

༄༅། །འཕགས་མ་སྒོལ་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཚེ་སྐབ་མཁུལ་འཚི་མེད་ལྷན་ཐིག་བཞུགས་སོ།།

*Refined Drop of Immortality: A Longevity Mandala Practice
of Ārya Tārā, the Wish-Granting Cakra*

Composed by the 7th Garchen Trülku, Trinle Yongkhyab

2012

གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་སྤྱི་ནང་གསང་མཚོན་འབུལ། རྗེས་བཤགས་དག་བར་ཡི་རངས་འགྲོ་དོན་སྐྱུལ། རྟོག་བཞུགས་དག་ཀུན་གྱི་ལྷན་ཆེན་པོར་བསྐྱོ། །

GÜ PE CHAG TSAL CHI NANG SANG CHÖ BÜL / DIG SHAG GE WAR YI RANG DRO DÖN KÜL / TAG ZHUG GE KÜN JANG CHUB CHEN POR NGO
With reverence I prostrate and make outer, inner and secret offerings. I confess misdeeds and rejoice in virtue. I exhort
[the buddhas to act for] the welfare of beings and to remain always. I dedicate all virtue for great awakening.

ཚོགས་ཞིང་རང་བེམ་འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལྡན་ཞིང་། སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཀུན་བྲལ་རིས་མེད་བཏང་སྣོམས་ཤོག། སྟོང་པའི་ངང་ལས་གནས་ཡུལ་འོག་མིན་ཞིང་། །

TSOG ZHING RANG THIM DRO KÜN DE DEN ZHING / DUG NGAL KÜN DRAL RI ME TANG NYOM SHOG / TONG PE NGANG LE NE YÜL OG MIN ZHING
The field of accumulation dissolves into me. May all wayfaring beings have happiness, freedom from all suffering
and impartial equanimity. From the state of emptiness [appears] the sacred place, the realm of Akanishtha.

ཕོ་བྲང་རྒྱན་བཀོད་ཚད་འདས་རིན་ཆེན་གྱི། རྗེན་བ་ཡུའྲལ་ནོར་བུ་ཕྱེད་བས་མཛེས། འདི་དབུས་རིན་ཆེན་གྱི་བཟང་པད་རྒྱའི་དབུས། །

PHO DRANG GYEN KÖ TSE DE RIN CHEN GYI / JÖN PA UTPAL NOR BU TRENG WE DZE / DEI Ü RIN CHEN TRI ZANG PE DE Ü
[Therein] is an immeasurable ornamented palace and a precious woodland [with] trees adorned by strands of jewels and
utpalas. In its center is an excellent jeweled throne with lotus and moon, in the center of which [stands] a TĀM syllable.

ཏྲི་ཡིག་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་བྱས་ཡོངས་གྱུར། འང་ཉིད་ཡིད་བཞིན་འཕོར་ལོ་དཀར་གསལ་མཛེས། སྐྱུག་གཡས་མཚོགས་སྤྱིན་གཡོན་པས་བད་དཀར་འཛིན། །

TĀM YIG Ö TRÖ DÖN NYI JE YONG GYUR / RANG NYI YI ZHIN KHOR LO KAR SAL DZE / CHAG YE CHOG JIN YÖN PE PE KAR DZIN
Light radiates therefrom, accomplishing the two benefits. Through the transformation [of the TĀM],
I [appear] as the beautiful, brilliant white Wish-Granting Cakra.³ [My] right hand is
[in the gesture of] supreme generosity. The left holds a white lotus.⁴

ཞབས་ཟུང་སྤྱིལ་གྱུང་མཚན་དཔེ་འོད་ལྗང་འབར། རིན་ཆེན་རྒྱན་བརྒྱན་དར་གྱི་ཆས་ལྗས་བརྒྱན། སྤྱི་བོར་འོད་དཔག་གནས་གསུམ་ཚོ་ལྷ་རྒྱུ། །

ZHAB ZUNG KYIL TRUNG TSEN PE Ö NGA BAR / RIN CHEN GYEN GYE DAR GYI CHE NGE GYEN / CHI WOR Ö PAG NE SUM OM ĀḤ HÜM
Both legs are in lotus posture. [I am endowed with] the major and minor marks and radiate rainbow-
colored lights. I am adorned by the eight jeweled ornaments and the five silken garments.
At my crown is Amitābha and in my three places [the syllables] OM ĀḤ HÜM.

འཁོར་ལོའི་ཕྱི་རིམ་ལུ་བྱུང་གསུམ་ལ་དབྱེས། །གསལ་བྱེད་གཡས་གཡོན་ཕྱི་མར་ཡེ་རྫོང་གཡས། །བསྐྱོར་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་སེར་དམར་མཐིང་ལྗང། །

KHOR LÖI CHI RIM MU KHYÜ SUM LA YANG / SAL JE YE YÖN CHI MAR YE DHAR YE / KOR LE Ö ZER KAR SER MAR THING JANG

In the three successive outer rings of the wheel the vowels¹¹ circle clockwise, the consonants¹² circle anti-clockwise and the YE DHARMĀ [syllables]¹³ circle clockwise in the outermost ring. As they revolve, rays of white, yellow, red,

མཚོན་ཁ་དྲུག་འཕྲོས་ལུས་གང་ཕྱིར་འཕྲོས་གྲུར། །བར་མཚམས་ལྷུང་ལ་གསར་དུ་ཁ་བྱེ་བའི། །འོད་གྲིས་ལས་བཞི་ཚོད་པལ་སྟོབས་བསྐྱེད་གྲུར། །

CHIN KHA DRUG TRÖ LÜ GANG CHIR TRÖ GUR / BAR TSAM UTPAL SAR DU KHA JE WE / Ö KYI LE ZHI TSE PAL TOB KYE GYUR

blue, green and violet¹⁴ light radiate, filling the body and emanating outward, [creating concentric] spheres [of light].¹⁵ In the intermediate spaces [between each sphere] are newly blossomed *utpalas*, whose brilliance gives rise to vitality, glory, strength and the four activities.

ཐེང་བ་ཐལ་མོ་བར་དུ་བསྐྱེལ་ལ། །ཨོྩ་བ་སུ་མ་ཏི་ཤྱི་ཡེ་སྣ་རྒྱ། །ཞེས་དང། །ཨོྩ་བ་རྩ་ཨ་ཅ་རྩ་ཡེ་སྣ་རྒྱ། །ཞེས་པ་གཉིས་པོ་བདུན་པེ་བཞུས་ནས་ཐུ་བཏབ།

Holding the mala between the hands,¹⁶ recite both: OM VASUMATĪ SHRIYE SVĀHĀ and OM VAJRA AH CHANDRAYE SVĀHĀ seven times, then blow [on the mala].

