

༄༅། རྫོགས་པ་ཚེན་པོ་གྲོང་ཚེན་སྤྱིང་ཉིག་ལས་ཀྱི་སྤྱི་ལིའི་ཚོགས་བསགས།

大圓滿龍欽心髓古薩里施身儀軌

The Dzogchen Longchen Nyingtik Kusali Chod

། སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་མཚོག་ལ། །

桑吉丘當措巧拉〔佛法賢聖眾〕

SANG GYE CHÖ DANG TSOK CHOK LA

Until enlightenment, I take refuge

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཚེ། །

江秋瓦德加森切〔菩提間皈依〕

CHANG CHUP BAR DU KYAP SU CHI

in the buddha, the dharma, and the supreme assembly.

རང་གཞན་དོན་ནི་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །

讓善敦呢日哲協〔為廣成二利〕

RANG ZHEN DÖN NI RAB DRUP CHIR

I generate the awakened mind

བྱང་ཚུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བསྒྲི། །

江秋森呢杰巴杰〔發起菩提心〕

CHANG CHUP SEM NI KYED PAR GYI

in order to perfectly accomplish my own aims and the aims of others.

སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག །

森堅得當丹杰就〔願有情具樂〕

SEM CHEN DE DANG DEN GYUR CHIK

May all beings be happy!

སྤུག་བསྐྱལ་གྱུན་དང་བྲལ་བར་ཤོག །

杜阿根當扎瓦效〔願離一切苦〕

DUK NGAL KÜN DANG DRAL WAR SHOK

May we be free from suffering!

བདེ་དང་ཉག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་། །

德當達得摩扎上〔恒常不離樂〕

DE DANG TAK TU MI DRAL ZHING

May our happiness be everlasting!

ཚོས་ཀུན་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག །

丘根年涅朵巴效〔證諸法平等〕

CHÖ KÜN NYAM NYID TOK PAR SHOK

May we realize the equal nature of all phenomena!

ཕཌེ་ ལུས་གཅེས་འཛིན་བོར་བས་ལྷ་བདུད་བཅོམ་མེད་པེ་

啪的，離吉怎沃威拉德炯〔斷身愛執降天魔〕

PET , LÜ CHE DZIN BOR WAI LHA DÜD CHOM

The godly demon is conquered by forsaking grasping to this beloved body.

སེམས་ཚངས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་པེ་

森倉比果內央拉屯〔心出梵頂入虛空〕

SEM TSANG PE GO NE YING LA TÖN

My mind emerges from my brahma-aperture into space.

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཅོམ་ཁྲོས་མར་གུར་མེད་པེ་

且達格德炯杵瑪杰〔變忿怒母降死魔〕

CHI DAK GI DÜD CHOM TRÖ MAR GYUR

The demon of the lord of death is conquered: [my consciousness] becomes Tröma.

གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་བཅོམ་གྱི་གུག་གིས་མེད་པེ་

葉紐蒙德炯志哥給〔右彎刀摧煩惱魔〕

YE NYÖN MONG DÜD CHOM DRI GUK GI

The demon of the afflictions is conquered by the curved blade in her right hand.

གཟུགས་སྤང་བའི་བདུད་བཅོམ་ཐོད་པ་བྲེག་པེ་

熱彭布德炯托巴扎〔切取頭蓋降蘊魔〕

ZUK PUNG PÖ DÜD CHOM TÖD PA DREK

The demon of the aggregates of form [and so forth] is conquered: my skull is cut.

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུ་ཐོགས་པེ་

雲利協策吉班達托〔左手作業持班達〕

YÖN LE CHED TSUL GYI BHENDHA TOK

She holds the skull cup in her left hand in the manner of [enlightened] activity.

སྐྱ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྐྱེད་སྤར་བཞག་པེ་

格森杰摩咕杰波沙〔置於三身人頭灶〕

KU SUM GYI MI GÖ GYED PUR ZHAK

[My skull is] placed on a tripod hearth of human heads, the three kayas.

ནང་སྟོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོ་དེ།

囊東森剛為萬若得〔內屍身滿三千界〕

NANG TONG SUM GANG WAI BAM RO DE

Within is my corpse, large enough to fill the billion-fold universe.

