

༄། །རྟོན་ཕྱག་གསུམ་པ།།

GYÜN CHAG SUM PA

།རྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས།
 །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ།
 །ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ།
 །རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ།
 །བདེ་བར་གཤེགས་པ། །འཇིག་རྟེན་མ་བྱེན་པ།
 །སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ།
 །སྒྲ་ན་མེད་པ། །ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི།
 །རྟོན་པ། །སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་འདས།
 །དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤྲུག་ཐུབ་པ་ལ།
 །ཕྱག་འཆལ་ལོ་མཆོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆོདོ། །ལན་གསུམ།

TÖN PA • CHOM DEN DE
 DE SHIN • SHEG PA • DRA CHOM PA
 YANG DAG PAR • DZOG PA'I • SANG GYE
 RIG PA • DANG • SHAB SU • DEN PA
 DE WAR • SHEG PA • JIG TEN • KHYEN PA
 KYE BU • DÜL WA'I • KHA LO • GYUR WA
 LA NA • ME PA • LHA DANG • MI NAM KYI
 TÖN PA • SANG GYE • CHOM DEN DE
 PEL GYEL WA • SHAKYA • THUB PA LA
 CHAG TSEL LO • CHÖ DO • KYAB SU • CHI'O (3x)

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

GANG TSE • KANG NYI • TSO WO • KHYÖ TAM TSE
 SA CHEN • DI LA • GOM PA • DÜN BOR NE
 NGA NI • JIG TEN • DI NA • CHOG CHE SUNG
 DE TSE • KHE PA • KHYÖ LA • CHAG TSEL LO

།རྣམ་དག་སྐྱ་མངའ་མཆོག་ཏུ་གཟུགས་བཟང་བ།
 །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ།
 །གྲགས་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷམ་མེ་བ།
 །མགོན་པོ་མཆོག་བརྟེན་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

NAM DAG • KU NGA • CHOG TU • SUG SANG WA
 YE SHE • GYA TSO • SER GYI • LHÜN PO DRA
 DRAG PA • JIG TEN • SUM NA • LHAM ME WA
 GÖN PO • CHOG NYE • KHYÖ LA • CHAG TSEL LO



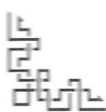


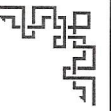
HOMAGE AND PRAISE TO SHAKYAMUNI BUDDHA

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)

When, O supreme among humans, you were born on this earth,
You paced out seven strides,
Then said, "I am supreme in this world."
To you, who were wise then, I prostrate.

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.





མཚན་མཚོག་ལྡན་པ་བློ་མེད་རྒྱ་བའི་ཞལ།
གསེར་མདོག་འདྲ་བ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
རྩལ་བྲལ་བྱོད་འདྲ་སྤྱི་པ་གསུམ་མ་མཆིས།
མཉམ་མེད་མཁྱེན་ཅན་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSEN CHOG • DEN PA • DRI ME • DA WA'I SHEL
SER DOG • DRA WA • KHYÖ LA • CHAG TSEL LO
DÜL DREL • KHYÖ DRA • SI PA • SUM MA CHI
NYAM ME • KHYEN CHEN • KHYÖ LA • CHAG TSEL LO

མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་པ།
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་སྟོན་པ་པོ།
བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཞིང་།
དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

GÖN PO • THUG JE • CHE DEN PA
THAM CHE • KHYEN PE • TÖN PA PO
SÖ NAM • YÖN TEN • GYA TSO SHING
DE SHIN • SHEG LA • CHAG TSEL LO

དག་པས་འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་གྱུར།
དག་བས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་།
གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་མཚོག་གྱུར་པ།
ཞི་གྱུར་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DAG PE • DÖ CHAG • DREL WAR GYUR
GE WE • NGEN SONG • LE DRÖL SHING
CHIG TU • DÖN DAM • CHOG GYUR PA
SHI GYUR • CHÖ LA • CHAG TSEL LO

གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན།
བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གནས།
ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྡན།
དག་འདུན་ལ་ཡང་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DRÖL NE • DRÖL WA'I • LAM YANG TÖN
LAB PA • DAG LA • RAB TU NE
SHING GI • DAM PA • YÖN TEN DEN
GEN DÜN • LA YANG • CHAG TSEL LO

སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་།
དག་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྦྱད།
རང་གིས་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།
འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན།

DIG PA • CHI YANG • MI JA SHING
GE WA • PHÜN SUM • TSOGE PAR CHE
RANG GI • SEM NI • YONG SU DÜL
DI NI • SANG GYE • TEN PA YIN





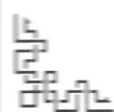
With the supreme signs, face like the spotless moon,
Colour like gold – to you, I prostrate.
You are immaculate, three worlds are not.
Incomparably wise one – to you, I prostrate.

The Saviour having great compassion,
The Founder having all understanding,
The Field of Merit with qualities like a vast ocean –
To you, the One Gone to Thusness, I prostrate.