ཨོྩ་རྩ་རེ་རྩ་རེ་རེ་མ་མ་ཨུ་ཡུ་རྩ་བ་བྱུ་བྱི་ཤྱི་ཀུ་སྣ་རྒྱ། །ཞེས་བཞུས་སོ།།

OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR JĪNĀNA PUṆYE PUṢṬĪM KURU SVĀHĀ. Thus recite.

སྟོང་ལས་རིན་ཚེན་སྟོན་དུ་གཏོར་མ་བེ། །འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་བཅོམ་ལྷན་འདས་མར་འབུལ། །

TONG LE RIN CHEN NÖ DU TOR MA NI / DÖ YÖN NGA DEN CHOM DEN DE MAR BÜL

[Appearing] in a jeweled vessel [arisen] from emptiness, the *torma* endowed with the five desirables is offered to the Transcendent Conqueress.

དཔལ་ལྷན་གླེ་མའི་སྐྱ་ཚེ་རྒྱལ་བསྟན་རྒྱས། །དེ་མཐུས་སྤྱིན་བདག་འགོ་ཀུན་ཚེ་སྤེལ་མཛོད། །ཅེས་མཚོན། །གཏོར་མ་འབུལ། །

PAL DEN LA ME KU TSE GYAL TEN GYE / DE THÜ JIN DAG DRO KÜN TSE PEL DZÖ

[Thus,] the lives of the glorious gurus and the victors' teachings flourish, and as a result the vitality of patrons and all wayfaring beings is increased. Thus offer [and] present the torma.

མར་མེ་དྲི་ཚབ་ཞལ་ཟས་རོལ། །འདོད་ཡོན་རྣམ་ལྷ་རྒྱལ་སྲིད་རྟགས། །ལྷ་མིའི་དབལ་འབྲོར་ཀླན་བཟང་གི། །མཚོད་སྲིན་རྒྱ་མཚོ་འཕགས་ཚོགས་མཚོད། །

MAR ME DRI CHAB ZHAL ZE RÖL / DÖ YÖN NAM NGA GYAL SI TAG / HLA MII PAL JOR KÜN ZANG GI / CHÖ TRIN GYAM TSO PHAG TSOOG CHÖ
oil lamps, fragrant water, food and music – the royal attributes,¹⁸ the [auspicious] emblems,¹⁹ the wealth and glory
of gods and men—[all these] I offer [as] oceans of Samantabhadra’s offering clouds to the noble assembly.

ཨོྲཱ་ཧྲཱ་ཏཱ་རེ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ། རྩེ། རྩེ། རྩེ། རྩེ། ཨཱ་ལོ་ག། གཞེ། རི་མི་དྲེ། འཏྲ་བ་དྲི་རྩེ་སྤྱ་ཏཱ། །རུ་བ། འཏྲ། གཞེ། ར་ས། སྲན་འོ་རྩེ་མཁྲ་ལ་སྤུ་ཇ་ཉོ།

OM ĀRYA TĀRE SAPARIWĀRA ARGHAM / PĀDAM / PUṢPE / DHŪPE / ĀLOKE / GANDHE / NĒWIDYE / SHAPTA PRATICCHA SVĀHĀ
RŪPA / SHAPTA / GANDHE / RASA / SPARSHANAM RATNA MANGALA PŪJA HOḤ

མརྩལ་འབྲུལ་བཞི། རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕྱོད་ལྷག་བཅས། །ལྷ་གནས་སྟོང་གསུམ་མི་མཛེད་རྣམ་སྣང་བརྒྱལ། །བདག་པོས་བཟུང་དང་མ་བཟུང་དངོས་པོ་ཀླུ། །

RI RAB LING ZHI LING TREN KHOR YUG CHE / HLA NE TONG SUM MI JE NAM NANG GYEN / DAG PÖ ZUNG DANG MAB ZUNG NGÖ PO KÜN
*The mandala offering: Mentally appropriating Mount Meru, the four continents and subcontinents with the enclosure, the
divine abodes, the enduring three thousand [worlds] adorned by Verochana and all things owned and not owned,*

བདག་སྐྱོས་སྤངས་ཉེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མར་འབྲུལ། །རང་མཚུལ་སྤུ་ཇ་མེ་གླ་ལ་ཨ་རྩུ། །ས་གཞི་སྐྱོས་ཚུས་བྱུག་གིང་མེ་ཉེག་བཀྲམ། །

DAG LÖ LANG TE CHOM DEN DE MAR BÜL / RATNA MAṄḌALA PŪ JA ME GHA LA AH HŪM̐ / SA ZHI PÖ CHÜ JUG SHING MEN TOG TRAM
I offer them to the Transcendent Conqueress. RATNA MAṄḌALA PŪJA MEGHALA AH HŪM̐.
Anointed with fragrant water and strewn with flowers, this vast ground

རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་བ་འདི། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཉེ་སྤུལ་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀླན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱོད་བར་ཤོག །ཅེས་འབྲུལ།

RI RAB LING ZHI NYI DE GYEN PA DI / SANG GYE ZHING LA MIG TE PHÜL WA YI / DRO KÜN NAM DAG ZHING DU CHÖ PAR SHOG
is adorned by Mount Meru, the four continents, sun and moon. Through [my] regarding it
as a buddhafiield and offering it, may all wayfaring beings enjoy the pure realms. *Thus offer.*

རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་དང་། །ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀླན་ནས་དང་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

JEB TSÜN PHAG MA DRÖL MA DANG / CHOG CHU DÜ SUM ZHUG PA YI / GYAL WA SE CHE THAM CHE LA / KÜN NE DANG WE CHAG TSAL LO
To Noble Lady Ārya Tārā and all the buddhas and bodhisattvas who abide in
the ten directions and three times, I pay homage with complete sincerity.

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

MEN TOG DUG PÖ MAR ME DRI / ZHAL ZE RÖL MO LA SOG PA / NGÖ JOR YI KYI TRÜL NE BÜL / PHAG ME TSO G KYI ZHE SU SÖL

Manifesting real and visualized flowers, incense, oil lamps, fragrance, food, music and so forth, [I] make offering. Please accept them, assembly of the Exalted Lady!

