

ལྷོ། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་  
ཚོ་སྐྱབ་མཚུལ་འཆི་མིད་ལྷན་ཐིག་བཞུགས་སོ། །

*"Purified Drop of Immortality"*  
*A Longevity Mandala Sādhana*  
*of the Wish-Fulfilling Cakra,*  
*Ārya Tārā*



The Garchen Buddhist Institute



*Noble Lady White Tārā*

ཨོྃ་རཱེ་རུ་རཱེ་རུ་རཱེ་མ་མ་ཨ་ཡུ་རྫོག་པ་སུ་ཐེ་སུའི་རྒྱ་སུ་སྣ་རྒྱ།

**oṃ tāre tuttāre ture mama āyur jñāna**

**punye puṣṭim kuru svāhā**

**Oṃ**, O Tara, swift liberator from suffering, make my  
lifespan, wisdom and merit increase, **svāhā**.

*“Purified Drop of Immortality” was composed by Trinlé Yongkhyab,  
the seventh Garchen Trülku.*

*Also included are various prayers according to the instructions of  
Könchog Gyaltzen, the eighth Garchen Trülku.*

གནས་ཡིད་དང་མཐུན་པ་སྟེ་ལྷན་ཡི་ཚལ་རྒྱས་པའི་དོགས་སུ་སྐྱེན་ཤིན་ཤིན་ལྷན་མཚོན་རྗེས་གང་  
འཛོམས། ཤེལ་བུམ་བདུད་རྩིས་བཀའ་བ། ལྷན་དང་ཤེལ་ཐྱེད་མཐུལ་སོགས་འདུ་བྱས་ལ།

*In a place that is agreeable to the mind such as an expansive hillside of  
blooming utpala flowers, gather substances endowed with blessings and a  
representation of the deity. Assemble utpala, a crystal māla, a mandala, a  
crystal vase filled with nectar, and so forth.*

ན་མོ་སངས་རྒྱས་ཚེས་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་བཅོམ་ལྷན་མར། །

བདག་འགོ་སྐྱབས་མཚི་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

ཞེས་ལན་གསུམ།

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

Namo! In the Mother Victress, the embodiment of all the  
buddhas, Dharma, and Sangha, I and all beings take refuge and  
give rise to *bodhicitta*, the mind of enlightenment!

*Recite three times.*

གཏོར་མ། ཨོཾ་ཨ་བློ་རྒྱ་ཏ་ཤི་ཏྟེ་ཏྟེ། གྱིས་བསངས།

ཨོཾ་སྐྱ་བུ་མ་ཕུ་རྒྱ་སའ་རྒྱ་སྐྱ་མ་ཕུ་རྒྱ་ཏྟེ། གྱིས་སྐྱངས།

*Purify the tormas with:*


**om̐ a bīghnan takritta hūṃ phaṭ ||**

*Refine with:*

**om̐ svabhāva śhuddha sarva dharma**


**svabhāva śhuddho haṃ ||**

དེབ་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་འདོད་ཡོན་སྒྲིབ། །  
 ལྷོགས་སྣོད་གནས་གཞི་ལན་ཆགས་འབྲུང་པོར་བསྟོ། །  
 གཞོད་སེམས་སྣོད་ས་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབས་པར་རིགས། །  
 ལྷ་ཏ་གཙུག།

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  
 BU TA GATSA 

Like billowing clouds of sensory pleasures, the *torma*  
 [manifests] in a jeweled vessel. I surrender it to the  
 guardians dwelling in the four directions and the evil  
 spirits who are karmic creditors. Abandon harmful intent,  
 and the accomplishment of benefit and happiness is certain.  
**Bhuta gaccha!**

རང་ཉིད་འཕགས་མར་གསལ་བའི་སྤྱགས་ཀའི་འོད། །  
 ལྷོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་སྐྱང་འཁོར་གཞོམ་མེད་གྱུར། །  
 བརྗོད་པ་རྒྱ།

RANG NYI PAK MAR SAL WÉ TUK KÉ Ö  
 CHOK CHUR TRÖ PÉ SUNG KOR ZHOM MÉ GYUR  
 BENDZA RAKSHA RAKSHA 

I appear as the Noble Lady, whose heart radiates light  
 throughout the ten directions, transforming into an  
 indestructible, protective sphere. **Vajra rakṣa rakṣa!**

ལྷར་ཡང་འོད་དཀར་སྒྲོགས་བཅུའི་ཞིང་དུ་འབྲོས། །  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་རྒྱལ་སྐྱེས་སྐྱུན་དངས་གྱུར། །  
 གུས་བས་སྤྱལ་འཚལ་བྱི་ནང་གསང་མཚོད་འབུལ། །  
 སྤྲིག་བཤགས་དག་བར་ཡི་རངས་འགྲོ་དོན་སྐྱུལ། །

LAR YANG Ö KAR CHOK CHÜ ZHING DU TRÖ  
 CHOM DEN DÉ MA GYAL SÉ CHEN DRANG GYUR  
 GÜ PÉ CHAK TSAL CHI NANG SANG CHÖ BÜL  
 DIK SHAK GÉ WAR YI RANG DRO DÖN KÜL

Once again, white light radiates to the buddhafiels of the ten directions and invites the Transcendent Victress Mother and the buddhas and bodhisattvas. I prostrate with reverence and make inner, outer, and secret offerings! I confess all misdeeds and rejoice in all virtue.

ཏྲག་བཞུགས་དག་ཀུན་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོར་བསྐྱོ། །  
 ཚོགས་ཞིང་རང་ཐིམ་འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལྷན་ཞིང་། །  
 སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཀུན་བྲལ་རིས་མེད་བཏང་སྣོམས་ཤོག །  
 སྣོད་པའི་ངང་ལས་གནས་ཡུལ་འོག་མིན་ཞིང་། །

TAK ZHUK GÉ KÜN JANG CHUP CHEN POR NGO  
 TSOK ZHING RANG TIM DRO KÜN DÉ DEN ZHING  
 DUK NGAL KÜN DRAL RI MÉ TANG NYOM SHOK  
 TONG PÉ NGANG LÉ NÉ YÜL OK MIN ZHING

For the benefit of all beings, I beseech you to remain always! I dedicate all virtue entirely to perfect enlightenment. The field of accumulation dissolves into me. May all beings have happiness, freedom from all suffering, and unbiased equanimity! From within the state of emptiness [appears] the sacred land, the pure realm of the Akaniṣṭha Buddhafiels.

ཕོ་བྲང་རྒྱན་བཀོད་ཚད་འདས་རིན་ཚེན་གྱི། །  
 ལྗོན་པ་ལྷུང་ལ་ནོར་བུ་སྤང་བས་མཛེས། །  
 དེའི་དབུས་རིན་ཚེན་ཁྲི་བཟང་པད་ལྷའི་དབུས། །  
 ཏྲུ་ཡིག་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་བྱས་ཡོངས་གྱུར། །

PO DRANG GYEN KÖ TSÉ DÉ RIN CHEN GYI  
 JÖN PA UTPAL NOR BU TRENG WÉ DZÉ  
 DÉ Ü RIN CHEN TRI ZANG PÉ DÉ Ü  
 TAM YIK Ö TRÖ DÖN NYI JÉ YONG GYUR


[Within Akaniṣṭha] is a palace beautified by immeasurable precious woodland groves and exquisite garlands of *utpala* flowers. In the middle [of the palace] is a **tām̐** syllable in the center of a lotus and moon atop a magnificent jeweled throne. Light emanates from the **tām̐**, accomplishing the twofold purpose [of others and myself].

རང་ཉིད་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་དཀར་གསལ་མཛེས། །  
 ལྷུག་གཡས་མཚོག་སྤྱིན་གཡོན་པས་པད་དཀར་འཛིན། །  
 ལབས་བྱང་སྦྱིལ་གྱང་མཚན་དཔེ་འོད་ལྡན་འབར། །  
 རིན་ཚེན་རྒྱན་བརྒྱད་དར་གྱི་ཚས་ལྷས་བརྒྱན། །

RANG NYI YI ZHIN KOR LO KAR SAL DZÉ  
 CHAK YÉ CHOK JIN YÖN PÉ PÉ KAR DZIN  
 ZHAP ZUNG KYIL TRUNG TSEN PÉ Ö NGA BAR  
 RIN CHEN GYEN GYÉ DAR GYI CHÉ NGÉ GYEN

I then transform into the beautiful, radiant, white Wish-Fulfilling Cakra. My right hand rests in the gesture of supreme generosity and my left hand holds a white lotus flower. Seated in cross-legged posture and endowed with the major and minor marks of a buddha, my body radiates rainbow-colored lights. I am adorned with the eight jeweled ornaments and five silken garments.


སྐྱུ་བོར་འོད་དཔག་གནས་གསུམ་ཨོྩ་ཨུཾ་ཏཱ། །  
 ལུགས་དབུས་རྩྱ་ཡིག་དཀར་ལས་འོད་འཕྲོས་བས། །  
 འོག་མིན་གནས་ནས་བསྐྱོམས་འདྲ་དབང་ལྟར་བཅས། །  
 སྐྱུ་བོར་འོད་དཔག་གནས་མེད་དབང་སྐྱུར་རྒྱས་བཏབ་གྱུར། །

CHI WOR Ö PAK NÉ SUM OM AH HUNG  
 TUK Ü TAM YIK KAR LÉ Ö TRÖ PÉ  
 OK MIN NÉ NÉ GOM DRA WANG HLAR CHÉ  
 CHEN DRANG NYI MÉ WANG KUR GYÉ TAP GYUR 


Above my crown is Amitābha, and in my three places, are the syllables **oṃ āḥ hūṃ**. From the white **tām** syllable in my heart, light radiates, inviting [the wisdom being] resembling myself and the empowerment deities from the realm of Akaniṣṭha. They merge non-dually, and empowerment is bestowed and [blessings] are sealed.

ཨོྩ་ཨུཾ་ཏཱ། ཨ་ལྷི་ཤི་ཀ་ཏེ་ས་མ་ཡ་ཤྲི་ཡེ་ཏཱ།  
**jaḥ huṃ baṃ hoḥ | abhiṣekate samaya śhrīye hūṃ ||**

ཨོྩ་བཟླ་ཨཱཱྀ། སྤྱོད། སྤྱོད། རྩུབ། ཨཱཱ་ལོ་ཀོ། རྩཱྀ།  
ལེ་མི་བྱོ། འབྲུ་བྲ་འྲི་རྩོ་སྣ་ལྷ།

om̐ vajra argham̐ | pādyam̐ | puṣpaṃ | dhūpaṃ | ālokaṃ |  
ghandaṃ | naividyam̐ | śhabda pratīccha svāhā || 

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །  
འབས་ཀྱི་བརྗོལ་བཏུང་དེ། །  
ཐོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །  
སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །ཀྱིས་བརྗོད།

LHA DANG LHA MIN CHÖ PEN GYI  
ZHAP KYI PEMO LA TÛ DÉ  
PONG PA KÛN LÉ DRÖL DZÉ MA  
DRÖL MA YUM LA CHAK TSAL TÖ 

*Praise with:* Homage and praise to the Exalted Mother Tārā, who liberates from all misfortune, and at whose lotus feet all *devas* and *asuras* bow their crowns in reverence!

