

21 Homages To The Noble Tara

二十一圣度母礼赞



For free distribution only
免费赠阅（非卖品）

Published for free distribution in Singapore by:

新加坡出版者（免費贈閱）：

Karma Kagyud Buddhist Centre 噶瑪迦如佛教中心

No. 38, Lorong 22 Geylang, Singapore 398695

Tel 电话：(65) 67491103

Email 电邮地址: kkbcs@karma-kagyud.org.sg

Website 网址: <http://www.karma-kagyud.org.sg>

Published for free distribution in Nepal and India by:

尼泊尔和印度出版者（免費贈閱）：

Kagy Institute of Buddhist Studies 噶举佛学院

G.P.O. Box 3157, Dev Doka, Ward No 2, Kirtipur

Kathmandu, Nepal

Tel 电话: 977-1-4331679

Email 电邮地址: info@kirtipur.org

Website 网址: www.kirtipur.org

1st Edition | Sept 2010 | 2000 Books 首版|2010年9月| 2000本

2nd Edition | Feb 2012 | 1000 Books 第二版|2012年2月| 1000本

Cover Design 封面设计： Jimmy Khoo

Translation Team 翻译组: Shangpa Rinpoche

Amelia Choon, Cheong Sui Hunn

Choo Qwee Lan & Tah Kwee Leng.

Printed by 印刷商: Kangyuen Printing Enterprise Sdn Bhd

Tel: 07 387 8888 / Fax 07 387 7777

Please do not reproduce any part of this booklet by any means whatsoever without written permission from the publisher.

未经书面许可，请勿以任何方式印制或复制此法本或其中的任何部分。

Foreword

The practice of “*21 Homages to the Noble Tara*” is an authentic sacred tantric practice expounded by Lord Buddha Shakyamuni.

Mother Tara is also known as “*Heroic Swift Liberator*” for her swiftness in protecting and liberating any sentient being, who prays to her sincerely, from any form of sufferings and fears, as well as bestowing her blessings instantly to accomplish one’s worldly wishes or supreme aspirations.

Hence, the teaching of elucidating the meaning of the “*21 Homages to the Noble Tara*” is deemed to be exceedingly profound and beneficial. Nonetheless, many of us barely chance upon it these days. Out of his compassion and in order to benefit those who are devoted to this practice and keen to know its meaning, Venerable Shangpa Rinpoche gave a series of teachings in the year 2010 to explain the meaning of the “*21 Homages to the Noble Tara*” at the Singapore Karma Kagyud Buddhist Centre.

Greatly inspired by the teachings of Rinpoche, this handy and beautiful booklet of “*21 Homages to the Noble Tara*” is specially printed in conjunction with this extremely profound and precious teaching. We sincerely wish that it would facilitate a lucid understanding of the practice to the fortunate ones who have devotion.

May this booklet be meaningful and of great benefits for all who come into contact with it.

Sarwa Mangalam!

May there be auspiciousness!

Publication Team of KKBC

September 2010, Singapore



前言

“二十一圣度母礼赞”，是由释迦牟尼佛亲自所教授的殊胜密续修法。

由于度母能迅速地保护和救度任何虔诚向她祈求的众生脱离一切苦和怖畏之心，并加持所求者成就一切世间或出世间的愿望，她也被尊称为“救度速勇母”。

因此，教导和阐明“二十一圣度母礼赞”的真实意义是极其殊胜和具有利益的。然而，现今我们却少有机缘听闻或学习得到这修法。尊贵的香巴仁波切为了利益那些发心致力于这一修法并希望做进一步了解的有缘之士，于 2010 年在新加坡噶玛迦如佛教中心慈悲地开示了一系列的“二十一圣度母礼赞”教法。

由于得到仁波切教法的启迪，我们特制此精巧简便的法本以配合这一极其甚深殊胜和宝贵的教法。我们真诚地希望它将有助于那些具有福缘修持“二十一圣度母礼赞”的行者更清楚地了解其修法而从中受益。

愿此法本具大利益并为一切有缘接触到它的众生带来广大的利乐。愿吉祥！

新加坡噶玛迦如佛教中心
二零一零年九月





ཐུག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་ཉི་ལུ་ཚུ་གཅིག

21 Homages To The Noble Tara

二十一 圣度母礼赞

INVOCATION PRAYER

迎请文

པོ་ཏ་ལ་ཡི་གནས་མཚོག་ནས།

PO TA LA YI NE CHHOG NE

From your sublime abode at the Potala,

波达 拉意 涅措 涅

于波达拉之胜处

རྟོ་ཡི་ག་ལྷུང་གུ་ལས་འབྲུངས་ཤིང་།

TAM YIG JANG GU LE TRUNG SHING

Born from the green syllable TAM,

当母 益 江古 累吞 幸

从绿色 “当母”字化生

རྟོ་ཡི་ག་འོད་གྱི་འགྲོ་བ་སྐྱོལ།

TAM YIG OD KYI DRO WA DROL

Whose light rescues all beings,

当母 益 欧济 若哇 若了

“当母”字光芒度众生

སྒོལ་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ།

DROL MA KHOR CHE SHEG SU SOL

Tara and your retinues please approach.

若了妈 扣尔杰 谢苏 收了

祈度母携眷来此

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པཎ་གྱིས།

LHA DANG LHA MIN CHOD PEN GYI

Laying their crowns at your lotus feet,

拉当 拉民 作遍 济

天及非天以彼之

ཞབས་གྱི་པརྗོལ་བཏུད་ནས།

ZHAB KYI PAD MO LA TUD NE

Devas and asuras pay homage to you.

霞布 济 贝莫 拉度 涅

顶严礼汝之莲足

ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒོལ་མཛད་མ།

PHONG PA KUN LE DROL DZED MA

You who rescue all who are destitute

碰巴 滚累 若了 贼 妈

救度一切贫困者

སྐྱོལ་མ་ཡུམ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

DROL MA YUM LA CHHAG TSHAL LO

To you, Mother Tara, I pay homage.

若了妈 有母拉 恰察了 洛

我顶礼圣救度母

ཚོགས་བསགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།

SEVEN BRANCHES PRAYER

七支净供

།རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་དང་།

JE TSUN PHAG MA DROL MA DANG

To the Noble Arya Tara and

杰尊 帕妈 若了妈 当

至尊圣度母

ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།

CHHOG CHU DÜ SUM ZHUG PA YI

Buddhas and Bodhisattvas in the ten directions

措住 度孙母 素巴 依

十方三世佛

གྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།

GYAL WA SĚ CHĚ THAM CHED LA

and of the three times, we bow to you

嘉了哇 谢接 谭母接 拉

及诸菩萨前

ཀུན་ནས་དྲང་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

KUN NĚ DANG WĚ CHHAG TSHAL LO

with convincing faith.

