

极乐愿文 大疏

福建莆田广化寺

极乐愿文大疏

江苏工业学院图书馆
藏

索达吉堪布 译

福建莆田广化寺

目 录

乔美仁波切简介	(1)
极乐愿文	(3)
喇啦曲智仁波切略传	(36)
极乐愿文大疏科判	(47)
极乐愿文大疏	(49)
净土教言	(225)
阿弥陀佛极乐捷径修法	(238)
愿海精髓	(241)

乔美仁波切简介

藏传佛教中涌现出的历代高僧大德，无一不是为了继承、发扬、广弘释迦牟尼佛的教法沥肝披胆光前裕后，树立起一座座明彰显著的里程碑。在层出不穷的无数持教大德中，噶玛乔美仁波切以其卓越的实证功德脱颖而出。为如今的修行者树立了一个鲜明的楷模。并将宁玛噶举两大宗派的法源汇融成一支，创立内多噶举派，成了这一派系的开山祖师。从此，声誉威振四海，名扬天下。

乔美仁波切约于公元十七世纪（具体生卒时间、地点不详）出生在一个普通的牧民家庭里，父亲名为班玛旺扎，母亲秋炯杰。他生来便具有强烈的慈悲心与非凡的智慧。由于前世的宿缘善根，从小就对三宝有猛烈的诚信，对正法有迫切的希求心。从孩提时代就对观修心性有浓厚的兴趣。小时候经常在草坪上

打座，寻找心的来踪去迹。五岁时已对心的本来面目有了一定的认识。

六岁开始学习文字的读诵与书写。由于天资聪颖，没用多久，便运用自如，流利阅读经论誊写典籍。七岁的时候，在仲巴上师前剃度出家，从此以后，谨持净戒，修持六度万行。

与其他修学者不同的是，他并未进行广泛的闻思，而几乎将所有的精力全部投注在修行上，精进实修，废寝忘食，甚至通宵达旦，彻夜不眠。他追循前辈苦行的足迹，历尽风风雨雨，为修法所付出的努力和经历的艰难困苦，实非我们常人所能想象的。

二十岁那一年，在被公认为阿弥陀佛化身的红帽金刚上师前恭听了“兰结即约”修法引导，并且潜心专研了因明的入门《摄类学》，同时也认真背诵许多经典论著，也听受了噶举派、宁玛派的诸多教言及窍诀，尽管如此，但大部分时间仍然用于观修心性上，行住坐

卧无时无刻不在修行的境界中,无论身居闹市,还是独处静处都是一模一样,自心不为外缘所转,修证不断提高,日臻究竟。此后,也时常到俗家作经忏,超度亡灵,随缘度化众生,摄受有缘弟子。

高僧大德的品行,有时从一件事情中也可表现出来。一次,当地的人们染上了一种严重的传染病,部分人不幸身亡,许多人祈请乔美仁波切慈悲加持消除这场灾难,他亲自到患者家中念经加持,丝毫未考虑自己时刻有被传染上此病的危险。而被他挽救了生命的那些人却没有感恩戴德之心。对此乔美仁波切并未放在心上,而是真挚祈愿生生世世救度他们摆脱更大的疾患——业惑。诸如此类的事例有许多,恐繁不述。

到了晚年,他一如既往地勤奋实修,隐居幽境闭关,期间也为部分有缘眷属传授修法窍诀,指导他们修持。弟子中获得共同、殊胜成就的人,为数不鲜。与此同时也著书立传,

为后代的学人留下了《山法论》、《转经轮功德》等许多无价之宝——修法窍诀。其中最为广泛弘传的是《极乐愿文》,文句优美流畅,意义深奥,具有不共的加持力,可谓是雅俗共赏的杰作。尤其是在雪域,几乎家喻户晓,人人皆能背诵,诸大尊者以此在各地举行极乐法会,无量众生依此趋向解脱的彼岸。

