



། ཨོཾ རྩུལ་ལྷུང་ལྷུང་ལུང་ལྷུང་།



། ཨོཾ །འཇལ་འདོན་གཅེས་བུས། །

Daily Recitations





 རྒྱན་ཚགས་གསུམ་པ།
PRAISE TO SHAKYAMUNI BUDDHA
 禮讚釋迦牟尼佛



།སྒྲོན་བ་བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་དག་བཙེམ་བ་ཡང་དག་
 བར་རྗེགས་བའི་སངས་རྒྱས་རིག་བ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་བ་
 འདིག་རྟེན་མཁུན་པ། སྐྱེས་སུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་ལྷ་ན་མེད་པ། ལྷ་དང་མི་
 རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་པ། སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་དབུ་རྒྱལ་བ་ལྷ་སྐྱེས་སུ་བ་ལ་
 ལྷག་འཚལ་ལོ། མཚོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཚེལ། ། ལན་གསུམ།

*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 (3x)*



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)

Бурхан ялж төгс нөгчсөн түүнчлэн ирсэн,
дайныг дарсан, үнэхээр туулсан, бурхан ухаан хийгээд
өлмий төгөлдөр, сайтар ажирсан, хамгийг айлдагч,
төрөлхтөнийг номхтгон жолоодогч ханьцаш үгүй
тэнгэр хийгээд хүмүүсийн багш, Бурхан ялж төгс
нөгчсөн цогт шагжаан чадагч хаан бурханд мөргөмү
тахиму итгэмү. (гурвантаа)



གང་ཚེ་རྐང་གཉིས་གཙོ་བོ་ཁྱོད་བལྟམས་ཚེ། །
 ས་ཚེན་འདི་ལ་གོམ་པ་བདུན་བོར་ནས། །
 ད་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཚོག་ཅེས་གསུངས། །
 དེ་ཚེ་མཁས་པ་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་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.*

རྣམ་དག་སྐྱེ་མངའ་མཚོག་ཏུ་གཟུགས་བཟང་བ། །
 ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ། །
 གཤགས་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷན་མེ་བ། །
 མགོན་པོ་མཚོག་བརྟེས་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་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.*

མཚན་མཚོག་ལྷན་པ་དྲི་མེད་ལྷ་བའི་ཞལ། །
 གསེར་མདོག་འདྲ་བ་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 རྒྱལ་ལྷ་ཁྱོད་འདྲ་མིད་པ་གསུམ་མ་མཚོས། །
 མཉམ་མེད་མཁྱེན་ཅན་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་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.*



When, O supreme amongst 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.

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。

Хоёр хөлтний эрхэм та мэндэлсэн цагтаа
Хөрст алтан дэлхийд долоонтоо алхаад
Энэ ертөнцөд дээд нь би хэмээн айлдахуйд
Мэргэд тэр цагт танд мөргөсөн амуй

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。

Үнэн ариун лагшны дээдэд сайхан дүр
Алтан сүмбэр адилаын бэлгэ билгийн далай
Гурван ертөнцөд ив илхэн алдарт
Итгэлт дээдийг олсон чамд мөргөмү

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。

Алдарын дээд төгөлдөр хиргүй саран нүүр
Алтан өнгө адил чамд мөргөмү
Хир үгүй чиний адил гурван сансарт үгүй
Тэнцэш үгүй айлдварт чамд мөргөмү



མགོན་པོ་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་པ། །
 ཐམས་ཅད་མཁུན་པས་སྟོན་པ་པོ། །
 བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཞིང་། །
 དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་སྤྲུག་འཆལ་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.

དག་པས་འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་གྱུར། །
 དག་པས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །
 གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་མཚོག་གྱུར་པ། །
 ཞི་གྱུར་ཚེས་ལ་སྤྲུག་འཆལ་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.

གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །
 བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །
 ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྷན། །
 དག་འདུན་ལ་ཡང་སྤྲུག་འཆལ་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.



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。

Итгэл төгс нигүүлсэлт
Хамгийг айлдан үзүүлэгч
Эрдэм буяны далай
Түүнчлэн ирсэнд мөргөмү

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。

Арилснаар уринаас хагацахуи
Буянаар муугаас гэтлэхүй
Гагц үнэмлэхүй дээд
Амарлиулагч номдоо мөргөмү

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。

Гэтлээд гэтлэхийн мөрийг үзүүлэгч
Сурталд машинд оршсон
Орны дээд эрдэм төгөлдөр
Хуврагтаа бас мөргөмү



ལྷོག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །
 དགེ་བ་ལྷན་གསུམ་ཚོགས་པར་སྦྱད། །
 རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །
 འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་བ་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.

ལླང་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །
 ལླུ་མ་ཟེལ་བ་ཚུ་བར་དང་། །
 ལྷ་ལམ་སློག་དང་སླིན་ལྟ་བུར། །
 འདུས་བྱས་ཚེས་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་བ་ཡི། །
 གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་སློན་གྱི་དག་བུལ་ཏེ། །
 ལྷ་དང་ན་དང་འཆི་བའི་རྒྱབས་འབྲུག་པའི། །
 སླིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སློལ་བར་འོག། །

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.



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。

Хилэнц юуг ч үйлдэхгүй
Буяныг хотлоор чуулаад
Өөрийн сэтгэлийг номхотгох
Энэ нь бурханы шашин мөн

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。

Од зэргэлээ зул
Илбэ шүүдэр цэврүү
Зүүд гялбаа үүл адил
Хурсан бүхэн тэр мэт

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。

Энэхүү буянаар хамгийг болгоосон
Хутгийг таалан гэмт дайсныг номхотгосон
Өтлөх өвдөх үхэхийн хямрал давалгаат
Сансрын далайгаас амьтад гэтлэх болтугай



སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད།
 TAKING REFUGE AND
 GENERATING BODHICITTA
 皈依發心

༄༅། །སྐྱབས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 ཚེས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ། ལན་གསུམ།

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. (3x)

༄༅། །སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་གི་མཆོག་རྣམས་ལ། །
 བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
 བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བསྐྱེས་པའི་ཚོགས་རྣམས་གིས། །
 འགོ་ལ་པན་སྤྱོད་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་སོག། ། 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

Ламдаа итгэмүй
Бурхандаа итгэмүй
Номдоо итгэмүй
Хуврагтаа итгэмүй

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。

Бурхан ном чуулганы дээдэст
Бодийг хүртлээ би бээр итгэмүй
Өглөг тэргүүтнийг үйлдсэн үүгээрээ
Амьтанд туслах бурхан бүтэх болтугай

ཚད་མེད་བཞི།

THE FOUR IMMEASURABLES

四無量心

༄༅། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉེས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་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)*

མཚུལ

OPENING MEDITATION OF MANDALA OFFINGS

獻曼達短文

༄༅། །ས་གཞི་སྦྱོས་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཟམ། །
རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་བ་སྟེ། །
སངས་རྒྱུས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །
འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱིད་པར་ཤོག །

ཨི་དྲི་གུ་རུ་རྩུ་མུ་ལ་ཁི་འི་རྩུ་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*

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。

Хамаг амьтан амгалан хийгээд амгалангийн шалтгаан лугаа төгөлдөр болтугай

Хамаг амьтан зовлон хийгээд зовлонгийн шалтгаанаас хагацах болтугай

Хамаг амьтан зовлон үгүй амгалангаас үл хагацах болтугай

Хамаг амьтан ойр хол тачаах уурлах хоёроос хагацаж тэгш сэтгэлээр орших болтугай

OPENING MEDITATION OF MANDALA OFFINGS
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，須彌四洲日月巖，
觀為佛土以供獻，眾生感受清淨刹。

伊當菇茹惹納曼扎拉康尼雅達雅彌

Газар дэлхийг хүжсээр сүрчин цэцэгсээр бүрхэж
Сүмбэр уул дөрвөн тив, наран сарнаар чимээд
Бурханы орноор бясалган зорьж өргөснөөр
Хамаг амьтан арилсан орноо зорчтугай

Ядам гүрү рана мандала хам нирья дарья мэ



ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་བཞུགས་སོ།
THE FOUNDATION PRAYER
 勝道啟門頌

༄༅། །ཡོན་ཏན་གྱུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་ཟིན་ཅན་རྗེ། །
 ལྷུལ་བཞིན་བསྐྱེན་པ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་རུ། །
 ལེགས་བར་མཐོང་ནས་འབད་བ་དུ་མ་ཡིས། །
 གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
*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་རྗེད་པའི་དལ་བའི་རྗེན་བཟང་འདི། །
 ཤིན་ཏུ་རྗེད་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤིས་གྱུར་ནས། །
 ཉིན་མཚན་གྱུན་ཏུ་སྦྱང་བོ་ལན་པའི་རྗེ། །
 ལྷུན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
*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་ལྷ་ཡིས་རྗེས་བྱུང་བཞིན། །
 ལྷུར་དུ་འཛིག་པས་འཆི་བ་དྲན་བ་དང། །
 ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གི་བ་མ་བཞིན། །
 དཀར་ནག་ལས་འབྲས་བུ་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。
Эрдэм бүхний суурь болсон ачит багшийг
Ёсчлон шүтэх мөрийн үндсэнд
Сайтар ойлгож шамдал олноор
Их бишрэнгүйгээр шүтүүлэн адислан хайрла

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。
Нэгэнтээ олдсон чөлөө учралын сайн шүтээн нь
Машид олдоход бэрх, хэрэг ихтэйг мэдсэнээр
Өдөр шөнө бүхэнд шимийг нь авах оюуныг
Үргэлж тасралтгүй төрүүлж адислан хайрла

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。
Амь бие хэлбэлцэх нь усны хөөс мэт
Түргэн эвдэрснээр үхлийг дурдах хийгээд
Үхсэний хойтод бие лугаа сүүдэр мэт
Хар цагаан үйлийн үр нь тэрчлэн дагахад



དེས་པ་བརྟན་པོ་རྩེད་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས། །
 ལྷ་ཞིང་ལྷ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤོང་བ་དང་། །
 དགེ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་བ་ལ། །
 ཉལ་ཏུ་བག་དང་ལྷན་བར་བྱིན་གྱིས་རྩོམས། །

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.

ལྷན་པས་མི་ངོམས་སྐྱབ་བལྟལ་ཀུན་གྱི་སྒོ། །
 ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྤྱིད་པའི་སྐྱབ་ཚོགས་གྱི། །
 ཉེས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ། །
 དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྩོམས། །

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 puhr/ chin chee/ lobe.

རྣམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་དྲངས་བ་ཡི། །
 དབྱ་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། །
 བསྟན་པའི་ཅ་བ་སོ་སོར་ཐར་བ་ལ། །
 ལྷན་པ་སྤོང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྩོམས། །

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。

Магадлалыг батгай олсноор гэмийн чуулган
Нарийнаас нарийнуудыг ч тэвчих хийгээд
Буяны чуулган бүхнийг бүтээж үйлдэхэд
Үргэлжид сэрэмж лүгээ төгсүүлэн адислан соёрх

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。

Эдлээд үл ханах зовлон бүхний үүд
Сэтгэл батгүй орчлонгийн хотол чуулганы
Гэм эргүүг ухаараад нирвааны амгаланд
Их тус эрэлт төрүүлж адислан соёрх

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。

Тийн ариун санаа түүгээр удирдагдсанаар
Дурдал мэдэмсэрийн их сэрэмжээр
Шашны үндэс тус тусад гэтлэхийн санваард
Бүтээлийн шимийг үйлдэхэд адислан соёрх



རང་ཉིད་སྲིད་མཚོར་སྤྱང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།
 མར་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དེ་འདྲ་བར།
 མཚོང་ནས་འགྲོ་བ་སྤོལ་བའི་ཁྱད་འབྱེར་བའི།
 བྱང་རྩལ་སེམས་མཚོག་འབྱོར་ས་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

*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་ཅོམ་བསྐྱེད་ཀྱང་རྩལ་ཁྲིམས་རྣམ་གསུམ་ལ།
 བོམས་བ་མེད་ཀྱང་བྱང་རྩལ་མི་འགྲུབ་བར།
 ལེགས་བར་མཚོང་ནས་རྩལ་སྲས་སྤོལ་བ་ལ།
 བརྩོན་བ་དག་པོས་སྤོབ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

*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་བའི་ཡུལ་ལ་གཡེངས་བ་ཞི་བྱེད་ཅིང་།
 ཡང་དག་དོན་ལ་རྩལ་བཞིན་དཔྱོད་བ་ཡིས།
 ཞི་གནས་ལྷག་མཚོང་རླང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ།
 ལྷུང་དུ་རྒྱད་ལ་སྤྱི་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

