T.Y.S. LAMA GANGCHEN TULKU RINPOCHE
Tibetan Lama Healer

द्रथः प्रार्थे। NGAL-SO

HOW TO RELAX BODY, SPEECH AND MIND



TANTRIC SELF-HEALING I and II

OF BODY AND MIND, INNER WORLD PEACE METHOD
LINKING THIS WORLD TO SHAMBALA



Lama Gangchen Peace Publications

નદન રહે. ત્યાં મુંહુલ હે. જેવા જેવ દી હતા મુંહુલ હે. જેવા જેવ દી હતા મુંહુલ હે. જેવા મુંહુલ માં મુંદ્ર મુંહુલ જેવા જેવા મુંહુલ સામ મુંહુલ માં જેવા મુંહુલ માં મુંહુલ માં



H.H. Trijang Dorjechang

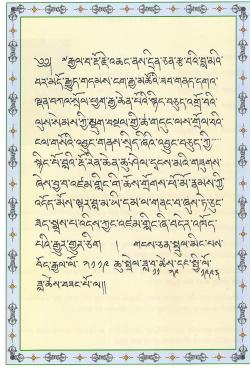
This tantric self-healing practice is a condensed form containing many self-healing and purification therapies of body,

speech and mind, as well as for the environment and the inner and outer five elements. These therapies include:

colour therapy, sound therapy, therapy to open blockages, gesture therapy, seed syllable therapy, symbol therapy, visualization therapy and breathing therapy.

While exhaling we expell all our accumulated negativities and illnesses. We inhale the pure healing energy of the five elements and of the five Supreme Healers.

અર્ધ, શ્રેષ્ટ, ત્યાન શ્રન્ન, શ્રેષ્ટ, ત્યર્ચેટ, ત્યાન શ્રન્ન, શ્રેષ્ટ, ત્યર્ચેટ, ત્યાન શ્રન્ન, શ્રેષ્ટ, ત્યર્ચેટ, ત્યાન શ્રન્ન, શ્રેષ્ટ, ત્યર્ચેટ, ત્યાન શ્રામ્ય શ્રીય, ત્યર્ધ, ત્યાન શ્રીય, ત્યાન શ્રી



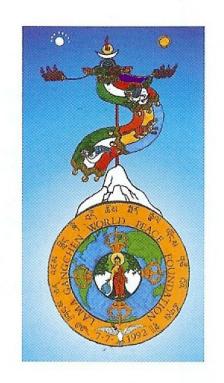
практика Самоисцеления NgalSo

SELF HEALING I

REFUGE

Namo	Gurubye		<i>बःसान्</i> रङ्गः
Namo	Buddhaya		ય.જ્ઞુ.વૈટ્ટૈ.તા
Namo	Dharmaya		ॺॱॲॱॾॖक़ॗॕॱॴ
Namo	Sanghaya	(x 3)	ષ્ટ્ર.જ્ઞ.જાર્ચે
		8	4

Namo Triratnaya (x 3) ব'র্ম'ন্ট'ন্দ্রপা



THE SEVEN COMMON MORALITIES TO DEVELOP THE SEVEN SMALL TO UNLIMITED REALISATIONS OF LOVE, COMPASSION, JOY, EQUANIMITY, HEALTH, ECOLOGICAL REGENERATION AND INNER AND WORLD PEACE.

Semchen tamche dewa dang dewei gyu dang denpar gyur chik

Semchen tamche dungel dang dugngal gyi gyu dang drelwar gyur chik

Semchen tamche dugngal mepei dewa dang mi drelwar gyur chik

Semchen tamche nyering chak dang nyi dang drelwei tang nyom la nepar gyur chik

Semchen tamche lu sem qui du ngal le so wa dang ta yun lu sem de war dang dem par qyur chik

Semchen tamche ngalso dang lagpa zamling chinang gyi ngochu koryuk dadang tangshing sangma dagdu ne gyur chik

Semchen tamche tan lhakpar zambuling qi kye do tadaq chyi nang qhi shide dang dhuekun dhan par qyur chik Developing Small To Limitless Love

May all beings have happiness and its causes

Developing Small To Limitless Compassion

May all beings be free from suffering and its causes

Developing Small To Limitless Joy

May all beings never be separated from the great happiness
that is beyond all misery

Developing Small To Limitless Equanimity

May all beings always dwell in equanimity,

unaffected by attraction to dear ones and aversion to others

Developing Small To Limitless Phisical And Mental Health
May all living beings recover from the sicknesses of mind and body pollution and
enjoy relative and absolute health now and forever

Developing Small To Limitless Ecological Regeneration

May all beings relax in a pure and healthy outer and inner environment now and forever

Developing Small To Limitless Peace

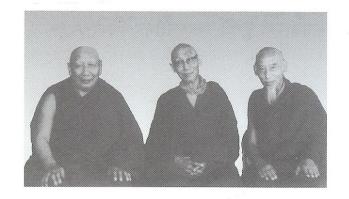
May all beings enjoy inner and world peace now and forever

- Безграничная Любовь: пусть все существа будут иметь счастье и его причины.
- Безграничное Сострадание: пусть все существа будут свободны от страдания и его причин.
- Безграничная Радость: пусть все существа никогда не будут отделены от великого счастья, которое выше всех бед.
- Безграничное Равенство: пусть все существа будут существовать в равенстве, незатронутые влечением к близким и отвращением от чужих.
- Безграничное Здоровье: пусть все существа исцелятся от болезней, загрязняющих разум и тело, и насладятся относительным и абсолютным здоровьем отныне и навсегда.
- Безграничное Экологическое Восстановление: пусть все существа расслабятся в чистой внешней и внутренней природе отныне и навсегда.
- Безграничный Мир: пусть все существа насладятся внутренним миром и миром во всём мире отныне и навсегда.

