

དཔལ་ལྷན་ཅུ་བའི་སྣ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

pal den tsa way la ma rin po che

Glorious, precious root guru, please sit

巴滇紮威拉嘛仁波切

盛德根本上師寶，

བདག་གི་སྐྱེ་བོར་པད་ཟླའི་གདན་བཞུགས་ལ། །

dak gi chi wor pe day den shuk la

Above my crown on a lotus and moon.

達吉基渦貝搭滇續拉

住於自頂蓮月上，

བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །

ka drin chen poy go ne je sung te

Care for me with great kindness and grant

嘎金千坡夠聶傑孫辛

祈以大恩攝受我，

སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་གྱི་དངོས་གྲུབ་སྣམ་དུ་གསོལ། །

ku sung tuk kyi ngö drup tsal du söl

The siddhis of body, speech, and mind.

固孫菟吉恩竹紮度索

並賜身語意成就。

༄༅། །གསོལ་འདེབས་རྫོ་རྫོ་འཆང་ཐུང་མ།

The Short Vajradhara Prayer

〈金剛總持祈請文〉

༡༡། །དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཏི་ལོ་ནུ་རོ་དང་། །

dor je chang chen te lo na ro dang

Great Vajradhara, Telo, Naro,

多傑 羌千 帝洛 那諾倘

金剛總持帝洛那洛巴，

མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྗེ་གླམ་པོ་པ། །

mar pa mi la chö je gam po pa

Marpa, Milarepa,

瑪巴 米拉 卻戒 岡波巴

馬巴密勒法王岡波巴，

དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་གུན་མཁྱེན་ཀམ་པ། །

dü sum she ja kün khyen kar ma pa

The Dharma Lord Gampopa, knower of three times

Karmapa,

度松 謝甲 袞千 噶瑪巴

普明三世遍知噶瑪巴，

ཆེ་བཞི་ཚུང་བརྒྱད་བརྒྱད་པར་འཛིན་རྣམས་དང་། །

che shi chung gye gyü par dzin nam dang

And lineage holders of the elder four and younger
eight—

切息 冲給 舉拔 僅南尙

四大八小傳承持有者，

འབྲི་སྟག་ཚལ་གསུམ་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་སོགས། །

dri tak tsal sum pal den druk pa sok

The Drikung, Taklung, Tsalpa, glorious Drukpa and
so forth—

及大 擦松 巴滇 竹巴梭

直達察派具德竹巴等，

བབ་ལམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེས་པའི། །

sap lam chak gya che la nga nye pay

Protectors of all beings, the unequalled Dakpo
Kagyü

薩朗 恰嘉 切拉 阿涅貝

於甚深道大印得自在，

མཉམ་མེད་འགྲོ་མགོན་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལ། །

nyam me dro gön dak po ka gyü la

Who have gained mastery of the profound path,
mahamudra:

釀每 卓袞 達波 噶舉拉

達波噶舉無比眾生怙，

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲ་མ་རྣམས། །

sol wa dep so ka gyü la ma nam

O Kagyu gurus, heed my prayer; your lineage I
uphold,

梭哇 喋梭 噶舉 喇嘛南

於諸口傳上師作祈請，

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་གྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

gyü pa dzin no nam tar jin gyi lop

Please bless me so I may adopt your ways of
liberation.

舉巴 僅挪 南踏 勤吉洛

持有傳承記述祈加持。

ཞེན་ལོག་གློམ་གྱི་རྐང་པར་གསུངས་པ་བཞིན། །

shen lok gom gyi kang par sung pa shin

Just as revulsion's taught to be the legs of meditation,

賢洛 拱吉 岡巴 松巴行

教云離欲即為修行足，

ཟས་ནོར་རྒྱན་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པ་དང་། །

se nor kün la chak shen me pa dang

This meditator does not cling to any food or wealth

瑟諾 袞拉 恰賢 沒巴尙

於諸飲食財寶無繫念，

ཚེ་འདིའི་གདོས་ཐག་ཚད་པའི་སྐྱམ་ཆེན་ལ། །

tse diy dö tak chö pay gom chen la

And severs all the ties that bind me to this present life.

測迪 堆踏 卻貝 拱千拉

斷離此世貪網之行者，

རྗེད་བཀུར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱེན་གྱིས་སྦྱབས། །

nye kur shen pa me par jin gyi lop

Please bless me to be unattached to honour or to gain.

涅固 賢巴 沒巴 勤吉洛

無著名聞利養祈加持，

མོས་གུས་སྐྱེམ་གྱི་མགོ་བོར་གསུངས་པ་བཞིན། །

mö gü gom gyi go wor sung pa shin

Just as devotion's taught to be the head of meditation:

味舉 拱吉 果窩 松巴行

教云虔敬即為修行首，

མན་ངག་གཏེར་སྐྱོ་འབྱེད་པའི་སྣ་མ་ལ། །

men ngak ter go che pay la ma la

Continually this meditator supplicates the guru,

面阿 喋果 結貝 喇嘛拉

上師開啟教誡寶藏門，

རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྐོམ་ཆེན་ལ། །

gyün du sol wa dep pay gom chen la

Who opens up the doorway to the trove of pith instructions.

君讀 梭哇 喋貝 拱千拉

於諸恆常祈請之行者，

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

chö min mö gü kye war jin gyi lop

Please bless me so that uncontrived devotion may well forth.

訣民 昧舉 給哇 勤吉洛

加持生起無偽之虔敬。

ཡེངས་མེད་གློམ་གྱི་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་བཞིན། །

yeng me gom gyi ngö shir sung pa shin

As non-distraction's taught to be the core of meditation,

言味 拱吉 温昔 松巴行

教云毋逸即是修正行，

གང་ཉར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་སོ་མ་དེ། །

gang shar tok pay ngo wo so ma de

This meditator just remains, not altering at all

扛夏 豆貝 哦窩 梭瑪喋

隨顯即悟體性自如如，

མ་བཅོས་དེ་ཀར་འཇོག་པའི་སྐྱེ་ཆེན་ལ། །

ma chö de kar jok pay gom chen la

The fresh and pristine essence of whatever thought occurs.

瑪訣 喋噶 久貝 拱千拉

住於任運無整之行者，

བསྐྱོམ་བྱ་སྒོ་དང་བྲལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །

gom ja lo dang dral war jin gyi lop

Please bless me to be free from thinking there's a “meditation.”

拱甲 洛尙 札哇 勤吉洛

修行遠離妄心祈加持。

ནམ་རྟོག་ངོ་བོ་ཚེས་སྐུར་གསུངས་པ་བཞིན། །

nam tok ngo wo chö kur sung pa shin

Just as it's taught, the essence of all thoughts is dharmakaya,

南豆 哦窩 卻固 松巴行

教云妄念體性即法身，

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ལ། །

chi yang ma yin chir yang char wa la

Not anything at all and yet arising in all ways,

記揚 瑪吟 記揚 恰哇拉

所顯非真宛然而顯現，

མ་འགགས་རོལ་པར་འཆར་བའི་སྐྱེམ་ཆེན་ལ། །

ma gak röl par char way gom chen la

Appearing for this meditator in unceasing play.

瑪噶 若巴 恰威 拱千拉

不滅幻有顯現之行者，

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་ཉྱེགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །

khor de yer me tok par jin gyi lop

Bless me to know samsara and nirvana are not two.

擴喋 耶沒 豆巴 勤吉洛

證悟輪涅不二祈加持。

ལྗེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲ་མ་དང་། །

kye wa kün tu yang dak la ma dang

In all my future lifetimes, may I never be apart

給哇 袞讀 揚達 喇嘛倘

世世不離清淨上師尊，

འབྲུལ་མེད་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

dral me chö kyi pal la long chö ching

From the authentic gurus and embrace the dharma's glory.

札昧 卻記 巴拉 隆訣京

受用殊勝吉祥之法教，

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །

sa dang lam gyi yön ten rap dzok ne

May I perfect the qualities of all the paths and levels,

薩倘 朗吉 元滇 拉昨內

五道十地功德悉圓滿，

དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག །

dor je chang gi go pang nyur top shok

And may I swiftly realize the state of Vajradhara.

多傑 羌吉 果龐 紐透修

願速證得金剛持果位。

ཐཱ་མ་རྒྱུད་འཕོད་བྱི་གསོལ་འདེབས་མེས་བུས་སྟོང་གི་གཟུང་འདེབས།

འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་ལྷོ་གོས་མཐའ་ཡས་བས་མཛད།

Calling the Lama from Afar: A Supplication That Pierces the Heart with Devotion

by Jamgön Kongtrul Lodrö Thaye

遙呼上師祈請文：安虔信心之釘

蔣貢康楚羅卓泰耶

ལྷ་མ་མཐེན་ནོ། །

la ma khyen no

Lama, think of us.

