



**Avalokiteshvara
of the Six Realms**

ཨྌཾ དེ་ནས་སྤྱུང་དབང་གི་ལམ་ཁྱེར་སྤྱུགས་ཐེ་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་བརྒྱས་ནིཾ

Avalokiteshvara of the Six Realms

རང་ཉིད་སྤྱུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་ནིཾ

RANG NYID THUGJE CHENPO NI

One's own nature is the Great Compassionate One,

དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་སྤྱུག་བཞི་པཾ

KAR PO ZHAL CHIG CHAG ZHI PA

White in color, with one face and four hands.

གཤམ་སྐྱར་གྱེད་བ་བསྐྱེད་འཛིན་ཐཾ

THAL JAR TRENG WA PEMA DZIN

The palms of two are pressed together, and the other two hold a mala and lotus.

སྦྱིལ་གྱུང་རྩྭ་དར་གྱིས་བརྒྱན་ཐཾ

KHIL TRUNG RAT NA DAR GYI GYEN

In full lotus posture, he is adorned with jewels and silks,

བསྐྱེད་ཆེ་བའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཐཾ

PEMA DAWÉ DEN LA ZHUG

Seated upon a lotus and moon.

ཨོཾ་མ་ཎི་པཎེ་ཧཱུྃཾ

OM MANI PEME HUNG

ལྷ་ཡི་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་དཀར་མཆོད་པའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

LHA YI JIGTEN WANGCHUG KAR

Visualize the white-colored Avalokiteshvara of the god realm,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཐལ་སྐྱར་དང་།

ZHAL CHIG CHAG ZHI THAL JAR DANG

With one face and four hands. The palms of two are pressed together,

བེ་མང་པདྨ་ལྷ་བའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

PI WANG PEMA DAWÉ TENG

And the other two hold a vina [and a lotus].

སྐྱུ་ལྷ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པར་བསམ་པའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

KYIL MO TRUNG GI ZHUG PAR SAM

He sits upon a lotus and moon in the full lotus posture.

ཨོཾ་ཨོཾ་སྐྱུ་ལྷ་མོ་།

OM OM SOHA

ལྷ་མོ་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ལྗང་མཆོད་པའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

LHA MIN JIGTEN WANG CHUG JANG

Visualize the green Avalokiteshvara of the demi-god realm,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཐལ་སྐྱར་དང་།

ZHAL CHIG CHAG ZHI THAL JAR DANG

With one face and four hands. The palms of two are pressed together,

གོ་མཚོན་པདྨ་ལྷ་བའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

GO TSÖN PEMA DAWÉ TENG

The other two hold armor and a weapon, [and a lotus].

སྐྱུ་ལྷ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པར་བསམ་པའི་སྐུ་ལྷ་མོ་།

KYIL MO TRUNG GI ZHUG PAR SAM

He sits upon a lotus and moon in the full lotus posture.

ཨོཾ་མ་སྐྱུ་ལྷ་མོ་།

OM MA SOHA

མི་ཡི་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཁྱེ།

MI YI JIGTEN WANGCHUG TRA

Visualize the multi-colored Avalokiteshvara of the human realm,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཐལ་སྒྱར་དང་།

ZHAL CHIG CHAG ZHI THAL JAR DANG

With one face and four hands. The palms of two are pressed together,

ཐེང་བ་པདྨ་ཟླ་བའི་སྟེང་།

TRENGWA PEMA DAWÉ TENG

The other two hold a mala [and a lotus].

སྒྱིལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པར་བསམ།

KYIL MO TRUNG GI ZHUG PAR SAM

He sits upon a lotus and moon in the full lotus posture.

ཨོཾ་ཏི་སྐ་རྒྱུ་རྩེ།

OM NI SOHA

དུད་འགྲོའི་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་དུད་།

DÜD DRÖ JIGTEN WANGCHÜD DÜD

Visualize the smoke-colored Avalokiteshvara of the animal realm,

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཐལ་སྒྱར་དང་།

ZHAL CHIG CHAG ZHI THAL JAR DANG

With one face and four hands. The palms of two are pressed together,

པོ་ཏི་པདྨ་ཟླ་བའི་སྟེང་།

PO TI PEMA DAWÉ TENG

The other two hold a scripture [and a lotus].

སྒྱིལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པར་བསམ།

KYIL MO TRUNG GI ZHUG PAR SAM

He sits upon a lotus and moon in the full lotus posture.

