

༄༅། བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༧༦ ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༡༠ གཟའ་གསེལ་སྐབས་ཀྱི་དགུ་མ་གསར་པ་གཤམ་ལུང་  
ཞབས་རིམ་ཁག་བཞུགས་སོ།

༥ གཟའ་མ་ཚེས་ལོག་ལྷག་ བྱལ་སྡོད་འཁོར་ལོ་ས་ བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་ལོ་དང་། །སྤྱོད་སྡོད་བསྐྱལ་པ་བཟང་ལོ་མངས་རྒྱལ་  
སྡོད། །གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དེར་སྡོན་པ། །བཅུན་པ་སྤྱོད་རས་གཞིགས་ལ་བྱལ་འཇལ་ལོ། །ཚོ་མཉེ་བརྗེ་རྒྱ། །འཇམ་ས་  
གསོག་༽ དགོ་བ་ལོད་ལི་སྤྱད་ཏུ་བདག་ །སྤྱོད་རས་གཞིགས་དཔང་སྤྱད་རྒྱུར་ཅིག་ །འཕྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ལི་ས་  
ས་ལ་དགོས་པར་ཤོག།

༥ རྒྱལ་པོའི་མཚན་རྟགས། ལོ་ལྷ་རྒྱ་ཏུ་བརྒྱ་རྩ་ལྷ་ལྷི་ལ་གྲི་རྒྱ་ལྷ་ལ་ཉི་རྩེ་བུ་ས་ན་རྩ་ར་ས་ལྷ་ལ་ལྷི་རྩ་ལ་མ་  
ལི་རྩེ་རྩེ་རྩེ། །འཇམ་ས་གསོག་༽

༥ གསེལ་འདེབས་སྡོན་ཚིག་བདེན་པའི་ར་སྤྱ

༄༅། མཚེན་བཅེའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ལུག་ཀྱན་རྫོགས་ལིང་། །བདད་ཀར་རྣམ་བཟུགས་ཡིད་ཅན་ཀྱན་གྱི་མགོན། །རྟེན་  
འབྱུང་གཏམ་གྱི་ས་སྤུག་ཀྱན་གཞིལ་མཛད་པའི། །རྣམ་འཛེན་ལྷ་ལྷི་སྤྲེ་རྩེ་ལོས་མཚོད། །ཚོད་བརྟན་ལྷུང་ནས་ལྷུང་ཏུ་དང་  
འབྱུང་ཞེས། །རི་རྣམ་དཔལ་གྱི་མཁུར་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་རྣམ། །ལ་པོའི་སྡོངས་སུ་རྒྱལ་བརྟན་ཡོངས་ལྷ་བ་སྟེ། །འཛམ་  
གླིང་རྒྱན་ཏུ་ལྷུང་ས་སྐལ་པ་བཟང་། །དེ་རྣམ་ཡང་དཀར་མིན་ལས་དབང་གིས། །དེར་འདིར་རྒྱལ་བརྟན་ཉམས་ལིང་སྡོད་  
བརྟན་ཀྱན། །སྤུག་ཟད་འཇིག་ཉེའི་ཉམས་པའི་ངང་ཚལ་འདི། །བཅེ་ཚེན་རྟགས་རྗེས་སྡོབ་པའི་དུས་ལ་བབས། །དེ་སྤྱད་བདག་  
ཅལ་གངས་སྡོངས་རྣམ་ལྷ་ལྷི་ཀྱན། །ལྷག་བསམ་དང་གདུང་ཅག་ལོས་ཉེར་བརྒྱུས་ས་ཉེ། །འདེ་ག་ཤེགས་མཚན་བཟང་གཅིག་  
ཉོར་གསེར་སྤྱངས་ཉོག། །ངར་སྡོད་སྡོད་མཚོག་ཏུར་སྤྲིག་གོས་བཟང་བཅས། །ལུལ་པོའི་ཚོགས་གཉིས་རྒྱ་ཚེན་གང་མཚིས་  
དང་། །གཞན་ཡང་དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་དགོ་ཚོགས་ཀྱན། །རྣམ་བཅས་འཕྲོ་པའི་པན་བདེ་འབྱུང་པའི་གནས། །རྒྱལ་  
བརྟན་མི་ལུ་ལྷན་ཏུ་གནས་ཀྱིར་བརྗོ། །མཁའ་ལྷ་ལུས་ཅན་སྤྱི་དང་ལྷད་པར་དུ། །འཛམ་ཏུའི་རྒྱལ་བརྟན་གླིང་འདིའི་རྩེ་  
འཕྲོ་ཀྱན། །བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་སྡོད་ལོང་འཕེལ་ནས། །འཇུགས་ཚོད་གནོད་འཚེ་ནས་ཡང་མི་འབྱུང་ཤོག། །དབྱལ་  
ལོངས་ཉམས་ཐག་བཅུན་གནོན་མཚར་གཅོད་དང་། །སྡོད་ཀྱི་རྒྱད་བསམ་ནད་ཡམས་འབྱུང་འཇུགས་སོགས། །ཕྱི་ནད་འགལ་  
རྒྱན་རྒྱད་ཚོགས་ཀྱན་ཞིན་ས། །མམས་ཅད་དགའ་བདེའི་དཔལ་ལ་རྟག་རོལ་ཤོག། །རིས་སུ་མ་ཚད་ཀྱི་ནད་ཚོས་རྩལ་  
ལ། །ལྷགས་ཀྱན་མན་རྩལ་གཉེན་གཤིན་འདུ་ཤེས་གྱིས། །དག་སྤྱང་ནོར་ལུའི་ལོད་དང་མི་འབྲལ་བར། །གཅིག་ཏུ་འཕྲོ་མན་  
ལུ་བར་རྒྱུར་ལོན་ཤོག། །ལྷག་བར་བམིལ་རྣམ་སྡོངས་སུ་རྒྱལ་བའི་བརྟན། །ཉམས་པ་སོར་རྒྱད་མི་ཉམས་ལོང་འཕེལ་  
ཞིང་། །ཚོས་སྤྱིད་རང་དབང་བདེ་སྤྱིད་གསར་བ་ཡིས། །ལོད་འབངས་འབྲལ་ལྷན་འདོད་དོན་སྤྱར་འབྱུབ་ཤོག། །གངས་ཅན་  
ཞིང་གི་ཚོས་སྤྱིད་ལུ་བའི་གདུགས། །འདེགས་པའི་སྤྱི་ལྷན་གཉོགས་པའི་སྤྲེ་ལོ་ཀྱན། །ལྷག་བསམ་ནས་དཔྱོད་དཔྱང་བ་རབ་  
བརྟན་ཅིང་། །སྤྱི་ཀྱན་བྱལ་ན་བརྗོས་རྗེས་འཇིག་ཤོག། །ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཏུ་ཚོས་མིན་ཉེས་སྡོད་ཚོགས། །ཚོས་ཀྱིས་ཞི་ཞིང་  
ཚོས་སྤྱིད་ལེགས་ཚོགས་ཀྱན། །ཚོས་རྣམ་ཡིད་བསམ་ཚོས་བཞིན་སྤྱར་འབྱུབ་སྟེ། །ཚོས་ཀྱི་བདེན་བསམ་ཚོས་མིན་མཐར་

བྱེད་མོག་ | ཅིས་པ་ཡི་བཞེད་བྱ་བྱེད་དེ་ཚོར་དུ་ཡི་རྫུ་མ་བཞུན་ཡོད་ཆུ་མཚོས་ཡོད་ཆུ་ཡོད་ ༡༡༢༡ རིང་ཆུ་ཡུ་ ༡༢ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྒྲིམ་བཞུན་ཡོད་ཚེད་  
 ཏུ་དམིགས་ཏེ་གནས་ཚེད་རྗོལྗོ་གསར་གྱི་རྗོལྗོ་མཚོག་མུན་ལཱ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དེ་དེ་བཞེད་ཏུ་འབྱུང་བ་པར་ལྷུང་ཅིག །།

