



ॐ३। श्रुंय'म'श्रुवस'वदुन'म'
वदुवस'सो॥

度母七救怙祈請文

Seven Verses of Supplication
to the Protectress Tara



ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་དཀར་མོ།

聖白度母

Noble Lady White Tārā

ཨྲ། །མ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ན།།
 ཡུམ་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མོ་སྐྱོལ་མ་བཟུགས།།
 དེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྤྱིར་མ།།
 བདག་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།།
 尊勝無比聖救度佛母，
 安然住於無生法界中，
 賜予一切有情諸安樂，
 免除一切怖畏祈加持！

Noble Goddess, Mother Tara, you
 dwell in the realm of the unborn,
 dharmadhātu mother. You, who
 bestows happiness on all sentient
 beings, please protect me from all
 fears!

རང་ཚོས་སྐྱེ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པར།།
སེམས་ཉོན་མོངས་དབང་དུ་གྱུར་བ་ཡི།།
མ་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ།།
ཡུམ་གྱི་མོ་བྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོ་ལ།།

如母眾生流轉輪回界，
煩惱困惑無明迷亂故，
自性法身本具卻不知，
救度佛母勝尊祈佑護！

Mother Goddess, please protect
sentient beings, my mothers
wandering in samsara with minds
controlled by afflictions, who do not
recognize that they themselves are
dharmakāya!

ཚོས་སྒྲིང་ནས་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པར།།
 བ་སྒྲིང་ཚོག་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས།།
 བྱབ་མཐའ་ངན་པས་བསྐྱེས་པ་ལ།།
 ཡུམ་ཡང་དག་གི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།།
 追逐世俗鄙劣諸字句，
 易受邪宗惡派所誘騙，
 心中法義隱晦未生起，
 度母祈賜加持及護佑！

Genuine Mother Goddess, please
 protect those who follow the
 conventional meanings of words and
 are deceived by errant tenets, for the
 Dharma has not truly taken birth in
 their hearts!

རྟོགས་པར་དཀའ་བ་རང་གི་སེམས།།
མཐོང་ནས་གོམས་པར་མི་བྱེད་པར།།
བྱ་བ་ངན་པས་གཡེང་བ་ལ།།
ཡུམ་དྲན་པའི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོ་ལ།།
至於已見自性本明者，
難證難明亦難保任之，
易於忘失溺於惡道中，
今祈善憶度母賜守護！

Mindful Mother Goddess, please protect those who have seen the nature of mind — so difficult to realize — but do not habituate it, and so remain lost in negative activities!

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།།

不論何行均受習氣縛，
二元執取概念喜分別，
不明俱生本智本不二，
無二意之度母祈救護！

Goddess of non-dual mind, please
protect those who are bound, no
matter what they do, by habitual,
dualistic grasping at concepts in the
mind that is self-arisen, non-dual
primordial wisdom!

ཡང་དག་གི་དོན་ལ་གནས་བྱས་གྱང་།།
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མི་ཤེས་པས།།
ཤེས་བྱའི་དོན་ལ་སྒོངས་པ་ལ།།
ཡུམ་གྱུན་མཁྱེན་གྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོ་ལ།།

雖已安住勝義諦之境，
因果緣起實相未證知，
當曉法義心盲故未見，
懇祈全智度母賜救護！

Omniscient Mother Goddess, please protect those who have dwelt in the authentic truth but do not understand the interdependence of cause and effect, and thus are blind to the meaning of what is to be known!

སྒྲོལ་བྱལ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན།།

ཐམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱིས།།

ད་དུང་སྒྲོབ་མའི་གང་ཟག་ལ།།

ཡུམ་ཇོ་གས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།།

本性不可思議離戲論，

諸法亦如虛空本不二，

懇祈全覺圓滿聖度母，

無間護念吾等凡夫眾！

Having the unelaborated, space-like nature, from which everything is indivisible, Complete Buddha Mother, please continue to protect those disciples who are ordinary!

