



Refuge and Bodhicitta

Going for Refuge and Generating Bodhicitta

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་ནམས་ལ། ། བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆོ། །

sang gye chö dang tsok kyi chok nam la jang chub bar du dak ni kyab su chi

Until enlightenment, I go for refuge to the Buddha, the Dharma and the supreme Sangha.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། ། འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འབྲུག་པར་ཤོག །

dak gi jin sok gyi pay sö nam kyi dro la pen chir sang gye drup par shok

May the merit of my generosity and other such practices lead to buddhahood for the benefit of all beings.

three times

སྐྱེ་མ་རྒྱུད་འབོད་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་མོས་གྲུས་སྒྲིང་གི་གཟེར་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

Calling the Lama from Afar

A Prayer called Intensifying the Devotion of the Heart

ནམ་གུ་ཐུ་བེ།

na mo guru be

སྤྱི་མ་རྒྱུ་འབོད་ཀྱན་ལ་གྲགས་ཆེའང།

བྱིན་རྒྱལ་པ་སྤྱུ་ལ་བའི་གནད་སྟོ་ཤས་ངེས་བྱུང་གིས་བསྤྱུ་ལ་བའི་མོས་གྲུས་ཁ་ཙམ་ཚིག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྟོང་གི་དགྲིལ།

རུས་པའི་གཏིང་ནས་བསྟེད།

སྤྱི་མ་ལས་ལྷག་པའི་སངས་རྒྱས་གཞན་ན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་དང་ལྷན་པས་དབྱངས་རྟ་སྟོན་པོས།

Prayers calling the lama from afar are known to everyone. The key to invoking blessing is devotion, motivated by weariness of the old ways and renunciation of samsara.

This devotion is not a mere repetition of empty words, but it comes from the depth of our heart, from the marrow of our bones, and from the conviction that there is no Buddha apart from the lama. With this certainty, we chant:

༄༅། །སྤྱི་མ་མཁུན་ནོ།

།དྲིན་ཆེན་ཙ་བའི་སྤྱི་མ་མཁུན་ནོ།

la ma khyen no (... x3) drin chen tsa way la ma khyen no

Lama, think of us. Gracious root lama think of us.

།དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ།

།ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས།

dü sum sang gye kyi ngo wo lung tok dam chö kyi jung ne

Essence of the Buddhas of the three times, source of the true Dharma and realisation.

།འཕགས་ཆོག་སྐུ་དགེ་འདུན་གྱི་མངའ་བདག།

།ཙ་བའི་སྤྱི་མ་ཁྱེད་མཁུན་ནོ།

pak tsok gen dün gyi nga dak tsa way la ma khye khyen no

Master of the noble assembly of Sangha, who is my root lama, think of us.

།བྱིན་རྒྱལ་པ་སྤྱུ་ལ་ཐུ་བེ་གཏིང་ཆེན།

།དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་གནས།

jin lab tuk je yi ter chen ngö drub nam nyi kyi jung ne

Great revealer of treasures of blessing and compassion, and the accomplishment that all will have,

།ཐྲིན་ལས་ཅི་འདོད་ཀྱན་སྟོན་མཛད།

།ཙ་བའི་སྤྱི་མ་ཁྱེད་མཁུན་ནོ།

trin le chi dö kün tsöl dze tsa way la ma khye khyen no

Buddha activity that grants whatever is desired, root lama, think of us.

། ལྷ་མ་འོད་དཔག་མེད་པ་མཁུན་ནོ། ། སྒྲོ་ས་བྲལ་ཚས་སྐྱའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

la ma ö pak me pa khyen no trö dral chö kuy long ne zik shik

Lama Amitabha, think of us. Behold us from the expanse of the dharmakaya, free of fabrication.

། བདག་སོགས་ལས་ངན་ལའོར་བར་འབྱམས་རྣམས། ། བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་བྱོངས་མཛོད།

dak sok le ngen khor war khyam nam de chen dak pay shing du drong dzö

We wander in samsara through the force of negative karma; bring us to rebirth in your pure land of bliss.

། ལྷ་མ་ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་མཁུན་ནོ། ། འོད་གསལ་ལོངས་སྐྱའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

la ma chen re zik wang khyen no ö sel long kuy long ne zik shik

Lama Chenrezi, think of us. See us from the expanse of the luminous sambhogakaya.

། རིགས་བྱུག་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྩད་ནས་ཞི་ཞིང་། ། ཁམས་གསུམ་ལའོར་བ་དོར་ནས་སྐྱུགས་མཛོད།

rik druk duk ngal tse ne shi shing kham sum khor wa dong ne truk dzö

Pacify completely the suffering of the six kinds of beings and totally transform the three realms of samsara.

། ལྷ་མ་པདྨ་འབྲུང་གནས་མཁུན་ནོ། ། རྩ་ཡབ་པདྨ་འོད་ནས་གཟིགས་ཤིག

la ma pe ma jung ne khyen no nga yab pe ma ö ne zik shik

Lama Padmasambhava, think of us. Behold us from the luminous lotus of Nga Yab Ling.

། སྙིགས་དུས་སྐྱབས་མེད་བོད་འབངས་ཉམ་ཐག ། ཐུགས་རྗེས་མུར་བ་ཉིད་དུ་སྐྱོབས་མཛོད།

nyik dü kyab me bö bang nyam tak tuk je nyur wa nyi du kyob dzö

In these dark times, swiftly protect with your compassion Tibetan disciples, and all who are destitute without refuge.

། ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་མཁུན་ནོ། ། མཁའ་སྐྱོད་བདེ་ཆེན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

la ma ye she tso gyal khyen no kha chö de chen drong ne zik shik

Lama Yeshe Tsogyal, think of us. Behold us from the dakinis' city of great bliss.

། སྡིག་ལྡན་བདག་སོགས་སྤིང་པའི་མཚོ་ལས། ། ཐར་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོར་སྐྱོལ་མཛོད།

dik den dak sok si pay tso le tar pay drong khyer chen por dröl dzö

Bring us, who have committed negative actions, across the ocean of samsara to the great city of liberation.

། བཀའ་གཏེར་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་མ་མཁུན་ནོ། ། ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

ka ter gyü pay la ma khyen no zung juk ye she long ne zik shik

Lamas of the oral transmission and terma lineages, think of us. Behold us from the expanse of primordial wisdom, the union of appearance and emptiness.

།བདག་རྒྱུད་འབྲུལ་པའི་མུན་ཁང་བརྟོན་ནས།

dak gyü trül pay mün khang töl ne

Break through the dark prison house of our confused mind and make the sun of realisation arise.