**༩ སྡོལ་མཉེན་གཅིག་གི་བསྐྱོད་པ་བལྟགས་སོ།།**

༡༢༡། སོ་རུ་ལ་ཡི་གནས་མཚོག་ནས། །རྒྱ་ཡིག་ལྡང་ཁུ་ལས་འབྱུངས་ཤིང། །རྒྱ་ཡིག་ཡོད་ཀྱིས་འཕྲོ་བ་སྡོལ། །སྡོལ་མ་  
 འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །སྡོལ་མ་མིན་ཚེད་པར་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་བསྡོལ་བཏུང་དེ། །མོངས་བ་ཀུན་ལས་སྡོལ་  
 མཚན་མ། །སྡོལ་མ་ཡུམ་ལ་བྲག་འཚལ་ལོ། །ཞི་རྗེ་བཏུན་མ་འབགས་མ་སྡོལ་མ་ལ་བྲག་འཚལ་ལོ། །བྲག་འཚལ་སྡོལ་མ་  
 ལྷུང་མ་དཔལ་སོ། །སྡོལ་མི་སྐད་ཅིག་སྡོག་དང་འདྲ་ལ། །འཕྲིག་རྗེན་གསུམ་མགོན་ཚུལ་ཞལ་གྱི། །ཤེ་ས་ཀྱི་བ་ལས་ནི་  
 ལྷུང་མ། །བྲག་འཚལ་སྡོལ་མ་ལྡོ་བ་ཀུན་ཏུ། །གང་བ་བརྒྱ་ལྟོ་བཅེགས་པའི་ཞབས་ལ། །སྐར་མ་ལྷོང་སྒྲག་ཚོགས་བཞུན་མ་  
 གྱིས། །རབ་ཏུ་སྡོ་བའི་ཡོད་རབ་འབར་མ། །བྲག་འཚལ་སེར་ལྡོ་ཚུན་སྡོས་གྱི། །འཚམས་བྲག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་  
 ལ། །སྡོལ་བ་བཅོམ་འབྲུག་དཀའ་བྱབ་ཞི་བ། །བསྐྱོད་པ་བསམ་གཏན་སྡོད་ཡུལ་ཉི་མ། །བྲག་འཚལ་དེ་བཞེད་གཤེགས་པའི་  
 གཞན་གཉེན། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྡོད་ལ། །མ་ལུས་བརྡོ་བའི་ཀྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་པའི་སྡོལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་  
 བཞེན་ལ། །བྲག་འཚལ་ཏུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡི་གེས། །འོད་དང་སྡོགས་དང་ནས་མཁའ་གང་ལ། །འཕྲིག་རྗེན་པཏུན་པོ་ཞབས་གྱིས་  
 མནན་ཏེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འབྲུགས་པར་ཏུས་ལ། །བྲག་འཚལ་བརྒྱ་ཀྱིན་མེ་སྒྲུ་ཚངས་ལ། །རྒྱང་རྣ་རྣ་ཚོགས་དཔལ་བྲག་  
 མཚོད་ལ། །འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་ཀྱི་མ་རྣམས་དང། །གོད་ཤིན་ཚོགས་གྱིས་མཏུན་ནས་བསྐྱོད་ལ། །བྲག་འཚལ་དྲན་ཅེས་  
 བྱང་དང་མཁ་གྱིས། །པའོ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཕྲོས་ལ། །གཡས་བསྐྱལས་གཤོན་བརྒྱངས་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ། །ཤེ་  
 འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་ལ། །བྲག་འཚལ་ཏུ་ཤེ་འཕྲིགས་པ་ཚེན་སོ། །བཏུན་གྱི་དཔལ་པོ་རྣམ་པར་འཕྲོས་ལ། །ཆ་  
 སྡོས་ཞལ་ནི་མོ་གཉེན་ལྷན་མཚན། །དག་པོ་མས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་ལ། །བྲག་འཚལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་བྲག་  
 རྒྱལ། །མོར་སོས་བྲགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་ལ། །མ་ལུས་སྡོགས་གྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །རང་གི་ཡོད་གྱི་ཚོགས་  
 རྣམས་འབྲུག་ལ། །བྲག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བཞེད་པའི། །དབྱ་རྒྱན་ཡོད་ཀྱི་སྡོད་པ་སྡོལ་ལ། །བཞེད་པ་རབ་བཞེད་ཏུ་རྒྱ་  
 ཡིས། །བཏུན་དང་འཕྲིག་རྗེན་དབང་ཏུ་མཚན་ལ། །བྲག་འཚལ་མ་གཞི་སྡོད་པའི་ཚོགས་རྣམས། །མས་ཅད་འབྲུགས་པར་  
 ཏུས་མ་ཉིད་ལ། །ཞོ་གཉེན་གཤོ་བའི་ཡི་གེ་རྒྱ་གྱིས། །མོངས་པ་མཐའ་ཅད་རྣམ་པར་སྡོལ་ལ། །བྲག་འཚལ་རྫོ་བའི་དུམ་  
 ཏུས་དབྱ་བརྒྱན། །བརྒྱན་པ་མས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་ལ། །རལ་པའི་ཞོད་ན་ཡོད་དཔག་མེད་ལས། །རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་ཡོད་  
 པལ་མཚན་ལ། །བྲག་འཚལ་བསྐྱལ་པ་མ་མའི་མེ་རྒྱུ། །འབར་པའི་སྡོད་པའི་དབྱུས་ན་གནས་ལ། །གཡས་བརྒྱངས་གཤོན་  
 བསྐྱལས་ཀུན་ནས་བསྐྱོད་དགའི། །དག་ཡི་དབྱུང་ནི་རྣམ་པར་འཕྲོས་ལ། །བྲག་འཚལ་མ་གཞི་འོས་པ་བྲག་གི་མཐིལ་  
 གྱིས་བསྡུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བཏུང་ལ། །ཞོ་གཉེན་ཅན་མཚན་ཡི་གེ་རྒྱ་གྱིས། །རིམ་པ་བཏུན་པོ་རྣམས་ནི་འགེས་མ་  
 ལ། །བྲག་འཚལ་བདེ་མ་དགོ་མ་ཞེས། །སྒྲ་རན་འདས་ཞི་སྡོད་ཡུལ་ཉིད་ལ། །སྤྱ་རྒྱ་ཡོད་ཡང་དག་ལྷན་པས། །ཕྱིག་པ་  
 ཚེན་པོ་འཕྲོས་པ་ཉིད་ལ། །བྲག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་པའི། །དག་ཡི་ལུས་ནི་རྣམ་པར་འགེས་ལ། །ཡི་གེ་  
 བཏུ་པའི་རག་ནི་པ་ཡོད་པའི། །རིག་པ་རྒྱ་ལས་སྡོལ་མ་ཉིད་ལ། །བྲག་འཚལ་ཏུ་ཤེ་ཞབས་ནི་བདེམས་པས། །རྒྱ་གྱི་རྣམ་པའི་  
 མ་པོན་ཉིད་ལ། །རི་རབ་མཚུ་ར་དང་འཕྲིགས་བྱེད། །འཕྲིག་རྗེན་གསུམ་རྣམས་གཤོ་བཉིད་ལ། །བྲག་འཚལ་རྫོ་ཡི་མཚོ་ཡི་  
 རྣམ་པའི། །རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་བྲག་ན་བསྐྱལས་ལ། །དུ་རག་ཉིས་བསྐྱོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། །དབྱ་རྣམས་མ་ལུས་པ་ནི་མེལ་  
 ལ། །བྲག་འཚལ་རྫོ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་སོ། །སྡོལ་མི་འམ་ཅི་ཡིས་བཞེན་ལ། །ཀུན་ནས་གོ་རྒྱ་དགའ་བའི་བཞེད་  
 གྱིས། །ཚོད་དང་མི་ལས་བན་པ་མེལ་ལ། །བྲག་འཚལ་ཉི་མ་རྫོ་བརྒྱས་པའི། །སྡོལ་གཉིས་པོ་ལ་ཡོད་རབ་གསལ་ལ། །དྲར་

