



慧光集

巴珠仁波切教言

壽命猶如落日般漸行漸遠；
死主猶如影子般愈靠愈近，
如今餘生猶如夕陽的影子，
沒有停留的空間，請持誦六字明！



【序】

二十世紀末的今天，人類以自己的智慧和雙手創造了新的物質文明，解決了生活中遇到的很多困難。但是人類的基本痛苦生、老、病、死是現代科學無法解決的，因此，科學史上所有偉大的科學家如牛頓、愛因斯坦等都在生死老病之前無法不低頭。他們面臨生、老、病、死的時候與普通人毫無差別，所以，現代科學不能滿足人類最終極的心願——自由自在的解脫。

解脫是超越生、老、病、死的範圍和一切生命的終點站，也是每個眾生早晚將要回歸的大自然，已經回歸此境界的高僧們的來去是這麼自在、這麼安詳、這麼快樂的。他們沒有煩惱，也沒有痛苦。因獲得了內心的自在，自然也獲得了外境的自在，不受地、水、火、風等四大種的影響。這確實是真正的自由和幸福，是故，人類自我認識和開發自身智慧，是唯一使人們實現最高之理想的方法。

生、老、病、死的來源和它的本質，以及超越它的方法等等諸多人生的重要問題，只有佛法裡才能獲得正確的答覆。所以，社會各界人士應該讀一讀佛法寶典，我們相信每個人都會有一定的收穫。

