



ཧྲེ་པ་རྒྱའི་སྤྱིང་པོའི་རྒྱུད་བཟུགས་སོ།

《蓮花心要續》

目次

- 提醒暨法本介紹.....2
- 《上師意修·障礙遍除》－《自生念誦解脫蓮花心要續》附念誦法.....5
- 版權聲明.....51

提醒

本手冊所言之修持法本，僅限於已領受過該修法之灌頂、口傳與教授者閱讀。若您不確定是否可以閱讀或修持某特定文本，請向一位具格上師諮詢。

為了使此法本內容更易閱讀與理解，梵文已省略變音符號，藏文則根據桑耶翻譯小組之音標系統翻譯。

本手冊之翻譯，可能由多位譯者協力合作完成，相關譯者版權說明，請參閱本手冊末尾。

法本介紹

《蓮花心要續》最早由蓮師傳授，隨後由秋吉德欽林巴（1829-1870）以伏藏法取出，作為《上師意修·障礙遍除》法集之一部分。《蓮花心要續》屬於蓮師十二化身中示現《障礙遍除》壇城之第六個化身——貝瑪炯涅（梵：Padmakara；於蓮花中降生）之法教。貝瑪炯涅將《蓮花心要續》視為「奇妙六法」中最無上之法教，屬於大圓滿傳承獨有之法，同時具有見解脫、聽聞解脫、配戴解脫、嚐解脫、嗅解脫、觸解脫之功德。

蔣揚欽哲旺波（1820-1892）後依此伏藏法之根本頌為基礎，撰寫了此修法儀軌，即「念誦解脫」。他讚頌這部深奧而精闢的密續為「一

切密續、口傳與竅訣之精華；比十億修持心要更殊勝之心要；稀有加持不可思議之《上師意修·障礙遍除》法藏根基或根本」因此，此修法可說是為《上師意修·障礙遍除》這部令人推崇的法集，總結了密續修行基、道、果之精要。

ལྷོ་གྲོ་མའི་ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀྱིན་སེལ་ལས།
རང་བྱུང་བཟླག་པས་གྲོལ་བ་པརྟའི་སྙིང་པོའི་
རྒྱུད་བཟླག་ཐབས་དང་བཅས་པ་བཞུགས་སོ།།

《上師意修・障礙遍除》 —
《自生念誦解脫蓮花心要續》
附念誦法

秋吉德欽林巴：取藏

蔣揚欽哲旺波：編輯

ནམ་གུ་རུ་པ་རྒྱ་ཀ་རྩ་ཡ།

頂禮蓮花生大士！

དེ་ལ་འདྲིར་དཔལ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ཨོ་རྒྱན་ཚེན་པོའི་ཐུགས་བརྩུད།
 རྒྱད་ལུང་མན་ངག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིང་ལྷ། ཐུགས་སྐྱབ་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱའི་
 སྙིང་པོ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྙིང་པོར་གྱུར་ཅིང་ངོ་མཚར་དང་བྱིན་རླབས་བསམ་
 གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱ་མའི་ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་གྱི་
 ཚོས་སྡེའི་གཞིའམ་རྩ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་རང་བྱུང་བཀྲག་པས་གྲོལ་བ་རིག་
 འཛིན་སྐྱེ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་ས་བོན་གྱི་རྒྱད་པ་རྒྱའི་སྙིང་པོ་བཀྲག་པའི་ཐབས་
 དང་བཅས་པའི་ངག་འདོན་སྙིང་པོར་དྲིལ་བ་ནི།

於此具德知三世者鄔金大師之心粹，一切密續、
 口傳、竅訣之精華，比十億修持心要更殊勝之心
 要，稀有加持不可思議之《上師意修·障礙遍
 除》法藏根基或根本——《自生念誦解脫持明幻
 化網種子續蓮花心要》連念誦法課誦攝要者：

བདེ་བའི་སྒྲོན་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་སྨྱོད་ལམ་དང་ལྡན་པས་འཁོད་དེ། དེས་
འབྱུང་དང་། སྙིང་རྗེ་དང་། མོས་གུས་གྱི་འབྲུགས་པལ་ཏུ་བསྐྱེད་བཞིན་
པའི་ངང་། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྐྱབས་ལུལ་རྣམས་མངོན་སུམ་བཞིན་
ཏུ་དམིགས་ཏེ།

適時具足禪定行儀而坐，生起猛厲出離心、悲
心、虔敬心之狀態中，觀想前方空中諸皈依境猶
如親現...

