༄༅། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཚེ་སྒྲུབ་མཎྜལ་འཆི་མེད་ཞུན་ཐིག་བཞུགས་སོ།།

“Purified Drop of Immortality”
A Longevity Mandala Sadhana of the Wish-Fulfulling Chakra,
Arya Tara

TIBETAN MEDITATION CENTER

གནས་ཡིད་དང་མཐུན་པ་སྟེ་ཨུཏྤལ་ཡི་ཚལ་རྒྱས་པའི་ངོགས་སུ་སྐུ་རྟེན་བྱིན་ལྡན་མཆོད་རྫས་གང་འཛོམས།
ཤེལ་བུམ་བདུད་རྩིའི་སྐོངས་པ། ཨུཏྤལ་དང་ཤེལ་ཕྲེང་མཎྜལ་སོགས་འདུ་བྱས་ལ།

With a harmonious mind, gather offering substances consecrated with blessings such as a statue or image of the deity and rest in a tranquil place such as upon an expansive hillside of blooming utpala flowers. Assemble together a crystal vase filled with ambrosial nectar, utpala flowers, a crystal mala; a mandala, and so forth.

ན་མོ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཚོགས་ཀུན་ངོས་བཅོམ་ལྡན་མར། །
བདག་འགྲོ་སྐྱབས་མཆི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

NA MO SANG GYÉ CHÖ TSOK KÜN NGÖ CHOM DEN MAR/
DAK DRO KYAP CHI JANG CHUP SEM KYÉ DO/

Namo! In the Mother Victress, embodiment of all the Buddhas, Dharma, and Sangha, I and all beings take refuge and resolve to cultivate Bodhicitta, the mind of Enlightenment. *(Repeat three times)*

གཏོར་མ། ཨོཾ་ཨ་བིགྣནྟ་ཀྲྀཏ་ཧཱུྃ་ཕཊ། ཀྱིས་བསངས།

Purify the torma with: **OM AH BIGHNAN TA KRITTA HUNG PHET/**

ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷ་སརྦ་དྷརྨཱ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོ྅ཧཾ། ཀྱིས་སྦྱངས།

Refine with: **OM SVABHAWA SHUDDHA SARVA DHARMA SVABHAWA SHUDDHO HAM/**

རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་འདོད་ཡོན་སྤྲིན། །
ཕྱོགས་སྐྱོང་གནས་གཞི་ལན་ཆགས་འབྱུང་པོར་བསྔོ། །
གནོད་སེམས་སྤོངས་ལ་ཕན་བདེ་བསྒྲུབ་པར་རིགས། །བྷུ་ཏ་གཙྪ།

RIN CHEN NÖ DU TOR MA DÖ YÖN TRIN/
CHOK KYONG NÉ ZHI LEN CHAK JUNG POR NGO/
NÖ SEM PONG LA PEN DÉ DRUP PAR RIK/ BHUTA GATSA/

Like billowing clouds of sensory pleasures,
the torma [manifests] in a jeweled vessel.
I surrender it to the guardians residing in the four
directions and the evil spirits of karmic retribution.
By renouncing harmful intent,
accomplishing the benefit and happiness [of beings] is inevitable!
Bhuta gatsa!

རང་ཉིད་འཕགས་མར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀའི་འོད། །
ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་སྲུང་འཁོར་གཞོམ་མེད་གྱུར། །བཛྲ་རཀྵ་རཀྵ།

RANG NYI PAK MAR SELWÉ TUK KÉ Ö/
CHOK CHUR TRÖ PÉ SUNKHOR ZHOM MÉ GYUR/
BAJRA RAKSHA RAKSHA/

I become the Noble Lady whose heart center
radiates light in the ten directions thus
transforming into an indestructible, protective sphere.
Vajra Raksha Raksha!

སླར་ཡང་འོད་དཀར་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་དུ་འཕྲོས། །
བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་རྒྱལ་སྲས་སྤྱན་དྲངས་གྱུར། །

LAR YANG Ö KAR CHOK CHÜ ZHING DU TRÖ/
CHOM DEN DÉ MA GYEL SÉ CHEN DRANG GYUR/

Once again, white light radiates to the buddhafields
of the ten directions becoming an invitation to the transcendent
Victress Mother and her Bodhisattva sons and daughters.

གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ཕྱི་ནང་གསང་མཆོད་འབུལ། །
སྡིག་བཤགས་དགེ་བར་ཡི་རངས་འགྲོ་དོན་སྐུལ། །
རྟོག་བཞུགས་དགེ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྔོ། །

GÜ PÉ CHAK TSEL CHI NANG SANG CHÖ BÜL/
DIK SHAK GEWAR YI RANG DRO DÖN KÜL/
TOK ZHUK GÉ KÜN JANG CHUP CHEN POR NGO/

I bow in reverence and present the inner, outer, and secret offerings.
I confess my misdeeds and rejoice in virtue. For the benefit of all beings,
I beseech you to remain eternally. I dedicate this
virtue entirely to the complete Enlightenment [of all beings].

ཚོགས་ཞིང་རང་ཐིམ་འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལྡན་ཞིང་། །
སྡུག་བསྔལ་ཀུན་བྲལ་རིས་མེད་བཏང་སྙོམས་ཤོག །
སྟོང་པའི་ངང་ལས་གནས་ཡུལ་འོག་མིན་ཞིང་། །

TSOK ZHING RANG TIM DRO KÜN DÉ DEN ZHING/
DUK NGEL KÜN DREL RI MÉ TANG NYOM SHOK/
TONG PÉ NGANG LÉ NÉ YÜL OK MIN ZHING/

The field of merit dissolves into me.
May all beings know the bliss of Dewachen,
freedom from all suffering, and unbiased equanimity.
From within the state of emptiness [appears] the sacred land of
the unexcelled Akanishta Buddhafield.

ཕོ་བྲང་རྒྱན་བཀོད་ཚད་འདས་རིན་ཆེན་གྱི། །
ལྗོན་པ་ཨུཏྤལ་ནོར་བུ་ཕྲེང་བས་མཛེས། །
དེའི་དབུས་རིན་ཆེན་ཁྲི་བཟང་པད་ཟླའི་དབུས། །

PO DRANG GYEN KÖ TSÉ DÉ RIN CHEN GYI/
JÖN PA ÜTPAL NOR BU TRENGWÉ DZÉ/
DÉ WÜ RIN CHEN TRI ZANG PÉ DÉ WÜ/

[Within Akanishta] is a palace encrusted by
innumerable jewels and evergreen trees trimmed
with exquisite garlands of utpala flowers and gems.
There, in the middle [of the palace],
sits a TAM syllable in the center of a lotus
and moon atop a magnificent jeweled throne.

ཏྃ་ཡིག་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་བྱས་ཡོངས་གྱུར། །
རང་ཉིད་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་དཀར་གསལ་མཛེས། །
ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་གཡོན་པས་པད་དཀར་འཛིན། །

TAM YIK Ö TRÖ DÖN NYI JÉ YONG GYUR/
RANG NYI YI ZHIN KHOR LO KAR SEL DZÉ/
CHAK YÉ CHOK JIN YÖN PÉ PÉ KAR DZIN/

Light emanates from the TAM syllable thereby
transforming both myself and others into the
resplendently radiant white wish-fulfilling chakra.
My right hand [rests in the gesture of] supreme
generosity; my left hand holds a white lotus flower.

ཞབས་ཟུང་སྐྱིལ་ཀྲུང་མཚན་དཔེ་འོད་ལྔ་འབར། །
རིན་ཆེན་རྒྱན་བརྒྱད་དར་གྱི་ཆས་ལྔས་བརྒྱན། །
སྤྱི་བོར་འོད་དཔག་གནས་གསུམ་ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ།

ZHAP ZUNG KYIL TRUNG TSEN PÉ Ö NGA BAR/
RIN CHEN GYEN GYÉ DAR GYI CHÉ NGÉ GYEN/
CHIWOR Ö PAK NÉ SUM OM AH HUM/

Seated with both legs in cross-legged posture and
possessing the major and minor marks of a Buddha,
[my body] radiates five-colored rainbow lights.
I am adorned with the eight jeweled ornaments and five silken garments.
Above my crown sits Amitabha and in my three places
[are the syllables] 0M, AH, and HUNG.

