

# ***Mantra de Tara Branca pela Longa Vida de Kyabje Zopa Rinpoche***

*Comece recitando o mantra de Tara Branca 21 vezes ou mais, seguido pela recitação do mantra de Tara muitas vezes. No final da sessão, recite o mantra de Tara com a oração pela longa vida de Rinpoche*

## ***Mantra de Tara Branca***

**OM TARE TUTTARE TURE MAMA AYUR  
PUNYE JÑANA PUSHTIM KURU [YE]<sup>1</sup> SVAHA**  
*(21x ou mais)*

## ***Mantra de Tara***

**OM TARE TUTTARE TURE SVAHA**  
*(muitas vezes)*

*Depois, no final da sessão, recite:*

## ***Recitação Especial para Lama Zopa Rinpoche***

**OM TARE TUTTARE TURE Possam para sempre aumentar a vida, os feitos e as  
atividades do glorioso e santo Guru Kyabje Thubten Zopa Rinpoche SVAHA**  
*(100x ou pelo menos 21x)*

**OM TARE TUTTARE TURE pälden lama dam pa Kyabje Thubten Zopa Rinpoche  
pä zangpöi ku tse ze trin gäi per gyur chig SVAHA** *((100x ou pelo menos 21x)*

*Colofão: Compilado por Thubten Pemba segundo as instruções contidas na sadhana de Tara Branca de Pabongkha Rinpoche.*

---

<sup>1</sup> Favor notar que a sílaba “YE” neste mantra é opcional. É escrito diferentemente conforme as diferentes fontes. Esta aqui segue a escrita do mantra conforme consta no Lamai Naljor 1987 e foi checado junto ao tibetano pela Ven. Connie Miller.