



སྐྱ་མ་གྱུང་འཕོད་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་
 མོས་གྲུས་སྒྲིང་གི་གཟེར་འདེབས་
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ཁ་མོ་གྲུ་རུ་བེ། སྐྱ་མ་གྱུང་འཕོད་ཀྱི་གསོལ་ཆེའང་། བྱིན་ཆུབས་བསྐྱེལ་བའི་
 གནད་སྒྲོ་ཤས་ངེས་འབྱུང་གིས་བསྐྱེལ་བའི་མོས་གྲུས་ཁ་ཚམ་ཆོག་ཚམ་མ་ཡིན་པར་
 སྒྲིང་གི་དཀྱིལ་། རུས་པའི་གཏིང་ནས་བསྐྱེད། སྐྱ་མ་ལས་ལྷག་པའི་སངས་རྒྱས་
 གཞན་ན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་དང་ལྷན་པས་དབྱེད་སྤྲོས་སོ།

སྐྱ་མ་མཁྱེན་ནོ།

དྲིན་ཆེན་ཙ་བའི་སྐྱ་མ་མཁྱེན་ནོ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ།

ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས།

འཕགས་ཆོགས་དགེ་འདུན་གྱི་མངའ་བདག།

ཙ་བའི་སྐྱ་མ་ཁྱེད་མཁྱེན་ནོ།

བྱིན་ཆུབས་ཐུགས་རྗེའི་གཏིང་ཆེན།

དངོས་བྱུང་ནམ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་གནས།

"Devotion that Moves the Heart" A Prayer Calling the Lama from Afar

Namo Guruve. Prayers calling the lama from afar are known to everyone. The key to invoking blessing is devotion, motivated by repentance of old ways and renunciation of samsara. This devotion is not a mere repetition of empty words, but it comes from the depth of our heart, from the marrow of our bones, and from the conviction that there is no Buddha apart from the lama. With this complete certainty, we chant:

LAMA KHYEN NO

Lama, think of us.

DRIN CHEN TSA WAY LA MA KHYEN NO

Kind root lama think of us.

DÜ SUM SANG GYE KYI NGO WO

Essence of the Buddhas of the three times,

LUNG TOK DAM CHÖ KYI JUNG NE

Source of genuine Dharma in scripture and realization,

PAK TSOK GEN DÜN GYI NGA DAK

Master of the noble gathering of sangha,

TSA WAY LA MA KHYE KHYEN NO

Root lama, may you think of us.

CHIN LAB THUK JEY TER CHEN

Great treasure of blessing and compassion,

NGÖ DRUB NAM NYI KYI JUNG NE

Source of the two siddhis,

TRIN LE CHI DÖ KÜN TSÖL DZE

Buddha activity that grants whatever is desired,

TSA WAY LA MA KHYE KHYEN NO

Root lama, may you think of us.

LA MA Ö PAK ME PA KHYEN NO

Lama Amitabha, think of us.

TRÖ DREL CHÖ KU LONG NE ZIK SHIK

Behold us from the expanse of the dharmakaya, free of fabrication,

DAK SOK LE NGEN KHOR WAR KHYAM NAM

We wander in samsara through the force of negative karma;

ཐིན་ལས་ཅི་འདོད་ཀྱན་སྒྲུབ་མཛད།
 ཅ་བའི་བྲ་མ་བྲེད་མཁེན་ནོ།
 བྲ་མ་འོད་དཔག་མེད་པ་མཁེན་ནོ།
 སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་སྒྲུབ་སྒྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བདག་སོགས་ལས་ངན་འཁོར་བར་འབྱམས་ནམས།
 བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་དྲོངས་མཛོད།
 བྲ་མ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དབང་མཁེན་ནོ།
 འོད་གསལ་ཡོངས་སྒྲུབ་སྒྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 རིགས་དྲུག་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཅད་ནས་ཞི་ཞིང་།
 ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོར་ནས་སྒྲུགས་མཛོད།
 བྲ་མ་པད་མ་འབྱུང་གནས་མཁེན་ནོ།
 ར་ཡབ་པད་མ་འོད་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 སྒྲིགས་དུས་སྒྲུབས་མེད་བོད་འབངས་ཉམས་ཐག།
 ཐུགས་རྗེས་སྒྲུར་བ་ཉིད་དུ་སྒྲོབས་མཛོད།
 བྲ་མ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་མཁེན་ནོ།
 མཁའ་སྒྲོད་བདེ་ཆེན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 སྒྲིག་ལྷན་བདག་སོགས་སྤྱིད་པའི་མཆོ་ལས།

DE CHEN DAK PAY ZHING DU DRONG DZÖ
 Bring us to rebirth in your pure land of bliss.
 LA MA CHEN RE ZIK WANG KHYEN NO
 Lama Chenrezik, think of us.
 Ö SEL LONG KUY LONG NE ZIK SHIK
 See us from the expanse of the luminous sambhogakaya.
 RIK DRUK DUK NGEL TSE NE ZHI ZHING
 Pacify completely the suffering of the six kinds of beings
 KHAM SUM KHOR WA DONG NE TRUK DZÖ
 And totally transform the three realms of samsara.
 LA MA PE MA JUNG NE KHYEN NO
 Lama Padmasambhava, think of us.
 NGA YAB PE MO Ö NE ZIK SHIK
 Behold us from the luminous lotus of Nga Yab Ling.
 NYIK DÜ KYAB ME BÖ BANG NYAM THAK
 In these dark times, swiftly protect with your compassion
 THUK JE NYUR WA NYI DU KYOB DZÖ
 Tibetan disciples, all those who are destitute and without refuge.
 LA MA YE SHE TSO GYEL KHYEN NO
 Lama Yeshe Tsogyel, think of us.
 KHA CHÖ DE CHEN TRONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the dakinis' city of great bliss.
 DIK DEN DAK SOK SI PAY TSO LE
 Bring us, who have committed negative actions,
 THAR PAY TRONG KHYER CHEN POR DRÖL DZÖ
 Across the ocean of samsara to the great city of liberation.
 KA TER GYÜ PAY LA MA KHYEN NO
 Lamas of the oral transmission and terma lineages, think of us.
 ZUNG JUK YE SHE LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of primordial wisdom, the union [of
 appearance and emptiness
 DAK GYÜ TRÜL PAY MÜN KHANG TOL NE
 Break through the dark prison of our confused mind
 TOK PAY NYI MA SHAR WAR DZÖ CHIK
 And make the sun of realization arise.

