

༄༅། །ཇི་བཅུན་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྒྱན་ཁྱེད་བསྐྱེས་པ་བཞུགས་སོ།།

**The Condensed Regular Practice of Chenrezig**



**Introductory Prayers**

**Refuge and Bodhicitta**

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།

SANG-GYAY CHÖ-DANG TSHOG-KYI CHOG-NAM LA/

To the Buddha, Dharma, and Sangha

བྱང་ལྷུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

CHANG-CHUB BAR-DU DAG-NI KYAP-SU CHI/

I go for refuge till Enlightened.

བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

DAG-GI JYIN-SOK GYI-PAY SO-NAM KYI/

May I, through virtues, such as giving,

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག། ཅེས་ལན་གསུམ་དང་།

DRO-LA PEN-CHIR SANG-GYAY DRUB-PAR SHOG//

Attain Buddhahood for others' sake.

*Repeat three times.*

**The Four Immeasurables**

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

རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག།

MA NAM-KHA DANG NYAM-PAY SEM-CHEN TAM-CHAY

May all mother sentient beings, boundless as the sky,

DE-WA DANG DE-WAY GYU-DANG DEN-PAR GYUR CHIG/

have happiness and the causes of happiness.

སྐྱབས་བསྐྱེལ་དང་སྐྱབས་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

DUG-NGAL DANG DUG-NGAL GYI GYU-DANG DRAL WAR GYUR CHIG/

May they be liberated from suffering and the causes of suffering.

སྐྱབས་བསྐྱེལ་མིད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

DUG-NGAL MEY-PAY DE-WA DANG MI-DRAL WAR GYUR CHIG/

May they never be separated from the happiness which is free from sorrow.

ཉི་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བྱང་སྦྱོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་

ཅིག། ཅེས་ལན་གསུམ་དང་།

NYE-RING CHAK-DANG NYI-DANG DRAL-WAY TANG-NYOM LA NE-PAR GYUR CHIG//

May they abide in the state of equanimity, free from the closeness and distance of attachment and aversion.

*Repeat three times.*

**Seven-Limbed Prayer**

ཕུག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

CHAG-TSHAL WA-DANG CHÖ-CHING SHAG-PA-DANG/

By homage, offerings, confessing,

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

JE-SU YI-RANG KUL-SHING SOL-WA YI/

Rejoicing, requesting, beseeching,

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་པ།

GE-WA CHUNG-ZAY DAG-GI CHI-SAG-PA/

Even the small merit I have gathered,

ཐམས་ཅད་རྗོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཕྱིར་བསྐྱོའོ།

THAM-CHE ZOG-PAY CHANG-CHUB CHIR-NGO-O//

I dedicate all of this

To attain complete Enlightenment.

ན་མོ་གྲུ་ཏུ། གསང་སྔགས་སླིང་པོ་ཡིག་དྲུག་བརྒྱ་བ་ལ། བསྐྱེད་རིམ་ཉིང་འཛིན་ལུང་དུ་མ་  
 འབྲེལ་བའི། འབྲེལ་པ་རྒྱ་འབྲུམ་ས་དུག་ལྷའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ། མཚུ་མ་གྲུལ་འབྲིང་བཤད་  
 ལག་པས་གང་རུས་གྱི། ཏུང་རྒྱན་འཚོར་ཡང་དངོས་གྲུབ་རྒྱང་རིང་ཞིང་། རྗེ་ཐེག་པའི་མན་  
 ངག་ལམ་གྱི་མཚོག། བསྐྱེད་བརྒྱས་བསམ་གཏམ་དང་འབྲེལ་འདིར་འབད་པས། ལུས་ངག་  
 ཡིད་གསུམ་གྲོལ་བར་མ་བྱུང་ན། ལྷབ་བདག་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཅམ་བུར་གསུང་། དེ་ཕྱིར་དབང་  
 རབ་འབྲིང་གིས་རྒྱས་པའི་ལམ། སྤྱོད་འོས་ནའང་གང་ཟང་པལ་རྣམས་གྱི། ཉམས་ལེན་འབྱེར་  
 བདེའི་སྐྱབས་སེམས་འདི་སྐད་དོ།

