

༄༅། །ཡ་སྐྱོབ་པའི་བཀའ་འབུམ་ལས་རི་ཁྲོད་ལོ་མ་གྱོན་པའི་སྐབ་ཐབས་བཞུགས་སོ། །

The Parnashavari Sadhana from the Collected Works of Kyobpa Jigten Sumgön

༄༅། །མི་ཟད་འཁོར་བའི་ནད་ལས་སྐྱོལ་མཛད་ཅིང་། །འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །འགྲོ་བ་བྱང་ཚུབ་མཚོག་ལ་འགོད་མཛད་པ། །དཔལ་ལྷན་ཕག་མོ་གྲུ་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །

*Liberating us from the diseases of inexhaustible samsara,
with the ocean of great bliss of samsara and nirvana
you guide us beings to the supreme awakening –
glorious Phagmodrupa, I bow at your feet.*

རང་གཞན་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས་ཉེན་པ་ལས། །སྐྱོལ་བྱེད་དཔལ་ལྷན་རྗེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ། །སྣ་མོ་མཚོག་ལ་སྐབས་སུ་སོང་གུར་ན། །འཇིགས་པ་གཏུག་ལས་སྐྱོབ་ཕྱིར་རུང་ཟད་བྱེ། །

*Glorious Goddess Parnashavari, you liberate
all others and myself from infliction of great harm.
When we have taken refuge in you, sublime goddess,
you will protect us from all dangers. Thus, I shall write these brief words.*

དང་པོ་ཁོ་ནར་གོང་ལྷར་རྒྱུད་དག་པར་བྱས་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་གིས་བསྟེན་པ་དང་། །སྐབ་པ་དང་། །ལས་སྦྱོར་བ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། །གནས་ཤིན་ཏུ་དབེན་པར་གནས་ཁང་བྱས་དར་དང་། །ཆག་ཆག་ལེགས་པར་བཏབ་ནས། །མེ་ཏོག་བཀའ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་བྱ་སྟེ། །རྗེ་བཙུན་མ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བཀའ་ཞིང་། །མཚོན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཚོན་དེ། །ལྷན་བདེ་བའི་སྤོང་དུ་ཁ་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་ཏེ། །བསམ་གཏུན་གྱི་ཡན་ལག་གིས་གནས་ནས།

*Those who have purified their mind stream with certainty at the beginning as described above, should engage in the approach, accomplishment, and activities of the deity:
Having cleaned your perfectly secluded place well and sprinkled water, take great joy in arranging flowers and so forth. After placing images of the Goddess Parnashavari and others in the east and offering abundant gifts, sit on a comfortable seat facing eastwards. In the posture of meditative stability recite:*

སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཚི། །བདག་གིས་སྐྱེན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

*Refuge Prayer:
sang gyé chö dang tsok kyi chok nam la/ jang chup bar du dak ni kyap su chi/ dak gi jin sok gyi pé sö nam kyi/ dro la pen chir sang gyé drup par shok/
In the Buddha, Dharma, and supreme assembly,
I take refuge until awakening.
Through the merit of practicing generosity and the other pāramitās,
may I attain buddhahood for the benefit of beings.*

མ་རྣམས་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། །ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

The Four Immeasurables:

ma nam kha dang nyam pé sem chen tam ché de wa dang de wé gyu dang den par gyur chik/ duk ngel dang duk ngel gyi gyu dang drel war gyur chik/ duk ngel mé pé de wa dang mi drel war gyur chik/ nyé ring chak dang nyi dang drel wé tang nyom la né par gyur chik/

May all mother sentient beings, limitless as space, have happiness and the causes of happiness.

May they be freed from suffering and the causes of suffering.

May they not be separated from the happiness that is free from suffering.

May they dwell in equanimity, free from any bias of attachment or aversion.

ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སྲུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བརྩུང་ཟད་
བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་ཕྱིར་བཟོའོ། །

The Seven Limbs:

chak tsel wa dang chö ching shak pa dang/ jé su yi rang küi zhing söi wa yi/ ge wa chung zé dak gi chi sak pa/ tam ché dzok pé jang chup chir ngo/

Prostrating, offering, confessing,

rejoicing, beseeching, and supplicating –

I dedicate whatever slight virtue I have gathered

for the complete awakening of all.

བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དང་། །བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་བསགས་པའི་རྗེས་ལ།

Having cultivated bodhicitta and accumulated merit, recite the following:

ཨོ་སྐ་རྒྱ་མ་ཤ་ཤུལ་ས་ཤི་ཤུལ་སྐ་མ་ཤ་ཤུལ་ཨོ་ཧྲིཿ

om svabhāva shuddhāh sarva dharmāh svabhāva shuddho ham

ཞེས་བཟོད་པའི་དོན་ཚོས་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་བསྐྱོམས་པའི་ངང་ལས།
རང་གི་ཤེས་པ་པོ་སེར་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བསམ་ལ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ནད་
དང་གཞོན་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་རྗེས་པ་དང་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱུངས་ནས་འོད་ཟེར་དེ་ཚུར་འདུས་ནས། ས་བོན་
གྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ལ་ཐིམ་པས། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། སྐད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་རི་ཁྲོད་མ་
དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡུམ་དུ་གྱུར་པ།

zhé jö pé dön chö tam ché dö ma né rang zhin gyi nam par dak par gom pé ngang lé/ rang gi shé pa pam ser po zhik jung bar sam la/ dé lé ö zer trö pé/ sem chen tam ché kyi né dang nö pa tso wo jé pé dik pa dang drip pa tam ché jang né ö zer dé tsur dü né/ sa bön gyi yi gé dé nyi la tim pé/ dé yong su gyur pa lé/ ké chik gi rang nyi chom den dé ma ri trö ma dü sum gyi sang gyé tam ché kyi yum du gyur pa/

This means that all phenomena are primordially completely pure by nature. Within the state of meditating on this, I imagine that my consciousness emerges as a yellow PAM syllable. From it, light rays radiate and purify the diseases and impairments of all beings in particular, as well as all their wrong doings and obscurations. Thereafter the light rays return and dissolve into the seed syllable, which fully transforms me instantly into the Illustrious One, Parnashavari, mother of the buddhas of the three times.

སྐྱུ་མདོག་སེར་མོ་ཞལ་གསུམ་པ། དབུས་སེར་བ། གཡོན་དཀར་བ། གཡས་ཕྱོ་བ། ཕྱག་དྲུག་པ། གཡས་དང་པོ་དོ་རྗེ།
 གཉིས་པ་ན་དག་ལྟ་བུ་བསྐྱམས་པ། གསུམ་པ་ན་མདའ་བསྐྱམས་པ། གཡོན་གྱི་དང་པོ་རྩིགས་མཚུབ་དང་ཞགས་པ།
 གཉིས་པ་ཤིང་ལོ་འུ་བམ་པོ། གསུམ་པ་གཞུ་བསྐྱམས་པ། བསྐྱེད་དཀར་པོ་སྟོང་ན། མེ་དཔུང་འབར་བའི་ནང་ན་
 བཞུགས་པ། དེའི་ཕྱགས་ཀ་ན་པོ་ལས་པར་དང་ལྷ་བའི་སྟོང་ན་པོ་སེར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། རང་བཞིན་
 གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱུན་དངས།

ku dok ser mo zhel sum pa/ ü ser wa/ yön kar wa/ yé ngo wa/ chak druk pa/ yé dang po dor
 jé/ nyi pa na dra ta nam pa/ sum pa na da nam pa/ yön gyi dang po dik dzup dang zhak pa/
 nyi pa shing lö bam po/ sum pa zhu nam pa/ pema kar pö teng na/ mé pung bar wé nang na
 zhuk pa/ dé tuk ka na pam lé pema dang da wé teng na pam ser po lé ö zer trö pé/ rang zhin
 gyi né né yé shé pa chen drang/

My body has a yellow colour and I have three faces. My central face is yellow, the left face white, and the right face blue. I have six arms. My lower right hand holds a vajra; the middle, a battle ax; and the upper, an arrow. My lower left hand displays the threatening mudra, holding a noose; the middle, a bundle of branches; and the upper, a bow. I am sitting on a white lotus in the midst of masses of fire. The PAM syllable at my heart transforms into a lotus and moon, with a yellow PAM syllable on top. From it, light rays radiate and invite the wisdom beings from their natural abode.

རྩོམ་པོ་ལྟོ་ཞེས་དགུག་པ་དང་། གཞུག་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། དགེས་པར་བྱ་གྲོ།

dsa hūng bam hoh

Thus summon, absorb them, unite with them, and rejoice.

