

༄༅། །ཚེ་གཟུངས་བཞུགས་སོ།།

The Dharani of Longevity



འཇིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཚེ་དཔག་མེད། །

JIGTEN DRENPEI TSOWO TSHEPAGMÉ/

Chief guide of the world, Amitayus, Buddha of Boundless Life,

དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཇོམས་མཛད་པའི། །

DÜEMIN CHHIWA MALÜE JOMDZÉ PEI/

who makes one conquer every case of untimely death,

མགོན་མེད་སྲུག་བསྐྱེལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །

GONMÉ DUG NGEL GYURPA NAMKYI KYAB/

is the refuge for those in misery and pain
who are devoid of any Protector.

སངས་རྒྱས་ཚེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

SANGGYÉ TSHEPAG MÉLA CHHAGTSHEL LO/

To you, Buddha Amitayus,
I offer homage with full prostration.

ཨོཾ་མོ་ལྷ་གཤམ་ཏེ། ཨཔ་རི་མི་ཏཱ་ཡུ་རྫོག་སྤུ་བེ་ནི་ཅོ་ཏེ་དོ་རྫོག་ཡ།

ཏཱ་གཤམ་ཏཱ། ཨཱ་རྟེ་སྐྱུ་སྐྱུ་བུ་རྫོག་ཡ། ཏཱ་ཤ། ཨོ་ཡུ་རྟེ་ཡུ་རྟེ།

མ་རྫོག་ཡུ་རྟེ། ཨཔ་རི་མི་ཏཱ་ཡུ་རྟེ། ཨཔ་རི་མི་ཏཱ་ཡུ་རྟེ་རྫོག་སྐྱུ་རྫོག་པེ་ཅོ་ཏེ།

ཨོ་ས་རྩ་སྐྱུ་རྩ་པ་རི་བུ་རྫོག་ཏེ་གཤམ་ཏཱ་སྤུ་རྟེ་སྤུ་ལྷ་པེ་བུ་རྫོག་མ་རྫོག་ཡཔ་རི་ལྷ་རི་སྤུ་རྫོག།

**OM NAMO BHAGAWATE APARIMITA AHYU/
JNANA SUBINI TSITA TEJA RAJAYA/
TATHAGATAYA/ ARHATE SAMYAKSAM BUDDHAYA/
TADYATHA/ OM PUNAYE PUNAYE/
MAHA PUNAYE APARIMITA PUNAYE APARIMITA PUNAYE/
JNANA SAMBHA ROPA TSITE/
OM SARWA SAMSKARA PARI SHUDDHA DHARMATE/
GAGANA SAMUDGATE SVABHAWA VISHUDDHE/
MAHA NAYA PARIWARE SOHA/**

ཨོ་ཨམ་ར་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྤུ་རྫོག།

OM AMARANI JIWENTAYE SOHA/

སྤྱིན་པའི་སྤོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

JINPEI TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/

By the power of generosity, the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སེང་གེ་སྤྱིན་པའི་སྤོབས་རྟོགས་ནས། །

MIYI SENGGE JINPEI TOBTOG NÉ/

The lion among humans realized the power of generosity.

སྤྱིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གོང་ཁྱེར་འཕུག་པ་ན། །

NYINGJE CHENGYI DRONG KHYER JUGPA NA/

As I enter the city of the compassionate ones,

ལྷན་པ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། |

JINPA THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/
may I achieve perfection of generosity and may my life be extended.

ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། |

TSHULTHrIM TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/
By the power of ethics, the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སོཾ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོབས་རྟོགས་ནས། |

MIYI SENGGE TSHULTHrIM TOBTOG NÉ/
The lion among humans realized the power of ethics.

སྟིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གོང་ཁྲིར་འཇུག་པ་ན། |

NYINGJE CHENGYI DrONG KHYER JUGPA NA/
As I enter the city of the compassionate ones,

ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། |

TSHULTHrIM THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/
may I achieve the perfection of ethics and may my life be extended.

