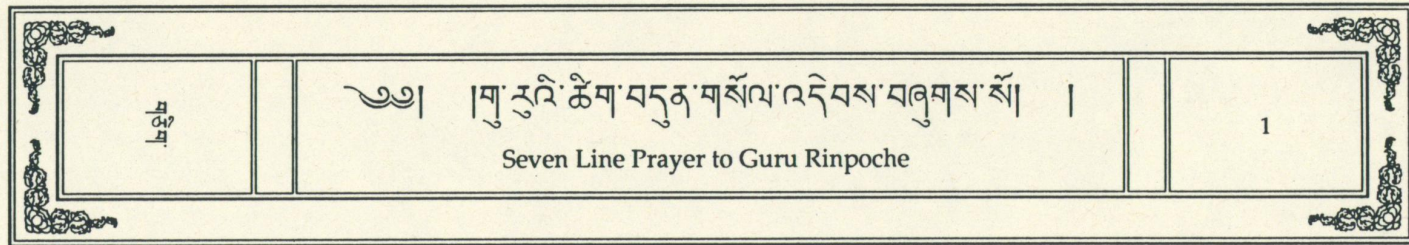


།དགོངས་གདེར་སྒྲོལ་མའི་ཐབ་དྲིག་ལས། མཐུལ་ཆོ་ག་ཆོགས་གཉིས་སྒྲིང་པོ་ཞེས་ཏུ་པ་བཞུགས་སོ།



GREEN TARA SADHANA



ཇཱ་པ་དྲུག་

Seven Line Prayer

པ་ཤཱ་ལ་འདྲིཔ་ས་

༄༅།

།རྩྱུ་ཨོ་རྩུག་ཡུལ་གྱི་རྩུབ་བྱང་མཚམས་། པརྩ་གེ་སར་སྤྲང་པོ་ལ་། ཡ་མཚན་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་། པརྩ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་

^ HUNG OR GYEN YUL GYI NUP JANG TS'HAM PE MA GE SAR DONG PO LA YA TS'HEN CHHOK GI NGÖ DRUP NYE PE MA JUNG NE ZHE SU

In the Northwest of the land Uddiyana, above the stalk and stamens of a lotus, having attained the wonderful and most perfect Siddhi, is the one known as "The Lotus Born,"

བྲགས་། འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱར་། བྱིད་ཀྱི་ཇེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི་། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་། གནས་མཚོག་འདི་རུ་བྱིན་

DRAK KHOR DU KHAN DRO MANG PÖ KOR KHYE KYI JE SU DAK DRUP KYI JIN GYI LAP CHHIR SHEK SU SOL NE CHHOK DI RU JIN

surrounded by a retinue of many dakinis. I follow your example. Please approach to engulf me with your splendor. Let fall your splendor in this supreme place.

པོབ་ལ་། བསྐྱབ་མཚོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་བསྐྱར་། བཤེགས་དང་ལོག་འདྲིན་བར་ཆད་སོལ་། མཚོག་དང་ཐུན་མེད་དངོས་གྲུབ་སྦྱུལ་།

P'HOP LA DRUP CHHOK DAK LA WANG ZHI KUR GEK DANG LOK DREN BAR CHHE SOL CHHOK DANG THUN MONG NGÖ DRUP TSOL འུ་ཀྲ

Bestow upon me, the supreme practitioner, the four empowerments. Dispel impediments, obstacles, and false guides. Bestow supreme and common siddhis.

༄

༄ ཨོཾ་ཧཱུང་བཟླ་གུ་རུ་པཌྌ་སིདྲི་ཧཱུང་༄

OM AH HUNG BENZA GURU PEMA SIDDHI HUNG

༄ ཨོཾ་ཧཱུང་བཟླ་གུ་རུ་པཌྌ་ཐོང་ཐོང་ཅལ་བཟླ་ས་མ་ཡ་ཇེ་ཇེ་༄

OM AH HUNG BENZA GURU PEMA T'HÖ T'HRENG TSAL BENZA SAMAYA DZA DZA

སཐ་སིདྲི་པ་ལ་ཧཱུང་ཧཱུང་མ་ཏ་རི་ནི་ས་ར་ཅ་ཧཱུང་ཡ་ཅི་ཏྭ་ཧཱུང་ཧཱུང་ཇེ་ཇེ་༄

SARWA SIDDHI P'HALA HUNG AH HRI MA HA RI NI SA RA TSA HRI YA TSITTA HRING HRING DZA DZA

གུ་རུ་མཁའ་འགྲོའི་ཚྭ་ས་བཅས་ཀྱིས། བདག་ཅག་མིས་པའི་བྱ་

GURU KHAN DRÖ TS'HOK CHE KYI

DAK CHAK MÖ PAY BU

Guru and hosts of dakinis, engulf the bodies of us devoted children with the splendor

ནམས་ལ། ལུས་ལ་སྐྱེ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་སྦྱངས། ངག་ལ་གསུང་གིས་བྱིན་གྱིས་སྦྱངས།

NAM LA

LÜ LA KU YI JIN GYI LOP

NGAK LA SUNG GI JIN GYI LOP

ཡིད་ལ་བྱུགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་སྦྱངས།

YI LA T'HUK KYI JIN GYI LOP

of your bodies. Engulf our speech with the splendor of your speech. Engulf our minds with the splendor of your minds. Engulf us with splendor in the bestowal of the four empowerments.

ཅེ་པ་དྲུག་
Seven Line Prayer
གསལ་པ་འདི་བས་

དབང་བཞི་བསྐྱར་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། རྒྱུད་བཞི་དག་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལམ་བཞི་འབྱེངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། སྐྱུ་བཞི་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

WANG ZHI KUR WAR JIN GYI LOP GYU ZHI DAK PAR JIN GYI LOP LAM ZHI JONG PAR JIN GYI LOP KU ZHI THOP PAR JIN GYI LOP

Engulf us with splendor to purify our four continuums. Engulf us with splendor that we may become trained in the four paths. Engulf us with splendor that we may attain the four bodies.

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧཱཾ་བཏྲ་གུ་རུ་པཎ་དེ་བ་རྒྱ་གཱི་ནྲི་ཀླ་ཡ་ཨུ་མྲི་པི་ཕྱ་ཨོཾ། བླ་ཀླ་ཨ་མྲི་པི་ཕྱ་ཨུཾ། ཅི་རྩ་ཨ་མྲི་པི་ཕྱ་ཧཱཾ། ས་ར་ཨ་མྲི་པི་ཕྱ་ཧཱི།

OM AH HUNG BENZA GURU PEMA DEWA DAKINI KAYA ABHI KINTSA OM WAKKA ABHI KINTSA AH TSITTA ABHI KINTSA HUNG SARWA ABHI KINTSA HRI



གཏེག་

༄༅། །དགོངས་གདེར་སྒྲུབ་མའི་ཟབ་དྲིག་ལས། མཐུལ་ཚེ་ག་ཚོགས་གཉིས་སྟིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

The Mandala Ritual, the Essence of the Two Accumulations, from the Profound Drop of Tara — a Thought Treasure.

5

༡། འཕྲུལ་གྱི་རྩ་ལྷན་དྲུ་ར་ཡི། འདྲུལ་གསུམ་
 འཕྲུལ་གྱི་རྩ་ལྷན་མ་ལ་བདུད་ནས། འབྲུ་སྤྱོད་དང་མཐུན་ཉམས་ལེན་
 པས་སྤྱོད་བཅས་མང་དུ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཅུང་ཟད་སྤྱོད་པ་དང་རྒྱན་
 སྤྱོད་མའི་སྒྲུབ་རྩུན་གྱིས་འབྲུར་སོགས་དགོན་མཆོག་གི་ཉེན་གང་
 གླིམ། བསང་ཆུ། མཆོད་པའི་མཆུལ། འཕྲོར་ནས་སོགས་འདུ་བྱས།
 ན་ག་ཆང་མ་འཐུང་བའི་སྤྱོད་ཆ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ལས་ངེས་འབྱུང་དང་།



འདྲེན་པ་སྤྲས་བཅས་ལས། སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཕྱིན་ལས་མད་བྱུང་ག།
 བཤད། འདྲེན་པ་ཉིག་འདི་རྣམས་ཡང་ཟབ་སྤྱོད་པོ་བསྤྲས་པ་ཡིན་
 བྱེད་དུ་བྱ་བ་སྤྱོད་བྱས་བཅས་ལས། དང་པོ་ནི། ཇི་བཙུན་
 འཇོམ་མདུན་དུ་སྤྱོད་བྱས་བྱ་བཅང་མར་ཆུ་གཉིས་ཉེར་སྤྱོད། དཀར་
 འབྲུབ་ན་བྲུས་དང་གཅོང་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ལེན་པ་བྱ་ཞིང་། མི་ལྟོགས་
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་སྤྱོད་དང་ལེན་པས་སྤྲུགས་སེམས་ནི།

Having paid homage to the mother, Tara, whose intention and activity are more excellent even than those of the guides of the three times and their children, I will explain the practice in accordance with the kriya and charya tantras. As these Profound Drop practices are the condensed essence, much elaboration is unnecessary. However, there are both extensive and abbreviated formats, the one slightly elaborate and the other for daily use.

The first: In front of a painting or statue of Jetsunma Tara, or whatever image of the three jewels you can acquire, on a clean surface, set out the two waters with the usual offerings: a round white tormo, an offering mandala, grain for tossing, and so forth. If you can, abide in the conduct of ablution and purification. If not, at least perform the practice at a time of day at which you have not consumed meat or alcohol, such as in the morning. With stable renunciation for existence, and the bodhicitta attitude, go for refuge and generate the mind of awakening as follows:

༄༅། །མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཆེ་བཅུན་མ་མངོན་སུམ་བཞུགས་པར་གྱུར། ན་མོ་དཀོན་མཆོག་ཀུན་དངོས་ཆེ་བཅུན་མར། བདག་སྟགས་འགྲོ་ཀུན་སྐྱབས་

DÜN GYI NAM KHAR JE TSÜN MA NGÖN SUM ZHUK PAR GYUR

NA MO KÖN CHHOK KÜN NGÖ JE TSÜN MAR

DAK SOK DRO KÜN KYAP

In front of me, in the sky, the noble Tara is directly perceived. I pay homage to the real embodiment of the Triple Gem, Tara.