ཨ་ཐུང་དང་ཧི་ཡིག་གིས་བདུད་རྩིར་བཟུང་།

阿通當杭耶給德則是〔以短阿〔 〕杭〔 〕融甘露〕

A TUNG DANG HAM YIK GI DÜD TSIR ZHU

The letters, short AH and HAM, melt it into nectar

འབྲུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པས་སྤངས་སྤེལ་བསྐྱར།

哲森杰尼貝央貝杰〔三字咒力淨增變〕

DRU SUM GYI NÜ PE JANG PEL GYUR

and it is purified, increased and transformed by the power of the three syllables:

ཨོྩ་ཨུལ་ཧཱུྃ།

噶阿吽〔隨力念誦〕

OM AH HUNG Recite as much as possible

ཕན་ཅེ་ཡར་མཚོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་སྤྲུགས་དམ་བསྐྱང་།

啪的 雅巧耶准杰特丹剛〔上供貴客令滿願〕

PET, YAR CHÖD YUL DRÖN GYI TUK DAM KANG

Above, the guests who receive the offerings are fulfilled.

ཚོགས་རྫོགས་ནས་མཚོག་སྤུན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ།

措作內巧屯吳朱脫〔資圓滿獲二悉地〕

TSOK DZOK NE CHOK TÜN NGÖ DRUP TOB

Having perfected the two accumulations, I obtain the common and supreme spiritual attainments.

མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།

瑪括沃准尼藍恰向〔下施凡客怨債清〕

MAR KHOR WAI DRÖN NYE LEN CHAK CHANG

The samsaric guests below are pleased and my karmic debts are discharged;

ཟུང་པར་དུ་གཞོན་བྱེད་བགེགས་རིགས་ཚིམ།

且巴德諾協嘎熱層〔尤作害魔得滿足〕

KHYED PAR DU NÖD CHED GEK RIK TSIM

in particular, harmdoers and all varieties of obstructors are satisfied.

ནད་གདོན་དང་བར་ཚད་དབྱིངས་སུ་ཞིེ།

納敦當瓦恰央色是〔病魔障礙消法界〕
NED DÖN DANG BAR CHED YING SU ZHI
Illnesses, evil spirits, and all obstacles subside into space.

ཀྱིན་ངན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བཟོག།

金安當達怎德德拉〔惡緣我執摧如塵〕
KYEN NGEN DANG DAK DZIN DUL DU LAK
Adversity and self-grasping are crushed into dust.

མཐར་མཚོན་བྱ་དང་མཚོན་ཡུལ་མ་ལུས་ཀྱིན།

塔巧夏當巧耶瑪利根〔後諸供品與供境〕
TAR CHÖD CHA CHÖD YUL MA LÜ KÜN
In conclusion, the nature of all of the offerings and recipients without exception

གཤིས་རྗོགས་པ་ཚེན་པོར་མ་བཅོས་ཨེ།

希作巴欽波瑪久阿〔大圓滿無改性中阿〕
SHI DZOK PA CHEN POR MA CHÖ A
is [placed] without contrivance in the great perfection: AH.

ན་མོ། བན་བདེ་མ་རྣམས་ཀྱིན་ལ་བསྐྱེ།

納摩潘得瑪南根拉歐〔南無 利樂迴向諸有情〕
NA MO PEN DE MA NAM KÜN LA NGO
Homage! I dedicate this merit to the benefit and happiness of all mothers (sentient beings.)

ཕན་བདེས་ནམ་མཁའ་གང་བར་ཤོག།

潘得南卡剛瓦效〔願諸利樂遍虛空〕
PEN DE NAM KHA GANG WAR SHOK
May all of space be filled with benefit and happiness!

སྲུག་བསྐྱལ་མ་ལུས་བདག་ལ་སྤྱིན།

德阿瑪利達拉門〔苦患無餘我代受〕
DUK NGAL MA LÜ DAK LA MIN
May every suffering ripen upon me.

སྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེམ་པར་ཤོག།

德阿杰加措根巴效〔願令苦海悉乾涸〕
DUK NGAL GYI GYA TSO KEM PAR SHOK
May the ocean of suffering dry up!

ན་མོ། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ས་བྱུང་།།

納魔 丘南塔嘉杰利兄 [南無諸法從緣起]

NAMO CHÖ NAM TAM CHED GYU LE CHUNG

Homage! Each and every phenomenon arises from a cause.