བར་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོར་སྐྱེལ་མཛོད།
 བཀའ་གཏེར་བརྒྱན་པའི་བླ་མ་མཁྱེན་ནོ།
 ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བདག་གྱུན་འབྱུང་པའི་སྤྱན་ཁང་བརྟོན་ནས།
 རྟོགས་པའི་ཉི་མ་ཤར་བར་མཛོད་ཅིག།
 ཀུན་མཁྱེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་མཁྱེན་ནོ།
 ལྷན་གྲུབ་འོད་ལཱི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 ཀ་དག་དགོངས་པའི་ཅུལ་ཆེན་ཚོགས་ནས།
 སྤང་བཞི་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་མཛོད་ཅིག།
 མཉམ་མེད་ཐོ་བོ་ཡབ་སྐུ་མཁྱེན་ནོ།
 དགའ་ལྷན་ལྷ་བརྒྱའི་དབུས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 སྤྱོད་ཉིད་སྤྱིད་ཇེའི་སྤྱིད་པོ་ཅན་གྱི།
 བྱང་སེམས་གྱུན་ལ་སྐྱེ་བར་མཛོད་ཅིག།
 གྲུབ་མཆོག་མར་མི་དྲགས་གསུམ་མཁྱེན་ནོ།
 བདེ་ཆེན་དོ་རྗེའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བདེ་སྟོང་ཕྱག་ཆེན་མཆོག་དངོས་གྲུབ་ཅིང་།
 ཆོས་སྐྱེ་སྤྱིད་དབུས་སད་པར་མཛོད་ཅིག།

KÜN KHYEN DRI ME Ö ZER KHYEN NO
 Omniscient Drime Ozer, think of us.
 LHÜN DRUB Ö NGAY LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of the five spontaneous lights.
 KA DAK GONG PAY TSEL CHEN DZOK NE
 Help us to perfect the great display of mind, primordially pure,
 NANG ZHI THA RU CHIN PAR DZÖ CHIK
 And to complete the four stages of ati yoga.
 NYAM ME JO WO YAB SE KHYEN NO
 Incomparable Atisha and your heart son,
 GA DEN LHA GYAY Ü NE ZIK SHIK
 Amidst hundreds of deities, behold us from Tushita.
 TONG NYI NYING JEY NYING PO CHEN GYI
 Bring about the birth in our mind stream
 CHANG SEM GYÜ LA KYE WAR DZÖ CHIK
 Of bodhicitta, the essence of emptiness and compassion.
 DRUB CHOK MAR MI DAK SUM KHYEN NO
 Supreme siddhas, Marpa, Milarepa, and Gampopa, think of us.
 DE CHEN DOR JE YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space of great vajra bliss.
 DE TONG CHAK CHEN CHOK NGÖ DRUB CHING
 Enable us to attain the supreme siddhi of Mahamudra — bliss and
 emptiness inseparable;
 CHÖ KU NYING Ü SE PAR DZÖ CHIK
 Awaken the dharmakaya in our heart of hearts.
 JIK TEN WANG CHUK KAR MA PA KHYEN NO
 Lord of the world, Karmapa, think of us.
 KHA KHYAB DRO DÜL YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space where all beings, in numbers as vast
 as the sky, are trained.
 CHÖ KÜN DEN ME GYU MAR TOK NE
 Bring us to see that all phenomena are like an illusion,
 without any true existence,
 NANG SEM KU SUM CHAR WAR DZÖ CHIK
 And to realize appearance and mind arising as the three kayas.

འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ཀླུ་པ་མཁའ་མཁའ་མོ།
 མཁའ་ཁྲབ་འགོ་འདུལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 ཆོས་ཀྱན་བདེན་མེད་སྐྱུ་མར་རྟོགས་ནས།
 སྒྲུང་སེམས་སྐྱུ་གསུམ་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག།
 བཀའ་བརྒྱད་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱད་མཁའ་མོ།
 རང་སྒྲུང་དག་བའི་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་བ་སངས་ནས།
 ཉམས་རྟོགས་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་མཛོད་ཅིག།
 རྩ་བཅུན་གོང་མ་རྣམས་ལྷ་མཁའ་མོ།
 འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་སྒོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 རྣམ་དག་ལྷ་སྒོམ་སྒྲོན་གསུམ་འབྲེལ་ནས།
 གསང་བའི་ལམ་མཆོག་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག།
 མཉམ་མེད་གངས་བ་བཀའ་བརྒྱད་མཁའ་མོ།
 རྣམ་དག་སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 ཐབས་གྲོལ་ཉམས་ལེན་རྒྱུ་བཞིན་འབྱོངས་ནས།
 མི་སྒྲོབ་བྱུང་འཇུག་བརྟེན་པར་མཛོད་ཅིག།
 བྱུང་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་མཁའ་མོ།