གཉིས་སུ་མེད་པར་ཐེམ། སྐར་ཡང་ཕྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྔ་འཁོར་བཅས་
 སྐྱུན་དངས།

nyi su mé par tim/ lar yang tuk ké sa bön lé ö trö pé wang gi lha rik nga khor ché chen drang/
 We merge inseparably. Again, light rays radiate from the seed syllable at my heart, inviting the five empowerment deities and their retinue.

ཨོྃ་བརྒྱ་ཀུ་ལ་ས་བ་རི་སྐྱེ་ར་བུའི་བྱ་བྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ནས་རྗེ་མི་བྱེདའི་བར་མཚོན་པ་རྣམས་ལ་དག་པར་མཚོན་དེ།

Perform the five offerings correctly:

om panchakula saporivāra pushpam pratitsa svāhā

And similarly with: dhūpam, ālokam, ghandam, naividyam.

ཨོྃ་སའ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཤི་རྩུ་ཏུ་མྱོ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དབང་གི་ལྷས་ཨོྃ་སའ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཤི་ཀ་ཏ་
 ས་མ་ཡ་ཐྱི་ཡེ་རྗེ། ཞེས་བུམ་པའི་ལུས་དབང་བསྐྱུར། སྐྱུ་གང་། དྲི་མ་དག་ལྷ་སྐྱག་མ་ལས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པས་དབུ་
 བརྒྱན། དབང་ལྷ་རྣམས་རང་ཉིད་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར།

om sarva tathāgata abhi shintsatu mām/ zhé söl wa tap pé wang gi lhé/

OM SARVA TATHĀGATA ABHI SHINTSATU MĀM. With this, the empowerment deities are requested to grant empowerment.

om sarva tathāgata abhishekata samaya shrīye hūng/ zhé bum pé chü wang kur/ ku gang/ dri ma dak chu lhak ma lé dön yö drup pé u gyen/ wang lha nam rang nyi la tim par gyur/
 OM SARVA TATHĀGATA ABHISHEKATA SAMAYA SHRĪYE HŪNG. Thus, they bestow the empowerment with water from the vase, which fills the body and purifies the defilements. The overflowing water transforms into Amoghasiddhi as a crown ornament. The empowerment deities dissolve into me.

ཨོཾ་བི་ཤ་ཙེ་པ་ཧྲཱ་ཤ་ལ་རི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྩི་བྲ་ཏྲི་རྩུ་སྲུ་དྲཱ། རས་ཤུའི་བར་གྱིས་མཚོད།

Offer with: om pishatsi parna shavari saporivāra argham pratītsa svāhā

And similarly with: pādyam, pushpam, dhūpam, ālokaṃ, ghandam, naividyaṃ, shabda

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་བ་དང་། དབང་ཉལ་བསྐྱོན་པ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ཐུག་པར་བྱས་ནས། རྗེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་ལོ་གྱུར་མའི་བསྐྱོད་པ་ཚོགས་བཅད་མ་ནི།

After your body, speech and mind, have been blessed, you were granted the empowerment, you have meditated on the symbol of empowerment, and so on, the praise of the Goddess Parnashavari in verse follows:

ཚོས་སྐྱ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་ནས། །ཡམས་ལ་སོགས་པ་ནད་གྱི་འཇིགས་པ་དང་། །དུས་མིན་འཆི་ལས་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་འགྲུབ་ཐེན་ལས་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

chö ku dé wa chen pö kyil khor né/ yam la sok pa né kyi jik pa dang/ dü min chi lé kyop par jé pa yi/ dön drup trin lé yum la chak tsel lo/

Out of the mandala of dharmakaya’s great bliss,
 you protect against dangerous diseases such as epidemics
 and against untimely death –
 I pay homage to you, mother of wish-fulfilling activities.

བསྐྱའི་གདན་ལ་གསེར་མདོག་རི་ཁྲོད་མ། །རྩ་བའི་ཞལ་སེར་གཡས་གཡོན་སྣོ་དང་དཀར། །དབུ་སྐྱ་ཐོར་ཚུགས་གཟི་བརྗིད་ལྡན་པ་ཡི། །དངོས་གྲུབ་ལྷ་མོའི་སྐྱ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

pemé den la ser dok ri trö ma/ tsa wé zhel ser yé yön ngo dang kar/ u tra tor tsuk zi ji den pa yi/ ngö drup lha mö ku la chak tsel lo/

Golden-colored Parnashavari, sitting on a lotus seat,
 your main face is yellow, the right face blue, and the left face white;
 your hair is bound up in a topknot, and you are full of splendor –
 I pay homage to the divine body of the goddess who grants accomplishments.

ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས། །དུས་མཐའི་མེ་དབུང་ལྷ་བུའི་སྐྱོང་དགྱིལ་ན། །ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དུག་འཇིགས་བྱེད་སྐྱོ་མོའི་ཞལ། །ཞབས་གཉིས་བརྒྱུང་བསྐྱུམ་མཛེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

yé shé tuk jé dak nyi chom den dé/ dü té mé pung ta bü long kyil na/ zhel sum chak druk jik jé tro mö zhel/ zhap nyi kyang kum dzé la chak tsel lo/

Illustrious One, you are the embodiment of wisdom and compassion,
 you dwell in the midst of masses of fire, which is burning like the fire at the end of time;
 with your three faces and six arms, you look terrifying and wrathful –

I pay homage to you, who has one leg outstretched and the other bent.

རི་ཁྲོད་ལོ་མ་སྐུ་ལ་བསྐྱམས་པ་ཡི། །མདའ་གཞུང་གྲ་སྒྲ་ཤིང་ལོའི་བམ་པོ་འཛིན། །སྤྲིགས་མཚུབ་དོ་རྗེ་བསྐྱམས་པའི་
ཤ་ལ་རི། །ཡུམ་ཚེན་འགྲོ་བའི་མགོན་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །

**ri trö lo ma ku la nam pa yi/ da zhu dra ta shing lö bam po dzin/ dik dzup dor jé nam pé sha
wa ri/ yum chen dro wé gön la chak tsel lo/**

Wearing a robe of leaves, holding bow and arrow,
a battle ax, and a bundle of branches,
Parnashavari, you display the threatening mudra and hold a vajra –
I pay homage to you, great mother, protectress of beings.

རྣམས་དམིགས་ནི། རི་ཁྲོད་ལོ་མ་གྲོན་མའི་དབུ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་བ་རིགས་རྣམས་པ་ལྗེའི་ཐུགས་ཀ་ནས་བདུད་ཚིའི་ཚུ་རྒྱན་
བབ་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་བདུད་ཚིའོ་མ་ལྷ་བུས་ཁེངས་པར་བསམ་ཞིང་། དེས་ཐྲིག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ལ་
སེམས་གཏང་ཅིང་།

Visualization during mantra recitation:

**ri trö lo ma gyön mé u gyen gyi gyel wa rik nam pa ngé tuk ka né dü tsi chu gyün bap pé/
rang nyi kyi lü dü tsi o ma ta bü kheng par gyur/**

The crown of myself as Parnashavari consists of the five victorious ones. From their hearts flow streams of milky nectar, filling my body.

Thus visualize. In this way, all wrong doings and obscurations are purified. Focus on that and then recite as many times as you can:

ཨོ་བི་ཤ་ཙོ་བརྩ་ཤ་ལ་རི་སཐ་མ་རི་བྲ་ཤ་མ་ནི་ཏྟེ། ཅི་རུས་སུ་བསྐྱམས་པ་ནི་བདག་བསྐྱེད་བའོ། །

om pishatsi parna shavari sarva mari prasha mani hüng

This protects oneself.

གཞན་སྐྱེད་བའོ། །ཡུལ་རིས་སམ་རྒྱལ་ཁམས། རང་རི་ལྗར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་རིགས་ལྔ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་དང་།
རྗེ་བཙུན་མས་ནམ་མཁའ་ཐམས་ཅད་གང་བར་བསམ་ལ། བདུད་ཚིའི་རྒྱན་བབས་པས། རྣད་པའམ། ཡུལ་རིས་
སམ། རྒྱལ་ཁམས་གང་ཞིང་། རྣད་དང་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བསམ་ལ་སེམས་གཏང་ནས།

Protecting all others:

**yül ri sam gyel kham/ rang ji tar dö pa zhin du rik nga dé war shek pa dang/ jé tsün mé nam
kha tam ché gang war sam la/ dü tsi gyün bap pé/ né pa'am/ yül ri sam/ gyel kham gang
zhing/ né dang nö pa tam ché zhi war gyur/**

I visualize that the whole space of either a region or country is filled with the five sugatas and the Goddess Parnashavari. From them, streams of nectar flow down, fill the bodies of the diseased, the region or kingdom, and all diseases and harms are pacified.