MANTRA OF SPIRITUAL COMPANY, SELF-HEALING, SELF-PROTECTION TO ATTAIN INNER PRACE

क्र्.म.वु.म.वु.मर्य.म.वुन्यं य. म.वु-प्रायः म.वु-ज्र-प्रीयै।

Om muni muni maha muni shakyamuniye soha





MANTRA OF TENDREL NYINGPO (THE ESSENCE OF DEPENDENT ARISING

IN SANSKRIT

Om ye dharma hetu prabhava hetun teshan tathagato hyavadat teshan ca yo nirodha evam vadi maha sramanaye soha

IN TIBETAN

(Om) cho nam tamche quu le jong te qu de shin sheq pai sung qu la qo pa kang ying bar que jong chenpo de kye sung IN ENGLISH

Om all phenomena are dependent on causes and conditions. We know this because the Tathagata the Truth Telling Great Ascetic said "what does not depend on causes and conditions does not exist" Soha

Мантра Тендрел Нингпо (Природа Зависимого появления)

Ом все явления зависят от причин и условий. Нам это известно так как Татагата, говорящий Истину Аскет сказал «Что не зависит от причин и условий- не существует». Со Ха

PRAYER OF REQUEST TO LAMA TSONG KHAPA

मुं, सबर मीचीय त्रापु : खेयम अवाम्यां स्वाप्त स्वर्धम्य ॥ चीट्यत्र स्वाप्त स्वाप्त स्वाप्त स्वाप्त स्वाप्त स्वर्धम्य स्वर्धम्य सिंद्र स्वाप्त सिंद्र स्वाप्त सिंद्र सि



Молитва прошения Ламе Цонг Капе

Mig may tse way ter chen chen re zig Dri may kyen pay wang po jam pel yang Du pung malu jom tse sang wai dang Gangchen kay pay tsung gyan tson kha pa Lo zang drag pay shab la sol wa deb

Avalokiteshvara, Great Treasure of objectless compassion, Manjushri, Master of flawless wisdom, Vajrapani, Destroyer of the demon armies. Tsong Khapa, Crown Jewel of the Snowy Lands' sages, Lobsang Drakpa, I make request at Your holy feet.

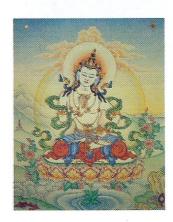
Авалокитешвара, великое сокровище безобъектного сострадания, Манжушри, мастер безупречной мудрости, Ваджрапани, разрушитель армий демонов, Цонг Капа, коронная драгоценность мудрецов снежных долин, Лобсанг Дракпа, я делаю запрос у ваших стоп.

SELF HEALING II

SELF GENERATION AS ONE OF THE FIVE SUPREME HEALERS VIA THE THREE TRANSFORMATIONS

Throughout the entire practice the Vajramaster, Lama Lekye Dorje is guiding us, while all around above and at all sides the Buddha, bodhisattvas, dakas, dakinis, and protectors hold umbrellas, victory banners, flower garlands and so on. They sing meaningful vajra songs, dance, play many different kinds of pleasing music, make many beautiful offerings and extensive praises and toss flowers and saffron water in honour of the birth of the five Buddhas.

VAIRASATTVA MANTRA



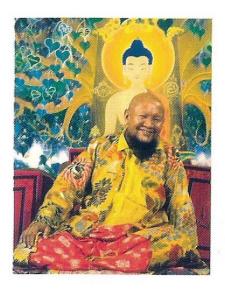
Om vajrasattva samaya / manu palaya / vajrasattva tenopa tishta dridho me bawa / suto kayo me bawa / supo kayo me bawa / anurakto me bawa / sarwa siddhi me prayatsa / sarva karma sutsa me / tsit tam shriyam kuru hung / ha ha ha ha ho baqhavan / sarva tathaqata vajra mame mutsa / vajra bawa maha samaya sattva / ah hung phe

Om swabhava shuddha sarwa dharma swabhava shuddho ham

Out of absolute space, in an instant, from a beam of light I appear in the pure crystal light body of one of the Five Supreme Healers or Vajrasattva. Inside my body I have a thick straight and powerful central channel with two very thin and weak right and left channels coiled around it. I have five main chakras: at my crown, throat, heart (midway between my two breasts), navel and sexual region.

Ом тело, речь и разум всех Будд / с чистой кристаллической природой/ выполни своё обязательство /позаботься обо мне / Ваджрасаттва будь рядом / будь моей стабильной природой/ будь доволен моей природой/ будь доволен моей природой / будь очень доволен моей природой/даруй мне все достижения / даруй мне все сиддхи / даруй мне ментальную силу/ и мудрость Пяти Высших Целителей/ Властелин / Трансцендентальные Разрушители/ Я тоже есть неразрушимый чистый кристалл/ не отказывайтесь от меня/ Я обладаю природой ваджры / великого приверженного существа/ объединившего великое блаженство и пустоту!

