

རྒྱུན་སྲིད་ཞལ་འདོན།།

# THE DAILY PRAYERS



YERU BÖN CENTER  
གཡམ་རུ་བོན་གྱི་རྒྱུབ་མེ  
Minneapolis  
Los Angeles

མཉམ་མེད་གསོལ་འདེབས།

NYAMMED SOLDEB

བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་བ་འདུས།

DÉ CHEN GYAL PO KÜN ZANG GYALWA DÜ

མི་བརྗེད་གཟུངས་ལྡན་ཤེས་རབ་སྣ་བའི་སེང་།

MI JÉD ZUNG DEN SHÉRAB MAWÉ SENG

འཇམ་གླིང་སོན་གྱི་གཙུག་བརྒྱན་མཉམ་མེད་པ།

DZAM LING BÖN GYI TSUG GYEN NYAMMÉ PA

ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།

SHÉRAB GYAL TSEN ZHABLA SÖLWA DEB

## PRAYER OF NYAMMED SHERAB GYALTSEN

KING OF GREAT BLISS, EMBODIMENT OF KUN ZANG GYALWA DU PA

WISDOM DEITY MAWE SENGE, LION OF SPEECH, WHO REALIZED THE UNFORGETTING WISDOM

YOU ARE THE UNEQUALED CROWN ORNAMENT OF THE BÖN WORLD

TO SHERAB GYALTSEN, I PRAY AND PAY HOMAGE

སྐྱབས་འགོ།

KYAB DRO

བདག་དང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAG DANG DROWA SEM CHÉ TAM CHÉ KYI

སྐྱབས་ཀྱི་དང་པོ་ལྷ་མ་དམ་བ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།།

KYAB KYI DANG PO LAMA DAMPA NAM LA KYAB SU CHIO

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།། བོན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།།

SANG GYÉ LA KYAB SU CHIO BÖN LA KYAB SU CHIO

གཤེན་རབ་གཡུང་རླུང་སེམས་དཔའི་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།།

SHENRAB YUNGDRUNG SEM PÉ TSOK NAM LA KYAB SU CHIO

བཀའ་སྐྱོངས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབུ་མོ་ལ་སོགས་བསྟན་སྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།།

KA KYONG YÉ SHÉ KYI WAL MO LA SOK TEN SUNG YÉ SHÉ PÉ LHA TSOK NAM LA

KYAB SU CHIO

## TAKING REFUGE

I, WITH ALL SENTIENT BEINGS

TAKE REFUGE FIRST IN THE SUPREME LAMAS OF REFUGE

TAKE REFUGE IN THE ENLIGHTENED ONES

TAKE REFUGE IN THE ETERNAL BÖN

TAKE REFUGE IN THE ASSEMBLY OF YUNGDRUNG SEMPA

TAKE REFUGE IN THE HOSTS OF WISDOM DEITIES, GUARDIANS AND PROTECTORS OF THE TEACHINGS

སེམས་བསྐྱེད།

SEM KYED

ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་བོན་དང་གཤེན་རབ་ལ།

LAMA SANGGYÉ BÖN DANG SHENRAB LA

བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་བདག་སྐྱབས་མཆོ།

JANG CHUP MA TOP BAR DU DAG KYAB CHI

མར་གྱུར་འགོ་ནམས་སྲིད་མཚོར་ལས་སྐྱོལ་བྱིར།

MAR GYUR DRO NAM SI TSOR LÉ DRAL CHIR

བདག་ནི་བྱང་ཚུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།།

DAG NI JANG CHUP CHOK TU SEM KYÉ DO

GENERATING (ENLIGHTENED) MIND

LAMA, ENLIGHTENED ONES, BÖN, AND SHENRAB

IN WHOM I TAKE REFUGE UNTIL THE ATTAINMENT OF ENLIGHTENMENT

TO LIBERATE ALL SENTIENT BEINGS, THOSE WHO HAD ONCE BEEN MY MOTHER,  
FROM THE OCEAN OF CYCLIC EXISTENCE

I GENERATE THE SUPREME MIND OF ENLIGHTENMENT

སློན་ལམ།  
MÖN LAM

མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །  
KHA NYAM SEMCHEN TAM CHÉ DEWA DANG DEWÉ GYU DANG DEN PAR GYUR CHIG