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

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

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





|སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་།

KAR MA • RAB RIB • MAR ME DANG

|སྐྱུ་མ་ཟེལ་བ་ཚུ་བུར་དང་།

GYU MA • SIL WA • CHU BUR DANG

|མི་ལམ་སློག་དང་སླིན་ལྟ་བུ།

MI LAM • LOG DANG • DRIN TA BU

|འདུས་བྱ་ཆོས་རྣམས་དེ་ལྟར་ལྟ།

DÜ JA • CHÖ NAM • DE TAR TA

|བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཡི།

SÖ NAM • DI YI • THAM CHE • SIG PA YI

|གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་སྒྲོན་གྱི་དགྲ་བརྟུལ་ཏེ།

GO PHANG • THOB NE • KYÖN GYI • DRA TÜL TE

|ཤ་དང་ན་དང་འཆི་བའི་རྒྱབས་འབྱུག་པའི།

GA DANG • NA DANG • CHI WA'I • LAB THRUG PA'I

|སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།།

SI PA'I • TSO LE • DRO WA • DRÖL WAR SHOG

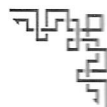




A star, a mirage, a flame of a lamp,
An illusion, a drop of dew, or a bubble,
A dream, a flash of lightning, a cloud –
See conditioned things as such!

Due to this merit, having attained the state of the All-Seeing,
And thereby subduing the enemy of faults,
May I liberate migrators from the ocean of existence,
Stirred by the waves of ageing, sickness and death.





༄༅། །ཡན་ལག་བདུན་པ་རྒྱས་པ།།

YEN LAG DÜN PA GYE PA

ཇི་སྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན།
 འུ་སུམ་ཤེག་པ་མི་ཡི་སྟོང་གུན་།
 བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ།
 ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།

JI NYE • SU DAG • CHOG CHÜ'I • JIG TEN NA
 Ü' SUM • SHEG PA • MI YI • SENG GE KÜN
 DAG GI • MA LÜ • DE DAG • THAM CHE LA
 LÜ DANG • NGAG YI • DANG WE • CHAG GYI'O

ཁབ་པོ་སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས།
 རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ།
 ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་ལུས་རབ་བཏུང་པ་ཡིས།
 རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྩ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

SANG PO • CHÖ PA'I • MÖN LAM • TOB DAG GI
 GYEL WA • THAM CHE • YI KYI • NGÖN SUM DU
 SHING GI • DÜL NYE • LÜ RAB • TÜ PA YI
 GYEL WA • KÜN LA • RAB TU • CHAG TSEL LO

རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྣམས།
 སངས་རྒྱས་སྤྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག།
 དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ།
 ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས།

DÜL CHIG • TENG NA • DÜL NYE • SANG GYE NAM
 SANG GYE • SE KYI • Ü NA • SHUG PA DAG
 DE TAR • CHÖ KYI • YING NAM • MA LÜ PA
 THAM CHE • GYEL WA • DAG GI • GANG WAR MÖ

དེ་དག་བསྐྱབས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས།
 དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱུ་ཀུན་གྱིས།
 རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་།
 བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད།

DE DAG • NGAG PA • MI SE • GYA TSO NAM
 YANG KYI • YEN LAG • GYA TSÖ'I • DRA KÜN GYI
 GYEL WA • KÜN GYI • YÖN TEN • RAB JÖ CHING
 DE WAR • SHEG PA • THAM CHE • DAG GI TÖ

མེ་ཏོག་དམ་པ་སྟེང་བ་དམ་པ་དང་།
 སིལ་སྟན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་།
 མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྟོན་དམ་པ་ཡིས།
 རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི།

ME TOG • DAM PA • THRENG WA • DAM PA DANG
 SIL NYEN • NAM DANG • JUG PA • DUG CHOG DANG
 MAR ME • CHOG DANG • DUG PÖ • DAM PA YI
 GYEL WA • DE DAG • LA NI • CHÖ PAR GYI





SEVEN-LIMB PRAYER – EXTENDED VERSION

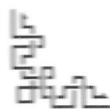
You lions among humans,
Gone to freedom in the present, past and future
In the worlds of the ten directions,
To all of you, with body, speech and sincere mind, I bow down.

With the energy of aspiration for the Bodhisattva way,
With a sense of deep respect,
And with as many bodies as atoms of the world,
To all you Buddhas visualized as real, I bow down.

On every atom are Buddhas numberless as atoms,
Each amidst a host of Bodhisattvas,
And I am confident the sphere of all phenomena
Is entirely filled with Buddhas in this way.

With infinite oceans of praise for you,
And oceans of sound from the aspects of my voice,
I sing the breathtaking excellence of Buddhas,
And celebrate all of you Gone to Bliss.

Beautiful flowers and regal garlands,
Sweet music, scented oils, and parasols,
Sparkling lights and sublime incense,
I offer to you Victorious Ones.





།ན་པཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་བྲི་མཚོག་དང་།
 །ཕྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་།
 །བཀོད་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས།
 །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི།

NA SA • DAM PA • NAM DANG • DRI CHOG DANG
 CHE MA • PHUR MA • RI RAB • NYAM PA DANG
 KÖ PA • KHYE PAR • PHAG PA'I • CHOG KÜN GYI
 GYEL WA • DE DAG • LA NI • CHÖ PAR GYI

།མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ།
 །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།
 །བཟང་པོ་སྦྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས།
 །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆོལ་མཚོད་པར་བགྱི།

CHÖ PA • GANG NAM • LA ME • GYA CHE WA
 DE DAG • GYEL WA • THAM CHE • LA YANG MÖ
 SANG PO • CHÖ LA • DE PA'I • TOB DAG GI
 GYEL WA • KÜN LA • CHAG TSEL • CHÖ PAR GYI

།འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི།
 །ལུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།
 །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ།
 །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།

DÖ CHAG • SHE DANG • TI MUG • WANG GI NI
 LÜ DANG • NGAG DANG • DE SHIN • YI KYI KYANG
 DIG PA • DAG GI • GYI PA • CHI CHI PA
 DE DAG • THAM CHE • DAG GI • SO SOR SHAG

།ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ།
 །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་དང་།
 །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་།
 །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་།

CHOG CHÜ'I • GYEL WA • KÜN DANG • SANG GYE SE
 RANG GYEL • NAM DANG • LOB DANG • MI LOB DANG
 DRO WA • KÜN GYI • SÖ NAM • GANG LA YANG
 DE DAG • KÜN GYI • JE SU • DAG YI RANG

།གང་རྣམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྟོན་མ་དག།
 །བྱང་རྒྱུ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས།
 །མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ།
 །འཁོར་ལོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་བསྟོར་བར་བསྐྱལ།

GANG NAM • CHOG CHÜ'I • JIG TEN • DRÖN MA DAG
 JANG CHUB • RIM PAR • SANG GYE • MA CHAG NYE
 GÖN PO • DE DAG • DAG GI • THAM CHE LA
 KHOR LO • LA NA • ME PA • KOR WAR KÜL





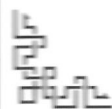
Fine dress and fragrant perfumes,
Sandalwood powder heaped high as Mount Meru,
All wondrous offerings in spectacular array,
I offer to you Victorious Ones.

With transcendent offerings peerless and vast,
With profound admiration for all the Buddhas,
With strength of conviction in the Bodhisattva way,
I offer and bow down to all Victorious Ones.

Every harmful action I have done
With my body, speech and mind
Overwhelmed by attachment, anger and confusion,
All these I openly lay bare before you.

I lift up my heart and rejoice in all positive potential
Of the Buddhas and Bodhisattvas in ten directions,
Of Solitary Realizers, Hearers still training, and those beyond,
And of all ordinary beings.

You who are the bright lights of worlds in the ten directions,
Who have attained a Buddha's omniscience through the stages of awakening,
All you who are my guides,
Please turn the supreme wheel of Dharma.





།སྤྱ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ།
 །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར།
 །བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བཞུགས་པར་ཡང་།
 །བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྦྱར་གསོལ་བར་བགྱི།

NYA NGEN • DA TÖN • GANG SHE • DE DAG LA
 DRO WA • KÜN LA • PHEN SHING • DE WA'I CHIR
 KAL PA • SHING GI • DÜL NYE • SHUG PAR YANG
 DAG GI • THEL MO • RAB JAR • SÖL WAR GYI

།ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།
 །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།
 །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།
 །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་རྩལ་ཕྱིར་བསྟོལ།

CHAG TSEL • WA DANG • CHÖ CHING • SHAG PA DANG
 JE SU • YI RANG • KÜL SHING • SÖL WA YI
 GE WA • CHUNG SE • DAG GI • CHI SAG PA
 THAM CHE • DAG GI • JANG CHUB • CHIR NGO'O

༄༅། །མཆུལ།

MANDALA

།ས་གཞི་སྟོས་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ།
 །རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།
 །སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི།
 །འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།
 །ཞི་དུང་གྲུ་བྱ་རྒྱ་མཆུལ་གྱི་ནི་རྩ་ཏུ་ཡ་མི།

SA SHI • PÖ KYI • JUG SHING • ME TOG TRAM
 RI RAB • LING SHI • NYI DE • GYEN PA DI
 SANG GYE • SHING DU • MIG TE • BÜL WAR GYI
 DRO KÜN • NAM DAG • SHING LA • CHÖ PAR SHOG
 IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYA TAYAMI





With palms together I earnestly request:
You who may actualize parinirvana,
Please stay with us for eons numberless as atoms of the world,
For the happiness and well-being of all wanderers in samsara.

Whatever slight positive potential I may have created,
By paying homage, offering, and acknowledging my faults,
Rejoicing, and requesting that the Buddhas stay and teach,
I now dedicate all this for full awakening.

~ Translation from the King of Prayers published by the Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

MANDALA OFFERING

This mandala built on a base, resplendent with flowers, saffron water and incense,
Adorned with Mount Meru and the four continents, as well as the sun and moon.
By virtue of offering to you, Assembly of Buddhas visualized before me,
May all sentient beings share in its good effects.
I send forth this jewelled mandala to you, precious Gurus.



THAB KHE • THUG JE • SHA KYA'I • RIG THRUNG SHING

SHEN GYI • MI THUB • DÜ KYI • PUNG CHOM PA

SER GYI • LHÜN PO • TA BUR • JI PA'I KU

SHA KYA'I • GYEL PO • DE LA • CHAG TSEL LO

A vibrant, traditional Buddhist painting depicting a Bodhisattva with a blue complexion seated in a meditative posture on a lotus throne. The figure holds a small, ornate bowl. The background features a large, stylized green and orange halo, and the scene is surrounded by lush green foliage and pink flowers.

OM MUNE MUNE
MAHA MUNAYE SOHA

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG

SHA KYA'I • GYAL PO • DRUB GYUR NE

DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA

DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

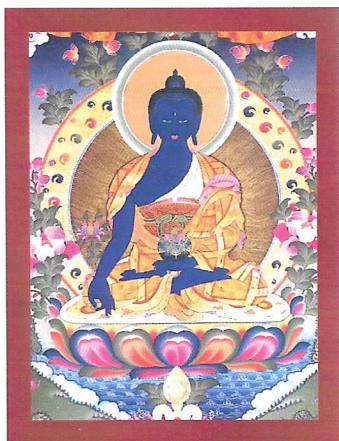
26

SHORT DAILY PRACTICE OF MEDICINE BUDDHA (SANGYE MENLA)

