

༄༅། །དགོངས་གཏེར་སྒྲོལ་མའི་ཟབ་ཉིག་སྒྲོལ་མའི་
རྒྱན་ཁྱེར་བསྐྱེད་པ་བཞུགས་སོ།

**The Condensed Daily Practice for The Profound Essence
of Tārā**

arranged by Tsikey Chokling Rinpoche

ན་མོ་གུ་རུ་ཨླུ་ལྷ་ཏུ་རྒྱ་ཡི།

Namo Gurvyā Āryatārāyai!

སྐྱབས་སེམས་ནི།

Refuge and bodhicitta

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་རྗེ་བཙུན་མ་མངོན་སུམ་བཞུགས་

པར་མོས་ལ།

dün gyi namkhar jetsünma ngönsum zhukpar gyur

In the sky before me, Noble Tārā is present in actuality.

ན་མོ། དགོན་མཚོག་ཀུན་དངོས་རྗེ་བཙུན་མར། །

namo, könchok kün ngö jetsünmar

Namo! In the Noble Lady, embodiment of all the Precious Ones,

བདག་སོགས་འགོ་ཀུན་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

dak sok dro kün kyap su chi
I and all beings take refuge.

བྱང་ཚུབ་སྣོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །

jangchup mönpé semkyé né
I arouse bodhicitta in aspiration

ཟབ་མོའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བགྱི། །

zapmö lam la jukpar gyi
and I will enter the profound path!

Invocation

རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་དྲན་ཇོགས་སུ།

rangnyi kechik dren dzok su
Perfected in an instant of recollection,

རྗེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྐྱུར་གསལ་བའི།

jetsün pakmé kur salwé
I am vividly present in the form of the Noble Lady.

ཐུགས་ཀར་ཟླ་སྟེང་ཏྲུ་ལྔ་པ།

tukkar da teng tam jangu
Upon the moon in my heart center,

དེ་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་འཕྲོས་མེད།

dé lé özer pakyé trö

boundless rays of light from the green ‘tām’ radiate

འཕགས་མ་རྣམ་འཕྲུལ་ཉེར་གཅིག་དང་།

pakma namtrül nyerchik dang

inviting the twenty-one emanations of the Noble Lady

དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་འཕྲོ་བམ།

könchok gyatso trin trowa

and billowing clouds of an ocean of Precious Ones

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྤྱན་དྲངས་གཏུང་།

dün gyi namkhar chendrang gyur

to appear in the sky before me.

པདྨ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་སྟོ།

pema kamala ya stam

padma-kamalāya stvam

བསྟོན་པའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་ཕྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཚར་གཅིག་བཞེད།

Then recite the King of Praises Tantra, the Twenty-One Verses of Homage once.

ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྤྱིན་ཕྱག་རྒྱ་ཉིད་མེད།

chak yé chok jin chakgya nyi

Her right hand, in the mudrā of supreme generosity,§

སྐྱབས་སྦྱོན་ཕྱག་རྒྱར་གྱུར་པའི་འོག་མེད་ལོ་གེ་།

kyap jin chakgyar gyurpé ok^{མེད་ལོ་གེ་།}
turns into the gesture of giving refuge,^{མེད་ལོ་གེ་།}

བདག་དང་བསྐྱེད་བྱ་ཀུན་ཚུད་ནས་མེད་ལོ་གེ་།

dak dang sungja kün tsü né^{མེད་ལོ་གེ་།}
shielding me and all those to be protected,^{མེད་ལོ་གེ་།}

འཇིགས་པ་ཀུན་ལས་དབྱུགས་དབྱུང་གྱུར་ལོ་གེ་།

jikpa kün lé uk yung gyur^{མེད་ལོ་གེ་།}
relieving us of every fear.^{མེད་ལོ་གེ་།}

ཅེས་མོས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉེར་གཅིག་ཚར་གཅིག་བརྗོད་།

Then recite the Twenty-One Verses of Homage once.

