

ལྷོས་མེད་ཚོགས་མཚོད་རང་ངོ་གསལ་འདེབས་བཞུགས།།

A Reminder of Your True Nature

A Simple Feast Offering

無作齋供 ~ 明觀自性

རི་ཡི་ཁྲི་

ram yam kham

讓樣康

ཡི་ནས་དག་པའི་རང་གི་རིག།

yé ne dak pé rang gi rik

Self-awareness is pure from the very beginning,

耶內塔貝讓給黎

本然清淨自明覺，

གསལ་ཞིང་ལྷོང་ལ་བཟོན་དུ་མེད།།

sel shing nyong la jö du mé

Luminous and knowing, yet ineffable.

艘興農拉絕突美

明而體受離言詮，

བདེ་ཆེན་སྤྲིང་རྗེའི་རང་ཚལ་ལས།།

dé chen nying jé rang tsal lé

From the self-display of compassion and great bliss,

帖千寧潔讓節雷

大樂悲心自力現，

ཚོགས་རྣམས་འདོད་ཡོན་ནམ་མཁའ་གང་།།

tsok dzé dö yön nam kha kang

Pleasurable feast offerings fill the sky.

措借敦元南咖康

供品妙欲虛空遍

ཨོཾ་ཨཱ་ཀྲཱི།

om ah hung

唵阿吽

མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན།།

kha dang nyam pé dro wa kün

May the beings throughout space

咖當釀貝卓哇棍

等如虛空有情眾

རང་གསལ་བདེ་སྤོང་གཉིས་སུ་མེད།།

rang sal dé tong nyi su mé

Rest in the great spontaneous presence

讓艘喋東尼素美

自明樂空二無別，

མཁྱེན་བཟེ་རྣམས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི།།

khyen tsé nü pé yön ten gyi

Of the qualities of wisdom, love, and ability,

千則女貝元典吉

悲智力之眾功德，

ལྷུན་གྲུབ་ཆེན་པོར་བཞུགས་སུ་གསོལ།།

lhün drup chen por zhuk su söl

The inseparable bliss-emptiness of self-luminosity.

倫竹千博修素梭

大任運中祈住存。

མ་རྟོགས་དབང་གིས་སྲུག་བསྐལ་ལྗོང་།།

ma tok wang gi duk ngel nyong

Since our suffering comes from not realizing this,

瑪多旺給讀阿農

未悟之故受諸苦，

དེའི་ཕྱིར་རང་ངོ་ཤེས་པའི་ཚོགས།།

dé chir rang ngo shé pé tsok

This feast of recognizing our true nature

喋祈讓噢歇貝措

故識自性之薈供，

བྱམས་པ་ཆེན་པོས་མགོན་ཀུན་བསྐྱེས།།

cham pa chen pö drön kün dü

Brings all guests together with great love.

牆巴千貝卷棍讀

以大慈心聚諸賓，

སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཀུན་ལ་བཀྲམ།།

nying jé chen pö kün la tram

It has been prepared for us all with great compassion

寧潔千貝棍拉長

以大悲心普施奉。

དགའ་བ་ཆེན་པོས་ཀུན་གྱིང་མཉེས།།

ga wa chen pö kün kyang nyé

May it delight us all with great joy.

嘎哇千貝棍江尼

以大喜悅眾歡喜，

བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོས་རྒྱལ་པམ་བྲལ།།

tang nyom chen pö gyal pam drel

With great equanimity, there is nothing to gain or lose.

當紐千貝交龐昭

以大平等離勝敗，

ཐམས་ཅད་མཁྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས།།

am ché kyen pé yön ten nam

Since the qualities of omniscience

坦皆千貝元典南

遍知一切諸功德，

ད་ལྟ་རང་ལ་གནས་པས་བསྐྱང།།

tan ta rang la né pé kang

Are now present within us, we are fulfilled.

達塌讓拉南貝剛

當下自足而滿足。

སྣང་སྲིད་གདོད་ནས་སྟོལ་བ་ལ།།

nang si dö né drölwa la

We confess that we have not recognized our true nature

囊夕朵內卓哇拉

萬有本來即解脫，

རང་ངོ་རང་གིས་མ་ཤེས་བཤགས།།

rang ngo rang gi ma shé shak

Within the primordial freedom of all that could possibly occur.

