

༥ ལྷོན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བསྐྱབ་ཐབས་བསྐྱས་པ་བཞུགས་སོ།།

A Brief Sadhana of Avalokiteshvara

༄༅། །ཐོག་མར་ལུས་དང་པོར་སྤང་ནས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་འཆར་ཚུལ་རྟོག་པ་བཟང་པོར་བརྟག་ཞིབ་ལེགས་པར་བྱེད་པར་གཤམ་ཆེ།

At the outset, it is important to sit with one's body straight and properly examine the quality of one's thoughts and the state of one's mind.

དེའང།

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏོ་སྤྲུག་གསུམ། །དེ་སྐྱེས་ལས་ནི་མི་དགོ་བ། །མི་དགོ་བ་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་། །མ་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏོ་སྤྲུག་མེད། །དེ་སྐྱེས་ལས་ནི་དགོ་བ་ཡིན། །དགོ་ལས་བདེ་འགོ་ཐམས་ཅད་དོ། །ཞེས་གསུགས་སོ།།

*It is said [by Nagarjuna]:
Those actions motivated by attachment, hatred and ignorance are non-virtuous. From the non-virtuous arise suffering.
Those actions motivated by non-attachment, non-hatred and non-ignorance are virtuous. From the virtuous arise all happy rebirths.*

ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་དགོ་བ་གང་ལ་ཡང། །དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཟིན་པ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། །དགོ་ཚུ་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པ་སྦྱོར་བ་སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ། །དགོ་བ་རྐྱེན་གྱིས་མི་བརྟག་པ་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་དམ་པ། །དགོ་ཚུ་གོང་དུ་འཕེལ་བ་རྗེས་བསྐྱེད་དམ་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལས།

It is important for all virtuous actions of body, speech and mind to be conjoined with three sublime principles. They are the sublime altruistic intention, which conjoins virtue and skillful method, in the initial phase, the sublime non-apprehension, which protects the virtue from negative forces, in the main phase, and the sublime dedication, which enhances the virtuous actions, in the concluding phase.

དང་པོ་སྐྱབས་ལུལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ཡིད་ལ་དྲན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།

སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་མཚོག་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཚི། །རང་གཞན་
དོན་གཉིས་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བསྒྲི། །ལན་གསུམ།

1. The cultivation of altruistic intention with mindfulness of the Three Jewels.

In the Buddha, Dharma and the supreme Sangha,
I take refuge until I reach the state of enlightenment.
In order to achieve the purpose of oneself and others,
I generate the altruistic spirit of Bodhicitta.

Recite three times.

དེ་ནས་བྱམས་སོགས་ཚད་མེད་བཞི་ལ་སློ་སྦྱང་བ་ནི།

Training the mind with Four Immeasurable Thoughts

སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་བྲལ་བར་ཤོག །བདེ་དང་རྟོག་
ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་། །ཚོས་ཀྱི་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག །ལན་གསུམ།

May all sentient beings attain wellbeing.
May they be freed from all suffering.
May they never be separated from wellbeing.
May they realize the equality of all things.

Recite three times.

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་རང་ཉིད་ལྷུང་གསལ་བ་ནི།

2. Actual practice of visualising oneself as deity

ན་མོ་ཞུ་བའི་ཀེ་ལཱ་ཡ།

Homage to Lokeshavara!

ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཕྱིར། །དཔལ་ཚྲོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་
པར་བྱ། །དོན་དེ་ཕྱིར་རང་ལུས་སྦྱན་རས་གཟིགས། །སྐྱེ་མདོག་དཀར་ཞི་ཞིང་
མཛེས་པ་ཅན། །བྱུག་དང་པོ་བྱུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར། །འོག་མ་གཉིས་ཤེལ་འབྲེང་
པད་དཀར་འཛིན། །དང་སྟོང་གི་ཆ་ལུགས་སྦྱིལ་ཀྱང་བཅས། །

In order to attain the perfect Buddhahood
For the sake of sentient beings in three realms,
[I visualize] my body as Avalokita
White in colour, serene and beautiful.
His first hands in *anjali* at the heart,
The lower two hold a crystal rosary and white lotus.
He sits crossed-legged in the style of a sage.

སྦྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་ཁ་རྗེར་ཡི་དམ་བྱེད། །དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱིས་
བསྐྱུན། །འོད་འབངས་གྱི་ལྷ་སྐལ་ཉིད་དུ་གཏད། །སྒོས་ཀན་པོ་ང་ཡི་སྦྱོ་སྦྱོས་
བཅས། །ཚོ་འདི་ཕྱི་བར་དོའི་སྐྱབས་གནས་བྱ། །སྦྱིང་ཐག་པའི་འོ་དོད་འབོད་
ལགས་གྱི། །མི་སྲིག་ཅན་བདག་ལ་བྱུགས་རྗེ་གཟིགས། །

As a general fortune of sentient beings,
You were created as *yidam* by the Buddhas of three times,
And anointed as the deity of destiny for the people of Tibet.
In particular, I, this elderly person, seek you with trust
As the object of refuge in life, death and in between.
I cry out from the depth of my heart,

Hold me, this evil person, out of compassion.

སྙིང་ཀར་ཟླ་དབུས་རྩི་ཡིག་མཐའ། །ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ་གིས་བསྐོར། །སྲགས་ཉུང་ལ་
འབྲུས་པའི་ཡི་གེ་རྒྱལ། །དེ་བབྲངས་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་མི་བྱལ། །དུས་གཏན་གྱི་
དོན་ཀུན་བསྐྱབ་པ་ལ། །ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། །རྒྱུན་བར་ཆད་བསྐྱོག་
པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་ལ། །བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཚན་ཀ་
བསམ་མི་བྱལ། །

At the heart, in the middle of the moon is the syllable Hrih
Encircled by Om mani padme hum
A short but sufficient mantra of six syllables.
There is inconceivable benefit in chanting it.
For achieving the ultimate objectives
It is like a wish fulfilling jewel.
It is the king of remedy to avoid misfortunes.
In seeking the state of the Buddha,
It has an inconceivable power of blessing.

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ་

OM MANI PADME HUM

སྲགས་འཕྲེང་ལས་སྲགས་ཀའི་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྐྱུལ་པའི་
སྐྱུས། །སེམས་ཅན་གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་སྦྱངས། །མགོན་སངས་རྒྱས་སྲས་
བཅས་ཐམས་ཅད་མཚོད། །སླར་བྱིན་རྒྱབས་བསྐྱུས་ནས་རང་ལ་ཐིམ། །

From the string of mantras radiate forth light rays of the heart,
In the form of diverse emanations as are required
They cleanse all impurities of the sentient beings.

They make offerings to the Protector: Buddhas and Bodhisattvas,
Gathering blessings, they return and dissolve into oneself.

ཡུལ་སྐྱེད་ཚད་སྐྱེད་ལ་གྲགས་ཚད་གསུང་། །ཡིད་དྲན་ཚད་སྐྱེད་གས་ཀྱི་རོལ་པ་
ལ། །སློལ་ཅི་གཅིག་མོས་པས་གསོལ་བ་འདེབས། །ལྷ་ཁྱོད་དང་མཉམ་པའི་དངོས་
གྲུབ་སྣོན། །

Every appearance is a play of the enlightened body
Every sound is a play of the enlightened speech
Every thought is a play of the enlightened spirit
Viewing thus, I pray with a single-pointed mind in devotion
Grant me an attainment equal to you, Divine One!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ། བརྒྱ་སྟོང་ཁྲི་སྐབས་རང་སེའི་སྐབས་བསྟུན་བྱ།

OM MANI PADME HUM

Chant a hundred, thousand, ten thousand, etc. as appropriate.

གསུམ་པ་དགོ་ཅ་གོང་དུ་འཕེལ་བ་རྗེས་བསྡོལ་བ་དམ་ནི།
དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག་ །སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྐྱབ་སྦྱར་ནས། །འགྲོ་
བ་ཅིས་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

3. *Sublime dedication which enhances the virtue.*

By this virtue, may I swiftly accomplish
The state of lord Avalokiteshvara
And place all sentient beings
Without exception in his state.

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྤོང་བཅོན་སྐྱམ་པའི་གསུང་འཕགས་པའི་གསོལ་འདེབས་མཛོད་ཅིག་མ་བཞུགས།

Supplication to Avalokiteshvara entitled Please Be

By Songtsen Gampo

ན་མོ་ལོ་གེ་ཤུ་ར་ཡ། ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་
ཞབས། །མགོན་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག་རྗེ་བཙུན་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་
འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Homage to Lokeshvara
Hold me with compassion, O Lokeshvara
Please be my protector, Compassionate Lord.
I pray to you, supreme sublime Avalokita.

མཐའ་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནས། །སྤོང་བའི་དེད་དཔོན་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་
རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the sailor who will deliver me
From this great endless ocean of cyclic existence

མི་ཤེས་གཏི་མུག་མུན་པ་གཏིབས་ཅོན། །གསལ་བའི་སྤོན་མེ་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་
རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the lamp to illuminate me
When the darkness of ignorance and stupidity is overwhelming.