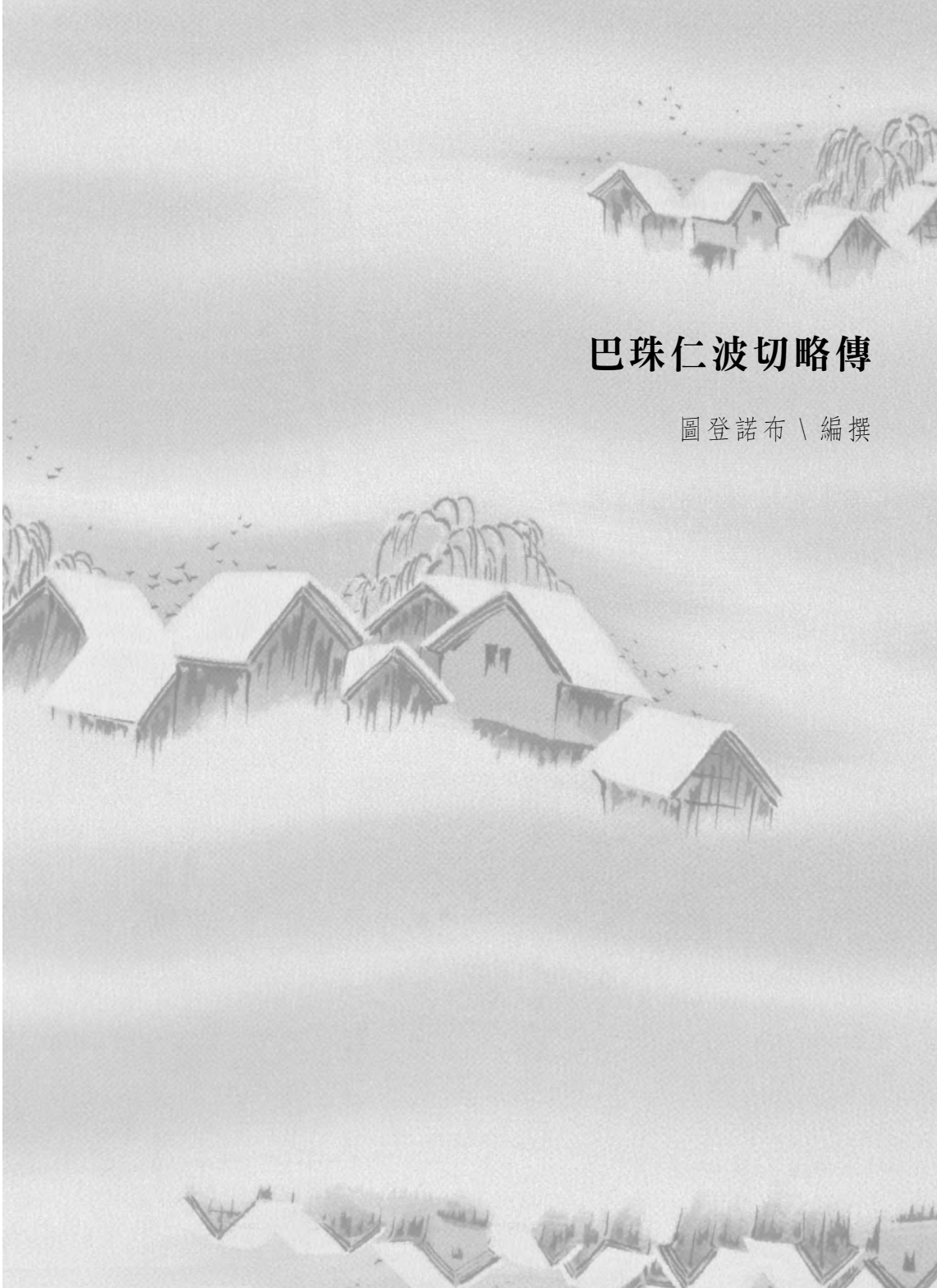
堪布 慈誠羅珠

一九九八年十一月於成都

目錄 | 巴珠仁波切教言

序 文	堪布 慈誠羅珠	
巴珠仁波切略傳	圖登諾布 編撰	7
前 言	圖登諾布 撰著	11
出世法言・蓮苑歌舞		
	(藏文)巴珠仁波切 著	17
	(中文)祝維翰 譯	83
解脫道總要 一		
《出世法言・蓮苑歌舞》所述加行修法略說		
	索達吉堪布 撰釋	123
正士之心珍寶 一		
前中後三善法語・見修行三之修持		
	(藏文)巴珠仁波切 著	152
	(中文) 圖登諾布 譯	153

巴珠仁波切教言



巴珠仁波切略傳

圖登諾布 \ 編撰

《出世法言·蓮苑歌舞》及《前中後三善法語》兩本著作，均為十九世紀藏傳佛教四大教派所共同推崇的，大智成就者巴珠仁波切——烏金吉美秋吉旺波的作品。如同第一世蔣揚欽哲汪波仁波切寫給巴珠仁波切的祈請文中所說：“外如佛子寂天尊，內如成就自在者夏哇熱，密如聖尊觀自在。”

巴珠仁波切生於東藏果洛地區的札曲卡哇。幼時即為第一世多珠千仁波切認定為巴格桑登彭措的轉世，而西藏的高僧大德們公認其為寂天菩薩的化現。於堪欽喜岡桑波前出家，先後依止多拉吉美嘎桑尊者、吉美翁徹以及佛子賢遍泰耶等，通達了顯密如海般的一切法教。雖然其為大成就者，然於上師無上大圓滿龍欽心髓持有者——吉美嘉維紐固面前，接受了二十五次龍欽心髓的前行，並圓滿了二十五遍的龍欽心髓前行。巴珠仁波切曾說：吉美嘉維紐固上師教導他大圓滿，令他的心如同天亮一般開闊光明。

大成就者多欽哲益西多傑則以一種強迫的方式，如帝洛巴以鞋子重擊那若巴的額頭令他昏厥，待甦醒後，其證悟與上師完全相同無二無別一般。多欽哲益西多傑喝醉時，將巴珠仁波切強壓在地，起身後其證悟亦與上師無二無別。

巴珠仁波切一生中未曾蓋過廟宇，不收任何供養，如同密勒日巴尊者一樣，終身出世離俗。經常以隱姓埋名的方式四處度化眾生，以種種善巧方便引導眾生。其座下弟子眾多，下至不識字的牧者、獵人，上至大智者、大成就者，其指導的方式都是直接揭露過失。