སུ་མཆི། བྱང་རྒྱལ་སྒྲོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། ཟུང་མོའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བགྱི། ཆར་གསུམ། ཆོགས་བསགས་པ་ནི། ཆེ་བཅུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་།

SU CHHI

JANG CHHUP MÖN PAY SEM KYE NE

ZAP MÖ LAM LA JUK PAR GYI

Three times

The gathering of the accumulations:

JE TSÜN P'HAK MA DROL MA DANG

Having developed the bodhicitta of aspiration, I enter the profound path.

To the noble Arya Tara and to the buddhas

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། གྱུ་ལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ། མེ་དྲོག་བདུག་སྟོས་མར་མེ་དྲི། ཞལ་ཟས་

CHHOK CHU DÜ SUM ZHUK PA YI

GYAL WA SE CHE T'HAM CHE LA

KÜN NE DANG WE CHHAK GYI O

ME TOK DUK PÖ MAR ME DRI

ZHAL ZE

and bodhisattvas in the ten directions and the three times, I bow to you with complete faith. I make offerings both actual and imagined of such things as flowers, incense, lamps,

༄

| རོལ་མོལ་སྟགས་པ།

ROL MO LA SOK PA

དངོས་འབྱུར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱལ་ནས་འབུལ།

NGÖ JOR YI KYI TRUL NE BUL

འཕགས་མའི་ཚྭགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།

P'HAK MAY TS'HOK KYI ZHE SU SOL

ཐྱོག་མ་མེད་ནས་ད་

T'HOK MA ME NE DA

food, music, and much else. I beseech the holy assemblage to accept these offerings. From beginningless time until now, I repent all the ten unvirtuous acts,

ལྟོ་བར།

TAY BAR

མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལ།

MI GE CHU DANG TS'HAM ME NGA

སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི།

SEM NI NYÖN MONG WANG GYUR PAY

སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

DIK PA THAM CHE SHAK PAR GYI

ཉམ་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་

NYEN THÖ RANG GYAL JANG

the five actions of immediate consequence, and all the other negative actions I have committed when influenced by mental affliction. I rejoice in the merit of whatever virtue sravakas,

སེམས།

CHHUP SEM

སོ་སོ་སྐྱེ་བོལ་སྟགས་པས།

SO SO KYE WO LA SOK PE

དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པའི།

DÜ SUM GE WA CHI SAK PAY

བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང།

SÖ NAM LA NI DAK YI RANG

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང།

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG

pratyekabuddhas, bodhisattvas, and ordinary people have gathered throughout the three times. I pray that the wheel of the dharma be turned in the form of the greater and lesser vehicles for as many



| མཚོད་པ་བྱིན་རྒྱལ་སྒྲིལ།

The consecration of offerings:

ཨོཾ་བཙུ་ཨ་མྲི་ཏ་ཀུན་ལྷི་ཏ་ན་ཏ་ན་ཏུ་པཌ།

OM BENZA AMRITA KUNDALI HANA HANA HUNG P'HE

ཨོཾ་སྤ་སྒྲུ་མ་ཤུདྲེ་མ་སྤ་སྒྲུ་མ་ཤུདྲེ་ཏུ་ཏྲེ།

OM SWABHAWA SHUDDHA SARWA DHARMA SWABHAWA SHUDDHO HANG

ཐྲེ།

གནས་ཡུལ་པརྫོ་བཀོད་པའི་ཁིང་།

NE YUL PE MO KÖ PAY ZHING

དབྱིབས་དང་བྱུན་བཀོད་ཆད་མེད་པར།

YIP DANG GYEN KÖ TS'HE ME PAR

ལྷ་རྩམ་དྲིང་འཛིན་ལས་གྲུབ་པའི།

LHA DZE TING DZIN LE DRUP PAY

མཚོད་རྩམ་བསམ་མི་ཁྱབ་པར་གྱུར།

CHHÖ DZE SAM MI KHYAP PAR GYUR

The environment becomes the realm of Lotus Design with unlimited shapes and adornments. The offering substances, created by samadi, become inconceivable and divine.

ཨོཾ་བཙུ་

OM BENZA

ཨ་རྒྱུ་

ARGHAM

པུཏྲེ་

PADYEM

པུཏྲེ་

PUPE

རྩུཔེ་

DHUPE

ལོ་ཀེ་

ALOE

གཙུག་

GENDHE

རྩེ་མི་ཏྲེ་

NEWIDYE

ཤམ་པ་

SHAPDA

ཨུམ་ཏུ།

AH HUNG

ཨོཾ་བཙུ་སྤ་ར་ཏ་ཁཾ།

OM BENZA SAP'HA RANA KHAM

Water for the mouth, water for the feet, flowers, incense, light, perfume, food, and music.

དེ་ནས་ཐོག་མར་དཀོན་མཆོག་གྱི་ལ་ཕུག་མཆོད་འབུལ་བ་ནི།

Then, homage and offerings first to the three jewels in general:

ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་བཞིའི་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ར་བཟླ་ས་མྱ་ངེས་ལྟེན་ཅིག་ལ།

CHHOK CHU DÜ ZHIY LA MA GYAL WA SE DANG CHE PA T'HAM CHE DÜN GYI NAM KHAR BENZA SAMADZA

All the gurus, victors, and their children of the ten directions and four times form a vajra assembly in the sky in front.

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིག་

MA LÜ SEM CHEN KÜN GYI GÖN GYUR CHIK

You who are the leader of all sentient beings, you who are the destroyer of all maras and all obstacles, all things are understood by you.

བདུད་ཤེད་དཔུང་བཅས་མི་ཟད་འཇོམས་མཇེད་ལ།

DÜ DE PUNG CHE MI ZE JOM DZE LHA

དངོས་རྒྱམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི།

NGÖ NAM MA LÜ JI ZHIN KHYEN GYUR PAY

བཙོམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

CHOM DEN KHOR CHE NE DIR SHEK SU SOL

Conqueror, we request that you approach this place, together with your retinue.

པདྨ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་ཏྲེ།

PEMA KAMALAYA TAM

༄

| ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།

The seven branches:

ཇི་སྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུ་འཇིག་རྟེན་ན།

JI NYE SU DAK CHHOK CHUY JIK TEN NA

With body, speech, and mind, I pay homage to all those lions of humanity, as many as there are, without exception,

དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གུ་ན།

DÜ SUM SHEK PA MI YI SENG GE KÜN

བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་

DAK GI MA LÜ DE DAK

ཐམས་ཅད་ལ།

T'HAM CHE LA

ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།

LÜ DANG NGAK YI DANG WE CHHAK GYI O

བཟང་པོ་སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས།

ZANG PO CHÖ PAY MÖN LAM TOP DAK GI

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ།

GYAL WA T'HAM CHE YI KYI NGÖN SUM DU

who arise in the worlds of the ten directions and the three times. Through the power of this aspiration to excellent conduct, may I see in my mind all the victors

ཞིང་གི་དུལ་སྟེང་ལུས་རབ་བདུད་པ་ཡིས།

ZHING GI DUL NYE LÜ RAP TÛ PA YI

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་དུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

GYAL WA KÜN LA RAP TU CHHAK TS'HAL LO

དུལ་གཅིག་སྟངས་དུལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྣམས།

DUL CHIK TENG NA DUL NYE SANG GYE NAM

and bow to them with as many bodies as there are particles in all realms. On each particle I imagine as many buddhas as there are particles, surrounded by bodhisattvas.

སངས་ཀྱིས་སྤྱད་ཀྱི་དབྱུངས་ན་བཞུགས་པ་དག

SANG GYE SE KYI Ü NA ZHUK PA DAK

In that way, I imagine the dharmadhatu totally filled with victors.

དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པར།

DE TAR CHHÖ KYI YING NAM MA LÜ PAR

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས།

T'HAM CHE GYAL WA DAK GI GANG WAR MÖ

དེ་དག་

DE DAK

བསྐྱེད་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས།

NGAK PA MI ZE GYA TS'HO NAM

དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱ་ཀྱན་གྱིས།

YANG KYI YEN LAK GYA TS'HÖ DRA KÜN GYI

རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཟོད་ཅིང་།

GYAL WA KÜN GYI YÖN TEN RAP JÖ CHING

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་

DE WAR SHEK PA T'HAM

With all the sounds of inexhaustible oceans of song, I fully express the qualities of all the victors. I praise all sugatas.

ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། མི་དོག་དམ་པ་ཕྱིར་བ་དམ་པ་དང་།

CHE DAK GI TÖ

ME TOK DAM PA T'HRENG WA DAM PA DANG

སིལ་སྟན་རྣམས་དང་བྱུག་པའི་གདུགས་མཚོག་དང་།

SIL NYEN NAM DANG JUK PAY DUK CHHOK DANG

མར་མི་མཚོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས།

MAR ME CHHOK DANG DUK PÖ DAM PA YI

I offer those victors sacred flowers, holy garlands, cymbals, ointments, the best of parasols, the finest lamps, and sacred incense.

༄

| རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཆོག་དང་། བྱེ་མའི་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། བཞོད་པ་

GYAL WA DE DAK LA NI CHHÖ PAR GYI NA ZA DAM PA NAM DANG DRI CHHOK DANG CHHE MAY PHUR MA RI RAP NYAM PA DANG KÖ PA

I offer those victors sacred fabrics, the finest of scents, heaps of medicinal powders equal in size to Mt. Meru, and particularly excellent realms.

ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་པར་བགྱི། མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྤྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་

KHYE PAR PHAK PAY CHHOK KÜN GYI GYAL WA DE DAK LA YANG CHHÖ PAR GYI CHHÖ PA GANG NAM LA ME GYA CHHE WA DE DAK GYAL WA T'HAM CHE LA

I also imagine presenting to those victors whatever offerings are unexcelled and vast.

