

༄༅། །ལམ་ཟབ་སྒྲུ་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》

༄༅། །སྒྲུ་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་སྤྲོད་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་སྤྱད་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་སྦྱིན་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་སྦྱན་སྦྱང་སངས་རྒྱས་གྲུབ་པར་ཤོག། །གསུམ་གྱ།

卓喇棉類桑給竹巴勒修
為利眾生願成就佛果

(唸三次)

ཨོ་སྦྱ་བྱ་མ་ཤུངྏ་སང་རྒྱ་སྦྱ་མ་ཤུངྏ་ཉི།

嗡 梭巴瓦 修達 薩勒瓦 達勒瑪
梭巴瓦 修朵 杭

གཉིས་འཛིན་གདོས་བཅས་ཚོས་སྤངས་སྦྱོང་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་རྫོ་རྗེ་ལོ། །

瓊衛喇嘛磔衛多傑尼
所現上師大樂金剛身

མདོག་དམར་ཕྱག་གཉིས་རྫོང་རྒྱལ་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་རྫོ་རྗེ་བྱུ་རུའི་མདོག། །

永秋東逆多傑秋瑞朵
空性金剛勝母珊瑚色

གྲི་ཐོད་འཛིན་ཅིང་འབྲིལ་སྟུར་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

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

吐旺餐貝永佐朵機修
能仁相好圓滿跏趺坐

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་དཔེ་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་ཚ་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་ཚུ་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་རྩྱུྃ་མཐིང་རྣམས། །

碟瓦勒噶噶阿瑪吽聽囊
核心白噶紅阿藍吽字

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

ལྷ་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་བསྟེན། །

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་ཉི་ལྔ་ལ་མཚོན་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

དེ་ཉིད་ཚུ་བའི་སྤྲ་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་སྤྲ་གས་གསུམ་ལ། །

鐵洋多傑多傑阿松喇
又入杵中杵入三咒字

སྤྲ་གས་གསུམ་སྤྲེད་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་ཀྱུ་ཁོག་པ་མགོ་སྤྲ་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་སྤྲི་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་བསྐྱེགས་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་བྲོད་གྱིས། །

美界躺哲噶瑪磔追吉
相合火舌白紅之暖樂

ལུས་གང་བདེ་སྤོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་བསམ།

呂扛磔東耶謝給巴勒桑
充滿全身樂空慧圓滿 如是想

སྒོམ་བརླས་བརྒྱ་ཕྱག་བྱ་ཞིང་སྐར་ཡང་ནི།

修誦百遍復又如是觀：

བདེ་བའི་རྩི་རྩི་སྣོད་སྣོད་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་རོ་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
為眾證得菩提當回向

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

སློ་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་བའམ། །

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་སྤྱོད་འབྱེད་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་སྤང་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་སྤངས་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་སྒྲུ།

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་སྒྲུ་དགོན་མཚོག་ཕུན་ཚོགས་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་སྒྲུ་བས་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：