ཐུག་ཇེ་ཀུན་ལ་སྙོམ་པ་འི་བཅོམ་ལྡན་འདས།
 མཚན་ཅན་ཐོས་པས་ངན་འགོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ།
 རྒྱལ་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྒྲ།
 བློ་རྒྱུ་ཡི་འད་ལ་ཕུག་འཛེལ་ལོ།

THUG JE • KÜN LE • NYOM PA'I • CHOM DEN DE
 TSEN TSAM • THÖ PE • NGEN DRÖ'I • DUG NGEL SEL
 DUG SUM • NE SEL • SANG GYE • MEN GYI LA
 BE DUR YA • YI • Ö LA • CHAG TSEL LO

Transcendent Victor, your limitless compassion extends equally to all sentient beings.
 Merely through hearing your name the sufferings of the lower realms are cleared away.
 Medicine Buddha, through purifying the three poisons you cure the three roots of illness.
 Buddha of Lapis Light, to you I prostrate.



ཏཱའཛཱ་ཨོཾ་བཀྭ་འདྲེ་བཀྭ་འདྲེ།
 མཎཱ་བཀྭ་འདྲེ་རྣ་རྣ་ས་སྤྲུལ་ཏི་སྤྲུལ།

TAYATHA OM BEKHADZYE BEKHADZYE
 MAHA BEKHADZYE RADZA
 SAMUDGATE SOHA

དེ་གོ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱུར་དུ་བདག།
 སྤྲུལ་པའི་རྒྱལ་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
 དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG
 MEN PA'I • GYEL PO • DRUB GYUR NE
 DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA
 DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

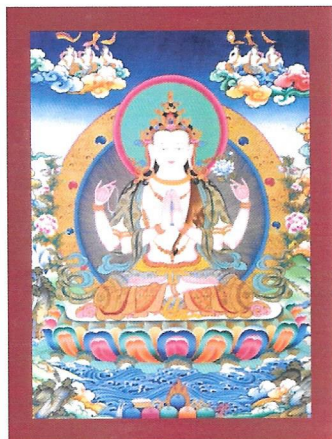
By this virtue, may I quickly
 Attain the enlightened state of Medicine Buddha,
 And then may I lead into that state
 Every sentient being without exception.

SHORT DAILY PRACTICE OF CHENRESIG (AVALOKITESHVARA)

སྒྲོན་གྱིས་མ་གོས་སྒྲུ་མདོག་དཀར།
རྫོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།
ཐུགས་རྗེའི་སྒྲོན་གྱིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས།
སྒྲུ་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

KYÖN GYI • MA GÖ • KU DOG KAR
DZOG • SANG GYE • KYI • U LA GYEN
THUG JE'I • CHEN GYI • DRO LA SIG
CHEN RE SIG • LA • CHAG TSEL LO

Unstained by faults, with a body white in colour,
Your head is crowned by a perfect Buddha,
With compassionate eyes gazing on beings,
Chenresig, to you I prostrate.



ཨོ�和་ཎི་པདྨེ་ཧུམ།

OM MANI PAD ME HUM

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྒྲུར་དུ་བདག།
སྒྲུ་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG
CHEN RE SIG • WANG • DRUB GYUR NE
DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA
DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

By this virtue, may I quickly
Attain the enlightened state of all-powerful Chenresig,
And then may I lead into that state
Every sentient being without exception.

SHORT DAILY PRACTICE OF MANJUSHRI (JAMPA'I YANG)

།གཞོན་ནུའི་ཆ་ལུགས་འཆང་བ་པོ།

SHÖN NÜ'I • CHA LUG • CHANG WA PO

།ཤེས་རབ་སྒྲོན་མེས་རབ་བརྒྱན་ཅིང་།

SHE RAB • DRÖN ME • RAB GYEN CHING

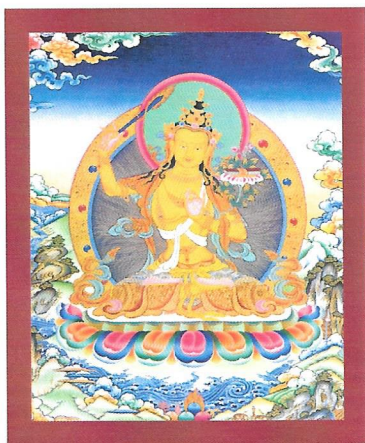
།འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་མུན་སེལ་བ།

JIG TEN • KÜN GYI • MÜN SEL WA

།འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

JAM PA'I • YANG LA • CHAG TSEL LO

Assuming the form of a youth
Whose supreme wisdom-light clears away
The darkness of the entire world system,
Manjushri, to you I prostrate.



།ཨོཾ་པ་ཙ་ཏ་ན་ཏྭ།

OM A RA PA TSA NA DHI

།བཙེ་ལྷན་བྱིད་གྱི་མཁྱེན་རབ་འོད་ཟེར་གྱིས།

TSE DEN • KHYE KYI • KHYEN RAB • Ö SER GYI

།བདག་སྒྲོའི་གཏི་མུག་མུན་པ་རབ་བསལ་ནས།

DAG LÖ'I • TI MUG • MÜN PA • RAB SEL NE

།བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་རྟོགས་པ་ཡི།

KA DANG • TEN CHÖ • SHUNG LUG • TOG PA YI

།སྒོ་གྲོས་སྒྲོབས་པའི་སྣང་བ་སྣལ་དུ་གསོལ།

LO DRÖ • POB PA'I • NANG WA • TSEL DU SÖL

With great compassion and excellent knowledge, like a ray of light
You completely dispel the darkness of our ignorance.
Through understanding the sutras and their commentaries, the entire scriptural tradition,
Please grant me the inspiration to see with discriminating wisdom.

