

༄༅། །། རུ་ག་ཨ་མུ་ས་བསྐྱིག་ས་པའི་མ་མོའི་འབྲུག་ས་རྣོང་རྒྱུན་བྱིར་བཞུག་ས་སོ། །།

Daily Practice to Appease the Disturbance of the Ma-mo

ལྷོ། ལྷ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐ་མ་ལ། །གསང་སྤྲུག་ས་བོན་དུ་བྱེར་བའི་ཚེ། །ཕས་ཟེར་བྱ་ཡིས་མི་ཉན་དུས།
JHO | NGA GYA DÜ KYI THA MA LA | SANG NGAK BON DU GYUR WÄ
TSE | PHÄ ZER BU YI MI NYÄN DÜ |

BHYOH During the period of the final 500 years [of the Buddha's teachings], when the path of Secret Mantra degenerates to sorcery, a time when fathers speak but sons do not listen,

དུས་ངན་ཉེ་བ་འཐབ་བ་དང་། །ཤོས་ངན་རེ་སྤུལ་གྱོན་བ་དང་། །ཟས་ངན་ལྷི་བ་ཟ་བ་དང་། །སྤེ་འབྲུག་
DÜ NGÄN NYEWA THAPPA DANG | GÖ NGÄN RE THÜL GYÖNPA DANG |
ZÄ NGÄN CHIWA ZAWA DANG |

an evil time in which close relatives and dear ones quarrel and fight, a time of bad clothing when people dress in the skins of animals, a time of bad food, when people eat shit [that sits heavy on the stomach],

ནང་དམེ་བྱེད་བའི་དུས། །མ་མོ་ནག་མོ་སྤྲུག་ས་ཤོས་ནས། །བུད་མེད་སྣ་ཚོགས་སྤྲོད་ཁམས་གང་། །མི་
DE THRUK NÄ ME JEPÄ DÜ | MAMO NAKMO THUK THRÖ NÄ | BÜME
NATSOK TONGKHAM DANG |

a time when communities are divided and brother kills brother — the mind of the black mother goddess becomes enraged and she will fill a thousand million worlds with all manner of women (her female emanations).

ནད་སྤྲུག་ས་ནད་སྣ་ཚོགས་གཏོང་། །མཁའ་ལ་ནད་སྤྱིན་སྡོད་མར་འབྲིག་ས། །དུས་ཀྱི་འབྲུག་ས་བ་སྤོང་
MI NÄ CHUK NÄ NATSOK TONG | KHA LA NÄ TRIN NGOMAR THRIK |
DÜ KYI THRUKPA LONG

Various diseases of humans and animals will be unleashed [upon the earth] and the sky will be filled with gathering clouds of green and red sickness. Oh, you mother goddess who elicits the disturbances of the age,

བྱེད་མ། །མཚོན་གྱི་བརྒྱལ་བས་འཛིག་ས་བྱེད་མ། །སྒོ་བུར་མི་ལ་ལྷོག་རྒྱོད་འབེབས། །ཐོག་སེར་
JEMA | TSHÖN GYI KALPÄ JIKJEMA | LOBUR MI LA TOK GÖ BEP | THOK
SER

the goddess who causes terror in an age of sharp weapons, you who strike down humans with sudden cancerous ulcers,

འབེབས་པའི་སྤྲིང་མོ་ཚེ། །

BEPPÄ NYING MO CHE |

you are the great mother whose heart is an avalanche of hailstones and lightning!

ས་བདག་སྐུ་གཉན་ཁྱོད་གྱི་འབངས། །ལྷ་སྤྱིན་སྤེ་བརྒྱུད་ཁྱོད་གྱི་འཁོར། །ཁྱོད་གྱིས་མི་འདུལ་གང་ཡང་
SADAK LU NYÄN KHYÖ KYI BANG | LHA SIN DE GYÄ KHYÖ KYI KHOR |
KHYÖ KYI MI DÜL GANG YANG

All the spirits of nature, earth, water and trees, are your servants! Your retinue consists of the eight classes of gods and demons, and there is no one or nothing that cannot be subdued by you.

