

༄༅། །ལམ་ཟབ་སྒྲ་མ་སྒྲུབ་པ་ལས། རྒྱན་འབྲེར་ཤིན་  
ཏུ་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།

《甚深道上師修持之日修極略軌》

༄༅། །སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་གུས་བཏུང་ནས། །སློང་མཐོ་ཚོས་ལ་མོས་  
པ་དང་། །གཞན་དབང་གཡིང་བས་བྲེལ་རྣམས་ལ། །རྒྱན་འབྲེར་ཆག་  
མེད་འདི་སྐྱད་གཏམས། །བདེ་བའི་སྤྲོ་ལ་འདུག་ནས་འདི་སྐྱད་བརྗོད།

上師足前恭禮已，心智低劣欣羨法，  
他力放逸忙碌眾，日修不斷如是授。  
安坐墊已如是誦：

སངས་རྒྱས་ཚོས་ཚོགས་ཡི་དམ་སྤྲུང་མ་ལ། །

桑給卻措以堂松瑪喇  
佛陀法僧本尊護法眾

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

強秋帕篤達尼價蘇器  
我行皈依直至得菩提

བདག་གིས་སྒྲིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

達給井梭吉貝雖囊幾  
我做布施等等之福德

འགྲོ་ལ་སྒྲན་སྒྲད་སངས་རྒྱས་གྲུབ་པར་ཤོག། །གསུམ་གྱ།

卓喇棉類桑給竹巴勒修  
為利衆生願成就佛果

(唸三次)

ཨོ་སྐ་བྲུ་མ་ཤུ་ལྷོ་སའ་རྒྱལ་སྐ་བྲུ་མ་ཤུ་ལྷོ་ཉེ་ཉ།

嗡 梭巴瓦 修達 薩勒瓦 達勒瑪  
梭巴瓦 修朵 杭

གཉིས་འཛིན་གཤོས་བཅས་ཚོས་སྤངས་སྤྱོད་པའི་ངང་། །

逆津對界卻講東貝昂  
清淨二執物法於空境

བདུད་བཞིའི་གདན་ལ་རང་རིག་རྩྱུ་དམར་ལས། །

對席墊喇讓日吽瑪類  
四魔墊上本覺紅吽字

བྱུང་བའི་སྒྲ་མ་བདེ་བའི་རྩོམ་མོ། །

瓊衛喇嘛磔衛多傑尼  
所現上師大樂金剛身

མདོག་དམར་ཕྱག་གཉིས་རྩོམ་བྲིལ་ཡུམ་ལ་འབྱུང། །

朵瑪恰逆朵直永喇去  
紅色雙手鈴杵擁佛母

བརྒྱུད་བསྐྱེལ་རུས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དུག་བརྒྱན་ཅིང་། །

將工瑞貝恰甲除間警  
雙足伸曲六骨印莊嚴

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཆང་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །

