

**THE 37
PRACTICES OF ALL
THE BODHISATTVAS**

by Gyalse Tokme Zangpo



དལ་འབྱོར་གྱི་ཆེན་ཆེད་དཀའ་ཐོབ་དུས་འདིར།
 བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་བུའི་ཕྱིར།
 ཉིན་དང་མཚན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པར་ནི།
 ཉན་སེམས་བསྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། ༡ །།

**Seeing that you have boarded this ship that is so difficult to reach
 with the freedoms and favourable conditions that it affords,
 your goal must now be to liberate yourself and others from Samsara.
 Devoting yourselves day and night, without the slightest lapse,**

**To learning, reflecting and meditating;
 This is what Bodhisattvas do.**





གཉེན་གྱི་སྤོགས་ལ་འདོད་ཆགས་ཚུ་ལྟར་གཡོ།།
 དགའ་ཡི་སྤོགས་ལ་ཞི་སྤང་མི་ལྟར་འབར།།
 མྱེད་དོར་བརྗེད་པའི་གཉི་སྤྲུག་སྤྲུག་ནག་ཅན།།
 ས་ཡུལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུག་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢ །།

**Our clinging to those we love is like the pounding ocean's waves,
 our animosity towards our enemies smoulders like fire, and in the murky gloom of your ignorance you forget what we should be
 doing or not doing.**

**Turning your backs on your homes:
 This is what Bodhisattvas do.**





ཡུལ་ངན་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་རིམ་གྲིས་འགྲིབ།།
 རྣམ་གཡེང་མེད་པས་དགོ་སློབ་ངང་གིས་འཕེལ།།
 རིག་པ་དྲངས་པས་ཚོས་ལ་ངེས་ཤེས་སྐྱེ།།
 དབེན་པ་བསྟེན་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༩ །།

**Flee from detrimental environments, and your mental defilements
 will start to clear. Cast off distractions, and your wholesome
 behaviour will burgeon by itself. If your mind is clear, you will attain
 sureunderstanding of the Dharma.**

**Living in seclusion;
 This is what Boddhisattvas do.**





ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་མཛོའ་བཤེས་སོ་སོར་འབྲལ།།
 འབད་པས་བསྐྱབས་པའི་ཚོར་རྗེས་ལུལ་དུ་ལུས།།
 ལུས་གྱི་འགྲོན་ཁང་རྣམ་ཤེས་འགྲོན་པོས་བོར།།
 ཚོ་འདི་གློས་བཏང་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན།། ུ །།

**Year-long companionships are severed,
 laboriously acquired goods and chattels have to be abandoned.
 consciousness, housed in the body like a guest in an inn,
 will move out.**

**Relinquishing your hold on the affairs of this life:
 This is what Bodhisattvas do.**





གང་དང་འགྲོགས་ན་དུག་གསུམ་འཕེལ་འགྱུར་ཞིང་།།
 ཐོས་བསམ་བསྒོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་ལ།།
 བྱམས་དང་སྨིང་རྗེ་མེད་པར་བསྐྱུར་བྱེད་པའི།།
 གྲོགས་རན་སྤོང་པ་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༥ །།

**The company of bad friends reinforces the three mental poisons.
 Your learning, reflecting and meditating activity declines.
 As a result, your love and compassion drain away.**

**Turning your back on bad friends:
 This is what Bodhisattvas do.**





གང་ཞིག་བསྐྱེན་ན་ཉེས་པ་ཟད་གུར་ཞིང་།།
 ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་རྒྱ་ལྗར་འཕེལ་འགུར་བས།།
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རང་གི་ལུས་བས་ཀྱང་།།
 གཅེས་པར་འཇོན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༦ །།

**In the company of true spiritual friends your shortcomings
 will cease, and your virtues will grow like the waxing moon.**

**Cherishing true spiritual friends,
 holding them dearer than your own body:
 This is what Bodhisattvas do.**





རང་ཡང་འཁོར་བའི་བཙོན་རང་འཛིང་བ་ཡི།།
 འཇིག་རྟེན་གླ་ཡིས་སུ་ཞིག་སྐྱོབ་པར་རུས།།
 དེ་སྤྱིར་གང་ལ་སྐྱབས་ན་མི་བསྐྱབ་པའི།།
 དགོན་མཚོག་སྐྱབས་འགོ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ཡ །།