*Homage to the Lama!*

*To say the Six Syllable Mantra,  
 The essence of the secret mantra,  
 Separate from the unity of  
 Samadhi and the arising stage  
 In the circle of the five poisons,  
 The infinite state of confusion,  
 If you pray merely moving your lips  
 And holding the mala in your hand,  
 You may lose your conch shell ornaments  
 And accomplishments remain distant.  
 Making effort in the union of  
 Samadhi, chanting and arising  
 Stage of the supreme path of oral  
 Instructions of the Vajrayana,  
 If body, speech and mind are not freed  
 Then you can not trust the teachings of  
 All pervading, great Vajradhara.*

*Therefore excellent and medium  
 Persons may do the long practices.  
 But this short and easy practice is  
 For all beginning meditators.*

**Going for Refuge and Developing Bodhicitta**

ན་མོ། ལྷ་མ་མཚོག་གསུམ་ཡི་དམ་ཚེས་སྲུང་ལ།

NAMO

LA-MA CHOG-SUM YI-DAM CHÖ-SUNG LA/

Namo/

To the Lama and the Triple Gem,  
The Yidam and Dharma Protectors,

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་གཞན་སྐྱབས་སུ་མཚེ།

CHANG-CHUB BAR-DU DAG-ZHEN KYAB-SU CHI/

We go for refuge till Enlightened.

འགྲོ་ཀུན་འཁོར་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོ་ལས།

DRO-KUN KHOR-WA'I DUG-NGAL GYA-TSO LE/

To free all beings from the ocean  
Of the sufferings of samsara,

བསྐྱེལ་སྤྱིར་འཕགས་མཚོག་བསྐྱེད་ཚྲོགས་བཞུགས་བརྩོན་བྱ།

DRAL-CHIR PHAG-CHOG KYE-DZOG DE-TSÖN CHA//

I strive in the recitation and  
The arising and completion stage  
Of the Supreme Noble Chenrezig. (x3)

ཞེས་རྒྱུད་དང་འབྲི་ངེས་པར་ལན་ཅི་རིགས་བརྗོད།

*Recite three times with full devotion  
so that it becomes a natural expression of the mind.*

ཇི་བཙུན་སྐྱབས་རས་གཟིགས་ལ་ན་མོ།



**Avalokiteshvara**

**Emptiness Mantra**

ཨོ་སྤྱུ་གླུ་འི་སྤྱུ་གས་ཀྱིས་ཚེས་ཀྱིན་སྟོང་པར་སྤྱུངས།

**OM SWA-BHA-WA SHUDDHA  
SARWA DHARMA SWA-BH-AWA SHUDDHO ‘HAM/**

*All dualistic conception dissolve into emptiness.*

**Visualization**

སྟོང་ཉིད་ངང་ལས་རང་རིག་རྗེ་དཀར་པོ།

TONG-NYID NGANG-LE RANG-RIG HRI-KAR-PO/

From emptiness, my mind becomes a  
White HRI syllable which then becomes

ཡོངས་གྲུར་བདག་ཉིད་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས།

YONG-GYUR DAG-NYI PHAG-PA CHEN-RE-SIG/

The noble all-seeing Chenrezig

ཞལ་གཟིག་ཕྱག་བཞི་ཞབས་གཉིས་རྩོད་དགྱིལ་ལྷགས།

ZHAL-CHIG CHAG-ZHI ZHAB-NYI DOR-KYIL ZHUG/

One face, four arms, white body color,  
Two legs in the vajra position,

སྐྱ་མདོག་དཀར་འཚོར་ཞི་འཇུག་སྟིང་རྗེའི་ཉམས།

KU-DOG KAR-TSER ZHI-DZUM NYING-JE'I NYAM/

Peaceful face expressing compassion.

དང་པོ་ཕྱག་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་སྐྱར་རྩུལ།

DANG-PO'I CHAG-NYI THUG-KAR THAL-JAR TSUL/

First two hands are folded at the heart

མཐའ་གཉིས་ཤེལ་འཕྲིང་པར་དཀར་པོ་བསྐྱམས།

THA-NYI SHEL-THRENG PE-MA KAR-PO NAM/

On the sides, the other two hands hold  
A crystal mala and white lotus,

དར་དང་རིན་ཆེན་མཚན་དཔེའི་རྒྱན་ལྡན་པ།

DAR-DANG RIN-CHEN TSHAN-PE'I GYEN-DEN PA/

Wearing silken robes and precious jewels  
With the major and the minor marks,

ཟླ་བའི་གདན་བཞུགས་གནས་གསུམ་ཨོ་ཨུང་ཧྲུ།

DA-WA'I DEN-ZHUG NE-SUM OM-AH-HUNG/

And sitting on a lunar cushion.