乔美仁波切圆满人间的事业后,不舍肉身携母亲、家犬等一同往生西方净土——极乐世界。

他真正实践了受持证法,为佛教作了卓越的贡献,实为我们这些后学效仿的典范。

༄༅། །མཁས་གྲུབ་རྒྱ་གུ་ཨ་ཟུས་མཛད་པའི་ནམ་དག་
བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་སྒྲོན་ལམ་བཟུགས་སོ། །

极 乐 愿 文

恰美仁波切著

འདི་ཉིད་རང་གི་ཐུགས་དམ་ཡིན།།

此乃我所修持法，

།མང་པོ་འགའ་ལ་ཨེ་ཡན་བསམ།།

思维饶益多众生，

ལག་པ་ན་ཡང་འབད་ནས་བྲིས།།

手虽痛却勤书写，

།དཔེ་གཙོད་འདོད་མི་གདའ་ན་གཡོར།།

若有欲抄者应借。

འདི་ལས་ཡན་ཡོན་ཆེ་བ་མེད།།

无有胜此之功德，

།འདི་ལས་ལྷག་པའི་གདམས་ངག་མེད།།

无有更深之教言，

ང་ཡི་ཚེས་ཀྱི་རྩ་བ་འདུག་ཡིན།།

乃是吾之根本法，

།རང་གར་མ་སྒྱུར་ཉམས་ལེན་འབྱུངས།།

精进修持勿舍弃。

འདི་ནི་མདོ་ལུགས་ཡིན་པའི་བྱིར།།

此属显宗法要故，

།ལུང་མ་ཐོབ་ཀྱང་འདོན་ན་རུང་།།

未得传承亦可诵。

ཨེ་མ་རྟེ་མ

唉玛火

འདི་ནས་ཉི་མ་རུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རྫོལ་ན། །

德内涅槃玛讷吉效入那

自此日落之方向

གྲངས་མེད་འཛིག་རྟེན་མང་པོའི་ཕ་རྫོལ་ན། །

章美杰定芒布帕入那

越过无数众世界

རྩུང་བད་སྟེང་དུ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ས་ན། །

炯杂当德帕 毕耶沙那

稍许上方圣境处

ནུམ་པར་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་བདེ་བ་ཅན། །

南巴 达毕样 刊 得哇 间

即是清净极乐刹

བདག་གི་ཚུ་བྱར་མིག་གིས་མ་མཐོང་ཡང་། །

达 个 切 寓 墨 给 玛 同 央

我等肉眼虽未见

རང་སེམས་གསལ་བའི་ཡིད་ལ་ལམ་མེར་གསལ། །

让 森 萨 唯 夜 拉 兰 没 萨

自心却应明然观

དེ་ན་བཙམ་ལྷན་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད། །

得 那 炯 丹 嘉 哇 奥 花 美

彼刹阿弥陀佛尊

བདྲ་རྒྱ་གའི་མདོག་ཅན་གཟི་བཏིང་འབར། །

巴 玛 局 给 到 间 则 吉 巴

红莲宝色光耀眼

དཔུ་ལ་གཙུག་ཏྲར་ཞབས་ལ་འཁོར་ལོ་སྟགས། །

寓 拉 则 多 压 拉 阔 落 索

无见顶相足轮等

མཚན་བཟང་སོ་གཉིས་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་སྤྱུལ། །

参 装 所 尼 会 夏 加 寄 这

三十二相八十好

ཞལ་གཅིག་བྱུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ལྷུང་བཟེད་འཛིན། །

