

TARA PRAYERS

CONTENTS

Invocation and Prostration.....	5
Seven Limbs.....	6
Praise to the Twenty-One Taras.....	9
Making Requests.....	20
Benefit Verses.....	23
Lekdrima – A Praise of Green Tara.....	26
A Praise to White Tara.....	43

INVOCATION AND PROSTRATION

པོ་ཏ་ལ་ཡི་གནས་མཚོག་ནས།

རྒྱ་ཡིག་ལྗང་གུ་ལས་འབྲུངས་ཤིང་།

འོད་དཔག་མེད་གྲིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་འཕྲིན་ལས་མ།

སྐྱོལ་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཞེས་དང་།

PO TA LA YI NÄ CHOK NÄ
TAM YIK JANG GU LÄ TRUNG SHING
Ö PA ME KYI U LA GYÄN
DÜ SUM SANG GYÄ TRIN LÄ MA
DRÖL MA KOR CHÄ SHEK SU SÖL

From the pure land of Potala,
one born from a green TAM letter,
your head adorned with Amithaba,
action mother of the three times' Buddhas,
Tara, please come with your attendants!

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་བན་གྲིས།

ཞབས་གྲི་བད་མ་ལ་བརྟུང་དེ།

ཕོངས་བ་ཀུན་ལས་སྐྱོལ་མཛད་མ།

ལ་མ་ཡུམ་ལ་བྱགས་འཚོལ་ལོ།

LHA DANG LHA MIN CHÖ PÄN GYI
ZHAP KYI PÄ MA LA TÛ DE
PONG PA KÜN LÄ DRÖL DZÄ MA
LA MA YUM LA CHAK TSÄL LO

Gods and titans with their crowns
bow down to your lotus feet.
Liberator from all problems,
Mother Tara - homage to you!

SEVEN LIMBS

རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་།

སྐྱོགས་བཙུངུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།

རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།

ཀུན་ནས་དང་བའི་ཕྱག་བགྲིལོ།

JE TSÜN PAK MA DRÖL MA DANG

CHOK CHU DÜ SUM ZHUK PA YI

GYÄL WA SÄ CHÄ TAM CHE LA

KÜN NÄ DANG WA CHAK GYI-O

To Venerable Arya Tara

and all Buddhas dwelling in the three times

and ten directions and their sons,

I prostrate with a pure state of mind.

མེ་ཉོག་སྤྱག་སྒྲོས་མར་མེ་དྲི།

ཞབ་ཟས་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ།

དངོས་བཤམས་ཡིད་གྲིས་སྤྲུལ་ནས་འབྲུལ།

འཕགས་པའི་ཚོགས་རྣམས་བཞེས་སུ་གསོལ།

ME TOK DUG PÖ MAR ME DRI

ZHÄL ZÄ RÖL MO LA SOK PA

NGÖ SHAM YI KYI TRÜL NÄ BÜL

PAK PÄ TSOK NAM ZHE SU SÖL

Flowers, incense, light, perfume,

food, music and so on,

real and emanated, I offer you.

Please accept them, assembly of Aryas!

རོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར།
 མི་དགེ་བ་ཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྷ།
 སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྲུར་བས།
 བགྲིས་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྲི།
 TOK MA ME NÄ DA TÄ BAR
 MI GE CHU DANG TSAM ME NGA
 SEM NI NYÖN MONG WANG GYUR PÄ
 GYI PA TAM CHÄ SHAK PAR GYI

From beginningless times till now,
 the ten non-virtues and five immediate (negative
 actions)
 that with a mind ruled by defilements
 I have committed, I confess them all!

ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས།
 སོ་སོ་སྤྲེ་བོ་ལ་སོགས་བས།
 དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པའི།
 བསོད་ནམ་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་།
 NYÄN TÖ RANG GYÄL JANG CHUP SEM
 SO SO KYE WO LA SOK PÄ
 DÜ SUM GE WA CHI SAK PÄ
 SÖ NAM LA NI DAK YI RANG

Hearers', Pratyekas', Bodhisattvas',
 ordinary beings' and others' virtues,
 accumulated in the three times-
 at all these merits I rejoice.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།
 རྫོ་ཡི་བྱེ་བྲག་རི་ལྟ་བུ།

ཆེ་ཚུང་སྤུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།
ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ།

SEM CHÄN NAM KYI SAM PA DAN
LO YI JE DRAK JI TA WAR
CHE CHUNG TÜN MONG TEK PA YI
CHÖ KYI KOR LO KOR DU SÖL

According to the varieties
of sentient beings' thoughts and minds,
turn the wheel of doctrine, please,
of the great, small and common vehicles!

འཁོར་བ་རྗེ་སྲིད་མ་སྤོངས་བཤ།
སྤྱ་ངན་མི་འདའ་སྤུགས་རྗེ་ཡིས།
སྤུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི།
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཞིགས་སུ་གསོལ།

KOR WA JI SI MA TONG BAR
NYA NGÄN MI DA TUK JE YI
DUK NGÄL GYA TSOR JING WA YI
SEM CHÄN NAM LA ZIK SU SÖL

Until samsara is empty, please
do not pass into nirvana,
but at sentient beings sunk in the ocean of suffering,
look with compassion!

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།
ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་རྒྱ་སྤྱར་ནས།
རིང་པོ་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི།
འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག།
ཅེས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འབྲུལ།

DAK GI SO NAM CHI SAK PA
TAM CHÄ JANG CHUP GYIR GYUR NÄ
RING POR MI TOK DRO WA YI
DREN PÄ PÄL DU DAK GYUR CHIK

May all the merits I have gathered
become the cause of enlightenment,
so that I soon become the glorious
liberator of sentient beings!

PRAISE TO THE TWENTY-ONE FORMS OF TARA

*(recite these as many times as possible, from OM JE TSÜN MA
PAK MA DRÖL MA LA CHAK TSAL LO! up to CHAK TSAL
WA NI NYI SHU TSA CHIK. Each time you say the words
CHAK TSAL (HOMAGE), visualize that a replica comes from
the relevant Tara, just as one lamp lights another, and sinks into
you.)*

ཨོཾ་ཇེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

OM JE TSÜN PAK MA DRÖL MA LA CHAK TSAL LO

OM! (I pay) Homage to You, Noble and Holy Tara!

1. སྤྲུག་འཚལ་སྐྱོལ་མ་སྤྲུང་མ་དཔལ་ལོ།

སྤྲུན་ནི་སྐད་ཅིག་སྐྱོག་དང་འབྲེལ།

འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི།

གཤེས་རྒྱུ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ།

CHAK TSÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO
CHAN NI KÄ CHIK LOK DANG DRA MA
JIK TEN SUM GÖN CHU KYE ZHÄL GYI
GE SAR JE WA LÄ NI JUNG MA

Homage to Tara, the swift and fearless,
whose eyes flash like lightening,
born from a lotus in an ocean of tears
of Avalokiteshvara, Lord of the Three Worlds.

2. སྤྲུག་འཚེལ་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བ་ཀུན་ཏུ།
གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེན་ས་སའི་ཞལ་མ།
སྐར་མ་སྟོང་སྤྲུག་ཚོགས་བ་རྣམས་ཀྱིས།
རབ་ཏུ་སྤྲེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ།

CHAK TSÄL TÖN KÄ DA WA KÜN TU
GANG WA GYA NI TSEK PÄ ZHÄL MA
KAR MA TONG TRAK TSOK PA NAM KYI
RAP TU CHE WÄ Ö RAP BAR MA

Homage to she whose face is made
of one hundred full autumn moons
and blazes with the dazzling light
of a thousand constellations.

3. སྤྲུག་འཚེལ་གསེར་སྟོ་ཚུ་ནས་སྦྱིས་ཀྱི།
སྐྲུས་སྤྲུག་ནི་རྣམ་སར་བརྒྱན་མ།
སྦྱིན་བ་བརྟོན་འགྲུས་བཀའ་ཐུབ་ཞི་བ།
བཟོད་བ་བསམ་གཏན་སྦྱོད་ཡུལ་ཉི་མ།

CHAK TSÄL SER NGO CHU NÄ KYE KYI
PÄ MÄ CHAK NI NAM PAR GYÄN MA
JIN PA TSÖN DRÜ KA TUP ZHI WA
ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA

Homage to the golden blue one, whose hands
are adorned with a lotus born from water.
She is giving and joyous effort,

patience and austerity bringing peace,
calm abiding and the wisdom gone beyond.

4. ཕྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲར།
མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྐྱོད་མ།
མ་ལུས་པ་རོལ་སྤྱོད་པ་ཐོབ་པའི།
རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེན་མ།

CHAK TSÄL DE ZHIN SHEK PÄ TSUK TOR
TA YÄ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA
MA LÜ PA RÖL CHIN PA TOP PÄ
GYÄL WÄ SÄ KYI SHIN TU TEN MA

Homage to she who crowns the heads of all buddhas,
whose action is victorious without limit.
Possessing every transcendent perfection,
the bodhisattvas themselves rely upon her.

5. ཕྱག་འཚལ་ཏུན་ར་ལྷི་ཡི་གཤམ།
འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ།
འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མཐོན་ཏེ།
ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ།

CHAK TSÄL TUTTARA HUNG YI GE
DÖ DANG CHOK DANG NAM KA GANG MA
JIK TEN DÜN PO ZHAP KYI NÄN TE
LÜ PA ME PAR GUK PAR NÜ MA

Homage to she who with TUTTARE and HUM
fills the sky with all things good;
who holds the power to invoke all forces
and treads the seven worlds under her feet.

6. ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་གྲིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ།
 ལྷུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཚོད་མ།
 འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་འི་ཟ་རྣམས་དང་།
 གཞོད་སྦྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ།

CHAK TSÄL GYA JIN ME LHA TSANG PA
 LUNG LHA NA TSOK WANG CHUK CHÖ MA
 JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG
 NÖ JIN TSOK KYI DÜN NÄ TÖ MA

Homage to she who receives the offerings
 of Indra, Agni, Brahma, Vayu and Ishvara, lord of the
 world.

