསྡམས་པས་ཡོད་ཆེ་བའི་སྤྱི་གཏོལ་དང་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་མུ་ཅོར་སྨྲ་བ་དང་། རང་གི་ཕྱོགས་གཉེན་

སོགས་ལ་ཞེན་པའི་སེམས་བྱུང་ན་དེས་ནི་སྦྱོར་བས་གཉེན་པོ་བཟུང་ས་སྡུབ་པ་ཤིང་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱའོ།

Here is the fifth section. *Suppose* I reach a point where I feel *I can no longer endure* another's anger, or some suffering, or anything of the like. Or suppose I fall under the power of *laziness,* meaning a lack of joy for performing virtuous deeds, and so develop a *fear* for accomplishing good deeds or such.

Just so I might want to act in some insistent, *uncontrolled way,* lacking any self-restraint at all, *or* else feel the urge to *engage in some irrelevant chatter. Or* else I may *get the thought to feel some bias for my own kind,* my own relatives or the like. *At such times too I should* stop myself, and *stay as still as a bump on a log,* and maintain the antidotes for all these actions.

།དེ་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་།
།དོན་མེད་བརྩོན་པའི་ཡིད་བརྟགས་ནས།
།དེ་ཚེ་དཔའ་བོས་གཉེན་པོ་ཡིས།
།དེ་ནི་བརྟན་པོར་གཟུང་བར་བྱ།

I should in this way check myself
For thoughts filled with mental afflictions,
Or those thoughts where I want
To make some kind of meaningless efforts.
Whenever they do come,
I should act like a warrior,
Using the antidotes
To keep my mind firm and steady.

།གསུམ་པ་དོན་བསྡུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་དོན་མེད་པ་ལ་བརྩོན་པའི་ཡིད་ལ་བརྟགས་ནས་དེའི་ཚེ་དཔའ་བོ་སྟོབས་ལྡན་དང་འདྲ་བའི་གཉེན་པོ་ཡིས་ཡིད་དེ་ནི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་མི་འཇུག་པར་བརྟན་པོར་གཟུང་བར་བྱའོ།

Here finally is the third part from above: the summary. *I should* then *in this way check myself for thoughts* which are *filled with mental afflictions, or* else for *those thoughts where I want to make some kind of meaningless efforts. Whenever they do come, I should act like* some great and powerful *warrior:* I should *use the* proper *antidote* attitudes, and *keep my mind firm and steady,* preventing it from engaging in any negative action.

The Asian Classics Institute
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Reading Ten: The Perfections of Giving and Ethical Living

The following reading is taken from the *Entry Point for Children of the Victorious Buddhas (rGyal-sras 'jug-ngogs)*, a commentary by Gyaltsab Je Darma Rinchen (1364-1432) on the book called *Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Byang-chub-sems-dpa'i spyod-pa la 'jug-pa*) by Master Shantideva (c. 700 AD).

****

།གསུམ་པ་ལ་གསུམ། སྦྱིན་པའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྦྱིན་པ་བྱ་བ་དང་། དགེ་བའི་ལས་རྣམས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱ་བ་དང་། དགེ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཁྱད་ཞུགས་ཤིང་དགོས་པ་བརྟགས་ནས་བྱ་བའོ།

Here is the third part, [which is advice that you should involve yourself only with virtuous activities]. This part has three sections of its own: advice to perform the act of giving towards exceptional objects; advice to perform virtuous activities on one's own accord; and advice to develop the perfection of giving ever higher, and to act after once one has examined the purpose of acting.

།རྟག་པར་མཚོན་ཞེན་གྱིས་བསླང་བའམ།
།གཉེན་པོ་ཡིས་ནི་བསླང་བ་ཉིད།
།ཡོན་ཏན་དང་ནི་ཕན་འདོགས་ཞིང་།
།སྡུག་བསྔལ་བ་ལ་དགེ་ཆེན་འགྱུར།

The power of the virtue
Is so much more powerful
If done all the time,

Motivated by strong enthusiasm,
Only by the antidote, or performed
Towards objects of high spiritual qualities,
Those who've been of great benefit,
Or those who are suffering.

།དང་པོ་ནི། དགེ་བ་རྟག་པར་རྒྱུན་དུ་བྱ་བ་དང་། མངོན་ཞེན་གྱིས་བསླང་བ་སྙི་འདུན་པ་དྲག་པོས་བྱ་བ་དང་། མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིས་ནི་ཀུན་ནས་བསླང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞིང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཞིང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དང་ཕ་མ་སོགས་ཕན་འདོགས་པའི་ཞིང་དང་། དབུལ་ཕོངས་སོགས་སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་བྱིན་པས་དགེ་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས་འབད་པར་བྱའོ།

Here is the first. Since *the power of the virtue is so much more powerful,* I should exert myself in the following kinds of virtuous activity:

* Giving which is done *"all the time,"* meaning on a regular basis;

* That which is *motivated by strong enthusiasm*—performed with fierce good feelings;

* That which is *motivated only by* attitudes such as a lack of attachment—by thoughts which provide *the antidote* for negativities;

* That which is *performed towards* the highest objects: *objects of high spiritual qualities* such as the Three Jewels or the like, *and* objects who have been *of great benefit,* such as your parents;

* That which is performed towards objects which are *suffering*—the poor and the like.

།མཁས་ཤིང་ལྡང་དང་ལྡན་བྱས་ནས།
།ལས་རྣམས་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་བྱ།
།ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་སུ་ལ་ཡང་།
།ལྟོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ།

I should become a master, and learn
To have great faith and enthusiasm;
They will lead me to perform deeds at all times.
I will learn to accomplish all kinds of virtue
Even if there's no one else at all
On whom I can depend.

།གཉིས་པ་ནི། བླང་དོར་དང་འཇུག་ལྡོག་ལ་མཁས་ཤིང་དགེ་བ་ལ་དད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱས་ནས་དགེ་བའི་ལས་རྣམས་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་བྱའོ། །གཞན་འབའ་ཞིག་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དགེ་བའི་ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་གྲོགས་སུ་ལ་ཡང་ལྟོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ།

Here is the second. *I should become a master* of engaging in those actions which are to be taken up, and of avoiding those actions which are to be abandoned. And I should *learn to have great faith and enthusiasm* for virtuous deeds. *These* then *will lead me to perform* virtuous *deeds at all times.* And I will not perform these good deeds only because others have induced me to do so; *I will learn to accomplish all kinds of virtue even if there is no one else at all on whom I can depend* to help me.

།སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ལ་སོགས།
།གོང་ནས་གོང་དུ་ཁྱད་ཞུགས་སྤྱད།
།ཆུང་ངུའི་ཕྱིར་ནི་ཆེ་མི་གཏང་།
།གཙོ་ཆེར་གཞན་གྱི་དོན་བསམ་མོ།

I will perform the perfections
Of giving and the rest
So they are heightened ever further,
And never give up the greater for the less:
Concentrate on others' aims.

།གསུམ་པ་ནི། སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བར་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཁྱད་ཞུགས་ཤིང་འཕེལ་བ་སྤྱད་པར་བྱའོ། །སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་དགོས་པ་དང་དགེ་བ་ཆུང་ངུའི་ཕྱིར་ནི་ཆེ་བ་མི་བཏང་ཞིང་ཆེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །ཤུགས་ཀྱིས་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་མི་ནུས་ཤིང་ནང་འདོམས་ན་ཆེན་པོ་བསྲུང་བའི་དོན་དུ་ཆུང་ངུ་བཏང་བར་

བསྟན་ཏོ། །ཆེ་ཆུང་གང་གིས་འཛོག་ཅེ་ན་ཚེ་འདིའི་རང་དོན་དང་གཞན་དོན་ལྟ་བུ་གཅིག་བྱས་པས་ཅིག་ཤོས་ཉམས་པར་འགྱུར་ན། གཙོ་ཆེར་གཞན་གྱི་དོན་བསམ་མོ།

Here is the third. *I will perform the perfections of giving and "the rest,"* meaning all of those up to wisdom, in such a way that *they are heightened ever further;* that is, so they increase in strength. Whenever I engage in the perfections of giving, an ethical way of life, or any of the others, I should *never give up* activities which are of *greater* virtuous power *for* those which are of *less*—I should rather concentrate my efforts on the greater.

These lines are indicating, by implication, the following: where one is unable to perform both the action of lesser power and the one of greater power—where a time has come where one must choose between the two—then we should give up the deed of lesser virtue to prevent the greater one from being lost. How do we establish which deeds are greater, and which are lesser? If for example there is a choice between accomplishing one's own aims or someone else's aims in this present life—if by bringing about one you would lose the other—then you should *concentrate on others' aims.*

།གསུམ་པ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསླབ་པ་ལ་གསུམ། གཞན་དོན་ལ་ལྷུར་བླང་བ་དང་། རང་ཉེས་པས་མ་གོས་པར་གཞན་བསྡུ་བའི་སྤྱོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྲུང་ཞིང་ཉེས་པས་མི་གོས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབ་པའོ།

The third general section concerns training oneself in the ethical way of life in which one acts for the benefit of others. Here there are three parts: throwing oneself into the service of others; acting in ways which attract others to the teaching, while still striving to avoid being sullied by any bad deeds oneself; and training oneself in ways to preserve the opinions of others, and acting so that one is left unsullied by bad deeds.

།དེ་ལྟར་རིག་བྱས་གཞན་དོན་ལ།
།རྟག་ཏུ་བརྩོན་པར་གནས་པར་བྱ།
།ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་རིང་གཟིགས་པས།
།བཀག་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་གནང་།

They should in this way learn,
And then make efforts always
To fill the needs of others.
Those who possess compassion,
Who see the distant, have allowed
Even the prohibited.

།དང་པོ་ནི། སྔར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བླང་དོར་གྱི་གནས་རིག་པར་བྱས་ཏེ་གཞན་དོན་ལ་རྟག་ཏུ་བརྩོན་པར་གནས་པར་བྱ་ལ། གཞན་དོན་ལ་བྱ་བ་སྣ་ཚོགས་སྤྱད་དགོས་པས་རང་ཉིད་ཉེས་པས་གོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རིང་བའི་ལྐོག་གྱུར་གྱི་དོན་རྣམས་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པས་ལུས་ངག་གི་མི་དགེ་བ་བདུན་ལ་སོགས་པ་ཉན་ཐོས་རང་དོན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ལ་བཀག་པ་རྣམས་ཀྱང་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཚེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་གནང་བས་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་བར་མ་ཟད་ཚོགས་ཆེན་པོར་འགྱུར་ཏེ། གསང་ཆེན་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས། དེད་དཔོན་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོས་མི་ནག་པོ་བསད་པས་བསྐལ་པ་དུ་མའི་འཁོར་བ་བསྐྱིལ་བར་གསུངས་པས་དང་། བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་སྐར་མའི་བྱུང་བ་ལ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན་ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་རིང་གཟིགས་པ་ལུས་ངག་གི་བདུན་གནང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ལ་བཤད་པར་བྱའོ།

Here is the first. One may ask the following question: "Bodhisattvas *should, in this way* mentioned above, *learn* the art of which actions to take up, and which to give up. *And then they should always make efforts to fill the needs of others.* Isn't it true though that, because filling the needs of others may require us to undertake a wide variety of different actions, we might ourselves become sullied by some bad deeds?"

Those who possess compassion, the Buddhas, *see* directly even those objects which are *"distant,"* in the sense of being abstruse. There are certain actions, like the seven bad deeds of body and speech, which they *have prohibited* for listeners—for those who are working primarily for their own aims. On certain extraordinary occasions though, they have *allowed even* these same actions to bodhisattvas; when such persons perform these acts they are not only not a bad deed, but rather become the accumulation of great goodness.

The *Sutra on Skilful Means, the Great Secret,* for example mentions the ship captain named Great Compassion, who killed evil persons and thereby erased many eons of his future suffering in the cycle of life. There is also the incident that is stated to have occurred with the Brahmin youth named Karma.

The phrase "those who possess compassion, who see to a distance" can also be explained as referring to these bodhisattvas—the ones for whom the seven deeds of body and speech are allowed—themselves. [It should be noted at this point that the practice of performing one of the seven bad deeds for great goodness is severely restricted, to those who have been practicing the bodhisattva path literally for millions of years, and should not be construed as allowed for others.]

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཟང་ཟིང་གིས་བསྡུ་བ་དང་། ཆོས་ཀྱིས་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་ཁྱད་པར་དང་། བྱ་བ་ཕྲན་ཚེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གནོད་པར་མི་བྱ་བ་དང་། ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའི་དུས་དང་དགོས་པ་བཤད་པའོ།

The second part has two of its own: attracting others to the teaching through the use of material things, and attracting them through the Dharma. The first of these has three further sections: an explanation of the distinction between when to give food and clothing, and when not to give them; advice not to harm the body in order to accomplish some minor deed; and a description of the time and purpose when it would be appropriate to give up even one's own body.

།ལོག་པར་ལྷུང་དང་མགོན་མེད་དང་།
།བརྟུལ་ཞུགས་གནས་ལ་བགོ་བྱ་ཞིང་།
།རན་པ་ཙམ་དུ་བཟའ་བྱ་སྟེ།
།ཆོས་གོས་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་སྦྱིན།

I should offer an equal share
To those who have fallen wrong,
Who have no one to protect them,
Who are engaged in asceticism.
I myself should eat only the proper amount,
And give away any possession
Except for my three dharma robes.

།དང་པོ་ནི། ཟས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཚེ་ལོག་པར་ལྟུང་བ་དུད་འགྲོ་དང་། ཡི་དྭགས་དང་། མགོན་མེད་པའི་ནད་པ་སོགས་དང་། བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྤྱོད་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཡང་ཆ་རེ་བགོ་བར་བྱ་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ཚོད་རིག་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཟས་ལ་བརྟེན་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་རན་པ་ཙམ་དུ་བཟའ་བར་བྱ་སྟེ། ཀུན་སློང་སོགས་བཤེས་སྤྲིང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ།

Whenever I partake of food, *I should* also *offer an equal share* to each of the following, should they be present: *to "those who have fallen wrong,"* meaning animals and tormented spirits; to the sick and others *who have no one to protect them;* and to those *"who are engaged in asceticism"*—referring to celibate, ordained persons.

I myself should follow the advice expressed in the phrase, "In all things judge the proper amount," and *eat only the proper amount* of food, without committing any of the inappropriate deeds which relate to partaking of food. The motivation and such for eating should be the same as that described in the *Letter to a Friend.*

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དགེ་སློང་གིས་སྣམ་སྦྱར་དང་། བླ་གོས་དང་། མཐང་གོས་ཏེ་ཆོས་གོས་གསུམ་མ་གཏོགས་པར་ཡོ་བྱད་གཞན་ཡོད་ན་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །ཆོས་གོས་གསུམ་ཡང་ལྷག་པའི་ཡོ་བྱད་ཡོད་ན་སྦྱིན་པར་བྱའི། ཚན་པ་གཅིག་ལས་མེད་ན་སྦྱིན་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཚངས་པར་སྤྱོད་པའི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

A bodhisattva who is a fully ordained monk should be ready to *give away any possession* he has, with the *exception* of his *three dharma robes:* his outer robe, his inner robe, and his lower robe. Even with these three robes, the bodhisattva may give away any extra ones that he may have, but may not give away those where he has no more than one, since this would be an obstacle to his practice of celibacy.

།དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྤྱོད་པའི་ལུས།
།ཕྲན་ཚེགས་ཆེད་དུ་གནོད་མི་བྱ།

།དེ་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་ཅན་གྱི།
།བསམ་པ་མྱུར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར།

I carry out the holy Dharma
With my body; I should never harm it
For some minor benefit.
If I am able to act this way,
Then I can quickly fulfil
The hopes of every living being.

།གཉིས་པ་ནི། གང་ཞིག་བསྟེན་ན་རང་གཞན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྤྱོད་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རང་གི་ལུས་གཞན་ལ་ཕན་པ་ཕྲན་ཚེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གནོད་པར་མི་བྱ་སྡེ་རྨ་བཞིན་དུ་བསྲུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་དལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་བསླབ་པ་གསུམ་རྫོགས་པའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་མྱུར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ལུས་ནི་དགྲ་ལྟར་མཐོང་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་བསྲུང་བྱ། །ཁྲིམས་ལྡན་ཡུན་རིང་འཚོ་བ་ནི། །དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

Here is the second section. *My body* is a base from which *I carry out the holy Dharma;* it is something with which, if I care for it properly, I can accomplish vast purposes for myself and others. *I should never* do any kind of *harm* to *it* merely *for some minor benefit* that it might do for someone else—I should shield it in the same way I would an open wound. Why is this so? Because *if I am able to act this way, then I can*—by using the spiritual leisure and fortune which I've found—reach the culmination of the practice of the three trainings, and in this way *quickly fulfill the hopes of every living being.* As the *Four Hundred Verses* says,

> We should admittedly view this body
> as though it were the enemy;
> But all the same it is a thing
> we must protect as well.
> It is an action which creates
> tremendous stores of merit
> To live a life of many years
> maintaining one's morality.

།སྙིང་རྗེའི་བསམ་པ་མ་དག་པར།

།ལུས་འདི་གཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ།

།ཅི་ནས་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་།

།དོན་ཆེན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུར་གཏང་ངོ་།

I should never give away my body
With impure thoughts of compassion.
I should no matter what give away
My body, to achieve great goals
In both this and the future.

།གསུམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་པོ་ནས་ལུས་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བཏང་མོད་ཀྱང་། ལུས་ཀྱི་ཤ་ལ་སོགས་པ་སློང་བའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་ཡིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྗེས་སུ་འགྱོད་པ་སོགས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སྙིང་རྗེའི་བསམ་པ་མ་དག་པར་སྦྱོར་བས་ལུས་འདི་བཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ། རྒྱས་པར་བསླབ་བཏུས་སུ་མདོ་དྲངས་པ་ལྟར་དུས་མ་ཡིན་པར་གཏོང་བ་བདུད་ཀྱི་ལས་སུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

Here is the third part. It is admittedly true that bodhisattvas do, from the very beginning, offer their own bodies and the like to living beings from the very bottom of their hearts. *I should never* though perform the asceticism of *giving away* the flesh of *my body* or something of the like to someone who requests it in a way which involves an *impure* version of the *thoughts of compassion* where I am supposed to cherish others more than myself; that is, in such a way that I would feel distaste, or regret my offering later, or anything of the like. This point is expanded upon in the *Compendium of Training,* where a sutra is quoted which states that giving away things at the wrong time is the work of demons.

།རང་ངོས་ནས་སེར་སྣ་སོགས་སྒྲིབ་པའི་གེགས་དང་བྲལ་ཞིང་ཉེས་མེད་དུ་ཚོགས་ཆེན་པོ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཚེ། ཅི་ནས་ཀྱང་ཚེ་རབས་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་དོན་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་བའི་ཚེ་བཏང་ངོ་།

When there comes a time however when I have, on my side, freed myself from stinginess and other obstacles to the perfection of giving, and when I could without any problems thereby accumulate a great deal of virtuous energy, then *I should no matter what give away my body,* for this would act as a cause for me to *achieve great goals in both this and* all *my future* lives.

།གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཆོས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་དང་། སྣོད་ཀྱི་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་བརྟག་པ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་སྦྱར་བར་མི་བྱ་བའོ།

Here is the second part from above, about attracting others to the teachings through the Dharma. Here there are three points: notes on the proper behavior of a person who is listening to the Dharma—that is, a description of persons to whom it would be improper to teach the Dharma; learning to judge details of the state of mind of the person who is to receive the teachings; and instruction not to take a person who has an aptitude for the wide-reaching path and introduce them to one which is lesser.

།མ་གུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད།
།མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་དཀྲིས་དང་།
།གདུགས་དང་འཁར་བ་མཚོན་ཐོགས་དང་།
།མགོ་བོ་གཡོགས་པ་དག་ལ་མིན།

I should not teach the Dharma
To those who have no respect;
To those not ill wearing veils;
Who hold an umbrella, staff, or weapon;
Or who cover their heads with cloth.

།དང་པོ་ནི། ཆོས་དང་ཆོས་སྨྲ་བ་ལ་མ་གུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་ཅིང་སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་དཀྲིས་པ་དང་། ལག་ན་གདུགས་དང་། འཁར་བ་དང་། མཚོན་ཆ་ཐོགས་པ་དང་། རས་ལ་སོགས་པས་མགོ་བོ་གཡོགས་པ་དག་ལའང་ཆོས་བཤད་པར་བྱ་བ་མིན་ནོ།

Here is the first. *I should not teach the Dharma to those who have no respect* for the Dharma, or no respect for the one teaching the Dharma. Nor should I teach the Dharma *to those* who exhibit certain kinds of behavior, such as *wearing veils* or the like (assuming they are *not* doing so because they are *ill); holding an umbrella,* a *staff, or* some *weapon; or covering* the tops of *their heads with cloth* or such.

།དམན་ལ་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་དང་།

།སྐྱེས་པ་མེད་པར་བུད་མེད་མིན།

།དམན་དང་མཆོག་གི་ཆོས་རྣམས་ལ།

།མཚུངས་པར་གུས་པས་ཀུན་དུ་སྤྱད།

I should not teach the profound
And far-reaching aspects to the lesser,
Nor a woman without a male.
I should follow the behavior
Of respecting all Dharma equally,
No superior or inferior kinds.

།གཉིས་པ་ནི། སྣོད་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པ་དམན་པ་ལ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་མི་བཤད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་མེད་པར་བུད་མེད་གཅིག་པུ་ལ་ཡང་མིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོས་ལྟ་བུ་དམན་པ་དང་མཆོག་གི་ཆོས་རྣམས་བཟང་ངན་དང་། རིགས་མི་རིགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཐབས་སུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་སོགས་སོ་སོར་ཕྱེ་ན་ཆོས་སྤོང་དུ་གསུངས་པས། ཀུན་ལ་མཚུངས་པར་གུས་པས་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་ཅིང་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱའོ།

Here is the second. *I should not teach the profound and far-reaching aspects* of the Dharma *to* those of *lesser* minds, to those who are not fit to receive these teachings. *Nor* should I teach the Dharma to *a woman* alone, *without* another *male* present.

It is further stated that one has committed the bad deed of rejecting the Dharma if one discriminates between different parts of the teaching, by saying for example that the teachings of the greater and lesser ways are, respectively, *superior and inferior kinds of Dharma*—one better than the other; one more proper than the other; one a way to enlightenment, and the other not; or anything of the like. I should therefore follow a code of *behavior* where I *respect all of them equally,* and put each of them into practice.

།རྒྱ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྣོད་གྱུར་པ། །དམན་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱར་མི་བྱ། །སྤྱོད་པ་ཡོངས་སུ་དོར་མི་བྱ། །མདོ་དང་སྔགས་ཀྱིས་འདྲིད་མི་བྱ།

I should never take one who is fit
To receive the teachings of the far-reaching
And introduce them to a teaching which is lesser.
Neither should I ever abandon the code
Of behavior, nor abuse the open and secret
Teachings through deceiving someone.

།གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་སྣོད་དུ་གྱུར་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ནས་འཁྲིད་པ་ལྟ་བུ་དམན་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱར་བར་མི་བྱ་སྟེ། ལྟུང་བ་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྡོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའང་ཡོངས་སུ་དོར་བར་མི་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་སྣོད་དུ་རུང་བཞིན་དུ་མདོ་སྡེ་དང་སྔགས་བཀླགས་པ་ཙམ་གྱིས་དག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་དང་སྔགས་ཀྱིས་གཞན་འདྲིད་པར་མི་བྱའོ།

Here is the third. *I should never take* a person who is the type who can follow the greater way, *one who is fit to receive the teachings of the far-reaching* way, *and introduce them to a teaching which is lesser*—that is, I should never lead them along the path of the listeners. This is because it is stated that, should I do so, I will have committed a transgression of my vows.

Neither should I ever abandon the code of behavior contained in the morality of restraint: *I should never abuse the open and secret teachings through deceiving someone* who is fit to receive their actual content by telling them that, to make themselves pure, all they need to do is to recite the open and secret teachings out loud.

།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ་དང་། ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཉལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ།

Here is the third overall section from above, which concerns training oneself in ways to preserve the opinions of others, and acting so that one is left unsullied by bad deeds. Here there will be an expanded explanation followed by a summary. The former of these two has three parts of its own: giving up physical actions which are wrong, and anything which would cause others to lose their faith; how to act when pointing out a road, or something of the like; and how to undertake the act of sleeping.

།སོ་ཤིང་དང་ནི་མཆིལ་མ་དག

།དོར་བ་ན་ནི་དགབ་པར་བྱ།

།གཅི་ལ་སོགས་པའང་ལོངས་སྤྱོད་པའི།

།ཆུ་དང་ཐང་ལ་དོར་བ་སྨད།

I should, whenever I throw out
The cleaning stick, or spit,
Cover them up.
Disposing of urine or anything similar
In water or on a piece of ground
Which others use is rebuked.

།དང་པོ་ནི། ཐུན་མོངས་པའི་འདུལ་བའི་སྡེ་སྣོད་ལས་གསུངས་པའི་ཀུན་སྤྱོད་རྣམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ཀྱང་གནང་བའི་སྐབས་མ་གཏོགས་བསྲུང་དགོས་ལ་གཞན་མ་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ཁྱིམ་པའི་སེམས་དཔའ་ཀྱང་བསྲུང་དགོས་པས། ཁ་འབྲུ་བའི་སོ་ཤིང་དང་ནི་མཆིལ་མ་དག་དོར་བ་ན་ནི་ས་ལ་སོགས་པས་དགབ་པར་བྱ་ཞིང་། བཤང་གཅི་དང་སྣབས་ལ་སོགས་པ་ཐུན་མོང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཆུ་དང་ཐང་ལ་དོར་བ་ལྷ་ལ་སོགས་པས་སྨད་པར་འགྱུར་བས་དོར་བར་མི་བྱའོ།

Here is the first. Bodhisattvas who have also left the home life must, except in those cases which are specifically allowed, strictly maintain each detail of the code of behavior spoken in the collection of scripture devoted to discipline, which is something shared by both the greater and lesser ways. And even those bodhisattvas who are still leading the home life must as well maintain these points, in order to preserve the faith of others.

Therefore *I should—whenever I throw out the so-shing stick* which I use to *clean* my mouth, *or* whenever I *spit—cover them up* with dirt or the like. And since I would be *rebuked* by the powerful pleasure creatures and other such beings if I did so, I should avoid ever *disposing of* excrement or *urine,* or else mucus from my nose, *or anything similar in water or on a piece of ground which others use* along with me.

།ཁ་བཀང་བ་དང་སྒྲ་བཅས་དང་།

།ཁ་གདངས་ནས་ནི་བཟའ་མི་བྱ།

།རྐང་པ་བརྐྱང་སྟེ་མི་འདུག་ཅིང་།

།ལག་པ་མཉམ་པར་མི་མཉེའོ།

I should never eat with my mouth stuffed,
Nor with noise, or with my mouth open.
Neither should I stick my legs out while I sit
Nor rub my shoulders together.

།ཟས་ཀྱིས་ལེགས་པར་ཁ་བཀང་བ་དང་ཅག་ཅག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པ་དང་། ལེགས་པར་ཁ་གདངས་ནས་ནི་བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །ཁྲི་ལ་སོགས་པ་ལ་འདུག་པ་ན་རྐང་པ་གཉིས་ས་ལ་བརྐྱང་སྟེ་མི་འདུག་ཅིང་། ལག་པ་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་མི་ཉེའོ། །རིམ་གྱིས་ཉེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ།

I should never eat in such a way that my *mouth* is totally *stuffed* with the food, *or* so that I make a loud smacking *noise* or anything of the like, *or* else *with* my *mouth* wide *open.* When *I sit* on a Dharma throne or similar seat, I should *never stick my legs out* touching the ground, or such. *Neither should I rub* myself on *my shoulders together,* meaning at the same time. It is however no fault if you rub yourself on your shoulders one at a time.

།བཞོན་པ་མལ་སྟན་གནས་དག་ཏུ།

།བུད་མེད་གཞན་དང་གཅིག་མི་བྱ།

།འཇིག་རྟེན་མ་དད་གྱུར་པ་ཀུན།

།མཐོང་དང་དྲིས་ཏེ་སྤང་བར་བྱ།

I should never stay in or on
A single conveyance, a single bed,
Or in the same place with another
Who is a woman. I should avoid
Any kind of behavior which might cause
People of the world to lose their faith,
Whether the obvious or the acquainted.

།རྟ་ལ་སོགས་པའི་བཞོན་པ་དང་། མལ་སྟན་དང་། གནས་དག་ཏུ་གཞན་གྱི་བུད་མེད་དང་། ཁྱིམ་པའི་སེམས་དཔ་ཀྱང་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བུད་མེད་གཞན་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པར་མི་བྱའོ། །མདོར་བསྡུས་ན་སྤྱོད་ལམ་གང་ལ་འཇིག་རྟེན་མ་དད་པར་འགྱུར་བ་ཀུན་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་དང་། །རང་གིས་མ་ཤེས་པ་ཡུལ་དུས་དེར་དྲིས་ནས་སྤང་བར་བྱའོ།

[As a monk,] *I should never stay in or on a single conveyance,* something like a horse or the like, or *on a single bed, or in the same place with another* person *who is a woman.* Even those bodhisattvas who are laypeople should avoid staying together with women who are not their own relatives.

In brief, *I should avoid any kind of behavior which might cause people of the world to lose their faith, whether* it is behavior that is *obviously* a problem to everyone everywhere, *or* whether it is something peculiar to that particular place or time, and therefore something that I might not already be aware of, but would have to *acquaint* myself with.

།སོར་མོས་བརྡ་ནི་མི་བྱ་སྟེ།
།གུས་དང་བཅས་པས་གཡས་པ་ཡི།
།ལག་པ་དག་ནི་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་།
།ལམ་ཡང་དེ་ལྟར་བསྟན་པར་བྱ།

I should never point something out
With my individual fingers,
But rather use all my right hand,
Right and with respect.
Thus too should I guide
Any person along a way.

།གཉིས་པ་ནི། གཞན་ལ་བརྡ་བྱེད་པའི་ཚེ་ལག་པ་གཡོན་པའི་སོར་མོ་རེ་རེས་བརྡ་ནི་མི་བྱ་སྟེ། བརྙས་ཐབས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གུས་པ་དང་བཅས་པར་གཡས་པའི་ལག་པ་དག་ནི་ཕྱིན་དུ་བསྟན་ནས་སོར་མོ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་བརྡ་བྱ་ཞིང་ལམ་ཡང་དེ་ལྟར་བསྟན་པར་བྱའོ།

Here is the second. When I am *pointing out something* to someone, *I should never* do so *with individual fingers* of my left hand, since this would be something insulting them. *Rather* I should point *with* an attitude of *respect, using all* the fingers of *my right hand,* and turning it palm up, *right*. This *too* is the manner in which *I should guide any person along a way.*

།ལག་པ་ཤས་ཆེར་བསྐྱོད་མིན་ཏེ།
།ཅུང་ཟད་བསྐྱོད་ལ་སྒྲ་བསྒྲགས་པ།
།སེ་གོལ་ལ་སོགས་བརྡ་བྱས་ཏེ།
།གཞན་དུ་མ་བསྡམས་པར་འགྱུར་རོ།

I should never gesture with my hands
In a very animated way, but rather
Move them only a slight bit
And make some type of noise
Or snapping with them.
Were I to act differently though
It would show a lack of control.

།དགོས་པ་མེད་པར་ལག་པ་ཤེས་ཆེར་དྲག་པོས་བསྐྱོད་པར་བྱ་བ་མིན་ཏེ་ཐོད་བག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལག་པ་ཅུང་ཟད་བསྐྱོད་པ་ལ་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་དང་སེ་གོལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་ཏ་ཅང་སྒྲ་ཆེས་པ་སོགས་སྤྱོད་ལམ་མ་བསྡམས་པར་འགྱུར་རོ།

Unless there is some specific purpose to be served by doing so, *I should never gesture with my hands in a very animated way,* since this might lead me to become careless. *Rather* I could *move* my hands *only a slight bit, and make some type of a noise or snapping with them. It would though show a lack of controlled* behavior *if I were to act differently,* and make this noise too loudly.

།མགོན་པོ་མྱ་ངན་འདས་གཟིམས་ལྟར།

།འདོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་ཉལ་བར་བྱ།

།ཤེས་བཞིན་མྱུར་དུ་ལྡང་སེམས་ལ།

།ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་སྦྱར།

I should sleep in the desired direction,
In the way the Savior laid down in "nirvana,"
With awareness from the very beginning
I should be sure to rise up quickly.

།གསུམ་པ་ནི། ཉལ་བའི་ཚེ་མགོན་པོ་མྱ་ངན་ལས་འདས་ཚུལ་སྟོན་པའི་ཚེ་གཟིམས་ལུགས་ལྟར་འདོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་མགོ་བསྟན་གློ་གཡས་པ་ཕབ་སྟེ་རྐང་པ་གཡས་པའི་སྟེང་དུ་གཡོན་པ་བཞག །ལག་པ་གཡས་པའི་སྟེང་དུ་མགོ་བཞག་ཆོས་གོས་ཀྱིས་ལེགས་པར་གཡོགས་ལ་ཉལ་བར་བྱ་ཞིང་། ཉལ་བའི་ཚེ་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་ནས་སྣང་བའི་འདུ་ཤེས་དང་། མྱུར་དུ་ལྡང་བར་བྱའོ་སྙམ་པའི་སེམས་ལ་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་སྦྱར་ཏེ། གཉིད་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་ནས་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྙམ་པས་ཉལ་བར་བྱའོ།

Here is the third. Whenever I go to sleep, I should emulate *the way that the Savior* acted *when he laid down* and pretended to pass *into "nirvana."* That is, *I should* first lie with my head *in the desired direction.* Then I should lay with my right side down, and place my left leg atop my right. I should put my head down on my right hand, and wrap myself nicely in my dharma robes, and *sleep.*

As I go off to sleep I should place my mind on a virtuous object, and utilize the attitudes of recollection and *awareness. From the very beginning,* as sleep comes, *I should be sure* to keep a very luminous state of mind, where light fills my mind, and I should reflect upon how I will *rise up* from my sleep *quickly.* As I drift off I should think of how I am about to sustain my body with the sleep, and then afterwards make great efforts in performing virtuous deeds.

།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་དག
།ཚད་མེད་པར་ནི་གསུངས་པ་ལས།
།སེམས་སྦྱང་བ་ཡི་སྤྱོད་པ་ནི།
།ངེས་པར་དེ་སྲིད་སྤྱད་པར་བྱ།

The different types of activities
Described as something that bodhisattvas
Should undertake are limitless.
I must acquaint my mind with them,
And practice til the time arrives,
As it surely will, when I can
Put them in my own life.

