



白度母日修儀軌

遍知大司徒滇貝寧伽 造



༄༅། །ཀུན་མཁའི་རྒྱ་མི་སེ་རུ་བཟུན་པའི་ཉིན་ཁྱེད་ཀྱིས་
མཇེན་པའི་སྐྱེལ་དཀར་རྒྱན་ཁྱེད་བཟུགས་སོ། །

《白度母日修儀軌》

遍知大司徒滇貝寧伽 造

祈請文出處 | 第9世堪千創古仁波切提供
儀軌出處 | 則日木刻版
藏譯中·審訂 | 堪布羅卓丹傑



請注意：

修持白度母儀軌，需先接受具德上師之灌頂、口傳及教授，切勿自行修持。

更多資訊請參考：正法電子書



༄༅། ལྷོལ་དཀར་རྒྱན་ཁྱིའི་བརྒྱན་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི།
 白度母日修儀軌之傳承祈請文：

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷུ་རྩ་རྩ་ཡི།
 南摩 咕汝 阿惹亞 達惹 耶

ལྷོལ་མ་ངག་གི་དབང་ལྷུག་གསེར་གླིང་ག། །
 卓瑪 昂幾 旺秋 瑟林巴
 度母昂幾旺秋瑟林巴，

རོ་པོ་འབྲོམ་སྟོན་སྲུང་སྲ་སླེ་པའི་ཞབས། །
 久沃 仲敦 間阿 哲貝暇
 久沃仲敦間阿哲巴尊，

དུགས་པོ་དུས་མཁུན་རས་ཆེན་སྟོམ་བྲག་ག། །
 達波 杜虔 惹千 崩札巴
 達波杜虔惹千崩札巴，

གྲུབ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་སློ་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །
 主千 確吉 喇嘛 娑哇磔
 主千確吉喇嘛誠祈請。

ཨོ་རྒྱན་ས་དང་རང་བྱུང་གཡུང་སྟོན་རྒྱལ། །

鄔間 巴尙 讓炯 雍敦傑

鄔間巴與讓炯雍敦傑，

རོལ་རྫོང་མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ། །

若多 卡確 旺波 德新謝

若多卡確旺波德新謝，

རིག་རལ་དོན་ལྡན་བན་སྐར་གོ་བློ་རྗེ། །

日惹 敦滇 奔嘎 國師傑

日惹敦滇奔嘎國師尊，

ཚོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

確札 嘉措 暇喇 娑哇磔

確札嘉措足前作祈請。

སངས་རྒྱས་མཉན་ས་མི་བསྐྱོད་དཀོན་མཚོག་འབངས། །

桑傑 年巴 米覺 昆秋旁

桑傑年巴米覺昆秋旁，

དབང་ལྷུག་རྫོ་རྗེ་ཚོས་དབང་རྣམ་དག་མཚན། །

旺秋 多傑 確旺 囊達參

旺秋多傑確旺囊達參，

ཀམ་ཆགས་མེད་དུལ་མོ་དཔལ་ཆེན་པོ། །

噶瑪 洽美 都穆 巴千波

噶瑪洽美都穆巴千波，

བསྟན་པའི་ཉིན་མོར་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

滇貝 寧莫 伽喇 娑哇磔

滇貝寧莫伽前作祈請。

བདུད་འདུལ་རྩོ་རྩེ་བསྐྱ་ཉིན་བྱེད་དང་། །

堆督 多傑 貝瑪 寧伽倘

堆督多傑貝瑪寧伽與，

ཐེག་མཆོག་བསྟན་འཕེལ་བསྐྱ་གར་དབང་ཅུལ། །

特秋 滇配 貝瑪 噶汪紮

特秋滇配貝瑪噶汪紮，

མཁའ་ཁྲབ་རྩོ་རྩེ་པད་མ་དབང་མཆོག་ཀུལ། །

康洽 多傑 貝瑪 旺秋加

康洽多傑貝瑪旺秋加，

མཁྱེན་བཟེའི་འོད་ཟེར་རིག་པའི་རྩོ་རྩེའི་ཞབས། །

欽哲 唯瑟 日佩 多傑尊

欽哲唯瑟日佩多傑尊，

ཅ་བརྒྱད་སྐ་མ་ཀུན་དངོས་རྗེ་བཙུན་མ། །

紮舉 喇嘛 昆恩 解尊瑪

根傳上師總集至尊母，

གང་གི་སློན་གྲོལ་བཀའ་བབ་བརྒྱད་པའི་སྲོལ། །

扛幾 明卓 嘎帕 局悲娑

成熟解脫教法傳承規，

དེམ་པ་དྲུག་ལྟན་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

日巴 主滇 囊啦 娑哇磔

具六次第尊前誠祈請。

བསྐྱེད་སྤྲུགས་རྫོགས་པའི་དེམ་པ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། །

皆阿 昨貝 忍巴 他慶磔

生咒圓滿次第臻究竟，

འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་རྫོ་རྗེའི་སྐྱ་མཚོག་འགྲུབ། །

企枚 也謝 朵界 咕秋竹

成就不死本智金剛身，

རྒྱལ་བ་ཀུན་བསྐྱེད་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་དང་། །

甲哇 昆皆 以行 闊洛倘

出生諸佛度母如意輪，

དབྱེར་མེད་དོན་གཉིས་ལྷུན་གྲུབ་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

耶枚 敦呢 倫珠 傾幾臘

加持二利無別任運成。

སློལ་དཀར་རྒྱན་བྱིན་གྱི་བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་འདི་བཞིན་དད་དམ་ཟླ་བལ་ཀམ་ལྷ་དབང་ཐུགས་
བཞེད་ལྷར་ཀམ་དག་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་སླེལ་བ་མངྏ་ལོ། །།

此白度母日修儀軌傳承祈請文，依信心與三昧耶無倫之噶瑪拉旺心願，
由噶瑪昂旺雲丹嘉措所撰。願吉祥！



༄༅། །ལྷོ་སྐ་སྒྲི། ལྷ་མ་དང་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་བྱག་འཚལ་ལོ། །

願吉祥！頂禮上師與聖度母。

འདིར་རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་སྒྲོལ་མ་མངོན་འབྱུང་ལས། འཆི་བ་བསྐྱེད་དཀར་མོའོ། །ཞིས་སྒྲོན་དུ་གསུངས་
པའི་ལས་ཀྱི་ལྷ་དང་། འཁོར་ལོ་ལྷང་གྲུ་བསྟན་པའི་འཕྱོས་སུ་གསུངས་པ་སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་
འདིའི་ཁོངས་སུ་མན་ངག་རིགས་པ་རྣམས་བཞེད་པ་ལྟར། དེའི་མན་ངག་ངག་དབང་གྲགས་པའི་གཞུང་གི་
རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རོ་བོ་རྗེ་ཆེན་པོའི་ལྷགས་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་མངོར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན་
པར་འདོད་ན། །

