



མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



༄༅། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One  
Verses of Homage

ཨོཾ་རྗེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

om jetsünma pakma drolma la chaktsal lo

Om. Homage to the noble lady Tārā!



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་སྙུར་མ་དབའ་མོ། །

Chaktsal Drolma Nyurma Pamo  
Homage To Tārā, Swift And Gallant,

ཇུན་ནི་རྣང་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ། །

Chen Ni Kechik Lok Dang Dra Ma  
Whose Glance Flashes Like Flares Of Lightning;



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



འདིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ལྷ་སྐྱེས་ལལ་གྱི། །

Jikten Sum Gön Chukyé Shyal Gyi

Born On The Heart Of A Blossoming Lotus

གེ་སར་གྲེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ། །

Gesar Jewa Lé Ni Jung Ma

That Rose From The Tears Of The Triple-World's

Lord. (1)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀུན་ཏུ། །  
Chaktsal Tönké Dawa Küntu  
Homage To You Whose Countenance Is

གང་བ་བརྒྱ་ནི་བཅེགས་པའི་ཞལ་མ། །  
Gangwa Gya Ni Tsekpé Shyal Ma  
A Hundred Full Moons Gathered In Autumn,



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྐར་མ་སྟོང་སྤྱག་ཚོགས་པ་རྣམས་གྱེ། །

Karma Tongtrak Tsokpa Nam Kyi  
Smiling And Glowing With Brilliant Radiance,

རབ་རྩ་སྤེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

Rabtu Chewé Ö Rab Bar Ma  
Like A Thousand Stars Clustered, Ablaze. (2)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་སེར་སྟོ་ཚུ་ནས་སྐྱེས་གྱི། །

Chaktsal Ser Ngo Chu Né Kyé Kyi  
Homage, Golden Lady, Your Lotus-Hand

པརྣས་ཕྱག་ཉི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །

Pemé Chak Ni Nampar Gyen Ma  
Is Graced With A Blue Water-Born Flower.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཇེན་པ་བཙོན་འགྲུས་དཀར་ཐུབ་ཞི་བ། །

Jinpa Tsöndrü Katub Shyiwa

You Embody Generosity, Diligence, Endurance,

བཟོན་པ་བསམ་གཏན་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

Zöpa Samten Chöyul Nyi Ma

Serenity, Patience And Meditation. (3)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། །  
Chaktsal Deshyin Shekpé Tsuktor  
Homage To You, Whose Victories Are Endless,

མཐོང་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་སྟོན་མ། །  
Tayé Nampar Gyalwa Chö Ma  
Jewel On The Great Tathāgata's Crown.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ར་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



མ་ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །

Malü Parol Chinpa Tobpé

You Are Well Served By The Heirs Of The Victors,

རྒྱལ་བའི་སྐས་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ། །

Gyalwé Sé Kyi Shintu Ten Ma

Those Who've Accomplished All The Perfections. (4)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཚལ་རྩུཊ་ར་ལྷུ་ཡི་གེ།

Chaktsal Tuttara Hung Yigé

Homage To You, Who With Tuttāra And Hūṃ

འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ།།

Dö Dang Chok Dang Namkha Gang Ma

Fill Desire Realms Unto The Ends Of Space.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ། །

Jikten Dünpo Shyab Kyi Nen Té  
You Trample Underfoot The Seven Worlds,

ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །

Lüpa Mepar Gukpar Nü Ma  
And Have The Strength To Summon All. (5)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་བྲིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །

Chaktsal Gyajin Melha Tsangpa  
Homage To You, Praised By Indra,

ལྷུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕྱག་མཚོན་མ། །

Lunglha Natsok Wangchuk Chö Ma  
Agni, Brahmā, Maruts, And Śiva.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མ་ཐོང་རྒོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་ཇི་བ་རྣམས་དང་། །

Jungpo Rolang Driza Nam Dang  
All The Hosts Of Bhūtas, Vetālas,

གཞོན་སྒྲིན་ཚོགས་གྲིས་མདུན་ནས་བསྟོན་མ། །

Nöjin Tsok Kyi Dün Né Tö Ma

Gandharvas And Yakṣas Pay Tribute To You. (6)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མ་ཐོང་རྒོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་ལྷན་ཅེས་བྱ་དང་ཕན་གྱིས། །

Chaktsal Tré Cheja Dang Pé Kyi

Homage To You, Who With Traṭ And Phaṭ

ཕ་རོལ་འཕྱལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཇོམས་མ། །

Parol Trulkhor Rabtu Jom Ma

Crush The Enemies' Yantras To Dust.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙྰ་ཅ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ། །

