

༄༅། །སྤྱན་རས་གཟིགས་ཡི་གོ་དྲུག་པའི་བསྐྱོམ་བཟླས།

Visualization and Recitation of the Six-Syllable Mantra of Avalokiteśvara

by Mipham Rinpoche

སྤྱན་རས་གཟིགས་ཡི་གོ་དྲུག་པའི་བསྐྱོམ་བཟླས་སྐྱོམ་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཉམས་སུ་བླང་བར་འདོད་པས། ཐོག་མར་སྤྱབས་འགོ་
སེམས་བསྐྱེད་ཚད་མེད་བཞི་ཉམས་སོང་རྗེས།

If you wish to practise the visualization and recitation of the six-syllable mantra of Avalokiteśvara in a simple, unelaborate way, first take refuge, generate bodhicitta and cultivate the four immeasurables, then recite the following:

རྗེ། དག་པའི་ཞིང་ཁམས་པོ་ཏ་ལ་ཡི་དབུས། །

hrih, dakpé zhing kham po ta la yi ü

Hrih. In the centre of the pure realm of Potala,

རབ་དཀར་པར་བླ་བའི་གདན་སྟེང་དུ། །

rab kar pema dawé den teng du

Brilliant white, on a lotus and moon disc seat,

རང་ཉིད་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱུ། །

rangnyi pakpa chenré zik kyi ku

I appear in the form of Noble Avalokiteśvara,

དཀར་གསལ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཞབས་གཉིས་པ། །

kar sal zhal chik chak zhi zhap nyi pa

White and radiant, with one face, four arms and two legs.

དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྐྱུར། །

dangpö chak nyi tukkar talmo jar

My first two hands are joined at my heart, and

འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེལ་ཕྱེང་པད་དཀར་བསྐྱེད། །

oma nyi kyi shel treng pé kar nam

The lower two hold a crystal rosary and a white lotus,

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་ལྗང་སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས། །

dar dang rinchen gyen den kyiltrung zhuk

I wear silk and jewel ornaments and my seated legs are crossed.

སྤྱི་བོར་བླ་མ་འོད་དཔག་མེད་པས་བརྒྱན། །

chiwor lama öpak mepé gyen

And adorning my crown is Lama Amitābha, Buddha of Boundless Light.

འཁོར་དུ་སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་སྤྱོད་ལྷར་གཏོབས། །

khor du sangye chang sem trin tar tib

All around are buddhas and bodhisattvas gathered like clouds.

གནས་གསུམ་ཨོ་ཨུཾ་ཧྱཱི་གི་འོད་ཟེར་གྱིས། །

né sum om ah hung gi özer gyi

From the om āḥ hūṃ at my three centres stream out rays of light

ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་ངངས་གཉིས་མེད་བསྐྱེས། །

yeshe lha tsok chen drang nyimé tim

Inviting the hosts of wisdom deities, who dissolve indivisibly.

སྤྱགས་དབུས་པད་ལྷའི་གདན་ལ་ཡི་གེ་མྱི། །

tuk ü pé dé den la yigé hriḥ

In the centre of my heart on a lotus and moon disc seat is the syllable hriḥ,

དེ་མཐར་སྤྲགས་ཀྱི་ཕྱོད་བས་བསྐྱོར་བ་ལས། །

de tar ngak kyi trengwé korwa lé

Surrounded by the mantra garland. From it

འོད་འཕྲོས་འཕགས་མཚོད་འགོ་ཀུན་སྤྱིབ་པ་སྦྱོངས། །

ö trö pak chö dro kün dribpa jong

Light streams out, making offerings to the noble ones and purifying the obscurations of all beings.

ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་རི་པོ་ཏ་ལའི་ཞིང་། །

zhing kham tamché ri po ta la'i zhing

The whole environment becomes the realm of Mount Potala.

སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐྱ། །

nangwa tamché tukjé chenpöi ku

All that appears is the form of the Great Compassionate One,

སྐྱ་གྲགས་ཐམས་ཅད་ཡི་གེ་དབུག་པའི་གསུངས། །

dra drak tamché yigé drupé sung

All sounds the speech of the six-syllable mantra,

ངན་རྟོག་ཐམས་ཅད་སྦོང་ཉིད་སྦྱིང་རྗེའི་སྤྱགས། །

dren tok tamché yong nyi nyingjé tuk

And all thoughts the wisdom mind of emptiness and compassion.

