

2023/10道次世界 綠度母 觀修營 儀軌

དཀར་ཆག་ 主目錄 (具連結功能)

- 01 《語加持法》 ངག་བྱིན་རྒྱལ་པ་ 004
- 02、增長咒。འགྲུར་ཐུགས་ནི། 005
- 03、加持土地與供品ས་གནི་དང་མཚོད་ཇས་བྱིན་རྒྱལ་པ་ 006
- 04、迎請 ཐུན་འདྲེན། 007
- 05、皈依、發心 ཐུབས་སེམས། 007
- 06、《般若波羅蜜多心經》 ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོ། 慧供 009
- 07、阿底峽尊者點燈祈願文 010
- ༄༅། རྩོམ་མེད་སྒྲིན་ལམ། 010
- 08、普賢七支供養བཟང་སྒྱུད་ཡན་ལག་བདུན་པ། 012
- 09、補充：《七支供 略版：7句》 014
- 10、《兜率百尊》 དགའ་ལྷན་ལྷ་བརྒྱུ་མ་བཞུགས་སོ། 014
- 11、《無緣悲心頌》五句 དམིགས་བརྩེ་མ་ལྟོས། 016
- 12、祈請 གསོལ་འདེབས། 017

- 13、收攝資糧田 ཚོགས་ཞིང་བཟུ་བཞི། 017
- 14、發願 རོན་ལམ། 018
- 15、獻曼達 མརྒྱལ 37(廣) 019
- 16、獻曼達 མརྒྱལ (略) 021
- 17、三大義之祈求 དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས། 021
- 18、《功德之本頌》 ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ། 022
- 19、三主要道 ཨཱ། ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་བཞུགས་སོ། 025
- 20 六座瑜伽廣軌 ཐུན་བྱུག་སྤྱི་མཐི་རྣལ་འབྱོར་བཞུགས་སོ། 030
- 21、六座瑜伽.略軌 ཐུག་བྱུག་བཟུས། 048
- 22、21度母禮讚 སྒྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་ལ་བསྟོད་པ་བཞུགས་སོ། 50
- 補充：《七支供 略版：7句》 052
- 23、至尊檀林度母之自生、瓶生、對生修供
與朵瑪簡軌 ཇེ་བཙུན་མ་སེང་ལྷེང་ནགས་གྱི་སྒྲོལ་མའི་བདག་
བསྐྱེད་དང་བུམ་བསྐྱེད་མདུན་བསྐྱེད་གཏོར་མ་བཅས་བཞུགས་སོ། 059
- 24、地神朵瑪施放法 གཞི་བདག་གཏོར་མ། 092
- 25、金剛空行護摩觀修 རོ་ཇེ་མཁའ་འགྲོའི་སྦྱིན་སྒྲིག། 097
- 26、迴向文 .出處《中觀寶鬘論第五品》 103

ཀྱུལ་པོ་ལ་གཏམ་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱེང་བ། 103

27、廣論祈願文 ལམ་རིམ་སྒྲོན་ལམ། 106

28、【格魯聖教增長文】 107

29、第十四世至尊達賴喇嘛丹增嘉措上師

住世祈請文《無死成就妙音》 109

ཀྱུལ་བའི་ཞབས་བརྟན་རབ་འབྱམས་མ་བཞུགས་སོ། 109

30、雪歌仁波切長壽願文 111

ཟེལ་དཀར་རིན་པོ་ཆེའི་བརྟན། 111

31、護法：六臂瑪哈嘎拉祈願文 114

མགོན་པོའི་གཏོར་འབུལ། 114

32、護法：閻魔羅王讚 ཆོས་ཀྱུལ་གཏོར་འབུལ། 116

33、護法：吉祥天母讚 སེམས་ཉིད་མ། 118

34、餽供儀軌 ཚ་བསུར། 120

35、大乘八關齋戒 ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱང་། 125

36、超薦常用咒語 ~ 4+1

སྦྱོང་བའི་སྐབས་ཀྱི་གཟུངས་ཐུགས་འགའ། 145

37、上師薈供(簡易版) སྤྲ་མཆོད་མདོར་བསྟུ། 147

01 《語加持法》 ངག་བྱིན་རྒྱལ་མཁའ་ 004

智成就者瓊玻之瑜伽教授

རང་ཉིད་ལྷ་མོ་གསལ་ལྟེ་སྟེང་དུ། །ཨ་ལས་སྒྲ་སྟེང་ཨོ་དཀར་མཐར། །
 ཨ་ལི་དཀར་པོ་གཡས་སྐོར་དང་། །ཀ་ལི་དམར་པོ་གཡོན་སྐོར་དང་། །
 རྟེན་སྟེང་སྟོན་པོ་གཡས་སྐོར་ལ། །དམིགས་ནས་ནང་རིམ་སྒྲུལ་དུ་བསྐྱུས། །
 自現本尊舌頭上， 阿化月上白喻邊，
 白色母音右旋繞， 紅色子音左旋繞，
 藍色緣起咒右繞， 緣已內圈蛇盤誦。

(元音、母音咒)

ཨོ་ ཨ་ཨླ ཨི་ཨླ ཨུ་ཨླ རི་ལྷི་ལྷི་ ཨེ་ཨླ ཨོ་ཨླ ཨཱ་ཨཱ་ སྦྱུ
 喻 阿啊 依以 烏無 日日 哩里 耶也
 歐偶 盎啊 梭哈。

(輔音、子音咒)

ཨོ་ ཀ་ལ་ག་ལྷ་ད། ཅ་ཨ་ཇ་ལྷ་ལྷ། ར་ཕ་ཏ་ལྷ་ལྷ། ཏ་ཕ་ད་ལྷ་ལྷ།
 བ་ཕ་བ་ལྷ་ལྷ། ཡ་ར་ཡ་ལྷ། ཤ་ཏ་ས་ཏ་ལྷ། སྦྱུ
 喻 嘎喀咖卡昂 乍擦札賈良 刹叉渣雜納
 大踏達打那 巴帕琶拔瑪 雅饒喇瓦
 夏喀薩哈哈 梭哈。

(緣起咒中譯：諸法因緣生，緣謝法還滅，吾師大沙門，常作如是說)

ཨོ་ ཡེ་རྣམས་ རེ་དུ་སྤྱ་རྣམས་ རེ་དུ་རྟེན་ལྷ་ལྷ། སྦྱུ
 ཏ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རི་རྟེན་ཨཱ་ལྷ་ལྷ། མདུ་ ཤ་མ་ཏ་ལྷ། སྦྱུ
 喻 耶達爾瑪 嘿度乍拔瓦 嘿敦迭肯 大踏卡舵
 嗨瓦迭 迭喀札優尼 若達耶望拔迪
 瑪哈 夏嗎納耶 梭哈。

ལན་བདུན་ནས་ཉིད་གཅིག་བསྐྱུས་མཐར། ། 誦 7 或 21 遍之後，

ས་བོན་ཐུགས་ཕྱེད་འོད་ཟེར་གྱིས། །འཇིག་རྟེན་འདས་དང་མ་འདས་གྱི། །
གསུང་གི་བྱིན་རྒྱལས་ཐམས་ཅད་བཀྲལ། །ཐུགས་ལ་ཐིམ་པས་ཐུགས་ཕྱེད་གསུམ། །
種子咒鬘放光芒，世間以及出世間，
勾召所有語加持，融入咒語三咒鬘，

མཐའ་ནས་ནང་ཐིམ་ཨ་ཡིག་གྱུར། །དེ་ཡང་དཀར་དམར་བདུད་རྩི་ངོར། །
ཁྱ་ནས་ལྗེར་ཐིམ་རང་གི་ལྗེ། ་རྩི་རྩི་ལྗེ་རང་བཞིན་གྱུར། །ཅེས་བཤེད། ལྟོས། ་
從邊融內成阿字，彼成紅白甘露樣，
化已融舌自之舌，轉成五股杵自性。

དེ་ལྟར་བསམ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ་ངག་གི་རྒྱས་པ་ཕྱུན་སྲུལ་ཚུགས་པ་དང་། ་བརྒྱས་བཤེད་གང་བྱས་བྱེ་
བར་འགྱུར་བ་དང་། ་ཐུགས་གི་རྒྱས་པ་རྒྱན་གྱིས་མི་ཉམས་ཤིང་། ་ངག་འབྲལ་སྤྱོད་བའད་བརྒྱས་པར་
འགྱུར་བར་གསུངས། ཞེས་སོ།

如是思惟利益，如云：「言語威力咸圓滿， 唸誦轉成
千萬倍， 咒力不被緣所敗， 綺語亦將成唸誦。」

釋法炬恭譯

02、增長咒。འགྱུར་ཐུགས་ནི། 005

ཨོྃ་ སྦྱར་ སྦྱར་ བིམ་ན་ སྦྱར་མ་དུ་ ཇཱ་ཤ་དྲུ།

ཨོྃ་ སྦྱར་སྦྱར་ བིམ་ན་ སྦྱར་མ་དུ་ ཇཱ་ཤ་དྲུ།

嗡 散巴拉.散巴拉. 比瑪那 薩拉瑪哈 雜挖吽
嗡 瑪拉 瑪拉 比瑪拿 嘎拉 瑪哈雜哇吽 (3遍)

• 念珠咒 ཨོྃ་རུ་ཅི་ར་མ་ཉི་བྲ་ཤམ་ཡ་དྲུ།

嗡 如季拉 瑪尼 乍哇大呀 吽 (7遍)

03、加持土地與供品ས་གནི་དང་མཆོད་ཇམ་བྱིན་རྒྱལ་མཁའ་ 006

ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ས་གནི་དག་གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་།
ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་བཞུག་ཡིན། རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་ལྟར་ཅིག།

一切地基化清淨 無有砂礫等雜物
面均平坦如掌心 性同琉璃甚平滑

ལྟ་དང་མི་ཡི་མཆོད་པའི་ཇམ། དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་ཀྱིས་སྤྲུལ།
ཀྱན་བཟང་མཆོད་སྤྱིད་སྒྲ་ན་མེད། ཉམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱང་ཁྱབ་ལྟར་ཅིག །

人間天界諸供品 真實陳列與意化
普賢無上供養雲 祈願遍滿虛空界

◎ 供雲陀羅尼

ཨོྭ་ན་མོ་རྩ་ག་པ་ཏེ། བཛྲ་སྤྱར་པ་མད་ནེ་ ཏ་སྤྱུ་ག་ཏ་ཡ།
ཨ་རྩ་ཏེ་ སུལ་མཛྲ་བུ་རྩ་ཡ། ཏ་ཏུ་སྤྱུ་ ཨོྭ་བཛྲ་བཛྲེ། མདྲ་བཛྲེ།
མདྲ་ཏེ་ཇ་བཛྲེ། མདྲ་བཛྲེ་བཛྲེ།
མདྲ་བོ་རྩི་ ཅི་རྩ་བཛྲེ། མདྲ་བོ་རྩི་ མཛྲོ་པ་སྤྱི་ ཀྱ་མ་ཏ་བཛྲེ།
སཐ་ཀམ་ ཞུ་པ་ར་ཏ་ བཛྲོ་རྩ་ན་ བཛྲེ་སྤྱུ་ཏུ།

嗡 拿摩巴嘎哇爹 邊雜薩拉 乍瑪答涅
答他嘎大雅 阿拉哈爹 三藐三布答雅 爹雅他
嗡 邊澤 邊澤 瑪哈邊澤 瑪哈爹雜邊澤
瑪哈比雅邊澤 瑪哈鉢提 吉答邊澤。 瑪哈
鉢地 曼卓巴森 乍瑪那邊澤 薩爾哇 嘎爾瑪
阿哇惹拿 筆修答那 邊澤 梭哈 (3 遍)

◎ 真諦力頌 བདེན་སྟོབས།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང། སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང། ཆོག་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་
དང། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་སྟོགས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་
ཉིད་དུ་བྱུང་ཅིག།

①願以三寶.真諦力

②一切佛菩薩 . 加持力

③圓滿福智資糧.大威神力

④清淨不可思議.法界力、
令供品 真實化現。

04、迎請 ལྷན་འདྲེན། 007

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང།བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་ཟད་འཛོམས་མཛད་
ལྷ།དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཡང་དག་མཁའ་གྱུར་པའི།།བཙུམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་
འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

一切無餘眾生依怙主 摧滅無盡魔軍勝戰尊
一切實相無餘遍知者 世尊眷屬祈請降臨此

05、皈依、發心 ལྷབས་སེམས། 007

སངས་རྒྱུ་ཆོས་དང་ཆོག་གྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་
མཆོག་བདག་གིས་སྤྱོད་སོགས་བགྱིས་པའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱིས། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་
རྒྱུ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

諸佛正法賢聖三寶尊 從今直至菩提我皈依
我以所行施等諸資糧 為利有情故願大覺成

◎ 受菩薩戒偈 (不常使用)

(2022/12/18上師薈供中開示：受戒本身即是依教奉行的大供養)

我趣皈依於三寶	一一懺悔所造罪
隨喜有情諸善根	內心記取佛菩提
我於佛法眾中尊	直至菩提趣皈依
為能成就自他利	我要生起菩提心
願我生起殊勝菩提心	然後接待一切眾生客
修習悅意殊勝菩提行	為利眾生成就佛果位

(3 遍)

◎ 四無量心 ཚད་མེད་བཞི།

(2022/8/1開示：皈依偈中之利益有情的實際行動.)

མེས་མ་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情具樂及樂因

མེས་མ་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གི་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情離苦及苦因

མེས་མ་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་མི་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情不離無苦之樂

མེས་མ་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་མེས་མ་ཅན་ཐམས་ཅད་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情 遠離愛惡親疏住平等捨 (3遍)

06、《般若波羅蜜多心經》 ཤེས་རབ་སྤྱིང་གི་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་སྦྱོར་ཐུགས་སྦྱོར་ 009

(2022/8/1開示：描述諸佛菩薩的智慧-作供養)

觀自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。

照見五蘊皆空。度一切苦厄。

舍利子。色不異空。空不異色。
色即是空。空即是色。受想行識。亦復如是。

舍利子。是諸法空相。不生不滅。
不垢不淨。不增不減。

是故空中無色。無受想行識。
無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。
無眼界。乃至無意識界。無無明。
亦無無明盡。乃至無老死。
亦無老死盡。無苦集滅道。
無智亦無得。以無所得故。

菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。心無罣礙。
無罣礙故。無有恐怖。
遠離顛倒夢想。究竟涅槃。

三世諸佛。依般若波羅蜜多故。
得阿耨多羅三藐三菩提。

故知般若波羅蜜多。是大神咒。是大明咒。
是無上咒。是無等等咒。
能除一切苦。真實不虛。

故說般若波羅蜜多咒。即說咒曰。
揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦
菩提薩婆訶。

07、阿底峽尊者點燈祈願文 010**༄༅། ཇོ་པའི་མར་མེའི་སྒྲོན་ལམ། 010**

མར་མེའི་སྒྲོན་ནི་སྒྲོང་གསུམ་གྱི་སྒྲོང་ཆེན་པོ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ ཁོར་
ཡུག་དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག་ སྒྲོང་བྱ་ནི་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ཙམ་དུ་གྱུར་ཅིག

祈願 燈盞.等同. 三千大千世界 之大
祈願 燈蕊. 須 彌 山 王 之高

མར་ཁུ་ནི་མཐའི་རྒྱ་མཚོ་ཙམ་དུ་གྱུར་ཅིག །
གངས་ནི་སངས་རྒྱས་རེ་རེའི་མདུན་དུ་དྲུང་ཕྱར་རེ་རེ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག
祈願 燈油. 大 海 邊 際 之量
祈願 數量.於各諸佛座前.成為億萬之數

འོད་ཀྱིས་སྤིད་པའི་རྩེ་མོ་མན་ཆད་ནས། མན་མེད་པའི་དབྱུལ་བ་
ཡན་ཆད་ཀྱི་མ་རིག་པའི་མུན་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ནས་
上自三有頂端起 下至無間地獄間
光芒盡除一切無明昏暗已

ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཞིང་ཁམས་
ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་གསལ་བར་གྱུར་ཅིག
十方一切諸佛菩薩之淨土，
現前可見普皆光明

ཨོ་ཤཱ་ ཨ་ལོ་གེ ཨུཿྐྱཱ་

嗡 班雜 阿 羅 給 阿 吽 (3 遍)

ཨ་མ་དྲོ། འཇམ་མཁའ་ (哇！)

རྩིས་མཚན་མཛད་བྱུང་སྤང་གསལ་སྒྲོན་མེ་འདི།

稀奇罕有明亮此燈明

(供養境) 依2023/10/24第三座修法，仁波切開示而立

བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱལ་སྤོང་རྩ་ལ་སོགས་པའི།།རབ་འབྱམས་ཕྱོགས་བཅུ་འི་ཞིང་ཁམས་མ་ལུས་
པ། ལྷ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཚས་སྤོང་དང་།།དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་བར་བཞི།

供養賢劫千尊佛陀等 無垠十方刹土皆無遺
上師本尊空行護法眾 壇城天尊海會之大眾

(迴向)

ཕ་མས་གཙོ་བྱས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང། ཆོརབས་འདི་དང་སྤྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ།

父母為主一切有情眾 今生以及所有生世中

རྩིས་མཚན་རྒྱལ་པའི་ཞིང་ཁམས་མངོན་མཐོང་ནས། འོད་དཔག་མེད་མགོན་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་ཤོག །

親睹圓滿諸佛淨土已 皆和彌陀怙主成無二

(諦力加持)

དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་རྩ་གསུམ་ལྷ་ཚོགས་གྱི། །

三寶以及三根本天眾

བདེན་པའི་མཐུ་ཡིས་སྒྲོན་ལམ་འདི་བཏབ་སྟེ། ལྷ་རྩ་འབྱུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །

祈以真諦威力賜加持 使此所發願望速成辦

ཏཱ་ཤཱ། པརྩ་རྩིལ་ ལྷ་བཟོ་རྩུ་ན་ཡེ་ ལྷ་རྩུ་ (3 遍)

爹雅他 班雜 吉且雅 阿哇波達 拿耶 梭哈

08、普賢七支供養བཟང་སྟོན་ཡན་ལག་བདུན་པ། 012

ཇི་སྟེང་སུ་དག་སྟོགས་བཅུདི་འཇིག་རྟེན་ན། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གེ་ཀུན།
 །བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཞིའོ། །

所有十方世界中 三世一切人師子
 我以清淨身語意 一切遍禮盡無餘

བཟང་པོ་སྟོན་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ། །
 རིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་ལུས་རབ་བདུད་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་ ཀུན་ལ་རབ་དུ་ཕྱག་འཆལ་འོ། །

普賢行願威神力 普現一切如來前
 一身復現刹塵身 一一遍禮刹塵佛

རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་སྟེང་སངས་རྒྱལ་རྣམས། །སངས་རྒྱལ་སྤྱུང་གི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག །
 དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱེངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

於一塵中塵數佛 各處菩薩眾會中
 無盡法界塵亦然 深信諸佛皆充滿

།དེ་དག་བཞུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱ་ཀུན་གྱིས།
 །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཟློད་ཅིང་། །བདེ་ བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད་

各以一切音聲海 普出無盡妙言辭
 盡於未來一切劫 讚佛甚深功德海

།མེ་ཏོག་དམ་པ་འཕྲེང་བ་ དམ་པ་དང་། །སིལ་སྤྱན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་།
 །མར་མེ་མཚོག་དང་གདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བཞི།

以諸最勝妙華鬘 伎樂塗香及傘蓋
 如是最勝莊嚴具 我以供養諸如來

ཁྱ་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་བྲི་མཚོག་དང་། རྩེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་ མཉམ་པ་དང་།
ཁ་ཀོད་པའི་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བཅུ།

最勝衣服最勝香 末香燒香與燈燭
——皆如妙高聚 我悉供養諸如來

མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། རེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།
ཁ་བཟང་པོ་སྦྱོང་ལ་དང་པའི་སྦྱོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་མཚོད་པར་བཅུ། །

我以廣大勝解心 深信一切三世佛
悉以普賢行願力 普遍供養諸如來

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཁྱང་།
མྱིག་པ་བདག་གིས་བཅུས་པ་ཅི་མཆིས་པ། རེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།

我昔所造諸惡業 皆由無始貪嗔痴
從身語意之所生 一切我今皆懺悔

ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྒྲོ་དང་མི་སྒྲོ་བ་དང་།
འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། རེ་དག་ཀུན་གྱི་ཇེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

十方一切諸眾生 二乘有學及無學
一切如來與菩薩 所有功德皆隨喜

གང་རྣམས་ཕྱོགས་བཅུའི་ འཇིག་རྟེན་སྒྲོལ་མ་དག་ བྱང་རྒྱལ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་
བརྟེས། མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། འཁོར་ལོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་བསྐྱར་ བར་བསྐུལ།

十方所有世間燈 最初成就菩提者
我今一切皆勸請 轉於無上妙法輪

ཁྱ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །
བསྐལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བཟུགས་པར་ཡང་། བདག་ གི་ཐལ་མོར་བ་རྒྱར་གསོལ་བར་བཅུ།

諸佛若欲示涅槃 我悉至誠而勸請
唯願久住剎塵劫 利樂一切諸眾生

།ཕུག་འཛལ་བ་དང་མཛོད་ཅིང་། བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།
།དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཟོའོ།

所有禮讚供養福 請佛住世轉法輪
隨喜懺悔諸善根 迴向眾生及佛道

09、補充：《七支供 略版：7句》 014

(仁波切2023/9/16於佛子行37頌中開示：其每日長版21遍、略版108遍)

སྒོ་གསུམ་གྱིས་པའི་སྒོ་ནས་ཕུག་འཛལ་ལོ། དངོས་གཤམས་ཡིད་སྤུལ་མཛོད་སྤྱིན་མ་ལུས་
འབུལ།།ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ཤིག་ལྟར་ཐམས་ཅད་བཤགས། སྤྱི་འཕགས་དགེ་བ་
རྣམས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།།འཁོར་བ་མ་སྟོང་བར་དུ་ལེགས་བལྟགས་ནས། འགོ་ལ་ཚས་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་བསྐོར་བ་དང་།།བདག་གཞན་དགེ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བཟོ།།

身語意門誠禮敬，實觀供雲悉呈奉
無始積惡皆懺悔，凡聖善業皆隨喜
輪回未已請住世，為利眾生轉法輪
自他善聚回菩提。

10、《兜率百尊》 དགའ་ལྷན་ལྟ་བུར་མ་བལྟགས་སོ། 014

༄༅། །ནམ་གུ་རུ་བྱུང་། 南無咕嚕 མཐུ་རྟོ་ཁྲ་ཡ།曼殊國喀雅

དགའ་ལྷན་ལྟ་བུར་མཁོན་གི་སྤྱགས་ཀྱི་ནས། །རབ་དཀར་ཞོགས་ར་སྤངས་འདྲེན་ཆུ་འཛིན་ཅེས།
兜率百尊怙主之心中，極白如新乳般白雲頂

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཀུན་མཁུན་སྒོ་བཟང་གྲགས། །སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།
法王遍智洛桑札巴尊，與二法子祈降臨此處

མདུན་གོ་ནམ་མཁའ་མེད་ཁྱི་པད་རྒྱུད་མེད་། །རྩེ་བཙུན་སྤྲུལ་དཔེས་པའི་འཇུག་དཀར་ཅན། །
面前虛空獅座蓮月上，至尊上師歡喜具笑顏

བདག་སྒོ་དང་པའི་བསོད་ནམས་ཞིང་མཚོག་དུ། །བསྐྱན་པ་རྒྱལ་མེར་བསྐལ་བརྒྱར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །
我心至信殊勝妙福田，為揚聖教祈請住百劫

ཤེས་བྱའི་ཁྱོད་ཀུན་འཇལ་བའི་སྒོ་གྲོས་བྱགས། །སྐལ་བཟང་ན་བའི་རྒྱན་ལྷུང་ལེགས་བཤད་གསུང་།
遍見一切所知大慧心，眾有福者耳嚴善說教

གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་ལྷམ་མེར་མཛེས་པའི་སྤྱ། །མཐོང་ཐོས་དྲན་པས་དོན་ལྡན་ལ་ཐུག་འཇལ།
名揚聖德威奕莊嚴身，見聞憶念有利我禮敬

ཡིད་འོང་མཚོད་ཡོན་སྒྲ་ཚོགས་མེ་དྲག་དང་། །དྲི་ཞིམ་བདུག་སྤྲོས་སྤང་གསལ་དྲི་ཆབ་སོགས། །
種種悅意供具妙花鬘，末香燒香燈燭塗香等

དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤུལ་མཚོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཚོ་འདི། །བསོད་ནམས་ཞིང་མཚོག་ཁྱེད་ལ་མཚོད་པར་
འབུལ། །

實設意化如海此供雲，殊勝福田尊前誠獻供

གང་ཞིག་ཐོག་མེད་དུས་ནས་བསགས་པ་ཡི། །ལྷས་ངག་ཡིད་གྱིས་མི་དགེ་ཅི་བགྱིས་དང་། །
彼由無始以來所造作，從身口意所生之惡業

ཁྱད་པར་སྤོམ་པ་གསུམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །སྤྱིང་ནས་འཁྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །
特於三種戒之相違處，至心生悔猛烈發露懺

སྤྲིགས་མའི་དུས་འདིར་མང་ཐོས་སྒྲུབ་ལ་བཙོན། །ཚོས་བརྒྱད་སྤངས་ནས་དལ་འཁྱོར་དོན་ཡོད་ཁྱེད་
於此濁世多聞勤修證，斷除八法暇滿修大利

མགོན་པོ་ཁྱེད་གྱི་རྒྱལ་ཆེན་མཛད་པ་ལ། །བདག་ཅག་བསམ་པ་ཐག་པས་ཡི་རང་ངོ་། །
 怙主汝所行之偉功績，吾等至心懇切而隨喜
 རྗེ་བཙུན་སྤྲུལ་དམ་པ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི། །ཚེས་སྤྱི་མཁའ་ལ་མཁུན་བཙེའི་རྒྱ་འཛིན་འཁྲིགས། །
 至尊上師聖者汝等眾，法身虛空智悲祥雲集
 རྗེ་ལྷ་འཚམས་པའི་གདུལ་བྱའི་འཛིན་མ་ལ། །ཟབ་རྒྱས་ཚེས་ཀི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ། །
 隨機應化於所調大地，祈請任運降下法露雨
 བདག་གིས་རྗེ་སྟེང་བསགས་པའི་དགེ་བ་འདིས། །བསྟན་དང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གང་ཕན་དང་། །
 如是以我所集諸善業，利益一切聖教與眾生
 ཁྱད་པར་རྗེ་བཙུན་སྤྱོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི། །བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་རིང་དུ་གསལ་བྱེད་ཤོག།
 特於至尊洛桑札巴之，聖教心要恆常令顯揚
 དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱི་བོར་པ་སྤྱོད་སྟེང་བཞུགས་ལ། །
 具德珍貴根本之上師，請來安住我頂蓮月座
 བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྐྱ་གསུང་བྲགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྤྱལ་དུ་གསོལ། །
 並以甚深恩惠攝持我，賜予身語意之諸成就

11、《無緣悲心頌》五句 དམིགས་བརྩེ་མ་ལྟོས། 016

དམིགས་མེད་བརྩེ་བའི་གཏེར་ཆེན་ཐུན་རས་གཟིགས། །དྷི་མེད་མཁུན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་
 དཔལ་དབྱུངས། །བདུད་དབྱུང་མ་ལུས་འཛིན་མཛད་གསང་བའི་བདག་། །གངས་ཅན་མཁས་
 པའི་གཙུག་རྒྱན་ཅང་ལ་པ། །སྤྱོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

無緣悲心寶藏觀世音 無垢智慧王者妙文殊
 無餘摧伏魔軍秘密主 雪域智者頂嚴宗喀巴
 洛桑札巴蓮足誠祈請

12、祈請 གསོལ་འདེབས། 017

ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་ཤེས་རབ་འཕེལ་དུ་གསོལ། །འཆད་ཅོད་ཙམ་པའི་སྒོ་གོས་རྒྱས་སུ་གསོལ། །
 聞思修持智慧願增長，講辯撰寫智慧願增長
 མཚེག་དང་བྱམ་མོང་དངོས་གྲུབ་སྣལ་དུ་གསོལ། །ལྷུང་དུ་ཁྱེད་རང་ལྷ་བུར་བྱེན་གིས་རྫོབས། །
 殊勝共通悉地請賜予，祈請加持迅速如同您
 བདེ་ཆེན་ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་འཆར་དུ་གསོལ། །དངོས་འཛིན་འཁྲུལ་པའི་བྱི་མ་བསལ་དུ་གསོལ། །
 俱生大樂智慧願現起，實執錯亂污垢願淨除
 སེམས་ཉིད་སྤོང་བྱ་བ་གཅད་དུ་གསོལ། །ལྷུང་དུ་ཁྱེད་རང་ལྷ་བུར་བྱེན་གིས་རྫོབས། །
 心中疑慮網罟願盡斷，祈請加持迅速如同您

13、收攝資糧田 ཚོགས་ཞིང་བསྐྱབ་ནི། 017

- ① དཔལ་ལྷན་ཙམ་པའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱིང་གར་པ་སྒྲོའི་སྤྱིང་བཞུགས་ལ། །
 具德珍貴根本之上師，請來安住我心蓮月座
 བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྤྱུ་གསུང་བུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣལ་དུ་གསོལ། །
 並以甚深恩惠攝持我，賜予身語意之諸成就
- ② དཔལ་ལྷན་ཙམ་པའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱིང་གར་པ་སྒྲོའི་སྤྱིང་བཞུགས་ལ། །
 具德珍貴根本之上師，請來安住我心蓮月座
 བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །མཚེག་དང་བྱམ་མོང་དངོས་གྲུབ་སྣལ་དུ་གསོལ། །
 並以甚深恩惠攝持我，賜予殊勝共通諸成就
- ③ དཔལ་ལྷན་ཙམ་པའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱིང་གར་པ་སྒྲོའི་སྤྱིང་བཞུགས་ལ། །
 具德珍貴根本之上師，請來安住我心蓮月座
 བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པའི་བར་དུ་བརྟན་པར་བཞུགས། །
 並以甚深恩惠攝持我，直至菩提心前恆安住

14、發願 རོན་ལམ། 018

ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པས། རྟེན་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དངོས་སུ་མཇུག་པའི་མཐུས། །
一切生中以勝宗喀巴，作為真正勝乘善師力

རྒྱལ་བས་བཤུགས་པའི་ལམ་བཟང་དེ་ཉིད་ལས། རྟེན་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལྷོག་པར་མ་ཟུར་ཅིག །
於彼勝者讚揚之妙道，雖僅剎那與之不分離

མད་བྱང་རྣམ་ཐར་གཙང་མའི་ཁྱིམ་དང་ལྷན། རྒྱབས་ཆེན་རྒྱལ་སྤྱོད་པས་སིང་སོབས་ཆེ། །
稀有傳記具足清淨戒，廣大佛子行持大毅力

བདེ་སྤྱང་མཆོག་གི་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད། རྟོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་མཇུག་བར་ཤོག།
殊勝樂空次第瑜伽行，祈願值遇善慧勝者教

རྒྱལ་ཁྱིམ་གཙང་ཞིང་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། བྱང་སེམས་འབྱོངས་ཤིང་ལྷ་སྤྱོད་གཙང་བ་སོགས། །
戒律清淨並且多聽聞，諳菩提心見行清淨等

རྟོ་བཟང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་པ་ལ། བསྟེན་ལྷན་མེད་པའི་རྣམ་ཐར་འཁོངས་པར་ཤོག། །
善慧第二勝者之教法，無有混雜傳記願延續

ང་ཡི་སྤྱ་མ་རྟོ་བཟང་གྲགས་པ་དེ། དགའ་ལྷན་གནས་སམ་བདེ་བ་ཅན་ལ་སོགས། །
我之上師洛桑札巴尊，彼居兜率或居極樂等

དག་པའི་ཞིང་ཁམས་གང་ན་བལྟགས་ཀྱང་རུང་། བདག་སོགས་འཁོར་གི་ཐོག་མར་སྐྱེ་བར་ཤོག། །
無論居住於何淨土中，我等祈願生為眷屬首

釋法炬恭譯 2013/06/18

15、獻曼達 མཚན་ལ 37(廣) 019

ཞིང་ཁམས་འབྲུག་བར་ཞུ། 茲供養淨土 ཡོ་བཟོ་རྒྱ་མི་ཡུལ་ཏུ།
 嗡 本札 布彌 啊吽 དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་དཀྱི།
 廣嚴黃金地基 ཡོ་བཟོ་རི་ཁོ་ཡུལ་ཏུ། 嗡 本札 瑞給 啊吽

- ① ཐེ་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས། བསྐོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།
 外以鐵圍山 環繞中央山王須彌山
- ② ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། 東勝身洲
- ③ ལྷོ་འཛམ་བུ་གིང་། 南瞻部洲
- ④ ལུག་བ་ལང་ལྷོད། 西牛賀洲 ⑤ གུང་སྐྱ་མི་སྟན། 北俱盧洲
- ⑥ ⑦ ལུས་དང་ལུས་འཕགས། 身洲、勝身洲 ⑧ ⑨ རྩ་ཡབ་དང་
 རྩ་ཡབ་གཞན། 拂洲、別拂洲 ⑩ ⑪ གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་
 འགྲོ། 小行洲、勝道行洲 ⑫ སྐྱ་མི་སྟན་དང་སྐྱ་མི་སྟན་གི་ལྷ།
 ⑬ རྩ་ཡབ་དང་ལམ་མཆོག་ ⑭ རི་པོ་ཆེ་འཛིན་པོ། 寶山王
- ⑮ དཔག་བསམ་གི་གིང་། 如意樹 ⑯ འདོད་འཛའི་བ། 滿願牛
- ⑰ མ་རྩོམ་པའི་ལོ་རྟག་ 自然稻 ⑱ འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། 法輪寶
- ⑲ རྩ་ཡབ་དང་ལམ་མཆོག་ 如意寶 ⑳ བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། 王后寶
- ㉑ རྩ་ཡབ་དང་ལམ་མཆོག་ 大臣寶 ㉒ རྩ་ཡབ་དང་ལམ་མཆོག་ 大象寶
- ㉓ རྩ་ཡབ་དང་ལམ་མཆོག་ 良馬寶 ㉔ དཔག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། 將軍寶

②⑤དཀྱིལ་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། 大寶藏瓶 ②⑥སྒྲིག་མོ་མ། 嬉天女
 ②⑦ཐེང་བ་མ། 鬘天女 ②⑧གླུ་མ། 歌天女 ②⑨གར་མ། 舞天女
 ③⑩མེ་དོག་མ། 花天女 ③⑪བདུག་སོས་མ། 燃香女

③②སྒྲུང་གསལ་ལ་མ། 明燈女 ③③དྲི་ཆབ་མ། 塗香女
 ③④ཉི་མ། 日 ③⑤ལྷ་བ། 月 ③⑥རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། 寶傘蓋
 ③⑦ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན། 十方尊勝幢

དབུས་སུ་ལྷ་དང་མེའི་དཔལ་འབྱོར་སྤྱན་སྲུང་ཚོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་
 中央有豐盈圓滿清淨悅意之

གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་དག་དིན་ཅན་རྩ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་
 天人資具，將此妙寶供養

དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པའི་
 大恩根本傳承具德賢聖諸上師

ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཞིང་ཁམས་དབུལ་བར་བཞིན།
 及十方諸佛菩薩海會眷屬，

ཐུགས་རེས་འགོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།
 為利眾生祈請慈悲納受，

བཞེས་ནས་ཁྱད་བདག་སོགས་འགོ་བ་མ་གྱུར་ནས་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་
 受此供已，祈請深心悲愍，加持我等眾生及