ཐུགས་དབུས་ཏཾ་ཡིག་དཀར་ལས་འོད་འཕྲོས་པས། །
འོག་མིན་གནས་ནས་བསྒོམས་འདྲ་དབང་ལྷར་བཅས། །
སྤྱན་དྲངས་གཉིས་མེད་དབང་སྐུར་རྒྱས་བཏབ་གྱུར། །

TUK WÜ TAM YIK KAR LÉ Ö TRÖ PÉ/
OK MIN NÉ NÉ GOM DRA WANG LHAR CHÉ/
CHEN DRANG NYI MÉ WANG KUR GYÉ TAP GYUR/

From the white TAM syllable in my heart center,
light radiates inviting the meditation deity [with whom I identify]
and the empowerment deities who abide in Akanishta.
They confer and seal the empowerment of non-duality.

ཛཿཧཱུྃ་བཾ་ཧོཿ ཨ་བྷི་ཥི་ཀ་ཏེ་ས་མ་ཡ་ཤྲཱི་ཡེ་ཧཱུྃ།

DZA HUM BAM HO/ ABHISHÉ KA TÉ SAMAYA SHRI YÉ HUM/

ཨོཾ་ཨརྒྷཾ། པཱདྱཾ། པུཥྤེ། དྷཱུ་པེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ། གནྡྷེ། ནཻ་ཝི་དྱེ། ཤཔྟ་པྲ་ཏཱིཙྪ་སྭཱ་ཧཱ།

OM VAJRA ARGHAM/ PADAM/ PUSHPE/ DRUPE/
ALOKE/GANDHE/NEWIDYE/SHAPTA PRATITTSA SVAHA/

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པདྨོ་ལ་བཏུད་དེ། །
ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །ཀྱིས་བསྟོད།

LHA DANG LHA MIN CHÖ PEN GYI/
ZHAP KYI PADMO LA TÜ DÉ/
PONG PA KÜN LÉ DRÖL DZÉ MA/
DRÖL MA YUM LA CHAK TSEL TÖ/

Praise thusly: Gods and demi-gods bow their crowns in reverence at your lotus feet. Noble lady who liberates from all adversity, I praise and prostrate to Mother Tara.

བཅོམ་ལྡན་འདས་མའི་ཐུགས་དབུས་འཁོར་ལོ་དཀར། །
ལྟེ་བར་ཏཱྃ་དང་གཡས་གཡོན་ཨོྃ་ཧཱའི་བར། །
རང་ངམ་སྒྲུབ་བྱའི་མིང་དང་ཚེ་སྔགས་མཐར། །
རྩིབས་བརྒྱད་གཡས་བསྐོར་མདུན་ནས་འབྲུ་བརྒྱད་དཀར། །
འོད་ཀྱིས་འཁོར་འདས་བརྟན་གཡོའི་བྱིན་ནུས་སྡོམས། །
བསྡུས་ཐིམ་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་མཆོག་ཐོབ་གྱུར། །

CHOM DEN DÉ MÉ TUK WÜ KHOR LO KAR/
TEWAR TAM DANG YÉ YÖN ÖM HÉ BAR/
RANG NGAM DRUP JÉ MING DANG TSÉ NGAK TAR/
TSIP GYÉ YÉ KOR DÜN NENDRU GYÉ KAR/
Ö KYI KHOR DÉ TEN YÖ JIN NÜ TOP/
DÜ TIM TSÉ WANG RINDZIN CHOK TOP GYUR/

In the Transcendent Victress's heart center is a white wheel.
In the middle of the wheel is a TAM syllable with OM and HA syllables on its right and left sides, respectively.
The TAM is encircled by my name or the names of those for whom I am dedicating the practice and by the longevity mantra.
The eight spokes of the wheel contain eight white seed syllables and the wheel rotates clockwise.
Its radiance gathers the power of blessings from the animate and inanimate in samsara and nirvana.
[As this light] dissolves into me, I attain the supreme Vidyadhara level of an awareness holder with power over longevity.

འཁོར་ལོའི་ཕྱི་རིམ་མུ་ཁྱུད་གསུམ་ལ་དབྱངས། །
གསལ་བྱེད་གཡས་གཡོན་ཕྱི་མར་ཡེ་རྷར་གཡས། །
བསྐོར་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་སེར་དམར་མཐིང་ལྗང་། །
མཆིན་ཁ་དྲུག་འཕྲོས་ལུས་གང་ཕྱིར་འཕྲོས་གྱུར། །
བར་མཚམས་ཨུཏྤལ་གསར་དུ་ཁ་བྱེ་བའི། །
འོད་ཀྱིས་ལས་བཞི་ཚེ་དཔལ་སྟོབས་བསྐྱེད་གྱུར། །

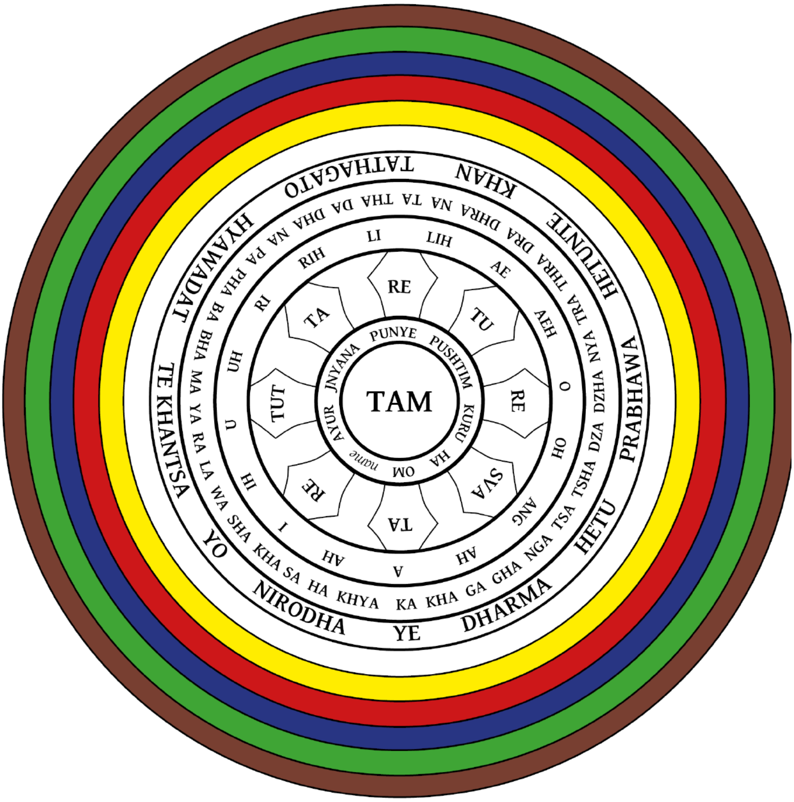
KHOR LÖ CHI RIM MU KHYÜ SUM LA YANG/
SEL JÉ YÉ YÖN CHI MAR YÉ DHAR YÉ/
KOR LÉ Ö ZER KAR SER MAR TING JANG/
CHIN KHA DRUK TRÖ LÜ GANG CHIR TRÖ GUR/
BAR TSAM UTPAL SAR DU KHA JEWÉ/
Ö KYI LÉ ZHI TSÉ PEL TOP KYÉ GYUR/

In the wheel's three outer rings, the vowels circle
clockwise, the consonants counterclockwise,
and in the outermost ring the Yedharma mantra circles clockwise.
While these rotate, rays of light in white, yellow, red, blue, green
and maroon emanate from the body in spheres.
Between the spheres are fresh blossoms of utpala flowers whose splendor
generates the four activities,

ཕྲེང་བ་ཐལ་མོ་བར་དུ་བསྒྲིལ་ལ། ཨོཾ་བ་སུ་མ་ཏི་ཤྲཱི་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་དང་།
ཨོཾ་བཛྲ་ཨ་ཙནྡྲ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་པ་གཉིས་པོ་བདུན་རེ་བཟླས་ནས་ཕུ་བཏབ།

Holding a mala between the palms of the hands, recite both seven times then blow on the mala:

OM VASU MATI SHRIYE SVAHA/ *and*
OM VAJRA AH TSANDRAYE SVAHA/



ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨ་ཡུརྫྙཱ་ན་པུཎྱེ་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་བཟླས་སོ།།

OM TARE TUTT ARE TURE MAMA AYUR JNYANA PUNYE PUSHTIM KURU SVAHA/

(Thus recite)

སྟོང་ལས་རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་ནི། །
འདོད་ཡོན་ལྔ་ལྡན་བཅོམ་ལྡན་འདས་མར་འབུལ། །
དཔལ་ལྡན་བླ་མའི་སྐུ་ཚེ་རྒྱལ་བསྟན་རྒྱས། །
དེ་མཐུས་སྦྱིན་བདག་འགྲོ་ཀུན་ཚེ་སྤེལ་མཛོད། །
ཅེས་མཆོད། གཏོར་མ་འབུལ། མདུན་མསྐྱེད་མཎྜལ་ལ་དམིགས་ཏེ།

TONG LÉ RIN CHEN NÖ DU TOR MA NI/
DÖ YÖN NGA DEN CHOM DEN DÉ MAR BÜL/
PENDEN LA MÉ KU TSÉ GYEL TEN GYÉ/
DÉ TÜ JIN DAK DRO KÜN TSÉ PEL DZÖ/

From emptiness [arises] the jeweled vessel of the
torma endowed with the five sensory pleasures.
I offer it to Tara, the Transcendent Victress.
The lives of the glorious lamas and the doctrine of the Victorious One
thrive and thus, the vitality of benefactors and the lifespans of all beings increase.

