

# 供曼荼加行修法参考（完整版）

## 【说明】：

- 1、本仪轨中的**红色字体**为念诵内容，应尽量出声念诵；
- 2、藏汉文对照部分，念诵汉文或藏文均可。

## 一、 前行

### 1、 身要：毗卢七法入座。即：

- (1) 双足金刚跏趺或半跏趺坐。
- (2) 双手结定印：右手在上，左手在下，两拇指相触，放于脐下。
- (3) 脊背端直：不可东倒西歪，也不可前俯后仰。有些修行窍诀中说，身端直则脉端直，脉端直则心端直，心端直则觉性自然现前。
- (4) 颈部稍向前屈：不能往后仰，也不能左右歪斜。
- (5) 臂膀后展放松：不要向胸前内收。
- (6) 双目垂视鼻尖<sup>1</sup>，不能睁得太大。
- (7) 舌抵上颚。

入座的时候，先在舒适的坐垫上作毗卢七法，身心完全放松，稍加休息。

### 2、 语要：

#### (1) 排九次垢气。具体做法：

- 1) 右手握金刚拳，压在右大腿根的动脉上。左手以三股金刚印按住左鼻孔，从右鼻孔中排三次垢气。同时**观想**：无始以来自他众生以嗔心所造的一切罪业，以白色气体的形象往外排出。



金刚拳



三股金刚印

- 2) 然后左手握金刚拳，压在左大腿根的动脉上，右手以三股金刚印按住右鼻孔，从左鼻孔中排三次垢气。同时**观想**：无始以来自他众生以贪心所造的一切罪业，以红色气体的形象往外排出。

<sup>1</sup> 垂视鼻尖：是指垂视鼻尖前方的虚空，而不是眼睛专注在鼻尖上。

3) 最后双手都握金刚拳，压在两大腿根的动脉上，从两鼻孔中同时排三次垢气。心里观想：无始以来自他众生以痴心所造的一切罪业，以黑色气体的形象往外排出。

(2) 念加倍咒（三遍）：

嗡 桑巴噶桑巴噶 波玛纳萨噶 玛哈臧巴巴 吽啪的所哈

(3) 念元音咒、辅音咒、缘起咒（各三遍），如果实在不会念，也可直接念“**嗡啊吽**”（21遍），依靠诸佛菩萨三金刚的加持，使自己的语言得以清净。

1) 元音咒、辅音咒（三遍）：

嗡 阿阿 额额 呜呜 热热 勒勒 唉唉 哦哦 昂阿 嘎喀嘎嘎阿 匝擦匝  
匝酿 札叉札札纳 达塔达达纳 巴帕巴巴玛 雅噶拉哇 夏喀萨哈恰

2) 缘起咒（三遍）：

嗡 耶达玛黑德抓巴瓦 黑顿得堪达塔噶多哈亚挖达 得堪杂哟讷若达  
诶望巴德玛哈夏玛呢耶索哈

3、心要：可分两个方面，一是发心，二是祈祷。

(1) 发心：略而言之，发心就是排除无记心、恶心、世间善心等不良心态，为了利益天边无际的一切众生，让他们获得圆满正等觉佛果，真正生起菩提心。

皈依偈（三遍）：首先念皈依颂，观想：“上师是三宝、三根本及一切诸佛菩萨的自体，我今天要皈依上师，乃至永远也不舍离。”以此心态念诵三遍：

那葵内色那卡刚瓦耶	安住虚空遍满虚空者
喇嘛耶丹堪竹措南当	上师本尊空行诸会众
桑吉秋当帕波给登拉	诸佛正法以及圣众前
达当桌折给贝嘉色切	我与六道众生敬皈依

发心偈（三遍）：接着念发心偈，观想：“为利益天边无际的一切众生，我要修持上师的果位而发无上菩提心。”以此心态念诵三遍：

达当塔意思剑南	我与无边诸有情
噫内桑吉印巴拉	本来即是正觉尊
印巴西波达涅德	了知如是之自性
香且确德思吉斗	即发殊胜菩提心

(2) 祈祷：在前方虚空大概一尺高的地方，观想自己的上师，坐在千瓣莲花狮子宝座上。在上师面前一心一意祈祷：“十方诸佛菩萨的智慧总集根本上师如意宝您，请一定要垂念我、加持我！让佛法融入我的心，遣除所有的迷乱分别，让我修行圆满成功，最终获得无上证悟。”然后以无比的恭敬心祈祷、念诵上师的祈祷文。