རྟོགས་པའི་ཉི་མ་གར་བར་མཛོད་ཅིག

tok pay nyi ma shar war dzö chik

།ཀུན་མཁྱེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་མཁྱེན་ནོ།

kün khyen dri me ö zer khyen no

Omniscient Drime Ozer, think of us. Behold us from the expanse of the five spontaneous lights.

།ལྷུན་གྲུབ་འོད་ལྡེའི་གློང་ནས་གཟིགས་གིག

lhün drub ö ngay long ne zik shik

།ཀ་དག་དགོངས་པའི་རྩལ་ཆེན་རྫོགས་ནས།

ka dak gong pay tsal chen dzok ne

Help us to perfect the great display of mind, primordially pure, and to complete the four stages of ati yoga.

།སྒྲུང་བཞི་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་མཛོད་ཅིག

nang shi ta ru chin par dzö chik

།མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཡབ་སྐུས་མཁྱེན་ནོ།

nyam me jo wo yab se khyen no

Incomparable Atisha and your heart son, amidst hundreds of deities, behold us from Tushita.

།དགའ་ལྷན་ལྷ་བརྒྱའི་དབུས་ནས་གཟིགས་གིག

gan den lha gyay ü ne zik shik

།རྟོང་ཉིད་སྟིང་རྗེའི་སྟིང་པོ་ཅན་གྱི།

tong nyi nying jey nying po chen gyi

Bring about the birth in our mind stream of bodhicitta, the essence of emptiness and compassion.

།བྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བར་མཛོད་ཅིག

chang sem gyü la kye war dzö chik

།གྲུབ་མཆོག་མར་མི་དྲགས་གསུམ་མཁྱེན་ནོ།

drub chok mar mi dak sum khyen no

Supreme siddhas, Marpa, Milarepa and Gampopa, think of us. Behold us from the space of great vajra bliss.

།བདེ་ཆེན་རྡོ་རྗེའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་གིག

de chen dor jey ying ne zik shik

།བདེ་སྟོང་ཕྱག་ཆེན་མཆོག་དངོས་གྲུབ་ཅིང་།

de tong chak chen chok ngö drub ching

Enable us to attain the supreme siddhi of Mahamudra - bliss and emptiness inseparable.

Awaken the dharmakaya in our heart.

།ཆོས་སྒྱུ་སྟིང་དབུས་སད་པར་མཛོད་ཅིག

chö ku nying ü se par dzö chik

།འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཀམ་པ་མཁྱེན་ནོ།

jik ten wang chuk kar ma pa khyen no

Lord of the world, Karmapa, think of us. Behold us from the space where all beings, vast in numbers as the sky, are trained.

།མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་འདུལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་གིག

kha khyab dro dül ying ne zik shik

།ཆོས་ཀྱན་བདེན་མེད་སྒྱུ་མར་རྟོགས་ནས།

chö kün den me gyu mar tok ne

Bring us to see that all phenomena are like an illusion, without any true existence, and to realise appearance and mind arising as the three kayas.

།སྒྲུང་སེམས་སྒྱུ་གསུམ་འཆར་པར་མཛོད་ཅིག

nang sem ku sum char par dzö chik

|བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་ཚུང་བརྒྱད་མཁུན་ནོ།

ka gyü che shi chung gye khyen no

Lamas of the four great and eight lesser Kagyu lineages, think of us. Behold us from the realm of pure appearances that naturally arise.

|རང་སྣང་དག་པའི་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག

rang nang dak pay shing ne zik shik

|གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་པ་སངས་ནས།

ne kab shi yi trül pa sang ne

Clear away the confusion of the four situations, and bring us to the perfection of experience and realisation.

|ཉམས་རྟོགས་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་མཛོད་ཅིག

nyam tok ta ru chin par dzö chik

|རྗེ་བཙུན་གོང་མ་རྣམ་ལུ་མཁུན་ནོ།

je tsün gong ma nam nga khyen no

Five Sakya forefathers, think of us. Behold us from the expanse of samsara and nirvana inseparable.

|འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

khör de yer me long ne zik shik

|རྣམ་དག་ལྟ་སྒོམ་སྦྱོང་གསུམ་འབྲེལ་པས།

nam dak ta gom chö sum drel pe

Help us to blend together pure view, meditation and action. Take us along the supreme path of the secret vajrayana.

|གསང་བའི་ལམ་མཆོག་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག

sang way lam chok trö par dzö chik

|མཉམ་མེད་ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་མཁུན་ནོ།

nyam me shang pa ka gyü khyen no

Lamas of the unequalled Shangpa Kagyu, think of us. Behold us from the totally pure realm of Buddhas.

|རྣམ་དག་སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག

nam dak sang gye shing ne zik shik

|ཐབས་གྲོལ་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་འབྱོངས་ནས།

tab dröl nyam len tsül shin jong ne

Train us correctly in the methods of practice that bring liberation. Lead us to discover the path of no more learning, the ultimate union.

|མི་སྒྲོབ་བྱུང་འཇུག་བརྟེས་པར་མཛོད་ཅིག

mi lob zung juk nye par dzö chik

|བྲུབ་ཆེན་ཐང་ཐོང་རྒྱལ་པོ་མཁུན་ནོ།

drub chen tang tong gyal po khyen no

Great siddha, Thangtong Gyalpo, think of us. Behold us from the expanse of effortless compassion.

|ཚེལ་མེད་བྱུགས་རྗེའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

tsöl me tuk jey long ne zik shik

|བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་བྲུབ་ནས།

den me tok pay tül shuk drub ne

Enable us to attain the discipline that brings realisation of ultimate non-existence, and to master prana and mind.

|རླུང་སེམས་རང་དབང་འདུ་བར་མཛོད་ཅིག

lung sem rang wang du war dzö chik

|ཕ་གཅིག་དམ་པ་སངས་རྒྱལ་མཁུན་ནོ། |ལས་རབ་གྲུབ་པའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

pa chik dam pa sang gye khyen no le rab drub pay ying ne zik shik

Only father, Dampa Sangye, think of us. Behold us from the space of the accomplishing supreme activity.

|བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རླབས་སྣང་ལ་ཞུགས་ནས། |རྟེན་འབྲེལ་ཕྱོགས་མེད་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག

gyü pay chin lab nying la shuk ne ten drel chok me char war dzö chik

Bring into our hearts the blessing of the lineage, and make auspicious signs arise in all directions.

|མ་གཅིག་ལབ་ཀྱི་སྒྲོན་མ་མཁུན་ནོ། |ཤེས་རབ་པར་བྱིན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག

ma chik lab kyi drön ma khyen no she rab par chin long ne zik shik

Only mother, Labkyi Dronma, think of us. Behold us from the space of prajnaparamita.