CALLING THE GURU, REQUESTING HIS PERMISSION TO PRACTICE THE TANTRIC EXERCISES, MANTRAS AND MUDRAS TO ACHIEVE POWERFUL SELF-HEALING REALIZATIONS



Lo chog sang poi pal gyur tra shi pa Tub chen ten pai thrinley yar ngoi da Phel gye dro lor thsam pai dze pa chen Palden la mai shab la sol wa deb

र्माता.किथ्.धि.भाषु.७ विच्ना.ण.चेल्ला.च.एट्टीच्ना विच.कुथ.पर्वेथ.पाषु.एत्रेथ.णन्ना.लप्टाट्टी.धी विच.कुथ.पर्वेथ.पाषु.एत्रेथ.णन्ना.लप्टाट्टी.धी थी.भाषु.ची.चवट.तूषु.रमाता.चीय.पायेश.ना

Glorious auspiciousness of the supreme virtuous mind, divine action of the Buddha's teaching, beneficial like a waxing moon.

Acting exactly in accordance with the mental capacity of living beings for their development and maturation, at the feet of this glorious Guru I request:

Призвание Гуру, прошение разрешения на тантрические упражнения мантры и мудры для достижения осознаний самоисцеления

Славная радость высшего добродетельного ума, божественное действие учений Будды, полезных подобно желтой луне.

Действующий в абсолютном соответствии с ментальными возможностями живых существ, для их развития и взросления, у ног этого великолепного Гуру, я прошу:

GURU MANTRA

Om ah guru vajradhara sumati muni shasane karma uta wardanye shri bhadra war samanya sarva siddhi hung hung (3x)

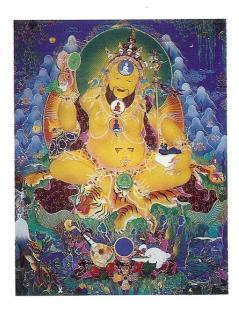
ल्रें जूश्मा रायहाङ्गारा वार्षा के स्वार्थ के सुर्वा का नामा जुड़ा है के कु

May You grant us the mundane and extraordinary siddhis of Lama Vajradhara the noble mind of the Buddha's doctrine which increases the activity of the Noble Glorious Ones.

Гуру Мантра

Награди нас мирскими и особенными сиддхами Ламы Ваджрадары, о благородный разум учений Будды, которые усиливают действия Благородных и Славных (Учителей)

Requesting Guru Buddha's blessings to deeply self-heal our 5 chakras







Om ah guru buddha siddhi hum

(x5)

अँष्रुम् - र् पुडू र् भेड्डे र् हुं।

NGALSO - SELF-HEALING PURIFICATION AND RELAXATION OF OUR OUTER, INNER AND SUBTLE CHANNELS, CHAKRAS AND 5 ELEMENTS

1) BASIC FIVE ELEMENT PURIFICATION BASED ON THE CHAKRAS

Eh Yam Ram Lam Bam

34. 8. 2. 10. 2.



Shudde shudde soha

पहें पहें शुंश







डेंग' र्रें पड़ें पड़ें गुड़ें गुंश

Yam ho shudde shudde soha

w 5.48.48.3.2

Ram ho shudde shudde soha

र र्नृ मुद्दे मुद्दे र्रु त्र

Lam ho shudde shudde soha

તા ફૂં.નેકું.નેકું.કા.ટી

Bam ho shudde shudde soha वै र्वृ मुद्दे मुद्दे गृत्

Eh Yam Ram Lam Bam shudde shudde soha है। थे दे थे पे पहीं पहें शु





wind



fire



earth







GENERATION STAGE: LOOSENING THE CHANNEL KNOTS CONSTRICTING OUR 5 CHAKRAS AND GENERATING THE 5 LOTUSES

SECRET CHAKRA र्ग.जंब.न्यै.हिट.ची

Pam le pema jangku







NAVEL CHAKRA गु.जब.त2.बुर.त्री Pam le pema serpo



yellow 64

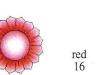
HEART CHAKRA น้าเปลาปราฐีสานี Pam le pema nongpo





THROAT CHAKRA นำเปลาปฏารุส.ร.บุ Pam le pema marpo





CROWN CHAKRA นำเปลเกล็เล้นสามา



Pam le pema karpo



Our 5 Chakras' Crystal-Like Life Essences Transform into THE SEED SYLLABLES OF THE 5 SUPREME HEALERS

0m Ah Ah Hum Hum Tram Hri Ha





THE SEED SYLLABLES OF THE 5 SUPREME HEALERS TRANSFORM INTO THEIR SYMBOLS

SECRET CHAKRA:

Hri le natso dorje jangku Hri कुंश्यश्रञ्ज स्वरार्ट्र हित्या हुं





NAVEL CHAKRA:

Tram le norbu serpo Tram इं'लब'र्बेर'यु'मबेर'र्य'ई।







Hum le dorje nonpo Hum $\mathring{\tilde{g}}_{1}^{*}$ 'Nલ્લ'ર્સે' $\tilde{\tilde{E}}$ ' $\tilde{\tilde{E}}$ 'ર્સેલ' $\tilde{\tilde{V}}$ ' $\tilde{\tilde{g}}$













THROAT CHAKRA:

Ah le pema marpo Ah खेश्रेणबाराची.रस्यर.त्राखें



क्षु.जन्न.ज्यूर.ज्यूर.त्यूर.त्यू

From the symbols arise the 5 Supreme Healers (Dhyani Buddhas)

CROWN CHAKRA:

Om korlo nangze dorje





THROAT CHAKRA:

Ah pema chö dorje জুঃ'এহু'ৰ্ক্কৰ'ৰ্ক্'ই।





HEART CHAKRA:





NAVEL CHAKRA:

Tram norbu rinjung dorje \$'र्बेर'सु'रैब'२५पुर'र्हे'हें।

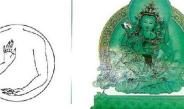




SECRET CHAKRA:

Hri natso dorje toyon dorje

कुँ° झ ळॅगरू 'हॅ'हे 'र्न्ड 'पॅन 'र्न्ट हो





14











COMPLETION STAGE PRACTICE





२०१ दूलमुद्धन्दमर.१

Bell Empowerment of Amoghasiddhi

(The new bliss and emptiness we experience is the actual Bell Empowerment of the Supreme Healer Amoghasiddhi)

ন্ত্ৰ'ঝ'র্ব্ৰ'র্জ্ব'র্ই'ই'ঝাট্টুর্ Lama Toyon Dorje Khyen

We visualize all our negativities of body, speech and mind, in particular our jealousy and fear, leaving our body in the form of green garudas, dark smoke and dirt as we breathe out and perform the mudras.

- At the secret chakra, the Supreme Healer AMOGHASIDDHI, green in colour, displays the mudra of protection from fear and grants the bell initiation. New bliss and emptiness arise purifying our jealousy, fear, the aggregate of compositional factors the asura realm and curing all wind diseases related to the secret chakra: kidneys, bladder, sexual organs, sexual difficulties, menstrual problems, excessive ejaculation, impotency, frigidity, constipation, water retention, knee pains, sciatica, spondilitis and general infections.
- The Supreme Healer Amoghasiddhi revitalizes the downward moving wind, grants rejoicing, all accomplishing wisdom, sacred action and wrathful power
- The samayas of Amoghasiddhi are: making outer, inner and secret offerings and keeping the samayas of the other 4 Supreme Healers properly.

Om ah Amoghasiddhi hum (x 5)

क्षू.ब्यं.श्रम्बरीट्टी.वृ

Посвящение колоколом Высшего Целителя Амогасидди

С выдохом мы делаем мудры, визуализируя все блоки нашего тела, речи и разума, в особенности нашу зависть и страхи, покидающие наше тело в форме тёмно-зелёных гаруд, тёмного смога и грязи.

Новое блаженство и пустота появляются, очищая нашу зависть, страх и чувство соперничества, накопления композиционных факторов, сферу полубогов (асуры). Они исцеляют нашу секретную чакру и все заболевания, связанные с течением ветра, такие как: болезни почек, мочевого пузыря, половых органов, сексуальные трудности и дисфункции, бесплодие, менструальные проблемы, запоры, задержку жидкости в организме, боли в коленях, пояснично-крестцовый радикулит, спондилит и общие инфекции.

Вдох

Мы визуализируем Гуру Амогасиддхи, дающего нам колокол. В нашей секретной чакре находится ещё один Высший Целитель Амогасиддхи, показывающий мудру защиты от страха и дарующий инициацию колоколом, излучая зелёные исцеляющие лучи и нектары. Мы испытываем новое блаженство и пустоту находясь в Посвящении Колоколом.

Новое блаженство и пустота даруют радость, совершенную мудрость, просветлённые поступки и мощь сильных и действенных действий. Они оживляют опускающийся вниз ветер и секретную чакру и поднимают, очищают и трансформируют нашу сексуальную энергию.

Чтобы сохранить связь с энергией Амогасиддхи мы должны: делать внешние, внутренние и секретные подношения и сохранять Самаи (обеты).















201 द्याम.विष.ययट.1

Crown Empowerment of Ratnasambhava

(The new bliss and emptiness we experience is the actual Crown Empowerment of Supreme Healer Ratnasambhava)

ਜ਼੍ਰਾਕਾ ਨੇਕਾਨ ਹੁਵਾ ਨੂੰ ਦੇ अਜ਼ਿਕ੍ਰੀ Lama Rinjung Dorje Khyen

We visualize all our negativities of body, speech and mind, in particular our pride and miserliness, leaving our body in the form of dirty yellow horses, dark smoke and dirt as we breathe out and perform the mudras.

- At the navel chakra, the Supreme Healer RATNASAMBHAVA, yellow in colour, displays the mudra of generosity, grants the crown initiation. New bliss and emptiness arise purifying our pride, miserliness, the aggregate of feeling, the preta realm and curing all phlegm and bile diseases related to the navel chakra: stomach, kidneys, bladder, spleen, water retention, skin problems, joint problems, general infection, tumors and blockages without inflamation.
- The Supreme Healer Ratnasambava revitalizes the fire-like wind and grants humility, generosity, the wisdom of equanimity, sacred quality and increasing power.
- The samayas of Ratnasambava are: giving materially, giving Dharma, giving protection and giving love.

Om ah Ratnasambhava hum (x 5)



Посвящение короной Высшего Целителя Ратнсамбавы

С выдохом мы делаем мудры, визуализируя все блоки нашего тела, речи и разума, в особенности нашу гордость и скупость, покидающие наше тело в форме грязных жёлтых лошадей, тёмного смога и грязи. Новое блаженство и пустота появляются, очищая нашу гордость и скупость, накопления чувств, сферу голодных духов (прета) и чрезмерный материализм. Они очищают нашу чакру пупка и желчные заболевания, такие как: болезни желудка, селезёнки, почек, мочевого пузыря, кожи, суставов, задержку жидкости в организме, общие инфекции, опухоли и блоки без воспаления.

