༄༅། །གསང་སྒྲུབ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྡུག་བསྔལ་རང་གྲོལ་ཀྱི་རྒྱུན་ཁྱེར་ཐུགས་རྗེའི་ཡང་ཞུན་བཞུགས།།

The Refined Essence of Compassion

A Daily Sādhana for the Natural Liberation of Suffering, the Secret Practice of the Great Compassionate One

by Dilgo Khyentse Rinpoche

The Vajrayāna restricts the reading and practice of certain texts to those who have received the necessary empowerments, transmissions and instructions. If in doubt, consult a qualified lineage holder.

ན་མོ་ལོ་ཀི་ཤྭ་ར་ཡ༔

Namo lokeśvarāya!

འདིར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཀློང་ཆེན་སྙིང་གི་ཐིག་ལེའི་གསང་སྒྲུབ་སྡུག་བསྔལ་རང་གྲོལ་རྒྱུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པས། For those who wish to practise the daily version of the secret practice of the Natural Liberation of Suffering[1] from the Great Perfection Heart Essence of the Vast Expanse,[2] it is as follows:

བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི། Lineage Prayer

པདྨ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡི་དགོངས་པ་ཡིས༔ དབང་གི་ལྷ་མོ་ནཱ་ག་རྫུ་ན་དང་༔

PEMA HERUKA YI GONGPA YI WANG GI LHAMO NAGARJUNA DANG

The blessing of the wisdom mind of Padma Heruka Passed from Indradevī and Nāgārjuna,

པདྨ་འབྱུང་གནས་བར་དུ་བྱིན་རླབས་ཏེ༔ འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི༔

PEMA JUNGNÉ BARDU JINLAB TÉ DÉ DANG MAJÖN DANTA DÜ SUM GYI

Down to Padmākara: Masters of the lineage of wisdom speech,

གསུང་གི་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས༔ ཨོ་རྒྱན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས༔

SUNG GI GYÜPÉ LAMA LA SOLWA DEB ORGYEN PEMA JUNGNÉ LA SOLWA DEB

Of the past, present and future—to you I pray! To the Lotus-born Guru of Uḍḍiyāna, I pray! སྐྱབས་སེམས་ནི། **Taking Refuge and Arousing Bodhicitta**

ན་མོ༔ མཐའ་མེད་འཁོར་བ་སྡུག་བསྔལ་རང་བཞིན་ལ༔ དབང་མེད་སྤྱོད་པའི་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཀུན༔

NAMO, TAMÉ KHORWA DUKNGAL RANGZHIN LA WANGMÉ CHÖPÉ DAK SOK SEMCHEN KUN

Namo. In this never-ending cycle of saṃsāra, by nature only suffering, All sentient beings, just like me, wander helpless.

མཆོག་གསུམ་ངོ་བོ་འཕགས་མཆོག་ཐུགས་རྗེའི་ལྷར།། སྙིང་ནས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་སྐྱབས་སུ་མཆི།།

CHOK SUM NGOWO PAKCHOK TUKJÉ LHAR NYING NÉ DUNGSHUK DRAKPÖ KYAB SU CHI

So, with intense longing in my heart, I take refuge In you, the deity of Sublime Compassion, essence of the Three Jewels!

ལན་གསུམ། Recite this three times.

ཧོ། པ་མ་རིགས་དྲུག་སྙིང་རྗེའི་ཡུལ་གྱུར་ཀུན།། རང་ངོ་མ་ཤེས་འཁྲུལ་པའི་ལས་ལ་སྤྱོད།།

HO, PAMA RIK DRUK NYINGJÉ YUL GYUR KÜN RANG NGO MASHÉ TRULPÉ LÉ LA CHÖ

Hoḥ. The six kinds of living beings—my very own parents and objects of my compassion, All fail to recognize their own nature, and then act out of delusion.

ཚད་མེད་སྙིང་རྗེས་བྱང་ཆུབ་ལམ་དགོད་ཕྱིར།། སྨོན་འཇུག་དོན་དམ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པར་བགྱི།།

TSEMÉ NYINGJÉ CHANGCHUB LAM GÖ CHIR MÖNJUK DÖNDAM SEMCHOK KYEPAR GYI

So that I can place them, with a boundless compassion, on the path to enlightenment, I arouse the supreme bodhicitta mind, relative—in aspiration and action—and absolute.