བཟོད་པའི་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། |

ZÖEPEI TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/
By the power of patience, the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སོཾ་བཟོད་པའི་སྟོབས་རྟོགས་ནས། |

MIYI SENGGE ZÖEPEI TOBTOG NÉ/
The lion among humans realized the power of patience.

སླིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུག་པ་ན། །

NYINGJE CHENGYI DRONG KHYER JUGPA NA/
As I enter the city of the compassionate ones,

བཟོད་པ་མཐར་ཐུན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

ZÖEPA THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/
may I achieve perfection of patience and may my life be extended.

བརྩུན་འགྲུས་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

TSUN DRUB TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/
By the power of diligence, the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སོཾ་བརྩུན་འགྲུས་སྟོབས་རྟོགས་ནས། །

MIYI SENGGE TSUN DRUB TOBTOG NÉ/
The lion among humans realized the power of diligence.

སླིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུག་པ་ན། །

NYINGJE CHENGYI DRONG KHYER JUGPA NA/
As I enter the city of the compassionate ones,

བརྩུན་འགྲུས་མཐར་ཐུན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

TSUN DRUB THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/
may I achieve perfection of diligence and may my life be extended.

བསམ་གཏན་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

SAMTEN TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/
By the power of complete contemplation,
the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སེངྒེ་བསམ་གཏན་སྟོབས་རྟོགས་ནས། །

MIYI SENGGE SAMTEN TOBTOG NÉ/

The lion among humans realized the power of complete contemplation.

སྟིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཕྲུག་པ་ན། །

NYINGJE CHENGYI DRONG KHYER JUGPA NA/

As I enter the city of the compassionate ones,

བསམ་གཏན་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

SAMTEN THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/

may I achieve perfection of complete contemplation
and may my life be extended.

ཤེས་རབ་སྟོབས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། །

SHÉRAB TOBKYI SANGGYÉ YANGDAG PHAG/

By the power of wisdom, the Buddha became perfectly exalted.

མི་ཡི་སེངྒེ་ཤེས་རབ་སྟོབས་རྟོགས་ནས། །

MIYI SENGGE SHÉRAB TOBTOG NÉ/

The lion among humans realized the power of wisdom.

སྟིང་ཇེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འཕྲུག་པ་ན། །

NYINGJE CHENGYI DRONG KHYER JUGPA NA/

As I enter the city of the compassionate ones,

ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། །

SHÉRAB THARCHHIN TSHEYANG PHELWAR SHOG/

may I achieve the perfection of wisdom
and may my life be extended.

ཐབས་དང་སྐྱོབ་དང་དག་པ་དང་། །

THABDANG KYOBDANG DAGPA DANG/
May the skillful means, protection and purity,

ཐེག་ཆེན་ངེས་པར་འགྲུང་བ་ཡི། །

THEGCHHEN NGÉPAR JUNGWA YI/
and certainty of liberation through the Mahayana way,

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རབ་བསྐྱབ་བ། །

SEMCHEN NAMLA RABLU WA/
ward off the demonic activities

བདུད་གྱི་ལས་རྣམས་སྒྲོག་ཏུ་གསོལ། །

DÜEKYI LÉNAM DOGTU SOL/
that utterly deceive the sentient beings.

རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པ་ལ། །

DZOGPEI JANGCHHUB DrUBPA LA/
In the process of achieving perfect Buddhahood,

སྤྱི་དང་ནང་དང་གསང་བ་ཡི། །

CHHIDANG NANGDANG SANGWA YI/
may all the outer, inner and secret

བར་དུ་སྐྱོད་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད། །

BARDU CHÖEPEI TSHOG THAMCHÉ/
assembly of disruptive forces

ཉེ་བར་ཞི་བར་མཛེད་དུ་གསོལ། །།

NYEWAR SHIWAR DZÉDU SOL
be completely pacified.