祈祷文（三遍）：

涅庆日俄再爱香克思	自大圣境五台山
加华头吉新拉意拉闷	文殊加持入心间
晋美彭措夏拉所瓦得	祈祷晋美彭措足
共机多巴破瓦新吉罗	证悟意传求加持

祈祷完之后，观想上师化光融入自身，自己的心与上师的智慧变成无二无别。在这种境界中安住，不跟随过去的分别念，不执著现在的分别念，也不迎接未来的分别念，尽可能什么都不执著。

## 二、正行

### 前行念诵仪轨·开显解脱道

全知麦彭仁波切造

喇嘛钦（三遍）	上师知（三遍）
达救逆嘎呢登哇高札	暇满难得犹如优昙花
涅那顿钦耶银诺类拉	既得大义超胜如意宝
德札涅巴达瑞匝耶拉	获得如是此身唯一回
顿钦丹杰登玛莫哲巴	若未修持究竟大义果
顿美切高杰巴达嘉拉	我等无义虚度此人身

滚巧根迪喇咪特吉惹  
达救顿哟学巴辛吉洛

总集三宝上师悲眼视  
愿获暇满实义求加持

### 第一修法竟

迪虚坛加么达洛银哟  
诺吉刚拉三匠杰波秋  
切瓦诶香南切恰美匠  
达怎森吉让果过内色  
瓦美昂德内巴达嘉拉  
滚巧根迪喇咪特吉惹  
么达切瓦湛巴辛吉洛

诸法无常迁变如闪电  
思维器情悉皆坏灭法  
决定死亡死时却不定  
心执常法唯是自欺诳  
我等恒处懈怠放逸中  
总集三宝上师悲眼视  
能念无常死亡求加持

### 第二修法竟

嘎那类追南样切么高  
杰追勒瓦美波蓝德类  
括当酿安迪波秋色囊  
让虚让拉门巴诶那样  
策银杰多么尼达嘉拉  
滚巧根迪喇咪特吉惹  
给德浪多杰巴辛吉洛

黑白业果永时亦不虚  
于此无欺因果正道中  
显现一切轮涅之诸法  
虽知自作定熟于自身  
我等无力如法作取舍  
总集三宝上师悲眼视  
能作善恶取舍求加持

### 第三修法竟

惹巴嘎沃德钢芒当丹  
得瓦囊卫耶利杰瓦坚  
高吉彭波塔达德钢杰  
堪森括瓦美耶哦札样  
得达么西恰丹达嘉拉  
滚巧根迪喇咪特吉惹  
诶炯三巴结瓦辛吉洛

具足众多难忍之苦痛  
彼现安乐欺意无常众  
一切有漏五蕴痛苦因  
三界轮回犹处火坑中  
我等不知如是尚贪世  
总集三宝上师悲眼视  
生起出离意乐求加持

### 第四修法竟

复次不共前行之皈依者：

登德华三香钦雅嘎诶	于前如意宝树五枝上
威色喇嘛哦坚多杰羌	中央上师乌金金刚持
杰波喇嘛耶丹宽竹果	传承上师本尊空行聚
登德顿巧迪森桑吉南	前方师尊三世一切佛
意色涅追塔钦帕波措	右旁亲子大乘圣者众
佳德颂焉拉万南巴坚	后枝安奉善说众经卷
云德巧嘉年让根登当	左枝八大尊者声缘僧
塔果耶希秋炯措南得	周围智慧护法众环绕
效吉迪森嘉耶坛加根	所有十方三世皈依境
玛苍美巴德恭达萨沃	悉皆明观犹如芝麻荚
登德让当玛所都吉当	于前我与母等众亲眷
夸恰森坚根吉给德得	及诸遍天有情敬顶礼
迪德内荣向切酿布瓦	从今乃至菩提果之间
耶起巧给嘉森桌瓦三	发起殊胜信解而皈依

南葵内色南夸刚瓦耶	虚空界中遍满虚空者
喇嘛耶丹宽竹措南当	上师本尊空行诸会众
桑吉秋当帕波根登拉	诸佛正法以及圣众前
达当桌折给贝嘉森切	我与六道众生敬皈依

(三遍)

于如上皈依境前而发心者：

初修四无量心：愿诸众生永具安乐等

次正行发心者：

吹	吹
结达地色嘉瓦这阶吉	如同三世佛佛子
香且乔德特讷吉巴达	已发最胜菩提心
达江卡恰桌根扎西些	我亦为度遍天众
喇梅香且秋德森吉多	愿发无上胜觉心

(三遍)

