

Prayers for the Bardos

Written down by

Tertön Karma Lingpa

Contents:

1. Prayer Requesting Assistance from the Buddhas and Bodhisattvas
2. Root verses of the Bardo Tödral (Liberation on Hearing in the Bardo)
3. Prayer for deliverance from the Bardo's narrow passage
4. The Prayer that protects from fear in the Bardos



English translation by Karen Liljenberg
www.zangthal.co.uk
Copyright © 2006

PRAYERS FOR THE BARDOS

མ་འཛིན་པའི་དུས་ཀྱི་ཚེའམ། བཅའ་ཡང་བྱ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ར་མདའ་སྐྱོན་པ་

ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དངོས་སུ་འབྲོར་པ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་པའི་མཚོན་པ་འབུལ། ལག་ཏུ་སྒོ་སྤྲི་ཞིམ་

པོ་ཐོགས་ཏེ། གདུང་བའི་ཤུགས་དྲག་པོས་འདི་སྐད་དོ།

At the time of your own death, or at any time, request the Buddhas' and bodhisattvas' aid as follows: make physical and mental offerings to the Three Jewels, and, holding fragrant incense, recite with great fervor:

ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའེ།

Shog chu na shug pe sang gye dang chang chub sem pa
You Buddhas and bodhisattvas who dwell in the ten directions,

ཕུགས་རྗེ་དང་ལྡན་པེ། མཁྱེན་པ་དང་ལྡན་པེ། སྐྱེན་དང་ལྡན་པེ།

tug je dang den pa chen pa dan den pa chen dang den pa
endowed with compassion, endowed with wisdom, endowed with vision,

བརྩེ་བ་དང་ལྡན་པེ། འགྲོ་བའི་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པ་རྣམསེ།

tse wa dang den pa dro we shab su gyur pa nam
and with love; you who are the refuge of beings,

ཕུགས་རྗེའི་དབང་གིས་གནས་འདིར་བྱོན་ཅིགེ།

tug jei wang gi ne dir shön chig
through compassion, please come to this place!

དངོས་སུ་འབྲོར་པ་དང་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་པའི་མཚོན་པ་བཞེས་ཅིགེ།

ngö su jor pa dang yi kyi trul pe chö pa she chig

མུན་ནག་འབྲུག་པོ་ནི་འཇུག་མཁའ་ས་ཆེན་པོར་ནི་ལྷུང་།

mun nag tug po ni jug yang sa chen por ni tung
entering a dense darkness, falling into a great abyss,

ནགས་ཁྲོད་འབྲུག་པོར་ནི་འཇུག་ལས་གྱི་དབང་གིས་ནི་དེད་།

nag trö tug por ni jug le kyi wang gi ni de
going into a thick forest; the force of his karma drives him on.

དགོན་པ་ཆེན་པོར་ནི་འགོ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོས་ནི་བྱེད་།

gön pa chen por ni dro gya tso chen pö ni khyer
He is off to an empty wasteland; he is tossed by a great sea.

ལས་གྱི་རྒྱུད་གིས་ནི་བདས་ས་ཚུགས་མེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་ནི་འགོ་།

le kyi lung gi ni de sa tsug me pe shok su ni dro
Impelled by the karmic wind, he finds himself with nowhere to stop and rest.

གཡུལ་ངོ་ཆེན་པོར་ནི་འཇུག་གདོན་ཆེན་པོས་ནི་བེན་།

yul ngo chen por ni jug dön chen pö ni zin
He is thrown in the midst of a great battle; he is seized by a demon.

གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་ལ་ནི་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་།

shin jei po nya la ni jig shing trak
The Lord of Death's henchmen fill him with terror.

ལས་གྱི་སྤྲིད་པ་ན་ཡང་སྤྲིད་པ་ལ་ནི་འཇུག་དབང་ནི་མེད་།

le kyi si pa na yang si pa la ni jug wang ni me
From one existence he goes to yet another, helpless.

གཅིག་སྐུར་གྲོགས་མེད་པར་འགོ་དགོས་པའི་དུས་ལ་བབ་ན་།

ra da dzö chig ngen song sum du ma tang shig
Come to his aid! Do not send him to the three lower realms!

སྣོན་གྱི་དམ་བཅའ་མ་གཡེལ་བར་སྤྱགས་རྗེའི་ཤྱགས་སྦྱར་དུ་སྦྱངས་གིག།

ngön gyi dam cha me yel war tug jei shug nyur du shung shig
Not forgetful of your previous promises, quickly show the power of your compassion!

