



《阿弥陀佛修法》

本手册所包含之修持法本仅限于已领受过该修法之灌顶、口传和教授者阅读。若您不确定是否可以阅读或修持某特定文本，请向一位具格上师谘询。

为了使法本内容更易于阅读和理解，梵文已省略变音符号，藏文则根据桑耶翻译小组之音标系统翻译。

本手册之翻译可能由多位译者协力合作完成，相关译者版权说明，请参考本手册末尾。

2023 年版，桑耶翻译与出版

www.samyetranslations.org

封面图片：贝玛炯涅，由帕秋仁波切提供。

版权所有：

[Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

目录

介绍	5
《阿弥陀佛睡修简轨》	7
《莲花舞王（观音）之 颇瓦修持法》	25
《求生极乐净土愿文》	34
《净三身刹土祈愿文》	37
《一切诸佛独子种子续》	53
听闻解脱咒	56

介绍

藏语「颇瓦」是指于临终之时，刻意将自身或他人神识迁转，以获得吉祥结果的修行法。此迁识法（颇瓦）之目的在于获得法身解脱或投生至如极乐净土这样的刹土之中，又或者投生至有利佛法修持的人道中。虽然说颇瓦法被喻为「无须禅修能证悟」，但此法确实需要经过训练才能够成功施展。本手册所收录的颇瓦法为《莲花舞王（观音）之颇瓦修持法》（贝玛噶旺 吉 泊隆），最初由莲师传授，随后由秋吉德钦林巴（1829-1870）于一八五七年十二月十二日自康区十万空行寨顶莲花自在洞（Pema Wangpuk Caveat Karmé Bumdzong）以伏藏法取出，并作为《根除轮回-大悲观音法门》（廓瓦东初）法集之一部分。随后，噶美堪布仁钦达杰以此伏藏法之根本颂为基础，撰写了收录在此的修持略轨。此外，本手册亦收录了在进入颇瓦法正行修持前，有关阿弥陀佛的简短睡眠修法，此法由怙主蒋扬钦哲确吉罗卓撰写，旨在帮助修行者将睡眠转化为禅修。最后，我们以经典的祈愿作为结行，祈求能投生至阿弥陀佛极乐净土，在那里毫不费力地步上觉悟之路，利益一切有情众生。

༥ འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཉལ་བསྐྱོམ་མཛོད་བསྐྱུས་བཞུགས། །

《阿弥陀佛睡修简轨》

སངས་རྒྱལ་ཚེས་ཚོགས་གྱི་སྐྱབས་སེམས་ལན་གསུམ། །

持诵三遍皈依、发心文：

སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚོགས་གྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

sangyé chö dang tsok kyi chok nam la

桑杰 却档 措吉 确南 拉

诸佛正法贤圣三宝尊，

བྱུང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི། །

jangchup bardu dak ni kyapsu chi

讲秋 巴度 达尼 恰苏 奇

从今直至菩提永皈依，

བདག་གི་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །

dak gi jin sok gyipé sönam kyi

达记 金索 吉贝 索南 吉

我以所修施等诸资粮，

འགྲོ་ལ་ཕན་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

dro la pen chir sangyé drupar shok

卓拉 遍奇 桑杰 竹巴 修

为利有情故愿大觉成。

མ་ལུས་སེམས་ཅན་སོགས་ལྷ་ལོ་ཀ་གཅིག་གི་མཐར།

之后是迎请：

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །

malü semchen kün gyi gön gyur ching

玛吕 森千 坤记 贡久 庆

一切无余众生依怙主，

དངུང་སྡེ་དངུང་བཅས་མི་བབ་འཛོམས་མཛེན་ལྷ། །

dü dé pung ché mi zé jom dzé lha

度迭 彭且 米则 炯则 拉

摧灭无尽魔军胜战尊，

དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །

ngö nam malü jizhin khyen gyurpé

沃南 玛吕 吉辛 千久 贝

一切实相无余遍知者，

བཅོམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

chomden khor ché né dir shék su sol

炯典 括且 涅迪 谢苏 收

世尊眷属祈请降临此！

ཨོཾ་ཨ་མི་ཏ་བྷ་མྷིཾ་ས་པ་འི་ལྷ་ར་ཨེ་ཏྱི་ཏི་བཛེ་ས་ལྷ་ཇཾ་ ། པལ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་སྟེ།

om amitabha hrih sapariwara é hyé hi benza samadza | pema kama laya tom

嗡 啊弥迭哇 啥 萨巴瑞哇惹 诶海嘿 班杂 萨吗匝 贝玛 噶玛啦雅

通

གྱིས་གདན་སྟེན་བར་མོས།

如是迎请。

ཇི་སྟེན་སུ་དག་སོགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་གྲ།

之后是七支供：

1、顶礼：

ཇི་ལྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་རྟེན་ན། །

ji nyé su dak chok chü jikten na

吉涅 速达 秋具 吉殿 拿

所有十方世界中，

དུས་གསུམ་མ་ཤེགས་པ་མི་ཡི་སངས་གོ་ཀུན། །

dü sum shekpa mi yi sengé kün

都宋 谢巴 米宜 圣给 贡

三世一切人师子，

བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །

dak gi malü dedak tamché la

达给 玛吕 喋达 唐界 拉

我以清净身语意，

ལུས་དང་ངག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བསྐྱོད། །

lü dang ngak yi dangwé chak gyio

吕档 阿宜 档威 洽寄 哦

一切遍礼尽无余。

བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྤོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། །

zangpo chöpé mönlam top dak gi

桑波 倔贝 莫蓝 多达 给

普贤行愿威神力，

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །

gyelwa tamché yi kyi ngönsum du

加哇 唐界 宜吉 恩宋 都

普现一切如来前，

འིང་གི་རྩལ་སློང་ལུས་རབ་བརྟན་པ་ཡིས། །

zhing gi dǖl nyé lü rap tüpa yi

行给 独涅 吕拉 都巴 宜

一身复现刹尘身，

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྟུགས་གཞུག་ལོ། །

gyelwa kün la raptu chaktsel lo

加哇 贡拉 拉度 洽擦 罗

一一遍礼刹尘佛。

2、供养:

རྩལ་གཅིག་སློང་ན་རྩལ་སློང་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

dül chik teng na dǖl nyé sanggyé nam

都季 定拿 都涅 桑杰 南

于一尘中尘数佛，

སངས་རྒྱས་སྲས་ཀྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག། །

sanggyé sé kyi ü na zhukpa dak

桑杰 色及 悟拿 淑巴 达

各处菩萨众会中，

དེ་ལྟར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །

dé tar chö kyi ying nam malüpa

喋大 却吉 映南 玛吕 巴

无尽法界尘亦然，

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་འོས། །

tamché gyelwa dak gi gangwar mö

趟界 加哇 达给 刚哇 木

深信诸佛皆充满。

དེ་དག་བསྐྱབས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །

dé dak ngakpa mizé gyatso nam

喋达 阿巴 米色 佳措 南

各以一切音声海，

དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲ་ཀུན་གྱིས། །

yang kyi yenlak gyatsö dra kün gyi

央吉 炎拉 佳措 札贡 寄

普出无尽妙言辞，

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

gyelwa kün gyi yönten rap jö ching

加哇 贡寄 远殿 拉觉 净

尽于未来一切劫，

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

dewar shekpa tamché dak gi tö

喋哇 谢巴 趟界 达给 对

赞佛甚深功德海。

མི་ཉོག་དམ་པ་ཐོང་བ་དམ་པ་དང་། །

métok dampā trengwa dampā dang

美豆 当巴 秤哇 当巴 档

以诸最胜妙华鬘，

སིལ་སྐྱབས་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གཏུགས་མཚོག་དང་། །

silnyen nam dang jukpa duk chok dang

似念 南档 祝贝 独秋 档

伎乐涂香及伞盖，

མར་མེ་མཚོག་དང་བདུག་སྒྲིམ་དམ་པ་ཡིས། །

marmé chok dang dukpö dampa yi

玛美 秋档 独布 当巴 宜

如是最胜庄严具，

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི། །

gyelwa dé dak la ni chöpar gyi

加哇 喋达 拉尼 却巴 寄

我以供养诸如来。

ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཚོག་དང་། །

naza dampa nam dang dri chok dang

拿洒 当巴 南档 执秋 档

最胜衣服最胜香，

ཕྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །

chéma purma rirap nyampa dang

切美 舖玛 利拉 酿巴 档

末香烧香与灯烛，

བཀོད་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། །

köpa khyépar pakpé chok kün gyi

贵巴 切巴 帕贝 秋贡 寄

一一皆如妙高聚，

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགྱི། །

gyelwa dé dak la ni chöpar gyi

加哇 喋达 拉扬 却巴 寄

我悉供养诸如来。

མཚོན་པ་གང་རྣམས་ལྷ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །

chöpa gang nam lamé gyachewa

却巴 刚南 喇美 佳切 哇

我以广大胜解心，

དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ཚོས། །

dé dak gylwa tamché la yang mö

喋达 加哇 趟界 拉扬 木

深信一切三世佛，

བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །

zangpo chö la dépé top dak gi

桑波 倔拉 喋贝 多达 给

悉以普贤行愿力，

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་སྤྱག་འཚེལ་མཚོན་པར་བགྱི། །

gylwa kün la chaktsel chöpar gyi

加哇 贡拉 洽擦 却巴 寄

普遍供养诸如来。

3、忏悔:

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །

döchak zhédang timuk wang gi ni

多洽 协档 帝木 旺给 尼

我昔所造诸恶业，

ལུ་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །

lü dang ngak dang dézhin yi kyi kyang

吕档 雅档 喋行 宜吉 江

皆由无始贪嗔痴，

སྡིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཚིས་པ། །

dikpa dak gi gyipa chi chipa

迪巴 达给 机巴 季契 巴

从身语意之所生，

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །

dé dak tamché dak gi sosor shak

喋达 趟界 达给 梭梭 夏

一切我今皆忏悔。

4、随喜:

སྡོག་ས་བཅུ་ཉེ་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྣམ། །

chok chü gylwa kün dang sangyé sé

秋具 加哇 贡档 桑杰 色

十方一切诸众生，

རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་དང་། །

rang gyel nam dang lop dang mi lop dang

嚷加 南档 洛档 米洛 档

二乘有学及无学，

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །

drowa kün gyi sönam gang la yang

卓哇 贡寄 苏南 刚拉 扬

一切如来与菩萨，

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །

dé dak kün gyi jésu dak yirang

喋达 贡寄 杰速 达宜 嚷

所有功德皆随喜。

5、请转法轮:

གང་རྣམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་སྒྲོན་མ་རྣམས། |

gang nam chok chü jikten drönma nam

刚南 秋具 吉殿 尊玛 达

十方所有世间灯，

བྱང་རྒྱལ་རིམ་པར་སངས་རྒྱལ་མ་ཚགས་བརྟེན། |

jangchup rimpar sanggyé ma chak nyé

蒋秋 仁巴 桑杰 玛洽 涅

最初成就菩提者，

མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། |

gönpo dé dak dak gi tamché la

贡波 喋达 达给 汤界 拉

我今一切皆劝请，

འཁོར་ལོ་སྤྲོན་མེད་པར་བསྐོར་བར་བསྐྱལ། |

khorlo lana mépar korwar kü

阔罗 喇拿 美巴 国哇 固

转于无上妙法轮。

6、请佛住世:

སྤྱངས་འདུན་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། |

nyangen datön gang zhé dé dak la

拿恩 达顿 刚协 喋达 拉

诸佛若欲示涅槃，

འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་བྱིར། |

drowa kün la pen zhing dewé chir

卓哇 贡拉 遍行 喋威 契

我悉至诚而劝请，

བསྐྱེལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྒྲིད་བཞུགས་པར་ཡང་། །

kelpa zhing gi dül nyé zhukpar yang

嘎巴 行给 独涅 淑巴 扬

唯愿久住刹尘劫，

བདག་གིས་ཐལ་མོར་བ་སྐྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །

dak gi telmo rapjar sölwar gyi

达给 踏摩 拉夹 索哇 寄

利乐一切诸众生。

7、回向：

སྤྱག་འཚེལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །

chaktselwa dang chö ching shakpa dang

洽擦 哇档 却净 夏巴 档

所有礼赞供养福，

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

jésu yirang küi zhing sölwa yi

杰速 宜嚷 固行 梭哇 宜

请佛住世转法轮，

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

gewa chung zé dak gi chi sakpa

给哇 炯谁 达给 季萨 巴

随喜忏悔诸善根，

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་རྒྱུ་ཕྱིར་བསྐྱོད། །

tamché dak gi jangchup chir ngo'o

唐界 达寄 蒋秋 契喔 哦

回向众生及佛道。

བཙོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗེགས་པའི་སངས་རྒྱལ་འོད་
དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། སྐབས་སུ་མཆོའོ།

chomdendé deshyin shekpa drachompa yangdakpar dzokpé sangye öpakmé
la chaktsal lo kyab su chi o

炯典迭 碟新 谢巴 札炯巴 杨达巴 佐贝 桑杰 沃巴美 拉 恰擦洛
恰苏 奇沃

顶礼供养皈依世尊善逝出有坏应供真实圆满正等觉怙主无量光
佛

མཚན་ལན་གསུམ་བརྗོད།

如是持诵三遍。

མོས་གུས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།

之后：

མདུན་གྱི་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱི།

dün gyi nangwa tayé kyī:

敦记 囊瓦 塔耶 吉

自前佛陀无量光，

ཐུགས་ཀའི་རྫོང་ལས་གཉེས་པ་བྱུང་།

tuké hrih lé nyipa jung:

突给 啥列 尼巴 炯

心间释出第二啥，

འདས་བྱུག་གཡས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི།

shangbuk yéné rangnyi kyī:

向布 耶涅 让尼 吉

迎面入我左鼻孔，

སྐབ་བྱུག་གཡོན་ལྷགས་སྐྱོང་གའི་དབྱུས་ཅེ།

nabuk yön zhuk nyingé ü:

那布 永素 宁给 乌

下降住于我心间，

འོད་ཟེར་སྤང་བ་རབ་འཕྲོས་པས་ཅེ།

özer nangwa rap tröpé:

沃色 囊瓦 惹 措贝

明亮放射大光芒，

སྡིག་སྡིབ་བག་ཆགས་བཅས་པ་སྤྱངས་ཅེ།

dik drip bakchak chépa jang:

迪直 巴恰 且巴 将

过患业障皆清净，

ལྷུང་ཅིར་སོང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེ།

lung chir song dang lhenchik tu:

隆奇 宋档 连奇 图

之后随我呼气时，

སྐབ་བྱུག་གཡས་ནས་བཙོམ་ལྷན་གྱི་ཅེ།

nabuk yéné chomden gyi:

那布 耶涅 炯典 记

从右鼻孔而呼出，

ཤངས་བྱུག་གཡོན་ལྷགས་སྡི་ལ་ཐིམ་ཅེ།

shangbuk yön zhuk hrih la tim:

向布 永素 啥拉 听

经佛左鼻返回啥，

རྒྱལ་བའི་ཐུགས་དང་རང་གི་སེམས་མཚན་མོ།

gyelwé tuk dang rang gi sem:

嘉威 图档 让记 森

佛陀圣心与我心，

དུམ་མེད་ལོད་སྒོ་འདས་རང་དུ་བཞག་མཚན་མོ།

yermé lodé ngangdu zhak:

耶美 洛迭 昂度 侠

无分别中松坦住。

ཅེས་བརྗོད་ཅིང་མོས་ལ་དབུགས་ཀྱི་འགྲོ་འོང་དང་བསྐྱེད་པའི་དམིགས་པ་ཡང་ཡང་བསྐྱོམ་པའི་མཐར་ཐུགས་ཡིད་བསྐྱེད་ཞིང་། ཉལ་བའི་དུས་སུ་དེའི་རང་ལ་གཉིད་ལོག་པའམ། ཐུན་ལས་ལྷང་ན་འོད་དཔག་མེད་རང་ལ་བསྐྱེམ་པའམ། མི་དམིགས་པར་བཞག་ལ། སྐྱོན་ལམ་རྒྱས་བསྐྱེས་ཅི་རིགས་བྱའོ། །