།གཉིས་པ་ནི་མདོ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ལས། སྦྱིན་སོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་དག་གི་དབྱེ་བ་ཚད་མེད་པར་ནི་གསུངས་པ་ལས་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་མ་ནུས་ན། དང་པོ་ཁོ་ནར་རང་གི་སེམས་སྦྱང་བའི་སྤྱོད་པ་སྔར་བཤད་པ་ནི་ངེས་པར་སྤྱོད་པ་མཐའ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་ནུས་པ་དེ་སྲིད་སྤྱད་པར་བྱའོ།

Here is the second point from above. The various scriptures, and the commentaries which explain their true intent, *describe different types of activities to be undertaken by bodhisattvas,* activities which are *unlimited.* I would never be able to accomplish each and every one of these at present. Therefore from the very beginning *I must,* as mentioned above, *acquaint my* own *mind with these* activities, and *practice until the time arrives, as it must, when I can put in my own life* each and every one of *these* ways of living.

Name:	
Date:	
Grade:	

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Homework, Class One

1) Name the root text we will be using in our study of the bodhisattva's way of life, its author, and his approximate dates. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name the famed commentary upon this text that we will be using; give the author's two names, and his exact dates. (Tibetan track in Tibetan.)

3) Describe briefly the event in Master Shantideva's life which taught the monks of Nalandra Monastery that they should never judge a person from his or her outward appearance. (Tibetan track also give the name in Tibetan which was given to this master by certain misguided people.)

(Please see the next page)

4) Name the ten chapters of the *Guide*. (Tibetan track in Tibetan)

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

(7)

(8)

(9)

(10)

Meditation assignment: Spend 15 minutes per day in prayer, requesting Master Shantideva for his blessing that you may truly be able to develop this wish in your heart.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:
Date:
Grade:

Homework, Class Two

1) Give the definition of the wish for enlightenment (*bodhichitta*) according to Lord Maitreya. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name and describe the two forms of the wish for enlightenment. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a)

b)

3) Describe the first five metaphors used to describe the benefits of the wish for enlightenment.

a)

b)

c)

d)

e)

(Please see the next page)

4) The sutra called *Stalks in Array* says this holy wish is like a seed, a rich field, a wish-giving vase, and a sword. Explain each of these metaphors.

a)

b)

c)

d)

5) Explain how the wish for enlightenment destroys your bad deeds, and prevents you from being born in one of the lower realms?

6) Explain why nothing less than this precious wish could ever transform your entire world and your very being into something totally pure and enlightened.

Meditation assignment: Analytical meditation, 15 minutes per day on the role that the wish for enlightenment will play in the process of your own enlightenment.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Homework, Class Three

1) Give the four general divisions of the second chapter of the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.* (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

2) Name and describe the highest objects of the practice of making offerings.

3) List the three general types of offering described in the *Guide.* (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

(Please see the next page)

4) List the twelve kinds of offerings that you can make by emanating them in your mind. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

g)

h)

i)

j)

k)

l)

5) Describe briefly why the act of taking refuge can actually protect you.

Meditation assignment: 15 minutes of analytical meditation per day, go mentally through the twelve different offerings and present them to the Three Jewels.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Homework, Class Four

1) Give the name of the original source of the teaching on the four forces of purification. (Tibetan track in Tibetan.)

2) List the four forces in the order in which they are presented in the detailed treatment of the forces in Gyaltsab Je's commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

3) Is the practice of the four forces effective even with bad deeds where the karma has been both committed and collected, making the experience of the result of the deeds certain?

4) Name the method we can use to achieve the level of regret required for the first of the four forces.

(Please see the next page)

5) Name six different kinds of practices that can be effective in the practice of the third of the forces. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

6) Briefly describe the four steps used by Master Shantideva in his explanation of the first of the four forces.

a)

b)

c)

d)

7) Name the three steps in the explanation of the force of the foundation.

a)

b)

c)

8) What is the point of the comparison of the terror of death to a kind of punishment in which one of a person's limbs is cut off?

Meditation assignment: 15 minutes a day, analytical meditation on the relationship between death and the four forces.

Meditation times and dates (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Homework, Class Five

1) In his discussion of the third of the four forces of purificaton, Master Shantideva advises us to think of ourselves as sick people in need of medicine and a supreme physician. Describe the chronic disease that we are said to have. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name three important reasons why we should make great efforts in the practice of purifying ourselves through all four of the forces, together. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

3) Name five activities that function to help us collect the positive energy needed to reach the true wish for enlightenment. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

(Please see the next page)

4) Name three different levels of virtue in which we can rejoice.

5) Name and describe the opposite of rejoicing.

6) Name four kinds of dedication, and then describe what it is we are dedicating.

a)

b)

c)

d)

What we are dedicating:

7) What are we wishing for when we make dedication?

Meditation assignment: 15 minutes per day, sit in meditation posture and rejoice in the goodness of yourself and others, at all three levels.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Homework, Class Six

1) Why does Master Shantideva recommend the practice of taking joy, once one has attained the two forms of the wish for enlightenment?

2) Describe four things that uplift our hearts as we first gain the two forms of the wish. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

3) Name five ways in which the wish has the power to remove the sufferings of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

(Please see the next page)

4) *How* is it that the wish can remove these sufferings in every living being?

5) Name and describe the two kinds of obstacles that the wish has the power to destroy. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a)

b)

6) What, according to Gyaltsab Je, is the "very highest way of all to get the essence out of having achieved this human body and mind"?

Meditation assignment: 15 minutes per day, analytical meditation on *how* the wish for enlightenment has the power to remove all the sufferings of every living being.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Homework, Class Seven

1) Name four different steps in the process of considering how the mental afflictions hurt us.

a)

b)

c)

d)

2) Give the standard definition of a mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

3) Name the six primary mental afflictions. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

(Please see the next page)

4) Name and briefly describe the five kinds of wrong views that make up the sixth primary mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

5) What does Master Shantideva say about the idea that one should hold off achieving nirvana until others do so first?

Meditation assignment: 15 minutes per day, analytical meditation upon how specific mental afflictions that you yourself have hurt you, in the four steps given by Master Shantideva.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Homework, Class Eight

1) There are twenty secondary mental afflictions. Name and describe any six of them. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) What does Gyaltsab Je have to say about the idea that a strong love for the Path, and hatred for your mental afflictions, are mental afflictions themselves?

3) Why is it important that the continued existence of the mental afflictions depends on a misperception?

(Please see the next page)

4) State three reasons why the mental afflictions have no place else to go, once they are eliminated from the mind. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

5) List the six perfections, the six principal activities of a bodhisattva, and explain why they are perfections. (Tibetan track in Tibetan.)

6) Does the perfection of giving depend on its external perfection? Why or why not?

7) Name the external objects which need not be eliminated for each of the first three perfections to be perfect.

a)

b)

c)

Meditation assignment: 15 minutes per day, examining your mind and life for your most common secondary mental afflictions.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Homework, Class Nine

1) Describe the context in which Master Shantideva distinguishes between recollection and watchfulness. (Tibetan track also give the names for these two in Tibetan.)

2) Give the four divisions of the section devoted to how one should maintain how they look with their eyes. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

3) Name three special circumstances under which one may be allowed to let up, temporarily, from the normally very detailed scrutiny of one's thoughts and bodily actions.

a)

b)

c)

(Please see the next page)

4) Explain the reasoning behind the ordering of the six perfections. (Tibetan track mention the six in Tibetan also.)

5) Name six separate occasions on which Master Shantideva says we should freeze, and stay like a bump on a log. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

Meditation assignment: 15 minutes per day, on situations that recently came up in which we should have frozen like a bump on a log, and what goodness we might have done if we hadn't frozen.

Meditation dates and times (must be completed, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Homework, Class Ten

1) Name six different qualities mentioned by Master Shantideva that make the perfection of giving very powerful karmically. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) What two things does Master Shantideva say about prioritizing one's efforts in the six perfections? (Tibetan track: Give the word for "prioritization" in Tibetan.)

a)

b)

3) State three principles which Master Shantideva discusses with regard to the morality of acting on behalf of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

(Please see the next page)

4) Name three principles in the practice of attracting other persons to the Dharma through material giving. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

5) Name three principles in the practice of attracting other persons through the giving of the Dharma itself. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

6) Name three principles for the practice of training oneself in activities that maintain the good opinions of others in the Dharma, and that prevent oneself from being polluted by bad deeds. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

Meditation assignment: 15 minutes per day on the principle of priorities in one's practice, examining your own life and priorities against those of the six perfections.

Meditation dates and times (must be filled in, or homework will not be accepted):

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Quiz, Class One

1) Name the root text we will be using in our study of the bodhisattva's way of life, its author, and his approximate dates. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name the famed commentary upon this text that we will be using; give the author's two names, and his exact dates. (Tibetan track in Tibetan.)

3) Name the ten chapters of the *Guide*. (Tibetan track in Tibetan.)

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

(7)

(8)

(9)

(10)

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Quiz, Class Two

1) Give the definition of the wish for enlightenment (*bodhichitta*) according to Lord Maitreya. (Tibetan track in Tibetan.)

2) The sutra called *Stalks in Array* says that this holy wish is like a seed, a rich field, a wish-giving vase, and a sword. Explain each of these metaphors.

a)

b)

c)

d)

3) Explain why nothing less than this precious wish could ever transform your entire world and your very being into something totally pure and enlightened.

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Quiz, Class Three

1) Name and describe the highest objects of the practice of making offerings.

2) List the three general types of offering described in the *Guide.* (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

3) Describe briefly why the act of taking refuge can actually protect you.

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Quiz, Class Four

1) List the four forces in the order in which they are presented in the detailed treatment of the forces in Gyaltsab Je's commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

2) Is the practice of the four forces effective even with bad deeds where the karma has been both committed and collected, making the experience of the result of the deeds certain?

3) Name six different kinds of practices that can be effective in the practice of the third of the forces. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

4) What is the point of the comparison of the terror of death to a kind of punishment in which one of a person's limbs is cut off?

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Quiz, Class Five

1) In his discussion of the third of the four forces of purificaton, Master Shantideva advises us to think of ourselves as sick people in need of medicine and a supreme physician. Describe the chronic disease that we are said to have. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name five activities that function to help us collect the positive energy needed to reach the true wish for enlightenment. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

3) Name and describe the opposite of rejoicing.

4) What are we wishing for when we make dedication?

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Quiz, Class Six

1) Why does Master Shantideva recommend the practice of taking joy, once one has attained the two forms of the wish for enlightenment?

2) Describe four things that uplift our hearts as we first gain the two forms of the wish. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

3) Name five ways in which the wish has the power to remove the sufferings of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

4) *How* is it that the wish can remove these sufferings in every living being?

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Quiz, Class Seven

1) Name four different steps in the process of considering how the mental afflictions hurt us.

a)

b)

c)

d)

2) Give the standard definition of a mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

3) Name the six primary mental afflictions. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Quiz, Class Eight

1) There are twenty secondary mental afflictions. Name and describe any six of them. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) What does Gyaltsab Je have to say about the idea that a strong love for the Path, and hatred for your mental afflictions, are mental afflictions themselves?

3) Why is it important that the continued existence of the mental afflictions depends on a misperception?

4) Does the perfection of giving depend on its external perfection? Why or why not?

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I

Quiz, Class Nine

1) Describe the context in which Master Shantideva distinguishes between recollection and watchfulness. (Tibetan track also give the names for these two in Tibetan.)

2) Give the four divisions of the section devoted to how one should maintain how they look with their eyes. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

3) Explain the reasoning behind the ordering of the six perfections. (Tibetan track mention the six in Tibetan also.)

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Name:	
Date:	
Grade:	

Quiz, Class Ten

1) Name six different qualities mentioned by Master Shantideva that make the perfection of giving very powerful karmically. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) State three principles which Master Shantideva discusses with regard to the morality of acting on behalf of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

3) Name three principles in the practice of attracting other persons to the Dharma through material giving. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Name:
Date:
Grade:

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Final Examination

1) Name the root text we will be using in our study of the bodhisattva's way of life, its author, and his approximate dates. (Tibetan track in Tibetan.)

2) Name the famed commentary upon this text that we will be using; give the author's two names, and his exact dates. (Tibetan track in Tibetan.)

3) Name the ten chapters of the *Guide*. (Tibetan track in Tibetan.)

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

(7)

(8)

(9)

(10)

(Please see the next page)

4) Give the definition of the wish for enlightenment (*bodhichitta*) according to Lord Maitreya. (Tibetan track in Tibetan.)

5) Explain why nothing less then this precious wish could ever transform your entire world and your very being into something totally pure and enlightened.

6) Name and describe the highest objects of the practice of making offerings.

7) List the three general types of offering described in the *Guide.* (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

8) Describe briefly why the act of taking refuge can actually protect you.

(Please see the next page)

9) List the four forces in the order in which they are presented in the detailed treatment of the forces, in Gyaltsab Je's commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

10) Name six different kinds of practices that can be effective in the practice of the third of the forces. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

11) What is the point of the comparison of the terror of death to a kind of punishment in which one of a person's limbs is cut off?

(Please see the next page)

12) In his discussion of the third of the four forces of purificaton, Master Shantideva advises us to think of ourselves as sick people in need of medicine and a supreme physician. Describe the chronic disease that we are said to have. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

13) Name five activities that function to help us collect the positive energy needed to reach the true wish for enlightenment. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

14) Describe four things that uplift our hearts as we first gain the two forms of the wish. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

(Please see the next page)

15) Name five ways in which the wish has the power to remove the sufferings of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

16) *How* is it that the wish can remove these sufferings in every living being?

17) Give the standard definition of a mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

18) Name the six primary mental afflictions. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

19) Why is it important that the continued existence of the mental afflictions depends on a misperception?

20) List the six perfections, the six principal activities of a bodhisattva, and explain why they are perfections. (Tibetan track in Tibetan.)

21) Does the perfection of giving depend on its external perfection? Why or why not?

22) Explain the reasoning behind the ordering of the six perfections. (Tibetan track mention the six in Tibetan also.)

23) Name six separate occasions on which Master Shantideva says we should freeze, and stay like a bump on a log. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

24) Name six different qualities mentioned by Master Shantideva that make the perfection of giving very powerful karmically. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

(Please see the next page)

25) Name three principles in the practice of attracting other persons to the Dharma through material giving. (Tibetan track in Tibetan.)

a)

b)

c)

****

Please PRINT your name clearly, exactly as you would like it to appear on your certificate, and the address to which the certificate should be sent.

Please circle one or specify other: *Mr.* *Ms.* *Mrs.* *Miss* *Venerable*

Name as you would like it to appear on the certificate: ______________________________

*Mailing name, if different:*____

Address ____

City ____________________________ *State* __________ *Zip code* _____________

Country ______________

These notes were taken by a student in class, and should be used for reference only. Please check them against the audio for accuracy of content.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class One: The Author, and Structure of the Text

The reason you're in this class is because you're going to die. Getting old and dying has a cause. The purpose of the class is to study the forces which cause your world, and the causes which give you things and also will take it all away (including your life and identity). The point of class is to study and change those forces, so that life isn't endlessly about change, loss and suffering. *The Guide to the Bodhisattva's Way of Life* is a handbook on how to affect those forces so that you don't have to suffer and die. The point of Buddhism is to learn how not to suffer—to live in paradise forever. This is the guidebook on how to do that.

The Root Text and Author:

JANG-CHUB SEMPAY CHUPA LA JUKPA — ***Guide to the Bodhisattva's Way of Life,***
Buddhahood warrior way of life entering — the main text for the course
Bodhisattva - *charya* - *avatara* (skt.) into

CHUN JUK — The short name for the text.
learning how to act

GYALSE SHIWA HLA skt: ***Shantideva*** (c. 700 A.D.) — **The author of the *Guide***
Bodhisattva peace angel
Shanti deva

The Commentary:

GYALTSAB JE — **DARMA RINCHEN** (1364-1432) is his monk's name. He
throne holder of Je (Tsongkapa) — was Je Tsongkapa's student, who wrote the commentary:

GYALSE JUK-NGOK — ***Entry Point for Children of the Victorious Buddhas***
child of Buddhas entry point

DUSHE SUMBAWA (skt: *Bhusuku*) — "Mister Three Thoughts." This was Master Shantideva's nickname in the monastery
on your mind only 3 things

Outline of the 10 Chapters:

1. **JANG-CHUB KYI SEM KYI PEN YUN** — **Benefits of the Wish for Enlightenment**. Getting you excited about being a bodhisattva and having bodhichitta, which means to be a spiritual warrior and to fight against the mental afflictions in your own mind, the true battleground.

2. **DIKPA SHAKPA** — **Purifying Bad Deeds**. The process by which you set your mind up to become a bodhisattva; you clean your mind and its negative energies in preparation to becoming a bodhisattva.