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཆེ་གོ་འདི་ལ་

sang gye dang chang chub sem pa nam kyi [...che ge] di la
Buddhas and bodhisattvas, do not be stinting in the means and power

སྤྱགས་རྗེ་ཐབས་དང་རྣམ་པ་མ་ཆུང་ཞིག། སྤྱགས་རྗེས་སྦྱངས་གིག།

tug je tab dang nu pa ma chung shig tug je zung shig
of your compassion for [...x...] here. Clasp him with your compassion!

སེམས་ཅན་ལས་ངན་པའི་དབང་དུ་མ་བཏང་ཞིག།

sem chen le ngen pe wang du ma tang shig
Do not leave this being to the power of his negative karma!

དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱིས་བར་དོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་སྦྱབ་ཏུ་གསོལ།

kön chog sum gyi bar dö dug ngal le shab tu sol
Three Rare and Supreme Ones! Please save him from the suffering of the bardo!

ཞེས་མོས་གྲག་དྲག་པོའི་སྣོན་ནས་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལན་གསུམ་དུ་བྱའོ།

To be recited three times with fervent devotion by yourself and everyone else.

དེ་ནས་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་དང་། བར་དོ་འཕྲང་སྦྱོལ་མ་དང་།

Then recite the "Liberation on hearing in the bardo" and

འཛིགས་སྦྱོབ་མའི་སྣོན་ལམ་རྣམས་བཏབ་པར་བྱའོ།

"The prayer for deliverance from the bardo's narrow passage" and "The Prayer that protects from fear"

སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ར་མདར་སྐྱོན་པའི་སྐོན་ལམ་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ལོ།

May this prayer requesting the aid of the Buddhas and bodhisattvas

འཁོར་བ་མ་སྐྱོད་གྱི་བར་དུ་མ་རྫོགས་སོ། ས་མ་ཡེ།

not come to an end until Samsara is emptied! SAMAYA

ཞེས་མོ་རྒྱན་གྱི་མཁའ་པོ་པ་རྣམས་ལ་བྱུང་གནས་གྱིས་མཛད་དེ།

Composed by the Khenpo of Orgyen, Padma Jungne.

མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་ཟིན་རིས་སུ་བྲིས་ནས་གཏེར་དུ་སྐྱུང་།

Tsogyal learnt, wrote down, and concealed it as a treasure text.

སྐྱུང་གམ་གྱི་པ་ས་སྐམ་པོ་དཔལ་གྱི་རི་བོ་ནས་གདན་དྲངས་པའོ།

Karma Lingpa revealed it at Gampopal Mountain.

ཨོྫེ། བར་དོ་དུག་གི་རྩ་ཚོགས་བཞུགས་སོ།

Root verses of the Bardo Tödral

གྱེ་མེད་ལ་བདག་ལ་སྐྱེ་གནས་བར་དོར་འཆར་དུས་འདིར་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ལོ།

kye ma dag la she ne bar do char du dir
Ah! now that the bardo of birth is arising for me,

ཚོ་ལ་ལོང་མེད་ལེ་ལོ་སྤང་བྱས་ནས་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ལོ།

tse la long me le lo pang she ne
abandoning laziness for which there's no time in life

ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་མ་ཡིངས་ལམ་ལ་འཇུག་ཅིག་ལོ།

tö sam gom sum ma yeng lam la jug
I shall enter the undistracted path of listening, reflecting and meditating;

སྐྱུང་སེམས་ལམ་བསྐྱོང་སྐྱུ་གསུམ་མཛོན་གྱུར་བྱེད་ཅིག་ལོ།

nang sem lam long ku sum ngön gyur sha

developing appearances and mind as the path, I shall actualize the Three Kayas.

མི་ལུས་ལན་གཅིག་ཐོབ་པའི་དུས་ཚོད་འདིར།

mi lu len chig tob pe du tsö dir
Now when, for once, I've obtained a human body,

ཡེངས་མ་ལམ་སྔོན་པའི་དུས་ཚོད་མིན།

yeng ma lam dö pe du tsö min
is not the time to rest on the path of distraction!

ཀྱེ་མེ་བདག་ལ་མྱི་ལམ་བར་དོ་འཆར་དུས་འདིར།

kye ma dag la mi lam bar do char du dir
Ah! Now that the Bardo of Dreams is arising for me,

གཉི་མུག་རོ་ཉལ་བག་མེད་སྤང་བྱས་ནས།

ti mug ro nyal bag me pang she ne
abandoning the careless, sleeping corpse of ignorance,

དྲན་པ་ཡེངས་མེད་གནས་ལུགས་ངང་ལ་འཇུག།

dren pa yeng me ne lug ngang la jug
I shall guide my undistracted mindfulness into the natural state;

མི་ལམ་བཟུང་ནས་སྤྱལ་བསྐྱུར་འོད་གསལ་སྤྱང།

mi lam zung ne trul gyur ö sal jang
taking control of my dreams, I shall purify delusion into clear light.

