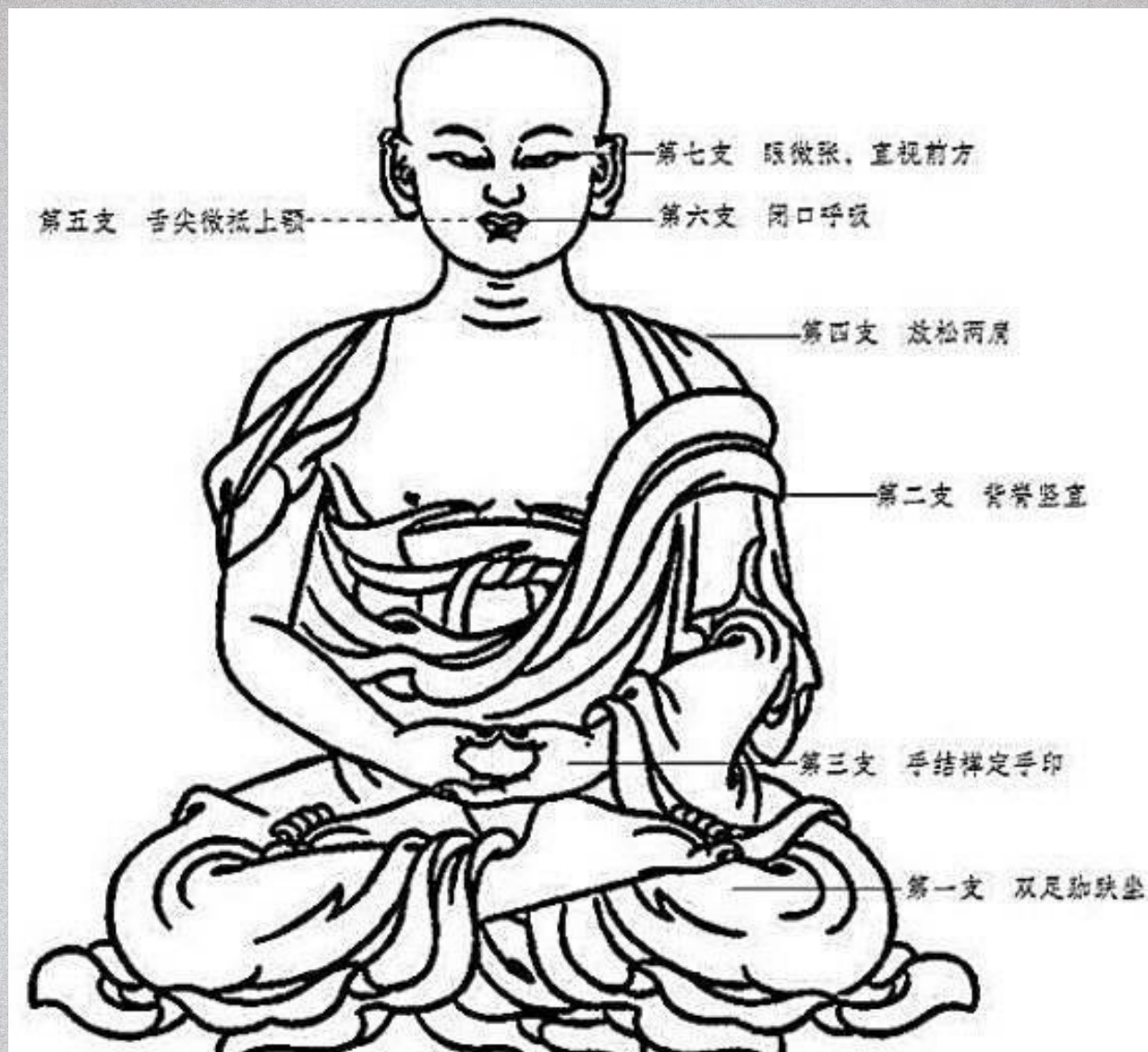


观 修





毗卢七法



♡排除九次垢气

- 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。
- 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。
- 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。