**The worldly gods are themselves
 incarcerated in the prison of Samsāra,
 so how could they possibly protect you?**

**Seeking refuge in the unfailing Three Jewels:
 This is what Bodhisattvas do.**





འིན་རུ་བཟོད་དཀའི་ངན་སོང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས།།
 སྒྲིག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུར་ཐུབ་པས་གསུངས།།
 དེ་སྦྱིར་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་སྒྲིག་པའི་ལས།།
 རྣམ་ཡང་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༥ །།

**The Buddha taught that the suffering of the lower realms,
so hard to endure, is the outcome of unwholesome actions.**

**Therefore, never committing a harmful act, even on pain of death:
This is what Bodhisattvas do.**





མྱིད་གསུམ་བདེ་བ་ཅུ་ཅེ་འི་ཟིལ་བ་བཞིན།།
 ཡུད་ཅམ་ཞིག་གིས་འཇིག་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན།།
 རྣམ་ཡང་མི་འགྱུར་ཐར་པའི་གོ་འཕང་མཚོག།
 དོན་དུ་གཉེར་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། །།

**Whatever happiness the three realms afford,
 it is like a drop of dew on the tip of a grass blade:
 it exists only for fleeting moments and quickly vanishes.**

**Seeking the supreme state of liberation that never changes:
 This is what Bodhisattvas do.**





ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་ལ་བཅི་བ་ཅན།།
 མ་རྣམས་སྐྱུག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྱ།།
 དེ་ཕྱིར་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་བྱའི་ཕྱིར།།
 བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༠ །།

**All my mothers, who since beginningless time
 have loved me, are exposed to suffering.
 what use is it if I alone am happy?**

**So, generating Bodhicitta
 to liberate all beings from suffering:
 This is what Bodhisattvas do.**





ལྷན་བསྐྱེད་མ་ལུས་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་།།
 རྒྱལ་པོའི་སངས་རྒྱས་གཞན་པའི་སེམས་ལས་འབྱུངས།།
 དེ་ཕྱིར་བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དག།།
 ཡང་དག་བཞེ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༡ །།

**All suffering arises from seeking our own happiness.
 perfect Buddhahood arises from the wish to help others.**

**Exchanging your own happiness for others' suffering:
 This is what Bodhisattvas do.**





སྐྱུ་དག་འདོད་ཆེན་དབང་གིས་བདག་གི་ཚོར།
 ཐམས་ཅད་འཕྲོག་གས་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་ན་ཡང་།
 ལུས་དང་ལོངས་སྤོད་དུས་གསུམ་དགེ་བ་རྣམས།
 དེ་ལ་བསྐྱོ་བ་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་ཡིན། ༡༢ །།

Even if someone in their acquisitiveness were to steal all your worldly possessions or incite another person to do so,

making over everything to him, body, belongings and all your merit from past, present and future:

This is what Bodhisattvas do.





བདག་ལ་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་མེད་བཞིན་དུ།
 གང་དག་བདག་གི་མགོ་བོ་གཅོད་བྱེད་ནའང་།
 ལྷིང་ཚེའི་དབང་གིས་དེ་ཡི་སྡིག་པ་ནམས།
 བདག་ལ་ལེན་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། ༡༩ །།

**Even if person decapitates you
 although you have committed no offence at all.**

**Summoning all your resources of compassion
 to take this negative act upon yourself:
 This is what Bodhisattvas do.**





འགའ་ཞིག་བདག་ལ་མི་སྟན་སྟོ་ཚོགས་པ།
 ལྷོང་གསུམ་ཁྲུབ་པར་སྟོགས་པར་བྱེད་ན་ཡང་།
 བུམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྐར་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱི།
 ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་རྒྱལ་གྲས་ལག་ལེན་ཡིན། ༡༧ །།

**Even if someone spread all kinds of slanders
throughout a billion universes,**

**Responding by affectionately detailing
that same person's good qualities:**

This is what Bodhisattvas do.





