



༄༅། །ཞལ་འདོན་གཅེས་བཏུས།

Daily Recitations

Please do not
take out of the temple

༡༡། །སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་
པ། འཇིག་རྟེན་མཁུན་པ། སྤྱི་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་སྤྲོད་མེད་པ། ལྷ་དང་
མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་
བྱག་འཆལ་ལོ། །མཆོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། །

*Dun ba/ jom den de/ de shin/ shek ba/ dra jom ba/
yang dack bar/ tsog be/ sang je/ Rig pa dang/ sheb
su dem ba/ De wher shek ba/ Jig den chen ba/ Je
bu du wi/ kha lo Jur wa/ La na me ba/ lha tang/ mi
num ji/ dun ba/ sang je/ jom den de/ Beh jey wa/
shak ja/ tueb ba la/ chak tsal lo/ Cho do/jep su chi'o*

གང་ཆེ་རྒྱལ་གཉིས་གཙོ་བོ་བྱོད་བལྟམས་ཆེ། །
ས་ཆེན་འདི་ལ་གོམ་པ་བདུན་བོར་ནས། །
ང་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཆོག་ཅེས་གསུངས། །
དེ་ཆེ་མཁས་པ་བྱོད་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

*Kang tse/ gang nyi/ tso wo/ chud dam/ tse.
Sa chin/ di la/ kum ba/ duen buhr/ ney.
Nga ni/ jig den /di na/ chok jey/ sung.
De tse/ kay ba/ cho la/ chak tsal/ lo.*

Praise to Shakyamuni Buddha 禮讚釋迦牟尼佛

To the founder, the endowed transcendent destroyer, the one gone beyond, the foe destroyer, the completely perfected, fully awakened being, perfect in knowledge and in good conduct, Sugata, knower of the world, supreme guide of human beings to be tamed, teacher of gods and human beings; to you, the completely and fully awakened one, the endowed transcendent destroyer, the glorious conqueror, the subduer from the Shakya clan, I prostrate, make offerings, and go for refuge. (3x)

禮敬 供養 皈依導師世尊 如來 應供 正遍知 明行足
善逝 世間解 調御丈夫 無上士 天人師 佛 吉祥世尊
勝者 釋迦能仁 (誦三遍)

When, O supreme amongst humans,
you were born on this earth,
You paced out seven strides,
Then said, “I am supreme in this would.”
To you, who were wise then, I prostrate.

當汝二足中尊降生時 於此大地跨出七妙步
宣說於此世間我最尊 彼時具智世尊我禮敬

རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་པ་མཆོག་ཏུ་གཟུགས་བཟང་བ། །
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོག་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ། །
གསལ་བ་འདྲིའི་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷ་མ་མེ་བ། །
མགོན་པོ་མཆོག་བརྟེན་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

Nam da/ gu nga/ chok du/ zhuk sang/ wa.
Ye she/ gya tso/ sehr gyi/ lhun po/ dra.
Dak pa/ jig den/ sum na/ lham may/ wa.
Guhn po/ chok nye/ chuh la/ chak tsal/ lo.

མཆོན་མཆོག་ལྷན་པ་བྲི་མེད་ལྷ་བའི་ཞལ། །
གསེར་མདོག་འདྲ་བ་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །
རྒྱལ་བ་བྱེད་འདྲ་མེད་པ་གསུམ་མ་མཆིས། །
མཉམ་མེད་མཁྱེན་ཅན་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

Tsen chok/ dem pa/ dri may/ da way/ shel.
Sehr dok/ dra wa/ cho la/ chak tsal/ lo.
Dul drel/ cho dra/ si pa/ suem ma/ che.
Nyem mey/ chen jin/ cho la/ chak tsal/ lo.

མགོན་པོ་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་བ། །
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་སྟོན་པ་པོ། །
བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོག་ཞིང་། །
དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

Gohn po/ tok jey/ che den/ ba.
Tam che/ chen bey/ dun pa/ po.
Suh nam/ yuen den/ gya tso/ shin.
Te shin/ shek la/ chak tsal/ lo.

With pure bodies, form supremely pure;
Wisdom ocean, like a golden mountain;
Fame that blazes in the three worlds,
Winner of the best—Lord, to you I prostrate.

具有清淨尊體最勝色 智慧大海猶如金須彌
美名令望顯赫於三界 怙主證得最勝我禮敬

With the supreme signs, face like a spotless moon,
Color like gold—to you, I prostrate.
Dust-free like you, the three worlds are not.
Incomparably wise one—to you, I prostrate.

勝相具足無垢月容顏 色如純金於汝我禮敬
三界無有如汝離塵者 無等智者於汝我禮敬

The savior having great compassion,
The founder having all understanding,
The fields of merit with qualities like a vast ocean—
To you, the one gone to thusness, I prostrate.

我於大悲依怙尊 一切智慧說法者
福澤功德大海田 如來如去恭敬禮

དག་པས་འདོད་ཆགས་བྱུང་བར་གྱུར། །
དག་པས་དན་སོང་ལས་སྒོལ་ཞིང་། །
གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་བ། །
ཞི་གྱུར་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །

Dak pay/ doh tchak/ drel par/ jur.
Gey way/ nyen song/ ley drol/ shing.
Jig du/ tun tam/ chok jur/ pa.
Shi jur/ choe la/ chak tsal/ lo.

སྒོལ་ནས་སྒོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །
བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །
ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྷན། །
དགེ་འདུན་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །

Drol ney/ drol wey/ lam yang duhn.
Lap pa/ dak la/ rap duh/ ney.
Shin gi/ dam pa/ yuen den/ din.
Gehn duen/ la yang/ chak tsal/ lo.

སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །
དགེ་བ་ཕུན་གསུམ་ཆོག་པ་བར་སྤྱད། །
རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །
འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་བ་སྟོན་པ་ཡིན། །

Dik pa/ chi yang/ mi tcha/ shing.
Gey wa/ pun sum/ tsok bar/ juh.
Ran gi/ sem ni/ yong su/ duhl.
Di ni/ sang je/ ten ba/ yin.

The purity that frees one from attachment,
The virtue that frees one from the lower realms,
The one path, the sublime pure reality—
To the Dharma that pacifies, I prostrate.

我於離欲之清淨 度脫惡趣之妙善
獨一最上之真實 寂滅正法恭敬禮

Those who are liberated and who also show the path to
liberation,
The holy field qualified with realizations,
Who are devoted to the moral precepts—
To you, the sublime community intending virtue, I prostrate.

我亦於諸已度脫 指解脫道具福德
善住清淨學處者 聖田僧伽恭敬禮

Do not commit any non-virtuous actions,
Perform only perfect virtuous actions,
Subdue your mind thoroughly—
This is the teaching of the Buddha.

諸惡連一小罪皆莫作 眾善希數圓滿盡奉行
自心己意時時遍調伏 如是佛陀教法精勤修

སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །
སྐྱུ་མ་ཐེལ་པ་ཚུ་བར་དང་། །
མི་ལམ་སྒོག་དང་སྒྲིན་ལྷ་བྱར། །
འདུས་བྱས་ཆོས་རྣམས་དེ་ལྟར་ལྟ། །

*Gar ma/ rab rip/ mar me/ tang.
Ju ma/ zhil pa/ chu puhr/ tang.
Mi lam/ lok tang/ drin da/ puhr.
Du che/ choe nam/ dey dar/ da.*

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཡི། །
གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་སྒྲིན་གྱི་དབྱ་བཏུལ་ཏེ། །
གཤམ་དང་ནད་འཆི་བའི་རྒྱབས་འཁྲུག་པའི། །
སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འགོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག། །

*Suh nam/ di yi/ tam che/ sig pa/ yi.
Go pang/ tob ne/ guhn gyi/ dra duhl/ de.
Ga dang/ na dang/ chi way/ lab truk/ pey.
Si bay/ tso ley/ dro wa/ drol bar/ shok.*

A star, a mirage, a flame of a lamp,
An illusion, a drop of dew, or a bubble,
A dream, a flash of lightning, a cloud—
See conditioned things as such!

如星翳障或燈火 如幻朝露或水泡
如夢閃電或雲彩 有為法應如是觀

Through these merits may sentient beings
Attain the rank of all seeing, subdue the foe of faults,
And be delivered from samsara's ocean,
Perturbed by the waves of aging, sickness, and death.

願諸有情能以此功德 證得佛果調伏過失賊
並且脫離輪迴大苦海 永出老病死浪之波蕩

༄༅། །སྒྲ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

la ma la/ jep su chi'o.
Sang ja la/ jep su chi'o.
cho la/ jep su chi'o.
Gen dung la/ jep su chi'o.

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བཀྱིས་པའི་ཆོག་གས་རྣམས་ཀྱིས། །
འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག ། ལན་གསུམ།

Sang je/ cho dong/ tsong je/ chog nam/ la.
Jang chub/ bar du/ dang ni/ jyab su/ chi.
Dag ghi/ jin sog/ je bee/ tsok num/ gee.
Dro la/ pen chir/ sang jye/ drub par/ shog. (3x)

TAKING REFUGE AND GENERATING BODHICITTA 皈依發心

I take refuge in the Guru;
I take refuge in the Buddha;
I take refuge in the Dharma;
I take refuge in the Sangha; (3x)

歸依上師 歸依佛
歸依法 歸依僧

From now until my enlightenment, I take refuge In the
Buddha,
the Dharma, and the Sangha.
And by the merit created in this practice
May I attain the state of Buddhahood
For the benefit of all sentient beings. (3x)

諸佛妙法眾中尊 乃至菩提我皈依
我行施等諸善根 為利有情願成佛

༄༅། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག སེམས་
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་
 ཅིག ལན་གསུམ།

*See chen/ tam che/ day wa dang/ day wiy/ jyu dang/
 den par jur jig. Sem chen/ tam che/ dug ngel dang/ dug
 ngel jyi jyu dang/ drew war/ jjur jig. Sem chen/ tam che/
 dug ngel mey pey/ dey wa dang/ min drel war/ jjur jig.
 Sem chen/ tam che/ nye ring chag dang/ nyi dang/ drel
 wey/ dang nyom la/ ney par jjur jig. (3x)*

༄༅། །ས་གཞི་སྟོས་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བགྲམ། །
 རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྔས་བརྒྱན་བ་སྟེ། །
 སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །
 འགྲོ་ཀྱན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །

 ཨི་དྲི་གུ་རུ་རྩ་མཚུ་ལ་ཁྱི་ནི་རྩ་དུ་ཡུ་མི། །

*Sa shi/ po jyi/ chyük shing/ me tog/ dram.
 Ri.rab ling.shi nyir.diy jyan.pa.diy
 Sang.jey shing.du mig.dey puhl.wah.yei
 Dro.guhn nam.dag shing.la joh.par.shog*

E.dam gu.ru ra.na man.da.la kang nir.ya, dar. ya meh

THE FOUR IMMEASURABLES 四無量心

May all sentient beings enjoy happiness and its causes.
 May all sentient beings be free from suffering and its causes.
 May all sentient beings never be separated from joyful bliss.
 May all sentient beings abide in equanimity, free of bias,
 attachment and anger. (3x)

願諸有情具足安樂及安樂因
 願諸有情永離苦惱及苦惱因
 願諸有情永不離失無苦之樂
 願諸有情遠離愛惡親疏住平等捨

OPENING MEDITATION OF MANDALA OFFERINGS 獻曼達短文

This ground, anointed with perfume, strewn with flowers,
 Mount Meru, encircled by the four continents,
 Surmounted by the sun and the moon:
 I visualize this Buddha-field and offer it.
 May all living beings enjoy the pure land!

E.dam gu.ru ra.na man.da.la kang nir.ya, dar.ya meh

香塗地基妙花敷 須彌四洲日月嚴
 觀為佛土以供獻 眾生咸受清淨刹

伊當菇茹 惹納 曼扎拉 康尼雅 達雅彌

༡༡། ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་བཞགས་སོ། །

ཡོན་ཏན་གྱུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱེད་ཅན་རྗེ། །
ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་བ་ལམ་གྱི་ཅ་བ་རུ། །
ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་བ་དུ་མ་ཡིས། །
གྲས་བ་ཆེན་པོས་བསྟེན་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །

*Yon den guhn ji she jur dren chen jeh
Tsul shin dem bah lam jeh zah wah ru
Legh buhr tohn nee bay bah du mah yih
Ku bah chem bey dem behr chin chee lobe*

ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི། །
ཤིན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤོས་གྱུར་ནས། །
ཉིན་མཆོན་གྱུན་ཏུ་སྟོང་པོ་ལེན་པའི་ཆོ། །
རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །

*Lan jigh neah bee tahl peh den sung de
Shin due ney gah tuhn chin she jur nee
Nin tsen guhn due ning bow lhen bey low
Jun chey may bahr jay wahr chin chee lobe*

ལུས་སྲོག་གཡོ་བ་ཚུ་ཡིས་ཚུ་ལཱར་བཞིན། །
སྐྱར་དུ་འཇིག་པས་འཆི་བ་བྲན་བ་དང་། །
ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གི་བ་མ་བཞིན། །
དཀར་ནག་ལས་འབྲས་བྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ། །

*Lue shoh/ yo wah/ chew yee/ chew puhr/ shin.
Neur dho/ ju bay/ chi wah/ ten bah/ dong.
Tche wey/ jay suh/ lew dung/ dree ma/ shin.
Car nagh/ ley drey/ tche zhin/ drung pah/ la.*

THE FOUNDATION PRAYER
勝道啟門頌

The foundation of all good qualities is the kind and venerable guru.

Correctly devoting to him is the root of the path.
By clearly seeing this and applying great effort,
Please bless me to rely upon him with great respect.

諸功德本謂如理，依止恩師是道基。
善了知己多策勵，恭敬親近祈加持。

Understanding that the precious freedom of this rebirth is found only once,
Is greatly meaningful and difficult to find again;
Please bless me to generate the mind that unceasingly,
Day and night, takes its essence.