压 及 夏 尼 年 压 拢 贼 恣

一面二臂定持钵

ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སྒྲིལ་གྲུང་གིས། །

求 姑 南 色 所 央 节 中 给

著三法衣跏趺坐

བདྲ་སྟོང་ལྷན་ལྷུང་བའི་གདན་སྟེང་དུ། །

巴 玛 动 单 达 唯 单 当 德

千瓣莲花月垫上

བྱང་ཆུབ་གིང་ལ་སྒྲུ་རྒྱབ་བརྟེན་མཛད་དེ། །

向 且 向 拉 歌 加 定 杂 得

身背依靠菩提树

ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་རྒྱང་ནས་བདག་ལ་གཟིགས། །

特 吉 先 鸡 江 内 达 拉 则

慈悲慧眼遥视我

གཡས་སྤྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྤྱན་རས་གཟིགས།

衣 色 向 且 森 花 先 锐 则

右侧观世音菩萨

སྤྱི་མདོག་དཀར་པོ་ཕྱག་གཡོན་པད་དཀར་འཛིན།

各 到 嘎 布 夏 云 巴 呬 恁

身白左手持白莲

གཡོན་དུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ།

云 德 向 且 森 花 特 欽 托

左侧大势至菩萨

སྤོན་པོ་དྲེས་མཆན་པའི་པ་ལྷ་གཡོན།

温 波 多 吉 参 毕 巴 玛 云

身蓝左持金刚莲

གཡས་གཉིས་སྤྱབས་སྤྱིན་ཕྱག་རྒྱ་བདག་ལ་བསྟན།

衣 尼 加 新

夏 加 达 拉 单

右手施依印向吾

གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་བཞིན།

左 握 色 波 热 嘉 伦 波 阴

三大主尊如山王

ལྷང་ངེ་ལྷན་ནི་ལྷ་མེར་བཞུགས་པའི་འཁོར།

朗 诶 兰 内 拉 美 业 毕 阔

巍然明然坦然住

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དག་སྤྱོད་བྱེ་བ་འབུམ།

向 且 森 回 给 龙 细 哇 波

大乘比丘十千亿

རྒྱན་ཀྱང་གསེར་མདོག་མཆན་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱན།

根 江 色 到 参 当 会 夏 坚

身皆金色相好饰

ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སེར་ལྷུ་མེ།

求 顾 南 色 所 央 色 得 美

著三法衣黄灿灿

མོས་གུས་ཕྱག་ལ་ཉེ་རིང་ཁྱད་མེད་ཕྱིར།

幕 给 夏 拉 尼 让 恰 没 些

敬礼远近无别故

བདག་གི་སྒོ་གསུམ་གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

达 个 过 色 给 贝 夏 擦 落

我以三门敬顶礼

ཆོས་སྐུ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རིགས་ཀྱི་བདག །

秋歌囊哇他耶日吉达

法身无量光部主

ཕྱག་གཡས་འོད་ཟེར་ལས་སྐུ་སྣང་རས་གཟིགས། །

夏衣奥色雷哲先瑞则

右手放光化观音

ཡང་སྐུ་སྣང་རས་གཟིགས་དབང་བྱེ་བ་བརྟ། །

样哲先瑞则汪细哇驾

复化百俱胝观音

ཕྱག་གཡོན་འོད་ཟེར་ལས་སྐུ་སྣང་མ་སྟེ། །

夏云奥贼雷哲卓玛得

左手放光化度母

ཡང་སྐུ་སྣང་མ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྟ་འབྱེད། །

样哲卓玛些哇叉嘉结

复化百俱胝度母

ཐུགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ལས་སྐུ་ལ་བསྐྱེད་འབྱུང་། །

