

རྒྱུན་ཁྱིལ་ཞལ་འདོན།།

THE DAILY PRAYERS



YERU BÖN CENTER
གཡམ་རུ་བོན་ཕྱི་རྒྱུ་བ་ལྷོ་

མཉམ་མེད་གསོལ་འདེབས།

NYAMMED SOLDEB

Prayer of Nyammed Sherab Gyaltzen

བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་བ་འདུས།

DÉ CHEN GYAL PO KÜN ZANG GYALWA DÜ

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

MI JÉD ZUNG DEN SHÉRAB MAWÉ SENG

འཇམ་གླིང་བོན་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 SOLWA DEB

King of Great Bliss, embodiment of Kunzang Gyalwa Dupa,

Wisdom Deity Mawe Senge, Lion of Speech, who realized the unforgetting wisdom,

You are the unequaled crown ornament of the Bön world.

To Sherab Gyaltzen, I pray and pay homage.

སྐྱབས་འགོ།

KYAB DRO

Taking Refuge

བདག་དང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

DAG DANG DROWA SEM CHÉ TAM CHÉ KYI

སྐྱབས་ཀྱི་དང་པོ་སླ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

KYAB KYI DANG PO LAMA DAMPA NAM LA KYAB SU CHIO

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

SANG GYÉ LA KYAB SU CHIO

བོན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།

BÖN LA KYAB SU CHIO

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

SHENRAB YUNGDRUNG SEM PÉ TSOK NAM LA KYAB SU CHIO

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

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

KYAB SU CHIO

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

Generating (Enlightened) Mind

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་འགྲོ་ནམས་སྲིད་མཚོར་ལས་སྐྱོལ་ཕྱིར།

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

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.

མོན་ལམ།

MÖN LAM

Aspirational Prayer

མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་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་རྒྱུན་དུ་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

SEMCHEN TAM CHÉ DUG NGAL MÉD PI DEWA DÉ DANG GYÜNDU MI DRALWAR
GYUR CHIG

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྲུག་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་པ་ལ་སེམས་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

SEMCHEN TAM CHÉ DÉ DUG NYI DANG DRELWÉ TANG NYOM TSÉ MÉ PA LA SEM NÉ
PAR GYUR CHIG

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.

ལམ་མའི་རྣལ་འབྱོར།

LAMI NALJOR

Lami Naljor

མྱི་གཙུག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ།

CHI TSUG DEWA CHEN PÖ PHO DANG DU

དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་ལམ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DRIN CHEN TSAWÉ LAMA LA SOLWA DEB

སངས་རྒྱལ་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

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.

སྐྱབས་རྗེ་སྤྲུལ་རིའི་བྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་གསོལ་འདེབས།
KYAPJÉ MENRI TRIZIN RINPOCHÉ CHOGGI SOLDEB

Prayer to His Holiness, Most Precious (33rd) Throne Holder of sMenri

ཨ་མ་འོ།། རབ་འབྱམས་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱི།
E MA HO RAB JAM CHOG CHÜ GYALWA SÉ CHÉ KYI

མཁྱེན་བརྗེའི་ཡེ་ཤེས་ངོ་བོ་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་མར་གསོལ་བ་འདེབས།།
LUNG TOK TEN PÉ NYI MA SOLWA DEB

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.

རྒྱལ་ས་མེ་སྐྱེན་རིའི་བྲི་འཛིན་སོ་བཞི་པ་ལུང་རྟོགས་སྐྱབ་བ་དར་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེར་གསོལ་འདེབས།
KYAPJÉ MENRI TRIZIN SOZHIPA LUNGTOK DAWA DARGYÉ RINPOCHE SOLDEB

Prayer to His Holiness, Lungtok Dawa Dargye Rinpoche, 34th Menri Trizin

ཨ་མ་ཧོ། གྱེར་བསྐྱེན་རིན་ཆེན་མཚན་ཡང་ལྗོག་བའི་ཞིང་།།
E MA HO GYER TEN RIN CHEN TSEN YANG DOK PÉ ZHING