All the masses of demons and ghosts,
 the scent-eaters and the living-dead sing praise before her.

7. ཕྱག་འཚལ་རྟེན་ཅེས་བྱ་དང་པན་གྱིས།
 བ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་མ།
 གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱང་ཞབས་ཀྱིས་མཚན་ཏེ།
 མེ་འབར་འབྲུག་བ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ།

CHAK TSÄL TRAT CHE JA TANG PHAT KYI
 PA RÖL TRÜL KOR RAP TU JOM MA
 YÄ KUM YÖN KYANG ZHAP KYI NÄN TE
 ME BAR TRUK PA SHIN TU BAR MA

Homage to she who crying TRÄT and PHAT
 Thoroughly shatters magicians designs,
 left leg outstretched and right leg withdrawn,
 wrathful one amidst blazing fire.

8. ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་མོ།
བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཇོམས་མ།
ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲི་གཉེར་ལྷན་མངོན།
དགྲ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ།

CHAK TSÄL TURE JIK PA CHEN MO
DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA
CHU KYE ZHÄL NI TRO NYER DÄN DZÄ
DRA WO TAM CHE MA LÜ SÖ MA

Homage to TURE,
who destroys the great fears
and vanquishes the lord of devils;
with a wrathful glare of her lotus face she slays all foes.

9. ཕྱག་འཚལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཚོན་ཕྱག་རྒྱའི།
སོར་མོས་སྤྱགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།
མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི།
རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས་འཇུག་མ།

CHAK TSÄL KÖN CHOK SUM TSÖN CHAK GYE
SOR MO TUK KAR NAM PAR GYEN MA
MA LÜ CHOK KYI KOR LO GYEN PÄ
RANG GI Ö KYI SOK NAM TRUG MA

Homage to she exquisitely adorned
by the hand mudra ‘three jewels’ at her heart;
her glorious wheel fills all directions
with an overwhelming burst of light.

10. ཕྱག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྗིད་པའི།
དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་སྐོང་བ་སྤེལ་མ།

བཞད་པ་རབ་བཞད་རྒྱུ་ར་ཡིས།

བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛོད་མ།

CHAK TSÄL RAP TU GA WA JI PE
U GYEN Ö KYI TRENG WA PEL MA
ZHÄ PA RAP ZHÄ TUTTARA YI
DÜ DANG JIK TEN WANG DU DZÄ MA

Homage to she brilliant with joy,
with radiant crown a garland of light;
with pure laughter and the sound TUTTARE
she overwhelms devils and gods of the world.

11. ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས།

ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རུས་མ་ཉིད་མ།

ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩེ་གིས།

ཐོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ།

CHAK TSÄL SA ZHI KYONG WÄ TSOK NAM
TAM CHE GUK PAR NÜ PA NYI MA
TRO NYER YO WÄ YI GE HUNG GI
PONG PA TAM CHE NAM PAR DRÖL MA

Homage to she with power to invoke
all the armies of local protectors;
with fierce wrinkled face and vibrant HUM
she brings freedom from every poverty.

12. ཕྱག་འཚལ་ལྷ་བའི་དུམ་བུས་དབུ་བརྒྱན།

བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ།

རལ་པའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས།

ཉག་པ་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛོད་མ།

CHAK TSÄL DA WÄ DUM BÜ Ü GYEN
GYEN PA TAM CHE SHIN TU BAR MA
RÄL PE KUR NA Ö PAK ME LE
TAK PAR SHIN TU Ö NI DZE MA

Homage to she crowned by a crescent moon,
all her ornaments exceedingly bright;
from her hair knot buddha Amitabha
constantly beams forth streams of light.

13. ཕྱག་འཚལ་བསྐྱལ་བའི་ཐ་མའི་མེ་ལྟར།
འབར་བའི་སྒྲིང་བའི་དབྱུས་ན་གནས་མ།
གཡས་བརྒྱངས་གཡོན་བསྐྱམ་ཀྱུན་ནས་བསྐྱོར་དགས།
དབྲུ་ཡི་དབྱུང་ནི་རྣམ་བར་འཇོམས་མ།
CHAK TSÄL KÄL PE TA ME ME TAR
BAR WÄ TRENG WÄ Ü NA NÄ MA
YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GE
DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Homage to she who dwells within a garland
of flames like the aeon-ending fire;
right leg outstretched and left withdrawn
joy of her followers and scourge of their foes

14. ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི
ཐེལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྒྱང་མ།
ཁོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྗེ་གིས།
རིམ་ས་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ།
CHAK TSÄL SA ZHI NGÖ LA CHAK GI
TIL GYI NÜN CHING ZHAP KYI DUNG MA
TRO NYER CHÄN DZE YI GE HUNG GI
RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

Homage to she whose feet pound
 and palms of hands press upon the earth;
 with a wrathful glance and the sound HUM
 she subdues the seven dimensions.

15. སྤྲུག་འཚེལ་བདེ་མ་དག་མ་ཞི་མ།

སྤྲ་རན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉི་མ།

སྤྲ་རྩ་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྡན་བས།

སྤྲིག་བ་ཚེན་པོ་འཇོམས་བ་ཉིད་མ།

CHAK TSÄL DE MA GEM MA ZHI MA
 NYA NGEN DE ZHI CHÖ YÜL NYI MA
 SOHA OM DANG YANG DAK DEN PÄ
 DIK PA CHEN PO JOM PA NYI MA

Homage to the blissful, virtuous, pacified one,
 whose actions go beyond suffering and peace;
 with the pure sounds SVAHA and OM
 she crushes even the greatest evils.

16. སྤྲུག་འཚེལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི།

དག་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ།

ཡི་གེ་བརྩ་བའི་དག་ནི་བཞོད་བའི།

རིག་བ་རྩྱུ་ལས་སྐྱོལ་མ་ཉིད་མ།

CHAK TSÄL KÜN NE KOR RAP GA WÄ
 DRA YI LÜ NI RAP TU GEM MA
 YI GE CHU PE NGAK NI KÖ PE
 RIK PA HUNG LE DRÖL MA NYI MA

Homage to she all encircled with joy
 who utterly conquers the bodies of enemies;
 the ten sounds upon her heart's wheel
 and the knowledge letter HUM
 bestow liberation.

17. ཕྱལ་འཚལ་ཏུ་རེ་ཞབས་ཞི་བདབས་བས།

སྤྱི་གི་རྣམ་བའི་ས་བོན་ཉིད་མ།

རི་རབ་མན་ད་ར་དང་འབིགས་བྱེད།

འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ།

CHAK TSÄL TURE ZHAP NI DAG PE

HUNG GI NAMPÄ SA BÖN NYI MA

RI RAP MANDARA DANG BIK JE

JIK GEN SUM NAM YO WA NYI MA

Homage to TURE, she with stamping feet,
the essence of the seed letter HUM;
she causes Meru, Mandhara, Vindhya,
and the whole three worlds to quake.

18. ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་བའི།

རི་དྲགས་ཉྱགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ།

ཏུ་ར་གཉིས་བརྗོད་པའ་ཀྱི་ཡི་གེས།

དུག་རྣམས་མ་ལུས་བར་ནི་སེལ་མ།

CHAK TSÄL LHA YI TSO YI NAM PÄ

RI DAK TAK CHÄN CHAK NA NAM MA

TARA NYI JÖ PHAT KYI YI GE

DUK NAM MA LÜ PAR NI SEL MA

Homage to she who holds in her hand
a moon resembling a celestial lake;
saying TURE twice and the sound PHAT
she dispels all poisons entirely.

19. ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ།

ལྷ་དང་མི་འམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ།

ཀྱུན་ནས་གོ་ཚ་དགའ་བའི་བརྗེས།
ཚོད་དང་མི་ལམ་ངན་བ་སེལ་མ།

19. CHAK TSÄL LHA YI TSOK NAM GYAL PO
LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA
KÜN NÄ GO CHA GA WÄ JI KYI
TSÖ DANG MI LAM NGÄN PA SEL MA

Homage to she upon whom
all gods, their king and all spirits rely;
her armour radiating joy to all
she soothes quarrels and nightmares.

20. སྤྱག་འཚལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི།
སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ།
ཉ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུ་རྩེ་ར་ཡིས།
ཤེན་ཏུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ།

CHAK TSÄL NYI MA DA WA GYÄ PÄ
CHÄN NYI PO LA Ö RAP SÄL MA
HARA NYI JÖ TUTARA YI
SHIN TU DRAK PÖ RIM NI SEL MA

Homage to she whose two eyes
like sun and moon are brilliant;
saying HARA twice and also TUTTARA
The most fearful plagues she quells.

21. སྤྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་བས།
ཞི་བའི་མ་སྤུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ།
གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་སྤྱིན་ཚོགས་རྣམས།
འཛོམས་བ་ཏུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ།

CHAK TSÄL DE NYI SUM NAM KÖ PÄ
ZHI WÄ TU DANG YANG DAK DÄN MA

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSOK NAM
JOM PA TURE RAP CHOK NYI MA

Homage to she whose body, speech and mind
Are perfect with serene strength,
who crushes the masses of devils, zombies and ghosts,
O TURE, the most exalted of the supreme!

