

禮拜三十五佛功德



南無釋迦牟尼佛
此佛身金色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中，於此說法。作此觀想，能消滅五情一切罪業。



南無金剛不壞佛
此佛身青色，三摩竭說法。作此觀想，能消滅五情中二種罪業。



南無寶光佛
此佛身紅色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一重罪業。



南無龍尊王佛
此佛面紺青色，身紫黑色，有龍王相。雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無精進軍佛
此佛身青色，在摩竭地作說法。雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無精進喜佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無寶火佛
此佛身紅色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無寶月光佛
此佛身白色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無現無愚佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無寶月佛
此佛身白色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無無垢佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無離垢佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無勇施佛
此佛身青色，雙足上下說法。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無清淨佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無清淨施佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無娑留那佛
此佛身白色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無水天佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無堅德佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無持權功德佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無無量掬光佛
此佛身紅色，三摩竭說法。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無光德佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無無憂德佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無那羅延佛
此佛身青色，雙足上下說法。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無功德華佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無蓮華光遊戲神通佛
此佛身紅色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無財功德佛
此佛身青色，三摩竭說法。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無德念佛
此佛身青色，雙足交仰。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無善名稱功德佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無紅焰帝幢王佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無善遊步功德佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無闍戰勝佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無善遊步佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無周臣莊嚴功德佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無寶華遊步佛
此佛身青色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無寶蓮華善住娑羅樹王佛
此佛身青色，三摩竭說法。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。



南無阿彌陀佛
此佛身紅色，在摩竭地，在摩訶波羅捺國鹿野園中。作此觀想，能消滅五情中一切罪業。

SUTRA OF THE THREE HEAPS

སྲིག་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་ནི་མཚམས་མེད་སྤྱད་པའི་སྲིག་པའང་སྤྱད་ལུས་པར་

The confession of sins, enables us to purify immeasurable sins committed.

གསུངས་པས་གཙོ་བོར་ཕུང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་འདོན་པ་འདི་ཉིད་གལ་ཆེ་སྟེ།

It is therefore important to recite the Sutra of the Three Heaps.

ཐོག་མར་མདུན་དུ་སངས་རྒྱུས་སུ་མ་ཅུ་ཅུ་གསལ་བར་དམིགས་པའི་དུང་དུ་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་སྲིག་པ་བཤགས་པའི་རྣོས།

With the intention of confessing the sins, one should clearly visualize the thirty-five Buddhas and then recite:

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་པར་སྐྱབས་སུ་མཚིའོ།

SEM CHEN THAM CHED TAG PAR LA MA LA KYAB SU CHHI O.

I and all sentient beings, at all times, take refuge in the Guru;

སངས་རྒྱུས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚིའོ།

SANG GYE LA KYAB SU CHHI O.

I take refuge in the Buddha;

ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚིའོ།

CHHO LA KYAB SU CHHI O.

I take refuge in the Dharma;

དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚིའོ།

GE DUN LA KYAB SU CHHI O.

I take refuge in the Sangha.

བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

CHOM DEN DE DE ZHIN SHEG PA

I prostrate to [Teacher] Bhagavan Tathagata

དབྱ་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་

DRA CHOM PA YANG DAG PAR DZOG PEI SANG GYE

Foe-Destroyer, Perfectly Complete Buddha

ལྷན་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SHA KYA THUB PA LA CHHAG TSHAL LO.

Glorious Conqueror Sakyamuni.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

དོ་རྗེ་སྙིང་པོ་ས་རབ་རྩ་འཛོམས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DO JE NYING PO RAB TU JOM PA LA CHHAG TSHAL LO.
I prostrate to Thoroughly Destroying with Vajra Essence.

རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN CHHEN OD TRO LA CHHAG TSHAL LO
I Prostrate to Radiant Jewel.

ལྷ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

LU WANG GI GYAL PO LA CHHAG TSHAL LO.
I prostrate to Naga-Lord King.

དཔའ་བོའི་སྡེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PA WOI DE LA CHHAG TSHAL LO.
I prostrate to Army of Heroes.

དཔལ་དགྲེས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PAL GYE LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Delighted Hero.

རིན་ཆེན་མེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN CHHEN ME LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Jewel Fire.

རིན་ཆེན་ཟླ་འོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN CHHEN DHA OD LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Jewel Moonlight.

མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

THONG WA DON YOD LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Meaningful to Behold.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

རིན་ཆེན་ལྷ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

RIN CHHEN DHA WA LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Jewel Moon.

དྲི་མ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DRI MA MED PA LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Immaculate.

དཔས་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PE JIN LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Bestowed with Courage.