བཙོམ་ལྷན་འདས་མའི་ཕྱགས་དབུས་འཁོར་ལོ་དཀར། །  
ལྷེ་བར་འྲྀ་དང་གཡས་གཡོན་ཨོྩ་རྣའི་བར། །  
རང་ངམ་སྐྱབ་བྱའི་མིང་དང་ཚེ་སྣགས་མཐར། །  
ཅི་བས་བརྒྱད་གཡས་བསྐྱོར་མདུན་ནས་འབྲུ་བརྒྱད་དཀར། །



CHOM DEN DÉ MÉ TUK Ü KOR LO KAR  
 TÉ WAR TAM DANG YÉ YÖN OM HÉ BAR  
 RANG NGAM DRUP JÉ MING DANG TSÉ NGAK TAR  
 TSIP GYÉ YÉ KOR DÜN NÉ DRU GYÉ KAR

In the heart of the Transcendent Victress is a white wheel. At its hub is a **tām̐** with **om̐** and **hā** syllables to its right and left. The **tām̐** is encircled by my name or the names of those for whom I am dedicating the practice and by the longevity mantra. At the eight spokes of the wheel are the eight white seed syllables starting in front and circling clockwise.

འོད་གྱིས་འཁོར་འདས་བརྟན་གཡོའི་བྱིན་རུས་སྟོབས། །  
 བསྐྱུས་ཐིམ་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་མཚོག་ཐོབ་གྱུར། །  
 འཁོར་ཡོའི་བྱི་རིམ་ལུ་བྱུད་གསུམ་ལ་དབྱུངས། །  
 གསལ་བྱེད་གཡས་གཡོན་བྱི་མར་ཡེ་རྫོང་གཡས། །

Ö KYI KOR DÉ TEN YÖ JIN NÜ TOP  
 DÜ TIM TSÉ WANG RIK DZIN CHOK TOP GYUR  
 KOR LÖ CHI RIM MU KYÜ SUM LA YANG  
 SAL JÉ YÉ YÖN CHI MAR YÉ DAR YÉ

Their light gathers the blessings and power of everything animate and inanimate in *samsāra* and *nirvāṇa*. [As this light] dissolves back into me, I attain the supreme state of a knowledge-holder with power over life. In the wheel's three outer rings, the vowels circle clockwise; the consonants circle counterclockwise; and in the outermost ring, the *yedharma* mantra circles clockwise.

བསྐྱོར་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་སེར་དམར་མཐིང་ལྗང་། །  
 མཚིན་ཁ་དུག་འཕྲོས་ལུས་གང་ཕྱིར་འཕྲོས་གུར། །  
 བར་མཚམས་ཟུངས་གསར་དུ་ཁ་བྱེ་བའི། །  
 འོད་གྱིས་ལས་བཞི་ཚེ་དཔལ་སྟོབས་བསྐྱེད་གུར། །

KOR LÉ Ö ZER KAR SER MAR TING JANG  
 CHIN KA DRUK TRÖ LÜ GANG CHIR TRÖ GUR  
 BAR TSAM UTPAL SAR DU KA JÉ WÉ  
 Ö KYI LÉ ZHI TSÉ PAL TOP KYE GYUR

As they rotate, rays of white, yellow, red, blue, green, and  
 purple light shine forth, fill my body, and emanate outward in  
 spheres. Between the spheres are fresh blossoms of *utpala*  
 flowers, whose radiance produces the four activities,  
 longevity, glory, and strength.

ཐེང་བ་ཐལ་མོ་བར་དུ་བསྐྱེལ་ལ། ཚེ་བ་སུ་མ་དྲི་བྱི་ཡི་སྣ་རྒྱ། ཞེས་དང་།  
 ཚེ་བ་རྩ་ཨ་ཙན་ཡི་སྣ་རྒྱ། ཞེས་པ་གཉིས་པོ་བདུན་ཇི་བརྒྱས་ནས་སུ་བཏབ།

*Holding a mālā between the palms of the hands, recite both [mantras] seven  
 times, then blow [on the mālā]:*

**oṃ vasumatī śhrīye svāhā ||**

*And:* **oṃ vajra acandraye svāhā ||**


ཨོྲ་རཱེ་རཱེ་རཱེ་མ་མ་ཨ་ཡུརྫོ་ན་སུཌེ་པུའྲི་ཀུ་སུ་སྲ་རྒྱ།

ཞེས་བརྒྱས་སོ།

**oṃ tāre tuttāre ture mama āyur jñāna**  
**puṇye puṣṭiṃ kuru svāhā** || *Thus recite.*

སྒྲོང་ལས་རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་ནི། །  
འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་བཅོམ་ལྷན་འདས་མར་འབུལ། །  
དཔལ་ལྷན་སྲུ་མའི་སྐྱེ་ཆེ་རྒྱལ་བསྟན་རྒྱས། །  
དེ་མཐུས་སྦྱིན་བདག་འགོ་ཀུན་ཆེ་སྦྱིལ་མཛོད། །

ཅེས་མཛོད། གཏོར་མ་འབུལ།

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

Arising from emptiness is a jeweled vessel containing the torma  
endowed with the five sense pleasures. I offer it to the  
Transcendent Victress. Please cause the lives of the glorious  
gurus and the Buddha’s teachings to thrive, and thereby, the  
vitality of benefactors and the lifespans of all beings increase!

*Thus offer the torma.*

མདུན་བསྐྱེད་མཚལ་ལ་དམིགས་ཏེ།

མདུན་གྱི་མཚལ་ལུན་ཚོགས་བཀོད་བའི་ཞིང་། །

ལྷ་ན་སྤྲུག་དབུས་ལྷ་དུམ་འབར་བའི་སྤྲིང་། །

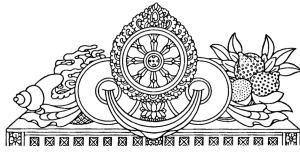
བཙོམ་ལྷན་འདས་མ་མཚན་དབེས་གཟི་བརྗིད་འབར། །

ཞལ་གཅིག་སྤྲུག་བདུན་ཕྱག་གཡས་མཚོད་སྤྲིན་དང་། །


གཡོན་པས་ལྷ་ལྷ་ལ་དར་དང་རིན་ཚེན་བརྒྱན། །

DÜN GYI MANDAL PÜN TSOK KÖ PÉ ZHING  
TA NA DUK Ü U DUM BAR WÉ TENG  
CHOM DEN DÉ MA TSEN PÉ ZI JI BAR  
ZHAL CHIK CHEN DÜN CHAK YÉ CHÖ JIN DANG  
YÖN PÉ UTPAL DAR DANG RIN CHEN GYEN

*In front of yourself, visualize a mandala. The mandala before me is a perfectly arrayed buddha realm, lovely to behold. Upon a radiant uḍumwara flower sits the Transcendent Conqueress, whose major and minor marks blaze with splendor. She has one face and seven eyes. Her right hand is in the mudrā of generosity, and her left holds an utpala flower. She is adorned with silken garments and precious jewels.*




ལྷོ་བོར་འོད་དཔག་གནས་གསུམ་ཨོྲཱུ་ཧཱུྃ། །  
 བྱགས་དབུས་རྩྱེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འོག་མིན་ནས། །  
 བསྐྱོམ་འདྲ་སྐྱུན་དྲངས་གཉིས་མེད་ཐིམ་བར་གྱུར། །

CHI WOR Ö PAK NÉ SUM OM AH HUNG  
 TUK Ü TAM LÉ Ö TRÖ OK MIN NÉ  
 GOM DRA CHEN DRANG NYI MÉ TIM PAR GYUR 

Above her crown sits Amitābha and at her three places are  
**om̐ aḥ hūm̐**. Light radiates from the **tām̐** at her heart, inviting  
 [the wisdom being] resembling herself from Akaniṣṭha, who  
 then is inseparably absorbed.

ཨོྲཱུ་བཙོམ་ལྷན་འདས་མ་རྒྱལ་བ་སྐས། །  
 མི་སྐྱེད་དད་སྣོ་བས་སྐྱུན་དྲངས་ན། །  
 བརྩེ་ཚེན་བྱགས་རྗེས་དགོངས་ལ་གཤེགས། །  
 ཨོྲཱུ་ཧཱུྃ་རུ་རེ་བརྗ་ས་མ་ཡ་ཇ་ཉཱིུ་ལྷན། །

OM CHOM DEN DÉ MA GYAL WA SÉ  
 MI CHÉ DÉ TOP CHEN DRANG NA  
 TSÉ CHEN TUK JÉ GONG LA SHEK  
 OM ARYA TA RE BENDZA SA MA YA JA TISTHA LHAN 

**Om̐**. Transcendent Victress, buddhas, and *bodhisattvas*, when I  
 invite you through the power of undivided faith, please come  
 here and care for me with love and compassion!

**om̐ ārya tāre vajra samaya ja tiṣṭha lhan ||**

མཚོད་པ་ནི།

ཨོྲི་དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྐྱེལ་མཚོད་པའི་རྗེས། །

སྤྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ལོ་ན། །

མཚོད་ཡོན་ཞབས་བསིལ་མེ་ཉོག་སྒྲོས། །

མར་མེ་དྲི་ཆབ་ཞལ་ཟས་རོལ། །

འདོད་ཡོན་རྣམ་ལྷ་རྒྱལ་སྲིད་ཉལ། །

ལྷ་མིའི་དབལ་འབྱོར་ཀུན་བབང་གི། །

མཚོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཚོ་འཕགས་ཚོགས་མཚོད། །

OM NGÖ JOR YI TRÜL CHÖ PÉ DZÉ

CHI NANG SANG WA DÉ KO NA

CHÖ YÖN ZHAP SIL MÉ TOK PÖ

MAR MÉ DRI CHAP ZHAL ZÉ RÖL

DÖ YÖN NAM NGA GYAL SI TAK

LHA MI PAL JOR KÜN ZANG GI


CHÖ TRIN GYA TSO PAK TSOK CHÖ

*Offerings:* **Om̐.** To the noble assembly, I offer real and imaginary substances; outer, inner, secret, and suchness offerings; water to drink and bathe; the five sense pleasures: flowers, incense, lamps, fragrance, food, and music; the attributes of royalty; [the auspicious] symbols; the prosperity and glory of gods and humans. I offer all these as oceans of Samantabhadra offering clouds.

