

# XƯNG TÁN 21 ĐỨC TARAS - chánh văn

ॐ त्वं सर्वदा मम अस्माद् भूत्वा न केवला

21 Praises to Tara

- Hồng Như chuyển ngữ - bản dịch 2015 tra theo tiếng Tạng

**Điều kiện hành trì:** ai cũng có thể đọc và hành trì, không cần thọ pháp.

**Prerequisites:** everyone can read and practice.

- Tham khảo <TÀI LIỆU HỖ TRỢ> tìm tài liệu liên quan đến 21 đức Tara: chánh văn, thâu âm, luận giải v.v...

## **Chọn Trang**

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

## **Trang 1: Hướng Dẫn Cách Tụng**









## Lama Zopa Rinpoche

- Bài tán dương này rất phổ biến, lừng danh trong cả bốn tông phái Phật giáo Tây Tạng. Không những chư đại hành giả, đại du già, đại thành tựu giả, mà cả người thường, ai nương vào đức Tara cũng đều được sự linh ứng thần tốc, thành tựu mọi phúc lạc mong cầu. Là hiện thân của thiện hạnh Phật đà, đức Tara làm việc lợi ích chúng sinh bằng cách ban cho nguồn hạnh phúc nhất thời và vĩnh cửu, bao gồm cả nguồn hạnh phúc vô song quả vị vô thượng giác. Quý vị nhὸn đạt quả giác ngộ toàn hảo nên có thể độ chúng sinh thoát khổ và nguyên nhân tạo khổ, đưa chúng sinh vào địa vị chánh đẳng giác.

Quán tưởng đức Tara và tụng bài tán dương này cũng sẽ giúp quý vị dễ dàng thành tựu tâm đại bi của Phật. Tôn sư của Thầy từng dạy rằng màu xanh lá của thân nhiệm mầu của đức Tara là trạng thái thanh tịnh của phong đại của đức Bất Không Thành Tựu, là đức Phật hiện thân của sự thành tựu trong năm bộ Thiền Phật. Vì vậy đức Tara ban thành tựu vô cùng mau chóng. Lama Atisa tạo được lợi ích lớn lao cho Phật Pháp và cho chúng sinh là nhờ đức Tara. Vậy quan trọng là phải có lòng tin tuyệt đối khi tụng bài xưng tán này. Không kể đến những thành tựu thế gian như đạt thân trời, thân người trong các kiếp tái sinh về sau, cả vãng sinh vào tịnh độ, thành tựu cao nhất về tâm tôn kính đạo sư, thành tựu mọi nền tảng của mật pháp—tâm buông xả, tâm bồ đề và tri kiến tánh không—cũng như hai giai

đoạn Mật tông tối thượng du già, đều có thể đạt được nhờ thỉnh nguyện đức Tara.

Nếu quý vị đã tho đại pháp quán cảnh Cittamani Tara (thuộc hệ Mật tông tối thượng du già) thì có thể tự khởi hiện thành đức Tara. Nếu chưa, hãy quán tưởng đức Tara ở phía trước mặt, giữa một khu vườn đẹp như tịnh độ Tara hay tịnh độ A Di Đà. Ở giữa hồ nước hiện ra đóa sen 21 cánh. Vị Tara thượng thủ ngồi giữa nhụy sen, xung quanh là hai mươi mốt đức Tara, tuần tự ngồi theo chiều bên trái, bắt đầu từ đức Tara thứ nhất là đức Thần Tốc Uy Hùng. Theo mỗi câu kệ, quý vị hãy tưởng tượng tung luồng cam lồ ào ạt đổ xuống, tịnh sạch cho quý vị, hay thân nhân, bằng hữu, bất kể ai đang vướng tật bệnh, kiện cáo hay bất cứ vấn đề khó khăn nào. Rồi khi đọc chữ "Kính lạy," hãy quán tưởng đức Tara ấy tách ra một bản sao, tan vào quý vị. Hãy khởi niềm tin tưởng mạnh mẽ, rằng mình đã nhận được tất cả mọi đức tánh của đức Tara ấy, bây giờ đây đủ khả năng tận diệt mọi chướng ngại, ban cho mọi thành tựu, từ kiếp hiện tiền cho đến tận quả vị Phật. Đây là điểm vô cùng trọng yếu. Khi gặp bất kỳ vấn đề gì, hãy ngừng ở đức Tara có năng dụng tương ứng để tụng minh chú của Ngài. Đó là phương pháp trì chú để tự lợi và lợi tha. Xét cho cùng, không có vấn đề nào bài pháp này không có khả năng hàng phục. [...] Hãy tưởng tượng để đầu nơi bàn chân đưa ra của đức Tara, hai tay níu lấy chân Ngài mà đọc tụng bài tán dương này, từ đáy lòng sâu thẳm thỉnh cầu đức Tara.



## Chánh Văn - Tặng Anh Việt

॥ॐ जे त्सुन मा फङ मा द्रोल मा ला चाग त्शाल लो॥

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHAG TSHÄL LO

OM! Homage to the Venerable Arya Tara!

OM - Tôn Đức Thánh Độ Mẫu Tara, con xin kính lễ



गौषणक्षेत्रस्तुरमद्विम्॥

[1] CHHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO

Homage! Tara, swift, heroic!

Kính lạy Tara, thần tốc uy hùng,

शृण्वन्तीत्यस्त्रियं दद्वय॥

CHÄN NI KÉ CHIG LOG DANG DRA MA

Eyes like lightning instantaneous!

tia mắt chớp nhoáng như là tia chớp.

जिग टें सुम गोन च्चु क्ये झाल ग्यि॥

JIG TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHÄL GYI

Sprung from op'ning stamens of the

Đấng Hộ Tam Giới trên mặt lệ rơi,

षीर्षस्त्रेनस्त्रियं दद्वय॥

GE SAR JE WA LÉ NI JUNG MA

Lord of three world's tear-born lotus!

trở thành đóa sen sinh ra Phật bà.



୨ ଶ୍ରୀତାରକ୍ଷସଙ୍କରିତ୍ତାନ୍ତୁ||

[2] CHHAG TSHÄL TÖN KEI DA WA KÜN TU

Homage! She whose face combines a

Kính lạy Tara, trăng tròn mùa thu

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

GANG WA GYA NI TSEG PEI ZHÄL MA

Hundred autumn moons at fullest!

trăng vàng đầy đặn trên gương mặt bà.

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI

Blazing with light rays resplendent

Hàng vạn thiên hà cùng về hội tụ,

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

RAB TU CHHE WEI Ö RAB BAR MA

As a thousand star collection!

cháy rạng ánh sáng rực rỡ uy nghi.



୩ ଶ୍ରୀତାରକ୍ଷସଶେଷକ୍ରତ୍ତନ୍ତ୍ରୀଣ୍ମୁଖୀ||

[3] CHHAG TSHÄL SER NGO CHHU NÉ KYE KYI

Homage! Golden-blue one, lotus

Kính lạy Tara, sắc vàng ánh biếc

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

PÉ MÉ CHHAG NI NAM PAR GYÄN MA

Water born, in hand adorned!

trên tay một đóa sen nở trang nghiêm.

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA

Giving, effort, calm, austerities,

Bố thí, tinh tấn, khổ hạnh, tịch tĩnh,

ଶର୍ଵାମଣ୍ଡଳେଶବର୍ଣ୍ଣମା||

ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA

Patience, meditation her field!

an nhẫn, thiền định, là cảnh giới bà.



ྱ ཤା'ରକ୍ଷଣିତ୍ସାପେଶାଶ'ବନ୍ଦିଶତ୍ତଶାହୁ||

[4] CHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PEI TSUG TOR

Homage! Crown of tathagatas,

Kính lạy Tara, Như lai thắng danh,

ମଧ୍ୟମାତ୍ରାପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

THA YÉ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA

She who goes in endless triumph

thiện hạnh của Ngài hàng vô lượng ma,

ମଧ୍ୟମାତ୍ରାପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

MA LÜ PHA RÖL CHHIN PA THOB PÄI

Honored much by sons of conquerors

viên mãn tất cả hạnh ba la mật,

ଶୁଦ୍ଧମାତ୍ରାପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

GYÄL WEI SÉ KYI SHIN TU TEN MA

Having reached every Perfection

chỗ nương của khắp con Phật Thế tôn.



ྱ ཤା'ରକ୍ଷଣିତ୍ସାପେଶାଶ'ବନ୍ଦିଶତ୍ତଶାହୁ||

[5] CHHAG TSHÄL TUTTARA HUM YI GE

[5] Homage! Filling with TUTTARE,

[5] Kính lạy Tara, TU-TA-RA, HUM

ଘର୍ଦ୍ଧର୍ଦ୍ଧତ୍ସାଶ'ଦର୍ଶମାତ୍ରମା||

DÖ DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA

HUM, desire, direction, and space!

lấp đầy cõi dục, phương hướng, không gian.

ଦୀପାତ୍ମିତ୍ସାପେଶାଶ'ବନ୍ଦିଶତ୍ତଶାହୁ||

JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE

Trampling with her feet the seven worlds,

Chân Ngài trấn đẹp cả bảy thế giới.

ଦୂଷାପଦ୍ମମାତ୍ରାପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA

Able to draw forth all beings!

nhiếp họ hữu tình không sót một ai.



៥ ཁྱାର୍କସାନ୍ତୁଷ୍ଟିଶାକ୍ରନ୍ଦା||

[6] CHHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA

Homage! Worshipped by the all-lords,

Kính lạy Tara, Dé Thiên, Đế Thích,

ଶ୍ଵରଶ୍ଵରକ୍ଷେତ୍ରଶାପକଣ୍ଠମା||

LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHÖ MA

Shakra, Agni, Brahma, Marut!

Hoả Thiên, Phạm Thiên, và Phong Lôi Thiên,

ଜୁର୍ବଧେଶ୍ଵରଶାପକଣ୍ଠମା||

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

Honored by the hosts of spirits,

hết lòng hiến cúng. Quỷ thần: khởi thi,

ଶର୍ଦ୍ଦଶ୍ଵରକ୍ଷେତ୍ରଶାପକଣ୍ଠମା||

NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÉ TÖ MA

Corpse-raisers, gandharvas, yakshas!

dạ xoa, thát bà, hết lòng tôn vinh.