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྟ། །སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་བའི། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། །

THOG MA ME NE TAN DE BAR / MI GE CHU DANG TSAM ME NGA / SEM NI NYÖN MONG WANG GYUR PE / DIG PA THAM CHE SHAG PAR GYI

[I] confess the ten nonvirtues, the five [acts] without interval and all the harmful deeds of the mind controlled by delusion from beginningless [time] until now.

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

NYEN THÖ RANG GYAL JANG CHUB SEM / SO SÖI KYE WO LA SOG PE / DÜ SUM GE WA CHI SAG PE / SÖ NAM LA NI DAG YI RANG

I rejoice in the merit of whatever virtue has been accumulated in the three times by the hearers, self-made victors, bodhisattvas, ordinary beings and the like.

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང། །སློ་ཡི་བྱེ་བྲག་རི་ལྟ་བུ། །ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་དུ་གསོལ། །

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG / LO YI JE DRAG JI TA WAR / CHE CHUNG THÜN MONG THEG PA YI / CHÖ KYI KHOR LO KOR DU SÖL

According to the interests and diverse capacities of sentient ones, please turn the Dharma wheel of the greater, lesser and common vehicles.

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོངས་བར། །བྱ་ངན་མི་འདའ་བྲགས་རྗེ་ཡིས། །སྐྱུག་བསྐལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། །

KHOR WA JI SI MA TONG BAR / NYA NGEN MIN DA THUG JE YI / DUG NGAL GYAM TSOR JING WA YI / SEM CHEN NAM LA ZIG SU SÖL

Until samsara becomes void, please do not pass into nirvana, but regard with compassion sentient ones swallowed up in the ocean of suffering.

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་རྒྱར་གྱུར་ནས། །རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག །

DAG GI SÖ NAM CHI SAG PA / THAM CHE JANG CHUB GYUR GYUR NE / RING POR MI THOG DRO WA YI / DREN PE PAL DU DAG GYUR CHIG

As all the merit I have accumulated is the cause of awakening, may I become before long a magnificent guide of wayfaring beings!

ཕྱག་འཚལ་སེར་སྒོ་ཚུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི། །བདུས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །སྦྱིན་པ་བརྗོན་འགྲུས་དཀའ་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྦྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

CHAG TSAL SER NGO CHU NE KYE KYI / PE ME CHAG NI NAM PAR GYEN MA
JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA / ZÖ PA SAM TEN CHÖ YÜL NYI MA

Homage to you, Tārā, born from a golden-blue lotus, whose hands are beautifully adorned with lotus flowers; you who are the embodiment of giving, joyous effort, asceticism, pacification, patience, concentration and all objects of practice.

ཕྱག་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་སྲས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེན་མ། །

CHAG TSAL DEB ZHIN SHEG PE TSUG TOR / THA YE NAM PAR GYAL WAR CHÖ MA
MA LÜ PHA RÖL CHIN PA THOB PE / GYAL WE SE KYI SHIN TU TEN MA

Homage to you, Tārā, the crown pinnacle of those thus gone, whose deeds overcome infinite evils, who has attained transcendent perfections without exception and upon whom the sons of the Victorious Ones rely.

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རྩེ་རྩྭ་ཡི་གོ། །འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །འཛིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་བྱས་མ། །

CHAG TSAL TUTTĀ RA HŪM̐ YI GE / DÖ DANG CHOG DANG NAM KHA GANG MA
JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NEN TE / LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA

Homage to you, Tārā, who with the letters TUTTĀRA and HŪM̐ fill the [realms of] desire, direction and space; whose feet trample on the seven worlds; and who are able to draw all beings to you.

ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །རླུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཚོད་མ། །འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་བྱི་ཟ་རྣམས་དང། །གནོད་སྦྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ། །

CHAG TSAL GYA JIN ME HLA TSANG PA / LUNG HLA NA TSOG WANG CHUG CHÖ MA
JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG / NÖ JIN TSOG KYI DÜN NE TÖ MA

Homage to you, Tārā, venerated by Indra, Agni, Brahma, Vayu and Ishvara, and praised by the assembly of spirits, raised corpses, *gandharvas* and all *yakshas*.

ཕྱག་འཚལ་ཏྲང་ཅེས་བྱ་དང་ཕྱ་ཀྱིས། །ཕ་རོལ་འགྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་མ། །གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །མེ་འབར་འགྲུགས་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །

CHAG TSAL TRE CHE JA DANG PHE KYI / PHA RÖL TRÜL KHOR RAB TU JOM MA
YE KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NEN TE / ME BAR TRUG PA SHIN TU BAR MA

Homage to you, Tārā, whose TRAT and PHAT destroy entirely the magical wheels of others. With your right leg bent and left outstretched and pressing, you burn intensely within a whirl of fire.

ཕྱག་འཚལ་རྟུ་རེ་འཛིགས་པ་ཚེན་མོས། །བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །ཚུ་རླུས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །དག་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །

CHAG TSAL TU RE JIG PA CHEN MÖ / DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA / CHU KYE ZHAL NI TRO NYER DEN DZE / DRA WO THAM CHE MA LÜ SÖ MA

Homage to you, Tārā, the great fearful one, whose letter TURE destroys the mighty demons completely; who with a wrathful expression on your water-born face, slay all enemies without an exception.

ཕྱག་འཚལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་ཕྱག་རྒྱའི། །སོར་མོས་བྲུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས་འབྲུག་མ། །

CHAG TSAL KÖN CHOG SUM TSÖN CHAG GYE / SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYEN MA
MA LÜ CHOG KYI KHOR LÖ GYEN PE / RANG GI Ö KYI TSOG NAM TRUG MA

Homage to you, Tārā, whose fingers adorn your heart with the gesture of the sublime precious three; adorned with a wheel striking all directions without exception with the totality of your own rays of light.

ཕྱག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བས་བརྗིད་པའི། །དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་སྤང་བས་སྤེལ་མ། །བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩྭ་རྡིས། །བདུད་དང་འཛིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །

CHAG TSAL RAB TU GA WE JI PE / U GYEN Ö KYI TRENG WE PEL MA / ZHE PA RAB ZHE TUTTĀ RA YI / DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZE MA

Homage to you, Tārā, whose radiant crown ornament, joyful and magnificent, extends a garland of light; and who, by your laughter of TUTTĀRA, conquer the demons and all of the worlds.

