



༄༅། དེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ལམ།།

The Aspiration of Mahāmudrā, the Definitive Meaning

BY THE THIRD KARMAPA, RANGJUNG DORJE

ན་མོ་གུ་རུ།

NAMO GURU

སྒྲུ་མ་ནམས་དང་ཡི་དམ་དགྲིལ་འཁོར་ལྷ།

LA MA NAM DANG YI DAM KYIL KHOR LHA

Gurus and yidams, deities of the mandala,

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྐུ་དང་བཅས།

CHOK CHU DÜ SUM GYEL WA SÉ DANG CHÉ

Buddhas and bodhisattvas of the three times and ten directions,

བདག་ལ་བརྟེན་དགོངས་བདག་གི་སྒྲོན་ལམ་རྣམས།

DAK LA TSER GONG DAK GI MÖN LAM NAM

Please think of me with love and grant your blessings.



རི་བཞིན་འགྲུབ་པའི་མཐུན་འགྱུར་བྱིན་བརྒྱབ་ས་མཛོད།

JI SHIN DRUP PÉ TÛN GYUR JIN LAB DZÖ

May this prayer be perfectly fulfilled.

བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAK DANG TA YÉ SEM CHEN TAM CHÉ KYI

Springing from the snow mountain of pure thoughts and deeds,

བསམ་སྒྲོར་ནུམ་དག་གངས་རི་ལས་སྐྱེས་པའི།

SAM JOR NAM DAK GANG RI LÉ KYÉ PÉ

Both my own and those of all sentient beings,

འཁོར་གསུམ་རྫོག་མེད་དག་ཆོག་ས་ཁུ་རྒྱན་ནུམ་ས།

KHOR SUM NYOK MÉ GÉ TSOK CHU GYÜN NAM

May the stream of accumulated virtue, untainted by the three spheres,

རྒྱལ་བ་སྐྱེ་བཞིའི་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་གུར་ཅིག།

GYEL WA KU SHI GYA TSOR JUK GYUR CHIK

Flow into the ocean of the four kayas of the victorious ones.

རི་སྤིད་དེ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྤིད་དུ།

JI SI DÉ MA TOP PA DÉ SI DU

Until this has come to pass,



སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བ་ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང།

KYÉ DANG KYÉ WA TSÉ RAP KÜN TU YANG

In all our future lives,

སྤྲིག་དང་སྤྲིག་བསྐྱེལ་སྤྲི་ཡང་མི་གྲགས་གིང།

DIK DANG DUK NGAL DRA YANG MI DRAK SHING

May we not even hear the words “misdeeds” and “suffering.”

བདེ་དགའི་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

DÉ GÉ GYA TSÖ PAL LA JÖ PAR SHOK

May we enjoy the glorious ocean of happiness and virtue.

དལ་འབྱོར་མཆོག་ཐོབ་དང་བརྩོན་ཤེས་རབ་ལྷན།

TEL JOR CHOK TOP DÉ TSÖN SHÉ RAP DEN

With the supreme freedoms and riches, with faith, diligence, and wisdom,

བཤེས་གཉེན་བཟང་བསྟན་གདམས་པའི་བཙུན་ཐོབ་ནས།

SHÉ NYEN ZANG TEN DAM PÉ CHÜ TOP NÉ

May we rely on excellent teachers and receive their pith instructions.

ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་ལ་བར་ཆད་མ་མཆིས་པར།

TSÜL SHIN DRUP LA PAR CHÉ MA CHI PAR

Free from any obstacles in practicing them correctly,



ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དམ་ཆོས་སྟོན་པར་ཤོག

TSÉ RAP KÜN TU DAM CHÖ JÖ PAR SHOK

May we practice the sacred Dharma in all our lives.

ལུང་རིགས་བློས་པས་མི་ཤེས་སྒྲིབ་ལས་གྲོལ།

LUNG RIK TÖ PÉ MI SHÉ DRIP LÉ DRÖL

Studying scripture and reasoning lifts the veil of ignorance.

མན་ངག་བསམ་པས་བྲེ་ཚོམ་སུན་ནག་བཙོམ།

MEN NGAK SAM PÉ TÉ TSOM MÜN NAK CHOM

Pondering the key instructions dispels the darkness of doubt.

སྒྲོམ་བྱུང་འོད་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་གསལ།

GOM JUNG Ö KYI NÉ LUK JI SHIN SEL

The light of meditation illuminates the true nature of things.

ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག

SHÉ RAP SUM GYI NANG WA GYÉ PAR SHOK

May the radiance of the three forms of wisdom expand.