喇嘛千諾！

上師鑒知我！

དྲིན་ཅན་ཙ་ལའི་ལྷ་མ་མཐེན་ནོ། །

drin chen tsa way la ma khyen no

Kind root lama, think of us.

真切 雜威 喇嘛千諾

具恩根本上師鑒知我！

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ངོ་བོ། །

du sum sang gye kyi ngo wo

Essence of the buddhas of the three times

杜松 桑傑吉 渥烏

三世諸佛之自性，

ལུང་རྟོགས་དམ་ཚེས་གྱི་འབྲུང་གནས། །

lung tok dam chö kyi jung ne

Source of the sublime Dharma of scripture and
realization,

隆朵 當卻吉 炯涅

教證正法之根源，

འཕགས་ཚོགས་དགེ་འདུན་གྱི་མངའ་བདག །

pak tsok gendun gyi nga dak

Sovereign of the Sangha, assembly of the noble ones,

帕措 給敦吉 旺達

聖眾僧伽之主尊，

ཙ་བའི་སྣ་མ་ཁྱེད་མཁྱེན་ནོ། །

tsa way la ma khye khyen no

Root lama, think of us.

雜威 喇嘛切 千諾

根本上師鑒知我！

འཇིག་རྒྱལ་ས་ཐུགས་རྗེ་ཡི་གཏེར་ཆེན། །

jin lap tuk je yi ter chen

Great treasure of blessing and compassion,

勤拉 突傑 宜喋千

慈悲加持之鉅藏，

དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུང་གནས། །

ngö drup nam nyi kyi jung ne

Source of the two siddhis,

悟周 囊尼吉 炯涅

二種成就之生處，

སྤོན་ལས་ཅི་འདོད་ཀུན་སྦྱིལ་མངོད། །

trin le chi dö kun tsöl dzö

Buddha activity bestowing all that is desired,

欽列 吉堆根 祖則

事業所願悉賜予，

ཙ་བའི་སྣ་མ་ཁྱེད་མཁྱེན་ནོ། །

tsa way la ma khye khyen no

Root lama, think of us.

雜威 喇嘛切 千諾

根本上師鑒知我！

ལ་མ་འོད་དཔག་མེད་པ་མཁྱེན་ནོ། །

la ma ö pak me pa khyen no

Lama Amitabha, think of us.

喇嘛 威霸 美巴 千諾

上師無量光佛鑒知我！

རྫོགས་བྲལ་ཚེས་སྐུའི་སྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

trö dral chö kuy long ne sik shik

Behold us from the expanse of the dharmakaya, free
of elaboration.

周紮 秋根 洛尼 息夕

祈自離戲法身界垂顧，

བདག་སོགས་ལས་ངན་འཁོར་བར་འབྱམས་རྣམས། །

dak sok le ngen khor war khyam nam

Lead us who wander samsara due to our negative
deeds

達梭 列恩 闊瓦 鏘涅

我等流轉輪迴惡業眾，

བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་ཤོངས་མཛོད། །

de chen dak pay shing du drong dzö

To rebirth in your pure land of bliss.

喋千 達貝 興杜 周贊

得接引至大樂清淨土。

ལྷ་མ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་མཁྱེན་ནོ། །

la ma chen re sik wang khyen no

Lama Avalokiteshvara, think of us.

喇嘛 傑瑞賽 旺千諾

上師觀音菩薩鑒知我！

འོད་གསལ་ལོངས་སྐྱའི་གློང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

ö sal long kuy long ne sik shik

Behold us from the expanse of the sambhogakaya,
radiant clarity.

威薩 隆固 絡涅息夕

祈自光明報身界垂顧，

རིགས་དྲུག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྩད་ནས་ཞི་ཞིང་། །

rik druk duk ngal tse ne shi shing

Pacify every suffering of the six kinds of beings,

惹周 堵阿 雜涅息獻

徹底平息六道之痛苦，

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱུགས་མཛོད། །

kham sum khor wa dong ne truk dzö

And empty completely the three realms of samsara.

康松 擴瓦 杜涅竹贊

拔濟三界輪迴出樊籠。

ལ་མ་པར་འབྱུང་གནས་མཚེན་ནོ། །

la ma pema jung ne khyen no

Lama Padmasambhava, think of us.

喇嘛 貝瑪 炯涅千諾

上師蓮花生源鑒知我！

ང་ཡབ་པར་འོད་ནས་གཟིགས་ཤིག །

nga yap pema ö ne sik shik

Behold us from the Lotus Light of Chamara.

昂雅 貝瑪 威涅司獻

祈自北瞻蓮光境垂顧，

སྙིགས་དུས་སྐྱབས་མེད་བོད་འབངས་ཉམ་ཐག །

nyik du kyap me bö bang nyam tak

In dark times, protect with your swift compassion

倪杜 嘉美 畢霸 釀塔

濁世失怙弱小之眾生，

ཐུགས་རྗེས་སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་སྐྱོབས་མཛོད། །

tuk je nyur wa nyi du kyop dzö

Your Tibetan disciples, all those who lack wealth
and refuge.

圖傑 涅瓦 尼度 嘉贊

願以悲心迅速為怙佑。

ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་མཁྱེན་ནོ། །

la ma ye she tso gyal khyen no

Lama Yeshe Tsogyal, think of us.

喇嘛 耶謝 措嘉千諾

上師耶喜措嘉鑒知我！

མཁའ་སྐྱོད་བདེ་ཆེན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

kha chö de chen drong ne sik shik

Behold us from the celestial city of great bliss.

卡覺 喋千 仲涅 息夕

祈自大樂空行域垂顧，

ཕྱིག་ལྡན་བདག་སོགས་སྲིད་པའི་མཚོ་ལས། །

dik den dak sok si pay tso le

Bring those like us who have done many harmful
things

迪滇 達梭 息貝 措列

我等惡業眾出三有海，

ཐར་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོར་གྲོལ་མཛོད། །

tar pay drong khyer chen por dröl dzö

Over the ocean of samsara to liberation's great city.

塔貝 仲切 千波 周贊

度脫至大解脫之境域。

བཀའ་གཏེར་བརྒྱུད་པའི་སྤྲ་མ་མཁྱེན་ནོ། །

ka ter gyu pay la ma khyen no

Lineage lamas of the kama and terma, think of us.

嘎喋 局貝 喇嘛千諾

教藏傳承祖師鑒知我！

བྱུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་སྒྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

sung juk ye she long ne sik shik

Behold us from the expanse of the wisdom of union.

松聚 耶謝 隆涅 息夕

祈自雙運智慧界垂顧，

བདག་རྒྱུད་འཁྲུལ་པའི་སྤུན་ཁང་བརྟོལ་ནས། །

dak gyu trul pay mun khang töl ne

Penetrate the dark cavern of our confusion

達聚 楚貝 姆康多涅

穿越自心迷妄之暗室，

རྟོག་པའི་ཉི་མ་ཤར་བར་མཛོད་ཅིག །

tok pay nyi ma shar war dzö chik

And let the sun of realization dawn.

多貝 尼瑪 夏瓦贊傑

願令生起證悟之慧日。

ཀུན་མཁྱེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་མཁྱེན་ནོ། །

kun khyen dri me ö ser khyen no

Omniscient Drime Özer, think of us.

根千 智美 威瑟千諾

遍智無垢光尊鑒知我！

ལུན་གྲུབ་འོད་ལྗེ་གློང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

lhun drup ö ngay long ne sik shik

Behold us from the expanse of the five lights,
naturally present.

倫周 威阿 隆涅息夕

祈從任運五光境垂顧，

ཀ་དག་དགོངས་པའི་རྩ་ལ་ཆེན་རྫོགས་ནས། །

ka dak gong pay tsal chen dzok ne

Having achieved the great power of realizing
primordial purity,

嘎當 貢貝 贊千祖涅

圓滿本淨密意之大力，

སྣང་བཞི་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་མཛོད་ཅིག །

nang shi ta ru chin par dzö chik

Help us to reach the pinnacle of the four visions.

囊息 塔若 欽霸雜吉

願令達到四相之究竟。

མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཡབ་སྐུ་མཉེན་ནོ། །

nyam me jo wo yap se khyen no

Peerless Lord Atisha and your heart sons, think of
us.

釀美 覺沃 雅瑟千諾

無等覺沃父子鑒知我！

དགའ་ལྡན་ལྷ་བརྒྱའི་དབུས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

ga den lha gyay wu ne sik shik

Behold us from Tushita while encircled by hundreds
of deities.

嘎丹 拉界 沃涅息夕

祈自兜率百尊中垂顧，

སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་སྟོང་པོ་ཅན་གྱི། །

tong nyi nying jey nying po chen gyi

Cause bodhichitta, the heart of emptiness and
compassion,

東尼 寧傑 寧波間吉

具足空性慈悲之體性，

བྱུང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་མངོན་ཅིག །

jang sem gyu la kye war dzö chik

To arise within our minds.

