

ཅུ། སྒོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་ལ་ཐོར་ལའི་ཆེ་སྒྲུབ་སྟིང་པོ་གསལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

LUMINOUS ESSENCE

WISH-FULFILLING WHEEL WHITE TARA
LONGEVITY SADHANA



རིན་ཆེན་ཕུན་ཚོགས་ཚས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།

BY RINCHEN PHÜNTSHOG CHÖKYI GYALPO (1509-1557)

BUDDHA VISIONS PRESS

www.buddhavisions.com

Copyright © 2025 Eric Fry-Miller. All rights reserved.

Refuge

༄༅། །སངས་རྒྱལ་ཚུལ་ཚུལ་གྱི་དངོས། །བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཞབས་པད་ལ། །

SANG GYE CHÖ TSO G KÜN GYI NGÖ CHOM DEN DE MA ZHAB PE LA
You are the true manifestation of all the Buddhas, dharmas, and sanghas.
At the lotus feet of the victorious and transcendent mother Tara,

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་གྱི། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ལན་གསུམ།

DAG DANG KHA NYEM SEM CHEN KÜN JANG CHUB BAR DU KYAB SU CHI (3X)
All of us sentient beings equal to space
Take refuge until enlightenment. Recite three times.

Bodhichitta

འགོ་གྱུན་སྤྲལ་བསྐྱལ་ལོང་། །བདེ་བ་མཆོག་ལ་རབ་བཀོད་ནས། །

DRO KÜN DUG NGAL LE DRAL ZHING DE WA CHOG LA RAB KÖ NE
To free all wandering beings from suffering,
Fully situate them in supreme happiness,

སྤྱ་མེད་བྱང་ཆུབ་སར་བཞག་གིར། །སྒོ་གསུམ་དགོ་ལ་བཀོལ་བར་བྱ། །ལན་གསུམ།

LA ME JANG CHUB SAR ZHAG CHIR GO SUM GE LA KÖL WAR JA (3X)
And then establish them in the state of unsurpassed enlightenment,
We will use our body, speech, and mind to practice virtue. Recite three times.

Generation Stage

ཨོ་སྤ་བླ་མ་འུད་རྩ་སང་རྩམ་སྤ་བླ་མ་འུརྩེ་ཉི།

OM SWABHAWA SHUDDHA SARWA DHARMA SWABHAWA SHUDDHO HAM
Om svabhava shuddha sarva dharma svabhava shuddho ham

ཚུལ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་སྣང་བ་ཉིད་ཀྱི་རང་ལས།

CHÖ TAM CHE RANG ZHIN MI MIG PA TONG PA NYI KYI NGANG LE
All reality becomes the nature of non-conceptual emptiness. From within that state,

བསྐྱ་དཀར་པོ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ་ཉི་བ་མུ་ཁུད་དང་བཅས་པའི་སྣང་དུ་སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་

PEMA KAR PO DAB MA GYE PA TE WA MU KYÜ DANG CHE PAI TENG DU DA WAI KYIL KOR LA
there is an eight petalled lotus with circles in its center. Above that, on a moon mandala

གནས་པའི་རང་རིག་པའི་ངོ་བོ་དྲྀ་ཡིག་དཀར་པོ་དྲི་མ་མེད་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

NE PAI RANG RIG PAI NGO WO TAM YIG KAR PO DRI MA ME PA LE Ö ZER TRÖ
is the essence of our self-awareness in the form of an immaculate white *Tam* syllable, emanating light.

འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས།

PAG PA CHÖ SEM CHEN TAM CHE KYI DIG DRIB JANG

This light makes offerings to the noble ones and purifies the negative deeds and obscurations of beings.

ཐུགས་རྗེ་བྱིན་རླབས་དང་ཆེ་དཔལ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད། ས་བོན་ལ་བེམ་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས།

TUG JE JIN LAB DANG TSE PAL MA LÜ PA DÜ SA BÖN LA TIM PA YONG SU GYUR PA LE

This light gathers back all the enlightened compassionate energy blessings, longevity, and well-being of the universe without exception. It dissolves into the seed syllable *Tam* causing it to completely transform.

