



# DHARMA TARA

## Prayer Book



Opening Prayers	5
༄། སྐབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། །	5
Taking Refuge and Cultivating Bodhicitta	5
བདག་ལྷང་མ།	5
Dagdang-ma (Altruistic Motivation)	5
དེའི་ཚེད་དུ་མ།	6
Dechedu-ma (Action Bodhicitta)	6
སྐབས་འགོ།	8
Refuge	8
ཚང་མེད་བཞི།	9
The Four Immeasurables	9
ཡན་ལག་བདུན་པ།	11
Seven-Limb Prayer	11
བཀའ་བརྒྱད་གོང་མའི་གསོལ་འདེབས།	12
Supplication to the Past Kagyü Masters	12
Mandala Offering	16
མཚུལ།	16
ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་གསོལ་འདེབས།	18
Requesting to Turn the Wheel of Dharma	18
འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་གྱིས་མཛད་པའི་བཟོ་སྐྱོན།	19
Lord Jigten Sumgön's Dedication Prayer	19
༄། །བཟོ་སྐྱོན། །	24
Dedication Prayers	24
Long Life Prayers	34
རྒྱལ་བའི་ཞབས་བརྟན།	34
The Long Life Prayer for His Holiness the Dalai Lama	34
སྐབས་མགོན་ཀུན་བཟང་ཕྱིན་ལས་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་བརྟན་ནི།	35

His Holiness, Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche:	35
། སྐབས་མགོན་ཚེས་ཀྱི་སྣང་བའི་ཞབས་བརྟན་ནི།	36
His Holiness, Drikung Kyabgon Chuntsang Rinpoche:	36
མགའ་ཚེན་རིན་པོ་ཚའི་ཞབས་བརྟན།	37
The Long Life Prayer for His Eminence Garchen Rinpoche	37
བསྐྱེད་རྒྱས་སློན་ལམ།	39
Tän Gyä Mönlam	39
བདེ་སློན་བསྐྱུས་ལ།	40
The Short Prayer to be Reborn in Blissful Land of Amitābha	40
The Hundred Syllable	47



All mother sentient beings, limitless as space—especially those  
enemies who hate me, obstructers who harm me, and those  
who create obstacles on my path to liberation and omniscience  
—may they experience happiness; be free from suffering;  
and swiftly may they attain precious, unsurpassed, perfectly  
complete enlightenment! Recite three times.

དེའི་ཚེ་དུ་མ།

Dechedu-ma (Action Bodhicitta)

དེའི་ཚེ་དུ་སངས་མ་གྱུ་སྤྱི་བར་དུ་ལྷན་པ་ག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བརྗོད།

མ་ཤིའི་བར་དུ་ལྷན་པ་ག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བརྗོད། ལྷན་དེ་ཡིད་གསུམ་

བཟུང་ལྷེ་ཉི་མ་སང་ད་ཚམ་གྱི་བར་དུ་ལྷན་པ་ག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བ་ལ་བརྗོད།

DÉ'I CHÉ DU SANG MA GYÉ KYI BAR DU LÜ NGAG YI SUM

GEWA LA KÖL | MA SHI BAR DU LÜ NGAG YI SUM GE WA LA KÖL

| DÜ DÉ RING NÉ ZUNG TÉ NYI MA SANG DA TSAM GYI BAR  
DULÜ NGAG YI SUM GE WA LA KÖL

For that purpose, until I attain buddhahood, I will apply my  
body, speech, and mind to virtue. Until death, I will apply my  
body, speech, and mind to virtue. From today until this time  
tomorrow, I will apply my body, speech, and mind to virtue.

Thus 'til buddhahood's attained, I'll use body, speech and mind for virtue,  
Til death, I'll use body, speech and mind for virtue.  
From this very moment 'til this time tomorrow, I'll use body, speech and mind for virtue.