མེད། །རྩེ་གྲང་མ་མོ་ཁྱོད་གྱི་ནད། །རིམས་གྲང་མ་མོ་ཁྱོད་གྱི་རིམས། །ཁྲག་གྲང་མ་མོ་ཁྱོད་གྱི་ཁྲག།
ME | NÄ KYANG MAMO KHYÖ KYI NÄ | RIM KYANG MAMO KHYÖ KYI
RIM | THRAK KYANG MAMO KHYÖ KYI THRAK |

All diseases, indeed, are your disease, oh mother! All plagues and infections, indeed, are your plague, oh mother! All bloodshed, indeed, is your blood, oh mother!

སླྱི་བདུད་ནད་གྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱུར། །བསྐྱུང་ལོ་ཁྱོད་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱུང། །དམ་རྩེས་བདུད་ཚིའི་གཏོར་མ་
CHI DÜ NÄ KYI KHALO GYUR | KANG NGO KHYÖ KYI THUKDAM
KANG | DAMDZÄ DÜTSI'I TORMA

You are the manipulator of all demons and sickness — May you be satisfied! May your heart be fulfilled! With these sacred articles and this offering cake of nectar, with these items for your support,

དང་། །རྟེན་རྩེས་སྐྱབ་རྩེས་སྐྱོང་རྩེས་གྱིས། །ལྷུགས་བའི་མ་མོའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱུང། །ཐུགས་དམ་
DANG | TENDZÄ DRUPDZÄ KONGDZÄ KYI | THRUKPÄ MAMÖ
THUKDAM KANG | THUKDAM

these items of attainment and these items for the fulfilment of your wishes, may the mind of the disturbed mother goddess be satisfied!

བསྐྱུང་ལོ་ས་མ་ཡ། །

KANG NGO SA MA YA |

May you be at peace! SAMAYA!

ཐུགས་དམ་བསྐྱུངས་བའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལའོར་བཅས་གྱི། །ནད་ཁ་ཚོད་ལ་
THUKDAM KANGWÄ JINLAP KYI | NALJOR DAKCHAK KHORCHÄ KYI |
NÄKHA CHÖ LA

By the blessings of your satisfied mind, may sickness, pestilence and plague be kept far away from we yogins and our families!

རིམས་ཁ་བསྐྱུར། །ཁྲམ་ཁ་ཕྱིས་ལ་ལུ་ཤེལ་སྒོས། །ནད་གདོན་བར་ཚད་བསྐྱུར་དུ་གསོལ། །མོ་ངན་
RIMKHA GYUR | THRAMKHA CHI LA SHADEL PÖ | NÄ DÖN BARCHÄ
GYUR DU SÖL | MO NGÄN

May all misfortunes be banished and good luck be in our favour! We pray that you bring an end to all sickness and strife, and we ask you please

མཚན་རྩུབ་བསྐྱུར་དུ་གསོལ། །མོ་བདུད་དལ་ཁ་གཡས་སུ་བསྐྱུར། །མོ་བདུད་དལ་ཁ་གཡོན་དུ་བསྐྱུར།
TSÄN TSUP GYUR DU SÖL | PHO DÜ DALKHA YÄ SU GYUR | MO DÜ
DALKHA YÖN DU GYUR |

to turn aside all evil omens and prognostications. May all harm from male demons be averted to the right! May all harm from female demons be averted to the left!

སླྱི་བདུད་དལ་ཁ་མཁའ་ལ་བསྐྱུར། །བསྐྱོག་བསྐྱུར་ཆེན་མོའི་དུས་ལ་བབ། །དུས་ལ་བབ་པོ་ས་མ་ཡ།
CHI DÜ DALKHA KHA LA GYUR | DOK GYUR CHENMÖ DÜ LA BAP | DÜ
LA BAP PO SAMAYA |

May all harm from demons in general be averted to the sky! Turn them aside! Oh, great mother, your time has come! Seize the moment! SAMAYA

བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །

CHÖLWÄ THRINLÄ DRUPPAR DZÖ ।

You must fulfil the deeds with which you are entrusted!