KA GYÜ CHE ZHI CHUNG GYE KHYEN NO
 Lamas of the four great and eight lesser Kagyu lineages, think of us.
 RANG NANG DAK PAY ZHING NE ZIK SHIK
 Behold us from the realm of pure appearances that naturally arise.
 NE KAB ZHI YI TRÜL PA SANG NE
 Clear away the confusion of the four situations,
 NAM TOK THA RU CHIN PAR DZÖ CHIK
 And bring us to the perfection of experience and realization.
 JE TSÜN GONG MA NAM NGA KHYEN NO
 Five Sakya forefathers, think of us.
 KHOR DE YER ME LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of samsara and nirvana inseparable.
 NAM DAK LHA GOM CHÖ SUM DREL NE
 Help us to blend together pure view, meditation, and action;
 SANG WAY LAM CHOK TRÖ PAR DZÖ CHIK
 Take us along the supreme path of the secret vajrayana.
 NYAM ME SHANG PA KA GYÜ KHYEN NO
 Lamas of the unequalled Shangpa Kagyu, think of us.
 NAM DAK SANG GYE ZHING NE ZIK SHIK
 Behold us from the totally pure realm of Buddhas.
 THAB DRÖL NYAM LEN TSÜL ZHIN JONG NE
 Train us correctly in the methods of practice that bring liberation;
 MI LOB ZUNG JUK NYE WAR DZÖ CHIK
 Lead us to discover the path of no more learning,
 the ultimate union.
 DRUB CHEN THANG TONG GYEL PO KHYEN NO
 Great siddha, Thangtong Gyalpo, think of us.
 TSÖL ME THUK JEY LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of effortless compassion.
 DEN ME TOK PAY TÜL ZHUK DRUB NE
 Enable us to attain the discipline that brings realization of
 LUNG SEM RANG WANG DU WAR DZÖ CHIK
 Ultimate non-existence, and to master prana and mind.
 PA CHIK DAM PA SANG GYE KHYEN NO
 Only father, Dampa Sangye, think of us.

ཅོལ་མེད་ཐུགས་རྗེའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་བརྒྱལ་བ་ཞུགས་གྲུབ་ནས།
 རྒྱུད་སེམས་རང་དབང་འདུ་བར་མཛོད་ཅིག།
 ས་གཅིག་དམ་བ་སངས་རྒྱས་མཆོད་ནོ།
 ལས་རབ་གྲུབ་པའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བརྒྱད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་སྙིང་ལ་ཞུགས་ནས།
 རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་མེད་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག།
 ས་གཅིག་ལབ་ཀྱི་སྟོན་མ་མཆོད་ནོ།
 ཤེས་རབ་པར་བྱིན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 བདག་འཛིན་སྟེམས་བྱེད་ཅད་ནས་ཆོད་ཅིང་།
 བདག་མེད་སྟོས་བྲལ་བདེན་མཐོང་མཛོད་ཅིག།
 ཀུན་མཆོད་དོལ་པོ་སངས་རྒྱས་མཆོད་ནོ།
 རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྷན་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 འཕོ་བའི་དབུགས་རྣམས་དབུ་མར་འགགས་ནས།
 འཕོ་བྲལ་དོ་རྗེའི་སྐྱེ་ཐོབ་མཛོད་ཅིག།
 རྗེ་བཙུན་དུ་ར་རྒྱ་ཐ་མཆོད་ནོ།
 རྣམ་གསུམ་ཕོ་ཉའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།

LE RAB DRUB PAY YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space of the accomplishing supreme activity.
 GYÜ PAY CHIN LAB NYING LA ZHUK NE
 Bring into our hearts the blessing of the lineage,
 TEN DREL CHOK ME CHAR WAR DZÖ CHIK
 And make auspicious signs arise in all directions.
 MA CHIK LAB KYI DRÖN MA KHYEN NO
 Only mother, Labkyi Dronma, think of us.
 SHE RAB PAR CHIN LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the space of prajnaparamita.
 DAK DZIN NYEM CHE TSE NE CHÖ CHING
 Enable us to uproot ego-clinging, the source of pride,
 DAK ME TRÖ DREL DEN THONG DZÖ CHIK
 And to see the truth of egolessness, beyond conception.
 KÜN KHYEN DÖL PO SANG GYE KHYEN NO
 Omniscient Dolpo Sangye, think of us.
 NAM KÜN CHOK DEN YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space endowed with all supreme aspects.
 PO WAY UG NAM U MAR GAK NE
 Help us to bring into the central channel, the prana of transference
 PO DREL DOR JEY KU THOB DZÖ CHIK
 And to attain the immovable vajra body.
 JE TSÜN TA RA NA THA KHYEN NO
 Jetsun Taranatha, think of us.
 NAM SUM PO NYAY YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space of the three mudras.
 DOR JEY SANG LAM GEK ME DRÖ NE
 Help us to travel without obstacle, the secret vajra path,
 JA LÜ KHA CHÖ DRUB PAR DZÖ CHIK
 And bring us to the attainment of a rainbow body, the enjoyment
 of all space.
 JAM YANG KHYENTSE WANG PO KHYEN NO
 Jamyang Khyentse Wangpo, think of us.
 KHYEN NYI YE SHE YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space of primordial wisdom that knows [all
 phenomena in their simplicity and in their vast extent].

རྫོག་པའི་གསང་ལམ་གྲགས་མེད་བཞུགས་ནས།
 འཇའ་ལུས་མཁའ་སྤྱོད་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག།
 འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བརྩེ་དབང་པོ་མཁྱེན་ནོ།
 མཁྱེན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 མི་ཤེས་སྒྲོ་ཡི་སྒྲུབ་པ་སངས་ནས།
 མཁྱེན་རབ་སྒྲུབ་བ་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག།
 འོད་གསལ་སྤྲུལ་པའི་རྫོག་པའི་མཁྱེན་ནོ།
 འཇའ་ཟེར་འོད་ལྡན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 ཐེག་རྒྱུང་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་དག་ནས།
 གཞོན་ནུ་བུ་སྐྱར་བྱང་ཆུབ་མཛོད་ཅིག།
 བད་མ་མདོ་སྤྲུགས་སྒྲིང་བ་མཁྱེན་ནོ།
 བདེ་སྤྱོད་འགྲུར་མེད་སྤྱོད་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་དགོངས་པ་མཐའ་དག།
 བདག་གིས་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་རྒྱས་མཛོད་ཅིག།
 ངག་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཁྱེན་ནོ།
 དབྱིངས་ཡེ་ཟུང་འཇུག་སྤྱོད་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 སྒྲུབ་བའི་བདེན་འཛིན་རྒྱལ་གྱིས་ཞིག་ནས།

