



NYINGMA KATHOK BUDDHIST CENTRE

༄༅། །སྒྲོང་གསལ་རྩེ་རྩེ་སྤྱིང་པོའི་སྤོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་རྣམ་གྲོལ་
ལམ་བཟང་ཟིན་ཐོ་བཅས་བཞུགས་སོ།

金剛薩埵（龙沙宁波前行口诵仪轨）

VAJRASATTVA PRACTICE (using Longsal Nyingpo's
preliminary practice text)

八圣吉祥颂

任作何事之始，念诵一遍，能顺利如愿成就，故当铭记。

喻 囊哲南达让因论哲波
扎西效吉央纳耶巴耶
桑吉丘当给敦帕波措
根拉香擦达嘉扎西效

现有自性清净任运成
安任十方吉祥刹土中
诸佛正法僧伽圣者众
顶礼一切愿我等吉祥

准美嘉波匝丹敦哲攻
先波坚华给扎华丹巴
根拉功巴嘉且扎巴坚

灯王佛贤勇义成就佛
慈严德佛善名胜德佛
一切义持广大名称佛

PAGE 2

伦波达帕匝扎华当呢
森坚檀嘉拉功扎波华
耶层匝巴匝日_阿扎华得
灿赞图比扎西华培瓦

如顺弥山圣力名德佛
垂念一切众生名德佛
威力吉祥名称遂愿佛
仅闻圣名增德增吉祥

将华云呢华丹多杰怎
先瑞热旺滚波先波华
萨耶酿波哲巴南巴色
南葵酿波匝巧根德桑
额巴多杰巴嘎勒向当
诺沃达瓦让哲涅玛耶

文殊童子具德金刚手
圣观自在怙主慈氏尊
地藏菩萨并与除盖障
圣尊善贤菩萨虚空藏
青莲金刚白莲那伽树
如意摩尼宝剑日月轮

PAGE 3

夏灿拉南扎西华杰巧
向却森华嘉拉香擦洛

持善标帜吉祥殊胜德
八大菩萨勇士敬顶礼

仁钦德巧扎西色杰酿
多炯温桑耶喻嘎玛拉
年扎东当彭措华威额
摩呢嘉灿旺杰括洛得
仁钦达巧嘉杰夏灿坚
效迪嘉瓦巧将吉杰玛
嘎所欧沃展比华贝沃
扎西拉摩嘉拉香擦洛

殊胜宝伞吉祥黄金鱼
如意宝瓶悦意妙莲花
悦音海螺圆满吉祥结
不朽胜幢自在金轮宝
殊胜标帜八胜吉祥宝
供养十方三世一切佛
仅念嘻女圣众即增祥
八大吉祥天女敬顶礼

苍巴钦波得炯这美沃

大梵天自在天遍入天

PAGE 4

摩东丹当嘉波耶括忠
帕吉波当勒旺摩摩桑
南图这得拉贼括洛当
哲协拉当东通多杰坚
波旺日_阿哲巧定嘉灿怎
萨森内色给拉扎西贝
杰定炯瓦嘉拉香擦洛

千目帝释与持国天王
增长天王龙王广目王
多闻天王各持天宝物
轮三叉戟短枪金刚杵
琵琶宝剑宝塔胜宝幢
三界增上善妙与吉祥
世间八大护法敬顶礼

达嘉当德夏瓦尊巴拉
嘎当涅瓦才瓦根耶内
多敦华培三敦耶因哲
扎西德拉彭森措巴效

我等如今所作诸事业
一切障碍恼害悉消泯
顺缘增长所愿如意成
祈愿吉祥如意悉圆满

PAGE 5

晨起念诵此日诸愿成，临睡念诵能见善梦境，战时念诵制胜于诸方，事前念诵倍满诸所求，常时念诵寿德名财祥，妙善圆满所欲如意成，净障与增上生决定胜，诸义成就胜佛所宣说火猴年良辰吉日由将华吉比多杰（文殊喜悦金刚）意海所生之大宝瓔珞。（注：那伽树，又称金色树，可入药，或用于焚香祭龙。）

PAGE 6, 7

龙沙宁波前行口诵仪轨趣解脱妙道之讲义

南无古汝

本体性空不变宝藏境 自性光明教法作明昼

大悲普照精要现得证 礼敬十方尊胜金刚持

在此简略解说，诸发之精髓，密续之奥义，金刚乘之快捷方式，三世诸佛之密意，令使行者即身置于究竟佛位之———金刚藏前行引导日常念诵文。欲修深道金刚藏之教授的任一有缘士夫，了知轮回是痛苦的自性，于彼生起强烈的出离心，欲得究竟解脱而作发心。龙沙云：“雪山空谷山顶或尸林，极为幽静宽舒之高地，有缘瑜伽行者实修处”。如是云云。于不妨碍坐禅的幽静处，在舒适的坐垫上，身要以毗卢遮那七支坐而坐，语要以吹九节佛风消除风垢，意要离实执放回自然原品后。为令普天下大恩父母众从轮回苦海中得到解脱，而即生置于本处原始基位佛中，疾速证得圆满的正等正觉，因此我今修持此快捷方式奥妙之法而发愿心。祈请上师的观想，在自身前方虚空的彩虹光蕴中，本性为具三恩的根本上师，外相为莲花生大士，身相好、语妙音、意以智慧力悯视我等而真实安住。如是观毕。不但口诵文句，而且毛孔竖张，目泪横流，双手合十。以极悲哀之声呼唤上师名号。

底森桑吉汤杰沃卧喇嘛仁波切钦诺

三世诸佛本性大宝上师智

达给局金吉拉杜索

加被吾自相续流

达给洛秋苏卓瓦辛吉拉杜索

加被吾心行如法

秋拉杜卓瓦金吉拉杜索

加被如法行于道

PAGE 8

拉吉促巴昔瓦金吉拉杜索

加被平息道中惑

促囊耶协舒恰金吉拉杜索

加被幻觉化为智

(三遍)