୭ ཁྱାର୍କସାହନ୍ତିଶାନ୍ତିର୍ମୁଖୀଃ||

[7] CHHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI

Homage! With her TRAD and PHAT sounds

Kính lạy Tara. TRÊ, PÊY thốt ra

ଧର୍ମଶାସ୍ତ୍ରଶାସ୍ତ୍ରଶାସ୍ତ୍ରଶାସ୍ତ୍ରମା||

PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA

Crusher of foes magic diagrams!

nghiến tan tất cả luân xa huyền thuật.

ଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରମା||

YÉ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE

Putting her feet left out, right back

phải co trái duỗi, chân Ngài trấn đạp

ଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରଶଯନ୍ତରମା||

ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA

Blazing in a raging fire-blaze!

bùng bùng bốc cháy lửa xoáy muôn trùng.



༄༅ ། ཤାର୍କ୍ଷଣ୍ମୁଖେନ୍ଦ୍ରିୟାଶାକ୍ତମନ୍ଦିରଃ||

[8] CHHAG TSHÄL TURE JIG PA CHHEN PO

Homage! TURE, very dreadful!

Kính lạy Tara, bậc đại bố uý,

ଶୁଦ୍ଧୀରଶବ୍ଦମୁଖେନ୍ଦ୍ରିୟମନ୍ଦିରଃ||

DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA

Destroyer of Mara's champion(s)!

chủng tự TU-RÊ diệt quân hùng ma.

ଶୁଦ୍ଧୀରଶବ୍ଦମୁଖେନ୍ଦ୍ରିୟମନ୍ଦିରଃ||

CHHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÄ

She with frowning lotus visage

gương mặt đóa sen oai thần phẫn nộ,

ଶ୍ଵର୍ଷମୁଖେନ୍ଦ୍ରିୟମନ୍ଦିରଃ||

DRA WO THAM CHÉ MA LÜ SÖ MA

Who is slayer of all enemies!

quét sạch thù địch không sót một ai.



༄༅ ། ཤାର୍କ୍ଷଣ୍ମର୍ମଣକ୍ଷଣ୍ମଶୁଦ୍ଧମହିଂଶୁଦ୍ଧିନ୍ଦିରଃ||

[9] CHAG TSHÄL KÖN CHOG SUM TSHÖN CHAG GYEI

Homage! She adorned with fingers,

Kính lạy Tara. Ngón tay Phật bà

ଶ୍ଵର୍ଷମୁଖେନ୍ଦ୍ରିୟମନ୍ଦିରଃ||

SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYEN MA

At her heart, in Three Jewel mudra!

Tam Bảo thủ ấn trang điểm nơi tim.

ଶୁଦ୍ଧମହିଂଶୁଦ୍ଧିନ୍ଦିରଃ||

MA LÜ CHOG KYI KHOR LÖ GYEN PEI

She with universal wheel adorned.

Bánh xe trang nghiêm khắp mười phương chiếu,

ଶୁଦ୍ଧମହିଂଶୁଦ୍ଧିନ୍ଦିରଃ||

RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA

Warring masses of their own light

Tự tỏa ánh sáng chói rực bừng bừng.



၇၀ ၏ ଶ୍ରୀ ତ୍ରାପକ୍ଷନନ୍ଦନାମନ୍ତିଷ୍ଠିତମନ୍ତି||

[10] CHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PEI

Homage! She of joyous, radiant,

Kính lạy Tara, đĩnh đầu tỏa rạng

ନୁତ୍ତରାତ୍ମାପରିଷତ୍ତମା||

U GYEN Ö KYI THRENG WA PEL MA

Diadem emitting light-wreaths

chuỗi hào quang sáng, rực rỡ tươi vui.

ପରମାପରାତ୍ମାପରିଷତ୍ତମା||

ZHE PA RAB ZHE TUTTARA YI

Mirthful, laughing with TUTTARE,

Với TU-TTA-RA, tiếng cười rộn rã

ନୁତ୍ତରାତ୍ମାପରିଷତ୍ତମା||

DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZE MA

Subjugating maras, devas!

thu phục toàn bộ Ma vương, Thiên vương.



၇၁ ၏ ଶ୍ରୀ ତ୍ରାପକ୍ଷନନ୍ଦନାମବିଶ୍ଵଦନାମତଃମା||

[11] CHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WEI TSHOG NAM

Homage! She able to summon

Kính lạy Tara, chúng thần sở tại

ପରମାତ୍ମାପରିଷତ୍ତମା||

THAM CHE GUG PAR NÜ MA NYI MA

All earth-guardians' assembly!

đều về qui thuận dưới uy Phật bà.

ଶ୍ରୀତଃମାପରିଷତ୍ତମା||

THRO NYER YO WEI YI GE HUM GI

Shaking, frowning, with her HUM sign

Cau mày, rung chuyển, với linh tự HUM,

ଶ୍ଵରମାପରିଷତ୍ତମା||

PHONG PA THAM CHE NAM PAR DRÖL MA

Saving from every misfortune!

cứu khắp chúng sinh thoát cảnh bần cùng.



୨୨ ତ୍ରାଣକ୍ଷେତ୍ରମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

[12] CHAG TSHÄL DA WEI DUM BÜ U GYEN

Homage! Crown adorned with crescent

Kính lạy Tara, đỉnh đầu Phật Bà

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

GYEN PA THAM CHE SHIN TU BAR MA

Moon, all ornaments most shining!

trăng non trang điểm. Bao phẩm trang nghiêm

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

RÄL PEI KHUR NA Ö PAG ME LE

Producing, from Amitabha

chói ngời rạng chiếu. / Đức Phật Di Đà

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZE MA

In her hair-mass, always much light!

từ lọn tóc Ngài / tỏa sáng vô biên.



୨୩ ତ୍ରାଣକ୍ଷେତ୍ରମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

[13] CHAG TSHÄL KÄL PEI THA MEI ME TAR

Homage! She 'mid wreath ablaze like

Kính lạy Tara, như lửa hoại kiếp

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

BAR WEI THRENG WEI Ü NA NE MA

Eon-ending fire abiding!

giữa chuỗi lửa rực, Phật bà an định,

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GÉ

Right stretched, left bent, joy surrounds you

phải duỗi, trái co, niềm vui vây quanh

ମୁଦ୍ରାନ୍ତର୍ଣ୍ଣିତ୍ତିଃ||

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Troops of enemies destroying!

làm tiêu tan hết đội quân thù địch.



୨୯ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିଶାନ୍ତିଶାନ୍ତିମା||

[14] CHAG TSHÄL SA ZHI NGÖ LA CHAG GI  
[14] Homage! She who strikes the ground with

[14] *Kính lạy Tara, Phật bà trấn địa*

ସମ୍ମିଳିତାମୁଦ୍ରାତ୍ମିକଣାଗ୍ରୀଷମକ୍ଷମା||

THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA

Her palm, and with her foot beats it!

với bàn tay vỗ và gót chân đập.

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିଶାନ୍ତିମା||

THRO NYER CHEN DZE YI GE HUM GI

Scowling, with the letter HUM the

ଆହ୍ ମାତ୍ର ଓଇ ଥାନ୍ ଏବଂ ଚୁଂଗ ତ୍ରୁଟିତୁ HUM,

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିଶାନ୍ତିମା||

RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

Seven levels she does conquer!

ହେତ ଥାଯ ବାୟ ଦ୍ୱାରା Ngài đều chinh phục



୨୧ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିମା||

[15] CHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA

Homage! Happy, virtuous, peaceful!

*Kính lạy Tara, vui, hiền, tịch tĩnh*

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିମା||

NYA NGEN DE ZHI CHÖ YÜL NYI MA

She whose field is peace, nirvana!

cánh giới cứu cánh thanh tịnh niết bàn.

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିମା||

SVAHA OM DANG YANG DAG DEN PE

She endowed with OM and SVAHA,

Đầy đủ tất cả Sô-Ha và Ôm

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତକ୍ଷପ୍ତନ୍ତାଗବ୍ରିଦ୍ଧିମା||

DIG PA CHEN PO JOM PA NYI MA

Destroyer of the great evil!

đập tan toàn bộ tà ma đại ác.



၇၅ ဗုဒ္ဓရက်ပုဂ္ဂန္တနာနန္တနာန။

[16] CHAG TSHÄL KÜN NE KOR RAB GA WEI

Homage! Of those glad at turning

Kính lạy Tara, vây quanh Phật bà

နာမိန္ဒနာန္တနာန။

DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA

Tearing foes' bodies asunder,

đầy ắp niềm vui tan xác kẻ thù.

ပါးမှားန္တနာန္တနာန။

YI GE CHU PEI NGAG NI KÖ PEI

Liberating with HUM-mantra

Mười âm trang điểm tiếng lời mầu nhiệm,

ခီးဆုံးနားန္တနာန။

RIG PA HUM LE DRÖL MA NYI MA

Word-array of the ten syllables

chữ HUM – trí tuệ phổ độ chúng sinh.



၇၆ ဗုဒ္ဓရက်ပုဂ္ဂန္တနာနန္တနာန။

[17] CHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PE

Homage! Swift One! The foot-stamper

Kính lạy Tara, chân Ngài đậm xuống,

နှံ့မှားန္တနာန္တနာန။

HUM GI NAM PEI SA BÖN NYI MA

With for seed the letter HUM's shape

tuyên ngôn TU-RĒ. Chủng tự sắc HUM

ခီးဆုံးန္တနာန။

RI RAB MANDHARA DANG BIG JE

She who shakes the triple world and

chấn động ba cõi cùng núi Tu Di,

ခီးရီးရာနွှေးန္တနာန။

JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Meru, Mandara, and Vindhya!

núi Mān-đa-ra, và Vin-đi-a.



୨୯ ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

[18] CHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PEI

Homage! Holding in her hand

Kính lạy Tara, như biến hồ thiên

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

RI DAG TAG CHEN CHAG NA NAM MA

the deer-marled moon, of deva-lake form

vầng trăng ngọc thỏ trên tay Phật bà.