In the three places are **OM AH HUNG**

དཀར་དམར་མཐིང་ལས་འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་པ།

KAR-MAR THING-LE Ö-THRÖ YE-SHE-PA/

Shining white, red and blue lights which bring  
The Wisdom Beings and Five Families

དབང་ལྗར་བཅས་བཀྱག་མདུན་མཁར་བཞུགས་པར་གྱུར།

WANG-LHAR CHA-KUG DÜN-KHAR ZHUG-PAR GYUR/

To rest in the sky in front of me.

ཨོཾ་ཨུརུ་ལོ་གེ་ལྷ་ར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་སྐྱ་ཕུ་ཇ་པ་ཏིལྱ་ཡི་སྐྱ་ཏུ།

ཞེས་མཚོན།

**OM ARYA LOK-ESH-VARA TA-THA-GA-TA SA-PA-RI-  
WA-RA SAR-WA PU-DZA PRA-TI-TSA-YE SWA-HA/**

*To the great transcendent Avalokitesvara with his attendants  
I perform all offerings.*

**Praise**

བསྟོན་བར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།

TÖ-PAR Ö-PA THAM-CHE LA/

To all those worthy of praise

ཞིང་རྩལ་ཀུན་གྱི་གངས་རྟེན་གྱི།

ZHING-DUL KÜN-GYI DRANG-NYED KYI/

I always bow with bodies

ལུས་བརྟན་པ་ཡི་རྣམ་ཀུན་ཏུ།

LÜ-TÜ PA-YI NAM-KÜN TU/

Countless as dust particles.

མཚོག་ཏུ་དད་དེ་བསྟོན་པར་བགྱི།ཞེས་པའི་བསྟོན།

CHOG-TU DE-DE TÖ-PAR GYI/

With supreme faith, I praise you.

**Receiving the Initiation**

ཇོ་སྤྱོད་བྱི་རྟོ་དམ་ཡི་དབྱེར་མེད་ཐིམ།

DZA-HUNG-BAM-HO/ DAM-YE YER-MED THIM/

**DZAH-HUNG BAM-HOH** The Wisdom Beings

Merge into the Samaya Being.

དབང་ལྷས་བུམ་དབང་བསྐྱར་རྩམ་སྐྱ་གང་ཞིང་།

WANG-LHA BUM-WANG KUR-CHÜ KU-GANG SHING/

The Five Family Buddhas pour nectar

Bestowing the vase empowerment,

དྲི་མའི་ཚོགས་དག་ལུ་ལྷག་གྱེན་འཁྲིལ་ལས།

DRI-MA'I TSOG-DAG CHU-LHAG GYEN-KHYIL LE/

Purifying all my defilements

Then from the overflowing nectar

སྐྱེ་བོར་འོད་མཚན་རྒྱས་བཏབ་དབང་ལྷའང་བསྐྱེམ།

CHI-WOR Ö-TSHEN GYE-TAB WANG-LHANG TIM/

Amitabha forms on my forehead

And the Five Families melt into me.

**Offerings**

ཨོཾ་བཏུ་ཨ་རྒྱུ་ སྒྲོམ་ ཕྱུམ་ རྩུབ་ ཨ་ལོ་ཀོ། རྩུམ་ རྩི་མི་བྱོ། འཕྲུ་

མ་ཉིལ་ཡེ་སྒྲུ་ལྷ།

OM BAZRA ARGHAM PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA PADYAM PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA PUSHPE PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA DHUPE PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA ALOKE PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA GHANDE PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA NEWIDYE PRATITSAYE SWAHA/  
OM BAZRA SHAPTA PRATITSAYE SWAHA/

**Praise**

སྒྲོན་གྲིས་མ་གོས་སྒྲུ་མདོག་དཀར།

KYÖN- GYI MA-GÖ KU-DOG KAR/  
Unstained by faults, white color,

ཚོགས་སངས་རྒྱས་གྲིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།

DZOG-SANG GYE-KYI U-LA GYEN/  
Crowned by the perfect Buddha,

ཐུག་ཇེ་ཉི་མེ་སྒྲོན་གྲིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས།

THUG-JE'I CHEN-GYI DRO-LA ZIG/  
Seeing all with eyes of love,

སྒྲུན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད།

CHEN-RE ZIG-LA CHAG-TSAL TÖ/  
Bow and praise to Chenrezig.

