

མི་རྟག་གསལ་འདེབས་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ།
念死无常愿文

ཚཱ་པ་པོ་མཁའ་འཛིན་མེད་རིག་འཛིན།
བསྐྱར་བ་པོ་མཁའ་ཡི་ཤེས་ལུན་ཚོགས།
齐美仁增堪布 著
益西彭措堪布 译

སྒྲིན་ལམ་འབྲུག་ཕྱག་རྒྱ་མཚོ་ལ། །དབང་འབྱོར་རྒྱལ་སྐུ་སེམས་དཔའ་ཆེ། །
འཕགས་མཚོག་ཀུན་དུ་བཟང་པོ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་ཀྱིས་སྒྲོབས། །
圓滿大愿海，大行摩诃萨
长子普贤尊，祈待求加持。

བཀའ་རྒྱན་ཅན་གྱི་སྐྱམ་དང་། །བསྐྱེན་ཅིང་བསྐྱབས་པའི་ཡི་དམ་ལྷ། །
མཁའ་འགྲོ་དག་ཅན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །བདག་སྒྲོ་ཚོས་ལ་བསྐྱར་དུ་གསོལ། །
祈森大恩师，所修之本尊
空行护法海，令心人正法。

ཚོས་ལས་བསྐྱབ་རྒྱ་བདག་ལ་མེད། །འདི་འགྲུབ་དཔའ་གདེང་གང་ཡང་མེད། །
མི་ཚེ་ཕྱེད་ཀྱི་དུས་ཟེན། །ཡིང་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱབ་པ་ཤོག །

法外无所修，然修无所成，
半生如是尽，愿生紧迫心。

འཆི་བདག་རྒྱུ་ཁདི་གྲིབ་སོ་འདྲ། །བཀག་པས་མི་ལེག་རྩེ་རྩེ་ལྷ། །
ལས་ཉིན་རྒྱ་མཚོ་སྐེས་རུས་པའི། །བབ་དོན་ལྷུང་དུ་བསྐྱོམ་རུས་ཤོག །
死主如夕影，难遮步步来，
愿速修深法，千涸惑业海。

ལོ་སྤྱི་འདི་ནི་ཡུན་རིམ་ལྡན། །ཤས་པ་འདི་ནི་བང་རེ་མཉམས། །
འདི་ལ་བསམ་ནས་ཚེ་འདི་ལེད། །བྱེད་ཤོས་ར་སྐྱར་རུས་ཤོག །
岁月极短促，衰老步伐疾
思此愿舍弃，此生众俗事。

གཅིག་ཕུར་ཕྱི་མར་འགྲོ་ཉིན་མོ། །དགེ་སྤྱི་ཞེ་ཚེས་བྱེད་ཉིན་མོ། །
སེམས་ལ་བཞག་ནས་གང་ཤེས་ཀྱི། །ཚོས་དེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱར་རུས་ཤོག །
独去后世日，清算善恶时，
思此愿自心，实修所学法。

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་ལྷུ་ལ་དུ་འཛོག། །འགྲོག་པའི་གྲོགས་ནི་རྒྱབ་དུ་སྐྱར། །
དེ་ལ་བསམས་ནས་དོན་མེད་ཀྱི། །རྣམ་གཤམ་འབྲེལ་འདིས་གཙོད་རུས་ཤོག །
此世留身后，挚友带不走，
思此愿断除，无义散乱系。

བསྐྱོག་མེད་ནད་ཚེན་ཐེབས་པའི་ཉིན། །མྱ་འདང་ཕྱི་འདང་རྒྱག་པའི་ཉིན། །
སྐྱུ་མ་མ་གཏོགས་སྐྱབས་གཞན་མེད། །རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་རུས་ཤོག །
身患重病日，思前想后时
师外无归处，愿常行祈祷。

རང་ཉིད་མལ་དུ་སྐྱོང་བའི་ཚེ། །གཞན་ལ་ཡིད་སྤོན་བྱེད་པའི་དུས། །
ཚོས་ཀྱི་གདེང་རེ་ཡོད་དགོས་པས། །ཡང་ཡང་གསལ་འདེབས་རུས་པར་ཤོག །
自身卧床日，羡慕他人时，
修法须有成，愿数数作观。

གཟེར་ཚེན་གཟེར་རྒྱུག་པའི་དུས། །གཡས་སྐྱོར་གཡོན་སྐྱོར་དགོས་པའི་དུས། །
ཡང་ཡང་དྲན་ཉེད་ལྟ་ནས། །རང་དོན་ཚགས་སུ་རྒྱུད་པར་ཤོག །
大小苦逼日，需人搀扶时，
屡念愿今起，成办大义利。

སྐྱོག་གི་ཉལ་ཐག་ཆད་པའི་ཉིན། །ལུས་འདི་ས་དོར་འབྱར་བའི་ཉིན། །
འདི་སྤང་རང་མཚང་སྐྱོན་པས་ན། །ཚེ་འདི་ལེན་པ་ཚོད་པར་ཤོག །
命线截断日，身成土石时，
此生过显露，愿断现世贪。

ཅེས་པ་འདི་ཡང་ཚེ་མི་རྟག་པ་བསྐྱོས་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཉེར་མཁོར་དམིགས་ཏེ་འཆི་མེད་
རིག་འཛིན་གྱིས་སོ། །
此乃实修念死无常时所需愿文，
齐美仁增撰著。