次殊胜密咒果乘之发心：

达当塔意思剑南	我与无边诸有情
噫内桑吉印巴拉	本来即是正觉尊
印巴西波达涅德	了知如是之自性
香且确德思吉斗	即发殊胜菩提心

(三遍)

供曼茶者：

### 所修曼茶罗

曼茶罗，分所修曼茶罗与所供曼茶罗两种。如果有条件，这两个都要供。

首先，在所修曼茶罗的基盘上，放置五堆所供物。这五堆，可以明观为五部佛，也可以明观为皈依境。

如果明观为五部佛，那么，将位于中央的一堆观想成毗卢遮那佛，由如来部尊众围绕；前面的一堆观想成金刚不动佛，由金刚部尊众围绕；南方的一堆观想成宝生佛，由珍宝部尊众围绕；西方的一堆观想成无量光佛，由莲花部尊众围绕；北方一堆观想成不空成就佛，由事业部尊众围绕。

或者，像明观皈依境那样，将中央的一堆，观想成与根本上师无二无别的莲花生大士，大圆满传承诸上师以重楼式安坐；前面的一堆，观想成释迦牟尼佛，由贤劫一千零二尊佛围绕；右侧的一堆，观想成八大随行佛子，由大乘圣者僧众围绕；左侧的一堆，观想成声闻二圣，由小乘圣者僧众围绕；后面的一堆，观想成光芒四射的方格架内，层层叠叠放置着法宝经函。

不管是哪种观想，都要将所修曼茶罗放在供台上。如果经济条件允许，就陈设五供等环绕在所修曼茶罗的周围，供养在佛像、佛典与佛塔前；如果经济条件有限，没有所修曼茶罗也可以，只是在心里意念明观福田。

在所修曼茶罗摆放在供桌上之前，要先供一遍三十七堆曼茶，再供一遍三身曼茶，之后便供到供台上。每天早供、晚撤；或者一直供着，直到供曼茶修完为止。

【注】：

- 1、如果家里没有佛堂，所修曼茶罗供好后，可放在前面的小桌子上表示，再开始修所供曼茶罗；
- 2、如果经济条件有限，只有一个曼茶盘，那对所修曼茶罗，只是在心里明观也可以。或者，也可以按有些上师的做法，先把所修曼茶供一遍，放于佛台上，这样表示一下之后，再取下来供。