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །  
SEMCHEN TAM CHÉ DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG DRALWAR GYUR CHIG

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དེ་དང་རྒྱན་དུ་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །  
SEMCHEN TAM CHÉ DUG NGAL MÉ PÉ DEWA DÉ DANG GYÜNDU MI DRALWAR GYUR CHIG

བདག་ནི་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།།  
SEMCHEN TAM CHÉ DÉ DUG NYI DANG DRELWÉ TANG NYOM TSÉ MÉ PA LA SEM NÉ  
PAR GYUR CHIG

ASPIRATIONAL PRAYER

MAY ALL BEINGS EVERYWHERE, AS PERVASIVE AS SPACE, HAVE BLISS AND THE CAUSE FOR HAPPINESS  
MAY ALL SENTIENT BEINGS BE FREE FROM SUFFERING AND ITS CAUSE  
MAY ALL SENTIENT BEINGS BE INSEPARABLE FROM HAPPINESS AND FREE FROM SUFFERING FOREVER  
MAY ALL SENTIENT BEINGS BE FREE FROM PLEASURE AND PAIN, AND MENTALLY ABIDE IN EQUANIMITY

ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར།

LAMI NALJOR

སྤྱི་གཙུག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བླང་དུ།

CHI TSUG DEWA CHEN PÖ PO DANG DU

དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DRIN CHEN TSAWÉ LA MA LA SÖLWA DEP

སངས་རྒྱས་སེམས་སུ་སྟོན་པ་རིན་པོ་ཆེ།

SANGGYÉ SEM SU TÖNPA RINPOCHÉ

རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

RANG NGO RANG GI SHÉ PAR JIN GYI LOB

LAMI NALJOR

IN THE PALACE OF GREAT BLISS ON MY CROWN

I PRAY TO THE GRACIOUS ROOT LAMA

THE JEWEL WHO INTRODUCES THE ENLIGHTENED ONE WITHIN THE MIND

BLESS ME TO RECOGNIZE MY OWN NATURE OF MIND

སྐབས་ཇེ་སྐྱོན་རིའི་བྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་གསོལ་འདེབས།  
KYAPJÉ MENRI TRIZIN RINPOCHÉ CHOGGI SÖLDEB

ཨེ་མ་ཏོ།།      རབ་འབྲམས་ཕྱོགས་བརྩའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་གྱི།  
E MA HO!      RAB JAM CHOG CHÜ GYALWA SÉ CHÉ KYI

མཁྱེན་བཟེའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་མོ་གཅིག་བསྐྱུས་པའི།  
CHEN TSÉ YÉ SHÉ NGOWO CHIK DÜ PÉ

ཟབ་རྒྱས་གཤེན་བསྟན་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཅན།  
ZAB GYÉ SHEN TEN PELWÉ TRIN LÉ CHEN

ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་ཉི་མ་གསོལ་བ་འདེབས།།  
LUNG TOK TEN PÉ NYI MA SOL WA DEB

PRAYER TO HIS HOLINESS,  
MOST PRECIOUS (33RD) THRONE HOLDER OF S MENRI

E MA HO!

OH, SON OF THE ENTIRE ASSEMBLY OF THE ENLIGHTENED ONES OF THE TEN DIRECTIONS  
THEIR WISDOM AND COMPASSION ARE COLLECTED AND CONDENSED IN A SINGLE ESSENCE IN YOU  
POSSESSOR OF THE ENLIGHTENED ACTIVITIES OF THE PROFOUND, EXPANDED, INCREASING TEACHINGS  
OF TONPA SHENRAB

TO YOU, LUNGTOK TENPAI NYIMA, I PRAY AND PAY HOMAGE

སྐྱབས་ཇེ་སྤྲོན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་གསོལ་འདེབས།  
KYAPJÉ MENRI YONGDZIN RINPOCHÉ CHOGGI SÖLDEB

ཨེ་མ་ཧོ།།      བསྐྱབས་གསུམ་བསྐྱན་པའི་བདག་ཉིད་འགྲོ་བའི་མགོན།  
E MA HO!      LAP SUM TEN PÉ DAG NYI DROWÉ GÖN