Вдох

Мы визуализируем, как Гуру Ратнасамбава одевает корону на наши головы. В нашей чакре пупка находится ещё один Ратнасамбава, показывающий мудру щедрости и дарующий посвящение короной, излучая жёлтые исцеляющие лучи и нектары. Мы испытываем новое блаженство и пустоты даруют смирение, шедрость, мудрость находясь в Посвящении Короной.

Новое блаженство и пустоты даруют смирение, щедрость, мудрость равенства, чистые качества и силу роста. Они оживляют нашу чакру пупка, равно пребывающий ветер и стимулируют наш огонь туммо, температуру тела и пищеварительную силу.

Чтобы соединиться с энергией Ратнасамбавы мы должны: давать материально, давать дхарму, давать защиту и любовь.















ठठ। येत्र.सुर,रेधर।

Water Empowerment of Akshobya

(The new bliss and emptiness we experience is the actual Vase Water Empowerment of the Supreme Healer Akshobya)

ন্ন' अ' शैं कुँ र' र्हे' हे' अनुन्। Lama Mikyo Dorje Khyen

We visualize all our negativities of body, speech and mind, in particular our anger, leaving our body in the form of dark blue snakes, dark smoke and dirt as we breathe out and perform the mudras.

- At the heart chakra the Supreme Healer AKSHOBYA, blue in colour, displays the mudra of stability and grants the water initiation. New bliss and emptiness arise purifying our hatred, the aggregate of consciousness, the hell realm and curing all bile diseases related to the heart chakra: mental problems of nervousness and anxiety, panic, mania, anger, stress, tension and hysteria, hypertension, angina, circulation and nervous system disorders, blockages of the subtle channels, disorders of the liver, gallbladder, heart, intestine, duodenum, jaundice, hepatitis and rheumatoid arthritis, disorders of the blood plasma, serum, blood valves, water retention, excessive sweating and general infection.
- The Supreme Healer Akshobya revitalizes the pervasive wind and grants compassion: the cool moon-like nature of mind; dharmadatu wisdom, sacred mind and stabilizing power.
- The samayas of Akshobya are: keeping a vajra, keeping a bell, keeping the mudra and keeping a pure bond with the Guru.

Om ah Akshobya hum (x 5)



Посвящение водой Высшего Целителя Акшобьи

Во время выдоха мы делаем мудры, мы представляем все загрязнения нашего тела, речи и разума, особенно нашу злость, уходящими из нашего тела в форме тёмно-синих змей, тёмного смога и грязи. Новое блаженство и пустота появляются, очищая нашу ненависть, накопления сознания, сферу ада и ментальные проблемы, связанные с

накопления сознания, сферу ада и ментальные проблемы. связанные с нервозностью, тревожностью, паникой, манией, злостью, стрессом, напряжением и истерией. Они исцеляют нашу сердечную чакру и все желчные заболевания, такие как: гипертензия, ангина, болезни, протекающие с расстройством кровообращения, болезни сердца, печени, желчного пузыря, кишечника, двенадцатиперстной кишки, плазмы крови, сворачивания крови и клапанов, жар, чрезмерное потовыделение и общие заболевания, расстройства нервной системы, блоки тонких энергетических каналов, ревматоидный артрит и задержка жидкости в организме.

Вдох

Мы визуализируем Гуру Акшобью над нашей коронной чакрой, льющего очищающий нектар на нашу головы. В нашем сердце находится ещё один Акшобья, показывающий мудру стабильности и дарующий посвящение водой, излучая исцеляющие синие лучи и нектары. Мы испытываем новое блаженство и пустоту находясь в Посвящении Вазы Воды.

Новое блаженство и пустота даруют: сострадание, холодную лунноподобную природу сознания, мудрость дхармадату, чистый кристалльный разум и силу стабильности. Они оживляют нашу сердечную чакру, тимус и распространяющийся разум.

Чтобы соединиться с энергией Акшобьи мы должны сохранять: ваджру,







न्त्र इंडिंग्ट्यर

Vajra Empowerment of Amitabha

(The new bliss and emptiness we experience is the actual Vajra Empowerment of the Supreme Healer Amitabha)

ਸ਼੍ਰਾਕਾ ਡੱਕਾ ਨੂੰ ਵੇਂ 'ਕਸ਼੍ਰਿਕ। Lama Chö Dorje Khyen

We visualize all our negativities of body, speech and mind, in particular our unlimited attachment, leaving our body in the form of red chickens, dark smoke and dirt as we breathe out and perform the mudras.

- At the throat chakra the Supreme Healer AMITHABA, red in colour, displays the mudra of meditation, and grants the dorje initiation. New bliss and emptiness arise purifying our unlimited desire, the aggregate of discrimination, the human realm and curing all bile disorders related to the throat chakra: jealousy, nervousness, impatience, intolerance, memory disorders, hepatitis; liver, gallbladder, blood, intestinal and duodenum problems; lung, colon, circulation, thyroid, throat, tongue, mouth and nasal ploblems; speech disorders, fevers, general infections and general inflammations.
- The Supreme Healer Amithaba revitalizes the upward moving wind and grants contentment, the wisdom of discriminating awareness, sacred speech and controlling power.
- The samayas of Amithaba are: practising and teaching the sutras and the lower and higher tantras.

Om ah Amitabha hum (x 5)

લાં લાકાયાં માટે છે.









Посвящение ваджрой Высшего Целителя

Амитабы

С выдохом мы делаем мудры, визуализируя все блоки нашего тела, речи и разума, в особенности нашу безграничную привязанность, покидающую наше тело в форме грязных красных куриц, тёмного смога и грязи.