ན་མོ། རིགས་ཀུན་བྱུང་བདག་སྐྱེ་མ་རྗེ།

namo བ rik kün khyap dak lama jé བ

那莫 日昆 恰達 喇嘛 傑

頂禮！諸部遍主上師尊，

དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་ཡི་དམ་ལྷ།

ngödrup jungné yidam lha བ

沃竹 炯涅 宜旦 拉

成就生源本尊天，

བར་ཚད་ཀུན་སེལ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་མཚན་།

barché kün sel khandrö tsok མཚན་།

巴且 昆色 堪卓 措

遍除障礙空行眾，

ཅུ་བ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་མཚན་།

tsawa sum la kyap su chi མཚན་།

查瓦 孫拉 恰蘇 器

於三根本趨皈依。

ལན་གསུམ།

念三次

ཧོ་ མ་གུར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀུན་མཚན་།

ho མཚན་། magyur semchen tamché kün མཚན་།

呵 瑪究 森千 坦且 昆

呵！一切如母諸有情，

སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྷན་གུར་ཅིག།

semchen dé dangden gyur chik

森千 爹當 殿究 器

祈願有情具安樂，

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀུན་དང་བྲལ་བར་ཤོག།

dukngal kün dang dralwar shok

杜阿 昆當 抓瓦 秀

並願遠離一切苦，

བདེ་དང་ཉག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་།།

dé dang taktu mindral zhing

爹當 塔突 敏抓 星

願與快樂恒不離，

ཚོས་ཀུན་མཉམ་ཉིད་རྫོགས་པར་ཤོག།

chö kün nyamnyi tokpar shok

確昆 娘尼 托巴 秀

證悟諸法平等性。

ཇོ་ཏུ་བེ་ཏེ།

dza hung bam ho

雜 吽 邦 吽

ཚོགས་ཞིང་རྣམས་རང་ལ་བྲིམ་པར་བསམས་ལ།

tsok zhing nam rang la timpar gyur

措 星 南 讓 拉 廳 巴 究

諸 資 糧 田 融 入 己 。

བདག་གི་རྣལ་འབྱོར་ནི།

自 瑜 伽 者 ：

ཨ། འོད་གསལ་སྣོད་ཉིད་དབྱིངས་ཀྱི་ངང་།

ah, ོ ösal tongnyi ying kyi ngang་

阿 沃 色 通 尼 英 吉 昂

阿 ！ 光 明 空 性 法 界 體 ，

དོ་རྗེ་བོད་པ་འཇིན་པར་སྦྱར།

dorjé töpa dzinpar jorᄣ

多傑 托巴 津巴 決

握杵 顛器 而相合 ，

དར་དང་རིན་ཆེན་རུས་པས་བརྒྱན།

dar dang rinchen rüpe gyen ᄣ

達當 仁欽 汝貝 堅

絲絹 珍寶 骨飾 嚴 ，

བམས་ཤེས་སྟོམས་འཇུག་སྦྱིལ་ཀྱང་གིས།

tapshé nyomjuk kyiltrung giᄣ

塔謝 永句 丘充 記

方慧 等合 跏趺 坐 ，

འཇམ་ཚེན་འོད་ལྗེ་དཀྱིལ་ན།

jatsön ö ngé long kyil naᄣ

佳村 沃恩 龍丘 那

五光 彩虹 界中央 ，

པམ་ཉི་ཟླའི་སྤེང་དུ་བཞུགས།

pema nyidé tengdu zhuk།

貝瑪 尼爹 登杜 術
蓮花日月上安住，

སངས་སྲིད་ཙ་གསུམ་ནི་ཚོའི་ལྷ།

nangsi tsa sum zhitrö lha།

囊希 查孫 希措 拉
顯有三根寂忿尊，

ཏིལ་གོང་ཁ་ཕྱེ་ལྷ་བུར་གསལ།

til gong kha ché tabur sal།

