

༡༡། བསྐྱབ་བྱ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

A Jewel Garland of Advice

སྐྱབས་ཀུན་འདུས་ཞབས་ངོ་བོ་དོ་རྗེ་འཆང་། ། འདྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ།  
སྙིང་ནས་མོས་གྲུས་གདུང་བས་འབོད་ལགས་ན། ། འགྲོ་འདི་སློ་སྣ་ལམ་པའི་ཚོས་སུ་བྲོངས།

O kind and precious root Guru  
Embodiment of all Refuges, Vajradhara in nature,  
I call on you from my heart with intense devotion:  
Please draw this one's mind to the path of Dharma!

ཀྱེ་ཉོ་ཐར་འདོད་བསྐྱལ་བཟང་ཚོས་ལྡན་མ། ། མ་ཡིངས་ཁོ་བོས་ཚིག་འདི་སྙིང་ལ་བྱུངས།  
ང་དང་མི་ཆེ་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ཀྱང་རུང་། འདི་བས་ལྷག་པའི་གདམས་ངག་བཤད་རྒྱ་མེད།

Kye Ho! O fortunate practitioner who seeks Liberation!  
Listen to these words without distraction.  
Even if someone was with me my whole life  
I would have no more instructions than this to give!

ཉ་ཅང་རྙེད་དཀའི་ལུས་རྙེན་བཟང་པོ་འདི། སང་ཉིན་གསོན་པའི་རེ་བ་མ་མཆིས་པས།  
འདོད་མེད་ནམ་གཡིངས་དབང་དུ་མཐོར་བར། སྐྱབ་ལ་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་པའི་དུས་ལ་བབས།

We don't know if this wonderful human life,  
So difficult to come by, will still be here tomorrow.  
So don't lose it to meaningless distractions;  
Now is the time to put effort into practice!

རྒྱུད་དུས་དམ་པའི་ཚོས་དང་མ་འཕྲད་ཅིང་། ། མི་ཆེ་དོན་མེད་འཁོར་བའི་ལས་ལ་བཟད།  
དར་མའི་སྐབས་སུ་འདོད་ཡོན་སོགས་ལ་བྲེལ། ། ཆོ་སྣག་ཚོས་ལ་བྲེལ་ན་ཨི་མ་འཚམས།

Not encountering Dharma when young, one's whole life  
Was used up in meaningless samsaric activities  
Having enjoyed sense pleasures throughout your youth,  
Isn't it wonderful to have Dharma with you the rest of your life!

ཁ་འདོན་ལ་སོགས་ལུས་ངག་དགེ་བ་རྣམས། །ཀུན་སྒོང་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱིས་མ་བྱིན་ན།  
ཡང་དག་ཐར་པའི་རྒྱ་རུ་མི་འགྲོ་བས། ། ཀུན་སྒོང་ཡང་ནས་བཅོས་དགོས་རིགས་བཟང་མ། །  
If recitations and other virtues of body, speech, and mind  
Are not motivated by universally altruistic bodhicitta,  
They do not become a cause for perfect Liberation;  
So, sister of good lineage, always adjust your motivation!

ཉ་ཅང་རྟེན་དཀའ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་དང་། དེ་བས་འཕྲད་དཀའ་དམ་ཚོས་ཟབ་མོ་གཉིས།  
མངལ་བར་དཀའ་བའི་མཚན་ལྡན་སྤྲོ་མ་གསུམ། རྟེན་པའི་དུས་སུ་གོ་སྐབས་མ་ཤོར་གཅེས།  
Having found precious human life, so difficult to obtain,  
And even rarer than that, to have met the deep, holy Dharma,  
And even rarer than both of those, to have found at this time  
A qualified Guru, cherish, and do not miss out on this opportunity!

འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་རྒྱ་ནང་སྐྱབ་ལྟར། །མི་རྟག་སྐད་ཅིག་ཉིད་དུ་འཇིག་པར་གྱུར།  
ཤུགས་ཀྱི་བདེ་བ་དམ་ཚོས་ཟབ་མོ་འདི། །སྐྱབ་ལ་བཙོན་པར་བགྱིས་ན་གཏན་དུ་འཚོངས།  
Worldly bliss is just like water bubbles,  
Impermanent, destroyed in an instant.  
If you strive to realize this profound holy Dharma,  
You will be eternally fulfilled with lasting happiness.

ཆེ་སྟོད་མི་ཆེ་སྟོག་ལས་དབང་གིས་ཟད། །ཉོན་མོངས་བྲན་གྱུར་ངན་སོང་ས་བོན་བསྐྱབས།  
ད་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆེ་སྟོག་གང་ཡོད་པ། །དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་བགྱིད་ན་ཅིས་མ་ལེགས།  
If early life was used up by nothing but evil,  
Slave to delusions, planting seeds of lower realms,  
Why would it not be good if you spent the rest of your life,  
Whatever remains, making your life meaningful?