滚涅 当威 洽察了 洛

我众诚顶礼

མེ་ཏོག་བདུག་སྤྲོས་མར་མེ་དྲི།

ME TOG DÜG PÖ MAR ME DRI

I offer flowers, incense, lamps, perfume,

美多 度波 妈尔美 滴

花、香、灯、涂香

ཞལ་བུས་རོལ་མོལ་སོགས་པ།

ZHAL ZĚ ROL MO LA SOG PA

food, music, and so forth,

霞了斜 柔了嫫 拉收 巴

果及乐我献供

།དངོས་འབྱོར་ཡིད་ཀྱིས་སྤུལ་ནས་འབྲུལ།

NGÖ JOR YID KYII TRÜL NĚ BUL

Actually set out and emanated by my mind.

哦佐尔 益济 图了涅 布了

实供或观想

།འཕགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་བཞེས་སུ་གསོལ།

PHAG MEI TSHOG NAM ZHĚ SU SOL

Hosts of the Noble Lady, please accept them.

帕美 措南母 谢苏 收了

祈圣众接纳

།ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར།

THOG MA MED NĚ DA TEI BAR

From beginningless time until now,

托妈 美涅 达蝶衣 巴尔

无始至现今

།མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྔ།

MI GE CHU DANG TSHAM MED NGA

I repent all the ten non virtuous acts

米给 处当 参母美 那

十不善及五无间

།སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པས།།

SEM NI NYON MONG WANG GYUR PĚ

and the five heinous acts that I have committed

先母尼 永梦 汪究尔 北

心随烦恼根所造

།སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཞགས་པར་བགྱི།།

DIG PA THAM CHED SHAG PAR GYI

when influenced by obscuring passion.

滴巴 谭母 接 夏巴尔 济

一切罪障皆忏悔

།ཉོན་ཐོས་རང་རྒྱལ་གྱང་རྒྱབ་སེམས།།

NYEN THÖ RANG GYAL JANG CHÜB SEM

I rejoice in the merit of whatever virtue that

年托 让嘉了 江处布 先母

声闻及辟支

།སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས།།

SO SO KYE WO LA SOG PĚ

Sravakas, Pratyekabuddhas, Bodhisattvas,

收收 给握 拉收 北

菩萨与众生

དུས་གསུམ་དག་བཅི་བསགས་པའི།

DÜ SÜM GE WA CHI SAG PEI

and ordinary people have gathered

度孙母 给哇 吉萨 北

三世所积善

བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་།

SOD NAM LA NI DAG YI RANG

throughout the three times.

收南母 拉尼 达依 让

功德我随喜

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG

In accordance with the intentions of the sentient beings,

先母建 南母济 桑母巴 当

祈求转法轮

ལྷོ་ཡི་ཇེ་བྱ་བ་ཇི་ཏཱ་འུ་ར་།

LO YI JE DRAG JI TA WAR

suited to each individual's different mind-sets,

罗依 杰达 吉达 哇尔

大乘共小乘

ཚེ་ཚུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།

CHHE CHHÜNG THUN MONG THEG PA YI

I pray that you turn the wheel of the Dharma

切冲 吞梦 铁巴 依

契合各根器

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་དུ་གསོལ།

CHHÖ KYI KHOR LO KOR DU SOL

in the form of the greater, lesser and common vehicles

措济 扣尔 洛 果尔 度 收了

圆满众生愿

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྤོང་བར།

KHOR WA JHI SID MA TONG BAR

I beseech you not to pass into Nirvana,

扣尔哇 吉息 妈东 巴尔

轮回未空尽

མྱ་ངན་མི་འདྲའ་སྤྲུགས་རྗེ་ཡིས།

NYA NGEN MI DHA THUG JHE YII

until Samsara is completely emptied,

娘念 米达 突杰 依

请勿示涅槃

སྤྱུག་བསྔལ་གྱི་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི།

DÜG NGAL GYA TSOR JHING WA YI

to look with great compassion on all sentient beings

度那了 嘉措尔 净哇 依

悲心垂怜视

ཁོམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

SEM CHEN NAM LA ZIG SU SOL

who are drowning in the great ocean of suffering.

先母建 南母拉 息苏 收了

沉沦苦海众

འདད་གཤིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།

DAG GII SOD NAM CHI SAG PA

May whatever merit that I have accumulated

达济 收南母 气萨 巴

愿我所积善

ཁམས་ཅད་གྲང་ཚུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

THAM CHED JHANG CHHÜB GYUR GYUR NĚ
become a cause for the enlightenment of all beings.

谭母 接 江处 究尔究尔 涅
悉成菩提因

རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི།

RING POR MI THOG DRO WA YI
May I myself become, without delay,

令波尔 米托 若哇 依
愿我无久延

འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག།

DREN PEI PAL DU DAG GYUR CHIG
the foremost among the savior of beings.

殿北 巴了度 达究尔 即
成众吉祥师





ཇེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་དྲོལ་མ།

JETSUN MA PHAG MA DROL MA
The Noble Arya Tara

至尊圣度母

ཨོཾ ཇེ་ཇུན་མ་ཕག་མ་དྲོལ་མ་ལ།

OM, JE TSUN MA PHAG MA DROL MA LA

OM To the Noble Arya Tara

嗡 杰尊妈 帕妈 若了妈 拉

嗡 至尊圣救度母

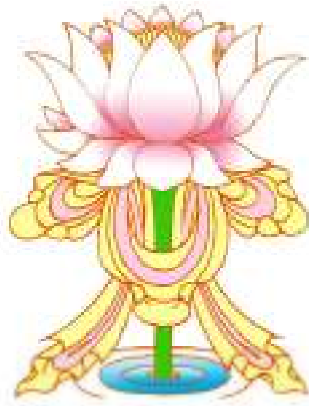
མཉམ་ཚལ་ལོ།

CHHAG TSHAL LO

I bow.

恰察了 罗

我顶礼





། ཇི་བཅུན་སྒྲོལ་མ་ལྷུང་མ་དཔལ་མོ།

1 - NYURMA PALMO
The Swift Heroine Tara

救度速勇母

ཕྱག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་སྣུར་མ་དཔལ་མོ།

CHHAG TSHAL DROL MA NYUR MA PAL MO

I bow to Tara who is swift and heroic

恰察了 若了妈 钮尔妈 巴了莫

礼敬救度速勇母

སྨྱན་ནི་སྐད་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ།

CHEN NI KED CHIG LOG DANG DRA MA

with eyes like lightning,

建尼 给即 洛当 达妈

目如刹那电光照

འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི།

JIG TEN SUM GON CHHU KYE ZHAL GYI

who arises from the corolla of the lotus face

吉殿 孙母贡 处给 霞了济

从花蕊中所化现

གོ་སར་ཇེ་འཇམ་ལེ་འཇམ་ལྷོ་མ།

GE SAR JE WA LE NI JUNG MA

of the Lord of the Three Worlds.