提貢 卡且 塔布 稍
明現如開芝麻團，

ང་ཡབ་གླིང་ནས་རང་འབྲ་བའི།

ngayap ling né rangdrawé།

阿雅 令涅 讓 抓威
從別拂洲如己之，

ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཆར་ལྟར་བབ་མེ

yeshé sempa char tar bapམེ

耶些 森巴 恰塔 巴

智慧薩埵如雨降，

བདག་དང་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ལ་མེ

dak dang lhatsok tamché laམེ

達當 拉措 壇且 拉

於我以及諸天眾，

དབྱེར་མེད་ཐིམ་ནས་བྱིན་བརྒྱབས་གུར་མེ

yermé tim né jinlap gyurམེ

耶美 廳涅 津拉 究

無別融入而加持。

ཨོ་ཨུཾ་ཧཱིྃ་བཙུག་རུ་བརྒྱ་ཐོད་ཕྱིར་རྩལ་བཙུག་ས་མ་ཡ་ཇཾ་
སྲིདྲི་པ་ལ་ཧཱིྃ་ཨུཾ་

om ah hung benza guru pema tötrenɡ tsal
benza samaya dza siddhi pala hung aᄁ

嗡 阿 吽 邊 紫 咕 嚕 貝 瑪 托 稱 雜
邊 紫 薩 瑪 雅 紫 悉 地 帕 啦 吽 阿

ཞེས་ཡང་ཡང་བསྐྱས་པས་བྱིན་དབབ།
反覆念誦以迎降加持。

ལྗེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱ་བས་པ་ནི།
舌加持者：

པརྒྱའི་ལྗེ་གས་སྟོང་ཨུཾ་དམར་པོཾ་

pemé jak teng ah marpoᄁ

貝美 佳殿 阿 瑪波

蓮花舌上紅色「阿」，

བདེ་བའི་ངོ་བོས་མཚན་པ་ཡིས།

dewé ngowö tsenpa yiᄆ

爹威 沃窩 稱巴 宜
體性為樂作標幟，

དོ་རྗེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་བསྐྱལ་པས།

dorjé gyü kyî dra drakpéᄆ

多傑 究吉 紮 抓貝
響起金剛續音故，

ཕྱོགས་བཅུར་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

chok chur zhing kham tamché kyîᄆ

確初 星康 壇且 吉
十方刹土一切之，

བརྟན་དང་གཡོ་བའི་སྐྱ་སྐད་ཀུན།

ten dang yowé draké künᄆ

殿當 約威 紮給 昆
一切動靜聲音語，

ཅེས་བཟོན་ཅིང་བསམས་ལ། ཅིར་སྐྱང་ལྷ་དང་སྐྱ་གཤམ་དོ་རྗེའི་རྒྱུད་གྱི་
རང་སྐྱ། ཅན་ཉོག་འོད་གསལ་དབྱིངས་གྱི་རང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་
དུ་གསལ་དག་སྟན་གསུམ་དང་ལྡན་པས་ཟབ་མོའི་རྒྱུད་འདི་བཟླག་པར་
བྱའོ།།

如是念誦思惟，明觀一切顯相皆為本尊、聲音皆
為金剛續自聲、念頭皆於光明界性中等住，當具
足清晰、清淨、樂韻以誦此甚深密續：

རྩ་གི་གསང་བའི་སྐད་དུཾ རུ་ཨ་ཤ་ཀྲཾཾ

daki sangwé ké duṣ ru a sha kshaṣ

達記 桑威 給杜：汝 阿 夏 恰

空行密語云：汝阿夏恰

རྒྱ་གར་སྐད་དུཾ པདྨ་གཙ་ཏྲཱཾཾ

gyagar ké duṣ padma garbha tantraṣ

佳嘎 給杜：貝瑪嘎巴 坦箭

梵語云：貝瑪嘎巴 坦塔

བོད་སྐད་དུ། བཟའི་སྡིང་པོའི་རྒྱུ།

böké du% pemé nyingpö gyü%

波 給 杜 ； 貝 美 寧 波 究

藏 語 云 ； 貝 美 寧 波 局 (即 ； 蓮 花 心 要 續)

འོད་གསལ་དོན་གྱི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ösal dön gyi lha la chaktsal lo%