(Thus offer the torma. In front of oneself, visualize a mandala.)

མདུན་གྱི་མཎྜལ་ཕུན་ཚོགས་བཀོད་པའི་ཞིང་། །
ལྟ་ན་སྡུག་དབུས་ཨུ་དུམ་འབར་བའི་སྟེང་། །
བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་མཚན་དཔེས་གཟི་བརྗིད་འབར། །
ཞལ་གཅིག་སྤྱན་བདུན་ཕྱག་གཡས་མཆོད་སྦྱིན་དང་། །
གཡོན་པས་ཨུཏྤལ་དར་དང་རིན་ཆེན་བརྒྱན། །

DÜN GYI MANDAL PÜN TSOK KÖ PÉ ZHING/
TA NA DUK WÜ U DUM BARWÉ TENG/
CHOM DEN DÉ MA TSEN PÉ ZI JI BAR/
ZHEL CHIK CHEN DÜN CHAK YÉ CHÖ JIN DANG/
YÖN PÉ ÜTPAL DAR DANG RIN CHEN GYEN/

Before me is a mandala exquisitely arranged as a buddhafield.
Atop the center of an udumwara flower sits the Transcendent Conqueress,
so lovely to behold, whose major and minor marks glow with splendor.
She has a single face and seven eyes.
Her right hand [is in the mudra of generosity and her left [holds] an utpala flower.
She is adorned with silken garments and precious jewels.

སྤྱི་བོར་འོད་དཔག་གནས་གསུམ་ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ།
ཐུགས་དབུས་ཏཱྃ་ལས་འོད་འཕྲོས་འོག་མིན་ནས། །
བསྒོམ་འདྲ་སྤྱན་དྲངས་གཉིས་མེད་ཐིམ་པར་གྱུར། །

CHIWOR Ö PAK NÉ SUM OM AH HUM/
TUK WÜ TAM LÉ Ö TRÖ OK MIN NÉ/
GOM DRA CHEN DRANG NYI MÉ TIM PAR GYUR/

Above her crown [sits] Amitabha and in her three places are [the syllables] OM, AH, and HUNG. Light radiates from the TAM in her heart center inviting [the deity] resembling her from Akanishta, who then inseparably absorbs.

ཨོཾ་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་རྒྱལ་བ་སྲས། །
མི་ཕྱེད་དད་སྟོབས་སྤྱན་དྲངས་ན། །
བརྩེ་ཆེན་ཐུགས་རྗེས་དགོངས་ལ་གཤེགས། །
ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛ་ཏིཥྛ་ལྷན།

OM CHOM DEN DÉ MA GYELWA SÉ/
MI CHÉ DÉ TOP CHEN DRANG NA/
TSÉ CHEN TUK JÉ GONG LA SHEK/
OM ARYA TARE VAJRA SAMA YA DZA TISHTA LHEN/

OM. Transcendent Victress, Buddhas, and Bodhisattvas, when I invite you with the power of indivisible faith, please come and care for me with great love and compassion!

མཆོད་པ་ནི།

Offerings:

ཨོཾ་དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྤྲུལ་མཆོད་པའི་རྫས། །ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན། །
མཆོད་ཡོན་ཞབས་བསིལ་མེ་ཏོག་སྤོས། །མར་མེ་དྲི་ཆབ་ཞལ་ཟས་རོལ། །
འདོད་ཡོན་རྣམ་ལྔ་རྒྱལ་སྲིད་རྟགས། །ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཀུན་བཟང་གི །
མཆོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཚོ་འཕགས་ཚོགས་མཆོད། །

OM NGÖ JOR YI TRÜL CHÖ PÉ DZÉ/
CHI NANG SANGWA DÉ KHO NA/
CHÖ YÖN ZHAP SIL MÉ TOK PÖ/
MAR MÉ DRI CHAP ZHEL ZÉ RÖL/
DÖ YÖN NAM NGA GYEL SI TAK/
LHA MI PENJOR KÜN ZANG GI/
CHÖ TRIN GYA TSO PAK TSOK CHÖ/

OM. To the supremely noble assembly,
I offer actual and imaginary substances [including the]
outer, inner, secret, and suchness,
water for drinking and bathing, flowers, incense, butter lamps,
fragrance, food, and music, the five sorts of sensory pleasures,
the attributes of royalty, [auspicious] symbols, the prosperity and glory of
gods and humans, and Samantabhadra's oceans of offering clouds.

ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་ས་པ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ། པཱདྱཾ། པུཥྤེ། དྷཱུ་པེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ། གནྡྷེ། ནཻ་ཝི་དྱེ། ཤབྡ་པྲ་ཏཱིཙྪ་སྭཱ་ཧཱ།
རཱུ་པ། ཤབྡ། གནྡྷེ། རས། སྤརྴ་ནེ་རཏྣ་མངྒ་ལ་པཱུ་ཛ་ཧོཿ

OM ARYA TARE SAPARI WARA
ARGHAM/ PADAM/ PUSHPE/ DRUPE/ALOKE/GANDHE/NEWIDYE/SHAPTA
PRATITTSA SVAHA/

RUPA/ SHAPTA/ GANDHE/ RASA SPARSHANAM
RATNA MANGALA PUDZA HO/

མཎྜལ་འབུལ་བ་ནི།

The mandala offering:

རི་རབ་གླིང་བཞི་གླིང་ཕྲན་འཁོར་ཡུག་བཅས། །
ལྷ་གནས་སྟོང་གསུམ་མི་མཇེད་རྣམ་སྣང་བརྒྱན། །
བདག་པོས་བཟུང་དང་མ་བཟུང་དངོས་པོ་ཀུན། །
བདག་བློས་བླངས་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་མར་འབུལ། །
རཏྣ་མཎྜལ་པཱུ་ཛ་མེ་གྷ་ལ་ཨ་ཧཱུྃ།

RI RAP LING ZHI LING TREN KHOR YUK CHÉ/
LHA NÉ TONG SUM MI JÉ NAM NANG GYEN/
DAK PÖ ZUNG DANG MA ZUNG NGÖ PO KÜN/
DAK LÖ LANG TÉ CHOM DEN DÉ MAR BÜL/
RATNA MANDALA PUDZA MÉ GHA LA A HUM/

I mentally acquire Mt. Meru, the four continents and subcontinents with their surrounding wall, the divine realms, the 3,000-fold universe ornamented by Vairocana, all things I possess as well as those not in my possession: I offer these to the Transcendent Victress.

ས་གཞི་སྤོས་ཆུས་བྱུག་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ། །
རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་འདི། །
སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །
འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྤྱོད་པར་ཤོག །ཅེས་འབུལ།

SA ZHI PÖ CHÜ JUK SHING MÉ TOK TRAM/
RI RAP LING ZHI NYI DÉ GYEN PA DI/
SANG GYÉ ZHING LA MIK TÉ PÜLWA YI/
DRO KÜN NAM DAK ZHING DU CHÖ PAR SHOK/

[By virtue of my] mental offering of this buddhafield ornamented by Mt. Meru, the four continents, and the sun and moon with a ground anointed by fragrant water and strewn with flowers, may all beings delight in the pure realms. *(Thus offer.)*

རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་། །ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །
རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

JÉ TSÜN PAK MA DRÖL MA DANG/
CHOK CHU DÜ SUM ZHUK PA YI/
GYELWA SÉ CHÉ TAM CHÉ LA/
KÜN NÉ DANGWÉ CHAK TSEL LO/

Noble Arya Tara and all the Buddhas and Bodhisattvas abiding in the ten directions and the three times, I prostrate to you with utter sincerity.

མེ་ཏོག་བདུག་སྤོས་མར་མེ་དྲི། །ཞལ་ཟས་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ། །
དངོས་འབྱོར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྲུལ་ནས་འབུལ། །འཕགས་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ། །

MÉ TOK DUK PÖ MAR MÉ DRI/
ZHEL ZÉ RÖL MO LA SOK PA/
NGÖ JOR YI KYI TRÜL NÉ BÜL/
PAK MÉ TSOK KYI ZHÉ SU SÖL/

I visualize offerings of actual and imaginary flowers, incense, butter lamps, perfume, feasts, music, and so forth. Retinue of Arya Tara, please accept them!