蔣森 居拉 皆瓦贊吉

願令自心生起菩提心。

གྲུབ་མཚོག་མར་མི་དུགས་གསུམ་མཁྱེན་ནོ། །

drup chok mar mi dak sum khyen no

Supreme siddhas, Marpa, Milarepa, and Gampopa,
think of us.

竹秋 瑪美 達順千諾

聖者三祖師尊鑒知我！

བདེ་ཆེན་དོ་རྗེའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

de chen dor jey ying ne sik shik

Behold us from the space of great vajra bliss.

喋千 多傑 映涅息夕

祈自大樂金剛界垂顧，

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

de tong chak chen chok ngö drup ching

Cause bliss-emptiness, the supreme siddhi of
mahamudra, to arise,

德東 洽千 秋吾 竹傑

成就殊勝樂空大手印，

ཚེས་སྐྱ་སྣོང་དབྱུངས་སང་པར་མངོད་ཅིག །

chö ku nying wu se par dzö chik

And awaken the dharmakaya in our heart of hearts.

卻固 寧沃 瑟巴贊吉

願令覺悟心中妙法身。

འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷུག་ཀམ་པ་མཁྱེན་ནོ། །

jik ten wang chuk karma pa khyen no

Lord of the World, Karmapa, think of us.

吉滇 旺秋 噶瑪巴千諾

世自在噶瑪巴鑒知我！

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

kha khyap dro dul ying ne sik shik

Behold us from the expanse of training beings who
pervade all space.

卡洽 周讀 映涅息夕

祈自調御眾生界垂顧，

ཚོས་ཀུན་བདེན་མེད་སྐྱེ་མར་རྟོགས་ནས། །

chö kun den me gyu mar tok ne

Bring us to see all things as illusory and unreal

卻固 滇美 炬瑪朵涅

了知諸法無實如幻象，

སྣང་སེམས་སྐྱ་གསུམ་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག །

nang sem ku sum char war dzö chik

So we know all appearances to be mind, dawning as
the three kayas.

囊森 固松 洽瓦贊吉

願令外境心識顯三身。

བཀའ་བརྒྱད་ཆེ་བའི་ལུང་བརྒྱད་མཁྱེན་ནོ། །

ka gyu che shi chung gye khyen no

Kagyü lamas of the four elder and eight younger
lineages, think of us.

噶舉 切息 瓊界千諾

噶舉四大八小鑒知我！

རང་སྣང་དག་པའི་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

rang nang dak pay shing ne sik shik

Behold us from the pure realm of appearances
naturally arising.

讓囊 塔貝 行涅槃夕

祈從自現清淨剎垂顧，

གནས་སྐབས་གཞི་ཡི་འབྲུལ་བ་སངས་ནས། །

ne kap shi yi trul pa sang ne

Clear away the confusion of the four different states

涅槃 息宜 楚巴桑涅

淨除四位迷妄幻惑，

ཉམས་ཉོགས་མཐའ་རུ་སྤྱོད་པར་མངོད་ཅིག །

nyam tok ta ru chin par dzö chik

And bring us to ultimate experience and realization.

釀朵 塔若 欽巴贊吉

願令達到證悟之彼岸。

ཇེ་བཙུན་གོང་མ་རྣམ་ལྔ་མཆིན་ནོ། །

je tsun gong ma nam nga khyen no

Five Sakya forefathers, think of us.

傑尊 貢瑪 囊阿千諾

尊者薩迦五祖鑒知我！

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་སྒོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

khor de yer me long ne sik shik

Behold us from the expanse of samsara and nirvana
inseparable.

擴喋 耶美 隆涅息夕

祈自輪涅無別界垂顧，

ནམ་དག་ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་གསུམ་འབྲེལ་ནས། །

nam dak ta gom chö sum drel ne

Help us to connect pure view, meditation, and
action.

囊達 塔貢 覺松哲涅

圓融清淨見修行三者，

གསང་བའི་ལམ་མཚོག་བསྐྱོད་པར་མཛོད་ཅིག །

sang way lam chok drö par dzö chik

Bring us along the supreme path of the secret
vehicle.

桑威 朗秋 周巴贊吉

願令步上殊勝秘密道。

མཉམ་མེད་ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་མཚེན་ནོ། །

nyam me shang pa ka gyu khyen no

Lamas of the unequalled Shangpa Kagyu, think of us.

釀美 香巴 噶舉千諾

無等香巴噶舉鑒知我！

ནམ་དག་སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

nam dak sang gye shing ne sik shik

Behold us from the utterly pure realm of the
buddhas.

釀達 桑傑 行涅槃夕

祈自清淨佛剎中垂顧，

ཐབས་གྲོལ་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་འབྲོངས་ནས། །

tap dröl nyam len tsul shin jong ne

By properly training in the practices of method and
liberation,

塔周 釀列 慈賢炯涅

如理修習方便解脫法，

མི་ལོཔ་སུང་ཉུག་བརྟེན་པར་མངོད་ཅིག །

mi lop sung juk nye par dzö chik

Lead us to discover the unity beyond all learning.

米洛 松聚 涅巴贊吉

願令獲致無學之雙運。

གྲུབ་ཆེན་ཐང་ཏང་རྟོག་རྒྱལ་པོ་མཁྱེན་ནོ། །

drup chen tang tong gyal po khyen no

Great siddha, Thangtong Gyalpo, think of us.

竹千 湯東 嘉波千諾

大聖唐東嘉波鑒知我！

ཚོལ་མེད་བུགས་རྗེའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

tsöl me tuk jey long ne sik shik

Behold us from the state of effortless compassion.

贊美 圖傑 隆涅息夕

祈自無為大悲界垂顧，

བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་གྲུབ་ནས། །

den me tok pay tul shuk drup ne

Realizing the unreality of all things through yogic
discipline,

滇美 多貝 杜修竹涅

成就證悟無實之梵行，

ལྷུང་སེམས་རང་དབང་འདུ་བར་མཛོད་ཅིག །

lung sem rang wang du war dzö chik

Enable us to master prana and mind.

隆森 讓旺 杜瓦贊吉

願令和合心氣得自在。

ཕ་གཅིག་དམ་པ་སངས་རྒྱས་མཁྱེན་ནོ། །

pa chik dam pa sang gye khyen no

Only father, Dampa Sangye, think of us.

帕吉 唐巴 桑傑千諾

帕吉當巴桑杰鑒知我！

ལས་རབ་གྲུབ་པའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

le rap drup pay ying ne sik shik

Behold us from the expanse where supreme activity
is accomplished.

列惹 竹貝 映涅息夕

祈自成勝事業界垂顧，

བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རླབས་སྣང་ལ་ཞུགས་ནས། །

gyu pay jin lap nying la shuk ne

Once the blessings of the lineage have entered our
hearts,

居貝 勤拉 寧列修涅

傳承加持得入於心中，

རྟེན་འབྲེལ་སྤྱོད་མེད་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག །

ten drel chok me char war dzö chik

Let auspicious connections appear throughout
space.

滇著 恰美 且瓦贊吉

願令生起無方之緣起。

མ་ཅིག་ལབ་གི་སྒྲོན་མ་མཚེན་ནོ། །

ma chik lap kyi drön ma khyen no

Only mother, Lapkyi Drönma, think of us.

瑪吉 拉吉 尊瑪千諾

瑪吉拉吉卓瑪鑒知我！

ཤེས་རབ་པར་སྤྱོད་སྒྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །

she rap par chin long ne sik shik

Behold us from the space of perfect wisdom.

謝然 帕欽 隆涅息夕

祈自智慧彼岸界垂顧，

བདག་འཇིག་སྤྲེམས་བྱེད་ཅད་ནས་ཚོད་ཅིང་། །

dak dzin nyem je tse ne chö ching

Enable us to eradicate the pride of clinging to a self

達贊 念切 雜涅卻淨

徹底斷除我執之驕魔，

བདག་མེད་སྒྲོས་བྲལ་བདེན་མཐོང་མཛོད་ཅིག །

dak me trö dral den tong dzö chik

And to see beyond concepts to the truth of freedom
from self.

達美 周雜 滇同 贊吉

願令親見無我離戲諦。

ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱས་མཁྱེན་ནོ། །

kun khyen döl po sang gye khyen no

Omniscient Dölpo Sangye, think of us.

坤千 多波 桑傑千諾

遍智多波桑傑鑒知我！

ནམ་ཀུན་མཚོག་ལྡན་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

nam kun chok den ying ne sik shik

Behold us from the space endowed with the
supreme aspect.