(translation: G. Mullin)

ཅུ་བའི་སྲགས་གྱི་བསྟོད་པ་འདི་དང་། ལྷག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་
ཅེས་ཉེར་བསྟོད་གང་མང་འདོན་ཞིང་ལྷག་འཚལ་གྱི་ཚིག་བརྗོད་པ་དང་སྐྱོལ་མ་དེ་དེ་མར་མེ་གཅིག་
ལས་གཉེས་ཆད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱུང་ནས་རང་ལ་ཐེམ་པར་བསམ་ཞིང་། བཞན་ཡང་མ་ཉི་སྲ་རས་
བརྩམས་པའི་བསྟོད་པ་འདི་བྱིན་རྒྱལ་ས་
ཆེ་བས་འདོན་ཞེས་གསུངས་པའི་བསྟོད་པ་ནི་འདུང་འབོད་རྒྱས་པ།
TSA WÄ NGAK KYI TÖ PA DI DANG
CHAK TSÄL WA NI NYI SHU TSA CHIK

(optional homage in one verse instead of twenty-one verses:)

CHAK TSÄL TARE NYUR MA PA MO
TUTTARAYI JIK PA SEL MA
TURE DÖN KÜN JIN PE DRÖL MA
SO HA YI GE KHYÖ LA DÜ DO

*OM, I and all prostrate to the liberator,
the fully realized, transcendent subduer.
I prostrate to the glorious Mother
who liberates with TARE,
the Mother who eliminates all fears with TUTARE
the Mother who grants all success with TURE,
To SOHA and the other syllables we offer the greatest
homage.*

With this praise of the root mantra
twenty-one times, I have paid homage.

MAKING REQUESTS

རྗེ་བཙུན་བཙུམ་ལྷན་འདས་མ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན།

བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྐྱབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་སྦྱར་རྫོགས་ནས།

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མངོན་དུ་གསོལ།

JE TSÜN CHOM DEN DE MA TUK JE CHEN
DAG DANG TA YE SEM CHEN TAM CHE KYI
DRIP NYI JANG ZHING TSOK NYI NYUR DZOK NÄ
DZOG PÄ SANG GYE TOP PAR DZÄ DU SÖL

O compassionate venerable Lady,
let me and all the infinite sentient beings
purify both obscurations and soon complete
the two collections, attaining perfect enlightenment.

དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང་།

ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཚོགས་ཐོབ་ནས།

ཐམས་ཅད་མཐའ་བསྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ།

བར་ཚད་གདོན་བགེགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས།

DE MA TOP KYI TSE RAP KÜN TU YANG
LHA DANG MI YI DE WA CHOK TOP NÄ
TAM CHE KYEN PA DRUP PAR JE PA LA
BAR CHE DÖN GEK RIM DANG NÄ LA SOK

In all my lives, until I reach that goal,
let me find the best divine and human
happiness, then realize omniscience.
Please quell speedily and annihilate

དུས་མིན་འཆི་བར་བྱུང་བ་སྣ་ཚོགས་དང་།

མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་།
 འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚེ་བ་རྣམས།
 ལྷུང་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
 DÜ MIN CHI WAR GYUR PA NA TSOK DANG
 MI LAM NGÄN DANG TSEN MA NGEN PA DANG
 JIK PA GYÄ SOK NYE WAR TSE WA NAM
 NYUR DU ZHI ZHING ME PAR DZÄ DU SÖL

all obstacles to this, all evil spirits,
 the various causes of untimely death,
 as plagues and sicknesses, bad dreams, ill omens,
 and all dangers such as the eight fears.

འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ཞི་འདས་པ་ཡི།
 བཟ་ཤེས་བདེ་ལེགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས།
 འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།
 འབད་མེད་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
 JIK TEN JIK TEN LÄ NI DÄ PA YI
 TRA SHI DE LEK PÜN SUM TSOK PA NAM
 PEL ZHING GYÄ PÄ DÖN NAM MA LÜ PA
 BÄ ME LHÜN GYI DRUP PAR DZÄ DU SÖL

Let mundane and supermundane auspicious
 qualities, well-being and perfection
 increase and develop, so that aims
 may all be achieved without effort, of themselves.

ལྷུབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཚོས་འཕེལ་བ་དང་།
 ཉལ་ཏུ་ཁྱོད་སྤྱབ་ཞལ་མཚོག་མཐོང་བ་དང་།
 ལྷོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ།
 ཡར་ངོའི་རླ་ལྷར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད།

DRUP LA TŞÖN ZHING DAM CHÖ PEL WA DANG
TAK TU KYÖ DRUP ZHÄL CHOK TONG WA DANG
TONG NYI DÖN TOK JANG SEM RIN PO CHE
YAR NGÖ DA TAR PEL ZHING GYÄ PAR DZÖ

May I strive for attainment, increase the holy Dharma,
practice you always, and see your sublime face;
make my understanding of voidness and the precious
Bodhimind increase like the waxing moon.

རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར།

བརྗོད་མ་བཤིན་ཏུ་མངའ་ས་ལས་སྐྱེས།

སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ།

ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག།

GYÄL WÄ KYIL KOR ZANG ZHING GA WA DER
PÄ MO DAM PA SHIN TU DZE LÄ KYE
NANG WA TA YE GYEL WÄ NGÖN SUM DU
LUNG TÄN PA YANG DAK GI DER TOP SHOK

In the joyous and noble mandala of the conqueror,
may I be reborn from an excellent, most beautiful lotus
and there attain the prophecy I receive
in the presence of the conqueror Amithaba.

བྱིད་རྣམས་མཚོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།

བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ལ་ཕྱོགས་དར།

ནད་དན་དབུལ་མོངས་འཐབ་ཚོད་ཞི་བ་དང་།

ཚོས་དང་བག་ཤེས་འཕེལ་བར་མངོན་དུ་གསོལ།

KYE LA CHÖ CHING SÖL WA TAP PÄ TÛ
DAK SOK GANG DU NÄ PÄ SA CHOK DER
NÄ DANG ÜL PONG TAP TSÖ ZHI WA DANG
CHÖ DANG TRA SHI PEL WAR DZÄ DU SÖL

By the force of my offerings and requests to you,
in the lands and directions where I and others dwell,
please quell all diseases, poverty, fighting and quarrels,
and make the Dharma and all that is auspicious
increase.

BENEFIT VERSES TO THE 21 TARAS

ལྷ་མོ་ལྷ་གྲུས་ཡང་དག་ལྡན་པའི།

ལྷོ་ལྡན་གང་གིས་རབ་དད་བརྗོད་དེ།

LHA MO LA GYÜ YANG DAG DEN PAI
LO DEN GANG GI RAP DÄ JÖ DE

Who recites it, wise and pious
Full of faith towards the goddess,

སྟོན་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས།

བྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར།

སྟོག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བས།

ངན་འགོ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་པ་ཉིད་ཐོབ།

SÖ DANG TO RANG LANG PAR JÄ NÄ
DREN PÄ MI JIG THAM CHE RAB TER
DIG PA THAM CHE RAB TU ZHI WA
NGEN DRO THAM CHE JOM PA NYI THOB

And remembers it at even
And at dawn on rising, it grants
Every fearlessness, quells all sins
And destroys all bad migrations.

རྒྱལ་བ་སྲེ་བ་སྐྱེ་བ་དུན་རྗེས་ཀྱིས།

སྐྱུར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ།

འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་།

སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ།

GYEL WA JE WA TRAK DÜN NAM KYI
NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA
DI LÄ CHE WA NYI NI TOB CHING
SANG GYE GO PHANG TAR TUK DER DRO

Quickly he'll be consecrated
By seven times ten million conquerors.
Thereby gaining greatness, he will
Reach at last the rank of Buddha.

དེ་ཡིས་དུག་ནི་སྐྱེ་བོ་ཆེན་པོ།

བརྟན་གནས་བའམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ།

ཐོས་བ་དང་ནི་འཇུངས་བ་ཉིད་ཀྱང་།

སྐྱེ་བས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ།

DE YI DUK NI DRAK PO CHEN PO
TEN NE PA AM ZHEN YANG DRO WA
ZÖ PA DANG NI TUNG PA NYI KYANG
DREN PÄ RAB TU SEL WA NYI TOB

The most dreadful poison, whether
Animal, or plant or mineral,
Whether he's devoured or drunk it,
Meets its end through his remembering.

གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟེར་བའི།

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཚོགས་ནི་རྗེས་བར་སྐྱེས་ཏེ།

སེལ་བ་ཅན་གཞན་བ་རྗེས་ལ་ཡང་ངོ།

གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན།
 DÖN DANG RIM DANG DUK GI ZIR WAI
 DUG NGEL TSOK NI NAM PAR PONG TE
 SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO
 NYI SUM DÜN DU NGÖN PAR JÖ NA

It completely stops the pain of
 Those whom spirits, fevers, poisons
 Afflict – other beings’ also.
 On reciting twice three sevens

བུ་འདོད་པས་ནི་བུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་།
 འོར་འདོད་པས་ནི་འོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ།
 འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ།
 བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར།
 BU DÖ PÄ NI BU TOP GYUR ZHING
 NOR DÖ PÄ NI NOR NAM NYI TOB
 DÖ PA THAM CHE THOB PAR GYUR TE
 GEK NAM ME CHING SO SOR JOM GYUR

One who wants a child will get one.
 One desiring wealth will find wealth,
 One obtains all one’s desires; no
 Hindrances, each will be subdued.

**CROWN ORNAMENT FOR THE WISE –
A PRAISE OF GREEN TARA
LEK DRIMA**

ཕྱེད་ལས་གསུམ་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་ལ་ཕྱག་ཚལ་ལོ།
Phag pa zhen re zig wang chug la chag tsal lo
To Arya Avalokiteshvara I bow down.