给萨尔 杰哇 累尼 炯妈

三界怙主莲华颜



མེད་ དཀར་མོ་ལྷ་མདངས་སྤྱོད་མ།

2 - KARMO DADANG DROLMA
Tara of White Moonlight Luster

白色秋朗月度母

ཕྱག་འཚལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀུན་ཏུ།

CHHAG TSHAL TON KEI DHA WA KUN TU

Homage to her whose face is fashioned from a

恰察了 东给衣 达哇 滚度

礼敬百秋朗月母

གང་བ་རྒྱ་ནི་བརྩེགས་པའི་ཞལ་མ།

GANG WA GYA NI TSEG PEI ZHAL MA

hundred very full autumn moons,

刚哇 嘉尼 贼北 霞了妈

满月光辉遍映面

སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས།

KAR MA TONG TRAG TSHOG PA NAM KYI

who gleams with the revealing

噶尔妈 东达 措巴 南母济

如千星宿俱聚集

རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ།

RAB TU JE WEI OD RAB BAR MA

light of a thousand stars.

腊布度 杰威 沃腊布 巴尔妈

俱胝妙光极胜耀



༣། སྣོལ་མ་གསེར་མདོག་ཅན་མ།

3 - SERDOG CHENMA
Tara of Golden Hue

金色度母

ཕུག་འཚལ་སེར་སྒྲོན་ཚུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི།

CHHAG TSHAL SER NGON CHHU NE KYE KYI

Homage to her whose supreme golden appearance

恰察了 谢尔 哦 处涅 给济

礼敬青莲金度母

སྒྲུང་མཚོག་ནི་རྣམ་པར་རྒྱན་མ།

PED MEI CHHOG NI NAM PAR GYEN MA

is ornamented with blue water-born lotuses

北美 错尼 南母 巴尔 建妈

莲花遍严极胜相

སྐྱེན་པ་བརྩོན་འགྲུས་དཀའ་ལུག་ཞི་མ།

JIN PA TSON DRÜ KA THUB ZHI MA

Whose activities are the nature of perfect generosity,
diligence, austerity,

金巴 中度 噶突布 徐妈

所行处具施、精进、苦行、

བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ།

ZOD PA SAM TEN CHOD YUL NYID MA

peace, patience and meditation.

佐巴 三母 典 处有了 尼妈

寂静忍辱禅定圆满性



ལྷོ་མ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཙུག་ཏོག་ཅན་མ།

4 - TSUKTOR CHENMA

Tara having an Ushnisha of Tathagatas

如来顶髻度母

ཕྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་གཏོར།

CHHAG TSHAL DE ZHIN SHEG PEI TSUG TOR

Homage to her, who has a protuberance of the
Tathagatas,

恰察了 蝶行 谢北 处多尔

礼敬如来顶髻母

མཐའ་ཡས་རྣམས་པར་རྒྱལ་བར་སྟོན་མ།

THA YE NAM PAR GYAL WAR CHOD MA

who has achieved limitless victories,

塔耶 南母 巴尔 嘉了哇尔 措妈

无边尊胜行持母

མ་ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི།

MA LU PHA ROL CHHIN PA THOB PEI

who is served by the conqueror's sons and

妈路 帕柔了 庆巴 托布北

到达彼岸尽无余

རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་འོན་ཏུ་བརྟེན་མ།

GYAL WEI SĚ KYI SHIN TU TEN MA

who has obtained perfections without exception.

嘉了威 谢济 行度 典妈

胜尊佛子极所依



ཨུ་གི་ངེ་སྒྲིག་པའི་སྒྲོལ་མ།

5 - HUNGDRRA DROGPA
Tara Who Resonates the Sound of Hung

吽声度母

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རྩེ་ལྷོ་ཡིག་གོ།

CHHAG TSHAL TUT TA RA HUNG YIG GE

Homage to the letter Tuttara Hung

恰察了 度达 拉吽 益给

礼敬“度达拉吽”字

འདོད་དང་ཕྱོག་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ།

DOD DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA

which fills the desire realms,

多当 措当 南母卡 刚妈

满欲界方所虚空

འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ།

JIG TEN DUN PO ZHAB KYII NEN TE

directions and space; who tramples the seven worlds

吉典 敦波 霞布济衣 念蝶

运足遍覆七世界

ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པ་རུས་མ།

LÜ PA MED PAR GUG PA NÜ MA

with her feet and has the power to summon all.

路巴 美巴尔 固巴 努妈

悉能钩召摄无余



༦། འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྒྱལ་མ།

6 - JIGTEN SUMGYAL-MA
Tara of Victorious Over the 3 Realms

胜三界度母

ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་སྤྱོན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ།

CHHAG TSHAL GYA JHIN ME LHA TSHANG PA

I bow to her who is worshipped by Shakra, Agni
Brahma,

恰察了 嘉金 美腊 昌巴

礼敬释梵火天母

ལྷུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཚོད་མ།

LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHOD MA

Vayu and Ishvara; in front of whom an assembly of

伦拉 那错 汪出 措妈

风神自在众俱集

འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་བ་རྣམས་དང་།

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

demons, zombies, Gandharvas and

尊坡 柔朗 滴萨 南母 当

部多起尸寻香等

གཞོན་སྤྱོན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ།

NOD JHIN TSHOG KYII DUN NĚ TOD MA

Yakshas gives praises.

诺净 错济衣 敦涅 朵妈

诸药叉众作赞叹



ལྷོ་ འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་རབ་འཇོམས་མ།

7 - RABJOMMA
Completely Pacifying Tara

极摧坏度母

ཕྱག་འཚལ་རྒྱ་ཅེས་བྱ་དང་ཕྱེས།

CHHAG TSHAL TRET CHĚ JHA DANG PHET KYII

I bow to her who has totally conquered others' evil designs with TRAT and PHAT,

恰察了 铁接 嘉当 呸济衣

礼敬名“铁”作“呸”母

ཕ་རོལ་འཕྲལ་འཁོར་རབ་རྩ་འཛོམས་མ།

PHA ROL TRUL KHOR RAB TU JOM MA

who dwells in the midst of fiercely burning

帕柔了 度了扣尔 腊布度 中母妈

於彼施恶极摧毁

གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུང་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ།

YĚ KUM YON KYANG ZHAB KYII NEN TE

flames while trampling with bent right leg

耶滚母 勇降 霞布 济衣 念蝶

左伸右曲作足踏

མི་འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་རྩ་འབར་མ།

ME BAR TRUG PA SHIN TU BAR MA

and outstretched left leg.

