

ལྷ་གྲུང་ཞོག་ཆེན་པོས་མངོན་པའི་སློན་ལམ་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་བཞུགས།

BARDO MONLAM - PRAYER FOR THE INTERMEDIATE STATE

ལྷ་ཨཱོ་ཧཱུྃ། ད་ལྷ་གནས་པ་ཆེ་ཡི་བར་དོ་ལ།

A OM HUNG DA TA NE PA TSE YI BARDO LA

In the Bardo of this life

རང་སེམས་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་ལས་ལ་གཡེང་།

RANG SEM MA TOG KHOR WE LE LA YENG

Distracted by Samsaric activities we cannot recognize the nature of our mind.

མི་རྟག་འཆི་བ་མ་བྱུང་འདི་དོན་བསྐྱབ།

MI TAG CHHI WA MA DREN DHI DON DRUB

Pursuing only the aims of this life we forget impermanence and death

སྐྱུ་བ་སྐྱུ་ལ་སྐྱེ་བ་ན་འཆིའི་སློན་གས་སུ་ཚུད།

DUG NGAL KYE GA NA CHI DROGS SU TSHUD

And experience the suffering of birth, old age, sickness and death.

སྐྱུ་ལུས་སློ་བུར་ནད་ཀྱིས་ཐེབ་ཅམ་ན།

GYU LUE LO BUR NED KYI THEP TSAM NA

When illness touches this illusory body

གཟུང་འཇོན་ཞེན་ཆགས་རང་སར་གྲོལ་བར་ཤོག།

ZUNG ZIN ZHEN CHHAK RANG SAR DROL WAR SHOG

May we self-liberate our attachment and grasping.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྱགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་ཚྲོབས།

BAR DOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་སུ་འཕྲོད་བར་བྱིན་གྱིས་ཚྲོབས།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

དེ་ནས་འཆི་ཁ་དུས་ཀྱི་བར་དོ་ལ།

DE NE CHHI KHA DUI KYI BARDO LA

In the Bardo of Dying

རང་ཉིད་གཅིག་སུ་ཕ་རོལ་འགོ་བའི་ཚེ།

RANG NYID CHID PUR PHA ROL DRO WE TSE

Each of us has to travel to the other shore all alone

ཉེ་དྲུང་འབྲེལ་བ་ཀུན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་གུང་།

NYE DRUNG DREL WA KUN GYI THA KOR KYANG

Though surrounded by loved ones and family.

སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྔོན་པའི་ཐབས་མེད་པས།

KED CHIG CHAM YANG DOD PI THAB MED PE

We cannot extend our life even by one single moment.

ལུས་གྱི་འཁྲུལ་འཁོར་འབྱུང་བཞི་འཇིག་པའི་དུས།

LUE KYI THRUL KHOR JUNG ZHI JIG PI DUE

When the four elements of our body dissolve

གཟུང་འཇིག་ཞེན་ཆགས་རང་སར་གྲོལ་བར་ཤོག།

ZUNG ZIN ZHEN CHHAK RANG SAR DROL WAR SHOG

May we experience the self-liberation of our attachment and grasping.

སླ་མ་མཐུན་ལོ་སྤྲུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བྱུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

TONG RING MA BU THROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

ས་ཡི་ནུས་པ་ཚུ་ལ་ཐིམ་པའི་ཚོ།

SA YI NU PA CHHU LA THIM PI TSE

When the energy of the earth element dissolves into the water element

ལུས་ཀྱི་སྤོབས་ཤོར་ས་ལ་བྱིང་བ་འདྲ།

LUE KYI TOP SHOR SA LA JING WA DRA

The body loses its strength and one has the feeling of falling and sinking

སླིག་རྩུ་གྲུ་གྲུ་དུད་འཚུབ་སྤང་བ་འཆར།

MIG GYU GYA GYU DUL TSUP NANG WA CHHAR

Appearances of smoke-like mirages arise.

རང་འོད་སེར་པོ་ལམ་ལམ་ཤར་བའི་ཚོ།

RANG OD SER PO LAM LAM SHAR WE TSE

When yellow flickering lights appear

གསལ་ལ་བ་རང་འབྱུང་སྐྱུ་རུ་རྟོགས་བར་ཤོག

SAL WA RANG JUNG KU RU TOG PAR SHOG

May we recognize them as the nature of the Buddha Sal Wa Rang Jung ("Self-Luminous").