ཡང་མྱོས། བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། འདོད་ཆགས་ཞི་སྤང་གདི་མྱག་དབང་གིས་ནི།

YANG MÖ ZANG PO CHÖ LA DE PAY TOP DAK GI GYAL WA KÜN LA CHHAK TS'HAL CHHÖ PAR GYI DÖ CHHAK ZHE DANG TI MUK WANG GI NI

Through the power of faith in excellent conduct, I pay homage and present offerings to all victors.

ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། སྒྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་

LÜ DANG NGAK DANG DE ZHIN YI KYI KYANG DIK PA DAK GI GYI PA CHI CHHI PA DE DAK THAM CHE DAK GI SO SOR SHAK CHHOK CHUY GYAL

I confess individually all harmful actions I have done with body, speech, and mind under the power of attachment, aversion, and bewilderment.

བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་། རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཐུགས་སྤྲུལ་བདག་ཡི་རང་།

WA KÜN DANG SANG GYE SE RANG GYAL NAM DANG LOP DANG MI LOP DANG DRO WA KÜN GYI SÖ NAM GANG LA YANG DE DAK KÜN GYI JE SU DAK YI RANG

I rejoice in all the merit of all the victors of the ten directions, of the bodhisattvas and pratyekabuddhas, of those training and beyond training, and of all beings.

གང་རྣམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྒྲོན་མ་དག བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ།

GANG NAM CHHOK CHUY JIK TEN DRÖN MA DAK JANG CHHUP RIM PAR SANG GYE MA CHHAK NYE GÖN PO DE DAK DAK GI T'HAM CHE LA

I exhort all the lamps of the ten directions who have attained passionless buddhahood through the stages of awakening, all those protectors, to turn the unsurpassable wheel of the dharma.

༄

|འཁོར་ལོ་སྒྲ་ན་མེད་པར་བསྐྱར་བར་བསྐྱལ།

KHOR LO LA NA ME PAR KOR WAR KUL

With palms fully joined, I request those wishing to demonstrate passing into nirvana

ཡུང་ན་འདའ་སྟོན་གང་བཞིད་དེ་དག་ལ།

NYA NGEN DA TÖN GANG ZHE DE DAK LA

འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར།

DRO WA KÜN LA P'HEN ZHING DE WAY CHHIR

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་དྲུལ་སྟེང་བཞུགས་པར་ཡང་།

KAL PA ZHING GI DUL NYE ZHUK PAR YANG

to abide for as many kalpas as there are particles in all realms, for the benefit and happiness of all beings.

བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྤྱར་གསོལ་བར་བགྱི།

DAK GI T'HAL MO RAP JAR SOL WAR GYI

ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

CHHAK TS'HAL WA DANG CHHÖ CHING SHAK PA DANG

ཇེས་སུ་ཡི་

JE SU YI

17

རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

RANG KUL ZHING SOL WA YI

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།

GE WA CHUNG ZE DAK GI CHI SAK PA

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཞུ་འོ།

T'HAM CHE DAK GI JANG CHHUP CHHIR NGO O

I dedicate all virtue, however slight, I have accumulated through homage, offering, confession, rejoicing, exhortation, and requesting, to awakening.

ཨོཾ་ཧཱུྃ་རྩྱེ་བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་ར་བཅས་ལྷ་མའི་ལོངས་སྤྱོད་བསམ་མི་བྱའོ།

OM AH HUNG DAK DANG T'HA YE SEM CHEN GYI LÜ DANG LONG CHÖ GE TS'HOK KÜN LING ZHI RI RAP NYI DAR CHE LHA MIY LONG CHÖ SAM MI KHYAP

I continually and respectfully offer to the three jewels, the three roots, the ocean of dharma protectors and gods of wealth, all the bodies, possessions, and virtues of my self and limitless sentient beings,

ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན་པུང་ཆེ་གླུ་མི་འཆད་པར་སྤྲུལ་བྱས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ཅུ་བ་གསུམ་ཆོས་སྤྱང་ནོར་ལྷ་གྲུ་མཆོ་ལ་གུས་པས་དྲག་དུ་

KÜN ZANG CHHÖ PAY TRIN P'HUNG CHHE GYÜN MI CHHE PAR TRUL JE TE KÖN CHHOK RIN CHHEN TSA WA SUM CHHÖ SUNG NOR LHA GYA TS'HO LA GÜ PE TAK TU

together with the four continents, the supreme mountain, the sun and moon, and the inconceivable wealth of gods and humans, continually emanated as vast clouds of Samantabhadra offerings.

འབྲུལ་བར་བགྱི་བསོད་ནམས་ཚོགས་ཆེན་རབ་ལྗོངས་ནས་ཡེ་ཤེས་སྤང་བ་གྲུས་པར་ཤོག་ཨོཾ་གུ་རུ་དེ་བ་རྒྱ་ཀོ་ནི་སའ་རྩྱ་མཐུལ་ཕུ་ཇ་མི་གྲ་ཧཱུྃ་རྩྱེ་བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་ར་བཅས་ལྷ་མའི་ལོངས་སྤྱོད་བསམ་མི་བྱའོ།

BUL WAR GYI SÖ NAM TS'HOK CHHEN RAP DZOK NE YE SHE NANG WA GYE PAR SHOK OM GURU DEWA DAKINI SARWA RATNA MANDALA PUDZA MEGHA AH HUNG

May the great accumulation of merit be completed and the radiance of wisdom expand fully.

༄༅།

| ཞེས་མཆོལ་ཡུལ།

*With that, offer
a mandala.*

ན་མོ་སངས་ཀྱིས་ཚས་དང་དགེ་འདུན་དང་། སྤྱ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་། ཚས་སྤང་ནོར་ལྷ་གདེར་གྱི་བདག་།

NA MO SANG GYE CHHÖ DANG GEN DÜN DANG LA MA YI DAM KHAN DRO DANG CHHÖ SUNG NOR LHA TER GYI DAK

Buddhas, dharma, sangha, gurus, yidams, dakinis, dharma protectors, gods of wealth, lords of terma: you display the nature of unimpeded diversity

ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ལས་། རང་བཞིན་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་སྟོན་། ཐུགས་རྗེ་ཕྱིན་ལས་སྤང་པོ་ཆེ་། འགྲོ་ཀུན་སྐྱབས་དང་མགོན་གྱུར་པ་། མཁྱིལ་བཅའི་

YE SHE CHIK GI NGO WO LE

RANG ZHIN MA GAK CHIR YANG TÖN

T'HUK JE THRIN LE ME PO CHHE

DRO KÜN KYAP DANG GÖN GYUR PA

KHYEN TSEY

from within the essence of one wisdom. Your compassion and activity are the most excellent. You are refuges and protectors of all beings. You are the embodiment of wisdom and kindness.

བདག་ཉིད་ཁྱེད་རྣམས་ལ་། དུག་འཆལ་སྤྲིང་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་། ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་མཆོད་པར་འབུལ་། བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་རྣམས་།

DAK NYI KHYE NAM LA

CHHAK TS'HAL NYING NE KYAP SU CHHI

LÜ DANG LONG CHÖ CHHÖ PAR BUL

DAK DANG T'HA YE SEM CHEN NAM

I pay homage to you from my heart and go to you for refuge. I offer you my body and my possessions. I pray that you will continually protect me and limitless sentient beings with your compassion.

རྟག་དྲུག་ལྷ་མོ་ལྷོ་མཛད་གསལ་། རྟ་དང་གནོད་པ་ཞི་བ་དང་། ཆོ་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་དང་། བསམ་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་ཀྱང་།

TAK TU THUK JE KYAP DZE SOL NE DANG NÖ PA ZHI WA DANG TS'HE DANG SÖ NAM P'HEL WA DANG SAM PAY DÖN NAM MA LÜ KÜN

Engulf us with splendor so sickness and harm may be pacified, so vitality and merit may flourish, and so all of our wishes without exception may be fulfilled

ཆོས་བཞིན་འབྲུག་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས་། ཞེས་འདོད་དོན་གསལ། དེ་ནས་བྱེ་བྲག་ཆེ་བཙུན་མ་ལ་མཛད་པ་ལན་གསུམ་འབུལ་ཞིང་བསྟོད་པའི་རྒྱུད་འདོན་པ་ནི།

CHHÖ ZHIN DRUP PAR JIN GYI LOP

in accordance with the dharma.

With that, request the fulfillment of your wishes.

Then, presenting offerings three times to Jetsunma in particular, and the recitation of the Tantra of Praise:

རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་དྲན་ཆོག་སུ། ཆེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྐུར་གསལ་བའི་། ཐུག་ཀར་ཁྱེད་ཀྱི་ལྗང་གུ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་འཕྲོས་།

RANG NYI KE CHIK DREN DZOK SU JE TSÜN P'HAK MAY KUR SAL WAY THUK KAR DA TENG TAM JANG GU DE LE Ö ZER PAK YE THRÖ

Complete in an instant of recollection, I appear as the noble Jetsunma Tara. In my heart, above a moon, is a green TAM. Innumerable light-rays are projected from that.

༄

| འཕགས་མ་རྣམ་འཕུལ་ཉེར་གཅིག་དང་།

P'HAK MA NAM T'HRUL NYER CHIK DANG

The twenty-one emanations of Arya Tara and the ocean of the three jewels, billowing like clouds, assemble in the sky, in front.

