



འཕགས་པ་སྣུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བསྐྱོམ་བཟླས་འགྲོ་དོན་མཁའ་ཁྱབ་མ་བཞུགས་སོ།

A Concise Sadhana of The 4-Arms White Chenrezig Pervade

All The Space For The Benefit Of Beings

四臂白觀音簡修儀軌普利遍空眾生

## 噶舉書院宗旨

"噶舉書院"是為了保護噶舉傳統木刻版經典的流失和透過網絡平台把一些簡單而重要的佛法理論及實修，用中英藏文介紹給想了解佛法及修持佛法的各界朋友，尤其是對佔世界人口五分之一的華人有所幫助。我們提供免費下載佛經，論述，翻譯，光碟，法相等服務，盡一份微薄之力，共享和法樂。

經云：**救拔眾苦唯一樂 所有快樂本泉源**  
**恭敬佛法及護持 正法常住恆流長**

網 址：[www.kagyulibrary.hk](http://www.kagyulibrary.hk)

電郵地址：[office@kagyulibrary.hk](mailto:office@kagyulibrary.hk)

電 話： 852-59753207

嘎桑旦增

Karsang Tenzin

འཕགས་པ་སྐྱེ་རས་གཟིགས་ཀྱི་བསྐོམ་བརྒྱས་འགྲོ་དོན་མཁའ་ཁྱབ་མ་བཞུགས་སོ།

四臂白觀音簡修儀軌 普利遍空眾生

དང་པོ་སྐྱབས་སེམས་ནི།

皈依及發心

སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་རྣམས་ལ།

Sang Gye.Cho Dang.Tshog Kyi.Chog Nam La.

桑傑 卻當 措及 措南拉

諸佛正法聖賢僧

།བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚི།

Jang Chub.Bar Du.Dag Ni.Kyab Su Chi.

章初 巴督 達尼 甲速氣

直至菩提我皈依

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

Dag Gi.Jin Sog.Gyi Pei.So Nam Kyi.

達級 敬索 吉貝 索南極

以我所修諸功德

།འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག།

Dro La.Phen Chir.Sang Gye.Drub Par Shog.