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି|| ତ୍ରୁଟା

TARA NYI JÖ PHAT KYI YI GE

With twicespoken TARA and PHAT,

Với hai TARA và chửng tự PÂY,

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA

Totally dispelling poison!

hết thảy độc tố đều tiêu tan cả.



୨୧ ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

[19] CHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO

Homage! She whom gods and their kings

Kính lạy Tara, thiên vương, chư thiên,

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA

God and Kinnares do honour

và Khẩn Na la đều nương Phật bà.

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

KÜN NE GO CHA GA WEI JI GYI

She whose joyfull splendour dispels

Giáp bào lộng lẫy, niềm vui tỏa sáng,

ତ୍ରୁଟାର୍କ୍ଷଣାଭୀଷକ୍ତିଶ୍ଵରମତ୍ତି||

TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

Conflict and bad dreams of the armoure

phá tan tất cả ác mộng, chấp tranh.



၃၀ ၏ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରାନ୍ତକଷେତ୍ରମାତ୍ରାମାତ୍ରାମି||

[20] CHAG TSÄL NYI MA DA WA GYE PEI  
Homage! She whose two eyes bright with  
Kính lạy Tara, đôi mắt nhật Nguyệt

ଶ୍ରୀଶାନ୍ତିଶାନ୍ତିପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

CHEN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA

Radiance of sun and full moon!

tỏa chiếu rạng người hào quang rực sáng.

ହରାନ୍ତିଶାନ୍ତିପଦ୍ମମାତ୍ରାମା||

HARA NYI JÖ TUTTARA YI

With twice HARA and TUTTARE

HA-RA hai lần, và TU-TTA-RA,

ଶିନ୍ତୁରାମରିଷିମାତ୍ରାମା||

SHIN TU DRAG PÖI RIM NE SEL MA

She dispels severe contagion!

tiêu tan tất cả tật dịch truyền nhiễm.



၃၁ ၏ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରାନ୍ତକଷେତ୍ରମାତ୍ରାମାତ୍ରାମାତ୍ରାମି||

[21] CHAG TSÄL DE NYI SUM NAM KÖ PE

Homage! Full of liberating

Kính lạy Tara, với tam chân như,

ଶିଵିମହାଯଦନାମା||

ZHI WEI THÜ DANG YANG DAG DEN MA

Power by set of three Realities!

sung mãn năng lực tịch tĩnh tự tại.

ଶାନ୍ତିମହାଯଦନାମା||

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM

Crushing crowds of spirits, yakshas

Tà ma ác quỉ, dạ xoá, khởi thi,

ଧର୍ମମାତ୍ରାମାତ୍ରାମାତ୍ରାମା||

JOM PA TURE RAB CHOG NYI MA

And corpse-raisers! Supreme! TURE!

đập tan hết thảy. TU - RÊ! Tối thắng!

၃၂ ၏ ଶିଵିମହାଯଦନାମାମାମାମା||

[22] TSA WEI NGAG KYI TÖ PA DI DANG

With this praise of the root mantra

Đây là tiếng lời tán dương bốn chú,

ဗုဒ္ဓနတ်ပရီနှင့်ဆွဲနတ်ပရီ

CHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG

Twenty-one (times I've paid) homage.

đánh lễ Tara, đủ hai mươi mốt.

**Prayer of the Benefits - BÀI NGUYỆN LỢI ÍCH**

ဗုဒ္ဓမှုလာဂျေယုဝံစာဘုရား

LHA MO LA GÜ YANG DAG DEN PEI

Whoever is endowed with devotion for the goddess

Ai người có lòng / tin đấng bốn tôn,

အနုဒ်အသိသာများနှင့်အနုစွဲ

LO DEN GANG GI RAB DE JÖ DE

And recites this with supreme faith

rạng đông hoàng hôn /

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

SÖ DANG THO RANG LANG PAR JE NE

Remembering it at dawn upon waking and at the evenings

chuyên tâm trì tụng

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

DREN PE MI JIG THAM CHE RAB TER

Will be granted all fearlessness

tiếng lời rõ ràng / sẽ được hộ trì

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

DIG PA THAM CHE RAB TU ZHI WA

Will perfectly pacify all negativities

lia mọi sợ hãi, / sạch mọi ác chướng,

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

NGEN DRO THAM CHE JOM PA NYI THOB

And will eliminate all unfortunate migrations

thoát cảnh đọa sinh.

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

GYÄL WA JE WA THRAG DÜN NAM KYI

The multitude of conquerors

Được bảy trăm vạn / đức Phật Thế Tôn /

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

Will quickly grant initiation

sớm truyền quán đảnh,

အနုစွဲအနုဒ်အသိသာများ

DI LE CHE WA NYI NI THOB CHING

Thus, endowed with this greatness

*nhờ đại duyên này*

ସଂଗ୍ୟେ ଗୋ ଫଙ୍ଗ ତାର ଥୁଗ ଦେର ଦ୍ରୋ

SANG GYE GO PHANG THAR THUG DER DRO

One will eventually reach the state of a buddha

*chóng đạt quả Phật.*

ଦେ ଯି ଦୁଗ ନି ଡରା ପୋ ଚହେନ ପୋ

DE YI DUG NI DRAG PO CHHEN PO

If affected by the most terrible poison

*Tâm niệm bốn tòn / thì mọi độc tố / kinh hoàng bậc nhất*

ତେଣୁ ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା

TEN NE PA ZHAM ZHEN YANG DRO WA

Whether ingested, drunk, or from a living being

*tù nơi môi trường / hay từ sinh vật, /*

କେବଳ ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

ZÖ PA DANG NI THUNG PA NYI KYANG

Just by remembering

*dù ăn, dù uống,*

କୁଣ୍ଡଳ ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

DREN PE RAB TU SEL WA NYI THOB

Will one be thoroughly cleansed

*cũng không thể hại. /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

DÖN DANG RIM DANG DUG GI ZIR WEI

If this prayer is recited two, three or seven times

*Tụng bài pháp này / hai, ba, bảy lần, /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

DÜL NGEL TSHOG NI NAM PAR PONG TE

It will pacify all the sufferings of torments

*Thoát khổ tật dịch, /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO

Caused by spirits, fevers, and poisons

*truyền nhiễm, ngộ độc /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

NYI SUM DÜN DU NGÖN PAR JÖ NA

And by other beings as well

*Hay vì chúng sinh. /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

BU DÖ PE NI BU THOB GYUR ZHING

If you wish for a child you will get a child

*Cầu con được con, /*

ଶବ୍ଦାମାତ୍ରା ଯଦ୍ଵାରା ପରିପ୍ରେଷଣ କରିବାକୁ

NOR DÖ PE NI NOR NAM NYI THOB  
If you wish for wealth you will receive wealth  
cầu của được cửa, / hết thảy mong cầu /  
ଓଡ଼ିଆ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପଦ୍ମନାଭଙ୍କର ପଦ୍ମନାଭଙ୍କର  
DÖ PA THAM CHE THOB PAR GYUR LA  
All your wishes will be fulfilled  
đều được như nguyện, / không chút chướng ngại /  
ଘୋଷଣା ହୁଏ ପଦ୍ମନାଭଙ୍କର ପଦ୍ମନାଭଙ୍କର||  
GEG NAM ME CHING SO SOR JOM GYUR CHIG  
And all obstacles pacified  
vì mọi chướng ngại / đều đã tĩnh yên.



#### **Chọn Trang**

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. **Chánh Văn Tạng-Anh-Viet [root text Tib-Eng-Viet]**
3. Chánh Văn & hình & chú [root text with mantras and images]
4. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
5. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
6. Tiếng Việt [Vietnamese only]
7. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

#### **Chọn Trang**

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. **Chánh Văn & hình & chú [root text with mantras and images]**
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

## **Trang 2. Chánh Văn, Minh Chú và Hình của từng vị**

ଓମ ଜୀବି ଶ୍ରୀ ମା ପହାର ମା ଦ୍ରୋଳ ମା ଲା ଚାଗ ତ୍ଶାଲ ଲୋ

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHAG TSHÄL LO

OM! Homage to the Venerable Arya Tara!

OM - Tôn Đức Thánh Độ Mẫu Tara, con xin kính lễ

#### **1. NYURMA PALMO**

- Swift Heroic Tara
- **THẦN TỐC UY HÙNG ĐỘ MẪU**

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE WASHAM KURU SVAHA



୨ୟ ଶାର୍କ୍ଷରାଶ୍ରୀପାତ୍ରସମଦର୍ଶି||

[1] CHHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO

Homage! Tara, swift, heroic!

Kính lạy Tara, thần tóc uy hùng,

ଶ୍ରୀଶର୍କ୍ଷରାଶ୍ରୀପାତ୍ରସମଦର୍ଶି||

CHÄN NI KÉ CHIG LOG DANG DRA MA

Eyes like lightning instantaneous!

*tia mắt chớp nhoáng nhu là tia chớp.*

ଶ୍ରୀଶର୍କ୍ଷରାଶ୍ରୀପାତ୍ରସମଦର୍ଶି||

JIG TEN SUM GÖN CHHU KYE ZHÄL GYI

Sprung from op'ning stamens of the

Đáing Hộ Tam Giới trên mặt lệ rơi,

ଶ୍ରୀଶର୍କ୍ଷରାଶ୍ରୀପାତ୍ରସମଦର୍ଶି||

GE SAR JE WA LÉ NI JUNG MA

Lord of three world's tear-born lotus!

*trở thành đóa sen sinh ra Phật bà.*

---

## 2. SHIWA CHENMO

- The Extremely Peaceful (White Radiant) Tara
- ĐẠI TỊNH (BẠCH QUANG) ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SHINTIM KURU SVAHA



୩ ଶାର୍କପଣ୍ଡଗିହନ୍ତୁ॥

[2] CHHAG TSHÄL TÖN KEI DA WA KÜN TU

Homage! She whose face combines a

Kính lạy Tara, trăng tròn mùa thu

ଘର୍ମନ୍ତ୍ରେ ସତ୍ତ୍ଵରେ ପରିବନ୍ଧମା॥

GANG WA GYA NI TSEG PEI ZHÄL MA

Hundred autumn moons at fullest!

trăm vàng đầy đặn trên gương mặt bà.

