

# Yuthok Nyingthig Ganapuja

SORIG SPIRITUAL PRACTICE



གཡུ་ཐོག་སློང་ཐིག་གི་ཚོགས་མཚོ།

The Wish-Fulfilling Tree  
of Sadhanas



[www.skypressbooks.com](http://www.skypressbooks.com)



Sorig Khang International  
[www.sorig.net](http://www.sorig.net)

SKY Press  
[www.skypressbooks.com](http://www.skypressbooks.com)

Copyright © 2014 Sorig Khang International

First English Booklet Edition 2017 by SKI  
Printed by SKY Press

All rights reserved. No part of this book may be reproduced  
without prior written permission from the publisher.

Yuthok Yonten Gonpo (1126 - 1202)  
Yuthok Nyingthig  
Ganapuja  
The Wish-Fulfilling Tree of Sadhanas

Translated and compiled with explanations  
by Dr. Nida Chenagtsang

Special thanks to all those whose valuable contributions  
made this work possible.



སྐྱེ་སྤྱི་འབྲུག་གཞི་གསོ་རིག་ཁང།  
SORIG KHANG  
INTERNATIONAL  
[www.sorig.net](http://www.sorig.net)

## Contents

Refuge and Bodhicitta	3
Brief Version of Ganapuja	4
Guru Visualization	4
Blessing the Offerings	8
Invitation	9
Offering	10
Purification	12
Protector Practice	13
Enjoying the Puja	16
Remains	18
Receiving Siddhis	19
Dedication	20
Mantra of Interdependence	22
The Five Line Prayer to Yuthok	23
Instructions for Yuthok Nyingthig Ganapuja	25



སྐྱབས་སེམས།

(skyabs sems)

### Refuge and Bodhicitta

Imagine Yuthok in the space in front of you, inseparable from Medicine Buddha. He is surrounded by countless buddhas, bodhisattvas, rishis, medicine protectors, and dakinis. Take refuge from the depths of your heart, and cultivate bodhicitta while chanting this prayer.

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།།

**Sang gye chō dang tsok kyī chok nam la**  
Buddha, Dharma and Sangha,

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི།།

**Jang chup bar du dak ni kyap su chi**  
Until enlightenment I take refuge in you;

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བརྒྱུས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།།

**Dak gi jin sok gyi pe sō nam kyī**  
Through my merit of generosity and so on,

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

**Dro la pen chir sang gye drup par shok**  
May I attain Buddhahood for the good of all sentient beings.

(3x or 7x)

## Brief Version of Ganapuja

of Yuthok Nyingthig

བླ་མ་བསྟོན་པ།

(bla ma bsgom pa)

### Guru Visualization

Visualize a white lotus flower with four petals above your head. In its centre, on a moon mandala, Yuthok Maha Guna resides, in the form of the buddhas of the three times united as one. His body is white in color with a faint red hue. Inseparable from Medicine Buddha, he is full of energy, effulgent. He has one face and two arms. In his right hand he holds an Arura plant with three fruits. His left hand holds a vase full of nectar, covered with a saffron flower lid. His hair is black and curly and he wears a white robe with a brown belt. He is sitting barefoot, in half lotus posture, benevolent, irradiant.

In front of him there is a white dakini playing a precious Piwang [veena]. To his right, there is a yellow dakini, playing a Lingpu [eagle's legbone flute]. Behind him, a red dakini is blowing a Kangling [thighbone trumpet]. On his left side, a green dakini is showing a white silver mirror. All of them are playing marvelous music. From their body speech

and mind, light radiates and invites all buddhas, bodhisattvas and medicine dakinis and protectors. From the primordial dimension, they are instantly invited.

བཇུ་སཱ་མཱ་ཇུ་ཇུ་མུ་བོ་ཉཱ་

VAJRA SAMADZA DZA HUNG BAM HO

(1x)

All enlightened beings are invited, and they dissolve into Yuthok and the Four Dakinis. Everything becomes inseparable [from Yuthok].

ཨོཾ་མ་གུ་ནཱ་སིདྲི་མུང་།

OM MAHA GUNA SIDDHI HUNG

(101x)



བདག་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་ལ་སློབ་ཐོས་རྒྱས་ཏེ།།

**Dak sowa rik pe zhung luk tam che la lo drö gye te**  
May I achieve wisdom in all medicine sciences,

འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡན་ཐོགས་ཉི་མཱ་ལྟར་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག།

**Drowa sem chen tam che la pen tok nyi da tar**  
**jungwar gyur chik**  
and benefit all sentient beings like the sun  
and the moon.