沃 稍 冬 記 臘 拉 恰 叉 洛

頂 禮 光 明 勝 義 本 尊 天 ！

ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད་པའི་དུས།

tokma tama mepé dü%

托 瑪 塔 瑪 美 貝 杜

無 始 無 終 之 時 間 ，

རང་བྱུང་རིག་པས་འདི་བཤད་དེ།

rangjung rikpé di shé dé%

讓 炯 日 貝 迪 謝 爹

自 生 明 覺 宣 說 之 ；

གཞི་གཅིག་ལམ་གཉིས་འབྲས་བུ་ལྔ་ལྟོ་།

zhi chik lam nyi drebu ngaᄣ

希器 蘭尼 哲布 阿

一基二道五種果，

ཉི་ལ་སྟོང་གསལ་དབྱིངས་སུ་ཚོགས་ལྟོ་།

tila tong sal ying su dzokᄣ

提拉 通稍 英蘇 佐

備於芝麻空明界，

ཚོས་སྐྱེ་རིས་མེད་ཀུན་ཏུ་ཞལ་ལྟོ་།

chöku rimé kuntu zhalᄣ

確固 日美 昆突 稍

法身無偏向一切，

ལོངས་སྐྱེ་མཚན་དཔེའི་རྣམ་པར་བཞེངས་ལྟོ་།

longku tsenpé nampar zhengᄣ

隆固 稱貝 南巴 先

報身生起莊嚴相，

སྤྱལ་སྤྱ་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས་པས།

tulku nangwa thayé péᄎ

祝固 囊瓦 塔耶 貝
化身無邊光明故，

རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷུང་བྲལ་བའི་གནས།

gyaché chok lhung dralwé néᄎ

佳且 卻隆 抓威 涅
遠離偏頗偏袒處，

ཡེ་ཤེས་རང་སྣང་ཀུན་ཏུ་འབར།

yeshé rang nang kuntu barᄎ

耶些 讓囊 昆突 巴
自顯智慧照一切，

ཅིར་ཡང་འཆར་ཞིང་ཅིར་ཡང་སྤྱལ།

chiryang char zhing chiryang trülᄎ

器楊 恰星 器楊 初
隨任顯現隨任化，

འོག་མིན་རང་བཞིན་ཀུན་ལ་བྱབ་ཅེ།

okmin rangzhin kün la khyap་ཅེ།

沃明 讓辛 昆拉 恰
奧明白性遍一切，

སྤྱག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཅེ།

tukpo köpé zhing kham su་ཅེ།

突波 括貝 星康 蘇
猶如密嚴刹土中，

སྟོན་འཁོར་དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་བཞིན་ཅེ།

tön khor gongpa yermé zhin་ཅེ།

吞擴 貢巴 耶美 辛
導師眷屬意無別，

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་མ་དང་ཅེ།

jangchup sempa sema dang་ཅེ།

江秋 森巴 森瑪 當
男女菩提薩埵及，

དག་དང་མ་དག་སྣ་ཚོགས་པར་མེད་པའོ།

dak dang ma dak natsok par་མེད་པའོ།

達當 瑪達 那措 巴
種種清淨與不淨，

བསམ་མི་བྱུང་བ་དབྱིངས་ཀྱི་དུས་མེད་པའོ།

sam mi khyapa ying kyi dü་མེད་པའོ།

三米 恰巴 英吉 杜
不可思議法界時，

རྟམ་པ་རྒྱུན་དུ་ངེས་པ་སྟེ་མེད་པའོ།

takpa gyündu ngepa té་མེད་པའོ།

塔巴 君杜 恩巴 貼
恒常相續之決定，

མ་ངེས་བྱེ་བྲག་འགྲུར་བའི་ཚེ་མེད་པའོ།

ma ngé jedrak gyurwé tsé་མེད་པའོ།

瑪恩 傑紮 究威 策
不定差別變化時，

མ་རྟོགས་ལོག་རྟོགས་ཕྱོགས་རྟོགས་དང་།

ma tok lok tok chok tok dang།

瑪托 洛托 卻托 當
不悟邪悟局部悟，

ཡང་དག་ཇི་བཞིན་མ་རྟོགས་སོགས་།

yangdak ji zhin ma tok sok།

楊達 記辛 瑪托 索
未能如實證悟等，

རང་རང་དབང་པོའི་བྱད་པར་བཞིན་།

rang rang wangpö khyepar zhin།

讓讓 旺波 且巴 辛
依照各各根器異，

སོ་སོར་ལམ་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྟན་།

sosor lam gyi tsül du ten།

索索 蘭記 初杜 殿
開示別別道軌理，

ཡང་དག་གསང་མཚོག་ལམ་འདི་ནི།

yangdak sang chok lam di ni།

楊達 桑卻 蘭迪 尼
真實秘密此勝道，

རིམ་པར་དབང་གི་སྒོ་ནས་འཇུག།

rimpar wang gi goné juk།

令巴 旺記 果涅 句
依次灌頂以入門，

གྲོགས་སུ་དམ་ཚིག་དག་པར་བྱ།

drok su damtsik dakpar ja།

卓蘇 旦器 達巴 佳
清淨誓句為助伴，

ནལ་འབྱོར་དང་ནི་མན་ངག་གིས།

naljor dang ni mengak gi།

納覺 當尼 門阿 記
說以瑜伽及竅訣，

འབྲས་བུ་ཉེར་ལྔ་ཐོབ་པར་བཤད་ཅེས་།

