



༡༡། །ལྷོ་བོ་པའི་བཀའ་འབུམ་ལས་རི་ཁྲོད་ལོ་མ་ཕྱོག་པའི་སྐབ་ཐབས་བརྒྱལ་སོ། །  
*The Parnashavari Sadhana from the Collected  
Works of Kyobpa Jigten Sumgön*

༡༡། །མི་ཟད་འཁོར་བའི་ནད་ལས་སློལ་མཛད་ཅིང་། །འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །འགྲོ་བ་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ལ་འགོད་མཛད་  
 བ། །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། །སློལ་བྱེད་དཔལ་ལྷན་ཇི་བཙུན་རི་ཁོད་མ། །ལྷ་མོ་མཚོག་ལ་སྐབས་སུ་སོང་ལྷུང་ན། །འཇིགས་པ་ཀུན་  
 ལས་སློབ་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་གྱི། །  
*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་སྦྱར་བ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། །གནས་ཤིང་ཏུ་  
 དབེན་པར་གནས་ཁང་ལྷག་དར་དང་། །ཆག་ཆག་ལེགས་པར་བཏབ་ནས། །མེ་ཏོག་བཀའ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་བྱ་སྟེ། །ཇི་བཙུན་མ་  
 ལ་སོགས་པའི་རྟེན་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བཀའ་ཞིང་། །མཚོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཚོད་དེ། །སྟན་བདེ་བའི་སྟེང་དུ་ལ་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་ཏེ། །བསམ་གཏན་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་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཚི། །བདག་གིས་  
 སྦྱིན་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་ནམས་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག །  
 ལྷུག་བསྐྱེད་དང་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། ལྷུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་  
 བར་གྱུར་ཅིག ། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་དང་སློམས་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 suffer-  
 ing.

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

ལྷུག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། ། དགོ་བཅུང་  
 ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ། ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་རྒྱུ་ཕྱིར་བསྐྱེད། །

*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་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་། ། བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་བསགས་པའི་རྗེས་ལ།  
*Having cultivated bodhicitta and accumulated merit, recite the following:*

ཨོཾ་སྣ་ལྷ་མ་པུ་རྩེ་མཁ་རྩེ་མཁ་སྣ་ལྷ་མ་པུ་རྩེ་མཁ་རྩེ་མཁ་

**om svabhāva shuddhāh sarva dharmāh svabhāva shuddho ham**

ཞེས་བཤེས་པའི་དོན་ཚུལ་གསལ་བཤེས་པའི་དོན་ཚུལ་ལྟར་བཤེས་པའི་དོན་ཚུལ་  
ལས། རང་གི་ཤེས་པ་པོ་མེད་པོ་ཞེས་བྱུང་བར་བསམ་ལ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། སེམས་ཚན་གསལ་  
ཅད་ཀྱི་ནད་དང་གཞོན་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་སྤྲིན་པ་དང་སྤྲིན་པ་གསལ་ཅད་སྤངས་ནས་འོད་ཟེར་དེ་ཚུར་  
འདུས་ནས། ས་བོན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ལ་ཐིམ་པས། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། རྣམ་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་བཙོམ་  
ལྡན་འདས་མ་རི་ཁྲོད་མ་དུ་སྤྲིན་གསལ་གྱི་སངས་རྒྱལ་གསལ་ཅད་ཀྱི་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.

སྣ་ལྷ་མ་པུ་རྩེ་མཁ་ཞེས་བཤེས་པའི་དོན་ཚུལ་ལྟར་བཤེས་པའི་དོན་ཚུལ་  
ལས། རང་གི་ཤེས་པ་པོ་མེད་པོ་ཞེས་བྱུང་བར་བསམ་ལ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། སེམས་ཚན་གསལ་  
ཅད་ཀྱི་ནད་དང་གཞོན་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་སྤྲིན་པ་དང་སྤྲིན་པ་གསལ་ཅད་སྤངས་ནས་འོད་ཟེར་དེ་ཚུར་  
འདུས་ནས། ས་བོན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ལ་ཐིམ་པས། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། རྣམ་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་བཙོམ་  
ལྡན་འདས་མ་རི་ཁྲོད་མ་དུ་སྤྲིན་གསལ་གྱི་སངས་རྒྱལ་གསལ་ཅད་ཀྱི་ཡུམ་དུ་གྱུར་པ།