美巴尔 度巴 行度 巴尔玛

焰光炽盛极明耀



ཉ འཕགསཔ་མ་སྒོལ་མ་བདུད་འཛོམས་དབང་ཕྱག་མ།

8 – DUDJOM WANGCHUG-MA

Powerful Subjugator of Mara

破魔敌度母

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེ་འི་འཇིགས་པ་ཆེན་མོས།

CHHAG TSHAL TU REI JIG PA CHHEN MÖ

I bow to TURE, the greatly fearful one

恰察了 度瑞衣 济巴 千莫

礼敬度瑞大怖母

བདུད་གྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཇོམས་མ།

DUD KYI PA WO NAM PAR JOM MA

who totally conquers brave demons,

度济衣 巴我 南母 巴尔 中母 妈

摧毁诸勇猛魔父

ཅུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྗན་མཛད།

CHHU KYË ZHAL NI TRO NYER DEN DZED

the one whose lotus face shows a wrathful appearance

处给 霞了尼 突涅尔 典贼

於莲华面作颦眉

དབྱ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ།

DRA WO THAM CHED MA LÜ SOD MA

and who slays all enemies without exception.

达我 谭母接 妈路 收妈

无余杀毁诸怨敌



༩ འཕགས་མ་སོང་ལྷེད་ནགས་ཀྱི་སློལ་མ།

9 – SENGDENG NAGDROLMA
*Tara Who Bestows Supreme Siddhi,
Forest of Acacia Trees Tara*

担木度母

ཕྱག་འཚལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་ཕྱག་རྒྱའི།

CHAG TSHAL KON CHHOG SUM TSHON CHHAG GYE

I bow to her who adorns her heart with fingers

恰察了 贡措 孙母村 恰给

礼敬三宝严印母

སོར་མོས་ཐུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།

SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYEN MA

in the gesture symbolizing the three Jewels,

收尔莫 突噶尔 南母巴尔 建妈

手指当心相庄严

མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བརྒྱན་པའི།

MA LÜ CHHOG KYI KHOR LO GYEN PEI

who is adorned by the "Chakra of all directions"

妈路 措济 扣尔罗 建北

无余方轮为严饰

རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས་འབྲུག་མ།

RANG GI ÖD KYI TSHOG NAM THRUG MA

which engulfs itself in a heap of light rays.

让济 欧济 措南母 突妈

自身炽光燃聚怒母



༡༠། འཕགས་མ་སྣོལ་མ་ལྷ་དན་སེལ་བྱེད་མ།

10 - NYANGEN SELJEMA
*Tara Who Dispels Sorrow/
Pacifier of Suffering*

息苦度母

ཕྱག་འཚལ་རབ་རྩ་དགའ་བས་བརྗིད་པའི།

CHHAG TSHAL RAB TU GA WEI JHID PEI

I bow to the greatly rejoicing one

恰察了 腊布 度 噶威 即北

礼敬威德欢喜母

དབུ་རྒྱན་འོད་གྱི་སྒྲོང་བས་སྤྲེལ་མ།

Ü GYEN ÖD KYI TRENG WEI PEL MA

whose head is adorned with an ornamental rosary of dazzling light;

乌坚 鄂济 天威 北了妈

顶严光曼更迭饰

བཞད་པ་རབ་བཞད་རྩུ་ར་ཡིས།

ZHED PA RAB ZHED TUT TA RA YII

and laughing, laughing hard, controls

斜巴 腊布 斜 度达 腊依

最极喜笑 “度达拉”

བདུད་དང་འཛིག་རྗེན་དབང་དུ་མཛད་མ།

DUD DANG JIG TEN WANG DU DZED MA

demons and the world with TUTTARA.

度当 记殿 汪度 贼妈

镇世间魔作摄伏



ཀཾ རྗེ་བཙུན་ཕོངས་པ་ཀུན་སེལ་སྣོལ་མ།

11- PHONGPA KUNSELMA
Tara Who Relieves Poverty

解贫度母

ཕུག་འཚལ་ས་གཞི་སྐྱོད་བའི་ཚོགས་རྣམས།

CHHAG TSHAL SA ZHI KYONG WEI TSHOG NAM

I bow to her who has the power to summon

恰察了 萨徐 永威 措南母

礼敬守护大地母

ཐམས་ཅད་འགུག་པར་རུས་པ་ཉིད་མ།

THAM CHED GUG PAR NÜ PA NYID MA

the entire assembly of earthly protectors;

谭母接 固巴尔 努巴 尼妈

悉能钩召诸地祇

བློ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྱེ་གིས།

TRO NYER YO WEI YI GE HUNG GII

who completely rescues every destitute one

托涅尔 唷威 意给 吽济

颦眉撼动字母“吽”

ཕོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ།

PHONG PA THAM CHED NAM PAR DROL MA

with the wrathful moving letter HUNG.

碰巴 谭母接 南母巴尔 若了妈

一切贫苦令度脱



ཏཱ་ལའི་བཙུན་མ་བགྱིས་སྣང་བའི་སྒྲོལ་མ།

12- TRASHI NANGWA
Tara of Auspicious Brilliance

祥光度母

ཕྱག་འཚལ་ལྷོ་བའི་དུམ་བུས་དབུ་བརྒྱན།

CHHAG TSHAL DHA WEI DUM BÜ Ü GYEN

I bow to her who has a crescent moon as a head ornament

恰察了 达威 顿母布 乌坚

礼敬顶严新月母

བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཉིན་ཏུ་འབར་མ།

GYEN PA THAM CHED SHIN TU BAR MA

who is ablaze with various other ornaments,

坚巴 谭母接 幸度 巴尔妈

诸严饰现胜妙光

རལ་པའི་ཁྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས།

RAL PEI TROD NĚ Ö PAG MED LE

upon whose knotted hair is Amitabha,

腊了北 托涅 哦巴 美累

髻中现阿弥陀佛

རྟག་པར་ཉིན་ཏུ་འོད་ནི་མཛད་མ།

TAG PAR SHIN TU ÖD NI DZED MA

from whom continuous light issues forth.

达巴尔 幸度 乌尼 贼玛

常放众妙宝光明



ཏཱཾ འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ཡོངས་སུ་སློན་བྱེད་མ།

13 – YONGSU MINJE-MA

Tara Who Bestows Complete Maturity

成熟一切有情度母

ཕུག་འཚལ་བསྐྱལ་པའི་མཐའ་མའི་མེ་ལྷར།

CHHAG TSHAL KAL PEI THA MEI ME TAR

I bow to her who dwells in the midst of a garland of flames

恰察了 噶了北 踏美 美达尔

礼敬如末劫火母

འབར་བའི་ཕྱིང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ།

BAR WEI TRENG WEI U NA NE MA

like the fire at the end of eons.