སླེ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་བསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྒྲུང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

TONG RING MA BU THROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

ཚུ་ཡི་ནུས་པ་མེ་ལ་ཐིམ་པའི་ཚོ།

CHU YI NUPA ME LA THIM PI TSE

When the energy of the water element dissolves into the fire element

ལུས་བཟུག་འཚོར་ཞིང་ཁ་སྐྱོམ་སྤེ་ཡང་སྐྱམ།

LUE TRAG CHHOR ZHING KHA KOM CHE YANG KYEM

The body loses its healthy glow, the tongue dries and one is thirsty,

ཕྱེད་ཕྱེད་བན་བུན་ཚུས་བྱིར་སྒྲུང་བ་འཆར།

CHYED CHOD BEN BUN CHU KHYER NANG WA CHAR

One feels as if carried away by flooding waters.

ཚུ་ཡི་དྲངས་མ་འདོ་སྟོན་འཆར་བའི་ཚོ།

CHU YI DANG MA OD NGON CHAR WE TSE

When the purity of water appears as a vision

དགའ་བ་དོན་གྲུབ་སྐྱུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།

GAWA DON DRUP KU RU TOG PAR SHOG

May I recognize it as the divine body of Gawa Dondrup ("Joyful Accomplishment").

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྒྲུང་ཚོད་བར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

BARDOE THRUL NANG CHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

མེ་ཡི་རྒྱས་པ་རླུང་ལ་ཐིམ་པའི་ཚོ།

ME YI NUPA LUNG LA THIM PI TSE

When the energy of the fire element dissolves into the air element

ལུས་ཀྱི་དྲོད་ཡལ་ཚུ་ནམས་དར་མ་རྒྱས།

LUE KYI DROD YAL TSA NAM DAR MA NUE

The body loses its heat and the energy channels can no longer sustain themselves.

སྲིན་བུ་མེ་ཁྱིམ་ལྷ་བུའི་སྒྲུང་བ་འཆར།

SRIN BU ME KHYER TA WUI NANG WA CHHAR

Lights appear like fireflies.

རང་འོད་དམར་པོ་ལམ་ལམ་འཆར་བའི་དུས།

RANG OD MAR PO LAM LAM CHHAR WE DUE

When flaming red light appears

ཇེ་བྲག་དངོས་མེད་སྐུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།

JE DRAG NGO MED KU RU TOG PAR SHOG

May I recognize it as the nature of the Buddha Je Drag Ngo Med ("Nonduality").

སླ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱད་མཚན་བཟུང་དུ་གསོལ།།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྐྱང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བྱུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

ལྷུང་གི་རྒྱས་པ་རྣམ་ཤེས་དག་ལ་ཐིམ་པའི་ཚོ།།

LUNG GI NUPA NAM SHE DAG LA THIM PI TSE

When the energy of the air element dissolves into consciousness

དབྱུགས་ཀྱང་ཚད་ནས་མིག་ཀྱང་གྱེན་ལ་བཞྱོག།

UG KYANG CHHED NE MIG KYANG GYED LA DHOG

The breath stops and the eyes roll back.

མར་མེ་ལྷུང་བྱིར་ལྷ་བུའི་སྐྱང་བ་འཆར།།

MAR ME LUNG KHYER TAWUE NANG WA CHHAR

Visions of an extinguishing butterlamp arise.

རང་འོད་ལྗང་སྤྱུ་ལམ་ལམ་འཆར་བའི་ཚོ།

RANG OD JANG KHU LAM LAM CHHAR WE TSE

When flaming green light appears

དགེ་ལྷ་གར་ཕྱུག་སྐུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།

GE LHA GAR CHUG KU RU TOG PAR SHOG

May I recognize it as the nature of the Buddha Ge Lha Gar Chung ("Ceaseless Flow of Virtue").

སླ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོ་བས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བྱུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོ་བས།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀུན་གཞིར་ཐིམ་པའི་ཚོ།

NAM PAR SHEPA KUN ZHIR THIM PI TSE

When consciousness dissolves into the ground of all

སྤྱི་ཡི་ཡུལ་འགག་ནང་གི་དབང་པོ་འགག།

CHYI YI YUL GAG NANG GI WANG PO GAG

The inner senses and outer objects lose their function.