如是祈请。

前行口诵文的正行可分为共与不共二。

初者自心如法行于正道之四出离心法。此圆具十八暇满的人身宝，从因、喻、数三方面作思维观察后，从中得知极为难得。然而已得之时，不使暇满空耗、人身虚度为何不修纯正的佛法呢？自内心鞭策自己而诵：

杰麻 日竹囊涅达玖涅嘎辛

呜呼 六道之中暇满极难得

米鲁囊涅秋当拆巴嘎

人身之中妙法难值遇

嘎辛涅贝诺布仁钦底

难而得之如此珍宝身

亚哇米多珠贝宁波斜

慎勿舍弃当修行精要

PAGE 9

二、思维无常，然而牢固无比的外器世间。时至坏劫，经七火一水后毁于一旦，一物不存。内情众生自生下来的那一刹那开始每时每刻都在接近死亡。而且此时也毫无把握决定明日不死。

喜贝玖鲁琪威让辛尖

所生幻身终亡之自性

喜布蔡卓日莎巴秋扎

凡夫寿命逝如山瀑流

琪间勒涅岗给麻借灭

死缘任何善恶无不为

爹企达大尼杜桑丹光

故而于此当下修禅定

三、思维因果业报，善恶业因而得乐苦果报，则是真实不虚的。譬如黑白种子所熟之果实无有失坏，唯需造业者自受。因此即使是微小善恶之业亦应毫无颠倒而所取舍。

斯苏爹杜嘎那勒吉遮

三有苦乐黑白业之果

鲁灭莎贝勒里秋米沙

不欺而造之业无失坏

玛斜巴当米策嘎甲样

未造不遇造则千劫亦

PAGE 10

亚灭措辛杜巴安杜玖

无损时至聚合变现实

四、轮回痛苦。悲恶使我们趣入三恶道，受焚烧等‘苦苦’报应。有漏之善业，虽使我们一时得到人天福报，但终究不能越出‘变坏苦’。‘遍苦’普及世间的每一个众生中，我等一切众生都沉浸在犹如火宅、罗刹洲、毒蛇窝的轮回苦海里。为何不为从中得到解脱而作努力。

亚瓦查杖依达遮光当
杜卓能猛托日玖瓦尖
日竹杜雅觉贝甲珠得
让玖达贝沃竹托巴修

(以上两偈是遍智泰锡度仁波切补述)

地狱寒热饿鬼饥渴苦
畜生愚痴善趣变坏苦
成就救护六趣诸痛苦
愿得自续清净之悉地

PAGE 11

第二、能使如法行于正道者有五。

一、皈依

所有正道之基础观想皈依境法。然心境所摄之万法皆化为空，在前方虚空中无畏狮座上，象征不染世间污垢而圆智慧明光的莲花明月轮垫上。本性为三宝总摄之根本上师，其相为莲花生大师。白里透红的肤色垢尽相好，一面表示法身明点，二臂表示便慧双运，表示不住二边的双脚以金刚跏趺姿而坐，右手执表示智空的金刚杵于胸前，表示乐空于左手结等印上捧充满无死甘露的天灵该和长寿宝瓶。身着从内到外，白色密衣、红色冬玛、蓝色破钦、金丝花纹的三法衣及深蓝色萨沃等。头戴金刚杵和羽毛而饰的莲花帽，左腕立一佛母曼拉瓦公主隐密相以镜铃等饰物庄严的三尖卡丈嘎，九乘次第和四级灌顶之服饰和象征不舍世于而自然圆成佛德的种种珍宝而庄严。上下十方遍满五色光网。其顶上直至普贤王如来等诸传承上师层叠而住。于前

PAGE 12

方的宝象座上诸本尊天众、其右边的宝马座上佛宝（指贤劫千零二佛等十方三世诸佛）、后方的孔雀座上法宝（三藏十二部八万四千法门及六十四万密续经典等）、其左边的命命鸟（是传说中人首鸟身的一种鸟。梵因译作耆波耆波迦）座上僧宝（菩萨、罗汉等圣凡一切僧众）。外围由不可思议的空行和护法围绕。在明空不二中清晰如画、透彻晶莹。此等皆以祥容向我、慈眼视我、悲心摄我，是引导吾等度至彼岸的总舵主。如是观想毕。

其前观想自身、左右父母、前面诸怨敌和魔鬼、周围以三界六道众生而围绕。此等皆以身敬顶礼，语敬念诵皈依三宝文，意敬以佛为导师、法为途径、僧为道伴相。吾等今生来世中阴三时，除了祈求三宝之外，别无余求处。然而把自己所拥有的一切受用财富以及三时所积资粮皆供奉于汝。把吾等置于喜怒哀乐何等境地三宝汝无所不知也！如是诚心祈祷后即诵：

吉荣安卓样莎亚阿威
电吉却玖根却拉拉甲
玛玖南卡塔洽色尖囊
却松突吉麻多遮威送

(此段念诵三遍)

怖畏恶趣之崖生惧敌
皈依所依胜妙三宝尊
广遍虚空如母诸有情
三宝大悲勿弃怜悯摄

PAGE 13

尔后自身化现与沙尘等量之身。双手合十置放三处（头顶、喉间、胸口）时观清净三门业障，五体投地时观清净五毒业障而得五身佛之加持。如是四皈依颂与大礼拜合修十万次。平时立誓恒修百遍名为因皈依。最后由皈依境放射五色妙光普照自他有情，清净诸障，增长智慧。心触于法尔，身化入虹光中澈悟。尔后又观诸眷属溶入主尊上师，上师亦由己顶门降至心中安主，于意心不二中放回无作原本境地。故名胜义皈依也。

