





བདག་གི་སྤྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་གྲིས། །

达给 津所 即毕 索南 吉
我以所修施等诸资粮

འགོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

卓拉 潘切 桑杰 竹巴 修
为利有情故愿大觉成

ལན་གསུམ།
重复三遍。

ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོན་པ་སྡོམ་དུ་བཏང་སྟེ།
如是修四无量心：

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག།
森间 当界 得瓦 当 得歪 究当 丹巴 纠 杰
愿一切众生具乐及乐因

སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྲི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
杜阿 当 德阿 给 久当 扎瓦 纠 杰
愿一切众生离苦及苦因

སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།
杜阿 美倍 得瓦 丹巴 当 密扎 瓦 纠 杰
愿一切众生不离无苦之妙乐

ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྐྱོན་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།
涅惹 恰当 尼当 扎歪 当 纽 侧美 巴拉 内巴 纠 杰
愿一切众生远离怨亲爱憎常住大平等舍



ཚོས་ཐམས་ཅད་སྣང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་བྲན་པའི་རང་ནས།
思维诸法现而无自性之义，同时念诵：

ཨཾ། སྐྱེ་མེད་སྣོད་པ་ཉིད་དང་ཉེན་འབྱུང་གི། །

阿 杰美 东巴 尼当 丹炯 吉

阿 无生空性以及缘起性

སྣང་བ་འགག་མེད་བྱུང་འཇུག་སྐྱེ་མའི་ཚུལ། །

囊瓦 嘎美 松久 纠美 促

显现不灭双运幻化相

རང་མ་དུན་ནམ་མཁའ་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས། །

让敦 南卡 确珍 嘉措 额

自前虚空如海供云中

རིན་ཆེན་སེང་གི་པད་ཉི་ལྷ་བའི་སྣོད། །

仁钦 森彻 倍尼 达歪 登

观想宝狮莲座日月上

སྟོན་པ་མ་ཚུངས་མེད་ཤུག་སེང་གའི་ནི། །

栋巴 措美 夏嘎 森给 尼

无等本师释迦牟尼佛

གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་ལྷན། །

色给 多间 嘎当 倍杰 登

身为金色具足相随好



ཚོས་གོས་གསུམ་གསོལ་རྗེ་སྤྱིལ་ཀུང་བལྟགས། |

缺固 松所 多杰 杰仲 修
身着三衣金刚跏趺坐

ལྷག་གཡས་ས་གནོན་ལྷག་རྒྱུ་ལེགས་བརྒྱུངས་ཤིང་། |

恰耶 扎弄 恰加 类将 兴
右手降魔手印妙舒展

ལྷག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་རྩིའི་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས། |

恰允 酿夏 杜则 伦色 南
左手定印执持甘露钵

གསེར་གྱི་རི་ལྷུང་གཟི་བརྗིད་དཔལ་འབར་བ། |

色给 惹达 色即 坝 巴瓦
宛如金山威严极耀眼

ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲ་བས་མཁའ་དགྱིངས་བྱུག། |

耶喜 欧色 扎威 卡应 恰
智慧光芒遍布虚空界

ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱུད་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་སོགས། |

涅外 色给 内登 久竹 所
八大菩萨十六罗汉等

འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་ཞིང་། |

帕卓 嘉措 阔杰 永固 兴
如海圣众眷属皆围绕



དན་པ་ཙམ་གྱིས་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །

珍巴赞吉色悉他尼类

仅念解脱有寂之二边

ནམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཚོག་གི་དཔལ་སྤོལ་བ། །

南卓得瓦窍给巴作瓦

赐予殊胜吉祥之大乐

སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཚེན་པོར་གསལ།

加袞多倍达尼千波萨

皈依处之总集大主尊

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་སྐུ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱས་ནམ་གྲོལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་དེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །ཉལ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས་བྱེད་ཅིང་། །ཉེས་པ་ཀུན་ལས་ནམ་པར་གྲོལ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགོ་ཚུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། སལ་པོ་ཆེ་ལས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཚོང་བ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཚོད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་ཕྱང་པོ་འབེལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སློན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་གྱེ།

如是观想佛陀身相，相信佛陀真正安住在面前的虚空中。因为诸佛之智慧身何时何地都无有远近，观想佛于何处，佛必定安住于彼处。经中云：“何者作意佛，佛安住彼前，恒时赐加持，解脱一切罪。”观想佛陀，所积之资粮也不会耗尽，善根不会虚耗。《华严经》中云：“闻见供养彼等佛，无量福德将增上，断诸烦恼轮回苦，此善中间不穷尽。”于佛前如何发愿也会如是实现。



འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་ལས། ཚེས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། །འདུན་པའི་རྩེ་ལ་རབ་ཏུ་
གནས། །གང་གིས་སློན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་འདྲའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྣམས་
རྣམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དེ།

《宣说文殊刹土功德经》中云：“诸法依缘生，住于意乐上，何者发何愿，将获如是果。”对此文中所说之理，生起稳固定解。再念诵：

སྤིང་རྗེ་ཆེན་པོས་རྩོད་ལྷན་སྒྲིགས་མའི་ཞིང་། །

宁杰 千波 作丹 涅弥 兴

【顶礼】 大悲摄受具净浊世刹

བབྱང་ནས་སློན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྷ་བརྒྱ་བཏབ། །

松内 门朗 千波 阿加 达

而后发下五百广大愿

བད་དཀར་ལྷུང་བསྐྱབས་མཚན་ཐོས་ཕྱིར་མི་ལྷོག། །

得嘎 达阿 嘎多 侧咪 多

赞如白莲闻名不退转

སྟོན་པ་བྱུགས་རྗེ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

敦巴 图杰 间拉 恰擦 洛

恭敬顶礼本师大悲尊

བདག་གཞན་སྒོ་གསུམ་དགོ་ཚོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །

达辛 果松 给措 隆久 杰

【供养】 自他三门善根及受用



ཀུན་བཟང་མཚོན་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ནས་འབྲུལ། །

袞桑 确倍 珍杜 咪内 布
观为普贤供云而奉献

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྱིག་ལྷུང་མ་ལུས་པ། །

拓美 内萨 迪栋 玛律 巴

【忏悔】 无始以来所积一切罪

སྤྱིང་ནས་འགྱོད་པ་དྲག་སོས་སོ་སོར་བཤགས། །

宁内 觉巴 扎布 所所 夏
则以猛烈悔心分别忏

འཕགས་དང་སོ་སའི་སྐྱེ་བའི་དགེ་བ་ནི། །

帕当 所索 杰俄 给瓦 尼

【随喜】 于诸圣者以及凡夫众

དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །

杜松 萨拉 杰苏 伊让 额
三时所积善根作随喜

སབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་རྒྱལ། །

萨杰 加切 确杰 阔洛 措

【请转法轮】 祈请十方一切佛菩萨

ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱན་མི་འཚད་བར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །

秋久 杰弥 切巴 果杜 所
恒转甚深广大之法轮



མྱོད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡི་ཤེས་སྐྱུ། །

可尼 南卡 达威 耶喜 固

【请佛住世】 汝如虚空般之智慧身

དུས་གསུམ་འཕོ་འགྲུར་མེད་པར་བཞུགས་མེད་གྱི། །

杜松 颇久 美巴 休摩 即

长住三世恒常无迁变

གདུལ་བུའི་སྣང་ངོར་སྐྱེ་འཇིག་ཚུལ་སྟོན་གྱང། །

杜杰 囊额 杰吉 措敦 将

然于所化前示生灭相

སྐྱུལ་པའི་གཞུགས་སྐྱེ་རྟག་ཏུ་སྣང་བར་མཛོད། །

竹贝 苏涅 达杜 囊瓦 作

恒时显现幻化之色身

བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཚོགས་གྱིས། །

达给 杜松 萨贝 给措 给

【回向】 我以三世所积之善根

མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྐྱོད་དུ། །

卡恰 卓瓦 袞拉 潘类 杜

愿利遍布虚空界有情

ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང། །

确吉 加波 达杜 涅杰 津

令释尊您恒时生欢喜



ཚེས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། |

确杰 加威 果彭 拓巴 修
愿我获得如来之果位

བདག་ཅག་སྒྲིགས་མའི་འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས། |

达加 涅槃 卓瓦 衮美 南

【祈请】 我等无怙无依浊世众

ཐུགས་རྗེས་ལྷག་པར་བཟུང་བའི་བཀའ་འདྲིན་ལས། |

图杰 拉巴 松歪 嘎珍 类
祈以悲心无余而摄受

ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། |

兴当 杜迪 仁钦 南松 吉
此刹此时一切三宝相

སྤང་བ་ཅི་སྟེང་ཁྱེད་གྱི་ཐོན་ལས་ཉིད། |

囊瓦 杰涅 克给 嘎类 尼
均为佛陀证悟之事业

དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཚོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ལུ་རུ། |

得切 加穹 充美 基布 如
故于无等唯一圣依怙

ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྟོང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། |