特界奥色雷哲巴玛炯

心间放光化莲师

ཡང་སྐུ་ལོ་རྒྱུན་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྟ་འབྱེད། །

样哲乌坚些哇叉嘉结

复化百俱胝莲师

ཆོས་སྐུ་འོད་དབག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

秋歌奥花美拉夏擦落

顶礼法身阿弥陀

སངས་རྒྱལ་སྣང་གིས་ཉིན་མཚན་དུས་དྲག་ཏུ། །

桑吉先吉您参第哲德

佛于昼夜六时中

སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བརྟེན་བས་རྟག་ཏུ་གཟིགས། །

森间根拉贼为达德则

慈眸恒视诸有情

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་གང་དཔྱད་པའི། །

思间根吉耶拉刚占毕

诸众心中所生起

ནུམ་རྟོག་གང་འབྱུང་རྟག་ཏུ་ཐུགས་ཀྱིས་མཐུན། །

南到刚结达德特吉亲

任何分别皆明知

སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱིས་ངག་རྒྱ་གང་སྤྲུལ་ཆོག།

森 间 根 吉 阿 德 刚 内 策

诸众口中所言语

རྟག་རྒྱ་མ་འདྲེས་སོ་སོར་སྟན་ལ་གསན།།

达 德 玛 这 所 所 年 拉 三

永无混杂一一闻

ཀྱན་མ་བྱེན་འོད་དཔག་མེད་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ།།

根 亲 奥 花 美 拉 夏 擦 落

顶礼遍知无量光

ཆོས་སྤངས་མཆམས་མེད་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ།།

秋 邦 参 美 些 巴 玛 到 巴

除造舍法无间罪

བྱིད་ལ་དད་ཅིང་སྦྱོན་ལམ་བཏབ་ཆད་ཀྱན།།

切 拉 达 江 门 兰 大 擦 根

诸诚信您发愿者

བདེ་བ་ཅན་དེར་སྐྱེ་བའི་སྦྱོན་ལམ་འགྲུབ།།

得 哇 间 得 吉 卧 门 蓝 哲

如愿往生极乐刹

བར་དོར་བྱོན་ནས་ཞིང་དེར་འདྲེན་པར་གསུངས།།

哇 多 巡 内 央 得 针 巴 颂

佛临中阴引彼刹

འདྲེན་པ་འོད་དཔག་མེད་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ།།

针 巴 奥 花 没 拉 夏 擦 落

顶礼导师无量光

བྱིད་གྱི་སྐྱེ་ཆོ་བསྐལ་བ་བྱངས་མེད་དུ།།

切 吉 歌 才 嘎 巴 章 美 德

您之寿量无数劫

བྱ་ངན་མི་འདའ་ད་ལྟ་མདོན་སུམ་བཞུགས།།

涅 安 墨 大 达 大 温 色 耶

不趣涅槃现住世

བྱིད་ལ་ཕྱེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་བཏབ་ན།།

切 拉 贼 寄 给 贝 所 达 那

一心恭敬祈祷您

ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་གཏོགས་པའི།།

雷 戒 南 巴 门 巴 玛 到 毕

除非异熟业果外

ཆོ་བད་པ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་དང་། །

才杂巴样 落驾特巴当

寿尽亦可享百岁

དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་བསྐྱོག་པར་གསུངས། །

第 门 切 哇 玛 利 到 巴 颂

遣除一切诸横死

མགོན་པོ་ཆོ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

滚 布 才 花 没 拉 夏 擦 落

顶礼怙主无量寿

སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་རབ་འབྱམས་གངས་མེད་པ། །

动 色 杰 定 闍 间 章 美 巴

无数广大三千界

རིན་ཆེན་གྱིས་བཀའ་སྤྱིན་པ་བྱིན་པ་བས། །

仁 钦 鸡 刚 新 巴 新 巴 唯

遍满珍宝作布施

འོད་དཔག་མེད་པའི་མཆན་དང་བདེ་བ་ཅན། །

奥 花 没 毕 参 当 得 哇 间

不如听闻极乐刹

ཐོས་ནས་དད་པས་ཐལ་མོ་སྤྱར་བྱས་ན། །

吐 内 达 贝 他 毛 压 些 那

阿弥陀佛名号后

དེ་ནི་དེ་བས་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས། །

得 讷 得 唯 所 南 切 哇 颂

以信合掌福德大

དེ་ཕྱིར་འོད་དཔག་མེད་ལ་གྲུས་ཕྱག་འཆལ། །

得些 奥 花 美 拉 给 夏 擦

是故敬礼无量光

གང་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་པའི་མཆན་ཐོས་ནས། །

刚 压 奥 花 没 毕 参 吐 内

谁闻阿弥陀佛号

ཁ་ཞེ་མེད་པར་སྤྱོད་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་། །

卡 意 美 巴 酿 控 瑞 毕 挡

表里如一自深心

ལན་གཅིག་ཙམ་ཞིག་དད་པ་སྦྱིས་པ་ན། །

兰 及 咱 衣 达 巴 及 巴 那

仅生一次诚信心

དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ཕྱོག་།

得讷向且兰雷些墨到

彼不退转菩提道

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།།