於瑜伽母續《度母顯現續》中，繼前所述業尊與綠輪尊之開示後，復宣說「欺騙死亡之白尊」。諸通達口訣者咸認，此即白度母如意輪法之本續所依。其修持口訣循昂旺札巴之論著，並以至尊阿底峽之傳規為主。若欲略修者：

行皈依與發菩提心：

སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །

桑皆 確尙 措幾 秋囊啦

諸佛正法聖僧眾，

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆོ། །

蔣秋 琶篤 達尼 嘉蘇企

直至菩提我皈依，

བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྲིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །

達及 景娑 及貝 索南吉

以我布施等福德，

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །ཅེས་སྐབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྲ།

卓啦 篇企 桑皆 竹巴秀

為利眾生願成佛。

[三稱]

觀修四無量心：

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

森間 湯界 德哇倘 德威就倘 滇巴就記

願一切眾生具樂及樂因，

སྤུག་བསྔལ་དང་སྤུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །

篤恩倘 篤恩吉久倘 哲哇 就記

離苦及苦因，

སྤུག་བསྔལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །

篤恩 枚貝 德哇 當巴倘 米哲哇 就記

不離無苦之妙樂，

ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །ཞེས་
ཚད་མེད་བཞི་བསྟོམ།

涅仁 洽倘 尼倘哲威 當扭 千波啦 內巴就記

安住遠離親疏愛憎之太平等捨。

[三稱]

淨諸法為空：

ཨོ་ཤུཅ་ཏུ་རྒྱ་ནག་བཟོ་སྒྲུ་ཡ་ལྷན་ཀོའི་རྟོ། གྱིས་སྤྱད་ལ།

喻 修尼亞達 加納 班雜 娑巴瓦 阿特瑪 郭 杭

སྟོང་བའི་ངང་ལས་མ་བཅོས་བའི་སེམས་སྤང་

東悲 昂磊 瑪具悲 森囊

從空性中，本然心之自顯

རྩི་གི་སྤྲ་གདངས་ནམ་མཁའ་གང་བ་དང་བཅས་པ་ལས་

吽幾 眨堂 囊咖 扛瓦倘介巴磊

「吽」（^{ཧྲཱི}）字音韻遍滿虛空，從中化現圍垣穹帳之金剛護輪，

རྫོ་རྗེའི་སྤྱང་འཁོར་རྩ་གྲར་མེ་དཔུང་འབར་བ་

多界松闊 惹咕 每崩巴瓦

外有熾燃烈火。

ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བར་གྲུར་པའི་དབུས་སུ་རྩྭ་ལས་རླ་བ་ཚུ་ཤེལ་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་།

揚星 嘉切瓦 久貝鄔蘇 仲磊 達瓦 楚謝吉 暇耶康

於此寬廣之中央，從 𑄎 (仲) 化現水晶無量宮。

དེའི་དབུས་སུ་རྩྭ་ལས་བརྒྱ་དཀར་པོ་སྣང་བྱ་དང་བཅས་པ་

迪鄔蘇 邦磊 貝瑪嘎波 東布當介巴

無量宮中，從 𑄎 (邦) 化現具足蓮莖、

རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྣང་བྱ་ཨ་ལས་རླ་བ་ཉ་གང་བ་རྣོག་པའི་རི་མ་དང་བྲལ་བ།

惹篤 傑悲滇篤 阿磊達瓦 釀扛瓦 紐悲直瑪 尙哲瓦

盛開之白蓮，其上，從 𑄎 (阿) 化現離垢圓滿月輪。

དེའི་སྣང་བྱ་རང་སེམས་རྩྭ་དཀར་པོ་ལས་

迪滇篤 壤森 當 嘎波磊

輪上自心白色 𑄎 (當) 化現白色優鉢羅花，

ལྷ་བྲལ་དཀར་པོ་རྩྭ་ཡིག་དཀར་པོས་མཚན་བ།

鄔悲嘎波 當亦嘎波 參巴

花上幟有白色 𑄎 (當) 字。

དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འབགས་པ་མཚོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས།

迪磊 歐綽 帕巴卻 森間吉 敦切

從其放光，供養聖眾，成辦眾生利益。

སྒྲར་འདུས་ཤིང་ཡོངས་སུ་གྲུར་བ་ལས་རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་

拉杜興 永蘇久巴磊 壤尼 帕瑪 卓瑪

光明收攝、轉變，現為聖救度母：

སྐྱེ་མདོག་ཟླ་བ་ཚུ་ཤེལ་ལྟར་དཀར་ཞིང་འོད་ཟེར་ལྡན་ལྡན་དུ་འགྲོ་བ་

咕多 達瓦 秋些搭嘎行 偉瑟阿倘滇篤綽瓦

身相皎潔猶如晶月，散發五色光芒，

སྒྲིག་ཅིང་ཆགས་སའི་ཉམས་ཅན་ལུ་འབྱར་བྱུང་གིས་མཛེས་པ།

客經 洽悲釀間 努樸 松幾 則巴

妍麗動人，婀娜多姿，胸臆豐滿莊嚴，

ཞི་བ་ཚེན་པོའི་འདྲུམ་ཞལ་ཅན།

喜瓦 千波 尊夏間

寂靜中含笑。

དབུ་ལ་སྐྱེན་གསུམ་དང།

鄔拉 間松倘

頭部具三眼，

ཕྱག་ཞབས་བཞིའི་མཐེལ་དུ་འང་སྐྱེན་རེ་རེ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེན་བདུན་དང་ལྡན་པ།