འཛིན་མེད་བྱབ་བདལ་གཉེན་མའི་ངང་ནས་བསྐྱེས། །

dzin mé khyabdal nyukmé ngang né dé

Out of the genuine nature, beyond grasping and all-pervading, I recite the mantra:

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

om mani pemé hung
oṃ maṇi padme hūṃ

ཞེས་ཡི་གེ་དྲུག་པ་དང་། དེ་ལ་རྗེ་བཏགས་པའི་ཡི་གེ་བདུན་མ་གང་འདོད་བསྐྱེས་པར་བྱ། སྐབས་སུ།

Recite this six-syllable mantra, or, if you wish, by adding hriḥ, the seven-syllable mantra. Then, at some point, continue with:

རྗེེ་ རང་གི་སེམས་ལ་སེམས་ཀྱིས་ལྟོས། །

hriḥ, rang gi sem la sem kyi tö
Hriḥ. At my own mind, with mind, I look:

ངོས་བཟུང་མེད་པས་ནམ་མཁའ་འདྲ། །

ngö zung mepé namkha dra
With nothing to identify, it's just like space,

ཅི་ཡང་མ་མཐོང་སང་དེ་བ། །

chi yang ma tong sang ngé wa
With nothing whatsoever to see, vividly clear,

ངོ་བོ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གནས། །

ngowo tongpa nyi du né
In that essence, which is emptiness, I remain.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ་རྗེེ་

om mani pemé hung hriḥ
oṃ maṇi padme hūṃ hriḥ

སྟོང་པ་བྱང་ཐལ་ངང་ཉིད་ལས། །

tongpa zangtal ngang nyi lé
Out of that experience of unimpeded emptiness

སྐྱེང་བ་མ་འགག་ས་ལེ་བ། །

nangwa ma gak sa lé wa
Appearances arise, unobstructed and vividly clear,

རིས་མེད་ཀུན་ལྷན་འདུས་མ་བྱས། །

rimé kun khyab dü ma ché
Without bias, all-pervasive, uncompounded,

རང་བཞིན་འོད་གསལ་ངོ་མཚར་ཆེ། །

rangzhin ösal ngotsar ché

And with the nature of clear light – how wonderful!

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧྱུ་ཧྱུཿ

om mani pemé hung hrih

oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ

གསལ་བཞིན་སྟོང་ལ་སྟོང་བཞིན་གསལ། །

sal zhin tong la tong zhin sal

Clear yet empty, and empty yet clear,

གསལ་སྟོང་དབྱེར་མེད་བསམ་བཞེད་བྲལ། །

sal tong yermé samjö dral

Clarity and emptiness indivisible, beyond thought and expression—

ལྷན་སྐྱེས་གཉུག་མ་བདེ་ཆེན་འདི། །

lhen kyé nyukma dechen di

This innate, genuine state of perfect bliss,

ངེས་དོན་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཡིན། །

ngedön chenrezik wang yin

Is the ultimate Lord Avalokiteśvara.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧྱུ་ཧྱུཿ

om mani pemé hung hrih

oṃ maṇi padme hūṃ hrīḥ

ཞེས་པའི་དོན་བསམ་ལ་བསྒྲ།

Considering the meaning, recite the mantra.

མཐར་དག་བ་བསྔ་ཞིང་བཀའ་ཤིས་བཞེད་པར་བྱའོ། །

Finally dedicate the merit and recite verses of auspiciousness.

འདི་ནི་རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་གི་དོན་བཞིན་རྣམས་ལ་འོ་ཧྱུ་ཧྱུཿ་ལེན་དུ་མི་ཕམ་པས་བྲིས་པ་དགའོ། །མཁྲ་ལྟོ།།

I, Mipham, wrote this according to the meaning of the tantras, scriptures and pith instructions for Nāthavija's practice. May it be virtuous! Maṅgalaṃ!

| Translated by Ane Tsöndrü and Adam Pearcey, 2015.

Source: mi pham rgya mtsho. "spyang ras gzigs yi ge drug pa'i bsgom bzlas/." *Ingsung 'bum/_mi pham rgya mtsho*. 32 volumes. Chengdu: [gangs can rig gzhung dpe rnying myur skyobs lhan tshogs], 2007. Vol. 25: 547–548.

Version: 1.4-20220622



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 3.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/).

PDF document automatically generated on Wed Sep 21 18:24:21 2022 GMT from <https://www.lotsawahouse.org/tibetan-masters/mipham/six-syllable-avalokiteshvara>



LOTSAWA HOUSE

DHARMA. ON THE HOUSE.