滚布奥花美拉夏擦落

顶礼怙主无量光

སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་པའི་མཆན་ཐོས་ནས།།

桑吉奥花美毕参吐内

闻佛阿弥陀名号

དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སྟིང་པོ་མ་ཐོབ་པར།།

得讷向且娘布玛托巴

乃至未获菩提间

བྱད་མེད་མི་སྦྱེ་རིགས་ནི་བཟང་པོར་སྦྱེ།།

寓美墨吉日讷桑波吉

不转女身转贵族

ཆེ་རབས་ཀྱན་རྒྱལ་ཁྲིམས་ནམ་དག་འབྱུང་།།

才闍根德慈诚南达节

生生世世具净戒

བདེ་གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།།

得歇奥花美拉夏擦落

顶礼善逝无量光

བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩལ་བཅས།།

达个利挡龙效给匝及

吾身受用及善根

དངོས་སུ་འབྱོར་བའི་མཆོད་པ་ཅི་མཆིས་པ།།

乌色交唯桥巴节其巴

一切真实之供品

ཡིད་སྤྱལ་བ་ཀྱི་ཤིས་རྣམས་རིན་ཆེན་བདུན།།

耶哲扎西贼达仁亲顿

意幻七宝瑞相物

གཤོད་ནས་སྒྲུབ་པ་སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་གྱི།།

多内哲巴动色杰定戒

本成三千世界中

སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་བྱེ་བ་བརྒྱ།།

郎意日闍涅大些哇加

十亿日月洲须弥

ལྷ་ཁྲ་མི་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱན། །

拉乐么耶 龙 效 谈 加 根

天人龙之诸受用

སྒོ་ཡིས་སྒྲངས་ཏེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་འབུལ། །

落 衣 浪 得 傲 花 美 拉 波

意幻供养无量光

བདག་ལ་ཕན་ཕྱིར་ཐུགས་རྗེའི་སྟོབས་ཀྱིས་བཞེས། །

大 拉 潘 些 特 即 多 及 意

为利我故悲纳受

ཕ་མས་ཐོག་དངས་བདག་སོགས་འགོ་ཀྱན་གྱི། །

怕 美 桃 章 达 所 桌 根 戒

父母为主吾等众

ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར། །

桃 吗 美 毕 地 内 大 地 哇

从无始时至今生

སྟོན་བཅད་མ་བྱིན་ལེན་དང་མི་ཚངས་སྤྱོད། །

照 加 吗 新 林 当 么 仓 效

杀生偷盗非梵行

ལུས་ཀྱི་མི་དགོ་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

里 戒 么 给 色 布 吐 落 夏

发露忏悔身三罪

རླུང་དང་ཐ་མ་ཚིག་རྩལ་ངག་འབུལ་པ། །

怎 当 叉 玛 册 则 啊 恰 巴

妄语离间绮恶语

ངག་གི་མི་དགོ་བཞི་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

啊 个 么 给 耶 波 吐 落 夏

发露忏悔语四罪

བརྒྱལ་སེམས་གནོད་སེམས་ལོག་པར་ལྟ་བ་སྟེ། །

那 森 诺 森 劳 巴 大 哇 得

贪心害心与邪见

ཡིད་ཀྱི་མི་དགོ་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

耶 戒 么 给 色 波 吐 落 夏

发露忏悔意三罪

ཕ་མ་སྟོབ་དཔོན་དག་བཙོམ་བསད་པ་དང། །

帕 玛 录 昏 扎 军 洒 巴 当

杀师父母阿罗汉

ཁྱུ་བའི་སྐུ་ལ་དན་སེམས་སྦྱིས་བ་དང་། །

嘉 唯个 拉安 森 吉巴 档

恶心损害佛身体

མཚམས་མེད་ལྷ་ཡི་ལས་བསགས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

参 没 阿夜 雷 萨 吐 落 夏

发露忏悔无间罪

དགེ་སློང་དགེ་ཚུལ་བསད་དང་བཙུན་མ་ལ། །

给 龙 给 策 萨 档 怎 玛 帕

杀害比丘与沙弥

སྐུ་གཟུགས་མཆོད་རྟེན་ལྷ་ཁང་བཤགས་བ་སོགས། །

个 惹 桥 定 拉 康 谢 巴 索

污尼毁像塔寺等

ཉེ་བའི་མཚམས་མེད་སྤྲིག་བྱས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

尼 唯 参 没 德 些 吐 落 夏

发露忏悔近无间

དགོན་མཚོག་ལྷ་ཁང་གསུང་རབ་རྟེན་གསུམ་སོགས། །

滚 巧 拉 抗 颂 闍 定 色 索

三宝殿经所依等

དཔང་ཞེས་ཆོད་བཙུགས་མནའ་བོས་ལ་སོགས་བ། །

黄 意 擦 则 纳 如 拉 所 巴

以彼作证违誓等

ཆོས་སྤངས་ལས་དན་བསགས་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

秋 邦 雷 安 沙 巴 吐 落 夏

发露忏悔舍法罪

ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་བསད་ལས་སྤྲིག་ཆེ་བ། །

刊 色 森 间 萨 雷 德 切 哇

诽谤诸菩萨之罪

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔང་རྣམས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ། །

