

ཡུལ་གྱི་འཕེལ་བའི་སྐུ་ལྔ་ལྔ་

了義寶藏

肆

藏文题字：第十七世法王噶玛巴 邬金钦列多杰

༄༅། །བྱུན་བཞི་ལྷ་མའི་རྣམ་འབྱོར་བྱིན་མིག་ལྟོགས་བསྐྱེད་མ། །



四座上师相应法

释论集

汇编：第十七世法王噶玛巴 邬金钦列多杰

译者：堪布罗卓丹杰、妙融法师

目录

序	第十七世法王噶玛巴	7	四座祈请文观修次第摄要备纲	81
编辑凡例		9	噶美堪千仁谦达给	
四座修持末之大手印禅修次第		11	无惧大慰祈请文之教导	99
第五世夏玛仁波切袞秋俨拉			第十五世噶玛巴卡恰多杰	
四座祈请文之补述暨六法观修次第		19	关于《了义宝藏》	100
第九世噶玛巴旺秋多杰				
四座祈请文观修次第甚明笔记		51		
噶玛恰美仁波切				



第十七世法王噶玛巴 序

《了义宝藏》系列性地将噶举祖师的经典翻译成中文，让华人信徒们能够直接接触传承珍贵的教法。有时候我们会因为祖师们已经不在，就觉得比较神秘，会有些密而不宣的东西，其实如果亲眼见得到祖师，他们讲说的也就是这些教法，没有比这更深奥的了。教言就是祖师们的体现，阅读教言，就是直接跟祖师们沟通。我相信这一系列的法教，一定能够让有缘人法喜充满。

祈愿善妙吉祥！

第十七世大宝法王噶玛巴 邬金钦列多杰

2013年10月30日

编辑凡例

壹、版本说明：

本书采用之藏文版，主要以八蚌寺木刻贝叶版之《口诀藏》为基础，并比对其他不同版本，修正拼字上可能的错误。

贰、编辑体例

一、藏文版：依文义做适当分段。

二、中译版：

1. 为清楚呈现本书架构层次以及方便读者阅读，已依文义做适当分段。
2. 文中半形方括号 [] 中的文字，是编译者为清楚表达或为文义流畅所需而做的添加。
3. 内文中引用之《四座上师相应法》主诵内容，皆以标楷体呈现。
4. 注脚为编者所加。

ལྷན་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐར་ཐུག་ཆེན་གྱི་དམིགས་

རིམ་སྒྲོར་རྒྱུ་ལ།

ལྷན་བྱེད་དཀོན་མཆོག་ཡན་ལག་གིས་མཛད།

༄༅། །དགོས་སྒྲོར་དུ་ཚུད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཉེན་མཚན་ཐུན་མཁུ་
མང་ཉུང་ཅི་རིགས་སུ་བཅད་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་བ་ན། རྒྱུ་ལེན་བས་དགོ་
སྒྲོར་འདི་མ་ཚར་གྱི་བར་དུ་རྣམ་གཤེད་ཅི་བྱུང་ཡང་ལྷན་བར་མི་བྱ་སྐྱུ་དུ་དམ་
བཅས་ནས་དཔེན་པའི་གནས་སུ་སྐྱོན་བདེ་བ་ལ་རྟེན་པ་སྒྲིལ་བྱུང་། སྐྱུ་ཚོགས་
བསྐྱེད་པ། ལག་བ་མཉམ་བཞག །དཔུང་མགོ་གཉིས་བརྒྱུད་ས། མཐིན་ཡིད་ཅམ་
བཀུག། །མིག་ལྟ་སྐྱེད་མཚོ་དཔེན་འབྲིང་གསུམ་ཅི་བདེ་བར་སྐབས་དང་བསྐྱེད།
ལུས་ཆ་ཆ་ནས་གིམས་སྒྲོད་རན་པ་སྐྱེ་རྣམ་སྐྱེད་གི་ཚོས་བདུན་དང་ལྷན་བར་བྱས།

སེམས་གིས་སྐྱེད་པར་སྐྱིད་སྐྱུག་ལེགས་ཉེས་ཅི་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ལྷ་མ་
དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན། ད་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་གང་ལེགས་པར་བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྐྱེད་དུ་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདོད་སྐྱོ་སྐྱོ་ཅེ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་
བྱས་ནས་དང་པོ་བྱིན་དབས་གི་དམིགས་པ་བསྐྱོམ་པ་འཕམ་བསྐྱེད་པར་མོས་ན།
སྐྱི་བོའི་གཙུག་ན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་མ། །ཞེས་སོགས་ནས་ངག་ཏུ་འདོན་པ་
དང་ཡིད་ལ་སྐྱོམ་པ་སྐྱུགས་ཉེ་ནན་ཆགས་པ་བསྐྱོ་བ་ལ་ཐུག་གི་བར་བྱ། འཁོར་
བ་ལས་འཕྲུང་གི་བསམ་པ་ནག་ཅན་བཅོན་ར་ནས་འབྲུང་འདོད་པ་སྐྱུ་བྱ།
དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་མོས་གུས་སྐྱོམ་ནད་ཅན་ཚུ་ལ་གདུངས་པ་སྐྱེད་པའི་
ཏུ་བསྐྱེད་ནས་མཐར།

四座修持末之大手印 禅修次第

第五世夏玛仁波切袞秋伊拉

为令善行能够入心，无分昼夜地尽力进行多座修持时，[行者]藉由心的牵引力量，也就是发起「善法修持还没结束之前，无论如何散乱，都不起身离座」的誓言。接著在寂静处，於舒适的坐垫上盘腿而坐，背脊打直，双手平放，肩头敞开，微收下颚，视线则视舒适情况，而朝上、置中或朝下。身体各个部位都松紧适中，保持「毘卢遮那七支坐法」。

心中要想：过去发生的种种苦乐好坏，都是上师和三宝的大悲，并且祈请[他们]加持未来一切都能善妙。除此之外，丝毫没有其他的欲想。

接著，修持一开始的赐予加持观想，或者想要做简略修持的话，就一字不漏地完整念诵从「自身顶上本智空行母」等直至回向的文句，并且随文入观。直到生起像是囚犯想要出狱一样的强烈脱离轮回的心，和如同脱水的人渴望水分般地生起强烈渴慕三宝功德的虔信。

ཟབ་ལམ་གྱི་དབང་བཞི་ལེན་པ་ནི་སྒྲ་མ་དགོན་མཚོག་གསལ་བཏབ་པ་
མཐའ་དག་གི་སྤྲུགས་ཀ་ནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུན་ཅི་ཚར་ལྟར་བབ། རང་གི་སྤྱི་
པོའི་བྱ་གནས་ཚུ་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་ཞུགས། སྤྱིན་མཚམས་ཡན་གང་བས་ཐོག་
མ་མེད་པ་ནས་བསགས་པའི་ལུས་གྱི་སྤྱིབ་པ་དག། །སྤྱིའི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། ལྷ་
དོ་རྗེ་སྐད་ཅིག་ལ་ཐོབ་ལུས་པའི་སྐལ་ལྷན་དུ་གྱུར།

ཚུ་རྒྱན་གྱིས་མགྱུན་པ་ཡན་གང་བས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་དག་
གི་སྤྱིབ་པ་དག། །གསུང་གི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། གསུང་དོ་རྗེ་སྐད་ཅིག་ལ་ཐོབ་
ལུས་པའི་སྐལ་ལྷན་དུ་གྱུར། ཚུ་རྒྱན་གྱིས་སྤྱིང་ག་ཡན་གང་བས་ཐོག་མེད་ནས་
བསགས་པའི་ཡིད་གྱི་སྤྱིབ་པ་དག། །སྤྲུགས་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། སྤྲུགས་དོ་རྗེ་
སྐད་ཅིག་ལ་ཐོབ་ལུས་པའི་སྐལ་ལྷན་དུ་གྱུར། ཚུ་རྒྱན་གྱིས་ལྷེ་བ་སོགས་ལུས་
མཐའ་དག་མེད་གྱིས་གང་བས་སྐོ་གསུམ་གྱི་སྤྱིབ་པ་ལྷ་མོ་བག་ཆགས་དང་
བཅས་པ་དག། །ཡེ་ཤེས་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་སྐད་ཅིག་ལ་ཐོབ་
ལུས་པའི་སྐལ་ལྷན་དུ་གྱུར།

དེ་ལྟར་དབང་བཞི་ཐོབ་པས་རྒྱུད་སྤྱིན་ནས་ཕྱོལ་བྱེད་གྱི་ལམ། སྤྱོས་བྲལ་
ལྷག་ཆེན་གྱི་རང་དུ་འདོག་སྟེ། རང་གི་སེམས་ལ་བལྟས་ནས་ཅའི་དོ་བོར་ཡང་
མ་གྲུབ་སྟོང་ལྟར་དེ་བ་དེ་ཉིད་ལས་མི་ཡོངས་པར་བྱན་པའི་སོ་བ་བཀོད་པ་ཙམ་
མ་གཏོགས་བསྐོམ་བྱ་བསྐོམ་བྱེད་གྱི་ཚོལ་བ་ཡང་མེད་པར་ལྷན་ཞེས་མཉམ་པར་
བཞག། །རྣམ་རྟོག་འཕྲོ་ན་གང་འཕྲོ་བ་དེ་ཀའི་དོ་བོ་ལ་བལྟ་ཞིང་སྤར་ལྟར་བཞག་
གོ། དེ་ནི་ནང་གི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོག་པའི་རྒྱལ་ཡིན་ལ། དེ་དང་མཐུན་
པར་བྱི་རོལ་གྱི་སྤྱང་བ་གསུགས་སྤྱ་སོགས་གང་ཤར་དེ་ཉིད་ལའང་ཡོད་མེད་
ཡིན་མིན་སོགས་ཅི་ཡང་མི་རྟོག་པར་བཞོ་མེད་དུ་སྤྱུག་པར་འདོག།

接著是領受甚深道的四種灌頂：從清晰觀想出來的所有上師和三寶的心間，智慧的甘露就像是降雨一樣地落下，如同水流一般從自身頭頂進入。甘露相續流至眉間，使得無始以來所積聚的身障都得以消除，獲得身的加持，成為能夠剎那得證身金剛的具福者。

甘露相續流至喉部，清淨了無始以來所積聚的語障，獲得語的加持，成為能夠剎那得證語金剛的具福者。甘露相續流至心間，清淨無始以來積聚的意障，獲得意的加持，成為能夠剎那得證意金剛的具福者。甘露流至臍部並逐漸充滿全身，就清淨了包括習氣的三門細微遮障，得到本智的加持，成為能夠剎那得證本智金剛的具福者。

如此得到四灌而令心續成熟之後，就安住在解脫道離戲大手印之中。觀照自心，且無散亂地安住於沒有任何自性實存的空朗之中，除了保持覺知的哨兵之外，不起任何能修、所修的造作，寂靜平等而住。如果妄念生起，就去觀察它的本質，然後和之前一樣地安住。以上是依於內在覺知而安住的方式。同樣地，對於各種外在的色、聲等顯相本身，不起有無、是非等分別，就安住在無造作當中。

དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པ་ལས་ཉམས་ཚུགས་འབྱུང་དུ་རེ་བ་དང་། འབྲས་བུ་ཚོལ་ཏུ་
རེ་བ་སོགས་ཞེ་འདོད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མིངས་གྱིས་བོད། འཁོར་འདས་བཟང་ངན་
ལའང་གཉིས་འདྲིན་གྱི་རེ་འདོགས་ཅི་ཡང་མི་བྱ་བར་ལྷན་ཞེར་འདོག། །སེམས་
ཅུང་ཟད་ཟེན་པའི་ཉམས་བཟང་ངན་ཅི་བྱུང་ཡང་མི་ལམ་དང་འབྲ་བར་བརྟམས་
ནས་དགའ་གདུང་སྤང་། དེ་ལྟ་བུའི་མཉམ་བཞག་ལ་འདོག་བཏུབ་པར་འདུག་ན་
སྤྱིན་ཚུལ་ཐོས་བསམ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཐར་ཐུག་གི་བྱུབ་དོན་སྐྱེལ་ས་དེ་ཁོ་ན་
ཡིན་པས་ཡུན་དུ་སྐྱོང་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔལ་དུ་པོ་ཀླ་རས།

གལ་ཉེ་མཉམ་བཞག་སེམས་བརྟན་ན། །
ལུས་ངག་དག་སྐྱོར་གཙོར་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་སྤྱན་འདོག་ན་དགོ་བ་ལ་བསྡོ་ཞིང་སྤོན་ལམ་གདབ། རྗེས་ཐོབ་གྱི་ཆེ་
ཡང་། ལྷང་གཤག་ཐམས་ཅད་རང་སེམས་ལ་མེ་ལོང་དུ་གཟུགས་བརྟན་དུ་འཆར་
བ་དང་། དུག་རི་ལ་སྤྱོད་བརྟན་གཤག་པ་ལྟར་ལྷང་སྤོང་བཤག་སྤོང་དུ་བཟླ།

ཚོས་ཉིད་སྤོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་དབང་གིས་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་ནས་འབྲས་བུ་ཅི་
ཡང་འབྱུང་བ་འདིག་རྟེན་པས་མཐོང་བ་ལྟར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བར་བཟླ།
ཚོས་ཅན་ཅི་ལྟར་ཤར་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བ་རྒྱུ་མ་
དང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་སྤང་བ་མ་གཏོགས་རང་བཞིན་བདེན་པར་མ་བྱུབ་
འབགས་པ་རྣམས་གྱིས་གཟིགས་པ་ལྟར་མཛོན་ཞེན་ཨ་འཐས་མེད་པར་བྱེད།

除了这样去禅修之外，更要彻底放下希求生起觉证和得到果位等一切意图。对于轮涅、善恶，要不起任何二执希惧地寂静安住。稍微摄心之后，无论生起任何善恶觉受，都要视其如同梦一般，没有好恶之分。

若能安住在这样的平等住当中，这本身就是一切布施、持戒、听闻、思维的究竟成果，因此要长时间地去保任，这是非常重要的，[就如]阿底峡尊者所说：「等持心若稳，身语善非要。」接著，在修座最后要回向善业和祈愿。

後得的时候，要视一切显现和声响，都是显空、声空，就像是显现於自心的镜中影像，和回荡於山谷中的回响一般。

由於法性即是空性，所以当因缘和合的时候，任何结果都有可能发生，这和世间凡人的见闻是一致的，因此要深信因果。无论法相如何显现，皆是因缘和合的缘起而生，就像是幻象和影像的显现，除此之外，自性并不真实存在，就如圣者所见到的一样，因此不要顽强地贪执实有。

མདོར་ན་དགེ་མོ་བློ་བཟང་བས་གང་ཟེན་ཟེན་གྱིས་སྨོན་ལམ་ཀུན་ལ་རྒྱབ་ཐེབས་
བར་བྱེད་དོ། །

ཞེས་བ་ས་སྨོན་གཡུལ་རྒྱལ་བས་བྱུན་བཞིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐར་ཐུག་ཆེན་གྱི་དམིགས་ཅིམ་
ཞེག་སྨོན་ཅེས་བསྐྱེལ་བ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་འབངས་གྱིས་བྲིས་བཅོ། །

总之，忆念善心，尽力在一切行为上去印证 [这个道理]。

因领主玉杰瓦敦请增写一篇《四座上师相应法》修持最末之大手印修持次第，应其所请，袞秋庞^❶书之。

（中译：堪布罗卓丹杰）

❶ 即第五世夏玛仁波切袞秋伊拉。

ལྷོ་རྒྱལ་བཞི་ལྷོ་ལ་འདེབས་གསལ་བའི་རྒྱལ་རྒྱལ་ཚོས་བྱུག་
མི་དམིགས་དེ་མ་དང་བཅས་པ་ཀུན་ལ་དབང་ཕྱུག་རྫོང་རྫོང་
མཛད་པ་བརྒྱུགས་སོ། །

༄༅། །ན་མོ་གུ་སྤ། བསམ་གཏན་ཁང་སྤྱག་བདེ་བའི་སྤྲོ་ལ་འདུག །
སྤྱས་གནད་རྣམ་སྤྲོ་ཚོས་བདུན་ལེགས་བཅས་ཏེ། །
དེས་འབྲུང་སྤྱོད་ཤས་མོས་གུས་མ་གཏོགས་པར། །
གཞན་གྱི་གཞིག་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་ཡིངས་གྱིས་བོད། །

འདིར་གཞུང་ལས་གསུངས་པའི་ཚིག་ལྷུག་གི་ཕྱིན་དབབས་པ་ནི། ད་ནི་ཁོ་བོ་མི་བསྐྱོད་
དོ་རྗེ་ཁོ་ན་མིན་པ་བསམ་རྒྱུ་མེད་པ་ཀུན་རང་གི་སྤྱས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོ་
གཅེར་བུ་ལང་ཚོ་སྤྲོ་སྤྲོ་ཚོ་གསལ་བ། དུས་སྤྱོད་མིལ་མས་རྒྱབ་ལོན་བ། འོད་སྤང་
གི་དུས་ན་འཆི་མེད་བདུན་ཅིས་གང་བའི་ཀ་སྤྲོ་ལ་ཐོགས་བ། མེ་ཏོག་དམར་
པོའི་རྒྱན་ཅན། གཞན་ཡང་རྒྱན་སྤངས་པ། དེའི་མདུན་དུ་རྗེ་བཙུན་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་
སྤྱག་སྤྱགས་གྱི་ཤམ་ཐབས། སྤང་ཚེན་གྱི་སྤྱགས་པའི་སྤྲོ་ལོས་ཅན། ཕྱག་རྒྱ་བྱུག་
གིས་སྤྲོས་བ། དུས་སྤྱོད་ཐོར་ཚོགས་སྤྲོ་ཚོ་གསལ་དོ་རྗེ་རྒྱ་བས་བརྒྱན་བ། ཕྱག་གཉིས་
ཚོས་འབྲུང་གི་སྤྱག་རྒྱ་སྤྱོད་པོར་བཞོད་བ། ཞབས་གཡོན་སྤྱིལ་ཀྱང་ལྷེད་པ་དང་།
གཡས་བརྒྱུད་བས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་དུང་གི་དུས་ན་བཞུགས་བ། དེ་ལ་སྤྱོད་ཡེ་
ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོས་བདུན་ཅི་བསྤྲོ་བས་པ་ཅམ་གྱིས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་དམར་ལུང་
གྱིས་འབར་བ། རང་ཉིད་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོའི་རྣ་ག་ནས་སྤྲོ་བར་ས། ཕྱགས་
ཀར་ཞུགས་པར་མོས་ལ། རྒྱུང་དག་སྤྱོད་གྱི་རང་ནས་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅིག་དང་།

四座祈请文之补述暨 六法观修次第

第九世噶玛巴旺秋多杰

南无咕噜（顶礼上师）！
禅定洞室舒适坐垫上，善持身要毘卢七支坐，
除具出离厌离虔敬心，通体放下其余诸阐究。

此处 [修诵] 正文中长行之赐予加持：

「这时，除了一心忆念吾米觉多杰之外，心中不作他想的一切众，要 [作如下] 观想：『自身为本智空行母，身体赤裸俏年华，发丝松垂披背後，於光芒帷幕中，手持盛满无死甘露的颅器，身戴红色花鬘，此外无他饰。本智空行母面前为尊者米觉多杰，尊者身著虎皮裙，披象皮披肩，以六象徵为庄严。束发为髻，上有十字金刚杵、月亮为饰，双手结「法基印」於头顶，左腿采半跏趺坐，右腿伸直，住於本智火焰中。母尊本智空行母以甘露向其供养後，尊者之本智火焰更加旺盛炽红。接著尊者从 [行者所观之] 自身本智空行之密处被迎请进入，并端坐於心间。』接著持厉行气而祈请，吾米觉多杰即会

ཁོ་མོ་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེས་བྱིན་བྱིས་རྫོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱིན་དབབ་བར་བྱའོ། །

༥ ཡང་ཚིགས་བཅད་དུ་འདོན་བསྐྱོན་བྱེད་ན།

བྱི་རོལ་སྒྲུང་བ་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་གྱུར། །སྒྲུང་སྲིད་སེམས་ཅན་ཡི་དམ་ལྷ་
དུ་བསྐྱུས། །རང་ལུས་ནང་ནི་སྟོང་ར་ཆེན་པོ་ལ། །ཅུ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི་ལྷན་
གསལ་བར་གྱུར། །བྱི་ནི་ཚོས་སྐྱ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ལ། །སྐྱ་མདོག་དམར་མོ་
ཞལ་གཅིག་སྐྱབ་གཉིས་པ། །གཅེར་བུ་ལང་ཚོ་རུ་མ་རྩ་ག་རྒྱས། །དབུ་སྐྱ་སིལ་
གོལ་སྐྱབ་གསུམ་ནམ་མཁར་གཟིགས། །འོད་སྤང་དབུས་བཞུགས་སྐྱབ་གཡས་
གི་གྲུག་འབྱུང། །སྐྱབ་གཡོན་བདུད་ཅིས་གང་བའི་སྟོང་བ་འཛིན། །མེ་ཉོག་དམར་
པོས་རྒྱན་སྐྱས་གཞན་རྒྱན་སྤངས། །བདེ་བ་མི་བཟོད་འགྱུར་བའི་སྤངས་སྤྲུལས་
ཅན། །དེ་ཡི་རྩ་གཞོས་འབྱུང་གཞལ་ཡས་དབུས། །བཙོམ་ལྷན་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེ་
ཉིད་ནི། །

