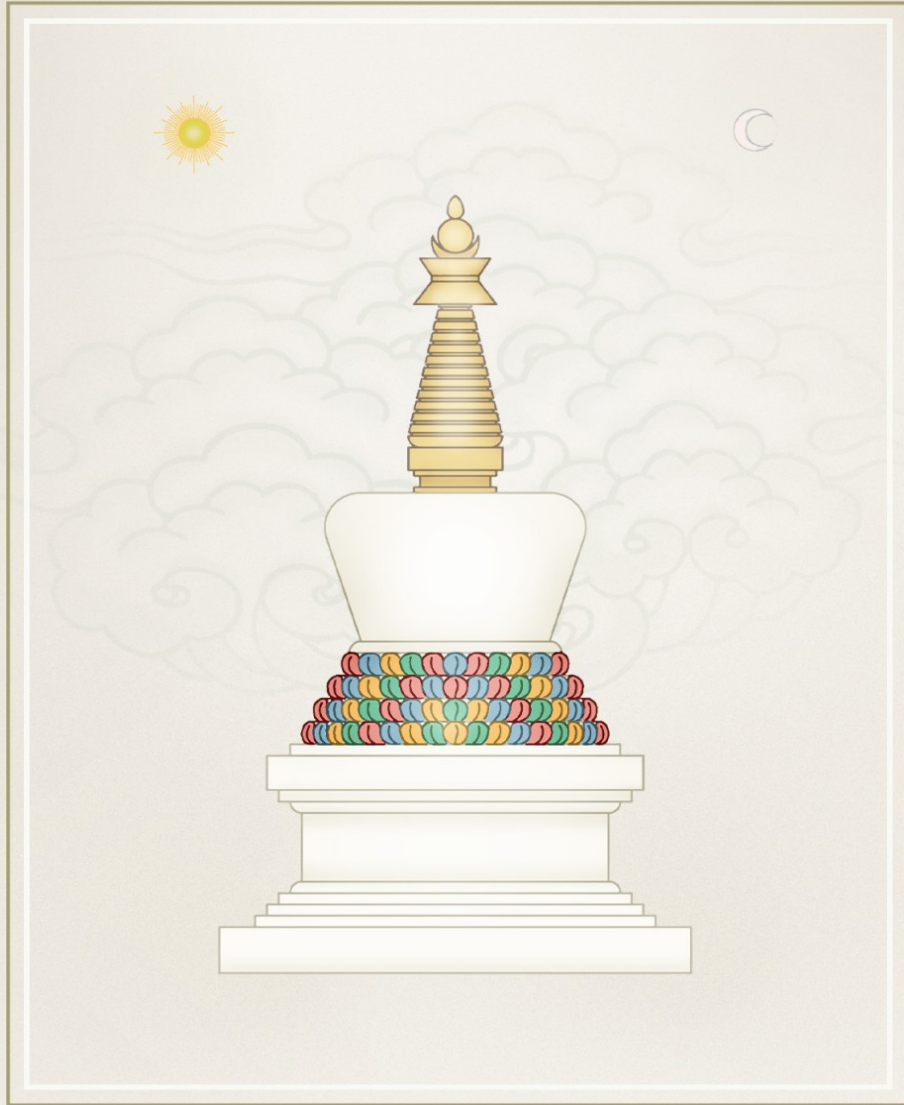
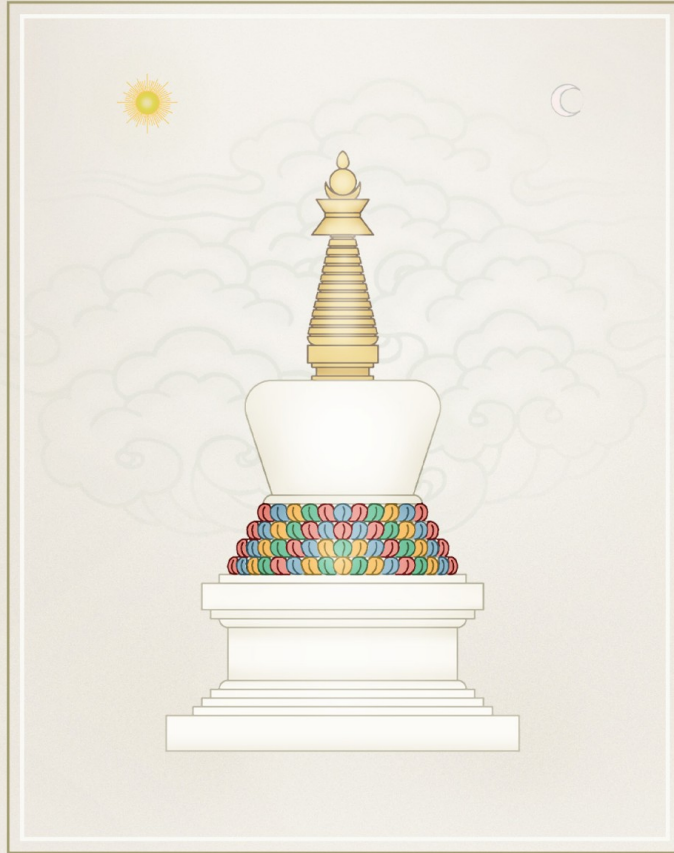




། འབྲུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ། །

VERSES FOR CELEBRATING
BIRTHDAYS



༥ འབྲུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ། །

VERSES FOR CELEBRATING
BIRTHDAYS



། འབྲུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ། །

VERSES FOR CELEBRATING BIRTHDAYS

Compiled by Kyodrak Khenpo Ghawang

Translated by Lama Eric Trinle Thaye
and Kagyu Monlam Translation Group



DHARMAEBOOKS.ORG

དཀར་ཆག།

TABLE OF CONTENTS

འཁྲུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ།

VERSES FOR CELEBRATING BIRTHDAYS

ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

LONG LIFE PRAYERS

ཡགོང་ས་ཡལྱལས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

His Holiness the 14th Dalai Lama

ཡལྱལ་དབང་ཀམ་པའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

His Holiness the 17th Karmapa

བྱམས་མགོན་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

His Eminence Tai Situ Rinpoche

སྐབས་རྩེ་འཇམ་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

His Eminence Jamgon Kongtrul Rinpoche

སྐབས་རྩེ་སངས་ཀྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

Kyabje Sangye Nyenpa Rinpoche

སྐབས་རྩེ་ཁྱ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

Kyabje Thrangu Rinpoche

མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

Khenchen Tsultrim Gyamtso Rinpoche

སྐུབས་རྗེ་རྡོགས་ཆེན་དཔོན་སློབ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

Kyabje Dzogchen Ponlop Rinpoche

སྐུབས་རྗེ་འབོ་དཀར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

Kyabje Bokar Rinpoche

ཡོངས་དགེ་མི་འགྱུར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

Yongey Mingyur Rinpoche

མཁན་པོ་ཀར་མཐར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

Khenpo Karthar Rinpoche

COPYRIGHTS

འབྲུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ། །

VERSES FOR CELEBRATING BIRTHDAYS

ན་མོ་རྒྱ་ཡ་ཡ། སྤྱིར་སྤྱིས་སྤྱི་སྤྱི་ཅམ་ཞིག་གནང་ནས་ཡོད་མོད། དེང་སང་གང་ཟག་ཆེ་ཆུང་པལ་མོ་ཆེའི་སྤྱིས་སྤྱིར་
སྤྱང་བཅི་དར་བྱའི་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཕྱིར། ང་ཚོའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་འདོན་ཞིག་ཡོད་ནའང་དགོས་ངེས་པས། ཅི་འགྱུར་བའི་མཆོད་
པ་ལེགས་པར་བཤམས་ཏེ། ཐོག་མར་སྐྱབས་སེམས་ནི།

NAMO RATNA TRAYAYA Though there is some mention of recognizing birthdays in old writings, since the tradition of celebrating birthdays for both exalted and ordinary beings has become wide-spread, we need a text from our tradition. First, nicely arrange whatever offerings you have, and begin with refuge and bodhichitta:

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

sang gyé chö dang tsok kyi chok nam la

Until enlightenment, I go for refuge

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

jang chup bar du dak gi kyap su chi

To the Buddha, Dharma, and the supreme Sangha.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

dak gi jin sok gyi pé sö nam kyi

By acting generously and so forth,

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

dro la pen chir sang gyé drup par shok

May I become a buddha to help beings.

ལན་གསུམ།

Repeat three times.

ས་གནི་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་ནི།

Blessing the site:

ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ས་གཞི་དག །

tam che du ni sa shi dak

May the ground everywhere be pure,

གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། །

sek ma la sok me pa dang

Free of all stones and the like,

ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་བཞུགས། །

lak til tar nyam vai dūr yay

Even as the palm of the hand,

རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་ཅིག །

rang shin jam por né gyur chik

The nature of beryl, and soft.

དགོན་མཆོག་སྐྱུན་འདྲེན་པ་ནི།

Inviting the Three Jewels:

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །

ma lü sem chen kün gyi gön gyur ching

For each and every being, a protector,

བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟད་འཛོམས་མཛད་ལྷ། །

dü de pung ché mi se jom dze lha

You vanquished the ferocious hordes of Mara.

དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ངི་བཞིན་མཐུན་གྱུར་བའི། །

ngö nam ma lü ji shin khyen gyur pay

You know all things just as they are, Bhagavan;

བཙེམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

chom den khor ché né dir shek su söl

I pray you come here with your retinue.

བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི།

Requesting them to be present:

སྟོང་གསུམ་ཀུན་དང་མཉམ་པ་ཡི། །

tong sum kün dang nyam pa yi

I offer you this hundred-petaled lotus,

པར་འདབ་བརྒྱ་གེ་སར་བཅས། །

pe ma dap gya ge sar ché

Spacious and comfortable, equal in size

བདེ་ཞིང་ཡངས་པ་འབྲུལ་ལགས་ན། །

de shing yang pa bül lak na

To this realm of a billion worlds.

ཅི་བདེ་བར་ནི་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

chi de war ni shuk su söl

I pray you take your seat with ease.

པདྨ་ཀ་མ་ལ་ཡ་སྟོ།

padma ka ma la ya stvam

PADMA KAMALĀYA STVAM

ཡན་ལག་བདུན་མས་ཆོགས་གསོག་པ་ནི།

Gathering the accumulations through the sevenfold practice:

རི་སྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན། །

ji nyé su dak chok chü jik ten na

I prostrate to all lions among humans,

དུས་གསུམ་གསེགས་པ་མི་ཡི་སང་གི་ཀུན། །

dü sum shek pa mi yi seng gé kün

As many as appear, excepting none,

བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །

dak gi ma lü dé dak tam ché la

In the three times in worlds of ten directions

ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བསྐྱེའོ། །

lü dang ngak yi dang wé chak gyi o

Sincerely with my body, speech, and mind.

བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། །

sang po chö pé mön lam top dak gi

With the power of this prayer for excellent conduct,

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །

gyal wa tam ché yi kyi ngön sum du

I fully prostrate to all victors with

ཞིང་གི་རྩལ་སྟོད་ལུས་རབ་བརྟན་པ་ཡིས། །

shing gi düi nyé lü rap tü pa yi

As many bodies as atoms in all realms

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྟུག་འཆལ་ལོ། །

gyal wa kün la rap tu chak tsal lo

With all the victors right before my mind.

རྩལ་གཅིག་སྟོད་ན་རྩལ་སྟོད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

dül chik teng na düi nyé sang gyé nam

Upon one atom, numerous as atoms

སངས་རྒྱས་སྐུ་ཉིད་བྱས་ན་བཞུགས་པ་དག། །

sang gyé sé kyi ü na shuk pa dak

Are buddhas in the midst of bodhisattvas.

དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པར། །

dé tar chö kyi ying nam ma lü par

I thus imagine that victorious ones

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

tam ché gyal wa dak gi gang war mö

Completely fill the entire dharma expanse.

དེ་དག་བསྐྱགས་པ་མི་བཟོ་བྱ་མཆོ་ནམས། །

dé dak ngak pa mi zé gya tso nam

With sounds from oceans of melodious traits

དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱ་ཀུན་གྱིས། །

yang kyi yen lak gya tsö dra kün gyi

I extol the qualities of all the victors,

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཟློང་ཅིང་། །

gyal wa kün gyi yön ten rap jö ching

Whose oceans of praiseworthiness will never

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

dé war shek pa tam ché dak gi tö

Run dry, and praise all of the sugatas.

མེ་ཏོག་དམ་པ་ཐྲེང་བ་དམ་པ་དང་། །

mé tok dam pa treng wa dam pa dang

I make an offering to these victors of

སིལ་སྒྲན་ནམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཆོག་དང་། །

sil nyen nam dang juk pa duk chok dang

The best of flowers and the finest garlands,

མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། །

mar mé chok dang duk pö dam pa yi

Cymbals and ointments, the best parasols,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བསྒྲི། །

gyal wa dé dak la ni chö par gyi

The best of lamps, and incense the most fine.

ན་བཟའ་དམ་པ་ནམས་དང་དྲི་མཚོག་དང་། །

nam sa dam pa nam dang dri chok dang

I make an offering to these victors of

ཕྱེ་མའི་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །

ché mé pur ma ri rap nyam pa dang

The finest robes, the finest fragrances,

བཀོད་པ་བྱད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། །

kö pa khyé par pak pé chok kün gyi

And powders in heaps equal to Mount Meru,

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཚོད་པར་བསྒྲི། །

gyal wa dé dak la yang chö par gyi

Arranged in the most sublime of displays.

མཚོད་པ་གང་ནམས་སླ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །

chö pa gang nam la mé gya ché wa

I also imagine offering to all victors

དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། །

dé dak gyal wa tam ché la yang mö

That which is vast and unsurpassable.

བཟང་པོ་སྒྲོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །

sang po chö la dé pé top dak gi

I offer and bow to the victors with

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བྱག་འཛལ་མཆོད་པར་བསྒྲི། །

gyal wa kün la chak tsal chö par gyi

The power of faith in excellent conduct.

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །

dö chak shé dang ti muk wang gi ni

Under the influence of desire, hatred,

ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །

lü dang ngak dang dé shin yi kyi kyang

And ignorance, I have committed wrongs

སྒྲིག་པ་བདག་གིས་བསྒྲིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །

dik pa dak gi gyi pa chi chi pa

Using my body, speech, and also mind—

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །

dé dak tam ché dak gi so sor shak

I confess each and every one of them.

ཕྱོགས་བརྩའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྲས། །

chok chü gyal wa kün dang sang gyé sé

And I rejoice in all that is the merit

རང་རྒྱལ་ནམས་དང་སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་དང་། །

rang gyal nam dang lop dang mi lop dang

Of all the victors and the buddhas' children,

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །

dro wa kün gyi sö nam gang la yang

Pratyekabuddhas, learners, and nonlearners,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྩིས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

dé dak kün gyi jé su dak yi rang

Of all the wanderers of the ten directions.

གང་ནམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྟོན་མ་དག་།

gang nam chok chü jik ten drön ma dak

I request all those guardians who have detachment—

བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེན། །

jang chup rim par sang gyé ma chak nyé

Wakened to buddhahood and found

མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །

gön po dé dak dak gi tam ché la

The lamps of the worlds of the ten directions—

འཁོར་ལོ་ལྷ་ན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །

khor lo la na mé par kor war kü

To turn the Wheel that cannot be surpassed.

ཐུ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །

nya ngen da tön gang shé dé dak la

With my palms joined, I supplicate all those

འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་སུན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །

dro wa kün la pen zhing dé wé chir

Who wish to demonstrate nirvana to stay

བསྐླལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བཞུགས་པར་ཡང་། །

kal pa shing gi dül nyé shuk par yang

As many aeons as atoms in the realms

བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྦྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །

dak gi tal mo rap jar söl war gyi

To aid and bring well-being to all wanderers.

བྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །

chak tsal wa dang chö ching shak pa dang

I dedicate to enlightenment whatever

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

jé su yi rang küi shing söl wa yi

Slight merit I have gathered from prostrating,

དགེ་བ་ཚུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

gé wa chung sé dak gi chi sak pa

And offering, confessing, and rejoicing,

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོད།

tam ché dak gi jang chup chir ngo o

Requesting, and from making supplications.

མཇུག་འབུལ་བ་ནི།

Mandala offering:

ས་གཤི་སྒོས་ཆུས་བྱགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བགྲམ།

sa shi pö chü juk shing me tok tram

This earth, perfumed with scented water, strewn with flowers,

རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྔས་བརྒྱན་པ་འདི།

ri rap ling shi nyi dé gyen pa di

Graced with Mount Meru, the four lands, the sun and moon,

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས།

sang gyé shing du mik té pül wa yi

I visualize to be a buddha realm and offer

འགྲོ་གྲུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག།

dro kün nam dak shing la chö par shok

So that all beings enjoy a perfectly pure realm.

སྐྱེ་མ་ལ་འབུལ་བ་ལས། སལ་གྱིས་ནི་རྟེན་ལ་འབུལ་བར་བྱ་ཞིང་།

If not celebrating for a guru but for an ordinary being, offer this, an offering scarf and whatever else to sacred representations.

ཁ་བདགས་སོགས་ཀྱང་སྤུལ་དྲི་སྒྲེར་གྱི་ཞབས་བརྟན་ནི། གོ་ཤི་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེར་མཆོན་ན།

Then, for example, if celebrating Goshir Gyaltsab Rinpoche's birthday, recite:

([Other lama's long life prayers](#) • ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།)

རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་གསང་བའི་བདག །

gyal kün tuk kyi dor jé sang way dak

Lord of Secrets, vajra mind of all the victors,

རྒྱལ་གསུང་བཀའ་ཡི་སྤུང་པོ་ཀུན་དགའ་བོ། །

gyal sung ka yi dü po kün ga wo

Ananda, repository of the speech of the victor,

རྒྱལ་མཆོག་ཀམ་པ་ཡི་གདུང་འཛིན་པ། །

gyal chok kar ma pa yi dung dzin pa

Heir to the Karmapa, the supreme victor,

རྒྱལ་ཚབ་གོ་ཤི་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

gyal tsap go shir chen poy shab ten söl

Gyaltsab, Great Goshir, may you live long.

དེ་ནས།

Then:

ལ་མ་རྒྱུ་ཁམས་བཟང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

la ma ku kham sang la söl wa dep

I supplicate that the gurus be healthy.

མཚོག་རུ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

chok tu ku tse ring la söl wa dep

I supplicate that their lives be supremely long.

ཐིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

trin lé dar shing gyé la söl wa dep

I supplicate that their activity spread and flourish.

ལ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། །

la ma dang dral wa me par jin gyi lop

Bless me to never be separate from the gurus.

སིད་ཞིའི་དཔལ་འབྱོར་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གཞི། །

si shi pal jor ma lü jung way shi

The source of the glory of samsara and nirvana,

སྐབ་པའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །

tup pay ten pa yün ring né pa dang

May the teachings of the Muni long abide.

དེ་འཛིན་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས། །

de dzin je pay kye bu dam pa nam

May the eminent beings who hold them

དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བརྒྱན་ཡུན་རིང་ཞབས་བརྟན་ཤོག །

pal jor gyi gyen yün ring shap ten shok

Live long and with abundance.

གང་ཟག་པལ་མོ་ཆེར་ནི།

For ordinary persons:

ལོ་བརྒྱ་འཆོ་ཞིང་སྟོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་། །

lo gya tso shing tön gya tong wa dang

By the auspiciousness of remaining a hundred years, seeing a hundred autumns,

ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་སྤུན་སུམ་ཆོག་གས། །

tse ring ne me de kyi pün sum tsok

Living long, being healthy, having the best of happiness,

ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ངེས་པར་འཇུག་འགྱུར་བའི། །

tek pa chok la nge par juk gyur way

And definitely entering the supreme vehicle,

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དིང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག །

tra shi de kyang ding dir de lek shok

May there be joy and goodness here and now.

བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་དང་། །

gek rik tong trak gye chu shi wa dang

By the auspiciousness of the eighty thousand hindrances being pacified,

མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱན་དང་བྲལ་བ་དང་། །

mi tün nö pay kyen dang dral wa dang

The absence of unfavorable harmful conditions,

མཐུན་པ་ཚོགས་ཤིང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་གུར་པའི།

tün pa tsok shing pün sum tsok gyur pay

The accumulation of what is favorable, and abundance,

བཏག་ཤིས་དེས་ཀྱང་དིང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

tra shi de kyang ding dir de lek shok

May there be joy and goodness here and now.

སྒོན་མེ་སྤར་བ་ནི།

Lighting a lamp:

འོད་གྱི་མདངས་ལྡན་སྒོན་མེ་འདི།

ö kyi dang den drön me di

I offer to the precious Three Jewels

དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ནམས་ལ་འབུལ།

kön chok rin chen nam la bül

The radiant light of this lamp.