ཨོྃ་ཨླུ་བྱ་རྩེ་སྐ་བ་རི་སྐྱ་ར་ཨལ་རྩོ། རྩུ། རྩུ། རྩུ། ཨླ་ལོ་ཀོ་ རྩུ།

ལེ་མི་རྩོ། འབྲ་བ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་

རྩུ་བ། འབྲ། རྩུ། ར་ས། རྩུ་ལོ་རྩུ་ལྷ་ལ་བྱ་རྩུ་ལོ།

oṃ ārya tāre sapariwāra argham | pādyam | puṣpaṃ |  
dhūpaṃ | ālokaṃ | ghandam | naividyaṃ | śhabda  
praticcha svāhā || 

rūpa | śhabda | ghandam | rasa | sparśhenam ratna  
mangala pūja hoḥ ||



མརྒྱལ་འབྲུལ་བཞི།

རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་སྒྲིང་སྐྱོན་འཁོར་ཡུག་བཅས། །

ལྷ་གནས་སྟོང་གསུམ་མི་མཛེད་རྣམ་སྣང་བརྒྱན། །

བདག་པོས་བབྱང་དང་མ་བབྱང་དངོས་པོ་ཀུན། །

བདག་སྟོས་བླངས་ཏེ་བཙོམ་ལྷན་འདས་མར་འབྲུལ། །

རྣུ་མརྒྱལ་དུ་ཇོ་མེ་གླ་ལ་ཨ་ཏཱྃ། །

RI RAP LING ZHI LING TREN KOR 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 PU DZA MÉ GHA LA AH HUNG

*Mandala Offering:* I imagine Mount Meru and the four continents and subcontinents with their surrounding enclosure; the divine realms; the billion-fold universe ornamented by Vairocana; everything owned and unowned. I offer all this to the Transcendent Victress.

**ratna maṇḍala pūja meghala ah hūṃ ||**





ས་གཞི་སྒོ་ས་ཚུས་བྱུག་གིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ། །  
 རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །  
 སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །  
 འགོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱོད་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 PÜL WA YI  
 DRO KÜN NAM DAK ZHING DU CHÖ PAR SHOK

The ground is sprinkled with scented water and strewn with flowers. It is adorned with Mount Meru, the four continents, the sun, and the moon. By visualizing it as a buddha-realm and offering it, may all beings enjoy the perfect purity of this realm!  
*Thus offer.*

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

JÉ TSÜN PAK MA DRÖL MA DANG  
 CHOK CHU DÜ SUM ZHUK PA YI  
 GYAL WA SÉ CHÉ TAM CHÉ LA  
 KÜN NÉ DANG WÉ CHAK TSAL LO

Exalted Mother Tārā and all the buddhas and bodhisattvas abiding in the ten directions and three times, I prostrate to you with complete sincerity!

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

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

I offer real and imagined flowers, incense, oil lamps,  
 fragrance, food, music, and the like. Gathering of the Exalted  
 Mother, please accept them!

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

TOK MA MÉ NÉ TA DÉ 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 grave acts with  
 immediate result, and every misdeed of the mind controlled  
 by afflictions from beginningless time until now.

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

NYEN TÖ RANG GYAL JANG CHUP SEM  
SO SÖ KYÉ WO LA SOK PÉ  
DÜ SUM GÉ WA 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 beings, and the like.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །  
སློ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བར། །  
ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་གི་བཞུགས་པ་ཡི། །  
ཆོས་ཀྱི་འཛོལ་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །

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

Please turn the wheel of the Dharma of the greater, lesser, and common vehicles according to the dispositions and mental capacities of sentient beings!

ལའོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོང་བར། །  
སྤྱང་ན་མི་འདའ་བྱུགས་རྗེ་ཡིས། །  
སྤྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། །

KOR WA JI SI MA TONG WAR  
NYA NGEN MI DA TUK JÉ YI  
DUK NGAL GYA TSOR JING WA YI  
SEM CHEN NAM LA ZIK SU SÖL

Until *samsāra* is empty, please do not enter *nirvāṇa*, but gaze with compassion upon sentient beings drowning in an ocean of pain!

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །  
ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས། །  
རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་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 DRO WA YI  
DREN PÉ PAL DU DAK GYUR CHIK

May all the merit I have amassed become the cause of awakening, and may I soon become a glorious guide of transient beings!

གཏོར་མ་བསང་སྒྲུབ།

ཨོྲཱ་ཨླ་བློ་རྣམ་ཏཱ་ཀྱི་ཏཱ་ཏྟེ་ཡེའ། ལྷི་མ་བསང།

ཨོྲཱ་སྣ་བློ་མ་ལྷོ་སའ་དྲམ་སྣ་བློ་མ་ལྷོ་ཉཱ། ལྷི་མ་སྒྲུབ།

*Purification and Refinement of the Torma:*

*Purify with: om̐ a bīghnan takritta hūṁ phaṭ ||*

*Refine with: om̐ svabhāva śhuddha sarva dharma*

*svabhāva śhuddho haṃ ||*

རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་གཏོར་མ་བདུད་ཚེ་འེ་བཅུད། །

འཕགས་མར་འབྲུལ་ལོ་དབལ་འབྱོར་རྒྱས་མཛད་གསོལ། །

RIN CHEN NÖ DU TOR MA DÜ TSI CHÜ

PAK MAR BÜL LO PAL JOR GYÉ DZÉ SÖL



I offer the *torma*—the pure essence of nectar—in a jeweled vessel to the Exalted Lady. Please expand glory and wealth.



ཕྱག་འཚལ་ཉེར་གཅིག་གིས་བསྐྱོད་པ་ནི།  
*Homage to the Twenty-one Taras*  
(English Translation by FPMT)

ཨོྃ་རྗེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

OM JÉ TSÜN MA PAK MA DRÖL MA LA CHAK TSAL LO

**Om.** I prostrate to the noble transcendent liberator.

1. ཕྱག་འཚལ་སྐྱོལ་མ་སྐྱུར་མ་དབའ་མོ། །  
སྐྱུན་ནི་སྐྱད་ཅིག་སྐྱོག་དང་འབྲམ། །  
འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། །  
གི་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ། །

CHAK TSAL DRÖL MA NYUR MA PA MO  
CHEN NI KÉ CHIK LOK DANG DRA MA  
JIK TEN SUM GÖN CHU KYÉ ZHAL GYI  
GÉ SAR JÉ WA LÉ NI JUNG MA

Homage! Tara, swift, heroic!  
Eyes like lightning instantaneous!  
Sprung from op'ning stamens of the  
Lord of three world's tear-born lotus!

2. བྲག་འཚལ་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བ་ཀུན་ཏུ། །  
 གང་བ་བརྒྱའི་བརྟེན་ས་པའི་ཞལ་མ། །  
 སྐར་མ་སྟོང་བྲག་ཚོགས་བ་རྣམས་ཀྱིས། །  
 རབ་ཏུ་མྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

CHAK TSAL TÖN KÉ DA WA KÜN TU  
 GANG WA GYA NI TSEK PÉ ZHAL MA  
 KAR MA TONG TRAK TSOK PA NAM KYI  
 RAP TU CHÉ WÉ Ö RAP BAR MA

Homage! She whose face combines a  
 Hundred autumn moons at fullest!  
 Blazing with light rays resplendent  
 As a thousand star collection!

3. བྲག་འཚལ་སེར་སྟོ་ཚུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི། །  
 བརྒྱས་བྲག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །  
 སྦྱོན་བ་བརྟོན་འགྲུས་དཀའ་ཐུབ་ནི་བ། །  
 བཟོད་བ་བསམ་གཏན་སྦྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

CHAK TSAL SER NGO CHU NÉ KYÉ KYI  
 PÉ MÉ CHAK NI NAM PAR GYEN MA  
 JIN PA TSÖN DRÜ KA TUP ZHI WA  
 ZÖ PA SAM TEN CHÖ YÜL NYI MA

Homage! Golden-blue one, lotus  
 Water born, in hand adorned!  
 Giving, effort, calm austerities,  
 Patience, meditation her sphere!

4. ལྷག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། །  
 མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྦྱོད་མ། །  
 མ་ལུས་ཕ་རོལ་སྦྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །  
 རྒྱལ་བའི་གྲས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེན་མ། །

CHAK TSAL DÉ ZHIN SHEK PÉ TSUK TOR  
 TA YÉ NAM PAR GYAL WAR CHÖ MA  
 MA LÜ PA RÖL CHIN PA TOP PÉ  
 GYAL WÉ SÉ KYI SHIN TU TEN MA

Homage! Crown of tathagatas,  
 Actions triumph without limit!  
 Relied on by conquerors' children,  
 Having reached ev'ry perfection!

5. ལྷག་འཚལ་ཏུ་ཏྲ་ར་རྩྱུ་ཡི་གེས། །  
 འདོད་དང་སྦྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །  
 འཛིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །  
 ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །

CHAK TSAL TUTTA RA HUNG YI GÉ  
 DÖ DANG CHOK DANG NAM KA GANG MA  
 JIK TEN DÜN PO ZHAP KYI NEN TÉ  
 LÜ PA MÉ PAR GUK PAR NÜ MA

Homage! Filling with TUTTARE,  
 HUM, desire, direction, and space!  
 Trampling with her feet the seven worlds,  
 Able to draw forth all beings!



6. ལྷག་འཚལ་བརྒྱ་བྱིན་མི་ལྷ་ཚངས་པ། །  
 ལྷུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ལྷག་མཚོད་མ། །  
 འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་ཟ་ནམས་དང་། །  
 གནོད་སྦྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ། །

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

Homage! Worshipped by the all-lords,  
 Shakra, Agni, Brahma, Marut!  
 Honored by the hosts of spirits,  
 Corpse-raisers, gandharvas, yakshas!

7. ལྷག་འཚལ་ཏུད་ཅེས་བྱ་དང་ཕྱེ་གྱིས། །  
 ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་མ། །  
 གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །  
 མི་འབར་འབྲུགས་པ་གིན་ཏུ་འབར་མ། །

CHAK TSAL TRÉ CHÉ JA DANG PÉ KYI  
 PA RÖL TRÜL KOR RAP TU JOM MA  
 YÉ KUM YÖN KYANG ZHAP KYI NEN TÉ  
 MÉ BAR TRUK PA SHIN TU BAR MA

Homage! With Her TRAD and PHAT sounds  
 Destroying foes' magic diagrams!  
 Her feet pressing, left out, right in,  
 Blazing in a raging fire-blaze!

