

༄༅། ཆོ་ཐར་གཏོང་བའི་ཆོ་ག་ཆོ་རིང་འདོད་དགའི་དཔལ་སྟེར་བཞུགས།

健康長壽萬事如意殊勝大禮

放生儀軌

米滂仁波切 著

སེམས་ཅན་དེའི་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་མགོན་པོ་ཆོ་དཔག་མེད་བསྐྱེད་ལ།

觀想放生有情頂上安住怙主無量壽佛，如是念誦：

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོའི་བར་དུ་རྒྱལ་བ་ཆོ་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

**dak dang semchen tamché dü di né zung té changchub nyingpö bardu gyalwa tsé dang
yeshe pak tu mepa la kyab su chi o**

從今直至菩提果

吾等一切有情眾

皈依無量壽智尊

勝者怙主無量壽

ལན་གསུམ།

念誦三遍

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་ཏེ་འཆི་མེད་རྟག་པ་དམ་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཆོ་ཐར་གཏོང་བའི་དགེ་བ་སྐྱབས་པར་

བྱའོ། །

**semchen tamché chiwé jikpa lé tar té chimé takpa dampé gopang tobpé chedu tsé tar
tongwé gewa drubpar ja o**

為利必死諸眾生

免於死亡諸怖畏

獲得無死聖成就

吾等修持放生行

ལྷ་མ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ལན་གསུམ། ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱོམས་ནས། ཆོག་བྱངས་ཚར་གསུམ་བརྗོད་ལ་ནས་འཕྲོ་བས་སེམས་ཅན་དེ་དང་དེའི་རིགས་ཅན་འཆི་བས་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་འཆི་
བདག་ལས་རྒྱལ་དེ་སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཆོ་ཡེ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་བསམ།

如是念誦三遍，接著生起四無量心，復次念誦無死勝壽陀羅尼三遍加持大麥灑於放生諸眾與其同類眾生，
觀想彼等無餘戰勝死魔，生生世世皆能獲得無死成就。

ཨྀ་ན་ཨྀ་རྣ་ག་མ་དྲེ། ཨ་པ་རི་མི་དྲ་ཨྲ་ཡུརྣ་ན་ལུ་བི་ནི་ཕྱི་དྲ་དྲོ་ར་རྩྭ་ཡ། དྲ་ཐ་ག་དྲ་ཡ། ཨ་ར་དྲ་སུམྱི་བརྣྟ་ཡ། དྲ་ཐ་ཐ། ཨྀ་བྱུ་བྱུ་མ་རྩ་བྱུ་
ཨ་པ་རི་མི་དྲ་བྱུ་ཨ་པ་རི་མི་དྲ་བྱུ་རྣྟ་ན་སྤྱི་རོ་བ་ཙྰ་དྲེ། ཨྀ་སར་སྤྱི་རྩྱ་ར་པ་རི་བྱུ་རྣྟ་དྲེ་ག་ག་ན་ས་སྤྱི་དྲེ་སྤྱི་མ་བི་བྱུ་མ་རྩ་ན་ལ་པ་རི་
ཨྀ་རི་སྤྱ་དྲ།

**om namo bhagavate aparimitāyur-jñāna-suviniścita-tejo-rājāya tathāgatāya arhate
samyak saṃbuddhāya | tadyathā | om puṇye puṇye mahā-puṇye 'parimita-puṇye
'parimita-puṇya-jñāna-saṃbhāropacite | om sarva-saṃskāra-pariśuddhe dharmate
gagana-samudgate svabhāva-viśuddhe mahā-naya-parivāre svāhā |**

嗡 南無 巴噶瓦帖 啊帕日密塔優-迦那-蘇必尼希塔-帖究-啦札呀 達塔噶達呀 阿哈帖 三藐 三布達達
呀 | 嗡 普耶 普耶 瑪哈-普耶 帕啦密塔-普耶 帕拉密塔-普呀-迦那-桑巴若帕西帖 | 嗡 薩瓦-桑斯
卡啦-帕利修得 達瑪帖 噶噶那-薩木噶帖 梭巴瓦-畢修爹 瑪哈-拿呀-帕日瓦瑞 梭哈 |

ཡེ་རྩར་བསྐྱེད་ཆོ་ཐར་གྱི་དྲགས་གདབ་དགོས་ན་བྲ། མཆན། དཔལ་བར་མར་གྱི་གཡང་བྱང་དང་། རྩེད་དུ་ཉི་ཟླ་བཞོད་ལ།

復次念誦緣起咒。若有意樂可於生放生諸眾額間以酥油塗上放生印：卐字加上日月標誌。

ཨྀ་ཡེ་རྣྟ་རྩ་དྲ་བ་རྩྱ་ཨྀ་དྲེ་བྱུ་རྣྟ་ཐ་ག་དྲོ་བ་དྲ། དྲེ་རྩྱུ་ཡེ་ནི་རོ་རྣ་ཨྀ་ཨྀ་ཨྀ་དྲི་མ་རྩ་ག་མ་ཆེསྤྱ་དྲ།