མ་རིག་སྤུན་པ་རབ་བསལ་ནས།

ma rik mün pa rap sal né

Vanquishing the darkness of ignorance,

ཤེས་རབ་སྣང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག།

she rap nang wa gyé par shok

May the brilliance of prajna increase.

སྒྲུང་བ་མཆོན་བྱེད་ཡིན་པས་རྟེན་ལ་འབྲུལ་བ་ལས་གསོད་ནི་མི་རུང་ངོ་། །

The brilliance is symbolic and offered to the Jewels, therefore, it should not be blown out.

མངར་ཟས་ལ་རོལ་བ་ནི།

Enjoying some sweets:

ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྷན་པ་ཡིད་འཕྲོག་པ། །

shal sé ro gya den pa yi trok pa

By offering with faith this well-prepared

ལེགས་སྦྱར་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་ལ། །

lek jar di ni gyal wa sé ché la

Enticing food of a hundred flavors

དད་པས་སྦུལ་བས་འགོ་བ་འདི་དག་ཀུན། །

de pé pül wé dro wa di dak kün

To the victors and their children, may all beings

འབྱོར་ལྷན་ཉིང་འཛིན་ཟས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །

jor den ting dzin sé la chö par shok

Enjoy abundance and the food of samadhi.

དགེ་ཅུང་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྔོ་བ་ནི།

Dedicating the virtue to awakening:

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །

sö nam di yi tam che sik pa nyi

By this merit may I attain omniscience and defeat

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་ནམས་པམ་བྱས་ཏེ། །

top né nye pay dra nam pam jé te

The enemy, wrong action; may I free all beings

སྐྱེ་ཁ་ན་འཆིའི་བ་རྒྱབས་འབྱུགས་པ་ཡི། །

kye ga na chi ba lap truk pa yi

From the ocean of samsara buffeted by

སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འགོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག །

si pay tso lé dro wa dröl war shok

Waves of birth, aging, sickness, and death.

སྤྱིར་གྱི་སྒྲོན་ལམ་ནི།

A general aspiration:

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག །

sem chen tam che de dang den gyur chik

May all sentient beings be happy.

ངན་འགོ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་སྟོངས་པར་ཤོག །

ngen dro tam che tak tu tong par shok

May all the lower realms be forever empty.

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །

jang chup sem pa gang dak sar shuk pa

May the aspirations all bodhisattvas

དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྟོན་ལམ་འབྲུབ་པར་ཤོག །

de dak kün gyi mön lam drup par shok

Abiding on the bhumis be fulfilled.

བྱེ་བྲག་འཛམ་གླིང་བདེ་བའི་སྟོན་ལམ་ནི།

More specifically, An Aspiration for the Well-Being of the World:

སྐྱབས་གནས་བསྐྱེད་དཀོན་མཆོག་ཙ་བ་གསུམ། །

kyap né lu me kön chok tsa wa sum

Undeceiving sources of refuge, Three Jewels and three roots;

བྱད་པར་གངས་ཅན་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས། །

khye par gang chen gön po chen ré sik

Especially Avalokita, protector of the Land of Snow;

རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་གུ་རུ་པཎ་ཁྱུང་། །

je tsün dröl ma gu ru pe ma jung

Noble lady Tara; Guru Padmakara:

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་དམ་ཞལ་བཞེས་དགོངས། །

söl wa dep so tuk dam shal she gong

I pray to you. Consider your pledges and promises.

སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས། །

mön lam yong su drup par jin gyi lop

Grant your blessings that my aspirations be fulfilled.

སྒྲིགས་དུས་འགོ་ནམས་བསམ་སྒྱུར་ལོག་པ་དང་། །

nyik dü dro nam sam jor lok pa dang

Through the incorrect thoughts and actions of beings in degenerate times

ཕྱི་ནང་འབྱུང་བ་འཁྲུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས། །

chi nang jung wa truk pay gyu kyen gyi

And turmoil of the outer and inner elements,

སྒྲར་མ་གྲགས་པའི་མི་ཕྱུགས་དལ་ཡམས་ནད། །

ngar ma drak pay mi chuk dal yam ne

There are new human and animal diseases.

གཤམ་ལྷ་རྒྱལ་གདོན་ནག་ཕྱོགས་འབྱུང་པོའི་གཟེར། །

sa lu gyal dön nak chok jung poy ser

We are struck by planets, nagas, gyalpos, and evil bhutas;

བཙའ་སད་སེར་གསུམ་ལོ་ཉེས་དམག་འཁྲུགས་ཚད། །

tse se ser sum lo nye mak truk tsö

Blight, frost, hail, and poor harvests; war and fighting;

ཆར་རྒྱ་མི་སྒྲུབ་གངས་ཆེན་བྲ་བྱའི་ཐན། །

char chu mi nyom gang chen dra ji ten

Uneven rainfall, blizzards, destruction by voles and rats,

ས་གཡོ་མེ་དག་འབྱུང་བཞིའི་འཛིགས་པ་དང་། །

sa yo me dra jung shi jik pa dang

Earthquakes, fire, danger from the four elements;

ཁྱད་པར་བསྟན་ལ་འཆེ་བའི་མཐའ་དམག་སོགས། །

khye par ten la tse way ta mak sok

And especially invasions that threaten the Dharma.