དཀོན་མཆོག་གྱུ་མཆོའི་སྤྱན་འཕྲོ་བ།

KÖN CHHOK GYA TS'HÖ TRIN T'HTRO WA

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྤྱན་དངས་གུར་།

DÜN GYI NAM KHAR CHEN DRANG GYUR

དྲྀ་སྐྱེ་མེད་

TAM KYE ME

འོ

འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱེའི་དབྱིངས་།

Ö SAL CHHÖ KUY YING

འགགས་མེད་འཕགས་མའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱར་།

GAK ME P'HAK MAY YE SHE KUR

གང་འདུལ་སྐྱུ་འཕུལ་བྱ་བར་ཤར་།

GANG DUL GYU T'HRUL DRA WAR SHAR

ཚུར་གཤེགས་ཞུ་ཆུ་དྲྀ་རེ་ཇེ་།

T'SHUR SHEK ARYA TARE DZA

བདག་དང་།

DAK DANG

འགྲོ་ལ་ཐུགས་བརྩེའི་ཕྱིར་།

DRO LA T'HUK TSEY CHHIR

ཉིད་ཀྱི་རྩུ་འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི་།

NYI KYI DZU T'HRUL THU YI NI

ཇི་སྤྱད་མཆོད་པ་བདག་བཀྱིད་པ་།

JI SI CHHÖ PA DAK GYI PA

དེ་སྤྱད་བཙུམ་ལྷན་བཞུགས་སུ་གསོལ་།

DE SI CHOM DEN ZHUK SU SOL

པདྨ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་སྐྱོ་།

PEMA KAMALAYA TAM

I request, conqueror, that you remain here for as long as I present offerings to you, out of your kindness to me and to all beings, and through your miraculous power.

ཨོཾ་དངོས་འབྱུང་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་ཡི། ཀུན་རྟེན་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྱིན་གྱིས། ཆོས་དབྱིངས་རྒྱས་པར་བཀང་བྱས་དེ། འཕགས་མ་སྦྱེལ་མ་འཁོར་བཅས་མཆོད།

OM NGÖ JOR YI LE JUNG WA YI

KÜN TU ZANG PÖ CHHÖ TRIN GYI

CHHÖ YING GYE PAR KANG JE TE

P'HAK MA DROL MA KHOR CHE CHHÖ

I fill the dharmadhatu with clouds of Samantabhadra's offerings, actually present, and arising from the mind. I offer these to Arya Tara and her retinue.

ཨོཾ་ཨྲཱ་རྩཱ་རྟེན་རི་ས་པ་རི་བྱ་ར་བཟླ་ ཤར་གྱི་ཕུའྱི་ཕུའྱི་ཕུའྱི་ཕུའྱི་ཨྲཱ་ལོ་ཀེ་གཟླ་ རྟེན་མི་ཅུ་འཕྲ་ ཕྱ་དྲི་རྩཱ་སྤྱུ་རྟེན། ཞེས་སྤྱིན་བྱངས་ཤིང་མཆོད་པ་སྤྱིར་འབུལ།

OM ARYA TARE SAPARIWARA BENZA

ARGHAM PADYEM PUPE DHUPE ALOKE GENDHE NEWIDYE SHAPDA

TRATITSA SOHA

With that, invite them and make general offerings.

Water for the mouth, water for the feet, flowers, incense, light, perfume, food, and music.

ཨོཾ་ཨྲཱ་ཏཱཱ། ཁམས་གསུམ་སྦྱོང་བཅུད་དཔལ་འབྱུང་དང་། བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཆོགས་ཀུན། ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་འབུལ།

OM AH HUNG

KHAM SUM NÖ CHÜ PAL JOR DANG

DAK LÜ LONG CHÖ GE TS'HOK KÜN

T'HUK JEY DAK NYI NAM LA BUL

I offer to the embodiments of compassion the three realms, the glory and richness of the environment and its contents, my body, my possessions, and all virtues.

64

Then recite the Tantra of the

I offer these to Arya Tara and her retinue. Water for the mouth, water for the feet, flowers, incense, light, perfume, food, and music.

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་ ཁམས་གསུམ་སྣོད་བཅུད་དཔལ་འབྱོར་དང་། བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་ཚོགས་ཀྱི་ཉིང་། ཐུགས་ཐེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་འབུལ་། བཞེས་ནས་
 OM AH HUNG KHAM SUM NÖ CHÜ PAL JOR DANG DAK LÜ LONG CHÖ GE TS'HOK KÜN T'HUK JEY DAK NYI NAM LA BUL ZHE NE

I offer to the embodiments of compassion the three realms, the glory and richness of the environment and its contents, my body, my possessions, and all virtues.

ཁྱིམ་གྱིས་བཟུང་བ་དུ་གསོལ་། ཨོཾ་སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ར་རྩ་མཐུལ་ཕུ་ཇ་ཏོ། ཞེས་མཐུལ་ཕུལ་ནས། ཕུག་གཡས་མཚོག་སྤྱིན་ཕུག་གྱུ་ཉིད་། སྤྱབས་སྤྱིན་
 JIN GYI LAP TU SOL OM SARWA TAT'HAGATA RATNA MANDALA PUDZA HO ཞེས་མཐུལ་ཕུལ་ནས། CHHAK YE CHHOK JIN CHHAK GYA NYI KYAP JIN

I pray that you will accept these and engulf us with your splendor.

With that, offer a mandala.

Her right hand in the mudra of supreme generosity

ཕུག་གྱུ་གྱུར་པའི་འོག་། བདག་དང་བསྐྱུང་བུ་ཀྱན་ཚུད་ནས་། འཛིགས་པ་ཀྱན་ལས་དབུགས་དབྱུང་གྱུར་།
 CHHAK GYA GYUR PAY OK DAK DANG SUNG JA KÜN TS'HÜ NE JIK PA KÜN LE UK YUNG GYUR

becomes the mudra of giving protection. I and all to be protected are placed under this and assured protection from all dangers.

ཅེས་མེས་ལ་ཕུག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཆར་གསུམ་བཞིན།

Imagining that, recite the twenty-one homages three times.



| ཡང་མཆོད་པ་དང་མཆོད་པུལ།
Again, present offerings and a mandala.

ཨོཾ་དངོས་འབྱུར་ཡིད་ལས་འབྱུང་བ་ཡི།
OM NGÖ JOR YI LE JUNG WA YI
I fill the dharmadhatu with clouds of Samantabhadra's offerings, actually present, and arising from the mind.

ཀུན་དུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྒྲིན་གྱིས།
KÜN TU ZANG PÖ CHHÖ TRIN GYI

ཆོས་དབྱིངས་རྒྱས་པར་བཀང་།
CHHÖ YING GYE PAR KANG

བྱས་ཏེ། འཕགས་མ་སྒྲེལ་མ་འཁོར་བཅས་མཆོད།
JE TE P'HAK MA DROL MA KHOR CHE CHHÖ
I offer these to Arya Tara and her retinue. Water for the mouth, water for the feet, flowers, incense, light, perfume, food, and music.

ཨོཾ་ཨྲྀ་ཏྲྀ་དུ་རེ་ས་པ་རི་བུ་ར་བཏྲ་།
OM ARYA TARE SAPARIWARA BENZA

ཨཱཱྀ་ པུཊྃ་ པུཊེྃ་ ཏུ་པེ་ ཨྲྀ་ལོ་ཀེ་ གཏྲེ་ རྣེ་མི་བྱ་ འཐ་ བླ་རྩྱུ་སྒྲུ་དུ།
ARGHAM PADYEM PUPE DHUPE ALOKE GENDHE NEWIDYE SHAPDA

པ་རྩྱུ་སྒྲུ་དུ།
TRATITSA SOHA

ཨོཾ་ཨྲྀ་ཏྲྀ་། ཁམས་གསུམ་སྒྲོང་བུཅུང་དཔལ་འབྱུར་དང་།
OM AH HUNG KHAM SUM NÖ CHÜ PAL JOR DANG
I offer to the embodiments of compassion the three realms, the glory and richness of the environment and its contents, my body, my possessions, and all virtues.

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཆོགས་ཀུན་།
DAK LÜ LONG CHÖ GE TS'HOK KÜN

ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་འབུལ།
T'HUK JEY DAK NYI NAM LA BUL

བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།	ཨོཾ་སཱ་བ་དྲ་ཐུ་ག་དྲ་ར་རྩ་མཐུལ་ཕུ་ཇ་ཏོ།	སྐུ་ལས་བདུད་ཅིའི་ཁུ་རྒྱན་བབས།	རང་དང་བསྐྱུང་བྱའི་སྤྱི་པོ་ནས།
ZHE NE JIN GYI LAP TU SOL	OM SARWA TATHAGATA RATNA MANDALA PUDZA HO	KU LE DÜ TSIY CHHU GYÜN BAP	RANG DANG SUNG JAY CHI WO NE
I pray that you will accept these and engulf us with your splendor. From her body a stream of ambrosia descends, entering me and all those to be protected, through the tops of our heads.			
ཞུགས་དེ་ལུས་ཀྱན་གང་བ་ཡིས།	བྱིན་རྒྱབས་མ་ལུས་ཞུགས་པར་གྱུར།	ཅེས་མོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཆར་བདུན་པན་ཡན་བཅས་བཞེད།	ལྷ་མོ་ལ་གྲུས་ཡང་དག་ལྷན་པའི།
ZHUK TE LÜ KÜN GANG WA YI	JIN LAP MA LÜ ZHUK PAR GYUR	<i>Imagining that, recite the twenty-one homages seven times, and its benefits.</i>	LHA MO LA GÜ YANG DAK DEN PAY
It fills our whole bodies, and all the waves of her splendor enter into us.			
སྟོ་ལྷན་གང་གིས་རབ་དང་བཞེད་པས།	སྟོང་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས།	དྲན་པས་མི་འཛིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར།	སྟོག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཞི་བ།
LO DEN GANG GI RAP DANG JÖ PE	SÖ DANG THO RANG LANG PAR JE NE	DREN PE MI JIK T'HAM CHE RAP TER	DIK PA THAM CHE RAP TU ZHI WA
Anyone who has genuine respect for the Goddess and recites this clearly, recollecting it at dawn upon awakening and at dusk, will receive protection from all dangers.			

५६३

འདི་ལས་

DI LE

ཐོས་པ་དང་

ZÖ PA DANG

ལྷན་བཞུག་ཆོག་མཁན་ལྷན་པར་བྱངས་ཏེ།

DUK NGAL TS'HOK NI NAM PAR PANG TE

The sufferings of affliction by dōns, contagion, and poison will be totally relinquished. And this is also true for other beings.

སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ། གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བཟློང་ན། བུ་འདོད་པས་ནི་བུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། རྣམས་ཉིད་ཐོབ།

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO NYI SUM DÜN DU NGÖN PAR JÖ NA BU DÖ PE NI BU T'HOP GYUR ZHING NOR DÖ PE NI NOR NAM NYI T'HOP

If it is recited twice, three times, and seven times, those wishing children will obtain children, those wishing wealth will obtain wealth.

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། བགེགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛེམས་འགྱུར། གདོར་མ། ཨོྩ་བཟླ་ཨ་མྲི་དྲ་ཀུཊྲ་ལྷི་དྲ་ན་དྲ་ན་རྩྱུ་ཕུ།

DÖ PA T'HAM CHE T'HOP PAR GYUR LA GEK NAM ME CHING SO SOR JOM GYUR Torma. OM BENZA AMRITA KUNDALI HANA HANA HUNG P'HE

All wishes will be fulfilled, and all impediments destroyed. May it be so.

ཨོྩ་སྤྱ་ལྷ་ཕྱ་ཤུཾ་ སའ་ཤུཾ་ སྤྱ་ལྷ་ཕྱ་ཤུཾ་ཉི་ཉི། བེས་བསང་སྤང་། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཨོྩ་ཡིག་ལས་ཅུ་ རིན་ཆེན་སྟོང་མཆོག་ཡངས་པའི་ནང་ཅུ་

OM SWABHAWA SHUDDHA SARWA DHARMA SWABHAWA SHUDDHO HANG Tong Pay Ngang Le Om Yik Le Rin Chhen Nö Chhok Yang Pay Nang

Cleanse and purify with those.

From emptiness, from a syllable OM, arises the best of precious vessels. Inside its vastness,

༄

། འབྲུ་གསུམ་ལས་བྱུང་གཏོར་མ་ནི།
DRU SUM LE JUNG TOR MA NI
from the three syllables, arises the torma, undefiled wisdom ambrosia.

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅིར་གྱུར།
ZAK ME YE SHE DÜ TSIR GYUR

ཨོྭ་ཨྩྭ་ཏྱུྃ
OM AH HUNG
Three times.

ཨོྭ་ཨྩྭ་ཏྱུྃ་རེ་ས་པ་རེ་བྱུར་ཨོྭ་འོ་བ་ལོ་ཏ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཏི་ཁུ་ཏི།
OM ARYA TARE SAPARIWARA IDAM BALINGTA KHAKHA KHAHI KHAHI

ལན་གསུམ་གྱི་གཙོ་མོ་དང་།
Three times as an offering
to the main deity.

ཨོྭ་ཨ་ཀ་རོ་མུ་ཁྱིམ་སྒྲུ་མི་ཨ་ཏྱ་ཏྱུ་པཎ་ན་དྲུ་ཏྱུ་ཨོྭ་ཨྩྭ་ཏྱུྃ་པཎ་སྒྲུ་ཏྱུ།
OM AKARO MUKHAM SARWA DHARMANAM ADYENUPEN NATOTA OM AH HUNG P'HE SOHA

ལན་གསུམ་གྱིས་མགྲོན་ཐབས་རྒྱམས་ལ་ལྟུལ།
Three times as an offering to the guests.

ཨོྭ་མཚོད་སྤྱིན་གཏོར་མ་དམ་པ་འདི།
OM CHHÖ JIN TOR MA DAM PA DI

ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོས་ཇེས་དགོངས་ལ།
YE SHE CHHEN PÖ JE GONG LA

བདེ་བ་ཆེན་པོར་བཞེས་ནས་གྱང་།
DE WA CHHEN POR ZHE NE KYANG

Consider this sacred torma of offering and generosity with great wisdom and accept it with great pleasure. I pray that you will bestow all siddhis without exception.

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྤུལ་དུ་གསོལ།

NGÖ DRUP MA LÜ TSAL DU SOL

ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ།

With that, request the fulfillment of your wishes.

ཨོཾ་ཨྲཱ་ཏཱ་རུ་རེ་ས་པ་རི་བྱ་ར་བཙྰ་

OM ARYA TARE SAPARIWARA BENZA

Water for the mouth, water for the feet, flowers, incense, light, perfume, food, and music.

ཨརྒྱུ་ སུའྲུ་ སུའྲུ་ ལུ་པེ་ ཨྲཱ་ལོ་ཀེ་ གཞུ་ རི་ཕྱི་ཅ་ འཤ་

ARGHAM PADYEM PUPE DHUPE ALOKE GENDHE NEWIDYE SHAPDA

ཕ་རྟི་ཙྰ་སྤྱ་རྟུ་

TRATITSA SOHA

ཨོཾ་སྒང་བ་མཐའ་ཡས་པདྨའི་རིགས།

OM NANG WA T'HA YE PE MAY RIK

འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཞལ་ལས་བྱང་།

JIK TEN WANG CHHUK ZHAL LE JUNG

སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ཕྱིན་ལས་བདག་།

SANG GYE KÜN GYI T'HRIN LE DAK

འཕགས་མ་སྟོལ་

P'HAK MA DROL

མར་ཕུག་འཆལ་བསྟོད་།

MAR CHHAK TS'HAL TÖ

བསྟོད་པར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།

TÖ PAR Ö PA T'HAM CHE LA

ཞིང་དུལ་ཀྱན་གྱི་གངས་སྟེང་གྱི།

ZHING DUL KÜN GYI DRANG NYE KYI

ལུས་བདུད་པ་ཡིས་རྣམ་ཀྱན་དུ།

LÜ TŪ PA YI NAM KÜN TU

མཆོག་དུ་དད་པས་ཕུག་

CHHOK TU DE PE CHHAK

With supreme faith, I pay homage to and praise all who are worthy of praise by bowing with as many bodies as there are particles in all realms.



| འཆལ་བསྟོད།

T'SHAL TÖ

ཐལ་མ་སྐྱར་ལ།

*Joining your palms
together, recite:*

ཇི་བཙུན་འཕགས་མ་འཁོར་དང་བཅས།

JE TSÜN PHAK MA KHOR DANG CHE

Jetsunma Arya Tara and your retinue, consider me kindly with nonreferential compassion.

དམིགས་མེད་སྐྱགས་ཇིས་བརྩེར་དགོངས་ལ།

MIK ME THUK JE TSER GONG LA

བདག་གིས་ཇི་

DAK GI JI

འཇམ་
ཐམ་

ལྷ་ར་གསོལ་བའི་དོན།

TAR SOL WAY DÖN

གེགས་མེད་འབྲུག་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།

GEK ME DRUP PAR JIN GYI LOP

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས།

SANG GYE TEN PA DAR ZHING GYE

བསྟན་འཛིན་སྐྱགས་མཐུན་ཞབས་པད་བདན།

TEN DZIN THUK THÜN ZHAP PE TEN

Engulf me with splendor that what I request may be accomplished without impediment. May the doctrine of the Buddha prosper and flourish. May the holders of the doctrine be harmonious

ཉེར་འཆེའི་བར་ཆད་ཀྱན་ཞི་ཞིང་།

NYER TS'HEY BAR CHHE KÜN ZHI ZHING

བཤད་སྐྱབ་ཕྱིན་ལས་འཕེལ་བར་མཛེད།

SHE DRUP T'HRIN LE P'HEL WAR DZÖ

ནད་མྱག་འབྲུགས་ཅོད་ཞི་བ་དང་།

NE MUK THRUK TSÖ ZHI WA DANG

ཆོས་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་གོང་དུ་འཕེལ།

CHHÖ DEN PAL JOR GONG DU P'HEL

and long-lived. May all harmful obstacles be pacified. May the activities of study and practice flourish. May sickness, famine, agitation, and strife be pacified. May dharmic glory and prosperity flourish.

ཆོས་སྐྱོང་གྲུལ་པོའི་མངའ་ཐང་གྲུལ། གྲུལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་བདེ་བར་མཛེད། འཛིགས་པ་བརུ་དྲུག་དུས་མིན་འཆི། མི་ལམ་མཆན་ལྷས་ངན་པ་དང་།

CHHÖ KYONG GYAL PÖ NGA T'HANG GYE GYAL KHAM T'HA Ü DE WAR DZÖ JIK PA CHU DRUK DÜ MIN CHHI MI LAM TS'HEN TE NGEN PA DANG

May the authority of dharma kings increase. May central and border countries be happy. Protect us from all present and ultimate dangers such as the sixteen dangers, untimely death, bad dreams,

འཁོར་བ་ངན་སྤང་སྒྲུག་བཟུལ་སྒྲིགས། གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་འཛིགས་ལས་སྐྱོབས། ཆོ་བསྤོང་དབང་ཐང་ཉམས་རྟོགས་འཕེལ། མི་དགེའི་རྟོགས་པ་མི་

KHOR WA NGEN SONG DUK NGAL SOK NE KAP T'HAR T'HUK JIK LE KYOP TS'HE SÖ WANG T'HANG NYAM TOK P'HEL MI GEY TOK PA MI

bad omens, and the sufferings of samsara and bad states of existence. May life, merit, influence, experience, and realization flourish. May unvirtuous thoughts not arise. May the two bodhicittas

འབྱུང་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་གཉིས་ཚུལ་མེད་སྐྱེས། བསམ་དོན་ཆོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛེད། འདི་ནས་བྱང་རྒྱལ་སྤྱིང་པོའི་བར། བྱ་གཅིག་པོ་ལ་མ་

JUNG ZHING JANG CHHUP SEM NYI TSOL ME KYE SAM DÖN CHHÖ ZHIN DRUP PAR DZÖ DI NE JANG CHHUP NYING PÖ BAR BU CHIK PO LA MA

be born effortlessly. May the fulfillment of our wishes be in accord with the dharma. I pray that from now until reaching the essence of awakening, you and I may be inseparable,

༄

|བཞིན་དུ། འབྲལ་མེད་ཐུགས་རྗེའི་ཐུན་གྱིས་གཟིགས། ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་མཇེད་དུ་གསོལ། ཞེས་འདོད་པའི་དོན་ལ་གསོལ་བ་ཁྱད་པར་དུ་