**om ye dharmā hetu prabhāvā hetuṃ teṣāṃ tathāgato hyavadat | teṣāṃ ca yo nirodha
evaṃ vādī mahāśramaṇaḥ svāhā ||**

嗡 耶 達瑪 嘿圖 帕巴瓦 帖桑 塔池噶投 哈瓦達達 | 帖桑 洽 由 尼若達 耶旺 瓦帝 瑪哈夏瑪那 梭哈
|

སྤྱ་མས་བྱང་།

復次以觀空咒淨化放生有情：

ཨྀ་སྤྱ་རྩྱ་མ་གྱུ་རྣྟ་སར་རྣྟ་སྤྱ་མ་བྱུ་རྣྟ་དྲེ།

om svabhāva śuddhāḥ sarvadharmāḥ svabhāva śuddho ‘haṃ

嗡 梭巴瓦 修達 薩瓦達瑪 梭巴瓦 修多 杭

སྟོང་པའི་ངང་ལས་དཀིགས་བྱའི་ལུས་ལུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆོད་ཐམས་ཅད་རྣམ་དག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་མཆོད་པའི་སྤྱིན་ལུང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་

པར་བྱས།

**tongpé ngang lé mik jé lü pung kham kyemché tamché namdak dewa chenpö rangzhin
chö pé trinpung sam gyi mi khyabpar gyur**