3. **JANG-CHUB KYI SEM SUNGWA**	**Acquiring the Wish for Enlightenment**. Includes a) developing the state of mind of a bodhisattva, and b) the ceremony to commit yourself to becoming a bodhisattva. It covers many techniques for collecting good energy. You learn to draw in the spiritual energy of the universe, after first getting rid of negative energy through the methods described in chapter two; you clean out your mind and then build up positive energy so that you have the basis to acquire bodhichitta.
4. **BAK-YU TENPA**	**Learning to Be Careful**. Once you learn how to think and act like a bodhisattva, you must take good care of that new frail ability, like a newborn baby.
5. **SHE-SHIN SUNGWA**	**Guarding Awareness (and recollection)**. Setting the watchman which alerts you when you're about to misbehave, and keeps you focused on what you're supposed to be thinking about.
6. **SUPA TENPA**	**The Chapter on Not Getting Angry**. The art of not getting angry when circumstances warrant becoming angry.
7. **TSUNDRU TENPA**	**Joyous Effort**. Having a good time doing good things; being excited or enthusiastic about doing good.
8. **SAMTEN TENPA**	**The Chapter on Meditation**. Meditation is the platform from which you can see emptiness directly.
9. **SHERAB KYI LEU**	**The Chapter on Wisdom**.
10. **NGOWAY LEU**	**The Chapter on Dedication**. Taking a good thing you've done, trying to see the long-term effects of that deed, and dedicating it towards a particular goodness. Seeing the outcome of what you did.

<u>The Six Perfections</u>— A bodhisattva's activities, and how they correspond to the chapters:

1. Giving	Chapter 10	4. Joyous Effort	Chapter 7
2. Morality	Chapter 5	5. Concentration	Chapter 8
3. Not Getting Angry	Chapter 6	6. Wisdom	Chapter 9

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Two: Bodhichitta, the Five Paths

JANGCHUB	**SEM**	**KYE**	**Bodhichitta**
Enlightenment	mind	develop	

The Five Paths:

LAM NGA
path five

The Five Paths. Five stages you progress through in order to become enlightened, five levels of spiritual development:

1. **TSOK LAM** (accumulation path) — **Path of Accumunation.** Real renunciation is reached on this path. It's very hard to reach.

2. **JOR LAM** (preparation path) — **Path of Preparation**. It's marked by four stages. You begin to understand more about emptiness with each stage, which leads to...

3. **TONG LAM** (seeing path) — **Path of Seeing**. You see emptiness directly in the first instant of the Path of Seeing, while in very deep meditation. It lasts 15-20 minutes the first time. The second part of the Path of Seeing is what you experience when you come out of the direct perception of emptiness. It leads to...

4. **GOM LAM** (habituation path) — **Path of Habituation**. You are getting used to what you saw during the path of seeing. You're applying what you saw at the path of seeing to your everyday life. It leads to...

5. **MI LOB LAM** (no more study path) — **Path of No More Learning**. If you have bodhichitta at this level, you reach total Buddhahood; if not, you reach nirvana. This path is the final result, the ultimate goal.

Maitreya's Definition of the Wish:

SEMKYE PA NI	**SHENDUN CHIR**	**YANGDAK DZOKPAY JANGCHUB**	**DU**
wish for enlightenment bodhichitta	for sake of all beings	total enlightenment	want to reach

"Bodhichitta, the Wish for enlightenment, is the desire to reach total enlightenment for the benefit of all beings."

Bodhichitta Felt after Seeing Emptiness:

You feel a very special instance of bodhichitta just after seeing emptiness directly; this is very different from the general bodhichitta. It relates to two types of wisdom:

1. **NYAMSHAK YESHE** (extremely deep meditation, wisdom) — The wisdom attained in extremely deep meditation, the direct perception of emptiness.

2. **JE TOB YESHE** (subsequent wisdom) — The wisdom you attain just after the direct perception of emptiness.

If you're on the Mahayana track, then you have an extraordinary, almost orgasmic thought to help every living being, as though a flood light is emanating out of your chest. All your relationships, all your money, everything is for others. It's great to be released from the attitude of taking care of yourself alone. One minute of this feeling is worth everything. You overcome selfishness. You must meditate 1-2 hours every day to reach this state.

Two Kinds of Bodhichitta:

(This description of the two kinds of bodhichitta specifically relates to seeing emptiness, not to general bodhichitta without seeing emptiness.)

1. **MUN SEM** — **The wish for enlightenment in the form of a prayer**. The emotion that you will devote all of your future lives to helping others. It's like planning and wanting to do it, having this ideal.

2. **JUK SEM** — **The wish for enlightenment in the form of action**. All throughout every day you constantly look around to see how you can help others. It's not a conscious thought, but an undercurrent which leads you to always be looking for opportunities to help others. Committing yourself to bodhisattva vows and doing the six perfections.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Three: Preliminaries to Gaining Bodhichitta

<u>Three Preliminaries</u>:

GEL	**KYEN**	**TUN**	**KYEN**
hindering	condition	conducive	condition

There are things which block you from reaching a state where you care about others as much as yourself, and there are things which are conducive which you must gather and arrange. The blocks are inner spiritual obstacles, which you are not even aware of, that prevent you from reaching your spiritual goals.

After you have aspiring bodhichitta and engaging bodhichitta you must remove the obstacles to achieving *real* bodhichitta. You do that by removing negative imprints (karma). **Before you can purify negative karma, you must clear the obstacles to successfully purifying negative karma.**

DIKPA	**SHAKPA**	**Purification**.
bad deeds	split yourself open	

<u>Three Preliminaries to Purifying Karma</u>:

1. Doing prostrations
2. Taking refuge
3. Making offerings.

You must do these to collect the positive energy needed to be able to purify karmic imprints. You can't purify karma without doing these. **If you do not purify karma, you will never be able to develop real bodhichitta.**

1. **CHAK** **TSELWA** **<u>Prostrations</u>**.
   hand to look for something

When you prostrate the idea is that you think, "I'm in the presence of the Dharmakaya, and I must get down on the ground." You think, "I believe the Dharmakaya is present, and the Buddha exists, and I acknowledge it." That's the point of prostrating; if you don't think that, then there is no point in prostrating. It's a chance to do something that is purely a sacred act, not commercial, admirable to others, etc.

The objects of our prostrations (also of taking refuge and making offerings):

KOYN CHOK SUM — **The Three Jewels:**
very rare highest three

A. **SANGYE KONCHOK** (Buddha Jewel) — Pictures representing the Buddha are the "nominal" (so called) Buddha Jewel. They are not the main Buddha Jewel. The main Buddha Jewel is the Dharmakaya, the emptiness of the Buddha. (The Buddha Jewel is different than the Buddha.)

B. **CHU KONCHOK** (Dharma Jewel) — The books and teachings are the nominal Dharma Jewel. The real Dharma Jewel is seeing emptiness directly, the five Paths which lead to the direct perception of emptiness, and the cessations which result from seeing emptiness. So we bow down to the direct perception of emptiness and its resulting cessations. (The Dharma Jewel is different than the Dharma.)

C. **GENDUN KONCHOK** (Sangha Jewel) — The nominal Sangha Jewel is ordained monks and nuns. The real Sangha Jewel is everyone who has perceived emptiness directly.

2. **KYAM DRO** — **Taking Refuge**. You take refuge in the Three Jewels. Taking refuge is what makes you a Buddhist. You take refuge for protection from suffering and death. **** ***Buddhism offers almost no protection until you understand emptiness well. Emptiness is the protection.*** ****

3. **CHUPA** — **Making Offerings**. You should offer things that are significant to you, and without any ulterior motives of personal gain. It's a statement that you believe there are beings beyond this world. Those beings derive no benefit from your offering. They experience everything as bliss all the time; your offerings give them nothing unique—offerings are not for their benefit, but for your own. You are preparing for purification—you must change yourself, your mind, and its predispositions. Offering creates positive energy for that.

Three Kinds of Offerings:

1. **DAKPU MASUNG WAY DZE** — Offering things that no one owns: mountains, the sky, etc.

2. **RANG GI LU ULWA** (your own body offer) — Offering your own body: putting yourself at the service of the Three Jewels; spending your life doing service.

3. **LU TRULWAY CHUPA**
   with emanate offer
   mind

   Offerings you send out with your own mind: Fantasize beautiful things in your mind and and offer them. Really get into it and enjoy it. It changes your thoughts and behavior. Master Shantideva mentions twelve such offerings.

If you go for refuge, prostrate, or make offerings without thinking about the emptiness of the Buddha, the direct perception of emptiness, and those who have seen emptiness, you're not doing it properly and it won't prepare you to purify negative karma. You won't be able to purify negative imprints and gain bodhichitta.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Four: How to Purify Negativity

Removing Obstacles to Getting Bodhichitta:

Preparing and setting things up properly is critical for succeeding in any undertaking. If all the causes and conditions are established, the result must happen—you can't stop it. Acquiring bodhichitta is very difficult, and to get it all of the preliminaries must be in place. If you establish the causes and conditions it must, and will, arise in your mind. Prostrating, going for refuge and making offerings are a warm-up to prepare you to purify your mind of bad deeds. Purification is necessary to develop bodhichitta, and if you don't do these, purification won't work.

To become enlightened you must stop collecting negative karma (doing non-virtue), eliminate all old bad karma, and collect only good karma. Purification is the practice of wiping out old negative mental imprints (karma).

Purifying Negative Mental Imprints:

TOB SHI
forces four

__Four Forces__. If you have these four elements, you can wipe out the negative imprints (karma) in your mind, or reduce their effect so those that would lead to a hell rebirth ripen as merely a headache, for example. *All four forces must be present for this to work.*

CHU SHI TENPAY DO
practice 4 which teaches sutra

Sutra which Teaches the Four Practices. Lord Buddha taught the four forces. This is the name of the sutra which Gyaltsab Je refers to in his teaching of the four forces.

__The Four Forces__:

1. **NAMPAR SUN JINPAY TOB**
rip out, destroy force

__Destruction Force__: **Regret**. The "intelligent regret of an educated Buddhist." This is the one that badly damages the imprint—regret is behind the destruction. This is the regret of a person who understands how karma is planted in the mind, and how once you have commited a bad deed you have just set yourself up to suffer in the future. This intelligent regret is very different from feeling guilty.

2. **TEN GYI TOB**
foundation of force

__Foundation Force__: **Refuge and Bodhichitta**, the foundation which you use to get back up after falling. You need some solid ground to stand upon. By remembering refuge (emptiness) and bodhichitta (the wish to help others) you re-establish that correct motivation as your foundation, as the ground and basis of your behavior.

3. **NYENPO KUNTU CHUPAY TOB** (antidote / activity / force) — <u>Antidote Force</u>. Undertaking an activity to make up for what you did.

<u>Six Antidote Activities</u>:

1. **DODE SAMBO LA TENPA** (sutras / profound / study) — **Study the scriptures that teach emptiness**. You must have in mind that you are studying for the purpose of purifying a specific misdeed. Even just fifteen minutes of study is okay.

2. **TONGPA NYI GOMPA** (emptiness / of meditating) — **Meditate on emptiness**. This is the most powerful antidote.

3. **DEPA LA TENPA** (repeat / practice) — **Recite secret mantras**. In order for a mantra to work, it must have been composed by a very holy being, and the person who is reciting it must have a good heart, and pure motivation. If both of these elements are present, mantras can be incredibly powerful. To use a mantra for purification, think of the bad deed, and wish to purify it as you recite the mantra.

4. **KU SUK LA TENPA** (holy body / practice) — **Practice of the holy bodies**. Making altars, statues, paintings, stupas, and so on of the images and forms of holy beings.

5. **CHUPA LA TENPA** (offering / practice) — **Practice giving offerings**.

6. **TSEN LA TENPA** (name / practice) — **Practice the names**. Learning and reciting the names of holy beings, with devotion.

4. **NYEPA LE LARN DOKPAY TOB** (bad deed / turn away from / force) — <u>Restraint Force</u>. The resolution not to do the deed again. This is the one which makes the four forces work. Resolve not to do the bad deed for a realistic amount of time, so that you will not also be telling a lie by saying that you will never do it again when you will slip, or forget and do it again. Promise that, "I won't have that negative thought for the next hour," or "I won't do that deed at all in the next month."

We collect vast amounts of karma (mostly non-virtuous) each day. Doing purification once in a while will <u>not</u> be significant enought to destroy vast accumulations of negative karma. You <u>must</u> do karmic purification consistently and frequently, or it will never keep pace with and overcome your negativities. You should do the Four Forces every day, and you don't have to be in meditation to do it. Every time Master Atisha had a bad thought, he would stop immediately to purify it.

The Antidote to Negative Karma:

NYENPO KUNTU CHUPAY TOB — **The antidote force** for purifying negative karma. Understanding emptiness is the ultimate antidote.

Two thoughts can't co-exist in one mind at the same time. When you have an understanding of emptiness in your mind, other afflicted reactions/thoughts can't be there at the same time. This is why emptiness is the ultimate antidote to negative afflictions and karma. This antidote is applied to:

The Three Poisons:

DUK SUM
poison three

The Three Poisons, the main disease in our minds which causes afflictions. These poisons are in our mind all the time, circulating constantly like poison in your blood. They hurt you, and are always with you. If could you get rid of them, you would feel much better. The three poisons are: liking things ignorantly, disliking things ignorantly, and ignorance itself.

The technical definition of liking things ignorantly (aka, desire, attachment):

SAK CHE	KYI	NGUPO	LA YI-ONG	DU NGANG NE
impure	of	thing	attractive	appears to be

RANG TOB KYI	MI DREL WAR	DUPAY	SEM-JUNG	SEMPA
independently	doesn't want to lose	wants	mental function	thought

A mental function (thought) that doesn't want to lose something which is actually impure, but which appears as attractive.

Liking something ignorantly means to like something which is impure, and will later change into suffering—being attracted to things in a way which can't bring you ultimate satisfaction or happiness. The karma behind the object you're attracted to will wear out and you will lose it.

Ignorant desire misapprehends or mistakes its object; it sees the object and misunderstands it. When you see the object as anything other than your own projection forced upon you by your past karma, you are misperceiving the object. When you misperceive the object, then you can have mental afflictions toward it-"stupid" desire, or "stupid" disliking. When you perceive the object correctly—as an empty object which you're perceiving a certain way because of your past karma—you can't have stupid desire or disliking toward it. "Stupid" implies you would do something non-virtuous to get it.

Four Steps for Collecting Negative Karma.

1. You misunderstand the object; you think it exists independent of your own projections
2. You want the object
3. You are willing to do something unethical to get it
4. You collect bad karma

If step number one isn't present, you can't collect bad karma. If you understand that good objects only come from doing good, you won't commit non-virtue to get good objects. "Stupid" liking and disliking is based upon being willing to do non-virtue because of ignorance about the nature of where good things come from.

Non-stupid liking or disliking is to have wisdom, to understanding the emptiness of an object while you are experiencing it. For example, wanting good things while understanding that you must do virtue to experience empty objects as enjoyable; or disliking unpleasant things and thinking that you must avoid non-virtue to avoid experiencing empty objects as unpleasant things.

Intelligent liking is enjoying something while understanding it's emptiness, while understanding that the experience is forced upon you as a result of virtue done in the past, which you must experience as a good result. Revel and rejoice in your past virtue!

Three Reasons to Use the Four Forces to Purify Negative Karma:

1. **LENDRE KYI NAMYE LA MIKEPA**
actions/consequences all details don't understand

We don't understand what's right and wrong very well. Therefore we must purify the bad deeds we do, even through we may not be aware that we did anything non-virtuous.

2. **CHANGSE SHE-KYANG DOR LEN TSUL SHIN DU MI JEPA**
a bit may understand, but take up/give up in the proper way don't do

Even if we understand karma a little, we can't control ourselves to do the right thing: we can't apply what we do know very well; we are unable to do what benefits us and avoid what hurts us. We are constantly collecting bad karma at a vast rate. Purification must be well applied, serious, and consistent to overcome our non-virtues. If you do this, the purification overcomes the bad deeds and things will improve in your life in a noticeable way. *Wimpy purification won't have much noticeable effect*. As you purify old bad karmas they ripen as small sufferings and things will seem worse to you. After the old collection of bad karma is used up in this way your life will begin to improve, unless you generate more non-virtue than you purify.

3. **JANG SEM KYEWAY GEK - JONG**
bodhichitta able to develop obstacle remove it

Purification clears away the obstacles to reaching the state of mind where you can love others as much as you love yourself.

After you have cleared away the obstacles (negativities in your mind) to getting bodhichitta by doing the Four Forces, you must collect some positive energy—conducive conditions—which help bodhichitta to grow.

Five Practices for Collecting Positive Energy Needed to Gain Bodhichitta:

1. **YI RANG** — **Rejoicing**. Be happy about the good things that you and others do. Feel joy about them.

   Three Levels of Rejoicing:
   1. Being happy about anything good you're doing to get to a higher realm is called first-level rejoicing. This mostly involves avoiding the ten non-virtues.
   2. Being happy about you or another doing good things to get to nirvana. This mainly involves doing things to permanently remove your mental afflictions, and most specifically involves seeing emptiness.
   3. Being happy about things done by yourself or others to become fully enlightened.

2. **KULWA** — **Asking holy beings to teach dharma**. Buddhist teachers normally won't teach you unless you ask (three times is traditional), and you must ask in the right way. Asking in the right way means primarily to demonstrate that you're applying what they've already taught you, and are making others happier rather than the opposite.

3. **SOLNDEB** — **Requesting your teachers to stay**, not to pass on to nirvana, not to pass away. The act of asking them to remain creates the karma for them to continue appearing to you. If your karma wears out, your teacher will leave you.

4. **NGOWA** — **Dedication**. Putting your good virtue in the bank to be saved and used for enlightenment, rather than cashing it in on temporary pleasures. If you don't dedicate your virtues, they can be destroyed by non-virtue.

   Four kinds of Dedication:
   1. General dedication: "May all beings become enlightened by this deed."
   2. Dedicating virtue to help sick people.
   3. Dedicating virtue to help hungry and thirsty people.
   4. Dedicating virtue so that all beings can get anything they want.