釀坤 秋滇 映涅息夕

祈自完全勝妙界垂顧，

འཕོ་བའི་དབུགས་རྣམས་དབུ་མར་འགགས་ནས། །

po way uk nam u mar gak ne

Help us to bring shifting breath into the central
channel

波威 悟楠 烏瑪嘎涅

得引一切氣止息中脈，

འཕོ་བྲལ་དོ་རྗེའི་སྐུ་ཐོབ་མཛོད་ཅིག །

po dral dor jey ku top dzö chik

And thus attain the immovable vajra body.

波雜 多傑 固托贊吉

願令證得無死金剛身。

རྗེ་བཙུན་ཏུ་ར་ན་ཐ་མཚེན་ནོ། །

je tsun tā ra na ta khyen no

Jetsun Taranatha, think of us.

傑尊 達惹 納塔千諾

尊者達惹那塔鑒知我！

ནམ་གསུམ་པོ་ཉའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

nam sum po nyay ying ne sik shik

Behold us from the space of the three messengers.

納松 波涅 映涅息夕

祈自三種使者界垂顧，

དོ་རྗེའི་གསེང་ལམ་གོགས་མེད་བགྲོད་ནས། །

dor jey seng lam gek me drö ne

Help us to travel the vajrayana path free of obstacles

多傑 桑朗 給美周涅

無礙步上金剛秘密道，

འངར་ལུས་མཁའ་སྤྱོད་འགྲུབ་པར་མངོད་ཅིག །

ja lu kha chö drup par dzö chik

And attain a rainbow body in the celestial realm.

嘉呂 卡覺 竹巴贊吉

願令成就空行之虹身。

འཇམ་དབྱངས་མཚོན་བརྗེའི་དབང་པོ་མཚོན་ནོ། །

jam yang khyen tsey wang po khyen no

Jamyang Khyentse Wangpo, think of us.

蔣揚 千則 旺波千諾

蔣揚欽哲旺波鑒知我！

མཚོན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

khyen nyi ye she ying ne sik shik

Behold us from wisdom's space of twofold knowing.

千尼 耶謝 隆涅息夕

祈自二智本智境垂顧，

མི་ཤེས་སྣོ་ཡི་མུན་བ་སངས་ནས། །

mi she lo yi mun pa sang ne

Clear away the mental darkness of our ignorance

美謝 洛宜 鈴霸桑涅

覺醒無知心識之暗鈍，

མཚེན་རབ་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་མངོད་ཅིག །

khyen rap nang wa gye par dzö chik

And expand the vision of our supreme knowing.

千然 釀瓦 傑巴贊吉

願令開展無上智慧相。

འོད་གསལ་སྤྱལ་པའི་དོ་རྗེ་མཚེན་ནོ། །

ö sal trul pay dor je khyen no

Ösel Trulpay Dorje, think of us.

威薩 竹貝 多傑千諾

唯色竹貝多杰鑒知我！

འཇའ་ཟེར་འོད་ལྗེའི་སྒྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

ja ser ö ngay long ne sik shik

Behold us from the expanse of the five rainbow
lights.

嘉瑟 威艾 隆涅息夕

祈自五色虹光界垂顧，

ཐེག་ལྷུང་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་དག་ནས། །

tik lung sem kyi dri ma dak ne

Purify the flaws from prana and bindu so that mind
becomes pure

帝隆 森吉 智瑪塔涅

淨除心氣明點之障垢，

གཞིན་ལུ་བུམ་སྐུར་བྱང་ཚུབ་མཛོད་ཅིག །

shön nu bum kur jang chup dzö chik

And bring us to awakening as the youthful vase
body.

獻諾 秉固 強秋贊吉

願令圓滿童子寶瓶身。

པཌ་མདོ་ལྷགས་སྤིང་བ་མཁྱེན་ནོ། །

pema do ngak ling pa khyen no

Pema Do Ngak Lingpa, think of us.

貝瑪 多雅 鈴巴千諾

白瑪多昂林巴鑒知我！

བདེ་སྟོང་འགྱུར་མེད་སྟོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

de tong gyur me long ne sik shik

Behold us from the expanse of blissful emptiness
free of change.

喋東 究美 隆涅息夕

祈自樂空不變境垂顧，

རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་དགོངས་པ་མཐའ་དག །

gyal dang gyal se gong pa ta dak

Enable us to fulfill all the intentions

嘉尙 嘉瑟 貢巴塔達

佛與佛子之一切密意，

བདག་གིས་ཡོངས་སུ་སྐྱོང་བུ་ས་མཛོད་ཅིག །

dak gi yong su kong nu dzö chik

Of the Victorious Ones and their heirs.

達給 雍蘇 貢努最吉

願令弟子堪能悉領受。

ངག་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚེན་ནོ། །

ngak wang yön ten gya tso khyen no

Ngagwang Yönten Gyatso, think of us.

昂旺 永滇 嘉措千諾

昂旺云丹嘉措鑒知我！

དབྱིངས་ཡེ་བྱུང་འཇུག་གློང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

ying ye sung juk long ne sik shik

Behold us from the expanse of space and wisdom in
union.

映耶 松究 隆涅息夕

祈自界智雙運境垂顧，

སྣང་བའི་བདེན་འདྲིན་རྩལ་གྱིས་ཞིག་ནས། །

nang way den dzin hrul gyi shik ne

Once clinging to things as real has fallen apart,

囊威 滇進 適吉息涅

摧破一切法相之執實，

གང་རླུང་ལམ་དུ་འབྱེད་རུས་མངོན་ཅིག །

gang jung lam du khyer nu dzö chik

Enable us to carry whatever happens onto the path.

岡瓊 朗杜 皆努最吉

願令顯境皆堪能入道。

རྒྱལ་སྲས་ལྷོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་མཁྱེན་ནོ། །

gyal se lo drö ta ye khyen no

Bodhisattva Lodrö Thaye, think of us.

嘉瑟 洛卓 塔耶千諾

佛子羅卓泰耶鑒知我！

བྱམས་དང་སྣང་རྗེའི་ངང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

jam dang nying jey ngang ne sik shik

Behold us from your state of love and compassion.

姜尙 寧傑 昂涅息夕

祈自慈悲自性中垂顧，

འགྲོ་གུན་དྲིན་ཅན་པ་མར་ཤེས་ནས། །

dro kun drin chen pa mar she ne

Enable us to see all beings as our kind parents

卓坤 貞間 帕瑪謝涅

了知眾生皆具恩父母，

གཞན་པར་སྡིང་ནས་སྐྱབ་རུ་ས་མཛོད་ཅིག །

shen pen nying ne drup nu dzö chik

And to benefit others from the depth of our hearts.

賢遍 寧涅 竹努最吉

願令堪能發心修利他。

པར་གར་གྱི་དབང་ལུག་མཁྱེན་ནོ། །

pema gar gyi wang chuk khyen no

Pema Gargyi Wangchuk, think of us.

貝瑪 嘎吉 旺秋 千諾

白瑪嘎吉旺丘鑒知我！

བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

de chen ö sal ying ne sik shik

Behold us from the expanse of luminous great bliss.

喋千 威薩 映涅息夕

祈自大樂光明界垂顧，

དུག་ལྲ་ཡེ་ཤེས་ལྲ་རུ་གྲོལ་ནས། །

duk nga ye she nga ru dröl ne

Enable us to liberate the five poisons as the five
wisdoms

杜阿 耶謝 昂如卓涅

度脫五毒轉化為五智，

སྤང་ཐོབ་གཉིས་འཇིག་ཞིག་པར་མཛོད་ཅིག །

pang top nyi dzin shik par dzö chik

And shatter the duality of loss and gain.

邦托 倪贊 息巴最吉

願令摧毀取捨二執著。

བསྟན་གཉིས་གཡུང་རླུང་གླིང་པ་མཚོན་ནོ། །

ten nyi yung drung ling pa khyen no

Tennyi Yungdrung Lingpa, think of us.

滇尼 雍仲 令巴千諾

丹尼雍仲林巴鑒知我！

སྲིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་དབྱེངས་ནས་གཟིགས་ཤིག། །

si shi nyam nyi ying ne sik shik

Behold us from the expanse where existence and
peace are equal.

夕息 讓尼 映涅息夕

祈自輪涅平等界垂顧，

མོས་གུས་རྣལ་མ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ནས། །

mö gu nal ma gyu la kye ne

Once natural devotion has dawned in our being,

摩固 南瑪 聚拉皆涅

心續生起真實之虔敬，

ཏོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་མཛོད་ཅིག །

tok dröl du nyam chen por dzö chik

Bring us great realization and liberation arising
together.

朵卓 度讓 千波最吉

願令證悟解脫俱時增。

དྲིན་ཅན་ཙ་བའི་སྤྲ་མ་མཁྱེན་ནོ། །

drin chen tsa way la ma khyen no

Kind root lama, think of us.

真間 雜威 喇嘛千諾

具恩根本上師鑒知我！

ཕྱི་གཙུག་བདེ་ཆེན་གནས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

chi tsuk de chen ne ne sik shik

Behold us from the crown of our head, the abode of
great bliss.

