

། གསང་སྤྲུགས་སློང་མའི་རིག་པ་འཛིན་པ་བདུད་འཛོམས་འཛིགས་  
བུལ་ཡེ་ཤེས་དོ་ཇེ།

寧瑪傳承掌教法王：尊貴的敦珠法王無畏金剛智

His Holiness Dudjom Rinpoche, Jigdrel Yeshe Dorje  
Supreme Head of the Nyingmapa School

༄༅། ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སློང་ཐིག་གི་སློན་འགྲོའི་ངག་འདོན་  
བུང་འཇུག་ལམ་གྱི་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

“無上最密空行心髓：雙運道車”之前行念  
誦本

ZAB SANG KA DROI NYING THIG GI NGON DROI NGAG DHON  
ZUNG JUG LAM GYI SHING TA SHE JA BA SHEK SO

Recitation of the Preliminary Practice  
of the Profound Secret Heart Essence of the Dakini  
Called Chariot of the Path of Union Is Herein Contained

༄༅། ཨོ་སྤྲི། རབ་འབྲམས་རྒྱལ་ཀུན་མཁུན་བརྩེ་བྱས་པའི་གཟུགས།

喻索提 無量諸佛慈悲之示現，

OM SWASTI The displayed form (body) of the Supreme Knowledge, Loving Kindness and Power of all the infinite Buddhas;

རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བ་དག་དྲིན་ཅན་འཁོར་ལོའི་མགོན།

百種聖尊大恩轉輪王

The graciously kind One who encompasses the hundred Buddha families, Lord of the Chakra,

དཔལ་ལྷན་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་པ་སྤྲའི་ཞབས།

具德上師如來蓮花足，

The Glorious Teacher, Lotus Buddha's feet,

སྤྱི་བོའི་རྒྱན་དུ་བསྟེན་ལོ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

我等敬禮祈請賜加持。

Revered as our crown jewel, please grant your blessing.

བྱང་འཇུག་སྐྱབ་བཞིའི་གོ་སར་བདེ་ལྗེར་དུ།

速得雙運四身之境界，

This profoundly revealed preliminary practice, herein arranged, is the noble path which leads

དགྱི་བའི་ལམ་བཟང་བཟང་གཏེར་སྡོན་འགྲོའི་ཁྲིགས།

在此探索深奧前行道，

Swiftly and easily to the level of the union of the four Kayas;

རྣམ་གསལ་འཇུགས་བདེའི་ཤིང་རྟ་འདིར་འབྲེན་གྱི།

已呈現完美清楚簡入，

A chariot, perfectly clear, easily entered, is brought up here;

སྐལ་བར་ལྷན་རྣམས་སྤོ་བས་དེང་ཞུགས་ཤིག།

幸運弟子喜悅入此法，

All fortunate ones, enter now with joy!

དེ་ཡང་གང་ཞིག་ཟབ་ལམ་གྱི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་ཅིང་ཚེ་འདིར་བྱང་འཇུག་སྐྱབ་བཞིའི་གོ་འཕང་མཛོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་དགེ་བའི་ལས་

འཕྲོ་སང་བ་རྣམས་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ལམ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ནན་ཏན་དུ་བརྩོན་པར་བྱ་སྟེ།

具有修持勝道之緣，渴求即身證悟四身合一，而能依循此無上密乘大道，也具往昔善業功德之力而成熟覺醒者，應該從始精勤不懈修持此聖道。

If those who have awakened through past virtuous actions possess the fortune to follow this profound path and desire to realize the level of the union of the four kayas in this lifetime, they should diligently practice this very path with perseverance from the beginning.

དེའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། རྒྱུད་སྣོད་ཅུང་དུ་བྱེད་པ་ཐུན་མོང་སྤྱིའི་སྡོན་ལྷན་དང་། རིམ་གཉིས་ནལ་འབྱོར་གྱི་བྲག་སྐོས་ཀྱི་སྡོན་ལྷན་ལྟེན།

在此區分為兩部：行者藉由各個共同前行的修行而成正法器。之後修持專為二部瑜珈所寫之不共特別前行。

There are two parts: to make oneself into a suitable vessel through the general preliminary practice of each session; and then, in particular, the special preliminary practice which is composed of the two stages of yogic practice.

དང་པོ་ནི། བདེ་བའི་སྐྱོན་ལ་འཁོད་དེ་ལུས་གནད་དྲང་པོར་བསྐང་། དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་རོ་བསལ། ཤེས་པ་ནལ་དུ་ཕབ་སྟེ་རང་བབ་གྱི་  
བསམ་གཏན་ལ་སློ་ཡོངས་སུ་བྱེད་པ་ལས། རྩ་བའི་སྤྱོད་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ཡིད་མངོན་པར་  
བསྐྱེད་ཏེ།

首先，身體保持正直，舒適的坐姿。呼吸中呼出殘餘的三毒。寧靜的狀態下，把心專注於自然的，根本的禪定之中。藉著觀想根本上師為一切諸佛如來之化身，生起殊勝靈感。

First, be comfortably seated and keep the body straight. Exhale the three residual poisons of the breath. Settle the ordinary mental state in tranquility, completely turning the mind towards the natural, fundamental, meditative concentration (samadhi). By remembering that the root teacher himself is the embodiment of all the Buddhas, great inspiration arises!

རང་མདུན་ནམ་མཁའ་འཇའ་འོད་སྟིག་ལའི་རྫོང་།

讓登南卡加歐替雷龍 [ 面前虛空廣闊虹光中 ]  
RANG DUN NAM KHAR JA ÖD THIG LEI LONG  
Before one in the sky in a vast sphere of rainbow light rays

རིན་ཆེན་སངས་ཁྲི་པ་ལྷ་ཉི་ལྷའི་སྟེང་།

仁千桑汽配瑪尼達停 [ 日月蓮花獅子寶座上 ]  
RIN CHEN SENG TRI PED MA NYI DAI TENG  
Upon a jeweled lion throne, lotus, sun and moon,

བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་རྩ་བའི་སྤྱོད་མ་ནི།

卡真聰美擦位喇嘛尼 [ 無比大恩根本上師尊 ]  
KA DRIN TSUNG MED TSA WAI LA MA NI  
Is the incomparably kind root teacher

ནམ་པ་ཨོ་རྒྱལ་མཚོ་སྒྲེ་རྩེ་འཆང་།

南怕鄔金措吉多傑強 [ 身顯烏金海生金剛持 ]

NAM PA OR GYAN TSHO KEY DOR JE CHANG

In the form of Orgyen Tsokye Dorje Chang

མཐིང་གསལ་དོ་རྩི་ལ་འཛིན་ལོངས་སྒྲུའི་ཆས།

亭薩多傑住珍龍苦切 [ 蔚籃手持鈴杵報身飾 ]

THING SAL DOR JE DRIL DZIN LONG KUI CHE

Clear azure, holding dorje and bell, with the Sambhogakaya adornments.

རང་འོད་བདེ་ཆེན་ཡུམ་དང་མཉམ་པར་སྐྱོད།

讓歐得千永當唵怕左 [ 雙運自性光明樂佛母 ]

RANG ÖD DE CHEN YUM DANG NYAM PAR JOR

In union with great bliss consort, his own radiance;

དགྲེས་འཇུམ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་སྒྲོ་བའི་སྒྲུ།

給中耶喜歐色措位苦 [ 微笑本覺智慧光明身 ]

GYE DZUM YE SHE ÖD ZER TRO WAI KU

Pleased, smiling, a body of radiating light rays of primordial wisdom,

རབ་འབྲུམས་སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་ངོ་བོར་བཞུགས།

日站加困杜配悟我素 [ 安住一切皈依總集身 ]

RAB JAM KYAP KUN DU PAI NGO WOR SHUK

He dwells as the essential embodiment of all the infinite refuges

ཞེས་སྒྲུ་མ་གསལ་བཏབ་ལ་མོས་གྲུས་གདུང་ལྷགས་བྲག་བོས།

以無比強烈信心清楚明觀上師

Thus visualizing the teacher clearly, with strong and fervent devotion:

སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

喇嘛拉所哇跌索 [ 珍貴師尊之前我祈請 ]

LA MA LA SOL WA DEP SO

Teacher, to you I pray,

སྒྲུ་མ་ཀུན་ཁྱབ་ཚོས་གྱི་སྒྲུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

喇嘛困加初吉苦拉所哇跌 [ 祈請遍智法身上師尊 ]

LA MA KUN KHYAB CHÖ KYI KU LA SOL WA DEP

Teacher to you, the all-pervading Dharmakaya, I pray.

མ་རིག་མུན་པ་སེལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

瑪瑞木怕薩哇淨吉落 [ 祈請加持驅除無明暗 ]

MA RIG MUN PA SEL WAR CHIN GYI LOB

Bless me that the darkness of ignorance is dispelled.

ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

喇嘛拉所哇跌索 [ 珍貴師尊之前我祈請 ]

LA MA LA SOL WA DEP SO

Teacher, to you I pray,

ལྷ་མ་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

喇嘛龍卻措貝苦拉所哇跌 [ 祈請遍智報身上師尊 ]

LA MA LONG CHOD DZOK PAI KU LA SOL WA DEP

Teacher, to you, the Sambhogakaya, I pray.

འོད་གསལ་ཁོངས་ནས་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

歐薩空涅茶哇淨吉落 [ 加持生起內在本光明 ]

ÖD SEL KHONG NE CHAR WAR CHIN GYI LOB

Bless me that the luminous clarity may arise from within.

ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

喇嘛拉所哇跌索 [ 珍貴師尊之前我祈請 ]

LA MA LA SOL WA DEP SO

Teacher, to you I pray.

ལྷ་མ་བུགས་ཇེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

喇嘛吐傑初貝苦拉所哇跌 [ 祈請慈悲化身上師尊 ]

LA MA THUK JE TRUL PAI KU LA SOL WA DEP

Teacher, to you, the compassionate Nirmanakaya, I pray.

ཏོགས་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

托怕南卡當娘怕淨吉落 [ 賜我加持證悟如虛空 ]

TOK PA NAM KHA DANG NYAM PAR CHIN GYI LOB

Bless me that my realization be equal to the sky.

ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

喇嘛拉所哇跌索 [ 珍貴師尊之前我祈請 ]

LA MA LA SOL WA DEP SO

Teacher, to you I pray.

ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ལོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

喇嘛桑給仁波切拉所哇跌 [ 祈請珍貴佛陀上師尊 ]

LA MA SAN GYE RIN PO CHE LA SOL WA DEP

Teacher, to you, the precious Buddha, I pray.

དོན་གཉིས་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

冬尼龍吉住怕淨吉落 [ 加持自然通達二成就 ]

DON NYI LHUN GYI DRUP PAR CHIN GYI LOB

Bless me that I may spontaneously accomplish the two aims.

ཞེས་གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས།

如此熱誠祈禱之

Thus having prayed fervently:

མོས་གུས་རྟོབས་ཀྱིས་སྤེལ་མའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེལ།

木古托吉拉美投居苦 [ 信力度誠呼喚上師心 ]

MÖ GU TOP KYI LA MAI THUK GYUD KUL

By the power of devotion, the Teacher's mind is invoked.

དགུས་པས་མི་བཟོད་བདེ་བའི་གར་དང་བཅས།

吉皮米索得位嘎當切 [ 無比歡欣與舞喜悅中 ]

GYE PE MI ZÖD DE WAI GAR DANG CHE

Unbearably delighted, he rejoices in ecstasy

རང་གི་སྤྱི་པོར་བྱོན་ཏེ་བྱང་སེམས་སྤྱིན།

讓哥汽我群爹獎森真 [ 親顯于我頭頂降菩提 ]

RANG GI CHI WOR CHON TE CHANG SEM TRIN

Descending upon the crown of one's head; a cloud of bodhicitta

ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྤྲུགས་དབང་བསྐྱར་བས།

耶喜交帖汽樂王苦位 [ 授以本覺智慧總灌頂 ]

YE SHE GYAL TAP CHI LUK WANG KUR WE

By the anointing and empowering of the primordial wisdom coronation,

རྫོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་བྱིན་བརྒྱབས་གྱུར།

托周杜娘干波淨落久 [ 加持自然平等悟成就 ]

TOK DROL DU NYAM CHEN POR CHIN LAB GYUR

One becomes blessed in the great simultaneity of realization and liberation.

ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་ལ་རིག་པ་འཛིན་མེད་གྱི་ངང་དུ་དར་གཅིག་མཉམ་པར་བཞག་གོ།  
འདི་ནི་ཐུན་མཚམས་ཅད་གྱི་སྒོ་ནས་དུ་གཤེས་ཏེ་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་བྱིན་རླབས་ལྷུང་དུ་འཇུག་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ།

如此唸頌與反覆思惟後，保持在覺悟無執的禪定中一會兒。每一段落修持之前如此禪定是非常重要的，因為藉此可以遣除障礙，更容易領受加持。

This reciting and reflecting, remain a while in meditation in the state of awareness without clinging. This is very important to do before each session as it dispels obstructions and is necessary so that blessings can enter swiftly.

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཐུན་མོང་སློ་ལྷོག་རྣམ་བཞིས་རྒྱུད་གྱི་ཞིང་ས་སྤོང་བ་དང་། ཐུན་མིན་ཟབ་ལམ་ཐུགས་ལཱའི་ས་བོན་གདབ་  
པའོ། དང་པོ་ནི། འདི་ལྟར་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ནི་གིན་ཏུ་རྙེད་པར་དཀའ་ཞིང་། རྙེད་པ་འདི་འདྲ་མི་རྟག་པར་ལྷུང་དུ་འཛིན་པའི་དབང་དུ་  
འགྱུར། གི་ནས་ཀྱང་ཅང་མེད་དུ་མི་འགོ་བར་ལས་འབའ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་འཁོར་བར་འདུ་བྱེད། འཁོར་བ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་  
བསྐྱུལ་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་པས། ད་རེས་འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འདི་ལས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐར་བ་ཞིག་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་དམ་  
པའི་ཚེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བསྐྱབ་པར་བགྱིའོ་སྟམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་ལུས་པའང་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ་མཁའ་བྱེན་སྟམ་པའི་  
དད་པ་དང་ངེས་འབྱུང་གི་ཤུགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་དེ།

這第二部份分成兩段：共同修持“轉心四念”來淨化識流。不共同修持殊勝的甚深道，五階段播下金剛善種。第一：人生難得。閒暇圓滿稀有人身極難得。第二：生死無常。一切生者無常終歸死。第三：因果業力。死後並非一切完結而是跟善惡因果輪迴無止境。第四：輪迴過患。三界輪迴不離陷苦海。念此願我心轉向佛法。思考至此，我們必須為了從輪迴苦海中解脫出來而修行佛法。“尊貴上師尊，依汝智助我修習佛法”由此生起虔信和解脫之信念。

This second section has two parts:

- The ordinary practice of the “Four Ways of Changing the Mind”, which purifies the ground of the mind stream
- The extraordinary, profound path of five stages that is the planting of seeds.