གཉིས་བཞོན་རྒྱུ་ར་ཡིས། །ལིན་རྒྱུ་ལ་འོ་འི་ས་ས་ནང་མེལ་ས། །བྱུག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཞོན་པས། །ཞི་བའི་  
མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་ས། །གདོན་དང་རོ་ལངས་གདོན་སྤྱིན་ཚོགས་རྣམས། །འཛོམས་པ་རུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་ས། །ཅ  
བའི་ལྷགས་ཀྱི་བཞོན་པ་འདི་དང་། །བྱུག་འཚལ་བཅི་ཉི་ལུ་ཅ་གཅིག །

### ༩ ལུ་རུ་འི་ལྷགས་དམ་གནད་བསྟུལ།

༄༅། མ་ཐབ་ལྷལ་དོན་དམ་འོད་གསལ་ལ་གཉུག་མའི་གསལ་ས། །སྤྱན་བྱུག་མཚན་དཔེའི་གཟི་འབར་འོངས་སྤྱོད་  
ཚོགས། །འགོ་ཁམས་མི་བཞིན་ལྷ་ཚོགས་སྤྱུལ་བའི་སྤྱ། །ལུ་བ་དབང་ལྷགས་ཇེ་རྒྱ་མཚོས་རུས་ཀུན་སྤྱོད་ས། །རྒྱལ་ཀུན་  
མཆོན་བཅེ་རུས་པའི་སྤྱུ་འབྱུལ་གར། །ལུ་ར་རྒྱལ་མོད་ཀྱི་འགོ་བའི་དཔལ་ཤར་པ། །བྱུག་མཚོག་མཚོ་སྤེལ་དོ་ཇེ་ལྷན་པོ་  
ཚེ། །དེར་འདིར་གདུང་བས་བསྟུལ་པོ་ལྷགས་ཇེས་རུངས། །སྤངས་རྟོགས་མཐར་ལྷིན་སྤྱུ་ལྷའི་བདག་ཉིད་ཀུན། །མཉམ་ཉིད་  
ཉེ་འདྲི་གཟིགས་པ་མི་མངའ་ཡང་། །གདུལ་བྱའི་ཁམས་མོགས་རྟེན་འབྲེལ་མཐུ་བཅོན་པས། །ཚོད་ཉི་གངས་སྤོངས་འགོ་  
བའི་མཚོན་དཔུང་ཉིད། །ལྷག་པར་ཇེ་སྤོང་སྤེ་བཅོན་ཡབ་སྐུ་ཀྱིས། །འོད་ཁམས་ལྷགས་ཇེས་འཛིན་པར་བསྟུལ་བའི་  
ཚེ། །འབྱུང་མེད་ཞལ་བཞེས་མཚན་པ་དོན་གནས་ན། །རུས་འདིར་ཚོད་ཀྱིས་ལྷགས་ཇེས་སྤོང་བར་གསོལ། །འོངས་ཤིང་  
དོན་མེད་བཞོལ་སྤོང་གདུང་བས་མནར། །སྤྱད་སྤྱར་སྤོག་ལ་འཛིགས་པའི་དངངས་ལྷག་གིས། །གསེན་ཇེ་འོད་ཚོད་ཚེར་ལུ་  
ལུར་ལུར་པ་ཡི། །ཚོས་ལྷན་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཅི་ཡིས་ནོངས། །འོན་ཏེ་སྤོན་བསགས་དཀར་མིན་ལས་ཀྱི་  
འབྲས། །བརྟག་དཀའི་རྒྱལ་བུ་ལྷག་ལྷ་ལྷག་ལོར། །ལུངས་པའི་ཉམ་མག་ངང་ཚུལ་འདི་བས་ན། །ལྷག་པར་དགོངས་ཤིག་  
བཅེ་ཚེན་ལྷགས་ཇེ་འི་གཉེར། །ལེ་མ་དཀར་མིན་ལས་ཀྱི་མཐུ་བཅོན་མོད། །དད་དང་འདུན་སྟོབས་ལྷག་བསམ་ཀྱིན་མཐུ་  
ཡང་། །སྟོབས་དང་ལྷན་ལྷིང་དགོ་འབྲས་འདོད་རྒྱའི་ཚོགས། །སྤྱར་དུ་སྤྱིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཐུ་འབྲུབ་མཚན། །ཟུ་མ་  
མཚོག་གསུམ་པོད་སྤོང་དམ་ཅན་དང་། །གངས་ཅན་སྤེ་རྒྱའི་དད་དམ་ཀྱིན་མཐུའི་སྟོབས། །སྤྱར་སྟོང་རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱའི་  
བདེན་སྟོབས་ཀྱིས། །སྟོན་པའི་དོན་རྣམས་སྤྱར་དུ་འབྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་སྟོབ་དཔོན་ལྷགས་ཇེ་ཅན་གྱི་ལྷགས་དམ་གནད་བསྟུལ་གདུང་དབྱངས་  
གསོལ་འདི་བས་འདི་ནི་ལྷགས་སྤེལ་སྤེལ་རྒྱ་ཚེས་བསྐྱའི་རུས་ཚེན་སྤེལ་བཀའ་ཤག་དང་། ཚོས་དོན་ལྷན་ཁང་ནས་བསྟུལ་མ་ལུང་བའི་འོག་དུས་འདིར་གངས་སྤོངས་ཀྱི་  
ཚོས་མིན་ཚོགས་རྣམས་བཅེ་ཚེན་ལྷགས་ཇེས་འདུལ་བར་སྟོབ་དཔོན་ཚེན་པོ་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་འདི་བས་བ་གནད་དུ་མཚོང་ནས་ལུ་ལྱའི་དགོ་སྤོང་བསྟུན་འཛིན་རྒྱ་ཚོས་  
དད་གདུང་ལྷག་ལོས་ལོང་ལོའི་རྒྱ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༥ དང་། ལྷ་ཚོ་ ༡༥༠༠ རྒྱ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༥ ལ་སྟོན་པའོ། །