二、发心从恶道中庇护之发心

无量无边的一切众生自古怨亲无定，皆须知母感恩，置佛答恩。最初以自他平等、自他交换、重他逾己三方面修心。利人利己之世俗菩萨心者，为利一切众生而证菩提之愿心和为彼故深入妙道勤修共同菩提行。实证胜义大圆满心要则谓胜义菩提心也。如是当下入行而作修证。

喇美贴钦纽拉宁剥曲

无上大乘捷径心要法

达威贤借贡贝向秋散
多巴夹企闷玖敦当拉
爹仁尼杜玖巴登查罗
(此段念诵三遍)

重他逾己而修菩提心
为作修证愿行与真义
于自今起入行而依靠

PAGE 14

修发心时亦须观想资粮田(皈依境)前修炼。最后资粮田之一切圣众融入己身,诸尊意境中所具有之胜义菩提心令心中萌生。如是观毕。于无执中坦然安住是名胜义善心。

三、观修金刚萨埵法

清净逆缘罪障之金刚萨埵修持法有三。

初依外密派消除罪障故观于顶间之修持法。自身庸俗头顶一肘高之虚空中,有一八瓣莲花,上有月轮。为得急速加持故依「总集珍宝」式而作修持。其上根本上师金刚萨埵白身明净,相好和颜,右手持杵立于胸前,左手持铃置于腰际,左脚成半跏趺,右脚微伸姿态而住。发髻半系于顶半散落。八饰(头饰、耳环、项链、臂钏、璎珞、手镯、指环、足镯为珠宝八饰)五衣(五佛冠、披肩、腰带、裙子,为绫罗五衣)报身佛十三服饰品而圆满庄严。尽具寂静九相而作观想。

岗拉纽蒙协结珠巴囊

彼于烦恼所知诸障碍

PAGE 15

达斜色杰遮贝多杰森
达给协窝最的艾玛火
突嘎移借奥巨得自金
达给竹索江威巴得夏

发愿令使清净金刚心
于吾顶间髻中「艾玛火」
心间百字咒鬘甘露液
净治吾自障等显德威

嗡 班札_日萨埵 萨麻亚 麻努巴拉亚 班札_日萨埵迭诺巴底叉
嗡! 金刚萨埵戒誓愿 请赐予护佑 金刚萨埵无畏而安主

只卓灭巴瓦 苏埵卡哟灭巴瓦 苏波卡哟灭巴瓦
加被坚住自性 无上喜悦自性 无上常净自性

阿努日_阿多灭巴瓦 萨_日瓦悉地灭札亚渣 萨_日瓦嘎_日玛舒札灭
此后妙观察自性 一切最胜无死成就 完成一切最胜事业

只当斜样 咕汝吽 哈哈哈哈哈诃 巴嘎弯
住我心生善吉祥 做吧! 吽 赐予! 赐予! 诃 薄伽梵

萨_日瓦打他嘎打 班札_日麻灭闷渣 班札_日巴瓦麻哈萨麻亚萨埵阿
一切善逝如来金刚清净吾身 金刚修持大三昧耶萨埵明王

PAGE 16

观想金刚萨埵心中月轮上有一金刚杵，其腹部有一白色‘吽’字，周围百字明咒如蛇蟠般三匝而绕。此为所依对治力。往昔所造罪障从内心忏露出来名厌患对治力。如是所有堕罪过患于此当下能无余消除而赐加被，以祈请方式念诵百字明咒为缘，咒鬘自左至右猛烈旋转中溶化出如雨般甘霖，经右脚大趾顷泄而下，入于自他顶门。所有疾病、瘟疫如血，所有魔障如蛛、蝎、蛙、蛇等虫类，一切业障如烟汁污水。皆由毛细孔和下二门排出体外，流入裂开之地缝下的死主阎魔以众债务主而围绕的口腹中，满足各自所欲，消除非时死歿，还清所有债务后，观想地缝闭合还原。如是持诵十万遍。平时持诵百零八遍名现行对治力。往后从遇命难亦不复造罪业而立誓者名返回对治力。如是观想持诵完毕后，以强烈恭敬心念诵。

贡布多呢莫息莫巴耶

依怙！我因愚昧无知故

东辞莱纳格息宁

触犯违越三昧耶

喇嘛贡布夏阻吉

依怙上师垂救护

佐沃多吉怎巴得

金刚总持主尊者

徒吉钦必多尼禁

大慈大悲本体性

PAGE 17

州宜佐拉夺厦切

众生尊前我皈依

格颂特扎哇冬 因拉格达慈娘恰汤节托西夏所 第哲尼冬之密措汤
节绣西 达巴灾德所

至诚忏悔所违越而破损之身、口、意根本与分支之三昧耶戒，祈令一切业障、堕罪、垢染之蕴无遗悉还净。

此时观想金刚萨埵面露悦相且赐予：「诸业障过患悉皆得清净。」之祝词。为令成熟自相续和教化他心续。故依「内密」观想金刚萨埵于心中之修持法。己身空明之中央中脉中分化出如同伞幅般的四脉轮，腹部六十四幅上仰、胸部八幅下俯、喉部十六幅上仰、顶部三十二幅下俯如是明观己。即诵：