རྟག་ཆད་མཐའ་བྲལ་བདེན་གཉིས་བཞི་ཡི་དོན།

TAK CHÉ TA DREL DEN NYI SHI YI DÖN

Through the nature of the ground, the two truths, beyond the extremes of permanence and nothingness,



ཐྲོ་ཀུར་ཏཱ་དྲེལ་ཐོག་སྟེན་ལམ་མཆོག་གིས།

DRO KUR TA DREL TSOK NYI LAM CHOK GI

And through the supreme path of the two accumulations, free from
the limitations of exaggeration and denial,

ཤི་ཤི་ཏཱ་དྲེལ་དོན་གྱི་དྲེ་ཏོག་ཐོབ་པའི།

SI SHI TA DREL DÖN NYI DRÉ TOP PÉ

We attain the result of the two-fold benefit, beyond the confines of
existence and peace.

གོ་ལ་འཆུག་མེད་པའི་ཆོས་དང་ཐུང་པར་གྲོག།

KÖL CHUK MÉ PÉ CHÖ DANG TRÉ PAR SHOK

May we meet with the unerring, unmistakable Dharma.

ཇམ་ཤི་སེམ་སྟེན་གསལ་སྟོང་བྱུང་འཇུག་ལ།

JANG SHI SEM NYI SEL TONG SUNG JUK LA

The basis of purification is the mind itself, the union of clarity and
emptiness.

སྟོང་བྱེད་ཕྱག་ཆེན་རྡོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་ཆེས།

JONG JÉ CHAK CHEN DOR JÉ NAL JOR CHÉ

What purifies is the supreme vajra yoga of Mahāmudrā



ལྷུང་བྱ་སྒོ་ཐུར་འབྲུལ་པའི་དྲི་མ་རྣམས།

JANG CHA LO PUR TRÜL PÉ DRI MA NAM

And what it purifies are the temporary stains of confusion.

ལྷུངས་འབྲས་དྲི་བྲལ་ཆོས་སྒྱུ་མཛོན་གྱུར་གོག།

JANG DRÉ DRI DREL CHÖ KU NGÖN GYUR SHOK

May the pristine dharmakāya, the result of purification, become manifest.

གཞི་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པ་ལྟ་བའི་གདེངས།

SHI LA DRO DOK CHÖ PA TA WÉ DENG

Confidence in the view cuts through assumptions about the ground.

དེ་ལ་མ་ཡིངས་སྒྲོང་བ་སྒྲོམ་པའི་གནད།

DÉ LA MA YENG KYONG WA GOM PÉ NÉ

The key point of meditation is to maintain the view without distraction.

སྒྲོམ་དོན་ཀུན་ལ་རྩལ་སྒྲོང་སྒྲོད་པའི་མཆོག།

GOM DÖN KÜN LA TSEL JONG JÖ PÉ CHOK

The supreme conduct is to master all the points of meditation.



ཏཱ་གོམ་འོ་ཤེང་དང་དཔ་ཤོག་པར་ཤོག

TA GOM JÖ PÉ DENG DANG DEN PAR SHOK

May we gain confidence in the view, meditation, and conduct.

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འབྲུལ་སྟེ།

CHÖ NAM TAM CHÉ SEM KYI NAM TRÜL TÉ

All phenomena are projections of the mind.

སེམས་ནི་སེམས་མེད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོས་སྟོང་།

SEM NI SEM MÉ SEM KYI NGO WÖ TONG

Yet there is no mind; it is empty of any essence.

སྟོང་ཞིང་མ་འགགས་ཅིང་ཡང་སྣང་བ་སྟེ།

TONG SHING MA GAK CHIR YANG NANG WA TÉ

Empty yet unobstructed, it can manifest as anything.

ལེགས་པར་བརྟག་ནས་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་ཤོག

LEK PAR TAK NÉ SHI TSA CHÖ PAR SHOK

Investigating it with care, may we cut the very root of the mind.

ཡོད་མ་སྟོང་བའི་རང་སྣང་ཡུལ་དུ་འབྲུལ།

YÖ MA NYONG WÉ RANG NANG YÜL DU TRÜL

Non-existent self-appearances are mistaken for objects.



མ་རིག་དབང་གིས་རང་རིག་བདག་ཏུ་འབྱུང་།

MA RIG WANG GI RANG RIK DAK TU TRÜL

Due to ignorance, self-awareness is mistaken for a self.