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་རྫོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རྒྱས་མ་ཉིད་མ། །ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྭ་གིས། །ཁོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྦྱོལ་མ། །

CHAG TSAL SA ZHI KYONG WE TSOG NAM / THAM CHE GUG PAR NÜ MA NYI MA
TRO NYER YO WE YI GE HÜM GI / PHONG PA THAM CHE NAM PAR DRÖL MA

Homage to you, Tārā, who are able to invoke the entire assembly of local protectors; whose wrathful expression fiercely shakes, rescuing the impoverished through the letter HÜM.

ཕྱག་འཚལ་སྐྱབ་བའི་དུམ་བུས་དབུ་རྒྱ། །བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །རལ་པའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་ནི་མཛད་མ། །

CHAG TSAL DA WE DUM BÜ U GYEN / GYEN PA THAM CHE SHIN TU BAR MA / RAL PE TRÖ NA Ö PAG ME LE / TAG PAR SHIN TU Ö NI DZE MA

Homage to you, Tārā, whose crown is adorned with the crescent moon; wearing ornaments exceedingly bright. From your hair knot the Buddha Amitābha radiates eternally with great beams of light.

ཕྱག་འཚལ་བསྐལ་པའི་ཐ་མའི་མེ་ལྷ་། །འབར་བའི་ཐྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །གཡས་བརྐང་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའ། །དག་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །

CHAG TSAL KAL PE THA ME ME TAR / BAR WE TRENG WE Ü NA NE MA
YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GA / DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Homage to you, Tārā, who dwell within a blazing garland that resembles the fire at the end of this world age; surrounded by joy, you sit with your right leg extended and left withdrawn, completely destroying all the masses of enemies.

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི། །མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་ཀྱིས་བརྟུང་མ། །ཁྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྩྭ་གིས། །རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ། །

CHAG TSAL SA ZHII NGÖ LA CHAG GI / THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA
TRO NYER CHEN DZE YI GE HÜM GI / RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

Homage to you, Tārā, with hand on the ground by your side, pressing your heel and stamping your foot on the earth; with a wrathful glance from your eyes you subdue all seven levels through the syllable HÜM.

ཕྱག་འཚལ་བདེ་མ་དགོ་མ་ཞི་མ། །ལྷ་བཟོ་འདས་ཞི་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ། །སྣ་རྩྭ་ལྷོ་དང་ཡང་དག་ལྷན་པས། །སྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ། །

CHAG TSAL DE MA GE MA ZHI MA / NYA NGEN DE ZHI CHÖ YÜL NYI MA
SVĀ HĀ OM DANG YANG DAG DEN PE / DIG PA CHEN PO JOM PA NYI MA

Homage to you, Tārā, O happy, virtuous and peaceful one, the very object of practice, passed beyond sorrow. You are perfectly endowed with SVĀHĀ and OM, overcoming completely all the great evils.

ཕྱག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། །དག་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ། །ཡི་གོ་བཅུ་པའི་དག་ནི་བཀོད་པའི། །རིག་པ་རྩྭ་ལས་སྦྱོལ་མ་ཉིད་མ། །

CHAG TSAL KÜN NE KOR RAB GA WE / DRA YI LÜ NI RAB TU GEM MA / YI GE CHU PE NGAG NI KÖ PE / RIG PA HÜM LE DRÖL MA NYI MA

Homage to you, Tārā, surrounded by the joyous ones. You completely subdue the bodies of all enemies. Your speech is adorned with the ten syllables and you rescue all through the knowledge-letter HÜM.

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེ་ཞབས་ནི་བརྟུང་པས། །རྩྭ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །རི་རབ་མན་རྩྭ་ར་དང་འབྲིགས་བྱེད། །འཛིག་ཏེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

CHAG TSAL TU RE ZHAB NI DAB PE / HÜM GI NAM PE SA BÖN NYI MA / RI RAB MEN DHĀ RA DANG BIG JE / JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Homage to you, Tārā, stamping your feet and proclaiming TURE. Your seed syllable itself in the aspect of HÜM causes Meru, Mandhāra and the Vindhya mountains and all the three worlds to tremble and shake.

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ། ། ཏུ་ར་གཉིས་བཟོན་ལྟ་གྱི་ཡི་གེས། ། ཏུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །

CHAG TSAL HLA YI TSO YI NAM PE / RI DAG TAG CHEN CHAG NA NAM MA / TĀ RA NYI JÖ PHE KYI YI GE / DUG NAM MA LÜ PAR NI SEL MA

Homage to you, Tārā, who hold in your hand the hare-marked moon like the celestial ocean.

By uttering TĀRĀ twice and the letter PHAT, you dispel all poisons without an exception.

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། ། ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། ། ཀྱུ་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བཟོན་གྱིས། ། ཚེད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །

CHAG TSAL HLA YI TSOG NAM GYAL PO / HLA DANG MI AM CHI YI TEN MA / KÜN NE GO CHA GA WE JI KYI / TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

Homage to you, Tārā, upon whom the kings of the assembled gods, the gods themselves and all *kinnaras*

rely; whose magnificent armor gives joy to all; you who dispel all disputes and bad dreams.

ཕྱག་འཚལ་ཉི་མ་རྩེ་བ་རྒྱས་པའི། ། སྤྱོད་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། ། ཉ་ར་གཉིས་བཟོན་ཏུ་རྩེ་ར་ཡིས། ། ཤིན་ཏུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

CHAG TSAL NYI MA DA WA GYE PE / CHEN NYI PO LA Ö RAB SAL MA / HA RA NYI JÖ TUTTĀ RA YI / SHIN TU DRAG PÖI RIM NE SEL MA

Homage to you, Tārā, whose two eyes—the sun and moon—radiate an excellent illuminating

light. By uttering HARA twice and TUTTĀRA, you dispel all violent epidemic disease.

ཕྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཞོད་པས། ། ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་མ། ། བཞོན་དང་རོ་ལངས་བཞོད་སྤྱིན་ཚོགས་རྣམས། ། འཛོམས་པ་ཏུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ། །

CHAG TSAL DE NYI SUM NAM KÖ PE / ZHI WE THU DANG YANG DAG DEN MA

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSOG NAM / JOM PA TU RE RAB CHOG NYI MA

Homage to you, Tārā, adorned by the three suchnesses, perfectly endowed with the power of serenity. You

who destroy the host of evil spirits, raised corpses and *yakshas*, O TURE, most excellent and sublime!