1. ལེགས་བྲིས་དབལ་གྱི་བདག་པོ་གསེར་གྱི་མངལ།
ལྷ་ཡི་ལྷ་མ་སྤང་གདོང་དབལ་གྱི་མགོན།
བསྐྱོའི་གཉེན་སོགས་ལྷ་བརྒྱའི་གཙུག་རྒྱན་གྱིས།
ཞབས་བད་གུས་མཚོད་སྐྱོལ་མའི་ཞབས་ལ་འདུད།

LEG DRI PEL GYI DAG PO SER GYI NGAL
LHA YI LA MA LANG DONG PEL GYI DRIN
PĀ MOI NYEN SOG LHA GYEI TSUG GYEN GYI
ZHAB PA GÜ CHÖ DRÖL MAI ZHAB LA DÜ

Homage to exalted Tara, at whose lotus feet
Vishnu, Brahma, Vrihapati, Ganesh, Ishvara, Surya
And the other crown ornaments amongst the many
gods
Most reverently offer worship.

2. ཕུགས་རྗེ་ཚེན་པོའི་ཕུགས་རྗེའི་རྣམ་འཕྲུལ་གྱིས།
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མཁྱེན་བཅེ་བྱས་པ་རྣམས།
རབ་མཛེས་འཕྲིན་ལས་ལྷ་མོའི་སྐྱུང་བསྟན་ནས།
པོངས་པ་ཀུན་སྐྱོབ་སྐྱོལ་མའི་ཞབས་ལ་འདུད།

THUG JE CHEN POI THUG JEI NAM TRÜL GYI
DÜ SUM GYEL WAI CHEN TSE NÜ PA NAM
RAB DZE TRIN LE LHA MOI KUR TEN NE
PHONG PA KÜN CHOG DRÖL MAI ZHAB LA DÜ

By the magical power of Avalokiteshvara's
 compassion,
 The knowledge, mercy and strength of Buddhas past,
 present and future
 Manifest in the form of the beautiful Goddess of
 Action;
 At the feet of Tara, who protects from poverty, I bow
 down.

3. དབྱིངས་རིག་ནས་དག་པ་ད་ལྷའི་གདན་སྟེང་ན།
 མར་གད་མདོག་ཅན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ།
 ལང་ཚོ་རབ་རྒྱས་གཡས་བརྒྱད་ས་གཡོན་བསྐྱམས་ཞབས།
 ཐམས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

YING RIG NAM DAG PÄ DAI DEN TENG NA
 MAR GE DOG CHEN ZHEL CHIG CHA NYI MA
 LANG TSO RAB GYE YE KYANG YÖN KUM ZHAB
 THAB SHE ZUNG DREL MA LA CHAG TSAL LO

Upon a pure lotus and moon symbolizing knowledge
 and voidness
 Sits the emerald goddess having one face and two
 arms.
 Homage to she bounding with youth, whose right leg
 outstretched
 And left withdrawn symbolize wisdom and method
 conjoined.

4. ལྷ་འབྲུང་རབ་རྒྱས་ཐག་མེད་བདེ་བའི་གཉེན།
 ཞལ་རས་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་འཇུག་དཀར་ཅན།

ཞེ་བའི་ཉམས་སྒྲན་སྤྱགས་རྗེའི་སྤྱན་ཡང་མ།
སེང་ལྗེང་ནགས་ཀྱི་མཛེས་མ་ཁྲོད་ལ་འདུད།

NU BUR RAB GYE ZAG ME DE WAI TER
ZHEL RE DA WA GYE PAI DZUM KAR CHEN
ZHI WAI NYAM DEN THUG JEI CHEN YANG MA
SENG DENG NAG KYI DZE MA KYÖ LA DÜ

Her bulging breasts are a treasure of non-samsaric
bliss,
Her moon-like face smiles brightly
And her wide, compassionate eyes gaze in serenity;
Homage to the beautiful one of the Rosewood Forest.

5. གཡུ་ཡི་ལྗོན་ཤིང་ཡལ་ག་བརྒྱུངས་འདྲ་བའི།
འདྲམ་གཉེན་སྤྱག་གཡས་མཚོག་སྤྱིན་སྤྱག་རྒྱ་ལོ།
མཁས་རྣམས་དངོས་གྲུབ་མཚོག་གི་དགའ་སྟོན་ལ།
འགྲོན་དུ་འབད་འདྲ་ཁྲེད་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

YU YI JÖN SHING YAL KA KYANG DRA WAI
JAM NYEN CHAG YE CHOG JIN CHAG GYA NI
KE NAM NGÖ DRUB CHOG GI GA TÖN LA
DRÖN DU BE DRA KYE LA CHAG TSAL LO

Homage to she whose delicate right hand
Like a turquoise tree spreading its branches,
Stretches into the mudra Supreme Generosity,
As though inviting sages to a festival of supreme
siddhi.

6. སྤྱག་གཡོན་དཀོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་སྤྱབས་སྤྱིན་གྱིས།
འཛིགས་ས་བརྒྱ་སྤྱག་མཚོང་བའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས།

མ་འདྲིགས་ང་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བསྐྱབ་བོ་ཞེས།
གསལ་བར་མཚོན་པ་བྲིད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

CHAG YÖN KÖN CHOG SUM TSEN KYAB JIN GYI
JIG PA GYA TRAG THONG BAI KYE BO NAM
MA JIG NGA YI NYUR DU KYAB PO ZHE
SEL WAR TSÖN PA KYÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to she whose left hand is in the mudra
bestowing refuge,
Which, symbolizing the Three Jewels, seems to call
out:
'O you who see a hundred terrors, fear not,
For I will quickly protect you.'

7. ཕྱག་གཉིས་ལྷན་པོ་སྐྱོན་པོས་མཚན་པ་ནི།
འགོ་ཀུན་སྲིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་པར།
ཐར་པ་ཆེན་པོའི་གོང་དུ་ཞུགས་ཤིག་ཅེས།
བཙོན་པའི་ལྷགས་གིས་བསྐྱལ་འདྲ་བྲིད་ལ་འདུད།

CHAG NYI UT PAL NGÖN PÖ TSEN PA NI
DRO KÜN SI PAI DE LA MA CHAG PAR
THAR PA CHEN POI DRONG DU ZHUG SHIG CHE
TSÖN PAI CHAG GI KÜL DRA KYÖ LA DÜ

Homage to she with hands adorned with blue lotus
flowers
That act as an inspiring whip, as though saying:
'Be not attracted to samsaric pleasures,
But enter into the city of great liberation.'

8. བརྗེ་རྩ་གའི་མདངས་ལྡན་འོད་དཔག་མེད།
མཉམ་གཞག་བདུད་ཅིས་གང་བའི་ལྷང་བཟེད་བསྐྱམས།

འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་སྣོལ་བས་སྦྱི་བོར་བརྒྱན།

བདག་གི་འཆི་བདག་འཛོམས་པ་ཁྱོད་ལ་འདུད།

PÄ MA RA KAY DANG DEN Ö PAG ME
NYAM ZHAG DÜ TSI GANG WAI LHUNG ZE NAM
CHI ME NGÖ DRUB TSÖL WE CHI WOR GYEN
DAG GI CHI DAG JOM PA KYÖ LA DÜ

Homage to she who can conquer the Lord of Death;
For by Buddha Amithaba, radiant as a ruby, is she
crowned;
His hands, in the meditation posture, bear a bowl of
ambrosia
To bestow the siddhi of immortality.

9. ཚོགས་གཉིས་མཐོངས་བཟོ་བོའི་འདུ་བྱེད་གྱིས།

གཞལ་མེད་ལྷ་ཡི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རྣམས།

མཛེས་མཛེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན།

ཀུན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ཁྱོད་ལ་བྲལ་འཚལ་ལོ།

TSOG NYI THO RI ZO WOI DU JE KYI
ZHEL ME LHA YI YI ZHIN NOR BU NAM
DZE DZE CHIG TU DÜ PAI YI TROG GYEN
KÜN GYI GYEN PA KYÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to she adorned with ornaments
That embody each and every beauty
Of celestial wish-fulfilling gems
Made by the craftsmen Merit and Wisdom.

10. མར་གད་རི་བོས་འཇའ་ཚོན་གྲོན་པ་བཞིན།

སྦྱོང་ལྷ་རྣམས་གོས་གྱི་གཤམ་ཅན།

སྒྲ་ཞིང་ལྗེ་མ་ལ་མཛེས་པའི་རྟེན་སྐབས་ནི།

བརྩུ་མི་ཀའི་ཤམ་ཐབས་འཛིན་ལ་འདུད།

MAR GE RI WÖ JA TSÖN JÖN PA ZHIN
KU TÖ LHA DZE GÖ KYI GA SHA CHEN
TRA ZHING DEM LA DZE PAI KE KAB NI
PAN TSA LI KAI SHAM THAB DZIN LA DÜ

Like an emerald mountain clothed in rainbows
The upper part of her body is draped in celestial silks
And a *panchalika* skirt hugs her thin, supple waist;
To her I bow down.

11.གཡས་ན་སྤྲ་ངན་མེད་པའི་འོད་ཟེར་ཅན།

ཞི་བའི་ཉམས་ལྡན་གསེར་མདོག་ཉི་འོད་འཕྲོ།

གཡོན་ན་རལ་གཅིག་ནམ་མཁའི་མཛེས་པ་འཕྲོག།

ཁྲོ་ཆགས་བརྗེད་བས་མཛེས་པ་དེ་ལ་འདུད།

YE NA NYA NGEN ME PAI Ö ZAR CHEN
ZHI WAI NYAM DEN SER DOG NYI Ö TRO
YÖN NA RAL CHIG NAM KAI DZE PA TRO
TRO CHAG JI PE DZE PA DE LA DÜ

And homage to the goddess at her right side, Marici,
Peaceful in countenance, and emanating lights the
colour of the sun;
And also to the goddess at her left, Ekajati,
Wrathful, lustful, radiant and the colour of the sky.