巴珠仁波切四處雲遊時，勸導獵人不再殺生，禁止一種血肉供神的習俗，禁止偷搶等等。經常公開傳講往生西方極樂世界的教法。尤其一生中，不論到哪裡一定講授《入菩薩行論》，四大教派的《入菩薩行論》大部分沿襲他的傳承，也因而廣受四大教派尊重。更殊妙的是，每當開講《入行論》時，當地就會長出一種五十瓣或三十瓣的金色花朵，西藏人稱此種花為『入行論花』。往昔巴珠仁波切傳講《入行論》的地方，現在仍有這種花綻放。

巴珠仁波切一生中，在自利方面：精進於聞思修；在利他方面：以傳講、辯論、著作三種方式精進度眾。尤其是，在大圓滿龍欽心髓的法脈最衰微的時刻，重新振興起來，同時護持弘揚廣大光明金剛心要的教法。

其弟子如全知米滂仁波切、多珠千丹畢寧瑪、伏藏大師列饒林巴尊者等等大成就者、大格西，弟子無數。

1887年圓寂，色身融入法界。其重要著作有：“普賢上師言教”、“彌勒法注釋”、“出世法言、蓮苑歌舞”……等等七部著作。



前言

圖登諾布 \ 撰著

《出世法言、蓮苑歌舞》，是以十九世紀發生在康區德格丹科地區的一個真實故事為骨幹，以歌行體表達出來。文中所述的地名及種種動物，各個均有其根據。

十九世紀在丹科地區，一戶名為孫本倉的人家，有一個兒子叫作札西格勒；另有一戶名為局倉的人家，戶長叫作恭博達吉，他的女兒在二十五歲那年嫁給了札西格勒。夫妻兩人不論在眷屬、受用等各方面，均極其快樂圓滿時，當地突然流行一種脖子粗大的傳染病，疫情迅速蔓延整個丹科地區，死亡無數。札西格勒之妻亦染上傳染病，不治身亡。札西格勒悲慟不已，於是前往丹瑪地區蓮花水晶洞，拜見當時正在閉關的巴珠仁波切。他將自己對世間輪迴生起厭離的情形和盤托出，巴珠仁波切答應了他的請求，收攝其為弟子。

往昔，札西格勒也曾獲得一些快樂、富有、受用，之後，驟遇病痛、死亡等等的違緣痛苦。他思維自己經歷的這一切，內心深深體會到世間輪迴中，不論苦、樂、不苦不樂等一切現象，全都如幻如夢，都是虛假沒有任何實義的。他認為：如果其他人也能像他一樣，深深體認到輪迴的過失，那有多好啊！於是再三敦請巴珠仁波切，將其遭遇寫成小說，以箴世人。巴珠仁波切因其再三懇切地敦請，遂應允寫作此書。

文中所說的主要內容，乃前行的修持次第、法及非法的分辨、以及希求解脫者不可或缺的百種訣竅的菁華。敘述方式則

採詩歌、散文相間的文體，辭藻華美，淺顯易懂，由近代人祝維翰譯成中文。

以下謹將歌中一些真實人、事、地的來源，略做說明：

- (1)水晶蓮花洞：丹科地區有一個水晶蓮花洞，是巴珠仁波切經常閉關的巖洞。
- (2)北野樂園：即札曲卡哇，屬今之四川省石渠縣。
- (3)婆羅門徒少年，本名貝瑪杰巴，人稱蓮喜：即巴珠仁波切。
- (4)聚荷樂園：即丹科地區。
- (5)那些蓮花！驕縱的莖梗長揚……隱伏的濃蔭潛形：每種蓮花均有不同的特色，代表丹科地區每一戶不同的人家，富有及受用不同的情形。
- (6)另有三種蓮花：指丹科的阿度倉、卻多倉及孫本倉三戶人家。
- (7)三中之二俱極旺盛：指卻多倉及孫本倉。
- (8)其中之一尤其嬌艷：指阿度倉。
- (9)眾多蜂群：指丹科地區百姓。
- (10)小金蜂蓮花達陽：即孫本倉家的兒子札西格勒。
- (11)小玉蜂蓮花阿寧：即局倉恭博達吉的女兒。
- (12)仙人端袞珠巴：即巴珠仁波切的上師，大圓滿成就者吉美嘉維紐固。
- (13)彌門提勒寺：即石渠地區的札嘉寺。