Yé Kum Yön Kyang Shyab Kyi Nen Té

With Right Leg Bent In And Left Leg Extended,

མེ་འབར་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །

Mebar Trukpa Shintu Bar Ma

Shining You Tread Amidst Flames Wildly Blazing. (7)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཆའ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཆའ་ཏུ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས། །  
Chaktsal Turé Jikpa Chenpö  
Homage To Ture, The Fearsome Lady,

བདུད་གྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །  
Dü Kyi Pawo Nampar Jom Ma  
Destroyer Of The Most Powerful Demons.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །

Chukyé Shyal Ni Tronyer Den Dzé

With A Lotus-Face And A Deep-Furrowed Brow,

དག་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལྷུས་གསོད་མ། །

Drawo Tamché Malü Sö Ma

You Are The Slayer Of Each And Every Foe. (8)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཚོན་ཕྱག་རྒྱའི། །  
Chaktsal Könchok Sum Tsön Chakgyé  
Homage To You, Whose Fingers Grace

སོར་མོས་ཕྱགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །  
Sormö Tukkar Nampar Gyen Ma  
Your Heart And Display The Three Jewels Mudrā.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

# Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མ་ཐོང་རྒོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



མ་ལུས་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །

Malü Chok Kyi Khorlö Gyenpé

You're Graced By Wheels Adorning Every Direction,

རང་གི་འོད་གྱི་ཚོགས་རྣམས་འཇུག་མ། །

Rang Gi Ö Kyi Tsok Nam Truk Ma

With Dazzling Radiance That Overwhelms All.(9)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་རབ་རུ་དགའ་བ་བརྗེད་པའི། །  
Chaktsal Rabtu Gawa Jipé  
Homage To You, Supremely Joyous,

དབུ་རྒྱན་འོད་གྱི་སྤེང་བ་སྤེལ་མ། །  
Ugyen Ö Kyi Trengwa Pelma  
Your Splendorous Crown Spreading Garlands Of Light.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩ་ར་ཡིས། །  
Shyepa Rab Shyé Tuttara Yi  
Smiling And Laughing, With Tuttāre

བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །  
Dü Dang Jikten Wang Du Dzé Ma  
You Bring Demons And Worlds Under Control. (10)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཚལ་ས་གཞི་སྒྲོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །

Chaktsal Sa Shyi Kyongwé Tsok Nam  
Homage To You, Who Can Summon

ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རུས་པ་ཉིད་མ། །

Tamché Gukpar Nüpa Nyi Ma  
The Hosts Of Earthly Guardians.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུང་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩེ་གིས། །

Tronyer Yowé Yigé Hung Gi

Your Frown It Quivers, And The Syllable Hūṃ

ཕོངས་བ་བམས་ཅད་རྣམ་བར་སྒྲོལ་མ། །

Pongpa Tamché Nampar Drolma

Delivers Us All From Every Misfortune. (11)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་ལྷ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱན། །  
Chaktsal Dawé Dumbü Ugyen  
Homage To You, So Brightly Adorned,

བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །  
Gyenpa Tamché Shintu Bar Ma  
With A Sliver Of Moon As Your Crown,



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



རལ་བའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །

Ralpé Trö Na Öpakmé Lé  
Your Locks Are Graced By Amitābha,

རྟག་པར་ཤིན་རུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

Takpar Shintu Ö Rab Dzé Ma  
Whose Gleaming Rays Stream Forever Forth. (12)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཚལ་བསྐྱལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །  
Chaktsal Kalpa Tamé Mé Tar  
Homage To You, Seated In A Halo

འབར་བའི་ཕྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །  
Barwé Trengwé Ü Na Né Ma  
Blazing With Apocalyptic Flames.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུང་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



གཡས་བརྐང་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའི། །

Yé Kyang Yön Kum Künné Kor Gé

Your Right Leg Stretched Out And Left Bent Inward,

དག་ཡི་དབྱང་ནི་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །

Dra Yi Pung Ni Nampar Jom Ma

Immersed In Joy, You Crush Legions Of Foes. (13)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི།

Chaktsal Sa Shyi Ngö La Chak Gi

Homage To You, Who On The Earth's Surface

མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ།།

Til Gyi Nün Ching Shyab Kyi Dung Ma

Strike Your Palms And Stamp Your Feet;



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུང་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཁྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་རྩེ་གིས། །