12.རྒྱལ་ལྡན་སྤྲ་དང་མཛེས་པའི་གར་ལ་མཁས།

གཏུགས་དཀར་རྩ་ཡབ་མི་མང་གླིང་བྱ་སོགས།

རབ་འབྱམས་མཚོད་རྩས་འཛིན་པའི་རྣམ་མཁོད་ཚོགས།

ནམ་མཁའ་གར་བས་མཚོད་ལ་བྱལ་འཆལ་ལོ།

DRUG DEN LU DANG DZE PAI GAR LA KE
 DUG KAR NGA YAB PI WANG LING PU SOG
 RAB JAM CHÖ DZE DZIN PAI LHA MOI TSOG
 NAM KA GANG WE CHÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to she whose skies are filled
 With myriads of goddesses skilled in dance and the six
 types of song,
 Who hold up countless offerings such as white
 umbrellas,
 Peacock fans, stringed instruments and flutes.

13. དབའ་མོ་ལེགས་བརྗོད་མ་དང་རི་སྐྱེས་སོགས།
 ཡིད་འོད་འཆི་མེད་བྱ་མོ་སྟོང་དག་གིས།
 ཁྱོད་བྱང་བཞན་མོ་ཅ་མ་ཡང་ཐོབ་དཀའ་བ།
 མཛེས་སྤྲུག་སྣ་མོའི་སྤྲུལ་ལ་སྤྲུག་འཆོལ་ལོ།

PA MO LEG JÖ MA DANG RI KYE SOG
 YI ONG CHI ME BU MO TONG DAG GI
 KYÖ DRUNG TREN MO TSAM YANG THOB KA WA
 DZE DUG LHA MOI KU LA CHAG TSAL LO

The consorts of Vishnu, Indra and Ishvara
 And thousands of other enchanting, immortal
 goddesses,
 Must compete in beauty merely with your servants;
 To the form of the exquisite goddess I bow down.

14. སྤྲུགས་རྗེའི་ཚུ་འཛིན་རྒྱས་པའི་སྟོང་ཡངས་ནས།
 གསུང་སྟོན་ཚངས་དབྱངས་སྤྲིན་གྱི་རྩ་སྤྲུ་ཅན།
 གདུལ་བྱའི་འཛིན་མར་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཚོས་ཆར།
 ཀུན་ཏུ་འབེབས་མཁས་མ་ལ་སྤྲུག་འཆོལ་ལོ།

THUG JEI CHU DZIN GYE PAI LONG YANG NE
 SUNG NYEN TSANG YANG TRIN KYI NGA DRA CHEN
 DÜL JAI DZIN MAR YEN LAG GYE CHÖ CHAR
 KÜN TU BEB KE MA LA CHAG TSAL LO

From the billowing cloud of your compassion
 Resounds the thunder of teachings sweet to hear,
 Seizing disciples in a rain of eight branches;
 To she the wise in raining [teachings] I bow down.

15. ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར།
 ཇི་བཞིན་མ་ལུས་བརྗོད་བར་སུ་ཡིས་རུས།
 ལྷོ་གོས་ཐོགས་མེད་སྟོབས་བཅུ་མངའ་བའི་སྤྲུགས།
 མཁྱེན་རབ་མཐར་ཕྱིན་མ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

SHE JA KÜN ZIG YÖN TEN GYA TSOI TER
 JI ZHIN MA LÜ JÖ PAR SU YI NÜ
 LO DRÖ THOG ME TOB CHU NGA WAI THUG
 KYEN RAB THAR CHIN MA LA CHAG TSAL LO

Ocean-like treasure of qualities who sees all things
 Who can describe you as you really are?
 For your unimpeded mind possesses ten powers.
 To she gone to the end of knowledge I bow down.

16. ཞི་བ་བརྗེས་ཀྱང་སྤྲུགས་རྗེའི་གཞན་དབང་གིས།
 སྤྲུག་བསུལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བའི་འགོ་བ་རྣམས།
 སྤྲུགས་རྗེའི་སྤྲུག་གིས་སྤྱད་དུ་འབྲིན་མཛད་མ།
 ཚེ་བ་མཐར་ཕྱིན་མ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

ZHI WA NYE KYANG THUG JEI ZHEN WANG GI
 DUG NGEL GYA TSOR JING BAI DRO WA NAM
 THUG JEI CHAG GI NYUR DU DRIN DZE MA
 TSE WA THAR CHIN MA LA CHAG TSAL LO

Although having found peace she is moved by
 compassion
 And with arms of compassion quickly carries [to
 peace]
 The beings sinking into an ocean of misery.
 To she gone to the end of compassion I bow down.

17.ཞི་རྒྱས་དབང་དང་དག་པོའི་འཕྲིན་ལས་རྣམས།
 རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་བཞེན་དུས་ལས་མི་འདའ་བར།
 ལྷན་གྲུབ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འཇུག་མཛད་མ།
 མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

ZHI GYE WANG DANG DRAG POI TRIN LE NAM
 GYA TSOI LAB ZHIN DÜ LE MI DA WAR
 LHUN DRUB GYÜN MI CHE PAR JUG DZE MA
 DZE PA THAR CHIN MA LA CHAG TSAL LO

Her activities of pacifying, increasing, overpowering
 and destroying
 Like tides of the ocean pause not for a moment
 But spontaneously roll on in an unbroken flow.
 To she gone to the end of action I bow down.

18.འཇིགས་ཚེན་སྤྲུག་བསྐྱེད་བརྒྱད་དང་འབྱུང་པོའི་གདོན།
 ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པའི་འཇིགས་པ་རྣམས།
 ཁྲིད་ཞབས་དྲན་པའི་མོད་ལ་སྐྱོབ་མཛད་མ།
 ལུས་པ་མཐར་ཕྱིན་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

JIG CHEN DUG NGEL GYE DANG JUNG POI DÖN
 NYÖN MONG SHE JAI DRIB PAI JIG PA NAM
 KYÖ ZHAB DREN POI MÖ LA KYOB DZE MA
 NÜ PA TAR CHIN MA LA CHAG TSAL LO

Merely by remembering her feet one is protected
 From the eight terrifying agents and evil ghosts

And from terrors such as obstacles to liberation and
 omniscience;
 To she gone to the end of power I bow down.

19. རྩེ་ལྷ་རྒྱལ་སྐྱབས་ལོ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལྷུས་ཅན་རྣམས།
 རྣལ་འབྱོར་གཤོན་བགགས་དུས་མིན་འཆི་བ་དང་།
 མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་བ་སོགས།
 འཛིགས་བ་ཀུན་ལས་སྦྱར་དུ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།

DE TAR KYAB Ö KYÖ KYI LÜ CHEN NAM
 NE RIM DÖN GEG DÜ MIN CHI WA DANG
 MI LAM NGEN DANG TSEN MA NGEN PA SOG
 JIG PA KÜN LE NYUR DU KYAB TU SÖL

Therefore, O Worthy Refuge, I beseech you,
 Protect living beings from diseases, ghosts, demons,
 Untimely death, nightmares, evil omens,
 And every cause of terror.

20. འཛིག་ཚོགས་ལྷ་བའི་རི་སྤུལ་གནས་བཅས་ཏེ།
 གཞན་ལས་མཚོག་དུ་འཛིན་བས་སེམས་ཁེངས་ཤིང་།
 བ་རོལ་བྱད་དུ་གསོད་བའི་སྤར་བྱིམ་ཅན།
 ང་རྒྱལ་སེང་གའི་འཛིགས་བ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།

JIG TSOG TA WAI RI SÜL NE CHE TE
 ZHEN LE CHOG TU DZING PE SEM KENG SHING
 PHA RÖL GYE DU SÖ PAI BAR KYIM CHEN
 NAG GYEL SENG GEI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying lion Pride
 Who dwells in the mountain of wrong views;
 And who is an inflated mentality holding itself better
 than others
 And yielding a claw to degrade the worlds.

21. བློ་ཤེས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེན་པོས་མ་བཏུལ་ཞིང་།
 འདོད་ཡོན་སྤོས་ལྷ་འབྲུངས་བས་འཛོམས་པའི་མཐུས།
 འོག་པའི་ལམ་ལྷགས་གཞོན་འཆེའི་མཆི་བ་གཅིགས།
 གཏི་ལྷག་ལྲང་པའི་འཇིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

TREN SHE CHAK GYÜ NÖN PÖ MA TUL ZHING
 DÖ YÖN NYÖ CHÜ THUNG BE THOM PAI THU
 LOG PAI LAM ZHUG NÖ TSEI CHE WA TSIG
 TI MUG LANG POI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying elephant Ignorance
 Who is not tamed by the sharp hooks of mindful
 alertness; and who
 From confusion caused by drinking the alcohol of
 sensual indulgence
 Leads us down wrong paths to the sharp fangs of pain.

22. ལྷུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་རྒྱུད་གིས་བསྐྱལ་བ་ལས།
 ཉེས་སྤོད་དུད་སྤྲིན་འཇུག་པའི་སྤོང་དགྲིལ་ན།
 དགེ་བའི་ནགས་ཚལ་སྲེག་པའི་རུས་པ་ཅན།
 ཞེ་སྤང་མེ་ཡི་འཇིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

TSÜL MIN YI CHE LUNG GI KÜL WA LE
 NYE CHÖ DÜ TRIN TRUG PAI LONG KYIL NA
 GE WAI NAG TSEL SEG PAI NÜ PA CHEN
 ZHE DANG ME YI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying fires of Anger
 Which incite the wind of improper mental activity
 And amidst swirling smoke-clouds of wrong action
 Have power to burn the forest of goodness.

23.མ་རིག་འཐེབས་པོའི་ཁུང་དུ་མངོན་ཞེན་ཅིང་།
གཞན་འབྲོར་ཕུན་ཚོགས་མཐོང་ཆེ་མི་བཟོད་པར།
གདུག་པའི་དུག་གིས་སྦྱར་དུ་བྱེད་བའི།
སྐད་དོག་སྦྱུལ་གྱི་འཛིགས་པ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།

MA RIG THIB POI KUNG DU NGÖN ZHEN CHING
ZHEN JOR PHÜN TSOG TONG TSE MI SÖ PAR
DUG PAI DUG GI NYUR DU KYAB JE PAI
TRAG TO DRÜL GYI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying snake Jealousy
Who, attached to its nest of ignorance
Is unable to bear seeing the wealth or prosperity of
others
And instantly infects everything with poison.