(14)雲影飄然落地：指當時流行於丹科地區的傳染病。

(15)眷屬蜂蝶昆蟲：指札西格勒的眷屬們。

(16)玄羽烏鴉：乃攘多地區的一位喇嘛。

(17)褐羽麻雀群集喳喳：指丹科地區法輪寺的僧眾。

(18)褐皮蛤蟆：指白玉拉恰地區的一位施身法行者。

(19)烏黑毒蛇：指財巴醫生。

(20)大事鼯鼠：指當時在巴珠仁波切附近閉關的秋達喇嘛。

(21)綠衣杜鵑：指卜者札西。

(22)白口野驢：指潘迭江措醫生。

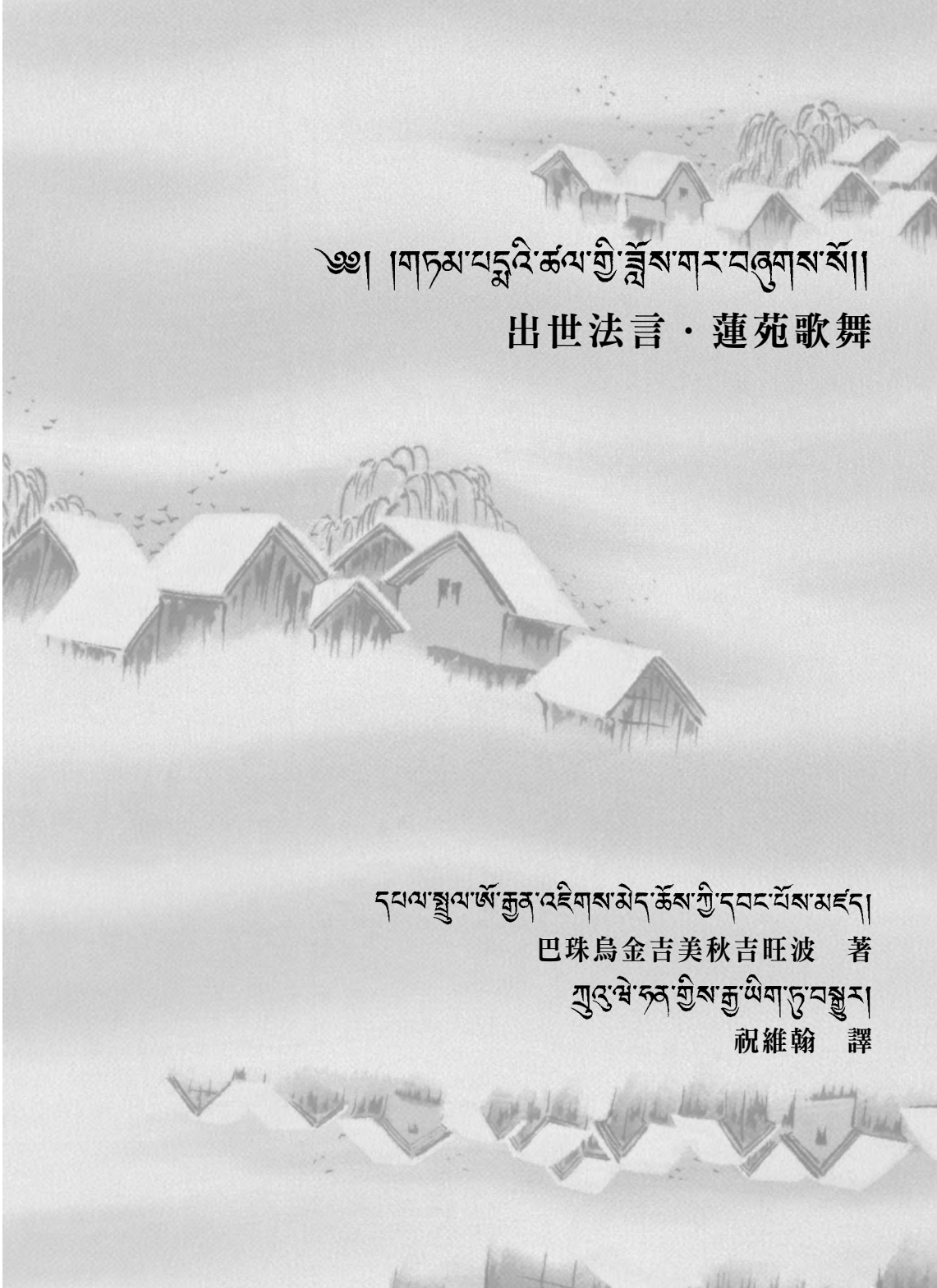
(23)九腳蜘蛛：指禳解不祥的投靈者桑傑賈。

(24)赤褐鵠鷹：指丹修拉地區的一位施身法行者。

(25)聖地高峰蓮花山，……，蓮花王者修行地：表示丹科地區以及聖山的特色，還有巴珠仁波切閉關的巖洞，巖石上自然顯現的聖相及文字，以及極為特殊的樹林等等，至今沒有損害，仍在當地。西藏國王松贊干布時，為了降服地障而建立邊服、極服四個鎮肢廟，其中之一的隴塘卓瑪寺即在此區。

總之，居住在丹科地區的任何一個人，見到這本著作時，內心就會自然顯現出丹科地區的形貌。

《正士之心珍寶——前中後三善法語、見修行三之修持》，乃是引導任何一個希求解脫的人，完全解脫的一種殊勝的法要，言簡義深。其中前善，宣說五濁惡世眾生的行為，令求法者的內心能從世間法扭轉過來，進入正法；中善，根據猶如如意寶珠般的，全知龍欽巴大師等等傳承上師們的訣竅，建立圓滿無錯謬的見修見地，並給予極清楚的指導；後善，強調出離心，並且給予進入出世法的鼓勵。



༡། གངས་པདྨའི་ཚལ་གྱི་སྒྲོན་གར་བཞུགས་སོ།།

出世法言 · 蓮苑歌舞

དཔལ་སྐུལ་ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཚོས་གྱི་དབང་པོས་མཛད།

巴珠烏金吉美秋吉旺波 著

ཀྱུ་ལྷེ་དྲན་གྱིས་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར།

祝維翰 譯

༄༅། །གཏམ་བསྐྱེད་ཆལ་གྱི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཡོ་བཟ་རྒྱུ་ཅ། བཟ་ཤིས་ཀུན་གྱི་བཟ་ཤིས་པ། གཤགས་པའི་བཟ་ཤིས་