ଶର୍ମନ୍ତ୍ରେ ସତ୍ତ୍ଵରେ ପରିବନ୍ଧମା॥

KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI

Blazing with light rays resplendent

Hàng vạn thiên hà cùng về hội tụ,

ଶର୍ମନ୍ତ୍ରେ ସତ୍ତ୍ଵରେ ପରିବନ୍ଧମା॥

RAB TU CHHE WEI Ö RAB BAR MA

As a thousand star collection!

cháy rạng ánh sáng rực rỡ uy nghi.

### 3. SERDOG CHENMA

- The Golden Tara
- HOÀNG KIM ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE PUSHTIM KURU SVAHA



ྗ ། ཤଶାର୍କପଣ୍ଡତ୍ତୁରୀ||

[3] CHHAG TSHÄL SER NGO CHHU NÉ KYE KYI

Homage! Golden-blue one, lotus

Kính lạy Tara, sắc vàng ánh biếc

ସନ୍ଧାନଶ୍ରୀମଦନାନ୍ଦମା||

PÉ MÉ CHHAG NI NAM PAR GYÄN MA

Water born, in hand adorned!

trên tay một đóa sen nở trang nghiêm.

ସିଂହଶର୍କରାନ୍ତୁରାଜାନ୍ତମା||

JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA

Giving, effort, calm, austerities,

Bố thí, tinh tấn, khổ hạnh, tịch tĩnh,

ସର୍ଵଦାନନ୍ଦମା||

ZÖ PA SAM TÄN CHÖ YÜL NYI MA

Patience, meditation her field!  
an nhẫn, thiền định, là cảnh giới bà.

#### 4. TSUG-TOR NAM-PAR GYAL-MA

- Ushnisha Victorious Golden Tara
- TRANG NGHIÊM THẮNG ĐÁNH ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE AYU JNANA SHRIYE BHRUM SVAHA



ྷ ཀྲ ཤଶ୍ଵରକୁଳଦେଶବିନାଶପରିଶର୍ଣ୍ଣତ୍ସ||

[4] CHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PEI TSUG TOR

Homage! Crown of tathagatas,

Kính lạy Tara, Như lai thắng đánh,

ମଧ୍ୟଯଶ୍ଵରମହାଶ୍ରୀଦ୍ୱାରା  
ପରିଶର୍ଣ୍ଣତ୍ସ||

THA YÉ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA

She who goes in endless triumph

thiên hạnh của Ngài hàng vô lượng ma,

ମଧ୍ୟଯଶ୍ଵରମହାଶ୍ରୀଦ୍ୱାରା  
ପରିଶର୍ଣ୍ଣତ୍ସ||

MA LÜ PHA RÖL CHHIN PA THOB PÄI

Honored much by sons of conquerors

viên mãn tất cả hạnh ba la mật,

ស្រុចសំខាន់ស្រីសមិទ្ធត្រូវសន្លឹកមា||

GYÄL WEI SÉ KYI SHIN TU TEN MA  
Having reached every Perfection  
*chỗ nương của khắp con Phật Thế tôn.*

## 5. HUNG DRA DROG MA

- Tara Proclaiming HUM
- THUYẾT HUM-TỰ ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SHTRI AKAR SHAYA HRIH SVAHA



“ ປ ທសាគសារូវស្សីជិជុ ||

[5] CHHAG TSHÄL TUTTARA HUM YI GE

[5] Homage! Filling with TUTTARE,

[5] Kính lạy Tara, TU-TA-RA, HUM

དྷ ད ས ཏ པ ག ཁ ག ཀ མ ກ ຃ ຍ ມ ||

DÖ DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA

HUM, desire, direction, and space!

*lấp đầy cõi dục, phương hướng, không gian.*

ଶିଖ କିରଣ ନୁହ ଜଣନ ଶୁଣ ମନ୍ତ୍ରି ||

JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE

Trampling with her feet the seven worlds,

*Chân Ngài trấn đạp cả bảy thế giới.*

ପୁଣ ପିଦ ପଦ ପଶୁଣ ପଦ ପୁଣ ମ ||

LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA

Able to draw forth all beings!

*nhiếp thọ hữu tình không sót một ai.*

---

## 6. JIGTEN SUMLE NAMPAR GYALMA

- Tara Victorious Over the Three World

- CHIẾN THẮNG TAM GIỚI ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA TUTTI CHURU SVAHA



୬୩ ଶାରକ୍ଷେଷନ୍ତୁପ୍ରିଣ୍ଟିଲ୍ଲାକ୍ଷେଷନ୍ତିଃ||

[6] CHHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA

Homage! Worshipped by the all-lords,

Kính lạy Tara. Đế Thiên, Đế Thích,

ଶ୍ରୀଭ୍ରାହ୍ମକ୍ଷେଷନ୍ତୁପ୍ରିଣ୍ଟିଲ୍ଲାକ୍ଷେଷନ୍ତିଃ||

LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHÖ MA

Shakra, Agni, Brahma, Marut!

Hoả Thiên, Phạm Thiên, và Phong Lôi Thiên,

ଦୁର୍ବିଜ୍ଞାନେଶ୍ଵରୀବ୍ରାହ୍ମକ୍ଷେଷନ୍ତିଃ||

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG

Honored by the hosts of spirits,

hết lòng hiến cúng. Quỷ thần: khởi thi,

ଶର୍ଦ୍ଦର୍ଶିକ୍ଷେଷନ୍ତୁପ୍ରିଣ୍ଟିଲ୍ଲାକ୍ଷେଷନ୍ତିଃ||

NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÉ TÖ MA  
Corpse-raisers, gandharvas, yakshas!  
đạ xoá, thát bà, hết lòng tôn vinh.

## 7. SHEN JOM MA

- Tara Destroying Spells  
-PHÁ HUYỀN THUẬT ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE BEDYE BUDDHO WARANAYA ZHU SVAHA



၁၇ မြားအက်ပါနှံအေးချုံရှုရှိ။

[7] CHHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI  
Homage! With her TRAD and PHAT sounds  
Kính lạy Tara. TRÊ, PÊY thốt ra

ଘର୍ମଶ'ର୍ମୁଶ'ର୍ମିତାନ୍ତ'ର୍ମଣ୍ମା||

PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA

Crusher of foes magic diagrams!

*nghiến tan tất cả luân xa huyền thuật.*

ଘର୍ମଶ'ର୍ମୁଶ'ର୍ମିତାନ୍ତ'ର୍ମଣ୍ମା||

YÉ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE

Putting her feet left out, right back

*phải co trái duỗi, chân Ngài trấn đẹp*

ଘର୍ମଶ'ର୍ମୁଶ'ର୍ମିତାନ୍ତ'ର୍ମଣ୍ମା||

ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA

Blazing in a raging fire-blaze!

*bùng bùng bốc cháy lửa xoáy muôn trùng.*

## 8. DU DRA JOM-MA - Tara Destroying Demons and Enemies

### - TIÊU MA THÙ ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE AMAGASHATRUM MARAYA HUM PHAT SVAHA



ୱ୍ୟ ଶାନ୍ତକଶ'ନ୍ତ'ର୍ମିତାନ୍ତ'ର୍ମଣ୍ମା||

[8] CHHAG TSHÄL TURE JIG PA CHHEN PO

Homage! TURE, very dreadful!

Kính lạy Tara, bậc đại bối uy,

ਦੁਨ੍ਹਾਈ ਧਰਮ ਸ਼ਕਤੀ ਮਾ॥

DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA

Destroyer of Mara's champion(s)!

chủng tự TU-RÊ diệt quân hùng ma.

ਤੁਸ੍ਰੀ ਲਪਥ ਵੰਤੇ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ॥

CHHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÄ

She with frowning lotus visage

gương mặt dóa sen oai thần phẫn nộ,

ਦੁਸ਼ਕਲਾ ਸ਼ਕਤੀ ਮਾ॥

DRA WO THAM CHÉ MA LÜ SÖ MA

Who is slayer of all enemies!

quét sạch thù địch không sót một ai.

---

## 9. JIG-PA KUN KYAB-MA - Tara Symbolising the Three Jewels

### - TAM BẢO HỘ ỦY ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE NUPA SARVA RAKSHA SVAHA



୧୯ ତୁମ୍ଭାର୍କଷାନ୍ତର୍ଗତକଷାଶାଶ୍ଵମାପକ୍ଷଦ୍ଵିଷାତ୍ମି||

[9] CHAG TSHÄL KÖN CHOG SUM TSHÖN CHAG GYEI

Homage! She adorned with fingers,

*Kính lạy Tara. Ngón tay Phật bà*

ତୁମ୍ଭକଷାନ୍ତର୍ଗତକଷାଶାଶ୍ଵମା||

SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYEN MA

At her heart, in Three Jewel mudra!

*Tam Bảo thủ ấn trang điểm nơi tim.*

ତୁମ୍ଭକଷାନ୍ତର୍ଗତକଷାଶାଶ୍ଵମା||

MA LÜ CHOG KYI KHOR LÖ GYEN PEI

She with universal wheel adorned.

*Bánh xe trang nghiêm khắp mười phương chiếu,*

ତୁମ୍ଭକଷାନ୍ତର୍ଗତକଷାଶାଶ୍ଵମା||

RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA

Warring masses of their own light

*Tự tỏa ánh sáng chói rực bùng bùng.*

---

## 10. DU DANG JIG-TEN WANG-DU DZE-MA

- Tara Subduing Demons and Worlds

- HÀNG MA TAM GIỚI VƯƠNG ĐỘ MÃU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA PRAMA TAYA HUM PHAT SVAHA



၁၀။ ဗရာအံသန၏နှုန်းသန္တာပေါ်။

[10] CHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PEI

[10] Homage! She of joyous, radiant,

[10] Kính lạy Tara, đindh đầu tỏa rạng

နှုန်းသန၏နှုန်းသန္တာပေါ်။

U GYEN Ö KYI THRENG WA PEL MA

Diadem emitting light-wreaths

chuỗi hào quang sáng, rực rõ tươi vui.

သန၏နှုန်းသန၏နှုန်းသန္တာပေါ်။

ZHE PA RAB ZHE TUTTARA YI

Mirthful, laughing with TUTTARE,

Với TU-TTA-RA, tiếng cười rộn rã

နှုန်းသန၏နှုန်းသန၏နှုန်းသန္တာပေါ်။

DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZE MA

Subjugating maras, devas!

thu phục toàn bộ Ma vương, Thiên vương.