སྐྱབས་འགོ།  
Refuge

སངས་རྒྱས་ཚཱ་ཀྲ་ཚཱ་གས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བྱལ་གཉིས་རྒྱལ་ལུ་མཚོ། །

བྱལ་གཉིས་རྒྱལ་ལུ་མཚོ་ལུ་འཕྱོང་བའི་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱིས། །

འགྲོ་ལ་ལན་ལྷིམ་སངས་རྒྱས་འབྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་ལན་གསུམ།

SANG GYÉ CHÖ DANG TSOK KYI CHOG NAM LA

JANG CHUB BAR DU DAG NI KYAP SU CHI

DAG GI JIN SOK GYI PÉ SÖ NAM KYI

DRO LA PEN CHIR SANG GYÉ DRUB PAR SHOG

Until awakening, I take refuge in the Buddha, the Dharma,

and the Supreme Assembly! By the merit of generosity and

the other [perfections], may I attain buddhahood for the

benefit of all beings! Recite three times.

In the Buddha, Dharma, great Sangha, I take refuge 'til enlightenment. By good deeds and giving's merit may, I reach Buddhahood for all beings' sake. 3x

ཚད་མེད་བཞི།

### The Four Immeasurables

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རླུང་དང་

ལྷན་བར་ལྷུང་ཅིག

MA NAM KA DANG NYAM PÉ SEM CHEN TAM CHÉ DE WA  
DANGDE WÉ GYU DANG DEN PAR GYUR CHIG

May all mother sentient beings—limitless as space—have happiness and  
the causes of happiness!1 May all mother sentient ones, immeasurable as space, find  
happiness and its causes

ལྷག་བསྐྱལ་དང་ལྷག་བསྐྱལ་གྱི་རླུང་དང་བྱལ་བར་ལྷུང་ཅིག

DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG DRAL WAR GYUR  
CHIG May they part from all suffering and its causes.

May they be free from suffering and the causes of suffering!

ལྷག་བསྐྱལ་མེད་བའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་ལྷུང་ཅིག

DUG NGAL MÉ PÉ DE WA DANG MI DRAL WAR GYUR CHIG

May they not be separated from the happiness that is free

May they never part with joy devoid of sorrow,



ཡན་ལག་བདུན་པ།

## Seven-Limb Prayer

ལྷག་འཇམ་ལ་བ་དྲུག་མཚོད་ཅིང་བསགས་ལ་དྲུག་། །

རྣམ་ལྷན་ཡི་རྒྱུ་ལ་ཞུས་གསལ་བ་ཡི། །

དགེ་བ་ལྷན་ཟུང་བདག་གིས་ཅི་བསགས་ལ། །

བསམ་ཅད་རྣམས་ལ་འོ་བྱང་རྩལ་ལྷིམ་བསྐྱོ། །

CHAG TSAL WA DANG CHÖ CHING SHAG PA DANG  
JE SU YI RANG KÜL ZHING SÖL WA YI  
GE WA CHUNG ZE DAG GI CHI SAG PA  
TAM CHE DZOG PÉ JANG CHUB CHIR NGO'O

Whatever merit I have gathered through prostrations,  
offering, confession, rejoicing, requesting, and praying, I dedicate  
it for the complete awakening of all beings.

བཀའ་བརྒྱུད་གོང་མའི་གསོལ་འདེབས།  
Supplication to the Past Kagyü Masters

རྣམ་ཐོས་འཆར་ཚེན་ཉི་མེ་རྣམ་རྟོ་དང་།

DORJE CHANG CHEN TI LI NA RO DANG

Great Vajradhara, Tilopa, Naropa,

མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྣམ་གཟུང་པ།

MAR PA MI LA CHÖ JE GAM PO PA

Marpa, Milarepa, Dharma Lord Gampopa,

ཕག་མོ་བྱུང་པ་རྒྱུ་པ་བ་ལྷི་བྱུང་པ།

PHAG MO DRUB PA GYAL WA DRI GUNG PA

Phagmodrupa, and Lord Drikungpa –

བཀའ་བརྒྱུད་ལྷན་སྐྱེས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

KAGYÜ LAMA NAM LA SÖL WA DEP

I pray to all the Kagyü Lamas.

