

ཕྱེ་ལྷོ་ཐོ་ཐང་རྣོ་རྒྱལ་པོ་རྡོ་རྗེའི་གསུང་ནད་གྱི་འཇིགས་པ་ཞི་བའི་གསོལ་འདེབས་ས་སྐྱེ་ནད་གྲོལ་མ་ནི།

萨迦驱除病魔颂：  
祈请平息对疫病之恐惧

唐东嘉波尊者撰

The Verses that Saved Sakya from Sickness: A Prayer for Pacifying the Fear of Disease

by Thangtong Gyalpo

ལས་དང་སློབ་རྒྱུན་ལས་གྱུར་པ་ཡི།

雷当洛布盖雷就巴宜

愿所有困扰有情心识之疾患

lé dang lobur kyen lé gyurpa yi

May all the diseases that disturb the minds of sentient beings,

གདོན་དང་ནད་དང་འབྱུང་བའི་འཚོ་བ་སོགས།

敦当内当穹贝才瓦索

以及业力和时缘所成之灾难

dön dang né dang jungpö tsewa sok

And which result from karma and temporary conditions,

སེམ་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་རྣམས་ཀྱིན།

森坚叶美待味内囊观

诸如来自鬼神或时疫或四大

semchen yi midewé né nam kün

Such as the harms of spirits, illness, and the elements,

འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག།

结丹康梭穹瓦玛九记

自此永不再出现于此世界中。

jikten kham su jungwar magyur chik

Never occur throughout the realms of this world.

ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་འཁྲིད་པའི་གསང་བྱ་བཞིན།

其达些美切贝赛加兴

那些威胁生命之疾病所生苦

jitar shemé tripé seja shyin

May whatever sufferings arise due to life-threatening diseases,

སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་ལུས་སེམས་འབྲས་བུ་དང་བའི།

给记其拉律森塔切贝

恰如屠夫引领旁生进入屠场

kechik chik la lü sem dral jepé

Which, like a butcher leading an animal to the slaughter,

སོག་འཕྲོག་ནད་ཀྱི་སྐྱུག་བཟུལ་ཇི་སྟོང་པ།  
索卓内给多额谢内巴  
无间夺取生命使身心永隔离  
sok trok né kyi dukngal jinyé pa  
Separate the body from the mind in a mere instant,

འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག།  
结丹康梭穹瓦玛九记  
愿此等苦痛永不再现此世界！  
jikten kham su jungwar magyur chik  
Never occur throughout the realms of this world.

འཚེ་བདག་གཤེན་ཇེའི་ལ་ནང་ཚུད་པ་སྟེ།  
切达辛杰卡囊摧巴达  
愿一切受生之有情永不再有  
chidak shen jé kha nang tsüpa tar  
May all embodied beings remain unharmed

ནད་ཀྱི་མིང་ཚམ་ཐོས་པས་སྐྱུག་བྱེད་པའི།  
内给名藏推贝匝切呗  
急性慢性以及传染病之困扰  
né kyi ming tsam töpé trak jepé  
By acute, chronic and infectious diseases,

ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་རིམས་སོགས་ཀྱིས།  
宁杰巴当达呗仁所给  
这些病名即使听闻也同样惧  
nyin chikpa dang takpé rim sok kyi  
The mere names of which can inspire the same terror

ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་གནོད་བར་མ་གྱུར་གཅིག།  
率京官拉内巴玛九记  
如同此身将入于阎魔王口中。  
lüchen kün la nöpar magyur chik  
As would be felt in the jaws of Yama, Lord of Death.

གནོད་པའི་བགགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་དང་།  
内呗给瑞东扎给九当  
世间林林总总八万种可怖障  
nöpé gek rik tongtrak gyechu dang  
May the 80,000 classes of harmful obstructors,

སྐྱོ་བར་ཡེ་འདོགས་སུ་མ་བརྒྱ་དུག་བསུ་དང་།  
洛布叶卓松加初九当  
三百六十种邪灵作祟不期至  
lobur yé drok sumgya druk chu dang  
The 360 evil spirits that harm without warning,

བཞི་བརྒྱ་མཇུག་བཞི་ཉེན་ལ་སོགས་པ་ཡིས།།  
西加扎西内拉索巴宜  
四百二十四种疾病诸如此类  
shyigya tsa shyi né lasokpa yi  
The 424 types of disease, and so forth

ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་འཚོ་བར་མ་གྱུར་ཅིག།  
率京官拉采瓦玛九记  
愿此等永不惊怖此世之有情！  
lüchen kün la tsewar magyur chik  
Never cause harm to any embodied being!