ཚངས་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSHANG PA LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Purity.

ཚངས་པས་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSHANG PE JIN LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Bestowed with Purity.

ཚུ་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

CHHU LHA LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Water-God.

ཚུ་ལྷ་འི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

CHHU LHEI LHA LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to the Lord of Water-God Deity.

དཔལ་བཟང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PAL ZANG LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Glorious Excellence.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

ཚན་དན་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSEN DEN PAL LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Glorious Sandalwood.

གཟི་བརྗིད་མཐའ་ཡས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ZI JID THA YE LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Infinite Splendor.

འོད་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

OD PAL LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Glorious Light.

སྲ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

NYA NGEN MED PEI PAL LA CHHAG TSHAG LO

I prostrate to Glorious Sorrowless.

སྲིད་མེད་གྱི་བུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SED MED KYI BU LA CHHAG TSHAL LO

I prostrate to Son of Non-Craving.

མེ་ཏོག་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ME TOG PAL LA CHHAG TSHAL LO

I Prostrate to Glorious Flower.

དེ་བཞིན་གཤམ་གསལ་པ་ཚངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་

DE ZHIN SHEG PA TSHANG PEI OD ZER NAM PAR

I prostrate to Tathagata Pure Light Rays

རོལ་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ROL PA NGON PAR KHYEN PA LA CHHAG TSHAL LO

Clearly Knowing by Sporting.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐྱེད་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་ལོ་

DE ZHIN SHEG PA PED MEI OD ZER NAM PAR ROL
I prostrate to Tathagata Lotus, Light Rays

པ་མངོན་པར་མཐུན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

PA NGON PAR KHYEN PA LA CHHAG TSHAL LO
Clearly Knowing by Sporting.

ནོར་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

NOR PAL LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious Wealth.

དྲན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

DREN PEI PAL LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious Mindfulness.

མཚན་དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་གྲགས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

TSHEN PAL SHIN TU YONG DRAG LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious Name Widely Renowned.

དབང་པོའི་ཏོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

WANG POI TOG GI GYAL TSHEN GYI GYAL PO LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Most Powerful Victory Banner King.

ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

SHIN TU NAM PAR NON PEI PAL LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious Utterly Suppressing.

གཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

YUL LE SHIN TU NAM PAR GYAL WA LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Totally Victorious in Battle.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་པའི་དཔལ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

NAM PAR NON PEI SHEG PEI PAL LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious Suppressing Advancement.

ཀུན་ནས་སྣང་བ་བཏོད་པའི་དཔལ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

KUN NE NANG WA KOD PEI PAL LA CHHAG TSHAL LO
I prostrate to Glorious All-Illuminating Manifestations.

རིན་ཆེན་པར་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

RIN CHHEN PED MA NAM PAR NON PA LA CHHAG TSHAL LO
To the Jewel Lotus Suppressor I prostrate.

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་

DE ZHIN SHEG PA DRA CHOM PA YANG DAG PAR
I prostrate to Tathagata Foe-Destroyer

ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆའི་པར་ལ་རབ་རུ་

DZOG PEI SANG GYE RIN PO CHEI PE MA LA RAB TU
Perfectly Complete Buddha Mountain Lord King

བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ།

ZHUG PA RI WANG GI GYAL PO LA CHHAG TSHAL LO
Firmly Seated on Jewels and a Lotus.

CONFESSION

དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྩའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་

DE DAG LA SOG PA CHHOG CHUI JIG TEN GYI
These and others, as many Tathagata

SUTRA OF THE THREE HEAPS

ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

KHAM THAM CHED NA DE ZHIN SHEG PA
foe-destroyers, perfectly complete

དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་

DRA CHOM PA YANG DAG PAR DZOG PEI SANG GYE CHOM DEN DE
Buddha Bhagavans as are abiding, living and residing

གང་ཇི་སྟེང་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཚོ་ཞིང་གཞེས་པའི་

GANG JI NYED CHIG ZHUG TE TSHO ZHING ZHE PEI
in all the world systems of the ten directions,

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

SANG GYE CHOM DEN DE DE DAG THAM CHED DAG LA GONG SU SOL.
all Buddha Bhagavans, please pay attention to me.

བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་།

སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་

DAG GII KYE WA DI DANG KYE WA THOG MA DANG
In this life and in all the states of rebirth

མཐའ་མ་མཆིས་པ་ནས།

འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་

THA MA MA CHHI PA NE KHOR WA NA KHOR WEI
in which I have circled in cyclic existence throughout

སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་སྟོན་པའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་།

KYE NE THAM CHED DU DIG PEI LE GYII PA DANG
beginningless lives, whatever negative actions I have done,

བགྱིད་དུ་སྦྱེས་བ་དང་།

བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

GYID DU TSAL WA DANG GYII PA LA JE SU YI RANG WAAM
caused to be done, or rejoiced in the doing of;

SUTRA OF THE THREE HEAPS

མཚོད་རྟེན་གྱི་དགོང་རམ།

དག་འདུན་གྱི་དགོང་རམ།

CHHOD TEN GYI KOR RAM
whatever possessions of Stupas,

GE DUN GYI KOR RAM
possessions of the Sangha,

སྐྱོགས་བརྩའི་དག་འདུན་གྱི་དགོང་སྐྱོགས་པ་དང་།

CHHOG CHUI GE DUN GYI KOR TROG PA DANG
or possessions of the Sangha of the ten directions I have appropriated,

འཕྲོག་ཏུ་སྦྱལ་བ་དང་།

འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

TROG TU TSAL WA DANG TROG PA LA JE SU YI RANG WAAM
made to be appropriated or rejoiced in the appropriation of;

མཚམས་མ་འཚིས་པ་ལྔའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་།

TSHAM MA CHII PA NGAI LE GYII PA DANG
whatever of the five actions of immediate [retribution] I have done,

བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་དང་།

བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

GYID DU TSAL WA DANG GYII PA LA JE SU YI RANG WAAM
caused to be done, or rejoiced in the doing of;

མི་དགོ་བ་བརྩའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་བླངས་

MI GE WA CHUI LE KYI LAM YANG DAG PAR LANG
whatever of the ten non-virtuous paths of action

པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་།

འཇུག་ཏུ་སྦྱལ་བ་དང་།

PA LA ZHUG PA DANG
I have engaged in the adoption of,

JÜG TU TSAL WA DANG
caused to be engaged in,

འཇུག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།

JÜG PA LA JE SU YI RANG WAAM
or rejoiced in the engagement in;

SUTRA OF THE THREE HEAPS

ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་གིས་སྒྲིབས་ནས།

LE KYI DRIP PA GANG GII DRIB NE
whatever karmic obscurations due to which I and sentient beings,

བདག་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་མཆི་བའམ།

DAG SEM CHEN NYAL WAR CHHI WAAM
having become obscured, will go to hell,

དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་མཆི་བའམ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ།

DUD DROI KYE NE SU CHHI WAAM YI DAG KYI YUL DU CHHI WAAM
be reborn in the animal realm, reborn in the realm of the hungry ghosts,

ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་དུ་སྐྱེ་བའམ། ལྷ་ལྷོར་སྐྱེ་བའམ།

YUL THA KHOB TU KYE WAAM LA LOR KYE WAAM
reborn in border areas, reborn as barbarians,

ལྷ་ཚོ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བའམ།

LHA TSHE RING PO NAM SU KYE WAAM
reborn as long-life gods,

དབང་པོ་མ་ཚང་བར་འགྱུར་བའམ།

WANG PO MA TSHANG WAR GYUR WAAM
reborn with imperfect faculties,

ལྟ་བཤེས་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་བའམ།

TA WA LOG PAR DZIN PAR GYUR WAAM
hold wrong views,

སངས་རྒྱུས་འབྱུང་བ་ལ་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་

SANG GYE JYÜNG WA LA NYE PAR MI GYID
or will not be delighted with the arising of a Buddha

SUTRA OF THE THREE HEAPS

པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་གང་ལགས་པ་

PAR GYUR WEI LE KYI DRIB PA GANG LAG PA
in the presence

དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་

DE DAG THAM CHED SANG GYE CHOM DEN DE
of the Buddha Bhagavans,

ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ།

YE SHE SU GYUR PA
who are exalted wisdom,

མུན་དུ་གྱུར་པ།

CHEN DU GYUR PA
who are eyes,

དཔང་དུ་གྱུར་པ།

PANG DU GYUR PA
who are witnesses,

ཚད་མར་གྱུར་པ།

TSHED MAR GYUR PA
who are valid,

མཚེན་པ།

KHYEN PA
and who see

གཟིགས་པ།

ZIG PA
with knowledge,

དེ་དག་གི་སྐྱུན་སྲུང་མཐོལ་ལོ་འཆགས་སོ།

DE DAG GI CHEN NGAR THOL LO CHHAG SO
I admit and confess all these Karmic obscurations.

མི་འཆབ་བོ།

MI CHHAB BO
I do not conceal

མི་སྐྱེད་དོ།

MI BED DO
or hide them.