གསོལ་བའི་རྣམ་ཐོས་འཆར་ཚེན་ཉི་མེ་རྣམ་རྟོ་དང་།

SER LING GYAL PO SA KYONG LA MA LE

From his guru, King Serlingpa,

བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་བརྒྱན་ཚིའི་སྣན་ལྷངས་ནས།

JANG CHUB SEM KYI DÜ TSI MEN LANG NE

he received the nectar-medicine of bodhicitta

འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་བར་མཛད་པ་ཡི།

DRO WA KÜN LA PHEN PAR DZE PA YI

and brought benefit to all sentient beings.

དབལ་རྒྱན་ཨ་ཉི་ག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

PAL DEN ATI SHA LA SÖL WA DEP

I pray to Glorious Atisha!

བདག་གྲང་དེང་ནས་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་བར།

DAG KYANG DENG NE JANG CHUB MA TOB BAR

From now until I attain enlightenment,

བརྒྱན་པ་རིན་ཆེན་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཏུ།







ལྷི་ནང་གསལ་གསལ་དེ་པལེན་ཉི་ཤེས་མཚོ་།  
པར་གཤམ་ཕོ་ས་ལྷོ་རྣམ་ལྷོ་ཕོ་ས་པལེན་ལ།  
ལྷ་མོ་མཚོ་གཤི་རྣམ་ལྷོ་པལེན་ལྷ་གསལ་།

**ku sum yong dzog la mei tshog nam la  
chi nang sang sum de zhin nyi kyi chö  
dag lü long chö nang si yong zhe la  
la me chog gi ngö drub tsal du söl**

I offer to Gurus of three kāyas complete,  
outer, inner, secret, and suchness offerings.  
Taking my body, wealth, and all that there may be,  
I pray please grant the unsurpassed supreme siddhi!

ཨོྃ་ལྷ་ལྷོ་དེ་ལྷ་ལྷོ་གི་ལྷོ་རྣམ་ལྷོ་ཕོ་ས་པལེན་ལྷོ་ལྷོ་།

OM GURU DEWA DAKINI RATNA MANDALA PRATITSA

SVAHA

ཚོས་འཁོར་བསྐོར་བར་གསོལ་འདེབས།

Requesting to Turn the Wheel of Dharma

སེམ་ཅན་ཆུང་ལྡན་སྐྱི་བསམ་པ་དང་། །

ལྷོ་མི་བྱེ་བྱུག་ཁྱི་རྩུ་བར། །

ཚོ་ཚུར་བྱུག་མོར་སྐྱོག་པ་ཡི། །

ཚོས་བྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བྱ་གསོལ། །

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG

LO YI JÉ DRAG JI TA WAR

CHÉ CHUNG TÜN MONG TEG PA YI

CHÖ KYI KOR LO KOR DU SÖL

Please turn the wheel of Dharma of the greater, lesser, and

common vehicles according to the dispositions and mental

capacities of sentient beings





སེམས་ཀྱིས་བདག་གི་རྒྱུད་བརྒྱན་ཉེ་ཕོངས་སུ་འཛིན་བའི་དགོ་བའི་བཤེས་

གཉེན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་ཏུ་རྒྱུད་ནས།

DRAG PA DANG | NYEN PA | NYÉ PA DANG | KUR TI SOK TSÉ

DISAM PA KÉ CHIG TSAM YANG MI JUNG WAR GYUR CHIG | JAM

PA DANG NYING JÉ JANG CHUB KYI SEM KYI DAG GI GYÜLEN

TÉ YONG SU DZIN PÉ GE WÉ SHÉ NYEN NAM KA DANGNYAM PA

ZHIG TU GYUR NÉ

May thoughts of fame, reputation, wealth, honor, and concern  
for this life not arise for even a moment! May my mindstream  
be moistened by loving-kindness, compassion, and bodhicitta,  
and through that, may I become a spiritual master with good  
qualities equal to the infinity of space!