24.བརྟུལ་ཞུགས་དམན་པའི་འབྲོག་དགོན་འཛིགས་རུང་དང་།
ཉག་ཆད་མྱ་ངམ་ཐང་ལ་རབ་རྒྱ་ཞིང་།
མན་བདེའི་གྲོང་དང་དགོན་པ་ཀུན་འཇོམས་པའི།
ལྷ་ངན་རྒྱན་པོའི་འཛིགས་པ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།

TÜL ZHUG MEN PAI DROG GÖN JIG RUNG DANG
TAG CHE NYA NGAM THANG LA RAB GYU ZHING
PEN DEI DRÖ DANG GÖN PA KÜN JOM PAI
TA NGEN KÜN POI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying thief Wrong View
Who created the dreadful wilds of inferior discipline
And the stark deserts of eternalism and nihilism
And destroys the towns and hermitages of virtue and
joy

25. མི་བཟད་སྲིད་པའི་བཙོན་ཁང་ར་བ་རུ།
 ལུས་ཅན་རང་དབང་མེད་པར་འཆིང་བྱེད་ཅིང་།
 སྲིད་པའི་སློ་ལྷགས་དབྱེ་དཀས་འབྱུང་བ་ཡི།
 སེར་སྤེའི་ལྷགས་སློག་འཛིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།
 MI SE SE PAI TSÖN KANG RA WA RU
 LÜ CHEN RANG WANG ME PAR CHING JE CHING
 SI PAI GO CHAG YE KE KYÜ PA YI
 SER NAI CHAG DROG JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying shackles of Miserliness
 That holds us in a lock of attachment difficult to spring
 And bind living beings helplessly
 In the unbearable prison of cyclic existence.

27. འིན་ཏུ་བཀལ་དཀའ་སྲིད་པའི་རྒྱན་ཕྱོགས་ཁྱེད།
 ལས་རྒྱང་དག་པོའི་རྒྱན་དང་ཉེ་བ་ལས།
 སླེ་གན་འཆིའི་ར་རྒྱོང་རབ་འབྱུག་པའི།
 འདོད་ཆགས་རྩ་བོའི་འཛིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།
 SHIN TU GEL KA ZI PAI GYÜN CHOG CHER
 LÜ LUNG DRAG POI KYEN DANG NE WA LE
 KYE GA NA CHI PA LONG RAB TRUG PAI
 DÖ CHAG CHU WOIR JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying waters of Desire,
 That carry us in the current of samsara so hard to ford
 And that, conditioned by the winds of karma,
 Toss in waves of birth, sickness, old age and death.

27. གུན་ཏུ་སློངས་པའི་མཁའ་ལ་རབ་རྒྱ་ཞིང་།
 དེས་པ་དོན་དུ་གཉེར་ལ་ལྷག་པར་འཆོ།

ཐར་པའི་སྲོག་ལ་ཚོལ་བའི་གདུག་པ་ཅན།
ཐེ་ཚོམ་ཤ་ཟའི་འདྲིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

KÜN TU MONG PAI KA LA RAB GYU ZHING
NGE PA DÖN DU NYER LA LHAG PAR TSE
THAR PAI SOG LA GÖL WAI DUG PA CHEN
THE TSOM SHA SAI JIG PA KYAB TU SÖL

Protect us from the terrifying ghost Doubt,
The malignant spirit who moves in the space of
ignorance,
Attacking those with interest in ultimate aims
And disturbing the life of freedom.

28. བློད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།

དམ་ཚོས་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུ་ཞི་བ་དང་།

ཚོ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་སོགས།

མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛོད།

KYÖ LA TÖ CHING SÖL WA TAB PAI THU
DAM CHÖ DRUB PAI GEL KYEN ZHI WA DANG
TSE DANG SÖ NAM PEL DANG JOR PA SOG
THÜN PAI KYEN NAM YI ZHIN DRUB PAR DZÖ

By the power of this praise and supplication to you
May conditions opposing Dharmic practice be quelled
And may all conducive circumstances, such as long
life,
Merits, glory, and prosperity be produced.

29. ཞིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དེར་འགོ་བ་ཀུན།

འདྲིན་པ་འོད་དཔག་མེད་པས་རྗེས་བཟུང་ནས།

དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྤྱད་པ་མེད་པར་ཡང་།

སྤྱད་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་རེག་གྱུར་ཅིག

ZHING CHOG DE WA CHEN DER DRO WA KÜN
DREN PA Ö PAG ME PE JE SUNG NE
KA WA GYA TRAG CHE PA ME PAR YANG
NYUR DU SANG GYE SA LA REG GYUR CHIG

May all beings be cared for by Buddha Amithaba,
And led to the pure land Sukhavati;
And without the hundredfold difficulty
May they quickly touch the ground of enlightenment.

30. བདག་གྲང་རྟམ་ཏུ་ཆེ་རབས་བྲན་བ་དང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་ནམ་ཡང་མི་འབྲལ་ཞིང་།

རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པའི་རྒྱབས་ཆེན་ཆོལ་བ་ལ།

བརྩོན་འགྲུས་ཚུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསྐྱེད་པར་ཤོག

DAG KYANG TAG TU TSE RAB DREN PA DANG
JANG CHUB SEM DANG NAM YANG MI DREL ZHING
GYEL SE CHÖ PAI LAB CHEN TSÖL WA LA
TSÖN DRUB CHU WOI GYÜN ZHIN TSEN PAR SHOG

May I always remember my previous lives;
May I never be separated from the enlightened
attitude;
And firmly as a river flows may I persevere
In seeking the vast ways of the bodhisattvas.

31.རང་དོན་བསྐྱབ་ལ་ནམ་ཡང་མི་རེ་ཞིང་།
གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་ལ་གཞོལ་བ་དང་།
སྐྱུན་དང་མངོན་ཤེས་སྣ་མཁས་བཟོད་པ་སོགས།
གཞན་དོན་བྱེད་པའི་སྐྱེན་ཆམས་ཚང་བར་ཤོག།

RANG DÖN DRUB LA NAM YANG MI RE ZHING
ZHEN DÖN BA ZHIG DRUB LA ZHÖL WA DANG
CHEN DANG NGÖN SHE MA KE SÖ PA SOG
ZHEN DÖN GYE PAI KYEN NAM TSANG WAR SHOG

Never hoping to benefit myself alone
Solely for others may I absorb myself in the quest;
And may I produce the conditions that actually benefit
others;
Such as mystic vision, clairvoyance, skill in teaching,
and patience.

32.རབ་འབྱམས་ཞིང་དུ་རྒྱལ་བའི་དམ་ཚཱ་གུན།
རྒྱས་བར་བྱེད་ལ་ནམ་ཡང་མི་ཞུས་ཞིང་།
ཉག་ཏུ་སེམས་ཅན་གུན་དོན་བསྐྱབ་པའི་བྱིར།
རྒྱལ་བའི་གོ་འཕངས་བདེ་སྒྲག་ཐོབ་གྱུར་ཅིག།

RAB JAM ZHING DU GYEL WAI DAM CHÖ KÜN
GYE PAR CHE LA NAM YANG MI ZHUM ZHING
TAG TU SEM CHEN KÜN DÖN DRUB PAI CHIR
GYEL WAI GO PHANG DE LAG THOB GYUR CHIG

May I never be faint in furthering through infinite
fields
The holy teachings of the Victorious Ones
And in order constantly to fulfil the needs of beings
May I quickly and easily gain the stage of a Buddha.

རྗེ་བཙུན་བཙུག་ལྷན་པ་སེང་གྲོང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་པ་
མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། ལྷ་ཀྱའི་དགོ་སྟོང་དགོ་འདུན་
གྲུབ་པ་དཔལ་བཟང་པས་ཡུན་རིང་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་
པོའི་དབེན་གནས་ཐེག་ཆེན་པོ་བྲང་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བའོ།། དགོ།།

*Je tsün chom den de ma seng den nag kyi dröl ma la tö pa ke pai
tsug gyen zhe ja wa di ni*

*Sha kye ge long gen düin drub pa pel zang pö yung ring du söl wa
tab te*

*Jang chug chen poi ben ne theg chen pho drang du leg par
jar wa o*

Translation: Glenn Mullin

A GEM TO INCREASE LIFE AND WISDOM

A Praise to White Tara by Gyalwa Gendun Drub

༄༅། འཇོ་མཉམས་ཏུ་ར་ཡེ།

NAMO ARYA TA RA YE

1 མཁུན་བཟེ་རྩེ་མེད་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་གྱི།
 སད་དཀར་བསིལ་ཟེར་ཅན་གྱི་གདན་སྟེང་ན།
 ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་གངས་རིའི་མདངས་འཕྲོག་མ།
 རབ་མཛེས་ལང་ཚོའི་དབལ་ཡོན་ཅན་དེར་འདུད།།

KYEN TSE DRI MÄ GYE PAI RANG ZHIN GYI
 PÄ KAR SIL ZIR CHEN GYI DEN TENG NA
 LHAG PAI LHA MO GANG RI-I DANG TROG MA
 RAB DZE LANG TSÖ PAL YÖN CHEN DER DÜ

Homage to the Female Buddha beautiful with youth,
 Who sits on seats of white lotus and moon in nature
 Spreading with stainless compassion and knowledge,
 Who captures the radiance of snow mountains.