巴尔威 天威 乌那 涅玛

安住炽盛火曼中

གཡས་སྐྱང་གཡོན་བསྐྱལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའ།

YE KYANG YON KUM KUN NE KOR GA

Her right leg is outstretched and left leg is bent,

耶降 永滚母 滚涅 果尔噶

右伸左曲普欢愉

དབྱ་ཡི་དཔུང་ནི་རྣམ་པར་འཇོམས་མ།

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

she completely vanquishes the encircling army of enemies by the (mudra) of joy.

达依 鹏尼 南母 巴尔 中母 妈

善能摧毁怨敌军



ཉལ་ལྷོ་འཕགས་མ་ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་སྒྲོལ་མ།

14 – TRONYER YO WEI DROLMA
Frowning Tara

顰眉度母

ཕྱག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི

CHHAG TSHAL SA ZHII NGO LA CHHAG GI

I bow to her who presses the earth's surface

恰察了 萨徐 哦拉 恰济

礼敬手按大地母

མགྲིལ་གྲིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྲིས་བརྟུང་མ།

THIL GYII NUN CHING ZHAB KYII DUNG MA

with the palms of her hand and tramples it with her feet,

替了济衣 努净 霞布 济衣 敦妈

以足践踏作镇压

ལྷོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྩྭ་གིས།

TRO NYER CHEN DZED YI GE HUNG GII

who in a wrathful mood and with the letter HUNG,

托涅尔 千贼 依给 吽济

颦眉怒相以“吽”字

རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ།

RIM PA DUN PO NAM NI GEM MA

destroys the seven layers of realms.

令母巴 敦波 南母尼 给母妈

七重险界悉摧毁



ལྷོ་འཕགས་མ་སྤོལ་མ་ཞི་བ་ཆེན་མོ།

15 – ZHIWA CHENMO
Tara of Great Peace

寂灭度母

ཕུག་འཚལ་བདེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ།

CHHAG TSHAL DE MA GE MA ZHI MA

I bow to the blissful, virtuous, serene one

恰察了 蝶妈 给妈 徐妈

礼敬乐善静寂母

སྲུང་ན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ།

NYA NGEN DE ZHI CHOD YUL NYID MA

who is the sphere of peaceful Nirvana,

娘燕 蝶徐 措有了 尼妈

涅槃寂灭所行境

སྤུ་རྒྱ་ཨོྲ་དང་ཡང་དག་ལྷན་པས།

SVA HA OM DANG YANG DAG DEN PEI

who destroys great sins

梭哈 喻当 养达 典悲

梭哈喻等极清净

སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་ཉིད་མ།

DIG PA CHHEN PO JOM PA NYID MA

through perfectly possessing OM and SVAHA.

弟巴 千波 中母巴 尼妈

善能摧毁大罪恶



ཉལ། འཕགས་མ་ཚགས་འཛོམ་སྒྲོལ་མ།

16 – CHAGJOM DROLMA
Destroyer of Desire Tara

除贪度母

ཕྱག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི།

CHHAG TSHAL KUN NE KOR RAB GA WEI

I bow to her who destroys the bodies of the

恰察了 滚涅 果尔 腊布 噶威

礼敬普遍极喜母

དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་རྩ་འགོམས་མ།

DRA YI LU NI RAB TU GEM MA

encircling enemies with the (dance) of joy,

达依 路尼 腊布 度 给母 妈

善能摧毁怨敌身

ཡི་གེ་བཅུ་པའི་དགའ་ནི་བཀོད་པའི།

YI GE CHU PEI NGAG NI KOD PEI

who liberates by the formulation of

依给 处北 阿尼 果北

十字明咒妙严布

རིག་པ་རྩྱའི་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ།

RIG PA HUNG LE DROL MA NYID MA

the ten lettered mantra and HUNG.

立巴 吽累 若了妈 尼妈

明咒吽声化度母



ཏཱེཿ འཕགས་མ་བདེ་བ་སྐྱབ་པའི་སྣོལ་མ།

17 - DEWA DRUBPA
Tara who generates Blissful Joy

成乐度母

ཕྱག་འཚལ་ཏུ་རེ་འི་ཞབས་ནི་བརྟམས་པས།

CHHAG TSHAL TU REI ZHAB NI DAB PE

I bow to TURE who stamps with her feet

恰察了 度瑞衣 霞布尼 达布北

礼敬足躅度瑞母

རྩྱུ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ།

HUNG GI NAM PEI SA WON NYID MA

the one with the seed syllable HUNG,

畔济 南母北 萨温 尼妈

具足种子畔字相

རི་རབ་མཚུ་ར་དང་འབིགས་བྱེད།

RI RAB MAN DA RA DANG BIG JHED

who shakes Mount Mandhara, Vindhya

瑞腊布 曼达 腊当 碧接

须弥曼陀及宝陀

འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ།

JIG TEN SUM NAM YO WA NYID MA

and the three worlds.

吉典 孙母南母 哟哇 尼妈

能摇撼动三世界



ཏཱཾ འཕགས་མ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྣོལ་མ།

18 – NAMPAR GYALWA
The Totally Victorious Tara

胜利度母

ཕུག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་བསྐྱམས་པའི།

CHHAG TSHAL LHA YI TSHO YI NAM PEI

I bow to her who holds in her hand the sign of

恰察了 腊依 错依 南母北

礼敬具海神相母

རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕུག་ན་བསྐྱམས་མ།

RI DAG TAG CHEN CHHAG NA NAM MA

the gentle creatures, which is shaped like the lake of gods,

立达 达建 恰那 南母妈

手中执持神兽像

རྒྱ་ར་གཉིས་བཟོད་ཕན་གྱི་ཡི་གེས།

TA RA NYII JHOD PHET KYI YI GE

who annuls every poison without exception by

达拉 尼左 呬济 依给

诵二“达拉”及“呬”字

དུག་རྣམས་མ་ལུས་པ་ནི་སེལ་མ།

DUG NAM MA LU PA NI SEL MA

pronouncing the two TARAs and the letter PHET.