SHORT DAILY PRACTICE OF VAJRAPANI (CHAGNA DORJE)

།ཕྱང་ལོ་ཅན་གྱི་གནས་མཆོག་དཔ་པ་ན།

CHANG LO • CHEN GYI • NE CHOG • DAM PA NA

།གསང་སྔགས་རིག་སྔགས་ཀྱན་གྱི་བདག་པོ་ཆེ།

SANG NGAG • RIG NGAG • KÜN GYI • DAG PO CHE

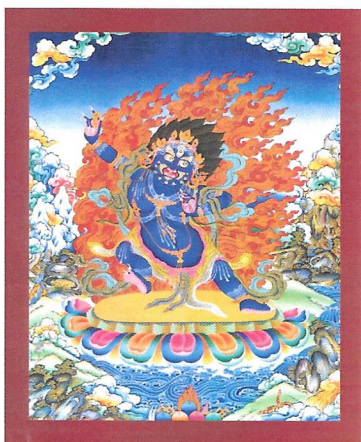
།ལོག་འདྲན་བགོགས་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་ལ་འཛིན་མཛེད་པའི།

LOG DREN • GEG KYI • TSO G NAM • JOM DZE PA'I

།བཅོམ་ལྷན་དོན་འཛིན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

CHOM DEN • DOR JE • DZIN LA • CHAG TSEL LO

In the supremely sacred pure land of Changlo Chen,
You are the Great Lord of both the secret mantra and powerful tantra teachings,
Conqueror of all mara forces and interfering spirits,
Destroyer Vajrapani, to you I prostrate.



།ཨོ་བཙྰ་པའི་ཧུཎ།

OM BENDZA PANI HUM

།དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྙུང་དུ་བདག།

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG

།རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

RIG SUM • GÖN PO • DRUB GYUR NE

།འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།

DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA

།དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

By this virtue, may I quickly
Attain the enlightened state of the Lords of the Three families,
And then may I lead into that state
Every sentient being without exception.

SHORT DAILY PRACTICE OF ARYA GREEN TARA (JETSÜN DRÖLMA)

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པར་གྱིས།

LHA DANG • LHA MIN • CHÖ PEN GYI

འབས་གྱི་པ་སྒོ་ལ་བརྟད་དེ།

SHAB KYI • PE MO • LA TÛ DE

ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒོལ་མཛད་མ།

PHONG PA • KÜN LE • DRÖL DZE MA

སྒོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

DRÖL MA • YUM LA • CHAG TSEL LO

Worldly gods and non-worldly gods
Bow their crowns to your lotus feet,
You who liberate from all poverty,
Mother Tara, to you I prostrate.



ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྒྲུ།

OM TARE TUTTARE TURE SOHA

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག།

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG

ཇི་བཅུན་སྒོལ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

JE TSÜN • DRÖL MA • DRUB GYUR NE

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།

DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

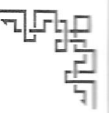
DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

By this virtue, may I quickly
Attain the enlightened state of Arya Tara,
And then may I lead into that state
Every sentient being without exception.

DÜ SUM • GYEL WA'I • YUM LA • CHAG TSEL LO

DE YI • SA LA • GÖ PAR SHOG

35



༄། ། ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་བཞུགས་སོ།།

YÖN TEN SHIR GYUR MA SHUG SO

། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱིན་ཅན་རྗེ།
 ། རྩུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བྱ།
 ། ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས།
 ། ཁུས་པ་ཆེན་པོས་བསྟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

YÖN TEN • KÜN GYI • SHIR GYUR • DRIN CHEN JE
 TSÜL SHIN • TEN PA • LAM GYI • TSA WA RU
 LEG PAR • THONG NE • BE PA • DU MA YI
 GÜ PA • CHEN PÖ • TEN PAR • JIN GYI LOB

། ལན་ཅིག་སྟོང་པའི་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི།
 ། ཤིན་ཏུ་སྟོང་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤེས་གྱུར་ནས།
 ། ཉིན་མཆན་ཀུན་ཏུ་སྟོང་པོ་ལེན་པའི་སྟོ།
 ། རྩུན་ཆད་མེད་པར་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

LEN CHIG • NYE PA'I • DEL WA'I • TEN SANG DI
 SHIN TU • NYE KA • DÖN CHEN • SHE GYUR NE
 NYIN TSEN • KÜN TU • NYING PO • LEN PA'I LO
 GYÜN CHE • ME PAR • KYE WAR • JIN GYI LOB

། ལུས་སྟོག་གཡོ་བ་ཆུ་ཡི་ཆུ་ལྷུར་བཞིན།
 ། ལྷུར་དུ་འཇིག་པས་འཆི་བ་དྲན་པ་དང་།
 ། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན།
 ། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་སྟེ་བཞིན་འབྲང་བ་ལ།

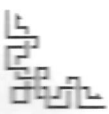
LÜ SOG • YO WA • CHU YI • CHU BUR SHIN
 NYUR DU • JIG PE • CHI WA • DREN PA DANG
 SHI WA'I • JE SU • LÜ DANG • DRIB MA SHIN
 KAR NAG • LE DRE • CHI SHIN • DRANG WA LA

། ཇིས་པ་བརྟན་པོ་སྟོང་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས།
 ། སྤུའི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྟོང་བ་དང་།
 ། དག་ཚོགས་མཐའ་དག་སྟེ་བར་བྱེད་པ་ལ།
 ། ཏྲག་ཏུ་བག་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