དུད་འགོ་བཞིན་དུ་ཉལ་བར་མ་བྱེད་ཅིག།

dun dro shin du nyal war ma she chig
Do not sleep like an animal!

གཉིད་དང་མངོན་སུམ་འདྲེས་པའི་ཉམས་ལེན་གཅིས།

nyi dang ngön sum dre pe nyam len che

It is important to practise mixing sleep and direct perception of reality.

ཀྲེ་མེ་ བདག་ལ་བསམ་གཏན་བར་དོ་འཆར་དུས་འདིར་མེ་

Kye ma dag la sam ten bar do char du dir
Ah! Now that the Bardo of Meditation is arising for me,

ནམ་གཡེངས་ལུའུ་པའི་ཚོགས་རྣམས་སྤང་བྱས་ནས་མེ་

nam yeng trul pe tsog nam pang she ne
abandoning the mass of distractions and confusion,

ཡེངས་མེད་འཛིན་མེད་མཐའ་བྱལ་ངང་ལ་འཛོག་མེ་

yeng me dzin me ta dral ngang la jog
I shall enter the state free of the extremes of distraction and grasping;

བརྒྱུད་རྫོགས་གཉིས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་བྱེ་

she dzog nyi la ten pa tob par sha
I shall attain stability in the Development and Completion Stages.

བྱ་བ་སྤངས་ནས་ཚེ་གཅིག་བསྐྱོམ་དུས་འདིར་མེ་

sha wa pang ne tse chig gom du dir
Having abandoned activity, at this time of one-pointed meditation

ཉོན་མོངས་ལུའུ་པའི་དབང་དུ་མ་གཏོང་ཞིག་མེ་

nyön mong trul pe wang du ma tong shig
do not fall into the power of delusions and negative emotions!

ཀྲེ་མེ་ བདག་ལ་འཆི་ཁ་བར་དོ་འཆར་དུས་དེར་མེ་

kye ma dag la chi kha bar do char du der
Ah! Now that the Bardo of Dying is arising for me,

ཀུན་ལ་ཆགས་སེམས་ཞེན་འཛིན་སྤང་བྱས་ནས་མེ་

kun la chag sem shen dzin pang she ne

having abandoned all attachment, grasping and clinging

གདམ་ངག་གསལ་བའི་ངང་ལ་མ་ཡིངས་འཇུག།

dam ngag sal we ngang la ma yeng jug
I shall enter undistractedly into clear understanding of the oral instructions

རང་རིག་སྒྲེ་མེད་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕོ།

rang rig she me nam khe ying su po
and transfer my own Awareness into the sphere of unborn space.

འདུས་བྱས་ཤིག་ལྷུས་དང་བྲལ་ལ་ཁད།

du she sha trag lu dang tral la khe
When just about to be parted from this composite body of flesh and blood,

མི་རྟག་སྐྱུ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ།

mi tag gyu ma yin par she par sha
realise that it is impermanent and illusory!

ཀྲེ་མ། བདག་ལ་ཚོས་ཉིད་བར་དོ་འཆར་དུས་འདིར།

kye ma dag la chö nyi bar do char du dir
Ah! Now that the Bardo of Dharmata is arising for me

ཀུན་ལ་སྤངས་སྒྲག་འཛིགས་སྤང་སྤང་བྱས་ནས།

kun la ngang trag jig nang pang she ne
having abandoned all panic and terrified perceptions

གང་ཤར་རང་སྤང་རིག་པ་དོ་ཤེས་འཇུག།

gang shar rang nang rig pa ngo she jug
I shall recognise whatever arises as the natural manifestation of my own awareness,

བར་དོའི་སྤང་ཚུལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ།

bar dö nang tsul yin par she par sha

realising that this is the way the bardo appears.

དོན་ཆེན་འགགས་ལ་བྱུགས་པའི་དུས་ཤིག་འོང་།

dön chen gag la tug pe du shig ong
A vital moment will come, when cessation is possible -

རང་སྣང་ཞི་བོའི་ཚོགས་ལ་མ་འཇིགས་ཤིག་།

rang nang shi trö tsog la ma jig shig
do not fear the throng of peaceful and wrathful deities, your own manifestation!

ཀྱེ་མེ བདག་ལ་སྲིད་པ་བར་དོ་འཆར་དུས་འདིར་།

kye ma dag la si pa bar do char du dir
Ah! Now that the Bardo of Becoming is arising for me,

འདུན་པ་རྩེ་གཅིག་སེམས་ལ་བཟུང་བྱས་ནས་།

dun pa tse chig sem la zung she ne
holding in mind my one-pointed longing

བཟང་པོ་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ལ་ནན་གྱིས་མཐུད་།

zang po le kyi tro la nen gyi tud
I shall try hard to prolong my good karma;

མངལ་སྒོ་བགགས་ནས་སུ་ལོག་དྲན་པར་བྱ་།

ngal go gag ne ru log dren par sha
stopping up the entrance to the womb, I shall remember to turn away from it.