|བདག་འཛིན་སྣེམས་བྱེད་ཅུད་ནས་ཆོད་ཅིང་། |བདག་མེད་སྒྲོས་བྲལ་བདེན་མཐོང་མཛོད་ཅིག

dak dzin nyem che tse ne chö ching dak me trö dral den tong dzö chik

Enable us to uproot ego-clinging, the source of pride, and to see the truth of egolessness, beyond conception.

|ཀུན་མཁུན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱལ་མཁུན་ནོ། |རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྷན་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

kün khyen döl po sang gye khyen no nam kün chok den ying ne zik shik

Omniscient Dolpo Sangye, think of us. Behold us from the space endowed with all supreme aspects.

|འཕོ་བའི་དཔལ་སྤྲུལ་རྣམས་དཔུ་མར་འགགས་ནས། |འཕོ་བྲལ་ངོ་རྗེའི་སྒྲུ་ཐོབ་མཛོད་ཅིག

po way uk nam u mar gak ne po dral dor jey ku tob dzö chik

Help us to bring into the central channel the prana of transference and to attain the immovable vajra body.

|རྗེ་བཙུན་ཏཱ་ར་ནཱ་ཐ་མཁུན་ནོ། |རྣམ་གསུམ་ཕོ་ཉའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

je tsün ta ra na ta khyen no nam sum po nyay ying ne zik shik

Jetsun Taranatha, think of us. Behold us from the space of the three mudras.

|རྫོ་རྗེའི་གསང་ལམ་གོགས་མེད་བགྲོད་ནས། |འཇའ་ལུས་མཁའ་སྒྱུད་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག

dor jey sang lam gek me drö ne ja lü kha chö drub par dzö chik

Help us to travel without obstacle the secret vajra path, and bring us to the attainment of a rainbow body, the enjoyment of all space.

|འཇམ་དབྱངས་མཁའ་ཁེན་བརྗེའི་དབང་པོ་མཁུན་ནོ། |མཁུན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

jam yang khyen tsey wang po khyen no khyen nyi ye she ying ne zik shik

Jamyang Khyentse Wangpo, think of us. Behold us from the space of primordial wisdom that knows all phenomena in their simplicity and in their vast extent.

མི་ཤེས་སྒྲོ་ཡི་མུན་པ་སངས་ནས།

མཆོད་རབ་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག

mi she lo yi mün pa sang ne khyen rab nang wa gye par dzö chik

Clear away the mental darkness of ignorance. Increase the luminosity of our supreme intelligence.

འོད་གསལ་སྐུལ་པའི་དོ་རྗེ་མཆོད་ནོ།

འཇམ་ཟེར་འོད་ལཱི་གློད་ནས་གཟིགས་ཤིག

ö sel trül pay dor je khyen no ja zer ö ngay long ne zik shik

Osel Tulpay Dorje, think of us. Behold us from the expanse of the five rainbow lights.

ཐིག་རླུང་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་དག་ནས།

གཞོན་ནུ་བུམ་སྐྱར་བྱང་ཆུབ་མཛོད་ཅིག

tik lung sem kyi dri ma dak ne shön nu bum kur chang chub dzö chik

Purify the stains from bindu, prana and mind, and bring us to the enlightenment of the youthful vase body.

པཌ་མདོ་སྒྲགས་གླིང་པ་མཆོད་ནོ།

པདོ་སྦྱང་འགྱུར་མེད་གློད་ནས་གཟིགས་ཤིག

pe ma do ngak ling pa khyen no de tong gyur me long ne zik shik

Pema Do Ngak Lingpa, think of us. Behold us from the expanse of unchanging bliss and emptiness inseparable.

རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐྱེས་དགོངས་པ་མཐའ་དག

པདག་གིས་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བུས་མཛོད་ཅིག

gyal dang gyal se gong pa ta dak dak gi yong su kong nü dzö chik

Enable us to fulfill perfectly all the intentions of the Buddhas and bodhisattvas.

ངག་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཆོད་ནོ།

དབྱིངས་ཡེ་ཟུང་འཇུག་གློད་ནས་གཟིགས་ཤིག

ngak wang yön ten gyam tso khyen no ying ye zung juk long ne zik shik

Ngakwang Yonten Gyamtso, think of us. Behold us from the expanse of space and primordial wisdom in union.

སྒྲུང་བའི་བདེན་འཛིན་རྒྱལ་གྱིས་ཞིག་ནས།

གང་བྱང་ལམ་དུ་བྱིར་བུས་མཛོད་ཅིག

nang way den dzin hrül gyi shik ne gang jung lam du khyer nü dzö chik

May we stop taking appearances to be real. Develop our ability to carry onto the path whatever arises.

རྒྱལ་སྐྱེས་སྒྲོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་མཆོད་ནོ།

བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་ངང་ནས་གཟིགས་ཤིག

gyal se lo drö ta ye khyen no jam dang nying jey ngang ne zik shik

Bodhisattva Lodro Thaye, think of us. Behold us from your state of loving-kindness and compassion.

འགྲོ་གྲུབ་དྲིན་ཅན་པ་མར་ཤེས་ནས།

གཞན་པན་སྤྲིང་ནས་སྐྱབ་ནུས་མཛོད་ཅིག

dro kün drin chen pa mar she ne shen pen nying ne drub nü dzö chik

Enable us to recognise all beings as our kind parents. Develop our ability to benefit others from the depths of our hearts.

པཎ་གར་གྱི་དབང་ཕྱག་མཆེན་ལོ།

པདེ་ཆེན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

pe ma gar gyi wang chuk khyen no de chen ö sal ying ne zik shik

Pema Gargyi Wangchuk, think of us. Behold us from the expanse of great bliss and luminosity.

དུག་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྔ་རུ་གྲོལ་ནས།

སྤང་བློ་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་མཛོད་ཅིག

duk nga ye she nga ru dröl ne pang top nyi dzin shik par dzö chik

Liberate the five poisons into the five wisdoms. May our dualistic clinging to loss and gain disappear.

ཏེན་ཡི་ཡུང་དྭང་ལིང་པ་མཆེན་ལོ།

སྤྲིང་ཞི་མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག

ten nyi yung drung ling pa khyen no si shi nyam nyi ying ne zik shik

Tenji Yungdrung Lingpa, think of us. Behold us from the space where samsara and nirvana are equal.

མོས་གྲུས་ནུལ་མ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ནས།

ཁྱོད་གས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་མཛོད་ཅིག

mö gü nel ma gyü la kye ne tok dröl dü nyam chen por dzö chik

Engender genuine devotion in our mind. Bring us to simultaneous realisation and liberation.

དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་མཆེན་ལོ།

སྤྱི་གཙུག་པདེ་ཆེན་གནས་ནས་གཟིགས་ཤིག

drin chen tsa way la ma khyen no chi tsuk de chen ne ne zik shik

Kind root lama, think of us. Behold us from the place of great bliss on the crown of our head.

རང་རིག་ཆོས་སྤྱི་རང་ཞལ་མཇལ་ནས།

ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག

rang rik chö kuy rang shal jal ne tse chik sang gye drub par dzö chik //

Bring us to meet the very face of the dharmakaya, the awareness of our true nature, and in this very life, bring us to complete enlightenment.

ཀྱི་མ།

kye ma

བདག་འདྲའི་སེམས་ཅན་ལས་ངན་སྒྲིག་ཏོ་ཅན།

།ཐོག་མེད་དུས་ནས་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་འབྱམས།

dak dray sem chen le ngen dik to chen

tok me dü ne khor war yün ring khyam

Alas, sentient beings like ourselves, who have committed negative actions, wander in samsara from beginningless time.

ད་རུང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མཐའ་མེད་སྟོང་འགྱུར་བས།

།སྐྱོ་ཤས་སྐྱད་ཅིག་རྩམ་ཡང་མ་སྐྱེས་པས།

da rung duk ngal ta me nyong gyur we

kyo she ke chik tsam yang ma kye pe

Still experiencing endless suffering, we do not feel even an instant of repentance.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེས་སྐུར་དུ་གཟིགས།

།ངེས་འབྱུང་གཏིང་ནས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

nge jung ting ne kye war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that renunciation arise from the depth of our heart.

།དལ་འབྱོར་སྐབ་ཀྱང་མི་ཆོ་སྟོང་བད་མཁན།

།དོན་མེད་ཆོ་འདིར་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་གཡང་།

dal jor tub chang mi tse tong ze khen

dön me tse dir cha way tak tu yeng

Although we have attained a precious human birth with leisure and resources, we waste in vain, constantly distracted by the activities of this hollow life.

།དོན་ཆེན་ཐར་བ་སྐྱབ་ལ་ལེ་ལོས་བྱིར།

།ནོར་བུའི་གླིང་ནས་ལག་སྟོང་ལོག་གྱུར་བས།

dön chen tar pa drub la le lö khyer

nor buy ling ne la tong lok gyur pay

When it comes to accomplishing the great goal of liberation, we are overcome by laziness and return empty-handed from a land filled with jewels.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེས་སྐུར་དུ་གཟིགས།

།མི་ལུས་དོན་ལྡན་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

mi lü dön den drub par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we make this life meaningful.

།མ་ཤི་ས་སྟེང་ལུས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད།

།ད་ལྟ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་པ་རོལ་འགོ།

ma shi sa teng lü pa chik kyang me

da ta chik je nyi tü pa röl dro

There is no one on this earth who will not die. Even now, people are passing away, one after another.

།རང་ཡང་སྐུར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་དགོས་ཀྱང་།

།ཡུན་རིང་སྟོན་གྲབས་བྱེད་པའི་སྟིང་རུལ་པོ།

rang yang nyur wa nyi du chi gö kyang

yün ring dö drab che pay nying rül po

We also soon must die. But, like a fool, we plan to live long.

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion.

། ལོང་མེད་སློ་སྣ་བྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

long me lo na tung war jin gyi lob

Bless us that we curtail all of our scheming.

། སྙིང་དུ་སྐྱུག་པའི་མཛའ་བཤེས་སོ་སོར་འབྲལ།

nying du duk pay dza she so sor dral

We will be separated from our closest friends.

། སེར་སྐྱས་བསགས་པའི་ནོར་རྩིས་གཞན་གྱིས་སྤྱོད།

ser ne sak pay nor dze shen gyi chö

Others will enjoy the wealth we as misers kept.

། གཅེས་པའི་ལུས་ཀྱང་ལྷུ་ལ་དུ་བོར་ནས་སུ།

je pay lü kyang shül du bor ne su

Even our body we hold so dear will be left behind, and our consciousness will wander without direction in the bardos of samsara.

། རྣམ་ཤེས་བར་དོ་གཏོལ་མེད་ལ་ཁོར་བར་འབྱམས།

nam she bar do töl me khor war khyam

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion.

། ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

chi kyang gö me tok par jin gyi lob

Bless us that we realise the futility of this life.

། འཛིགས་པའི་མུན་པ་ནག་པོས་སྒྲོན་ནས་བསུ།

jik pay mün pa nak pö ngön ne su

In front, the black darkness of of fear waits to take us in.

། ལས་ཀྱི་རླུང་དམར་བྲག་པོས་རྒྱབ་ནས་དེང།

le kyi lung mar drak pö gyab ne deng

From behind, we are chased by the fierce red wind of karma.

། མི་སྐྱུག་གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉས་བརྟེན་ཅིང་བརྩོག།

mi duk shin jey po nye dek ching tsok

The hideous messengers of the lord of death beat and stab us, and so we must experience the unbearable sufferings of the lower realms.

། བཟོད་དཀའ་ངན་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་དགོས་ན།

zö ka ngen droy duk ngal nyong gö na

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion.

། ངན་སོང་གཡང་ལས་ཐར་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

ngen song yang le tar war jin gyi lob

Bless us that we are liberated from the chasms of lower realms.

། རང་སྒྱུན་རི་བོ་ཙམ་ཡང་ཁོང་དུ་སྒྲིང།

rang kyön ri wo tsam yang khong du be

We conceal within ourselves a mountain of faults. Yet we put down others and broadcast their shortcomings though they may be minute as a sesame seed.

། གཞན་སྒྱུན་ཏིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་སྒྲོགས་ཅིང་སྒྲིང།

shen kyön til dru tsam yang drok ching mö

ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་མེད་ཀྱང་བཟང་པོར་སྒྲུལ།

ཆོས་པའི་མིང་བཏགས་ཆོས་མིན་ཁོ་ནར་སྟོད།

yön ten chung ze me kyang zang por lom chö pay ming tak chö min kho nar chö

Though we have not the slightest good qualities, we boast saying how great we are. We have the label of Dharma practitioners, but practice only non-Dharma.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེས་སྙུར་དུ་གཟིགས།

རང་འདོད་ང་རྒྱལ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik rang dö nga gyal shi war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we loose our pride and self-centredness.

གཏན་སྡུང་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་ཁོང་དུ་བཅུག་

བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་འཕེལ་བའི་རྒྱ།

ten pung dak dzin gong po khong du chuk sam tse tam che nyön mong pel way gyu

We conceal within the demon of ego-clinging that always brings us to ruin. All of our thoughts cause kleshas to increase.