སྟན་གཤགས་དག། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལེགས་པར་འཛུགས།། འཇམ་
དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔས་སྒྲོངས།། གང་གི་ཆོ་ལྷ་གཅིག་ཆུའི་པད་
མས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཤིང་། བརྟལ་ཞུགས་པད་མ་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་
ཀྱིས་བཅགས་ལ། ཏཱ་ལའི་པད་མོ་ཡོ་གི་ནི་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་ཡུལ་
ལྗོངས། ཅེ་མཐོ་པད་མའི་རི་བོ་དངོས་ཡངས་ཀྱི་ནགས་ཆལ། ཤེལ་དཀར་
པད་མའི་ཐུག་པ་ཀི་རྒྱ་བ་ཆོས་པ་ལྷ་བུའི་གནས་ན། བྱང་ཐང་མེ་ཉླ་
སྒྱེད་ཆལ་ཀི་ནས་འོངས་པའི་བུམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་པད་མ་དགུས་པ་ཀི་ཞེས་
བྱ་བ། ཅི་ཡང་ཤེས་པ། གར་ཡང་འགོ་བ། གང་དུ་ཡང་གནས་པ། སུ་
དང་ཡང་མཐུན་པ་ཞིག་གནས་བཅས་ཏེ། སྒྲོན་མེད་པད་མ་ལྷ་བུ་ཞེས་བྱ་
བ་རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་སྒྲོད་པ་ལ་སྒྲོབ་ཅིང་། ཆགས་མེད་ཆུ་ཡི་པད་མ་ཞེས་བྱ་
བའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་གོ། དེའི་ཆོ་གནས་དེ་
དང་ཉ་ཅང་མི་རིང་བ་ན་པད་མ་སྒྲུངས་པའི་སྒྱེད་ཆལ་ཞེས་བྱ་བ་ཀི་ལྗོན་