ཏུ་བའི་སྤྲུགས་གྱི་བསྟོན་པ་འདི་དང་། ། ཕྱག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ལུ་ཏུ་གཅིག །

TSA WE NGAG KYI TÖ PA DI DANG / CHAG TSAL WA NI NYI SHU TSA CHIG

Thus concludes this praise of the root mantra and the offering of the twenty-one homages.

འཕགས་སྐྱོལ་ལྷགས་རྗེས་བདག་འགོ་སྐྱིབ་གཉིས་སྤང། ། ཚོགས་གཉིས་ཇོགས་ཏེ་སྐྱེ་ཀུན་འཛིགས་བརྒྱད་བཅུས། །

PHAG DRÖL THUG JE DAG DRO DRIB NYI JANG / TSO G NYI DZOG TE KYE KÜN JIG GYE CHÜ

Ārya Tārā, through [your] compassion, the two obscurations of wayfaring beings and myself are cleansed and the two accumulations are perfected. In all lifetimes, the eight or [six]teen^{21, 22} perils' discord

མི་མཐུན་ཞི་སྟེ་བསྐྱབ་བསོད་ཚེས་འབྱོར་རྒྱས། ། འགོ་ཀུན་འཛིགས་སྐྱོལ་ཁྱོད་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཤོག ། 

MIM THÜN ZHI TE DRUB SÖ CHÖ JOR GYE / DRO KÜN JIG DRÖL KHYÖ ZHIN SANG GYE SHOG

is pacified and practice, merit, spiritual teachings and wealth increase. May all wayfarers be freed from danger and attain awakening like yours!

ཅེས་སྐྱགས་བརྒྱས་ན། འཕགས་མའི་ལྷགས་ཀར་ཏེ་དཀར་སྐྱགས་སྤང་འཁོར། ། འོད་འཕྲོས་དོན་བྱས་ཚེ་དཔལ་རྒྱས་པར་གྱུར། །

PHAG ME THUG KAR TĀM KAR NGAG TRENG KHOR / Ö TRÖ DÖN JE TSE PAL GYE PAR GYUR

When reciting the mantra: In the heart of the Exalted Lady is a white TĀM surrounded by the mantra garland. It radiates light that accomplishes the [two] objectives and enriches vitality and glory.

ཨོྲ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨུ་ཡུ་རྫོ་ན་པུ་ཏྲེ་པུཾྌ་ཀུ་རུ་སྐྱ་ཏཱ། ། ཞེས་བཞུ།

OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR JĀNA PUNYE PUṢṬIM KURU SVĀHĀ. Thus recite.

སྐྱབས་བདུན་མ་ལི། མ་སྐྱེ་བ་མིང་པའི་ཚེས་དབྱིངས་ན། ། ཡུམ་རྗེ་བཅུན་ལྷ་མོ་སྐྱོལ་མ་བཞུགས། ། དེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྟེར་མ། ། བདག་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

MA KYE WA ME PE CHÖ YING NA / YUM JEB TSÜN HLA MO DRÖL MA ZHUG / DE SEM CHEN KÜN LA DE TER MA / DAG JIG PA KÜN LE KYAB TU SÖL

The Seven [Verses of Supplication to Ārya Tārā] for Protection:²³ Exalted Goddess, Mother Tārā, you dwell within the mother, the unborn sphere of phenomena. Giver of ease to all sentient beings, please protect me from every peril!

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

RANG CHÖ KU YIN PAR MA SHE PAR / SEM NYÖN MONG WANG DU GYUR PA YI

MA KHOR WAR KHYAM PE SEM CHEN LA / YUM HLA MO KHYÖ KYI KYAB TU SÖL

Mother Goddess, please protect sentient ones who wander in cyclic existence—my mothers whose minds have fallen under the sway of afflictions and do not recognize that they themselves are dharmakāya.

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

CHÖ NYING NE GYÜ LA MA KYE PAR / THA NYE TSIG GI JE DRANG NE

DRUB THA NGEN PE HLÜ PA LA / YUM YANG DAG GI HLA MÖ KYAB TU SÖL

Authentic Mother Goddess, please protect those in whose minds Dharma has not sincerely arisen—
those who, following after [mere] expressions, have been deceived by base doctrines.

རྫོགས་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། །

TOG PAR KA WA RANG GI SEM / THONG NE GOM PAR MI JE PAR / JA WA NGEN PE YENG WA LA / YUM DREN PE HLA MÖ KYAB TU SÖL

Mindful Mother Goddess, please protect those distracted by evil activities—those who,
having seen the natural mind, so difficult to comprehend, do not habituate it.

སེམས་རང་བྱུང་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལ། །གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བཅིངས་པ་རྣམས། །ཐུགས་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

SEM RANG JUNG NYI ME YE SHE LA / NYI SU DZIN PE BAG CHAG KYI / JI TAR JE KYANG CHING PA NAM / THUG NYI ME KYI HLA MÖ KYAB TU SÖL

Goddess of Nondual Mind, please protect those who, no matter what they do, are bound by
the mental imprints of dualistic grasping at the mind that is self-arisen non-dual wisdom.

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

YANG DAG GI DÖN LA NE JE KYANG / GYUM DRE KYI TEN DREL MI SHE PE

SHE JE DÖN LA MONG PA LA / YUM KÜN KHYEN GYI HLA MÖ KYAB TU SÖL

Omniscient Mother Goddess, please protect those ignorant of the meaning of knowable things—those who,
though having dwelt in the true meaning, are not aware of the dependent relations of cause and effect.

སྦྱོས་བྲལ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །ཐམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱིས། །ད་དུང་སྦྱོབ་མའི་གང་ཟག་ལ། །ཡུམ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

TRÖ DREL NAM KHE TSEN NYI CHEN / THAM CHE DE DANG YER ME KYI

DA DUNG HLOB ME GANG ZAG LA / YUM DZOG SANG GYE KYI KYAB TU SÖL

Perfect Mother Buddha, please protect those beings—disciples who still [do not see] that all things,
endowed with the attribute of unelaborated space, are inseparable therefrom.