མེ་འདི་ཉིད་ལ་རྒྱལ་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་དཀོན་ལུག་ཕོ་བ་བར་རྒྱུད་ཅིག

བདག་ནམ་འཛི་བའི་ཏུས་ཀྱི་ཚེ་ན་ཕྱང་གནད་གཅོད་ཀྱི་རྒྱལ་བཟང་མི་

འཕྲུང་བར་རྒྱུད་ཅིག གཤེན་དཀོན་ཏུ་འཛི་བར་མ་རྒྱུད་ཅིག རྗེ་བ་ཕོག་བར་

འཆི་བར་མ་ལྷུང་ཅིག

TSÉ DI NYI LA CHAG GYA CHEN PO CHOG GI NGÖ DRUB TOB  
PARGYUR CHIG | DAG NAM CHI WÉ DÜ KYI TSÉ NA YANG NÉ  
CHÖKYI DUG NGAL MI JUNG WAR GYUR CHIG | SHIN NGEN DU  
CHIWAR MA GYUR CHIG | TA WA LOG PAR CHI WAR MA GYUR  
CHIG

May I gain the supreme attainment of mahā<sup>ā</sup>mudrā in this very  
life! Even at death, may the torment of suffering not arise!

May I not die with negative thoughts! May I not die confused  
by wrong view!

འཆི་བ་ལ་དགའ་བ་དང་བཅས།

ལྷ་བ་དང་བཅས། མཐས་ཉིད་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་དང་བཅས། ཚཱ་ཉིད་

ཤིན་ཏུ་བྱུང་བ་དང་བཅས། འཆི་བ་དང་བར་དུ་ཅིས་ཀྱང་ཚཱ་ལྷུང་ལྷ།

ཚཱ་ལྷ་མཚུགས་ཤི་དཀར་ལྷུང་ལྷ་བར་དུ་ལྷུང་ཅིག །

DÜ MA YIN PAR CHI WAR MA GYUR CHIG | CHI WA LA GA  
WADANG CHÉ | TRO WA DANG CHÉ | SEM NYI SHIN TU SAL  
WADANG CHÉ | CHÖ NYI SHIN TU DANG PA DANG CHÉ | CHI  
KADANG BAR DOR CHI KYANG CHÖ CHAG GYA CHEN PO  
CHOGGI NGÖ DRUB TOB PAR GYUR CHIG

May I not experience an untimely death! May I die joyfully  
and happily in the great luminosity of the mind-as-such and in  
the pervasive clarity of dharmatā! May I, in any case, gain the  
supreme attainment of mahāmudrā at the time of death or in  
the bardo!

། །བསྐྱོན། །

Dedication Prayers

འཕྲོ་ཏུ་ཉམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །

སྐྱོ་ཏུ་ཉམས་འདི་དག་ཉམས་པམ་བྱས་ཉེ། །

ལྷོ་ག་ན་འཆིའི་རྩ་ལྷོ་ཏུ་འཁྱུགས་པ་ཡི། །

ལྷོ་ཏུ་འདི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་ལྷོ་ཏུ་བར་ལོག། །

SÖ NAM DI YI TAM CHÉ ZIK PA NYI

TOB NÉ NYÉ PÉ DRA NAM PAM JÉ TÉ

KYÉ GA NA CHI BA LONG TRUK PA YI

SI PÉ TSO LÉ DRO WA DRÖL WAR SHOG

By this merit may I attain omniscience! Having defeated  
the enemies—my wrongdoings—may I liberate all beings  
who are tossed in the ocean of *samsāra* by the waves of  
birth, old age, sickness, and death!