- 所供曼茶罗有几种。供七堆前，要先供一遍三十七堆曼茶罗，一遍三身曼茶罗，供好后拆了，再用基盘供七堆，念一遍偈颂就算供一次，共圆满 10 万遍。

### 三十七堆曼茶罗

#### ● 擦拭曼茶盘

- 1、在供曼茶罗的过程中，左手拿着曼茶罗，并持念珠或计数器计数，用右手腕来擦拭基盘。与此同时，内心专注所缘，不散他处而念诵七支供（可念可不念，根据时间抉择）。

## 三十七堆曼茶罗

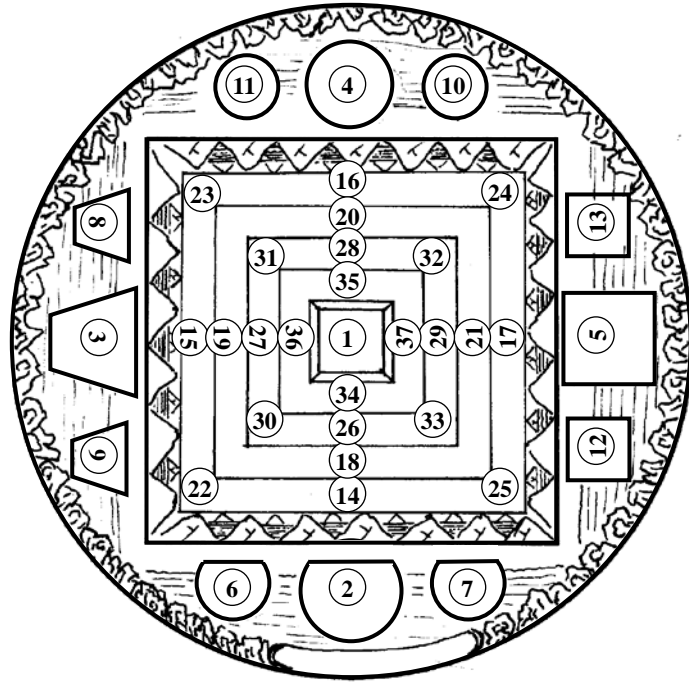
2、念(或想)一遍忏悔文(边念(或想)边擦拭基盘)：

自他一切众生无始以来，所造一切身口意之罪业，如擦净曼茶罗上的灰尘一样，一切得以清净。

3、念诵一遍百字明(边念边擦拭基盘)：

喻班匝儿萨埵萨玛雅 嘛努巴拉雅 班匝儿萨埵得诺巴 迪叉知卓美巴哇 色多喀哟美巴哇 色波喀哟美巴哇 阿呢哥多美巴哇 萨儿瓦色德玛美抓雅匝 萨儿瓦嘎儿玛色匝美 则当西日央格热吽 哈哈哈哈哈 巴嘎万 萨儿瓦达塔嘎达 班匝儿玛美门杂 班则儿巴哇 玛哈萨玛雅萨埵阿

念诵内容(藏音)	念诵内容(汉文)	手上的动作及供堆放置
喻班匝儿波么阿吽	喻班匝布米阿吽	同时左手拿着曼茶盘，右手洒牛净物及香水
耶南巴达巴旺 钦色杰萨耶	清净本基 大自在金地	
喻班匝儿瑞葵阿吽	喻班匝儿瑞葵阿吽	同时用右手拇指和无名指拿一束花(或一粒米)在基盘上右向旋绕(三圈)，最后安放在中央。然后安放代表铁围山的第一个(最大的)圈。
<p style="color: red;">学加热括耶给果沃 威色吽热宜嘉波热哥 夏利帕波 洛瞻沃朗 呢瓦朗效 香札么年 利当利帕 铜雅当铜雅沿 呦丹当蓝穹卓 扎么年当扎么年杰达</p> <p style="color: red;">仁波其热沃 华三杰向 多旧瓦 玛目波洛朵 括洛仁波切 诺沃仁波切 怎摩仁波切 伦波仁波切 朗波仁波切 达巧仁波切 玛魂仁波切 得钦布翁巴</p> <p style="color: red;">嘎巴玛 幢瓦玛 勒玛 嘎玛 美朵玛 德富玛 囊萨玛 哲恰玛 涅玛 达瓦 仁波其德 效类南巴嘉沃江灿</p>	<p style="color: red;">外铁围山环绕 中央须弥山王 东胜身洲 南瞻部洲 西牛货洲 北俱卢洲 身洲及胜身洲 拂洲及妙拂洲 行洲及胜道行洲 恶音洲及恶音对洲</p> <p style="color: red;">珍宝山 如意树 如意牛 自然稻 金轮宝 如意宝 玉女宝 大臣宝 大象宝 绀马宝 将军宝 宝藏瓶</p> <p style="color: red;">嬉女 鬘女 歌女 舞女 花女 香女 灯女 涂香女 日 月 珍宝伞 尊胜幢</p>	<p>一边念诵仪轨一边安放供堆，“在念诵“须弥山王……”时，在中央放上一大供堆，之后安置东胜身洲等四大洲时，将自己的这一方向或供养对境方向作为东方都可以，无论如何都要从东方开始，依次右旋来放。</p> <p>安放代表身洲及胜身洲等附洲的供堆时，每一洲在东方、西方各有附洲，要按照顺序来放。比如，东胜身洲之后，先放左边的附洲，再放右边的附洲，先左后右；南瞻部洲、西牛货洲、北俱卢洲，也是如此。”</p> <p>第一圈放满之后，再把第二个圈摆上，放置东方代表珍宝山、南方如意树、西方如意牛、北方自然稻的供堆。然后将代表轮王七宝及宝藏瓶的供堆，依次放在四方四隅。</p> <p>第二圈放满之后，再放第三个圈，表示嬉女等外供四天女，置于四方；表示花女等内供四天女的供堆，放在四隅。之后东、西、南、北，依次为表示日、月、珍宝伞、事业尊胜幢的供堆。(参考图见下页)</p>
拉当弥 环较彭森措巴 玛仓瓦美巴 德涅 珍坚匝瓦当 杰巴吉波华丹喇 嘛丹巴南拉 沃瓦杰奥	将此等无不圆满之人天受用(弟子为了求灌顶或弟子为了受持妙法)供养大恩具德诸根本及传承殊胜上师	在那些供堆上面，无有空隙地堆积供物。放上金顶(或宝顶)，之后，双手供在佛台上，或者供养在上师面前。
特吉卓沃敦德义色所 义内辛基拉德所	恳祈为利众生悲纳受 受已赐予胜加持	
章格热 高纳曼扎拉波匝美嘎萨么扎 萨帕高那萨玛耶阿吽		