放生有情之蘊界處於空性中化現無量無邊、不可思議、清淨無染、大樂體性之普賢供養雲。

ཨོ་ཨུཾྐ དང་ནམ་མཁའ་མཛོད་གྱིས་བཞུབས།

以喻啊吽和虛空藏咒加持放生有情：

ཨོ་ཨུཾྐ།

om āḥ hūṃ

喻 啊 吽

ན་མཆས་ཅ་ཏ་ཟླ་ག་ཏེ་རྩོ་བི་ཤུ་ཁེ་རྩུམ་ཅ་ཏ་འི་ཁྱུ་ཏེ་ཟླ་ར་ཏ་མི་མི་ག་ག་ན་འི་སྤྱ་དུ།

**namaḥ sarvatathāgatebhyo viśvamukhebhyaḥ | sarvathā kham udgate spharaṇa imaṃ
gaganakhaṃ svāhā ||**

南無 薩瓦達裨噶帖比歐 比夏木比阿 | 薩瓦塔 康 烏噶帖 斯帕啦那 依芒 噶噶那康 梭哈 |

ཀྱེ། ཐུགས་བརྩའི་ཞིང་ན་བཞུགས་བ་ཡི།

kyé chok chü zhing na zhukpa yi

給

十方刹土諸佛尊

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདན་དང་།

sangye chö dang gé den dang

正法聖僧三寶眾

སླ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས།

lama yidam khandrö tsok

上師本尊空行眾

ཆོས་སྐྱོང་ནོར་ལྷ་གཏེར་གྱི་བདག །

chökyong norlha ter gyi dak

護法財神伏藏神

ཡུལ་རིས་བོད་དཀར་ཕྱགས་སྦྱང་། །

yul ri zodor karchok kyong

地域神祇善法神

ཆེ་ཆེ་མགོན་ཆེ་འཛིན་ལྷ། །

tsé dzi tsé gön tsendzin lha

護持守護壽命神

འགོ་ཞིང་སྦྱབ་པའི་ལྷ་ཆོགས་ལ། །

go zhing kyobpé lhatsok la

滋養身壽諸眾神

མཆོད་པ་དམ་པ་འབྱུང་བ་ནི། །

chöpa dampa bulwa ni

吾等誠獻此勝供

སྟོག་དབྱགས་ནམ་ཤེས་ཐུན་པ་ཡི། །

sok uk namshé denpa yi

一切有情盡無餘

སེམས་ཅན་འདི་ནི་ཆོ་བདུད་ལས། །

semchen di ni tsé dü lé

於彼持壽珍命氣

ཐར་ཏེ་འཛིགས་མེད་དབྱགས་དབྱུང་ཐོབ། །

tar té jikme ukyung tob

願除壽障等怖畏

འདི་ཡི་ཕུང་ཁམས་སྦྱེ་མཆོད་ནམས། །

di yi pung kham kyemché nam

彼等蘊界處化空

རང་བཞིན་ནམ་དག་མཆོད་པའི་སྤྱིན། །

rangzhin namdak chöpé trin

現出清淨供養雲

ནམ་མཁའ་ཁྱབ་པར་སྒྲོ་བྱེད་ཅིང་། །

namkha khyabpar tro jé ching

悅意供品遍虛空

འདྲོད་ཡོན་ཀླན་ལྡན་བདེ་བ་ཆེ། །

döyön künden dewa ché

大樂妙欲皆歡喜

འཆི་མེད་ཆོ་མཆོག་གྲུབ་པའི་རྣམ། །

chimé tsé chok drubpé dzé

願此無死誓言物

མུ་མཐའ་མེད་པར་ཡོངས་ཤར་བས། །

muta mepar yong sharwé

無量無邊眾幻化

ཁྱེད་ནམས་ཐུགས་དམ་གཉན་སོ་བསྐང་། །

khyé nam tukdam nyenpo kang

圓滿尊眾聖誓言

དགྲེས་རབ་མཆོག་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །

gyé rab chok dangden gyur chik

生起無上勝大樂

བདག་དང་རྩ་སྦྱར་ཡོན་བདག་གིས། །

dak dang gyujor yöndak gi

行者施主為主之

ཐོག་བྲངས་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་གྱིན། །

tok drang khanyam semchen kün

一切無量諸有情

དས་མིན་འཆི་བའི་སྐྱེག་ལས་ཐར། །

dé min chiwé kek lé tar

祈願遣除諸壽障

ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་འཚོ་འགྱུར་ཞིང་། །

shintu yün ring tso gyur zhing

長壽無病享天年

བདེ་ལེགས་ཕྱན་ཚུགས་འཕྲོ་བར་ཤོག །

delek püntsok tobwar shok

一切善妙皆獲得

ཕུང་ཁམས་ཉམས་པ་སོར་རྒྱད་ཅིང་། །

pung kham nyampa sorchü ching

蘊大衰損皆回春

བརྟན་གཡོའི་དྲངས་བཅུད་གསོས་སུ་སྒྲིན། །

tenyö dangchü sö su min

現有精華皆復興

ཆོ་དཔལ་བཟག་མདངས་གཟི་བརྗིད་རྒྱས། །

tsé pal trakdang ziji gyé

榮光煥發長壽樂

ནད་མེད་ཚས་འབྱོར་འཕེལ་བར་ཤོག །

nemé chö jor pelwar shok

永離疾病獲法財

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀུན། །

dak dang semchen tamché kün

吾等一切眾有情

སྒྲི་མེད་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་གྱི་བར། །

lamé changchub tob kyi bar

直至獲得正覺果

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཆོ་རིང་ཞིང་། །

kyewa küntu tsering zhing

生生世世皆證得

འཆི་མེད་ཆོ་མཚོག་གྲུབ་པར་ཤོག།

chimé tsé chok drubpar shok

無死長壽勝成就

དགེ་འདིས་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་གྱུར།

gé di khanyam drowa kün

願以此善無量眾

སྐྱེ་འཆི་ལས་འདས་རྩི་རྩི་སྒྲ།

kyechi lé dé dorjé ku

獲證無死金剛身

མགོན་པོ་ཆོ་དཔག་མེད་པ་ཡི།

gönpo tsepakmé pa yi

出離輪迴生死獄

གོ་འཕང་དམ་པ་འཛོལ་པར་ཤོག།

gopang dampa tobpar shok

速成怙主無量壽

ཅེས་བརྗོད་ལ། ཞབས་བརྟན་ཡིན་ན།

如是修誦已，若欲加修上師長壽祈請文：

འདི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ལེགས་བྱས་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས།

ditar drubpé lek jé tendrel gyi

此善所生吉祥緣

དཔལ་ལྷན་ལྷ་མ་སྐྱེ་ཆོ་རབ་བརྟན་ཞིང་།

palden lama ku tsé rabten zhing

至尊上師壽命固

མད་བྱུང་ཐིན་ལས་ཕྱོགས་བརྩུར་རབ་ཏུ་ཁྱབ།

mejung trinlé chok chur rabtu khyab

佛行事業遍十方

ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

tuk kyi zhedön yongsu drubpar shok

遍智聖意心願成

ཞེས་སྒྱུར། མཐར་བཏག་ཤིས་ཀྱི་ཚེགས་སུ་བཅད་པ་ཅི་རིགས་པ་དང་བཅས་ཏེ་མེ་དྲག་འཛོར་བས་དགེ་ལེགས་སུ་བྱའོ། །

最後撒花念誦相關吉祥偈，圓滿迴向功德。

གསེར་འབྲངས་མེ་བྱ་ཁྱ་བ་བཅུ་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ལ་མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ་བས་གང་ཤར་བཀོད་པ་བཏག་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ། མཁྲའོ།

米滂南嘉於藏曆母火鳥年（1897）十月初八隨心撰寫而成，願賜吉祥。曼噶蘭！

桑耶翻譯小組於 2019 年由藏譯英。

釋迦比丘昆秋巔達（釋法榮）於藏曆木龍年（2024）藏曆六月初一由英翻中。