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།
 量同虛空一切如母有情。

16、獻曼達 མརྒྱལ (略) 021

ས་གནི་སྒྲོམ་གྱིས་བྱགས་ཤིང་མེ་དྲག་བཀམས། རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྔས་བརྒྱན་པ་འདི། །
 妙香遍塗花散之大地 須彌四洲日月所莊嚴
 སངས་རྒྱུ་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། འགྲོ་ཀྱན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག། །
 觀如佛土我樂敬供養 願諸有情共享此淨土
 ཇི་བཙུན་སྤྲུ་མ་དམ་པ་ཁྱེད་རྣམས་གྱིས། ཁོས་སྤྱི་མཁའ་ལ་མཁུན་བཙུང་ཉི་ཤིན་འཁྲིགས་རྣམས། །
 至尊上師聖者汝等眾，法身虛空智悲祥雲集
 ཇི་ལྷར་འཆམས་པའི་གདུལ་བྱའི་འཛིན་མ་ལ། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ། །
 隨機應化於所調大地，祈請任運降下法露雨

17、三大義之祈求 དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས། 021

སྤྲུ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ཞིང་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །
 皈依上師和珍貴三寶尊。

ཁྱེད་རྣམས་གྱིས་བདག་གི་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །
 祈請您等加持我心相續。

བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གུས་པ་ནས་བཟུང་ཉེ་
 我和一切母有情，從不恭敬善知識起，

སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་གཉིས་སྤང་པ་མཐོའི་བར་གྱི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་སྤྲུ་མ་ཐའ་དག་
 迄至明增近得三之細微二顯之間所有顛倒心

སྤྲུ་དུ་འགག་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ། བཤེས་གཉེན་ལ་གུས་པ་ནས་
 祈請加持迅速遮除。 從恭敬善知識起，

མི་སྒོལ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་བར་གྱི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་སྒོ་སྒྲ་མཐའ་དག
迄至無學雙運之間 所有無顛倒心

བདེ་སྒྲག་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གུས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །
祈請加持順利生起。

ཁྱེན་ཕྱི་ནང་གི་བར་གཙོང་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གུས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །
平息一切內在外在諸障礙。

ཨི་ཏུ་ གུ་རུ་ རན་ མནལ་ ཀུ་ནི་རུ་ ཏལ་མི།
伊當木 咕如 惹納 曼達拉 剛尼雅 大雅米。

18、《功德之本頌》 ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ། 022

- ① ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱིན་ཅན་ཇེ། །ཚུལ་བཞིན་བསྐྱེད་པ་ལམ་གྱི་ཅ་བ་རུ། །
ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་པ་དུ་མ་ཡིས། །གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གུས་རྒྱབ་ས། །
一切功德之本具恩主 如理依止是為道根本
善見此理多方精進心 恭敬至誠依止祈加持
- ② ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི། །ཤིན་དུ་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤེས་གྱུར་ནས། །
ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་སྒོ། །རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གུས་རྒྱབ་ས། །
一次所得此閒暇善身 極為難得利大當了知
晝夜恆時求取精要心 相續不斷生起祈加持
- ③ ལུས་སྒོག་གཡོ་བ་ཁུ་ཡི་ཁུ་སྒྱར་བཞིན། །སྒྱུར་དུ་འཇིག་པས་འཆི་བ་དྲན་པ་དང་། །
ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན། །དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཕྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ། །
身命飄搖猶如水中泡 迅速壞滅故當憶念死
死後仍如影伴隨身影 黑白善惡業果隨後至

- ④ ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས། །ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤོང་བ་དང་། །
དགེ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །རྟག་དྲུ་བག་དང་ཐུན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
得堅定解於諸罪惡業 即使甚小微細亦斷除
一切善法資糧悉成辦 恆常謹慎力行祈加持
- ⑤ སྤྱད་པས་མི་ངོམས་སྐྱུག་བསྐལ་ཀྱན་གྱི་སྒྲོ། །ཡིད་བརྟན་མི་རྩུང་སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི། །
ཉེས་དམིགས་རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ། །དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
受用無饜為一切苦門 輪迴圓滿實無可依賴
知其過患而於解脫樂 生起極大希求祈加持
- ⑥ རྣམ་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་དྲངས་པ་ཡི། །དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། །
བརྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ། །སྐྱབ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
由彼清淨心念所引生 正知正念謹慎不放逸
教法根本別解脫律儀 修護以攝心要祈加持
- ⑦ རང་ཉིད་སྤྱིད་མཚོར་ལྷང་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །མར་གྱུར་འགོ་བ་ཀྱན་ཀྱང་དེ་འདྲ་བར། མཐོང་
ནས་འགོ་བ་སྒྲོལ་བའི་ཁྱར་འཁྱེར་བའི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་མཚོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
猶如自墮輪迴苦海般 一切如母有情亦如是
見已負荷救度眾生擔 諳習勝菩提心祈加持
- ⑧ སེམས་ཙམ་བསྐྱེད་ཀྱང་རྩྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་གསུམ་ལ། །གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་མི་འགྲུབ་
པར། །ལེགས་པར་མཐོང་ནས་རྒྱལ་སྐྱུས་སྒྲོལ་པ་ལ། །བརྟེན་པ་དྲག་པོས་སྒྲོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
雖有發心若於三種戒 無有串習則不成菩提
善見此理佛子諸律儀 猛烈精進修習祈加持
- ⑨ ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ནི་བྱེད་ཅིང་། །ཡང་དག་དོན་ལ་རྩྱལ་བཞིན་དཔྱེད་པ་ཡི། །
ཞིག་ནས་ལྷག་མཐོང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ། །སྤྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
於顛倒境散亂令止息 於正法義如理而思擇
寂止勝觀以及雙運道 迅速心續生起祈加持

⑩ བྱམ་མོང་ལམ་སྤྲུངས་སྒྲོང་དུ་གྱུར་པ་ན། །ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་དོན་ཐེག་ །
སྐལ་བཟང་སྤྱོད་པོའི་འཇུག་དོགས་དམ་པ་དེས། །བདེ་སྒྲག་ནི་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྒློབས། །
共道淨治令轉成法器。 諸乘中之最勝金剛乘
彼為有福眾生聖門徑 無難順利得入祈加持

⑪ དེ་ཆོ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འགྲུབ་ པའི་གཞི། །རྣམ་དག་དམ་ཆོག་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་ལ། །
བཅོས་མ་མིན་པའི་ངེས་པ་རྟེན་གྱུར་ནས། །སློག་དང་བསྐྱོལ་ཏེ་བསྐྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་རྒློབས། །
彼時成就二悉地之基。 佛說乃為清淨誓言戒
獲得無造作之定解已 縱捨命故守護祈加持

⑫ དེ་ནས་རྒྱུད་སྤེའི་སྤྱིང་པོ་རིམ་གཉིས་ཀྱི། །གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བཙོན་པ་
ཡིས། །བྱུང་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་མཆོག་ལས་མི་གཡེལ་བར། །དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱབ་པར་
བྱིན་གྱིས་རྒློབས། །

爾後密續心要二次第。 如理通達要義而精勤
行持四座瑜伽不散亂 如聖所教而修祈加持

⑬ དེ་ལྟར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། །རྣམས་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་
བརྟན་ཅིང་། །ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཙོང་པའི་ ཆོགས་། །རྟེ་བར་ནི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་
གསོལ།

開示如此善道善知識。 如理修持法友皆長壽
內與外之種種道障等 唯願完全息止祈加持

⑭ སྤྱོད་པ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་སྒྲུ་མ་དང་། །འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །
ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་རྒྱུགས་ནས། །དོན་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་ཐོབ་ཤོག །
生生世世不離正上師。 受用一切法之妙功德
圓滿一切地與道功德 祈願速得金剛持果位

ཅེས་པ་འདི་ནི་ཇི་ཅིང་ཁ་པ་སྤྱོད་བཟང་གྲགས་པས་མཛད་པའོ། །

此乃至尊宗喀巴，洛桑札巴撰著

19、三主要道 ཅུག་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་ལྟན་པ་བཞུགས་སོ། 025

ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད། 宗喀巴大师 著

དཔལ་རིས་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྒྲུབ། 华锐罗桑 敬译

法王辦公室2004年 中譯版

禮讚文：

ཅུག་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་ལྟན་པ་བཞུགས་སོ། 頂礼一切至尊上师！

敬禮諸至尊上師！

造論誓：

རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་སྤིང་བའི་དོན། རྒྱལ་སྤྲུལ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞུགས་པའི་ལམ། །
སྐལ་ལྷན་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་དོགས་དེ། ཇི་ལྟར་རྒྱལ་བཞིན་བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ། །

佛陀所有经典精要义，神圣一切菩萨所赞道，
有缘欲求解脱之口岸，我乃尽力如实做解说。

1. 佛陀至言心要義，是諸菩薩所讚道 求解脫者之大路，我今隨力而宣說

勸促有緣法器者諦聽：

གང་དག་སྤིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་། འདལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་ཕྱིར་བརྩོན་པ་ཡིས། །
རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་རྟོན་པའི། རྐལ་ལྷན་དེ་དག་དང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་རྟོན། །

那些不贪世间微安乐，为了暇满有义而精进，
志心向往佛陀欢喜道，具缘行者诚心希谛听：

2. 於三有樂不貪著，為暇滿義而精進 志依佛陀所喜道，具法緣者淨意聽

需發出離心之理:

ནམ་དག་ངེས་འབྱུང་མེད་པར་སྤྱིད་མཚོ་ཡི། །བདེ་འབྲས་དོན་གཉེར་ནི་བའི་ཐབས་མེད་ལ། །
 སྤྱིད་ལ་བཀམ་པ་ཡིས་ཀྱང་ལུས་ཅན་ནམས། །ཀྱུན་ནས་འཛིང་བྱིར་ཐོག་མར་ངེས་འབྱུང་བཅའ།
 若无正确出离心则求，世海乐果无法得寂静，
 贪爱轮回系缚诸有情，因此首先求发出离心。

3.無出離心無息滅，希求有海樂方法 由貪有樂縛眾生，故先尋求出離心

能生出離心的方便:

དལ་འཕྱོར་རྟེན་དཀའ་ཆོལ་ལོང་མེད་པ། །ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆོ་འདིའི་སྤང་གས་ཐོག་ །ལས་
 འབྲས་མི་བསྐྱུ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བཟུལ་ནམས། །ཡང་ཡང་བསམས་པས་བྱི་མའི་སྤང་གས་ཐོག་ །
 暇满极为难得寿无暇，心中熏修除掉这世欲，
 业果不虚轮回诸痛苦，屡屡思维遣除后世欲。

4.暇滿難得壽無常，修習能除此生欲 業果不虛輪迴苦，思惟能除後世欲

生出離心之量:

དེ་ལྟར་གོམས་པས་འཁོར་བའི་སྤྱན་ཚོགས་ལ། །ཡིད་སྤོན་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་སྤྱེ་ཞིང་། །
 ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ཐར་བ་དོན་གཉེར་སྒོ། །བྱུང་ན་དེ་ཆོ་ངེས་འབྱུང་སྤྱེས་པ་ལགས། །
 如是熏故轮回之盛事，心中不生刹那之希望，
 凡是昼夜产生求解脱，这时才算生出离心。

5.修已輪迴諸盛事，不生剎那之希望 晝夜唯求解脫心，起時是出離心生

需發菩提心的理由：

ངེས་འབྱུང་དེ་ཡང་ནམ་དག་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས། བྱིན་པ་མེད་ན་སྤྲེལ་བྱང་རྒྱུ་ཡི། །
 ལུན་ཚོགས་བདེ་པའི་རྒྱ་རུ་མི་འབྱུར་བས། འབྲོ་ལྷན་ནམས་ཀྱིས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད། །
 出离心乃若无正发心，不作摄受则也不能成，
 无上菩提圆满之乐因，故应智者发殊菩提心。

6. 出離若無菩提心，所持則亦不能成 無上菩提樂因故，智者應發菩提心

應如何發菩提心：

ཤུགས་དྲག་རྒྱ་བོ་བཞི་ཡི་རྒྱན་ཀྱིས་ཁྱེད། བསྐྱོག་དྲག་ལས་ཀྱི་འཛིང་བ་དམ་པོས་བསྐྱམས། །
 བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་དྲ་བའི་སྤྱབས་སུ་ཚུད། ཁ་རིག་ལུན་པའི་སྤྲེལ་ཆེན་ཀྱན་ནས་འཐིབས། །
 四条滾滾瀑流常冲击，难阻业力绳索紧系缚，
 身陷难脱我执之铁笼，漆黑无明之暗遍笼罩，

7. 四瀑流沖難阻止，業力繩索緊密繫 投入我執鐵網孔，無明大暗所蒙蔽

ལུ་མེད་སྤྱིད་པར་སྤྱེ་ཞིང་སྤྱེ་བ་རུ། ལྷུག་བསྐལ་གསུམ་ཀྱིས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མཛད། ཀགས་
 སྐབས་འདི་འདྲར་བྱུར་པའི་མ་ནམས་ཀྱི། ཁང་རྒྱལ་བསམ་ནས་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་པར་མཛོད། །
 无边轮回之中生又生，常被三种痛苦所折磨，
 思维暂成如是诸母境，祈求力发殊胜菩提心！

8. 無邊有海生又生，常被三苦所迫害 成此境地雲母等，情狀思已發大心

需通達正見的理由：

གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་ལྡན་ན། ཇིས་འབྱུང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ལ་གོམས་བྱས་ཀྱང་།
 སྤྱིད་པའི་རྩ་བ་གཅད་པར་མི་རུས་པས། ཇི་ཕྱིར་རྟོན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད། །

若不具備通达真理慧，虽然熏修出离菩提心，
仍然不能斩断轮回根，故应勤修通达缘起法。

9.不具通達實際慧，雖修出離菩提心 不能斷除有根故，應勤通達緣起法

認知通達正見之補特伽羅：

- ⑩ གང་ཞིག་འཁོར་འདས་ཚེས་རྣམས་ཐང་གྱི་ཁྱུ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱ་བ་མེད་མཐོང་
ཞིང་། དམིགས་པའི་གདུང་སོ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཞིག་པ། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཉུགས།
认识世出世间一切法，因果法则始终不虚妄，
所执之境——消失后，彼乃进入佛陀所喜道。

見世出世一切法，從因生果皆不虛
所執之境本無者，彼入佛陀所喜道

未圓滿正見觀察之量：

- ⑪ ལྷང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱ་བ་མེད་པ་དང་། རྟོང་བ་ཁས་ལེན་བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །
ཇི་སྲིད་སོ་སོར་ལྷང་བ་དེ་སྲིད་དུ། །ད་དུང་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །
承认缘起现象不虚妄，以及远离空性二理解，
何时仍然看作各个现，尚未通达能仁之密意。

現相緣起不虛妄，性空不執二了解
何時見為相違者，尚未通達佛密意

圓滿正見之觀察的標準：

- ⑫ རྣམ་ཞིག་རེས་འཛོལ་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ནས། །
ངེས་ཤེས་ཡིད་གྱི་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱང་འཇིག་ན། །དེ་ཆེ་ལྷ་བའི་དབུད་པ་རྟོགས་པ་ལགས།
何时消除轮番而同时，看到缘起诸法不虚妄，
破除一切定解实执境，这时正见观察尚圆满。

不拘一面而同時，在見緣起不虛妄
即滅實執所執境，爾時見觀察圓滿

旁述：

- ⑬ གཞན་ཡང་སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། རྟོང་བས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྟོང་བ་ཉིད།
རྒྱ་དང་འབྲས་བྱར་འཆར་བའི་ཚུལ་གྲེས་ན། མཐར་འཛིན་ལྟ་བུ་འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་རོ།
又以现象消除实有边，由自性空消除虚无边，
了知依赖因中生果理，不会边执恶见被夺走

又由現相除有邊，及由性空離無邊
了知性空現因果，不為邊執見所奪

末義：

- ⑭ དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་གྱི། གནད་རྣམས་རང་གིས་ངེ་བཞིན་རྟོགས་པའི་ཚེ།
དབེན་པ་བསྟེན་ཏེ་བཙུན་འགྲུས་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས། གཏན་གྱི་མདུན་མ་ལུར་དུ་སྐྱབས་ཤིག་བྱ། །
如是道之三种主要义，自己完全如实领悟时，
当以静处发起精进力，子应究竟愿事速修持！

如此三主道扼要，汝能如實通達時
當依靜處起精進，為究竟事速修持

ཞེས་པ་འདི་ནི་མང་དུ་ཐོས་པའི་དགེ་སློང་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས།
ཚ་ཁིའི་དཔོན་པོ་ངག་དབང་གྲགས་པ་ལ་གདམས་པའོ། །
此乃多聞比丘吉祥善慧稱(宗喀巴)
為姪擦科。語自在稱所作教誡

གསལ་འདེབས། ཚཱ་འདིའི་པར་དབང་པེད་དགེ་བྱུགས་པའི་དྲ་བར་གཏོགས་པས་གང་འདོད་དུ་གཞན་དུ་མི་འགོད་པ་དང་། གལ་ཏེ་འགོད་
ན་ཚཱ་ཁུངས་དང་སྒྲེལ་ཐག་གསལ་པོར་དགོད་པར་ཞུ། ོ དྲ་བའི་སྒྲེལ་ཐག<http://www.tb1025.cn>

20 六座瑜伽廣軌 ཐུན་བྱུག་གི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བཟུགས་སོ། 030

說明

未受過無上瑜伽灌頂者 請勿翻閱修習
<六座瑜伽廣、略儀軌> 以免障法重罪

དེ་ནས་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཡན་གྱི་དབང་ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི། བོད་ཀྱི་གསེར་ཆོས་སུ་གྲགས་པའི་གདམས་
པ་ཟབ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀང་

是故，諸已獲得瑜伽續以上灌頂者，
西藏著稱金法之眾甚深教授，
ཆ་ཙམ་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ཐུན་བྱུག་གི་ནལ་འབྱོར་ངེས་པར་བསྐྱུང་དགོས་དེའི་དེའི་ཚུལ་ནི།
亦認為定需修持無以比擬之六座瑜伽，其軌理：

ཐུན་བྱུག་གི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བཟུགས་སོ། 《六座上師瑜伽》

༄༅། །ནམ་གུ་རུ་མཆུ་ལྟོ་ལ།
南無咕嚕曼殊果喀雅

རྡོ་རྗེ་འཆང་དབང་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་པ་རྣོ་གུས་པས་ཕྱག་ཕྱུག་ཏེ། །
金剛持王具德上師尊，足下蓮華我誠恭敬禮，
དམ་ཆོག་ཕྱོམ་པ་དག་བྱེད་མད་བྱུང་ཐབས། །རྒྱུད་དང་རེ་བཅུན་སྒྲ་མའི་གསུང་བཞིན་བཤད།
能淨誓言戒律奇方便，遵照密續尊師言宣說。

དེ་ཡང་རྒྱུད་ཐེ་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱེད་དབང་བསྐྱར་བ་ལགས་པར་
ཐོབ་པའི་གང་ཟག་རང་རང་གི་ཇི་སྲིད་ཐུགས་སྒྲུབ་རྒྱུ་

又，已善得上二續部大壇城灌頂之補特伽羅，
乃至本身心續尚具密咒戒時，

དལ་ལྷན་པ་སྲིད་དུ། གྲུ་ལོ།
ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་དང་ཕྱོམ་པ་རྣམས་ལ་ཉིན་ཞག་རེ་ཡེད་ཀྱང་བསྐྱོད་བགྱང་བྱེད་ཅིང་།
應於每日內，清算根本和支分誓言，以及眾戒；

ཁྱད་པར་རིགས་ལཱི་དམ་ཚིག་ཐུན་བྱ་བ་བསྐྱེད་སྒོམ་ཏེ།
 尤其應於六座修學五佛部誓言，
 དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ཁ་ཅ་མ་ཐོསྒོམ་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ།
 若不如此作將成粗墮罪故，

ཅེ་མོ་ལས། ཉིན་དང་མཚན་མོ་ལན་གསུམ་བུ། ཉིན་རེ་བཞིན་ནི་བསྐྱེད་བར་བྱ།
 །ཁ་ཆེ་ཉམས་གྱུར་རྒྱལ་འབྱོར་བ། །ཁ་ན་མ་ཐོསྒོམ་པོར་གྱུར། །
 《頂》云：「晝和夜間各三遍，於每日中應唸誦，
 若時退失瑜伽者，將成自性粗墮罪。」

ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྟེན་གྱི་ཐུགས་སྣང་གསུང་གི་སྒོ་ནས་སྤྱད་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི།
 故諸欲從密咒門行持之菩薩眾，
 བསྐྱེན་པ་དང་བཟའ་བ་དང་། བསྐྱེད་བའི་དམ་ཚིག་རྣམས་དོན་ཅེ་འཆང་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱེན་
 དགོས་པས།

於所依身和飲食、防護之眾誓言，
 定需依照大金剛持所言；

དེ་དག་གི་ཆ་ཆང་བ་རྒྱས་པར་ཇི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཀའ་སྤྱུལ་བའི་ཅ་ལྟར་རྣམས་བཤད་དང་།
 彼等完整詳細者，如至尊遍智教誨之《根本墮釋》、
 ལྷ་མ་ལུ་བུ་པའི་རྣམས་བཤད་དང་། 《事師五十法釋》、
 རྒྱལ་འབྱོར་ལོ་ལ་པའི་དགའ་སྟོན། 《瑜伽遊戲喜筵》、
 ཐུན་བྱ་གི་རྒྱལ་འབྱོར་སྒོམས་སུ་བཟྩ་བར་བྱ་ཞིང་།
 《六座瑜伽》等應當閱覽；

འདིར་ནི་ རྟེན་གྱི་ཐུགས་སྣང་གི་སྒོ་ནས་སྤྱད་པར་འདོད་པ་རྣམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཁྱེད་བདེ་བའི་ཕྱིར་
 རྟེན་གྱི་སྤྱད་པར་འདོད་པ་རྣམས་སུ་བཟྩ་བར་བྱ་ཞིང་།
 彼等意義，唯為初機眾易於實修六座瑜伽故，
 由偈頌門而詮述。

(早：念三遍、晚：念三遍 的念法)

A1、上段第一遍：

(皈依發心) (3遍)

諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提我皈依
我以所行施等諸資糧，為利有情故願大覺成

(發四無量心)

願諸有情離親疏愛憎，離已願得殊妙之安樂
願從難忍苦海脫離出，願不遠離解脫之妙樂

(發願菩提心)

為度眾生脫離有寂怖，故願證得圓滿菩提心
即從此起未證佛果前，縱為命故不捨謹防護

(發行菩提心) (3遍)

上師諸佛佛子眾，祈請悲憫垂念我
猶如往昔善逝眾，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，安住彼等次第般
我亦為利眾生故，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，如其次第而修習

誦三遍受持行戒已，收攝皈依境。

現在我既有果時，已善獲得人之身
今日生於佛種姓，已成諸佛之佛子

(思惟發心後，修歡喜)

從現在起我務必，造作隨順種姓業
於此無瑕尊貴姓，不使玷污如是行

(思惟不放逸修；謂此二乃願心學處，
應於六座思惟發心利益)



(面前生起上師)

面前虛空奪意珍寶座,蓮華日月圓滿壇城上
根本上師遍主金剛持,身色湛藍一面二臂尊
持鈴杵已擁抱相似母,相好威光持眾珍寶飾

穿著奪意天物衣裳者,雖僅念及即除眾惱熱
攝勝皈依無遺之主宰,金剛跏趺端坐於三處
三字標示以吽之光芒,從自性界上師金剛持

札吽邦后.成無二無別。

(此乃不動佛部誓言「受持阿闍梨」軌理。)

承其恩澤大樂性，剎那之間全現起
敬禮如寶上師尊，金剛尊者足蓮下

(此乃防犯菩薩第一條惡作之護心軌理，
如《事師五十法》云：「最極信仰於三時」頂禮軌理。)

《八句頌》

嗡 敬禮薄伽梵勇父自在 吽吽呬。

嗡 如同劫末大火之光芒 吽吽呬。

嗡 具足威猛髮辮之冠冕 吽吽呬。

嗡 張口裸露獠牙恐怖顏 吽吽呬。

嗡 千隻手臂熾燃.光芒者 吽吽呬。

嗡 執鉞斧索冠矛.嘎章喀 吽吽呬。

嗡 身著老虎皮革.衣裳者 吽吽呬。

嗡 稽首褐煙巨身.能除障 吽吽呬。

嗡 薄伽梵母金剛亥母 我敬禮 吽吽呬

嗡 聖母明妃自在三界 無能勝 吽吽呬

彳

嗡 以大金剛殲滅所有 魑魅怖 吽吽呬

嗡 坐金剛座餘無能勝 統御眼 吽吽呬

嗡 以鄔摩忿女身使梵天枯竭 吽吽呬

嗡 諸魔畏懼枯槁戰勝於他方 吽吽呬

嗡 戰勝一切能惛能僵 能愚昧 吽吽呬

嗡 稽首金剛亥母交會 欲帝女 吽吽呬

(此乃已獲母續灌頂眾以《八句頌》稱讚本尊和上師軌理)

(供養)

有主物及無主物，實設或由意變生
供養外內和秘密，各種供養雲大海

(此乃修習不空成就佛部之「供養」誓言軌理。)

自他身語意三受用三時善資糧，
珍寶妙好曼達普賢諸種供養聚，

以意取已呈獻上師本尊.三寶尊，
祈請悲心納受已於我賜加持。

伊當 咕嚕 饒納 曼達拉 岡尼雅 達雅密

此乃《事師五十法》云：「於三時獻上師曼達拉」之學處。

此偈前段由憶念功德而起信；

十方三世善逝皆無遺，隨所調伏示現袈裟相
無量剎中勝者之作者，我誠祈請珍貴上師尊

後段由憶念恩澤而起敬，

金剛持於劣慧意樂前，遠比無邊勝者眾壇城
更加讚嘆增勝妙剎土，我誠祈請珍貴上師尊

（乃是意樂依止善知識軌理。）

殊勝共通悉地皆無遺，如理依止怙汝之隨行
見已身命雖皆盡拋棄，唯使您喜而修祈加持

（此乃加行依止軌理；總之，憶念依止利益及未依過患已，
以意樂、加行二者，如理依止；所許諾者乃防護依止善知識軌理和
《事師五十法》誓言之軌理要點。）

A2、上段第二遍

（皈依發心）

諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提我皈依
我以所行施等諸資糧，為利有情故願大覺成
（一遍）

（發四無量心）

願諸有情離親疏愛憎，離已願得殊妙之安樂
願從難忍苦海脫離出，願不遠離解脫之妙樂

（發願菩提心）

為度眾生脫離有寂怖，故願證得圓滿菩提心
即從此起未證佛果前，縱為命故不捨謹防護

(發行菩提心)

上師諸佛佛子眾，祈請悲憫垂念我
猶如往昔善逝眾，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，安住彼等次第般
我亦為利眾生故，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，如其次第而修習

(誦一遍受持行戒已，收攝皈依境。)

現在我既有果時，已善獲得人之身
今日生於佛種姓，已成諸佛之佛子

思惟發心後，修歡喜；

從現在起我務必，造作隨順種姓業
於此無瑕尊貴姓，不使玷污如是行

思惟不放逸修；謂此二乃願心學處，應於六座思惟發心利益

承其恩澤大樂性，剎那之間全現起
敬禮如寶上師尊，金剛尊者足蓮下

(此乃防犯菩薩第一條惡作之護心軌理，
如《事師五十法》云：「最極信仰於三時」頂禮軌理。)

供養

有主物及無主物，實設或由意變生
供養外內和秘密，各種供養雲大海

此乃修習不空成就佛部之「供養」誓言軌理。

自他身語意三受用三時善資糧，
珍寶妙好曼達普賢諸種供養聚，
以意取已呈獻上師本尊三寶尊，
祈請悲心納受已於我賜加持。

伊當 咕嚕 饒納 曼達拉 岡尼雅 達雅密

（此乃《事師五十法》云：「於三時獻上師曼達拉」之學處。）

十方三世善逝皆無遺，隨所調伏示現袈裟相
無量剎中勝者之作者，我誠祈請珍貴上師尊

此偈前段由憶念功德而起信；

後段由憶念恩澤而起敬，

金剛持於劣慧意樂前，遠比無邊勝者眾壇城
更加讚嘆增勝妙剎土，我誠祈請珍貴上師尊

乃是意樂依止善知識軌理。

殊勝共通悉地皆無遺，如理依止怙汝之隨行
見已身命雖皆盡拋棄，唯使您喜而修祈加持

此乃加行依止軌理；

總之，憶念依止利益及未依過患已，以意樂、加行二者，如理依止；
所許諾者乃防護依止善知識軌理和《事師五十法》誓言之軌理要點。

A3、上段第三遍

（皈依發心）

諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提我皈依
我以所行施等諸資糧，為利有情故願大覺成

（1遍）

(發四無量心)

願諸有情離親疏愛憎，離已願得殊妙之安樂
願從難忍苦海脫離出，願不遠離解脫之妙樂

(發願菩提心)

為度眾生脫離有寂怖，故願證得圓滿菩提心
即從此起未證佛果前，縱為命故不捨謹防護

(發行菩提心)

上師諸佛佛子眾，祈請悲憫垂念我
猶如往昔善逝眾，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，安住彼等次第般
我亦為利眾生故，發起殊勝菩提心
於諸菩薩學處中，如其次第而修習

誦一遍受持行戒已，收攝皈依境。

現在我既有果時，已善獲得人之身
今日生於佛種姓，已成諸佛之佛子

思惟發心後，修歡喜；

從現在起我務必，造作隨順種姓業
於此無瑕尊貴姓，不使玷污如是行

思惟不放逸修；謂此二乃願心學處，應於六座思惟發心利益

承其恩澤大樂性，剎那之間**全現起**
敬禮如寶上師尊，金剛尊者足蓮下

此乃防犯菩薩第一條惡作之護心軌理，如《事師五十法》云：

「最極信仰於三時」頂禮軌理。

供養

有主物及無主物，實設或由意變生
供養外內和秘密，各種供養雲大海

此乃修習不空成就佛部之「供養」誓言軌理。

自他身語意三受用三時善資糧，
珍寶妙好曼達普賢諸種供養聚，
以意取已呈獻上師本尊三寶尊，
祈請悲心納受已於我賜加持。

伊當 咕嚕 饒納 曼達拉 岡尼雅 達雅密。

此乃《事師五十法》云：「於三時獻上師曼達拉」之學處。

此偈前段由憶念功德而起信

十方三世善逝皆無遺，隨所調伏示現袈裟相
無量剎中勝者之作者，我誠祈請珍貴上師尊

後段由憶念恩澤而起敬，

金剛持於劣慧意樂前，遠比無邊勝者眾壇城
更加讚嘆增勝妙剎土，我誠祈請珍貴上師尊

；乃是意樂依止善知識軌理。

殊勝共通悉地皆無遺，如理依止怙汝之隨行
見已身命雖皆盡拋棄，唯使您喜而修祈加持

此乃加行依止軌理；總之，憶念依止利益及未依過患已，
以意樂、加行二者，如理依止；所許諾者乃防護依止善知識軌理和
《事師五十法》誓言之軌理要點。

B1、下段第一遍

如是祈請尊勝上師尊，
降臨於我頭頂薩瑪札，
復次歡喜與我成一味。

明現本身對空性之定解，略於諦實空等住(禪定)片刻者，乃是了義之上師相應法、積聚智慧資糧，防護殊勝，和第十一條根本墮之防護軌理。

自己金剛薩埵之佛慢，俱生大樂秘密金剛杵
自性離戲秘密金剛鈴，持標幟已擁薄伽梵母

思惟，乃不動佛之杵、鈴和手印三誓言，
如無上規之防護軌理

我之身軀受用亦如是，盡諸三世善資糧聚集
為利一切如母有情故，即從此起無吝盡施予

思惟增長捨心，乃佛子之布施修持。
施捨身受用為財施，和施捨善根為法施，
乃寶生佛部剩餘二誓言之防護軌理。

於此際，若有空暇，如云至少應由各自之別解脫戒、
諸誓言和密咒戒作清算，若喜，

首先：

(若是具足別解脫比丘戒者，其清算法)

(經請示：非出家眾者亦可以念)

別解脫之五類墮罪起，四他勝罪和十三僧殘
三十捨墮和九十單墮，四提捨尼百十二惡作
復當斷捨居家墮罪等。

(菩薩十八根本墮，清算法：)

1 自讚毀他 2 不施捨法財，
 3 拒受懺謝及 4 謗撥大乘 5 奪三寶物
 6 謗法 7 奪袈裟， 8 五無間罪
 9 邪見 10 毀城等， 11 示未學空性
 12 捨圓菩提， 13 捨別解脫 14 藐聲聞
 15 妄語 16 取三寶物 17 制惡律 18 捨心

1 不見過患 2 不反貪欲行， 3 喜愛
 4 無慚、無愧等 (為) 四纏，
 十六需齊。不需⑨邪見和⑩捨心二。
 防犯十八根本墮。

(補充說明)

除第十八條捨心與第九條邪見，不需具足四纏外，其餘皆需具足四纏，成為犯根本墮罪。

四纏：1.不執為過患 2.欲心「造罪」不捨
3.歡喜味著 4.無慚無愧。

此中①具全四項是為上品纏，
 ②具足第一項是為中品纏，
 ③若唯具足其餘三項，而不具第一項是為下品纏。

故除捨心和邪見外，任行何罪，若未具足四纏，
 僅成下中品有漏所攝之惡作，
 並非成他勝罪，故應勤使不全。是為應理也。

(密咒根本墮，其清算法：)

- 1 毀謗上師 2 輕視學處等，
 3 說兄弟過 4 捨慈待眾生，
 5 捨願、行心 6 藐視顯密法，
 7 洩密於未熟 8 損毀自蘊，
 9 謗撥空性 10 依於惡毒友，
 11 未念正見 12 破具信心者，
 13 未依誓言和 14 輕視女人，
 捨命防犯十四根本墮。

(支分誓言，清算法)

斷支分四根本酒非行，依止尊貴怙主承事友
 守十善和防大乘退因，斷除藐視跨越護諸誓

(粗墮誓言)

- 1 依不具相手印 2 離三想而行氤氳
 (一 ㄣ ㄣ 交和)
 3 於非器示秘密物 4 薈供輪時起隙闕
 5 顛倒回答誠懇問 6 住聲聞者家七日
 7 非實自詡瑜伽士 8 於無信者示妙法，
 9 唸修未淨。入壇城 10 非需。違菩薩學處
 如理防護
 勿違事師五十法之眾粗墮。

(母續所述之不共誓言戒：)