ལན་གསུམ། Recite this three times.

ཧྲཱིཿ ཆོས་ཀུན་མི་དམིགས་གཞི་མེད་རྩ་བྲལ་ངང་།། དབྱིངས་རིག་ཟུང་འཇུག་དག་པ་ཆེན་པོའི་ཞིང་།།

HRIH, CHÖ KÜN MIMIK ZHIMÉ TSADRAL NGANG YINGRIK ZUNGJUK DAKPA CHENPÖ ZHING

Hrīḥ. Where all things and events are beyond concept, free of any ground or origin, The union of space and awareness arises as a realm of infinite purity:

རང་སྣང་ལྷུན་གྲུབ་རི་བོ་པོ་ཏ་ལ།། བདུ་རྩགས་མཚན་ཉིད་རྫོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དབུས།།

RANGNANG LHÜNDRUB RIWO POTALA DATAK TSENNYI DZOKPÉ KYILKHOR Ü

My entire perception, spontaneously perfect, is the Potala Mountain A maṇḍala with symbols, signs, and characteristics all perfect. And in its centre

སྣ་ཚོགས་པད་སྒོང་ཉན་ཉི་ཟླའི་སྟེང་།།

NATSOK PEMA TONGDEN NYIDÉ TENG

Lies a multi-coloured, thousand-petalled lotus, and sun and moon seats, on which

ཧྲཱིཿ ལས་རང་ཉིད་འཕགས་མཆོག་སྙིང་རྗེའི་ལྷ།། སྡུག་བསྔལ་རང་གྲོལ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག

HRIH LÉ RANGNYI PAKCHOK NYINGJÉ LHA DUKNGAL RANGDROL CHENREZIK WANG KU

From hrīḥ, I arise as the Sublime One, deity of compassion, In the form of Lord Avalokiteśvara ‘Natural Liberation of Suffering’,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་མཉམ་བའི་སྙམས་ཀྱིས་བཞེངས། རྩ་བའི་ཕྱག་གཉིས་ཟུགས་ཀར་ཐལ་སྦྱར་ཚུལ།
ZHAL CHIK CHAK ZHI NYAMPÉ TAB KYI ZHENG TSAWÉ CHAK NYI TUKKAR TALJAR TSUL
With one face and four hands and standing in a posture of equanimity, The palms of my two main hands joined at my heart,

ལྷག་མ་རྣམ་གཉིས་བགྲང་ཕྲེང་པད་དཀར་འཆང་།
LHAKMA NAM NYI DRANG TRENG PEKAR CHANG
And the other two holding a mālā and white lotus.

ཁ་སར་པ་ཉེ་དང་ཕྱག་སྙམས་གཅིག།
Similar in posture to Khasarpaṇi.

ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐུ་དར་དང་རིན་ཆེན་མཛེས། དབུ་གཙུག་རིགས་བདག་འོད་དཔག་མེད་བས་མཚན།
LONGCHÖ DZOK KU DAR DANG RINCHEN DZÉ UTSUK RIKDAK ÖPAKMÉPÉ TSEN
I am in saṃbhogakāya form, beautiful with silks and jewels. Above my head sits Amitābha, lord of the enlightened family.

ཕྱོགས་བཞིར་པདྨ་འདབ་བཞིའི་གདན་སྟེང་དུ། ཤར་དུ་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་སྐུ་མདོག་དཀར།
CHOK ZHIR PEMA DAB ZHI DEN TENGDU SHAR DU JETSÜN DROLMA KUDOK KAR
In the four directions, and each on a four-petalled lotus, are: Arya Tārā, her body white in colour, in the east,

ལྷོ་རྡ་འོད་ཟེར་ཅན་མ་གསེར་གྱི་མདོག། ནུབ་ཏུ་ཀུ་རུ་ཀུལླེ་པདྨ་རག་མདངས།
LHO RU ÖZERCHENMA SER GYI DOK NUB TU KURUKULLÉ PÉ RAK DANG
Mārīcī, yellow in colour, in the south Kurukullā, ruby red in colour, in the west