ལུས་སེམས་བདེ་བ་མ་ལུས་འཚོག་བྱེད་པའི།།  
率森代瓦玛律卓杰呗  
四大所成之身失和即成苦痛  
lū sem dewa malü trok jepé  
May whatever sufferings arise due to disturbances in the four elements,

འབྲུང་བཞི་འཇུགས་པའི་ལྷན་བཟུལ་ཇི་སྟེད་པ།།  
穹谢初呗东阿切内巴  
此类苦痛将剥夺一切世间乐  
jung shyi trukpé dukngal jinyé pa  
Depriving the body and mind of every pleasure,

མ་ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ཐུན་པ་དང་།།  
玛率西兴当朵丹巴当  
愿息此苦身心放辉光具大力  
malü shyi shying dang tob denpa dang  
Be totally pacified, and may the body and mind have radiance and power,

ཚེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་ཐུན་པར་ཤོག།  
才林内美德给丹巴秀  
愿得长寿健康和乐住之加持！  
tsering nemé dekyi denpar shok  
And be endowed with long life, good health, and well-being.

ལྷ་མ་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་།།  
喇嘛棍秋松给图杰当  
具足上师三宝力之加持慈悲  
lama könchok sum gyi tukjé dang  
By the compassion of the gurus and the Three Jewels,

མཁའ་འགོ་ཚོས་སྦྱོང་སྲུང་མའི་རུས་མཐུ་དང་།།  
康卓却穹松美内推当  
以及空行勇士和护法之大力  
khandro chökyong sungmé nütu dang  
The power of the ḍākinīs, Dharma protectors and guardians,

ལས་འབྲས་བུ་བཟོ་བའི་བདེན་ལྷོ་བས་ཀྱིས།

列占露瓦美呗丹多给

并有无欺业因及其果报力量

lé dré luwa mepé den tob kyi

And by the strength of the infallibility of karma and its results,

བསྐྱོན་ལམ་བཏབ་ཚད་འགྲུབ་པར་ཤོག།

哦瓦美伦达才卓巴秀

愿此供养和祈请之愿即刻满！

ngowa mönlam tab tsé drubpar shok

May these many dedications and prayers be fulfilled as soon as they are made.

ཅེས་པ་འདི་ནི་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་ས་རྒྱུ་ནད་རིམ་མི་གཅིག་པ་སྣ་ཚོགས་བྱུང་བར་ཤུགས་བོན་རྣམས་ཀྱིས་མདོས་གཏོར་སྣོན་ཤུགས་སྤུང་བ་སོགས་གང་བསྐབས་ཀྱང་མ་ཕན་པར་གདན་ས་རྒྱུང་ས་ལ་བྱག་པའི་སྐབས། རྗེ་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོས་མ་ནམ་མཁའ་མའི་སྐབས་འགྲོ་གྱིས། མ་ཅི་སྐྱོང་ས། ལྷོན་ལམ་འདི་ཐོབ་ཅེས་བཀའ་རྒྱུ་བ་བཞིན་བཀྱིས་པ་ལ་བརྟེན་ནད་ཡམས་ཐམས་ཅད་འཕྲུལ་དུ་ཆད་པས་ས་རྒྱ་ནད་གྲོ་ལ་མའི་སྐྱོན་ལམ་ཞེས་དོ་རྗེའི་གསུང་བྱིན་ལྟེན་ལྱེན་ལྟར་འགོ་བར་ཤུགས་སོ། །

往昔时，有瘟疫传播于萨迦光辉传承之大寺中，有接触者无一幸免。

寺院里的大咒师们尝试了各种办法---刻神像、做朵玛供养、使用药品、念诵咒语、佩戴护身符等等---一切全都归于无用，眼看着寺院的香火就要被灭绝了。

这时，大成就者唐东嘉波开始为此传染瘟疫而作法：首先念诵皈依仪轨，开头语是“如虚空无量无边之有情众生……”，然后是念诵了一段时间的观音心咒，继而在佛陀的教言之后作了如是祈请文：“我们这些愿望将会变成现实……”。伴随着尊者此祈请之开展，传染之疫病立时就停了下来。

故此，此具有如虚空般大加持之金刚语祈请文，即以“愿此供养和祈请之愿即刻满！”而闻名后世。

Once, an epidemic was spreading from one person to the next at the great monastery of the Glorious Sakya tradition. Whatever the mantric masters tried—effigies, tormas, medicines, mantras, protection-amulets, and so on—had no effect, and the monastery was in danger of annihilation. At that time, the master mahāsiddha Thangtong Gyalpo performed the refuge prayer which begins, “Sentient beings in number as vast as space”, then recited a number of Mani mantras, and said following the Teachers' words, “These aspirations become reality...”. At that time, the entire epidemic immediately ceased in dependence upon the performance of this prayer. Thereby, it became renowned as the vajra speech radiating cloud-like blessings entitled ‘The Prayer that Saved Sakya from Disease.’

2014 年丹增·究千由藏译英

2020 年萨迦无著金刚工作组提供中文译稿

English Translation by Tenzin Jamchen, 2014.