度南母 妈露 巴尼 些了妈

能除诸毒尽无余



༡༩། འཕགས་མ་སྒོལ་མ་སྤྱལ་བ་སྤུལ་སེལ་བྱེད་མ།

19 – DUGNGAL SELJEDMA
Tara who dispels suffering

焚灭诸苦度母

ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ།

CHHAG TSHAL LHA YI TSHOG NAM GYAL PO

I bow to her who is relied upon by the king of Gods,

恰察了 腊依 措南母 嘉了波

礼敬诸天众王母

ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ།

LHA DANG MI AM CHI YII TEN MA

the Gods and Amanushes;

腊当 米安母 济依 典妈

天及非天所依爱

ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བརྗིད་ཀྱིས།

KUN NĒ GO CHHA GA WEI JID KYII

who dispels internal strife and bad dreams

滚涅 果察 噶威 吉济

普出威德喜悦铠

ཚོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ།

TSOD DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

by enchantingly brilliant armor.

佐当 米蓝母 念巴 谢了妈

灭除内争及恶梦



༡༠། འཕགས་མ་སྣོལ་མ་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་མ།

20 – NGODRUB JUNGNE
The Source of Realization Tara

证悟源度母

ཕྱག་འཚལ་ཉི་མ་ལྷོ་བ་རྒྱས་པའི།

CHHAG TSHAL NYI MA DHA WA GYE PEI

I bow to her with two eyes which are the sun and
waxing moon,

恰察了 尼玛 达哇 给北

礼敬广明日月母

སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་ལ།

CHEN NYII PO LA OD RAB SAL MA

which illuminate by their light rays,

建尼 波拉 沃腊布 萨了妈

双目炯光极明澈

ཧ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུ་རྩེ་ཡི།

HA RA NYII JHOD TUT TA RE YI

who removes very fearful diseases

哈拉 尼佐 度达 瑞依

诵二 “哈腊” 度达拉

ཉིན་ཏུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་ལ།

SHIN TU DRAG PO RIM NED SEL MA

through reciting two HARA's and TUT TA RE.

星度 达波 令涅 谢了妈

善除凶猛诸瘟疫



ལྷོ་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་བྱེད་མ།

21 – YONGSU DZOG JEDMA

Tara who bestows complete perfection

圓成事業度母

ཕྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས།

CHHAG TSHAL DE NYID SUM NAM KOD PEI
I bow to her who properly possesses the power to
create

恰察了 蝶尼 孙母 南母 果北
礼敬具三谛相母

ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྗན་མ།

ZHI WEI THU DANG YANG DAG DEN MA
calm by establishing the triple "That-ness",

徐威 突当 养达 典妈
极具寂静之威力

གཞོན་དང་རོ་ལངས་གཞོན་སྤྱིན་ཚོགས་རྣམས།

DON DANG RO LANG NOD JHIN TSHOG NAM
the most excellent one TURE, who conquers

东当 柔浪 诺金 错南母
邪魔药叉起尸众

འཛོམས་པ་རུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ།

JOM PA TU RE RAB CHHOG NYID MA
the collections of demon, zombies and Yakshas.

中母巴 度瑞 辣布措 尼妈
度瑞最胜悉灭除

ཙུ་བའི་སྤྲལས་ཀྱི་བསྟོན་པ་འདི་དང་།

TSA WEI NGAG KYI TOD PA DI DANG

These are the praises of the root mantra and

扎威 阿济 多巴 弟当

此乃赞颂根本咒及

ཕྱག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ལུ་ཙུ་གཅིག་ ॥

CHHAG TSHAL WA NI NYI SHU TSA CHIG

the twenty-one homages.

恰察了 哇尼 尼苏 扎即

二十一偈礼赞文



MANTRA OF MOTHER TARA
度母心咒

ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུ་ཏཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྐྱ་ཏཱ།

OM TARE TUTTARE TURE SVAHA

嗡 达蕾 度达蕾 度蕾 梭哈



ཕན་ཡོན་ནི།

BENEFIT VERSES:

利益功德文

ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྡན་པས།

LHA MO LA GU YANG DAG DEN PE

Upon a wise person who has perfect devotion to the Goddess

拉莫 拉古 杨达 典北

对度母具净信者

སློབ་ལྡན་གང་གིས་རབ་དང་བརྗོད་པས།

LO DEN GANG GII RAB DANG JOD PE

and who recites this prayer with a clear mind on

洛典 刚济 腊布当 佐北

任谁至心而赞颂

སྟོན་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ཏེ།

SOD DANG THO RANG LANG PAR JHĚ TE

arising at dawn and in the evening time,

所当 托让 浪巴尔 接蝶

晨起礼赞夕复诵

དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར།

DREN PE MI JIG THAM CHED RAB TER

due to one's remembrance, complete fearlessness is bestowed.

典北 米吉 谭母接 腊布蝶尔

忆念赐诸胜无畏

སྟྲིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བ།

DIG PA THAM CHED RAB TU ZHI WA

All of one's sins are completely allayed

弟巴 谭母接 腊布度 徐哇

一切罪业尽消除

ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་པ་ཉིད་དོ།

NGEN DRO THAM CHED JOM PA NYID DO

and all evil states are vanquished.

念若 谭母接 中母巴 尼多

一切恶趣尽摧毁

རྒྱལ་བ་རྗེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས།

GYAL WA JHE WA TRAG DUN NAM KYII

One will quickly receive empowerments

嘉了哇 接哇 达敦 南母 济衣

所有七俱胝诸佛

སྟུར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ།

NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

from seventy million conquerors and

纽尔度 汪尼 固尔 哇尔 究尔 拉

迅速赐予诸灌顶

འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་།

DI LE CHHE WA NYID NI THOB CHING

due to this, one will obtain greatness and

弟累 切哇 尼尼 托布 净

此人当得大种性

སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགོ

SANG GYE GO PHANG THAR THUG DER DRO

ultimately reach the stage of Buddhahood.

桑给 果胖 踏尔 突 蝶尔 若

究竟证得佛果位

དེ་ཡི་དུག་ནི་དྲག་པོ་ཆེན་པོ།

DE YI DUG NI DRAG PO CHHEN PO

Even if one has eaten or drunk terrible poison,

蝶依 度尼 达波 千波

若误服诸大毒药

སྤྲུལ་ལ་གནས་པ་འཕམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ།

TEN LA NE PAAM ZHEN YANG DRO WA

that is inanimate or comes from animate beings,

典拉 涅巴昂母 贤扬 若哇

无情或有情所致

ཐོས་པ་དང་ནི་འཇུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་།

ZO PA DANG NI THUNG PA NYID KYANG

by remembering her

佐巴 当尼 吞巴 尼降

或因误食及误饮

དྲན་པས་རབ་རྩ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ།

DREN PĚ RAB TU SEL WA NYID THOB

one will obtain complete purification.

