



བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའི་ལྷུང་བཤགས།

三十五佛忏悔文

༡༡། བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའི་ལྷུང་བཤགས་བཞུགས་སོ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉག་པར་སླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་རྒྱལ་
 ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཚེས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་
 མཆིའོ། །བཙུན་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུན་པ་ཡང་དག་
 པར་རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་ཤུག་ཕུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རྗེ་རྗེའི་སྤྱིང་
 རོས་རབ་ཏུ་འཛོམས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་
 འཚལ་ལོ། །ལྷ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དཔའ་བོའི་སྤྱི་ལ་ཕྱག་
 འཚལ་ལོ། །དཔའ་དགུལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་མེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་
 ལོ། །རིན་ཆེན་སྐྱེ་འོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་ཕྱག་
 འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་སྐྱེ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དྲི་མ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་
 འཚལ་ལོ། །དཔའ་ཕྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཚངས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 ཚངས་པས་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཁྱུ་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཁྱུ་ལྷའི་ལྷ་
 ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དཔའ་བཟང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཚུན་དཔའ་ལ་
 ཕྱག་འཚལ་ལོ། །གཟི་བརྗིད་མཐའ་ཡས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །འོད་དཔའ་
 ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ལྷ་དཔའ་མེད་པའི་དཔའ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །སྤོང་མེད་
 གྱི་བུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མེ་ཉོག་དཔའ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པས་མངོན་པར་མཐུན་པ་
 ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བསྐྱེད་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་



བས་མངོན་པར་མཐུན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །འོ་ར་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་
 ལོ། །རྩན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །མཚན་དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་
 བསྐྱུགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དབང་པོའི་ཉོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་
 ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཏོན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རྣམ་པར་གཏོན་
 བས་གཤེགས་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཀྱན་ནས་སྣང་བ་བཀོད་
 པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རིན་ཆེན་པད་མོས་རྣམ་པར་གཏོན་པ་ལ་
 ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
 པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་དང་པལླའི་གདན་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པ་རི་
 དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་ཏེ་ཕྱོགས་བཅུའི་
 འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་
 བཞུགས་ཏེ་འཚོ་ཞིང་གཞིས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་
 བ་ཐོག་མ་དང་། མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས་འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་
 གནས་ཐམས་ཅད་དུ། སྟོན་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་གང་བགྱིས་པ་དང་།
 བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མཚོད་རྟེན་
 གྱི་དགོར་རམ། དགེ་འདུན་གྱི་དགོར་རམ། ཕྱོགས་བཅུའི་དགེ་འདུན་གྱི་
 དགོར་ཕྱོགས་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་བཅུག་པ་དང་། འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་



རང་བའམ། མཚམས་མ་མཆིས་པ་ལྟའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་ཏུ་
 བསྐྱལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མི་དགོ་བ་བརྟའི་ལས་
 གྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། འདྲུག་ཏུ་སྐྱལ་བ་དང་།
 འདྲུག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། ལས་གྱི་སྐྱིབ་པ་གང་གིས་བསྐྱིབས་
 བས། བདག་སེམས་ཅན་དམུལ་བར་མཆི་བའམ། དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་
 མཆི་བའམ། ཡི་དྲགས་གྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེ་
 བའམ། ལྷ་ལྡོར་སྐྱེ་བའམ། ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བའམ། དབང་པོ་མ་
 ཚང་བར་འགྱུར་བའམ། ལྷ་བ་ལོག་པ་འཛིན་པར་འགྱུར་བའམ། སངས་
 རྒྱལ་འབྲུང་པ་ལ་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་ལས་གྱི་སྐྱིབ་པ་
 གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡི་ཤེས་སུ་
 ལྷུར་པ། ལྷུན་དུ་ལྷུར་པ། དཔང་དུ་ལྷུར་པ། ཚད་མར་ལྷུར་པ། མཁྱེན་པས་
 གཟིགས་པ་དེ་དག་གི་སྐྱུན་སྲུང་མཐོལ་ལོ། །བཤགས་སོ། །མི་འཆབ་སོ། །
 མི་སྐྱེད་དོ། །སྐྱུན་ཚད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྡོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། །སངས་
 རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།
 བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་། ཐ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།
 འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་གཞན་དག་ཏུ། སྐྱིན་པ་ཐ་ན་དུད་
 འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ལ་ཟས་ཁམ་གཅིག་ཅམ་བྱིན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་
 བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱུངས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་
 བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་དགོ་



བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་
 བར་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་
 མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་
 གིས་སླ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ཤིང་བསྐྱེམས་ཏེ། བསྐྱེམས་ནས་སླ་ན་མ་
 མཚེས་པ་དང་། གོང་ན་མ་མཚེས་པ་དང་། གོང་མའི་ཡང་གོང་མ། སླ་
 མའི་ཡང་སླ་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བས་སླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིའོ། །རི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་
 རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པ་དང་། རི་ལྟར་མ་
 ཕྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་
 འགྱུར་བ་དང་། རི་ལྟར་ད་ལྟར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་
 འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་ཏུ་བདག་གིས་
 གྲུང་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིའོ། །སྤྱི་ལ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་
 སོ། །བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །སངས་རྒྱས་
 ཐམས་ཅད་ལ་ནི་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །བདག་གིས་སླ་ན་
 མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོག་དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །མི་མཚོག་རྒྱལ་བ་
 གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་། །གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་བཞིན་
 གང་མ་ཕྱོན། །ཡོན་ཏན་བསྐྱེལ་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་གུན་ལ། །
 ཐལ་མོ་སྐུར་བར་བགྱིས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཚོའོ། །



བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སྤོང་རྗེའི་སྟོབས་ལྡན་ཞིང་། །དཔའ་བོ་
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་སྟོབ་བྱེད་པ། །དེ་དག་ཀུན་གྱིས་སྐྱབས་མེད་
 སྤྲིག་ཅན་བདག་ལ་སྟོབས། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་རྣམས་ལའང་
 བདག་སྐྱབས་མཆི། །ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་
 དག་དང་། །གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ། །མི་དགེ་བར་པོ་སོ་སོར་
 བཤགས། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏོ་སྤྲུག་དབང་གིས་ནི། །ལུས་དང་ངག་
 དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །བྲིམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་
 སྟོན་མེད་ཅིང་། །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་དང་ལྡན། །རྣོམ་སེམས་མེད་
 པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས། །ཚུལ་བྲིམས་ས་རོལ་ཕྱིན་རྫོགས་ཤོག། །ཐོག་མ་མེད་
 བས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དགེ་བར་པོ་དང་མཚམས་མེད་ལྟ། །སེམས་ནི་ཉོན་
 མོངས་དབང་གུར་པའི། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། །ཕྱག་
 འཆ་ལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་
 གསོལ་བ་ཡི། །དགེ་བ་རུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ། ། །



三十五佛忏悔文

南无皈依十方尽虚空界一切诸佛
南无皈依十方尽虚空界一切尊法
南无皈依十方尽虚空界一切贤圣僧
南无如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间
解、无上士调御丈夫、天人师、佛、世尊
南无释迦牟尼佛
南无宝光佛
南无精进军佛
南无宝火佛
南无现无愚佛
南无无垢佛
南无勇施佛
南无清净施佛
南无水天佛
南无旃檀功德佛
南无光德佛
南无那罗延佛
南无莲花光游戏神通佛
南无德念佛
南无红焰帝幢王佛
南无斗战胜佛
南无周匝庄严功德佛
南无宝莲花善住娑罗树王佛
南无金刚不坏佛
南无龙尊王佛
南无精进喜佛
南无宝月光佛
南无宝月佛
南无离垢佛
南无清净佛
南无娑留那佛
南无坚德佛
南无无量掬光佛
南无无忧德佛
南无功德华佛
南无财功德佛
南无善名称功德佛
南无善游步功德佛
南无善游步佛
南无宝华游步佛



(以上佛名出自《佛说决定毗尼经》，同汉地晚课。)

如是等一切世界，诸佛世尊，常住在世，是诸世尊，当慈念我。若我此生，若我前生，从无始生死以来，所作众罪，若自作，若教他作，见作随喜。若塔若僧，若四方僧物，若自取，若教他取，见取随喜。五无间罪，若自作，若教他作，见作随喜。十不善道，若自作，若教他作，见作随喜。所作罪障，或有覆藏，或不覆藏，应堕地狱饿鬼畜生，诸余恶趣，边地下贱，及箠戾车，如是等处。所作罪障，今皆忏悔。今诸佛世尊，当证知我，当忆念我。我复于诸佛世尊前，作如是言：若我此生，若我余生，曾行布施，或守净戒，乃至施与畜生一抔之食，或修净行，所有善根，成就众生；所有善根，修行菩提；所有善根，及无上智；所有善根，一切合集，校计筹量，皆悉回向阿耨多罗三藐三菩提。如过去、未来、现在诸佛所作回向，我亦如是回向。众罪皆忏悔，诸福尽随喜，及请佛功德，愿成无上智。去来现在佛，于众生最胜，无量功德海，我今皈命礼！

(以上忏文出自《大宝积经》，同汉地晚课。)

菩萨具足大悲力
救护无依罪恶我

利益救护诸有情
彼诸菩萨我皈依



身业有三种
以及意三业
愿戒净无垢
无始至今生
心随烦恼转

口业复有四
十不善尽忏
无执戒度圆
十恶五无间
诸罪皆忏悔

我昔所造诸恶业
从身语意之所生
所有礼赞供养福
随喜忏悔诸善根

皆由无始贪嗔痴
一切我今皆忏悔
请佛住世转法轮
回向众生及佛道