ME SHE LO YI MÜN PA SANG NE
 Clear away the mental darkness of ignorance;
 KHYEN RAB NANG WA GYE PAR DZÖ CHIK
 Increase the luminosity of our supreme intelligence.
 Ö SEL DRÜL PAY DOR JE KHYEN NO
 Osel Tulpay Dorje, think of us.
 JA ZER Ö NGAY LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of the five rainbow lights.
 THIK LUNG SEM KYI DRI ME DAK NE
 Purify the stains from bindu, prana, and mind,
 ZHÖN NU BUM KUR CHANG CHUB DZÖ CHIK
 And bring us to the enlightenment of the youthful vase body.
 PE MA DO NGAK LING PA KHYEN NO
 Pema Do Ngak Lingpa, think of us.
 DE TONG GYUR ME LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of unchanging bliss and
 emptiness inseparable.
 GYEL DANG GYEL SE GONG PA THA DAK
 Enable us to fulfill perfectly
 DAK GI YONG SU KONG NÜ DZÖ CHIK
 All the intentions of the Buddhas and bodhisattvas.
 NGAK WANG YÖN TEN GYA TSO KHYEN NO
 Ngakwang Yonten Gyamtso, think of us.
 YING YE ZUNG JUK LONG NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of space and primordial wisdom
 in union.
 NANG WAY DEN DZIN HÜL GYI ZHIK NE
 May we stop taking appearances to be real;
 GANG JUNG LAM DU KHYER NÜ DZÖ CHIK
 Develop our ability to carry onto the path whatever arises.
 GYEL SE LO DRÖ THA YE KHYEN NO
 Bodhisattva Lodro Thaye, think of us.
 JAM DANG NYING JEY NGANG NE ZIK SHIK
 Behold us from your state of loving-kindness and compassion.
 DRO KÜN DRIN CHEN PA MA SHE NE
 Enable us recognize all beings as our kind parents;

གང་བྱང་ལམ་དུ་བྱེད་ནུས་མཛོད་ཅིག།
 གྲུལ་སྤྲས་སློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་མཁུན་ནོ།།
 བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་ངང་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 འགོ་ཀུན་དྲིན་ཅན་པ་མར་ཤེས་ནས།།
 གཞན་པན་སྦྱིང་ནས་སྦྱབ་ནུས་མཛོད་ཅིག།
 བད་མ་གར་གྱི་དབང་ཕྱག་མཁུན་ནོ།།
 བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 དུག་ལྷ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་རུ་གྲོལ་ནས།།
 སྤང་ཐོབ་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་མཛོད་ཅིག།
 བསྟན་གཉིས་གཡུང་དྲུང་སྦྱིང་བ་མཁུན་ནོ།།
 སྤྱིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 མོས་གུས་རྣལ་མ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ནས།།
 རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་མཛོད་ཅིག།
 དྲིན་ཆེན་ཙ་བའི་སྤྲ་མ་མཁུན་ནོ།།
 སྦྱི་གཙུག་བདེ་ཆེན་གནས་ནས་གཟིགས་ཤིག།
 རང་རིག་ཆོས་སྦྱུའི་རང་ཞལ་མཇལ་ནས།།
 ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག།

ZHEN PEN NYING NE DRUB NÜ DZÖ CHIK
 Develop our ability to benefit others from the depth of our hearts.
 PE MA GAR GYI WANG CHUK KHYEN NO
 Pema Gargyi Wangchuk, think of us.
 DE CHEN Ö SEL YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the expanse of great bliss and luminosity.
 DUK NGA YE SHE NGA RU DRÖL NE
 Liberate the five poisons into the five wisdoms;
 PANG THOB NYI DZIN ZHIK PAR DZÖ CHIK
 May our dualistic clinging to loss and gain disappear.
 TEN NYI YUNG DRUNG LING PA KHYEN NO
 Tenyi Yungdrung Lingpa, think of us.
 SI ZHI NYAM NYI YING NE ZIK SHIK
 Behold us from the space where samsara and nirvana are equal.
 MÖ GÜ NEL MA GYÜ LA KYE NE
 Engender genuine devotion in our mind;
 TOK DRÖL DÜ NYAM CHEN POR DZÖ CHIK
 Bring us to simultaneous realization and liberation.
 DRIN CHEN TSA WAY LA MA KHYEN NO
 Kind root lama, think of us.
 CHI TSUK DE CHEN NE NE ZIK SHIK
 Behold us from the place of great bliss on the crown of our head.
 RANG RIK CHÖ KUY RANG ZHEL JEL NE
 Bring us to meet the very face of the dharmakaya, the awareness
 of our true nature,
 TSE CHIK SANG GYE DRUB PAR DZÖ CHIK
 And in this very life, bring us to complete enlightenment.
 KYE MA DAK DRAY SEM CHEN LE NGEN DIK TO CHEN
 Alas, sentient beings like ourselves, who have committed
 negative actions,
 THOK ME DÜ NE KHOR WAR YÜN RING KHYAM
 Wander in samsara from beginningless time.
 DA RUNG DUK NGEL THA ME NYONG GYUR WAY
 Still experiencing endless suffering,
 KYO SHE KE CHIK TSAM YANG MA KYE PAY
 We do not feel even an instant of repentance.

གྲེ་མ། །བདག་འདྲའི་སེམས་ཅན་ལས་ངན་སྡིག་ཏེ་ཅན།
 ཐོག་མེད་དུས་ནས་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་འབྲམས།
 ད་རུང་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་སྤོང་འགྱུར་བས།
 སྤྱོད་ཤས་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མ་སྤྱོས་བས།
 བླ་མ་མཁུན་ནོ་སྤྱགས་ཤེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས།
 དེས་འབྱུང་གཏིང་ནས་སྤྱོད་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
 དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཀྱང་མི་ཆོ་སྤོང་ཟད་མཁན།
 དོན་མེད་ཆོ་འདིར་བྱ་བས་ཏྲག་ཏུ་གཡེང་།
 དོན་ཆེན་ཐར་བ་སྤྱབ་ལ་ལེ་ལོས་ཁྱེར།
 རོར་བུའི་གླིང་ནས་ལག་སྤོང་ལོག་གྱུར་བས།
 བླ་མ་མཁུན་ནོ་སྤྱགས་ཤེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས།
 མི་ལུས་དོན་ལྡན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
 མི་ཤི་ས་སྤོང་ལུས་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད།
 ད་ལྟ་གཅིག་ཤེས་གཉིས་མཐུད་མ་རོལ་འགོ།
 རང་ཡང་སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་དགོས་ཀྱང་།
 ཡུན་རིང་སྤོང་གལས་བྱེད་པའི་སྤྱིང་རུལ་པོ།
 བླ་མ་མཁུན་ནོ་སྤྱགས་ཤེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས།

