

༄༅། །སྐུ་རྒྱུ་འབོད་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་མོས་གྲུས་སླིང་གི་གཟེར་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

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

ནམོ་གུ་རུ་བེ། སྐུ་རྒྱུ་འབོད་ཀྱི་ལ་གྲགས་ཆེའང་། བྱིན་བརྒྱབས་བསྐྱེད་པའི་གནད་སྤྱོད་ཤས་ངེས་འབྱུང་གིས་
བསྐྱེད་པའི་མོས་གྲུས་ཁཚ་ཆོག་ཚམ་མ་ཡིན་པར་སླིང་གི་དཀྱིལ། རུས་པའོ་གཏིང་ནས་བསྐྱེད། སྐུ་ལས་ལྷག་པའི་
སངས་རྒྱུས་གཞན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་དང་ལྷན་པས་དབྱངས་རྟ་སྟོན་པོས།

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:

སྐུ་མ་མཁའ་མཁའ་། །
LAMA CHEN NO

Lama, think of us.

འིན་ཅན་ཙ་ལ་བའི་སྐུ་མ་མཁའ་མཁའ་། །
DRIN CHEN TSA WAY LA MA CHEN NO

Kind root Lama think of us

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ངོ་བོ། །
DÜ SUM SANG GYE KYI NGO WO

Essence of the Buddhas of the three times,

ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས། །
LUNG TOK DAM CHÖ KYI JUNG NE

Source of genuine Dharma in scripture and realization,

འཕགས་ཆོག་ས་དགེ་འདུན་གྱི་མངའ་བདག །
PHAK TSOK GEN DÜN GYI NGADAK

Master of the noble gathering of sangha,

ཙ་ལ་བའི་སྐུ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་། །
TSA WAY LAMA CHO CHEN NO

Root Lama, may you think of us

བྱིན་རྒྱབས་ཐུགས་རྗེ་ཡི་གཏེར་ཆེན། །
JIN LAB THUK JEY TER CHEN

Great treasure of blessing and compassion,

དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་གནས། །
NGÖ DRUB NAM NYI KYI JUNG NE

Source of the two siddhis

སྤྱིན་ལ་ས་ཅི་འདོད་ཀླན་སྤྱོལ་མཛོད། །
TRIN LE CHI DÖ KÜN TSÖL DZE

Buddha activity that grants whatever is desired,

ཙ་བའི་བླ་མ་ཁྱེད་མཁྱེན་ནོ། །
TSA WAY LAMA CHO CHEN NO

Root Lama, may you think of us

བླ་མ་འོད་དཔག་མེད་པ་མཁྱེན་ནོ། །
LA MA Ö PAK ME PA CHEN NO

Lama Amitabha, think of us

སྤྱོས་བྲལ་ཆོས་སྐྱའི་གློང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །
TRÖ DREL CHÖ KUI LONG NE ZIG SHIK

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

བདག་སོགས་ལས་ངན་འཁོར་བར་འབྱུང་ས་རྣམས། །
DAK SOK LE NGEN KHOR WAR KHYAM NAM

We wander in samsara through the force of negative karma;

བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་བྱོང་ས་མཛོད། །
DE CHEN DAK PAY ZHING DU DRONG DZÖ

Bring us to rebirth in your pure Land of bliss

བླ་མ་ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་མཁྱེན་ནོ། །
LA MA CHEN RE ZIK WANG CHEN NO

Lama Chenrezig, think of us

འོད་གསལ་ལོངས་སྐྱའི་གློང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །
Ö SEL LONG KUI LONG NE ZIG SHIK

See us from the expanse of the luminous sambhogakaya.

རིགས་དྲུག་སྤུག་བསྐྱལ་ཙུང་ནས་ཞི་ཞིང་། །
RIK DRUK DUK NGEL TSE NE ZHI ZHING

Pacify completely the suffering of the six kinds of beings

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྤུག་མཛོད། །
KHAM SUM KHOR WA DÖNG NE TRUK DZÖ

And totally transform the three realms of samsara.

ལྷ་མ་པ་མ་འབྱུང་གནས་མཁའ་ཕྱོག་ནོ། །
LA MA PA MA JUNG NE CHEN NO

Lama Padmasambhava, think of us

ང་ཡེ་བ་པ་ལྷ་འོད་ནས་གཟིགས་ཤིག །
NGA YAB PE MA Ö NE ZIG SHIK

Behold us from the luminous Lotus of Nga Yab Ling.

སྟིགས་དུས་སྐྱབས་མེད་བོད་འབངས་ཉམ་ཐག །
NYIK DÜ KYAB ME BÖ BANG NYAM THAK

In these dark times, swiftly protect with your compassion

ཐུག་ཇེ་ལྷུར་བཉིད་དུ་སྐྱབས་མཛོད། །
THUK JE NYUR WA NYI DU KYOB DZÖ

Tibetan disciples, all those who are destitute and without refuge.

ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་མཁའ་ཕྱོག་ནོ། །
LA MA YE SHE TSO GYAL CHEN NO

Lama Yeshe Tsogyal, think of us

མཁའ་སྐྱོད་བདེ་ཆེན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །
KHA CHÖ DE CHEN DRONG NE ZIG SHIK

Behold us from the Dakinis city of great bliss

སྟིག་ལྷན་བདག་སོགས་སྲིད་པའི་མཚོ་ལས། །
DIK DEN DAK SOK SI PAY TSO LE

Bring us, who have committed negative actions,

ཐར་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་གྲོལ་མཛོད། །
THAR PAY DRONG KHYER CHEN POR DRÖL DZÖ

Across the ocean of samsara to the great city of liberation.

བཀའ་གཏེར་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་མ་མཁའ་ཕྱོག་ནོ། །
KA TER GYÜ PAY LA MA CHEN NO

Lamas of the oral transmission and terma lineages, think of us.

རྩུང་འཕྲུག་ཡེ་ཤེས་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །
ZUNG JUK YE SHE LONG NE ZIG SHIK

Behold us from the expanse of primordial wisdom, the union of appearance and emptiness

བདག་རྒྱུད་འཁྲུལ་པའི་ཐུན་ཁང་བརྟོལ་ནས། །
DAK GYÜ TRÜL PAY MÜN KHANG TOL NE

Break through the dark prison of our confused mind

རྟོག་པའི་ཉི་མ་ཤར་མཛོད་ཅིག །

TOK PAY NYI MA SHAR WAR DZÖ

And make the sun of realization rise.