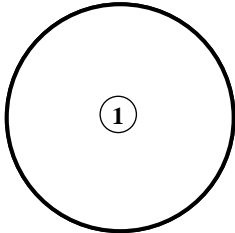


- 1.中央须弥山王 2.东胜神洲 3.南瞻部洲 4.西牛货洲 5.北俱卢洲 6.身洲 7.胜身洲 8.拂洲 9.妙拂洲 10.行洲 11.胜道行洲 12.恶音洲 13.恶音对洲 14.珍宝山 15.如意树 16.如意牛 17.自然稻 18.金轮宝 19.如意宝 20.玉女宝 21.大臣宝 22.大象宝 23.绀马宝 24.将军宝 25.宝藏瓶 26.嬉女 27.鬘女 28.歌女 29.舞女 30.花女 31.香女 32.灯女 33.涂香女 34.日 35.月 36.珍宝伞 37.尊胜幢

三十七堆曼荼罗分布图



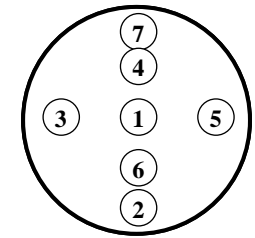


三身曼荼罗					
		<p>上师报身尊众，并愿自他一切众生都能获得圆满的报身果位。</p> <p>（普贤云供：在作无上供养时，首先要安住三轮体空的境界，接着观想自己面前安住着十方三世一切如来，然后观想自己的身体幻化出无数普贤菩萨，从每一位普贤菩萨心间幻化出无数供养天女，每一个供养天女手持无量供品，前往各位如来面前作供养。这种观想就是普贤云供。）</p>			
殊胜法身曼荼罗	<p>嗡阿吽</p> <p>秋扬年涅秋给央卡色</p> <p>让囊玛嘎隆格热诶央</p> <p>卡恰折给央各古巴南</p> <p>根桑得钦秋波真德玻</p> <p>嗡 高那曼扎勃匝梅嘎萨莫扎 萨帕高那萨玛耶啊吽</p>	<p>嗡阿吽</p> <p>法界等性法身净刹土</p> <p>自现不灭报身五佛刹</p> <p>周遍化身刹界诸庄严</p> <p>普贤大乐供云而奉献</p>	<p>将无生法界安立为曼荼罗的基盘形象，所显现的四相等一切分别识聚，安立为一个智慧供堆的形象，以此供养上师法身尊众，这就是殊胜法身曼荼罗。</p> <p>观想我们心的本性，如来藏光明，供养上师法身尊众，并愿自他一切众生都获得殊胜的法身果位。<sup>2</sup></p>	<p>念法身曼荼罗偈颂时，放第三个圈，只供一堆，表示法界清净，然后把宝顶放在最上面。</p>	 <p>法身曼荼罗</p>

<sup>2</sup>这是把三个圈都用上的供法。也有简易的做法，就像供七堆一样，只用基盘：一边念三身曼荼罗的偈子，一边就像供七堆那样，就在基盘上加供堆，九堆、五堆、一堆，不用加圈，就这样堆在一起，然后擦掉，再供。

