



༄༅། །བྱམས་པའི་སྣོན་ལམ་བཟུགས་སོ། །

**Maitreya's Aspiration**  
from the Words of the Buddha

ཀྱ་གར་རྣང་དུ། །ཡུལ་མི་དྲི་བ་ཉི་རྒྱ་ན་རྩ་ཇ།

**gyagar ké du aya maitri pranidhana radza**  
In the language of India: *ārya-maitrī-praṇidhānarāja*

བོད་རྣང་དུ། །འཕགས་པ་བྱམས་པའི་སྣོན་ལམ་གྱི་  
ཀྱལ་པོ།

**böké du pakpa jampé mönlam gyi gyalpo**  
In the language of Tibet: *pakpa champé mönlam gyi gyalpo*

In the English language: *The Noble Maitreya's King of Aspirations*

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**sangye dang changchup sempa tamché la chaktsel lo**  
Homage to all buddhas and bodhisattvas!



ཀུན་དགའ་པོ་ཇི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་  
 བྱམས་པས་སློན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པའི་ཚོ། ཉིན་  
 ལན་གསུམ་མཚན་ལན་གསུམ་དུ་སྒྲ་གོས་ཕྱག་པ་གཅིག་ཏུ་གཟར་  
 བྱས་པུས་མོ་གཡས་པའི་ལྟ་ངས་ལ་བརྩུགས་ཏེ། ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་ཚིག་འདི་སྐད་ཅེས་སློན་  
 ལམ་བཏབ་བོ། །

*Ananda, in the past, when the bodhisattva mahāsattva Maitreya was engaged in the bodhisattva practices, he would drape his upper robes over one shoulder, bend his right knee to the ground, and join his palms together, three times a day and three times a night. He would then concentrate on all the buddhas and make the following aspiration:<sup>1</sup>*

སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**sangyé kün la chaktsel lo**  
 Homage to all buddhas!

བྱང་སློང་ལྷ་མིག་ལྡན་པ་ཡི། །

**drangsong lha mik denpa yi**  
 Homage to the bodhisattvas

<sup>1</sup>In this paragraph the Buddha Śākyamuni addresses his foremost disciple Ananda, and recounts the following aspiration made by the Buddha Maitreya, when he was on the bodhisattva path.



བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ཡང། །

**jangchup sempa nam dang yang**  
who possess the divine vision of seers,

ཉམ་ཐོས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**nyentö nam la chaktsel lo**  
and homage to the hearers as well.