**Visualization during Mantra Recitation**

ཐུག་ཀར་དཀར་ལྗང་སྒྲིང་སྒྲིང་ཡིག་དཀར་པའི་མཐར།

THUG-KAR DA-TENG HRI-YIG KAR-PO'I THAR/  
At my heart on a moon stands a HRI

ཡིག་དྲུག་སྒྲགས་འཕྲེང་དཀར་ལ་འཚོར་བའི་ཚོགས།

YIG-TRUG NGAG-THRENG KAR-LA TSER-WA'I TSOG/  
With the white six syllable mantra

གཡམས་སྒྲུ་འཁོར་བ་འོད་ཟེར་དཔག་མིད་གྲིས།

YE-SU KHOR-WA Ö-SER PAG-ME KYI/  
Turning right, shining infinite light

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི་དང་དུད་འགྲོ་དང་།

LHA-DANG LHA-MIN MI-DANG DÜ-DRO DANG/  
Prevading all the realms of the gods,  
Demi-gods, humans, and animals,

ཡི་དྲུགས་དམྱལ་གནས་ཀུན་ལྷབ་དེ་རྣམས་གྲི།

YI-DAG NYAL-NE KÜN-KHYAB DE-NE KYI/  
Hungry ghosts, and denizens of hell,  
Removing all veils and sufferings.

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྒྲིབ་པ་ཀུན་གྱི་བྱང་འཕགས་པའི་སྐྱུར།

DUG-NGAL DRIB-PA KÜN-CHANG PHAG-PA'I KUR/  
All beings become the radiant

ལམ་ལམ་གྱུར་ཏེ་ཀུན་གྱི་སྐྱེལ་སྐྱོབ་སྐྱོབ།

LAM-LAM GYUR-TE KUN-KYANG NGAG-DRA DROG/  
Body of the noble Chenrezig,  
All reciting the six syllables.

སྐྱུར་ཡང་འོད་གྲིས་སངས་རྒྱལ་སྐྱེས་བཅས་མཚོན།

LAR-YANG Ö-KYI SANG-GYE SE-CHE CHÜ/  
Then the light makes offerings to all  
Buddhas and to the Bodhisattvas.

ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རླབས་འོད་ལྡན་བདུད་རྩི་ཡི།

THUG-JE'I CHIN-LAB Ö-NGA DÜ-TSI YI/  
Bringing back the five lights and nectar  
With the blessings of great compassion

རྣམ་པར་བཀྱུག་ཏེ་བདག་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར།

NAM-PAR KUG-TE DAG-LA THIM-PAR GYUR//  
Which then dissolve fully into me.

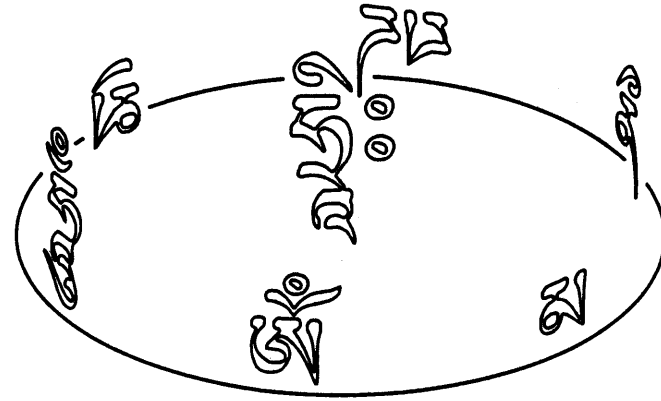
ཞེས་དམིགས་བྱམས་བརྗེའི་ཡིད་གྲིམ་ཡེངས་པར།

*Visualize this with the unwavering mind of love and compassion.*

Mantra

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

OM MANI PADME HUNG/



སྐྱོན་དྲུག་སྤངས་ལ་ངག་ཏུ་བརྒྱ་བར་བུ། འཕྲོ་ཚོད་ཆེ་ཆེ་ཡིད་གྲིས་རྒྱ་བའང་མཚོན། བྱིང་ཞིང་

སྐྱུགས་ན་པད་དབྱངས་འཇེབ་ཏུ་གྱུར།

*Recite the mantra free from the six faults. When the mind is agitated or overly excited or humorous, recite the practice mentally. When the mind is irritable, dull or sleepy, chant melodiously.*

### Completion

ཐུན་མཚམས་སྣོད་བཅུད་རང་ཐིམ་རང་ཉིད་ཀྱང་།

THUN-TSHAM NO-CHU RANG-THIM RANG-NYI KYANG/  
At the end of the session, beings  
and the outer world melts into me.