ཤིང་གི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་སྤང་ལྗོངས་མེ་ལོང་གི་ངོས་ལྟར་མཉམ་པ་ན་
 བད་མ་རྒྱས་པའི་ཚལ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཁེངས་པའི་བད་མ་རྒྱམས་སྤོང་
 ལུ་རིང་བ། རྒྱས་པའི་བད་མ་རྒྱམས་འདབ་མ་ཡངས་པ། སྒྲིན་པའི་བད་
 མ་ཉི་རྒྱམས་ཟེལ་མངར་མང་བ། བཀོད་པའི་བད་མ་རྒྱམས་ལོ་མ་ཆེ་བ།
 མ་སྒྲིན་པའི་བད་མ་རྒྱམས་ལྷ་གྲ་བཟླ་བ། ཟུམ་པའི་བད་མ་རྒྱམས་ཐལ་
 མོ་སྤྱར་བ། བོད་པའི་བད་མ་རྒྱམས་གེ་སར་བྲལ་བ། ཟག་པའི་བད་མ་
 རྒྱམས་ཅི་བཅུད་གྱིས་སྤོང་བ། རྟིང་པའི་བད་མ་རྒྱམས་འདབ་མ་ལྟུང་བ།
 དགོད་པའི་བད་མ་རྒྱམས་གེ་སར་ངོམ་པ། རྒྱས་པའི་བད་མ་རྒྱམས་
 སྤུབས་ན་གནས་པ། ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པའི་བད་མ་རྒྱམས་སྤྱེ་བར་རུང་བ་
 ཞིག་ཡོད་དོ། དེ་ན་བྱུད་པར་དུ་ཡང་ཁེངས་ཤིང་སྒྲིན་ལ་བཀོད་པའི་བད་
 མ་གསུམ་ཉི་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་ལས་གཉིས་ཉི་ཞི་རྒྱས་པའི་བད་མ་ཡང་
 ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་གཅིག་ནི་ཉི་ལྟ་ག་པར་ཡང་ཁེངས་ཤིང་བཀོད་པ་
 མོགས་ཡིན་ཡང་སྤྱུས་ཀྱང་ཉེར་སྤྱད་དུ་མ་གྱུར་པའོ། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱེད་
 མོས་ཚལ་དེ་ན་བྱུང་བའི་ཚོགས་དུ་མ་ཉི་འཕུར་ལྷིང་གཡོ་ཞིང་ཅེ་བ།
 བྱུད་པར་དུ་ཡང་གསེར་གྱི་སྤྱང་ཆུང་བད་མའི་འདབ་ཡངས་ཉི་ཞེས་བྱ་

