

ཨྲ།མཇོད་རིམ་ཁག་ལ་ཉེར་མཁོའི་ཚེས་སློང།

Daily Chants



Tergar



Daily Chants

This text is published as part of Tergar International's Path of Liberation meditation curriculum, created by Yongey Mingyur Rinpoche.

© 2023 Tergar International. Some rights reserved.

Daily Chants. Translated by Cortland Dahl. Version 2.0.



This work is licensed to Tergar International under the Creative Commons Attribution-Noncommercial-No Derivative Works 3.0 United States License.

For more information, please contact:

Tergar International
1621 E Hennepin Avenue
Suite 210
Minneapolis, MN 55414
info@tergar.org
www.tergar.org



**JOY OF LIVING
OPENING AND CLOSING ASPIRATIONS**

OPENING ASPIRATION

With boundless compassion and wisdom,
I will work for the welfare of all.
May we be free from hunger and discord
And have joy and a world at peace.

CLOSING DEDICATION

By the power of this compassionate practice
May suffering be transformed into peace.
May the hearts of all beings be open
And their wisdom radiate from within.



Daily Chants

སྐབས་སེམས།

REFUGE AND BODHICHITTA

།སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།

SANG GYÉ CHÖ DANG TSOK KYI CHOK NAM LA

In the Buddha, Dharma and Supreme Assembly,

།བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཆི།

JANG CHUP BAR DU DAK NI KYAP SU CHI

I take refuge until enlightenment is achieved.

།བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

DAK GI JIN SOK GYI PÉ SÖ NAM KYI

May the merit of my generosity and other virtuous deeds

།འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

DRO LA PEN CHIR SANG GYÉ DRUP PAR SHOK

Lead to buddhahood for the welfare of all beings. (*Repeat 3x*)



Daily Chants

ཚད་མེད་བཞི།

THE FOUR IMMEASURABLES

།སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།
SEM CHEN TAM CHÉ DÉ WA DANG DÉ WÉ GYU DANG DEN PAR GYUR CHIK
May all sentient beings have happiness and its causes.

།སྤུག་བསྐྱལ་དང་སྤུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
DUK NGEL DANG DUK NGEL GYI GYU DANG DREL WAR GYUR CHIK
May they be free from suffering and its causes.

།སྤུག་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
DUK NGEL MÉ PÉ DÉ WA DAM PA DANG MI DREL WAR GYUR CHIK
May they never be parted from sublime bliss, free from suffering.

།རྩེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།
NYÉ RING CHAK DANG NYI DANG DREL WÉ TANG NYOM CHEN PO LA NÉ PAR
GYUR CHIK
May they dwell in great equanimity, free from attachment and aversion to those near and far. (*Repeat 3x*)



དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱི་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ།
SUPPLICATION TO THE DAKPO KAGYÜ

།དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཏི་ལོ་ན་རོ་དང་།
DOR JÉ CHANG CHEN TE LO NA RO DANG
Great Vajradhara, Tilo, Naro,

།མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྗེ་གླུ་པོ་པ།
MAR PA MI LA CHÖ JÉ GAM PO PA
Marpa, Mila, Lord of Dharma Gampopa,

།དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཁྱེན་ཀམ་པ།
DÜ SUM SHÉ JA KÜN KHYEN KAR MA PA
Knower of the three times, omniscient Karmapa,

།ཆེ་བའི་ཚུང་བརྒྱུད་བརྒྱུད་པ་འཛིན་ནམས་དང་།
CHÉ ZHI CHUNG GYÉ GYÜ PA DZIN NAM DANG
Holders of the four great and eight minor lineages:

།འབྲི་སྟག་ཚལ་གསུམ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་སོགས།
DRI TAK TSAL SUM PEL DEN DRUK PA SOK
Drikung, Taklung, Tsalpa, glorious Drukpa, and so on,

།ཟབ་ལམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི།
ZAP LAM CHAK GYA CHÉ LA NGA NYÉ PÉ
Masters of the profound path of Mahamudra—



Daily Chants

མཉམ་མེད་འགོ་མགོན་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལ།
NYAM MÉ DRO GÖN DAK PO KA GYÜ LA
Peerless protectors of beings, the Dakpo Kagyü,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཀའ་བརྒྱུད་སྐྱེ་མ་རྣམས།
SÖL WA DEP SO KA GYÜ LA MA NAM
I pray to you, Kagyü Gurus; I hold your lineage.