塔躺仁千間羌托促間  
綢緞珍寶為飾具頂髻

ཡུམ་མཚོག་སྟོང་ཉིད་རྩོམ་བྲིལ་མདོག་། །

永秋東逆多傑秋瑞朵  
空性金剛勝母珊瑚色

གྲི་ཐོད་འཛིན་ཅིང་འབྲིལ་སྟོར་རལ་པ་བསྐྱེལ། །

尺推金警赤久惹巴尼  
鉞刀顛器交合垂髮辮

ཡབ་ཡུམ་གར་དགའི་ཉམས་ལྡན་འོད་ཟེར་འབར། །

雅永卡貴娘顛衛色拔  
父母具九舞態光熾盛

ཡབ་ཀྱི་དཔལ་བར་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དུ། །

雅幾哲瓦尼碟墊顛篤  
父尊額間日月墊上方

བྱབ་དབང་མཚན་དཔེ་ཡོངས་ཚོགས་རྫོང་སྐྱེལ་བཞུགས། །

吐旺餐貝永佐朵機修  
態仁相好圓滿跏趺坐

མགོན་པར་ཟླ་ཉིའི་གདན་ལ་དོ་རྗེ་འཆང། །

真巴達尼墊喇多傑羌  
喉間月日墊上金剛持

རྫོང་དྲིལ་བསྐྱོལ་འཛིན་རང་འདྲའི་ཡུམ་དང་སྐྱེར། །

朵直虐金讓哲永躺久  
交持鈴杵如己母交合

ལོངས་སྐྱེལ་དེས་པ་ལྲ་ལྡན་མཚན་དཔེ་ཚོགས། །

攏估涅巴阿顛餐貝佐  
具五決定報身相圓滿

ཐུགས་ཀར་ཉི་ལྷའི་གདན་ལ་འཛིག་རྟེན་མགོན། །

吐噶勒尼磔墊喇吉顛貢  
心間日月墊上直貢巴

དཀར་པོ་ཚོས་གོས་གསུམ་ལྡན་རྩོལ་བཞུགས། །

噶波卻貴松顛多機修  
白色著三法衣跏趺坐

ཚོས་འཁོར་ཕྱག་རྒྱ་བཀའ་རྟགས་སྒྲོམ་ལྷ་མནའས། །

卻闊恰甲噶大貢夏那  
法輪印戴標誌性禪帽

ཐུགས་ཀར་ལྷ་སྟེང་ཙུ་བའི་སྤ་མ་ནི། །

吐噶勒達顛雜衛喇嘛尼  
心間月墊根本上師尊

ད་ལྟའི་ཆ་ལུགས་ཇི་བཞིན་འོད་དུ་འབར། །

躺磔恰路啓形維篤拔  
猶如當下形象光熾盛

ཐུགས་ཀར་རྩོལ་སྟོན་པོ་ཙུ་ལྷ་པའི། །

吐噶勒多傑溫波賊阿貝  
心間藍色五股金剛杵

ལྷོ་བར་ཨོྲོ་དཀར་ལུཾ་ དམར་རྩྱུ་མཐིང་རྣམས། །

碟瓦勒喻噶阿瑪吽聽囊  
核心白喻紅阿藍吽字

བརྩེགས་མར་གནས་པ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དངོས། །

賊瑪內巴耶謝阿以衛  
層疊安放五本慧之體

ལྷ་རྣམས་ཀུན་གྱི་གནས་གསུམ་ཡི་གོ་གསུམ། །

拉囊滾幾內松以給松  
一切本尊三處三種字

འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་དྲངས་གཉིས་མེད་བསྟིམ། །

衛吹耶謝間常逆美丁  
放光迎請慧尊無二融

སྤྱར་ཡང་འོད་འཕྲོས་དབང་ལྷ་སྤྱན་དྲངས་ནས། །

拉洋衛吹望拉間常內  
馱又放光迎請灌頂尊

མཚོད་ཅིང་གསོལ་བཏབ་དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱར་བས། །

卻井雖大旺類旺估衛  
供養祈請灌頂尊灌頂

ལུ་ཡིས་ལུས་གང་སྒྲིབ་སྦྱངས་ལྷག་མ་ལས། །

曲以呂扛指講拉瑪類  
水滿全身淨障所溢水

རིགས་ལྲས་དབུ་བརྒྱན་དབང་ལྷ་རང་ལ་བསྟེམ། །

日爺鄔間旺拉讓喇丁  
成五佛冠灌頂尊融己

ལྷ་སྒྲགས་ས་བོན་བཅས་ལས་འོད་འཕྲོས་པས། །

拉阿薩本界類衛吹貝  
本尊咒及種字放光芒

ཕྱོགས་བཅུ་འི་རྒྱལ་མཚོད་བྱགས་ཇེ་བསྐྱས་ལ་ཐིམ། །

秋具給卻吐傑對喇聽  
十方供佛收融其悲心

འོད་ཀྱིས་འགོ་དུག་སྒྲིབ་སྦྱངས་སྣ་མ་ཡི། །

衛幾卓除指講喇嘛以  
光淨六道障礙且安置

གོ་འཕང་ལ་བཀོད་ཀུན་ཀྱང་སྒྲགས་སྒྲོག་སྒྲོག། །

口滂喇貴滾將阿札卓  
上師果位衆皆發咒音

གཟུགས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གཟུགས་རྩི་རྩི་བཟུངས། །

蘇囊估喇札炸多傑磔  
相皆本尊聲皆金剛誦

དམ་ཏྲི་ག་ཐུགས་སུ་གདོད་ནས་ཡོངས་སུ་གྲུབ། །

臣唾吐蘇對內永蘇竹  
念皆聖意自始乃圓成

ཨོཾ་ཨུཾ་ ཧཱིྃ་ཞེས་རྩི་བཟུངས་བརྒྱ་ཕྱག་གྲ།

喻阿吽

(金剛誦修至百遍)