1切勿輕視左行供 2於未具相斷氤氳
3雙入時勿離正見 4信貪欲道不改變
5切莫捨棄二手印 6主要勵力內外法
7勿洩白蓮依梵行 8受菩提時斷發嘔

如是，無暇時，於三戒僅依念知軌理：

別解脫和菩薩金剛乘，清淨遮制微細之學處
縱於夢中亦不致逾越，如勝者教我當作修行

思惟：於三戒依念知簡略軌理、毗盧遮那佛誓言「戒除三律儀罪行」、和具足不空成就佛所有誓言，以此成辦。

三乘以及四續部所攝，教證微妙正法皆無遺
如實善持勝者之密意，

思惟：執取密咒之外法事行二續、密法瑜伽和無上瑜伽二續、顯教三乘乃蓮花部三誓言，和毗盧遮那佛之攝善法戒等，以此成辦。

隨宜方便普渡諸眾生。

思惟：守護毗盧遮那佛之饒益有情戒軌理。

B2、下段第二遍

復次歡喜與我成一味。

明現本身對空性之定解，

略於諦實空等住(禪定)片刻者，乃是了義之上師相應法、
積聚智慧資糧、防護殊勝、和第十一條根本墮之防護軌理。

自己金剛薩埵之佛慢，俱生大樂秘密金剛杵
自性離戲秘密金剛鈴，持標幟已擁薄伽梵母

思惟，乃不動佛之杵、鈴和手印三誓言，如無上規之防護軌理。

我之身軀受用亦如是，盡諸三世善資糧聚集
為利一切如母有情故，即從此起無吝盡施予

思惟增長捨心，乃佛子之布施修持。施捨身受用為財施，
和施捨善根為法施，乃寶生佛部剩餘二誓言之防護軌理。

別解脫和菩薩金剛乘，清淨遮制微細之學處
縱於夢中亦不致逾越，如勝者教我當作修行

思惟：於三戒依念知簡略軌理、毗盧遮那佛誓言「戒除
三律儀罪行」、和具足不空成就佛所有誓言，以此成辦。

三乘以及四續部所攝，教證微妙正法皆無遺
如實善持勝者之密意，

思惟：執取密咒之外法事行二續、密法瑜伽
和無上瑜伽二續、
顯教三乘乃蓮花部三誓言，和毗盧遮那佛之攝善法戒等
，以此成辦。

隨宜方便普渡諸眾生。

思惟：守護毗盧遮那佛之饒益有情戒軌理。

B3、下段第三遍

復次歡喜與我成一味。

明現本身對空性之定解，
略於諦實空等住(禪定)片刻者，乃是了義之上師相應法、
積聚智慧資糧、防護殊勝、和第十一條根本墮之防護軌理。

自己金剛薩埵之佛慢，俱生大樂秘密金剛杵
自性離戲秘密金剛鈴，持標幟已擁薄伽梵母

思惟，乃不動佛之杵、鈴和手印三誓言，如無上規之防護軌理。

我之身軀受用亦如是，盡諸三世善資糧聚集
為利一切如母有情故，即從此起無吝盡施予

思惟增長捨心，乃佛子之布施修持。施捨身受用為財施，
和施捨善根為法施，乃寶生佛部剩餘二誓言之防護軌理。

別解脫和菩薩金剛乘，清淨遮制微細之學處
縱於夢中亦不致逾越，如勝者教我當作修行

思惟：於三戒依念知簡略軌理、毗盧遮那佛誓言「戒除三律儀罪
行」、和具足不空成就佛所有誓言，以此成辦。

三乘以及四續部所攝，教證微妙正法皆無遺
如實善持勝者之密意，

思惟：執取密咒之外法事行二續、
密法瑜伽和無上瑜伽二續、顯教三乘乃蓮花部三誓言，
和毗盧遮那佛之攝善法戒等，以此成辦。

隨宜方便普渡諸眾生。

思惟：守護毗盧遮那佛之饒益有情戒軌理。

迴向發願：

由此所生白淨善業力，祈願一切生中永不逾
金剛持王遮制之界線，究竟圓滿二次道次第

總之以此所表白善資，盡諸所集以彼我迅速
生於珠寶庫藏香巴拉，究竟圓滿無上道次第

生生世世不離正上師，受用一切法之妙功德
圓滿一切地與道功德，祈願速得金剛持果位

以迴向發願作結尾。

ཅེས་པ་འདི་ཐུན་བྱུག་རྒྱལ་པ་ལྟར་གྱི་དམ་ཚིག་གཏན་ནམས་ཚང་ཞིང་། ཚིག་ཟུང་། འཇུག་པ་བདེ་བས་འདི་ཉིད་ཉམས་སྲུང་།
བར་བཤོ།

似此六座瑜伽廣軌，已齊具誓言之眾要訣，而且詞簡易入，故應修此

དེ་ཡང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཐུན་བྱུག་རྒྱལ་པ་འདི་ཡང་ཚིག་ཟུང་། འཇུག་བདེ་འདི་ལས་བཟུས་མི་དགོས་པ་ལྟར་ཡང་།
又著稱之六座瑜伽廣軌，此亦詞簡易攜，
除此似乎不需更精簡的，然而

དེང་དུས་གཤམ་ཚུང་ཚས་ལ་བྱེད་པའི་སྐབས་དེར་འདི་ཙམ་འདོན་པ་ཡང་མི་ཚུགས་པར་བསྐྱར་མང་ཞིང་།
當今從事不重要事者，於此雖僅誦亦無空閒因而棄置者眾多，

འགའ་ཞིག་དབང་པོ་ཤིང་དུ་རུལ་བ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་།
而且有些極鈍根者，
ཆས་ཤིང་འཇུག་པས་སྒྲོག་པ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་ལ། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་།
和老邁衰竭不識唸誦，

བཟུང་ཡང་མི་རུས་པས་གཟུངས་པ་ལྟར་པ་ཙམ་ལ་སྐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡང་།
亦無法背記者，顯然眾多，雖應僅以真言咒語引導救護，

མང་དུ་སྒྲུང་བ་ནམས་དོན་དཔུང་བ་ལས་བསྐྱར་ཕྱིར་བཅེ་བའི་བསམ་པས་བཀོད་པ་ཡིན་པས། རྒྱལ་པ་རུས་བཞིང་དུ་
然為防其落入金剛地獄故，以悲憫之思而寫；我合掌祈求：

བཟུས་པའི་སྐབས་ཚེ་ནས་ཡང་མ་མཇུག་ཅིག །ཅེས་ཐལ་མོ་སྐྱར་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།
「能作廣軌者，終不作簡略法！」

། དེ་ལྟར་ཐུན་བྱུག་གི་རྒྱལ་པ་འདྲོར་རྒྱལ་བ་ཟུས་ཉམས་སྲུང་ལེན་ཚུལ་གྱི་མན་ངག་ཆ་ཚང་ཞིང་གསལ་ལ་འགག་
འགྲོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པ་འདི་ནི།

如是此已圓具實修廣略六座瑜伽軌理口訣，

而且已作清楚簡釋之軌理者，

དགའ་ལྡན་ཚས་འཁོར་དགོན་གྱི་ལྷ་རིགས་སྒྲོ་བཟང་དོན་ལྷ་རིག་དང་མཐུལ་རེན་གསུམ་བཅས་ཇི་ལྟར་བསྐྱར་བཞིང་།

乃因甘丹法輪寺僧人洛桑多傑以哈達和

曼達拉佛像三項作如此請求故，

ཕ་བོང་ཁའི་སྐུལ་པས་ཆབ་མདོ་དགེ་ལྡན་བྱམས་པ་སྒྲིང་དུ་ཕྱགས་

གཅིག་དུ་བསྐྱོད་པ་འཕྲོད་ལེལ། །

化名帕訪喀，於昌都甘丹講悲林彙整。願廣利生！

釋法炬恭譯 癸巳年乙卯月丙戌日(2013/03/21)

21、六座瑜伽.略軌 ལུག་དྲུག་བསྟུས། 048

上段

༎ དགོན་མཚན་གསུམ་ལ་སྤྱིང་ནས་སྐབས་སུ་མཆི། འགོ་ཁྱན་གདུང་འབྲལ་གདན་བདེས་
འགོད་པར་བྱ། དེའི་སྤྱད་ཚེགས་བྱང་འཕྲོབ་ཕྱིར་བྱང་ཚུབ་སེམས། བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྐས་
སྤྱིད་ལ་བསྐྱབ་པར་བཞུ།

我今至誠皈依三寶尊，救眾生苦置於究竟樂
由此緣故為獲大菩提，發菩提心學習佛子行

.....

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཁྱི་པད་ཉི་ལྷའི་སྤྱང་། ཅ་བའི་སྒྲུ་མ་ཁུབ་བདག་དོ་ཚེ་འཆང་། སྐྱ་
མདོག་ཐོན་པོ་དོར་དྲིལ་བཟུང་ནས་ནི། དབྱིངས་ལྷག་མར་འཁྱུང་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བས་
རོལ། གནས་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ་མཚན་རྩྭ་འོད་ཀྱིས། ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྤྱན་དྲངས་རོ་
གཅིག་གྱུར།

面前空中座蓮日月上，根本上師遍主金剛持
其身青色持鈴杵擁抱，界自在妃俱生樂為嬉
三處標以三字吽放光，召請諸智慧尊成一味

དོ་ཚེ་ཅན་ཞབས་པརྫོར་ལྷག་འཆལ་ལོ། ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཚན་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོས་མཚན།
རི་སྒྲིང་རིན་ཆེན་གདེར་བུམ་ཉི་ལྷ་སྟགས། སྒྲ་མེད་ཁྱན་དུ་བཟང་པོའི་མཚན་པ་འབུལ།
敬禮俱足金剛足蓮下，供養外內秘密供雲海
山洲珍寶藏瓶日月等，奉獻無上普賢大供養

མཚན་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཀྱན། མགོན་ཁྱོད་རྒྱལ་བཞིན་བསྐྱེན་པའི་ཚེས་
འགོ་བར། མཐོང་ནས་ལུས་དང་སྟོག་ཀྱང་ཡོངས་བདེང་སྟེ། ཁྱོད་མཉེས་ཁོ་ན་སྐྱབ་པར་
བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

殊勝共同無餘諸悉地，皆賴如理依止怙主生
由見此理身命亦願捨，唯令師尊歡喜求加持

下段

.....

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་དང་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིབ་པ་བྱོན། རང་ལ་ཐེག་པ་སྤྱོད་པའི་དཔེ་རྒྱུ་ལྟར།
བདག་ཉིད་རྟོག་ཅི་ཐེག་པ་སྤྱོད་པའི་བཅོམ་ལྷན་ལྟར། རྟོག་པའི་བཟུང་འཁུང་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་
བས་རོལ།

如是祈請上師降頂上，融入自身無別成一味
自成金剛薩埵持鈴杵，擁抱佛母俱生樂為嬉

གནས་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་ཚོགས་རྣམས། མ་རྣམས་དོན་དུ་ཡངས་མེད་
བདང་བར་བྱ། མོ་ཐར་བྱང་ཐེག་པ་སྤྱོད་པའི་ཐུགས་རྣམས་གསུམ་གྱི། བཅས་མཚམས་སློག་
གི་ཕྱིར་ཡང་འདོར་མི་བྱ།

處身受用三世諸善根，為利諸母無吝悉施捨
別解脫與菩薩密咒戒，縱有命難不踰其制限

ཐོག་གསུམ་རྒྱུད་ཐེ་བཞིས་བསྐྱེད་པའི་རྟོགས་ཚོས། ལེགས་བཟུང་ཐབས་ཀྱིས་འགོ་བ་
ཡོངས་སྤྱོད་པའི་སྒྲིབ་པ་བྱོན།

三乘四續所攝教證法，善作受持方便度眾生

迴 向

註:此偈只需念一次。如此完整念完-相當念誦略軌三次。

དགེ་འདིས་དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་སྐུས་བཅས་ཀྱི། མཛད་སྤྱོད་འགྲུབ་དང་དམ་ཚེས་འཛིན་
ཕྱིར་བཞི། མཚོག་གསུམ་བྱིན་རྒྱལ་ཐེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱེད་པའི་མཐུས། ལེགས་སྤྱོད་འགྲུབ་ནས་
སངས་རྒྱུས་རྒྱུར་ཐོབ་ཤིག།

此善迴向三世佛菩薩,行願成辦住持佛正法
三寶加持無欺緣起力,善願圓成速疾獲佛位

སྐྱབས་རྩེ་པ་པོང་ཁ་པས།

22、21度母禮讚 སྟོལ་མ་ཉེར་གཅིག་ལ་བསྟོད་པ་བཞུགས་སོ། 50

迎請：

༄༅། །པོ་ཏ་ལ་ཡི་གནས་མཚོག་ནས། །དྲུ་ཡིག་ལྷང་གུ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །
།འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་ལ་རྒྱན། །དུས་གསུམ་མངས་རྒྱས་ཕྱིན་ལས་མ།
།སྟོལ་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

聖地普陀拉之上 綠色旦字中出生
頭頂彌陀為莊嚴 三世佛陀事業母
度母聖眷祈降臨

頂禮：

།ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅིད་པན་གྱི། །ཞབས་ཀྱི་བསྟོལ་བ་དུང་དེ། །
།ཤོངས་པ་ཀུན་ལས་སྟོལ་མཛད་མ། །སྟོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

諸天非天頂髻嚴 恭敬跪捧兩足蓮
消除一切厄難母 聖救度母我頂禮

度母七支供養（長版）

1、禮敬諸佛：

།རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྟོལ་མ་དང་། །བྱོགས་བཙུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།
།རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་བཞིན།

尊者聖救度母及。十方三世所安住
所有諸佛及菩薩。一切淨信而頂禮

2、廣修供養：

། མེ་ཏོག་བདུག་སྟོལ་མར་མེ་དྲི། །ཞལ་ཟས་རྩལ་མོ་ལ་སོགས་པ།
། དངོས་འབྱུར་ཡིད་ཀྱིས་སྤུལ་ནས་འབུལ། །འཕགས་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།

花香油燈與塗香。妙食以及伎樂等
實設意緣所供養。聖母眷眾祈納受

3、懺悔業障：

། ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དག་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལ།

། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་བའི། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་བར་བཞུ།

無始以來直至今。十不善與五無間
煩惱心力所使然。一切惡業皆懺悔

4、隨喜功德：

། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས། སོ་སོ་སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པ།

། དུས་གསུམ་དག་གཅི་བསགས་པ། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རངས།

聲聞緣覺菩薩眾。以及一切凡夫等
三世所積諸善業。一切功德我隨喜

5、請轉法輪：

། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །སྒྲིལ་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བར།

། ཆེ་རྒྱུད་ཐུན་མོང་ཐོག་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་དུ་གསོལ།

有情思想及心識。隨其差別而有之
小乘大乘與共乘。我今祈請轉法輪

6、請佛住世：

། འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་མ་སྟོང་བར། །མྱ་ངན་མི་འདའ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས།

། སྤྱག་བཤལ་རྒྱ་མཚོ་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

乃至輪迴不空時。請以慈悲莫示寂
沉溺痛苦大海中。凡諸有情祈垂顧

7、普皆迴向：

། བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱལ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

། རིང་པོ་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག །།

以我所積諸功德。一切皆成菩提因
願我無需長時間。即成度眾之導師

補充：《七支供 略版：7句》 052

(仁波切2023/9/16於佛子37頌中開示：其每日長版21遍、略版108遍)

སྒོ་གསུམ་གྱིས་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། དངོས་གཤམས་ཡིད་སྤུལ་མཆོད་སྤྱོད་མ་ལུས་འབུལ།
 ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྡིག་ལྷུང་ཐམས་ཅད་བཤགས། སྐྱེ་འཕགས་དག་བ་རྣམས་ལ་ཇེས་ལི་
 རང་།།འཁོར་བ་མ་སྤོང་བར་དུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། འགྲོ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་།།
 བདག་གཞན་དག་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བཟོ།།

身語意門誠禮敬，實觀供雲悉呈奉
 無始積惡皆懺悔，凡聖善業皆隨喜
 輪回未已請住世，為利眾生轉法輪
 自他善聚回菩提。

二十一度母 禮讚頌文

ཨོ་ཇེ་བརྩན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

嗡 尊者聖救度母我頂禮

- ① ཕྱག་འཆལ་སྒྲོལ་མ་མུར་མ་དཔའ་མོ། ལྷན་ནི་སྐད་ཅིག་གྲོག་དང་འད་མ།
 །འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། ཞལ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱང་མ། །

敬禮速疾奮勇度母 目如剎那電光閃照
 彼乃三界怙主觀音 淚海中盛蓮華所生

- ② ཕྱག་འཆལ་སྟོན་ཀའི་རྒྱ་བ་ཀུན་དུ། ཁང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེན་པའི་ཞལ་མ། །
 སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱི། རབ་དུ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

敬禮百秋朗月度母 圓滿遍照無垢容貌
 如千星宿俱時聚集 發出熾然耀眼威光

- ③ ཕུག་འཆལ་མེར་ཐོ་ཚུ་ནས་སྒྲིམ་གྱི། །པརྒྱས་ཕུག་ནི་ནམ་པར་བརྒྱན་མ། །
 སྒྲིན་པ་བཙོན་འགྲུས་དཀའ་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྤྱོད་ལུལ་ཉིད་མ། །
 敬禮紫磨金色度母 殊妙蓮華莊嚴素手
 與施精勤調伏喜靜 忍禪究竟智慧無二
- ④ ཕུག་འཆལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲོར། །མཐའ་ཡས་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་སྤྱོད་མ། །
 མ་ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བཞེན་མ། །
 敬禮諸佛頂髻度母 能勝無邊不善力行
 無餘成就波羅蜜多 勝者佛子之所依恃
- ⑤ ཕུག་འཆལ་དུ་རྒྱ་ར་རྩྱ་ཡི་གེ། །འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །
 འཛིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་དེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །
 敬禮督達蕊吽度母 聲滿欲色界及虛空
 運足踩毀生死七趣 悉能召引一切有情
- ⑥ ཕུག་འཆལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །རླུང་ལྷ་སྒྲ་ཚོགས་དབང་ཕུག་མཚོད་མ། །
 འབྲུང་པོ་རོལ་ངས་རྩི་ཟ་ནམས་དང་། །གནོད་སྒྲིན་ཚོགས་ཀྱིས་མཐུན་ནས་བསྟོད་མ། །
 敬禮帝釋火神梵天 風神自在所尊度母
 鬼神起屍尋香藥叉 諸眾等所共稱歎者
- ⑦ ཕུག་འཆལ་ཏུ་ར་ཅེས་བྱ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །པ་རོལ་འཕུལ་འཁོར་རབ་དུ་འཛོམས་མ། །
 གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱང་ཞབས་ཀྱིས་མནན་དེ། །མེ་འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །
 敬禮宣揚扎佩度母 摧毀他人神變設施
 右足內蹠左足伸踏 舞熾焰中身極明耀
- ⑧ ཕུག་འཆལ་དུ་རེ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོས། །བདུད་ཀྱི་དཔལ་བོ་ནམ་པར་འཛོམས་མ། །
 རྒྱ་སྒྲིམ་ཞལ་ནི་ཁོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །དགྲ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །
 敬禮都瑞巨畏度母 徹底摧毀諸大怨魔
 於蓮華面一現怒眉 無餘斬盡一切冤家

- ⑨ ཕུག་འཆལ་དགོན་མཚོག་གསུམ་མཚོན་ཕུག་རྒྱུ། ཁོར་མོས་བྱུགས་ཀར་ནམ་པར་བརྒྱན་མ།
མ་ལུས་བྱུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་ནམས་འབྱུག་མ། །

敬禮結三寶印度母 手指當心威嚴殊相
勝輪嚴飾十方無餘 自身熾盛光芒聚種

- ⑩ ཕུག་འཆལ་རབ་དུ་དགའ་བ་བཟིང་པའི། འདུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཕྱེང་བ་སྒྲེལ་མ། །
བཞད་པ་རབ་བཞད་དུ་རྩྭ་ར་ཡིས། བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །

敬禮威德歡悅度母 寶冠珠鬘簇放眾光
最極喜笑宣督達瑞 戰勝攝伏世間惡魔

- ⑪ ཕུག་འཆལ་ས་གནི་སྤྱོད་བའི་ཚོགས་ནམས། ཐམས་ཅད་འབྱུགས་པར་རུས་པ་ཉིད་མ། །
ཁྱོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་དྲྀ་གིས། རོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་སྒྲོལ་མ། །

敬禮能夠召引守護 諸地神祇大眾度母
豎怒眉面宣吽聲字 一切衰敗悉令度脫

- ⑫ ཕུག་འཆལ་རྩ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱུ། བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་དུ་འབར་མ། །
རལ་པའི་ཁྱོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས། རྟག་པར་ཤིན་དུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །

敬禮頂冠新月度母 冠中綻放勝妙嚴光
頂髻上現阿彌陀佛 恆常簇射眾寶大光

- ⑬ ཕུག་འཆལ་བསྐལ་པའི་ཐ་མའི་མེ་ལྷར། འབར་བའི་ཕྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །
གཡས་བརྒྱང་གཡོན་བསྐུམ་ཀུན་ནས་བསྐོར་དགའི། འདྲ་ཡི་དབུང་ནི་ནམ་པར་འཛོམས་མ། །

敬禮如盡劫火度母 安住熾盛焰鬘中者
普遍喜悅右伸左蹠 徹底滅壞惡怨眾軍

- ⑭ ཕུག་འཆལ་ས་གནིའི་ངོས་ལ་ཕུག་གི། མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྩུང་མ། །
ཁྱོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་དྲྀ་གིས། ཁིམ་པ་བདུན་པོ་ནམས་ནི་འགོམས་མ། །

敬禮手按大地度母 雙足踐踏施以鎮壓
現怒眉面宣揚吽聲 破碎降伏生死七趣

- ⑮ ཕུག་འཆལ་བདེ་མ་དག་མ་ཞི་མ། །མྱ་ངན་འདས་ཞི་སྤྱོད་ལུལ་ཉིད་མ། །
སྤྱ་ཏུ་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། །མྱིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ། །
敬禮安穩柔善度母 涅槃寂滅最樂行境
俱梭哈噶清澈音聲 善於消滅極大災禍
- ⑯ ཕུག་འཆལ་ཀུན་ནས་བསྐོར་རབ་དགའ་བའི། །དགྲ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་དུ་འགེམས་མ། །
ཡི་གེ་བཅུ་པའི་ངག་ནི་བཀོད་པའི། །རིག་པ་རྩྭ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ། །
敬禮喜悅圍繞度母 令諸冤家支體脫離
言俱十字咒句莊嚴 明字吽聲普施解脫

- ⑰ ཕུག་འཆལ་དུ་ཚེདི་ཞབས་ནི་བདེ་བས་པས། །དྲྭ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །
རི་རབ་མཚུངས་དང་འཕྱིགས་བྱེད། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །
敬禮宣揚督瑞度母 足躡相勢吽字種子
須彌曼答拉措拉尸 諸山三界皆令震動

- ⑱ ཕུག་འཆལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕུག་ན་བསྐྱམས་མ། །
དུ་ར་གཉིས་བཅོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། །དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །
敬禮手中執住鹿月 猶如天界大海度母
誦一佩聲及二達拉 悉能滅除諸毒無餘

- ⑲ ཕུག་འཆལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱལ་པོ། །ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །
ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བ་བཅིང་གྱིས། །ཚོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །
敬禮諸天集會度母 天王緊那羅所依恃
燦爛堅鎧普施歡悅 滅除鬥爭及諸惡夢

- ⑳ ཕུག་འཆལ་ཉི་མ་རྒྱ་བ་རྒྱས་པའི། །མུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །
ད་ར་གཉིས་བཅོད་དུརྩ་ར་ཡིས། །ཤིན་དུ་དག་པའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །

敬禮雙目猶如日月 遍放殊勝光明度母
誦二哈拉以督達拉 善除惡毒瘟熱諸病

- ⑳ ཕྱག་འཆལ་དེ་ནི་དག་སྐྱུ་མ་རྣམས་བཀོད་པས། ཁྱི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། །
གདོན་དང་རོ་ལངས་གནོད་སྤྱོད་ཚོགས་རྣམས། །འཛོམས་པ་དུ་རེ་རབ་མཚན་ཉིད་མ། །
敬禮具三真實度母 善靜威力無不圓滿
最勝無上督瑞消除 惡鬼起屍藥叉諸軍
ཅུ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འདི་དང་། །ཕྱག་འཆལ་བ་ནི་ནི་ཕུ་ཅུ་གཅིག །
此是根本總持讚文 及二十一禮敬頌詞

總讚文

ཨོ་ཏེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྦྱོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

嗡 尊者聖救度母我頂禮

ཕྱག་འཆལ་སྦྱོལ་མ་ ཏུ་རེ་དཔའ་མོ། །[?] །ཏུ་རྩ་ར་ཡིས་འཛིགས་ཀྱན་སེལ་མ།
ཏུ་རེས་ དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྟེར་མ། །ཐུ་ཏུ་འི་ ཡི་གེ་བཅས་ལ་རབ་འདུད། །

敬禮達蕊速捷勇母 以度達蕊消除佈畏
以度蕊施與諸利益 梭哈等咒字我禮讚

(本段藏文未列入、省略)

此乃無比阿底峽尊者，居住聶唐期間，身體微安，
向至尊度母祈請時，至尊度母答曰：

「當於一日內完成：一萬遍的二十一度母禮讚。」
尊者請示云：「無法在一日內完成，須另尋方法。」

至尊度母回答：以此總讚。

此乃至尊度母，親自宣說，極具加持力。

ཕན་ཡོན་ནི། 功德利益

ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྷན་པ་ལི། ཁྲོ་ལྷན་གང་གིས་རབ་དང་བཟྃ་དེ། །
 སྒོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། འབྲས་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། །

於尊淨信禮敬者 任誰至心而禮讚
 晨起禮讚夕讀誦 憶念諸勝施無畏

སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཞི་བྱེད། འཇན་འགོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཉིད་དོ། །
 རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས། ལྷུང་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། །
 所有罪業悉滅除 凡諸惡趣盡摧毀
 七俱胝中一切佛 迅速給予諸灌頂

འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། ཁངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགོ། །
 དེ་ཡི་དུག་ནི་དུག་པོ་ཆེན་པོ། བརྟན་གནས་པ་འཇག་གཞན་ཡང་འགོ་བ། །
 此生來世益增勝 究竟趣於正覺果
 彼或中毒極嚴重 無論痼疾或他因

ཐོས་པ་དང་ནི་འཐུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། འབྲས་པས་རབ་དུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། །
 གཏོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟིར་བ་ལི། ལྷུག་བཟལ་ཚྭ་གས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །

或因誤食或誤飲 憶念尊等即解毒
 或遭邪魔疫癘擾 彼諸苦惱悉消除

སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བཟྃ་ན། །
 ལུ་འདོད་པས་ནི་བྱ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། ཞོར་འདོད་པས་ནི་ཞོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །

有情他眾亦如是 若誦此讚二三七(遍)
欲乞兒女得兒女 欲求財寶財豐饒

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། །བགེགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛོམས་འགྱུར། །

一切所欲悉滿願 魔障盡除——滅

ཕུག་འཛམ་ཉེར་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་འདི་ནི་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་སྟེ་རྒྱད་ལས་བྱང་བའོ།
བཙམ་ལྷན་འདས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་གསུངས་པ་ཚོགས་སོ། །

綠度母咒

ཨོ དྲ་རེ་ དུ་རྩ་རེ་ དུ་རེ་ སྒྲ་ཞུ།

嗡 達瑞 度達瑞 度瑞 梭哈 (21 或 108 遍)

迴 向

ཁྱེད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།།བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་དེར།
ནད་དང་དབུལ་ཤོངས་འཐབ་ཅོད་ཞིབ་དང་།། ཆོས་དང་བླ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།
由此禮讚祈請汝之力，熄滅成就正法之違緣
壽命福德祥瑞富饒等，諸種順緣如意成就之

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག་། འཕགས་མ་སྒྲལ་མ་འགྲུབ་ལྟར་ནས།།

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷས་པ།། དེ་ཡི་ས་ལ་བགོད་པར་ཤོག།

猶如大海經續諸正法
善觀察後教授于他人
執持如理成就之寶幢
輪回未空之際願精進

23、至尊檀林度母之自生、瓶生、對生修供

與朵瑪簡軌 ཇེ་བཙུན་མ་སེང་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་བདག་
བསྐྱེད་དང་བུམ་བསྐྱེད་མཐུན་བསྐྱེད་གཏོར་མ་བཅས་བཞུགས་སོ། **059**

རྒྱ་མ་དང་ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཇེ་སྙུ་གཟུང་དུ་གསོལ།

上師與至尊度母無別之足下頂禮，
祈請於一切時中皆予攝受也！

འདིར་ཇེ་བཙུན་མ་སེང་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་ཇེ་སྙུ་གཟུང་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། གནས་གཙང་
ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བར་སྟེག་བྱ་བ་བཟང་པོའི་ཁར་མཐུན་སྟེང་དུ་མཐུལ་པ་སྒྲུབ་པ་འདྲེན་པ་བརྒྱུད། དབུས་
སྙུ་ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྐུ་འཕམ་མཆོད་སྤྱངས་ལྷེང་གྲ་གང་རིགས་བཀོད། རྣམ་རྒྱལ་བུམ་པ་དང་ལས་
བུམ་གཉིས་ཁ་རྒྱུ་མགུལ་འཛིང་། རང་ཇས་བུམ་ཇས་ཉེར་ལྷ་དྲི་བཟང་དང་སྤྱང་བ། རྣམ་རྒྱལ་
བུམ་པའི་སྟེང་དུ་དུང་ཚས་གཟུངས་ཐག་དོ་ཇེ་དང་བཅས་པ། དེའི་མཐའ་སྐོར་དུ་མཆོམས་འཛིན་
མེ་ཏོག་ནས་བཟུང་མཆོད་པས་བསྐོར། མཐུན་དུ་གཏོར་མ་དང་བཅས་ཕྱག་ལེན་ལྟར་བཤམས་ལ།
ཐོག་མར་བདག་བསྐྱེད་བྱ་བ་ནི།

(於潔淨且悅意之處，擺設莊嚴供桌，
其上安放三腳架，上置八瓣蓮花曼達。
中央奉安至尊度母聖像或綠色彩堆，
並擺設 尊勝瓶 與 事業瓶，
均繫上瓶巾與口飾，
瓶內盛有摻有二十五種瓶物及妙香的淨水；
尊勝瓶上帶有小法螺、咒繩所繞金剛杵。
曼達周邊，由持隅之花起，以供品環繞；
並於其前方擺設朵瑪，此等皆按傳承供設。)

一、自生本尊：ཐོག་མར་བདག་སྤྱེད་བྱ་བ་ནི།

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
སྐུ་གཟུང་བྱགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འོ་ཐོར་གྱུར་པ།

皈依十方三世 一切如來
身語意功德、事業為體

ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྤྱོད་པས་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིའི་འབྲུང་གནས་
འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངའ་བདག་དྲིན་ཅན་ཅ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་

八萬四千法蘊生處，一切聖僧之主
承恩根本及相傳承，一切勝德上師

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་པ་དམ་པ་ཞུབས་སུ་མཆིའོ།།སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།།
ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།། འུ་མ་ལ་ལྟ་བུ་གསུམ།

皈依上師！皈依佛！皈依法！皈依僧！

(為求統一,此處之翻譯,取用 前行共軌 舊版) (3 遍)

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་ཞུབས་ལ།། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།།
བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པ་འདི་དག་གིས།། འགྲོ་ལ་ཡན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྲུབ་པར་ཤོག།
(3遍 ལན་གསུམ།)

諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提我歸依
我以所修施等諸資糧，為利眾生故願大覺成

3遍

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
སྐུ་གསལ་དང་སྐུ་གསལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐུ་གསལ་
མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་
དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། 3遍ལན་གསུམ།

願一切有情～具樂及樂因！

願一切有情～離苦及苦因！

願一切有情～不離無苦之樂！

願一切有情～遠離愛惡親疏住平等捨！

(三遍)

མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ལྷུང་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་
རིན་པོ་ཆེ་འཕྲོ་བ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་རྩེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་བསྒྲོམ་བསྐྱེད་ལ་འཇུག་
པར་བཀྲོའོ། ོ 3遍ལན་གསུམ།

為了一切如母有情的利益，
當迅速獲得正圓滿佛陀的珍貴果位，
為此之故，將趣入聖至尊度母之念修

3遍ལན་གསུམ།

དེ་ནས་བདག་བསྐྱེད་བསྒྲོམ་པ་ནི། 其後，自生本尊修法

觀空咒 (淨化處所)

ཨོ་ སྤྲུལ་ འུརྩེ་ སའབརྩེ་མུ་ སྤྲུལ་ འུརྩེ་ཉམ་།

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦 噠嘛 娑巴瓦 旭多杭！

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བྱུང། 遂成空性也。

སྟོང་པའི་ངང་ལས་པ་སྒྲ་དང་། ཨ་ལས་སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་
སྟེང་དུ་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཏྲུ་ཡག་ལྗང་ཁྱ་དེ་ལས་འོད་འཕྲོས།

從空狀中 𑖀 (幫) 生蓮花 𑖀 (阿) 生月輪。

其上即彼自心 綠色 ཏྲུ (當) 字放光，

དོན་གཉིས་བྱས་ཚུར་འདུས་ཡོངས་སུ་ཁྱུར་པ་ལས་རང་ཉིད་ཇི་བཅུན་མ་སེང་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་
མ་སྐྱེ་མདོག་ལྗང་གྲ།

作二利已，光復收回，全然轉成自己
至尊母檀林度母：身色翠綠，

གཡས་མཚོག་སྒྱིན་དང་གཡོན་ལྷ་འཕྲུལ་པ་ཐུགས་ཀར་མཐེབ་སྤྱིན་གྱིས་བཟུང་ནས་འདབ་མ་
སྒྲན་གྱི་ཐང་དུ་ཁ་བྱེ་ག། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་གྱིན་བཟའ་ཅན། ཞབས་སེམ་དཔའི་དཀྱིལ་
ཀྱང་གིས་བཟུགས་པའི་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ།

右手結勝施印，左手拇指與無名指當胸
拈執 鄔巴拉花莖、花於耳畔開放，具足寶
飾與綢緞衣裙，菩薩跏趺而坐。一面二臂；

ཁྱུ་བོར་ཞོ། མགིན་པར་ལྷུམ་ ཐུགས་ཀར་རྩྭ་གིས་མཚན་པར་བྱུར།

頭頂標以 𑀧 (嚨) 字，喉間標以
ལྷུམ་ (啊) 字，心間標以 རྩྭ་ (吽) 字。

རང་གི་ཐུགས་ཀར་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། པོ་ཏ་ལ་ནས་བསྒོམས་པ་དང་འདྲ་བའི་
ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱུན་དངས། ཇི་རྩྭ་བའི་རྩྭ་ གཉིས་སུ་མེད་པར་བྱུར།

從自心間 རྩྭ་ (吽) 字放光，
從布達拉山，迎請與所修相似之
智慧尊降臨。雜吽旁吽！遂成無二也。

སྐར་ཡང་ཐུགས་ཀར་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྔ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྐྱུན་
དངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མདོན་པར་དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ།
ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་ནས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བུམ་པ་ཐོགས་ནས་

心間^{ཏུ}（吽）字再次放光，祈請灌頂尊
五部如來及眷屬駕臨。“祈請一切如來
現前賜予灌頂！”。以此祈請力，
彼等手托盈滿 智慧甘露 之寶瓶曰：

ཨོཾ་སེམ་ཏ་ཐུག་ཏུ་ཨ་མྱེ་ཀ་ཏ་སམ་ཡ་བྱི་ཡེ་ཨུམ་ཏུཾ་
 嗡 薩爾瓦 打他嘎達 阿彼凱 嘎達
 薩瑪雅 師利耶 啊吽

ཞེས་གསུངས་ཤིང་དབང་བསྐྱར་བས་ལུས་ཐམས་ཅད་གང་། ཇི་མ་ཐམས་ཅད་དག། རྩ་ལྷག་མ་
 སྦྱི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་བྱུར་པ་ལས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་བྱས།

”如是宣說，並賜灌沐，盈滿自身，諸垢悉淨。
餘水 住髻，轉成 無量光佛，以作頂嚴也。

མཚོན་པ་བྱིན་རྒྱལ་ལ། 向 眾供品 誦：（加持供品）

（去污咒、淨治觀空咒、種子字化物、加持、觀天女獻供）

5步驟（2022/8/21開示：先自生本尊，方有能力加持供品）

། ཨོཾ་བཏྲ་ཨ་མྱེ་ཏ་ཀུམ་ལི་ཏ་ན་ཏ་ན་ཏུཾ་པཱ།

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呬！

如是驅魔。去除污穢：（處所）（此時8供尚未化現）

ཨོཾ་སྦྱུ་ཐུ་འུརྩེེ་སའཏྲ་མེེུ་སྦྱུ་ཐ་འུརྩེེ་ཉམ་ཏཱ།

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭

如是淨治（處所）。（此為：觀空咒）

མྱོང་པ་ཉིད་དུ་བྱས། 遂成空性

སྤྲོང་པའི་ངང་ལས་སྤྱོད་ལས་རིན་པོ་ཆའི་སྤྲོང་ཡངས་ཤིང་ ལྷ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་
ཨོའོ་དེ་དུ་ལྷ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ལུ་པའི་

從空狀中，出生 **ལྷོ**（仲）字，轉成廣大珍寶
諸器。器內各具 **ཨོ**（喻）字，化光轉成天物

མཚན་ཡོན། ཞབས་བཅིལ། མེ་ཏོག། བདུག་སྒྲིམ། མར་མེ། དྷི་ཆབ། ཞལ་ཟས། རྩལ་མོ་རྣམས་
དུངས་ཤིང་སྒྲིམས་པ་མེད་པ་ནས་མཁའ་དང་མཉམ་པ་
ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་གྱུར།