偶一得此暇滿身，知極難得具大義，
遍者晝夜恆無間，生取堅心願加持。

This life is as impermanent as a water bubble;
Remember how quickly it decays and death comes.
After death, the effects of black & white karma pursue us
As a shadow follows the body.

身命動搖如水泡，速疾壞滅當念死，
死後如影隨於形，黑白業果恆隨逐。

ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས། །
ཐ་ཞིང་ཐ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤོང་བ་དང་། །
དགེ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །
རྟག་ཏུ་བག་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

*Ngay pah/ dem bow/ nin neah/ nay bey/ tsog.
Chah shing/ cha wah/ num jung/ pohn wah/ tung.
Gey tsog/ ta da/ dru pur/ zhey pah/ la.
Daugh du/ bagh dung/ den buhr/ chin chee/ lobe.*

སྤྱད་པས་མི་ངོམས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་གྱི་སྒོ། །
ཡིད་བརྟན་མི་བྱང་སྤྱིད་པའི་སྤྱན་ཚོགས་གྱི། །
ཉེས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་བའི་བདེ་བ་ལ། །
དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

*Dchey beh/ muh ngom/ dung ngah/ guhn jeh/ go.
Ee den/ muh rohn/ sip bee/ pin tsog/ jee.
Neu mugh/ regh nee/ tar bey/ dey wah/ la.
Tuhn near/ chem bow/ jay puh/ chin chee/ lobe.*

རྣམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་བྱངས་པ་ཡི། །
བྱན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། །
བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་བ་ལ། །
སྦྱབ་པ་སྦྱིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

*Nam dah/ sum bah/ tay yee/ drang wah/ yee.
Drenh dung/ she shin/ paak yew/ chim bow/ yeh.
Tem bey/ za wah/ so sor/ tar bah/ la.
Dru pah/ ning bhor/ shey par/ chin chee/ lobe.*

Finding firm and definite conviction in this,
Please bless me always to be careful;
To abandon even the slightest negativities
And to accomplish all virtuous deeds.

獲定解已於罪聚，雖諸小罪亦應除，
勤修一切妙善聚，常不放逸祈加持。

Seeking the pleasures of samsara leads to all suffering,
They are uncertain and cannot be relied upon.
Recognizing these shortcomings,
Please bless me to generate the strong wish for the bliss of
liberation.

受用無厭眾苦門，不可保信三有樂，
見過患己當希求，解脫妙樂願加持。

Led by this pure thought,
Mindfulness, alertness, and great caution arise.
The root of the teachings, is keeping the pratimoksha vows:
Please bless me to accomplish this essential practice.

清淨意樂所引發，正念正知不放逸，
聖教根本別解脫，修為堅實祈加持。

རང་ཉིད་སྤྱིད་མཆོར་ལྷུང་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །
མར་གྱུར་འགོ་བ་ཀུན་ཀྱང་དེ་འདྲ་བར། །
མཐོང་ནས་འགོ་བ་སློལ་བའི་ཁྱར་འབྱེར་བའི། །
བྱང་ཚུབ་སེམས་མཆོག་འབྱོར་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་རྒྱས། །

Rang nee/ shu tsor/ lhoan wa/ chi shin/ duh.
Ma jehr/ dro wah/ guin jung/ dey dra/ puhr.
Tohn nee/ dro wah/ droe way/ coor cher/ bee.
Chan choob/ sem chow/ june wahr/ chin chee/ lobe.

སེམས་ཅམ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་གསུམ་ལ། །
གོམས་བ་མེད་ན་བྱང་ཚུབ་མི་འགྲུབ་པར། །
ལེགས་པར་མཐོང་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལ། །
བཙོན་བ་དྲག་པོས་སློབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་རྒྱས། །

Sem tsum/ tchey jung/ tzu tchum/ num sum/ la.
Gohm bah/ mey nah/ chang/ chub/ men drupe/ puhr.
Lagh buhr/ tohn nee/ jay see/ dome bah/ la.
Tsome bah/ trhalk peh/ lobe puhr/ chin chee/ lobe.

ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེངས་བ་ཞི་བྱེད་ཅིང་། །
ཡང་དག་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱད་བ་ཡིས། །
ཞི་གནས་སྒྲག་མཐོང་བྱེད་དུ་འབྱེལ་བའི་ལམ། །
སྤྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་རྒྱས། །

Logh bee/ you la/ yung ba/ she sheh/ jung.
Yung da/ tuhn la/ tsu shin/ tcher pah/ yeh.
Shin nay/ lha tohn/ sune du/ dreh beh/ lum.
Nur dhu/ ju la/ jay puhr/ chin chee/ lobe.

Having seen that all beings, my kind mothers,
Have fallen, like myself, into the ocean of samsara,
May I train in supreme bodhichitta, and
Bear the responsibility of freeing all migratory beings.

如自沉沒三有海，慈母眾生悉如是，
見已荷度眾生擔，修菩提心願加持。

If I develop bodhichitta without practicing the three types of
morality,
I will not achieve enlightenment.
With my clear recognition of this,
Please bless me to practice the bodhisattva vows with great
energy.

發心若不學三戒，當知定不證菩提，
故應勤發大精進，學菩提戒祈加持。

By pacifying distractions to wrong objects
And correctly analyzing the meaning of reality,
Please bless me to generate quickly within my mindstream
The path uniting calm abiding and special insight.

散馳邪境令寂滅，如理觀察真實義，
寂止妙觀雙運道，速當生起願加持。

ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱང་པ་ན། །
ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་རྗེ་ཐེག་།
སྤྲུལ་བཟང་སྤྱོད་པའི་འཇུག་དྲགས་དམ་པ་དེར། །
བདེ་སྐྱབས་ཉིད་ཀྱི་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

Tow mong/ lum chung/ nuh dhu/ juhr bah/ na.
Tahc pbah/ guhn jeh/ chow juhr/ dor je/ tahc.
Ka sang/ tche beh/ ju gnoh/ dum bah/ dehr.
Dey lagh/ neah du/ juke puhr/ chin chee/ lobe.

དེ་ཆེ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འགྲུབ་པའི་གཞི། །
རྣམ་དག་དམ་ཆེག་སྤྱོད་པར་གསུངས་པ་ལ། །
བཙུག་མ་མེན་པའི་དེས་པ་རྟེན་གྱུར་ནས། །
སྤྱོད་དང་བསྐྱོས་ཏེ་སྤྱད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

Dey tse/ nguh trupe/ num neh/ drewp bey/ zhee.
Num dah/ dum tsig/ dom puhr/ sume bah/ la.
Ju mah/ mem bey/ ngey pah/ nay juhr/ neh.
Show tung/ dew deh/ soong puhr/ chin chee/ lobe.

དེ་ནས་རྒྱུད་སྤྱིའི་སྤྱིང་པོ་རིམ་གཉིས་ཀྱི། །
གནད་རྣམས་རྗེ་བཞིན་རྟོགས་ནས་བཙོན་པ་ཡིས། །
ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བར། །
དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྤྱོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

Dey nay/ ju dey/ ning bo/ rim nee/ jeh.
Neh num/ jeh shin/ dohg neh/ zon bah/ yeh.
Tun she/ nahl johr/ tcho leh/ me yel/ wahr.
Dum bay/ soong shin/ dru puhr/ chin chee/ lobe.

Having become a pure vessel by training in the general path,
Please bless me to enter
The holy gateway of the fortunate ones:
The Vajrayana, the highest of vehicles.

善修共道成法器，乘中最勝金剛乘，
諸善丈夫勝道階，願速趣入祈加持。

The basis of accomplishing the two attainments
Is keeping pure vows and commitments.
Having become firmly convinced of this,
Please bless me to protect these vows and pledges with my
life.

爾時二種成就本，謂獲淨律三昧耶，
願獲真實決定戒，舍命守護祈加持。

Having realized the importance of the two stages,
The essence of the Vajrayana,
By practicing with great energy, never giving up the four
sessions,
Please bless me to realize the teachings of the holy guru.

次正通達續部心，二次宗要善勤習，
四座瑜伽不放漫，如師教修願加持。

དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་བསེས་གཉེན་དང་། །
ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་། །
བྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཚོགས། །
ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །

Dey duhr/ lum sung/ dhun peh/ she ning/ tung.
Tsu shin/ dru bey/ trogh num/ shep den/ jung.
Chi tung/ nun gey/ puhr du/ tchoh bey/ tsog.
Nee wahr/ she wahr/ chin chee/ lob du/ sol.

སྤྱི་བ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་། །
འབྲལ་མེད་ཆེས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །
དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐུར་ཐོབ་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རྩེ་ཙོང་ཁ་བ་སློ་བཟང་གྲགས་པས་མཛད་པའོ། །

Je wah/ gun du/ yung dagh/ la ma/ tong.
Dreh meh/ tchu jee/ behl la/ lung gyul/ jing.
Sa dung/ lam jee/ yoon dahn/ rap dsog/ nee.
Dor je/ chung ghee/ kom pung/ nur taup/ shogh.

May the gurus who show the noble path
And the spiritual friends who practice it have long lives.
Please bless me to pacify completely
All outer and inner hindrances.

願說如是妙道師，及正修伴堅固住，
內外一切諸障礙，速疾熄滅祈加持。

In all my lives, may I never separated
From Perfect gurus and the magnificent Dharma.
By completing qualities of the stages and paths,
May I quickly attain the state of Vajradhara.

願一切生不舍離，善師受用正法樂，
圓滿道地諸功德，速證勝位金剛持。

ལམ་དེ་མ་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱན་སོ།།

དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་ཆོག་ས་གཉིས་ནི། །
མཁའ་ལྗང་ཡངས་བ་གང་ཞིག་བསགས་པ་དེས། །
སྒྲོ་མིག་མ་རིག་གིས་ལྗང་འགྲོ་བ་ཀུན། །
ནམ་འཕྲེན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་བདག་གྱུར་ཅིག། །

*der nih/ ring dhu/ bey ley/ tsog nhi/ neh.
ka dher/ yung ba/ kung shu/ sug ba/ deh.
lo migh/ ma rik/ ghi dung/ dro wa/ kun.
nahm dren/ jey wiy/ wang bo/ dak jur/ jik.*

དེར་མ་སོན་པའི་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང། །
འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བརྟེན་ས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །
བསྐྱེད་པའི་རིམ་བ་ཀུན་ཚང་ལམ་ཀྱི་མཆོག། །
རྟེན་ནས་སྦྱབ་པས་རྒྱལ་རྣམས་མཉེས་བྱེད་ཤོག། །

*ter ma/ suhn beh/ tse ruhp/ gun dhu/ yung.
jem beh/ yung jiy/ tse wey/ jiy tsom/ dih.
tem beh/ rem ba/ guhn tsung/ lam jiy/ tchog.
neh niy/ drup bey/ jel num/ niy tchay/ shog.*

རང་གིས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་ལམ་ཀྱི་གནད། །
ཤུགས་དྲག་བརྟེན་ས་དངས་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །
འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་བསལ་བྱས་ནས། །
རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་ཡུན་རིང་འཛིན་གྱུར་ཅིག། །

*rung ghi/ tchi shin/ dok bey/ lam jiy/ neh.
shug tchak/ tseh wey/ trung beh/ top keh/ jiy.
dro wiy/ ye jiy/ muem ba/ sey tchi/ niy.
jeh wiy/ den ba/ yune ring/ dzin jur/ jik.*

LAM RIM PRAYER 菩提道次第願

By the knowledge and wisdom, vast as space,
Gained with effort over time,
May I become the Buddha for those whose minds
Are blinded by ignorance.

集福德智慧二種資糧 能修得如虛空般功德
願為一切無明諸眾生 成引渡之佛陀智慧眼

Manjushri, may your compassionate wisdom
Guide my lives along the path.
And lead me to the Dharma,
That my practice may please the buddhas.

於未成佛前願我此生 得曼殊師利慈悲護持
願我完成次第菩提道 願我修圓滿佛法無缺

Empowered by the truth of these teachings,
With compassion and skillful means,
May I dispel ignorance from the minds of all beings,
And hold the Dharma with constancy and devotion for many
eons.

用我所知佛法之要點 大力大慈大悲來引導
願我清除眾生心中暗 護持佛陀教化至永遠

བསྟན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་གིས་མ་བྱས་པའམ། །
བྱས་ཀྱང་ཉམས་པས་གྱུར་བའི་ཕྱགས་དེར་ནི། །
སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡིད་རབ་བསྐྱེད་པ་ཡིས། །
ཕན་བདེའི་གཏེར་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པར་ཞོག། །

*den ba/ rin chin/ tchog giy/ ma tsjep/ bahm.
tchap jung/ nyem barr/ jurr viy/ tscho ter/ neh.
nying jeh/ tchim beh/ yi rep/ tcho ba/ yi.
pen deh/ ter deh/ sa wehr/ tche par/ shok.*

སྤྲུལ་ཅས་རྒྱལ་བའི་མྱེད་བྱང་འཕྲིན་ལས་ལས། །
ལེགས་གྲུབ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པས་ཀྱང་། །
ཐར་མདོད་རྣམས་གྱི་ཡིད་ལ་དཔའ་སྟེར་ཞིང་། །
རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་རིང་དུ་སྐྱོང་གྱུར་ཅིག། །

*seh jiy jey wiy meh tchung tchin liy leh
ley drup tchung chup lam jiy rim biy jung
tar doh nahm jeh yi la ba dher shing
jeh wiy tze pa reng du jung jurr tchig*

ལམ་བཟང་བསྐྱིག་པའི་མཐུན་རྒྱུན་སྤྱོད་ཅིང་། །
འགལ་རྒྱུན་སེལ་བྱེད་མི་དང་མི་མེན་གྱུན། །
ཆེ་རབས་གྱུན་ཏུ་རྒྱལ་བས་བསྐྱགས་པ་ཡི། །
རྣམ་དག་ལམ་དང་འབྲལ་བས་མ་གྱུར་ཅིག། །

*lam sung dreuk biy tun jen drup tchey tching
geh chen sey tche mi tung mi min guhn
tshe rup gun dhu jeh wiy ngak ba yi
nam dahk lum dhang dreh wehr ma jhur tchig*

May the precious Dharma spread where it is needed
And flourish where it exists
That by my effort, this treasure of happiness and aid
Can sustain all beings.