རང་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་མཆོག་རྩ་ཞི་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ།

RANG NYI CHOMDEN DEMA YIZHIN KOR LO KU DOG KARMO CHOG TU ZHIWE NYAM DANG DEN PA

From that we appear as the transcendent conquering wish-fulfilling wheel mother Tara.

ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་དང་། གཡོན་མཐེབ་སྦྱིན་སྦྱར་བའི་བར་དུ་

CHAG YE CHOG JIN DANG YÖN TEB SIN JAR WAI BAR DU

Our right hand is in the mudra of offering supreme generosity.

We hold at our heart, between the thumb and ring finger of our left hand,

ཡུལ་དཀར་པོ་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པ་ཐུགས་དཀར་འཛིན་པ།

UT PA LA KAR PO YAL DAB GYE PA TUG KAR DZIN PA

A fully blossoming white lotus flower with open leaves by the stem.

ལྷ་རྩས་ཀྱི་ན་བཟའ་དང་། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་དུ་མས་སྦྱས་གིང་།

LHA DZE KYI NAB ZA DANG RIN PO CHEI GYEN DU ME TRE SHING

We are wearing clothes made of divine materials, are adorned by many precious jewels,

སྒྲ་བའི་གདན་ལ་དྲོ་རྗེ་སྦྱིལ་གྱུར་གིས་བཞུགས་པ།

DA WAI DEN LA DOR JE KYIL TRUNG GI ZHUG PA

And are seated in vajra posture upon a moon disc seat.

Inviting the Primordial Wisdom Deity

སྒྲ་བའི་རྒྱབ་ཡོལ་དང་ལྡན་པའི་སྦྱི་བོར་ཨྲོ། མགྱིན་པར་ཨུཾ ཐུགས་ཀར་ཧཱུ།

DA WAI GYAB YÖL DANG DEN PAI CHI WOR OM DRIN PAR AH TUG KAR HUNG

We have a moon disc supporting our back. On our foreheads is a (white) *Om* syllable.

On our throat center is a (red) *Ab*. On our heart center is a blue *Hung*.

ཐུགས་ཀའི་དབུས་སུ་སྒྲ་བ་ལ་གནས་པའི་ཧྲི་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་བསྐྱོམས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པ་སྦྱན་དྲངས།

TUG KAI Ü SU DA WA LA NE PAI TAM GYI Ö ZER GYI GOM PA DANG DRA WAI YE SHE PA CHEN DRANG

In the middle of our heart centers is a (white) *Tam* syllable.

It emanates light to invite the primordial wisdom deity that appears similar to our visualized form.

རྩ་ཧྲི་བེ་ཏོཾ གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།

DZA HUNG BAM HO NYI SU ME PAR GYUR

Ja hung bam ho We merge without duality.

Empowerment

སླར་ཡང་ས་བོན་གྱི་འོད་གྱིས་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྔ་སྟུན་བྲངས།

LAR YANG SA BON GYI Ö KYI WANG GI LHA RIG NGA CHEN DRANG

Again, from the seed syllable light emanates out to invite the empowerment deities of the five families.

བདུད་ཅི་འི་རྩུས་དབང་བསྐྱར། འི་མ་དག་ཆུ་ལྷག་མ་ཡར་ལུད་པ་ལས། འོད་དཔག་མེད་གྱི་དབུ་རྒྱན་གྱུར།

DÜ TSI CHÜ WANG KUR DRI MA DAG CHU LHAG MA YAR LÜ PA LE Ö PAG ME KYI U GYEN GYUR

They bestow the empowerment upon us with nectar liquid. This purifies all contaminants and overflows on our head to become a crown ornament of the Buddha Amitabha.