卓拉 偏切 桑傑 竹巴索

為利眾生願成佛

ལན་གསུམ།

念誦三遍

ལྷ་བསྐྱེད་ནི།

觀想本尊

བདག་སོགས་མཁའ་ཁྲུབ་སེམས་ཅན་གྱི།

**Dag Sog.Kha Khyab.Sem Chen Gyi.**

達索 卡甲 森淺級

我等眾生滿虛空

།སྤྱི་གཙུག་པད་དཀར་རྩེ་བའི་སྤྲོད་།

**Chi Tsug.Pe Kar.Dha Wei Teng.**

智縮 貝卡 打威廷

頭頂白蓮月輪上

།རྫོང་ལས་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས།

**Hri Le.Phag Chog.Chen Re Zig.**

舍列 帕卓 淺列息

舍字化現聖觀音

།དཀར་གསལ་འོད་ཟེར་ལྷ་ལྷན་འཕྲོ།

**Kar Sal.Wo Zer.Nga Den Thro.**

嘎薩 哦色 雅殿卓

潔白光明散五彩

།མཛེས་འཛུམ་བྱུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས།

**Ze Zum.Thug Jei.Chen Gyi Zig.**

則宗 突傑 淺吉息

含笑悲憫視眾生

།ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་ཐལ་སྤྱོད་མཛེད།

**Chag Zhi.Dang Po.Thal Jar Zed.**

洽吸 擋波 塔佳則

四臂原二前合掌

འོག་གཉིས་ཤེལ་སྤང་པད་དཀར་བསྐྱམས།

**Wog Nyie.Shel Treng.Ped Kar Nam.**

**哦義 謝趁 別嘎南**

右持晶珠左白蓮

འདར་དང་རིན་ཆེན་བརྒྱན་གྱིས་སྤྲུས།

**Dar Dang.Rin Chen.Gyen Gyi Tre.**

**達當 忍淺 堅機知**

絲綢寶飾嚴其身

འི་དྲགས་ལྷགས་པའི་སྟོད་གཡོགས་གསོལ།

**Ri Dag.Pag Pei.Tod Yog Sol.**

**日達 拔別 多約所**

上身彼胸覆鹿皮

འོད་དཔག་མེད་པའི་དབུ་རྒྱན་ཅན།

**Wo Pag.Med Pei.Wu Gyen Chen.**

**哦拔 美北 屋堅建**

冠上端坐阿彌陀

ཞབས་གཉིས་དོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྱང་བཞུགས།

**Zhab Nyie.Do Jei.Kyil Trung Zhug.**

**暇義 多傑 極通淑**

雙腿金剛跏趺坐

འི་མེད་ལྷ་བར་རྒྱབ་བརྟེན་པ།

**Dri Med.Da War.Gyab Ten Pa.**

**知美 打哇 佳登巴**

背靠清淨圓月光

ལྷོ་བུ་གནས་ཀུན་འདུས་ངོ་བོ་གྱུར།།

**Kyab Ne.Kun Du.Ngo Wor Gyur.**

**甲涅 困都 哦窩久**

彼為皈依之真性

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤིས་མགོན་གཅིག་ཏུ་གསོལ་བར་འདེབས་པར་བསམས་ལ།  
觀我等一切眾生同聲祈禱

རྩོ་བོ་སྤྱོད་གྱིས་མ་གོས་སྐྱ་མདོག་དཀར།

**Jo Wo.Kyon Gyi.Ma Go.Ku Dog Kar.**

**祖窩 涓級 瑪谷 庫奪嘎**

尊無過患身白淨

འཇོགས་སངས་རྒྱས་གྱིས་དབུ་ལ་བརྒྱན།

**Zog Sang.Gye Kyi.Wu La Gyen.**

**佐桑 傑級 屋拉堅**

阿彌陀佛頂嚴飾

ཐུགས་རྗེའི་སྤྱོད་གྱིས་འགོ་ལ་གཟེགས།

**Thug Je.Chen Gyi.Dro La Zig.**

**督接 淺基 多拉息**

慈眼悲憫視眾生

ལྷན་རམ་གཟེགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

**Chen Re.Zig La.Chag Tsal Lo.**

**淺熱 息拉 恰擦羅**

我今頂禮觀世音

ལན་གསུམ།

念誦三遍

ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།  
七支佛事偈

འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་དང་།  
**Phag Pa.Chen Re.Zig Wang Dang.**  
**帕巴 淺熱 息王當**  
至尊聖者觀世音

འཕྲོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།  
**Chog Chu.Due Sum.Zhug Pa Yi.**  
**卓粗 度松 束巴依**  
所有十方三世佛

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།  
**Gyal Wa.Se Che.Tham Ched La.**  
**甲哇 些傑 湯傑拉**  
以及諸大菩薩眾

ཀུན་ནས་དྲངས་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།  
**Kun Ne.Dang We.Chag Tsal Lo.**  
**坤涅 當威 恰擦羅**  
我以虔誠皈命禮

མེ་ཏོག་བདུག་སྒྲོམ་མར་མེ་དྲི།  
**Me Tog.Dug Poe.Mar Me Dri.**  
**美奪 督波 瑪美諦**  
花香明燈及塗香

ཞལ་བས་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ།  
**Zhal Ze.Rol Mo.La Sog Pa.**  
**暇色 諾莫 拉索巴**  
飲食音樂諸聚集

།དངོས་འབྱོར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱལ་ནས་ལུལ།

**Ngoe Jor.Yid Kyi.Trul Ne Phul.**

**哦卓 依吉 圖涅不**

意緣寶設諸妙供

།འཕགས་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།

**Phag Pei.Tsog Kyi.Zhe Su Sol.**

**帕別 措吉 謝速索**

十方三寶哀納受

།ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར།

**Thog Ma.Me Ne.Da Tei Bar.**

**託瑪 滅涅 塔喋巴**

無始以來直至今

།མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྔ།

**Mi Ge.Chu Dang.Tsam Med Nga.**

**米給 粗檔 商美雅**

所犯十惡五無間

།སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པའི།

**Sem Ni.Nyon Mong.Wang Gyur Pe.**

**森尼 永蒙 旺久貝**

諸罪皆由貪嗔癡

།སྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

**Dig Pa.Tham Che.Shag Par Gyi.**

**滴巴 趙傑 夏巴級**

一切我今皆懺悔

།ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས།

**Nyen Tho.Rang Gyal.Jang Chub Sem.**

**延拖 讓佳 掌處森**

菩薩緣覺聲聞眾



།སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས།།

So So.Kye Wo.La Sog Pe.

唆唆 傑哦 拉索貝

以及一切眾生等

།དུས་གསུམ་དག་བཅི་བསགས་པའི།།

Du Sum.Ge Wa.Chi Sag Pei.