用我心中所發大慈悲 對任一方佛法之教化
未宏化或一化即逝者 願我發心濟助此寶藏

May the desires of those who seek liberation be granted.
And may the inspiring deeds of buddhas and bodhisattvas
As expressed in the Sutras
Forever unveil the road to Enlightenment.

願佛菩薩諸奇妙事業 來完成此菩提道次第
願解脫人心讓他歡喜 佛菩薩事業延續不斷

May all human and spirit beings
Who have conquered adversity
And cleared obstacles from the path,
Never be parted from the Dharma.

願佛道能使人及非人 消除一切不順之逆境
有利一切佛法之修行 永不離開佛陀菩提道

ཞེས་རབ་སྒྲིབ་པོ།

གང་ཆེ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ཆོས་སྲོད་བརྩམ། །
ཚུལ་བཞིན་སྤྱོད་པ་བརྩོན་པ་དེ་ཡི་ཆོ། །
མཐུ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བྲོགས་བྱེད་ཅིང་། །
བག་ཤིས་རྒྱ་མཆོས་བྱོགས་ཀྱན་བྱུང་བྱུང་ཅིག །

kong tse/ tek bha/ tchok la/ tchu jeu/ ju.
tzu shin/ drup la/ zum ba/ teh yi/ tsey.
tu den/ num jeh/ dak dhu/ drok tshe/ tching.
dra shi/ ja tsuh/ chog ghun/ tchep jhur/ tchig.

May the bodhisattvas always sustain
Those who persist in the practice
Of the ten Mahayana actions.
And may oceans of prosperity flood the land.

無論何時若有人努力 以十法行修菩薩道時
願常受護法佛力加被 願吉祥大海普及十方

༄༅། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ག་བ་ཉི་པ་རྣམས་ར་མི་ཏ་ཉི་ད་ཡ། བོད་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྡན་
འདས་མ་ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྒྲིབ་པོ། །བམ་བོ་གཅིག་གོ།

༥ འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བྱག་མཆོལ་ལོ། འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་
གཅིག་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་བྱ་རྒྱུད་ཕུང་པོའི་རི་ལ་དག་སྒྲོང་གི་དག་འདུན་
ཆེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། དེའི་
ཆེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཐབ་མོ་སྤྱང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་
སྒྲིམས་བར་བཞུགས་སོ། །ཡང་དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་
འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་ཀྱང་ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཐབ་མོའི་
སྲོད་པ་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་ཕུང་པོ་ལྡེ་དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོང་བར་རྣམ་
པར་བལྟའོ། །དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱས། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་ལ་འདི་སྐད་
ཅེས་སྒྲིས་སོ། །

De gey dak gi tu pa tu jig na/ jom den dey/ gyel puh
khab/ ja guh pong puh ri la/ gey long gi/ gen duhn chen
po tang/ chang chub sem pey gen duhn chem bo tang/
tab chi du shuk de/ dey tse jom den de/ zhab mo nang
wa/ she cha wey/ chuh gyi nam drang gyi/ ding nge
dzin la/ nyum par shok so/Yang dey tse/ chang chub
sem pa/ sem pa chen po/ pak pa chen re zig/ wang chuk
jyang/ she rab gyi/ pa rol duh/ chin pa zhab mo/ joh pa
nye la/ nam bur dah shing/ pong po ngah wo/ te dak la
yang/ rang shin gyi dong bur nam bur dah wo/ Dey ne
sang je gyi tue/ tse dang den pa/ sha ri pu/chang chub
sem ba/ sem ba chen po/ pak ba chen re zig/ wang chuk
la/ te rye je mey so/

རིགས་ཀྱི་བྱུང་མ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་
 སྤྱད་པ་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་དེས། ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་དང་། བྱང་
 རྒྱུ་མེམས་དཔལ་མེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་
 གིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རི་དུ་ཉིའི་བྱ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུབ་སོ། །ཤུ་རིའི་བྱ། རིགས་ཀྱི་
 བྱུང་མ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་
 པར་འདོད་པ་དེས་འདི་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྟུ་བརྟུ་བྱ་སྟེ། ཕུང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་། རང་
 བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བལྟོ། །གཟུགས་སྤྱོད་པའོ། །སྤྱོད་པ་ཉིད་
 གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་སྤྱོད་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན། སྤྱོད་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་
 གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་།
 རྒྱུ་ལས་ཤེས་པ་རྒྱལ་སྤྱོད་པའོ། །ཤུ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟར་བས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་
 ཉིད་དེ། མཆོན་ཉིད་མེད་པ། མ་སྟེས་པ། མ་འགག་པ། ཇི་མ་མེད་པ། ཇི་མ་དང་བྲལ་བ་
 མེད་པ། ཇི་བ་མེད་པ། གང་བ་མེད་པའོ། །

*Rig gyi puam/ rig gyi po mo gang la la/ she rab gyi pa
 rol du/ chin pa zhab mo/ je pa juh par/ duh pa de/ je
 ger lab par cha/ Dege gyi me pa dang/ chang chub
 sem pa sem pa chen po/ pak pa chen re zig/ wang
 chuk gi/ tse dang den pa/ sha rey doh dii pu la/di ge
 je mey so/ Sha rey pu/ Rig gyi puam/ rig gyi po mo
 gang la la/ she rab gyi pa rol duh/ chin pa zhab mo/
 je pa juh par/ due pa di/ di darnam par/ da whar cha
 de/ pung po nga wo/ de dag jyang/ rang shin gyi/
 dong bar yang dak par/ je su dah wo/Zhuk! dong ba
 wo/ Dong pa nyi/ zhuk so/ Zhuk le jyang dong pa nyi/
 shen ma yin/ dong pa nyi le gyang/ Zhuk! shen ma
 yin no/ De shin duh/ tsor wa dang/ duh she dang/ du
 chey dang/num par she ba num/ dong pa wo/Shari
 puh/ di da we na/ chuh tam che/ dang pa nyi de/ tsen
 nyi mey pa/ ma jey ba/ ma gak pa/ tre ma mey pa/ tre
 ma dang/ drel wa mey pa/drer wa mey pa/ gang wa
 mey pa-o/*

ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟར་བས་ན་སྤྱོད་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཆོར་བ་མེད། འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་
 བྱེད་རྒྱལ་སྤྱོད་པ། རྒྱུ་ལས་ཤེས་པ་མེད། མིག་མེད། རྒྱ་བ་མེད། ལྷ་མེད། ལྷུ་མེད། ལྷས་
 མེད། ཡིད་མེད། གཟུགས་མེད། སྤྱོད་མེད། ཇི་མེད། རོ་མེད། རིག་བྱ་མེད། ཆོས་མེད་དོ།
 མིག་གི་ཁམས་མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་མེད། ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་
 བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །མ་རིག་པ་མེད། མ་རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ནས། རྒྱ་ཤི་མེད། རྒྱ་ཤི་
 ཟད་པའི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། གུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་
 པ་དང་། ལམ་མེད། ཡེ་ཤེས་མེད། རོབ་པ་མེད། མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ། །ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟར་
 བས་ན། བྱང་རྒྱུ་མེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་
 པ་ཟབ་མོ་འདི་ལ་བཞུན་ཅིང་གནས་ཏེ། མེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་སྤྱག་པ་མེད་དེ། ཕྱིན་
 ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས། ལྷ་འཇ་ལས་འདས་པའི་མཐར་ཕྱིན་ཏོ། །

*Sha rey puh/ de da wey na/ dong pa nyi la/ zhuk mey/
 tsor wa mey/ duh she mey/ duh chey nam mey/ nam
 par she wa mey/ mik mey/ na wa mey/ nah mey/ chey
 mey/ lue mey/yih mey/ zhuk mey/dra mey/dri mey/ro
 mey/ rak ja mey/chuh mey doh/ Mik gi kham/ mey pa
 ne/ yih gyi kham mey/ yih gyi nam par/ she beh kham
 gyi/ par du yang mey dho/ Ma rig pa mey/ ma rig pa
 sey pa/ mey pa nye/ga shi mey/ ga shi sey pey par tu/
 yang mey dho/ Te shin duh/ duhk nal wa dang/guhn
 chung wa dang/ gok pa dang/ lam mey/ ye she mey/
 tohb pa mey/ ma tohb pa yang/ mey dho/Shari puh/
 te da wey na/ chang chub sem pa nam /tohb pa mey
 be chir/ she rab gyi pa rol tu chin pa/ zhab mo di la/ din
 jang nye de/sem la drep pa/mey jung/drak pa meydo/
 Chin gyi log ley/ shin duh de ney/nya ngan ley/de bey
 tar chin do/*

དུས་གསུམ་དུ་མངོན་པར་བརྟགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
 རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐབ་མོ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས། སློན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་
 རྒྱལ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟར་པས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
 བྱིན་པའི་སྤྲལས། རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲལས། སློན་མེད་པའི་སྤྲལས། མི་མཉམ་པ་དང་
 མཉམ་པར་བྱེད་པའི་སྤྲལས། སྤྲལ་བ་སྤལ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྤྲལས།
 མི་རྒྱན་པས་ན་བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྲལས་
 སྤྲས་པ། ཉུག་སྒྲ། ཞོ་ག་ཉེ་ག་ཉེ་སྤྲ་ར་ག་ཉེ་སྤྲ་ར་སྤྲ་ག་ཉེ་སྤྲ་སྤྲ། ལྷ་རིའི་བྱ། བྱང་
 རྒྱལ་སེམས་དཔལ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
 བྱིན་པ་ཐབ་མོ་ལ་བསྐབ་པར་བྱའོ།

*Tuh sum du/ ngon par shuk pey/sang je tam che
 jang/ she rab gyi pa rol du/chin pa zhab mo/ di la
 den nye/ la na mey pa/ yang dak par/zhok pey jang
 chub du/ nyon par zhok par/ sang je so/Te da wey
 na/she rab gyi pa rol du/ chin pey ngak/ rig pa chin
 peu ngak/ la na mey be ngak/ mi nyam pa dang/
 nyam par che bey ngak/ duk nyel tam je/ rab du shi
 war/ je bey ngak/ mi zhun pey na/ den par she par
 cha dey/ she rab gyi/pa rol du/ chin bey ngak/
 Mey pa: DAYATA/ OM/ GATE GATE/ BARA GATE/
 BARA/SANG GATE/ BOHDI SOHA/ Sha rey pu /
 chang chub sem pa/sem pa chim po/nam gyi dey
 dar she rab gyi/ pa rol du/ chin pa so mo la/lab par
 cha wo/*

དེ་ནས་བཙུག་ལྟན་འདས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་སེམས་
 དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྲུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ལ་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་ནས།
 ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞེན་ནོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞེན་ཏེ། རི་ལྟར་
 ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུན་པ་དེ་བཞེན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐབ་མོ་ལ་སྤྲད་པར་བྱ་སྟེ།
 དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་རོ། །བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྤྲད་ཅས་
 བཀའ་བསྩལ་ནས། ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རིའི་དུ་ཉིའི་བྱ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་སེམས་
 དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྲུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་དང་། ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པའི་
 འཁོར་དེ་དག་དང་། ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། རི་ཟར་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཡི་
 རངས་སྟེ། བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ། །
 འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྲོང་པོ་རྫོགས་སོ། །

*Dey ne jom den de/ding nye zhin /dey ley sheng dey/
 chang chub sem pa/ sem pa chen po/ pak ba chen re
 zig wang chub la/ lek so!/ She cha wa chin nye/
 Lek so! Lek so!/Rig gyi puh/te de shin noh/Rig gyi pu/
 te de shin de/ ji dar chu gyi den pa/ te shin du/ she rab
 gyi/ pa rol du/ chin pa zhab mo la/ jey par cha dey/de
 shin shek pa/ nam gyang/ je su yi rang-o / Jom den de
 gyi/ de gey gyi/ gah zhal nye/tse tang den pa/sha rey
 doh dii pu tang/chang chub tang pa/ sem pa chen po/
 pak pa chen re zig/wang chub tang/ tam che tam/ den
 bey khor/ de tak dang/ lha dang/ mi tang/lha ma yin
 dang/ tre suhr che pey/ jig den yi rang de/ jom den de
 gyi/ sung pa la/ ngon par duh do/*

Thus did I hear at one time. The Bhagavan was dwelling on Mass of Vultures Mountain in Rajagriha together with a great community of monks and a great community of bodhisattvas. At that time, the Bhagavan was absorbed in the concentration on the categories of phenomena called “Profound Perception”. Also, at that time, the bodhisattva mahasattva arya Avalokiteshvara looked upon the very practice of the profound perfection of wisdom and beheld those five aggregates also as empty of inherent.

Then, through the power of the Buddha, the venerable Shariputra said this to the bodhisattva mahasattva arya Avalokiteshvara: “How should any son of the lineage train who wishes to practice the activity of the profound perfection of wisdom?”

He said that and the bodhisattva mahasattva arya Avalokiteshvara said this to the venerable Sharadvatiputra. “Shariputra, any son of the lineage or daughter of the lineage who wishes to practice the activity of the profound perfection of wisdom should look upon it like this, correctly and repeatedly beholding those five aggregates also as empty of inherent nature. ‘Form is empty. Emptiness is form. Emptiness is not other than form; form is also not other than emptiness. In the same way, feeling, discrimination, compositional factors, and consciousness are empty.