♡清净语要

加倍咒（三遍）：

嗡 桑巴 𑖦 桑巴 𑖦 波玛纳萨 𑖦 玛

哈臧巴巴 吽啪 的 所哈

嗡 啊吽（二十一遍）

☆皈依三次：

观想：“上师是三宝、三根本及一切诸佛
菩萨的本体，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

遍满虚空尽边际

喇嘛耶丹堪竹措南当

上师本尊空行众

桑吉秋当帕波给登拉

佛陀正法圣僧前

达当桌折给贝嘉色切

我与六道敬皈依



♡发心三次

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

我与无边众

噫内桑吉印巴拉

本是正等觉

印巴西波达涅槃

了知如是性

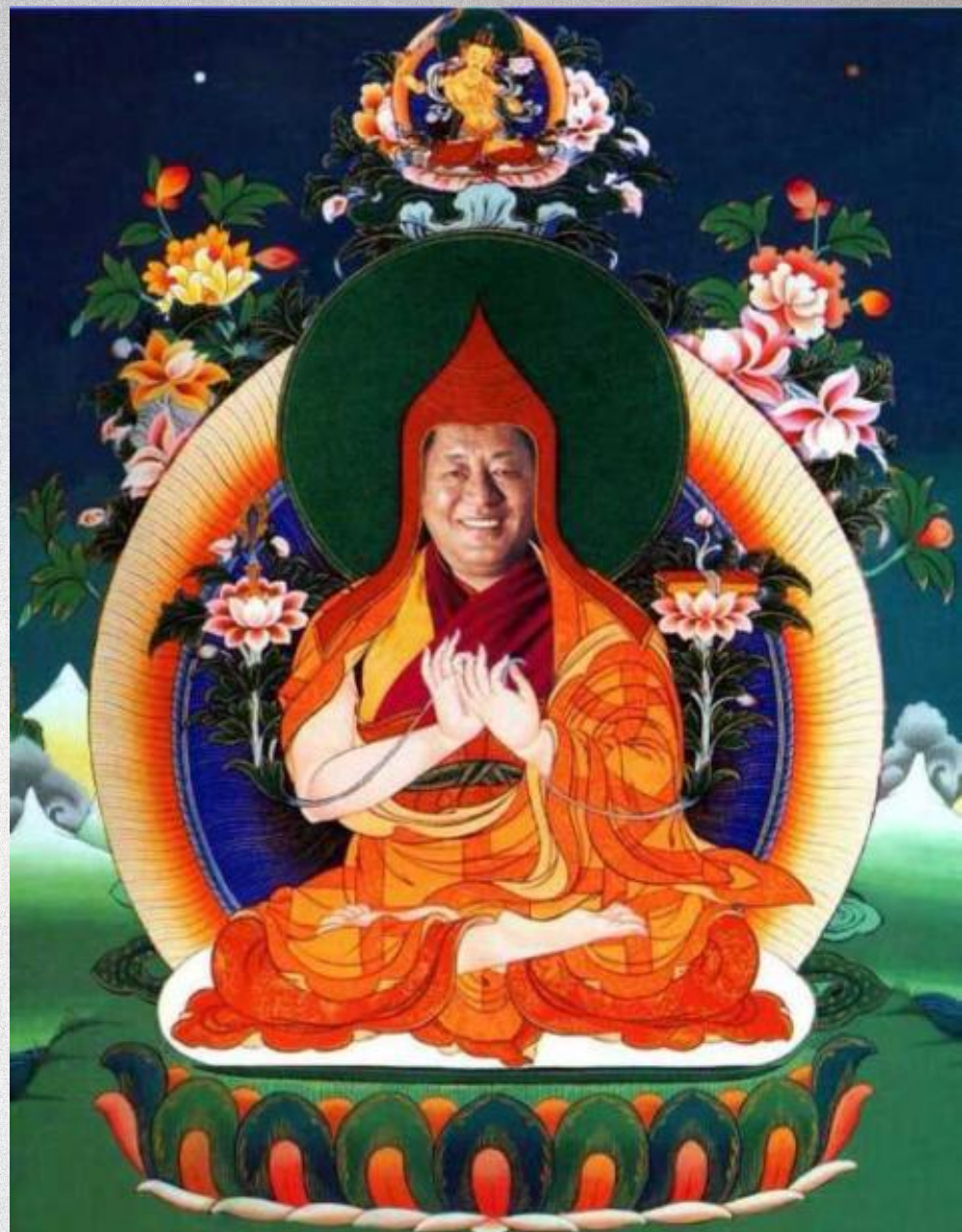
香且确德思吉斗

发大菩提心



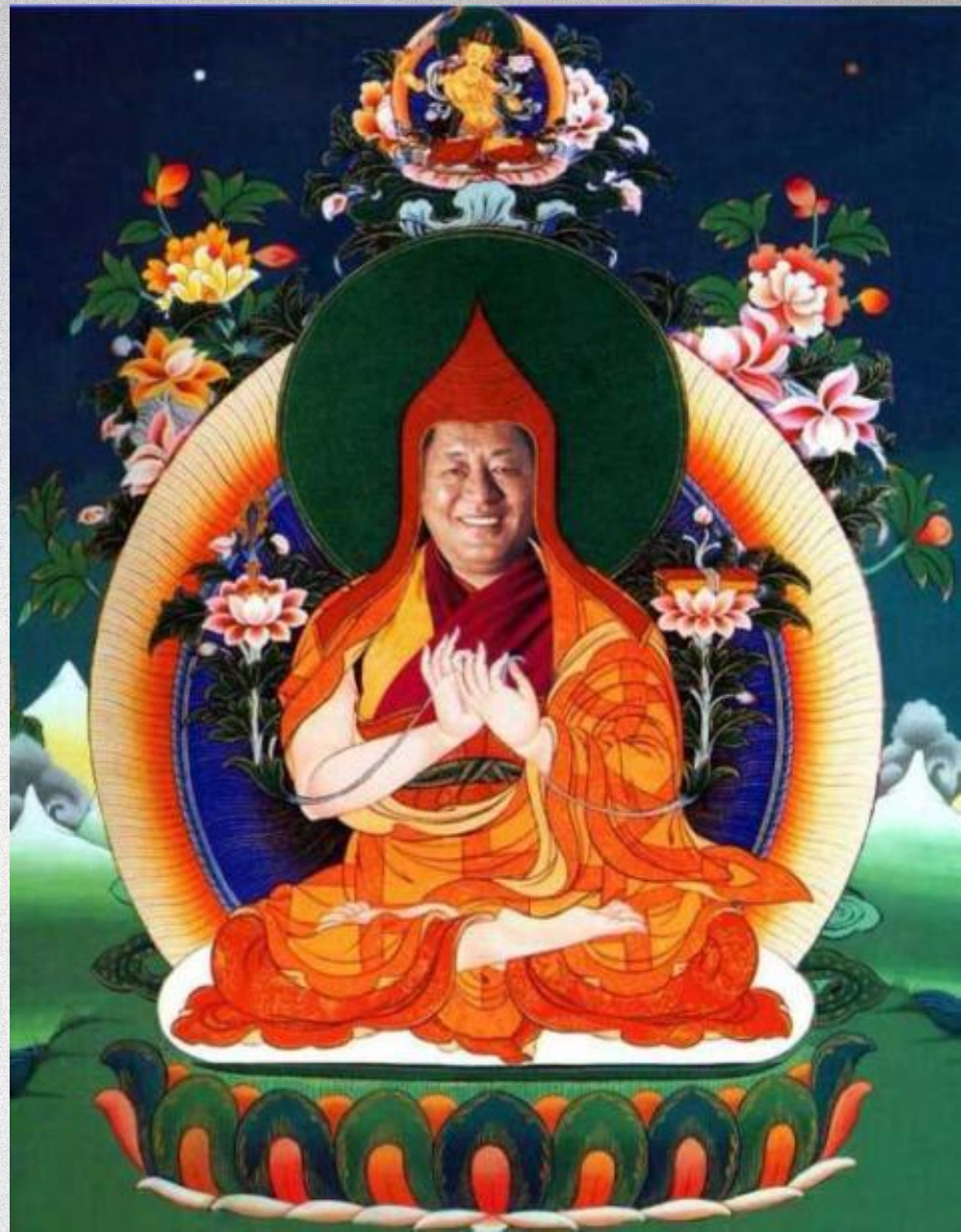
♡祈祷

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：至少三遍

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



♡祈祷后观想

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。



☆最后发愿

观想：“我今天修上师瑜伽为主的一切善根，回向三界的老母有情，愿他们早日获得上师的果位。”然后念诵：

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

沙当兰结云单龢造内

圆满地道功德已

多吉薔格顾旁涅脱效

唯愿速得金刚持





开始正式观修入行论



回向偈

索南德义檀嘉热巴涅

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

生老病死犹涌涛

哲波措利卓瓦卓瓦效

愿度苦海诸有情



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
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
达雅塔班赞哲雅阿瓦波达尼耶梭哈



嗡啊吽班匝格热巴玛色德吽



阿弥陀佛