七堆曼荼罗

藏音	汉文	观想		供堆放置
萨耶布切谢向美斗扎	涂香鲜花遍大地	观想涂香及鲜花遍满大地，以为庄严；	<p>将三千大千世界（即一尊化身佛所化刹土）的所有供品、欲妙，天上、人间的一切珍宝之物，也包括自己的身体、善根、圆满、快乐、福德等，全部供养十方诸佛菩萨，愿一切众生能行于清净刹土。</p>	右手抓一把供品不撒，同时，手腕在基盘上尽量擦拭。
热绕朗月涅得坚巴的	须弥四洲日月饰	观想须弥山与四洲（共五堆），以日、月（二堆）为装饰，将须弥山、四洲及日月中的所有珍宝财富，以观想的方式取到面前；		<p><b>放供堆：</b>从中间须弥山开始，然后东、南、西、北、日、月，依次安放，总共有七堆。</p> <p>中间一堆是须弥山，然后是四洲——东、南、西、北，东是靠近自己的位置。最后是日和月，日东、月西，这样一共七堆。</p>
桑吉扬德莫得破瓦意	观想佛刹作供养	观想一切佛刹中的三世诸佛，将刚才的所有珍宝全部供养；		<p>供养七堆，可以在念这一句结束时完成，即：在念第二句和第三句时，尽量把一把供品依次撒完，供完七堆。</p>
昼根那大扬拉秀白秀	愿诸众生行佛刹	愿一切众生都能前往清净刹土。		用右手在基盘上一擦，或不擦也可以。再将供品全部倒入盆里或袋里，接着开始下一次供养，同时左手就拨一下念珠计数，这样一遍就供完了。
章格热 哥纳曼扎拉波匝美嘎萨么扎 萨帕哥那萨玛耶啊吽		每座结座时，念诵此咒语。		



七堆曼荼罗

如是而供献

修诵金刚萨埵者：

啊

达格谢则巴得单当德

华单多吉森花达卫多

多吉者怎您玛耶当切

隆给切凿多吉杰仲耶

特嘎达当吽拉耶吉谷

德贼金瓦德折达巴解

啊

于自梵顶莲花月垫上

吉祥金刚萨埵皎月色

执持铃杵双运白幔母

圆满报饰金刚跏趺坐

心月百字旋绕于吽字

降下甘露清净诸罪障

以具足四力，观想降下甘露而净除。并念诵百字明（三遍）：

喻班匝<sub>儿</sub>萨埵萨玛雅 嘛努巴拉雅 班匝儿萨埵得诺巴 迪叉知卓美巴哇 色多喀哟  
美巴哇 色波喀哟美巴哇 阿呢哥多美巴哇 萨<sub>儿</sub>瓦色德玛美抓雅匝 萨<sub>儿</sub>瓦嘎<sub>儿</sub>玛色  
匝美 则当西<sub>日</sub>央格热吽 哈哈哈哈哈 巴嘎万 萨<sub>儿</sub>瓦达塔嘎达 班匝<sub>儿</sub>玛美门杂 班  
则<sub>儿</sub>巴哇 玛哈萨玛雅萨埵啊

后行者：

滚波！

达讷莫西蒙巴噫

丹策雷讷嘎央年

喇嘛滚布嘉凑皆

左握多吉怎巴得

特吉钦布达涅剑

桌卫左拉达嘉切

怙主！

我以愚昧无知故

于三昧耶有缺犯

怙主上师祈救护

亦即主尊金刚持

具足大悲体性者

众生主尊我皈依

达当 森坚 唐加杰 格颂特 匝瓦当 烟拉各  
我与一切有情，身语意失坏之根本支分誓言，  
丹策 年巴 踏加 透漏夏所 德者 呢冬 哲咪  
悉皆发露忏悔，业障、罪孽、种种垢染，  
措踏加 香样 达巴 匝德所 噫 所瓦 达杯  
悉为清净而作祈祷。如是祈祷后，

多吉 森慧 压内 热结沃 巧结 达策 年恰 踏加  
 金刚萨埵亲谕：“善男子，汝失坏之一切誓言，  
 达巴 印耨 噫囊瓦 欣内 让拉 特贝 让当 森坚  
 皆已清净。”说后融入自身，观想自己  
 踏加 多吉 森慧 格杰巴 萨拉耶 哲达  
 与一切有情皆成金刚萨埵身，

并诵六字心咒：

嗡班匝<sub>尔</sub>萨埵吽

最后回向者：

给瓦德噫涅德达	我今速以此善根
多吉森华哲杰内	成就金刚萨埵尊
桌瓦久江玛利巴	令诸众生无一余
得耶沙拉告巴校	悉皆安置于此地

发愿者：

达当森剑踏加结	我与一切诸有情
达策年恰根达将	失坏誓言皆令净
德内香且酿布瓦	从今乃至菩提间
丹策南巴达巴校	三昧耶戒愿清净

上师瑜伽者：

哎玛吹！	哎玛吹！
让囊达巴高绛央堪色	自现清净浩瀚佛刹土
让利多杰南救玛萨沃	明观自成金刚瑜伽母
谢握切吉达咚涅笛当	梵顶千瓣莲日月垫上
嘉内根地乌金多吉羌	总集皈处邬金金刚持
嘎玛也则多吉拖窝南	白红寂悦执持杵盖瓶
隆给期措措嘉耶当撤	圆满报饰双运措嘉母
格拉让雄杰地皆扣凿	身圆自生续部之坛城
匝结喇嘛夸竹丹剑吉	本传上师空行守誓等