所成之：功德水、濯足水、妙花、熏香、明
燈、塗香水、妙饌、音樂等，澄淨無礙，等
遍虛空，能生無漏殊勝之樂也。

ཞེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། **加持8供**（公式：喻「8供任一」啊吽）

①**ཨོ་ ཡུལ་ཀེ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（功德水）②**ཨོ་ ཡུལ་ཀེ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（濯足水）

喻 阿岡 啊吽。喻 巴典 啊吽

③**ཨོ་ ཡུལ་ཀེ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（妙花）④**ཨོ་ ལྷ་མུ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（熏香）

喻 布貝 啊吽。喻 杜貝 啊吽

⑤**ཨོ་ ལྷ་མུ་ཀེ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（明燈）⑥**ཨོ་ ལྷ་མུ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（塗香）

喻 阿洛給 啊吽。喻 根迭 啊吽

⑦**ཨོ་ ལྷ་མུ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（妙饌）⑧**ཨོ་ ལྷ་མུ་ ལྷ་མུ་ཤྱོ།**（音樂）

喻 內威迭 啊吽。喻 夏大 啊吽

ཞེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། **加持8供**（公式：喻「8供任一」啊吽）

རང་གི་སྤྱིང་ག་ནས་སྤྲོས་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ནམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བྱས།
 由自心間，放射出諸 供養天女，而供養之
 དེ་ལྟར་བསམས་ལ། (觀想)

如是獻供

(去污咒、觀空咒淨治、種子字化物、加持、天女獻供)
 5步驟

(上供方式：一次8道)

ཨོྭ་ ཨུར་ དྲ་རེ་ ས་པ་ རི་ལྷ་ར་ (度母眷屬們)

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra

- ① ཨུཾ་ 阿岡 ② སུཾ་ 巴典 ③ སུཧེ་ 布貝
 ④ ལུ་ཤེ་ 杜貝 ⑤ ཨུ་ལོ་གཱ་ 阿洛給 ⑥ ཀལྷེ་ 根迭
 ⑦ རེ་ཤི་ཏུ་ 內威迭 ⑧ ཀལྷ་ 夏大

པ་ཏྲི་རྩ་ཏུ་ སྤྲུཿ། 紮底雜吽 娑哈！

(咒語前段：度母眷屬們) ～8供～ (咒語後段：請享用供品)

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པར་གྱིས། ཞབས་ཀྱི་སྤྲོ་ལ་བདུད་ནས།
 མོངས་པ་ཀུན་ལས་སྤྲོ་ལ་མཛད་མ། སྤྲོ་ལ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

諸天非天頂髻嚴，恭敬跪捧兩足蓮，
 消除一切厄難母，聖救度母我頂禮！

ཅེས་བསྟོད། 如是讚頌。此段中譯選與21度母統一

དེ་ནས་ཁྱེད་སོ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྷན་པས།

其後，具足 **三想瑜伽** 而持誦：

ॐ हूँ हूँ हूँ हूँ हूँ हूँ (10個字)

噏 達熱 杜達熱 杜熱 娑哈！

百字明一遍 1/4

ཨོ་པརྩ་ས་དྲོ་ས་མ་ཡ། མ་རྩུ་ཕྱ་ལ་ཡ། པརྩ་ས་དྲོ་དྲོ་ཞོ་པ།

ཏཱི་དྲཱི་མེ་ལྷ་ཤ། ལུ་ཏི་ཕྱེ་མེ་ལྷ་ཤ། ལུ་པེ་ཕྱེ་མེ་ལྷ་ཤ།

ཨ་རུ་རྟོ་མེ་རྩ་ཤ།

སུ་སྒྲིལ་མེད་པ་ལྟོ། སུ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅི་རྟོ་གྱི་ཡོང་།

ཀྱུ་རྩ་རྒྱུ། ཉ་ཉ་ཉ་ཉོ། ལྷ་ག་ཡན་མཐ་ཉ་ལྷ་ག་ཏ།

པལྷ་སྤྲེལ་མུ་ཕྱུ་པལྷ་ལྷ་ཤ། མ་དུ་ས་མ་ཡ་ས་དྲོ་ཞུ་ཏུ་ཡེའ།

唵 吽瑪薩埵薩瑪雅 瑪努巴拉雅

唄瑪薩埵迭諾巴 帝踏 記卓咪琶瓦

殊多喀優昧琶瓦 殊鉢喀優昧琶瓦

阿努惹_阿多昧琶瓦。

薩瓦希帝 昧札雅擦

薩_{𑖀𑖩}瓦_{𑖀𑖩}嘎_{𑖀𑖩}瑪 殊乍昧 記_{𑖀𑖩}盪_{𑖀𑖩}希_{𑖀𑖩}利_{𑖀𑖩}養_{𑖀𑖩}

咕如咩 哈哈哈哈哈后 巴嘎温

薩^{𑖦𑖳𑖦𑖥}瓦大踏嘎大 唵瑪瑪昧目札

唵瑪琶瓦 瑪哈 薩瑪雅 薩埵 阿吽 呬

ཞེས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་བརྒྱ་ཕྱེད་སྟོན་ཅི་འགྲུབ་བརྒྱ་པ།

如是以百千遍等數量，盡力持誦此 十字咒。

(藏文是10個咒字)

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱད་དུ་བདག། རྗེ་བཙུན་སྟོན་མ་འགྲུབ་ལྟར་ནས།།

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

願我能以此善業，成就至尊度母已，
縱一眾生亦無遺，祈願安置彼果位！

ཅེས་སྟོན་ལམ་གདབ་བོ།། 如是發願。此段中譯選與共軌的迴向統一

二、瓶生本尊修法：དེ་ནས་བུམ་སྐྱབ་པ་ནི།

ཨོྃ བཌྥ ཨ་མྲི་ཏྲ་ ཀུཌྥ་ལི་ ཏྲ་ན་ཏྲ་ན་ ཏུཾཿཿ

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呬！

如是驅魔。去除污穢：（處所）

ཨོྃ སྔརྩུལ་ འུཌྥ་མུཾ་ སྔརྩུལ་ འུཌྥ་མུཾ་

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭

如是淨治（處所）。（此為：觀空咒）

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། 遂成空性

སྟོང་པ་ནི་ངང་ལས་པ་ལས་པ་སྐྱེ་དང་ཨ་ལས་སྐྱེ་བ་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟོང་དུ་བའ་

從空狀中，པ་（幫）生蓮花，ཨ་（阿）生月輪。

其上པ་（旁）、

པཎྜ་བ་ལས་བྱང་བའི་རིན་པོ་ཆའི་བྱས་པ་དཀར་པོ། ལྷོ་བ་ཆེ་བ། མགོན་པ་རིང་བ། མཆོ་འཕྱང་
བ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ལྷན་པར་གྱུར།

པོ（旁）融化所成白色寶瓶：

具足鼓腹、長頸、彎嘴等一切性相也。

ཨོྭ དུཏྲེ དུཏྲེ མདུ་དུཏྲེ ལྷ་ཀྲ།

（唸2遍：因有2個寶瓶）

嗡 叨爹 叨爹 瑪哈叨爹 娑哈！

ལྷ་འི་ཆུ་བོ་གཞུ་དང་བྱས་པའི་ཆུ་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་གྱུར།

恒河天水與瓶水成為無別也。

（註：尊勝瓶之本尊為度母、事業瓶本尊為滅障明王）

- ① རྣམ་རྒྱལ་བྱས་པའི་ནང་དུ་པཎྜ་ལས་བྱས་པ་དེ་ཨ་ལས་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲིང་དུ་རྩ་
ཡིག་ལྷང་གྲ། དེ་ལས་འོད་འཕྲོས། དོན་གཉིས་བྱས་ཆུར་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས།

尊勝瓶內，པོ（幫）生蓮花，

ཨ་（阿）生月輪，其上綠色ཏྲེ（當）字放光，
作二利已，光復收回，

རྗེ་བཙུན་མ་སེང་ལྷེང་ནགས་གྱི་སྒྲོལ་མ་སྐྱ་མདོག་ལྷང་གྲ། འལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ།
གཡས་མཆོག་སྒྱིན་དང་གཡོན་ལྷན་ཡའི་ཡུ་བ་ཕྱགས་ཀར་མཐེབ་སྒྲིན་གྱིས་བཟུང་ནས་འདབ་མ་
སྒྲན་གྱི་ཐང་དུ་ཁ་བྱེ་བ། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་དང་དར་གྱིན་བཟུང་ཅན། འབས་སེམ་དཔའི་དཀྱིལ་ཀྱ
ང་གིས་བལྟས་པ་（前面不加唸：自己）

全然轉成 至尊母檀林 度母：身色翠綠，
一面二臂；右手結勝施印，左手拇指與
無名指，當胸拈執鄔巴拉花莖、花於耳畔開
放，具足寶飾與綢緞衣裙，菩薩跏趺而坐。

② ལས་བྱམ་གྱི་ནང་དུ་པར་དང་བཞུགས་པའི་སྤྱིང་དུ་རྩེ་ལྷོ་ལས་རྩོམ་པའི་རྩེ་ལྷོ་གིས་མཚན་པ།
དེ་ཡོངས་སུ་ཁྱུང་པ་ལས་བགལ་མཐར་བྱེད་

事業瓶內，蓮月之上，**ཧུྃ**（吽）字生杵，
標以**ཧུྃ**（吽）字，全然轉成 滅障明王：

སྤྱི་མཐོག་མཐོང་ནས་ཞུ་བའི་གཟིག་ཕྱག་གཉིས་པ། གཡས་རྩོམ་པའི་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་ཞགས་པ་དང་
བཅས་པའི་ཞིགས་མཐུབ་མཛད་པ། གཡོན་བརྒྱུངས་ཀྱིས་བཞུགས་པ།

身色藍黑，一面二臂，右手揮舞金剛，
左手持索而結期克印，左腿伸展而立。

放光、迎請（一切天衆）

ལྷ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བར་ཞུ། མགྱིན་པ་ལྷ་ཐུགས་ཀྱི་རྩེ་ལྷོ་གིས་མཚན་པ། ཐུགས་ཀྱི་རྩེ་ལྷོ་གིས་འོང་
ཟེར་འཕྲོས། རང་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱིང་དངས། གཉིས་སུ་མེད་པར་ཁྱུང་།

一切天眾悉皆頭頂標以**ཨྃ**（嗡）字，
喉間標以**ཨྃ**（啊）字，心間標以**ཧུྃ**（吽）字。
心間**ཧུྃ**（吽）字放光，迎請似己智尊降臨，
轉成無二也。

མཚན་པ་བྱིན་རྒྱལ་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་རྩེ་ལྷོ་གིས་མཚན་པ།

（2022/8/21開示：先自生本尊，方有能力加持供品）

（去污咒、觀空咒淨治、種子字化物、加持、天女獻供）

5步驟

ཨྃ་ བཟླ་ ཨ་མྲི་དྭ་ ཀུན་ལི་ ཏ་ཀ་ཏ་ཀ་ ཧུྃ་པཱ།

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呸！

如是驅魔。去除污穢：（處所）

ཨོ་ སྒྲུ་མ་ འུ་རྩེ་ སའུ་རྩེ་ སྒྲུ་མ་ འུ་རྩེ་ཉེ།
 唵 娑巴瓦 旭噶 薩瓦噶嘛 娑巴瓦 旭多杭
 如是淨治（處所）。（此為：觀空咒）

སྒྲོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། **遂成空性**

སྒྲོང་པ་ཉིད་ལས་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཨོ་འོད་དུ་ཁྱེ་བ་
 ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་པོ་པའི་

從空狀中出生 རྩེ་（仲）字。轉成廣大珍寶諸器
 器內各具 ཨོ་（唵）字，化光轉成天物

མཆོད་ཡོན། ཞབས་བམིལ། མེ་དྲོག། བདུག་སྒྲོས། མར་མེ། དྲི་ཆབ། ཞལ་ཟས། རོལ་མོ་རྣམས་
 དྲངས་ཤིང་སྒྲོགས་པ་མེད་པ་རྣམས་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཟག་པ་མེད་པ་བདེ་བ་བྱུང་བར་ཅན་
 བསྐྱེད་པར་གྱུར།

所成之：功德水、濯足水、妙花、熏香、明
 燈、塗香水、妙饌、音樂等，澄淨無礙，
 等遍虛空，能生無漏殊勝之樂也。

①ཨོ་ ཨུ་རྩེ་ ཨུ་རྩེ་（功德水）②ཨོ་ སུཅ་ ཨུ་རྩེ་（濯足水）

唵 阿岡 阿吽。唵 巴典 阿吽

③ཨོ་ སུཅེ་ ཨུ་རྩེ་（妙花）④ཨོ་ ལུ་པེ་ ཨུ་རྩེ་（熏香）

唵 布貝 阿吽。唵 杜貝 阿吽

⑤ཨོ་ ཨུ་ལོ་གེ་ ཨུ་རྩེ་（明燈）⑥ཨོ་ ཀལྷེ་ ཨུ་རྩེ་（塗香）

唵 阿洛給 阿吽。唵 根迭 阿吽

⑦ རྩོམ་རྩི་ཕྱུ་ལྷ་མུ་ (妙饌) ⑧ རྩོམ་ཤར་ལྷ་མུ་ (音樂)

噶 內威迭 啊吽。噶 夏大 啊吽

ཞེས་བྱིན་གྱིས་བསྐྲུབས། 加持8供 (公式：噶「8供任一」啊吽)

རང་གི་སྤྱིང་ག་ནས་སྤྱོས་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ནམས་གྱིས་མཆོད་པར་གྱུར།

དེ་ལྟར་བསམས་ལ། (只觀想不用念)

由自心間，放射出諸供養天女，而供養之。

བྱས་པའི་མཆོད་པ་བྱིན་ཐབས། 對寶瓶供品如前作加持後

(上供方式：一次8道)

ཨོ་ ལྷ་མུ་ དྲ་རེ་ ས་པ་ དི་ལྷ་ར་ (度母眷屬們)

噶 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra

① ཨ་ཁྱོ། 阿岡 ② ལུ་ཏ། 巴典 ③ ལུ་ཐེ། 布貝

④ ལུ་པེ། 杜貝 ⑤ ལུ་ལོ་ག། 阿洛給 ⑥ ལུ་ཐེ། 根迭

⑦ རྩོམ་རྩི་ཕྱུ་ 內威迭 ⑧ ཤར་ 夏大

པ་དྲི་རྩོ་ལྷ་མུ་ 紮底雜吽 娑哈！

(咒語前段：度母眷屬們) ~8供~ (咒語後段：請享用供品)

ཞེས་མཆོད། 如是獻①二水、

②近受用品(5種妙欲)及③音樂。共8種

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པར་ཅན།། ཞབས་ཀྱི་པ་སྒོ་ལ་བདུད་ནས།།

ཐོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒོལ་མཛད་མ།། སྒོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།།

諸天非天頂髻嚴，恭敬跪捧兩足蓮，
消除一切厄難母，聖救度母我頂禮！

(此段中譯選與21度母統一)

以及：

འཇིགས་པའི་དྲུང་སྒྲིབ་སྒྲིགས་ཅིང་།། བགེགས་ནམས་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་པ།།

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྒྲོལ་བའི་ལྷ།། བགེགས་ཀྱི་དགའ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།།

可怖吽聲定傳揚，無餘諸障盡滅者，
無餘悉地盡賜尊，魔障之敵我禮讚！

ཅས་བསྟོད། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་།

①

(總的兩個：水、水一起加持)

ནམ་བུམ་ཀྱི་ཁར་དུང་ཚོས་རྩོམ་གཟུངས་དང་བཅས་པ་བཞག

尊勝瓶口放置小法螺及咒繩金剛，持誦：

ཨོ་བཛྲ་ཁྱུང་ཀཱཱུ། (གང་མང་བསྐྱེས། 多念)

嗡 班雜 鄔達 嘎吽！

ཨོ་ཁྱུང་ཁྱུང་། ཨོ་ཁྱུང་ཁྱུང་། (多念)

གང་མང་བསྐྱེས། 多念。以及三字咒。

རང་གི་སྐྱགས་ཀྱི་ནས་སྐྱགས་ཀྱི་ཕྱིར་བ་གཟུངས་ཐག་ལ་འཁྲིལ་ཏེ་སོང་བ་བུམ་པའི་ལྷའི་སྐྱགས་

ཀར་ཕོག་པས་སྐྱགས་རྒྱུད་བསྐྱེས། བདུད་ཅིའི་རྒྱུན་བབས་པས་བུམ་པ་གང་བར་བྱུང།

從自己心間發出咒鬘，盤繞咒繩而去，觸及
本尊心間，策勵其心續，遂湧出甘露，盈滿
寶瓶也。

ཞེས་བསམས། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་། རེ་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་།

② རྩམ་རྒྱལ་བུམ་པ་ལ། 向尊勝瓶 多誦“達熱杜達熱”之咒；

ཨོྭ་ དུ་རེ་ དུ་རྩལ་རེ་ དུ་རེ་ ལྷ་རྩལ། (གང་མང་བསྐྱེད་པ་多誦)

唵 達熱 杜達熱 杜熱 娑哈！

(尊勝瓶內的本尊咒)

③

ལས་བུམ་གྱི་ཁར་གཟུང་ས་དྲོ་རྩོམ་ནས།

事業瓶口則以咒繩金剛熏香後，多誦：

ཨོྭ་ བིག་ནམ་ དྲླིང་ རྩལ་པ། 唵 彼連 達支 吽呬！

(事業瓶內的滅障明王本尊咒)

ཡིག་བརྒྱ་ལན་གསུམ་བསྐྱེད་པ་ལ། 繼而誦 百字明咒 三遍後，2/4

ཨོྭ་ བསྐྱེད་པ་དྲོ་ས་མ་ལ། མ་རུ་སྤྲལ་ལ། བསྐྱེད་པ་དྲོ་རྩོམ་པ།

དྲིཐ་དྲིཐ་མེ་རྩལ་ ལུ་དྲོ་ཕྱི་མེ་རྩལ་ ལུ་པོ་ཕྱི་མེ་རྩལ་

ཨ་རུ་རྩོམ་མེ་རྩལ་སའ་སྩོམ་མེ་པ་ལ་རྩོམ། སའ་ཀམ་ལུ་ཅ་མེ་ཅིཏྲ་བྱིལ་མེ་

ཀུ་ཅིཏྲ་ ད་ད་ད་ད་དོ། རྩལ་པ་མའ་སའ་ད་ལྷ་ག་ད།

བསྐྱེད་པ་ལུ་ལྷ་པོ་བསྐྱེད་པ་ མ་རུ་ས་མ་ལ་ས་དྲོ་ལྷ་མེ་ རྩལ་པ།

唵 吽瑪薩埵薩瑪雅 瑪努巴拉雅

吽瑪薩埵迭諾巴 帝踏 記卓昧琶瓦

殊多喀優昧琶瓦 殊鉢喀優昧琶瓦

阿努惹阿多昧琶瓦。薩爾瓦希帝 昧札雅擦

薩爾瓦嘎瑪 殊乍昧 記盪本希利養本

咕如吽 哈哈哈哈哈后 巴嘎溫

薩爾瓦大踏嘎大 吽瑪瑪昧目炸 吽瑪琶瓦

瑪哈 薩瑪雅 薩埵 阿 吽 呬

ཨོྭ་ དུ་རེ་ དུ་ལྷ་རེ་ དུ་རེ་ ལྷ་ལྷ་ལྷ་ འུ་ཏུ་...

嗡 達熱 杜達熱 杜熱 娑哈！吽…（吽7遍）

ཏུ་བདུན་གྱིས་བུམ་གཉིས་སུ་མཆོད་ཡོན་འབུལ།

如是誦七遍“吽”字，向二瓶獻功德水。

ཨོྭ་ བི་ལྷ་ཀན་ དགྱིད་ ཏུ་ཡམ་མ།

嗡 彼連 達支 吽呬！

ཅེས་པས་མེ་ཏོག་འབུལ། 如是獻花。（第3次）

（前2次已供養：水、水）

ཨོྭ་ ལྷ་རུ་ དུ་རེ་ ས་པ་ རི་ལྷ་ར་

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra

③ བུ་ཐེ། 布貝 ④ ལྷ་པེ། 杜貝

⑤ ལྷ་ལོ་གེ། 阿洛給 ⑥ གེ་ལྷེ། 根迭

⑦ རི་ལྷེ་ཏུ། 內威迭 ⑧ བཤ་ 夏大

པ་ཏུ་རྩ་ཏུ་ ལྷ་ལྷ་ལྷ་ 紮底雜吽娑哈

བར་གྱིས་མཆོད། 如是獻供。

此處供養天女：只觀想但不用念

ལས་བུམ་གྱི་ཁ་རྒྱན་གྱིས་བསང་ཐུགས་དེ་གཡས་བསྐྱོར་གྱིས་བསངས་ལ།
以事業瓶的頂飾蘸取灑淨水。右旋灑淨，並誦：

ཙྰ་ བིག་ནན་ ཏཱིཏ་ ཏུ་ཡཏ།
喻 彼連 達支 吽呬！

ཇི་སྲིད་—(རིས་གནང་灌頂)— (བརྟེན་པའི་閉關) གི་བྱ་བ་རྣམས་མ་ཇོགས་ཀྱི་
བར་དུ་བགེགས་རྣམ་པར་སྒྲིག་པའི་འཕྱིན་ལས་མཛོད་ཅིག།

乃至隨許諸事（本次主題：閉關）未圓滿間，
皆請作遮退魔障之事業也！（要念）

ཅེས་འཕྱིན་ལས་བཅོལ། 如是囑託事業。

བུམ་པའི་ལྷ་ཡེ་ཤེས་པ་གཤེགས།
དམ་ཚིག་པ་འོད་དུ་ཁྱེས་བུམ་པའི་ཐུ་དང་རོ་གཅིག་དུ་ཟུར།

瓶本尊之智慧尊請 歸返，
誓言尊化光與瓶水合同一味也。

ཅེས་བཛོད་དོ། 如是誦。

三、對生修法：དེ་ནས་མདུན་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པ་ནི།

(跟自生本尊一樣，但是不加 རང་ཉིད)

ཨོ་ བུ་མཁའ་ཏ་ཀྱི་ཏ་ ཏུ་ཕུ།

噏 彼連 達支 咩呖！

觀空咒（淨化處所）

ॐ श्रद्धां प्रकः सद्गुरुः श्रद्धां प्रकः॥

噶 娑巴瓦 旭噶 薩瓦 噶嘛 娑巴瓦 旭多杭！

སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། 遂成空性也。

སྟོང་པའི་ངང་ལས་པརྩ་དང་། ཨ་ལས་སྒྲ་བའི་དབྱིལ་ལམོར་གྱི་སྟེང་དུ་

རྩྭ་ཡག་ལྷང་ཁུ་དེ་ལས་འོད་འཕྱོམ། (注意：不加རང་གི་སེམས་ཀྱི་自己的心)

從空狀中𑖦 (幫) 生蓮花𑖦 (阿) 生月輪。

其上即彼自心 綠色 རྩུ་ (當) 字放光，

དོན་གཉིས་བྱས་ཚུར་འདུས་ཡོངས་སུ་ལྟར་བ་ལས་རང་ཉིད་རྩེ་བཅུན་མ་སོང་ལྟེང་ནགས་ཀྱི་སྒོ་ལ་
མ་སྐྱ་མདོག་ལྟར་བྱ། རལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ།

作二利已，光復收回，全然轉成自己
至尊母檀林度母：身色翠綠，一面二臂；

གཡས་མཆོག་སྤྱི་དང་གཡོན་ཡུལ་ལྷ་བ་ཐུགས་ཀར་མཐོང་བྱིན་གྱིས་བཟུང་ནས་འདབ་མ་
སྟར་གྱི་ཐང་དུ་ཁ་བྲལ། རིན་པོ་མེད་ཀྱི་དང་དར་གྱི་ན་བཟུང་ཅན། ཞབས་མེམ་དཔེ་དཀྱིལ་
ཀྱང་གིས་བཞགས་པའི་

右手結勝施印，左手拇指與無名指當胸
拈執 鄔巴拉花莖、花於耳畔開放，
具足寶飾與綢緞衣裙，菩薩跏趺而坐。

ཐུ་བོར་ཞོ། མགོན་པར་ཞུམ་གྱུགས་ཀྱང་རྩུ་གིས་མཚན་པར་གྱུར།

頭頂標以 唵 (嗡) 字，喉間標以

ཨུམ་ (啊) 字，心間標以 ཐུ་ (吽) 字。

རང་གི་གྱུགས་གཏི་རྩུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཤོ་རྩུ་ལ་ནས་བསྐྱོམས་པ་དང་འདྲ་བའི་

ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དྲངས། ཇུམ་རྩུ་བའི་ཆེ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།

從自心間 ཐུ་ (吽) 字放光，

從布達拉山，迎請與所修相似之

智慧尊降臨。**雜吽旁吽！**遂成無二也。

སྤྱར་ཡང་གྱུགས་ཀྱི་རྩུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱན་

དྲངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཛོན་པར་དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ།

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བུམ་པ་ཐོགས་ནས་

心間ཐུ་ (吽) 字再次放光，祈請灌頂尊

五部如來及眷屬駕臨。“祈請一切如來

現前賜予灌頂！”。以此祈請力，

彼等手托盈滿 智慧甘露 之寶瓶曰：

ཨོྭ་སའ་ ཏ་ཐུག་ཏ་ ཨ་ཉིཏེ་ཀ་ཏ་ ས་མ་ཡ་ སྤྱི་ཡེ་ ཨུམ་ ཐུ་

唵 薩爾瓦 打他嘎達 阿彼凱 嘎達

薩瑪雅 師利耶 啊吽

ཞེས་གསུངས་ཤིང་དབང་བསྐྱར་བས་ལུས་ཐམས་ཅད་གང་། རྩིས་ཐམས་ཅད་དག། རྩུ་གཏུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར།

”如是宣說，並賜灌沐，盈滿自身，諸垢悉淨。

餘水 住髻，轉成 無量光佛，以作頂嚴也。

མཚན་པ་བྱིན་རྒྱལ་མ། 加持供品

其後，向對生供品，如前作驅魔及淨治後
(去污咒、觀空咒淨治、化物、加持、天女獻供) 5步驟
(2022/8/21開示：先自生本尊，方有能力加持供品)

ཨོྃ་ བཌྌ་ ཨ་མྲི་ཏ་ ཀུལྷ་ལི་ ཏ་ན་ཏ་ན་ ཏུཾ་ཤཱ་

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呬！
如是驅魔。去除污穢：（處所）

ཨོྃ་ སྤྲུལྱ་ འུརྟེ་ སཔནྟ་མུ་ སྤྲུལྱ་ འུརྟེ་ཉླ་

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭
如是淨治（處所）。（此為：觀空咒）

མྱོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། 遂成空性

མྱོང་པ་ཉིད་པ་ལས་རྩྭ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་མྱོང་ཡངས་ཤིང་ རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཨོྃ་འོད་དུ་ལུ་བ་
ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་ཇུས་ལས་གྲུབ་པའི་

從空狀中，出生 རྩྭ་（仲）字，轉成廣大珍寶
諸器。器內各具 ཨོྃ་（嗡）字，化光轉成天物

མཚན་ཡོན། འབས་བམིལ། མེ་ཏྲེ། བདུག་སྒྲིམ། མར་མེ། དྲི་ཆབ། འལ་ཟས། རོལ་མོ་རྣམས་
དངས་ཤིང་སྒྲིགས་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་
ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་གྱུར།

所成之功德水、濯足水、妙花、熏香、明
燈、塗香水、妙饌、音樂等，澄淨無礙，等
遍虛空，能生無漏殊勝之樂也。

①ཨོ་ཨུ་ཨུ་ཨུ་ (功德水) ②ཨོ་ཕུ་ཨུ་ཨུ་ (濯足水)

嗡 阿岡 阿吽。 嗡 巴典 阿吽

③ཨོ་ཕུ་ཨུ་ཨུ་ (妙花) ④ཨོ་ཁུ་ཨུ་ཨུ་ (熏香)

嗡 布貝 阿吽。 嗡 杜貝 阿吽

⑤ཨོ་ཨུ་ཨུ་ཨུ་ (明燈) ⑥ཨོ་ཁུ་ཨུ་ཨུ་ (塗香)

嗡 阿洛給 阿吽。 嗡 根迭 阿吽

⑦ཨོ་རྟེ་ཨུ་ཨུ་ (妙饌) ⑧ཨོ་ཤུ་ཨུ་ཨུ་ (音樂)

嗡 內威迭 阿吽。 嗡 夏大 阿吽

ཞེས་ཀུ་གཉིས་、ཉེར་སྤྱོད་、རྩ་མོ་བས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། 加持8供

(公式：嗡「8供任一」阿吽)

①ཨོ་ཁུ་ཨུ་ཨུ་ ཨོ་ 汝巴 阿吽 ②ཨོ་ཤུ་ཨུ་ཨུ་

ཨོ་ 曉達 阿吽 ③ཨོ་ཁུ་ཨུ་ཨུ་ ཨོ་ 甘迭 阿吽

④ཨོ་རྟེ་ཨུ་ཨུ་ ཨོ་ 惹薩 阿吽

⑤ཨོ་ཤུ་ཨུ་ཨུ་ ཨོ་ 巴爾夏 阿吽

ཞེས་འདོད་ཨོན་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། 加持五妙欲：皆鑲嵌於

三字咒內，並以咒及手印作加持

(公式：嗡「五妙欲 任一」阿吽)

རང་གི་སྤིང་ག་ནས་སྤོས་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ནམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བྱས།

དེ་ལྟར་བསམས་ལ། (只觀想不用念)

由自心間，放射出諸供養天女，而供養之。

(上供方式：一次8道)

ཨོཾ་ ཨུར་ དཱ་རེ་ ས་པ་ རི་ལྷ་ར་ (度母眷屬們)

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra

- ① ཨུར་ 阿岡 ② རུ་ཏྲ་ 巴典 ③ རུ་ཐེ་ 布貝
 ④ རུ་ཤེ་ 杜貝 ⑤ ཨུ་ལོ་གཱ་ 阿洛給 ⑥ གེ་ཐེ་ 根迭
 ⑦ རི་ཐི་ཏྲ་ 內威迭 ⑧ གེ་ཏྲ་ 夏大

པ་ཏྲི་ཚ་ཏྲུ་ ལྷ་ཏྲ་ 紮底雜吽 娑哈！

(咒語前段：度母眷屬們) ~8供~ (咒語後段：請享用供品)

(ཞེས་འདོད་ཡོན་ལྷ་མཚོད། 再供：五妙欲+國政7寶)

ཨོཾ་ཨུར་དཱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ རུ་པ་མུ་གེ་ཏྲ་ པ་ཏྲི་ཚ་ཏྲུ་ལྷ་ཏྲ་

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra。

魯巴、夏達 紮底雜吽娑哈 (先供色、聲2種妙欲)

ཨོཾ་ཨུར་དཱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ གེ་ཐེ་ར་ས་མུ་ལྷ་ཏྲ་ པ་ཏྲི་ཚ་ཏྲུ་ལྷ་ཏྲ་

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra 甘迭、惹薩

巴夏 紮底雜吽 娑哈 (再供香、味、觸3種妙欲)

ཨོཾ་ཨུར་དཱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ མ་ཏྲ་སུ་ཏྲ་ར་ཏྲ་ པ་ཏྲི་ཚ་ཏྲུ་ལྷ་ཏྲ་

嗡阿爾亞達熱 薩巴日瓦ra 瑪哈薩達紮惹拿

紮底雜吽娑哈！ (ཞེས་ཀྱལ་སྤུ་སྤྱ་བདུན་མཚོད། 國政7寶)

ཞེས་མཛོད། 如是獻①二水、

②近受用品… (ཞེས་འདོད་ཡོན་ལྷ།)

及③音樂。共8種，結合咒及手印而獻。

對生完畢。

註：至此持咒（本次閉關重點）

若喜廣者，可按供鬘的偈頌，結合咒與手印而獻

分8次供養

ཀུས་པར་སྟོན། 若喜廣繁者，誦：

①ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ལྷ་ཡི་གར་སྟོན། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་མཛོད་ཡོན་
ཅི་མཆིས་པ། རྩེ་བཙུན་སྟོན་མའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། བཞེས་ནས་
མཛོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུང་དུ་གསོལ།

具足八支天界恒河等，盡諸一切時方功德水
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུར་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ ཨུརྩྱུ་ ས་ཏུ་རྩྱུ་ལྷ་ཏུ།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}阿爾剛 紮底雜吽娑哈

②ཤེན་དུ་ནམ་དག་དྲི་མེད་ཡིད་འོང་བའི། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་ཞབས་བསེལ་
ཅི་མཆིས་པ། རྩེ་བཙུན་སྟོན་མའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། བཞེས་ནས་
མཛོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུང་དུ་གསོལ།

最極清淨無垢悅心意，盡諸一切時方濯足水
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾུཊ་དྲཱ་ཅེ་ས་པ་རི་ཐཱ་ར་ སུཨྱ་ པ་དྲི་རྩྱུ་ལྷ་ཏྲུ།

唵阿爾亞達熱薩巴日瓦ra巴當 紮底雜吽娑哈

③འདབ་སྒྲོང་རབ་རྒྱས་པ་སྒྲི་དཀར་པོ་སོགས།། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་མེ་དྲག་ཅི་མཆིས་པ།། ཇེ་
བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་
གསོལ།།

千瓣盛放潔白蓮花等，盡諸一切時方勝妙花
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾུཊ་དྲཱ་ཅེ་ས་པ་རི་ཐཱ་ར་ པུཐྱེ་ པ་དྲི་རྩྱུ་ལྷ་ཏྲུ།

唵阿爾亞達熱薩巴日瓦ra布白 紮底雜吽娑哈

④མ་ལ་ཡ་ཡི་ཙན་དན་དྲི་ལ་སོགས།། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་བདུག་སྒྲོས་ཅི་
མཆིས་པ།། ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་
མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསོལ།།

瑪拉雅園馥鬱檀香等，盡諸一切時方諸熏香
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾུཊ་དྲཱ་ཅེ་ས་པ་རི་ཐཱ་ར་ ལྷུ་པེ་ པ་དྲི་རྩྱུ་ལྷ་ཏྲུ།

唵阿爾亞達熱薩巴日瓦ra杜白 紮底雜吽娑哈

⑤མུན་པ་ཀུན་སེལ་ཅི་བཅུད་སྒོན་མེ་སོགས།། རྩོགས་དུས་ཀུན་ན་སྣང་གསལ་ཅི་མཆིས་
པ།། རྩེ་བཅུན་སྒོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་མཚོག་གུན་དངོས་
གྲུབ་སྟལ་དུ་གསོལ།།

盡除黑暗精華燈炬等，盡諸一切時方諸燈明
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾཨུཏྲ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ ཨུ་ལོ་ཀེ་ ས་དྲི་རྩྱུ་ལྷ།།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦ra阿洛格紮底雜吽娑哈

⑥ཅན་དན་གུར་ཀུམ་དྲིས་བསྐྱོས་སྒོས་ཐུ་སོགས།། རྩོགས་དུས་ཀུན་ན་དྲི་ཆབ་ཅི་མཆིས་
པ།། རྩེ་བཅུན་སྒོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་མཚོག་གུན་དངོས་
གྲུབ་སྟལ་དུ་གསོལ།།

旃檀紅花摻合香水等，盡諸一切時方塗香水
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾཨུཏྲ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ ཀལྷེ་པ་ དྲི་རྩྱུ་ལྷ།།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦ra甘迭 紮底雜吽娑哈

⑦དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་བདུད་ཅིདི་ཟས་ལ་སོགས།། རྩོགས་དུས་ཀུན་ན་ཞལ་ཟས་
ཅི་མཆིས་པ།། རྩེ་བཅུན་སྒོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་མཚོག་གུན་
དངོས་གྲུབ་སྟལ་དུ་གསོལ།།