གཉིས་པ་ཤིང་ལོའི་བམ་པོ། གསུམ་པ་གཞུ་བསྐྱམས་པ། པར་དཀར་པོའི་སྤྲེང་ན། མེ་དཔུང་འབར་བའི་ནང་  
 ན་བཞུགས་པ། དེའི་ཐུགས་ཀ་ན་པོ་ལས་པར་དང་ལྷ་བའི་སྤྲེང་ན་པོ་མེར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། རང་  
 བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དྲངས།

**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.

ཇོ་ཏྟཱ་བའོ་ཏོ་མེས་དགུག་པ་དང་། གཞུག་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། དབྱེས་པར་བྱ་སྟེ།

**dsa hūng bam hoh**

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

གཉིས་སུ་མེད་པར་བྲིམ། སྤྲེང་ཡང་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྷ་འཁོར་  
 བཅས་སྤྱན་དྲངས།

**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.

ཨོཾ་པ་ཕྱུང་ཀྱུ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་སུའྲུང་པ་འུ་རྩེ་སྣུ་དྲུ། ཅས་ཅེ་གླི་དྲེ་འི་བར་མཚོན་པ་རྣམ་པ་ལྷས་ཡང་དག་པར་མཚོན་དེ།

*Perform the five offerings correctly:*

**om panchakula saparivāra pushpam pratītsa svāhā**

*And similarly with:* dhūpam, ālokaṃ, ghaṇḍam, naividyaṃ.

ཨོཾ་ས་ཐ་ཏ་སྤྱ་ག་ཏ་ཨ་རྩི་ཤི་རྩུ་དུ་སྤྲོ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དབང་གི་ལྷས་ཨོཾ་ས་ཐ་ཏ་སྤྱ་ག་ཏ་ཨ་རྩི་ཤི་  
ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་བྱི་ཡེ་དྲུ། ཞེས་སུམ་པའི་རུས་དབང་བསྐྱར། སྐྱ་གང་། དྲི་མ་དག་རྩུ་ལྷག་མ་ལས་དོན་ཡོད་  
གྲུབ་པས་དབུ་བརྒྱུ། དབང་ལྷ་རྣམས་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

**om sarva tathāgata abhi shintsatu mām/ zhé söl wa tap pé wang  
ga 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་པི་ཤཱའི་པ་རྩེ་པ་རྩེ་པ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྩི་སྣུ་དྲུ། ཅས་པ་ལྷའི་བར་གྱིས་མཚོན།

*Offer with:* **om pishatsi parna shavari saparivāra** argham **pratītsa svāhā**

*And similarly with:* pādyam, pushpam, dhūpam, ālokaṃ, ghaṇḍam, naividyaṃ, shabda

སྐྱོ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་བ་དང་། དབང་རྟགས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ཐུག་པར་བྱས་ནས། རྗེ་བཙུན་རི་  
ཁོང་ལོ་བྱིན་མའི་བསྟོན་པ་ཚེགས་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་སྐྱོ་བ་དེ་བ་ཚེན་པོའི་དབྱིལ་འཁོར་ནས། །ཡམས་ལ་སོགས་པ་ནད་ཀྱི་འཇིགས་པ་དང་། །དུས་མིན་འཚི་  
ལས་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་འགྲུབ་ཕྱིན་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.

པརྒྱའི་གདན་ལ་གསེར་མདོག་རི་ཁོང་མ། །རྩ་བའི་ཞལ་སེར་གཡས་གཡོན་སྡོ་དང་དཀར། །དབུ་སྐྱོ་ཐོར་  
རྩྱུགས་གཟི་བརྗིད་ལྷན་པ་ཡི། །དངོས་གྲུབ་ལྷ་མོའི་སྐྱོ་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 accom-  
plishments.

ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་བཙོམ་ལྷན་འདས། །དུས་མཐའི་མེ་དཔུང་ལྷ་སུའི་གྲོང་དབྱིལ་ན། །ཞལ་  
གསུམ་ཕྱག་དུག་འཇིགས་བྱེད་ཁོ་མོའི་ཞལ། །ཞབས་གཉིས་བརྒྱང་བསྐྱམ་མཛད་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་བློད་ལོ་མ་སྐྱ་ལ་བསྐྱམས་པ་ཡི། །མདའ་གཞུ་དག་ལྟ་ལོང་ལོའི་བམ་པོ་འཛིན། །སྤྲིགས་མཚུབ་དོ་རྗེ་  
བསྐྱམས་པའི་ག་མ་རི། །ཡུམ་ཆེན་འགོ་བའི་མགོན་ལ་ཕུག་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.