འཛམ་གླིང་ལྗོངས་འདིར་གནོད་འཆའི་རིགས་མཐའ་དག །

dzam ling jong dir nö tsey rik ta dak

May all such things that menace this world

ཡུར་དུ་ཞི་ཞིང་ཅད་ནས་འཛོམས་གུར་ཅིག །

nyur du shi shing tse né jom gyur chik

Be quickly pacified and eradicated.

མི་དང་མི་མིན་འགོ་བ་མཐའ་དག་གི །

mi dang mi min dro wa ta dak gi

May all beings, human and nonhuman,

རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །

gyü la jang chup sem chok rin po che

Naturally generate precious bodhichitta

ངང་གིས་སྦྱེས་ནས་གནོད་འཆའི་བསམ་སྦྱོར་བྲལ། །

ngang gi kye né nö tsey sam jor dral

And be free from malevolent thoughts and actions.

ཕན་ཚུན་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་ནས་ཀྱང་། །

pen tsün jam pay sem dang den né kyang

May they love one another.

འཛམ་གླིང་མཐའ་དབུས་བདེ་སྐྱིད་དཔལ་གྱིས་འབྱོར། །

dzam ling ta wü de kyi pal gyi jor

May the whole world be filled with joy, well-being, and wealth.

སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་དར་རྒྱས་ཡུན་གནས་ཤོག །

sang gyé ten pa dar gyé yün né shok

May the Buddhadharma spread, flourish, and long remain.

ཙམ་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་བདེན་པའི་སྟོབས། །

tsa sum gyal wa sé ché den pay top

Through the power of the truth of the three roots, buddhas, and
bodhisattvas;

འཁོར་འདས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་མཆིས་དང་། །

khor dé ge way tsa wa gang chi dang

The power of all the roots of virtue in samsara and nirvana;

བདག་ཅག་ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དཀར་བའི་མཐུས། །

dak chak lhak sam nam par kar way tü

And the power of our pure benevolence;

གསོལ་བཏབ་སྟོན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །

söl tap mön pay dré bu drup gyur chik

May what we have prayed and wished for be accomplished.

བཀྲ་ཤིས་བརྗོད་པ་ནི།

A prayer for auspiciousness:

གནས་འདིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས། །

né dir nyin mo de lek tsen de lek

Auspicious by day, auspicious by night,

ཉི་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། །

nyi may gung yang de lek shing

Auspicious also at noon,

ཉིན་མཚན་རྟག་དུ་བདེ་ལེགས་པ། །

nyin tsen tak tu de lek pa

Always auspicious, by day and by night,

འཇིགས་པའི་སྤྱན་པ་ནག་པོས་སྡོན་ནས་བསྐྱ། །

jik pay mün pa nak pö ngön ne su

In front, the dense darkness of fear waits to take us in;

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

kön chok sum gyi tra shi shok

May the Three Jewels bring goodness and joy.

སྤྱན་པ། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་རྩིས་ཟིན་ན། །ནར་མའི་སྡོད་པ་གྱི་ན་ཡང་། །

གནས་མཐར་བདེ་བའི་རྒྱར་འཁྱར་བ། །འདི་ནི་རྟོན་འབྲེལ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །

ཞེས་སྤྱི་ལ་མཁོ་བའི་འཁྱུངས་སྐར་གྱི་ཞལ་འདོན་ཉུང་དུ་འདི་ནི། །འདན་སྤྱག་ཟླ་བའི་དགོས་མཁོར་དམིགས་ཏེ། །རྒྱལ་ཁབས་པ་སྡོད་
བྲག་དགའ་དབང་གིས། །ཇ་ལན་རྣ་རའི་ཡུལ་དུ་སྐྱར་བ་ལ་སྤྲད་ནས་རང་ཚེ་སྡོན་མེ་སྐར་བ་བསྐྱན་པ་སྟེ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །

॥

In closing:

If embraced with skillful means,

Even our ongoing activity can become

*The cause for temporary and ultimate well-being.
This is the very nature of interdependence.*

This concise collection of verses for a birthday celebration was requested by Dentrak Dawa and arranged by the wander Kyodrak Ghawang in the Himachal region. To the extant verses, I have composed and added the verse for lighting the lamp. May auspiciousness abound!

Most of the translations have come from the Kagyu Monlam Book. Other translations by Eric Trinle Thaye. March 2019.

ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

LONG LIFE PRAYERS

གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

HIS HOLINESS THE 14TH DALAI LAMA

གངས་རིའི་རུ་བས་བསྐོར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར། །

gang ri ra wé kor way shing kham dir

In the pure realm surrounded by an enclosure of snow mountains

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །

pen dang de wa ma lü jung way né

resides the source of all benefit and happiness.

ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ཡི། །

chen ré sik wang ten dzin gya tso yi

Tenzin Gyatso, mighty Avalokiteśhvara,

ཞབས་པད་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག །

shap pe si tay bar du ten gyur chik

may your lotus feet stand firm until the end of existence!