འགྲོ་མང་འདུས་པའི་དབུས་སུ་འགའ་ཞིག་གིས།།
 མཚང་ནས་བྱས་ཤིང་ཚིག་ངན་སྒྲུ་ན་ཡང་།།
 དེ་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་གྱི་འདུ་ཤེས་གྱིས།།
 ལྷུས་པར་འདུད་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༣ །།

**Even if someone humiliates and denigrates you
in front of others, regarding him as a spiritual teacher**

**And behaving deferentially towards him:
This is what Bodhisattvas do.**





བདག་གི་བུ་བཞིན་གཅེས་པར་བསྐྱེད་ས་པའི་མིས།།
 བདག་ལ་དགའ་བཞིན་ལྟ་བར་བྱེད་ན་ཡང་།།
 རྣམ་གྱིས་བཏབ་པའི་བུ་ལ་མ་བཞིན་དུ།།
 ལྷག་པར་བརྩི་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༦ །།

**Even should someone for whom you have cared
 as for your own child treats you hostilely,**

**Behaving towards this person with special affection
 as a mother behaves towards a sick child:**

This is what Bodhisattvas do.





རང་དང་མཉམ་པའམ་དམན་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡིས།།
 ར་རྒྱལ་དབང་གིས་བརྟམས་ཐབས་བྱེད་ན་ཡང་།།
 རྒྱ་མ་བཞིན་དུ་གུས་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི།།
 ལྷོ་བོར་ལེན་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༧ །།

**Even if a person on an equal or lower footing than yourself
is so arrogant as to treat you condescendingly,**

**Looking up in respect to this person as a teacher:
This is what Bodhisattvas do.**





འཚོ་བས་འཕོངས་ཤིང་རྟག་ཏུ་མི་ཡིས་བརྟམས།།
 ཚབས་ཆེན་ནད་དང་གདོན་གྱིས་བཏབ་ཀྱང་སྒྲུབ།།
 འགྲོ་ཀུན་སྤྲིག་སྤྱུག་བདག་ལ་ལེན་བྱེད་ཅིང་།།
 ལྷམ་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༥ །།

**Even if you are deprived of the bare necessities of life,
you are treated disdainfully, and you are afflicted with
serious illnesses or exposed to damaging influences,**

**Taking the negativity and the suffering of all beings
upon yourself without once feeling disheartened:
This is what Bodhisattvas do**





སྒྲིན་པར་གྲགས་ཤིང་འགྲོ་མང་སྒྲི་བོས་བརྟུང་།།
 རྣམ་ཐོས་བྱ་ཡི་ཚོར་འདྲ་ཐོབ་གྱུར་གྱུང་།།
 ལྷིད་པའི་དཔལ་འབྱོར་སྒྲིང་པོ་མེད་གཟིགས་ནས།།
 ཁེངས་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༡༩ །།

**Even if you gain fame, people bow down before you,
 and you amass riches like those of Vaiśravaṇa,**

**Regarding worldly values as ephemeral
 and thus remaining free of vanity:
 This is what Bodhisattvas do**





རང་གི་ཞེ་སྤང་དགྲ་པོ་མ་སྐྱལ་ན།།
 ལྷི་རོལ་དགྲ་པོ་བརྟལ་ཞིང་འཕེལ་བར་འགྱུར།།
 དེ་སྦྱིར་བྱུང་ས་དང་སྦྱིར་རྗེའི་དམག་དཔུང་གིས།།
 རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༠ །།

**If you fail to subdue your anger inside you,
 your enemies in the outside world will increase
 while you are struggling with them.**

**So subjugating your own mind with the armies
 of love and compassion:
 This is the practice of Bodhisattvas**





འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལན་ཚུའི་རྒྱ་དང་འདྲ།
 ཇི་ཅམ་སྐྱད་ཅིང་སྲིད་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར།
 གང་ལ་ཞེན་ཆགས་སྐྱེ་བའི་དངོས་པོ་རྣམས།
 འཕྲལ་ལ་སྲོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། ༢༡ །།

**Indulging in sensual pleasure is like drinking salt water:
the more you consume, the greater is your longing.**

**Forswearing here and now those things
that engender clinging and desire:
This is the practice of Bodhisattvas**





ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་འདི་དག་རང་གི་སེམས།
 སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་སྐྱོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ།
 དེ་ཉིད་ཤེས་ནས་གཟུང་འཇིན་མཚན་མ་རྣམས།
 ཡིད་ལ་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། ༢༢ །།

All phenomena are your own mind.
the essence of mind has always been free
of the extremes of proliferating concepts.