**First:** it is extremely difficult to obtain a human birth like this, possessing the freedom and endowments.

**Second:** having obtained this (human birth), it is impermanent as one comes suddenly under the power of death.

**Third:** even though one dies, everything is not ended; solely through the force of karma, one is compounded in samsara.

**Fourth:** wherever one might be born is not beyond suffering.

Think now, one must do whatever is necessary to be liberated from samsara, this great ocean of suffering. For that reason, from now on, one must practice the completely pure, holy dharma: “That I will be able to practice, Precious Teacher, it is you who know.” Therefore, generate thoughts of faith and liberation (renunciation).

ན་མོམ་ ལུས་གསུམ་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིམ་

南摩 杜桑加當加色他見即 (三世一切諸佛菩薩眾)  
NAMO! DÜ SUM GYAL DANG GYAL SE THAM CHAD KYI  
Namo! Of all the buddhas and bodhisattvas of the three times

སྤྱི་གཟུགས་མཁུན་བཙེ་རུས་པའི་བདག་ཉིད་དཔལམ་

汽素見則奴貝達涅包 (無上智悲力總持化身)  
CHI ZUK KHYEN TSE NU PAI DAG NYID PAL  
The glorious one who is the very embodiment of supreme knowledge, loving kindness and power

གཏན་གྱི་སྐྱབས་གཅིག་དྲིན་ཅན་སྣ་མ་རྗེམ་

天吉加吃真千喇嘛傑 (唯一皈依怙主之導師)  
TAN GYI KYAP CHIG DRIN CHAN LA MA JE  
(my) Only constant refuge, gracious, Lord Teacher

མི་འབྲལ་སྤྱི་གཟུགས་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོར་བཞུགསམ་

米住汽祖得千可落樹 (恒久安住頂間大樂輪)  
MI DRAL CHI TSUK DE CHEN KHOR LOR SHUK  
Dwelling inseparably in my crown chakra of great bliss

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྣ་མ་རིན་པོ་ཆེམ་

所哇跌受喇嘛仁波切 (珍貴上師尊前我祈請)  
SOL WA DEP SO LAMA RINPOCHE  
I pray to you, precious teacher!

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་རྗེམ་

淨吉落悉卡真從美傑 (無比慈悲怙主賜加持)  
CHIN GYI LOB SHIG KA DRIN TSHUNG MED JE  
Grant (your) blessing, incomparably kind lord!

དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྙེད་པར་དགའམ་

達左地尼新吐涅怕卡 (閒暇圓滿人身極難得)  
DAL JOR DI NI SHIN TU NYED PAR KA  
These freedoms and endowments are extremely difficult to obtain

མི་ལུས་དོན་ལུན་སྤྱིང་པོ་ལོན་པ་ཞིགམ་

米路敦殿寧波輪怕悉 (願能以人身瞭真實義)  
MI LU DON DEN NYING PO LON PA SHIG  
May I derive what is essential from this meaningful human body.



གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

所哇跌受喇嘛仁波切 (珍貴上師尊前我祈請)

SOL WA DEP SO LAMA RINPOCHE

I pray to you precious teacher!

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་བྱིན་མཚུངས་མེད་རྗེ།

淨吉落悉卡真從美傑 (無比慈悲怙主賜加持)

CHIN GYI LOB SHIG KA DRIN TSHUNG MED JE

Grant (your) blessings, incomparably kind lord!

ཚེ་འདིའི་སྤྲང་བ་མི་ལམ་གནས་སྐབས་ཙམ།

切地能哇米蘭內嘎站 (此身虛幻猶如夢一場)

TSHE DII NANG WA MI LAM NE KAB TSAM

This life's appearances are as temporary as a dream.

མི་ཉག་འཚི་བ་སྙིང་ནས་བྲན་པ་ཞིག།

米他汽哇寧內站怕悉 (願我深切瞭悟死無常)

MI TAG CHI WA NYING NE DREN PA SHIG

From (the bottom of my heart) may I remember death and impermanence.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

所哇跌受喇嘛仁波切 (珍貴上師尊前我祈請)

SOL WA DEP SO LAMA RINPOCHE

I pray to you precious teacher!

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་བྱིན་མཚུངས་མེད་རྗེ།

淨吉落悉卡真從美傑 (無比慈悲怙主賜加持)

CHIN GYI LOB SHIG KA DRIN TSHUNG MED JE

Grant (your) blessings, incomparably kind lord!

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་སྤྲུག་བསྡུ་ལ་རང་བཞིན་ལ།

抗送可哇杜昂讓新拉 (三界輪迴本是大苦海)

KHAM SUM KHOR WA DUG NGAL RANG SHIN LA

The three realms of samsara whose nature is suffering

ཆགས་ཞེན་འབྲི་བ་གཏིང་ནས་ཚོད་པ་ཞིག།

卻仙持哇停尼卻怕悉 (願我能斷貪慾執著念)

CHAK SHEN TRI WA TIN NE CHÖD PA SHIG

May I cut completely, the bonds of attachment and craving.

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

所哇跌受喇嘛仁波切 (珍貴上師尊前我祈請)

SOL WA DEP SO LAMA RINPOCHE

I pray to you precious teacher!

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་བྱིན་མཚུངས་མེད་རྗེ།

淨吉落悉卡真從美傑 (無比慈悲怙主賜加持)

CHIN GYI LOB SHIG KA DRIN TSHUNG MED JE

Grant (your) blessings, incomparably kind lord!

དག་སྲིག་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་བསྐྱབ་བ་མེད།

給地列吉南明路哇美 (善惡業之因果必無欺)

GE DIG LE KYI NAM MIN LU WA MED

The ripening of virtuous and harmful action being inevitable

སྤང་དོར་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་ཚུལ་ལྡན་ཞིག།

郎多尼拉克新粗殿悉 (願我悉能善巧知抉擇)

LANG DOR NE LA KHE SHING TSHUL DEN SHIG

May I be skilled in knowing what (is suitable) to adopt and reject!

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

所哇跌受喇嘛仁波切 (珍貴上師尊前我祈請)

SOL WA DEP SO LAMA RINPOCHE

I pray to you precious teacher!

བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་བྱིན་མཚུངས་མེད་རྗེ།

淨吉落悉卡真從美傑 (無比慈悲怙主賜加持)

CHIN GYI LOB SHIG KA DRIN TSHUNG MED JE

Grant (your) blessings, incomparably kind lord!

ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཡིད་ལ་དྲན་ཅིང་ངག་ཏུ་ཅི་རིགས་བརྗོད་དོ།

心中明白記住以上所有含義，盡量反覆唸誦。

Thus, keeping the meaning of all of these in mind, recite as many times as possible.

གཉིས་པ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་ཐར་བའི་ལམ་གྱི་གཞི་རྟེན་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། ཐོག་མར་སྐབས་ཡུལ་གསལ་གདབ་བ་ལ།

第二部份有五節。第一，皈依是解脫道的基礎，開始時就應清晰的觀想皈依境

The second part has five sections. First, go for refuge which is the foundation of the path of liberation. In the beginning, clearly visualize the object of refuge.

སྣོད་བཅུད་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཉམས་དགའི་དབུས།

奴求得貝新抗娘該悟 (宇宙喜悅淨土之中央)

NOD CHUD DAK PAI SHING KHAM NYAM GAI Ü

The universe is a delightful, pure land (buddhafield). In its center is

བྲི་མེད་ཡིད་འོང་རྒྱ་ན་གོ་གའི་མཚོ།

智美衣汪大那可沙措 (不壞甚美達那果嘯海)

DRI MED YID ONG DHA NA KO SHAI TSHO

the stainless, lovely Dhanakosha Lake.

དེ་དབུས་རིན་ཆེན་པད་སྣོད་འདབ་རྒྱས་པ།

得悟仁千貝當跌既怕 (湖中盛開珠寶之蓮花)

DE Ü RIN CHEN PED DONG DAB GYE PA

In its center is a fully opened, jeweled lotus flower

ཡལ་ག་ལྷ་ལྷན་དབུས་ཀྱི་ཟེའུ་འབྲུའི་སྟེང་།

要嘎拿殿悟吉素珠停 (五瓣蓮花花莖中央上)

YAL GA NGA DEN Ü KYI ZEÜ DRU TENG

possessing five branches. On the anthers of the central lotus

སངས་རྒྱས་ཀུན་དངོས་སྒྲ་མ་བོད་ཕྱིང་ཙལ།

桑給困悟喇嘛通常扎 (諸佛體現上師顯縵力)

SANG GYE KUN NGÖ LA MA THOD TRENG TSAL

the actually embodiment of all the buddhas, the teacher Thödtreng-Tsal

སྣང་སྲིད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཆ་བྱད་ཅན།

能西仙吉嫩貝恰謝見 (示現真實降魔之形相)

NANG SID SIL GYI NÖN PAI CHA CHED CHAN

in the guise of the subduer of all phenomena,

མཚན་དཔེའི་དཔལ་འབར་འཇའ་ཟེར་གློད་དུ་བརྗེད།

參貝包巴加些龍杜吉 (光明虹光圈中具諸相)

TSHEN PEI PAL BAR JA ZER LONG DU JID

blazing gloriously with the (major) characteristics and (minor) marks, majestic in a halo of rainbow light rays.

དབུ་གཙུག་དགོངས་པ་བད་དང་སྣན་ཁུངས་བརྒྱད།

悟祖共怕大當年空居 (頂上心, 表, 口, 耳傳承師)

Ü TSUG GONG PA DA DANG NYEN KUNG GYUD

Above his head are the lineages of Omniscient-Mind Transmission, Symbolic-Indication Transmission, Oral Transmission

བཀའ་བབས་ལུང་བསྟན་སྒྲོན་ལམ་དབང་བསྐྱར་བརྒྱད།

卡別龍天木蘭王克居 (預言本尊有緣灌頂傳)

KA BAB LUNG TEN MON LAM WANG KUR GYUD

specifically prophesized Spiritual Commission and Aspiration Empowerment lineages,

མཁའ་འགོ་གཏང་རྒྱ་ཉོགས་པ་དོན་རྒྱད་གྱི།

卡周貼嘎托怕敦居記 (空行囑咐實證之傳承)

KHA DRO TED GYA TOK PA DON GYUD KYI

the lineages entrusted to the dakinis, and the lineage of Transmission of Actual Realization.

རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་སྤྲ་མ་མ་ལུས་པ།

讓增居貝喇嘛瑪呂怕 (一切持明傳承諸上師)

RIG DZIN GYUD PAI LA MA MA LÜ PA

(all these) Teachers of the Vidyadhara lineage without exception are

ཡས་རིམ་བཞིན་དུ་ཐོ་བརྟེན་སྐྱེས་གྱིས་བཞུགས།

耶任新杜頭擦措吉樹 (各個依序端坐於其頂)

YE RIM SHIN DU THO TSEK TSHUL GYI SHUG

sitting in stages one above the other

ཕྱོགས་བཞིའི་བད་སྤྱོད་ཡལ་ག་རབ་རྒྱས་སྟེང་།

卻西貝當要嘎繞吉停 (四方盛開蓮花之頂上)

CHOG SHII PED DONG YAL GA RAB GYE TENG

upon the fully opened branches of a lotus flower. Then in the four directions

གཡས་སུ་བཙོམ་ལྡན་ཤྲུའི་རྒྱལ་པོ་ལ།

耶素君殿夏加交波拉 (其右主尊釋迦牟尼王)

YE SU CHOM DEN SHAKYAI GYAL PO LA

to his right is Lord Buddha, king of the Shakyas,

བསྐྱལ་བཟང་ཞིང་གི་སངས་རྒྱས་སྟོང་ཅུ་སོགས།

克桑新哥桑吉通差所 (一切賢劫千佛諸聖眾)

KAL ZANG SHING GI SANG GYE TONG TSA SOG

surrounded by the Thousand Buddhas, etc., of the fortunate eon of this universe,

ཕྱོགས་དུས་བདེ་གཤེགས་རྒྱལ་བའི་ཚོགས་གྱིས་བསྐོར།

出杜得沙交位措吉扣 (十方諸佛如來眾圍繞)

CHOG DU DE SHEK GYAL WAI TSHOK KYI KOR

and the victorious assembly of all the sugatas of the (ten) directions and the (three) times.

ཀྱའ་ཏུ་འོད་ལྷའི་དྲུ་མིག་མཛེས་པའི་གྲོང་།

加杜悟昂抓明知貝郎 (後方美麗五色光燦爛)  
GYAP TU ÖD NGAI DRA MIK DZE PAI LONG  
Behind, in an expanse of a beautiful five-colored lattice of light,

ལུང་རྟོགས་དམ་ཚོས་གསུང་རབ་གླེགས་བམ་ཚུལ།

龍托旦秋送繞列邦措 (殊勝教傳證法經文存)  
LUNG TOG DAM CHÖ SUNG RAB LEK BAM TSHUL  
Are the supreme scriptures of the holy dharma (the teachings) of Transmission and Realization, in volumes,

ཨ་ལི་ཀ་ལིའི་རང་སྒྲ་སྒྲན་པར་སྒྲོགས།

阿列卡立讓抓年怕住 (阿立卡立之音悅耳傳)  
A LI KA LII RANG DRA NYEN PAR DROG  
melodiously emitting the sounds of A-LI KA-LI (vowels and consonants).

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱད་ལ།

雲杜仙怕涅位西見拉 (左方八大近子菩薩眾)  
YON DU SEM PA NYE WAI SE GYED LA  
To the left are the eight Close Con Bodhisattvas

འཕགས་པ་གནས་བསྐྱོན་ཚེན་པོ་བཅུ་དྲུག་སོགས།

啪怕尼但千波秋住所 (聖者十六長老僧眾及)  
PHAG PA NE TEN CHEN PO CHU DRUG SOG  
surrounded by the Sixteen Noble Great Elders and so forth,

བྱང་སེམས་ཉན་རང་དགེ་འདུན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོས།

長仙年讓給敦措吉扣 (菩薩聲聞緣覺環繞著)  
CHANG SEM NYEN RANG GE DUN TSHOK KYI KOR  
the assembly of the bodhisattvas, sravakas, pratyekabuddhas, and other sangha.