ཀུན་མཁྱེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་མཁྱེན་ལོ། །

KÜN KHYEN DRI ME Ö ZER CHEN NO

Omniscient Drime Ozer, think of us

ལྷུན་གྲུབ་འོད་ལྔའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

LHÜN DRUB Ö NGAY LONG NE ZIG SHIK

Behold us from the expanse of the five spontaneous lights.

ཀ་དག་དགོངས་པའི་རྩལ་ཆེན་ཐོག་ནས་ནས། །

KA DAK GONG PAY TSAL CHEN DZOK NE

Help us to perfect the great display of mind, primordially pure,

སྒྲུང་བཞི་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་མཛོད་ཅིག །

NANG ZHI THA RU CHIN PAR DZÖ CHIK

And to complete the four stages of ati yoga.

མཉམ་མེད་ཐོག་ཡབ་སྲས་མཁྱེན་ལོ། །

NYAM ME JO WO YAB SE CHEN NO

Incomparable Atisha and your heart son,

དགའ་ལྷན་ལྷ་བརྒྱའི་དབུས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

GA DEN LHA GYAY Ü NE ZIG SHIK

Amidst hundreds of deities, behold us from Tushita.

སྟོང་ཉིད་སྟིང་ཐེའི་སྟིང་པོ་ཅན་གྱི། །

TONG NYI NYING JEI NYING PO CHEN GYI

Bring about the birth in our mind stream

བྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་མཛོད་ཅིག །

JANG SEM GYÜ LA KYE WAR DZÖ CHIK

Of bodhicitta, the essence of emptiness and compassion.

གྲུབ་མཆོག་མར་མི་དྲགས་གསུམ་མཁྱེན་ལོ། །

DRUB CHOK MAR MI DAK SUM CHEN NO

Supreme Siddhas, Marpa, Milarepa and Gampopa, think of us

བདེ་ཆེན་རྩི་རྩི་ལྷེད་ནས་གཟིགས་ཤིག །

DE CHEN DOR JEI YING NE ZIK SHIK

Behold us from the space of great Vajra bliss.

བདེ་སྟོང་ཕྱག་ཆེན་མཆོག་དངོས་གྲུབ་ཅིང་། །

DE TONG CHAK CHEN CHOK NGÖ DRUB CHING

Enable us to attain the supreme siddhi of Mahamudra bliss and emptiness inseparable;

ཆོས་སྐྱ་སྒྲིང་དབྱུང་སང་པར་མཛོད་ཅིག །

CHÖ KU NYING Ü SE PAR DZÖ CHIK

Awaken the dharmakaya in our heart of hearts.

འཛིན་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཀམ་པ་མཁུན་ནོ། །

JIK TEN WANG CHUK KAR MA PA CHEN NO

Lord of the World, Karmapa, think of us.

མཁའ་ཁྲབ་འགོ་འདུལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

KHA KHYAB DRO DÜL YING NE ZIG SHIK

Behold us from the space where all beings, in numbers vast as the sky, are trained.

ཆོས་ཀུན་བདེན་མེད་སྐྱུ་མར་རྟོགས་ནས། །

CHÖ KÜN DEN ME GYU MAR TOK NE

Bring us to see that all phenomena are like an illusion, without any true existence,

སྒྲུང་སེམས་སྐྱ་གསུམ་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག །

NANG SEM KU SUM CHAR WAR DZÖ CHIK

And to realize appearance and mind arising as the three kayas.

བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱུད་མཁུན་ནོ། །

KA GYÜ CHE ZHI CHUNG GYE CHEN NO

Lamas of the four great and eight lesser Kagyu lineages, think of us.

རང་སྒྲུང་དག་པའི་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག །

RANG NANG DAK PAY ZHING NE ZIG SHIK

Behold us from the realm of pure appearances that naturally arise.

གནས་སྐབས་བཞི་ཡི་འབྲུལ་པ་སངས་ནས། །

NE KAB ZHI YI TRÜL PA SANG NE

Clear away the confusion of the four situations,

ཉམས་རྟོགས་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་མཛོད་ཅིག །

NAM TOK THA RÜ CHIN PAR DZÖ CHIK

And bring us to the perfection of experience and realization.

རྩེ་བཅུན་གོང་མ་རྣམ་ལྔ་མཁུན་ནོ། །

JE TSÜN GONG MA NAM NGA CHEN NO

Five Sakya forefathers, think of us.

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །
KHOR DE YER ME LONG NE ZIG SHIK

Behold us from the expanse of samsara and nirvana inseparable.

རྣམ་དག་ལྟ་སྒྲིམ་སྒྱུར་གསུམ་འབྲེལ་ནས། །
NAM DAK TA GOM CHÖ SUM DREL NE

Help us to blend together pure view, meditation, and action;

གསང་བའི་ལམ་མཆོག་བགྲོད་པར་མཛོད་ཅིག། །
SANG WAY LAM CHOK DRÖ PAR DZÖ CHIK

Take us along the supreme path of the secret vajrayana.

མཉམ་མེད་ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་མཁྱེན་ལོ། །
NYAM ME SHANG PA KA GYÜ CHEN NO

Lamas of the unequalled Shangpa Kagyu, think of us.

རྣམ་དག་སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །
NAM DAK SANG GYE ZHING NE ZIG SHIK

Behold us from the totally pure realm of Buddhas.

ཐབས་གྲོལ་ཉམས་ལེན་ཚུལ་བཞིན་འབྱོར་ས་ནས། །
THAB DRÖL NYAM LEN TSÜL ZHIN JONG NE

Train us correctly in the methods of practice that bring liberation;

མི་སྒྲོབ་བྱུང་འདུག་བརྟེན་པར་མཛོད་ཅིག། །
MI LOB ZUNG JUK NYE PAR DZÖ CHIK

Lead us to discover the path of no more learning, the ultimate union.

གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་མཁྱེན་ལོ། །
DRUB CHEN THANG TONG GYAL PO CHEN NO

Great Siddha, Thangtong Gyalpo, think of us.

ཚོལ་མེད་ཐུག་ཇེའི་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག། །
TSÖL ME THUK JEY LONG NE ZIK SHIK

Behold us from the expanse of effortless compassion.

བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་གྲུབ་ནས། །
DEN ME TOK PAY TUL ZHUK DRUB NE

Enable us to attain the discipline that brings realization of

རྒྱུ་སེམས་རང་དབང་འདུ་བར་མཛོད་ཅིག། །
LUNG SEM RANG WANG DU WAR DZÖ CHIK

Ultimate non-existence and to master prana and mind.

ཕ་གཅིག་དམ་པ་སངས་རྒྱལ་མཁའ་ལྷོ་ནོ། །
PHA CHIK DAM PA SANG GYE CHEN NO

Only father, Dampa Sangye, think of us.

ལས་རབ་གྲུབ་པའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །
LE RAB DRUB PAY YING NE ZIK SHIK

Behold us from the space of the accomplishing supreme activity

བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རླབས་སྤྱིང་ལ་ལུགས་ནས། །
GYÜ PAY JIN LAB NYING LA ZHUK NE

Bring into our hearts the blessing of the lineage,

ཏེན་འབྲེལ་ཕྱོགས་མེད་འཆར་བར་མཛོད་ཅིག །
TEN DREL CHOK ME CHAR WAR DZÖ CHIK

And make auspicious signs arise in all directions.

མ་ཅིག་ལ་བགྱི་སྒྲོན་མ་མཁའ་ལྷོ་ནོ། །
MA CHIK LAB KYI DRÖN MA CHEN NO

Only mother, Labkyi Dronma, think of us.

ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག །
SHE RAB PHAR CHIN LONG NE ZIK SHIK

Behold us from the space of Prajnaparamita.

བདག་འཛིན་སྟེམས་བྱེད་ཅད་ནས་ཆོད་ཅིང་། །
DAK DZIN NYEM JE TSE NE CHÖ CHING

Enable us to uproot ego-clinging, the source of pride

བདག་མེད་སྒྲོས་བྲལ་བདེན་མཐོང་མཛོད་ཅིག །
DAK ME TRÖ DREL DEN THONG DZÖ CHIK

And to see the truth of egolessness, beyond conception.

ཀུན་མཁའ་ནོལ་པོ་སངས་རྒྱལ་མཁའ་ལྷོ་ནོ། །
KÜN KHYEN DÖL PO SANG GYE CHEN NO

Omniscient Dolpo Sangye, think of us

རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྷན་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །
NAM KÜN CHOK DEN YING NE ZIG SHIK

Behold us from the space endowed with all supreme aspects.

འཕོ་བའི་དབུགས་རྣམས་དབུ་མར་འགགས་ནས། །
PHO WAY UG NAM U MAR GAK NE

Help us to bring into the central channel, the prana of transference

འཕོ་བྲལ་དྲེ་རྒྱུ་ཐོབ་མཛོད་ཅིག །
PHO DREL DÖR JEI KU THOB DZÖ CHIK

And to attain the immovable vajra body.

རྗེ་བཙུན་ཏཱ་རན་ཐལ་ཐུན་ལོ། །
JE TSÜN TA RANA THA CHEN NO

Jetsün Taranatha, think of us

རྣམ་གསུམ་པོ་ཉིད་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །
NAM SUM PO NYAY YING NE ZIK SHIK

Behold us from the space of the three mudras.

དྲེ་རྒྱུ་གསང་ལམ་གཤམ་མེད་བཟོད་ནས། །
DOR JEI SANG LAM GEK ME DRÖ NE

Help us to travel without obstacle, the secret vajra path,

འཇའ་ལུས་མཁའ་རྒྱུད་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག །
JA LÜ KHA CHÖ DRUB PAR DZÖ CHIK

And bring us to the attainment of a rainbow body, the enjoyment of all space.

འཇམ་དབྱངས་མཐུན་བཟེད་དབང་པོ་མཐུན་ལོ། །
JAM YANG KHYEN TSEI WANG PO CHEN NO

Jamyang Khyentse Wangpo, think of us.

མཐུན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །
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.)

མི་ཤེས་སྒྲོ་ཡི་མུན་པ་སངས་ནས། །
ME SHE LO YI MÜN PA SANG NE

Clear away the mental darkness of ignorance;

མཐུན་རབ་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག །
KHYEN RAB NANG WA GYE PAR DZÖ CHIK

Increase the luminosity of our supreme intelligence.

འོད་གསལ་སྤྱལ་པའི་དྲེ་རྒྱུ་མཐུན་ལོ། །
Ö SEL TRÜL PAY DOR JE CHEN NO

Osel Tulpay Dorje, think of us

འཇའ་ཟེར་འོད་ལྔའི་རྒྱོད་ནས་གཟིགས་ཤིག །
JA ZER Ö NGAY LONG NE ZIG SHIK

Behold us from the expanse of the five rainbow lights.

ཐིག་ལུང་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་དག་ནས། །
THIK LUNG SEM KYI DRI MA DAK NE

Purify the stains from bindu, prana and mind

གཞོན་ནུ་བུམ་ཀུར་ཁྱེད་མཛོད་ཅིག་ །
ZHÖN NU BUM KUR JANG CHUB DZÖ CHIK

And bring us to the enlightenment of the youthful vase body

པེ་མ་དོ་ངལ་ཀ་ལིང་པ་མཁེན་ནོ། །
PE MA DO NGAK LING PA CHEN NO

Pema Do Ngak Lingpa, think of us

དེ་སྟོང་འགྱུར་མེད་གྲོང་ནས་གཟིགས་ཤིག་ །
DE TONG GYUR ME LONG NE ZIK SHIK

Behold us from the expanse of unchanging bliss and emptiness inseparable.

རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་དགོངས་པ་མཐའ་དག་ །
GYAL DANG GYAL SE GONG PA THA DAK

Enable us to fulfil perfectly

དཀ་གི་ཡོང་སུ་ཀོང་ནུ་མཛོད་ཅིག་ །
DAK GI YONG SU KONG NÜ DZÖ CHIK

All the intentions of the Buddhas and Bodhisattvas

ངལ་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཁེན་ནོ། །
NGAK WANG YÖN TEN GYA TSO CHEN NO

Ngakwang Yonten Gyamtso, think of us

ཡིང་ཡེ་ཟུང་ཇུ་ཀ་ལིང་པ་མཁེན་ནོ། །
YING YE ZUNG JUK LONG NE ZIK SHIK

Behold us from the expanse of space and primordial wisdom in union

སྣང་བའི་བདེན་འཛིན་རྩལ་གྱིས་ཞིག་ནས། །
NANG WAY DEN DZIN HRÜL GYI ZHIK NE

May we stop taking appearances to be real;

གང་བྱུང་ལམ་དུ་འབྱེད་རུས་མཛོད་ཅིག་ །
GANG JUNG LAM DU KHYER NÜ DZÖ CHIK

Develop our ability to carry onto the path whatever arises.