拉却邬梅浪逆宁嘎宜

汝尊于中脉道至心间

PAGE 18

吾自心间观一金刚萨埵，彼尊心中月轮上有一五钴金刚杵，其之腹部有蓝色「吽」字，前面白色「嗡」字，右面「班札」黄色，后面「萨」字红色，左面「埵」字绿色。此等以百字明咒内中外三层犹如盾牌之藤缘般周匝围绕。持诵百字明咒于六字明咒。同时观想于彼咒轮上发放五彩妙光，化出嬉等无量妙欲天女手捧妙供，供养十方诸佛菩萨，皆得欢喜，净障圆资，身语意之加持反回融于咒轮。从中流出微光般之甘霖，注满四脉轮和所有根本与分支脉络，得四灌顶、净四障、生四喜智、心续中植入四身佛果位之因、得四持明道于无学双运果位之真实成就。以作自利法身缘起而持诵之。又复放妙光普照六道一切众生，如阳光消除黑暗般，使众生之无明、罪障、苦难等一切清净无遗，妙光摄回咒鬘中而持咒。再复放妙光，使外器世界为现喜刹土，内情众生悉为五部金刚萨埵，彼等如雷震耳般齐声朗诵明咒，此为促成利他色身之缘起也。秘密大圆满秘诀佛我无二之道用言教者：

达当拉尼尼苏灭巴打

观吾与尊无二分别中

PAGE 19

是外内修持次第令一切罪障清净后。如前明观己身为金刚萨埵心间复观智慧萨埵，彼尊心中「吽」字周围以「黑汝嘎」百字明犹如盾牌之藤缘外、中、内三层旋绕，外白、中红、内蓝。明观咒文由内向外顺序排列，当念诵时使咒文从垫上跳动自左向右旋转，如是观想而持诵。自外层咒鬘上发出白色妙光遍照空际，供养诸佛佛身，尽除一切众生由身门所造罪障，清净违越身之三昧耶戒过失想而持诵。又复中层咒鬘上发出红色微光，供养诸佛佛语，尽除众生语门所造业障，清净违越语之三昧耶戒过失想而持诵。再复内层咒鬘上发出蓝色微光，供养诸佛佛意，尽除众生意门所造业障，清净违越意之三昧耶戒过失想而持诵。《奥藏训诫》中云：「身语意功德与事业之三昧耶戒，如是违越失坏，应持同类五部百字明咒而令清净。」于无上极密中，心性空明自然智本无生灭变迁中了悟本性谓胜义金刚萨埵也。《等持》中云：「金刚谓空性；萨埵大智耶。」又于《注释续镜》云：「不二之自性；是名谓金刚。」彼义若能了悟，二障习气当下不消自灭。《宝积经》云：「千劫所积诸盖障；悟妙观智悉清净。」

PAGE 20

嗡 班札 萨埵 吽

如是持诵四十万遍（六字心咒）。

禅修结尾时，观想外器刹土（现喜佛土）融入五部金刚萨埵，彼亦融于己身，己融于咒轮，彼亦融入「吽」字，「吽」字由下而上融于虚空，于离戏中进入三摩地念一遍：嗡班札萨埵吽 又起佛慢而进入威仪。

四、顺缘积福之曼达持修法

于坛城上置一曼达盘，上置五堆为福田所依境抑或内心观想：

达尼多吉色巴南卡日	自性金刚萨埵虚空中
扎威喇嘛白美古辛逆	根本上师升起莲师相
却玖桑杰玛鲁扩当杰	十方诸佛眷属皆无余
达索闷卓遮贝巴得若	为吾等置熟解显德戏

PAGE 21

福田如同皈依境根本上师以大圆满总传承师与六大阿闍黎、印藏诸班智达和大成就者、大持明众围绕，明观福田所依境后。以莲师七句祈请文迎请故，从密严刹土中邀请诸佛之智慧尊入于福田诸尊，成为加持总摄之本体而住。且把己之身体、受用财富、三世善德皆成无漏普贤供云遍满虚空际。

喇嘛意达棍秋三波拉达格鲁隆校给威扎哇汤节有色布罗协西 节
娘吉达拉多巴秋的吉巴 娘农金切美巴 农哇定哲的恰哇心吉亮德
索

上师本尊三宝前，供养己之身体、受用财富、所有善根等一切的一切，垂请受纳。愿诸尊赐予我殊胜之证悟、连绵不断之证验、加持现分皆成瑞兆之缘起。

PAGE 22

如是祈请三遍。把供养曼达盘擦净，涂五净香水，供三十七堆曼茶。从略：外珍宝曼达法，须弥山王、日月、天界等三千大千世界，百千万情器世间中所拥有受用财富，如弥漫滚滚之光尘般浮现，于其每一微尘中亦具足上述之密布尘沙量曼达供，变现出无穷无尽供云而供福田。内自身曼达供养法，自身四大组合之宫殿金刚身，能依所依之五根八识等一切，外如四大洲的布局；内为坛城之本体本然圆成而住，此等供奉于蕴界天众。秘密意识曼达供法，本初原始之胜义远离生、灭、住三际，法、报、化

三身之本性任运自成，无有束缚与解脱之明智任随安放、泰然广遍、直透无隐之意境中轮涅诸法无二一味之庄严供品堆，以三轮离戏而献供之。

舍 仁钦鲁色歌贝曼扎得
根却舒贡嘎局喇嘛布
斜涅达举金吉拉巴当
各苏辛当顿拉隆觉修

舍 珍宝身意庄严此曼荼
供养三宝怙尊教传师
乞纳受而加被吾相续
愿享三身刹及真实义

PAGE 23

如是累计数量。三身刹土能供所供之个别观想亦不作异想分别，远离偏私堕边，如尘量般之自现佛刹之每一粒微尘当中又蕴含尘沙数佛土，不可思不可量自然能现之法性任运圆成中作供养。初学者意想法界所具有法、报、化三身之不可思议庄严悉皆作供养。这样供养后，观想自他一切众生圆满二资，清净二障，心续中生起殊胜证量，于究竟三身之本性中觉悟而任运成就自他二利。置七供堆而累计十万供次。最后皈依境（福田）及供品皆化为「吽」字相融于己身，以无缘（空性）中进入等持。