ཨོྭ་ཁྱེད་གྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་མཛད། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །སངས་རྒྱལ་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང། །སྤྱི་ཡའ་འབྱོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །
བརྗོད་ལ། བདག་མདུན་ཡི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས། དམ་ཚིག་པ་རང་ལ་ཐིམ་པར་གྱུར།

OM KHYE KYI SEM CHEN DON KÜN DZE / JE SU THÜN PE NGÖ DRUB TSÖL / SANG GYE YÜL DU SHEG NE KYANG / HLAR YANG JÖN
PAR DZE DU SÖL / VAJRA MU / DAG DÜN YE SHE PA RANG ZHIN GYI YING SU SHEG / DAM TSIG PA RANG LA THIM PAR GYUR
OM. You who accomplish all welfare for beings, please bestow appropriate attainments. Though you depart to the sphere of the buddhas, please appear [here] again! VAJRA MU! The wisdom being before me spontaneously departs into space. The commitment being dissolves into herself.²⁶

རྒྱལ་མཚན་རྩེ་མོ་དབང་རྒྱལ་ལྟར། །ལྟ་མིའི་མཚོན་པས་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །ལྷ་མ་ལྷ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག ། །
GYAL TSEN TSE MO WANG GYAL TAR / HLA MII CHÖ PE NGÖ DRUB TER / LA MA HLA YI TRA SHI SHOG
Like a wish-fulfilling jewel, you bestow attainments through gods' and humans' worship [of you]. May the auspicious blessing of the gurus and deities be present!

བདག་གིས་བསྟེན་བསྐྱབ་མཚོན་པ་ཡིས། །དགོ་བས་འགོ་སྤྱད་ཁྱོད་འགྲུབ་ཤོག །ཅེས་བསྟོན་བར་བྱོ།
DAG GI NYEN DRUB CHÖ PA YI / GE WE DRO NYUR KHYÖ DRUB SHOG

By the virtue of my approach, accomplishment and worship, may wayfaring beings swiftly realize you! Thus dedicate.

དེ་ལྟར་སློབ་ཚོགས་མཚུལ་བསྐྱེད་པ་འདི་ཉིད། །རྟོགས་ལྡན་གྲུབ་བརྟེན་པ་བསྟེན་རྒྱལ་གྱི་གསུངས་བཞེད་ལྟར་འཕགས་མ་ཉིད་གྱིས་ལན་གསུམ་དུ་བདུད་རྩི་དང་ཤེལ་ཐེང། །ལྷ་ལྟུང་འདབ་བརྒྱ་སོགས་
གནང་བའི་རྗེས་ཉམས་དགོ་བའི་རྟོགས་ཡིན་ཚོད་བྱུང་བས་གསུང་མ་བཅག་ཅོམ། །མགར་སྐུ་སྐུ་ཐེང་བདུན་པ་ཐིན་ལས་ཡོངས་ཁྱབ་གྱིས་འཕྲལ་བེས་པ་དགོའོ། །མདྲའི། བཀྲ་ཤིས་ཤོག
Thus, in accordance with the wish of Tengye, the realized one who has attained siddhi, this concise mandala practice of Tārā [was written down].
Having thrice seen dream-visions in which nectar, a crystal mala, hundred-petalled utpalas and the like were given by the Exalted Lady herself
[and] guessing that these were positive signs, Trinle Yongkhyab, the seventh Gartrül, immediately wrote down [the text],
scarcely violating [her] buddha speech. May it be virtuous! Mangalam. May [all] be auspicious!

རྗེ་བཙུན་བཙུག་ལྷན་འདས་མ་གྲུགས་རྗེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྐྱིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་སྐྱུར་རྗེས་ཏེ། །

JEB TSÜN CHOM DEN DE MA THUG JE CHEN / DAG DANG THA YE SEM CHEN THAM CHE KYI / DRIB NYI JANG ZHING TSOG NYI NYUR DZOG TE
Transcendent, Endowed, Victorious Lady, Compassionate One, [when] the two obscurations of all infinite sentient ones
and myself have been cleansed and the two accumulations have been swiftly completed, please cause us to attain

རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཚོག་ཐོབ་ནས། །

DZOG PE SANG GYE THOB PAR DZE DU SÖL / DE MA THOB KYI TSE RAB KÜN TU YANG / HLA DANG MI YI DE WE CHOG THOB NE
complete buddhahood! In all lifetimes until that is achieved, having attained gods' and humans' supreme happiness,

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་ཚད་གདོན་བགོགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །དུས་མིན་འཚི་བར་གྱུར་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། །

THAM CHE KHYEN PA DRUB PAR JE PA LA / BAR CHE DÖN GEG RIM DANG NE LA SOG / DÜ MIN CHI WAR GYUR PA NA TSOG DANG
let omniscience be accomplished; let hindrances, evil and obstructing spirits, epidemics, illness and so forth, and the various

མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་བ་དང་། །འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚོ་བ་རྣམས། །ལྷུང་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

MI LAM NGEN DANG TSEN MA NGEN PA DANG / JIG PA GYE SOG NYE WAR TSE WA NAM / NYUR DU ZHI ZHING ME PAR DZE DU SÖL
[conditions for] untimely death, bad dreams, ill omens, the eight perils and all harm be swiftly pacified and removed!

འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི། །བརྒྱ་ཤིས་བདེ་ལོགས་སྐྱུ་སྐྱུ་ཚོགས་པ་རྣམས། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། །

JIG TEN JIG TEN LE NI DE PA YI / TRA SHI DE LEG PHÜN SUM TSOG PA NAM / PHEL ZHING GYE PE DÖN NAM MA LÜ PA
Let all the objects to be developed and increased without exception—the abundant
prosperity and auspicious good fortune of this world and beyond—

འབད་མེད་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །སྐྱབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཚོས་འཕེལ་བ་དང་། །རྟག་ཏུ་ཁྱེད་སྐྱབ་ཞལ་མཚོག་མ་ཐོབ་བ་དང་། །

BE ME HLÜN GYI DRUB PAR DZE DU SÖL / DRUB LA TSÖN ZHING DAM CHÖ PHEL WA DANG / TAG TU KHYÖ DRUB ZHAL CHOG THONG WA DANG
be spontaneously and effortlessly achieved! May I be diligent in practice and may the
true Dharma flourish! Continually practicing you, let me see your sublime face,

སྟོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ། །ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། །

TONG NYI DÖN TOG JANG SEM RIN PO CHE / YAR NGÖI DA TAR PHEL ZHING GYE PAR DZÖ

let the ultimate nature of emptiness be realized and let precious *bodhicitta* develop and increase like the waxing moon!

རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་ལམོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །པརྫོད་མ་པ་གིན་ཏུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས། །སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མཛོན་སུམ་དུ། །

GYAL WE KYIL KHOR ZANG ZHING GA WA DER / PE MO DAM PA SHIN TU DZE LE KYE / NANG WA THA YE GYAL WE NGÖN SUM DU

When I have taken birth from an excellent and most beautiful lotus in that fine and delightful mandala of the Victorious Ones, may the Victor Amitabha directly give his prophecy and

ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་བོབ་ཤོག། །བདག་གིས་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་བྲིན་ལས་མ། །

LUNG TEN PA YANG DAG GI DER THOB SHOG / DAG GI TSE RAB KÜN TU DRUB PE HLA / DÜ SUM SANG GYE KÜN GYI TRIN LE MA

may I perfectly realize it! Goddess who I have practiced in all my lifetimes— lady who engages in the activity of all the three times' buddhas—

སྡོ་ལྷང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྷུར་ཞེ་མ། །ཡུམ་གྱུར་ལུང་ལ་བསྐྱམས་པའི་བཀྲ་གིས་ཤོག། །རྒྱལ་ཡུམ་སྐྱོལ་མ་ཁྱེད་སྐྱུ་ཅི་ལྟ་དང་། །

NGO JANG ZHAL CHIG CHAG NYI NYUR ZHI MA / YUM GYUR UTPAL NAM PE TRA SHI SHOG / GYAL YUM DRÖL MA KHYE KU CHIN DRA DANG

blue-green [in color], with one face and two arms, you are the lady who swiftly pacifies! May the glory of the mother who holds the *utpala* be present! Royal Mother Tāra,

ལམོར་དང་སྐྱུ་ཚེའི་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །ཁྱེད་གྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་ལྟ་བུ། །དེ་ལྟ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག། །

KHOR DANG KU TSEI TSE DANG ZHING KHAM DANG / KHYE KYI TSEN CHOG

ZANG PO CHIN DRA WA / DEN DRA KHO NAR DAG SOG GYUR WAR SHOG

may others and I become exactly like you in your form, retinue, lifespan, pureland and your noble major marks!

ཁྱེད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་སྤོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་ཚུད་ཞི་བ་དང་། །

KHYÖ LA TÖ CHING SÖL WA TAB PE THÜ / DAG SOG GANG DU NE PE SA CHOG SU / NE DÖN ÜL PHONG THAB TSÖ ZHI WA DANG

By the power of praising and supplicating you, let illness, evil spirits, poverty and strife be pacified

ཚོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །སྐྱ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་མཚན་དང་དཔེ་བྱེད་ལྷན། །གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་ལ་པི་རྒྱའི་དབྱངས། །

CHÖ DANG TRA SHI PHEL WAR DZE DU SÖL / KU YI KYÖN PANG TSEN DANG PE JE DEN / SUNG GI KYÖN PANG KA LA PINGKE YANG

and let Dharma and auspiciousness increase for myself and others in whichever lands we abide!

Having cast off physical flaws, you are endowed with the major and minor marks.

Having cast off defects of speech, [you have] the melodic cry of the Indian cuckoo.

ཐུགས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤངས་ཤེ་ཇཱ་ཐཱ་དག་གི་ཐོག་ལ། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

THUG KYI KYÖN PANG SHE JA THA DAG ZIG / TRA SHI PAL BAR MA YI TRA SHI SHOG

Having cast off the faults of mind, you see the entirety of knowable things.

May the glory of the lady who blazes with auspicious splendor be present!

ཨོྲ་ འཛིགས་པ་བརྒྱད་སྐྱོབས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དན་སོང་སྐོ་འགོགས་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

OM̐ / JIG PA GYE KYOB MA LA CHAG TSAL LO / TRA SHI PAL BAR MA LA CHAG TSAL LO / NGEN SONG GO GEG MA LA CHAG TSAL LO

OM̐. Homage to she who protects from the eight perils! Homage to she who blazes with auspicious splendor! Homage to she who blocks the door to evil destinies!

མཐོ་རིས་ལམ་འདྲེན་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཉག་ཏུ་བྱེད་ཀྱིས་སྤོངས་པར་མཛད། །ད་དུང་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །འདི་ནི་པཎ་ཆེན་ཨོ་པོ་ལྷའི་གསུངས་སོ། །

THO RI LAM DREN MA LA CHAG TSAL LO / TAG TU KHYE KHYI TONG PAR DZE / DA DUNG THUG JE KYAB TU SÖL

Homage to she who guides on the path to the higher realms! You have continually accompanied [me]. Pray protect [me] evermore with compassion! *These are the words of Pandit Atisha.*

ཀྱ་ཡེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མ་མ་ཁྱོད། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བུ་ལྟར་བརྩེ་ཆེན་མ། །ཁྱོད་ཀྱི་བརྩེ་བས་བདག་འགོ་སྐྱེ་བ་གཉིས་སྤང་། །

KA YE / DÜ SUM GYAL WE MA MA KHYÖ / SEM CHEN KÜN LA BU TAR TSE CHEN MA / KHYÖ KYI TSE WE DAG DRO DRIB NYI JANG

O, mama of the three times' Victors, you whose great love for all sentient ones is like a [mother's] love for her child! Through your affection, the two obscurations of wayfarers and myself are cleansed and

ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་ཏེ་སྐྱེ་ལྷན་འཛིགས་བརྒྱད་བཅུ་ས། །མི་མཐུན་ཞེ་སྟེ་བསྐྱབ་བསོད་ཚོས་འབྱོར་རྒྱས། །བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་སློག་ལས་ལྷན་སློལ་ཏེ། །

TSOG NYI DZOG TE KYE KÜN JIG GYE CHÜ / MIM THÜN ZHI TE DRUB SÖ CHÖ JOR GYE / DAG DZIN CHAG KYI DROG LE KÜN DRÖL TE
the two accumulations are perfected. In all lifetimes, the eight or sixteen perils²⁷ discord is pacified and practice, merit, spiritual teachings and endowment increase. Being fully liberated from the iron shackles of self-grasping,

གཞན་ཕན་འགོ་དོན་ཁྱོད་དང་དབྱེར་མེད་ཤོག །དམ་ལྷན་སློབ་མས་གསོལ་བཏབ་གང་སློན་འགྲུབ། །མགར་མིང་དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་རང་ནས་བྲིས།