伊切 得贝 宁内 所得 纳
虔诚信仰至心而祈祷



སྤོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐྱེལ་བར། །

涅杰 丹加 千波 玛涅 巴
莫忘昔日所发大誓愿

བྱང་ལྷོ་བར་དུ་བྱུགས་རྗེས་རྗེས་འཛིན་མཛོད།

强秋 巴杜 图杰 切珍 作
大悲摄受直至证菩提

ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱིད་དཔ་འགྲུབ་པོས་སྤོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྐྱེམ་པའི་སྐྱེལ་ཚེ་གཅིག་དུ་དམིགས་ཏེ།

【持诵佛号】以猛烈虔诚的信心观想释尊身相，相信世尊就在你的面前，一缘专注，尽力念诵：

སྐྱེམ་སྤོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱལ་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུགས་ལེགས་ལྷོ་ལོ། །མཚོད་དོ། །སྐྱབས་སུ་མཚོའོ།

།

喇嘛 敦巴 炯丹 迪 得辛 谢巴 扎炯 巴 样 达巴 作毕 桑杰 巴 加
瓦 夏加 突巴 拉 恰 擦洛 确多 加苏 切 沃

顶礼、供养、皈依本师、出有坏、如来、应供、真实圆满正
等觉释迦牟尼佛

བྱུགས་རྒྱུད་བསྐྱེལ་བའི་རྒྱལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་གཟུངས་ནི།

【持陀罗尼咒】以恳切祈请之方式尽力持诵《小品般若经》中所说的陀罗尼咒：

ཏ་ཏ་སྐྱེ། ཨོ་ལྷ་ནི་ལྷ་ནི་མ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ་སྐྱེ།

达 雅 塔 喻 牟尼 牟尼 玛哈 牟尼 耶 梭 哈

ཞེས་ཅི་རིགས་དང་།



再尽力念诵：

ཨོཾ་ལྷ་ཀེ་ལྷ་ཀེ་མ་རྩུ་ལྷ་ན་ཡེ་སྤྲུ་གྲུ།

嗡 牟尼 牟尼 玛哈 牟尼 耶 梭 哈

མན་ཚད་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བརྒྱུ་འོ། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ཏེ། དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཚེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཡི་གསལ་སྤང་ལ་དམིགས་ནས། མཚན་བརྗོད་པ་དང་། བཟུང་བ་རྣམས་པའི་རྒྱན་གྱིས།

此时随念释尊的功德，以信心一缘专注其明显身相而诵一遍，观想依靠持诵名号、念诵陀罗尼咒之缘：

སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྐྱ་ཚོགས་པའི་སྤང་བ་ཚེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་བམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་བམས་ཅད་བསལ་ཞིང་།

敦毕 固类 耶喜 给 欧色 纳措 毕 囊瓦 千波 达当 森间 汤杰 给 则巴 汤杰 萨 辛

从本师之身中，放射种种智慧大光芒，遣除我与一切众生之所有罪障，

ཐེག་པ་ཚེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ས་ནོན་པར་བསམ།

特巴 千波 朗给 允登 促辛 杜 给得 切弥 多波 萨 纽巴 久 并如理生起大乘道功德，而后获得不退转果位。

དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། ཐུན་མཚམས་རྣམས་སུ་མཐུལ་སོགས་མཚོན་པ་དང་། ཐུབ་སྟོན་གྱི་རིགས་དང་། སྦྱང་རྗེ་པད་དཀའ། རྒྱ་ཚེར་རོལ་བ། སྐྱེས་རབ་སྐྱ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་རུས་པར་བཤགས། དགེ་བའི་རྩལ་རྣམས་སྤོང་བྱང་རྒྱབ་ཏུ་བསྟོན་པ་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།

平时尽力精进念诵。座间时，根据情况供曼荼罗，诵各种释尊赞，阅《大悲白莲经》、《广大游舞经》、各种《释尊传》、《如来一百零八种名号》等，尽力随意读诵经典，一切善根以回向无上菩提及发愿印持。