གཉིས་འཛིན་དབང་གིས་སླིད་པའི་གློང་དུ་འབྱུང་མས།

NYI DZIN WANG GI SI PÉ LONG DU KHYAM

We wander through saṃsāra under the sway of dualistic fixation.

མ་རིག་འབྱུང་པའི་རྩ་དར་ཚད་པར་ཤོག།

MA RIK TRÜL PÉ TSÉ DAR CHÖ PAR SHOK

May we completely cut the root of ignorance and confusion.

ཡོད་པ་མ་ཡིན་རྒྱལ་བས་ཀྱང་མ་གཟིགས།

YÖ PA MA YIN GYEL WÉ KYANG MA SIK

Mind does not exist, for even the buddhas do not see it.

མེད་པ་མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀྱི་གྲི་གཞི།

MÉ PA MA YIN KHOR DÉ KÜN GYI SHI

Yet neither does it not exist; it is the basis of all saṃsāra and nirvāṇa.

འགལ་འདུ་མ་ཡིན་ཟུང་འཇུག་དབུ་མའི་ལམ།

GEL DU MA YIN SUNG JUK U MÉ LAM

This is not a contradiction, but a unity, the middle way.



མཐའ་བྲལ་སེམས་གྱི་ཚུལ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག།

TA DREL SEM KYI CHÖ NYI TOK PAR SHOK

May we realize the true nature of our minds, free from extremes.

འདི་ཡིན་ཞེས་པ་གང་གིས་མཚོན་པ་མེད།

DI YIN SHÉ PA GANG GI TSÖN PA MÉ

It cannot be characterized by saying what it is.

འདི་མིན་ཞེས་བྱ་གང་གིས་བཀག་པ་མེད།

DI MIN SHÉ CHA GANG GI KAK PA MÉ

It cannot be refuted by saying what it is not.

སྒྲོ་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་ཉིད་འདུས་མ་བྱས།

LO LÉ DÉ PÉ CHÖ NYI DÜ MA CHÉ

Unconditioned reality transcends conceptual mind.

ཡང་དག་དོན་གྱི་མཐའ་ནི་ངེས་པར་ཤོག།

YANG DAG DÖN GYI TA NI NGÉ PAR SHOK

May we come to understand the extent of the genuine truth.

འདི་ཉིད་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་འཁོར།

DI NYI MA TOK KHOR WÉ GYA TSOR KHOR

When not realized, we circle through the ocean of saṃsāra.



འདི་ཉིད་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་གཞན་ན་མེད།

DI NYI TOK NA SANG GYÉ SHEN NA MÉ

When it is, buddhahood is found nowhere else.

ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གང་ཡང་མེད།

TAM CHÉ DI YIN DI MIN GANG YANG MÉ

Everything is this. There is nothing at all that is not.

ཆོས་ཉིད་ཀུན་གཞིའི་མཚང་ནི་རིག་པར་ཤོག

CHÖ NYI KÜN SHI TSANG NI RIK PAR SHOK

May we come to know this reality, the secret of the all-ground.

སྣང་ཡང་སེམས་ལ་སྟོང་ཡང་སེམས་ཡིན་ཏེ།

NANG YANG SEM LA TONG YANG SEM YIN TÉ

Appearances are mind. Emptiness is mind.

རྟོགས་ཀྱང་སེམས་ལ་འབྲུལ་ཡང་རང་གི་སེམས།

TOK KYANG SEM LA TRÜL YANG RANG GI SEM

Realization is mind. Confusion is mind.

སྐྱེས་ཀྱང་སེམས་ལ་འགགས་ཀྱང་སེམས་ཡིན་པས།

KYÉ KYANG SEM LA GAK KYANG SEM YIN PÉ

Arising is mind. Cessation is mind.



སྒྲོ་འདོགས་ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་ཚོད་པར་ཤོག

DRO DOK TAM CHÉ SEM LA CHÖ PAR SHOK

May we cut through all our assumptions about the mind.

སྒྲོས་བྱས་རྩོལ་བའི་སྒྲོམ་གྱིས་མ་བསྐྱད་ཅིང།

LÖ CHÉ TSÖL WÉ GOM GYI MA LÉ CHING

Untainted by forced, conceptual meditation,

ཐ་མལ་འདུ་འཛིའི་རླུང་གིས་མ་བརྒྱུད་པར།

TA MEL DU DZI LUNG GI MA KYÖ PAR

Unmoved by the winds of mundane distractions,

མ་བཅོས་གཏུག་མ་རང་བབ་འཛོག་གེས་པའི།

MA CHÖ NYUK MA RANG BAP JOK SHÉ PÉ

Knowing how to rest naturally and uncontrived in our basic nature,

སེསས་དོན་ཉམས་ལེན་མཁས་ཤིང་སྒྲོང་བར་ཤོག

SEM DÖN NYAM LEN KHÉ SHING KYONG WAR SHOK

May we master maintaining the experience of the nature of mind.