In the light of this perception, imputing to neither the
experience nor the experiencer any characteristics:
This is what Bodhisattvas do.





ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་དང་འཕྲད་པ་ན།།
 དབྱར་གྱི་དུས་གྱི་འཛེལ་ཚོན་ཇི་བཞིན་དུ།།
 མཛེས་པར་སྐྱང་ཡང་བདེན་པར་མི་ལྟ་ཞིང་།།
 ཞེན་ཆགས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༩ །།

**Even though you may encounter pleasurable experiences,
 as delightful as a rainbow in summer,**

**Not regarding them as real events and relinquishing
 all clinging:**

This is what Bodhisattvas do.





ལྷག་བསྐྱེལ་སྣ་ཚོ་གསལ་སྤྱི་ལམ་བུ་ཤི་ལྟར།།
 འཁྲུལ་སྣང་བདེན་པར་གཟུང་བས་ཨ་ཐང་ཆད།།
 དེ་སྤྱིར་མི་མཐུན་རྐྱེན་དང་འཕྲད་པའི་ཚོ།།
 འཁྲུལ་པར་སྣ་བ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༧ །།

**Suffering in all its manifestations is like a child's death in a dream.
 Mistaking illusory phenomena for something
 real saps your energy.**

**So recognizing the disagreeable occurrences
 in your life as illusions:
 This is what Bodhisattvas do.**





བྱང་རྒྱལ་འདོད་པས་ལུས་ཀྱང་བཏང་དགོས་ན།།
 བྱི་རོལ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་(ལྷ་)སློམ་ཅི་དགོས།།
 དེ་བྱིར་ལན་དང་རྣམ་སྐྱིན་མི་རེ་བའི།།
 ལྷོན་པ་བཏོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༣ །།

**Whoever wishes to attain enlightenment must abandon
 even the body,
 let alone all outward things.**

**So giving generously, without self-interest or hope for
 karmic reward:
 This is what Bodhisattvas do.**





ཚུལ་ཁྲིམས་མེད་པར་རང་དོན་མི་འགྲུབ་ན།།
 གཞན་དོན་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་གད་མེད་ཅི་གནས།།
 དེ་སྤྱིར་སྤྱིད་པའི་འདུན་པ་མེད་པ་ཡི།།
 ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༦ །།

**Without living ethically, you cannot achieve even your own
 wellbeing, and it would be absurd to try to bring about
 the wellbeing of others.**

**So, unimpeded by worldly ambitions,
 monitoring your own ethical behaviour:
 This is what Bodhisattvas do.**





དགོ་བའི་ལོངས་སྤོད་འདོད་པའི་རྒྱལ་སྐྱུ་ལ།
 གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་མཚུངས།
 དེ་སྤྱིར་ཀུན་ལ་ཞེ་འགྲུས་མེད་པ་ཡི།
 བཟོད་པ་སྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྐྱུ་ལག་ལེན་ཡིན། ༢༧ །།

**For Bodhisattvas seeking to enjoy what is wholesome,
everything harmful is a priceless treasure.**

**So, practising acceptance in the face of adversity without
any resentment:
This is what Bodhisattvas do.**





རང་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་ཉན་རང་ཡང་།།
 མགོ་ལ་མེ་ཤོར་རྒྱུ་ལྟར་བརྩོན་མཐོང་ན།།
 འགྲོ་ཀུན་དོན་དུ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་གྱི།།
 བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༤ །།

Even the Hearers and the Self-realised Ones, who practise for their own benefit, exert themselves as strenuously as someone putting out a fire on their own head.