如是于呼吸的同时反复修持、观想，之后自心与佛心无二无别。你可以在此无二境中入睡。也可以在座间起身时，阿弥陀佛融入自己，或你自己安住无所缘中，之后随自意乐念诵长、短吉祥偈。

ཞེས་ལུག་སྐྱེ་མ་ཀུན་བཟང་ཚོས་འཕེལ་ནས་གསུང་བསྐྱེད་རོང་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོ་གོས་པས་གྲིས་པའོ། །དགའོ། །བཀའ་ལོས།

秋吉罗卓应努喇嘛袞桑群培的请求而作。愿吉祥如意！

Eric Gu 汉译于 2023 年五月。

普贤行愿品之回向文

༥ འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབྲོལ་ཇི་ལྟར་མཁུན་པ་དང་། །

jampel pawö jitar khyenpa dang

将巴 帕沃 记塔 千巴 当

文殊师利勇猛智，

ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

küntuzangpo dé yang dé zhin té

昆度 桑波 迭杨 迭辛 谍

普贤慧行亦复然，

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཕྱིར། །

dédak kün gyi jésu dak lop chir

迭达 昆记 介苏 达洛 齐

我今回向诸善根，

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྒྲོ། །

gewa didak tamché rap tu ngo

给瓦 迪达 汤界 惹突 沃

随彼一切常修学。

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །

dü sum shekpé gyelwa tamché kyi

杜孙 谢贝 甲瓦 汤界 吉

三世诸佛所称叹，

བསྒྲོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྒྲགས་པ་དེས། །

ngowa gang la chok tu ngak pa dé

沃瓦 冈拉 却突 阿巴 迭

如是最胜诸大愿，

བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱང་། །

dak gi gewé tsawa di kün kyang

达记 给威 查瓦 迪昆 江

我今回向诸善根，

བཟང་པོ་སྤྱོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྐྱོ་བར་བསྒྱི། །

zangpo chö chir rap tu ngowar gyi

桑波 确齐 惹突 沃瓦 记

为得普贤殊胜行。

བདག་ནི་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་གྲུབ་པ་ན། །

dak ni chiwé dü jé gyurpa na

达尼 齐威 杜杰 久巴 那

愿我临欲命终时，

སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་ཕྱིར་བསལ་ཏེ། །

dripa tamché dak ni chir sel té

迪巴 汤界 达尼 齐色 谍

尽除一切诸障碍，

མངོན་སུམ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་མཐོང་ནས། །

ngönsum nangwa tayé dé tong né

温孙 囊瓦 塔耶 迭通 涅

面见彼佛阿弥陀，

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་ཏུ་འགྲོ། །

dewachen gyi zhing der rap tu dro

迭瓦 千记 辛迭 惹突 卓

即得往生安乐刹。

དེར་སོང་ནས་ནི་སྒྲོན་ལམ་འདི་དག་ཡང་། །

der song né ni mönlam di dak kyang

迭宋内尼 蒙兰 迪达 江

我既往生彼国已，

ཐམས་ཅད་མ་ལུས་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག་། །

tamché malü ngön du gyurwar shok

汤界 玛吕 恩度 久瓦 秀

现前成就此大愿，

དེ་དག་མ་ལུས་བདག་གིས་ཡོངས་སུ་བཀའ་། །

dé dak malü dak gi yong su kang

迭达 玛吕 达记 永苏 康

一切圆满尽无余，

འཛིག་རྟེན་ཇི་སྲིད་སེམས་ཅན་པར་བགྱི། །

jikten jisi semchen penpar gyi

吉殿 吉希 森千 遍巴 记

利乐一切众生界。

རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །

gyelwé kyilkhör zang zhing gawa der

甲威 丘括 桑辛 嘎瓦 迭

彼佛众会咸清静，

བསྐྱོད་ཀྱི་པ་པོ་ཉུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས། །

pemo dampa shintu dzé lé kyé

贝莫 且巴 辛杜 则列 给

我时于胜莲华生，

སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །

nangwa tayé gyelwé ngönsum du

囊瓦 塔耶 甲威 恩孙 度

亲睹如来无量光，

ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག། །

lungtenpa yang dak gi der top shok

伦殿 巴杨 达记 迭托 修

现前授我菩提记。

དེར་ནི་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས། །

der ni dak gi lungten rap top né

迭尼 达记 伦殿 惹托 内

蒙彼如来授记已，

སྤྱུལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཤྲག་བརྒྱ་ཡིས། །

trülpa mangpo jewa trak gya yi

初巴 芒波 界瓦 查佳 宜

化身无数百俱胝，

ལོ་ཡི་ལྷོ་བས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བཅུ་རྣམས་སུ་ཡང་། །

lo yi top kyi chok chu nam su yang

罗宜 托吉 却初 南苏 杨

智力广大遍十方，

སེམ་ཅན་རྣམས་ལ་སྐད་པ་མང་པོ་བཟྱ། །

semchen nam la penpa mangpo gyi

森千 南拉 遍巴 芒波 记

普利一切众生界。

ལྷོ་གང་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་འདི་བསྐྱོམ་པ་མཇུག། །

gang yang zangpo chöpa di ngöpe

冈杨 桑波 确巴 迪沃 贝

我此普贤殊胜行，

བསོན་ཞུས་མཐའ་ཡས་དམ་པ་གང་ཐོབ་དེས། །

sönam tayé dampa gang top dé

索南 塔耶 且巴 冈托 迭

无边胜福皆回向，

འགོ་བ་སྤྲུག་བསུལ་ཚུ་བོར་གྱིང་བ་རྣམས། །

drowa dukngel chuwor jingwa nam

佐瓦 杜阿 初沃 金瓦 南

普愿沉溺诸众生，

འོད་དཔག་མེད་པའི་གནས་རབ་འཕྱོབ་པར་འོག། །

öpak mépe né rap topar shok

哦巴 美贝 内惹 托巴 修

速往无量光佛刹。

བསྐྱོམ་པའི་གང་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་ལམ་ལས་ཁོལ་དུ་ཕྱུང་ནིང་། སྐྱབས་མགོན་འཕགས་མཚོག་རིན་པོ་
ཆེས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཉལ་བསྐྱོམ་གྱི་མཇུག་ཏུ་བྱུང་བ་རྒྱན་དུ་བཀོད་པའོ། །

此普贤行愿品之回向文是由帕秋仁波切加入；并非《阿弥陀佛
睡修简轨》之原文。

༥ བུ་གར་དབང་གི་འཕོ་ལུང་བཞུགས་སོ། །
《莲花舞王 (观音) 之 颇瓦修持法》

皈依及发菩提心：

ན་མོཾ། བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན།

namo, dak dang khanyam semchen malü kün།

那莫 达当 卡娘 森千 玛吕 昆

我与遍虚空一切众生，

སྐྱབས་གྱི་མཚོག་གུར་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚི།

kyap kyi chokgyur nam la kyap su chi།

恰记 秋久 南拉 恰速 器

最胜皈依处前作皈依。

མྱོན་དང་འདུག་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས།

mön dang jukpé jangchup semkyé né།

孟当 居贝 江秋 森给 涅

发起愿行二种菩提心，

སྐྱ་གསུམ་སྒྲ་མའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པར་བགྱི།

ku sum lamé gopang drupar gyi།

库松 拉美 果邦 祝巴 吉

三身上师果位愿成就。

ལྷ ལྷགས་ཇི་ཚེན་པོ་འཁོར་བ་དོང་སྐྱགས་ཀྱི་འགོ་དོན་ཚེས་དུག་ལས་བྱུང་བའི་འཕོ་སྐྱད་ཀྱི་གདམས་པ་
འདི་ཉིད་དང་། བསྐྱ་གར་དབང་གི་འཕོ་ལུང་འདི་ཉིད་འདོན་བསྐྱོམ་སྐྱགས་ཏེ།