吉族 喋千 涅槃息夕

祈自頭頂大樂輪垂顧，

རང་རིག་ཚེས་སྐྱེ་རང་ཞལ་མཇལ་ནས། །

rang rik chö kuy rang shal jal ne

Once we've seen dharmakaya's true face, natural awareness,

讓日 卻固 讓暇嘉涅

親晤自明法身真面目，

ཚེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག །

tse chik sang gye drup par dzö chik

Bring us to complete awakening in this very life.

慈吉 桑傑 周霸贊吉

願令一生即能圓成佛。

ཀྲི་མཎྟ་ བདག་འདྲའི་སེམས་ཅན་ལས་ངན་སྒྲིག་ཏེ་ཅན། །

kyai ma / dak dray sem chen le ngen dik to chen

Alas! Beings like ourselves with negative karma and
bad deeds

皆瑪 達哲 森間列恩 德多間

嗟呼！同我一般惡業有情眾，

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

tok me du ne khor war yun ring khyam

Have wandered for ages in samsara without
beginning.

托美 讀涅 擴瓦 雍令姜

無始以來長轉輪迴中，

ད་དུང་སྐྱབ་བསྐྱལ་མཐའ་མེད་ཚྱོད་འགྱུར་བས། །

da dung duk ngal ta me nyong gyur we

Even now we know misery without end,

達洞 杜雅 塔美 紐究威

尚需歷盡無邊之痛苦，

ལྷོ་ཤེ་ཀེ་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་སྐྱེས་པས། །

kyo she ke chik tsam yang ma kye pe

But not a moment of regret do we feel.

究謝 給吉 贊揚 瑪皆貝

剎那厭離亦未曾生起。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐杜息

上師鑒知慈悲極垂顧！

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

nge jung ting ne kye war jin gyi lop

Bless us that renunciation come from deep within.

阿究 定涅 皆瓦 欽吉洛

加持生起甚深之出離。

དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཀྱང་མི་ཆེ་སྟོང་བད་མཁན། །

dal jor top kyang mi tse tong se khen

Our freedoms and resources we foolishly squander,

塔究 托將 美策 東瑟堪

已得暇滿人生竟虛度，

དོན་མེད་ཆེ་འདིར་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་གཡེང་། །

dön me tse dir ja we tak tu yeng

Distracted again and again by this trivial life.

敦美 策迪 嘉威 達朵映

此生無義所作常散逸，

དོན་ཆེན་ཐར་བ་སྐྱབ་ལ་ལེ་ལོས་བྱིར། །

dön chen tar pa drup la le lö khyer

We seek the goal of liberation, and laziness carries

敦千 塔巴^{us away} 竹拉 列略切

懶於承擔大利解脫行，

ནོར་བུའི་སྒྲིང་ནས་ལག་སྟོང་ལོག་གུར་བས། །

nor buy ling ne lak tong lok gyur pe

From a land of jewels, we return with empty hands.

諾布 隆涅 拉東 洛秋貝

有如去往寶洲空手回。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐度息

上師鑒知慈悲極垂顧！

མི་ལུས་དོན་ལྡན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

mi lu dön den drup par jin gyi lop

Bless us that our lives be filled with meaning.

美呂 敦滇 竹巴 勤吉拉

加持成就具義之人生。

མི་ཤི་ས་སྟེང་ལུས་པ་གཅིག་གྱང་མེད། །

mi shi sa teng lu pa chik kyang me

No one on this earth can escape their death.

瑪夕 薩定 呂巴 吉將美

人生在世無人能不死，

ད་ལྟ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་པ་རོལ་འགོ། །

da ta chik je nyi tu pa röl dro

People are dying right now, one after the other.

達塔 吉傑 尼圖帕若卓

如今一一陸續赴黃泉，

རང་ཡང་སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་དགོས་གྱང་། །

rang yang nyur wa nyi du chi gö kyang

Our death will also come and soon,

讓揚 紐瓦 尼圖 契規將

我亦不免迅速將逝去，

ཡུན་རིང་སྡོད་གྲབས་བྱེད་པའི་སྡིང་རུལ་པོ། །

yun ring dö drap je pay nying rul po

But we fools are planning to live on and on.

迎仁 堆贊 切貝 寧如波

腐心卻做長久住世計。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐杜息

上師鑒知慈悲極垂顧！

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

long me lo na tung war jin gyi lop

Bless us to know our life here is brief with little time for plans.

隆美 洛納 通瓦 勤吉洛

加持無暇故而減營計。

ལྷིང་དུ་སྐྱབ་པའི་མཛེང་བ་ཤེས་སོ་སོར་བྲལ། །

nying du duk pay dza she so sor dral

We will separate from the friends and relatives we
deeply love.

寧圖 杜貝 贊謝 梭梭察

心所愛悅親友紛離去，

མེར་སྐྱས་བསགས་པའི་ནོར་ཇེས་གཞན་གྱིས་སྤྱོད། །

ser ne sak pay nor dze shen gyi chö

Others will enjoy the wealth that we as misers kept.

瑟涅 薩貝 諾則賢吉覺

慳吝所集財物他人享，

གཅེས་པའི་ལུས་ཀྱང་ཤུལ་དུ་བོར་ནས་སུ། །

che pay lu kyang shul du bor ne su

Even the body we cherish will be left behind;

皆貝 呂姜 修圖 波涅蘇

珍愛之身隨後亦捨棄，

ནམ་ཤེས་བར་དོ་གཏོལ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས། །

nam she war do töl me khor war khyam

Stranger in the wardo, our consciousness will
wander aimlessly through samsara.

納謝 巴朵 多美 擴瓦將

中陰神識無知轉輪迴。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྱགས་རྗེས་སྦྱར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑紐杜息

上師鑒知慈悲極垂顧！

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

chi kyang gö me tok par jin gyi lop

Bless us that we realize the futility of this world.

吉將 皈美 朵巴 勤吉洛

加持了悟一切皆枉然。

འདིགས་པའི་སྐྱེ་བ་ནག་པོས་སློན་ནས་བསྐྱུ། །

jik pay mun pa nak pö ngön ne su

In front, the thick darkness of fear waits to
take us in;

吉貝 蒙巴 納培 恩涅速

可怖無明暗頓迎於前，

ལས་ཀྱི་རླུང་དམར་དྲག་པོས་རྒྱབ་ནས་དེད། །

le kyi lung mar drak pö gyap ne de

Behind, the raging storm of karma drives us on.

呂吉 隆瑪 贊增 嘉涅喋

熾盛兇猛業風逐於後，

མི་སྐྱུག་གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉམ་བརྟེན་ཅིང་བཅོ་ག། །

mi duk shin jey po nye dek ching tsok

Hideous messengers of the Lord of Death beat and
stab us—

彌朵 欣傑 波涅 喋淨組

可憎閻羅使者扑又韃，

བཟོད་དཀའ་ངན་འགྲོའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྤོང་དགོས་ན། །

sö ka ngen droy duk ngal nyong gö na

We know the intolerable sufferings of the lower realms.

桑嘎 恩卓 讀阿 紐規納

難忍惡道之苦需歷嘗。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྐྱབས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

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

ngen song yang le tar war jin gyi lop

Bless us that we be liberated from the lower realms' abyss.

恩松 揚列 塔瓦 勤吉洛

加持度脫惡趣之深淵。

རང་སྐྱོན་རི་བོ་ཙམ་ཡང་ཁོང་དུ་སྤུལ། །

rang kyön ri wo tsam yang khong du be

Concealing within ourselves a mountain of faults,

讓捐 瑞喔 贊揚 空杜貝

己惡如山但於心中藏，

གཞན་སྐྱོན་ཉིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་སྒྲོག་ཅིང་སྒྲོད། །

shen kyön til dru tsam yang drok ching mö

We broadcast those of others, be they tiny as a
sesame seed.

賢間 迪竹 贊揚 卓淨梅

他惡如芥竟毀謗宣揚，

ཡོན་ཏན་ཅུང་བད་མེད་ཀྱང་བབཅང་པོར་རྒྱུ། །

yön ten chung se me kyang sang por lom

We trumpet our greatness though lacking the least
of qualities.

元滇 炯瑟 美將 桑波隆

無啥功德卻自驕賢善，

ཚོས་པའི་མིང་བཏགས་ཚོས་མིན་ཁོ་ནར་སྟོང། །

chö pay ming tak chö min kho nar chö

We call ourselves Dharma practitioners, yet our
practice is not Dharmic.

卻貝 明達 卻明 擴納覺

假借行者之名行非法。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

རང་འདོད་ང་རྒྱལ་ཞི་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

rang dö nga gyal shi war jin gyi lop

Bless us to subdue our self-centered pride.