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
GYÜ PA DZIN NO NAM TAR JIN GYI LOP
Grant your blessings that I may follow your example.

ཞེན་ལོག་སྦྱོམ་གྱི་རྐང་པར་གསུང་བ་བཞིན།
ZHEN LOK GOM GYI KANG PAR SUNG PA ZHIN
Revulsion is the foot of meditation, as is taught.

ཟས་ལོར་ཀུན་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པ་དང་།
ZÉ NOR KÜN LA CHAK ZHEN MÉ PA DANG
Please bless this meditator who cuts all ties to this life,

ཚེ་འདིར་གདོས་ཐག་ཚོད་པའི་སྦོམ་ཆེན་ལ།
TSÉ DIR DÖ TAK CHÖ PÉ GOM CHEN LA
Who is not obsessed with food and wealth:

རྗེད་བཀུར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
NYE KUR ZHEN PA MÉ PAR JIN GYI LOP
May I be unattached to praise and gain.



Daily Chants

མོ་གོ་གོམ་གྱི་གོ་འཁོར་གསུངས་པ་བཞིན།
MÖ GÖ GOM GYI GO WOR SUNG PA ZHIN
Devotion is the head of meditation, as is taught.

མན་ངག་གཏེར་སློ་འབྱེད་པའི་སྐྱ་མ་ལ།
MEN NGAK TER GO JÉ PÉ LA MA LA
Please bless this meditator who always prays

རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སློམ་ཆེན་ལ།
GYÜN DU SÖL WA DEP PÉ GOM CHEN LA
To the guru who reveals the treasury of key instructions:

བཅོས་མེན་མོས་གུས་སྐྱེ་བར་བྱེན་གྱིས་སྐྱབས།
CHÖ MIN MÖ GÜ KYE WAR JIN GYI LOP
May genuine devotion be born in me.

ཡིངས་མེད་སློམ་གྱི་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་བཞིན།
YENG MÉ GOM GYI NGÖ ZHIR SUNG PA ZHIN
Nondistractedness is the main practice of meditation, as is taught.

གང་ཤར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་སོ་མ་དེ།
GANG SHAR TOK PÉ NGO WO SO MA DÉ
Please bless this meditator who rests directly, without fabrication,

མ་བཅོས་དེ་ཀར་འཛོག་པའི་སློམ་ཆེན་ལ།
MA CHÖ DÉ KAR JOK PÉ GOM CHEN LA
In the fresh essence of whatever thoughts arise:



Daily Chants

སྒོམ་བྱ་སྒོ་དང་བྲལ་བར་བྱེན་གྱིས་སྒོབས།
GOM JA LO DANG DREL WAR JIN GYI LOP
May my meditation be free from conceptual mind.

ལྷན་རྟོག་ངོ་བོ་ཚེས་སྐྱར་གསུངས་པ་བཞིན།
NAM TOK NGO WO CHÖ KUR SUNG PA ZHIN
The essence of thoughts is dharmakaya, as is taught.

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ལ།
CHI YANG MA YIN CHIR YANG CHAR WA LA
It is nothing at all, yet can manifest as anything.

མ་འགགས་རོལ་པར་ཆར་བའི་སྒོམ་ཚེན་ལ།
MA GAK RÖL PAR CHAR WÉ GOM CHEN LA
Please bless this meditator who manifests in unimpeded display:

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱེན་གྱིས་སྒོབས།
KHOR DÉ YER MÉ TOK PAR JIN GYI LOP
May I realize the inseparability of samsara and nirvana.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྐྱེ་མ་དང།
KYE WA KÜN TU YANG DAK LA MA DANG
In all lives, may I not be parted from my true guru,

འབྲལ་མེད་ཚེས་ཀྱི་དབལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།
DREL MÉ CHÖ KYI PEL LA LONG CHÖ CHING
Forever enjoying the richness of Dharma.



Daily Chants

།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཚྲོགས་ནས།
SA DANG LAM GYI YÖN TEN RAP DZOK NÉ
Perfecting the qualities of the paths and levels,

།དྲོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག།
DOR JÉ CHANG GI GO PANG NYUR TOP SHOK
May I swiftly attain the state of Vajradhara.



A SUPPLICATION TO MINGYUR DORJE

གཏུག་མའི་གཤིས་ལས་མ་གཡོས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུ།
NYUK MÉ SHI LÉ MA YÖ CHÖ KYI KU

Unmoved from the natural state, you are the dharmakaya.