། ཀུ་སུང་ཏུག་ཀྱི་ངོ་ཏྭ་བྱེད་པའི་ལྷན་པོ་ལྟེན་པ་ལྟོག་པའོ། །

འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷན་པོ་ལྟེན་པའི་བྱེད་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷན་པོ་ལྟེན་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

PAL DEN TSA WÉ LA MA RIN PO CHÉ

DAG GI NYING KAR PE MÉ DEN ZHUK NÉ

KA DRIN CHEN PÖ GO NÉ JÉ ZUNG TÉ

KU SUNG TUK KYI NGÖ DRUB TSAL DU SÖL

Precious, glorious root guru, seated on a lotus at my heart,  
hold me with kindness and bestow accomplishments of body,  
speech, and mind!

། ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའི་ལྷན་པོ་ལྟོག་པའོ། །

LA MA KUNG KAM ZANG WAR SÖL WA DEP

CHOG TU KU TSÉ RING WAR SÖL WA DEP

TRIN LÉ DAR ZHING GYÉ PAR SÖL WA DEP

LA MA DANG DRAL WA MÉ PAR JIN GYI LOP

I pray for the excellent health of the guru! I pray that the  
guru lives a supremely long life! I pray that the guru's  
activities spread far and wide! Grant blessings that I may not  
be separate from my guru!

ལེས་ལ་ཅན་ནང་པ་ཀྱི་ལྷོད་པ། །  
ལྷུང་ཏུ་ནང་ལས་ཐར་ལྷུང་ཅིག །  
འཕྲོ་བའི་ནང་ནི་ལ་ལྷུང་པ། །  
རྟག་ཏུ་འལྷུང་བ་མེད་པར་གྱེ། །

**semchen nepa jinyepa  
nyurdu né lé tar gyur chik  
drowé né ni malüpa  
taktu jungwa mepar shok**

May every sick individual  
Be quickly cured of disease.  
May all illness, without exception,  
Never occur under any circumstance.

ཏཱ་བཅོད་ནམས་ལྷོ་བས་ཚེན་འདི་ཡི་མཁུས། །

ལྷོན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་ལྷམས་ལ། །

མེ་འདིར་བསམ་པའི་དོན་ལྟུབ་ཅིང་། །

བར་མདུ་ཞི་ནས་བུ་ལྷོན་པ། །

བསམ་པ་ཚོས་བཞིན་འཁུབ་པར་ལོག། །

SÖ NAM TOP CHEN DI YI TÜ

JIN DAG KOR DANG CHÉ NAM LA

TSÉ DIR SAM PÉ DÖN DRUB CHING

BAR CHÉ ZHI NÉ TRA SHI PA

SAM PA CHÖ ZHIN DRUB PAR SHOG

By the force of this powerful merit, may the aspirations of the

benefactors and their circles be accomplished within this very life!

May all obstacles be pacified, may everything be auspicious,

and may their wishes be fulfilled according to the Dharma!

ཏིང་པོ་བས་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་དང་། །

བར་དོར་འབྱམས་པའི་ཆེ་འདས་རྣམས། །

གནས་པའི་ལྷན་པ་སྤྱད་པའི་ལྷན་པ་ལྟེན། །

མཚོ་རི་བདེ་བ་ཚོ་བ་བར་བོག །

GE WÉ KAM SUM SEM CHEN DANG

BAR DOR KYAM PÉ TSÉN DÉ NAM

NÉ NGEN LEN PA PANG JÉ NÉ

TO RI DE WA TOB PAR SHOG

Through this virtue, may all sentient beings in the three realms and

all the deceased who wander in the bardo abandon taking birth in

evil states and attain the happiness of higher birth!



བདག་གི་དག་པའི་ཚུ་བ་འདི་བྱེད་ཀྱང་། །

བཟང་པོ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་ལུ་བཟོ་བར་བཟུ། །

DÜ SUM SHEK PÉ GYAL WA TAM CHÉ KYI

NGO WA GANG LA CHOG TU NGAK PA DÉ

DAG GI GE WÉ TSA WA DI KÜN KYANG

ZANG PO CHÖ CHIR RAB TU NGO WAR GYI

Since all such dedications have been praised as supreme by  
the buddhas of the three times, I perfectly dedicate all my  
roots of virtue toward excellent conduct.