འདི་མཚོན་བྱེད་ཡིན། དབང་རྒྱལ་རྗེ་རྗེའམ། དཀོན་མཚོག་ཡན་ལག་གམ། རང་གི་རྩ་མ་བསྐྱོན་
ལ་འདོན་བ་བསྐྱུར་ཚིག་པོ། །

རེས་འགའ་དགའ་བའི་རྗེ་རྗེ་སྐྱ་མདོག་དགའ། །ཞལ་གཅིག་སྐྱབ་གསུམ་
དབུ་སྐྱ་སྐྱི་པོར་བཅེངས། །སྐྱ་ཚོགས་རྗེ་རྗེ་སྐྱ་བས་དབུ་བརྒྱན་ཞིང་། །སྐྱབ་
སྐྱབས་ཤམས་ཐབས་སྤང་ཆེན་རྩ་གོས་ཅན། །སྐྱབ་རྒྱ་དབུག་ལྷན་སྐྱབ་གཉིས་སྐྱི་
པོ་དུ། །ཚོས་འབྱུང་སྐྱབ་རྒྱ་བཅས་ཉེ་བདེ་སྟོང་བསྐྱེ། །གཡས་བསྐྱུས་གཡོན་
བརྒྱང་དཀྱིལ་དགྱུང་བྱེད་པ་ཡིས། །ཡེ་ཤེས་མེ་དབུང་དབུས་ན་བཞུགས་པ་
ལ། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོས་བདུད་ཅི་བཏབ་པ་ཡིས། །ཡེ་ཤེས་མེ་དབུང་རྣམ་
བར་རབ་འབར་གྱུར། །འོག་རྒྱང་ཡང་འཐེན་དགའ་བའི་རྗེ་རྗེ་དེ། །རང་ལུས་རྣམ་

给予加持。」以上为赐予加持。❷

或者，念诵偈文时随文入观：

外显之相化为越量宫，万象有情摄化为本尊。自身内部广大空域中，具有四轮三脉成显明。外显法身本智空行母，红色身形一面具二臂，裸身韶华双乳密处丰，发丝披垂三眼视虚空，於光蕴中右手持钺刀，左捧满盛甘露头盖骨，红花庄严其身舍余饰，示现难抑大乐之姿态。其之密处法基宫殿中，即为米觉多杰薄伽梵。

以上只是代表性的[所观境]。也可观想旺秋多杰、袞秋俨拉或自己的上师，而更动念诵[的内容和名号]。

间或嘎威多杰身白色，一面三眼束发於头顶，十字交杵月亮为顶严。穿著虎皮僧裙象七衣，具六象徴二手於头顶，手结法基之印乐空合。双足右蜷左伸半跏趺，坐於本智火蕴之中央。本智空行向其供甘露，本智烈火蕴聚更炽盛，下风上引嘎威多杰尊，由此明观自身瑜伽女，彼之密处循中脉而往，至於心间抑制上行气。

❷ 本书中标楷体之文字，皆出自《四座上师相应法》主诵。

འགྲོར་མ་རུ་གསལ་བ་དེའི། །རྣ་ག་ནས་ཞུགས་དབུ་མ་ལས་བརྒྱད་དེ། །སྤྱིང་ཁར་
ཞུགས་བར་མོས་ལ་སྤྱིང་རྒྱང་མནལ། །ཡང་ཅིག་སྐོམ་མཁན་རང་གི་ཤེས་པ་
དེ། །རྗེ་ཡིག་དམར་མོ་གསལ་ཞིང་དབུ་མ་བརྒྱད། །རྣ་མའི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྭ་ལ་
ཐེམ་པ་ལས། །སྤྱགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་འདྲེས། །

ཨོ་ཨ་ལྷ་བརྩོན། ཨོ་ཨྲི་ཤུ་ར་བརྩོན། ཨོ་རྩུ་དུ་ས་རྩོན།

ཞེས་ས་ལྷ་བུ་གང་དགལ། མཚན་བསྐྱེད་ཡིད་རྣོས་སུ་འབྱམ་ཅམ་གང་འགྲོ་རིམ་གྱིས་གྲུ། ཐུན་
རེ་ལ་ཉེར་གཅིག་བདུན་རེ་ཅམ་རྒྱང་ཞུག་རེ་ལ་གྲུ། དེ་ནས་རྒྱང་རིམ་གྱིས་རྣོད་བ་དང་བསྐྱེད། རང་
སེམས་རྗེ་སྤྱིང་གར་གནས་ཤིང་རྩྭ་རྣ་མ་དང་བཅས་བསྐྱེད་ཐོར་ཕྱོན་བར་བསམ་མོ། །

༥ རྣ་མ་སྤྱི་ཐོའི་གཙུག་ཏུ་ཡར་ཕྱོན་ཉེ། །དབུ་མའི་ཡར་སྤྱ་གཙུག་གཏོར་
འབགས་པའི་སྤྱིང་། །རིན་ཚེན་སེང་ཁི་བརྒྱ་ཉི་ལྔའི་གདན། །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེའི་
སྤྱིང་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར། །༥ དཀོན་མཆོག་གསུམ་འདུས་དབལ་ལྡན་རྣ་མ་
ལ། །མ་གན་འགོ་རྣམས་སྤྱིང་ཞེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱིང་། །སྤྱིང་ཁོང་དུས་པའི་གཏོར་
ནས་སྤྱབས་འགོ་ཞིང་། །སྤྱགས་རྗེ་བསྐྱེད་ཕྱིར་སྤྱིང་ནས་འོ་དོད་འབོད། །

ཅེས་པའི་རྗེས་སྤྱིང་ལ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣ་མ་
སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཞེས་ས་ནས་སྤྱིང་པའི་སྤྱིང་ལ་
གསོལ་། ཞེས་པའི་བར་མ་ནམ་བཞི་བསྐྱེད་གངས་ཅི་མང་བརྩོད། ལྷར།

དེ་ནས་རྣ་མ་དགའ་བའི་རྗེ་རྗེ་དེ། །སྤྱི་སྤྱིར་རབ་བྱུང་ནང་སྤྱིར་གང་འདུལ་གྱི། །
སྤྱིལ་བསྐྱེད་དུ་མས་སྤྱོད་པའི་དུག་ལྡ་སོགས། །སེལ་ཕྱིར་སྤྱ་ཆོགས་ཐབས་
གྱིས་འགོ་འདྲན་གྱུར། །སྤྱབས་མཐོན་རྣ་མ་དམ་པ་ཁྱེད་ཉིད་གྱི། །གོ་འཕང་དམ་

复次明观行者之此心，现为红色舍字循中脉，
融入上师心间吽字後，心意融一乐明无念合。

嗡啊秋比呀边札吽 嗡易修惹边札吽 嗡惹纳达萨吽

如上所述，以任何方式默念己所欲念诵之名号，最後诵满十万遍。每
一座当中，进行二十一次或七次呼吸。然後隨著呼吸逐渐放松，观想
[代表]自心的「舍」字就在自己心间，而「吽」字与上师则降临於头
顶。

师尊莅临自身头顶上，中脉上端高尊发髻顶，
端坐於彼宽阔且广大，珍宝狮座莲日月垫上。
为度老母有情出轮涅，於此总摄三宝盛德师，
彻骨深心皈依祈救护，为请悲护由衷而呼求。

之後，尽力多次念诵从「等虚空一切如母有情祈请上师佛宝」至
「祈请上师大悲化身」之〈四身祈请文〉。

复次：

尔後上师嘎威多杰尊，外相出家於内而应现，
各种变化以诸方善巧，为净弟子五毒成导师。

བ་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་གྱིས། །སྤྱད་བར་བསྐྱབས་སྤྱིར་སྤྱིར་ནས་གསོལ་བ་
འདེབས། །འབོད་དོ་བསྐྱལ་ལོ་བཅེ་བས་སྤྱིར་ནས་གཞིགས།

༥ བ་མོ་གུ་ཏུ། །སྤྱི་ལོའི་གཙུག་ན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ། །གཅེར་བྱ་རྣམ་གཞུ་
མ་རབ་ཏུ་རྒྱས། །སྤྱི་ལོའི་སྤྱི་གསུམ་ནས་མཁའ་འགྲོའི་མཛོད་ས་ལ་གཞིགས། །བདེ་
བ་མི་བཟོད་འགྱུར་བའི་གར་སྤྱབས་སྤྱོད། དེ་འབྲེ་གྲངས་མེད་གཞལ་མེད་བྱུན་
ལོང་ནང་། །ཅུ་བའི་རྒྱ་མ་མི་བསྐྱོད་རྩོམ་ཞི། །དགེ་སྤོང་ཆ་ལུགས་ལྷ་ནག་གསེར་
མདངས་ཅན། །ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་རྩོམ་ཞི་ལྷ་འཛིན། །བདེ་སྤོང་དབྱེ་བ་མེད་
བའི་ལྷ་སྤྱངས་མཛད། །གསོལ་བ་བཏབ་བ་ཅམ་གྱིས་མོས་གུས་འབར། །མོས་
གུས་འབར་བ་ཅམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་ལུང། །བྱིན་རྒྱབས་ལུང་བ་ཅམ་གྱིས་སྤྱན་
ལོང་ནང་། །མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ལོང་བྱ་འབར་བ་བསྐྱམས། །གནམ་ས་རྒྱ་ལོག་
མེད་བར་ཆར་ལྷར་འབབ། །ད་ནི་སྤྱིར་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་བའི་དུས། །

༥ གྲེ། །སྤྱི་ལོའི་སྤོང་ལ་སྤོང་ལོང་སྤྱད། །སྤྱི་ལོའི་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་སྤྱི། །རྒྱ་
མའི་སྤྱི་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱ་མའི་སྤྱི་ལོའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །གྲགས་ཅིང་
སྤོང་ལ་སྤོང་ལོང་གྲགས། །གྲགས་སྤོང་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་གསུང། །རྒྱ་མའི་
གསུང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱ་མའི་གསུང་གིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །བདེ་ལོང་
སྤོང་ལ་སྤོང་ལོང་བདེ། །བདེ་སྤོང་དབྱེར་མེད་རྒྱ་མའི་སྤྱིགས། །རྒྱ་མའི་སྤྱིགས་ལ་
གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱ་མའི་སྤྱིགས་བྱིན་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

༥ གྲེ། །གུ་ཏུ་རྩེ་བོའི་ལོའི་ཆོ། །ནམ་མཁའ་འཇའ་དང་ལོང་གྱིས་གང། །སྤྱི་
ལོའི་ལོ་ཉ་འགྱུར་མཛད་ཅིང་། །བྱིན་རྒྱབས་མེད་ལུང་ལུང་ཏུ། །ཉམས་དང་ཉོགས་
བ་ལ་ར་བ། །

为令自他有情速得证，净妙依怙师尊妙果位，
衷心祈请呼唤且敦请，祈尊慈爱深心赐眷顾。

顶礼上师！
自身顶上本智空行母，裸身密处双乳极丰满，
披发三眼凝视虚空界，演示难抑大乐所化舞。
如是无数难量众会中，根本上师米觉多杰尊，
比丘僧服金饰黑宝冠，手持方智无二铃与杵，
示现乐空无二之眼神。仅行祈请虔敬即炽盛，
虔敬炽故加持如云涌，云涌加持力故而执持，
丰盛共同殊胜成就宝，无分天地上下如雨降。
此际即吾由衷祈请时。

噫！显而空兮空而显，显空不二上师身，
於上师身行祈请，上师之身赐加持。
声而空兮空而声，声空不二上师语，
於上师语行祈请，上师之语赐加持。
乐而空兮空而乐，乐空不二上师意，
於上师意行祈请，上师之意赐加持。

噫！咕噜惹那降临时，虹彩光芒满虚空，
遣送应化之使者，加持火聚嘯嘯然，
体受证悟畅畅然。

༥ གྲུ་གྲུ་མ་ཚེན་མོ་བྲིད་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱུབ་ཕྱིར། །བྲིན་གྱིས་རྫོབ་ཕྱིར་
གཤེགས་སུ་གསོལ། །གནས་མཚོག་འདི་རུ་བྲིན་པོ་བ་ལ། །སྐྱུབ་མཚོག་བདག་
ལ་དབང་བཞི་སྐྱུར། །མཚོག་དང་སྐྱུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྣོལ། །མི་མཐུན་རྒྱུན་དང་
བར་ཚད་སོལ། །དག་བཤེགས་མ་ལུས་ཞི་བར་མཛོད། །ཅེས་དང།

༥ དེ་ལྟར་ཅེ་གཅིག་གསོལ་བཅུ་ལས། །བདེ་དོད་མོས་གྲུས་དྲག་པོ་རབ་
འབར་སྟེ། །བྲིན་རྒྱབས་ཟིལ་གྱིས་དངོས་འཛིན་ཀུན་ཞི་ནས། །ཤེས་པ་མ་བཅོས་
སྐྱུན་ལེན་སོང་དེར་བཞག། །སྤང་གྲགས་གཞུང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུས་ཚོས་རྣམས་
ཀུན། །དངོས་དང་དངོས་མེད་སྟོང་དང་མི་སྟོང་དང། །ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་གང་
དུའང་མ་གྲུབ་པ། །བདེན་འཛིན་གཉིས་སྤང་མཚོན་འཛིན་བྲལ་བའོ། །ཅེས་མཉམ་
པར་འཛོག།

༥ རོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟ་ཡན་ཚོད་གྱི། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་སྤྱུང་ནད་གདོན་ངི་
མའི་ཚོགས། །ལྷ་མ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ལ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །བྲིན་རྒྱབས་
མེ་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བསྐྱེད་པར་མཛོད། །ཅེས་དང།

༥ ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་སྤང་ལྷ་མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་གདོན་ངི་མའི་ཚོགས་
རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །རྣལ་
འགྲོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་སེར་མོ་
མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་གདོན་ངི་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །སྤྲིག་
སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་རྣམས། །རྣལ་འགྲོར་མ་དཔལ་མདུན་དུ་མཐོལ་
ལོ་བཤགས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་དམར་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་གདོན་ངི་
མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་འབྲིས་པ་

噫！尊胜上师，吾愿随尊而修持。
为赐加持祈降临，於此胜地赐加持，
於胜行者赐四灌，赐予共不共成就，
消除逆缘中断障，平息怨敌尽无余。

以及：

如是专一祈请已，强烈乐暖虔敬极增盛，
加持威力除灭诸执实，知己无作住於消散中。

显声能所所摄诸万法，事物非物空与不空等，
有无是非一切皆非真，执实二现执相皆净除。

如是平等安住。

无始以来直至於今日，罪障恶堕病魔垢染聚，
上师空行众前发露忏，祈以加持之火速烧尽。

以及：

绿色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。
黄色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。

ནམས། །རྣམ་འབྱོར་མ་དབལ་མདུན་དུ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་
འགོ་དཀར་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་གདོན་དེ་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་
བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འགྲིས་པ་རྣམས། །རྣམ་འབྱོར་མ་དབལ་
མདུན་དུ་མཐོལ་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་
འགྲིས་པ་རྣམས། །རྣམ་འབྱོར་མ་དབལ་མདུན་དུ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཡེ་ཤེས་
མཁའ་འགོ་སློན་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་གདོན་དེ་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་
བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འགྲིས་པ་རྣམས། །རྣམ་འབྱོར་མ་དབལ་
མདུན་དུ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་ཁྲོ་མོ་མཁའ་ལ་ཤར། །ནད་
གདོན་དེ་མའི་ཚོགས་རྣམས་འོད་གྱིས་བསལ། །སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་པ་རྒྱད་དུ་འགྲིས་
པ་རྣམས། །རྣམ་འབྱོར་མ་དབལ་མདུན་དུ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

རྣམས་མཁའ་གང་བའི་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་ལྷོ། །འོད་ཟེར་དགུམ་པའི་དོ་རྗེ་དགའ་བ་
ཉོ། །མོ་ཉ་འབར་བའི་དབྱངས་ཅན་རྒྱས་པ་རྒྱུ། །དེ་མ་སེལ་བའི་ཐེན་ལས་དྲག་པོ་
མོ། །ཅེས་དང་།

རྣམས་སྐྱེ་བའི་དོ་བོ་གསལ་བ་ནས། །བསྐྱེ་གཡོས་ཤིང་མཆི་མ་འཁྲུགས་པ་
ཡི། །གསོལ་བ་སྤྲིང་ནས་དྲག་པོར་བཏབ་པ་ལ། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་འབད་
མེད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་བསམ།

རྣམས་ཐེ་བཅུན་དམ་པ་སྐྱེ་བའི་དབང་ལྷུག། །ཅི་མཛད་ཡེ་ཤེས་གྱི་འོལ་པར་
འཆར་བ། །ཁྲུབ་བདག་རྒྱལ་དབང་ཀམས་པ་ཆེན་པོ། །སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་བས་
གྱི་རྒྱ་མཚོ་མཁའ་མོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱང་པོ་ཉེས་པ་ཀུན་ཟད། །སངས་རྒྱལ་གྱི་
སྤྱང་པོ་ལྷ་མར་སྤང་བ། །ཕྱགས་རྗེའི་དབང་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེལ་སྐྱེ། །རྗེ་བཅུན་དོ་

红色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。
白色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。
黑色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。
蓝色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。
花色本智空行现虚空，放光消除病魔诸垢蕴，
缠缚心续恶业众罪障，威德瑜伽女前发露忏。

遍满虚空不动金刚啊，放大光明金刚欢喜吽，
炽盛使者妙音具力吽，净除垢染事业忿怒嗡。

以及：

明观上师四身之体性，汗毛颤动热泪满盈眶，
如是由衷恳切作祈请，愿二成就无勤自得成。

如是思维。

རྗེ་འཇུག་ཅན་མཁུན་ལོ། །ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་འདུན་མའི་རེ་ས། །སྐྱུ་བཞིའི་
 བདག་ཉིད་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱན། །སྐལ་ལྷན་གྱི་སེམས་རྒྱད་བྱིན་གྱིས་རྫོང་
 བ། །འགྲན་རྒྱ་དང་བལ་བའི་བརྒྱད་པ་མཁུན་ལོ། །ཐ་མལ་གྱི་འཁྲུལ་པ་རང་གར་
 ཞེག་སྟེ། །ཚོས་དབྱིངས་ཇི་མེད་གྱི་རང་གཟུགས་གསལ་བ། །ཐེན་ལས་གྱི་མངའ་
 བདག་དུས་གསུམ་མཁུན་པ། །བཅེ་བ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་མཁུན་ལོ། །སྟོགས་
 མའི་དུས་འདིར་སྣ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས། །སེམས་ཅན་འདུལ་མཛད་རྒྱལ་བའི་དབང་
 པོ། །རེ་ས་སྟོས་ས་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས། །དངོས་གྲུབ་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དམ་
 པ་མཁུན་ལོ། །རྗེ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས། །སྐལ་ལྷན་སྟོན་པར་
 མཛད་པའི་རུས་ཅན། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཀམ་པའི་ཀི་ཚང། །སྐྱིབ་གཉིས་
 རྟོགས་པ་དང་བལ་བ་མཁུན་ལོ། །རྗེ་ཐེན་ལས་བཞི་ལ་རང་དབང་ཐོབ་ནས། །ཡེ་
 ཤེས་གཏད་ཅམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བ། །སྐྱུ་བ་བརྒྱད་གཅིག་བསྐྱུས་དྲོ་རྗེའི་
 དབྱངས་ཅན། །དབལ་ལྷན་ཀམ་པ་ཆེན་པོ་མཁུན་ལོ། །རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཡོན་ཏན་
 བརྒྱད་ལྟ། །ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་ནི་ཡན་ལག་བདུན་ལྟ། །རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སངས་
 རྒྱས་འདུས་པའི་སྐྱ། །རྗེ་རྒྱལ་བ་མི་བསྐྱོད་དྲོ་རྗེ་མཁུན་ལོ། །རྒྱལ་བ་གཅིག་
 བསྐྱུས་ཀམ་པ་མཁུན་ལོ། །སངས་རྒྱས་གཅིག་བསྐྱུས་ཀམ་པ་མཁུན་ལོ། །བདེ་
 གཤེགས་གཅིག་བསྐྱུས་ཀམ་པ་མཁུན་ལོ། །

མོངས་སྐྱོད་རྗེགས་དང་ཁ་སྐྱོད་བདེ་ཆེན་རང་བཞིན་མེད། །སྟོང་རྗེ་རེས་གང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་
 འགོག་པ་མེད། །ཅེས་རྒྱད་ནས་གསུངས་སྟེ། །ཚོས་གྱི་སྐྱ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་གཅིག་
 དང་ལྷན་ལོ། །མོངས་སྐྱོད་རྗེགས་པའི་སྐྱ་ནི་གསུམ་དང་ལྷན་སྟེ། །འདི་ལྟར་མོངས་སྐྱོད་རྗེགས་པའི་
 ཡན་ལག་དང་། །ཁ་སྐྱོད་གྱི་ཡན་ལག་དང་། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་གོ། །སྐྱལ་བའི་སྐྱ་ཡི་ཡན་ལག་
 གསུམ་ནི། །སྟོང་རྗེ་རེས་བ་གང་བའི་ཡན་ལག་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་ཡན་ལག་དང་། །འགོག་པ་མེད་པའི་