སྤྲ་རགས་རྩོག་པའི་འབའ་རྒྱབས་རང་སར་ཞི།

TRA RAK TOK PÉ BA LAP RANG SAR SHI

With the waves of coarse and subtle thoughts subsiding on their own,



གཡོ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཚུ་བོ་ངང་གིས་གནས།

YÖ MÉ SEM KYI CHU WO NGANG GI NÉ

And the calm waters of the mind resting naturally,

བྱིང་མུགས་རྫོག་པའི་བྱི་མ་དང་བྲལ་བའི།

JING MUG NYOK PÉ DRI MA DANG DREL WÉ

May we be free from the problems of dullness and lethargy

ཞི་གནས་རྒྱ་མཚོ་མི་གཡོ་བརྟན་པར་ཤོག།

SHI NÉ GYA TSO MI YO TEN PAR SHOK

And stabilize the still ocean of calm abiding.

བལྟར་མེད་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་བལྟས་པའི་ཚེ།

DAR MÉ SEM LA YANG YANG TÉ PÉ TSÉ

Looking again and again at the mind that cannot be seen,

མཐོང་མེད་དོན་ནི་ངི་བཞིན་ལྟག་གར་མཐོང།

TONG MÉ DÖN NI JI SHIN LHAK KER TONG

What cannot be seen is seen clearly just as it is.

ཡིན་མིན་དོན་ལ་བློ་མཚོན་པ་ནིད།

YIN MIN DÖN LA TÉ TSOM CHÖ PA NYI

Cutting through doubts about what it is and what it is not,



འབྲུལ་མེད་རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་ཤོག

TRÜL MÉ RANG NGO RANG GI SHÉ PAR SHOK

May we come to know our own nature without confusion.

ཡུལ་ལ་བལྟས་པས་ཡུལ་མེད་སེམས་སུ་མཐོང།

YÜL LA TÉ PÉ YÜL MÉ SEM SU TONG

Looking at objects, there are none; they are seen to be mind.

སེམས་ལ་བལྟས་པས་སེམས་མེད་ངོ་བོས་སྟོང།

SEM LA TÉ PÉ SEM MÉ NGO WÖ TONG

Looking at mind, there is none; it is empty of any essence.

གཉིས་ལ་བལྟས་པས་གཉིས་འཛིན་རང་སར་གྲོལ།

NYI LA TÉ PÉ NYI DZIN RANG SAR DRÖL

Looking at both, dualistic fixation is freed on its own.

འོད་གསལ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་ཤོག

Ö SEL SEM KYI NÉ LUK TOK PAR SHOK

May we realize luminosity, the true nature of mind.

ཡིད་བྱེད་བྲལ་བ་འདི་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།

YI CHÉ DREL WA DI NI CHAK GYA CHÉ

Beyond mental activity, it is the Great Seal.



མཐའ་དང་བྲལ་བ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན།

TA DANG DREL WA U MA CHEN PO YIN

Free from extremes, it is the Great Middle Way.

འདི་ནི་ཀུན་འདུས་རྫོགས་ཆེན་ཞེས་གྲང་བྱ།

DI NI KÜN DÜ DZOK CHEN SHÉ KYANG CHA

All encompassing, it is the Great Perfection.

གཟིག་ཤེས་ཀུན་དོན་རྟོགས་པའི་གདེངས་ཐོབ་ཤོག།

CHIK SHÉ KÜN DÖN TOK PÉ DENG TOP SHOK

May we gain confidence in realizing all through knowing this one point.

ཞེན་པ་མེད་པའི་བདེ་ཆེན་རྒྱན་ཆད་མེད།

SHEN PA MÉ PÉ DÉ CHEN GYÜN CHÉ MÉ

Unceasing great bliss, free of fixation,

མཚན་འཛིན་མེད་པའི་འོད་གསལ་སྒྲིབ་གཡོགས་བྲལ།

TSEN DZIN MÉ PÉ Ö SEL DRIP YOK DREL

Unobscured luminosity, beyond clinging to concepts,

སྒྲོ་ལས་འདས་པའི་མི་རྟོག་ལྟུན་གྱིས་བྱུང།

LO LÉ DÉ PÉ MI TOK LHÜN GYI DRUP

Spontaneously present nonthought, transcending mind –



རྩོལ་མེད་ཉམས་ལྷོང་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཤོག

TSÖL MÉ NYAM NYONG GYÜN CHÉ MÉ PAR SHOK

May the stream of effortless experience flow without ceasing.