讓堆 阿嘉 息瓦 勤吉洛

加持淨滅自私與傲慢。

གཏན་སྲུང་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་ཁོང་དུ་བཅུག།

ten pung dak dzin gong po khong du chuk

We harbor the demon of ego-fixation that will only
bring us to ruin.

滇彭 達進 貢波 空圖具

固有禍根我執魔住心，

བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་འཕེལ་བའི་རྒྱ།

sam tse tam che nyön mong pel way gyu

Every one of our thoughts causes afflictions to grow.

桑則 湯界 紐姆 佩威居

一切心念煩惱增長因，

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དགའི་འབྲས་བུ་ཅན།

je tse tam che mi gey dre bu chen

Every one of our actions brings unvirtuous results.

切則 湯界 彌給 哲波間

一切行為皆具不善果，

ཐར་པའི་ལམ་དུ་སྟོགས་ཅམ་མ་བྱིན་པས། །

tar pay lam du chok tsam ma chin pe

We have not even turned to the path of liberation.

塔貝 朗圖 秋贊 瑪欽貝

於解脫道絲毫不趨近。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐突息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ངར་འཇིན་ཅུད་ནས་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །

ngar dzin tse ne chö par jin gyi lop

Bless us that grasping to self be severed at its root.

昂進 則涅 卻巴 勤吉洛

加持從根斷除我執見。

བསྐྱོད་སྦྱང་ཅམ་ལ་དགའ་དང་མི་དགའ་སྟེ། །

tö me tsam la ga dang mi ga kye

A bit of praise makes us happy, a bit of blame makes
us sad.

堆美 贊拉 嘎當 彌嘎傑

些許毀譽及生憂喜心，

ཚིག་ངན་ཅམ་ལ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་ཤོར། །

tsik ngen tsam la sö pay go cha shor

A few harsh words and the armor of our patience
falls away.

慈恩 贊拉 雖貝 擴洽修

些許惡言即失忍辱甲，

ཉམ་ཐག་མཐོང་ཡང་སྡིང་རྗེའི་སེམས་མི་སྟེ། །

nyam tak tong yang nying jey sem mi kye

Seeing the destitute, we feel no compassion.

釀塔 通揚 寧傑 森米皆

見無助者不生慈悲心，

ཤྱིན་ཡུལ་བྱང་དུས་སེར་སྐྱའི་མདུད་པས་བཅིང་། །

jin yul jung du ser nay du pe ching

When we could be generous, our miserly hands are tied.

進優 瓊杜 瑟涅 度貝淨

臨布施境卻為慳吝縛。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐度息

上師鑒知慈悲極垂顧！

སེམས་རྒྱུད་ཚོས་དང་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

sem gyu chö dang dre par jin gyi lop

Bless us that our minds be blended with the Dharma.

森居 卻尙 哲巴 勤吉洛

加持心續得與法合一。

འཁོར་བ་སྣང་པོ་མེད་ལ་སྣང་པོར་བརྩུང་། །

khor wa nying po me la nying por sung

We think samsara's worthwhile but it's not.

擴瓦 寧波 美拉 寧波松

無實輪迴卻執為有實，

སྟོ་གོས་སྤྱིར་དུ་གཏན་འདུན་ལིང་གིས་བོར། །

to gö chir du ten dun ling gi bor

For food and clothes we abandon our ultimate goal.

達皈 契圖 滇敦 令格波

為衣食故捨究竟意樂，

མཁོ་རྒྱ་ཚང་ཡང་དགོས་དགོས་སྤྱི་སྤྱིར་མང་། །

kho gu tsang yang gö gö chi chir mang

Though having all we need, we constantly seek more.

擴固 倉揚 皈皈 契契芒

生活資具貪得而無厭，

མི་བདེན་སྐྱུ་མའི་ཚོས་གྱིས་རང་སེམས་བསྐྱུས། །

mi den gyu may chö kyi rang sem lu

Our minds are deceived by phenomena, illusory and unreal.

彌滇 究美 卻吉 讓森絡

非真如幻之法欺自心。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐度息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ཚེ་འདི་སྣོ་ཡིས་ཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྣོབས། །

tse di lo yi tong war jin gyi lop

Bless us that we let go of attachment to this life.

策迪 洛宜 銅瓦 勤吉洛

加持捨棄貪著此世心。

ལུ་སེམ་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་སྤྱ་མོའང་མི་བཟོད་གྱང་། །

lu sem duk ngal tra moang mi sö kyang

Unable to bear the least physical or mental pain,

呂森 杜昂 察姆 美雖將

微細身心苦惱亦不忍，

ངན་འགྲོར་འགྲོ་ལ་མི་འཚེར་སྤྱིང་རྗོས་ཅན། །

ngen dror dro la mi tser nying dö chen

With blind courage, we have no fear of falling to the
lower realms.

恩卓 卓拉 美策 寧朵間

趨於惡趣仍頑強無懼，

རྒྱ་འབྲས་བུ་སྤྱི་མཐོན་སུམ་མཐོང་བཞིན་དུ། །

gyu dre lu me ngön sum tong shin du

Though cause and effect is unfailing and obvious to
all,

聚哲 露美 恩松 銅欣圖

因果不虛歷歷而現前，

དགེ་བ་མི་འགྲུབ་སྤྲིག་པའི་ཡོ་ལང་འཕེལ། །

ge wa mi drup dik pay yo lang pel

We shirk off good actions and let the bad ones
thrive.

給瓦 彌竹 帝貝 悅朗佩

不修善業徒增罪惡狀。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐度息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

le la yi che kye war jin gyi lop

Bless us that we fully believe in the laws of karma.

列拉 宜切 皆瓦 勤吉洛

加持生起信仰業力心。

དག་ལ་སྣང་སེམས་གཉེན་ལ་ཆགས་སེམས་སྟེ། །

dra la dang sem nyen la chak sem kye

We hate our enemies and cling to our friends.

雜拉 東森 尼拉 恰森傑

瞋敵愛親之心常生起，

སྣང་དོར་གནས་ལ་གཏི་མུག་མུན་ལྟར་འཐོམ། །

lang dor ne la ti muk mun tar tom

We're lost in the dark, not knowing what to adopt
or reject.

絡朵 倪拉 杜姆 摩達圖

於取捨境迷惑似愚痴，

ཚོས་བཞིན་སྤྱོད་ཆེ་བྱེད་ས་སྣུགས་གཉིད་དབང་ཤོར། །

chö shin chö tse jing muk nyi wang shor

When practicing Dharma, we fall into dullness and
sleep.

卻欣 覺策 淨木 倪旺修

如法行時昏沉而無力，

ཚོས་མིན་སྤྱོད་ཚེ་དབང་པོ་གསལ་ཅིང་གུང་། །

chö min chö tse wang po sal ching drung

At other times, we're clever and our senses are clear.

卻明 覺策 旺波 薩淨仲

非法行時聰明而機敏。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐杜息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ཉོན་མོངས་དག་པོ་ཚོམ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

nyön mong dra wo chom par jin gyi lop

Bless us that we conquer the enemy, these afflictions
of ours.

紐蒙 贊沃 瓊巴 勤吉洛

加持摧伏煩惱與怨敵。

ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་ཡང་དག་ཚོས་པའི་གཟུགས། །

chi ne te na yang dak chö pay suk

Outwardly we appear as honest practitioners;

契涅 喋納 揚塔 卻貝蘇

外表儼然清淨行者相，

ནང་དུ་རང་སེམས་ཚོས་དང་མ་འདྲེས་པས། །

nang du rang sem chö dang ma dre pe

Inwardly our minds have not mingled with Dharma.

釀圖 讓森 卻倘 瑪哲貝

於自內心卻與法相違，

ལྷུ་ལ་གདུག་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་ཁོང་ན་སྣས། །

drul duk shin du nyön mong khong na be

Like a poisonous snake, we conceal our afflictions
within.

竹杜 欣圖 紐蒙 空納貝

如毒蛇般煩惱藏於心，

ཀྱེན་དང་འཕྲད་ཆེ་ཆོས་པའི་མཚང་རྟགས་སྟོན། །

kyen dang tre tse chö pay tsang tak tön

When difficulties arise, all our faults come to light.

間尚 哲策 卻貝 倉達丹

遇緣即露行者之罪跡。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

རང་རྒྱད་རང་གིས་བྱུལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

rang gyu rang gi tul war jin gyi lop

Bless us that we are able to tame our own minds.

讓居 讓格 圖瓦 勤吉洛

加持已能調伏自心續。

རང་རྫོན་ངན་པ་རང་གིས་མ་རྟོགས་པས། །

rang kyön ngen pa rang gi ma tok pe

Not realizing all the bad faults we have,

讓捐 恩巴 讓格 瑪多貝

自身過惡自己不察知，

ཚོས་པའི་གཟུགས་བབྱང་ཚོས་མིན་སྣ་ཚོགས་སྤྱོད། །

chö pay suk sung chö min na tsok chö

In the guise of a practitioner, we engage in non-dharmic pursuits.