། སངས་རྒྱས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་ལུ་བཟོ་བར་བཟུ། །

ཚུ་བ་ཉིད་མི་འཇུག་པ་དེ་ལུ་བཟོ་བར་བཟུ། །

དག་པའི་འདུན་མི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པའི་བྱེད་ཀྱང་བྱིས། །

ཁོ་རྒྱུ་བཟོ་བར་བཟུ། ལེན་ལེན་འཇུག་པར་བོག། །

SANG GYÉ KU SUM NYÉ PÉ JIN LAP DANG

CHÖ NYI MI GYUR DEN PÉ JIN LAP DANG

GEN DÜN MI CHÉ DÜ PÉ JIN LAP KYI

JI TAR NGÖ ZHIN MÖN LAM DRUB PAR SHOG

By the blessings of the buddhas who attained the three *kāyas*,  
by the blessings of the truth of the unchanging *dharmatā*,  
and by the blessings of the undivided Sangha order, may my  
aspirations be fulfilled according to this dedication!

། དཀོན་མཆོག་གཟུགས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་སངས་རྒྱས་དང་བྱེད་ཚུལ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་དང་། ཚེགས་གཉིས་པོར་ས་སྤུ་ཁྲི་གས་པའི་  
མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཚེས་བྱི་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །

KÖN CHOG SUM GYI DEN PA DANG SANG GYÉ DANG

JANGCHUB SEM PA TAM CHÉ KYI JIN GYI LAB DANG | TSOK

NYIYONG SU DZOK PÉ NGA TANG CHEN PO DANG | CHÖ KYI



By the virtues collected in the three times by myself and all  
beings in *samsāra* and *nirvāna*, and by the innate root of virtue,  
may I and all sentient beings quickly attain unsurpassed,  
precious, perfectly complete awakening!

གནས་འདིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལོགས་མཚན་བདེ་ལོགས། །  
ཉིན་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལོགས་ཤིང་། །  
ཉིན་མཚན་རྟལ་ཏུ་བདེ་ལོགས་པའི། །  
དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བྲག་ཤིས་ལོག །

**né dir nyinmo delek tsen delek  
nyin mé gung yang delek shing  
nyintsen taktu delek pé  
könchok sum gyi tashi shok**

May this very place itself enjoy happiness and peace, at dusk and  
at dawn!

May midday too be delightful and comfortable!

May the auspiciousness of the Three Jewels be ever-present,  
Causing peace and happiness throughout day and night!

ཞབས་བརྟན།

Long Life Prayers

རྒྱལ་བའི་ཞབས་བརྟན།

The Long Life Prayer for His Holiness the Dalai Lama

གངས་མེའི་མ་བུ་བསྐྱེད་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ།

པན་དང་བདེ་བ་མ་ཕྱིན་པའི་ཞིང་ཁམས།

ལྷན་པར་གཟིགས་དང་བཏུན་པའི་སྐུ་ཚམས་ཡི།

ཞབས་བརྟན་ལྟེན་མཐའི་བུ་བྱ་བཏུན་ལྷན་ཅིག།

GANG RI RA WÉ KOR WÉ ZHING KAM SU

PEN DANG DE WA MA LÜ JUNG WÉ NÉ

CHEN RÉ ZIK WANG TEN DZIN GYAM TSO YI

ZHAP PÉ SI TÉ BAR DU TEN GYUR CHIG

For this realm encircled by snow-covered mountains, you are  
the source of all benefit and happiness without exception.

Tenzin Gyatso, Lord Chenrezig, may your life remain  
steadfast until the end of *samsāra*!