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྔ། །
སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི། །སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། །

TOK MA MÉ NÉ DA TÉ BAR/
MI GÉ CHU DANG TSAM MÉ NGA/
SEM NI NYÖN MONG WANG GYUR PÉ/
DIK PA TAM CHÉ SHAK PAR GYI/

I confess the ten non-virtues, the five inexpiable transgressions, the afflictive emotions habituated by the mind, and my every misdeed from beginningless time until today.

ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས། །
དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པའི། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་། །

NYEN TÖ RANG GYEL JANG CHUP SEM/
SO SO KYEWO LA SOK PÉ/
DÜ SUM GEWA CHI SAK PÉ/
SÖ NAM LA NI DAK YI RANG/

I rejoice in the merit of all virtues accumulated in
the three times by the Hearers, Solitary Realizers,
Bodhisattvas, ordinary people, and so forth.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །བློ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བར། །
ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་དུ་གསོལ། །

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG/
LO YI JÉ DRAK JI TAWAR/
CHÉ CHUNG TÜN MONG TEK PA YI/
CHÖ KYI KHOR LO KOR DU SÖL/

Please turn the wheel of the Dharma of the greater,
lesser, and common vehicles according to the
varied thoughts and intellectual capacities of sentient beings.

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོང་བར། །མྱ་ངན་མི་འདའ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས། །
སྡུག་བསྔལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། །

KHORWA JI SI MA TONG BAR/
NYA NGEN MI DA TUK JÉ YI/
DUK NGEL GYA TSOR JINGWA YI/
SEM CHEN NAM LA ZIK SU SÖL/

As long as samsara remains, please do not pass into
Nirvana but look with compassion upon sentient
beings who are sinking in the ocean of suffering!

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས། །
རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག །

DAK GI SÖ NAM CHI SAK PA/
TAM CHÉ JANG CHUP GYUR GYUR NÉ/
RING POR MI TOK DROWA YI/
DREN PÉ PEL DU DAK GYUR CHIK/

Whatever merit I have amassed is the cause of enlightenment.
Thus, before too long,
may I become a glorious guide to transient beings.

གཏོར་མ་བསང་སྦྱང་།

Purification and refinement of the torma:

ཨོཾ་ཨ་བིགྷྣཱན་ཏ་ཀྲྀཏ་ཧཱུྃ་ཕཊ། ཁྲིས་བསང་།
ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷ་སརྦ་དྷརྨ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོ྅ཧཾ། ཁྲིས་སྦྱང་།

Purification: **OM AH BIGHNAN TA KRITTA HUNG PHET/**
Refinement: **OM SVABHAWA SHUDDHA SARVA DHARMA SVABHAWA SHUDDHO HAM/**

རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་བདུད་རྩིའི་བཅུད། །
འཕགས་མར་འབུལ་ལོ་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་མཛད་གསོལ། །

RIN CHEN NÖ DU TOR MA DÜ TSI CHÜ/
PAK MAR BÜL LO PENJOR GYÉ DZÉ SÖL/

I offer the torma of an elixir of ambrosial nectar in
a jeweled vessel to Arya Tara and pray that glory,
wealth, and prosperity will proliferate!

ཕྱག་འཚལ་ཉེར་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་ནི།

Homage to the 21 Taras:

ཨོཾ་རྗེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

OM JÉ TSÜN MA PAK MA DRÖL MA LA CHAK TSEL LO/

OM. Homage to Noble Arya Tara!

ཕྱག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་མྱུར་མ་དཔའ་མོ། །སྤྱན་ནི་སྐད་ཅིག་གློག་དང་འདྲ་མ། །
འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། །གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ། །

CHAK TSEL DRÖL MA NYUR MA PA MO/
CHEN NI KÉ CHIK LOK DANG DRA MA/
JIK TEN SUM GÖN CHU KYÉ ZHEL GYI/
GÉ SAR JEWA LÉ NI JUNG MA/

(1) I bow in reverence to you, transcendent swift heroine,
whose eyes flash instantaneously like
lightening. Emerging from countless blossoms,
you are born from the teardrops on the lotus face of Chenrezig,
Lord of the three worlds.

ཕྱག་འཚལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀུན་ཏུ། །གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྩེགས་པའི་ཞལ་མ། །
སྐར་མ་སྟོང་ཕྲག་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱི། །རབ་ཏུ་ཕྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

CHAK TSEL TÖN KÉ DAWA KÜN TU/
GANGWA GYA NI TSEK PÉ ZHEL MA/
KAR MA TONG TRAK TSOK PA NAM KYI/
RAP TU CHEWÉ Ö RAP BAR MA/

(2) I bow in reverence to you whose face is like one
hundred full Autumnal moons combined,
shining with the resplendent radiance of thousands of galaxies of stars.

ཕྱག་འཚལ་སེར་སྔོ་ཆུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི། །པདྨས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །
སྦྱིན་པ་བརྩོན་འགྲུས་དཀའ་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

CHAK TSEL SER NGO CHU NÉ KYÉ KYI/
PEMÉ CHAK NI NAM PAR GYEN MA/
JIN PA TSÖN DRÜ KA TUP ZHIWA/
ZÖ PA SAM TEN CHÖ YÜL NYI MA/

(3) I bow in reverence to you, golden Tara.
Born from a blue water lily with hands perfectly
embellished by lotus flowers you embody generosity,
diligence, asceticism, tranquility, patience, meditative equipoise,
and the complete sphere of [Dharma] practice.

ཕྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་སྤྱོད་མ། །
མ་ལུས་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ། །

CHAK TSEL DÉ ZHIN SHEK PÉ TSUK TOR/
TA YÉ NAM PAR GYELWA CHÖ MA/
MA LÜ PA RÖL CHIN PA TOP PÉ/
GYELWÉ SÉ KYI SHIN TU TEN MA/

(4) I bow in reverence to you, the crown of the Tathagatas,
whose infinite deeds are all-victorious,
who has attained the complete perfections, and
upon whom the children of the Conquerors wholly rely.

ཕྱག་འཚལ་ཏུཏྟཱ་ར་ཧཱུྃ་ཡི་གེ། །འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །
འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགུགས་པར་ནུས་མ། །

CHAK TSEL TUTTARA HUM YI GÉ/
DÖ DANG CHOK DANG NAM KHA GANG MA/
JIK TEN DÜN PO ZHAP KYI NEN TÉ/
LÜ PA MÉ PAR GUK PAR NÜ MA/

(5) I bow in reverence to you whose syllables TUTTARA and HUNG
pervade the desire realm and space in every direction.
With your feet stomping upon the seven worlds,
you have the capacity to summon all beings.

ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །རླུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱུག་མཆོད་མ། །
འབྱུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་ཟ་རྣམས་དང་། །གནོད་སྦྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ། །

CHAK TSEL GYA JIN MÉ LHA TSANG PA/
LUNG LHA NA TSOK WANG CHUK CHÖ MA/
JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG/
NÖ JIN TSOK KYI DÜN NÉ TÖ MA/

(6) I bow in reverence to you who are venerated by
Indra, Agni, Brahma, Vayudeva, Vishnu, and
Ishvara and praised before multitudes of harmful spirits,
raised corpses, scent-eating gandharvas, and malevolent yakshas.

ཕྱག་འཚལ་ཏྲཊ་ཅེས་བྱ་དང་ཕཊ་ཀྱིས། །ཕ་རོལ་འཁྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཇོམས་མ། །
གཡས་བསྐུམ་གཡོན་བརྐྱང་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །མེ་འབར་འཁྲུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །

CHAK TSEL TRAT CHÉ JA DANG PAT KYI/
PA RÖL TRÜL KHOR RAP TU JOM MA/
YÉ KUM YÖN KYANG ZHAP KYI NEN TÉ/
MÉ BAR TRUK PA SHIN TU BAR MA/

(7) I bow in reverence to you whose TRAD and PHET
completely annihilate enemies' malefic wheels of confusion.
With your right leg bent and your left leg extended and subduing,
you ignite, set ablaze in a raging fire.

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས། །བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །
ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །དགྲ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །

CHAK TSEL TU RÉ JIK PA CHEN PÖ/
DÜ KYI PAWO NAM PAR JOM MA/
CHU KYÉ ZHEL NI TRO NYER DEN DZÉ/
DRAWO TAM CHÉ MA LÜ SÖ MA/

(8) I bow in reverence to you, the great fearsome
one, whose TURE conquers intrepid demons.
With a wrathful scowl on your lotus face,
you slay all foes without exception.