*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。

Өөрөө орчлонгийн далайд унасан ямарчилян
Эх болсон амьтан бүхнийг ч тэр адилаар үзэж
Амьтныг гэтэлгэх үүргийг үүрэх
Дээд бодь сэтгэлийг судлуулан адислаж соёрх

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。

Сэтгэл төдий үүссэн ч тийн гурван шагшаабадад
Дасалтгүй болбоос бодь үл бүтэх хэмээн
Сайтар ойлгосноор ялгуугсдын санваар дор
Хичээнгүй хатуужлаар суралцуулж адислан соёрх

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。

Буруу оронд алгасрахаа амарлиулан үйлдэж
Үнэхээр ариун хэрэгт ёсчилон судалснаар
Амарлин орших, үлэмж үзэхийг хослон барилдахын
мөр
Сэтгэлд минь түргэн төрүүлж адислан соёрх



ལྷན་མོང་ལམ་སྐྱེད་ཏུ་གྱུར་བ་ན། །
 རྩམ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་རྗེ་ཟེ་ཟེག། །
 ལྷལ་བཟང་སྐྱེ་བའི་འཇུག་འགས་དམ་པ་དེར། །
 བདེ་ཐུག་ཉིད་ཏུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

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་ཚེ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འགྲུབ་པའི་གཞི། །
 རྣམ་དག་དམ་ཆོག་སྦྲེམ་པར་གསུངས་པ་ལ། །
 བཙོས་མ་མིན་པའི་ངེས་པ་རྟེན་གྱུར་ནས། །
 ལྷོག་དང་བསྐྱེས་ཏེ་སྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

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་སྐྱེ་སྤྱིང་པོ་རིམ་གཉིས་གྱི། །
 གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བཙུན་པ་ཡིས། །
 ལྷན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བར། །
 དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

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。

Нийтийн мөрийг судлан саванд болбоос
Хөлөг бүхний дээд болсон Очирт хөлөг
Хувь сайт төрөлхтөний орох олом дээдэд
Амар хялбар ямагт оруулж адислан соёрх

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。

Тэр цагт тийн хоёр шид бүтээл бүтээхийн суурь
Асар ариун тангараг санваараа сахихад зарлигласанд
Хуурмаггүй магадлалыг олох болсноор
Амь лугаа холбоод сахиулан адислаж соёрх

Having realized the importance of the two stages,
The essence of the Vajrayana,
By practicing with great energy, never giving up the four ses-
sions,
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。

Түүнээс дандарын аймгийн шим
Хоёр зэргэмжийн аньсыг ямарчилан оноосноос
Дөрвөн тасалгаат егүзэрийн явдлаас үл алмайрч
Дээдсийн зарлигчилан бүтээхэд адислаж соёрх



དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། །
 ལྷུ་ལ་བཞིན་སྐྱེ་བ་པའི་རྩོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་། །
 ལྷོ་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཚོགས། །
 ཉེ་བར་ཞི་བར་གྱིན་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/ puh du/ tchoh bey/ tsog.
Nee wahr/ she wahr/ chin chee/ lob du/ sol.

ལྷུ་ལ་གུན་དུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་། །
 འབྲུལ་མེད་ཚོས་གྱི་དབལ་ལ་ལོངས་སྟོན་ཅིང་། །
 ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྩོགས་ནས། །
 རྩོ་རྩོ་འཆང་གི་གོ་འབང་ལྷུ་རྩོ་མོ་ཤོག །
 ཅེས་པ་འདྲི་རྩོ་ཅོང་ཁ་བ་ལྷོ་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。

Тэр мэт сайн мөрийг заасан буяны садан хийгээд
Ёсчилон бүтээгч нөхдийн өлмий батжиж
Гадна ба дотны түйтгэрийн чуулганыг
Дөтөд амарлиулан адислан соёрхож хайрла

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。

Төрөл бүхэнд үнэхээр ариун багш лугаа
Хагацалгүй номын цогийг төгс эдлэх бөгөөд
Газар мөрийн эрдмийг машид туулснаар
Очирдарийн хутгийг түргэнээ олох болтугай





THE HEART OF THE PERFECTION OF WISDOM SUTRA

ཤེས་རབ་སྒྲིབ་པོ།
般若波羅蜜多心經

༄༅། །ཀྱུ་གང་སྐད་དུ། ལྷ་ག་མ་ཉི་ཤ་རྩ་བ་ར་མི་རྩ་མི་ད་ཡ། ། བོད་སྐད་དུ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་པོ། ། བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ།

འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ལ། བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་བྱ་ཚོད་སྤང་པོའི་རིལ་དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་ཚེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་ཚེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། དེའི་ཚེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཐབ་མོ་སྤྱང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཉིང་རིམ་ཚེན་པོ་སྒྲིབ་པས་བར་ཞུགས་སོ། ། ཡང་དེའི་ཚེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པ་ཐབ་མོའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་བར་རྣམ་པར་བལྟ་འོ། ། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས། ཚེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་པོའི་བུས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲིབ་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/



THE HEART OF THE PERFECTION OF WISDOM SUTRA

般若波羅蜜多心經

Билгийн зүрхэн



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.

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。

Ийн хэмээн миний сонссон нэгэн цагт Ялж төгс нөгчсөн хааны харш гажир шувуу цогцолсон ууланд аяга тахимлагийн ихэс хувраг хийгээд Бодьсадва нарын их хувраг лугаа хамт нэгнээ суун бөлгөө. Тэр цагт Ялж төгс нөгчсөн гүн нарийныг үзэхүй хэмээгдэх номын зүйл тооны самади-д тэгш оров. Бас тэр цагт Бодьсадва, Махасадва, хутагт Нүдээр үзэгч, Эрхт бээр билгийн чанад хүрсэн гүн нарийн явдлыг тийн үзээд тэдгээр таван цогцсыг ч мөн чанараар хоосон хэмээн тийн бөгөөд үзэв. Тэндээс Бурханы хүчээр насан төгөлдөр Шааригийн хөвгүүн бээр Бодьсадва, Махасадва, хутагт Нүдээр үзэгч, Эрхтэд ийн хэмээн өгүүлэв.



རིགས་ཀྱི་བུའམ་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་
 བ་ཟབ་མོའི་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པ་འདོད་པ་དེས། རི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་སྐད་ཅེས་
 ལྷུས་པ་དང་། འུང་ལྷུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འབགས་པ་སྤྱོད་རས་
 གཞེགས་དཔའ་སྤྲུག་གིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལུ་ར་དུ་ཉའི་བུ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྱིས་
 འོ། །ལུ་རོལ་བྱ། རིགས་ཀྱི་བུའམ་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་
 རོལ་ཏུ་ཟབ་མོ་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པར་འདོད་པ་དེས། འདི་ལྟར་ནམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ།
 །ལུང་པོ་སྤྱོད་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སྤྱོད་བལྟའོ།
 །གཟུགས་སྟོང་བའོ། སྟོང་བ་ཉིད་གཟུགས་འོ། །གཟུགས་ལས་སྟོང་བ་ཉིད་གཞན་
 མ་ཡིན། སྟོང་བ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་
 དང་། །འདུ་ཤེས་དང་། །འདུ་བྱེད་དང་། །ནམ་པར་ཤེས་པ་ནམས་སྟོང་བའོ། །

*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/*



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.

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。

Язгууртны хөвгүүд ба язгууртны охин хэн заримууд билгийн чанад хүрсний гүн явдлаар явсугай хэмээн хүсэгч тэд бээр ямар мэт суралцахуй.

Тийн хэмээн өгүүлсэнд Бодьсадва, Махасадва, хутагт Нүдээр үзэгч, Эрхт бээр насан төгөлдөр Шаари Дадийн хөвгүүнд ийн хэмээн өгүүлэв. Шааригийн хөвгүүн язгууртны хөвгүүн ба язгууртны охин хэн заримууд билгийн чанад хүрсний гүн явдлаар явсугай хэмээн хүсэгч тэд бээр энэ мэт тийн үзэх бөгөөд тэдгээр таван цогцсыг ч мөн чанараар хоосон хэмээн үнэхээр даган үзээрэй. Дүрс нь хоосон болой, Хоосон нь дүрс болой, Дүрсээс ч хоосон өөр бус, Хоосноос ч дүрс өөр бус болой. Түүнчлэн мэдрэхүй хийгээд хураан мэдэхүй ба хураан үйлдэхүй хийгээд тийн мэдэхүйнүүд хоосон болой.



ཕུ་རིའི་བྲུ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྣང་བ་ཉིད་དེ། མཚན་ཉིད་
མེད་པ། མ་སྐྱེས་པ། མ་འགགས་པ། ཇི་མ་མེད་པ། ཇི་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པ། མི་
བ་མེད་པ། གང་བ་མེད་པའོ། །

ཕུ་རིའི་བྲུ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྣང་བ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཚོར་བ་མེད།
།འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་བྱེད་རྣམས་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད། མིག་མེད། རྣ་བ་
མེད། ལྷ་མེད། ལྷེ་མེད། ལྷས་མེད། ཡིད་མེད། གཟུགས་མེད། སྐྱ་མེད། ཇི་མེད།
རོ་མེད། རེག་བྲུ་མེད། ཚོས་མེད་དོ། །མིག་གི་ཁམས་མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་
མེད། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །མ་རིག་པ་མེད།
མ་རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ནས་ཁྱ་ཤི་མེད། ཁྱ་ཤི་ཟད་པའི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་
བཞིན་དུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མེད། ཡེ་
ཤེས་མེད། རྩོམ་པ་མེད། མ་རྩོམ་པ་ཡང་མེད་དོ། །

*Sha ri 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/ 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/*



“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.

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。

Шааригийн хөвгүүн тэр мэтийн тулд хамаг ном хоосон бөгөөд бэлгэ чанар үгүй, төрөх үгүй, түрдэх үгүй, хир үгүй, хирээс ч хагацсан үгүй, буурах үгүй, нэмэх үгүй болой.

Шааригийн хөвгүүн тэр мэтийн тул бөгөөс хоосонд дүрс үгүй, мэдрэхүй үгүй, хураан мэдэхүй үгүй, хураан үйлдэхүйнүүд үгүй, тийн мэдэхүй үгүй, нүд үгүй, чих үгүй, хамар үгүй, хэл үгүй, бие үгүй, дур үгүй, өнгө үгүй, дуу үгүй, үнэр үгүй, амт үгүй, хүртэхүй үгүй, ном үгүй болой. Нүдний орон үгүйгээс сэтгэлийн орон үгүй. Сэтгэлийн тийн мэдэхүйн оронд хүртэл ч үгүй болой. Мунхаг үгүй, мунхаг барагдах үгүйгээс өглөх, үхэх үгүй, өглөх, үхэх барагдахад хүртэл ч үгүй болой. Түүнчлэн зовлон ба бүхэн гарах хийгээд түрдэх ба мөр үгүй, бэлгэ билиг үгүй, олох үгүй, үл олох ч үгүй болой.

“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 awoken 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 unequalled, 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

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 喻 葛德 葛德 巴喇葛德 巴喇桑葛德 菩提 娑哈

Шааригийн хөвгүүн тэр мэтийн тулд Бодьсадва нар олох үгүйн тул билгийн чанад хүрсэн гүн үүнд шүтээд оршоу. Сэтгэлд түйтгэр үгүй болоод айх үгүй буюу. Чанх буруугаас машинд нөгчиж нирвааны эцэст хүрэв. Гурван цагт илт суусан хамаг бурхан бээр билгийн чанад хүрсэн гүн үүнд шүтэж дээр үгүй үнэхээр туулсан бодид илт төгсгөн бурхан болов.

Тэр мэтийн тулд билгийн чанад хүрсний тарни, их ухааны тарни, тэнсэл үгүй тарни, сац бус лугаа сацуу тарни, хамаг зовлонг машинд амарлиулагч тарни худал бусын тулд үнэн хэмээн мэдээд билгийн чанад хүрсний тарнийг өгүүлэв.

ДАДЪЯА ТА, УМ ГАДЭ ГАДЭ БАРА ГАДЭ БАРАСАМ
ГАДЭ БОДИ СУУХА.