ལུང་རྟོགས་པད་མའི་དགའ་ཚལ་བཞད་པའི་མགོན།།
LUNG TOK PÉ MÉ GA TSEL ZHÉ PÉ GÖN

འཕྲིན་ལས་ཏྲ་བདུན་སྣང་བ་གཤེགས་པའི་རྗེས།།
TRIN LÉ TA DÜN NANG WA SHEK PÉ JÉ

ཆ་རྗོགས་སྐྱབ་བའི་མགོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།
CHA DZOK DA WÉ GÖN LA SOLWA DEB

E MA HO

In a place where even the name of the precious teachings had ceased,
Teachings and realizations blossomed in the lotus garden of the spiritual leader.

Following the enlightened activities of the previously manifested sun,
I pay homage to the accomplished leader who is like the perfect moon.

སྐྱུབས་རྗེ་སྤྲོན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་གསོལ་འདེབས།
KYAPJÉ MENRI YONGDZIN RINPOCHÉ CHOGGI SOLDEB

Prayer to His Eminence, Precious Teacher of sMenri

ཨ་མ་ཧོ།། བསྐྱབ་གསུམ་བསྟན་པའི་བདག་ཉིད་འགྲོ་བའི་མགོན།
E MA HO LAP SUM TEN PÉ DAG NYI DROWÉ GÖN

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

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

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

ཡོངས་འཛིན་སྤྲེ་བའི་དབང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།།
YONG DZIN NA WE WANG POR SOLWA DEB

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*, & *dzogchen*,
Pure action of holding lineages, preserving, and expanding the teaching of eternal Bön,
To the Great Yongdzin, I pray and pay homage.

ལྷ་ཁྲི་མཁན་པོ་ཉི་མ་གྲགས་པའི་ཞབས་བརྟན།

LATRI KHENPO NYIMA DRAKPÉ ZHAPTEN

Long Life Prayer for Latri Khenpo Nyima Dakpa

ཨེ་མ་ཏོ། བྱམས་བརྗེ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་སྣང་བ་ཡིས།

E MA HO JAM TSÉ YÉ SHÉ CHEN PÖ NANGWA YI

ཉོན་མོངས་དུ་ཁས་གདུང་བའི་སྐྱེ་འགྲོའི་ཚོགས།

NYÖN MONG DU KHÉ DUNGWÉ KYÉ DRÖ TSOK

ཚོངས་པའི་སྣག་རུམ་འཕྱག་པོ་པ་མཐར་བྱས།

MONG PÉ MAK RUM TUK PO PA TAR JÉ

འདྲེན་མཚོག་ལྷ་མའི་ཞབས་པད་བརྟན་གྱུར་ཅིག།

DREN CHOK LA MÉ ZHAP PÉ TEN GYUR CHIG

E MA HO

Your compassion and great wisdom are luminous rays

That liberate sentient beings who dwell in suffering due to ignorance

From the dense fog and immense darkness of unawareness.

Lama, supreme guide, may you live forever!

མཇུག་འབུལ་བ།
MANDAL BÜLWA
Mandala Offering

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

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

ཉི་ལྷན་བརྒྱན་པ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འདི།
NYI ZHI GYEN PA JEW A TRAG GYA DI

བདག་གི་ལྷོས་སྤངས་འབུལ་ལོ་བཞིས་སུ་གསོལ།།
DAG GI LÖ LANG BÜL LO ZHÉ SU SOL

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 the subcontinents,
And countless universes decorated with sun and moon,
Please accept this offering from the core of my heart.

བསྐྱོ་སྐྱོན།

NGO MÖN

Dedication Prayer

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་བསགས་པའི་ལས་སྐྱིབ་ཀུན་བྱང་ནས།

DÜ SUM SAK PÉ LÉ DRIP KÜN JANG NÉ

སྐྱུ་གསུམ་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག །

KU SUM DZOK PÉ SANG GYÉ NYUR TOP SHOG

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 accumulated karmic defilements of the three times (Past,

Present, Future),

May we quickly attain the perfect state of the three enlightened bodies (Primordial,

Perfection, Manifestation).