2 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྩོམ་སྐྱེལ་གྱུང་བཞུགས།
 བདེ་ཚེན་རབ་རྒྱས་རྣམས་འདི་རྒྱབ་ཡོལ་ཅན།
 འཁོར་ཏུ་སྐྱེག་ཅིང་ཞི་བའི་ཉམས་དང་ལྷན།
 གཞོན་བུ་བུ་འབྲུང་རྒྱས་མ་ཁྲོད་ལ་འདུད།།

ZHAL CHIG CHAG NYI DOR JE-I KYIL TRUNG ZHUG
 DE CHEN RAB GYE DA WAI GYAB YÖL CHEN
 SHIN TU GEG CHING ZHI WAI NYAM DANG DEN
 ZHÖN NU NU BUR GYÄ MA KYÖ LA DÜ

Homage to the Youthful One with budding breasts,
 Who has one face and two arms, sits in the vajra posture,
 Is bold with grace and calm, has a full moon as backrest
 And is filled with great bliss.

3 ལྷག་གཡས་སྐྱབ་ལ་མཚོག་སྦྱིན་ལྷག་རྒྱ་ཡིས།
 ཞེ་སོགས་རབ་འབྱམས་ལས་དང་གྲུབ་ཚེན་བརྒྱད།
 རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་མཚོག་ཀྱང་བདེ་སྐྱབ་ཏུ།
 ལེགས་པར་སྦྱིན་མཛད་མ་ལ་ལྷགས་འཚལ་ལོ།

CHAG YÄ DRUB LA CHOG JIN CHAG GYA YI
 ZHI SO RAB JAM LÄ DANG DRUB CHEN GYÄ
 GYAL WAI GO PHANG CHOG KYANG DE LAG TU
 LEG PAR JIN DZE MA LA CHAG TSAL LO

Homage to the Ultimately Generous One whose right hand,
 Showing the mudra Supreme Giving, easily releases
 Boundless karmas of peace, increase, power and wrath
 As well as the eight siddhis and even supreme buddhahood.

4 ལྷག་གཡོན་ལྷན་ལ་བསྐྱམས་པའི་སྐྱབས་སྦྱིན་གྱིས།
 མེད་གོ་སྤང་ཚེན་མེ་དང་དུག་སྐྱུལ་སོགས།
 འཛིག་པར་ཀུན་སྦྱོབ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི།
 དུམ་གྱུར་དགོ་མ་ཁྱོད་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ།

CHAG YÖN UT PAL NAM PAI KYAB JIN GYI
 SENG GE LANG CHEN MÄ DANG DUG DRUL SOG
 JIG PAR KUN KYOB DÜ SUM SANG GYE KYI
 YUM GYUR GE MA KYÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to the Spiritual Mother who gives birth to Buddhas
 Past, present and future; whose left hand

Supporting a blue lotus, grants protection
From lions, elephants, fires and all eight terrors.

5 ཕྱག་ཞབས་མཐེལ་ལ་མངའ་བའི་སྣོད་ཉིད་སོགས།
ཆས་ཐར་སྐོ་བཞིའི་སྐྱེན་གྱིས་འགོ་བ་ཀུན།
བདེ་ཆེན་ཐར་བའི་སྤིང་དུ་འཁྲིད་བཟོད་མ།
ཀུན་གྱི་སྐྱབས་གནས་སྤོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

CHAG ZHAB THIL LA NGA WAI TONG NYI SOG
NAM THAR GO ZHI-I CHEN GYI DRO WA KÜN
DE CHEN THAR PAI LING DU TRI DZE MA
KÜN GYI KYAB NÄ KYÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to the Refuge of the World, who has eyes
In hands and feet gazing at the four doors of freedom,
And who leads all living creatures
Toward the isle of blissful liberation.

6 ཡིད་འོང་སྣོད་ཀའི་ལྷ་བ་འབྲུམ་ཕྱག་གི།
རབ་ཏུ་མངོས་བ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་བའི་ཞལ།
འགོ་ལ་དགྱིས་བའི་འཇུ་མ་དཀར་འགྲོ་བ་ཅན།
སྐྱགས་རྗེའི་སྐྱེན་ཡངས་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

YI ONG TÖN KÄ DA WA BUM THRAG GI
RAB TU DZÄ PA CHIG TU DÜ PAI ZHAL
DRO LA GYI PAI DZUM KAR THRO WA CHEN
THUG JE-I CHEN YANG MA LA CHAG TSAL LO

Homage to she whose face unites
The beauty of a million autumn moons,
Whose wide eyes gaze with compassion,
Whose joyous mouth smiles equally on all.

7 རྒྱ་པས་ཚེ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོལ་བའི།
 ཚེ་དཔག་མེད་མགོན་མཉམ་གཞག་ཕྱག་རྒྱ་ཅན།
 འཚི་མེད་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བུམ་པ་ནི།
 ལེགས་པར་བསྐྱམས་པས་སྦྱི་བོར་བརྒྱན་ལ་འདུད།།

DREN PÄ TSE DANG YE SHE KÜN TSÖL WAI
 TSE PAG MÄ GÖN NYAM ZHAG CHAG GYA CHEN
 CHI MÄ DÜ TSI GANG WAI BUM PA NI
 LEG PAR NAM PÄ CHI WOR GYEN LA DÜ

Homage to she with head adorned by Amitayus, Boundless
 Life,
 The mere thought of whom grants life and wisdom,
 Whose hands, in the contemplative mudra
 Hold a vase filled with ambrosia of immortality.

8 མཚོན་མཐེང་དབུ་སྐྱ་ཕྱེད་བཅིངས་ཐོར་ཅོག་གི།
 ལྷག་མ་གསེལ་བུར་བབ་པས་སྐྱ་རྩོད་ཁེབས།
 སྦྱི་གཙུག་ཉི་ལྔའི་མདངས་འཕྲོག་གཙུག་རྒྱན་གྱིས།
 ཀྱན་ནས་མཛེས་པར་བཟང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

THÖN THING U TRA CHE CHING THOR CHOG GI
 LHAG MA SIL BUR BAB PÄ KU TÖ KÄB
 CHI TSUG NYI DÄ DANG TROG TSUG GYEN GI
 KÜN NÄ DZÄ PAR DZÄ LA CHAG TSAL LO

Homage to the All-Beautiful One whose crown
 steals the light of sun and moon,
 whose sapphire hair is half knotted on top
 and half falling freely over her shoulders.

9 གཞན་ཡང་སྣ་དང་མི་ལས་སྤུལ་བྱུང་རྒྱན།
 དབུ་རྒྱན་སྒྲོན་རྒྱན་མགྲུལ་རྒྱན་དོ་ཤལ་དང་།
 དབྱང་རྒྱན་ཕྱག་ཞབས་གདུ་བུ་སྐར་ལགས་སོགས།
 བཀོད་ལེགས་རིན་ཆེན་འབར་བས་བརྒྱན་ལ་འདུད།།

ZHEN YANG LHA DANG MI LÄ PHÜL JUNG GYEN
 U GYEN NYEN GYEN GUL GYEN DO SHAL DANG
 PUNG GYEN CHAG ZHAB DU BU KE RAG SOG
 KÖ LEG RIN CHEN BAR WÄ GYEN LA DÜ

Homage to the Majestic One of precious ornaments blazing,
 whose crown, earrings, necklaces, arm-bands,
 bracelets, anklets and belt so elegantly arranged,
 surpass the ornaments of men and gods.

10 ཤེལ་གྱི་རི་བོ་སྣ་ཚོ་གས་དབང་པོའི་གཞུས།
 ཀུན་ནས་འཇུང་བ་འི་བཞིན་ཁྲོད་གྱི་སྐྱ།
 རྣམ་བཤམ་སྣ་རྣམ་གོས་གྱི་གཤམ་ཤང་།
 སྣ་ཚོ་གས་དང་གྱི་ཤམ་ཐབས་འཇིན་ལ་འདུད།།

SHÄL GYI RI WO NA TSOG WANG PÖ ZHÜ
 KÜN NÄ KYÜ PA JI ZHIN KYÖ KYI KU
 NAM TRA LHA DZÄ GÖ KYI GA SHA DANG
 NA TSOG DAR KYI SHAM THAB DZIN LA DÜ

Homage to she of celestial raiment
 whose shoulder-sash and skirt
 hug her body like rainbows
 hug the crystal mountains.

11 དབང་བའི་དབང་ཕྱག་སྐབས་གསུམ་དབང་པོ་དང་།
 ལྷ་ཚེན་ལྷ་ལས་གན་དང་སྲོན་གྱི་ལྷ།
 མི་དང་མི་མིན་མི་འམ་ཅི་ལ་སོགས།
 ཀུན་གྱིས་ཞབས་བད་མཚོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

WANG WÄ WANG CHUG KAB SUM WANG PO DANG
 LHA CHEN LHA LÄ GEN DANG NGÖN GYI LHA
 MI DANG MI MIN MI AM CHI LA SOG
 KÜN GYI ZHAB PÄ CHÖ LA CHAG TSAL LO

Homage to the goddess before whose lotus feet
 Vishnu, Indra, Shiva, Brahma, the antigods, spirits,
 men, semi-human and all the world
 submit themselves in devotion.

12 གང་གིས་སྲོད་ཞབས་བརྗོད་གྲུས་མཚོད་ནས་།
 ལྷ་རེ་ལ་སོགས་རིགས་ཕྲགས་ལྷས་ཅམ་གྱིས།
 འཚི་མེད་ཚེ་དང་ཡེ་ཤེས་བསོད་ནམས་སོགས།
 ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་སྲོལ་ལ་ཕྱགས་འཚལ་ལོ།།

GANG GI KYÖ ZHAB PÄ MO GÜ CHÖ NÄ
 TA RÄ LA SOG RIG NGA DÄ TSAM GYI
 CHI MÄ TSE DANG YE SHE SÖ NAM SOG
 CHI DÖ NGÖ DRUB TSÖL LA CHAG TSAL LO

Merely by reciting your mantra,
 those who make offerings at your lotus feet
 gain immortality, wisdom and merit
 and attain all desired siddhis; to you I bow down.