མཚན་པ།

Offering

ཨོཾ་ཨླུ་རྩ་ཏཱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ་པདྟཾ་པུཤྟཾ་

OM ARYA TARE SAPARIWARA ARGHAM PADYAM PUSHAM

Om ariya tare saparivara argham padyam pusham

ཧཱུཔ་ཨོཾ་ལོ་ཀི་གཞི་ནི་མི་དྲི་ཤལ་བྲ་དྲི་རྩྩ་སྟེ་སྟེ།

DHUPAM ALOKAM GENDHAM NEWIDYAM SHAPTA PRATITSA SOHA

dhupam alokam gendham nevidyam shapta praticcha svaha

བསྟོན་པ།

Praise

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་གྱི་པརྫོ་ལ་བཏུད་དེ། །

LHA DANG LHA MIN CHÖ PEN GYI ZHAB KYI PEMO LA TÛ DE

The gods and the demi-gods

Bow with their crowns at your lotus feet.

ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཇོད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །

PHONG PA KÜN LE DRÖL DZE MA DRÖL MA YUM LA CHAG TSAL TÖ

You free us from all misfortune.

To the mother Tara, we prostrate and sing praise.

Mantra Recitation

རང་གི་སྒྲིང་གར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་ཉེ་བ་མུ་བྱུད་རིམ་པ་བཞི་པའི་དབུས་སུ།

RANG GI NYING GAR YI ZHIN KOR LO KAR PO TSIB GYE TE WA MU KYÜ RIM PA ZHI PAI Ü SU

Inside our heart center is a wish-fulfilling wheel with eight spokes. In the center (is a white *Tam* syllable.)

ཨོྭ་ཧཱི་བར་དུ་རང་དང་བསྐྱུང་བྱའི་མིང་གི་ཡི་གེ་ཕྱི་བས་རྣམས་ལ། ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྟ།

OM HAI BAR DU RANG DANG SUNG CHAI MING GI YI GE TSIB NAM LA TA RE TUT TA RE TU RE SO

Around that, between two syllables *Om* and *Ha* is the longevity mantra with names of those to protect.

Outside that on the eight spokes are the syllables *Ta Re Tut Ta Re Tu Re Sva*.

ཕྱི་ཡི་མུ་བྱུད་ནང་མ་ལ་ཨྲ་ལི་གཡོན་སྒོར། བར་བ་ལ་ཀཱ་ལི་གཡས་སྒོར།

CHI YI MI KHYÜ NANG MA LA A LI YÖN KOR BAR PA LA KA LI YE KOR

Outside that the Sanskrit vowels are arranged counterclockwise.

Outside that the Sanskrit consonants are arranged clockwise.

ཕྱི་མ་ལ་ཡེ་དྷ་མ་གཡས་སུ་བསྒོར་བ་རྣམས་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་འབྲེལ་བས།

CHI MA LA YE DHARMA YE SU KOR WA NAM LE Ö ZER KAR PO TRÖ PE

Outside that the *Om ye dharma* mantra of interdependence is arranged clockwise.

From those all, luminous white rays of light emanate.

མཁྱེན་བརྩེ་རྣམ་མཐུ་བྱིན་ལྷ་བས་ཕྱི་བརྒྱད་རོ་རྣམ་ཆོད་པལ་འོངས་སྟོན་འབྱོར་བ་མ་ལུས་བ་བཀུག་སྟེ།

KYEN TSE NÜ TÜ JIN LAB TSI CHÜ RO NÜ TSE PAL LONG CHÖ JOR PA MA LÜ PA KUG TE

These summon all the wisdom, love, power, blessings, healing essence, strength, longevity, glory,

And prosperity throughout the universe without exception.

འཁོར་ལོ་དང་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་ལ་བྲིམ་པས་འཆི་བ་མེད་པ་ཆོད་དོ་རྗེ་ལྷ་བྱའི་སྟོག་ཐོབ་པར་གྱུར་ཞེས་དམིགས་ཤིང་།

KOR LO DANG YIG DRU NAM LA TIM PE CHI WA ME PA TSE DANG DOR JE TA BÜ SOG TOB PAR GYUR

This all dissolves into the wheel, syllables, and *Tam*. Thus, we attain immortal life and vajra-like life force.

Visualizing this recite:

White Tara Longevity Mantra

ཨོྭ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨྲ་ཡུར་རྫོག་པུ་ཏེ་པུའོ་ཀཱ་ཏུ་སྟཱ་ཏཱ།

OM TARE TUT TA RE TURE MAMA AYUR DZANA PÜNYE PUSHTIM KURU SO HA

Om tare tuttare ture mama ayur jnana punye pushtim kuru svaha

ཞེས་བསྒྲས་པས་ཆོད་དོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་མཚན་མ་ཉེ་བར་མཐོང་ངོ། །

Thus reciting, you will soon see the signs of attaining the siddhi of immortality.