LAMA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 NGE JUNG TING NE KYE WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that renunciation arise from the depth of our heart.
 DAL JOR THOB KYANG MI TSE TONG ZE KHYEN
 Although we have attained a precious human birth with leisure and
 resources, we waste it in vain,
 DÖN ME TSE DIR CHA WAY TAK TU YENG
 Constantly distracted by the activities of this hollow life.
 DÖN CHEN THAR PA DRUB LA LE LÖ KHYER
 When it comes to accomplishing the great goal of liberation,
 we are overcome by laziness
 NOR BUY LING NE LAK TONG LOK GYUR PAY
 And return empty-handed from a land filled with jewels.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 MI LÜ DÖN DEN DRUB PAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we make this life meaningful.
 MI SHI SA TANG LÜ PA CHIK KYANG ME
 There is no one on this earth who will not die.
 DA TA CHIK JE NYI THÜ PA RÖL DRO
 Even now, people are passing away, one after the other.
 RANG YANG NYUR WA NYI DU CHI GÜ KYANG
 We also soon must die,
 YÜN RING DÖ DRAB CHE PAY NYING RÜL PO
 But like a fool, we plan to live long.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 LONG ME LO NA THUNG WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we curtail all of our scheming.
 NYING DU DUK PAY DZA SHE SO SOR DREL
 We will be separated from our closest friends.
 SER NAY SAK PAY NOR DZE ZHEN GYI CHÖ
 Others will enjoy the wealth we as misers kept.
 CHE PAY LÜ KYANG SHÜL DU BOR NE SU
 Even our body we hold so dear will be left behind,

བོད་མེད་སློབ་སྦྱང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 མྱིང་དུ་སྦྱག་པའི་མཛེེ་བཤེས་སོ་སོར་འབྲེལ།
 སེར་སྦྱས་བསགས་པའི་ནོར་རྩས་གཞན་གྱིས་སྦྱོང།
 གཅེས་པའི་ལུས་ཀྱང་ཤུལ་དུ་བོར་ནས་སུ།
 རྣམ་ཤེས་བར་དོ་གཏོལ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས།
 སྒྲ་མ་མཁུན་ནོ་ཐུགས་རྩེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 འཇིགས་པའི་ལུན་པ་ནག་པོས་སྒྲོན་ནས་བསུ།
 ལས་ཀྱི་སྒྲུང་དམར་དག་པོས་བྱུབ་ནས་དེད།
 མི་སྦྱག་གཤིན་རྗེའི་པོ་ནས་བདེག་ཅིང་བཙོག།
 བཟོད་དཀའ་ངན་འགྲེའི་སྦྱག་བསྐལ་སྦྱོང་དགོས་ན།
 སྒྲ་མ་མཁུན་ནོ་ཐུགས་རྩེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ངན་སོང་གཡང་ལས་ཐར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 རང་སྦྱོན་རི་བོ་ཙམ་ཡང་ཁོང་དུ་སྦྱས།
 གཞན་སྦྱོན་ཏིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་སྦྱོགས་ཅིང་སྦྱོང།
 ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་མེད་ཀྱང་བཟང་པོར་སྒྲོམ།
 ཆོས་པའི་མིང་བཏགས་ཆོས་མིན་ཁོ་ནར་སྦྱོང།

NAM SHE BAR DO TÖL ME KHOR WAR KHYAM
And our consciousness will wander without direction
in the bardos of samsara.

LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
CHI KYANG GÖ ME TOK PAR CHIN GYI LOB
Bless us that we realize the futility of this life.
JIK PAY MÜN PA NAK PÖ NGÖN NE SU
In front, the black darkness of fear waits to take us in;
LE GYI LUNG MAR DRAK PÖ GYAB NE DE
From behind, we are chased by the fierce red wind of karma.
MI DUK SHIN JE PO NAY DEK CHING TSOK
The hideous messengers of the lord of death beat and stab us,
ZÖ KA NGEN DROY DUK NGEL NYONG GÖ NA
And so we must experience the unbearable sufferings of
the lower realms.

LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
NEN SONG YANG LE THAR WAR CHIN GYI LOB
Bless us that we are liberated from the chasms of lower realms.
RANG KYÖN RO WO TSAM YANG KONG DU BE
We conceal within ourselves a mountain of faults;
ZHEN KYÖN TIL DRU TSAM YANG DROK CHING MÖ
Yet, we put down others and broadcast their shortcomings, though
they be minute as a sesame seed.

YÖN TEN CHUNG ZE ME KYANG ZANG POR LOM
Though we have not the slightest good qualities, we boast saying
how great we are.

CHÖ PAY MING TAK CHÖ MIN KHO NA CHÖ
We have the label of Dharma practitioners, but practice
only non-Dharma.

LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
RANG DÖ NGA GYAL ZHI WAR CHIN GYI LOB
Bless us that we loose our pride and self-centeredness.

