

ལྷན་

༄༅། །རྒྱལ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་བརྩམས་སུ་བསྐྱབས་པའི་གསོལ་འདེབས་དོན་ཀུན་གྱུ་བ་པའི་དབྱངས་སྟན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

Supplication prayer of excellent Teaching and Practice Lineage holders,
the melody of accomplish all the goals

卓越教法与传承持者祈请文
遍诸成就吉祥颂

༄༅། །སྟིང་སྟོབས་ཆེན་པོས་འཕགས་ལུལ་ལན་མང་བགོད། །ལྷོ་གྲོས་ཆེན་པོས་ཚོས་ཀུན་དེ་ཉིད་གཟིགས། །རྒྱལ་པ་ཆེན་

NYING TOB CHEN POO PHAK YUL LEN MANG DRO, LO DRO CHEN POO CHO KUN DE NYID ZIG, DRUP PA CHEN
宁托千播帕月连曼卓 洛卓千播却昆喋涅色 竹巴千
Great courage took you often to India, great intelligence saw all things just as they are, great accomplishment
具足大勇常行天竺， 具足大智遍知众思， 具足大悲

པོ་ཚོ་འཕྲུལ་ཅི་ཡང་སྟོན། །ལོ་ཙཱ་ཆེན་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རུས་མཐུ་ཆེན་པོས་སྐྱེད་གྲ་རྩད་ནས་བཅད། །

POO CHO TRUL CHI YANG TON, LO TSA CHEN POI ZHAB LA SOL WA DEB, NU THU CHEN POO KU DRA TSE NE CHED,
播初著气扬顿 洛渣千波恰拉梭哇喋 闻秃千播固渣切内切
manifested any miracle, I supplicate the great translator Marpa. Great power eliminated all enemies,
示现圣迹， 祈请至尊译师马尔巴。 大力歼灭诸所敌害

༄༅། །དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོས་སྒྲ་མ་མཉེས་པར་མཛད། །བརྩོན་ལགུས་ཆེན་པོས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་བཟུགས། །རས་པ་ཆེན་པོའི་

KA CHI CHEN POO LA MA NYE PAR DZED, TSON DRU CHEN POO DRUB PEI GYAL TSEN TSUK, RE PA CHEN POI

噶气千播喇嘛 臆巴杰

great hardships please your guru,

历大艰辛意悦师尊，

尊竹千播竹贝嘉称束

great diligence planted the victory banner of practice,

大勤精进立修胜幡，

列巴千波

I supplicate

祈请

འབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་མཚོག་ཡོངས་སུ་སད། །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོས་ཉོགས་པ་མངོན་དུ་གུར། །

ZHAB LA SOL WA DEB, THEK PA CHEN POI RIG CHOK YONG SU SID, CHAK JA CHEN POO TOK PA NGON DU GYUR,

恰喇梭哇喋

the great yogi Milarepa.

瑜珈大士密勒日巴

剔巴千播瑞初雍速夕

The great vehicle awakened your heritage,

宏觉大乘遗示后生

差嘉千播托巴恩杜究

Mahamudra brought the actual realization,

大手印成就真实证悟

ཐྱིན་ལས་ཆེན་པོ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་བརྟེན།

TRIN LE CHEN PO KHA DANG NYAM PAR DAL,
钦列千波卡倘酿巴打
great Buddha activity pervaded all space,
大行佛行遍虚空，

ལྷོ་གློ་ཆེན་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

NYI GOM CHEN POI ZHAB LA SOL WA DEB,
里贡千波恰拉梭哇喋
I supplicate the great meditator Gampopa.
谨此祈请至尊修士冈波巴，

དམ་པ་རྣམས་ལ་གུས་པས་གསོལ་བཏབ་མཐུས། །

DAM PA NAM LA GU PE SOL TAB THU,
当巴南拉枯贝梭塌堆
By the power of devotedly praying to all the holy ones,
以诚敬力普敬诸尊，

སྐབ་བརྒྱད་བསྟན་འཛིན་མཆོག་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་།

DRUB GYU TEN DZIN CHOK NAM ZHAB TEN CHING,
竹珠 巅 进 初 南 恰 巅 精
may the supreme holders of the practice lineage live long,
唯愿传承法幢尊长久住世，

།བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པ་དང་།

TEN PA RIN CHEN CHOK CHUR GYE PA DANG,
巅巴仁千绰处杰巴倘
the precious teaching spread in the ten directions,
珍贵教法周遍十方，

།འཛིག་རྟེན་དགོ་ལེགས་ཆེན་པོས་བྱུང་བར་གོག །

JIG TEN GE LEK CHEN POO CHAP PAR SHOK,
即 巅 给 勒 千 播 轧 帕 修
And great good fortune pervade the entire world.
复以至善福遍寰宇。

ཅུས་པ་ནི་ཀུན་གཟིགས་སྤྲ་མ་འཇམ་དབྱེངས་མཁྱེན་བརྩེའི་དབང་པོའི་དག་སྣང་གི་ཆོས་སྡེ་ལས་བྱུང་བའོ། །

This prayer sprang from the pure vision Dharma of the all seeing Lama Jamyang Khyentse Wangpo.
此祷文源起自一切遍观的蒋扬钦哲旺波喇嘛之法清净观

། མ་འོངས་སངས་རྒྱས་དྲུག་པ་སེང་གེའི་མཚན། །

MA ONG SANG GYE DRUK PA SENG GEI TSEN,
玛 昂 僧 杰 竹 巴 先 格 称
The sixth future Buddha who having the name of lion.
狮王之名第六未来佛

༄༅། །ད་ལྷ་རྣམ་འཕྲུལ་དུ་མས་ཞིང་ཀུན་སྐྱོང་།

DA TA NAM TRUL DU ME ZHING KUN KYONG,
大他南措杜咿兴昆炯
Presently many emanations protecting all the realms.
遍现衆身护诸国土。

། །གདོད་ནས་འགྲུར་མེད་རང་བྱུང་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ།

DOD NE GYUR ME RANG JUNG CHO KYI KU,
剎内究咿让炯初吉固
Primordially unchanged, natural Dharmakaya,
无始恒常，自性法身，

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཚོག་གུན་དངོས་གྲུབ་སྦྱུལ། །

SOL WA DEB SO CHOG THUN NGO DRUB TSOL,
梭哇喋梭初吨哦竹措
I supplicate, grant me the supreme and common siddhis.
祈赐圣俗二成就

། །སྐྱུབ་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་མངའ་བདག་ཚོས་ཀྱི་རྗེ།

DRUB GYUD TEN PEI NGA DAG CHOO KYI JE,
竹珠颠贝雅达却吉者
The lord of Dharma supreme holder of teachings of the practice lineage,
传承教法至尊法主，

། །རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འགྲོའི་སྐྱབས་གཅིག་ལ།

RIG PEI YE SHE TEN DROI KYAB CHIK PU,
历贝耶谢颠灾恰即布
Wisdom of awareness, the only protector of the teachings and being.
觉性智慧，教法众生唯一守护，

། །དུས་གསུམ་མཁའི་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

DU SUM KHYEN PEI ZHAB LA SOL WA DEB,
杜松钦贝恰拉梭哇喋
the Knower of three times I supplicate.
三世遍知尊圣者，至诚礼敬。

། །རྗེ་རྗེ་འཆང་དངོས་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་ལ། །

DOR JE CHANG NGO PAL DEN LA MA LA,
多杰羌哦帕殿喇嘛拉
To the glorious lama, real Vajradhara.
至诚礼敬荣显师尊、真实金刚持，

། །མཚུངས་མེད་མ་ཉི་རྩུའི་སྐྱེས་རབས་གསོལ་འདེབས་འོ་ར་བུའི་ཐེང་བ་བཞུགས་སོ། །

The Garland of Jewels of Supplication of the Lineage of the Unequaled Matiratna
无与伦比玛谛若那(聪玛谢)传承宝冠礼赞文

བཞུགས།

འོག་མིན་ཞིང་དུ་ཚོས་སྐྱེ་དོ་རྗེ་འཆང་།

O MIN ZHING DU CHO KU DOR JE CHANG,
乌民兴杜却固多杰羌
The Dharmakaya Vajradhara in Akanishta.
阿刊尼西他法身金刚持

ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ་དུ་ཡོངས་སྐྱེ་འཕོར་ལོ་སྒྲིམ།

O GYEN YUL DU LONG KU KHOR LO DOM,
邬金月杜龙固扩洛东
The Sambhogakaya Chakrasamvara in Uddiyana.
邬地雅那报身胜乐金刚

རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་སྐུལ་སྐྱེ་ཉི་ལོ་པ།

GYA GAR YUL DU TRUL KU TE LO PA,
嘉嘎月杜祖固帝洛巴
The Nirmanakaya Tilopa in the land of India,
印度境地化身帝洛巴

དེ་དང་

DE DANG
喋倘
And the

དུས་མཉམ་ཤོ་སྐྱི་ཉེ་རུ་ག།

DU NYAM DROM BI HE RU KA,
杜酿钟卑嘿噜嘎
contemporary Dombhi Heruka, The lords who are the embodiment of the victorious ones, I supplicate you. Grant your blessings and bestow supreme siddhi. In this land of snows,
同期当代东比嘿噜嘎,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་རྗེ།

SOL WA DEB SO GYAL WA KUN DU JE,
梭哇喋梭嘉哇昆杜杰
尊胜化身诚祈请

ཁྱིན་གྱིས་སྒོ་བས་ཤིག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྣེལ།

JIN GYI LOB SHIK CHOK GI NGO DRUB TSOL,
仅借洛契初给哦竹初
无上成就祈赐成

གངས་ཅན་ལྗོངས་

GANG CHEN JONG
扛千钟
雪地

འདིར་ལོ་ཚེན་བཀའ་གདམས་པ།

DIR LO CHEN KA DAM PA,
滴洛千噶当巴
the Kadampa translator.
译师噶当巴

དེ་དང་དུས་མཚུངས་མར་སྟོན་ཚོས་ཀྱི་རྗེ།

DE DANG DU TSUNG MAR TON CHO KYI JE,
喋倘杜冲玛敦却吉杰
The contemporary lord of the dharma, the teacher Marpa,
当地法主马尔巴

སྐྱེ་ཡང་བསྟན་བདག་མཉམ་མེད་སྐྱམ་པོ་པ།

LHAR YANG TEN DAG NYAM MED GAM PO PA,
拉扬滇巴达酿没冈波巴
The unequalled lord of the teachings, Gampopa,
无比教主冈波巴

དེ་ཉིད་ཕྱི་

DE NYID CHI
喋捏气
And the subsequent
后世

༄༅། །མར་གྲུབ་ཚེན་རྒྱལ་བ་གྲིང་། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་ཇེ། །བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ། །བརྟུལ་ལྷགས་གྲུབ་པ་།

MAR DRUB CHEN GYAL WA LING, SOL WA DEB SO GYAL WA KUN DU JE, JIN GYI LOB SHIK CHOK GI NGO DRUB TSOL, TUL ZHUK DRUB PA
 玛竹千嘉哇霖 梭哇喋梭嘉哇昆杜杰 仅借洛契初给哦竹初 吐修竹巴
 great siddha Gyalwa Ling, The lords who are the embodiment of the victorious ones, I supplicate you. Grant your blessings and bestow supreme siddhi. The one who is accomplished in
 持明嘉哇霖 尊胜化身诚祈请 无上成就祈赐成 圆成瑜珈

ཁ་ཚེ་དཀར་པོ་དང་། །མཁམས་གྲུབ་མཚུངས་མེད་གཡུང་སྟོན་དོ་ཇེ་དཔལ། །སློན་གྲོལ་བྱས་ལྷན་ཚུལ་བྲིམས་སེང་གའི་མཚོན། །

KHA CHE KAR PO DANG, KHE DRUB TSUNG MED YUNG TON DOR JE PAL, MIN DROL NU DEN TSUL TRIM SENG GEI TSEN,
 卡且嘎珀倘 客竹冲没勇敦多杰巴 民卓闻殿慈诚辛格称
 yogic discipline, Khache Karpo. The unequalled learned and accomplished one, the glorious Yungton Dorje. The one who has the ability to ripen and free, the one named Tsultrim Senge.
 净戒卡且嘎珀 无比学证融勇敦多杰 成熟自在行者慈诚辛格

སྤྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་སློ་གྲོས་ཡིན་ཚེན་ཇེ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་ཇེ། །བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ། །

BEY PEI NAL JOR LO DRO RIN CHEN JE, SOL WA DEB SO GYAL WA KUN DU JE, JIN GYI LOB SHIK CHOK GI NGO DRUB TSOL,
 北贝拿卓洛卓仁清杰 梭哇喋梭嘉哇昆杜杰 仅借洛契初给哦竹初
 And the hidden yogi, the lord Lodro Rinchen. The lords who are the embodiment of the victorious ones, I supplicate you. Grant your blessings and bestow supreme siddhi.
 隐密修士教主洛卓仁清 尊胜化身诚祈请 无上成就祈赐成

ལྷོ་།

འབྲི་དུས་མོ་ཉེ་ལམ་ལས་གྲུབ་པའི་སྐྱེ།

CHI DU PHO NYEI LAM LE DRUB PEI KU,
气杜坡臆南列竹贝固
In later times, the one who has accomplished the path of upaya,
后世圆成方便道行者

མཁའ་འགྲོའི་སྐྱེན་བརྒྱུད་སྐྱེན་གྲོལ་མཛོད་འཆང་བ།

KHA DROI NYEN GYUD MIN DROL DZO CHANG WA,
卡裁念举民卓作曾哇
The holder of the dakini hearing lineage of ripening and freeing.
成熟自在空行母耳闻传承持有者

འབྲུག་བརྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་ཉི་མ་གཅིག་ལུས་གྱུར། །

KA GYUD TEN PEI NYI MA CHIK PUR GYUR,
噶举滇贝尼玛气铺究
The only sun of the teachings of the Kagyu.
噶举教法唯一太阳

ཚུང་མེད་ཡོངས་གྲགས་མ་ཏི་རྩུ་རྗེ།

TSO MED YONG DRAK MA TI RAT NA JE,
却没元札玛谛若那杰
The indisputable renowned Matiratna.
无议闻名玛谛若那(聪玛谢)

ཁག་སོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་རྗེ།

SOL WA DEB SO GYAL WA KUN DU JE,
梭哇喋梭嘉哇昆杜杰
The lord who is the embodiment of the victorious ones, I supplicate you.
尊胜化身诚祈请

འབྲིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ། །

JIN GYI LOB SHIK CHOK GI NGO DRUB TSOL,
仅借洛契初吉哦竹初
Grant your blessings and bestow supreme siddhi.
无上成就祈赐成

སྐྱེས་ཡང་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་དུ་བྱུང་བདག་དཔལ།

LHAR YANG O GYEN YUL DU CHAB DAK PAL,
拉扬鄂金月杜轧达巴
Furthermore, the glorious sovereign of the land of Uddiyana,
此外, 鄂地雅那荣耀至尊

སྒོས་ངད་ལྗན་པ་གཟི་བརྗེད་མཐའ་ཡས་རྒྱལ།

POO NGE DEN PA ZI JID THA YE GYAL,
坡暖殿巴色即他耶嘉
The victorious one possessing the sweet scent of boundless confidence,
胜者持有无边信心甜香

མངོན་པར་བྱུང་རྒྱུ་ཚེན་པོའི་སྐྱེར་སྐྱེད་བ། །

NGON PAR JANG CHUB CHEN POI KUR NANG WA,
恩巴强秋千坡固能哇
The one who has manifested in the form of great enlightenment,
示现大觉者的表现

༄༅། །བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་སྐྱེ་བའི་ཚོ་འཕྲུལ་ཅན།

SAM GYI MI CHAB KYE WEI CHO TRUL CHEN,
渗给米轧格威初竹间
The great emanation beyond the comprehension of mind,
不可思议伟大化身

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་རྗེ།

SOL WA DEB SO GYAL WA KUN DU JE,
梭哇喋梭嘉哇昆杜杰
The lord who is the embodiment of the victorious ones, I supplicate you.
尊胜化身诚祈请

།བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབོ་ལ། །

JIN GYI LOB SHIK CHOK GI NGO DRUB TSOL,
仅借洛契初吉哦竹初
Grant your blessings and bestow supreme siddhi.
无上成就祈赐成

རྗེ་རྒྱལ་བ་བྱིད་གྱི་གོ་འཕང་མཚུངས་བྲལ་བ།

GYAL WA CHED KYI GO PHANG TSUNG DRAL WA,
嘉哇切吉果胖冲札哇
For those who have not arrived at the stage of the victorious ones,
未达胜利之行者

།བདག་ཅག་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་དང་།

DAK CHAK JE SU JUK PA THAM CHE DANG,
达则即速巴汤界倘
For all of us who are your followers as well as all beings,Protectors,
吾是信徒亦众生

།འགྲོ་བ་ཀུན་ཀྱང་ལྷུང་ལམ་རྒྱ་མེད་པར། །

DRO WA KUN KYANG NYUR LAM DA ME PAR,
卓哇昆更纽朗达没巴
grant your blessings so that we may progress
祈请祐主加持以增长

མགོན་པོ་ཉིད་ལྷུང་མཚུངས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GON PO NYID TAR TSUNG PAR JIN GYI LOB,
拱波捏他冲巴仅借洛
On the unexcelled quick path.
於此最胜快乐速道

།ཅེས་མཚུངས་མེད་མ་ཉི་རྣམས་སྐྱེས་རབས་གསོལ་འདེབས་ལོ་རྒྱུ་ལྗོངས་བཞུགས་སུ་བཅད་པ་འདི་དུས་ཀུན་རྗེས་འཇུག་གང་ཟག་

These verses of praise of "The Garland of Jewels of Supplication of the Lineage of the Unequaled Matiratna"
本礼赞文“无与伦比玛谛若那(聪玛谢)傳承寶冠禮讚文”

ལཱི

ནམས་ཀྱིས་རབ་མ་ཆག་པ། འབྲིང་ཉ་སྟོང་ཚེས་བརྒྱད་ནམས་དང་། ཐ་ན་ཞག་བདུན་རེ་ལ་ཚར་རེ་མ་ཆག་པར་བྱས་ན་སླ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ཕན་ཡོན་བརྗོད་ལས་འདས་པས་བྱགས་ལ་ངེས་ལྷན་དང་།
 ཟུང་པར་དགོན་འདིའི་གྲུ་རྒྱུན་ནམས་ཀྱིས་བྱགས་དམ་གཙོ་བོར་བྱས་ན་ལེགས་སོ། །རྗེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས་སྟོ་གྲོས་གྲགས་པས་མཛད་པར་སྣང་བ་བེ་ཇ་ཡི།

are recited by the best students every day without an interruption. Those students with medium capability will recite it on the full moon, the new moon and the eight of the month. Thos of inferior capability will recite it once every seven days. If one practices in this manner, you will receive inexpressible benefit. The is known with certainty by everyone. Especially, it is most important for the student of the lineage of this monastery to practice this. This supplication was written by Lodro Drakpa.

利根弟子每日念诵无间断;中根弟子於满月、新月与八日念颂;次根弟子每七日念诵一次;以此态度修持者,将获不可思议之利益;特别是本寺传承之弟子尤为重要。本赞颂文由洛卓左帕所撰。

།	བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་བྱིན་རླབས་སྤྱིན་ཕུང་བཞུགས་སོ།	ཚོས་སྐྱུ་དྲུག་པ་དོ་རྗེ་འཆང་།	འཕོངས་སྐྱུ་དཔལ་ལྷན་བྲུ་བ་སྟོམ།	ཁྱུལ་སྐྱུ་
	<i>The Heaps of Clouds of Blessings Arising From Supplicating the Lineage</i>	CHOO KU DRUG PA DOR JE CHANG,	LONG KU PAL DEN DRA WA DOM,	TRUL KU
	加持之祥云自祈请传承而升起	却固竹巴多杰羌	隆固巴殿札哇当	祖古
		The sixth Dharmakaya Vajradhara,	Sambhogakaya Glorious Chakrasamvara,	The Nirmanakaya Tilo
		第六法身金刚持	化身荣耀胜乐金刚	报身

༄༅། །ཏི་ལོ་ཤེས་རབ་བཟང་། །དབྱེར་མེད་མ་ཏི་རཏུ་རྗེ། །བྱུང་བ་རྣམས་རྣམ་གསུམ་རྟོགས་ལྡན་བརྒྱད། །དྲཱ་ཀི་ཏེ་ངག་ཤེ་ལྷ་སྲས་སློབ་ཕྱིང་། །དྲིན་ཆེན་ཚ་བ་རྒྱུད་

TE LO SHE RAB ZANG, YER MED MA TI RAT NA JE, DRUB NYE NAM SUM TOK DEN GYED, DRA KI DE NGA SE LOB TRENG, DRIN CHEN TSA GYUD
喋洛谢腊僧 耶美玛帝若那杰 竹内南孙托殿屈 渣给喋雅些洛称 真千札究
Prajnabhadra And the one who is inseparable with them, Lord Matiratna, The three siddhas and the eight realized ones, The five classes of dakinis and their lineage of disciples, The kind root and
智者帝洛巴 不可分离的玛谛若那 三悉地与八大觉者 空行五部与传承弟子 恩慈根本

ལྷ་མ་དང་། །ཡི་དམ་དགྱིལ་འཕོར་ལྷ་ཡི་ཚོགས། །ཚོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། །མཚོག་ཐུན་ཐྱིན་ལས་དངོས་

LA MA DANG, YI DAM CHIL KHOR LHA YI TSOK, CHO KYONG DAM CHEN GYA TSO LA, SOL WA DEB SO JIN GYI LOB, CHOG THUN TRIN LE NGO
喇嘛倘 依担招扩拉依初 却炯当间嘉初拉 梭哇喋梭仅借洛 措吨钦列哦
lineage gurus, The yidams, the hosts of deities of the mandala And the oceans of samaya bound dharmapalas: To all of you I supplicate, please grant your blessings. Please bestow
上师等 诸本尊主之坛城 佛前护法众之誓 一一祈请赐加持 圣俗佛行二成就

བྱུང་སྦྱོལ། །སྦྱི་ཀུན་སྲ་མས་རྗེས་བཟུང་ཞིང་། །ཐུགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་བཞེད་རྒྱ་འགྲུབ། །དམ་ཚིག་སྲོམ་པ་ལྡན་པ་དང་། །སློ་གསུམ་དམ་པའི་ཚོས་

DRUB TSOL, KYE KUN LA ME JE ZUNG ZHING, THUK YID CHIK DRE ZHE GU DRUB, DAM TSIK DOM PA DEN PA DANG, GO SUM DAM PEI CHOO
竹佐 格昆喇没杰尊兴 秃益即哲些固竹 担息东巴殿巴倘 过孙担贝却
the supreme and ordinary Buddha activity and siddhis. Through all my lives, guru please accept me. May my mind mix with yours. Grant your blessing so that I will do whatever you
please. Grant your blessing so that I will hold the vow of samaya. Grant your blessing so that I will hold the dharma of the
世世能为师之徒 与师心意合为一 能持誓言戒律等 能持三门之教法

དཔལ་ལྷན་

དང་ལྷན།

DANG DEN,
倘殿

holy three gates. Grant your blessing so that I complete the excellent qualities of the ground and path. May I accomplish Vajradhara in this life. In all my lives may I be inseparable from the completely pure root guru.

།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྫོགས།

SA DANG LAM GYI YON TEN DZOK,
沙倘朗吉云滇作

五道十地功德悉圆满

།ཚོ་གཅིག་རྩོ་རྩེ་འཆང་འབྲུབ་ཤོག།

TSE CHIK DOR JE CHANG DRUB SHOK,
切即多杰羌竹修

愿此生证得金刚持果位

།སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲ་མ་དང་། །

KYE WA KUN TU YANG DAK LA MA DANG,
格哇昆吐扬达喇嘛倘

世世不离清净上师尊

འབྲུལ་མེད་ཚོས་གྱི་དབལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།

DRAL ME CHOO KYI PAL LA LONG CHOD CHING,
札没却吉帕拉农却进
May I enjoy the splendor of the dharma.
受用殊胜吉祥之教法

།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས།

SA DANG LAM GYI YON TEN RAB DZOK NE,
沙倘朗吉云滇腊作内
Having completed the excellent virtues of the paths and bhumis,
五道十地功德悉圆满

།རྩོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མུར་ཐོབ་ཤོག །

DOR JE CHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOK,
多杰羌给果胖纽托修
May I quickly attain the state of Vajradhara.
愿速证得金刚持果位

ཅེས་བརྒྱན་པའི་གསོལ་འདེབས་འདི་བཞིན་ཉེ་གནས་པ་སྤྱོད་ཆེན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་འདོད་དོན་བཞིན། བསྟན་སྡུལ་པས་ཚོས་བཅུའི་སྤྲ་མར་བྲིས་པ་དག།

This supplication of the lineage was requested by the attendant, Padma Dechen Chopel and was written by Tentrul Rinpoche on the first holy day of the year on the tenth day of the month.
此传承祈请文应侍者白玛德千初佩请求，滇措仁波於一年第一个殊胜初十撰写。

གཙུག་ལག་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྱི་འདོན་བྱ་བ་སྤྱི་གཞི་སྦྱོར་དང་བཅས་པའི་ཞུས་ཆ་ཚང་བ་བཞུགས་སོ། །	<p>༄༅། །ལམ་ཟབ་མོ་སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་འདོན་བྱ་བ་སྤྱི་གཞི་སྦྱོར་དང་བཅས་པའི་ཞུས་ཆ་ཚང་བ་བཞུགས་སོ། །</p> <p>The Complete Detailed Recitation of the Profound Path of Guru Yoga Together with the Fourfold Preliminary Practice</p> <p>甚深道上师瑜珈与四共加行完整念诵行仪</p>	13
--	--	----

ལྷན་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྱི་འདོན་བྱ་བ་སྤྱི་གཞི་སྦྱོར་དང་བཅས་པའི་ཞུས་ཆ་ཚང་བ་བཞུགས་སོ། །	<p>༄༅། །ན་མོ་མ་དུ་གྱུ་རུ་ཡེ། མཁའ་དབྱིངས་རྣམ་དག་དྲི་མེད་དོ་རྗེ་ཅན་གྱི་བདག །སྲིད་ཞིའི་ཚུལ་སྣང་སྦྱེ་འཛིག་དང་བྲལ་གང་གི་སྐྱེ། །</p> <p>NAMO MAHA GURUYE, You are the lord who holds the vajra, the undefiled pure expanse of space, The kaya free from birth and destruction appearing in the form of samsara and nirvana, 南无玛哈咕噜耶（禮敬 诸位大乘上师），汝是金刚尊胜持者，广阔虚空清净无瑕，远離生死涅槃之軀</p> <p>སྐྱེ་འཕྲུལ་གསུགས་འཆང་ཀུན་མཁྱེན་སྲིད་པའི་དབལ་སྟེར་བ། ། །བསྟན་དང་དེ་འཛིན་ཚུལ་སྟོན་གང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །</p> <p>The omniscient one having a miraculous form who bestows the excellence of existence. To you who reveals the teachings and the manner of holding to them, I prostrate. 不可思议无上全知 应有教法之持有者，我顶禮！</p> <p>དེའང་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱི་བཞུགས་པ་གཅིག་པའི་ལམ། གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱེད་པར་འདོད་པས། ནང་པར་གཉིད་སང་པའི་ཚོ། ཉམ་མཁའ་རྣལ་འབྱོར་མས་རྒྱ་མ་རུའི་སྐྱེས་བསྐྱེད་ཏེ། གཉིད་ལས་སང་པའི་མོས་པས་དག་པ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་བ་ཞེས་ནས་ཕྱིའི་གནད་ཡིན་</p>	14
---	--	----

༄༅། །པས་ལུས་དྲང་པོར་བསྐང་། རླུང་གི་གནད་ཡིན་པས་སྐད་འཕང་ཅུང་ཟད་བསྟོད། ཐིག་ལེའི་གནད་ཡིན་པས་བྱིན་རླབས་དབབ་ཅིང་རང་ལུས་རྣམས་སྤྱོད་པའི་གྲི་གངས་དང་མཉམ་པར་སྐྱུལ་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་རླུང་གི་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་དམིགས་ལ།

Furthermore, this is the single path that all the buddhas of the three times travel. For those who wish to meditate on the guru yoga that accomplishes the incomprehensible secret, in the morning when you awake, think that you have been roused from sleep by Vajrayogini sounding the damaru in space. Having arisen in the form of the three purities, the essential point of the nadis is to keep your body straight. The essential point of prana is to keep your level of speech slightly elevated. The essential point of bindu is to bring down blessings and emanate your body in as countless forms as there are the finest particles. Visualize that all sentient beings take refuge in the same manner as you.