ཞེས་པ་ཨི་ཚུང་ལུག་ཏུ་རྗེ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས་འཕགས་
མ་སྐྱོལ་མ་བདུན་ཞལ་གཟིགས་དུས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་
སྐབས་བདུན་མར་གྲགས་པ་བྱིན་བརྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེབར་
གྲགས་སོ།།

如是所雲。聖者世間怙主（吉天頌恭）於
艾穹窟中親見七位聖救度母時，作此七救
怙文祈請。以加持力極大而聞名也。

*When Lord Jigten Sumgön had a vision of
the seven Taras at the Echung cave, he
supplicated them with this prayer known as
the Seven Verses of Supplication to the
Protectress Tara. It is widely known for its
extremely powerful blessings.*

ལྷོ། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྟོབ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 ངན་སོང་སྟོ་འགོགས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 མཐོ་རིས་ལམ་འདྲེན་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 ཏྲ་ཏུ་ཕྱིད་ཀྱིས་སྟོངས་པར་མཛད། །
 ད་དུང་ཕྱགས་རྗེས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །
 འདི་ནི་པཎ་ཆེན་ཇོ་བོ་རྗེས་གསུངས་སོ། །

唵！

頂禮救護八難母，
 頂禮吉祥熾燃母，
 頂禮免墮惡趣母，
 頂禮引導善趣母，
 祈願時時予護佑，
 不捨慈悲恆救度。

阿帝峽尊者所撰之度母禮贊文

OM. Homage to you, the protector
who liberates from the eight fears!
Homage to you, blazing with
auspicious glory! Homage to you,
closing the door to evil destinies!
Homage to you, guiding to the higher
realms! You have always been by my
side. Continue ever more to protect
me with compassion!

This was spoken by the great paṇḍita Atisha.

། བོ་ལུ་རྩ་རྩ་ཡེ།
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱི་རྩ་རྩ་མ།།
འཛིགས་པ་བརྒྱད་རྒྱུ་བས་ལྷ་མོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན།།
བརྒྱ་ཅུ་མཚན་གྱིས་འཛིགས་དང་རྒྱུག་བསྐྱེལ་ལས།།
སྐྱོབ་མཛད་མ་ཁྱོད་ཐུགས་རྗེས་བདག་ལ་དགོངས།།

南無阿利雅達惹耶！

三世諸佛之母多羅尊，
救護眾生免於八難母，
百種名號解救諸苦懼，
懇祈悲心攝受垂護念！

Namo Ārya Tāreye! Mother of the
three times' buddhas, Lady Tara,
one who protects from the eight
fears, compassionate goddess, you
whose hundred names protect from
all suffering and fear, please regard
me with compassion!

བདག་ལ་བཟང་ངན་འབྲེལ་ཐོག་ཐམས་ཅད་གྱི།།
 འདི་ཕྱི་བར་དོ་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ།།
 འབྲེལ་མེད་ཐུགས་རྗེས་བྱང་ཞིག་རྗེ་བཙུན་མ།།
 ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།།
 བསམ་པ་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།།
 འོད་གསལ་དོ་རྗེས་གསུངས་པ་ལ་མགར་རྒྱན་ནས་གཞན་དོན་
 ལ་དམིགས་ཏེ་ཁ་བསབས་པའོ།།

於我善惡具緣一切之，
 此生之後中陰分位中，
 不離悲心攝受尊聖母，
 外內密之障礙皆息除，
 所思任運成就祈加持。

偉瑟多傑所雲；噶千仁波切緣觀利他
 而附也。

Noble Lady, with indivisible compassion, look after all those connected to me, whether good or bad, in every circumstance, in this and future lives, and in the bardo! Pacify outer, inner, and secret obstacles, and grant blessings to accomplish all wishes spontaneously.

Considering the benefit of others, the Old Gar expanded on the words originally spoken by Ösel Dorje.