ནམ་མཁའ་སྨིན་བྲལ་ལྷ་བུའི་སྣང་བ་འཆར།

NAM KHA TRIN DRAL TA PUE NANG WA CHHAR

A vision of a cloudless sky may appear.

རང་བཞིན་འོད་གསལ་བར་དོ་ཤར་བའི་ཚོ།

RANG ZHIN OD SAL BARDO SHAR WE TSE

When the natural Bardo of Clear Light appears

ཀུན་སྣང་ཁྱེད་པའི་སྐྱུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།

KUN NANG KHYAB PI KU RU TOG PAR SHOG

May I recognize it as the perfect form of Kun Nang Khyab Pi ("Limitless Vision").

སླ་མ་མཐུན་ལོ་སྤྱད་ལྡན་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

ཚོགས་རྒྱལ་ཡུལ་རྒྱལ་ཅི་རྟེན་འདུས་པའི་ཚོ།

TSOG DRUG YUL DRUG CHI TAR DUI PI TSE

When the six consciousnesses and their objects dissolve

སྤྱན་འཐིབ་སྤྲག་ཆར་སྤྲག་མཚོ་འབྲིལ་བའི་རུས།

MUN THIB THRAG CHHAR THRAG TSO KHYIL WE DUE

Darkness appears and a rain of blood fills an entire lake.

སྒྱུ་ཚེན་གྲགས་དང་འོད་ཚེན་འཆར་བའི་ཚོ།

DRA CHHEN DRAG DANG OD CHHEN CHHAR WE TSE

When a tremendous rumbling sound and a great light appears

རང་སྣང་སྒྱུ་མ་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་ནས།

RANG NANG GYU MA YIN PA NGO SHE NE

May I recognize all appearances as illusion.

རང་རིག་བོན་ཉིད་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱས་ཤོག།

RANG RING BON NYID YING SU SANGYE SHOG

May I recognize the innate, self-knowing awareness.

སླེ་མ་མཐེན་ལོ་སྤྲུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འབྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

TONG RING MA BU PHROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

ཚམ་ཤེས་ཉེན་མེད་ད་བུར་བུད་པའི་ཚེ།

NAM SHE TEN MED DA BUR BUD PI TSE

When consciousness becomes like an orphan without support

ཕ་རོལ་འཇིགས་རུང་གཤིན་རྗེའི་སྣང་བ་འཆར།

PHA ROL JIG RUNG SHIN JE NANG WA CHHAR

And the fearful Lord of Death appears,

སྒྲ་འོད་ཟེར་གསུམ་རང་སྣང་འཁྲུལ་པ་རྣམས།

DRA OD ZER SUM RANG NANG KHRUL PA NAM

When the three illusory visions of sound, light and light rays appear

རང་བྱུང་རང་ཅལ་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་ནས།

RANG JUNG RANG TSAL YIN PA NGO SHE NE

Bless me, that I may recognize these visions as inseparable from the nature of the mind

བར་དོ་ངེས་པར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

BARDO NGE PAR DROL PAR JIN GYI LOP

And achieve liberation in the Bardo.

ལྷ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱལ་སྡེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

LAMA KHYEN NO THUG JE ZUNG DU SOL

Master, please bless me with your compassionate heart and mind

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

BARDOE THRUL NANG CHHOD PAR JIN GYI LOB

So that I can overcome the deluded visions of Bardo,

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

TONG RING MA BU THROD PAR JIN GYI LOB

Bless me so that I can unify emptiness and awareness as mother and son.

སྣང་བ་སྤྱུ་མར་ཉོགས་པ་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

NANG WA GYU MAR TOG PAR JIN GYI LOB

Bless me, that I may recognize all visions as delusion.

གནས་ངན་སྐྱེ་སློལ་ཚོད་བར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

NE NGEN KYE GO CHHOD PAR JIN GYI LOB

May I exhaust the possibilities of rebirth in the lower realms

དུས་གསུམ་མཉམ་ཉིད་ཉོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

DUE SUM NYAM NYID TOG PAR JIN GYI LOB

And recognize the oneness of the three times.

སྐྱུ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱེད་གྱིས་རྫོབས།

KU SUM SAN GYE THOP PAR JIN GYI LOB

Bless me that I may achieve the Buddhahood of the three Kayas,

ཡེ་ཤེས་ལྔ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་གྱིས་རྫོབས།

YE SHE NGA DANG DEN PAR JIN GYI LOB

Bless me that I may achieve the five wisdoms