**All the more then, on behalf of all beings, cultivating joyous perseverance, the source of all wholesome qualities:
This is what Bodhisattvas do.**





ཞི་གནས་རབ་རྒྱ་ལྷན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས།།
 ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཇོམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས།།
 གཟུགས་མེད་བཞི་ལས་ཡང་དག་འདས་པ་ཡི།།
 བསམ་གཏན་སྒོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༩ །།

**When you have understood that penetrating insight
 imbued with calm abiding
 can completely eliminate defilements,**

**Then practising meditative absorption
 that goes beyond the Four Formless Ones:
 This is what Bodhisattvas do.**





།ཤེས་རབ་མེད་ན་པ་རོལ་སྲིན་ལྷ་ཡིས།།
 རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་མི་རྣམ་པས།།
 ཐབས་དང་ལྡན་ཞིང་འཁོར་གསུམ་མི་རྫོག་པའི།།
 །ཤེས་རབ་སྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༣༠ །།

**With the five perfections but without insight
you cannot attain full enlightenment.**

**So cultivating insight employing skilful means
and staying free of the Three Spheres:
This is what Bodhisattvas do.**





རང་གི་འཇུག་པ་རང་གིས་མ་བརྟགས་ན།
 ཚོས་པའི་གཟུགས་གྱིས་ཚོས་མིན་བྱེད་སྲིད་པས།
 དེ་སྤྱིར་རྒྱན་དུ་རང་གི་འཇུག་པ་ལ།
 བརྟགས་ནས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན། ༣༡ །།

**If you neglect to examine your own confusion,
 you may to all appearances resemble a true practitioner,
 but your activity will not conform to the Dharma.**

**Constantly examining your own confusion and overcoming it:
 This is what Bodhisattvas do.**





ཉོན་མོངས་དབང་གིས་རྒྱལ་སྐྱེས་གཞན་དག་གི།
 ཉེས་པ་སྐྱོང་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་བས།།
 ཐེག་པ་ཆེ་ལ་ལྷགས་པའི་གང་ཟག་གི།
 ཉེས་པ་མི་སྐྱོར་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༣༢ །།

If, impelled by your own defilements, you talk about the shortcomings of other Bodhisattvas, this will damage only yourself.

So, refraining from commenting on the flaws of others who have embarked on the path of the Great Vehicle: This is what Bodhisattvas do.





རྗེ་བཀུར་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་ཚོད་འགྱུར་ཞིང་།།
 ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་བས།།
 མཛེའ་བཤེས་བྱིམ་དང་སྦྱིན་བདག་བྱིམ་རྣམས་ལ།།
 ཆགས་པ་སྦོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༣༢ །།

**Rewards and praise give rise to quarrelling,
 which will get in the way of your devotion to learning,
 reflection and meditation.**

**So letting go of attachment to the homes
 of friends, relatives and sponsors:
 This is what Bodhisattvas do**





རྩལ་མེད་ཚིག་གིས་གཞན་སེམས་འབྲུག་འགྱུར་ཞིང་།།
 རྩལ་བའི་སྲས་གྱི་སྲོད་རྩལ་ཉམས་འགྱུར་བས།།
 དེ་སྤྱིར་གཞན་གྱི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི།།
 ཚིག་རྩལ་སྲོང་བ་རྩལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༧ །།

**Other people are upset by harsh words,
 and these also impair the Bodhisattva's own way of life.**

**So ceasing to utter harsh words that upset others:
 This is what Bodhisattvas do.**





ཉོན་མོངས་གོམས་ན་གཉེན་པོས་བརློག་དཀའ་བས།།
 དུན་ཤིས་སྐྱིས་བྱས་གཉེན་པོའི་མཚོན་བརྩུངས་ནས།།
 ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་དང་པོ་སྐྱིས་མ་ཐག།
 འབྱར་འཇོམས་བྱེད་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༣༣ །།

**When defilements have become habitual
 it is difficult to rectify them with remedies.**

**So eliminating defilements like greed as soon as they arise
 by means of the guardians mindfulness and clear knowledge
 armed with their antidotes:
 This is what Bodhisattvas do.**





མདོར་ན་གང་དུ་སློབ་ལམ་ཅི་བྱེད་གྱང་།།
 རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲ་ཞེས།།
 རྒྱན་དུ་བྲན་དང་ཤེས་བཞིན་ལྡན་པ་ཡིས།།
 གཞན་དོན་སྐྱབ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༣༦ །།