སྐྱེ་ལས་བདུད་ཚིའི་ཚུ་རྒྱུན་བབས་མེད་ལོ་གེ་།

ku lé dütsi chugyün bap^{མེད་ལོ་གེ་།}
A stream of nectar flows from her body,^{མེད་ལོ་གེ་།}

རང་དང་བསྐྱེད་བྱའི་སྦྱི་པོ་ནས་མེད་ལོ་གེ་།

rang dang sungjé chiwo né^{མེད་ལོ་གེ་།}
enters me and those to be protected through the crown of the head^{མེད་ལོ་གེ་།}

ཞུགས་ཏེ་ལུས་ཀུན་གང་བ་ཡིས་མེད་ལོ་གེ་།

zhuk té lü kün gangwa yi^{མེད་ལོ་གེ་།}
and completely fills our bodies,^{མེད་ལོ་གེ་།}

བྱིན་ལྷ་བས་མ་ལུས་ཞུགས་པར་གྱུར་ཅེ།

jinlap malü zhukpar gyur^{ཅེ}

so that we receive all of her blessings without exception.^{ཅེ}

ཅེས་མོས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉེར་གཅིག་ཚར་གཅིག་བརྗོད།

Then recite the Twenty-One Verses of Homage once.

Invocation of the Oath

མདུན་བསྐྱེད་འོད་ལྷུ་རང་ལ་བྲིམ་ཅེ།

dünkyé ö zhu rang la tim

The front visualization melts into light and dissolves into me.

དབྱེར་མེད་ཉིད་དུ་བྱིན་ལྷ་བས་པས་ཅེ།

yermé nyi du jinlapé

With the blessings to be indivisible,

རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མའི་སྐྱེ།

rangnyi pakma drolmé ku

I turn into the form of Noble Tārā,

སྐྱང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་ཅེ།

nang la rangzhin mepar gyur

visible and yet insubstantial.

ཅེས་རང་ཉིད་འཕགས་མའི་གསལ་སྐྱང་དང་རྒྱལ་ལ་སེམས་བཟུང་

སྟེ་ཡི་གེ་བཅུ་པའི་བཞུགས་པ་ཅི་འགྲུབ་མཐར།

While you keep in mind the vivid presence and pride of being the Noble Lady yourself, recite the ten syllable mantra as many times as you can.

ཨོྃ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏུ་རེ་ཏུ་རེ་སྐྱ་ཏཱ།

om taré tuttaré turé soha
om tāre tuttāre ture svāhā

ཡིག་བརྒྱ་དང།

Then recite the hundred-syllable mantra.

ཨོ་བཟོ་སཏཱ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་ཕུ་ལ་ཡ། བཟོ་སཏཱ་ཏེ་ལོ་
 པ་ཏིལྱ་འི་རྟོ་མེ་གྲ་ཤ། སུ་ཏེ་ཕྱོ་མེ་གྲ་ཤ། སུ་པོ་ཕྱོ་མེ་
 གྲ་ཤ། ཨ་རུ་རྟོ་མེ་གྲ་ཤ། སཐ་སི་རྩི་མེ་པ་ཡ་རྩོ། ས
 བ་ཀམ་སུ་ཙ་མེ། ཙོ་ཏྟོ་ཕྱེ་ཡི། ཀུ་རུ་རྩོ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་
 ཏོ། གྲ་ག་ལྷ་ཀ། སཐ་ཏ་ཕྱ་ག་ཏ་བཟོ་སུ་མེ་ལུ་ཕུ་བཟོ་
 གྲ་ཤ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་སཏཱ་ཨུ།

om benza sato samaya manupalaya benza sato tenopa tishta dridho mé
 bhava sutokhayo mé bhava supokhayo mé bhava anurakto mé bhava sarva
 siddhi mé prayaccha sarva karma su tsa mé tsittam shreyang kuru hung ha
 ha ha ha ho bhagavan sarva tatagata benza ma mé muntsa benzi bhava
 maha samaya sato ah

om vajrasattva samayam anupālaya vajrasattva-tenopa-tiṣ ṭ ha ḍ ḍ ho me
 bhava sutoṣ yo me bhava supoṣ yo me bhava anurakto me bhava sarva-siddhiṃ
 me prayaccha sarva-karma śuca me cittam śreyaṃ-kuru hūṃ ha ha ha ha hoḥ
 bhagavān sarva-tathāgata-vajra mā me muñca vajrī-bhava mahā-samaya-sattva
 āḥ

བཟོ་མུ།

benza muh
vajra muh

ཞེས་བཟོད་ལ་མགོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་གཤེགས།

Thus request the invited deities to depart.