三白三甜甘露饌食等，盡諸一切時方妙饌食
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾཨུཏྲ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ རྟི་ལྷི་དུ་ ས་དྲི་རྩྱུ་ལྷ།།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦ra涅槃威德紮底雜吽娑哈

⑧ ཡན་ལག་དྲུག་ལྷན་ལྷའི་སྐལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་། རྩུགས་དུས་ཀྱི་ན་རྩལ་མོ་ཅི་
མཆིས་པ། རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། བཞེས་ནས་
མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ།

具足六支天界音樂等，盡諸一切時方諸音韻
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུཊ་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ ཤལ་ ས་ཏུ་རྩེ་རྩུ་ལྷ།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}曉達 紮底雜吽娑哈

以上①ཞེས་ཀྱང་གཉིས་②ཉེར་སྤྱད་③རྩལ་མོ་བཅས་མཆོད། 為8供

① གཟུགས་བརྟན་ཀྱི་གསལ་རིན་ཆེན་བཞུར་སྤྲུལ་། རྩུགས་དུས་ཀྱི་ན་
གཟུགས་མཆོག་ཅི་མཆིས་པ། རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་
འབུལ། བཞེས་ནས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ།

明現一切色相琉璃等，盡諸一切時方勝妙色
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུཊ་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ རུ་པ་ ས་ཏུ་རྩེ་རྩུ་ལྷ།

嗡阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}入巴 紮底雜吽娑哈

② དཔག་བསམ་ལས་བྱང་བཟོད་བྲལ་དབྱངས་ལ་སྤྲུལ་། རྩུགས་དུས་ཀྱི་ན་
ན་སྤྲུལ་ཅི་མཆིས་པ། རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།
བཞེས་ནས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ།

如意寶中所發離詮等，盡諸一切時方眾音聲
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུཊ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ཐུ་ར་ ཤུལ་ ས་དྲི་རྩ་དྲུ་ལྷ་ཏྲུ།

喻阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}曉達 紮底雜吽娑哈

(ཞེས་གཟུགས་སྤྱ་གཉིས་མཛོད། 以上：色、聲2種供養)

③ཡིད་འོང་ཚན་དན་དཀར་པོའི་དྲི་ལ་སོགས།། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་དྲི་མཛོག་
ཅི་མཆིས་པ།། རྩེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།། བཞེས་ནས་
མཛོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསོལ།།

能悅心意白檀妙香等，盡諸一切時方勝妙香
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུཊ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ཐུ་ར་ ཤུལ་ ས་དྲི་རྩ་དྲུ་ལྷ་ཏྲུ།

喻阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}甘迭 紮底雜吽娑哈

④སྟོང་གསུམ་སྟིང་པོ་ཆངས་གནས་བདུད་ཅི་སོགས།། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ན་རོ་
མཛོག་ཅི་མཆིས་པ།། རྩེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ།།
བཞེས་ནས་མཛོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསོལ།།

大千心要梵界甘露等，盡諸一切時方勝妙味
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾ་ཨུཊ་དྲ་རེ་ས་པ་རི་ཐུ་ར་ ར་ས་ ས་དྲི་རྩ་དྲུ་ལྷ་ཏྲུ།

喻阿爾亞達熱薩巴日瓦_{ra}惹薩 紮底雜吽娑哈

⑤སྒྲུབ་འཇམ་པ་རྩུ་ལི་ཀའི་གོས་ལ་སོགས། རྩོགས་དུས་ཀུན་ན་རེག་མཆོག་ཅི་མཆིས་
པ། རྩེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། བཞེས་ནས་མཆོག་གུན་དངོས་
གྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ།

柔薄班雜哩嘎天衣等，盡諸一切時方勝妙觸
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾུཊ་དྲ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ སྒྲ་ པ་དྲི་རྩུ་སྒྲ་

喻阿爾亞達熱薩巴日瓦ra巴爾夏紮底雜吽娑哈

(ཞེས་དྲི་རོ་རེག་གྲུ་མཆོད། 以上：香、味、觸3種供養)

འཇིག་རྟེན་འདི་ཡི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་མཆོག། རིན་ཆེན་བདུན་གྱི་ལྷ་ཡིས་ལམ་བཀའ་
སྟེ། རྩེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། བཞེས་ནས་མཆོག་དང་གུན་མོང་
དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ།

於此世間最勝之富足，國政七寶充滿於天際
至尊度母天眾喜故供，祈納賜我勝共諸悉地

ཨོཾུཊ་དྲ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ མ་དྲ་སྒྲ་དྲ་རྒྱ་
པ་དྲི་རྩུ་སྒྲ་

喻阿爾亞達熱薩巴日瓦ra瑪哈薩達紮惹拿

紮底雜吽娑哈！ (ཞེས་ རྒྱལ་སྐས་སྒྲ་བདུན་ མཆོད། 國政7寶)

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པར་ཅན། ཞབས་གྱི་པ་སྒྲོ་ལ་བདུད་ནས།
པོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཇོད་མ། སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕུག་འཇལ་ལོ།
諸天非天頂髻嚴，恭敬跪捧兩足蓮，
消除一切厄難母，聖救度母我頂禮！

ཅས་བསྟོད། ོ。如是讚頌。並盡力持誦：

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྲུང་དུ་བདག། རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་འགྲུབ་ལྷ་མོ་ནས།
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

願我以此善根力，成就至尊度母已，
縱一眾生亦無餘，盡皆安置彼果地！

ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གདབ་བོ། 如是發願。

四、獻朵瑪：གཏོར་མ་བྱིན་རྒྱལ་པ།

(分3種獻供：度母、護法、地神) (其中地神將獨立出來)
(註：度母、護法屬皈依境之一)

ཨོ་ བཟླ་ ཨ་མྲི་དྭ་ ཀུན་ལི་ ཏ་ན་ཏ་ན་ ཏུ་པཌ།

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呬！

如是驅魔。去除污穢：(處所)

ཨོ་ སྤྲུམ་ འུ་རྩེ་ སའན་མུ་ སྤྲུམ་ འུ་རྩེ་ཉ་ཏྲ།

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭

如是淨治(處所)。(此為：觀空咒)

སྒྲོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། 遂成空性

སྒྲོང་པ་འི་ངང་ལས་ཨོ་ལས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྒྲོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་གཏོར་མ་ཟག་
པ་མེད་པ་འི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་དེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར།

從空狀中，出生(嗡)字，轉成廣大珍寶諸
器，其內乃成無漏朵瑪之智慧甘露大海也。

ཨོ་ཨུམ་ཏུ། 嗡啊吽！3遍

ཞེས་བཤིང་ནས་བྱེད་ཀྱིས་བརྒྱབས། 誦而加持

མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལི་ལྷགས་ལོང་ཟེར་གྱི་སྤྱ་གུས་དངས་ཏེ་གསོལ་བས་ཟག་མེད་
བདུད་རྩིས་ཐུགས་མཉེས་པར་གྱུར།

對生本尊之舌，伸出管狀光明而作吸享，
遂以無漏甘露令喜悅也。

如是觀想中

ཨོྭ ཨུར་ དྲ་རེ་ ས་པ་རི་ལྷ་ར་ བལྷོ་ བ་དྲི་རྩེ་ལེ་ ལྷ་དྲ།

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴日瓦ra

拔霖 紮底雜耶 娑哈！

ཞེས་ལན་གསུམ་མཁ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་དབུལ། 如是誦三或七遍獻朵瑪。

ཞེས་ཐུག་ཉེས་ཉེར་སྤྱོད་མཆོད། 繼獻二水的近受用品及音樂。

(上供方式：一次8道)

ཨོྭ ཨུར་ དྲ་རེ་ ས་པ་ རི་ལྷ་ར་ (度母眷屬們)

嗡 啊爾雅 達熱 薩巴 日瓦ra

- ① ཨུརླ། 阿岡 ② ལྷ་དྲ། 巴典 ③ ལུ་ཐེ། 布貝
④ ལྷ་ཤེ། 杜貝 ⑤ ལྷ་ལོ་ག། 阿洛給 ⑥ ལྷ་ཐེ། 根迭
⑦ རྒྱལ་ལྷ། 內威迭 ⑧ ལྷ་ཤ། 夏大

བ་དྲི་རྩེ་ལེ་ ལྷ་དྲ། 紮底雜吽 娑哈！

(咒語前段：度母眷屬們) ~8供~ (咒語後段：請享用供品)

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅིང་པན་ཅན།། ཞབས་ཀྱི་པ་སྒོ་ལ་བདུད་ནས།།
 མོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒོལ་མཛད་མ།། སྒོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

諸天非天頂髻嚴，恭敬跪捧兩足蓮，
 消除一切厄難母，聖救度母我頂禮！

ཅེས་བསྟོད།། 如是讚頌。

སྒོམ་ལམ་གསོལ་འདེབས། 祈願

ཇི་བཙུན་སྒོལ་མ་ཁྱེད་ཀྱིས་བདག་དང་། རྣམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་ཆེ་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། བདག་སོགས་ཆེ་བསྲིང་བར་
 མཛད་དུ་གསོལ།།

至尊度母，祈汝令我與等虛空際一切有情
 皆得增長壽命與福報也！
 祈令延長我等之壽命

ནད་དང་གདོན་ནི་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། མཚོག་
 དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མུར་དུ་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།།

祈令止息疾病與魔障！祈令清除一切罪障
 祈令盡速獲證勝共悉地！

མདོ་དང་རྒྱུད་སྤེ་རྒྱ་མཚོའི་དམ་ཅོས་ཀྱང་།། ལེགས་པར་རྟོགས་ནས་གཞན་ལ་འདོམས་པ་དང་།།
 རུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་འཛིན་པ་ལ།། འཁོར་བ་མ་སྤོངས་བར་དུ་བརྩོན་པར་ཤོག།།
 顯密經續大海之正法，願能善加證已教他人
 並願持掌如理勤修幢，乃至輪回未空恒精進

འདྲོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་གདབ་བོ། 如是求告所願之事。

其後囑託事業。

ཨོྭ་ ཨ་ཀཱ་ར་སྤྱཱུ་མ་ཐ་རྒྱུ་ རྩ་ཨ་ཏུ་ རུད་པ་རྒྱ་ཏུ་

ཨོྭ་ཨྱེ་རུ་ སུ་ སྤྱུ་

嗡 啊嘎若慕康 薩瓦噠嘛 囊啊雅 怒班哪朵打

嗡啊吽 呬 娑哈！

ལན་གསུམ་གྱིས་ཚས་སྤྱོད་ལ་གདོར་མ་སྤྲུལ། 如是誦三遍向護法獻朵瑪。

མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ། དེང་འདིར་བདག་ལ་སྤྲུལ་དུ་གསོལ། འཁོར་

དང་བཟུན་པ་འོངས་སྤྱོད་རྣམས། རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག་སྤྱང་མའི་ཚོགས།

一切相順之悉地，請即無餘盡賜我，

眷屬教法與受用，令增長兮護法眾！

ཞེས་འཕྲིན་ལས་བཅོལ། 如是囑託事業。

地神朵瑪按總規施放。（另外獨立出來）

摘譯自雍增·耶協堅參所造
《至尊母檀林度母隨許儀軌》

2023年9月18日

24、地神朵瑪施放法 གཞི་བདག་གཏོར་མ། **092**

གཏོར་མ་བྱེན་བརྒྱབས། 加持朵瑪

ཨོྃ བཌྥ ཨམྲི་ཏྲ་ ཀུལྲ་ལི་ ཏྲ་ན་ཏྲ་ན་ ཏུཾ་པཏ།

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呬！

如是驅魔。去除污穢：（處所）

ཨོྃ སྤྲུམ་ འུརྟེ་ སམཌྲ་མུ་ སྤྲུམ་ འུརྟེ་ཉླ་

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭

如是淨治（處所）。（此為：觀空咒）

སྟོང་པ་ཉིད་ལྷུ་པ། 遂成空性

སྟོང་པ་ཉིད་པ་ལས་ཐུང་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་
དུ་ཨོྃའི་དབྱེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གཏོར་མ་དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་ཟག་པ་
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ལུས།

從空狀中，出生ཐུང་（仲）字，轉成廣大珍寶
諸器。器內ཨོྃ（嗡）字化光，轉成三白、三甜
之食子無漏智慧甘露大海也。

ཨོྃཨུམ་ཏུྃ ཨོྃཨུམ་ཏུྃ ཨོྃཨུམ་ཏུྃ (ལན་གསུམ་3遍)

三摩地咒印加持

ནམ་མཁའ་ སམཌྲ་ཏྲ་ཐུག་ཏྲ་ ཨམ་ཕལྲ་ལི་ཀི་ཏྲེ་ སམྲུ་ར་སམྲུ་ར་ ཏུྃ

那嘛 薩爾瓦噠塔嘎打 啊哇洛給迭

桑巴ra 桑巴ra 吽！ (ལན་གསུམ་མཁ་བདུན་ 3或是7遍)

ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞིའི་མཆན་བརྗོད། 如是誦四如來名號

བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་མང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་མཛེས་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐུ་འབྱམས་གླུ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

頂禮世尊多寶如來！頂禮清淨妙色如來！
 頂禮廣博身如來！頂禮遠離一切怖畏如來！

ཞེས་འཕྲིན་ལས་བཙུག་ལོ། 如是囑託事業

སྤུང་ཚོགས་འདོད་ཡོན་ལྷན་པའི། བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཚོ་གཏོར་མ་འདི།
 ས་ཡི་ལྷ་མོ་བསྐྱར་མ་སོགས། རྟོང་གསུམ་གཞི་བདག་ཚོགས་བདག་རྣམས་དང་།

以此圓滿五妙欲，甘露大海之食子，
 供予永寧地母等，三千大千諸地神；

ཆེ་རིང་མཆེད་ལྷ་བསྐྱར་རྟོང་བཅས། གངས་ཅན་གནས་པ་ཐམས་ཅད་དང་།
 ལྷ་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ཀྱི། ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་འབུལ།
 長壽五姊及護教，住於雪域眾神祇。
 尤其供予本方境，所住域神地祇眾。

བཞེས་ནས་རྣལ་འབྱོར་ཡོན་མཚན་ཀློག། ལས་དང་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་།
 ཀོ་ལོང་ཕྱག་དོག་མ་མཛད་པར། མཐུན་ཁྱེན་ཡིད་བཞིན་འབྲུག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
 享已於我及施主，無論所作何事業，
 請勿嫉妒心偏狹，順緣如意令成就！

ཞེས་བདེན་སྟོབས་བཅོད། 如是誦真諦力。

བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དང་ནི། དེ་བཞིན་གསལ་བའི་བྱིན་སྟོབས་དང་།
 ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས། དོན་རྣམས་གང་དག་བསམ་པ་ཀུན།
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་པར། ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་གུང་ཅིག།
 以我意樂心念力、並以如來加持力、
 以及法界緣起力，心中所有希願事，
 彼等無論何種類，願皆無礙能實現！

ཡིག་བརྒྱ་བཅོད། 誦百字明咒。4/4

ཨོ་པརྱ་སྟོ་སྟེ་མ་ཡ། མ་རུ་ཕུ་ལ་ཡ། པརྱ་སྟོ་དྲེ་ཞོ་པ།
 དྲིཅ་དྲིཅ་མེ་ལྷ་མ། སུ་དྲེ་ཕྱེ་མེ་ལྷ་མ། སུ་པེ་ཕྱེ་མེ་ལྷ་མ།
 ཨ་རུ་རྟོ་མེ་ལྷ་མ།
 སའ་སིཿམེ་པ་ཡ་ཾ། སའ་ཀཾ་སུ་ཙ་མེ་ཅིཿཤི་ཡཾ་
 ཀུཾ་ཏཱྃ། ཏྭ་ཏྭ་ཏྭ་ཏྭ་ཏྭ། ལྷ་ག་ཤན་སའ་ཏྭ་ཐུ་ག་ཏ།
 པརྱ་ལྷ་མེ་སུཾ་པརྱ་ལྷ་མ། མ་རུ་སྟེ་མ་ཡ་སྟོ་ལྷེ་ཏཱྃ་པཱ།

唵 吽瑪薩埵薩瑪雅 瑪努巴拉雅
 吽瑪薩埵迭諾巴 帝踏 記卓昧琶瓦
 殊多喀優昧琶瓦 殊鉢喀優昧琶瓦
 阿努惹阿多昧琶瓦。
 薩爾瓦希帝 昧札雅擦
 薩爾瓦嘎爾瑪 殊乍昧 記盪木希利雅木

སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། སྟོབ་པ་དམ་ཚེས་རྣམས་ཀྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག།
འདྲེན་པ་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། སྐབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྲལ་
ཤིས་ཤོག།

導師諸佛吉祥來！救者正法吉祥來！

引者僧伽吉祥來！歸處三寶吉祥來！

མི་འགྱུར་ལྟན་པོ་སྐྱེ་ཡི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་གསུང་གི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། མཐའ་
དག་དོན་རྟོགས་ཐུགས་ཀྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག།
不變須彌聖身吉祥來！六十音支聖語吉祥來
證達諸義聖意吉祥來！勝者身語意三吉祥來

ལུས་ལ་ཚེས་གོས་གསུམ་གྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། ངག་ལ་ཐེ་སྟོང་གསུམ་གྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། ཡིད་
ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་བྲལ་ཤིས་ཤོག། སློག་གསུམ་རྒྱུ་གྱིས་མཛེས་པའི་བྲལ་ཤིས་ཤོག།
身上具三法衣吉祥來！語中三藏教典吉祥來
意中增上三學吉祥來！三門莊嚴美飾吉祥來

འབད་དང་རྩྱལ་བ་མི་དགོས་པའི། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། སེམས་ཅན་
རེ་བ་སྟོང་མཛད་པའི། བསམ་པ་འགྲུབ་པའི་བྲལ་ཤིང་ཤོག།

無需辛勞勤勉者，如意珍寶滿願樹，

滿足有情希願者，心願成就吉祥來！

ཞེས་བྲལ་ཤིས་བྱ། 如是讚說吉祥。

25、金剛空行護摩觀修 རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་སྲེག། 097

༣༡། མཐུན་དུ་ཏིལ་ནག་དང་ནི་བའི་ཐབ་སྟགས་སྟོད་གས་ཆག་མེད་པའི་ནང་དུ་མེ་གུང་དུང་
 པ་མེད་པ་བཅས་སྟོགས་ལ། 面前準備黑芝麻和無裂痕息災
 爐灶等，爐內火力旺盛無煙，於預備處...

སངས་རྒྱས་ཚས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། གུང་རུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐབས་སུ་མཆི་བདག་
 གིས་བྱིན་སྟགས་བགྱིས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག
 (ལན་གསུམ། ཀློང་། 3 རྒྱུ་)

諸佛正法賢聖三寶尊 從今直至菩提我皈依
 我以所行施等諸資糧 為利有情故願大覺成

ཁྱད་པར་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 ཀོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། །དེའི་ཕྱིར་དུ་རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་སྲེག་ལ་འཇུག་པར་བགྱིད།
 (ལན་གསུམ། ཀློང་། 3 རྒྱུ་)

特為一切母有情之義利，應當迅速迅速證得
 正等圓滿佛果位，是故進入金剛空行護摩中

ཨོ་ བཏྱ་ ཨ་མྲི་ཏ་ ཀཱ་ལི་ ཏ་ན་ཏ་ན་ ཏུ་ཡཱ། ཀློང་། (如是驅魔)

嗡 本札阿彌大 坤乍利 哈那哈那 吽呬
觀空咒

ཨོ་ སྦ་བྱ་ཕ་བྱུར་ སབ་རྩམ་ སྦ་བྱ་ཕ་ བྱུར་ཉམ། ཀློང་། (如是淨治)

嗡 梭巴瓦 徐達 薩瓦達瑪 梭巴瓦 徐朵吭

མེ་སྒྲོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྒྲོང་པའི་ངང་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་རབ་དུ་འབར་བའི་དབུས་སུ
火化成空性,從空狀中,熾燃智慧火之正中央

རྩྱ་དང་རྩྱ་ཐོ་ལས་བྱུང་བའི་ཁོ་ལོ་རྩྱ་ཐོ་མཁའ་འགོ་མཐིང་ནག་ལལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་
རྩྱ་ཐོ་ཐོ་དང་དྲིལ་བུ་འཛིན་པས་རྩྱ་མཛེད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་འཛིང་པ། ལལ་གནས་དུ་གདངས་ཤིང་

從吽和杵,出生忿怒金剛空行,深藍色,一面
二臂,握著金剛杵和鈴,結作吽印,張口朝天

མཆེ་བ་རྩོན་པོ་བཞི་གཅིགས་པ། ཤོད་སྐམ་ལྷས་དབུས་རྒྱན་དང་རྩོན་པ་ལྷ་བཅུདེ་དོ་ཤལ་
འཕྱང་བ། ལྷག་ལྷགས་ཀྱི་ཤམ་ཐབས་ཅན། ཁོ་བའི་ཉམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྩྱུ་རྩྱུས་པ།

露出尖銳四獠牙,五枯顱頭為頂飾,垂掛五十
溼顱瓔珞,身著虎皮下裙,盛怒模樣一切圓滿

ཐྱིག་སྒྲིབ་འཛོམས་པ་ལ་དཔའ་བའི་རྩྱལ་ཀྱི་རྒྱུ་པོར་བཞུགས་པའི་སྤྱི་བོར་ཨོྱ་དཀར་པོ།
མགྲིན་པར་ཞུཾ དམར་པོ། ཐུགས་ཀར་རྩྱ་ཐོན་པོ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

摧滅罪障勇者樣，蹲坐成圓狀，頭頂白色
嗡，喉間紅色啊，心間藍色吽。從彼放光，

རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་བསྐྱོམས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པ་དབང་ལྷ་དང་བཅས་པ་
རྒྱན་དངས། ༄ཾ རྩྱ་བོ་དྲེཾ གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱུར།
མི་བསྐྱོད་པས་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར།

從自性處，迎請與所修相似之智慧尊、
灌頂尊等，**札吽邦后** 成為無二；
灌頂尊賜灌，不動佛為頂嚴。

- ① ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུཾ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(水)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 阿岡 乍帝擦吽 梭哈
- ② ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་ཡུཾ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(水)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 巴典 乍帝擦吽 梭哈
- ③ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་ཡུཿ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(花)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 布貝 乍帝擦吽 梭哈
- ④ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་རུ་ཤེ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(香)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 度貝 乍帝擦吽 梭哈
- ⑤ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་ལོ་གེ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(燈)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 阿洛給 乍帝擦吽 梭哈
- ⑥ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་གཞེ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(塗)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 根迭 乍帝擦吽 梭哈
- ⑦ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་རྟི་ཐེ་དེ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(食)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 內威迭 乍帝擦吽 梭哈
- ⑧ ཨོྩ་བཟླ་རྒྱལ་མ་པ་རི་ལྷ་ར་ཤུ་པ་དྲི་རྩོད་ལྷུ་(樂)
 唵本札 乍嘎薩巴利瓦饒 夏大 乍帝擦吽 梭哈

མི་བསྐྱོད་དོན་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །དོན་དབྱིངས་ནི་མཁས་པ་ཆེ། །
 དོན་གསུམ་མཆོག་དབྱིལ་འཁོར་གསུམ། །དོན་མཁའ་འགོ་ལ་ཕྱག་འཚལ། །

不動金剛大智慧，勝三金剛三壇城，
金剛界中大善巧，金剛空行我敬禮。

རང་ཐ་མལ་དུ་གནས་པའི་སྤྱིང་གར་སྤྱིག་པའི་ས་བོན་པོ་ནག་པོ།
 རྩེ་བར་རྩ་ལས་མའི་དབྱིལ་འཁོར་དམར་པོ།
 自己凡夫相心間罪惡種子黑色པོ棒，
 臍間རྩ་饒化為紅色火輪，

ཀླང་མཐེལ་གཉིས་སུ་ཡོ་ལས་རྒྱང་གི་དབྱིལ་འཁོར་སྤོན་པོ། པོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།
 སྒོ་གསུམ་གྱི་སྤྱིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་ནག་པོའི་རྣམ་པར་གཏུག་སྤེ་པོ་ལ་བེམ།

足底 ཡོ་養化為藍色風輪，པོ་棒放光芒，勾攝
 身語意三門所有罪障，以黑光融入 པོ་棒，

འོག་གི་རྒྱང་གཡོས། ཀླང་མཐེལ་ནས་ལུགས།
 རྩེ་བའི་མེ་སྤར། མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་པོ་དེད་ནས་
 下風鼓動，上昇足底，
 臍火盛燃，火光照及 པོ་棒，

སྒྲ་སྒོར་ཐོན་པ་སྤྱིག་པ་རྩ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་བྱུར་ནས་ཏིལ་ལ་བེམ་ཞིང་ཏིལ་ཁྲོ་
 བོའི་ལལ་དུ་གསོལ་བར་བྱས།
 從鼻孔釋出，轉為蠍子相，
 融入黑芝麻，芝麻獻予忿怒口。

ཨོ་བཙུན་ རྒྱ་ཀྱི་ ལ་ལ་ ལུ་ཏི་ལུ་ཏི་ སམ་ལུ་པ་ ད་ཏ་ན་ རྩི་ཀུ་ཅུ་ ལྷ་ཏྲུ་

噶本札 乍奇 喀喀 喀嘻喀嘻 薩瓦巴棒
達哈那 巴明咕如 梭哈。

བདག་གིས་ཆེ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་པ་དང་

སྒྲིབ་པ་དང་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་ **ཤེནྱི་ཀུ་ཅུ་ ལྷ་ཏྲུ་**

我從無始生世輪迴所集一切罪惡、障礙
誓言退轉，**仙帝咕嚕 梭哈** (畢竟消滅)。

ཞེས་བཤེད་པ་དང་ཏིལ་མར་འདོར་བ་དུས་མཉམ་ལན་གང་མང་གྱ།

唸誦和拋芝麻同時，作許多次。

ཡེ་ཤེས་མེད་དུང་འབར་བའི་དབུས་ཉིད་ན།།མིག་སྒྲན་ལྟར་ནག་སྒྲིན་པོ་ཁྲོས་བའི་སྒྱ། །

དུན་པ་ཙམ་གྱིས་བདུད་དང་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀྱ་ན།།འཛོམས་མཛད་དོན་ཇི་མཁའ་འགོ་ལ་ཕྱག་

འཛལ། །

熾燃智慧火焰之中央，猶如眼藥羅剎黑忿身
僅念即摧一切魔罪障，金剛空行我誠致敬禮

མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་དང་།།གང་ཡང་རུས་པ་མ་མཆིས་པས། །

འདིར་ནས་བྱ་བ་གང་བགྱིས་པ།།དེ་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་བཅོད་མཛད་རིགས། །

所有無知未齊全，凡是能作未作到，

凡是於此所作事，一切請您寬恕之。

ཡེ་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སུ་གཤེགས།།དམ་ཚིག་པ་མེ་འབར་བའི་རྣམ་པར་གྱུར། །

དགེ་བ་འདི་ཡིས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།།མ་ཞོར་ལམ་སྟོན་ཐོག་མཚེག་བཤེས་གཉེན་

ཀྱིས། །

智慧尊返回自性處，誓言尊化為火焰行相
願以此善一切生世中，宣無謬道勝乘善知識

འབྲེལ་བ་མེད་པར་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། །གསུང་གི་བདུད་རྩི་དོམས་མེད་འཕྲོང་བར་ཤོག
།དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ངེས་འབྱུང་བྱང་རྒྱལ་མེས་མཁའ་དག་ལྟ་དང་བྱིན་རྒྱལ་རིམ་པ་གཉིས། །
與之不離隨行垂攝受，嚐飲佛語甘露無饜足
願由彼力出離菩提心，正見以及六度二次第

འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཉམས་ལེན་མཐར་བྱིན་ཏེ། །སྟོབས་བརྩམས་པའི་གོ་འཕང་ལྟར་
ཐོབ་ཤོག །བསྐྱེད་སྒྲུབ་པ་དཀོན་མཆོག་བྱིན་རྒྱལ་བས་དང་། །ཆོས་དབྱིངས་མི་འགྱུར་རྟེན་
འབྲེལ་བསྐྱེད་མཐུས། །

壇城等諸修行臻究竟，速得擁有十力之果位
無欺上師三寶之加持，法界不變緣起無欺力

བདག་གི་ལེགས་སྟོན་འགྲུབ་ནས་ནམ་མཁའ་ཀྱི། །སངས་རྒྱལ་ལྟར་དུ་ཐོབ་པའི་
བྲག་ཤིས་ཤོག །

祈願成辦我之善願已，速得遍智佛陀願吉祥

འདིར་ནི་ཐུག་སྦྲིབ་སྤྱོད་བཞག་ ཉམས་ཆག་སྤྱོད་བཞག་ བར་གཙོད་བསྟོག་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་བཟླས་
ཤིང་བྱིན་རྒྱལ་བ་ཆེ་བར་རྟོ་རྗེ་འཆང་གིས་ གསུངས་པའི་མན་ངག་རྗེ་སྒྲུབ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་
གསེར་ཆོས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་བྱེད་པ་ལེགས་སོ། །

此中乃金剛持所宣說能淨罪障、彌補退轉、
遮除障礙，極為讚揚，具大加持之要訣，
至尊上師心之殊勝金法。善哉！

釋法炬恭譯 2013/6/5

26、迴向文 .出處《中觀寶鬘論第五品》 103

ཀུལ་པོ་ལ་གཏམ་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུང་བ། 103

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡང་། །རྣམ་ཁྲུན་བདུད་
དེ་སྐྱབས་མཆིས་ནས། །མཆོད་འོས་རྣམས་ལ་ཕག་འཛུལ་ལོ། ། སྤྲིན་པ་ལས་ནི་ཕྱོག་བཞི་ཅིང་
། །བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བཟུང་། །ལུས་ཅན་ཁྲུན་གི་བསོད་ནམས་དག །ཁྲུན་ལ་རེས་
སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

01 佛陀與正法 僧眾諸菩薩

隨時敬皈依 頂禮宜供眾

02 拋捨諸罪業 應取眾福德

隨喜諸有情 所有之福德

བདག་ནི་སྤྱི་བདུད་ཐལ་སྦྱར་ཏེ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་སྤྲང་དང་། །འགྲོ་གནས་བར་དུ་བཞུགས་
སྤྲང་དུ། །ཚིགས་པའི་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་གསོལ། ། རྟེན་ལྗོངས་བཞིས་པའི་བསོད་ནམས་དང་། །
བདག་གིས་བཞིས་དང་མ་བཞིས་གང་། །དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སྤྲོ་མེད་བྱང་ཆུབ་
སེམས་ལྡན་ཤོག །

03 吾頂禮合掌 請轉法輪故

直至有眾生 請諸佛住世

04 以所作福德 已作與未作

願眾生亦具 無上菩提心

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མེད་དབང་། །ཡོངས་ཚིགས་མི་ཁོམ་ཁྲུན་འདས་ཤིང་། །སྦྱོད་པ་རང་དབ
ང་ཡོད་པ་དང་། །འཆོབ་བ་བཟང་དང་ལྡན་པར་ཤོག ། ལུས་ཅན་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ལ
ག་ན་རིན་ཆེན་ཉིད་ལྡན་ཞིང་། །ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་མཐའ་ཡས་པ། །འཁོར་བ་སྤྱི་དུ་མི་ཟད་ཤོག །

05 願眾無垢根 完美超無暇

行動能自主 具備善生計

06 祈願諸有情 手中具財寶

資具無限量 不竭至無生

བུད་མེད་ཐམས་ཅད་དུས་ཀྱི་དུ། སྒྲིམ་མཚོག་ནིད་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག། ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་རིག་པ་དང་། ཀླེང་པར་ཐོན་པ་ནིད་དུ་ཤོག། ོ ལུས་ཅན་ལ་དོག་ཐོན་པ་དང་། ཀུན་གསུམ་བཟང་གཟི་བུ་ཆེ་བ་དང་། བཟུ་ན་སྤྱུག་ཅིང་ནད་མེད་དང་། སྒྲིབས་ཅན་ཆེ་དང་ཐོན་པར་ཤོག། ོ

07 祈願一切時 女眾為善士

祈願諸有情 具備慧與足

08 有情具妙色 美相與榮盛

漂亮無病痛 力大長壽命

ཐམས་ཅད་ཐབས་ལ་མཁས་ལྟར་། སྤྱུག་བཟུལ་ཀྱན་ལས་ཐར་པ་དང་། འདོན་མཚོག་གསུམ་ལ་གཞོལ་བ་དང་། སངས་རྒྱུ་ཚས་ཚོར་ཆེ་ཐོན་ཤོག། ོ རྒྱལ་པོ་དང་སྤྱིང་ཆེ་དགའ་བ་དང་། ོ ཉོན་མོངས་བདེ་སྒྲིམས་གནས་པ་དང་། སྦྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་བཙོན་འགྲུས། བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྒྱན་ཅིང་། ོ

09 願眾具善巧 解脫諸苦痛

趨入三寶中 具佛大法寶

10 慈悲心歡喜 煩惱住等捨

施戒忍精進 靜智為莊嚴

ཚོགས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཆོག་ཤེ། ོ མཚན་དང་དཔེ་བུད་གསལ་བ་དང་། ོ བསམ་གིས་མི་བྱུང་བ་བཟུ་དག རྒྱན་མི་འཆད་པར་བཟོད་པར་ཤོག། ོ བདག་ཀྱང་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་། ོ ཀུན་གསུམ་ཀྱང་བརྒྱན་ཐོན་། ོ ཉེས་པ་ཀྱན་ལས་གོལ་བ་དང་། ོ མེས་ཅན་ཀྱན་མཚོག་བུམས་པ་དང་། ོ

11 資糧皆圓滿 相好極清明

十地難思議 願行無間斷

12 己亦具彼德 餘等為莊嚴

脫離眾罪惡 極愛諸有情

སྒྲིམས་ཅན་ཀྱན་ཡིད་རེ་བ་ཡི། ོ འདེབ་པ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་བཞིད་ཅིང་། ོ རྟག་དུ་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ོ སྤྱུག་བཟུལ་སེལ་བར་བཞིད་པར་ཤོག། ོ འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ན་སྒྲེ་བོ་གང་། ོ སྤྱུ་དག་འཇིགས་པས་སྒྲིམ་བོ་ཀྱན། ོ བདག་གི་མིང་ཙམ་ཐོས་པས་ཀྱང་། ོ ཤིན་དུ་འཇིགས་པ་མེད་པར་ཤོག། ོ

- 13 眾生心所願 諸善令圓滿
祈願恆消除 眾生一切苦
- 14 諸世間眾人 因恐懼生憂
願但聞吾名 即離大怖畏

བདག་ནི་མཐོང་དང་བྱ་བ་དང་། མིང་ཙམ་ཐོས་པས་སྐྱེ་བོ་རྣམས། རབ་དང་འབྲུག་མེད་ནལ་
མ་དང་། རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ངེས་པ་དང་། ། ཅེ་རབས་ཀྱན་དུ་ཐྱིས་འབྲང་བའི། མངོན་
ཤེས་ལྷ་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག ། སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་རྣམ་ཀྱན་དུ། རྟག་དུ་ཕན་བདེ་བའི་དབྱིང་པར་ཤོག །

- 15 見我憶念我 唯聞吾名者
淨妙正無亂 確定三菩提
- 16 願生生世世 獲隨行五通
願隨時隨地 常利益眾生

འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་སྐྱེ་བོ་གང་། སྤྲིག་པ་བྱེད་པར་འདོད་ལུར་པ། རྟེན་གསལ་ཅད་གཞོད་མེད་
པར། རྟག་དུ་ཅིག་ཅར་བརྒྱུག་ལུང་ཅིག ། ས་དང་རྒྱ་དང་མེ་དང་རྩུང་། སྤྲོན་དང་དགོན་པའི་
ཤིང་བཞིན་དུ། རྟག་དུ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། རང་དགར་དགག་མེད་སྦྱོང་པར་ཤོག །