ལུ་རིའི་བྱ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབའ་སེམས་དབའ་ཆེན་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་
ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་བཙཅམ་ལྷན་འདས་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ། བྱང་ཚུབ་སེམས་
དབའ་སེམས་དབའ་ཆེན་མོ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ལ་ལེགས་སོ་ཞེས་
བྱ་བ་བྱིན་ནས། ལེགས་སོ། ལེགས་སོ། རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཁྲོད་ཀྱིས་
བསྐྱབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོལ་སྐྱད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །བཙཅམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་
སྤྱི་བ་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྟ་རུ་ཉིའི་བྱ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དབའ་སེམས་དབའ་ཆེན་
མོ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་དང་། ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དེ་
དག་དང་། ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། རི་ཟམ་བཙས་པའི་འཛིག་ཉེན་ཡི་རངས་ཏེ།
བཙཅམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་དོ། །

འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྣང་བོ་རྗེགས་སོ། །

*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/
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/*



“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.

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。

Шааригийн хөвгүүн, Бодьсадва, Махасадва нар бээр тэр мэт гүн билгийн чанад хүрсэнд суралцаарай.

Тэндээс Ялж төгс нөгчсөн тэр самадигаас босож Бодьсадва, Махасадва, хутагт Нүдээр үзэгч, Эрхтэд сайн хэмээн өгөөд сайн сайн язгууртны хөвгүүн тэр түүнчлэн болой. Тэр түүнчлэн бөгөөд чиний ямар мэт үзүүлсэн түүнчлэнхүү гүн билгийн чанад хүрсэнд яваарай .

Түүнчлэн ирснүүд бээр даган баясалцав. Ялж төгс нөгчсөн тийн хэмээн зарлиг болсонд насан төгөлдөр Шааригийн хөвгүүн хийгээд Бодьсадва, Махасадва, хутагт Нүдээр үзэгч, Эрхт ба хамаг лугаа төгөлдөр нөхөд тэдгээр ба тэнгэр, хүмүүн ба асури, гандарис сэлт ертөнц дахин даган баясалцаад Ялж төгс нөгчсөн бээр номлосныг илт магтав.

སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག །
PRAISES TO THE TWENTY-ONE TARAS
 二十一度母禮讚文

༄༅། །ཨི་རྩེ་བརྩུན་མ་འབགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།
 ཕྱག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་སྐྱར་མ་དབའ་མོ། །
 སྐྱུན་ནི་སྐད་ཅིག་སྒོག་དང་འདྲ་མ། །
 འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། །
 གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་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.*

ཕྱག་འཚལ་སྐྱོན་ཀའི་རྩེ་བ་ཀུན་ཏུ། །
 གང་བ་བརྒྱ་ནི་བཅེགས་པའི་ཞལ་མ།།
 སྐར་མ་སྐྱོང་ཕྱག་ཚོགས་པ་རྣམས་གྱིས། །
 རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་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.*

ཕྱག་འཚལ་སེར་སྐྱོ་ཚུ་ནས་སྐྱེས་གྱིས།།
 བརྒྱས་ཕྱག་ནི་རྣམས་སར་བརྒྱན་མ།།
 སྐྱུན་བ་བཅོན་འགྲུས་དཀའ་ཕྱབ་ཞི་བ།།
 བཟོང་བ་བསམ་གཏན་སྐྱོད་ཡུལ་ཉིད་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.*

PRAISES TO THE TWENTY-ONE TARAS

二十一度母禮讚文

Homage to Tara, the noble and sublime.
Homage to Tara, the swift and courageous,
Gaze is as quick as flashes of lightning,
From Lord of Triloka, his face like a lotus,
You rose on a billionfold blossoming stamens.

噶！頂禮至尊聖度母！
頂禮奮迅救度母，目如剎那閃電光，
三域怙主蓮花面，花蕊綻放從中現。
Ум, Гэтэлгэгч хутагт Дара эхэд мөргөмү
Мөргөмү, Гэтэлгэгч түргэн баатар эх
Аяндын гялбаан агшин мэт мэлмийт
Гурван ертөнцийн итгэл лянхуан
Голти тоорцгоос болгоогдсон эх

Homage to you with a face that resembles
A meeting of one hundred full moons in autumn,
And who with the brightness of stars by the thousands
Shine in a vast perfect light of resplendence.

頂禮月色白度母，秋百滿月聚集臉，
成千群星同彙聚，盡放威光極燦燦。
Мөргөмү, хотол намрын саран дүүрсэн
Зуунтаа давхарлага мишээлт
Мянган оддын чуулганаар
Маш нээгдсэн гэрэл бадармал эх

Homage to you, the golden-hued lady,
Whose hand is adorned by a blue lotus flower.
Your scope of activity is giving, exertion,
Fortitude, peace, tolerance, meditation.

頂禮紫磨金色母，蓮花莊嚴其妙手，
佈施精進苦行靜，安忍禪定行境性。
Мөргөмү, алтан хөх уснаас төрсөн
Лянхуагаар мутраа сайтар чимсэн
Өглөг, хичээнгүй, хатуужил, амарлингуй
Хүлцэл, дияан явдал оронт эх



ཕྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེན་པའི་གཙུག་ཏོར། །
 མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྦྱོང་མ། །
 མ་ལུས་པ་རོལ་གྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །
 རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་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.

ཕྱག་འཚལ་རྒྱུ་ར་རྩྭ་ཡི་གེ། །
 འདོད་དང་སྤྱོད་པ་དྲུག་མ་ཁའ་གང་མ། །
 འཛིག་རྟེན་བདུན་པེ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་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.

ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་ལྷོ་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །
 རྒྱུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཚོད་མ། །
 འབྲུང་པ་རོ་ལངས་ཀྱི་བ་རྣམས་དང་། །
 གཞོད་སྤྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་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, the victorious, boundless,
From the tathagatas' crown emanated.
Those who obtained every transcendent virtue,
Offspring of victors, rely on your guidance.

頂禮如來頂髻母，奉持無邊尊勝行，
獲得無餘波羅蜜，一切佛子近依止。

Мөргөмү, Түүнчлэн ирсний үсний
Хэтэрхий ялгуусан явдалт
Хоцроолгүй барамидыг олсон
Бурханы шавь нарын үнэн шүтээн эх

Homage to you filling Realms of Desire,
Its aspect and space with the HUNG and TUTTARA.
Sevenfold worlds under feet you can trample;
You bring all and everything under your power.

頂禮咩音叱吒母，聲遍欲色虛空界，
其足壓伏七世間，皆能勾招盡無餘。

Мөргөмү, Дүдара Хум үсгээр
Хүсэлт ба зүг, огторгуйг дүүргэгч
Долоон ертөнцтийг өлмийгөөр дарсан
Хоцроолгүй ирүүлэн чадагч эх

Homage to you who is worshipped by Indra,
Agni, Marut, Vishveshvara and Brahma.
All the vetalas, bhutas, gandharvas,
As well as the yakshas, give praise in your presence.

頂禮帝梵恭奉母，火神風神自在供，
鬼王起屍及尋香，夜叉眾會皆讚嘆。

Мөргөмү, Хурмаст, Галын тэнгэр, Брахма
Хийн тэнгэр элдэв Эрхт тахилт эх
Бүднэр, Витара, Гадари ба
Ягчисын чуулганаар өмнөө магтагдсан эх



ལྷག་འཚལ་ཉེ་ཅེས་བྱ་དང་པར་གྱི།
 ས་རོལ་འཇུག་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་མ།
 གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་གྱིས་མཚན་ཏེ།
 མེ་འབར་འཇུགས་ས་ཤིན་ཏུ་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.

ལྷག་འཚལ་ཏུ་རེ་འཇིགས་ས་ཚེན་པོས།
 བདད་གྱི་དབའ་པོ་རྣམ་པར་འཛོམས་མ།
 ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཐོག་གཉེར་ལྷན་མཛད།
 དག་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.

ལྷག་འཚལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཚོན་བྱུག་རྒྱལ།
 མོར་མོས་སྐྱབས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།
 མ་ལུས་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བརྒྱན་བའོ།
 རང་གི་འོད་གྱི་ཚོགས་རྣམས་འཇུག་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, who by TRAT and the PHAT sounds,
Crush every magical wheel, evil forces.
Right leg extended and left bent, you trample,
Within whirling flames you are blazing intensely.

頂禮勝伏他方母，扎啪盡毀敵惑輪，
右屈左伸足壓伏，盛燃熊熊烈火焰。

Мөргөмү, Дад хэмээх лүгээ Пад-аар
Чанад эндүүрлийн хүрдийг сайтар эвдэгч
Баруунаа хумиад зүүнээ жийн өлмийгөөр дарсан
Бадран хуйларсан галын маш хөгжсөн эх

Homage to you, the swift, terrifying,
Who conquers the most tenacious of maras.
Knitting the brow on your lotus-like features,
You slay every foe without an exception.

頂禮大怖救度母，摧毀一切兇猛魔，
蓮花容顏現顰眉，無餘斬盡諸仇怨。

Мөргөмү, Дүри их аюулт
Шимнусын баатрыг сайтар ялагч
Лянхуа нүүр нь хилэгнэлийн төгс зохиолт
Хамаг дайсныг хоцроолгүй дийлсэн эх

Homage to you, with your fingers in mudra
Adorning your heart to show the Three Jewels.
Your masses of light are beautiful, swirling,
Connecting with every direction, in circles.

頂禮三寶嚴印母，手指當胸露威嚴，
莊嚴無餘諸方輪，自之光芒普縈繞。

Мөргөмү, гурван эрдэнийн жишмэл мутрын
Хуруугаар зүрхийг төгс чимэгч
Хоцроолгүй зүгийн хүрдээр чимэглэсэн
Өөрийн гэрлийн чуулганууд жигдэрмэл эх



ཕྱག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྗེད་པའི། །
 དབྱ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཐོང་བ་སྐྱེལ་མ། །
 བཞད་བ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩེ་ལྷོ་ས། །
 བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་ཏུ་མཛད་མ། །

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

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །
 ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་བྱས་པ་ཉིད་མ། །
 ཁྱོད་གཉེར་གཡེ་བའི་ཡི་གེ་རྩེ་གིས། །
 སོངས་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.

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་བའི་དུམ་བུའི་དབྱ་རྒྱན། །
 བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །
 རལ་བའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །
 ཉག་པར་ཤིན་ཏུ་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, from your crown manifesting
Joyous, majestic, brilliant garlands.
With the great clangor of laughter TUTARE,
Demons and worlds are in your domination.

頂禮歡悅威德母，頂飾光鬘誠斑斕，
喜笑大笑聖咒音，懷柔群魔與世間。

Мөргөмү, маш баясгалан жавхлант
Тэргүүний гэрлийн эрихсийг арвидуулагч
Инээн сайхан хөхөрсөн Дуддара-аар
Шимнус ба ертөнцийг эрхэндээ болгоосон эх

Homage to you with the magnetize-powers,
Who gather protectors of earth in assembly.
With syllable HUNG and your brow which is frowning,
You liberate every poor, destitute being.

頂禮解厄聖度母，能召一切護地神，
顰眉豎動發咤光，消除所有諸貧窮。

Мөргөмү, Дэлхийг тэтгэгчийн чуулган
Бүгдийг ирүүлэн чадагч
Хилэгнэлийг хөдөлгөгч Хум үсгээр
Үгээгүй бүхнээс Гэтэлгэгч эх

Homage to you, with the crescent, a moon-crown,
While your adornments so brilliantly sparkle,
And Amitabha is placed in your topknot,
Ceaselessly, vast rays of light radiating.

頂禮月相冠冕母，一切飾品極璀璨，
無量光佛髻中現，恒常光芒最耀眼。

Мөргөмү, шинийн сарнаар тэргүүнийг чимсэн
Чимэг бүхэн нь машид бадрагч
Гээзэгний доторх Амидава-аас
Насад гэрэл сайтар цацарсан эх



ཐུག་འཚལ་བསྐྱལ་བའི་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །
 འབར་བའི་སྤོང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །
 གཡས་བརྒྱུད་ས་གཡོན་བསྐྱམས་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའི། །
 དག་ཡི་དབྱེད་ནི་རྣམ་པར་འཛོམས་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.

ཐུག་འཚལ་ས་གཞི་རོས་ལ་ཐུག་གི། །
 མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ། །
 ཁྲོ་གཉེར་སྤྱད་མཛད་ཡི་གེ་རྒྱུ་གིས། །
 རིམ་པ་བརྟུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་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.

ཐུག་འཚལ་བདེ་མ་དག་མ་ཞི་མ། །
 ཐུ་ངན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །
 སྤྱུ་ཨི་དང་ཡང་དག་ལྷན་བས། །
 ལྷོག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་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, seated in flaming garlands,
Engulfed in a fire like the end of the kalpa.
Right leg bent and left extended, defeating
Enemy hordes with your joy-bringing, swirling.