དམིགས་ཡུལ་ཐམས་ལ་གནས་པ་ཡི།

mik yül tamel nepa yi།

密优 他玛 内巴 依

凡夫身中系念处，

ལུས་དབུས་དབུམ་མདའ་སྐྱག་ཅོམ།

lū ü uma da nyuk tsam།

律乌 乌玛 达纽 参

自身中脉如箭杆。

སྙིང་གར་སྐྱག་ཚིགས་ལྟ་བུར་གྱུར།

nyingkar nyuk tsik tabur gyur།

宁噶 纽即 他部 久

自心位处如箭节，

དེ་སྟེང་ནམ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ནི།

dé teng namshé tiklé ni།

德典 南些 提列 尼

上有心识之明点。

དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ།

kar la marwé dang chakpa།

卡拉 玛威 当 洽巴

白色透现红光泽，

ཡུང་སྐྱ་ཅོམ་ཞིག་བསྐྱོམ་པར་བྱ།

yungdru tsam zhik gompar ja།

永竹 参习 贡帕 加

量如芥子如是观。

དབུ་མ་སྤྱི་བོར་ཐལེར་བྱུག་ཅེ།

uma chiwor taler zukེ།

乌玛 齐沃 他列 住
中脉开口于头顶，

མཐོང་ཀའཕྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡི་ཅེ།

tongka chepa tabu yiེ།

冬卡 切巴 他部 依
犹如窗口般敞开。

པམ་བཟེ་གདན་སྟེང་དུ་ཅེ།

pema dawé den teng duེ།

贝玛 达威 典登 都
顶上莲花月轮座，

ལ་མ་ཚུན་རས་གཟིགས་དབང་ནི་ཅེ།

lama chenrezik wang niེ།

喇嘛 见热 悉旺 尼
上师观世音菩萨。

དཀར་གསལ་ཞལ་གཅིག་བྱུག་བཞི་པ་ཅེ།

karsel zhel chik chak zhipaེ།

卡萨 夏即 洽西 巴
身白耀一面四臂，

དང་པོའི་བྱུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྤྱར་ཅེ།

dangpö tukar telmo jarེ།

当波 突卡 他莫 加
前二合掌于心前，

འོག་མས་ཤེལ་སྤང་པད་དཀར་འཛིན།

okmé sheltreng pekar dzin།

噢美些称贝卡新

后二持珠与白莲，

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན།

dar dang rinchen gyen gyi gyen།

达当仁千见及见

珠宝丝绸庄严身。

སྒྱིལ་ཀྱང་བཞུགས་པའི་སྒྱིབོ་རུ།

kyiltrung zhukpé chiwo ru།

丘充珠贝齐沃如

顶上金刚跏趺坐，

རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་འོད་དཔག་མེད།

rik kyi dakpo öpakmé།

立及答波噢巴昧

即本部主阿弥陀，

དམར་པོ་སྤུལ་སྤྱིའི་ཆ་ལུགས་ཅན།

marpo trülkü chaluken།

玛波祝固洽鲁千

身红化身佛装饰，

མཚན་དཔེ་རབ་རྗེས་ཚོས་གོས་གསོལ།

tsempé rap dzok chögö sö།

称贝腊佐曲果收

具足相好著法衣。

ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྐྱིལ་ཀྱང་བཞུགས།

chak nyi nyamzhak kyiltrung zhuk:

洽尼 娘夏 秋充 珠

二手定印金刚坐，

དེལ་མེས་གུས་དྲག་པོ་ཡིས།

dé la mögü drakpo yi:

爹拉 莫姑 札波 依

于彼升起虔诚心，

ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་རྩེ་གཅིག་ཐོབ།

yi kyi sölwa tsechik top:

依即 所瓦 则齐 托

一心专注并祈请，

ཅེས་དམིགས་པ་གསལ་གདབ་ལ་མེས་གུས་རྩེ་གཅིག་པས།

如是观想及一心一意的祈请，然后念诵：

ཧཱུྃ། འདྲེན་པ་བླ་མེད་སངས་རྒྱལ་སྣང་མཐའ་ཡས།

hum: drenpa lamé sangyé nangtayé:

吽！珍巴 喇美 桑杰 南答 也

无比之导师阿弥陀佛，

མཚན་ཐོས་ཅོམ་གྱིས་ངན་སོང་སློབ་གསུང་ཤིང་།

tsen tö tsam gyi ngensong go khck shing:

称陀 参记 恩松 郭给 兴

谨闻彼名关闭恶趣门，

མོཔེ་སོཏཏཔ་དལའའ་བདེ་བ་ཅན་དུ་འདྲེན།

möpé söltap dewachen du dren།

莫贝 所塔 爹瓦 千度 珍

至心祈请领往极乐土！

ཐུགཇེ་ཐེའེ་དཀ་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

tukjé tsewé dak la gong su söl།

突杰 策威 达拉 贡苏 收

祈愿大慈大悲怜悯我！

གསོལ་བ་འདེབས་སོལས་ངན་སློབ་བ་སོལ།

sölwa dep so lé ngen dripa söl།

所瓦 爹所 类恩 直巴 收

至心祈请消除诸业障！

ཐུགཇེ་ཙཀ་མཉམ་ལོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་བྲོངས།

tukjé zik shik dewachen du drong།

突杰 吉息 爹瓦 千度 仲

悲眼垂视领我往极乐！

སྟིང་རྗེའི་གཏེར་ཚེན་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས།

nyingjé terchen pakpa chenrezik།

宁杰 德千 帕巴 见热 悉

具大悲藏圣者观世音，

མཚན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་སྐུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སོལ།

tсен tō tsam gyi dukngel tamché sel།

称陀 参记 度阿 坛切 些

仅闻彼名消除一切苦，

འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱགས་པའི་བྱགས་རྗེ་ཅན་ཅེ་

khorwa dong né trukpé tukjé chen:

阔瓦 冬内 祝贝 突杰 千

翻搅 轮回 大悲 观世音，

གསོལ་བ་འདེབས་སོལ་ས་ངན་སྦྱིབ་པ་སྦྱོངས་ཅེ་

sölwa dep so lé ngen dripa jong:

所瓦 爹所 类恩 直巴 炯

至心 祈请 消除 诸业障！

བྱགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་བདེ་བ་ཅན་དུ་བློངས་ཅེ་

tukjé zik shik dewachen du drong:

突杰 吉息 爹瓦 千度 仲

悲眼 垂视 领我 往极乐！

རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་འོད་གྱི་སྐྱེ་

rangrik yeshé tiklé ö kyi ku:

让立 也些 滴类 噢记 固

自觉 本智 明点 光明相，

བདེ་ཆེན་འགྱུར་མེད་དབུ་མའི་ལམ་མཚོག་ནས་ཅེ་

dechen gyurmé umé lam chok né:

爹千 久美 乌昧 朗措 内

无上 不动 大乐 中脉道，

རིག་པ་ཟང་ཐལ་པར་གྱི་སྐྱེས་འཕོས་ནས་ཅེ་

rikpa zangtel pé kyi dré pö né:

立巴 桑塔 呷吉 这波 内

无碍 觉性 随著 呷声 出，

ལྷན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བྱུགས་དང་དབྱེར་མེད་འབྲེས་ཅེ།

chenrezik kyi tuk dang yermé dré:

见热 悉吉 图党 也昧 这

融入 观音 觉性 中无别。

ལྷ་མ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་ངང་ལ་བཞག་ཅེ།

lama rangsem yermé ngang la zhak:

喇嘛 让森 也昧 昂拉 侠

师心 我心 无别 中安住。

མཉམ་ཉིད་བདེ་ཚེན་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག་ཅེ།

nyamnyi dechen zhing du kyewar shok:

娘尼 爹千 新度 给瓦 秀

愿生 究竟 平等 极乐 土！

རྩྱེད་དང་ཉིག་པའ་སོགས་ཀྱིས་དམིགས་པ་བརྒྱ་རྩེའམ། ཐན་འད་ཉེར་གཅིག་གྲུ།

观想 吽， 嘻， 呬等约一百遍或至少二十一遍。

པའ་ཀྱིས་བརྗ་སྐྱར་ཙམ་གྱིས་ཐིག་ལེ་དེ་ཅེ།

pé kyi da jar tsam gyi tiklé dé:

呬记 答加 参记 滴类 迭

仅仅 依此 呬声 此明点，

སྐར་མདའ་རྒྱག་བཞིན་དབུ་མའི་ལམ་ནས་སོང་ཅེ།

karda gyuk zhin umé lam né song:

卡答 究新 乌昧 朗内 松

穿越 中脉 道如 流星 般，

ལྷན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བྱུགས་དང་གཉིས་མེད་འདྲེས།

chenrezik kyi tuk dang nyimé dré:

见热 悉吉 突党 尼昧 这

融入观音心中无分别。

དེ་ཉིད་འོད་དཔག་མེད་དང་དབྱེར་མེད་གྲུར།

dé nyi öpakmé dang yermé gyur:

爹尼 噢帕 昧党 也美 究

观音与阿弥陀佛无别，

ནམ་མཁའི་ལམ་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་བྱེད།

namkhé lam né dewachen du jön:

南给 朗内 爹瓦 千度 迥

通过天道直达极乐土，

ཞིང་ཁམས་གཙོ་བོ་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྲུར།

zhingkham tsowo dé dang yermé gyur:

兴康 措沃 爹党 也昧 究

即兴极乐土主无分别。

དེ་ཡིས་སྲིག་སྲིབ་ཆེ་བའི་འགྲོ་བ་ཞི། བཅོན་ཐབས་འཕོ་བ་སངས་རྒྱས་ཤེས་པར་འགྲུབ། ཅེས་སོ།།

如是，据说，业障深重的众生修持即刻迁识法必定证得佛果。

ཅེས་གཤིན་དོན་དུ་འཕོ་སྐྱད་ཅིག་མེད་ཐབས་མི་འདུག་པས་གཏེར་གསར་རང་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་དགོས་
ཞེས་དཀར་མོ་དགོ་བཤེས་ས་བཅུས་ཡང་ཡང་གསུངས་ཤིང་འདུ་འཛིན་པས་ངལ་བ་དང་དུ་སྐྱབས་ནས་གྲིས་
པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་བའི་གནས་སུ་འབྲིད་པར་གྲུར་ཅིག། །།ཇེལ་ཏུ།། །།

为了回应格西萨珠不断的要求“为了已故者的利益，能与我们的传承中的新岩藏法有一丝迁识法的联系是不可或缺的。”我，身为戒律师，欢喜地承担并写此仪轨。愿以此功德，所有的众生皆被导入解脱境。赞扬都。

༄ བདེ་སྲིད་བསྐྱེད་པའི་བཀའ་ལན་།
《求生极乐净土愿文》
祖古明就多杰 之伏藏

ཨོམ་ཨོ་། རོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

emaho, ngotsar sangye nangwa tayé dang །

欸嘛霍！哦擦 桑杰 囊哇 踏耶档

欸嘛霍！稀有佛陀无量光佛尊，

གཡས་སུ་ཤོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་དང་།

yé su jowo tukjé chenpo dang །

页苏 久沃 图杰 千波档

其右至尊大悲观世音，

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཚེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།

yöndu sempa tuchen tob nam la །

圆登 森巴 图千 透南拉

左为势至菩萨等圣众，

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་གཏུ་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་།

sangye changsem pakmé khor gyi kor །

桑杰 蒋森 巴美 扣吉够

周有无量诸佛菩萨绕，

བདེ་སྲིད་རོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

dekyi ngotsar paktu mepa yi །

迭计 哦擦 巴杜 美巴宜

具足无量安乐稀有之，

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།

dewachen shyecjawé shyingkham der མཚན་མོ།

迭哇 坚协 嘉威 兴康迭

彼国名为极乐世界者，

བདག་ནི་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་གུར་མ་ཐག།

dak ni di né tsé pö gyur ma tak མཚན་མོ།

达尼 迪内 策迫 局玛踏

愿自他于辞世往生时，

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་བ་རུ།

kyewa shyen gyi bar ma chöpa ru མཚན་མོ།

介哇 贤吉 巴玛 却巴如

皆不辗转生于他趣中，

དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

dé ru kyé né nang té shyal tong shok མཚན་མོ།

迭如 介内 囊帖 侠通秀

而能生西面谒光佛颜。

དེ་སྐད་བདག་གིས་སྤོན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

deké dak gi mönlam tabpa di མཚན་མོ།

迭给 达计 门蓝 大巴迪

如是我所发下此胜愿，

སྨྱོན་པ་བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེལ་ས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

chok chü sangye changsem tamché kyi མཚན་མོ།

秋居 桑杰 蒋森 汤杰计

祈请十方诸佛菩萨众，

གཤམ་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།

gekmé drubpar jingyi lab tu sol :

给美 祝巴 津吉 拉杜梭

悉皆加持无碍令成就。

ཏུ་ཐུ། བུ་ཐུ་ཡ་ཨུ་ལ་བོ་རྩ་རྒྱ་ཡ་ཡི་སྐྱ་ཏུ།

teyatha | pentsadriya awabodhanayé soha :

爹雅他 边杂 直雅 阿哇 波达 那耶 梭哈

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྐུ་ལ་སྐྱུ་མི་འགྲུར་རྗེ་རྩེ་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་གསེར་འཕྲུང་གི་ལོ་ས་ག་ལྔ་བའི་ཚེས་བདུན་ལ་
གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཚེ་སངས་རྒྱལ་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ།།

西藏火鸟年(西元 1657)萨嘎达瓦月(佛陀成道与涅槃殊胜月份)的第七日，祖古明就·多杰(无变金刚)当时十三岁，亲见本尊坛城，本祈愿文为阿弥陀佛亲口所传。

ལྷ རྒྱ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྤོང་བའི་གསོལ་འདེབས་སྒྲིན་ལམ།

《净三身刹土祈愿文》

གྲེམ་གྱི་རྩུད་རིག་འཛིན་བདུ་འབྱུང་། །

kyéma kyihü rikdzin pema jung

给玛 吉呼 日津 贝玛 炯

呜呼哀哉！持明莲花生，

བདག་འདྲ་ལས་ངན་སྒྲིགས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །

dak dra lé ngen nyikmé semchen nam

达札 列恩 尼美 森千 南

如我业深恶浊有情众，

བདེ་བ་འདོད་ཡུང་སྡུག་བསྔལ་དོན་དུ་གཉེར། །

dewa dö kyang dukngel dön du nyer

迭瓦 多江 杜阿 冬度 涅

意欲福乐却营积痛苦，

སྒྲིང་རུས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་སུ་ལ་རེ། །

nyingrü chinchi loknam su la ré

宁如 钦齐 洛南 苏拉 热

颠倒精勤我等企盼谁，

བུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྩ་ཡབ་སྤྱིང་བ་མཁུན། །

tukjé zikshik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཟངས་མཛོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyidu zangdok pelrir drong

旦塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山，

བུགས་རྗེ་ལུན་པའི་རྒྱལ་བ་མཚོད་ལྷ་བུས། །

tukjé denpé gyelwa khyé tabü

图杰 典贝 加瓦 且 塔布

具大慈悲佛陀如尊汝，

བོད་འབངས་བོར་ནས་རྩ་ཡབ་སྲིད་དུ་གཤེགས། །

böbang borné ngayap lingdu shek

波邦 沃涅 阿雅 林度 谢

舍藏人民径去妙拂州，

གདོང་དམར་བོད་ལྷག་སྤྲུའི་ཚོ་བོ་རྣམས། །

dongmar bötruk tre'ü tsawo nam

东玛 波楚 特乌 查瓦 南

赭面藏胞猴子后裔众，

འདི་ཕྱི་རི་རེ་ལྷོས་སྐྱབས་གནས་སུ་ལ་རེ། །

di chi rétö kyap né su la ré

迪奇 热托 恰涅 苏拉 热

今生后世皈依者为谁，

བུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྩ་ཡབ་སྲིད་པ་མཚོན། །

tukjé zik shik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཟངས་མཛོད་གདམས་ལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok pelrir drong