洽夏 席以提篤昂 間惹惹疊 耶謝吉 間敦當丹巴

雙手雙足掌中各具一眼，是為本智七眼。

ཕྱག་གཡས་པས་མཚོག་སྒྲིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་།

洽耶悲 秋經幾 洽加倘

右手結與願印；

གཡོན་པ་མཐེབས་སྒྲིན་སྦྱར་བས་ལྷནལ་དཀར་པོ་འདབ་བརྒྱ་སྦྱན་བྱང་བུ་

雲巴 特新 夾偉 鄔悲 嘎波 達夾 年忠篤

左手拇指、無名指相捻置於心間，

རྒྱས་པའི་ཡུ་བ་ཐུགས་ཀར་འཛིན་པ།

傑悲 友瓦 圖嘎曾巴

指間捻持盛開於耳際之百瓣白色優鉢羅花之花莖。

ཐུ་ཉིག་དཀར་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་

姆諦 嘎波 作沃 就悲

身佩白色珍珠為主、

རིན་པོ་ཆེ་སྦྱ་ཚོགས་པའི་དབུ་རྒྱན་སྦྱན་ཆ་མགུལ་རྒྱན་དོ་ལལ་སེ་མོ་དོ་དབུང་རྒྱན་

仁波切 拿措悲 鄔間 念洽 古間 朵夏 瑟莫多 崩間

諸般珍寶所製之寶冠、耳飾、頸飾、長瓔珞、短瓔珞、臂釧、

ཕྱག་ཞབས་གྱི་གདུབ་བུ་སྐྱེ་རག་གཡེར་ཁའི་སྐྱེང་བ་དང་བཅས་པ།

洽暇幾篤樸 給惹 耶咖 琛哇倘 介巴

手鐲、踝飾，以及鈴鐺串成之腰帶；

ལྷ་རྩམ་གྱི་མེ་ཏོག་དུ་མས་མཛེས་པ།

啦則幾 每豆 篤每 則巴

以多種天人花朵莊嚴其身。

ལྷ་རྩམ་གྱི་དར་དཀར་པོའི་སྟོད་གཡོགས་དང་།

啦則幾達 嘎波 對悠倘

身著天衣白色絲綢上衣，

དབང་པོའི་གཞུ་ལྷ་བྱའི་དར་གྱི་སྦྲད་གཡོགས་གསོལ་བ།

汪波修 大樸以 達幾 咪悠 娑瓦

下著如彩虹般之絲裙。

དབུ་སྐྱ་ལི་བ་ལྷག་པར་བཅེངས་པ།

烏乍 理哇 大巴 經巴

秀髮半束結於後頸，

ཞབས་རྫོ་རྗེའི་སྐྱིལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་ཤིང་། ལྷ་བའི་རྒྱབ་ཡོལ་ཅན་དུ་གྱུར།

狹 朵界 基莫忠幾 修星 | 達威 甲於間篤鳩

雙足金剛跏趺坐，背後具月輪帷幕。

དེའི་དཔྱལ་བར་ཨོྲི་དཀར་པོ།

迪以 哲瓦 喻 嘎波

額間現白色 𑀧 (喻) ，

མགིན་པར་ལྷུང་དམར་པོ།

枕巴 阿 嗎波

喉間現紅色 ལྷུང་ (阿) ，

ཐུགས་ཀའི་ཆ་སྒྲིབ་དུ་རྩྱུ་ཕྱོན་པོ།

圖給 洽昧篤 吽 溫波

心間下方現藍色 རྩྱུ་ (吽) 。

ཐུགས་ཀའི་དབུས་སུ་བད་དཀར་དང་ལྗང་བ་ལ་རྩྱུ་དཀར་པོ།

圖給 鄔蘇 悲嘎倘 達哇喇 當嘎波

心間正中央白蓮月輪之上現白色 རྩྱུ་ (當) 。

དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་

迪磊 唯色綽

從其放射光芒，

རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་བསྐྱོམ་བ་དང་འབྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱབ་བྲངས་

曠行幾 內哪 汞巴倘札偉 耶謝巴 間長

從自性界迎請與所觀想相同之智尊。

བརྩ་ས་སྐ་རིེ

班雜 薩瑪紮

獻八供：

ཨོ་བཏྲ་ཨཱྀ་སྐྱ་ཀྲ། ཨོ་བཏྲ་སུའི་སྐྱ་ཀྲ།

喻 班雜 阿岡 娑哈 | 喻 班雜 巴當 娑哈

ཨོ་བཏྲ་བུཏྲེ་ཨྲེུ་མྱེ། ཨོ་བཏྲ་རྒྱ་པེ་ཨྲེུ་མྱེ།

喻 班雜 布貝 阿吽 | 喻 班雜 都貝 阿吽

ཨོ་བཏྲ་ཨྲ་ལོ་གེ་ཨྲེུ་མྱེ། ཨོ་བཏྲ་གརྟེ་ཨྲེུ་མྱེ།

喻 班雜 阿洛給 阿吽 | 喻 班雜 根喋 阿吽

ཨོ་བཏྲ་ནི་མེཏྲ་ཨྲེུ་མྱེ། ཨོ་བཏྲ་ཤམ་ཨྲེུ་མྱེ། གྱིས་མཚོང།

喻 班雜 涅威喋 阿吽 | 喻 班雜 夏達 阿吽

རེ་མྱེ་པེ་རྟོ་གཉིས་སུ་མེད་པར་ཟེམ།

紮 吽 邦 后 呢蘇 梅巴聽

紮 吽 邦 后 融為無二。

སྐར་ཡང་ས་བོན་གྱི་འོད་གྱིས་དབང་ལྷ་རིགས་ལྷ་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དྲངས།

啦揚 薩奔幾 唯幾 汪啦日阿 闊介 間長

復次由種子字放光，迎請五部灌頂尊及其眷屬。

獻八供：

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་ཨཱཱི་སྐྱ་ཏྲ།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 阿岡 娑哈

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་པ་ཏྲཱི་སྐྱ་ཏྲ།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 巴當 娑哈

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་པུའུ་ལྷོ་ཏྲཱི།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 布貝 阿吽

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་ཏུ་ཏི་ལྷོ་ཏྲཱི།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 都貝 阿吽

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་ལྷོ་ལོ་གེ་ལྷོ་ཏྲཱི།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 阿洛給 阿吽

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་ར་གཏྲེ་ལྷོ་ཏྲཱི།

喻邊紮 咕啦 薩巴日瓦惹 根喋 阿吽

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་རྗེ་ལྷེ་ཏྲེ་ལྷོ་ཏྲཱི།

喻班紮 咕啦 薩巴日瓦惹 涅威喋 阿吽

ཨོཾ་བཏུ་གུ་ལ་ས་པ་ཏི་ལྷ་ར་ར་ཤུ་ལྷོ་ཏྲཱི། ལྷ་ར་ལྷ་ར་ཨཱཱི།

喻班紮 咕啦 薩巴日瓦惹 夏達 阿吽

སང་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་གླི་ཉི་ལྷ་ཏུ་སྒྲི།

薩爾哇 達塔嘎達 阿比 肯紮 都芒

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དབང་གི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས།

協 娑哇大悲 汪幾啦囊幾

如是祈請已，灌頂諸尊云：

རི་ལྷ་ར་བལྟམས་པ་ཙམ་ཀྱིས་ནི། །ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཁྱས་གསོལ་ལྟར། །

幾搭 當巴 藏幾呢 | 啦囊 幾呢 初娑樓

如佛初降誕，諸天為獻浴，

ལྷ་ཡི་ཚུ་ནི་དག་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་ཁྱས་གསོལ་ལོ། །

啦以 秋呢 達巴宜 | 底行 達幾 出娑樓

天水極澄淨，我亦獻盥沐。

ཨོ་སང་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་གླི་ཉི་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤི་ཡེ་རྗེ།

