

༄༅། སྐྱབས་སེམས་ནི།

皈依

REFUGE AND BODHICITTA PRAYER

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་ནམས་ལ།

諸佛正法賢勝三寶尊

I take refuge in the buddha, Dharma, and Supreme Assembly

བྱང་ཆུབ་པར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།

從今直至菩提永皈依

Until the attainment of enlightenment.

བདག་གིས་སྦྱིན་སྒོམས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

我以所修施等儲資糧

Through the merit of practicing generosity and so forth,

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འབྲུབ་པར་ཤོག །

為利有情故愿大覺成

May buddhahood be accomplished for the benefit of beings.

ལམ་གསུམ། ཚད་མེད་བཞི།

四无量心

THE FOUR IMMEASURABLES

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ཕྲན་པར་གྱུར་ཅིག།

願諸眾生永具安樂及安樂因

May all beings have happiness and the causes of happiness.

སྤྱད་བསྐྱལ་དང་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

願諸眾生永離眾苦及眾苦因

May they be free from suffering and the causes of suffering.

སྤྱད་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།

願諸眾生永具無苦之樂，我心怡悅

May they be inseparable from true happiness devoid of and suffering.

ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།

願諸眾生遠離貪嗔之心，住平等捨

May they realize great equanimity, without attachment to loved ones and aversion to others.

ལན་གསུམ། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།
七支供

SEVEN-BRANCHED PRAYER

ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།
頂禮供養及懺悔
Through homage, making offerings, confession,

རྗེས་སུ་ཡི་རང་གསྐུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།
隨喜轉輪祈住世
rejoicing, exhorting, and supplicating,

།དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།
我所積集微許善
whatever small virtue I have amassed,

།ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཟོའོ།
皆為菩提而迴向
I dedicate it all to supreme enlightenment.

།ཤངས་པའི་མཚུལ་བཀའ་བྱ་མ་ནི།

香巴噶举曼扎供养

THE MANDALA OFFERING THE SHANGPA TRADITION

།བཀོད་པ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པའི་མཚུལ་མཆོག།

莊嚴美麗殊勝曼荼羅

This sublime mandala offering is an extraordinarily lovely array.

དབུས་ཀྱི་རི་རྒུལ་སྒྲིང་བཞི་སྒྲིང་ཕྱན་བཅས།

四大洲中州繞須彌山

In the center is the most majestic of mountains, with the four continents and the subcontinents,

།གསལ་བྱེད་ཉི་མ་ཟླ་བས་བསྐོར་ཞིང་མཛེས།

日月光環四周圍群山

lovely with the illuminating sun and moon circling, surrounded by a perimeter of mountains,

།བྱི་རོལ་ལྷགས་རི་བར་ནི་རོལ་མཆོས་བརྒྱན།

鐵圍山間莊嚴遊戲海

and adorned with roiling oceans.

རིན་ཆེན་དཔག་བསམ་ཤིང་དང་འདོད་འཛོའི་བ།

寶飾如意樹及滿願牛

There are wish-granting trees bedecked with jewels; cows that yield all that is desired;

།རྒུལ་སྒྲིང་ལྷ་བདུན་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་བརྒྱད་མ།

輪王珍異七寶八宮女

the seven attributes of a powerful monarch and the eight goddesses,

|ཚེས་ལོ་རྟོག་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ཟུ།

自然生稻及八功德水

the treasure of jewels crops that need no cultivation; water with eight qualities;

|ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་མཆོད་སྤྱོན་བསམ་མི་བྱུབ།

外內密不思議供養雲

and offerings on three levels-outer, inner, and secret—amassed on and inconceivable scale.

|དགའ་དང་སྤྱོད་བར་བསྐྱེད་པའི་མཆུ་ལ་འདི།

歡喜愉悅曼扎我供養

This mandala offering, pleasing and delightful, is offered by me,

|དོན་གཉིས་སྐྱབ་པར་འདོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས།

自利利他發心瑜伽師

the yogin who wishes to accomplish the two kinds of benefit and who,

|བརྩོན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དང་།

精進供予上師與本尊

with powerful and enthusiastic diligence, offers it to the vast hosts of gurus, chosen deities,

|རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་ལ་འབུལ་བར་བབྱ།

以及一切成就勝利者

and victorious ones.