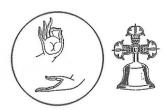
Новое блаженство и пустота появляются, очищая наше безграничное желание, накопления дискриминации, человеческую сферу, нашу нервозность, отсутствие терпения, не толерантность и проблемы с памятью. Оно исцеляет нашу горловую чакру и желчные заболевания, такие как: болезни печени, поджелудочной железы, крове, кишечника, двенадцатиперстной кишки, лёгких, толстой кишки и сердечно-сосудистой системы, болезни щитовидной железы, горла, языка, ротовой полости, носа и речи, жар, общие инфекции и общие воспаления.

Вдох

Мы визуализируем Гуру Амитабу, дающего нам ваджру. В нашей горловой чакре находится другой Высший Целитель Амитаба, показывающий мудру медитации и дарующий посвящение ваджры, излучая красные исцеляющие лучи и нектары. Мы испытываем новое блаженство и пустоту находясь в Посвящении Ваджры. Новое блаженство и пустота даруют удовлетворенность, мудрость различающего сознания, чистую и мощную речь и силу самоконтроля и контроля внутренних и внешних условий. Они оживляют поднимающийся вверх ветер и горловую чакру.

Чтобы соединиться с энергией Амитабы мы должны: сохранять интерес в изучении, собирать опыт и обучать сутрам, внешним и





१९८७ स्टिन्स् Mingi Wang

Name Empowerment of Vairochana

(The new bliss and emptiness that we experience in the actual nature of the Name Empowerment of the Supreme Healer Vairochana)

A.M. AC. MEZ. E. MBA

Lama Nangdze Dorje Khyen

We visualize all our negativities of body, speech and mind, in particular our ignorance, leaving our body in the form of black pigs, dark smoke and dirt as we breathe out and perform the mudras.

- At the crown chakra the Supreme Healer VAIROCHANA, white in colour, displays the dharmachakra mudra, and grants the name initiation. New bliss and emptiness arise purifying our ignorance, the aggregate of form, the animal realm and curing all phlegm diseases related to the crown chakra: mental confusion, stupidity, close-mindedness and dullness; gland and lymphatic problems, lung, kidneys, blood, seminal vesicle disease; infertility, skin disorders, digestive problems, flesh and bone marrow disorders, brain diseases and general infections.
- The Supreme Healer Vairochana revitalize the sustaining wind and grants intelligence, mirror-like wisdom, sacred body and pacifying power.
- The samayas of Vairochana are: taking refuge in Buddha, taking refuge in Dharma, taking refuge in Sangha; avoiding all negative actions, accumulating positive actions and benefitting others.

Om ah Vairochana hum (x 5)









Посвящение Именем от Высшего Целителя

С в дохом мы делаем мудры, визуализируя все блоки нашего тела, речи и разума, в особенности наше невежество, покидающее нашу тело в форме чёрных свиней, тёмного смога и грязи. Новое блаженство и пустота появляются, очищая наше невежество, накопления формы, сферу животных, ментальные заблуждения, глупость, зашоренность, отсутствие принятия, культурные и социальные блоки. Они исцеляют нашу коронную чакру и все заболевания слизистых, связанные с ней, такие как: болезни мозга, почек, кожу, кровь, пищеварительную систему, костный мозг, бесплодие, простудные заболевания и общие инфекции.

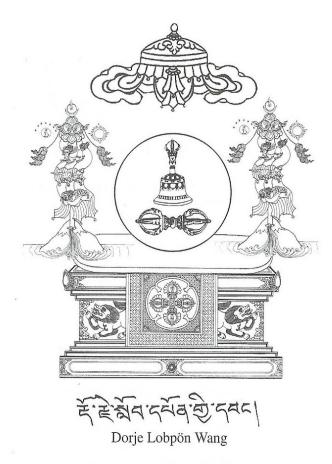
Вдох

Мы визуализируем Гуру Будду Вайрочану, дающего нам дордже, колокол и тантрическое имя. В нашей коронной чакре находится ещё один белый Вайрочана, показывающий мудру дхармачакры (ОК мудру) и дарующий нам посвящение именем, излучая белые исцеляющие лучи и нектары. Мы испытываем новое блаженство и пустоту находясь в Посвящении Именем.

Новое блаженство и пустота даруют разумность, зеркальную мудрость, чистое кристаллическое тело и силу умиротворения. Они оживляют наш поддерживающий жизнь ветер, нашу коронную чакру и расширяют нашу продолжительность жизни и витальность.

Чтобы соединиться с энергией Вайрочаны нам нужно: принять

Чтобы соединиться с энергией Вайрочаны нам нужно: принять прибежище в Будду, принять прибежище в Дхарме, принять прибежище в Санге, избегать всех негативных действия, накапливать позитивные действия и помогать другим.



Vajramaster Empowerment

(Given through the power of meditative concentration)

With this initiation the Guru Vajramaster, gives recognition to the disciple as a potential teacher and master The new Vajramaster is enthroned under the auspicious umbrella and performs the hugging mudra with dorje and bell surrounded by dakas and dakinis rejoicing and celebrating.