5. **TONG SEM** — **Generosity, Surrender**. Total willingness to give up everything you have for other people—your body, anything you own, and all your goodness (good karma). This isn't the perfection of giving, but a warm up for it.

If you don't practice all five of these strongly and sincerely, you won't get bodhichitta.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Six: Taking Joy

We have thus far described three steps that must be taken to successfully develop bodhichitta:

1. Doing the three preliminaries prior to purifying negative mental imprints.
2. Purifying the negative mental imprints which are obstacles to gaining bodhichitta with the four forces.
3. Collecting the positive energy needed to gain bodhichitta through the five practices.

The next step is to take bodhisattva vows for aspiring and engaging bodhichitta. After that there is another step, which is tonight's subject. Traditionally, there are two bodhichitta ceremonies. The second ceremony was to commit yourself to engaging bodhichitta; the first ceremony was to vow to try to get bodhichitta "in the form of a prayer." This initial ceremony includes:

1. Purifying obstacles
2. Collecting positive energy
3. The ceremony to get the wish
4. Taking joy, after the ceremony occurs:

<u>Taking Joy</u>:

GAWA	**GOMPA**
joy	meditating on

Taking Joy. Being totally happy that you took the bodhisattva vows. Having joy and dwelling on the emotion of joy. Being very happy that you took the ceremony and the pledge. This is a very important step after you have taken the ceremony; it cements it into your mind and sets the stage for your bodhichitta to increase and flourish after the ceremony. **You must sit down and feel happy after the ceremony. This is very important.**

Being happy after the ceremony has two parts: being happy for yourself, and making others happy.

<u>Being happy for yourself</u>: Think about how bodhichitta is going to accomplish your own goals. This has three parts:

1. **SENG TUPA** — **Uplift your heart**. Be happy and pumped up that you made a commitment to help all others for the rest of your life. Just making the commitment is a great thing, even if you keep it weakly.

DENGDU	**DAKTSE**	**DREBU YU;**	**MIYI**	**SIPA**	**LEKPAR TOB**
from this moment	my life	fruitful	human	rebirth	well achieved

DERING	**SANGYE**	**RIKSU**	**KYE;**	**SANGYE**	**SESU**	**DAK**	**GYUR TO**
today	Buddhas	their family	born into	Buddhas	royal child	I	have become

From this moment on, my life has become fruitful;
I have truly achieved a human rebirth, been born again;
Today I've been born into the Buddha's family;
Now I have become a child of the Buddhas.

2. Now that you have this commitment, you should wish to keep it, and to keep it nicely.

3. Think about the rarity of what you have just done. You are one in a million. Of all those in existence, almost no one has bodhichitta. You have determined to make every act be for others' benefit, to devote everything, to give up your whole life to try to reach enlightenment to help all beings be happy. This is the incredible rarity of getting the bodhichitta commitment.

<u>Being happy about how you can help others by having bodhichitta</u>:
Think about how you will be able to destroy all of the sufferings of others by having bodhichitta. You now have some ammunition to destroy others' sufferings.

<u>Five ways you can liberate others from suffering by having bodhichitta</u>:

1. **DROWAY CHIDAK JOMPA** beings lord of death destroy	**Destroy the lord of death** for other beings. The lord of death is inside you. It is the condition which you are born with, your impending death. If you develop real compassion, you will be able to stop other people's death, as well as your own. Only by developing compassion can you become fully enlightened and stop your own death, and then you can teach others to do the same.
2. **ULWA JOMPA** poverty destroy	**Destroy material and spiritual poverty**. If you get real bodhichitta or take the wish, you are taking the first step toward being able to remove the poverty of others. You get to that state yourself (being freed of poverty) and teach others how to do it.
3. **NE JOMPA** illness destroy	**Destroy the mental afflictions and physical illness** of others (using the same process as above.)
4. **CHIR DUK-NGEL JOMPA** in general suffering destroy	**Destroy the suffering of others in general—**every kind of suffering in all the realms.
5. **KYEPAR NGENSON GYI DUK-NGEL JOMPA** particularly 3 lower realms of suffering destroy	**Destroy the suffering of the three lower realms** (hells, craving spirits and animals) in particular.

You eliminate the sufferings of beings, and you also eliminate the two causes of those sufferings:

Two Causes of All Sufferings:

1. **NYUN** **DRIP** mental affliction obstacle	**Mental affliction obstacles** are obstacles which primarily prevent you from reaching nirvana, and secondarily prevent you from reaching full enlightenment. There are certain states in your mind which are preventing you from reaching nirvana. These obstacles are: mental afflictions themselves, and the tendency to see things as self-existent. Once you remove these obstacles you have reached nirvana. You must see emptiness directly to do this.
2. **SHE** **DRIP** knowledge obstacle	**Obstacles to total knowledge** (omniscience). When you remove these, you become an enlightened being. You destroy the subtlest seed for seeing self-existence.

After you have removed your mental affliction obstacles (which occurs on the eighth bodhisattva level), you must remove the obstacles to your omniscience (on bodhisattva levels nine and ten you are working mainly to gain omniscience) and destroy your subtle imprints to see things as self-existent.

Obstacles to knowledge and mental afflictions obstacles cause all sickness, suffering, and death. By stopping them, you stop the cause of suffering.

Be happy that you have committed yourself to ultimate compassion. Ultimate compassion involves finding out what really makes people get sick and die, and then stops those things. **Take joy that you will be able to identify what it is in people's hearts that makes them get sick and die, and that you'll learn to stop these things.**

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Seven: Mental Afflictions and Wrong World Views

NYON MONG **Mental afflictions, bad thoughts, thoughts which harass you**;
skt., klesha from *"klish,"* to bother, bug, disturb, distress, harass you

SEM-GYU	**MASHIWAR**	**JEPAY**	**SEM-JUNG**
mind stream	no peace	makes	thought

The definition of a mental affliction is, "A thought which ruins your peace of mind." Reaching nirvana is to remove all of your mental afflictions forever.

Mental afflictions hurt you because they make you unhappy. They ruin your day. Their function is to ruin your day. There is no unhappy state of mind which is virtuous, other than regret. Any unhappy state of mind is a non-virtue.

<u>The Top Six Mental Afflictions</u>:

1. **DU CHAK** — **Liking things ignorantly** (elsewhere called desire or attachment.) For this to be a mental affliction and therefore a non-virtue, you must like a thing which you see as self-existent in your mind. You like something self-existently and don't want to lose it. To be a mental affliction you must misunderstand the object; this implies that you would do a non-virtue to get or keep the things you like.

2. **KONG TRO** — **Disliking things ignorantly** (elsewhere called anger or hatred.) It means seeing something in your mind as self-existent and being willing to do non-virtue to avoid it. For example, yelling back at someone to get them to stop yelling at you.

3. **NGA GYEL** — **Pride**, literally, "I, the king." Feeling like you're better than others, based upon real or imagined qualities. Self-confidence or pride which uplifts and motivates you is fine, and is similar to rejoicing in true goodness. But pride where you are very full of yourself and treat others badly, arrogantly, condescending, etc. is an affliction. Pride afflicts our mind. Pride also karmically leads to stupidity and dull mental faculties. You should focus on the impermanence of your good qualities.

4. **MA RIKPA** — **Ignorance**. Not clearly understanding things like the laws of karma (this does not refer to seeing things as self-existent).

5. **TE TSOM** — **Doubt**, lazy doubt. Not analyzing and evaluating things with your mind. You don't accept and fully pursue a teaching or practice because you're too lazy to find out about it, to investigate, and to pursue it actively. You don't feel like making the effort to clarify things because then you'll have to act.

6. **TAWA** **Wrong view**. There are five primary wrong world views which are big time mental afflictions:

Five Wrong World Views:

1. **JIKTA** **Perishable view**. This focuses upon something which will be destroyed. It focuses upon "me" or "my things", and think that these things are self-existent. "Me" means my body, self, arms, legs, etc. "Mine" means my house, clothes, etc. You do all your non-virtues because of this; it's the source of all the mental afflictions.

2. **TARTA** **Extreme view**. Holding that things are either non-existent, or that they never change. Having extreme views that things exist in the way that they appear to exist, or that nothing exists at all.

3. **LOKTA** **Wrong views**. Actively believing that there's no such thing as karma and future lives. Actively means having decided and firmly holding the conclusion.

4. **TAWA CHOK DZIN** (world views best believe) Having the attitude that **your wrong views are best**, that they are superior. Rejoicing in your own ignorance.

5. **TSULTRIM DANG TULSHUK CHOKDZIN GYI TAWA**
   morality and asceticism believe they're the best

   To believe that mistaken spiritual hardships and morality are the best; including spiritual practices like starving yourself, causing yourself pain, beating yourself and the like. It's no help spiritually to intentionally hurt yourself, to damage your body or mind.

Master Shantideva's Battle Cry:

These six primary mental afflictions are the scourge of humanity, and are your enemy. They are your mortal enemy and cause you great suffering. This enemy has ruined you for all time. Make war on this enemy and annihilate it. Recognize, seek, and destroy them, literally; don't tolerate them for even an instant in your mind. Cancer and aging are caused by the mental afflictions that created this suffering body. Stress, bad habits, every nasty thing in our lives come from them. So make war against them and don't stop until the job is completely finished. The main weapon is to understand the emptiness of the object, to know where it's coming from. Another tactic is to study karma and understand what mental afflictions will do to our future, and then to intelligently smash them. If you realize the severity of this problem, you will pay the price and do anything it takes. **Ultimately, understanding emptiness is the only way to stop mental afflictions.**

20 Secondary Mental Afflictions:

NYE NYUN	**Secondary Mental Afflictions**. These follow after and along with the six primary mental afflictions.
1. **TROWA**	**Anger**. It stems from ignorantly not liking things, and is a prelude to hurting someone. It's the first few minutes of anger.
2. **KUN DZIN**	**Retaining Anger** over a longer period of time, after the initial anger.
3. **TSIKPA**	**Irritation**. Starting to get annoyed; pre-anger which leads up to anger.
4. **NAM-TSE**	**Malice**. Being willing (deciding in your mind) to hurt someone either verbally or physically.
5. **TRAK DOK**	**Jealousy**. Because of your desire for gain or admiration, you're unwilling to let others have good things. This is a form of anger. Jealousy is common and very dangerous in dharma centers.
6. **GYU**	**Insincerity**, denial, falsity. You won't admit your faults or shortcomings, and so can't receive knowledge because you feel you know it all.
7. **YO-WA**	**Pretense**. Pretending you have qualities which you don't have so that others will honor you.
8. **NGO-TSA MEPA**	**Shamelessness**. Not having a conscience which keeps you from doing non-virtue when no one is looking.
9. **TREL ME**	**Inconsideration**. Not caring what anyone thinks or feels when you do something, not avoiding a bad deed which will cause other to lose faith.
10. **CHAP-PA**	**Hiding your faults**. The longer you hide a fault the more the karma grows.
11. **SER-NA**	**Stingy**, cheap, not generous, don't want to give anything.
12. **GYAK PA**	**Conceited**, puffed up, focusing on your own temporary good qualities (like being rich or beautiful) and being stuck up about them.
13. **MA DE PA**	**Lack of faith**. Feeling lazy and having a lack of admiration toward holy beings who deserve our devotion.
14. **LE LO**	**Laziness**. Spiritual laziness, a lack of joy in doing goodness. Lying around your home on the weekend instead of going out doing good deeds.

15. **BAK MEPA** — **Carelessness**. Not being careful with your spiritual life; being careless and thereby doing non-virtue.

16. **JE NGE** — **Forgetfulness**, losing focus. Not remembering your commitment to ethical behavior throughout your daily activities.

17. **SHE-SHIN MAYINPA** — **Losing watchfulness**, not being aware. Not watching yourself to catch your non-virtuous behavior. Losing the mental watchdog, your vigilance against non-virtues.

18. **MUKPA** — **Dullness** of body or mind, torpor, fogginess, like when you eat too much or don't sleep enough. This will lead to other mental afflictions.

19. **NAM-YENG** — **Distraction** towards a pleasant object; it comes from wanting things ignorantly.

20. **GUPA** — **Scattering**. Not being able to stay focused on one thing; distractedly going from one thing to another.

Where afflictions abide:

Is it possible to totally destroy the mental afflictions? The afflictions all come from ignorance—seeing things as self-existent—and they can be removed from our mind stream when we reach nirvana. Once we remove them from our mind, could they possibly hide out somewhere else, then re-infect the mind? There are three possible places where mental afflictions can reside: in your mind, in the outer objects we perceive, and in the senses doing the perceiving.

1. **SUK SOK YUL LA MI-NE** — **In the outer world**. If mental afflictions resided in the outer world, then everyone would be infected by them, including arhats (who have eliminated mental afflictions permanently). So afflictions can't be based in outer objects.

2. **MIK SOK WANGPO LA MI-NE** — **In our sense powers**. Anyone perceiving emptiness has their sense powers, but not a mental affliction, so the afflictions can't reside in the senses.

3. **BAR LA MI-NE** — **There's no place else for them to go**. If they're not in the outer world, or in your mind, or in the sense powers linking the mind and the outer world, then there's no place else for them to exist and they have been completely eliminated, with no basis to ever return and arise again. Once they are eliminated from your mind, they're gone forever.

<u>The Six Perfections</u>: These are the six general activities of a bodhisattva. If you do these things, your world will change.

PAROL	**TU**	**CHINPA**	skt., ***param-ita***	**PAROL**	**TU**	**CHIN JE**
other side	to	went		other side	to	take you

"Went to the other side," to perfection. These six activities are called perfections because:

1. When you reach Buddhahood they can be done perfectly.
2. They will bring you to perfection, to Buddhahood.

1. **JINPA**	**Giving**. Material objects, dharma, or protection.
2. **TSULTRIM**	**An ethical way of life**. Keeping your vows, from avoiding the ten non-virtues up to tantric vows.
3. **SUPA**	**Not getting angry** when the time is ripe.
4. **TSUN DRU**	**Joyful effort**. Enjoying doing good things.
5. **SAMTEN**	**Meditation, concentration**.
6. **SHERAB**	**Wisdom**. Understanding emptiness.

These are the activities which can give you the karmic energy to become enlightened in this life. You must spend your life doing these things. "Perfection" means that you have perfected the state of mind which wants to do, and does these things. You want to give everything you have to help others, for example. Perfecting giving doesn't mean that everyone has everything they want. It means that you are willing to give because you enjoy giving, regardless of the outcome; regardless of whether or not anything seems to improve from what you gave. You have perfected your *attitude* of giving.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Nine: Recollection, Watchfulness, and Freezing

DRENPA	SHESHIN	
recollection	watchfulness	**Recollection and Watchfulness**. You must have these two states of mind in order to think and act like a bodhisattva.

Recollection:

Recollection is holding a virtuous object in your mind and not losing it. This refers to recollecting several specific things. Recollect your ultimate goal to become fully enlightened, recollect your virtuous practice for the day, and recollect the three close recollections:

The three close recollections:

1. **First Close Recollections: Buddha Jewel**. Walk around thinking, "I'm going for the ultimate goal, and I want to have omniscience, a body in paradise, and the ability to emanate countless bodies everywhere to help all beings." Also remember the Buddha's emptiness and your emptiness; this emptiness functions to allow you to become a Buddha. *This last point is the essence of the Buddha jewel, and is very important.*

2. **Second Close Recollection: Dharma Jewel**. The most important aspect of it is the direct perception of emptiness. As you walk down the street recollect the quality of seeing emptiness directly.

3. **Third Close Recollection: Sangha Jewel**. Those beings who have seen emptiness directly. As you walk around, think of those who have seen emptiness.

   So, as you walk down the street, recollect your final ultimate goal (enlightenment), recollect the emptiness of a Buddha, the direct perception of emptiness, and those people who have seen emptiness directly. **This is the ultimate recollection, thinking about various aspects of emptiness.**

There is also another kind of recollection. With this kind of recollection you choose your virtuous activity for the day (for example, giving), and you keep it in the back of our mind and recollect it all day long. You should pick one thing and keep it in your mind as a practice until you get good at it.

Watchfulness:

Watchfulness is the mental alarm. When you lose your recollection of giving or emptiness, etc., the watchfulness in the back of your mind sounds the alarm that you've lost the object of recollection and concentration. Watchfulness watches your thoughts, speech, and actions.

Master Shantideva states that if there is too much sensory stimulation, it's not possible to keep your recollection and watchfulness. There are methods to keep your mindfulness and to help tune out distraction and regulate your sense stimulation. One practice is dropping your eyes:

- keep your eyes down, look at the ground.
- look up to refresh your mind if you get bored, don't get distracted.
- if you meet someone you know, look at them and greet them normally, don't be weird or unfriendly, then go on your way.
- when you look up to refresh yourself, check for cars, telephone poles, etc. and be careful not to physically endanger yourself by looking down.

<u>The Order of the Six Perfections</u>:

As you go through the six perfections each perfection is more serious and important than the prior one. Wisdom is the highest perfection and giving is the lowest. The bodhisattva levels (bhumis) are ordered according to the increasing sophistication of the six perfections. Level two is more important and difficult than level one. On the first bodhisattva level you have already seen emptiness directly with bodhichitta in your heart. Even though you have all six perfections on the first bodhisattva level, you are concentrating on perfecting giving. You get very, very powerful at the practice of giving. On the second level you are still practicing all six perfections, but you get really good at living an ethical way of life.