སྟིང་སུས་དག་སྣང་དགོས་པའི་དུས་ཤིག་ཡིན་།

nying ru dag nang gö pe du shig yin
Now is the time I must have courage and pure perception.

མིག་སེར་སྤངས་ལ་སྤྲོ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྒོ་མེ།

mig ser pang la la ma yab yum gom

Abandoning jealousy, I will meditate on the teacher and his consort in union.

འཆི་བ་འོང་སྐྱམ་མེད་པའི་སློ་རིང་པོ།

chi wa ong nyam me pe lo ring po

Not thinking death will come, but that I'll live long,

དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་བསྐྱབ་བསྐྱབ་ནས།

dön me tse dii sha wa drub drub ne

having accomplished only the pointless activities of this life

ད་རེས་སྟོང་ལོག་བྱས་ན་གིན་ཏུ་འབྱུང་།

ta re tong log she na shin tu trul

I would be truly stupid to return now empty-handed.

དགོས་ངོ་གེས་བ་དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་ཡིན།

gö ngo she pa dam pe lha chö yin

Recognise that what is needed is the Holy Dharma

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ལྷ་ཚོས་མི་བྱེད་དམ།

sa ta nyid du lha chö mi she dam

So why don't I practise the Dharma at this very moment?

གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་གསུངས།

drub chen nam kyi shal ne di ked sung

As the great siddhas have said:

སླ་མའི་གདམས་ངག་སེམས་ལ་མ་བཞགས་ན།

la me dam ngag sem la ma shag na

If we do not keep the lama's instructions in our mind

རང་གིས་རང་ཉིད་བསྐྱབ་བར་མི་འགྱུར་རམ།

rang gi rang nyi lhu war mi gyur ram
we are betraying ourselves, are we not?

ཞེས་གསུངས་སོ། བར་དོ་ཐོས་གོལ་གྱི་རྩ་ཚིགས་འདི། འཁོར་བ་མ་སློངས་བར་དུ་མ་རྫོགས་སོ། ཨྱི། བར་དོ་

འཕྲང་སློལ་གྱི་སློན་ལམ་བཟུགས་སོ།

May these root verses of the Bardo Tödräl (Liberation on hearing in the Bardo) not come to an end until Samsara is emptied!

Prayer for deliverance from the bardo's narrow passage

སྤྲམ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ།

la ma yi dam khan drö tsok la sha tsal lo
I pay homage to the lama, to the yidam, and to the host of dakinis.

བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ལམ་སྣ་དྲང་དུ་གསོལ།

tse wa chen pö lam na trang du sol
Through your great love, please guide me!

བདག་ནི་འབྲུལ་པས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

dag ni trul pe khor war cham pe tse
When I wander due to great delusion through Samsara

ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་མ་ཡིངས་འོད་ལམ་ལ།

tö sam gom sum ma yeng ö lam la
lamas of the oral lineage, please guide me

བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲམ་མ་ནམས་གྱིས་ལམ་སྣ་དྲོངས།

ka gyu la ma nam kyi lam na trong
on the luminous, undistracted path of listening, reflecting, and meditating!

ཡུམ་མཚོག་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་གྱིས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog khan drö tsok kyi gyab ne shor
Supported by throngs of dakinis, supreme mothers,

བར་དོ་འཇིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

གཏི་མུག་དྲག་པོས་ལོང་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

ti mug trag pö khor war cham pe tse
When I wander due to intense ignorance through Samsara

ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

chö ying ye she sal we ö lam la
Buddha Vairocana, please guide me

བཙོམ་ལྡན་རྣམ་པར་སྣང་མཛད་ལམ་སྣ་བྱོངས།

chom den nam par nang dze lam na trong
on the luminous path of the Wisdom of Dharmadhatu!

ཡུམ་མཚོག་དབྱིངས་ལྷུག་མ་ཡིས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog ying shug ma yi gyab ne shor
Supported by Dhatisvari, your supreme consort

བར་དོ་འཇིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol

Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

ཞེ་སྤང་ཏྲག་པོས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

she dang trag pö khor war cham pe tse
When due to fierce aggression I wander in Samsara

མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

me long ye she sal we ö lam la
Buddha Vajrasattva, please guide me

བཅོམ་ལྡན་ཇོ་ཇེ་སེམས་དཔས་ལམ་སྣ་རྟོང་ས།

chom hen dor je sem pe lam na trong
on the luminous path of Mirror-like Wisdom!