此外，此乃三时诸佛持行无異道，若求证得甚深密义上师瑜伽之禅修者：清晨醒來，先观想金刚瑜伽母在空中响起摇鼓，把您从无明中唤醒过来，然后生起清净三门（本尊之身、口、意），nadis 明点纠直您的身体；智慧（般若）明点清明您的话语；bindus 明点接引从上降下的加持，您的身体化现成无量无数的美好物质。观想众生与您一起接受皈依。

ཐོག་མར་གྲུབ་མོང་གི་སྒྲོན་འགྲོ་བཞི་རིམ་སྒྲོམ་པའི་གསལ་འདེབས་སུ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་ལ་བསམས་ཏེ། སྤྱིང་རྗེ་པུ་དཀར་པོ་ལས།

In the first of the fourfold common preliminary practice reminders, contemplate clearly the difficulty of obtaining the free and well-favored conditions. From the Compassionate White Lotus:

在修持四共加行提醒文第一行中，清晰地思考如何难得人身。从慈悲白蓮花上：

ཀྱེ་མ་མིར་སྐྱེ་བ་ནི་རྟེན་པར་དཀའ།

དལ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ནི་རྟེན་པར་དཀའ།

སངས་རྒྱས་འཛིན་ཉེན་དུ་འབྱུང་བའང་རྟེན་པར་དཀའ།

ཀྱེ་མ་མིར་སྐྱེ་བ་ནི་རྟེན་པར་དཀའ།

KYEMA, MIR KYE WA NI NYED PAR KA,
皆玛，米皆哇哩捏巴嘎
Kyema, It is difficult to obtain a human birth.
哀哉： 难得拥有凡人身

DAL WA PHUN SUM TSOK PA NI NYED PAR KA,
打哇 潘孙措巴尼捏巴嘎
It is difficult to obtain the excellent free conditions.
难得生在自在境

SANG GYE JIG TEN DU JUNG WA ANG NYED PAR KA,
桑杰吉滇杜炯哇安捏巴嘎
It is difficult to find a world having the Buddha.
难得生於佛国土

དགེ་བའི་ཚོས་ལ་འདུན་པའང་རྟེན་པར་དཀའ།

ཡང་དག་པའི་སློན་ལམ་ཡང་རྟེན་པར་དཀའ།

གཉིས་པ་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ་ནི། རྒྱ་ཆེ་ལོ་ལ་པ་ལས།

GE WEI CHOO LA DUN PA ANG NYED PAR KA,
给威却拉顿巴安捏巴嘎
It is difficult to have interest in the virtuous dharma.
难得好於法正道

YANG DAK PEI MON LAM YANG NYED PAR KA,
扬达 贝闷 朗扬捏巴嘎
It is difficult to have correct aspiration.
难得希求正念心

Second, the meditation on impermanence.

第二；观无常

From the Sutra of the Vast Display:

普曜经曰：

༄༅། །སྲིད་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྲིན་དང་འབྲ།

SID SUM MI TAK TON KEI TRIN DANG DRA,
悉森米打 顿 噶 进 倘 札
The three worlds are impermanent like the clouds of autumn.
三世无常如秋云

།འགྲོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་ལྷ་དང་མཚུངས།

DRO WEI KYE CHI GAR LA TA DANG TSUNG,
卓威皆切 噶拉他 倘 聪
Seeing the birth and death of beings is like watching a play.
生命來去如戏剧

།སྐྱེས་བུའི་ཚེ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་གློག་འབྲ་སྟེ། །

KYE BUI TSE DRO NAM KHEI LOK DRA TEY,
皆威切卓南 喀络札 喋
One's life progression is like a flash of lightning in the sky
人生进行如闪电

གྲུག་

རི་གཟར་འབབ་ཚུ་བཞིན་དུ་ལྷུར་མགྲོགས་འགྲོ།

RI ZAR BAB CHU ZHIN DU NYUR JOK DRO,
瑞渣拔 措音杜 纽作卓
Or water rushing down a steep mountain.
或如峻嶺急流下

།གསུམ་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱོམ་པ་ནི།

Third, the meditation on karma, cause and effect.
第三：观因果业报

པ་མ་སྐྱུན་དང་བུ་དང་ཚུང་མ་དང་། །

PHA MA PUN DANG BU DANG CHUNG MA DANG,
栢玛潘 倘布 倘冲玛 倘
Your father, mother, siblings, children and spouse,
父母子弟与眷属

བྲན་དང་རྩ་ལག་འོར་རྗེས་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་།

DREN DANG TSA LAK NOR DZE TSOK NAM KYANG,
称 倘渣拉 糯皆 束南姜
Servants, relatives, friends and the entirety of wealth.
仆人亲友及财产

།ཤི་བའི་རྗེས་སུ་དེ་དག་འགྲོ་བ་མེད།

SHI WEI JEE SU DE DAK DRO WA MED,
希威杰 速喋达 卓哇 咩
Do not follow you when you pass away.
当您离逝皆不随

།ལས་རྣམས་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང་དགེ་བ་འགྲོ། །

LE NAM JEE SU DRANG ZHING GE WA DRO,
列南杰 速章兴 给哇 卓
Only karma follows so practice virtue.
唯有业报相伴随，因此需勤修德行

ལྷོ་གློ་ལྷོ་གློ་	<p>བཞི་པ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྐྱེལ་བ་ནི།</p> <p><i>Fourth, the meditation on the faults of samsara</i> 第四：观輪回过患</p>	<p>སྲིད་སྲེད་མ་རིག་དབང་གིས་སྐྱེ་བོ་རྣམས།</p> <p>SID SED MA RIK WANG GI KYE WO NAM, 希悉玛历旺给皆窝南 Just like the turning of a potter's wheel, 无明輪回渴求中</p>	<p>མི་དང་ལྷ་གནས་ངན་སོང་ལམ་གསུམ་པོ། །</p> <p>MI DANG LHA NE NGEN SONG LAM SUM PO, 米倘拉涅颜松南孙波 The individuals who are under the power of ignorance and crave samsara 人、天人与下三道</p>
	<p>འགྲོ་བ་ལྷ་པོ་དག་ཏུ་མི་མཁས་འཁོར།</p> <p>DRO WA NGA PO DAK TU MI KHE KHOR, 卓哇阿窝波达杜米客扩 Circle unskillfully as the five types of beings. Humans, gods and those of the three lower realms. 五輪生命随逐转</p>	<p>།དཔེར་ན་རྩ་མཁན་འཕང་ལོ་འཁོར་བ་བཞིན།</p> <p>PER NA DZA KHEN PHANG LO KHOR WA ZHIN, 贝那渣倾捧罗扩哇欣 Obtaining the free and well-favored conditions in all your lives is uncertain. 就如陶机不巧輪</p>	<p>།ཚོར་བས་ཀུན་ཏུ་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ངེས་མེད། །</p> <p>TSE RAB KUN TU DAL JOR THOB NGE MED, 切腊昆噶打卓秃暖咩 难测再获得人身</p>
	<p>ཚོ་འདིའི་ཚད་ཀྱང་ཅི་ཡོད་མི་ཤེས་ཤིང་།</p> <p>TSE DII TSED KYANG CHI YOD MI SHE SHING, 切迪策姜吉若米谢醒 You do not know how long you will live and After you lose your life, it is difficult to accomplish enlightenment. Therefore, exert yourself in this life and engage in what is essential 生命长短亦未知</p>	<p>།ཚོ་འཕོས་གུར་ནས་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་དཀའ་བས།</p> <p>TSE PHOO GYUR NE JANG CHUB DRUP KA WE, 切铺究涅强秋竹嘎威 生命離时未证悟</p>	<p>།ཚོ་འདིར་བརྩོན་པས་སྡིང་པོ་སྤང་བར་བྱ། །</p> <p>TSE DIR TSON PE NYING PO LANG WAR JA, 切迪津贝宁波能哇嘉 因此，努力勤行法精粹</p>

༄༅། །ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྣོན་འགོ་བཞེ་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་མར་སྐྱབས་ལུལ་སྐྱབས་པའི་མཚུལ་དུ་འབྱུང་བ་བཞིན་གསལ་གདབ་ནས་ཅི་བྱས་ཐར་པའི་ལམ་དུ་འགོ་བས་
 སྐྱབས་སུ་འགོ་བཞེ། སྙིང་ཐག་བ་རུས་པའི་གཉིང་ནས་འགོ་དྲུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱབས་དང་མགོན་དང་དབྱང་གཉེན་དམ་པ་དཀོན་མཆོག་འབྱེད་མཁའ་སྐྱེས་
 པའི་སྣོན་ནས།

Recite this and contemplate. In the first of the four uncommon preliminary practices, one visualizes in accord with the description in the practice mandala of the object of refuge. With the intention that you will bring whatever you do to the path of liberation, go for refuge. From the depths of your heart, supplicate the precious jewels to be the refuge, protector and final relief until all sentient beings attain the unsurpassable state of enlightenment. Keeping that in mind:
 念诵下文并作思考。在修持四不共加行第一加行时，我们应根据修持皈依供曼达的皈依境所形容作观想，将我们所做的一切，一同带往解脱之道上。从心深处，祈请珍宝作为我们的皈依处、保护我们直至最终得到解脱，乃至众生都能证得卓越成就之身。
 一直持此念：

བདག་གཞན་མ་གྱུར་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 །སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

DAG ZHEN MA GYUR NAM KHEI THA DANG NYAM PEI SEM CHEN THAM CHE, LA MA LA KYAB SU CHIO, SANG GYE LA KYAB SU CHIO,
 达先玛珠南喀他倘酿 贝森千汤界 喇嘛拉加速契喔 桑杰拉加速契喔
 I and all other sentient beings who have been my mothers as limitless as space, I take refuge in the guru. I take refuge in the Buddha
 我和虚空如母无量众， 皈依上师 皈依佛

ལྷོ།

ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་ལྷོ་	ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། CHOO LA KYAB SU CHIO, 却拉加速契喔 I take refuge in the dharma, 皈依法	།དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། GE DUN LA KYAB SU CHIO, 给端拉加速契喔 I take refuge in the sangha. 皈依僧	།རྗེ་སྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། JE LA MA YI DAM KHA DRO SUM LA KYAB SU CHIO, 杰拉玛依担卡卓孙拉加速契喔 I take refuge in the three, the lord guru, the yidam and Dakinis. 皈依三怙主上师、本尊及空行母	།སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ SANG GYE CHOO DANG 桑杰却倘 I take refuge in the three, 皈依三宝
	དགོ་འདུན་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། GE DUN SUM LA KYAB SU CHIO, 给敦孙拉加速契喔 the buddha, dharma and sangha. 佛、法、僧	།སྲ་མ་དགོན་མཚོག་གསུམ་དང་ཡི་དམ་ལྷ། LA MA KON CHOK SUM DANG YI DAM LHA, 喇嘛 袞措孙倘依担拉 I take refuge in the guru, the three precious jewels, the yidam, 上师、三宝和本尊	།མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱོང་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ། KHA DRO CHOO KYONG NAM LA KYAB SU CHIO, 卡卓却炯南拉加速契喔 The Dakinis and dharmapalas. 空行护法等我皈依	
	ཞེས་ལན་གསུམ་མཇུག་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གཅིག་བཞེད། Recite 3, 7 or 21 times. 念诵3、7或21次	བནས་འོག་མིན་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྱང་ནས། NE O MIN DE WA CHEN POI PHO DRANG NE, 内哦 敏喋哇钦婆婆章涅 In Akanishta the palace of great bliss, 在阿刊尼西他福佑的宫殿	ཚོས་སྐྱུ་དྲུག་པ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། CHOO KU DRUK PA DOR JE CHANG CHEN PO LA SOL WA DEB SO, 却古足巴多杰场钦婆婆拉梳哇喋梳 Great Vajradhara of the sixth family, dharmakaya, I supplicate. 祈请伟大法身金刚持	

	<p>༄༅། །ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷུག་ཏེ་ལོ་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།</p> <p>NAL JOR GYI WANG CHUK TE LO PA LA SOL WA DEB SO, 那作皆旺叔帝洛巴拉梳哇喋梳 Master of yogins, Tilopa, I supplicate. 祈请瑜珈教主帝洛巴</p>	<p>། །ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷུག་ནུ་རོ་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །</p> <p>NAL JOR GYI WANG CHUK NA RO PA LA SOL WA DEB SO, 那作皆旺叔那洛巴拉梳哇喋梳 Master of yogins, Naropa, I supplicate. 祈请瑜珈教主那洛巴</p>	21
ཏཱ་ལའི་བོ་དུ་སྐྱེ་བའི་མཁའ་མགས་སོ།	<p>མར་པ་ལྷོ་བྲག་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།</p> <p>MAR PA LHO DRAK PA LA SOL WA DEB SO, 玛巴罗渣巴拉梳哇喋梳 Marpa of Lhodrag, I supplicate. 祈请大译师马尔巴</p>	<p>མི་ལ་བཞད་པ་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།</p> <p>MI LA ZHE PA DOR JE LA SOL WA DEB SO, 米拉谢巴多杰拉梳哇喋梳 Mila Shepa Dorje, I supplicate. 祈请米拉谢巴多杰</p>	<p>དཀ་པོ་ལོ་འདྲེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །</p> <p>DAK PO DA O ZHON NU LA SOL WA DEB SO, 达波打窝润孛拉梳哇喋梳 Daö Shonnu of Dagpo, I supplicate. 祈请达波年青月光者（指冈波巴）</p>
	<p>དཔལ་ལྷན་དུས་གསུམ་མཁའ་མགས་སོ།</p> <p>PAL DEN DU SUM KHYEN PA LA SOL WA DEB SO, 巴滇杜森钦巴拉梳哇喋梳 Glorious Dusum Khyenpa, I supplicate. 祈请荣耀之杜森钦巴</p>	<p>འབྲོ་མགོན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།</p> <p>DRO GON RE PA CHEN PO LA SOL WA DEB SO, 卓贡列巴千波拉梳哇喋梳 Drogön Repa Chenpo, I supplicate. 祈请卓贡列巴千波</p>	<p>རྒྱལ་སྐྱེས་ལྷན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །</p> <p>GYAL SE POM DRAK PA LA SOL WA DEB SO, 嘉谢邦扎巴拉梳哇喋梳 Gyalse Bomdragpa, I supplicate. 祈请嘉谢邦扎巴</p>

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་	<p>གྲུབ་ཚེན་ཀར་མ་པ་ལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། DRUB CHEN KAR MA PA LA SOL WA DEB SO, 竹千噶玛巴拉梳哇喋梳 Drubchen Karmapa, I supplicate. 祈请竹千噶玛巴（指噶玛柏西）</p>	<p>མཁའ་སྒྲུབ་ཨོ་རྒྱལ་པ་ལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། KHE DRUP O GYEN PA LA SOL WA DEB SO, 喀竹鄂金巴拉梳哇喋梳 Khedrub Ogyenpa, I supplicate. 祈请車竹鄂金巴</p>	<p>སེམས་དཔའ་རང་བྱུང་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། SEM PA RANG JUNG DOR JE LA SOL WA DEB SO, 森巴让炯多杰拉梳哇喋梳 Bodhisattva Rangjung Dorje, I supplicate. 祈请让炯多杰菩萨</p>	
	<p>རྒྱལ་བ་གཡུང་ཏོན་པ་ལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། GYAL WA YUNG TON PA LA SOL WA DEB SO, 嘉哇勇敦巴拉梳哇喋梳 Victorious one, Yungtonpa, I supplicate. 祈请尊胜勇敦巴</p>	<p>རོལ་པའི་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ROL PEI DOR JE LA SOL WA DEB SO, 若贝多杰拉梳哇喋梳 Rolpa Dorje, I supplicate. 祈请若巴多杰</p>	<p>ཡེ་ཤེས་དཔལ་བ་ལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། YE SHE PAL WA LA SOL WA DEB SO, 耶谢巴哇拉梳哇喋梳 Yeshe Pal, I supplicate. 祈请耶谢巴</p>	
	<p>མཉམ་མེད་སྤྱུལ་པའི་སྤྱུལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། NYAM ME TRUL PEI KU LA SOL WA DEB SO, 娘咿祖贝古拉梳哇喋梳 Nyamê Tulku, I supplicate. 祈请寧玛活佛（指德青谢巴）</p>	<p>མཚུངས་མེད་སྒོ་གྲོས་རིན་ཚེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། TSUNG ME LO DRO RIN CHEN LA SOL WA DEB SO, 冲咿洛卓仁千拉梳哇喋梳 Incomparable Lodrö Rinchen, I supplicate. 祈请无比的洛卓仁千（指董玛谢）</p>	<p>ཚོས་སྤྱོད་ཟེར་མཚན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། CHO KU O ZER TSEN CHEN LA SOL WA DEB SO, 却古乌瑟 黎千拉梳哇喋梳 The one having the name Chöku Öser, I supplicate. 祈请 持名者却古乌瑟</p>	

༄༅། །རྗོ་དན་ལྷོ་གྲོས་གྲགས་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །མཚུངས་མེད་ལྷོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །རྟོགས་ལྡན་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལ་གསོལ་བ་

JO DEN LO DRO DRAK PA LA SOL WA DEB SO, TSUNG ME LO DRO GYA TSO LA SOL WA DEB SO, TOK DEN DON DRUB TA SHI LA SOL WA
佐典洛卓扎巴拉 梳哇 喋梳 冲没洛卓 嘉措拉 梳哇 喋梳 多滇 敦竹扎西拉 梳哇
Joden Lodrö Dragpa, I supplicate. Incomparable Lodrö Gyatso, I supplicate. Togdan Dondrub Tashi, I supplicate.
祈请佐典洛卓扎巴 祈请无比洛卓嘉措 祈请托滇敦竹扎西

ལྷ

འདེབས་སོ། །རྗེ་བཙུན་ལེགས་བཤད་སྐྱེད་བྱུངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྐུལ་སྐུ་གར་གྱི་དབང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྣགས་འཆང་སངས་རྒྱས་ཅིན་

DEB SO, JE TSUN LEG SHE DRA YANG LA SOL WA DEB SO, TRUL KU GHAR GYI WANG PO LA SOL WA DEB SO, NGAG CHANG SANG GYE RIN
喋梭 杰 尊列谢扎扬拉梳哇 喋梳 祖古 噶吉旺波拉梳哇 喋梳 阿撑桑杰仁
Jetsun Legshe Drayang, I supplicate. Tulku Ghargyi Wangpo, I supplicate. Ngagchang Sangye Rinchen,
祈請傑尊列謝紮揚 祈請噶吉旺波活佛 祈請阿昌桑傑仁千（指咒師）

ཆེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཡོངས་འཛིན་ཨ་ནན་བི་ཇ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །འབྲེན་མཚོག་དམ་པ་ལྷོ་གྲོས་ཉི་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

CHEN LA SOL WA DEB SO, YONG DZIN AH NEN TA BIN DZA LA SOL WA DEB SO, DREN CHOK DAM PA LO DRO NYI MA LA SOL WA DEB SO,
千拉 梳哇 喋梳 元进 阿年他边扎拉梳哇 喋梳 真初档巴洛卓尼玛 拉梳哇 喋梳
I supplicate. Yongdzin Ananda Bindza, I supplicate. Authentic supreme guide, Lodrö Nyima, I supplicate.
祈请元进（指金刚上师）阿蘭打必扎 祈请至高可信引导者洛卓尼玛

ཆེ་ཚང་བསོད་ནམས་འགྲུར་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

CHE TSANG SO NAM GYUR ME LA SOL WA DEB SO,
切称苏南久美拉梳哇喋梳
Chetshang Sonam Gyurme, I supplicate,
祈请赤称苏南久美

གྲུབ་ཆེན་དགོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

DRUB CHEN KON CHOK TEN DZIN LA SOL WA DEB SO,
竹千袞楚滇珍拉梳哇喋梳
Great accomplished one, Könchog Tenzin, I supplicate.
祈请伟大成就者袞楚滇珍

ཀར་མ་དུབ་བརྟུན་བསྟན་པ་ནམ་རྒྱལ་

KAR MA DRUB GYU TEN PA NAM GYAL
噶玛竹珠滇巴南嘉
Karma Drubgyu Tenpa Namgyal,
祈请噶玛竹珠滇巴南嘉

ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

LA SOL WA DEB SO,
拉梳哇喋梳
I supplicate.

འཇུག་སྐུ་ཀམ་རིན་ཆེན་སྟིང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

TRUL KU KAR MA RIN CHEN NYING PO LA SOL WA DEB SO,
祖古噶玛仁青宁波拉梳哇喋梳
Tulku Karma Rinchen Nyingpo, I supplicate.
祈请噶玛仁青宁波活佛

འཇམ་མགོན་ལྷན་དུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

JAM GON RIG DZIN SUNG RAB GYA TSO LA SOL WA DEB SO,
蒋贡瑞进松拉加措拉梳哇喋梳
Jamgön Rigdzin Sungrab Gyamtso, I supplicate.
祈请蒋贡瑞进松拉加措

གར་དབང་ཀར་མ་ཚོས་སྐྱོང་ནམ་རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

GHAR WANG KAR MA CHOO KYONG NAM GYAL LA SOL WA DEB SO,
噶旺噶玛却炯南嘉拉梳哇喋梳
Gharwang Karma Chökyong Namgyal, I supplicate.
祈请噶旺噶玛却炯南嘉

ཀུན་མཁྱེན་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

KUN KHYEN TEN PEI NYIN JED LA SOL WA DEB SO,
昆虔滇贝宁夕拉梳哇喋梳
Omniscient Tenpe Nyinche, I supplicate.
祈请无上全知滇贝宁切

ཀར་མ་དུབ་མཚོག་

KAR MA DRUB CHOK
噶玛竹楚
Karma Drubchog
祈请噶玛竹楚

ལྷ་སྐུ་

༄༅། །དགོ་ལེགས་རབ་རྒྱས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །གར་གྱི་དབང་པོ་ཚོས་སྐྱོང་འགྲུར་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཀར་མ་འགྲུར་མེད་བསྟན་འཕེལ་ལ་

GE LEK RAB GYE LA SOL WA DEB SO, GHAR GYI WANG PO CHOO KYONG GYUR ME LA SOL WA DEB SO, KAR MA GYUR ME TEN PHEL LA
 给勒拉皆拉梳哇喋梳 噶吉旺波却炯究咩拉梳哇喋梳 噶玛究咩滇佩拉
 Geleg Rabgye, I supplicate. Gharwang Chökyong Gyurme, I supplicate. Karma Gyurme Tenpel,
 给勒惹谢 祈请嘉旺楚炯久美 祈请噶玛久美丁贝

གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཀར་མ་ལོང་ཡང་བདེ་ཆེན་སྙིང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཀར་མ་འགྲུར་ཚུབ་ཚོས་གྱི་ཉི་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

SOL WA DEB SO, KAR MA LONG YANG DE CHEN NYING PO LA SOL WA DEB SO, KAR MA JANG CHUP CHOO KYI NYI MA LA SOL WA DEB SO,
 梳哇喋梳 噶玛郎扬德千宁波拉梳哇喋梳 噶玛强速却吉尼玛拉梳哇喋梳
 I supplicate. Karma Longyang Dechen Nyingpo, I supplicate. Karma Changchub Chökyi Nyima, I supplicate.
 祈请噶玛郎扬德千宁波 祈请噶玛蒋速却吉尼玛

གར་དབང་ཚོས་སྐྱོང་ཡོངས་གྲུབ་སྙིང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྐྱེ་བས་རྗེ་བསྟན་འཛིན་ལེགས་བཤད་དབང་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

GHAR WANG CHOO KYONG YONG DRUP NYING PO LA SOL WA DEB SO, KYAB JE TEN DZIN LEK SHE WANG PO LA SOL WA DEB SO,
 嘉旺却炯元竹宁波拉梳哇喋梳 轧皆滇珍列谢旺波拉梳哇喋梳
 Gharwang Chökyong Yongdrub Nyingpo, I supplicate. Lord of refuge, Tendzin Legshe Wangpo, I supplicate.
 祈请嘉旺却炯元竹宁波 祈请皈依主滇珍勒谢旺波

ལྷོ་

ལྷ་མོ་། ལྷ་མོ་།	<p>ཀམ་ལེགས་བཤད་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། KAR MA LEK SHE CHOO KYI NYI MA LA SOL WA DEB SO, 噶玛列 谢却吉尼玛拉梳哇喋梳 Karma Legshe Chökyi Nyima, I supplicate. 祈请噶玛勒谢楚吉尼玛</p>	<p>ཀམ་གར་དབང་ཚོས་སྐྱོད་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། KAR MA GHAR WANG CHOO KYONG DOR JE LA SOL WA DEB SO, 噶玛嘉旺却炯多杰拉梳哇喋梳 Karma Gharwang Chökyong Dorje, I supplicate. 祈请噶玛嘉旺却炯多杰</p>	<p>ཀམ་བསྟན་འཛིན་། KAR MA TEN DZIN 噶玛滇珍 Karma Tendzin 祈请噶玛滇珍</p>
	<p>དགེ་ལེགས་འོད་ཟེར་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། GE LEK O ZER LA SOL WA DEB SO, 格勒乌瑟拉梳哇喋梳 Geleg Oser, I supplicate. 格勒乌瑟</p>	<p>པཎ་དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། PHA DRIN CHEN TSA WEI LA MA LA SOL WA DEB SO, 拍进千渣威喇嘛拉梳哇喋梳 Kind father root guru, I supplicate. 祈请慈父根本师</p>	<p>ཡི་དམ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། YI DAM KHOR LO DE CHOK LA SOL WA DEB SO, 依当扩洛德措拉梳哇喋梳 Yidam Chakrasamvara, I supplicate. 祈请本尊胜乐金刚</p>
	<p>ཡུམ་མཚོག་དོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། YUM CHOK DOR JE PHAK MO LA SOL WA DEB SO, 雍措多杰拍姆拉梳哇喋梳 Supreme mother Vajravahni, I supplicate. 祈请至尊母金刚亥母</p>	<p>རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྡོད་ཚོས་སྐྱོད་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། GYAL WEI KA DO CHOO KYONG NAM LA SOL WA DEB SO, 嘉威嘎多却雍南拉梳哇喋梳 The ones who abide under the command of the Buddha, dharmapalas, I supplicate. 祈请遵守佛教护法众</p>	<p>ལྷ་མ་དམ་བའི་སྐྱེ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་། LA MA DAM PE KU YI JIN GYI 喇嘛当贝固衣仅吉 Authentic guru, grant me 真实不虚之上师</p>

༄༅། །བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ལུས་ལ་བདེ་དྲོད་འབར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 LAP TU SOL, LU LA DE DRO BAR WAR JIN GYI LOB,
 拉吐梳 吕拉德卓巴哇仅吉洛
 the blessings of your body. So that my body blazes with the warmth of bliss.
 赐我汝之身加持 如喜乐炽暖我身

གསུང་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།
 SUNG GII JIN GYI LAP TU SOL,
 松给仅吉拉吐梳
 Grant me the blessings of your speech.
 赐我汝之语加持

ངག་ལ་རུས་པ་འབར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 NGAG LA NU PA BAR WAR JIN GYI LOB,
 阿拉吕巴巴哇仅吉洛
 So that my speech blazes with power.
 使我充满力量语

ལྗོད།

ཐུག་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། སེམས་ལ་ཉམས་པ་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།
 THUK KYI JIN GYI LAP TU SOL, SEM LA TOK PA CHAR WAR JIN GYI LOB,
 秃皆进吉拉吐梳 森拉多巴叉哇仅吉洛
 Grant me the blessings of your mind. So that in my mind realization dawns.
 赐我汝之意加持 使我觉醒如破晓

ཐར་ལམ་ཉན་རང་དུ་མི་གོ་ལ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱེས་ཞིང་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།

On the liberation path, in order not to stray to the path of the sravakas and pratyekabuddhas, one should meditate on the four immeasurables and give rise to bodhichitta:
 在解脱之道上，为免迷失於声闻圆觉之道，我们应生起四无量菩提心作禅修。

ལྷན་པོ།	<p>ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག།</p> <p>NAM KHA DANG NYAM PEI SEM CHEN THAM CHE DE WA DANG DE WEI GYU DANG DEN PAR GYUR CHIK, 南卡倘酿贝森间汤界喋哇喋威究倘滇巴究吉 May all sentient beings as pervasive as space possess happiness and the root of happiness. 愿一切有情具樂及樂因 (慈)</p>	<p>སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་</p> <p>DUK NGAL DANG DUK NGAL 读阿倘读瓦 May they be free from suffering 愿一切有情離苦及苦因 (悲)</p>	28	
	<p>གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།</p> <p>GYI GYU DANG DRAL WAR GYUR CHIK, 吉究倘札哇究吉 and the root of suffering.</p>	<p>ལྷན་པོ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།</p> <p>DUK NGAL ME PEI DE WA DAM PA DANG MI DRAL WAR GYUR CHIK, 读阿美贝喋哇当巴倘米札哇究吉 May they not be separate from the great happiness devoid of suffering. 愿一切有情不離无苦之妙樂 (喜)</p>		<p>ཉེ་རིང་ཚགས་སྤང་གཉིས་</p> <p>NYE RING CHAK DANG NYI 涅仁洽倘涅 May they dwell in great equanimity 愿一切有情</p>
	<p>དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།</p> <p>DANG DRAL WEI TANG NYOM LA NE PAR GYUR CHIK, 倘札威当纽拉涅巴究吉 free from attachment and aversion, near and far. 远離亲疏爱憎，常住大平等舍 (舍)</p>			

༄༅། །ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་ལམ་ཟབ་མོ་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱམ་པར་བྱའོ། །

NAM KHA DANG NYAM PEI SEM CHEN THAM CHE LA NA ME PEI JANG CHUP LA GO PAR JA WEI CHIR DU LAM ZAB MO LA MEI NAL JOR GOM PAR JA O,
南卡倘酿悲森千汤界拉拿美杯强速拉过巴渣威气杜朗渣摩喇咩拿左贡巴渣哦
I will meditate on the profound path of guru yoga in order to establish all sentient beings as pervasive as space in unsurpassable enlightenment.
我愿禅修於上师瑜珈殊胜道，为一切有情众证得圆满身。

ལྷ

གཉིས་པ་སྤྲིག་སྐྱབ་དག་པར་བྱེད་པ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྐྱོམ་བཟུང་ནི།

Secondly, the meditation and recitation of Vajrasattva for purifying evil deeds and obscurations.
第二：禅观及修诵净除罪业障碍金刚萨埵仪规

རང་གི་སྤྱི་བོར་པད་ལྷའི་སྟེང་།

RANG GI CHI WOR PED DEI TENG,
让哥气窝贝爹丁
On top of a lotus and moon seat at the crown of one's head.
自顶莲花月轮座垫上

།དཔལ་ལྷན་སྐྱ་མ་དོ་རྗེ་སེམས།

PAL DEN LA MA DOR JE SEM,
巴滇喇嘛多杰森
Sits glorious guru Vajrasattva. He is white in color with one face,
金刚萨埵一面庄严白色身

།སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་པ།

KU DOK KAR PO ZHAL CHIK PA,
古多噶波暇即巴
Two arms and holds a vajra and bell.