། ཀྱ་ཡེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མ་མ་བྱོད།
སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བུ་ལྟར་བརྩེ་ཆེན་མ།
བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོག་ལས་ཀུན་སྒྲོལ་ཏེ།
གཞན་ཕན་འགྲོ་དོན་བྱོད་དང་མཉམ་པར་ཤོག།
དད་ལྡན་སྒྲོབ་མས་གསོལ་བཏབ་གང་བསམ་འགྲུབ། མགར་མིང་
དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་རང་ནས་བྲིས།

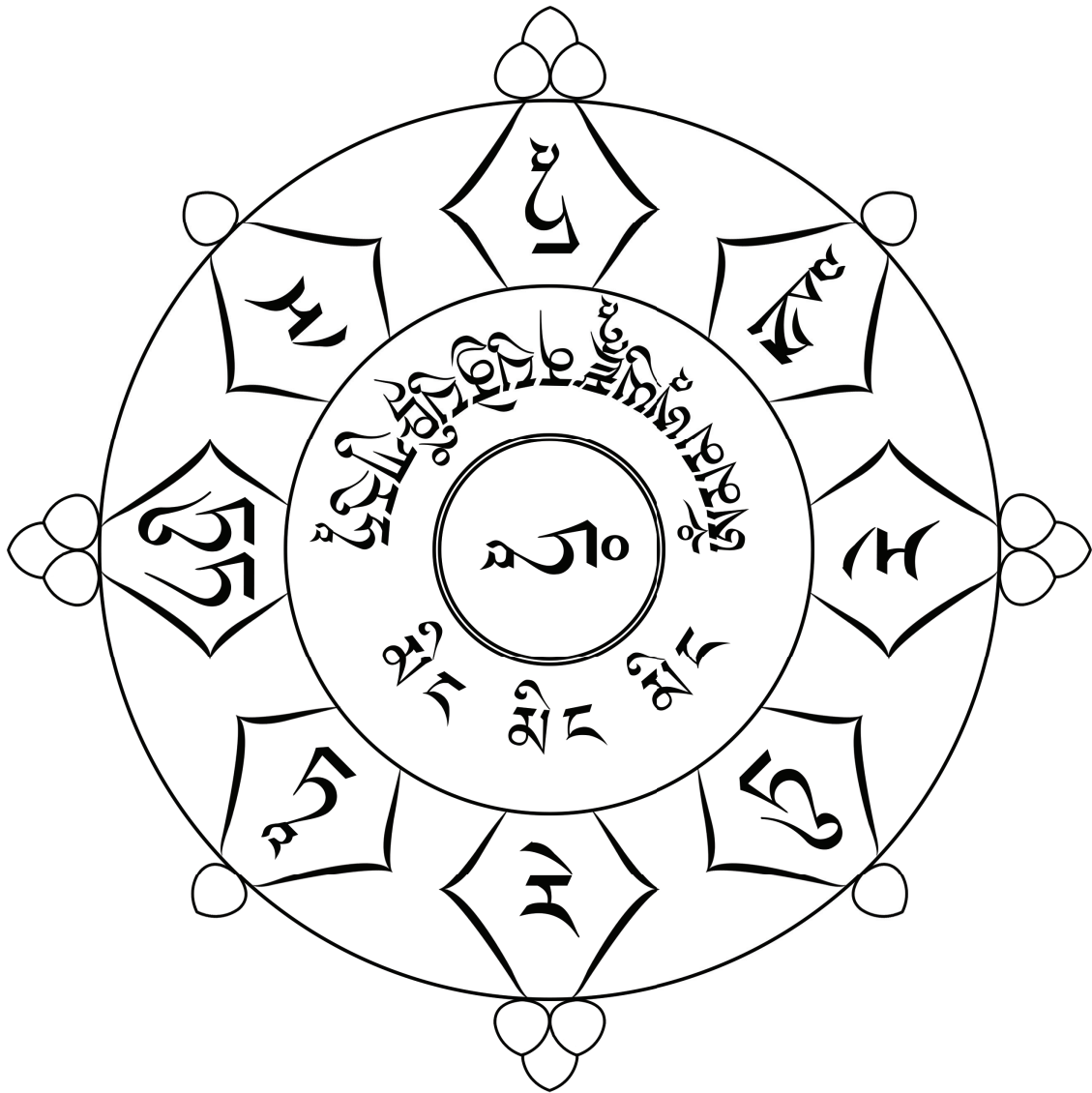
噶耶！

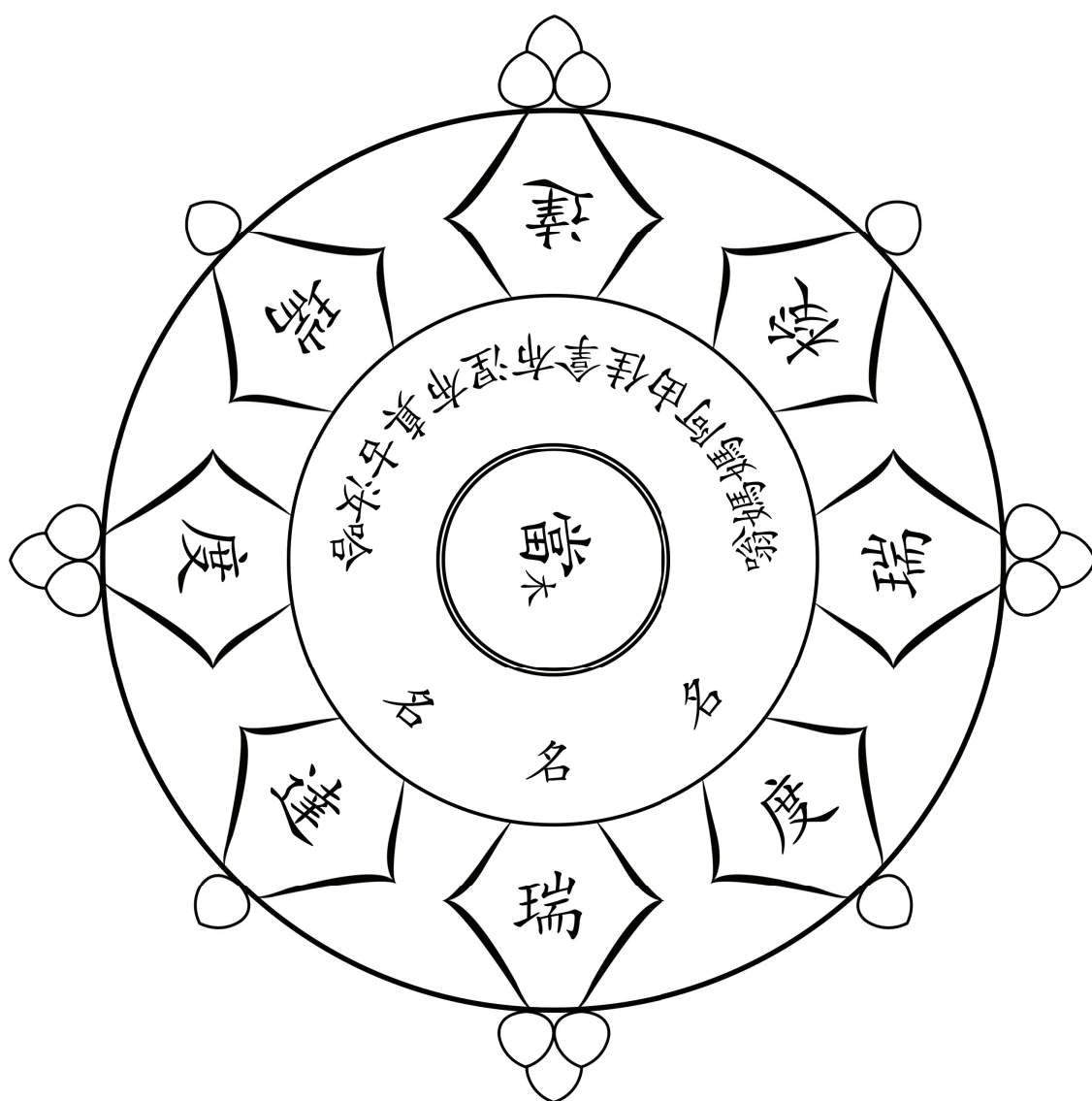
您乃三世諸佛之母親，
視諸眾生如子大悲母，
解脫一切我執鐵枷鎖，
利益眾生願與您等同。