## 11. PONG-PA SEL-MA

- She Who Eradicates Poverty
- TIÊU BẦN ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE VASU DARE SVAHA



॥ ୧ ଶ୍ରୀ ପ୍ରମାଦକର୍ମଶାଶ୍ଵରୀଶ୍ରୀକର୍ମଶାଶ୍ଵରୀ ॥

[11] CHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WEI TSHOG NAM

Homage! She able to summon

Kính lạy Tara, chúng thần sở tại

ସମ୍ବନ୍ଧରୂପଶାଶ୍ଵରୀଶାଶ୍ଵରୀ ॥

THAM CHE GUG PAR NÜ MA NYI MA

All earth-guardians' assembly!

đều về qui thuận dưới uy Phật bà.

ଶ୍ରୀଶାଶ୍ଵରୀଶାଶ୍ଵରୀଶାଶ୍ଵରୀ ॥

THRO NYER YO WEI YI GE HUM GI

Shaking, frowning, with her HUM sign

Cau mày, rung chuyển, với linh tự HUM,

ଶ୍ରୀଶାଶ୍ଵରୀଶାଶ୍ଵରୀଶାଶ୍ଵରୀ ॥

PHONG PA THAM CHE NAM PAR DRÖL MA

Saving from every misfortune!

cứu khắp chúng sinh thoát cảnh bần cùng.

## 12. TRA-SHI TAM-CHE JIN-MA

- Tara Creating Auspiciousness

- THÍ KIẾT TƯỜNG ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE MANGALAM PUSHTIM KURU SVAHA



၁၃ ၅ ປາກ්පාෂ්වීත්ද්සානුග්‍රෑ

[12] CHAG TSHÄL DA WEI DUM BÜ U GYEN

Homage! Crown adorned with crescent

Kính lạy Tara, đỉnh đầu Phật Bà

සුජ්‍යාසමාත්මික්‍රාත්‍යා

GYEN PA THAM CHE SHIN TU BAR MA

Moon, all ornaments most shining!

trăng non trang điểm. Bao phẩm trang nghiêm

සැංස්රිත්ද්‍රාසාර්ථද්‍රාසාල්ද්‍රා

RÄL PEI KHUR NA Ö PAG ME LE

Producing, from Amitabha

chói ngồi rạng chiếu. / Đức Phật Di Đà

හාස්ථාණ්ඩ්‍රද්‍රාසාම්ද්‍රා

TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZE MA

In her hair-mass, always much light!  
tù lọn tóc Ngài / tỏa sáng vô biên.

### 13. ME TAR BAR MA

- She Who Blazes Like Fire
- NHƯ LỬA BÙNG ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE BHAYA BHASMIM KURU SVAHA



୨୩ ଶାଗ ତ୍ଶାଲ କାଳ ପୈ ଥା ମେ ଟାର  
[13] CHAG TSHÄL KÄL PEI THA MEI ME TAR

Homage! She 'mid wreath ablaze like

Kính lạy Tara, như lửa hoại kiếp

ଦସଦୀଦୀଦର୍ଶିଦୁର୍ଦୂରାତ୍ମଦର୍ଶିମା||

BAR WEI THRENG WEI Ü NA NE MA

Eon-ending fire abiding!

giữa chuỗi lửa rực, Phật bà an định,

ଶଯଣ୍ମଶକ୍ରଦୀପଶକ୍ରମଶକ୍ରମଶକ୍ରମଶକ୍ରମମା||

YE KYANG YÖN KUM KÜN NE KOR GÉ

Right stretched, left bent, joy surrounds you  
phải duỗi, trái co, niềm vui vây quanh

ଦ୍ରା ଯି ପୁଙ୍ଗ ନି ନାମ ପର ଜୋମ ମା||

DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Troops of enemies destroying!

*làm tiêu tan hết đội quân thù địch.*

#### 14. THRO NYER CHEN MA

- She Who Is Frowning Wrathfully

- NHÍU MÀY OAI NỘ ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE VAJRA MAHA PUTAYA BASMI KURU SVAHA



୧୪ ତ୍ରା ନକ୍ଷତ୍ର ସା ଶକ୍ତି ରିହେ ନା ପ୍ରାଣ ଶିଖିଲା||

[14] CHAG TSHÄL SA ZHI NGÖ LA CHAG GI

[14] Homage! She who strikes the ground with

[14] Kính lạy Tara, Phật bà trấn địa

ପକ୍ଷିତାଶ୍ରୀନାମଶ୍ଵରତୈରବନାଶ୍ରୀନାମଶ୍ଵରମା||

THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA

Her palm, and with her foot beats it!

với bàn tay vỗ và gót chân đập.

ଶକ୍ତିରତନମର୍ଦ୍ଦିଶେ ଶୁଦ୍ଧିଶୀଖିଲା||

THRO NYER CHEN DZE YI GE HUM GI

Scowling, with the letter HUM the

Ánh mắt oai thần và chửng tự HUM,

ྱୈ-ସ୍ୟ-ନ୍ୟ-ଶ୍ୟ-ମ୍ୟ-କ୍ୟ-ମ୍ୟ-ମ୍ୟ||

RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA

Seven levels she does conquer!

hết thảy bảy địa Ngài đều chinh phục

## 15. SHI WA CHEN MA

- She of Supreme Peacefulness

- ĐẠI TỊNH ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA PAPAM PUTA MANAYE SVAHA



ୟ ମ୍ୟ ଶ୍ୟ ପାଦିତାମାକିମା||

[15] CHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA

Homage! Happy, virtuous, peaceful!

Kính lạy Tara, vui, hiền, tịnh tĩnh

ଶ୍ୟ ମାନାକି ଶ୍ୟ ମାନାକି||

NYA NGEN DE ZHI CHÖ YÜL NYI MA

She whose field is peace, nirvana!

cánh giới cứu cánh thanh tịnh niết bàn.

ສ୍ଵାହାଁ ଦ୍ୟାନ ଦେନ ପେ ||

SVAHA OM DANG YANG DAG DEN PE

She endowed with OM and SVAHA,

Đầy đủ tất cả Sô-Ha và Ôm

ଶ୍ରୀଶାଖେତ୍ରଦେବତାମହାଦେଵ ||

DIG PA CHEN PO JOM PA NYI MA

Destroyer of the great evil!

đập tan toàn bộ tà ma đại ác.

---

## 16. RIG PA HUNG LE DROL MA

- Tara Liberating Through Hum

- LINH TỰ HUM ĐỘ SINH ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA DHARMA PRATI SHUD DHA YA SVAHA



୨୬ ଶରୀରକଷ୍ଣଗୁରୁତ୍ସାହାରମନାମାର୍ଥି ||

[16] CHAG TSH ÄL KÜN NE KOR RAB GA WEI

Homage! Of those glad at turning

Kính lạy Tara, vây quanh Phật bà

ଦ୍ରା ଯି ସୁନ୍ଦର ହୃଦୟ ପରମାଣୁ ॥

DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA  
Tearing foes' bodies asunder,  
đây ắp niềm vui tan xác kẻ thù.

ଯି ଗେ ଚୁ ପେ ନ୍ଗା ନି କୋ ପେ ॥

YI GE CHU PEI NGAG NI KÖ PEI  
Liberating with HUM-mantra  
Muời âm trang điểm tiếng lời mầu nhiệm,

ରିଗ ପା ହୁମ ଲେ ଡ୍ରୋଳ ମା ନ୍ୟି ମା ॥

RIG PA HUM LE DRÖL MA NYI MA  
Word-array of the ten syllables  
chữ HUM - trí tuệ phổ độ chúng sinh.

## 17. JIG TEN SUM YO WA DROL MA

- Tara Moving Worlds
- CHẨN ĐỘNG TAM GIỚI ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA TAM BANE DELE SVAHA



୨୨ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରଦ୍ଧାର୍ଥକଷେତ୍ର ରିତି ବରଷା କ୍ରି ମଧ୍ୟ ମାସ ॥

[17] CHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PE

Homage! Swift One! The foot-stamper

Kính lạy Tara, chân Ngài đậm xuống,

ସୁଧୀଶମାପରିଷର୍ତ୍ତତ୍ତ୍ଵମା||

HUM GI NAM PEI SA BÖN NYI MA

With for seed the letter HUM's shape

tuyên ngôn TU-RĒ. Chủng tự sắc HUM

ହୁମାପରିଷର୍ତ୍ତତ୍ତ୍ଵମା||

RI RAB MANDHARA DANG BIG JE

She who shakes the triple world and

chấn động ba cõi cùng núi Tu Di,

ରିବାମନ୍ଦରାଦଙ୍ଗ ବିଜେ||

JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA

Meru, Mandara, and Vindhya!

núi Mān-đa-ra, và Vin-đi-a.

---

## 18. DUG SEL MA

- Tara Pacifying and Eliminating Poisons and Sickness

- TIÊU ĐỘC ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA NAGA BIKSHA SHANTING KURU SVAHA



୧୯ ଶ୍ରୀ ତ୍ରାପକ୍ଷଶିଖକ୍ଷିକୁମରୀ||

[18] CHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PEI

Homage! Holding in her hand

Kính lạy Tara, như biển hồ thiên

ସ୍ତ୍ରୀନାରାତ୍ରାତ୍ମଶୂନ୍ୟମା||

RI DAG TAG CHEN CHAG NA NAM MA

the deer-marled moon, of deva-lake form

vầng trăng ngọc thỏ trên tay Phật bà.

ଶ୍ରୀନାରାତ୍ରାତ୍ମଶୂନ୍ୟମା|| ୧୯ ||

TARA NYI JÖ PHAT KYI YI GE

With twicespoken TARA and PHAT,

Với hai TARA và chung tự PÂY,

ଶ୍ରୀନାରାତ୍ରାତ୍ମଶୂନ୍ୟମା||

DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA

Totally dispelling poison!

hết thảy độc tố đều tiêu tan cả.

