

༄༅། །འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་བདེ་ཆེན་ལྷུང་ལམ་བཞུགས་སོ།

阿彌陀佛修法極樂捷徑

The Method for the Practice of Amitabha called
The Swift Path to Great Bliss

འོད་དཔག་མེད་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་ནི། དང་པོ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་
བསྐྱེད་བྱུང་དེ་ནས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་འདི་ལ་འཇུག།

顶礼阿弥陀佛！此阿弥陀佛之修法，首先皈依及发心，复次进入
此修法。

I prostrate to Amitabha, the Buddha of Limitless Light! Regarding the
method for the practice of Amitabha, first go for refuge and give rise
to bodhicitta, then engage in this meditation and recitation.

། འགྲུར་ལྷགས་ནི། ཨོྫྱེ་སྐྱབ་ར་སྐྱབ་ར་ཉེ་མ་ན་ས་ར་མ་རྩ་ཇམ་བྱ་བ་རྩྱུ་པཎ་སྐྱ་རྩ། ལན་གསུམ།

嗡桑巴日啊 桑巴日啊 布瑪納 薩日啊 瑪哈 藏巴帕 吽帕梭
哈（三遍）

OM SAMBHA RA. SAMBHA RA. BHI MA NA. SA RA. MA
HA. DZAM BHA BA. HUNG PHAT SO HA, (Three times)

སངས་རྒྱས་ཆས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

桑吉 秋當 措既 確南拉〔諸佛正法賢聖僧〕

SANGYE CHO DANG TSOK KYI CHOG NAM LA

In the Buddha, the Dharma, and the supreme among the assembly,

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

江秋 把杜 達尼 加思起〔直至菩提我皈依〕

CHANG CHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHI

I take refuge until enlightenment.

བདག་གིས་སྤྱོད་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

達格 進索 及貝 所南記〔以我所行施等善〕

DAG GI JIN SOK GYI PAI SOD NAM KYI

By the merit I have created through generosity and so forth,

འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་སོག། ། ལན་གསུམ།

卓拉 盤些 桑吉 住巴修(三遍)〔為利眾生願成佛〕

DRO LA PEN CHIR SANGYE DRUB PAR SHOG

(Recite three times.)

in order to benefit beings, may I attain enlightenment.

ཆོས་རྒྱལ་ས་ཐང་ཅན་སྟོང་པའི་རང་ཉ།

丘納 塔建 東比恩〔一切法皆空性中〕

CHÖ NAM TAM CHED TONG PAI NGANG

Meditate on the all-pervasive loving compassion

ཀུན་ཁུབ་བཅེ་བའི་སྟོང་ཇི་དེ་ཡི་རང་ཉ།

跟恰 則為 寧解供〔当修周遍慈悲心〕

KÜN KHYAB TSE WAI NYING JE GOM

from the empty state of all phenomena.

སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཇི་དེ་ཡི་རང་ཉ།

東尼 寧解 蝶一昂〔如是空性悲心中〕

TONG NYID NYING JE DE YI NGANG

From that state of emptiness-compassion,

སྤང་སྤྱིད་བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་དབུས་ཉ།

囊斯 德清 讓各位〔万物皆成极乐刹〕

NANG SID DE CHEN ZHING GI Ü

all that appears or exists is the pure realm of great bliss. In its center,

པད་ཌཱེ་དང་ལ་རང་རིག་རྩི།

巴達 但拉 讓如實〔蓮月墊上自心舍〕

PED DAI DEN LA RANG RIG HRI

upon a lotus and moon seat, rests one's awareness as a syllable HRI.

དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་སྤྱབ།

爹列 我初 敦尼朱〔由彼发光成二利〕

DE LE ÖD TRÖ DÖN NYI DRUB

Light rays radiate from it, accomplishing the two kinds of benefit.

ཡོངས་གྱུར་བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་འདས།

永吉 達尼 炯但爹〔其变自成出有坏〕

YONG GYUR DAG NYID CHOM DEN DE

Oneself transforms naturally into the transcendent accomplished conqueror,

སྒང་བ་མཐའ་ཡས་སྤྱི་མདོག་དམར།

囊瓦 它以 各多嘛〔阿弥陀佛身红色〕

NANG WA TA YE KU DOK MAR

Amitabha [the Buddha of Limitless Radiance], red in color.

