**第一部分 共同前行**

上师知！（以极为感动之情呼唤三遍）

从心信心花蕊开敷中， 唯一怙主恩师祈上升，

业及烦恼猛烈所逼迫， 为救薄福缘缺之我故，

恳求严住头顶大乐轮， 并祈正知正念亦上升。

**（一） 观暇满难得**

**1 十八暇满**

今由地狱、饿鬼、畜生道，未开化地、邪见、长寿天，

佛不出世、聋哑残疾等， 离八无暇而能获有暇。

变人、诸根具足、生中土，业未颠倒、而又信正法，

此为自身具足五圆满； 值佛降临此世、说正法，

佛教住世、而得入法门， 善士摄受此为他五圆。

八暇十满我虽已具足， 然而灾多无定舍寿已，

将又投生前往他世间。 愿转心念向法莲师知！

不置卑劣谬道，遍智主！ 二无分别具恩上师知！

**2 人生难得**

现前暇身若不作有义， 后难获得修习解脱身，

善趣之身若是福报尽， 死后飘坠恶道恶趣中，

不明善恶难闻正法音， 善士难遇懊悔成大错，

若思有情数量和种类， 得人身者实为极少有，

广人不入正道诸恶行， 依法修行寥寥如晨星，

愿转心念向法莲师知！ 不置卑劣谬道，遍智主！

二无分别具恩上师知！

**3 暂生法缘心识八无暇**

倘若已到人身珍宝州， 虽得好身包藏祸害心，

成为不宜修习解脱身， 尤为魔持五毒所扰乱，

恶业降临因怠而散乱， 成为女仆无权修佛法，

仅为免灾修法、佯修法， 痴等暂起逆缘八无暇。

法之违缘向我逼临时， 愿转心念向法莲师知！

不置卑劣谬道，遍知主！ 二无分别具恩上师知！

**4 断绝法缘心识八无暇**

厌离心弱缺乏善信财， 贪爱绳索缠缚行为粗，

不顾罪过恶行、业颠倒， 毁失律仪破坏密誓言，

断绝法缘心识八无暇。 法之违缘向我逼临时，

愿转心念向法莲师知！ 不置卑劣谬道，遍知主！

二无分别具恩上师知！