13 རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཐེན་བཅེ་འཕྲིན་ལས་རྣམས།
 རབ་མཛེས་ལྷ་མོའི་གཟུགས་སུ་ཤར་བ་བྱོད།
 རྒྱལ་བ་སུ་བསྟེན་ནས་གུས་པའི་གསོལ་འདེབས་ན།
 བར་ཚད་ཞི་ཞིང་དོན་ཀུན་གྲུབ་པར་མཛོད།།

GYAL WA KÜN GYI KYEN TSE TRIN LÄ NAM
 RAB DZÄ LHA MÖ ZUG SU SHAR WA KYÖ
 KYAB SU TÄN NÄ GÜ PÄ SÖL DEB NA
 BAR CHE ZHI ZHING DÖN KÜN DRUB PAR DZÖ

The knowledge, compassion and perfect actions of all buddhas
 appear in the form of the beautiful goddess.
 I take refuge in you and offer you my prayers;
 pray, eliminate all my obstacles and fulfil all my aims.

14 བདག་གི་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས།
 འཛིགས་ཆེན་བརྒྱད་དང་ནད་དང་གདོན་ལ་སོགས།
 ཕྱི་དང་ནང་གི་ཉེ་བར་འཆེ་བ་རྣམས།
 ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་སྤུང་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།།

DAG GI JANG CHUB DRUB PAI MI THÜN CHOG
 JIG CHEN GYÄ DANG NÄ DANG DÖN LA SOG
 CHI DANG NANG GI NYE WAR TSE WA NAM
 ZHI WAI TRIN LÄ NYUR DU DRUB PAR DZÖ

Quickly release your perfect action of peace,
 calming all interferences to my practices for enlightenment:
 interferences such as the eight terrors,
 sickness, demons and other harmful agents, inner and outer.

15 ཚེ་དང་བསོད་ནམས་དམིགས་མེད་སྦྱིང་ཚེ་དང་།
 རོས་བསམ་སྒོམ་པའི་ཤེས་རབ་བྱི་མེད་དང་།
 བསྐྱབ་བ་གསུམ་སོགས་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས།
 རྒྱས་པའི་འཕྲིན་ལས་སྦྱར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།།

TSE DANG SÖ NAM MIG ME NYING JE DANG
 THÖ SAM GOM PAI SHE RAB DRI ME DANG
 LAB PA SUM SOG LEG PAI YÖN TEN NAM
 GYE PAI TRIN LE NYUR DU DRUB PAR DZÖ

Quickly release your perfect action of increase, which multiplies all good qualities, such as life, merit, unapprehending compassion, the stainless wisdoms of learning, contemplation and meditation and the three higher trainings.

16 ལྷ་མི་གཞོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་འགྲོ་ཀུན་གྱིས།
 གུས་པའི་འདུད་ཅིང་ཇི་ལྟར་བསམས་པའི་དོན།
 ཐམས་ཅད་འདོད་དགུར་སྦྱར་དུ་འགྲུགས་བྱེད་པའི།
 དབང་གི་འཕྲིན་ལས་སྦྱར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།།

LHA MI NÖ JIN LA SOG DRO KÜN GYI
 GÜ PÄ DÜ CHING JI TAR SAM PAI DÖN
 THAM CHE DÖ GUR NYUR DU GUG JE PAI
 WANG GI TRIN LE NYUR DU DRUB PAR DZÖ

Quickly release your perfect action of power, which causes gods, men and spirits to humbly bow before you and which fulfils all wishes of the mind.

17 རྒྱལ་བའི་བསྐྱོན་དང་བསྐྱོན་པ་འཛིན་པ་ལ།
 ལོག་པར་འཁུ་བའི་གདོན་དང་བགོགས་རིགས་ཀྱི།
 རི་ལྷར་འཚམ་པའི་ཚད་པས་ཚར་གཙོད་པའི།
 དྲག་པོའི་འཕྲིན་ལས་སྤྱར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།།

GYAL WAI TEN DANG TEN PA DZIN PA LA
 LOG PAR KU WAI DÖN DANG GEG RIG KÜN
 JI TAR TSHAM PAI CHE PÄ TSHAR CHÖ PAI
 DRAG PÖ TRIN LE NYUR DU DRUB PAR DZÖ

Quickly release your perfect action of wrath
 which with punishments befitting the evils done
 destroys demons, interferences and hindrances
 hatefully opposing buddhadharma and its holders.

18 རལ་གྱི་མིག་སྒྲུན་རྐང་མགྲོགས་རིལ་བྱ་དང་།
 བྱམ་པ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་དངོས་གྲུབ་དང་།
 ལྷག་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་།
 དཀའ་བ་མེད་པར་སྤྱར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།།

RAL TRI MIG MEN KANG GYOG RIL BU DANG
 BUM PA ZANG PO LA SOG NGÖ DRUB DANG
 CHAG GYA CHEN PO CHOG GI NGÖ DRUB KYANG
 KA WA ME PAR NYUR DU DRUB PAR DZÖ

Pray, bestow quick and easy attainments of siddhis
 such as the magic sword, mystic eye-medicine, fast walking,
 the food pill and the precious vase,
 and even mahamudra, the highest siddhi.

19 མདོར་ན་དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སྣོད་པོའི་བཟ།
 བྱོད་ཞབས་གྲུས་པས་མཚོད་པ་མ་གཏོགས་པར།
 ལྷུབས་མགོན་རེ་ས་གཞན་ན་མི་འཚོལ་བས།
 བཅེ་བས་དགོངས་ལ་སྐྱུར་དུ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།།

DOR NA DENG NÄ JANG CHUB NYING PÖ BAR
 KYÖ ZHAB GÜ PÄ CHÖ PA MA TOG PAR
 KYAB GÖN RE SA ZHEN NE MI TSÖL WÄ
 TSE WÄ GONG LA NYUR DU KYAB TU SÖL

In brief, from now until enlightenment
 I respectfully make offerings at your lotus feet.
 I need seek no other refuge.
 Out of compassion gaze upon me and quickly grant protection.

20 བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བདག།
 མཚོམ་ལྗན་རྗེ་བཅུན་སྐྱོལ་མས་མངོན་སུམ་དུ།
 རབ་ཏུ་དགུས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཇིན་པ་དང་།
 རྐྱད་ཅིག་ཅེས་ཡང་འབྲལ་བར་མ་གྱུར་ཅིག།

SÖ NAM DI YI YI TSE RAB KÜN TU DAG
 CHOM DEN JE TSÜN DRÖL MÄ NGÖN SUM DU
 RAB TU GYE ZHIN JE SU DZIN PA DANG
 KE CHIG TSAM YANG DREL WAR MA GYUR CHIG

By the meritorious energy of this practice
 may the transcended, perfect Tara
 look upon me forever with pleasure
 and never leave me, even for a moment.

21 འགྲོ་ཀུན་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་མཚོག་དེས།
 དང་སྲོང་ཚེ་དཔག་མེད་པའི་ཞབས་བྱུང་བུ།
 ལྷེས་ནས་རྒྱལ་སྐྱེས་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་ལ།
 ལྷུན་རས་གཟིགས་དབང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག།

DRO KÜN DE WA CHEN GYI ZHING CHOG DER
 DRANG SONG TSE PAG ME WAI ZHAB DRUNG DU
 KYE NE GYAL SE CHE PA CHÖ PA LA
 CHEN RE ZIG WANG DE DANG TSHUNG PAR SHOG

May all sentient beings after death take rebirth
 before Amitayus in Sukhavati, Land of Pure Joy.
 May they live in the ways of the great bodhisattvas
 and come to equal Avalokiteshvara, Lord of Compassion.

22 མདོར་ན་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཚོའི་དམ་ཚོས་ཀུན།
 ལེགས་པར་རྟོགས་ནས་གཞན་ལ་འདོམས་བ་དང་།
 ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་འཛིན་པ་ལ།
 འཁོར་བ་མ་སྲོང་བར་བྱ་བ་ཚོན་པར་ཤོག།

DO DANG GYÜ DE GYA TSO-I DAM CHÖ KÜN
 LEG PAR TOG NE ZHEN LA DOM PA DANG
 TSUL ZHIN DRUB PAI GYAL TSEN DZIN PA LA
 KOR WA MA TONG BAR DU TSÖN PAR SHOG

May I realise the oceans of sutras and tantras
 to be able to pass them on to others.
 And until samsara be emptied may I strive
 to uphold the victory banner of practicing exactly as taught.
transl. Glenn H. Mullin

ཅེས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཚོག་ཇི་བཙུན་སྒྲོལ་མ་དཀར་མོ་ལ་བསྐྱོད་པ། ཚེ་དང་ཡི་ཤེས་སྒྲེལ་
བར་བྱེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །ཤུགས་དགེ་སྒོང་དགེ་འདུན་གྲུབ་དཔལ་བཟང་
པོས་དཔལ་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོའི་དབེན་གནས་ཐེག་ཚེན་པོ་བྱང་དུ་སྦྱར་བའོ།།

*che gyal wai yum chog je tsiun dröl ma kar mo la tö pa dang/ tse dang
ye she pel war che pai rin po che zhe ja wai di na/ sha kyä ge long
gen dun drub pal zang pö pal jang chub chen pö ön ne teg chen pho
drang du jar wa o*

འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཏེ་རེ་མ་
ཏུ་རྒྱ་ར་ཡི་འཇིགས་བརྒྱད་སྒྲོལ་
ཏུ་རས་ན་བ་ནམ་ལས་སྒྲོལ་
སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

KOR WA LE DRÖL TA RE MA
TU TA RA YI JIG GYE DRÖL
TU RE NA WA NAM LE DRÖL
DRÖL MA YUM LA CHAG TSAL LO

TARE MA liberates from samsara;
TUTTARE liberates from the eight fears;
TURE liberates from all illnesses;
To you, the Great Liberating Mother, I prostrate.