8. ལྷག་འཚལ་རྩུ་རེ་འཛིགས་པ་ཚེན་མོས། །  
 བདུད་ཀྱི་དབའ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །  
 ལུ་རླེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །  
 དག་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །

CHAK TSAL TU RÉ JIK PA CHEN MÖ  
 DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA  
 CHU KYÉ ZHAL NI TRO NYER DEN DZÉ  
 DRA WO TAM CHÉ MA LÜ SÖ MA

Homage! TURE, very dreadful!  
 Destroyer of Mara's champion(s)!  
 She with frowning lotus visage  
 Who is slayer of all enemies!

9. ལྷག་འཚལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་ལྷག་རྒྱའི། །  
 སོར་མོས་ཐུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །  
 མ་ལུས་སྤྱོདས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །  
 རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས་འཕྲུག་མ། །

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

Homage! At the heart her fingers,  
 Adorn her with Three Jewel mudra!  
 Light-ray masses all excited!  
 All directions' wheels adorn her!

10. ལྷག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྗིད་པའི། །  
 དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་སྒྲིབ་བས་སྒྲེལ་མ། །  
 བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩུ་རྩུ་ལྷོས། །  
 བདུད་དང་འཛིག་རྟོན་དབང་དུ་མཛོད་མ། །

CHAK TSAL RAP TU GA WA JI PÉ  
 U GYEN Ö KYI TRENG WÉ PEL MA  
 ZHÉ PA RAP ZHE TUTTA RA YI  
 DÜ DANG JIK TEN WANG DU DZÉ MA

Homage! She so joyous, radiant,  
 Crown emitting garlands of light!  
 Mirthful, laughing with TUTTARE,  
 Subjugating maras, devas!

11. ལྷག་འཚལ་ས་གཞི་སྐྱོད་བའི་ཚོགས་རྣམས། །  
 ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་བྱས་པ་ཉིད་མ། །  
 བློ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྭ་གིས། །  
 ཐོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ། །

CHAK TSAL SA ZHI KYONG WÉ TSOK NAM  
 TAM CHÉ GUK PAR NÜ PA NYI MA  
 TRO NYER YO WÉ YI GÉ HUNG GI  
 PONG PA TAM CHÉ NAM PAR DRÖL MA

Homage! She able to summon  
 All earth-guardians' assembly!  
 Shaking, frowning, with her HUM sign  
 Saving from every misfortune!

12. རྒྱག་འཚལ་ལྷ་བའི་དུམ་བུས་དབུ་རྒྱན། །  
 བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་གིན་ཏུ་འབར་མ། །  
 རལ་བའི་ཁྱོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །  
 རྟག་པར་གིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

CHAK TSAL DA WÉ DUM BÜ U GYEN  
 GYEN PA TAM CHÉ SHIN TU BAR MA  
 RAL PÉ TRÖ NA Ö PAK MÉ LÉ  
 TAK PAR SHIN TU Ö RAB DZÉ MA

Homage! Crown adorned with crescent  
 Moon, all ornaments most shining!  
 Amitabha in her hair-knot  
 Sending out much light eternal!

13. རྒྱག་འཚལ་བསྐལ་བའི་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །  
 འབར་བའི་ཐྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །  
 གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའ། །  
 དགྲ་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །

CHAK TSAL KAL PÉ TA MÉ MÉ TAR  
 BAR WÉ TRENG WÉ Ü NA NÉ MA  
 YÉ KYANG YÖN KUM KÜN NÉ KOR GA  
 DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Homage! She 'mid wreath ablaze like  
 Eon-ending fire abiding!  
 Right stretched, left bent, joy surrounds you  
 Troops of enemies destroying!

14. ལྷག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ལྷག་གི།  
 མཐིལ་གྱིས་བསྐྱོན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ། །  
 བློ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྩྱུ་གིས། །  
 རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ། །

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

Homage! She who strikes the ground with  
 Her palm, and with her foot beats it!  
 Scowling, with the letter HUM the  
 Seven levels she does conquer!

15. ལྷག་འཚལ་བདེ་མ་དགོ་མ་ཞི་མ། །  
 ལྷ་ངན་འདས་ནི་སྣོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །  
 ལྷ་རྣམས་ལོ་དང་ཡང་དག་ལྷན་པས། །  
 ལྷིག་པ་ཚེན་པོ་འཇོམས་པ་ཉིད་མ། །

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

Homage! Happy, virtuous, peaceful!  
 She whose field is peace, nirvana!  
 She endowed with OM and SVAHA,  
 Destroyer of the great evil!

16. ལྷག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། །  
 དག་ཡི་ལུས་ནི་རབ་རྩ་འགོམས་མ། །  
 ཡི་གེ་བརྩ་བའི་ངག་ནི་བཀོད་བའི། །  
 རིག་བ་རྩྭ་ལས་སྐྱོལ་མ་ཉིད་མ། །

CHAK TSAL KÜN NÉ KOR RAP GA WÉ  
 DRA YI LÜ NI RAP TU GEM MA  
 YI GÉ CHU PÉ NGA NI KÖ PÉ  
 RIK PA HUNG LÉ DRÖL MA NYI MA

Homage! She with joy surrounded  
 Tearing foes' bodies asunder,  
 Frees with HUM and knowledge mantras,  
 Arrangement of the ten letters!

17. ལྷག་འཚལ་རྩ་རེ་ཞབས་ནི་བདམས་བས། །  
 རྩྭ་གི་རྣམ་བའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །  
 རི་རབ་མན་རྩྭ་ར་དང་འབྲིགས་བྱེད། །  
 འཛིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

CHAK TSAL TU RE ZHAP NI DAP PÉ  
 HUNG GI NAM PÉ SA BÖN NYI MA  
 RI RAP MEN DHA RA DANG BIK JÉ  
 JIK TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Homage! TURE! With seed letter  
 Of the shape of syllable HUM!  
 By foot stamping shakes the three worlds,  
 Meru, Mandara, and Vindhya!

18. ལྷ་ག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །  
 རི་དྲགས་ཏྲགས་ཅན་ལྷ་ག་ན་བསྐྱམས་མ། །  
 ཏཱ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཕའ་གྱི་ཡི་གེས། །  
 དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །

CHAK TSAL HLA YI TSO YI NAM PÉ  
 RI DAK TAK CHEN CHAK NA NAM MA  
 TA RA NYI JÖ PHET KYI YI GÉ  
 DUK NAM MA LÜ PAR NI SEL MA

Homage! Holding in her hand the  
 Hare-marked moon of deva-lake form!  
 With twicespoken TARA and PHAT,  
 Totally dispelling poison!

19. ལྷ་ག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །  
 ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །  
 གུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བརྗོད་གྱིས། །  
 ཚུད་དང་མྱི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །

CHAK TSAL HLA YI TSOK NAM GYAL PO  
 HLA DANG MI AM CHI YI TEN MA  
 KÜN NÉ GO CHA GA WÉ JI KYI  
 TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

Homage! She whom gods and their kings,  
 And the kinnaras do honour!  
 Armoured in all joyful splendor,  
 She dispels bad dreams and conflicts!

20. ལྷག་འཚལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། །  
 ལྷན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །  
 ཉ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུ་ཏུ་ར་ཡིས། །  
 སྤོན་ཏུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

CHAK TSAL NYI MA DA WA GYÉ PÉ  
 CHEN NYI PO LA Ö RAP SAL MA  
 HA RA NYI JÖ TUTTA RA YI  
 SHIN TU DRAK PÖ RIM NÉ SEL MA

Homage! She whose two eyes bright with  
 Radiance of sun and full moon!  
 With twice HARA and TUTTARE  
 She dispels severe contagion!

21. ལྷག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །  
 ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། །  
 གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་སྦྱོན་ཚོགས་རྣམས། །  
 འཛོམས་པ་ཏུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ། །

CHAK TSAL DÉ NYI SUM NAM KÖ PÉ  
 ZHI WÉ TU DANG YANG DAK DEN MA  
 DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSOK NAM  
 JOM PA TU RE RAP CHOK NYI MA

Homage! Full of liberating  
 Pow'r by the set of three natures!  
 Destroys hosts of spirits, yakshas,  
 And raised corpses! Supreme! TURE!



ཕ་བའི་སྐྱུག་གི་བསྟོན་པ་འདི་དང་། །  
ཕྱག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་ཕ་གཅིག་།

TSA WÉ NGA K KYI TÖ PA DI DANG  
CHAK TSAL WA NI NYI SHU TSA CHIK

These praises with the root mantras  
And prostrations thus are twenty-one!

༄༅། །རྗེ་བཙུན་སྐྱོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་བསྟོན་པ་བྱིན་རྒྱལ་སྐྱུར་མགྲོགས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

*Swift Blessings: A Praise to the Twenty-One Tārās*

ཨོ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱབ་སྲར་ཕྱགས་བསྟེན་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱུར་མ་  
ལུས་རྒྱལ་བའི་ཐོན་ལས་ཀུན་སྐྱབ་མ། །

OM GYAL WA KÜN GYI CHEN NGAR TUK KYÉ GYAL WÉ YUM  
GYUR MA LÜ GYAL WÉ TRIN LÉ KÜN DRUP MA

**Om!** You first formed the resolve to awaken before the  
victorious ones—you, their noble mother, fulfiller of their  
awakened activities.