རྒྱལ་སྤྲུལ་གློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་མཁེན་ནོ། །
GYAL SE LO DRÖ THA YE CHEN NO

Bodhisattva Lodro Thaye, think of us

བྱམས་དང་སྣང་མེད་འཇམ་གཟིགས་ཤིག །

JAM DANG NYING JEY NGANG NE ZIK SHIK

Behold us from your state of loving-kindness and compassion.

འགྲོ་ཀུན་འཇིག་ཅན་པ་མར་ཤེས་ནས། །

DRO KÜN DRIN CHEN PHAMA SHE NE

Enable us recognize all beings as our kind parents;

གཞན་པར་སྣང་ནས་སྒྲུབ་ཅུས་མཛོད་ཅིག །

ZHEN PHEN NYING NE DRUB NÜ DZÖ CHIK

Develop our ability to benefit others from the depth of our hearts.

པལ་གར་གྱི་དབང་ཕྱུག་མཁུན་ནོ། །

PE MAGAR GYI WANG CHUK CHEN NO

Pema Gargyi Wangchuk, think of us

བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

DE CHEN Ö SEL YING NE ZIK SHIK

Behold us from the expanse of great bliss and luminosity.

དུག་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྔ་རུ་གྲོལ་ནས། །

DUK NGA YE SHE NGARU DRÖL NE

Liberate the five poisons into the five wisdoms

སྒྲུབ་ཐོབ་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་མཛོད་ཅིག །

PANG THOB NYI DZIN ZHIK PAR DZÖ CHIK

May our dualistic clinging to loss and gain disappear.

བསྟན་གཉིས་གཡུང་རྩུང་གླིང་པ་མཁུན་ནོ། །

TEN NYI YUNG DRUNG LING PA CHEN NO

Tenyi Yungdrung Lingpa, think of us.

སྤྱི་ནི་མཉམ་ཉིད་དབྱིངས་ནས་གཟིགས་ཤིག །

SI ZHI NYAM NYI YING NE ZIK SHIK

Behold us from the space where samsara and nirvana are equal.

མོས་གུས་ནུལ་མ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ནས། །

MÖ GÜ NEL MÄ GYÜ LA KYE NE

Engender genuine devotion in our mind;

རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་མཛོད་ཅིག །

TOK DRÖL DÜ NYAM CHEN POR DZÖ CHIK

Bring us to simultaneous realization and liberation

འིན་ཅན་ཙ་བའི་བླ་མ་མཆོད་ནོ། །

DRIN CHEN TSA WAY LA MA CHEN NO

Kind root Lama, think of us.

སྤྱི་གཙུག་བདེ་ཆེན་གནས་ནས་གཟིགས་ཤིག། །

CHI TSUK DE CHEN NE NE ZIK SHIK

Behold us from the place of great bliss on the crown of our head

རང་རིག་ཆོས་སྐྱའི་རང་ཞལ་མཇུག་ནས། །

RANG RIK CHÖ KUY RANG ZHEL JEL NE

Bring us to meet the very face of the dharmakaya, the awareness of our true nature,

ཆོ་གཟིགས་ངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅིག། །།

TSE CHIK SANG GYE DRUB PAR DZÖ CHIK

And in this very life, bring us to complete enlightenment.

ཀྱེ་མ། བདག་འདྲའི་སེམས་ཅན་ལས་ངན་སྒྲིག་ཏེ་ཅན། །

KYE MA, DAK DRAI SEM CHEN LE NGEN DIK TO CHEN

Alas, sentient beings like ourselves, who have committed negative actions,

ཐོག་མེད་དུས་ནས་འཁོར་བར་ཡུན་རིང་འབྱམས། །

THOK ME DÜ NE KHOR WAR YÜN RING KHYAM

Wander in samsara from beginningless time.

ད་དུང་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐའ་མེད་སྤྱོད་འགྱུར་བས། །

DA DÜNG DUK NGEL THA ME NYONG GYUR WAY

Still experiencing endless suffering.

སྤྱི་ཤས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་སྦྱོར་པས། །

KYO SHE KE CHIK TSAM YANG MA KYE PAY

We do not feel even an instant of repentance.

བླ་མ་མཆོད་ནོ་ཐུགས་རྒྱུར་དུ་གཟིགས། །

LAMA CHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ངས་འབྱུང་གཏིང་ནས་སྤྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། །

NGE JÜNG TING NE KYE WAR JIN GYI LOB

Bless us that renunciation arise from the depth of our heart.

དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཀྱང་མི་ཆོ་སྤྱོད་ཟད་མཁན། །

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

དོན་མེད་ཆེ་འདིར་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་གཡེང་། །
DÖN ME TSE DIR JA WAY TAK TU YENG

Constantly distracted by the activities of this hollow life.

དོན་ཆེན་ཐར་པ་སྒྲུབ་ལ་ལེ་ལོས་བྱེད། །
DÖN CHEN THAR PA DRUB LA LE LÖ KHYER

When it comes to accomplishing the great goal of liberation, we are overcome by laziness.

ནོར་བུའི་སྒྲིང་ནས་ལག་སྟོང་ལོག་གུར་པས། །
NOR BUI LING NE LAK TONG LOK GYUR PAY

And return empty-handed from a land filled with jewels.

སླ་མ་མཆེན་མོ་ཐུགས་རྟུང་དུ་གཟིགས། །
LA MAKHYEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

མི་ལུས་དོན་ལྡན་འབྲུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །
MI LÜ DÖN DEN DRUB PAR JIN GYI LOB

Bless us that we make this life meaningful.

མ་གཤིས་སྟོང་ལུས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །
MA SHI SA TENG LÜ PA CHIK KYANG ME

There is no one on this earth who will not die.