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

CHAK TSEL KÖN CHOK SUM TSÖN CHAK GYÉ/
SOR MÖ TUK KAR NAM PAR GYEN MA/
MA LÜ CHOK KYI KHOR LÖ GYEN PÉ/
RANG GI Ö KYI TSOK NAM TRUK MA/

(9) I bow in reverence to you whose hand beautifully adorns your heart in the mudra symbolizing the triple gem; ornamented by a wheel that radiates your swirling light in every direction.

ཕྱག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྗིད་པའི། །དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཕྲེང་བ་སྤེལ་མ། །
བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུཏྟ་ར་ཡིས། །བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །

CHAK TSEL RAP TU GAWA JI PÉ/
WU GYEN Ö KYI TRENGWA PEL MA/
ZHÉ PA RAP ZHÉ TUTTARA YI/
DÜ DANG JIK TEN WANG DU DZÉ MA/

(10) I bow in reverence to you, supremely joyful one, whose crown emits a garland of majestic light. By jubilantly laughing, "TUTTARE", you subjugate all Maras and their worlds.

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །ཐམས་ཅད་འགུགས་པར་ནུས་པ་ཉིད་མ། །
ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་ཧཱུྃ་གིས། །ཕོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲོལ་མ། །

CHAK TSEL SA ZHI KYONGWÉ TSOK NAM/
TAM CHÉ GUK PAR NÜ PA NYI MA/
TRO NYER YOWÉ YI GÉ HUM GI/
PONG PA TAM CHÉ NAM PAR DRÖL MA/

(11) I bow in reverence to you who summons the entire council of Earth's protectors. As your wrathful frown trembles, you liberate the impoverished from all adversity with [the syllable] HUNG.

ཕྱག་འཚལ་ཟླ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱན། །བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །
རལ་པའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

CHAK TSEL DAWÉ DUM BÜ WU GYEN/
GYEN PA TAM CHÉ SHIN TU BAR MA/
REL PÉ TRÖ NA Ö PAK MÉ LÉ/
TAK PAR SHIN TU Ö RAP DZÉ MA/

(12) I bow in reverence to you whose crown is haloed by a crescent moon and ornaments of gleaming brilliance. From your coiled locks of hair, Amitabha’s radiant light eternally shines.

ཕྱག་འཚལ་བསྐལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །འབར་བའི་ཕྲེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །
གཡས་བརྐྱང་གཡོན་བསྐུམ་ཀུན་ནས་བསྐོར་དགའི། །དགྲ་ཡི་དཔུང་ནི་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །

CHAK TSEL KEL PA TA MÉ MÉ TAR/
BARWÉ TRENGWÉ WÜ NA NÉ MA/
YÉ KYANG YÖN KUM KÜN NÉ KOR GÉ/
DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA/

(13) I bow in reverence to you who abides amidst garlands blazing like the flames at the end of a cosmic era. With your right leg extended and your left drawn in, joy envelops you who annihilates legions of enemies.

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི །མཐིལ་གྱིས་བསྣུན་ཅིང་ཞབས་ཀྱིས་བརྡུང་མ། །
ཁྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་ཧཱུྃ་གིས། །རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགེམས་མ། །

CHAK TSEL SA ZHI NGÖ LA CHAK GI/
TIL GYI NÜN CHING ZHAP KYI DUNG MA/
TRO NYER CHEN DZÉ YI GÉ HUM GI/
RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA/

(14) I bow in reverence to you whose palm strikes the ground beside you and whose feet stomp upon the Earth. Frowning wrathfully, with the HUNG syllable you destroy the seven levels.

ཕྱག་འཚལ་བདེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ། །མྱ་ངན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །
སྭཱ་ཧཱ་ཨོཾ་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། །སྡིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་ཉིད་མ། །

CHAK TSEL DÉ MA GÉ MA ZHI MA/
NYA NGEN DÉ ZHI CHÖ YÜL NYI MA/
SA HA OM DANG YANG DAK DEN PÉ/
DIK PA CHEN PO JOM PA NYI MA/

(15) I bow in reverence to you who are blissful, virtuous, and peaceful, and whose domain is the tranquility of Nirvana. Armed with the perfections of SVAHA and OM, you conquer great evils.

ཕྱག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐོར་རབ་དགའ་བའི། །དགྲ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགེམས་མ། །
ཡི་གེ་བཅུ་པའི་ངག་ནི་བཀོད་པའི། །རིག་པ་ཧཱུྃ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ། །

CHAK TSEL KÜN NÉ KOR RAP GAWÉ/
DRA YI LÜ NI RAP TU GEM MA/
YI GÉ CHU PÉ NGAK NI KÖ PÉ/
RIK PA HUM LÉ DRÖL MA NYI MA/

(16) I bow in reverence to you who, surrounded by the profoundly joyful ones, utterly destroys the bodies of all enemies. You liberate through your ten-syllable mantra and the intrinsic awareness of HUNG.

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྡབས་པས། །ཧཱུྃ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །
རི་རབ་མནྡ་ར་དང་འབིགས་བྱེད། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

CHAK TSEL TU RÉ ZHAP NI DAP PÉ/
HUM GI NAM PÉ SA BÖN NYI MA/
RI RAP MANDA RA DANG BIK JÉ/
JIK TEN SUM NAM YOWA NYI MA/

(17) I bow in reverence to you who stomps your feet with "TURE!" Your seed syllable is itself an aspect of HUNG that rattles the mountains of Meru, Mandhara, Vindhya, and all three worlds.

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །རི་དྭགས་རྟགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྣམས་མ། །
ཏཱ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཕཊ་ཀྱི་ཡི་གེས། །དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །

CHAK TSEL LHA YI TSO YI NAM PÉ/
RI DAK TAK CHEN CHAK NA NAM MA/
TA RA NYI JÖ PAT KYI YI GÉ/
DUK NAM MA LÜ PAR NI SEL MA/

(18) I bow in reverence to you who holds a rabbit-marked moon like a celestial lake in your hand. By twice proclaiming, "TARA" then the syllable PHET, you thoroughly eliminate all poisons.

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། །
ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བ་བརྗིད་ཀྱིས། །རྩོད་དང་རྨི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །

CHAK TSEL LHA YI TSOK NAM GYEL PO/
LHA DANG MIAM CHI YI TEN MA/
KÜN NÉ GO CHA GAWA JI KYI/
TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA/

(19) I bow in reverence to you who are venerated by the kings of the divine assembly, the Gods themselves, and the centaur-like Kinnaras. Armed with all-pervasive, resplendent joy, you dispel all conflicts and nightmares.

ཕྱག་འཚལ་ཉི་མ་ཟླ་བ་རྒྱས་པའི། །སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །
ཧ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུཏྟཱ་ར་ཡིས། །ཤིན་ཏུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

CHAK TSEL NYI MA DAWA GYÉ PÉ/
CHEN NYI PO LA Ö RAP SEL MA/
HA RA NYI JÖ TUTTA RA YI/
SHIN TU DRAK PÖ RIM NÉ SEL MA/

(20) I bow in reverence to you whose eyes are both the sun and the full moon glowing with brilliant luminosity. By twice proclaiming, "HARA" then the syllable TUTTARA, you cure all epidemic diseases.

ཕྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། །
གདོན་དང་རོ་ལངས་གནོད་སྦྱིན་ཚོགས་རྣམས། །འཇོམས་པ་ཏུ་རེ་རབ་མཆོག་ཉིད་མ། །

CHAK TSEL DÉ NYI SUM NAM KÖ PÉ/
ZHIWÉ TU DANG YANG DAK DEN MA/
DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSOK NAM/
JOM PA TU RÉ RAP CHOK NYI MA/

(21) I bow in reverence to you, manifestation of the
three realities who possesses the power to utterly pacify.
You who abolish the hordes of malevolent spirits, raised corpses,
and demon yakshas with TURE, most exalted Mother, you are supreme!

རྩ་བའི་སྔགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འདི་དང་། །
ཕྱག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག །

TSAWÉ NGAK KYI TÖ PA DI DANG/
CHAK TSELWA NI NYI SHU TSA CHIK/

This is the root mantra's praise and the twenty-one
hymns of homage.