頂禮烈焰聖度母，如末劫火住光鬘，
右伸左屈喜姿態，擊毀一切諸敵軍。

Мөргөмү, галавын эцэс дэх гал мэт
Бадармал эрихсийн төвд оршигч
Баруунаа жийгээд зүүнээ хумьсан бүхнээс
хүрээлэн баясагч
Дайсны өмөглөлийг үнэхээр дарагч эх

Homage to you, with your palms you are striking
The earth while using your feet to be stamping.
Regally frowning, with the HUNG letter,
You shatter the sevenfold layers of lokas.

頂禮顰眉聖度母，手掌壓地足蹂踏，
面露怒容發吽聲，擊破七重一切處。

Мөргөмү, газар дэлхийн талт мутрын
Алгаар даран өлмийгөө дэвсэгч
Хилэгнэлэлийн нүдээр зохиосон Хум үсгээр
Долоон зэрэглэлийг хагалагч эх

Homage to you, blissful, virtuous and peaceful,
Enjoy the domain of the tranquil nirvana.
Fully possessing the om and the soha,
You overcome even the greatest of evils.

頂禮安樂柔善母，寂滅涅槃行境性，
真實咒語唵索哈，摧毀一切大罪惡。

Мөргөмү, амгалан буянд амарлингуйт
Нирвааны амгалангийн явдал вишайт
Сууха Ум лугаа үнэн төгссөнөөр
Их хилэнцийг мөнхүү үлдэн дарагч эх



བྱུག་འཚེལ་གྱན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། །
 དག་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ། །
 ཡི་གེ་བརྒྱ་བའི་ལྷགས་ནི་བཀོད་བའི། །
 རིག་བ་རྩྭ་ལས་སྟོལ་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.

བྱུག་འཚེལ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བདེབས་བས། །
 རྩྭ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །
 རོ་རབ་མཚུར་དང་འབྲེལ་ས་བྱེད། །
 འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

Chhag tshäl/ TURE/ zhab ni/ deb pä.
HUM gi/ nam päi/ sa bön/ nyi ma.
Ri rab/ Mandha/ ra dang/ big je.
Jig ten/ sum nam/ yo wa/ nyi ma.

བྱུག་འཚེལ་ལྷ་ཡི་འཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །
 རི་དྲུགས་རྟུགས་ཅན་བྱུག་ན་བསྐྱམས་མ། །
 རྩྭ་ར་གཉིས་བརྗོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། །
 དུག་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 kyi/ yi ge.
Dug nam/ ma lü/ pa ni/ sel ma.



Homage to you, who encircled by joyous,
Utterly smashes the forms of opponents.
Clearing away with the HUNG of awareness,
Arranged is the mantra by tenfold of letters..

頂禮明覺吽度母，眾會圍繞極歡喜，
怨敵之身悉擊碎，十字莊嚴明咒吽。

Мөргөмү, бүгдээр хүрээлүүлэн машид
баясагч Дайсны бие нь тийн бутрагч
Арван үсэгт тарнийг зохиосон
Ухааны Хум-аас чухам гэтэлгэгч эх

Homage to you, with feet stamping TURE,
Fully presenting the form of the HUNG-seed,
You cause the three worlds to all be atremble,
Including Mount Meru, Mandhara and Vindhya.

頂禮震撼三界母，足踏吽相為種子，
須彌布雪曼達拉，三世間界皆搖動。

Мөргөмүй, Дүрэ хөлөөр тавьсан
Мөнхүү Хум-ын байдалт хөрөнгө эх
Сүмбэрлэх мандара уулыг нэвтрэн
Гурван ертөнцийг донсолгогч эх

Homage to you in whose hands is a deer-marked,
Shaped like the devas' ocean of nectar.
Sound of the PHAT and the twice uttered TARA,
Without an exception, dispels every poison.

頂禮滅毒聖度母，手持天海相皎月，
誦二達熱咄字聲，無餘滅除一切毒。

Мөргөмү, тэнгэрийн нуурын байдалт
Гөрөөсөн тэмдэгт мутартаа барьсан
Дара-г хоёр өгүүлээд Пад үсгээр
Хорыг хоцроол үгүй арилгагч эх



ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །
 ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །
 ཀུན་ནས་གོ་ཚ་དགའ་བ་བརྩིད་གྱིས། །
 ཅོད་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་འཚལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་བའི། །
 ལྷུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །
 ཏུ་ར་གཉིས་བརྩོད་ཏུ་རྒྱ་ར་ཡིས། །
 ལོན་ཏུ་བྲག་པོའི་རི་མས་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་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་བས། །
 ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་མ། །
 གདོན་དང་རོ་ལོངས་གཞོད་སྐྱེན་ཚོགས་རྣམས། །
 འཛོམས་བ་ཏུ་རེ་རབ་མཚོག་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་སྐྱགས་གྱིས་བསྐྱོད་བ་འདི་དང་། །ཕྱག་འཚལ་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, who is asked for your guidance
By rulers of devas, by gods and kinnaras.
Your armor of joy, a radiant brightness,
Removes every nightmare and calms every quarrel.

頂禮天王所敬母，天人非人咸依止，
披甲歡喜之威德，遣除爭鬥與惡夢。
Мөргөмү, тэнгэрийн чуулгадын хаан
Тэнгэр, хинарийн шүтээн
Бүхнээс хуягласан баясгалан жавхлангаар
Тэмцэл хийгээд муу зүүдийг арилгагч эх

Homage to you, whose two eyes are shining,
With brilliant light like the sun and the full moon.
By TUTTARA and with the twice chanted HARA,
You clear away even infectious diseases.

頂禮消疫聖度母，日月雙眸光鮮明，
誦二哈熱德達熱，消除劇猛瘟疫病。
Мөргөмү, дэлгэрмэл наран саран
Хоёр мэлмийд гэрэл цацарсан
Хара-г хоёр өгүүлэн Дүддара-аар
Маш догшин хижгийг арилгагч эх

Homage to you who can calm down completely,
Through the array of the threefold thatness.
Crowds of vetalas, bhutas, and yakshas
Suppressed with the TURE, sublime mother Tara.

頂禮具光勝度母，安立一切三真如，
正具寂滅威神力，摧魔起屍夜叉眾。
Мөргөмү, тэдгээр гурван үсгийг зохиосноор
Амгалангийн хүч үнэхээр төгссөн
Ад, үхээр, ягчисын чуулганыг
Дарагч Дүрэ-ийн эрхэм дээдийн эх

Together with this, the root mantra in praise form,
These were the twenty-one verses of homage.

以此根本咒讚頌 禮敬二十一度母
Язгуурын арвис тарниар магтахуй хийгээд
Мөргөхүй эдгээр нь хорин нэг болой.



གདུགས་དཀར་བསྟོད་པ་རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་མ་བཞུགས་སོ།
 SHORT PRAYER IN PRAISE OF WHITE UMBRELLA
 大白傘蓋讚頌聚集經



༄༅། རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་བདུན་དང་འཕགས་པའི་འཁོར། །
 དང་སྲིང་རིག་སྤྲུགས་འཆང་དང་ཆོངས་དབང་དང་། །
 དྲག་པོ་རི་སྤམ་དང་བཅས་སྲིད་མེད་བྱ། །
 ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་གདུང་བདུན་བདེ་གཤེགས་བཅུ། །

བྱུག་འོས་རྣམས་ལ་གྲུས་བས་བྱུག་བྱས་ནས། །
 བདེ་གཤེགས་གཙུགས་རྣམ་གསང་སྤྲུགས་ཚིག་ལྷུང་སྟེ། །
 གང་གིས་བསྤྲུགས་པ་འཁོར་ལ་བཀའ་བསྐྱེལ་བའི། །
 དཔལ་ལྡན་གདུགས་དཀར་ཅན་ལ་བསྟོད་པར་བྱ། །

*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.*

*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.*



SHORT PRAYER IN PRAISE OF WHITE UMBRELLA

大白傘蓋讚頌聚集經

Цагаан шүхэртийн магтаал



Surrounded by a retinue of seven hundred million:
Vic-torious 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.

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

七俱胝佛及聖眾，持明咒仙梵帝釋，
威猛山子無愛子，七部十佛三具善，
應受拜處作敬禮，如來頂髻出咒語，
告汝咒師眾眷屬，應贊具德白傘蓋。

Долоон голти ялгуусан хийгээд хутагтны нөхөр
Арвис тарни баригч арш нар хийгээд Эсрүа, Хурмаст
Родра уулын хөвгүүн лүгэ сэлт Аравани
Сайн төгс хар долоон язгууртан арван Сайвар одогсод
Мөргөх зохистнуудад бишрэхээр мөргөж
Сайвар одсоны үснирээс нууц тарнисын аялгуу гараад
Аль сайшаасан нөхөрт зарлиг болсон
Төгс цогт Сэдэд Бадри-г магтсугай.



འཆི་མེད་དབང་པོའི་མདུན་ས་ཚོས་བཟང་དུ། །
 །ལྷ་ཀྲའི་རྒྱལ་པོའི་མཚན་མཚོག་གཙུག་ཏོར་ནས། །
 །ལེགས་འབྲུངས་བདུད་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་མི་སྤུབ་ཅིང་། །
 །པས་ཀྱི་རྣོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་རྫོག་པས། །

གཞན་གྱིས་མི་སྤུབ་གཙུག་ཏོར་གདུགས་དཀར་ཞེས། །
 །ཡོངས་སུ་གྲགས་པས་ས་གསུམ་ཀུན་བྱུབ་པ། །
 །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་གཅིག་ལ། །
 །བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་བྲིད་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །

*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.*

*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.*

གཞོན་དང་རྒྱ་སྐར་གཟུང་ཡི་གཞོན་པ་དང་། །
 །དུས་མེན་འཆི་དང་སྤྲིག་བའི་མི་ལམ་དང་། །
 །དུག་མཚོན་མེ་དང་རྩེ་ཡི་གཞོན་པ་སོགས། །
 །མ་ལུས་ཞི་མཚན་ཁྲིད་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.*



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.

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.

長生自在妙法苑，釋迦法王頂髻生，
諸神魔類不能侵，一切怨敵皆阻止。
餘無能敵頂白傘，普稱讚頌遍三界，
三世諸佛唯一母，薄伽梵母我敬禮。

Үхэлгүй эрхтийн сайн номд чуулах оронд
Шагжа-ийн хааны дээд лагшин үснирээс
Сайтар төрөөд шимнусын аймагт үл ялагдан
Чанадсын хамаг эсэргүүлэгчдийг жич хариулагч
Бусдад үл ялагдах үсниха Сэдэд Бадри хэмээн
Огоот алдаршин гурван газарт түгээмэл болсон
Гурван цагийн хамаг ялгуугсдын гагцхүү эх
Ялж төгс нөгчсөн эх чамд мөргөмү би.

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，非時死等及惡夢，
具毒兵器水火等，無餘息止我敬禮。

Ад хийгээд Нагчадар гарагийн хор ба
Цаг бусын үхэл хийгээд хилэнцэт зүүд
Хор, мэс, гал, усны хор тэргүүтнийг
Хоцроол үгүй амарлиулагч чамд мөргөмү.



སྐྱེ་ཡི་དགྲིལ་འཁོར་ཁྱོན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡངས། །
 དུ་མའི་ཉམས་ཅན་དབུ་ནི་སྣང་ཐུག་དང་། །
 འབར་བའི་ཕྱག་མཚན་ལྡན་པའི་ཕྱག་སྣང་ཅན། །
 ས་གསུམ་དགྲིལ་འཁོར་ཀུན་ལ་དབང་མཛད་མ། །

དུག་ཤུལ་ཆེ་སོགས་ཉེར་གཉིས་ཕྱག་རྒྱའི་འཁོར། །
 གདུག་པ་འདུལ་བའི་ལས་ལ་ཐོགས་མཛད་བས། །
 རྒྱུ་པོའི་སྡེ་རྣམས་རྒྱལ་དུ་བརྒྱག་མཛད་བའི། །
 རིག་སྤྲུགས་སྣ་མའི་ཚོགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

*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.
 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་བ་ཡི། །
 འཛིགས་པ་བྲན་ནས་ཁྱོད་ལ་སྐྱུ་བས་འཆའ་ན། །
 འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་རྟག་ཏུ་བསྐྱུང་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.*



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.
 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 Vid-
 hyamantra (gnostic mantra).