ད་ལྟ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་པ་རེ་ལ་འགོ། །
DA TA CHIK JE NYI THÜ PHA RÖL DRO

Even now, people are passing away, one after the other

རང་ཡང་སྐུར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་དགོས་ཀྱང་། །
RANG YANG NYUR WA NYI DU CHI GÜ KYANG

We also soon must die

ཡུན་རིང་སྒྲོད་བྲལ་བས་བྱེད་པའི་སྟོང་རུལ་པོ། །
YÜN RING DÖ DRAB JE PAY NYING RÜL PO

But like a fool, we plan to live long.

སླ་མ་མཆེན་མོ་ཐུགས་རྟུང་དུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ལོང་མེད་སྟོ་སྒྲུབ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །
LONG ME LO NA THUNG WAR JIN GYI LOB

Bless us that we curtail all of our scheming.

སྙིང་དུ་སྐྱག་པའི་མཛའ་བཤེས་སོ་སོར་བྲལ། །
NYING DU DUK PAY DZA SHE SO SOR DREL

We will be separated from our closest friends.

སེར་སྐྱས་བསལ་པའི་རྩོད་རྩེས་གཞན་གྱིས་སྤྱོད། །
SER NAY SAK PAY NOR DZE ZHEN GYI CHÖ

Others will enjoy the wealth we as misers kept

གཅེས་པའི་ལུས་ཀྱང་ལུས་དུ་བོར་ནས་སུ། །
CHE PAY LÜ KYANG SHHÜL DU BOR NE SU

Even our body we hold so dear will be left behind.

རྣམ་ཤེས་བར་དོ་གཏོལ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས། །
NAM SHE BAR DO TÖL ME KHOR WAR KHYAM

And our consciousness will wander without direction in the bardo of samsara.

ལྷ་མ་མཁའ་མེད་ཐུག་ཅེས་སྐྱར་དུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །
CHI KYANG GOE ME TOG PAR JIN GYI LOB

Bless us that we realize the fullness of this life.

འཛིགས་པའི་མུན་པ་ནག་པོས་སྤྱོད་ནས་བསུ། །
JIK PAY MÜN PA NAK PÖ NGÖN NE SU

In front, the black darkness of fear waits to take us in;

ལས་ཀྱི་རྒྱང་དམར་བྲག་པོས་རྒྱབ་ནས་དེད། །
LE KYI LUNG MAR DRAK PÖ GYAB NE DE

From behind, we are chased by the fierce red wind of karma.

མི་སྐྱག་གཤམ་ལྷའི་ཕོ་ཉམས་བརྟེན་ཅིང་བཙོག། །
MI DUK SHIN JE PHO NYE DEK CHING TSOK

The hideous messengers of the lord of death beat and stab us.

བཟོད་དཀའ་ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མྱོང་དགོས་ན། །
ZÖ KANGEN DROY DUK NGAL NYONG GÖ NA

And so we must experience the unbearable suffering of the lower realms

ལྷ་མ་མཁའ་མེད་ཐུག་ཅེས་སྐྱར་དུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ངན་སོང་གཡང་ལས་ཐར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

NGEN SONG YANG LE THAR WAR JIN GYI LOB

Bless us that we are liberated from the chasms of lower realms.

རང་སྟོན་རི་བོ་ཙམ་ཡང་ཁོང་དུ་སྤྲས། །

RANG KYÖN RI WO TSAM YANG KHONG DU BE

We conceal within ourselves a mountain of faults;

གཞན་སྟོན་ཏིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་སྟོག་ཅིང་སྟོད། །

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.

ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་མེད་ཀྱང་བཟང་པོར་སྟོམ། །

YÖN TEN CHUNG ZE ME KYANG ZANG POR LOM

Though we have not the slightest good qualities, we boast saying how great we are

ཆོས་པའི་མིང་བཏགས་ཆོས་མིན་ཁོན་རྟུན། །

CHÖ PAY MING TAK CHÖ MIN KHO NAR CHÖ

We have the label of Dharma practitioners, but practice only non Dharma.

ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་ལྟོགས་རྗེས་སྟུར་དུ་གཟིགས། །

LA MA CHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

རང་འདོད་དང་རྒྱལ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

RANG DÖ NGA GYAL ZHI WAR JIN GYI LOB

Bless us that we lose our pride and self-centeredness

གཏན་སྤང་བདག་འཛིན་གོང་པོ་ཁོང་དུ་བཅུག། །

TEN PHUNG DAK DZIN GONG PO KHONG DU CHUK

We conceal within the demon of ego-clinging that always brings us to ruin.

བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་འཕེལ་བའི་རྒྱ། །

SAM TSE THAM CHE NYÖN MONG PHEL WAY GYU

All of our thoughts cause kleshas to increase

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དགའི་འབྲས་བུ་ཅན། །

JE TSE THAM CHE MI GEY DRE BU CHEN

All of our actions have non-virtuous results.

ཐར་པའི་ལམ་དུ་ཕྱོགས་ཙམ་མ་ཕྱིན་པས། །

THAR PAY LAM DU CHOK TSAM MA CHIN PAY

We have not even turned towards the path of liberation

ལ་མ་ཅན་ནུག་ཇེ་ཡུར་དུ་གསེགས། །
LA MA CHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

Lama, think of us, behold us swiftly with compassion

ངརའཇིན་ཅུ་ནམ་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
NGAR DZIN TSE NE CHÖ PAR JIN GYI LOB

Bless us that grasping onto a self be uprooted.

བཏོ་མེ་ཐམ་ལ་དག་དང་མི་དག་སྐྱེ། །
TÖ ME TSAM LA GA DANG MA GAKYE

A little praise makes us happy; a little blame makes us sad.

ཚིག་ངན་ཙམ་ལ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་ཤོར། །
TSIK NGEN TSAM LA ZÖ PAY GO CHA SHOR

With a few harsh words, we lose the armor of our patience.

ཉམ་ཐག་མཐོང་ཡང་སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་མི་སྟེ། །
NYAM THAK THONG YANG NYING JEY SEM MI KYE

Even if we see those who are destitute, no compassion arises.

སྒྲིན་ཡུལ་བྱང་དུ་ས་མེར་སྒྲའི་མདུད་པས་བཅིང་། །
JIN YÜL JUNG DÜ SER NAY DÜ PAY CHING

When there is an opportunity to be generous, we are tied in knots by greed.

ལ་མ་ཅན་འདྲིཤོག་སྐྱབས་རྒྱུ་དུ་ག་ཟིག་ས། །
LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

སེམས་རྒྱ་ཆེས་དང་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །
SEM GYÜ CHÖ DANG DRE PAR JIN GYI LOB

Bless us that our mind be one with the Dharma.