喻 薩爾哇達他嘎搭 阿比喀嘎德 薩瑪雅 師瑞耶 吽

ཞེས་གསུངས་ཤིང་བུམ་བའི་ཚུས་དབང་བསྐྱར།

協松星 崩悲 秋汪咕

如是云已，以瓶水灌頂，

སྤྱ་གང་བྲི་མ་དག།

咕扛 只嗎達

充滿聖身，淨除垢染，

ཚུ་ལྷག་མ་ཡང་ལུང་བ་ལས་རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབྱར་བརྒྱན་པར་གྱུར།

秋啦嗎 涯閭吧 磊 日吉達波 偉跋梅幾 鄔間巴鳩

餘水向上漫溢，化現為部主無量光佛而為頂嚴。

སྤྱལ་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ལ་མཚོན་པར་མོས་ལ།

觀想幻現之諸天女向自身作供養；如前一般念誦八供：

ཨོ་ཨུར་ཏུ་རྩེ་ས་བ་དེ་སྤྱ་ར་ཨུརྩི་སྤྱ་ན།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 阿岡 娑哈

ཨོ་ཨུར་ཏུ་རྩེ་ས་བ་དེ་སྤྱ་ར་སྤྱི་སྤྱ་ན།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 巴當 娑哈

ཨོ་ཨུར་ཏུ་རྩེ་ས་བ་དེ་སྤྱ་ར་བུ་ཕྱེ་ཨུརྩི།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 布貝 阿吽

ཨོ་ཨུར་ཏུ་རྩེ་ས་བ་དེ་སྤྱ་ར་རྒྱ་པེ་ཨུརྩི།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 都貝 阿吽

ཨོྲཱ་ཏུ་རྩེ་ས་པ་དེ་སྐྱ་ར་ལྷོ་ལོ་གེ་ལྷོ་ལྷོ།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 阿洛給 阿吽

ཨོྲཱ་ཏུ་རྩེ་ས་པ་དེ་སྐྱ་ར་གཞུ་ལྷོ་ལྷོ།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 根喋 阿吽

ཨོྲཱ་ཏུ་རྩེ་ས་པ་དེ་སྐྱ་ར་ཞི་ཕྱི་ལྷོ་ལྷོ།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 涅威喋 阿吽

ཨོྲཱ་ཏུ་རྩེ་ས་པ་དེ་སྐྱ་ར་ཤུ་ལྷོ་ལྷོ། ལོང་བཞིན་བརྗོད།

唵 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 夏達 阿吽

以一頌讚：

ལྷ་དང་ལྷ་མེན་ཅོད་བན་གྱིས། །

啦倘 啦明 覺奔幾

天非天眾寶冠傾，

འབས་གྱི་བསྐྱོ་ལ་བུད་དེ། །

暇幾 悲莫 喇讀疊

稽首禮敬蓮花足，

མོངས་བ་ཀུན་ལས་སྐྱོལ་མཛད་མ། །

砰吧 昆磊 卓澤瑪

救拔眾生諸苦厄，

སྐྱོལ་མ་ཡུམ་ལ་བུག་འཚལ་བསྟོད། །སྐོག་གཅིག་གིས་བསྟོད།

卓瑪 永啦 洽擦洛

稱揚禮讚度母尊。

བསྐྱེད་པ་བྱ་བ་ནི།

持誦：

རང་གི་སྣིང་གར་སང་ཟླའི་སྣིང་དུ་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་

攘幾 寧伽 悲達滇篤 闊洛 嘎波

於自心間，蓮花月輪之上，

ཅིབས་བརྒྱད་མུ་ཟུང་དང་བཅས་པའི་ལྗེ་བར་དྲི།

自加 姆去倘介悲 德哇 當

白色八輻具輪緣法輪中央，有 དྲི (當) 字。

དེའི་མཐར་མདུན་ནས་གཡས་བསྐོར་དུ་ཨོ་མ་མ་ཨཱ་ཡུལ་བུ་རྩེ་རྩེ་བ་སྤྱོད་ཀྱ་བ་སྤྱ།

迪以他敦內 耶郭篤 喻 瑪瑪 阿優 卜涅 迦納 布真 咕如 哈

於其邊緣，從前方右旋布列：ཨོ་མ་མ་ཨཱ་ཡུལ་བུ་རྩེ་རྩེ་བ་སྤྱོད་ཀྱ་བ་སྤྱ (喻瑪瑪阿優卜涅迦納布真咕如哈)。

ཅིབས་བརྒྱད་ལ། རྒྱ། རེ། ཅུ། རྒྱ། རེ། ཅུ། རེ། རྒྱ།

自傑啦 達惹 都 達惹 都 惹 娑

八輻之上：རྒྱ་རེ་ཅུ་རྒྱ་རེ་ཅུ་རེ་རྒྱ (達惹都達惹都惹娑)。

ཡི་གོ་རྣམས་ལུ་ཉིག་གི་དོག་པོ་ལྷུང་དཀར་རྩམ་མེ་མི་གཡོ་བར་གནས་པ།

以給囑 姆諦幾斗波搭 嘎商梅 米悠瓦內巴

諸咒字猶如珍珠潔白透亮，靜止不動而安住，

དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་མཚོད།

迪磊 為綽 甲哇 瑟介卻

從中放光，供養諸佛及佛子，

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཚེ་སྤེལ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་བྱས།

森間曠幾 側悲哇撒幾 頓伽

利益眾生，增長壽命等諸事。

འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་དང་བརྟན་གཡོ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚེ་བརྟུང་

帕巴 曠幾 請臘倘 滇優闊碟幾 側具

聖眾之加持，情器輪涅之壽命精華，

དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱི་རྣམ་པར་བསྐྱུས།

恩珠湯介 偉瑟幾 曠巴迪

及一切成就皆化為光芒收攝，

ས་བོན་སྤྲུགས་སྤེང་དང་བཅས་པ་ལ་ཐིམ་པས་བཀྲག་མཛདས་གཟེ་བརྗིད་

薩奔阿琛 倘介巴啦聽悲 札湯 思記

融入種子字與咒鬘。由是光明燦爛，

རབ་རྒྱ་འབར་ཞིང་འཆི་མེད་ཆོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཚོབ་པར་གྱུར།

惹篤琶行 企梅側以恩珠 透巴久

威嚴顯耀，證得不死壽命成就。

ཅེས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ཚེ་གཅིག་རྒྱ་གནས་པས།

如是專一安住於三摩地，繼而盡力持誦根本十字咒：

ཨོྃ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་སྐྱ་སྐྱ། ཞེས་ཅེ་བའི་ཡིག་བརྒྱ་པ་ཅི་རྒྱས་སུ་བསྒྲ།

唵 達惹 都達惹 都惹 娑哈

[持白度母心咒時之觀想，請點此]