ལྷུན་གྲུབ་རང་སྣང་དག་པ་ལོངས་སྤྱོད་རྗེས།
HLUN DRUP RANG NANG TAK PA LONG CHÖ DZOK

Your pure and natural appearances are the sambhogakaya.

གང་འདུལ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱུ་བཞེངས་གཏེར་ཆེན་རྗེ།
KANG DUL ZUK KYI KU ZHENG TER CHEN JÉ

Taming beings by whatever means necessary, you arise as the rupakaya.

མི་འགྱུར་དོ་རྗེའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།
MIN GYUR DOR JÉ SHAP LA SÖL WA DEP

Great terton Mingyur Dorje, I pray to you.



Daily Chants

མཚུལ།

MANDALA OFFERING

།ས་གཞི་སྒྲོམ་ཚུས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བགྲམ།

SA ZHI PÖ CHU JUK SHING MÉ TOK TRAM

Sprinkling the earth with perfume and strewing it with flowers,

།རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

RI RAP LING ZHI NYI DÉ GYEN PA DI

Adorning it with Mount Meru, the four continents, the sun and moon:

།སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས།

SANG GYÉ ZHING DU MIK TÉ PUL WA YI

I imagine this as a buddha realm and offer it

།འགྲོ་གུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་བར་ཤོག།

DRO KÜN NAM DAK ZHING LA CHÖ PAR SHOK

So all beings may enjoy this pure realm.



Daily Chants

ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པ།
PRAYER TO TURN THE WHEEL OF DHARMA

།སེམ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།
SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG
In harmony with the different wishes

།ལྡོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བུ།
LO YI JÉ DRAK JI TA WAR
And mindsets of sentient beings,

།ཆེ་ལྷུང་སྤུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།
CHÉ CHUNG TÜN MONG TEK PA YI
Please turn the Wheel of Dharma

།ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་དུ་གསོལ།
CHÖ KYI KHOR LO KOR DU SÖL
Of the Common, Great and Lesser Vehicles.



Daily Chants

བསྐྱོད་སྐྱོད།

DEDICATION PRAYERS

།བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

SÖ NAM DI YI TAM CHÉ ZIK PA NYI

By this merit, may all attain omniscience

།ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་པམ་བྱས་ནས།

TOP NÉ NYÉ PÉ DRA NAM PAM JÉ NÉ

And defeat the enemy, wrong-doing.

།སྐྱེ་རྒྱ་ན་འཆིའི་བ་རྒྱབས་འབྲུག་པ་ཡི།

KYÉ GA NA CHI BA LAP TRUK PA YI

From the stormy waves of birth, old age, sickness and death,

།སྤོང་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག།

SI PÉ TSO LÉ DRO WA DROL WAR SHOK

From the ocean of existence, may all beings be free.

།འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཐུན་པ་དང།

JAM PEL PA WÖ JI TAR KHYEN PA DANG

As the courageous Manjushri understood,

།ཀུན་དུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

KÜN TU ZANG PO DÉ YANG DÉ ZHIN TÉ

And just like Samantabhadra as well,



དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཅིང།
DÉ DAK KÜN GYI JÉ SU DAK LOP CHING
I now dedicate all this virtue,

འདོད་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོན།
GÉ WA DI DAK TAM CHÉ RAP TU NGO
Following their example, one and all.

ལངས་རྒྱས་སྐྱེ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང།
SANG GYÉ KU SUM NYÉ PÉ JIN LAP DANG
By the blessings of the Buddha, master of the three kayas,

ཚོམ་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང།
CHÖ NYI MIN GYUR DEN PÉ JIN LAP DANG
By the blessings of the truth of the immutable Dharma,

འདོད་འདུན་མི་ཕྱེད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས།
GEN DÜN MI CHÉ DÜN PÉ JIN LAP KYI
And by the blessings of the Sangha's unwavering aspirations,

ཇི་ལྟར་བསྟོན་བསྟོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག།
JI TAR NGO WA MÖN LAM DRUP PAR SHOK
May these dedications and aspirations be fulfilled.