ལྷས་དམིགས་ནི། རི་བློད་ལོ་མ་གྱོན་མའི་དབུ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་བ་རིགས་རྣམ་པ་ལྗེའི་སྤྲིགས་ཀྱངས་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་  
རྒྱན་བབ་པས། རང་ཉིད་གྱི་ལུས་བདུད་རྩི་ལོ་མ་ལྟ་བུས་ཁེངས་པར་བསམ་ཞིང་། དེས་སྤྲིག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་  
བསམ་ཅད་དག་པ་ལ་སེམས་གཏད་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.







**tat'agata/ badsra ma me muntsa/ badsri bhava/ maha samaya sat-  
va ah**

བཀྲ་ཤིས་ཞི། སངས་རྒྱལ་ཀྱི་འོ་བོར་གྱུར་པ་ཡི། །དྲི་རྩེ་འཆང་ཆེན་སྤྲོ་མ་དམ་པ་ཡིས། །བདག་དང་ཁམས་  
གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། །རི་ཁྲོད་ལོ་གྲོན་ལྷ་མོའི་བཀྲ་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.

སློན་ལམ་ནི། རང་གཞན་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས་ཉེན་པ་ལས། །སློལ་བྱེད་དཔལ་ལྷན་རྩེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ། །ལྷ་མོ་  
མཚོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་གྱུར་ནས། །འཇིགས་པ་ཀྱུན་ལས་སློབ་པར་མཇོང་དུ་གསོལ། །ཞེས་བསྐྱོན་བྱ།

*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 söl/**

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་བཟུ་ན། རྒྱུད་དག་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་སྤྲིང་རྩེ། བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་གྲུབ་པ་ཁོ་ནའོ། །བརྗེ་བའི་  
བདག་ཉིད་ཡུམ་གྱུར་རྩེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མའི། །ཉམས་ལེན་ཅུང་ཟད་འཇིགས་པས་ཉེན་པར་བྱས་པ་ལས། །གཞོད་པ་དེ་ལས་ཐར་ཕྱིར་བཀའ་དྲིན་དྲན་  
པ་ཡིས། །ཉམས་ལེན་ཡི་གེར་བཀོད་པས་བྱང་རྒྱུ་བམཚོག་ཐོབ་ཤོག །རྩེ་བཙུན་རི་ཁྲོད་མ་ལ་གསོལ་བ་གདབ་པའི་ཐབས་ཡོངས་ཀྱི་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ཆེན་པོ་སྟོན་ལུང་པས་ལུས་པ་རྩོགས་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་འཇམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་ཀུན་དུ་ནད་ཡམས་མ་རུངས་པས་མཉམ་བའི་གནས་སྐབས་སུ། འབྲི་གུང་ལ་སྦྱོབ་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ལ་  
 ཚེ་གཅིག་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་བཞིན། གང་གིས་མཛད་པའི་རི་ཁྲོད་ལོ་ཤྲོན་མའི་སྦྱབ་བསམ་ཉིང་ཁུ་ཁག་ཕྱོགས་བརྒྱུགས་སུ་བསྐྱེབས་པ་འདིས།  
 ཡམས་ནད་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཤེས་བྱའི་སྦྱོབ་པ་མཐའ་དག་མེག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་རྣམ་བུ་གོ་འཕང་མཚོག་ལ་བདེ་སྲུག་དུ་  
 དཀྱི་བར་གྱུར་ཅིག་གུ། ཞེས་ཨ་རི་འབྲི་གུང་ལ་སྦྱོབ་པ་ཚེས་གླིང་དུ་རབ་གནས་ལུགས་བྱི་ ༢༠༢༠ ལོར་ཚེ་འཕུལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཚེས་ ༡༥ ལ་ལྷན་ལ་བ་  
 འབྲི་གུང་པ་འཇིག་ལས་ལྷན་གྱིས་ལེགས་པར་སྦྱར་ཞིང་། རིག་མཚུང་ནད་དཀོན་མཚོག་ཚེས་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*



ཡི་ཚང་ལྷ་མོ་ལྷན་མའི་སྦྱབ་འཇོན།