ཀམ་འཕྲིན་པོ་ལའི་འཕྲིན་པོ་རུང་། །
KHOR WANYING PO ME LA NYING POR ZUNG

We think samsara is worthwhile, when it is not.

ལྷོ་གོས་ཕྱིར་དུ་གཏན་འདུན་ལིང་གིས་བོར། །
TO GÖ CHIR DU TEN DÜN LING GI BOR

We give up our higher vision for the sake of food and clothes.

མཁོ་གུ་ཙང་ཡང་དགོས་དགོས་ཕྱི་ཕྱིར་མང་། །
KHO GU TSANG YANG GÖ GÖ CHI CHIR MANG

Although we have all that is needed, we constantly want more.

མི་བདེན་སྐྱུ་མའི་ཆོས་གྱིས་རང་སེམས་བསྐྱུས། །
MI DEN GYU MAY CHÖ KYI RANG SEM LÜ

Our minds are deceived by unreal, illusory phenomena.

ལྷ་མ་མཁའ་ཉེ་ལྷགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །
LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ཆོད་དེ་སློལ་ས་ཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
TSE DI LO YI THONG WAR JIN GYI LOB

Bless us that we let go of attachment to this life.

ལུས་སེམས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་སྤྱ་མེད་མི་བཟོད་གྲང་། །
LÜ SEM DUK NGAL TRAMOANG MI ZÖ KYANG

Not able to endure the merest physical or mental pain,

རན་འགྲོར་འགྲོལ་མི་འཆར་སློང་རྩོས་ཅན། །
NGEN DROR DRO LA MI TSER NYING DÖL CHEN

With blind courage, we do not hesitate to fall into lower realms.

སྐྱུ་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་མའི་སྐྱུ་མ་ཐོང་བཞིན་དུ། །
GYU DRE LU ME NGÖN SUM THONG ZHIN DU

Although we see directly the unfailing law of cause and effect,

དག་བ་མི་འབྲུག་སྤྱི་ག་པའི་ཡོ་ལང་འཕེལ། །
GE WA MI DRUB DIK PAY YO LANG PHEL

We do not act virtuously, but increase our unvirtuous activity.

ལྷ་མ་མཁའ་ཉེ་ལྷགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །
LA MACHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

ལས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱུ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
LE LA YI CHE KYE WAR JIN GYI LOB

Bless us that we come to trust completely in the laws of karma.

དགྲ་ལ་སྤང་སེམས་གཉེན་ལ་ཆགས་སེམས་སྐྱུ། །
DRA LA DANG SEM NYEN LA CHAK SEM KEY

We hate our enemies and cling to friends.

སྤང་དོར་གནས་ལ་གཏི་མུག་མུན་ལྟར་འཕྱོམ། །
LANG DOR NE LA TI MUK MÜN TAR THOM

Lost in the darkness of ignorance, we do not know what to accept or reject

ཆོས་བཞིན་སྐྱོད་ཆོ་བྱིངས་ལྷུགས་གཉིད་དབང་ཤོར། །

CHÖ ZHIN CHÖ TSE JING MUK NYI WANG CHOR

When practicing Dharma, we fall into dullness, drowsiness and sleep.

ཆོས་མིན་སྐྱོད་ཆོ་དབང་པོ་གསལ་ཅིང་གྲུང། །

CHÖ MIN CHÖ TSE WANG PO SEL CHING DRUNG

When not practicing Dharma, we are clever and our senses are clear.

ལྷ་མ་མཁའ་མེད་ལྷུགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །

LA MACHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

ཉོན་མེངས་དག་བོ་ཆོས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

NYÖN MONG DRA WO CHOM PAR JIN GYI LOB

Bless us that we overcome our enemy, the kleshas.

ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་ཡང་དག་ཆོས་པའི་གཟུགས། །

CHI NE TE NA YANG DAK CHÖ PAY ZUK

From the outside, we appear to be genuine Dharma practitioners;

ནང་དུ་རང་སེམས་ཆོས་དང་མ་འབྲེས་པས། །

NANG DU RANG SEM CHÖ DANG MA DRE PAY

On the inside, our minds have not blended with the Dharma.

སྐྱུལ་གདུག་བཞིན་དུ་ཉོན་མེངས་ཁོང་ན་སྤྲས། །

DRÜL DUK ZHIN DU NYÖN MONG KHONG NABE

We conceal our kleshas inside like a poisonous snake,

ཀྱེན་དང་འཕྲད་ཆོ་ཆོས་པའི་མཚང་རྟགས་སྟོན། །

KYEN NGEN TRE TSE CHÖ PAY TSANG TAK TÖN

Yet when difficult situations arise, the hidden faults of a poor practitioner come to light.

ལྷ་མ་མཁའ་མེད་ལྷུགས་རྗེས་སྐྱུར་དུ་གཟིགས། །

LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

རང་རྒྱུད་རང་གིས་སྐྱུལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

RANG GYÜ RANG GI THÜL WAR JIN GYI LOB

Bless us that we ourselves are able to tame our mind.

རང་སྟོན་ངན་པ་རང་གིས་མ་རྟོགས་པས། །

RANG KYÖN NGEN PA RANG GI MA TOK PAY

Not recognizing our own faults,

ཆོས་པའི་གཞུགས་བཟུང་ཆོས་མིན་སྒྲུ་ཆོགས་སྟོང་། །
CHÖ PAY ZUK ZUNG CHÖ MIN NA TSOK CHÖ

We take the form of a Dharma practitioner, while engaging in non-Dharmic pursuits

ཉོན་མོངས་མི་དགའི་ལས་ལ་ཤུགས་གྱིས་གོམས། །
NYÖ MONG MI GEY LE LA SHUK KYI GOM

We are habituated to kleshas and non-virtuous activity.

དག་ལྟོ་ཡང་ཡང་སྐྱེད་ཀྱང་ཡང་ཡང་ཆད། །
GE LO YANG YANG KYE KYANG YANG YANG CHE

Again and again virtuous intentions arise; again and again they are cut off.

ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་། །
LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

རང་སྟོན་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །
RANG KYÖN RANG GI THONG WAR CHING GYI LOB

Bless us that we see our own faults.