drebu nyer nga topar shéᄃ

哲布 涅阿 托巴 謝

能獲二十五種果，

བླ་མ་གསང་བ་ཀུན་གྱི་བདག་ཅེས་།

lama sangwa kün gyi dakᄃ

喇嘛 桑瓦 昆記 達

上師一切秘密主，

ཀུན་བཟང་སྲས་མཚོག་པ་རྒྱ་འབྱུང་ཅེས་།

kunzang sé chok pema jungᄃ

昆桑 色卻 貝瑪 炯

普賢勝子蓮花生，

བསམ་ཡས་རིགས་དང་དགྱིལ་འཁོར་ཀུན་ཅེས་།

samyé rik dang kyilkhor künᄃ

桑耶 日當 丘擴 昆

放收一切難思議，

གྱུ་འཕྲུལ་བྱ་བར་སྒྲི་ཞིང་བསྟུང་།

gyutrül drawar tro zhing duᄃ

究初 抓瓦 措星 杜

佛部壇城幻化網，

མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་སོགས་།

mi kyö dorjé sempa sokᄃ

米卻 多傑 森巴 索

不動金剛薩埵等，

རིགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐུར་བ་ལྟུང་།

rik kyi khorlō gyurwa ngaᄃ

日吉 擴洛 究瓦 阿

五位佛部轉輪王，

ཕུང་པོ་ལྟ་ཉིད་རྣམ་པར་དག་།

pungpo nga nyi nampar dakᄃ

彭波 阿尼 南巴 達

乃為五蘊盡清淨，

འབྲུང་བ་དབྱིངས་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་ཏེ།

jungwa ying kyi yumchen té།

炯瓦 英吉 蓮千 貼

大種法界大佛母，

ཚོགས་ཡུལ་སེམས་དཔའ་ལྷུ་མ་དྲུལ་དང་།

tsok yül sempa chamdral dang།

措優 森巴 羌抓 當

六識菩薩兄妹及，

ཉོན་མོངས་འགོ་འདུལ་བྱུབ་པ་དུག།

nyönmong drodül tupa druk།

永孟 佐度 突巴 竹

伏煩惱眾六能仁，

གདུག་པ་ཚར་གཙོད་མཐར་བྱེད་ཡུམ་།

dukpa tsarchö tar jé yum།

度巴 查確 塔傑 蓮

斷除惡毒終結母，

གཞན་ཡང་སྐྱལ་པའི་བྱེ་བྲག་ནི།

zhen yang trulpé jedrak niᄆ

先楊 初貝 傑抓 尼
其他種種化身者，

བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་ཕྱག་རྒྱར་ཤར།

sam gyi mi khyap chakgyar sharᄆ

三記 米恰 恰佳 夏
現起難思議手印，

དེ་དག་བྱ་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ནི།

dedak jajé gyalpo niᄆ

爹達 佳傑 佳波 尼
彼等所作能作王，

བརྩུན་མོའི་བདེ་བས་དགྱེས་པར་རྣམ།

tsünmö dewé gyepar rôlᄆ

村莫 爹威 給巴 若
以后妃樂享歡喜，

མི་བསྐྱོད་སེམས་དཔའ་བྱུགས་ཀར་སྤྲུལ་མེད་པའོ།

mi kyö sempa tükar béམ

米卻 森巴 突嘎 貝
不動薩埵隱心間，

ཕྱག་རྒྱ་དོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་འབར་མེད་པའོ།

chakgya dorjé drilbu barམ

恰佳 多傑 直布 巴
手印金剛杵鈴耀，

གསང་བ་ཀུན་འདུས་བྱུགས་ཀར་རྩྱུ་མེད་པའོ།

sangwa kündü tükar hungམ

桑瓦 昆度 突嘎 吽
秘密總集心間「吽」，

དོ་རྗེ་དྲིལ་བུ་བསྐྱོལ་བས་འཁྱུད་པའོ།

dorjé drilbu nolwé khyüམ

多傑 直布 諾威 初
杵鈴相交而擁抱，

དབྱིངས་ཕྱག་ཕྱགས་སྤྲས་ཡབ་ལ་བལྟེ།

yingchuk tuk bé yap la taᄌ

英初 突貝 雅拉 塔
界母藏心觀佛父，

ཕྱག་རྒྱ་དོ་རྗེ་ཐོད་པ་འབར་མེ།

chakgya dorjé töpa barᄌ

恰佳 多傑 托巴 巴
手印持杵顱器耀，

གསང་བ་ཀུན་འདུས་ཕྱགས་ཀར་སྦྱུལ་མེ།

sangwa kündü tukar mumᄌ

桑瓦 昆度 突嘎 門
秘密總集心間「門」(mūᄌ) ，

དོ་རྗེ་ཡབ་འབྱུང་ཐོད་ཞལ་སྟོབ་མེ།

dorjé yap khyü tö zhal topᄌ

多傑 雅初 托稍 陀
持杵抱父獻顱器，

བདག་ཉིད་བྱིན་གྱིས་སློབ་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་ཅེ།

daknyi jin gyi lopé chirᄃ

達尼 津記 洛貝 器

為於自身加持故：

ཨོ་ཨུཿ་ཧཱུྃ་བཙྰ་གུ་རུ་པདྨ་ཐོད་ཕྱིར་རྩལ་བཙྰ་ས་མ་ཡ་ཇེ།

སྲིདྱི་པ་ལ་ཧཱུྃ་ཨུཿ་ཅེ།

om ah hung bendza guru pema tötrenᄃ tsal

bendza samaya dza siddhi pala hung aᄃ

嗡 阿 吽 邊 紫 咕 嚕 貝 瑪 托 稱 雜

邊 紫 薩 瑪 雅 紫 悉 地 帕 啦 吽 阿