The unification of dorje and bell symbolises and causes the mahamudra union of Bliss and Emptiness We experience the actual Vajramaster Empowerment. This is the final Vase Empowerment, which simultaneously purifies all delusions, transforms our five aggregates, manifests the Mahamudra wisdom of Bliss and Emptiness and the five exalted wisdoms of the five Supreme Healers.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ИНИЦИАЦИЯ ВАЗОЙ – ПОСВЯЩЕНИЕ ВАДЖРА МАСТЕРА

С этой инициацией, дарованной через силу медитативной концентрации, Гуру Ваджрамасер узнает в ученике потенциал учителя практики Само-исцеления и мастера. В форме Ваджрасаттвы в союзе со своей миролюбивой супругой, новый Ваджрамастер воздвигнут на трон под благостным зонтом и делает мудру, соединяющую колокол и дордже, окруженный даками и дакинями, радующимися и празднующими. Объединение дордже и колокола символизирует и является истоком махамудры - нового блаженства и пустоты. Это настоящее посвящение Ваджрамастера.

ঞ্জ واكمر







ঞ্জ জুঃ



ग्राया प्रतिप्रमा **Secret Empowerment**

We visualize ourselves as a pure crystal being (Vajrasattva) sat on a throne and embracing a wisdom consort.

OM AH HUM blessing of the white Bodhichitta warmth, to wake up and develop the energies of Method and Great Bliss.

This is similar to when in a great empowerment we taste the white Bodhichitta blessed with OM AH HUM. In this Self-recognition therapy we use the mantra OM MANI PEME HUM like Vajra recitation to wake up our inner tummo fire. By clapping our hands at our crown, throat, heart, navel and secret chakras we cause the melting of white Bodhichitta from our crown chakra, to drip down our central channel to be stablised at our throat, heart, navel and secret chakras. As a result we experience the four joys and develop the male energy of Great Bliss.

क्ष्र.भाष्ट्र.भाज्ञ.दी जय.जी

Om mani peme hum hri (5x)

OM AH HUM blessing of the red Bodhichitta to develop the energies of warmth, Wisdom and Emptiness.

This is similar to when in a great empowerment we taste the red Bodhichitta blessed by OM AH HUM. In this self-recognition therapy we use the mantra OM MANI PEME HUM and snapping our fingers to open the doors of our central channel and develop our tummo fire, the pure essence of our female red Bodhichitta energy located at our navel chakra. As a result we experience the four joys in reverse and the absolute space of our bodies, minds and all phenomena.

क्षें अहै यज्ञे तुं। यन ता

Om mani peme hum hri (5x)



१०० में सरमा यो में सार्षित वरा १

Wisdom Consort Empowerment

(into the mandala of wisdom or absolute bodhichitta)

Ngalso Self-Healing meditation on the absorption of the five Supreme Healers Yab/Yum at our five principal chakras to experience the union of great bliss and emptiness.

We are in the aspect of Vajradhara Yab/Yum

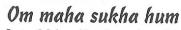
OM MAHA SUKHA HUM has the same effect as DZA HUM BAM HO; it causes the absorption of the energy winds and drops at the channel on the gross, subtle and very subtle levels. We need to experience the four Vajra positions (of channels, winds, drops, and mahamudra union) directly. On the gross level the two consorts are embracing, on the subtle level their energy winds, chakras and drops are mixing and on the very subtle level two minds are meeting and producing the Mahamudra Union of Great Bliss and Emptiness.

We conclude the Mahasukha absorption meditation at the heart, because gathering the upper and lower winds into the indestructible drop at the heart causes our subtle five element winds to dissolve, waking up our subtle mind and then our very subtle mind of Clear Light. This Clear Light mind, we experience as Great Bliss, and we use it to meditate on absolute space (Emptiness) of ourselves and all phenomena. Transforming desire in this way is the quick path to Enlightenment. There are no more enemies.

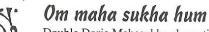


Om maha sukha hum

Wheel Mahasukha absorption of Vairochana Yab/Yum at the crown chakra



Lotus Mahasukha absorption of Amitabha Yab/Yum at the throat chakra



Double Dorje Mahasukha absorption of Amoghasiddhi Yab/Yum at the secret chakra

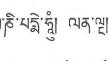
Om maha sukha hum

Jewel Mahasukha absorption of Ratnasambhava Yab/Yum at the navel chakra

Om maha sukha hum

Vajra Mahasukha absorption of Akshobya Yab/Yum at the heart chakra





केंबा दबद

Speech Empowerment

(into the mandala of Absolute Bodhichitta): The powerful new bliss and emptiness experience which is beyond words, dedicated to inner and world peace.

स्राप्तः मान्यः नि

Om bhishwa shanti hum

OM inner peace and world peace HUM

English: By the power of the truth, peace and bliss forever Italian: Per il potere della verità, pace e gioia ora e sempre French: Par le pouvoir de la verité, paix et joie pour toujours Portuguese: Pelo poder da verdade, paz e allegria para sempre Spanish: Por el poder de la verdad, paz y felicidad por siempre

German: Durch die Kraft der Wahrheit, Friede und Freude für immer Dutch: Door de kracht van de waarheid, vrede en vreugde voor altÿd

Chinese: Yi tsen li teu lilyang yang yuein heuping si leu Russian: Cheeri silu praudi mir yi blashantwa navechna Greek: Mae tin dinami tis alithias, irini kae hara ghia panda

Mongolian: Uni tordu urdi et taiwan ardjandia urde

SHORT SIX-SESSION GURU YOGA



श्च.भ.र्गूष्य,भक्ष्य,यासीभाषा,स्यान्त्र,भक्षा भर्.र्म्याश्राष्ट्रवास्त्रीट.कुवार्ग्येट.वयटार्मार्ज्ञ् **न्में** क्रिंग्युक् सून् स्ट्रैक प्रतिबद्ध प्रतिकार्ये