རང་སེམས་མ་བཅོས་གསལ་སྟོང་འཇིན་མེད་ཞོགས། །རང་ལུས་ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་ངོ་བོར་སྒོམ།  
སྐྱ་སྐད་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་སུ་ཤེས་པར་བྱོས། །རྗེས་ཐོབ་མི་ལམ་སྐྱུ་མའི་ངོ་བོར་སྟོས།  
Leave your mind unmodified, clarity-emptiness, without grasping.

Meditate that your body is that of the Yidam Deity.

Hear all sound and language as the mantra.

Between sessions of meditation view everything as dream, as illusion.

མ་བཅོས་རང་སེམས་རྗེན་པའི་ངོ་བོར་ཞོགས། གྲིམ་སྟོན་རན་པར་གང་ཤར་འཇིན་མེད་གྱི།  
སེམས་འདས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐོང་ཡངས་སུ། །ད་ལྟའི་རིག་པ་མ་བཅོས་པ་འདི་བསྐྱོམས།

Rest your mind naked, unaltered, without grasping whatever appears,

With a suitable degree of concentration, not too tight nor too loose.

Meditate on the present moment of awareness, unfabricated,

In vast space of wisdom awareness beyond ordinary mind.

རང་སེམས་མ་བརྗེད་བྱུང་ཤེས་བྱ་ར་གྱིས། །ཉམས་ལེན་གོང་དུ་འབེལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད།  
སྒོ་གསུམ་མ་བརྗེད་དུས་ཀུན་བརྟག་དབྱུང་གྱིས། །ཉོན་མོངས་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད།

Watching your mind with unforgetting mindfulness and alertness

Makes it auspicious for your practice to improve.

Always checking your three doors of action, never forgetting,

Makes all auspicious for winning the battle with the delusions.

སླ་མ་མ་རྗེད་རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་ཐོབ། །བྱིན་རྒྱབས་ཅིག་ཆར་འབེབས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད།  
ཡི་དམ་མ་བརྗེད་དུས་ཀུན་བསྟེན་བསྐྱོམས་བྱོས། །དངོས་གྲུབ་བདེ་ལྷག་རྟེན་པའི་དགོས་པ་ཡོད།

Always pray to the Gurus, never forgetting them.

This will bring an auspicious rain of blessings.

Never forget the Yidam; always say the mantra.

This serves to easily have realizations and attainments.

སེམས་ཅན་མ་བརྗེད་འགོ་ལ་སྟོང་རྗེ་སྒོམ། །བྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་དགོས་པ་ཡོད།  
འཆི་བ་མ་བརྗེད་དུས་ཀུན་མི་རྟག་སྒོམ། །ཆོ་འདིར་ཞེན་པ་ལྡོག་པའི་དགོས་པ་ཡོད།

Don't forget sentient beings; always meditate on compassion for them.

This is necessary to develop bodhicitta in your mind.

Never forget death, always meditate on impermanence.

That is necessary in order to give up attachments to mundane pursuits of this life.

དམ་ཚཱ་མ་བཟེད་སྒོ་གསུམ་དགེ་ལ་བཀོལ། །འཁོར་བའི་འདམ་ལས་གྲོལ་བའི་དགོས་པ་ཡོད།  
ལར་ནི་ཚཱ་མཐུན་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱེས་སུ། །རིམ་བཤོད་གཏན་བདེའི་རྒྱལ་ས་ཟིན་པར་མཛོད།

Don't forget holy Dharma; use body, speech, and mind for virtue.  
That is necessary to get free from the swamp of samsara.  
Progress on the staircase to Liberation in accordance with Dharma.  
Gain a foothold in the kingdom of eternal happiness.

མདོར་ན་ཡུན་ཐུང་མི་ཚེའི་སྐྱིད་སྤྲུག་འདི། །མི་བདེན་སྐྱེ་མ་མདངས་སུམ་མི་ལམ་བཞིན།  
ཤེས་ནས་སྒྲིང་པོ་ཡང་དག་དམ་ཚཱ་ལ། །གཏན་གྱི་རྒྱབས་སུ་བསྐྱེན་ན་མཛོད་མ་ཡིན།

In brief, the joys and sorrows of this short life  
Are not real, like glittering illusions or dreams.  
Knowing this, keeping close to the eternal Refuge  
In pure essence of holy Dharma, you will be a wise woman.

འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བྱ་བཞག་འདི་རྣམས་ནི། །བྱས་བྱས་བསྐྱབ་བསྐྱབ་ནམ་མཁའི་འཇའ་ཚོན་བཞིན། །  
དོན་སྣང་ལག་ཏུ་ལོན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །དེ་བས་ཚཱ་ལ་བཙོན་ན་མཁས་པ་ཡིན།

The mundane activities of samsara,  
as much as you work for them, they are like a rainbow.  
Taking their essence into your hands, there's nothing there.  
Better than that, if you put effort into Dharma, that is wise.

ཚཱ་ལྱི་སྒྲིང་པོ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་ཡིན། །བདག་འཛིན་གདོན་ཚེན་འདི་ཉིད་མཐར་སྐྱོད་བྱོས། །  
བདེ་སྐྱིད་སྒྲིང་པོ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡིན། །རྟག་ཏུ་ནང་དུ་འཇོག་ལ་བཙོན་པར་གྱིས།

The essence of Dharma is supreme bodhicitta.  
Banish the demon of ego-clinging ignorance!  
The essence of happiness is blissful mental peace.  
Strive to always settle in meditation within.

གང་དུ་སོང་ཡང་དམ་ཚཱ་ཉམས་ལེན་དང་། །སྲུ་དག་འགྲོགས་ཀྱང་ཀུན་དང་མཐུན་པར་བྱོས།  
དེ་ལྟར་སྒོ་གསུམ་ཚཱ་དང་མ་འབྲལ་ན། །དོན་ལྡན་མི་ཚེ་དེ་བས་ལྷག་པ་མེད།

Wherever you go, practice holy Dharma.  
Whoever you are with, be harmonious.  
If your body, speech, and mind are inseparable from Dharma  
There is nothing that can make human life more meaningful.

ནད་ཀྱིས་གཅོས་ཤིང་མཐུན་རྐྱེན་ཞན་པ་དང་། མི་ཡིས་བརྟན་སོགས་ལུས་སེམས་ངལ་བའི་སྐབས།  
རྐྱེན་ངན་ལམ་བརྟུན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་མཚོག་ལ། འབྲལ་མེད་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱིར་དགོ།

When tormented by sickness, living in difficult circumstances,  
Being mistreated by others, exhausted in body and mind,  
If you take bad conditions as the path, and make bodhicitta  
Your core practice, both this and future lives will be virtuous.

མདོར་ན་གནས་སྐབས་མི་མཐུན་བར་ཆད་སོགས། །རང་སར་ཞི་ནས་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ཡོན་གྱི། །  
དགེ་ལེགས་དམ་ཚོས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །སྣང་བ་བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོས་འཚོ་བར་ཤོག།

In short, may temporary, hindering circumstances  
Be pacified on the spot, and may the sunshine of holy Dharma,  
Of happiness, benefit, virtue, and goodness illumine your life  
And may you live in infinite bliss.

དེ་སྐད་གང་གི་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་བཞེད་སྐོང་དུ། །གང་ཅན་ཚོས་གཏམ་ཚུལ་དུ་གྱི་ན་བ།  
ཀུམ་འི་མིང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་རིན་ཆེན་མེད་ཅེས། །ལེགས་སྦྱིས་ཚུལ་དུ་སྤུལ་བས་མགུལ་རྒྱན་མཛོད།

Thus, to fulfill your wishes, this one named Karma,  
with whatever poorly expressed words of Dharma I thought of,  
Offers you this Jewel Garland of Advice.  
Make it a necklace for you to wear.

ཅེས་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཉིད་ཀྱང་རང་སྐོབ་དད་ལྡན་མ་ཞིག་ལ་མོ་རང་ནས་ཉིན་ཞག་སྤྱད་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་སྐོར་  
'ཚོས་གཏམ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་སོགས་བྱས་མཐར་དམ་ཚོས་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ཆེ་བ་དང་སྤྱོད་མར་མི་སྦྱིད་པ་  
འི་དད་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་འཕྲོག་ནས་བསྐྱུལ་མ་ལྟར་དུ་མཁུན་པོ་ཀར་བསྟན་ནས་༡༩༩༡་ཟ࿳་བྱི་ཟ࿳་དགུ་པའི་ཚེས་དྲུག་  
ཉིན་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་འཁོར་སྤིང་ནས་ཞོགས་ཐུན་གྱུ་བ་མཚམས་འཕྲལ་མར་གང་ཅན་བྲིས་པ་དགེའོ།

This advice was written for my faithful sister disciple after our discussion in which she asked me how to practice Dharma in daily life. Impressed by her many qualities such as great aspiration for Dharma and her indestructible faith in the Guru, I, Khenpo Karten, wrote this on the sixth of September 2018 at Manjushri Dharma Center, writing down what I thought, instantly on the spot, during a break between morning sessions.

སེའུ་མཁྲ་ལམ།

May all be auspicious.

SARVA MANGALAM

translation by Jampa Tharchin January 2019