ZHIN TU DRAL ME T'HUK JEY CHEN GYI ZIK NYI DANG YER ME DZE DU SOL
and that you will always look upon me with compassionate eyes, like a mother regarding her only child. With that, by requesting especially the fulfillment of your wishes,

བདེ་བ་ཅིང་ཐུགས་དམ་བསྐྱལ་བས། མདུན་བསྐྱེད་འོད་ཟེལ་རང་ལ་ཐིམ་མེད་དབྱེར་མེད་ཉིད་དུ་བྱེན་བཞུགས་པས་མེད་ཉིད་འཕགས་མ་སྒྲེལ་མའི་སྒྲ། སྒྲ་ལ་རང་

DÜN KYE Ö ZHU RANG LA T'HIM YER ME NYI DU JIN LAP PE RANG NYI P'HAK MA DROL MAY KU NANG LA RANG
and appealing to her commitment: The frontal visualization melts into light and dissolves into me. Engulfed with her splendor, we are undifferentiated. I have become Arya Tara,

བཞིན་མེད་པར་གྱུར། ཅེས་རང་ཉིད་འཕགས་མའི་གསལ་སྒྲ་དང་ང་གྱལ་སེམས་བཟུང་སྟེ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་བཞུགས་པ་ཅི་འགྲུབ་གྱ། ཨོྲ་ཏཱ་རེ་ཏཱ་རེ་ཏཱ་རེ་སྟཱ་ཏཱ། མཐར་ཡིག་བཟ།

ZHIN ME PAR'GYUR OM TARE TUTTARE TURE SOHA
appearance with no nature. In that way, fix your mind on the clear appearance and pride of yourself as the Arya. Recite the ten syllables as much as you can. Then the hundred syllables:

ལྷ་མོ་མའི་

Green Tara Sadhana

ཟུང་རྟེན

ཨོཾ་བཙྰ་སང་ས་མ་ཡ།

OM BENZA SATO SAMAYA

མ་ནུ་ཕུ་ལ་ཡ།

MANUPALAYA

བཙྰ་སང་རྟེ་མོ་པ་རྟིཊ་རྟི་ཚྭ་མེ་ལྷ་མ་སུ་རྟེ་ཕྱེ་མེ་ལྷ་མ།

BENZA SATO TENOPA

TIKT'HA DRIDHO MEBHAWA

སུ་པོ་ཕྱེ་མེ་ལྷ་མ།

SUTOKAYO MEBHAWA

ཨ་ནུ་རྟེ་མེ་ལྷ་མ།

SUPOKAYO MEBHAWA

ANURAKTO MEBHAWA

སའ་སྤྱི་མེ་ཕུ་ཡཊྭ་སའ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅེ་རྟི་ཤི་ཡེ་ཀྱ་རྩ་རྟི་

SARWASIDDHI METRAYATSA

SARWAKARMA SUTSAMETSITAM SHRIYA

ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་ལྷ་ག་ལྷ་ན།

KURU HUNG HABA HAAHO BHAGAWAN

སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་བཙྰ་མུ་མེ་མུ་ཕུ་བཙྰ་ལྷ་མ་ཏུ་ས་མ་ཡ་སང་ཨུཾ་

SARWA TAT'HAGATA

BENZA MAME MUN TSA

BENZI BHAWA MAHA SAMAYA SATO AH

ཏུ་པའེ་

མ་རྟེ་ཏ་ཡོངས་སུ་མ་ཚང་དང་།

MA NYE YONG SU MA TS'HANG DANG

གང་ཡང་རུས་པ་མ་མཆིས་པ།

GANG YANG NÜ PA MA CHHI PA

འདིར་ནི་བགྱིས་པ་གང་མོངས་པ།

DIR NI GYI PA GANG NONG PA

དེ་ཀུན་བྱིད་གྱིས་བཟོད་མཇེད་རིགས།

DE KÜN KHYE GYI ZÖ DZE RIK

I request that you forgive whatever defects there are in what I have done here, whatever has been incomplete, imperfect, and whatever I have been unable to do.

༄

། ཨོྫ་ཁྱིའ་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀྱན་མཛད།

OM KHYE KYI SEM CHEN DÖN KÜN DZE

You accomplish the benefit of all sentient beings and bestow the appropriate siddhi. I pray that you depart for the buddha realms, but that you will return.

ཇེ་སུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།

JE SU T'HÜN PAY NGÖ DRUP TSOL

སངས་རྒྱས་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་།

SANG GYE YUL DU SHEK NE KYANG

སྤར་ཡང་

LAR YANG

ཏཱ་ལའི་བུ་

འབྱོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

JÖN PAR DZE DU SOL

བཟླ་མུཾ

BENZA MU

བཛྲ་ལ་མགོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་གཤེགས།

Reciting that, the invited deities depart.

ཨོྫ་འདིར་ནི་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་དུ།

OM DIR NI TEN DANG LHEN CHIK TU

འཁོར་བ་སླིད་དུ་བཞུགས་ནས་ཀྱང་།

KHOR WA SI DU ZHUK NE KYANG

For the duration of samsara, please abide together with this support.

ནད་མེད་ཆེ་དང་དབང་ཕུག་དང་།

NE ME TS'HE DANG WANG CHHUK DANG

མཆོག་རྣམས་ལེགས་པར་སྟུལ་དུ་གསོལ།

CHHOK NAM LEK PAR TSAL DU SOL

Please bestow health, longevity, prosperity, and all that is excellent and supreme.

ཨོྫ་སུ་པ་དྲཱི་བཟླ་ཡེ་སྟུ་དུ།

OM SUTRA TIKT'HA BENZA YE SOHA

ལྷ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པ། རྩོམ་དབྱིངས་གཞུག་མའི་ངང་དུ་བཞག།

LHA DANG RANG SEM YER ME PA CHHÖ YING NYUK MAY NGANG DU ZHAK

The deity and my mind are undifferentiated. I rest in the natural state, the dharmadhatu.

ཅེས་གནས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་བསྐྱང་།

In that way, foster the view of the nature.

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྙུར་དུ་བདག་ འཕགས་མ་

GE WA DI YI NYUR DU DAK

Through this virtue, may I quickly accomplish Arya Tara

P'HAK MA

སྒྲུབ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག ཡིད་བཞིན་རྫོང་དང་བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྟར། བསམ་པའི་དོན་ཀུན་

DROL MA DRUP GYUR NE

DRO WA CHIK KYANG MA LÜ PA

DE YI SA LA GÖ PAR SHOK

YI ZHIN NOR DANG BUM PA ZANG PO TAR

SAM PAY DÖN KÜN

and establish all beings without exception in that state. You bestow without obstruction the fulfillment of all wishes, like a wish-fulfilling gem or an excellent vase.

ཐོགས་མེད་སྦྱུང་མཇེད་པ། རྗེ་བཙུན་སྒྲུབ་མ་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱིས། མི་འབྲལ་ཐུགས་རྗེས་སྦྱོང་བའི་བྲག་ཤིས་ཤོག།

T'HOK ME TSOL DZE PA

JE TSÜN DROL MA GYAL WA SE CHE KYI

MI DRAL T'HUK JE KYONG WAY TA SHI SHOK

May there be the auspiciousness of the constant compassion of Jetsunma Tara, the victors, and their children.

ཅེས་སོགས་ཤིས་པ་བཟློང་ལ་མེ་དྲོག་འཐོར་རོ།

Proclaim the auspiciousness with such verses, and toss flowers.

༄༅།

།གཉིས་པ་རྒྱུ་ཁྱེད་ཀྱི་མཁའ་མཁའ་། འཕགས་མའི་དེན་འཛུགས་ཀྱི་ལུགས། མ་འཛུགས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ལས་འབྱས། མཐུལ་དང་མཆོད་པ་བཤམས་ལ་གོང་དུ་སྦྱོས་པའི། མདུན་གྱི་ནམ་
མཁའ་རྩ་མོ་སྐྱེས་ནས་སྐྱེས་པའི་སེམས་དང་མཆོད་པ་བྱེད་ཆུབས་པར་བཤད། དཀོན་མཆོག་གྱི་མཆོད་མི་དགོས་པས། །རང་ཉིད་སྐྱེད་ཅིག་བྱེད་ཅོགས་སུ། ཇི་བཅུན་འཕགས་མའི་སྐྱེད་པ་ལས་འབྱས་པའི་སྐྱེད་པ་སྐྱེས་
ནས། མཆོད་པ་མཐུལ་བསྐྱེད་པ་ལན་གསུམ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་མ་ཕྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཆར་བདུན་པུ་ཡོན་དང་བཅས་པའི་མཐུལ། སྦྱོར། ཇི་བཅུན་འཕགས་མ་འཁོར་དང་བཅས། སྐྱེས་འདོད་གསོལ་བྱུ་ན་གྱ།
མ་བྱས་ཀྱང་ཆོག །མདུན་བསྐྱེས་འོད་ཁྱེད་སྐྱེས་ནས་བསྐྱེས་པ། རྩོམ་བཤམས་པར་སྦྱར་ལྟར་ལ། གཤེགས་གསོལ་མི་དགོས། ལྷ་དང་རང་སེམས་སྐྱེས་དང། དག་བསྐྱེད་པའི་བཅུན་གྱིས་འབྱུང་བོ།

Second, when you do this daily, while it is best to have an image of the Arya, if you do not, the meditation of her is sufficient. Set out the mandala and offerings. Recite the DÜN GYI NAM KHAR and so forth, the refuge, bodhicitta, and so on, including the consecration of the offerings as was given above. As the offerings to the three jewels in general are unnecessary, proceed to RANG NYI KE CHIK DREN DZOK SU, JE TSÜN P'HAK MAY KUR SAL WAY and so on. Repeat the offerings, mandala, and praises three times. The last time, recite the twenty-one homages seven times, and the benefits. After that, if you wish to and can, recite JE TSÜN P'HAK MA KHOR DANG CHE and so forth, the request for the fulfillment of wishes. It is all right not to recite it. DÜN KYE Ö ZHU and so forth, the mantra repetition, and the admission of failings are done as before. The request to depart is unnecessary. It is completed with LHA DANG RANG SEM and so forth, the dedication of virtue, and the expression of auspiciousness.