End of Homage to the 21 Taras

འཕགས་སྒྲོལ་ཐུགས་རྗེས་བདག་འགྲོ་སྒྲིབ་གཉིས་སྦྱང་། །
ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་ཏེ་སྐྱེ་ཀུན་འཇིགས་བརྒྱད་བཅུས། །
མི་མཐུན་ཞི་སྟེ་བསྒྲུབ་བསོད་ཆོས་འབྱོར་རྒྱས། །
འགྲོ་ཀུན་འཇིགས་སྒྲོལ་ཁྱོད་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཤོག །

PAK DRÖL TUK JÉ DAK DRO DRIP NYI JANG/
TSOK NYI DZOK TÉ KYÉ KÜN JIK GYÉ CHÜ/
MI TÜN ZHI TÉ DRUP SÖ CHÖ JOR GYÉ/
DRO KÜN JIK DRÖL KHYÖ ZHIN SANG GYÉ SHOK/

Noble Arya Tara, with compassion for myself and all transient beings,
you purify our obscurations so we may perfect the two accumulations.
In every lifetime, you pacify disturbances [arising from] the eight and ten fears.
Having attained merit, Dharma teachings and wealth proliferate.
May all beings be rescued from danger and achieve your enlightened state!

ཅེས་སྔགས་བཟླས་ན།
འཕགས་མའི་ཐུགས་ཀར་ཏྃ་དཀར་སྔགས་ཕྲེང་འཁོར། །
འོད་འཕྲོས་དོན་བྱས་ཚེ་དཔལ་རྒྱས་པར་གྱུར། །

PAK MÉ TUK KAR TAM KAR NGAK TRENG KHOR
Ö TRÖ DÖN JÉ TSÉ PEL GYÉ PAR GYUR

While reciting the mantra ... In Arya Tara's heart sits a
white TAM encircled by the mantra garland. Its
radiant light accomplishes [every] purpose
enhancing longevity and glory.

ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨ་ཡུརྫྙཱ་ན་པུཎྱེ་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་བཟླས།

OM TARE TUTT ARE TURE MAMA AYUR JNYANA PUNYE PUSHTIM KURD SVAHA *(Thus recite.)*

སྐྱབས་བདུན་མ་ནི།

The Seven Verses of Supplication to Tara for Protection:

མ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་དབྱིངས་ན། །ཡུམ་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་བཞུགས། །
དེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྟེར་མ། །བདག་འཇིགས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱབས་ཏུ་གསོལ། །

MA KYEWA MÉ PÉ CHÖ YING NA/
YUM JÉ TSÜN LHA MO DRÖL MA ZHUK/
DÉ SEM CHEN KÜN LA DÉ TER MA/
DAK JIK PA KÜN LÉ KYAP TU SÖL/

Exalted Mother Goddess Tara,
residing in the unborn empty expanse of Dharmadhatu
who bestows bliss upon every sentient being,
please protect me from all danger!

རང་ཆོས་སྐུ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པར། །སེམས་ཉོན་མོངས་དབང་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །
མ་འཁོར་བར་འཁྱམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ། །ཡུམ་ལྷ་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱབས་ཏུ་གསོལ། །

RANG CHÖ KU YIN PAR MA SHÉ PAR/
SEM NYÖN MONG WANG DU GYUR PA YI/
MA KHORWAR KHYAM PÉ SEM CHEN LA/
YUM LHA MO KHYÖ KYI KYAP TU SÖL/

Since mother sentient beings are unaware that
they themselves are the Dharmakaya,
their minds are navigated by afflictive emotions
as they wander adrift through cyclic existence.
Mother Goddess, please protect them!

ཆོས་སྙིང་ནས་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར། །ཐ་སྙད་ཚིག་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །
གྲུབ་མཐའ་ངན་པས་བསླུས་པ་ལ། །ཡུམ་ཡང་དག་གི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

CHÖ NYING NÉ GYÜ LA MA KYÉ PAR/
TA NYÉ TSIK GI JÉ DRANG NÉ/
DRUP TA NGEN PÉ LÜ PA LA/
YUM YANG DAK GI LHA MÖ KYAP TU SÖL/

Dharma has not yet arisen from the depths of some [beings'] hearts. By adhering to mundane words, they are deceived by erroneous philosophies. Authentic Mother Goddess, please protect them!

རྟོགས་པར་དཀའ་བ་རང་གི་སེམས། །མཐོང་ནས་གོམས་པར་མི་བྱེད་པར། །
བྱ་བ་ངན་པས་གཡེངས་པ་ལ། །ཡུམ་དྲན་པའི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

TOK PAR KAWA RANG GI SEM/
TONG NÉ GOM PAR MI JÉ PAR/
JAWA NGEN PÉ YENG PA LA/
YUM DREN PÉ LHA MÖ KYAP TU SÖL/

Having seen the nature of mind itself, so difficult to recognize, some still do not habituate it but remain distracted by negative activities. Mindful Mother Goddess, please protect them!

སེམས་རང་བྱུང་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལ། །གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །
ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བཅིངས་པ་རྣམས། །ཐུགས་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

SEM RANG JUNG NYI MÉ YÉ SHÉ LA/
NYI SU DZIN PÉ BAK CHAK KYI/
JI TAR JÉ KYANG CHING PA NAM/
TUK NYI MÉ KYI LHA MÖ KYAP TU SÖL/

Regardless of what they do, some remain shackled by their habitual pattern of dualistic grasping at the

self-arisen mind of nondual wisdom. Goddess of
the mind of nonduality, please protect them!

ཡང་དག་གི་དོན་ལ་གནས་བྱས་ཀྱང་། །རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མི་ཤེས་པས། །
ཤེས་བྱའི་དོན་ལ་རྨོངས་པ་ལ། །ཡུམ་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

YANG DAK GI DÖN LA NÉ JÉ KYANG/
GYU DRÉ KYI TEM DREL MI SHÉ PÉ/
SHÉ JÉ DÖN LA MONG PA LA/
YUM KÜN KHYEN GYI LHA MÖ KYAP TU SÖL/

Although they dwell in the absolute truth,
some are ignorant of the interdependence of cause and effect
and confused by the meaning of that which should be understood.
Omniscient Mother Goddess, please protect them!

སྤྲོས་བྲལ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །ཐམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱིས། །
ད་དུང་སློབ་མའི་གང་ཟག་ལ། །ཡུམ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

TRÖL DREL NAM KHÉ TSEN NYI CHEN/
TAM CHÉ DÉ DANG YER MÉ KYI/
DA DUNG LOP MÉ GANG ZAK LA/
YUM DZOK SANG GYÉ KYI KYAP TU SÖL/

Certain individual disciples [do not yet comprehend that]
by possessing an innate spacelike nature free of mental concepts,
all phenomena are inseparable from space.
Perfectly enlightened Mother, please protect them!

ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏ་རེ་ས་པ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ། པཱདྱཾ། པུཥྤེ། དྷཱུཔེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ། གནྡྷེ། ནཻ་ཝི་དྱེ། ཤབྡ་པྲ་ཏཱིཙྪ་སྭཱ་ཧཱ།

OM ARYA TARE SAPARI WARA
ARGHAM/ PADAM/ PUSHPE/ DRUPE/ALOKE/GANDHE/NEWIDYE/SHAPTA
PRATITTSA SVAHA/

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པདྨོ་ལ་བཏུད་དེ། །
ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །

LHA DANG LHA MIN CHÖ PEN GYI/
ZHAP KYI PADMO LA TÜ DÉ/
PONG PA KÜN LÉ DRÖL DZÉ MA/
DRÖL MA YUM LA CHAK TSEL TÖ/

Gods and demigods bow their crowns in reverence
at your lotus feet. Noble Lady who liberates from all
adversity, I praise and prostrate to Mother Tara.

ཡིག་གེ་བརྒྱ་པ་ནི།

The one-hundred-syllable mantra:

ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་ས་མ་ཡ་མ་ནུ་པཱ་ལ་ཡ། ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་ཏེ་ནོ་པ་ཏིཥྛ། དྲི་ཌྷོ་མེ་བྷ་ཝ། སུ་ཏོཥྱོ་མེ་བྷ་ཝ། སུ་པོཥྱོ་མེ་བྷ་ཝ། ཨ་ནུ་རཀྟོ་མེ་བྷ་ཝ། སརྦ་སིདྡྷིཾ་མྨེ་པྲ་ཡཙྪ། སརྦ་ཀརྨ་སུ་ཙ་མེ་ཙིཏྟཾ་ཤྲེ་ཡ་ཀུ་རུ་ཧཱུྃ། ཧ་ཧ་ཧ་ཧ་ཧོཿ བྷ་ག་ཝ་ཏི། ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་མཱ་མེ་མུཉྩ། ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་བྷ་ཝ་མ་ཧཱ་ས་མ་ཡ་ས་ཏྭ་ཨཿ ཞེས་ལན་གསུམ།

OM ARYA TARE SAMAYA MANU PALAYA/
ARYA TARE TVE NOPA TISHTA/ DRIDHO ME BRAWA/
SUTOKYO ME BHAWA/ SUPOKYO ME BHAWA/
ANURAKTO ME BHAWA/ SARWA SIDDHIMME PRAYATTSA/
SARWA KARMASU TSA ME TSITTAM SHREYA KURU HUNG/
HA HA HA HA HO/ BHAGA WATI/ ARYA TARE MA ME MUNT SA/
ARYA TARE BHAWA MAHA SAMAYA SATTVA AH/
(Repeat three times)

མ་འབྱོར་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་དང་། །བདག་བློ་རྨོངས་པའི་དབང་གིས་ནི། །
ནོངས་པ་གང་མཆིས་བཟོད་མཛོད་ལ། །དངོས་གྲུབ་དམ་པ་སྩོལ་བར་རིགས། །

MA JOR YONG SU MA DRUP DANG/
DAK LO MONG PÉ WANG GI NI/
NONG PA GANG CHI ZÖ DZÖ LA/
NGÖ DRUP DAM PA TSÖLWAR RIK/

Since you have pardoned repeated mistakes arising
from [my] deficiencies, lack of attainment,
and my own foolishness, accordingly,
it is certain that you will bestow the sacred siddhis!

