

# Developing the Good Heart

ACI Course 14

**Class 6 — Freedom from the Four Attachments**

# Freedom From the Four Attachments

ཞེན་པ་བཞི་བྲེལ།  
shën-pa-shi drël

# Early dharma teachers in Tibet

Kön Könchok Gyälpo (1034 - 1102) རལོན་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་པོ།

Jo-sey Jampël (?) ཇོ་སེ་ཇམ་པེ།

Sa-chën Kunga Nyingpo (1092 - 1158) ས་ཚེན་ཀུན་དགའ་སྡིང་པོ།

Ba-ri Lotsawa (1040 - 1112) བ་རི་ལོ་ཙྰ་བ་རིན་ཆེ་གྲགས།

# The Five Sakya Patriarchs

ས་སྐྱ་གོང་མ་རྣམ་ལྔ་།

Sa-chën Kunga Nyingpo (1092 - 1158) ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྡིང་པོ།

Sönam Tse (1142-1182) བསོད་ནམས་ཙེ།

Chëtsun Drakpa Gyëltsën (1147 - 1216) རྗེ་བཙུན་བྲགཔ་པ་རྒྱལ་  
མཚན།

Sakya Pandita Kunga Gyëltsën (1182 - 1251) ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཏ་ཀུན་  
དགའ་རྒྱལ་མཚན།

Drogön Chögyël Pakpa (1265 - 1280) འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ།

# Freedom From the Four Attachments

If you are still attached to this life, you are no  
Dharma practitioner.

ཁོ་འདི་ལ་ཞེན་ན་ཚེས་པ་མིན།

If you are still attached to the three worlds, you  
don't have renunciation.

ཁ་ལ་གསུམ་ལ་ཞེན་ན་ངེས་འབྱུང་མིན།

# Freedom From the Four Attachments

If you are still attached to this life, you are no Dharma practitioner.

If you are still attached to the three worlds, you don't have renunciation.

If you are still attached to getting what, you are not a bodhisattva.

If you still grasp to things, you have no worldview.

# What is Attachment?

If you are still attached to this life, you are no  
Dharma practitioner.

ཁོ་འདི་ལ་ཞེན་ན་ཚོས་པ་མིན།

You must decide what to dedicate your daily life to. If this decision is based on any of the following four things, you have attachment to this life:

- Instinct བག་ཆགས། (*pak chak*)
- Feelings ཚོར་བ། (*tsor wa*)
- Customs of your country ལུགས་སྲོལ། (*luk söl*)
- Your parent's morality བུ་མཁུ་ལོ་སྲོལ། (*pa ma*)

If you are still attached to this life,  
you are no Dharma practitioner.

Learning, Contemplation, and Meditation  
ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ། (*thö sam gom sum*)



# Freedom From the Four Attachments

If you are still attached to the three worlds, you don't have renunciation.

ཁམས་གསུམ་ལ་བཞག་ན་ངེས་འབྱུང་མིན།

# Freedom From the Four Attachments

A person still attached to getting what they want is  
no bodhisattva.

ཁོ་ལ་ལེན་ཀྱི་ཕྱོད་སེམས་མིན།

A person who still grasps to things has no  
worldview.

འཇིག་པ་ཕྱོད་ཀྱི་སྣ་བ་མིན།