净妙尊圣四身自在，所作皆为本智化现。
 遍主胜王噶玛巴尊，诸佛加持之海鉴知！
 功德蕴聚尽除过患，诸佛精髓现为上师，
 大悲之王最胜化身，至尊金刚妙音鉴知！
 诸时恒为寄托之处，四身本性达波噶举，
 加持具缘弟子心续，无可超胜传承鉴知！
 凡俗错乱自行消解，法界无垢本体明现，
 事业主宰杜松虔巴，广大慈心本性鉴知！
 於此浊世以诸善巧，调御有情胜利之王，
 身为希冀依托处故，成就胜妙生源鉴知！
 一切尊胜总集一处，能令有缘弟子成熟，
 善逝噶玛巴之冈仓，远离二障染著鉴知！
 四种事业尊通达故，本智略观即传加持，
 修传总集金刚妙音，具德噶玛巴尊鉴知！

金刚总持具八功德，胜嘿噜嘎具七支分，
 胜王诸佛总集之身：尊胜米觉多杰鉴知！
 胜者总集噶玛巴鉴知！诸佛总集噶玛巴鉴知！
 善逝总集噶玛巴鉴知！

ཡན་ལག་གོ་། འདུན་པོ་དེ་དག་ཚཱེས་སྐྱའི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཡན་ལག་ནི་གོ་སྒྲཏོ། །

ཇེད་པོ་ནི། རོངས་སྤོད་རྫོགས་སྤྱིའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ་མཚན་དང་དཔེ་བུད་ཀྱིས་སྦྱས་བཏོ། ། ཇེ་གཉིས་པ་ཁ་སྦྱོར་ནི། ཐབས་དང་སེས་རབ་བྱང་འཕྲེལ་དུ་ཉམས་སྦྱ་སྒྲང་བས་གསང་སྦྱགས་གྱི་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྦྱར་སྒྲང་བཏོ། ། ཇེ་གསུམ་པ་བདེ་བ་ཚེན་པོ་ནི། སྦྱག་བསྐལ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་སྟེ། ཐག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཚེན་པོར་གྱུར་བཏོ། ། ཇེ་བཞི་པ་ནི། རང་བཞིན་མེད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལ་དངོས་པོ་མེད་པ་དོས་བརྒྱད་མེད་པཏོ། ། ཇེ་ལྔ་པ་སྤྱང་རྩེ་ནི། རོས་བརྒྱད་མེད་པའི་སྤྱང་རྩེའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་བཏོ། ། ཇེ་དྲུག་པ་རྒྱན་མི་འཚད་པ་ནི། སྦྱིང་རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་གནས་གྱི་བར་རྒྱན་མི་འཚད་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་བཏོ། ། ཇེ་བདུན་པ་འཕོག་པ་མེད་པ་ནི། གང་ལ་གང་འདུལ་བ་དེ་ལ་ཡེ་སེས་ཐོག་རྒྱགས་མེད་པའི་སྦྱར་སྦྱོར་བཏོ། །

ཇེ་ཞལ་རིན་པོ་ཚེའི་གསུང་བཅིན་སྤིས་སྦྱ་བྱས་པ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཀུམ་པ་མཁྱེན་པོ། ། ཀུམ་པ་མཁྱེན་པོ། ། ཞེས་གངས་མེད་བརྗོད་ཅིང་སྒྲ་མ་སོ་སོའི་མཚན་སྦྱགས་གང་དོས་བརྗོད།

ཇེ་སྦྱགས་རྩེ་གཅིག་བསྐྱས་མཁྱེན་པོ། ། སངས་རྒྱས་གཅིག་བསྐྱས་མཁྱེན་པོ། ། གུན་འདུལ་ཚཱེས་རྩེ་མཁྱེན་པོ། །

མི་བསྐྱོད་རྩེ་རྩེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། ཚཱེས་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། དྲུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། ཀུམ་ཀོ་ཚང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། རྩེ་བཅུན་ཁྱེད་རང་ལྷ་བྱུང་ཤོག་ཅིག ། ཚཱེས་རྩེ་ཁྱེད་རང་ལྷ་བྱུང་ཤོག་ཅིག ། རྩེ་བཅུན་ཁྱེད་རང་ལྷ་བྱུང་ཤོག་ཅིག ། རྩེ་བཅུན་ཁྱེད་རང་ལྷ་བྱུང་ཤོག་ཅིག ། རྩེ་བཅུན་ཁྱེད་རང་ལྷ་བྱུང་ཤོག་ཅིག །

续云：「圆满报身和合大乐无自性，大悲圆满续流无间无遮断。」法身具备无自性的一个支分；圆满报身具备三支分：受用圆满之支分、和合之支分、大乐之支分。化身的三个支分为：大悲圆满之支分、无间之支分、无碍之支分。这七种支分，都[属于]法身之无自性支分，这是很容易理解的：

- 第一 [受用圆满]：具备一切圆满报身功德，相好庄严。
- 第二和合：双融地修持方便智慧，而显现密咒之父母尊身形。
- 第三大乐：远离一切痛苦，得成无漏大乐。
- 第四无自性：此无实法、无可辨认识别。
- 第五悲心：以无可辨认之大悲来利益众生。
- 第六无间：此大悲之心，直至虚空存在之际，无有间断地利益众生。
- 第七无碍：随所调伏众等，应化本智无有障碍之身。

以上为根据祥仁波切之教言所做之随记。

持诵无数次「遍知一切噶玛巴鉴知！噶玛巴鉴知！」并持诵任何合适之上师各自名号、咒语。

ཕ་གཅིག་ཐམས་ཅད་མཆིན་པ། སངས་རྒྱལ་མཉན་པ་གྲུབ་ཐོབ། རྒྱལ་དབང་
མི་བསྐྱོད་དོ་ཟླ། གསོལ་བ་ང་ཡིས་མི་འདེབས་སུ་ཡིས་འདེབས། རྒྱགས་ཟླ་ཁྱེད་
ཀྱིས་མི་གཟིགས་ན་སུ་ཡིས་གཟིགས། གསོལ་བ་འདེབས་པོ་བྱིན་གྱིས་རྣོབས་
ཤིག། ལྷིང་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། ལྷོས་སུ་སྟོགས་མའི་གདུལ་བྱ། ལྷག་པར་
རེ་ལྷོས་གཅིག་ཆོག་ཏུ་བཅས་པའི། ལྷོ་གཏད་འགྱུར་བ་མེད་པ། ལྷག་རྒྱ་ཆེན་
པོའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་ཅིག། བྱིན་རྣོབས་ཁྱོད་ལ་མེད་ན་སུ་ལ་ཡོད། རྒྱམས་པས་
བདག་ལ་མི་སྐྱོད་ན་སུ་ལ་སྐྱོད། ལྷ་འི་དང་ཡིས་མི་གཞལ་ན་སུ་ཡིས་གཞལ།
གདུལ་བྱ་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་འདུལ་སུ་ཡིས་འདུལ། ལས་ངན་ང་རྗེ་ལ་མི་རེ་ན་སུ་ལ་རེ།
མཐུ་སྟོབས་ཅན་ཁྱོད་བདག་མི་སྐྱོབས་ན་སུ་ལ་སྐྱོབས། བདག་གི་གཏན་འདུན་
སྐྱེ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱེལ་མ། ཐེ་ཆོམ་ཅད་ནས་ཟད་པའི་གཏན་འོད། ལྷོ་གཏད་ལིང་སྐྱུར་
ལྷབ་པའི་མགོན་པོ། སྲིད་མཆོ་གཏན་སྐྱེམས་སུ་གནས་པའི་སངས་རྒྱལ། ཡོན་
ཏན་གཞལ་བར་མི་རུས་པའི་རྒྱ་མཚོ། མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
མ་གཅིག། རྒྱགས་ཟླ་གཏུག་པ་མེད་པའི་གཏེར་ཆེན། སྟོགས་དུས་འགོ་བར་མི་
དགོངས་ན་སུ་དགོངས། བཅེ་བས་ད་ལྟ་མི་སྐྱོད་ན་ནམ་སྐྱོད། དངོས་གྲུབ་དེང་
སང་མི་སྟོལ་ན་ནམ་སྟོལ། རྒྱགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་སུ་ཐོང་ལ། འཇུལ་གོལ་
མའུད་པ་ཤིག་དང། མཁའ་ཁྲུབ་སྟོག་རྒྱུའི་འགོ་བ། ད་ལྟ་གཏན་གྲོལ་དུ་མངོན་
ཅིག། ལྷ་མ་དམ་ས། མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་ལ་གཟིགས་དང། གསོལ་བ་འདེབས་
པོ་ལ་སྐྱོབས་དང། མི་བཟད་གདུངས་པའི་དུས་འདིར། ཅི་བྱ་ཚང་རྣམས་སྐབས་ན།
ལྷ་ངན་འདྲིགས་སྤངས་ཀྱི་དུས་སུ་གཟིགས་ཤིག།

ལྷ་མ་རེན་པོ་ཆེ། དོན་གྱི་བརྒྱུད་པ་ཅན། བྱིན་རྣོབས་ཀྱི་འཕོ་བ་མཁན།
རྟོགས་པའི་གདེང་ཚད་ཅན། མངོན་ཤེས་སྐྱུན་དང་ལྡན་པ། རྒྱ་འཕུལ་བཞོད་

大悲总集鉴知！
诸佛总集鉴知！
总摄法王鉴知！

至诚祈请米觉多杰，至诚祈请确札嘉措，
至诚祈请达波噶举，至诚祈请噶玛冈仓。
唯愿得成如尊圣主，唯愿得成如尊法王，
唯愿得成如尊上师，唯愿得成如尊怙主。

唯父遍知一切，成就者桑杰年巴，胜王米觉多杰：
吾若不作祈请孰祈请？大悲尊若不顾孰垂顾？至诚
祈请赐加持。

总为一切有情，尤为浊世弟子，更为寄托於尊足矣，
可信不动摇者，祈赐大手印成就。

尊若不具加持孰能具？慈心若不护吾还护孰？吾若
不量尊恩孰能量？尊若不教弟子孰能教？卑劣吾不
冀尊能冀孰？具力尊不救吾还救孰？

吾恒所望世世守护者，疑虑尽殆永恒之珍宝，全心
托付能仁之怙主，住於必竭有海之佛陀，功德无以
测度之大海，等同虚空有情唯一母，大悲无有穷尽
之钜藏，不念浊时众生还念孰？慈心当下不护待何
时？此时不赐成就待何时？

བ་བསྐྱེད་ཏེ། བཟོད་མེད་བཀའ་བྲིན་སྒྲོལ་བ། སངས་རྒྱལ་ལག་བཅངས་སུ་
གཏོང་བ། ཐ་མལ་སྤང་བ་བསྐྱེད་ཏེ། དག་པ་རབ་འབྲམས་སྒྲོན་བ། འཕགས་
པ་འཛིག་རྟེན་དབང་རྒྱལ། །སྤྱིང་ཁོང་ལུས་པའི་གཏོང་ནས། གཅིག་ཐུབ་གསོལ་
བ་འདེབས་སོ། །ཐུགས་རྗེས་འཛིན་པར་ཞུ་དང་། དངོས་གྲུབ་གྱི་ཚན་ཁ་ཅན།
བཀའ་བརྒྱུད་ཚོད་པ་མེད་པ། དམ་ཚིག་འདུལ་བར་རུས་པའི། མིན་ལས་འགྲན་
ལྷ་བལ་བ། རྗེས་པའི་སངས་རྒྱལ་དམ་པ། ལྷོ་གསུམ་དགེ་ཅ་དང་བཅས་པ།
མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་དོན་དུ། ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འབྲུལ་ལོ། །བཅེ་བ་ཆེན་པོས་
བཞེས་ཤིག །བཞེས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི། གཏན་སྐྱབས་ཐུབ་པའི་ལྷ་མ། རྗེ་
བཙུན་ཁྱེད་རང་ལྟ་བུར། ལྷོ་ནས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས།

༥ དེ་ལྟར་གསོལ་བ་དབུ་ཏུ་བཏབས་པ་ལས། །བྱིན་རྒྱབས་ཤུགས་གྱིས་ཤེས་
པ་བུན་ནེ་བ། །མོས་གྲུས་ལྷང་རེ་གཉིས་འཛིན་ཀུན་བལ་བར། །མོས་གྲུས་ལྷག་རྒྱ་
ཆེ་དོར་རི་གནས་བཞག །འདི་མོས་གྲུས་གྱི་དངོས་འཛིན་གཞིའོ། །དེ་ནས་སྐྱ་མ་བསྐྱེད་ཚུལ་
རྟེན་བཀའ་རིམ་གྱི་བསྐྱབས་པའི་སྐོ་ནས་བསྐྱེད་པ་ལས་དོན་ཤིལ་ནས། ལྷོ་མ་ལག་ཏུ་ལེན་བ་ནི།

༥ དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་དམ་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཅི་མཚན་ལེགས་པར་
མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །ཅི་གསུང་ཚད་མར་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས་ཤིག །ཐུགས་ལོད་གཅིག་ཏུ་འདེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །སྐྱེ་བ་ནས་
སྐྱེ་བ་ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་དམ་པ་དབྱེས་
པའི་བྱ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །མི་དབྱེས་པའི་བྱ་བ་ནས་པ་
ཐམས་ཅད་དུ་མི་འབྲུང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །སྐྱེ་བ་ནས་སྐྱེ་བ་ཆེ་རབས་
ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྐོ་གཏད་སྐྱ་མ་ལ་བཅས་ནས་ཚོས་བཞིན་གྱི་བཀའ་
སྐུལ་གང་གནང་བ་དེ་ལག་ཐོག་ཏུ་ལེན་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །སྐོ་

祈令心意融为一，祈解迷悟之缚结，遍空阳焰众生，
当下令得究竟解脱。

胜妙上师，祈悯无边有情众，祈护佑吾祈请者。於
此难忍悲痛之时，一筹莫展之际，忧苦怖畏时中祈
垂顾！

上师仁波切，实义传承者，加持之传迁者，证悟定
量者，具神通与五眼，示现神变庄严，赐予难忍恩
德，执手交付佛果，转化凡夫俗相，示予清净广大，
圣者观世自在，吾以彻骨深心，唯尊足矣祈请。祈
求慈悲摄受。

具成就大能者，噶举无可辩驳，堪能调伏凶残，无
与伦比事业，圆满净妙佛陀。吾之三门善根，为利
无边有情，於此当下供养。以大慈心纳受。受已祈
尊深心，加持犹如尊者，吾成一切众生，恒能救护
上师。

如是祈请。

གོས་ཀྱི་རོ་སྐྱུང་དང་ཚོས་བརྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་
ཤིག །སྤོང་ལ་དུས་པ་དུས་བྱ་རེ་ཡོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག །ཞེས་གསོལ་
འདེབས་རྒྱུད་ལ་ཅི་འདྲར་བྱ། དེ་ནས་དབང་བཞི་ལེན་རྒྱུ་ནི།

། རྒྱུ་བ་འདི་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །མྱ་མ་མིན་པ་རེ་ས་གཞན་མེད་
པས། །ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དགེ་ཚོགས་མཚོད་པར་འབྲུལ། །དགྲེས་པར་
བཞེས་ནས་དབང་བརྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །དེ་ལྟར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་
མོད་ཉིད་ལས། །མྱ་མ་དགའ་བའི་རྩོམ་མ་པར་བཞེངས། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་
མ་དང་སྟོམས་པར་ཞུགས། །སྤྱོད་མཚམས་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་བདུད་ཅི་
བབས། །རྒྱུ་བོ་ནས་ཞུགས་པའི་ཆེན་འཁོར་ཡོ་གང་། །ལུས་ཀྱི་སྤྱི་བ་བྱང་བུམ་
པའི་དབང་ཚོན་ཅིང་། །བསྐྱེད་རིམ་ལ་དབང་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱེས། །འབྲས་
བུ་སྐྱུལ་སྐྱུ་འབྲུབ་པའི་སྐལ་ཅན་གྱུར། །དབྱེ་མ་ནས་བརྒྱུད་ཡོངས་སྤྱོད་འཁོར་
ཡོ་གང་། །དག་གི་སྤྱི་བ་སྤྱངས་གསར་བའི་དབང་ཚོན་ཅིང་། །གཏུམ་མོ་ལ་
དབང་མཚོག་དགའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱེས། །འབྲས་བུ་ཡོངས་སྐྱུ་འབྲུབ་པའི་སྐལ་ཅན་
གྱུར། །དབྱེ་མ་ནས་བརྒྱུད་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ཡོ་གང་། །ཡིད་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤྱངས་ཤེས་
རབ་ཡེ་ཤེས་ཐོབ། །སྟོམས་འཇུག་ལ་དབང་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱེས། །འབྲས་
བུ་ཚོས་སྐྱུ་འབྲུབ་པའི་སྐལ་ཅན་གྱུར། །དབྱེ་མ་ནས་བརྒྱུད་སྐྱུལ་པའི་འཁོར་ཡོ་
གང་། །སྤོ་གསུམ་སྤྱི་བ་སྤྱངས་ཚིག་དབང་རིན་ཆེན་ཐོབ། །སྤྱུག་ཆེན་ལ་དབང་
ལྷན་རྒྱེས་ཡེ་ཤེས་རྒྱེས། །རོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་འབྲུབ་པའི་སྐལ་ཅན་གྱུར། །སྤྱར་ཡང་ཅ་
འཁོར་རྣམས་ལས་བདུད་ཅི་བབས། །ཅ་གནད་ཀུན་བརྒྱུད་ལུས་ཀྱི་ནང་རྣམས་
གང་། །རྩིག་སྤྱི་བ་ཀུན་སྤྱངས་དབང་རྣམས་རྩོགས་པར་ཐོབ། །རྩུ་ཞབས་བྱེན་
འཁྲིལ་མྱ་མར་རེག་པ་ལས། །སྤྱར་ཡང་སྤྱར་བཞེན་སྐྱུལ་སྤྱི་ནས་པར་གྱུར། །དེ་

如是由衷恳切祈请已，加持力故心识自消散，
虔诚昭然二执尽远离，如是安住虔诚大印性。

此即识别真正虔敬的基础。

接续为总结如何以恭敬承侍来依止上师的教示，实际观修法为：

祈请具德胜妙上师。

加持令吾见师所为皆善妙，加持令吾视师所言皆真
实，加持师心吾心合一无分别。

加持吾於一切生中，不离能令具德胜妙上师欢喜之
作为，加持无有一切令师不悦之作为。

加持吾於一切生中，以上师为依托，并能实行一切
如法之囑附。

加持断舍谋求衣食之谄媚，以及世间八法之牵缠。
加持生起稍许之勤毅。

尽力将上述祈请与自心结合。

རྗེས་རྒྱུ་མ་འོད་ལྷ་སོགས། འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་རམ། ཚེས་རྒྱལ་སྒོམ་བར་འདོད་ན།

༥ རང་གི་སྤྲེའོག་ཅུ་གསུམ་འདུས་མདོ་ན། །ཨ་ཤད་དམར་མོ་མེ་ཁབ་
སོར་བཞི་ཅམ། །ཡར་སྐྱ་བྱང་སེམས་ངོ་བོ་ཐེག་ལེ་དཀར། །ཉི་གི་རྣམ་པ་རྒྱར་
བསྟན་སྒོམ་བར་བྱ། །བྱམ་ཅན་བཟུང་བའི་མེ་དེ་ཅུང་ཟད་འབར། །སྤྲི་འོའི་
ཉི་ཉིད་རྫོས་བའི་ཉི་དེ་ལ། །ཐེག་ལེ་དདུལ་ཚུ་ལྷ་བྱ་འཐིག་ལ་ཁད། །བདེ་
གསལ་མི་རྟོགས་ངར་དུ་ས་ལེར་བཞགས། །རེས་འགའ་གཏུམ་མོ་མེ་རྣམས་
ཚེ་བསྐྱེད་དང། །ཚུང་བསྐྱེད་བྱས་ལ་བོད་རྣམས་བསྐྱེད་བར་བྱེད། །རེས་འགའ་
འབར་འཛག་སྒོམ་ལ་བོད་རྣམས་བསྐྱེད། །བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ངར་དུ་ཅི་གནས་
བཞག། །དེ་ནི་གཏུམ་མོའི་དམིགས་བཤོ། །༥ གཟུགས་ནི་གསལ་སྟོང་མེ་ལོང་གཟུགས་
བརྟན་འབྲ། །ངག་ཀྱང་འཛིན་མེད་གསལ་སྟོང་བྲག་ཚ་ལྟར། །སེམས་ནི་ངོས་
བཟུང་མེད་བ་ཀྱུན་དང་བྲལ། །སྐྱུ་མའི་དཔེ་བརྒྱད་ལྟ་བུར་ཤེས་བར་བྱ། །དེ་ནི་སྐྱུ་
ལུས་ཀྱི་དམིགས་བཤོ། །༥ ཉིན་སྐྱང་འདེ་ཀ་མི་ལས་སྐྱུ་མ་ཡིན། །མཚན་སྐྱང་འདུན་བ་
གཟུང་སྐྱངས་བསྐྱར་ལ་སྤེལ། །སྐྱུ་བཞིའི་ངར་ལ་བག་ཚགས་ལྡང་བ་ལས། །མཚན་
འཛིན་ཀྱུན་བྲལ་གང་དུ་འང་བསྐྱར་བྱུང་ངོ། །དེ་ནི་མི་ལས་ཀྱི་དམིགས་བཤོ།