མདུན་དུ་དོ་རྗེ་གཞོན་ལུ་ཡབ་ཡུམ་ལ།

敦杜多傑順奴牙用拉 (前方普巴金剛極父母)  
DUN DU DOR JE SHO NU YAB YUM LA  
In front is Vajrakumara nad consort surrounded by

ཀྱུད་སྣེ་བཞི་དྲུག་ཡི་དམ་ཞི་བློའི་ལྷ།

居得西珠衣旦西出拉 (四, 六續部靜忿諸本尊)  
GYUD DE SHI DRUG YI DAM SHI TROI LHA  
the peaceful and wrathful yidam deities of the four or six classes of tantras

གནས་གསུམ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོད།

涅送怕我卡住措吉扣 (三處勇父空行眾環繞)

NE SUM PA WO KHA DROI TSHOK KYI KOR  
and the hosts of heroes and dakinis of the three places.

ཕྱི་རོལ་བར་མཚམས་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་དུ།

汽柔巴參可又探切杜 (圓周內外中央及一切)

CHI ROL BAR TSHAM KHOR YUG THAM CHED DU  
Outside and in all the intermediate spaces of the circumference

ཁྱུད་གསུམ་དམ་ཅན་སྲུང་མ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས།

居送旦千桑瑪加措初 (三部護法主尊如海聚)

GYUD SUM DAM CHEN SUNG MA GYA TSHOI TSHOG  
an ocean of the hosts of the protectors of the three families

མ་ལུས་སྒྲིན་མུང་གཏིབས་པ་བཞིན་དུ་འཁོད།

瑪呂春噴替怕新杜古 (集結如雲排列無一漏)

MA LÜ TRIN PHUNG TIP PA SHIN DU KHOD  
without exception, are arranged like massing clouds.

ཀུན་ཀྱང་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས།

困江清些奴貝耶喜吉 (本智慈悲利力所出生)

KUN KYANG KHYEN TSE NU PAI YE SHE KYI  
All, by the primordial wisdom of supreme knowledge, loving kindness, and power,

འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱུགས་པའི་སྒྲིན་ལས་ཅན།

可哇冬內初貝陳列見 (事業喚醒輪迴海深處)

KHOR WA DONG NE TRUG PAI THIN LE CHEN  
possess the activity which stirs the depths of samsara.

བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དུ།

達所住困鎮貝爹碰杜 (救護我等眾生諸導師)

DAG SOG DRO KUN DREN PAI DED PON DU  
The guiding leaders of oneself and all sentient beings

ཐུག་ཇེ་ཆེན་པོས་དགོངས་ཏེ་བཞུགས་པར་གྱུར།

吐借千波共貼樹怕久 (因大慈悲心故仍駐留)

THUG JE CHEN PÖ GONG TE SHUG PAR GYUR  
remain due to the thought of great compassion.

ཅེས་གསལ་བཏབ་ནས། དེ་དག་གི་སྐྱབ་སྲུང་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མགིན་གཅིག་སྐོ་གསུམ་གྱིས་པ་ཆེན་པོས་སློ་གཏད་  
ལིང་བསྐྱར་གྱི་སྐོ་ནས་བྱང་ཆུབ་སྣོང་པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་འདུན་བས།

如是清淅之觀想，在皈依鏡面前我與眾生同聲齊，三門虔誠恭敬而禮讚，直至菩提永皈依。

Thus having visualized this clearly, then before their eyes oneself and all sentient beings together with one voice, through great devotion of the three gates, by relying (on them) completely, fervently go for refuge until (reaching) the heart of enlightenment.

ན་མོམ། བདག་དང་མཐའ་ཡས་པ་མ་མཁའ་མཉམ་འགྲོམ།

南摩 大當他耶怕瑪卡娘住 (南摩 我與無量父母有情眾)

NAMO DAG DANG THA YE PHA MA KHA NYAM DRO

Namo! My self and infinite parents, all being equal to the sky,

ཇི་སྲིད་བྱང་ཆུབ་སྣོང་པོར་མཆིས་གྱི་བརམ།

傑西江秋寧波汽吉哇 (從今直至證得菩提藏)

JI SRID CHANG CHUP NYING POR CHI KYI BAR

until it is possible to reach the heart of enlightenment

སྲུ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིམ།

喇嘛困缺送拉加素汽 (皈依上師佛法僧三寶)

LA MA KON CHOG SUM LA KYAP SU CHI

go for refuge to the teacher and the three jewels.

སྐད་ཅིག་མི་འབྲལ་བཅེ་བས་རྗེས་སུ་བྱུངསམ། ཞེས་ཅི་རུས་བྱོལ།

克久米周切位傑素宋 (慈悲護持無一刻分離)

KE CHIG MI DRAL TSE WE JE SU ZUNG

Without being separated for one instant, hold us with loving kindness.

གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་སྣོང་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། སྐྱབས་ལུལ་རྣམས་དབང་པོར་གསོལ་ཏེ།

第二，大乘道的精要，藉皈依境作見證生起究竟證悟之勝菩提心。(唸誦)：

Second, the essence of the Mahayana path is to arouse in the mind the thought of supreme enlightenment. By beseeching the objects of refuge to bear witness, (recite):

མཁའ་ཁྱབ་འགོ་ཀུན་བདག་གི་པ་མ་སྟེ།

卡加周困大哥啪瑪爹 (盡虛空界如母有情眾)

KHA KHYAB DRO KUN DAG GI PHA MA TE

All beings throughout space are my parents.

བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ།

得哇啞江杜牙巴悉住 (欲求快樂反得痛苦果)

DE WA DOD KYANG DUG NGAL BA SHIG DRUB

Although they desire happiness, they attain only suffering.

ཐར་མེད་ལོང་བར་ལུམས་པ་སླིང་རེ་རྗེ།

他美可哇前怕寧瑞借 (漂流無邊輪迴多可憐)  
THAR MED KHOR WAR KHYAM PA NYING RE JE  
Alas! Without escape they wander in samsara.

དེ་རྣམས་བདག་གིས་ཅི་ནས་བསྐྱལ་བར་བྱ།

爹南大哥汽涅扎哇加 (為渡有情竭盡己心力)  
DE NAM DAG GI CHI NE DRAL WAR CHA  
I must do whatever (is necessary) to liberate them.

དེ་ཕྱིར་ཡངས་མེད་བརྩོན་པའི་བྱགས་བསྐྱེད་ནས།

爹切耶美從貝樹傑涅 (因而勵志精進無猶豫)  
DE CHIR YE MED TSON PAI SHUK KYED NE  
Therefore, I must without wavering arouse strong diligence

ཟབ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་བགྱ།

沙摩拿左他如淨怕吉 (為達圓滿瑜珈殊勝道)  
ZAB MOI NAL JOR THA RU CHIN PAR GYI  
to succeed in this profound yogic practice.

ཞེས་སློན་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་གསལ་འདེབས་བཞིན་པས།

(由如是觀修願行菩提心)  
Thus, forming the aspiration and actualization of bodhicitta:

མགོན་པོ་སྲས་དང་བཅས་པ་བདག་ལ་དགོངས།

共波些當汽怕大拉共 (怙主聖尊眷眾祈救助)  
GON PO SE DANG CHE PA DAG LA GONG  
Protectors and sons (buddhas and bodhisattvas), please give me your attention.

ཚད་མེད་རྣམ་བཞིས་འགོ་དོན་དང་དུ་ལེན།

擦美南西周敦當杜連 (修四無量誓渡有情眾)  
TSHED MED NAM SHI DRO DON DANG DU LEN  
Through the Four Immeasurables, I promise to work for the sake of beings.

བྱང་ཚུབ་སེམས་བཟུང་པར་བྱིན་དུག་ལ་བསྐྱབ།

江秋仙宋怕淨住拉列 (菩提心寶恆持行六度)  
CHANG CHUP SEM ZUNG PHAR CHIN DRUG LA LAP  
Holding to the bhodhicitta (intention), I will practice the Six Paramitas.



དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག།

敦涅龍吉住貝包托素 (生圓二第俱達願榮宣)

DON NYI LUNG GYE DRUB PAI PAL THOP SHOG

May the spontaneous accomplishment of the Two Purposes be gloriously attained.

ཅེས་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་བརྗོད་ཅིང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སློ་སྦྱང་དང་བདེ་སྲུག་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པའང་བྱ།

ཐུན་གྱི་མཐའ་།

盡量重覆唸誦，同時做自他交換心的訓練，使自他平等，並同時觀想承擔他人之痛苦而賜與自身的快樂。在這段結尾時

Thus reciting as much as possible, do the mind training of exchange, thereby making oneself and others equal, and also do the visualization of giving away one's happiness and taking on the suffering of others. At the end of the session:

སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལས་བྱིན་རླབས་བདུད་ཅིའི་རྒྱ།

加有南列淨拉嘯字僅 (皈依境衆流露甘露泉)

KYAP YUL NAM LE CHIN LAP DUD TSII GYUN

From all the objects of refuge arise blessings, a continuous stream of nectar,

དཀར་གསལ་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་དཔག་མེད་བྱུང་།

卡薩歐些南怕啪美炯 (白色淨光螢螢無量瑞)

KAR SAL ÖD ZER NAM PAR PAG MED JUNG

clear white, in the form of boundless rays of light,

བདག་གཞན་ལ་བེམ་སློ་གསུམ་སྦྱིབ་སྦྱངས་ནས།

得仙拉亭古送知見涅 (溶入自他淨化三門障)

DAG SHEN LA THIM GO SUM DRIB JANG NE

dissolving into oneself and others, purifying the obscurations of the three gates and then

སྐད་ཅིག་འོད་ལྷུ་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལ་བེམ།

傑吃歐素加有南拉亭 (剎那化光溶入皈依境)

KAD CHIG ÖD SHU KYAP YUL NAL LA THIM

instantaneously (oneself and others) melt into light and dissolve into objects of refuge.

སྐྱབས་ཡུལ་འཁོར་རྣམས་རིམ་ལྷུ་གཙོ་བོར་འདུས།

加有可南任素措我杜 (皈依聖眾溶集入主尊)

KYAP YUL KHOR NAM RIM SHU TSO WOR DU

All the retinue of the object of refuge gradually melt and are gathered into the central figure.

གཙོ་བོ་མི་དམིགས་ཚམས་དབྱིངས་གྲོང་དུ་འོ།

措我米明求英龍杜歐 (主尊無相遍入法界中)

TSO WO MI MIG CHÖ YING LONG DU O

The central figure (becomes) the conceptionless expanse of the dharmadhatu.

ཞེས་བསྐྱུས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

如是溶入，保持在禪定狀態中。

Having thus absorbed, remain in meditative absorption.

གསུམ་པ་འགལ་རྒྱན་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲོད་བ་དོར་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱེད་ཅི། རིང་གི་སྤྱི་བོར་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་

པར་མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པར་གསལ་ལ། སྤར་བྱས་ཀྱི་སྤྲིག་པ་ལ་གནོད་འགྲོད་དྲག་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་། ཕྱིན་ཆད་སློག་ལ་བབས་ཀྱང་མི་

བྱེད་སྐྱམ་པའི་དམ་བཅའ་དང་། ཐུགས་ཀའི་སྤྲིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་བྱང་སེམས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་གྱིས་རང་གི་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་ལུང་བམས་

ཅད་ལྷག་མེད་དུ་སྤྲོད་བར་བསམ་པ་སྟེ་སྟོབ་བཞིའི་གནད་དང་ལྡན་པས།

第三：淨化不良之障礙，罪孽及蒙蔽，金剛薩埵之禪定與唸誦，，觀想根本上師化現金剛薩埵父母之形相，端坐在行者頭頂頂輪上方。心中生起對過去罪業的強烈懺悔，並發誓縱使臨遇命難亦絕不再犯。觀想、從金剛薩埵尊心間咒縵輪持續不斷流下的菩提甘露水，洗淨自身罪業，遮蔽，過錯及根本罪墮，皆完全淨化消除。請謹記在心此四力的重點

Third: the meditation and recitation of Vajrasattva to purify unfavorable circumstances, sins, and obscurations. Visualize the root teacher in the form of Vajrasattva and consort as actually sitting above the crown of one's head. Generating fierce remorse and repentance for previous sins, from now on vow never to repeat them even at the cost of one's life. Think that by the continuous stream of bodhicitta nectar coming from the mantra circling in his heart, all one's sins, obscurations, faults, and downfalls, without remainder, become purified. By keeping in mind the essential points of the four powers:

རང་གི་སྤྱི་བོར་པདྨ་ལྷ་གདན་ལེ།

讓哥汽我貝瑪大殿拉 (頭頂蓮花月輪座墊上)

RANG GI CHI WOR PED MA DA DEN LA

Above the crown of my head, on a lotus and moon seat

སྐྱ་མ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཤེལ་གྱི་མདོག་ཅེ།

喇嘛多傑仙怕笑吉啞 (上師金剛薩埵水晶色)

LA MA DOR JE SEM PA SHEL GYI DOK

(is) the teacher, Vajrasattva, the color of crystal,

ཞི་འཇུག་མཚན་དཔའི་ལང་ཚོ་མཚོག་དུ་འབར་ཅེ།

西中沉貝郎措秋杜巴 (年少光明具印面微笑)

SHI DZUM TSHEN PEI LANG TSO CHOG TU BAR

peaceful, smiling, supremely radiant, youthful, with the (major) characteristics and (minor) marks.

གཡས་གཡོན་ཐབས་ཤེས་དོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་འཛིན་མེད།

耶雲塔西多傑知布珍 (左右手持方便智鈴杵)

YE YON THAP SHE DOR JE DRIL BU DZIN

Right and left (hands) holding vajra of skillful means and bell of wisdom

ལོངས་སྤྱི་ཆས་རྗོགས་སྤྱིལ་མོ་གྲུང་གིས་བཞུགས་མེད།

龍克汽住克木冲吉素 (圓滿報身嚴飾跏趺坐)

LONG KUI CHE DZOK KYIL MO TRUNG GI SHUG

with complete sambhogakaya adornments, sitting in the lotus posture

པང་དུ་སྤྱེམ་མ་གྱི་ཐོད་འཛིན་པས་འབྱུང་མེད།

噴杜唵瑪知托珍貝奇 (慢母手持刀顛擁前抱)

PANG DU NYEM MA DRI THÖD DZIN PE KHYUD

embracing Nyemma in his lap (who) holds a curved blade and skull cup.

ཐུགས་ཀར་ལྷ་དྲུལ་ཉུང་མཐར་སྤྲུགས་ཐེང་ལས་མེད།

托卡大克畔他昂春列 (心間月輪畔字咒縵繞)

THUG KAR DA KYIL HUNG THAR NGAG TRENG LE

From the mantra garland around the HUNG on the moon disk in his heart,

བྱང་སེམས་བདུད་རྩི་ཚུན་བབས་སྤྱོད་མཚམས་བརྒྱུད་མེད།

江仙嘍西近別左沉居 (菩提甘露雙運密處降)

CHANG SEM DUD TSII GYUN BAB JOR TSHAM GYUD

bodhicitta nectar streams down through the point of their union

བདག་གི་ཚངས་བུག་ནས་ཞུགས་ལུས་ཀྱན་གང་མེད།

得哥藏布涅素呂困共 (由己梵穴通身遍流佈)

DAG GI TSHANG BUG NE SHUG LU KUN GANG

and enters through my aperture of Brahma, filling my entire body.