When you are practicing the six perfections, concentrate on number one (giving) and get good at it. Then focus sequentially on getting good at numbers two, three, etc. Generally accomplish the perfections one at a time in the proper order. First get good at number one, then focus on number two, then focus on number three, etc.

The reason that one perfection leads to the next is as follows: when giving, not being concerned with possessions, and not being attached to things are important attitudes to have. These attitudes leads naturally to an ethical way of life—if you're not too attached to material objects and worried about keeping them, then it's much easier to keep your morality. You're not going to harm others, lie, etc. for those objects. An ethical way of life includes restraining yourself from negative actions, which leads naturally to the next perfection of not getting angry. Learning to restrain yourself, and to fight and struggle with your negativity is hard, and sets the stage to be happy when you do good things (perfection number four). If you have joyous effort, you will be doing good things non-stop day and night. You will focus on doing only that. The activity of concentrating your life single-pointedly on one thing leads naturally to concentrating during meditation. You must be in deep meditation to see emptiness directly, which is the ultimate form of perfection number six.

Situations in which you should "freeze":

SHING SHINDU MEPA (wood like stay) **Stay like a piece of wood**, freeze. This is mindfulness. When you catch yourself in a misdeed, just stop mid-stream. Basically, when any primary or secondary mental affliction arises, catch yourself and stop it. Master Shantideva gives some examples of situations in which bad habits and bad deeds are likely to occur:

1. **CHAKPA** — **Liking something ignorantly**. Ignorantly means you misunderstand its nature, and wanting it would make you do something unethical to get it.

2. **TROWA** — **Disliking things ignorantly**. Disliking something to the point you would do something non-virtuous to avoid it.

3. **NGA GYEL** — **Pride**, literally, "I king"

4. **GYAKPA** — **Conceit**, when you feel superior to others.

5. **TSANG DRUWA** — **Criticizing**, when you want to publicize others' faults or mistakes.

6. **YO-GYU** — **Deceiving others**, when you want to put on a facade or hide your bad qualities.

7. **DAK-TU** — **Praising yourself**.

8. **SHEN MU** — **Putting down others**.

9. **SHEWA** — **Scolding**, yelling at someone.

CLASS NOTES
Course X: Guide to the Bodhisattva's Way of Life, Part I
Class Ten: The Perfections of Giving and Ethical Living

The six perfections are activities to undertake once you've decided to become enlightened for the sake of all beings. This class covers the first two perfections: giving and living an ethical life.

The Perfection of Giving:

I. **JIMPAY PARCHIN** (giving perfection) — **The Perfection of Giving**. There are three categories of giving:

1. **SANG SING GI JINPA** (material things of giving) — **Giving material things** like food, clothes, shelter, etc.

2. **MIN JIKPA JINPA** (not fearing giving) — **Giving protection from fear**. Protecting others from harm, thieves, muggers, etc.

3. **CHU KYI JINPA** (dharma of giving) — **Giving the Dharma**. This is the highest form of giving. It's trying to lead people to having realizations in their hearts.

Things that make a karmic result more powerful: (giving is the example used)

1. **GYUN DU JAWA** (in a stream giving) — **Doing it in a stream**. Give over and over again, continually.

2. **DUNPA DRAKPO** (motivation fierce) — **Doing it with very strong feelings**, like intense caring, compassion, etc. Have a strong intention to lead someone to enlightenment when you give them something.

3. **MI TUN CHOK** — **Doing it as an antidote for the three poisons in your mind**. For example, give away stuff toward which you feel attachment, or give praise to someone you're jealous of.

4. **YUNTEN GYI SHING** (good quality of powerful object) — **Give to a powerful object**. Your Lama and the Three Jewels are examples of powerful karmic objects.

5. **PEN DOKPAY SHING** (helper to do special object) — **Give to people who have helped you greatly**, such as your parents who gave you a human body and mind with which you can reach ultimate paradise. Acknowledge this benefit.

6. **DUNGEL CHEN GYI SHING** (suffering someone of powerful object) — **Give to someone who is suffering**, in trouble, tired, stressed, someone who badly needs your help. Anyone in real, dire need is a powerful karmic object.

Prioritizing the Perfections:

JAWA NYI DOM action two converge	**When there are two options, which one do you choose?** Should you give to person number one or person number two? You need to prioritize your choices. You must do the higher perfection rather than the lower one when you can only do one or the other. For example, you should meditate rather than give, in a situation where both activities can't be done. The higher perfections ultimately are of greater benefit to us and to others.

Also, when practicing a single perfection, focus it toward a higher object rather than a less powerful karmic object. For example, give to the Three Jewels rather than to a person who doesn't need your gift and is not karmically powerful, if the choice must be made. **Prioritize to do the highest perfection to the most powerful karmic object to get to enlightenment the fastest.**

The Perfection of Living an Ethical Way of Life:

TSULTRIM GYI PARCHIN morality of perfection	**The Perfection of Living an Ethical Way of Life**.

There are three kinds of ethical behavior:

1. Keeping your vows.
2. Undertaking behavior which collects good energy.
3. Behavior aimed at liberating yourself and other beings. Master Shantideva concentrates on this third type of ethical behavior, which itself has three parts:

1. **SHENDUN HLURLANG** for others' benefit go for it	**Totally go for it**, do everything you possibly can to serve others.
2. **SHEN DUWAY LAPPA** others gather train	**Attract and entice others to practice Dharma**. Make it affordable and easy to access. Don't proselytize or preach, but if they're somewhat interested lure them sweetly with either material things or through offering the dharma in a way that will attract them:

How to attract people to Dharma:

A. Use material things:

a. **SEGU JIN MIJIN** food, clothes give not give	**Share your resources (food, clothes) appropriately**. If it will help to attract them, give things away, but don't break any of your vows to do so.

b. **LU LA MI NU** body to don't hurt	**Don't hurt your body**. Take care of your health and basic comforts, and your family's basic needs. Don't prematurely hurt yourself for minor goals before you're able.
c. **LU JIN DUGU** body giving time, purpose	**When the time comes and you're ready, give up your body and your life**. "Ready" means that you would have no regrets in the intermediate state after death.

B. <u>Attracting others to Dharma by how you give the Dharma</u>:

a. **NYENPOY KUNCHU** the student the behavior	**If the student doesn't behave well** (with respect for the teacher and the Dharma) then don't teach them.
b. **NU KYI SAMPA** vessel of level	**The level the student is on**. Judge their level and teach at their level, not above or below it.
c. **GYACHEN MULA MEN MIJAR** vast capacity, attracted to, lower teachings, don't put	**If you find a student with great potential, don't teach them lower paths**. Teach them the highest possible level.

3. **SEM JESU DZINPA** mind keep others' faith	**Keep others' faith**. Behave in a way that sets a good example for others and inspires their faith and admiration for Dharma. Represent bodhisattvahood well.

<u>Three kinds of behavior to attract people</u>:

A. **MA DEPA PANG** losing faith prevent	**Prevent others from losing faith**. Your activities as a bodhisattva should prevent other people from losing their faith in Buddhism because of the way you're acting.
B. **LAM TUN PA** the path showing	**Have good manners** when you give directions and interact with others. Have a generally pleasing manner; be polite and sensitive to others' needs. Be considerate and thoughtful.
C. **NYELWAY KUNCHU** going to sleep proper behavior	**Go to sleep properly**, in a nice way. Lie on your right side as you fall asleep. Think of some very virtuous object as you fall asleep. Think that you're going to sleep in order to wake up rested, so that you can do great virtue.

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class One

1) Name the root text we will be using in our study of the bodhisattva's way of life, its author, and his approximate dates. (Tibetan track in Tibetan)

> ***Guide to the Bodhisattva's Way of Life*** **by Master Shantideva, from about 700 AD**

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ།

jangchub sempay chupa la jukpa

སློབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྷ།

loppun shiwa hla

2) Name the famed commentary upon this text that we will be using; give the author's two names, and his exact dates. (Tibetan track in Tibetan)

> ***Entry Point for the Children of the Victorious Buddhas*** **by Gyaltsab Je, Darma Rinchen, 1364-1432**

རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས།

gyalse juk-ngok

རྒྱལ་ཚབ་རྗེ། དར་མ་རིན་ཆེན།

gyaltsab je darma rinchen

(Please see the next page)

3) Describe briefly the event in Master Shantideva's life which taught the monks of Nalandra Monastery that they should never judge a person from his or her outward appearance. (Tibetan track also give in Tibetan the name which was given to this master by certain misguided people.)

Because he chose not to reveal his extraordinary spiritual qualities outwardly, Master Shantideva was given the derogatory name "Mister Three Thoughts," implying that he was only interested in eating, sleeping, and defecating. In an attempt to induce him to leave the monastery, certain other monks attempted to embarrass him by asking him to teach publicly. He then recited the *Guide,* displayed miraculous powers, and disappeared into the sky. Later the monks located him, and he granted them explanations of two of his greatest works.

འདུ་ཤེས་གསུམ་པ་བ།

dushe sumpawa

4) Name the ten chapters of the *Guide*. (Tibetan track in Tibetan)

(1) Benefits of the Wish for Enlightenment

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།

jangchub kyi sem kyi pen-yun

(2) Purifying Bad Deeds

སྡིག་པ་བཤགས་པ།

dikpa shakpa

(3) Acquiring the Wish for Enlightenment

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ།

jangchub kyi sem sungwa

(Please see the next page)

(4) Using Carefulness

བག་ཡོད་བསྟེན་པ།

bak-yu tenpa

(5) Guarding Awareness

ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བ།

sheshin sungwa

(6) Not Getting Angry

བཟོད་པ་བསྟེན་པ།

supa tenpa

(7) Joyous Effort

བརྩོན་འགྲུས་བསྟེན་པ།

tsundru tenpa

(8) Meditative Concentration

བསམ་གཏན་བསྟེན་པ།

samten tenpa

(9) Wisdom

ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུ།

sherab kyi leu

(10) Dedication

བསྔོ་བའི་ལེའུ།

ngoway leu

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Two

1) Give the definition of the wish for enlightenment (bodhichitta) according to Lord Maitreya. (Tibetan track in Tibetan.)

The definition of the wish for enlightenment is the wish to achieve total enlightenment in order to help all living beings.

སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །
ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །

semkyepa ni shendun chir
yangdak dzokpay jangchub du

2) Name and describe the two forms of the wish for enlightenment. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a) The wish in the form of a prayer. Like planning to go on a trip; a decision to commit to reaching total enlightenment for the sake of others.

སྨོན་སེམས། །

munsem

b) The wish in the form of action. Like actually taking the trip; taking the bodhisattva vows and keeping them, engaging in the six perfections.

འཇུག་སེམས། །

juksem

(Please see the next page)

3) Describe first five metaphors used to describe the benefits of the wish for enlightenment.

a) The wish is like an alchemical elixir which can change the inferior body we have now into the supreme body of a Buddha.

b) The wish is like a precious jewel which is difficult to find and able to clear away the poverty of living kind.

c) The wish is like an evergreen tree which doesn't die after bearing fruit a single time, but rather continually grows and gives more fruits.

d) The wish is like a great warrior who is able to protect one from great fear, and danger.

e) The wish is like the fire which comes at the end of an eon: it is able to burn away all your bad deeds without any difficulty at all.

4) The sutra called *Stalks in Array* says this holy wish is like a seed, a rich field, a wish-giving vase, and sword. Explain each of these metaphors.

a) The wish is like a seed because from it grow each and every quality of an enlightened being.

b) The wish is like a rich field of soil because it makes all the good qualities of living beings grow and increase.

c) The wish is like a wish-granting vase because it can fulfill your every wish.

d) The wish is like a spear because you can use it to defeat the enemy of anything related to the mental afflictions.

5) Explain how the wish for enlightenment destroys your bad deeds, and prevents you from being born in one of the lower realms?

Because one wishes to become a Buddha to help all living beings one keeps one's vows carefully, and uses the four forces to eliminate the power of previous past deeds.

(Please see the next page)

6) Explain why nothing less then this precious wish could ever transform your entire world and your very being into something totally pure and enlightened.

> **Because the wish for enlightenment involves a decision to reach enlightenment for oneself in order to help an unlimited number of other beings, the highest state of being that anyone can achieve, it creates the karma for one's entire future world to be totally pure.**

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Three

1) Give the four general divisions of the second chapter of the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life.* (Tibetan track in Tibetan.)

a) Offering

མཆོད་པ།

chupa

b) Prostration

ཕྱག་འཚལ་བ།

chaktselwa

c) Going for refuge

སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ།

kyabsu drowa

d) Purifying oneself of bad deeds

སྡིག་པ་བཤགས་པ།

dikpa shakpa

(Please see the next page)

2) Name and describe the highest objects of the practice of making offerings.

The three highest objects are the Buddha Jewel (which refers primarily to the Dharma body, or the emptiness of the bodies of the Buddha); the Dharma Jewel (which refers primarily to the direct perception of emptiness, and the permanent cessation of spiritual obstacles); and the Sangha Jewel (which refers to those who have perceived emptiness directly).

3) List the three general types of offering described in the *Guide.* (Tibetan track in Tibetan.)

a) The offering of things which have no owner

བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་ཀྱི་མཆོད་པ།

dakpu masungway dze kyi chupa

b) The offering of one's own body

རང་གི་ལུས་དབུལ་བ།

rang gi lu ulwa

c) The offering of things which you emanate with your own thoughts

ཀློས་སྤྲུལ་བའི་མཆོད་པ།

lu trulway chupa

4) List the twelve kinds of offerings that you can make by emanating them in your mind. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Offering of bathing

ཁྲུས།

tru

(Please see the next page)

b) Offering of fine clothing

ན་བཟའ།

nabsa

c) Offering of ornaments

རྒྱན།

gyen

d) Offering of ointments

བྱུག་པ།

jukpa

e) Offering of flowers

མེ་ཏོག

metok

f) Offering of incense

སྤོས།

pu

g) Offering of fine food

ཞལ་ཟས།

shelse

(Please see the next page)

h) Offering of light

སྣང་གསལ།

nangsel

i) Offering of mansions

གཞལ་མེད་ཁང་།

shelme kang

j) Offering of parasols

གདུགས།

duk

h) Offering of music

རོལ་མོ།

rulmo

i) Blessing offerings, so that they can continue in an unbroken stream

མཆོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་པ།

chupay nampa gyun michepar jin-gyi lappa

5) Describe briefly why the act of taking refuge can actually protect you.

By taking refuge in the Three Jewels we are actually re-asserting our belief in the perception of emptiness. This protects us when we are able to stop reacting badly to negative events and people, because we realize that these reactions will create karmic imprints that force us to undergo sufferings once again in the future.

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Four

1) Give the name of the original source of the teaching on the four forces of purification. (Tibetan track in Tibetan.)

The teaching on the four forces of purification derives originally from the *Sutra on the Four Practices*

ཆོས་བཞི་བསྟན་པའི་མདོ།

chu shi tenpay do

2) List the four forces in the order in which they are presented in the detailed treatment of the forces in Gyaltsab Je's commentary upon the *Guide to the Bodhisattva's Way of Life*. (Tibetan track in Tibetan.)

a) The force of destruction

རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས།

nampar sunjinpay top

b) The force of the foundation

རྟེན་གྱི་སྟོབས།

ten gyi top

c) The force of applying an antidote

གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས།

nyenpo kuntu chupay top

(Please see the next page)

d) The force of restraining from the bad deed

ཉེས་པ་ལས་སླར་བཟློག་པའི་སྟོབས།

nyepa le larndokpay top

3) Is the practice of the four forces effective even with bad deeds where the karma has been both committed and collected, making the experience of the result of the deeds certain?

Yes; the energy of even these types of bad karma can be removed by the four forces, so needless to say other types of bad karma can be removed.

4) Name the method we can use to achieve the level of regret required for the first of the four forces.

We must think about the way in which negative actions trigger three different types of karmic results.

5) Name six different kinds of practices that can be effective in the practice of the third of the forces. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Studying the profound scriptures of the canon

མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་པ།

dode sabmo la tenpa

b) Meditating on emptiness

སྟོང་པ་ཉིད་བསྒོམ་པ།

tongpa-nyi gompa

c) Reciting secret words

བཟླས་པ་ལ་བརྟེན་པ།

depa la tenpa

(Please see the next page)

d) Preparing physical representations of the holy bodies of enlightened beings

སྐུ་གཟུགས་ལ་བརྟེན་པ།

kusuk la tenpa

e) Making offerings

མཆོད་པ་ལ་བརྟེན་པ།

chupa la tenpa

f) Reciting the names of high beings

མཚན་ལ་བརྟེན་པ།

tsen la tenpa

6) Describe the four steps used by Master Shantideva in his explanation of the first of the four forces.

a) An explanation of the process of developing regret which is attained through considering the way in which a negative deed has been committed.

b) The practice of developing regret out of fear that one might die while still possessing the karma of negative deeds.

c) The practice of developing regret by considering especially how you have committed negative deeds which are meaningless.

d) The practice of learning to fear negative actions.

7) Name the three steps in the explanation of the force of the foundation.

a) Instructions on seeking refuge in the Three Jewels from this very moment.

b) Seeking help from the sons and daughters of the Victors, those who possess the power of prayers.

c) Carrying out their wishes, once you have taken refuge in them.

(Please see the next page)

8) What is the point of the comparison of the terror of death to a kind of punishment in which one of a person's limbs is cut off?