སྐྱབས་མགོན་ཀུན་བཟང་སྟོན་ལས་ལྷན་འགྲུབ་ཀྱི་ཞབས་བརྟན་ནི།  
His Holiness, Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche:

དཀོན་མཆོག་དེ་མེད་གསུམ་གྱི་འོ་པོ་ཉིད། །

ལྷུ་ལ་བརྟན་འཛིན་པ་སྐྱུ་ལ་བའི་པད་དཀར་འཆང་། །

དཀོན་ཀུན་བཟང་པོ་སྐྱུ་གྱིས་གཟིགས་མཛད་པ། །

སྟོན་ལས་ལྷན་འགྲུབ་བསྐྱེད་པ་བྱུང་ཞབས་བརྟན་ཤོག །

KON CHOG RIN CHEN SUM GYI NGO WO KYI  
GYEL TEN DZIN PA TRUL P'AI PE KAR CHANG  
DÖN KUN ZANG PO CHEN GYI ZIG DZE PA  
TRIN LE LHUN DRUB KAL GYAR SHAB TEN SHOG

Embodiment of the three precious jewels, Padmapani,  
who holds the teachings of the Victorious One,  
Seeing the all-goodness meaning with the wisdom eye,  
may you who are Spontaneously Established Activities  
live long, for hundreds of kalpas!

། ལྷུབས་མགོན་ཚེས་ཀྱི་སྣང་བའི་ཞབས་བརྟན་ནི།

His Holiness, Drikung Kyabgon Chuntsang Rinpoche:

དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བརྟན་བའི་ལྷན་པ་ལ། །

ངག་གི་དབང་ལྷན་རྩེ་བརྟན་འཇམ་པའི་དབྱུངས། །

ལྷན་བརྟན་རིན་ཚེན་སྣོན་མེ་འདེགས་མཇེད་པ། །

ཚེས་ཀྱི་སྣང་བ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཞབས་བརྟན་ཕོག །

KON CHOG SUM GYI TEN PA DZIN PA LA

NGAG GI WANG CHUG JE TSUN JAM PAY YANG

TUB TEN RIN CHEN DRON ME DEG DZE PA

CHÖ KYI NANG WA KAL GYAR SHAB TEN SHOG

Noble Manjushri, the Lord of Speech, who manifests to hold the teachings  
of the Triple Gem, who raises the lamp  
of the Sage’s teachings, may you who are

the Light of the Dharma live long for hundreds of kalpas!

མགའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན།

The Long Life Prayer for His Eminence Garchen Rinpoche

འབགས་པའི་ཡུལ་ན་སྐུ་ཉེ་མ་ཞེས། །

མ་རྒྱུ་བམས་ཡུགས་ལུ་མགས་ལྷི་ཤིགས་ལུ་ལྷུའ། །

འཁོག་ཉེན་མགས་པའི་ཡུགས་ལུ་མ་ཚོས་ལྷི་ཤིགས་ལ། །

དཔལ་ལྷན་མགས་ཚེན་ལྷ་ཚེ་བསྐྱལ་བལྟུ་བརྟན། །

PAK PÉ YÜL NA ARYA DÉ WA ZHÉ

DO KAM CHOK SU GAR GYI RIK SU TRÜL

JIG TEN GÖN PÖ TUK SÉ CHÖ DING PA

PAL DEN GAR CHEN KU TSÉ KAL GYAR TEN

Known in the Noble Land as *Āryadeva*, you emanated into

the Gar clan of Eastern Tibet as Chödingpa, the heart son of  
Jigten Gönpö—may the life of glorious Garchen remain  
steadfast for a hundred aeons!

བསྐྱེད་ཀྱིས་སློབ་ལམ།

Tän Gyä Mönlam

ཤེས་བྱ་ཀྱུན་གཞིགས་ཀྱུན་མཚུན་ཚོས་བྱི་རྒྱུ། །

རྟོན་འཁྲེལ་གནད་ལ་དབང་སྐྱོད་འཁྲེལ་བ། །

རིན་ཚེན་དབང་བྱི་བཏུན་པ་ལྷི་མཉམ་འཕྲི་བ། །

བཅད་ལྷུང་སྐྱོད་བསམ་བཞུག་པས་འཁྲེན་བྱུང་ཅིག །

SHÉ JA KÜN ZIK KÜN KYEN CHÖ KYI JÉ

TEM DREL NÉ LA WANG TOB DRI GUNG PA

RIN CHEN PAL GYI TEN PA SI TÉ BAR

SHÉ DRUB TÖ SAM GOM PÉ DZIN GYUR CHIG

May the teaching of the great Drikungpa Ratnashri,

Master of Interdependence, Omniscient Lord of Dharma,

who has seen all knowable things, be upheld through teachings

and practice—through hearing, reflecting, and meditating—

until the end of existence!





