

# ༄༅། །སློབ་འགོ་ཉུང་འདུས།

## 简明前行仪轨

夏嘎 措珠 让卓著

### ན་མོ་གྲུ་སྤ།

皈依上师！

དལ་འབྱོར་རྗེད་དཀའ་འཛི་བ་ལྷུར་དུ་འོང་། །

达久 捏噶 其哇 纽都昂

暇满难得死亡迅速至

ལས་འབྲས་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པར་བྱ། །

列拽 阔未 捏密 桑巴嘉

因果不虚轮回苦难深

ཞེས་པ་ལྟར་བསམ་ལ།

如是思维。

དེ་ནས་ཚོགས་ཞིང་གསལ་བ་ནི།

### 观想皈依境：

འཁོར་བ་ངན་སོང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་སློབ་པའི། །

阔哇 嗯颂 都昂 列教比

轮回恶业苦难救护者

སྐྱབས་ཡུལ་ལྟ་ཚོགས་ནམ་མཁའ་གང་བར་བཞུགས་པར་བསམ།

嘉由 啦措 囊卡 冈哇 苏巴嘉

皈依对境天尊遍满尽虚空

དེ་ནས་སྐྱབས་འགོ་ནི།

### 皈依：

བླ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

喇嘛 贡秋 孙拉 嘉苏其

上师三宝诸尊我皈依

སེམས་བསྐྱེད་ནི།

发心：

བྱམས་དང་སྡིང་ཇེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

将当 宁界 强秋 森界多  
生起慈心悲心菩提心

ལན་ཅི་རིགས་བརྗོད་ལ།

尽量念诵。之后：

སྐྱབས་ཡུལ་ལྷ་ཚོགས་འོད་ལྷ་རང་ལ་ཐིམ། །

嘉由 啦措 沃苏 让啦听  
皈依圣境化光融入我

རང་ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་ཕུང་པོར་གྱུར། །

让吕 当萨 沃及 盆波久  
身净无暇放射大光芒

དོར་སེམས་བསྐྱོམ་བཞུགས་ནི།

观修金刚萨埵：

སྤྱི་པོར་དོར་སེམས་སྐྱུ་ལས་བདུད་ཅི་བབ། །

其沃 多森 故列 对贼巴  
顶上金萨流下甘露泉

རང་གི་ནད་གདོན་སྤིག་སྤིབ་དག་པར་གྱུར། །

让给 捏动 地追 达巴久  
病苦障碍恶业皆清净

ཨོ་བཟླ་སང་ཞེས་ཡིག་བརྒྱ་བཞུགས་ལ།

持诵百字明咒...

དོར་སེམས་འོད་དུ་ལྷ་ནས་རང་ལ་ཐིམ། །

多森 沃都 苏捏 让啦听  
金刚萨埵化光融入我

རང་ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་ཕུང་པོར་གྱུར། །

让吕 当萨 沃及 盆波久  
身净无暇放射大光芒

མཇུལ་གྱི་ཚོགས་ཞིང་ནི།

**积极资粮供曼扎：**

བྱིན་རླབས་དངོས་གྲུབ་ཆར་ལྟར་འབབས་མཛད་པའི། །  
钦啦 虐诸 恰达 贝再比  
降下如雨加持成就者

ཚོགས་ཞིང་ལྷ་ཚོགས་ནམ་མཁའ་གང་བར་བཞུགས། །  
措新 啦措 囊卡 冈哇修  
皈境天尊遍满尽虚空

དེ་ནས་མཇུལ་འབུལ་བ་ནི།

**供曼扎：**

དངོས་འབྱོར་ཡིད་གྱིས་སྤུལ་པའི་མཇུལ་འབུལ། །  
虐教 以及 处贝 曼达布  
以此实物幻化曼扎供

བཞེས་ནས་བྱིན་རླབས་དངོས་གྲུབ་སྦྱུལ་དུ་གསོལ། །  
些捏 钦啦 虐诸 匝都索  
纳受并赐加持与成就

ཞེས་འབུལ།  
如是献供。

ཚོགས་ཞིང་ལྷ་ཚོགས་འོད་ལྷུ་རང་ལ་བེམ། །  
措新 啦措 沃苏 让啦听  
皈境尊众化光融入我

རང་ལུས་དངས་གསལ་འོད་གྱི་ཕུང་པོར་གྱུར། །  
让吕 当萨 沃及 盆波久  
身净无暇放射大光芒

དེ་ནས་སྒྲ་མའི་ནུལ་འབྱོར་ནི།

**上师瑜伽：**

སྤྱི་པོར་སེང་གི་པད་ལྷའི་གདན་སྟེང་དུ། །  
其沃 森垂 贝迭 但等都  
顶上狮座莲花月轮垫

སྤྲུལ་རྗེ་འཆང་དབང་བཞུགས་པར་གྱུར། །  
喇嘛 多杰 羌旺 苏巴久  
上师安坐现为金刚持

སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཅུ་བའི་སྤྲུལ་ལ། །  
嘉捏 袞对 匝未 喇嘛啦  
皈境总集根本上师尊

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སློབས། །  
索瓦 迭索 达觉 新及洛  
虔诚祈祷请赐我加持

ཞེས་ཅི་མང་འདོན།  
尽可能多地念诵。

སྤྲུལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དབང་བཞི་བསྐྱུར། །  
喇美 顶捏 尽及 旺希故  
上师定中赐予四灌顶

འོད་དུ་ལྷུ་ནས་རང་ལ་བེམ་པར་གྱུར། །  
沃都 苏捏 让啦 听巴久  
化为光芒融入于我身

སྤྲུལ་འཇིགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་འབྲེས། །  
喇美 图当 让森 也美追  
上师智慧我心无二致

སེམས་ཉིད་སྤོང་གསལ་ཚོས་སྐྱའི་ངང་ལ་བཞག། །  
森尼 动萨 却轨 昂啦夏  
安处法身明空心性中

དེ་ནས་བལྟོས་ཞི།

回向和发愿：

འདིའི་མཚོན་དག་བས་ཚོས་སྐྱའོ་མཛོན་དུ་བྱས། །  
地聪 给未 却故 翁都切  
以此功德圆证佛法身

གཞུགས་སྐྱེ་གཉིས་གྱིས་འགོ་དོན་བྱེད་པར་ཤོག། །  
苏故 尼及 卓顿 切巴索  
利益众生报化二身果

ཅེས་སྡོན་འགོ་ཉུང་འདུས་འདི་ནི་རྣལ་འབྱོར་ཞབས་དཀར་པས་སྐྱར་བའོ། །དགེའོ།།  
此简明前行仪轨由瑜伽士夏嘎所作。愿功德增长！

谷平(Eric Gu)汉译于2022年10月



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

ISSN 2753-4812

PDF document automatically generated on Sat Dec 3 02:30:06 2022 GMT from  
<https://www.lotsawahouse.org/zh/tibetan-masters/shabkar/concise-preliminaries>



LOTSAWA HOUSE

DHARMA. ON THE HOUSE.