མཁའ་བྱེད་འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་ཕྱིར་ཅེ།

khakhyap drowa dülwé chirᄃ

擘 恰 朵 瓦 度 威 器

為伏遍空眾生故：

ཨོ་བཛྲ་མ་རྩུ་གུ་རུ་སཐ་སྐྱི་རྩྱེ་ཕའེ།

om bendza maha guru sarva siddhi hung péᄣ

嗡 邊紫 瑪哈 咕嚕 薩瓦 悉地 吽呬

རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྙིང་པོ་ཅན་ཅེ།

rangjung yeshé nyingpo chenᄣ

讓炯 耶些 寧波 千
自生智慧具心要，

ཐོག་མ་ཐ་མའི་རྒྱ་འབྲས་མེད་ཅེ།

tokma tamé gyumdré méᄣ

托瑪 塔美 究這 美
開首終結因果無，

ཀྱེན་མེད་འཆིང་མེད་གྲོལ་བ་མེད་ཅེ།

kyenmé chingmé drölwa méᄣ

堅美 欽美 卓瓦 美
無緣無縛無解脫，

དོ་རྗེའི་རིག་འཛིན་ནམས་ཀྱིས་བྱུངས།

dorjé rikdzin nam kyi zung།

多傑 日津 南記 宋

金剛持明眾所持，

མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་བམས་ཅད་གྲོལ།

tong tö dren rek tamché dröl།

通托 珍惹 壇且 佐

見聞念觸盡解脫，

བཏྲམ་པས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་བྱེད།

lakpé sangyé drupar jé།

臘貝 桑傑 祝巴 傑

念誦即能成正覺，

དུས་ཀྱི་བ་མར་རང་སྤང་ནས།

dü kyi tamar rangnang né།

度吉 塔瑪 讓囊 涅

末世之時自顯已，

ཡེ་ཤེས་སྣོང་པོ་རྒྱལ་པར་འགྱུར་མེད་།

yeshé nyingpo gyepar gyur་མེད་།

耶些 寧波 傑巴 究
智慧心要當增盛 。

རང་བྱུང་བཀྲག་པས་གྲོལ་བ་སྐྱུ་འཕུལ་བྱ་བ་ས་པོན་གྱི་རྒྱུད་པར་
འི་སྣོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་པོ་མེད་།

rangjung lakpé drölwa gyutrül drawa sabön
gyi gyü pemé nyingpo zhé jawa dzok so་མེད་།

讓炯 臘貝 卓瓦 究初 抓瓦 薩奔 記局
貝美 寧波 些 佳瓦 佐索
《自生念誦解脫幻化網種子續蓮
花心要》圓滿 。

དེ་ལྟར་གསུམ་བདུན་ཉེར་གཅིག་སོགས་ཇི་ལྟར་རུས་པ་བཀྲགས་པའི་
མཐར་དབྱེས་གསལ་ཉེན་སྣོང་ཡིག་བརྒྱ་བཟླས་པས་རྒྱུད་བཀྲག་པའི་
ལྷག་ཆད་ལ་བསྐྱང་ཞིང་བྱིན་ལྷབས་བཏུན་པར་བྱས་རྗེས་ཐལ་མོ་སྐྱུར་ཏེ།

如是隨力念誦三、七、廿一遍等已，持誦元音輔音、緣起心咒、百字明以彌補增減並堅固加持。

其後合掌：

ཨོཾ་ རང་རླུང་འོད་གསལ་ཚལ་སྐྱེ་དབྱིངས་མཚོ།

omꣳ rangjung ösal chökü yingꣳ

嗡 讓 炯 沃 稍 卻 固 英

嗡！自 生 光 明 法 身 界，

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཀུན་བདག་ཉིད་མཚོ།

küntuzangpo kün daknyiꣳ

昆 突 桑 波 昆 達 尼

一 切 自 性 普 賢 王，

དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་བདེ་བ་ཚེ།

dorjé sempa dewa ché།

多傑 森巴 爹瓦 且
金剛薩埵大樂尊，

མི་བསྐྱོད་རྣམ་སྤང་རིན་ཚེན་འབྱུང་།

mikyö namnang rinchen jung།

米卻 南囊 仁欽 炯
不動大日寶生佛，

དཔག་མེད་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་ཡི།

pakmé dön yö drupa yi།

帕美 東約 祝巴 宜
彌陀不空成就佛，

བསམ་ཡས་སྤྱོད་འཕུལ་བྱ་བའི་རིགས་།

samyé gyutrül drawé rik།

桑耶 究初 抓威 日
放收一切難思議，

ཐམས་ཅད་སྣོད་དང་སྣུད་མཛད་པཾ་

tamché tro dang dü dzepaᄁ

壇且 措當 度 則巴
幻化網之諸佛部，

ཀྱེ་ཀྱེ་ཀུན་བཟང་པདྨ་འབྱུང་ཾ་

kyé kyé künzang pema jungᄁ

給給 昆桑 貝瑪 炯
嗟乎普賢蓮花生，

བདག་ལ་དགོངས་པར་མཛད་ཏུ་གསོལ་ཾ་

dak la gongpar dzé du solᄁ

達拉 貢巴 則度 收
祈請於我作顧念，

བདག་གིས་འགྲོ་བ་ཀུན་དོན་ཏུ་

dak gi drowa kün dönduᄁ

達記 佐瓦 昆 東度
我為利益諸眾生，

དོ་རྗེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་བསྐྱུགས་པས་མེད་ཅེས་པའོ།