ཀུན་མཁྱེན་ཉི་དབང་རྣམ་རོལ་དགོངས་ཅུལ་ཇོགས།  
KÜN CHYEN NYI WANG NAM RÖL GONG TSEL DZOG

མདོ་སྡེ་སྤྲལས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཇོགས་པ་ཆེ།  
DO DÉ NGAG KYI NÉ LUK DZOG PA CHÉ

བསྐྱན་པ་འཛིན་སྐྱོང་འཕྲིན་ལས་རྣམ་པར་དག །  
TEN PA DZIN CHYONG TRIN LÉ NAM PAR DAK

ཡོངས་འཛིན་སྤྲོ་བའི་དབང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།།  
YONG DZIN NA WE WANG POR SOL WA DEB

PRAYER TO HIS EMINENCE, MOST PRECIOUS TEACHER OF S MENRI

E MA HO! GREAT BEING THAT REVEALS THE THREE TRAININGS, PROTECTING WANDERING BEINGS  
EMANATION OF OMNISCIENT NYI WANG, PERFECTING WITH THE WISDOM OF PRIMORDIAL MIND  
PERFECTLY ABIDING IN THE NATURE OF SUTRA, TANTRA, AND DZOGCHEN  
PURE ACTION OF HOLDING LINEAGES, PRESERVING, AND EXPANDING THE TEACHING OF ETERNAL BÖN  
TO THE GREAT YONGZIN, I PRAY AND PAY HOMAGE



མཚུལ་འབྲུལ་བ།  
MANDAL BÜLWA

ཨེ་མ་འབྲུང་ལྗེ་སྒྲེང་དུ་རི་རབ་རི་བདུན་དང་།  
É MA JUNG NGÉ TENG DU RI RAB RI DÜN DANG

ལྷིང་བཞི་ལྷིང་ཐོན་ཕྱི་ནང་འདོད་ཡོན་བཅས།  
LING ZHI LING TREN CHI NANG DÖ YÖN CHÉ

ཉི་ལྷན་བརྒྱན་ས་བྱེ་བ་ཐག་བརྒྱ་འདི།  
NYI ZHI GYEN PA JEWА TRAG GYA DI

བདག་གི་ལྗོས་ལྷངས་འབྲུལ་ལོ་བཞེས་སུ་གསོལ།།  
DAG GI LÖ LANG BÜL LO ZHÉ SU SÖL

## MANDALA OFFERING

ON TOP OF THE FIVE ELEMENTS, MOUNT MERU, AND THE SEVEN CIRCLING MOUNTAINS  
TOGETHER WITH INTERNAL AND EXTERNAL OBJECTS OF ENJOYMENT  
OF THE FOUR CONTINENTS AND (EIGHT) SUBCONTINENTS  
AND COUNTLESS UNIVERSES DECORATED WITH SUN AND MOON  
PLEASE ACCEPT THIS OFFERING FROM THE CORE OF MY HEART

བསྐྱོད་ལྗོངས།  
NGO MÖN

སྐོ་གསུམ་དག་པའི་དགོ་བ་གང་བགྱིས་པ།  
GO SUM DAK PÉ GEWA GANG GYI PA

ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱོ།  
KHAM SUM SEM CHEN NAM KYI DÖN DU NGO

དུས་གསུམ་བསམགས་པའི་ལས་སྐྱིབ་ཀྱང་བྱས།  
DÜ SUM SAK PÉ LÉ DRIP KÜN JANG NÉ

སྐྱ་གསུམ་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག །  
KU SUM DZOK PÉ SANG GYÉ NYUR TOP SHOG

DEDICATION PRAYER

WHATEVER PURE DEEDS AND VIRTUES DONE THROUGH THE THREE DOORS  
(BODY, SPEECH, MIND)

I DEDICATE ON BEHALF OF ALL BEINGS OF THE THREE REALMS  
(DESIRE, FORM, FORMLESS)

BY PURIFYING ALL DEFILEMENTS OF ACCUMULATED KARMA OF THE THREE TIMES  
(PAST, PRESENT, FUTURE)

MAY WE QUICKLY ATTAIN THE ULTIMATE STATE OF THE THREE ENLIGHTENED BODIES  
(PRIMORDIAL, PERFECTION, MANIFESTATION)