> **The point is that, if a person's entire appearance is completely transformed by the terror of the expected punishment of having a limb cut off, then the fear of the moment of death is even more unbearable. We are able to observe the former, and it should give us an insight into the inner feelings during the latter process. We should have strong regret now for our past negativities and continuously apply the four fources to pufity our negative karma so that we can avoid the pain and terror of death.**

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Five

1) In his discussion of the third of the four forces of purification, Master Shantideva advises us to think of ourselves as sick people in need of medicine and a supreme physician. Describe the chronic disease that we are said to have. (Tibetan track in Tibetan.)

We are chronically and constantly sick with the three poisons of ignorantly liking things, ignorantly disliking things, and ignorance itself. It is important to understand the description of liking and disliking. Liking for example is defined in the literature on the perfection of wisdom as "An independent thought wherein one wishes not to lose an impure object which appears to be attractive."

ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་ཡིད་འོང་དུ་སྣང་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ།

sakche kyi ngupo la yi-ong du nang ne rang top kyi mindrelwar dupay semjung sempa

2) Name three important reasons why we should make great efforts in the practice of purifying ourselves through all four of the forces, together. (Tibetan track in Tibetan.)

a) We don't understand the laws of actions and their consequences.

ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་མཁས་པ།

lendre kyi namye la mi-kepa

b) We are unable to follow what little we do understand, and constantly collect new and powerful karmic imprints.

ཅུང་ཟད་ཤེས་ཀྱང་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པ།

chungse she kyang dorlen tsulshin du mi jepa

(Please see the next page)

c) We must remove obstacles to reaching the true wish for enlightenment.

བྱང་སེམས་སྐྱེ་བའི་གེགས་སྦྱོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འབད་དགོས།

jangsem kyeway gek jongwa la mik ne be gu

3) Name five activities that function to help us collect the positive energy needed to reach the true wish for enlightenment. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Rejoicing in goodness.

དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ།

gewa la jesu yi-rangwa

b) Urging holy beings to turn the wheel of the Dharma.

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐུལ་བ།

chu kyi korlo korwar kulwa

c) Requesting holy beings not to pass into "nirvana."

མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ།

nya-ngen le mindawar solwa dappa

d) Dedicating our good deeds.

དགེ་བ་བསྔོ་བ།

gewa ngowa

e) Surrender, through practicing the state of mind where you want to give up your body, your possessions, and the power of your good deeds.

ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བ།

lu longchu ge-tsa tongway sempa jangwa

(Please see the next page)

4) Name three different levels of virtue in which we can rejoice.

Virtuous deeds by ourselves and others that are going to lead to the higher births, to nirvana alone, and to highest enlightenment.

5) Name and describe the opposite of rejoicing.

Jealousy, which is a kind of anger or unhappiness that someone else has attained some happiness or good personal quality. Jealousy is extremely improper for bodhisattvas, who are working so that every living being can have every kind of happiness.

6) Name four kinds of dedication, and then describe what it is we are dedicating.

a) General dedication

སྤྱིར་བསྔོ་བ།

chir ngowa

b) Dedication for the sake of the sick

ནད་པའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ།

nepay dundu ngowa

c) Dedication for the sake of removing hunger and thirst

བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ།

trekom selway dundu ngowa

d) Dedication so that all that everyone's wishes for can come about

འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུའི་བསྔོ་བ།

dugu jungway gyuy ngowa

(Please see the next page)

What we are dedicating: **The virtuous power of all the deeds we have done, from offering up to requesting holy beings not to enter into "nirvana."**

7) What are we wishing for when we make dedication?

We are wishing that we ourselves could become enlightened through our virtue, so that we ourselves could become the medicine, cure, and physician for the sick; become food and drink for the needy; become the very things and people that all beings wish for, in a temporary and an ultimate sense.

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Six

1) Why does Master Shantideva recommend the practice of taking joy, once one has attained the two forms of the wish for enlightenment?

> **This is a way of preventing the wish from being lost, and of causing it to increase ever further.**

2) Describe four things that uplift our hearts as we first gain the two forms of the wish. (Tibetan track in Tibetan.)

> **a) Our lives have become fruitful**
>
> བདག་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད།
>
> ***daktse drebu yu***
>
> **b) We have truly achieved a human life**
>
> མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།
>
> ***miyi sipa lekpar top***
>
> **c) We have been born into the family of the Buddhas**
>
> སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས།
>
> ***sanggye riksu kye***
>
> **d) We have become a child of the Buddhas**
>
> སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་གྱུར།
>
> ***sanggye sesu gyur***

(Please see the next page)

3) Name five ways in which the wish has the power to remove the sufferings of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a) It destroys the Lord of Death within every living being.

འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པ།

droway chidak jompa

b) It destroys poverty (within every living being, same with all the rest).

དབུལ་བ་འཇོམས་པ།

ulwa jompa

c) It destroys illness.

ནད་འཇོམས་པ།

ne jompa

d) It destroys the general suffering of the cycle of life.

སྤྱིར་སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ།

chir sipay dukngel jompa

e) It destroys, more specifically, the sufferings of the lower realms.

ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ།

kyepar ngendroy dukngel jompa

4) *How* is it that the wish can remove these sufferings in every living being?

A person who has the wish can reach full enlightenment, and once enlightened they are perfectly qualified to teach and help all other sentient beings remove all of their suffering, and thereby to reach their own perfection.

(Please see the next page)

5) Name and describe the two kinds of obstacles that the wish has the power to destroy. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

a) Obstacles which are related directly to mental afflictions: the obstacles to the achievement of nirvana

ཉོན་སྒྲིབ།

nyundrip

b) Obstacles which block one from the state of total knowledge: obstacles to the attainment of Buddhahood

ཤེས་སྒྲིབ།

shedrip

6) What, according to Gyaltsab Je, is the "very highest way of all to get the essence out of having achieved this human body and mind"?

The process of undertaking all the necessary preliminaries—purifying ourselves of obstacles that work against getting the wish, and gathering together all the factors that are conducive to reaching it; and then actually reaching the wish itself.

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Seven

1) Name four different steps in the process of considering how the mental afflictions hurt us.

a) Considering how they leave us powerless.

b) Considering how they send us to unthinkable suffering.

c) Considering how the time that they hurt us is infinite.

d) Considering the reasons why it is wrong to make friends with the mental afflictions.

2) Give the standard definition of a mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

A mental function which is of the type that works to ruin the peace of the mind with which it is associated.

རང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་མ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་རིགས་གནས་ཀྱི་སེམས་བྱུང་།

rang dang tsungden gyi semgyu ma-shiwar jepay rikne kyi semjung

3) Name the six primary mental afflictions. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Liking things ignorantly

འདོད་ཆགས།

duchak

(Please see the next page)

b) Disliking things ignorantly

ཁོང་འཁྲོ།

kongtro

c) Pride

ང་རྒྱལ།

nga-gyel

d) Ignorance

མ་རིག་པ།

marikpa

e) Doubt

ཐེ་ཚོམ།

te-tsom

f) Wrong views

ལྟ་བ།

tawa

4) Name and describe briefly the five kinds of wrong views that make up the sixth primary mental affliction. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Perishable view. Focuses on the parts of a person and holds the person to be self-existent.

འཇིག་ལྟ།

jikta

b) Extreme view. Focuses on the person upon which perishable view is focusing, and holds this person to be either unchanging or non-existent.

མཐར་ལྟ།

tarta

c) Wrong view. Belief that actions and their consequences, or past and future lives, and the like do not exist.

ལོག་ལྟ།

lokta

d) The view of holding one's wrong views as highest. Believes that all wrong views other than this one itself are inferior to have.

མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ།

chokdzin gyi tawa

e) View that mistaken morality and asceticisms are highest. Belief that spiritual practices which hurt oneself etc are the best ones to do.

ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ།

tsultrim dang tulshuk chokdzin gyi tawa

5) What does Master Shantideva say about the idea that one should hold off achieving nirvana until others do so first?

Since nirvana is defined as the permanent destruction of the mental afflictions, it would be a silly thought to hold onto your mental afflictions until others got rid of theirs first. You would also be unable to lead others to destroy their mental afflictions if you had not yet destroyed your own.

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Eight

1) There are twenty secondary mental afflictions. Name and describe any six of them. (Tibetan track name in Tibetan and describe in English.)

(1) Anger—This stems from disliking and causes you to prepare to harm someone by threatening and so forth.

ཁྲོ་བ།

trowa

(2) Retaining anger —This is a part of disliking. It is the continued maintenance of a harmful thought over a long period of time, and causes intolerance.

ཁོན་འཛིན།

kundzin

(3) Irritation—This is an impatience which derives from anger and irritation and causes you to speak harsh words.

འཚིག་པ།

tsikpa

(4) Malice—This is a kind of disliking whose activity is uncompassionate harmfulness. It is the state of mind which is ready to hurt someone.

རྣམ་པར་འཚེ་བ།

nampar tsewa

(Please see the next page)

(5) Jealousy—This is a part of anger. It is the inner disturbance of the mind which out of a desire for gain and honor cannot bear the sight of other's happiness. It is a mental discomfort, it disturbs the mind, and supports wrongdoing.

ཕྲག་དོག

trakdok

(6) Denial—This is the crooked state of mind which out of attachment to gain and honor hides its faults and thus conceals them continuously. It obstructs you from receiving true instruction.

སྒྱུ།

gyu

(7) Pretence—This is pretending to have qualities that you do not actually possess for the sake of gain and honor. It is a devious misleading of others, reinforces the other mental afflictions, and supports the practice of wrong livelihood.

གཡོ་བ།

yowa

(8) Lack of shame—This is not avoiding bad deeds for reasons which relate to yourself.

ངོ་ཚ་མེད་པ།

ngo-tsa mepa

(9) Lack of consideration—This is engaging in bad deeds for reasons which related to others.

ཁྲེལ་མེད་པ།

trel mepa

(Please see the next page)

(10) Concealing one's faults —This is failing to follow good urgings, and wishing to conceal your faults. It is the cause of regret and prevents your knowledge from staying.

འཆབ་པ།

chappa

(11) Stinginess—This comes from liking and wants the things which other's have. It acts to prevent your wealth from increasing.

སེར་སྣ།

serna

(12) Conceitedness—This is the haughty state of mind in which you rejoice and become attached to your own impure qualities such as your good health, your intelligence, or your youth.

རྒྱགས་པ།

gyakpa

(13) Lack of faith—This is a kind of ignorance. It is a lack of spiritual admiration for the objects of correct faith and for good deeds. It functions to support laziness.

མ་དད་པ།

madepa

(14) Laziness—This is a fondness for the pleasant feeling of such activities as sleeping and lounging around. It is a lack of enthusiasm for doing good deeds, and the opposite of joyful effort.

ལེ་ལོ།

lelo

(Please see the next page)

(15) Carelessness—This affects your practice of doing good deeds and avoiding bad deeds. It is the opposite of mindfulness. It functions to increase non-virtue and to decrease virtue.

བག་མེད་པ།

bak mepa

(16) Forgetfulness of goodness—This is the obscuration and forgetting of a virtuous object. It is the opposite of recollection, supports mental agitation, and is a support for the mental afflictions.

བརྗེད་ངེས།

je-nge

(17) Lack of awareness—This is heedless and careless activity which you do with your thoughts, your words, and your deeds, and is a support for breaking your vows.

ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ།

sheshin mayinpa

(18) Dullness—This is a heaviness of the body and mind which renders you incapable of penetrating the object of your attention. It is the inward contraction and incompetence of the mind, and a support for the mental afflictions.

རྨུགས་པ།

mukpa

(19) Distraction—This is the following of a pleasant object which presents itself to your mind. It is included as a part of desire. Because it is the escape of the mind toward an object it is an obstacle to mental quiescence.

རྣམ་གཡེང་།

nam-yeng

(Please see the next page)

(20) Scattering—This is the mind moving and straying toward objects instead of abiding one-pointedly on a virtuous object.

རྒོད་པ།

gupa

2) What does Gyaltsab Je have to say about the idea that a strong love for the Path, and hatred for your mental afflictions, are mental afflictions themselves?

He says that, because they are elements of the Path itself, the Path which helps you destroy the mental afflictions, they cannot be considered a part of the group of objects which must be eliminated from the mind. He further says that those commentaries which explain that these two attitudes must be eliminated later are only referring to the fact that, once the mental afflictions have been eliminated, these two will no longer function in the fight against the mental afflictions.

3) Why is it important that the continued existence of the mental afflictions depends on a misperception?

Because the mental afflictions are rooted in a misperception, they can be eradicated completely, as the misperception is corrected by the eye of wisdom; and then they will never be able to return.

4) State three reasons why the mental afflictions have no place else to go, once they are eliminated from the mind. (Tibetan track in Tibetan.)

a) The mental afflictions are not a natural part of the various objects of perception, for if they were, then even enemy destroyers would have to get mental afflictions when they look at visual forms, etc.

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས།

nyonmongpa nam ni suk lasokpay yul na rangshin gyi mi-ne

(Please see the next page)

b) The mental afflictions are not a natural part of our sense powers, the eye and the rest, because it is impossible for a person who is focussing on emptiness to have a mental affliction, even though they can at that moment have sense powers such as the eye.

མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཚོགས་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས།

mikla lasokpay wangpoy tsok la yang rangshin gyi mi ne

c) The mental afflictions do not exist by nature anywhere in between these other two possibilities.

དེ་དག་གི་བར་ནའང་མི་གནས།

de dak gi bar na-ang mi-ne

5) List the six perfections, the six principal activities of a bodhisattva, and explain why they are perfections. (Tibetan track in Tibetan.)

The six perfections are giving, an ethical way of life, not getting angry, joyful effort, concentration, and wisdom. They are called perfections because, in the mind of an enlightened being, they have been perfected. They are also called perfections if they occur in the mind of a being who has committed himself or herself to the wish for enlightenment, because they function to bring one to perfection.

སྦྱིན་པ། ***jinpa***

ཚུལ་ཁྲིམས། ***tsultrim***

བཟོད་པ། ***supa***

བརྩོན་འགྲུས། ***tsundru***

བསམ་གཏན། ***samten***

ཤེས་རབ། ***sherab***

ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ། ***parul tu chinpa***

ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་བྱེད། ***parul tu chinje***

(Please see the next page)

6) Does the perfection of giving depend on its external perfection? Why or why not?

It does not depend on its external perfection, because we can see that there are still people in the world who are afflicted by poverty. If removing all beings' poverty were the essence of the perfection of giving, then the enlightened beings of the past can not have perfected giving. Therefore the *perfection* of giving is the perfection of the willingness to give (which is also expressed to the ultimate of one's current ability).

7) Name the external objects which need not be eliminated for each of the first three perfections to be perfect.

a) Needy individuals.

b) Beings who are being hurt.

c) Irritating individuals.

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Nine

1) Describe the context in which Master Shantideva distinguishes between recollection and watchfulness. (Tibetan track also give the names for these two in Tibetan.)

> **Master Shantideva joins his palms at his breast and entreats us with the following words: "Those who wish to protect their minds should do whatever they can to maintain—even at the cost of their lives—their recollection, which functions to prevent you from forgetting a particular virtuous object of the mind, and their watchfulness, which examines what is happening with the three doors of expression at any given time."**

2) Give the four divisions of the section devoted to how one should maintain how they look with their eyes. (Tibetan track in Tibetan.)

a) General advice on how you look with your eyes.

མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཕྱིར་བསྟན་པ།

mik gi taway kunchu chir tenpa

b) What to do with your eyes when you are tired.

དུབ་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

duppay tse jitar jawa

c) What to do when you find yourself in the presence of another person.

གང་ཟག་གཞན་དྲུང་དུ་འོངས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

gangsak shen drung du ongpa la jitar jawa

(Please see the next page)

d) What to do when you have finished resting yourself.

ངལ་བསོས་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

ngel supay tse jitar jawa

3) Name three special circumstances under which one may be allowed to let up, temporarily, from the normally very detailed scrutiny of one's thoughts and bodily actions.

Master Shantideva mentions the following circumstances: when one's life is threatened; when one is engaged in a celebration of offering to the Three Jewels; and when it is of some very great benefit to living beings.

4) Explain the reasoning behind the ordering of the six perfections. (Tibetan track mention the six in Tibetan also.)

Not being concerned with possessions, and not having attatchment to them, is necessary for the perfection of giving and leads naturally into the perfection of ethical living. The perfection of an ethical life includes restraining oneself from negative actions, and this leads naturally into the perfection of patience. The perfection of patience involves the ability to bear great hardships for the Dharma, and this leads naturally into the perfection of joyful effort. The perfection of joyful effort involves making constant efforts night and day, which leads into single-pointed meditation. The perfection of meditation involves reaching a point where the body and mind are well-trained for meditation, which leads to the wisdom which realizes perfectly the true nature of all objects.

5) Name six separate occasions on which Master Shantideva says we should freeze, and stay like a bump on a log. (Tibetan track in Tibetan.)

Whenever one of the following comes to us (choose any six): liking things ignorantly (*chakpa*); disliking things ignorantly (*trowa*); pride (*nga-gyel*); conceit (*gyakpa*); the thought to harp on someone else's faults (*tsang trupa*); deceit (*yu gyu*); praising oneself (*dak tu*); criticizing others (*shen mu*); scolding someone (*shewa*); arguing (*tsupa*); desire for fame (*nyekur dupa*); ignoring others' needs (*shendun yelwar dorwa*); paying attention only to one's own needs (*rang dun bashik dupa*); losing patience with hardships related to Dharma (*mi supa*); lack of joy in doing good (*lelo*); these are some of the situations mentioned by Master Shantideva.