བཟང་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་འཛིན་པ་རང་སར་གྲོལ།

ZANG SHEN NYAM KYI DZIN PA RANG SAR DRÖL

Clinging to good experiences is freed on its own.

ངན་རྟོག་འབྲུལ་པ་རང་བཞིན་དབྱིངས་སུ་དག།

NGEN TOK TRÜL PA RANG SHIN YING SU DAK

The confusion of negative thoughts is naturally purified into basic space.

ཐ་མལ་ཤེས་པ་སྤང་བྲང་བྲལ་བློ་ཐོབ་མེད།

TA MEL SHÉ PA PANG LANG DREL TOP MÉ

Ordinary mind is beyond being accepted or rejected; it cannot be lost or gained.

སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་རྟོགས་པར་ཤོག

DRÖ DREL CHÖ NYI DEN PA TOK PAR SHOK

May we realize this freedom from concepts, the truth of reality itself.



འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱང།

DRO WÉ RANG SHIN TAK TU SANG GYÉ KYANG

Beings have always been buddhas by their very nature.

མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་མེད་འཁོར་བར་འབྱུང་མས།

MA TOK WANG GI TA MÉ KHOR WAR KHYAM

Yet not knowing this they wander endlessly in saṃsāra.

སྤྱག་བསྐྱལ་མུ་མཐའ་མེད་བའི་སེམས་ཅན་ལ།

DUG NGAL MU TA MÉ PÉ SEM CHEN LA

For those beings who experience suffering without end,

བཟོད་མེད་སྣང་རྗེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ZÖ MÉ NYING JÉ GYÜ LA KYÉ WAR SHOK

May overwhelming compassion take birth in our minds.

བཟོད་མེད་སྣང་རྗེའི་རྩལ་ཡང་མ་འགགས་པའི།

ZÖ MÉ NYING JÉ TSEL YANG MA GAK PÉ

In the moment of love, with the unceasing force of unbearable compassion,

བརྟེ་དུས་ངོ་བོ་སྟོང་དོན་རྗེན་པར་གས།

TSÉ DÜ NGO WO TONG DÖN JEN PAR SHAR

The truth of the empty essence nakedly dawns.



ཟུང་འབྲུག་གོལ་ས་བྲལ་བའི་ལམ་མཆོག་འདི།

SUNG JUK GÖL SA DREL WÉ LAM CHOK DI

This unity is the unerring supreme path.

འབྲལ་མེད་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་བསྐྱོམ་པར་ཤོག།

DREL MÉ NYIN TSEN KÜN TU GOM PAR SHOK

May we never be separate from it, meditating day and night.

སྒྲོམ་སྟོབས་ལས་བྱུང་སྟུན་དང་མངོན་ཤེས་དང།

GOM TOP LÉ JUNG JEN DANG NGÖN SHÉ DANG

With the vision and direct perception born of meditation,

སེམས་ཅན་སྒྲིན་བྱས་སངས་རྒྱས་ཞིང་རབ་སྤངས།

SEM CHEN MIN CHÉ SANG GYÉ SHING RAP JANG

Maturing sentient beings and establishing buddha fields,

སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་འགྲུབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་ཇོགས།

SANG GYÉ CHÖ NAM DRUP PÉ MÖN LAM DZOK

And fulfilling the aspirations that bring the qualities of the buddhas,



རྫོགས་སྒྲིན་སྤྱང་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་སངས་རྒྱས་ཤོག

DZOK MIN JANG SUM TAR CHIN SANG GYÉ SHOK

May we attain buddhahood, where fulfilling, maturing, and establishing are complete.

ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཕྱགས་རྗེ་དང།

CHOK CHÜ GYEL WA SÉ CHÉ TUK JÉ DANG

Through the power of the buddhas in the ten directions and their heirs,

རྣམ་དཀར་དགེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་མཐུས།

NAM KAR GÉ WA JI NYÉ YÖ PÉ TÛ

And whatever wholesome virtue we may possess,

དེ་ལྟར་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི།

DÉ TAR DAK DANG SEM CHEN TAM CHÉ KYI

May my own pure aspirations

སྟོན་ལམ་རྣམ་དག་ཇི་བཞིན་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག

MÖN LAM NAM DAK JI SHIN DRUP GYUR CHIK

And those of all beings be fulfilled.