dorjé gyü kyi dra drakpéམ

多傑 究吉 紫 紫貝

宣揚金剛續音故，

མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མེད་ཅེས་པའོ།

gönpo khyö kyi yeshé dangམ

貢波 確吉 耶些 當

怙主以尊無量智，

བྱུགས་བསྐྱེད་སློན་ལམ་དཔག་ཡས་མཐུས་མེད་ཅེས་པའོ།

tukyé mönlam pakyé tüམ

突給 蒙蘭 帕給 突

以及發心誓願力，

ཁམས་གསུམ་སློན་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མེད་ཅེས་པའོ།

kham sum nöchü tamché kyiམ

康孫 諾確 壇且 吉

三界情器一切之，

འབྱུང་བའི་སྐྱ་དང་དབྱེར་མེད་པས།

jungwé dra dang yermé péᄎ

炯威 紮當 耶美 貝

大種聲音令無別，

གྲགས་སྟོང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་རུ་གྱུར།

drak tong gyü kyi dra ru gyurᄎ

紮通 究吉 紮汝 局

轉成聲空續部音，

ཐོས་པས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་དང་།

töpé lé dang nyönmong dangᄎ

托貝 列當 永蒙 當

聽聞即從諸煩惱，

སྐྱུག་བསྐྱལ་ཀུན་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཏེ།

dukngal kün lé namdröl téᄎ

度阿 昆列 南卓 貼

一切痛苦中解脫，

འབྲུང་གནས་ཀྱི་རང་ཞལ་བལྟ་བས་མཚམས་སྐྱར་ཏེ་སྤྱོད་ལམ་འཇུག་པར་
བྱེད།།

如是祈請並迴向善根於菩提，明觀自為蓮花生尊
身顯空雙運，以觀照超越思量空明心性自生智慧
勝義普賢蓮花生本來面目作結，其後進入日常行
儀。

དེ་ལྟར་དུས་རྒྱན་དང་ལྷན་པར་དུ། སྐྱ་དང་ས་གཡོ་འབྲུང་བ་དང་། མི་མ
ང་འདུ་ཞིང་ཚོགས་པ་སོགས་། ཀུན་གྱིས་ཐོས་པར་བརྗོད་བྱས་ན། ཞེས་
གསུངས་པའི་སྐབས་རྣམས་སུ་རི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར་བཤག་པས་མཚོན་
ཏེ། སྐྱེགས་བམ་དུ་བྱས་ཏེ་བཏགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་ཨོ་རྒྱན་
རིན་པོ་ཆེའི་གསུངས་ལས། འདི་ལྟ་བུ་ཡི་རྒྱུད་སྡེའི་བཅུད་། སྤྱིང་པོ་ལས་
ཀྱང་སྤྱིང་པོའི་བཅུད་། གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཀུན་བཟང་གི་། ཡེ་ཤེས་
མངོན་སུམ་རང་སྣང་བ་། སྐྱེགས་བམ་མཐོང་བས་གྲོལ་འགྱུར་ན།
བཤགས་པས་གྲོལ་བ་སྤོས་ཅི་དགོས་། ཐོས་གྲོལ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ།

མགུལ་དུ་འཆང་བས་བཏགས་གྲོལ་ཡིན། སྲི་ཡི་རྗེས་དང་ཨ་མྲི་ཏས།
 རྒྱུད་འདི་བཞུགས་ནས་བཏབ་པ་གང་། ཚོར་དང་མྱོང་བས་གྲོལ་བའི་
 མཚོགས། འདི་ཉིད་འཆང་བས་རེག་པའམ། འཆང་བ་དེ་ལ་རེག་པས་
 ཀྱང་། བདེ་ཆེན་སྐྱེ་ཞིང་ཚོལ་མེད་གྲོལ། ཨེ་མ་ངོ་མཚར་མེད་གྱི་ལམ།
 རང་བྱུང་པ་དྲུག་འུགས་ཉིག་གོ། ཞེས་བསྐྱེ་མེད་དོ་རྗེས་གསུང་གིས་རྒྱ་
 ཆེར་བསྐྱེགས་པའི་ཚུལ་ལ་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ་ཟབ་མོའི་རྒྱུད་འདི་
 མཉན་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྐྱོམ་པ་དང་། འཛིན་པ་དང་། འདྲི་
 བ་དང་། འཆང་བ་དང་། ལ་ཉོན་དུ་བྱ་བ་དང་། གཞན་དག་ལ་ཡང་དག་
 པར་རྒྱ་ཆེར་རབ་དུ་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་ནས་ཀྱུན་བཟང་པ་དྲུག་
 གནས་གྱི་ཕྱིན་ལས་མཁའ་བྱུང་སྟེ་ལ་བ་དང་། བདག་གཞན་གྱི་རྒྱུད་
 ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་ལེགས་ཚོགས་གྱི་སྐྱེང་བ་དུས་ཉག་དུ་རྒྱས་པའི་
 ཚུལ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་བཙོན་པར་བྱའོ།