ཞལ་གཅིག་བྱལ་གཉིས་མཉམ་གཞག་སྟེང་།

沙基 恰尼 念讓滕〔一面二臂定印上〕

ZHAL CHIG CHAG NYI NYAM ZHAG TENG

He has one face; his two hands rest in the mudra of equipoise,

ལྷུང་བཟེད་བདུད་ཅིས་གང་བ་བསྐྱམས།

龍色 度自 剛瓦納〔持着充滿甘露鉢〕

LHUNG ZED DÜD TSI GANG WA NAM

holding a begging bowl filled with nectar.

ཞབས་གཉིས་མི་འགྱུར་སྒྲིལ་གྱང་བཞགས།

沙尼 米及 幾種樹〔两足不变跏趺坐〕

ZHAB NYI MI GYUR KYIL TRUNG ZHUK

His two legs are in the posture of immutability.

ཆོས་གོས་ནམ་གསུམ་སྤྲུལ་མཛེས།

丘古 那桑 古拉兹〔三种法衣美妙身〕

CHÖ GÖ NAM SUM KU LA DZE

His enlightened body is clothed in the three Dharma garments.

མཚན་དང་དཔེ་བྱེད་ཡོངས་སུ་རྫོགས།

燦檔 別寫 永思作〔圓滿一切相隨好〕

TSEN DANG PE CHED YONG SU DZOK

The marks and signs [of enlightenment] are utterly perfect.

སངས་རྒྱས་ལྷའི་བདག་ཉིད་མཆོག།

桑界 古阿 達尼求〔圓覺五身勝本性〕

SANGYE KU NGAI DAG NYID CHOG

He is the supreme personification of the five kayas of the Buddha,

སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི།

囊拉 讓深 米巴以〔現而无有自性者〕

NANG LA RANG ZHIN MED PA YI

appearing, but with no inherent nature;

སྤྱགས་ཀར་ཐེང་མྱེད་དམར་པོར།

圖嘎 達燈 舍嘛部〔心間月上紅舍字〕

TUK KAR DA TENG HRI MAR POR

In his heart, upon a moon, is a red HRI.

ལྷགས་ཀྱིས་གཡས་སུ་བསྐོར་བ་ལས།

阿吉 野司 過瓦立〔根本咒文右旋繞〕

NGAK KYI YE SU KOR WA LE

The mantra circles it clockwise,

འོད་འཕྲོས་བདེ་གཤེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།

我處 德沙 它建將〔由其发光諸善逝〕

ÖD TRÖ DE SHEK TAM CHED KYANG

radiating light, and all the Sugatas,

བསྐོས་པ་ལྟ་བུར་སྤྱན་བངས་བསྐྱེས། རེ་རྩྱུ་བི་རོ།

宮巴 達為 建章頓 扎虹 幫火〔如同所修迎請入〕

GOM PA TA BUR CHEN DRANG TIM, DZA HUNG
BAM HO

just as visualized, are invited and dissolve. DZA HUNG BAM HO

ལྷགས་ལས་འོད་འཕྲོས་དོན་གཉིས་གཉིས།

阿李 我處 頓尼寫〔咒文发光作二利〕

NGAK LE ÖD TRÖ DÖN NYI CHE

Light radiates from the mantra, bringing the two kinds of benefit.

གཟུགས་སྤང་དག་པ་འོད་དཔག་མེད།

速難 達巴 哦巴咩〔色現清淨無量光〕

ZUK NANG DAG PA ÖD PAG MED

All forms, all appearance, are as pure as Amitabha.

སྒྲ་བྲགས་སྒྲིང་པོ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲ།

札乍 寧波 阿吉札〔声响清淨心咒音〕

DRA DRAK NYING PO NGAK KYI DRA

All sounds, all hearing, are in essence the sound of mantra.

རྟོག་ཚུགས་དག་པ་ཡེ་ཤེས་ལྔ་ཀླུ་

多錯 達巴 耶希囊 [意聚清淨五智慧]

TOG TSOG DAG PA YE SHE NGA

All concepts are as pure as the five wisdoms.