“Shariputra, likewise, all phenomena are emptiness; without characteristic; unproduced, unceased; stainless, not without stain; not deficient, not fulfilled.

“Shariputra, therefore, in emptiness there is no form, no feeling, no discrimination, no compositional factors, no consciousness; no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no visual form, no sound, no odor, no taste, no object of touch, and no phenomenon. There is no eye element and so on up to and including no mind element and no mental consciousness element. There is no ignorance, no extinction of ignorance, and so on up to and including no aging and death and no extinction of aging and death. Similarly, there is no suffering, origination, cessation, and path; there is no exalted wisdom, no attainment, and also no non- attainment.

“Shariputra, therefore, because there is no attainment, bodhisattvas rely on and dwell in the perfection of wisdom, the mind without obscuration and without fear. Having completely passed beyond error, they reach the end-point of nirvana. All the buddhas who dwell in the three times also manifestly, completely awaken to unsurpassable, perfect, complete enlightenment in reliance on the perfection of wisdom.

“Therefore, the mantra of the perfection of wisdom, the mantra of great knowledge, the unsurpassed mantra, the mantra equal to the unequaled, the mantra that thoroughly pacifies all suffering, should be known as truth since it is not false. The mantra of the perfection of wisdom is declared:

TADYATHA (OM) GATE GATE PARAGATE
PARASAMGATE BODHI SVAHA

“Shariputra, the bodhisattva mahasattva should train in the profound perfection of wisdom like that.”

Then the Bhagavan arose from that concentration and commended the bodhisattva mahasattva arya Avalokiteshvara saying: “Well said, well said, son of the lineage, it is like that. It is like that; one should practice the profound perfection of wisdom just as you have indicated; even the tathagatas rejoice.” The Bhagavan having thus spoken, the venerable Sharadvatiputra, the bodhisattva mahasattva arya Avalokiteshvara, those surrounding in their entirety along with the world of gods, humans, asuras, and gandharvas were overjoyed and highly praised that spoken by Bhagavan.

般若波羅蜜多心經

如是我聞，一時，薄伽梵在王舍城靈鷲山，與大比丘眾及大菩薩眾俱。爾時，薄伽梵入深明法門三昧。是時，復有聖觀自在菩薩摩訶薩，觀照般若波羅蜜多深妙之行，照見五蘊皆自性空。

於是壽命具足舍利子承佛威力，白聖觀自在菩薩摩訶薩言『善男子若有欲修般若波羅蜜多深妙行者，作何修習？』

觀自在菩薩摩訶薩告壽命具足舍利子言：『舍利子，

若善男子，善女人樂修般若波羅蜜多深妙行者，應作是觀，應以五蘊亦從自性空真實觀：色即是空，空即是色，色不異空，空亦不異色。受想行識，亦知是空。

舍利子，以是諸法性空無相，不生不滅，無垢亦無離垢，無減無增。舍利子，是故空中無色，無受，無想，無行，無識；無眼，無耳，無鼻，無舌，無身，無意；無色，無聲，無香，無味，無觸，無法；無眼界乃至無意識界；無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡；是以無苦集滅道；無智，無得，亦無不得。

舍利子，是故菩提薩埵以無所得故，依止般若波羅蜜多，心無罣礙，故無恐怖，遠離顛倒，究竟涅槃，三世安住，諸佛亦依般若波羅蜜多，得于阿耨多羅三藐三菩提，圓成佛道。

故應諦知般若波羅蜜多咒，是大明咒，無上咒，無等等咒，除一切苦咒，真實不虛，故說般若波羅蜜多咒：

爹雅他 唵 葛德 葛德 巴喇葛德 巴喇桑葛德 菩提 娑哈

舍利子，菩薩摩訶薩應如是修習深妙般若波羅蜜多。』

於是薄伽梵從三昧起，告聖觀自在菩薩摩訶薩言：『善哉！』復云：『善哉！善男子，如是如是，如汝所說，深妙般若波羅蜜多應如是行，一切如來亦皆隨喜。』

薄伽梵作是語已，壽命具足舍利子、聖觀自在菩薩摩訶薩，暨諸眷屬，天人阿修羅，乾達婆等，一切世間，皆大歡喜，宣讚佛旨。

ཨོ་རྒྱལ་པོ་མ་འཕགས་མ་སྐྱེལ་མ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ།།
བྱུག་འཆལ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་དབང་ལོ།།
སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་དབང་ལོ།།
འཕགས་པའི་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ།།
གུ་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ།།

OM je tsün ma/ phag ma/ dröl ma la/ chhag tshäl lo.
Chhag tshäl/ dröl ma/ nyur ma/ pa mo.
Chän ni/ kä chig/ log dang/ dra ma.
Jig ten/ sum gön/ chhu kye/ zhäl gyi.
Ge sar/ je wa/ lä ni/ jung ma.

བྱུག་འཆལ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་འཕགས་མ།།
གུ་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ།།
སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ།།
འཕགས་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ་འཕགས་མ།།

Chhag tshäl/ tön käi/ da wa/ kün tu.
Gang wa/ gya ni/ tseg päi/ zhäl ma.
Kar ma/ tong thrag/ tshog pa/ nam kyi.
Rab tu/ chhe wäi/ ö rab/ bar ma.

བྱུག་འཆལ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ།།
སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ།།
སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ།།
སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ་སྐྱེལ་མ།།

Chhag tshäl/ ser ngo/ chhu nä/ kye kyi.
Pä mä/ chhag ni/ nam par/ gyän ma.
Jin pa/ tsön drü/ ka thub/ zhi wa.

Zö pa/ sam tän/ chö yül/ nyi ma.

OM Homage to the Venerable Arya Tara.
Homage to you, Tara, the swift heroine,
Whose eyes are like an instant flash of lightning,
Whose water-born face arises from the blooming lotus
Of Avalokiteshvara, protector of the three worlds.

唵 敬禮尊聖救度母

敬禮救度速勇母 目如剎那電光照
三世界尊蓮華面 從妙華中現端嚴

Homage to you, Tara, whose face is like
One hundred full autumn moons gathered together,
Blazing with the expanding light
Of a thousand stars assembled.

敬禮百秋朗月母 普遍圓照無垢面
如千星宿俱時聚 殊勝威光超於彼

Homage to you, Tara, born from a golden-blue lotus,
Whose hands are beautifully adorned with lotus flowers,
You who are the embodiment of giving, joyous effort, ascet-
icism,
Pacification, patience, concentration, and all objects of
practice.

敬禮紫磨金色母 妙蓮華手勝莊嚴

施精勤行柔善靜 忍辱禪定性無境

བྱག་འཆའ་དེ་བཞིན་གཤེན་པའི་གཙུག་ཏོར། །
མཐའ་ཡས་ནས་པར་རྒྱལ་བར་སྦྱོད་མ། །
མ་ལུས་པ་རོལ་བྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །
རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ། །

Chhag tshäl/ de zhin/ sheg päi/ tsug tor.
Tha yä/ nam par/ gyäl war/ chö ma.
Ma lü/ pha röl/ chhin pa/ thob päi.
Gyäl wäi/ sä kyi/ shin tu/ ten ma.

བྱག་འཆའ་ཏུར་བ་རྩི་ཡི་གེ། །
འདོད་དང་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །
འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་གྱིས་མཁན་ཏེ། །
ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །

Chhag tshäl/ TUTTARA HUM yi ge.
Dö dang/ chhog dang/ nam kha/ gang ma.
Jig ten/ dün po/ zhab kyi/ nän te.
Lü pa/ me par/ gug par/ nü ma.

བྱག་འཆའ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཆངས་པ། །
རྒྱ་ལྷ་སྣ་ཆོག་གས་དབང་བྱག་མཆོད་མ། །
འབྱུང་པ་རོལ་པར་བྱི་ཐ་ནམས་དང་། །
གཞོད་སྦྱོར་ཆོག་གས་གྱིས་མཐུན་ནས་བསྟོད་མ། །

Chhag tshäl/ gya jin/ me lha/ tshang pa.
Lung lha/ na tshog/ wang chhug/ chhö ma.
Jung po/ ro lang/ dri za/ nam dang.

Nö jin/ tshog kyi/ dün nä/ tö ma.

Homage to you, Tara, the crown pinnacle of those thus gone,
Whose deeds overcome infinite evils,
Who have attained transcendent perfections without excep-
tion,
And upon whom the sons of the Victorious Ones rely

敬禮如來頂髻母 最勝能滿無邊行
德到彼岸盡無餘 勝勢佛子極所愛

Homage to you, Tara, who with the letters TUTTARA and
HUM
Fill the (realms of) desire, direction, and space,
Whose feet trample on the seven worlds,
And who are able to draw all beings to you.

敬禮怛囉吽字母 聲愛方所滿虛空
運足遍履七世界 悉能鉤召攝無餘

Homage to you, Tara, venerated by Indra,
Agni, Brahma, Vayu, and Ishvara,
And praised by the assembly of spirits, raised corpses,
Gandharvas, and all yakshas.

敬禮釋梵火天母 風神自在眾俱集
部多起屍尋香等 諸藥叉眾作稱歎

བྱག་འཆལ་རྩ་ཅེས་བྱ་དང་པར་གྱི།
པ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་རྩ་འཛོམས་མ།
གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ།
མེ་འབར་འབྲུགས་པ་ཤིན་རྩ་འབར་མ།

Chhag tshäl/ TRAD che/ ja dang/ PHAT kyi.

Pha röl/ thrül khor/ rab tu/ jom ma.

Yä kum/ yön kyang/ zhab kyi/ nän te.

Me bar/ thrug pa/ shin tu/ bar ma.

བྱག་འཆལ་རྩ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས།
བདུད་གྱི་དཔའ་རྩམ་པར་འཛོམས་མ།
ཚུ་སྤྱིས་ཞལ་ནི་ཁྲིག་གཉེར་ལྡན་མངོད།
དགྲ་པོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ།

Chhag tshäl/ TURE/ jig pa/ chhen po.

Dü kyi/ pa wo/ nam par/ jom ma.

Chhu kye/ zhäl ni/ thro nyer/ dän dzä.

Dra wo/ tham chä/ ma lü/ sö ma.

བྱག་འཆལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་བྱག་རྒྱའི།
སོར་མོས་བྱགས་ཀར་རྩམ་པར་བརྒྱན་མ།
མ་ལུས་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བརྒྱན་པའི།
རང་གི་འོད་གྱི་ཆོགས་རྩམས་འབྲུག་མ།

Chhag tshäl/ kön chhog/ sum tshön/ chhag gyäi.

Sor mö/ thug kar/ nam par/ gyän ma.

Ma lü/ chhog kyi/ khor lö/ gyän päi.

Rang gi/ ö kyi/ tshog nam/ thrug ma.

Homage to you, Tara, whose TRAT and PHAT

Destroy entirely the magical wheels of others.

With your right leg bent and left outstretched and pressing,

You burn intensely within a whirl of fire.

敬禮特囉胝發母 於他加行極摧壞

展左蹠右作足踏 頂髻熾盛極明耀

Homage to you, Tara, the great fearful one,

Whose letter TURE destroys the mighty demons completely,

Who with a wrathful expression on your water-born face

Slay all enemies without an exception.

敬禮都哩大緊母 勇猛能摧怨魔類

於蓮華面作頻眉 摧壞一切冤家眾

Homage to you, Tara, whose fingers adorn your heart

With the gesture of the sublime precious three;

Adorned with a wheel striking all directions without exception

With the totality of your own rays of light.

敬禮三寶嚴印母 手指當心威嚴相

嚴飾方輪盡無餘 自身熾盛光聚種

ཕུག་འཆེལ་རབ་རྩ་དགའ་བ་བཟིན་པའི། །
དབྱ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཐེང་བ་སྟེལ་མ། །
བཞད་པ་རབ་བཞད་རྩ་རྒྱ་ར་ཡིས། །
བདུད་དང་འཛིག་རྟེན་དབང་རྩ་མཛད་མ། །

Chhag tshäl/ rab tu/ ga wa/ ji päi.
U gyän/ ö kyî/ threng wa/ pel ma.
Zhe pa/ rab zhä/ TUTTARA yi.
Dü dang/ jig ten/ wang du/ dzä ma.

Homage to you, Tara, whose radiant crown ornament,
Joyful and magnificent, extends a garland of light,
And who, by your laughter of TUTTARA,
Conquer the demons and all of the worlds

敬禮威德歡悅母 寶光珠鬘眾光飾
最極喜笑睹怛哩 鎮世間魔作攝伏

ཕུག་འཆེལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །
ཐམས་ཅད་འགྲགས་པར་རྣམ་པ་ཉིད་མ། །
ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྱི་གིས། །
ཐོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ། །

Chhag tshäl/ sa zhi/ kyong wäi/ tshog nam.
Tham chä/ gug par/ nü ma/ nyi ma.
Thro nyer/ yo wäi/ yi ge/ HUM gi.
Phong pa/ tham chä/ nam par/ dröl ma.

Homage to you, Tara, who are able to invoke
The entire assembly of local protectors,
Whose wrathful expression fiercely shakes,
Rescuing the impoverished through the letter HUM.

敬禮守護眾地母 亦能鉤召諸神眾
搖顰眉面吽聲字 一切衰敗令度脫

ཕུག་འཆེལ་རྒྱ་བའི་རྩམ་བྱའི་དབྱ་རྒྱ། །
བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་རྩ་འབར་མ། །
རལ་བའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །
རྟག་པར་ཤིན་རྩ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

Chhag tshäl/ da wäi/ dum bü/ u gyän.
Gyän pa/ tham chä/ shin tu/ bar ma.
Räl päi/ khur na/ ö pag/ me lä.
Tag par/ shin tu/ ö rab/ dzä ma.

Homage to you, Tara, whose crown is adorned
With the crescent moon, wearing ornaments exceedingly
bright;
From your hair knot the buddha Amitabha
Radiates eternally with great beams of light.