དགྲ་ལ་ཞེ་སྒྲུང་མེ་ལྟར་འབར་ཅ་ན།

འཇི་བའི་ཚུ་རྒྱན་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་རས་

གཟིགས། །

Avalokita! Please be the shower to pacify me
When hatred towards enemies surge like a fire.

གཉེན་ལ་འདོད་ཆགས་ཚུ་ལྟར་འཁྲུགས་ཅ་ན།

འགནས་ལྷུགས་རྟོགས་པ་མཛོད་

ཅིག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please help me realize the nature of things
When attachment towards loved ones churn like a river.

ལོ་ལ་སེར་སྒྲུའི་མདུད་པས་བསྐྲུམས་ཅ་ན།

འགོང་བའི་གཉེར་པ་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་

རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the steward of munificence
When the loop of stinginess binds the wealth.

ཉོན་མོངས་དུག་ལྡེའི་ནད་ཀྱིས་གཟེར་ཅ་ན།

སྤྲོན་པའི་རྒྱལ་པོ་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་

རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the king of physicians
When the illness of five poisonous emotions afflicts me

འཆི་ཁར་འཚོར་ཞིང་འཇིགས་པས་སྐྱབས་ཅ་ན།

འཇལ་སྤྱོན་རང་ངོ་སྤྲོད་ཅིག་སྤྱན་

རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please show your face and introduce me to my nature
When I am distressed and frightened at the time of death.

གྲོགས་མེད་བར་དེའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་པའི་ཚོ། །མངལ་བའི་ངོ་ཤེས་མཛོད་ཅིག་
སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the familiar ally
When I wander without friends on the perilous path of *bardo*.

མང་པོའི་དགྲིལ་ནས་གཅིག་ཕུར་འགོ་བ་ན། །དག་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱོལ་ཅིག་སྤྱན་རས་
གཟིགས། །

Avalokita! Please lead me to the pure realms
When I go alone from among the multitude.

མངལ་སྐྱོར་ལས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱུང་ཅོ་ན། །འོད་ཀྱི་གུར་ཁང་ཕུབ་ཅིག་སྤྱན་རས་
གཟིགས། །

Avalokita! Please shield me in the sublime dome of light
When I undergo karmic suffering at the entrance of womb.

མི་ཤེས་བྱིས་པའི་ལུས་སུ་གྱུར་པ་ན། །གྲོགས་མཚོག་བཤེས་གཉེན་མཛོད་ཅིག་
སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the excellent friend and teacher for me
When I take the form of an innocent child.

རྟམ་ཏུ་སྤྱི་བོར་བསྐྱོམས་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །ཙུ་བའི་བླ་མ་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་
རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be root teacher for me
When I visualize you on my crown and pray.

སྤྱིང་ཁའི་པ་རྣོར་སྐྱོམ་ཞིང་གསོལ་འདེབས་གྱི། །ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་
རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please be the divine array of *yidam* for me
When I hold you at the lotus of my heart and pray.

ཕྱི་ནང་རྐྱེན་ངན་བར་ཆད་བྱུང་ཅ་ན། །ཞི་བའི་ཚོས་སྐྱོད་མཛོད་ཅིག་སྤྱན་རས་
གཟིགས། །

Avalokita! Please be the peaceful dharma guardian for me
When external and internal adversities and mishaps arise.

བཀའ་སྐྱོམ་དབུལ་འཕོངས་ནོར་གྱིས་སེམས་གཏུང་ཚོ། །ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་
སྤྱོད་ཅིག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please grant me whatever boons I wish
When distressed by the poverty, hunger and thirst.

ལྷུང་ལྷུང་ཡི་གོ་རྟམ་མས་གསོལ་བཏབ་ན། །རྒྱན་དུ་བྱགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་
སྤྱན་རས་གཟིགས། །

Avalokita! Please constantly hold me with compassion
As I call on you with a resonating chant of the six syllables.

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སངས་རྒྱས་ལོ་འཕང་ནི། །སྐྱུར་དུ་ཐོབ་པར་མཛོད་ཅིག་སྐྱུན་རས་
གཟིགས། །

Avalokita! May you please help us swiftly attain
The state of Buddha through this virtuous action.

སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ཁྱེད་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་བ། །འཁོར་དང་སྐྱུ་ཚེ་ཚད་དང་ཞིང་
ཁམས་སོགས། །ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་
སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག།

O Avalokiteshvara, just as you have,
May I and others attain a form like yours,
An entourage, life span, pure realm,
And sublime marks that you possess.