- 17 一切世界中 若人欲行惡
願不傷彼等 恆常頓遮止
- 18 如地水火風 藥與荒野樹
願眾生恆時 隨意無礙用

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྲོག་བཞིན་པངས། བདག་ལས་དེ་དག་ཆེས་པངས་ཤོག བདག་ལ་དེ་དག་
སྤྲིག་སྤྲིན་ཅིང་། བདག་དགོ་མ་ལུས་དེར་སྤྲིན་ཤོག ། ཅི་སྤྱིད་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་། །
གང་དུ་མ་གྲོལ་དེ་སྤྱིད་དུ། རྟེན་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡི། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱང་གནས་ལུང་ཅིག །

- 19 眾生惜如命 於我彼為最
我身彼惡熟 吾善全施他
- 20 直至某眾生 未獲解脫止
縱已證菩提 為彼亦願住

27、廣論祈願文 ལམ་རིམ་སྒྲོན་ལམ། 106

(依指示改用 法尊法師譯)

དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་ཚྭས་གཉིས་ནི། ོ。於此策勤有集積
མཁའ་ལྟར་ཡངས་པ་གང་ཞིག་བསགས་པ་དེས། ོ。二種資糧廣如空
སྒྲོ་མིག་མ་རིག་གིས་ཐོངས་འགོ་བ་ཀྱན། ོ。願成勝王而引導
ནམ་འབྲེན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་བདག་ཟུར་ཅིག ོ。疑蔽慧目諸眾生

དེར་མ་སོན་པའི་ཆེ་རབས་ཀྱན་དུ་ཡང་། ོ。未至佛位一切生
འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བརྟེ་བས་ཐེས་བཟུང་སྟེ། ོ。願為妙音哀攝受
བསྐྱན་པའི་རིམ་པ་ཀྱན་ཆང་ལམ་གྱི་མཚོག། ོ。獲得圓滿教次第
རྟེན་ནས་སྐྱབ་པས་རྒྱལ་ནམས་མཉེས་བྱེད་ཤོག། ོ。正行勝道令佛喜

རང་གིས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་གནད། ོ。如是所解道中要
ཤུགས་དྲག་བརྟེ་བས་དྲངས་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་ཆུ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བརྟེ་བས་ཐེས་བཟུང་སྟེ། ོ。願為妙音哀攝受
འགོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་བསལ་བྱས་ནས། ོ。除遣眾生冥暗意
རྒྱལ་བའི་བསྐྱན་པ་ཡུན་རིང་འཛིན་ཟུར་ཅིག། ོ。長時住持佛教法

བསྐྱན་པ་རིན་ཆེན་མཚོག་གིས་མ་བྱུང་པ་འཇམ། ོ。聖教大寶未普及
བྱུང་ཀྱང་ཉམས་པར་ཟུར་པའི་ཕྱོགས་དེར་ནི། ོ。雖遍遷滅於是方
སྟོང་ཐེ་ཆེན་པོས་ཡིད་རབ་བསྐྱེད་པ་ཡིས། ོ。願由大悲動我意
ཕན་བདེའི་དཔལ་གཏོར་གསལ་བར་བྱེད་པར་ཤོག ོ。光顯如是利樂藏

སྐྱུ་བཅས་རྒྱལ་བའི་མདྲ་བྱང་འཕྱིན་ལས་ལས། ོ。從佛菩薩微妙業
ལེགས་གྲུབ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པས་ཀྱང་། ོ。所成菩提道次第

ཐར་འདོད་རྣམས་གྱི་ཡིད་ལ་དབང་སྟེར་ནིང། །。樂解脫意與勝德

ཀླུ་བའི་མཛད་པ་རིང་དུ་སྐྱོང་གྱུར་ཅིག ། ཏེ། 令長修持諸佛事

ལམ་བཟང་སྒྲུབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་གྱི་ཅིང་། །。願編善道除違緣

འགལ་རྒྱུ་ཐེལ་བྱེད་མི་དང་མི་མིན་ཀྱང། ། ོ 辦諸順緣人非人

[illegible][illegible]

གང་ཆེ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ཆོས་སྤྱོད་བརྩམ། ། ོ 若時我於最勝乘

ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བཟོན་པ་དེ་ཡི་ཆོ། ོ 如理勤修十法行

མཐུ་ལྷན་རྒྱལ་གྱིས་རྟག་དྲུག་གོ་གསུམ་བྱེད་ཅིང་། ། ོ。爾時大力恆助伴

བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོས་སྤྱད་གསུང་བྱུང་ཅིག ། ཉ། 吉祥德海遍十方

28、【格魯聖教增長文】 107

1

斯為能生無餘勝者父
秉持勝法發心諦實力

然於無邊刹現佛子相
祈願善慧勝教廣增長

2

昔於如來釋迦頂座前
諸佛佛子讚嘆諦實力

立誓時之名號大毅志
祈願善慧勝教廣增長

3

為弘解行清淨傳承故
獲賜法螺授記諦實力

能仁座前供養白晶珠
祈願善慧勝教廣增長

4

清淨見解遠離常斷邊

清淨行持謹遵佛語修

清淨禪修甦醒昏沉闇

祈願善慧勝教廣增長

5

廣求多聞故成學智者

普迴教法眾生成賢者

如所聞義修心成尊者

祈願善慧勝教廣增長

6

了不了義經皆無相違

得定解故滅除眾惡行

成為個人時修之要訣

祈願善慧勝教廣增長

7

經教妙法三藏之聽講

智成就者稀有之傳記

實證教法三學之修行

祈願善慧勝教廣增長

8

外現聲聞威儀寂調相

顯密妙道無違相扶持

內具瑜伽二階堅信念

祈願善慧勝教廣增長

9

因乘所說空性之正理

八萬法蘊精華心要義

配合果乘方便修大樂

祈願善慧勝教廣增長

10

三士道之主要衛護者

護法誓眾海會威勢力

六臂怙主毘沙業闇魔

祈願善慧勝教廣增長

11

總之具德上師壽永固

佛教檀越福祿盛騰達

持教賢哲尊重遍大地

祈願善慧勝教廣增長

29、第十四世至尊達賴喇嘛丹增嘉措上師**住世祈請文《無死成就妙音》 109****ཀུལ་བདེ་ཞབས་བརྟན་རབ་འབྱམས་མ་བཞུགས་སོ།། 109**

ཙམ་སྒྲི། 喻峻帝

無量諸佛無盡之三密，任其調伏諸如幻術舞
有寂妙善所集如意寶，真實傳承具恩之上師

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

法界四方虛空所共處，無垢大樂智慧幻化雲
無數依與所依之壇城，所現本尊眷屬一切眾

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

斷證功德圓滿諸事業，顯現世間大海常激揚
具足利行十力天中天，廣大三世一切諸佛陀

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

三界之中孰能令解脫，最勝寂靜清淨寶物藏
無漏不動普賢妙善德，三乘甚深微妙諸正法

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

摧伏幻有輪迴極威猛，現前了悟諦義具慧者
不離最勝解脫金剛聚，智慧開顯一切聖僧眾

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

空行淨土以及尸林處，熙熙優游空樂百態中
修習瑜伽善道之助伴，三界一切勇父空行眾

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

金剛持之殊勝手印結，不離惹巴之上近安置
護持能仁聖教大力者，具足智慧眼目護教海

我等至誠殷重作祈請，雪域怙主丹增嘉措尊
百劫常住身命永不滅，所願任運成就求加持

如是無有諂誑諸怙尊，我心猛利恭敬作祈請
承受無盡濁垢苦難者，我等雪域眾生唯一怙

勝語自在善慧持教海，三密不變不毀不壞滅
衰朽永離金剛藏寶座，願於劫海不動長久住

無量廣大諸佛所負荷，背負心力於肩極弘大
事業遍益最勝摩尼藏，祈求所願如是任運成

彼力完備善緣虛空門，有情憩於圓滿常解脫
一切時處聖教廣弘傳，祈願功德能成有寂頂

蓮花手之加持甘露流，常令我等心性能成熟
依教修習供養為善修，願以普賢勝行度彼岸

稀有佛與佛子之加持，緣起無誑不虛真實諦
以我增上意樂清淨力，一切所願決定穩速成

30、雪歌仁波切長壽願文111

ཟེལ་དཀར་རིན་པོ་ཆེའི་བདུན། 111

ཀུལ་ཀུན་ཤིན་ལས་སྤང་པོ་གཅིག་བསྐྱུ་པའི་གཟུང་རྣམ་ལྟག་པའི་ལྷ་མ་ཤར་བཅོས་ལྷན་མ། །
སྤྱིད་གསུམ་ཆེ་བཅུད་བདུད་ཚིང་མ་མའི་ཁམས། །སྤྱིང་གི་བུམ་བཟང་ཡོངས་སུ་གང་བར་མཛོད།
諸佛勳業總集所了相，示現尊勝本尊薄伽梵
三有壽命精華甘露藏，祈願盈滿心中妙寶瓶

མདོ་རྒྱུད་ལུང་རིགས་རྒྱལ་སྤངས་ཐོང་ཆལ་གཡོ། །ཡོངས་རིགས་རྒྱལ་བརྟན་འཛིན་ལ་ལྷ་བྲལ་བའི། །
བསྐྱབ་གསུམ་ཅོར་བུའི་མཛོད་འཛིན་ཕོགས་ཀྱི་སྒྲིང་། །དྲིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་
བརྟན་གསོལ། །

顯密教理波濤激盪漾，圓滿秉持教法無倫比
三學寶藏滇津丘朗尊，恩澤善識尊足祈堅住

བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཐོན་དབང་རྩ་བ་བརྟན། །གཞན་ཕན་ལལ་འདབ་འཛིན་མའི་ཕྱོགས་སུ་
ཁྱེད། །ཐུགས་རྗེ་གི་བ་བསིལ་སྐྱམ་པའི་ཁོར་ཡུག་ཅན། །དྲིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་
བརྟན་གསོལ། །

菩提心樹樹根極穩固，利他枝葉庇蔭大地上
悲心涼影潤澤環境者，恩澤善識尊足祈堅住

ཐབ་ཡངས་མཁྱེན་པའི་རྒྱ་གཏེར་རྒྱས་པའི་གྲོང་། །བྱམས་བརྗེ་ཡིད་བཞིན་ཅོར་བུའི་གཏེར་ཁ་
གསོལ། །ཕྱིན་ལས་རྒྱལ་སྤངས་ཐོང་དུས་ལས་མི་ཡོད་པ། །དྲིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་
བརྟན་གསོལ། །

豐沛深廣智慧泉水中，慈悲如意寶藏庫開啟
勳業波浪勇不消退去，恩澤善識尊足祈堅住

རྒྱལ་ཁྱིམས་ཉེ་བ་པ་ལས་དངོས་པའི་གཤིས། །ཤེས་རབ་རྩིབས་སྤྲོང་མཚར་སྤུག་འབུམ་གྱིས་
བརྗེད། །ཏིང་འཛིན་སུ་འབྱུང་ཡངས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཅན། །དྲིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་
ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

律儀軸心金剛鑽體性，智慧千幅璀璨萬道光
禪定周匝寬廣輪圍者，恩澤善識尊足祈堅住

ཐུགས་རྗེ་སྤྱིན་པུང་གཡོ་བའི་མིང་ཁང་ན། །ལུང་རིག་གྲོགས་ཞགས་དར་གྱི་ཤམ་བུ་ཅན། །

ལེགས་བཤད་ང་རོམ་ས་གསུམ་འདར་བྱེད་པའི། །
 འིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

悲心雲彩飄逸光環中，教理閃電光索帷幕者
 善說吼音震撼三地間，恩澤善識尊足祈堅住

སྤངས་རྟོགས་གཡུ་ཡི་རལ་པའི་གཉའ་ཁབས་མཛེས། །
 རྫོ་ཟུར་ཆིག་དོན་སྟོབས་པའི་མཆེ་སྡེར་བསྐྱད། །
 འཛིགས་མེད་ཚད་ངག་བབ་མོས་པ་རོལ་གནོན། །
 འིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

斷證翡翠髮辮垂飾頸，犀利詞義雄辯爪牙舞
 甚深無畏辯才折他方，恩澤善識尊足祈堅住

ལཱ་རིག་སྤང་ཅིའི་བཅུད་ཀྱིས་ལུས་སྟོབས་བྱས། །
 ཆིག་དོན་སྟོབ་སྟོར་མཁས་པའི་གར་ལ་རོལ། །
 ཚེས་པའི་མགོན་དབྱངས་སྐལ་བཟང་ན་བའི་བཅུད། །
 འིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

五明蜜蜂精華增體力，善巧詞義聲律舞遊戲
 撰著音調賢緣耳精髓，恩澤善識尊足祈堅住

ཉན་ཐོས་སྟོད་པ་པརྟའི་སྟབས་ལྟར་གཙང་། །
 རིམ་གཉིས་ནལ་འབྱོར་བྱ་མཆོད་གྲོང་ལྟར་བབ། །
 མདོ་སྐགས་བསྟན་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཉེན་གཅིག་སྟེ། །
 འིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

聲聞威儀似蓮花苞淨，二次瑜伽深似海波浪
 所有顯密教法唯一師，恩澤善識尊足祈堅住

ལམ་གཙོགས་ཀྱི་ཞིང་ས་ཡངས་པོ་རུ། །
 རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལོ་ཏྲག་འཁྲུངས་པའི་ཚུལ། །
 ཅུང་བད་འགལ་མེད་གོགས་སུ་འབྱེར་མཁས་པའི། །
 འིན་ཅན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །

三主要道寬廣田地上，二次莊稼生長之園圃
絲毫無違互補巧提攜，恩澤善識尊足祈堅住

མདོར་ན་འཕགས་ཆེན་དམ་པའི་མཛད་དང་ལྗོངས། །སྤུལ་པའི་རྣོས་གར་ཇི་སྟེང་འཛིན་པ་ཀུན། །
བྱུགས་ཇི་མཐའ་མེད་འཕེལ་བའི་གཞན་དབང་ལས། །འབྱུང་ཕྱིར་བདག་གི་རེ་བ་དོན་ལྷན་མཛོད། །

總之偉大聖者之事行，盡諸幻化舞蹈皆秉持
悲心無盡增長隨轉故，祈使我之願求具意義

རྟེན་འབྱུང་དངོས་པོའི་གཤིས་སུ་མ་གྲུབ་པས། །དད་པའི་ས་བོན་ལྷག་བསམ་རྟེན་གྱིས་གསོས། །
རྣམ་དཀར་དག་ཚལ་འཕེལ་བའི་མཐུ་ཉིད་ལས། །སྟོན་པའི་དོན་ཀུན་བདེ་སྒྲག་སྤུར་འབྲུབ་
ཤོག།

緣起實質體性不存故，虔信種子增上意緣醒
願由清淨善資增廣力，一切所求順利速成辦

雪歌寺之師僧們，多次攜同曼達、佛像、經典、哈達來請求，為雪歌寺活佛—滇 津丘朗(雪歌仁波切)，撰寫長壽祈請文。我亦認為此事極為重要，為圓其心緬懷 教法眾生之怙主，畢生功業非凡之願望，我一堪蘇昂旺磊登，於第十七丁卯土虎 年，仲冬月上弦十五日，在色拉寺傑學院撰寫。善哉！

釋法炬恭譯

31、護法：六臂瑪哈嘎拉祈願文 114

མགོན་པོའི་གཏོར་འབྲུལ 114

吽

恭敬頂禮速救觀世音。腳踏毗那夜迦佩足鐺
身著虎皮下裙大黑天。六臂為諸蛇飾所莊嚴

右執鉞刀次手持念珠。最後鼗鼓猛烈劇搖動
 左托顱骨以及三叉戟。如是亦持套索作繫縛
 威猛之口顯露利撩牙。三目巖峻髮絲直上衝
 於額間處黃丹善塗抹。不動王於頂上堅穩合
 滴血人首五十為瓔珞。珍寶乾顱有五飾其首
 從樹來已受取朵瑪者。敬禮讚揚具德六臂尊
 如來正法敬慎作守護。三寶勝位敬慎作讚揚
 我等瑜伽師徒眷屬眾。一切惡緣障礙盡息滅
 所欲悉地願能速垂賜

上師怙主無分別。我今虔誠敬歸依
 一切有情諸煩惱。願我斷除盡無餘
 怙主上師無分別。我今虔誠敬歸依
 一切有情諸障礙。願我斷除盡無餘

以此善根生生世世中。願我全持佛陀之正法
 違緣消除順緣皆完備。速救護主不捨令成辦

ཨོཾ་མ་ཎུ་ཀུལ་ཁྱིཾ་མེ་ཏུ་བེལྷུན་བེལྷུལ་ཀ

ཏུ་ཏུ་ཡཏ་ཡཏ་ལྷུ་ཏུ་

嗡 邊札 瑪哈嘎拉 親切札
 比念 比拿牙嘎 吽吽。呬

32、護法：閻魔羅王讚 ཚས་ཀྱལ་གཏོར་འབུལ། 116

དཔལ་དྲི་ཐེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

(外修具誓閻魔法王讚)

ཏུཌ་ ཀླལ་རྩ་པ་རབ་བཞིན་དག་པོའི་སྤྱ། ཁ་ནས་ཁྲག་འཇག་མི་མགོའི་འབྲེང་བ་ཡི། ག་ག་
རབ་འཕྱང་མི་བཟད་བདུད་དཔུང་གི། ང་རྒྱལ་དྲེགས་པ་འཛེམས་པ་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།

吽！

嘎啦洳巴極大威嚴身，口中滴血佩戴人頭髮
於彼兇狠魔軍狂傲眾，能盡摧毀尊前我禮讚

ཁ་ཚ་ཆེ་ལྷ་རྩ་ཐེ་ཐེ་འི་སྤྱ་དབྱངས་དང་། ཁ་ནས་ཁྲེང་སྤྱ་ཐེ་ཐེ་འི་གཏོར་མ་ནི། ཁྲ་ཆང་
ཕུད་དང་དག་བཞེགས་བསྐལ་བའི་ག ཏུ་ག་ཁྲག་ཁྲག་རྒྱ་མཚོས་བརྒྱན་པ་འབུལ།

具大吼嘯金剛歌韻音，並及支分圓滿妙饌食
茶酒薦新及殲怨敵肉，魚肉膏血大海莊嚴供

ཏུ་ཐུ་ག་ཏའི་བསྐྱར་ལ་གཞོད་བྱེད་པའི། ཐ་དག་བཞེགས་རྩལ་བྱ་རྒྱོག་པ་དང་། ཏུ་ནས་
བཟུངས་ཏེ་རྩལ་འབྱོར་བདག་ཅག་གི། ར་རྒྱ་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་འཛེམས་ལ་བསྟོད།

一切損害如來聖教者，粗卑怨敵悉令碎為塵
今後我等瑜伽修行人，老病死懼悉除尊前讚

པ་ཐ་སངས་ལྷར་རབ་དཀར་མཆེ་བ་གཙོགས། པ་ཐོལ་འཛེམས་པའི་སྤྱན་རྩ་རྒྱོག་ལྷར་འབྱུག ཁ་
བ་སྤྱ་དུས་མཐའི་མེ་ཆེན་འབར་བ་ཡིས། མ་ལུས་བཞེགས་དཔུང་སྟེག་པ་ཁྱེད་ལ་བསྟོད།

切齒獠牙森嚴賽寒星，能伏敵方神目如電掣
身毛熾燃猛如劫末火，無餘焚魔軍尊前讚

། ཅ་སྤྱི་སོགས་མ་སོ་ཀྱན་གྱི་བདག ། ཆ་བཟུང་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་གཟི་བུ་ཆེན་ཅན། ། རྩ་ཞེས་འཕྲིན་
ལས་སྦྱབ་ལ་བས་པའི་ཆོ། ། བ་སྦྱིས་ལྷ་བུའི་བགེགས་འཛུམས་ཁྱོད་ལ་བསྟོད།

紫穆岐等一切魔母主、身放赫赫光明具威嚴

ཁྱེ(雜)聲勾召事業成辦時。

如狐邪魔盡伏尊前讚

། ལྷ་མྱུང་འབྱུང་པོ་ཀྱན་གྱི་སྦྱི་བོས་བསྟོན། ། ཟ་བྱེད་མ་དེ་ཁྱོས་པའི་ཞལ་གདངས་ཤིང་། ། འཕུར་
དར་དེར་སྒྲོགས་པས་ས་ཆེན་གཡོ། ། ལ་ལས་སྦྱིས་པའི་ཐོད་དབྱག་འཛིན་ལ་བསྟོད།

一切部多如冠悉頂戴，忿怒水牛張口能吞噬

啊唔嗟咚吼聲大地震，

手持ལ(雅) 生顱杖尊前讚，

། རྩ་དང་མིག་པ་རྫོ་བའི་མ་དེ་དང་། ། ལ་ལ་རྩུང་ནག་ཚུབ་མ་ཞོན་པའི་འཁོར། ། ཤ་ཀ་ལི་དང་
གཤིན་ཇེ་འབེབས་མ་སོགས། ། ས་གསུམ་འབྱུང་པའི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་ལ་བསྟོད།

駕馭堅蹄銳角猛水牛。以及凜凜黑風眷屬眾，
夏嘎哩及閻摩降母等，三地魔部所繞尊前讚，

། ཏ་ཏ་དྲག་དུ་བཤད་པའི་དཔལ་ཡོན་ཅན། ། ཨ་རྒྱུ་ལ་སོགས་མཆོད་པ་བཞེས་ནས་ཁྱེད་། ། དཔལ་
ལྷན་གཤིན་ཇེ་འཁོར་གྱི་སྦྱུང་ཐུ། ། ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་གཡེལ་བ་མེད་པར་མཛོད། །

哈哈傲笑威德隆盛尊，受用啊剛等諸供養已
昔于具德怖畏金剛前，所諾誓言無怠請成辦

འཇམ་དཔལ་གཤིན་ཇེ་འཁོར་གྱི་བཀའ་སྟོད་དམ་ཅན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྟོད་པ་འདི་ནི།
གཤིན་ཇེ་འཁོར་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དཔལ་བཟང་པོས་དཔལ་རི་ཁྱོད་གྱི་
གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སྦྱར་བའོ། ། ། ཅོམ་སྤྱིག་པ། རྫོན་འབྲུབ་རྩི་ཇེ།

33、護法：吉祥天母讚 རེམས་ཉིད་མ། 118

第三世達賴喇嘛·索南嘉措(福德海)造

ཧྲུཿ 救

其心四種事業差別者	異於其心無有心亦無
勝義無別無顯亦無形	神變唯如幻化其自心
相應示現息吉祥天母	息靜將息並具息靜性
息靜眷屬所繞主尊母	誌相身色為白極澄淨
遍息靜母尊前恭敬禮	令我病魔中斷皆息除

ཧྲུཿ 救

其心四種事業差別者	異於其心無有心亦無
勝義無別無顯亦無形	神變唯如幻化其自心
相應示現增吉祥天母	增益將增並具增益性
增益眷屬所繞主尊母	誌相身色為黃極莊嚴
遍增益母尊前恭敬禮	令我壽命福德悉增長

ཧྲུཿ 救

其心四種事業差別者	異於其心無有心亦無
勝義無別無顯亦無形	神變唯如幻化其自心
相應示現懷吉祥天母	懷攝將攝並具懷攝性
懷攝眷屬所繞主尊母	誌相身色為紅極悅意
遍懷攝母尊前恭敬禮	三界一切有情悉懷攝

ཧཱུྃ: 救

其心四種事業差別者 異於其心無有心亦無
勝義無別無顯亦無形 神變唯如幻化其自心

相應示現威吉祥天母 威伏將伏並具威伏性
威伏眷屬所繞主尊母 誌相身色為黑極威怖
遍威伏母尊前恭敬禮 我之病魔敵障威救度

ཧཱུྃ: 救

汝之自性雖任亦不成 然能顯現如是種種相
以四事業利益諸眾生 我今專勵最極稱讚時
願亦任運成就四事業 如汝精勤利益諸眾生

吉祥天母咒

ཧཱུྃ་སྐལ་ལྷོ་ཧཱུྃ་ སྐལ་ལྷོ་མྱོ་མྱོ་ སྐལ་ལྷོ་ཐུག་ཧཱུྃ་

ཁ་ལ་སྐལ་ཆེན་མོ།

སྐལ་ལྷོ་ཨ་བྱ་དྲ་བྱ་ཐུག་ཧཱུྃ་ ཅུ་ལ་ཅུ་ལ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་

救 拉摩 救 拉摩 救救 拉摩 吞救

卡拉 拉嘎千摩

拉摩 阿嘉答嘉 吞救 魯路 魯路 吽救吽

34、餽供儀軌 藏文 120皈依發心

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་རྣམས་ལ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།
 བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཆོག་གི་རྣམས་ཀྱིས། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་
 ཞོག།

諸佛正法賢聖三寶尊 從今直至菩提我皈依
 我以所行施等諸資糧 為利有情故願大覺成

(3 遍)

自現本尊

རང་ཉིད་སྤྱན་རས་གཟིགས་སུ་གསལ་བ་ཡི།། ཐུགས་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཅན་དང་། རྟིང་ཇེ་
 ལམ་ཆགས་མགོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།། སྤྱན་དངས་འདོད་པའི་གདན་ལ་བཞུགས་པར་གྱུར། །
 自身現為大悲聖觀音 心間放光迎請皈依境
 以及悲田怨親債主客 無餘安住妙欲樂座中

去除汙穢

ཨོྃ་ བཛྍ ཨམྍྲི་ཏ་ ཀུའྲ་ལི་ ཏ་ན་ཏ་ན་ ཏུཾ་པཱ།

嗡 班雜 阿彌達 袞紮利 哈拿哈拿 吽呸！

如是驅魔。

觀空咒

ཨོྃ་ སྤྱུལྱ་ རུཏྱེ་ སཔཏྱ་མུ་ སྤྱུལྱ་ རུཏྱེ་ཉེ།

嗡 娑巴瓦 旭噠 薩瓦噠嘛 娑巴瓦 旭多杭！

如是淨治。

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཐྱུ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་
 རང་དུ། ཨོྃ་ཨུམ་ཏུཾ་ འོད་དུ་ལུ་བ་ལས་བྱང་བའི་འདོད་ཡོན་ཡུལ་གྱི་དྲི་ཕུན་སུམ་ཆོག་གསལ་པ་ས་
 དང་བར་སྐང་གི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་གང་བར་གྱུར།

由空性中現「仲」化為寶器，其內寬闊並且深，**嗡啊吽** 於其中放光，化現為圓滿富足五欲功德香，充滿整個大地與虛空中。

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་ 3遍ལན་གསུམ།

三摩地咒印加持（上供、下施）

ནམ་མཐ་ ཏཱ་ཤ་ཏ་ ཨ་བལྟ་གཏེ་ ཨོ་སལྟ་ར་སལྟ་ར་ ཧུཾ་ 7遍ལན་བདུན།

拿麻 沙爾哇 大他嘎爹 阿哇洛幾爹

嗡 撒木拔拉 撒木拔拉 吽

ཨོ་གཛེ་ཀུ་མ་ གུ་ཏ་ སྤྱེ་ ཡི་དྲོ་ ལ་ལ་ ལ་དྲི་ལ་དྲི་ 7遍ལན་བདུན།

嗡 甘爹嘎嘛 咕那 布渣 伊坦 卡卡 卡伊 卡伊

（公式：嗡「8供任一」啊吽）

①**ཨོ་ཨུཾ་ ཨུཾ་ ཧུཾ་**（功德水） ②**ཨོ་སྤྱེ་ ཨུཾ་ ཧུཾ་**（濯足水）

嗡 阿岡啊吽。嗡 巴典 啊吽

③**ཨོ་བཟླ་སྤྱེ་ཨུཾ་ ཧུཾ་**（妙華） ④**ཨོ་བཟླ་རྩུ་པེ་ཨུཾ་ ཧུཾ་**（燒香）

嗡本札布貝啊吽。嗡本札杜貝啊吽

⑤**ཨོ་བཟླ་ལ་ཀེ་ཨུཾ་ ཧུཾ་**（明燈） ⑥**ཨོ་བཟླ་གཛེ་ཨུཾ་ ཧུཾ་**（香水）

嗡本札阿洛給啊吽。嗡本札根迭啊吽

⑦**ཨོ་བཟླ་རྩེ་ཧུཾ་ ཧུཾ་**（珍饈） ⑧**ཨོ་བཟླ་གཤམ་ཨུཾ་ ཧུཾ་**（音樂）

嗡本札內威迭啊吽。嗡本札夏大啊吽

（如是等八供供上 བར་གྱིས་མཚོན་།）

雙手合掌

བཙེམ་ལྷན་འདས་
 །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་མང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་མཛེས་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐྱེ་འབྱུངས་གྲས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

南無多寶如來（釋迦牟尼佛）
 南無妙色身如來（觀世音菩薩）
 南無廣柔身如來（文殊菩薩）
 南無離一切怖畏如來（金剛手菩薩）

供施

（第 2、3 遍從此處唸起）

དྲི་མཚོག་འདོད་ཡོན་ལྡན་པའི།།ཟག་མེད་བསུར་གྱི་མཚོད་པ་འདི།
 ལྷ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་མཚོག་གསུམ།།མཁའ་འགྲོ་མཚོད་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་དང་།།

妙香五欲功德俱 無漏清淨此餽供
 上師本尊與三寶 一切空行與護法

དྲི་ཟའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་སོགས།།དྲི་ཟའི་ཚོགས་རྣམས་མ་ལུས་དང་།།མར་
 ལྷར་རིགས་བྱུག་སེམས་ཅན་དང་།།ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚོགས་རྣམས་དང་།།

乾闥婆王極喜等 一切無餘尋香眾
 六道如母諸有情 當方神及地祇眾

ལན་ཆགས་ཤ་འཁོན་གཉིས་བ་དང་། ། ཁྱད་པར་ཁ་སང་དེ་རིང་བར། །
བསད་ལྷེ་བཞི་ནས་ལྷ་ལྷས་བོར། ། ཁྱི་ལྷས་མ་རྟེན་བར་དོ་ཡི། །

宿孽怨親債主等 尤其是於近日中
被自身亡捨前身 未獲後身之中陰

ཇི་སྟེད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། ། འབྲུལ་ཞིང་བསྡོར་བས་མགོན་ནམས་ཀྱན། །
འདོད་དགའི་ཆར་གྱིས་ཆོམས་གྱུར་ནས། ། བདག་གི་བར་ཆད་ཀྱན་ཞི་ཞིང་། །

盡其一切諸有情 供施迴向此賓客
所欲之雨滿足後 祈令消除我之障

ཆོ་རིང་ནད་མེད་འབྱོར་བ་རྒྱས། ། ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་དང་། །
བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་པར་མཛོད། །

長壽無病廣富饒。集聚三界之勢力
願望如意得成就

祈 願

བར་དོའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ། འཛིགས་སྒྲག་སྒྲག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་
ཏེ། ། སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་དྲན་གྱུར་ནས། ། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྦྱེ་བར་ཤོག །
祈願一切中陰身 害怕恐懼苦中脫
上師教誡憶念持 往生極樂佛土中

ལན་ཆགས་བྱ་ལོན་དག་ཟུར་ནས། །འགོ་ཁྱུན་བདེ་སྲིད་ལྷན་པ་དང་། །
 ཡུལ་ལྷ་གཞི་དག་རྣམས་ཀྱིས་་་ཀྱང་། །རྟག་དྲུག་ཡེར་མེད་གྲོགས་བྱེད་ཤོག།

祈願一切諸眾生 還清宿債俱安樂
 並令土地神祇眾 恆常不懈為助伴

བདག་ཀང་འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་ཚེ། །གནད་གཙོད་་་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཏེ། །
 དག་པའི་གཞི་དང་སྲིད་རྣམས་ཀང་། །འགོ་ཁྱུན་བདེ་སྲིད་སྦྱོལ་བར་ཤོག །

祈願我等死亡際 解肢節苦恆遠離
 並且往生佛淨土 恆長精進利眾生

35、大乘八關齋戒 ཐེག་ཆེན་གསལ་སྤྱོད་། 125

1、增長咒 (འབྱུང་ཕྱགས་ནི།)

ཨོ་སྦྱར་སྦྱར་བེ་མ་ན་སྦྱར་མ་དྲེ་ཕ་དྲེ།
ཨོ་སྦྱར་སྦྱར་བེ་མ་ན་སྦྱར་མ་དྲེ་ཕ་དྲེ།

嗡 散巴 (日阿) 散巴 (日阿) 比瑪那
薩 (日阿) 瑪哈 雜挖吽
嗡 媽 (日阿) 媽 (日阿) 比瑪拿
嘎 (日阿) 瑪哈雜哇吽 (3遍)

2、皈依發心

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་ས་མཆོག་ལ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྦྱབས་སུ་མཆི།
བདག་དང་གཞན་དོན་བསྐྱབ་སྤྱད་དུ། བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།

諸佛正法眾中尊. 直至菩提我皈依
為成自他利益故. 我今發起菩提心

ཕྱོགས་བརྒྱ་དག་ན་བཞུགས་པའི། སངས་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གསོན།
བདག་གིས་ཇོག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར། དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།

安住十方世界中. 諸佛菩薩請傾聽
我為圓滿菩提故. 從今發起菩提心

ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྦྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ལ།
(念誦三次，再三修習皈依、發心)

3、加持土地與供品

ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ས་གནི་དག་གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་།
ལག་མཐོལ་ལྟར་མཉམ་བཞུག་ཡི། རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་ཐུང་ཅིག་

一切地基化清淨 無有砂礫等雜物
面均平坦如掌心 性同琉璃甚平滑

ལྟ་དང་མི་ཡི་མཆོད་པའི་རྩམ། དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ།
ཀུན་བཟང་མཆོད་སྤྱོད་སྒྲ་ན་མེད། ཅམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་ཁྲབ་ཐུང་ཅིག་།

人間天界諸供品 真實陳列與意化
普賢無上供養雲 祈願遍滿虛空界

◎ 供雲陀羅尼

ཨོྭ་ཀ་མོ་རྩ་ག་མ་དེ། བཛྲ་སྤྱར་པ་མཛཱ་ནེ་ ཏ་སྤྱལ་ཏ་ཡ།
ཨ་རྩ་དེ་སྤྱལ་བུ་སྤྱལ་ ཏ་སྤྱལ་ ཨོྭ་བཛྲ་བཛྲ། མདུ་བཛྲ།
མདུ་དེ་ཇ་བཛྲ། མདུ་བཛྲ་བཛྲ།
མདུ་བོ་རྩ་ཅི་རྩ་བཛྲ། མདུ་བོ་རྩ་མཛྲ་པ་སྤྱོད་ ཀྱ་མ་ཏ་བཛྲ།
སའ་ཀམ་ལྷ་མ་ར་ཏ་ བཛྲ་རྩ་ན་བཛྲ་སྤྱལ་

嗡 拿摩巴嘎哇爹 邊雜薩拉 乍瑪答涅
答他嘎大雅 阿拉哈爹 三藐三布答雅
爹雅他 嗡 邊澤 邊澤 瑪哈邊澤
瑪哈爹雜邊澤 瑪哈比雅邊澤 瑪哈鉢提
吉答邊澤。瑪哈鉢地 曼卓巴森 乍瑪那邊澤
薩爾哇 嘎爾瑪 阿哇惹拿
筆修答那 邊澤 梭哈 (3 遍)

◎ 真諦力頌

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་།
 མངས་ཀྱིས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་།
 ཆོག་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་།
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་
 ཁྱབ་པའི་སྒྲགས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག།

1. 願以三寶 . 真諦力、
 2. 一切佛菩薩 . 加持力、
 3. 圓滿福智資糧. 大威神力、
 4. 清淨不可思議 . 法界力、
- 令供品 真實化現。

4、迎請 མུན་འདྲེན།

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀྱང་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བད་
 འཛོམས་མཇེད་ལྷ། འདོད་སྤྲོད་རྣམས་མ་ལུས་ཡང་དག་མཁུན་གྱུར་པའི།
 བཅོམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།།

一切無餘眾生依怙主
 摧滅無盡魔軍勝戰尊
 一切實相無餘遍知者
 世尊眷屬祈請降臨此

5、大乘不共皈依發心 ལྷུབས་སེམས།

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྤྱབས་སུ་
མཆི།བདག་གིས་སྦྱོན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་
རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

諸佛正法賢聖三寶尊
從今直至菩提我皈依
我以所行施等諸資糧
為利有情故願大覺成 (3 遍)

6、四無量心 ཚད་མེད་བཞི།

(2022/8/1 開示:皈依偈中之利益有情的實際行動.)