敬禮頂冠月相母 冠中現勝妙嚴光

阿彌陀佛髻中現 常放眾妙寶光明

བྱག་འཆའ་བསྐལ་བའི་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །
འབར་བའི་ཐེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །
གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱམས་ཀུན་བསྐྱོར་དགའི། །
དག་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་པར་འཛམས་མ། །

Chhag tshäl/ käl päi/ tha mäi/ me tar.

Bar wäi/ threng wäi/ ü na/ nä ma.

Yä kyang/ yön kum/ kün nä/ kor gäi.

Dra yi/ pung ni/ nam par/ jom ma.

བྱག་འཆའ་ས་གཞི་ངོས་ལ་བྱག་གི། །
མཐེལ་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ། །
ཁྲི་གཉིར་སྤྱད་མཛད་ཡི་གེ་རྩྱུ་གིས། །
རིམ་བ་བརྟན་པོ་རྣམས་ནི་འགེམས་མ། །

Chhag tshäl/ sa zhii/ ngö la/ chhag gi.

Thil gyi/ nün ching/ zhab kyi/ dung ma.

Thro nyer/ chän dzä/ yi ge/ HUM gi.

Rim pa/ dün po/ nam ni/ gem ma.

བྱག་འཆའ་བདེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ། །
མུ་དན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །
སྤྱུ་ཚོ་དང་ཡང་དག་ལྷན་བས། །
སྤྲིག་བ་ཆེན་པོ་འཛམས་བ་ཉིད་མ། །

Chhag tshäl/ de ma/ ge ma/ zhi ma.

Nya ngän/ dä zhi/ chö yül/ nyi ma.

SVAHA OM dang/ yang dag/ dân pä.

Dig pa/ chhen po/ jom pa/ nyi ma.

Homage to you, Tara, who dwell within a blazing garland
That resembles the fire at the end of this world age;
Surrounded by joy, you sit with your right leg extended
And left withdrawn, completely destroying all the masses of
enemies

敬禮如盡劫火母 安住熾盛頂髻中
普遍喜悅半趺坐 能摧滅壞惡冤輪

Homage to you, Tara, with hand on the ground by your side,
Pressing your heel and stamping your foot on the earth;
With a wrathful glance from your eyes you subdue
All seven levels through the syllable HUM.

敬禮手按大地母 以足踐蹋作鎮壓
現顰眉面作吽聲 能破七險鎮降伏

Homage to you, Tara, O happy, virtuous, and peaceful one,
The very object of practice, passed beyond sorrow.
You are perfectly endowed with SOHA and OM,
Overcoming completely all the great evils.

敬禮安隱柔善母 涅槃寂滅最樂境

莎訶命種以相應 善能消滅大災禍

ཕྱག་འཆམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། །
དབང་ཡི་ལུས་ནི་རབ་རྩ་འགམས་མ། །
ཡི་གེ་བརྒྱ་བའི་ཕྱགས་ནི་བཀོད་བའི། །
རིག་བ་རྩྱ་ལས་སྒྲིལ་མ་ཉིད་མ། །

Chhag tshäl/ kün nä/ kor rab/ ga wäi.

Dra yi/ lü ni/ nam par/ gem ma.

Yi ge/ chu päi/ ngag ni/ kö päi.

Rig pa/ HUM lä/ dröl ma/ nyi ma.

ཕྱག་འཆམ་རྩ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྟམས་བས། །
རྩྱ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །
རི་རབ་མཚན་དང་འབྲིགས་བྱེད། །
འཛིག་ཉེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

Chhag tshäl/ TURE/ zhab ni/ deb pä.

HUM gi/ nam päi/ sa böñ/ nyi ma.

Ri rab/ Mandha/ ra dang/ big je.

Jig ten/ sum nam/ yo wa/ nyi ma.

ཕྱག་འཆམ་ལྷ་ཡི་འཛོལ་ཡི་རྣམ་པའི། །
རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ། །
རྩྱ་ར་གཉིས་བརྗོད་པའི་ཀྱི་ཡི་གེས། །
དྲུག་རྣམས་མ་ལུས་བར་ནི་སེལ་མ། །

Chhag tshäl/ lha yi/ tsho yi/ nam päi.

Ri dag/ tag chän/ chhag na/ nam ma.

TARA/ nyi jö/ PHAT kyī/ yi ge.

Dug nam/ ma lü/ pa ni/ sel ma.

Homage to you, Tara, surrounded by the joyous ones,
You completely subdue the bodies of all enemies;
Your speech is adorned with the ten syllables,
And you rescue all through the knowledge-letter HUM.

敬禮普遍極喜母 諸怨支體令脫離
十字咒句妙嚴布 明咒吽聲常朗耀

Homage to you, Tara, stamping your feet and proclaiming
TURE.

Your seed-syllable itself in the aspect of HUM
Causes Meru, Mandhara, and the Vindhya mountains
And all the three worlds to tremble and shake.

敬禮都哩巴帝母 足躡相勢吽字種
彌嚕曼陀結辣薩 於此三處能搖動

Homage to you, Tara, who hold in your hand
The hare-marked moon like the celestial ocean.
By uttering TARA twice and the letter PHAT
You dispel all poisons without an exception.

敬禮薩囉天海母 手中執住神獸像
誦二怛囉作發聲 能滅諸毒盡無餘

ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །
ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །
ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བ་བརྩེད་ཀྱིས། །
ཚོད་དང་མི་ལམ་ངན་བ་སེལ་མ། །

Chhag tshäl/ lha yi/ tshog nam/ gyäl po.

Lha dang/ mi am/ chi yi/ ten ma.

Kün nä/ go chha/ ga wäi/ ji gyi.

Tsö dang/ mi lam/ ngän pa/ sel ma.

ཕྱག་འཆའ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། །
སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །
ཏ་ར་གཉིས་བརྩེད་ཏུརྒྱ་ར་ཡིས། །
ཤིན་ཏུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

Chhag tshäl/ nyi ma/ da wa/ gyä päi.

Chän nyi/ po la/ ö rab/ säl ma.

HARA/ nyi jö/ TUTTA/ RA yi.

Shin tu/ drag pöi/ rim nä/ sel ma.

ཕྱག་འཆའ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །
ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་མ། །
གཏོན་དང་རོ་ལོངས་གཏོན་སྤྱན་ཚོགས་རྣམས། །
འཛོམས་བ་ཏུ་རེ་རབ་མཆོག་ཉིད་མ། །

Chhag tshäl/ de nyi/ sum nam/ kö pä.

Zhi wäi/ thü dang/ yang dag/ dän ma.

Dön dang/ ro lang/ nö jin/ tshog nam.

Jom pa/ TURE/ rab chhog/ nyi ma.

ཅ་བའི་སྤྲལས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་འདི་དང་། །ཕྱག་འཆའ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག། །

Tsa wäi/ ngag kyi/ tö pa/ di dang. Chhag tshäl/ wa ni/ nyi shu/

tsa chig.

Homage to you, Tara, upon whom the kings of the assembled gods,

The gods themselves, and all kinnaras rely;

Whose magnificent armor gives joy to all,

You who dispel all disputes and bad dreams.

敬禮諸天集會母 天緊那羅所依愛

威德歡悅若堅鎧 滅除鬥諍及惡夢

Homage to you, Tara, whose two eyes – the sun and the moon –

Radiate an excellent, illuminating light;

By uttering HARA twice and TUTTARA,

You dispel all violent epidemic disease.

敬禮日月廣圓母 目睹猶勝普光照

誦二喝囉咄怛哩 善除惡毒瘟疫熱病

Homage to you, Tara, adorned by the three suchnesses,

Perfectly endowed with the power of serenity,

You who destroy the host of evil spirits, raised corpses, and yakshas,

O TURE, most excellent and sublime!

敬禮具三真實母 善靜威力皆具足

藥叉執魅尾怛辣 都哩最極除災禍

Thus concludes this praise of the root mantra
and the offering of the twenty-one homages.

若有智者勤精進 至心誦此二十一

༄༅། །གདུགས་དཀར་བསྟོད་པ་རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་མ་བཞུགས་སོ། །

རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་བདུན་དང་འཕགས་པའི་འཁོར། །
དང་སྒོང་རིག་ལྷགས་འཆང་དང་ཆངས་དབང་དང་། །
དྲག་པོ་རི་སྤྲས་དང་བཅས་སྟེད་མེད་བྱ། །
ལེགས་ལྷན་ནག་པོ་གདུང་བདུན་བདེ་གཤེགས་བཙུ། །

*Gyal wa/ che wa/ dun dang/ pak bee/ kor.
Drang song/ rik ngak/ chang dang/ tsang wang/ dang.
Trak po/ ri sri/ dang jee/ sred met/ pu.
Leg den/ nak po/ dong dun/ day shek/ jue.*

ཕྱག་འོས་རྣམས་ལ་གུས་པས་ཕྱག་བྱས་ནས། །
བདེ་གཤེགས་གཙུགས་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཆོག་ཕྱང་སྟེ། །
གང་གིས་བསྐྱུགས་པ་འཁོར་ལ་བཀའ་བསྩལ་པའི། །
དཔལ་ལྷན་གདུགས་དཀར་ཅན་ལ་བསྟོད་པར་བྱ། །

*Chak ue/ nam la/ gue bee/ chak chee/ nee.
De shek/ zuk nee/ sang ngak/ tsik chong/ day.
Gang gee/ ngak pa/ kor la/ ka tsal/ bee
Pal dan/ duk kar/ jan la/ dode bar/ cha.*

འཆི་མེད་དབང་བོའི་མདུན་ས་ཆོས་བཟང་དུ། །
ཤྱུག་རི་རྒྱལ་བོའི་མཆོན་མཆོག་གཙུག་ཏོར་ནས། །
ལེགས་འཁྲངས་བདུད་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་མི་སྤྱབ་ཅིང་། །
པས་ཀྱི་ཆོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་སྒྲོག་པས། །

*Che med/ wang bue/ dun sa/ chue sang/ duu.
Shak jee/ gyal boe/ tsan chok/ zuk dor/ nee.
Lek trong/ dud jee/ rik jee/ mi tub/ jing.
Pee jee/ gol wa/ tam jad/ cher dok/ bee.*

Short prayer in Praise of White Umbrella.
大白傘蓋讚頌聚集經

Surrounded by a retinue of seven hundred million: Victorious ones and noble ones, Rishis, Vidyādhara, Brahma and Shiva -- together with his mountain sons who are Vishnu, The excellent black one, the 7 descendants and the Sugatas.

七俱胝佛及圣众，持明咒仙梵帝释，
威猛山子无爱子，七部十佛三具善，

After devotedly paying homage to all those who are worthy of homage, Visualize the Sugata (White Umbrella) and say the words of the secret mantra. And praise her retinue with whatever praises one is able to evoke. Then say these hymns of praise to the glorious White Umbrella.

应受拜处作敬礼，如来顶髻出咒语，
告汝咒师众眷属，应赞具德白伞盖。

Foremost amongst the followers of the good dharma of the immortal lord, She was born from the supreme Uṣṇīṣa of the King of the Śakyas. Unconquered by the beautiful and strong Maras,
She wards off all the false teachings.

长生自在妙法苑，释迦法王顶髻生，
诸神魔类不能侵，一切怨敌皆阻止。

གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཕུག་ཏོར་གདུགས་དཀར་ཞེས། །
ཡིངས་སུ་གྲགས་པས་ས་གསུམ་ཀུན་བྱུང་བ། །
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་གཅིག་ལུ། །
བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཁྱོད་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །

Shan jee/ mi tupe/ zuk dor/ duk gar/ she.
Yong su/ drak bee/ sa sume/ kun chap/ ba.
Due sum/ gyal wa/ kun jee/ yum jik/ bu.
Jome dan/ dee ma/ chod la/ chak tsal/ lo.

གདོན་དང་རྩ་སྐར་གཟའ་ཡི་གཞོན་པ་དང་། །
དུས་མཉུན་འཆི་དང་སྤྲིག་པའི་མི་ལམ་དང་། །
དུག་མཆོན་མེ་དང་རྩ་ཡི་གཞོན་པ་སོགས། །
མ་ལུས་ཞི་མཛད་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །

Dun dang/ gyu gar/ za yee/ nod ba/ dang.
Due men/ chi dang/ dik bee/ mi lam/ dang.
Duk tson/ may dang/ chu yee/ nud ba/ sok.
Ma lue/ shi zad/ cho la/ chak tsal/ lo.

སྐྱུ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཁྱོན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡངས། །
དུ་མའི་ཉམས་ཅན་དབུ་ནི་སྟོང་སྟོང་དང་། །
འབར་བའི་ཕྱག་མཆོན་ལྷན་པའི་ཕྱག་སྟོང་ཅན། །
ས་གསུམ་དགྱིལ་འཁོར་ཀུན་ལ་དབང་མཛད་མ། །

Ku yee/ jil kor/ chon ni/ shin du/ yang.
Du mee/ nyam jan/ wu ni/ dong trak/ dang.
Bar we/ chak tsan/ dan bee/ chak dong/ jan.
Sa sume/ jil kor/ gun la/ wang zad/ ma.

Because she is unconquered by others, she is known as White Umbrella. And her universal renown pervades all three realms: Celestial, terrestrial and subterranean. I pay homage to you, Oh Bhagavati! The only mother of all the Buddhas of the three times.

余无能敌顶白伞，普称赞颂遍三界，
三世诸佛唯一母，薄迦梵母我敬礼。

Subduer of malevolent influences of the constellations of the lunar mansion and Rahu. I pay homage to you. Without exception you pacify these fears: All untimely deaths, terrifying dreams, diseases arising from weapons, And poisons and the harm of fire and water.

魔障星宿凶煞害，非时死等及恶梦，
具毒兵器水火等，无余息止我敬礼。

Your body is vast beyond measure.
Your one thousand heads display manifold expressions.
Your one thousand hands are in blazing mudra.
You are the mother lord of all three celestial abodes.