།ཕྱག་གཉིས་དོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་འཛིན། །

CHAK NYI DOR JE DRIL BU DZIN,
差涅多杰吉布进
双臂手持金刚杵和铃

མཚན་དཔེ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས།

TSEN PE RIN CHEN GYEN GYI TRE,
粲贝仁青金皆节
He is ornamented with the major and minor marks and precious jewels. He is sitting with his two legs in the posture of the bodhisattva.
庄严珠饰珍宝严其身

འཕགས་གཉིས་སེམས་དཔའི་སྦྱིལ་གྱུང་སྟེ།

ZHAB NYI SEM PEI KYIL TRUNG TE,
洽涅森贝招仲喋
And embraces a female consort of similar family.
双脚金刚跏趺坐

འར་འབྲ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་འབྱུང། །

RANG DRA YUM GYI NAM PAR CHUD,
让扎翁吉南巴出
双拥眷属为一体

ལྷོ་ལྷོ་

ཐུགས་ཀར་ལྷོ་སྟེང་ལྷོ་ཡིག་མཐམ།

THUK KAR DA TENG HUNG YIG THAR,
禿嘎大滇咩益他
In his heart center on top of a moon is the syllable HUNG.
金刚萨埵心间月轮上”咩”字

ཡི་གེ་བརྒྱ་པས་བསྐོར་བར་གྱུར།

YI GE GYA PE KOR WAR GYUR,
依格渣贝过哇究
Surrounded by the hundred syllable mantra.
其周围以百字明

ཡིད་ཐྲེང་དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས། །

YID TRENG DE LE O TROO PE,
夜见爹咧乌作贝
From the garland of syllables light rays emanate
咒字旋绕发出无量光

ཕྱོགས་བདུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས།

CHOK CHUI SANG GYE JANG SEM NAM,
宿具桑吉强森南
Inviting the buddhas and bodhisattvas from the ten directions.
祈请十方诸佛菩萨众

མྱུན་དངས་དོར་སེམས་ལ་ཐིམ་པས།

CHEN DRANG DOR SEM LA THIM PE,
钦昌多森拉添贝
They dissolve into Vajrasattva.
融入金刚萨埵为无差别

སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་སྤྱུ་རུ་གྱུར། །

SANG GYE KUN DU KU RU GYUR,
桑杰昆嘟咕噜究
And he becomes the embodiment of all the buddhas.
以成诸佛之化身

ཏཱ་ལའི་བོ་ལོ་སྐྱོད་པ་ལྷན་པ་།	༄༅། །མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྐྱོངས་པ་ཡིས།	།དམ་ཚིག་ལ་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།	།ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག །	
	GON PO DAG NI MI SHE MONG PA YII, 拱波达涅米谢闷巴宜 Protector, owing to ignorance and stupidity. 怙主护法，由於吾之无明愚痴故	DAM TSIG LA NI GAL ZHING NYAM, 当知拉尼嘎兴酿 I have transgressed and damaged my samaya. 违犯破坏我誓言	LA MA GON POO KYAB DZO CHIK, 喇嘛贡布加作吉 Guru protector please be my refuge. 诚请上师护法为怙主	
	གཙོ་བོ་དོ་རྗེ་འཛོལ་བ་ཆེ།	།བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།	།འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི།	།ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །
TSO WO DOR JE DZIN PA CHE, 作窝多杰进巴切 Principal one, great Vidyadhara, 传承金刚大觉者	THUK JE CHEN POI DAG NYID CHEN, 秃杰千跛达涅千 The embodiment of great compassion, 圆满大悲我众主	DRO WEI TSO LA DAK KYAB CHI, 卓威作拉达加气 I take refuge in the chief of all beings. 众生之尊我皈依	LU KYI LE NI NAM PA SUM, 吕吉咧尼南巴森 I confess each of the ten non-virtues consisting of 身之惡业共有三	
ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་།	།གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ།	།མི་དགེ་བཅུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས།	།ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །	
NGAG GI NAM PA ZHI DAG DANG, Y 格南巴息达倘 The three types of karma of body. 语之惡业共有四	GANG YANG YID KYI NAM SUM PO, 扛扬噍吉南速波 The four types of karma of speech. 意之惡业共有三	MI GE CHU PO SO SOR SHAG, 米给醋婆梭梭萨 And the three types of karma of mind. 我今十惡皆忏悔	THOK MA ME NE DA TEI BAR 托玛美涅大爹巴 From beginningless time until now. 无始以來直至今	

ལྷ་ལྡན་ལྗང་།	མི་དགོ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྗང་།	།སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི།	།སླིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།	།འདོད་ཆགས་ཞེ་སྣང་།
	MI GE CHU DANG TSAM ME NGA, 米给醋倘仓美阿 I have committed acts of the ten non-virtues and five inexpressible sins. I now confess all these evil deeds. That stem from the kleshas of mind. Through the power of passion,	SEM NI NYON MONG WANG GYUR PEI, 森尼隆蒙旺究贝 皆由诸毒障所使	DIG PA THAM CHE SHAK PAR GYI, 迪巴汤界夏巴吉 一切我今皆忏悔	DO CHAK ZHE DANG 多洽些倘 随任三毒贪、嗔、痴
	所犯十恶五无间			
	གཉི་མུག་དབང་གིས་ནི།	།ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།	།སླིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ།	།དེ་དག་ཐམས་ཅད་།
TI MUK WANG GII NI, 地木旺给尼 aggression and ignorance	LU DANG NGAG DANG DE ZHIN YID KYI KYANG, 吕倘阿倘爹欣益吉羌 Through body, speech and likewise mind. 身、口、意业诸障使	DIG PA DAG GII GYI PA CHI CHHI PA, 迪巴达格吉巴气吉巴 Whatever evil deeds I have committed. 所有罪业我所犯	DE DAK THAM CHE 德达汤界 I confess each and 一切我皆齐忏悔	
བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།	།མཚམས་མེད་ལྗང་པོ་དག་གི་སླིག་པ་རྣམས།	།གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག།	།དེ་ཡིས་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་།	
DAG GII SO SOR SHAK, 达格梭梭夏 every one.	TSAM ME NGA PO DAG GI DIG PA NAM, 仓美阿波达格迪巴南 The evil deeds of the five inexpressible sins, And the actions that anyone performs through the power of ignorance,	GANG GII MI SHE WANG GII JE PA DAG, 更给米谢旺给切巴达 以及无明之恶行	DE YII TUNG WA SHAK PA 爹依通哇夏巴 Are all completely purified 致诚忏悔诸不善	
	五无间之罪业行			

བཏུག་ཅན།

༄༅། །འདི་བཏོན་པས། །དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྱུར། །བདག་སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མེད་ནས། །ད་ལྟ་ཡན་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཉེས་

DI TON PE, DE DAG MA LU YONG SU JANG WAR GYUR, DAG SOK SEM CHEN NAM KYI THOK ME NE, DA TA YEN GYI DIG DRIP NYE
迪敦贝 爹达玛吕雍速强哇究 达梭森千南吉秃美涅 达他因吉迪接涅
without exception. Through reciting this confession of misdeeds. The evil deeds, obscurations, faults and failings. Of myself and other sentient beings from beginningless time
一切清除皆无漏 我与众生无始以来，所犯诸恶障过失

ལྷུང་རྣམས། །མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ་ཕྱིན་ཆད་བསྐྱམ་ལགས་སོ། །འདི་ཕྱིར་སྒྲིབ་པར་མི་འགྱུར་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །
TUNG NAM, THOL LO SHAK SO CHIN CHID DAM LAK SO, DI CHIR DRIP PAR MI GYUR NGO DRUB TSOL,
通南 托洛夏梭称切当拉梭 迪气接巴米究喔竹初
until now. I own up to, confess and vow not to repeat from today onwards. Grant me the accomplishment that prevents these actions from becoming obstacles in this life and the next.
从今忏悔誓不再犯 诚祈再来获暇满身

ཞེས་གསོལ་མོད་ལ་སྒྲགས་ལས་བདུད་རྩི་བབས། །སྐྱེ་ཡི་དབྱིབས་བརྒྱད་སྟོར་མཚམས་ནས་བབ་སྟེ། །
ZHE SOL MOD LA NGAG LE DUD TSI BAB, KU YI YIB GYUD JOR TSAM NE BAB TE,
谢梭摩拉阿列嘟吉巴 固依依珠佐粲涅巴爹
The moment I supplicate, amrita descends from the mantra. It courses through the form of Vajrasattva and descends from the place of union.
祈请之时甘露由咒降 穿越金刚萨埵双运身

<p>ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་</p>	<p>སླི་བོ་ནས་ལྷགས་ལུས་གང་སླིག་སླིབ་བསལ།</p> <p>CHI WO NE ZHUK LU GANG DIG DRIP SAL, 气 窝 涅 叔 吕 更 迪 接 沙 Entering through the crown of my head, the amrita dispels all my evil deeds and obscurations. 甘露进头、冠净罪障</p> <p>དམིགས་པ་དེ་ལྷ་བྱ་ཡང་ཡང་བསྐྱོམས་ཤིང་སླིག་སླིབ་དག་པའི་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་བྱས་ལ།</p> <p><i>Meditate again and again on this visualization and gain stable certainty in purifying your evil deeds and obscurations.</i> 不断观想甘露充满身体，恶业罪障一一净除。</p> <p>ཨོ་བཟོ་སངས་མ་ལ། མ་རྩུ་བྱ་ལ་ལ། བཟོ་སངས་ཉེ་ལོ་བ་ཉེ། དི་རྩོ་མེ་རྩ་མ། སུ་ཉོ་ཉོ་མེ་རྩ་མ། སུ་པོ་ཉོ་མེ་རྩ་མ། ཨ་རྩུ་རྩོ་མེ་རྩ་མ། བཟོ་སློ་སློ་བྱ་ལ་ལ། བཟོ་ཀམ་སུ་ཙ་</p> <p>མེ། ཙཱོ་བྱི་ལ། ཀུ་རུ་མྱི། ཉ་ཉ་ཉ་ཉོ། རྩ་ག་སློ། བཟོ་ཉ་སློ་ག་ཉ་བཟོ་མ་མེ་སུ་རྩུ་བཟོ་རྩ་མ། མ་རྩུ་ས་མ་ལ་སངས་ལྷ་མེ།</p>	<p>།བདུད་ཅིས་ལུས་ཀྱི་ནང་གང་སླི་བོ་ར་རེག །</p> <p>DUD TSII LU KYI NANG GANG CHI WOR REK, 读 吉 吕 吉 能 更 气 窝 瑞 And fills my entire body up to the brim. 甘露满我身后顶轮溢</p>	<p>34</p>
---------------------	---	---	-----------



OM VAJRA SATTVA SA MA YA MA NU PA LA YA VAJRA SATTVA TE NO PA TIK TRA DRI DRO ME BA WA SU TO KHA YO ME BA WA SU PO KHA YO ME BA WA AH NU RAK TO ME BA WA SAR WA SID DI ME TRA YA TSA SAR WA KAR MA SU TSA ME TSIT TAM SHI RI YA KU RU HUNG HAHA HAHA HO BA GHA WEN SAR WA TA THA GHA TA VAJRA MA ME MUN TSA VA ZE BA WA MA HA SA MA YA SATTVA AH

嗡 边扎萨埵森玛呀 玛努巴拉呀 边扎萨埵喋巴 地叉则多美巴哇 速埵卡喏美巴哇 速波卡喏美巴哇 阿努惹多美巴哇 萨哇悉地美札呀擦 萨哇嘎玛速扎美 积当希瑞呀 咕噜吽 哈哈哈哈哈 巴嘎问 萨哇达他嘎达边扎玛美穆扎边知巴哇 玛哈萨玛呀萨埵阿

ཞེས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཅི་རུས་བསྟངས།

Recite the hundred syllable as many times as you can.
如上尽力持诵百字明咒

རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས་སུ་བྱོད་གྱི་སྲིག་སྒྲིབ་དག་གོ་གསུངས་ནས་དབྱེས་བཞིན་དུ་འོད་ལྷ་མང་ལ་ཐིམ་བས་མང་ཉིད་དང་རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དབྱེར་མ

རོ་གཅིག་གྱུར་པར་བསྐྱོམ།

DOR JE SEM PA YAB YUM GYI ZHAL NE BU CHO KYI DIG DRIP DAG GO SUNG NE GYE ZHIN DU O ZHU RANG LA THIM PE RANG NYID DANG DOR
JE SEM PA YER MED RO CHIK GYUR PAR KHOM.

多杰森巴呀雍吉夏涅布确吉迪接达过松涅给因读哦速让拉添贝让咧倘多杰森巴耶美糯知究巴贡

Both Vajrasattva and consort say, "Child, your evil deeds and obscurations are now purified." Happily, they melt into light and dissolve into me. I become inseparable with Vajrasattva.

持诵及观想直至金刚萨埵双运說：“我儿，您的惡行罪障经已净除。”愉快地金刚萨埵化光融入我身合二为一，无異无別。

ལུམ་པ་ཞིག་ཏུ་འང་ལུམ་རྩ་སྐྱེ་དང་ལོ་མ་བསྐྱེས་པས་བཀའ་། རྩོམ་སྐྱེས་སྐྱེས་དཔལ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་བྱས་ཏེ། སྤྱིར་ལུས་དང་ནང་དུ་འཕྱུང་བ་སོགས་དམིགས་པ་དང་བསྐྱེད་ལ་སྤྱི་གླིབ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ནང་

གཉིས་ཀ་ནས་བུག་ཏེ་དག་པར་བསམ་མོ། །

Meditate in that way. Fill a vase mixing water, milk and vase substances. Perform the meditation and recitation of Vajrasattva and consort. Then with the visualization [of purity], wash yourself externally and drink [to cleanse] internally. Contemplate that all evil deeds and obscurations both outer and inner are cleansed and purified.

将牛奶、水放一瓶子内，继续修诵金刚萨埵 百字明咒 并作观想，然后先用甘露自我洒净，再饮一点，这样做以 将我们内外都洁净。思维所有惡行罪障都从外到内一一清除及净化。

ལྷོ་
ལྷོ་

༄༅། །གསུམ་པ་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་མཇུག་གི་ཚེ་ག་ནི་བསྐྱབ་པའི་མཇུག་གི་སྐྱབས་ཡུལ་བསྐྱབ་པ་ནི།

Thirdly, in order to complete the two accumulations, one performs the ritual of the mandala. The object of refuge of the practice mandala:
第三，为能完成二集资，行者需作曼达献供。在修行曼达时须以皈依境为对境：

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྤྲོད་གི་ཆ་ལ་སྐྱ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་སྐྱ་མ་རྣམས་དང་གྲུབ་ཐོབ་པོ་མོ་ཐམས་ཅད་སྤྲིན་

DUN GYI NAM KHAR TENG GI CHA LA LA MA DOR JE CHANG LA KA GYUD KYI LA MA NAM DANG DRUB THOB PHO MO THAM CHE TRIN

敦吉南卡滇给擦拉喇嘛多杰姜拉噶举吉喇嘛南倘竹秃婆摩汤界进

In front in the area at the top of the sky is guru Vajradhara surrounded by all the Kagyu gurus and male and female accomplished ones forming a gathering

上师金刚总持在前方虚空被众噶举上师以及众男女成就者围绕如

བཞིན་དུ་གཉིབས་པ། དེའི་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཚོག། རྒྱབ་དུ་ཚོས་དགོན་མཚོག། གཡོན་དུ་དགེ་འདུན་དགོན་མཚོག། མདུན་དུ་ཡི་དམ་རྒྱུད་སྤེ།

ZHIN DU TIP PA, DEYI YE SU SANG GYE KON CHOK, GYAB TU CHOO KON CHOK, YON DU GE DUN KON CHOK, DUN DU YI DAM GYUD DE

欣杜帖巴 参耶耶苏桑杰袞措 轧吐初袞措 元杜给敦袞措 敦杜依当珠参

thick like clouds. At their right is the jewel of the Buddha. In back is the jewel of the dharma. At the left is the jewel of the sangha. In front is the yidam and the assembly of deities of the

祥云 在其右方为佛宝 背为法宝 左为僧宝 前为本尊和四密续

འཇུག་པོ།

ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་	བཞིའི་ལྷ་ཚོགས།	འོག་ཏུ་དམ་པ་ཚོས་སྐྱོད་བའི་སྤང་མ་རྣམས་བཀྲ་དཔུང་ཅེ་འོད་ཐིབས་སེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར།		
	ZHIYI LHA TSOK, 息耶拉措 four classes of tantra. 衆会	O TU DAM PA CHOO KYONG WEI SUNG MA NAM TRA PUNG NGE O THIB SE JIN GYI LAB PEI TSUL DU ZHUK PAR GYUR, 乌杜当巴却雍威松玛南札朋唉乌帖些仅吉拉贝醋杜修巴究 Below are the protectors of the authentic dharma. The [entire assembly] is colorful, radiant with light and reside in the manner of giving blessings. 下方为正法护法 整个会聚色彩缤纷， 散发光芒安坐如给予加持		
	ཞེས་བསྐྱོམས་ལ།	ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ན།	ཁུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སང་གེ་ཀུན།	ཁབ་དག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །
Thus meditate. 如是观想	JI NYE SU DAK CHOK CHUI JIG TEN NA, 知涅速达措醋知滇拿 All the lions of men of the three times who go to liberation, 所有十方世界中	DU SUM SHEK PA MI YI SENG GE KUN, 杜孙谢巴米依僧给袞 In as many worlds as there are in the ten directions, 三世一切人狮子	DAG GII MA LU DE DAG THAM CHE LA, 达格玛吕爹大汤界拉 To all of them without exception, 我以清静身语意	
ལུས་དང་བག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།	ཁབ་ཅང་པོ་སྐྱོད་བའི་སྐྱོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས།	རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །		
LU DANG NGAG YI DANG WE CHAG GYI O, 吕倘雅益倘威差吉哦 I prostrate respectfully with body, speech and mind. 一切遍礼尽无余	ZANG PO CHO PEI MON LAM TOB DAG GII, 章波却悲蒙朗托大格 Through the power of aspiration of excellent conduct, 普贤行愿威神力	GYAL WA THAM CHE YID KYI NGON SUM DU, 嘉哇汤界益吉恩速杜 All the victorious ones are manifested directly by mind. 普现一切如来前		

བཏུབ་ལྟོ

༄༅། །ཞིང་གི་རྩུལ་རྗེད་ལུས་རབ་བཏུད་པ་ཡིས།

ZHING GI DUL NYE LU RAB TU PA YII,
兴吉杜涅吕腊吐巴夜
Bowing down with bodies as countless as atoms in the world,
一身复现刹尘身

།རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་བྱུག་འཚལ་ལོ།

GYAL WA KUN LA RAB TU CHAK TSAL LO,
嘉哇昆拉腊吐恰擦罗
I prostrate fully to all the victorious ones.
一一遍礼刹尘佛

།རྩུལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩུལ་སྟེད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

DUL CHIK TENG NA DUL NYE SANG GYE NAM,
杜气滇拿杜涅桑杰南
Within a single atom are buddhas, as many as atoms in the universe,
於一尘中尘数佛

སངས་རྒྱས་སྣས་ཀྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག།

SANG GYE SE KYI U NA ZHUK PA DAG,
桑杰谢吉布拿修巴大
Residing together with their descendants.
各处菩萨众会中

།དེ་ལྟར་ཚེས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པར།

DE TAR CHOO KYI YING NAM MA LU PAR,
喋他却吉英南玛吕巴
In that way the dharmadhatu without exception.
无尽法界塵亦然

།ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །

THAM CHE GYAL WA DAG GII GANG WAR MOO,
汤界嘉哇大吉扛哇摩
Is filled with all the victorious ones.
深佛诸佛皆充满

དེ་དག་བསྐྱུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས།

DE DAK NGAG PA MI ZE GYA TSO NAM,
爹大雅巴米啫嘉初南
With oceans of inexhaustible exaltation.
各以一切音声海

།དབྱུངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས།

YANG KYI YEN LAK GYA TSOI DRA KUN GYII,
扬吉烟拉嘉确札昆皆
Consisting of all the sounds of oceans of various types of melodies.
普出无尽妙言辞

།རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། །

GYAL WA KUN GYI YON TEN RAB JOD CHING,
嘉哇昆吉恩滇腊佐进
I fervently express the qualities of all the victorious ones and
尽於未来一切劫

ལྷོ་ལྷོ་	<p>བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད།</p> <p>DE WAR SHEK PA THAM CHE DAG GII TOD, 喋哇息巴汤界达格多 Praise all the sugatas. 赞佛甚深功德海</p>	<p>མེ་ཏོག་དམ་པ་སྐྱེང་བ་དམ་པ་དང་།</p> <p>ME TOK DAM PA TRENG WA DAM PA DANG, 美多当巴称哇当巴倘 With the finest flowers, the finest garlands, 以诸最胜妙华鬘</p>	<p>སིལ་སྒྲན་རྣམས་དང་རྒྱལ་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །</p> <p>SIL NYEN NAM DANG JUG PA DUG CHOK DANG, 施宁南倘珠巴杜措倘 Cymbals, scented lotions, supreme parasols, 伎乐涂香及伞盖</p>
	<p>མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས།</p> <p>MAR ME CHOG DANG DUK POO DAM PA YII, 玛米措倘杜波当巴益 Lamps and incense – all excellent in quality, 如是最胜庄严具</p>	<p>རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི།</p> <p>GYAL WA DE DAG LA NI CHO PAR GYI, 嘉哇爹大拉内却巴吉 I make offering to all the victorious ones. 我以供养诸如来</p>	<p>ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཚོག་དང་། །</p> <p>NA ZA DAM PA NAM DANG DRI CHOK DANG, 拿渣当巴南倘知措倘 With the finest clothing, supreme scents, 最胜衣服最胜香</p>
	<p>ཕྱེ་མའི་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་།</p> <p>CHE MEI PHUR MA RI RAB NYAM PA DANG, 切玛布玛瑞腊酿巴倘 Heaps of aromatic substances and powdersⁱ equal in size to Mount Meru and so on. All displayed in the most supreme of arrangements. I make offering to these victorious ones. 末香烧香与灯烛</p>	<p>བཀོད་པ་ཁུད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས།</p> <p>KO PA KHYE PAR PHAK PEI CHOK KUN GYII, 过巴切巴柏悲措昆吉 一一皆如妙高聚</p>	<p>རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཚོད་པར་བགྱི། །</p> <p>GYAL WA DE DAG LA YANG CHO PAR GYI, 嘉哇爹大拉扬却巴吉 我悉供养诸如来</p>

ལྷོ་ཤར་།	<p>༄༅། །མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ།</p> <p>CHO PA GANG NAM LA ME GYA CHE WA, 却巴扛南拉美嘉切哇 Offerings unsurpassable and vast. 我以广大胜解心</p>	<p>།དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།</p> <p>DE DAG GYAL WA THAM CHE LA YANG MOO, 喋大嘉哇汤界拉扬摩 I imagine for all the victorious ones. 深信一切三世佛</p>	<p>།བཟང་པོ་སྦྱོད་ལ་དད་པའི་སྦྱོབས་དག་གིས། །</p> <p>ZANG PO CHO LA DE PEI TOB DAG GII, 章波却拉爹悲托大格 Through the power of faith in excellent conduct, 悉以普贤行愿力</p>
	<p>རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་སྤྱད་འཚལ་མཚོད་པར་བགྱི།</p> <p>GYAL WA KUN LA CHAK TSAL CHO PAR GYI, 嘉哇昆拉恰擦却巴吉 I prostrate and make offering to all the victorious ones. 普遍供养诸如来</p>	<p>།འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི།</p> <p>DO CHAK ZHE DANG TI MUK WANG GII NI, 剃差谢倘帖木旺格尼 Through the power of passion, aggression and ignorance. 我昔所造诸恶业</p>	<p>།ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །</p> <p>LU DANG NGAG DANG DE ZHIN YID KYI KYANG, 吕倘雅倘爹欣益吉姜 In body, speech and likewise mind, 皆由无始贪、嗔、痴</p>
	<p>སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཚིས་པ།</p> <p>DIG PA DAG GII GYI PA CHI CHII PA, 迪巴达格吉巴借气巴 I have performed evil deeds. 从身、语、意之所生</p>	<p>།དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།</p> <p>DE DAG THAM CHE DAG GII SO SOR SHAK, 喋大汤界达格梭梭夏 All these I confess one by one. 一切我今皆忏悔</p>	<p>།སྦྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱོད། །</p> <p>CHOK CHUI GYAL WA KUN DANG SANG GYE SE, 措醋嘉哇昆倘僧杰些 All the victorious ones and their descendants of the ten directions, 十方一切诸众生</p>

ལྷོ་གླིང་། ལྷོ་གླིང་།	<p>རང་རྒྱལ་ནམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་དང་། RANG GYAL NAM DANG LOB DANG MI LOB DANG, 让嘉南倘落倘米落倘 The pratyekabuddhas, those who are studying, and those who have completed their studies. And generally beings in whatever merit they have accumulated. In all I rejoice. 二乘有学及无学</p>	<p>།འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། DRO WA KUN GYI SO NAM GANG LA YANG, 卓哇昆吉梭南扛拉扬 一切如来与菩萨</p>	<p>།དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། ། DE DAG KUN GYI JEE SU DAG YI RANG, 喋大昆吉皆速达依让 所有功德皆随喜</p>
	<p>གང་ནམས་ཕྱོགས་བཅུ་འི་འཛིན་རྟེན་སློབ་མ་དག་། GANG NAM CHOK CHUI JIG TEN DRON MA DAG, 扛南措醋啫滇肿玛倘 Those who are the beacons of the world of the ten directions. Who reach enlightenment without attachment having traveled the stages of the path of the bodhisattva. To all these protectors. 十方所有世间灯</p>	<p>།བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེན། JANG CHUB RIM PAR SANG GYE MA CHAK NYE, 强速念巴僧杰玛叉涅 最初成就菩提者</p>	<p>།མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། ། GON PO DE DAG DAG GII THAM CHE LA, 贡婆喋大达格汤界拉 我今一切皆劝请</p>
	<p>འཁོར་ལོ་བླ་ན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། KHOR LO LA NA ME PAR KOR WAR KUL, 扩洛拉拿美巴过哇固 I urge you , please turn the wheel of the unsurpassable dharma. 转於无上妙法轮</p>	<p>།ལྷ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། NYA NGEN DA TON GANG ZHE DE DAG LA, 娘颜大敦扛鞋喋达拉 All the buddhas who are planning to pass into nirvana. 诸佛若欲示涅槃</p>	<p>།འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་བྱིར། ། DRO WA KUN LA PHEN ZHING DE WEI CHIR, 卓哇昆拉篇兴喋威雌 In order to provide benefit and happiness to all sentient beings, 我悉致诚而劝请</p>

༄༅། །བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩུལ་སྟེང་བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྐྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །བྱལ་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །

KAL PA ZHING GI DUL NYE ZHUK PAR YANG, DAG GII THAL MO RAB JAR SOL WAR GYI, CHAK TSAL WA DANG CHO CHING SHAK PA DANG,
嘎巴兴吉杜涅修巴扬 达格他摩腊渣梭哇吉 恰擦哇倘却进夏巴倘
I supplicate with palms joined for you to remain. For as many kalpas as there are atoms in the universe. By prostrating, offering and confessing,
唯愿久住刹尘劫 利乐一切诸众生 所有礼赞供养福

ལྷོ་ལྷོ་

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། ། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་བྱིར་བསྐྱོལ། །

JEE SU YI RANG KUL ZHING SOL WA YI, GE WA CHUNG ZE DAG GII CHI SAK PA, THAM CHE DAG GII JANG CHUB CHIR NGO O,
皆速依让固兴梭哇依 格哇冲皆达格知沙巴 汤界达格强速气哦喔
Rejoicing, requesting and supplicating. Whatever small virtue I have accumulated. I dedicate it all for enlightenment.
请佛住世转法轮 随喜忏悔诸善根 回向众生成佛道

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། མཇུག་རྒྱས་པ་ཡིག་བརྒྱ་བཞུགས་པ་ནས་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱས་གདབ་པའི་བར་ཕག་མའི་ཚོ་ག་ལྟར་འབྲུལ་ལོ་འདྲི་ནས་

Then recite the hundred syllable mantra and extensive mandala offering sealing the practice with the aspiration prayer as is done in the sadhana of Vajrayogini:
从念诵百字明咒、长曼达献供到回向文，都如金刚瑜伽母仪轨一样作献供

ཨོ་བཙུན་སངས་མཁའ་ཡུལ། མ་རུ་བླ་ལ་ཡུལ། བཙུན་སངས་ཏེ་ལོ་པ་ཏིལྱ། འི་རྩོམ་གྱ་མ། སུ་ཏོ་ཏྱེ་མེ་གྱ་མ། སུ་པོ་ཏྱེ་མེ་གྱ་མ། ཨ་རུ་འཕྱོ་མེ་གྱ་མ། མཐ་སྙི་མེ་བྲ་ཡ་ཕྱོ། མཐ་ཀམ་སུ་ཙ་

མེ། ཙེ་ཏྱེ་བྲི་ཡ། ཀུ་སུ་མྱི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། ལྷ་ག་ལྷ་ག། མཐ་ཏ་བླ་ག་ཏ་བཙུན་མ་མེ་སུ་ལུ་བཙུན་གྱ་མ། མ་རུ་ས་མ་ཡ་སངས་ལྷུང་།