度松 格哇 知薩貝

三世所集諸善業

།བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་ངང།།

So Nam.La Ni.Dag Yi Rang.

梭南 拉尼 達依讓

我皆隨喜諸功德

།སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང།།

Sem Chen.Nam Kyi.Sam Pa Dang.

森淺 南吉 桑巴檔

眾生所發修道心

།ཞོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བུ།།

Lo Yi.Je Drag.Ji Ta War.

洛依 傑札 級達哇

智力根機各差異

།ཆེ་ཆུང་སྐྱུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།།

Che Chung.Thun Mong.Theg Pa Yi.

知充 吞夢 鐵巴依

大乘小乘諸法門

།ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ།།

Choe Kyi.Khor Lo.Kor Du Sol.

卻級 扣洛 過度索

我皆啟請轉法輪

འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོངས་བར།

**Khor Wa.Ji Si.Ma Tong Par.**

**扣哇 幾息 瑪東巴**

一日娑婆未成空

སྲུང་ན་མི་འདའ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས།

**Nya Ngen.Mi Dha.Thug Je Yi.**

**雅堅 米達 突傑依**

慈悲莫入涅槃岸

སྲུག་བསྐལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི།

**Dug Ngal.Gya Tsor.Jing Wa Yi.**

**督雅 佳錯 經哇依**

沈溺苦海諸眾生

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

**Sem Chen.Nam La.Zig Su Sol.**

**森淺 南拉 悉蘇索**

久住娑婆度化盡

འབདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།

**Dag Gi.So Nam.Chi Sag Pa.**

**達吉 梭南 知薩巴**

願我所集諸功德

ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱལ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

**Tham Ched.Jang Chub.Gyur Gyur Ne.**

**湯傑 章促 久久尼**

迴向眾生佛因

རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི།

**Ring Por.Mi Thog.Dro Wa Yi.**

**領波 米託 卓哇依**

願我不久至將來

།འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གུར་ཅིག།

**Den Pei.Pal Du.Dag Gyur Chig.**

**殿北 巴都 達久級**

成就度化諸眾生

དགོསྟོང་པདྨ་དཀར་པོའི་ཐུགས་དམ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ནི།

以下觀音啟請文由比丘貝瑪嘎波造

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྤྲུལ་སྤྱན་རས་གཟིགས།།

**Sol Wa.Deb So.La Ma.Chen Re Zig.**

**索哇 喋梭 拉瑪 淺熱息**

祈禱上師觀世音

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཡི་དམ་སྤྱན་རས་གཟིགས།།

**Sol Wa.Deb So.Yi Dam.Chen Re Zig.**

**索哇 喋梭 依旦 淺熱息**

祈禱本尊觀世音

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས།།

**Sol Wa.Deb So.Phag Chog.Chen Re Zig.**

**索哇 喋梭 帕卓 淺熱息**

祈禱大聖觀世音

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐབས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས།།

**Sol Wa.Deb So.Kyab Gon.Chen Re Zig.**

**索哇 喋梭 甲貢 淺熱息**

祈禱怙主觀世音

།གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱམས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས།།