བྱང་དུ་ནོར་རྒྱུན་ལྷ་མོ་སྐུ་མདོག་ལྗང། ཀུན་ཀྱང་རང་རང་རྒྱན་དང་ཆ་ལུགས་རྫོགས།
JANG DU NORGYÜN LHAMO KUDOK JANG KÜN KYANG RANG RANG GYEN DANG CHALUK DZOK
And Vasudhārā green in colour, in the north, Each one wearing their own full set of ornaments and garments.

སྒོ་བཞིར་དབང་ཆེན་སྡེ་བཞི་ལས་མདོག་ཅན། གྲི་གུག་རྩོད་འཇོམས་དོར་སྐབས་འཇིགས་ཚུལ་ངམ།
GO ZHIR WANGCHEN DÉ ZHI LÉ DOKCHEN DRIGUK TÖ DZIN DORTAB JIK TSUL NGAM
At the four doors are the four Mighty Ones, in colours matching their particular activity, All of them striding, majestic, terrifying, and gripping hooked knives and skull-cups.

ཁྲོ་བོའི་ཆས་རྫོགས་མེ་དཔུང་ཐུང་ན་འགྱིངས། བར་མཚམས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རིགྡིན་དང་།
TROWÖ CHÉ DZOK MEPUNG LONG NA GYING BAR TSAM SANGYE CHANGSEM RIGDZIN DANG
Clad in wrathful ornaments, they stand imposingly amid a mass of flames. Between them all, buddhas, bodhisattvas and vidyādharas,

དཔའ་བོ་ཌཱ་ཀི་དམ་ཅན་སྤྲིན་ལྟར་གཏིབས༔ སྣང་སྟོང་སྒྲིབ་གཡོགས་བྲལ་བའི་དབྱིངས་ན་གསལ༔

PAWO DAKI DAMCHEN TRIN TAR TIB NANGTONG DRIB YOK DRALWÉ YING NA SAL

Heroes,[3] ḍākinīs and samaya-bound Dharma protectors gather like clouds. Appearing yet empty, the deities are all vivid and distinct.

ཀུན་ཀྱང་གནས་གསུམ་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་གྱིས་མཚན༔ དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རང་བཞིན་གནས་མཆོག་དང་༔

KÜN KYANG NÉ SUM YIKDRU SUM GYI TSEN DÉ LÉ Ö TRÖ RANGZHIN NÉ CHOK DANG

Their three centres are marked with the three seed syllables, From which light streams out to the luminous, supreme abodes,

ཁྱད་པར་སྤྲུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་པོ་ཏཱ་ལ༔ གནས་ཡུལ་ཉེར་བཞི་དུར་ཁྲོད་བརྒྱད་སོགས་ནས༔

KHYEPAR TRULPÉ ZHINGKHAM POTALA NEYUL NYERZHI DURTRÖ GYÉ SOK NÉ

And especially to that nirmāṇakāya pure land, Mount Potala, The twenty-four sacred places and the eight charnel grounds,

ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཚོགས་བཛྲ་ས་མཱ་ཛཿ

YESHE LHATSOK BENZA SAMADZA

Inviting the wisdom deities. Vajra-samājaḥ! Invitation

ཨོཾ་ལོ་ཀི་ཤྭ་ར་གུ་རུ་དེ་ཝ་ཌཱ་ཀི་ནི་སརྦ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ

oṃ lokeśvara-guru-deva-ḍākinī-sarva-samaya jaḥ jaḥ

OM LOKISHORA GURU DEVA DAKINI SARVA SAMAYA DZA DZA

Requesting the Deities to Take Their Places

བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཏིཥྛ་ཧོཿ

vajra-samaya tiṣṭha hoḥ

BENZA SAMAYA TISHTA HO

Prostration

ན་མོ་པུ་རུ་ཤ་ཡ་ཧོཿ

namo puruṣāya hoḥ

NAMO PURUSHAYA HO

Offering

ཨོཾ་བཛྲ་ཨརྒྷཾ་ནས་ཤབྡའི་བར། རྡུ་པ་ཤབྡ་གནྡྷེ་རཱ་ས་སྤཤེ་མ་ཧཱ་སརྦ་པཱུ་ཛ་ཁཱ་ཧི༔

oṃ vajra-arghaṃ pādyaṃ puṣpe dhūpe āloke gandhe naivedye śabda rūpa śabda gandha rāsa sparśa mahā sarva pūja khāhi