60

61

མི་བདེན་སྤྱུ་མའི་ཆོས་ཀྱིས་རང་སེམས་བསྐྱུས།
 བླ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ཆོ་འདི་སྒོ་ཡིས་ཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 ལུས་སེམས་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྱ་མོའང་མི་བཟོད་གྲང་།
 རན་འགྱོར་འགྱོ་ལ་མི་འཆོར་སྒྲིང་དོལ་ཅན།
 གྱུ་འབྱས་བསྐྱུ་མེད་མའོན་གསུམ་མཐོང་བཞིན་དུ།
 དག་བ་མི་སྤྱབ་སྤྲིག་པའི་ཡོ་ལང་འཕེལ།
 བླ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྤྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 དབྲུ་ལ་སྤང་སེམས་གཉིན་ལ་ཆགས་སེམས་སྤྱེ།
 བླ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ཆོས་བཞིན་སྤྱོད་ཆོ་བྱིངས་སྤྱག་གཉིད་དབང་ཤོར།
 ཆོས་མིན་སྤྱོད་ཆོ་དབང་པོ་གསལ་ཅིང་གྲང་།
 བླ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ཉོན་མོངས་དབྲུ་པོ་ཆོས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།
 བྱིན་ས་བལྟས་ན་ཡང་དག་ཆོས་པའི་གཟུགས།
 ནང་དུ་རང་སེམས་ཆོས་དང་མ་འདྲེས་པས།

TSE DI LO YI THONG WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we let go of attachment to this life.
 LÜ SEM DUK NGAL TRA MOANG MI ZÖ KYANG
 Not able to endure the merest physical or mental pain,
 NGEN DROR DRO LA MI TSER NYING DÖL CHEN
 With blind courage, we do not hesitate to fall into lower realms.
 GYU DRE LU ME NGÖN SUM THONG ZHIN DU
 Although we see directly the unfailing law of cause and effect,
 GE WA MI DRUB DIK PAY YO LANG PEL
 We do not act virtuously, but increase our unvirtuous activity.
 LA MA KHYEN NO THUK JE NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 LE LA YI CHE KYE WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we come to trust completely in the laws of karma.
 DRA LA DANG SEM NYEN LA CHAK SEM KYE
 We hate our enemies and cling to friends.
 LANG DOR NE LA TI MUK MÜN TAR THOM
 Lost in the darkness of ignorance, we do not know what to accept
 or reject.
 CHÖ ZHIN CHÖ TSE CHING MUK NYI WANG SHOR
 When practicing Dharma, we fall into dullness, drowsiness,
 and sleep.
 CHÖ MIN CHÖ TSE WANG PO SEL CHING DRUNG
 When not practicing Dharma, we are clever and our senses
 are clear.
 LA MA KHYEN NO THUK JE NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 NYÖN MONG DRA WO CHOM PAR CHING GYI LOB
 Bless us that we overcome our enemy, the kleshas.
 CHI NE TE NA YANG DAK CHÖ PAY ZUK
 From the outside, we appear to be genuine Dharma practitioners;
 NANG DU RANG SEM CHÖ DANG MA DRE PAY
 On the inside, our minds have not blended with the Dharma.
 DRÜL DUK ZHIN DU NYÖN MONG KONG NA BE
 We conceal our kleshas inside like a poisonous snake,

སྤྱུལ་གདུག་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་ཁོང་ན་སྤྲུལ།
 རྒྱུན་ངན་འཕྲད་ཆེ་ཆོས་པའི་མཚང་ཉག་སྤྲུལ།
 ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྲུག་སྤྲུལ་ལྷ་མ་མཁྱེན་དུ་གཟིགས།
 རང་རྒྱུད་རང་གིས་སྤྲུལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 རང་སྤྱོན་ངན་པ་རང་གིས་མ་རྟོགས་པས།
 ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྩམས་ཆོས་མིན་སྤྲུལ་ཆོག་སྤྱོད།
 ཉོན་མོངས་མི་དགའི་ལས་ལ་ཤུགས་གྱིས་གོམས།
 དགེ་སློང་ཡང་ཡང་སྤྲུལ་ཀྱང་ཡང་ཡང་ཆད།
 ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྲུག་སྤྲུལ་ལྷ་མ་མཁྱེན་དུ་གཟིགས།
 རང་སྤྱོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 ཞག་རེ་སོང་བཞིན་འཆི་ལ་ཕར་ཕར་ཉེ།
 ཉིན་རེ་ལོན་བཞིན་རང་རྒྱུད་ཕྱིར་ཕྱིར་གྱོང་།
 ལྷ་མ་བསྟན་བཞིན་མོས་གུས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ།
 མཆེད་ལ་བརྟེན་གདུང་དག་སྤྲུལ་རྗེ་རྒྱུད་སོང་།
 ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྲུག་སྤྲུལ་ལྷ་མ་མཁྱེན་དུ་གཟིགས།
 སྤྱོད་རང་རྒྱུད་སྤྲུལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 སྤྲུལ་པ་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་གསོལ་འདེབས་བྱས་ན་ཡང་།

KYEN NGEN TRE TSE CHÖ PAY TSANG TAK TÖN
 Yet when difficult situations arise, the hidden faults of a poor
 practitioner come to light.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 RANG GYÜ RANG GI THÜL WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we ourselves are able to tame our mind.
 RANG KYÖN NGEN PA RANG GI MA TOK PAY
 Not recognizing our own faults,
 CHÖ PAY ZUK ZUNG CHÖ MIN NA TSOK CHÖ
 We take the form of a Dharma practitioner, while engaging
 in non-Dharmic pursuits.
 NYÖ MONG MI GEY LE LA SHUK KYI GOM
 We are habituated to kleshas and non-virtuous activity.
 GE LO YANG YANG KYE KYANG YANG YANG CHE
 Again and again virtuous intentions arise; again and again
 they are cut off.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 RANG KYÖN RANG GI THONG WAR CHING GYI LOB
 Bless us that we see our own faults.
 ZHAK RE SONG ZHIN CHI LA PAR PAR NYE
 With the passing of each day, we come closer and closer to death.
 NYIN RE LONG ZHIN RANG GYÜ CHIR CHIR GYONG
 As each day arrives, our mind gets more and more rigid.
 LA MA TEN ZHIN MÖ GÜ RIM GYI DRIB
 Though we serve the lama, our devotion is gradually obscured.
 CHE LA TSE DUNG DAK NANG JE CHUNG SONG
 Our love, affection, and pure outlook towards our Dharma friends
 diminishes.
 LA MA KHYEN NO THUK JE NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 MU GÖ RANG GYÜ THÜL WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we tame our obstinate mind.