Focus on this visualization and then recite as many times as you can:

ཨོ་བི་ཤ་ཙོ་བརྩ་ཤ་ལ་རི་སཐ་མ་རི་བྲ་ཤ་མ་ནི་ཏྟེ། བསྐྱམས་པ་ཅི་རུས་སུ་ལྷ།

om pishatsi parna shavari sarva mari prasha mani hüng

མཇུག་ཚོག་ནི། ཚི་པི་ཤ་ཙེ་པ་རྩ་ཤ་ལ་རི་ས་པ་རི་སྐྱ་ར་ཨའྲུ་བྲ་ཏུ་རྩེ་སྐྱ་དུ། ནས་ཤུལ་འི་བར་གྱིས་མཚོད།

Concluding ritual:

Offer with: om pishatsi parna shavari saporivāra argham pratītsa svāhā

And similarly with: pādyam, pushpam, dhūpam, ālokam, ghandam, naividyam, shabda

ཚོས་སྐྱ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་ནས། །ཡམས་ལ་སོགས་པ་ནད་གྱི་འཇིགས་པ་དང་། །དུས་མིན་འཆི་ལས་
སྐྱོབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་འགྲུབ་ཐེན་ལས་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །ཅིས་དང་།

**chö ku dé wa chen pö kyil khor né/ yam la sok pa né kyi jik pa dang/ dü min chi lé kyop par
jé pa yi/ dön drup trin lé yum la chak tsel tö/**

Out of the mandala of dharmakaya’s great bliss,
you protect against dangerous diseases such as epidemics
and against untimely death –

I pay homage to you, mother of wish-fulfilling activities.

མ་འབྱོར་པ་དང་ཉམས་པ་དང་། །གང་ཡང་བདག་ཚོངས་སྒོ་ཡིས་ནི། །བགྱིས་པ་དང་ནི་བགྱིད་བསྐྱལ་གང་། །དེ་
ཀུན་བྱོད་གྱིས་བཟོད་པར་གསོལ། །ཞིས་བཟོད་གསོལ་དང་ཡིག་བརྒྱ་བྱ།

**ma jor pa dang nyam pa dang/ gang yang dak mong lo yi ni/ gyi pa dang ni gyi tsel gang/ dé
kün khyö kyi zö par söl/**

Whatever I could not procure, whatever was deteriorated,
and whatever I did with a deluded mind
or made others do:

may you forgive all that.

Thus request for forbearance and recite the hundred-syllable mantra:

ཚི་བཇླ་སདྲ་སཔ་མ་ཡ། མ་རུ་པལ་ཡ། བཇླ་སདྲ་ཏེ་ལོ་པ། ཏིཐྲ་ཏིཐྲ་མེ་ལྷ་ཤ། སུ་ཏོ་ཕྱོ་མེ་ལྷ་ཤ། སུ་པོ་ཕྱོ་མེ་ལྷ་ཤ།
ཨ་རུ་རྟོ་མེ་ལྷ་ཤ།སཔ་སི་རྩོ་ལྷོ་བྲ་ཡལྷ། སཔ་ཀམ་སུ་ཙེ་མེ་ཙེ་ཏྲ། སྤྱི་ཡེལ་ཅུ་རྩྱི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོཾ ལྷ་ག་མན་སཔ་ཏ་
སྤྱི་ག་ཏ། བཇླ་སྐ་མེ་ལྷ་ལྷ། བཇློ་ལྷ་ཤ།སདྲ་སཔ་མ་ཡ་སདྲ་ཨྲཾ

**om badsra satva samaya/ manu palaya/ badsra satva tenopa/ tisht’a dridho me bhava/ suto
k’jo me bhava/ supo k’jo me bhava/ anu rakto me bhava/ sarva siddhim me prajats’a/ sarva
karma sutsa me tsittam shirja kuru hung/ haha haha ho/ bhagavan sarva tat’agata/ badsra ma
me muntsa/ badsri bhava/ maha samaya satva ah**

བཀ་ཤིས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་དོ་བོར་གྱུར་པ་ཡི། །དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ལྷ་མ་དམ་པ་ཡིས། །བདག་དང་ཁམས་གསུམ་
སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། །རི་བྱོད་ལོ་གྱོན་ལྷ་མོའི་བཀ་ཤིས་ཤོག །

Words of Auspiciousness:

**sang gyé kün gyi ngo wor gyur pa yi/ dor jé chang chen la ma dam pa yi/ dak dang kham sum
sem chen ma lü pa/ ri trö lo gyön lha mö tra shi shok/**

May the great Vajradhara, the true lama,
who is the essence of all buddhas,
grant the auspiciousness of the Goddess Parnashavari

to all beings of the three realms without exception and to myself.