ཀྱུ་ལ་དབང་ཀམ་པའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

HIS HOLINESS THE 17TH KARMAPA

ཀྱུ་ལ་ཀུན་སྙིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ཀམ་པ། །

gyal kün nying jey rang suk kar ma pa

Karmapa, embodiment of the compassion of all the buddhas;

ཀྱུ་ལ་ཀུན་ཐིན་ལས་གཅིག་བསྐྱེས་ཀམ་པ། །

gyal kün trin lé chik dü kar ma pa

Karmapa, union of the awakened activity of all the buddhas,

ཀྱུ་ལ་ཀུན་གདུང་འཛོལ་དབང་བསྐྱེར་ཀམ་པ། །

gyal kün dung tsop wang kur kar ma pa

Karmapa, empowered as regent of all the buddhas;

ཨོ་ཀྱུན་འགྲོ་འདུལ་ཐིན་ལས་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

ogyen dro düل trin lé shap ten söl

Orgyen Drodul Trinle, may your life be long!

བྱམས་མགོན་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

HIS EMINENCE TAI SITU RINPOCHE

པརྣའི་རྒྱལ་ཚབ་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་མགོན། །

pe may gyal tsap ten dang dro way gön

Regent of the Lotus, protector of the teachings and beings,

མ་འོངས་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་ཚབ་མ་ཡམ་པ། །

ma ong sang gyé gyal tsap ma pam pa

buddha of the future, invincible regent,

རྒྱ་ཡི་སི་ཏུ་པརྣ་དོན་ཡོད་གྱི། །

tā yi si tu pe ma dön yö kyī

Tai Situ Pema Donyö, may your life be long,

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་སྤྱོད་རྒྱས་རྒྱུར་ཅིག། །

shap pe ten ching dze trin gyé gyur chik

and may your activity flourish!

སྐུབས་ཇེ་འཇམ་མགོན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

HIS EMINENCE JAMGON KONGTRUL RINPOCHE

མཐའ་ཡས་དམིགས་མེད་བརྟེན་གཏོར་ཆེན་པོ།

ta yé mik me tse way ter chen po

Illustrious treasure of boundless and impartial compassion,

ནམ་པར་སྣང་མཛད་རིག་གྲོལ་སྤུལ་པའི་སྐྱུ།

nam par nang dze rik dröl trül pay ku

emanation of Vairocana endowed with qualities of intellect and liberation,

འཇམ་མགོན་ལྷོ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ཡི།

jam gön lo drö chö kyi nyi ma yi

Jamgon Lodrö Chökyi Nyima, may your life be long,

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་པོན་རྒྱས་ལྷུང་ཅིག།

shap pe ten ching dze trin gyé gyur chik

and may your activity flourish!

སྐུབས་ཇེ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

KYABJE SANGYE NYENPA RINPOCHE

མཁས་བརྟན་བཟང་པོ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་འཆང་། །

khé tsün sang po gong may nam tar chang

Emulating the forefathers' learning, ethics, and nobility,

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །

dü sum sang gyé kün gyi ngo wo nyi

The very essence of all the buddhas of the three times,

འགྲོ་བའི་སྐུབས་དང་མགོན་མཆོག་རྡོ་རྗེ་འཆང་། །

dro way kyap dang gön chok dor jé chang

Refuge and supreme protector of beings, Vajradhara,

ཇེ་བརྟན་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

je tsün sang gyé nyen pa shap ten söl

Jetsun Sangye Nyenpa, may your life be long.

སྐྱུབས་རྩེ་བླ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

KYABJE THRANGU RINPOCHE

བསྟན་པའི་དཔལ་གྱུར་ཀམ་ལྷོ་གྲོས་ཞབས། །

ten pay pal gyur kar ma lo drö shap

Karma Lodrö, the teachings' great glory, may your qualities

ཆོས་དཔལ་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་མཁའ་བྱབ་དུ། །

ché pal sang poy yön ten kha khyap tu

Of glorious, good dharma expand throughout space,

འཕེལ་ཞིང་ཞབས་པད་ཏྟག་བརྟན་བཤད་སྒྲུབ་གྱི། །

pel shing shap pe tak ten she drup kyi

Your lotus-like feet everlastingly firm, your activity

ཐིན་ལས་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དཔལ་འབར་ཤོག། །

trin lé chok lé nam gyal pal bar shok

Of teaching and practice in all blaze with triumph and glory.

མཁན་ཆེན་ཚུལ་བྱིས་སྐྱ་མཆོ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

KHENCHEN TSULTRIM GYAMTSO RINPOCHE

ཚུལ་བྱིས་ཡོན་ཏན་ཞིང་གི་དཔལ་ལྷན་ཅིང་། །

tsül trim yön ten shing gi pal den ching

You are endowed with the glory of discipline, field of all qualities,

ཆོས་དོན་རྒྱ་མཆོ་མ་ལུས་སོ་སོར་སྣང་། །

chö dön gya tso ma lü so sor nang

For you an ocean of Dharma's meaning appears clear and distinct,

ལྷ་སྒོམ་ཟབ་མོའི་མགྱུར་དབྱངས་ཕྱོགས་བརྒྱར་ལེན། །

ta gom sap moy gur yang chok chur len

In all ten directions, you sing melodious songs of the profound view and meditation,

བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞབས་པད་རྟག་བརྟན་ཤོག །

she nyen dam pay shap pe tak ten shok

Genuine spiritual friend, may you always remain.

སྐྱུངས་རྩེ་རྩོགས་ཆེན་དཔོན་སྟོབ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།

གྲུན་བཟང་ཐེག་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་མཆོའི་བརྒྱད།

Is the heart luminous definitive meaning.