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་བསྒྲུབ་ཀྱི་ཆུང་ལྔ་

德瓦 清波 恩尼達 [大乐之中念心咒]

DE WA CHEN PÖ NGANG NE DA

Recite from the state of great bliss:

ཨོཾ་ཨ་མི་ནེ་ཨ་ཡུ་སི་རྟི་རྩྱུ་རྩེ་ལྔ་ཀླུ་

嗡 阿弥 德瓦 阿依 斯得 吽哈

OM AMI DE WA AYU SID DHI HUNG HRI

ཡི་གེ་བཅུ་གཅིག་ཅུ་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་འཕྲུལ་སྒྲགས་གསུམ་གྱིས་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་དེ་ནས་ལྷ་སྣང་མི་དམིགས་

བཞག་ཀྱང་རྗེས་སུ་བསྟོན་པ་ལྟར་ཆེ་འདིར་དུས་མེད་འཆི་བ་ཞིལ་ཕྱི་མ་བདེ་ཆེན་ཐར་ལམ་ཐེན་ཀྱང་

དེ་ཕྱིར་སྐལ་ལྷན་ཉམས་སུ་འོངས་ཀྱང་ས་མ་ཡུ་ལས་རབ་སྒྲིང་བའི་གཏེར་མ་ཤོག་མེར་ལས་རྒྱལ་དབང་

ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོས་པའ་བའོ་

一十一字根本咒，三十万遍得悉地，佛现摄于无缘中，其后回向发心愿，消除现世非时亡，来世极乐深捷径，是故具缘当修持。沙玛耶！能仁王吐单加措抄于列绕朗巴之伏藏原文也。

Reciting the eleven-syllable root mantra three hundred-thousand times, spiritual attainments will be obtained. Then rest without visualizing the deity's appearance. Follow this with dedication and make aspirations. This will quell untimely death in this life and in the future one will reach the path of great bliss liberation. Therefore, fortunate ones, practice! SAMAYA From the "yellow paper" treasure of Lerab Lingpa, this was decoded by Gyalwang Tupten Gyatso.

བཙེམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་བར་རྫོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་མགོན་པོ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ་མཆོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆོད།

迴燈諦 帝仁 夏巴 札迴 巴央 達巴 卓比 桑杰 恭波 渥巴
德 彌巴拉 香擦羅 卻多 嘉斯 其喔

(意) 頂禮供養皈依出有壞善逝應供正等覺怙主阿彌陀佛
CHOM DEN DE, DE ZHIN SHEG PA, DRA CHOM PA,
YANG DAG PAR DZOG PA'I, SANG GYE GÖN PO, ÖD
PAG TU MED PA LA, CHAG TSAL LO CHÖD DO KYAB
SU CHI'O

To the Conqueror, the Thus Gone One, the Foe Destroyer, the
Completely Perfect Buddha, Protector Boundless Light, I prostrate! I
make offerings! I go for refuge!

༄༅། །མི་པམ་རེན་པོ་ཆེའི་བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་སྤོན་ལམ་བཞུགས་སོ། །

麥彭仁波切極樂願文

Prayer for Rebirth in the Pure Land of Great Bliss
by Mipham Rinpoche

བདེ་བ་ཅན་ཏུ་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས། བདེ་བ་ཅན་ཏུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བཞིའི་དོན་ཉམས་ལེན་ནི། སངས་རྒྱས་འོད་
དཔག་མེད་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་ཏེ། ཉི་རེར་མཆོད་ལན་བདུན་སོགས་བརྗོད་ནས།

慾求往生極樂而修持往生四因者，當專一明觀無量光佛法像，每
日誦聖號七遍等，而後：

For those of you who aspire to be reborn in the Pure Land of Great
Bliss by practicing the “Four Causes of Rebirth”, visualize the
sublime image of Buddha of Boundless Light with single-pointed
concentration and chant his holy name seven times daily. Then recite:

འཕྲེན་པ་འོད་དཔག་མེད་པ་དགོངས་སུ་གསོལ། །

真巴 渥巴 密巴 共思梭〔導師無量光垂念〕

DREN PA O PAK ME PA GONG SU SOL

Lord of Boundless Light, please regard me!

ཀྱལ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་ནི་བཞིན་དུ། །

加瓦 切機 圖集 機甚德〔如您所發菩提心〕

GYEL WA KHYE KYI TUK KYE JI ZHIN DU

Just as you gave rise to Bodhicitta,

ལ་མེ་ཤང་ཅུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། །

喇密 將秋 求的 森記迭〔我發無上勝覺心〕

LA ME JANG CHUP CHOK TU SEM KYE DE

I, too, shall cultivate the supreme state of awakening.