如是日修，尤其於例如「聲與地震出現時，眾人
 共聚集會等，普皆聞時作念誦」等時間如法念

誦；將此續製成經卷佩帶，鄔金仁波切說其利益為：

「如此續部之精粹，較之核心更核心，
本初怙主普賢王，智慧現證自顯現，
見此經函即解脫，念誦解脫何須言？
一切聽聞解脫王；繫於頸上戴解脫；
以諸香物及甘露，念誦此續後塗抹，
殊勝嗅與嚐解脫；持此續者所接觸，
或有接觸持此者，無勞解脫生大樂。
奇妙難得稀有道，自生蓮花心髓也。」

銘記如是無訛金剛語廣大讚嘆，聽聞、思惟、觀修、憶持、佩帶、課誦，以及於他人廣為正確開演，藉此等等能令普賢蓮花生事業周遍虛空，利樂善聚恆時散發於自他相續中，故當專一勤行。

ཞེས་པའང་རྩོད་བྱལ་དུས་བབ་ཀྱི་སྐྱུལ་པའི་གཏེར་སྟོན་ཚེན་པོ་ཨོ་རྒྱན་
 མཚོག་གུར་བདེ་ཚེན་གླིང་པའི་བཀའ་དྲིན་ལས་ཟབ་ཚོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་
 གསང་བ་རྫོགས་པར་དང་པོར་ཐོབ་པའི་སྐལ་བཟང་ཅན་མཚོ་སྐྱེས་སླ་མ་
 དགུས་པའི་འབངས་མཁུན་བཙུང་ཉིད་བང་པོས་གནས་དུས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་
 ཡུན་སྐུམ་ཚོགས་པས་མཚམས་སྦྱར་ཏེ། སྐབ་མཐའ་དེས་མེད་པའི་སྐྱེས་
 ཚེན་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཚུལ་འདིའི་སྟོན་གྲོལ་བཤད་བཀའ་ལུང་བཅས་
 རྫོགས་པར་སྐུལ་བའི་སྐབས་སུ་གཏེར་གཞུང་དོ་རྗེའི་ཚོག་རྒྱུ་བཀྲགས་
 པས་སྐབ་པར་བསྐྱབས་པའི་དགོ་བས་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་གི་འགྲོ་རྣམས་
 ཀུན་བཟང་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་མངོན་དུ་བྱེད་
 པའི་རྒྱུར་གུར་ཅིག། སམ་དུ་མཛུ་ལོ་གྲ་བ་ཏུ། །།

此乃依於無諍應時化身大伏藏師鄔金秋吉德欽林
 巴之恩德，具善緣率先圓滿獲得此甚深法之秘密
 者、海生上師歡喜之僕人蔣揚欽哲旺波，配合時
 地緣起圓滿，於諸不分宗義之賢哲大士，圓滿呈

獻此傳規之成熟（灌頂）、解脫（教授）、釋論、
口傳時，編輯伏藏文金剛句以供誦修。

願此善德，成為見聞思觸諸眾生，此生現證普賢
蓮花生果位之因。一切時中願恒吉祥！



桑耶翻譯

桑耶翻譯以蓮花生大士心子，穆茹贊普王子為典範，其因致力於翻譯工作而受人景仰，被譽為「譯師王子」(拉瑟·洛察瓦)。這位聖者於十三世後轉世成偉大伏藏師——秋吉德欽林巴；為維護此甚深傳承，我們團隊在帕秋仁波切的指導下，譯者、作者和編輯人數都有穩定成長。

桑耶翻譯核心使命，在於翻譯佛法實修與法教內容，透過提供實體印刷或線上版本來保存、傳播佛法。雖然我們的主要重點在於為《秋林新

伏藏》之追隨者提供必要學習和修行法本，但我們也翻譯了自釋迦牟尼佛以降的許多古今佛教文本。

更多相關資訊請參考：samyetranslations.org

版權聲明

■ 《上師意修·障礙遍除》－《自生念誦解脫蓮花心要續》附念誦法，由侯松蔚教授從藏譯漢。

■ 此法本版權由「桑耶翻譯」所有。未經書面許可，不得以任何形式重製本手冊部分或全部內容。

■ 版本：2023 年，桑耶翻譯出版小組

Samye Translations & Publications，
www.samyetranslations.org.

■ 封面圖片：貝瑪炯涅，由帕秋仁波切提供。

版權所有：Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International License



ཡི་གེ་ཉི་ལུ་ཚུ་བླ་ག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཤོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཚུ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Mahājūsri Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.