## 19. DUG NGAL THAM CHE SEL WEI DROL MA

- Tara Eliminating Disputes and Bad Dreams
- TIÊU TRANH CHẤP ÁC MỘNG ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE MUCHANA YA SVAHA



༄༅ ། ཆག ཐෂාල རි ཁ්ୟා ཁ්ୟෙ ན དු ག ཕ ཉ||

[19] CHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO

Homage! She whom gods and their kings

Kính lạy Tara, thiên vương, chư thiên,

ඇ ද ම ත ප න ර ම ත ප න ර ම ||

LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA

God and Kinnares do honour

và Khẩn Na la đều nương Phật bà.

ཀ ම න ර ම ත ප න ර ම ත ප න ර ම ||

KÜN NE GO CHA GA WEI JI GYI

She whose joyfull splendour dispels

Giáp bào lộng lẫy, niềm vui tỏa sáng,

ක ම න ර ම ත ප න ර ම ත ප න ර ම ||

TSÖ DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

Conflict and bad dreams of the armoure

phá tan tất cả ác mộng, chấp tranh.

## 20. RIM NE SEL WEI DROL MA

- Tara Eliminating Plaques:
- TIÊU TẬT DỊCH ĐỘ MẪU

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE VISARE SVAHA



၃၀ ၅ ဒုရားနတ်ပါဒ်နားနှုန်းများ။

[20] CHAG TSÄL NYI MA DA WA GYE PEI  
Homage! She whose two eyes bright with  
Kính lạy Tara, đôi mắt nhật Nguyệt

နှုန်းများနတ်နားနှုန်းများ။

CHEN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA

Radiance of sun and full moon!

tỏa chiếu rạng ngời hào quang rực sáng.

နားနတ်နားနှုန်းများ။

HARA NYI JÖ TUTTARA YI

With twice HARA and TUTTARE

HA-RA hai lần, và TU-TTA-RA,

မြင့်နားနတ်နားနှုန်းများ။

SHIN TU DRAG PÖI RIM NE SEL MA

She dispels severe contagion!  
tiêu tan tất cả tật dịch truyền nhiễm.

## 21. TRINLE THAMCHE YONG SU DZOG PAR JE PEI DROLMA

- Tara Accomplishing Virtuous Activities  
- Tara Bậc Viên Thành Thiện Hạnh -

**Minh Chú:** OM TARE TUTTARE TURE SARVA SIDDHI SVAHA



୨୧ ଶାଙ୍କେତିକଶୁଦ୍ଧମଣ୍ଡଳୀ

[21] CHAG TSÄL DE NYI SUM NAM KÖ PE

Homage! Full of liberating  
Kính lạy Tara, với tam chân như,

ଶିଶରିଷ୍ଟଦ୍ୟଦଶାଖାମ୍ବନ୍ଦମ୍ବା

ZHI WEI THÜ DANG YANG DAG DEN MA

Power by set of three Realities!

sung mân năng lực tịch tĩnh tự tại.

ଶର୍ଦ୍ଦର୍ଦର୍ଦଶଶାରଦ୍ରଶ୍ଵିରକ୍ଷଣଶଦ୍ଵାମ୍ବନ୍ଦମ୍ବା

DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM

Crushing crowds of spirits, yakshas

Tà ma ác quỉ, dạ xoá, khởi thi,

ཇོມ་པ་ནු་རූපය ཁ්ୟා ཆිං

JOM PA TURE RAB CHOG NYI MA  
And corpse-raisers! Supreme! TURE!  
*đập tan hết thảy. TU - RÊ! Tối thắng!*

୨୨ ନୀ କଶମିଶ୍ଵାଶର୍ଣ୍ଣାପଞ୍ଚଦିନା||

[22] TSA WEI NGAG KYI TÖ PA DI DANG  
With this praise of the root mantra  
*Đây là tiếng lời tán dương bốn chú,*  
ଶ୍ରୀ ତରୀ ସତ୍ୱି ଶ୍ରୀ ତରୀ

CHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG  
Twenty-one (times I've paid) homage.  
*đánh lễ Tara, đủ hai mươi một.*

## Prayer of the Benefits - BÀI NGUYỆN LỢI ÍCH

ଲାମା ଗୁ ଯାଙ୍କ ଲାମା ପୈ

LHA MO LA GÜ YANG DAG DEN PEI  
Whoever is endowed with devotion for the goddess  
*Ai người có lòng / tin đấng bốn tôn,*

ଲୋ ଦେନ ଗଙ୍ଗ ରାବ ଡେ ଜୋ ଡେ

And recites this with supreme faith  
*rạng đông hoàng hôn /*

ସୋ ଦାଂ ଥୋ ରଙ୍ଗ ଲାଙ୍ଗ ପର ଜେ ନେ

Remembering it at dawn upon waking and at the evenings  
*chuyên tâm trì tụng*

ଦ୍ରେନ ପେ ମି ଜିଗ ଥାମ ଚେ ରାବ ଟର

Will be granted all fearlessness  
*tiếng lời rõ ràng / sẽ được hộ trì*

ଦିଗ ପା ଥାମ ଚେ ରାବ ତୁ ଝି ଵା

Will perfectly pacify all negativities  
*lia mọi sợ hãi, / sạch mọi ác chướng,*

ନଗେ ଦ୍ରୋ ଥାମ ଚେ ଜୋ ନ୍ୟି ତୋବ

And will eliminate all unfortunate migrations  
*thoát cảnh đọa sinh.*

ଶ୍ରୀ ତରୀ ସତ୍ୱି ଶ୍ରୀ ତରୀ

GYÄL WA JE WA THRAG DÜN NAM KYI

The multitude of conquerors

*Được bảy trăm vạn / đức Phật Thế Tôn /*

ჰუ-ნა-კ-ი-ს-ჰუ-ნ-ა-გ-ჰუ-ს-ე

NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

Will quickly grant initiation

sớm truyền quán đảnh,

ა-მ-ი-ს-ა-ჰ-ე-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

DI LE CHE WA NYI NI THOB CHING

Thus, endowed with this greatness

*nhờ đại duyên này*

ს-დ-ს-ა-ჰ-ე-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

SANG GYE GO PHANG THAR THUG DER DRO

One will eventually reach the state of a buddha

*chóng đạt quả Phật.*

ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

DE YI DUG NI DRAG PO CHHEN PO

If affected by the most terrible poison

*Tâm niệm bốn tòn / thì mọi độc tố / kinh hoàng bậc nhất*

მ-დ-ს-ა-ჰ-ე-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

TEN NE PA AM ZHEN YANG DRO WA

Whether ingested, drunk, or from a living being

*từ nơi môi trường / hay từ sinh vật, /*

ჰ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

ZÖ PA DANG NI THUNG PA NYI KYANG

Just by remembering

*dù ăn, dù uống,*

ჩ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

DREN PE RAB TU SEL WA NYI THOB

Will one be thoroughly cleansed

*cũng không thể hại. /*

ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

DÖN DANG RIM DANG DUG GI ZIR WEI

If this prayer is recited two, three or seven times

*Tụng bài pháp này / hai, ba, bảy lần, /*

ჰ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

DÜL NGEL TSHOG NI NAM PAR PONG TE

It will pacify all the sufferings of torments

*Thoát khổ tật dịch, /*

ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-შ-ე-ს-ტ-ი-

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO

Caused by spirits, fevers, and poisons

*truyền nhiễm, ngộ độc /*

གྱි མ ག ཤ ཡ ས ལ ར ས ས ས ས ས ས ||

NYI SUM DÜN DU NGÓN PAR JÖ NA

And by other beings as well

*Hay vì chúng sinh. /*

བ ད ས ས ས ས ས ས ས ས ས ས ||

BU DÖ PE NI BU THOB GYUR ZHING

If you wish for a child you will get a child

*Cầu con được con, /*

ར ན ན ན ན ན ན ན ན ན ན ||

NOR DÖ PE NI NOR NAM NYI THOB

If you wish for wealth you will receive wealth

*cầu của được cửa, / hết thảy mong cầu /*

ད ན ན ན ན ན ན ན ན ན ||

DÖ PA THAM CHE THOB PAR GYUR LA

All your wishes will be fulfilled

*đều được như nguyện, / không chút chướng ngại /*

ស ན ན ན ན ན ན ན ན ན ||

GEG NAM ME CHING SO SOR JOM GYUR CHIG

And all obstacles pacified

*vì mọi chướng ngại / đều đã tĩnh yên.*

✿✿✿

#### Chọn Trang

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with mantras and images]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

#### Chọn Trang

1.
  1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
  2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
  3. **Tạng Văn [Tibetan Script Only]**
  4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
  5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
  6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

## Trang 3. Tạng Văn [Tibetan Only]

ଆହେ ଶର୍ମିମା ରଧନାନା ମାନ୍ଦୁ ମା ମା ମା ମା ମା



୧ୟୁଶାରକ୍ଷେତ୍ରଶ୍ଵରମାତ୍ରମର୍ମୀ||  
ଶ୍ରୀଶିଖାର୍ଥେଶଶ୍ଵରମନ୍ଦିରମା||  
ମହିଶାକ୍ରମାଶ୍ରେଣ୍ଟକ୍ଷେତ୍ରଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଣୀ||  
ଶିଶୁପ୍ରେଷାପରାତ୍ମନମା||



୨ୟୁଶାରକ୍ଷେତ୍ରଶ୍ଵରଗର୍ଭଶ୍ଵରମାତ୍ରୀ||  
ଶବ୍ଦମାତ୍ରୀଶକ୍ରମାଶ୍ରେଣ୍ଟଶ୍ଵରମା||  
ଶ୍ରୀଶାକ୍ରମଶ୍ଵରଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମା||  
ମହାଶ୍ରୀଶନ୍ଦିତନମାତ୍ରମା||



୩ୟୁଶାରକ୍ଷେତ୍ରଶ୍ଵରଶ୍ଵରଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଣୀ||  
ଶବ୍ଦମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀ||  
ଶ୍ରୀଶାକ୍ରମଶ୍ଵରଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମା||  
ମହାଶ୍ରୀଶନ୍ଦିତନମାତ୍ରମା||



୪ୟୁଶାରକ୍ଷେତ୍ରଶ୍ଵରଶ୍ଵରଶ୍ଵରମାତ୍ରୀନ୍ତରୀ||  
ମହାଶ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମା||  
ମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମା||  
ଶ୍ରୀଶନ୍ଦିତନମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମାତ୍ରୀଶ୍ଵରମା||