སྐྱུར་མ་དཔའ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་དང་བསོད་ནམས་མཚོག་གཏེར་  
རྣམ་རྒྱལ་རིགས་བྱེད་མ་དང་འཛིགས་བྱེད་མ། །

NYUR MA PA MO YANG CHEN MA DANG SÖ NAM CHOK TER  
NAM GYAL RIK CHÉ MA DANG JIK CHÉ MA

O swift and courageous heroine—Sarasvatī, Treasury of Merit,  
All-Victorious, Kurukullā, Yakṣa Princess,

གཞན་གྱིས་མི་བྱབ་གཞན་ལས་རྒྱལ་དང་སེང་ལྷེད་  
ནགས་ཀྱི་སློལ་མ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་རྒྱལ་ལོར་སྟེར་མ། །

ZHEN GYI MI TUP ZHEN LÉ GYAL DANG SENG DENG  
NAK KI DRÖL MA JIK TEN SUM GYAL NOR TER MA

Invincible, Conqueror, Tārā of the Teak Forest, Queen of  
the Three Realms, Bestower of Wealth,

བཀྲ་ཤིས་དོན་བྱེད་དབྱ་དཔུང་འཛོམས་མ་ཐོ་གཉེར་  
ཅན་མཛད་རབ་ཞི་མ་དང་འབར་བའི་འོད་ཅན་མ། །

TRA SHI DÖN CHÉ DRA PUNG JOM MA TRO NYER  
CHEN DZÉ RAP ZHI MA DANG BAR WÉ Ö CHEN MA

Granter of Auspiciousness, Benevolent Heroine,  
Vanquisher of Enemy Troops, Frowning Lady, Universal  
Pacifier , Lady of Blazing Light,

དཔག་མེད་གཞོན་མ་མ་བྱ་ཆེན་མོ་མི་ཕམ་རྒྱལ་མོ་  
འི་ཐོད་མ་དང་འོད་ཟེར་ཅན་མར་འདུད། །

PAK MÉ NÖN MA MA JA CHEN MO MI PAM GYAL MO  
RI TRÖ MA DANG ÖZ ER CHEN MAR DÜ

Boundless Subduer, Great Peacock Lady, Indomitable  
Queen, Hermit Lady, Goddess of Light Rays, obeisance  
to you!

འགོ་རྒྱན་སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་སྒྲོལ་སྒྱིར་བྱང་ལྷུབ་ཐོབ་འདོད་  
བདག་ཀྱང་བྱེད་ལ་རེའོ་རྗེ་བཙུན་མ། །

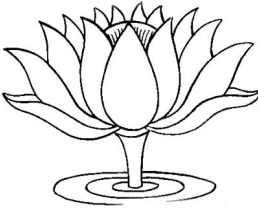
DRO KÜN SI PÉ TSO LÉ DRÖL CHIR JANG CHUP TOP DÖ  
DAK KYANG KHYÉ LA RÉ'O JE TSÜN MA

In you, Noble Tārā, I place my hopes to reach awakening,  
that I may free all beings from the ocean of samsara!

རྒྱལ་གྱི་པརྗེ་ཏན་མས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་རྒྱུན་བྱིར་གྱི་གསོལ་འདེབས་བྱིན་རླབས་ལྷུར་མགྲོགས་མ་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ནི་བསྟན་འགྲུར་ནས་ཞོལ་དུ་སྤྱང་བ་བྱིན་རླབས་ལྷུར། ཚར་བརྒྱ་སྟོང་ཤི་འབུམ་སོགས་གངས་བསགས་པ་  
ལ་ཉེ་བར་མཁོའོ། །།

*This, the daily heart supplication of the Indian panditas, entitled Swift Blessings, is extracted from the Collected Translated Treatises (Tengyur), and it grants blessings quickly. One should accumulate one hundred, one thousand, ten thousand, one hundred thousand, etc. recitations of it.*

*Translation of "Swift Blessings: A Praise to the Twenty-One Tārās" by Lhasey Lotsawa Translations, 2019 (trans. Ani Chöying Lhamo and Laura Dainty, ed. Libby Hogg). Further edited by David Newman to fit with the style and format of the Garchen Buddhist Institute.*



ཕན་ཡོན་ནི།

*Benefits of the Twenty-one Tārās' Praises*

ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྷན་པའི། །  
སྒོ་ལྷན་གང་གིས་རབ་དད་བརྗོད་པས། །  
སྒོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་དེ། །  
དྲན་པས་མི་འཛིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། །

LHA MO LA GÜ YANG DAK DEN PÉ  
LO DEN GANG GI RAP DÉ JÖ PÉ  
SÖ DANG TO RANG LANG PAR CHÉ DE  
DREN PÉ MI JIK TAM CHÉ RAP TER

To one who has true devotion to the Goddess, a wise person who recites this [prayer] with faith, who remembers her in the evening and upon arising at dawn, absolute fearlessness will be bestowed.

སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ནི་བ། །  
ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཉིད་དོ། །  
རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས། །  
སྐྱུར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱུར་བར་འགྱུར་ལ། །

DIK PA TAM CHÉ RAP DU ZHI WA  
NGEN DRO TAM CHÉ JOM PA NYI DO  
GYAL WA CHÉ WA DRAK DÜN NAM KYI  
NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

All misdeeds will be pacified and all lower realms utterly conquered. And one will be empowered quickly by seventy million buddhas.

འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །  
 སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ། །  
 དེ་ཡི་དུག་ནི་དྲག་པོ་ཆེན་པོ། །  
 བརྟན་ལ་གནས་པའམ་གཞན་ལ་འགྲོ་བ། །

DI LÉ CHÉ WA NYI NI TOP CHING  
 SANG GYÉ GO PANG TAR TUK DER DRO  
 DÉ YI DUK NI DRAK PO CHEN PO  
 TEN LA NÉ PA'AM ZHEN LA DRO WA

Attaining greatness by this [practice], one will arrive at the ultimate state of buddhahood.

ཟོས་པ་དང་ནི་འབྲུང་བ་ཉིད་ཀྱང་། །  
 དྲན་པས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། །  
 གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟིར་བའི། །  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །

ZÖ PA DANG NI TUNG WA NYI KYANG  
 DREN PÉ RAP TU SEL WA NYI TOB  
 DÖN DANG RIM DANG DUK GI ZIR WÉ  
 DUK NGAL TSOK NI NAM PAR PANG TÉ


By remembering her, even the virulent poison of plants or meat that have been eaten or drunk will be utterly expelled. This prayer completely eliminates the torment of afflictions of negative forces, epidemics, and poisons, even when recited on behalf of others.

སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ། །  
 གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། །  
 འདོད་པས་ནི་བྱ་བྱེད་འགྲུང་ཞིང་། །  
 རོར་འདོད་པས་ནི་རོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །  
 འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྲུང་ཏེ། །  
 བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྲུང། །

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO  
 NYI SUM DÜN DU NGÖN PAR JÖ NA  
 BU DÖ PÉ NI BU TOP GYUR ZHING  
 NOR DÖ PÉ NI NOR NAM NYI TOB  
 DÖ PA TAM CHÉ TOP PAR GYUR TÉ  
 GEK NAM MÉ CHING SO SOR JOM GYUR

On reciting it clearly twice, thrice, or seven times, those who want children will have a child and those who desire wealth will attain it. All of one's wishes will be fulfilled, all obstacles will cease, and every hindrance will be destroyed.

། འབགས་སློལ་བྱགས་རྗེས་བདག་འགྲོ་སླིབ་གཉིས་སྦྱང་། །  
 ཚོགས་གཉིས་རྗོགས་ཏེ་སྦྱེ་ཀུན་འཇིགས་བརྒྱད་བཅུས། །  
 མི་མཐུན་ནི་སྦྱེ་སྦྱུབ་བཅོམ་ཚོས་འབྱོར་རྒྱས། །  
 འགྲོ་ཀུན་འཇིགས་སློལ་བྱོད་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཤོག

PAK DRÖL TUK JÉ DAK DRO DRIB NYI JANG  
 TSOK NYI DZOK TÉ KYE KÜN JIK GYÉ CHÜ  
 MI TÜN ZHI TÉ DRUP TZÖN CHÖ JOR GYÉ  
 DRO KÜN JIK DRÖL KYÖ ZHIN SANG GYÉ SHOK 

Noble Ārya Tārā, through your compassion, the obscurations of myself and all beings are cleansed and the two accumulations are completed. In every lifetime, may unfavorable conditions [arising from] the eight or ten fears be pacified, and may Dharma practice, activities, and wealth increase. May all beings be liberated from danger and attain buddhahood like you!

ཅེས་སྐྱགས་བཞུས་ན།

འཕགས་མའི་བྱགས་ཀར་རྒྱ་དཀར་སྐྱགས་སྐྱེད་ལོངས། །  
 འོད་འཕྲོས་དོན་བྱས་ཚེ་དབལ་རྒྱས་པར་གྱུར། །

PAK MÉ TUK KAR TAM KAR NGAK TRENG KOR  
 Ö TRÖ DÖN JÉ TSÉ PAL GYÉ PAR GYUR

*While reciting the mantra:* In Ārya Tārā’s heart is a white **tām** encircled by the mantra garland. Its radiant light accomplishes the [twofold] purpose and increases life and glory.

ཨོྃ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་མ་མ་ཨ་ཡུརྩེ་ན་བུའི་ཤེའི་ཀུ་རུ་སྐ་རྒྱ། ཅེས་བཞུས།

**om̐ tāre tuttāre ture mama āyur jñāna puṇye puṣṭim̐ kuru svāhā ||**

*Thus recite.*

སྐབས་བདུན་མ་ནི།

*The Seven Verses of Supplication to Tārā for Protection*

མ་རྒྱེ་བ་མེད་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ན། །  
ཡུམ་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མོ་སྐྱོལ་མ་བལྟགས། །  
དེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྟེར་མ། །  
བདག་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

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

Noble Goddess, Mother Tārā, you dwell within the realm of the unborn *dharmadhātu* mother. You, who bestow happiness on all sentient beings, please protect us from all fears!

རང་ཚོས་སྐྱེ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པར། །  
སེམས་ཉོན་མོངས་དབང་དུ་གུར་བ་ཡི། །  
མ་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ། །  
ཡུམ་ལྷ་མོ་བྱོད་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

RANG CHÖ KU YIN PAR MA SHE PAR  
SEM NYÖN MONG WANG DU GYUR PA YI  
MA KOR WAR KYAM PÉ SEM CHEN LA  
YUM LHA MO KYÖ KYI KYAP TU SÖL

Unaware that they themselves are *dharmakāya*, my mothers wander in *samsāra* with minds controlled by afflictions. Mother Goddess, please protect us!



ཚོས་སྣིང་ནས་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར། །  
ཐ་སྣད་ཚིག་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །  
གྲུབ་མཐའ་ངན་པས་བསྐྱུས་པ་ལ། །  
ཡུམ་ཡང་དག་གི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

CHÖ NYING NÉ GYÜ LA MA KYE PAR  
TA NYE TSIK GI JÉ DRANG NÉ  
DRUP TA NGEN PÉ LÜ PA LA  
YUM YANG DAK GI HLA MÖ KYAP TU SÖL

If the Dharma does not truly take birth in our hearts, we will follow verbal conventions and become deceived by erroneous philosophies. Genuine Mother Goddess, please protect us!

ཏྟགས་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་གསོལ། །

TOK PAR KA WA RANG GI SEM  
TONG NÉ GOM PAR MI JÉ PAR  
JA WA NGEN PÉ YENG WA LA  
YUM DREN PÉ HLA MÖ KYAP TU SÖL

Having seen the nature of mind—so difficult to realize—we do not habituate it but remain lost in negative activities. Mindful Mother Goddess, please protect us!