ཡུམ་མཚོག་སངས་རྒྱས་སྤྱན་མས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog sang gye shen me gyab ne shor
Supported by Buddhalocana, your supreme consort,

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

ང་རྒྱལ་ཏྲག་པོས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

nga gyal trag pö khor war cham pe tse
When due to intense pride I wander in Samsara

མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

nyam nyid ye she sal we ö lam la
Buddha Ratnasambhava, please guide me

བཅོམ་ལྡན་རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྡན་ལམ་སྣ་བྱོངས།

chom den rin chen jung ne lam na trong
on the luminous path of Equalising Wisdom!

ཡུམ་མཚོག་སྐྱ་མ་གྲ་ཡིས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog ma ma ki yi gyab ne shor
Supported by Mamaki, your supreme consort

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

འདོད་ཆགས་དྲག་པོས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

dö chag trag pö khor war cham pe tse
When due to intense desire and attachment I wander in Samsara

སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

sor tog ye she sal we ö lam la
Buddha Amitabha, please guide me

བཅོམ་ལྡན་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་ལམ་སྣ་བྱོངས།

chom den nang wa ta ye lam na trong
on the luminous path of the Wisdom of Discernment!

ཡུམ་མཚོག་གོས་དཀར་མོ་ཡིས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog gö kar mo yi gyab ne shor
Supported by Pandavarasini your supreme consort,

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

སྤྲུག་དོག་སྤྲུག་པོས་འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་ཚེ།

tra dog trag pö khor war cham pe tse
When due to intense jealousy I wander in Samsara

བྱ་གྲུབ་ཡི་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

sha drup ye she sal we ö lam la
Buddha Amoghasiddhi, please guide me

བཅོམ་ལྷན་དོན་ཡོད་གྲུབ་པས་ལམ་སྣ་དྲོངས།

chom den dön yö drub pe lam na trong
on the luminous path of All-accomplishing Wisdom!

ཡུམ་མཚོག་དམ་ཚིག་སྐྱོལ་མས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

yum chog dam tsig drol me gyab ne shor
Supported by Samaya-tara, your supreme consort,

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སློལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

བག་ཆགས་དྲག་པོས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

bag chag trag pö khor war cham pe tse
When due to strong habitual tendencies I wander in Samsara

ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་འོད་ལམ་ལ།

lhen she ye she sal we ö lam la
dakas and Vidyadharas, please guide me

དཔའ་བོ་རིག་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་སྤོངས།

pa wo rig dzin nam kyi lam na trong
on the luminous path of Co-emergent Wisdom!

ཡུམ་མཚོག་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་ནས་སློང།

yum chog khan drö tsok kyi gyab ne shor
Supported by a throng of dakinis, your supreme consorts,

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

འབྲུལ་སྒྲུང་བྲག་པོས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་ཚེ།

trul nang trag pö khor war cham pe tse
When due to intense delusion I wander in Samsara

སྒྲངས་སྐྱལ་འཛིགས་སྒྲུང་སྒྲུང་པའི་འོད་ལམ་ལ།

nang trak jig nang pang pe ö lam la
throng of Peaceful and Wrathful Buddhas, please guide me

བཅོམ་ལྡན་ཞི་བྱོའི་ཚོགས་ཀྱིས་ལམ་སྒྲོང་ས།

chom den shi trö tsok kyi lam na trong
on the luminous path that abandons panic and terrifying appearances!

དབྱིངས་ལྷུགས་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་ནས་སྐྱོར།

ying shug khan drö tsok kyi gyab be shor
Supported by a host of dakinis, who control space,

བར་དོ་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ།

bar do jig pe trang le dral du sol
deliver me from the bardo's terrifying, narrow passage!

ཡང་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་སུ་སྐྱོལ།

yang dag dzog pe sang gye sa ru shol
Escort me to the land of totally pure, perfect Buddhahood!

གྲེ་མེཾ་ འམ་མཁའའི་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྷང་ཞིང་མེཾ་

kye ma nam khe kham nam dra ru mi dang shing
Ah! May the Space element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་མཐོང་ཁའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག་མེཾ་

sang gye ting khe shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realm of the Blue Buddha.

ཚུ་ཡི་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྷང་ཞིང་མེཾ་

chu yi kham nam dra ru mi dang shing
May the Water element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་དཀར་པོའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག་མེཾ་

sang gye kar pö shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realm of the White Buddha.

ས་ཡི་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྷང་ཞིང་མེཾ་

sa yi kham nam dra ru mi dang shing
May the Earth element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་སེར་པོའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག་མེཾ་

sang gye ser pö shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realm of the Yellow Buddha.