༄༅། །བདེ་སྐྱོན་བསྐྱེད་པ།

Brief Sukhāvātī Aspiration

ཨོམ་ཉི། རོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

emaho, ngotsar sangye nangwa tayé dang
Emaho! Amitābha, magnificent Buddha of Boundless Light,

གཡས་སུ་ཇོ་བོ་སྤྱན་ཅེ་ཆེན་པོ་དང་།

yé su jowo tukjé chenpo dang
With the great compassionate lord Avalokiteśvara to his right,

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།

yöndu sempa tuchen tob nam la
And Vajrapāṇi-Mahāsthāmaprāpta on his left,

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།

sangye jangsem pakmé khor gyi kor
Surrounded by an assembly of countless buddhas and bodhisattvas

བདེ་སྐྱིད་རོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

dekyi ngotsar paktu mepa yi
In the place of wonder and boundless joy and happiness

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེ།

dewachen zhejawé zhingkhām der
That is the heavenly realm of Sukhāvātī, the Blissful Paradise.

བདག་ནི་འདི་ནས་ཆོ་འཕོས་བྱུང་མ་ཐག།

dak ni di né tsé pö gyur ma tak

When the time comes for me to leave this present life,

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ།

kyewa zhen gyi bar ma chöpa ru

May I go there directly, without any other birth upon the way,

དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

dé ru kyé né nang té zhal tong shok

And being reborn there, may I see Amitābha face to face!

དེ་སྐད་བདག་གིས་སྲོན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

deké dak gi mönlam tabpa di

May this, my fervent prayer of aspiration,

ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

chok chü sangye changsem tamché kyi

Be blessed by all the buddhas and bodhisattvas of the ten directions

གེགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

gekmé drubpar jingyi lab tu sol

So that it is accomplished, without the slightest hindrance!

ཏད་ཐུ། བརྒྱ་རྩི་ཡ་ཞུ་ཕ་བོ་རྩ་རྒྱ་ཡེ་སྤྱ་རུ།

teyatha | pentsadriya awabodhanayé soha

tadyathā pañcendriyāvabodhanāye svāhā

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤུལ་སྐྱེ་མི་འགྲུར་དོ་རྩི་དགུང་ལོ་བརྒྱ་གསུམ་གསེར་འཕྲང་གི་ལོ་ས་ག་ལྔ་བའི་ཚེས་བདུན་ལ་གཙོ་འཁོར་རྣམས་གྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཚེ་སངས་

རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་གྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ།། །།

When Tulku Mingyur Dorje was thirteen years old, on the 7th day of the month of Saga Dawa, Fire Bird year (1657), he had a vision of the deities of the maṇḍala, and Buddha Amitābha spoke these words directly. (Rigpa Translations, 2016)

སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྨོན་ལམ།།

Avalokiteshvara Aspiration Prayer

ཕྱ ར་མོ་ལོ་ཀེ་ལྷ་ར་ཡ།

མགོན་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཞབས། །ཐུགས་རྗེ་གཟིགས་ཤིག་འཕགས་མཚོག་སྐྱུན་རས་
གཟིགས། །ལས་ངན་སྤང་པོ་སློ་གཏད་ཁྱེད་ལས་མེད། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་
མཚུན།།

Homage Lokeshvara
Grant me protection, Lord Avalokiteshvara
Hold me with compassion, Sublime Avalokita.
This poor beggar has no one else to trust.
I beseech you, Avalokiteshvara.

བསྐྱུ་མེད་མགོན་པོ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་གིས། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་
རྣམས། །བཟོད་དཀའི་སྐྱབས་བསྐྱེལ་གནས་ལས་བཏོན་ནས་ནི། །བདེ་ཆེན་ཞིང་དུ་རྫོངས་ཤིག་སྐྱུན་རས་
གཟིགས།།

Avalokiteshvara, you are our infallible protector.
Sentient beings struggle in the prison of cyclic existence
Deliver them from this place of unbearable suffering
And lead them to Sukhavati, O Avalokiteshvara.
འདི་ཕྱི་འཇིག་སྐྱབས་མགོན་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལ། །སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །
མ་ཞིག་འཆི་བའི་དུས་ལ་བབ་པའི་ཚེ། །ཞལ་སྟོན་ལམ་སྤྱི་འདྲེན་ཞིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །

To Avalokiteshvara, the refuge for this life and next
I pray from the depth of my heart and bones.
When the time of my death arrives,

Show me your face and lead me, Avalokiteshvara.

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལ། །ཚེ་རབས་གཏན་གྱི་སློ་གཏད་བཅོལ་ལགས་པས། །
བརྟེ་བས་རྗེས་བརྒྱུད་བདག་ཅག་མགོན་མེད་རྣམས། །དག་པའི་ཞིང་དུ་དྲོངས་ཤིག་སྐྱུན་རས་གཟིགས། །

In Avalokiteshvara, the embodiment of all objects of refuge,
I place my complete trust for all lifetimes.
Hold us without any protection in your love
And lead us to the pure realms.