སེམས་རང་བྱུང་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལ། །  
 གཉིས་སུ་འཛོལ་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །  
 ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བཅིངས་པ་རྣམས། །  
 བྱགས་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 HLA MÖ KYAP TU SÖL

Due to the habit of dualistic grasping at the mind that is self-  
 arisen, non-dual wisdom, we are bound no matter what we do.  
 Goddess of Non-dual Mind, please protect us!

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

YANG DAK GI DÖN LA NÉ JÉ KYANG  
 GYU DRE KYI TEN DREL MI SHE PÉ  
 SHE JÉ DÖN LA MONG PA LA  
 YUM KÜN KYEN GYI HLA MÖ KYAP TU SÖL


Although we have dwelt in the ultimate truth, we are unaware of  
 the interdependence of cause and effect. Thus, we are blind to the  
 meaning of what is to be known. Omniscient Mother Goddess,  
 please protect us!

སྐྱོས་བྲལ་ནམ་མཁའ་མཚན་ཉིད་ཅན། །  
བམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྱིས། །  
ད་དུང་སྐྱོབ་མའི་གང་ཟག་ལ། །  
ཡུམ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

TRÖ DREL NAM KE TSEN NYI CHEN  
TAM CHÉ DÉ DANG YER MÉ KYI  
DA DUNG LOB MÉ GANG ZAK LA  
YUM DZOK SANG GYÉ KYI KYAP TU SÖL

Even those of us who are disciples [cannot see that] everything is inseparable from the nature of unelaborated space. Mother of Perfect Awakening, please protect us!

ཨོྃ་ཨུའུ་དུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུམྱི། རུའྱི། རུའྱི། རུའྱི། ཨུ་ལོ་ཀོ། ལྷུའྱི།  
ལེ་མི་འྱི། འཤ་བྲ་ཏུ་ཚྭ་སྤ་ལྷ།

oṃ ārya tāre sapariwāra arghaṃ | pādyam | puṣpaṃ |  
dhūpaṃ | ālokaṃ | ghandam | naividyaṃ | śhabda  
praticcha svāhā || 

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །  
 འབས་ཀྱི་བརྗོད་ལ་བརྟུང་དེ། །  
 མོངས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱོལ་མཛད་མ། །  
 སྐྱོལ་མ་ཡུམ་ལ་བྱུག་འཚལ་བསྟོད། །

HLA DANG HLA MIN CHÖ PEN GYI  
 ZHAP KYI PEMO LA TÜ DE  
 PONG PA KÜN LÉ DRÖL DZÉ MA  
 DRÖL MA YUM LA CHAK TSAL TÖ



Homage and praise to the Exalted Mother Tārā, who liberates  
 from all misfortune, and at whose lotus feet all *devas* and *asuras*  
 bow their crowns in reverence!

ཡི་གེ་བརྒྱ་བཞི།

ཨོྃ་ཨྷ་རྩ་རྩཱེ་ས་མ་ཡ་མ་རྩ་བྲ་ལ་ཡ། ཨྷ་རྩ་རྩཱེ་རྩཱོ་པ་ཉི་ཤུ། འོྃ་མེ་རྣ་བ།  
 སུ་ཏོ་ཉཱེ་མེ་རྣ་བ་སུ་པོ་ཉཱེ་མེ་རྣ་བ། ཨ་རུ་ར་ཉཱེ་མེ་རྣ་བ་ས་ཐ་སི་རྣེ་མེ་པ་ཡ་རྩཱེ།  
 ས་ཐ་ཀ་མ་སུ་ཙ་མེ་ཙོ་ཉཱེ་ཤེ་ཡེ། ཀུ་རུ་རྩཱེ། ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ཉེ། ལྷ་ག་མ་རྩཱེ།  
 ཨྷ་རྩ་རྩཱེ་མེ་མེ་སུ་ལྷ། ཨྷ་རྩ་རྩཱེ་རྣ་བ་མ་རྩཱེ་ས་མ་ཡ་ས་རྩཱེ་ཨེ། ཞེས་ལན་གསུམ།

*The Hundred-Syllable Mantra: om̐ ārya tāre samaya manupālaya |*  
*ārya tāre tvenopa tiṣṭha | dṛiḍho me bhava | sutokyo me*  
*bhava | supokyo me bhava | anurakto me bhava | sarva*  
*siddhimme prayaccha | sarva karmasu came cittam̐ śhreyah*  
*kuru hūṃ̐ | ha ha ha ha hoḥ | bhagavatī | ārya tāre māme*  
*muñca | ārya tāre bhava | mahā samaya sattva aḥ ||*

*Recite three times.*

མ་འབྱོར་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་དང་། །  
 བདག་སྐྱོ་སྐྱོངས་པའི་དབང་གིས་ནི། །  
 བོངས་པ་གང་མཆིས་བཟོད་མཛོད་ལ། །  
 དངོས་གྲུབ་དམ་པ་སྣུལ་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 TSÖL WAR RIK

As you have forgiven whatever faults might have occurred due to deficiencies, incompetence, and the confusions in my mind, you will surely bestow true accomplishments on me!

ཨོཾ་འདིར་ནི་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །  
 ལམོར་བ་སྲིད་དུ་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །  
 བད་མེད་ཚོ་དང་དབང་ལྷུག་སོགས། །  
 མཚོག་རྣམས་ལེགས་པར་སྣུལ་དུ་གསོལ། །

OM DIR NI TEN DANG HLEN CHIK TU  
 KOR WA SI DU ZHUK NÉ KYANG  
 NÉ MÉ TSÉ DANG WANG CHUK SOK  
 CHOK NAM LEK PAR TSAL DU SÖL

**Om.** Please stay here together with this sacred shrine for as long as *samsāra* exists! Remaining here, please bestow good health, vitality, power, and supreme [attainments]!

ཨོྩྭ་ཁྱེད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་གྲུབ་མཛད། །  
རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོབས། །  
སངས་རྒྱས་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་། །  
སྐར་ཡང་འབྱོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །  
བརྗོད།

OM KYE 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 – VAJRA MU


**Om.** As you are the one who fulfills the purpose of all sentient beings, please bestow accomplishments! Although you [now] depart to the buddha realm, please appear here once again! **Vajra mu!**

བདག་མཁུན་ཡེ་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས། །  
དམ་ཚིག་པ་རང་ལ་སྦྱིན་པར་གྱུར། །

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

The wisdom-being in front spontaneously departs into space, and the *samaya*-being dissolves into myself.

རྒྱལ་མཚན་ཚེ་མོ་དབང་རྒྱལ་ལྟར། །  
 ལྷ་མོའི་མཚོད་པས་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །  
 སྤྲུལ་ལྷ་ཡི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །  
 བདག་གིས་བསྟེན་བསྐྱབ་མཚོད་པ་ཡིས། །  
 དགོ་བས་འགྲོ་ལྷུང་ཁྱོད་འགྲུབ་ཤོག། ། ཅེས་བསྟོ་བར་བྱའོ།

GYAL TSEN TSÉ MO WANG GYAL TAR  
 HLA MÖ CHÖ PÉ NGÖ DRUP TER  
 LA MA HLA YI TRA SHI SHOK   
 DAK GI NYEN DRUP CHÖ PA YI  
 GÉ WÉ DRO NYUR KYÖ DRUP SHOK

When gods and humans worship you, you grant them *siddhis*  
 like the kingly power of a victory banner's top.  
 May the auspiciousness of the gurus and deities be present!  
 By the virtue of my approach, accomplishment, and  
 veneration, may transient beings quickly accomplish you!  
*Thus dedicate.*

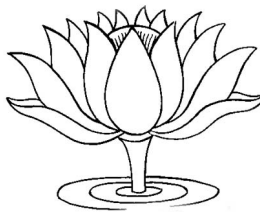
དེ་ལྟར་སྐྱོལ་ཚོག་མཚུལ་བསྐྱབ་པ་འདི་ཉིད། རྟོགས་ལྡན་གྲུབ་བརྟེན་པ་བསྟེན་རྒྱལ་གྱི་གསུངས་བཞེད་ལྟར་  
 འཕགས་མ་ཉིད་ཀྱིས་ལན་གསུམ་དུ་བདུད་ཚི་དང་ཤེལ་སྤང། ལྷུང་ལ་འདབ་བརྒྱ་སྟགས་གནང་བའི་རྗེས་  
 ཉམས་དགོ་བའི་རྟོགས་ཡིན་ཚོད་བྱུང་བས་གསུང་མ་བཅག་ཅོམ། མགར་སྐྱུལ་སྐྱུ་སྤེང་བདུན་པ་སྟོན་ལས་  
 ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱིས་འཕྲལ་བྲིས་པ་དགེའོ། མཚུལ། བཀའ་ཤིས་ཤོག། །

*Thus, this concise Tārā mandala practice was composed in fulfillment of  
 the wish of the realized Siddha Tengyé. Having had three dream-visions in  
 which the Noble Lady herself offered him nectar, a crystal māla, a  
 hundred-petalled utpala flower, [and believing these to be] virtuous signs,  
 the seventh Gar Trülku, Trinlé Yongkhyab, immediately wrote down [this  
 sādhana, narrowly avoiding] altering her enlightened words. May it be  
 virtuous! Mangalam! May it be auspicious!*

རྗེ་བཙུན་བཙོམ་ལྡན་འདས་མ་སྤྲུགས་རྗེ་ཙན། །  
བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
སྐྱིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་ལྷུང་རྗོགས་ཏེ། །  
རྗོགས་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  
DRIB NYI JANG ZHING TSOK NYI NYUR DZOK TÉ  
DZOK PÉ SANG GYÉ TOP PAR DZÉ DU SÖL

Exalted, Transcendent Lady of Triumph, Compassionate One,  
please remove the two veils of endless sentient beings and  
myself; let us complete the two accumulations swiftly to reach  
complete awakening!