སྒྲོལ་མ་སྐྱབས་བདུན་མ་ནི།

Seven Verse Prayer for Tara's Protection

མ་རྒྱེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་དབྱིངས་ན། །ཡུམ་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་བཞུགས། །

MA KYE WA ME PAI CHÖ YING NA YUM JE TSÜN LHA MO GRÖL MA ZHUG

1. In the mother, unborn absolute space,
Dwells Tara, mother sacred goddess.

དེ་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་བདེ་སྤྱིར་མ། །བདག་འཛིགས་པ་ཀྱན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

DE SEM CHEN KÜN LA DE TER MA DAG JIG PA KÜN LE KYAB TU SÖL

To all beings, you grant happiness.
From every fear please protect us.

རང་ཆོས་སྒྱུ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པར། །སེམས་ཉོན་མོངས་དབང་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །

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

2. Not knowing we are the dharmakaya,
By afflictions our minds are oppressed.

མ་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ། །ཡུམ་ལྷ་མོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

MA KOR WAR KYAM PAI SEM CHEN LA YUM LHA MO KYÖ KYI KYAB TU SÖL

Thus, mother beings wander in samsara.
Mother, divine goddess, please protect us.

ཆོས་སྤྱིང་ནས་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར། །བ་སྒྲིད་ཚིག་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །

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

3. When dharma doesn't come from our hearts,
After words and ideas we rush.

གྲུབ་མཐའ་དན་པས་བསྐྱས་པ་ལ། །ཡུམ་ཡང་དག་གི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

DRUB THA NGEN PE LÜ PA LA YUM YANG DAG GI LHA MÖ KYAB TU SÖL

We're deceived by bad philosophies.
Mother, true goddess, please protect us.

རྟོགས་པར་དགའ་བ་རང་གི་སེམས། །མཐོང་ནས་གོམས་པར་མི་བྱེད་པར། །

TOG PAR KA WA RANG GI SEM TONG NE GOM PAR MI CHE PAR

4. Our mind's nature is hard to realize.
We glimpse, but we don't habituate it.

བྱ་བ་དན་པས་གཡང་བ་ལ། །ཡུམ་དྲན་པའི་ལྷ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

CHA WA NGEN PE YENG WA LA YUM DREN PAI LHA MÖ KYAB TU SÖL

We're distracted by negative actions.
Mother, mindful goddess, please protect us.

སེམས་རང་བྱུང་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ལ། །གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །

SEM RANG JUNG NYI ME YE SHE LA NYI SU DZIN PAI BAG CHAG KYI

5. Our mind is innate non-dual wisdom.

Yet through patterns of dualistic fixation,

ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བཅིངས་པ་རྣམས། །བྱུགས་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྟ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

JI TAR CHE KYANG CHING PA NAM TUG NYI ME KYI LHA MÖ KYAB TU SÖL

In all we do, we're bound by concepts.

Non-dual mind goddess please protect us.

ཡང་དག་གི་དོན་ལ་གནས་བྱས་ཀྱང་། །རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མི་ཤེས་པས། །

YANG DAG GI DÖN LA NE CHE KYANG GYU DRE KYI TEN DREL MI SHE PE

6. We've dwelt in the true meaning but don't see

There's cause, effect, and interdependence.

ཤེས་བྱའི་དོན་ལ་སྒྲོངས་པ་ལ། །ཡུམ་ཀུན་མཁྱེན་ཀྱི་ལྟ་མོས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

SHE CHAI DÖN LA MONG PA LA YUM KÜN KYEN GYI LHA MÖ KYAB TU SÖL

Of knowable things, we're oblivious.

Omniscient mother goddess, please protect us.

སྒྲོས་བྲལ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །ཐམས་ཅད་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱིས། །

TRÖ DRAL NAM KHAI TSEN NYE CHEN TAM CHE DE DANG YER ME KYI

7. Our nature is space beyond elaboration.

Everything and that has no separation.