སྤྲུལ་ཚད་མངོན་ཤེས་སུ་གྱུར་ཅིག།

**Me tse ngön she su gyur chik**  
May all that is spoken be omniscient.

སྤྱར་ཚད་སྤྲན་དུ་གྱུར་ཅིག།

**Jar tse men du gyur chik**  
May all compounded formulas be medicine.

བཏང་ཚད་ཡན་པར་གྱུར་ཅིག།

**Tang tse pen par gyur chik**  
May all that is given be beneficial.

མཚོག་དང་བླན་མོང་ག་ི་དངོས་གྲུབ་སྤྲུལ་དུ་གསོལ།།

**Chok dang tün mong gi ngö drup tsöl du söl**  
Grant [me] the common and uncommon siddhis.

ཚོགས་མཚོད་བྱིན་བརྒྱབ།  
(*tshogs mchod byin brlab*)  
**Blessing the Offerings**

ཧུང་ཧྲི།

HUNG HRI

(1x)

རྩེ་ལྷོ་ལྷོ། ཨོཾ་ཨུཾ་ཧྲིཾ།

RAM YAM KHAM, OM A HUNG

(3x)

Offerings are purified by fire, wind and water.  
All offering becomes pure nectar.

མ་རྒྱ་ཁ་ཚུགས་ཐུགས་ལ་ལོ།

MAHA GANA CHAKRA SARVA PHA LA HO

(1x)

གདན་འདྲེན།  
(*gdan 'dren*)  
**Invitation**

ཧུང་ཧྲི།

HUNG HRI

རིགས་འདུས་ཀྱལ་བའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས།།

**Rik dü gyelwe lha tsok nam**

All assembled families of buddhas and bodhisattvas,

ལུགས་དམ་ལུགས་ཇི་ཅེ་རྟོགས་ལ།།

**Tuk dam tuk je tser gong la**

With your promise and compassion

ཚོགས་ཀྱི་མཚོད་པ་བཞེས་སྐད་དུ།།

**Tsok kyi chö pa zhe le du**

Receive the puja offering,

སྤྱན་འདྲེན་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།།

**Chen dren ne dir shek su sö**

We invoke you, please come to this place.

ས་མ་ཡ་ཚེ།

SAMAYA DZA



བཤགས་སྦྱང།  
(*bshags sbyang*)  
**Purification**

ཐོགས་མེད་དུས་ནས་དམྱེའི་བར་དག་ཏུ།།

**Tok me dü ne da te bar dak tu**

From the purity of unobstructed timelessness until  
now,

གསལ་བ་སྦྱགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་མ་ལུས་དང།།

**Sangwa ngak kyi dam tsik ma lü dang**

All secret mantra samayas without exception,

ལྷ་དཔར་སྦྱར་གཞུང་ལས་གསུངས་དམ་ཚིག་རྣམས།།

**Khye par men zhung le sung dam tsik nam**

Especially all samayas from the medicine teachings,

འགལ་འབྲུལ་ནོངས་པ་མ་ལུས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།།

**Gel trül nong pa ma lü töl lo shak**

I confess and purify all errors, illusions, and mistakes.

(1x)

ཨོྲཱ་བཱ་ར་ཏཱ་ཱཿ།

OM VAJRASATTVA HUNG

(21x)

སྦྱོར་བསྐྱུང་མཚོད་པ།  
(*sman bsrung mchod pa*)  
**Protector Practice**

རྩེ་ལོ་ལྷོ། ཨོྲཱ་ཨུཾ་ཱཿ། ཉ་ཉོ་ཉེཾ།

RAM YAM KHAM, OM A HUNG, HA HO HRI

(3x)

སྦྱོར་བསྐྱུང་ཞུང་སྦྱོན་འཁོར་ལུ་སྦྱེ་དགུ་ལ།།

**Men sung zhang lön khor nga de gu la**

Medicine Protector Shanglon and his retinue,

གསོལ་བ་སྦྱོང་མཚོད་མགོན་པོ་བསྐྱེ་བྱུགས་དམ་བསྟོན།།

**Söl tö chö drön re ngo tuk dam kang**

With praise and offerings, we invite you, may your  
heart be fulfilled.

ཕྱི་ནང་གསལ་བའི་བར་ཚད་བསྐྱོག་པ་དང།།

**Chi nang sangwe bar che \*dok\* pa dang**

Eliminate all inner, outer and secret obstacles.