ཨོཾ་པད་སྐ་རྒྱུ་རྩེ།

OM PED SOHA

Namchō Daily Prayers

དེ་ལྟར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བདུན་གྱི་གཙོ་བོའི་ཐུགས་ཀར་ལྷ་བའི་གདན་རྩིས་ལ་ཡིག་
 ཐུག་གིས་བསྐོར་བམ། འཁོར་ཐུག་གི་ཐུགས་ཀར་ཨོྭ་ཨོྭ་ཨོྭ་ཨོྭ་ཨོྭ་ཨོྭ་ཨོྭ་
 ཐུག་གིས་བསྐོར་བར་གྱུར།

**DE TAR THUGJE CHENPO DÜN GYI TSOWÖ THUG KAR
 DAWÉ DEN HRI LA YIGÉ DRUG GI KORWA
 KHOR DRUG GI THUG KAR OM SOG
 YIG DRU RE RE LA YIG DRUG GI KOR WAR GYUR**

Thus [visualizing] seven Avalokiteshvaras, in the heart of the central one is the syllable HRIH
 ཨྭ་ཨྭ་ upon a moon seat, surrounded by the six syllables. In the heart of the six surrounding

Avalokiteshvaras are the respective seed syllables of each one, such as OM and so on, also
 surrounded by the six syllables of the mantra.

ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ་ ཨོྭ་མ་ཁི་པཎྲེ་ཨྭ་

OM AH HUNG HRIH OM MANI PEME HUNG

The Praise

ཡིན་པ་དང་། བཟང་བོ་གཉིས་མེད་ལྷགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་ཞིང་ཅེས་

HRIH ZANG NGEN NYI MED THUGJE CHENPÖ ZHING

HRIH The realm of the Great Compassionate One is the non-duality of good and bad.

མེད་བཞིན་སྒྲུང་བ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་མེད་

MED ZHIN NANG WA GYU MA TA BÜ TSUL

Non-existence itself appears, like an illusion.

སྒྲུང་བཞིན་དག་པ་ཞེན་འཛིན་མེད་པའི་ངང་།

NANG ZHIN DAG PA ZHEN DZIN MED PÉ NGANG

Appearance itself is pure, free of fixation. In that state,

ཆགས་སྒང་རང་གྲོལ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་།

CHAG DANG RANG DROL DAG PA RAB JAM ZHING

Attachment and aversion are self-liberated. This is the pure, all-encompassing realm.

ཐུགས་རྒྱུ་ཆེ་ཆེན་པོའི་ཞིང་ལ་ཐུག་འཆའ་བསྟོད།

THUGJE CHENPÖ ZHING LA CHAG TSAL TÖD

I prostrate and render praise to the realm of the Great Compassionate One.

ཞེ་ལུ་རྩེ་རྩེ་ ཞེ་མ་རི་བདེ་རྩེ་

OM AH HUNG HRIH OM MANI PEME HUNG

ཧྲིཿ ལྷ་ཏོང་གཉིས་མེད་བླ་སྐྱོལ་ཆེ་པོའི་སྐྱེ།

HRIH NANG TONG NYI MED THUGJE CHENPÖ KU

HRIH The enlightened body of the Great Compassionate One is the non-duality of appearance and emptiness,

ཏོང་མཉིན་ལྷ་ཏོང་བ་ཆུ་བྱ་ལྟ་བུའི་ཆུལ་།

TONG ZHIN NANG WA CHU DA TA BÜ TSUL

Empty yet appearing, like the reflection of the moon in water;

ལྷ་ཏོང་གཉིས་ཏོང་པ་གྲུ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ངང་།

NANG ZHIN TONG PA GYA TSO CHENPÖ NGANG

Appearing yet empty, its nature vast like an ocean. In this state,

ལྷ་ཏོང་རང་སྐྱོལ་དག་པ་རབ་འབྱུང་མས་སྐྱེ།

NANG TONG RANG DROL DAG PA RAB JAM KU

Emptiness and appearance are self-liberated. This is pure, all-encompassing enlightened body.

བླ་སྐྱོལ་ཆེ་པོའི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆུལ་བསྟོད་།

THUGJE CHENPÖ KU LA CHAG TSAL TÖD

I prostrate and render praise to the enlightened body of the Great Compassionate One.

ཨོཿཧཱཿཧུཿ ཨོཿམཎིཾཔཎེཿཧུཿ

OM AH HUNG HRIH

OM MANI PEME HUNG

སྒྲིམ་གྲགས་སྟོང་བརྗོད་མེད་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་གསུང་མཁོ་

HRIH DRAG TONG JÖD MED THUGJE CHENPÖ SUNG

HRIH The enlightened speech of the Great Compassionate One is
resounding, empty and beyond expression;

སྟོང་བཞིན་གྲགས་པ་བྲག་ཆ་ལྷ་ཁུའི་ཚུལ་མཁོ་

TONG ZHIN DRAG PA DRAG CHA TA BÜ TSUL

Empty yet resounding, like an echo;

གྲགས་བཞིན་སྟོང་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ངང་མཁོ་

DRAG ZHIN TONG PA JÖD DU MED PÉ NGANG

Resounding yet empty, its nature inexpressible. In that state,

གྲགས་སྟོང་ངང་གྲོལ་དག་པ་རབ་འབྱམས་གསུང་མཁོ་

DRAG TONG RANG DROL DAG PA RAB JAM SUNG

Resonance and emptiness are self-liberated. This is pure, all-encompassing
enlightened speech.

བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལ་བྱག་འཆལ་བསྟོད་མཁོ་

THUGJE CHENPÖ SUNG LA CHAG TSAL TÖD

I prostrate and render praise to the enlightened speech of the Great
Compassionate One.

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རློ་ཏཱི་ཨོཾ་མ་ཎི་པཱེ་ཏཱི་

OM AH HUNG HRIH

OM MANI PEME HUNG

སྒྲིམ་གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་བླགས་ཇེ་ཆེན་པོའི་བླགས་མཁོ།

HRIH SAL TONG DZIN MED THUGJE CHENPÖ THUG

HRIH The enlightened mind of the Great Compassionate One is luminous, empty, and free of grasping,

སྟོང་བཞིན་གསལ་བ་འཇའ་ཆོན་ལྷ་བུའི་ཚུལ་མཁོ།

TONG ZHIN SAL WA JA TSÖN TA BÜ TSUL

Empty yet luminous, like the colors of a rainbow;

གསལ་བཞིན་སྟོང་བ་ནམ་མཁའ་ལྷ་བུའི་ངང་མཁོ།

SAL ZHIN TONG PA NAMKHA TA BÜ NGANG

Luminous yet empty, its nature like space. In this state,

གསལ་སྟོང་རང་གྲོལ་དག་པ་རབ་འབྱམས་བླགས་མཁོ།

SAL TONG RANG DROL DAG PA RAB JAM THUG

Luminosity and emptiness are self-liberated. This is all-encompassing enlightened mind.

བླགས་ཇེ་ཆེན་པོའི་བླགས་ལ་བྱག་འཆལ་བསྟོད་མཁོ།

THUGJE CHENPÖ THUG LA CHAG TSAL TÖD

I prostrate and render praise to the enlightened mind of the Great Compassionate One.

ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་ཨོཾ་མ་ཎི་པཎེ་ཧཱུྃ་

OM AH HUNG HRIH

OM MANI PEME HUNG

རྩི། ལྷགས་སྒྲེག་ས་གནི་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་ཞིང་།

HRIH CHAG SEG SA ZHI THUGJE CHENPÖ ZHING

HRIH The molten lava ground is the realm of the Great Compassionate One.

ཨ་མ་གླང་མགོ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྤྱུ།

AH WA LANG GO THUGJE CHENPÖ KU

Ox-headed Shinje is the enlightened body of the Great Compassionate One.

སོད་སོད་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་ཡི་གེ་དུག་པའི་སྤྱུ།

SÖD SÖD GYOB GYOB YI GE DRUG PÉ DRA

Kill! Kill! Strike! Strike! is the sound of the six syllables;

མདའ་མདུང་རལ་གྱི་སྒྲ་ཚགས་མཆོད་པའི་རྩེས།

DA DUNG RAL DRI NA TSOGE CHÖD PÉ DZÉ

The arrow, spear and sword are diverse offering substances.

བདེ་སྤྱག་རང་གོལ་དག་པ་རབ་འབྱམས་གྲོང་།

DE DUG RANG DROL DAG PA RAB JAM LONG

Happiness and suffering, self-liberated, are this pure, all-encompassing expanse.

སྤང་སྤྱིད་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད་།

NANG SID THUGJE CHENPO LA CHAG TSAL TÖD

I prostrate and render praise to all existence, which is the Great Compassionate One.

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རྩི། ཨོཾ་མ་ཎི་པ་ཏེ་རྩི།

OM AH HUNG HRIH

OM MANI PEME HUNG

མ་ཎིའི་དབྱངས་དང་བཅས་པས་བྱན་གྲོལ། ལྷ་བྱན་དང་། སྤྱི་བྱན་དང་། དགོང་བྱན་རྣམས་ལའང། བྱན་གྱི་སྒྲ་འགྲོ། ལུས་གནད། སེམས་གནད། སྤྱི་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནས་བརྩམས་སྤར་ལྟར་རོ།

Close the session with melodious MANI mantras. In the morning, afternoon and evening sessions, the preliminaries, the crucial techniques for the body, the crucial techniques for the mind, and the supplication to the lama should all be practiced as previously described. [These instructions are for practice during a one-month retreat in the Palyul tradition.]

Jetsunma's Dedication Prayer

By this effort, may all sentient beings
be free of suffering.
May their minds be filled with the nectar of virtue.
In this way, may all causes resulting in suffering
be extinguished,
And only the light of compassion
shine throughout all realms.

- Jetsunma Ahkön Lhamo

