



༄། །ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས་ཆོ་ལྷའི་བྱིན་ལྷབས་སྤུར་འཇུག་བཞུགས་སོ།།

SHAB TEN SÖL DEB TSE LHA'I JIN LAB NYUR JUG SHUG SO

**A PRAYER OF SUPPLICATION TO THE
DEITIES OF LONGEVITY TO SWIFTLY BESTOW
THEIR LONG-LIFE BLESSINGS**

(Long Life Prayer for Kushok Lobsang Dhamchöe)

COMPOSED BY KHENSUR RINPOCHE LOBSANG TSEPHEL

Translated by Nima Nedup



|མི་མཛེད་ཞིང་ནས་རུབ་གྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན།
 |བདེ་ལྷན་ཞིང་གི་མགོན་པོ་བཙུང་ལྷན་འདས།
 |ལྷ་མིའི་སྟོན་པ་རྒྱལ་བ་ཆོ་དཔག་མེད།
 |བདེ་གཤེགས་དབང་པོས་འགྲོ་ལ་འཆི་མེད་སྟོལ།

MI JE • SHING NE • NUB KYI • CHOG RÖL NA
 DE DEN • SHING GI • GÖN PO • CHOM DEN DE
 LHA MI'I • TÖN PA • GYEL WA • TSE PAG ME
 DE SHEG • WANG PÖ • DRO LA • CHI ME TSÖL

|ཚུ་སྐྱེས་བསེལ་ཟེར་ཅན་གྱི་གདན་སྟེང་ན།
 |ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་གངས་རིའི་མདངས་འཕྲོག་མ།
 |རབ་མཛེས་ལང་ཆོའི་དཔལ་ཡོན་ཉར་རྩོགས་པའི།
 |རྩེ་བཙུན་ཆོ་འཛིན་མ་ཡིས་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།

CHU KYE • SIL SER • CHEN GYI • DEN TENG NA
 LHAG PA'I • LHA MO • GANG RI'I • DANG DROG MA
 RAB DZE • LANG TSÖ'I • PEL YÖN • NYER DZOG PA'I
 JE TSÜN • TSE DZIN • MA YI • NGÖ DRUB TSÖL

|པད་རྒྱའི་སྟེང་ན་དྲི་མེད་མཛེས་པའི་སྐྱ།
 |ཞལ་གསུམ་ཕྱག་བརྒྱད་རབ་མཛེས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ།
 |འཆི་མེད་ཆོ་ཡི་དཔལ་སྟར་བཙུང་ལྷན་མ།
 |རྣམ་པར་རྒྱལ་མའི་ཞབས་ཀྱིས་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།

PE DA'I • TENG NA • DRI ME • DZE PA'I KU
 SHEL SUM • CHAG GYE • RAB DZE • GYEL WA'I YUM
 CHI ME • TSE YI • PEL TER • CHOM DEN MA
 NAM PAR • GYEL MA'I • SHAB KYI • NGÖ DRUB TSÖL

|བཙེ་ཆེན་གྲུང་ནས་འགྲོ་ལ་རང་དབང་དུ།
 |ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བའི་ལྷ་མཆོག་གསུམ།
 |གུས་པས་བརྟུང་དེ་རྩེ་བཙུན་སྐྱ་མ་ཡི།
 |སྐྱ་ཆོ་མི་བཤེག་དེ་རྩེ་ལྷ་ར་བརྟན་ཤོག།

TSE CHEN • LUNG NE • DRO LA • RANG WANG DU
 TSE YI • NGÖ DRUB • TSÖL WA'I • LHA CHOG SUM
 GÜ PE • TŪ DE • JE TSÜN • LA MA YI
 KU TSHE • MI SHIG • DOR JE • TAR TEN SHOG

|སྒོ་གྲོས་མཁའ་ལྷ་ར་ཡངས་པའི་ལྷ་ལམ་རོལ།
 |བཟང་པོའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱེ་འགྲོའི་ཞིང་སར་འབབས།
 |དམ་པའི་སྐྱེ་བྱ་ཆེན་པོ་འགྲོ་བའི་མགོན།
 |ཆོས་སྟོད་བཙུའ་མཛེད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག།

LO DRÖ • KHA TAR • YANG PA'I • LHA LAM NGÖ
 SANG PÖ'I • TRIN LE • KYE DRÖ'I • SHING SAR BAB
 DAM PA'I • KYE BU • CHEN PO • DRO WA'I GÖN
 CHÖ JÖ • CHÜ'I • DZE PA • THAR JIN SHOG





In the fearless western land,
Bhagavan Protector gone to Sukhavati, the blissful realm,
Victorious Amitayus, teacher of gods and human beings,
Sugata, please bestow immortality on all migratory beings.