**Sol Wa.Deb So.Jam Gon.Chen Re Zig.**

**索哇 喋梭 將貢 淺熱息**

祈禱大悲觀世音

འབྲུག་ས་ཇེ་བཟུང་ས་ཤིག་རྒྱལ་བ་ཐུག་ས་ཇེ་ཅན།

**Thug Je.Zung Shig.Gyal Wa.Thug Je Chen.**

**突傑 宋悉 嘉哇 吐傑淺**

大悲聖者祈憶念

མཐའ་མིད་འཁོར་བ་གྲངས་མིད་འབྲུམ་ས་གྱུར་ཅིང་།

**Tha Med.Khor Wa.Drang Me.Khyam Gyur Ching.**

**塔滅 扣哇 藏美 養組青**

眾生無始飄輪迴

འབོཅད་མིད་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྲོང་བའི་འགྲོ་བ་ལ།

**Zo Med.Duk Ngal.Nyong Wei.Dro Wa La.**

**索美 督雅 紐威 卓哇拉**

受盡難忍諸苦惱

མགོན་པོ་བྱིད་ལས་སྐྱབས་གཞན་མ་མཆིས་སོ།

**Gon Po.Khyed Le.Kyab Zhen.Ma Chi So.**

**貢波 缺勒 甲先 瑪知梭**

捨尊誰能普救度

རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས།

**Nam Khyen.Sang Gye.Thop Par.Jin Gyi Lob.**

**南建 桑結 託巴 今吉洛**

加持成就一切知

ཐོག་མིད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

**Thog Med.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thue.**

**託美 杜涅 勒堅 薩貝突**

無始所集諸惡業

ཞི་སྒྲུང་དབང་གིས་དམྱལ་བར་སྐྱེས་གྱུར་ཏེ།

**Zhe Dang.Wang Gi.Nyal War.Kye Gyur Te.**

**些當 旺吉 雅哇 傑久喋**

皆由眾生嗔恚力

ཁོ་གང་སྤུག་བསྔལ་སྤྱིང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

Tsa Drang.Dug Ngal.Nyong Wei.Sem Chen Nam.

薩將 督雅 用威 森淺南

墮受地獄寒熱苦

ལྷ་མཚོག་བྱི་དྲུང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

La Chog.Khyed Kyi.Drung Du.Kye War Shog.

拉卓 缺吉 通都 傑哇索

願生至尊蓮足前

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

Om Ma Ni Pad Me Hung.

嗡嘛呢叭咩吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

Thog Med.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thu.

託美 杜涅 勒堅 薩貝突

無始所集諸惡業

སེར་སྤུའི་དབང་གིས་ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྐྱེས།

Ser Nai.Wang Gi.Yi Dag.Ne Su Kye.

社內 旺幾 依達 涅蘇傑

皆由眾生貪愛力

ཁབ་སྐྱེས་སྐྱོམ་སྤུག་བསྔལ་སྤྱིང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

Tre Kom.Dug Ngal.Nyong Wei.Sem Chen Nam.

哲貢 督雅 翁威 森淺南

墮受餓鬼饑渴苦

ཞིང་མཚོག་པོ་ཏཱ་ལ་རུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

Zhing Chog.Po Ta.La Ru.Kye War Shog.

形卓 波達 拉汝 傑哇索

願生普陀拉淨土

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུམ།

**Om Ma Ni Pad Me Hung.**  
唵嘛呢叭吽吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

**Thog Med.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thu.**  
託美 杜涅 勒堅 薩貝突  
無始所集諸惡業

ཁ་ཏི་མུག་དབང་གིས་དུད་འགོར་སྐྱེས་གུར་ཏེ།

**Ti Mug.Wang Gi.Du Dor.Kye Gyur Te.**  
滴目 旺吉 杜多 傑組喋  
皆由眾生愚癡力

སྐྱེན་སྐྱུག་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

**Len Kuk.Dug Ngal.Nyong Wei.Sem Chen Nam.**  
練谷 督雅 翁威 森淺南  
墮受畜道闇鈍苦

ཁ་གོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་དུང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**Gon Po.Khyed Kyi.Drung Du.Kye War Shog.**  
貢波 缺幾 通度 傑哇索  
願生怙主蓮足前

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུམ།

**Om Ma Ni Pad Me Hung.**  
唵嘛呢叭吽吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

**Thog Me.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thu.**  
託美 杜涅 勒堅 薩貝突  
無始所集諸惡業

།འདོད་ཆགས་དབང་གིས་མི་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས།

**Dod Chag.Wang Gi.Mi Yi.Ne Su Kye.**

**多擦 旺格 彌依 逆蘇傑**

皆由眾生貪慾力

།བྲེལ་ཕོངས་སྤྱག་བསྔལ་སྦྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

**Drel Phong.Dug Ngai.Nyong Wei.Sem Chen Nam.**

**喋碰 督雅 翁威 森淺南**

墮受人趣無暇苦

།ཞིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**Zhing Chog.De Wa.Chen Du.Kye War Shog.**

**形作 喋哇 淺度 傑哇索**

願生極樂妙淨土

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

**Om Ma Ni Pad Me Hung.**

**嗡嘛呢叭吽吽**

།ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

**Thog Me.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thu.**

**託美 杜涅 勒堅 薩貝突**

無始所集諸惡業

།ཕྲག་དོག་དབང་གིས་ལྷ་མིན་གནས་སུ་སྐྱེས།

**Trag Dog.Wang Gi.La Min.Ne Su Kye.**

**插奪 旺格 拉命 涅蘇傑**

皆由眾生嫉妒力

།འཐབ་རྩོད་སྤྱག་བསྔལ་སྦྱོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

**Thab Tsod.Dug Ngai.Nyong Wei.Sem Chen Nam.**

**塔措 督雅 翁威 森淺南**

墮受修羅爭鬥苦

པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

Po Ta.La Yi.Zhing Du.Kye War Shog.  
波達 拉依 興都 傑哇索  
願生普陀拉淨土

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

Om Ma Ni Pad Me Hung.  
嗡嘛呢叭咩吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