NGE PA • TEN PO • NYE NE • NYE PA'I TSOG
 THRA SHING • THRA WA • NAM KYANG • PONG WA DANG
 GE TSOG • THA DAG • DRUB PAR • JE PA LA
 TAG TU • BAG DANG • DEN PAR • JIN GYI LOB

། སྤྱད་པས་མི་ངོམས་སྟུག་བསྐྱེད་ཀུན་གྱི་སྟོ།
 ། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་གི་དཔེ་ལྟོ་ཚོགས་གྱི།
 ། ཉེས་དམིགས་རིགས་ནས་ཐར་བའི་བདེ་བ་ལ།
 ། རོན་གཉིར་ཆེན་པོར་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

CHE PE • MI NGOM • DUG NGEL • KÜN GYI GO
 YI TEN • MI RUNG • SI PA'I • PHÜN TSOG KYI
 NYE MIG • RIG NE • THAR WA'I • DE WA LA
 DÖN NYER • CHEN POR • KYE WAR • JIN GYI LOB



The source of all my good is my kind Lama, my Lord;
Bless me first to see that taking myself to Him in the proper way
Is the very root of the path; and grant me then to serve and follow Him
With all my strength and reverence.

Bless me first to realize that the excellent life of leisure
I've found just this once is ever so hard to find and ever so valuable;
Grant me then to wish, and never stop to wish,
That I could take its essence night and day.

My body and the life in it are fleeting as the bubbles in the sea froth of a wave.
Bless me first thus to recall the death that will destroy me soon;
And help me find sure knowledge that after I have died the things I've done, the white or black,
And what these deeds will bring to me, follow always close behind, as certain as my shadow.

Grant me then ever to be careful,
To stop the slightest wrong of many wrongs we do,
And try to carry out instead each and every good
Of the many that we may.

Bless me to perceive all that's wrong with the seemingly good things of this life.
I can never get enough of them. They cannot be trusted.
They are the door to every pain I have.
Grant me then to strive instead for the happiness of freedom.



ནམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་ངངས་པ་ཡི།
 འདྲན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས།
 བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ།
 སྒྲུབ་པ་སྟིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས།

NAM DAG • SAM PA • DE YI • DRANG PA YI
 DREN DANG • SHE SHIN • BAG YÖ • CHEN PO YI
 TEN PA'I • TSA WA • SO SOR • THAR PA LA
 DRUB PA • NYING POR • JE PAR • JIN GYI LOB

རང་ཉིད་སྟིང་མཆོར་སྒྲུབ་བའི་བཞིན་དུ།
 མར་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱང་དེ་འདྲ་བར།
 མཐོང་ནས་འགྲོ་བ་སྟོལ་བའི་ཁུར་ཁྱེར་བའི།
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཆོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས།

RANG NYI • SI TSOR • LHUNG WA • JI SHIN DU
 MAR GYUR • DRO WA • KÜN KYANG • DE DRA WAR
 THONG NE • DRO WA • DRÖL WA'I • KHUR KHYER WA'I
 JANG CHUB • SEM CHOG • JONG PAR • JIN GYI LOB

སེམས་ཅམ་བསྐྱེད་གྱང་རྩལ་བྱིས་སྐམ་གསུམ་ལ།
 གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་རྒྱལ་མི་འགྲུབ་པར།
 ལེགས་པར་མཐོང་ནས་རྒྱལ་སྐམ་སྟོམ་པ་ལ།
 བརྩོན་པ་དག་པོས་སྟོབ་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས།

SEM TSAM • KYE KYANG • TSÜL THRIM • NAM SUM LA
 GOM PA • ME NA • JANG CHUB • MI DRUB PAR
 LEG PAR • THONG NE • GYEL SE • DOM PA LA
 TSÖN PA • DRAG PÖ • LOB PAR • JIN GYI LOB

ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡང་བ་ཞི་བྱེད་ཅིང་།
 ཡང་དག་དོན་ལ་རྩལ་བཞིན་དཔྱོད་པ་ཡིས།
 ཞི་གནས་ལྷག་མཐོང་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ།
 སྦྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས།

LOG PA'I • YÜL LA • YENG WA • SHI JE CHING
 YANG DAG • DÖN LA • TSÜL SHIN • CHÖ PA YI
 SHI NE • LHAG THONG • SUNG DU • DREL WA'I LAM
 NYUR DU • GYÜ LA • KYE WAR • JIN GYI LOB

ཐུན་མོང་ལམ་སྦྱངས་སྟོད་དུ་གྱུར་བ་ན།
 ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་དོན་མེད་ཐེག།
 སྐལ་བཟང་སྦྱེ་བའི་འཇུག་དོགས་དམ་པ་དེར།
 བདེ་སྐྱབས་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས།

THÜN MONG • LAM JANG • NÖ DU • GYUR WA NA
 THEG PA • KÜN GYI • CHOG GYUR • DOR JE'I THEG
 KEL SANG • KYE WÖ'I • JUG NGOG • DAM PA DER
 DE LAG • NYI DU • JUG PAR • JIN GYI LOB





Grant that these pure thoughts may lead me to be watchful
And to recall what I should be doing,
Grant me to give the greatest care to make the vows of morality
The essence of my practice; they are the root of Buddha's teaching.

I have slipped and fallen into the sea of this suffering life; bless me to see
That every living being, every one my own mother, has fallen in too.
Grant me then to practice the wish for enlightenment,
To take on myself the task of freeing them all.

Bless me to see clearly that the wish itself is not enough,
For if I'm not well trained in the three moralities, I cannot become a Buddha.
Grant me then a fierce resolve
To master the Bodhisattva vows.