དགེ་བའི་ཅུ་བ་ནི་སྟོན་བགྱིས་ས་ནམས། །

個位 匝瓦 基涅 吉巴南〔所造一切諸善根〕

GE WE TSA WA CHI NYE GYI PA NAM

With all the virtuous accumulations rendered from the positive deeds,

བྱུ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། །

怒嘯 德瓦 見記 尚康思〔願往西方極樂刹〕

NUB CHOK DE WA CHEN KYI ZHING KHAM SU

I aspire to take rebirth in the Western Pure Land of Great Bliss,

ཀྱལ་མཆོག་ཁྱེད་ཀྱི་བྱུང་དུ་སྐྱེས་ནས་ཀྱང་། །

加求 切記 忠得 解涅將〔生于勝王汝之前〕

GYAL CHOK KHYE KYI TRUNG TU KYE NE KYANG

In your presence, my Supreme Lord,

ལྷ་བས་ཆེན་ཀྱལ་བའི་སྲས་ཀྱི་སྟོན་ས་ཀུན། །

喇欽 加為 色即 學巴根〔一切廣大佛子行〕

LAB CHEN GYAL WE SE KYI CHO PA KUN

I vow to accomplish the vast conducts adhered by the sons of
Buddhas, and

ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲ་དུ་བསྟོ་བཀྱིད་ན། །

永思 昨貝 拉度 渥記那〔為欲圓滿而迴向〕

YONG SU DZOK PEI LE TU NGO GYI NA

Dedicate all virtues by perfecting them all.

ཆེ་འདི་འཕོས་མ་ཐག་དུ་དག་པའི་ཞིང་། །

測度 普瑪 塔度 達比穰〔此生命終于淨土〕

TSE DI PHO MA THAK TU TAK PE ZHING

When this life of mine has ended,

བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྩས་ཏེ་སྤྱེ་བ་དང་། །

德瓦 見的 自得 解瓦當〔剎那化生極樂界〕

DE WA CHEN TU DZE TE KYE WA TANG

May I instantly emerge in the Pure Land of Great Bliss.

འཛེན་པ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་ནས། །

真巴 渥巴 密記 龍丹涅〔導師彌陀授記已〕

DREN PA O PAK ME KYI LUNG TEN NE

Where the Lord Amitabha will confer his prophecy on me,

རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྲུང་བ་མཐའ་རུ་བྱིན་པར་འོག། །

作門 穰瓦 塔日 辛巴孝〔圓熟淨德願究竟〕

DZOK MIN JANG WA THA RU CHIN PAR SHOK

That I shall attain the ultimate result of perfection (of awakening),
maturation (of the ability to ripen sentient beings' capacity), and
purification (of dualistic perceptions).

སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

桑吉 渥巴 密拉 索瓦迭〔祈禱如來無量光〕

SANG GYE O PAK ME LA SOL WA DEB

I pray to the Tathagata, the Lord of Boundless Light.

གཡོན་ཏུ་སེམས་དབང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་ནམས་ལེའུ།

雲突 森巴 突千 陀南拉〔左為大力大勢至〕

YON TU SEM PA THU CHEN THOP NAM LA
and to his left the Bodhisattva of Great Power (Vajrapani);

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དབང་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་ཅེ།

桑杰 將森 巴美 擴吉國〔無量佛菩薩圍繞〕

SANG GYE CHANG SEM PAK ME KHOR KI KOR
all are surrounded by countless Buddhas and Bodhisattvas.

བདེ་སྤྱིད་ངོ་མཆར་དབང་མེད་ཏུ་མེད་པ་ཡིེ།

德及 悟擦 巴度 美巴依〔但有無量之妙樂〕

DE KYI NGO TSAR PAK TU ME PA YI
Joy and felicity without limit is the land called Dewachen.

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར་ཅེ།

碟哇 間諧 洽為 興康帖〔此即清淨極樂國〕

DE WA CHEN SHE CHA WEI SHING KHAM TER
May I be born there

བདག་ནི་འདི་ནས་ཆོ་འཕོས་གྱུར་མ་བགེའུ།

達尼 迪涅 策培 秋瑪塔〔願我命終隨即能〕

DAK NI DI NE TSE PO GYUR MA THAK
as soon as I pass from this life,

སྤྱི་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པ་རུའུ།

皆哇 賢吉 琶瑪 確巴日〔不為他生所阻斷〕

KYE WA SHEN KYI BAR MA CHO PA TU
without taking birth anywhere else in the meantime.