ੴ ਪ੍ਰਸਾਦਕਲਿਚੁਟੁੰਬੀਗੇਨਾ॥  
ਵਹਿਦਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥



ੴ ਪ੍ਰਸਾਦਕਲਿਚੁਟੁੰਬੀਗੇਨਾ॥  
ਕੁਲਭਾਕਲਿਚੁਟੁੰਬੀਗੇਨਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥



ੴ ਪ੍ਰਸਾਦਕਲਿਚੁਟੁੰਬੀਗੇਨਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥



ੴ ਪ੍ਰਸਾਦਕਲਿਚੁਟੁੰਬੀਗੇਨਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥  
ਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾਵਹਿਤਾ॥



੧੩ ॥ ତୁଣା'ତକ୍ଷୟ'ନ୍ଦ୍ରୀ'ଶକ୍ତ୍ୟ'ଗ'ାନ୍ଧୁମା'ଶକ୍ତ୍ୟ'ତୁଣା'ତୁଣି॥  
ଶର୍ମ୍ଭେଷ'ତୁଣା'ଗ'ାନ୍ଧୁମା'ଶର୍ମ୍ଭେଷ'ତୁଣି॥  
ମା'ନ୍ଦୁମା'ତୁଣା'ଗ୍ରୀ'ତକ୍ଷୟ'ତୁଣା'ତୁଣି॥  
ମନ୍ଦ୍ରା'ତୁଣା'ଗ୍ରୀ'ତକ୍ଷୟ'ତୁଣା'ତୁଣା'ମା॥



੧୦ ॥ ୧ ତୁଣା'ତକ୍ଷୟ'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ମା॥  
ତୁଣା'ତୁଣା'ଗ୍ରୀ'ତକ୍ଷୟ'ତୁଣା'ମା॥  
ତନ୍ତ୍ର'ତନ୍ତ୍ର'ମା'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'ତୁଣା'॥  
ତୁଣା'ତୁଣା'ଗ୍ରୀ'ତକ୍ଷୟ'ତୁଣା'ତୁଣା'॥



୧୧ ॥ ୨ ତୁଣା'ତକ୍ଷୟ'ତା'ଶାକ୍ରୀ'ତୁଣା'ତରି'ତକ୍ଷୟ'ତୁଣା'ତୁଣା'॥  
ଶମନ'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ମା'ତୁଣା'॥  
ତୁଣା'ତରି'ତକ୍ଷୟ'ତା'ପି'ଶା'ତୁଣା'ଶିଳା'॥  
ଅନ୍ଦନ'ମ'ଶମନ'ତନ୍ତ୍ର'ମା'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'॥



୧୨ ॥ ୩ ତୁଣା'ତକ୍ଷୟ'ତା'ଶାକ୍ରୀ'ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'॥  
ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ଶମନ'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'ତୁଣା'॥  
ଶମନ'ତରି'ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ତନ୍ତ୍ର'ମା'ତୁଣା'॥  
ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ତୁଣା'ତନ୍ତ୍ର'ତନ୍ତ୍ର'ମା'ତୁଣା'॥



୨୩ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାଦ ଶନୀ ସମ୍ବିମେ ଭୂମି ।  
ନନ୍ଦନନ୍ଦି ପ୍ରଦେଶନନ୍ଦି ଦୁର୍ଗା ନାନାମା ।  
ଶଯନା ନନ୍ଦନା ଶର୍ଵତ୍ରନନ୍ଦନା ନନ୍ଦନା ନନ୍ଦନା ।  
ନନ୍ଦନନ୍ଦି ଦୁର୍ଗା ନନ୍ଦନା ।



୨୪ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାଦ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ପରିପାଶୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।



୨୫ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାଦ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।



୨୬ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାଦ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।  
ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ଶନୀ ।



୨୮ୟ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ଶେଖନା ଶୈନଦନନ୍ଦନା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ଶୈନଦନନ୍ଦନା ମନ୍ଦିରା ||

ଶେଖନା ଶେଖନା ରକ୍ତପାତ୍ର ଶୈନଦନନ୍ଦନା ମନ୍ଦିରା ||

ଶେଖନା ଶେଖନା ରକ୍ତପାତ୍ର ଶୈନଦନନ୍ଦନା ମନ୍ଦିରା ||



୨୯ୟ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶେଖନା ମନ୍ଦିରା ||

ଶେଖନା ଶେଖନା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶେଖନା ମନ୍ଦିରା ||

ଶେଖନା ଶେଖନା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶେଖନା ମନ୍ଦିରା ||



୩୦ୟ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶେଖନା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||



୩୧ୟ ଶ୍ରୀ ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||

ଶୁଣା ଶୁଣା ରକ୍ତପାତ୍ର ପିଲାପିଲା ଶୁଣା ମନ୍ଦିରା ||



੨੧ ॥ ਪ੍ਰਸਾਦਕੰਤਾਂਤ੍ਰਿਨਾਨੁਸਾਫ਼ਲਾਨਾਂਗੁਹਾ॥  
ਲਿਵਾਨੀਸ਼ਵਾਦਾਧਾਇਨਾ॥  
ਏਹੁਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾ॥  
ਅਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾ॥

੨੨ ॥ ਕਾਨੀਖ਼ਾਨਾਗੁਣਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਪ੍ਰਸਾਦਕੰਤਾਂਤ੍ਰਿਗੁਣਾਵਾਵਾਵਾ॥

ਛਾਮੋਵਾਨੁਗਾਧਾਇਨਾ॥  
ਕਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਏਹੁਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾਦਾਵਾ॥  
ਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਕ੍ਰਿਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਅਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥

ਕੁਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਭੁਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਏਹੁਦਾਵਾਦਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥

ਦੀਪਿਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਕਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥

ਏਹੁਦਾਵਾਦਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਕੁਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਏਹੁਦਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥  
ਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾਵਾ॥

ནྡିନ୍ଦନ୍ଦନ୍ତମନ୍ତ୍ରିକୀଯାର୍ଥମନ୍ତ୍ରମୁଖକିଂଦିଃ ॥  
 କ୍ଷରନ୍ଦନ୍ଦନ୍ତମନ୍ତ୍ରିକୀଯାର୍ଥମନ୍ତ୍ରମୁଖକିଂଦିଃ ॥  
 ନ୍ଦନ୍ଦନ୍ତମନ୍ତ୍ରିକୀଯାର୍ଥମନ୍ତ୍ରମୁଖକିଂଦିଃ ॥  
 ସମେଶମନ୍ତରମନ୍ତ୍ରିକୀଯାର୍ଥମନ୍ତ୍ରମୁଖକିଂଦିଃ ॥



### Chọn Trang

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. **Tạng Văn [Tibetan Script Only]**
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

### Chọn Trang

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. **Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]**
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

## Trang 4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics Only]

OM JE TSÜN MA PHAG MA DRÖL MA LA CHAG TSHÄL LO



[1] CHAG TSHÄL DRÖL MA NYUR MA PA MO  
 CHEN NI KÉ CHIG LOG DANG DRA MA  
 JIG TEN SUM GÖN CHU KYE ZHÄL GYI  
 GE SAR JE WA LÉ NI JUNG MA



[2] CHAG TSHÄL TÖN KEI DA WA KÜN TU  
 GANG WA GYA NI TSEG PEI ZHÄL MA  
 KAR MA TONG THRAG TSHOG PA NAM KYI  
 RAB TU CHE WEI Ö RAB BAR MA



[3] CHAG TSHÄL SER NGO CHU NÉ KYE KYI  
PÉ MÉ CHAG NI NAM PAR GYÉN MA  
JIN PA TSÖN DRÜ KA THUB ZHI WA  
ZÖ PA SAM TÉN CHÖ YÜL NYI MA



[4] CHAG TSHÄL DE ZHIN SHEG PEI TSUGTOR  
THA YÉ NAM PAR GYÄL WAR CHÖ MA  
MA LÜ PHA RÖL CHIN PA THOB PEI  
GYÄL WEI SÉ KYI SHIN TU TEN MA



[5] CHAG TSHÄL TUTTARA HUM YI GE  
DÖ DANG CHOG DANG NAM KHA GANG MA  
JIG TEN DÜN PO ZHAB KYI NÄN TE  
LÜ PA ME PAR GUG PAR NÜ MA



[6] CHAG TSHÄL GYA JIN ME LHA TSHANG PA  
LUNG LHA NA TSHOG WANG CHUG CHÖ MA  
JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG  
NÖ JIN TSHOG KYI DÜN NÉ TÖ MA



[7] CHAG TSHÄL TRAD CHE JA DANG PHAT KYI  
PHA RÖL THRÜL KHOR RAB TU JOM MA  
YÉ KUM YÖN KYANG ZHAB KYI NÄN TE  
ME BAR THRUG PA SHIN TU BAR MA



[8] CHAG TSHÄL TURE JIG PA CHEN PO  
DÜ KYI PA WO NAM PAR JOM MA  
CHU KYE ZHÄL NI THRO NYER DÄN DZÉ  
DRA WO THAM CHÉ MA LÜ SÖ MA



[9] CHAG TSHÄL KÖN CHOG SUM TSHÖN CHAG GYÄI  
SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYÄN MA  
MA LÜ CHOG KYI KHOR LÖ GYÄN PÄI  
RANG GI Ö KYI TSHOG NAM THRUG MA



[10] CHAG TSHÄL RAB TU GA WA JI PEI  
U GYÄN Ö KYI THRENG WA PEL MA  
ZHE PA RAB ZHÉ TUTTARA YI  
DÜ DANG JIG TEN WANG DU DZÉ MA



[11] CHAG TSHÄL SA ZHI KYONG WEI TSHOG NAM  
THAM CHÉ GUG PAR NÜ MA NYI MA  
THRO NYER YO WEI YI GE HUM GI  
PHONG PA THAM CHÉ NAM PAR DRÖL MA



[12] CHAG TSHÄL DA WEI DUM BÜ U GYÄN  
GYÄN PA THAM CHÉ SHIN TU BAR MA  
RÄL PEI KHUR NA Ö PAG ME LÉ  
TAG PAR SHIN TU Ö RAB DZÉ MA