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དགའི་འབྲས་བུ་ཅན།

ཐར་པའི་ལམ་དུ་སྟོགས་ཅམ་མ་བྱིན་པས།

che tse tam che mi gey dre bu chen tar pay lam du chok tsam ma chin pe

All of our actions have non-virtuous results. We have not even turned towards the path of liberation.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེས་སྙུར་དུ་གཟིགས།

ངར་འཛིན་ཅུང་ནས་ཆད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik ngar dzin tse ne chö par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that grasping onto a self be uprooted.

བསྟོད་སྒྲུང་ཅམ་ལ་དགའ་དང་མི་དགའ་སྟེ།

ཆིག་ངན་ཅམ་ལ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་ཤོར།

tö me tsam la ga dang mi ga kye tsik ngen tsam la zö pay go cha shor

A little praise makes us happy. A little blame makes us sad. With a few harsh words we lose the armour of patience.

ཉམ་ཐག་མཐོང་ཡང་སྙིང་རྗེའི་སེམས་མི་སྟེ།

སྟོན་ཡུལ་བྱུང་དུས་སེར་སྒྲའི་མདུད་པས་བཅིང་།

nyam tak tong yang nying jey sem mi kye chin yül jung dü ser nay dü pay ching

Even if we see those who are destitute, no compassion arises. When there is an opportunity to be generous, we are tied in knots by greed.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེས་སྙུར་དུ་གཟིགས།

སེམས་རྒྱུད་ཆོས་དང་འབྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik sem gyü chö dang dre pa jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that our mind be one with the Dharma.

།འཁོར་བ་སྟིང་པོ་མེད་ལ་སྟིང་པོར་བཟུང་། །རྟོ་གོས་ཕྱིར་དུ་གཏན་འདུན་ལིང་གིས་བོར།
khor wa nying po me la nying por zung to gö chir du ten dün ling gi bor

We think samsara is worthwhile when it is not. We give up our higher vision for the sake of food and clothes.

།མཁོ་རྒྱ་ཚང་ཡང་དགོས་དགོས་ཕྱི་ཕྱིར་མང་། །མི་བདེན་སྒྱུ་མའི་ཆོས་ཀྱིས་རང་སེམས་བསྒྲུས།
kho gu tsang yang gö gö chi chir mang mi den gyu may chö kyi rang sem lü

Although we have all that is needed, we constantly want more. Our minds are deceived by unreal, illusory phenomena.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་སྐྱར་དུ་གཟིགས། །ཆེ་འདི་སློ་ཡིས་ཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
la ma khyen no tuk jey nyur du zik tse di lo yi tong war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we let go of attachment to this life.

།ལུས་སེམས་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲུ་མོ་འང་མི་བཟོད་ཀྱང་། །ངན་འགོར་འགོ་ལ་མི་འཆོར་སྟིང་རྩོལ་ཅན།
lû sem duk ngal tra moang mi zö kyang ngen dror dro la mi tser nying dö chen

Not able to endure the merest physical or mental pain, with blind courage, we do not hesitate to fall into lower realms.

།རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་མེད་མཛོན་གསུམ་མཐོང་བཞིན་དུ། །དགོ་བ་མི་འབྲུབ་སྤྲིག་པའི་ཡོ་ལང་འཕེལ།
gyu dre lu me ngön sum tong shin du ge wa mi drub dik pay yo lang pel

Although we see directly the unfailing law of cause and effect, we do not act virtuously, but increase in our unvirtuous activity.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་སྐྱར་དུ་གཟིགས། །ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
la ma khyen no tuk je nyur du zik le la yi che kye war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we come to trust completely in the laws of karma.

།དགྲ་ལ་སྤང་སེམས་གཉན་ལ་ཆགས་སེམས་སྒྱེ། །སྤང་དོར་གནས་ལ་གཏི་ཐུག་ཐུན་ལྟར་འཕྱོམ།
dra la dang sem nyen la chak sem kye lang dor ne la ti muk mün tar tom

We hate our enemies and cling to friends. Lost in the darkness of ignorance, we do not know what to accept or reject.

།ཆོས་བཞིན་སྟོད་ཆེ་བྱིང་མུག་གཉིད་དབང་ཤོར། །ཆོས་མིན་སྟོད་ཆེ་དབང་པོ་གསལ་ཅིང་གྲུང།
chö shin chö tse ching muk nyi wang shor chö min chö tse wang po sal ching drung

When practicing Dharma, we fall into dullness, drowsiness and sleep. When not practicing Dharma, we are clever and our senses are clear.

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེ་སྐུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion.

། ཉོན་མོངས་དག་པོ་ཚུམ་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

nyön mong dra wo chom par jin gyi lob

Bless us that we overcome our enemy, the kleshas.

། ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་ཡང་དག་ཚུལ་པའི་གཟུགས།

chi ne te na yang dak chö pay zuk

From the outside we appear to be genuine Dharma practitioners. On the inside our minds have not blended with the Dharma.

། རང་དུ་རང་སེམས་ཚུལ་དང་མ་འདྲིས་པས།

nang du rang sem chö dang ma dre pay

། སྤྱུལ་གདུག་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་ཁོང་ན་སྤྲས།

drül duk shin du nyön mong khong na be

We conceal our kleshas inside like a poisonous snake. Yet when difficult situations arise, the hidden faults of a poor practitioner come to light.

། རྒྱུན་དང་འཕྲད་ཆེ་ཚུལ་པའི་མཚང་ཏྟགས་སྟོན།

kyen dang tre tse chö pay tsang tak tön

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེ་སྐུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion.

། རང་རྒྱུད་རང་གིས་བྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

rang gyü rang gyi tül war jin gyi lob

Bless us that we ourselves are able to tame our mind.

། རང་སྟོན་ངན་པ་རང་གིས་མ་རྟོགས་པས།

rang kyön ngen pa rang gi ma tok pe

Not recognising our own faults we take the form of a Dharma practitioner while engaging in non-Dharmic pursuits.

། ཚུལ་པའི་གཟུགས་བབྱང་ཚུལ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་སྟོད།

chö pay zuk zung chö min na tsok chö

། ཉོན་མོངས་མི་དགའི་ལས་ལ་བྱུགས་གྱིས་གོམས།

nyön mong mi gey le la shuk kyi gom

We are habituated to kleshas and non-virtuous activity. Again and again virtuous intentions arise, again and again they are cut off.

། དགོ་སྟོ་ཡང་ཡང་སྦྱིད་ཀྱང་ཡང་ཡང་ཆད།

ge lo yang yang kye kyang yang yang che

། ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེ་སྐུར་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we see our own faults.