ཉམས་ཆག་སྤྱིལ་ལྷུང་མ་ལུས་ཀྱན་བྱང་གྲུང་མེད།

念恰地吞瑪呂困江久 (罪墮障垢染污皆淨空)

NYAM CHAG DIG TUNG MA LU KUN CHANG GYUR

All damaged and broken vows, sins, and downfalls without exception are purified.

ཨོྲཱ་བཏྲ་སདྲ་ས་མ་ཡ་མ་བུ་ལྷ་ལ་ཡེ།

嗡 班扎薩陀 沙瑪亞 瑪奴怕拉亞

OM VAJRA SATTVA SAMAYA MANU PALAYA

Praise Vajrasattva, the excellent precepts, grant me your protection

བན་སདྲཱུ་ཏཱོ་པ་ཏིཏྲཱི་ལྷོ་མེ་ནྲ་མེ་

班扎薩陀 跌諾怕 替扎知杜美巴哇

VAJRA SATTVA TEY NO PA TICTHRA DRI DHO MEY BHA WA

Remain firm in me

སུ་ཏཱོ་ལྷོ་མེ་ནྲ་མེ་    སུ་པོ་ཁ་ལྷོ་མེ་ནྲ་མེ་

素吐卡有美巴哇, 素普卡有美巴哇

SU TO KAY YO MEY BHA WA. SU PO KHA YO MEY BHA WA

Make me totally satisfied Increase perfectly within me

ཨ་ནུ་རཱུ་མེ་ནྲ་མེ་    སར་སེཏྲི་མེ་པ་ཡཱུ་ཙྰ་

啊奴或吐美巴哇, 沙哇悉地美派亞扎

A NU RAKTO MEY BHA WA, SAR WA SIDDHIM MEY PRA YATTSA

Be loving toward me, Confer all the attainments on me

སར་ཀརྨ་སུ་ཙྰ་མེ་    ཙྰ་ཤེ་ཡི་ཀུ་སུ་མུྱི་

沙哇卡瑪素扎美, 字堂西里央古魯吽

SARWA KARMA SU TSA MEY ,TSITTAM SHRE YAM KURU HUNG

May I attain the power of all activities Make my mind virtuous (HUNG is the heart force of wisdom)

ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་    རྣ་ག་ལྷོ་

哈哈哈哈哈火, 巴嘎彎

HA HA HA HA HO! BHA GA WAN

Four HA's = the four boundless, four joys, and the four kayas; HO is the sound of joyous laughter in them, Conqueror

སར་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་བན་མ་མེ་མུཏྲཱི་བཏྲི་ནྲ་མ་མ་དུ་ས་མ་ཡ་སདྲཱུ་ཨུ་

沙哇他他嘎他 班扎瑪美木扎 班扎巴哇 瑪哈 沙瑪亞 薩陀啊

SARWA TA THA GATA VAJRA MA MEY MUNTSA VAJRI BHA WA MAHA SAMAYA SATTVA AH

Who embodies all the Tathagatas; may the vajra not abandon me; I pray that I may be a vajra holder; oh great precept diety; the final AH signifies uniting inseparably.

ཞེས་ཅི་ལུས་སུ་བརྒྱས་པ་སུ། བདུད་ཅིའི་རྒྱལ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་ནང་ཀུན་དཀར་ཉེམ་གྱིས་གང་། སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉམས་ཚག་ཐམས་ཅད་དག། ལུས་

སེམས་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བས་ཁུབ་པར་བསམ་པ་ཕྱི་ལྷོ་སྤྲིབ་སྤྲོད་དང་། མཐར་མོས་གདུང་དག་པོས།

如此盡力唸誦, 己身內部完全變成白色, 全身充滿持續不斷流入之甘露; 所有的罪業, 障礙遮蔽及犯戒破誓完全被淨化. 觀想身心完全充滿無垢禪悅乃是淨化遮蔽障礙之外相. 最後以強烈渴望之虔誠心來唸誦.

Thus, by reciting as much as one is able, one's whole body inside becomes fully white, and having become completely filled by the continuous stream of nectar, all sins obscurations and

breakage (of vows) are purified. Imagining that one's body and mind are pervaded by stainless bliss is the outer manner of purification of obscurations. Finally, with fierce, yearning devotion:

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་རྫོངས་པ་ཡིས།

共波大尼米西木怕衣 (怙主!余因無知愚昧故)

GON PO DAG NI MI SHE MONG PA YI

Protector! Through un-knowing and ignorance,

དམ་ཚིག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས།

旦次列尼高新娘 (於三昧耶有違壞)

DAM TSHIG LE NI GAL SHING NYAM

I have transgressed and damaged my samaya vows.

སླ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག།

喇嘛共波加珠就 (祈請上師怙主救)

LA MA GON PÖ KYAP ZÖD CHIG

Teacher, Protector! Grant me refuge!

གཙོ་བོ་དྲེ་འཛིན་པ་ཀྱེ།

措我多傑珍怕界 (主尊上師金剛持)

TSO WO DOR JE DZIN PA KYE

O' Lord, Holder of the Vajra,

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན།

吐傑千波大涅見 (大悲自性之遍主)

THUG JE CHEN POI DAG NYID CHEN

who is the very nature of great compassion,

འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི།

周位措拉大加汽 (我今皈依眾生主)

DRO WAI TSO LA DAG KYAP CHI

Lord of all beings, I take refuge in you.

སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག།

苦送吐扎哇當耶拉哥旦次 (所犯身. 口. 意. 根. 支. 三昧戒)

KU SUNG THUG TSA WA DANG YEN LAG GI DAM TSHIG

All samaya vows of body, speech and mind, root and branch

ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ།

年恰堂切吐路沙索 (我今無餘發露而懺悔)

NYAM CHAG THAM CHAD THOL LO SHAK SO

(Which I have) damaged (and) broken, I repent and confess.

སྲིག་སློབ་ཉེས་ལྷུང་དྲི་མའི་ཚོགས་བམས་ཅད།

地知涅吞智美初堂切 (一切罪障墮犯及諸垢)

DIG DRIP NYE TUNG DRI MAI TSHOG THAM CHED

All accumulations of defilements, obscurations, faults, downfalls, and stains,

བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

江讓大怕扎杜所 (敬祈純化及清淨)

CHANG SHING DAG PAR DZED DU SOL

I beseech you to purify and cleanse.

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས།

(熱忱唸誦後) Having fervently prayed thus)

དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དགུས་བཞིན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་

多傑仙怕吉新怎怕當汽貝 (觀想金剛薩埵怡然而笑曰:)

DOR JE SEM PA GYE SHIN DZUM PA DANG CHE PE

Vajrasattva, with a pleasantly smiling (face), says:

རིགས་ཀྱི་སུ་ཁྱོད་ཀྱི་སྲིག་སློབ་ཉེས་ལྷུང་

瑞吉布缺吉度知涅吞 (“善男子! 汝之一切過犯悉清淨”)

RIK KYI BU KHYOD KYI DIG DRIB NYE TUNG

“Son of noble family, all of your sins, obscuration, faults, and downfalls

བམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཀའི་གནང་བ་སྣལ་བར་མོས་ལ།

堂切大怕英奴些 卡能哇差哇木拉 (如是觀想賜予許可後)

THAM CHAD DAG PA YIN NO SHE KAI NANG WA TSAL WAR MU LA

are purified”. (Imagine) that absolution is granted.

སྲིག་སློབ་ཀུན་དག་ཤེས་གོང་ལྷ་སུར་གུར་ཅེ།

地知困大笑共他布久 (罪淨障清水晶球身似)

DIG DRIP KUN DAG SHEL GONG TA BUR GYUR

All sins and obscurations purified, (one's) body becomes like a crystal.

སླར་ཡང་འོད་དཀར་རྣམ་པར་མེར་གྱིས་ལུང་།

拉洋歐卡南怕咩吉市 (覆次閃耀尊身化白光)

LAR YANG ÖD KAR NAM PAR MER GYI SHU

Once more, Vajrasattva shimmeringly melts into the form of white light,

བདག་སྐྱང་དང་འདྲེས་དོར་སེམས་སྐྱུ་རུ་གྱུར་མེད།

大能當最多仙咕嚕久 (溶入我身變成薩埵尊)

DAG NANG DANG DRE DOR SEM KU RU GYUR  
mingles with self-phenomena (which) becomes the form of Vajrasattva.

སྐྱང་སྲིད་དག་པ་རབ་འབྱུངས་རོལ་བས་བལྟེ།

能悉大怕繞將柔怕他 (顯空清澈明淨遍無垠)

NANG SID DAG PA RAB JAM ROL PAR TA  
Regard all phenomenal existence as the display of infinite purity.

ཨོྩ་བཟླ་སང་རྩེ།

嗡 班扎薩埵吽

OM VAJRA SATTVA HUNG

ཞེས་སྐྱུ་བོའི་དོར་སེམས་རང་ལ་བྱུང་བས་རང་ཡང་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྐྱུར་གྱུར་པར་མོས་ཏེ་སྐྱང་གྲགས་ཏོག་གསུམ་ལྟ་སྐྱུར་གསུམ་ཚོས་ཉིད་  
གྱི་རོལ་བར་བལྟ་ཞིང་ཡང་སྲིད་བསྐྱེད་བ་ནང་ལྟར་སྲིབ་སྦྱོང་དང་། མཐར་ཐུག་ལྟ་སྐྱུར་གྱི་སྦྱོས་པའང་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱུར་ཏེ་སྐྱུང་བྱ་སྦྱོང་  
བྱེད་གྱི་ཏོག་ཚོགས་གདོད་ནས་དག་པ་རིག་སྦྱོང་དོན་གྱི་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་རང་ཞལ་བལྟ་བ་ནི་གསང་བ་ལྟར་སྲིབ་སྦྱོང་བྱ་བ་མེད་པའོ།

以此，端坐頂輪之金剛薩埵溶入自身，觀想自己成為金剛薩埵尊。一切外象，音聲和意念（三者）皆觀成本尊咒語與法界的遊戲顯現，同時唸誦最精要的咒語是以內意淨化障礙的方法。最後金剛薩埵本尊及咒語皆溶入清明的光明智慧本性之中。此由始以來純淨的覺醒是自觀金剛薩埵本尊的真正含義，此乃淨化障礙的無上密意。

Thus, Vajrasattva, on the crown of one's head, dissolves into one. Imagine that one also becomes Vajrasattva; regarding appearances, sounds, and thoughts (three) as the play of the deity mantra, and dharmata, while reciting the quintessential (mantra) which is the inner manner of purification of obscurations. Finally, even the conceptualization of deity and mantra is dissolved into luminous clarity being pure from the beginning awareness/voidness is the real meaning of seeing the self-face of Vajrasattva. This is the secret, unsurpassable manner of the purification of obscurations.

བཞི་པ་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་བསགས་མཚུལ་འབྲུལ་བ་ནི། ཚོགས་ཞིང་སྐྱུ་བས་ཡུལ་ལྟར་གསལ་བཏབ་པའི་སྐྱུན་སྐྱར་དོས་སུ་བཤམས་པའི་  
མཚུལ་དཔེར་མཚོན་ནས། བྱི་ལྟར་སྦྱོང་གསུམ་མི་མཛེད་གྱི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་བ་ཤྲག་བརྒྱའི་བཀོད་པ། ནང་ལྟར་རང་ལུས་ལུང་ཁམས་སྐྱེ་  
མཛེད་དུས་གསུམ་ལོངས་སྦྱོང་དགོ་ཚོགས་དང་བཅས་པ། གསང་བ་ཚོས་དབྱིངས་འོད་གསལ་དོ་རྗེ་སྦྱིང་པའི་ཞིང་ཁམས་ལྟུན་གྱུ་བ་སྐྱུ་དང་  
ཐེག་ལའི་རང་བཞིན་ཚོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འབྲུལ་བའི་འདུན་པ་དང་བཅས།

第四：供養曼達拉以積聚福慧二資糧。福慧二資糧是修行道上良好的助伴。首先觀想供養的對象如皈依境般清晰的在前方。前方佈設獻供物品如真實的曼達拉呈現給諸尊。獻供的外意是十萬億佛土的三千大千世界。內意的獻供為自己的身體，五蘊元素，六入，令已喜悅的物品及過去現在未來所聚積的諸功德。密意的獻供是清淨光明的法性，最精要金剛佛土，無量無邊法界自性示現的法，報，化身等及明點的自發成就均是不可計數。所有相皆是不可思議。以最上熱忱虔忱獻供。

Fourth: the mandala offering to amass the (two) accumulations which are the favorable conditions (of the path). The field of accumulation is clearly visualized in the same way as the object of refuge and before them you actually arrange a mandala as a symbolic example. The outer manner (of offering) is the three-thousandfold Me Jed Buddhafield, comprised of a billion realms. The inner manner (of offering) is one's body, aggregates (skandhas), elements (dhatus), sense-fields (ayatanas), and all enjoyable possessions along with the accumulation of virtue throughout the three times. The secret manner of offering is the clear, luminous Dharmadhatu, the quintessential Vajra Buddhafield, the spontaneously accomplished phenomena of Kayas and Thigle whose self-nature is immeasurable, the form of all things whose ultimate nature is inconceivable. (Offer) with yearning.

ཨོཾ་ཨུམ་རྗེ་ཨོཾ་ ལྷོང་གསུམ་མི་མཛེད་བཀོད་པ་མཐའ་ཡས་དཔལ་མཚན་ལ།

嗡阿吽 冬送米傑古怕他耶巴 (嗡阿吽 三千大千無量光世界)

OM AH HUNG TONG SUM MI JED KOD PA THA YE PAL

OM AH HUNG! All the glorious, three thousand limitless realms of Mi Jed,

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བསོད་ནམས་དག་ཅུར་བཅས་མཚན་ལ།

得呂龍卻索南給差切 (自身福慧資糧善功德)

DAG LU LONG CHOD SOD NAM GE TSAR CHE

my body, enjoyments, merit with all root virtues,

ཡོངས་རྫོགས་བཀོད་པ་མཛེས་ལྷན་མཚུལ་འདི།

雲走古怕扎殿曼達地 (圓滿排列勝妙此壇城)

YONG DZOG KÖD PA DZE DEN MAN DAL DI

this beautiful, mandala, a completely perfect arrangement

ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་ཕྱིར་དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་འབུལ།

措涅走汽空初送拉布 (為達二資成就供三寶)

TSHOG NYI DZOG CHIR KON CHOG SUM LA BUL

In order to complete the two accumulations, I offer to the three jewels.