Seated on a lotus and moon cushion radiant with light,
Great goddess who surpasses the luster of a snow mountain,
Exquisitely beautiful with a perfectly complete youthful form,
Venerable White Tara, please bestow upon us all attainments.

On a lotus and moon, with a beautiful stainless body,
Mother of all the victorious ones, with three faces and eight arms,
Victorious goddess, bestower of immortality,
Ushnishavijaya, please bestow upon us all attainments.

To the three supreme deities, who independently bestow the attainment of longevity
Through their great affection for migratory beings,
We offer our prayers with intense devotion
That the life of our venerable guru be as indestructible and stable as a vajra.

Your divine path of wisdom (*lo*) is as vast as the expanse of space,
Your excellent (*sang*) activities rain down on the field of sentient beings,
Supreme (*dam*) great being, protector of all wandering beings,
May your conduct of dharma (*chöe*) activities be perfected.





འདུལ་དཀའ་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་སྒྲུབ་ལ།
 རྒྱུལ་ལྷན་གྱི་ཕྱགས་ཀྱི་རྩོན་པོ་ཡིས།
 ཉིར་བཏབ་བཀའ་ཡོད་བཅུན་པའི་ངང་རྒྱུལ་ཅན།
 དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་ལུས་ཅན་གཙུག་ན་རྒྱལ།

DÜL KA • SEM KYI • LANG PÖ'I • NA SHAG LA
 TSÜL DEN • THRIM KYI • CHAG KYU • NÖN PO YI
 NYER TAB • BAG YÖ • TSÜN PA'I • NGANG TSÜL CHEN
 PEL DEN • LA MA • LÜ CHEN • TSUG NA GYEL

མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་ལེགས་ལའད་བདུད་ཅིའི་རྒྱན།
 རྣམ་དཔྱད་སྒྲོ་ཡི་བུམ་པར་ལེགས་བསྐྱུས་ནས།
 བདུལ་བྱའི་རྩོང་ས་པའི་བྲི་མ་སེལ་མཛད་པའི།
 བཀོ་བའི་ལེགས་གཉིན་ཆེན་པོ་ཞབས་བརྟན་ཤོག།

KHE DRUB • DU MA'I • LEG SHE • DÜ TSI'I GYÜN
 NAM JÖ • LO YI • BUM PAR • LEG DÜ NE
 DÜL JA'I • MONG PA'I • DRI MA • SEL DZE PA'I
 GE WA'I • SHE NYEN • CHEN PO • SHAB TEN SHOG

རྣམ་དག་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ཁང་བཟང་ན།
 རིན་ཆེན་འཕགས་ཤོར་བདུན་གྱིས་བང་མཛོད་གཏམས།
 ལེགས་ཚོགས་འདོད་པ་འཇོ་བའི་གཉིར་གྱི་བདག།
 ཆོས་ཀྱི་ལེགས་གཉིན་ཆེན་པོ་ཞབས་བརྟན་ཤོག།

NAM DAG • LAB PA • SUM GYI • KHANG SANG NA
 RIN CHEN • PHAG NOR • DÜN GYI • WANG DZÖ TAM
 LEG TSOG • DÖ PA • JO WA'I • TER GYI DAG
 CHÖ KYI • SHE NYEN • CHEN PO • SHAB TEN SHOG

རྒྱབས་ཆེན་རྒྱལ་སྐུ་སྤྱོད་འཆང་བདག་ཉིད་ཆེ།
 བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེས་འགྲོ་ལ་བྱ་ལྟར་གཟིགས།
 སྐལ་བཟང་སྤྱོད་པོའི་རེ་སྤོང་ཡིད་བཞིན་ནོར།
 བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཞབས་བརྟན་ཤོག།

LAB CHEN • GYEL SE • JÖ CHANG • DAG NYI CHE
 JAM DANG • NYING JE • DRO LA • BU TAR SIG
 KEL ZANG • KYE WÖ'I • RE KONG • YI SHIN NOR
 SAM PHEL • WANG GI • GYEL PO • SHAB TEN SHOG

བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་ཚོགས་གཉིས་རིང་ནས་རྫོགས།
 བཞུན་པན་ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་བྱགས་རྒྱུད་ལྷགས།
 ཞི་དུལ་བཀའ་ཡོད་སྤྱོད་འཆང་སྒྲུ་མ་རྗེ།
 མི་འཇིག་རྗེའི་གདན་ལ་བཞུགས་སུ་གསོལ།

SÖ NAM • YE SHE • TSOG NYI • RING NE DZOG
 SHEN PHEN • LHAG SAM • SANG PÖ • THUG GYÜ CHUG
 SHI DÜL • BAG YÖ • JÖ CHANG • LA MA JE
 MI JIG • DOR JE'I • DEN LA • SHUG SU SÖL





Minds like elephants, difficult to subdue,
Are drawn by your sharp, hook-like morality
Along with your good disposition and conscientiousness.
May the glorious lama be victorious!