### ༩ བདེན་ཚོག་སྟོན་ལས།

༄༅། ལ་མོ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ཡ། ཚད་མེད་ལོན་ཉན་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་མངའ་ཞིང་། །ཉམ་རྒྱུང་འགོ་ལ་ལུ་གཅིག་སྤྱར་དགོངས་  
པའི། །རུས་གསུམ་བདེ་གསེགས་སྤམ་དང་སྟོབ་མར་བཅས། །བདག་གི་བདེན་པའི་སྤེ་རག་འདི་དགོངས་ཤིག །སྤིང་ཞིའི་  
གདུང་མེལ་འོངས་ཚོགས་ལུབ་པའི་བསྟན། །འཛོམ་སྤིང་ཡངས་པའི་མན་བདེའི་དཔལ་དུ་རྒྱས། །དེ་འཛིན་མཁས་དང་ལུལ་  
པའི་སྤེས་ལུ་རྣམས། །ཚོས་སྤོད་རྣམ་བུའི་བྱ་བ་འཕེལ་བར་མཚན། །མི་བཟད་ལས་ངན་ལྷག་པོས་འོངས་ནོན་བས། །བར་  
མེད་རྒྱལ་མནར་བའི་ཉམ་མག་འགོ། །བཟོད་དཀའ་འནད་མཚོན་སྤེ་ལེའི་འཛིགས་པ་ཀུན། །ཞི་ནས་བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོར་  
དཔུགས་དཔུང་མཚན། །ལུང་པར་གངས་སྤོངས་ཚོས་ལྷན་སྤེ་འགོ་རྣམས། །ནག་ཚོགས་སྤེ་སྤོང་དཔུང་གིས་བཅེ་མེད་  
དུ། །ངན་དལུས་འཛོམས་པའི་ལྷག་དང་མཚི་མའི་རྒྱན། །སྤྱར་དུ་ཚད་པའི་ལྷགས་ཇེའི་མཐུ་དཔུང་སྤེད། །རྟོན་མོངས་གདོན་  
ཀྱི་སྟོས་པའི་བསྐྱར་སྤོད་ཀྱིས། །རང་གཞན་གཉིས་ལུང་བཀྱིད་པའི་སྤྱིང་ཇེའི་ལུལ། །མི་བསྟན་སྤེ་པོའི་ཚོགས་རྣམས་སྤང་  
དོར་མིག །འོངས་མོབ་ལྷགས་བཅེས་མཚན་བའི་དཔལ་ལ་སྤོར། །འིང་ནས་སྤིང་དུ་བརྟག་པའི་འདོད་པའི་དོན། །འོངས་

རྩོམ་མེད་ལྟོང་ས་རང་དབང་གཙང་མའི་དབལ། །རྩུན་བྱུང་ཚོས་མིད་རྩུང་འབྲེལ་དགའ་སྟོན་ལ། །སྟོད་པའི་རྣམ་པ་བཟང་སྦྲར་བ་  
 ཉིད་ཏུ་སྟོལ། །བརྟན་དང་དེ་འཛིན་ཚབ་མིད་རང་རིགས་སྦྲང། །གཞེས་པའི་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྟོད་ཡོངས་བཏང་སྟེ། །དཀའ་  
 བ་བརྒྱ་ལྷག་སྦྱབ་པའི་སྟེ་པོ་རྣམས། །བྱ་འཛིན་མགོན་དེས་ལྷགས་ཇེས་སྟོང་བར་མཛོད། །མདོར་ན་མགོན་པོ་སྦྱན་རས་  
 བཞིགས་དབང་གིས། །སྲས་བཅས་རྒྱལ་བའི་སྦྱན་སྦྲང་གངས་ཅན་ཞིང། །ཡོངས་བརྒྱུ་རྒྱ་ཆེན་སྟོན་ལས་གང་མཛོད་  
 པའི། །འབྲས་བུ་དང་དེར་འདིར་སྦྲར་ཏུ་འཚར་བར་གསོལ། །སྦྲང་སྟོང་ཚོས་ཉིད་ཇབ་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་དང། །མཚོག་གསུམ་  
 ལྷགས་ཇེའི་མཐུ་དང་བདེན་ཚིག་སྟོབས། །ལས་འབྲས་བུ་མེད་བདེན་མཐུས་བདག་ཅག་གི། །བདེན་པའི་སྟོན་ལས་  
 བེགས་མེད་སྦྲར་འབྱུང་གོག།

### ༩ ཨ་རྒྱན་འབྲུང་བཞིའི་ལྷ་མོའི་གསོལ་འདེབས།

† གཏོར་སྟོད་གཙང་མར་རྒྱ་སྦྲང་དང་བུས་ཇེས་ཉེར་ལྷ་མོགས་བཞེས་པའི་ཚན་རིལ་གྱིས་གང་བའོམ་དང་རྒྱ་གཙང་གིས་སྦྲང་བ་དང། རིན་པོ་ཆེ་དང་སྦྲང་འབྱུང་གོགས་  
 བཏུབ་པའི་འོ་རྩལ་གྱི་གསེར་སྟེམས་བཅས་བཞུམས་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

༄༅། ས་བདག་རྒྱལ་པོ་གསེར་མདོག་ཅན། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་དང། །ཤར་ཕྱོགས་ཤིང་ལ་སྟོ་ཕྱོགས་མེ། །རུབ་  
 ཕྱོགས་ལྷགས་ལ་བྱང་ཕྱོགས་སྟ། །མཚམས་བཞི་ས་ཡི་ལྷ་མོ་རྣམས། །སྦྱན་གསོན་གསེར་སྟེམས་ལ་སོགས་པའི། །མཚོད་  
 པའི་ཡོ་བྱད་འདི་བཞེས་ནས། །གཙོག་ལག་ཁང་ས་འདི་རྣམས་ལ། །དུང་ལྷག་དོག་མ་མཛོད་པར། །བགྱིས་འབྲུང་བར་བྱིན་  
 གྱིས་རྒྱོབས། །ཀོ་ལོང་མ་སྟོམ་དགའ་བར་གྱིས། །གཞོད་འགལ་མ་བྱེད་བཅེ་བར་གྱིས། །ལོག་ལྷག་བྱང་བ་བཟོད་པར་  
 གྱིས། །མི་ས་སྦྱན་ས་གཡོས་ལ་སོགས་པའི། །འབྲུང་བཞིས་གཞོད་བཞི་བ་དང། །བཟུ་གིས་བདེ་ལེགས་མཛོད་ཏུ་  
 གསོལ། །ཇེས་འབྲུང་བཞིའི་ལྷ་མོར་གསོལ་མཚོད་འདི་ནི་ས་གཡོས་འབྲུང་བའི་འཛིགས་བཞི་གྱིར་འབྲུམ་མེར་བྱངས་གསོག་ལེབས་པར་བརྟེན། །ལལ་ཁུག་རི་རྩམ་  
 དས་ཚིག་རྫོའི་གསུང་འབྲུམ་མོད་ མེ་ལའི་ནང་ཚན་ས་ཚོག་གི་ལག་ལེན་ནས་བཏུས་ཏེ་འབྱིན་འཇུག་རྩང་ཚད་ཚིག་བསྦྲར་ཏུ་བ་པོ་རྣམས་ལྷ་སྟན་མིང་བུ་དོ་སྦྱུང་མིང་  
 ལགས་སོ།།



# **PREGHIERE E MANTRA CONSIGLIATI PER LA RECITAZIONE DAL DECIMO DEL PRIMO MESE PER I SUCCESSIVI CINQUE GIORNI**

## ***SEI SILLABE DEL MANTRA DI AVALOKITESHVARA***

MI PROSTRO AL NOBILE AVALOKITESHVARA  
CHE SI MANIFESTA IN QUALSIASI MODO SIA NECESSARIO PER DOMARE COLORO  
CHE VANNO DOMATI,  
CONQUISTATORE SORTO DALLA RUOTA DALLE MILLE BRACCIA  
I MILLE OCCHI DEI MILLE BUDDHA DELL'EONE FORTUNATO

### **OM MANI PADME HUM**

(RECITA IL MANTRA)

A CAUSA DI TALI VIRTÙ POSSA IO VELOCEMENTE  
DIVENTARE COME IL POTENTE AVALOKITESHVARA  
E POTER GUIDARE TUTTI GLI ESSERI SENZA ECCEZIONE  
IN QUELLO STESSO STATO.