卻貝 蘇松 卻明 納措覺

持行者相行種種非法，

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

nyön mong mi gey le la shuk kyi gom

We're addicted to afflictions and unvirtuous activity.

紐蒙 彌給 列拉 修吉貢

煩惱不善之業常熏習，

དགེ་སློ་ཡང་ཡང་སྐྱེད་ཀྱང་ཡང་ཡང་ཆད། །

ge lo yang yang kye kyang yang yang che

A virtuous mind is born again and again, and just as
often dies away.

給洛 揚揚 皆姜 揚揚切

善心一再滋生一再斫。

ལ་མ་མཚེན་ནོ་སྐྱབས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

རང་སྐྱོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

rang kyön rang gi tong war jin gyi lop

Bless us that we come to see our own faults.

讓涓 讓格 通瓦 勤吉洛

加持已能照見已過失。

ཞག་རེ་སོང་བཞིན་འཆི་ལ་ཕར་ཕར་ཉེ། །

shak re song shin chi la par par nye

With the passing of each day, death draws ever near;

暇瑞 松欣 契拉 帕帕涅

一夜逝者死亡漸臨近，

ཉིན་རེ་ལོན་བཞིན་རང་རྒྱུད་ཕྱིར་ཕྱིར་གྱོང་། །

nyin re lön shin rang gyu chir chir gyong

With the coming of each day, our mind hardens
even more.

寧瑞 倫欣 讓居 契契炯

日復一日自心益頑強；

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

la ma ten shin mö gu rim gyi drip

As we serve our lama, our devotion slowly dims.

喇嘛 滇欣 梅固 仁吉知

依止上師虔誠次第減，

མཆེད་ལ་བརྩེ་བ་དང་དག་སྣང་ཇི་ལྟར་སོང་། །

che la tse dung dak nang je chung song

Our fondness and pure vision of Dharma friends
decrease.

切拉 則東 塔囊 皆瓊松

兄弟仁愛悲憫逐漸薄。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྱུགས་རྗེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

མུ་གོད་རང་རྒྱད་སྤྱུལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྩོབས། །

mu gö rang gyu tul war jin gyi lop

Bless us that we tame our unruly and obstinate
minds.

木規 讓居 圖瓦 勤吉洛

加持調伏難馴之自心。

ལྷོ་བས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གསོལ་འདེབས་བྱས་ན་ཡང་། །

kyap dro sem kye söl dep je na yang

Though we've taken refuge, roused bodhichitta, and
prayed,

嘉卓 森皆 梭喋 切納楊

雖已皈依發心與祈請，

མོས་གུས་སྣང་ཇེ་གཏིང་ནས་མ་སྐྱེས་བས། །

mö gu nying je ting ne ma kye pe

Our devotion and compassion do not spring from
deep within;

梅固 寧杰 定涅 瑪皆貝

虔誠慈悲未自心底生，

ཚིག་ཙམ་དབང་གུར་ཚོས་སྣོད་དགེ་སྣོར་ནམས། །

tsik tsam wang gyur chö chö ge jor nam

Our Dharma activity and practice remain just
words.

契贊 旺秋 卻覺 給究南

只依文字修法與行善，

བྱས་ལོ་ཅམ་ལས་རྒྱད་ཐོག་མ་ཁེལ་བས། །

je lo tsam le gyu tok ma khel we

We go through the motions but remain untouched.

切洛 贊列 居托 瑪喀威

行持數年難落實於心。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྱགས་རྗེས་སྤྱད་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ཅི་བྱས་ཚོས་སུ་འགོ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

chi je chö su dro war jin gyi lop

Bless us that all we do is in harmony with Dharma.

吉切 卻速 卓瓦 勤吉洛

加持所作皆趨入佛法。

བདག་བདེ་འདོད་ལས་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །

dak de dö le duk ngal tam che jung

Suffering comes from wanting happiness for
ourselves;

達喋 堆列 杜昂 湯界炯

一切痛苦源於求己樂，

གཞན་པན་སེམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་གསུངས་ཀྱང་། །

shen pen sem kyi sang gye drup sung kyang

Awakening is attained through helping others, so it
is taught.

賢遍 森吉 桑傑 竹松將

經云以利他心而成佛，

སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་ཅིང་རང་འདོད་སྐྱབ་ཏུ་བཅུག །

sem chok kye ching rang dö puk tu chuk

We engender bodhichitta and harbor our secret
desires.

森秋 皆淨 讓堆 浦都究

發殊勝心卻深藏私欲，

གཞན་མན་ལྟ་ཅི་གཞན་གཞོན་ཞོར་ལ་སྐྱབ། །

shen pen ta chi shen nö shor la drup

Not to mention benefitting others, we even do them harm.

賢遍 大吉 賢努 修拉竹

利他附帶成就害他行。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

བདག་གཞན་བརྗེ་བར་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

dak shen je war nu par jin gyi lop

Bless us that we are able to exchange ourselves for others.

達賢 傑瓦 努巴 勤吉洛

加持堪能自他相換行。

སངས་རྒྱལ་དངོས་སྣང་སྤྲོ་མ་མི་རུ་བཟུང་། །

sang gye ngö nang la ma mi ru sung

We see our lama—the Buddha in truth—as ordinary.

桑傑 沃囊 喇嘛 彌如松

上師即佛卻執為凡夫，

གདམས་ཟབ་སྟོན་པའི་བཀའ་དྲིན་ངང་གིས་བརྗེད། །

dam sap tön pay ka drin ngang gi je

The kindness of giving us key instructions fades
from our mind.

當撒 敦貝 嘎真 讓格皆

指導深教恩德旋遺忘。

རང་འདོད་མ་བྱུང་ཆེ་ན་ཡི་ཆད་བསྐྱེམ། །

rang dö ma jung tse na yi che gom

Not getting what we want, we are lost in despair.

讓堆 瑪瓊 策納 宜切貢

若己所願不遂即退心，

མངོད་སྐྱོད་རྣམས་ལ་བྲེ་ཚོམ་ལོག་ལྟས་སྐྱིབ། །

dze chö nam la te tsoṃ lok te drip

We view their conduct through the veil of doubt
and wrong view.

則覺 南拉 貼聰 洛喋知

懷疑師行而為邪見蔽。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑑知慈悲極垂顧！

མོས་གུས་འགྲིབ་མེད་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

mö gu drip me pel war jin gyi lop

Bless us that our devotion will flourish unobscured.

梅固 知美 佩瓦 勤吉洛

加持增長虔敬勿退失。

རང་སེམས་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཀྱང་ངོ་མ་ཤེས། །

rang sem sang gye yin kyang ngo ma she

Our mind is the Buddha and we fail to see this.

讓森 桑傑 映將 沃瑪謝

不識自心即佛之本性，

ནམ་རྟོག་ཚེས་སྐྱ་ཡིན་ཀྱང་དོན་མ་རྟོགས། །

nam tok chö ku yin kyang dön ma tok

Concepts are the dharmakaya and we do not realize it.

南朵 卻固 映將 敦瑪杜

不悟妄念即為法身相，

མ་བཅོས་གཏུག་མ་ཡིན་ཀྱང་སྐྱོང་མ་རུས། །

ma chö nyuk ma yin kyang kyong ma nu

The natural state is uncontrived and we cannot sustain it.

瑪覺 紐瑪 映將 炯瑪努

不護無有造作本來性，

རང་བབས་གནས་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས། །

rang bap ne luk yin kyang yi ma che

The abiding nature is naturally settled and we are
not convinced.

讓巴 涅洛 映將 宜瑪切

不信自然任運即本性。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

རང་རིག་རང་སར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

rang rik rang sar dröl war jin gyi lop

Bless us that self-awareness is released in its ground.

讓瑞 讓薩 卓瓦 勤吉洛

加持解脫自明自性地。

ཡོང་ངེས་འཆི་བ་སྡིང་ནས་དྲན་མ་བྱུབ། །

yong nge chi wa nying ne dren ma tup

Though death is sure to come, we cannot take this
to heart.

雍阿 契瓦 寧涅 真瑪圖

死亡必來不堪心憶持，

པན་ངེས་དམ་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་མ་རུས། །

pen nge dam chö tsul shin drup ma nu

Though genuine Dharma is sure to benefit, we
cannot practice correctly.

遍阿 唐卻 持欣 竹瑪努

正法實益不堪如理修，

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

den nge le dre lang dor tsul shin me

Though karma is certainly true, we do not know
what to give or take up.

滇阿 列哲 朗朵 楚欣美

業果真諦不如理取捨，

དགོས་ངེས་བྱན་ཤེས་མ་བསྐྱེན་གཡེང་བས་སྦྱིར། །

gö nge dren she ma ten yeng we khyer

Though we need to rely on being mindful and alert,
we are carried away by distractions.