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情具樂及樂因

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གི་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情離苦及苦因

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་མི་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情不離無苦之樂

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སངས་བྱེད་པའི་བདེ་བ་སོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

願一切有情遠離愛惡親疏住平等捨

(3遍)

7、普賢七支供養 བཟང་སྤྱོད་སྒྲོན་ལམ།

ཁྱེ་སྤྱོད་སྤྱོད་དག་ཕྱོགས་བརྒྱའི་འཇིག་རྟེན་ན། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གེ་ཀྲ།
 །བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཞི་ལོ། །

所有十方世界中 三世一切人師子
 我以清淨身語意 一切遍禮盡無餘

བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་སྤྱོད་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ། །
 ཞིང་གི་རྒྱལ་སྤྱོད་ལུས་རབ་བདུད་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་ ཀྲན་ལ་རབ་དུ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

普賢行願威神力 普現一切如來前
 一身復現刹塵身 一一遍禮刹塵佛

རྒྱལ་གཅིག་སྤྱོད་ན་རྒྱལ་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སུས་ཀྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག །
 དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

於一塵中塵數佛 各處菩薩眾會中
 無盡法界塵亦然 深信諸佛皆充滿

།དེ་དག་གསལ་གསལ་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལ་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲ་ཀྲན་གྱིས།
 །རྒྱལ་བ་ཀྲན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཞུང་ཅིང་། །བདེ་ བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

各以一切音聲海 普出無盡妙言辭
 盡於未來一切劫 讚佛甚深功德海

།མེ་ཏྟག་དམ་པ་འཕྲེང་བ་ དམ་པ་དང་། །སིལ་སྒྲན་རྣམས་དང་བྱག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །
 །མར་མེ་མཚོག་དང་གདུག་སྒྲོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱ། །

以諸最勝妙華鬘 伎樂塗香及傘蓋
 如是最勝莊嚴具 我以供養諸如來

།ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་བྱི་མཚོག་དང་། །ཕྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་ མཉམ་པ་དང་། །
 །བཀོད་པའི་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀྲན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱ། །

最勝衣服最勝香 末香燒香與燈燭
 一一皆如妙高聚 我悉供養諸如來

མཛོད་པ་གང་ནམས་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། ། དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།

།བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དང་པའི་སྒྲོབས་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཛོད་པར་བཞི། །

我以廣大勝解心 深信一切三世佛
悉以普賢行願力 普遍供養諸如來

འདྲོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །ལྷས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་།།

སྤྱིག་པ་བདག་གིས་བབྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།

我昔所造諸惡業 皆由無始貪嗔痴
從身語意之所生 一切我今皆懺悔

།ཕྱོགས་བཅུ་དྲུག་པ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་། །རང་རྒྱལ་ནམས་དང་སྤྱོད་དང་མི་སྤྱོད་དང་།

།འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

十方一切諸眾生 二乘有學及無學
一切如來與菩薩 所有功德皆隨喜

གང་ནམས་ཕྱོགས་བཅུ་དྲུག་ །འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་མ་དག །བྱང་ཆུབ་རིས་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས།།

མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་བསྐྱར་ བར་བསྐྱལ། །

十方所有世間燈 最初成就菩提者
我今一切皆勸請 轉於無上妙法輪

ལྷ་ངན་འདའ་སྒྲོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྤེད་བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་ གི་ཐལ་སོར་བསྐྱར་གསོལ་བར་བཞི།

諸佛若欲示涅槃 我悉至誠而勸請
唯願久住剎塵劫 利樂一切諸眾生

།ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཛོད་ཅིང་ བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

།དགོ་བ་རྩུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོད།

所有禮讚供養福 請佛住世轉法輪
隨喜懺悔諸善根 迴向眾生及佛道

七支行願文 (七句略版)

སྒོ་གསུམ་གྱི་པདྨ་སྒོ་ནས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། དངོས་གཤམས་ཡིད་སྤུལ་མཆོད་སྤྱོད་མ་ལུས་འབུལ།།
 ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱི་ལྟངས་ཐང་བ་ཤགས། སྤྱི་འཕགས་དག་བ་རྣམས་ལ་ཇེས་ལི་
 རང་།། འཁོར་བ་མ་སྤོང་བར་དུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། འགྲོ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་།།
 བདག་གཞན་དག་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ།།

身語意門誠禮敬 實觀供雲悉呈奉
 無始積惡皆懺悔 凡聖善業皆隨喜
 輪迴未已請住世 為利眾生轉法輪
 自他善聚迴菩提

8、獻曼達 (長曼達.不用)

為求受戒，頂禮上師三拜後，至誠獻上曼達。

曼達有廣、略二種，廣者三十七供，略者僅誦曼達七供。

ཁྱེད་ཁམས་འབུལ་བར་ཞུ། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པའི་ལྷ་མོ་ལྟུང་།
 嗡 本札 布彌 啊吽 དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་དཀྱིལ་
 廣嚴黃金地基 ཇི་ལྟར་རེ་ཁེ་ལྷ་མོ་ལྟུང་། ལྷ་མོ་ལྟུང་། 瑞給啊吽

- ①ཕྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས། བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།
 外以鐵圍山 環繞中央山王須彌山
 ②ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ③ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ④ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ⑤ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ⑥⑦ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ⑧⑨ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།
 ⑩⑪ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།

行洲、勝道行洲 ⑫⑬ལྷ་མི་སྣུན་དང་ལྷ་མི་སྣུན་གི་རྒྱ
惡音洲、惡音對洲 ⑭རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། 寶山王

⑮དཔག་བསམ་གི་ཤིང་། 如意樹 ⑯འདྲོད་འཛོའི་བ། 滿願牛
⑰མ་རྩོམ་པའི་ལོ་ཏྲག་ 自然稻 ⑱འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། 法輪寶
⑲ཉོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ། 如意寶 ⑳བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། 王后寶
㉑སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། 大臣寶 ㉒གྲང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། 大象寶
㉓རྩ་མཚག་རིན་པོ་ཆེ། 良馬寶 ㉔དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། 將軍寶
㉕དཏེར་ཆེན་པོའི་བྱམ་པ། 大寶藏瓶 ㉖སྐྱེག་མོ་མ། 嬉天女
㉗ཐེང་བ་མ། 鬘天女 ㉘གླུ་མ། 歌天女 ㉙གར་མ། 舞天女
㉚མེ་ཏྲག་མ། 花天女 ㉛བདུག་མོས་མ། 燃香女

㉜སྒྲུང་གསལ་མ། 明燈女 ㉝རྩི་ཆབ་མ། 塗香女
㉞ཉི་མ། 日 ㉟ལྷ་བ། 月 ㊱རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། 寶傘蓋
㊲ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན། 十方尊勝幢

དབུས་སུ་ཉྩ་དང་མའི་དཔལ་འབྱོར་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་
中央有豐盈圓滿清淨悅意之

གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་དག་དེན་ཅན་རྩ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་
天人資具，將此妙寶供養

དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་
大恩根本傳承具德賢聖諸上師

ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཞིང་ཁམས་དབུལ་བར་བགྱིའོ།

ཐུགས་རེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།
及十方諸佛菩薩海會眷屬，
為利眾生祈請慈悲納受，

བཞེས་ནས་ཁྱང་བདག་སོགས་འགྲོ་བ་མ་ཟུར་ནས་མཁའ་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་
受此供已，祈請深心悲愍，加持我等眾生及

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།
量同虛空一切如母有情。

9、獻曼達 མཐུལ (略版)

།ས་གཞི་སྒོས་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་དོག་བཀྲམ། །རི་རབ་གླིང་བཞིར་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་པ་འདིས།
།སངས་རྒྱུ་ཞིང་དུ་དམིགས་དེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཁྱད་ནས་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག །

妙香遍塗花散之大地 須彌四洲日月所莊嚴
淨如佛土我樂敬供養 願諸有情共享此淨土

(兜率百尊之「請轉法輪支」)

རྩ་བཅུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས། ཆོས་སྐུའི་མཁའ་ལ་མཁྱེན་བརྩེའི་སྤྲིན་འཕྲིགས་ནས།
ཇི་ཉར་འཆམས་པའི་གདུལ་བྱའི་འཛིན་མ་ལ། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ།

至尊上師聖者汝等眾
法身虛空智悲祥雲集
隨機應化於所調大地
祈請任運降下法露雨

ཨིདྲ་གུ་རུ་རྩ་མཐུལ་ཀཾ་ནི་རུ་ཏཱ་མི།

意堂木 咕嚕且阿那 曼扎拉岡木 尼雅達雅米

10、領受大乘布薩律儀

右膝著地，雙手合掌，作是思維：

(正授說明)

我等眾生，量同虛空，無始劫來以迄於今，雖曾經歷一切輪迴、乃至惡道無量痛苦，卻未生起剎那之厭離心。

執苦為樂，

執無我為我，任此錯誤思維力，遂為業與煩惱所支引，不得自主，以後所歷痛苦，較之往昔，勢將更深更巨。

思維及此，必心生悶惱。然釋迦牟尼等過去諸佛世尊，亦非自初即已成佛，往昔亦如吾等，住於生死輪迴，因與諸善知識值遇，由彼之恩，

於輪迴心生厭離，於一切眾生亦心生慈悲，遂發菩提心，受此大乘布薩律儀，清淨守持，學習正道而成正覺。

我亦如過去諸佛，由善知識恩，值遇大乘法，倘於此刻發菩提心，學習正道，終能成就佛果。

雖則如是，而如困弱老母一切有情，遍滿虛空，是為根、道、果

任何階段不可或無之至親，是乃出生此世後世一切資糧之如意寶珠，自無始以來直至輪迴解脫，恩養守護於我，倘若棄彼不顧，不僅愚昧，何異畜生！是以，我欲為量等虛空一切如母有情成就無上正等佛果。

故我今於諸佛菩薩尊前受持大乘布薩律儀，至明日日初出前，善為守持。

思維是已，乃不禁悲泣落淚、身之毛豎。

隨上師念誦如下：

(正授 大乘八關齋戒)

ཕྱིགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཆོས་ཅན་

安住於十方之一切佛菩薩

བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། (此下粗黑色句.親於師長前時才念)

祈請護念我。 **祈請上師護念我**

ཇི་ལྟར་སྒྲིན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱལ་ཏེ་ཅང་ཤེས་ལྟ་བུ་གྲང་བོ་ཆེན་པོ་བྱ་བ་བྱས་ཤིང་། བྱེད་པ་བྱས་པ།
如同往昔如來 應供 正等覺。猶如聰
慧馬 及大象王 應作者作 所作已辦

ཁུར་བོར་བ། རང་གི་དོན་རྗེས་སུ་ཐོབ་པ། སྤོང་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཡོངས་སུ་ཟད་པ།
ཡང་དག་པའི་བཀའ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཐུགས། ལེགས་པར་རྣམ་པར་
གྲོལ་བའི་ཤེས་རབ་ཅན་དེ་དག་གིས།

捨諸重擔 逮得己利 盡諸有結
具真實語 心善解脫 正智解脫者

སེམས་ཅན་ཐན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་དང་། སྐད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
དང་། ལུ་གེ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉད་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་།

彼等為一切有情。為饒益眾生。
為解脫眾生。為除饑荒。為除疾疫

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། གྲླ་ན་མེད་པ་
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ གསོ་སྦྱོང་ཡང་དག་
པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་བྱ།

為圓滿三十七道品。為證得無上正等
菩提。清淨奉持此大乘布薩律儀

བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་། ཏུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ། ཇི་སྲིད་སང་ཉི་མ་མཁའ་གྱི་
བར་དུ་སེམས་ཅན་གསལ་ཅད་ཀྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་དང་།

我 **某某** (唱念自己名字) 。從此刻起
至明日太陽未升前。為一切有情

ཕན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ལུ་གེ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་།
ནད་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚོས་ནམས་ཡོངས་སུ་ཇོགས་པའི་ཕྱིར་དང་།

為饒益眾生。為解脫眾生。為除饑荒。
為除疾疫。為圓滿三十七道品

སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཇེས་པར་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
གསོ་སྦྱང་ཡང་དག་པར་སྒྲུང་བར་བགྱིདོ། ོ

為證得無上正等菩提
而清淨奉持此大乘布薩律儀。

(ཞེས་ལན་གསུམ་བཟོད།) (複誦三遍)

(受戒已，禮謝上師三拜)

上師念：ཐབས་ཡིན་ནོ། ཱི་ལྟེ་ (方便也)

受戒者回答：ལེགས་སོ། ཱི་སྟེ་ (善哉)

此時，觀想自心續已然得戒，欣悅歡喜。

接著如前所述，真切發起菩提心，

心中思維：

如同過去諸佛，身語意斷除一切殺生等惡業；

我亦如是為利益一切眾生，於一日之中斷諸惡業，

如理修習學處。(如下偈頌所示)

11、隨上師念誦如下：（受戒持守內容）

དང་ནས་སྟོག་གཙང་མི་བྱ་ཞིང་། གཞན་གྱི་ནོར་ཡང་སྤང་མི་བྱ།

從此我將不殺生。他人財物亦不取

འཁྲིག་པའི་ཚས་ཀྱང་མི་སྟོད་ཅིང་། རྩོན་གྱི་ཚིག་ཀྱང་མི་སྟོལ།

不淨法行皆不作。謊言妄語亦不說

སྟོན་ནི་མང་བོ་ཉེར་བརྟེན་པའི། ཆང་ནི་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ།

眾多過失之近因。酒精飲料全戒除

ཁྱི་སྟན་ཆེ་མཐོ་མི་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུས་མ་ཡིན་པའི་ཟས།

高廣大床不坐臥。非時食物亦不吃

དྲི་དང་ཐེང་བ་རྒྱན་དང་ནི། གར་དང་སྤྱ་སྟོགས་སྤང་བར་བྱ།

香水華蔓諸莊嚴。歌舞伎樂等戒除

ཇི་ལྟར་དག་བཅོས་རྟག་དུ་ནི། སྟོག་གཙང་ལ་སྟོགས་མི་བྱེད་ལྟར།

恆常猶如阿羅漢。不行殺生等惡業

དེ་བཞིན་སྟོག་གཙང་ལ་སྟོགས་སྤང་། སྤྱ་མེད་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ཐོབ་ཤོག།

我亦戒除殺生等。願速證得無上覺

སྟུག་བསྐལ་མང་འཁྲུགས་འཇིག་རྟེན་འདི། སྟོད་པའི་མཚོ་ལས་སྟོལ་བར་ཤོག།

於此紛擾苦世間。祈願度脫輪迴海

12、念珠咒（3遍）

ཨོ་རུ་ཅི་ར་མ་ཏི་པ་མརྟ་ཡ་ཏཱྃ།

嗡 如季日阿 瑪尼 乍哇 打呀 吽

13、淨戒陀羅尼咒（中藏）（21遍）

ཨོཾཨ་མེ་རྒྱ་ཤྱིལ་སྒྲ་སྒྲ་ རྒྱ་སྒྲ་སྒྲ་ མད་ཤུན་སྒྲ་པ་སྒྲ་བི་བྱུ་ཁྱི་དེ།
བྱུ་ཁྱི་རྒྱ་སྒྲ་སྒྲ་ ས་མ་སྒྲ། ཨ་ཕ་ལོ་གེ་དེ་དྲྀ་ཡེ་ལྷ་ཏཱ།

嗡 阿摩嘎細啦 桑木巴惹阿 巴惹阿巴惹阿
瑪哈續打 薩埵 悲瑪 比布克以爹
布雜 打惹阿打惹阿
薩面大 阿哇囉給爹 吽呬 梭哈

14、發願迴向：持戒清淨（中藏）

ཐིམ་ས་ཀྱི་ཚུལ་ཐིམ་ས་སྦྱོན་མེད་ཅིང་། ཚུལ་ཐིམ་ས་རྣམ་པར་དག་དང་ཐུན།
རྫོམ་སེམས་མེད་པའི་ཚུལ་ཐིམ་ས་ཀྱིས། ཚུལ་ཐིམ་ས་པ་རོལ་ཕྱིན་རྩོགས་ཤོག །

為諸律中無垢戒，持戒清淨無所犯
願奉此戒無憍慢，圓滿尸羅波羅蜜

15、獻曼達

（為了感恩上師授戒，向上師及佛菩薩至誠獻上感謝曼達）

ཁ་གཞི་སྒྲིམ་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་དྲོག་བཀྲམ། ཁི་རབ་སྒྲིང་བཞིར་ཉི་ལྷན་བརྒྱན་པ་འདིས།
ཁངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་དེ་ཕུལ་བ་ཡིས། འཕྲོ་ཀྱུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །

妙香遍塗花散之大地 須彌四洲日月所莊嚴
淨如佛土我樂敬供養 願諸有情共享此淨土

ཨིདྲ་གུ་རུ་རྩ་མཚལ་ཀྱི་ནི་ཏུ་དལ་མི།

意堂木 咕嚕旦阿那 曼扎拉岡木 尼雅 達雅米

註1：獻感謝曼達後可直接 迴向；
亦可接著念誦觀音菩薩禮讚文
及大悲咒，祈請觀音菩薩加持，
令我們生起為了利益一切有情誓願成佛的心。

註2：行者於受戒前當發菩提心，立意廣利眾生、
成就佛道。依此儀軌受戒已，
於一日之中，須慎守八戒。

若能清淨守持，則生無量功德，
終證圓覺佛果。若有違犯，必生重罪。
隨其持犯，各得善報苦果，無有差誤。
今暇滿之身，難得已得；
佛陀法教，難聞已聞；
又為善知識所攝受，已了知取舍之法，
未為身心惡緣所執，俱能成辦自他利益。行者
宜善思擇，精勤辦道，
莫負歲月，空入寶洲。

16、觀音菩薩禮讚文

སྒྲིལ་གྱིས་མ་གོས་སྒྲིལ་དོག་དཀར། རྗེ་གས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་དབུ་ལ་མཛེས།
བྱུགས་རྗེ་དེ་སྒྲིལ་གྱིས་འགྲོ་ལ་གཟིགས། སྒྲིལ་རས་གཟིགས་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ།

無瑕清淨身白色。阿彌陀佛頂上嚴
慈眼悲憫視眾生。頂禮觀世音菩薩

17、大悲咒 (藏音)

ཇི་སིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། འགྲོ་བ་ཇི་སྤྱིད་གནས་ལྟར་པ།
དེ་སྤྱིད་བདག་ནི་གནས་ལྟར་ནས། འགྲོ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

乃至虛空世界盡 及以眾生界盡時
此中願我恆安住 盡除一切眾生苦

(法王 達賴喇嘛長壽祈請文)

གངས་རིའི་རྩ་བས་བསྐྱར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར། ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་
གནས། ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། རབས་པད་སྤྱིད་མཐའི་
བར་དུ་བརྟན་ལྟར་ཅིག

雪山圍繞淨國度 大樂利益之泉源
大悲觀音滇真嘉措尊 輪迴未空祈永住

(一切具德上師長壽祈請文)

ཇི་བཙུན་སྤྱོད་མའི་སྤྱོད་ཆོར་བ་བརྟན་ཅིང་། རྣམ་དཀར་ཕྱིན་ལས་ཐོགས་བཅུར་རྒྱས་པ་དང་།
སྤྱོད་བཟང་བསྟན་པའི་སྤྱོད་མེ་ས་གསུམ་གྱི། འགྲོ་བའི་སྤྱུག་སེལ་རྟག་དུ་གནས་ལྟར་ཅིག
至尊上師身壽極穩固 白淨事業增廣於十方
善慧教法炬光耀三界 除眾生暗惟願恆安住

(兜率百尊.「迴向支」)

བདག་ཐོགས་ཇི་སྤྱིད་བསགས་པའི་དགེ་བ་འདིས། བསྟན་དང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གང་ཕན་
དང་། ཟུང་པར་ཇི་བཙུན་སྤྱོད་བཟང་གསུམ་པ་ཡི། བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་རིང་དུ་གསལ་བྱེད་
ཤོག

如是我所集諸善業 利益一切聖教與眾生
特於至尊洛桑札巴尊 聖教心要恆常令顯揚

སྤྱིབ་གསུམ་ཉོན་མོངས་རྣམས་སེལ་བ། ཤེས་རབ་རྣམ་པར་ཡང་དག་ཐོབ།
འགྲོ་ཀུན་སྤྱིབ་སྤྱིབ་དག་པ་དང་། བྱང་སེམས་སྤྱོད་པར་རྟག་དུ་སྤྱུབ།

願消三障諸煩惱 願得智慧真明了
普願罪障悉消除 世世常行菩薩道

20、修心八偈

བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི། །
དོན་མཆོག་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས། །རྟག་དུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

我於虛空如母眾 視之猶勝如意寶
依彼能成究竟利 恆常心懷珍愛惜

གང་དུ་སྤྱད་པ་འགྲོགས་པའི་ཆོ། །བདག་ཉིད་ཀྱང་ལས་དམན་ལྟ་ཞིང་། །
གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས། །མཆོག་དུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

任與誰等會聚時 思己較諸他人卑
從心深處視眾生 恆常尊他為最勝

སྤྱད་ལས་ཀྱང་དུ་རང་རྒྱུད་ལ། །རྟག་ཅིང་ཉོན་མོངས་སྤྱེས་མ་ཐག།
བདག་གཞན་མ་རུངས་བྱེད་པས་ན། །བཙན་ཐབས་གདོང་ནས་སྒྲོག་པར་ཤོག།

一切威儀觀自心 微惑尋生即察知
惑仇唯令自他損 願速呵斥令消除

རང་བཞིན་ངན་པའི་སེམས་ཅན་ནི། །ཕྱི་སྤྱད་དུག་པོས་ནོན་མཐོང་ཆོ། །
རིན་ཆེན་གཏེར་དང་འཕྲད་པ་བཞིན། །རྟེན་པར་དཀའ་བས་གཅེས་འཛིན་ཤོག།

秉性邪惡諸有情 思彼猛烈罪苦煎
對境如獲珍寶藏 難值修悲願珍惜

བདག་ལ་གཞན་གྱིས་ཕྱག་དོག་གིས། །གཤེ་སྐྱར་ལ་སོགས་མི་རིགས་པའི། །
བྱུང་ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་དང་། །རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་འབུལ་བར་ཤོག།

彼雖橫生嫉妒心 非理辱罵謗我等
盡其損惱我取受 願將利樂奉獻他

གང་ལ་བདག་གིས་ཕན་བདགས་པའི། རེ་བ་ཆེ་བ་གང་ཞིག་གིས། །
ཤིན་དུ་མི་རིགས་གཞོན་ན་ཡང་། །བཤེས་གཉེན་དམ་པར་བཟླ་བར་ཤོག །

我曾於彼利樂施 並予深心寄厚望
彼卻非理妄加害 願仍視為勝導師

མདོར་ན་དངོས་དང་བརྒྱད་པ་ཡིས། །ཕན་བདེ་མ་རྣམས་ཀྱང་ལ་འབུལ། །
མ་ཡི་གཞོན་དང་སྤྱག་བཟུལ་ཀྱན། །གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པར་ཤོག །

直接間接諸利樂 願集奉獻如母眾
如母有情眾苦迫 我願暗中盡取受

དེ་དག་ཀྱང་ཁྱེད་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི། །རྟོག་པའི་བྱི་མས་མ་སྤྲུགས་ཤིང་། །
ཆོས་ཀྱང་སྤྱོད་མར་ཤེས་པའི་སྒོས། །ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཤོག །

願此所修一切善 莫為八法所垢染
深觀諸法皆如幻 離執離繫得解脫

དག་པོ་བཤེས་ཆེན་པོ་གླུང་རི་ཐང་པས་མཛད་པའོ། །

21、願望成就真言 (3遍)

ཏཱ་མྱུ་ ཙྱ་པཱི་གྲི་ཡ་ ཨ་ཕ་པོ་རྩ་ནི་ སྦྱ་ཏྲཱ་

爹雅踏 喻 邊記 格 (日) 依呀
阿哇波達尼 梭哈

36、超薦常用咒語 ~ 4+1

ཐུང་བའི་སྐབས་ཀྱི་གཟུངས་ཐུགས་འགའ། 145

① 不動佛咒：清淨罪障真言

ནམོ་ཨྲ་ ཏཱ་ཡཱ། ཨོྃ ཀླཱ་ནི་ ཀླཱ་ནི་
རེ་ཙ་ནི་ རེ་ཙ་ནི། ཏྲོ་ཏ་ནི་ ཏྲོ་ཏ་ནི། རྩ་ས་ནི་ རྩ་ས་ནི།
པ་ཏི་ཏ་ན་ པ་ཏི་ཏ་ན། སམ་ཀམ་ བ་ཙཾ་ སྤྱཾ་མེ་
སམ་ ས་ཏྲ་ ཅུ་ཙུ་ སྤྱུ་ཏྲ།

拿摩惹阿哪 扎呀啞 唵 乾嘎尼。乾嘎尼、
若砸尼 若砸尼 。 后扎尼 后扎尼、
扎薩尼 扎薩尼 | 扎地哈哪 扎地哈哪、
薩 (日) 哇。 嘎 (日) 嘛 巴攬
巴惹阿尼昧、薩 (日) 哇 薩埵 納雜 梭哈

② 尊聖佛母咒：

ཨོྃ རྩྭ་ སྤྱུ་ཏྲ། ཨོྃཨ་མི་ཏ་ ཨྲ་ཨྲ་ད་ སྤྱུ་ཏྲ།

唵 種梭哈 唵 阿彌達 阿尤答得 梭哈

③ 大日如來心咒

ནམོ་ཏྲ་གམ་ཏེ། སམ་དུག་ཏེ་ པ་རི་ཤོ་རྩ་ནི་ ཨྲ་ཏྲ་ཡཱ།
ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཡཱ། ཨ་རྩ་ཏེ་ སམ་མཁུ་མཁུ་ཡཱ། ཏ་ཏ་ཐུ།
ཨོྃ་ཤོ་རྩ་ནི་ ཤོ་རྩ་ནི་ སམ་ སྤྲ་ཙཾ་ བེ་ཤོ་རྩ་ནི།

འུམ་པུ་མུ་མུ་ སམ་ ཀམ་ཨ་མ་ར་ཏ་ བཤོ་རྩ་ནི་ ལྷ་ཏཱ།

唵 南無。巴嘎哇迭 薩爾瓦。獨嘎地
巴依朽答尼 惹阿雜雅 | 達踏嘎達亞
阿爾哈迭 三呀三布達雅 | 迭雅他。 唵
修答尼 修答尼 薩爾哇巴邦 比修答尼 |
秀屋爹比。秀屋爹 薩爾哇 嘎爾嘛
阿哇且阿納。 比修答尼 梭哈

④ 一切如來總咒：དེ་བཞིན་གཤམས་པ་སྤྱི་ཉི་མེད་པོ་

(2022/8/13仁波切推薦而加入)

ནམ་ སམ་ ཏ་ལྷ་ག་ཏ་ ཧྲི་དལ་ ཨ་བུ་ག་ཏེ་
ཨྲོ་ ཀུ་རྩ་གི་ནི་ལྷ་ཏཱ་

那瑪 薩爾瓦 達踏嘎達 忒達亞
阿努噶得 唵 估倫
給 (依) 尼 梭哈

⑤ 不空羅索觀音心咒

ཨྲོ་ པནོ་ སྤྱི་ བེམ་ལེ་ ཏུ་པཏ།

唵 貝摩 巫依尼卡 比瑪蕾 吽沛

37、上師薈供(簡易版) ལྷ་མཚན་མདོར་བསྟན། 147

薈 供 目 錄

第一部分：意樂及發心

第二部分：對境及有境的品質（分二）

①《根除我執之教言》

②《中觀正見引導·“具足四念”之道歌·降悉地雨》

第三部分：自生本尊及加持供品

第四部分：迎請諸尊並獻供

第五部分：享受供品

第六部分：加持餘供、再布施

第七 回向：《中陰險關救度祈請文》

第八部分：最後修密乘的迴向

第一部分 意樂及發心

(完整版儀軌第 2～6 偈)

調整意樂 (1 遍)

② རབ་དཀར་དགེ་ལེན་ཆེན་པོའི་ངང་ནིད་ལས། །བདག་དང་མཁའ་མཉམ་མ་རྟན་ཤིང་ཆེན་པོ་ཅན་
རྣམས། །དང་ནས་ཇི་སྲིད་བྱང་རྒྱལ་སྤིང་པོའི་བར། །སྒྲུ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་འགོ་
于大白淨善心本然中，我及等空老母有情眾
今起直至菩提心要前，趨趣歸依上師三寶尊

歸 依 (3 遍)

③ ཀམ་གུ་རུ་བྱུག་ ཀམ་བུ་རྒྱལ། ཀམ་རྩ་མུ་ལ། ཀམ་ས་རྒྱལ། །

南無咕嚕貝。南無布達雅。

南無達瑪雅。南無桑嘎雅。

發 心 (3 遍)

④ མ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །བདག་ནིད་སྒྲུ་མ་ལྟར་བྱུར་ནས། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་ལྟའི། །གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འགོད་པར་བྱ། །

茲為眾母有情利故，自成上師本尊已，
應當安置一切有情，于勝上師本尊果。

特別發心

⑤ མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་ཆོ་འདི་ནིད་ལ་སྦྱར་བ་

སྦྱར་བར་གདོད་མའི་སངས་རྒྱལ་སྒྲུ་མ་ལྟའི་གོ་འཕང་མཆོག་དུ་བྱས། །

茲為眾母有情義利，我當於此世中，
迅速.迅速現證原始諸佛.上師本尊之果位。

⑥མ་སེམས་ཅན་གྱིས་ཅན་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པ། བདེ་ཆེན་མངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲིལ་ལོན་
 བར་བྱ། འདི་ཕྱིར་དུ་ལམ་ཟབ་མོ་སྒྲིལ་ལྟེན་ལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བར་བབྱེད།
 為令眾母有情離痛苦，安置大樂諸佛
 清淨剎土，是故，實際修持
 甚深道上師本尊. 相應瑜伽。

第二部分 對境及有境的品質 (分二)

- 1、《根除我執之教言》
- 2、《中觀正見引導“具足四念“之道歌·降悉地雨》

༄༅། ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་ཅན་གཅིད་པའི་གདམས་པ།

(1) 《根除我執之教言》

༄༅། ཁྱོ་སྤྱི། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ།

། གདོད་ནས་དག་པའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། རྒྱུ་མཐུན་མཛད་དྲིན་ཆེན་སྒྲིལ་དང་།
 དབྱེར་མེད་འཇམ་དཔལ་ལྷོ་ཆོང་ཁ་པ། སྒྲིལ་ལྟེན་ལ་ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ།

- 1.本來即為清淨心體性,赤裸直指大恩上師尊
無異文殊金剛宗喀巴,上師勝尊足下我敬禮

འགྱིད་ཀྱིས་ཁྱིམ་པའི་ཤེས་པ་རྒྱ་ལམ་ལུལ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ།
 ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ། ལྷ་ཡུ་ཨ།

- 2.沉醉眠卧識中之夢境,幻化所欺馬與大象等
唯相而已於彼基事中,絲毫無實唯以心安立

ཕྱེད་བཞིན་བདག་གཞན་འཁོར་བ་མང་འདས་སོགས།།ཆོས་ཀྱན་སྟོང་མིང་གི་ཐ་སྟེན་གས།།
བདག་པ་ཅམ་ལས་གདགས་གཞི་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་།།རང་གིས་ཡོད་པ་རྩལ་ཅམ་མ་མཆིས་སོ།།

3.如是自他輪涅等諸法,除卻心與名言安立外
能於諸般所立基事上,以自力有塵許亦皆無

ཡེ་ལྷན་ཡང་མ་རིག་གཉིད་འབྱུག་གིས།།སྤྲུག་པའི་སོ་སོ་སྟེ་བའི་ཆོག་ས་དྲུག་ངོར།།
གང་སྟངས་གཞི་དེར་དོན་གས་གྲུབ་པ་ཞིག་འཆར་ཚུལ་རང་འདྲི་སྟོང་ན་འདི་ལ་ལྟོས།།

4.然於無明沉睡所薰染,異生六識方中任顯現
皆現為於彼基中實成,我等此般劣心當省察

ཡེ་ལྷན་འབྱུག་པའི་སྟོང་ལ་སྟངས་བ་ཡི།།རང་གིས་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་སྟོང་ལྷགས་འདི།།
དགག་བྱ་ཐ་མོ་ཡིན་པས་སྟོང་ཡི་ངོར།།ལྷག་མ་མེད་པར་ཁེགས་པ་ཤིན་ཏུ་གཅེས།།

5.此一遮遣上述錯亂心,所現我等實成之軌理
乃為微細所破故心中,無所遺留盡破極珍重

ཡག་ལ་ཏེ་ང་ཞེས་ཐུང་བའི་སྟེང་གི་དྲུག་མིང་ཅམ་མིན་པར་རང་གི་ཡོད་ཀྱང་ན།།
གཞན་ལ་རག་ལས་ལྟོས་གྲུབ་མི་རུང་བས།།བདག་ཐུང་ཤར་རུབ་རི་བཞིན་འབྲེལ་མེད་འབྱར།།

6.倘謂我時於諸蘊聚上,非僅唯名而是自體有
觀待他者而成則不堪,我蘊便成無關如二山

ཡག་ཞན་ཡང་གཅིག་དང་དུ་མ་རྒྱ་འབྲས་སོགས།།རྣམ་པར་བརྟགས་པས་ངོས་ངོར་དཔྱད་བྱའི་
ཆོས།།རྩལ་ཅམ་མི་དམིགས་དམིགས་གཏད་ཞིག་པ་ཡི།།སྟོང་སང་མཁའ་ལྷར་ཤར་བའི་ཤེས་རབ་
དེ།།

7.此外以一多及因果等,因理決定方中所察法
了無可緣其所緣破滅,遂現如虛空般空朗慧

པལ་བ་དངོས་ཡིན་དེ་དང་དུས་མཚུངས་སུ། མི་བཞིན་དུན་པས་འཛིན་བཟུང་གེས་བཞིན་གི།
རྒྱུ་སོ་བཅུགས་ནས་ཏིང་འཛིན་བརྟན་པོ་ཡི། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་སྒོམ་གྱི་ཡང་ཅེར་སོན།

8. 此即見地正行尚同時, 繫念不忘緊持及正知
遙察方可臻達堅固定, 樂明無別觀修之巔峰

ལདེ་ལྟར་ཅེ་གཅིག་འཛིན་དང་ཡང་ནས་ཡང་། དབྱེད་པས་ངེས་གེས་གྲགས་དྲག་དོན་ལྟར།
མི་གིགས་ཅེ་མོ་བརྒྱ་པའི་མཚོན་ཆ་ཡིས། བདག་འཛིན་རི་བོ་འཛོམས་པར་གདོན་མི་བ།

9. 如是專注一趣並再再, 詳察所成強猛定知力
猶如金剛不壞百鋒刃, 盡摧我執高山何待言

༡༠མཉམ་བཞག་མཁའ་ལྟར་དག་པའི་རྗེས་ཐོབ་དུ། རྟེན་འབེལ་ཚོགས་པ་དབང་པོའི་གཞུང་རིས་
ལྟར། མ་བརྟགས་ཉམས་སུ་མཛར་བའི་སྒྲུང་བ་ཀྱན། རང་བཞིན་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་བསྐྱེད་ཅུམ་

10. 如空清淨等持後得中, 因緣和合猶如霓虹影
不加考量感受中紛呈, 自性皆不成立唯欺誑

༡༡བདེ་སྤྱུག་མི་ལམ་ཡུལ་གི་རོལ་པ་དང་། གཟུགས་སྒྲུང་སྤྱུ་མས་སྤུལ་པའི་གོང་ཁྱེར་འདྲ།
སྤྱུ་གག་རི་ཕུག་སྟོང་པའི་བྲག་ཅ་དང་། མཚུངས་མོད་ཞེན་པས་འཇུག་མོད་བྱིས་པ་བཞིན།