### **MANTRA DEL NOME DEL CONQUISTATORE:**

***[MANTRA PERSONALE DI SUA SANITÀ IL DALAI LAMA]***

**OM AH GURU VAHRADHARA MANJUSHRI VAGINDRA SUMATI JÑANA SHASANA  
DHARA SAMUDRA SHRI BHADRA SARVA SIDDHI HUM HUM**

(RECITAZIONE MANTRA)

## ***PREGHIERA DI RICHIESTA: IL SUONO DEL TAMBURO DELLA VERITÀ***

1. **PORGO OFFERTE COL CAPO AL LIBERATORE, LEONE DEI SHAKYA,**  
KHYEN TSE YON TEN THAR THUG KUN GHYI GON  
**CHE HA CULMINATO TUTTE LE QUALITÀ DELL'ONNISCENZA E DELLA COMPASSIONE.**  
PE KAR L HAR NGAG YI CEN KUN GHYI GON  
**CHE È STATO LODATO COME IL LOTO BIANCO, IL PROTETTORE DI TUTTI GLI ESSERI,**  
TEN JUNG TAM GHYI DUG KUN SHIL DZE PE  
**COLUI CHE DISPERDE TUTTE LE SOFFERENZE MEDIANTE GLI INSEGNAMENTI SUL  
SORGERE DIPENDENTE .**

NAM DREN SHA KYA SENG GHE CI WO CIO

**2. COSÌ COME PROFETIZZASTI ATTRAVERSO LA TUA PAROLA GLORIOSA**

KHYO TEN JANG NE DU DAR GHYUR SCE

**I TUOI INSEGNAMENTI SI SONO PROPAGATI VERSO LE DIREZIONI DEL NORD.**

JI TAR PAL GYI GUR NE UG YUNG TAR

**GLI INSEGNAMENTI DEL VITTORIOSO SI SONO PROPAGATI COMPLETAMENTE  
ATTRAVERSO LA TERRA DELLE NEVI**

KHA WE JONG SU GHIEL TEN YONG KHYAB TE

**DIVENTANDO UN ORNAMENTO E UN BUON AUGURIO PER IL MONDO.**

DZAM LING GYEN DU GHIUR PE KAL WA ZANG

**3. D'ALTRA PARTE A CAUSA DELLA FORZA DI AZIONI MALSANE,**

DE TA NA YANG KAR MIN LE WANG GHI

**OGGIGIORNO GLI INSEGNAMENTI DEL VITTORIOSO SONO DEGENERATI.**

DENG DIR GHIEL TEN NYAM SHING NO CIU KUN

**OH! GRANDE COMPASSIONEVOLE, È GIUNTO IL MOMENTO DI ESSERE PROTETTI DALLA  
COMPASSIONE.**

DUG ZE JIG NYE NYAM NGHE NGANG TSHUL DI

**TUTTI GLI ESSERI E L'AMBIENTE SONO ESTENUATI DALLA SOFFERENZA E IN QUESTO  
MODO SONO INCLINI AD INTIMORIRSI PER LA VICINA DISTRUZIONE**

TSE CEN THUG JE KYOB PE DU LA BEB

**4. PER CIÒ NOI STESSI UMANI ED ESSERI CELESTIALI DELLA TERRA DELLE NEVI**

DE LE DAG CIAG GANG JONG LHA MI KUN

**UNITI DA UN'ASPIRAZIONE SPECIALE, FEDE E CALOROSO AFFETTO**

LHAG SAM DE DUNG DRAG PO NYER DUM TE

**OFFRIAMO QUESTA PROTUBERANZA ORNATA D'ORO RAFFINATO,**

DE SHEG TSHEN ZANG TSUG TOR SER JIANG TOG

**LA SUPREMA CIOTTOLA DA ELEMOSINA, E L'ABITO ZAFFERANO SOTTILE, I SEGNI  
ECCELLENTI DEL SUGATA,**

DRANG SONG NO CIOG NGUR MIG GO ZANG CE

**5. DEDICO QUALSIASI RACCOLTA ESTESA DI MERITI E SAGGEZZA SORTA DA QUESTE  
OFFERTE,**

PHUL WE TSHOG NYI CEN GANG CI DANG

**COSÌ COME TUTTE LE ACCUMULAZIONI DI VIRTÙ IN RELAZIONE AI TRE TEMPI,**

SHEN YANG DU SUM DANG DREL GHE TSHOG KUN

**AFFINCHÉ GLI INSEGNAMENTI DEL VITTORIOSO, LA DIMORA DEL SORGERE DELLA  
PACE E LA FELICITÀ DI TUTTI GLI ESSERI, INCLUSI QUELLI CELESTIALI,**