Chinese translation by Office of H.E.Khöndung Asanga Vajra Rinpoche, 2020

因为冠状病毒肆虐的原因，现在中国和世界上的其它一些地方的人们都感到极为恐惧和焦虑。我现在带给大家的是一篇驱除病魔祈请文，来自于十四世纪的大成就者唐东嘉波尊者，用以驱除更多的病苦并平息大家的恐慌。

这篇祈请文的名字是“萨迦驱除病魔颂”，从名字就可以看出，这是一篇唐东嘉波尊者用来在萨迦派里面灭除对于疫病恐惧的祈请文。

当时，在萨迦的寺院和附近聚落里面有一种无法治愈的传染病在肆虐。此前，所有可能的办法都用过了，但是都没有效果。唐东嘉波祖师面对如此严重的情形，先是念诵了皈依仪轨，继之以念诵数遍观音心咒，然后就是这篇伟大的祈请文了。据记载说，当此祈请文一出唐东嘉波尊者之口，萨迦寺院和聚落肆虐的病毒传染疫病立刻就停止了。故此，此具有如虚空般大加持之金刚语祈请文，即以“萨迦驱除病魔颂”而闻名后世。

请尽力念诵此祈请文，至少每日三遍。这是一篇简明有力、可以遏止病毒传播的祈请文。还有，就在这样的时刻，你应该时时忆念大悲观世音菩萨，祈请他的护佑和加持。在【华严经】里面，观世音菩萨曾说过：“我让我的名号传遍天下，为的是使众生免遭危难。我化身等同有情众的数量以护佑他们，所以所有有情危难时即可诵我名号。”莲花生大士也说过：“当有人受疾病或邪祟之苦时，与世间任何其它治疗或厌禳仪式相比，六字真言在去除障碍和病痛方面的效果要好太多了。若与世间的任何医疗方法相比，六字真言在去病和驱邪方面也都是无与伦比的。”

所以请以利益一切有情的大悲心尽力念诵六字大明咒“嗡（ōng）嘛（mā）呢（nī）叭（bēi）咪（mēi）吽（hōng）”。

在一座修行结束时，请记得将自己修持的所有功德回向给一切众生。

唐东嘉波这个名字，字面上的含义是“旷野之王”，他是一个非常伟大的大成就者，还以“造铁桥之人”而闻名，因为他建造了好几座至今还存于世的铁索桥。他是一位大瑜伽士，同时也是一个非常多才多艺的人。唐东嘉波尊者得享遐龄，世寿 125 岁。

我衷心希望，在此恐惧与忧苦之际，这篇祈请文能够给你带来平静和安宁。我还希望大家能够度过一个非常幸福快乐的铁鼠年新年。

祈愿新的一年你与佛法更亲近；  
祈愿佛法能够带给你幸福和安宁，也能够加持你对众生生起大悲心；  
祈愿所有的众生都能够永离众苦及众苦因！

萨迦无著金刚

In this time of great fear and panic in China and the rest of the world due to the spread of the Coronavirus, I offer this prayer from the great 14th century mahasiddha Thangtong Gyalpo to avert further sufferings and to pacify your fears.

This prayer called "The prayer that Saved Sakya" as the name suggests, is a prayer composed by Thangtong Gyalpo to pacify the fear of disease in Sakya. Once when there was an incurable sickness spreading in the monastic and local community of Sakya and after every method of healing failed, Thangtong Gyalpo recited the refuge prayers, did several mani mantras and this particular prayer. It is said that the spread of the viral epidemic in Sakya ceased immediately upon the utterance of this prayer. So it became known as the vajra speech with cloud like blessings, the prayer that saved Sakya.

Please recite this prayer as many times as possible and at the very least three times a day. It is a simple prayer to avert the spread of the virus and also during times like this, you should remember the Bodhisattva of compassion, Avalokiteshvara and invoke his protection and blessings. Avalokiteshvara said in the Avatamsaka Sutra "I have caused my name to become known in the world so that beings may be freed from danger. I have blessed as many forms of myself as there are forms of beings, so that beings will think of me when necessary." Guru Padmasambhava said "When someone is afflicted by disease or an evil influence, compared to any mundane ritual of healing or of repelling obstacles, the merit of the Six Syllables is much more effective for warding off obstacles or disease. Compared to any medical treatment or cure, the Six Syllables are the strongest remedy against sickness and evil". So please recite the six syllable mantra "Om Mani Padme Hum" as many times as you can with great compassion for all sentient beings. At the end of your practice, dedicate all the merit you accumulate for the benefit of all sentient beings.

Thangtong Gyalpo whose name literally means "King of the Empty Plains", was a great Mahasiddha who was also known as the Iron Bridge Builder as he built several iron suspension bridges which are still in existence today. A great yogi and a man of many talents, Thangtong Gyalpo lived to the ripe old age of 125 years.

I hope that this prayer will bring you comfort in this time of fear and suffering. I also wish you all a very happy Chinese New Year of the Iron Mouse. May this new year bring you closer to the Buddha dharma and may the Buddha dharma bring you happiness, comfort and compassion for all sentient beings. May all sentient beings be free from sufferings and the causes of sufferings.

Khöndung Asanga Vajra Sakya