མེ་ཡི་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྷང་ཞིང་མེཾ་

me yi kham nam dra ru mi dang shing
May the Fire element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་དམར་པོའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག།

sang gye mar pö shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realm of the Red Buddha.

རླུང་གི་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྡང་ཞིང་།

lung gi kham nam dra ru mi dang shing
May the Wind element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་ལྗང་གུའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག།

sang gye jang kui shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realm of the Green Buddha.

འཇའ་ཚོན་ཁམས་རྣམས་དག་སུ་མི་ལྡང་ཞིང་།

ja tsön kham nam dra ru mi dang shing
May the Rainbow element not arise as an enemy,

སངས་རྒྱས་སྣ་ཚོགས་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག།

sang gye na tsog shing kham tong war shok
and may I see it as the Pure Realms of the various Buddhas.

སྒྲ་འོད་ཟེར་གསུམ་དག་སུ་མི་ལྡང་ཞིང་།

dra ö zer sum dra ru mi dang shing
May the sounds, lights, and light-rays not arise as enemies

ཞི་བོ་རབ་འབྱམས་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བར་ཤོག།

shi tro rab jam shing kham tong war shok
and may I see them as the Pure Realm of the all-encompassing Peaceful and Wrathful Deities.

སྒྲ་རྣམས་ཐམས་ཅད་རང་སྒྲར་ཤེས་པར་ཤོག།

dra nam tam che rang drar she par shok
May I realise all sounds to be my own sounds,

འོད་རྣམས་ཐམས་ཅད་རང་འོད་ཤེས་པར་ཤོག།

ö nam tam che rang ö she par shok
may I realise all lights to be my own lights,

ཟེར་རྣམས་ཐམས་ཅད་རང་ཟེར་ཤེས་པར་ཤོག།

zer nam tam che rang zer she par shok
may I realise all rays to be my own rays.

བར་དོ་རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་ཤོག།

bar do rang ngo rang gi she par shok
May I recognise the Bardo to be my own appearance,

སྐུ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་མངོན་དུ་འགྱུར་པར་ཤོག།

ku sum shing kham gnön du gyur par shok
and may I actualise it as the Pure Realm of the Three Kayas!

བར་དོ་འཕྲང་སློབ་གྱི་སློབ་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ཨོྲཱ་ཀྱུན་གྱིས་མཁན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་གྱིས་མཛད་པེ། འཁོར་བ་མ་

སྟོངས་གྱི་བར་དུ་མ་རྫོགས་སོ།

This Prayer for Deliverance from the Bardo's Narrow Passage was composed by the Khenpo of Orgyen, Padmasambhava. May it not come to an end until Samsara is emptied!

ཨོྲཱ་ བར་དོའི་སློབ་ལམ་འཛིགས་སྐྱོབས་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

The Bardo Prayer that protects from fear in the Bardos

གྱེ་མེ། བདག་ནི་ཚེ་ཡི་ཕེན་པ་ཟད་པའི་ཚེ།

kye ma dag ni tse yi pen pa ze pe tse

Ah! When this life of mine falls apart

འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ཉེ་དུས་མི་སྣོང་སྟེ།

jig ten di ne nye du mi tong te
recent time does not vanish from this world.

རང་ཉིད་གཅིག་ཤུར་བར་དོར་འབྱམས་ཙ་ན།

rang nyi chig pur bar dor cham tsa na
When I wander alone in the Bardo

རྒྱལ་བ་ཞི་བོའི་བྱུགས་རྗེའི་བྱུགས་ལྟུང་ནས།

gyal wa shi trö tug jei shug shung ne
may the Victorious Peaceful and Wrathful Deities show the power of their compassion

མ་རིག་མུན་པའི་སྐྱུག་རུམ་སེལ་བར་ཤོག།

ma rig mun pe mug rum sel war shok
and so dispel the darkness of ignorance!

དགའ་བའི་གྲོགས་དང་བྲལ་ནས་གཅིག་ཤུར་འབྱམས།

ga we drog dang dral ne chig pur cham
When, parted from friends I love, I wander alone

རང་སྣང་སྣོང་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་དུས་དེར།

rang nang tong pe zug nyen char du der
and the Empty reflections of my own perceptions arise

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བྱུགས་རྗེས་བྱུགས་ལྟུང་ནས།

sang gye nam kyi tug je shug shung ne
may the Buddhas show the power of their compassion

སྣངས་སྐྱུག་བར་དོའི་འཇིགས་པ་མི་འབྱུང་ཤོག།

ngang trak bar dö jig pa mi jung shok

so that the panic and terror of the bardo do not occur.