身俱輪圓殊勝廣，現異妙相具千首，
 熾盛手相千法器，統領三界自在母。
 勇猛手印二二相，降魔事業無阻擋，
 粉碎黑部眾敵軍，敬禮明咒天女眾！

Маш агуу биеийн мандал нь
 Олон дүрт мянган тоот тэргүүтэй
 Бадарсан мутрын бэлгэ төгссөн мянган гартай
 Гурван газрын мандал бүхэнд эрхшээгч эх
 Их хатуу догшин тэргүүтэн хорин хоёр мутарган
 нөхөд
 Хортныг номхтгохуй үйлэнд түрвэл үгүйн тул
 Харын аймгуудыг тоосон товрог болгогч
 Арвис тарнисын охин тэнгэрийн чуулганд мөргөмү.

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.

非時死天病災難，人及非人苦難生，
 常念危難皈依你，眾危難中祈常護！

Цаг бусын үхэл хийгээд өвчин аюул тэргүүтэн
 Хүмүүн ба хүмүүн бус бүднэрийн үүсгэсэн
 Аюулыг дурдаж чамайг аврал бариваас
 Хамаг аюулаас насад сахин соёрх.



ལྷ་ལྷུ་ལྷུ་མ་ཡིན་ལ་སོགས་བ་ཡི། །
 གདོན་ཚེན་རྣམས་དང་གཟི་བཟིན་མདངས་འཕྲོག་ཅིང་། །
 མངལ་དང་ཤ་ཁྲག་ལ་སོགས་ཟ་བ་ཀུན། །
 ཁྲོད་ཞབས་རྒྱ་བ་ཅམ་གྱིས་བརྗོད་ཏུ་གསོལ། །

གང་གི་སྒོ་ནས་མི་བསྐྱེད་སྐྱེ་བོ་ཡིས། །
 བདག་ཅག་བདེ་ལེགས་འཕྲོག་པའི་རིག་སྐྱགས་སོགས། །
 མ་ལུས་གཅད་དང་འབར་བའི་སྤར་བྱ་ཡིས། །
 དེ་དག་རྣམས་ལ་གདབ་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །

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.

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་བཅོམ་ལྷན་མ་ཁྲོད་ཕྱག་རྒྱའི་འཁོར། །
 སྐྱབས་སུ་བརྩུང་ནས་རེ་བ་འཆའ་བ་ཡི། །
 ཚུལ་འདི་དགོངས་ལ་འགལ་རྒྱུན་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །
 མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་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.



All the gods and nāgas and the great demons, The most majestically 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.

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.

天龍與非天種種，諸妖鬼怪奪容光，
慣食胞胎血肉眾，一念你尊即回遮。

凡難制伏粗暴者，吾等安樂施咒侵，
請將燃燒降魔檄，投向一切不馴眾！

Тэнгэр, лус, асури тэргүүтний их адууд хийгээд
Цог жавхлан өнгө царай булаагч
Умай хийгээд мах, цусан идэштэн тэргүүтэн бүгдийг
Чиний гэгээнийг дурдаад сац хариулан соёрх.
Алины үүднээс догшин ард бээр
Бидний сайн амгаланг булаагч арвис тарни тэргүүтнийг
Хоцроолгүй огтлоод бадарсан гадсаар
Тэд бүхнийг хадах үйлийг үйлдэн соёрх.

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.

總願佛母施手印，依止攝受眾希求，
垂念此情息逆緣，一切順緣如意成！

Товчилбоос ялж төгс эх чи бөгөөд
Мутарган нөхдийг итгэл барьж эгээрэн шүтвээс
Энэ ёсыг дурдаад хамаг харш шалтгааныг амарлиулж
Зохилдох шалтгааныг сэтгэлчлэн хоцроолгүй бүтээн
соёрх



བདེ་གཤེགས་གཙུག་ནས་གདུགས་དཀར་ལྷ་མོ་ཞེས། །
 གདོན་དང་བཤེགས་རིགས་འབྲུང་བོའི་ཚོགས་བཅས་ཀུན། །
 བྱེ་མར་འཐག་བྱེད་རམས་པའི་གཟི་བརྗིད་ཅན། །
 བཅོམ་ལྡན་མ་ཁྱོད་ལྷན་བསྟན་རྒྱས་པར་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.

བདེ་གཤེགས་ལྷགས་རྗེས་གཙུག་ཏོག་ལས་འབྲུངས་ཤིང་། །
 བདེ་འབྲུང་བསྟན་ལ་གཞོན་བྱེད་ཚར་བཅད་ནས། །
 བདེ་ལེགས་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་སྦྱེལ་མཛོད་པའི། །
 བདེ་མཚོག་གདུགས་དཀར་ཅན་གྱི་བཀྲ་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.



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.

頂禮髻中白傘母，厲鬼魔障同類等，
粉碎彼等顯威力，薄伽梵母興釋教！

Сайвар одсоны үснирээс Сэдэд Бадри охин тэнгэр хэмээн
Ад тотгорын зүйл бүднэрийн чуулган бүхнийг
Тоосон товрог болгогч сүрхий цог жавхлант
Ялж төгс эх чи чадагчийн шашныг дэлгэрүүлэн соёрх

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!

如來慈悲頂髻生，樂源教害消除盡，
勝樂善果請速賜，勝樂白傘降吉祥。

Сайвар одсон нигүүлсэгчийн үснирээс мэндэлсэн
Жаргалыг болгоогч шашинд ану хорлогчийг цаазалсан
Сайн амгалангийн шимийг чухалчлан хайрласан
Жаргалын дээд Цагаан шүхэртийн өлзий хутаг орштугай



བཅོམ་ལྷན་གདུགས་དཀར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས། །
 མཐུ་སྟོབས་ཐོགས་པ་མི་མངའ་ཞིང་། །
 ལྷགས་རྗེའི་སྟོན་ལམ་མཐུ་བཅོན་བས། །
 བདག་གིས་གསོལ་བ་བཅུ་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་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བ་དང་། །
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་གྱུར་ཅིག །
 རྒྱ་སྦྱོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །
 ཚག་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!

མི་ལམ་མཚན་མ་ངན་བ་བསྐྱོག། །
 ཉགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ངན་བ་བསྐྱོག། །
 དམ་འབྲེལ་བསམ་སྦྱོར་ངན་བ་བསྐྱོག། །
 ལྷས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཙུག་ཅིག་བསྐྱོག། །

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!



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.

白傘佛母天女眾，威力雄猛無阻礙，
慈悲宏願威逞強，我今祈禱如是願：

Цагаан шүхэртийн бурхадын чуулгад
Торолт үгүй хүч чадлыг ажаархсан
Нигүүлслийн ерөөлийн хүч албин бээр
Миний соёрхлыг өчсөнчилэн

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.

願佛陀之教宏揚，願諸有情得安樂，
願諸施主及眷屬，災難悲苦悉回遮，

Бурханы шашин дэлгэрээд
Хамаг амьтан амгалан болтугай
Учир барилдлагат өглөгийн эзэд нөхдийн Их
шуналын доройтлыг хариулан соёрх

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.

惡夢惡相悉回遮，凶兆因緣悉回遮，
敵鬼惡行悉回遮，八十一種凶兆除，

Муу ёрын зүүдний бэлгийг хариул
Муу барилдлага муу тэмдгийг хариул
Зэтгэр дайсны муу санаа барилдахыг хариул
Наян нэгэн муу ёрыг хариул



ཡེ་འགྲོག་སྲུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་བརྒྱེད།
 རྣད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཙུ་བཞི་བརྒྱེད།
 བགོགས་རིགས་སྣོང་ཕྲག་བརྒྱད་བཅུ་བརྒྱེད།
 དུས་མིན་འཆི་བ་རྣམ་བརྒྱད་བརྒྱེད།

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་གཡོས་པ་བརྒྱེད།
 མས་ཀྱི་སྲི་རུ་ལངས་པ་བརྒྱེད།
 དཔྲལ་བའི་གཤེད་དུ་བརྒྱེད་པ་བརྒྱེད།
 པ་མེས་དུང་སྲི་ལངས་པ་བརྒྱེད།

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 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.

三百六十魔難除，四百二四疾病除，
八千魔障悉解除，八難橫死悉解除，

Гурван зуун жаран гэнэтийн учрагч зэтгэрийг хариул
Дөрвөн зуун дөрвөн өвчний зүйлийг хариул
Наян мянган тотгорын язгуурыг хариул
Цаг бусын найман үхлийг хариул

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.

上魔惡行悉解除，下鬼作祟悉解除，
生死冤家對頭除，祖墳厲鬼起死除，

Дээдсийн шунал шулам болсныг хариул
Доордсын атаархал буг болсныг хариул
Учирсан хань нөхдийн учрах гайг хариул
Эцэг өвгөд нь үхээр буг болсныг хариул



མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ་བརྒྱུ་།
 ལྷགས་ལ་མོད་ཁ་བྱེད་བ་བརྒྱུ་།
 གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ཐེབས་བ་བརྒྱུ་།
 ས་ཡི་དུག་མདའ་གཡོས་བ་བརྒྱུ་།
 ལྷོ་བ་སྤར་ཁ་ངན་བ་བརྒྱུ་།
 ལྷགས་དང་སྤང་སྲི་ལངས་བ་བརྒྱུ་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་སྒྲར་མི་མངོན་བ་ལས། །
 ཉེར་འབྲུངས་རྒྱལ་བ་ཀུན་ཡུམ་གདུགས་དཀར་མོ། །
 མཚན་ཅམ་ཐོས་པའི་རིག་སྤྲུགས་མི་ཡིས་ཀྱང་། །
 བདུད་ལྷེ་སྲེག་བྱེད་བདེ་འབྲུང་སྤྲུག་པའི་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.

人瘟傳播悉解除，牲畜損減悉解除，
天空疫癘悉解除，地上毒箭悉解除，
九宮八卦凶兆除，破敗魔障悉解除。

Хүмүүнд өвчин халдагчийг хариул
Малын гарлага гарзыг хариул
Огторгуйн тахал хижгийг хариул
Газрын хорт сумны хөдлөлийг хариул
Мэнгэ, суудлын муу учралыг хариул
Гай хийгээд буг болсныг хариул
Харшлах нөхцөл саадыг хоцроолгүй няцаа

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。

Сайвар одсны үснир мэт ил бусаас
Сайтар мэндэлсэн Бурхадын эх Цагаан шүхэртийн
Алдрыг бэлгэдэн сонсгох арвис тарнисын галаар ч
Шимнусын аймгийг түймэрдэж,
Амгалан болгоосон үлэмжийн Бурхан



དཀར་གསལ་ལང་ཚོ་རབ་རྫོགས་ཟླ་གཞོན་གྱི། །
 ལྷོང་མོ་ལས་བྱུང་གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་མས། །
 མི་དང་མི་མིན་འབྱུང་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །
 འགལ་རྒྱུན་ཀུན་ཞི་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་བར་བ་རོལ་མི་བསྐྱུན་བསམ་སྦྱོར་གྱིས། །
 ལྷོ་གསུམ་མནན་དང་བྱད་སྟེམས་བཅེངས་ལ་སོགས། །
 ཉེར་འཚོས་མི་ཚུགས་སྤྱིར་རྫོག་འཕྲིན་ལས་གྱིས། །
 བདག་ཅག་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱུང་དུ་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-humans
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，
人與非人所生諸魍魅，違緣平息一切善緣積。

Цагаанаас цагаахан идэр залуу шинийн сарны
Шимээс бүтсэн бусдаар үл чадагдагч бээр
Хүмүүн хийгээд хүмүүн бусын бүднэрээс болсон
Харшлагч нөхцөл бүхнийг амарлиулахын
Сайн чуулгадыг хоцроолгүй хайрлагтун

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.

尤為魔軍亂變行思繩，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。

Ялангуяа бусдаас үл зохилдохын санаа учруулгаар
Гурван үүдэнд хичээн хорлогч хараал хүлээс тэргүүтэн
Ойртох хөнөөлөөр үл хөнөөгдөхийн тулд няцаах
үйлсээр
Биднийг хэзээ үргэлж сахин соёрх.