ལྷུང་།
ལྷུང་།

OM VAJRA SATTVA SA MA YA MA NU PA LA YA VAJRA SATTVA TE NO PA TIK TRA DRI DRO ME BA WA SU TO KHA YO ME BA WA SU PO KHA YO
ME BA WA AH NU RAK TO ME BA WA SAR WA SID DI ME TRA YA TSA SAR WA KAR MA SU TSA ME TSIT TAM SHI RI YA KU RU HUNG HAHA HAHA
HO BA GHA WEN SAR WA TA THA GHA TA VAJRA MA ME MUN TSA VA ZE BA WA MA HA SA MA YA SATTVA AH

嗡边扎萨埵森玛呀 玛巴拉呀 边扎萨埵喋巴 地叉则多美巴哇 速埵卡喲美巴哇 速波卡喲美巴哇 阿努惹多美巴哇 萨哇悉地美札呀擦 萨哇嘎玛速扎美
积当希瑞呀 咕噜吽 哈哈哈哈哈 巴嘎问 萨哇达他嘎达边扎玛美穆扎边知巴哇 玛哈萨玛呀萨埵阿

བཏུང་པོ་	<p>༄༅། །ཨོ་བཟླ་བུ་མི་ཨུཾ་ཧཱུྃ། །གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་དོ་རྗེའི་རང་བཞིན་གྱི་ས་གཞི།</p> <p>OM VAJRA BU MI AH HUNG, ZHI NAM PAR DAK PA DOR JEI RANG ZHIN GYI SA ZHI,</p> <p>嗡边扎布米阿吽 息南巴达巴多杰让欣吉沙些</p> <p>Om vajra bumi ah hung, The vajra nature of earth is the pure ground.</p> <p>嗡边扎布米阿吽 极清净大自在黄金之地基</p>	<p>ཨོ་བཟླ་རེ་ཁེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ། །ཕྱི་དོ་རྗེའི་རིའི་འཁོར་ཡུག་</p> <p>OM VAJRA RE KHE AH HUNG, CHI DOR JEI RIYI KHOR YUK</p> <p>嗡边扎惹喀阿吽 气多杰瑞依扩玉</p> <p>Om vajra re khe ah hung, The circular vajra mountain wall</p> <p>嗡边扎惹喀阿吽 外以金刚山环绕</p>
	<p>གི་ར་བས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་བོ་མཚོག་རབ།</p> <p>GI RA WE YONG SU KOR WEI U SU RIYI GYAL PO RI WO CHOK RAB,</p> <p>格拉威元速过威鸣速瑞依嘉波瑞窝措措</p> <p>completely surrounds it. In the center is Meru, the king of mountains.</p> <p>中央为山王胜须弥山</p>	<p>ཤར་ལུ་ཕམ་པོ། །ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། །རུབ་བ་ལང་ལྷོད།</p> <p>SHAR LU PHAK PO, LHO DZAM BU LING, NUB BA LANG CHOD,</p> <p>萨吕栢波 罗赞布令 吕巴能确</p> <p>In the east, Purva Videha, In the south, Jambu Dvipa, In the west, Aparā Godānoa,</p> <p>东圣身洲 南瞻部洲 西牛货洲</p>
	<p>ཇང་དྲཱ་མི་ལྷན། །ཇང་ཤར་དུ་དྲཱ་བ། །ལྷོ་རུབ་ཏུ་ཉི་མ། །ལྷ་དང་མི་ཡི་དཔལ་འབྱོར་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ།</p> <p>JANG DRA MI NYEN, JANG SHAR DU DA WA, LHO NUB TU NYI MA, LHA DANG MI YI PAL JOR PHUN SUM TSOK PA MA TSANG WA ME PA,</p> <p>强扎米宁 强萨杜大哇 罗吕吐内玛 拉倘米依巴左潘孙措巴玛称哇米巴</p> <p>In the north, Uttara Kuru, In the northeast, the moon, In the southwest, the sun. All the wealth of gods and men, complete and plentiful,</p> <p>北俱卢洲 东北月亮 西南太阳 一切天人、人之珍宝，圆满及丰足</p>	

རབ་འབྲམས་རྒྱ་མཚོའི་རྩལ་གྱི་གྲངས་ལས་འདས་པ་མངོན་པར་བཀོད་དེ་སློམ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་

RAB JAM GYA TSOI DUL GYI DRANG LE DE PA NGON PAR KO DE LA MA YI DAM SANG GYE JANG CHUB SEM PA PA WO KHA DRO CHOO

腊赞嘉措杜吉将勒爹巴恩巴过爹喇嘛依担僧杰强速森巴巴窝卡卓却

As countless as the atoms in oceans of galaxies, We set out before you and offer you. The assembly of gurus, yidams, buddhas, bodhisattvas, Dakas, Dakinis, 无量无边如尘海 我等罗列咸供养 上师、本尊、诸佛、菩萨、 勇父、空行、

སློང་སྤང་མའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་འབུལ་བར་བགྱིའོ།

འབྲུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།

KYONG SUNG MEI TSOK DANG CHE PA NAM LA BUL WAR GYI O,

THUK JEE DRO WEI DON DU ZHE SU SOL,

雍松米措倘皆巴南拉布哇吉哦

秃谢卓威敦杜谢速梭

dharmapalas, and protectors.

Please accept it with kindness for the benefit of beings.

护法、守者众

祈以慈悲利众而纳受

ལྷོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །སློམ་དོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་དང་། །ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས། །

CHOK CHU DU SUM ZHUK PA YI, SANG GYE JANG CHUB SEM PA DANG, LA MA JOR JE LOB PON DANG, YI DAM LHA TSOK KHOR DANG CHE,

措醋杜速修巴依

僧杰强速森巴倘

喇嘛多杰洛朋倘

依担拉措扩倘皆

For the assembly of buddhas and bodhisattvas. Who dwell in the ten directions and the three times. For the gurus and vajra masters. And the yidams with their retinues,

十方三世所安住

诸佛以及菩萨等

上师金刚阿闍黎

本尊圣众眷属俱

ལྷོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།

༄༅། །དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་མ་ལུས་ལ། །ལྷིང་བཞི་རི་ལ་བཅས་པ་དང་། །ལྷིང་བཞི་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྟུང་དང་། །བྱེ་བ་འབུམ་དང་དུང་ཕྱུར་ཏེ། །

DU SUM DE SHEK MA LU LA, LING ZHI RI RAB CHE PA DANG, LING ZHI JE WA TRAK GYA DANG, JE WA BUM DANG DUNG CHUR TE
杜森喋谢玛吕拉 令希瑞拉皆巴倘 令希皆哇扎嘉倘 皆哇朋倘敦醋帖
For the sugatas of the three times, for all these without exception. Mount Meru and the four continents. Millions, billions, and trillions,
三世善逝，无余众 四洲弥须山王以及 凡诸四洲百俱胝（千万） 十万俱胝亿俱胝

མཐུལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་ནི། །མོས་སློབ་གོང་མ་རྣམས་ལ་འབུལ། །ཐུགས་རྗེས་བརྩེ་བ་དགོངས་བཞེས་སུ་གསོལ། །བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ། །

MAN DRAL CHIK TU DU NE NI, MOO LOO GONG MA NAM LA BUL, THUK JEE TSER GONG ZHE SU SOL, ZHE NE JIN GYI LAB TU SOL
曼扎气吐堆涅尼 摩罗贡玛南拉布 秃节皆贡谢速梭 谢涅仅吉拉吐梭
Are gathered into a single mandala. We offer it to you, the superior ones, with devotion. Please accept it with thoughts of love and kindness. Having accepted it, please grant your blessing.
摄集於一曼达已 虔诚弟子咸供养 慈悲怙念祈纳受 受已祈请赐加持

ཨོཾ་མཐུལ་ལུ་ཇ་མེ་གླ་ས་མུ་བྲ་སྤྱ་ར་ཏ་ས་མ་ཡེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ། ། །མཉེས་བྱེད་མཐུལ་བཟང་པོ་འདི་ཡུལ་བས། །

OM MAN DRA LA PU DZA ME GA SA MU DRA SA PHA RA NA SA MA YE AH HUNG, NYE JE MAN DRAL ZANG PO DI PHUL WE,
嗡 曼扎拉般渣美噶沙木渣沙怕腊拿沙玛耶阿吽 臆皆曼达增波迪铺威
By offering this good and pleasing mandala,
供养此悦善曼达

བཟུང་།

བྱང་ཚུབ་ལམ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་།

JANG CHUB LAM LA BAR CHE MI JUNG ZHING,
强速朗拉巴切米炯兴
May no obstacles arise on the path of enlightenment.
菩提道障不生起

ཁྲུ་གསུམ་བདེ་གཤེགས་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་དང་།

DU SUM DE SHEK GONG PA TOK PA DANG,
杜孙爹谢贡巴托巴倘
Realizing the insight of the sugatas of the three times,
解悟善逝之密义（原文作三世善逝）

སྲིད་པར་མི་འབྱུལ་ཞི་བར་མི་གནས་གིང་། །

SID PAR MI TRUL ZHI WAR MI NE SHING,
适巴米祝希哇米涅兴
Neither wandering in samsara nor dwelling in nirvana,
不迷轮回不住涅

ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག

NAM KHA DANG NYAM PEI DRO WA DROL WAR SHOK,
南卡倘酿悲卓哇卓哇梳
May all beings, limitless as space, be liberated.
愿度众生等虚空

ཁང་དང་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་བའི་རྩ་བ་

DAK DANG THA YE PEI SEM CHEN THAM CHE KYI LU LONG CHO GE WEI TSA WA
达倘他耶悲森见汤界吉吕龙足给威渣哇
I and all sentient beings without limit offer our bodies,
我和无量众生身

དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་མ་དང་དགོན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་འབུལ་བར་བགྱིའོ།

DANG CHE PA THAM CHE LA MA DANG KON CHOK RIN PO CHE NAM PA SUM LA BUL WAR GYI O,
倘切巴汤界喇嘛倘袞措仁波切南巴速拉布哇皆哦
enjoyments and all our causes of virtue to the guru and the three precious jewels.
喜乐和善因皆作供养上师及三宝

སྤྲོ་མ་དང་དགོན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་

LA MA DANG KON CHOK RIN PO CHE
喇嘛倘袞措仁波切
May the supreme wish and intent of the guru
愿彼等心愿皆圆满

ལྷོ་
ལྷོ་

༄༅། །ནམ་པ་གསུམ་གྱི་ཐུགས་གྱི་དགོངས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག

དེའི་བསོད་ནམས་གང་

NAM PA SUM GYI THUK KYI GONG PA CHE PAR CHEN GONG NE GONG DU YONG SU DZOK PAR GYUR CHIK,
南巴孙吉秃吉贡巴皆巴千扛涅扛杜元速作巴究切
and the three precious jewels be completely and utterly fulfilled.

DEYI SO NAM GANG
喋依苏南扛
By receiving whatever merit derives from that
愿以此功德

ལྷན་ཁྲིམས་

ལགས་པ་དེ་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱིན་པས།

རིགས་དྲུག་སོ་སོའི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་དང་ཉེས་དམིགས་ཅི་ཡོད་པ་ལས་གྲོལ་ཞིང་

LAK PA DE DRO WA RIG DRUG GI SEM CHEN NAM LA JIN PE,
棘巴爹卓哇瑞竹格森千南拉进贝
and giving it away to all sentient beings of the six realms,
回向六道众生

RIG DRUG SO SOI DUG NGAL DANG NYE MIK CHI YO PA LE DROL ZHING
历竹梭梭杜雅倘涅米气哟巴呢卓兴
may they be liberated and freed from whatever suffering and crimes exist in the six realms.
远离罪苦得解脱

ཐར་ནས་སྐུར་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག

THAR NE NYUR DU NAM PA THAM CHE KHYEN PA SANG GYE KYI GO PHANG RIN PO CHE THOB PAR GYUR CHIK,
他涅纽杜南巴汤界虔巴桑杰吉过胖仁波切托巴究吉
May they quickly attain the precious state of the omniscient buddhas.
速达无上全知佛境

ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་སྐྱབས་ལུལ་རྣམས་རང་དང་དབྱེར་མེད་ཏུ་བསྐྱེམས་པའམ། ཡང་སྐྱའམའི་ལག་ལེན་ལ་སྐྱའམའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་མཛུལ་རྒྱས་པ་ལྟར་འབུལ་བར་སྣང་ལ། ལུག་མོང་སྐྱའམའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་བསྐྱབ་པའི་མཛུལ་གྱི་ཚབ་བྱས་ནས་རྒྱས་པ་འབུལ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་འཐད་པས་གང་འཐད་བྱའོ། །

After that, the objects of refuge dissolve inseparably into oneself. Alternatively, in accord with the earlier tradition, one offers the extended mandala in conjunction with guru yoga. Here the common guru yoga practice is used as a replacement for the mandala practice. It is best to do an extensive mandala offering within guru yoga; however you can do whatever is suitable.

之后，皈依境化光融入自身无异无别。根据传统在修上师瑜伽时需同时修持献曼达，但此通用上师瑜伽亦可用代替曼达献供。若能在上师瑜伽仪轨内加修长曼达是最好不过，但亦可因应情况而定。

ལྷོ་
ལྷོ་

བཞི་པ་བྱིན་རླབས་ལྷུང་ཏུ་འཇུག་པ་སྐྱའམའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པ་ནི།

Fourthly, the meditation of the guru yoga where one quickly becomes infused with blessings.
第四，速趋加持上师瑜伽仪轨禅修

ཨོ་སྐ་སྐྱ་མ་ལུ་རྣམ་སྐྱའམ་སྐྱ་སྐྱ་མ་ལུ་རྣོ་ཉི་ཨོ།

OM SO BA WA SHUD DA SAR WA DAR MA SO BA WA SHUD DO HANG,
嗡 梭巴哇需大萨哇打玛梭巴哇需多哼

ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྣོང་ཞིང་བདག་མེད་པ་རང་བཞིན་

CHOO THAM CHE RANG ZHIN GYII TONG ZHING DAG ME PA RANG ZHIN
却汤界让欣进皆东兴大美巴让欣
All phenomena are naturally empty and without self-identity.
一切法本性皆空无我

འཕྲུག་པ་ལ་

༄༅། །གྲིས་འོད་གསལ་བའི་གཞལ་མེད་ཁང་རྣམ་པར་དག་པའི་དབྱིངས་ཆེན་པོའི་དབུས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཉི་མ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་གདན་ལ་རང་ཉིད་ལྷག་

GYI O SAL WEI ZHAL ME KHANG NAM PAR DAG PEI YING CHEN POI U SU PED MA DANG NYI MA RAB TU GYE PEI DEN LA RANG NYI LHAK

皆哦沙威萨美扛南巴达悲英千波鸣达贝玛倘涅玛腊吐皆悲滇拉让涅拉

In the center of that pure palace of natural luminosity, on top of a fully blossomed lotus and sun seat, one appears as the supreme deity without true nature.

在清静大界光明超量宫的中央，非常广大莲花日轮座垫上，

པའི་ལྷ་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་དུར་བྲོད་གྱི་ཆས་བརྒྱད་དང་ལྗན་པའི་སྦྱི་བོའི་གཙུག་ཁུག་ཅམ་གྱི་སྤྲང་གི་བར་

PEI LHA NANG LA RANG ZHIN ME PA DUR TRO KYI CHE GYE DANG DEN PEI CHI WOI TSUK TRU GANG TSAM GYI TENG GI BAR

悲拉能拉让欣美巴杜措吉切啫倘滇悲气窝束醋扛赞吉滇给巴

He is wearing the eight charnel ground ornaments and about one cubit above the top of the crown of his head in space is the seed syllable

自现为无自性殊胜本尊， 身上佩带寒林八饰， 在头顶上仅一肘虚空之上为

སྣང་ལ་བྲི་ལས་སྣ་ཚོགས་བསྐྱེད་པ་འདབ་མ་འབུམ་ལྗན་གྱི་དབུས་སུ་རྩེ་ལས་ཉི་མའི་དབྱིལ་འཕོར་འོད་ཟེར་བྱེ་བ་བརྒྱ་ལྷག་དང་ལྗན་པའི་

NANG LA PAM LE NA TSOK PED MA DAB MA BUM DEN GYI U SU RAM LE NYI MEI KYIL KHOR O ZER JE WA GYA TRAK DANG DEN PEI

能拉胖列拿措贝玛打玛碰滇给鸣速秣列涅美吉招扩奥瑟皆哇渣擦倘滇悲

PAM. It transforms into a multicolored lotus having one hundred thousand petals. In the center of that from RAM is a sun mandala radiating countless light rays.

种子字”胖”，然后种子字化十万瓣七彩莲花，在莲花日轮中央有一秣字，幻化成一发亿光日轮

ལྷོ་ལྷོ་

གདན་ལ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་མྱོན་ལས་ཐམས་ཅད་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་པ་དྲིན་ཅན་ཙུ་

DEN LA, DU SUM GYI SANG GYE THAM CHE KYI KU SUNG THUK YON TEN TRIN LE THAM CHE KYI NGO WOR GYUR PA, PHA DRIN CHEN TSA
滇拉， 杜孙吉僧杰汤界吉固松秃元滇称列汤界吉哦窝究巴，拍见千渣
On that seat is the kind root guru, the sixth dharmakaya great Vajradhara, the embodiment of the entirety of the body, speech, mind, quality
坐着拥有三世一切诸佛的圆满身、语、意、功德

བའི་སྤྲ་མ་ཚོས་སྐྱེ་དུག་པ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་སྐྱེ་མདོག་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བེདྲུའུ་ཐོན་ཀ་བཟང་པོ་ལྷུར་

WEI LA MA CHOO KU DRUK PA DOR JE CHANG CHEN PO KU DOK YI ZHIN GYI NOR BU RIN PO CHE BE DRUL YA THON KA ZANG PO TAR
威喇嘛却固竹巴多杰场千波固多夜欣吉若布仁波切贝竹丫通嘎曾波打
and enlightened activity of all the buddhas of the three times. He is clear blue in color like an excellent wish fulfilling jewel of vaidurya.
和事业的根本上师第六法身金刚总持， 他那青蓝吠琉璃身色泽清澈如摩璃宝珠，

སྤོ་ལ་དྲང་བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ།

NGO LA DANG WEI DANG DANG DEN PA,
哦拉倘 威当倘滇巴
He has one face and two arms and holds a vajra and bell with arms crossed.

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དོ་རྗེ་དང་དྲིལ་བུ་ཐུགས་ཀར་བསྐྱོལ་ཐབས་སུ་འཛིན་པ།

ZHAL CHIG CHAG NYI DOR JE DANG DRIL BU THUK KAR NOL THAB SU DZIN PA,
夏气擦涅多杰倘直布秃卡糯他速进巴
他有一面双臂,双手交叉持金刚杵和铃

ཞབས་དོ་རྗེའི་

ZHAB DOR JEI
萨多杰

༄༅། །སྐྱིལ་མོ་གྲུང་གིས་བཞུགས་པ། །ལྷའི་གོས་བལྟུ་ལི་ཀའི་རྣམ་བཤུ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་དྲུ་བ་དྲུ་ཐྱེད་ཀྱིས་སྤྲུམ་པའི་ཤམ་ཐབས་ལྷབ་ལྷབས་

KYIL MO TRUNG GII ZHUK PA, LHAYI GOO PAN TSA LI KII NAM TRA LA RIN PO CHEYI DRA WA DRA CHE KYI TRE PEI SHAM THAB LHAB LHUB

吉摩仲给叔巴 拉那个边渣利个南渣拉仁波切以渣哇渣切给车贝审他笠绿

He sits in the vajra posture wearing divine multicolored Pancaliki clothing. His skirt is flowing and is ornamented with nets and pendants of precious jewels.

以金刚双趺坐，穿著花纹的班杂利给圣衣，他的裙子飘散著并以网状垂饰珍宝严其身，

སུ་བསྐྱབས་པ། དབུ་སྐྱ་རལ་པའི་ཐོར་ཚུགས་གྲེན་དུ་བཅིངས་ཤིང་ལྷག་མ་སྐྱ་རྒྱབ་ཏུ་གྲོལ་བ། ། །སྐྱ་གཅེར་བུ་ལ་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆའི་

SU LUB PA, U TRA RAL PEI THOR TSUK GYEN DU CHING SHING LHAK MA KU GYAB TU DROL WA, KU CHER BU LA RU PA DANG RIN PO CHEYI

速绿巴 乌渣腊贝拖醋坚杜精升棘玛固嘉吐卓哇 固车布拉如巴倘仁波切以

Part of his hair is tied in a topknot and the remainder flows down his back. Where his body is bare, he is ornamented with a variety of bone and precious ornaments.

部份的头发用头饰束起其余散放肩背，种种的骨头和珍宝严饰其赤裸身，

རྒྱལ་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། །ཞལ་འཇུག་པ། །ཐུག་ཇེ་པ། །སྐྱ་གསུང་ཐུག་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་འོད་ཟེར་ཉི་མ་འབུམ་ལྟར་

GYEN NA TSOK KYII GYEN PA, ZHAL DZUM PA, THUK JEE PA, KU SUNG THUK KYI SANG WA SAM GYII MI CHAB PEI O ZER NYI MA BUM TAR

坚那初吉坚巴 萨终巴 秃遮巴 固松秃吉僧哇森给米眨贝哦谢尼玛蓬他

He is smiling and is of happy mind. The incomprehensible secret of his body, speech and mind emanate light rays like those of one hundred thousand suns.

现微笑和悦意， 他那身、口、意三密如十万个太阳发不可思议光芒，

ལྷ་མོ་

འཕྲོ་བ། བ་སྐྱའི་བྱ་ག་རེ་རེ་ལའང་རྒྱལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་ཞིང་ཁམས་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་རྫོགས་བཞིན་དུ་

TRO WA, BA PUI KHUNG BU REY REY LA ANG GYAL WA LONG CHO DZOK PEI ZHING KHAM SAM GYII MI KHYAP PA DZOK ZHIN DU

初哇 巴布布嘎列列拉安嘉哇龙却卓贝仙康深吉米 轧不巴卓先杜

In every hair pore of his body is a complete incomprehensible buddha field of victorious Samantabhadra.

他的每一个毛孔都充满诸佛报身的净土

ལྷོ་ལྷོ་

སྐྱ་མངོན་པར་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ལས་གྲོལ་བ། གསུང་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་

KU NGON PAR THONG WA TSAM GYII NGEN SONG SUM GYI DUG NGAL LE DROL WA, SUNG THOO PA TSAM GYII ZAK PA ME PEI DE WA LA

枯安巴通哇赞吉能松吉独阿类卓哇 松拖巴赞吉萨巴咩爹哇拉

Merely seeing his manifest form, one is liberated from the suffering of the three lower realms. His speech possesses the quality that merely hearing it,

仅见其形即得三恶道解脱， 仅听其法即得无漏大喜乐

འགོད་པའི་དབལ་དང་ལྷན་པ། དེ་ལ་འཁོར་རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་ལ། རིག་འཛིན་གྱི་ཕོ་མོ་ལྷ་བཅུ་ཙུ་གཉིས་

GO PEI PAL DANG DEN PA, DE LA KHOR GYA GAR GYI DRUB CHEN GYE CHU TSA NGA, RIG DZIN GYI PHO MO NGA CHU TSA NYI,

果贝巴 倘殿巴 喋拉扩渣 噶给竹千嗟究渣阿 历见吉破么阿究渣腻

one is established in undefiled bliss. He is surrounded by his retinue of the eighty five mahasiddhas of India, the fifty two male and female vidyadharas

在他身边围绕着印度 85 大成就者，52 位男女持明

ཉེར་ཁུངས་

༄༅། །རྒྱུད་སྡེ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ནས་བཞུགས་པ།

GYU DE GYAL WA GYA TSOI TSOK KYII KOR NE ZHUK PA,
举喋 嘉哇嘉却初尼 过内叔巴
and the oceans of hosts of victorious yidams of the classes of tantra.
以及如海密续尊胜本尊，

སྤྱིང་གི་ཆ་ལ་དོ་རྗེ་འཆང་ནས་རྩ་བའི་སྤྲ་མའི་བར་བརྒྱུད་པའི་སྤྲ་མ་

TENG GI CHA LA DOR JE CHANG NE TSA WEI LA MEI BAR GYU PEI LA MA
丁吉差拉多杰场内渣威拉没巴举贝喇嘛
From Vajradhara at the top down to one's root guru are the gurus of the lineage who reside
上層坐根本上师金刚总持，从上而下为传承上师，尤如珍珠的珠曼

རྣམས་ལུ་ཉིག་བསྐྱར་ལ་བརྒྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པ།

NAM MU TIK TAR LA GYU PEI TSUL GYII ZHUK PA,
南木滴他拉诸贝处记叔巴
one by one like a garland of pearls.
重叠安住，

དེའི་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཚོག

DEYI YE SU SANG GYE KON CHOK,
喋耶耶稣桑杰袞绰
On the right is the Buddha jewel.
右边为佛宝

རྒྱབ་ཏུ་ཚོས་དཀོན་མཚོག

GYAB TU CHOO KON CHOK,
轧吐却袞绰
In back is the dharm jewel.
背面为法宝

གཡོན་དུ་དགོ་འདུན་

YON DU GE DUN
元杜给敦
On the left is the jewel of the sangha.
左边为僧宝

དཀོན་མཚོག མདུན་དུ་ཡི་དམ་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ལྷ་ཚོགས།

KON CHOK,
袞绰
DUN DU YI DAM GYU DE ZHIYI LHA TSOK,
敦 杜依担举喋希耶拉初
In front are the assembly of yidams of the four classes of tantra. Below are the authentic protector dharmapalas. The deities that surround guru Vajradhara are all vividly clear,
前为四密续本尊众会聚

འོག་གི་ཆ་ལ་དམ་བཅོས་སྤྱིང་བའི་སྤྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྲ་དབུང་ངེ་

O GI CHA LA DAM PA CHOO KYONG WEI SUNG MA NAM KYII TRA PUNG NGE
鸣给差拉档巴却炯威松玛南界札碰暖
下为众怙主护法坐彩雲

ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་	<p>འོད་མིའམ་སེ་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ།</p> <p>O THIB SE KOR NE ZHUK PA, 呜贴些过内叔巴 rich with color and radiating light. 围绕着上师金刚持，</p>	<p>ལྷ་ཚོགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཨོ།</p> <p>LHA TSOK DE DAG THAM CHE KYI CHI WOR OM, 拉初喋达汤界吉次窝噶 At the top of the heads of all the deities is the syllable OM, at their throats, the syllable AH and at their hearts, the syllable HUNG. 在众尊的头顶为“噶”字</p>	<p>མགིན་པར་ཨུ།</p> <p>DRIN PAR AH, 见巴阿 喉间为“啊”字</p>	<p>གུགས་ཀར་ཧུ།</p> <p>THUK KAR HUNG, 秃嘎咩 心间为“咩”字</p>
	<p>གུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས།</p> <p>THUK KEI HUNG LE O ZER TROO PE, 秃格咩捏呜些卓贝 From the HUNG at their hearts light rays emanate inviting from the natural pure land the kind father root guru surrounded by an immeasurable assembly of 光芒从他心间的咩字散发出来</p>	<p>རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་པ་དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ལ་ལའོར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་</p> <p>RANG ZHIN GYI NE NE PHA DRIN CHEN TSA WEI LA MA LA KHOR SANG GYE DANG JANG CHUB SEM PEI 攘先吉内内帕见千渣威喇嘛拉扩桑杰倘强秋森贝 迎请被不可计量诸佛菩萨围绕着的自性净土的慈父根本上师</p>		
	<p>ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ།</p> <p>TSOK PAK TU ME PE KOR WA, 初巴吐没过哇 buddhas and bodhisattvas.</p>	<p>གུ་རུ་བུ་དཱ་བོ་དྲི་སཏུ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཟླ་ས་མ་ཇེ།</p> <p>GU RU BUD DA BO DI SA TO SA PA RI WA RA BA DZAR SA MA DZA, 咕噜布达窝廸沙拖沙巴列哇辣巴渣沙玛渣</p>	<p>པདྨ་ཀ་མ་ལ་ཡ་སྤྱི།</p> <p>PED MA KA MA LA YA SA TAM, 贝玛嘎玛拉也沙担</p>	

༄༅། །ཀུ་རུ་བུད་དཱ་བོ་དྲི་སཏཱ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཏྲ་ཨ་ཚྱི་པ་ཏྲི་པུ་ཕེ་རྟུ་པེ་ཨ་ལོ་ཀེ་གཞེ་དེ་མི་ཏུ་ཤ་ཏུ་ཨ་ཨུང་།

GU RU BUD DA BO DI SA TO SA PA RI WA RA BA DZAR AR GAM, PA DYAM, PU PE, DU PE, AH LO KE, GEN DE, NE WE DE, SHAP TA, AH HUNG,
咕 噜 布 达 波 廸 萨 拉 拖 沙 巴 里 哇 腊 巴 渣 阿 甘 , 巴 胆 , 布 贝 , 杜 贝 , 啊 洛 克 , 更 喋 , 内 伟 喋 , 洽 他 , 阿 吽

ཧྲི་ཤུ་ལྷོ་

ན་མོ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐུ།

NA MO, SANG GYE THAM CHE DU PEI KU,
南 摩 , 桑 傑 湯 界 堵 貝 固
Your form is the embodiment of all the buddhas.
南无 您是诸佛之化现

དྲོ་རྩེ་འཛིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད།

DOR JE DZIN PEI NGO WO NYI,
多 傑 進 貝 哦 窩 捏
You are the essence of the Vajracharya.
您是金刚持之髓

།དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྩ་བ་སྟེ།

KON CHOK SUM GYI TSA WA TEY,
袞 綽 孫 吉 札 哇 喋
You are the root of the three jewels.
您是三宝之根本

།སྐྱེ་མ་རྣམས་ལ་བྱུག་འཚལ་བསྟོད། །

LA MA NAM LA CHAK TSAL TOD,
喇 嘛 南 拉 恰 擦 推
I prostrate and offer praise to the gurus.
顶礼赞叹诸上师

སྐྱེ་མ་སངས་རྒྱས་སྐྱེ་མ་ཚོས།

LA MA SANG GYE LA MA CHOO,
喇 嘛 桑 傑 喇 嘛 卻
The guru is the Buddha, the guru is the dharma.
上师如佛亦如法

།སྐྱེ་མ་དཔལ་ལྷན་དྲོ་རྩེ་འཚང།

LA MA PAL DEN DOR JE CHANG,
喇 嘛 帕 殿 多 傑 場
The guru is glorious Vajradhara.
师乃具德金刚持

།ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་སྐྱེ་མ་ཡིན།

KUN GYI JE PO LA MA YIN,
昆 吉 皆 波 喇 嘛 煙
The guru is the doer of all.
师乃一切之所作

།སྐྱེ་མ་རྣམས་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །

LA MA NAM LA CHAK TSAL TOD,
喇 嘛 南 拉 恰 擦 洛
I prostrate to the gurus.
诸等上师我顶礼

ལྷོ་ལྷོ་	<p>ལྷོ་མའི་སྐུ་ནི་དོ་རྗེའི་སྐུ། LA MEI KU NI DOR JEI KU, 喇没固尼多杰固 The form of the guru is vajra form. 上师身如金刚身</p>	<p>མཛེས་ཤིང་ལྷ་བས་ཚོག་མི་ཤེས། DZE SHING TA WE CHOK MI SHE, 遮贤打威初米些 Beautiful and captivating to behold. 漂亮迷人看不舍</p>	<p>བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཡོན་ཏན་ལྡན། SAM GYII MI KHYAB YON TEN DEN, 桑格米轧元滇殿 It possesses incomprehensible qualities. 具不议之功德</p>	<p>ལྷོ་མའི་སྐུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན། ། LA MEI KU LA CHAK TSAL TOD, 喇咿固拉恰擦推 I prostrate and offer praise to the guru's form. 顶礼赞叹上师身</p>
	<p>ལྷོ་མའི་གསུང་ནི་ཚངས་པའི་དབྱངས། LA MEI SUNG NI TSANG PEI YANG, 喇咿松尼忤贝扬 The speech of the guru possesses the melody of Brahma. Unobstructed like the roar of a lion, 上师之语皆妙梵</p>	<p>འགགས་མེད་སེང་གེའི་སྐྱ་དང་ལྡན། GA ME SENG GEI DRA DANG DEN, 嘎美贤格渣倘殿 Unobstructed like the roar of a lion, 无碍尤如狮子哮</p>	<p>ལྷོ་སྟེགས་ལོག་ལྷ་འཛོམས་མཛད་པ། MU TEG LOK TA JOM DZE PA, 木贴洛打种遮巴 It subjugates the wrong view of heretics. 摧破外道之邪见</p>	<p>ལྷོ་མའི་གསུང་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན། ། LA MEI SUNG LA CHAK TSAL TOD, 喇咿松拉恰擦推 I prostrate and offer praise to the guru's speech. 顶礼赞叹上师语</p>
	<p>ལྷོ་མའི་བྱུགས་ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ། LA MEI THUK NI NAM KHA DRA, 喇咿秃尼南卡渣 The mind of the guru is like space. Within the emptiness and non-thought of bliss and luminosity. 上师之意如虚空</p>	<p>བདེ་གསལ་ལ་མི་རྟོག་སྟོང་པའི་ངང་། DE SAL MI TOK TONG PEI NGANG, 喋沙米拖通贝安 Within the emptiness and non-thought of bliss and luminosity. 乐明无念空性体</p>	<p>ནམ་ཐར་གསུམ་ལ་ལེགས་གནས་པའི། NAM THAR SUM LA LEK NE PEI, 南他孙拉列内贝 It abides excellently within the three gates of liberation. 安住解脱三门内</p>	<p>ལྷོ་མའི་བྱུགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན། ། LA MEI THUK LA CHAK TSAL TOD, 喇咿秃拉恰擦推 I prostrate and offer 顶礼赞叹上师意</p>

ཉམ་བུ་	༄༅། །སྟོན་པ་སྤྱི་མེད་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ།	།སྟོན་པ་སྤྱི་མེད་དམ་ཚཱ་རིན་པོ་ཆེ།	།འདྲེན་པ་སྤྱི་མེད་དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །
	TON PA LA ME SANG GYE RIN PO CHE, 东巴拉咩桑杰仁波切 The unsurpassable teacher is the precious Buddha. 无上导师是圣尊	KYOP PA LA ME DAM CHOO RIN PO CHE, 初巴喇咩档却仁波切 The unsurpassable protector is the precious authentic dharma. 无上救护是正法	DREN PA LA ME GE DUN RIN PO CHE, 称巴喇咩给敦仁波切 The unsurpassable guide is the precious sangha. 无上向导是僧团
	སྤྱི་མེད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན།	།ཚཱ་ལྷ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་།	།གཟུགས་སྤྱི་འཇའ་ཚོན་བཞིན་དུ་སོ་སོར་གསལ། །
LA ME KON CHOK SUM LA CHAK TSAL TOD, 喇没袞措孙拉恰擦推 Unsurpassable three jewels, I prostrate and offer praise. 无上三宝，我顶礼及赞叹	CHOO KU NAM KHA ZHIN DU YER ME KYANG, 却固南卡先杜耶没姜 Although dharmakaya is indivisible like space. 法身虽如空无异	ZUK KU JA TSON ZHIN DU SO SOR SAL, 修固札冲先杜梳梭沙 Rupakaya appears distinctly like a rainbow. 色身分别现如虹	
ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཆོག་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི།	།རིགས་ལྷ་བདེ་བར་གཤེགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོན།	།བྱ་སྟོན་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་སྡེ་བཞི། །	
THAB DANG SHE RAB CHOK LA NGA NYE PEI, 塔倘谢腊绰拉阿捏贝 Having mastered supreme upaya and prajna. Sugatas of the five families I prostrate and offer praise.	RIG NGA DE WAR SHEK LA CHAK TSAL TOD, 历阿喋哇薩拉恰擦推 You are of the four classes of tantra beginning with kriya, upa and yoga,	JA CHO NAL JOR GYUD DE ZHI, 札却那左举喋希 事、行、瑜珈四密续	
犹得殊胜方便智	五方如来我礼赞		

ལྷོན་པ་	<p>སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ།</p> <p>TON PA NYID KYI GANG SUNG PA, 东巴捏记扛松巴 All of which have been taught by the Buddha himself. Outer, inner and secret, 佛陀皆亲授</p>	<p>ལྷི་དང་ནང་དང་གསང་བ་ཡི།</p> <p>CHI DANG NANG DANG SANG WA YI, 气倘能倘桑哇依 In accord with his command. 内、外和密</p>	<p>ཡི་དམ་རྣམས་ལ་བྱལ་འཚལ་བསྟོད།</p> <p>YI DAM NAM LA CHAK TSAL TOD, 依担南拉恰擦推 Yidams, I prostrate and offer praise. 诸本尊我顶礼及赞叹</p>	<p>སྟོན་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ། །</p> <p>TON PEI TEN PA RIN PO CHE, 东贝滇巴仁波切 In the presence of the Buddha himself, 导师教法如珍宝</p>
	<p>སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞབས་བྱུང་དུ།</p> <p>TON PA NYI KYI ZHAB DRUNG DU, 东巴捏吉洽仲杜 You promised to protect the precious teachings. In accord with his command. 以空性所宣說</p>	<p>འི་བཞིན་སྲུང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི།</p> <p>JI ZHIN SUNG WAR ZHAL ZHE PEI, 支先松哇萨些贝 守护尊胜之教勅</p>	<p>ཚོས་སྟོང་རྣམས་ལ་བྱལ་འཚལ་བསྟོད།</p> <p>CHOO KYONG NAM LA CHAK TSAL TOD, 却炯南拉恰擦推 Dharmapalas I prostrate and offer praise. 顶礼赞叹诸护法</p>	<p>བྱལ་བྱར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །</p> <p>CHAK JAR O PA THAM CHE LA, 差札鸣巴汤界拉 To all who are worthy of respect 所有尊奉之圣贤</p>
	<p>ཞིང་དུ་ལ་ཀུན་གྱི་གངས་རྟེན་གྱིས།</p> <p>ZHING DUL KUN GYI DRANG NYI KYII, LU TUD PE NI NAM KUN TU, 兴杜昆吉张捏吉 I bow down with as many bodies. 一身复现刹尘身</p>	<p>ལུས་བཏུད་པས་ནི་རྣམ་ཀུན་ཏུ།</p> <p>LU TUD PE NI NAM KUN TU, 闻吐贝尼南昆吐 As there are atoms in all realms. 我身礼拜恒不断</p>	<p>མཚོག་ཏུ་དད་པས་བྱལ་འཚལ་བསྟོད།</p> <p>CHOK TU DE PE CHAK TSAL TOD, 初吐爹贝恰擦推 With all of these, I prostrate and offer praise with supreme faith. By prostrating, offering 虔信顶礼和赞叹</p>	<p>བྱལ་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་</p> <p>CHAK TSAL WA DANG CHO CHING 恰擦哇倘却仅 所有礼赞供养福</p>

༄༅། །བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་བཏོད། །

SHAK PA DANG, JE SU YI RANG KUL ZHING SOL WA YI, GE WA CHUNG ZE DAG GII CHI SAK PA, THAM CHE DZOK PEI JANG CHUB CHIR NGO O,
薩巴倘 者速依让固贤梭哇依 格哇宗色达给气沙巴 汤界作贝强秋气哦窝
and confessing. Rejoicing, requesting and supplicating, Whatever small virtue I have accumulated. I dedicate it all for the sake of complete enlightenment.
请佛住世转法轮 随喜忏悔诸善根 回向众生成佛道

ལྷོ་
ལྷོ་

གོང་དུ་མཇུག་མ་བྱས་ན། །འདིར་མཇུག་རྒྱས་པ་ཕྱག་ལེན་ལྟར་བྱ།

*If one did not perform the mandala before, then perform an extensive mandala as is done traditionally:
如行者之前未作曼达献供，须如正行完成成长曼达*

ཨོ་བཟླ་བུ་མི་ཨུ་ཧཱུ།

གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་དོ་རྗེའི་རང་བཞིན་གྱི་ས་གཞི།

ཨོ་བཟླ་རེ་ཁེ་ཨུ་ཧཱུ།

ཕྱི་དོ་རྗེའི་རིའི་འཁོར་ཡུག་

OM VAJRA BU MI AH HUNG, ZHI NAM PAR DAK PA DOR JEI RANG ZHIN GYI SA ZHI, OM VAJRA RE KHE AH HUNG, CHI DOR JEI RIYI KHOR YUK
嗡边扎布米阿吽 希南巴达巴多杰让先吉沙希 嗡边札瑞喀阿吽 气多杰瑞以扩玉
Om vajra bumi ah hung, The vajra nature of earth is the pure ground. Om vajra re khe ah hung, The circular vajra mountain wall
嗡边扎布米阿吽 极清净大自在金刚之地基 嗡边札瑞喀阿吽 外以金刚山环绕

གི་ར་བས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་བོ་མཚོག་རབ།

GI RA WE YONG SU KOR WEI U SU RIYI GYAL PO RI WO CHOK RAB,
给腊威永速过威乌速瑞 以嘉波瑞窝初腊
completely surrounds it. In the center is Meru, the king of mountains,
中央为山王胜须弥山

གར་ལུས་འཕགས་པོ།

SHAR LU PHAK PO,
隆 闾 帕 波
In the east, Purva Videha,
东圣身洲

ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་།

LHO DZAM BU LING,
罗 赞 布 令
In the south, Jambu Dvipa,
南瞻布洲

རུབ་བ་ལང་སྤྱོད།

NUB BA LANG CHOD,
绿 巴 能 却
In the west, Aparā Godānoa,
西牛货洲

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

བྱང་རྒྱ་མི་སྤྱོད།

JANG DRA MI NYEN,
强 札 米 宁
In the north, Uttara Kuru,
北俱卢洲

བྱང་གར་དུ་ལྷོ་བ།

JANG SHAR DU DA WA,
强 萨 杜 达 哇
In the northeast, the moon,
东北月亮

ལྷོ་རུབ་ཏུ་ཉི་མ།

LHO NUB TU NYI MA,
罗 绿 吐 内 玛
In the southwest, the sun,
西南太阳

དབུས་སུ་ལྷ་དང་མི་ཡི་དབལ་འབྱོར་ལུག་སུམ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་བ་

U SU LHA DANG MI YI PAL JOR PHUN SUM TSOK PA MA TSANG WA
乌 速 拉 倘 米 依 巴 作 潘 孙 初 巴 玛 称 哇
In the center is the splendid and plentiful wealth of gods and humans
中央为天人、人之丰盛珍宝得圆满

མེད་པ། ཚང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བཅས་པ་འདི་ཉིད་པ་རྩོན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲེལ་མ་དང་།

ME PA, TSANG ZHING YID DU ONG WA DANG CHE PA DI NYI PHA DRIN CHEN TSA WEI LA MA DANG,
没 巴 称 兴 意 杜 安 哇 倘 切 巴 廸 腻 帕 见 札 威 喇 嘛 倘
Complete and pleasing to mind. In front of the kind father root guru who is inseparable with the sixth dharmakaya, great Vajradhara,
圆满悦意供养予如父恩根本上师 - 第六法身金刚总持

ཚོས་སྤྱུ་དུག་པ་དོ་རྗེ་འཆང་

CHOO KU DRUK PA DOR JE CHANG
却 固 竹 巴 多 杰 场
与无二别之金刚总持前

ཨྲ། །ཚེན་པོ་ཐ་དང་མེད་པའི་དྲུང་དུ་བདག་དང་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི།

CHEN PO THA DE ME PEI DRUNG DU DAG DANG KHAM SUM GYI SEM CHEN THAM CHE KYI,
千波他爹没贝仲杜达倘康孙给森间汤界吉
Are myself and all sentient beings of the three realms. We offer this mandala in order to complete the two accumulations as the seed and purify the two obscurations on the path.
我与三界一切无量众

རྒྱ་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་ལམ་སྒྲིབ་གཉིས་སྦྱང་

GYU TSOK NYI DZOK LAM DRIB NYI JONG
珠初内作朗知内终
献供曼达积二资因以净道上之二障

བའི་དོན་དུ་འབྲུལ་བར་བགྱེའོ།

WEI DON DU BUL WAR GYI O,
威董杜布哇吉窝
Please accept this with immeasurable compassion for the benefit of beings.

ཚེད་མེད་ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།

TSE ME THUK JEE DRO WEI DON DU ZHE SU SOL,
且没秃姐卓威董杜谢速梭
饶益有情请以无量慈悲哀纳受

བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

ZHE NE JIN GYI LAB TU SOL,
谢内进吉腊吐梭
Having accepted it, please grant your blessings.
如是受之赐加持

ས་གཞི་སྒྲོས་རྒྱས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཉོག་བཀྲམ།

SA ZHI POO CHUI JUK SHING ME TOK TRAM,
沙希播去叔兴美多审
The earth is perfumed with scented water and strewn with flowers,

རི་རབ་སྤྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

RI RAB LING ZHI NYI DEI GYEN PA DI,
瑞腊令希内喋间巴喋
Adorned with Mount Meru, the four continents, the sun and the moon,

ལས་ངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །

SANG GYE ZHING DU MIK TE PHUL WA YI,
僧杰兴杜米贴铺哇耶
Imagining this as the Buddha realm I offer it
礼供佛界如是观

འུ་ལྟར།

འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག

DRO KUN NAM DAK ZHING DU KYE WAR SHOK,
卓昆南达贤杜界哇修
So that all beings may reborn in that pure realm.
如是有情乐净土

མཉེས་བྱེད་མཇུག་བཟང་པོ་འདི་སྤུལ་བས།

NYE JE MAN DRAL ZANG PO DI PHUL WE,
内皆曼达曾波迪铺威
By offering this good and pleasing mandala.
愿献美乐曼达供

བྱང་ཚུབ་ལམ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་། །

JANG CHUB LAM LA BAR CHE MI JUNG ZHING
强秋南拉巴切米终兴
May no obstacles arise on the path of enlightenment.
成就道上无碍生

ཏུ་སྐྱེ་བའི་གཤེགས་དགོངས་པ་རྣམས་པ་དང་།

ཏུ་སྐྱེ་བའི་གཤེགས་དགོངས་པ་རྣམས་པ་དང་།
DU SUM DE SHEK GONG PA TOK PA DANG,
堵孙喋些拱巴拖巴倘
Realizing the wisdom of the sugatas of the tree times.
为证三世如来智

སྲིད་པར་མི་འབྱུལ་ཞི་བར་མི་གནས་གིང་།
SID PAR MI TRUL ZHI WAR MI NE SHING,
色巴米处希哇米内兴
Neither being confused in samsara nor abiding in nirvana,
无惑轮回涅槃住

འཇམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་རྣམས་སྤྱོད་པར་ཤོག །
NAM KHA DANG NYAM PEI DRO NAM DROL WAR SHOK,
南卡倘娘贝卓南卓哇修
May I liberate all beings as limitless as space.
度无边空诸有情

འོ་ལགས་སོ། །སླེ་མ་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལོར་དཔའ་བོ་རྣལ་འབྱོར་མའི་

O LAKSO, LA MA DOR JE DZIN PA CHEN PO LA SOK PA CHOK CHU NA ZHUK PEI SANG GYE DANG JANG CHUB SEM PA KHOR PA WO NAL JOR MEI
喔拉梳喇嘛多杰进巴千波拉梳巴初秋拿修贝桑杰倘强秋森贝扩贝窝拿作没
Yes indeed. The great vajracharya guru, the buddhas and bodhisattvas residing in the ten directions together with the assembly of Dakas and Dakinis,
善哉 伟大的金刚上师 十方诸佛菩萨与勇父、勇母诸眷属

༄༅། །ཚོགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲོན་ཚེ་རབས་ལོར་

TSOK DANG CHE PA THAM CHE DAG ZHEN SEM CHEN THAM CHE LA GONG SU SOL, DAG ZHEN SEM CHEN THAM CHE KYI NGON TSE RAB KHOR
初倘且巴汤界达先森间汤界拉扛速梭 达先森间汤界吉昂才腊扩
all of you please consider all sentient beings, myself and others. I and all sentient beings in our former lifetimes from beginningless samsara until now,
祈请眷顾我和诸众生 我和众生无始以来至今往后

བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཐ་མ་ད་ལྷ་ལ་བྱུག་གི་བར་དུ་ཉོན་མོངས་པ་དུག་ལཱའི་དབང་གིས་སྦྱོར་བ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་
WA THOK MA ME PA NE THA MA DA TA LA THUG GI BAR DU NYON MONG PA DUG NGAYI WANG GII JOR WA LU NGAG YI SUM GYI GO
哇托玛没巴内他玛达打拉秃吉巴杜纽蒙巴独阿以旺给作哇闻阿耶孙吉果
through the power of the five poisonous kleshas, through the actions of body speech and mind have performed the evil deeds of
皆由五毒力所染 身语意犯诸十恶

ནས་སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བ་བཅུ་བཀྱིས་པ་དང་།	མཚམས་མེད་པ་ལྷ་བཀྱིས་པ་དང་།	དེ་དང་ཉེ་བ་ལྷ་བཀྱིས་པ་དང་།	ཕྱི་སོ་སོར་ཐར་
NE DIG PA MI GE WA CHU GYI PA DANG, 内迪巴米给哇秋吉巴倘 the ten non-virtues,	TSAM ME PA NGA GYI PA DANG, 赞没巴阿吉巴倘 the five inexpiable sins and the five nearly inexpiable sins. 五无间罪和	DE DANG NYE WA NGA GYI PA DANG, 达倘内哇阿吉巴倘 五近无间罪	CHI SO SOR THAR 气梳梳他

ཉེ་བ་དྲུག་

སྒྲུབ་ལྟུང་།	<p>པའི་སྒྲོམ་པ་ལ་འགལ་བར་བགྱིས་པ་དང་།</p> <p>PEI DOM PA LA GAL WAR GYI PA DANG, 贝东巴拉噶哇吉巴倘 I have broken my outer pratimoksha vow. 我毀了外的別解脫戒</p>	<p>བར་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ་འགལ་བར་བགྱིས་པ་དང་།</p> <p>BAR JANG CHUB SEM PEI LHAB PA LA GAL WAR GYI PA DANG, 巴强秋森贝腊巴拉噶哇吉巴倘 I have broken my intermediate bodhisattva vow. 我毀了中的菩薩戒</p>	<p>ནང་གསང་སྣགས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་</p> <p>NANG SANG NGA LA NA ME PEI 能桑阿喇拿没贝 I have broken my inner samaya of 我毀了內的無上密咒的</p>
	<p>དམ་ཚིག་ལ་འགལ་བར་བགྱིས་པ་དང་།</p> <p>DAM TSIG LA GAL WAR GYI PA DANG, 档戚拉 噶哇吉巴倘 the unsurpassable secret mantra. 三昧耶戒</p>	<p>དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མ་གུས་ཤིང་མ་དད་པ་དང་།</p> <p>KON CHOK SUM LA MA GU SHING MA DE PA DANG, 袞措孙拉玛固兴玛爹巴倘 I disrespected and lost faith in the three precious jewels. 我对三宝不尊和失信心</p>	<p>དྲིན་ཅན་གྱི་ཕ་དང་མ་ལ་</p> <p>DRIN CHEN GYI PHA DANG MA LA 见千结帕倘玛拉 I disrespected and lost faith in my 我对慈父母不尊和失信心</p>
	<p>མ་གུས་ཤིང་མ་དད་པ་དང་།</p> <p>MA GU SHING MA DE PA DANG, 玛固兴玛爹巴倘 kind father and mother.</p>	<p>མཁན་པོ་དང་སྐྱོབ་དཔོན་ལ་མ་གུས་ཤིང་མ་དད་པ་དང་།</p> <p>KHEN PO DANG LOB PON LA MA GU SHING MA DE PA DANG, 钦波倘洛碰拉玛固兴玛爹巴倘 I disrespected and lost faith in the khenpos and acaryas. 我对堪布和金刚上师不尊和失信心</p>	<p>གྲོགས་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྐྱོད་པ་</p> <p>DROK TSANG PA TSUNG PAR CHO PA 卓场巴从怕却巴 I disrespected and lost faith in my pure friends 我对与我共享灵修诸友不尊和失信心</p>

ལྷན་སྐྱོད་།

༄༅། །རྣམས་ལ་མ་གུས་གིང་མ་དད་པ་དང་།

NAM LA MA GU SHING MA DE PA DANG,
南拉玛固兴玛爹巴倘
who share in similar spiritual activity.

དམ་པའི་ཚོས་སྤང་བ་དང་།

DAM PEI CHOO PANG WA DANG,
凳贝却帮哇倘
I have abandoned the authentic dharma and have spent the ill-gotten gains received from selling the teachings.

གསུང་རབ་ཀྱི་སྤྱད་ཚོས་པ་དང་།

SUNG RAB KYI LUD ZOO PA DANG,
松腊吉吕稣巴倘
I have slandered

འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ལ་

PHAK PEI GE DUN LA
帕贝给敦拉
I have slandered the saints.

སྐྱུར་པ་བཏབ་པ་དང་།

KUR PA TAP PA DANG,
固巴他巴倘
the noble sangha.

མདོར་ན་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིང་།

DOR NA KHOR WA DANG NGEN SONG GI GYUR GYUR CHING,
多拿扩哇倘谗松给究究进
In brief, my activities are the cause for samsara and the lower realms
简而言之，我等诸作皆

ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོགས་སུ་

THAR PA DANG THAM CHE KHYEN PEI GEG SU
他巴倘汤界钦贝格速
and are an obstacle for liberation and omniscience.
成轮回及下三道之因并为获解脱和遍智之障

གྱུར་པ།

GYUR PA, DAK KYEN GYI GO NE TUNG WA ,
究巴 达间吉果内东哇
Due to conditions stemming from myself and others, I have failed.
我堕犯皆由自方助缘

གཞན་སྐྱེན་གྱི་སློན་ནས་ལུང་བ།

ZHEN KYEN GYI GO NE TUNG WA,
欣间吉果内东哇
Due to heedlessness I have failed.
我堕犯皆由他方助缘

བག་མེད་པའི་སློན་ནས་ལུང་བ།

BAK ME PEI GO NE TUNG WA,
拔没贝果内东哇
Due to playing around and laughing I have failed.
我堕犯皆由放恣而起

ཀུ་རེ་དང་བཞད་གད་གྱི་སློན་

KU RE DANG ZHE GE KYI GO
固列倘谢给吉果
我堕犯皆由嬉笑所致

ནས་ལྷུང་བ། ལེ་ལོ་དང་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལྷུང་བ། ཉེས་ལྷུང་སྤྲིག་པའི་ལས་ཅི་དང་ཅི་མཚིས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དཔལ་ལྷན་

NE TUNG WA, LE LO DANG TANG NYOM KYI GO NE TUNG WA, NYE TUNG DIG PEI LE CHI DANG CHI CHI PA DE DAK THAM CHE PAL DEN
 内东哇 列洛倘倘农吉果内东哇 内东迪贝列支倘支切巴喋达汤界巴殿
 Due to laziness and indifference I have failed. All these evil deeds whatsoever consisting of degrading actions, I confess in the presence of the glorious guru,
 我墮犯皆由放逸和罔顾 所有墮犯之恶行， 我今於尊师、

ལྷ་མ་དམ་པ་དཔལ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཚོགས་ལའོར་ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེན་སྲུང་

LA MA DAM PA PA WO DANG NAL JOR MEI TSOK KHOR CHOK CHU DU SUM GYI GYAL WA SE DANG CHE PA THAM CHE KYI CHEN NGAR
 喇嘛档巴巴窝倘拿左没初扩秋著堵孙吉嘉哇些倘戒巴汤界吉千雅
 hosts of Dakas and Dakinis, and the buddhas and bodhisattvas of the ten directions and the three times.
 众勇父和勇母、以及十方三世诸佛菩萨眷属前发露忏悔

མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །མི་འཆབ་བོ། །མི་སྤེད་དོ། །གནང་ངོ། །འཁྱོད་དོ། །སློན་ཆད་ཀྱང་ངེས་པར་གཅོད་ཅིང་སྤོམ་པར་བསྐྱིད་ལགས་སོ། །

THOL LO SHAK SO, MI CHAB BO, MI BI DO, NANG NGO, JOD DO, LHEN CHE KYANG NGE PAR CHO CHING DOM PAR GYI LAK SO,
 拖罗萨梭 米轧窝 米别多 能哦 觉多 连切姜暖巴却仅东巴吉喇梭
 I will not conceal them. I will not hide them. I am ashamed. I feel remorse. In the future I will definitely stop these activities and promise not to do them again.
 我毫不掩盖 我毫不隐藏 我感惭愧 我感懊悔 在未来际我将坚决断除此等行为和不再犯

ལྷ་མ་དམ་པ་

༄༅། །སླྱེ་བ་འདི་དང་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སླིན་པ་མྱོང་བར་མ་གུར་ཅིག། ། །བྱང་དག་ཚངས་པའི་དངོས་གྲུབ་སྣུལ་དུ་གསོལ། །

KYE WA DI DANG TSE RAB THAM CHE DU LE KYI NAM PAR MIN PA NYONG WAR MA GYUR CHIK, JANG DAK TSANG PEI NGO DRUB TSAL DU SOL,
 吉哇滴倘切腊汤界杜雷吉南 巴民巴农哇玛究即 强达称贝哦竹札杜梭
 May I not experience the fruition of these actions in this life and in all future lives. Please grant me the accomplishment of the complete pristine nature of being cleansed and purified.
 祈求今生和世世无用承受此等所犯恶行果 请赐我得到洁净梵行的成就

ཨྱེ་
ལྷེ་

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་རྗེས་སུ།

After reciting this three times:
 念诵三次：

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་གཟིགས་ལྷ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ།

THAM CHE KHYEN ZIG LHA NAM GONG SU SOL,
 汤界钦色拉南拱速梭
 All-knowing, all-seeing divine ones please consider us.
 遍知请慈愍我们

།ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཅག་གི།

THOK MA ME PEI DU NE DAG CHAG GI,
 托玛没贝堆 内达札格
 From time without beginning, in body, speech, and mind,
 无始以来我等

།དུག་གསུམ་དབང་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །

DUG SUM WANG GII LU NGAG YEI SUM GYII,
 杜桑汪吉闾阿益孙吉
 Through the power of the three poisons,
 身、语、意三毒力

སྒོམ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདས་གུར་བ།

DOM SUM GYAL WEI KA LE DE GYUR PA,
当孙嘉威噶雷爹究巴
We have transgressed the three vows and the command of the victorious ones.
违反三戒和尊圣之指令

ཉེས་ལུང་སྒྲིག་བའི་ལས་གུར་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

NYE TUNG DIG PEI LE GYUR THOL LO SHAK,
内东廸贝雷究拖罗沙
Confessing and admitting the degrading actions and evil deeds we have committed,
忏悔和承认我等堕落行为和恶行

ལྷོ་
ལྷོ་

སྲན་ཆད་མི་བགྱིད་ལྷུང་བར་མ་གུར་ཅིག །

LHEN CHE MI JID NYANG WAR MA GYUR CHIK,
连切米皆能哇玛究气
Henceforth may we do them no more and not experience their result.
从今以后祈求不再重犯更不用承受此等果

སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་རིགས་དུག་གི་ལྷུལ་སྣང་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་བོན་སྒོམ་བ་

KU SUNG THUG TSA WA DANG YEN LAG GI DAM TSIG NYAM CHAK RIG DRUG GI TRUL NANG BAG CHAK KYI SA BON DOM PA
固松秃渣哇倘扬喇吉档切酿差瑞竹格处能拔差吉沙碰东巴
I have impaired and broken the root and branch samayas of body, speech and mind. I am subject to all the hosts of confused appearances of the six families of beings,
我损害和毁坏身、语和意的三昧耶的根本和支
我是一切受错乱六道众生相

༄༅། །གསུམ་གྱི་ཞིག་རལ་ཉེས་ལྷུང་དྲི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་མ་འདི་ཉིད་ལ་བྱང་ཞིང་དག་པ་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཛད་དུ་གསོལ།

SUM GYI ZHIG RAL NYE TUNG DRI MEI TSOK THAM CHE KED CHIG MA DI NYI LA JANG ZHING DAG PA JA CHEN PO DZE DU SOL,
孙吉希腊内东直没初汤界给即玛迪尼拉强兴达巴嘉千波皆杜梭
the seed of habitual tendencies and the destruction and severing of the three vows. Please instantly purify all the hosts of stains of negative actions and downfalls and grant me great purity.
习气的种子与及摧毁和切断三戒 请瞬即净化我等犯垢和犯堕并赐我净化之身

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ན་མོ་གུ་རུ་བུ་རྒྱ་དྲཱ་ཀི་འེ།

NA MO GU RU BUD DA DRA KI NI YE,
拿摩咕噜布达札个尼耶

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
梭哇喋梭札没钦贝色
I supplicate you, in your wisdom please consider me always.
我祈请 - 遍知常垂念顾

དབང་ལྷུག་བརྒྱད་ལྷན་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཚང་།

WANG CHUK GYE DEN GYAL WA DOR JE CHANG,
汪秋皆滇嘉哇多杰场
Victorious one, Vajradhara, having the eight qualities of mastery,
胜者、金刚总持，拥有如来八自在

།བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
珠巴进糯南他仅借洛
I will hold the lineage, grant me the blessings of your life example.
我持承 - 赐身教之加持

།བདེ་གཤེགས་འཁོར་ལོའི་མཚན་ཅན་ཉི་ལོ་པ། །

DE SHEG KHOR LOI TSEN CHEN TE LO PA,
喋色扩洛称千帝洛巴
Tilopa having the name of the Sugata Chakra,
帝洛巴拥有世尊之名

།དག་པ་གཉིས་ལྷན་དཔལ་ལྷན་རྣམ་པ། །

DAK PA NYI DEN PAL DEN NA RO PA,
达巴腻殿巴殿拿罗巴
Glorious Naropa possessing the two purities,
荣耀那洛巴持有法身二清净

<p>སྐད་གཉིས་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྷོ་བྲག་པ། KED NYI MRA WEI GYAL PO LHO DRAK PA, 给臧玛威嘉波罗札巴 Marpa of Lhodrag, king of translators, 罗札马尔巴大译王</p>	<p>།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། ། GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 the lineage grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>
<p>ལྷོ་བྲག་གི་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་པོ་མཚན་གྲུང་ཐང་པ། DRUB GYU TEN PEI GYAL TSEN GUNG THANG PA, 竹珠滇贝嘉称贡腾巴 Mila of Gungthang, victory banner of the teachings of the practice lineage, 贡腾密勒，修持教法胜利之旗</p>	<p>།ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ལུང་བསྟན་སྐམ་པོ་པ། THAM CHE KHYEN PE LUNG TEN GAM PO PA, 汤界钦贝农滇冈波巴 Gampopa, prophesied by the omniscient one, 冈波巴，称是遍知所授记</p>	<p>།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། ། SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>
<p>།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Dusum Khyenpa having the name of the lion king of victorious ones, Rechenpa who has perfected the 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།རྒྱལ་དབང་སེང་གེའི་མཚན་ཅན་དུས་གསུམ་མཁྱེན། GYAL WANG SENG GEI TSEN CHEN DU SUM KHYEN, 嘉汪先给称千杜松钦 胜者狮子王杜松虔巴</p>	<p>།ལྷུང་སེམས་རྟེན་འབྲེལ་མཐར་བྱིན་རས་ཚེན་པ། ། LUNG SEM TEN DREL THAR CHIN RE CHEN PA, 农森典哲他千瑞千巴 成就缘起风心瑞千巴</p>

ལྷོ་བྲག་

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲེལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །དོན་གཉིས་ལྷུན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐས་སྒྲོམ་བྲག་པ། །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, DON NYI LHUN DRUB GYAL SE POM DRAK PA,
 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛 敦臧伦竹嘉些碰札巴
 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. Buddha son, Pomdragpa, who has spontaneously accomplished the two benefits,
 我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持 任运二利佛子碰札巴

སྒྲོབས་སོགས་དཔལ་གྱིས་བརྗིད་པའི་ཀུམ་པ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲེལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

TOP SOK PAL GYII JID PEI KAR MA PA, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
 托梳爸吉即贝 噶玛巴 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛
 Karmapa, dignified by the glory of power and the other enlightened qualities, I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example.
 功德威力张显噶玛巴 我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持

དངོས་གྲུབ་གཉིས་བརྟེན་གྲུབ་ཆེན་མོ་རྒྱན་པ། །མཚུངས་མེད་ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པ་རང་བྱུང་བ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲེལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

NGO DRUB NYI NYE DRUB CHEN O GYEN PA, TSUNG ME KUN KHYEN NYI PA RANG JUNG WA, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
 哦竹臧内竹千哦间巴 冲没昆钦臧巴让炯哇 梭哇喋梭札没钦贝色
 Great siddha Ogyenpa, who has attained the two accomplishments, Rangjung Dorje, second unequalled omniscient one, I supplicate you, in your wisdom please consider me always.
 伟大获二悉地成就者乌金巴 二无比遍知者让炯多杰 我祈请 - 遍知常垂念顾

ཨ་ཁ་ལ་ལ་

ལྷན་པུ་ལྷན་པུ།	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛</p> <p>I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Victorious Yungtonpa who sees the meaning of the incomparable secret, Dzamlingpa, single invincible friend of all beings, 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།སླ་མེད་གསང་བའི་དོན་གཟིགས་རྒྱལ་བ་གཡུང་།</p> <p>LA ME SANG WEI DON ZIG GYAL WA YUNG, 喇没僧威董即嘉哇拥</p> <p>洞悉无上密义雍敦巴</p>	<p>།མི་ཕམ་འགྲོ་བའི་གཉེན་གཅིག་འཛམ་གླིང་པ། །</p> <p>MI PHAM DRO WEI NYEN CHIK DZAM LING PA, 米庞卓威年即怎令巴</p> <p>不败唯利生之怎令巴</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།</p> <p>SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色</p> <p>I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Khachö Wangpo who sees the meaning of Madhyamaka free from extremes, 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛</p> <p>我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་དོན་གཟིགས་མཁའ་རྫོད་དབང་། །</p> <p>THA DRAL U MEI DON ZIG KHA CHOD WANG, 他札乌没东即卡觉旺</p> <p>洞悉离边中观卡觉旺波</p>
	<p>དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་དེ་བཞིན་གཤེགས།</p> <p>DU SUM GYAL WEI JUNG NE DE ZHIN SHEG, 杜松嘉威炯内德兴昔</p> <p>Deshin Shekpa, source of victorious ones of the three times, I supplicate, you in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. 三世诸佛出处德兴谢巴</p>	<p>།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།</p> <p>SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色</p> <p>我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛</p> <p>我持承 - 赐身教之加持</p>

༄༅། །མཁའ་འགྲོའི་དབང་ལྷུག་སློ་གྲོས་དག་པའི་མཚན། །ལྷན་སྐྱེས་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་བཙུམ་ལྷན་མ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

KHAN DROI WANG CHUK LO DRO DAG PEI TSEN, LHEN KYE SANG WA YE SHE CHOM DEN MA, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
卡觉旺束罗卓达贝称 念给僧哇耶希炯滇玛 梭哇喋梭札没钦贝色
The one having the pristine name, Lodrö Rinchen, master of Dakinis, You are the bhagavati of connate secret wisdom. I supplicate you, in your wisdom please consider me always.
空行自在罗卓清净之名 俱生秘密本智世尊母 我祈请 - 遍知常垂念顾

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །རྟོགས་པའི་དབང་ལྷུག་ཚོས་སྐྱེ་འོད་གྱི་མཚན། །དོན་གཉིས་སུ་ཚོགས་སློ་གྲོས་གྲགས་པའི་འབས། །

GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, TOG PEI WANG CHUK CHOO KU O KYI TSEN, DON NYI PHUN TSOK LO DRO DRAK PEI ZHAB,
珠巴进糯南他仅借洛 托贝旺束却固乌吉称 东臆潘初罗卓札贝洽
I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. The one having the name Chöku Ö, master of realization, Lhodro Dragpa who possesses the riches of the two benefits,
我持承 - 赐身教之加持 证悟自在确古乌之名 拥有二利圆满罗卓扎巴

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །སློ་གྲོས་སྐྱེ་མེད་སྤྱིང་རྗེ་རྒྱ་མཚོའི་བདག །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, LO DRO DA MED NYING JE GYA TSOI DAG,
梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛 罗卓达没宁皆嘉却达
I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. The embodiment of the ocean of compassion, unrivaled in intellect,
我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持 悲心大海之主之化现

མཁྱེན་པ་

སྐྱེ་མེད་དོན་རྟོགས་རྟོགས་ལྷན་དོན་གྲུབ་མཚན།

KYE ME DON TOK TOG DEN DON DRUB TSEN,
皆没东多多定敦竹称

Togden Dondrub who has realized the unborn meaning, I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example.

托定敦竹证无生之意

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
梭哇喋梭札没钦贝色

我祈请 - 遍知常垂念顾

།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
珠巴进糯南他仅借洛

我持承 - 赐身教之加持

ལྷན་གྱི་

ཐེག་གསུམ་ལེགས་བཤད་སྤྱོད་དབྱེད་སྤྱོད་གས་པའི་དཔལ།

THEG SUM LEK SHE DRA YANG DROK PEI PAL,
贴孙勒谢札杨卓贝巴

Legshe Drayang, splendid exponent of the three yanas, Nirmanakaya supreme guide, master of the three realms, I supplicate you, in your wisdom please consider me always.

三乘善说者勒谢扎扬

།ས་གསུམ་དབང་ལྷུག་འདྲེན་མཚོག་སྤྱུལ་པའི་སྤྱ།

SA SUM WANG CHUK DREN CHOK TRUL PEI KU,
沙孙旺秋见秋绰贝固

三地自在化身至尊引导者

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
梭哇喋梭札没钦贝色

我祈请 - 遍知常垂念顾

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
珠巴进糯南他仅借洛

I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example.

我持承 - 赐我身教之加持

།སྣགས་འཆང་བུ་རྩ་རྣམ་གྱི་བདག

NGA CHANG BU DA RAT NA RIK KYI DAG,
瓦曾布达惹那吉达

Ngagchang Buddharatna, lord of families, Anantabija, crown jewel of learned and accomplishment ones,

瑜珈士瓦曾布达惹那

།མཁས་གྲུབ་གཙུག་རྒྱུ་ལ་ནན་ཏ་བི་ད། །

KHE DRUB TSUK GYEN AH NEN TA BI DZA,
喀竹秋间阿念他边渣

学者与成就者顶贤阿那它边扎

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །རིམ་གཉིས་ལུལ་བྱུང་ཀམ་བསྟན་པ་སློང་། །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, RIM NYI PHUL JUNG KAR MA TEN PA KYONG,
 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛 谿腻铺炯噶玛滇巴炯
 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. Karma Tenkyong, perfecting the two stages,
 我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持 优越二次第噶玛滇炯

བསོད་ནམས་འགྲུར་མེད་སྟིང་པོ་དོན་ལྡན་རྗེ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

SO NAM GYUR ME NYING PO DON DEN JE, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
 苏南究没宁波东殿杰 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛
 Lord Sonam Gyurme possessing the essential meaning, I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example.
 苏南久美拥有精要 我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持

མུན་བྱུང་མཛད་པ་དགོན་མཚོག་བསྟན་པ་འཛིན། །རྗེ་བཙུན་དབང་ལྷུག་སྐུ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་མཚན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

ME JUNG DZE PA KON CHOK TEN PA DZIN, JE TSUN WANG CHUK DRUB GYU TEN PEI TSEN, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
 没炯皆巴袞秋滇巴进 杰尊汪秋竹珠滇贝称 梭哇喋梭札没钦贝色
 Könchog Tendzin possessing marvelous activity, Venerable master Drubgyu Tenpa, I supplicate you, in your wisdom please consider me always.
 袞秋滇进拥有希有佛行 尊者竹珠滇巴 我祈请 - 遍知常垂念顾

ལྷོ་ལྷོ་

ལྷན་སྐྱེས་།	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རིན་ཆེན་སྦྱིང་པོ་དང།</p> <p>YONG DZIN DAM PA RIN CHEN NYING PO DANG, 永进档巴仁千宁波倘 Authentic spiritual instructor, Rinchen Nyingpo, 大师仁千宁波</p>	<p>འཇམ་མགོན་ལྷན་འཛིན་གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོ་ལ། །</p> <p>JAM GON RIG DZIN SUNG RAB GYA TSO LA, 蒋贡瑞进松惹嘉措拉 Jamgön Rigdzin Sungrab Gyatso, 蒋贡瑞进松惹嘉措</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།</p> <p>SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>ལྷུབ་པའི་སྦྱེས་མཚོག་ཚོས་སྦྱོང་རྣམ་རྒྱལ་དང། །</p> <p>DRUP PEI KYEI CHOK CHOO KYONG NAM GYAL DANG, 竹贝借秋确炯南嘉倘 Chökyong Namgyal, supreme accomplished one, 承办生起所成确炯南嘉</p>
	<p>དགེས་མཛད་དངོས་སྤུལ་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་འབས།</p> <p>GYE DZE NGO TRUL CHOO KYI JUNG NE ZHAB, 皆皆哦著却吉炯内洽 Chökyi Jungne, actual emanation of Hevajra, 玛尔巴之化身却吉炯内</p>	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།</p> <p>SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>

༄༅། །ཀམ་གྲུབ་མཚོག་དགོ་ལེགས་རབ་རྒྱས་དང་། །གར་གྱི་དབང་པོ་ཚོས་སྐྱོང་འགྲུར་མེད་ཞབས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

KAR MA DRUB CHOK GE LEG RAB GYE DANG, GHAR GYI WANG PO CHOO KYONG GYUR ME ZHAB, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
噶玛竹秋格勒惹遮倘 噶吉旺波却炯珠美洽 梭哇喋梭札没钦贝色
Karma Drubchog Geleg Rabgye, And Gharwang Chökyong Gyurme, I supplicate you, in your wisdom please consider me always.
噶玛竹秋格勒惹遮 和噶旺却炯珠美 我祈请 - 遍知常垂念顾

བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས། །བདེན་བཞིའི་དོན་རྟོགས་འགྲུར་མེད་བསྟན་འཕེལ་དང་། །ངེས་དོན་མཐར་ཕྱིན་དགོ་ལེགས་ཉི་མའི་ཞབས། །

GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, DEN ZHII DON TOK GYUR ME TEN PHEL DANG, NGE DON THAR CHIN GE LEK NYI MEI ZHAB,
珠巴进糯南他仅借洛 殿希东多珠美滇佩倘 暖东他千格勒尼没洽
I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Gyurme Tenpel who has realized the meaning of the four truths, Geleg Nyima who has reached the pinnacle of the definitive meaning,
我持承 - 赐身教之加持 了知四谛珠美滇佩 達徹底了義格勒尼玛

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས། །ཀམ་གྲུབ་ཚུབ་ཚོས་གྱི་ཉི་མ་དང་། །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, KAR MA JANG CHUB CHOO KYI NYI MA DANG,
梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛 噶玛强秋措吉尼玛倘
I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Karma Jangchub Chökyi Nyima
我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐我身教之加持 噶玛强秋措吉尼玛和

ལྷན་སྐྱོད་

ལྷན་སྐྱོད་།	<p>གར་དབང་ཚོས་སྐྱོད་ཡོངས་གྲུབ་སྦྱིང་པོ་ལ། GHAR WANG CHOO KYONG YONG DRUB NYING PO LA, 嘉旺却 炯元竹宁波拉 And Gharwang Chökyong Yongdrub Nyingpo. I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 嘉旺却炯元竹宁波等</p>	<p>།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྒྱུ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ། GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>
	<p>སྐྱབས་རྗེ་བསྟན་འཛིན་ལེགས་བཤད་དབང་པོ་དང་། KYAB JE TEN DZIN LEK SHE WANG PO DANG, 轧皆滇进勒谢旺波倘 Lord of refuge Tendzin Legshe Wangpo. 滇进勒谢旺波皈依主</p>	<p>།ཀར་མ་ལེགས་བཤད་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་ལ། KAR MA LEK SHE CHOO KYI NYI MA LA, 噶玛勒谢却吉尼玛拉 And Karma Legshe Chökyi Nyima. 和噶玛勒谢却吉尼玛</p>	<p>།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། ། SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色 I supplicate you, in your wisdom please consider me always. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>
	<p>།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྒྱུ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛 I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།སྣང་བཞིའི་གདེང་ལྡན་ཚོས་སྐྱོད་འོ་རྗེ་དང་། NANG ZHII DENG DEN CHOO KYONG DOR JE DANG, 能希丁殿却炯多杰倘 Chökyong Dorje having the confidence of the four visions, 具四相信心却炯多杰</p>	<p>།བཀའ་དྲིན་སུམ་ལྡན་དགེ་ལེགས་འོད་ཟེར་ལ། ། KA DRIN SUM DEN GE LEK O ZER LA, 噶见孙殿格勒乌瑟拉 Geleg Oser possessing the three kindnesses, 三恩上师名 格勒乌瑟</p>

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །
 །དེ་ལྟར་བཀའ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་ཚོས་གྱི་མཛོད། །

SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, DE TAR KA GYU TEN PEI CHOO KYI DZOD,
 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛 喋打噶举滇贝却吉作

I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage grant me the blessings of your life-example. In the same way, the root guru who has provided instruction on the entire

我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持 如是，噶举传承教法藏

མ་ལུས་གདམས་མཛད་ཅུ་བའི་བླ་མའི་ཞབས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །བརྒྱད་པ་འཛིན་ལོ་རྣམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

MA LU DAM DZE TSA WEI LA MEI ZHAB, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB,
 玛闍档皆札威喇美洽 梭哇喋梭札没钦贝色 珠巴进糯南他仅借洛

Dharma treasury of the Kagyu teachings. I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example.

无余赐授教法根师前 我祈请 - 遍知常垂念顾 我持承 - 赐身教之加持

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་སྤུལ་གསང་བའི་བདག །སྟོན་པའི་བསྟན་འཛིན་བཀའ་བརྒྱད་རིན་པོ་ཆེ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲུལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས། །

DU SUM GYAL WEI THUK TRUL SANG WEI DAG, TON PEI TEN DZIN KA GYU RIN PO CHE, SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG,
 堵孙嘉威秃诸僧威达 敦贝滇进噶举仁波切 梭哇喋梭札没钦贝色

The lords of secret who are the heart emanations of the victorious ones of the three times, The precious Kagyus who hold the teachings of the Buddha, I supplicate you, in your wisdom please consider me always.

三时胜者化现密续主 佛法的持者噶举上师 我祈请 - 遍知常垂念顾

ལྷོ་

ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་ལྷོ་	<p>བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྒྱུ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛</p> <p>I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Venerable Vajrayogini who bestows accomplishment, 我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།དངོས་གྲུབ་སྟེར་མཛད་རྗེ་བཙུན་རྣལ་འབྱོར་མ།</p> <p>NGO DRUB TER DZE JE TSUN NAL JOR MA, 哦竹贴皆杰尊拿左玛</p> <p>尊贵金刚亥母赐成就</p>	<p>།ལོག་འདྲེན་འཛོམས་མཛད་ཚོས་སྐྱོང་མ་མགོན་གཉིས། །</p> <p>LOK DREN JOM DZE CHOO KYONG MA GON NYI, 洛见炯皆却炯玛扛臧</p> <p>Male and female dharma protectors who subjugate evil beings, 征服魔众的大黑天、吉祥母</p>	
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲལ་མེད་མཁྱེན་པས་གཟིགས།</p> <p>SOL WA DEB SO DRAL ME KHYEN PE ZIG, 梭哇喋梭札没钦贝色</p> <p>I supplicate you, in your wisdom please consider me always. I will hold the lineage – grant me the blessings of your life-example. Grant your blessings so that I may realize the illusory body as the nirmanakaya. 我祈请 - 遍知常垂念顾</p>	<p>།བརྒྱུད་པ་འཛིན་ལོ་རྒྱུ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ།</p> <p>GYU PA DZIN NO NAM THAR JIN GYII LOB, 珠巴进糯南他仅借洛</p> <p>我持承 - 赐身教之加持</p>	<p>།སྐྱུ་ལུས་སྐྱུ་ལ་སྐྱུར་ཏྟེགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ། །</p> <p>GYU LU TRUL KUR TOK PAR JIN GYII LOB, 珠间祖古托巴仅借洛</p> <p>Grant your blessings so that I may realize the illusory body as the nirmanakaya. Grant your blessings so that I may realize my mind as dharmakaya. Grant your blessings so that luminosity will dawn as svabhavakaya. 赐我加持能悟虚幻身如化身</p>	
	<p>སྟོག་ཚུལ་ལོངས་སྐྱུར་ཏྟེགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ།</p> <p>SOG TSOL LONG KUR TOK PAR JIN GYII LOB, 梭昨农固托巴仅借洛</p> <p>Grant your blessings so that I may realize my life force as sambhogakaya. Grant your blessings so that I may realize my mind as dharmakaya. Grant your blessings so that luminosity will dawn as svabhavakaya. 赐我加持使我能悟我命如报身</p>	<p>།རང་སེམས་ཚོས་སྐྱུར་ཏྟེགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ།</p> <p>RANG SEM CHO KUR TOK PAR JIN GYII LOB, 酿森却固托巴仅借洛</p> <p>赐我加持使我能悟我心如法身</p>	<p>།འོད་གསལ་འོ་བོ་ཉིད་སྐྱུར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སཱ། །</p> <p>O SAL NGO WO NYI KUR CHAR WAR JIN GYII LOB, 鸣沙哦窝捏固差哇仅借洛</p> <p>赐我加持使我能生起自性之光明</p>	

༄༅། །བསྐྱེད། བ་མོ་གུ་རུ་བཙྰ་རྩལ་ཉི་ཡེ། རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་དབང་ལྷུག་ཉི་ལོ་པ། །རྣམ་པའ་ཆེན་མར་པ་ལོ་ཙཱའི་ཞབས། །

In short: NA MO GU RU BA DZAR DRA KI NI YE, DOR JE CHANG CHEN WANG CHUK TE LO PA, NA RO PEN CHEN MAR PA LO TSEI ZHAB,
 简诵 南无咕噜巴渣打坚尼耶 多杰场千旺秋帝洛巴 那洛篇千马巴罗杰洽
 Great Vajradhara, Master Tilopa, Great Pandita Naropa, Marpa the translator,
 伟大金刚总持、帝洛巴 伟大那洛巴、大译师马尔巴

ཨ་ཨ་

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
 SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB,
 梭哇喋梭达 究仅借洛
 I supplicate you, please bless my being.
 我等虔请祈加持

།བཞད་པ་དོ་རྗེ་དུགས་པོ་ལྷ་རྗེའི་སྐྱ།
 ZHE PA DOR JE DAG PO LHA JEI KU,
 色巴多杰达波拉杰固
 Mila Zhepa Dorje, Dagpo Lhaje,
 密勒尊者、达波拉杰

།དུས་གསུམ་མཁྱེན་པ་འགྲོ་མགོན་རས་ཆེན་ཞབས། །
 DU SUM KHYEN PA DRO GON RE CHEN ZHAB,
 杜松虔巴 卓贡仁千洽
 Dusum Khyenpa, Drogön Rechen,
 杜松虔巴、卓贡仁千

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
 SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB,
 梭哇喋梭达 究仅借洛
 I supplicate you, please bless my being.
 我等虔请祈加持

།སྒོམ་བྲག་ཆེན་པོ་གྲུབ་ཆེན་ཀམ་པ།
 POM DRAK CHEN PO DRUB CHEN KAR MA PA,
 碰札千波竹千噶玛巴
 Great Pomdragpa, Drubchen Karmapa,
 伟大碰札巴、竹千噶玛巴

།ཨོ་རྒྱན་དབང་ལྷུག་རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་ཞབས། །
 O GYEN WANG CHUK RANG JUNG DOR JEI ZHAB,
 邬金旺秋让炯多杰洽
 Master Ogyenpa and Rangjung Dorje,
 邬金巴主和让炯多杰

ལྷོ་ལྷོ་	གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།	རྒྱལ་བ་གཡུང་རྟོན་འཛམ་གླིང་ཚོས་ཀྱི་གྲགས།	མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོ་མཉམ་མེད་སྐུལ་པའི་སྐུ། །
	SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持	GYAL WA YUNG TON DZAM LING CHOO KYI DRAK, 嘉哇雍敦怎令措基扎 Victorious Yungtonpa, Dzamling Chökyi Dragpa, 胜者雍敦巴、怎令措基扎巴	KHA CHO WANG PO NYAM ME TRUL PEI KU, 卡觉旺波娘梅祖贝古 Khachö Wangpo and Nyamê Tulku, 卡觉旺波和娘梅祖古
	གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།	མཁའ་འགྲོའི་དབང་ལྷུག་སྐྱེ་མེད་སྟིང་པོའི་སྐུ།	དངོས་གྲུབ་མཚོག་སྤྱོལ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲ་མ་རྣམས། །
SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持	KHA DROI WANG CHUK KYE ME NYING POI KU, 卡卓旺秋给没宁培固 Master of Dakinis, unborn essence kaya, 空行自在无生精要法性	NGO DRUB CHOK TSOL KA GYU LA MA NAM, 哦竹秋初噶举喇嘛南 The Kagyu gurus who bestow supreme accomplishment, 噶举诸师至尊成就	
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།	ཚོས་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཇོ་དན་ལྷོ་གྲོས་གྲགས།	ལྷོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོ་རྟོགས་ལྡན་དོན་གྲུབ་མཚན། །	
SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持	CHOO PAL YE SHE JO DEN LO DRO DRAK, 却佩耶谢作典罗卓扎 Chöpal Yeshe and Joden Lodrö Dragpa, 却佩耶谢和作丹罗卓扎巴	LO DRO GYA TSO TOG DEN DON DRUB TSEN, 罗卓嘉措托定敦竹称 Lodrö Gyatso and Togden Dondrub, 罗卓加措和托定敦竹	

ལྟོན་པ་།	<p>༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སློབས། ། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།ལེགས་བཤད་སྒྲ་དབྱངས་སློ་གྲོས་རྣམ་རྒྱལ་རྗེ། ། LEK SHE DRA YANG LO DRO NAM GYAL JE, 勒谢扎扬罗卓南嘉皆 Legshe Drayang and Lodrö Namgyal. 勒谢扎扬和罗卓南佳</p>	<p>།བུནྟ་རྩུ་ཀུན་དགའི་མཚན་ཅན་ཞབས། ། BUD DA RAT NA KUN GEI TSEN CHEN ZHAB, 布达惹那贡嘎称千洽 Buddharatna and the one named Kunga, 布达惹那和贡嘎尊者</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སློབས། ། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།ཀམ་བསྟན་སྦྱང་བསོད་ནམས་འགྲུབ་མེད་དང་། ། KAR MA TEN KYONG SO NAM GYUR ME DANG, 噶玛滇炯苏南究美尙 Karma Tenkyong and Sonam Gyurme, 噶玛滇炯和苏南究美</p>	<p>།དཀོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་བསྟན་པ་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས། ། KON CHOK TEN DZIN TEN PA NAM GYAL ZHAB, 袞措滇真滇巴南嘉洽 Könchog Tenzin and Tenpa Namgyal, 袞措滇真和滇巴南嘉</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སློབས། ། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།རིན་ཆེན་སྦྱིང་པོ་གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོའི་དབལ། ། RIN CHEN NYING PO SUNG RAB GYA TSOI PAL, 仁千宁波松惹嘉措佩 Rinchen Nyingpo and Sungrab Gyatso, 仁千宁波和松惹嘉措</p>	<p>།ཚོས་སྦྱང་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཞབས། ། CHOO KYONG NAM GYAL CHOO KYI JUNG NE ZHAB, 却炯南嘉措吉炯内洽 Chökyong Namgyal and Chökyi Jungne, 却炯南嘉和措吉炯内</p>

ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་ལྷོ་	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།དགེ་ལེགས་རབ་རྒྱས་ཚོས་སྦྱོར་འགྱུར་མེད་དང་། GE LEG RAB GYE CHOO KYONG GYUR ME DANG, 格勒惹皆确炯究美倘 Geleg Rabgye and Chökyong Gyurme, 格勒惹皆和确炯究美</p>	<p>།འགྱུར་མེད་བསྟན་འཛིལ་དགེ་ལེགས་ཉི་མའི་ཞབས། ། GYUR ME TEN PHEL GE LEG NYI MEI ZHAB, 究美滇佩格勒尼没洽 Gyurme Tenpel and Geleg Nyima, 究美滇佩和格勒尼玛</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།བྱང་རྒྱུབ་ཉི་མ་ཡོངས་གྲུབ་སྟོང་པོ་དང་། JANG CHUB NYI MA YONG DRUB NYING PO DANG, 强秋尼玛元竹宁波倘 Jangchub Nyima and Yongdrub Nyingpo, 强秋尼玛和元竹宁波</p>	<p>།ལེགས་བཤད་དབང་པོ་ཚོས་གྱི་ཉི་མའི་ཞབས། ། LEG SHE WANG PO CHOO KYI NYI MEI ZHAB, 勒谢旺波措吉尼没洽 Legshe Wangpo and Chökyi Nyima, 勒谢旺波和措吉尼玛</p>
	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达 究仅借洛 I supplicate you, please bless my being. 我等虔请祈加持</p>	<p>།ཚོས་སྦྱོར་དོ་རྗེ་དགེ་ལེགས་འོད་ཟེར་སོགས། CHOO KYONG DOR JE GE LEG O ZER SOK, 确炯多杰格勒乌瑟梳 Chökyong Dorje, Geleg Öser and the other . 确炯多杰、格勒乌瑟等</p>	<p>།རྒྱུབ་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱུན་མཚོག་རྣམས་ལ། ། DRUB GYU TEN PEI TSUK GYEN CHOK NAM LA, 竹究滇贝祝仅初南拉 Supreme crown jewels of the teachings of the practice lineage, 传承教法至尊冠宝</p>

༄༅། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB,
梭哇喋梭达 究仅借洛
I supplicate you, please bless my being.
我等虔请祈加持

།རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ཡི་དམ་རྒྱལ་བའི་ལྷ།

TSA WEI LA MA YI DAM GYAL WEI LHA,
札威喇嘛依担嘉威拉
Root guru, victorious yidam deities,
根师、胜者本尊众

།དབའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་སྲུང་མའི་ཚོགས། །

PA WO KHA DRO DAM CHEN SUNG MEI TSOK,
巴窝卡卓档千松没束
Dakas, Dakinis and hosts of samaya-bound protectors,
勇父、空行与三摩地诸护法

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB,
梭哇喋梭达 究仅借洛
I supplicate you, please bless my being. Grant your blessings so that I may realize the illusory body as the nirmanakaya. Grant your blessings so that I may realize my life force as sambhogakaya.
我等虔请祈加持

།སྤྱུ་ལུས་སྤྱུ་ལ་སྤྱུར་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYU LU TRUL KUR TOK PAR JIN GYII LOB,
究闻祖古托巴仅借洛
赐我加持使我能悟虚幻之身如化身

།སྲོག་ཚུལ་ལོངས་སྤྱུར་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

SOG TSOL LONG KUR TOK PAR JIN GYII LOB,
梭初龙固托巴仅借洛
赐我加持使我能悟我命如报身

རང་སེམས་ཚོས་སྤྱུར་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

RANG SEM CHOO KUR TOK PAR JIN GYII LOB,
酿森却固托巴仅借洛
Grant your blessings so that I may realize my mind as dharmakaya.
赐我加持使我能悟我心如法身

།འོད་གསལ་འོ་བོ་ཉིད་སྤྱུར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

O SAL NGO WO NYI KUR CHAR WAR JIN GYII LOB,
乌沙哦窝捏固差哇 仅借洛
Grant your blessings so that luminosity will dawn as svabhavakaya.
赐我加持使我能生起自性之光明

ཨྲི།

ལྷོ་རྩོ་ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་	<p>གསོལ་འདེབས་གྲངས་གསོགས་ན།</p> <p><i>If you need to accumulate the count of supplication:</i> 如需累算祈请次数：</p>	<p>དོ་རྗེ་འཚང་ཚེན་བཀའ་བབ་གྲུབ་ཐོབ་མཚོག</p> <p>DOR JE CHANG CHEN KA BAB DRUB THOB CHOK, 多杰场千噶拔竹托初秋 Great Vajradhara, supreme accomplished ones of the transmission, 伟大金刚总持传持至成者</p>	<p>ནལ་འབྱོར་བརྒྱད་དང་ཚོས་རྗེ་དེ་བཞིན་གཤེགས། །</p> <p>NAL JOR GYE DANG CHOO JE DE ZHIN SHEG, 拿佐者倘却杰德兴谢 The eight yogins, dharma lord Dezhin Shekpa, 八大瑜珈、法王德兴谢巴</p>	
	<p>ལྷོ་གྲོས་རིན་ཚེན་རྟོགས་ལྡན་ཡ་བརྒྱད་སོགས།</p> <p>LO DRO RIN CHEN TOG DEN YA GYE SOK, 罗卓仁千托定雅即梭 Lodrö Rinchen, eight individual Togdens and the other. 罗卓仁千八大成就者</p>	<p>སྐྱུབ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་མཚོག་རྣམས་ལ།</p> <p>DRUB GYU TEN PEI TSUK GYEN CHOK NAM LA, 竹究滇贝措见初南拉 Supreme crown jewels of the teachings of the practice lineage. I supplicate you, please bless my being. 传承教法众至尊冠宝</p>	<p>གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །</p> <p>SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYII LOB, 梭哇喋梭达究仅借洛 我等虔请祈加持</p>	
	<p>བདག་འཛིན་སློབ་ཐོབ་ལོང་མེད་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ།</p> <p>DAG DZIN LOO THONG LONG ME GYU LA KYE, 达进间通龙没究拉皆 Grant me accomplishment so that I may abandon my ego clinging and give rise to urgency in my being, So that the continuity of confusion may cease, And so that the realization of appearance and existence as dharmakaya and liberation occur simultaneously. 使能断执生起迫切心</p>	<p>འབྲུལ་པའི་རྒྱན་འགགས་སྤང་སྲིད་ཚོས་སྦྱར་བྱ།</p> <p>TRUL PEI GYUN GAG NANG SID CHOO KU RU, 诸贝尊嘎能薛却固入 使能断尽迷乱之相续</p>	<p>རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་དངོས་གྲུབ་སྦུལ་དུ་གསོལ། །</p> <p>TOG DROL DU NYAM NGO DRUB TSAL DU SOL, 托卓杜酿哦竹札杜梭 证万有即法身自解脱</p>	

༄༅། །དེ་ནས་སྐྱ་མ་རྒྱུ་འཕོད་ནི།

Then calling the gurus from afar:

遥呼上师：

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་གི་ག་དཔལ་ལྡན་གྱི་སྐྱ་མ།

JIN GYII LOB SHIK PAL DEN GYI LA MA,

仅借洛些巴殿吉喇嘛

Glorious guru, grant your blessings.

荣耀之师祈加持

ཉེས་ལྷུང་གི་དྲི་མ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

NYE TUNG GI DRI MA DAG PAR JIN GYII LOB,

内东给支玛达巴仅借洛

Grant your blessings to purify the stains of evil deeds and downfalls.

净我恶垢堕落祈加持

སྐྱ་གསུམ་ལུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KU SUM LHUN GYII DRUB PAR JIN GYII LOB,

固孙伦借竹巴仅借洛

Grant your blessings so that I spontaneously accomplish the three kayas. Grant your blessings so that I am never separate from the four kayas. Grant your blessings so that I realize the inseparability of the five kayas.

即生三身成就祈加持

སྐྱ་བཞི་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KU ZHI DU DRAL ME PAR JIN GYII LOB,

固希杜札没巴仅借洛

不离自性四身祈加持

སྐྱ་ལྷ་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

KU NGA YER ME TOK PAR JIN GYII LOB,

固鸦耶没托巴仅借洛

证得五身无别祈加持

བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་རྣམ་ཐར་སྐྱོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

KA GYU KYI NAM THAR KYONG WAR JIN GYII LOB,

噶举吉南他终哇仅借洛

Grant your blessings so that I may follow the life examples of the Kagyu. Grant your blessings so that I hold the teachings of the practice lineage. Grant your blessings so that my mind becomes one with the mind of the guru.

相随噶举教例祈加持

སྐྱུབ་བརྒྱུད་གྱི་བསྟན་པ་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

DRUB GYU KYI TEN PA DZIN PAR JIN GYII LOB,

竹究吉滇巴进巴仅借洛

持承实修教法祈加持

ཐུགས་ཡིད་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

THUK YI CHIK TU DRE PAR JIN GYII LOB,

秃益气吐接巴仅借洛

融通上师之心祈加持

ལྷན་སྐྱོད་

ལྷོ་གླིང་།	<p>འོད་གསལ་ལྷུག་ཆེན་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>O SAL CHAK CHEN TOK PAR JIN GYII LOB, 乌沙差千托巴仅借洛 Grant your blessings so that I realize luminous mahamudra.</p> <p>证得光明大手印祈加持</p>	<p>།དབང་བཞི་གསང་ལམ་བཟོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>WANG ZHI SANG LAM DRO PAR JIN GYII LOB, 汪希僧朗卓巴仅借洛 Grant your blessings so that I travel the secret path of the four abhisekhas.</p> <p>任运密道四灌祈加持</p>	<p>།རྒྱད་བཞི་སྒྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །</p> <p>GYU ZHI MIN CHING DROL WAR JIN GYII LOB, 究希民仅卓哇仅借洛 Grant your blessings so that the four modes of being are ripened and freed.</p> <p>四相续速成熟祈加持</p>
	<p>བདེ་བྱོད་ལུས་ལ་འབར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>DE DRO LU LA BAR WAR JIN GYII LOB, 喋卓间拉巴哇仅借洛 Grant your blessings so that bliss and warmth blazes in my body.</p> <p>喜乐暖炽我身祈加持</p>	<p>།རུས་པ་ངག་ལ་འབར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>NU PA NGAG LA BAR WAR JIN GYII LOB, 间巴雅拉巴哇仅借洛 Grant your blessings so that speech blazes with power.</p> <p>具威力语炽放祈加持</p>	<p>།རྟོགས་པ་སེམས་ལ་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །</p> <p>TOK PA SEM LA CHAR WAR JIN GYII LOB, 多巴森拉差哇仅借洛 Grant your blessings so that realization arises in my mind.</p> <p>意之醒悟生起祈加持</p>
	<p>འཇའ་ལུས་མཁའ་རྫོད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།</p> <p>JA LU KHA CHO DRUB PAR JIN GYII LOB, 渣间卡秋竹巴仅借洛 Grant your blessings so that I accomplish the celestial rainbow body.</p> <p>成就翔空彩虹之身祈加持</p>	<p>།ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་མཚན་ལྡན་སྐྱེ་མ་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།</p> <p>OM AH HUNG, TSEN DEN LA MA CHOG LA SOL WA DEB, 嗡阿吽 迁殿喇嘛初拉梭哇喋 Om ah hung, I supplicate the supreme, genuine guru.</p> <p>嗡阿吽 祈请至尊真实上师宝</p>	<p>བདག་གཞན་སེམས་ཅན་གསལ་ཅད་ཀྱི་</p> <p>DAG ZHEN SEM CHEN THAM CHE KYI 达先森间汤界吉 Grant your blessings on the 我和众生三门祈加持</p>

༄༅། །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། སླིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། གྲོལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། གྲོལ་བ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

LU NGAG YI SUM JIN GYII LAP PAR DZE DU SOL, 间雅益孙仅吉腊巴皆杜梭 body, speech and mind of myself and all sentient beings.	MIN PAR DZE DU SOL, 民巴皆杜梭 Please ripen us. 请让我们得成熟	DROL WAR DZE DU SOL, 卓哇皆杜梭 Please liberate us. 请让我们得解脱	DROL WAR THAR CHIN PAR DZE DU SOL, 卓哇踏升巴皆杜梭 Please liberate us completely. 请让我们得究竟
--	---	---	---

བཞུགས་པ་

ཅེས་སོགས་སྐབས་སུ་གང་བབ་ཀྱི་རྒྱུད་འབོད་བྱས་མཐར་དབང་བཞི་ལེན་པ་ནི།

Do this or other supplications in accord with your situation. At the conclusion, receive the four abhisekhas.
因应情况作以下或其他祈请文。结行，接受四灌顶：

དེ་ལྟར་བརྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱི་གྱིན་རྒྱབས་རིམ་བཞིན་རྩ་བའི་སྤྲ་མའི་བར་དུ་བརྒྱུད་ཅིང་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ཁྱབ་བདག་དོ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱེ་

DE TAR GYU PA NAM KYI JIN LAB RIM ZHIN TSA WEI LA MEI BAR DU GYU CHING TSA WEI LA MA KHYAB DAG DOR JE CHANG GI KU
 喋打举巴南吉仅腊仁先渣威喇没巴杜举仅渣威喇嘛轧 达多杰场给固
 In that manner, the blessings of the lineage are transmitted through the gurus stage by stage up until your root guru. An immeasurable stream of wisdom blessings
 此时观想，传承的加持从列祖上师一位一位直至您的根本上师，无量智慧甘露加持从根本上师

གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚུ་རྒྱན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བབ།

SUNG THUK KYI JIN LAB YE SHE KYI CHU GYUN PAK TU ME PA BAB,
松 秃 吉 仅 腊 耶 谢 吉 秋 尊 巴 吐 没 巴 拔
of the body, speech and mind of the root guru, sovereign Vajradhara, descend and enter into the brahmarandra at the top of your head. They pervade your entire body, both inside
王者金刚总持的身、语和意流出

སྤྱི་བོ་ཚངས་པའི་སུ་ག་ནས་ཞུགས།

CHI WO TSANG PEI BU GA NE ZHUK,
气 窝 曾 贝 布 噶 内 修
继而从您的顶轮流入

ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་

LU KYI CHI NANG THAM CHE
间 吉 气 能 汤 界
从内到外透满整个身体

བྱུང། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་ནས།

KHYAB, LU NGA YI SUM GYI DIG DRIB THAM CHE DAG NE,
洽 间 雅 益 孙 吉 迪 接 汤 界 达 内
and outside, and all the evil deeds and obscurations of your body, speech and mind are purified. You arise as the yidam deity, apparent but without true nature, having the three
垢净三门的罪障

རང་ཉིད་ལྷག་པའི་ལྷ་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་གསལ་བའི་རྩ་གསུམ་ལོཾ་

RANG NYI LHAK PEI LHA NANG LA RANG ZHIN ME PAR SAL WEI TSA SUM KHOR
让 捏 喇 贝 拉 能 拉 让 先 没 巴 沙 威 札 孙 扩
然后自生起为无实相的本尊

ལོ་བཞི་ཁེངས་ཏེ།

LO ZHI KHENG TE,
洛 谢 虔 贴
nadis and four chakras filled with wisdom blessings. When the wisdom blessings reach the top of the head, one receives the vase abhisekha and blissful wisdom arises. One plants
the seed of the nirmanakaya.

སྤྱི་བོར་སུམ་དབང་ཐོབ།

CHI WOR BUM WANG THOB,
气 窝 捧 汪 托

དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྤྲེས།

GA WEI YE SHE KYE,
噶 威 耶 谢 吉

སྤྱུལ་སྤྱིའི་ས་བོན་བཞག།

TRUL KUI SA BON ZHAK,
著 固 以 沙 捧 厦

三 明 点 和 四 脉 轮 都 充 满 着 智 慧 甘 露 ， 当 智 慧 甘 露 进 入 头 顶 时 即 获 得 宝 瓶 灌 顶 而 喜 乐 智 慧 随 即 生 起 ， 此 时 种 下 化 身 的 种 籽

ལྷ་སྣང་།

ལྷན་པ་ལྷན་པ་	<p>༄༅། །མགྲིན་པར་གསང་དབང་ཐོབ།</p> <p>DRIN PAR SANG WANG THOB, 见巴僧汪托 When they reach the throat one receives the secret abhisekha 当智慧甘露流到喉间时即获得密力灌顶</p>	<p>མཚོག་དགའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས།</p> <p>CHOG GEI YE SHE KYE, 初结耶谢给 and supremely joyous wisdom arises. 而胜喜乐智慧随即生起</p>	<p>ལོངས་སྐྱེའི་ས་བོན་བཞག།</p> <p>LONG KUI SA BON ZHAK, 龙固沙捧厦 One plants the seed of the sambhogakaya. 此时种下报身的种籽</p>
	<p>སྙིང་ཁར་ཤེར་དབང་ཐོབ།</p> <p>NYING KHAR SHER WANG THOB, 宁卡些汪托 When they reach the heart center, one receives the prajajnana abhisekha 当智慧甘露流到心间时即获得智慧力灌顶</p>	<p>ཁྱེད་པར་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེས།</p> <p>KHYE PAR GYI GA WA KYE, 切巴吉噶哇给 and distinctive supremely joyous wisdom arises. 而殊喜乐智慧随即生起</p>	<p>ཚོས་སྐྱེའི་ས་བོན་བཞག།</p> <p>CHOO KUI SA BON ZHAK, 却固以沙捧萨 One plants the seed of the dharmakaya. 此时种下法身的种籽</p>
	<p>ལྷེ་བ་ནས་རྩ་འདབ་ཐམས་ཅད་དུ་ཚིག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ།</p> <p>TE WA NE TSA DAB THAM CHE DU TSIG WANG RIN PO CHE THOB, 贴哇内渣塔汤界杜戚汪仁波切托 When they reach the navel center, one receives the precious word abhisekha 当智慧甘露流到脐间时即获得句义力灌顶</p>	<p>ལྷན་སྐྱེས་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེས།</p> <p>LHEN KYE KYI GA WA KYE, 连介吉噶哇介 and connate joyous wisdom arises. 而俱生喜乐智慧随即生起</p>	<p>ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེའི་ས་བོན་བཞག།</p> <p>NGO WO NYID KUI SA BON ZHAK, 哦窝捏固沙捧厦 One plants the seed of the svabhavakaya. 此时种下谛空自性身的种籽</p>

ལྷན་འབྲེལ་

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཐ་དད་དུ་འཛོལ་པའི་བྱི་མ་དག

LU NGAG YI SUM THA DED DU DZIN PEI DRI MA DAK,
闻雅益孙他爹杜进贝支玛达
One purifies the stains of attachment to the differences of body, speech and mind.
身、语和意的分别念之垢得净化

འབྲས་བུ་སྐྱུ་བཞི་བསྐྱབ་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་པའི་དབང་བཞི་སོ་སོར་

DRE BU KU ZHI DRUB PEI KAL PA DANG DEN PAR JE PEI WANG ZHI SO SOR
支布固希竹贝嘎巴倘殿巴皆贝汪希梭梭
Having received the four abhisekhas individually, the result is that the disciple
获得此等四身的种籽分别得到

ཐོབ་ནས་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་རྒྱུད་ལ་གྲི་ལི་ལི་སྐྱེ་བར་གྱུར།

THOB NE ZAK PA ME PEI DE WA SAM GYII MI KHYAP PA GYU LA TRI LI LI KYE WAR GYUR,
托内萨巴没贝喋哇森介米轧巴举拉吃列列结哇究
becomes a proper vessel to accomplish the four kayas. One's being is then moved with undefiled inconceivable bliss.
四力的灌顶，从而了得无漏喜乐

ཞེས་སོ། །ཐུག་འཛོག་པའི་དུས་སུ།

At the time of ending the session:
结行：

སྤྲུལ་རྣམས་རིམ་གྱིས་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་ཐིམ།

LA MA NAM RIM GYII DOR JE CHANG LA THIM,
喇嘛南仁结多杰场拉添
The gurus stage by stage dissolve into Vajradhara.
诸师顺次融入金刚总持

དོ་རྗེ་འཆང་འོད་གྱི་ཚུལ་དུ་རང་ལ་ཐིམ་པས་

DOR JE CHANG O KYI TSUL DU RANG LA THIM PE
多杰场乌吉醋杜让拉添贝
Vajradhara dissolves into oneself in the form of light.
金刚总持化光融入我身

༄༅། །རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་སྒྲ་མའི་སྐྱུ་གསུང་གླུགས་དབྱེར་མེད་པའི་ངང་ལས་སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་

RANG GI LU NGAG YI SUM DANG LA MEI KU SUNG THUK YER ME PEI NGANG LE NANG SID KHOR DEY KYI DU PEI CHOO THAM CHE LA

让给间雅益孙倘喇没固松秃耶没贝昂列能希扩喋吉杜贝却汤界喇

Within the inseparability of one's body, speech and mind and the guru's body, speech and mind, rest in equipoise in the great luminosity of emptiness and selflessness where all
我与上师的身、语和意无异别，所有相续、轮涅现象

འགྲུབ་

མའི་སྐྱུ་གསུང་གླུགས་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་པ་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ་འོད་གསལ་ཆེན་པོའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་འཛོལ་པ་

MEI KU SUNG THUK RANG ZHIN NAM PAR DAG PA TONG ZHING DAG ME PA O SAL CHEN POI NGANG LA NYAM PAR ZHAG,

没固松秃让先南巴达巴东兴达没巴乌瑟千培昂拉娘巴厘

phenomena comprising appearance and existence, samsara and nirvana, are the pure nature of the guru's body, speech and mind.

皆上师身语意之本性，平稳安住在空性和无我的光明中

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

That is called the guru yoga of suchness. It will manifest as the wisdom of Mahamudra.

这就是上师瑜伽真实意，显现大手印之智

རྗེས་སུ་བསྐྱོད་བསྐྱོན་ལམ་གྱི་རྒྱས་གདབ་པ་ནི། རྟོགས་ལྡན་བསོད་ཡེའི་གསུང་།

In conclusion seal the practice with dedication and aspiration. From the teachings of Togden Sonam Yeshe:
回向及祈愿作结行，摘自托定苏南耶谢开示：

དང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར།

།རྒྱལ་དབང་ལྷ་མའི་སྐྱེ་མཚོག་ལྟ་བ་དང་།

།གསུང་མཚོག་དམ་ཚོས་བདུད་རྩི་ལྷུང་བ་དང་། །

DENG NE ZUNG TE JANG CHUB MA THOB BAR,
典内松贴强秋玛托巴
From now until attaining enlightenment,
从今直至证菩提

GYAL WANG LA MEI KU CHOK TA WA DANG,
嘉旺喇没固初打哇倘
May I view the supreme form of the victorious guru,
能见胜师至尊身

SUNG CHOG DAM CHOO DU TSI NYANG WA DANG,
松初档却杜吱能哇倘
May I experience the amrita of the dharma of the guru's authentic supreme speech,
能受师正语如法

ཐུག་ཚེ་མཚོག་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་པར་ཤོག

།རྗེ་མི་ལའི་གསུང་།

THUK CHOG ZAK ME YE SHE TOK PAR SHOK,
秃初萨没耶谢托巴梳
May I realize the undefiled wisdom of the guru's supreme mind.
能悟师意无漏智

From the teachings of Lord Milarepa:
摘自密勒日巴尊者开示：

ཐུག་ཚེ་མཚོག་།

༄༅། །མི་བདག་ལ་ལྷོས་པའི་འགྲོ་རྒྱུད་རྣམས། །བྱིན་རྒྱལས་དངོས་གྲུབ་རྗེ་ལ་ཟེ། །པ་ཁྱེད་གྱི་ཕུགས་རྗེའི་ལྷུགས་གྲུ་ཡིས། །རང་དབང་མེད་པར་སེམས་གཡོས་ནས། །

MI DAG LA TOO PEI DRO GYU NAM, JIN LAB NGO DRUB JE LA RE, PHA KHYE KYI THUK JEI CHAK CHU YII, RANG WANG ME PAR SEM YOO NE,
米达拉多贝卓举南 行腊哦竹杰拉列 帕切吉秃皆差朱依 让旺没巴森嗜内
For the beings who rely on me, Blessings and accomplishment are expected only from the lord guru. Father guru, the iron hook of your compassion, Moves one's mind uncontrollably.
为了依赖我之诸众生 加持成就唯盼师所赐 上师我父慈悲之铁钩 动摇我那不受控之心

རྫོགས་པའི་སྐུ་གུ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག །ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་སྣོང་པར་ཤོག །

TOK PEI NYU GU KYE DU SOL, SEM CHEN THAM CHE DE DANG DEN GYUR CHIK, NGEN DRO THAM CHE TAK TU TONG PAR SHOK,
多贝闾古皆杜梭 森间汤界喋倘殿究即 烟卓汤界大杜东巴梳
I supplicate you to give rise to the sprout of realization. May all beings possess happiness. May the lower realms be always emptied of beings.
祈请赐我生起觉悟芽 祈愿所有众生得快乐 祈愿恶道有常空

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །དེ་དག་གུན་གྱི་སྣོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

JANG CHUB SEM PA GANG DAK SAR ZHUK PA, DE DAG KUN GYI MON LAM DRUB PAR SHOK,
强秋森巴扛达沙修巴 喋达昆吉蒙览竹巴梳
For all the bodhisattvas who reside on the bhumis, May their aspirations be accomplished.
为安住地之诸菩萨 祈愿他们愿望皆能成

ལྷོས་པ།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཤིང་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པའི་

KON CHOK SUM GYI DEN PA DANG, SANG GYE DANG JANG CHUB SEM PA THAM CHE KYI JIN GYI LAB SHING TSOK NYI YONG SU DZOK PEI

袞初孙吉典巴倘 僧杰倘强秋森巴汤界吉仅结腊兴初赋拥速作贝

May these aspirations be accomplished through the power of the truth of the three jewels, the blessings of all the buddhas and bodhisattvas,

祈愿此等愿望藉着三宝真谛的力量、诸佛菩萨的加持、二资粮之财富

འཇུག་པའི་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཤིང་།

མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག

NGA THANG CHEN PO DANG, CHO KYI YING NAM PAR DAG CHING SAM GYII MI CHAB PEI TOB KYII DE DE ZHIN DU DRUB PAR GYUR CHIG,

雅汤千波倘却给英南巴达仅森结米轧贝托吉喋喋先杜竹巴究且

the great wealth of the completion of the two accumulations and through the power of the pure and incomprehensible dharmadhatu.

藉清净和法界不可思议的力量得圆满

ཅེས་སྟོན་ལམ་བཏབ་པོ།

།རི་སྟེད་ཚོས་རྣམས་སྐྱ་མའི་རང་བཞིན་དུ།

།བྱུང་འཇུག་མཐའ་བྲལ་ཞི་བ་དམ་པའི་མཆོག་།

Thus perform aspiration.

The countless phenomena are the nature of the guru,

Unity, freedom from extremes, peace and supreme authenticity.