典北 腊母 度 谢了哇 尼托布

忆念尊等毒尽解

གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟུང་བའི།

DON DANG RIM DANG DUG GII ZIR WEI

One will also be thoroughly free from the collection of sufferings

东当 令母当 度济 息尔威

遭鬼魅疫疠或毒药苦

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤོང་སྟེ།

DUG NGAL TSHOG NI NAM PAR PONG TE

caused by demons, diseases and poisons

度那了 措尼 南母巴尔 碰蝶

彼诸苦恼尽断除

སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ།

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO

and same for other living beings.

先母建 贤巴 南母拉 杨哦

有情他众亦复然

གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན།

NYII SUM DUN DU NGON PAR JHOD NA

If this prayer is clearly recited two, three or seven times,

尼孙_母 敦度 哦巴尔 佐那

诵此赞二、三、七遍

བུ་འདོད་པས་ནི་བུ་འཕོབ་འགྱུར་ཞིང་།

BU DOD PE NI BU THOB GYUR ZHING

those wishing for a son will obtain a son,

布多 北尼 布托_布 究尔 行

欲求子女得子女

ལོར་འདོད་པས་ནི་ལོར་རྣམས་ཉིད་འཕོབ།

NOR DOD PĚ NI NOR NAM NYID THOB

those wishing for wealth will gain it,

诺尔多 北尼 诺尔_{南母} 尼托_布

欲求财富财富饶

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ།

DOD PA THAM CHED THOB PAR GYUR TE

all of one's desires will be obtained and

多巴 谭母 接 托布 巴尔 究尔 蝶

一切所欲皆圆满

བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར།

GEG NAM MED CHING SO SOR JOM GYUR

all obstacles will be overcome, one by one.

给南母 美净 收收尔 中母 究尔

魔障一一尽消除



ADDITIONAL BENEFITS:

增补利益功德文

རྗེ་བཙུན་བཙེམ་ལྷན་འདས་མ་བྱུགས་རྗེ་ཅན།

JE TSUN CHOM DEN DE MA THUG JE CHEN

The Lady of Compassion, Mother of Victors,

杰尊 中母典 蝶马 突杰 建

尊胜佛母大悲士

ཁདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAG DANG THA YE SEM CHEN THAM CHE KYI

May I and all the infinite sentient beings

达当 塔耶 贤母建 谭母接 济

愿我及无边诸众生

སློབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་ལྷུང་རྗེས་ཏེ།

**DRIB NYI JANG ZHING TSHOG NYI NYUR DZOG
TE**

swiftly purify the two obscurations and perfect the two accumulations,

滴布尼 江行 措尼 纽尔作 蝶

速净二障圆满二资粮

འཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

DZOG PEI SANG GYE THOB PAR DZED DU SOL
thereby attaining perfect Buddhahood.

作北 桑给 托布 巴尔 贼度 收了
证得圆满菩提果

དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་།

DE MA THOB GYI TSHE RAB KUN TU YANG
During all of my life times when I have yet to attain the enlightenment,

蝶妈 托布 济 切措布 滚度 扬
于我未证一切生世中

ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཚོགས་ཐོབ་ནས།

LHA DANG MI YI DE WEI CHHOG THOB NE
may I obtain the sublime happiness of humans and gods

拉当 米意 蝶威 措托布 涅
得人天乐之胜果

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ།

THAM CHE KYEN PA DRUB PAR JED PA LA

as to accomplish full omniscience.

谭母接千巴足布巴尔接巴拉

以成办得一切智

འབར་ཆད་གཏོན་བགགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས།

BAR CHHED DON GEG RIM DANG NE LA SOG

Obstacles, spiritual obstructions, epidemics, diseases and so forth;

巴尔切动给令母当涅拉收

祈于障碍、魔障、疫疠及病等

དུས་མིན་འཆི་བར་གྱུར་པ་སྣ་ཚོགས་དང་།

DU MIN CHHI WAR GYUR PA NA TSHOG DANG

the various causes of untimely death,

度民气哇尔究尔巴那措当

各类非时横死因、

མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་།

MI LAM NYEN DANG TSHEN MA NYEN PA DANG

bad dreams and unfavourable omens;

米蓝母年当倩妈年巴当

恶梦、凶兆等

འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚོ་བ་རྣམས།

JIG PA GYE SOG NYE WAR TSHE WA NAM

the eight fears and all substantial destructive harms,

济巴 给收 涅哇尔 切哇 南母

八怖畏等一切诸害

ལྷུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛོད་དུ་གསོལ།

NYUR DU ZHI ZHING MED PAR DZED TU SOL

please swiftly pacify and render them powerless.

纽尔度 徐幸 美巴尔 贼度 收了

速令平息不能作

DEDICATION PRAYER:

回向文

འཇིགས་རྟེན་འཇིགས་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི།

JIG TEN JIG TEN LE NI DE PA YI

May all worldly and beyond worldly

吉殿 吉殿 累尼 蝶巴 意

愿诸世间出世间

ཁག་ཤེས་བདེ་ལེགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས།

TRA SHI DE LEG PHUN SUM TSHOG PA NAM

auspiciousness, prosperous accumulations

扎希 蝶累 普孙_母 措巴 南_母

吉祥圆满繁荣聚

འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།

PEL ZHING GYE PEI DON NAM MA LUE PA

increase to their utmost aspect without exception.

佩_了幸 给北 东南_母 妈路 巴

无余皆增上诸义

འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

BED MED LHUN GYII DRUB PAR DZED DU SOL

May this be accomplished effortlessly and spontaneously.

北美 伦济 足布巴尔 贼度 收_了

无勤任运悉成就

ལྷུ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཚུལ་འཕེལ་བ་དང་།

**DRUB LA TSON ZHING DAM CHHOE PEL WA
DANG**

May I diligently practice the noble Dharma and cause it
to flourish;

足布拉 尊幸 旦母措 佩了哇 当
愿勤修增上圣法

ཏཱ་གུ་ཁྱོད་སྐྱབ་ཞལ་མཚོག་མཐོང་བ་དང་།

**TAG TU KHYOD DRUB ZHAL CHHOG THONG WA
DANG**

accomplishing your stage and constantly behold your
sublime face.

达度 哟足布 霞措 通哇 当
成就汝位常瞻汝胜颜

སྣོད་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ།

TONG NYID DON TOG JANG SEM RIN PO CHE

May my realization of the nature of emptiness and the
precious Bodhichitta

东尼 动多 江先母 令波 切
证空性义珍贵菩提心

ཡར་ངོའི་སྐྱུ་ལྷུར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད།

YAR NGO-I DA TAR PEL ZHING GYE PAR DZOD

increase like a waxing moon.