དེ་མ་ཐོབ་གྱི་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང་། །  
 ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཚོག་ཐོབ་ནས། །  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །  
 བར་ཚད་གདོན་བགོགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །  
 དུས་མིན་འཆི་བར་འགྱུར་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། །  
 རྗེ་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་། །  
 འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚོ་བ་རྣམས། །  
 ལྷུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

DÉ MA TOP KYI TSÉ RAP KÜN TU YANG  
 HLA DANG MI YI DÉ WÉ CHOK TOP NÉ  
 TAM CHÉ KYEN PA DRUP PAR JÉ PA LA  
 BAR CHÉ DÖN GEK RIM DANG NÉ LA SOK  
 DÜ MIN CHI WAR GYUR PA NA TSOK DANG  
 MI LAM NGEN DANG TSEN MA NGEN PA DANG  
 JIK PA GYÉ SOK NYE WAR TSÉ WA NAM  
 NYUR DU ZHI ZHING MÉ PAR DZÉ DU SÖL

Until that is achieved, in all lifetimes, please remove and  
 pacify at once all obstacles, evil forces, epidemics, and  
 diseases, the various conditions leading to untimely death,  
 bad dreams, ill omens, the eight fears, and all harm, so that I  
 may experience the highest joys of gods and humans and  
 attain omniscience!

འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི། །  
 བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས། །  
 འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། །  
 འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

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 HLÜN GYI DRUP PAR DZÉ DU SÖL

Expanding and increasing the auspiciousness and perfect  
 goodness of this world and beyond, let all goals without  
 exception be accomplished effortlessly and spontaneously!

ལྷུབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཚོས་འཕེལ་བ་དང་། །  
 ཏྲག་ཏུ་ཁྱོད་ལྷུབ་ཞལ་མཚོག་མཐོང་བ་དང་། །  
 ལྷོད་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ། །  
 ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྷན་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། །

DRUP LA TSÖN ZHING DAM CHÖ PEL WA DANG  
 TAK TU KYÖ DRUP ZHAL CHOK TONG WA DANG  
 TONG NYI DÖN TOK JANG SEM RIN PO CHÉ  
 YAR NGÖ DA TAR PEL ZHING GYÉ PAR DZÖ

May I be diligent in practice and may the sacred Dharma  
 thrive! Let me gaze at your exquisite face as I continuously  
 practice you! Let me realize the truth of emptiness, and let  
 precious *bodhicitta* blossom and expand like a waxing moon!

རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་ལའོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེམ། །  
 པོ་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་མངོན་ལས་སྐྱེས། །  
 ལྷང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །  
 ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག །

GYAL WÉ KYIL KOR ZANG ZHING GA WA DER  
 PEMO DAM PA SHIN TU DZÉ LÉ KYE  
 NANG WA TA YÉ GYAL WÉ NGÖN SUM DU  
 LUNG TEN PA YANG DAK GI DER TOP SHOK

When I am born from a divinely beautiful and sacred lotus in  
 the Victorious One's excellent and joyful mandala, may  
 Amitābha, the Buddha of Infinite Light, directly reveal his  
 prophecy, and may I strive to attain it!

བདག་གིས་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །  
 དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐོབ་ལས་མ། །  
 ལྷོ་ལྷང་ཞལ་གཅིག་སྤྲུག་གཉིས་ལྷུང་ཞེ་མ། །  
 ལུམ་གྱུར་ལུང་ལ་བསྐྱམས་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག །

DAK GI TSÉ RAP KÜN TU DRUP PÉ HLA  
 DÜ SUM SANG GYÉ KÜN GYI TRIN LÉ MA  
 NGO JANG ZHAL CHIK CHAK NYI NYUR ZHI MA  
 YUM GYUR UTPAL NAM PÉ TRA SHI SHOK

O goddess, whom I have practiced throughout all my lives,  
 mother of the enlightened deeds of all the three times' buddhas,  
 blue-green with one face and two arms, you are the swift  
 subduer. May the auspiciousness of the mother holding an  
*utpala* be present!

རྒྱལ་ཡུམ་སྒྲོལ་མ་བྲིད་སྐྱེ་ཅི་འདྲ་དང་། །  
 ལ་ཐོར་དང་སྐྱེ་ཚེ་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །  
 བྲིད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །  
 དེ་འདྲ་ལོ་ནར་བདག་སོགས་འགྲུར་བར་ཤོག །

GYAL YUM DRÖL MA KYE KU CHI DRA DANG  
 KOR DANG KU TSÉ TSÉ DANG ZHING KAM DANG  
 KYE KYI TSEN CHOK ZANG PO CHI DRA WA  
 DÉ DRA KO NAR DAK SOK GYUR WAR SHOK

Mother of the Victors, Tārā, may I and others become just like  
 you in form; retainue; lifespan; pure realm; and excellent, noble  
 signs of perfection!

བྲིད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །  
 བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །  
 བད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་ཚུད་ཞི་བ་དང་། །  
 ཚོས་དང་བཀྱ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །

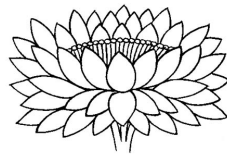
KYÖ LA TÖ CHING SÖL WA TAB PÉ TÛ  
 DAK SOK GANG DU NÉ PÉ SA CHOK SU  
 NÉ DÖN ÜL PONG TAB TSÖ ZHI WA DANG  
 CHÖ DANG TRA SHI PEL WAR DZÉ DU SÖL

By the force of praising and supplicating you, let disease,  
 malevolent spirits, poverty, and quarreling be ceased, and let  
 the Dharma and auspiciousness increase throughout the world  
 and in all directions, wherever I and others dwell!

ལྷུ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་མཚན་དང་དབེ་བྱེད་ལྡན། །  
གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་ལ་པི་རྒྱའི་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 PINGKE YANG  
TUK KYI KYÖN PANG SHÉ JA TA DAK ZIK  
TRA SHI PAL BAR MA YI TRA SHI SHOK

Having discarded physical flaws, you possess the major and minor marks [of a buddha]. Having discarded faults of speech, [your voice is] the melodic birdsong of a *kalavinka*. Having discarded faults of the mind, you see all knowable things. O Brilliant Mother of Auspicious Glory, may your auspiciousness be with us!



། ཨོྃ། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྐྱོབ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 བཀྲ་གིས་དབལ་འབར་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 ངན་སོང་སློ་འགོགས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 མཐོ་རིས་ལམ་འདྲེན་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །  
 ཏྲ་ཏུ་ཁྱིའི་ཏྲ་ཏྲ་སྐྱོངས་པར་མཛད། །  
 ད་དུང་ཕྱགས་རྗེས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །  
 འདིན་པའ་ཚེན་ཇོ་བོ་རྗེ་འགག་པའ་སོ། །

OM JIK PA GYÉ KYOB MA LA CHAK TSAL LO  
 TRA SHI PAL BAR MA LA CHAK TSAL LO  
 NGEN SONG GO GEK MA LA CHAK TSAL LO  
 TO RI LAM DREN MA LA CHAK TSAL LO  
 TAK TU KYE 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 guides on the path to the higher realms! You are my  
 constant companion. I pray you will eternally protect me  
 with compassion!

*These are the words of the great paṇḍita Jowo Jé Atiśha.*

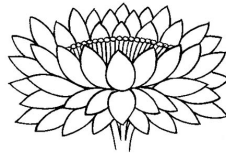
། ཀྱ་ཡེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མ་མ་ཁྱོད། །  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བུ་ལྟར་བརྩེ་ཚེན་མ། །  
 བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་སློབ་ལས་ཀུན་སློབ་ཏེ། །  
 གཞན་ཕན་འགོ་དོན་ཁྱོད་དང་མཉམ་པར་ཤོག། །

དད་ལྷན་སློབ་མས་གསོལ་བཏབ་གང་བསམ་འགྲུབ། མགར་མིང་དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་རང་ནས་བྲིས།

KA YÉ / DÜ SUM GYAL WÉ MA MA KYÖ  
 SEM CHEN KÜN LA BU TAR TSÉ CHEN MA  
 DAK DZIN CHAK KYI DROK LÉ KÜN DRÖL TÉ  
 ZHEN PEN DRO DÖN KYÖ DANG NYAM PAR SHOK

O, 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!

*Please fulfill the wishes of faithful disciples!*  
*This was written by Könchog Gyaltzen, the one named Gar.*



སྐྱོལ་དཀར་ཚོག་དབྱིན་སྐད་དུ་ལེགས་བསྐྱར་བྱུང་བ་འདི་ནི་མགར་ཚེན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལྷ་བ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༤  
ཉིན་དགུང་གངས་བརྒྱད་ཚུ་ཡི་ལུངས་སྐར་ལ་འབྲུལ་ཡིན། འདིས་ནམ་དཀར་གྱི་དགོ་བས་ཁྱེད་སྐྱེ་བཅུན་སྐྱོལ་  
དཀར་འོ་བོར་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་པའི་གསོལ་འདེབས་ལྟོ། །།

*The original English translation, completed on Garchen Rinpoche's 80th birthday, April 14, 2016, and the "Benefits of the Twenty-one Tārās' Praises" were originally translated by Erin O'Meara Pettis (དགོན་མཚོག་དབལ་མོ). The Tibetan to English translation was reworked by Ina Bieler in 2022-2023. Text layout and Tibetan, Sanskrit, and phonetics edits by David Newman. Artwork by H.E. Garchen Rinpoche, various disciples, and Robert Beer.*

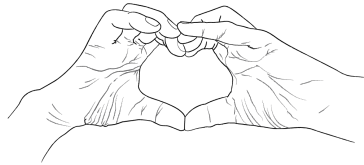
*\*Permission to include "Praises to the Twenty-one Tārās; English version for chanting" was graciously permitted by The Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition (FPMT).*