ཞེས་ཅི་རུས་སུ་སྤུལ་མཐར་ཚོགས་ཞིང་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྲིམ་པས་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བསམ་མོ།

如是在隨願隨力獻曼達之後，觀想供養資糧田融入己身及眾生，觀想聚集福慧二資糧已圓滿完成。

Thus, after having made offerings as much as one is able, by the field of accumulation being absorbed into oneself and all sentient beings, think that the two accumulations have been perfectly accomplished.

ལྷ་པ་ལམ་གྱི་མཐར་སྲུག་བྱིན་རླབས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། ཐོགས་མར་དབང་རྟེན་གསལ་གདབ་པ་ལ།

第五：究竟之道，上師瑜珈之加持。開始時清楚的觀出灌頂時所依靠之物質

Fifth: the ultimate path, the blessing of the guru yoga. Begin by clearly visualizing the object one relies on for empowerment.



ཨ་མ་ཨོམ་ རང་སྣང་རྣམ་དག་དོན་གྱི་འོག་མིན་ཞིང་མེད་མོད་

唉瑪厚 讓能南得敦吉歐明心 (唉瑪厚 自覺清淨明澈密嚴刹)

E-MA-HO RANG NANG NAM DAG DON GYI OG MIN SHING

Emaho! Completely pure self-phenomenon are the actual Buddhafield of Akanishta

བདེ་ཆེན་པདྨ་འོད་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དབུས་མེད་མོད་

得千貝瑪歐以專傑悟 (大樂蓮花光明界中央)

DE-CHEN PEDMA OD KYI DRONG KHYER Ü

In the middle of the Great Blissful Lotus Light City

རང་ཉིད་མཚོ་རྒྱལ་མཁའ་སྤྱོད་དབང་མོ་ནིམ་མེད་མོད་

讓涅措交卡秋王摩涅 (自顯耶喜措嘉空行母)

RANG NYID TSHO GYAL KHA CHOD WANG MO NI

oneself is Tsogyal Khachod Wangmo,

དམར་གསལ་མཚན་དཔེས་རབ་མཛེས་གྱི་ཐོད་ཅན་མེད་མོད་

瑪笑曾皮拉知這托千 (紅光瑩澈莊嚴持刀顯)

MAR SAL TSEN PE RAB DZE DRI THOD CHEN

bright red, exceedingly beautiful, possessing the (major) characteristics and (minor) marks, with curved blade and skull cup,

སྒྲ་ཚོགས་དར་དང་རྩྱ་རུས་པས་བརྒྱན་མེད་མོད་

拿措大當亞拿如貝見 (各式絲巾珠寶骨裝飾)

NA TSHOG DAR DANG RAT NA RU PE GYEN

adorned with various silk scarves, bone, and jewel (ornaments),

པད་ཉིའི་བམ་རོའི་གདན་ལ་འདོར་སྤྱབས་བཞེངས་མེད་མོད་

貝涅幫若殿拉多貼身 (蓮座日輪屍墊上站立)

PED NYII BAM ROI DEN LA DOR TAP SHENG

in the standing position on lotus sun and corpse base,

རིང་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྲོང་གི་ནམ་མཁའ་གཟིགས་མེད་མོད་

玲貝粗吉亭哥南卡色 (仰望凝視上方之虛空)

RING PAI TSHUL GYI TENG GI NAM KHAR ZIG

looking longingly into the sky above.

སྤུན་གྱི་ནམ་མཁའ་འཇའ་འོད་འབྲིགས་པའི་གྲོང་མེད་མོད་

敦吉南卡加歐吃貝龍 (前方無垠虛空虹光聚)

DUN GYI NAM KHAR JA OD TRIK PAI LONG

In the sky in front, within a vast expanse of gathered rainbow light,

མ་ཚགས་པདྨ་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དུ།

瑪茶貝瑪尼大殿天杜 (無垢蓮花日月輪座上)  
MA CHAG PED MA NYI DAI DEN TENG DU  
upon a lotus of desirelessness, sun and moon seat

ལྷ་མའི་ངོ་བོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་སྐྱེ།

拉美悟我貝瑪中涅槃 (上師心髓質現蓮花生)  
LA MAI NGO WO PED MA JUNG NE KU  
is the essence of the teacher in the form of Padma Sambhava (Lotus Born)

དཀར་དམར་མདང་ལྗན་གཟི་བརྗིད་འོད་ལུང་འབར།

卡瑪當殿色傑歐噴巴 (白裏透紅榮光輪中射)  
KAR MAR DANG DEN ZI JIG ÖD PHUNG BAR  
with rosy white complexion, a majestic, blazing mass of light

གཞོན་ཚུལ་མཚན་དཔེ་རབ་ཚྲོགས་ཞེ་མ་ཁྲོ།

順粗參貝繞作西瑪措 (青春相好莊嚴半怒目)  
SHON TSHUL TSHEN PE RAB DZOG SHI MA TRO  
of youthful appearance, complete with the (major) characteristics and (minor) marks, with a slightly wrathful but peaceful look,

པད་ལུ་གསང་ཐོད་ཚོས་གོས་ཟ་བེར་གསོལ།

貝素桑波秋古沙貝受 (蓮冠密袍法衣緞披風)  
PED SHU SANG PHO CHÖ GÖ ZA BER SOL  
wearing the lotus hat, secret robe, (inner) garment, bhikshu robes, and cape of brocade,

ཕྱག་གཡས་དོ་རྗེ་གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས།

茶衣多傑云別吐布南 (右杵左顱中置長壽瓶)  
CHAG YE DOR JE YON PE THÖD BUM NAM  
his right hand holds a dorje, the left, a vase in a skull cup

ཞབས་གཉིས་རོལ་སྐྱབས་ཁ་ཏྲི་མཚན་དུ་བརྟེན།

沙尼柔特卡當千杜天 (遊戲坐姿腋夾“卡杖嘎”)  
SHAP NYI ROL TAP KHA TAM CHEN DU TEN  
his two feet are in the royal posture, a khatanga in the crook of his arm

སྤང་སྤྱིད་ཟེལ་གཞོན་འཁོར་འདས་ཡོངས་ཀྱི་བདག།

能西順嫩可得用以大 (降服現象界. 輪. 涅. 之主)  
NANG SID ZIL NON KHOR DE YONG KYI DAG  
subduer of phenomenal existence, complete lord of samsara and nirvana

སྐྱ་ཡི་རང་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཞིང་ཀུན་བྱུང་།

苦衣讓心桑結新困加 (體性遍及一切佛刹土)  
KU YI RANG SHIN SAN GYE SHING KUN KHYAB  
his body's nature pervades all buddhafiels

ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་སྐྱ་ཡི་དབྱིངས་སུ་རྫོགས།

新康繞站苦衣英素走 (無量佛刹羅列法體中)  
SHING KHAM RAG JAM KU YI YING SU DZOG  
and all the infinite purelands are complete within the space of his body.

སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་བཞུགས།

加困嘯貝大涅千波素 (諸佛依怙化身中安住)  
KYAP KUN DÜ PAI DAG NYID CHEN POR SHUG  
He himself dwells as the embodiment of all (the objects) of refuge.

ཞེས་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བར་གསལ་བཏབ་ནས།

藉由清晰地觀想，一般雜念自然得以平息。  
Thus by visualizing clearly, one's ordinary thought are naturally arrested then:

རྩི་མུ་རྩ་ཡབ་གླིང་དབུས་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་རྩེ།

吽 拿亞玲悟藏豆包日切 (吽 羅刹州中榮耀銅色山頂上)  
HUNG! NGA YAB LING Ü ZANG DO PAL RII TSE  
In the middle of Ngayab Continent, on the peak of the glorious Copper Colored Mountain,

བདེ་ཆེན་པདྨ་འོད་གྱི་གཞལ་ཡས་ནས།

得千配瑪悟吉沙葉涅 (大樂蓮花熾光宮殿中)  
DE CHEN PED MA ÖD KYI ZHAL YE NE  
from the celestial palace of Great Blissful Lotus Light

རྩེ་བཙུན་བླ་མ་ཨོ་རྒྱལ་སྐུ་པའི་སྐྱེ།

傑沖喇嘛邬金初貝苦 (尊貴上師烏金化身佛)  
JE TSUN LA MA OR GYEN TRUL PAI KU  
Jetsun Lama, Nirmanakaya of Orgyen,

རིག་འཛིན་དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་དང་བཅས།

瑞珍怕我康周措當切 (智者持明勇父空行衆)  
RIG DZIN PA WO KHA DROI TSHOG DANG CHE  
with hosts of vidyadharas, heroes, and dakinis

བརྐྱད་འཛིན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་སྤྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

居珍淨吉落汽悉素受 (為賜傳承加持祈降臨)

GYUD DZIN CHIN GYI LOB CHIR SHEK SU SOL

in order to bless your lineage holders, we pray that you come here.

ཨོྭ་ཨུམ་རྗེ་བཟླ་གུ་རུ་བརྒྱ་ཐོད་ཐེང་རྩལ་བཟླ་ས་མ་ཡ་ཇ་སིརྟི་པ་ལ་རྗེ་ཨུམ་།

喻阿吽 班扎咕嚕 配瑪通圈少 班扎沙瑪亞扎 悉地怕拉吽 阿

OM AH HUNG VAJRA GURU PEDMA THÖD TRENG TSAL VAJRA SAMAYA DZA

SIDDHI PHA LA HUNG AH

ཞེས་བྱིན་དབབ་ཅིང་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་དུ་བཞུགས་པར་མོས། ཚོགས་བསགས་པའི་སྤྱད་དུ།

以此得到加持後，觀想三昧耶尊與智慧尊無二無別。以聚積功德。

Thus, blessings being bestowed, imagine that the samaya and wisdom being remain inseparable.

For the purpose of accumulating merit

ཨོྭ་ཨུམ་རྗེ་། སྐབས་གནས་ཀྱིན་འདུས་ཨོྭ་རྒྱན་སྤྲ་མ་ལ།

喻阿吽 加涅困杜鄔金喇嘛拉 (喻阿吽 皈依總持烏金上師尊)

OM AH HUNG KYAP NE KUN DU OR GYEN LA MA LA

OM AH HUNG To the Orgyen teacher, embodiment of all the refuges

སྐོ་གསུམ་རྩེ་གཅིག་གྲུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

古送切久古皮香差羅 (三門專一度心敬頂禮)

GO SUM TSE CHIG GÜ PE CHAG TSHAL LO

I prostrate with one-pointed devotion of the three gates (body, speech, mind),

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལྷོས་མེད་མཚོད་སྤྱིན་འབུལ།

呂當龍決吐美卻真布 (身資無惜供雲敬獻供)

LU DANG LONG CHOD TO MED CHÖD TRIN BUL

as a cloud of offerings, my body and enjoyments (wealth), without clinging I offer.

སྤྱིག་ལྷུང་དམ་ཚིག་ཉམས་ཚག་མཐོལ་ཞིང་བཤགས།

地通旦次娘恰托心夏 (罪墮三昧戒破我懺悔)

DIG TUNG DAM TSHIG NYAM CHAG THOL SHING SHAG

Sins, downfalls, and broken samaya vows I repent and confess.

བཟག་བཅས་བཟག་མེད་དགེ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།

扎切扎美給拉傑衣讓 (有漏無漏功德我隨喜)

ZAG CHE ZAG MED GE LA JE YI RANG

In the stained and stainless virtues I rejoice.

སྙིང་པོ་དོན་གྱི་ཚོས་ལའོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ།

寧波敦吉秋可可哇苦 (實質勝義法輪祈開轉)

NYING PO DON GYI CHÖ KHOR KOR WAR KUL

I request you to turn the wheel of dharma of the essential, absolute meaning.

རྟག་པར་ལྷུ་རན་མི་འདེལ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས།

他怕拿年米大素受跌 (敬祈永住世間勿涅槃)

TAG PAR NYA NGEN MI DA SHUG SOL DEP

I beseech you to remain always without passing into nirvana.

དགེ་བ་འདི་དང་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཀུན་ཅུ།

給哇地當給位茶哇困 (謹以此功德及諸善根)

GE WA DI DANG GE WAI TSA WA KUN

this virtue and all root virtues

འགྲོ་ནམས་སྤྱོད་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ།

周南拉美強秋托汽悟 (迴向有情證無上圓覺)

DRO NAM LA MED CHANG CHUB THOB CHIR NGO

I dedicate for the attainment of the unsurpassed enlightenment of all sentient beings.

ཞེས་བསམས་སྦྱོང་སྦྱོལ་གསུམ་གྱི་གནད་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་བདུན་བ་བྱ། དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་བྱིན་རླབས་འཇུག་པ་ནི་མོས་གུས་གྱི་རྟེན་  
འབྲེལ་ལོན་ལ་རག་ལས་བསམ་ན། རང་གི་རྩ་བའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉིད་སྦྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་སྦྱི་གཟུགས་ཡོན་ཏན་གྱི་དོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་  
མཉམ་ཞིང་། བཀའ་དྲིན་གྱི་དོས་ནས་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་ལྷག་པར་ཐག་ཚོད་པའི་དེས་ཤེས་བསྐྱེད། སློ་གཏད་དེ་ལྷོས་ལིང་  
བསྐྱེད་གྱི་སྒོ་ནས།

如是做七支供養，其中包含著積聚，淨化及增長三大基本要點。再者，加持能否進入行者識流中，完全取決於由大誠心而得到的相應。根本上師仍是一切皈依的總持，以品質來說，根本上師等同佛，若以恩德的觀點來說，根本上師比佛更大，以此生起大信心。藉著對根本上師完全的信任，將一切期望與完全的依賴來依靠根本上師而祈請。

Thus do the Seven Branch Prayer which concisely contains the three essential points of collecting, purifying, and increasing. Furthermore, (in order) for the blessings to enter one's mindstream depends only on the connection made through great devotion. One's root teacher himself is the embodiment of all the refuges; from the point of view of qualities, he is equal to the Buddha and being absolutely convinced that from the point of view of kindness, he is far more exalted than the Buddha, generate (great) certainty.

Through placing complete trust and (all one's expectations) and complete dependence, (upon the teacher), then pray:

ཀྱེ་ཏོ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

奇火！杜送桑給堂切機 (奇乎！三世所有諸佛陀)

KYE HO! DU SUM SANG GYE THAM CHAD KYI

KYE HO! Of all the buddhas of the three times

སླྱི་དཔལ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

汽包喇嘛仁波切 (心性總集上師尊)

CHI PAL LA MA RIN PO CHE

glorious embodiment, the precious teacher

མཐོང་བས་མ་རིག་མུན་པ་སེལ།

通位瑪瑞木怕少 (觀尊(身)驅散無明暗)

THONG WE MA RIG MUN PA SEL

seeing (you) dispels the darkness of ignorance.