The vital essence of the ocean of scriptures in Samantabbhadra's vehicle

You fly the victory banner of this great tradition's teachings throughout the reaches of space.

Glorious, supreme guru, may you always remain.

སྐུབས་ཇེ་འབོ་དཀར་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

KYABJE BOKAR RINPOCHE

ཨོ་སྐྱི། །

om svasti

OM SVASTI

རབ་འབྱམས་རྩ་གསུམ་འཆི་མེད་ཆེ་ལྷའི་མཐུས། །

rap jam tsa sum chi me tse lhay tü

By the power of the myriad immortal long-life deities of the three roots,

བསྟན་འགྲོའི་དཔལ་མགོན་མཆོངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །

ten droy pal gön tsung me chö kyi je

may the incomparable glorious protector of the teachings and beings—

ཀམ་སང་གེ་རྒལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ། །

kar ma seng ge gyal tsen pal sang po

The Lord of Dharma, Karma Senge Gyaltsen Palzangpo—

བསྐལ་བརྒྱར་ཞབས་བརྟན་མཛད་ཕྱིན་རྒྱས་རྒྱར་ཅིག །

kal gyar shap ten dze trin gyé gyur chik

remain for one hundred kalpas and may his activity flourish.

ཡོངས་དགེ་མི་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

YONGEY MINGYUR RINPOCHE

ཨོ་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །

om de lek su gyur chik

Om May joy and goodness prevail.

རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ལས་གྱབ་པ། །

rap jam gyal way tuk kye lé drup pa

Second Buddha Padmasambhava, born from the aspirations of infinite buddhas,

ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པས་དགེ་ལེགས་སྟོལ། །

orgyen sang gyé nyi pé ge lek tsöl

Please grant us all that is virtuous and good.

ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་རེལ་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས། །

khyö kyi nam röl yong kyi ge way she

May your emanation, the spiritual guide of all (Yongey),

མི་འགྱུར་དོ་རྗེའི་ངོ་བོར་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

mi gyur dor jéy ngo wor shap ten söl

Live long within the unchanging (Mingyur) vajra (Dorje) essence.

མཁན་པོ་ཀར་མཐར་འཇག་པོ་ཆེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས། །

KHENPO KARTHAR RINPOCHE

རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་ལྷབས་དང་། །

rap jam gyal way tuk jey jin lap dang

Through the blessing of infinite, all-conquering compassion

བདག་ཅག་སློབ་འབངས་ལྷག་བསམ་དག་པའི་མཐུས། །

dak chak lop bang lhak sam dak pay tü

And through the power of pure motivation in us, your students,

རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་དཔལ་ལྷན་ཀམ་པའི། །

gyal way wang po pal den kar ma pay

You who fulfill the supremely victorious and magnificent Karmapa's activity,

ཐྱིན་ལས་མཐར་ཐྱིན་བྱེད་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

trin lé tar chin je poy shap ten söl

We pray that your life be long.

COPYRIGHTS



This work is licensed under [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/). For any other usage or distribution, contact contact@dharmaebooks.org for permission.

Translation:

Most of the translations of the main text have come from the Kagyu Monlam Book. Other translations by Eric Trinle Thaye.

Translations of the long life prayers come from the materials published by related monasteries and centers.

Cover and Layout: Beata Karma Tashi Drolkar

First e-book edition: April 2019.

DHARMAEBOOKS.ORG

Dharma Ebooks is a project of [Dharma Treasure](#), which operates under the editorial guidance of the 17th Gyalwang Karmapa, Ogyen Trinley Dorje. The proprietary rights of Dharma Ebooks belong to Dharma Treasure Corporation.



Contents

1. [Front Matter](#)
2. [དཀར་ཆས།](#)
3. [Table of Contents](#)
4. [འཁུངས་སྐར་ཞལ་འདོན་བཞུགས་སོ།](#)
5. [Verses for Celebrating Birthdays](#)
6. [ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
7. [Long Life Prayers](#)
 1. [གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 2. [His Holiness the 14th Dalai Lama](#)
 3. [ཀུཔ་དབང་ཀམ་པའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 4. [His Holiness the 17th Karmapa](#)
 5. [བུམས་མགོན་མི་ཏུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 6. [His Eminence Tai Situ Rinpoche](#)
 7. [སྐུབས་རྗེ་འཇམ་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 8. [His Eminence Jamgon Kongtrul Rinpoche](#)
 9. [སྐུབས་རྗེ་སངས་ཀུས་མཉམ་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 10. [Sangye Nyenpa Rinpoche](#)
 11. [སྐུབས་རྗེ་ཁྱ་འགུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 12. [Venerable Thrangu Rinpoche](#)
 13. [མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཆོ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 14. [Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche](#)
 15. [སྐུབས་རྗེ་རྗེ་གས་ཆེན་དཔེན་སྟོབ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 16. [Dzogchen Ponlop Rinpoche](#)
 17. [སྐུབས་རྗེ་འབོ་དཀར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 18. [Yangsi Bokar Rinpoche](#)
 19. [ཡོངས་དགེ་མི་འགུར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས།](#)
 20. [Yongey Mingyur Rinpoche](#)

21. [མཁན་པོ་ཀར་མཐར་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་བརྟན་གསལ་འདེབས།](#)
22. [Khenpo Karthar Rinpoche](#)
8. [Copyrights](#)

Landmarks

1. [Cover](#)
2. [Table of Contents](#)