11. 苦樂皆如夢境之遊戲, 色相皆如幻化之城市
音聲等同空谷之迴響, 若爾猶起執著如稚童

༡༢འོན་ཀྱང་སྤྱེས་བུའི་བཞིན་དང་མེ་མོང་གསལ། འཕྲད་ཆོ་སྟོང་པའི་གཟུགས་བརྟན་བརྟོན་མེད་
དུ། ཤར་བཞིན་ཆོས་ཀྱན་སྒྲུང་དང་སྟོང་པ་བྱུང་། གཅིག་དུ་འདུ་བའི་རྟེན་འབེལ་བསྐྱེད་མེད་ཕྱིར།

12. 然而如同臉龐與鏡面, 遇時空中影像無爭現
同理諸法之上現與空, 兩面一體緣起無欺故

ཉམས་རྒྱུད་སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་མཚམས་སོགས།།དཀར་ནག་པ་ཞིང་པ་བའི་སྤང་དོར་
ལའང་ཞིབ་མཐོང་འཇུག་པའི་རྣམ་ཐར་གཙང་མ་ཡིས།།སྒོ་བདེ་གཏན་གྱི་མཐུན་མ་བསྐྱབ་པར་བྱ།།

13. 自心於彼三戒制限等,善惡微中極微諸取捨
亦當謹小慎微行高潔,方可成辦究竟之心樂

ཉལ་ལྷས་འདི་མི་གཙང་གང་བའི་རྩ་སྒྲིབ་དང་།།ཡོངས་སྒྲིབ་སྤང་མའི་ཕྱི་ལྷར་གཞན་དབང་ཅན།།
གཉེན་བཤེས་ཚང་འདུས་འགྲོན་བཞིན་ཡུད་ཅམ་ཚོགས།།བདེ་འབྱོར་གཤེད་མའི་དག་ཡི་བསྐྱེད་
བྱིད་ཅམ།།

14. 此身如盈糞穢之瓦罐,受用如蜂之蜜屬他有
親朋如集市客須臾聚,富足僅為閻魔仇敵餌

ཉལ་ཚེ་འདིར་རི་གཟར་ཐུར་དུ་འབབ་པའི་རྒྱ།།ཁྱི་བཞིན་ཐུར་མགྲོགས་འཆི་བདག་དུང་དུ་སྟེགས།།
ཉིན་བྱེད་རུབ་རིར་འཛགས་པའི་ཐུ་གོང་དུ།།མི་འཆིའི་གདེང་ཚད་རང་ལ་ཡོད་མིན་ཀྱང་།།

15. 今生恰似崖邊瀑布水,競速奔赴死主閻王前
自己雖於日薄西山前,亦難擔保必定能不死

ཉལ་ཚོས་བརྒྱུད་བྱིས་པ་དགའ་བའི་རྩོལ་ཅེད་ལ།།ཆགས་པས་སྤུགས་ཀྱི་མཐུན་མ་རྒྱང་ལ་བསྐྱར།།
དེ་ལྷར་སྐྱོན་ཚོངས་བདག་དང་བདག་འདྲ་ཡི།།སེམས་ཅན་ངང་རྒྱལ་སྤྱིང་ནས་མ་བཟོད་དེ།།

16. 仍於八法童稚之歡戲,深生耽著壯志隨風散
蠢鈍如斯我及如我者,有情慘況心中不可忍

ཉལ་སྤྱོད་བྱུང་རྒྱབ་ཐོབ་འདོད་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས།།ཟིན་པ་མེད་པར་ཉིན་མཚན་ཁོར་མོ་ཡུགས།།
སྒོ་གསུམ་དགེ་བའི་ལས་ལ་བསྐྱལ་བས་ཀྱང་།།ཐེག་ཆེན་བྱོགས་ལ་ཉེ་བ་ཅམ་ཡང་མིན།།

17. 若無求獲無上大菩提,發心攝持縱盡諸晝夜
不息策勵三門趨善業,絲毫未達近似大乘方

ཉལ་དེ་བས་ནས་དག་བྱང་རྒྱལ་མེས་བསྐྱེད་དེ། རྒྱལ་མེས་རྒྱ་དང་འབས་བུའི་ཐེག་པ་ལས།
གསུངས་པའི་རྒྱལ་མེས་སྤྱོད་པ་རྒྱ་མཚོ་ཡི། པ་འོ་བཙུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཀྱིས་ཉུགས་ཤིག་གྱ།

18. 故當以彼清淨之發心，如其偉大因與果乘中
所說佛子行海之彼岸，能起大精進力終踏上

ཉལ་དེ་ལྟར་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ལྟ་སྒྲོམ་སྤྱོད། ལེགས་བཤད་དབྱར་གྱི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱུད་པའི་སྒྲུལ།
འགྲོ་ཀྱན་མ་རིག་གཉིད་སང་དོན་གཉིས་ཀྱི། འདོད་དགུས་མཐའ་ཡས་གཞན་པའི་འབྲུལ་གྱར་
ཅིག།

19. 如彼無有錯亂見修行，善說願如夏日驚雷聲
震醒無明昏睡眾生已，二利妙寶無邊他利成

ཅས་པ་འདི་ནི་སྒྲོམ་རྩེར་བ་དགའ་ལྡན་དོན་གྱལ་གླིང་གི་རི་ཁོང་བསམ་གཏན་ཚུལ་འཁོར་ནས་སྒྲུ་
མ་བྲལ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱིས། ངར་འཛིན་ཅད་ནས་གཅོད་པའི་ལྟ་སྒྲོམ་སྤྱོད་པའི་གདམས་པ་ཞིག་
དགོས་ཞེས་རྒྱུད་རིང་པོ་ནས་བསྐྱེད་པར། འབྲུལ་མེད་ལྷ་མེར་འཆང་བའི་བསྐྱེད་པ་ཉུགས་པའི་
དགེ་སྤྱོད་སྒྲོམ་ལས་མཁན་སྤྱོད་བཟང་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་སུག་བྲིས་སུ་བཀྱིས་པའོ།

茲因接到遠在雲南崩傑惹瓦地區、
甘丹屯珠林（義成洲）寺所屬森丹春廓爾
（禪定法輪寺）茅棚的來信，
謂：「上師吉祥，懇請賜一
能根除我執之見修行教言！」
遂由躋身於秉持無謬黃帽教法的
怠惰比丘·洛桑格桑嘉措
（善慧賢劫海）手書。

2020/07/08 阿旺松丹恭譯待校

(第三念、念自身即壇城：)

སྤྱིད་དུ་ཚོར་བ་བདེ་ཆེན་གྱི་གཞུང་ཡས་ན། སྤང་ཁམས་དག་པ་རང་ལུས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱི་བཞུགས།
 སྤྱི་གསུམ་དབྱར་མེད་ཡི་དམ་ཞིག་དེ་ན་གདལ། །ཕལ་པར་མ་འཛིན་ང་རྒྱལ་དང་གསལ་སྤང་
 སྦྱོངས། །

領受幸福大樂廣殿中，蘊界清淨自身天身住
 彼中即具三身無別尊，莫執凡俗將護慢與明

རང་མེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཛིན་ཟབ་གསལ་གྱི་ངང་དུ་ཞོག །

དཔྱ་པ་བཟླེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་ཟབ་གསལ་གྱི་ངང་དུ་བྱུངས། །

自心當莫放任住深明，繫念不忘深明中受持

(第四念、念自心即法性) 分二：A.根本定.如虛空的修法：

སྤང་ཞིང་སྤྱིད་པ་ཤེས་བྱ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ན། །ཚོས་ཉིད་དོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་ནམ་མཁམས་ཁྱབ།
 བཟླེད་བྱའདོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཞིག་དེ་ན་གདལ། །སྤྱི་བྱས་སྤངས་ནས་སྤྱོད་མང་གི་ངོ་བོར་
 ལྷོས། །རང་མེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཛིན་ཚོས་ཉིད་གྱི་ངང་དུ་ཞོག །
 དཔྱ་པ་བཟླེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་ཚོས་ཉིད་གྱི་ངང་དུ་བྱུངས། །

顯相萬有所知壇輪中，法性勝義光明虛空遍
 彼中即具離詮義真況，斷思慮已當觀空朗體
 自心當莫放任住法性，繫念不忘法性中受持

B.後得位.如幻化的修法：

སྤང་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཚོགས་དུག་གི་བཞི་མདོ་ན། །གཞི་རྩ་བའི་གཉིས་ཚས་ཀྱི་ཟ་བླ་མཐོང་། །
 བསྐྱེད་བྱེད་མའི་ལྷ་མོ་ཞིག་དེ་ན་གདལ། །བདེན་ལོ་སྤྱི་སྤྱོད་ཉིད་གྱི་ངོ་བོར་ལྷོས། །

諸相六聚十字路口中，得見離根二法之紛繁
 彼中即具誘騙之幻戲，莫念為實觀其體性空

རང་སེམས་རྒྱུ་ཡན་དུ་མ་འདོག་སྒྲུང་སྒྲོང་གི་ངང་དུ་ཞོག། །དུན་པ་བཟེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་སྒྲུང་
སྒྲོང་གི་ངང་དུ་བྱུངས། ། (六聚：眼耳鼻舌身意6識)

自心當莫放任住現空，繫念不忘現空中受持

དེ་ལྟར་ཇི་བཅུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོར་དངོས་སུ་གནང་ཞིང་ཇི་བཅུན་ཤས་
རབ་སེམས་ལ་བརྒྱད་པའི་གདམས་ངག་ ཁྱད་པར་ཅན་དུ་ན་པ་བཞི་ལྟ་བུ་ལྷིང་དང་སྦྱར་བའི་མགུར་དབྱངས་
འདི་ཡང་རང་གཞན་ཀྱན་ལ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བའི་བག་ཆགས་འདོག་པའི་ཆེད་དུ་གྲུག་འདི་དག་སྒྲོང་སྒྲོ་བཟང་བསྐལ་
བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱེད་པའོ། །

上述結合至尊文殊親自授予法王宗喀巴大師，
並經由至尊喜饒森格（慧獅）傳承的殊勝教授——
“具足四念之正見引導”而作的道歌，
乃為令自他均能植下清淨見地的習氣故，

由釋迦比丘·洛桑格桑嘉措（善慧賢劫海）造。
2019/5/18 阿旺松丹恭譯。（注：科判為譯者所加）

第三部分 自生本尊及加持供品

觀想諸尊

（完整版儀軌第7頁）

（2022/8/21開示：先自生本尊，方有能力加持供品）

①རྩམ་དེ་ཆེན་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྒྲ་མ་གླུ། །གང་དེར་གསལ་བའི་སྒྲ་ལས་འོད་ཟེར་ཚོགས། །
ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས་པའི་སྒྲོང་བཅུད་བྱིན་རྒྱལ་པའི། །དག་པ་རབ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་ཡོན་
ཏན་གྱི། །བཀོད་པའི་ཁྱད་པར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་གྱུར།

大樂狀中自現上師天，由彼光明身射眾光芒
照及十方加持情器間，轉成清淨無垠純功德
莊嚴殊勝圓滿眾聚合。

加持供品

(完整版儀軌第36頁51偈)

ཨོཾ་ཧཱུྃ་ ཨུཾ་ཨཱེ་ (3遍)

⑦ང་བོ་ཡི་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་ནང་མཆོད་དང་མཆོད་ཐུག་སོ་སོའི་རྣམ་པ་བྱེད་ལས་དབང་པོ་དུག་གི་སྤྱོད་
 ལུལ་དུ་བདེ་སྤོང་གི་ཡི་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པས་ས་དང་བར་སྣང་རྣམ་མཁའི་ཁྱེན་ཐམས་ཅད་
 ཡོངས་སུ་ཁྱབ་པའི་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྤྱོད་དམ་ཐུག་གཟིགས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པས་གང་
 བར་གྱུར་བར་ (བསམ་ལ།)

體性智慧，行相內供，供品各自行相作用是
 六根享用境，為令生起殊勝空樂智慧故，
 大地間隙虛空界，籠罩遍滿，眼觀或意念，
 無法完全遍及之內外.秘密供養雲海眾供品.

第四部分 迎請諸尊並獻供

上師、本尊、三寶、空行、勇父勇母，迎請到面前。

請到後，好好的安頓坐下來：

.....

(1) 迎請 (供養的對象) (完整版儀軌第40頁)

58.ཤྩུགས་ཐུགས་ཐུག་ཉིད་ཙ་བརྒྱད་སྒྲ་མ་དང་། ཡི་དམ་ལྟ་ཆོགས་སྐབས་གནས་དཀོན་
 མཆོག་གསུམ། དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱང་མའི་ཆོགས། ལྷན་འདྲེན་མཆོད་པའི་གནས་
 འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

大悲自性根本傳承師，本尊天眾依處三寶尊
 勇父空行護法守衛眾，恭迎降臨於此供養處

59. ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོད་དབུས། རིན་ཆེན་ལས་གྲུབ་མཛེས་པའི་གདན་ཁྱི་
ལ། ཞབས་མེན་འོད་ཆགས་བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱབ་མཆོག་བདག་ལ་འདོད་དགའི་
དངོས་གྲུབ་སྟོབས།

內外祕密供養雲海間，珍寶鑲造莊嚴寶座上
請常留駐足指絢光芒，恩賜我得所求勝悉地

(2) 接著，獻薈供 (完整版儀軌第41頁)

事業金剛將諸新獻供品，集於器皿，
置三腳架上，三頂禮已，

དཔའ་བོ་ཆེན་པོ་ཚོགས་དང་པོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།

啟白：【大勇識！請先加持薈供品。】

དེ་བཞིན་དུ་ཚོགས་ལྷག་མའི་བར་རེ་རེ་ལ་དེ་ལྟར་བྱའོ།
སྟོབས་དཔོན་གྱིས་གཙོ་མཛད་རིག་པ་འཛིན་པ་རྣམས་།

同樣，施殘餘薈供物時，亦如此。
阿闍梨為首之眾持明者，齊聲共誦……

60. ཏོ། ཏིང་འཛིན་ལྷགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་རྩི་ཚོགས་
མཆོད་རྒྱ་མཆོའདི། ཅ་བརྒྱད་སྤྱ་མའི་ཚོགས་རྣམས་མཉེས་བྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨུཾ་ཧཱྀ། འདོད་
དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་བྱིན་རྒྱབས་ཆར་ཆེན་དབབ་དུ་གསོལ།

后！

禪定咒及手印所加持，無漏甘露此薈供養海
根本傳承師眾喜故供。

噶啊吽！盡情享受所欲饜足已，
耶瑪后！祈降廣大加持雨！

.ན། ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་ཟིའི་ཚོགས་མཛོད་རྒྱ་
མཛོད་འདི། རྣལ་འབྱོར་དབང་མའི་ལྷ་ཚོགས་མཉམ་ཕྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨྲཱེ་ཏུ། འདོད་དགའི་དཔལ་
ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་མཁའ་རྩྱུད་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་བ་ཤེས་ལ།

60A 后！以此定咒手印所加持，

無漏甘露此薈供養海，瑜伽王母聖眾喜故供

噶啊吽！盡情享受所欲饜足已，

耶瑪后！空行成就祈賜予！

61.ན། ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་ཟིའི་ཚོགས་
མཛོད་རྒྱ་མཛོད་འདི། ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་བཅས་མཉམ་ཕྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨྲཱེ་ཏུ། འདོད་
དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་དངོས་གྲུབ་ཆར་ཆེན་དབབ་བྱ་གསོལ།

后！

禪定咒及手印所加持，無漏甘露此薈供養海

本尊天眾眷屬喜故供。噶啊吽！盡情享受

所欲饜足已，耶瑪后！祈降廣大悉地雨

62.ན། ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་ཟིའི་ཚོགས་
མཛོད་རྒྱ་མཛོད་འདི། དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ཚོགས་རྣམས་མཉམ་ཕྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨྲཱེ་ཏུ།
འདོད་དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་དམ་ཆོས་ཆར་ཆེན་དབབ་བྱ་གསོལ།

后！

禪定咒及手印所加持，無漏甘露此薈供養海

珍貴三寶聖眾喜故供。噶啊吽！盡情享受

所欲饜足已，耶瑪后！祈降廣大正法雨！

63.ན། ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་ཟིའི་ཚོགས་
མཛོད་རྒྱ་མཛོད་འདི། མཁའ་འཁོར་ཆོས་རྒྱུད་ཚོགས་རྣམས་མཉམ་ཕྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨྲཱེ་ཏུ། འདོད་
དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་འཕྲིན་ལས་ཆར་ཆེན་དབབ་བྱ་གསོལ།

后！禪定咒及手印所加持，無漏甘露此薈
 供養海，空行護法海會喜故供，嗡啊吽！盡情
 享受所欲饜足已，耶瑪后！祈降廣大羯摩雨

64. ཉིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་རྩི་ཚོགས་
 མཛོད་རྒྱ་མཚོ་འདི། མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཚོགས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨུཾ་ཱུ། འདོད་
 དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆེས་མཛད་ནས། ཨེ་མ་ཏོ་འབྲུལ་སྣང་ཐུག་བསམ་ཞིགྱུར་ཅིག།

后！

禪定咒及手印所加持，無漏甘露此薈供養海
 如母有情大眾喜故供。嗡啊吽！盡情享受所
 欲饜足已，耶瑪后！祈息錯幻諸痛苦！

（完整版儀軌第45頁尾）

དེ་ནས་གནས་ཕུད་བཅད་དེ་གཏོར། དེ་ནས་ལས་ཀྱི་དོ་ཨེས་སློབ་དཔོན་ལ་འབུལ་བ་ནི།

接著，事業金剛將各樣供品置於盤上，

獻阿闍梨…自己的上師（或法照前）特別要供

65. ཨེ་མ་ཏོ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེ། ཏུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་གཤེགས་ཤུལ་ཏེ། དངོས་གྲུབ་མ་
 ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་དཔའ་བོ་ཆེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སེམས་བོར་ནས།
 ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་རྒྱན་བྱ་རོལ། ཨ་ལ་ལ་ཏོ།

耶瑪后！巨大薈供輪，三世如來之逝跡，
 一切悉地根源地，如是曉已大勇士，
 捨離妄念之心已，盡情永享薈供輪。

阿拉拉后

སློབ་དཔོན་ལ་ཕུལ་བ་ནས། སློབ་དཔོན་གྱིས། 獻阿闍梨已。阿闍梨回答：

66. ཨོ། རྗེ་གསུམ་དབྱེར་མེད་པའི་བདག་། རང་ཉིད་སྤྱོད་མ་ལྟར་གསལ་ནས། ལྷན་ཟག་མེད་ཡོ་
ཤེས་བདུད་ཅི་འདི། རྩྭ་བྱང་རྩལ་སེམས་ལས་གཡོ་མེད་པར། ལུས་གནས་ལྟ་ནས་སེམས་ཕྱིར་རོ།

嗡！無異三金剛之我，自現上師本尊已，

啊！無漏智慧此甘露。吽！菩提之心無動搖

身內天眾饜足享。阿后瑪哈蘇喀！

(以下本頁咒語：屬額外附加)

1、宗大師心咒

ཨོྭཱཾ གུ་རུ་བཙྰ་རྩྭ་སུ་མ་དྲི་ཀྲི་ཅི་མི་རྩྭ་ཏུ་ཏུ་

嗡 阿 咕魯 本札 達惹 蘇瑪地 給地 悉地 吽 吽！

2、法王.達賴喇嘛尊者名號真言（新版）

ཨོྭཱཾ གུ་རུ་བཙྰ་རྩྭ་རྩྭ་རྟ་མཛུགས་ཐག་ཅི་སུ་མ་དྲི་རྩྭ་
ཤུ་མ་ན་ཾ་རྩྭ་ས་སུ་ཏུ་ཏུ་མ་ན་མི་ད་ཅི་ཏུ་ཏུ་

嗡 阿 咕魯 班札塔惹 巴札惹噶 曼殊師利

哇根札 素馬提 迦納。暇沙納 達拉沙

目札惹師利 巴札薩哇 悉地 吽 吽

3、釋迦牟尼佛心咒

ཨོྭཱཾ མུ་ནི་མུ་ནི་མ་དུ་མུ་ནི་ཡེ་སྤྱུ་

嗡 牟尼牟尼 瑪哈 牟尼耶 梭哈！

(發餅乾及五肉五甘露...)

第五部分 享受供品

(享受供品)

大樂一直提升，為了這個代表，
就一直持金剛瑜伽母的咒語，
一直要觀想大樂的增長，整個三界輪回消失。

དེ་མེད་ཀྱི་འགྲུལ་མའི་མཆོད་སྒྲུག་ལ། (持金剛瑜伽母的咒語)

ཨོ་ཨོ་ཨོ་ སའ་བུ་རྩ་ རྒྱ་ཀི་རྒྱུ་ཡ། བཱ་ཤ་རྩ་རྒྱུ་ཡ།
བཱ་ཤ་བེ་རོ་ ཅ་རྒྱུ་ཡ། རྩ་རྩ་རྩ་ སའ་སའ་སའ་ སྒྲུ་

嗡嗡嗡嗡 薩爾瓦布達. 紫給尼耶
班雜 哇吶 尼耶 班雜 貝若. 雜尼耶
吽吽吽 呬呬呬 梭哈

第六部分 加持餘供、再布施**加持餘供** (完整版儀軌第55頁)

73. རྩ་རྩ་ མ་དག་འཁྲུལ་སྤང་དབྱིངས་སུ་དག། །ཞུ་ཡེ་ཤེས་ལས་གྲུབ་བདུད་རྩི་ཆེ།
ཨོ། འདོད་དགུའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར། ཨོ་ཞུ་རྩ་

吽！法界穢亂皆清淨。
啊！智慧所構大甘露。
嗡！轉成滿願大海洋。 嗡啊吽 (3 遍)

74 ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱུ་བྱིན་བསྐྱབས་པའི། ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཚོགས་ལྷག་གྱི་
མཚོ་འདི། དམ་ཅན་ཞིང་སྤྱོད་ཚོགས་རྣམས་མཉེས་བྱིར་འབུལ། ཨོ་ཨུཾ་རྟུ། འདོད་དགའི་
དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆོས་མཛད་ནས། ཨེ་མ་རྟོ། རྣལ་འབྱོར་འཕྲིན་ལས་ཚུལ་བཞིན་སྦྱབས།

后！禪定咒及手印所加持，無漏甘露
此殘薈供海，許誓護地海會喜故供，
噶啊吽！盡情享受所欲。饜足已，
耶瑪后！瑜伽事業如理成！

དེ་ནས་ལྷག་གཏོར་རྣམས། 送出殘食

75 ཏིང་འཛིན་ཐུགས་དང་ཕུག་རྒྱུ་བྱིན་བསྐྱབས་པའི། ཚོགས་ལྷག་གྱི་མཚོ་འདི་བཞེས་ལ།
བསྐྱར་པ་རིན་ཆེན་རྒྱས་པ་དང་། བསྐྱར་འཛིན་ཡོན་མཛད་འཁོར་བཅས་དང་།
后！其餘賓客眷屬眾，請享此剩薈供海。
請助教法寶增長，持教施主福田眾。

76 ཟུང་པར་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། ཉད་མེད་ཆོ་དང་དབང་ཕུག་དང་། དཔལ་དང་གུགས་
དང་སྐལ་པ་བཟང་། འོངས་སྤྱོད་གྱི་ཆེན་ཁུན་ཐོབ་ཅིང་། （本偈第一句以上、為原儀軌頁56）

尤其我等瑜伽士，無病長壽得自在，
盛德美譽具善緣，廣大資具皆獲得。

77 ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་སྟོལ།
དམ་ཚིག་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྤྲངས་། དངོས་གྲུབ་ཁུན་གྱི་སྤོང་གོགས་མཛོད།
息災增長等事業，羯摩悉地皆賜我，
許誓眾皆保護我，為諸悉地之助伴。

78 དུས་མིན་འཛི་དང་ནད་རྣམས་དང་། གདོན་དང་བགུགས་རྣམས་མེད་པར་མཛོད།
མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན། གྲུ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད།

非時橫死諸疾病，魔羅魑魅皆消滅，
惡夢抑或諸惡兆，惡行邪作皆化無。

79 འཇིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། འབྲུ་ནམས་འཕེལ་ཞིང་ཆོས་འཕེལ་དང་།
བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དང་། ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་ཤོག།
世間安樂歲平安，五穀豐收法弘揚，
出生一切善妙樂，心中所求皆達成。

80 སྦྱིན་པ་རྒྱ་ཆེར་གྱུར་པ་འདི་ཡི་མཐུས། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་བྱུང་སངས་རྒྱས་ནས།
སྦྱོན་ཆོ་རྒྱལ་བ་ནམས་ཀྱིས་མ་བསྟོལ་བའི། སྦྱོ་བའི་ཆོགས་ནམས་སྦྱིན་པས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག།
願以廣大佈施之勢力，成眾生利自然證成佛
昔時未被諸佛度化者，願以佈施令眾皆得度

第七 回向：《中陰險關救度祈請文根本頌》

བར་དོ་འཕྲང་སྟོལ་གྱི་གསོལ་འདེབས་འཇིགས་སྟོལ་གྱི་དཔའ་པོ།
《中陰險關救度祈請文根本頌》

མཛད་པ་པོ། སུ་ཆེན་པོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོ། འགྲོལ་པ། དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་ཕྱོ་གོས།
第四世班禪 洛桑卻吉尖參 緣宗 藏譯漢

༄༅། །ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་མོ་ལྷ་ཡ། །

南無咕汝 曼殊廓喀雅

དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཆོས་དང་ཆོགས་བཅས་ལ།།བདག་དང་མཁའ་མཉམ་འགོ་བ་མ་ལུས་པ་
བྱང་རྒྱལ་སྦྱིང་བའི་བར་དུ་སྦྱབས་སུ་མཆོ།། འདྲི་བྱི་བར་དོའི་འཇིགས་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། །

1 三世如來法聖僧。我及等空無餘眾
皈依直至菩提藏。祈救此後中陰怖

རྟེན་དཀར་འཛིག་པར་སྤྲོ་བའི་རྟེན་བཟང་འདིར། ཁོ་ཉིད་སྤྱད་སྤྱུག་འདམ་གའི་སྐབས་ཡིན་པས།
 དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་མི་གཡེང་བར། འོན་ཆེན་སྤོང་པོ་ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

2 難得易壞賢善身。選擇利害苦樂際 莫散無義今生事。取大利要祈加持

འདུས་པ་འབྲལ་ཞིང་བསགས་པ་མ་ལུས་མཛད། མཐོན་པོའི་མཐའ་རྒྱད་སྤྱེས་པའི་ཐ་མ་འཛི།
 འཛི་བར་མ་བད་ནས་འཛི་ཆ་མེད་པས། འོང་མེད་རྒྱད་ལ་སྤྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

3 合離積集終耗散。崇高衰落生必死 況且何日死不知。心生無閑祈加持

གཟུང་འཛིན་ནས་རྟོག་འཁལ་བའི་གོང་ཁྱེར་དུ། མི་གཙང་འབྱུང་བཞི་སྒྱུ་མའི་ཕུང་པོ་དང་། །
 རྣམ་ཤེས་འབྲལ་བའི་འཛི་རྟེན་སྤྲོ་ཚོགས་པའི། གནད་གཙོད་སྤྱུག་བཟལ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་
 སྒྲོབས། །

4 能所分別錯亂城。不淨四大幻化軀 重重死緣識離時。息解支苦祈加持

གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ཀྱིས་དགོས་དུས་བསྐྱུས། འཛིགས་རུངས་གཤིན་ཇིའི་དག་པོ་
 མངོན་དུ་གྱུར། དུག་གསུམ་མཚོན་གྱིས་རང་སྟོག་གཙོད་པའི་ཆོ།
 མི་དགའི་འཁལ་སྤང་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

5 愛護之身需時欺。現前猙獰閻摩敵 三毒器斷我命時。息惡幻象祈加持

སྤྲོན་པས་བོར་ཞིང་རིམ་གྲོས་བསྒྲོག་དུ་མེད། གཉེན་རྣམས་གསོན་དུ་རེ་བའི་རེ་ཐག་ཆད། །
 རང་ཉིད་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་གྱུར་པའི་ཆོ། ལྷ་མའི་གདམས་ངག་དྲན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

6 神醫束手難回遮。親友絕望再生還 自身六神無主時。憶上師言祈加持

མེར་སྐྱེས་བསགས་པའི་ཟས་ནོར་ཤལ་དུ་ལུས།།བརྟེ་ཞིང་གདུང་བའི་གཉེན་དང་གདན་བྲལ་
བྱས།།ཉམ་ངའི་གནས་སུ་གཅིག་ཤུར་འགོ་བའི་ཆོ། །དགའ་སྤྲི་གདེང་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །

7 貪蓄食財成遺物。愛戀親人永離別 踽然獨赴險境時。歡喜無量祈加持

ས་རྒྱ་མེ་རྩུང་འབྱུང་བ་རིམ་གྱིས་ཐིམ། །ལུས་ཀྱི་སྤོབས་ཤར་ཁ་སྐྱ་བསྐམས་ཤིང་བརྟེས། །དྲོད་
བཟུས་དབུགས་བརྟེགས་ངར་སྐྱ་འབྱིན་པའི་ཆོ། །དག་ཐེམས་སྤོབས་ལྷན་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །

8 地水火風次第融。身力消失口鼻乾 攝暖短促發喘時。生大善心祈加持

འཇིགས་སྐྱུ་འབྲལ་སྤང་སྤྱོད་ཆོགས་ཁྱད་པར་དུ། །སྤྱི་རྩུ་དུ་བ་མཁའ་འདྲའི་སྤང་བ་ཤར། །རང་
བཞིན་བརྩུད་ཅུའི་བཞོན་པ་འགགས་པའི་ཆོ། །འཆི་མེད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །

9 可怖幻象紛呈現。相似陽焰煙耀空 八十自性乘滅時。悟無死理祈加持

རྩུང་ཁམས་རྣམ་ཤེས་ཐིམ་པར་ཚུམ་པ་ན། །བྱི་དབུགས་རྩུན་ཆད་གཉིས་སྤང་རགས་པ་ཐིམ། །
མར་མེ་འབར་འདྲའི་སྤང་བ་ཤར་བའི་ཆོ། །དྲན་ཤེས་ཤུགས་དག་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

10 風界若將融入識。外息斷融粗二現 亮如燈焰相現時。生強念知祈加持

སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐུ་མ་བྱི་མར་ཐིམ།།ལྷན་ཉི་མུན་པས་ཁྱབ་འདྲའི་ཉམས་ཤར་ཆོ། །འཁོར་
འདས་སྤོང་པར་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།།

11 明增得三前融後。月日黑遍境現時 證有寂空瑜伽力。識自面目祈加持

ཉེར་ཐོབ་ཐམས་ཅད་སྤོང་པར་ཐིམ་པ་ལས། །ཀུན་རྟོག་སྤྲོས་པ་ཀུན་ཞི་སྤོང་བྱེད་གྱི། །
རྒྱུན་བཤམ་སྤོན་གནམ་ལྷ་བུའི་ཉམས་ཤར་ཆོ། །འོད་གསལ་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

12 近得融入一切空。分別戲論普息滅 遠離染緣秋空現。加持母子光明會

སྤོང་བཞིའི་དུས་སུ་གྲོག་གི་རྗེས་འགོ་བའི། །ཆངས་པའི་མེ་ཡིས་རི་བོང་ཅན་བལྟས་ཏེ། །
ལྷན་སྐྱེས་བདེ་སྤོང་སྦྱར་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ། །རྩེ་གཅིག་མཉམ་པར་འཛོག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

13 四空之時如閃電。梵火溶化具白兔 俱生空樂和合慧。一心安住祈加持

དེ་ལས་ལངས་ཆོ་འཆི་བའི་འོད་གསལ་གྱི། །རླུང་སེམས་ཙམ་ལས་མཚན་དཔེའི་དཔལ་འབར་
བ། །བར་དོ་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྦྱར་བཞེངས་ནས། །སྦྱ་མའི་ཏིང་ཐོན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །

14 從彼起時死光明。唯從風心起相好 中陰受用圓滿身。幻三摩地祈加持

གལ་ཏེ་ལས་གྱིས་བར་དོ་གྲུབ་ཟུར་ན། །འཕྲལ་དུ་བརྟགས་པས་སྦྱེ་འཆི་བར་དོ་ཡི། །སྦྱག་བསྐྲལ་
བདེན་པར་མེད་པའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །འཁྲལ་སྒྲང་དག་པར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

15 假設依業成中陰。即作觀察生死中 了悟痛苦不實理。幻象淨現祈加持

འབྱུང་བ་ལོག་པའི་སྐྱབ་བཞི་འཇིགས་སྒྲང་གསུམ། །མ་ངེས་རྟགས་ནམས་སྒྲ་ཆོགས་ཤར་བའི་ཆོ། །
ཕྱི་ནང་གསང་བ་བསྐྱར་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ནམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

16 風還四聲三怖象。不定徵相紛現時 轉外內密瑜伽力。往生淨土祈加持

མཁའ་ཁྱིལ་རིག་པ་འཛིན་པའི་རྟེན་མཚོག་གསལ། །ཚངས་སྤྱོད་བསྐྱབ་གསུམ་ལྡན་པའི་ལྷ་ས་བཟུང་
སྟེ། །རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །སྐྱ་གསུམ་སྤྱར་དུ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་
རྒྱུ་བས། །

17 空行持明殊勝依。或生梵行三學身 二次道證達究竟。速獲三身祈加持

ཅེས་བར་དོ་འཕྲང་སྟེལ་གྱི་གསོལ་འདེབས་འཛིགས་སྟོལ་དཔའ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་། དོན་གཉེར་བ་འགའ་ཞིག་
གྱིས་བསྐྱལ་བའི་དོན་དུ། མདོ་རྒྱུད་དམ་པའི་མན་ངག་བཞིན་དུ་གྲུའི་བཙུན་པ་སྟོ་བཟང་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས།
ཚོས་གྲུ་ཚེན་པོ་དཔལ་ལྡན་འབྲས་སྤྱངས་གྱི་གཟིམས་ཁང་དུ་སྤྱར་བ་འདི་ཉིད་སྟོད་མིན་དང་སྟགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་དབང་
མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་གསང་བར་བྱ་བ་ཁོར་ཡིན་ཅིང་། རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལ་བྱེད་པ་དེའི་གསོལ་འདེབས་གྱི་མཇུག་དུ་
སྤྱར་བས་ཚོག་ཅིང་། དོན་དུན་བཞིན་པས་ཉམས་སྤྱད་སྤྱངས་ན་འཛི་ཁདི་གདམས་པའི་རྒྱལ་པོར་འབྱུར་རོ།

“《中陰險關救度祈請文～救度怖畏的勇士》

也是在一些希求者的勸請下，依照顯密的殊勝教授，
釋迦比丘僧 洛桑卻吉尖參（第四世班禪善慧法幢）

著於吉祥哲蚌大寺的寢室。

本法唯應向那些。非器與未得無上部灌頂的人保密。
不管自己依何本尊，結合到本尊的祈請文後即可。
若憶念文義而修習，則將成為臨終的教授之王。”

2007年9月25日 ~ 2007年10月初三

緣宗敬譯於青海隆務大寺善緣棲心苑

2022/8/21仁波切於彰化開示補充：

最後我們要念《中陰險關救度祈請文》當回向，

我們上師薈供是修：最微細的光明心。

因果就是種豆得豆，種什麼因，就作相應的回向。

上師薈供就是修光明心，就是臨終會出現，

我們每一次修上師薈供，一直回向，慢慢累積，

真的走到那天會非常好。

建議念《中陰險關救度祈請文》就這個意思。

第八部分：最後修密乘的迴向

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག་སྤྱི་མ་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་འབྱུར་ནས།
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷས་པ། དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

願我能以此善業，
迅速成就上師佛，
縱一眾生盡無餘，
悉皆安置彼果位。

(願望成就真言)

ཏཱ་མྱུ་ ཨོ་ པརྩི་གི་ཡ་ ཨ་མ་བོ་རྩ་ནི་སྤྲུ་

爹雅踏 噶 邊記 格日_依呀 阿哇波達尼 梭哈