སྐྱུན་ཅད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྡོམ་པར་བསྐྱིད་ལགས་སོ།

LEN CHED KYANG CHOD CHING DOM PAR GYID LAG SO
From now on, I will stop and refrain from them.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

SHARING THE MERIT

སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

SANG GYE CHOM DEN DE DE DAG THAM CHED DAG LA GONG SU SOL
All Buddha Bhagavans please pay attention to me.

བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་

DAG GII KYE WA DI DANG KYE WA
In this life and in the other states of rebirth

ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས།

THOG MA DANG THA MA MA CHHII PA NE
in which I have circled in cyclic existence

འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཏུ་

KHOR WA NA KHOR WEI KYE WA ZHEN DAG TU
throughout beginningless lives, whatever roots of virtue

སྤྱིན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་བ་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ལ་

JIN PA THA NA DUD DROI KYE NE SU KYE PA LA
I have gained from my generosity be it as little as

ཟས་ཁམ་གཅིག་ཅུམ་བསྐྱུལ་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

ZĚ KHAM CHIG TSAM TSAL WEI GE WEI TSA WA GANG LAG PA DANG
having given one morsel of food to a being born in the animal realm;

བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

DAG GII TSHUL TRIM SUNG WEI GE WEI TSA WA GANG LAG PA DANG
whatever roots of virtue there are from my having guarded morality;

བདག་གིས་ཚངས་པར་སྦྱོང་བ་ལ་གནས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

DAG GII TSHANG PAR CHOD PA LA NE PEI GE WEI TSA WA GANG LAG PA DANG
whatever roots of virtue there are from my pure conduct;

SUTRA OF THE THREE HEAPS

བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སློན་པར་བགྱིས་པའི་

DAG GI SEM CHEN YONG SU MIN PAR GYII PEI
whatever roots of virtue there are from my having

དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

GE WEI TSA WA GANG LAG PA DANG
fully ripened sentient beings;

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཏུ་

DAG GII JANG CHHUB CHHOG TU SEM
whatever roots of virtue there are

སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།

KYED PEI GE WEI TSA WA GANG LAG PA DANG
From my having generated Bodhicitta;

བདག་གིས་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་

DAG GI LA NA MED PEI YE SHE KYI GE WEI TSA WA
and whatever roots of virtue there are from

གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་

GANG LAG PA DE DAG THAM CHED
my unsurpassed exalted wisdom: all these, assembled

གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱུམས་ཏེ། བསྐྱེམས་ནས་སྐྱ་ན་མ་མཚེས་པ་དང་།

CHIG TU DÜ SHING DHUM TE DHOM NE LA NA MA CHHII PA DANG
and gathered, then combined together,

གོང་ན་མ་འཚེས་པ་དང་།

GONG NA MA CHHII PA DANG
I totally dedicate to the unsurpassed, the unexcelled,

SUTRA OF THE THREE HEAPS

གོང་མའི་ཡང་གོང་མ་གླ་མའི་ཡང་གླ་མར་ཡོངས་སུ་བསྡོ་བས།

GONG MEI YANG GONG MA LA MEI YANG LA MAR YONG SU NGO WĒ
that higher than the high, that superior to the superior; thereby,

གླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

LA NA MED PA YANG DAG PAR DZOG PEI
do I totally dedicate to unsurpassed,

བྱང་ཚུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོ་བར་བགྲིའོ།

JANG CHUB TU YONG SU NGO WAR GYI O
perfectly complete enlightenment.

ཇི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་

JI TAR DE PEI SANG GYE CHOM DEN DE
Just as the Buddha Bhagavans

རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོས་པ་དང་།

NAM KYII YONG SU NGÖ PA DANG
of the past totally dedicated,

ཇི་ལྟར་མ་གྲོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་

JI TAR MA JON PEI SANG GYE CHOM DEN DE
just as the Buddha Bhagavans

རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོ་བར་འགྱུར་བ་དང་།

NAM KYII YONG SU NGO WAR GYUR WA DANG
of the future will totally dedicate,

ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་

JI TAR DA TAR JUNG WEI SANG GYE CHOM DEN DE
and just as the Buddha Bhagavans presently

SUTRA OF THE THREE HEAPS

རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་

NAM KYII YONG SU NGO WAR DZED PA DE ZHIN DU
abiding totally dedicate,

བདག་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བགྱིའོ།

DAG GII KYANG YONG SU NGO WAR GYI O
I too similarly totally dedicate.

སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ།

DIG PA THAM CHED NI SO SOR SHAG SO
I confess all negativities individually.

བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ།

SO NAM THAM CHED LA JE SU YI RANG NGO
I rejoice in all merits.

སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

SANG GYE THAM CHED LA KUL ZHING SOL WA DEB SO
I urge and request all Buddhas (to turn the wheel of Dharma).

བདག་གི་སྒྲོ་ན་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོག་དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག

DAG GI LA NA MED PA YE SHE KYI CHHOG DAM PA THOB PAR GYUR CHIG
May I attain the supreme excellence of unsurpassed exalted wisdom.

མི་མཚོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་།

MI CHOG GYAL WA GANG DAG DA TAR ZHUG PA DANG
To the best of humans, the conquerors who are presently abiding,

གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་བཞིན་གང་མ་བྱོན།

GANG DAG DE PA DAG DANG DE ZHIN GANG MA JON
those of the past and likewise those of the future,

SUTRA OF THE THREE HEAPS

ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ལ།

YON TEN NGAG PA THA YE GYA TSO DRA KUN LA
to all those exalted qualities which are like an infinite ocean,

ཐལ་མོ་སྐྱུར་བར་བགྱིས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཚོའོ།

THAL MO JHAR WAR GYII TE KYAB SU NYE WAR CHI O
folding my hands, I approach for refuge.

ཞེས་དང་། ལུས་གྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ།

And then: LU KYI LE NI NAM PA SUM
There are three types of body Karma;

འདག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་།

NGAG GI NAM PA ZHI DAG DANG
four types of speech Karma;

གང་ཡང་ཡིད་གྱི་རྣམ་གསུམ་པོ། མི་དགོ་བཅུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས།

GANG YANG YID KYI NAM SUM PO MI GE CHU PO SO SOR SHAG
and three types of mind Karma; I confess all the non-virtuous actions.

ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དགོ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྟ།

THOG MA MED NE DA TEI BAR MI GE CHU DANG TSHAM MED NGA
From beginningless lifetimes until now, whatever of the ten non-virtues and five heinous actions

སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི།

SEM NI NYON MONG WANG GYUR PEI
I have committed due to my defilements,

སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།

DIG PA THAM CHED SHAG PAR GYI
for all of them, I now confess.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྲུང་གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི།

DOD CHHAG ZHE DANG TI MUG WANG GII NI
whatever sins that I have done

ལྷུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།

LU DANG NGAG DANG DE ZHIN YID KYII KYANG
due to desire, hatred and ignorance,

སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ།

DIG PA DAG GII GYII PA CHI CHHII PA
and through my body, speech and mind.

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས།

DE DAG THAM CHED DAG GII SO SOR SHAG
I confess each and everyone of them completely.

མཚམས་མེད་ལྗེ་པོ་བདག་གི་སྤྲིག་པ་རྣམས།

TSHAM MED NGA PO DAG GI DIG PA NAM
Because of all the accumulated non-virtues and five heinous actions

གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག

GANG GII MI SHE WANG GII JE PA DAG
committed due to my ignorance,

དེ་ཡིས་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་འདི་བཏོན་པས།

DE YI TUNG WA SHAG PA DI TON PE
I now recite the confession of the down fall prayer,

དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྱུར།

DE DAG MA LU YONG SU JANG WAR GYUR
may all these sins up to the last one be purified.

SUTRA OF THE THREE HEAPS

ཁདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྒྲིབ་པའི་ལས།

DAG DANG SEM CHEN KUN GYI DIG PEI LE
All the sinful deeds and faults committed by myself and

ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བསྒྲི།

NYE PAR GYUR GANG THOL ZHING SHAG PAR GYI
all sentient beings, I now confess.

སློན་ཆད་ནམ་ཡང་བསྒྲིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག།

LEN CHED NAM YANG GYID PAR MA GYUR CHIG
May I never commit them again.

ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའང་གཏན་དུ་བྱེད་ཤོག།

LE KYI DRIB PA ANG TEN DU ZED JED SHOG
May the obscurations of Karma be purified forever.

ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

CHHAG TSHAL WA DANG CHHOD CHING SHAG PA DANG.
By my prostrations, offerings and repentance,

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

JĒ SU YI RANG KUL ZHING SOL WA YI.
my rejoicing, requesting of turning, and remaining,

ཁད་གོ་བ་ཅུང་བྱེད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་པ།

GE WA CHUNG ZED DAG GI CHI SAG PA.
whichever virtue I may have accumulated

ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ།

THAM CHED DZOG PEI JANG CHHUB CHHEN POR NGO.
I dedicate to the great and complete Enlightenment.