OM BENZA ARGHAM PADAM PUPÉ DHUPÉ ALOKÉ GENDHÉ NEVIDÉ SHAPTA |
RUPA SHABTA GENDHÉ RASA PARSHÉ MAHA SARVA PUDZA KHAHI

སརྦ་པཉྩ་རཀྟ་བ་ལིཾ་ཏ་མ་ཧཱ་སུ་ཁ་དྷརྨ་དྷཏུ་པཱུ་ཛ་ཧོཿ

sarva-pañca rakta baliṅta mahā-sukha dharmadhātu pūjā hoḥ
SARVA PENTSA RAKTA BALINGTA MAHA SUKHA DHARMADHATU PUDZA HO
Praise

ཧྲཱིཿ ཆོས་དབྱིངས་སྤྲོས་པ་བྲལ་བའི་ཕོ་བྲང་ནས༔ ལྷུན་གྲུབ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་མངའ་དབང་ཅན༔
HRIH, CHÖYING TRÖPA DRALWÉ PODRANG NÉ LHÜNDRUB LONGCHÖ DZOKPÉ NGA WANGCHEN
Hrīḥ. In the palace of dharmadhātu beyond conceptual thought, Lord of the saṃbhogakāya of spontaneous perfection,

ཚད་མེད་སྙིང་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས༔ སྡུག་བསྔལ་རང་གྲོལ་སྐུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད༔
TSEMÉ NYINGJÉ TERCHEN CHENREZIK DUKNGAL RANGDROL KU LA CHAKTSAL TÖ
Avalokiteśvara, great treasure of boundless compassion, In your form as Natural Liberation of Suffering—to you I offer praise and homage! Mantra Recitation

རང་ཉིད་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་རུ༔ ཉི་ཟླའི་གཱའུ་ཁ་སྦྱོར་ཡངས་པའི་དབུས༔
RANGNYI TUKJÉ CHENPÖ TUKKA RU NYIDÉ GA'U KHAJOR YANGPÉ Ü
I am the Great Compassionate One. In my heart In the centre of a vast casket of sun and moon conjoined,

ཟླ་བའི་སྟེང་ན་ཐུགས་སྲོག་ཧྲཱིཿདཀར་པོ༔ དེ་མཐར་ཡི་གེ་བདུན་པས་བསྐོར་བ་ལས༔
DAWÉ TENG NA TUK SOK HRIH KARPO DÉ TAR YIGÉ DÜNPÉ KORWA LÉ
Upon a moon disc stands the white life-force syllable hrīḥ, Encircled by the seven syllables of the mantra.

འོད་འཕྲོས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་དང་༔ ཁྱད་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ༔
Ö TRÖ SANGYE CHANGSEM TAMCHÉ DANG KHYEPAR TUKJÉ CHENPÖ TUKGYÜ KUL
Light radiates out to all the buddhas and bodhisattvas, Especially the Great Compassionate One, and invokes their wisdom minds.

འགྲོ་དྲུག་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ལས་ཉོན་སྦྱངས༔ འོད་ཟེར་ཚུར་འདུས་བདག་ལ་ཐིམ་པ་ཡིས༔
DRO DRUK SEMCHEN KÜN GYI LÉ NYÖN JANG ÖZER TSUR DÜ DAK LA TIMPA YI
Light streams out to all six classes of beings, purifying their karma and destructive emotions. The rays return and dissolve into me,

མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་དམིགས།། འཕྲོ་ལ་སྙིང་རྗེའི་ངང་ནས་བཟླ་བར་བྱ།

CHOK DANG TÜNMONG NGÖDRUB TOBPAR MIK

Through which I obtain siddhis, common and supreme. Imbued with compassion for beings, recite the mantra: ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ་ཧྲཱིཿ oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ

OM MANI PADMÉ HUNG HRIH

Long-life Practice

ཏཱ་རེ་ཨཱ་ཡུར་ཛྙཱ་ན་ཚེ་བྷྲཱུྃ་ཎི་ཛ་སྭཱཧཱ།

[oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ] tāre ayur-jñāna tshe bhrūṃ nṛ ja svāhā
[OM MANI PADMÉ HUNG HRIH] TARÉ AYURJNANA TSÉ DROOM NRI DZA SOHA

For Overcoming Obstacles and Increasing Merit

ཨཱརྱ་མ་རི་ཙྪྱཻ་མཱཾ་སྭཱཧཱ།

[oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ] ārya-mārīcyai māṃ svāhā
[OM MANI PADMÉ HUNG HRIH] ARYA MARITSYAI MAM SOHA

For Magnetizing the Entire Three Realms

ཀུ་རུ་ཀུལླེ་ཧྲཱིྃ་ཧྲཱིྃ་ཝཾ་ཤཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱཧཱ།

[oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ] kurukulle hrīṃ hrīṃ vaśaṃ kuruye svāhā
[OM MANI PADMÉ HUNG HRIH] KURUKULLÉ HRIM HRIM WASHAM KURU YÉ SOHA

For Filling the Treasury with Wealth

མ་མ་བ་སུ་ཏྷ་རི་སྭཱཧཱ།

[oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ] mama vasudhāri svāhā
[OM MANI PADMÉ HUNG HRIH] MAMA VASUDHARI SOHA

Confession of Mistakes

ཧཱུྃ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། མཆོད་རྫས་མ་ཚང་སྒྲུབ་པ་གལེའོ།།

HUNG, TUKJÉ CHENPÖ KYILKHOR DU CHÖDZÉ MA TSANG DRUBPA YEL
Hūṃ. In this maṇḍala of the Great Compassionate One, If my offerings were incomplete, my practice inattentive,

ཏིང་འཛིན་བྱིང་རྒྱས་འཕེབས་ལ་སོགས། འགལ་འཁྲུལ་ནོངས་པ་བཟོད་པར་གསོལ།།

TINGDZIN JING MUK TIB LASOK GALTRUL NONGPA ZÖPAR SOL
Or my meditation drowsy, dull or lifeless—Please forgive all such error and confusion.

ཨོཾ་བཛྲ་སཏྭ་སཱམཱཡཾ

oṃ vajrasattva samayam anupālaya vajrasattva-tvenopa-tiṣṭha dṛḍho me bhava sutoṣyo me bhava supoṣyo me bhava anurakto me bhava sarva-siddhiṃ me prayaccha sarva-karma śuca me cittaṃ śreyaṅ-kuru hūṃ ha ha ha ha hoḥ bhagavān sarva-tathāgata-vajra mā me muñca vajrī-bhava mahā-samaya-sattva āḥ

OM BENZA SATO….Dissolution

ཧོ ཆུ་ལས་ཆུ་བུར་རྡོལ་བ་བཞིན། རང་ལས་སྤྲུལ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ།

HO, CHU LÉ CHUBUR DOLWA ZHIN RANG LÉ TRULPÉ KYILKHOR LHA

Hoḥ. Just like bubbles form and vanish on a stream, The deities of the self-emanated maṇḍala

ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་སུ་བཛྲ་མུ། རྗེས་ཐོབ་སྐྱུ་མའི་ལྷ་སྐུར་ཐལ།

YESHE YING SU BENZA MU JETOB GYUMÉ LHA KUR DANG

Dissolve back into the space of primordial wisdom—vajra muḥ! In post-meditation, everything arises as the illusion-like form of the deity. Dedication and Aspiration

ཧོ དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགེ་རྩ་ཀུན། རྣམ་མཁྱེན་གདོད་མའི་རྒྱུ་རུ་བསྔོ།

HO, DÜ SUM SAKPÉ GETSA KÜN NAMKHYEN DÖMÉ GYU RU NGO

Hoḥ. All sources of virtue accumulated in the three times, I dedicate as the cause for realizing primordial omniscience.