༥ དེ་རྗེས་ལུས་ཡོད་མི་ཚོར་ངག་བརྗོད་བྲལ། །སེམས་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་
དུངས་བ་ཡིས། །བསལ་བཞག་མེད་བ་སྒོམ་བྲལ་བྱལ་རྒྱ་ཚེ། །འོད་གསལ་ལ་དེ་
ལ་ཉིན་མཚན་ཡོངས་མེད་བཞག། །དེ་ལ་གནས་ན་དེས་ཚོག། །མ་གནས་ན་གཟུང་སྐྱངས་
སོགས་ནི། །གཉིད་ཁ་སྤྲིང་ཁར་རྩི་དམིགས་གསལ་སྟོང་ངར། །ཡང་ན་རྩོགས་འི་མ་
དུ་བསྐྱས་འོད་ལ་གཏད། །འདི་སྟོད་བརྟུང་རྩི་རྩི་ན་དུའི་བར་བསྐྱས་ཉེ་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་སྤྲིང་ཁར་
གསལ་བ་ལ་དམིགས་ཉེ་གཉིད་བཤོ། །༥ ལོགས་ཀྱི་གསལ་འདེབས་ཉིན་ཡང་འོད་གསལ་
བསྒོམ། །ཉིན་མཚན་བར་དོར་འོད་གསལ་ཐེན་བར་བྱ། །དེ་ནི་འོད་གསལ་དམིགས་

接续为领受四灌的方式：

此生起始一切生世中，寄托唯有上师无他故，
献供身体财物善德聚，欢喜纳受灌顶赐加持。

如是专一祈请之顷刻，上师嘎威多杰赫然立，
与彼本智空行相交合，合处白红菩提甘露降。
自顶而入充满大乐轮，清净身障得获宝瓶灌，
授权生次生起欢喜智，成证化身果位福缘者。
循依中脉充满报身轮，清净语障得获秘密灌，
授权拙火生起胜喜智，成证报身果位福缘者。
循依中脉充满法身轮，清净意障得获般若智，
授权等入生起离喜智，成证法身果位福缘者。
循依中脉充满化身轮，净三门障得获宝句灌，
授权大印生起俱生智，成证体性身果福缘者。
复於各处脉轮降甘露，循诸脉要充满身内处，
罪障尽除圆满得诸灌。

甘露向上汇流触师矣，复又如前示现化身相。

[藏文中，此处为六法观修次第，中译版未收录这部分内容。]

བཤོ། ལྷ་ལྷེ་འོག་རྗེ་ལས་རང་སེམས་རྗེ་ཡིག་ཞིག་འོག་རྒྱང་འཐེན་པས་ཡར་བྱུང་
 དབྱ་མར་བརྒྱད། །ཉི་ཀ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་གིས་བྱངས་པས། །ཟླ་མའི་ཐུགས་ཀའི་
 རྗེ་ལ་ཐེམ་བར་བྱུང། །འོག་རྒྱང་རྫོང་པས་རྗེ་ཡིག་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ། །ཉི་ཀ་ཉི་ཤུ་ཅུ་
 གཅིག་བརྗོད་པ་ལས། །དབྱ་མ་ནས་བརྒྱད་ལྷེ་བའི་རྗེ་ལ་ཐེམ། །ཚངས་བྱུག་སྟེང་
 དུ་ཟླ་མ་བཞུགས་པར་བྱུང། །དེ་ལྟར་ཉགས་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་བྱ། འཕོ་བའི་རྒྱན་དུ་འདོན་སྟོན་
 ལ་འདིས་ཚོག་། ལས་ལ་སྦྱར་བ་ནི། །འཆི་ཚེ་འོངས་སྟོན་ཀྱང་ལ་ཆགས་མེད་བྱ། །སྤར་
 གྱི་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་གསལ་འདེབས་ཤིང་། །རྣམ་ཤེས་སྤར་བ་ཞིན་ཟླ་མའི་
 ཐུགས་ཀར་ཐེམ། །ཟླ་མ་འོག་མིན་གནས་སུ་གཤེགས་པར་བྱུང། །ཅེས་བསམ་
 ལ་འཕོ་བར་བྱའོ། །འདི་ནི་འཕོ་བའི་དམིགས་པའོ། །ལྷ་རབ་ལ་འོད་གསལ་ངང་དུ་འཕོ་བ་
 དང་། །འབྲིང་ལ་ཡི་གའི་དབྱིབས་སུ་འཕོ་བྱ་ཞིང་། །ཐ་མས་ཞེན་ཆགས་བྲལ་
 བར་རྣམ་ཤེས་འཕང་། །ཀྱང་ལ་ཆགས་ཞེན་འདོན་པ་བྲལ་བར་བྱ། །ཉིན་སྤང་བར་
 དོད་སྤང་བ་ཤེས་བྱ་ཞིང་། །ཤི་ཚེ་བར་དོར་ཉམས་ལེན་གྱིས་ཐེན་བྱ། །མངལ་སྟོ་
 བགགས་གདམ་སྐྱུ་གསུམ་གང་དུང་གིས། །ས་ཤོན་གཟུང་སྟེ་འགོ་དོན་དབག་
 མེད་བྱ། །བར་དོལ། །ཚོས་དུག་མི་སྟོན་ན་དབང་གི་རྗེས་སུ་འདི་འདོན་སྟོན་བྱས་ཏེ་མོས་གུས་བྱག་
 རྒྱ་ཚེན་མོ་སྟོན་མོ། །

། དེ་རྗེས་ཟླ་མ་འོད་ལྷུ་རང་ལ་ཐེམ། །ཟླ་མའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་
 སེམས། །དབྱེར་མེད་ཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཏེ་བྱིན་རྒྱབས་ལྷགས། །དབང་དོན་ཉོགས་
 བ་ཐམས་ཅད་མཛོན་དུ་བྱུང། །རང་ཡང་འོད་ལྷུ་མི་གཡོ་གསུམ་ལྟན་ངང་། །ལྷུས་
 འདི་མི་རོ་ལྷ་བྱུང་བདག་མེད་ཅིང་། །དག་ནི་ལྷེ་བཅད་ལྷ་བྱུང་སྐྱུ་བ་སྤངས། །ཡིད་
 བའི་བདེ་གསལ་མི་ཉོག་ངང་དུ་བརྒྱུད། །དེ་ངང་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མ་མཆིས་
 པའི། །གསལ་སྟོང་དེ་ལ་སྟོན་མཁའ་བྱུང་འདོན་དང་། །སྟོང་པོ་ཐམས་ཅད་བདག་

领受灌顶之後，进行以下念诵禅修，修持虔敬大手印：

尔後上师化光融於己，上师身语意与自心续，
 合一无别加持得入心，一切灌义证悟得显明。

自亦化光具足三不动：此身犹如尸体无有我，
 语如斩断舌根弃言语，意则投注乐明无念中。

此境虽现然却无自性，明空之中修者诸忆持，
 诸受悉皆无我尽舍中，若散即於散中无散住。

任现皆离执实诸取舍，尽舍修与不修诸信念，
 忆念计度松坦释放中，无散无修任显悉无作。

尽舍希惧二执度量故，无碍体证善恶随任现，
 一如幻影梦境离好恶，且观平常识之自体性。

如是平等安住。

མེད་པོར་བའི་ངང་། །གཡེང་ན་གཡེང་ཐོག་མ་གཡེངས་དེའི་ངང་བཞག །གང་
ལྟར་སྤང་ཡང་བདེན་འཛིན་སྤང་བྲལ། །སྐོམ་དང་མི་སྐོམ་ཡིད་བྱེད་ཀྱུན་
པོར་ལ། །བྲན་བས་ཅིས་གདབ་སྟོད་ཀྱི་སྟོད་པའི་ངང་། །མ་གཡེང་མི་སྐོམ་གང་
ཤར་བཟོ་མེད་དོ། །རེ་དོགས་གཉིས་འཛིན་ཚད་མ་ཀྱུན་བྲལ་བས། །ཉམས་ཉོགས་
གོགས་མེད་བཟང་ངན་གང་ཤར་ཡང་། །སྐྱུ་མ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་དགའ་སྤྱད་བྲལ། །ཐ་
མལ་ཤེས་པའི་ངང་དོ་ལྟ་བར་བྱ། །ཅེས་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

༥ རྗེས་ཐོབ་ཁྱེད་སོ་གསུམ་དང་མ་བྲལ་བས། །སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ངང་ནས་རྒྱ་
འབྲས་དང་། །བསྐྱབ་གསུམ་མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་བཅའ་བའི་ངང་། །སྟོད་པ་ཅི་
བྱེད་སེམས་ཅན་དོན་འགྱུར་བྱ། །ཅེས་སོ། །

དེས་པར་འཆི་བ་སྟེང་ནས་སོགས་དང་།

ཉལ་ཏུ་རང་གིས་ལེར་ཤ་སྟོགས་པ་དང་། །གཞན་གྱི་མི་ཤེས་མཚང་ནས་འབྲུ་
བ་དང་། །བྱབ་ཁ་བྱུང་ན་དགའ་བ་སྐོམ་པ་སོགས། །རང་གཞན་སྤྱི་ཡི་རྒྱུད་ལའང་
མ་གྱུར་ཅིག །

བྲམས་དང་སྟེང་རྗེ་སྟོགས་མེད་སྟོང་བ་དང་། །དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་
ཡེ་ཤེས་དེ། །རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་རྗོགས་པ་ལྟར། །བདག་གི་མངོན་
སྤྱུ་ཉོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

འཁྲལ་བ་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་རྣམས་སོགས།

སྐྱེ་བ་ཀྱུན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་སོགས།

後得不离三种念想故，幻化性中珍视因与果，
守护三学如护眼中珠，一切行持皆为利众生。

由衷忆念必定会死亡，心续生起真实之虔敬，
依於彻底厌舍之出离，米觉嘎瓦加持祈入心。

祈自他心皆远离：自鸣得意常炫耀，
揭人隐私说他过，幸灾乐祸等[恶习]。以及：

无方熟稔慈与悲，胜义俱生之本智，
如佛菩萨之体悟，加被吾现前了悟。

知彼迷惑者^③等。

一切生世恒依噶玛巴，具德米觉多杰为上师，
愿证无上密咒金刚乘，生圆次第之道双运身。

今起不误部主尊，持猛世尊之坛城，
得饮智莲甘露已，菩提藏中终三有。

念诵「祈愿一切生世皆能得」等直至「具德桑杰年巴父子尊」。
依照自己心意做祈请和祈愿。

③ 因无法查证此偈全文，故此处保留藏文版原貌。

སྐྱེ་བ་འདི་ནས་རིགས་བདག་མི་འཚོལ་ཞིང་།།བཙུག་ལྷན་དག་པོའི་དགྲིལ་
འཁོར་འཛིན་བཞིན་དུ།།ཤེས་རབ་བསྐྱོའི་བདུད་ཅི་འབྱུང་བྱས་ནས།།བྱང་ཚུབ་
སྤྱིང་པོར་སྲིད་པ་མཐར་གྱེད་ཤོག །

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡོངས་འཛིན་དམ་སོགས།སྐྱེ་དང་ཆེ་རབས་ཀུན་དུ་མི་འབྲལ་
ཤོག་གི་བར་བཞོད། ཅེས་སོགས་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་གང་སྟོ། བསྐྱོ་བའང་རང་གི་སྐྱོ་དང་
འཚོམས་བའི་གང་ལོས་སམ། བསྐྱུས་ན། རེ་མི་བསྐྱོད་དོ་རེའི་མཛད་པས་བསྐྱོ་བ་འདི་བཞིན་བྱ་སྟེ།

རྒྱུ་གས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབའ་
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་དང་། རྣམ་ཐར་སྐོ་གསུམ་གྱིས་ཐུགས་ཅན་རྣམས་གྱིས་རང་གཞན་གྱི་
ཐག་བཅས་ཐག་མེད་གྱི་དགེ་ཅེ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བསྐྱོས་པ་འི་ལྟ་བ་བཞིན་
དུ། བདག་ཅག་ལ་སོགས་ཉེ་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་དེ་
ལྟར་དུ་བསྐྱོ་བར་བགྱིདོ། །

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དང་།སློན་ལམ་རི་
ཅམ་དུ་སློན་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་སློན་པར་བགྱིདོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་
སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་གྲུ་མ་ལ་ཞབས་ཉོག། །དགེ་འདུན་ལ་བསྐྱེན་
བཀུར། སྐྱེ་བོ་ལ་སྐྱེན་བཏང་། འབྱུང་བོ་ལ་གཏོར་མ། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་ཉེན་
བཞེངས་པ། བསྐྱེད་པ་གསུམ། ཐོས་བསམ་སྐོ་གསུམ། བ་འོལ་དུ་ཕྱིན་པ་
བཅུའི་དགེ་ཅེ། མདོ་རྒྱུད་མན་ངག་དང་བཅས་པ་ཉམས་སུ་གྲངས་པའི་དགེ་ཅེ་
རྒྱ་མཚོ་དེས། སེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོས་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོའི་གོ་འཕང་བརྟེས་

至於回向文，可念诵符合己意之任何适当的文句，或者简略地念诵如
下米觉多杰所撰回向文：

十方一切诸佛菩萨祈护念！

犹如三世诸佛菩萨，及以三解脱门[而证悟之]大心众等，
将自性有漏、无漏等一切善功德回向於菩提一般，吾等遍空
一切有情，亦如是而行回向。

犹如诸佛菩萨之发心与祈愿，吾等一切众生，亦如是发心与
祈愿。

复次，吾等一切众生，以承事上师，供奉僧伽，普施众人，
施放朵玛予魑魅，兴建身语意之所依，[修持]三学、闻思
修、十波罗蜜之善根，修持经续口诀等海会善根，回向海会
有情证得海会诸佛之果位，开显海会菩提，本智海、身海成
为令轮回大海枯竭之因。

ནས། བྱང་ཚུབ་རྒྱ་མཚོ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་དང་སྐྱེ་རྒྱ་མཚོ་ས་
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེམས་པའི་རྒྱར་བསྐྱོལ། །ཅེས་སོ། །

དེ་ལྟར་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེས་མཛད་པའི་ཐུན་བཞིའི་གསོལ་འདེབས་དམིགས་རིམ་རྒྱར་འདེབས་
འདོན་སློམ་རྒྱང་དུ་སྦྱར་བ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཡང་རི་རྩ་མ་བསོད་ནམས་བཟང་པོ་སོགས་དོན་གཉེར་
དུ་མས་བསྐྱལ་བའི་ངོར། ཨི་ཤུ་ར་བརྗེ་ཞེས་བྱའི་ཕྱོགས་བརྩུ་བས་ཐུན་ཁོངས་གཅིག་ཏུ་དབལ་རྣམ་
ཚོས་རི་བོའི་ཡང་དབེན་དུ་སྦྱར་བའི་བཟང་ཤིས་དབལ་འབར་ཉམས་རྟོགས་འབར་ཞིང་བྱིན་རྒྱབས་
འཇུག་པའི་རྒྱན་དུ་སྟོག་གོ། །།

因仰日上师索南桑波等众多有心者敦请，需一能与米觉多杰所著《四座祈请文》相配合之观修次第修诵补述，应其所请，名为意修边札⁴之游方者，於一座中，撰於吉祥多闻山之极寂静处。祈愿[此文]成为吉祥炽燃，体受证悟增胜，加持得人自心之庄严。

(中译：堪布罗卓丹杰)

⁴ 即第九世噶玛巴旺秋多杰。

༄ རྒྱལ་བཞི་འཛིན་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་དམིགས་ཀྱི་མ་ཟོན་བྲིས་
ལིན་ཏུ་གསལ་བ་བརྒྱགས་སོ། །
མཁས་གྲུབ་ཀུན་ཚགས་ཨེད་ཀྱིས་མཛད།

༄། །ན་མོ་གུ་རུ་ཀུན་གྱི་ལ། ཅུ་བའི་ལྷ་མ་མེ་བསྐྱོད་དོན་རྗེ་ལོ། །དོ་མོ་
སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་དོན་ཡིན་ཞིང་། །གུ་རུ་མཚན་བརྒྱད་ཞང་གི་སྐྱུ་
བརྒྱད་དང་། །ཀུན་རབ་བརྒྱད་དོ་མོ་གཅིག་པར་བཤད། །དེ་སྤྱིར་ཞང་གི་བཀའ་
འབྲུམ་བཀའ་རྒྱ་ནས། །བརྒྱུས་ཤིང་ཅུང་ཟད་བསྐྱོན་ཁ་བཏབ་ནས་ཀྱང་། །མི་
བསྐྱོད་དོན་རྗེས་སུ་བཞེ་འདི་ཉིད་མཛད། །

四座祈请文观修次第 甚明笔记

噶玛恰美仁波切

南无咕噜噶玛噶耶

教云根师米觉多杰尊，本质即真观世音菩萨，
莲师八相祥上师八尊，历代八世法王皆一体，
故由祥师教言百说中，汲取要义且稍行增补，
米觉多杰撰此四座法。

教导说，根本上师米觉多杰，其本质即是观世音菩萨之真身，并且与
莲师八相、祥上师八尊，以及历代八世的噶玛巴，本质都是一体的。
因此，米觉多杰汲取祥上师的教言全集百说的内容，且稍加增补，著
作了这部《四座上师相应法》。^⑤

⑤ 本文之原文皆为偈言体，此处亦将偈言内容译为白话散文体，以令读者易於明白其义。

འདི་ཡི་དམིགས་རིམ་དབང་ཕྱག་རྗེ་རྗེ་ལ། །ཡང་རི་བྱང་བ་བསོད་ནམས་
བཟང་པོ་ཡིས། །ཞུས་ནས་མཛད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །གཞུང་འདིའི་
དམིགས་རིམ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ཞིང་། །ཕྱག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་མོས་གྲུས་ཕྱག་ཆེན་
གསུམ། །དོན་བསྐྱུས་དམིགས་རིམ་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཅིང་། །བར་སྐབས་འདོན་ཆ་
སའ་རྒྱ་མང་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་འདོན་པའི་སྲོལ་ནི་མ་བྱུང་ངོ་། །

མགོ་འདིར་མ་ནམ་བཞི་བསྐྱོར་འདོན་སྲོལ་སྤང་། །འདི་ཉིད་གཞུང་ཆོག་ཉིད་
ཀྱི་བསྐོས་བྱ་ནི། །

རང་ཉིད་ཐ་མལ་གནས་པའི་སྤྱི་པོའི་ཐད། །མཁའ་འགོ་དམར་མོ་མཛེས་ཤིང་
ཡིད་དུ་འོང་། །དབུ་སྐྱ་སེལ་བྱ་སྐྱུན་གསུམ་ནམ་མཁའ་གཟིགས། །སེང་སྤེང་རྩ་བུ་
རྒྱ་བདུད་ཅི་བསྐྱུས། །རྒྱན་མེད་གཅེར་བྱ་གཟི་མདངས་འོད་ཟེར་འབར། །ཟག་
མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། །གར་སྐབས་ནམ་འགྲུང་སྤྱ་ཆོགས་ཅི་ཡང་
སྟོན། །

仰日仲巴索桑所敦请，旺秋多杰因此而撰书，
四座详细观修之次第，然此非仅观修次第法，
大印六法虔敬大手印，概述此三观修实过多，
中亦增插诸多诵文故，此文未成修诵之传统。

之後，在仰日仲巴索南桑波的请求下，旺秋多杰撰写了一部详细的《四座上师相应法》观修次第。但是这部观修次第的内容，并非只有《四座上师相应法》的观修次第，还概述了大手印、六法、虔敬大手印这三个部分。其中包含了太多观修次第，同时也插入许多要念诵的内容，而使得这部著作没有发展成为普遍修诵的传统。

先行传统念诵四身文，此处诵文应作之观修：

首先，是进行〈四身祈请文〉的念诵传统，接下来法本文字的观修内容是：

自身凡夫之身头顶上，红色妙丽悦意空行母，
青丝飘散三眼视虚空，持紫檀鼓头骨盛甘露，
无饰赤裸风采威光耀，由於无漏大乐增盛故，
示现种种舞蹈之身姿。

在自己凡夫之身的头顶上，有美丽悦意的红色空行，飘散著青丝，三眼凝视虚空，手持紫檀手鼓与盛有甘露的头盖骨，赤裸不戴任何装饰却风光耀夺目，因无漏大乐增盛的缘故，示现出各种各样的舞蹈身姿。

དཀར་མོ་མེར་མོ་དམར་མོ་ལྗང་མོ་དང་། །སྒྲོན་མོ་ནག་མོ་ཁྲ་མོ་ལྷོ་མོ་ལོ་གཤོག་
ཅན། །དེ་ལྟར་གྲངས་མེད་བྱེ་བ་དུང་ལྷུང་ནམས། །ནམ་མཁའ་བར་སྒྲུང་གང་བར་
རྒྱལ་བཞིན་འཚུབས། །