དེ་རྒྱུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།།

得杰得伸沙比松 [如來說是因]

DE GYU DE ZHIN SHEK PE SUNG

This cause is taught by the Thus-Gone.

རྒྱལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ།།

杰拉果巴剛因巴 [彼法因緣盡]

GYU LA GOG PA GANG YIN PA

What is the cessation of suffering?

དག་སྲོང་ཚེན་པོས་འདི་རྣམས་གསུང་།།

給永欽布德嘎松 [是大沙門說]

GE JONG CHEN PÖ DI KED SUNG

The Great Practitioner of Virtue explained this.

སྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་།།

德巴吉央魔夏讓 [諸惡莫作]

DIK PA CHI YANG MI CHA ZHING

Refrain from every negativity,

དག་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྤྱད།།

給瓦彭森措巴夏 [眾善奉行]

GE WA PÜN SUM TSOK PAR CHED

engage in an abundance of virtue, and

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།།

讓格森呢永色德 [自淨其意]

RANG GI SEM NI YONG SU DUL

completely tame one's own mind.

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན།།

德呢桑吉丹巴因 [是諸佛教]

DI NI SANG GYE TEN PA YIN

This is the buddha's teaching.

བསྐྱེད་པ་དམ་པའི་ཚོས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །

丹巴丹比丘拉因讓德内巴杰吉 [祈願聖教正法常住世]

TEN PA DAM PE CHÖ LA YÜN RING DU NE PAR GYUR CHIK

May [all beings] abide by these teachings, the sacred dharma, forever!

།དགེ་བཅོམ་ནི།

迴向文： Dedication of Merit

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

所囊得以它見色巴泥 [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་ལམ་བྱེད་ཅིང་། །

脱涅泥比扎囊旁切將 [摧伏一切過患敵]

THOB NEI NYE PAY DRA NAM PHAM CHEI SHING

and the total defeat of all negative forces,

སྐྱེ་གྲ་ན་འཚའི་བ་ལྷུང་འབྲིགས་པ་ཡི། །

接噶拿起巴龍出巴以 [生老病死猶波濤]

KYE GA NA CHI BA LAB THRUG PA YI

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

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྦྱོལ་བར་ཤོག། །

色比錯里捉瓦着瓦修 [願度有海諸有情]

SID PAY TSO LEI DRO WA DROL WAR SHOG

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

འཇམ་དབལ་དཔལ་འོས་ཇི་ལྷར་མཁྱེན་པ་དང་།

江巴巴我記達親巴當 [文殊師利勇猛智]

JAM PAL PA WO JI TAR KEN PA DANG

Just as the omniscient, heroic Manjushri and

ཀུན་ཏུ་བབས་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

根得桑波得央得甚德 [普賢慧行亦復然]

KUN TU ZANG PO DAY YANG DAY SHIN TAY

Kuntuzanpo have done,

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཕྱིར།

得達根記結司達羅喜 [隨彼一切常修學]

DAY DAG KUN GYI JAY SU DAG LOB CHER

So too shall I, by following and training accordingly;

དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྐྱོ།

格瓦地達它切日德我握 [我今迴向諸善根]

GAY WA DI DAG THAM CHED RAB TU NGO

thus I dedicate all of this virtue !

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །

地森沙比加瓦它見記 [此人善得勝壽命]

DU SUM SHEK PA'I GYAL WA TAM CHED KYI

I dedicate in the same manner as the buddhas. As dedication

བསྐྱོ་བ་གང་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྐྱེགས་བ་དེས། །

卧瓦剛拉瓊的昂哇地 [此人善來人中生]

NGO WA GANG LA CHOG TU NGAK WA DEI

is highly praised by the buddhas of the three times,

བདག་གི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་། །

答給各為雜瓦讀根將 [此不久當成就]

DAG GI GE WA'I TSA WA DI KUN KYANG

I dedicate all these roots of virtue

བཟང་པོ་སྤྱོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྐྱོ་བར་བགྱི། །

桑波却切染的卧瓦記 [如彼普賢菩薩行]

ZANG PO CHOD CHIR RAB TU NGO WAR GYI

to the perfection of the Deeds of the Excellent.

喇嘛智美 及 翻译小组 翻译/编辑

Translated and edited By Lama Drimed and his team.

2006, California USA