ཨོཾ་འདིར་ནི་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འཁོར་བ་སྲིད་དུ་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །
ནད་མེད་ཚེ་དང་དབང་ཕྱུག་སོགས། །མཆོག་རྣམས་ལེགས་པར་སྩལ་དུ་གསོལ། །

OM DIR NI TEN DANG LHEN CHIK TU/
KHORWA SI DU ZHUK NÉ KYANG/
NÉ MÉ TSÉ DANG WANG CHUK SOK/
CHOK NAM LEK PAR TSEL DU SÖL/

OM! Although we now simultaneously reside in
cyclic existence, please impart a healthy life free of
illness [as well as] power, prosperity, and so forth,
and the supreme siddhi!

ཨོཾ་ཁྱེད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་མཛད། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །
སངས་རྒྱས་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་། །སླར་ཡང་འབྱོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

OM KHYÉ KYI SEM CHEN DÖN KÜN DZÉ/
JÉ SU TÜN PÉ NGÖ DRUP TSÖL/
SANG GYÉ YÜL DU SHEK NÉ KYANG/
LAR YANG JÖN PAR DZÉ DU SÖL/

Your every achievement is for the sake of sentient beings' welfare.
[Accordingly], please confer [upon us] favorable siddhis.
Although you have departed for the Buddha realm,
I beseech you to appear here once again.

བཛྲ་མུ། བདག་མདུན་ཡེ་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས།
དམ་ཚིག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

BAJRA MU/ DAK DÜN YÉ SHÉ PA RANG ZHIN GYI YING SU SHEK/
DAM TSIK PA RANG LA TIM PAR GYUR/

VAJRA MU! Spontaneously, the wisdom deity
before me retreats into space and the samaya being
dissolves into herself.

རྒྱལ་མཚན་རྩེ་མོ་དབང་རྒྱལ་ལྟར། །ལྷ་མིའི་མཆོད་པས་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད། །
བླ་མ་ལྷ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །བདག་གིས་བསྙེན་བསྒྲུབ་མཆོད་པ་ཡིས། །
དགེ་བས་འགྲོ་མྱུར་ཁྱོད་འགྲུབ་ཤོག ། ཅེས་བསྔོ་བར་བྱའོ།།

GYEL TSEN TSÉ MO WANG GYEL TAR/
LHA MÖ CHÖ PÉ NGÖ DRUP TER/
LA MA LHA YI TRA SHI SHOK/
DAK GI NYEN DRUP CHÖ PA YI/
GEWÉ DRO NYUR KHYÖ DRUP SHOK/

Like a wish-granting jewel, through gods' and
humans' veneration of gurus and deities,
may we gain the siddhis and may all be auspicious!
By the virtue of my recitation, accomplishments, and veneration,
may transient beings quickly actualize you! (Thus dedicate.)

དེ་ལྟར་སྒྲོལ་ཆོག་མཐུལ་བསྡུས་པ་འདི་ཉིད། རྟོགས་ལྡན་གྲུབ་བརྙེས་པ་བསྟན་རྒྱས་ཀྱི་གསུངས་བཞེད་ལྟར་འཕགས་མ་ཉིད་ཀྱིས་ལན་གསུམ་དུ་འདུད་རྩི་དང་ཤེལ་ཕྲེང་། ཨུཏྤལ་འདབ་བརྒྱ་སོགས་གནང་བའི་རྨིས་ཉམས་དགེ་བའི་རྟགས་ཡིན་ཚོད་བྱུང་བས་གསུངས་མ་བཅག་ཙམ། མགར་སྤྲུལ་སྐྱེ་ཕྲེང་བདུན་པ་ཕྲིན་ལས་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱིས་འཕྲལ་བྲིས་པ་དགེའོ། མངྒལཾ། བཀྲ་ཤིས་ཤོག

Thus, this particular Tara practice was composed in fulfillment of the wish of the realized siddha, Tengye. Having had three dream experiences in which ambrosial nectar, a crystal mala, one hundred-petalled utpala flowers, and so forth were bestowed by Arya Tara herself [and believing these to be) virtuous signs, the seventh Gartrul incarnation, Trinle Yongkhyab, immediately transcribed [this sadhanaj, hardly altering her enlightened words. May it be virtuous! Mangalam! May it be auspicious!

རྗེ་བཙུན་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །
སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་མྱུར་རྫོགས་ཏེ། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

JÉ TSÜN CHOM DEN DÉ MA TUK JÉ CHEN/
DAK DANG TA YÉ SEM CHEN TAM CHÉ KYI/
DRIP NYI JANG ZHING TSOK NYI NYUR DZOK TÉ/
DZOK PÉ SANG GYÉ TOP PAR DZÉ DU SÖL/

Exalted, Transcendent Lady of Triumph, Compassionate One,
may I and all innumerable sentient beings
purify the two obscurations and
swiftly complete the two accumulations.
Thus, may we attain complete awakening!

དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཆོག་ཐོབ་ནས། །
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་ཆད་གདོན་བགེགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །
དུས་མིན་འཆི་བར་གྱུར་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། །རྨི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་། །
འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚེ་བ་རྣམས། །མྱུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

DÉ MA TOP KYI TSÉ RAP KÜN TU YANG/
LHA DANG MI YI DEWÉ CHOK TOP NÉ/
TAM CHÉ KHYEN PA DRUP PAR JÉ PA LA/
BAR CHÉ DÖN GEK RIM DANG NÉ LA SOK/
DÜ MIN CHIWAR GYUR PA NA TSOK DANG/
MI LAM NGEN DANG TSEN MA NGEN PA DANG/
JIK PA GYÉ SOK NYEWAR TSEWA NAM/
NYUR DU ZHI ZHING MÉ PAR DZÉ DU SÖL/

Until then, in every lifetime, having obtained the
sublime bliss of gods and humans,
may the obstacles [hindering] the attainment of omniscience,
interfering spirits, epidemics, illnesses, and so forth,
as well as the various [causes which lead to] premature death,
nightmares, evil omens, the eight fears, and all danger
be quickly pacified and eliminated!

འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས། །
འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །
སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་། །རྟག་ཏུ་ཁྱོད་སྒྲུབ་ཞལ་མཆོག་མཐོང་བ་དང་། །
སྟོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ། །ཡར་ངོའི་ཟླ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། །

JIK TEN JIK TEN LÉ NI DÉ PA YI/
TRA SHI DÉ LEK PÜN SUM TSOK PA NAM/
PEL ZHING GYÉ PÉ DÖN NAM MA LÜ PA/
BÉ MÉ LHÜN GYI DRUP PAR DZÉ DU SÖL/
DRUP LA TSÖN ZHING DAM CHÖ PELWA DANG/
TAK TU KHYÖ DRUP ZHEL CHOK TONGWA DANG/
TONG NYI DÖN TOK JANG SEM RIN PO CHÉ/
YAR NGÖ DA TAR PEL ZHING GYÉ PAR DZÖ/

May abundant auspiciousness, prosperity, and happiness,
both mundane and transcendent, increase and proliferate!
May every purpose without exception
be accomplished effortlessly and spontaneously!
May we persevere in the practice and may the sacred Dharma flourish!
Through continuous practice, may we behold your sublime face!
May we realize emptiness and may precious bodhicitta broaden
and expand like the waxing moon!

རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །པདྨོ་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས། །
སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག །
བདག་གིས་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྒྲུབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཕྲིན་ལས་མ། །

GYELWÉ KYINKHOR ZANG ZHING GAWA DER/
PADMO DAM PA SHIN TU DZÉ LÉ KYÉ/
NANGWA TA YÉ GYELWÉ NGÖN SUM DU/
LUNG TEN PA YANG DAK GI DER TOP SHOK/
DAK GI TSÉ RAP KÜN TU DRUP PÉ LHA/
DÜ SUM SANG GYÉ KÜN GYI TRIN LÉ MA/

When we are born in the Victors' excellent and
lovely mandala from an exquisitely beautiful lotus,
may Amitabha, the victorious Buddha of infinite light,
give his prophecies again and thereafter, may we gain attainment!
In every lifetime, I have thoroughly realized the deity [who accomplishes]
the enlightened activities of all the past, present, and future Buddhas.

རབ་དཀར་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མྱུར་ཞི་མ། །ཡུམ་གྱུར་ཨུཏྤལ་བསྣམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །
རྒྱལ་ཡུམ་སྒྲོལ་མ་ཁྱེད་སྐུ་ཅི་འདྲ་དང་། །འཁོར་དང་སྐུ་ཚེའི་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །
ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག །

RAB KAR ZHEL CHIK CHAK NYI NYUR ZHI MA/
YUM GYUR UTPAL NAM PÉ TRA SHI SHOK/
GYEL YUM DRÖL MA KHYÉ KU CHINDRA DANG/
KHOR DANG KU TSÉ TSÉ DANG ZHING KHAM DANG/
KHYÉ KYI TSEN CHOK ZANG PO CHINDRA WA/
DENDRA KHO NAR DAK SOK GYURWAR SHOK/

extremely white with a single face and two arms, she is the swift subduer.
May the auspiciousness of [our] Mother who holds an utpala flower be present!
Queen Mother Tara, may I and others become identical to you with your retinue,
lifespan, pure realm, and nobly superior marks of perfection.

ཁྱོད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །
ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །

KHYÖ LA TÖ CHING SÖLWA TAP PÉ TÜ/
DAK SOK GANG DU NÉ PÉ SA CHOK SU/
NÉ DÖN WÜL PONG TAP TSÖ ZHIWA DANG/
CHÖ DANG TRA SHI PELWAR DZÉ DU SÖL/

Through the power of exaltation and supplication of you, let disease,
malevolent spirits, poverty, and quarreling be pacified
and let the Dharma and auspiciousness flourish for myself and others,
wherever we may live!

སྐུ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལྡན། །གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་ལ་པིངྐའི་དབྱངས། །
ཐུགས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤངས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་གཟིགས། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

KU YI KYÖN PANG TSEN DANG PÉ JÉ DEN/
SUNG GI KYÖN PANG KA LA PINGKÉ YANG/
TUK KYI KYÖN PANG SHÉ JA TA DAK ZIK/
TRA SHI PEMBAR MA YI TRA SHI SHOK/

Having discarded physical deformities, you possess the marks of perfection.
Having discarded impediments of speech,
[your voice is] the melodic birdsong of the kalavinka.
Having discarded lapses of the mind, you perceive all that should be known.
May the auspiciousness of the lady who blazes with glory be present!

ༀ། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྐྱོབས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
ངན་སོང་སྒོ་འགེགས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཐོ་རིས་ལམ་འདྲེན་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
རྟག་ཏུ་ཁྱེད་ཀྱིས་སྐྱོངས་པར་མཛོད། །ད་དུང་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

OM/ JIK PA GYÉ KYOP MA LA CHAK TSEL LO/
TRA SHI PEMBAR MA LA CHAK TSEL LO/
NGEN SONG GO GEK MA LA CHAK TSEL LO/
TO RI LAM DREN MA LA CHAK TSEL LO/
TAK TU KHYÉ KYI TONG PAR DZÉ/
DA DUNG TUK JÉ KYAP TU SÖL

OM! Homage to she who'protects from the eight fears!
Homage to she who blazes in auspicious glory!
Homage to she who blocks the gate to the lower realms!
Homage to she who leads on the path to the higher realms!
You are my constant companion.
I pray you will eternally protect me with compassion.

འདི་ནི་པན་ཆེན་ཇོ་བོ་རྗེའི་གསུངས་སོ།།
These are the words of Pandita Jowo Je Atisha.

ཀྱ་ཡེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མ་མ་ཁྱོད། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བུ་ལྟར་བརྩེ་ཆེན་མ། །
ཁྱོད་ཀྱི་བརྩེ་བས་བདག་འགྲོ་སྒྲིབ་གཉིས་སྦྱང་། །ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་ཏེ་སྐྱེ་ཀུན་འཇིགས་བརྒྱད་བཅུས། །
མི་མཐུན་ཞི་སྟེ་བསྒྲུབ་བསོད་ཆོས་འབྱོར་རྒྱས། །བདག་འཛིན་ལྕགས་ཀྱི་སྒྲོག་ལས་ཀུན་སྒྲོལ་ཏེ། །
གཞན་ཕན་འགྲོ་དོན་ཁྱོད་དང་དབྱེར་མེད་ཤོག །དམ་ལྡན་སློབ་མས་གསོལ་བཏབ་གང་སྨོན་འགྲུབ། །

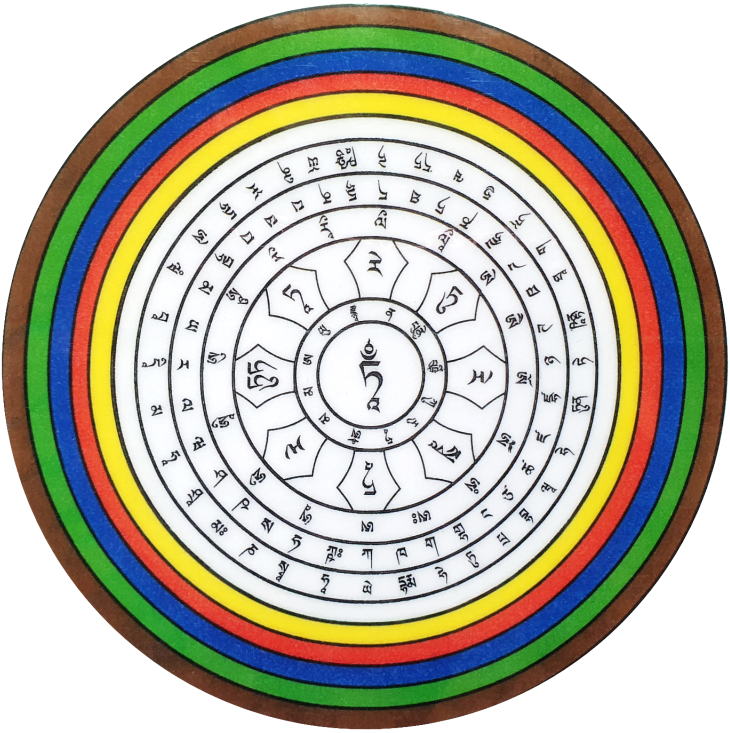
KA YÉ DÜ SUM GYELWÉ MA MA KHYÖ/
SEM CHEN KÜN LA BU TAR TSÉ CHEN MA/
KHYÖ KYI TSEWÉ DAK DRO DRIP NYI JANG/
TSOK NYI DZOK TÉ KYÉ KÜN JIK GYÉ CHÜ/
MI TÜN ZHI TÉ DRUP SÖ CHÖ JOR GYÉ/
DANDZIN CHAK KYI DROK LÉ KÜN DRÖL TÉ/
ZHEN PEN DRO DÖN KHYÖ DANG YER MÉ SHOK/
DAM DEN LOP MÉ SÖL TAP GANG MÖN DRUP/

Oh, Mama of the Buddhas of the three times!
You lovingly care for all sentient beings like a Mother for her child.
Through your love for myself and all beings,
you purify the two obscurations so we may perfect the two accumulations.
In every lifetime, you pacify disturbances [arising from] the eight and
ten fears. Having attained merit, Dharma teachings and wealth proliferate.
When I am completely released from the iron shackles of self-grasping,
may my altruism be indistinguishable from yours in benefitting all beings!
Please fulfill the wishes of those disciples who maintain samaya!

These words were written by Konchog Gyaltshen, the one named, "Gar".

Mantra meaning

ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨ་ཡུརྫྙཱ་ན་པུཎྱེ་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་སྭཱ་ཧཱ།

OM TARE TUTT ARE TURE MAMA AYUR JNYANA PUNYE PUSHTIM KURU SVAHA/

Liberate me from suffering, danger, and illness. I beseech you to bestow upon me abundant merit, wisdom, and longevity. May it be so!