དེ་དབུས་སྤྱི་གཙུག་ཐད་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ། །འངའ་གྲུང་འོད་ལྷུང་འཕྲིགས་
པའི་གྲུང་ཁང་ན། །བརྒྱ་ཉི་ལྔ་བཅེགས་པའི་གདན་སྟེང་དུ། །མི་བསྐྱོད་རྩོ་རྩོ་ཚོས་
དབྱིངས་རྩོ་རྩོ་སོགས། །རང་གི་གང་མོས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ། །

ཚོས་གོས་དུར་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་གསེར་མདོངས་ཅན། །ཕྱག་གཉིས་རྩོ་རྩོ་འུ་
ཕྱགས་ཀར་བསྐྱོལ། །འབས་གཉིས་རྩོ་རྩོ་སྤྱི་ལ་མོ་གྲུང་གིས་བཞུགས། །སངས་
རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་རོ་མོར་བསྐྱོལ། །

ན་མོ་གྲུ་རྩུ་ཞེས་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། །གསོལ་བ་འདེབས་པའི་དུས་བར་
དམིགས་པ་ཡིན། །

同彼白色黄色及红色，绿色蓝色黑色及花色，
无数百千万亿空行尊，犹如尘埃弥漫满虚空。

千万亿尊和主尊空行母相似的白色、黄色、红色、绿色、蓝色、黑色、
花色的无数空行母，有如尘埃一般地弥漫布满整个虚空。

其中头顶上方虚空处，霓帐光芒笼罩幕室中，
莲花日月层叠坐垫上，米觉多杰确映多杰等，
己所景仰任一噶玛巴。

在她们中央，於其头顶上方的虚空中，在霓虹帐篷光芒笼罩的幕室内，
莲花、日垫、月垫层叠的坐垫上，是米觉多杰、确映多杰等任何一位
自己景仰的噶玛巴。

赤褐袈裟饰金黑宝冠，金刚铃杵交持於心间，
双足金刚跏趺而端坐，观为诸佛总集之体性。

观想他穿戴著赤褐袈裟与黑色饰金的黑宝冠，双手持铃杵交叉在心间，
双足结金刚跏趺坐而端坐，是一切诸佛总集之体性。

此乃顶礼上师句为始，直至祈请时句之观修。

以上是从「顶礼上师」开始，至「此际即吾由衷祈请时」的观想。

དེ་ནས་སྣང་ཞིང་སྣོང་ལ་ཞེས་པ་ནས། །སྤྲུགས་གྱིས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཞེས་
བྱ་བའི་བར། །སྤྲུགས་སྤྲུགས་ལ་ཅེ་གཅིག་གསོལ་བཏབ་པས། །ལྷ་མའི་སྤྲུ་
གསྤང་སྤྲུགས་ལས་འོད་ཟེར་ནི། །ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་ནམ་མཁའ་བྱུང་བར་འཕྲོས། །

སྣོང་གསུམ་འཛམ་གླིང་གྲེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ན། །ཀམ་པ་ཉིད་གྲེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་
སོགས། །ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་བས་བྱུང་ནམས་དང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་ཀུན་གྱི་སྤྲུགས་རྗེ་བསྐྱེལ། །

ཐམས་ཅད་ཀམ་པ་ཡི་སྤྲུང་གྱུར་ཉེ། །དགེ་སྣོང་ཆ་ལྷགས་ལྷ་ནག་གསེར་
མདོངས་ཅན། །བྲུག་ཞབས་བཞི་ལོ་བྱིན་བརྒྱབས་བྲུག་རྒྱ་མཛད། །འཛའ་འོད་
མེ་ཉོག་ཆར་དང་སྣོས་ཀྱི་བཅས། །ནམ་མཁའ་བར་སྣང་གང་བར་བྱོན་ནས་
ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་སྤྱི་བོའི་ཀམ་པ་ལ་བྱིས། །དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་ཞིང་གྲུ་རྩ་རྩ་
ནས། །ཞི་བར་མཛོད་བར་དབྱངས་དང་བཅས་པས་འདོན། །འདི་ནི་སྤྲུན་འཛེན་
བྱིན་འབེབས་གཉིས་ཀ་ཡིན། །

再由显而空兮空而显，诵至上师之意赐加持，
一心祈请上师身语意，由上师身语意放射出，
各色光芒灿照遍虚空。

之後念诵「显而空兮空而显」至「上师之意赐加持」为止，专心一
意地祈请上师的身语意。观想由上师身语意，放射出各色光芒灿照遍
满虚空。

促请三千世界百俱胝，化现遍满一切诸刹土，
噶玛巴之化身百俱胝，以及诸佛菩萨之大悲。

促请在三千世界的百千万个[小世界]中，遍满一切刹土的噶玛巴的
百千万尊化身，和诸佛菩萨的大悲心。

一切化为噶玛巴尊身，比丘僧服饰金黑宝冠，
手足四肢示现加持印，伴随彩虹花雨诸薰香，
纷然降临遍满虚空中，悉皆融入顶上噶玛巴。
如是观时由咕噜惹那，乃至平息怨敌以韵诵。
此即迎请赐福此二者。

他们都化为噶玛巴尊身，[穿著]比丘僧服，[头戴]饰金黑宝冠，四
肢手足都示现加持印，伴随著彩虹、花雨及薰香，纷然降临遍满虚空
中，而且融入[自身]头顶的噶玛巴。如此观修的同时，配合曲调唱
诵从「咕噜惹那降临时」至「平息怨敌尽无余」。此即包含了迎
请与赐予加持两个部分。

འདི་ལྷ་དངོས་སུ་ཕྱོན་པ་སེ་རྒྱུ་ཡི། །ཞལ་གཟེགས་ཐང་ག་ཡང་ནི་མི་སྐོལ་
བྱང་། །

དེ་ནས་ནམ་མཁའ་བར་སྐྱར་གང་བ་ཡི། །མཁའ་འགོ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་
གཅིག་ཐེམ་ནས། །འདོག་ལྷ་དང་ནག་མོ་ཁྲ་མོ་བརྒྱུ། །སྤྱི་ལོར་གམ་པ་ལ་བསྐྱོར་
ནས་བཞུགས། །

ལས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་སྐྱ་མདོག་ལྷ་མོ་ལས། །འོད་ཟེར་ལྷ་གྲུ་བདག་དང་
བསྐྱར་བྱ་ལ། །སོག་པས་སྐག་དོག་ལས་སྐྱར་ནད་གདོན་གྱི་བ། །ཐམས་ཅད་བ་
མོར་ཉི་ཟེར་ལོག་ལྷ་བསལ། །ཆེ་རབས་སོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟ་ཡན། །སྐག་དོག་
ལས་སྐྱར་སྤྱི་གྲིབ་ཉེས་ལྷ་གྲུ། །ལས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་འདྲི་བ་དུ་བཞགས་པར་
བསྐྱོམ། །

དེ་བཞིན་རིན་ཆེན་མཁའ་འགོ་མེར་མོ་ལས། །འོད་ཟེར་གསེར་མདོག་འཕྲོས་
བས་ར་རྒྱལ་ལས། །སྐྱར་པའི་ནད་གདོན་གྱི་བ་སོགས་བསལ་བ་དང་། །དེ་ཡི་དུང་
དུང་རྒྱལ་སྤྱི་གྲིབ་བཞགས། །

司徒亲见如是真降临，从而开创唐卡之画风。

在司徒仁波切 [的胜观中] 曾经亲见，[噶玛巴] 如此真实降临的情景，
也从而开创了此一唐卡的画风。

其後遍满虚空天际间，一切空行一一相融矣，
五色黑色花色成七尊，围绕头顶上方噶玛巴。

之後，遍满虚空的一切空行众，一位融入一位之中，直至成为五色、
黑色与花色七位空行母，并围绕著头顶上的噶玛巴。

碧绿身色羯磨空行母，放射绿光照我所护众，
嫉妒所生疾病邪魔煞，悉皆消散如阳照霜雪，
无始生世以来至今日，一切嫉妒所生罪堕障，
羯磨空行尊前修忏悔。

由绿色的羯磨空行母放射出绿色光芒，照射到我和要被保护者，犹如
太阳照射到霜雪一般，去除嫉妒所造成的一切疾病、邪魔与凶煞。观
想在羯磨空行的尊前，忏悔从无始以来直至今日，由嫉妒所产生的一
切罪障与堕罪。

如是黄色大宝空行母，放射黄色光芒而去除，
我慢所生疾病邪魔煞，於彼尊前忏悔慢罪障。

同样地，黄色的大宝空行母放射出黄色的光芒，去除由我慢所产生的
诸种疾病、邪魔、凶煞。在其尊前，忏悔我慢的罪障。

པརྩ་མཁའ་འགོ་དམར་མེའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །འདོད་ཆགས་ལས་སྣང་ནད་
གདོན་གྱི་སོགས་བསལ། །ནད་གདོན་ཉེས་སྦྱིབ་དེ་ཡི་རྩུང་དུ་བཤགས། །

སངས་རྒྱས་མཁའ་འགོ་དཀར་མེའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །གཉི་ལྷག་ལས་སྣང་ནད་
གདོན་གྱི་སོགས་བསལ། །དེ་ཡི་རྩུང་དུ་གཉི་ལྷག་ཉེས་སྦྱང་བཤགས། །

དམ་ཚིག་མཁའ་འགོ་ནག་མེའི་འོད་ཟེར་ནི། །མཐིང་ནག་འགྲོས་ལས་དམ་
ཚིག་ཉམས་ཆགས་བསལ། །ནག་མོ་འདི་ནི་དབལ་ལྡན་ལྷ་མོར་གཅིག་དེ་ཡི་རྩུང་
དུ་དམ་ཚིགས་ཉམས་ཆགས་བཤགས། །

དོ་རྩེ་མཁའ་འགོ་སྨོན་མེའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །ཞེ་སྣང་ལས་སྣང་ནད་གདོན་གྱི་
སོགས་བསལ། །དེ་ཡི་རྩུང་དུ་ཞེ་སྣང་སྨིག་སྦྱིབ་བཤགས། །

红色的莲花空行放光芒，去除贪欲所生病魔煞，
於彼尊前忏悔贪罪障。

红色的莲花空行母放射光芒，去除由贪欲所产生的诸种疾病、邪魔、
凶煞。在其尊前忏悔贪欲的罪障。

白色如来空行放光芒，去除愚痴所生病魔煞，
於彼尊前忏悔痴堕罪。

白色的如来空行母以光芒，去除由愚痴所产生的诸种疾病、邪魔、凶
煞。在其尊前忏悔愚痴的堕罪。

黑色誓戒空行深蓝光，去除违犯破坏誓戒障，
黑色空行乃吉祥天女，於彼尊前忏悔违戒罪。

黑色的誓戒空行母放射出深蓝色的光芒，去除违犯和破坏誓戒 [的罪
障]，此黑色空行母就是吉祥天女「巴丹拉姆」。在其尊前，忏悔违
犯和破坏誓戒。

蓝色金刚空行放光芒，去除瞋恨所生病魔煞，
於彼尊前忏悔瞋罪障。

蓝色的金刚空行母放射出光芒，去除由瞋恨所产生的诸种疾病、邪魔、
凶煞，在其尊前忏悔瞋恨的罪障。

ལྷ་ཚོགས་མཁའ་འགྲོ་སྐྱེ་མདོག་ཁྲ་མོ་ལས། །འོད་ཟེར་ཁ་དོག་ལྷ་ཚོགས་
འགྲོས་པ་ཡིས། །དུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་སྒོ་ནས་བསགས་པ་ཡི། །ནད་གདོན་གྱི་བ་
སོགས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་བསལ། །འགལ་འཁྲུལ་ཉེས་སྣང་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་
བཤགས། །

འདི་ནི་སྐྱིད་སྦྱོང་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཉེ། །སྦྱོས་མེད་དམིགས་པའི་མཁའ་འགྲོ་
གྱི་བ་སེལ་ཡིན། །

འདི་ཉིད་འདི་ཏུ་དགོས་དོན་ཅི་ཞེ་ན། །ཆགས་ཉམས་སྤིག་སྤིག་ལྡན་པའི་
མི་དེ་ལ། །ཟླ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་འཇུག་པར་དཀའ་བ་ཉེ། །བྱིན་རྒྱལས་མ་ལུགས་
ཉམས་ཉོགས་སྐྱེ་མི་སྤིད། །དེ་སྤྱིར་ཐོག་མར་སྤིག་སྤིག་སྦྱོང་སྤྱིར་ཡིན། །

ནད་པ་སོགས་ལ་གྱི་བ་སེལ་བྱེད་པ་ཡང་། །དཔལ་འབར་གཅོང་མ་མཐོ་ཚད་
བདུན་བྱས་ལ། །དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལྷ་ཁྲ་ཚོས་གོས་བྱས། །

缤纷身色花色空行母，放射诸种花色之光芒，
三毒等同积聚之疾病，邪魔凶煞无余尽消除，
向其忏悔违乱与堕罪。

身色缤纷的花色空行母，放射出各色的光芒，无余尽除由三毒等同产
生的疾病、邪魔与凶煞。向其忏悔一切违乱堕罪。

此为净除罪障最胜法，即缘无作空行净障法。

这是非常殊胜的净除罪障法，是专注於无作之空行的净障法。

若问此处为何需修此，带有染污过失罪障者，
难以领受上师之加持，不受加持觉证不得生，
是故先修净除罪障法。

如果问为什麼在这里需要有这麼一段呢？一个带著染污、过失、罪障
的人，很难得到上师的加持。而没有获得加持，就不可能生起觉证，
因此，一开始要先净除罪障。

若为病者等人行除障，先做七寸清净七灯芯，
僧众穿戴彩帽与袈裟。

若要为病患等进行除障，要做七条拇指与中指张开长度的乾净灯芯，
僧众要穿戴彩色法帽与袈裟。

ལྷ་མས་ཕྱག་གཉིས་དོ་རྗེ་ཅེ་གཅིག་གི། ཕྱག་རྒྱས་དབལ་འབར་ནད་པའི་སྤྱིང་
དུ་བཟུང་། །དེ་ཉིད་གོང་ལྷར་མཁའ་འགོ་མར་བསྐྱོམ་སྟེ། །དེ་ཡི་འོད་གྱིས་ནད་དང་
གྲིབ་སེལ་བསྐྱོམ། །མཁའ་འགོ་རེ་རེའི་སྐོ་ག་དེ་ལ། །མེ་རུ་ཟད་ལ་ཁད་པར་ཡང་
ལོག་འདོན། །མེ་རུ་ཟད་ནས་དེ་ཉིད་སྤྱི་ལ་དོར། །དེ་འདྲ་དཔལ་འབར་བདུན་པོ་
རིམ་བཞིན་བྱ། །

གོང་འོག་སྐྱབ་བཞི་གཞུང་ལྷར་ཚངས་མ་འདོན། །མཇུག་ཏུ་བཟླ་གིས་བརྗོད་
ཅིང་མེ་ཉོག་འཛོར། །

འདི་ཡི་ལུགས་གྱི་མཁའ་འགོའི་གྲིབ་སེལ་གྱི། །ཕྱག་ལེན་ཡིན་ཞེས་སྐོབ་
དཔོན་རྣམས་གྱིས་གསུངས། །དེ་ནི་ཞར་བྱུང་ཙམ་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །

上师手持金刚专一印，握持灯芯置於病者上，
如是依前观修空行母，观想彼之光芒除病障，
念诵每尊空行之偈诵，直至灯芯烧尽反覆诵，
灯芯燃尽将其向外抛，如是依序渐修七灯芯。

上师双手持金刚专一手印，在病患之上持握灯芯。如上所说地观想灯
芯为空行母，其光芒消除疾病与障碍。分别念诵每一位空行母的偈诵，
直到灯芯即将烧尽，灯芯若还没烧完可重复念诵。灯芯烧尽之後，将
其往外丢。依序对七条灯芯如此做。

前後完整念诵四座文，最後诵吉祥文并洒花。

从开始到结尾念诵整部《四座上师相应法》，最後念诵吉祥文并洒花。

诸阿闍梨教导如是言，此乃空行净障之仪轨，
於此仅稍附带予说明。

阿闍黎们教导，这是此传统的空行除障仪式。在此只是附带地说明。

དངོས་གཞི་མཁའ་འགྲོའི་གསོལ་འདེབས་ཚར་བའི་མཇུག་མཁའ་འགྲོ་བདུན་
མོ་མཁའ་འགྲོ་དམར་མོར་ཐིམ། །དེ་ཉིད་འོད་ལྷ་རང་ལ་ཐིམ་པ་ཡིས། །རང་ལུས་ཐ་
མལ་ལུས་འདི་གནས་འབྱུང་ནས། །རྫོ་རྗེ་སག་མོ་སྐྱ་མདོག་དམར་མོ་ལ། །གཅེར་
བྱ་དབུ་སྐྱ་སིལ་མས་སྐྱ་རྒྱབ་ལོན། །རྒྱན་ཆ་གཞན་མེད་མེ་ཉོག་དམར་པོས་
བརྒྱན། །མི་གྲུག་བདུད་ཅིས་གང་བའི་རྣམ་ཐོགས། །པག་ཞལ་མེད་ཅིང་སྐྱུན་
གསུམ་ནམ་མཁའ་གཟིགས། །ཁ་རྩི་མེད་ཅིང་གཡས་བརྒྱང་གཡོན་བསྐྱུམ་
གྱིས། །འོད་སྤང་དཀྱིལ་དུ་བད་ཉིདེ་གདན་ལ་བཞུགས། །

དེ་ནས་སྤྱི་གཙུག་བཞུགས་པའི་ཀླུ་པ། །མདུན་དུ་ཕྱོན་ནས་བདེ་མཚོག་
སྤར་གྱུར་ཉེ། །སྐྱ་མདོག་སྐྱོན་པོ་སྐྱུན་གསུམ་ཁོ་ཞིང་འཇུག། །དབུ་སྐྱ་ཐོར་ཚུགས་
ཟླ་ཕྱེད་རྗེ་རྗེས་བརྒྱན། །སྐྱག་ཕྱགས་ཤམ་ཐབས་སྤང་ཆེན་ཀོ་རྫོན་གསོལ། །དུས་
པའི་རྒྱན་དུག་གསོལ་ཞིང་མེ་དབྱུང་འབར། །ཕྱག་གཉིས་ཚོས་འབྱུང་ཕྱག་རྒྱ་སྤྱི་
པོར་མཛད། །ཞབས་གཡས་བརྒྱང་ཞིང་གཡོན་བསྐྱུམ་གར་སྐྱབས་མཛད། །དེ་ལ་
རང་ཉིད་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱག་གཡོན་གྱིས། །བདུད་ཅི་བྱངས་པས་ཡེ་ཤེས་མེ་རབ་
འབར། །

空行祈请文後即正行，七尊空行融入红空行，
红空行亦化光入我身，自身由凡夫身得转化，
成为金刚亥母红色身，赤裸长发披散於身後，
无诸装饰唯饰赤红花，手持钺刀盛甘露班达，
无有亥脸三眼视虚空，双腿右直左曲无天杖，
光蕴中伫莲花日垫上。

在空行祈请文结束後，即是正行。七尊空行母融入至红色空行母，然
後红色空行母化光融入[行者]自身。此凡夫之身转化成为红身金刚
亥母，赤裸长发披散在身後，除了红花没有其他装饰。她手持钺刀以
及盛满甘露的头盖骨，没有猪脸，三眼凝视虚空，没有天杖，右腿伸
直左腿弯曲，光蕴当中伫於莲花日垫上。

此後住於頂上噶瑪巴，駕臨前方化為勝樂身，
藍色尊身三眼怒含笑，發盤頂髻飾半月金剛，
虎皮下裙披鮮潤象皮，配戴六骨莊嚴火熾燃，
雙手持法基印置頭頂，右腿直伸左曲示舞姿。
自身所化空行以左手，獻彼甘露本智火熾燃。

接著，住於頭頂的噶瑪巴來到前方，化為勝樂金剛身，身色為藍，具
有三眼，怒中又帶笑，頭髮盤於頭頂，以半月和金剛為嚴飾，身著虎
皮下裙及鮮潤象皮，配戴骨飾六莊嚴，火焰熾燃，雙手於頭頂持法基
手印，右腿伸直左腿彎曲，示現舞蹈的姿態。自身[所化現的]空行
以左手供養甘露，使[化為勝樂金剛的噶瑪巴]燃起熾盛的本智之火。

དེ་ནས་རང་ཉིད་མཁའ་འགྲོའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །དེ་ཉིད་ཟླ་གའི་ནང་ནས་སྐྱེན་
བངས་ཏེ། །རང་ཉིད་མཁའ་འགྲོའི་སྐྱགས་ཀར་པད་ཉིང་བཞུགས། །

སྐབས་དེར་རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ཡིན་ན་ཟེ། །བྱམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུར་ནི་འག་ཏུ་
བསྐྱོམ། །གཅིག་པུ་མིན་ན་བར་རྒྱུར་བཟུང་བས་འཇུག། །