།སངས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་པས།

一切佛陀法脈傳承者

For me, the yogin who upholds the bloodline of all buddhas,

།མཉེས་བྱེད་མཆོལ་བཟང་པོ་འདི་ཕུལ་བས།

祈請供養曼扎之加行

I pray that by my offering this delightful and noble mandala

།ཉེས་སློན་དྲི་མའི་ཚོགས་རྣམས་གྱུར་བྱང་ནས།

過去罪垢悉皆得淨化

all my amassed faults, flaws, and defilements may be refined away,

།མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ།

證得殊勝普遍正等果

and I may be granted sublime and more common spiritual attainments.

།ཞེས་དང་།

並且

and also

ཨོ་མཆོལ་ཕུཊ་མེག་མ་ཐུང་སྒྲུབ་ར་ཏ་ས་མ་ཡེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།

OM MENDALA PUDZA MEGHA SAMUDRA SAPARANA SAMAYE AH HUNG

མཉེས་བྱེད་མཆོལ་བཟང་པོ་འདི་ཕུལ་བས།

祈請供養曼扎之加行

Through my having offered this noble and pleasing mandala,

ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་།

證得菩提道上無礙生

may there be no obstacles on the path to enlightenment,

ཁྱེད་གསུམ་བདེར་གཤེགས་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་དང་།

願我證得三世了悟意

may I realize the enlightened intent of the sugatas of the three times,

ཁྱེད་པར་མི་འཁྱུལ་ཞི་བར་མི་གནས་ཤིང་།

不迷茫亦不停於靜止

and may I not remain confused in conditioned existence nor stagnate in a state of personal peace,

ཁྱེད་མཁའ་མཉམ་པའི་འགོ་བ་སྒྲེལ་བར་ཤོག

救度等同虛空諸眾生

but rather liberate beings, whose extent is equal to that of space itself!

ཁུགས་ལྷལ། དེ་ནས།

復次

and also

ས་གནི་སྒྲོས་ཀྱས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བཀྲམ།

妙香遍塗大地花鋪散

The ground is anointed with fragrant waters and strewn with flowers,

རི་རབ་སྤང་བཞི་ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་འདི།

須彌四洲日月此莊嚴

adorned with Sumeru, the four continents, the sun, and the moon.

།སངས་རྒྱལ་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས།

觀如佛土我樂敬供養

Through my imagining this as a buddha realm and offering it,

།འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོང་བར་ཤོག།

願諸有情共享此淨土

may all beings enjoy and completely pure realm.

།སྦྱི་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་།

生生世世不離師

In all my lives, may I never be separated from the perfect guru,

།འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཅིང་།

恆時享用勝法樂

And having benefited fully from the splendor of the Dharma,

།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྒྱུགས་ནས།

圓滿地道功德已

May I perfect the qualities of the five paths and ten bhūmis,

།རྩི་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཟུར་ཐོབ་ཤོག། །

唯願速得金剛持

And swiftly attain the sublime level of Vajradhara!

上師瑜伽
GURU YOGA

༄༅། །དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

具德根本上師如意寶
Glorious, precious root lama,

བདག་གི་སྤྱི་བོར་པད་ལྷའི་གདན་བཞུགས་ལ། །

祈住我心蓮花墊中央
seated on a lotus moon seat above my head;

བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སློ་ནས་རྗེས་བབྱང་སྟེ། །

以大恩德教誡並接受
take care of me with great kindness and

སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། །

賜予身語意之勝加持
bestow the powers of body, speech, and mind.