། རང་སྟོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

rang kyön rang gi tong war jin gyi lob

། འག་རེ་སོང་བཞིན་འཆི་ལ་ཕར་ཕར་ཉ།

shak re song shin chi la par par nye

With the passing of each day, we come closer and closer to death. As each day arrives our mind gets more and more rigid.

། ཉིན་རེ་འོན་བཞིན་རང་རྒྱུད་བྱིར་བྱིར་བྱུང་།

nyin re lön shin rang gyü chir chir gyong

། ལྷ་མ་བསྟེན་བཞིན་མོས་གུས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ།

la ma ten shin mö gü rim gyi drib

Though we serve the lama, our devotion is gradually obscured. Our love, affection and pure outlook towards our Dharma friends diminishes.

། མཆོད་ལ་བརྟེན་གདུང་དག་སྤང་རྗེ་ཆུང་སོང་།

che la tse dung dak nang je chung song

| ལྷ་མ་མཁུན་ལོ་སྤྱལ་ས་རྩུ་དུ་གཟིགས། | | མུ་ཚོད་རང་རྒྱད་སྤལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། |

la ma khyen no tuk je nyur du zik mu gö rang gyü tül war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we tame our obstinate mind.

| སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གསོལ་འདེབས་བྱས་ན་ཡང་། | | མོས་གྲས་སྙིང་རྩེ་གཏིང་ནས་མ་སྐྱེས་པས། |

chap dro sem kye söl deb che na yang mö gü nying je ting ne ma kye pay

Although we have taken refuge, engendered bodhicitta and made prayers, devotion and compassion have not arisen in the depth of our being.

| ཚིག་ཙམ་དབང་གྱུར་ཚོས་སྟོད་དག་སྟོར་རྣམས། | | བྱས་ལོ་ཙམ་ལས་རྒྱད་ཐོག་མ་ཁེལ་བས། |

tsik tsam wang gyur chö chö ge jor nam che lo tsam le gyü tok ma khel way

Dharma activity and the practice of virtue have turned into hollow words. Our empty achievements are many, but none have moved our mind.

| ལྷ་མ་མཁུན་ལོ་སྤྱལ་ས་རྩུ་དུ་གཟིགས། | | ཅི་བྱས་ཚོས་སུ་འགོ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། |

la ma khyen no tuk jey nyur du zik chi che chö su dro war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that whatever we do is in harmony with the Dharma.

| བདག་བདེ་འདོད་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། | གཞན་པན་སེམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་འབྲུག་གསུང་གྱུང་། |

dak de dö le duk ngal tam che jung shen pen sem kyi sang gye drub sung kyang

All suffering arises from wanting happiness for ourselves. Although it is taught that enlightenment is attained through benefitting others.

| སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་ཅིང་རང་འདོད་སྤྲུག་ཏུ་བཅུག | | གཞན་པན་ལྟ་ཅི་གཞན་གཞིང་ཞོར་ལ་སྐྱབ། |

sem chok kye ching rang dö puk tu chuk shen pen ta chi shen nö shor la drub

We engender bodhicitta, while secretly cherishing our own desires. We do not benefit others, and further, we even unconsciously harm them.

| ལྷ་མ་མཁུན་ལོ་སྤྱལ་ས་རྩུ་དུ་གཟིགས། | | བདག་གཞན་བརྩེ་བར་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། |

la ma khyen no tuk jey nyur du zik dak shen je war nü par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we are able to exchange self for others.

| སངས་རྒྱས་དངོས་སྣང་སྤྱི་མ་མི་སུ་བཟུང་། |

| གདམས་ཐབས་སྟོན་པའི་བཀའ་དྲིན་རང་གིས་བརྟེན། |

sang gye ngö nang la ma mi ru zung dam zab tön pay kan drin ngang gi je

Our lama is actually the appearance of the Buddha himself, but we take him to be an ordinary human being. We come to forget the lama's kindness in giving us profound instructions.

།རང་འདོད་མ་བྱུང་ཆོན་ཡི་ཆད་བསྐྱེམ།

rang dö ma jung tse na yi che gom

།མཛད་སྤྱོད་རྣམས་ལ་བེ་ཆོམ་ལོག་ལྟས་སྒྲིབས།

dze chö nam la te tsom lok de drib

We are upset if we do not get what we want. We see the lama's activity and behaviour through the veil of doubts and wrong views.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེ་ལྷུང་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik

།མོས་གྲས་འགྲིབ་མེད་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

mö gü drib me pel war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that free of obscurations, our devotion increase.

།རང་སེམས་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཀྱང་དོན་མ་ཤེས།

rang sem sang gye yin kyang ngo ma she

།རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐུ་ཡིན་ཀྱང་དོན་མ་རྟོགས།

nam tok chö ku yin kyang dön ma tok

Our own mind is the Buddha but we do not recognise it. All concepts are the dharmakaya, but we do not realise it.

།མ་བཅོས་གཏུག་མ་ཡིན་ཀྱང་སྦྱོང་མ་རུས།

ma chö nyuk ma yin kyang kyong ma nü

།རང་བབས་གནས་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས།

rang bab ne luk yin kyang yi ma che

This is the uncontrived natural state, but we cannot sustain it. This is the true nature of mind, settled into itself, but we are unable to believe it.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེ་ལྷུང་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik

།རང་སེམས་རང་སར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

rang sem rang sar dröl war jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that self-awareness be liberated into its ground.

།ཡོང་ངེས་འཆི་བ་སྟོང་ནས་དྲན་མ་བྱུང།

yong nge chi wa nying ne dren ma tub

།ཕན་ངེས་དམ་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་མ་རུས།

pen nge dam chö tsül shin drub ma nü

Death is certain to come, but we are unable to take this to heart. Genuine Dharma is certain to benefit, but we are unable to practice correctly.

།བདེན་ངེས་ལས་འབྲས་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་མེད།

den nge le der lang dor tsül shin me

།དགོས་ངེས་དྲན་ཤེས་མ་བརྟེན་གཡེང་བས་བྱེད།

gö nge dren she ma ten yeng we khyer

The truth of karma, cause and effect, is certain, but we do not decide correctly what to give up and accept. It is certainly necessary to be mindful and alert, but these qualities are not stable within, and we are carried away by distraction.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེ་ལྷུང་དུ་གཟིགས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik

།ཡོངས་མད་དྲན་པས་ཟིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

yeng me dren pe zin par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we stay mindful with no distractions.

།སྒོན་ལས་ངན་པས་སྟིགས་མའི་དུས་མཐར་སྒྲིམ། །སྒར་བྱས་བམས་ཅད་སྟུག་བསྐལ་རྒྱ་རུ་སོང་།

ngön le ngen pay nyik may dü tar kye ngar che tam che duk ngal ju ru song

Out of previous negative karma, we are born at the end of this degenerate time. All our previous actions have become the cause of suffering.