ZHEN PHEN DRO DÖN KHYÖ DANG YER ME SHOG / DAM DEN HLOB ME SÖL TAB GANG MÖN DRUB

may my altruistic intent and benefit to beings become inseparable from yours! Accomplish whatever petitions are made by disciples endowed with *samaya*! *This was written by Könchog Gyaltsen, the one named "Gar."*

མགར་རྒྱལ་སྐྱེ་ལྷན་བརྒྱད་པ་དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་གྱི་བཀའ་ནང་ལྟར་སློབ་མཁུ་རི་མས་དབྱིན་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར། རོངས་པ་རི་མཚོས་རྒྱལ་ཡུམ་འཕགས་མ་སློལ་མ་བཟོད་པར་གསོལ།

According to the command of Könchog Gyaltsen, the eighth Gartrül Rinpoche, the Tibetan texts were translated into English by the disciple Ari-ma, except for The Praise [to Ārya Tārā] in Twenty-one [Verses] of Homage, which was translated from Tibetan by the late Lama Thubten Yeshe and used with the permission of FPMT. For whatever errors there may be, I request the forbearance of Ārya Tārā, Mother of the Victorious Ones.

Text commentary was offered by Kyabje Garchen Rinpoche, Khenpo Sherab Özer and Gapé Lama. Many thanks to Meghan Howard for editorial suggestions regarding the Tibetan, Sanskrit and English, to Trisha Lamb and Emily Webber for English editing and to Amy Fry-Miller for proofreading the Tibetan transliteration.

English translation © 2005 The Gar Chöding Trust, 6th ed. All rights reserved. For information contact: gar.choding.trust@gmail.com.

¹ Here the author uses the term “utpala.” When it appears in Indian and Tibetan literature, the Sanskrit word “utpala” is often translated “blue lotus,” or, perhaps more accurately, “blue water lily” (*nymphaea caerulea*). In contemporary Eastern Tibet, this loanword appears in common usage as “upala,” and refers to a wildflower that blooms in Himalayan forest meadows in late summer. Having violet petals and a yellow stamen, the flower’s botanical name is probably “aster souliei” or, perhaps, “aster batangensis.”

² According to the instruction of Kyabje Garchen Triptrül Rinpoche, this protection yantra appears as an egg-shaped orb.

³ i.e., White Tārā.

⁴ The lotus manifests with three attributes: a fully-opened blossom, a bud and a seed pod.

⁵ i.e., Buddha Amitābha.

⁶ This reading of the outer offerings was provided by Jan-Ulrich Sobisch, Ph.D., of Drikung Thubten Shedrub Ling, Center for the Study and Translation of Buddhist Teachings and Practices, Hamburg, Germany.

⁷ In some sādhanas, the TĀM syllable faces outward; however, in this visualization, it faces left.

⁸ The OM and HĀ face outward, with the OM [syllable] positioned at 3 o’clock and the HĀ at 9 o’clock in the hub of the wheel at one’s heart.

⁹ The names are situated anticlockwise, facing outward in an arc between the syllables HĀ and OM. The syllables of the longevity mantra are arranged anticlockwise, facing outward in an arc between the syllables OM and HĀ. The longevity mantra is: MA MA ĀYUR JÑĀNA PUNYE PUṢṬIM KURU HĀ, with the final syllable being at 9 o’clock opposite the OM.

¹⁰ i.e., TĀ RE TUT TĀ RE TU RE SVĀ

¹¹ The Sanskrit vowels are: A Ā I Ī U Ū R Ṛ Ḍ Ḍ E Ē O Ō AM AH. They face outward.

¹² The Sanskrit consonants are: KA KHA GA GHA NGA / CA CHA JA JHA ṆA / ṬA ṬHA ḌA ḌHA ṆA / TA THA DA DHA NA / PA PHA BA BHA MA / YA RA LA WA / ŚA ŚA SA HA KṢA. They face inward.

¹³ The initial OM and final SVĀHĀ are omitted: YE DHARMĀ HETU PRABHAVĀ HETŪN TEṢĀM TATHĀGATO HYAWADATA / TEṢĀM CAYO NIRODHA EWAM VADI MAHĀ ŚRAMAṆAḤ. These syllables face outward.

This statement, known as “the essence of dependent relationship,” has been translated by Waldschmidt as follows: “Of all the objects that proceed from a cause, the Tathāgata has explained the cause and its cessation. Thus is the doctrine of the great Shramana.”

¹⁴ The Tibetan term “mchin.kha” is literally translated “liver color” and refers to a dark reddish-purple hue. According to Garchen Rinpoche, in this context, the term probably refers to a violet color like that of purple aster.

¹⁵ The “concentric spheres” surrounding the commitment being are ovoids.

¹⁶ According to commentary by Garchen Rinpoche, the mala is held coiled within cupped hands.

¹⁷ In this aspect, the facing generation differs from the self-generation.

¹⁸ The seven attributes of a universal monarch are the precious wheel, jewel, minister, horse, elephant, queen and general.

¹⁹ The eight auspicious emblems are the parasol, golden fish, vase, lotus, right-turning conch, endless knot, victory banner and wheel.

²⁰ This praise was composed by Buddha Verochana. The translation herein was done by the late Lama Thubten Yeshe.

²¹ Although a literal translation of the Tibetan text would read “eight or ten perils,” in order to preserve the meter of the line, the two-syllable term “sixteen” (bcu.drug) was abbreviated to the single syllable “ten” (bcu).

²² According to Jonang Tārānātha, the sixteen perils are: enemies, lions, elephants, fire, poisonous snakes, thieves, imprisonment, ocean waves, carnivores, leprous diseases, harm from the emissaries of powerful rulers, poverty, separation from kinsmen, punishment, lightning strikes and repeated failures.

²³ This supplication was composed by Kyobpa Jigten Sumgön.

²⁴ This reading of the hundred-syllable mantra was provided by Khenpo Tashi Samphel, Ph.D., of the Central Institute of Higher Tibetan Studies, Varanasi and Songtsen Library. It has been modified for recitation in the context of Tārā practice.

²⁵ According to Khenpo Sherab Özer [KSO], this request to remain should be recited when a physical representation of the deity is present.

²⁶ This dissolution, which accords with the system of activity tantra, should be engaged at the conclusion of a single practice session or, in the case of a retreat, in the concluding session. Thus, there is no incompatibility if the request to remain and the dissolution are read one after the next in the same session. [KSO]

²⁷ See footnote 22.