ཐུབ་པའི་མཚན་སྲགས།
 SHAKYAMUNI BUDDHA
 PRAYER & MANTRA
 釋迦牟尼佛心咒

༄། །ཐབས་མཁས་སྲགས་རྗེ་ཤུག་འཛིན་ལྷ་འབྲུངས། །
 གཞན་གྱིས་མི་སྐབ་བདུད་གྱི་དབྱང་འཛོམས་བ། །
 གསེར་གྱི་ལྷན་བུར་ལྷ་བུར་བརྗོད་པའི་སྐྱ། །
 ཤུག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་སྲག་འཚལ་ལོ། །

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

ཏདསྐ། ཨོྃ་སྐྱ་ནི་སྐྱ་ནི་མ་རྩ་སྐྱ་ན་ཡེ་སྐྱ་ན།

TADYATHA/ OM MUNI MUNI MAHA MUNIYE SWAHA
 (108x)

དངོས་བཤམས་གཟུངས་རིག་མོས་སྐྱབས་གྱིས་སྐྱལ་བའི།།
 མཚོད་ཚོགས་ཀུན་འབྲུལ་སྤྲིག་ལྷུང་ཐམས་ཅད་བཤགས།།
 དག་ལ་ཡི་རང་སྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས།།
 འདི་མཚན་དག་བ་བྱང་རྩལ་ཚེན་པོར་བསྐོ།།

*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.*

SHAKYAMUNI BUDDHA
PRAYER & MANTRA
釋迦牟尼佛心咒

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。

Мэргэн арга нигүүлсэлт Шагжаан язгуурт мэндэлсэн
Бусдаар үл чадагч, Шимнусын өмгийг дарсан
Сүр жавхлант алтан сүмбэр мэт лагшинт
Шагжаан хаан бурхан танд мөргөмү

TADYATHA/ OM MUNI MUNI MAHA MUNIYE SVAHA
喋雅他 唵 牟尼 牟尼 嘛哈牟尼耶 梭哈 (108x)
ДАТЯАТА, УММУНИМУНИМАХАМУНИЕЭ СУУХА

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 dedi-
cate 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。

Бодитой бэлдэж тогтоол тарни бишрэл хүчээр
хувилгасан
Тахил чуулган бүхнээ өргөн хилэнц нүглээ
наманчилсан
Буянд баясан дагаж бурханд хичээн залбирсан Үүгээр
жишсэн бодийн дээд буянд зориму



ཐུབ་པའི་མཚན་སྲགས།
SHORT MANTRA OF MEDICINE BUDDHA



藥師佛心咒

༄༅། །མཚན་ལེགས་རིན་ཆེན་གསེར་བཟང་མྱ་ངན་མེད། །
 ཚོས་བསྐྱགས་མངོན་མཁེན་སྐྱེན་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །
 ལྷོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་དགོངས་པ་ཡོངས་རྫོགས་པ། །
 བདེ་བར་གཤེགས་པ་བརྒྱད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །

*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.*

ཏད་ཐཱ་ཨོ་ཞི་ཏཱ་ཤི་ཏཱ་ཤི་ཏཱ། མ་རྩ་ཞི་ཏཱ་ཤི་ཏཱ་ཤི་ཏཱ། རྩ་རྩ་ས་སུ་ཀྱི་ཏཱ་ལྷ།

**TADYATHAT/ OM BHEKHANDZYE
 BHEKHANDZYE MAHA BHEKHANDZYE
 [BHEKHANDZYE] RANZA SAMUDGATE SVAHA**

(108x)

སེམས་ཅན་ནད་བ་རི་སྣེད་པ། །
 ལྷུར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག །
 འགོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། །
 རྟག་དུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཞོག །

*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.*

SHORT MANTRA OF MEDICINE BUDDHA

藥師佛心咒

О --

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

唵——

善名寶嚴妙金無憂尊，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。

Сайн алдарт, Дээд эрдэнэ, Сайн алтан, Ашока
Ном алдаршсан, Илт айлдагч, Оточ, Шагжамүни
Агуу ерөөл таалал хэргийг огоот гүйцээсэн
Амгалан заларсан найман бурханд мөргөмү

**TADYATHA/ OM BHEKHANDZYE
BHEKHANDZYE MAHA BHEKHANDZYE
[BHEKHANDZYE] RANZA SAMUDGATE SVAHA**

喋雅他 唵 貝堪則 貝堪則 瑪哈貝堪則 [貝堪則]
丹雜 薩目 嘎喋 梭哈

(108x)

**ТАЯАТА УМ БЭХАНЗЭ БЭХАНЗЭ МАХА БЭХАНЗЭ
БЭХАНЗЭ РАЗА САМУГАТЭ СУХА**

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.

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。

Өвчтөн амьтан хэдий боловч
Өвчнөөс даруй салтугай
Амьтны өвчин хоцроол үгүй
Мөнхөд гарахгүй болтугай

རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་མཚན་སྲགས།
**MANTRAS OF THE LORDS OF
 THE THREE FAMILIES**

智慧三尊心咒

སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཚན་སྲགས།
觀世音菩薩心咒 CHENREZIG PRAYER AND MANTRA

༄༅། །སྐྱེན་ཀྱི་མ་གོས་སྐྱེ་མདོག་དགར། །
 །རིགས་མངས་རྒྱས་ཀྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན། །
 །སྲགས་རྗེའི་སྐྱེན་ཀྱིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས། །
 །སྐྱེན་རས་གཟིགས་ལ་བྲག་འཚལ་ལོ། །

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.

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཾ།

OM MANI PAD ME HUNG (108x)

འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་སྲགས།
文殊菩薩心咒 MANJUSHRI PRAYER AND MANTRA

༄༅། །གཞིན་རུའི་སྐྱེ་ལུས་འཚང་བ་ལོ། །
 །ཤེས་རབ་སྦྱོན་མེ་རབ་ཏུ་གསལ། །
 །འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་སྐྱེན་སེལ་བ། །
 །འཇམ་པའི་དབུངས་ལ་བྲག་འཚལ་ལོ། །

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.

ཨོཾ་ཨ་ར་པ་ཙ་ན་ཧྲིཾ།

OM A RA PA ZHA NA DHIH (108x)

MANTRAS OF THE LORDS OF
THE THREE FAMILIES

智慧三尊心咒

CHENREZIG PRAYER AND MANTRA 觀世音菩薩心咒

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

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。

Гэмээр үл халдсан өнгө цагаан лагшинт
Оройн тэргүүний чимэг нь онцгой туулсан бурхад
Амьтныг энэрэл нигүүлсэл харцаар болгоосон
Жанрайсэг бурханд мөргөмү

OM MANI PADME HUNG

唵 嘛 呢 叭 咪 吽 (108x)

УМ МА НИ БАД МЭ ХУМ

MANJUSHRI PRAYER AND MANTRA 文殊菩薩心咒

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.

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。

Орь залуу насны ид хавыг хадгалсан
Илэрхий билгийн зулыг бадраасан
Гурван ертөнцийн гуниг харанхуйг арилгасан
Зөөлөн эгшиг яруу Манзушир бурханд мөргөмү

OM A RA PA CHA NA DHIIH

唵 阿 惹 巴 扎 納 帝 (108x)

УМ АРА БА ЗА НА ДИ



ཐུག་རྫོང་མཚན་སྐབས།
 金剛手菩薩心咒 VAJRAPANI PRAYER AND MANTRA

༡། །ལྷང་ལོ་ཅན་གྱི་གནས་མཚན་དམ་བུ་ན།།
 གསང་སྐབས་རིག་སྐབས་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་སྟེ།།
 ལོག་འཛིན་འགོག་གས་གྱི་ཚོགས་རྣམས་འཛོམས་མཛད་པ།།
 བཅོམ་ལྡན་རྩོུ་འཛིན་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ།།

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.

ཨོ་བཟླ་པ་ནི་ཧྱུྃ་པེ། །

OM VAJRA PA NI HUNG PE (108x)

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐུར་དུ་བདག །
 རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །
 འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །
 དེ་ཡི་ས་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 AND MANTRA 金剛手菩薩心咒

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

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。

Адага вадиин ариун дээд орноос
Нууц, арвис тарнис бүхний эзэн
Бурууд удирдагч түйтгэрийг булт даран
зохиогч Ялж төгссөн Очирваань бурхан
д мөргөмү

OM VAJRA PANI HUNG PE

嗡 般 紮 巴 呢 吽 呸 (108x)

УМ БАЗАР БАНИ ХУМ ПАД

By this merit.
May I attain the three bodhlsattva's
So that I might liberate.
All sentient beings from suffering.

我以此功德，速成三種勝，
不餘一眾生，願登彼聖地。

Энэ буяны шимээр би нэн даруй
Язгуурын гурван итгэлийг бүтээгээд
Энэ орчлонгийн амьтан нэгийг ч үлдээлгүй
Ариун бурханы оронд байгуулах болтугай

སྒྲོན་མའི་མཚན་སྒྲགས།
 度母心咒
 TARA MANTRA

༄༅། ཨོྫ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་ལ་བྲལ་འཚལ་ལོ།།
 སྒྲལ་འཚལ་སྒྲོལ་མ་རྩ་རེ་དབལ་མོ། །རྩུ་རྩུ་རེ་ཡིས་འཛིགས་ཀུན་སེལ་མ།།
 རྩ་རེས་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྟེར་མ། །སྒྲུ་རྩུ་ཡི་གོ་བརྩུ་ལ་རབ་འདུད།།

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.

ཨོྫ་རྩུ་རེ་རྩུ་རེ་རྩུ་རེ་སྒྲུ་རྩུ།

OM TARE TUTTARE TURE SVAHA (108x)

ལྷ་མོ་འོད་ཟེར་ཅན་མའི་གཟུངས་སྒྲགས།

摩利支佛母心咒 GODDESS MARICI MANTRA

༄༅། །གང་གིས་མཚན་ཅམ་འཛིན་ཅིང་བྲན་བས་ཀྱང་། །
 བར་ཚད་འཛིགས་བ་ཀུན་ལས་སྒྲོབ་མཛད་ཅིང་། །
 ཇི་མེད་བདེ་ཚེན་ཉེ་བར་སྒྲོལ་མཛད་མ། །
 བཅོམ་ལྷན་འོད་ཟེར་ཅན་ལ་བྲལ་འཚལ་ལོ། །

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.

ཨོྫ་མྱ་རྩི་ཕྱི་མི་སྒྲུ།

OM MA RI TSYAI MAM SVAHA (108x)

བདག་དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན། །
 ཇི་ལྷའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ཀྱང་རུང་། །
 གདོན་རིགས་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལས། །
 ཀུན་ནས་ཡོངས་སུ་བསྐྱང་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.

度母心咒 TARA MANTRA

OM Homage to the Venerable Arya Tara 喻頂禮度母薄伽梵，
 Homage to TARE, savior and heroine, 頂禮吉祥達熱度母，
 With TUTTARE dispelling all fears, 嚩達熱母能解恐怖，
 Granting all benefits with TURE, 嚩熱心想萬事圓滿，
 To her with sound SVANA, I bow. 梭哈十咒誠心敬屈。

Ум Ялж төгс нөгчсөн охин тэнгэр Дарь эхэд мөргөмү
 Мөргөмү, Гэтэлгэгч дагина Дари д
 Дудара үсэг аюул бүхнийг арилгаюу
 Дүрэ нь хотол хэргийг сайтар бүтээюу
 Суха үсэг дэлгэрүүлэхэд сайтар сөгдмү

OM TARE TUTTARE TURE SVANA

喻 達咧 嚩達咧 嚩咧 梭哈 (108x)

УМ ДАРИ ДУДАРА ДҮРЭ СУУХА.

摩利支佛母心咒 GODDESS MARICI MANTRA

I prostrate and 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

唯誦尊名及念咒， Алин бээр алдарыг дуудан дурдсанаар ч
 遮佑魔難及恐苦， Аюул зэтгэр юун бүхнээс аврагч
 茲賜清淨無勝樂， Хиргүй их амгаланг чухалчлан хайрлагч
 頂禮摩利支佛母。 Ялж төгссөн Маризи эхэд мөргөмү

OM MA RI TSYAI MAM SVANA

喻摩利支滿梭哈 (108x)

УМ МАРИЗИ МАМ СУУХА

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

我與一切眾有情， Би тэргүүтэй хамаг амьтан
 不論何地何生存， Хэр ёсоор амьдарсан ч болох
 魔病戰亂諸難中， Ад хорлол хямрал бүхнээс нь
 祈清加持善護佑。 Аварч бүгдийг сахин соёрх



སོ་སོར་འགྲངས་མའི་གཟུངས་སྐྱགས།
MANTRA OF SOSOR BRANMA
 解脫佛母心咒

ཨྲ། །སྐྱ་གསུང་སྐྱགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་བས། །
 དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཀུན་དང་མཚུངས་གྱུར་གྱིང་། །
 འཕྲོ་བའི་དོན་བྱེད་ལྷ་མོའི་སྐྱར་བཏོན་བ། །
 སོ་སོར་འགྲང་མ་ཁྱེད་ལ་སྐྱག་འཆོལ་ལོ། །

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.