ཐོག་མེད་དུས་ནས་མ་རིག་དབང་གྱུར་བས། །མི་ཤེས་སྐྱིབ་པའི་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་ནི། །ཐམས་

THOKME DÜ NÄ MARIK WANG GYURPÄ । MISHE DRIPPÄ LELO WANG GI NI ।

Having fallen under the sway of ignorance since time without beginning, due to the effects of laziness and the obscurations of foolish unknowing,

ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལས་འགལ་བ་རྣམས། །སྐྱུལ་བ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ལ་བཟོད་པར་གསོལ།

THAMCHÄ KHYENPÄ LAM LÄ GALWA NAM । TRÜLPA KHANDRÖ TSOK LA ZÖPAR SÖL ।

we have strayed far from the path to awakened omniscience. All this we confess to the assembly of emanated *dākinī* and we pray for forgiveness!

ཨོྩ་ས་མ་ཡ། །ཨྩ་ས་མ་ཡ། །ཧཱིྩ་ས་མ་ཡ། །ཏྲག་རྒྱ་ཁ་ལྷན་ཏེ་ཨེ་ཀ་ཇ་ལྷི་སྟིང་ཁ་ར་ཀ་མོ་བྱོ་ཇེ། །ཨོྩ་

OM SAMAYA ĀḤ SAMAYA HŪM SAMAYA TRAG RAKṢA KHAMUNTRE EKAJAṬĪ SNYING KHA RAKMO BHYO JAḤ

བཇོ་ས་རྒྱ་ས་མ་ཡ་སོགས་མན་ངག་གི་ཡིག་བརྒྱ་དང་། །ལག་གཡས་འཇུབ་མོ་སྐྱེན་ལག་གཉིས་མཐིལ་དུ་བཀྱག་མཐིལ་བོང་གུང་མོ་

Then one should recite the 100 syllable mantra as it has been learned from the instructions of one's teacher, OM VAJRASATTVA SAMAYA... and so on. And, after that, one should make the gesture of the trident by folding down the forefinger and the ring finger of one's right hand,

མཐིལ་ལྷུང་གསུམ་བསྐྱེངས་ཏེ་ཏི་ཤུལ་གྱི་ནས་དྲུག་ །ཧཱིྩ་ཕྱེད་མ་རྒྱ་དེ་སྐྱི་ཀྱ་ལྷི་དུ་ལྷན་ཀྱང་ཉེ་ལུ་བརྒྱ་བ་ཙ་ར་ཏ་

pressing them against the palm, while stretching out the thumb, the middle finger and little finger, and turn away all evil omens by reciting :

HŪM PHAṬ MAHĀDEVĪ KĀLĪ DUṢṬĀNTAKA HANA DAHA RULU BANDHA PACA RAṆA

ཧཱིྩ་ཕྱེད། །ཅེས་པས་མཚན་རབ་བསྐྱོག །ལག་གཉིས་སོར་མོ་བཅུ་ཅེ་མོ་ཅུང་ཙམ་བསྐྱུས་ནས་ཁོང་བརྒྱམ་པོར་བདུད་ཅི་བུམ་པའི་ཕྱག་རྒྱ་

HŪM PHAṬ.

And then one should make the gesture of the pot of nectar by gently bringing the ten fingertips of one's two hands together and imagining a vase of nectar nestled in the hollow spherical space between one's palms, and say

བཅས་ལ། །ཨོྩ་བཇོ་རྒྱ་གི་རྒྱ་དེ་སྐྱི་མ་རྒྱ་ལྷི་རེ་མ་རྒྱ་ལ་ལྷ་གཱུ་ཙེ་ཏྲ་སྐྱ་སྐྱི་ས་མ་ཡ་ཕལ་ཨྩ་བེ་ཤ་ལ་ཨྩ་

OM VAJRAḌĀKINĪ DEVĪ MAHĀ KĀLĪ REMATĪ KĀYA VĀK CITTA SARVA SIDDHI SAMAYA PHALA ĀVESAYA ĀḤ

ཞེས་རྒྱ་གཱུ་ཨྩ་སྐྱ་ས། །དགེ་འོ། །དགེ་འོ། །དགེ་འོ། ། །

This was composed by Rāga Āsya, the Red-faced. Virtue! Virtue! Virtue!

Translated by Martin Boord (Rig-'dzin rdo-rje) – phonetics by Yungdrung Gyampo.