Tronyer Chen Dzé Yigé Hung Gi

Your Brow Deeply Furrowed, With Hūṃ You Smash

རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགེམས་མ། །

Rimpa Dünpo Nam Ni Gem Ma

The Seven Netherworlds To Nothing But Dust. (14)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་བདེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ། །

Chaktsal Dé Ma Gé Ma Shyi Ma

Homage To You, Blissful, Gracious And Tranquil,

སྤྱ་ངན་འདས་ཞི་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ། །

Nya Ngen Dé Shyi Chöyul Nyi Ma

Whose Domain Is The Peace Of Nirvāṇa.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྐྱུ་ཏུ་ཨོྃ་དང་ཡང་དག་ལྷན་བས། །

Soha Om Dang Yangdak Denpé  
With Om And Svāhā In Perfect Union,

སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་ཉིད་མ། །

Dikpa Chenpo Jompa Nyi Ma  
You Lay To Waste Every Terrible Evil. (15)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་གུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི། །

Chaktsal Künné Kor Rabga Bé

Homage To You, Who, Immersed In Rapture,

དག་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ། །

Dra Yi Lü Ni Rabtu Gem Ma

Shatters The Bodies Of All Your Foes.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུང་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་ངག་ནི་བཀོད་པའི། །

Yigé Chupé Ngak Ni Köpé

You Manifest From The Wisdom-Syllable Hūṃ,

རིག་པ་རྩེ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ། །

Rigpa Hung Lé Drölma Nyi Ma

And Display Each Of Your Mantra's Ten Syllables.

(16)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཉི་ལྔ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཆའ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྟུགས་པས། །

Chaktsal Turé Shyab Ni Dabpé

Homage To Ture, Your Feet Stomping Boldly,

ལྷུ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །

Hung Gi Nampé Sabön Nyi Ma

Formed From The Seed Of The Syllable Hūṃ.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



རི་རབ་མརྒྱ་ར་དང་འབིགས་བྱེད། །

Rirab Mendara Dang Bikjé

The Mountains Of Meru, Mandara And Vindhya,

འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །

Jikten Sum Nam Yowa Nyi Ma

And All The Three Worlds, You Cause Them To  
Quake. (17)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཆའ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྤྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །

Chaktsal Lha Yi Tso Yi Nampé

Homage To You, Who Hold In Your Hand

རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་སྤྱག་ན་བསྐྱམས་མ། །

Ridak Takchen Chak Na Nam Ma

A Deer-Marked Moon Like A Divine Lake.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་ཙུང་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



རྒྱ་ར་གཉིས་བརྗོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། །

Tara Nyi Jö Pé Kyi Yigé

With Tāra Twice And Then With Phaṭ,

དུག་རྣམས་མ་ལྷུས་བར་ནི་སེལ་མ། །

Duk Nam Malüpar Ni Selma

You Totally Cleanse All Of The Poisons. (18)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །

Chaktsal Lha Yi Tsok Nam Gyalpo

Homage To You, Who Is Served By Kings

ལྷ་དང་མེའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། །

Lha Dang Mi'amchi Yi Ten Ma

Of Hosts Divine, And Of Gods And Kimnaras.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བ་བརྗེད་གྱིས། །

Künné Gocha Gawa Ji Kyi

Suited In Armour Of Joy And Splendour,

ཚྱོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །

Tsö Dang Milam Ngenpa Selma

You Clear Away Nightmares, Soothe Away Strife.

(19)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། །  
Chaktsal Nyima Dawa Gyepé  
Homage To You, Whose Eyes Shine With Lustre,

སྐྱེན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །  
Chen Nyipo La Ö Rabsal Ma  
Bright With The Fullness Of Sun And Moon.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཧ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུ་རྩ་ར་ཡིས། །

Hara Nyi Jö Tuttara Yi

With Twice-Uttered Hara And Tuttāre

ཤིན་ཏུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

Shintu Drakpö Rimné Selma

You Pacify The Most Intractable Diseases. (20)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །

Chaktsal Denyi Sum Nam Köpé

Homage To You, Who Have The Power To Free,

ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། །

Shyiwé Tu Dang Yangdak Den Ma

You Put Forth The Realities As A Set Of Three.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་སྟེན་ཚོགས་རྣམས། །  
Dön Dang Rolang Nöjin Tsok Nam  
Supreme Ture, You Completely Destroy

འཇོམས་པ་རུ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ། །  
Jompa Turé Rab Chok Nyi Ma  
The Hordes Of Grahas,8 Vetālas,9 And Yakṣas.10  
(21)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ནི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ།

## Praises to the Twenty-One Tārās

The Praise to Tārā with Twenty-One Verses of Homage

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



རྩ་བའི་སྤྱགས་གྱི་བསྟོན་པ་འདི་དང་། །

Tsawé Ngak Kyi Töpa Di Dang

This Praise With The Twenty-One Verses Of  
Homage

སྤྱག་འཚལ་བ་ནི་ནི་ཤུ་རྩ་གཅིག་།

Chaktsalwa Ni Nyishu Tsa Chik

Is Itself The Root Mantra.