ངན་འགོ་ལས་ནི་བསྐྱོག་བགྱིད་ཅིང། །

**ngendro lé ni dok gyi ching**  
Homage to bodhicitta, the heart of awakening,

མཐོ་རིས་ལམ་ནི་རབ་སྟོན་ལ། །

**tori lam ni rap tön la**  
that keeps the lower realms at bay,

མ་གྱི་མེད་པར་འདྲེན་བགྱིད་པ། །

**gashi mepar dren gyipa**  
that shows us the way to the higher realms,

བྱང་ལྷུབ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

**jangchup sem la chaktsel lo**  
and leads us to a state beyond aging and death.



སེམས་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ན། །

**sem kyi wang du gyurpé na**  
I go before the awakened ones

བདག་གིས་སླིག་པ་ཅི་བགྱིས་པ། །

**dak gi dikpa chigyi pa**  
to confess any and all misdeeds

སངས་རྒྱས་སྤྱན་སྦྲར་མཆིས་ནས་སུ། །

**sangyé chen ngar chi né su**  
that I may have committed

བདག་གིས་དེ་དག་བཤགས་པར་བགྱི། །

**dak gi dedak shakpar gyi**  
while under the sway of mind.

གང་ལས་རྣམ་པ་གསུམ་གང་གིས། །

**gangle nampa sum gang gi**  
May all merit accrued

བསོད་ནམས་ཚོགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དེ། །

**sönam tsok ni kyepa dé**  
through the three kinds of actions



བདག་གི་ཀུན་མཁྲེན་ས་བོན་ཏེ། །

**dak gi künkhyen sabön té**  
become a seed for my omniscience

བདག་གི་བྱང་ཆུབ་མི་ཟད་ཤོག། །

**dak gi jangchup mizé shok**  
and inexhaustible awakening.

ཕྱོགས་བརྒྱ་དག་གི་ཞིང་ཁམས་སྲ། །

**chok chu dak gi zhingkhams su**  
The buddhas are aware and rejoice in any offering

སངས་རྒྱས་མཚོད་པ་གང་བྱུང་བ། །

**sangyé chöpa gangjungwa**  
made to the awakened ones

སངས་རྒྱས་མཁྲེན་པས་ཡི་རང་བ། །

**sangyé khyenpé yirangwa**  
throughout the buddhafi elds of the ten directions,

དེ་ལ་བདག་ནི་ཡི་རང་ངོ། །

**dé la dak ni yi rang ngo**  
and so do I too rejoice.



སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བསྟེ། །

**dikpa tamché shakpar gyi**

I hereby confess all negative actions.

བསོད་ནམས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་ངོ། །

**sönam kün la yi rang ngo**

I hereby rejoice in everything meritorious.

སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལ། །

**sangyé kün la chaktsel la**

I hereby pay homage to all buddhas.

བདག་ནི་ཡེ་ཤེས་མཚོག་ཐོབ་ཤོག །

**dak ni yeshé chok top shok**

May I attain the supreme wisdom state.

ཕྱོགས་བརྒྱ་དག་གི་ཕྱོགས་རྣམས་ན། །

**chok chu dak gi chok nam na**

I exhort each and every bodhisattva

ས་བརྒྱ་དག་ལ་གནས་པ་ཡི། །

**sa chu dak la nepa yi**

dwelling in the ten directions



བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ལྷུབ་མཚོག། |

**jangchup sempa jangchup chok**  
and upon the ten bodhisattva levels

འཚང་རྒྱ་བགྱིད་པར་བསྐྱེལ་མ་འདེབས། |

**tsang gya gyipar külma dep**  
to awaken now to supreme enlightenment.

བྱང་ལྷུབ་དམ་པར་སངས་རྒྱས་ཤིང། |

**jangchup dampar sangyé shing**  
And, as they awaken to sublime enlightenment,

སྡེ་དང་བཅས་པའི་བུད་བུལ་ནས། |

**dé dang chepé dü tül né**  
may they turn the wheel of Dharma

སློག་ཆགས་ཀུན་ལ་སྐྱོན་སྐྱོད་ཏུ། |

**sokchak kün la men ledu**  
so as to tame the demons and all their hordes,

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་གྱུར་ཅིག། |

**chö kyi khorlo kor gyur chik**  
and bring benefit to every living being.



ཚོས་རྩ་ཚེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་ནི། །

**chö nga chenpö dra yi ni**

May the beat of the great drum of Dharma

སྤྱག་བསྐྱལ་སེམས་ཅན་ཐར་བགྱིད་ཤོག། །

**dukngel semchen tar gyi shok**

free beings from their suffering.

བསྐླལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་སྟུ། །

**kelpa jewa samyé su**

For unimaginable billions of eons,

ཚོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག། །

**chö tön dzé ching zhuk gyur chik**

may the awakened ones teach Dharma and remain.

འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་གྱུར་ཅིང། །

**döpé dam du jing gyur ching**

I beg you, best of humans,

སྟེང་པའི་སྟངས་བྱས་དམ་བཅིངས་པ། །

**sepé sebü dam chingpa**

look upon us drowning in the mud of desires,





འཆིང་བ་ཀུན་གྱིས་བཅིངས་བདག་ལ། །

**chingwa kün gyi ching dak la**  
bound by the ropes of craving,

རྐང་གཉིས་མཚོག་རྣམས་གཟིགས་སུ་གསོལ། །

**kang nyi chok nam zik su söl**  
and in other ways absolutely trapped.

སེམས་ཀྱི་དྲི་མར་གྱུར་པ་ལ། །

**sem kyi drimar gyurpa la**  
May the buddhas not level criticism

སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་སྣོད་མི་མཛད། །

**sangyé nam ni mö mi dzé**  
against those of impure minds.

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་བྱུགས་ལྡན། །

**semchen nam la jam tukden**  
Instead, may they give love to beings

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་སྦྱོལ་བར་ཤོག། །

**sipé tso lé drölwar shok**  
and free them from the ocean of existence!



རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གང་བཟུགས་དང། །

**dzokpé sangyé gang zhuk dang**  
May I train in the likeness

གང་དག་འདས་དང་མ་བྱོན་པ། །

**gangdak dé dang majönpa**  
of the perfectly awakened buddhas

དེདག་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཅིང། །

**dedak jesu dak lop ching**  
of the present, past, and future,

བྱང་ཚུབ་སྤྱད་པ་སློབ་གུར་ཅིག །

**jangchup chepa chö gyur chik**  
and uphold the bodhisattva conduct.

ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་རྫོགས་བགྱིས་ནས། །

**paröl chin druk dzok gyi né**  
May I bring to completion the six perfections

འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་མཐར་བགྱིད་ཤོག །

**dro druk semchen tar gyi shok**  
and lead, to the end, the six classes of beings.



མངོན་ཤེས་དྲུག་པོ་མངོན་བགྱིས་ནས། །

**ngönshé drukpo ngön gyi né**  
May I manifest at last the six super-knowledges

སླ་མེད་བྱང་ཚུབ་རེག་གྱུར་ཅིག །

**lamé jangchup rek gyur chik**  
and reach the unsurpassed state of awakening.

མ་སྐྱེས་པ་དང་མི་འབྱུང་དང། །

**makyepa dang minjung dang**  
May I realize the truth of emptiness

རང་བཞིན་མ་མཆིས་གནས་མ་མཆིས། །

**rangzhin ma chi né ma chi**  
in which all is birthless and non-arising,

རྣམ་རིག་མ་མཆིས་དངོས་མ་མཆིས། །

**namrik ma chi ngö ma chi**  
without intrinsic nature, without location,

སྟོང་པའི་ཚོས་ནི་རྟོགས་པར་ཤོག །

**tongpé chö ni tokpar shok**  
with neither mental process nor substance.



སངས་རྒྱས་དང་སྲོང་ཆེན་པོ་ལྟར། །

**sangyé drangsong chenpo tar**

Just like the great sage, the Buddha himself,

སེམས་ཅན་མ་མཆིས་སྲོག་མ་མཆིས། །

**semchen ma chi sok ma chi**

may I realize the truth of selflessness

གང་ཟག་མ་མཆིས་གསོ་མ་མཆིས། །

**gangzak ma chi so ma chi**

in which beings do not exist, nor any living things,

བདག་མ་མཆིས་པའི་ཚོས་ཉོག་ཤོག །

**dak machipé chö tok shok**

nor an individual, nor any kind of person.

བདག་འཇིན་བདག་གིར་འཇིན་པ་ཡི། །

**dakdzin dakgir dzinpa yi**

May I practice generosity free from stinginess

དངོས་པོ་ཀུན་ལ་མི་གནས་པར། །

**ngöpo kün la mi nepar**

without entertaining any notion of substantiality,



སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་སྲིད་བུ། །

**semchen kün la pen ledu**

nor any belief in the self nor egoistical clinging,

སེར་སྣ་མ་མཆིས་སྦྱིན་གཏོང་ཤོག། །

**serna ma chi jin tong shok**

so that the benefit may reach all beings.

དངོས་པོ་དངོས་པོར་མ་མཆིས་པས། །

**ngöpo ngöpor machipé**

Since material things do not exist concretely,

བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་ལྷུན་གྲུབ་ཤོག། །

**dak gi longchö lhündrup shok**

may all my needs be spontaneously met.

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་འཇིག་པའི། །

**ngöpo tamché nam jikpé**

Since all material things are subject to decay,

སྦྱིན་པའི་ཕ་རོལ་སྦྱིན་རྫོགས་ཤོག། །

**jinpé paröl chin dzok shok**

may I master the perfection of generosity.