DÉ RU KYÉ NÉ NANG TÉ ZHAL TONG SHOG

DÉ KÉ DAG GI MÖN LAM TAB PA YI

CHOK CHÜ SANG GYÉ JANG SEM TAM CHÉ KYI

GEK MÉ DRUB PAR JIN GYI LAB TU SÖL

may we be born there and see the face of Amitābha, Boundless

Light. Buddhas and bodhisattvas of the ten directions, through your  
blessings, please accomplish this aspiration without hindrance!

ཏདཤཱཾ་པཱེ་འཇཱཱ་ལཱཱེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བུ་ལྟོ་ལྟོ་

tadyathā pañcan driya āva bodhanāye svāhā ||

ཇང་ཅུབ་སེམ་ཅོག་རིན་པོ་ཅེ། །

མ་ཀྱེ་པ་ལྷན་ཀྱེ་གྱུར་ཅིག།

ཀྱེ་པ་ལྷན་པ་མེ་པར་ལང། །

གོང་འེ་གོང་དུ་པེལ་འར་ཤོག།

JANG CHUB SEM CHOK RIN PO CHÉ

MA KYÉ PA NAM KYÉ GYUR CHIG

KYÉ PA NYAM PA MÉ PAR YANG

GONG NÉ GONG DU PEL WAR SHOG

May bodhicitta, the precious and supreme mind, arise in  
whom it has not yet arisen! Where it has arisen, may it not  
decline, but ever increase higher and higher!



DE DZIN KYE BÜ KU TSE DZÉ TRIN GYÉ

May your teachings remain firm for a hundred eons! May the life and activities of those who uphold them flourish!

འདྲན་ལྷོ་འཕེལ་ལྷོ་ལྷོ་གསུམ་ཚུལ་ལྷོ་དྲ་བཙུན། །

འཕྲི་བྱུང་བདེ་ལྷོ་དྲ་བཙུན་ལྷོ་ལྷོ་ཅིག །

GANG DE PEL ZHING DOM SUM CHÖ CHÖ TSÖN |

DRO KÜN DE KYI PAL LA CHÖ GYUR CHIG

May the monastic community grow and strive in the practice of the three vows! May all

beings enjoy happiness and prosperity!

ཅེས་པ་འབྱོ་བན་བརྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་གསུམ་ལྷོ་བཙུན། །།

This was written by the Drikung monk Pema.

Translated by Ina Bieler

PRAYER FOR THE LONG LIFE OF  
VENERABLE DRUPON RINCHEN DORJE

བརྟན་པའི་དབལ་གྱུར་གྲུབ་དཔོན་ཞབས་པད་བརྟན། །

TEN PE PAL GYUR DRUB PON SHAB PE TEN  
May the life of Drupon who glorifies the teaching be firm;

བརྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུས་ས་སྟེང་ཡོངས་ལ་བྱབ། །

TEN DZIN KYE BU SA TENG YONG LA KHYAB  
may the noble ones who uphold the teaching encompass the earth;

བརྟན་པའི་སློང་བདག་མངའ་ཐང་འཁྱོད་པ་རྒྱས། །

TEN PE CHIN DAG NGA THANG JOR PA GYE  
may the power and wealth of the teaching's benefactors increase;

བརྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག །

TEN PA YUN RING NE PE TRA SHI SHOG  
and may the teachings auspiciously remain for a long time!

This prayer was composed by H.E. Garchen Rinpoche for the long  
life of Ven. Drupon Rinchen Dorje in the year of the Iron Mouse 2020.