旦塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山。

ཚེ་སྲོག་མི་རྟག་གཡང་ལའི་བྱེད་འབྲ། །

tsé sok mitak yang khé je'u dra

策所 米塔 杨克 杰乌 札

寿无常似险地之鸟雏，

དོ་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མི་འཆིའི་གདེང་ནི་མེད། །

donup tsam yang mi chi deng ni mé

多怒 参杨 米奇 典尼 美

今晚亦无不死之把握，

རྟག་ཏུ་རྫོད་གྲུབ་བྱེད་པ་བདུད་ཀྱིས་བསྐྱུས། །

taktu dödrap jépa dü kyi lü

塔突 朵扎 界巴 度吉 卢

作常住计乃为魔诳兆，

གཤམ་ཉེའི་ཕོ་ཉུང་ན་སུ་ལ་རེ། །

shinjé ponya jung na su la ré

辛杰 泊娘 炯那 苏拉 热

阎罗使者来已企盼谁，

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ལོག་རྩ་ཡབ་སྐྱིད་པ་མཚེན། །

tukjé zik shik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་བཟངས་མཛད་གོ་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

danta nyi du zangdok pelrir drong

旦塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山。

འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལས་ལ་གཡེངས། །

khorwé semchen dukngel lé la yeng

括威 森千 杜阿 列拉 言

轮回有情好集罪苦业，

དམ་ཚེས་བྱེད་སློབ་ནམ་ལངས་སྐར་ལྟར་ཡལ། །

damchö jé lo nam lang kar tar yel

旦却 杰洛 南朗 卡塔 雅

愿学佛者廖若破晓星，

དོན་རྒྱུད་གཡེང་བའི་ཁོལ་བོར་མི་ཚོ་བད། །

dönchung yengwé khölbör mitsé zé

东穷 言威 括沃 米策 这

贪图小利奴仆虚度寿，

དབྱེ་ཚེན་འཛི་བ་བྱུང་ན་སུ་ལ་རེ། །

drachen chiwa jung na su la ré

札千 奇瓦 炯那 苏拉 热

大敌死临其时企盼谁，

བྱུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྗེ་ཡབ་སྒྲིང་བ་མཁྱེན། །

tukjé zik shik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

da ta nyi du zangdok pelrir drong

且塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山。

བྱིས་པའི་རང་བཞིན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཀུན། །

jipé rangzhin sosö kyewo kün

吉贝 让辛 所收 给沃 昆

稚童自性一切凡夫众，

སྐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ན་ཚོད་ཆེས་ཆེར་གྱུད། །

tö sam gompé natsö chécher gü

托三 贡贝 那措 且切 固

闻思修之年华老迈逝，

ཕར་བྱིན་དུག་གི་འདྲེན་བྱེད་ཅེ་རེ་ལོང་། །

parchin druk gi drenjé ché ré long

巴钦 竹记 怎杰 且热 龙

六度双目虽睁亦不见，

འབྲུང་བ་ཐིམ་རིམ་གྱུང་ན་སུ་ལ་རེ། །

jungwa timrim jung na su la ré

炯瓦 听林 炯那 苏拉 热

大种依次没时企盼谁，

བྱུགས་རྗེས་གཟིགས་ལོག་རྩ་ཡབ་སྐྱིད་པ་མཁྱེན། །

tukjé zik shik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཟངས་མཛོག་དབལ་རིར་རྫོངས། །

da ta nyi du zangdok pelrir drong

旦塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山。

དགོ་བཅུ་འི་ལམ་ལ་མོས་པས་ཞུགས་ན་ཡང་། །

gé chü lam la möpé zhuk na yang

给楚 兰拉 莫贝 术那 杨

虽以信解趋入十善道，

ནམ་པར་དབྱུང་ན་ཚེས་བརྒྱད་ཟོབ་དང་འབྲེས། །

nampar ché na chö gyé zop dang dré

南巴 且那 确杰 佐当 这

详加慧察虚伪杂八法，

མི་དགའི་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཚོར་ཤུགས་ཀྱིས་འགོ་ །

migé nam min matsor shuk kyi go

米给 南敏 玛措 术吉 果

不善异熟不觉悄然至，

བར་དོར་དགྲུལ་ཐག་གཙོད་དུས་སུ་ལ་རེ། །

bardor nyel tak chö dü su la ré

巴朵 娘塔 确杜 苏拉 热

中阴地狱现时企盼谁，

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྩ་ཡབ་སྤིང་བ་མཁྱེན། །

tukjé zik shik ngayap lingpa khyen

图杰 记西 阿雅 林巴 千

大悲顾视妙拂尊垂念，

ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་རྫོངས། །

da ta nyi du zangdok pelrir drong

旦塔 尼度 桑朵 巴利 仲

现即接我往生吉祥山

ཀྱིམ་ནམ་ཞིག་ཚེ་ཡི་འཕེན་པ་ཟད། །

kyéma nam zhik tsé yi penpa zé

给玛 南西 策宜 边巴 这

嗟乎！某时大限寿命尽，

ལུས་ཀྱི་མདངས་ཤོར་དབུགས་ཀྱི་ངར་སྐྱ་བཙུགས། །

lū kyi dang shor uk kyi ngar dra tsek

卢吉 当所 乌吉 阿札 策

身失光华嘘嘘直喘息，

འདེགས་བྱེད་རླུང་གྲོས་ངར་སྐད་ཅན་གྱི་རོས། །

dek jé lung drö ngar ké chen gyi rö

迭杰 隆佐 阿克 千记 若

元气渐散呻吟之病尸，

ཉེ་འབྲེལ་གཏུང་སེམས་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་པའི་ཚེ། །

nyé drel dung sem drel tak chöpé tsé

涅这 敦森 这塔 确贝 策

离别亲友戚戚作古时，

གནད་གཅོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་དྲག་པོ་མི་འབྱུང་ཞིང། །