Grant that I may quickly gain the path
Where quietude and insight join together;
One which quiets my mind from being distracted to wrong objects,
The other which analyses the perfect meaning in the correct way.

Grant that once I've practiced well the paths shared and become a vessel that is worthy,
I enter with perfect ease the Way of the Diamond,
Highest of all ways, holiest door to come inside
For the fortunate and good.



།དེ་ཆོ་དངོས་བྱུང་ནམ་གཉིས་འབྱུང་པའི་གཞི།
 །ནམ་དག་དམ་ཆོག་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་ལ།
 །བཅོས་མ་མིན་པའི་ངེས་པ་རྟེན་གྱུར་ནས།
 །སློག་དང་བསྐྱོས་ཏེ་བསྐྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

DE TSE • NGÖ DRUP • NAM NYI • DRUB PA'I SHI
 NAM DAG • DAM TSIG • DOM PAR • SUNG PA LA
 CHÖ MA • MIN PA'I • NGE PA • NYE GYUR NE
 SOG DANG • DÖ TE • SUNG WAR • JIN GYI LOB

།དེ་ནས་རྒྱུད་སྒྲུབ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་གཉིས་ཀྱི།
 །གནད་ནམ་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བརྩོན་པ་ཡིས།
 །ཐུན་བཞིན་ནལ་འབྱུང་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བར།
 །དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

DE NE • GYÜ DE'I • NYING PO • RIM NYI KYI
 NE NAM • JI SHIN • TOG NE • TSÖN PA YI
 THÜN SHI'I • NEL JOR • CHÖ LE • MI YEL WAR
 DAM PA'I • SUNG SHIN • DRUB PAR • JIN GYI LOB

།དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་ལའེས་གཉིན་དང་།
 །ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་ནམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་།
 །བྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཆོགས།
 །ཉི་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

DE TAR • LAM SANG • TÖN PA'I • SHE NYEN DANG
 TSÜL SHIN • DRUB PA'I • DROG NAM • SHAB TEN CHING
 CHI DANG • NANG GI • BAR DU • CHÖ PA'I TSOG
 NYE WAR • SHI WAR • JIN GYI • LAB TU SÖL

།སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲུ་མ་དང་།
 །འབྲུལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།
 །ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྒྱུགས་ནས།
 །རྩོཾ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།

KYE WA • KÜN TU • YANG DAG • LA MA DANG
 DREL ME • CHÖ KYI • PEL LA • LONG CHÖ CHING
 SA DANG • LAM GYI • YÖN TEN • RAB DZOG NE
 DOR JE • CHANG GI • GO PHANG • NYUR THOB SHOG

།འདི་ནི་ཕྱི་བཙུན་ཅོང་ཁ་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་མཛད་པའོ།





Bless me to know with genuine certainty, that when I've entered thus,
The cause that gives me both the high attainments
Is to keep my pledges and my vows most pure.
Grant me then to always keep them, even if it costs my life.

Bless me next to realize as well I can, the crucial points of both the steps,
The essence of the secret ways. Grant me then to practice as the holy ones have spoken,
Putting all my effort in and never leaving off
The Practice of the Four Times, highest that there is.

Bless me, grant me that the Spiritual Friend who shows me this good road,
And all my true companions in this quest live long and fruitful lives.
Bless and grant me that the rain of obstacles, things within me or outside me
That could stop me now, stop and end forever.

In all my lives may I never live apart from my perfect Lamas,
May I bask in the glory of the Dharma. May I fulfill perfectly every good quality
Of every level and path, and reach then quickly
The place where I become myself the One who Holds the Diamond.

~ This text was composed by Je Tsongkhapa Lobsang Dragpa



NGO WA MÖN LAM

༄། །བསྟོ་བ་མོན་ལམ།།

།གངས་རི་རྩ་བས་བསྟོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ།
།ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།
།སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི།
།ཞབས་པད་བསྐལ་བརྒྱའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག།

།དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག།
།སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་གྱུར་ནས།
།འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།
།ཁྱེད་ཀྱིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

།བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།
།མ་སྦྱོར་པ་རྣམས་སྦྱོར་གྱུར་ཅིག།
།སྦྱོར་པ་རྣམས་པ་མེད་པ་ཡང་།
།གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

།འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོས་ཇི་ལྟར་མ་བྱེན་པ་དང་།
།ཀུན་རྩ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།
།དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཇེས་སུ་བདག་སྟོབ་ཕྱིར།
།དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱ་བསྟོ།

།དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
།བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་རྒྱ་བསྐྱུགས་པ་དེས།
།བདག་གི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་།
།བཟང་པོ་སྦྱོད་ཕྱིར་རབ་རྒྱ་བསྟོ་བར་བགྱི།

GANG RI'I • RA WE • KOR WA'I • SHING KHAM SU
PHEN DANG • DE WA • MA LÜ • JUNG WA'I NE
CHEN RE SIG • WANG • TEN DZIN • GYA TSO YI
SHAB PE • KEL GYA'I • BAR DU • TEN GYUR CHIG

GE WA • DI YI • NYUR DU DAG
LA MA • SANG GYE • DRUB GYUR NE
DRO WA • CHIG KYANG • MA LÜ PA
KHYE KYI • SA LA • GÖ PAR SHOG

JANG CHUB • SEM CHOG • RIN PO CHE
MA KYE • PA NAM • KYE GYUR CHIG
KYE PA • NYAM PA • ME PA YANG
GONG NE • GONG DU • PHEL WAR SHOG

JAM PEL • PA WÖ • JI TAR • KHYEN PA DANG
KÜN TU • SANG PO • DE YANG • DE SHIN TE
DE DAG • KÜN GYI • JE SU • DAG LOB CHIR
GE WA • DI DAG • THAM CHE • RAB TU NGO

DU SUM • SHEG PAI • GYEL WA • THAM CHE KYI
NGO WA • GANG LA • CHOG TU • NGAG PA DE
DAG GI • GE WA'I • TSA WA • DI KÜN KYANG
SANG PO • CHÖ CHIR • RAB TU • NGO WAR GYI



DEDICATION

In the Heavenly Realm of Tibet, surrounded by a chain of snow mountains,
The source of all happiness and help for beings
Is Tenzin Gyatso – Chenresig in person
May his life be secure for hundreds of eons!