LHAR CE DRO WE PHEN DE JUNG WE NE

**NON SVANISCANO E DIMORINO PER LUNGO TEMPO.**

GYEL TEN MI NUB YUN DU NE CIR NGO

**6. POSSANO TUTTI GLI ESSERI VIVENTI CHE PERVADONO L'INTERO SPAZIO**

KHA KHYAB LU CEN CI DANG KHYE PAR DU

**ED IN PARTICOLARE, TUTTI GLI ESSERI NATI IN QUESTO CONTINENTE CHIAMATO  
'JAMBU',**

DZAM BÜ DRE TEN LING DI KYE DRO KUN

**ACCRESCERE ATTITUDINI E AZIONI AMOREVOLI E DI COMPASSIONE,**

JAM DANG NYING JE SAM JOR GONG PHEL NE

**E DA CIÒ POSSANO I CONFLITTI E LE VIOLENZE NON SORGERE PER SEMPRE.**

THRUG TSO NO TSE NAM YANG MI JUNG SCIOG

**7. AVENDO PACIFICATO TUTTE LE CONDIZIONI AVVERSE E LE DIFFICOLTÀ ESTERNE,  
INTERNE**

BUL PHONG NYEM THAG TSEN NON NOR CIO DANG

**COME POVERTÀ, DEPRESSIONE, OPPRESSIONE E TORMENTO,**

NO KYI GU PE NE YAM JUNG THRUG SOG

**EPIDEMIE E ALTERAZIONE DEGLI ELEMENTI CAUSATI DAI DISASTRI AMBIENTALI**

CI NANG GAL KYEN GU THSOG KUN SHI NE

**POSSANO TUTTI GODERE PER SEMPRE DELLA GLORIA DEL GODIMENTO E DELLA  
FELICITÀ.**

THEM CE GA DE PEL LA TAR ROL SCIOG

**8. SENZA ESSERE SEPARATI DALLA LUCE DEL GIOIELLO DELL'APPREZZARE L'ALTRUI  
QUALITÀ,**

RI SU MA CE CI NANG CIO THSUL LA

**CON ATTITUDINE NON SETTARIA, TRAMITE IL DISCERNIMENTO DI UN RECIPROCO  
LEGAME DI AMICIZIA**

SHUG KUN PHEN THSUN NYEN SCIN DU SCE KYI

**POSSANO TUTTI GLI ESSERI DEI SISTEMI BUDDHISTI E NON BUDDHISTI;**

DAG NANG NOR BÜ O DANG MI DREL WAR

**CON GRANDE ENFASI, CIMENTARSI NELLE ATTIVITÀ CHE SONO UNICAMENTE DI  
BENEFICIO AI MIGRATORI.**

CIG TU DRO PHEN JA WA LHUR LEN SHOG

**9. POSSANO IN PARTICOLARE GLI INSEGNAMENTI DEL VITTORIOSO CHE SONO  
DEGENERATI NELLA FRESCA TERRA TIBETANA**

LHAG PAR SIL DEN JONG SU GYEL WE TEN

**ESSERE RIGENERATI, E QUELLI NON DEGENERATI CONTINUARE AD ESPANDERSI**

NYEM PA SOR CIU MI NYEM GONG PHEL SHANG

**E CON LA NUOVA GIOIA E FELICITÀ NELL'INDIPENDENZA POLITICA E SPIRITUALE,**

CIO SI RANG WANG DE KYI SAR PA YI

**POSSANO LE ASPIRAZIONI TEMPORALI E ULTIME DEL POPOLO TIBETANO,  
ESSERE VELOCEMENTE PORTATE A COMPIMENTO.**

BO BANG THREL YUN DO DON NYUR BRUB SCIOG

**10. POSSANO TUTTI COLORO CHE HANNO FATTO PARTE DEL SERVIZIO DI SOSTEGNO**

GANG CEN SHING GI CIO SI JA WE DUG

**IL BALDACCHINO DELLE ATTIVITÀ POLITICHE E RELIGIOSE DELLA TERRA DELLE NEVI,**

DEG PE SI SHUR TOG PE KYE BO KUN



**ESSERE UNA SPALLA FERMA PER IL DISCERNIMENTO E L'ATTITUDINE SPECIALE**

LHAG SAM NAM CIÖ PUNG PA RAB TEN CING

**ED ESSERE PROTETTI VITA DOPO VITA DAL DETENTORE DEL LOTO.**

KYE KUN CIAG NA PE MO JE SUNG SCIOG

**11. POSSANO TUTTE LE ACCUMULAZIONI DI AZIONI CRIMINALI E IMMORALI VERSO LA TERRA DEL DHARMA ESSERE PACIFICATE TRAMITE LO STESSO DHARMA**

CIÖ KYI SHI SHING SIÖ SI LEG TSHOG KUN

**E POSSANO TUTTE LE ACCUMULAZIONI ECCELLENTI POLITICHE E RELIGIOSE CHE POSSIEDONO UNA MOTIVAZIONE DI DHARMA,**

CIÖ DU CIÖ MIN NYE CIO TSHOG

**ESSERE VELOCEMENTE PORTATE A COMPIMENTO.**

CIÖ DEN YI SAM CIÖ SHIN NYUR DRUB TE

**PER IL POTERE DELLA VERITÀ DEL DHARMA POSSA TUTTO CIÒ CHE CONTRARIO AD ESSO AVERE FINE.**

CIÖ KYI DEN PE CIÖ MIN THAR JE SHOG

## **LODI ALLE VENTUNO TARA**

*INVOCAZIONE*

PO TA LA YI NE CIOG NE

**DALLA TUA TERRA PURA DEL POTALA,**

TAM YIG JANG GU LE THRUNG SCING

**SEI NATA DALLA VERDE LETTERA TAM,**

Ö PAG ME KYI U LA GHIE

**IL TUO CAPO È ADORNO CON AMITABHA,**

DÜ SUM SANG GHIE THRIN LE MA

**MADRE DELL'AZIONE DI TUTTI I BUDDHA DEI TRE TEMPI,**

DRÖL MA KHOR CE SCEG SU SÖL

**TI PREGO, TARA, VIENI QUI CON IL TUO SEGUITO.**

*PROSTRAZIONE*

LHA DANG LHA MIN CIÖ PEN GHI

**GLI DEI E I SEMIDEI CON LE LORO CORONE**

SCIAB KYI PE MO LA TÛ DE

**SI PROSTRANO AI TUOI PIEDI DI LOTO,**

PHONG PA KÛN LE DRÖL DZE MA

**A TE MADRE TARA CHE LIBERI,**

DRÖL MA YUM LA CIAG TSEL LO

**DA TUTTI I PROBLEMI, MI PROSTRO.**

LE LODI

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CIAG TSEL LO  
**OM. MI PROSTRO ALLA VENERABILE ARYA TARA.**

CIAG TSEL DRÖL MA GNUR MA PA MO

**OMAGGIO A TARA, LA VELOCE EROINA,**

CEN NI KE CIG LOG DANG DRA MA

**I CUI OCCHI SONO COME LAMPI;**

JIG TEN SUM GÖN CIU KYE SCEL GHI

**NATA DA UN LOTO NELL'OCEANO DI LACRIME**

GHE SAR JE WA LE NI JUNG MA

**DI AVALOKITESHVARA, IL SIGNORE DEI TRE MONDI.**

CIAG TSEL TÖN KEI DA WA KÜN TU

**OMAGGIO A COLEI IL CUI VOLTO È COME**

GANG WA GHIA NI TSEG PE SCEL MA

**CENTO LUNE PIENE AUTUNNALI,**

KAR MA TONG THRAG TSOG PA NAM KYI

**E RISPLENDE CON LA LUCE ABBAGLIANTE**

RAB TU CE WE Ö RAB BAR MA

**DI MILLE COSTELLAZIONI.**

CIAG TSEL SER NGO CIU NE KYE KYI

**OMAGGIO A COLEI LE CUI MANI SONO ADORNE CON FIORI DI LOTO,**

PE ME CIAG NI NAM PAR GHIE MA

**TARA NATA DA UN LOTO BLU-ORO, PERSONIFICAZIONE DI TUTTE LE  
PERFEZIONI,**

JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB SCI WA

**GENEROSITÀ, ENTUSIASMO, DISCIPLINA, SERENITÀ,**

ZÖ PA SAM TARAN CIÖ YÜL GNI MA

**PAZIENZA E CONCENTRAZIONE.**

CIAG TSEL DE SCIN SCEG PE TSUG TOR

**OMAGGIO A COLEI CHE È LA CORONA DEI TATHAGATA,**

THA YE NAM PAR GHIEL WAR CIÖ MA  
**LA CUI AZIONE VITTORIOSA È SENZA LIMITI;**  
MA LÜ PHA RÖL CIN PA THOB PE  
**O SORGENTE DI OGNI PERFEZIONE,**  
GHIEL WE SE KYI SCIN TU TEN MA  
**I FIGLI DEI VITTORIOSI SI AFFIDANO A TE.**

CIAG TSEL TUTTARA HUM YI GHE  
**OMAGGIO A COLEI CHE, PRONUNCIANDO TUTTARA E HUM**  
DÖ DANG CIOG DANG NAM KHA GANG MA  
**PERVADE IL REGNO DEL DESIDERIO, LE DIREZIONI E LO SPAZIO,**  
JIG TEN DÜN PO SCIAB KYI NEN TE  
**I CUI PIEDI CALPESTANO I SETTE MONDI,**  
LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA  
**E HA IL POTERE DI ATTIRARE TUTTI GLI ESSERI.**

CIAG TSEL GHIA JIN ME LHA TSANG PA  
**OMAGGIO A COLEI CHE È VENERATA DA INDRA,**  
LUNG LHA NA TSOG WANG CIUG CIO MA  
**AGNI, BRAHMA, VAYU, ISHVARA E TUTTI I GRANDI DÈI,**  
JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG  
**GLI SPIRITI BHUTA, I MORTI I RESUSCITATI, I MANGIATORI DI ODORI,**  
NÖ JIN TSOG KYI DÜN NE TÖ MA  
**E GLI YAKSHA, DI FRONTE A LEI, CANTANO LODI.**

CIAG TSEL TRE CHE JA DANG PHE KYI  
**OMAGGIO A COLEI CHE PRONUNCIANDO TRAD E PHE**  
PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA  
**FRANTUMA COMPLETAMENTE GLI ALTRUI DIAGRAMMI MAGICI.**  
YE KUM YÖN KYANG SCIAB KYI NEN TE  
**CON LA GAMBA DESTRA PIEGATA E LA SINISTRA DISTESA,**  
ME BAR THRUG PA SCIN TU BAR MA  
**DIVAMPA NEL MEZZO DI FIAMME FURIOSE.**

CIAG TSEL TU RE JIG PA CEN PO  
**OMAGGIO A TURE, LA GRANDE TERRIFICANTE,**  
DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA  
**ANNIENTA COMPLETAMENTE I DEMONI PIÙ POTENTI,**  
CIU KYE SCEL NI THRO GNER DEN DZE  
**CHE CON UNA ESPRESSIONE IRATA DEL SUO VOLTO DI LOTO,**  
DRA WO THAM CE MA LÜ SÖ MA  
**STERMINA TUTTI NEMICI SENZA ECCEZIONE.**