最後持誦增字咒一百零八次：

མཐར་ཨོྃ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་མ་མ་མ་མ་ཡུལ་བུ་ཚུ་རྫོ་ན་སྤྱོེ་ཀྱ་རྩ་སྐྱ་སྐྱ། ཞེས་སྤེལ་ཆེག་ཅན་ཡང་བརྒྱ་
ཅ་བརྒྱད་རེ་བསྒྲའོ།

最後：唵 達惹 都達惹 都惹 瑪瑪 阿優 卜涅 迦納 布真 咕如 娑哈

བསྟེན་པའི་སྐབས་སུ་ཅ་སྤགས་འབྲམ་ཚོ་བརྒྱས་ཀྱངས་བསྟེན་ཐེབས་པ་ཡིན་ལ། བྱེ་བ་བསྐྱབས་པས་ལས་
ཐམས་ཅད་འབྲུག་པར་བཤད། ཞག་བདུན་ཚམ་ལ་མཚམས་བཅད་ནས་གྲས་སྒྲོ་དང་བཅས་ཉེ་བསྐྱབས་པས་
ཀྱང་དུས་མིན་གྱི་འཆི་བ་བསྐྱོག་རྒྱས་པ་ཕྱིད་བས་གྲུབ་པོ། ཉི་འང་ཆོ་སྤྱུབ་གཙོ་བོར་བྱེད་སྐབས་དང་། ལྷན་
བསྟེན་ལ་སྤགས་སྤེལ་ཆེག་ཅན་ཉིད་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ།

於親近修時，持誦根本咒一百萬次，即圓滿親近修；教云若持一千萬次，諸業皆得成就。經驗證實，若閉關七日，以虔敬歡喜之心持誦，乃能遮止非時之死。復次，或以長壽成就為主修時、或於恆常親近修中，皆應持誦增字咒。

དེ་ནས་སྐྱབ་བསྐྱབ་བཞི།

復次收攝本座修持：

སྣང་སྲིད་ཐམས་ཅད་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མའི་དབྱིལ་འཁོར་དུ་གྱུར།

囊思 湯介 帕嗎卓梅 京闊篤久

一切顯有成為聖度母之壇城；

དེ་ཐམས་ཅད་སྐྱང་འཁོར་ལ་ཐེམ།

迪湯介 松闊喇聽

一切皆融入護輪，

རང་ཉིད་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པའང་རིམ་གྱིས་སྐྱགས་ཀའི་རྗེ་ལ་ཐེམ།

嚷呢 滇倘 滇巴 介巴昂 仁幾 圖給 當喇聽

自身連同所依、能依，皆次第融入心間 𑀧𑀺（當）；

དེའང་མས་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར།

迪昂 每仁幾 唯瑟篤 朽巴久

其亦從底部次第融入光明中。

[觀修護輪，請點此]

སྣང་རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མའི་སྐྱར་གྱུར་པའི་

啦 嚷呢 帕美 卓美估 久偉 內松篤

復次，自身再現聖度母身，

གནས་གསུམ་དུ་ཨློ་ལྷོ་རྩྱི་གིས་མཚན་བར་གྱུར།

喻阿吽幾參巴久

於三處以 ཨློ་ལྷོ་རྩྱི (喻阿吽) 為標記。

སྤང་གྲགས་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་བར་རང་བཞིན་མེད་པ་

囊札幾 卻湯介 曠行梅巴

顯相音聲等一切法無自性，

སྤང་ཆ་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡི་ཤེས་སྣའི་ངོ་བོར་རྣམ་པར་དག་གོ། །

囊洽 久嗎大樸 也謝 啦宜 喔窩 囊巴達口

如幻顯相實為智尊之本性，究竟清淨。

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག །

給哇 迪以 紐篤達

願我迅速以此善，

སྤྱོད་མ་དཀར་མོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །

卓瑪 嘎莫 竹久內

成就尊聖白度母，

འགོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །

肘哇 記將 瑪閻把

利益眾生無有餘，

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་བར་ཤོག །

迪以 薩喇 愧巴秀

皆得度母之果位。

[\[祈願與吉祥文，請點此\]](#)



ཐུབ་མཚམས་སུ་གཏོར་མ་འབུལ་ན། དཀར་གཏོར་ལྷོགས་ལྷུ་མ་བཤམས་ནས།
座間獻朵瑪時，供置角圓白朵瑪：

誦此淨除：

ཨོ་བཟླ་ཨ་མི་ཏྲ་ཀུཊྲ་ལྷི་ཏ་ན་ཏ་ན་རྩྱེ་པའ། གྱིས་བསངས།
喻班雜 阿姆瑞達 昆札哩 哈拿哈拿吽佩

誦此清淨：

ཨོ་སུ་བླ་མ་པུ་རྒྱ་སའ་རྣམ་མཁེ་སུ་བླ་མ་པུ་རྒྱ་རྟོ། གིས་སྦྱངས།
喻 娑巴瓦 修達 薩爾哇 達瑪 娑巴瓦 修多 杭

སྟོང་བའི་ངང་ལས་གཏོར་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་ནང་དུ་
東悲 昂壘 多女 揚行 夾切瓦 仁波切壘 竹北囊篤
從空性中，現寬闊廣大朵瑪器皿，以珍寶所成。

ཨོ་ལྷ་རྩྱེ་འོད་དུ་ལྷ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གཏོར་མ་འདོད་དགའའི་
喻阿吽 為篤修瓦壘穹偉 朵瑪 篤古宜

其中 ཨོ་ལྷ་རྩྱེ་ (喻阿吽) 融為光芒，

ཀྱ་མཚོ་ཚེན་སོ་ཁ་དོག་དྲི་རོ་རྒྱ་ས་མཐུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་གྱུར།

賈措千波 咖多 只若 女圖 噴松 措巴久

化現如意大海之朵瑪，色、香、味、力悉皆圓滿。

誦三遍或七遍：

ཨོ་ཨུཾ་ཧྲླེ། ལན་གསུམ་མམ་བདུན།

唵阿吽

རང་གི་སྤྱིང་གའི་ས་བོན་ལས་འོད་འཕྲོས་སྣོ་ཕྱོགས་བོ་ཏ་ལའི་རི་བོ་ནས་

攘幾 寧咖 薩奔磊 為綽洛秋 波達磊 日窩內

自心種子字放光，從南方普陀洛伽山，

རྗེ་བཙུན་མ་སྤྲོལ་མ་དཀར་མོ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་

解尊瑪 卓嘎莫啦 桑皆倘

迎請諸佛、

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་

蔣秋森悲 措湯介幾 郭哇

菩薩眾所環繞之至尊白度母。

བཟོ་ས་སྐྱ་ཇིེ་བརྒྱ་ཀ་མ་ལྷ་ཡ་སྟླ།

班雜 薩瑪雜 | 悲瑪 嘎瑪喇雅 絲當

ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་དོ་རྗེའི་སྐུ་གུས་ཅངས་ཏེ་གཏོར་མ་གསོལ་བར་གྱུར།