(Please see the next page)

ཆགས་པ།

chakpa

ང་རྒྱལ།

nga-gyel

མཚང་འབྲུ་བ།

tsang druwa

བདག་བསྟོད།

dak tu

གཤེ་བ།

shewa

སྙེད་བཀུར་འདོད་པ།

nyekur dupa

རང་དོན་འབའ་ཞིག་འདོད་པ།

rang dun bashik dupa

ལེ་ལོ།

lelo

ཁྲོ་བ།

trowa

རྒྱགས་པ།

gyakpa

གཡོ་སྒྱུ།

yo-gyu

གཞན་སྨོད།

shen mu

རྩོད་པ།

tsupa

གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བ།

shendun yelwar dorwa

མི་བཟོད་པ།

misupa

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Answer Key, Class Ten

1) Name six different qualities mentioned by Master Shantideva that make the perfection of giving very powerful karmically. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Performing a virtuous activity constantly

རྒྱུན་དུ་བྱ་བ།

gyundu jawa

b) Performing it with strong virtuous motivation

འདུན་པ་དྲག་པོས་བྱ་བ།

dunpa drakpu jawa

c) Performing it with strong corrective thoughts, such as freedom from desire

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསླང་བ།

mitun chok kyi kunne langwa

d) Performing it towards a very virtuous object, such as the Three Jewels

ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཞིང་།

yunten dang denpay shing

(Please see the next page)

e) Performing it towards someone who has helped one

ཕན་འདོགས་པའི་ཞིང་།

pendokpay shing

f) Performing it towards someone who is suffering greatly, such as those oppressed by great poverty

སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་ཞིང་།

dukngel chen gyi shing

2) What two things does Master Shantideva say about prioritizing one's efforts in the six perfections? (Tibetan track: Give the word for "prioritization" in Tibetan.)

a) Within one perfection, such as giving, we should perform the more important act of giving if there is a choice between a more and a less important act at any given moment.

b) Within the six perfections themselves, we should perform the higher (latter) one if there is a choice between two perfections at any given moment. In Tibetan, this principle is called *jawa nyi dompa*.

བྱ་བ་གཉིས་འདོམས་པ།

jawa nyi dompa

3) State three principles which Master Shantideva discusses with regard to the morality of acting on behalf of living beings. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Throwing oneself into helping others

གཞན་དོན་ལྷུར་བླང་བ།

shendun hlur langwa

(Please see the next page)

b) Training in activities for preventing oneself from being polluted by bad deeds, and attracting others to the Dharma

རང་ཉེས་པས་མ་གོས་པར་གཞན་བསྡུ་བའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབ་པ།

rang nyepe magupar shen duway chupa la lappa

c) Training in activities that maintain the good opinions of others in the Dharma, and prevent oneself from being polluted by bad deeds

སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྲུང་ཞིང་ཉེས་པས་མི་གོས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབ་པ།

semchen gyi sem jesu sung shing nyepe mi-gupay chupa la lappa

4) Name three principles in the practice of attracting other persons to the Dharma through material giving. (Tibetan track in Tibetan.)

a) When to give and not to give food and clothing

ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་ཁྱད་པར།

se gu jinpa dang mi-jinpay kyepar

b) Advice not to hurt the body in order to achieve minor goals

བྱ་བ་ཕྲན་ཚེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གནོད་པར་མི་བྱ་བ།

jawa trentsek kyi chedu lu la nupar mijawa

c) Explanation of the proper time and purpose for which to give one's body

ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའི་དུས་དང་དགོས་པ་བཤད་པ།

lu jinpar tongway du dang gupa shepa

(Please see the next page)

5) Name three principles in the practice of attracting other persons through the giving of the Dharma itself. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Students to whom, because of their behavior, it is improper to teach the Dharma

ཆོས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད།

chu shedu mi-rungway nyenpapoy lu kyi kunchu

b) Judging the capacity of the student and teaching what fits them

སྣོད་ཀྱི་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་བརྟག་པ།

nu kyi sampay kyepar takpa

c) Being careful not to lead those who are attracted to the widespread teaching (the Mahayana) along a lower path (the Hinayana)

རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་སྦྱར་བར་མི་བྱ་བ།

gya chenpo la mupa menpa la jarwar mi jawa

6) Name three principles for the practice of training oneself in activities that maintain the good opinions of others in the Dharma, and that prevent oneself from being polluted by bad deeds. (Tibetan track in Tibetan.)

a) Avoiding types of behavior that are improper and which would cause others to lose their faith

ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ།

lu kyi chulam nyepa dang che shing shen ma-depa pangwa

b) How to act when you point out a path, and the like

ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

lam lasokpa tunpay tse jitar jawa

(Please see the next page)

c) The proper method of sleeping

ཉལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

nyelway kunchu jitar jawa

THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

COURSE X
Guide to the Bodhisattva's Way of Life,
Part I

Tibetan Language Study Guide

Class One

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ།

jangchub sempay chupa la jukpa

སློབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྷ།

loppun shiwa hla

རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས།

gyalse juk-ngok

རྒྱལ་ཚབ་རྗེ། དར་མ་རིན་ཆེན།

gyaltsab je darma rinchen

འདུ་ཤེས་གསུམ་པ་བ།

dushe sumpawa

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།

jangchub kyi sem kyi pen-yun

སྡིག་པ་བཤགས་པ།

dikpa shakpa

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཟུང་བ།

jangchub kyi sem sungwa

བག་ཡོད་བསྟན་པ།

bak-yu tenpa

ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བ།

sheshin sungwa

བཟོད་པ་བསྟན་པ།

supa tenpa

བརྩོན་གྲུས་བསྟན་པ།

tsundru tenpa

བསམ་གཏན་བསྟན་པ།

samten tenpa

ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུ།

sherab kyi leu

བསྔོ་བའི་ལེའུ།

ngoway leu

Class Two

སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར།
ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད།

semkyepa ni shendun chir
yangdak dzokpay jangchub du

སྨོན་སེམས།

munsem

འཇུག་སེམས།

juksem

Class Three

མཆོད་པ།

chupa

ཕྱག་འཚལ་བ།

chaktselwa

སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ།

kyabsu drowa

སྡིག་པ་བཤགས་པ།

dikpa shakpa

བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་ཀྱི་མཆོད་པ།

dakpu masungway dze kyi chupa

རང་གི་ལུས་དབུལ་བ།

rang gi lu ulwa

བློས་སྤྲུལ་བའི་མཆོད་པ།

lu trulway chupa

ཁྲུས།

tru

ན་བཟའ།

nabsa

རྒྱན།

gyen

བྱུག་པ།

jukpa

མེ་ཏོག

metok

སྤྱོས།

pu

ཞལ་ཟས།

shelse

སྣང་གསལ།

nangsel

གཞལ་མེད་ཁང་།

shelme kang

གདུགས།

duk

རོལ་མོ།

rulmo

མཆོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་པ།

chupay nampa gyun michepar jin-gyi lappa

Class Four

ཆོས་བཞི་བསྟན་པའི་མདོ།

chu shi tenpay do

རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས།

nampar sunjinpay top

རྟེན་གྱི་སྟོབས།

ten gyi top

གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས།

nyenpo kuntu chupay top

ཉེས་པ་ལས་སླར་བཟློག་པའི་སྟོབས།

nyepa le larndokpay top

མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་པ།

dode sabmo la tenpa

སྟོང་པ་ཉིད་བསྒོམ་པ།

tongpa-nyi gompa

བཟླས་པ་ལ་བརྟེན་པ།

depa la tenpa

སྐུ་གཟུགས་ལ་བརྟེན་པ།

kusuk la tenpa

མཆོད་པ་ལ་བརྟེན་པ།

chupa la tenpa

མཚན་ལ་བརྟེན་པ།

tsen la tenpa

Class Five

ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་ཡིད་འོང་དུ་སྣང་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ།

sakche kyi ngupo la yi-ong du nang ne rang top kyi mindrelwar dupay semjung sempa

ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་མཁས་པ།

lendre kyi namye la mi-kepa

ཆུང་ཟད་ཤེས་ཀྱང་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པ།

chungse she kyang dorlen tsulshin du mi jepa

བྱང་སེམས་སྐྱེ་བའི་གེགས་སྦྱོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འབད་དགོས།

jangsem kyeway gek jongwa la mik ne be gu

དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ།

gewa la jesu yi-rangwa

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐུལ་བ།

chu kyi korlo korwar kulwa

མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ།

nya-ngen le mindawar solwa dappa

དགེ་བ་བསྔོ་བ།

gewa ngowa

ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བ།

lu longchu ge-tsa tongway sempa jangwa

སྤྱིར་བསྔོ་བ།

chir ngowa

ནད་པའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ།

nepay dundu ngowa

བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ།

trekom selway dundu ngowa

འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུའི་བསྔོ་བ།

dugu jungway gyuy ngowa

Class Six

བདག་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད།

daktse drebu yu

མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།

miyi sipa lekpar top

སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས།

sanggye riksu kye

སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་གྱུར།

sanggye sesu gyur

འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པ།

droway chidak jompa

དབུལ་བ་འཇོམས་པ།

ulwa jompa

ནད་འཇོམས་པ།

ne jompa

སྤྱིར་སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ།

chir sipay dukngel jompa

ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ།

kyepar ngendroy dukngel jompa

ཉོན་སྒྲིབ།

nyundrip

ཤེས་སྒྲིབ།

shedrip

Class Seven

རང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་མ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་རིགས་གནས་ཀྱི་
སེམས་བྱུང་།

rang dang tsungden gyi semgyu ma-shiwar jepay rikne kyi semjung

འདོད་ཆགས།

duchak

ཁོང་འཁྲོ།

kongtro

ང་རྒྱལ།

nga-gyel

མ་རིག་པ།

marikpa

ཐེ་ཚོམ།

te-tsom

ལྟ་བ།

tawa

འཇིག་ལྟ།

jikta

མཐར་ལྟ།

tarta

ལོག་ལྟ།

lokta

མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ།

chokdzin gyi tawa

ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ།

tsultrim dang tulshuk chokdzin gyi tawa

Class Eight

ཁྲོ་བ།

trowa

ཁོན་འཛིན།

kundzin

འཚིག་པ།

tsikpa

རྣམ་པར་འཚེ་བ།

nampar tsewa

ཕྲག་དོག

trakdok

སྒྱུ།

gyu

གཡོ་བ།

yowa

ངོ་ཚ་མེད་པ།

ngo-tsa mepa

ཁྲེལ་མེད་པ།

trel mepa

འཆབ་པ།

chappa

སེར་སྣ།

serna

རྒྱགས་པ།

gyakpa

མ་དད་པ།

madepa

ལེ་ལོ།

lelo

བག་མེད་པ།

bak mepa

བརྗེད་ངེས།

je-nge

ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ།

sheshin mayinpa

རྨུག་པ།

mukpa

རྣམ་གཡེང་།

nam-yeng

རྒོད་པ།

gupa

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས།

nyonmongpa nam ni suk lasokpay yul na rangshin gyi mi-ne

མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཚོགས་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས།

mikla lasokpay wangpoy tsok la yang rangshin gyi mi ne

དེ་དག་གི་བར་ན་འང་མི་གནས།

de dak gi bar na-ang mi-ne

སྦྱིན་པ།	ཚུལ་ཁྲིམས།	བཟོད་པ།
jinpa	*tsultrim*	*supa*
བརྩོན་འགྲུས།	བསམ་གཏན།	ཤེས་རབ།
tsundru	*samten*	*sherab*

ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ།	ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་བྱེད།
parul tu chinpa	*parul tu chinje*

Class Nine

མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་སྤྱིར་བསྟན་པ།

mik gi taway kunchu chir tenpa

དུབ་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

duppay tse jitar jawa

གང་ཟག་གཞན་དྲུང་དུ་འོངས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

gangsak shen drung du ongpa la jitar jawa

ངལ་བསོས་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

ngel supay tse jitar jawa

ཆགས་པ།	ཁྲོ་བ།
chakpa	*trowa*
ང་རྒྱལ།	རྒྱགས་པ།
nga-gyel	*gyakpa*
མཚང་འབྲུ་བ།	གཡོ་སྒྱུ།
tsang druwa	*yo-gyu*

བདག་བསྟོད།

dak tu

གཞན་སྨོད།

shen mu

གཤེ་བ།

shewa

རྩོད་པ།

tsupa

རྙེད་བཀུར་འདོད་པ།

nyekur dupa

གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བ།

shendun yelwar dorwa

རང་དོན་འབའ་ཞིག་འདོད་པ།

rang dun bashik dupa

མི་བཟོད་པ།

misupa

ལེ་ལོ།

lelo

Class Ten

རྒྱུན་དུ་བྱ་བ།

gyundu jawa

འདུན་པ་དྲག་པོས་བྱ་བ།

dunpa drakpu jawa

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསླང་བ།

mitun chok kyi kunne langwa

ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཞིང་།

yunten dang denpay shing

ཕན་འདོགས་པའི་ཞིང་།

pendokpay shing

སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་ཞིང་།

dukngel chen gyi shing

བྱ་བ་གཉིས་འདོམས་པ།

jawa nyi dompa

གཞན་དོན་ལྷུར་བླང་བ།

shendun hlur langwa

རང་ཉེས་པས་མ་གོས་པར་གཞན་བསྡུ་བའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབ་པ།

rang nyepe magupar shen duway chupa la lappa

སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྲུང་ཞིང་ཉེས་པས་མི་གོས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་བསླབ་པ།

semchen gyi sem jesu sung shing nyepe mi-gupay chupa la lappa

ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་ཁྱད་པར།

se gu jinpa dang mi-jinpay kyepar

བྱ་བ་ཕྲན་ཚེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གནོད་པར་མི་བྱ་བ།

jawa trentsek kyi chedu lu la nupar mijawa

ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའི་དུས་དང་དགོས་པ་བཤད་པ།

lu jinpar tongway du dang gupa shepa

ཆོས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད།

chu shedu mi-rungway nyenpapoy lu kyi kunchu

སྣོད་ཀྱི་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་བརྟག་པ།

nu kyi sampay kyepar takpa

རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་སྦྱར་བར་མི་བྱ་བ།

gya chenpo la mupa menpa la jarwar mi jawa

ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ།

lu kyi chulam nyepa dang che shing shen ma-depa pangwa

ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

lam lasokpa tunpay tse jitar jawa

ཉལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

nyelway kunchu jitar jawa

The Asian Classics Institute

GUIDE TO THE BODHISATTVA'S WAY OF LIFE - PART 1

COURSE

10

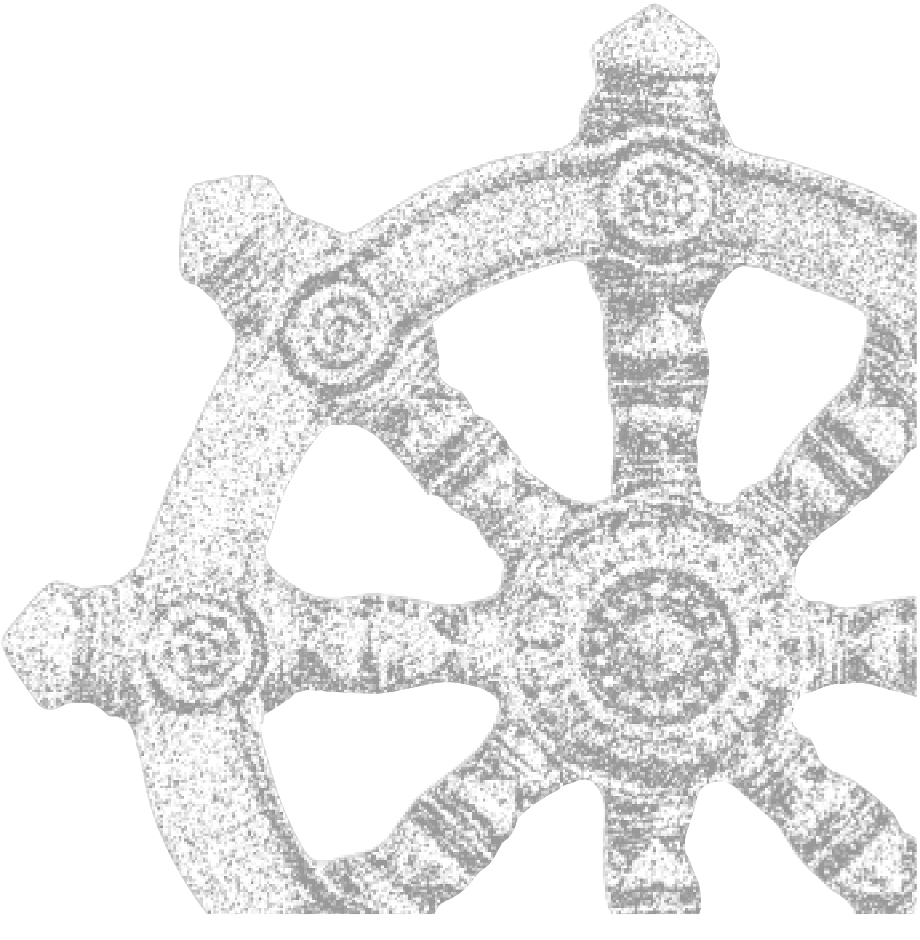
Please cut along the dotted line to make an insert for the binder spine

THIS COURSE USES A
1 INCH BINDER

THE ASIAN CLASSICS INSTITUTE

10

COURSE

GUIDE TO THE BODHISATTVA'S WAY OF LIFE - PART 1

Level 3 of Middle-Way Philosophy *(Madhyamika)*