ཨོ་མ་ནི་ཐ་རི་བདུན་ལོ་མ་ལྷ་ཤེ་ས་རི་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་པཎ།

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

(108x)

ལུ་འདོད་བས་ནི་ལུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། །
 རོར་འདོད་བས་ནི་རོར་རྣམས་ཉིད་འཐོབ། །
 འདོད་བ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་བར་འགྱུར་ཏེ། །
 བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་གྱུར་ཅིག། །

Pu dod/ bee ni/ pu tobe/ jur shing.
Nor dod/ bee ni/ nor nam/ nid tobe.
Dod ba/ tam jad/ tobe bar/ jur di.
Gek nam/ med jing/ so sor/ jome jur jig.

MANTRA OF SOSOR BRANMA

解脫佛母心咒

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

身語意德齊圓滿，三世佛果雖成就，

發願眾生得希求，隨行佛母我頂禮。

Лагшин зарлиг тааллын эрдэм машид гүйцээд

Гурван цагийн бурхад лугаа адил боловч

Амьтны тусын тулд дагинын биеэр заларсан

Брайшри бурхан танд мөргөмү

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

嗡 嘛呢 達哩 般扎日呢 嘛哈 渣嘛 薩哩 吽吽呬

УМ МАНИ ДАРИ БАЗАРНИ МАХА БРАДИ САРИ ХУМ

ХУМ ПАД

(108x)

May those who wish for a son have a son

May those who wish for wealth obtain wealth

May one obtain all that they wish for

And respectively conquer [their inner demons] without
any obstacles

祈求子女即得子女，祈求財寶得諸財寶，
一切所欲皆能如願，一切障礙皆自熄滅

Хөвүүн хүссэн нь хөвүүн олох болмуйЭд

хүссэнээр мөнхүү эдийг ч олмуй

Хүсэл бүгдийг олоод

Тотгорыг үгүй болгож тус тусыг дармуй.



ཡིག་བརྒྱ།

ONE HUNDRED SYLLABLE MANTRA

百字明咒



།ཨོ་བཛྲ་སཏྲ་ས་མ་ཡ། མ་ཏུ་སྤ་ལ་ཡ། བཛྲ་སཏྲ་རྩེ་ལོ་བ། ཉིལྱ་བི་ཛྲ་
 མེ་ཛྲ་ཡ། སུ་ཉོ་ཉྱེ་མེ་ཛྲ་ཡ། སུ་མོ་ཉྱེ་མེ་ཛྲ་ཡ། ཨ་ཏུ་ར་སྲོ་མེ་ཛྲ་ཡ།
 སཛ་སི་རྩྱི་ལྷེ་སྤ་ཡལྱ། སཛ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཨོ་རྩྱི་ཤྱི་ཡི་ཀུ་ཏུ་ལྷ། ཏ་
 ཏ་ཏ་ཏ་ཏེ། ཛྲ་ག་ལྷེ། སཛ་ཏ་སྤ་ག་ཏ། བཛྲ་སྤ་མ་སུལྱ། བཛྲ་ཛྲ་
 མ་མ་སྤ་ས་མ་ཡ་སཏྲ་ལྷེ་རྩྱི་བཟ།

*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 (108x)*





ONE HUNDRED SYLLABLE MANTRA

百字明咒 Зуун үсэгт

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.

唵 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 呸 (108x)

Ум базар садү самаяа, манү валаяа, базар садү динова дишта, доди мивова, суда хоёи мивова, сува чоеи мивова, ану рагда мивова, сарва сиди мим бар язца сарва гарма сүзами, зидам шри еэ гүрү хум ха ха ха хо, бага вана, сарва дата гада базар мами мүнза, базар бава маха самаяа саду аа хум пад.



རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་གསོལ་འདེབས།
MIKTSEMA PRAYER OF LAMA TSONG KHAPA

宗喀巴大師讚

༄༅། །དབལ་ལྡན་ཅུ་བའི་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
བདག་གི་སྦྱིང་གར་བརྒྱའི་སྦྱིང་བཞུགས་ལ།
བཀའ་རིན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ།
སྐྱེ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣུལ་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་བཅེ་བའི་གཉེར་ཆེན་སྐྱེན་རས་གཟིགས།
དེ་མེད་མཁྱེན་བའི་དབང་པོ་འཇམ་བའི་དབྱངས།
བདུད་དབྱང་མ་ལས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་བདག།
གངས་ཅན་མཁས་བའི་གཙུག་རྒྱན་ཅོང་ཁ་བ།
སྒྲོ་བཟང་གྲགས་བའི་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. (108x)

༄༅། །ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཅོང་ཁ་བས།
ཐེག་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དངོས་སུ་མཛད་བའི་མཐུས།
རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་བའི་ལམ་བཟང་དེ་ཉིད་ལས།
སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལྷོག་བར་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.

MIKTSEMA PRAYER OF LAMA TSONG KHAPA

宗喀巴大師讚

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。

Tөгс цогт язгуурын лам эрдэнэ
Миний зүрхний лянхуанд суун оршоод
Зарлигийн их ачлалаар дагуулан бариад
Лагшин зарлиг тааллын шидийг хайрлан соёрх

*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
Dragba, 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。 (108x)

**Эцэс хязгааргүй үргэлжлэгч төрөл тутамдаа
Зөөлөн Эгшигтийн ивээлд даган бараадан
Шашны мөрийн зэргэмжийн дээдийг олоод
Ялгуусан бурхадых баясан цэнгүүлэх болтугай**

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。
Төрөл тутамдаа Ялгуусан богд Зонхов бээр
Их хөлгөний багшид бодитойд зохиосны хүчээр
Ялгуусад бээр сайшаасан сайн мөр түүнээс
Агшин төдий ч үл няцах болтугай



ལམ་རིམ་སློན་ལམ་བཞུགས་སོ།
 LAM RIM PRAYER
 菩提道次第願

༡༡། །དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་ཚོགས་གཉིས་ནི།
 མཁའ་ལྟར་ཡངས་བ་གང་ཞིག་བསགས་བ་དེས། །
 ལྷོ་མིག་མ་རིག་གིས་ལྡང་འགོ་བ་ཀུན།
 རྣམ་འདྲེན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་བདག་གྲུར་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་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང། །
 འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་བརྗེ་བས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །
 བསྟན་པའི་རིམ་བ་ཀུན་ཚང་ལམ་གྱི་མཚོག།
 རྗེད་ནས་རྒྱལ་བས་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.*



LAM RIM PRAYER

菩提道次第願

Бодь Мөрийн Зэргийн Ерөөл оршвой

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。

Эрхэм дээд Бурханы шашин дэлгэрээгүй ба
Дэлгэрсэн ч доройтсон шашингүй зүг хязгаарийг
Ихэд өрөвдөн хямарч сэтгэл уйман хөдлөөд
Тус амгалангийн санг нь тодруулан үйлдэхээр болуу

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。

Эрхэм дээд Буханы шашин дэлгэрээгүй ба
Дэлгэрсэн ч доройтсон шашингүй зүг хязгаарыг
Ихэд өрөвдөн хямарч сэтгэл уйман хөдлөөд
Тус амгалангийн санг нь тодруулан үйлдэхээр болуу



རང་གིས་རྗེ་བཞིན་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་གནད། །
 ལྷགས་དྲག་བརྗེ་བས་དངས་བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །
 འགྲོ་བའི་ཡིད་གྱི་སྤྲོན་བ་བསལ་བྱས་ནས། །
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་བ་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.

བསྟན་བ་རིན་ཆེན་མཆོག་གིས་མ་བྱུང་བའམ། །
 རྒྱལ་གྱང་ཉམས་བས་གྱུར་བའི་ཕྱོགས་དེར་ནི། །
 སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡིད་རབ་བསྐྱེད་བ་ཡིས། །
 བན་བདེའི་གཏེར་དེ་གསལ་བར་བྱུང་བར་ཤོག །

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.

སྤྲུམ་ཅས་རྒྱལ་བའི་སྤྲོད་བྱུང་འཕྲིན་ལས་ལས། །
 ལེགས་བྱུང་བྱུང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་བས་གྱང། །
 ཐར་མདོད་རྣམས་གྱི་ཡིད་ལ་དབའ་སྤྲེར་ཞིང། །
 རྒྱལ་བའི་མཛད་བ་རིང་དུ་སྐྱོད་གྱུར་ཅིག །

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



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。

Өөрийнхөө хэрээр оноосон мөрийн аньс,
Үлэмж энэрэн шийдсэн оюуны мэргэн аргаар
Хамаг амьтны сэтгэлийн харанхуиг гиигүүлээд
Ялгуусан Бурхан шашныг өнөд барих болтугай

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。

Эрхэм дээд Бурханы шашин дэлгэрээгүй ба
Дэлгэрсэн ч доройтсон шашингүй зүг хязгаарийг
Ихэд өрөвдөн хямарч сэтгэл уйман хөдлөөд
Тус амгалангийн санг нь тодруулан үйлдэхээр болноу

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。

Шавь лугаа сэлтэс Бурханы гайхамшигт үйлсээр
Сайтар бүтээсэн агуу Бодь мөрийн зэргээр
Нирвааныг горилон хүсэгчдийн сэтгэлийн цогийг
сэргээж
Бурхан Шагжмүнийн зохиолийг үүсэт тэтгэх болтугай



ལམ་བཟང་བསྐྱིག་པའི་མཐུན་རྐྱེན་སྐྱབ་བྱེད་ཅིང་། །
 འགལ་རྐྱེན་སེལ་བྱེད་མི་དང་མི་མིན་ཀུན། །
 ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་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*

གང་ཆོ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ཆོས་སྲོད་བརྩམ། །
 རྒྱལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བཅོམ་བ་དེ་ཡི་ཆོ། །
 མཐུ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་རྟལ་ཏུ་བྲོགས་བྱེད་ཅིང་། །
 བཏུ་ཤིས་རྒྱ་མཆོས་སྲོགས་ཀུན་ཁྲབ་གྱུར་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 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。

Сайн мөрийг жигдрүүлэхийн зохист шалтгааныг
бүтээгч,
Харш шалтгааныг арилгагч амьтан, хүмүүн бүгдээр
Төрөл тутамдаа Бурхан багшийн сайшаасан
Буяны ариун замаасаа хэзээд хагацахгүй болтугай

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。

Номын хөлгөний дээдийг арван номын явдлаар
Ихэд ёсчлон бүтээхүйд хичээсэн тэр цагтаа
Дээдийн сайн нөхөдтэй насандаа сайтар ханилаад Өлзий
билгийн далайгаар үүрд зорчих болтугай.





THE REFUGE MANTRA

 四皈依

༄། །རབ་དཀར་དགེ་སེམས་ཚེན་པོའི་ངང་ཉིད་ལས། །
 བདག་དང་མཁའ་མཉམ་མར་གྱུར་སེམས་ཅན་རྣམས། །
 དང་ནས་ཇི་སྲིད་བྱང་ཚུབ་སྡིང་པོའི་བར། །
 ལྷ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ། །
 བ་མོ་གུ་རུ་བྱུག་ བ་མོ་བླ་ཡུལ་ བ་མོ་རྣམ་ཡུལ་ བ་མོ་སྣ་ཡུལ་

Rap kar ge sem chen po ngang nyi nay
Dhag dang khan nyam ma gur sem chan nam
Deng ni ji si jang chub nyin po bar
La ma kun chog sum la kyap su dro

NAMO GURUBAY, NAMO BUDDHAYA,
NAMO DHARMAYA, NAMO SANGHAYA (108x)

།གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་སྲུགས།
GURU RINPOCHE PRAYER
REMOVING OBSTACLES
 蓮師祈禱文與心咒

༄། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེེ་ དངོས་གྲུབ་ཀྱི་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས་མུ་
 བར་ཚད་ཀྱི་སེལ་བདུད་འདུལ་བྲག་པོ་རྩལ་མུ་ གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏུ་གསོལ་མུ་
 བྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་མུ་ བསམ་བ་ལྷུག་གྱིས་འགྲུབ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་མུ་

ཨོ་ཨུམ་སྤུ་བཟླ་གུ་རུ་བསྐྱ་སི་རྩི་ཧྲིཾམུ་

Dü sum sangye guru rinpoche
Ngö drub kün dak de wa chenpö shyab
Bar ché kün sel düdul drakpo tsal
Sol wa deb so jingyi lab tu sol
Chi nang sang wé barché shyiwa dang
Sampa lhün gyi drubpar jingyi lob

OM AH HUNG BENZA GURU PEMA SIDDHI HUNG



THE REFUGE MANTRA
四皈依

With a radiant pure mind, I and all beings from now
until we reach the heart of enlightenment
Take refuge in the Lama and Three Precious Jewels.