啦囊幾夾 朵界卜枯長碟 多瑪娑哇久

諸尊以金剛舌管吸食朵瑪而受用。

誦三遍供養至尊母：

ཨོྃ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་ཨོྃ་འུ་ལོ་ཁ་ཁ་ལྷ་ཉི་ལྷ་ཉི། ལན་གསུམ་གྱིས་ཇེ་བཙུན་མ་དང།

喻 達惹 都達惹 都惹 以當 巴林 咖咖 咖嘿咖嘿

誦三遍以供養諸眷屬眾：

ཨོྃ་ཨ་ཀུ་རོ་ལུ་ཁི་སའ་རྣམ་ལྷོ་ལྷ་ཏུ་བྱ་བྱ་ཏུ་ཏུ་ཨོྃ་ལྷོ་རྒྱུ་པའ་སྐྱ་ནུ། ལན་གསུམ་གྱིས་འཁོར་

ཚོགས་རྣམས་ལ་འབྲུལ།

喻 阿嘎若 姆康 薩爾瓦 達瑪南 阿迪阿 努特般拿 多達 喻阿吽 佩
娑哈

獻八供：

ཨོྃ་ལྷོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་བ་དེ་སྐྱ་ར་ལྷོ་རྒྱུ་སྐྱ་ནུ།

喻 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 阿岡 娑哈

ཨོྃ་ལྷོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་བ་དེ་སྐྱ་ར་བྱུ་རྒྱུ་སྐྱ་ནུ།

喻 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 巴當 娑哈

ཨོྃ་ལྷོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་བ་དེ་སྐྱ་ར་བུ་རྒྱུ་སྐྱ་ནུ།

喻 阿惹雅 達惹 薩巴日瓦惹 布貝 阿吽

ཏུ་རེས་ན་བ་ཀུན་ལས་སྐྱོབ། །

都惹 拿瓦 昆磊揪

都惹護祐除眾疾，

སྒོལ་མ་ལ་ནི་བྲལ་འཚལ་བསྟོད། །

卓瑪 拉尼 洽擦對

頂禮讚頌度母尊。

གང་གི་སྤྱགས་ཇེ་འོད་དཀར་གྱིས། །

港幾 圖介 偉嘎幾

尊以大悲之白光，

མ་ལུས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་ཅིང་། །

瑪閻 肘威 敦則京

利益無餘諸有情，

མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དང་སྐྱབས། །

昆梅 囊幾 昆尙賈

無依眾生之依怙，

བྱུང་བ་སྐས་དང་བཅས་ལ་འདུད། །

賈哇 瑟尙 介喇堆

虔禮諸佛與佛子。

མཚོད་སྒྲིབ་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །

卻京 朵瑪 迪協啦

納受此供朵瑪已，

རྣམ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །

拿揪 達賈 闊介喇

吾等瑜伽眷屬眾，

ནད་མེད་ཚེ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །

內梅 側倘 旺秋倘

無病長壽得自在，

དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་བ་བཟང་། །

巴倘 札倘 嘎哇桑

祥瑞名聲善緣增，

ལོངས་སྤོད་རྒྱ་ཚེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །

隴具 賈千 昆透京

廣大受用皆具足。

ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་བ་ཡི། །

息倘 傑喇 藪巴宜

息增等諸事業中，

ལས་གྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་སྟོལ། །

雷幾 恩珠 達喇作

悉地成就祈賜予。

དམ་ཚིག་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྤངས། །

檔次 間幾 達喇松

具誓言者祈守護，

དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་སྟོངས་གྲོགས་མཛོད། །

恩珠 昆幾 東卓作

一切悉地祈助成。

དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་ནམས་དང་། །

對明 企倘 內囊倘

非時死亡諸疾病，

གདོན་དང་བགེགས་རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །

敦倘 喀囊 枚巴作

魔障惡鬼悉消除。

མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན། །

咪朗 恩倘 參嗎恩

惡夢凶兆皆遠離，

བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །

洽伽 恩巴 枚巴作

不善作業盡消弭。

འཛིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །

幾滇 磔行 攖列倘

世間安樂年豐盛，

འབྲུ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་ཚོས་འཕེལ་དང་། །

竹囊 配行 確配倘

五穀豐登正法興，

བདེ་ལེགས་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། །

得列 噴松 措巴倘

吉祥圓滿皆具足，

ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །

宜喇 對巴 昆竹作

一切心願悉成就。

འཕགས་མ་སྐྱོལ་མས་བདག་ལ་མཚོག་ཕྱན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྐྱོལ་བ་དང་།

帕嗎 卓枚 達喇 秋吞矇幾 恩珠 瑪閭巴 作哇倘

聖度母賜我殊勝與共同之一切悉地。

ཁྲ་བར་དུ་འཕམ་ལུན་གྱི་འཇིགས་བཤམས་སྐྱོབ་ཅིང།

切巴篤 差韻幾 幾巴磊揪京

尤護免於現世來世之怖難，

ཚོས་སྐྱོད་བཞིན་ལུན་རིང་དུ་འཚོ་བའི་མཚོག་སྐྱིན་བར་མཇུག་དུ་གསོལ།

卻具行 雲仁篤 措威秋 景巴 則篤娑

祈請賜予長久如法修行之殊勝壽命。

誦百字明三次：

ཨོ་བཟླ་ས་དུ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་སྤ་ལ་ཡ།

喻 班紮 薩埵 薩瑪雅 | 瑪努巴拉雅

བཟླ་ས་དུ་ཉེ་ལོ་བ་ཉེ་བའི་ལྷ་མ། སུ་ཉེ་ལྷ་མ་ལྷ།

班紮薩埵喋諾巴 諦叉札卓美巴哇 | 蘇埵卡喃美巴哇

སུ་ལོ་ལྷ་མ་ལྷ། ཨ་རུ་རྟོ་མ་ལྷ་མ། སབ་སྐྱི་ལྷ་མ་ལྷ།

蘇波卡喃美巴哇 | 阿努惹多美巴哇 | 薩爾哇悉地 美紮雅擦

སབ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅེ་ཉི་ཤེ་ཡེ།

薩爾哇嘎爾瑪 蘇紮美 茲當 希日雅

ཀུ་ཅུ་ཉི་ཉ་ཉ་ཉེ་ལྷ་ག་ལྷ།

咕汝吽 哈哈哈哈哈 后 幫嘎問

སང་ཏ་རྣ་ག་ཏ་བཟླ་མ་མུམ་བཟླ་བཟླ་ལྷ་མ་སྐྱ་ས་མ་ཡ་ས་ཏུ་ལྷུང་ ཡིག་བརྒྱ་བ་ལན་གསུམ་དང་།
薩爾哇 達他嘎達 班紮瑪美門雜 班記巴哇 瑪哈薩瑪雅 薩埵阿

