

Prayers

Refuge and Bodhichita

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་རྣམས་ལ། །
བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཚི། །
བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། །
འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

sangye chö dang tsok kyi chok nam la
changchub bardu dak ni kyab su chi
dak gi jin sok gyipé tsok nam kyi
dro la pen chir sangye drubpar shok

In the Buddha, the Dharma and the Supreme Assembly
I take refuge until I attain enlightenment.

Through the accumulations of practising generosity and so on,
May I attain buddhahood for the benefit of all beings.

The Four Immeasurables

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱད་བསྐྱལ་དང་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱད་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སློམ་ལ་
གནས་པར་གྱུར་ཅིག

semchen tamché dewa dang dewé gyu dang
denpar gyur chik
semchen tamché dukngal dang dukngal gyi gyu dang
dralwar gyur chik
semchen tamché dukngal mepé dewa dang mindralwar
gyur chik
semchen tamché nyering chakdang nyi dang dralwé tang
nyom la nepar gyur chik

May all sentient beings enjoy happiness and the causes of happiness!

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

May they never be separated from the sacred happiness devoid of suffering!

And may they dwell in equanimity that is free from attachment and aversion!

Short Maṇḍala Offering

ས་གཞི་སྤོས་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བགྲམ། །
རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །
སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །
འགྲོ་གུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག། །

sa zhi pö gi juk shing métok tram
rirap ling zhi nyi dé gyenpa di
sangyé zhing du mik té pulwa yi
dro kun namdak zhing la chöpar shok

The ground is purified with incense and strewn with flowers.

It is adorned with Sumeru, the king of mountains, the four continents of the universe, and the sun and the moon;

Thinking of it as the blessed buddha-fields, I offer it.

By virtue of this offering, may all beings here and now attain the happiness of that pure land!

Aspirational Prayer

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །
སྒོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བུར། །
ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །

semchen nam kyi sampa dang
lo yi jedrak jitawar
chechung tünmong tekpa yi
chö kyi khorlo kor du sol

In keeping with the mentality of sentient beings
And their intentions, each and every one,
I implore you: turn the Wheel of Dharma
Of the common, basic, and great vehicles.

Dedication

བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །
མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གྱུར་ཅིག །
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་། །
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

jangchup semchok rinpoché
makyé panam kyé gyur chik
kyepa nyampar mepa yang
gongné gongdu pelwar shok

May the precious mind of awakening
Arise in those for whom it has not yet arisen,
And where it has arisen may it never wane,
But increase forever more!

Long Life Prayer for His Holiness

སྟོང་ཉིད་སྣིད་རྗེ་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ། །
ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན། །
ཕུག་ན་པརྗོ་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཚོ་ལ། །
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞིན་དོན་ལྷུན་གྱུབ་ཤོག །

tongnyi nyingjé zungdu jukpé lam
ché cher saldzé gangchen ten drö gön
chak na pemo tendzin gyatso la
solwa deb so zhedön lhündrub shok

You make the path that combines emptiness and compassion grow
clearer and clearer,
Lord of the teachings and beings in the Snowy Land of Tibet,
To you, the Lotus Holder Tenzin Gyatso,
We pray: may all your wishes be spontaneously fulfilled!

Long Life Prayer for His Holiness

གངས་རི་རྩ་བས་བསྐོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །
ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །
སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །
ཞབས་པད་སྤིང་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག །

gang ri ra be kor wa'i hsing kham su
pen dung de wa ma lu jung wa'i ne
jyen re zig wang den zin gya tsho yi
hsiab pe sid tha'i bar du den gyur jig

In the land encircled by snow mountains,
One who is the source of all good and happiness,
All-powerful Chenrezig, Tenzin Gyatso,
Please remain until samsara ends.

Dedication

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །
བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཏེ། །
བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །
དམ་པ་སྐྱེ་བའི་ས་ཐོབ་པར་ཤོག། །

gewa di yi kyewo kün
sönam yeshé tsok dzog té
sönam yeshé lé jungwé
dampa ku nyi topar shok

Through this virtue, may all beings
Complete the accumulations of merit and wisdom,
And from this merit and wisdom
May they attain the two kayas!

Dedication

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲེལ་དང་། །
འབྲུལ་མེད་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ཀྱིས་། །
དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག །

kyewa kuntu yangdak lama dang
dralmé chö kyi pal la longchö ching
sa dang lam gyi yönten rabdzok né
dorjé chang gi gopang nyur tob shok

May I never be separated from my perfect lamas in all life times,
May I enjoy the glory of dharma,
May I completely perfect the qualities of all the bhūmis and paths,
And swiftly attain vajradhara!

Auspicious Words

ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས། །

nyin mo de lek tsen de lek

ཉིན་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། །

nyin mo'i gung yang de lek shing

ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདེ་ལེགས་པའི། །

nyin tsen tag tu de lek pai

དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱིས་བཟུ་ཤིས་ཤོག །

kün chog sum gyi tashi shog

May the day be well, may the night be well,

May the mid hours bring happiness too,

May the day and night be always well!

Buddha, Dharma and Sangha, grant this here and now!

ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

Thug Je Che

Thank you!