*May Garchen Rinpoche, the glorious embodiment of Ārya Tārā, live long!*

*Sarva Mangalaṃ*

*Tashi Shog!*

བཀྲ་ཤིས་ཤོག







Drawing by @NicoLo

*White Tara's Heart-Wheel Diagram*

། རྒྱལ་འཛེན་རིན་པོ་ཚེའི་གསུང་ ~ རྫོལ་དཀར་གྲུགས་འཁོར་གྱི་དཔེ་རིས། །

། ཚེས་གོ་གས་རྣམས་པ། རྫོལ་མའི་བྲུགས་འཁོར་དེའི་དཔེ་རིས་གསར་པ་ཞིག་བཞེས་ཡོད། དཔེ་རིས་འདི་དཔེ་  
 མཚོན་ཅི་མ་ཡིན་ཏུས་དངོས་སུ་རྫོམ་པའི་རྣམས་ཅུང་ཁ་ཤེད། དངོས་སུ་རྫོམ་པའི་རྣམས་སུ་འཁོར་ལོ་དེ་ནང་རྫོང་པ་  
 བེ་ལ་རྒྱུག་ཏུ་བསམ། དེའི་ནང་ལོག་ལེ་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བཀོད། འཁོར་ལོ་འི་ལྷེ་འབྲི་དེ་འོད་གྱི་  
 གུར་ཁང་གི་ལ་གྱི་གོང་བུ་ཏུ་ཞིག་རྫོམ། འཁོར་ལོ་འི་སྤྱད་ནང་གི་ཡིག་འབྲུ་བཀོད་རྣམས་དེ། དབྱངས་ཡིག་དོ་གྱིར་  
 བརྟན་གཤམ་བརྫོང་དང་། གསལ་གྱི་དུ་ལོག་དོ་བརྟན་གཤམ་བརྫོང་། ཡི་དྲུམ་གཤམ་བརྫོང་བཅས་རེད། རྫོང་  
 བཏང་རྒྱགས་གང་ཡིན་ཡང་ཡིག་འབྲུ་ཁ་ལྷི་བརྟན་དེ་གཤམ་བརྫོང་དང་། ཁ་བར་བརྟན་དེ་གཤམ་བརྫོང་ལ་འཁོར་  
 དགོས་རེད། དངོས་སུ་བྲུགས་འཁོར་དམིགས་པ་རྫོམ་ཏུས་འཁོར་ལོ་དཀར་ལོ་དེ་རང་རྫོམ་ན་འགྲིགས་གྱི་རེད། ལྷི་བས་  
 བརྟན་ན་འཁོར་ལོ་མ་གོ་གས་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་མཐོང་དགོས་མ་རེད། དེ་རྗེས་འཁོར་ལོ་དེ་འཁོར། དེ་ནས་སྟོན་སྐབས་  
 ལས་གསུམ་ལ་རིམ་པས་མཁྲོགས་སུ་དང་། མཐར་མིག་གིས་མི་ཟེན་ཅམ་ཏུ་འཁོར་བས་སྤྲུགས་གྱི་རང་རྫོང་དང་། འོད་  
 ཟེར་དཀར་སེར་དམར་མཐོང་ལྷུང་མཚོན་ཁ་བཅས་དུག་རིམ་པས་འབྲེས་པར་བསམ། དམིགས་པ་རྫོམ་གྱི་དེ་གཙོ་བོ་  
 རེད། རྒྱགས་བྲངས་བསལ་གྱི་དེ་གཙོ་བོ་མ་རེད། ཅེས་གསུང་བ་བརྟན་ལྷི་མས་ཡིག་གིར་ཡོད།

*Instructions on White Tārā's Heart-Wheel Diagram*

*By H.E. Garchen Rinpoche*

Dear Dharma friends,

I have made a new diagram of Tārā's heart-wheel. Since this diagram is just a representation, it is slightly different from what you are actually visualizing it during meditation. When you do the visualization, think that the inside of the wheel is empty, like a hollow crystal. Inside of this, arrange the individual syllables clearly. Visualize the tāṃ syllable at the hub of the wheel as a light-dome like a crystal sphere.

Regarding the arrangement of the syllables inside the outer boundary of the wheel, the Sanskrit vowels face outward and are set up in a clockwise circle. The consonants face inward and are set up in a counterclockwise circle. The Ye Dharma mantra is set up clockwise. In general, when the syllables are facing outward, a mantra circles clockwise; when facing inward, it has to circle counterclockwise. However, when you actually practice the visualization of the heart-wheel, it is fine if you just visualize the white wheel alone.

When viewed from the outside, it is not necessary to see the syllables; all you have to see is the wheel. After that, the wheel begins to turn. As you progress through the stages of approach, accomplishment, and activities, it turns increasingly faster until it becomes imperceptible to the eye. Imagine that it reverberates with the mantra's own sound, and white, yellow, red, blue, green, and purple light rays gradually issue forth. This visualization is more important than the accumulation of a set number of mantras.

Venerable Thubten Nyima transcribed H.E. Garchen Rinpoche's words.

*Translated by Ina Bieler and edited by Amber Moore in 2021.*

*Praises to the Twenty-one Taras; English version for chanting*  
(Translation by FPMT)

OM. I prostrate to the noble transcendent liberator.  
OM JÉ TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHAK TSAL LO

1. Homage! Tara, swift, heroic!  
Eyes like lightning instantaneous!  
Sprung from op'ning stamens of the  
Lord of three world's tear-born lotus!
2. Homage! She whose face combines a  
Hundred autumn moons at fullest!  
Blazing with light rays resplendent  
As a thousand star collection!
3. Homage! Golden-blue one, lotus  
Water born, in hand adorned!  
Giving, effort, calm austerities,  
Patience, meditation her sphere!
4. Homage! Crown of tathagatas,  
Actions triumph without limit!  
Relied on by conquerors' children,  
Having reached ev'ry perfection!
5. Homage! Filling with TUTTARE,  
HUM, desire, direction, and space!  
Trampling with her feet the seven worlds,  
Able to draw forth all beings!
6. Homage! Worshipped by the all-lords,  
Shakra, Agni, Brahma, Marut!  
Honored by the hosts of spirits,  
Corpse-raisers, gandharvas, yakshas!

7. Homage! With Her TRAD and PHAT sounds

Destroying foes' magic diagrams!  
Her feet pressing, left out, right in,  
Blazing in a raging fire-blaze!

8. Homage! TURE, very dreadful!

Destroyer of Mara's champion(s)!  
She with frowning lotus visage  
Who is slayer of all enemies!

9. Homage! At the heart her fingers,

Adorn her with Three Jewel mudra!  
Light-ray masses all excited!  
All directions' wheels adorn her!

10. Homage! She so joyous, radiant,

Crown emitting garlands of light!  
Mirthful, laughing with TUTTARE,  
Subjugating maras, devas!

11. Homage! She able to summon

All earth-guardians' assembly!  
Shaking, frowning, with her HUM sign  
Saving from every misfortune!

12. Homage! Crown adorned with crescent

Moon, all ornaments most shining!  
Amitabha in her hair-knot  
Sending out much light eternal!

13. Homage! She 'mid wreath ablaze like

Eon-ending fire abiding!  
Right stretched, left bent, joy surrounds you  
Troops of enemies destroying!

14. Homage! She who strikes the ground with

Her palm, and with her foot beats it!  
Scowling, with the letter HUM the  
Seven levels she does conquer!

15. Homage! Happy, virtuous, peaceful!  
She whose field is peace, nirvana!  
She endowed with om̐ and SVAHA,  
Destroyer of the great evil!

16. Homage! She with joy surrounded  
Tearing foes' bodies asunder,  
Frees with HUM and knowledge mantras,  
Arrangement of the ten letters!

17. Homage! TURE! With seed letter  
Of the shape of syllable HUM!  
By foot stamping shakes the three worlds,  
Meru, Mandara, and Vindhya!

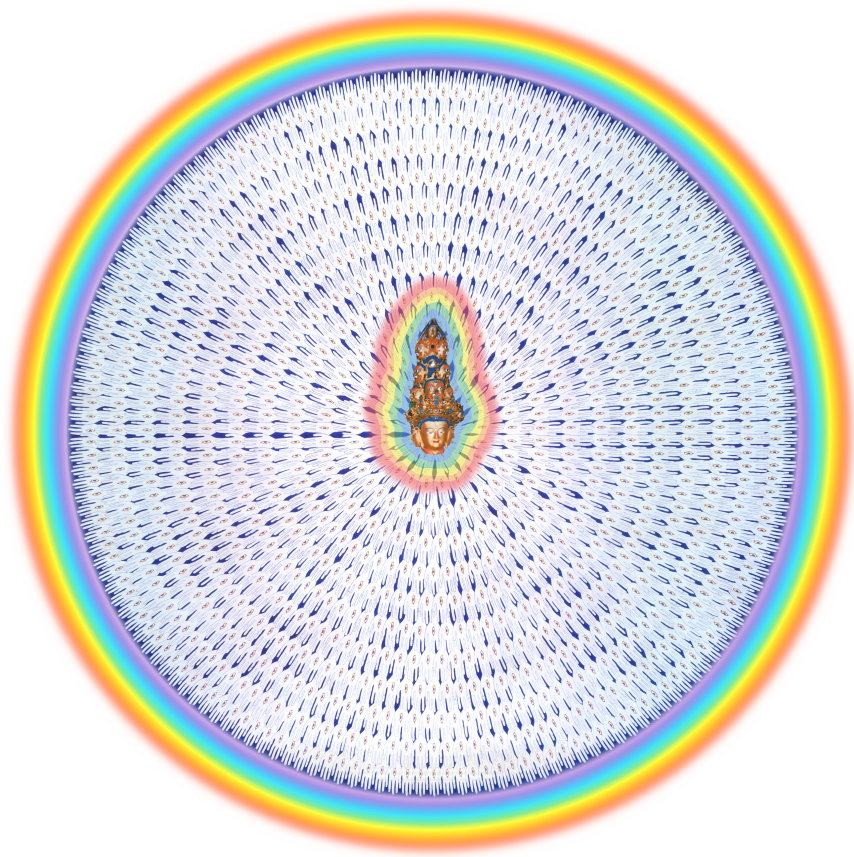
18. Homage! Holding in her hand the  
Hare-marked moon of deva-lake form!  
With twicespoken Tārā and PHAT,  
Totally dispelling poison!

19. Homage! She whom gods and their kings,  
And the kinnaras do honour!  
Armoured in all joyful splendor,  
She dispels bad dreams and conflicts!

20. Homage! She whose two eyes bright with  
Radiance of sun and full moon!  
With twice HARA and TUTTARE  
She dispels severe contagion!

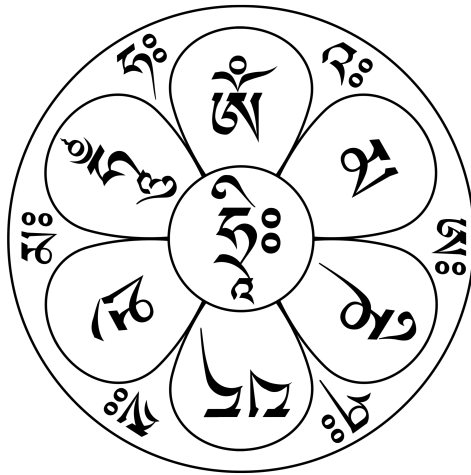
21. Homage! Full of liberating  
Pow'r by the set of three natures!  
Destroys hosts of spirits, yakshas,  
And raised corpses! Supreme! TURE!

These praises with the root mantras  
And prostrations thus are twenty-one!



*Avalokiteshvara with One Thousand Arms and  
One Thousand Eyes*

སྐུན་རས་གཟིགས་ཕུག་སྟོང་སྐུན་སྟོང་།



Garchen Buddhist Institute  
P.O. Box 4318  
9995 E. Blissful Path  
Chino Valley, AZ 86323  
928-925-1237  
[www.garchen.net](http://www.garchen.net)