[[返回咒語起始](#)，請點此]

誦此懺悔過失：

མ་འབྱོར་བ་དང་ཉམས་བ་དང་། །གང་ཡང་བདག་ཚོངས་སྒོ་ཡིས་ནི། །

瑪久 巴倘 釀巴倘 | 扛揚 達矇 露宜呢

不全衰損諸過失，任我愚昧心所為，

བགྱིས་བ་དང་ནི་བགྱིད་བསྐྱལ་གང་། །དེ་ཡང་བཟོད་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །གྱིས་ནོངས་བ་

བཤགས། །

幾巴 倘呢 幾紮扛 | 迪揚 索巴 澤篤娑

自作及令他人作，懇請怙主悉安忍。

祈請朵瑪賓客住於所依：

ཨོ་སྐྱ་མ་ཏཱི་བཟླ་ཡེ་སྐྱ་སྐྱ། །ཞེས་པས་གཏོར་མགོན་རྣམས་རྟེན་ལ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

嗡 蘇紮諦紮 班紮耶 娑哈

སྐྱོན་ལམ་དང་བཟང་གིས་བྱའོ། །

念誦祈願與吉祥文。



སྲུང་འཁོར་བསྐོམ་པར་འདོད་ན་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐུན་བསྐྱེད་ཟིན་ནས་ཟུང་འཇུག་གི་སྐྱུར་མ་ལྟར་བའི་གོང་དེར།
若欲觀修護輪，則於自生次第收攝完畢、雙蓮身未現起之前修之：

སྟོང་བའི་ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས་འཁོར་ལོ་དཀར་ལོ་ཅིབས་བཅུ་གྲུར་ཐབས་སྲུ་གནས་ཤིང་།
東悲 昂磊 給記幾 闊洛 嘎波 自具 古踏素內行

從空性中剎那顯現白色十輻輪，如帳篷般安住，

མི་མངོན་པར་སྲུར་དུ་འཁོར་བའི་ཉེ་བ་རྒྱུམ་ལོ་ཡངས་པའི་ནང་དུ།

米恩巴 扭篤 闊威得哇 董波仰貝囊篤

因快速旋轉而變得隱而不顯。

རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་རྒྱན་དང་ཆ་ལུགས་

壤呢 帕嗎卓瑪 以行闊洛 間倘洽嚕

於其寬廣圓形之中心，自身現為如意輪度母，

ཡོངས་སྲུ་རྫོགས་པར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་འཁོར་ལོ་ཡིག་འབྲུ་དང་བཅས་པ།

永素走巴 瑟威圖嘎 闊樓 以竹倘介巴

嚴飾圓具，心間明現法輪與咒字。

རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་བྱ་མཁོ། འོག་ཏུ་སྒྲ། ཚེབས་ཀྱི་ཚ་བ་སྐབས་སྒྲིབ་གི་ཐད་ཀྱི་

曩呢幾滇篤喻 | 喔篤哈 | 自幾紮哇 | 卜東幾特幾

自身上方為 𑄎 (喻)，下方為 ཏ (哈)。輻輪根部中空處，

ནང་བྱ་མཐུན་ནས་གཡས་སྐྱོར་བྱ་ཡི་གེ་བརྒྱད་བཅས་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་དཀར་པོ།

囊篤 敦內 耶郭篤 以給傑介幾 以竹囊嘎波

由前方起右旋布列八咒字，皆為白色。

རང་གི་སྐྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འད་ཟེར་དཀར་པོ་ཤེལ་ལྷ་བྱ།

攘幾圖給 薩奔壘 偉瑟嘎波些大樸

從自心間種子字，次第放射五色光芒：

སེར་པོ་གསེར་ལྷ་བྱ། དམར་པོ་བཟླ་ཆ་ག་ལྷ་བྱ།

瑟波瑟大樸 | 嗎波貝嗎惹嘎大樸

如水晶之白光，如黃金之黃光、如紅寶石之紅光、

ལྷགས་ཁ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་གནས་ལྷ་བྱ། ལྷང་གྲུ་མཁག་ལྷ་བྱ།

賈伽透 仁幾曠大樸 | 講枯 瑪給 大樸

如黎明天空之灰光、如綠寶石之綠光、

མཚོན་ཁ་ཨི་རྩ་རྒྱུ་ལ་ལྷ་བྱ། རྣམས་རིམ་བར་སྒྲོམ།

清喀 因札呢喇大樸曠 仁巴卓

如藍寶石之藍光。

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས། རྒྱལ་བ་རྣམས་མཚོད།

森間幾敦伽 賈哇曠卻

利益眾生，供養諸佛。

ཕྱོགས་བརྒྱའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་འོད་ཟེར་དཀར་

秋具以 賈哇曠幾 請臘偉瑟嘎

十方諸佛之加持，

སེར་དམར་སྣོ་ལྗང་མཐེང་གི་རྣམ་པ་རིམ་པར་བྱོན།

瑟嗎喔 講聽幾曠吧忍吧群

以白、黃、紅、青、綠、靛光芒次第降臨，

རང་གི་བྱུགས་ཀའི་འཁོར་ལོ་ལ་ཐེམ་པས།

攘幾 圖給 闊洛喇 聽悲

融入自心法輪，

ཞི་རྒྱས་དབང་བྱག་ལས་སྣ་ཚོགས་སའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ཅིང་བརྟན་པར་བྱས།

喜傑汪紮壘拿措貝 恩珠透京 滇吧伽

成就並穩固息、增、懷、誅等各種事業。

འོད་ལྷག་མ་རྣམས་འཁོར་ལའི་གྲུང་ཁང་གི་ཕྱི་ནས་འདོམ་གང་ཙམ་རྣམ་

偉 啦嗎曠 闊洛 古康幾 企哪 董扛藏內

餘光於護輪帳外約一尋處

ཨོད་དཀར་པོའི་གྲུང་ཁང་།

偉嘎波 古康

形成白色光幕；

དེའི་ཕྱིར་སེར་པོ། དེའི་ཕྱིར་དམར་པོ།

笛以企 瑟波 | 笛以企 嗎波

其外依次為黃色、紅色、

དེའི་ཕྱིར་སྐྱག་ས་ཁ། དེའི་ཕྱིར་ལྗང་གྲུ།

笛以企 賈咖 | 笛以企 講枯

灰色、綠色、

དེའི་ཕྱིར་ཨོད་མཚོན་ཁའི་གྲུང་ཁང་རྣམས་ཀྱང་འདོམ་རེའི་བར་ཐག་ཅན།

笛以企 唯 青喀古康 曠將 董惹帕它間

藍色光幕，各層相隔一尋。

སྟེང་ཨོག་ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱན་ཏུ་འཁོར་བ་རྒྱུ་པོའི་རྣམ་པ་ཅན།