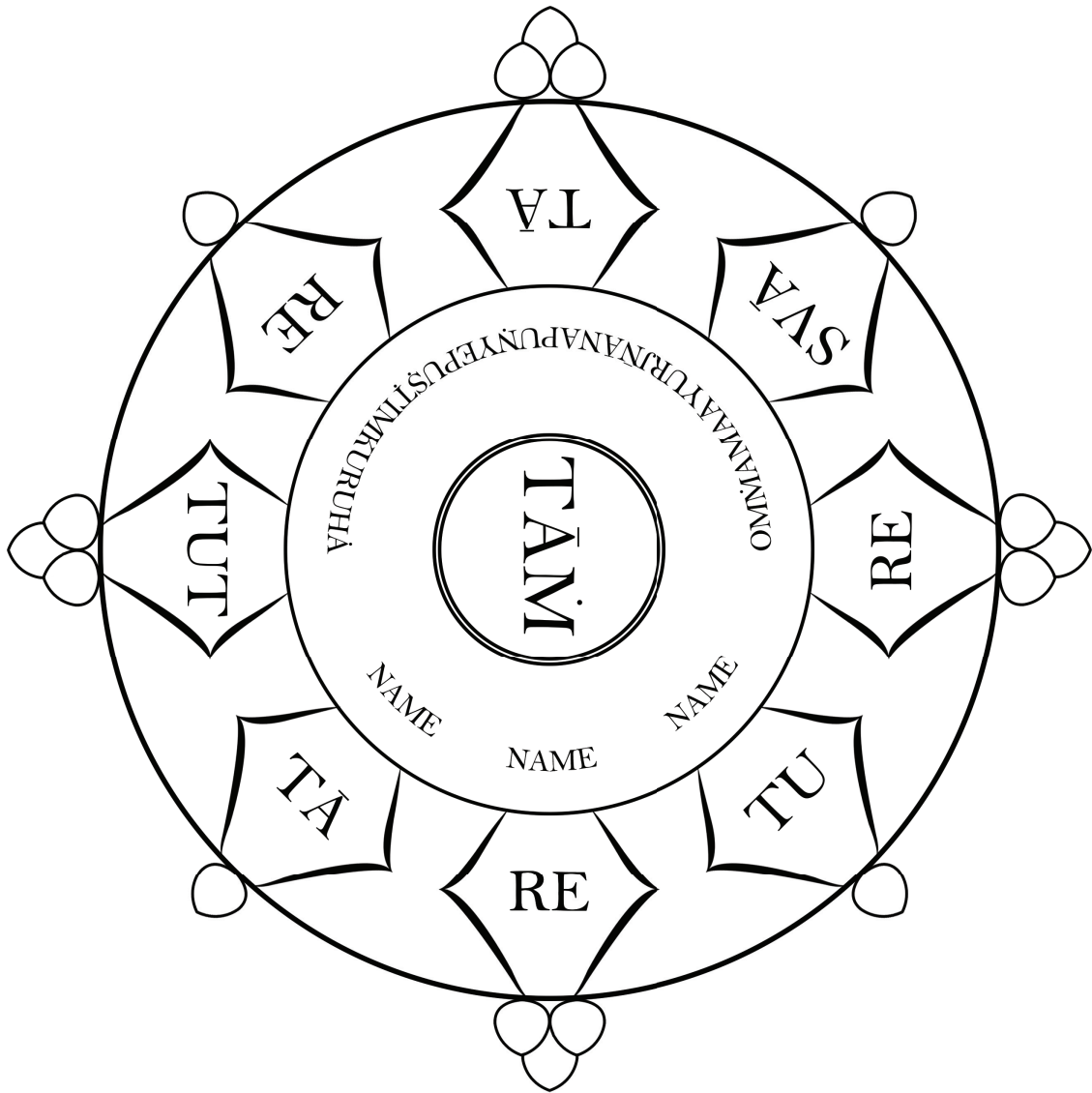
具信弟子祈請皆滿願。噶千仁波切撰。

Oh, Mother of the three times'
buddhas who loves all sentient
beings as a mother loves her child:
may I become free from the iron
shackles of self-grasping and may
my activities that benefit beings
equal yours.

*May the prayers of faithful disciples be
fulfilled. Written by Konchog Gyaltsen,
the one named Gar.*







ཨོྃ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨུ་ཡུར་
རྩོལ་བ་སུ་ཏཱེ་སུ་ཏཱི་ཀུ་རུ་སྐྱ་ཏཱ།

嗡 達瑞 度達瑞 度瑞 媽媽 阿優兒
佳那 布涅 布真 咕汝 梭哈

咒意：

嗡 解脫母！ 解脫苦難母！

疾速救度母！

令我壽命、智慧、福德盛開增長 梭哈

OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR

JÑĀNA PUṆYE PUṢṬIM KURU SVĀHĀ

OM Oh Tara, swift liberator from pain, make my
lifespan, wisdom, and merit increase SVĀHĀ

། ལྷག་སྟོང་འཁོར་ལོ་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་།།
 ལྷན་སྟོང་བསྐལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་།།
 རམ་མཁའ་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་བརྗེ་བ་ཅན་།།
 སེམས་དཔའ་སྐྱེས་རས་གཟིང་ལ་ལྷག་འཚལ་ལོ།།
 རིགས་དྲུག་སྐྱོལ་བྱེད་པར་ཕྱིན་དྲུག་གི་སྟོང་པོ་ནི།

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཏཱི་ཏཱིཾ་

千手代表千位轉輪王，
 千眼代表千尊賢劫佛，
 具足悲心遍滿如虛空，
 觀音菩薩尊前我頂禮。

解脫六道之波羅蜜心要：
 唵 瑪尼 悲美 吽 捨

Your thousand arms are the thousand
wheel-turning kings.

Your thousand eyes are the thousand
buddhas of this fortunate eon.

Your love is boundless like space.

I supplicate to the Bodhisattva
Chenrezig.

*The heart essence of the Six Perfections
that frees from the six classes of samsara:*

OM MANI PADME HŪM HRĪ

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །
སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།།
འགོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།།
དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