སྒོམ་ལམ་ནི། རང་གཞན་འཛིགས་པ་ཆེན་པོས་ཉེན་པ་ལས། སྒྲོལ་བྱེད་དཔལ་ལྡན་རྗེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ། །སྒྲོམ་
མཚོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་གྱུར་ནས། །འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་བརྗོད་ཅིང་གྲ།

Aspiration prayer:

**rang zhen jik pa chen pö nyen pa lé/ dröl jé pel den jé tsün ri trö ma/ lha mo chok la kyap su
song gyur né/ jik pa kün lé kyop par dzé du sö!**

Glorious Goddess Parnashavari, you liberate
all others and myself from the infliction of great harm.

Having taken refuge in you, sublime goddess,
please protect us from all dangers.

Thus recite the dedication and aspiration prayers.

མདོར་བསྟུན་ན། རྒྱུད་དག་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྗེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་གྲུབ་པ་ལོ་ནའོ། །བཅེ་
བའི་བདག་ཉིད་ཡུམ་གྱུར་རྗེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མའི། །ཉམས་ལེན་ཅུང་ཟད་འཛིགས་པས་ཉེན་པར་བྱས་པ་ལས། །གཞོད་པ་དེ་ལས་ཐར་ཕྱིར་
བཀའ་དྲིན་བྲན་པ་ཡིས། །ཉམས་ལེན་ཡི་གེར་བཀོད་པས་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཐོབ་ཤོག། །རྗེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ་ལ་གསོལ་བ་གདབ་པའི་ཐབས་
ཡོངས་ཀྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་སྣོད་ལུང་པས་ལུས་པ་རྗོགས་སོ། །།

In brief, the practice of Parnashavari is certain to be accomplished by a pure mind stream, love, compassion, bodhicitta, and a very clear samadhi. In a situation of infliction by great harm, I was freed from dangers by doing the practice of the Goddess Parnashavari, the mother who is the embodiment of love. Therefore, recalling her kindness, I have composed this practice. By means of it, may all achieve supreme awakening!

This completes the practice method of supplications to the Goddess Parnashavari, requested by Thölungpa, the great spiritual friend of everyone.

ཞེས་པ་འདི་དེང་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱུ་ཀུན་ཏུ་ནད་ཡམས་མ་རུངས་པས་མནར་བའི་གནས་སྐབས་སུ། འབྲི་གུང་ལྷོ་བོ་པ་འཛིག་ཉེན་གསུམ་
མགོན་ལ་ཚེ་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བ་བཏབ་བཞིན། །གང་གིས་མཛད་པའི་རི་ཁྲོད་ལོ་གྲོན་མའི་སྐྱབ་ཐབས་ཉིང་ཁུ་ཁག་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་སུ་བསྐྱེབས་
པ་འདིས། །ཡམས་ནད་ཀྱིས་གཙོ་བུས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་མཐའ་དག་ཆེག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་རྣམ་བུ་གོ་འཕང་མཚོག་
ལ་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་དྲི་བར་གྱུར་ཅིག་གྲ། །ཞེས་ཨ་རི་འབྲི་གུང་ལྷོ་བོ་པ་ཚོས་སྤོང་དུ་རབ་གནས་ལྷགས་བྱི་ ༢༠༢༠ ལོར་ཚོ་འཕུལ་སྐྱབ་པའི་ཡར་
ཚོས་ ༡༥ ལ་ལྷོ་བོ་པ་འབྲི་གུང་པ་འཕྲིན་ལས་སྐྱུན་གྲུབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྐྱར་ཞིང་། །རིག་མཚན་ནང་དཀོན་མཚོག་ཚོས་དབང་གིས་བཀྲིས་
སོང་བས། དགོ། དགོ། དགོ། །།

At present, all regions of the world are affected by a terrible epidemic. May this compilation of the quintessences from the Parnashavari sadhanas written by Drikung Kyobpa Jigten Sumgön, arranged accompanied by single-minded supplications to him, first of all pacify the epidemic, and furthermore, the karmic, afflictive and cognitive obscurations, and joyfully lead us to the supreme state of complete awakening.

This was well-arranged by Gyalwa Drikungpa Tinle Lhundrup in the American Drikung Centre Kyobpa Chöling in the Iron Mouse Year 2020 on the fifteenth day of the month of miracles and entered into the computer by Könchog Chöwang.

May it be virtuous!

Translation from the Tibetan: Könchog Yeshe Metog, 15th March 2020