འོད་གྱུར་རྗེེ་ར་ཐིམ་དེའང་དམིགས་མིད་གྱུར།

O-GYUR HRIR-THIM DE'ANG MIG-MED GYUR/  
Then I melt from below to the HRIH  
Which then becomes non-objectified.

ཅི་གནས་བཞག་ཅིང་འཕྲོ་བར་གྱུར་པ་ན།

*Continue to stay within this state.*

སྐར་ཡང་རང་ཉིད་འཕགས་པའི་སྐར་གྱུར་བསམ།

LAR-YANG RANG-NYI PHAG-PAY KUR-GYUR/  
Then I rise again as Chenrezig.

### Dedication

འདི་ལྟར་འཕགས་པའི་བསྐོམ་རྒྱས་ལས་བྱུང་བའི།

DE-TAR PHAG-PA GOM-DE LE-JUNG WA'I/  
By this virtue of meditating  
And praying to Noble Chenrezig

དག་བ་འདི་ཡིས་བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་གྱི།

GE-WA DI-YI DAG-DANG DRO-KÜN GYI/  
May I and all sentient beings

རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཀུན་བྱང་ཞིང་།

GYÜ-LA YÖ-PA'I DIG-DRIB KÜN-CHANG ZHING/  
Be purified of our sins and veils

འཕགས་པའི་སྐྱུ་གསུང་བྱགས་དང་རོ་ཅིག་ཤོག།

PHAG-PA'I KU-SUNG THUG-DANG RO-CHIG SHOG//  
And our minds enter the one-taste state  
With Chenrezig's body, speech and mind.

ཅེས་དང་གཞན་ཡང་བསྐོ་བ་སྐོན་ལམ་སོགས་བྱང་སེམས་བརྒྱན་བསྐྱེད་དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་བྱ།  
ཞེས་པ་འདི་ཡང་རང་གཞན་ཀུན་དོན་དུ། རྒྱུ་ལྡི་དག་སྐྱོང་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་ཡི། བགྲིས་སོ་  
འགྲོ་ལ་ཕན་བདེའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག།

སར་མདྲ་ལོ།།

*Say this and other dedication prayers invoking Bodhicitta for the spontaneous accomplishment of the two benefits thus benefitting self and all others. This was written by the Shakya Bhikshu Trinley Zangpo for the benefit of all sentient beings.*

*Sarva Mangalam.*

དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཉི་སྒྲི་རྣམ་པོ་དང་།

DOR-JE CHANG-CHEN TIL-LI NA-RO DANG/  
Dorje Chang Chen, Tilli, Naro and

མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྗེ་སྐྱམ་པོ་པ།

MAR-PA MI-LA CHÖ-JE GAM-PO-PA/  
Marpa, Milarepa, Dharma Lord Gampopa

ཕག་མོ་གྲུ་པ་རྒྱལ་བ་འབྲི་གུང་པ།

PHAG-MO DRU-PA GYAL-WA DRI-KUNG-PA/  
Phagmo Drupa and Lord Drikungpa

བཀའ་བརྒྱུད་སྣ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲིས་ཤོག།

KA-GYU LA-MA NAM-KYI TA-SHI SHOG//  
May we have the good fortune  
Of all the Kagyu lamas.

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

SO-NAM DI-YI THAM-CHE ZIG-PA NYI/  
By this virtue may I overcome  
The enemy, all defilements

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྲུ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ཉི།

THOB-NE NYE-PAY DRA-NAM PHAM-CHE TE/  
May I attain the state of omniscience

སྐྱེ་ག་ན་འཆི་བ་གྲོང་འབྲུག་པ་ཡི།

KYE-GA NA-CHI BA-LONG TRUG-PA YI/  
May I liberate all beings from the ocean of existence

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

SI-PAY TSHO-LEY DRO-WA DROL-WAR SHOG//  
With the tempestuous waves of birth, age, sickness, and death.

བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

CHANG-CHUB SEM-CHOG RIN-PO CHE/  
May precious Bodhicitta

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གུར་ཅིག།

MA-KYE PA-NAM KYE-GYUR CHIG/  
Arise where it has not been.

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།

KYE-PA NYAM-PA ME-PAR YANG/  
Where it has, never decrease,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

GONG-NE GONG-DU PHEL-WAR SHOG//  
But grow, higher and higher.

སྐྱེ་མ་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།

LA-MA KU-KHAM SANG-WAR SOL-WA DEB/  
I pray the Lama has perfect health.

མཚོག་ཏུ་སྐྱེ་ཚེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།

CHOG-TU KU-TSHE RING-WAR SOL-WA DEB/  
I pray the Lama has a long life.

འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།

TRIN-LEY DAR-SHING GYE-PAR SOL-WA DEB/  
I pray all activities flourish.

སྐྱེ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

LA-MA-DANG DRAL-WA ME-PAR JYIN-GYI LOB//  
Bless me to not part from the Lama.

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མ་བྱིན་པ་དང་།

JAM-PAL PA-WÖ JI-TAR KHYEN-PA DANG/  
As Hero Manjushri became wise

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

KUN-TU SANG-PO DE-YANG DE-SHIN TE/  
And likewise did Samantabhadra

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྦྱོབ་ཅིང་།

DE-DAG KUN-GYI JE-SU DAG-LOB CHING/

So I will follow their example

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྡོ།

GE-WA DI-DAG THAM-CHE RAB-TU NGO//  
And share this merit with all beings.

སངས་རྒྱས་སྐྱེ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་།

SANG-GYE KU-SUM NYE-PAY JYIN-LAB DANG/  
By the great blessing of the Buddha  
Who attained the three Buddha bodies;

ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་།

CHÖ-NYI MI-GYUR DEN-PAY JYIN-LAB DANG/  
By the great blessing of the truth of  
The unchangeable Dharma-as-such;

དགོ་འདུན་མི་ཕྱེད་འདུས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས།

GE-DUN MI-CHE DÜ-PAY JYIN-LAB KYI/  
By the great blessing of the union  
Of the indivisible Sangha;

ཇི་ལྟར་བསྡོས་བཞིན་སྦོན་ལམ་གྲུབ་པར་ཤོག།

JI-TAR NGÖ-SHIN MON-LAM DRUB-PAR SHOG//  
So by the sharing of this merit  
May this aspiration be fulfilled.

བདག་དང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

DAK-DANG KHOR-DAY THAM-CHAY KYI/  
By the virtues collected in the

དུས་སྐབས་དུ་བསགས་པ་དང་།

DU-SUM DU-SAG PA-DANG/  
Three times by myself and all beings  
In all samsara and nirvana,

ཡོད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས།

YÖ-PAY GE-WAY TSA-WA DI/  
And by the innate root of virtue,

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

DAG-DANG SEM-CHEN THAM-CHAY  
May I and all sentient beings

སྐྱུར་དུ་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ལྗེ་བ་

NYUR-DU LA-NA ME-PA  
YANG-DAG-PAR DZOG-PAY JYANG-CHUB  
Quickly attain unsurpassed, perfect,

རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།

RIN-PO-CHE THOB-PAR GYUR-CHIG//  
Complete and precious Enlightenment.

ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་ཀུན་མཁུན་ཚོས་གྱི་རྗེ།

SHE-JA KUN-ZIG KUN-KHYEN CHÖ-KYI JE/  
May teachings of the Lord of Dharma  
Who is omniscient, the Master of

རྟེན་འབྲེལ་གནས་ལ་དབང་ཐོབ་འབྲི་གུང་པ།

TEN-DREL NE-LA WANG-THOB DRI-GUNG-PA/  
Interdependence, Great Drikungpa,

རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་སྲིད་མཐའི་བར།

RIN-CHEN PAL-GYI TEN-PA SI-TAY BAR/  
Ratna Shri, continue and increase  
Until the end of the samsara

བཤད་སྐྱབ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པས་འཛོན་གྱུར་ཅིག།

SHE-DRUB THÖ-SAM GOM-PEY ZIN-GYUR CHIG//  
Through hearing, studying, practicing,  
Contemplation and meditation.  
*Sarva Mangalam.*