།གྲོགས་ངན་རྒྱམས་ཀྱིས་སྟིག་པའི་གྲིབ་མས་གཡོགས། །དོན་མེད་གླིང་མོས་དག་སྦྱར་གཡོང་བས་བྱེད།

drok ngen nam kyî dik pay drib may yok dñon me ling mö ge jor yeng we khyer

Bad friends cast over us the shadow of their negative actions. Our practice of virtue is corrupted by meaningless gossip.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེ་ལྷུང་དུ་གཟིགས། །ཆོས་ལ་སྟིང་རུས་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

la ma khyen no tuk je nyur du zik chö la nying rü nü par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that we take the Dharma deep to heart.

།དང་པོར་བསམ་རྒྱ་ཆོས་ལས་མེད་པ་ལ། །བཅས་གྲུབ་འབྲས་ལ་བོར་བ་ངན་སོང་རྒྱ།

dang por sam gyu chö le me pa la ta ma drub dre khor wa ngen song gyu

At first there is nothing but Dharma on our mind, but at the end, the result is the cause of samsara and the lower realms.

།བར་པའི་ལོ་ཏྲག་མི་དགའི་སང་གྱིས་བཅོམ། །གཏན་འདུན་ཉེས་པའི་སྤྱོད་བདག་འདྲ་རྒྱམས།

tar pay lo tok mi gey se kyî chom ten dün nye pay mu gö dak dra nam

The harvest of liberation is destroyed by the frost of unvirtuous activity. We, like wild savages, have lost our ultimate vision.

།ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེ་ལྷུང་དུ་གཟིགས། །དམ་ཆོས་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

la ma khyen no tuk jey nyur du zik dam chö ta ru chin par jin gyi lob

Lama, think of us. Behold us swiftly with compassion. Bless us that within we bring the genuine Dharma to perfection.

།སྒྲོ་གས་གཏིང་ནས་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །ལོང་མེད་སྒོ་སྒྲ་བྱང་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

kyo she ting ne kye war jin gyi lob long me lo na tung war jin gyi lob

Bless us that repentance arise deep from within. Bless us that we curtail all our scheming.

།འཆི་བ་སྟིང་ནས་དྲན་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

chi wa nying ne dren par jin gyi lob le la yi che kye war jin gyi lob

Bless us that from the depth of our heart we remember death. Bless us that we develop certainty in the laws of karma.

།ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །སྦྱབ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

lam la bar che me par jin gyi lob drup la tsön drü nü par jin gyi lob

Bless us that our path is free from obstacles. Bless us that we are able to exert ourselves in practice.

ཀྱེན་ངན་ལམ་དུ་ལོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

kyen ngen lam du long war jin gyi lob

Bless us that we bring difficult situations onto the path. Bless us that antidotes, through their own power, are completely effective.

ལྟན་པོ་རང་ཚུགས་བྱབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

nyen po rang tsuk tub par jin gyi lob

ཅོ་མིན་མོ་གླུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

chö min mö gü kye war jin gyi lob

Bless us that genuine devotion arise. Bless us that we see the very face of the mind's true nature.

ལཱུ་ལྷ་ལྷ་ས་རང་ཞལ་མཇལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ne luk rang shel jal war jin gyi lob

རང་རིག་སྙིང་དབུས་སད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

rang rik nying ü se par jin gyi lob

Bless us that self-awareness awaken in the centre of our heart. Bless us that elusive appearances are completely eliminated.

འབྲུལ་སྣང་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

trül nang shi tsa chö par jin gyi lob

ཚེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

tse chik sang gye drub par jin gyi lob

Bless us that we achieve enlightenment in one lifetime.

... x2 //

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

།གདུང་བས་འབོད་དོ་དྲིན་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།

söl wa deb so la ma rin po che

dung way bö do drin chen chö kyi je

We pray to you, precious lama. Kind lama, lord of Dharma, we call out to you with longing.

།སྐལ་མེད་བདག་ལ་རེ་ས་ཁྱོད་ལས་མེད།

།བྱུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

kal me dak la re sa khyö le me

tuk yi yer me dre par jin gyi lob

For us, unworthy ones, you are the only hope. Bless us that your mind blends with ours.

three times

།ཚུལ་འདི་མོས་ལྷན་དག་སྦྱོང་འགའ་ཞིག་གིས་རྩ་སོར་ནས་བསྐྱལ་ཡང་རིམ་ལུས་སུ་གྱུར་པ།

།ཉེ་ཆར་རིགས་ལྷན་ཆོས་མཛད་མ་བསམ་འགྲུབ་སྦྱོན་མ་དང་། །དེ་བ་རྒྱུ་ཏ་ཟུང་གིས་ནན་སྐྱལ་ངོར་སྤྲིགས་དུས་སྒྲ་མའི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་པ་སྒྲོ་གོས་མཐའ་ཡས་
གྱིས་རྫོང་ཤོད་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་སྐྱབ་གནས་ཆེན་པོར་བགྱིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ།།

།ཟབ་ཆོས་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་དབང་གྲུ་ཆའི་གསུངས། ཟབ་ལམ་སྒྲ་མར་གསོལ་འདེབས་འབྲུལ་གྱིས་སྤར། ཟབ་གསང་དད་ཐོབ་ཀྱི་རྟེན་སྦྱོལ་རིང་བསྐྱུན་ཟབ་དོན་རྒྱད་
ལ་རྟོགས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ཤོག། དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ཞབས་པད་བསྐྱལ་བརྒྱར་བརྟེན་པའི་མདྲུལ།། །།

Previously, some devoted monks had asked me to write a prayer like this, but time slipped away, and then recently, Sandrub Dronma, a lady practitioner from a noble family, and Deva Rakshita earnestly requested me to compose this text, and so I, Lodro Thaye, who in this degenerate time, is the mere reflection of a lama, wrote this prayer at the great retreat place of Dzongsho Deshek Dupa. May virtue and goodness increase.

Prayer for the Long Life of Kyabje Chime Rinpoche

by H.H. Shechen Rabjam Rinpoche

ཨོ་སྐྱི་སྟེ། འཆི་མེད་མི་ཤེགས་ཐིག་ལེ་ཡེ་ཤེས་སྟེ། ། འཆི་མེད་གསུང་གི་དོན་ཆེ་མཐའ་ཡས། །

om soti chi me mi shik tik le ye she ku chi me sung gi dor je tse ta ye

Om Svasti - The wisdom kāya, an indestructible sphere, is deathless; vajra speech, Amitāyus (Boundless Life), is deathless;

འཆི་མེད་རིག་འཛིན་གྲུབ་སའི་ཆོག་ས་བཅས་ཀྱིས། ། འཆི་མེད་སྟེ་གསུང་བྱག་ས་སུ་ཡོངས་གྲུབ་མཛོད། །

chi me rik dzin drub pe tsok che kyi chi me ku sung tuk su yong drub dzö

and, through the accumulations of the deathless vidyādhara, may the deathless body, speech and mind be perfectly accomplished.