རྗེ་བརྩུན་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན།

JE TSÜN CHOM DEN DE MA T'HUK JE CHEN

Compassionate Jetsunma Bhagavati: May my two-fold obscurations and those of all limitless sentient beings be purified.

བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAK DANG T'HA YE SEM CHEN T'HAM CHE KYI

སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ཁིང་ཚྲགས་གཉིས་སྐྱར་རྗེགས་དེ།

DRIP NYI JANG ZHING TS'HOK NYI NYUR DZOK TE

རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཇུག་དུ་གསོལ།

DZOK PAY SANG GYE THOP PAR DZE DU SOL

Please cause the attainment of perfect buddhahood. During all our lives, until we attain that, may we obtain the excellent happiness of gods and humans.

དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཆེ་རབས་ཀྱན་དུ་ཡང་།

DE MA T'HOP KYI TS'HE RAP KÜN TU YANG

ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཚྲགས་ཐོབ་ནས།

LHA DANG MI YI DE WAY CHHOK THOP NE

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་

T'HAM CHE KHYEN PA DRUP

38

པར་བྱེད་པ་ལ།

PAR JE PA LA

བར་ཆད་གདོན་བགེགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས།

BAR CHHE DÖN GEK RIM DANG NE LA SOK

དུས་མིན་འཆི་བ་གྱུར་པ་སྣ་ཚྲགས་དང་།

DÜ MIN CHHI WA GYUR PA NA TS'HOK DANG

མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་།

MI LAM NGEN DANG TS'HEN MA NGEN PA DANG

all obstacles to the accomplishment of omniscience — all dōns, all impediments, all contagion, sickness, and so forth; all varieties of untimely death, bad dreams, bad omens,

༄

| འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྟོགས་ཉེ་བར་འཆེ་བ་རྣམས།

JIK PA GYE SOK NYE WAR TS'HE WA NAM

the eight dangers, and so forth — all that is harmful. Please cause the spontaneous effortless flourishing

ཡུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

NYUR DU ZHI ZHING ME PAR DZE DU SOL

འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་

JIK TEN JIK TEN LE NI DE

པ་ཡི།

པ་ཡི། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷན་སྐྱམ་ཆོགས་པ་རྣམས།

PA YI TA SHI DE LEK P'HÜN SUM TS'HOK PA NAM

and increase of all mundane and supramundane auspiciousness, happiness, excellence, and abundance, without exception.

འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།

PHEL ZHING GYE PAY DÖN NAM MA LÜ PA

འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

BE ME LHÜN GYI DRUP PAR DZE DU SOL

39

སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་།

DRUP LA TSÖN ZHING DAM CHHÖ P'HEL WA DANG

May we be diligent in practice. May the sacred dharma flourish.

རྟེན་དུ་ཁྱེད་སྒྲུབ་ཞུས་མཆོག་མཐོང་བ་དང་།

TAK TU KHYÖ DRUP ZHAL CHHOK T'HONG WA DANG

May we do your practice continually and see your face.

སྤང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ།

TONG NYI DÖN TOK JANG SEM RIN PO CHHE

May we realize the meaning of emptiness. May the precious bodhicitta flourish

ཡར་ངོ་རི་ཁྲི་ལྷ་ར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེས། པརྫོང་མ་པ་ཤིན་དུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས། སྤང་བ་མཐའ་ཡས་

YAR NGÖ DA TAR P'HEL ZHING GYE PAR DZÖ

GYAL WAY KYIL KHOR ZANG ZHING GA WA DER

PE MO DAM PA SHIN TU DZE LE KYE

NANG WA T'HA YÉ

and increase like the waxing moon. In the excellent and joyous mandala of the victors, may I be born from a beautiful pure lotus. May I also receive a direct prophecy there from the Victor Amitabha.

རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག བདག་གིས་ཆེ་རབས་ཀྱན་དུ་སྐྱབ་པའི་ལྷ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ཕྱིན་ལས་མ།

GYAL WE NGÖN SUM DU

LUNG TEN PA YANG DAK GI DER THOP SHOK

DAK GI TS'HE RAP KÜN TU DRUP PAY LHA

DÜ SUM SANG GYE KÜN GYI THRIN LE MA

May there be auspiciousness of the deity I practice in all lives, who is the activity of all buddhas of the three times,

སྔ་ལྷང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྟུར་ཞིང་དཔའ། ཡུམ་གྱུར་ཅུའལ་བསྐྱམས་པའི་བཟླ་ཤིས་ཤོག།

NGO JANG ZHAL CHIK CHHAK NYI NYUR ZHING PA

YUM GYUR UT PAL NAM PAY TA SHI SHOK

who is quick and heroic, green, with one face and two hands, the mother who holds an utpala.

༄

། རྒྱལ་ཡུམ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་སྐྱ་ཅི་འདྲ་དང་།

GYAL YUM DROL MA KHYE KU CHI DRA DANG

Tara, mother of the victors, may we attain a body like yours and also retinues, longevity, realms, and the best of excellent names,

འཁོར་དང་སྐྱ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།

KHOR DANG KU TS'HEY TS'HE DANG ZHING KHAM DANG

བྱིད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་

KHYE KYI TS'HEN CHHOK ZANG PO

ཅི་འདྲ་བ།

CHI DRA WA

དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག

DE DRA KHO NAR DAK SOK GYUR WAR SHOK

all of these, just like yours. Through the power of praising and supplicating you, may sickness, poverty, strife, and warfare in all regions be pacified.

། བྱིད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བདེ་པའི་མཐུས།

KHYE LA TÖ CHING SOL WA TAP PAY THÜ

བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་

DAK SOK GANG DU NE PAY

ས་ཕྱོགས་སུ།

SA CHHOK SU

ནད་དང་དབུལ་ཕོངས་འཕྲབ་ཅོད་ཞི་བ་དང་།

NE DANG UL P'HONG T'HAP TSÖ ZHI WA DANG

I pray that you will cause the flourishing of dharma and auspiciousness.

ཆོས་དང་བླ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཇེད་དུ་གསོལ། ॥

CHHÖ DANG TA SHI P'HEL WAR DZE DU SOL

ཤྱུ་མཁེ་

Green Tara Sadhana

ཟད་ཏིག



Published by Heart Center KTC, 315 Marion Avenue, Big Rapids, MI 49307

© 1992 Karma Triyana Dharmachakra

༄

|ཨོ་ཇེ་བརྩུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲེལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

OM JE TSÜN MA P'HAK MA DROL MA LA CHHAK TS'HAL LO

I pay homage to Jetsunma Arya Tara. Homage to Tara, the quick and heroic, whose eyes flash in an instant like lightning,

|ཕྱག་འཆལ་སྒྲེལ་མ་ལྷུར་མ་དཔའ་མོ།

CHHAK TS'HAL DROL MA NYUR MA PA MO

|ཐུན་ནི་སྐད་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ།

CHEN NI KE CHIK LOK DANG DRA MA

|འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི།

JIK TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHAL GYI

and who arose from the open stamens of the lotus-face of the lord of three worlds. Homage to her whose face is like one hundred full autumn moons

|གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ།

GE SAR JE WA LE NI JUNG MA

|ཕྱག་འཆལ་སྒྲོན་ཀའི་ཁྲི་བ་ཀུན་དུ།

CHHAK TS'HAL TÖN KAY DA WA KÜN TU

|གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེགས་པའི་ཞལ་མ།

GANG WA GYA NI TSEK PAY ZHAL MA

|སྐར་མ་སྒྲོང་ཕྱག་ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས།

KAR MA TONG T'HRAK TS'HOK PA NAM KYI

|རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ།

RAP TU CHHE WAY Ö RAP BAR MA

|ཕྱག་འཆལ་གསེར་ཕྱོ་ཆུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི།

CHHAK TS'HAL SER NGO CHHU NE KYE KYI

|པདྨས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།

PE ME CHHAK NI NAM PAR GYEN MA

and who blazes with light like that of thousands of stars. Homage to her whose hands are adorned by golden blue lotuses and who enacts generosity, exertion,

ཁྱེན་པ་བཙུན་འགྲུས་དཀར་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །ཕྱག་འཆལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་དྲི་། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་

JIN PA TSÖN DRÜ KA THUP ZHI WA ZÖ PA SAM TEN CHÖ YUL NYI MA CHHAK TS'HAL DE ZHIN SHEK PAY TSUK TOR T'HA YE NAM PAR

austerity, tranquility, patience, and meditative stability. Homage to her whose crown is the tathagata, who revels in boundless complete victory,

རྒྱལ་བར་སྤྱོད་མ། །མ་ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་མ། །ཕྱག་འཆལ་དུ་རྩྱ་ར་རྩྱ་ཡི་གེས། །འདྲོད་དང་ཕྱོགས་དང་རྣམ་

GYAL WAR CHÖ MA MA LÜ P'HA ROL CHHIN PA T'HOP PAY GYAL WAY SE KYI SHIN TU TEN MA CHHAK TS'HAL TUT TA RA HUNG YI GE DÖ DANG CHHOK DANG NAM

and who is thoroughly relied upon by bodhisattvas who have attained the perfections without exception. Homage to her who, with the syllables TUTTARA HUNG, fulfills wishes

མཁའ་གང་མ། །འཛིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་གྱིས་མནན་དེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རྒྱས་མ། །ཕྱག་འཆལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཆངས་པ།

KHA GANG MA JIK TEN DÜN PO ZHAP KYI NEN TE LÜ PA ME PAR GUK PAR NÜ MA CHHAK TS'HAL GYA JIN ME LHA TS'HANG PA

and fills all directions and all space, who tramples the seven worlds underfoot and is able to summon all without exception. Homage to her to whom Indra, Agni, Brahma, Vayudeva,

༄

|| ལུང་ལྷ་སྣ་ཚྲིག་སྐྱོད་པ་ལྷ་མོ་མཆོད་མ། | འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་བ་རྣམས་དང། | གནོད་སྤྱིན་ཚྲིག་སྐྱོད་པ་མདུན་ནས་བསྟོད་མ།

LUNG LHA NA TS'HOK WANG CHHUK CHHÖ MA JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG NÖ JIN TS'HOK KYI DÜN NE TÖ MA
Vishvakarman, and Isvara present offerings; who is praised by elementals, vampires, scent-eaters, and yakshas.