ཞག་རེ་སོང་བཞིན་འཆིལ་པར་པར་ཉེ། །
ZHAK RE SONG ZHIN CHI LA PHAR PHAR NYE

With the passing of each day, we come closer to death.

ཉིན་རེ་ལོན་བཞིན་རང་རྒྱུད་ཕྱིར་ཕྱིར་བྱོང་། །
NYING RE LON ZHIN RANG GYÜ CHIR CHIR GYONG

As each day arrives, our mind gets more and more rigid.

ལྷ་མ་བསྟན་བཞིན་མོས་གུས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ། །
LA MATEN ZHIN MÖ GÜ RIM GYI DRIB

Though we serve the Lama, our devotion is gradually obscured.

མཆེད་ལ་བརྟེན་གདུང་དག་སྒྲུང་ཇི་ཆུང་སོང་། །
CHE LATSE DUNG DAK NANG JE CHUNG SONG

Our love, affection, and our outlook towards our Dharma friends diminishes.

ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་ལྷ་མ་མཁའ་ཉལ་། །
LA MACHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

མུ་གོ་རང་རྒྱུད་ཐུལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །
MU GÖ RANG GYÜ THÜL WAR JIN GYI LOB

Bless us that we tame our obstinate mind.

མྱེད་ཀྱི་སྐུ་ལྷ་མོ་འདེབས་བྱས་ན་ཡང་། །
KHYAB DRÖ SEM KYE SÖL DEB JE NA YANG །

Although we have taken refuge, engendered bodhicitta and made prayers,

མོ་གུ་ལྷིང་ཇེ་ཏིང་ནེ་མ་ལྷེ་པམ། |
 MÖ GÜ NYING JE TING NĒ MA KYE PA

Devotion and compassion have not arisen in the depths of our being.

ཚིག་ཙམ་དབང་གྱུར་ཆོས་སྟུང་དག་སྟུང་ནམས། །
TSIK TSAM WANG GYUR CHÖ CHÖ GE JOR NAM

Dharma activity and the practice of virtue have turned into hollow words;

གུས་ལོ་ཙམ་ལས་རྒྱུད་ཐོག་མ་ཁེལ་བས། |
 JE LO TSAM LÉ GYÜ THOK MAKHEL WAY

Our empty achievements are many but none have moved our mind

ལ་མ་ཅན་འཁོར་ལོ་སྤྱུག་ས་ཇེས་ལྷུང་དུ་ག་ཟིག་ས། །
LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་འགོ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། |
CHI JE CHÖ SU DRO WAR JIN GYI LOB

Bless us that whatever we do is in harmony with the Dharma.

བདག་བདེ་འདོད་ལས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །
DAK DE DÖ LE DUG NGEL THAM CHE JUNG

All suffering arises from wanting happiness for ourselves;

གཞན་པོ་སེམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་འབྲུག་གསུངས་ཀྱང་། །
ZHEN PHEN SEM KYI SANG GYE DRUB SUNG KYANG

Although it is taught that enlightenment is attained through benefiting others.

སེམ་ཆོག་ཀྱེ་ཅིང་རང་འདོད་ཐུག་ཏུ་བཅུག །
SEM CHOK KEY CHING RANG DÖ PHUK TU CHUK

We engender bodhicitta, while secretly cherishing our own desires.

གཞན་པོ་ལྟ་བུ་གཞན་གཤོང་ཞེས་ལྟ་བུ། །
ZHEN PHEN TA CHI ZHEN NO ZHOR LA DRUB

We do not benefit others, and further, we even unconsciously harm them.

ལ་མ་ཅན་ནུག་ཇེ་ཡུར་དུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

བདག་གཞན་བརྟེན་བར་ལུས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །
DAK ZHEN JE WAR NÜ PAR JIN GYI LOB

Bless us that we are able to exchange self for other.

སངས་རྒྱུས་དངོས་སྤང་བླ་མ་མི་རུ་བཟུང་། །
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.

གདམས་ཟབ་སྟོན་པའི་བཀའ་འདིན་ངང་གིས་བརྟེན། །
DAM ZAB TÖN PAY KA DRIN NGANG GI JE

We come to forget the Lamas kindness in giving us profound instructions.

རང་འདོད་མ་གྱུར་ཆོན་ཡི་ཆད་བསྐྱེམ། །
RANG DÖ MA JUNG TSE NA YI CHE GOM

We are upset if we do not get what we want.

མཛད་སྟོན་རྣམས་ལ་ཐེ་ཆོམ་ལོ་གཏུགས་སྒྲིབ། །
DZE CHÖ NAM LA THE TSOM LOK LA DRIB

We see the Lamas activity and behavior through the veil of doubts and wrong views.

བླ་མ་མཁའ་མེད་ཐུག་ཇེ་ལྷུ་རུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

མོས་གུས་འབྲིབ་མེད་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །
MÖ GÜ DRIB ME PEL WAR JIN GYI LOB

Bless us that free of obscurations, our devotion increases.

རང་སེམས་སངས་རྒྱུས་ཡིན་ཀྱང་དོམ་ཤེས། །
RANG SEM SANG GYE YIN KYANG NGO MA SHE

Our own mind is the Buddha, but we do not recognize it.

རྣམ་ཏེག་ཆོས་སྒྲུ་ཡིན་ཀྱང་དོན་མ་ཏེགས། །
NAM TOK CHÖ KU YIN KYANG DÖN MA TOK

All concepts are the dharmakaya, but we do not realize it.

མ་བཅོས་གཏུག་མ་ཡིན་ཀྱང་སྟོང་མ་རུས། །
MA CHÖ NYUK MA YIN KYANG KYONG MA NÜ

This is the uncontrived natural state, but we cannot sustain it.

རང་བབས་གནས་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས། །
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.

ལ་མ་ཅན་ནུ་ཅུ་ཀྱུ་ར་དུ་གཟིགས། །
LA MA CHEN NO THUK JANYUR DU ZIK

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

རང་རིག་རང་སར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

RANG RIK RANG SAR DRÖL WAR JIN GYI LOB

Bless us that self-awareness be liberated into its ground.

ཡོང་ངེས་འཆི་བ་སྟོང་ནས་དྲན་མ་བྱུང། །

YONG NGE CHI WA NYING NE DREN MA THUB

Death is certain to come, but we are unable to take this to heart.