ཁྱི་ཚུལ་ཁྱི་ཚུལ་སྐྱོན་མེད་ཅིང། །

**trim kyi tsültrim kyönmé ching**  
With discipline completely flawless,

ཚུལ་ཁྱི་ཚུལ་རྣམ་པར་དག་དང་ལྡན། །

**tsültrim nampar dak dang den**  
discipline that is perfectly pure,

སྐྱོམ་སེམས་མེད་པའི་ཚུལ་ཁྱི་ཚུལ་ཁྱིས། །

**lomsem mepé tsültrim kyi**  
and discipline devoid of arrogance,

ཚུལ་ཁྱི་ཚུལ་པ་རོལ་བྱེན་ཚོགས་ཤོག། །

**tsültrim paröl chin dzok shok**  
may I master the perfection of discipline.

སའམ་ཡང་ན་ཚུའམ་མེ། །

**sam yangna chuam mé**  
With absence of anger--in other words, with patience,

ལྗང་གི་ཁམས་ལྟར་མི་གནས་ཤིང། །

**lung gi kham tar mi né shing**  
akin to how the earth, water, and fire elements,



བབློད་པའམ་ཁྲོ་བ་མ་མཚིས་པར། །

**zöpam trowa machipar**

and the wind element as well, dwell not anywhere,

བབློད་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚློགས་ཤོག། །

**zöpé paröl chin dzok shok**

may I complete the perfection of patience.

བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པའི་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱིས། །

**tsöndrü tsampé tsöndrü kyi**

With persistent application of diligence

བརྟན་སྲོལ་ལོ་མ་མཚིས་ཤིང། །

**ten tro lelo ma chi shing**

may I be ever joyful and free from laziness,

སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱིས། །

**top dang denpé lü sem kyi**

and with strength in both body and mind

བརྩོན་འགྲུས་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚློགས་ཤོག། །

**tsöndrü paröl chin dzok shok**

may I complete the perfection of diligence.



ལྷུ་མ་ལྷ་བུའི་ཉིང་འཇིན་དང། །

**gyuma tabü tingdzin dang**

With illusion-like meditative concentration,

དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་འཇིན་དང། །

**pawar drowé tingdzin dang**

and bravery-inspiring meditative concentration,

དོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་འཇིན་གྱིས། །

**dorjé tabü tingdzin gyi**

and vajra-like meditative concentration,

བསམ་གཏན་ས་རོལ་ཕྱིན་ཚོགས་ཤོག། །

**samten paröl chin dzok shok**

may I master the perfection of meditation.

རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྐོ་གསུམ་དང། །

**nampar tarpé go sum dang**

Acting with the three gates of liberation,

དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་ཡང། །

**dü sum nyampa nyi dang yang**

with the equality of the three times,





རིགས་སམ་མངོན་སུམ་བགྱིས་པ་ཡིས། |

**rik sam ngönsum gyipa yi**  
and the threefold knowledge,

ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚློགས་ཤོག། |

**sherap paröl chin dzok shok**  
may I master the perfection of wisdom.

སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་དང། |

**sangyé kün gyi ngakpa dang**  
May I be praised by all buddhas

འོད་དང་གཟི་བརྗིད་འབར་བ་དང། |

**ö dang ziji barwa dang**  
as I beam with light and splendor,

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱིས། |

**jangchup sempé tsöndrü kyi**  
and with the diligence of a bodhisattva

བདག་གི་བསམ་པ་ཚློགས་གུར་ཅིག། |

**dak gi sampa dzok gyur chik**  
may all my aims be accomplished.



དེལྟར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང། །

**detar chepa chö jé ching**

As I engage in this very conduct,

བྱམས་པ་གྲགས་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །

**jampa drak dang denpa yi**

may I, the one known as Maitreya,

ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་ཚློགས་བགྱིས་ནས། །

**paröl chin druk dzok gyi né**

bring to completion the six perfections

ས་བཅུ་པོ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །

**sa chupo la raptu né**

and reach the ten bodhisattva levels.

*Additionally:<sup>2</sup>*

འདི་ནས་ཤི་འཕོས་གུར་མ་ཐག། །

**di né shi pö gyur ma tak**

At the very moment I pass away,

<sup>2</sup>The following is an additionally verse commonly added to the end of Maitreya's aspiration.



དགའ་ལྡན་སྐྱེས་ནས་ཡིད་དགའ་བར། །

**ganden kyé né yiga bar**

may I joyfully take rebirth in Tuṣita Heaven

སྙུར་དུ་བྱམས་མགོན་མཉེས་བྱས་ནས། །

**nyurdu jam gön nyé jé né**

and, swiftly delighting the Lord Maitreya,

བྱང་ཚུབ་ལྷུང་བསྟན་ཐོབ་པར་ཤོག། །

**jangchup lungten toppar shok**

receive his prophecy of my awakening.

*Lhasey Lotsawa Translations (trans. Lowell Cook, ed. Libby Hogg), 2020.*