བདག་སོགས་འདུས་པར་བཅས་པ་རྣམས། ཚོམ་བུ་གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཤོག །ལན་གསུམ།

DAK SOK DÜPAR CHEPA NAM TSOMBU CHIK TU SANGYE SHOK

May I and all those assembled here Attain enlightenment together, in a single maṇḍala!

Three times. Verses of Auspiciousness

ཧོ རིག་འཛིན་གྱུད་པའི་བྱིན་རླབས་དང། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང།

HO, RIGDZIN GYÜPÉ JINLAB DANG KÖNCHOK SUM GYI DENPA DANG

Hoḥ. Through the blessing of the lineage of vidyādharas, The truth of the Three Jewels—Buddha, Dharma and Saṅgha,

གསང་སྔགས་ཟབ་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། འཇིགས་བརྒྱད་ཞི་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

SANG NGAK ZABMÖ TENDREL GYI JIKGYÉ ZHIWÉ TASHI SHOK

And the interdependent circumstances of profound Secret Mantra, May all be auspicious, to pacify the eight fears![4]

ཚེ་བསོད་རྒྱས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཞོག། སྣང་བ་དབང་འདུས་བཀྲ་ཤིས་ཞོག།

TSESÖ GYEPÉ TASHI SHOK NANGWA WANGDÜ TASHI SHOK

May all be auspicious, for increasing longevity and merit! May all be auspicious, to bring perception under our control!

ལོག་འདྲེན་ཚར་གཅོད་བཀྲ་ཤིས་ཞོག། སྣང་ཞེན་ལྷ་སྐུའི་ཕྱག་རྒྱར་རྫོགས།

LOKDREN TSARCHÖ TASHI SHOK NANG ZHEN LHA KÜ CHAKGYAR DZOK

May all be auspicious, to annihilate negative, misleading forces! With all attachment to perception perfected as the form of the deity,

སྒྲ་གྲགས་བདེ་ཆེན་སྔགས་སུ་དག། དྲན་རྟོག་འོད་གསལ་ཆོས་སྐུར་སྦྱིན།

DRA DRAK DECHEN NGAK SU DAK DREN TOK ÖSAL CHÖKUR MIN

All sound purified into the great bliss of mantra, All thoughts matured into the clear light of dharmakāya, འཇའ་ལུས་ཟངས་ཟང་ཐལ་བཀྲ་ཤིས་ཞོག།

JALÜ ZANGTAL TASHI SHOK

May all be auspicious, so that we attain the translucent rainbow body!

❖ ཅེས་ཞ་མ་ཀཱརྨ་སྲཱིལ་མས་སྐུལ་ངོར་མཆི་ལ་ལྷྭི་ཟླ་ཏེས་སོ།།

This was written by Maṅgala Śrībhūti at the request of Ama Karma Drolma.[5]

Colophon

Translated by Han Kop with the assistance of Stefan Mang, 2019, and edited by Patrick Gaffney, 2023. Version 2.0-20230509.

Layout by Pedro Pires at the request of Lopon Osel Gyurme, November 2026. The text is reproduced without alteration.

Source

Tibetan text, phonetics and English translation: Lotsawa House, “Daily Dukngal Rangdrol”, by Dilgo Khyentse Rinpoche — https://www.lotsawahouse.org/tibetan-masters/dilgo-khyentse/daily-dukngal-rangdrol (Tibetan: https://www.lotsawahouse.org/bo/tibetan-masters/dilgo-khyentse/daily-dukngal-rangdrol).

© Deorali Choten Gonpa. Reproduced with permission. Licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0), https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/. For non-commercial use only.

Notes 1. Tib. Dukngal Rangdrol (sdug bsngal rang grol). 2. Tib. Dzogpachenpo Longchen Nyingtik.

3. Skt vīra; Tib. dpa’ bo. 4. Fear of: drowning, thieves, lions, snakes, fire, spirits, captivity and elephants. Their spiritual counterparts are: doubt, lust, avarice, envy, wrong views, hatred, delusion and pride.

5. i.e., Yahne Le Toumelin, the mother of Matthieu Ricard.