身具轮圆殊胜广，现异妙相具千首，
炽盛手相千法器，统领三界自在母。

དག་ཤུལ་ཆེ་སོགས་ཉེར་གཉིས་ཕྱག་རྒྱའི་འཁོར། །
གདུག་པ་འདུལ་བའི་ལས་ལ་ཐོགས་མེད་པས། །
ནག་པོའི་སྡེ་རྣམས་རྩལ་དུ་བརྒྱག་མཛད་པའི། །
རིག་སྤྲུགས་ལྷ་མོའི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

Trak shul/ che sok/ nyr nee/ chak jai/ kor.
Duk ba/ dul wee/ lai la/ toke me/ bee.
Nak boe/ de nam/ dul du/ lak zad/ bee.
Rik ngak/ lha mue/ tsok la/ chak tsal/ lo.

དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་ཀྱི་འཛིགས་པ་སོགས། །
མི་དང་མི་མིན་འབྱུང་བོས་བསྐྱེད་པ་ཡི། །
འཛིགས་པ་བྲན་ནས་ཁྱོད་ལ་སྦྱབས་འཆའ་ན། །
འཛིགས་པ་ཀྱན་ལས་རྟག་དུ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །

Due min/ chi dang/ nad jee/ jik ba/ soke.
Mi dang/ mi men/ jong we/ jed ba/ yee.
Jik pa/ tran nee/ chol la/ jap cha/ na.
Jik pa/ kun lee/ dak du/ srung du/ sol.

ལྷ་ཁྲ་ལྷ་མ་ཡིན་ལ་སོགས་པ་ཡི། །
གདོན་ཆེན་རྣམས་དང་གཟེ་བརྟེན་མདངས་འཕྲོག་ཅིང་། །
མངལ་དང་ཤ་ཁྲག་ལ་སོགས་ཟ་བ་ཀྱང་། །
ཁྱོད་ཞབས་བྲན་པ་ཅམ་གྱིས་བརྟོག་དུ་གསོལ། །

Lha lu/ lha ma/ yin la/ sok ba/ yee.
Done chen/ nam dang/ zid jid/ dang trok/ jing.
Ngal dang/ sha trak/ la sok/ sa wa/ kun.
Cho shap/ dran ba/ zam ji/ dok du/ sol.

Surrounded by powerful Dakas (heroes) and 22 consorts,
Unobstructed by the wicked actions of the subjects to be
tamed, You crush all that is unwholesome into the smallest
particles of dust.

I pay homage to the gatherings of the goddesses of the
Vidhyamantra (gnostic mantra).

勇猛手印二二相，降魔事业无阻挡，
粉碎黑部众敌军，敬礼明咒天女众！

When one remembers the fear of untimely death and diseases,
And the fear of the arising of the evil forces of men and
non-humans, At these times, seek her refuge. Supplicate her
to always protect from all these fears.

非时死天病灾难，人及非人苦难生，
常念危难皈依你，众危难中祈常护！

All the gods and nāgas and the great demons, The most ma-
jestically beauties or the ugliest ones, Those made of flesh
and blood born from the womb who eat and drink: Just by
remembering your feet, all obstacles can be warded off.

天龙与非天种种，诸妖鬼怪夺容光，
惯食胞胎血肉众，一念你尊即回遮。

གང་གི་སྒོ་ནས་མི་བསྐྱུན་སྒྲེ་བོ་ཡིས། །
བདག་ཅག་བདེ་ལེགས་འཕྲོག་པའི་རིག་སྒྲུགས་སོགས། །
མ་ལུས་གཅད་དང་འབར་བའི་ཕུར་བྱ་ཡིས། །
དེ་དག་རྒྱམས་ལ་གདབ་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །

*Gang gee/ go ne/ mi srun/ je wo/ yee.
Dak jak/ de lek/ trok bee/ rik ngak/ sok.
Ma lue/ jad dang/ bar we/ pur bu/ yee.
De dak/ nam la/ dap bee/ tren lee/ zoed.*

མདོར་ན་བཙུག་མ་ཁྱོད་ཐུག་རྒྱུ་འཁོར། །
སྐྱབས་སུ་བརྩུང་ནས་རེ་བ་འཆའ་བ་ཡི། །
ཚུལ་འདི་དགོངས་ལ་འགལ་རྒྱུ་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །
མཐུན་རྒྱུ་མ་ལུས་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བར་མཛོད། །

*Dor na/ jome dan/ ma chod/ chak jee/ kor.
Jap su/ sung ne/ re wa/ cha wa/ yee.
Tsul dee/ gong la/ gal jen/ gun shi/ shing.
Tun jen/ ma lue/ yid shin/ drup bar/ zoed.*

བདེ་གཤེགས་གཙུག་ནས་གདུགས་དྭགས་ལྷ་མོ་ཞེས། །
གདོན་དང་བགེགས་རིགས་འབྱུང་བའི་ཆོགས་བཙས་ཀུན། །
བྱེ་མར་འཐག་བྱེད་ཇམས་པའི་གཟི་བརྟིན་ཅན། །
བཙུག་མ་ཁྱོད་ཐུག་བསྐྱུན་རྒྱས་བར་མཛོད། །

*De shek/ zuk ne/ duk gar/ lha mo/ she.
Dun dang/ gek rik/ jong bue/ tsok ji/ gun.
Che mar/ tak ched/ ngam be/ zid jid/ jan.
Jome dan/ ma chod/ tup dan/ jee war/ zoed.*

She condemns all the actions of those who deprive our good fortunes.

Without exception, by whatever means, she strikes them. She uses her flaming phurba (small three sided ritual dagger), And bestows upon them the enlightened activities.

凡难制服粗暴者， 吾等安乐施咒侵，
请将燃烧降魔橛， 投向一切不驯众！

In brief, if beings take her and her retinue of dakinis, As their refuge and renew their aspirations, All the imaginable calamities will be pacified, And one will achieve limitless favorable conditions.

总愿佛母施手印， 依止摄受众希求，
垂念此情息逆缘， 一切顺缘如意成！

Known as the goddess White Umbrella, born from the Uṣṇīṣa of the Tathagatha, You pulverize all malevolent influences and obstacles which arise. You possess the most majestic beauty, Oh mother of Tathagathas, May you spread the teachings of the Buddha.

顶礼髻中白伞母， 厉鬼魔障同类等，
粉碎彼等显威力， 薄迦梵母兴释教！

བདེ་གཤེགས་ཐུགས་རྗེས་གཙུག་ཏོག་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །
བདེ་འབྱུང་བསྐྱེད་ལ་གཞིན་བྱེད་ཆར་བཅད་ནས། །
བདེ་ལེགས་འབྲས་བྱ་ཉི་བར་སྦྱོལ་མཛད་སའི། །
བདེ་མཆོག་གདུགས་དཀར་ཅན་གྱི་བཟླ་ཤིས་ཤོག །

De shek/ tuk je/ zuk dor/ lee trong/ shing.
De jong/ dan la/ nud ched/ tsar jad/ nee.
De lek/ dre bu/ nyi war/ zod zad/ bee.
De chok/ duk gar/ jan ji/ dra shi/ shok.

བཙུག་ལྷན་གདུགས་དཀར་ལྷ་ཆོགས་རྣམས། །
མཐུ་སྟོབས་ཐོགས་བ་མི་མངའ་ཞིང་། །
ཐུགས་རྗེའི་སྦྱོན་ལས་མཐུ་བཙན་སས། །
བདག་གིས་གསོལ་བ་བཏབ་བ་བཞིན། །

Jome dan/ duk gar/ lha tsok/ nam.
Tu dobe/ tok ba/ mi ngal/ shing.
Tuk ji/ mon lam/ tu zam/ bee.
Dag gee/ sol wa/ dab ba/ shin.

སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་བ་དར་བ་དང་། །
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྱོད་ཅིག །
རྒྱ་སྦྱར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །
ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་བསྐྱོག་ཏུ་གསོལ། །

Sang jee/ dan ba/ dar wa/ dang.
Sem jan/ tam jad/ de jur/ jik.
Ju jor/ yon dak/ kor jee/ ji.
Chak che/ nyam nga/ dok du/ sol!

Born from the Buddhas Uṣṇīṣa by his compassion, You annihilated what is harmful to the bliss giving dharma, And brought beings closer to the fruits of bliss and happiness. You are the supremely blissful Uṣṇīṣa Sitātapatrā. May all be auspicious!

如来慈悲顶髻生，乐源教害消除尽，
胜乐善果请速赐，胜乐白伞降吉祥。

The exalted might of the victorious White Umbrella, And the deities are unobstructed. Therefore, I supplicate to you, With the power of this prayer of compassion.

白伞佛母天女众，威力雄猛无阻碍，
慈悲宏愿威逞强，我今祈祷如是愿：

May the teachings of the Buddha spread. May all beings attain happiness. I pray that the retinues of generous patrons will increase, And that they will never decrease.

愿佛陀之教宏扬，愿诸有情得安乐，
愿诸施主及眷属，灾难悲苦悉回遮，

མི་ལམ་མཚན་མ་ངན་པ་བསྐྱོད། །
རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ངན་པ་བསྐྱོད། །
དགྲ་འདྲེའི་བསམ་སྒྲུབ་ངན་པ་བསྐྱོད། །
ལྷས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་གཅིག་བསྐྱོད། །

Mi lam/ tsan ma/ ngan ba/ dok!
Dak dang/ den drel/ ngan ba/ dok!
Dra dre/ sam jor/ ngan ba/ dok!
De ngan/ ja ju/ za jik /dok!

ཡེ་འཛོག་སྤུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་བསྐྱོད། །
ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་བསྐྱོད། །
བགེགས་རིགས་སྟོང་ཐ་ག་བརྒྱད་བཅུ་བསྐྱོད། །
དུས་མིན་འཆི་བ་རྣམ་བརྒྱད་བསྐྱོད། །

Ye trok/ sume ja/ druk ju/ dok!
Nad rik/ shi ja/ za shi/ dok!
Gek rik/ dong trak/ ja ju/ dok!
Due min/ chi wa/ nam jad/ dok!

ཡས་ཀྱི་བདུད་དྲུག་ཡོས་པ་བསྐྱོད། །
མས་ཀྱི་སྤྱི་རྩ་ལངས་པ་བསྐྱོད། །
དཔལ་བའི་གཤེད་དུ་བརྟོས་པ་བསྐྱོད། །
པ་མེས་དུར་སྤྱི་ལངས་པ་བསྐྱོད། །

Yay ji/ due du/ yue wa/ dok!
May ji/ sri ru/ lang ba/ dok!
Dral we/ shel du/ gue ba/ dok!
Pa mee/ du sri/ lang ba/ dok!

Please ward off inauspicious dream omens. Ward off bad signs and bad omens. Ward off enemies and ghosts and bad thoughts and actions. Ward of the 81 inauspicious omens.

恶梦恶相悉回遮， 凶兆因缘悉回遮，
敌鬼恶行悉回遮， 八十一种凶兆除，

Please ward off the 360 obstacle-causing gdon spirits.
Ward off the 404 types of diseases.
Ward off the 80,000 obstructive forces.
Ward off the 8 types of untimely deaths.

三百六十魔难除， 四百二四疾病除，
八千魔障悉解除， 八难横死悉解除，

Please ward against the upper Maras when they agitate.
Ward against the lower sri demons when they manifest.
Ward off on the day that one is more likely to encounter difficulties.
Ward off when sri demons manifest to the forefathers.

上魔恶行悉解除， 下鬼作祟悉解除，
生死冤家对头除， 祖坟厉鬼起死除

མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ་བརློག།
སྤྱགས་ལ་གོད་ཁ་བྱེད་བ་བརློག།
གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ཐེབས་བ་བརློག།
ས་ཡི་དྲག་མདའ་གཡོས་བ་བརློག།

སྒྲིབ་སྤྲུལ་ཁ་ངན་བ་བརློག།
སྒྲིགས་དང་ཕྱང་སྒྲིལ་སྤྲུལ་བ་བརློག་དུ་གསོལ།།

Mi la/ nad du/ dong wa/ dok!
Chuk la/ kod ka/ ched ba/ dok!
Nam ji/ dal ka/ tep ba/ dok!
Sa yee/ duk da/ yue ba/ dok!

Mai wa/ bar ka/ ngan ba/ dok!
Gek dang/ pung sri/ lang ba/ dok du/ sol!

བདེ་གཤེགས་གཙུག་ཏོར་ལྷ་མི་མདོན་བ་ལས། །
ཉེར་འབྲུངས་རྒྱལ་བ་ཀུན་ཡུམ་གདུགས་དཀར་མོ། །
མཚན་ཅན་བོས་བའི་རིག་སྤྲུགས་མེ་ཡིས་ཀྱང་། །
བདུད་ལྷེ་སྤྲེག་བྱེད་བདེ་འབྲུང་ལྷ་ག་བའི་ལྷ། །

De shek/ zuk dor/ dar mi/ ngon ba/ lee.
Nyer trong/ gyal wa/ gun yume/ duk gar/ mo.
Tsan zam/ wue we/ rik ngak/ mee ye/ jang.
Dud de/ srek ched/ de jong/ lhak be/ lha.

Please ward off the illnesses sent to men and against harm to livestock, When misfortunes fall from the sky, and when poisonous arrows of the earth agitate. Ward against the 9 astrological diagrams and the 8 trigrams. I pray that you ward against the times of obstacles and calamity.

人瘟传播悉解除，牲畜损减悉解除，
天空疫疔悉解除，地上毒箭悉解除，

九宫八卦凶兆除，破败魔障悉解除。

If none like the Buddha with the Uṣṇīṣa appear, then for suffering beings, It is manifest that White Umbrella is the mother of all Buddhas. Even compared to the gnostic mantra, merely by calling out her name, The armies of Mara will be burnt and happiness will arise.