མོས་གུས་སྒྲིང་རྩེ་གཏིང་ནས་མ་སྐྱེས་པས།
 ཆོག་ཙམ་དབང་གུར་ཆོས་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་ནམས།
 གུས་ལོ་ཙམ་ལས་རྒྱད་ཐོག་མ་ཁེལ་བས།
 སྤྲ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྩེས་ཐུར་དུ་གཟིགས།
 ཅི་གུས་ཆོས་སུ་འགོ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 བདག་བདེ་འདོད་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་།
 གཞན་པན་སེམས་གྱིས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་གསུངས་ཀྱང་།
 སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་ཅིང་རང་འདོད་ཐུག་དུ་བཅུག།
 གཞན་པན་ལྟ་ཅི་གཞན་གཞོད་ཞོར་ལ་སྐྱབ།
 སྤྲ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྩེས་ཐུར་དུ་གཟིགས།
 བདག་གཞན་བརྩེ་བར་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
 སངས་རྒྱས་དངོས་སྤངས་སྤྲ་མ་མི་རུ་བཟུང་།
 གདམས་ཐབས་སྟོན་པའི་བཀའ་དྲིན་ངང་གིས་བརྩེད།
 རང་འདོད་མ་བྱུང་ཆོ་ན་ཡི་ཆད་བསྐྱོམས།
 མཇོན་སྤྱོད་ནམས་ལ་ཐེ་ཆོས་ལོག་ལྟས་སྤྱིབས།
 སྤྲ་མ་མཁྱེན་ནོ་ཐུགས་རྩེས་ཐུར་དུ་གཟིགས།
 མོས་གུས་འགྲིབ་མེད་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KHYAB DRÖL SEM KYE SÖL DEB CHE NA YANG
 Although we have taken refuge, engendered bodhicitta,
 and made prayers,
 MÖ GÜ NYING JE TING NE MA KYE PAY
 Devotion and compassion have not arisen in the depth
 of our being.
 TSIK TSAM WANG GYUR CHÖ CHÖ GE JOR NAM
 Dharma activity and the practice of virtue have turned into
 hollow words;
 CHE LO TSAM LE GYÜ THOK MA KHEL WAY
 Our empty achievements are many, but none have moved
 our mind.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 CHI CHE CHÖ SU DRO WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that whatever we do is in harmony with the Dharma.
 DAK DE DÖ LE DUG NGEL THAM CHE JUNG
 All suffering arises from wanting happiness for ourselves;
 ZHEN PEN SEM GYI SANG GYE DRUB SUNG KYANG
 Although it is taught that enlightenment is attained through
 benefitting others.
 SEM CHOK KYE CHING RANG DÖ PUK TU CHUK
 We engender bodhicitta, while secretly cherishing our own desires.
 ZHEN PEN TA CHI ZHEN NÖ ZHOR LA DRUB
 We not benefit others, and further, we even unconsciously
 harm them.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 DAK ZHEN JE PAR NÜ PAR CHIN GYI LOB
 Bless us that we are able to exchange self for other.
 SANG GYE NGÖ NANG LA MA MI RU ZUNG
 Our lama is actually the appearance of the Buddha himself,
 But we take him to be an ordinary human being.
 DAM ZAB TÖN PAY KA DRIN NGANG GI JE
 We come to forget the lama's kindness in giving us profound
 instructions.

རང་སེམས་སངས་རྒྱལ་ཡིན་ཀྱང་ངོ་མ་ཤེས།
 རྣམ་ཏོག་ཆོས་སྐྱེ་ཡིན་ཀྱང་དོན་མ་ཏོགས།
 མ་བཅོས་གཉུག་མ་ཡིན་ཀྱང་སྐྱོང་མ་རུས།
 རང་བབས་གནས་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས།
 སྤྲུལ་མ་འབྱེད་ནི་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 རང་རིགས་རང་སར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 ཡོང་ངེས་འཆི་བ་སྒྲིང་ནས་བློ་མ་ཐུབ།
 བན་ངེས་དམ་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་མ་རུས།
 བདེན་ངེས་ལས་འབྲས་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་མེད།
 དགོས་ངེས་བློ་ཤེས་མ་བཟན་གཡེང་བས་བྱེར།
 སྤྲུལ་མ་འབྱེད་ནི་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།
 ཡོངས་མེད་བློ་བས་ཟིན་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 སྐྱོན་ལས་ངན་བས་སྒྲིགས་མའི་དུས་མཐར་སྐྱེས།
 སྤར་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཏུ་སོང་།
 གོགས་ངན་རྣམས་གྱིས་སྒྲིག་བའི་གྲིབ་མས་གཡོགས།
 དོན་མེད་སྐྱོང་མོས་དགེ་སྦྱོར་གཡེང་བས་བྱེར།
 སྤྲུལ་མ་འབྱེད་ནི་ཐུགས་རྗེས་ལྷུང་དུ་གཟིགས།

RANG DÖ MA JUNG TSE NA YI CHE GOM
 We are upset if we do not get what we want.
 DZE CHÖ NAM LA THE TSOM LOK LA DRIB
 We see the lama's activity and behaviour through the veil of doubts
 and wrong views.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 MÖ GÜ DRIB ME PEL WAR CHIN GYI LOB
 Bless us that free of obscurations, our devotion increase.
 RANG SEM SANG GYE YIN KYANG NGO MA SHE
 Our own mind is the Buddha, but we do not recognize it.
 NAM TOK CHÖ KU YIN KYANG DÖN MA TOK
 All concepts are the dharmakaya, but we do not realize it.
 MA CHÖ NYUK MA YIN KYANG KYONG MA NÜ
 This is the uncontrived natural state, but we cannot sustain it.
 RANG BAB NE LUK YIN KYANG YI MA CHE
 This is the true nature of the mind, settled into itself, but we are
 unable to believe it.
 LA MA KHYEN NO THUK JE NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.
 RANG RIK RANG SAR DRÖL WAR CHIN GYU LOB
 Bless us that self-awareness be liberated into its ground.
 YONG NGE CHI WA NYING NE DREN MA THUB
 Death is certain to come, but we are unable to take this to heart.
 PEN NGE DAM CHÖ TSÜL ZHIN DRUB MA NÜ
 Genuine Dharma is certain to benefit, but we are unable
 to practice correctly.
 DEN NGE LE DRE LANG DOR TSÜL ZHIN ME
 The truth of karma, cause and effect, is certain, but we do not
 decide correctly what to give up and accept.
 GÜ NGE DREN SHE MA TEN YENG WAY KHYER
 It is certainly necessary to be mindful and alert, but these qualities
 are not stable within, and we are carried away by distraction.
 LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK
 Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.