Dissolution

ལྷ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པཾ

lha dang rangsem yermé pa

As the deity is indivisible from my own mind,

ཚོས་དབྱིངས་གཞུག་མའི་ངང་དུ་བཞགཾ

chöying nyukmé ngang du zhak

I settle within the original state of dharmadhātu.

ཅེས་གནས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་བསྐྱང།

Thus, foster the view of the true nature.

Dedication and Aspiration

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །

gewa di yi nyurdu dak

Through this virtue may I quickly

འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །

pakma drolma drup gyur né

accomplish the state of Noble Tārā.

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །

drowa chik kyang malüpa

Each and every being, no exception,

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

dé yi sa la göpar shok

may I bring to that same state.

Prayer of Auspiciousness

ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྷར། །

yizhin nor dang bumpa zangpo tar
Like the wish-fulfilling jewel and the vase of bounty,

བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཐོགས་མེད་སྐྱོལ་མཛད་པ། །

sampé dōn kūn tokmé tsol dzepa
unimpeded, every wish you do fulfill.

རྗེ་བརྩུན་སྐྱོལ་མ་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱིས། །

jetsün drolma gyelwa sé ché kyi
Noble Tārā, conquerors and offspring,

མི་འབྲལ་བྱུགས་རྗེས་སྐྱོང་བའི་བྱ་ཤིས་ཤོག །

mindrel tukjé kyongwé tashi shok
bestow the auspiciousness of being forever nurtured by your compassion.

ཅེས་སོགས་ཤིས་པ་བརྗོད་ལ་མེ་ཏྲིག་འཐོར་རོ། །

With that, utter verses of auspiciousness and toss flowers.

ཅེས་པ་ལས་དགོངས་གཏེར་ཟབ་ཏྲིག་སྐྱོལ་མའི་གཏེར་གཞུང་ཚོག་
བསྐྱིགས་བསྐྱུས་པ་འདི་ཡབ་རྗེ་དམ་པའི་ཞལ་སྐྱོབ་འཇར་མན་འོད་
གསལ་དོ་རྗེ་ནས་བསྐྱུལ་བ་བཞིན་ཅི་གི་མཚོག་སྤྱིང་སྐྱེས་སྐྱུལ་བཞི་
པ་མི་འགྱུར་བདེ་བའི་དོ་རྗེ་ནས་ཚོག་བསྐྱིགས་བྲིས་པའོ། །།

This condensed ritual liturgy for the terma text ‘The Profound Essence of Tārā’ was arranged by the Fourth Tsikey Chokling Rinpoche,

Mingyur Dewé Dorjé upon the request of Ösal Dorjé¹ from Germany, who was a close disciple of my own spiritual father².

The main sadhana was translated according to the wish of Kyapjé Tulku Urgyen Rinpoche, by Erik Pema Kunsang at Nangkya Gompa, Spring 2002, with the help of Marcia Binder Schmidt, Graham Sunstein, Michael Tweed, and Shenpen Lhamo. It was further improved at Rangjung Yeshe Gomdê, USA, 2007 with the help of Lama Sherab Dorje and Joanne Larson. It was later reworked by Lea Ortet and the Khenpos at Pulihari, Nepal. The Seven-Branch Offering is from the Zangchö Mönlam, translated by Rigpa Translations. Additional edits were added by Stefan Mang. And the whole translation was finalized by Marcia, 2020, after the Venerable Sean Price looked at it.

- 1 That is, Andreas Kretchmar.
- 2 That is, Tulku Ugyen Rinpoche.