དེ་ནས་སྤྱིང་ཁའི་ཉེ་རུ་ཀ་དེ་ཡི། །དཔལ་བར་ཨོྲ་དཀར་མགྲིན་བར་ལྷུང་མར་
པོ། །སྐྱགས་ཀར་རྒྱ་རྩོན་ལྷེ་བར་ཉོ་སེར་པོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྷ་གསུང་
སྐྱགས་དང་ནི། །ཡེ་ཤེས་བཞི་ཡི་ངོ་པོ་ཡིན་པར་བསྐྱོམ། །ནམ་མཁའ་གང་ནས་ཨོྲ་
ཞེས་བྱ་བའི་བར། །ཚིག་འབྲུ་བཞི་དེ་ལན་གསུམ་གྱིར་བར་བྱ། །

尔後自身空行以光芒，迎请胜乐金刚入密处，
住自空行心间莲日上。

之後，自身空行以光芒迎请 [化为胜乐金刚的噶玛巴] 进入密处，来
到自身空行心间的莲花日垫上。

此时自身若是单独处，即可奋力修持宝瓶气，
若非独处持中气亦足。

这时若是一人独处，即可奋力修持瓶气，若不是一个人，持守中气也
就足够。

此後住於心间嘿嚕嘎，额头白喻喉间红色啊，
心间蓝吽脐部黄色吹，此皆一切诸佛身语意，
及四本智体性如是观，由遍满虚空念诵至喻，
此四句偈应吟诵三遍。

然後观想在心间的嘿嚕嘎的前额有白色的「喻」，喉间有红色的「啊」，
心间有蓝色的「吽」，脐部有黄色的「吹」，这些是诸佛身语意以及
四本智的体性。唱诵三遍此四句：「遍满虚空不动金刚啊，放大
光明金刚欢喜吹，炽盛使者妙音具力吽，净除垢染事业忿怒
喻。」

དེ་ནས་སྒྲིབ་ཁའི་སངས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི། །ཉེ་རུ་ཀ་དབལ་ཀམ་པ་དེ་
ལ། །བཟོད་སྐྱགས་མེད་པའི་དད་གུས་ཅེ་གཅིག་པས། །རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཞེས་
བ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བར་དུ་ཚར་གཅིག་འདོན། །ཀམ་པ་
མཁྱེན་དེ་ལ་བསྟེན་བ་བྱ། །

སྒྲིབ་ནས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་ཟེར་སྐབས་དེར། །སྒྲིབ་གའི་ཀམ་པ་དེ་འོད་
དུ་ལྷ། །ཀམ་པ་ཡི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་དང་ནི། །རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་
མེད་འདྲེས། །རང་ཉིད་མཁའ་འགོ་མ་ཡང་འོད་དུ་ལྷ། །དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་འཇམ་
ཚོན་ཡལ་བཞིན་ཡལ། །

ཅེ་ཡང་མི་དམིགས་ལྷག་ཚེན་ཉམས་ལེན་ངང་། །དབལ་ལྡན་སྐྱེ་མ་དམ་པ་
ཞེས་བ་ནས། །མི་འབྲལ་ཤོག་ཅེས་བར་དུ་བརྗོད་བ་ཡིན། །འཁོར་གསུམ་ཡང་
དག་དམིགས་མེད་བསྟོ་བ་ཡིན། །

尔後於心诸佛之总集，盛德嘿嚕嘎尊噶玛巴，
生起难忍信心与虔敬，专心一意自净妙尊圣，
直至遍知一切诵一遍。而後持诵噶玛巴鉴知。

之後，对心间的诸佛总集的盛德嘿嚕嘎——噶玛巴，生起难忍的信心
与虔敬，专一地从「净妙尊圣四身自在」直到「遍知一切噶玛巴
鉴知」念诵一遍，然後持诵噶玛巴鉴知。

诵至恒能救护上师时，观想心间噶玛巴化光，
由此噶玛巴之身语意，与吾身口意三融为一，
自身空行母尊亦化光，虹彩消散空中般消散。

在念到「恒能救护上师」的时候，心间的噶玛巴化光。噶玛巴的身
语意，和我们自身的身语意融合无别。然後自身空行也化光，如彩虹
消失在空中一般地消散。

於无所缘大印修持中，念诵自具德胜妙上师，
直至桑杰年巴父子尊，乃三轮清净无缘回向。

无有任何所缘地修持大手印，念诵「祈请具德胜妙上师」至「具
德桑杰年巴父子尊」。这就是三轮清净无所缘的回向。

མོས་གུས་གསོལ་འདེབས་བྱིན་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་ནས། །འབྲུལ་དུ་གང་ཤར་
ངོ་བོ་སྦྱོང་དེ་ལ། །གོགས་དང་གོལ་ས་གཅིག་ཡུང་མི་འབྱུང་བ། །མོས་གུས་ཕྱག་
ཚེན་གསང་སྤྲུགས་ཉེ་ལམ་ཡིན། །

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་ཀམ་པ། །ཞེས་སོགས་སྟོན་ལམ་འདི་ལ་འཇུག་སྟོ་
གཉིས། །གལ་ཉེ་མི་ནས་མི་དུ་སྐྱེས་ན་ནི། །སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་བསྟན་པ་མ་
རྩོགས་བར། །ཀམ་པ་ཡི་སྤྱལ་བ་མི་རྩོགས་བས། །དེ་དག་ལྷ་མར་བསྟེན་པའི་སྟོན་
ལམ་ཡིན། །

གལ་ཉེ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་འདོད་ན། །ཀམ་པ་དངོས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་
གཟིགས། །འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཉེ་གནས་ཚུལ་དུ་བཞུགས། །དེ་ཉིད་ལྷ་མར་བསྟེན་
པའི་སྟོན་ལམ་ཡིན། །དེ་དོན་འབྲེལ་བ་རྩོགས་ཚོགས་མཇུག་ན་གསལ། །

依於虔敬祈请加持力，守护乍然显现之体性，
障碍歧途丝毫不生起，虔敬大印乃密咒捷径。

依於虔敬祈请的加持，而能守护任何乍然显现的体性，连一个障碍与
歧途都不会发生。虔敬大手印是密咒乘的捷径。

一切生世恒依噶玛巴，诸等祈愿则有二入门：
若欲由人投生而为人，乃至千佛圣教未完尽，
噶玛巴之化身无止尽，乃依众尊为师之祈愿。

有两种方式来进行「一切生世恒依噶玛巴」等祈愿：若是从人道投
生至人道，在千佛教法尚未完尽之前，噶玛巴的化身亦不会有止尽。
这就是依止他们为上师的祈愿。

若欲投生极乐佛净土，噶玛巴即圣观音菩萨，
无量光佛近侍居於彼，此即依其为师之祈愿。
有缘足矣文後此义明。

若想要投生极乐净土，实际上噶玛巴即是圣观世音菩萨，就以无量光
佛的近侍弟子的身分在那里。这即是依止他为上师的祈愿。这一点，
在「有缘足矣」的愿文最後有清楚的说明。

ཐུན་བཞི་འདི་ཉིད་ལྷ་སྐྱུ་བ་མཚོག་ཡིན་ཏེ། །རྫོགས་རིམ་བསྐྱུ་བ་དུ་མའི་
བར་དག་དུ། །འདུ་འཇི་རྣམ་གཤམ་སྤངས་ནས་བསྐྱོམ་བ་དང་། །ཡི་དམ་དགྲིལ་
འཁོར་བྱེ་བ་བསྐྱོམ་བ་བས། །ལྷ་མ་ལན་གཅིག་བསྐྱོམ་བ་ལྷག་བ་དང་། །ཡི་དམ་
བསྐྱེན་བསྐྱུ་བ་བྱེ་བ་ས་ཡ་ལས། །ལྷ་མའི་གསོལ་འདེབས་ལན་གཅིག་ལྷག་བའི་
ཚུལ། །གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་སྤྲེ་རྣམས་ལས་གསུངས་བའི་བྱིར། །

ཡང་ལྷར་བྱ་གསུམ་སྐོམ་བྱ་ལ་སོགས་སུ། །ཉིན་གསུམ་མཚན་གསུམ་འདི་
ལ་ཐུན་བཟུང་སྟེ། །གསོལ་འདེབས་ཚོགས་བ་ལྷག་བོར་མཇེད་སོལ་ཡོད། །སྲོད་
དང་སོ་རངས་ནམ་བྱེད་ལན་གསུམ་དུ། །མཁར་རྩ་བཏང་རྗེས་ཚོས་ཁྲིམས་བ་དེ་
ཡིས། །སྐར་བ་བསྐྱོར་ནས་ཚོག་བྱ་ཐམས་ཅད་ཉུག། །མ་བཏོན་གཉིད་ནི་བསྐྱེད་ན་
ཚད་བ་ཡོད། །ཀྱི་ཚང་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་འདི་རང་ཡིན། །

此四座为最胜相应法，纵能舍弃散乱与放逸，
多劫修持圆满次第法，或修千万本尊之坛城，
不如观修一次上师尊。修诵本尊咒语百千万，
不如一次祈请上师尊，密咒续部悉皆如是云。

这部四座法是最殊胜的上师相应法，因为在许多密咒的续典中都说：
即使多劫舍弃散乱放逸地修行圆满次第，并且观修千万个本尊坛城，
都不如观修上师一次；纵然修诵百千万次本尊，尚不如祈请上师一次。

仰宿楚三修院等诸处，三日三夜上座修此文，
特有祈请法会之传统，傍晚半夜凌晨等三次，
铎响纠察绕行於营地，巡视所有各别之营帐，
处罚彼等不诵瞌睡者，此即冈仓噶举主修持。

在仰日、宿如、楚布这三座修院等地方，有三日三夜上座念诵这些愿
文，进行这祈请法会的特殊传统。在傍晚、半夜、凌晨三次敲铎之後，
纠察师会绕行营地，巡查所有个人的营帐，处罚那些没有念诵或是在
睡觉的人。这即是冈仓噶举的主要修持。

འདི་ལྟར་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བྱེད་པའི་ཡུལ། །གསོལ་བ་བྱི་བཏབ་པའ་
བཏབ་འཚང་མི་རྒྱ། །ལྷ་མ་མིན་པར་ལྷ་མར་མ་བཅོས་པ། །ལྷ་མ་ཡིན་ལ་ལྷ་མར་
བྱིན་པ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་མཉན་པ་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཞེས་གསུངས། །

དེ་དོན་ཤུག་ཐུབ་པས་ལུང་བསྟན་ཅིང་། །ཨོ་རྒྱན་བསྐྱེད་མཚན་རྣམས་
བཏབས་པ་ཡིན། །དང་པོ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། །ཚོས་དབྱིངས་རྩོ་
རྩེ་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེ་དང་། །བྱང་ཚུབ་རྩོ་རྩེ་བདུད་འདུལ་རྩོ་རྩེ་སོགས། །བཅུ་གསུམ་
འདི་དག་སྦྱོར་རས་གཟིགས་དབང་དངོས། །

དེ་དག་ལོར་འཁྲུལ་ཡོང་བའི་སྐབས་མེད་དོ། །གོང་མས་རྒྱབ་མ་གར་འཁྲུངས་
བཀའ་ཤོག་བཞག །མཚོག་གི་སྦྱུལ་སྦྱུ་ལྷ་རི་མཚོ་དཀར་དུ། །སྦྱུ་མཚམས་མཛད་
ཅིང་ཐུགས་དམ་བཏབས་པའི་ཕྱོད། །དེ་ཆེ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྟན་
གསལ། །

教云行持如是祈请境，祈请猪狗佛果不得成，
非上师者莫造为上师，应是上师亦现为上师，
需是如同桑杰年巴者。

至於祈请的对象，[米觉多杰]教导：祈请狗、祈请猪是无法成佛的，
不要将不是上师的人假造成上师，[上师]就应该像是桑杰年巴一样，
是上师而且示现为上师[的威德]。

此义释迦牟尼曾授记，邬金贝玛亦赐诸名号，
首先杜松虔巴为起始，确映多杰与耶谢多杰，
蒋秋多杰堆督多杰等，此十三世皆真观世音。

以上[关于噶玛巴的转世]的含意，释迦牟尼佛已经授记，以及邬金
贝玛[在伏藏]中赐予了[历代噶玛巴的]名号。最初从杜松虔巴开始，
直至确映多杰、耶谢多杰、蒋秋多杰、堆督多杰等，这十三世都是观
世音菩萨的真身。

此等错谬之时不可得，前世信函预示生何方，
最胜化身於匝利白湖，闭关入三摩地而禅观，
彼时本尊空行明授记。

这些是不可能有任何错谬的，前一世会留下预示下一世将出生於何处
的谕令信函。就像最胜化身在匝利白湖地区[为了预言转世而]闭关
并於禅定中观徵兆的传统，当时本尊空行即给予了明确的授记。

དེ་ཕྱིར་བརྒྱུད་པ་འདི་རུ་ཞུགས་ཕྱིན་ནས། །དམ་ཚིས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སྲུ་
མ་ལོན་ཡང་། །ཟླ་མའི་སྤོགས་སྲུ་མགོ་བོ་བསྟན་བྱས་ཏེ། །ཉལ་ནས་བསྟན་ཡང་
དོན་ཆེན་འགྲུབ་པོ་གསུངས། །

ཞེས་བ་གྲུ་སྟོབ་ནམས་ལ་པན་པའི་སྤྱིར། །རྣམ་གཞག་སྲུ་ཚིག་ཏུ་དོན་
འདུས་སྟེ། །བཤེས་གཉེན་མཐར་ཕྱིན་ཞེས་བྱས་ཡི་གེར་བཀོད། །འདི་ལ་
འགལ་འཇུག་ཉེས་བ་གང་མཆིས་བཤགས། །དགོ་བས་འདི་ཉིད་མཐོང་ཐོས་དྲན་
རེག་ནམས། །མོས་གྲུ་སྤྱག་ཆེན་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་ཤོག །

སྐྱེ་ལོ། །།

是故教云入此传承後，纵使未能如理修正法，
头朝上师方向而躺卧，如此亦能成办广大义。

因此，教导说：一旦进入这个传承之後，即使不能如理地修持正法，
就算只是头朝著上师的方向躺卧著，也能成办广大利益。

为能利益僧众弟子众，惹噶阿瑟文简意赅述，
名为谢年塔钦者记录。若有违乱过罪皆忏悔，
愿以此善令见闻触者，盛燃虔敬大手印本智。

为了利益僧众及弟子，惹噶阿瑟言简意赅地讲述 [此文]，并由谢年塔
钦执笔记录。若有任何矛盾、错误与过患，悉皆忏悔。以此善功德，
愿见、闻、念、触 [此文] 者，盛燃虔敬大手印之本智。

芒嘎朗（愿吉祥）。

（中译：妙融法师）

ལྷོ་གསོལ་འདེབས་བྱུང་བཞི་ལྷོ་དམིགས་ཀྱི་ལ་འགགས་འདུས་
ཚུ་ཚེད་བཞུགས་སོ། །

ཀམ་ལི་མཁན་ཚེ་བ་ཀྱི་ཚེ་བ་དང་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད།

༦༧ །ན་མོ་གུ་རུ་པཎ་རྣུ་ར་ཀམ་ཀླ་ཡ།

ཐུབ་བཞིའི་དམིགས་རིམ་མཁས་གྲུབ་ཆགས་མེད་ཞབས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ལྟར་
ཞིབ་ཆ་དགོས་ཤིང་། འདིར་གནད་འགགས་དང་ཅ་བའི་ས་བཅད་ཚང་བ་ཙམ་
ཞིག་བརྗོད་པ་ལ་གནད་འགགས་ནི་ཡི་གེ་བཞི་ལ་ཚང་བ་ཡིན་ཅིང་། དངོས་གཞི་
རྣུང་ལུ་ཅན་ལ་སྦྱར་དགོས་ཏེ། ལམ་མཁའ་གང་བའི་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་ལྷུང་ཞེས་
པ་རྣུང་ནང་དུ་རུབ་པ་སྟེ། ལྷགས་ལྷུ་ལྟར་འགྲུག་པ་བྱ། འོད་ཟེར་འགྲེད་པའི་དོ་
རྗེ་དགའ་བ་རྟོ་ཞེས་པ་དགའ་བ་སྟེ། ལུམ་པ་བཞིན་དུ་དགའ་བར་བྱ། མོ་ཉ་འབར་
བའི་དབྱངས་ཅན་ལུས་པ་རྣུ། ཞེས་པ་སྟོམ་པའམ་གཞིལ་བ་སྟེ། རྒྱ་མདུད་བཞིན་
དུ་བསྐྱམ་པར་བྱ། དྲི་མ་སེལ་བའི་མིན་ལས་བྲག་པོ་ཨོ། ཞེས་པ་འཕང་བ་སྟེ།
མདའ་ལྟར་ཕྱི་ལ་འཕེན་པར་བྱ། ཞེས་རུབ་ ༡ དགའ་ ༢ གཞིལ་ ༣ འཕང་ ༤ གི་
རྣུང་སྟོར་བ་བཞི་ལྟར། ཡི་གེ་བཞི་སྦྱར་བཞི་སྟེ། ཨོ་སྦྱོར་དོ་རྗེ་སྦྱུང་སྦྱ། ལྷུང་གསུང་དོ་
རྗེ་མོངས་སྦྱ། ལྷུ་ལྷགས་དོ་རྗེ་ཚོས་སྦྱ། རྟོ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོའོ། །

四座祈请文观修次第 摄要备纲

噶美堪千仁谦达给

南无咕噜边杂达惹噶玛噶呀！

《四座》的观修次第，需要有像恰美大师的注解那样的详细解释，而本文仅是论及要义和完备的纲要。

[一、要义]

[《四座》的] 要义就包含在四个种子字当中，同时要配合正行的瓶气[而观修]。「遍满虚空不动金刚啊」时引息，如同铁钩一般召引[气息]。「放大光明金刚欢喜吹」时满息，如同瓶子一般充满[气息]。「炽盛使者妙音具力吽」时闭息或散息，如同扎紧的结一般密闭。「净除垢染事业忿怒喻」时射息，如同箭一般向外呼出。以上即是「引、满、散、射」的运气四步骤。

这四字即是四身：「喻」(ལྷོ) 是身金刚——化身，「啊」(ལྷུང) 是语金刚——报身，「吽」(ལྷུ) 是意金刚——法身，「吹」(རྟོ) 是本智金刚——体性身。

མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་དག་པ་ཡོངས་སྐྱོ་གསུང་དོ་རྗེ། ཡི་གེ་མི་དང་
 ལྷུང་ལས་བཞི་ལས་ཞི་བ། ཆགས་པ་སྟོམས་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་དག་པ་ཡེ་
 ཤེས་དོ་རྗེ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱུ། ཡི་གེ་མ་དང་རྟོམས་བཞི་ལས་རྒྱས་པ། གཉིད་
 འཇུག་གི་གནས་སྐབས་དག་པ་ཆོས་སྐྱུ་ཐུགས་དོ་རྗེ། ཡི་གེ་ཡ་དང་རྩྭ་ལས་བཞི་
 ལས་དབང་། སད་པ་ཐ་མལ་གྱི་གནས་སྐབས་དག་པ་སྐྱུ་སྐྱུ་སྐྱུ་དོ་རྗེ། ཡི་གེ་ཨ་
 དང་ཨོ། ལས་བཞི་ལས་བྲག་པོ། ཨོ་ལུས་ཉེ་ཅ། ལྷུང་ག་སྟེ་རྒྱུང་། ལྷུ་ཡིད་དེ་ཐིག་
 ལེ། རྟོ་ཡེ་ཤེས་སོ། །

ནམ་མཁའ་ཞེས་པ་ནང་གི་ནམ་མཁའ་སྟེ་ཅ་དབུ་མ། གང་བ་འི་ཁྲབ་པ། མི་
 བསྐྱོད་དོ་རྗེ་ཞེས་པ་གཞོམ་གཞིག་དང་བལ་བ་ནམ་ཀུན་མཆོག་ལྟན་གྱི་སྟོང་
 གསུགས་ལུག་རྒྱ་ཆེན་མོ། འོད་ཟེར་འགྲེང་ཞེས་པ་འི་མཚན་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་
 ཡོན་ཏན་སྟོ་བ། དོ་རྗེ་དགའ་བ་འི་སྐྱུ་པོའི་རྟོ་ཡིག། །པོ་ཉ་འབར་བ་འི་ལྟེ་བའི་ཨ་
 །ད། དབྱངས་ཅན་ལུས་པ་འི་གཞོམ་མེད་རྣམས་སྐྱེས་སོགས། །དེ་མ་སེལ་བའི་
 ཐིག་ལས་བྲག་པོ་ཞེས་པ་རོ་རྒྱུང་གསུང་འཛིན་གྱི་དེ་མ་སེལ་བར་བྱེད་པའམ་དག་
 བར་བྱེད་ལ། ལས་གྱི་རྒྱུང་དབུ་མར་དག་པའི་ཐབས་བྲག་རྒྱུང་གི་སྐྱོར་བའོ། །

མཚན་བཞི་ལས། སྐྱུ་ཐིག་ལས་བྲག་པོ། ༡གསུང་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ། ༢ཐུགས་
 དབྱངས་ཅན་ལུས་པ། ༣ ཡོན་ཏན་དོ་རྗེ་དགའ་བ། ༤ ཡི་གེ་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་
 ཡི་གེ་གསུམ་རེ་འདུས་པ་འི། མ་དག་པ་འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ལྷུ་རུལ་རྒྱུང་
 གསུམ། གནས་པ་ཅ་ལ་སྟོམས་ན་དབུ་རྒྱུང་རོ་གསུམ། གཡོ་བ་རྒྱུང་ལ་སྟོམས་ན་དེ་
 བྱང་གི་རྒྱུང་གསུམ། དག་པའི་ཆེ་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་དོ་རྗེ་གསུམ། བཞོད་པ་བྱང་
 རྒྱབ་སེམས་ལ་སྟོམས་ན་དེ་བྱང་གི་ཐིག་ལེ་གསུམ་དག་པའོ། །ཡི་གེ་སྐྱིད་ཐིག་ལེ་