ལས་བཞི་ལྷུན་འགྲུབ་མཚོག་གུན་དངོས་གྲུབ་སྦྱེ་ལ།།

**Le zhi lhün drup chok tün ngö drup tsöl**

Spontaneously accomplish the four actions and  
transmit the common and uncommon siddhis.

(7x)





ཨོཾ་མ་ཀཱལ་ཡལ་བཟོ་འཛིན་པའ་རྩུ་མི་ལྷོ་ལྷོ།  
OM MAHAKALA  
YAKSHA BAZAR TSITA HUNG PHET  
RATNA SIDDHI HUNG

(21x)

ཚོགས་བཞེས་པ།  
(*tshogs bzhes pa*)  
**Enjoying the Puja**

*Karma Vajra [one student] recites:*

དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ།།

**Dor je lop pön gong su söi**  
Vajra guru, please listen:

སྤང་སྲིད་འཁོར་འདས་རོ་མཉམ་པ།

**Nang si khor de ro nyam pa**  
In the equal taste of samsara and nirvana

གསལ་ངེན་བདེ་བའི་ལོངས་སྟོན་ཆེ།།

**Sang chen dewe long chö che**  
Is the enjoyment of great secret bliss,

ཐོ་ཚོས་སྤངས་ཏེ་བཞེས་པར་མཛོད།།

**Te tsom pang te zhe par dzö**  
Accept it without doubt.

གཤམ་ཅོག་མ་ཉལ་ཚོད་རྟོ།།

GANA CHAKRA MAHA PUJA HO  
*The offerings are made to the guru.*

*Vajra Guru [the guru] recites:*

ཞེ་མ་རོ་མཚར་རྒྱ་དྲུ་ཚེས།།

**E ma ngo tsar me kyi chö**  
The great amazing dharmā,

འདོད་ཡོན་མ་སྤང་དོལ་བ་ཆེ།།

**Dö yön ma me rölwa che**  
Supreme magical play of all desired qualities,

དྲུལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་མ་ལུས་པ།།

**Kyinkhor khor lo ma lü pa**  
All mandalas and chakras without exception,

གཉིས་མེད་དབྱིས་སྤྱིད་འདིལ་སྟོན།།

**Nyi me gye kye di la chö**  
Enjoy this [puja] in the happiness of nonduality.

ཞེ་ལ་ལ་རྟོ།།

A LA LA HO

*Now enjoy the offering [food and drinks].  
Remains should be collected.*

ལྷག་གཏོང།  
(lhag gtor)  
Remains

*Put an incense stick into the pile of remains and recite:*

རིགས་འདུས་སྐྱེས་རྒྱལ་བ་ཡི།།

**Rik dü la ma gyelwa yi**  
Glorious masters of all lineages,

བཀའ་དང་བསྟན་པ་བསྐྱེད་བྱེད་ཅིང།།

**Ka dang ten pa sung je ching**  
Protect the words and teachings,

ལྷག་ལ་དབང་བའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི།།

**Lhak la wangwe tsok nam kün**  
All powers collected within the remainders,

ལྷག་མཚན་འདི་བཞེས་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ།།

**Lhak chö di zhe trin le drup**  
Receive the remainders and accomplish your activity.

ལྷ་ཅོ་ར་བ་ལྷོ་ཏ་བླ་མ་སྐྱ་རྩེ།

U TSITA BALINGTA BHA SHA SI SOHA

དངོས་གྲུབ་ལེན་པ།  
(dngos grub len pa)  
Receiving Siddhis

*If you have a tormo, touch it to head, throat and heart,  
then chant:*

བདེ་ཆེན་གྲོང་ཡངས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།།

**De chen long yang gyelwe zhing kham ne**  
In the buddha dimension, infinite expanse of great  
bliss,

སྐྱེས་སྐྱེན་རྒྱལ་རིགས་འདུས་སྐྱགས་དམ་ཅན།།

**La ma men gyel rik dü tuk dam chen**  
Compassionate medicine guru,

སྐྱ་གསུང་སྐྱགས་ཡོན་འཕྲིན་ལས་བྱིན་ཆེན་པོ་བས།།

**Ku sung tuk yön trin le jin chen pop**  
Bestow the great blessings of body, speech, mind,  
quality and activities,

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྐྱེད་དུ་སྐྱལ་དུ་གསོལ།།

**Ngö drup ma lü nyur du tsel du söi**  
Swiftly grant all siddhis without exception.

(1x)