CIAG TSEL KÖN CIOG SUM TSÖN CIAG GHIEI  
**OMAGGIO A COLEI LE CUI DITA ADORNANO SQUISITAMENTE**  
SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GHIEI MA  
**IL CUORE NEL MUDRA DEI TRE GIOIELLI;**  
MA LÜ CIOG KYI KHOR LÖ GHIEI PE  
**LA SUA GLORIOSA RUOTA PERVADE TU E LE DIREZIONI**  
RANG GHI Ö KYI TSOG NAM THRUG MA  
**CON UNA SFOLGORANTE ESPLOSIONE DI LUCE.**

CIAG TSEL RAB TU GA WA JI PE  
**OMAGGIO A COLEI, RAGGIANTE DI GIOIA,**  
U GHIEI Ö KYI THRENG WA PEL MA  
**LA CUI CORONA SPLENDETE EMANA UNA GHIRLANDA DI LUCE,**  
SCE PA RAB SCE TUTARA YI  
**SORRIDENDO E RIDENDO PRONUNCIA TUTTARA,**  
DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZE MA  
**SOGGIOGANDO I DEMONI E GLI DÈI DEI MONDI.**

CIAG TSEL SA SCI KYONG WE TSOG NAM  
**OMAGGIO A COLEI CHE HA IL POTERE DI CONVOCARE**  
THAM CE GUG PAR NÜ MA GNI MA  
**L'INTERA ASSEMBLEA DEI PROTETTORI DEL LUOGO,**  
THRO GNER YO WE YI GHE HUM GHI  
**CONDUCE ALLA LIBERTÀ DA OGNI MISERIA,**  
PHONG PA THAM CE NAM PAR DRÖL MA

**CON UN'ESPRESSIONE MINACCIOSA VIBRANTE HUM.**

CIAG TSEL DA WE DUM BÜ U GHIE

**OMAGGIO A COLEI, CORONATA DA UNA LUNA CRESCENTE**

GHIE PA THAM CE SCIN TU BAR MA

**I CUI ORNAMENTI ABBAGLIANO LUMINOSAMENTE.**

REL PE THRO NE Ö PAG ME LE

**E DAL NODO DEI SUOI CAPELLI BUDDHA AMITABHA**

TAG PAR SCIN TU Ö RAB DZE MA

**IRRADIA COSTANTEMENTE FASCI DI LUCE SPLENDETE.**

CIAG TSEL KEL PE THA ME ME TAR

**OMAGGIO A COLEI CHE DIMORA NEL MEZZO DI UNA GHIRLANDA**

BAR WE THRENG WE Ü NA NE MA

**DI FIAMME COME IL FUOCO ALLA FINE DI UN EONE;**

YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GEI

**LA SUA GAMBA DESTRA DISTESA E LA SINISTRA RITRATTA**

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

**GIOIA PER I SUOI SEGUACI E AGELLO DELLE TRUPPE DEI NEMICI.**

CIAG TSEL SA SCII NGÖ LA CIAG GHI

**OMAGGIO A COLEI CHE BATTE I PIEDI,**

THIL GHI NÜN CING SCIAB KYI DUNG MA

**E CON I PALMI DELLE MANI PREME SULLA SUPERFICIE DELLA TERRA;**

THRO GNER CEN DZE YI GHE HUM GHI

**CON UNO SGUARDO MINACCIOSO E RISUONANTE**

RIM PA DÜN PO NAM NI GHEM MA

**SOTTOMETTE TUTTI NELLE SETTE DIMENSIONI CON IL SUONO HUM.**

CIAG TSEL DE MA GHE MA SCI MA

**OMAGGIO ALLA BEATA, VIRTUOSA, PACIFICA,**

NYA NGEN DE SCI CIÖ YÜL GNI MA

**CHE GODE DELLA PACE DEL NIRVANA.**

SO HA OM DANG YANG DAG DEN PE

**CON I SUONI INFALLIBILI DI SVAHA E OM,**  
DIG PA CEN PO JOM PA GNI MA  
**CANCELLA ANCHE LE PIÙ GRAVI NEGATIVITÀ.**

CIAG TSEL KÜN NE KOR RAB GA WE  
**OMAGGIO A COLEI I CUI SEGUACI SONO GIOIOSISSIMI,**  
DRA YI LÜ NI NAM PAR GHEM MA  
**CHE STRITOLA COMPLETAMENTE IL CORPO DEI NEMICI;**  
YI GHE CIU PE NGAG NI KÖ PE  
**LA CUI LETTERA DI CONOSCENZA HUM E LE DIECI SILLABE DEL MANTRA**  
RIO PA HUM LE DRÖL MA GNI MA  
**POSTE SULLA RUOTA AL SUO CUORE CONCEDONO LA LIBERAZIONE.**

CIAG TSEL TU RE SCIAB NI DAB PE  
**OMAGGIO A TURE COLEI CHE BATTE I SUOI PIEDI E PROCLAMA,**  
HUM GHI NAM PE SA BÖN GNI MA  
**LA CUI ESSENZA È LA SILLABA SEME HUM**  
RI RAB MAN DHA RA DANG BIG JE  
**CHE SCUOTE E FA TREMARE I MONTI MERU, MANDHARA**  
JIG TEN SUM NAM YO WA GNI MA  
**VINDHYA E TUTTI I TRE MONDI.**

CIAG TSEL LHA YI TSO YI NAM PE  
**OMAGGIO A COLEI CHE TIENE NELLA MANO**  
RI DAG TAG CEN CIAG NA NAM MA  
**UNA LUNA SEGNATA DAL CONIGLIO COME UN OCEANO CELESTIALE.**  
TA RA GNI JÖ PHE KYI YI GHE  
**DICENDO TARA DUE VOLTE E LA SILLABA PHA,**  
DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA  
**DISSIPA COMPLETAMENTE E PER SEMPRE TUTTI I VELENI.**

CIAG TSEL LHA YI TSO G NAM GHIEL PO  
**OMAGGIO A COLEI CUI SI AFFIDANO,**  
LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA  
**I RE DEGLI DÈI E GLI SPIRITI;**

KÜN NE GO CHHA GA WE JI KYI

**LA CUI ARMATURA DIFFONDE GIOIA PER TUTTI,  
TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA  
PLACA I CONFLITTI, COSÌ COME I BRUTTI SOGNI.**

CIAG TSEL GNI MA DA WA GHIE PE

**OMAGGIO A COLEI I CUI OCCHI  
CEN GNI PO LA Ö RAB SEL MA  
SONO BRILLANTI COME IL SOLE E LA LUNA PIENA;  
HARA GNI JÖ TUTARA YI  
DICENDO HARA DUE VOLTE E TUTTARA,  
SCIN TU DRAG PÖI RIM NE SEL MA  
CALMA E DISSIPA LE PIÙ TERRIBILI MALATTIE EPIDEMICHE.**

CIAG TSEL DE GNI SUM NAM KÖ PE

**OMAGGIO A COLEI CHE DISPONE DELLE TRE NATURE,  
SCI WE THÜ DANG YANG DAG DEN MA  
PERFETTAMENTE DOTATA DEL POTERE DELLA SERENITÀ,  
DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSOG NAM  
ANNIENTA LE MOLTITUDINI DI SPIRITI, MORTI RESUSCITATI E YAKSCIA;  
JOM PA TU RE RAB CIOG GNI MA  
ECCELLENTE E SUBLIME TURE.**