ཐུབ་དབང་འོད་ལྷུ་རྩི་རྩི་འཆང་ལ་ཐིམ། །

吐旺衛修多傑槍喇聽  
能仁化光融入金剛持

དེ་ཡང་འོད་ལྷུར་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་ལ། །

鐵洋衛修吉顛貢波喇  
波亦化光融入直貢巴

དེ་ཉིད་ཚུ་བའི་སྒྲ་མ་ལ་ཐིམ་ཞིང་། །

鐵逆雜衛喇嘛喇聽形  
波亦融入根本上師中

དེ་ཡང་རྩོམ་རྩོམ་སྤྲུགས་གསུམ་ལ། །

鐵洋多傑多傑阿松喇  
又入杵中杵入三咒字

སྤྲུགས་གསུམ་སྟེང་ནས་རིམ་བསྐྱུས་རྩྱུ་ལ་ཐིམ། །

阿松顛內仁對吽喇聽  
三咒由上次第融入吽

རྩྱུ་ཡིག་འབས་ཀྱི་ཁོག་པ་མགོ་སྒྲ་ཚོས། །

吽易夏久闊巴果達測  
吽由下勾至腹至月牙

ཐིག་ལེ་རྒྱ་དེ་རིམ་བཞིན་དམིགས་མེད་གྱུར། །

替類那達仁形密妹久  
明點那達次第無所緣

བདེ་བའི་རྩོམ་རྩོམ་སྤྲུ་བོར་ཉི་དཀར་པོ། །

碟衛多傑記臥杭噶波  
大樂金剛頂輪白杭字

ཐུར་བསྐྱེན་གསང་བར་ཨ་ཤ་འད་དམར་པོ་བསམ། །

吐顛桑瓦勒阿謝瑪波桑  
朝下觀想密輪紅阿線

རླུང་གིས་སྐར་བས་ཨ་ཤ་འད་མེ་ལྷེ་ཡིས། །

龍給拔衛阿謝美界以  
風令點燃阿線其火舌

ལུས་ངག་ཉེས་སྒྲིབ་བསྐྱེད་ཤིང་རྟོ་ལ་རེག། །

呂阿涅至色形杭喇惹  
焚燒身語過障觸杭字

རྟོ་ལས་དཀར་ཆ་འོ་མ་ལྟར་ཟགས་པ། །

杭類噶恰歐瑪搭勒薩巴  
由杭滴漏如乳白明點

མེ་ལྷེ་དང་འདྲེས་དཀར་དམར་བདེ་བློ་གྲིས། །

美界躺哲噶瑪碟追吉  
相合火舌白紅之暖樂

ལུས་གང་བདེ་སྐྱོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་བསམ།

呂扛碟東耶謝給巴勒桑  
充滿全身樂空慧圓滿 如是想

སྒོམ་བརྒྱས་བརྒྱ་ཕྱག་བྱ་ཞིང་སྐར་ཡང་ནི།

修誦百遍復又如是觀：

བདེ་བའི་དོ་རྩེ་སྟོད་སྦྱང་འོད་དུ་ལྷ། །

磔衛多傑堆妹衛篤修

大樂金剛由上下化光

དམིགས་མེད་འཇའ་ཚོན་མཁའ་རུ་ཡལ་བ་ལྟར། །

密妹甲村喀乳耶瓦搭勒

無所觀詩如虹空中消

དུས་གསུམ་རྟོག་མེད་མ་བཅོས་རང་གཤེས་བབས། །

退松埗妹瑪倔讓悉帕

三時無念無為之本性

མཐའ་བྲལ་མཉམ་ཡངས་ཚོས་སྐྱའི་དོ་བོར་གྲོལ། །

他車娘樣曲貴歐握吹

離邊廣等法身境中解

དེ་ལས་བྱུང་དང་འཁོར་འདས་ཡོད་པའི་དགོ། །

鐵類瓊躺闊碟月貝給

波所生與輪涅所具善

ཀུན་མཁྱེན་ས་བོན་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་ཚོགས། །

滾千薩本闊松永塔措  
遍知種子三輪普淨資

དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཚོགས་རབ་དཀར་བ། །

退松薩貝給措惹噶瓦  
三時所積善資甚白淨

འགོ་རྣམས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ཕྱིར་བསྡོ་བར་བསྒྱ།