AN ASPIRATION FOR THE WORLD

ན་མོ། མཐུན་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་ཀུན་ལྡན་པའི།

NA MO

KYEN TSE' YÉ SHÉ KUN DEN PÉ

Namo

Buddha, Dharma, and Sangha,

།སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་དགེ་འདུན་རྣམས། །

SANG GYÉ CHÖ TANG GEN DÜN NAM

With all your wisdom, knowledge, and love,

བདག་སོགས་འགྲོ་ལ་བརྩེར་དགོངས་ནས།

DAK SOK DRO LA TSER GONG NÉ

Please care for me and all other beings

།དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་སེལ་དུ་གསོལ། །

DÜ KYI GÜ PA SEL DU SOL

And dispel the many troubles of our times.

གཞི་ཡི་ཐེག་པ་ཐེག་ཚེན་དང་།

ZHI YI TEK PA TEK CHEN TANG

May all the masters who sustain the teachings

།དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་བརྟན་འཛིན་ཀུན།

DOR JÉ TEK PÉ TEN DZIN KÜN

Of the Foundational, Great, and Vajra Yanas,



Daily Chants

ཁདག་གི་དྲིན་ཆེན་སྐྱ་མ་རྣམས།
DAK KI TRIN CHEN LA MA NAM
And all my gurus, with their great kindness,

སྐྱུ་ཚེ་མཇུག་འཕྲིན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །
KU TSÉ DZÉ TRIN GYÉ GYUR CHIK
Live long and their enlightened activities flourish.

གཞན་ཡང་འཇམ་སྐྱིང་ཡུལ་འདི་ན།
ZHEN YANG DZAM LING YUL DI NA
May those who protect our world from misfortune,

ཉམ་ཐག་སྐྱོང་དང་ཤེས་ཡོན་སྐྱེལ།
NAM TAK KYONG TANG SHÉ YÖN PEL
Who promote education and prosperity,

འཁོར་ཡུག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་བྱེད་པའི།
KOR YUK PEL JOR GYÉ CHÉ PÉ
And who care for our environment

སྐྱེས་རྣམས་ནད་མེད་དོན་གྲུབ་ཤོག །
KYÉ NAM NÉ MÉ TON DRUP SHOK
Be healthy and achieve their aims.

གོ་ལའི་ཁྱོན་ཀུན་ནི་བདེས་བྱབ།
KO LÉ KYÖN KÜN SHI DÉ KYAP
May peace and joy spread throughout the world.



Daily Chants

།འབྲུག་རྩོད་ཡམས་ནད་མེད་པར་ཤོག།
TRUK TSÖ YAM NÉ MÉ PAR SHOK
May conflicts and epidemics cease.

།འཁོར་ལྷག་ཚ་རྩོད་ནི་བར་ཤོག།
KOR YUK TSA TRÖ SHI WAR SHOK
May global warming come to an end

།ཚོས་སྲིད་མཛའ་མཐུན་རྒྱས་པར་ཤོག།།
CHÖ SI DZA TÜN GYÉ PAR SHOK
And may religious and political harmony increase.

མཐར་ཐུག་མཁའ་སྤྱོད་སེམས་ཅན་གྱི།
TAR TUK KA KYAP SEM CHEN GYI
Ultimately, may all beings throughout space

།རང་གནས་ཡེ་དག་ངོ་བོའི་ཆ།
RANG NÉ YÉ TAK NGO WÖ CHA
Manifest their essence of innate, timeless purity

།མཐུན་བཟེ་ཡེ་ཤེས་མངོན་གྱུར་ཏེ།
KYEN TSÉ YÉ SHÉ NGÖN GYUR TÉ
And their wisdom, knowledge, and love.

།ཕྱམ་ཅིག་མངོན་སངས་རྒྱས་པར་ཤོག།།
CHAM CHIK NGÖN SANG GYÉ PAR SHOK
May we all awaken together.



Daily Chants

ཅེས་པ་འདི་ཡང་མི་འགྱུར་སྤྱུལ་མིང་པས་སྦྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ཟླ་ ༩ ཚེ་ ༢༠ ཉིན།
སྤྱི་གས་དུས་ཀྱི་མགོན་པོ་གྲུ་ཅུ་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་གནས་ཚེན་མཚོ་བརྒྱུར་བྲིས་ཏེ་སློན་པ།
འཇམ་གླིང་ནི་བདེས་བྱབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག

This aspiration was written by Mingyur Tulku on September 9th, 2022 at Tso Pema, the sacred pilgrimage site of Guru Padmasambhava, our protector in these dark times. May it be a cause for peace and joy to fill the world!