Thog Me.Du Ne.Le Ngen.Sag Pei Thu.  
託美 杜涅 勒堅 薩貝突  
無始所集諸惡業

པང་རྒྱལ་དབང་གིས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེས།

Nga Gyal.Wang Gi.La Yi.Ne Su Kye.  
雅甲 旺格 拉依 涅蘇傑  
皆由眾生驕慢力

འཕོ་ལྷུང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

Pho Tung.Dug Ngal.Nyong Wei.Sem Chen Nam.  
潑東 督雅 翁威 森淺南  
墮受天福變遷苦

པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

Po Ta.La Yi.Zhing Du.Kye War Shog.  
波達 拉依 興都 傑哇索  
願生普陀拉淨土

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

Om Ma Ni Pad Me Hung.  
嗡嘛呢叭咩吽



བདག་ནི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།

**Dag Ni.Kye Zhing.Kye Wa.Tham Ched Du.**

達尼 傑興 傑哇 湯傑都

我願生生世世中

།སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་མཛད་པ་མཚུངས་པ་ཡིས།

**Chen Re.Zig Dang.Zed Pa.Tsung Pa Yi.**

淺熱 息當 剛拔 沖巴依

恆行觀音菩薩行

།མ་དག་ཞིང་གི་འགོ་རྣམས་སྒྲོལ་བ་དང།

**Ma Dag.Zhing Gi.Dro Nam.Drol Wa Dang.**

瑪達 星格 卓南 卓哇檔

救度濁世諸眾生

།གསུང་མཚོག་ཡིག་དུག་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་ཤོག།

**Sung Chog.Yig Drug.Chog Chur.Gye Par Shog.**

宋作 依入 卓竹 傑巴索

六字大咒遍十方

།འཕགས་མཚོག་བྱིད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་མཐུས།

**Phag Chog.Khyed La.Sol Wa.Deb Pei Thu.**

帕卓 缺拉 索哇 喋貝突

因我虔求觀音力

།བདག་གི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་འགོ་བ་རྣམས།

**Dag Gi.Dul Jar.Gyur Pei.Dro Wa Nam.**

達格 杜佳 久貝 卓哇南

所有我度之眾生

།ལས་འབྲས་ལྗུར་ལེན་དགོ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན།

**Le Dre.Lhur Len.Ge Wei.Le La Tson.**

烈知 龍練 給威 烈拉森

深信因果精勤修

།འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཚོས་དང་ལྡན་པར་ཤོག།

**Dro Wei.Don Du.Cho Dang.Den Par Shog.**

**卓威 頓度 粗檔 殿巴索**

永遠奉行利有情

།དེ་ལྟར་རྩེ་གཅིག་གསོལ་བཏབ་པས།།

**De Tar.Tse Chig.Sol Tab Pe.**

**喋達 些際 索達貝**

如是一心祈求力

།འཕགས་པའི་སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།།

**Phag Pei.Ku Le.Wo Zer Troe.**

**帕北 古烈 哦些處**

聖者寶軀放光輝

།མ་དག་ལས་སྤང་འཁྲུལ་ཤེས་སྤངས།།

**Ma Dag.Le Nang.Thrul She Jang.**

**瑪達 烈囊 吐謝張**

盡除妄想穢業相

།ཕྱི་སྡོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་།།

**Chi Nod.De Wa.Chen Gyi Zhing.**

**知諾 喋哇 淺吉興**

外境悉成極樂土

།ནང་བཅུད་སྐྱེ་འགྲོའི་ལུས་ངག་སེམས།།

**Nang Chud.Kye Drol.Lue Ngag Sem.**

**囊粗 傑卓 陸額森**

眾生身口意三業

།སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས།།

**Chen Re.Zig Wang.Ku Sung Thug.**

**淺熱 息旺 固宋督**

皆成觀音身語意

།སྒྲ་གྲགས་རིག་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱུར།

**Nang Drag.Rig Tong.Yer Med Gyur.**

**囊多 力通 耶美久**

色聲明空皆無二

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཏུ།

**Om Ma Ni Pad Me Hung.**

**喻嘛呢叭咩吽**

ཅི་འགྲུབ་བརྒྱལ།

唵咒畢

མཐར་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོགས་པའི་རང་ངོར་མཉམ་པར་བཞག།