TSA WE NGAG KYI TÖ PA DI DANG

**COSÌ SI CONCLUDE LA LODE DEL MANTRA RADICE  
CIAG TSEL WA NI GNI SHU TSA CIG  
E L'OFFERTA DEI VENTUNO OMAGGI.**

## **URGHYEN, PREGHIERA DI RICHIESTA DELLA DEA DEI QUATTRO ELEMENTI**

SA DAG GHIEL PO SER DOG CEN  
**RE SIGNORE DEL LUOGO DAL COLORE DORATO,**

SA YI LHA MO TEN MA DANG

**DEA DELLA TERRA TENMA,**

SCIAR CIOG SCING LA LHO CIOG ME  
**FUOCO DEL SUD NEL LEGNO DELL'EST**

NUB CIOG CIAG LA JANG CIOG CIU  
**ACQUA DEL NORD NEL METALLO DELL'OVEST,**

TSAM SCI SA YI LHA MO NAM  
**DEE DELLE QUATTRO DIREZIONI**

NYEN SON SER KYEM LA SOG PE  
**AVENDO RICEVUTO QUESTE SOSTANZE DI OFFERTE**

CIÖ PE YÖ CE DHI SCE NE  
**ASCOLTO MELODIOSO, BEVANDE CELESTIALI E COSÌ VIA.**

TSUG LAG KHANG SA DI NAM LA  
**POSSANO ESSERCI LE BENEDIZIONI PER IL SORGERE DELL'AUSPICIO**

RU NGA DRAG DOG M DZE PAR  
**NEL NON AGIRE PER VIA DELL'AVVERSIONE E LA GELOSIA**

TRI JUNG WAR JIN GHYI LOB  
**MEDIANTE LA GIOIA DEL NON ESSERE AVVINTI DALL'INVIDIA,**

KO LONG MA DOM GA WAR GHYI  
**MEDIANTE L'AMORE NEL NON DANNEGGIARE,**  
NO GHEL MA CIE TSE WAR GHYI  
**MEDIANTE LA PAZIENZA NEL NON FERIRE**

PHOG THUG JUNG WA SO PAR GHYI  
**VI SUPPLICO, PACIFICATE TUTTI I DANNI**

MI THUN SA YÖ LA SOG PE  
**DEI QUATTRO ELEMENTI DISCORDANTI**

JUNG SHI NÖ PA SHI WA DANG  
**TERREMOTI E COSÌ VIA ...**

TASHI DELEG DZE DU SOL  
**E POSSA ESSERCI L'AUSPICIO**



# **PAROLE DI VERITÀ**

**Una preghiera composta da  
Sua Santità Tenzin Ghiatzo XIV° Dalai Lama del Tibet,  
Per onorare ed invocare la Grande Compassione dei Tre Gioielli:  
il Buddha ,gli Insegnamenti e la Comunità Spirituale**

O BUDDHA , BODHISATTVA E DISCEPOLI  
DEL PASSATO, DEL PRESENTE E DEL FUTURO,  
CHE POSSEDETE INFINITE QUALITÀ POSITIVE,  
COME LA VASTITÀ DELL'OCEANO,  
VOI CHE AMATE OGNI ESSERE  
COME UN VOSTRO UNICO FIGLIO,  
VI PREGO ASCOLTATE IL MIO SINCERO LAMENTO, COLMO DI ANGOSCIA!

I PERFETTI INSEGNAMENTI DI BUDDHA ESTINGUONO  
I DOLORI DELL'ESISTENZA MONDANA E DELLA PACE PERSONALE;  
POSSANO PROSPERARE, DIFFONDENDO GIOIA E  
BENESSERE IN TUTTO IL MONDO.  
O DETENTORI DEL DHARMA: STUDIOSI E PRATICANTI REALIZZATI,  
POSSA PREVALERE LA VOSTRA PRATICA DELLE DIECI AZIONI POSITIVE.

GLI UMILI ESSERI SENZIENTI CHE SOFFRONO  
TORMENTI SENZA FINE,  
TOTALMENTE OPPRESSI DALLE AZIONI E DAI PENSIERI NEGATIVI,  
CHE SEMBRANO INTERMINABILI,  
POSSANO PACIFICARE LE LORO PAURE :GUERRA, CARESTIA E MALATTIE  
COSÌ DA RESPIRARE UN'ARIA SALUBRE DI PACE E DI GIOIA.  
E IN PARTICOLARE, VOI, POPOLO DEVOTO DELLA TERRA DELLE NEVI,  
STERMINATO SENZA PIETÀ IN VARI MODI  
DALLE ORDE DEI BARBARI DELLE OSCURITÀ;  
FATE SORGERE CON GENTILEZZA IL POTERE DELLA  
VOSTRA COMPASSIONE, PER ESTINGUERE RAPIDAMENTE  
LO SCORRERE DEL SANGUE E DELLE LACRIME.

QUESTI ESSERI DI UNA CRUDELTÀ INCESSANTE,  
OGGETTI DI COMPASSIONE, RESI PAZZI DAI MALI DELLE ILLUSIONI,  
CON VANDALISMO DISTRUGGONO SE STESSI E ANCHE GLI ALTRI;  
POSSANO OTTENERE L'OCCHI DELLA SAGGEZZA,  
IN MODO CHE SAPPIANO CIÒ CHE SI DEVE FARE E  
CIÒ CHE NON SI DEVE FARE,  
DIMORANDO NELLA GLORIA DELL'AMICIZIA  
E DELL'AMORE DISINTERESSATO.

POSSA QUESTO SINCERO DESIDERIO DI LIBERTÀ PER IL TIBET,  
ATTESA DA COSÌ LUNGO TEMPO,  
ESSERE SPONTANEAMENTE ESAUDITO;  
VI PREGO CONCEDETECI PRESTO LA BUONA SORTE DI GODERE  
DELLA FELICE CELEBRAZIONE DEL GOVERNO SPIRITUALE E TEMPORALE.

O PROTETTORE CENRESIG, TI PREGO VEGLIA  
SU COLORO CHE HANNO PATITO MIGLIAIA DI SOFFERENZE COSÌ TERRIBILI,  
SACRIFICANDO LE LORO VITE E TUTTI I LORO BENI,  
PER IL BENE DEGLI INSEGNAMENTI, DEI PRATICANTI,  
DEL POPOLO E DELLA NAZIONE.

IL PROTETTORE CENRESIG  
PREGÒ DAVANTI AI BUDDHA E AI BODHISATTVA  
DI POTER ESSERE IL PATRONO DELLA TERRA DELLE NEVI,  
ABBRACCIANDOLA CON IL SUO AMORE.  
PER IL BENEFICO POTERE DI QUESTE PREGHIERE,  
POSSANO ORA RAPIDAMENTE MANIFESTARSI BUONI RISULTATI.  
PER LA PROFONDA INTERDIPENDENZA  
DELLA VACUITÀ E DEI FENOMENI RELATIVI,  
CON LA COMPASSIONE DEI TRE GIOIELLI E  
DELLE LORO PAROLE DI VERITÀ,  
E PER MEZZO DELLA INFALLIBILE LEGGE DI CAUSA ED EFFETTO,  
POSSA QUESTA PREGHIERA NON INCONTRARE OSTACOLI  
ED ESSERE RAPIDAMENTE ESAUDITA

Colophon: traduzione dal tibetano all'italiano ad opera della venerabile Lobsang Kunsang. La traduzione è stata fatta con urgenza in occasione della richiesta da parte della Comunità tibetana a partecipare alla raccolta di recitazioni e preghiere a sostegno della lunga vita di Sua Santità il Dalai Lama, in seguito al 12° anno del settimo ciclo degli anni ritenuti infausti per la Sua vita .

La traduzione è in attesa di essere revisionata per essere considerata definitiva.