ཡེ་ཤེས་གསལ་འི་འོད་ལྷ་འཆར་དུས་དེར།

ye she sal we ö nga char du der
When the Five Lights of the clear Wisdoms arise

མི་འཇིགས་མི་སྐྱེག་རང་ངོ་ཤེས་པར་ཤོག།

mi jig mi trak rang ngo she par shok
may I be fearless and undaunted, recognising them as my own appearance.

ཞི་དང་ཁྲོ་བོའི་སྐྱེ་གཟུགས་འཆར་དུས་དེར།

shi dang tro wö ku zug char du der
When the forms of the Peaceful and Wrathful deities arise

མི་འཇིགས་གདེངས་ཐོབ་བར་དོ་ངོ་ཤེས་ཤོག།

mi jig deng tob bar do ngo she shok
may I be fearless and confident, recognising that it is the Bardo.

ལས་ངན་དབང་གིས་སྐྱེག་བསྐྱེད་མྱོང་ཙ་ན།

le ngen wang gi dug ngal nyong tsa na
When due to negative karma I experience suffering

རྒྱལ་བ་ཞི་ཁྲོས་སྐྱེག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

gyal wa shi trö dug ngal sel war shok
may the Victorious Peaceful and Wrathful deities dispel the suffering.

ཚོས་ཉིད་རང་སྐྱེ་འབྲུག་སྟོང་ལྷེར་ཙ་ན།

chö nyi rang dra drug tong dir tsa na
When the natural sound of Dharmata roars like a thousand thunderclaps

ཐེག་ཅན་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་རུ་འགྱུར་བར་ཤོག།

teg chen chö kyi dra ru gyur war shok

may it be transformed into the sound of the Dharma of the Great Vehicle.

སྐྱབས་མེད་ལས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་དུས་དེར་།

shab me le kyi je su drang du der
When, without refuge, I am pursued by karma,

རྒྱལ་བ་ཞི་བློས་བདག་སོགས་བསྐྱབས་ཏུ་གསོལ་།

gyal wa shi trö dag sok shab tu sol
Victorious Peaceful and Wrathful deities, please be a refuge for myself and others!

བག་ཆགས་ལས་ཀྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་མྱོང་ཙ་ན་།

bag chag le kyi dug ngal nyong tsa na
When I experience the karmic suffering of my habitual tendencies

འོད་གསལ་བདེ་བའི་ཉིང་འཛིན་འཆར་བར་ཤོག་།

ö sal de we ting dzin char war shok
may the blissful Clear Light samadhi arise.

སྲིད་པ་བར་དོར་བརྗེས་ཏེ་སྐྱེས་ཙ་ན་།

si pa bar dor dzu te she tsa na
At the moment of seeming rebirth in the Bardo of Becoming,

ཕྱིར་ལོག་བདུད་ཀྱི་ལུང་བསྟན་མི་འབྱུང་ཤོག་།

shir log du kyi lung ten mi jung shok
may no negative signs arise to turn me back to Samsara.

གང་དུ་བསམ་པ་དབང་གིས་སྤེལ་ཙ་ན་།

gang du sam pa wang gi leb tsa na
When I am transported anywhere by the power of thought

ལས་ངན་འབྱུལ་པའི་འཛིགས་སྐྱག་མི་འབྱུང་ཤོག་།

le ngen trul pe jig trag mi jung shok

may the delusory terrors of negative karma not occur.

གཙན་གཟན་ཁྲོ་བོའི་ངར་སྐད་འདོན་པའི་ཚེ།

chen zen tro wö ngar ke dön pe tse
When wild beasts roar ferociously,

ཡི་གེ་ཏུ་གྲག་པའི་ཚོས་སྒྲུང་འགྲུང་བར་ཤོག།

yi ge trug pe chö drar gyur war shok
may it be transformed into the sound of Dharma, the 6 Syllable Mantra.

ཁ་ཙར་རླུང་དང་མུན་པས་དེད་པའི་ཚེ།

kha char lung dang mun pe de pe tse
When I am driven on by snow, rain, wind and darkness,

ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་ལྷ་མིག་ཐོབ་པར་ཤོག།

ye she sal we lha mig tob par shok
may I obtain the divine eye of clear wisdom.

རིགས་མཐུན་ནང་ཚན་བར་དོའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

rig tun nang tsen bar dö sem chen nam
May the different kinds of beings in the bardo, with their various experiences

མིག་སེར་མེད་ཅིང་མཐོ་རིས་སྐྱེ་བར་ཤོག།

mig ser me ching to ri she war shok
be without jealousy and be born in the higher realms.

ཤིན་ཏུ་ཉོན་མོངས་བགྲེས་ཤིང་སྐྱེ་པའི་ཚེ།

shin tu nyön mong tre shing kom pe tse
When extreme negative emotions cause hunger and thirst

ལྷོག་སྐྱོམ་ཚ་གྲང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འབྱུང་ཤོག།

tog kom tsa trang dug ngal mi jung shok

may the suffering of hunger, thirst, heat and cold not occur.