皈阿 貞謝 瑪滇 英威切

念知必要不依而散逸。

ལྷ་མ་མ་སྦྱིན་ལོ་ལྷུགས་རྗེས་སྣུར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ཡེངས་མེད་བྱན་པས་བེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

yeng me dren pe sin par jin gyi lop

Bless us that we remain mindful and free of
distraction.

映美 真貝 欣巴 勤吉洛

加持記取無散之正念。

སྒོན་ལས་ངན་པས་སྒྲིགས་པའི་དུས་མཐར་སྐྱེས། །

ngön le ngen pe nyik may du tar kye

Through negative karma, we've been born in the
dregs of a degenerate time.

恩列 恩貝 尼美 杜塔皆

前世惡業故生此濁世，

སྒྲུབ་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བསྐྱལ་རྒྱ་རུ་སོང་། །

ngar je tam che duk ngal gyu ru song

All our previous actions are causes for suffering.

阿切 湯界 杜阿 究如松

往昔所作一切皆苦因，

གྲོགས་ངན་ནམས་གྱིས་སྒྲིག་པའི་གྲིབ་མས་གཞོགས། །

drok ngen nam kyi dik pay drip me yok

Bad friends cast the shadow of their negative deeds.

卓恩 南吉 蒂貝 知梅耶

惡友皆為罪惡之覆影，

དོན་མེད་སྒྲེང་མོས་དགོ་སྦྱོར་གཡེང་བས་སྦྱིར། །

dön me leng mö ge jor yeng we khyer

Meaningless talk distracts us from our spiritual practice.

敦美 玲梅 給舊 英威切

信樂無義之言疏善行。

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

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

ཚོས་ལ་སྦྱིང་རུས་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

chö la nying ru nu par jin gyi lop

Bless us that we persevere in the practice of Dharma.

卻拉 寧如 努巴 勤吉洛

加持堪能精進於佛法。

དང་པོར་བསམ་རྒྱུ་ཚོས་ལས་མེད་པ་ལ། །

dang por sam gyu chö le me pa la

At first nothing but Dharma is on our mind,

倘波 桑究 卻列 美巴拉

起初發心佛法別無他，

ཐ་མ་གྲུབ་འབྲས་འཁོར་བ་ངན་སོང་རྒྱ། །

ta ma drup dre khor wa ngen song gyu

Yet the final result is a cause for samsara and the
lower realms.

塔瑪 竹哲 擴瓦 恩松究

末了果報輪迴惡道因，

ཐར་པའི་ལོ་ཉླག་མི་དགའི་སང་གྱིས་བཅོམ། །

tar pay lo tok mi gey se kyi chom

The frost of nonvirtue lays waste to the harvest of
liberation.

塔貝 洛多 美給 瑟吉炯

解脫果為不善霜所摧，

གཏན་འདུན་ཉེས་པའི་སྐྱ་གོད་བདག་འདྲ་རྣམས། །

ten dun nye pay mu gö dak dra nam

Our ultimate aim is defeated by our untamed faults.

滇敦 涅貝 穆皈 達贊南

終願過惡難馴如我眾。

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྐྱབས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །

la ma khyen no tuk je nyur du sik

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

喇嘛千諾 圖傑 紐圖息

上師鑒知慈悲極垂顧！

དམ་ཚོས་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

dam chö ta ru chin par jin gyi lop

Bless us that we perfect the genuine Dharma.

唐卻 塔如 欽巴 勤吉洛

加持度至正法之彼岸。

ལྷོ་ཤམ་གཏིང་ནས་སྐྱེ་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

kyo she ting ne kye war jin gyi lop

Bless us that disenchantment arise from deep
within.

聚謝 定涅 皆瓦 勤吉洛

生起甚深出離祈加持，

ལོང་མེད་ལྷོ་སྣ་ཐུང་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

long me lo na tung war jin gyi lop

Bless us that we know time is short and curtail our
scheming.

隆美 洛納 銅瓦 勤吉洛

無暇故減營謀祈加持，

འཆི་བ་སྣོད་ནས་དྲན་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

chi wa nying ne dren par jin gyi lop

Bless us that we remember death from the depth of
our heart.

契瓦 寧涅 貞巴 勤吉洛

內心憶念死亡祈加持，

ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

le la yi che kye war jin gyi lop

Bless us that we come to believe in the laws of
karma.

列拉 宜切 皆瓦 勤吉洛

生起業之信仰祈加持，

ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

lam la war che me par jin gyi lop

Bless us that our path is free of obstacles.

朗拉 瑟切 美巴 勤吉洛

修行道上無礙祈加持，

སྐྱབ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

drup la tsön dru nu par jin gyi lop

Bless us that we exert ourselves in practice.

竹拉 尊竹 努巴 勤吉洛

修行堪能精進祈加持，

ཀྱེན་ངན་ལམ་དུ་ལོང་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

kyen ngen lam du long par jin gyi lop

Bless us that we bring hard times onto the path.

間恩 朗圖 隆瓦 勤吉洛

惡緣取之入道祈加持，

གཉེན་པོ་རང་ཚུགས་བྱུབ་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

nyen po rang tsuk tup par jin gyi lop

Bless us that we are self-reliant in using the remedies.

涅槃 讓促 圖巴 勤吉洛

堪能對治自心祈加持，

བཅོས་མིན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

chö min mö gu kye war jin gyi lop

Bless us that genuine devotion is born within.

覺明 梅固 皆瓦 勤吉洛

生起真實虔敬祈加持，

གནས་ལུགས་རང་ཞལ་མཇལ་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

ne luk rang shal jal war jin gyi lop

Bless us that we see the true face of mind's nature.

涅絡 讓暇 嘉玩 勤吉洛

親晤真理自性祈加持，

རང་རིག་སྣང་དབུས་སད་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

rang rik nying wu se par jin gyi lop

Bless us that self-awareness awaken in the center of our heart.

讓日 寧沃 瑟巴 勤吉洛

覺醒心中自明祈加持，

འཇུལ་སྒྲུང་གཞི་རྩ་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

trul nang shi tsa chö par jin gyi lop

Bless us that delusive appearances be severed at their root.

持囊 息雜 卻巴 勤吉洛

徹底斷除妄境祈加持，

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

tse chik sang gye drup par jin gyi lop

Bless us that we achieve enlightenment in a single lifetime.

策吉 桑傑 竹巴 勤吉洛

一生即能成佛祈加持。

ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

la ma rin po che la söl wa dep

I supplicate the precious guru.

喇嘛 仁波切 拉 梭瓦得

至誠祈請上師仁波切，

བདག་འདིན་སློ་ཡིས་ཐོངས་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

dak dzin lo yi tong war jin gyi lop

Bless me to give up clinging to an ego.

達僅 洛宜 通瓦 錦吉羅

加持心能斷捨我執念，

དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

gö me gyü la kye war jin gyi lop

Bless me to realize everything is futile.

軌梅 舉拉 傑瓦 錦吉羅

加持心續生起無欲求，

ཚོས་མིན་རྣམ་ཏྟོག་འགགས་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

chö min nam tok gak par jin gyi lop

Bless me to stop having non-dharmic thoughts.

秋明 囊豆 嘎巴 錦吉羅

加持非法妄念自歇息，

རང་སེམས་སྐྱེ་མེད་ཏྟོགས་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

rang sem kye me tok par jin gyi lop

Bless me to realize that my mind is unborn.

讓森 傑梅 多巴 錦吉羅

加持了悟自心本無生，

འཇུལ་པ་རང་སར་ཞི་བར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

trül pa rang sar shi war jin gyi lop

Bless me that confusion naturally subside.

出巴 讓薩 喜瓦 錦吉羅

加持迷惑自地得平息，

སྣང་སྲིད་ཚོས་སྐྱུར་རྟོགས་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

nang si chö kur tok par jin gyi lop

Bless me to realize everything is dharmakaya.

囊希 卻固 豆巴 錦吉羅

加持了悟萬法即法身。

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྣ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

söl wa dep so la ma rin po che

We supplicate you, precious lama.

梭瓦 喋梭 喇嘛仁波切

至誠祈請尊貴上師寶，

གདུང་བས་འབོད་དོ་དྲིན་ཅན་ཚས་གྱི་རྗེ། །

dung we bö do drin chen chö kyi je

Kind one, Lord of Dharma, we call out to you from our longing hearts.

東威 佩朵 真間 卻吉傑

悲切呼喚具恩之法主，

ཀླམ་མེད་བདག་ལ་རེ་ས་ཁྱོད་ལས་མེད། །

kal me dak la re sa khyö le me

For us unworthy ones, you are the only hope.

嘎美 達拉 瑞薩 切列美

自身不堪非尊無所依，

ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས། །

tuk yi yer me dre par jin gyi lop

Bless us that our minds blend together with yours.

圖宜 耶美 哲巴 勤吉洛

意心圓融合一祈加持。