༥ བདེ་གཤེགས་སྐྱེས་བཅས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །

得些 色切 袞吉 突界 当

【功德回向】一切如来与佛子

མཇེད་པ་སྟོན་ལམ་མཁུན་བརྟེན་ལུས་པའི་ཚུལ། །

则巴 摩朗 钦哲 诺倍 措

最胜 菩提 诸行 愿

ལྷ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་འཕུལ་ཅི་འདྲ་བ། །

拉美 耶喜 久楚 吉 扎瓦

无上 智慧 所开 显

དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག། །

得乍 阔纳 卓袞 纠瓦 修

愿 诸 智 行 悉 同 彼

སྤྱིར་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བཟེད་པར་དྲན་པ་དང་། མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་
བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འོད་གྱིས་ཕོགས་ཐམས་ཅད་ཉིན་མོ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་བའི་དུས་ལྟ་བུར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་
ལོག་པར་བྱ། དུས་རྒྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྱིས་ཇི་ལྟར་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྒྱུ་ལྟེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་
རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་རྗེས་སུ་གཞིལ་བའི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆའི་
དམ་བཅའ་ལྟེང་པ་མེད་པའི་ངང་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་སྤྱི་དང་། ལྟངས་པར་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་
ལུས་སུ་བརྟེན་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་གྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་
གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོའི་ལམ་ལས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པར་འགྱུར་བ་མཛད་དུ་མ་རྣམས་གསུངས་ལ། ལོང་དུ་བརྟན་
པའི་བཟང་སའདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདྲུང་ཞིང་། གཟུངས་འདི་རྗེད་པའི་མཐུས་ཤིང་ལྟེ་ལུས་པོ་ཉིད་སངས་
རྒྱས་ཤིང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་མཚོགས་དུ་གྱུར་པ་དང་། གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་
གྱིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཚོགས་མེད་པར་འཕྲོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བ་དང་། སྤྱགས་བསྐྱབ་པ་ན་
བགོགས་མ་མཚེས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་
ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བརྒྱས་པས་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་པ་ལྟར་བརྒྱུད་ཁྱིའི་བར་དུ་བྱས་པའི་



སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྲུར་པ་སོགས་པམན་ཡོན་ཚད་མེད་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུག་ལུབ་པའི་
སློང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། ། དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཇི་ལྟར་བཙོན་པའི་ཚུལ་ཟུར་དུ་
བཤད་པར་བྱོལ། །

总之，行住坐卧一切时分都应当忆念本师，夜间也观想释尊之真实身体发光照耀诸方，如同极为晴朗之白昼时一般，于此境界中入眠。平时也随念释尊昔日如何发心的情形，勤随三世诸佛大菩萨事迹，坚持珍宝菩提心之誓愿而行持菩萨行，尤其尽力勤修止观瑜伽，如此将使所获得的暇满人身有意义。经中说仅以听闻我等本师之名号也逐渐于大菩提道中不退转。《小品般若经》中说：“诸佛皆从此陀罗尼咒中生，释迦牟尼佛亦以此陀罗尼咒之威力而成佛，观世音依此现前菩萨胜果，仅仅听闻此陀罗尼咒也将无勤获得广大福德并清净一切业障。若修密咒，则无有魔障而成就。”其余经典中也说念诵一遍此陀罗尼咒，可清净俱胝八万劫中，所造一切罪业等无量功德利益，此乃释迦如来之殊胜心咒。

ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་མོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དཔོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་མོར་བྱ་ནས་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷ་ཚས་དང་
བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྤྱིང་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དཔོན་ཅིན་པོ་ཅེ་ཉིད་ནས་སྐུལ་པའི་སྐྱེ་འཇིགས་
མེད་པད་མ་བདེ་ཆེན་ལ་སྐྱེན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་པ་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷ་ཚས་ཀྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་ལྷུར་དུ་གྲུབ་པར་
གྱིས་ཞེས་དམ་པ་ཟུང་གི་བཀའ་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་པ་མཚོགས་ལ་མི་སྤྱིད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་
མཐར་ཚས་སྐྱེ་བའི་མིང་ཅོམ་འཛིན་པ་ཤུག་འི་ཇེས་འཇུག་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས། རྗེ་རྗེ་འཕན་ལྷག་གི་རི་
ཞོལ་ལུན་ཚོགས་མོར་བུའི་སྤྱིང་དུ། ཀྱུན་ལྷན་ལྷགས་གྱི་གསར་ཚོས་ཚོ་འཕུལ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་བའི་ཡར་ཚོས་བརྒྱད་ལ་
གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོལ་པ་ན་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་རྒྱུ་མི་འཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚུལ་འདི་མཐོང་
ཐོས་དྲན་རེག་གི་འགྲོལ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་སྟོན་པ་ལུབ་པའི་དབང་པོའི་བྱིན་རྒྱལ་མཚུངས་པ་མེད་པ་མཛོད་དུ་འཇུག་པར་
གྱུར་ཅིག། །།

此仪轨修法是具三学宝藏之文.乌金.丹增.诺布供养吉祥哈达恳切劝请，我也铭记于心。最近文仁波切又委托晋美.贝玛.德钦活佛，其以纯金、吉祥哈达等供品，请求速疾完成此修法仪



轨。应此二位大德劝请，于殊胜本师有不退信心、浊世名相说法者、释迦世尊之弟子麦彭·蒋扬·嘉措，铁鼠年神变月初八，于石渠多吉攀修神山附近圆满宝珠寺院，造毕。

愿依此，不断弘法利生，令见、闻、念、触此仪轨之一切众生，相续中真正获得本师佛之无量加持。