雅尔哦衣 达达尔 佩了幸 给巴尔 作

悉如上弦月增上

རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེ།

GYAL WEI KYIL KOR ZANG ZHING GA WA DER

Into the joyous and noble Mandala of the Buddha,

嘉了威 秋够尔 桑幸 噶哇 蝶尔

于善妙悦意胜坛城

པ་སྣོ་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་མཛོས་ལས་སྐྱེས།

PADMO DAM PA SHIN TU DZE LE KYE

may I take rebirth through an extremely beautiful and supreme lotus.

贝莫 旦母巴 新度 贼累 给

极美圣莲处化生

།སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ།

NANG WA THA YE GYAL WE NGON SUM DU

In the presence of Amitabha, Buddha of Infinite Light,

囊娃 塔耶 嘉了威 贡孙母 度

于阿弥陀佛跟前

།ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག།

LUNG TEN PA YANG DAG GII DER THOB SHOG

may I receive the various prophecies

伦殿 巴扬 达济 蝶尔托布 收

获得殊胜诸授记

།བདག་གིས་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ།

DAG GII TSHE RAB KUN TU DRUB PEI LHA

O Deity, whom I have been practicing throughout all
my previous lives;

达济 切腊布 滚度 足布北 拉

我生世所修之本尊

འདུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིབ་ལས་མ།

DU SUM SANG GYE KUN GYI THRIN LE MA

goddess of the enlightening activities of the Buddhas
of three times;

度孙母 桑给 滚济 听累 妈

三世诸佛事业母

ལྗོ་ལྗང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྤྱར་ཞིང་དཔའ།

**NGO JANG ZHAL CHIG CHHAG NYI NYUR ZHING
PA**

Blue-green, with one face and two arms, the swift
heroine

哦江 霞了济 恰尼 纽尔幸 巴

蓝绿一面二臂速勇母

ཡུམ་གྱུར་ལུངྒལ་བསྐྱམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

YUM GYUR UTPAL NAM PEI TRA SHI SHOG

O mother holding an utpala flower, may there be
auspiciousness!

有母究尔 鄂巴了 南母北 扎希 收

持乌巴拉之佛母愿吉祥

།རྒྱལ་ཡུམ་དྲོལ་མ་ཀྱེད་ཀུ་ཅི་དྲ་དང་།

GYAL YUM DROL MA KHYED KU CHI DRA DANG

Whatever your form, O Tara, Mother of Buddha,

嘉了有母 若了妈 给古 济达 当
度母乃佛母，汝诸相

།འཁོར་དང་སྐྱེ་ཚེ་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།

KOR DANG KU TSHE TSHED DANG ZHING KHAM DANG

whatever retinue, lifespan and pure land,

扣尔当 古切 切当 幸康母 当
眷属、身寿及净土

།ཀྱེད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།

KHYED KYI TSHEN CHHOG ZANG PO CHI DRA WA

whatever supreme name and noble qualities,

给即 倩措 桑波 即达 哇
汝诸胜妙名号圣功德

།དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག།

DE DRA KHO NAR DAG SOG GYUR PAR SHOG

may I and all others only attain likewise.

蝶达 扣那尔 达收 究尔巴 收
唯愿我等同证此成就

ཁྱོད་ལ་བསྟོན་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།

KHYOD LA TOD CHING SOL WA TAB PEI THU

By the power of these praises and requests made to you,

哟拉 多净 收了哇 达布北 突

以此赞叹祈请汝之力

འབདག་སོགས་གང་ན་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།

DAG SOG GANG NA NE PEI SA CHHOG SU

may the places that I and all others abide

达收 刚那 涅北 萨措 苏

祈于我等所居处

འཛད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་།

NED DON UL PHONG THAB TSOD ZHI WA DANG

be pacified of illness, maras, poverty and fights

涅东 鄂了碰 塔布作 徐哇 当

平息病魔贫困及斗争

ཚོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

CHHOE DANG TRA SHI PEL WAR DZED TU SOL

and may the Dharma and auspiciousness increase.

初当 扎希 佩了哇尔 贼度 收了

增胜妙法胜吉祥!

ལྷོ་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

SOD NAM DI YI THAM CHED ZIG PA NYID.

By this merit may all sentient beings having obtained omniscience,

收南母 弟依 谭母接 息巴 尼

此福愿获遍智果

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྒྱ་རྒྱམས་པམ་བྱས་ནས།

THOB NE NYE PEI DRA NAM PHAM JĚ NĚ.

defeat the harmful enemies of the three poisons,

托涅 尼北 达南母 潘母接 涅

摧伏一切过患敌

སྤྱི་གན་འཆིའི་བླ་བས་འབྲུགས་པ་ཡི།

KYE GA NA CHII BA LAB TRUG PA YI.

and become liberated from the ocean of existence,

给噶 那气 巴拉布 图巴 依

生老病死波涛涌

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྤོལ་བར་ཤོག། །།

SID PEI TSHO LĚ DRO WA DROL WAR SHOG.

troubled by the waves of birth, old age, sickness and death.

息北 措累 若哇 若了哇尔 收

救度众生离有海

བྱང་ལྷུབ་སེམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ།

JANG CHHUB SEM NI RIN PO CHE.

May the precious enlightenment mind

江处布 先母尼 令波 切

菩提心妙宝

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གུར་ཅིག།

MA KYË PA NAM KYË GYUR CHIG.

Arise in those who have not arisen;

马借 巴南母 借究尔 济

未生者当生

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་།

KYË PA NYAM PA MED PA DANG.

For those who have arisen it, may it never wane,

借巴 酿母巴 美巴 当

已生勿退失

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

GONG NË GONG DU PHEL WAR SHOG.

but continue to flourish more and more.

贡涅 贡度 飘了哇尔 收

展转益增长

Acknowledgement

The Publication Team of Karma Kagyud Buddhist Centre rejoices and expresses our deep gratitude to all the kind and generous sponsors, members and devotees, warm supporters and all well wishers with good motivation, who have selflessly contributed in one way or another to making this publication possible for the benefit of all mother sentient beings.

We thank to Professor Sempa Dorje (Shri Diwakar Vihara) for the 21 'Taras' pictures extracted from his text entitled "*Vast Explanation Of The Respected 21 Praises To The Lord Arya Tara*".

May all your wishes and aspirations be instantly fulfilled according to the holy Dharma. Rejoice!

致谢

噶玛迦如佛教中心委员会在此随喜和至诚地感谢所有善心施主的慷慨赞助，虔诚的会员和信徒、热心的支持者和每一位参与者的鼎力支持和无私的奉献，共同圆满此殊胜的功德落实的利益一切的如母众生。

至诚感谢 21 度母圣像图片的来源：摘录自贤巴多杰教授所解释的“21 圣度母礼赞广释——照明密续胜义之明灯”（希利迪瓦卡尔比哈拉）。

愿您及所有的众生当下圆满一切善愿，于菩提道上顺利无障碍！善哉！

