

སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་ཚིགས་བཅད་བརྒྱད་མ།

The Eight Praises of Tara

ཕ་ སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྐྱོལ་མ་ལ་བསྐྱོད་པ་ཚོགས་བཅད་བརྒྱད་པ།

“*The Eight Praises of Tara*” as spoken by Buddha Shakyamuni

སེང་གེ་ལང་ཆེན་མེ་སྐྱལ་ཚེས་རྒྱུན་དང་།

**Seng Ge.Lang Chen.Me Drul.Chom Kun Dang.**  
Awesome disasters caused by lions,  
elephants, fire, serpents and bandits

ལྷུགས་སྐྱོགས་རྒྱ་མཚོ་ཤ་ཟེའི་འཛིགས་པ་རྣམས།

**Chak Drok.Gya Tso.Sha Zi.Jik Pa Nam.**  
The fears of imprisonment, chains,  
deep ocean and carnivorous beings,

ཞི་མཛད་ཟླ་བའི་འོད་ལྗང་མཛེས་པའི་སྐྱ།

**Shi Zed.Da Wai.Wod Tar.Ze Pai Ku.**  
All these are pacified by Tara whose form  
shines just like the serene moonlight,

འབཙུག་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**  
I prostrate before you,  
Oh Noble Tara Bhagavan !

བྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་པདྨ་གཉིས་ལ་ནི།

**Chod Kyi.Shab Kyi.Ped Ma.Nyie La Ni.**  
I bow down respectfully  
with the crown of my head,

ཡམ་ལག་མཚོག་གིས་རབ་ཏུ་གཏུགས་གྱུར་ན།

**Yen Lak.Chok Gie.Rab Tu.Tuk Jur Na.**  
Touching the two lotus flowers  
in front of your feet,

མངོན་འདོད་བདེ་བའི་འབྲས་བུ་སྐྱིན་མཛད་མ།

**Ngen Dod.De Wai.Dre Bu.Min Zed Ma.**  
Thereby ripening the results of all positive causes,

འབཙུག་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**  
I prostrate before you, Oh Noble Tara Bhagavan!

འདབ་མ་བརྒྱ་ལྷན་ཡངས་པའི་སྤིང་པོ་ནི།

**Dad Ma.Gya Den.Yang Pai.Nying Po Ni.**  
The essence of the hundred-petal lotus flower,

གསེར་ལྷན་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་མདོག་འདྲ་ཞིང་།

**Ser Shun.Nyi Ma.Char Kai.Dok Dra Shing.**  
As radiant as the golden rays of a rising sun.

རྟུལ་བྲལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་དྲི་མེད་མ།

**Dhul Dral.Ton Kai.Da Tar.Dri Med Ma.**  
As untainted as the bright autumn moon,

འབཙུག་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**  
I prostrate before you, Oh Noble Tara Bhagavan!

བྲང་སྤོང་གཙོ་དང་གྲུབ་པ་ལྷོ་འཕྲེ་ཆེ།

**Drang Song.Tso Dang.Drub Pa.To Tse Che.**  
The saintly deities, the Mahoragas,

ལམ་འཛིན་རྗེ་སྤོན་པོ་གཞོན་སྐྱིན་ལྷ་མིན་དང་།

**Shin Je.Sin Po.Nod Jin.Lha Min Dang.**  
The Yamamtaka, rakshas and demi-gods,

།ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་ཞབས་ལ་ཕྱག་བྱས་པའི།

**Lha Tsok.Nam Kyie.Shab La.Chak Je Pai.**

All paying homage to the Supreme Tara,

།བཙམ་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**

I prostrate before you, Oh Noble Tara Bhagavan!

།སྒྲིང་དང་ནགས་ཚལ་སྐྱག་པོ་རི་བློད་དང་།

**Ling Dang.Nak Tsal.Tuk Po.Ri Trod Dang.**

Whether it be the towns or forests  
or fearsome spots of isolation,

།ཕུག་དང་ཚུ་གླང་རི་བོའི་ཚེ་རྣམས་སུ།

**Phuk Dang.Chu Lung.Ri Woi.Tse Nam Su.**

Caves, rivers, plains  
and mountain peaks,

།དུས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་བཞུགས་པར་གྱུར་པ་ཡི།

**Due Nam.Kun Tu.Shuk Par.Jur Pa Yi.**

The Supreme Tara is constantly  
watching over all abodes,

།བཙམ་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**

I prostrate before you,  
Oh Noble Tara Bhagavan!

།སིང་གི་སྐྱག་དང་སྒྲང་པོ་མཚོ་ཆེན་དང་།

**Seng Ge.Tak Dang.Lang Po.Tso Chen Dang.**

The fierce and forceful lions,  
tigers and elephants,

།མི་དང་འཆིང་བ་རྐྱན་པོ་སྐྱལ་གདུག་གི།

**Me Dang.Ching Wa.Kun Po.Drul Dud Gi.**

The disasters of fire and imprisonment,  
bandits and venomous serpents.

།གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་འཛོམས་མཛད་མ།

**Nod Pa.Tham Che.Rab Tu.Jom Zed Ma.**

Such fearful obstacles are all  
completely subdued by Supreme Tara,

།བཙམ་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**

I prostrate before you,  
Oh Noble Tara Bhagavan!

།རྩ་རེ་རྩ་རྩ་རེ་དང་རྩ་རེ་ཡིས།

**Ta Re.Tu Ta.Re Dang.Tu Re Yie.**

By virtue of the power of :  
*TARE TU TARE TU RE*

།གཡུལ་གྱི་མཚོན་ཆ་སྐྱོག་མཛད་པར་པར་དགོངས།

**Yul Gyi.Tson Cha.Dok Zed.Phen Par Gong.**

All obstructions are dispelled,  
even those as strong as cannon balls.

།འཛིགས་དང་རྩི་ལམ་ངན་པ་འཛོམས་མཛད་མ།

**Jik Dang.Mi Lam.Ngen Pa.Jom Zed Ma.**

Disturbing fears are all eliminated  
by Supreme Tara, without any exception,

།བཙམ་ལྷན་སྐྱོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**

I prostrate before you,  
Oh Noble Tara Bhagavan!

ལྷགས་རྗེས་ཤིན་པའི་ཐབས་ཀྱིས་གང་དང་གང་།

**Thuk Je.Non Pai.Thab Kye.Gang Dang Gang.**

Through a variety of methods,  
compassion and skilful means,

ལེགས་ཅན་གཟུགས་གྲུང་དེ་ཡི་དཔལ་འཕེལ་གྲུང་།

**Sem Chen.Zik Jur.De Yi.Pal Phel Jur.**

Imparting vast benefits  
for all sentient beings,

སྒྲོལ་མས་མི་བསྐྱའི་འབྲས་བུ་སྐྱུར་ཐོབ་མཛད།

**Drol Me.Mi Lui.Dre Wu.Nyur Thob Zed.**

May I swiftly attain the auspicious  
and flawless accomplishments of Tara,

བཙེམ་ལྷན་སྒྲོལ་མ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

**Chom Den.Drol Ma.Chod La.Chak Tsal Lo.**

I prostrate before you,  
Oh Noble Tara Bhagavan!



[www.kagyulibrary.hk](http://www.kagyulibrary.hk)