དེ་རུ་སྟེན་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

帖如 皆涅 囊帖 暇通修〔生彼親見彌陀佛〕

TE RU KYE NE NANG THE SHEL THONG SHOK

Having been born there, may I see the face of the Buddha of
Boundless Light.

དེ་སྐད་བདག་གི་སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

帖給 達格 門浪 達巴迪〔我今如是發願已〕

TE KE DAK NI MON LAM TAP PA TI

Having made this aspirational prayer,

ཕྱོགས་བཅུ་འདི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།

秋究 桑傑 強森 湯界吉〔十方諸佛及菩薩〕

CHOK CHI SANG GYE CHANG SEM THAM CHE KYI

to all the Bodhisattvas of the ten directions,

གོགས་མེད་འབྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

給美 竹巴 欽吉 拉都梭〔無礙滿願祈加持〕

GEK ME DRUP PAR CHIN KYI LAP TU SOL

may I be blessed with unhindered accomplishment!

ཏང་ཐུང་པུཌ་འི་ཡ་ཨ་ཐ་བོ་ན་རྒྱ་ཡེ་སྤྱུ་རྩེ།

德雅他 班紫 支雅 阿哇 波達 那耶 梭哈

TE YA THA PEN TSA DRI YA A WA BODHA NA YE

། དགེ་བཅོམ་ནི།

迴向文： Dedication of Merit

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་བ་ཉིད། །

所囊 得以 它見 色巴霓〔此福已得一切智〕

SOD NAM DI YI THAM CHED ZIG PA NYID

By this merit, through the nature of complete omniscience,

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་པམ་བྱེད་ཅིང་། །

陀涅 霓比 扎囊 龐切將〔摧伏一切過患敵〕

THOB NEI NYEI PAI DRA NAM PHAM CHEI SHING

and the total defeat of all negative forces,

སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་དག་རྣམས་པམ་བྱེད་ཅིང་། །

接噶 納起 巴龍 初巴以〔生老病死猶波濤〕

KYE GA NA CHI BA LUNG TRIG PA YI

from the turbulent waves of birth, old age, sickness, death,

སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འབྲོ་བ་སྦྱོལ་བར་ཤོག །

色比 措里 卓瓦 着瓦修〔願度有海諸有情〕

SID PAI TSO LEI DRO WA DROL WAR SHOG

from this ocean of existence, may all beings be set free!

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཐུན་བ་དང་།

將巴 把握 急達 欽巴當〔文殊師利勇猛智〕

JAM PAL PA WÖ CHI TAR KHYEN PA TANG

Just as the Bodhisattva Manjushri attained his realization,

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

棍杜 桑波 蝶樣 磔伸磔〔普賢慧行亦復然〕

KUN TU ZANG PO TE YANG TE ZHIN TE

And likewise Samantabhadra,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་མེས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་།

磔達 棍急 積絲 達落江〔我今迴向諸善根〕

TE TAG KUN KYI JEY SU DAG LOB CHING

In order to train myself to follow after them,

དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ།

各瓦 杜達 塔見 染的卧〔隨彼一切常修學〕

GE WA DI TAG THAM CHED RAB TU NGO

I dedicate these merits (for the enlightenment of all sentient beings).

དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།

帝森 刹比 加瓦 塔見記〔三世諸佛所稱嘆〕

DU SUM SHEK PA'I GYAL WA TAM CHED KYI

As dedication

བསྟོ་བ་གང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྟགས་པ་དེས།

卧瓦 剛拉 瓊的 昂哇帝〔如是最勝諸大願〕

NGÖ WA GANG LA CHOG TU NGAK pA DEI

is praised as supreme by the Buddhas of the three times,

བདག་གི་དགེ་བའི་ཅུ་བ་འདི་ཀུན་གྱིང་།

答給 各為 雜瓦 讀根將〔我今迴向諸善根〕

DAG GI GE WA'I TSA WA DI KUN KYANG

All these, my roots of virtue,

བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བསྒྱེ།

桑波 卻切 染的 卧瓦記〔為得普賢殊勝行〕

ZANG PO CHÖD CHIR RAB TU NGO WAR GYI

I dedicate entirely to Deeds of Excellence.

喇嘛智美仁波切 及 翻译小组 翻译/编辑

Translated / Edited by Lama Drimed Rinpoche and his team

2020 - California, U.S.A.