以此祈愿

一切无量相皆上师之性

合一、无边、和平和至尊真实性

ལྷ་བཟང་ལྷོ་ལྷོ་	<p>༩། །ཇི་བཞིན་མངོན་གྱུར་གྱི་དེ་པའི་ཕ་རོལ་དུ། །དང་སྲོང་ཆེན་པོར་དོན་གཉིས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །</p> <p>Manifesting just like that, on the other shore of existence, May I become the great sage and perform vast benefit for myself and others. 如是体现，安住在在彼岸 愿我能成佛为我等作大利益</p> <p>ཅེས་པ་མོས་གྲས་ཀྱི་ཉེ་ལམ་ཉུང་ལུ་ཞིག་རི་ཁྲོད་ནལ་འབྱོར་དང་ལྷན་སྐྱོ་གྲོས་རིན་ཆེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་དོར་གྱི་མ་ནེམ་ནེའི་ཕྱིར་གདམས་པ་ལ་འགྲིག་རིམ་ཅུང་ཟད་གྱི་ཁ་བསྐྱར་དང་བཅས་པ་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པ་</p> <p>ལྷ་ལྷོ་ལྷོ་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བྲིས་པའོ། །བྱ་གྲོ།</p> <p><i>Lodrö Rinchen, a yogin in mountain retreat, requested a brief practice of the direct path of devotion. At the top of the Kye ma Nemne mountain, Kunga Namgyal gave teachings and then wrote this down in accord with tradition and made suitable modifications. SHUBAM</i></p> <p>罗卓仁青，在深山闭关一位瑜伽士，只要求一个虔信直接道路的简短修行，在喀玛念涅山之巔， 贡加南佳开示，然后根据传统而写下此颂文并作适当的修改。 熟胖</p>	99
-----------------	---	----

ལྷ་བཟང་ལྷོ་ལྷོ་	<p>སྲོད་ནས་སྣོན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུགས་སྐྱེ་བའི་སྲོན་འགོར་འདི་ཉིད་བཞག་རྒྱ་བྱུང་ན་གིན་ཏུ་ལེགས་པར་མངོན་པས་མི་བསྣན་གསལ་བྱེད་ཅུང་ཟད་བཅས་ཟུར་མང་ལྷན་གྲུབ་གྲིང་གི་ཚོས་གྲུར་ཚོས་སྲོད་ཡོངས་གྲུབ་སྟིང་</p> <p>པོས་སྲོད་དུ་བསྐྱེད་པས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །སཏྲ་མཛྲ་ལོ།</p> <p><i>Later, in fully establishing the hearing lineage practice, Chökyong Yongdrub Nyingpo thought it would be excellent to include this as the preliminary practice. He made some minor modifications and clarifications and published this at Zurmang Lhundrub Ling. May all sentient beings, myself and others attain the stage of Vajradhara. Sarva Mangalam.</i></p> <p>其后，在耳传修行全面发展时期，确炯元竹宁波认为加入此初步修行更为卓越，因此他作了些微修改和注释然后编印此苏曼伦竹林，藉此期望我和一切有情都能证得金刚持果位。 因着尊贵苏曼嘉旺仁波切的请求，堪布才仁久美和谢利伟那共同 翻译此法本。</p>	100
-----------------	--	-----

ལྷོ་ལྷོ་

༄༅། །ནམ་འདྲེན་མཉམ་མེད་བྱེད་བདག་དོ་རྗེ་འཆང་།

NAM DREN NYAM ME KHYAB DAG DOR JE CHANG,
南真酿没洽达多杰章
Incomparable guide of Vajradhara,
伟大的引导者至尊金刚总持

།དམ་ཚོས་ཡང་སྙིང་རྒྱུད་སྡེ་རྣམ་པ་བཞི།

DAM CHOO YANG NYING GYU DE NAM PA ZHI,
当却扬宁珠喋南巴息
Essence of Dharma, the four classes of tantra.
四密续、佛法之真髓

།འདུས་པ་དམ་པ་རིག་འཛིན་རྒྱ་ཀའི་ཚོགས། །

DU PA DAM PA RIG DZIN DRA KII TSOK,
杜巴当巴列进扎噶措
The four noble knowledge-holders and Dakinis,
空行母和四圣智持有者

བསྟན་པ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དགོ་ལེགས་སྣོལ།

TEN PA PHEL ZHING GYE PEI GE LEG TSOL,
典巴佩贤吉贝格勒措
May the precious Buddha's teachings flourish.
请您加持佛法长存永广大

།རྒྱལ་བསྟན་སྙིང་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཟུར་མང་གི།

GYAL TEN NYING PO TA SHI ZUR MANG GI,
嘉典宁波扎西苏曼给
The Zurmang tradition, essence of the Buddhas teachings,
苏曼传承是佛法的真髓

།བསྟན་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚེ་མཛད་སྤྱིན་སོགས། །

TEN DZIN NAM KYI KU TSE DZE TRIN SOK,
滇进南吉固切皆见梭
And holy Gurus who are the lineage holders.
持有传承的圣德们

ལྷག་བསམ་དག་པའི་སྤྱགས་ཀྱི་བཞད་པ་ཀུན།

LHA SAM DAG PEI THUK KYI ZHE PA KUN,
喇森达贝秃吉谢巴昆
May they have long life and may all their wishes and activities,
他们的身命、事业与愿望

།གོགས་མེད་སྤུང་བ་ཉིད་དུ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།

GEG ME NYUR WA YNI DU DRUP GYUR CHIK,
格没纽哇列杜竹究气
Be accomplished without any obstacles. May the teachings, debates and compositions of the glorious Sangha community,
愿皆无障碍得圆满

།དགོ་འདུན་སྡེ་རྒྱས་འཆད་ཚུན་ཚུམ་པ་དང་།

GE DUN DE GYE CHE TSO TSOM PA DANG,
给郭喋结且作冲巴倘
愿显赫的僧团所有的教法、辩论、著作

རིམ་གཉིས་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་ནས།

RIM NYI ZAB MOI NYAM LEN THAR CHIN NE,
念尼洒莫酿连他清内
And the two stages of tantric practice be fully accomplished,
与二阶密法无漏的圆满证得

ལྷ་དམར་དུག་པས་སོ། །

Thus by Zhamarpa.
夏玛巴撰写

ཁྱད་པར་གངས་ཅན་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས།

KHYE PAR GANG CHEN GON PO CHEN RE ZIG,
客巴港间袞波间瑞息
Especially Avalokitesvara, protector of the Land of Snow,
尤其雪域怙主观世音

མི་མགུན་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཡིས།

MI THUN CHOK LE NAM PAR GYAL WA YII,
密吨绰内南巴嘉哇依
May all activities be auspicious.
愿所有有情不得逆境

༥ བོད་ཡུལ་བདེ་བའི་སློན་ལམ་བཞུགས་སོ།

An Aspiration for the well-being of Tibet.
雪域安乐愿文

རྗེ་བཙུན་སློལ་མ་གུ་རུ་པདྨ་འབྲུང་།

JE TSUN DROL MA GU RU PED MA JUNG,
杰尊卓玛古如贝玛炯
Noble lady Tara, Guru Padmakara,
至尊度母莲花生大士

ཡར་ལྷ་ལྷ་བུར་འཕེལ་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

YAR DA TA WUR PHEL WEI TA SHI SHOK,
雅大他步佩威扎西梭
May they increase like the waxing moon.
如盈月一般不断增长

སྐྱབས་གནས་བསྐྱེད་དཀོན་མཆོག་ཅུ་བ་གསུམ། །

KYAB NE LHU ME KON CHOG TSA WA SUM,
轱内间没棍秋扎哇孙
Undeceiving sources of refuge, Three Jewels and three roots,
无谬误之皈处胜三宝

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ལྷགས་དམ་ཞལ་བཞེས་དགོངས། །

SOL WA DEB SO THUK DAM ZHAL ZHE GONG,
梭哇喋梭突当瑕谐拱
I pray to you. Consider your pledges and promises.
祈忆往昔承诺与誓言

ཕྱིན་པ་

། །སློན་ལམ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །སྟིགས་དུས་འགོ་ནམས་བསམ་སྦྱོར་ལོག་པ་དང་། །ཕྱི་ནང་འགྲུང་བ་འབྲུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས། །

MON LAM YONG SU DRUP PAR JIN GYII LOB, NYIG DU DRO NAM SAM JOR LOK PA DANG, CHI NANG JUNG WA TRUK PEI GYU KYEN GYII,
闷朗拥苏竹巴仅吉洛 逆杜卓南佐罗巴倘 气能炯哇初贝珠间吉
Grant your blessings that my aspirations be fulfilled, Through the incorrect thoughts and actions of beings in degenerate times And turmoil of the outer and inner elements,
祈愿加被诸愿毕竟成 浊世众生颠倒之心行 内外大种混乱之因缘

སྲ་མ་གྲགས་པའི་མི་སྤྱུགས་དལ་ཡམས་ནད། །གཟའ་སྲུ་རྒྱལ་གདོན་ནག་ཕྱོགས་འགྲུང་པའི་ཟེར། །བཅའ་སང་སེར་གསུམ་ལོ་ཉེས་དམག་འབྲུགས་ཚུད། །

NGAR MA DRAK PEI MI CHUK DAL YAM NED, ZA LU GYAL DON NAK CHOK JUNG POI ZER, TSA SE SER SUM LO NYE MAK TRUK TSO,
雅玛扎贝米秋达炎内 洒陆嘉屯拿秋炯波色 扎色色孙罗捏妈初最
There are new human and animal diseases. We are struck by planets, nagas, gyalpos, and evil bhutas, Blight, frost, hail, and poor harvest; war and fighting,
过去未闻之人畜疫疾 曜龙王魑魅罪恶魔病 锈病霜雹恶年战争乱

ཆར་རྒྱུ་མི་སྟོམས་གངས་ཆེན་བྲ་བྱིའི་ཐམ། །ས་གཡོ་མེ་དག་འགྲུང་བཞིའི་འཛིགས་པ་དང་། །བྱུང་པར་བསྐྱེད་ལ་འཆོ་བའི་མཐའ་དམག་སོགས། །

CHAR CHU MI NYOM GANG CHEN DRA JII THEN, SA YO ME DRA JUNG ZHII JIG PA DANG, KHYE PAR TEN LA TSE WEI THA MAG SOK,
洽秋米纽港间札吉天 萨优美札炯习吉巴倘 客巴滇喇测威它妈梭
Uneven rainfall, blizzards, destruction by voles and rats, Earthquakes, fire, danger from the four elements, And, in particular, invasions that threaten the Dharma.
雨水不调大雪鼠恶兆 地震火灾四大诸恐惧 尤其毁坏佛教外寇等

གངས་ཅན་ལྗོངས་འདིར་གཞོན་འཚོའི་རིགས་མཐའ་དག

GANG CHEN JONG DIR NO TSEI RIG THA DAK,
港间炯迪虐测历它达
May all such thins that menace this Land of Snow.
伤害此地雪域诸民族

ལྷུར་དུ་ཞི་ཞིང་རྩད་ནས་འཛོམས་གྱུར་ཅིག

NYUR DU ZHI ZHING TSE NE JOM GYUR CHIK, MI DANG MI MIN DRO WA THA DAG GI,
纽读习行皆内炯究计
Be quickly pacified and eradicated.
愿速寂灭由根本摧伏

མི་དང་མི་མིན་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི།

米倘米铭卓哇它达吉
May all beings, human and nonhuman,
人与非人一切诸众生

རྒྱུད་ལ་བྱང་རྩལ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

GYU LA JANG CHUB SEM CHOK RIN PO CHE,
举喇强秋森措仁波切
Naturally generate precious bodhicitta
心中胜菩提心大珍宝

འང་གིས་སྦྱེས་ནས་གཞོན་འཚོའི་བསམ་སྦྱོར་བྲལ།

NGANG GII KYEI NE NO TSEI SAM JOR DRAL,
昂吉皆内虐测散究札
And be free from malevolent thoughts and actions.
自然而生离损害心行

ཡན་རྩལ་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་ནས་ཀྱང་།

PHEN TSUN JAM PEI SEM DANG DEN NE KYANG,
翩村蒋卑森倘殿内将
May they love one another.
互相具足慈爱之心念

བོད་ཡུལ་མཐའ་དབུས་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་གྱིས་འབྱོར།

BO YUL THA WU DE KYI PAL GYI JOR,
培油它玉喋基巴吉佐
May all of Tibet be filled with joy, well-being, and wealth.

སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་དང་རྒྱས་ཡུན་གནས་ཤོག

SANG GYE TEN PA DAR GYE YUN NE SHOK,
桑杰滇巴达杰云内修
May the Buddhadharma spread, flourish, and long remain.

རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་བདེན་པའི་སྟོབས།

TSA SUM GYAL WA SE CHE DEN PEI TOP,
扎孙嘉哇色切点贝托
Through the power of the truth of the three roots, buddhas, and bodhisattvas,
三宝诸佛菩萨真实力

གསུམ་བུ་ནི།

༄༅། །འཁོར་འདས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་མཆིས་པ། །བདག་ཅག་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དཀར་བའི་མཐུས། །གསོལ་བ་ཏབ་སློབ་པའི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །

KHOR DE GE WEI TSA WA GANG CHI PA, DAG CHAK LHAK SAM NAM PAR KAR WEI THU, SOL TAB MON PEI DRE WU DRUB GYUR CHIK,
过喋给威扎哇港戚倘 达差蜡森南巴嘎威突 梭大闷卑哲部竹究计
The power of all the roots of virtue in samsara and nirvana, And the power of our pure benevolence, May what we have prayed and wished for be accomplished.
轮涅善业根本尽所有 以我等之胜意乐善力 祈所发愿之果得成就

ཅེས་ཇི་སྲིད་མ་རིན་པོ་ཆེ ལ ། འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བརྩེན་བརྩེད་དབང་པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་དེང་སང་དུས་ཀྱི་འཚུབ་འགྱུར་གིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཆ་མེད་པས་ཇི་ཉིད་ནས་བོད་ཡུལ་བདེ་བའི་སློབ་ལམ་ཉིན་ཞག་རེ་
ལན་དུག་རེ་མཛད་པ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གལ་ཆེ་ཞེས་བཀའ་བསྟུན་མེད་པས་ལྟར་རང་གི་བསྟེན་ལ་གསོས་སུ་བྲིས་པ་ཇི་བཞིན་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ལྷོ་འབྲུ་རིན་ཆེན་བྲག་
ཏུ་རྒྱལ་བུ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་འགྲུབ་པའི་སློབ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་ཆར་བྲིས་པ་ཡ་བླ་སློལ་རྒྱུ།

The lord guru Jamyang Khyentse Wangpo said to me, "Because of the great uncertainty of the present time, I pray six times each day for the well-being of Tibet. It is important that you do so as well." In accordance with that command, I wrote this to remind me to do so. This was written by Jamgon Lodro Thaye at Tsadra Rinchen Drak on the morning of an auspicious conjunction during the waxing phase of the month Gyal. YATHASIDDHIRATU.

蒋扬钦哲旺波亲口指示道：「近代藏地不善恶兆频多，我每日都要作六次藏域安乐愿文的祈愿，你也应如是重视。」我为提醒自己而撰此文，愿如是成就。罗卓泰耶於如同扎日圣地之宝崖，藏历十二月上半月有星宿成合之早晨。

བཟུངས།	<p>༄༅། །མཚོན་པའི་མཚུལ་ལག་ཏུ་སྒྲུབ་ནས། རྒྱལ་གཙང་ཞིང་དག་པར་སྦྱི་བའི་ཚེ། གཟུང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དག་པར་བསམ་ལ།</p> <p><i>Then take hold of the offering Mandala and cleansing all its impurities. You should imagine that you purify for yourself and others. The defilements and obscurations of mind and appearance.</i></p> <p>观想能取（心）与所取（境）所摄集之自他恶业障碍悉得净除。</p> <p>ཨོ་བཟོ་སུ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་བུ་ལ་ཡ། བཟོ་སུ་ཏེ་ལོ་པ་ཏིལ། དྲི་རྩོ་མི་རྩ་མ། སུ་ཏེ་ཏེ་མི་རྩ་མ། སུ་པོ་ཏེ་མི་རྩ་མ། ཨ་རུ་རཏོ་མི་རྩ་མ། སམ་སི་རྩི་སྤེ་བྲ་ཡ་ཙམ། སམ་ཀམ་སུ་ཙ་</p> <p>མེ། ཙེ་ཏོ་བྲི་ཡ། ཀུ་རུ་རྩི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། རྩ་ག་ལྷོ། སམ་ཏ་ལྷོ་ག་ཏ་བཟོ་མ་མེ་སུ་རུ་བཟོ་བཟོ་རྩ་མ། མ་རུ་ས་མ་ཡ་སུ་ཨུཾ།</p>	106
--------	--	-----

	<p>OM VAJRA SATTVA SA MA YA MA NU PA LA YA VAJRA SATTVA TE NO PA TIK TRA DRI DRO ME BA WA SU TO KHA YO ME BA WA SU PO KHA YO ME BA WA AH NU RAK TO ME BA WA SAR WA SID DI ME TRA YA TSA SAR WA KAR MA SU TSA ME TSIT TAM SHI RI YA KU RU HUNG HAHA HAHA HO BA GHA WEN SAR WA TA THA GHA TA VAJRA MA ME MUN TSA VA ZE BA WA MA HA SA MA YA SATTVA AH</p> <p>嗡边扎萨埵森玛呀 玛巴拉呀 边扎萨埵喋巴 地叉则多美巴哇 速埵卡喏美巴哇 速波卡喏美巴哇 阿努惹多美巴哇 萨哇悉地美札呀擦 萨哇 嘎玛速扎美 积当希瑞呀 咕噜吽 哈哈哈哈哈 巴嘎问 萨哇达他嘎达边扎玛美穆扎边知巴哇 玛哈萨玛呀萨埵阿</p> <p>ཚོག་འདོན་ཞིང་དོན་གསལ་འདེབས་པ་དང་། ཚོམ་སུ་བཀོད་ནས་འབུལ་བ་རྣམས་ཕྱོགས་མཐུན་བྱ་སྟེ།</p> <p><i>With the arrangement following the recitation, you should then offer the heaps at their respective locations.</i></p> <p>（以下）念诵字句，观想，米堆供养都在同一时间修行。</p>	107
--	--	-----

༄༅།	༄༅། རྩོ་བརྩ་བུ་མི་ཨུམ་ཏུ།	གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི།	༄༅། རྩོ་བརྩ་རེ་ཁེ་ཨུམ་ཏུ།	ཕྱི་ལྷགས་རིའི་འཕོར་ཡུག་གི་
	OM VAJRA BU MI AH HUNG, 嗡 边扎布米阿吽 Om vajra bumi ah hung, 嗡边扎布米阿吽	ZHI NAM PAR DAK PA WANG CHEN SER GYI SA ZHI, 息南巴达巴旺千瑟吉沙些 As basis of mighty golden ground. 极清净大地自在黄金之地基	OM VAJRA RE KHE AH HUNG, 嗡 边扎惹喀阿吽 Om vajra rekhe ah hung, 嗡边札 瑞喀阿吽	CHI CHAK RII KHOR YUK GI 气则瑞依扩优给 As complete outer circle, an unbroken wall of iron mountains. 外以铁围山环绕

ཨ་

ར་བས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་བོ་མཚོག་རབ།	ཤར་ལུས་འཕགས་པོ།	ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་།	རུབ་བ་ལང་སྤོང།
RA WE YONG SU KOR WEI U SU RIYI GYAL PO RI WO CHOK RAB, 拉 威元 速过 威鸣 速瑞依嘉 波瑞窝初 拉 In the centre, the king of mountains, the exalted mount Sumeru. 中央为山王胜须弥山	SHAR LU PHAK PO, 夏吕 帛波 To the east, Purva Videha. 东圣身洲、	LHO DZAM BU LING, 罗 赞布令 To the south, Jambu Dvipa. 南瞻布洲、	NUB BA LANG CHOD, 努巴 朗觉 To the west, Aparā Godānoa. 西牛货洲、

བྱང་སྐོ་མི་སྣམ།	ལུས་དང་ལུས་འཕགས།	རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན།	གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཚོག་འགོ།	སྐོ་མི་སྣམ་དང་སྐོ་མི་སྣམ་གྱི་ལྷ།
JANG DRA MI NYEN, 姜 扎 米 宁 To the north, Uttara Kuru. 北俱卢洲、	LU DANG LU PHAK, 闍 佉 闍 帕 Deha and Videha Islands. 身洲、圣身洲	NGA YAB DANG NGA YAB ZHEN, 雅 也 佉 雅 也 欣 Chamara and Upa-chamara Islands. 拂洲、别拂洲、	YO DEN DANG LAM CHOG DRO, 唷 滇 佉 朗 初 卓 Shatha and Uttara-mantrina Islands. 小行洲、胜道行洲、	DRA MI NYEN DANG DRA MI NYEN GYI DA, 札 米 宁 佉 札 米 宁 吉 达 Kurava and Kaurava Islands. 俱卢洲、俱卢月洲、

རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང། འདོད་འཛེའི་བ། མ་ལྷོས་པའི་ལོ་ཉོག། འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཙུན་མོ་རིན་

RIN PO CHEYI RI O, PAK SAM GYI SHING, DO JOYI BA, MA MOO PAYI LO TOK, KHOR LO RIN PO CHE, NOR BU RIN PO CHE, TSUN MO RIN
 仁波切瑞窝 帕桑吉兴 堆觉巴 玛梅贝洛托 扩洛仁波切 诺布仁波切 尊摩仁
 Treasure mountain. Wishfulfilling tree. Cow of plenty. Spontaneous harvest. Precious wheel. Precious jewel. Precious
 宝山王、 如意树、 满愿牛、 自然稻、 轮宝、 如意宝、 后妃宝

པོ་ཆེ། ལྷོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། སྒྲེག་མོ་མ།

PO CHE, LON PO RIN PO CHE, LANG PO RIN PO CHE, TA CHOK RIN PO CHE, MAK PON RIN PO CHE, TER CHEN POYI BUM PA, GEG MO MA,
 波切 龙波仁波切 朗波仁波切 他初仁波切 玛庞仁波切 贴千贝碰巴 格摩玛
 Queen. Precious minister. Precious elephant. Precious horse. Precious general. Vase of treasures. Charming maiden.
 臣宝、 象宝、 马宝、 将军宝、 巨藏瓶、 嬉女、

སྤྲེང་བ་མ། ལུ་མ། གར་མ། མེ་ཏོག་མ། བདུག་སྒྲོས་མ། ལྷང་གསལ་མ། དྲི་ཆབ་མ། ཉི་མ། ལྷ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས།

TRENG WA MA, LU MA, GAR MA, ME TOK MA, DUG POO MA, NANG SAL MA, DRI CHAP MA, NYI MA, DA WA, RIN PO CHEYI DUG,
 见哇玛 露玛 噶玛 美托玛 杜悲玛 能沙玛 尺契玛 尼玛 达哇 仁波切杜
 Embellished maiden. Singing maiden. Dancing maiden. Flower maiden. Incense maiden. Lamp maiden. Perfume maiden. Sun. Moon. Royal parasol.
 鬘女、 歌女、 舞女、 花女、 燃香女、 灯女、 涂香女、 日、 月、 宝伞、

ལྷོ་

༄༅། །ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན། དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ། རབ་འབྱམས་རྒྱ་མཚོའི་

CHOK LE NAM PAR GYAL WEI GYAL TSEN, U SU LHA DANG MIYI PAL JOR PHUN SUM TSOK PA MA TSANG WA ME PA, RAB JAM GYA TSOI
初列南巴嘉威嘉称 乌速拉倘米宜巴作潘孙初巴玛仓哇美巴 腊姜噶却
The banner showing victory in all directions. And in the centre, all celestial and human wealth, everything in plenty without exception, a multitude surpassing
威摄十方尊胜幢 在中央，一切天人清净、吉祥、圆满之珍宝 庄严罗列

རྒྱལ་གྱི་གྲངས་ལས་འདས་པ་མངོན་པར་བཀོད་དེ། ལྷ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྦྱོང་སྦྱང་མའི་

DUL GYI DRANG LE DE PA NGON PAR KO DE, LA MA YI DAM SANG GYE JANG CHUB SEM PA, PA WO KHA DRO CHOO KYONG SUNG MEI
杜吉昌列喋巴恩巴皈喋 喇嘛依唐桑杰强秋森巴 巴喔康卓却炯松美
the particles of dust in an infinity of universes, all openly displayed. To the Lamas and Yidams, Buddhas and Bodhisattvas, and the host of Dakas and Dakinis, Dharmapalas
无量无边尘数海 上师、本尊、诸佛、菩萨、 勇父、空行、护法、

ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་འབུལ་བར་བགྱིདོ། ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །

TSOK DANG CHE PA NAM LA BUL WAR GYI O, THUK JEE DRO WEI DON DU ZHE SU SOL, ZHE NE JIN GYI LAB TU SOL,
措倘皆巴南拉鄂哇吉哦 突杰卓威屯突谢速梭 谢内仅吉拉吐梭
and guardians, I offer this. In your compassion, please accept it for the benefit of all beings, and accepting it, please bestow your blessing.
守者众，咸供养； 祈以慈悲利众而纳受， 受已祈请赐加持。

ས་གཞི་སྒོ་ས་རྒྱས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ།

SA ZHI POO CHUI JUK SHING ME TOK TRAM,
沙希悲曲秋兴美多张
Foundation with an array of perfume and of flowers.
大地涂香花锦簇，

འི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

RI RAB LING ZHI NYI DE GYEN PA DI,
瑞腊令息尼喋间巴迪
Mount Meru and the four realms with sun and moon adorning,
须弥四洲日月严，

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །

SANG GYE ZHING DU MIK TE PHUL WA YII,
僧杰兴突米喋朴哇宜
within my mind, I offer to the exalted refuge
意缘供养诸佛刹，

འགྲོ་གུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག།

DRO KUN NAM DAK ZHING LA CHO PAR SHOK,
卓棍南达贤拉却巴修
for every sentient being's attainment of the pure realms.
登净土衆祈受用。

ཅེས་དང།

And then:
以及：

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།

CHOK CHU DU SUM ZHUK PA YI,
初处杜孙修巴依
For the assembly of buddhas and bodhisattvas. Who dwell in the ten directions and the three times. For the gurus and vajra masters.
十方三世所安住，

སངས་རྒྱས་བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའ་དང།

SANG GYE JANG CHUB SEM PA DANG,
僧杰强秋森巴倘
And the yidams with their retinues,
诸佛以及菩萨等，

ལྷ་མ་རྩོ་རྩེ་སྒོ་བ་དཔོན་དང།

LA MA JOR JE LOB PON DANG,
喇嘛多杰洛本倘
上师金刚阿闍黎，

ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས། །

YI DAM LHA TSOK KHOR DANG CHE,
依担拉初扩倘界
本尊圣衆眷属俱，

༄༅། །དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་མ་ལུས་ལ། །སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་བཅས་པ་དང་། །སྒྲིང་བཞི་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དང་། །བྱེ་བ་འབུམ་དང་དུང་ལྷུང་ཏེ། །

DU SUM DE SHEK MA LU LA, LING ZHI RI RAB CHE PA DANG, LING ZHI JE WA TRAK GYA DANG, JE WA BUM DANG DUNG CHUR TE,
杜孙喋谢玛吕拉 令息瑞腊界巴倘 令息切哇论嘉倘 切哇本倘通秋喋
For the sugatas of the three times, for all these without exception. Mount Meru and the four continents. Millions, billions, and trillions,
三世善逝无余众， 四洲弥须山王以及 凡诸四洲百俱胝（千万） 十万俱胝亿俱胝

མཐུལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་ནི། །མོས་སློབ་གོང་མ་རྣམས་ལ་འབུལ། །བྱུགས་རྗེས་བརྩེར་དགོངས་བཞེས་སུ་གསོལ། །བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །

MAN DRAL CHIK TU DU NE NI, MOO LOO GONG MA NAM LA BUL, THUK JEE TSER GONG ZHE SU SOL, ZHE NE JIN GYI LAB TU SOL,
曼札吉吐杜内尼 梅略空玛南拉布 突杰则公谢速梭 谢内仅吉拉吐梭
Are gathered into a single mandala. We offer it to you, the superior ones, with devotion. Please accept it with thoughts of love and kindness. Having accepted it, please grant your blessing. 摄集於一曼达已， 虔诚弟子咸供养， 慈悲怙念祈纳受， 受已祈请赐加持。

ཞེས་དང་། །ཨོ་མཐུལ་ལུ་ཇ་མེ་གླ་ས་མུ་བྲ་སྒྲ་ར་ཏ་ས་མ་ཡེ་ཨུཾ་ཧྱཱི། ། །ཞེས་པ་གང་རིགས་ཚར་ཅི་རུས་སུ་འབུལ་ལ། །རྗེས་སུ།

And then: OM MAN DRA LA PU DZA ME GA SA MU DRA SA PHA RA NA SA MA YE AH HUNG, Thus offer in whichever way to your ability, and then:
以及： 嗡曼札拉布渣美嘎沙穆札沙帕腊那沙玛耶阿吽 上述任一种曼达可随宜尽力供养，然后：

ལྷ་མོ།

མཉེས་བྱེད་མཚུལ་བཟང་པོ་འདི་ཕུལ་བས།

NYE JE MAN DRAL ZANG PO DI PHUL WE,
内切曼札桑波迪朴威
By offering this good and pleasing mandala,
供养适悦善曼达，

སྲིད་པར་མི་འབྲུལ་ཞི་བར་མི་གནས་གིང་།

SI PAR MI TRUL ZHI WAR MI NE SHING,
夕巴米出息哇米内兴
Neither wandering in samsara nor dwelling in nirvana,
不迷轮回不住涅，

ས་གཞི་སྟོན་ཚུས་བྱུགས་གིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ།

SA ZHI POO CHUI JUK SHING ME TOK TRAM,
萨息悲曲秋兴美多张
Foundation with an array of perfume and of flowers.
大地涂香花锦簇，

།བྱང་རྒྱལ་ལམ་ལ་བར་ཚད་མི་འབྱུང་ཞིང་།

JANG CHUB LAM LA BAR CHE MI JUNG ZHING,
强秋朗拉琶切米炯兴
May no obstacles arise on the path of enlightenment.
菩提道障不生起，

།ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་སྟོལ་བར་ཤོག།

NAM KHA DANG NYAM PEI DRO WA DROL WAR SHOK,
南卡倘酿贝卓哇卓哇修
May all beings, limitless as space, be liberated.
愿渡众生等虚空。

།རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།

RI RAB LING ZHI NYI DE GYEN PA DI,
瑞腊令息尼喋间巴迪
Mount Meru and the four realms with sun and moon adorning,
须弥四洲日月严，

།དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་དང་། །

DU SUM DE SHEK GONG PA TOK PA DANG,
读孙喋谢拱巴托巴倘
Realizing the insight of the sugatas of the three times,
解悟善逝之密义，（原文作三世善逝）

།མཚུལ་གྲངས་གསོག་པ་ཡིན་ན།

If you are counting Mandalas:
如需计算曼达…

།སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། །

SANG GYE ZHING DU MIK TE PHUL WA YI,
僧杰兴突米喋朴哇宜
within my mind, I offer to the exalted refuge
意缘供养诸佛刹，

༄༅། །འཇོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

DRO KUN NAM DAK ZHING LA CHO PAR SHOK,
卓棍南达贤拉却巴修
for every sentient being's attainment of the pure realms.
登净土衆祈受用。

།ཅིས་རྒྱས་བསྐྱེས་སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ།

Thus combining the extensive and the short offering.
以上长短曼达，视时间多寡而修。

ལྷ་འཇོ་ལ།

སྐྱེ་གསུམ་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱེ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ།

KU SUM YONG DZOK LA MEI TSOK NAM LA,
固 孙雍作拉没措南拉
To all the gurus who have accomplished the three Kayas.
三身圆满上师衆

།ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མཚོད།

CHI NANG SANG SUM DE ZHIN NYI KYI CHOD,
契囊僧孙喋欣尼吉却
I offer the outer, inner, secret and absolute offering.
外内秘密真实供

།བདག་ལུས་ཡོངས་སྦྱོད་སྦྱང་གླིང་ཡོངས་བཞེས་ལ། །

DAK LU LONG CHO NANG SID YONG ZHE LA,
达吕隆觉囊夕雍谐拉
Please accept my body, wealth and all appearances,
身、财万有悉纳受

སྐྱེ་མེད་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུང་དུ་གསོལ།

LA ME CHOG GI NGO DRUB TSAL DU SOL,
喇没却格约出扎突梭
And bestow the highest unsurpassed accomplishment,
祈赐无上胜成就

།ཕྱུག་རྒྱ་ཚེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུང་དུ་གསོལ།

CHAK GYA CHEN POI NGO DRUB TSAL DU SOL,
洽嘉千波约出扎突梭
bestow the accomplishment of Mahamudra.
祈赐大手印成就

།འཕགས་ལམ་བཟོད་པའི་ཤིང་རྟ་ལས་རྩུང་སྦྱང་བཞིས་བ་ལགས། །

Copied from The Chariot taking to the noble path.
节录自圣道次第之胜乘仪轨。