ད་དུང་སྒྲོབ་མའི་གང་ཟག་ལ། །ཡུམ་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

DA DUNG LOB MAI GANG ZAG LA YUM DZOG SANG GYE KYI KYAB TU SÖL

Still, as your students without such awareness,

Mother, perfect Buddha, please protect us.

ཅེས་པ་ཨེ་ཚུང་ལྷག་ཏུ་རྩེ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོས་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བདུན་ཞལ་གཟིགས་དུས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་སྐྱབས་བདུན་མར་གྲགས་པ་བྱིན་བརྒྱབས་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གྲགས་སོ།

When the master Jigten Sumgön (1143-1217) saw the faces of the seven noble mother Taras in the *Echung* cave, he prayed to them with this prayer in his vision. This prayer became famously known as the *Seven Verse Prayer for Tara's Protection*. It is also famous for its great incredible blessings.

མཆོད་པ།

Offering

ཨོཾ་ཨླུ་རུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ་པདྱི་པུཤྱི་

OM ARYA TARE SAPARIWARA ARGHAM PADYAM PUSHPAM

Om aya tare saparivara argham padyam pushpam

དུམ་ཨླ་ལོ་ཀུན་གཞི་ནི་མི་ཏི་གཏུ་བ་དྲི་རྩེ་སྣ་ན།

DHUPAM ALOKAM GENDHAM NEWIDYAM SHAPTA PRATITSA SOHA

dhupam alokam gendham nevidyam shapta praticcha svaha

བསྟོད་པ།

Praise

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པརྣོ་ལ་བལྟ་དེ། །

LHA DANG LHA MIN CHÖ PEN GYI ZHAB KYI PEMO LA TÛ DE

The gods and the demi-gods

Bow with their crowns at your lotus feet.

ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །

PHONG PA KÜN LE DRÖL DZE MA DRÖL MA YUM LA CHAG TSAL TÖ

You free us from all misfortune.

To the mother Tara, we prostrate and sing praise.

Requesting Forgiveness and Making Amends

མ་འབྱོར་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་དང་། །བདག་སྟོ་སྟོངས་པའི་དབང་གིས་ནི། །

MA JOR YONG SU MA DRUB DANG DAG LO MONG PAI WANG GI NI

Please forgive whatever we have not performed or fully accomplished,

As well as all the errors we have made

ནོངས་པ་གང་མཆིས་བཟོད་མཛོད་ལ། །དངོས་གྲུབ་དམ་པ་སྣུལ་བར་རིགས། །

NONG PA GANG CHI ZÖ DZÖ LA NGÖ DRUB DAM PA TSAL WAR RIG

Under the power of our ignorance.

Forgiving these, please grant us the sublime accomplishments.

ཡིག་བརྒྱ་ལན་གསུམ་གྱིས་ཆད་ཁ་བསྐྱངས།

Recite the hundred syllable mantra three times to amend omissions.

Completion Stage

ཐུགས་འོད་པོག་པས་སྒོད་བཅུད་ལྷ། རིམ་བཞིན་སྒྲུང་འཁོར་རྟེན་བརྟེན་པ། །

TUG Ö POG PE NÖ CHÜ ZHU RIM ZHIN SUNG KOR TEN TEN PA

Light from our heart *Tam* syllable strikes and melts the outer universe and its inhabitants into light.

The supporting mandala and the supported deity form also melt into light,

རྩྱེ་ཡིག་ལ་བྲིམ་མས་རིམ་གྱིས། །ཡར་བྲིམ་ན་དེ་འོད་གསལ་ཞུགས། །མཉམ་བཞག་

TAM YI LA TIM ME RIM GYI YAR TIM NA DA Ö SAL ZHUG

Which dissolves into the *Tam* syllable.

The *Tam* syllable dissolves from the bottom up into the *nada* and then into luminosity. Evenly rest.