[13] CHAG TSHÄL KÄL PEI THA MEI ME TAR  
BAR WEI THRENG WEI Ü NA NÉ MA  
YÉ KYANG YÖN KUM KÜN NÉ KOR GÉ  
DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA



[14] CHAG TSHÄL SA ZHII NGÖ LA CHAG GI  
THIL GYI NÜN CHING ZHAB KYI DUNG MA  
THRO NYER CHÄN DZÉ YI GE HUM GI  
RIM PA DÜN PO NAM NI GEM MA



[15] CHAG TSHÄL DE MA GE MA ZHI MA  
NYA NGÄN DÉ ZHI CHÖ YÜL NYI MA  
SVAHA OM DANG YANG DAG DÄN PÉ  
DIG PA CHEN PO JOM PA NYI MA



[16] CHAG TSHÄL KÜN NÉ KOR RAB GA WEI  
DRA YI LÜ NI NAM PAR GEM MA  
YI GE CHU PEI NGAG NI KÖ PEI  
RIG PA HUM LÉ DRÖL MA NYI MA



[17] CHAG TSHÄL TURE ZHAB NI DEB PÉ  
HUM GI NAM PEI SA BÖN NYI MA  
RI RAB MANDHARA DANG BIG JE  
JIG TEN SUM NAM YO WA NYI MA



[18] CHAG TSHÄL LHA YI TSHO YI NAM PEI  
RI DAG TAG CHÄN CHAG NA NAM MA  
TARA NYI JÖ PHAT KYI YI GE  
DUG NAM MA LÜ PA NI SEL MA



[19] CHAG TSHÄL LHA YI TSHOG NAM GYÄL PO  
LHA DANG MI AM CHI YI TEN MA  
KÜN NÉ GO CHA GA WEI JI GYI  
TSÖ DANG MI LAM NGÄN PA SEL MA



[20] CHAG TSHÄL NYI MA DA WA GYÉ PEI  
CHÄN NYI PO LA Ö RAB SÄL MA  
HARA NYI JÖ TUTTARA YI  
SHIN TU DRAG PÖI RIM NÉ SEL MA



[21] CHAG TSHÄL DE NYI SUM NAM KÖ PÉ  
ZHI WEI THÜ DANG YANG DAG DÄN MA  
DÖN DANG RO LANG NÖ JIN TSHOG NAM  
JOM PA TURE RAB CHOG NYI MA

[22] TSA WEI NGAG KYI TÖ PA DI DANG  
CHAG TSHÄL WA NI NYI SHU TSA CHIG



### Chọn Trang

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. **Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]**
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

## **Chọn Trang**

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. **Tiếng Việt [Vietnamese only]**
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

# **Trang 5. Tiếng Việt**

OM - Tôn Đức Thánh Phật Mẫu Tara con xin kính lạy



[1] Kính lạy Tara, thần tốc uy hùng,  
tia mắt chớp nhoáng như là tia chớp  
Đẳng Độ Tam Giới trên mặt lệ rơi  
trở thành đóa sen sinh ra Phật bà.



[2] Kính lạy Tara, trăng tròn mùa thu  
trầm vắng đầy đặn trên gương mặt bà.  
Hàng vạn thiên hà cùng về hội tụ,  
cháy rạng ánh sáng rực rỡ uy nghi.



[3] Kính lạy Tara, sắc vàng ánh biếc  
Trên tay một đóa sen nở trang nghiêm  
Bố thí, tinh tấn, khổ hạnh, tịch tĩnh,  
an nhẫn, thiền định, là cảnh giới bà.



[4] Kính lạy Tara, Như lai thắng cảnh,  
thiện hạnh của bà hàng vô lượng ma,  
viên mãn tất cả hạnh ba la mật,  
chỗ nương của khắp con Phật Thế tôn.



[5] Kính lạy Tara, TU-TA-RA, HUM  
lấp đầy cõi dục, phương hướng, không gian  
chân bà trấn đẹp cả bảy thế giới.  
nhiếp họ hữu tình không sót một ai.



[6] Kính lạy Tara. Đế Thiên, Đế Thích,  
Hoả Thiên, Phạm Thiên, và Phong Lôi Thiên,  
hết lòng hiến cúng. Quý thần: khởi thi,  
dạ xoa, thát bà, hết lòng tôn vinh.



[7] Kính lạy Tara. TRÊ, PÊ thốt ra  
ghiến tan tất cả luân xa huyền thuật.  
phải co trái duỗi, chân bà trấn đẹp  
bùng bùng bốc cháy lửa xoáy muôn trùng.



[8] Kính lạy Tara, bậc đại bố úy,  
chứng tự TU-RÊ diệt quân hùng ma,  
gương mặt đóa sen oai thần phẫn nộ,  
quét sạch thù địch không sót một ai.



[9] Kính lạy Tara. Ngón tay Phật bà  
Tam Bảo thủ ấn trang điểm nơi tim.  
Bánh xe trang nghiêm khắp mười phương chiếu,  
Tự tỏa ánh sáng chói rực bừng bừng.



[10] Kính lạy Tara, đindh đầu tỏa rạng  
chuỗi hào quang sáng, rực rỡ tươi vui.  
Với TU-TTA-RA, tiếng cười rộn rã  
thu phục toàn bộ Ma vương, Thiên vương.



[11] Kính lạy Tara, chư thần sở tại  
đều về qui thuận dưới uy Phật bà.  
Cau mày, rung chuyển, với linh tự HUM,  
cứu khắp chúng sinh thoát cảnh bần cùng.



[12] Kính lạy Tara, đindh đầu Phật bà  
trăng non trang điểm. Bao phẩm trang nghiêm  
chói ngời rạng chiếu. Đức Phật Di Đà  
từ lọn tóc bà tỏa sáng vô biên.



[13] Kính lạy Tara, như lửa hoại kiếp  
giữa chuỗi lửa rực Phật bà an định  
phải duỗi, trái co, niềm vui vây quanh  
làm tiêu tan hết đội quân thù địch.



[14] Kính lạy Tara, Phật bà trấn địa  
với bàn tay vỗ và gót chân đẹp.  
Ánh mắt oai thần và chủng tự HUM,  
hết thảy bảy địa bà đều chinh phục.



[15] Kính lạy Tara, vui, hiền, tịch tĩnh  
cảnh giới cứu cánh thanh tịnh niết bàn.  
Đầy đủ tất cả Sô-Ha và Ôm  
đập tan toàn bộ tà ma đại ác.



[16] Kính lạy Tara, vây quanh Phật bà  
đầy ắp niềm vui tan xác kẻ thù.  
Mười âm trang điểm tiếng lời mầu nhiệm,  
chữ HUM – trí tuệ phổ độ chúng sinh.



[17] Kính lạy Tara, chân bà đậm xuống,  
tuyên ngôn TU-RÊ. Chủng tự sắc HUM  
chấn động ba cõi cùng núi Tu Di,  
núi Măn-đa-ra, và Vin-đi-a.



[18] Kính lạy Tara, như biển hồ thiên  
vâng trăng ngọc thỏ trên tay Phật bà.  
Với hai TARA và chủng tự PÂY,  
hết thảy độc tố đều tiêu tan cả.



[19] Kính lạy Tara, thiên vương, chư thiên,  
và Khẩn Na la đều nương Phật bà.  
Giáp bào lộng lẫy, niềm vui tỏa sáng,  
phá tan tất cả ác mộng, chấp tranh.



[20] Kính lạy Tara, đôi mắt nhật nguyệt  
tỏa chiếu rạng ngời hào quang rực sáng.  
HA-RA hai lần, và TU-TTA-RA,  
tiêu tan tất cả tật dịch truyền nhiễm.



[21] Kính lạy Tara, với tam chân như,  
sung mãn năng lực tịch tĩnh tự tại.  
Tà ma ác quỉ, dạ xoa, khởi thi,  
đập tan hết thảy. TU – RÊ! Tối thắng!

[22] Đây là tiếng lời tán dương bốn chú,  
đảnh lễ Tara, đủ hai mươi mốt.

---

## [Nói Lợi Ích]

Ai người có lòng tin đึng bốn tông, /  
rạng đông hoàng hôn / chuyên tâm trì tụng /  
tiếng lời rõ ràng / sẽ được hộ trì / lìa mọi sợ hãi, /  
sạch mọi ác chướng, / thoát cảnh đọa sinh.

Được bảy trăm vạn / đức Phật Thế Tôn /  
sớm truyền quán đảnh, / chóng đạt quả Phật.

Tâm niệm bốn tông / thì mọi độc tố / kinh hoàng bậc nhất /  
từ nơi môi trường / hay từ sinh vật, /  
dù ăn, dù uống, / cũng không thể hại. /

Tụng bài pháp này / hai, ba, bảy lần,  
Thoát khổ tật dịch, / truyền nhiễm, ngộ độc, //  
hay vì chúng sinh.

Cầu con được con, / cầu của được cửa, /  
hết thảy mong cầu / đều được như nguyện, /  
không chút chướng ngại / vì mọi chướng ngại / đều đã tịnh yên.



1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. **Tiếng Việt [Vietnamese only]**
6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]

#### **Chọn Trang**

1. Cách Tụng & Chánh Văn : [How to Practice & Root Text]
2. Chánh Văn & hình & chú [root text with images & mantras]
3. Tạng Văn [Tibetan Script Only]
4. Tạng Âm [Tibetan Phonetics only]
5. Tiếng Việt [Vietnamese only]
6. **Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]**

## **Trang 6. Tài Liệu Hỗ Trợ [Related Materials]**

- ? Xưng Tán 21 Taras [*Praise to the 21 Tara*] Văn bản (Tib-Phonetics-Eng-Viet), 28tr., <PDF>
- ? Luận Giải 21 Taras [*21 Tara Praise & Commentaries*] (Viet) <WEB>
- ພ Nghe tụng 21 Taras:
  - Lab Kyabgon Rinpoche 5'20" (Tib) <MP3>
  - Lama Zopa Rinpoche, 3'00"x3 (Tib) <MP3>
  - Chư Tăng chùa TCI 2'40"x7 (Tib) <MP3>
  - Chư Tăng chùa TCI 1'50"x7 (Tib) <MP3>