如是如來寶髻空無中 生顯諸佛之母白傘蓋
只祈其名佛母明咒火 焚燒魔軍賜安本尊傘

དཀར་གསལ་ལང་ཚོ་རབ་ཇོགས་ཆེ་གཞོན་གྱི། །
སྒྲིང་བོ་ལས་བྱུང་གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་མས། །
མི་དང་མི་མིན་འབྱུང་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །
འགལ་བྱེན་ཀུན་ནི་ལེགས་ཚོགས་མ་ལུས་སྟོལ། །

Gar sal/ lang tso/ rab zok/ da shon/ jee.
Nying bo/ lee drup/ shan ji/ mi tup/ mee.
Mi dang/ mi men/ jong lee/ jong ba/ yee.
Gal jen/ kun shi/ lek tsok/ ma lue/ zol.

བྱད་པར་པ་རོལ་མི་བསྐྱུན་བསམ་སྟོར་གྱིས། །
སྒྲོ་གསུམ་མནན་དང་བྱད་སྟེམས་བཅེངས་ལ་སོགས། །
ཉེར་འཆོས་མི་ཚུགས་བྱིར་སྒྲོག་འཕྲིན་ལས་གྱིས། །
བདག་ཅག་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱུང་བྱ་གསོལ། །

Chad bar/ pa rol/ mi srung/ sam jor/ jee.
Go sum/ nan dang/ ched dem/ jing la/ sok.
Nyir tse/ mi tsuk/ chir dok/ trin lee/ ji.
Dak jak/ nam ba/ kun du/ srong du/ sol!

Created from the essence of the radiant full moon,
There are none that are more powerful than she.
She pacifies the calamities caused by humans and non-hu-
mans
And bestows heaps of peace and happiness.

韶華圓滿若似皎潔月 明咒精華所生無敵母
人與非人所生諸魑魅 違緣平息一切善緣積

I pray that you protect all of us with your enlightened activity.
Ward off harm and injury. Especially protect beings whose
three gates are closed. Especially protect beings that are
cursed due to not caring, Or not thinking about or practicing
for the next life.

尤為魔軍亂蠻行思繩 以詛纏繞阻壓三門時
災禍無傷並以回遮德 衡時解障護持吾眾生

༄༅། ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་ཤུའི་རིགས་སུ་འབྱུངས། །
གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་བདུད་གྱི་དབྱང་འཛོམས་པ། །
གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྟ་བུར་བརྗེད་པའི་སྒྲ། །
ཤུའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་བྱག་འཆམ་ལོ། །

ཏུསྒྲ། ཨོ་ཐུ་ནི་ཐུ་ནི་མ་རྩ་ཐུ་ན་ཡེ་སྒྲ།

Thab khe/ thuk je/ shak gya/ rig su/ thrung.
Zhen gyi/ mi thub/ dü kyî/ pung jom/ pa.
Ser gyi/ lhün po/ ta bur/ jipa'i/ ku.
shak gya/ gyal po/ khyö la/ chak tshal/ lo.

TADYATHĀ/ OM MUNI MUNI MAHĀMUNAYE
SVĀHĀ

དངོས་འགམས་གཟུངས་རིག་མོས་སྟོབས་གྱིས་སྒྲུལ་བའི། །
མཆོད་ཆོགས་ཀྱན་འབུལ་སྤྲིག་ལྷང་ཐམས་ཅད་བཞགས། །
དགེ་ལ་ཡི་རང་སྒྲུལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས། །
འདི་མཆོན་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ། །

ngue sham/ tsong rig/ mue dub/ gee dul/ bey.
Chud tsog/ gum burl/ dig dung/ tam jey/ shak.
Gay la/ yee raang/ gu shing/ sol wa/ deb.
Dee tsun/ gay wa/ jang chub/ chen bor/ ngoe.

With skilful means and compassion,
you were born in the Śākya clan,
Unconquerable by others, you vanquished Māra's hordes,
Your physical form resplendent, like a mountain of gold.
To you, the King of the Śākyas, I pay homage!

實設咒明定力所化現，供聚盡獻懺悔二種罪，
隨喜功德勸轉請住世，願以此善迴向大菩提。

喋雅他 唵牟尼 牟尼 嘛哈牟尼耶 梭哈

I present both actual offering and those visualized b means of
mantra. I confess both the infractions of discipline and the sins
of nature, I rejoice in merits, exhort, and supplicate, And
dedicate such virtues as these to the great enlightenment.

以善巧悲擇生釋迦族，他無能勝降伏魔軍旅，
猶如須彌金山威嚴身，釋迦尊王足前我敬禮。

མཚན་ལེགས་རིན་ཆེན་གསེར་བཟང་ཟུང་ན་མེད། །
ཆོས་བསྐྱགས་མངོན་མཁེན་སྤན་ཟླ་ཤུ་གྲུ་བ། །
སྒོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་དགོངས་པ་ཡོངས་རྫོགས་པ། །
བདེ་བར་གཤེགས་པ་བརྒྱད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

Sorrow;
Proclaimed Dharma; Clear Knowing; Medicine Guru;
Shakyamuni:
You Blessed Ones, who completed the Great Aspirational
Prayers,
I pay homage to you, the Eight Great Brothers of The
Tathatgatas.

ཏཱ་ཤ། ཨོ་རྩི་ཤ་ཏཱ་རྩི་ཤ་ཏཱ། མ་རྩ་རྩི་ཤ་ཏཱ་རྩི་ཤ་ཏཱ། རྩ་རྩ་ས་སུ་རྩ་ཏཱ་སྩ་སྩ།

TADYATHAT, OM BHEKHANDZYE BHEKHANDZYE MAHA
BHEKHANDZYE [BHEKHANDZYE] RANZA SAMUDGATE SVA-
HA

Tsaen lek/ rin chen/ ser sang/ nya ngen/ med.
Chue drak/ ngoen chen/ maen la/ shak gya/ tueb.
Moen lam/ gyal chen/ kong ba/ yong tzok/ ba.
De waer/ shek pa/ gyad la/ chak tsel/ lo.

唵 - -
善名實嚴妙金無憂尊，法音神通藥師釋迦佛，
圓滿往昔廣大之誓願，我今敬禮善逝八昆仲。

སེམས་ཅན་ནད་པ་རི་སྟེད་པ། །
སྤར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག། །
འགོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། །
རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག། །

喋雅他 唵 贝堪则 贝堪则 玛哈贝堪则 冉杂 萨目嘎喋
梭哈

May every being ailing with disease
Be freed at once from every malady.
May every sickness that afflicts the living
Be wholly and forever absent from the world.

Sem jen/ naed ba/ chi nyed/ ba.
Nuer du/ nad lay/ tar gyurr/ jik.
Dro way/ naed nam/ ma lue/ ba.
Daek du/ jong wa/ med barr/ shok.

所有病困苦有情，迅速痊好具力與，
一切有情無病者，常時健康無災患。

O --

Excellent Signs; King of Jewels; Stainless Gold; Free from

སྒོན་གྱི་མ་གོས་སྤྱོད་མངོན་དགའ། །
རྫོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན། །

ཐུགས་རྒྱུ་གྱིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས། །
ཐུན་རས་གཟིགས་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

Jun ji/ mah ghi/ gun do/ gar.

Zo san/ je ji/ u la/ jen.

Tu ji/ jen ji/ dro la/ sik.

Chen re/ sig la/ cha tsa/ lo.

OM MANI PADME HUNG

གཞོན་ནུའི་སྐུ་ལུས་འཆང་བ་ལོ། །
ཤེས་རབ་སྒྲོན་མེ་རབ་ཏུ་གསལ། །
འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་ཐུན་སེལ་བ། །
འཇམ་བའི་དབྱངས་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཨོཾ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་ཧཱུྃ།

Shun nu/ kiun lui/ chang ba/ bo.

She rab/ dro may/ rab du/ sa.

Jhig dan/ sum jhe/ mun se/ pa.

Jhem bay/ yang la/ cha tsa/ lo.

OM A RA PA ZHA NA DHIH

THE MANTRAS_智慧三尊心咒

Chenresig Prayer

Flawless white figure of youth,
Head crowned by the jewel of the buddhas,
Compassionate guardian to sentient beings,
Chenresig, before you I bow.

OM MANI PADME HUNG (x108 or 54)

無有斑點潔白身 五佛莊嚴妙冠勝
慈悲之目眺萬眾 虔誠頂禮觀世音
觀世音菩薩之咒

嗡 嘛 呢 叭 咪 吽

Manjushri Prayer Manjushri, robed in youthful form,
Radiant light from wisdom's lamp
Lifting darkness from realms of Samsara,
To your dulcet voice, I bow.

OM A RA PA CHA NA DHIH (x7)

妙齡莊嚴英俊聖 智慧燃燈無限明
三千生有皆燦爛 頂禮智王文殊尊
文殊菩薩之咒

嗡 阿 惹 巴 扎 納 帝

ཕྱང་ལོ་ཅན་གྱི་གནས་མཆོག་དམ་པ་ན།
གསང་ཕྲགས་རིག་ཕྲགས་ཀྱན་གྱི་བདག་པོ་སྟེ།
ལོག་འདྲེན་འགོག་གས་ཀྱི་ཆོག་ས་རྣམས་འཛོམས་མཛད་པ།
བཙུག་ཕྱན་དོ་རྩེ་འཛིན་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

ཨོ་བཟླ་པ་ནི་རྩྱུ་པཎ། །

Jan lo/ jen ji/ ne chu/ dan ba/ na.
Sen nga/ rin nga/ guen ji/ da bu/ di.
Lok jen/ gar ji/ tsu nem/ jun ze/ ba.
Jun den/ dor je/ tzin la/ cha tsa/ lo.

OM VAJRA PA NI HUNG PE.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག །
རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །
དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

Gey wa/ di yi/ nyur du/ dag.
Rig sum/ gun bu/ dru ji/ ni.
Dro wa/ chig chang/ ma lue/ pa.
Di yi/ sa la/ go par/ shog.

Vajrapani Prayer

Vajrapani, flame haired form of wrathful mien,
Protecting lord of Sutra and tantra,
Destroyer of demonic obstacles,
Victorious thunderbolt warrior, to you I bow.

OM VAJRA PA NI HUNG PE (x7)

妙善勝土毗沙宮 密咒明咒之主公
毀壞毗那夜迦魔 頂禮金剛秘密主
持金剛菩薩之咒

嗡 般紫日 巴呢 吽呬

By this merit.

May I attain the three bodhsattva's
So that I might liberate.
All sentient beings from suffering.

我以此功德 速成三種勝
不余一眾生 願登彼聖地

༄༅། །ཨོ་བཙེམ་ལྷན་འདས་མ་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །
བྱག་འཆའ་སྒྲོལ་མ་རྩ་རེ་དབའ་ལོ། །
རྩ་རྩ་རེ་ཡིས་འཇིགས་ཀྱན་སེལ་མ། །
རྩ་རས་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྟེར་མ། །
སྒྲ་རྩ་ཡི་གེ་བཙུ་ལ་རབ་འདུད། །

ཨོ་རྩ་རེ་རྩ་རྩ་རེ་རྩ་རེ་སྒྲ་རྩ།

*OM Jom dan/ de ma/ lha mo/ drol ma la/ chag tsal
lo.*

*Chag tsal/ drol ma/ TARE/ bal mo.
TUTTARA yi/ jig kun/ sel ma.
TURE/ don nam/ thum che/ der ma.
SVAHA/ yi ghee/ jhu la/ rab du.*

OM tare tuttare ture svaha.

༄༅། །གང་གིས་མཆན་ཅམ་འཇིག་ཅིང་བྲན་བས་ཀྱང་། །
བར་ཆད་འཇིགས་པ་ཀྱན་ལས་སྒྲོབ་མཛད་ཅིང་། །
དྲི་མེད་བདེ་ཆེན་ཉི་བར་སྒྲོལ་མཛད་མ། །
བཙེམ་ལྷན་འོད་ཟེར་ཅན་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །

ཨོ་སྒྲ་རྩི་རྩི་མི་སྒྲ་རྩ།

*kang ge/ tsen zam/ zing dang/ dran bi/ jang.
par chad/ jig pa/ kun lee/ jobe zal/ jing.
tre med/ de chen/ nee bar/ tsol zad/ ma.
jome dan/ wei zer/ jan la/ chak tsal/ lo.*

Om mā rī tsyai mam swā hā.

Homage to TARE, savior and heroine,
With TUTTARE dispelling all fears,
Granting all benefits with TURE,
To her with sound SVAHA, I bow.