né chö dukngel drakpo mi jung zhing

涅确 杜阿 札波 敏炯 星

难忍支解痛苦愿不生，

མཁའ་འགྲོམ་བསུ་བའི་སྣང་བ་ཤར་བར་ཤོག། |

khandrö suwé nangwa sharwar shok

堪卓 苏威 囊瓦 夏瓦 修

空行迎我胜境愿现前，

ཀྱི་ཏུད་ས་ཚུ་མེ་ལྷུང་ནམ་མཁའ་སྟེ། |

kyihü sa chu mé lung namkha té

给呼 萨楚 美隆 南卡 迭

呜呼！哀哉地水火风空，

འབྲུང་ལྗེ་ཐིམ་རིམ་དུ་བ་སྟོན་རྒྱ་དང་། |

jung ngé tim rim duwa mik gyu dang

炯恩 听林 杜瓦 米久 当

五大次第烟与阳焰及，

མེ་ཁྲེར་མར་མའི་སྣང་བ་གསལ་བའི་རྗེས། |

mé khyer marmé nangwa selwé jé

米且 玛美 囊瓦 少威 界

萤火烛光等相出现后，

སྔ་བའི་ཐིམ་རིམ་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་སྟེ། |

trawé tim rim nangché top sum té

查威 听林 囊且 托孙 迭

微细没次现增得三者，

འདི་ཏུར་རྣམ་ཤེས་སྣང་བ་ལ་ཐིམ་པས། |

di tar namshé nangwa la timpé

迪塔 南谢 囊瓦 拉听 贝

如是意识隐没于明故，

འིན་མེད་མཁའ་ལ་ཉི་ཟླ་གནས་ཟིན་ལྟར། །

trinmé kha la nyida zé zin tar

厅美 卡拉 尼达 这辛 塔

似晴空中日月为曜持，

དམར་ལམ་འཆར་ཞིང་དམར་ཆ་སྐྱོད་གར་ལྷོག། །

marlam char zhing marcha nying gar dok

玛兰 恰星 玛恰 宁嘎 朵

红光出现红分回心间，

དེ་རྗེས་སྐྱང་བ་མཆེད་པ་ལ་ཐིམ་པས། །

dé jé nangwa chépa la timpé

迭杰 囊瓦 且巴拉听贝

继而现之隐没于增故，

ཀར་ཀུང་ནང་དུ་ཟླ་ཟེར་ཤར་བ་ལྟར། །

kar khung nang du dazer sharwa tar

嘎孔 囊杜 达瑟 夏瓦 塔

若彼窗中透出明月光，

དཀར་ལམ་འཆར་ཞིང་དཀར་ཆ་སྐྱུར་དུ་བབས། །

kar lam char zhing karcha tur du bap

嘎兰 恰星 嘎恰 突杜 巴

白光出现白分向下降，

དེ་ནས་མཆེད་པ་ཉེར་ཐོབ་ལ་ཐིམ་པས། །

dé né chépa nyer top la timpé

迭涅 且巴 涅托 拉听贝

其后增之隐于近得故，

སྤྱིན་མེད་ནམ་མཁམ་ སྤོད་ལུན་འབྲིགས་པ་ལྟར། །

trinmé namkhar sò mün trikpa tar

厅美南卡所门提巴塔

如无云空傍晚时分景，

ནག་ལམ་ཤར་ནས་ཀུན་གཞིའི་ངང་དུ་བརྒྱལ། །

nak lam shar né kün zhi ngang du gyel

那兰夏涅昆西昂杜甲

黑暗出现藏识中昏厥，

སྤར་ཡང་སྤོག་འཛིན་རླུང་བརྒྱད་གྲུས་པ་ཡིས། །

lar yang sok dzin lung gyé gyépa yi

拉扬所津隆杰界巴宜

再而持命八风分离故，

ཅུང་ཟད་བརྒྱལ་སངས་གདོད་མའི་ཡི་གདངས་ཤར། །

chungzé gyel sang dömé yédang shar

穷这甲桑朵美耶当夏

稍获苏醒原始实相现，

གསལ་ལ་མ་འགགས་སྤོན་གྱི་ནམ་མཁམ་བཞིན། །

sel la magak tön gyi namkha zhin

少拉玛嘎同记南卡辛

清新无遮如秋天空般，

སྤོང་གསལ་སྤྱིབ་གཡོགས་བྲལ་བའི་ངང་ལ་གནས། །

tong sel drip yok drelwé ngang la né

通少直育札威昂拉涅

安住空明离诸盖覆中，

དེ་ཚོ་ད་ལྟའི་ཀ་དག་སློབ་ལ་དབྱིངས། །

dé tsé da té kadak lo drel ying

迭策 且迭 嘎达 洛札 英

其时今于本净离心界，

ཐམས་ལེས་པ་ཟང་ཀ་རྒྱ་ཡན་ལ། །

tamel shépa zangka gyayen la

塔玛 谢巴 桑嘎 甲言 拉

究竟本性识径宽坦中，

ངེས་པ་རྗེད་དེ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཐུས། །

ngépa nyé dé nyampar zhakpé tü

恩巴 涅迭 娘巴 侠贝 突

定解得已入等持之力，

གདོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་ནང་གསལ་གསང་བའི་སྐབས། །

dömé zhi ying nang sel sangwé bup

朵美 西英 囊少 桑威 布

于本基界内明秘密管，

ལྷན་ཚེས་དྲུག་ལྷན་ཀུན་བཟང་དགོངས་པའི་གྲོང་། །

khyéché drukden künzang gongpé long

且确 竹典 昆桑 共贝 隆

具六特法普贤圣境界，

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བཅཅན་ས་ཟིན་པར་ཤོག། །

kéchik nyi la tsensa zinpar shok

给奇 尼拉 称萨 辛巴 修

祈祷唯愿刹那登险隘。

གལ་ཏེ་བར་དོ་དང་པོར་མ་གྲོལ་ན། །

gelté bardo dangpor madröl na

嘎迭 巴朵 当波 玛卓 那

第一中阴如若未解脱，

དམིངས་སྣང་ལྷན་གྲུབ་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་ནས། །

ying nang lhündrup ösel la tim né

英囊 伦竹 沃萨 拉听 涅

法界实相任运融光明，

སྒྲ་འོད་ཟེར་དང་ཚོམ་བུའི་དཀྱིལ་འཁོར་སོགས། །

dra ö zer dang tsombü kyilkhör sok

札 沃瑟 当 充布 丘括 所

声光芒与堆聚坛城等，

ཐིམ་ལུགས་བརྒྱད་ཀྱི་སྣང་བ་འཆར་བའི་ཚེ། །

tim luk gyé kyi nangwa charwé tsé

听卢 杰吉 囊瓦 恰威 策

八融没法景象出现时，

ཚོས་ཉིད་བར་དོར་རང་སྣང་ངོ་ཉེས་ནས། །

chönyi bardor rang nang ngoshé né

确尼 巴朵 让囊 沃谢 涅

法性中阴知为自显后，

མ་པང་བུ་འཇུག་ལྷ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག། །

ma pang bu juk tabur drölwar shok

玛邦 布局 塔布 卓瓦 修

析如子入母怀愿解脱。

དེ་ཚེ་སྐྱེ་ཡིས་འཇིགས་ཏེ་ཟེར་གྱིས་དངངས། །

dé tsé dra yi jik té zer gyi ngang

迭策 札宜 吉迭 瑟记 昂

彼时以声音恐光之畏，

སྐྱེ་ཡི་སྣང་བས་སྐྱག་སྟེ་མ་གྲོལ་ན། །

ku yi nangwé trak té ma dröl na

固宜 囊威 札迭 玛卓 那

若因尊身显惧未解脱，

ཚོས་ཉིད་བདེན་པ་སྤྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་གྱིས། །

chönyi denpa lamé jinlap kyi

确尼 典巴 拉美 津拉 吉

以法性谛上师加持力，

འབྲུལ་པ་རྗེ་ལམ་སད་པའི་ཆ་ཅོམ་ལས། །

trülpa milam sépé chatsam lé

楚巴 米兰 色贝 恰参 雷

迷乱梦中苏醒缘暂分，

རང་བཞིན་སྐྱེལ་སྐྱེའི་ཞིང་ཁམས་པསྐྱེའི་སྐབས། །

rangzhin trülkü zhingkhám pemé bup

让辛 楚固 辛康 贝美 布

自性化身刹土莲花中，

བརྩུས་ཏེ་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་གྲོལ་བར་ཤོག། །

dzü té kyéné ukyung drölwar shok

竹迭 给涅 乌炯 佐瓦 修

愿化生已获安慰解脱。

རིམ་དགའི་ཐོག་ས་ཀུན་ལས་འདས་པའི་དོན། །

rimgü tekpa kün lé dé pé dön

林谷 特巴 昆雷 迭贝 东

九次第之诸乘超越义，

འོད་གསལ་ཇོགས་ཚེན་ལམ་ལ་ཞུགས་དེའི་མཐུས། །

ösel dzokchen lam la zhuk dé tü

沃萨 佐千 兰拉 术迭 突

趋入光明大圆满道力，

ནམ་ཞིག་ག་དོད་མའི་ལྷུས་སུ་ཞུགས་པའི་ཚེ། །

namzhik dömé lhumsu zhuk pé tsé

南西 朵美 伦苏 术贝 策

一旦投入本性母胎及，

གང་གི་གྲོལ་ཚད་སྒྲུ་འོད་ས་གཡོས་དང་། །

gang gi dröl tsé dra ö sayö dang

岗记 佐策 札哦 萨约 当

其解脱量声光动天地，

རིགས་ལྔའི་གདུང་དང་ནི་ཁྲོའི་སྣང་བརྟན་སོགས། །