**NAMO GURUBAY, NAMO BUDDHAYA,
NAMO DHARMAYA, NAMO SANGHAYA** (108x)

從其廣大極白善心中，我及如空父母眾有情，
從今乃至菩提道果成，上師佛法僧寶永皈依。

納莫古汝貝，納莫博達雅，
納莫達瑪雅，納莫桑嘎雅。(108x)

**GURU RINPOCHE PRAYER
REMOVING OBSTACLES**
蓮師祈禱文與心咒

Embodiment of buddhas of past, present and future, Guru
Rinpoche; Master of all siddhis, Guru of Great Bliss;
Dispeller of all obstacles, Wrathful Subjugator of Māras;
To you I pray: inspire me with your blessing,
So that outer, inner and secret obstacles are dispelled And
all my aspirations are spontaneously fulfilled.

OM AH HUNG BENZA GURU PEMA SIDDHI HUNG

三世諸佛蓮花生大士，一切成就之主大樂尊，
障礙遍除伏魔威猛力，至誠祈請慈悲賜加持，
消除內外以及秘障礙，加持所願任運得成就。

唵阿吽 班扎古汝 貝瑪 斯滴吽



བསྐྱོབ།
**DEDICATION OF
 MERITS PRAYER**
 迴向文

༄༅། །བྱང་ལྷུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །
 མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གྱུར་ཅིག །
 སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་བར་ཡང་། །
 ལོང་དུ་ལོང་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*

གངས་རི་རྩ་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།།
 ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།།
 སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་མཚོ་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.*



DEDICATION OF
MERITS PRAYER
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。

Эрдэнийн дээд бодь сэтгэл
Эс төрсөн нь төрөх болтугай
Эртэд оршсон нь доройтойгүй ч
Улам дээшээ арвидах болтугай

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，
丹增嘉措觀自在菩薩，願其常住直至生死盡。

Цаст уулсаар хүрээлэгдсэн энэ оронд
Амгалан хийгээд тусыг хоцроолгүй гаргагч орон
Арьябалын хувилгаан Шашныг баригч далайн
Өлмий лянхуа орчлонгийн эцэс хүртэл бат орших
болтугай



༡༡། །འཇམ་དབལ་དབའ་པོས་རི་ལྗར་མཐུན་བ་དང་། །
 ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །
 དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སྡུ་བདག་སློབ་ཕྱིར། །
 དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །

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་གྱིས། །
 བསྟོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྟུགས་བ་དེས། །
 བདག་གཞན་དགེ་བའི་ཅ་བ་འདི་ཀུན་གྲང་། །
 བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བཞི། །

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.

༡༢། །མན་བདེ་འབྲུང་གནས་བསྟན་བ་དར་ཞིང་རྒྱས། །
 བསྟན་འཛིན་སྤྱིས་བུ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཁམས་བཟང་། །
 ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྤྱིད་འབྲུང་བའི་གནས། །
 མངས་རྒྱས་བསྟན་བ་རྟག་ཏུ་རྒྱས་གྲུང་ཅེག།

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.



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。

Зөөлөн цогт баатар бээр хэрхэн айлдсан хийгээд
Саманда бадра тэр ч түүнчлэн болгоосон буй
Тэдгээр бүхнийг би даган суралцахын тулд
Буян эдгээр бүгдийг маш зоримуй

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。

Гурван цагийн заларсан ялгуусан бүгдээр
Зориулга алинд дээдээр сайшаасан түүгээр
Миний болон бусдын буяны үндэс бүхнээ
Сайн явдлын тул саитар зориулан үйлдмүй

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.

利樂根本法永昶，持法諸師安泰康，
一切有情得福源，佛法昌盛民興旺。

Тус амгалан гарагч шашин дэлгэрэн дэлгэрээд
Шашныг баригч төрөлхтөний лагшин сайжран
батжин

Амьтан бүхэнд энх жаргалан гарах дээд орон Арилан
дэлгэрсний шашин насад мандах болтугай



མཚོད་པའི་གཟུངས།
LONG MANTRA FOR BLESSING AND
MULTIPLYING THE OFFERINGS
供養雲陀羅尼

(LONG MANTRA FOR BLESSING AND
 MULTIPLYING THE OFFERINGS)
 (淨化、加持、增量、敬獻所供之供品)

༄༅། །དེར་ནི་ཡིད་འོང་ནོར་བུའི་ཕོ་བྲང་དབུས། །བརྗེ་སེང་ཁྲིར་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ནམས། །
 བརྒྱབས་ནས་གཟུངས་པེག་མོས་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི། །མཚོད་སྟོན་རྒྱ་མཚོས་གང་ཞིང་སྟོན་ལྷུང་ཅེག།

༄༅། །འོ་རྒྱུ་ཏུ་ལ། །འོ་རྒྱ་གཞུ། །བཞུ་སྤྲུ་ར་བ་མཚུ་ལ། །ཏུ་ཞུ་གཏུ་ལ།
 །མཚུ་ཏེ་སྤྲུ་ལ། །ཏུ་ཞུ། །མུ་བཞུ་བཞུ། །མུ་བཞུ། །མུ་ཏེ་མུ་བཞུ། །
 །མུ་བུ་བཞུ། །མུ་བུ་ཚུ་ཅུ་བཞུ། །མུ་བུ་ཚུ་མུ་པ་སུ། །ཤུ་ཏུ་བཞུ།
 །སུ་གཞུ་མུ་ཏུ་ཏུ། །མུ་ཏུ་ཏུ་བཞུ་སྤྲུ།

Der ni yid ong nor bue pod rang wie
Be ma seng trirr gyal wa sey jey nam
Shug nee sung rig mey dobe gyi drun bee
Ched drin gya tsoe kang shing jod gyur jig

Namo radna drayaya, /namo bhagavate, /
Benza sara drama da ni, /Tathagataya, /
Arahate samnyag sam buddhaya, /Tadyatha, /
Om benze benze /maha benze, maha dedza benze, /
Maha bya benze, /maha bodhi tsitta benze, /
Maha bodhi mandro ba sam /dramana benze, /
Sarwa garma avarana, /bi sho dhana benze svaha.





LONG MANTRA FOR BLESSING AND
MULTIPLYING THE OFFERINGS

供養雲陀羅尼

(LONG MANTRA FOR BLESSING AND
MULTIPLYING THE OFFERINGS)

(淨化、加持、增量、敬獻所供之供品)

There in the center is a jeweled palace, beautiful to behold,
On a lotus lion throne Buddhas and Bodhisattvas abide,
Powered by faith and wisdom- and through mantra-
May our offering be manifested like an ocean of clouds.

*Namo radna drayaya, /namo bhagavate, /
Benza sara drama da ni, /Tathagataya, /
Arahate samnyag sam buddhaya, /Tadyatha, /
Om benze benze / maha benze, maha dedza benze, /
Maha bya benze, /maha bodhi tsitta benze, /
Maha bodhi mandro ba sam /dramana benze, /
Sarwa garma avarana, /bi sho dhana benze svaha.*

此中悅意珍寶宮殿中，蓮獅座上諸佛佛子住，
願以咒明信解力生起，滿溢供養雲海祈欣享。

納莫惹納札雅雅 納莫班嘎瓦得
班扎薩惹渣瑪達尼 達塔嘎達雅
阿惹哈滴三藐三博達雅 達雅塔
喻班則班則 瑪哈班則 瑪哈滴渣班則
瑪哈貝雅班則 瑪哈博滴澤達班則
瑪哈博滴曼卓巴三 渣瑪納班則
薩瓦嘎瑪阿瓦惹納 貝薛達納班則梭哈





༄༅། །མཚོད་པ། །
OFFERING OF NOURISHMENT
 供養讚頌

(PRAYER FOR OFFERING BREAKFAST)
 (早餐餐前供養文)

། སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་སྐྱ་མ་རྩེ་འཚང་། །
 བའ་ལ་བའ་འདུལ་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཟུང་ནས། །
 མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་རྩེ་མཚན་པའི། །
 དྲིན་ཅན་སྐྱ་མ་རྩེས་ལ་མཚོད་པ་འབུལ། །

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

བདག་སོགས་འཁོར་བཅས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །
 དཀོན་མཚོག་གསུམ་དང་ནམ་ཡང་མི་བྲལ་ཞིང། །
 དཀོན་མཚོག་གསུམ་པོ་རྒྱན་དུ་མཚོད་པ་ཡིས། །
 དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་བརྒྱབ་འཇུག་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/ juk per/ shog.*





OFFERING OF NOURISHMENT

供養讚頌 Тахил

(PRAYER FOR OFFERING BREAKFAST)
(早餐餐前供養文)

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..

根本皈依上師金剛持，隨機逗教示現善友相，
恩賜共與不共成就果，恭敬頂禮恩德諸上師。

Аврал бүгд хурсан Богд очир дара
Аль алиныг номхотгох багшийн ёсыг бариад
Дээд хийгээд нийтийн шидийг хайрлан соёрхох
Ачтан лам багшдаа дээд тахилыг өргөмү

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.

吾等誓願永世不鬆懈，時常供養頂禮佛法僧，
敬禮三寶所得諸功德，化為加持常沐三寶恩。

Би тэргүүтэй нөхөд төрөл тутам бүхэндээ
Дээд гурван эрдэнээс хэзээ ч хагацахгүй
Дээд гурван эрдэнээ хэзээд тахиснаар
Дээд гурван эрдэнийн адистид орших болтугай





ལྷོ། །མཚོད་པ། །
FOOD OFFERING PRAYER
 供養讚頌

(PRAYER FOR OFFERING LUNCH)
 (午餐餐前供養文)

ལྷོ། །སྤོན་པ་གླ་མེད་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ།།
 སྤོན་པ་གླ་མེད་དམ་ཚཱ་རིན་པོ་ཆེ།།
 འདྲན་པ་གླ་མེད་དྲག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།།
 ལྷོ། །སྤོན་པ་གླ་མེད་དམ་ཚཱ་རིན་པོ་ཆེ།།

Ton ba/ la mey/ sang je/ rin po/ che.
Jo ba/ la mey/ dem chu/ rin po/ che.
dren ba/ la mey/ ghen dun/ rin po/ che.
Jep nay/ ghon cho/ sum la/ cho ba/ bulh.

ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྷན་པའི་ཡིད་འཕྲོག་པ། །
 ལེགས་སྦྱར་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ལ། །
 དད་པའི་སྤུལ་བས་འགྲོ་བ་འདི་དྲག་ཀུན། །
 འཕྲོར་ལྷན་ཉིང་འཛིན་ཟས་ལ་སྦྱིད་པར་ཤོག།

Sha sey/ row ja/ dam bey/ yee trok/ pa.
Lak jhur/ di nee/ ja wha/ sey jey/ la.
Dey beh/ pulh wee/ drow wah/ di tak/ ghun.
Jor den/ teng zhin/ sey la/ jo per/ shok.





FOOD OFFERING PRAYER

供養讚頌 Тахил

(PRAYER FOR OFFERING LUNCH)
(午餐餐前供養文)

To the supreme teacher, the precious Buddha,
To the supreme refuge, the precious Dharma,
To the supreme guides, the precious Sangha,
To the Triple Gem, the objects of refuge, I make offering.

無上本師如來寶，無上救主聖法寶，
無上導師聖僧寶，三寶皈依吾稽首。

Номлогч, ханьцаш үгүй бурхан эрдэнэ
Аврагч, ханьцаш үгүй богд ном эрдэнэ
Удирдагч, ханьцаш үгүй хувраг эрдэнэ
Авралын гурван эрдэнэд тахилыг өргөмү

I offer the nourishment of this wonderful food
To the buddhas and bodhisattvas,
By the merit gained by this dedication,
May blessings be attained for all sentient beings.

數百美味釀佳餚，眾佛菩薩請降臨，
虔誠敬奉諸供德，有情同享三昧膳。

Сэтгэлийг булаагч зуун амтат зоог
Сайтар найруулсан үүнийг бурханы шавь нарт
Сүжгээр дээжлэн өргөснөөөр хамаг амьтан
Баялаг самадийн идээг зооглох болтугай.



ADDRESS

3655 Snoddy Road,
Bloomington, IN 47401.

Telephone: +1 812-336-6807

FAX: +1 812-650-4134

E-mail: tmbcc.kcl@gmail.com

MAKE A DONATION

via PayPal:

tmbcc.kcl@gmail.com

by Check:

Kumbum Chamtse-Ling INC

via Chase QuickPay:

tmbcc.kcl@gmail.com

via Bank of America | Zelle:

812-336-6807