Reemergence as the Deity

སྒྲུང་ཡང་འཕགས་མའི་སྒྲུང་གྱུར་པའི། །གནས་གསུམ་ཨོྭ་ཨུཾ་གིས་མཆོན། །

LAR YANG PAG ME KUR GYUR PAI NE SUM OM AH HUNG GI TSEN

Again, we appear as the noble mother Tara with *Om Ah Hung* marking our forehead, throat, and heart.

སྒྲུང་གྲགས་ཆོས་རྣམས་མེད་བཞིན་དུ། །སྒྲུང་ཆ་སྒྲུ་མའི་ལྷ་སྒྲུང་ལྷང་། །

NANG DRAG CHÖ NAM ME ZHIN DU NANG CHA GYU MAI LHA KUR DANG

Without truly existing, all appearances, sounds, and reality

Arise in the illusory appearing aspect of the enlightened form of the deity.

བག་གིས་ནི།

Expression of Auspiciousness

རྒྱལ་མཆོག་ཆེ་དབག་མེད་པའི་ཡུམ། །འཆི་མེད་ངེས་པར་སྟེར་བ་མོ། །

GYAL CHOG TSE PAG ME PAI YUM CHI ME NGE PAR TER WA MO

Mother of the supremely victorious Amitayus,

Goddess who grants true immortality,

རིག་པ་འཛིན་མ་བཅོམ་ལྷན་འདས། །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་བག་གིས་ཤོག། །

RIG PA DZIN MA CHOM DEN DE YI ZHIN KOR LÖ TA SHI SHOG

Awareness holding mother, Bhagavati,

May there be the auspiciousness of Wish-fulfilling Wheel White Tara.

སྒྲོན་ལས་ནི།

Dedication Prayer

བདག་གིས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་བགྱིས་པ་ལས། །བསོད་ནམས་ཇི་སྟེད་བསགས་པ་དེས། །

DAG GI NYEN DRUB GYI PA LE SÖ NAM JI NYE SAG PA DE

Whatever merit has been accumulated

Through our approach and accomplishment practice,

ལྷུང་དུ་འཕགས་མ་བྱོད་ལྟ་བུར། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་འགྱུར་བར་ཤོག །

NYUR DU PHAG MA KYÖ TA BUR SEM CHEN MA LÜ GYUR WAR SHOG

We dedicate so that all sentient beings without exception,

Swiftly become like you, noble mother.

ཅེས་གིས་བརྗོད་དང་བསྐྱོར་བ། །ལྷའི་ར་རྒྱལ་གྱིས་སྦྱོད་ལས་གྱི་ནལ་འབྱོར་བཤོ། །

Thus, perform prayers of auspiciousness, dedications, and aspirations.

Perform the yoga of being confident in your deity nature throughout all your activities.

ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྟིང་པོའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བརྗོད་པ་ལྷུང་ལེན་ཞིང་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ཆོས་མཛད་རིན་ཆེན་གྱི་མས་བསྐྱེད་པ་ལས། །འབྲི་གྲུང་བྱ་བལ་
བས་བསམ་ཡས་བྱ་བལ་པོ་བྱང་དུ་བྲིས་པའོ། །སྒྲུལ།

As for this sadhana, through the strong efforts of Nyingpö Tenpa Rinpoche and the urging of Chödze Rinchen Nyima, a practitioner who is endowed with qualities, I, the Drigung Chadralwa (Rinchen Phüntso) wrote this down at the Samye Butsal Podrang.

Mangalam

Translator's Note:

This sadhana was arranged so that it is easy to practice using a translation of Rinchen Phüntshog's entire concise sadhana as the base. It was then set up according to his own notes with a few additions according to the practice tradition. The protection prayer by Jigten Sumgön was added in accord with the instructions of numerous of Lamas. The refuge, bodhichitta, expression of auspiciousness, and dedication prayer come from Rigdzin Chökyi Dragpa's (*bcom ldan 'das ma yid bzhin 'khor lo'i sgo nas don gnyis sgrub pa 'chi med kyi 'dod 'jo*). The arrangement of requesting forgiveness, completion stage, and reemergence verses come from Lamchen Gyalpo Rinpoche's (*sgrol dkar tshe sgrub 'chi med 'dod 'jo'i bdud rtsi'i snying bcud*).