清净的睡梦之位是报身——语金刚，种子字是「旺」(མི)和
 「啊」(ཨུཾ)字，属于四事业中的「息」。清净的贪欲等持
 之位是本智金刚大乐身，种子字是「玛」(མ)和「吹」(ཧྲེ)字，
 属于四业中的「增」。清净的熟睡之位是法身——意金刚，
 种子字是「雅」(ཡ)和「吽」(ཧཱུྃ)字，属于四事业中的「怀」。
 清净的醒觉平凡之位是化身——身金刚，种子字是「暖」
 (ཞེ)和「喻」(ཞོ)字，属于四事业中的「诛」。

「喻」(ཞོ)是指身，也就是脉；「啊」(ཨུཾ)是指语，也就是气；
 「吽」(ཧཱུྃ)是指意，也就是明点；「吹」(ཧྲེ)是指本智。

「虚空」是指内在的虚空，也就是中脉，「遍满」是充满
 的意思，「不动金刚」是指无法被摧毁的完全净妙空色大
 印母。「放大光明」是指绽放出相好等功德，「金刚欢喜」
 是指头顶的「吭」(རྟོ)字。「炽盛使者」是指肚脐的垂直符，
 「妙音具力」是指不可摧毁的那达之声或生命。「净除垢
 染事业忿怒」是指要消除或清净左右二脉的能所垢染，就
 要运用于中脉清净业风的方法，也就是结合「忿怒」风。

四个名号指的是：身——事业愤怒，语——不动金刚，意——
 妙音具力，功德——金刚欢喜。

四个种子字都可包含在三字的字组中：不净轮回的阶段是
 「惹萨、惹嘉、气」三字，与安住的脉有关时是「中、左、右」
 三字，与流动的气有关时是脉中的三种气。清净的阶段，是

ལྷོ་མོའི་རྟོ་ཡི་ག་ནམ་བཅད་ལྷེ་བའི་ཨ་ཤད། ལྷོ་ད་སྟོང་གའི་རླུང་དག་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བསྐོས་དོན་ས་བཅད་ཅམ་འགོད་པ་ལ། ལྷོ་གྲུ་རུ་ཞེས་སྐ་མ་ལ་
ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་བྲུག་འཆལ་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས། རང་
གི་སྤྱི་གཙུག་མདུན་ཐད་ཀྱི་ནམ་མཁར་མཁའ་འགོ་དམར་མོ་ཞལ་རང་ལ་གྲུ་
བ་གཡས་སེང་ལྷེད་གི་རྒྱ་མ་རུ་དང་གཡོན་རྟན་རྟ་བདུད་ཅིས་གང་བ་བསྐྱམས་
བ་དབུ་སྐྱ་གནག་སྐྱམ་སིལ་མས་སྐྱ་རྒྱབ་ཁེབས་པ། སྐྱུན་གསུམ་ནམ་མཁར་
གཟིགས་པ། དེ་ལས་རང་འབྲེལ་ལྷོ་དཀར་སེང་དམར་ལྷང་སྟོན་གྲ་ཁ་མོའི་ཚོགས་
བུན་ལོང་སྟེ་ཉི་ཟེར་གྱི་རུལ་ལྟར་འཁྲིགས་པ་གཙོ་མོ་དམར་མོའི་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་
གཞུང་ལྟར་རང་གི་འིན་ཐོབ་གྱི་སྐྱ་མ་ཀམ་པ་དེ་བསྐོས་ས་ལ།

གྱེ་ཞེས་སྐ་མ་ལ་མོས་གྲུས་གདུང་བ་དྲག་པོས་འབོད་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས།
སྐ་མའི་སྐྱ་གསུང་བྲུགས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་བས། སྐ་མའི་གནས་གསུམ་ནམ་
ལོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་ག་འགྲོས། སྐྱ་གསུང་བཙུའི་ཞིང་རབ་འབྲུམས་ནམ་
རྒྱལ་བ་སྐས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྐ་མ་ཀམ་པ་སྟོས་པ་དེ་འབྲེལ་བའལ། ལྷག་
ཞབས་མཐིལ་བསྟན་བྱིན་རྒྱབས་དཔལ་འབར་ལ། ཞེས་པའི་ནམ་པ་གང་བདེ་
ཆར་བབ་པ་ལྟར་ཕྱོད་ནས་སྤྱི་གཙུག་གི་ཀམ་པ་ལ་ཐིམ་པར་དམིགས།

身语意的三金刚，与安置之菩提心有关时，是指其内的三种
清净明点。就种子字而言，一般来说，明点是指头顶的「吭」
(ཏྟི)字，涅盘点是指脐部的「哈」线，「那达」是指心间的
清净风气。

二、提纲挈领，解说观修内容

「顶礼上师」，首先怀著大恭敬以身语意向上师礼拜。在
自身顶上正前方的虚空中，观想红色本智空行母，脸朝向
[行者]自己，右手持有紫檀的手鼓，左手持有盛满甘露的
头盖骨，润黑色的头发，丝丝垂散披覆於背後，三眼凝视著
虚空。从她再化现出和她相似的白色、黄色、红色、绿色、
蓝色、黑色、花色的空行母，众会聚集，就像是阳光照射下
的尘埃密布一般。接著，就和文中所描述的一样，观想在其中
主要的红色空行的头顶上方，出现有恩於己的上师噶玛
巴。

「噫」是指：首先带著强烈的虔敬之心呼喊上师，接著向
上师的身语意祈请。藉由祈请，从上师的三门放射出白、红、
蓝的光芒，照射到十方的无量净土，其中的一切诸佛菩萨，
都示现为此处所观想的噶玛巴的样貌，或者观想为如同「双
手足心加持光炽耀」所形容的样貌。视何者容易[观想]，
即那般观想[圣众]如下雨一般地降临，融入到头顶的噶玛
巴当中。

ཤེས་ལུ་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་དང་བྱིན་པའི་བས་ལྟ། དེ་ནས་མཁའ་
འགོ་རྣམས་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་ཀྱིས་མཁའ་འགོ་བདུན་དུ་བསྐྱས་ལ། དུག་
ལཱི་སྤྱི་བ་ལ། དམ་ཚིག་ཆག་ཉམས། རྣོ་གསུམ་ཆ་མཉམ་མམ་དུག་ལྷ་ཆ་མཉམ་
ཀྱི་སྤྱི་གསྤེན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་འབྲིས་པ་སྟེ་གོས་པ་རྣམས་འོད་ཟེར་སོགས་ཅམ་
ཀྱིས་སངས་ཀྱིས་དག་པར་བསམ།

མཁའ་འགོ་གཞན་རྣམས་གཙོ་མོ་དམར་མོ་ལ་ཐིམ། གཙོ་མོ་རང་ལ་ཐིམ་པས་
རང་ཉིད་དོ་རྗེ་པག་མོ་དམར་མོ་པག་ཞལ་ཐེད་ལ། མེ་ཉོག་དམར་པོའི་ཐེང་བ་
ལས་རྒྱན་གཞན་དང་ཁ་རྒྱ་མེད་ལ། གཡས་གྱི་གྲུག་དང་གཡོན་བདུད་ཅིས་གང་
བའི་ཐོད་པ་བསྐྱམས་ལ། ཞབས་གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་གི་གང་སྟབས་ཅན་
དུ་བསྐྱོམ་ལ། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའི་ཀླུ་པ་དེ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཚོག་ཡབ་རྒྱུད་དུ་
གནས་རྒྱུར་པ་ལ། རང་ཉིད་དོ་རྗེ་པག་མོར་གསལ་བས་བདུད་ཅི་བྲངས་པས་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་མེ་དམར་ལུང་གྱིས་འབར་ཞིང་། རང་ཉིད་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མར་གསལ་
བའི་ཐུགས་ཀར་པད་ཉིདེ་གདན་ལ་བཞུགས་པར་བསྐྱོམ།

ལུས་པ་ཅན་ནམ། བར་རྒྱུད་ཞེས་སྐྱེད་པ་ཉག་ཅམ་ལ་མོ་བ་ལྷིང་བར་བྱ་ཞིང་།
ནང་དུ་ཨན་ཅམ་རེ་གཞོན་པ་ལས་གཞན་མེད། ཉེ་དུ་ཀའི་གནས་བཞིར་ཡི་གེ་ཨོ་
དཀར་ལྷུང་དམར་རྩྭ་སྟོ་ཉོ་མེར་བཞི་གསལ་འདེབས། རྗེ་བཅུན་དམ་པ་ཞེས་པ་དད་
པ་ཅན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་སྐྱོལ་བས་རྗེ་བཅུན་དམ་པ་སྟེ། དབང་བཞི་པའི་ཡེ་
ཤེས་སྐྱོབ་མའི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའམ་འཕོ་བར་ལུས་པས་དམ་པའོ། །

「噫！咕噜惹那降临时」等句子，是迎请和赐福。接著空行众一尊融入一尊，最後摄集成为七尊空行。心中要想：各种缠缚、沾染自心续的五毒覆障、违犯誓言、三门或五毒皆有的罪障，只要被明光照射到，都得到了清净。

其他空行众融入红色的主尊，然後主尊融入自身，这时观想自己成为没有猪脸的红色金刚亥母。[金刚亥母]除了红色花鬘之外，没有其他装饰和天杖。她右手持著钺刀，左手捧著盛满甘露的头盖骨，采右脚弯曲、左脚伸直的跳舞姿态。

前方虚空中的噶玛巴，化现为单身胜乐金刚父尊。接著，将自身清晰[观想]成为的金刚亥母献予甘露，之後观想[胜乐金刚]燃起智慧的熊熊红色火焰，并且端坐於将自身清晰[观想]成为的金刚瑜伽母心间的莲花、日垫之上。

持瓶气（或称中气），腰部微向前挺，腹部鼓起，稍微向内轻轻下压，除此无他。

清晰观想嘿噜嘎的四处，分别有白色「喻」（ཨོ）字、红色「啊」（ཨུཾ）字、蓝色「吽」（ཧཱུྃ）字、黄色「吹」（ཧཱེཾ）。

「净妙尊圣」，由於能助具信者从轮回大海中解脱，因此称为净妙尊圣；由於能够传递或令弟子心续生起第四灌的本智，因此称为净妙。

སྐྱུ་བཞིའི་དབང་ཕྱུག་མིན་ལས་བཞིའམ་ལས་བཞི་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པའི་
སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་སྐྱེ་མ་རང་སེམས་སངས་རྒྱལ་དབྱེར་
མེད་པ་སྤང་བཅས་ཀྱི་རང་ལ་ཀར་མཁུན་འབྲེན་ཅིང་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

བཞག་པའི་ཚུལ་ནི། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོས། ད་ལྟའི་ཤེས་པ་སོ་མ་ལ། །རོ་བོ་
སྣོང་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ། །རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས། །འཆར་ཚུལ་སྣ་
ཆོགས་སྤུལ་པའི་སྐྱུ། །སངས་རྒྱལ་གཞན་ན་བཅོམ་དུ་མེད། །སློམ་ཡང་མ་སློམ་
སོ་མར་ཞོག། །ཉ་ཡང་མ་ཉ་སོ་མར་ཞོག། །སློམ་ཡང་མ་སློམ་སོ་མར་ཞོག། །བསྐྱུ་ཡང་
མ་བསྐྱུ་སོ་མར་ཞོག། །ཡེངས་ཀྱང་མ་ཡེངས་སོ་མར་ཞོག། །གང་ཤར་རང་བཞག་
སོ་མ་ལ། །རང་དབང་རྒྱ་མཚོ་དྲངས་པ་འདྲ། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་སྤྱོད་ཀྱིས་
བྱུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་ཤར་རྟོག་པའི་རོ་བོ་སོ་མ་དེ་ཉིད་མ་བཅོས་དེ་
གང་འཛོག་པའི་སློམ་ཆེན་པ་རྣམས། སློམ་ལུན་བསྐྱེད་ན་བསློམ་བྱའི་སློ་དང་
བལ་ནས་དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་རྩ་ཞི་བ་མཚོང་ལམ་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་
ཤེས་དེ་མཛོན་སུམ་དུ་མཚོང་བར་འགྱུར་རོ། །

འདི་སྐབས་དོ་རྗེ་འཆར་ཆེན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཅེས་པ་ནི། སྐྱུ་མཚན་དཔེ་
གསལ་རྫོགས་ཀྱིས་སྤྲིས་པ་སྐྱའི་དབང་ཕྱུག། །གསུང་ཡན་ལག་འཁྱུར་དང་ལྟན་
པ་གསུང་གི་དབང་ཕྱུག། །ཐུགས་རི་ལྟ་རི་སྟེད་མངོན་སུམ་ས་ལེར་གཟིགས་པ་
ཐུགས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག། །ཁམས་གསུམ་ལ་རང་དབང་སྦྱར་བ་རྩུ་འབྱུལ་གྱི་དབང་
ཕྱུག། །ཀུན་ལ་བྱུང་པའི་གདུལ་བྱའི་སར་ཚོལ་མེད་དུ་གཤེགས་པ་ཀུན་རྩུ་འབྱོ་
བའི་དབང་ཕྱུག། །ཐར་པ་ཆེན་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་རྟོག་རྩུ་བཞུགས་པ་གནས་ཀྱི་
དབང་ཕྱུག། །བརྟན་མོའི་འཁོར་གྱིས་རོལ་པའམ་འདོད་ཡོན་ལྡན་ལ་མ་ཆགས་པར་

「四身自在」，是指生起「[上师]即是对四种事业或四种羯磨已经得到自在的佛陀真身」的认知。接著，在平等安住於上师之自心与佛陀无别，且具备[噶玛巴之]形相当中，持诵「噶玛巴鉴知」。

至於安住的方式，就如同大阿闍梨所说：

当下鲜明之心识，体性为空即法身，
自性为明即报身，各种现起即化身。
佛於他处不可寻，修亦不修住鲜明，
观亦不观住鲜明，驰亦不驰住鲜明，
摄亦不摄住鲜明，散亦不散住鲜明，
任显自住鲜明中，性澄一如澄净海，
乐明无念任运成。

對於一切显现的鲜明体性，不去作意分别而安住在此中的大修行者，如果延长禅修的时间，将能远离所修之念，现证无所缘最极寂静——见道的无分别本智。

此时「金刚总持具八功德」的八种功德是：

- 1. 身自在：以清晰圆满的相好而庄严身形。
- 2. 语自在：语言具备六十种支分。
- 3. 心自在：心能直接清晰观照如所有、尽所有[的方法]。
- 4. 神变自在：自在统御三界。

རོལ་པ་འདོད་པའི་དབང་ཕྱུག། །སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་པས་འཁོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་གས་ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་ཕྱུག་
དང་བརྒྱད་དོ། །

ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་ནི། སློབ་དཔོན་དག་དབང་གྲགས་པས།
མོངས་སྤྱོད་ ༡ རྗེས་དང་ཁ་སྤྱོད་ ༢ བདེ་ཆེན་ ༣ རང་བཞིན་མེད། །སྤྱིང་རྗེས་
༥ དེས་གང་རྒྱུན་མི་ ༦ འཆད་དང་འགོག་པ་ ༧ མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་
སྐྱུ་གསུམ་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་ནོ། །ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་ནི་ཡི་གེ་བཞིའི་དོན་དང་
འབྲེལ་དགོས་ཏེ། གྱེ་དོར་བརྟག་པ་སྤྱི་མའི་མེའུ་བདུན་པ་ལས། སྤྱི་ནི་གཉིས་
མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །ཉེ་ནི་རྒྱ་སོགས་སྤོང་བ་ཉིད། །རུ་ནི་ཚོགས་དང་བྲལ་
བའོ། །ཀ་ནི་གང་དུའང་མི་གནས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱི་ཡིག་པོད་ཀྱི་སྐད་རུ་
དཔལ་རུ་བསྐྱུར་བའོ། །བདེ་མཚོག་རུ། ཉེ་ནི་རྒྱ་སོགས་ཉེན་ཅིང་འབྱུང་། །རུ་
ནི་གནས་འདིག་ཚོགས་དང་བྲལ། །ཀ་ནི་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས། །ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཐུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱུས་མཁུའ་ནོ། །ཞེས་པ་ནས་བཟུང་
ཚོག་དོན་ལ་བྲལ་རུ་མ་སོང་བར་མོས་གྲུས་གདུང་ཕྱགས་བསྐྱེད་ལ་ཅེ་གཅིག་རུ་
གསོལ་བ་འདེབས་པར་བྱའོ། །

རྗེ་བཙུན་ཁྲིད་རང་ལྟ་བུ་སྤྱིང་ནས་བྱིན་གྱིས་སློབ་ས་ཤིག་ཅེས་པའི་ཆེ་སྤྱིང་
གའི་དོ་བོ་ཀམ་པ་ལ་རྣམ་པ་བདེ་མཚོག་ཉེ་རུ་ཀ་དེ་འོད་རུ་ལྷུ་ནས་སྤྲོ་མ་ཀམ་
པའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་པར་བསྐྱོམ།
རང་རྗོ་རྗེ་མག་མོར་གསལ་བའང་མེ་མོང་ལ་ཉམས་བཏབ་པ་ལྟར་འོད་རུ་ལྷུ་བར་
བསམས་ལ། ཅི་ཡང་མི་དམིགས་པར་སྤྱང་མེད་གྱི་དང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ལ།

- 5. 遍往自在：毫不费力地前往遍满一切的弟子的前面。
- 6. 驻留自在：常驻於广大解脱坛城。
- 7. 欲乐自在：不贪恋嫔妃眷众的受用或五种妙欲。
- 8. 眷属或功德自在：成为一切佛菩萨之主尊。

「胜嘿噜嘎具七支分」，如同阿闍梨阿旺札巴所说：「圆
满报身和合大乐无自性，悲心圆满无有断续无止灭。」[嘿
噜嘎]具备三身七种支分。

「胜嘿噜嘎」这需要结合四种子字的意义[来做解释]，在
《喜金刚本续》第七品提到：

师利无二本然智，嘿即因等皆空性，
噜即远离诸聚集，嘎即不住於何处。

藏文当中将师利二字意译为「胜」。《胜乐金刚本续》中提
到：

嘿即因等依缘起，噜离住灭之聚集，
嘎即不住於二边。

从「大悲总集鉴知」开始，随文入观，不失其义，生起强
烈的虔敬而专一地祈请。

念诵「受已祈尊深心，加持犹如尊者」时，[在自己]心间，

དབལ་ལྷན་སྐྱོད་མ་དམ་པ་ནས། སྐྱེ་དང་ཚེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་མི་འབྲུལ་ཤོག་བར་འདོན།
དེ་དག་ནི་སྐྱེ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་ཅིང་སྟོན་འཁོར་དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་ཏུ་འགྱུར་
བའི་གནད་དམ་བཤོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རང་ལ་གནས་པས་གསོལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་
ཡོངས་རྒྱལ་འདོན་བཤམ། ཡང་ན་སྦྲར་རང་ཉིད་བདེ་མཆོག་ལྷན་སྐྱེས་ཡབ་
ཡུམ་གྱི་སྦྲར་གསལ་བའི་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་ཅ་བའི་སྐྱེ་མ་དང་། དེའི་དབྱེར་གཙུག་ནས་
རྩོ་རྗེ་འཆང་གི་བར་བྱུང་འཇུག་བརྒྱུད་རིམ་ཐོ་བཅེགས་སུ་བསྐྱོལ་ལ་མཉམ་
མེད་དུགས་ཐོ་བཀའ་བརྒྱུད་སོགས་འདོན། ཤིན་ཏུ་བསྐྱེ་ན། བདེ་མཆོག་གི་སྤྱི་
གཙུག་ཏུ་རང་གི་ཅ་བའི་སྐྱེ་མ་གམ་བ་དེ་ཁོ་ན་གསལ་བས་ཀྱང་འབྲུས། དེ་དག་
གི་སྐབས་སུ་རྒྱུ་ཆ་ལུགས་རྣམས་རྣམ་པ་མ་འདྲེས་པས་གསལ་ལ། དྲངས་
གསལ་འོད་གྱི་རང་བཞིན་དུ་སེང་དེ། གང་ལའང་མ་བཅེན་པར་ཡེ་དེ། རིག་
བའི་རང་མདངས་སྟོ་སྦྲར་ཤར་བ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡོངས་པར་རྗེན་ན། སྐྱེ་
མཆོན་དཔེའི་ལང་ཚོ་སྟོན་ལ། གསུང་གྲགས་སྟོང་ཚོས་སྦྲུ་ལྟང་དེ། ཐུགས་འོད་
གསལ་ཚོས་སྦྲུ་ལྷན་ནེར་བསྐྱོལ་མོ། །