德结工挝雪瓦印德耶  
阿压狼内得贼益西巴  
恰达瓦巴估波登拉特

安住如同解开芝麻荚  
如是邬金刹土智慧尊  
犹雨融入观修之所依

莲师七句祈祷文：

吽

吽

欧坚意吉努向参  
巴玛改萨东波拉  
雅参乔革俄珠尼  
巴玛炯内写思扎  
扣德夸桌忙布果  
切杰吉色达折吉  
新吉拉些谢色所  
格日巴玛思德吽

乌金刹土西北隅  
莲茎花胚之座上  
稀有殊胜成就者  
世称名号莲花生  
空行眷属众围绕  
我随汝尊而修持  
为赐加持祈降临  
格日巴玛思德吽

此七句颂诵三、七遍而迎请融入后，复行七支供者：

叭

叭

德逆理德给贝香擦漏  
囊折耶样根桑巧贝巧  
才阿内萨德冬解期夏  
靠地给措根拉吉耶让  
桌卡结折多吉格耶内  
杂吉秋结库漏估德所  
给措玛哩桑吉脱些哦

化身尘数恭敬而顶礼  
奉献现有本圆普贤供  
无始所积罪堕皆忏悔  
轮涅一切诸善作随喜  
乃至轮尽祈驻金刚身  
祈请常转深广正法轮  
无尽善聚回向成正觉

祈祷者：

讷校乌金旺格剖涨德  
得夏格颂特结折瓦得  
匝韦朗德桌卫顿拉巡  
热怎卡竹茫布库吉锅  
巴玛炯内结拉措拉索瓦得

西方邬金自在无量宫  
善逝身语意之化现者  
为利瞻部众生而降临  
持明空行会众作围绕  
祈请邬金莲师诸圣众

邬金巴玛炯内拉索瓦得      祈请邬金上师莲花生  
达拉旺格新吉拉德索      祈祷赐予灌顶作加持

喻阿吽 班匝儿格热班玛色德吽（随力念诵）

后行修四灌者：

喇咪内色耶给折色雷      从于上师三处三字上  
澳贼嘎玛糖色雄内色      发出白红蓝色三种光  
让各内色特毕新吉拉      融入自身三处作加持  
拉样喇嘛库吉澳德耶      又复师偕眷属化为光  
苍毕兰内酿格特雷特      由自梵穴融入心明点  
喇咪特当让森耶麦巴      上师意与自心成无别  
森涅聂玛秋给昂压贝      心性本然法身中安住  
哲巴耶达旺伊益西脱      清净四障获得四灌智  
兰耶炯香格耶问杰波      精熟四道现前四身果  
巡拉旺格玛哩脱巴杰      获得一切灌顶及加持

如是而观想

喻阿吽 班匝儿格热班玛色德吽（随力念诵）

最后发愿：

结瓦根德样达喇嘛当      生生世世不离师  
札梅秋结华拉隆修内      恒时享用胜法乐  
沙当兰结云单高造内      圆满地道功德已  
多吉蓄格顾旁涅脱效      唯愿速得金刚持

此前行念诵仪轨为麦彭华吉巴所造，增上善妙！

### 三、 后行

回向偈：

所南德义檀嘉热巴涅      此福已得一切智  
托内尼波札南潘协将      催伏一切过患敌

杰嘎纳其瓦隆彻巴耶      生老病死犹波涛  
哲波措利卓瓦卓瓦效      愿度有海诸有情

若有时间，再念《普贤行愿品》回向。若时间不够，简短回向：

文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，  
我今回向诸善根，随彼一切常修学，  
三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿，  
我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。

成就所愿誓言：

以佛所获三身之加持，法性不变真谛之加持，  
僧众不退意乐之加持，如是回向发愿悉成就。

成就所愿咒：

达雅塔 班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈

### 【参考资料】：

- 1、《预科系加行教材（2014版）》第一册：前行广释第2课，《上师瑜伽速赐加持》讲记。
- 2、《预科系加行教材（2014版）》第六册：前行广释第120-121课。
- 3、修法引导视频：<http://www.zhifeifw.com/ptjt/jtsp.php>。