ཆོས་ལ་སྒྲིང་རུས་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།།

དང་པོར་བསམ་གྱི་ཆོས་ལས་མེད་པ་ལ་॥

ཐ་མ་གྲུབ་འབྲས་འཁོར་བ་དན་སོང་གྱུ།

ཐར་བའི་ལོ་ཉྟལ་མི་དགའི་སད་ཀྱིས་བཙམ།

གཤམ་འདུན་ཉེས་པའི་སྤྱོད་བདག་འདྲ་རྣམས།

ལྷ་མ་མཁའིན་ལོ་སྤྲུགས་རྗེས་སྐུར་དུ་གཟིགས།

དམ་ཆོས་མཐའ་རུ་སྤྱོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

ཕྱོ་ཤས་གཏིང་ནས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

ཡོང་མེད་སྒོ་སྒྲ་ཐུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

འཆི་བ་སྒྲིང་ནས་དན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་གྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།།

ལྷ་ལ་བཙོན་འགྲུས་རྣམ་པར་གྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

ཀྱིན་ངན་ལམ་དུ་ལོང་བར་གྱིན་གྱིས་སློབས།།

གཉིན་པོ་རང་ཚུགས་སྐབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

བཅས་མིན་མེས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

གནས་ལུགས་རང་ཞལ་མཇལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

Bless us that we stay mindful with no distractions.

Out of previous negative karma, we are born at the end
of this degenerate time.

All our previous actions have become the cause of suffering.

Bad friends cast over us, the shadow of their negative actions.

Our practice of virtue is corrupted by meaningless gossip.

Lama, think of us, behold us swiftly with compassion.

Bless us that we take the Dharma deep to heart.

At first, there is nothing but Dharma on our mind.

But at the end, the result is the cause of samsara and lower realms

The harvest of liberation is destroyed by the frost of
unvirtuous activity.

TEN DUN NYE PAY MU GO DAK DRA NAM

LA MA KHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

DAM CHO THA RU CHIN PAR CHIN GYI LOB

KYO SHE TING NE KYE WAR CHIN GYI LOB

LONG ME LO NA THUNG WAR CHIN GYI LOB

CHI WA NYING NE DREN PAR CHIN GYI LOB

LE LA YI CHE KYE WAR CHIN GYI LOB

Bless us that we develop certainty in the laws of karma.

རང་རིག་སྒྲིང་དབུས་སད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

འབྲུལ་སྒྲུང་ཞི་ཙུང་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

གདུང་བས་འཕོད་དོ་བྱིན་ཅན་ཆོས་ཀྱི་མེ།

སྐལ་མེད་བདག་ལ་རེ་ས་བྱོད་ལས་མེད།

ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ॥

ཁྱེད་འདིར་མོས་ལྷན་དགེ་སྦྱོང་འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ནས་བསྐྱེད་ཡང་རིམ་ལུས་སུ་
གྱུར་བ། ཉེ་ཆར་རིགས་ལྷན་ཆོས་མཛད་མ་བསམ་འགྲུབ་སྒྲོན་མ་དང་། ཉེ་བ་རྒྱུ་ཏ་
ཅུང་གིས་ནན་བསྐྱེད་དོར་སྒྲིགས་དུས་སྒྲུ་མའི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་པ་ གསོ་བྱེད་
མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ཐོང་ཤོད་བདེག་ཤེགས་འདུས་པའི་སྐྱེད་གནས་ཆེན་པོར་བྱིས་པ་དགེ་
ལེགས་འཕེལ། ॥

LAM LA BAR CHE ME PAR CHIN GYI LOB

Bless us that our path is free of obstacles.

DRUB LA TSÖN DRÜ NÜ PAR CHIN GYI LOB

Bless us that we are able to exert ourselves in practice.

KHYEN NGEN LAM DU LONG WAR CHIN GYI LOB

Bless us that we bring difficult situations onto the path.

NYEN PO RANG TSUK THUB PAR CHIN GYI LOB

Bless us that antidotes, through their own power,
are completely effective.

CHÖ MIN MÖ GÜ KYE WAR CHIN GYI LOB

Bless us that genuine devotion arise.

NE LUK RANG ZHEL JEL WAR CHIN GYI LOB

Bless us that we see the very face of the mind's true nature.

RANG RIK NYING Ü SE PAR CHIN GYI LOB

Bless us that self-awareness awaken in the center of our heart.

TRÜL NANG ZHI TSA CHÖ PAR CHIN GYO LOB

Bless us that delusive appearances are completely eliminated.

TSE CHIK SANG GYE DRUB PAR CHIN GYI LOB

Bless us that we achieve enlightenment in one lifetime.

SÖ WA DEB SO LA MA CHE

We pray to you, precious lama.

DUNG WAY BÖ DO DRIN CHEN CHÖ KYI JE

Kind lama, lord of Dharma, we call out to you with longing.

KAL ME DAK LA RE SA KHYÖ LE ME

For us, unworthy ones, you are the only hope.

THUK YI YER ME DRE PAR CHIN GYI LOB

Bless us that your mind blends with ours.

Previously, some devoted monks had asked me to write a prayer like this, but time slipped away, and then recently, Samdrub Dronma, a lady practitioner from a noble family, and Deva Rakshita earnestly requested me to compose this text, and so I, Lodro Thaye, who in this degenerate time, is the mere reflection of a lama, wrote this prayer at the great retreat place of Dzongsho Deshek Dupa. May virtue and goodness increase. This translation was made by Dzogchen Ponlop Rinpoche and Michele Martin, and it is indebted to a version by the Nalanda Translation Committee in *Journey without Goal* by Chögyam Trungpa (Shambala, 1985).