ཐོས་པས་བྲེ་ཚོམ་བྱ་བ་གཅོད།

托貝得冲抓哇決 (聽尊(語)斷盡惑見網)

THÖ PE TE TSHOM DRA WA CHÖD

Hearing (you) cuts the net of doubt.

བྲན་པས་དགོངས་རྒྱུད་རྟོགས་པ་འཕོ།

專貝共居托怕波 (憶尊(意)智流覺我心)

DRAN PE GONG GYUD TOG PA PHO

Remembering (you), your omniscient-mind realization enters (my mind).

རིག་པས་བྱིན་རླབས་དངོས་གྲུབ་སྟེང་།

瑞貝淨拉悟住退 (觸尊悉地得成就)

REG PE CHING LAB NGÖ DRUB TER

Through contact, blessing and accomplishments are bestowed.

བཀའ་བྲིན་བསམ་ན་བརྗོད་ལས་འདས།

卡專桑拿絕列跌 (思尊大悲莫能名)

KA DRIN SAM NA JÖD LE DE

If one thinks of your kindness, it is beyond expression

ཡོན་ཏན་ནམ་མཁའ་མཐའ་དང་མཉམ།

雲旦南卡他當娘 (功德境界等虛空)

YON TAN NAM KHAI THA DANG NYAM

Your qualities are equal to the limits of space.

བཟོད་མེད་གདུང་གྲུགས་བྲག་པོ་ཡིས།

索美敦秀抓波衣 (以此金剛勇猛願)

ZÖD MED DUNG SHUG DRAG PO YI

With strong, unbearable longing,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྗེས་དགོངས།

所哇跌受吐傑共 (敬祈大悲垂顧我)

SOL WA DEP SO THUG JE GONG

pray think of me with great compassion.

བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དག་རྩལ་བཅས།

大呂龍卻給茶切 (身資受用諸善業)

DAG LÜ LONG CHOD GE TSAR CHE

My body, enjoyments, along with all root virtues

ཆགས་ཞེན་མེད་པར་བྱོད་ལ་འབྲུལ།

茶仙美怕車拉布 (無執無求悉敬供)

CHAG SHEN MED PAR KHYOD LA BUL

without attachment or craving, I offer to you.

འདི་ནས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།

地涅切繞堂茶杜 (從今及盡未來世)

DI NE TSHE RAB THAM CHAD DU

From now onward, in all future lifetimes,

སྐབས་དང་སྐྱེལ་མ་མགོན་དང་དཔུང་།

加當交瑪共當噴 (別無依怙衛護我)

KYAP DANG GYEL MA GON DANG PUN

I have no refuge, guide, protector, and guardian,

གཏན་གྱི་མགོན་པོ་བྱེད་ལས་མེད།

天吉共波切列美 (恆護如尊捨其誰)

TEN GYI GON PO KHYED LE MED

other than you, constant protector.

སློ་སྤྱོད་བྱང་གསུམ་ལིང་གིས་བཀལ།

羅寧專送玲給嘎 (悉依尊之身語意)

LO NYING DRANG SUM LING GI KAL

Completely relying with the three--mind, heart, and chest—

སྐྱིད་སྡུག་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་དང་།

吉喇列涅堂茶當 (苦樂善惡及一切)

KYID DUG LEG NYE THAM CHAD DANG

all my happiness and suffering, good and bad,

མཐོ་དམན་གར་གཏོར་སླ་མ་མཁྱེན་ཅེ།

托門嘎通喇嘛見 (受生勝劣尊悉知)

THO MEN GAR TONG LA MA KHYEN

wherever I am born, higher or lower, teacher, you will know.

བདག་ནི་ཚེ་རབས་ཐོག་མེད་ནས་ཅེ།

得尼切繞托美涅 (我由無始陷輪迴)

DAG NI TSHE RAP THOG MED NE

For beginningless lifetimes, I have been

མ་རིག་ལུལ་པའི་དབང་གུར་ཏེ།

瑪瑞秋貝王久貼 (無明迷惑業力因)

MA RIG TRUL PAI WANG GYUR TE

under the power of delusive ignorance,

ཁམས་གསུམ་ལའོར་བའི་བཙོན་ཁང་དུ་ཅེ།

康送可位冲康杜 (三界輪迴毒窟中)

KHAM SUM KHOR WAI TSON KANG DU

in the prison of the three realms of samsara,

བཟོད་མེད་སྐྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་གྱིས་གདུང་ཅེ།

珠美啞牙送吉東 (受此三苦堪忍縛)

ZÖD MED DUG NGAL SUM GYI DUNG

tormented by the three unbearable sufferings,

ཉམ་ཐག་ཟུག་རྟུ་ལུར་མ་བཟོད་ཅེ།

娘他素悟可瑪索 (逆困痛苦難忍耐)

NYAM THAG ZUG NGO KHOR MA ZÖD

unable to bear the pain and misery,

སྙིང་ནས་ཇི་བཙུན་སླ་མ་འབོད་ཅེ།

寧涅傑冲喇嘛布 (虔誠呼喚至尊師)

NYING NE JE TSUN LA MAR BÖD

from my heart, I call out to you, Jetsun Lama.

བདེ་འདོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་ལ་བཙོན་ཅེ།

得啞杜牙列拉冲 (妄心求樂終成苦)

DE DOD DUG NGAL LE LA TSON

Desiring happiness (but) persisting in actions (which create) suffering,



སྒྲུང་བའི་ཡུལ་དུ་བདུད་ཀྱི་བསྐྱེས་པ་།

能位有杜啣吉路 (著於外相魔所誑)  
NANG WAI YUL DU DUD KYI LU  
through objective appearance, deceived by Mara,

ཞེན་པས་གཉིས་འཛིན་ལྟུང་བར་འཕྱུར་།

仙皮涅珍初怕江 (因愛迷慾執兩端)  
SHEN PE NYI DZIN TRUL PAR CHAN  
through craving, having strayed into the delusion of clinging to duality,

དེ་འདྲའི་ལས་ངན་སྐལ་ངན་ལ་།

得周列昂卡昂拉 (惡業歹運無間至)  
DE DRAI LE NGEN KAL NGEN LA  
similarly, like that, having bad karma and misfortune,

སྐྱབས་མགོན་ཁྱེད་ལས་སྐྱོབས་པ་སུ་།

加共切列絕怕素 (怙主非汝其誰護?)  
KYAP GON KHYED LE KYOP PA SU  
other than you, Refuge Protector, who will give protection?

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐྱ་མ་རྗེ་།

所哇跌受喇嘛傑 (至誠祈請上師尊)  
SOL WA DEP SO LA MA JE  
To you, Lord Teacher, I pray.

ཐུགས་རྗེས་བྱུངས་ཤིག་བཀའ་དྲིན་ཅན་།

吐傑送悉卡真見 (大悲勝者慈心護)  
THUG JE ZUNG SHIG KA DRIN CHAN  
Hold me through your compassion, kind gracious one.

བྱིན་གྱིས་རྣོབས་ཤིག་རུས་མཐུ་ཅན་།

淨吉落悉奴吐見 (具大威者祈加持)  
CHIN GYI LOB SHIG NU THU CHAN  
Bestow blessing, Powerful One.

རྗེས་སུ་བྱུངས་ཤིག་སྤྱི་དཔལ་མཚོག་།

傑素送悉汽包卻 (具德尊者瞻顧後)  
JE SU ZUN SHIG CHI PAL CHOG  
Look after me, supreme glorious embodiment.

ལྷོ་སྐྱ་ཚོས་ལ་བསྐྱུར་དུ་གསོལ།

羅拿卻拉久杜索 (祝禱令吾心向法)

LO NA CHÖ LA GYUR DU SOL

Pray, turn my mind towards the dharma!

དབང་བཞི་བསྐྱུར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

王西可哇扎杜索 (祈賜授予四灌頂)

WANG SHI KUR WAR DZAD DU SOL

Pray, bestow the Four Empowerments!

སྒྲིབ་བཞི་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

知西大怕扎杜索 (祈請清淨四魔障)

DRIB SHI DAG PAR DZAD DU SOL

Pray, purify the Four Obscurations!

སྐྱ་བཞི་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

苦西托怕扎杜索 (祈願證得四身界)

KU SHI THOB PAR DZED DU SOL

Pray that I may attain the Four Kayas!

དགོངས་རྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་བདག་ལ་འཕོས།

共居淨啦得拉波 (智流入注加持我)

GONG GYUD CHIN LAB DAG LA PHÖ

The blessing of your omniscient mind stream enter into me,

མ་རིག་མུན་པ་བྱུང་འབྱེན་ནས།

瑪瑞木怕尊淨涅 (無明愚昧盡譴除)

MA RIG MUN PA DRUNG JIN NE

completely dispelling the darkness of ignorance and

གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་པའི་འཆིང་བ་ཁྲོལ།

送珍初貝清哇措 (執著攀緣束縛解)

ZUNG DZIN THRUL PAI CHING WA TROL

releasing (one from) the illusory bonds of grasping and clinging.

མཁྱེན་གཟིགས་ཡེ་ཤེས་མངོན་གྱུར་ཅིང་།

千悉耶雪暖久江 (無上俱生智自顯)

KHYEN ZIG YE SHE NGON GYUR CHING

Thus, the supreme-knowledge and omniscient primordial wisdoms manifesting

ཚོས་ཟད་སྒོ་འདས་ཆེན་པོར་སྐྱེལེ།

秋色羅得千波周 (無生法性超思維)

CHÖ ZED LO DE CHEN POR KYOL

brings one to the great (stage) of the exhaustion of all dharmas, beyond mind,

ལྷུན་གྲུབ་གཞིན་ལུ་བུམ་པའི་སྐྱེ།

龍住迅奴本貝苦 (任運成就童瓶身)

LHUN DRUB SHON NU BUM PAI KU

the spontaneously accomplished Youthful Vase Body (so that)

འཇའ་ལུས་ཆེན་པོར་དབུགས་འབྱིན་མཛོདེ།

加呂千波甕淨做 (無上虹身持氣成)

JA LÜ CHEN POR WUG JIN DZÖD

one's breath may be drawn into the great rainbow body!

ཅེས་གསོལ་བ་ལུར་ཚུགས་སུ་ཡང་ཡང་གདབ་བའི་བྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྐྱབ་པའོ། དེ་ནས་སྐྱ་མའི་གནས་གསུམ་དུ་ཨོ་ཨཱ་ཧྲཱི་

དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འོད་འབར་བས་མཚན་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་བཞུགས་པར་མོས་

ལ། དེ་ལས་འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་སྐྱ་དང་ཡིག་འབྲུ་ཡུག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་གངས་མེད་ཉི་ཟེར་གྱི་རྣམ་ལྟར་བྱུང་བ་རང་ལ་ཐིམ་པས་དབང་བྱིན་

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་ཐོབ་པར་བསམ་པ་དང་། སྐབས་སུ་བྱི་སྣོད་རྩ་ཡབ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཕོ་བྲང་། རང་བཟུང་ཨོ་ཚུན་དཔལ་

བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོམ་བུ། སྐྱ་གྲགས་ཐམས་ཅད་སྐྱགས་ཀྱི་རང་སྐྱ། སེམས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་རང་གྲོལ་འོད་གསལ་དུ་ཤེས་པའི་ངང་ནས།

如此，堅持的再三祈請，這是祈請的外意。然後觀想上師額喉心三處上有白色” 嗡” 字放光，紅色” 啊” 字放光，藍色” 吽” 字放光，觀想放出強烈光芒之三處為所有如來之三金剛居處。由此三處生起虹光與明點，無量無數如太陽中微分子般無限量之法身佛，佛字以及法器。觀想將這一切溶入己身可受一切灌頂，加持與無餘領受所有加持成就悉地。有時這外在的宇宙(法容器) 是羅刹國金剛吉祥銅色山宮殿，而所有居民全是鄔金勇父與空行。所有的音聲都自然是咒語的聲音。瞭悟一心認知及反映的一切就是自解脫之法性光明。

(安住此境界中唸誦)

Thus, steadfastly pray again and again (this being) the outer manner of practicing prayers. Then the teacher's three places are marked with a white OM, a red AH, and a blue HUNG, of blazing light (which one should) imagine to be in themselves, the dwelling (places) of the three vajras of all the Tathagatas. From them, arise rainbow rays and thigle (within which) are forms--as countless as the atoms in sun rays--of kayas (buddhas), letters, and hand implements. Think that by dissolving (these) into oneself, empowerments, blessing, and all the accomplishments (siddhis) without exception are received. Sometimes, the outside universe (vessel) is the palace Ngayab Zangdok Palri (Glorious Copper Colored Mountain) and the inhabitants are the assemblies of Orgyen Heroes and Dakinis. All sounds are naturally the sound of the mantra. From the state of recognizing the projections and reflections of the mind to be the self-liberated, luminous clarity (recite):

ཨོཾ་ཨུ་ཏུ་བརྩ་གུ་པདྨ་སྒྲི་ཏུ་ཧྲུཿ

喻啊吽 班扎 咕嚕 貝瑪 悉地吽  
OM AH HUNG VAJRA GURU PADMA SIDDHI HUNG

ཞེས་གསང་སྤྲལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་འབྲུ་བརྩུ་གཉིས་པ་ཉིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིན། མཐར་དབང་བཞི་སྤང་བ་སོ་སོའི་དམིགས་གནད་དང་སྦྱར་ཏེ།  
專心一意的持誦這十二個咒音，其本身就是密咒修行法門的精要。最後運用觀想四精要點來領受四灌頂。

Thus, recite with one-pointedness these twelve syllables which in themselves are the quintessence of the secret mantrayana. At the end, take the four empowerments (by) applying their separate essential points of visualization.

ལྷ་མའི་སྦྱི་བོའི་ཨོཾ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་སྐར་འདའ་ཚད་པ་ལྷར་བྱུང་།

喇美汽我喻列悟社卡波卡大切怕他雄（由上師額‘喻‘放白光以流星似）  
LA MAI CHI WOI OM LE ÖD ZER KAR PO KAR DA CHAD PA TAR JUNG  
From the OM in the teacher’s forehead arises a white ray of light like a shooting star.

རང་གི་སྦྱི་བོར་ཐིམ་པས་ལུས་རྩའི་སྦྱིབ་པ་སྦྱངས།

讓哥汽我天皮呂茶這怕江（溶入自己額清淨身脈之業障）  
RANG GI CHI WOR THIM PE LU TSAI DRIB PA JANG  
Through being absorbed into one’s forehead, the obscurations of the body channels are purified.

སྐ་བུམ་པའི་དབང་ཐོབ།

苦布貝王托（得化身瓶灌頂）  
KU BUM PAI WANG THOB  
One receives the body vase empowerment.