向 且 森 花 南 拉个 哇 达

较杀三界有情重

དོན་མེད་སྤྲིག་ཆེན་བསགས་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

吨 没 德 钦 萨 巴 吐 落 夏

发露忏悔无义罪

དགེ་བའི་ཡན་ཡོན་སྤྲིག་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། །

给 唯 潘 云 德 毕 尼 墨 档

闻善功德恶过患

དམུལ་བའི་སྤྲུག་བསྡུལ་ཚེ་ཚད་ལ་སོགས་པ། །

涅 唯 德 阿 才 擦 拉 索 巴

地狱痛苦寿量等

ཐོས་ཀྱང་མི་བདེན་བཤད་ཚོད་ཡིན་བསམས་པ། །

吐 江 么 定 夏 措 音 三 巴

认为不实仅说法

མཚམས་མེད་ལྷ་བས་བྱ་བའི་ལས་ངན་པ། །

参 没 阿 唯 特 为 雷 安 巴

此罪重于五无间

ཐར་མེད་ལས་ངན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

他 没 雷 安 沙 巴 吐 落 夏

发露忏悔无解

པམ་བ་བཞི་དང་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་དང་། །

盼 巴 夜 档 拉 玛 结 色 当

十三僧残四他胜

སྤང་ལྷུང་སོར་བཤགས་ཉེས་བྱས་ཕྱི་ཚན་ལ། །

邦 动 所 夏 尼 些 得 参 阿

堕罪恶作向彼悔

སོ་ཐར་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

所 他 册 诚 恰 瓦 吐 落 夏

发露忏悔五堕罪

ནག་པོའི་ཚོས་བཞི་ལྷུང་བ་ལྷ་ལྷ་བརྒྱད། །

那 布 秋 夜 动 哇 阿 阿 加

四恶法罪十八堕

བྱང་སེམས་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

向 森 拉 巴 念 巴 吐 落 夏

发露忏悔破菩萨戒

རྩ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་ཡན་ལག་སྟོམ་པོ་བརྒྱད། །

匝 动 杰 业 燕 拉 翁 波 嘉

十四根本八粗支

གསང་སྤྲུགས་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

桑 阿 丹 策 年 巴 吐 落 夏

发露忏悔誓言罪

སྟོམ་པ་མ་ཞུས་མི་དགའི་ལས་བྱས་པ། །

顿 巴 玛 意 墨 给 雷 细 巴

未受戒律造恶业

མི་ཚངས་སྤྱད་དང་ཆང་འབྲུང་ལ་སོགས་པ། །

么 常 效 档 强 同 拉 所 巴

非梵行及饮酒等

རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོའི་སྤྲིག་པ་སྟེ། །

让 音 卡那玛吐 德巴得

一切自性之罪过

སྤྲིག་པ་སྤྲིག་ཏུ་མ་ཤེས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

德巴 德德玛 西 吐 落 夏

发露忏悔未知罪

སྐྱབས་སྡོམ་དབང་བསྐྱར་ལ་སོགས་ཐོབ་ན་ཡང་། །

嘉 顿 汪 哥 拉 所 吐 那样

虽受皈戒灌顶等