A stream of nectar-like teachings of innumerable scholars,
Collected within the vase of your discriminating wisdom,
Cleanses away the delusions that defile your students,
Great virtuous spiritual friend, may you have a long and stable life.

Your palace of the immaculate three higher trainings
Is a treasury filled with the seven riches of the Noble Ones.
Guardian of the prosperity that brings everything that is desired,
Great dharma teacher, may you have a long and stable life.

Great being embodying the magnificent power of the bodhisattvas' conduct,
Gazing with love and compassion upon all sentient beings as if they were your own child,
Precious jewel fulfilling the wishes of all beings of this fortunate age,
Powerful king of wish-fulfilling gems, may you have a long and stable life.

You completed the two accumulations of merit and wisdom long ago.
Your noble mind is enriched by the supreme intention to benefit others.
Precious guru, possessing the qualities of peace and conscientiousness,
Please be seated on the indestructible cushion of the vajra.





ཁད་གཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི་གྲགས་བསྐྱེད་དང་།
མཛད་པ་སྟོན་ལམ་མཁྱེན་བཅེ་རྣམ་པའི་མཐུ།
ཁད་ག་གི་ལྷག་བསམ་དག་པས་སྟོན་པ་ཡིས།
ཁཤེས་གཉིན་ཆེན་པོའི་སྐྱ་ཆོ་བསྐྱལ་བརྒྱུ་སྤྲེལ།

DE SHEG • SE CHE • KÜN GYI • THUG KYE DANG
DZE PA • MÖN LAM • KHYEN TSE • NÜ PA'I THU
DAG GI • LHAG SAM • DAG PE • MÖN PA YI
SHE NYEN • CHEN PÖ'I • KU TSE • KEL GYAR PEL

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་འཕྱིན་ལས་གཅིག་བསྐྱུས་པའི།
དམར་ནག་སྤྱིན་མོ་ཁྲོས་འདྲའི་དྲག་མོ་ཆེ།
རིང་ནས་འདྲིས་པའི་ལྷ་མཆོག་དམག་ཐོར་ལྷ།
མ་གཡེལ་བཙོལ་བའི་འཕྱིན་ལས་སྐྱབས་པར་མཛོད།

DÜ SUM • GYEL WA'I • THRIN LE • CHIG DÜ PA'I
MAR NAG • SIN MO • THRÖ DRA'I • DRAG MO CHE
RING NE • DRI PA'I • LHA CHOG • MAG SOR LHA
MA YEL • CHÖL WA'I • THRIN LE • DRUB PAR DZÖ

ཁན་སྟོ་བཟང་དམ་ཆོས་མཆོག་གི་ཞབས་བརྟན་བསོལ་འདེབས་འདི་བཞིན་ཁེན་ཏེ་དགའ་ལྷན་བསམ་གཏན་གྱིང་གི་ཆོས་ཆོགས་དང་། བཅུན་མ་བསྐྱེད་འཛིན་སྟོན་གསལ་
སོགས་དང་ལྷན་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་སྐྱལ་བ་ལྷར་དགའ་བྱང་མཁན་བྱར་མིང་ཅན་དོར་སྟོ་བཟང་ཆོ་འཕེལ་ནས་པོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༣༧ རབ་གནས་ལྷགས་སྐྱབ་ལའི་རྒྱ་
ཆོས་༢ ལྷ་ལོ་༢༠༡༠ ཟླ་༢ ཆོས་༡༢ ཉིན་འབྲོག་རིའི་ཆེད་དགའ་ལྷན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གྲིང་གི་རང་གསལ་དུ་བྲིས།





By the power of the bodhicitta, activities, prayers,
Wisdom and compassion of all the Buddhas and Bodhisattvas,
As well as our own pure aspirations and prayers,
May the life of our great spiritual friend be sustained for hundreds of eons.

Dark red wrathful deity and supreme Shri Devi
Encompassing all the activities of the Victorious Ones of the three times,
Supreme deities with whom we have been affiliated for a long time,
May all entrusted activities be accomplished without obstacles.

In response to repeated requests to compose a long-life prayer for Venerable Kushok Lobsang Dhamchöe, made by Venerable Ani Tenzin Dronsel on behalf of all the devoted disciples of Gaden Samten Ling Centre in Canada, I, Khensur Rinpoche Lobsang Tsepel of Gaden Jangtse Monastery, composed this prayer during the Iron Tiger year 2137, on the 3rd day of 1st month of the Tibetan lunar calendar, western year 2010, at my residence at Dhora Khangtsen in South India.

Phonetics and editing of the translation by Jodi Gulka.