五、相续中速生智慧证悟之上师瑜伽法上师瑜伽分三。

外祈请故观于前空者，自身明观金刚萨埵之眉间前方：

顿吉南卡灭崩辛巴登
桑吉根杜扎威拉美各
那觉达夏汝贝尖竹索
恰耶扎汝南卡戳威遮

自前虚空烈火人皮上
诸佛总摄根本上师尊
瑜士虎裙六骨饰庄严
右手摇鼓声遍虚空际

PAGE 24

扎森巴窝卡卓旺杜杜
元贝班托德自达拉多
突结旺古努别举卓逆
扎威喇嘛郭胖托巴秀

威慑三根本勇士空行
左执卢器甘露赐予己
大悲灌顶之力解相续
愿得根本上师之果位

彼亦烧毁烦恼之火焰，灭除我执之人皮，断绝二边之虎裙，象征圆满六度之六种骨饰依次为：顶轮，耳饰，顶链，手镯，腰带，腋络等六。圆满自利头发半系于头顶成髻，成办利他而半下垂壮。右手摇着表示便巧双运之颅骨鼗鼓，左手执「嘎波拉」，其外白表示清净无垢；内红表示充满慈悲；乐空不二红白甘露灌注己顶而思维在自心续中注入义传之密意悟境。为令加持与灌顶之川流连绵不断，故于顶间五色光环中，观想诸传承上师们重叠而住，其上层部印度八大持明与西藏君臣廿五等；中层密续四部之诸本尊天众；下层为速赐共于不共悉地，故空行与护法众以集市海会般集会而作观想。《美饰论》云：三根本师坛城，顶礼供养忏过患；随喜劝请转法轮，勿入涅槃恒住世；善德回向普天众，愿速证得遍智位。如此于心中明观己。总的来说：八万四千法门之关要皆汇于观修上师法中，彼之关键亦集于唯对其之恭敬与诚信。故本法犹如百法之关，百病一药。把其加持直传于心续之方便，以猛烈的敬信中祈请：

PAGE 25

嗡阿吽

嗡阿吽

耶逆让卓桑吉根杰亚
曲各根得桑拉索瓦爹
得移让当隆古俄窝尼
突却多吉森拉索瓦爹
森巴珠古贤顿卓再贝
嘎日多吉夏拉索瓦爹

PAGE 26

多吉宁波样辛巴吉森
仁珍杜贝古拉索瓦爹
杰琪吉巴米阿多吉各
白玛托臣扎拉索瓦爹
举松喇嘛秋窝杜贝措
多吉仁珍夏拉索瓦爹
俄莎宁替汞巴安玖巴
龙萨宁波夏拉索瓦爹
各松突吉色却日巴增
苏朗德赞夏拉索瓦爹
克准甲波杰却珠贝各

PAGE 27

扎西沃色夏拉索瓦爹
邬金龙僧曲尼安松斯
曲尼嘉措夏拉索瓦爹
玖松措钦莎却拉修巴
南卡嘉措夏拉索瓦爹
格日森格扎卓珠贝各
直美雄炯贡波索瓦爹
协甲根钦江央曲吉杰
才旺却得珠拉索瓦爹
坚热斯旺玖杵多吉嘎
根桑额顿旺波索瓦爹

PAGE 28

本自解脱诸佛之父尊
祈请法身普贤王如来
彼之自相报身本体性
祈请胜意金刚萨埵前
圆行利他彼之应化身
极喜金刚足前虔祈请

金刚藏之精粹吉祥狮
持明总持身前虔祈请
无有生死畏惧金刚身
莲花颅鬘力前诚祈请
三传上师之流汇聚海
金刚持明足前诚祈请
光明心髓密意实证者
龙萨宁波足前诚祈请
身语意之胜子持明者
苏朗德赞足前虔祈请
贤正之王胜士幻化身

扎西沃色足前诚祈请
莲师授记法性实证者
却尼嘉措足前诚祈请
安住十三大资胜地者
南卡嘉措足前诚祈请
莲师狮子吼尊应化身
祈请怙主直美雄炯前
遍智一切文殊之法尊
赤旺却珠足前诚祈请
现音自在幻化金刚戏
祈请根桑额顿旺波前

黑日嘎巴桑却丹贝达
仁珍吉美贡波索瓦爹
桑威达波耶协若贝嘎
吉扎曲英多吉索瓦爹
多美逆鲁多巴却杜玖
曲英让卓夏拉索瓦爹
甲查香贡突结却给舒
曲吉洛珠夏拉索瓦爹
切却多吉卓洛安囊瓦
吉美永丹贡波索瓦爹
珠巴塔辛曲炯赞得果

PAGE 29

仁增坚巴多吉索瓦爹
桑钦丹贝甲参却玖珍
突登秋吉嘉措索瓦爹
龙萨宁波年举顿遮贝
珍钦喇嘛夏拉索瓦爹
杜埃杵巴赐瓦金吉洛
让森扎瓦却巴金吉洛
蓬波日阿闷巴金吉洛
森尼曲各卓瓦金吉洛

吽舍 杰灭曲各滚的桑波当
伦珠隆各日阿岗钦措

PAGE 30

嘎热多吉夏拉索瓦爹
莎灭甲鲁珠巴金吉洛
宁波顿丹希里森哈当
其美仁珍贝玛炯逆当
德钦嘉措夏拉索瓦爹
莎灭甲鲁珠巴金吉洛
仁增千波登督多吉当

吉祥忿怒胜密教法主
仁珍吉美贡波前祈请
秘密至尊智慧游戏舞
吉扎秋英多吉前祈请
实证原始本性成至尊
秋英让卓足前虔祈请
太子慈氏大悲胜色身
秋吉洛珠足前诚祈请
大威忿怒金刚真实现
祈请吉美永丹贡波前
修行圆满护法任役使

祈请仁珍坚巴多吉前
大密教法宝幢举十方
祈请突登秋吉嘉措前
导示龙萨宁波耳传者
大恩上师足前诚祈请
平息五毒迷惑赐加被
决定自心根本赐加被
五蕴成熟五佛赐加被
心性解脱法身赐加被