卓囊強秋拓器歐瓦勒吉  
為衆證得菩提當回向

ཞེས་བརྗོད་འདོན་སྒྲིམ་བྱུང་འདུག་ལམ་བསྐྱས་འདི། །

སློབ་དམན་རྣམས་ཀྱིས་ཞོགས་སམ་དགོང་མོའང་རུང་། །

ཉིན་ཞག་རེ་ལ་ལན་རེ་མ་ཆག་པར། །

སླ་སྐྱབ་ཆག་མེད་དམ་ཚིག་རེས་པར་འཚོ། །

如是簡略唸誦雙運道，  
劣智等眾於晨或晚間，  
每日一回日日不間斷，  
上師修持誓言須存養。

འདི་ཡང་སློབ་དམན་ཚོས་འདོད་ཆེ་བ་འཇམ། །

ལམ་ལ་མོས་ཀྱང་གཞན་དབང་གཡེང་བ་ཡིས། །

རྣམ་པར་བྲེལ་ལ་མདོར་བསྡུས་འདི་བྱས་གྱི། །

然則劣智於法有大求  
雖羨此道外力使放逸  
庸庸碌碌唯有修略軌

སློབ་གྲོས་ལྡན་ཞིང་རྣམ་གཡེང་འགའ་མེད་པར། །

དགའ་ཚོགས་ལ་བསམ་ལས་སྤྲོ་འབྱེར་བདེ་དང་། །

དེས་ཚོག་དེས་འོང་རྒྱ་དལ་ལ་བསམས་ནས། །

རྒྱས་པའི་ལམ་དོར་བསྡུས་པ་ལ་དགའ་ཞིང་། །

以爲專傳聰慧不懈者  
畏爲艱難爲令簡便修  
令思可行有暇力能及  
捨棄廣軌喜好簡略道

དེ་ཡི་འདོད་དོར་སྒྲ་མས་འདི་བྱིན་ན། །

དམ་མེད་སློབ་དཔོན་སློབ་མ་དེ་དག་ནི། །

སླིང་ཁག་འཇུང་ཞིག་དམ་ཅན་སྲུང་མའི་ཚོགས། །

ཞེས་པའང་སློ་དམན་འཇུག་བདེ་མ་བགྱིས་ན། །

ལས་ལ་མོས་ཀྱང་སློ་གྲོས་དམན་པ་འགའ། །

འདོན་ཆ་མང་སྤྱིར་བཏང་ལམ་སྲུང་ས་ཀྱི་དོགས། །

依其所求上師傳此法  
雖言對於無誓師與徒  
守誓護法將飲彼心血  
然若不令劣智易入門  
一些希求此法劣智眾  
唸誦過多恐棄甚深道

ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་གཟུ་བོར་བྱིས་པ་ལ། །

ཉེས་ཚོགས་མཚིས་ན་ཚོས་བདག་རྣམས་ལ་འཆག། །

དགོ་བས་དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་དཔལ་ཐོབ་ཤོག། །།

སྒྲིབ་སྒྲུབ།

曲吉札巴正心造此文  
若有過錯法主眾前懺  
願以此善任運得二利  
悉帝惹斯度  
(梵：令成就！)

སྒྲིབ་སྒྲུབ་དགོན་མཚོག་ཕུན་ཚོགས་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་སྒྲུབ་པས་དག་ལེགས་འཕེལ།

劉哲安漢譯，願樂善增長。

財施助翻譯，並使廣流傳，  
功德同譯者，勝於己抄經，  
恒常自他眾，除惑得新知，  
雖已睡眠時，功德自然積。

如果您想出資助譯：

海外（**overseas**）

1.paypal：<https://www.paypal.me/LiuZheAn>

2.銀行匯款：

Bank Name:E.Sun Commercial Bank, Ltd.

Swift Code:ESUNTWTP

Beneficiary Name:LIU, CHE-AN

Account:0163441025613

國內（**domestic**）

臺灣：玉山銀行(808)，帳號：0163968141869

大陸：可掃微信二維碼：