最後反觀自性 照見三輪體空

བདག་གཞན་ལུས་སྒྲ་འཕགས་པའི་སྐ།

**Dag Zhen.Lue Nang.Phag Pei Ku.**

**達先 路囊 帕北固**

自他身相聖觀音

།སྒྲ་གྲགས་ཡི་གེ་དུག་པའི་དབྱེར།

**Dra Drag.Yi Ge.Drug Pei Yang.**

**得札 以給 突北陽**

聲音皆聽六字咒

།དན་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་གྲོང་།།

**Dren Tog.Ye She.Chen Po Long.**

**店奪 依希 遷波隆**

思語深入大智慧

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག

**Ge Wa.Di Yi.Nyur Du Dag.**

**給哇 地以 奴度達**

但願由於此功德

|སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

**Chen Re.Zig Wang.Drub Gyur Ne.**

**淺熱 息汪 督久涅**

我得速成觀世音

|འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།

**Dro Wa.Chig Kyang.Ma Lu Pa.**

**多哇 級姜 馬鹿巴**

遍度一切諸眾生

|དེ་ཡིས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

**De Yi.Sa La.God Par Shog.**

**喋以 薩拉 過拔索**

同登彼岸盡無餘

|འདི་ལྟར་སྐོམ་བསྐྱས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས།

**Di Tar.Gom De.Gyi Pei.So Nam Kyi.**

**地達 宮喋 吉北 梭南吉**

願此觀修唵誦之功德

|བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཀུན།

**Dag Dang.Dag La.Dral Thog.Dro Wa Kun.**

**達當 達拉 扎託 多哇坤**

一切與我有緣之眾生

|མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བ་གྱུར་མ་ཐག།

**Mi Tsang.Lue Di.Bor Wa.Gyur Ma Thag.**

**米藏 路地 博哇 久瑪塔**

當捨棄此不淨身體時

|བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྗལ་ཉི་སྐྱེ་བར་ཤོག།

**De Wa.Chen Du.Zu Te.Kye War Shog.**

**喋哇 建都 殊喋 傑哇索**

即刻化生極樂淨土中

།སྐྱེ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཏུ་རབ་བསྐྱོད་ནས།

**Kye Ma.Thag Tu.Sa Chu.Rab Drod Ne.**

**結瑪 塔都 薩初 拉卓涅**

隨即生彼証得十地境

།སྤྱུལ་པས་ཕྱོགས་བཏུར་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག།

**Trul Pei.Chog Chur.Zhen Don.Jed Par Shog.**

**徒北 卓組 先頓 借巴索**

願我化身遍十方 利益一切有情眾

།དགེ་བ་འདི་ཡི་སྐྱེ་བོ་ཀུན།

**Ge Wa.Di Yi.Kye Wo Kun.**

**給哇 地以 結我坤**

由於以上諸功德

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཏེ།

**So Nam.Ye She.Tsog Zog Te.**

**索南 耶謝 梭著喋**

願積福智二資糧

།བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།

**So Nam.Ye She.Le Jung Wei.**

**索南 耶謝 雷冲威**

眾生福智資糧足

།དམ་པ་སྤྱི་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།

**Dam Pa.Ku Nyi.Thob Par Shog.**

**塘巴 庫意 託巴索**

願彼得證報化身

བཞུ་བཞི།

迴向文

ཨི་མ་ཧོ།

E Ma Ho.

噯瑪吽

奇妙哉

ངོ་མཚར་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

Ngo Tsar.Sang Gye.Nang Wa.Tha Ye Dang.

哦察 桑界 囊哇 他耶唐

阿彌陀佛無量光

གཡས་སུ་ཇོ་བོ་བྱུགས་ཇེ་ཆེན་པོ་དང་།

Ye Su.Jo Wo.Thug Je.Chen Po Dang.

耶屬 久喔 突傑 淺玻當

右脅大悲觀世音

གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ།

Yon Du.Sem Pa.Thu Chen.Thob Nam La.

永杜 森巴 突淺 託浪拉

左脅神威大勢至

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་།

Sang Gye.Jang Sem.Pag Me.Khor Gyie Kor.

桑界 蔣森 巴昧 闊寄過

諸佛菩薩眾圍繞

བདེ་སྤྱིད་ངོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

De Kyid.Ngo Tsar.Pag Tu.Me Pa Yi.