吽舍 无生法身普贤王如来
任成报身五部雪海佛

极喜金刚足前虔祈请
加被成就无漏虹身位
宣示精义希里森哈尊
无死持明莲花生大师
德钦嘉措足前虔祈请
加被成就无漏虹身位
大持明者登督多吉尊

龙萨顿丹珍千喇美夏
龙僧曲达囊拉索瓦爹
莎灭甲鲁珠巴金吉洛
崩察珠玖嘎移甲日瓦

教示龙萨精义大恩师
授记法王尊众前祈请
加被成就无漏虹身位
六百万部密续守护者

PAGE 31

奥达杖松借布勒巴扎
当尖甲措夏拉索瓦爹
珠贝巴切赐瓦金吉洛

密主、仙人、正士善力等
具誓海会诸尊前祈请
加被平息修道诸障碍

如是三身传承祈请颂。又：此金刚藏传承祈请颂念毕，继而为随念上师功德而遥呼九宝名节，即所谓三身、三宝、三根本以及三世和事业总摄在内之祈请文者：

喇嘛拉索瓦爹索
(此句念诵三遍)

至诚祈请上师尊

俄窝结灭吉曲各
让辛嘎麦吉隆各
突结却麦吉珠各
各松仁波切钦诺

本性无生之法身
自性不灭之报身
大悲遍照之化身
三身大宝悉遍智

PAGE 32

喇嘛拉索瓦爹索
(此句念诵三遍)

至诚祈请上师尊

却玖桑杰吉珠巴
多奥当曲吉得卓
帕贝格顿吉挫奔
却松仁波切钦诺
喇嘛拉索瓦爹索
(此句念诵三遍)

十方诸佛之化身
显密妙法之宝藏
贤圣僧众会中尊
三宝大宝悉遍智
至诚祈请上师尊

喇嘛喇嘛移珍却
移当袞杜吉最坚
杖麦扎给移措奔
扎松仁波切钦诺

无上上师之胜导
本尊总集之顶饰
无量空行会中尊
三根本宝悉遍智

PAGE 33

喇嘛拉索瓦爹索

至诚祈请上师尊

(此句念诵三遍)

安君桑杰吉珠巴
达地桑杰吉甲查
玛翁桑杰吉炯逆
杜松仁波切钦诺
喇嘛拉索瓦爹索

过去诸佛之化身
现世诸佛之代表
未来诸佛之本源
三世佛宝悉遍智
至诚祈请上师尊

(此句念诵三遍)

却玖桑杰玛鲁唐结吉
臣列吉的杜贝仁波切
扎威喇美夏拉索瓦爹
甲鲁曲各珠巴金吉洛

十方诸佛悉无余
事业总摄大宝尊
祈请根本上师足
加被成就虹法身

身于虹身、意于法身中解脱而祈祷之。至重再三重复：

PAGE 34

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛仁珍龙萨宁
波钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊仁珍龙萨宁波悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛嘉色苏朗德
赞钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊嘉色苏朗德赞悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛聪美扎西沃
色钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊聪美扎西沃色悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛龙珍秋尼嘉
措钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊龙珍秋尼嘉措悉遍智

PAGE 35

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛珠扎南卡嘉
措钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊珠扎南卡嘉措悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛杰温扎西彭措钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊杰温扎西彭措悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛直美雄古贡波钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊直美雄古贡波悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛玖美赤旺却珠钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊玖美赤旺却珠悉遍智

PAGE 36

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛根桑额顿旺波钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊根桑额顿旺波悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛仁珍吉美贡波钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊仁珍吉美贡波悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛吉扎秋英多吉钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊吉扎秋英多吉悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛玖美秋英让卓钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊玖美秋英让卓悉遍智

PAGE 37

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛根钦秋吉洛珠钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊根钦秋吉洛珠悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛仁珍坚巴多
吉钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊仁珍坚巴多吉悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛吉美根桑朗
杰钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊吉美根桑朗杰悉遍智

PAGE 38

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛突登秋吉嘉
措钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊突登秋吉嘉措悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛玖美丹巴朗
杰钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊玖美丹巴朗杰悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛堪钦坚参沃
色钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师尊堪钦坚参沃色悉遍智

钦诺 钦诺 喇嘛钦诺 桑杰袞杜杰沃卧珍钦扎威喇嘛钦诺

遍智遍智上师遍智 诸佛总摄本性大恩根本上师悉遍智

PAGE 39

如是根本上师名号尽力多诵，以至诚心持诵「悉地」（莲师心咒的简称）念满十万遍。内受熟道四灌顶故上师观于顶间者，以猛力诚信诵：

扎威喇嘛达给鲁金吉拉的索

根本上师祈于吾身赐加持

奥金吉拉的索

祈于语赐加持

意金吉拉的索

祈于意赐加持

鲁奥意松金吉拉的索

祈于身语意三赐加持

嘎亚瓦嘎 支达萨瓦 悉地 帕拉 吽阿

PAGE 40

如是为所愿之事至诚祈祷故，于上师身放出妙光，摄诸传承上师和众眷属融入上师身。上师以皆大欢喜相至自顶间，其三处明观三金刚之自性三咒文「嗡阿吽」。观上师眉间犹如水晶般璀璨的「嗡」字放射妙光，融于己顶，清净身业及脉障，得宝瓶灌顶，具观修佛身生起次第之授权，真实现证