འགྲུར་མེད་སྟེ་བཞིའི་དབང་ལྷན་དོན་ཆེ་འཆང་། ། དཔལ་ལྷན་ཆེ་མ་ཐག་བལ་མཆན་དཔེ་སྟེ། །

gyur me ku shi wang chuk dor je chang pal den la ma zak dral tsen pe ku

Mighty Vajradhara of the changeless four kāyas, you appear as the glorious guru replete with the major and minor marks of perfection.

སྟེ་འཆི་འཛིགས་བལ་འགྲོ་ཁམས་མ་སྟོང་བར། ། མི་འགྲུར་མི་ཤེགས་དོན་ལྟ་བུར་བཞུགས། །

kye chi jik dral dro kham ma tong war min gyur mi shik dor je ta bur shuk

Without fear of birth or *death*, remain like a vajra, unchanging or indestructible, until the realms of beings are empty.

གསུང་གི་དབང་ལྷན་འོད་སྣང་ཆེ་མཐའ་ཡས། ། དཔལ་ལྷན་ཆེ་མ་ཐག་སྟོང་ན་དེ་སྟེ། །

sung gi wang chuk ö nang tse ta ye pal den la ma drak tong na day dra

Master of speech, Boundless Radiance and Life (Amitāyus), you appear as the guru's speech - audible yet empty –

འགག་མེད་ཆངས་དབྱངས་སྡེ་སྟོང་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་། ཆད་མེད་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བཞིན་རྟག་བཞུགས་གསོལ། །

gak me tsang yang de nö gyam tsoy sung che me chö khor kor shin tak shuk söl

beautifully articulating the oceanic basket of Buddha's teachings *without* impediment. Remain with us forever, and continually turn the wheel of Dharma.

འཕོ་མེད་དབྱིངས་རིག་ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་སེམས། ། ལྷན་གྲུབ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་མདངས་སུ། །

po me ying rik yang drak ye she sem lhün drub de wa chen pö rang dang su

Your mind is pure wisdom, the immutable union of awareness and dhātu;
it's expression, spontaneous great bliss, knowledge and love –

མ་བྲེན་བཅའི་རང་བཞིན་འགྲུར་བ་མེད་པའི་བྱག་ས། ། ཐབ་གསལ་གཉིས་སུ་མེད་པར་རྟག་བཞུགས་གསོལ། །

khyen tse rang shin gyur wa me pay tuk zap sal nyi su me par tak shuk söl

The nature of your unchanging heart – **p**lease remain forever as the indivisibility of the brilliant and profound.

ཞེས་པ་འདྲུག་པ་ཀམ་དབང་འདུས་ནས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་ཞེ་ཆེན་མཁན་པོ་གང་ཉར་གྱི་དངོས་སློབ་ར་བཤམ་མེད་གཡུང་རླུང་ཅིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་སུ་ཞེ་
ཆེན་རབ་འབྱམས་སྤྱལ་མེད་པས་གང་གི་སྤྱིའི་འབྲུངས་སྐར་ཉིན་ཨ་འིའི་གོང་ཁྱིམ་ཡོག་ནས་ཟླ་ ༩ པའི་ཆེས་ ༢༠ ལ་སྤེལ་བཞོ།

Karma Wangdü from Bhutan requested a longevity supplication for the direct disciple of Shechen Khenpo Gangshar, Rada Chime Rinpoche. Accordingly, I, the one who holds the title of Shechen Rabjam, wrote this in New York, USA, on the 20th day of the eights Tibetan month (4 October 2023) in time for Rinpoche's birthday.

(Translated by Sean Price - Lotsawa House)

Dedication Prayer

སྐྱེ་བ་ཀུན་རྒྱལ་ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་མཆོག་

kye wa kün tu yong dzin dam pa chok

Through all my births may I be taken care of by the supreme true teacher, the very holder of the black hat crown,

ཡི་དམ་སྙིང་པོ་དཔལ་ལྷན་བདེ་བ་ཆེ།

yi dam nying po pal den de wa che

and the heart yidam, the glorious “Great Bliss” Chakrasamvara.

ལམ་གྱི་སྙིང་པོ་མོས་གུས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།

lam gyi nying po mö gü chak gya che

The glorious lama is the embodiment of the heart of the path, devotion-mahamudra,

ཟུང་འཇུག་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཉིད།

zung juk dor je chang gi go pang nyi

the essence of non-attachment; this is the state of Vajradhara. So that all sentient beings may easily attain

ཁྱ་ནག་ཅོད་པན་འཛིན་པ་ཁོ་ན་དང་།

sha nak chö pen dzin pa kho na dang

འཁོར་ལོ་སྤྲོས་པའི་རྗེས་སུ་འཛིན་གུར་ཅིག་

khor lo dom pay je su dzin gyur chik

ཞེན་ལོག་དོ་བོ་དཔལ་ལྷན་སྤྱ་མའི་སྐྱ།

shen lok ngo wo pal den la may ku

འགྲུབ་ཕྱིར་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས།

drub chir dak sok sem chen tam che kyi

state of the enlightened lord siddha -Yogi of “Denma”, I and all beings dedicate our virtuous effort.

དག་ཆོག་ས་འབད་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར་དུ་བསྒོ།

ge tsok be pa de yi chir du ngo

Through all births and lifetimes may we never be separated from glorious Sangje Nyenpa, father and child.

དཔལ་ལྷན་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་ཡབ་སྙེས་དང་།

pal den sang gye nyen pa yab se dang

སྐྱེ་དང་ཆེ་རབས་ཀུན་རྒྱལ་མི་འབྲལ་ཤོག་

kye dang tse rab kün tu min dral shok

།སངས་རྒྱལ་སྐུ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། །ཚེས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།

sang gye ku sum nye pay jin lab dang chö nyi min gyur den pay jin lab dang

Through the inspiration of attaining the three buddha kayas, the inspiration of the truth of unchanging

།དགེ་འདུན་མི་སྦྲེད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །ཇི་ལྟར་བསྔོ་བ་སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་པར་གྲོག། །

gen dün mi che dün pay jin lab kyi ji tar ngo wa mön lam drub par shok

dharmata, and the inspiration of the unified wish of the sangha, may this dedication and aspiration prayer
be accomplished accordingly.