Lama kon choq sum la kyab su chi रदः क्रेन् ध्रुरः मुक्ताः र्हेरः द्वितः त्रुवः सर्वेत्। Rang ngi lhar sel dor dril sung ne choe Dor ngag chö sung nye chö thadag dom Gue chö kun du jin shie dro don che

To the Guru and the Three Jewels I go for Refuge. Visualizing myself in a divine form, holding vajra and bell, I uphold all the Dharmas of Sutra and Tantras, restrain from all misconduct, gather all virtuous Dharmas and, with the four givings, benefit migrators

Через силу Истины, Мир и Блаженство навечно

К Гуру и трем драгоценностям я прихожу за Прибежещем. Я представляю себя в божественной форме, держащим ваджру и колокол, я поддерживаю все Дхармы Сутры и Тантры, сдерживаю все проступки, соединяю все добродетельные Дхармы и с четырьмя дарами приношу пользу идущим по Пути

DEDICATION MAKING THE LINK TO SHAMBALA

स्यात्राचार्यं क्षात्राचारात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स स्याप्त्राच्यात्राच्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राचः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्यात्राच्याः स्वाध्याः स्वाध्यात्राचः स्वाध्यात्राचः स्वाध्यात्राचः स्वाध्यात्राच्या

Dor na di tsun nam kar ge wai tsog Gy nye sag pa deyi nyur du dag Norbu bang dzo shambala kyene Lame lam gyi rimpa tarchin shog

In short, by the collection of white virtues I have gathered here may I swiftly be born in Shambala, the Treasury of Jewels and complete the stages of the path of Highest Yoga Tantra.

RECEIVING THE SPECIAL AUSPICIOUS BLESSING OF THE THREE JEWELS

र्वेद:संदे: लेक्स्या: सर्वद: लेक्स्य: लेक्स्य रेव:संदे: बुद: यद: सद: लेक्स्य: लेक्स्य रेव:सर्कद: ह्या: हु:यदे: लेक्स्य: लेक्स्य:

द्युत्र अक्र्या वार्या के स्यो स्वेश स्वेश

द्युव:अकूचा,चार्नअ.क्रीअ.टरून,चीय.कूण।

Nyimo delek tsen delek Nyime kung yang delek shin Nyitsen taktu delek pel

Kön chok sum kyi jin gyi lob Kön chok sum kyi ngö drub tsol Kön chok sum kyi tra shi shog

At dawn or dusk, at night or midday
May the Three Jewels grant us their blessings
May they help us to achieve all realizations
And sprinkle the path of our lives with various signs of auspiciousness

Скоро соединив все добродетели которые я получил, пусть я буду скоро рожден в Шамбале, драгоценности драгоценностей и завершу все этапы пути Высшей Йога Тантры

На рассвете или в сумерках, в полночь или в полдень Пусть три Сокровища даруют нам свои благословения, Пусть они нам помогут достичь все осознаний И наполнят наши жизни различными признаками благоприятности

METHOD FOR PURIFYING INNER INTERFERENCES AND CREATING EQUILIBRIUM

ૹ૽ૼૼૼૼૹૢઃૡૢ૾ૣૠૢ

Om

(breathing in)

An Hum (holding)
(breathing out)

Phet!

(expelling all negativities)

VASE BREATHING FOR LONG LIFE

જાઁ કુંજાું

Om (breathing in) **Hum** (holding)

Ah

(breathing out)

Dü min chiwai tsenma thongwa na de yi mö la Mikyiö Dorje ku sel war thongne chidak pel chomte chime rigzin nyurdu thobpar shok.

If foreseeing signs of premature death, may I, by a clear vision of Mikyio Dorje, the Immovable Vajra, defeat the Lord of Death and rapidly obtain the Siddhi of Immortality.

В случае появления знаков предшествующих преждевременной смерти, пусть мне явится видение Микьо Дордже, Недвижимого Ваджры, пусть я смогу победить Царя Смерти и быстро обрету Сиддхи Бессмертия

DEDICATION FOR THE LONG LIFE OF H.H. THE DALAI LAMA

विन्यास्तर्भीर जात्रक स्यादि न्यत्री क्रिया क्रिया

Kang ri rawe korwai
shing kham dir - pen dang dewa
malü gyungwai ne
chenrezig wang tenzin
gyatso yi - shape sithai
bardu den gyur chik

В этой святой Земле, рядом со снежными горами Ты – Источник всех Благ и Счастья. Пусть твои стопы подобные лотосам, о могущественный Ченрезиг, Тенцин Гиатцо, пребудут в этом мире до конца его существования

In this Holy Land surrounded by snow mountains, You are the source of all Benefit and Happiness. May Your Lotus Feet, O Powerful Chenrezig, Tenzin Gyatso, remain in this world until the end of existence.

DEDICATION FOR THE ROOT GURU'S LONG LIFE

 Jetsun lamai kutse rabten ching - namkar thrinley chok chur kyepa dang lobsang tenpai dron me sa sum kyi - drowai munsel taktu ne gyur chik

May the Holy teacher have a long life.

May the Enlightened Activities be fully displayed in the ten directions, and may the brightness of the teachings of Lama Tsongkhapa continuously dissipate the veil of darkness covering the beings of the three realms.

Посвящение долгой жизни Гуру

Пусть Святой Учитель имеет долгую жизнь. Пусть Просвятленные действия распространятся в десяти направлениях и через свет учений Ламы Тсонгкапы постоянно развеивают пелену тьмы покрывающую существ трех миров.