諜吉 哦察 巴杜 昧巴宜

不可思議妙極樂

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།

De Wa.Chen Shie.Ja Wai.Zhing Kham Der.

諜哇 淺協 甲維 辛康諜

淨土名號極樂國

བདག་ནི་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་གུར་མ་ཐག་ཅེ།

**Dag Ni.Di Ne.Tse Phoe.Gyur Ma Thag.**

**達尼 迪內 測配 久瑪塔**

我等命終剎那時

སླེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ་ཅེ།

**Kye Wa.Shin Gyie.Bar Ma.Chod Pa Ru.**

**界哇 先寄 巴瑪 確巴入**

絕不往生至他處

དེ་རུ་སླེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག་ཅེ།

**De Ru.Kye Ne.Nang Thai.Zhal Thong Shog.**

**諜入 界內 浪他 俠通修**

願生極樂見彌陀

དེ་སྐད་བདག་གིས་སློན་ལམ་བཏབ་པ་འདི་ཅེ།

**De Ked.Dag Gie.Mon Lam.Tab Pa Di.**

**諜給 達給 莫浪 達巴迪**

如是虔誠我祈求

ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཅེ།

**Chog Chui.Sang Gye.Jang Sem.Tham Ched Kyie.**

**秋居 桑界 蔣森 唐傑吉**

十方諸佛菩薩力

གཤམ་མེད་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ཅེ།

**Geg Me.Drub Par.Jin Gyie.Lab Tu Sol.**

**給昧 竹巴 錦級 拉杜索**

無礙加持我滿願

ཏཱ་ཐཱ་ཨ་པཱ་ཨ་བོ་དྷ་ན་ཡེ་སོ་ཧཱ་།

**Ted Ya Tha. Ben Tsa Dri Ya.Ah Wa Bo Dha Na Ye.So Ha.**

**喋訝塔 奔札諦訝 阿哇玻達拿耶 梭哈**

ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དགོངས།

**Chog Due.Gyal Wa.Se Che Gong.**

**秋杜 甲哇 色界貢**

諸佛菩薩憶念我

ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་ལ་རྗེས་ཡི་རང།

**Tsog Nyie.Zog La.Je Yi Rang.**

**措尼 作拉 皆宜讓**

二資糧盈我隨喜

བདག་གིས་དུས་གསུམ་དགེ་བསགས་པ།

**Dag Gie.Due Sum.Ge Sag Pa.**

**達給 杜松 給薩巴**

三世所積諸功德

དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འཕུལ།

**Kun Chog.Sum La.Chod Pa Bul.**

**滾秋 松拉 確巴布**

悉皆供養三寶尊

རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འཕེལ་གྱུར་ཅིག།

**Gyal Wai.Ten Pa.Phel Gyur Chig.**

**佳威 殿巴 佩秋吉**

願諸佛法普弘揚

དགེ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བསྟོ།

**Ge Wa.Sem Chen.Kun La Ngo.**

**給哇 森間 滾拉哦**

功德迴向諸有情

འགོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག།

**Dro Kun.Sang Gye.Thob Gyur Chig.**

**卓滾 桑界 託秋吉**

願諸眾生皆成佛



དགེ་ཅུ་ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྐྱེས་ཏེ།

**Ge Tsa.Tham Ched.Chig Due Te.**

**給札 唐傑 吉對謀**

善聚一切功德力

བདག་གི་རྒྱུད་ལ་སློན་གྱུར་ཅིག།

**Dag Gi.Gyud La.Min Gyur Chig.**

**達給 居拉 明秋吉**

願於自心得成熟

སྒྲིབ་གཉིས་དག་ནས་ཚོགས་ཇོགས་ཏེ།

**Drid Nyie.Dag Ne.Tsog Zog De.**

**諦尼 達涅 措佐謀**

二障清淨功德盈

ཚོ་རིང་ནད་མེད་ཉམས་ཉོགས་འཕེལ།

**Tse Ring.Ne Med.Nyam Tog Phel.**

**徹令 涅美 娘多佩**

長壽無疾證悟增

ཚོ་འདིར་ས་བཅུ་ལོན་གྱུར་ཅིག།

**Tse Dir.Sa Chu.Non Gyur Chig.**

**測諦 薩究 倫秋吉**

願吾今生證十地

ནམ་ཞིག་ཚོ་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག།

**Nam Shig.Tse Phoe.Gyur Ma Thag.**

**南息 測配 久瑪他**

臨終剎那得隨即

བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་གྱུར་ཅིག།

**De Wa.Chen Du.Kye Gyur Chig.**

**謀哇 淺突 界秋吉**

願能往生極樂國

སྐྱེས་ནས་པདྨའི་ཁ་བྱེ་སྟེ།

**Kye Ne.Ped Ma.Kha Je Te.**  
界涅 悲瑪 卡切譟  
往生之際蓮盛放

ལུས་རྟེན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཤོག།

**Lue Ten.De La.Sang Gye Shog.**  
呂殿 譟拉 桑界修  
即身開悟證佛果

བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ནས་ཇི་སྲིད་དུ།

**Jang Chub.Thob Ne.Ji Sid Du.**  
強秋 託涅 其系突  
證覺直至輪迴盡

སྤྱུལ་པས་འགྲོ་བ་འདྲིན་པར་ཤོག།

**Trul Pe.Dro Wa.Dren Par Shog.**  
竹貝 卓哇 滇巴修  
願以化身度有情

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

**Sod Nam.Di Yie.Tham Ched.Zik Pa Nyid.**  
索南 迪宜 湯傑 昔巴尼  
依此修誦功德證全知

ཁོབ་ནས་ཉེས་པའི་དགའ་རྣམས་པམ་བྱས་ནས།

**Thob Ne.Nye Pi.Dra Nam.Pham Je Ne.**  
託內 涅貝 札南 旁傑內  
祈願吾等戰勝煩惱魔

སྐྱེ་གན་འཆི་བ་རྒྱབས་འབྲུགས་པ་ཡི།

**Kye Ga.Na Chi.Ba Lab.Chruk Pa Yi.**  
給噶 拿企 巴拉 楚巴宜  
生老病死洶湧如狂濤

།སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།

**Sid Pai.Tso Le.Dro Wa.Drol Wa Shok.**

**昔貝 措列 佐哇 卓哇秀**

祈願吾等解脫生死海

།འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང་།

**Jam Pal.Pa Wo.Ji Tar.Khyen Pa Dang.**

**姜巴 巴偉 其大 千巴當**

若彼文殊勇士智

།ཀུན་རུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

**Kun Tu.Zang Po.De Yang.De Shin Te.**

**棍都 桑波 帖揚 帖欣喋**

普賢菩薩亦如是

།དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཇི་སྲིད་སྲོལ་ཅིང་།

**De Dak.Kun Gyi.Je Su.Dak Lob Ching.**

**帖他 棍吉 傑速 達洛徑**

我願隨彼而學習

།དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱུ།

**Ge Wa.Di Dak.Tham Che.Rab Tu Ngo.**

**給哇 迪他 湯界 拉都哦**

善業迴向遍有情

།སངས་རྒྱལ་སྐྱབས་ལུ་བཞུགས་བརྟེན་པའི་བྱིན་རྒྱལས་དང་།

**Sang Gye.Ku Sum.Nye Pai.Jin Lab Dang.**

**桑傑 固速 涅貝 欽拉倘**

幸蒙諸佛三身之加持

།ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལས་དང་།

**Choe Nyid.Mi Gyur.Den Pai.Jin Lab Dang.**

**卻尼 米究 滇貝 欽拉倘**

法性不變實諦之加持

།དགེ་འདུན་མི་ཕྱེད་འདུན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་སྐྱིལ།

**Ge Dun.Mi Ched.Dun Pai.Jin Lab Kyie.**

**給敦 米切 敦貝 欽拉吉**

僧眾堅固意樂之加持

།ཇི་ལྟར་སློན་ལམ་བཏབ་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག།

**Ji Tab.Ngo Wa.Mon Lam.Drub Par Shok.**

**其大 哦哇 悶浪 竹巴修**

如上發願迴向祈圓成

作 者：唐東加波

出 版：噶舉書院 Kagyu Library

中文翻譯：堪布噶桑旦增 Khenpo Karsang Tenzin

助 印：Rita Fu，岑民傑，岑瑛媚，朱惠芬，袁林娣，  
Wu Wai Lung，Samantha Cheng，Kally Ng，  
Jenny Tse，Stella Sung，Khenpo Karsang

2012 年印於香港 願吉祥



[www.kagyulibrary.hk](http://www.kagyulibrary.hk)



**噶舉書院**

**KAGYULIBRARY**

網址: [www.kagyulibrary.hk](http://www.kagyulibrary.hk)

電郵地址: [office@kagyulibrary.hk](mailto:office@kagyulibrary.hk)

電話: 852-59753207