ཕྱི་མ་པ་མའི་འདྲུ་འཕྲོད་མཐོང་ཙམ་ནེ།

shi ma pa me du trö tong tsam na
As soon as I see my future parents in sexual intercourse

རྒྱལ་བ་ཞི་བློ་ཡབ་ཡུམ་ཉིད་མཐོང་ཤོག།

gyal wa shi tro yab yum nyi tong shok
may I see them as the Victorious Peaceful and Wrathful deities in union.

གར་སྐྱེ་རང་དབང་ཐོབ་ནས་གཞན་དོན་དུ།

gar she wang wang tob ne shen dön du
Having obtained control over where I will be born, for the sake of others

མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་ལུས་མཚོག་ཐོབ་པར་ཤོག།

tсен pe gyen pe lu chok tob par shok
may I obtain a supreme body, graced with the marks and signs.

བདག་ཉིད་སྐྱེས་པའི་ལུས་མཚོག་ཐོབ་གུར་ནས།

dag nyi she pe lu chok tob gyur ne
Having been born with a supreme body,

མཐོང་ཐོས་ཐམས་ཅད་སྐྱུར་དུ་གྲོལ་བར་ཤོག།

tong tö tam che nyur du drol war shok
may all who see or hear me quickly be liberated.

ལས་ངན་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ཞིང་།

le ngen tam che je su mi drang shing
May I not be pursued by all my negative karma,

བསོད་ནམས་གང་ཡོད་འཕེལ་ཞིང་རྗེས་འབྲང་ཤོག།

sö nam gang yö pel shing je drang shok

May all sentient beings become happy!

རྒྱལ་བ་ཞི་བོ་བྱེད་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་དང་།

gyal wa shi tro che ku chin dra dang
Victorious Peaceful and Wrathful deities! Just as your bodies,

འཁོར་དང་སྐྱུ་ཚེའི་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།

khor dang ku tsei tse dang shing kham dang
your entourage, your lifespan, and your Pure Realm,

བྱེད་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བམ།

che kyi tsen chok zang po chin dra wa
and just as your supreme and excellent marks all are,

དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག།

den dra kho nar dag sok gyur war shok
may I and others become exactly like that!

ཀུན་བཟང་ཞི་བོ་རབ་འབྱུངས་སྐྱབས་རྗེ་དང་།

kun zang shi tro rab jam tug je dang
By the compassion of the all-pervading Perfect Peaceful and Wrathful Deities

ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་བདེན་སྟོབས་དང་།

chö nyi nam par dag pe den tob dang
and by the power and truth of the completely pure Dharmata,

སྒྲགས་འཚང་ཅེ་གཅིག་བསྐྱབ་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཀྱིས།

ngak chang tse chig drub pe shin lab kyi
and by the blessing of accomplishing single-pointed mantra practice

སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་དེ་བཞིན་འགྱུར་གྱུར་ཅིག།

mön lam tab pa de shin drub gyur chig

may the wishes of this prayer thus be accomplished!

བར་དོའི་སློན་ལམ་འཛིགས་སློབས་མ་ཞེས་བྱ་བ་འཁོར་བ་མ་སློང་བར་དུ་མ་ཇོགས་སོ།

May this prayer that protects from fear in the bardos not come to an end until Samsara is emptied!

སཐ་དུ་མཁྲ་ལི་ཤྱི་ཡི་བྱ་བ་རྒྱ།

SARVA DHARMA MANGALAM SHRI YO BHAVANTU

ན་མ་སཐ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཉི་ད་ཡ། ཨ་བུ་ག་ཏེ།

NAMA SARVA TATHAGATA HRIDAYA ANU GA TE

ཨོྲྀ་ཀུ་རུ་གི་ནི་སྐྱ་ཏུ།

OM KU RUM GI NI SO HA

ལན་གཅིག་བཏོན་པས་བསྐལ་བ་འབྱམ་ཐག་སློང་དུ་བསགས་པའི་སྐྱིབ་པ་ཡང་མ་ལུས་པར་བཟད་པར་འགྱུར་རོ།

By reciting this just once even the obscurations accumulated during hundreds of thousands of aeons will be worn out, without any remaining.

ཨོྲྀ་བཇླ་ས་དུ་ཏུྃ། འ་ཨ་ཤ་ས་མ་ཏུཾ། ཨོྲྀ་སུ་བྲ་ཏི་ཏུ་བཇླ་ཡེ་སྐྱ་ཏུ།

OM BENZA SATO HUM A AH SHA SA MA HA OM SUTRA TIKHTA BENZA YE SOHA