༄ ལྷ་མོ་ཚལ་དྲ་ཅེ་ཤ་དྲ་དང་ཕྱེད་ཀྱིས། | ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་དྲ་འཛུམས་མ། | གཡས་བསྐྱུམས་གཡོན་བརྒྱུངས་ཞབས་ཀྱིས་མནན་དེ། | མེ་འབར་

CHHAK TS'HAL TRE CHE JA DANG P'HE KYI P'HA ROL THRUL KHOR RAP TU JOM MA YE KUM YÖN KYANG ZHAP KYI NEN TE ME BAR
Homage to her who thoroughly conquers the machinations of others with TRE and P'HE, who tramples with right leg contracted and left outstretched, and is totally blazing with swirling flame.

འབྲུགས་པ་ཤིན་དྲ་འབར་མ། ལྷ་མོ་ཚལ་དྲ་རེ་འཛུགས་པ་ཆེན་མོ། | བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛུམས་མ། | རྒྱུ་སྤྱིས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྷན་མཇེད།

T'HRUK PA SHIN TU BAR MA CHHAK TS'HAL TU RE JIK PA CHHEN MO DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA CHHU KYE ZHAL NI T'HRO NYER DEN DZE
Homage to TURE, the terrifying one who totally conquers the fiercest maras, who, with a frowning lotus-face, kills all enemies, without exception.

|དག་པོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། |ཕྱག་འཆལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་གྱུར། |སོར་མོས་བྱུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། |མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་
 DRA WO T'HAM CHE MA LÜ SÖ MA CHHAK TS'HAL KÖN CHHOK SUM TS'HÖN CHHAK GYAY SOR MÖ THUK KAR NAM PAR GYEN MA MA LÜ CHHOK KYI
 Homage to her whose fingers adorn her heart with the mudra indicating the three jewels, whose radiant swirling halo adorns all directions.

|འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། |རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚྭ་སྤྲུལ་རྣམས་འབྱུགས་མ། |ཕྱག་འཆལ་རབ་དྲུ་དགའ་བ་བཟིང་པའི། |དབུ་བྱན་འོད་ཀྱི་ཕྱེང་བ་སྤྲེལ་མ།
 KHOR LÖ GYEN PAY RANG GI Ö KYI TS'HOK NAM THRUK MA CHHAK TS'HAL RAP TU GA WA JI PAY U GYEN Ö KYI T'HRENG WA PEL MA
 Homage to her who is crowned by garlands of light, resplendent with great joy, who overpowers maras and the world with her laughter of TUTTARA.

|བཞད་པ་རབ་བཞད་དུ་རྩྭ་ར་ཡིས། |བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། |ཕྱག་འཆལ་ས་གཞི་རྫོང་བའི་ཚྭ་སྤྲུལ་རྣམས། |ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་
 ZHE PA RAP ZHE TUT TA RA YI DÜ DANG JIK TEN WANG DU DZE MA CHHAK TS'HAL SA ZHI KYONG WAY TS'HOK NAM T'HAM CHE GUK PAR
 Homage to her who can summon all guardians of places, who fully liberates from all poverty with the syllable HUNG of her grimace.

༄

|ནུས་མ་ཉིད་མ། |ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྒྱུ་གིས། |ཕྱོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲུབ་མ། |ཕུག་འཆལ་ཁྲི་བའི་དུམ་བུས་དབུ་བརྒྱན།

NÜ MA NYI MA T'HRO NYER YO WAY YI GE HUNG GI PHONG PA THAM CHE NAM PAR DROL MA CHHAK TS'HAL DA WAY DUM BÜ U GYEN

Homage to her who blazes with all adornments, crowned with a sliver of the moon, from whose topknot

|བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་དུ་འབར་མ། |རལ་པའི་ཁྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས། |རྟག་པར་ཤིན་དུ་འོད་རབ་མཛེད་མ། |ཕུག་འཆལ་བསྐལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར།

GYEN PA THAM CHE SHIN TU BAR MA RAL PAY T'HRO NE Ö PAK ME LE TAK PAR SHIN TU Ö RAP DZE MA CHHAK TS'HAL KAL PA THA MAY ME TAR

Amitabha continually illuminates. Homage to her who abides in the midst of garlands of flame like the fire at the end of a kalpa,

|འབར་བའི་ཕྱིང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། |གཡས་བརྒྱངས་གཡོན་བསྐྱམས་ཀུན་ནས་བསྒྲེར་དགའི། |དབྲ་ཡི་དཔུང་ནི་རྣམ་པར་འཛུམས་མ།

BAR WAY THRENG WAY Ü NA NE MA YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GAY DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

who totally conquers hoards of enemies of those who delight in the turning of the dharma wheel, with her right leg outstretched and her left contracted.

ཉེར་གཉེར་པ་

ཀླུ་ལ་མཆོད་པ་གཞིར་ངོས་ལ་ཕྱག་གི། མཐིལ་གྱིས་བསྐྱེན་ཅིང་ཞབས་ཀྱིས་བརྟུང་མ། ཁྱོ་གཉེར་ཅན་མཇེད་ཡི་གེ་རྩྱུ་གིས། རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགེམས་མ།

CHHAK TS'HAL SA ZHIY NGÖ LA CHHAK GI THIL GYI NÜN CHING ZHAP KYI DUNG MA T'HRO NYER CHEN DZE YI GE HUNG GI RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

Homage to her who pierces the ground with the palm of her hand and stamps with her feet, who overthrows the seven levels with the syllable HUNG as she grimaces.

ཀླུ་ལ་མཆོད་པ་དངེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ། རྟུང་ན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། ལྷ་རྩྱུ་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྷན་པས། སྤྱིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་ཉིད་མ།

CHHAK TS'HAL DE MA GE MA ZHI MA NYA NGEN DE ZHI CHÖ YUL NYI MA SO HA OM DANG YANG DAK DEN PE DIK PA CHHEN PO JOM PA NYI MA

Homage to her who is bliss, virtue, and tranquility, enjoying the peace of nirvana, who conquers great wrongs with the perfect possession of SOHA and OM.

ཀླུ་ལ་མཆོད་པ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་དྲུ་འགེམས་མ། ཡི་གེ་བརྩུ་པའི་ངག་ནི་བཀོད་པའི། རིག་པ་རྩྱུ་ལས་སྤྱོད་མ་ཉིད་མ།

CHHAK TS'HAL KÜN NE KOR RAP GA WAY DRA YI LÜ NI RAP TU GEM MA YI GE CHU PAY NGAK NI KÖ PAY RIK PA HUNG LE DROL MA NYI MA

Homage to her who overthrows the enemies of those who delight in the turning of the dharma wheel and liberates with the awareness mantra, HUNG, surrounded by the ten syllables.

۱۰
 ۱۱
 ۱۲
 ۱۳
 ۱۴
 ۱۵

Homage to TURE, who stamps with her feet, whose seed is HUNG, who shakes Sumeru, Mandara, Bikjay, and the three worlds.

HUNG GI NAM PAY SA BÖN NYI MA

RI RAP MEN DA RA DANG BIK JE

JIK TEN

SUM NAM YO WA NYI MA

CHHAK TS'HAL LHA YI TS'HO YI NAM PAY

RI DAK TAK CHEN CHHAK NA NAM MA

TA RA NYI IÖ P'HE KYI YI GE

Homage to her, who holds in her hand that which bears the sign of a hare in the form of a divine lake, who dispels all poisons without exception with the dual repetition of TARA and P'HE.

DUK NAM MA LÜ PAR NI SEL MA

CHHAK TS'HAL LHA YI TS'HOK NAM GYAL PO

LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA

KÜN NE GO CHHA GA WAY II KYI

Homage to her on whom the kings of the gods, the gods, and the miamchi rely, who dispels disputation and bad dreams with the armor of her delightful majesty.

།ཙྴང་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །ཕྱག་འཆལ་ཉི་མ་ཟླ་བ་བྱུང་པའི། །ཐུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །ཏ་ར་གཉིས་བཟྩེད་དུ་རྩྭ་ར་ཡིས། །ཤིན་དུ་བྱ་ག་
TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA CHHAK TS'HAL NYI MA DA WA GYE PAY CHEN NYI PO LA Ö RAP SAL MA HA RA NYI JÖ TUT TA RA YI SHIN TU DRAK
Homage to her whose radiant two eyes are like the sun and full moon, who dispels fierce contagion with the dual recitation of HARA and TUTTARA.

།པོ་རི་རེམས་ནད་སེལ་མ། །ཕྱག་འཆལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་མ། །གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་སྤྱིན་ཆོགས་རྣམས།
PÖ RIM NE SEL MA CHHAK TS'HAL DE NYI SUM NAM KÖ PE ZHI WAY THU DANG YANG DAK DEN MA DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TS'HOK NAM
Homage to her who genuinely possesses the power to pacify through the establishment of threefold thatness, and to the supreme TURE, who conquers dōns, vampires, and yakshas.

།འཛེམས་པ་དུ་རེ་རབ་མཆོག་ཉིད་མ། །ཙྴ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་བསྟོན་པ་འདི་དང། །ཕྱག་འཆལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག།
JOM PA TU RE RAP CHHOK NYI MA TSA WAY NGAK KYI TÖ PA DI DANG CHHAK TS'HAL WA NI NYI SHU TSA CHIK
This is the praise of the root mantra and the twenty-one homages.