願我迅速以此善，
成就觀音自在已，
盡諸眾生一無余，
悉皆安置彼之地。

此觀音贊文乃第八世噶千仁波切於
二〇〇八年十二月所編也。

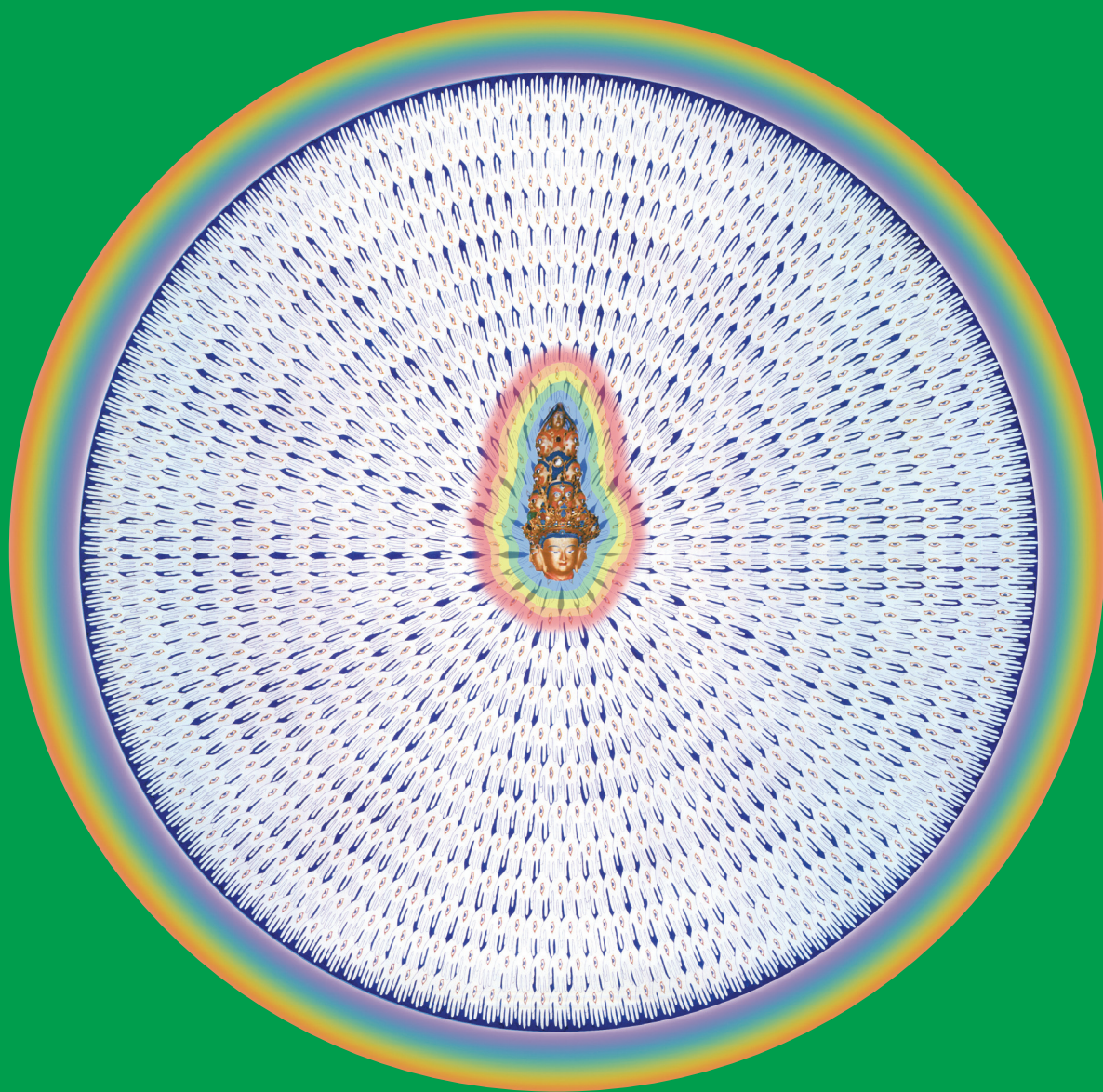
奉第八世噶千仁波切之意旨，二〇一〇年春
行者普舟恭譯此贊文於美國噶千關房。

二〇一五年春修訂。賢善吉祥！

By this virtue may I swiftly
accomplish Lord Chenrezig and
may I bring every being without
exception to that state.

*This Chenrezig prayer was modified by
Garchen Rinpoche in 2008.*

Translated by Ina Trinley Wangmo and edited
by Kay Candler in 2017. English translation ©
2017. All rights reserved.



སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཕྱག་སྟོང་སྐྱུན་སྟོང་།

千手千眼觀音

Avalokiteshvara with Thousand

Arms and Eyes