滇喔 秋倉 昆篤闊哇 董波 曠吧間

上下方隅各處皆成旋轉之圓形狀，

སྤ་བ་བརྟན་པ་སྤྱབ་མེད་པ་རྒྱང་སེར་གྲུ་ཙམ་ཡང་མི་ཐར་པ་བར་

薩哇滇吧 素枚巴 隆瑟樸臧揚 米它哇

堅實穩固，無有縫隙，連微風亦無法透入。

སྣོང་ཐམས་ཅད་ལྷན་ལྷན་སྣོན་པོ་ཁ་བྱེ་མ་ཐག་པས་གང་བར་གྱུར།

把 東巴湯介 鄔悲溫波 咖切嗎它悲 港哇鳩

所有間隙皆充滿初綻之青色優鉢羅花。

ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་བཟུངས་པ་ཅི་རུས་བྱེད། མཐར་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་རླང་འཇུག་གི་སྐྱེར་ལྷང་པ་ལྷ་མ་
བཞིན་ལོ། །འདི་མཚན་བཅས་ཀྱི་རྣམས་རིམ་དུ་འང་སླ་མ་རྣམས་བཞེད།

盡力持誦十字咒。最後融入光明，現起雙蓮身，如前所述。諸師許此為有相圓滿次第。

[化光、現起雙融身觀想，請點此]



ཡང་ཚེ་སྐྱུང་གི་སྐྱབས་སྲུ།

復次修持長壽時：

སྲི་པོའི་འོད་དཔག་མེད་གི་སྲུགས་རྒྱུད་བསྐྱེལ་བས་ཕྱག་གི་ལྷུང་བ་ཟེང་གི་བདུད་ཅི་ཞོལ།

基沃 偉罷 枚幾 圖局估偉 洽幾 隆瑟 幾篤自闊

勸請頂上無量光佛心續，遂令手中鉢內甘露湧溢，

རང་གི་སྲི་པོ་ནས་ཞུགས།

攘幾 基沃內修

從自身頂門沁入，

ལུས་ཐམས་ཅད་གང་ཞིང་འཚེ་མེད་འགྲུབ་པར་འགྱུར།

閻湯介 扛行 企枚主巴久

遍滿全身，成就不死。

ཞེས་བསམ་སྟེ་སྲུགས་སྲེལ་ཚེགས་ཅན་བཟླ་བའང་སྐབས་སྐབས་སུ་བྱའོ། །

如是觀想，亦應時時持誦增字咒。

[\[返回白度母心咒，請點此\]](#)

ཞེས་སྟེ་བཞི་དགེ་བརྒྱུད་མེད་ཀྱི་འོར་འཛིན་དགེ་བར་སྦྱོང་བ་སློབ་གྲོས་མཚན་ཅན་གི་སྲུགས་དམ་ཉམས་བཞིས་གི་ཚེད་དུ་སྦྱོམས་ལས་པ་རྣམས་ཀྱི་རས་འབྲུ་མང་པོའི་ལོ་སྦྱོན་ལྷའི་དཀར་ཚེས་རྒྱལ་བ་དང་པོ་རྒྱལ་

ཕུར་འགྲུབ་སྐྱོར་ལ་ལྷན་གྱུབ་སྣང་གི་ཕོ་བྲང་ཆེན་པོར་བེས་པ་མཛད་ལོ་ལྷོ། །

如是儀軌，乃為善護德格——四部十善之境——法度之護持者、名中具「羅卓」之尊者，為其本尊修持所需而造。怠惰者達瑪嘎惹，於豐穀之年、心宿月上弦之第一勝日、鬼宿值木曜之成合吉時，書於倫珠頂大宮殿。願吉祥勝利！

誦此[吉祥願文]與迴向發願：

རྒྱལ་མཆོག་ཆོ་དབག་མེད་པའི་ཡུམ། །

甲秋 側罷 每貝雍

勝王無量壽佛母，

འཆི་མེད་ངེས་པར་སྟེར་བ་མོ། །

契每 恩巴 德哇莫

必定賜予無死母，

རིག་བ་འཛིན་མ་བཅོམ་ལྷན་འདས། །

日巴 曾瑪 忠滇疊

持明佛母薄伽梵，

ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་བགྲུ་གིས་ཤོག། །

解尊 卓每 札西秀

如意輪母願吉祥。

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སེམས་ཅན་ཀུན། །

給迪 達索 森間昆

願以此善眾有情，

སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་སྣང་ནད་གདོན་ཞི། །

底直 聶東 內敦息

平息罪障墮疫魔，

ཚེ་དཔལ་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་རྒྱས། །

側巴 索南 耶謝傑

增廣壽德與福智，

སྒྲོལ་མའི་གོ་འཕང་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག། ། ཅེས་བརྗོད། བཟོ་བ་སྒྲོན་ལམ་བཟོ། །

肘昧 口滂 扭透秀

迅速證得度母位。

ཞེས་པའང་ས་སྒྲོང་གླ་མའི་ཉམས་བཞེས་རྒྱར་སི་ཏུ་པས་བྲིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།

如是，司徒巴為護地上師修持之資而書。願善妙增長！



創古文化電子書 DHARMAKARA EBOOKS

在沒有佛法的地方，文字是親近正法的重要管道；
在無法聆聽開示之時，文字是聞思佛法的珍貴契機。
在這個時代，數位出版正是承載佛陀法教、弘揚利生的一大媒介。

——創古仁波切

2009年，堪千創古仁波切於香港成立「創古文化」，旨在透過書籍、雜誌、結緣書與多媒體等媒介傳播佛陀正法。期盼大眾能藉由學習與思惟建立正信，並在具德上師的引導下努力實修，得證解脫智慧，成就喜樂人生。

2017年1月，創古文化於印度鹿野苑創古智慧金剛大學開辦電子書培訓課程。圓滿結業時，創古仁波切特別開示，數位出版能打破時空限制，對佛法弘傳與源遠流長有著巨大貢獻。承接此一宏願，創古文化隨即展開佛法電子書的製作與平台建置，期盼讓正法隨身同行，大眾皆能隨時聞思修持。

《白度母日修儀軌》
遍知大司徒滇貝寧伽 造

傳承祈請文出處 | 第九世堪千創古仁波切提供
儀軌出處 | 則日木刻版
藏譯中·審訂 | 堪布羅卓丹傑
出 版 | 法源文化有限公司
三 版 | 2026年5月



《白度母日修儀軌》由遍知大司徒滇貝寧伽 造；
祈願文出處-堪千創古仁波切提供 堪布羅卓丹傑-藏譯中／審訂；
香港創古法源文化有限公司-出版製作，以創用CC 姓名
標示-非商業性-禁止改作 3.0 台灣 授權條款釋出。