ཨོཾ་ཧཱུྃ་སྐྱ་སྐྱེད་སྐྱིད་པ་ལ་ཨོཾ།

OM A HUNG SARVA SIDDHI PHA LA HO

(3x or 7x)

བསྐྱོབ།

(bsngo ba)

**Dedication**

དགེ་བ་འདི་ཡིས་བདག་གཞན་འགྲོ་བ་ཀུན།།

**Gewa di yi dak zhen drowa kün**

By this virtue, for myself and all other beings, may

སྤྲན་རྒྱལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང།།

**Men gyel dö me gön po kün tu zang**

The King of Medicine, primordial lord  
Samantabhadra,

རང་རིག་གཞུག་མ་ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་ནི།།

**Rang rik nyuk ma lhen kye ye she ni**

Fundamental coemergent wisdom of self-awareness,

ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་མཐོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།།

**Tse di nyi la ngön du gyurwar shok**

Be achieved in this very life.

རྩ་རྒྱུད་སྐྱེས་རིགས་འདུས་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ།།

**Tsa gyü la ma rik dü kyinkhor lha**

Root and lineage gurus, deities of the mandala,

སྤྲན་གྱི་བསྐྱན་བསྐྱུང་མཁའ་འགྲོ་བ་རྣམས་ལྟོ་ཚོགས།།

**Men gyi ten sung khandro drang song tsok**

Assembled medicine protectors, dakinis and rishis,

ཡོངས་རྫོགས་རྣམ་པར་དགེ་བའི་བཀྲ་ཤིས་གྱིས།།

**Yong dzok nam par gewe tra shi kyi**

May complete perfection of virtue and  
auspiciousness

ཡང་པའི་ནོར་འཛིན་ཚུན་ཀུན་ལྷབ་པར་ཤོག།།

**Yang pe nor dzin khyön kün khyap par shok**

Continuously spread throughout all of the earth.

From the Yuthok Nyingthig Commentary,  
by HH the 5th Dalai Lama

### Mantra of Interdependence

ཨོལེ་ཚུམ་རྟེ་ཏུ་པ་ལྷ་མཁུ།  
 ཉེ་ཏུ་ཉི་འོ་ཏུ་བླ་མ་ཉམ་མ་དུ།  
 ཉེ་ཏུ་ཅ་ཨོ་ཞི་རོ་ཚ།  
 ཨོ་མེ་ལྷ་ལྷོ་མ་ཏུ་བླ་མ་ཏུ་ལྷ།

OM YE DHARMA HETU TRA BHAWA  
 HETUN TEKEN TATHAGATO HAYA WADE  
 TEKEN TSA YO NIRODHA  
 EWAM WANDI MAHA SHRAMANA SOHA

(3x)

*Of those things that arise from a cause,  
 The Tathagata has told the cause,  
 And also what their cessation is,  
 This is the doctrine of the Great Recluse.*

### The Five Line Prayer to Yuthok

དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཁུན་གསང་བ་གཅིག་བསྐྱེས་པ།  
 Dū sum gyel kün sangwa chik dū pa  
 To the secret union of all buddhas of the three times,  
 ལྷ་མ་སྐྱེན་པའི་རྒྱལ་པོ་གཡུ་ཐོག་པར།  
 La ma men pe gyel po yu tok par  
 To the Guru Yuthok, the King of Medicine,  
 ལྷིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས།  
 Nying khong rü pe ting ne sölwa dep  
 I pray from the depths of my heart and bones:  
 ལྷ་གསུང་བླགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་དང།  
 Ku sung tuk kyi jin gyi lop pa dang  
 Bless me through your body, speech and mind,  
 མཚོག་དང་བླན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྐུལ་དུ་གསོལ།  
 Chok dang tün mong ngö drup tsel du söl  
 Grant me the supreme and common siddhis.

ཀོང་རྒྱལ་ནས།  
 By Kongtrul



### Instructions for Yuthok Nyinthing Ganapuja

- Altar**
- Yuthok statue, thangka or picture facing West
  - Medicine Buddha statue, thangka or picture
  - Offering of 7 bowls with the 6 Good Substances and water
  - Offering of medical substances and instruments
  - Offering of food such as bread, fruits etc., possibly meat
  - Offering of drinks such as tea etc., possibly alcohol
  - Torma offering
- Protector Altar**
- Shanglon statue, thangka or picture
  - Offering of alcohol or black tea
  - Offering of incense
- Practice**
- Yuthok Nyinthing Ganapuja is done in the evening on the 8th, 10th, 15th and 25th of every lunar month and daily during a retreat
  - End practice by giving remains to the nature