化身果位。喉间犹如红宝石般闪耀的「阿」字放射光芒，融于己喉，清净语业及风障，得秘密灌顶，具修持旃(zhan)陀离（脐轮火）瑜伽之授权，真实证报身果位。心间犹如虚空般蔚蓝的「吽」字放射妙光，融于己心，清净意业及明点障，得智慧灌顶，具修持大乐明点之授权，真实证法身果位。复又上师三处同时放射出白红蓝三色妙光，融于三处，清净阿赖耶业及所智障，得文字宝灌顶，具修持大圆满秘诀之授权。真实证本性身果位。所谓‘现证’一词是指心续之种子（如来藏），能其灭除盖障与开显本具功德而言之。秘密为熟练解脱道，故上师观于心中者。又复以无为诚信中：

巴丹扎威喇嘛仁波切
达给宁嘎白美色竹拉
扎瓦灭巴达巴秀逆江
嘎珍钦波果逆杰松得

具德根本上师宝
吾自心间莲蕊中
无有离散恒安住
大恩之门随摄受

PAGE 41

各松突吉俄竹扎的索

祈赐身语意悉地

如是猛烈祈请之原故，顶间的上师以喜悦容颜，自顶门降至心间，由诚信而成盛开之莲座上泰然而住，获得三金刚之悉地。佛与上师不向外寻，心性基位之智慧，身口意三门之威仪等皆为元始上师身语意事业等之游戏神变，如实普遍清净，法界万物皆系钉于广大清净平等之坛城中为至要。圆满次第者，上师三密金刚和己之三门，如水乳相融合而为一，于本然原态；乐空双运；离言而宽阔之境；无修亦无散中等持者，则谓内观上师法身之不共秘诀也。于此出定时，万物皆于上师身语意之游戏，不离净相道用中：

PAGE 41-1

成就谛实句之札尼达入遍智城愿文

沃着加措久奈喇嘛东穷森雄恰森巴娘拉尚查止夏色气我新吉量德
所

如海悉地之泉源上师于三宝、菩提萨众至诚顶礼皈依且愿赐加被，

弥阿杰瓦奈才让塔借德达炯教杰聪义弥利仁波切陀带解潜喇嘛参
尼牡丹彼德夏就哇秀吉

愿我本人所有生生世世中皆得十八暇满之宝身，成为至尊具德上师之所化境。

噢陀东尼莱塔达格玖空铁桑果三吉容积德带如义丹巴仁波切杰森
洛巴秀吉

胜生（人天善趣的圆满福报）与定胜（指解脱位和一切智位）等之来源以闻思修三调伏其心惟愿随学佛教妙法。

PAGE 41-2

秋拉具比杂哇尼玖东洛朵娘巴斜玖拉昂昂秀吉悉内阔哇塔美吉夏
哇拉尊洞东美哦达额同哇秀吉

进入法门之根本厌世心与四出离心于相续中油然而生，愿明见无际轮回之
诸事宜为如地牢与火炕般可怖。

兰窄冷哇美巴拉义其涅内给帝格莱嚓莫赞拉拥玖多斜巴雄吉
深信因果不虚之理，愿于微细善恶之业亦如实作取舍之。

念诸拙泽尽嗯拉索巴夏巧诸彼哇切吉喻德门卓哇棍秋三吉夏沃德
赐德吉波散吉拉拉洛巴秀吉

愿处所、友伴、嘈杂等诸逆缘勿成为修菩提道之障碍且由三宝之佑护中以
次第修学三士道。

德斜棍帝支我噢嘎珍尽吉喇嘛丹巴拉太嚓冬娘卓吉莫热苏义陆达
布德松吉邬色同啊秀吉

对诸善世之本体大恩胜妙上师勿起疑心和断除当作凡俗友伴之邪见，愿起
真佛之正见。

PAGE 41-3

德义特列存协悲义喻协郭三门巴协德麦兄多界忒彼森郎啦玖巴秀
吉

由彼力故以象征之理喻四灌顶令其三门成熟，惟愿切入稀有金刚乘之快捷
方式妙道。

索爹动每故吉参肖啦德隆那存夏敦吉贡及达拉配德多巴娘堪动那
巴秀吉

祈请与敬信结合趋于圆满，喻所胜义之密意升华于自相续中愿悟境等如虚
空境。

及巴玛哈要嘎娘临他新那诺吉玖阔三德西兴日怎娘巴悉萨拉卓巴
降窄白玛动必玛拉达兵玖瓦秀

生起次第玛哈瑜伽之修行圆满已，愿成为如同莲花生与比玛拉尊者般，明
知情器（内情众生和外器世间）为三坛城之自性而超越四持明地之成就。

PAGE 41-4

龙阿努要嘎娘临唐新那阔跌吉谳多德乐呢速美必我握桑杰德噢门
灯波归必悉康拉翁精瓦秀吉

圆满次第阿努瑜伽之修行圆满已，愿轮涅之计（计者计度心之义）取于乐空不二之本体中正觉，成为密严刹土之统帅。

佐钦阿帝要嘎娘临塔新那去金吉弄瓦去尼吉隆德赛那训努并各照
瓦日怎嘎让多界达并玖瓦秀吉

大圆满阿底瑜伽之修行圆满已，愿有法之现相灭尽于法性境界中，成就如同大持明者嘎绕多吉以童子瓶身解脱。

导纳达给下求吉效巴拉亮巴那讼德高三吉夏瓦吉结巴他界爸妈森
尽他界吉顿的玖瓦秀吉

总之自我学菩萨行始三门之所作所为皆成利益众生之行宜。

PAGE 41-5

帝东娘巴汤结德丹比秋玛印必吉特境格桑巴该吉玛杂永森拉弥杰
瓦秀吉

愿何时何地亦于内心勿生起刹那片刻之非正法迎合世间之心态。

嘎德列动帮强翁赞巴吉那新吉落格罗吉那翁德尼弥珠巴秀吉
倘若因宿业与恶习威力所迫而产生颠倒之想法愿莫能实现。

新顿德就那路着到瓦拉用娘瓦美巴新努顿珠达兵玖巴秀吉

愿能成为利益他人之事宜如同大勇王子般即使须由生命来换取亦毫无畏惧。

顿尼临珠吉萨拉新那康三阔拉降措顿那政努巴导久弥吉娘悉杂尽
德久吉

愿登上自他二利任运成就之宝地，成为能永拔三界轮回苦海具足十力与四无畏之大力士。

PAGE 41-6

多巴东札拉谬郎德达兵有速珠必特玖灾巴降哇窄节娘吉夏吉悉巴
印诺

如此这般远离欲望之清净愿真实成就，诸佛佛子允诺协助成办也。

州中点巴玛瓦娘拉香擦落

顶礼正士言说真语尊

喻 达热 达热 班达热 班达热 梭哈

给哇多切瓦久吉

惟愿善行威力猛

毛浪特赞巴就吉

且愿诸愿威势牢 (不可动摇)