སངས་རྒྱས་ཀུན་འདུས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་གི །མཚན་ནས་འབོད་ཅིང་ཡང་ཡང་བསྐྱོམས་པའི་མཐུས། །
ཉེན་མོངས་དབང་གིས་ལས་ངན་ཅི་བསགས་པ། །དེ་རིང་མགོན་པོ་ཁྱེད་གྱི་སྐྱུན་སྲུང་བཤགས། །

Through the power of calling your name and thinking of you again and again,
O Avalokiteshvara, embodiment of all Buddhas,
I confess in your presence today
Whatever evil deeds I have committed through afflictive emotions.

སྙིང་རྗེའི་དབང་ཕྱུག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་གི །སྙིང་པོ་ཡིག་རྒྱུག་བཟླས་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས། །སྐྱུག་
བསྐྱེད་རྒྱུར་གྱུར་ཉེན་མོངས་དུག་ལྡེའི་མེ། །ཞི་ནས་རིགས་རྒྱུག་སྐྱེ་སྐྱོ་ཚོད་པར་ཤོག །

Through the blessing of reciting the six heart syllables
Of Avalokiteshvara, the Lord of Compassion,
May the fire of five afflictive poisons which are causes of suffering
Be extinguished and the doors of birth in the six realms be shut.

སྣང་ཚད་འཕགས་པའི་ལྷ་སྐྱུར་མོས་པ་དང། །སྐྱེ་བྲགས་ཡིག་རྒྱུག་སྐྱུགས་སུ་བསམ་པ་ཡི། །དྲན་རིག་གསལ་
སྣང་ཕྱགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་ཏེ། །ཁྱེར་སོ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །

Seeing whatever appears as the sublime body of the deity
Viewing all sound as the six syllable mantra
Merging all thoughts with the empty luminous enlightened spirit
May I perfect the yogic practice of the three takeaways.

མདོར་ན་བཟང་ངན་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང། །པ་མས་གཅོས་པའི་རིགས་རྒྱུག་སེམས་ཅན་རྣམས། །མི་མཐུན་
རྒྱུན་ཞི་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ཐོབ་ནས། །མཐར་ཕྱག་བྱང་ཚུབ་སྙིང་པོར་འཚང་རྒྱ་ཤོག །

In brief, may those with positive or negative connections to me,
And sentient beings of six realms including my parents,
Be free from misfortunes and attain the excellence of peace and happiness
And may they ultimately reach the heart of enlightenment.

འདི་འང་རང་ནས་རྒྱ་འབྱོར་བའི་སྤྱིན་བདག་བྱས་མ་ཉི་དུང་སྐབ་ལན་གཉིས་པ་ཕྱམ་སྤོང་དགོན་པར་བཅུགས་སྐབས་སྤོན་ཚིག་ཏུ་རང་ལོ་ལྷ་བཅུ་ད་བཞི་རྒྱུ་ལ་ལོ་
གཟའ་ཚེས་དག་བར་དོར་སྤོབ་མིང་འཛིན་པ་དག་དབང་བསྟན་འཛིན་པས་སོ།། །།

*This was composed by me, Ngawang Tenzin, who holds the title of Vajracharya, in Phuntsholing
Gonpa, when I sponsored two times the ceremony of 100 Million Recitations of Mani at the age of
54, during the auspicious day and month in Water Male Monkey.*

བགྲིས་ནི།

Concluding Verses for Auspiciousness

ཚོས་སྐྱེ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་མན་ཆད་ནས། །དྲིན་ཅན་ཙུ་བའི་སྤྱི་མ་ཡན་ཆད་ཀྱིས། །བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་སྤོན་ལམ་
དང་བཏབ་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

Starting with Great Vajradhara
Through to my root guru.
Whatever aspirational prayers have been made,
May I be able to accomplish them all.

བརྒྱུད་པའི་སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱི་བགྲིས་ཤོག །ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་བགྲིས་ཤོག །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་
རྣམས་ཀྱི་བགྲིས་ཤོག །ཚོས་སྤྱོད་སྤུང་མ་རྣམས་ཀྱི་བགྲིས་ཤོག །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བགྲིས་ཤོག།

May there be auspiciousness of the gurus of the lineage
May there be auspiciousness of the assembly of yidam deities
May there be auspiciousness of the dakas and dakinis
May there be auspiciousness of the dharma protectors
May there be auspiciousness of the Buddha's teachings remaining forever.