OM TARE TUTTARE TURE SVAHA (x108 or 54)

嗡 頂禮 度母 薄伽梵

頂禮 吉祥 達熱 度母， 嚩達 熱母 能解 恐怖
嚩熱 心想 萬事 圓滿， 梭哈 十咒 誠心 敬屈
度母咒

嗡 達熱 嚩達熱 嚩熱 梭哈

I prostrate a
nd go for homage to the victorious Marici
Whoever beholds and remembers her name
Will be saved from all fears and obstacles
And delivered to the proximity of pure great bliss

唯诵尊名及念咒， 遮佑魔难及恐苦，
慈赐清净无胜乐， 顶礼摩利支佛母。

嗡摩利支满索哈

བདག་དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན། །
ཇི་ལྟ་འདྲི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ཀྱང་རུང་། །
གཏོན་རིགས་འབྲུག་པ་ཐམས་ཅད་ལས། །
ཀུན་ནས་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་དུ་གསོལ། །

*tak dang/ dro wa/ sem jan/ kun.
ji da/ tsul ji/ nee jang/ rong.
done rig/ truk pa/ tam jad/ lee.
kun ne/ yong su/ srung du/ sol.*

༄༅། །སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྒྱུགས་པས། །
དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཀུན་དང་མཚུངས་གྱུར་ཀྱང་། །
འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་ལྟ་མའི་སྐྱུར་བཏོན་པ། །
སོ་སོར་འགྲང་མ་སྤྱོད་ལ་བྱུག་འཆལ་ལ། །

ཨོ་མ་ནི་རྩ་རི་བཟླ་ནི་མ་རྩ་བྱ་ཏི་ས་རི་རྩྱུ་རྩྱུ་པཎ།

*Ku song/ tuk gee/ yun dan/ rup zok/ ni.
Due sum/ de shak/ kun dang/ Tsong jur/ jang.
Dro wei/ don cher/ lha moe/ gur don/ ba.
So sor/ drang ma/ chue la/ chak tsal/ lo.*

Om ma ni tha ri badzri ni ma hā pra ri sa ri hūm hūm

phat

I pray that I and all sentient beings
Abiding in whatever states of existence
Be properly saved from
All types of negative forces and despair without exception

我与一切众有情， 不论何地何生存，
魔病战乱诸难中， 祈请加持善护佑。

I prostrate and go for homage to you who is completely
realised in the good qualities of body, speech and mind
Who, despite being equal to all the Buddhas of the three
times
Teaches in the form of a goddess for the benefit of migrating
beings
And fulfils the wishes of each and every being respectively

身语意德齐圆满， 三世佛果虽成就，
发愿众生得希求， 随行佛母我顶礼。

嗡 嘛呢 哒热， 般昨日 呢， 嘛哈 渣滴 萨热 吽吽
排！

guru pema siddhi hung

ཨོ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་སྤྲ་མ་ཡ། བཟླ་སཏྲ་རྟེན་པ། ཉིཐུ་འི་ནོ་
 མེ་ན་མ། སུ་ཉོ་ཉུ་མེ་ན་མ། སུ་པོ་ཉུ་མེ་ན་མ། ཨ་རུ་རྟོ་མེ་ན་མ།
 སཏྲ་སི་རྟོ་མེ་པ་ཡ་ཚུ། སཏྲ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་རྟོ་ཕྱི་ཡི་ཀུ་རུ་མྱ། ཏ་
 ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། ཏ་ག་ལྷན། སཏྲ་ཏ་སྤྲ་ག་ཏ། བཟླ་སྤྲ་མེ་ལུ་མྱ། བཟླ་ན་
 མ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་སཏྲ་ལྷེ་རྩྱ་པལ།

*Om ben ze sa tto samaya/ ma nu palaya/ ban ze sat
 to de no wa/ di ta dri do mey bha wa/ suto kayo
 mey bha wa/ supo kayo mey bha wa/anu/rakto/mey/
 bha wa/sar wasi ddhi/mey dayats/ sarwa gar ma su
 tsa mey/ tsi tam sri yam ku ru hum/ ha ha ha ha ho/
 bha ga wan/ sar wa da ta ga ta/ ban ze ma mey mu
 tsa/ ban ze bha wa ma ha sa ma ya sat to/ ah hum
 pey*

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །
 མ་སྐྱེ་བ་ནམས་སྐྱེས་བྱུང་ཅིག །
 སྐྱེས་བ་ཉམས་བ་མེད་པར་ཡང་། །
 གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

*Jang chub/ sem chog/ rin bo che
 Ma jhe/ ba nam/ jhe jhur tchig
 Jhe wa/ nyim ba/ me bar yang
 Gong nee/ gong du/ pel wehr shok*

ONE HUNDRED SYLLABLE MANTRA 百字明咒

Om great being whose holy mind is in the indestructible nature of all the Buddhas, having destroyed every obscuration, attained all realizations and passed beyond all suffering, the one gone to the realization of things just as they are, do not forsake me. Please make me closer to your vajra holy mind, and grant me the ability to realize the ultimate nature of phenomena. Please help me to realize the great bliss. Lead me to your state, and grant me all powerful attainments. Please bestow upon me all virtuous actions and glorious qualities.

嗡 班雜薩多 薩瑪亞 瑪努巴拉亞 班雜薩埵 爹諾帕 德
 察 智著 美帕瓦 蘇多卡約 美帕瓦 蘇波卡約 美帕瓦
 阿 努 惹格多美帕瓦 薩瓦斯地 美扎亞囉 薩瓦葛瑪 蘇
 茶美 自當 西日岩 咕如 吽 哈 哈 哈 哈 霍 巴嘎萬薩
 瓦 答 他 嘎答 班雜 瑪美木擦 班雜 帕瓦 瑪哈 薩瑪
 亞 薩埵 阿 吽 呬

DEDICATION 迴向文

May the supreme jewel bodhichitta
 That has not arisen, arise and grow;
 And may that which has arisen not diminish
 But increase more and more.

勝菩提心極珍貴 諸未生者令生起
 令已生者不衰退 輾轉增上恆滋長

ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

གངས་རི་རྒྱ་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར། །
ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །
སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ཡི། །
ཞབས་བད་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག །

*Gang ri/ ra we/ kor wei/ shing kam dir.
Pan dang/ de wa/ ma lue/ jung we ni.
Chen ri/ zig wang/ ten zin/ gya tso yi.
Shab pei/ si tei/ bhar du/ ten jurr chig.*

Long Life Prayer for His Holiness 法王長壽經

In the land encircled by snow white mountains,
The source of all happiness and benefit.
Flows in your person, Chenresig,Tenzin Gyatso
Remain until samsara ends.

於此雪嶺所繞國土中， 一切利益安樂之生處
丹曾嘉措觀自在菩薩， 願其常住直至生死盡

བསྐྱོ་བ།

༄༅། །འཇམ་དབལ་དབང་པོས་རི་ལྟར་མཁུན་པ་དང་། །
ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །
དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྤོབ་ཕྱིར། །
དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱ་བསྐྱོ། །

*Jam pal/ pa weh/ ji tar/ chyen pa/ dang.
Kun tu/ zang po/ de yang/ de shyin/ te.
De dak/ kun ji/ je su/ dak lob/ ching.
Ge wa/ di dak/ tam che/ rab tu/ ngo.*

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །
བསྐྱོ་བ་གང་ལ་མཆོག་རྒྱ་བསྐྱོགས་པ་དེས། །
བདག་གཞན་དགོ་བའི་ཅ་བ་འདི་ཀུན་གྱིང་། །
བཟང་པོ་སྤྱོད་ཕྱིར་རབ་རྒྱ་བསྐྱོ་བར་བསྐྱེ། །

*Du sum/ shek pe/ jal wa/ tam che/ ji.
Ngo wa/ gang la/ chok tu/ ngak pa/ te.
Dak shen/ ge weh/ tsa wa/ di kun/ jang.
Zang po/ jo chir/ rab du/ ngo war/ ji.*

Just as the Bodhisattva Manjushri attained omniscience

And Samantabhadra, too.
So now do I dedicate these merits.
To train and follow in their footsteps.

文殊師利勇猛智 普賢慧行亦復然
我今迴向諸善根 隨彼一切常修學

As all the victorious buddhas of past, present and future
Praise dedication as supreme,
So now I, too, dedicate this merit
For all beings to perfect Good Actions.

三世諸佛我稱讚 如是最勝諸大願
我今迴向諸善根 隨彼一切常修學

༄༅། །ཕན་བདེ་འབྱུང་གནས་བསྐྱེད་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །
བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱེས་བུ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་། །
ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བའི་གནས། །
སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་རྟག་ཏུ་རྒྱས་གུར་ཅིག །

Pan dey/ jung ney/ dan ba/ dar shing/ je.
Dan dzin/ je bu/ tahm jad/ kun kam/ zang.
Loe jan/ kun la/ dey je/ jung wey/ ney.

Sang je/ dan ba/ dak du/ jey gyur/ jik.

༄༅། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བས། །
ཐེག་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དངོས་སུ་མཇུག་བའི་མཐུས། །
རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་བའི་ལམ་བཟང་དེ་ཉིད་ལས། །
སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལྷོག་བར་མ་གུར་ཅིག །

Tse rab/ kun du/ jal wa/ tsong kha/ bey.
Tek chog/ shey nyen/ nue su/ dze bey/ tue.
Jal wey/ ngag pey/ lam sang/ dey nyl/ ley.
Gey jig/ dzam yang/ dhok buhr/ mah jurr/ chik.

May the Dharma spread and flourish,
May the Sangha enjoy good health,
May the source of happiness for all beings,
The wisdom of the Buddha, bring peace.

利樂根本法永耜 持法諸師安泰康
一切有情得福源 佛法昌盛民興旺

In all of my lives, through the victorious one,
Lama Tsong Khapa acting as the actual Mahayana Guru,
May I never turn away for even an instant
From the excellent path praised by the Victorious Ones.

諸生世中常遇真實師 無有分離受用法吉祥
地與道之功德極圓滿 唯願速得金剛持果位

༄༅། །དཔལ་ལྷན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
བདག་གི་སྙིང་གར་བསྐྱེད་སྟེང་བཞུགས་ལ།
བཀའ་བློན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ།
སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།

*Pal den/ dze wei/ la ma/ rin po/ che.
Dak tsok/ nying kar/ ba mey/ den shug/ la.
Ga dren/ chen bey/ go ney/ ji song/ dei.
Gu song/ tuk jei/ ngue drub/ dzel du/ so.*

༄༅། །དམིགས་མེད་བརྩེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྦྱན་རས་གཟིགས།
བློ་མེད་མཁྱེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས།
བདུད་དབྱང་མ་ལས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་བདག།
གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཙོང་ཁ་པ།
སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

*Mig mey/ tse wey/ der chin/ chen re/ zig.
Dri mey/ chen bey/ wang bo/ jaim bey/ yang.*

*Dhu pung/ ma lue/ jom dze/ sang wey/ dag.
Kang jan/ key bey/ tsug jen/ tsong kha/ pa.
Lob sang/ drak bey/ sheb la/ sol wa/ dheb.*

THE PRAYER OF LAMA TSONG KHAPA 宗客巴大師贊

Magnificent and precious root guru,
Please sit on the lotus and moon of my mind
With your great kindness, keep me in your care.
Grant me the realizations of your body, speech and mind.

聖尊根本諸上師 穩坐眾生心蓮間
永記我等眾弟子 恩賜身語意妙果

Avalokiteshvara, great treasure of objectless compassion,
Manjushri, master of flawless wisdom,
Vajrapani, destroyer of all demonic forces,
Tsong Khapa, crown jewel of Snow Land sages,
Lobsang Dragpa, I make this request at your holy feet.

無可思大悲藏眼觀視 無垢智主師利微妙音
無餘群隊魔滅唯密主 雪嶺勝賢頂嚴宗喀巴
善慧稱揚蓮足下祈禱

༄༅། །ཆེ་རབས་ཀྱན་རྩ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པས།
ཐེག་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དངོས་སུ་མཛད་པའི་མཐུས།

རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་པའི་ལམ་བཟང་དེ་ཉིད་ལས།།
སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལྟོག་པར་མ་གྱུར་ཅིག།

*Tse rab/ kun du/ jal wa/ tsong kha/ bey.
Tek chog/ shey nyen/ nue su/ dze bey/ tue.
Jal wey/ ngag pey/ lam sang/ dey nyl/ ley.
Gey jig/ dzam yang/ dhok buhr/ mah jurr/ chik.*

མཆོད་བ།

༄ སྐབས་གནས་ཀྱི་འདུས་སྒྲ་མ་དོ་ཇི་འཆང་། །
གང་ལ་གང་འདུལ་བཤེས་གཉིན་ཚུལ་བཟུང་ནས། །
མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་ཚུལ་མཛད་པའི། །
འིན་ཅན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་མཆོད་བ་འབུལ། །

*Jep sum/ kun de/ la ma/ dohr je/ chung.
Gong la/ gong du/ shee negn/ tsu chung/ de.
Chok deng/ tu mung/ ne dhrup/ zhoun ze/ beh.
Dren chen/ la ma/ nam la/ cho ba/ bulh.*

བདག་སོགས་འཁོར་བཅས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་ཏུ། །
དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནམ་ཡང་མི་བྲལ་ཞིང། །
དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་རྒྱུན་དུ་མཆོད་བ་ཡིས། །
དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་བརྒྱབ་འདུག་པར་ཤོག།

*Dak so/ kur ghee/ tsee rep/ tom je/ du.
Ghon cho/ sum dung/ nam yung/ min drey/ shing.*

*Ghon cho/ sum bow/ juhn du/ cho ba/ yee.
Ghon cho/ sum gee/ chen lup/ yuk per/ shog.*

In all of my lives, through the victorious one,
Lama Tsong Khapa acting as the actual Mahayana Guru,
May I never turn away for even an instant
From the excellent path praised by the Victorious Ones.

諸生世中常遇真實師 無有分離受用法吉祥
地與道之功德極圓滿 唯願速得金剛持果位

OFFERING 供養贊頌

To Guru Vajrasattva, who represents The Three Jewels,
The Supreme Teacher and Benefactor,
Who teaches us with skillful means
To reach the two attainments, I make this offering..

根本歸依上師金剛持， 隨機逗教示現善友相，
恩賜共與不共成就果， 頂首敬禮恩德諸上師。

May we and those around us, in all future lives,
Never be separated from the Three Jewels,
Continuously make offerings to the Three Jewels,
And receive the inspiration of the Three Jewels.

吾等誓願永世不松懈， 時常供養頂禮佛法僧，

༡༡། ལྷོན་པ་ལྷ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ། །
 ལྷོན་པ་ལྷ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ། །
 འཕྲོན་པ་ལྷ་མེད་དགོ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །
 ལྷུབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ། །

ཞལ་བས་རོ་བརྒྱ་ལྷན་པའི་ཡིད་འཕྲོག་པ། །
ལེགས་སྦྱར་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ། །
དད་པའི་སྤུལ་བས་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཀྱང། །
འབྱོར་ལྷན་ཉིད་འཛིན་བས་ལ་སྟོད་པར་ཞོག །

數百美味釀佳淆，眾佛菩薩請降臨，
虔誠敬奉諸供德，有情同享三昧膳。