



ཨོཾ་ཨ་མི་དེ་ཤ་ཧྲི་

OM AMI DEWA HRIH

ཨོཾ་ཨ་མི་དེ་ཤ་ཧྲི་

༄༅། །འོད་དཔག་མེད་མགར་ཚེན་ཉམས་སྣང་མ།།

Garchen Rinpoche's Experience of Amitābhas in Rainbow Spheres

噶千仁波切所覺受之虹光內的多尊阿彌陀佛

ངས་འོད་དཔག་མེད་གྱི་དཔར་ཞིག་བཅོས་ནས་བཏང་ཡོད། ང་ལ་མིག་བཟུམས་ན་དེ་ལྟར་འཆར་ཡོང་གི་འདུག དེ་
སྒྱིར་དཔར་དེ་བཅོས་པ་ཡིན།

I designed and made public this image of multiple Amitābhas in rainbow spheres. When I close my eyes and think of Amitābha, this is what appears to me.

這是我所設計，當我閉眼憶念阿彌陀佛時顯現的許多阿彌陀佛在虹光內的影像，與大家分享。

དེའི་མང་ཉུང་ནི་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྤྱི་གཙུག་ལ་འོད་དཔག་མེད་རེ་རེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡོད་རེད། དེའང་ཆགས་མེད་བདེ་
སློབ་གྱི་ནང་དུ་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད།

There are many Amitābhas in the image because there is an Amitābha above the crown of every sentient being. I am one hundred percent certain about this, as this is how it is according to the *Prayer of Sukhāvati* by Chagmé Rāga Asye.

在這個影像之中有許多尊阿彌陀佛，因為在每一個眾生的頭頂都有尊阿彌陀佛，這我百分之百確信，如同洽美仁波切的極樂願文內所述。

དོན་དམ་གྱི་ངོས་ནས་སེམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་ཉིད་འོད་དཔག་མེད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་རེད། ཀུན་རྫོབ་གྱི་ངོས་
ནས་དད་པས་འབྲེལ་བ་ཡོད་དགོས་རེད།

From the ultimate perspective, every being's buddha-nature is connected to Amitābha. From the relative perspective, you need to have a connection of faith toward Amitābha.

從勝義諦的角度來說，眾生的佛性是與阿彌陀佛相聯結的；從世俗諦的角度來說，我們透過信心與阿彌陀佛聯結。

མི་རེ་རེའི་སྤྱི་གཙུག་ལ་འོད་དཔག་མེད་རེ་རེ་ཡོད་བསམ། རང་རང་གི་སྤྱི་གཙུག་ལ་འོད་དཔག་ཡོད་བསམ་བསྟན་ན་
རང་གི་རྣམ་ཤེས་དེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་འགྱུར་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཡར་ཐིམ་འགྲོ་གི་རེད། འཕོ་བ་དེ་
རེད།

Think that above the crown of every person is an Amitābha. If you always remember that Amitābha is above your crown, your consciousness will become Amitābha. At death it will merge with Sukhāvati and Amitābha above. This *is* Phowa.

觀想每一個眾生的頭頂都有尊阿彌陀佛。如果我們能恆常憶念阿彌陀佛在我們頭頂，我們的意識就自然會轉化成阿彌陀佛；於往生時融入極樂世界的阿彌陀佛，這就是頗瓦。

དཔར་དེ་ཉ་ཅང་རྩ་ཆེན་པོ་རེད། དཔར་དེ་ཚང་མས་ཁང་པའི་ནང་ལ་བཤམ། དེ་ལ་མིག་གིས་བལྟས་ནས། འོད་
དཔག་མེད་ཚོགས་ཚོགས་གཅིག་མ་རེད། འོད་དཔག་མེད་མང་པོ་རེད། རེ་རེའི་སྐྱེ་གཙུག་ལ་རེ་རེ་ཡོད་བསམ་ནས་ཡིད་
ཆེས་ཆེན་པོ་སྐྱེ་དགོས་རེད།

This image is very precious, and I encourage everyone to set it up at home. Whenever you look at it, you will remember that Amitābha is not a single, solid form, and you will develop deep trust that there are myriad Amitābhas—one above the crown of every sentient being.

這張阿彌陀佛影像很重要，在家中安放，見此知阿彌陀佛不是單一的實體，數量是無限的，且能對每一眾生頭頂都有尊阿彌陀佛產生深厚的信心。

དེ་ལྟར་བསམ་ནས་གི་དུས་འོད་དཔག་མེད་གཅིག་ལུ་བྲན་བསྟན་ན། ད་ང་ལ་འཕོ་བ་རྒྱབ་མི་དགོས་ཀྱི་རེད། ད་ང་སྐྱེ་
མ་ལ་འཕོ་བ་རྒྱབ་ལོགས་ལུ་དགོས་ཟེར་དེ་འདྲ་བསམ་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། སྐྱེ་མ་ཚང་མའི་འཕོ་བ་འོད་དཔག་མེད་རེད།

At the time of death, simply bring Amitābha to mind; then you won't have to think: "I need someone to do Phowa for me. I need to request a lama to do Phowa for me!" You only need to remember Amitābha, because the Phowa that all the lamas perform *is* Amitābha.

如是往生時僅憶念阿彌陀佛即可，不必想需要他人為我們修頗瓦法，也不必想需要上師為我們修頗瓦法。只需憶念阿彌陀佛，因為上師們所修的頗瓦法就是阿彌陀佛。

ང་ཚོ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་གསུངས་པ་བཞིན། བང་ནས་རྒྱན་དུ་དགོང་མ་རེ་རེ་ལ་ཆགས་མེད་བདེ་སློན་དེ་འདེབ་
རྒྱག་ནས་རེ་རེ་འདོན། འདི་གོ་བ་ལོན་སྐྱེ་བོ་རེད།

It is taught that it is easy to be born in Sukhāvati, and that the benefits of being born there are great. So, at home, chant Chagmé's *Prayer of Sukhāvati* once every evening. It is easy to understand.

如云，往生極樂淨土是容易且利益廣大的，所以每晚在家覆誦一次洽美仁波切的極樂願文，此願文很容易理解。

དེ་བས་ངས་འོད་དཔག་མེད་གྱི་དཔར་དེ་བཏང་ཡོད། དེ་ཚང་མ་ལ་ཕར་ཚུར་སྒྲོད། ང་ལ་དགའ་ཚད་བམས་ཅད་ལ་
འོད་དཔག་མེད་གྱི་དཔར་དེ་ཕར་ཚུར་སྒྲོད་བྱེད་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད།

Now I have sent you this image of “Multiple Amitābhas in Rainbow Spheres,” and I encourage you to pass it on to others, especially to those who love me.

我現在給你們這張有許多阿彌陀佛在虹光內的照片，亦鼓勵你們把這張照片跟別人結緣，特別是給喜愛我的人。

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་མང་པོ་ཡོད།

Many Tashi Delek!

祝吉祥如意

This was spoken by H.E. Garchen Rinpoche in April 2019. The Tibetan text was transcribed by Lama Thubten Nima, translated from Tibetan into English by Ina Bieler, and edited by Dan Clarke. The Chinese translation from English is by Choying Yeshe, and edited by Samten.

尊貴的噶千仁波切講述於 2019 年 4 月。圖登尼瑪喇嘛藏文筆錄。Ina Bieler 藏譯英，Dan Clarke 校稿。秋盈耶喜英譯中，Samten 審校。