ཕན་ངེས་དམ་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་སྒྲུབ་མ་རུས། །

PHEN NGE DAM CHÖ TSÜL ZHIN DRUB MA NÜ

Genuine Dharma is certain to benefit, but we are unable to practice correctly.

བདེན་ངེས་ལས་འབྲས་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་མེད།

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.

དགོས་ངས་དྲན་ཤེས་མ་བསྟེན་གཡེང་བས་བྱེད།

GÜ NGE DREN SHE MATEN 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.

སྒྲ་མ་མཁུན་ནོ་སྤྱགས་རྗེས་སྤྱར་དུ་གཟིགས།

LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

ཡེངས་མེད་དཀ་པས་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

YENG ME DREN PAY ZIN PAR JIN GYI LOB

Bless us that we stay mindful with no distractions.

སྟོན་ལས་ངན་པས་སྟིགས་མའི་དུས་མཐར་སྐྱེས།

NGÖN LE NGEN PAY NYIK MAY DÜ THAR KYE

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

སྒྲུབ་བྱས་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྒྲུལ་རྒྱུ་ལྟོས་ཅོད་།

NGAR JE THAM CHE DUK NGEL GYU RU SONG

All our previous actions have become the cause of suffering.

གྲོགས་ངན་རྣམས་གྱིས་སྤྲིག་པའི་གྲིབ་མས་གཡོགས། །
DROK NGEN NAM KYI DIK PAY DRIB MAY YOK

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

དོན་མེད་སློང་མོས་དག་སྦྱར་གཡེང་བས་བྱེད། །
DÖN ME LENG MÖ GE JOR YENG WE KHYER

Our practice of virtue is corrupted by meaningless gossip.

ལྷ་མ་མཁའ་ལྷོ་ཐུག་ཅེས་སྦྱར་དུ་གཟིགས། །
LA MACHEN NO THUK JE NYUR DU ZIK

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

ཆོས་ལ་སློང་རུས་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
CHÖ LA NYING RU NÜ PAR JIN GYI LOB

Bless us that we take the Dharma deeply to heart.

དང་པོར་བསམ་ཆུ་ཆོས་ལས་མེད་པ་ལ། །
DANG POR SÄM GYU CHÖ LE ME PA LA

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

ཐ་མ་གྲུབ་འབྲས་འཁོར་བ་ངན་སོང་ཆུ། །
THA MA DRUB DRE KHOR WA NGEN SONG GYU

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

ཐར་པའི་ལྗོངས་མི་དགའི་སངས་ཀྱིས་བཅོམ། །
THAR PAY LO TOK MI GEY SE KYI CHOM

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

གཏན་འདུན་ཉེས་པའི་སྤྱོད་བདག་འབྲ་རྣམས། །
TEN DÜN NYE PAY MU GÖ DAK DRA NAM

We, like wild savages, have lost our ultimate vision.

ལྷ་མ་མཁའ་ལྷོ་ཐུག་ཅེས་སྦྱར་དུ་གཟིགས། །
LA MACHEN NO THUK JEY NYUR DU ZIK

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

དམ་ཆོས་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
DAM CHÖ THA RÜ CHIN PAR JIN GYI LOB

Bless us that within we bring the genuine Dharma to perfection.

སྦྱོལ་ས་གཏིང་ནས་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
KYO SHE TING NE KYE WAR JIN GYI LOB

Bless us that repentance arise from deep within.

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

LONG ME LO NA THUNG WAR JIN GYI LOB

Bless us that we curtail all our scheming.

འཆི་བ་སྙིང་ནས་དྲན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

CHI WANYING NE DREN PAR JIN GYI LOB

Bless us that from the depth of our heart, we remember death.

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

LE LA YI CHE KYE WAR JIN GYI LOB

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

ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

LAM LA BAR CHE ME PAR JIN GYI LOB

Bless us that our path become free of obstacles.

སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

DRUB LA TSÖN DRÜ NÜ PAR JIN GYI LOB

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

ཁྱེན་ངན་ལམ་དུ་ལོང་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

KHYEN NGEN LAM DU LONG WAR JIN GYI LOB

Bless us that we bring difficult situations onto the path.

གཉེན་པོ་རང་ཚུགས་ཐུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

NYEN PO RANG TSUK THUB PAR JIN GYI LOB

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

བཅོས་མིན་མེས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

CHÖ MIN MÖ GÜ KYE WAR JIN GYI LOB

Bless us that genuine devotion arise.

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

NE LUK RANG ZHEL JEL WAR JIN GYI LOB

Bless us that we see the very face of the minds true nature.

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

RANG RIK NYING Ü SE PAR JIN GYI LOB

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

འབྲུལ་སྒྲུང་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

TRÜL NANG ZHI TSA CHÖ PAR JIN GYI LOB

Bless us that delusive appearances are completely eliminated.

ཚོགཅིག་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
TSE CHIK SANG GYE DRUB PAR JIN GYI LOB

Bless us that we achieve enlightenment in one lifetime.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གླུ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
SÖ WA DEB SO LAMA RIN PO CHE

We pray to you, precious Lama.

གདུང་བས་འབོད་དོ་རྩིན་ཆེན་ཆོས་གྱི་རྩེ། །
DUNG WAY BÖ DO DRIN CHEN CHO KYI JE

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

སྐལ་མེད་བདག་ལ་རེ་ས་ཁྱོད་ལས་མེད། །
KAL ME DAG LA RE SATSCHI LE ME

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

ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
THUK YI YER ME DRE PAR JIN GYI LOB

Bless us that your mind blends with ours.

ཚུལ་འདིར་མོས་ལྷན་དག་སྦྱང་འགྲུབ་ཞིག་གིས་སྤྲོས་ནས་བསྐྱལ་ཡང་རིམ་ལུས་སུ་གྱུར་པ་ཉེ་ཆར་རིགས་ལྷན་ཆོས་མཛད་
མ་བསམ་འགྲུབ་སྦྱོན་མ་དང་། དེ་བ་རྒྱུ་ཅ་བྱུང་གིས་བསྐྱལ་འོར་སྤྲིགས་དུས་ཁྱེད་ཀྱི་གཟུགས་བརྙན་འཛིན་པ་ལ་སྦྱོ་གྲོས་
མཐུན་ཡས་གྱིས་རྫོང་ཁོད་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་སྐབས་གནས་ཆེན་པོར་བྱིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ། ། །

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 Pönlop 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).