rik ngé dung dang zhitrö nang nyen sok

日恩 敦当 希措 囊恩 所

五种姓之舍利寂怒像，

ཀུན་གྱི་མཐུན་སྣང་གྲུབ་ཏུ་མ་དོན་པར་ཤོག། །

kün gyi tün nang druptu ngönpar shok

昆记 吞囊 竹突 温巴 修

祈成就相共诸人前现，

རིག་འཛིན་བདག་གི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་། །

rikdzin dak gi lhaksam namdak dang

日津达记拉三南达当

持明我之清净诚力及，

ཚོས་ཉིད་རང་བཞིན་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི། །

chönyi rangzhin chi yang mayin pé

确尼让辛奇杨玛因贝

法性自性何者皆非之，

བདེན་པའི་མཐུ་ཡིས་ཁམས་གསུམ་ཡིད་ཅན་དང་། །

denpé tu yi kham sum yichen dang

典贝突宜康孙宜千当

谛实力三界之众生及，

ཁྱད་པར་འབྲེལ་བས་བསྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན། །

khyépar drelwé düpé semchen kün

且巴抓威杜贝森千昆

尤其有缘之一切众生，

སྐྱུ་བཞིའི་ཞིང་ཁམས་རྩེད་བྱུང་ཉམས་དགའ་བར། །

ku zhi zhing kham méjung nyam gawar

固希辛康美炯娘嘎瓦

于四身土胜妙欢喜刹，

ཚོམ་བྱ་གཅིག་ཏུ་བྱུམ་གཅིག་གྲོལ་བར་ཤོག། །

tsombu chik tu cham chik drölwar shok

充布奇突参齐佐瓦修

惟愿于中一时同解脱。

དེ་ལྟར་སྐྱེ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་བའི་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་འདི་ནི་རང་བྱུང་བསྐྱེད་གསུང་གི་དབེན་གནས་འོག་མིན་རྗེས་ཀུན་ཚང་དུ་རང་ཉིད་གཅིག་ཤུར་དབེན་པ་བསྐྱེན་པའི་སྐབས་སུ་ཞོག་གི་ཚེ་ན་མིག་ལམ་དུ་ཉམས་པོ་རེ་མཐོང་བས་རྒྱུན་གྲུས་སྤང་བ་ལ། ག་རེ་རེ་མ་གཏིང་རྗེས་མཁུན་སློབ་རྗེ་འབངས་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། ལྷ་འདྲེ་བཏུལ། སྤྱོད་སངས་མཛད་པ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚེར་སྤང་མེད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དལྱའི་མིང་ཙམ་མེད། འདི་ལྟ་བུའི་འདུས་གྲས་ཐམས་ཅད་མི་རྟོག་པར་ཡིད་ཆེས། རང་ཉིད་ཀྱང་ལོ་ཤས་ཙམ་མི་འཆི་བའི་འཚོ་རྩིས་གྲས་ཀྱང་སང་ཙམ་ནས་འཛིན་རྟོག་པོ་ལ་ཏུ་མི་འགྲོ་བའི་དེས་པ་ཅི་ཆ་སྐྱེ་ནས་སྤྱོད་ཤས་དེས་འབྱུང་ཚད་མེད་སྤྱིས། ཅོ་རྒྱུན་རྗེ་འབངས་རྣམས་དྲན་པ་ལ་ཚད་མེད་ཀྱི་མཆིམ་འབྲུག་པ་ཞིག་བྱུང་བས་རྒྱུན་གྲུས། དེའི་ཚེ་བྱུགས་དམ་གཞན་ནས་བསྐྱེད་བའི་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བར་བར་དོ་ལམ་སྤང་གི་གྲོལ་རྒྱུ་ཙམ་ཅུ་ཚོ་གཏུ་གྲུས་ནས་ཁ་ཉོན་དུ་བཞུགས་ཚོགས་འདི་སློན་པའི་ཡང་གྲུལ་བ་མཁུན་བརྗེད་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིས་པའོ།། །།

自生莲花语之寂处色究竟天金刚岩洞中，余独自一人住静时，某日黎明时分，眼里遥见海波山峰，心中不觉现出昔日寂命阿闍黎、莲花生大师，及其王臣弟子等众履临此山顶，降妖伏魔、消遣解闷等广大历史景相。而今，如此一切名亦不复闻矣。如是一切有为皆无常，信矣。余亦尔，虽欲作几年不死之生计，然仅明朝不往彼陌生世间之定准，亦了不可得。思念及此，余泪下如雨，故就关要而敦促圣心之祈愿中，加入中阴道相解脱理趣之根本词句，以为日常诵修之功裸，名曰《净三身刹土祈愿文》。无为行者智慧光作。

གནས་ལུགས་རང་རྩལ་འཁོར་རྣམས་གསོན།

ncluk rang tsal khor nam sön།

涅槃 朗抄 扩南宋

实性自力诸眷闻

ཉག་གཅིག་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འདི།

nyak chik rangjung yeshé di།

娘器 朗炯 耶些 迪

唯一自生智慧此

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྲས་གཅིག་ཡིན།

sangyé kün gyi sé chik yin།

桑借 袞记 些器 印

是为一切佛独子

ཏི་ལ་སྟོང་པས་ལས་ཀུན་བྱེད།

tila tongpé lé kün jé།

提拉 东贝 列袞 借

精粹空故作诸业

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ས་བོན་ནོ།

küntu zangpö sabön no།

袞度 桑波 萨本 诺

乃普贤之种子也

ཐམས་ཅད་འདི་ལས་བྱུང་ཞིང་གྲོ་ལ།

tamché di lé jung zhing dröl།

坛且 迪列 炯辛 卓

一切从此生及解

རང་བྱུང་ཉལ་གཅིག་རྒྱུད་འདི་ནི།

rangjung nyak chik gyü di ni:

朗炯 娘器 究迪 尼

于此自生唯一续

མཐོང་ཐོས་བཅངས་བས་སངས་རྒྱལ།

tong tö changpé sangyao:

通托 将贝 桑嘉 沃

见闻受持得正觉

སངས་རྒྱལ་སྲས་གཅིག་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་རྫོགས་སོ།

sangyé sechik sabön gyi gyü dzok so:

桑杰 些器 萨本 记究 佐索

诸佛独子种子续圆满。

རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ ལྷ་ཡི་རྒྱ་ གསུང་གི་རྒྱ་ བུགས་ཀྱི་རྒྱལ། མཐོང་ཐོས་རྒྱ་ མཐོང་ཐོས་རྒྱ་

gya gya gya: ku yi gya: sung gi gya: tuk ki gyao:

嘉嘉嘉 固依嘉 宋记嘉 突吉嘉 哦

印印印。身之印，语之印，意之印。

由侯松蔚教授 (Pro. Lozang Hau) 从藏译汉。

ལྷ རྣམ་གྲོལ།
听闻解脱咒

འ་ཨ་ཤ་ས་མ་ཧ།
a ah sha sa ma ha
阿 啊 夏 萨 玛 哈



ལྗ གཏེར་ཚེན་མཚོག་གུར་བདེ་ཚེན་ཞིག་པོ་སྤྱིང་པ།

德千秋吉德欽息波林巴



桑耶學院

西元八世紀，密續大師蓮花生大士、赤松德贊王和寂護大師於西藏創建了桑耶寺，成為一座於人世間象徵智慧、慈悲與莊嚴的燈塔。帕秋仁波切有感於過去這些祖師大德的慈悲，創立了桑耶學院，這是一個線上平台，試圖以現代且易於理解的方式將學生與這些深奧法教聯繫起來。

我們的願望是為修行者提供工具和訓練課程，使各個階段的修行者都能正確且自信地修行，讓無論是新進或資深的佛法修行者，都能在此找到能輔助其聞、思、修的資源。在桑耶學院，您可以找到的法教，諸如：如何處理情緒和心的法教、禪修入門、慈悲訓練、大手印禪修教學和我們傳承獨有的特殊修持。

桑耶學院另外也為僧團提供一個虛擬平台，讓分佈在全球各地的團體能夠彼此聯繫。在此平台上，來自世界各地的學生可以在線上論壇裡討論各自的修持、提出問題、彼此學習。透過這些互動資源，我們希望將在世界各個角落進行實修與利生服務的人整合起來。

更多資訊請參考：samyeinstitute.org



桑耶翻譯

桑耶翻譯以蓮花生大士之心子，穆茹贊普王子為典範，他因致力於翻譯工作而受人景仰，被讚譽為「譯師王子」（拉瑟·洛察瓦）。這位聖者在十三世之後轉世成為偉大的伏藏師——秋吉德欽林巴。為了維護此甚深傳承，我們的團隊在帕秋仁波切指導下，使我們的譯者、作者和編輯人數有穩定的成長。

桑耶翻譯的核心使命在於翻譯佛法實修與法教內容，透過提供實體印刷版本和線上版本來保存與傳播佛法。雖然我們的主要重點在於為《秋林新伏藏》的追隨者提供必要學習和修行法本，但我們也翻譯了自釋迦牟尼佛以來所有古代與現代的佛教文本。

更多資訊請參考：samyctranslations.org



ཨཱཱེ་ལྷ་རྩུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་ལེ་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཞོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Mañjuśrī Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.