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྡན་པའི། །

Lhamo La Gü Yangdak Denpé

The Wise Who Recite These Words In Earnest,

སྒྲོ་ལྡན་གང་གིས་རབ་དང་བརྗོད་དེ། །

Loden Gang Gi Rab Dang Jö Dé

Filled With Genuine Devotion For This Goddess, (22)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སྟོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། །  
Sö Dang Torang Langpar Jé Né  
At Dusk, And Also Having Risen At Dawn,

དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། །  
Drenpé Mi Jik Tamché Rab Ter  
With Recollection, Will Be Granted Fearlessness;



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཕྱིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་རྩ་ཞི་བྱེད། །

Dikpa Tamché Rabtu Shyijé  
They Will Utterly Eliminate All Misdeeds,

ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་པ་ཉིད་དོ། །

Ngendro Tamché Jompa Nyi Do  
And Surmount All Evil Destinies. (23)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL  
liberation through seeing  
WWW.THONGDROL.ORG



རྒྱལ་བ་བྲེ་བ་སྤྱག་བདུན་རྣམས་གྱིས། །  
Gyalwa Jewa Trak Dün Nam Kyi  
Seventy Million Victorious Buddhas

སྤྱར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། །  
Nyurdu Wang Ni Kurwar Gyur La  
Will Swiftly Confer Empowerment Upon Them,



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །

Di Lé Chewa Nyi Ni Tob Ching  
And They Will Attain Greatness In This World,

སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཕྱག་དེར་འགྲོ། །

Sangye Gopang Tartuk Der Dro  
And Reach The Ultimate State Of Buddhahood.

(24)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



དེ་ཡི་དུག་ནི་དྲག་པོ་ཆེན་པོ། །

Dé Yi Duk Ni Drakpo Chenpo  
Even The Most Powerful And Toxic Poisons,

བརྟན་གནས་པའམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ། །

Ten Nepa Am Shyenyang Drowa  
Which Derive From Plants Or Living Beings,



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



ཟོས་པ་དང་ནི་འཇུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། །

Zöpa Dang Ni Tungpa Nyi Kyang  
Whether Eaten Or Taken As A Draught,

དྲན་པས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། །

Drenpé Rabtu Selwa Nyi Tob  
Will Be Purged Entirely By Recalling This Praise.

(25)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟེར་བའི། །

Dön Dang Rim Dang Duk Gi Zirwé

Reciting This Two Or Three Or Seven Times

སྤྱག་བསྐལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །

Dukngal Tsok Ni Nampar Pang Té

Will Eliminate Multitudes Of Suffering



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། །

Semchen Shyenpa Nam La Yang Ngo  
Brought About By Spirits, Pestilence, And Poison

གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། །

Nyi Sum Dün Du Ngönpar Jö Na  
And This Applies Even To Other Beings As Well.

(26)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



བུ་འདོད་པས་ནི་བུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། །

Bu Döpé Ni Bu Tob Gyur Shying  
Those Who Wish For Progeny Will Bear Them;

ནོར་འདོད་པས་ནི་ནོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །

Nor Döpé Ni Nor Nam Nyi Tob  
Those Who Wish For Riches Will Acquire Them;



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གིས་བསྟོན་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མཐོང་གྲོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། །

Döpa Tamché Tobpar Gyur La

Each And Every Wish Will Hereby Be Fulfilled,

བགེགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར། །

Gek Nam Mé Ching Sosor Jom Gyur

And Obstacles, Entirely Vanquished, Will Be No

More. (27)



༡༡། །སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནི་ལྷ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ།

Praises to the Twenty-One Tārās  
The Excellent Benefits Of The  
Praise

མགོང་གོལ།

THONGDROL

liberation through seeing

WWW.THONGDROL.ORG



བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཡང་དག་པར་རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱལ་  
གྱིས་བསྟོད་པ་གསུངས་པ་རྗེགས་སོ། །

This Completes The Praise To Bhagavatī Tārā As  
Spoken By The Completely Perfect Buddha.