དེ་ཡང་རང་རིག་སྟོས་བ་དང་གྲུལ་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ཅུང་
ཟད་ཅམ་ཡང་མ་གཏོས་བཞིན་དུ་རང་མདངས་འགགས་པ་མེད་པར་འཁོར་ལོ་
སྟོན་པ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་འཆར་བའི་བདག་ཉིད་འོ་སྟོན་པའི་ར་རྒྱལ་དང་
ལྷན་པས་སྟོན་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བ་ནི་ཡི་དམ་ལྷའི་ལམ་གྱི་རྒྱུང་འཇུག་གི་
སྦྲར་ལྟང་བཤོ། །

观想体性为噶玛巴的胜乐金刚嘿噜嘎的形相，化光[融入自身]，观想自己的身口意与上师噶玛巴的身语意合一无别。

接著，就像是吹在镜子上的雾气[消融]一般，想像将自身清晰[观想]成的金刚亥母也化成光芒，接著平等安住於无所缘取的无有显现之中。从「祈请具德胜妙上师」念诵至「具德桑杰年巴父子尊」。以上内容即是得到上师摄受，令师徒心意无别的重点。

安住在这样的修持当中，念诵完整的祈请发愿文。或者，也可以再次观想自身为俱生胜乐金刚父母尊，并於头顶观想根本上师，在其顶上，重楼式地观想双运传承的历代祖师。接著，念诵「祈请无比达波噶举」等文句。如果做极精简的[修持]，就可以只在胜乐金刚头顶上方，观想根本上师即可。

进行以上修持的时候，要禅修：装饰、服装等相不混乱的清晰；自性澄澈光明的鲜明；不须依靠任何事物的显明；明觉自显只展现为本尊，不散乱於他处的赤裸；身形相好庄严的焕发；语即声空法音的朗然；心即光明法身的坦然。

丝毫不稍离自觉离戏真如自性的三摩地，同时怀著自己即为「展现为自显无碍的总摄轮父母尊之相的本体」的我慢，进入[下座时的]行谊。这就是本尊之道用，生起双运之身。

ལྷ་མའི་རྣམ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་ནི། ཨ་ཉི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་ལས།
 གང་གིས་སྣ་སྐྱེ་འབྱུང་སྐབས་བསྐྱོམ་པ་བས། །ལྷ་མའི་སྐྱེ་ལ་དམིགས་པ་མ་ལོག་
 བ། །བསོད་ནམས་བརྒྱ་སྐབས་སྣོད་གི་ཆར་མི་འགོ། །བསྐྱེན་སྐབས་ལས་སྐྱོར་ས་ཡ་
 དུང་ལྷུང་བས། །ལྷ་མའི་གསོལ་འདེབས་ཆེག་གསུམ་བརྗོད་པ་ནི། །རུས་པ་འབྱུང་
 སྐབས་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །རྫོགས་པའི་རིམ་པ་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་ཡང་། །གང་
 གིས་འདུ་འཇི་སྤངས་ནས་བསྐྱོམ་པ་བས། །ལྷ་མ་སེམས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་ཤར་བ་
 ཅོམ། །བསོད་ནམས་སྣོད་སྐབས་ཉི་ཤུའི་ཆར་མི་ཤོད། །ལྷ་མ་བསྐྱོམ་དང་བསྣོད་དང་
 བསམ་པ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་འབྲས་བུ་གཅིག་ཆར་འབྱུབ་པར་ངེས། །ཞེས་སོ། །

སྐྱོབ་དཔོན་བརྒྱུས། དེས་དོན་སྟོན་པའི་ལྷ་མ་དེ། །རང་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 ལས་སྣུམ། །གསང་སྤྲུགས་དེས་པའི་དོན་སྟོན་པའི། །ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 དངོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེས་དོན་སྤྲུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆོས་སྐྱེ་མཚུབ་ཚུགས་
 སུ་སྟོན་པ་ལ། རྒྱལ་བ་ཀྱི་ཀྱི་མིན་ལས་སའམ། ལྷ་མ་ཀམ་པ་རིམ་བྱོན་རྣམས།
 སངས་རྒྱས་ལྷ་མ་ལྷ་མ་ལས་ལུང་བསྟན། ཨོ་རྒྱལ་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཆོན་
 གསོལ་བ་ནི་ཡོངས་ལ་གྲགས་ཤིང་། མཆོག་གླིང་གཉེར་བྱོན་གནས་ཆེན་ཉེར་
 ལཱའི་མདོ་བྱང་ལས། རྐྱེ་བ་བདུན་དང་སྐྱེལ་བརྒྱད་བཅུ་གསུམ་འབྱུང་། །ཞེས་
 པའི་སྐྱེ་བ་བདུན་རྫོགས་པའི་སྐྱེལ་བརྒྱད་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་མི་བསྐྱོད་དོ་
 རྗེས་སྐྱེལ་བའི་བྱོན་པའི་འདི་ཉིད་བྱིན་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོན་ཁ་ཆེ་ཞིང་། ལྷ་མ་ཆོས་
 དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རྣམ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུགས་དམ་ཀྱི་གོ་གཅིག་
 ཆོད་འདི་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་རིམ་བྱུབ་ཆེན་ཀམ་ཆགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་
 ལུང་རྒྱུ་གྱི་ཚུལ་དུ། ལྷོ་མཆོལ་སྣོད་གི་དགོ་སྣོད་ཀམ་ཡེ་ཤེས་བཟང་པོའི་མོས་

關於修持上师相应法的利益，《阿底大庄严续》中提到：

若人修习十万本尊身，较之专一缘观上师身，
 福德不及百千万之一；若人念修羯磨百万亿，
 较之念诵祈师三句文，力量不及十万分之一；
 若人长时劫中舍纷闹，串习观修圆满次第法，
 较之心中稍仅现上师，福德不及二万分之一。
 观修赞叹忆念上师尊，定能顿时成就佛果位。

如同莲花生大士所说：

教示了义之上师，於已超胜一切佛，
 教示密咒究竟义，师即诸佛之真身。

释迦牟尼佛的授记，一切诸佛事业者，也就是历代的上师噶
 玛巴，将会教导直指法身——了义大手印，莲花生大士亦赐
 予名号。

在秋吉林巴所取出的伏藏《二十五圣地经解》中记载：「现
 七世十三化身传承。」意思是[噶玛巴]在圆满七世之後的
 十三位化身传承的第一位，即是米觉多杰，而这部《四座》
 祈请文即是由他所著，具有极大的加持，是修持大手印、那
 洛六法的瑜伽士，以一抵万之修持。

本文是以大成就者噶玛恰美所著[之〈四座祈请文观修次第〉]之补述

གུས་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་བོགས་འདོན་དུ་ཀམ་འེ་མཁན་པོ་འདུལ་འཛིན་པས་
མཚམས་གྱི་ཐུན་གསེང་རྣམས་སུ་བྱིས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དངོས་དཔལ་ལྷན་
ཀམ་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་རླབས་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་ནས། སེང་གེ་ལྷུང་གི་སྤུ་
གུ་བཞིན་དུ་སློབ་མ་བས་ཀྱང་ཡང་སློབ་བཟང་ནས་འཛིན་མའི་སློབ་ཀྱན་གང་
བར་གྱུར་ཅིག། །སྐྱ་མཚན་ལོ།།།།

的形式，由噶美堪布笃津巴，於闭关的休息期间，为了增长洛察贡的比丘噶玛耶谢桑波的虔敬上师相应法的修持而写。

祈愿观音菩萨的真身——盛德噶玛巴尊者的加持，能够进入弟子的心续，就像是幼狮和幼鹏[较之父母更加优秀]一般，令再传弟子较弟子更加贤善，人才辈出，遍满天下。

萨瓦芒嘎朗（吉祥圆满）。

（中译：堪布罗卓丹杰）

ལྷོ་གསོལ་འདེབས་མི་འདྲིགས་དབྱེགས་འབྱེན་མའི་བྱིད།

རྗེ་བཙུན་ལྷོ་ལ་མཁའ་ཁྱབ་རྗོད་རྗེས་མཛད།

༄༅། །ཡང་འབྲེལ་བ་ཐོག་ཚོག་མའི་གསོལ་འདེབས་མཇུག་གི། མི་
འདྲིགས་པའི་དབྱེགས་ཚེན་པོ་འབྱེན་པའི་ཚོས་རྗེ་སྟོབས་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་དང་ངན་འགྲོའི་
འདྲིགས་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཐར་བ་ལ། རྒྱལ་བ་གང་གི་ཆོད་མེད་པའི་
སྤྱུགས་རྗེའི་སློབ་ལས་ཀྱིས་ལམ་མ་རྟེན་བ་དང་འགྲོའི་འདྲིགས་སྤྱུག་ལས་སྦྱབས།
ལམ་ལོག་བ་སྤྱོད་ལས་སྦྱབས། ལམ་དམན་བ་ཉན་རང་ལས་སྦྱབས་ཏེ་ཐེག་
ཚེན་ཐར་ལམ་ལ་བཞག། རྒྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་དེ་བདེན་
བ་མཚོག་གི་ས་ལ་བདག་གཞན་རྣམས་དབྱེགས་ཚེན་འབྱེན་པར་མཛད་པའི་
ཚོས་ཀྱི་རྗེ་བྱང་འཇུག་བརྒྱད་རིམ་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདུས་ཀྱིས་པའི་ཡོན་
ཏན་མིན་ལས་ཀྱི་སྟོབས་ཚེན་པོ་སངས་རྒྱུས་ཉིད་དང་མཚུངས་ཤིང་། སངས་
རྒྱུས་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་རྒྱུ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་རེད། གསང་མཚན་
སོགས་གང་ཡང་མ་རེད།

ཅས་སའང་སྤྱུལ་སྤྱུ་ཀྱི་འདྲིགས་མེད་དོན་ཡོད་སྟེང་པོ་ཚོས་གྲགས་དབལ་བཟང་པོའི་དོན།
ཀྱི་ས་བཙོ་ལྷ་བས་སོ། །

无惧大慰祈请文之教导

第十五世噶玛巴卡恰多杰

此外，在「有缘足矣」的祈请之后是「祈请令得无惧大慰之雄力法尊」。

这句话的意思是：一切众生受到轮回与恶趣的怖畏与痛苦所折磨，胜者以其无量悲心之事业，救护[众生]从恶趣怖畏痛苦的迷失道中出离，从外道的错误道中出离，从声闻的低下道中出离，并将[众生]安置於大乘的解脱道，令其登上无上菩提果位。

一切双运传承上师之总集——噶玛巴[法尊]，[令众生]登上最胜真实之地，并且得到极大的宽心慰藉。向功德事业的伟大之力等同佛陀，而且恩德更胜佛陀[的法尊]祈请。这句话当中并没有任何密名。

为祖古噶玛吉美东由宁波确札巴桑波故，第十五世噶玛巴书。

(中译：妙融法师)

关于《了义宝藏》

缘起

西元 2012 年春季，得知该年底在第三十届噶举大祈愿法会后，法王噶玛巴将教授第一世蒋贡康楚·罗卓泰耶的著作《了义炬》。虽然之前已经有译自英文的中文版本，由于希望能更直接地传达原文的含义，因此藉由法王授课的善妙缘起，妙融法师开始著手将《了义炬》从藏文直接翻译成中文，并预计於法会前出版上市。

然而，在中文版的编辑过程中，我们发现，对于像《了义炬》这样的经典作品，难以用一般上市书籍的思维与作法来处理。於是我们暂停《了义炬》的编辑工作，开始重新思考规划：如何才能完整地保留典籍原貌；如何才能让这些传承教法得以传扬；如何整合上市书能流布广泛，结缘书能忠于原著的优点，且减低上市书过度编辑，结缘书难以再版的困难。

经过将近一年的准备与讨论，在评估了各种方法之后，我们重新设定方向与作法，因而开始了将古德的重要典籍从藏文翻译成中文的结缘书计画，也有幸承蒙法王噶玛巴赐予《了义宝藏》的名称。

我们的目标

我们期待透过《了义宝藏》系列，有计划地将古德的重要著作典籍从藏文原文翻译成中文，并以有规划管理的方式与大众结缘。

为了让法友能更直接地亲近祖师大德，在翻译上我们致力于正确传达原典文意，在编辑上我们致力于保有原典风貌，然而同时，也希望译文尽量符合华语思维，清楚易读。在有限的人力下，我们发愿将珍贵的藏文典籍，尤其是许多尚未有中文译本的大师著作，一本本地从藏文直接翻译成中文。

《了义宝藏》系列采免费结缘的方式流通，并且提供电子档免费下载。希望透过这样的流通方式，让更多法友共享无价的法宝。

助印芳名录

2017.3.

金额 NT\$	名单
3,280	冯复华、噶玛妙莲、(Choong Kwaz Faff、Tan Lee Mey)
2,490	LI LI
1,640	郭颖、噶玛中噶吉
996	杨晴、噶玛妙玟、噶玛妙莲、噶玛娑娜姆羊玛、(于鸿剑、于佳瑜)
984	陈怡桦、丹增宗炬
656	黄晖
498	李竺湘、姚桂清、肖海瑛、高振名、莫雅好、蒋寅芬、黎少燕、噶玛妙欣、噶玛妙竺、丹增确显、占达悉利、格仁其术格、
410	李炳执、黄文权、黄淑芳、杨大德、郭子龙、陈丽燕、刘硕恩、刘思彤、刘皖波、罗文婷、噶玛善法、噶玛善在、释噶玛确准、噶玛白拉姆、噶玛妙如、Amy Zhong、Wendy Tau、Ivy Sim
369	善修
349	(妙炬、妙和)
328	妙色、温秀云
308	薛涛涛
304	葛丹卓玛
299	(李本珍、袁朝飞、苏薇)
287	薛屹玲
249	王金弟、噶玛央金准美、(胡玉霞、陈燕)
246	卢蓉、余玲玲、福德阿尼、禅定度母、Bean、(黄兴华、谢霞珊、荣少文)
205	妙明、妙法、拉措、贝玛、圆照、善心、善宝、黄睿、董瑄、张梦、曲琳、杜珊、王珠美、王钰琪、李国洪、沈咏怡、谷宗儒、周发法、周晓颖、胡稼伟、段俊婷、黄慧文、黄玉琴、陈菁燕、陈盛之、陈钰麟、陈锦萍、崔淑娟、刘潇潇、刘永安、刘硕恩、刘达群、魏琼芳、蒲辅君、蔡向青、薛倩婷、释湛华、才能久美、无忧阿尼、喇嘛旦巴、噶玛妙塑、噶玛妙然、噶玛妙云、噶玛善教、噶玛拉西央卓、噶玛母益拉母、LEO、Nei Nei、Wlian Lim、Lodra Sangmo、Ren Yuun Chun、WENDY P TSUI、Tenziv Yona,je、Annme Gna
199	(噶玛乐善、乐敬)
164	达准、噶玛莲目
149	孙志伟、(陈俊、陈洁艳、陆梅茎)
123	沈燕、黄露、黄彦博、黄菊玲、王秀凤、李永健、姚蔼伦、严美霞、贝玛仁青、噶玛善音、噶玛善才、Mo Yufen、(余静朱、王淑月、王淑惠)
100	圆敬、洪金泉、徐渝林、孟繁珍
82	善见、善正、胡芳、陈俊、杨茂、周莉、常睿、圣心、噶玛、王丽梅、史芳瑜、石惠明、任继魏、何嘉伟、武秀英、许胜尧、胡静婷、彭秀娥、赵月英、赵玲玲、钱凌艳、赖清华、桑吉卓玛、噶单卓玛、噶玛善在、噶玛善才、噶玛措姆、尼玛德琦卓玛、噶玛曲呢措姆、LEEGAWON、DENG MIMG、Kiffy Lam、Guo Yun
50	妙陀、俊杰、慧莲、郭敏、于春花、刘士梅
43	黄富乔

金额 NT\$	名单
41	沈萌、庄娟、林薇、唐盈、吴尚、龚艺、妙仁、妙镜、善永、道义、隆法、丘桂红、包银花、李明清、李折岚、李素萍、李雨思、尚秀文、周婉铃、宋允丽、吴桂馨、姜渭兰、马展超、陈湘如、陈岳香、张胜辉、黄友章、杨玲珊、邓思坤、邓炜樱、黎淑仪、罗雪英、顾玉梅、闻明达、齐秀环、释智慧、空行海、噶玛玉中、噶玛妙天、噶玛妙问、噶玛妙莲、噶玛妙善、邹金旺姆、噶玛确记巴默、Bobo、Chin Chn Wan、Chin Kit Wan、Karma Teuzih Drolkar、Liu Jiu Gping、Yun Sham Li
21	李香美、丰晓君、噶玛贡嘴
12	徐善正
8	秋吉旺姆

上期结余：2,123,248 元	本期支出：129,135 元
	1. 印刷费 25,749 元
本期收入：60,113 元	2. 邮资、运费 88,386 元
1. 助印捐款 60,113 元	3. 行政管理费 15,000 元
	结余：2,054,226 元

了义宝藏流通处

◆台湾北部

	流通处	地址	电话
1	化育道场	新北市板桥区四川路2段16巷3号6楼	02-8967-1019
2	全德佛教文物广场	台北市光复南路49号	02-8787-9050
3	佛化人生书局	台北市罗斯福路3段325号6楼之4	02-2363-2489
4	藏喜佛教文化艺术	台北市永康街41巷23号	02-2322-5437
5	原动力文化有限公司	台北市北投区明德路150巷18号	02-2822-2909
6	台北生命道场	台北市民生西路300号2楼	02-2550-9900
7	德祺书坊	台北市重庆南路一段61号6楼	02-2370-4971

◆美洲地区

	流通处	住址	电话
8	Great Compassion Bodhi Prajna Temple 大悲菩提寺(多伦多)	19 Hidden Forest Drive Stouffville ON, LOG 1E0	1-416-893-8366 1-647-289-6236
9	佛哲书舍(温哥华)	1115, Cosmo Plaza 8788, Mckim Way, Richmond, B.C., V6X4E2	1-604-808-5082

◆亚洲地区

	流通处	住址	电话
10	佛哲书舍(香港-太子)	洗衣街241A地下	852-2391-8143
11	佛哲书舍(香港-元朗)	泰祥街37号地下	852-2479-5883
12	佛哲书舍(香港-中环)	中环码头七号天星小轮码头一楼J铺	852-3421-2231
13	佛哲书舍(澳门)	妈阁河边新街302号丰顺新村第四座地下H座 (海湾餐厅对面)	853-2822-7044
14	Ngedon Khunjab Foundation(新加坡)	11 Tampines Street 92 #03-10 Tampines Biz-Hub Singapore 528872	65-67833920
15	大强母生活馆	上海市黄浦区康泰路200弄田字坊3号111室	
16	观心园咖啡厅	北京市朝阳区建外soho西区13号楼1层	
17	中国大陆	liaoyibaozang@aliyun.com	

1、为服务各地法友，我们已於各地区设置17个流通处，欢迎就近前往请书（因资源有限，每书一人限请3本）。因人力有限，请读者尽量前往流通处请书。如您的所在地未设有流通处，或是中心团体请书，请浏览《了义宝藏》网站的请书办法。

2、电子档下载请见《了义宝藏》网址：www.hwaiyue.org.tw/HY/todm、微博：weibo.com/hwaiyue

了義寶藏 ④

四座上师相应法释论集

总 指 导：第十七世法王噶玛巴 邬金钦列多杰

作 者：第五世夏玛仁波切、第九世噶玛巴、恰美仁波切、噶美堪布、第十五世噶玛巴

译 者：堪布罗卓丹杰、妙融法师

审译编辑：了义宝藏编译小组

内页排版：苏丽萍

版面设计：施心华

封面设计：Louise Light

免费结缘 ◆ 欢迎助印

出 版 者：财团法人化育文教基金会

地址：220 新北市板桥区四川路 2 段 16 巷 3 号 6 楼

电话：886-2-8967-1025 传真：886-2-8967-1069

网址：www.hwayue.org.tw/HY/todm

微博：weibo.com/hwayue 微信订阅号：hwayue

电子信箱：todm99@gmail.com / liaoyibaozang@aliyun.com（中国地区）

银行：新光银行 东台北分行 金融机构代码：103

银行帐号：0028-10-1001627 户名：财团法人化育文教基金会

邮政划拨：18268431 户名：财团法人化育文教基金会（请注明：助印《了义宝藏》）

新加坡地区请洽：Ngedon Khunkyab Foundation Tel: 65-67833920

《了义宝藏》系列为免费结缘，未委托任何单位或个人代收助印款。如欲助印，请汇款至上列帐号，或洽上列联络方式。



《四座上师相应法释论集》，由「了义宝藏编译小组」制作，以创用 CC「姓名标示—非商业性—禁止改作 4.0 国际」授权条款释出。详细授权条款，请至 http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.zh_TW。

承 印 者：博创印艺文化事业有限公司

I S B N：978-986-90068-8-0（平装）

初版一刷：2017 年 02 月 恭印：3,500 册

国家图书馆出版品预行编目 (CIP) 资料	
四座上师相应法释论集 / 第五世夏玛仁波切等作；第十七世法王噶玛巴邬金钦列多杰汇编；堪布罗卓丹杰、妙融法师译. -- 初版. -- 新北市：化育文教基金会，2017.02	
108 面；17x22 公分. --（了义宝藏：4）	
简体字版，中文藏文对照	
ISBN 978-986-90068-8-0（平装）	
1. 藏传佛教 2. 注释 3. 佛教说法	
226.962	106000733