By this virtue may I quickly attain
The enlightened state of a Guru-Buddha
And then may I lead into that state
Every sentient being without exception.

May the most precious and supreme bodhicitta awakening mind,
Which has not yet been generated, now be generated.
May the precious mind of bodhicitta, which has been generated,
Never decline but always increase.

Mighty Manjushri understands all things immediately and completely;
Samantabhadra does so also in the same way.
May I study and practice in the same way as all these Bodhisattvas
And fully dedicate all these virtues to the benefit of all beings.

By all the Victorious Ones of the three times – past, present and future –
This dedication of merit is considered most worthy of praise.
Thus I completely dedicate the roots of all my virtue
To benefit all sentient beings.



༄༅། །ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདབས་ཚོ་ལྷའི་བྱིན་རྒྱལས།།

SHAB TEN SÖL DEB TSE LHA'I JIN LAB

།བཙེ་ཆེན་གླུང་ནས་འགོ་ལ་རང་དབང་དུ།
།ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བའི་ལྷ་མཚོག་གསུམ།
།གྲུས་པས་བརྟུང་དེ་རྩེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཡི།
།སྐྱེ་ཆོ་མི་བཞིག་དེ་རྩེ་ལྷར་བརྟན་ཤོག།

TSE CHEN • LUNG NE • DRO LA • RANG WANG DU
TSE YI • NGÖ DRUB • TSÖL WA'I • LHA CHOG SUM
GÜ PE • TÜ DE • JE TSÜN • LA MA YI
KU TSE • MI SHIG • DOR JE • TAR TEN SHOG

།ལྷོ་གྲོས་མཁའ་ལྷར་ཡངས་པའི་ལྷ་ལམ་ངོས།
།བཟང་པོའི་འཕྱིན་ལས་སྐྱེ་འགྲོའི་ཞིང་སར་འབབས།
།དམ་པའི་སྐྱེ་བྱ་ཆེན་པོ་འགོ་བའི་མགོན།
།ཆོས་སྟོན་བཙུའ་མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག།

LO DRÖ • KHA TAR • YANG PA'I • LHA LAM NGÖ
SANG PÖ'I • TRIN LE • KYE DRÖ'I • SHING SAR BAB
DAM PA'I • KYE BU • CHEN PO • DRO WA'I GÖN
CHÖ JÖ • CHU'I • DZE PA • THAR JIN SHOG

།ཡུག་འཛལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།
།རྩེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།
།དག་བ་བྱུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།
།ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་རྩལ་ཕྱིར་བསྟོན།

CHAG TSEL • WA DANG • CHÖ CHING • SHAG PA DANG
JE SU • YI RANG • KÜL SHING • SÖL WA YI
GE WA • CHUNG SE • DAG GI • CHI SAG PA
THAM CHE • DAG GI • JANG CHUB • CHIR NGO'O

།སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་།
།འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འོངས་སྟོན་ཅིང་།
།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྩེགས་ནས།
།དེ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐུར་ཐོབ་ཤོག།

KYE WA • KÜN TU • YANG DAG • LA MA DANG
DREL ME • CHÖ KYI • PEL LA • LONG CHÖ CHING
SA DANG • LAM GYI • YÖN TEN • RAB DZOG NE
DOR JE • CHANG GI • GO PHANG • NYUR THOB SHOG

༄༅། །འགྱུར་སྒྲགས།།

GYUR NGAG

།ཨོྩ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་བི་མ་ན་ས་ར་མནུ་ཇ་བ་རྩྱུ།
།ཨོྩ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་བི་མ་ན་སྐྱུ་ར་མནུ་ཇ་བ་རྩྱུ།

OM SAMBHARA SAMBHARA BIMANA SARA MAHA DZAWA HUM
OM MARA MARA BIMANA KARA MAHA DZAWA HUM





PRAYERS FOR OUR TEACHER

To the three supreme Deities, who independently bestow the attainment of longevity
Through their great affection for migratory beings,
We offer our prayers with intense devotion
That the life of our venerable guru be as indestructible and stable as a vajra.

Your divine path of wisdom is as vast as the expanse of space,
Your excellent activities rain down on the field of sentient beings,
Supreme Great Being, protector of all wandering beings,
May your conduct of Dharma activities be perfected.

Whatever slight positive potential I may have created,
By paying homage, offering, and acknowledging my faults,
Rejoicing, and requesting that the Buddhas stay and teach,
I now dedicate all this for full awakening.

In all my lives may I never live apart from my perfect Lamas,
May I bask in the glory of the Dharma. May I fulfill perfectly every good quality
Of every level and path, and reach then quickly
The place where I become myself the One who Holds the Diamond.

MULTIPLYING MANTRA

The Parinata-Cakra Sutra says that if this is recited seven times, whatever virtuous actions one has done are multiplied 100,000 times