地巴搭协巴就吉

更愿恶业速清净

札哑札哑 悉地悉地 啪啦啪啦 阿啊 哈夏萨玛

嘛嘛 郭愣 萨曼达

下康区巴札达玛吽雅之催促下，大圆满行者让春多吉（俱生金刚）宣说 善哉！

PAGE 42

巴丹喇美南巴塔巴拉

具德上师之本传

给吉藏杨洛打米杰辛

刹那亦勿生邪见

吉遮曲色通威莫古吉

所作敬见为法行

喇美金拉森拉玖巴秀

愿师加持入心中

杰瓦根的杨达喇嘛当

世世皆遇清净师

扎麦曲吉巴拉隆觉逆

不离妙法恒受用

萨当朗吉元丹日左逆

地道功德极圆满

多吉姜给郭胖纽托秀

速证金刚持果位

给辛结瓦达呢汤借的

所有生生世世中

日桑洛萨阿甲麦巴当

种善明慧无我慢

宁杰切辛喇嘛拉古丹

具大悲心敬上师

巴丹喇美当赤拉逆秀

愿住德师之三昧

巴丹喇美古侧丹巴当

具德上师寿永固

PAGE 43

卡酿永拉得吉炯瓦当

遍空有情得安乐

达现玛鲁措扫珠向逆

自他具资障悉尽

纽的桑杰莎拉歌巴秀

愿速安置于佛刹

噶陀巴喜嘎波楞的兆

噶陀巴誉称雪域

兆塔亦佳威巴信根恰

称誉无边遍佛刹

恰道佳瓦根东耶麦杰

与诸如来无别尊

PAGE 44

如述上师瑜伽法，当行走时观于右肩上；安坐时头顶；饮食时喉间；睡眠时观于心中。总之一切时分处所为密严刹；所受之苦为净罪之需是师所赐，以喜心接受而不作消除之想。安乐时应知为师所予，勿起慢心与兴奋心。禅修若出现昏沉或疲厌时，需善用意心和合（师之密意和己之凡心融合为一）等道用之诀窍十分重要。其功德者，《三昧耶庄严续》云：‘具相妙好之天尊；十万劫中勤修持，念师刹那德胜彼。’又云：‘恭敬不摇六个月；能得金刚持佛地。’复于《密灯》云：‘持诵心咒千万遍；祈师一次得胜彼。’如是云云。为消除上述修行中的障碍故长吟「吽」字法分共同与特殊两种。其一：明观己为忿怒莲师之心间有深蓝色「吽」，口中猛烈讽诵「吽」字故，「吽」中化出无数只炽燃智慧火的「吽」，发出本音自右鼻孔出来布满居室，病痛魔障皆驱逐出铁围山外，尽虚空界皆盈满「吽」而作观想，此为长吟「吽」字外相印持法者是。彼等「吽」皆左鼻孔进入，盈满包括毫毛顶端在内的整个身体而观想，短诵「吽」字者为内蕴印持法也。其二特殊深奥耳传者：自身本尊胸中日月轮上蓝色「吽」字，发出朗朗响亮的本声，其中化出同样一咒文朝上半身躯之所有病魔罪障往上驱逐，以青红色烟雾相从顶门冒出而去，犹如洗去糠秕之盛器般洁净无暇。「吽」降下而右绕一圈心间的「吽」后，把手足四肢如前一般——观修之后融入心中的「吽」。如是观想。心识专注于其上而闭一次气，当气外呼的同时一并由「吽」中化出无数「吽」，使身体变成直透无碍，广遍三千大千界而「吽」声朗朗。又复气内吸之时所有「吽」自毛细孔中进入遍满身体亦发出朗朗「吽」声而思维之。当「吽」外射内收之时，观想内外的「吽」无有增减。如是闭住百零八次气而反复修炼，时而吟唱「吽」歌，结尾时外在的所有「吽」摄收向内，身体与内在的所有「吽」皆摄入心中的「吽」，彼亦彩虹般消失，于无为中入定之。

尊贵的上师洛嘎仁波切长寿祈请文

突灯记党囊久得笄及
乐穴井炯杯为漏朵突
透桑共备给捏望左灯
抽界灯笔将称刹灯索

释教总体尤其密三续
善说持护播具智慧力
闻思修而实证大自在
海生教法之幢祈长寿

去塔南灯支巴厘记多
囊答取美仁金杯玛炯
桑瓦滚桑赌没滚波诺
耶没绰堵漏朵将称拉
索瓦德索古册嘎界瓦
刹备灯经则听解久记

外如第四导师悉达多
内为长生持明莲花生
秘密基位普贤真实怙
不二胜妙化现智慧幢
至诚祈请佛寿至百劫
足莲永固佛业愿昌盛

迴向文

所南帝宜汤杰希巴尼
托涅尼贝札南邦介涅
给葛那契巴拉措巴宜
希贝措列卓哇卓哇修

所修功德成遍知
调伏罪业众敌怨
生老病死波涛海
愿诸有情得解脱