དེ་ཡི་སྡོམ་པ་དམ་ཚིག་བསྐྱར་མ་ཤེས། །

得叶顿 巴单 策 仲 玛 西

不知守戒护誓言

བཅས་པའི་ལུང་བ་ཕོག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

吉 毕 动 哇 抛 巴 吐 落 夏

发露忏悔佛制罪

འགྱུད་པ་མེད་ན་བཤགས་པས་མི་འདག་པས། །

交 巴 没 那 夏 贝 么 达 贝

若无悔心忏不净

སྤྲར་བྱས་སྤྲིག་པ་ཁོང་དུ་དུག་སོང་ལྟར། །

阿 些 德 巴 空 德 德 颂 达

昔所造罪如腹毒

ངོ་ཚ་འཛིགས་སྐྱག་འགྱུད་པ་ཆེན་པོས་བཤགས། །

窝擦 节 扎 交 巴 钦 布 夏

以大惭畏悔忏罪

ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་སེམས་མེད་ན་མི་འདག་པས། །

新 恰 顿 森 美 那么 达 贝

后无戒心罪不净

ཕྱིན་ཆད་སྤྲིག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་དགའི་ལས། །

新 恰 照 拉 哇 江 么 给 雷

发誓此后遇命难

ད་ནས་མི་བཞིན་སེམས་ལ་དམ་བཅའ་བཟུང་། །

大 内 么 节 森 拉 单 加 绒

亦不造作不善业

བདེ་གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་པ་སྤྲས་བཅས་གྱིས། ।

得 歇 奥 花 没 巴 这 基 吉

阿弥陀佛及佛子

བདག་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ।

达 杰 用 色 达 巴 新 吉 罗

加持净化我相续

གཞན་གྱིས་དགེ་བ་བྱེད་པ་ཐོས་པའི་ཆེ། ।

焰 吉 给 哇 些 巴 吐 毕 才

闻听他人行善时

དེ་ལ་བྲག་དོག་མི་དགའི་སེམས་སྤངས་ནས། ।

得 拉 叉 到 么 给 森 邦 内

若舍嫉妒不喜心

སྤྲིང་ནས་དགའ་བས་རྩེས་སུ་ཡི་རང་ན། ।

酿 内 嘎 为 吉 色 耶 让 那

诚心欢悦作随喜

དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མཉམ་དུ་ཐོབ་པར་གསུངས། ।

得 耶 索 南 年 德 吐 巴 颂

佛说同获彼福德

དེ་ཕྱིར་འཕགས་པ་རྣམས་དང་སོ་སྟེ་ཡིས། ।

得 些 咱 巴 南 档 索 吉 衣

故于圣者及凡夫

དགེ་བ་གང་བསྐྱབས་ཀྱན་ལ་ཡི་རང་ངོ། ।

给 哇 刚 哲 根 拉 耶 让 悟

所作诸善皆随喜

སྒྲ་མེད་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། ।

拉 美 向 且 桥 德 森 及 内

于发无上菩提心

འགོ་དོན་རྒྱ་ཆེན་མཛད་ལ་ཡི་རང་ངོ། ।

卓 顿 加 亲 杂 拉 耶 让 窝

广利有情皆随喜

མི་དགེ་བཅུ་པོ་སྤངས་པ་དགེ་བ་བཅུ། ।

么 给 节 布 邦 巴 给 哇 杰

断十不善行十善

གཞན་གྱི་སྒོལ་བསྐྱབ་སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། ।

焰 戒 照 加 新 巴 动 哇 当