讓噢讓給瑪歇靈

懺悔自性不自知，

ང་བདག་གཉིས་སུ་འཇིན་པའི་བགེགས།།

nga dak nyi su dzin pé gek

We liberate the obstacles of “I” and dualistic grasping

昂達尼素今貝給

我執二執諸魔障，

ཕང་ལང་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་བསྐྱེལ།།

pang lang mé pé ying su drel

Into the space that is free from acceptance or rejection.

幫朗美貝應素厥

無取捨界中解脫。

སང་ཞིང་ཏོག་པའི་ཚོས་འདི་དག།།

nang shing tok pé chö di Tak

These phenomena that manifest as appearances and thoughts

囊興多貝卻地達

顯而分別此諸法，

རང་གསལ་དྲན་པའི་རྒྱན་དུ་རྩོལ།།

rang sel tren pé gyen du röl

We enjoy as the adornment of the self-clarity of awareness.

讓艘眷貝堅突若

是憶自明之莊嚴，

ཟ་འཐུང་འགྲོ་འདུག་ཐམས་ཅད་ཀྱང།

za tung dro duk tam ché kyang

Everything we eat and drink, and all movement and stillness,

撒通卓突坦皆江

一切行住與坐臥，

སྟོང་གསལ་དྲན་པའི་རྒྱན་དུ་རྩོལ།།

tong sel tren pé gyen du röl

We enjoy as the adornment of the empty-clarity of awareness.

東艘眷貝健突若

是憶空明之莊嚴。

འགལ་དང་འབྲུལ་པའི་ལྷག་མ་རྣམས།།

gal dang trul pé lhak ma nam

The residue of our mistakes and confusion

矯當驅貝哈瑪南

相違迷亂之餘供，

དག་ཚངས་ཡེ་ཚྗགས་ངང་དུ་ཚེམ།།

dak tsang yé dzok ngang du tsim

We enjoy in a state of pristine purity, perfected from the start.

塔倉耶奏昂突干

饜足淨圓本具中，

རང་ངོ་ཤེས་པའི་ཚོགས་མཚོད་འདིས།།

rang ngo shé pé tsok chö di

May this feast offering of realizing our true nature

讓噢歇貝措卻堤

識自本性此齋供，

མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་གྲོལ་རྣམས་ཤོག།

ka kyap dro wa dröl nü shok

Be able to free the beings throughout space.

咖巧卓哇取紐修

解脫等空有情眾。

ཅེས་པ་འདིའང་ཉོང་གོང་གཏེར་སྐར་གྱི་སློབ་ཚོགས་ཚམས་དང་ལྷན།
ཉིན་བཅུ་མཚམས་ལ་སྡོད་སྐབས་སློབ་ཚོགས་ཚམས་གྱིས་སློབ་མེད་
གྱི་ཚོགས་མཚན་བསྟུན་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ནན་གྱིས་བསྐྱེད་དོར་མི་
འགྱུར་པས་རྒྱ་ལོ་༢༠༡༦་ཟླ་འཛོམ་༡༤་ཉིན་གང་ཤར་ཐོལ་བྱུང་བུ་ཡིས་
པ་དགྱེས་པར་གྱུར་ཅིག།།

Thus, as urgently requested by Tergar Hong Kong Students during a 10-days retreat, Mingyur fulfilled this request by spontaneously writing a simple tsok offering just as it came to mind on September 14, 2016. May it bring joy!

Translated by Justin Walker in February 2017 and edited by Cortland Dahl in 2020 and Joseph Faria in 2022.

同香港德噶眾弟子共聚於十日禪閉關，其時弟子懇切祈請撰著簡略的蒼供儀軌〔無作蒼供〕，敝人明就，豁然隨心所現地書於西元2016年9月14日，願歡喜。

釋妙融恭譯於香港2016/9/15，修譯於KTD紐約噶瑪三乘法輪寺2016/9/27。