**In a nutshell:
 Wherever you are, whatever you are doing,
 exploring the state of your mind
 with unceasing mindfulness and clear knowledge
 and gauging your activity to the wellbeing of others:
 This is what Bodhisattvas do.**





དེ་ལྟར་བརྩོན་པས་བསྐྱབས་པའི་དགོ་བ་རྣམས།།
 མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བསལ་བྱའི་སྤྱིར།།
 འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས།།
 བྱང་རྒྱུ་བ་བསྐྱོ་བ་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་ཡིན།། ༢༧ །།

**Dedicating to awakening the wholesome
 that has arisen through these endeavours
 with the insight of the Purity of the Three Spheres,
 with a view to eliminating the suffering of the countless
 living beings:
 This is what Bodhisattvas do**





མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་དོན།
 དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས།
 རྒྱལ་སྐས་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་སུམ་ཅུ་བདུན།
 རྒྱལ་སྐས་ལམ་ལ་སློབ་འདོད་དོན་དུ་བཀོད།

ལྷོ་ལྷོས་དམན་ཞིང་རྒྱུངས་པ་རྒྱུ་བའི་སྲིད།
 མཁས་པ་དགུས་པའི་སློབ་སྦྱོར་མ་མཆིས་ཏེ།
 མདོ་དང་དམ་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་པའི་སྲིད།
 རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་འབྲུལ་མེད་ལགས་པར་སེམས།

འོན་ཀྱང་སྐས་སྦྱོད་པ་རྒྱབས་ཆེན་རྣམས།
 ལྷོ་དམན་བདག་འབྲས་གཉིང་དཔག་དཀའ་བའི་སྲིད།
 འགལ་དང་མ་འབྲེལ་ལ་སོགས་ཉེས་པའི་ཚོགས།
 དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

དེ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བས་འགོ་བ་ཀུན།
 དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་གིས།
 ལྷིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི།
 རྒྱན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག།

ཅས་པ་འདི་རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དོན་དུ་ལྷུང་དང་རིགས་པ་སྐྱེ་བའི་བཙུན་
 པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་དདུལ་རྒྱའི་རིན་ཆེན་སུག་ཏུ་སྦྱར་བའོ། །།





Emulating the commentaries of noble masters on the interpretation of the teachings in the sūtras, tantras und śāstras, I have compiled these thirty-seven verses on what bodhisattvas do, for those who wish to practise the Bodhisattva path.

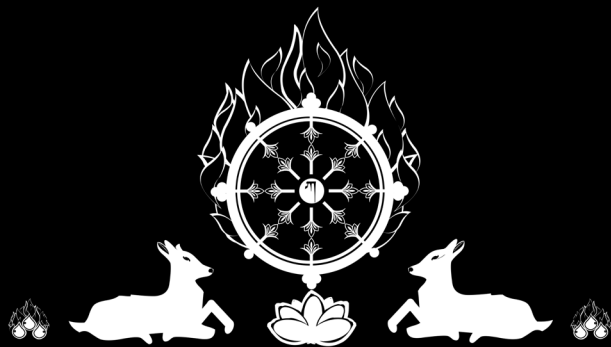
I am a person of modest intelligence and little education, so this is not a poetic work that will appeal to scholars.
However, since I have drawn on the sūtras and the commentaries of illustrious masters,
I believe that this work accurately describes what bodhisattvas do.

However, for somebody of little intelligence like myself, it is difficult to grasp the great scope of Bodhisattva practice.
So I beg the noble masters to overlook this work's shortcomings like inconsistencies, non sequiturs and such like.

May any wholesomeness that this work engenders, through the supreme relative and absolute bodhicitta, prevent all beings from residing
in the extreme of the cycle of samsāric existence nor in that of peace, like the protector Chenrezig.

*I, the monk Thogme, who teaches the scriptures and logical argumentation, have written this for my own and others' benefit,
in the cave known as Precious Mercury (Ngülchu Rinchen).*





༄༅། འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྲལ།།

THE 4TH JAMGON KONGTRUL MINGYUR DRAKPA SENGE