ལུས་དོ་རྗེ་སྦྱའི་རོལ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

呂多傑苦柔怕淨吉落（己身經加持成金剛身）  
LU DOR JE KUI ROL PAR CHIN GYI LAB  
One’s body is blessed with the (qualities) play of the vajra bo

སྦྱལ་སྦྱའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱད་ལ་བཞག།

初苦古噴哥卡哇居拉薩（將有幸證得大悲應化身）  
TRUL KUI GO PHANG GI KAL WA GYUD LA SHAG  
The fortune (to attain) the stage of nirmanakaya is place in one’s mindstream.

མགྲིན་པའི་ཨུཿལས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་སྒྲོག་ཞགས་འབྱུག་པ་ལྷར་བྱུང་།

尊貝阿列悟社瑪波羅薩傑怕他雄（上師喉間‘啊‘放紅光如閃電）  
DRIN PAI AH LE ÖD ZER MAR PO LOG SHAG KHYUG PA TAR JUNG  
From the AH in the throat, a red ray of light leaps out like lightening.

རང་གི་མགོན་པར་ཐིམ་པས་ངག་རླུང་གི་སློབ་པ་སྤངས།

讓哥尊怕天皮昂龍哥知怕江 (溶入己喉清淨語 ‘風、氣 ‘之業障)

RANG GI DRIN PAR THIM PE NGAG LUNG GI DRIB PA JANG

Through being absorbed into one’s throat, the obscurations of speech-air are purified.

གསུང་གསང་བའི་དབང་ཐོབ།

生桑位王托 (得秘密語灌頂)

SUNG SANG WAI WANG THOB

One receives the secret speech empowerment.

ངག་དོ་རྗེ་གསུང་གི་རོལ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

昂多傑桑哥柔怕淨吉落 (己語經加持成金剛語)

NGAG DOR JE SUNG GI ROL PAR CHIN GYI LAB

One’s speech is blessed with the (qualities) play of vajra speech.

ལོངས་སྤྱིའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱད་ལ་བཞག།

龍苦古噴哥卡哇居拉薩 (將有幸證得圓滿勝報身)

LONG KUI GO PHANG GI KAL WA GYUD LA SHAG

The fortune (to attain) the stage of sambhogakaya is places in one’s mindstream.

ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་མཐིང་ནག་སྤྱིན་མུང་འཐིབ་པ་ལྟར་བྱུང་།

吐吉咩列悟社聽那寸噴替怕他雄 (上師心 ‘咩 ‘呈藍黑光如大雲升起)

THUG KAI HUNG LE ÖD ZER THING NAG TRIN PHUNG THIB PA TAR JUNG

From the HUNG in the heart, blue-black light rays, like a mass of clouds arise.

རང་གི་སྤྱིང་གར་ཐིམ་པས་ཡིད་ཐིག་ལའི་སློབ་པ་སྤངས།

讓哥寧嘎亭皮衣替列知怕江 (溶入自心清淨意 ‘明點 ‘之業障)

RANG GI NYING GAR THIM PE YID THIG LEI DRIB PA JANG

Through being absorbed into one’s heart, the obscurations of mind-thigle are purified.

ཐུགས་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ།

吐西繞耶雪吉王托 (得慧及俱生智灌頂)

THUG SHE RAB YE SHE KYI WANG THOB

One receives the mind-wisdom/primordial-wisdom empowerment

ཡིད་དོ་རྗེ་ཐུགས་ཀྱི་རོལ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

衣多傑吐吉柔怕淨吉落 (意得加持成金剛意)

YID DOR JE THUG KYI ROL PAR CHIN GYI LAB

One’s mind is blessed with the (qualities) play of the vajra mind.

ཚོས་སྐྱེའི་གོ་འཕང་གི་སྐྱལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག།

秋苦古噴哥卡哇居拉薩 (將有幸得證清淨法身佛)

CHÖ KUI GO PHANG GI KAL WA GYUD LA SHAG

The fortune (to attain) the stage of dharmakaya is placed in one's mindstream.

སྲུང་ཡང་སྲུ་མའི་བྱུགས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་

拉洋拉美吐南怕米托貝悟我 (再次, 師之本心無分別實相)

LAR YANG LA MAI THUG NAM PAR MI TOG PAI NGO WO

Again, the essential nature of the teacher's mind, the non-conception of object-appearance,

ཐིག་ལེ་ཁ་དོག་ལྗང་དང་ལྗན་པ་ཞིག་བྱུང་།

替列卡多昂當殿怕悉雄 (生起五色光環之明點)

THIG LE KHA DOG NGA DANG DEN PA SHIG JUNG

arises as a five-colored thigle

རང་གི་སྒྲིང་གར་ཐིམ་པས་སྐྱེབ་གཉིས་བག་ཚགས་ཐམས་ཅད་སངས་ཀྱིས་དག།

讓哥寧嘎亭皮知涅巴恰堂切桑給大 (融入自心, 淨化二障及習氣)

RANG GI NYING GAR THIM PE DRIB NYI BAG CHAG THAM CHAD SANG KYI DAG

and is absorbed into one's heart center, completely purifying the two obscurations and all habitual tendencies.

ཚོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ།

冊王仁波切托 (得句意灌頂)

TSHIG WANG RIN PO CHE THOB

One receives the precious word empowerment.

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཐོན་ལས་མི་ཟད་པ་

交哇堂切吉雲天當陳列米扎怕 (無盡妙德諸佛功德事業之勝者)

GYAL WA THAM CHAD KYI YON TEN DANG THIN LE MI ZAD PA

Being blessed with the complete perfection, of the inexhaustible qualities and activities,

རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

見吉可羅雲素左怕淨吉落 (得諸佛法輪慧業之加持)

GYAN GYI KHOR LO YONG SU DZOG PAR CHIN GYI LAB

the wheel of adornments of all the buddhas,

ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེའི་གོ་འཕང་གི་སྐྱལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག་གོ།

悟我涅苦古噴哥卡哇居拉薩古 (將有幸證得本性身果位)

NGO WO NYID KUI GO PHANG GI KAL WA GYUD LA SHAG GO

the potentiality (to attain) the stage of the svabhavikakaya is placed in one's mindstream.

ཞེས་དབང་བཞི་སྒྲངས་ཏེ། འདི་ནི་ནང་བསྟེན་པའི་རྣམ་གྲིས་སྐྱབ་པ་དབང་སྒྲང་བ་དང་བཅས་པའོ། སྐར་ཡང་མོས་གུས་ཀྱི་བྱགས་བསྐྱེད་ལ།

如此接受四灌頂。這是藉由內修持唸誦而接受灌頂之意。再次生起強烈的信心與誠心。

Thus, one takes the four empowerments. This is the inner manner of practice through recitation along with the taking of empowerment. Again, generate strong faith and devotion:

འབྲུག་བདག་སྐྱ་བཞིའི་དབང་ལུག།

加得苦西王秀 (遍四法界之主)

KHYAB DAG KU SHII WANG CHUG

All-pervading lord, dynamic possessor of the four kayas,

མཁྱེན་བརྗེ་བྱགས་རྗེའི་གཏེར་ཆེན།

欽些吐傑德千 (聖知慈悲至寶)

KHYEN TSE THUK JEI TER CHEN

great treasure of supreme knowledge, loving kindness and compassion,

བླ་པས་ཡིད་ཀྱི་གདུང་སེལ།

站皮衣吉敦色 (憶師滅我心苦)

DRAN PE YID KYI DUNG SEL

remembering you dispels the torments of (my) mind.

མཉམ་མེད་བྲིན་ཅན་གུ་སྐ།

娘美真千咕嚕 (無比慈恩上師)

NYAM MED DRIN CHEN GU RU

Unequaled kind teacher,

སྡིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

寧內所哇跌索 (由衷誠心祈請)

NYING NE SOL WA DEP SO

from (my) heart, (I fervently) pray (to you).

སྐད་ཅིག་འབྲལ་བ་མེད་པར།

卡久周哇美怕 (剎那一刻不離)

KAD CHIG DRAL WA MED PAR

Without separation even for one instant,

རྗེས་བཟུང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས།

傑送淨及落內 (收護加持弟子)

JE ZUNG CHIN GYI LAB NE

being blessed and held as your follower,

ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་མཛོད་ཅིག།

涅當耶美措吃 (祈願與尊無別)  
NYID DANG YER MED DZÖD CHIG  
may I be inseparable from you.

ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས།

如實祈禱：(Thus having prayed.)

སླ་མ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོར་ལྷུ་བ་འོད་ལྷའི་

喇嘛得哇千波悟我是哇歐昂 (上師消散於本質大樂光明中)  
LA MA DE WA CHEN POI NGO WOR SHU WA ÖD NGAI  
The teacher, dissolving into the essential nature of great bliss,

གོང་བུ་ཚོན་གང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་རང་གི་

共布從剛哇悉吐久爹讓哥 (化成拇指般大小之五色光球，融入自心中央)  
GONG BU TSHON GANG WA SHIG TU GYUR TE RANG GI  
becomes a thumbnail-size globe of five-colored light and is absorbed into the center of my heart.

སྟིང་དབུས་སུ་བེམ་པས་སླ་མའི་བྱུགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་བར་བསམ་ཞིང་།

寧為四停別喇米圖檔讓森也咩度就把桑讓 (上師聖意及自心無別)  
NYING Ü SU THIM PE LA MAI THUG DANG RANG SEM YER MED DU GYUR BAR  
SANG SHING  
The teacher's mind and my mind become inseparable.

སློ་འདས་འོད་གསལ་རིག་སྟོང་གཏུག་མའི་གཤེས་ལུགས་སླ་མ་ཚོས་སྐྱའི་རང་ཞལ་བཏྟ་བའི་རང་དུ་ཅི་གནས་སུ་མཉམ་བར་བཞག་

སྟེ། འདི་ནི་གསང་བ་ལས་སྦྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་སྦྱོས་མེད་དོན་གྱི་སླ་མ་སྐྱབ་པའོ། རྗེས་བྱམ་ལས་ལྷང་བར་བརྟམ་པ་ན་སླར་ཡང་སྣང་གསལ་

ཏོག་གསུམ་སླ་མའི་གསང་བ་གསུམ་དུ་ལམ་གྱིས་སང་བར་བཏྟས་ལ།

在超越心性，清明空覺，原始本性，法身上師面前維持長時間的禪定吸收的狀態中愈久愈好。這是以密密無戲輪的修習方法修究竟上師。下座後，要再次立即覺醒於察覺到的現象，聲音和念頭，此為上師的三個秘密。

Remain in meditative absorption in the state of perceiving the beyond-mind, luminous clarity, void/awareness, original intrinsic nature, the dharmakaya Teachers-Own-Face for as long as possible. This is the secret manner of the performing of the activities that is the uncontrived, absolute practice of the lama. Afterwards, when arising from the session (practice), once again (one is) instantly awakened to perceive phenomena, sounds, and thoughts as the lama's three secrets.



དབལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།

包殿扎位喇嘛仁波切 (尊貴光明根本寶上師)  
PAL DEN TSA WAI LA MA RIN PO CHE  
Glorious root teacher, precious one

བདག་གི་སྤྱི་བོར་པདྨའི་གདན་བཞུགས་ལ།

得哥汽我貝美殿素拉 (於我頂冠蓮花座上坐)  
DAG GI CHI WOR PED MAI DEN SHUG LA  
dwelling on the lotus seat on the crown of my head,

བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློ་ནས་རྗེས་བཟུང་སྟེ།

卡真千波古內傑中得 (以大慈悲心於收留我)  
KA DRIN CHEN POI GO NE JU ZUNG TE  
hold (me) through (your) great kindness,

སྐྱ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣུལ་དུ་གསོལ།

苦桑吐吉悟珠少杜索 (身語意之成就祈賜予)  
KU SUNG THUG KYI NGO DRUB TSAL DU SOL  
bestow the accomplishments of body, speech and mind.

དབལ་ལྷན་སྤྲ་མའི་རྣམ་པར་བྱར་བ་ལ།

包殿喇美南怕他怕拉 (循蹈尊師勝義之行蹟)  
PAL DEN LA MAI NAM PAR THAR PA LA  
Towards the spiritual activities of the glorious teacher,

སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལོག་ལྷ་མི་སྐྱེ་ཞིང་།

克就站洋落他麼吉讓 (剎那不生邪觀邪見網)  
KED CHIG TSAM YANG LOG TA MI KYE SHING  
wrong views not arising even for an instant,

ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས།

汽扎列怕通位木古吉 (虔心信師證行俱圓融)  
CHI DZED LEG PAR THONG WAI MÖ GÜ KYI  
through faith and devotion, seeing whatever (he) does as excellent,

སྤྲ་མའི་བྱིན་རླབས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།

喇美淨拉仙拉就怕受 (願師加持恆入我心識)  
LA MAI CHIN LAB SEM LA JUG PAR SHOG  
may the blessing of the teacher enter into (my) mind.

འདིས་མཚོན་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགེ་བ་རྣམས།

地寸杜送沙貝給哇南 (現前三世功德悉具足)

DI TSHON DU SUM SAG PAI GE WA NAM

By this gesture, the accumulation of all virtue of the three times,

རང་དོན་ཞི་བདེའི་དྲི་མས་མ་གོས་པར།

讓敦悉地智美瑪古怕 (安樂愛執於我不著染)

RANG DON SHI DEI DRI ME MA GÖ PAR

without being touched by the stain of (wanting) personal peace and happiness,

མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཚོགས་རྣམས་མ་ལུས་པ།

他耶仙千錯南瑪呂怕 (無邊如母有情盡無餘)

THA YE SEM CHEN TSHOG NAM MA LU PA

to all the unlimited hosts of sentient beings, without exception,

སྤྲོ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རུ་བསྐྱོ།

喇美將秋吐貝咕如悟 (為得無上正覺我迴向)

LA MED CHANG CHUB THOP PAI GYU RU NGO

I dedicate to the cause of attaining unsurpassed enlightenment.

ཚོ་རབས་ཀུན་ཏུ་རིགས་བདག་སྤྲོ་མའི་ཞབས།

側繞空杜瑞得喇美沙 (生生世世持明主師尊)

TSHE RAP KUN TU RIG DAG LA MAI SHAG

Throughout all lifetimes, the Lord of All Families, the teacher's feet

བདེ་ཚེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་མི་འབྲལ་བར།

得千可羅見杜米住哇 (安住大樂頂輪永不離)

DE CHEN KHOR LOI GYEN DU MI DRAL WAR

(remain) inseparably as the ornament of the great bliss chakra.

མོས་གུས་ལམ་གྱིས་སྤྲུགས་ཡིད་གཅིག་ཏུ་འདྲེས།

木古郎吉托衣就吐之 (以信心道師我心意合)

MÖ GÜ LAM GYI THUG YID CHIG TU DRE

Through the path of faith and devotion, may (your) mind and (my) mind become one.

དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་བཀའ་གིས་སྦྱོལ།

敦涅龍吉住貝扎西措 (祈賜二利吉祥自成就)

DON NYI LHUN GYI DRUB PAI TA SHI TSOL

Bestow all auspiciousness, the spontaneous accomplishment of the two aims.

ཅེས་བསྟོར་སྟོན་དང་ཤེས་པ་བརྗོད་པ་ས་མཚམས་སྒྲུབ་ཏེ་སྟོན་ལམ་ལ་འཇུག། ལུག་མཚམས་རྣམས་སྤྲུང་བཟུང་བཏུང་གི་སྤྲད་བཏུང་ཅིའི་  
རང་བཞིན་དང་། གོས་ལྷ་རྗེས་ཀྱི་ན་བཟར་བསམ་ལ་སྦྱི་བོའི་སྤྲམ་ལ་འབྲུལ། ཚོགས་དྲུག་གི་སྣང་བ་གང་ཤར་ཐ་མལ་གྱི་རྟོག་པའི་རྗེས་  
སྤྲམི་འབྲང་བར་ལྷ་སྤྲུགས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིག་མདངས་བསྐྱུང་། ལུ་བཟོ་ཉལ་བའི་ཚོ་འོད་གསལ་ཟེན་པའི་གསོལ་བ་བཏུང་རྗེས་སྦྱི་བོའི་སྤྲམ་  
ཚངས་སྤྲུག་ནས་བརྒྱུད་རང་གི་སྦྱིང་བསྐྱུང་འདབ་བཞིའི་རྣམ་པར་གནས་པའི་ནང་དུ་བྱོན། དེའི་འོད་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་གང་བ་ལ་སེམས་གཏང་  
དེ་འོད་གསལ་རིག་སྟོང་རྗེན་པ་ཐིམ་ལ་མ་སྤྲུག་པའི་རང་དུ་རྣམ་ཏོག་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པར་གཉིད་ལོག། གལ་ཏེ་སང་ན་འཕྲོ་རྟོན་  
རྒྱ་འབྲུམས་སོགས་བསམ་གཞིག་གི་འཕྲོ་བཙན་དེ་འོད་གསལ་གྱི་རང་མདུངས་བསྐྱུངས་པས་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་དང་སྦྱི་ལམ་ཟེན་པར་  
འགྱུར་ལ། སྤྲུང་ཡང་ཐོ་རངས་ལྡང་བའི་ཚོ་སྤྲམ་དུ་མའི་ལམ་བརྒྱུད་སྦྱི་བོའི་མདུན་མཁར་དགེས་བཞིན་དུ་བཞུགས་པར་བསམ་པ་  
སོགས་སྤྲུང་བ་བཞིན་ཉམས་སྤྲུང་། གཞན་ཡང་འཚི་བའི་དུས་ལ་བབས་ཚོ་འོད་གསལ་དབྱིངས་རིག་བསྐྱེས་ཏེ་མཉམ་པར་འཛོག་  
པ་ནི་འཕོ་བའི་མཚོག་ཡིན་ཅིང་། དེར་མ་ཐེབ་ཀྱང་བར་དོར་ཁྱེད་སོགས་སྤྲུང་གི་རྣལ་འབྱོར་རྗེས་སྤྲུང་བས་གོལ་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། རྣམ་པ་  
ཀྱུན་ཏུ་དད་མོས་དང་དམ་ཚིག་གི་ནུ་དག་པའི་སྒོ་ནས་ཚོགས་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གོང་ནས་གོང་དུ་སྦྱེལ་བ་ལ་བརྟེན་པར་  
བྱའོ། དེ་ལྟར་གོང་གི་སྒོ་ལོག་རྣམ་བཞིས་མཚོན་བསམགས་སྦྱིང་གི་རིམ་པ་རྣམས་སོ་སོ་ལ་ཉམས་ཀྱི་མྱོང་བ་ཐོན་ཐོན་གྱི་བར་དུ་འབད་ཅིང་།  
ཁྱད་པར་སྤྲུང་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི་རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་ཟབ་གནད་ལུག་མོང་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་ངེས་པའི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་དངོས་གཞིའི་ཉམས་  
ལེན་གྱི་སོག་ཏུ་བརྒྱུད་སྟེ་བརྟེན་པ་དྲག་པོས་ཉམས་སྤྲུངས་པ་ལས། བསྐྱེད་རྫོགས་གཞན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར་རྩ་ལ་  
པ་སྤྲུང་འོད་ཀྱི་ཞིང་དུ་དབྲུགས་དབྲུང་སྟེ་རིག་འཛོན་བཞིའི་བསྟོན་པ་མིག་འཕྲུལ་ལྷ་སྤྲུག་ཀྱི་བཟང་ཡེ་ཤེས་སྤྲུང་མའི་ས་ལ་རིག་པར་འགྱུར་བ་  
ནི་ངེས་པའོ།།

如是在唸誦完迴向，發願，和吉祥祈願文之後，下座後行者進行日常生活之行為。同時在一座一座修行之間，觀想所有飲食之本質是甘露，所有衣飾為供養呈獻給頂上上師尊之聖袍。不論六種感官所生起經驗到的任何現象，均不要用凡心思想來反應覺受。而要保持著如同本尊，咒語和無上智慧的自性，在夜晚臨睡前，祈禱睡眠中能夠保持光明狀態。然後觀想上師從頭頂上經梵穴進入心間四瓣蓮花之中央。將心意專注在將光明充滿全身，並溶入在光明慧空無別之空覺之中。在此不昏沈，不散亂之狀態下進入睡眠。一旦醒時，切斷一切放逸，散亂，漂盪的各種思想而保持清明透澈的光明狀態中。如此行者將可以在睡夢之中持續保持清明。再次，在晨起時，觀想上師從中脈中升起，愉悅的端坐在頭頂上方空中，如此再繼續前面的修法。再者，在死亡時刻來臨時，藉著清明，覺性，和空間的交織混融，行者保持在禪修狀態中，此為遷識(頗哇)法的最上法門。假若能力尚不能極，則在死亡中陰身狀態時，憶念此三種瑜珈階次，則將可得到解脫。因此，行者須時時保持純淨信心，虔誠，誓守三昧耶戒，精勤的修持積聚福德智慧二資糧。如前所述，修習四前行以轉心識，依次第積聚資糧和淨化業障，直至行者經驗感應到每一種前行，特別是上師相應法。因為上師相應法實際上乃是密宗最深奧最重要的法門。所以，如果把握住此有力的修行法門並全心精勤的修習之，則無須修習其他生起次第和圓滿次第瑜珈的法門而能往生於：納雅蓮花淨土。如奇蹟般，行者可超越四種明持法門而直至上師圓滿智慧的境界。

Thus, having recited the dedication, aspiration, and auspicious (prayers), at this point, one enters into everyday conduct. Also, in the between all sessions, think that the “freshness” of drink and food’s nature is amrita and (all) clothes are divine garments offered to the lama on one’s crown. Whatever arises as the phenomena of the six senses, do not follow with ordinary thoughts but preserve radiant, natural, awareness of the deity, mantra, and primordial wisdom. In the evening when going to sleep, pray to be able to hold the luminous clarity. Afterward, the teacher on the crown of one’s head passes down through the aperture of Brahma to one’s heart which is in the form of a four-petaled lotus. The mind, focusing on the light that fills the whole body, is absorbed in the naked, luminous clarity of void/awareness. In this state, without dullness, without being disturbed by other thoughts, one falls into sleep. If one should awaken, then cut off all the erratic, wild, scattered, wandering, and various kinds of thinking and by preserving the radiant state of luminous clarity, one will be able to hold the luminous clarity of sleep and dreams. Again, at dawn, when rising, think that the teacher ascends through the central channel and is joyfully seated in the sky in front above one’s head, etc., and resume former practice.

Also, at the time of death, by the mingling of luminous clarity, awareness and space, one remains in meditation which is the supreme transference (phowa) practice. However, if one cannot arrive at this, then in the Bardo, by recalling the three yogic procedures, one will be come liberated. Therefore, through keeping at all times very pure faith, devotion, and samaya vows, diligently develop and increase the practice of the union of the two accumulations.

In the manner as shown above, (practice) the four ways of turning the mind, the stages of accumulation and purification, striving until one experience the results of each and especially the Guru Yoga because it alone actually is the profound, essential extraordinary path of the Vajrayana. So, by holding to this vital practice of the main practice and practicing this with extreme diligence, there is no need to care about the other practices of the arising and perfecting yogas, and one will draw breath in the pure land of Nga Yab Pema Od. Like magic, one will traverse (the stages) of the four vidyadharas and will certainly reach the level of the wholly perfect primordial wisdom teacher.

གང་ཞིག་སྲིད་པའི་མེ་འོ་བས་ཚ་ག་དུང་ལས།

若誰願從輪迴火宅中

If there are any wise persons who desire to be completely freed

རྣམས་པར་བར་འདོད་སློ་ལྡན་འགའ་མཚེས་ན།

完全解脫智慧諸行者

From the hot torments of the fire pit of samsara, (they should)

ལམ་མཚོག་ལྷོན་པའི་དབང་པོ་འདི་བསྟེན་དང་།

應依如眾樹王此勝法

Rely on this supreme path (which like) the king of trees

བྱང་ལྷུང་གྲིབ་བསིལ་སྤྲུམ་པོས་འཚོ་བར་འགྱུར།

願以菩提庇蔭能證悟  
Will revive one in its cool, dense shade, enlightenment.

ལེགས་བྱས་མཐུ་ལས་མཁའ་ཁྱབས་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན།

藉著清淨善行之功德  
By the power of good deeds, may all beings throughout space

ཟབ་ཚོས་འདི་ཡི་གདུལ་བྱ་ཉིད་གྱུར་ནས།

十方眾生能行此深教  
By becoming the followers of this profound teaching,

པདྨ་འོད་ཞིང་མཛེས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དེར།

蓮花光美純淨佛土中  
Without regressing, through joy, swiftly enter into

ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་དགའ་བས་སྐྱུར་འཇུག་ཤོག།

迅速進入無退愉悅地。  
That beautiful City of Pure Land of the Lotus Light.

ཅེས་གཏེར་གསར་ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྤྲིང་ཐིག་གི་སྤྲོ་ཚོགས་ཐུགས་གསུམ་སྤྱིའི་ཚོས་སྤྲོ་ཚོར་འགྲོའི་དག་འདོན་ལུང་འཇུག་ལམ་གྱི་  
ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། སྤར་བཀོད་པའི་བྲིགས་བསྐྱེད་པའི་ཉིད་ཅུང་མི་གསལ་བར་བརྟེན་སྤྲུལ་ཡང་འདོན་སྤོམ་བའི་དག་བྲིགས་  
འདི་ལྟར་བཞུགས་པའི་འདུན་པའི་ཐོག་ ཉེ་ཆར་ཀོང་ཡུལ་ལེན་རི་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་རྫོང་ནས་སྤྱུལ་པའི་སྐྱེ་འཇིགས་མེད་ཚོས་དབྱིངས་ལོར་  
བུདོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའི་སྤྲེས་ལམ་འདིར་འཇུག་པ་དང་པོའི་ལས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྲོད་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱོར་འགྱུར་བར་དེས་བས་ཅིས་ཀྱང་  
གྲུབ་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་ཡེ་གའི་ལམ་ནས་དང་བའི་གསུང་གིས་རྗེས་སུ་བསྐྱུལ་བར་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རིག་འཛིན་གྱི་ལྷ་གྲུ་  
འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་རང་ལོ་སྤྲུམ་ཅུ་ཅུ་བཞིར་སོན་པ་དབང་ལྷུག་གི་ལོ་ལྷུམས་སྟོང་ཉེ་བའི་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚོས་བཅུ་ཉེ་བའི་འདུ་བ་  
ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དུས་བབ་པོ་ལ། སྤོབ་དཔོན་ཆེན་པོས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་སྐྱུབ་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུག་ཚང་སེང་གོ་བསམ་འགྲུབ་ཀྱི་  
ཀེའུ་ཚང་དུ་ལེགས་པར་སྐྱུར་བ་སྟེ། འདིས་ཀྱང་ཟབ་ལམ་གྱི་ཐོན་ལས་ཕྱོགས་མཐར་ཁྱབ་ཅིང་རྟག་པ་དང་འབྲེལ་ཚད་མཚོ་སྐྱེ་བའི་  
ཞབས་དུང་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱལ་བ་བཟང་པོ་ཅན་དུ་གྱུར་ཅིག །།

如是，此日誦前行稱作 “ 雙運道車 ” . 此為上師，圓滿(本尊) 和心意(空行) 之新伏藏，此無上甚深秘密之 “ 空行心髓 ” . 雖然以前也曾編寫過，仍有些小地方未解釋清楚，我(法王) 希望能另外編寫較易唸誦和禪修之法本. 最近收到 Tulpaiku Jigme Choying Norbu Don-thamche-drupai-de 從 Kongyul Len Ri Sang-ngak Cho-zong 寄來的信請求說：“ 請您務必完成此法因為此法確定能利益所有幸運的初學密法者進入正道 ” 基於此點，我，明持之子，無畏金剛智，在三十四歲依希瓦年，智慧的八月初十日，當月

將缺，在聚集的特別純淨時刻，在偉大上師加持過位於塔山生吉山德魯巖穴修行聖地，完成此法。願以此功德，使此甚深道持續不斷地散佈十方，並願所有有緣修持者，皆能往生蓮花生大士足下成為幸運有福之修行者。

吉祥圓滿！

Thus, this daily recitation of the preliminary practice is called “Chariot of the Path of Union” which is the general teaching of the three sections of lama, perfection (yidam), and heart (dakini) of the new treasure, the profound, secret “Heart Essence of the Dakinis”.

Though arranged and composed before, it being a little unclear, I wished to make another arrangement of the recitation and meditation in a manner easy to practice. Also, recently, from Kongyul Len Ri Sang-ngak Cho-zong, the Tulpaiku Jigme Choying Norbu Don-thamche-drupai-de sent a letter of request saying “You must complete this as it certainly will be of great benefit to all fortunate beginners entering the path”. Because of this, I the vidhyadara son, Jigdrel Yeshe Dorje, at the age of thirty-four, in the year of Ishwa, on the 10<sup>th</sup> day of the wisdom part of the Bhadra-Path (8<sup>th</sup>) month, the waning of the moon, at the especially pure time of the close gathering, composed this at the king of all practice places blessed by the great teacher, the cave of Taktsang Senge Samdrub.

By this (merit), may the activities of this profound path continually spread to the limits of all directions and may whoever makes the connections be born at the feet of the Lotus Born and become a Fortunate One.

SARWA DA MANGALAM

Always auspicious.

喇嘛智美 及 翻译小组 翻译/编辑

Translated / Edited By Lama Drimed and his team