བ་དང་། གཡུའི་སྤང་རྒྱུ་པད་མའི་ངག་སྒྲན་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱོ་བྱག་
གཉིས་ཀྱང་གནས་ཏེ། གསེར་གྱི་སྤང་མ་དེ་ནི་ན་ཚོད་གཞོན་པ། ལང་
ཚོ་དར་བ། ཤེས་རབ་གསལ་བ། སློ་ཁོག་ཡངས་པ། གསར་འགྲོགས་
མེད་པ། རྒྱ་བ་ལྟོད་པ། གཏོང་ལ་དགའ་བ་ཡིན་ནོ། ། གཡུ་སྤང་ཡང་
གཏོང་མོད་ཆེ་བ། བན་སེམས་ལྡན་པ། ངང་རྒྱད་འཇམ་པ། ཆོས་ལ་
དཀར་བ། གཡོ་སྒྱུ་མེད་པ། དྲག་དོག་དང་མིག་སེར་རྒྱུ་བ་ཡིན་ནོ།།
དེ་གཉིས་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཤིན་ཏུ་གཙུགས་པའི་རྩལ་གྱིས་འཇུག་པའི་བཞིན་
དང་། བརྟེ་བའི་ངག་དང་། མཐུན་པའི་སྦྱོད་ལམ་གྱིས་འགྲོགས་ཤིང་།
ཕན་ཚུན་ཡིད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ཀྱང་གསང་གཏམ་སྒྲུབ་ནི་འདི་ལྟར་རོ། ། གྱེ་
གྱེ་ཡིད་འོང་གཞོན་པའི་ལང་ཚོ། ལུན་ཚོགས་བྱེད་པོའི་བིར་གྱིས་མ་
བྲིས། ལེགས་བྱས་སྒྱུ་མའི་འཕྲུལ་གྱིས་བཞེངས་པ། ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ལ་
འགྲན་ཡང་མོད་དམ། དཔལ་འབྱོར་ལོངས་སྦྱོད་རང་གིས་མ་བསོགས།
འདི་ན་བཀོད་པ་སྟོན་གྱི་ལས་དབང་། མེ་ཏོག་སྒྲན་འཇམ་ཐགས་སུ་མ་
བཏགས། དེག་འཇམ་དང་པོ་རང་གིས་ཉེར་སྦྱད། གེ་སར་བྲིལ་མངར་
གཡོ་བསྐོལ་མ་བྱས། རོ་བརྒྱའི་བཏུང་བ་འཆི་མེད་བདུད་ཅི། བདེ་སྦྱིད་

དཔལ་འདི་འབད་པས་མ་ཡིན། འུགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་སྟོན་བསགས་
 བསོད་ནམས། རང་སེམས་བསམ་སྟོ་ཆོས་ལ་བཀོལ་ན། དལ་འབྱོར་
 ལུས་ཞེས་བཏགས་ཀྱང་ཆོག་གི། སྤྱ་ཤེས་དོན་གོ་སྤྱི་སྟོང་སྟུང་པའི།
 རྒྱ་གཉིས་གཞན་ལ་ཡིད་སྟོན་མ་དགོས། གྱེ་གྱེ་གསོན་དང་ཡིད་འོང་
 སྟོང་སྟུག། འདི་ན་མེ་ཏོག་སྟེད་ཆལ་མཛེས་མཛེས། ཟེལ་མངར་བདུད་
 ཅིའི་རོ་བཅུད་མང་མང་། རྒྱད་མཐུན་བྱང་བའི་བྱུ་མཆོག་མང་མང་།
 དབྱར་ལྗེའི་དཔལ་འདི་ཡུད་ཅམ་ཡུད་ཅམ། འཆི་བའི་རྒྱུན་མང་སྟོ་བྱར་
 སྟོ་བྱར། བདེ་སྟུག་འབྱུར་བ་རྒྱད་ཅིག་རྒྱད་ཅིག། འཆི་བདག་སུན་མ་
 རེ་ཉེ་རེ་ཉེ། སྟེད་འདོད་རང་ལ་ཆེ་འདི་འདས་ན། འདི་སྤྱང་བདེ་ལ་
 སྟོང་པོ་མི་འདུག། འཁོར་བའི་བྱ་བ་བྲེལ་ལའི་རྣམ་གཡེང་། འཕལ་དང་
 ཡུན་དུ་འཛད་པ་མི་འདུག། ཆེ་འདིའི་འདུག་ཆུས་ཡུན་དུ་འབད་ཀྱང་།
 ཆོ་ཆད་རྫོགས་ན་སྟོང་པོ་མི་འདུག། ཡིད་འོང་སྟེད་ཆལ་སྤྱང་བ་བདེ་ཡང་།
 འབྲལ་དགོས་བྱུང་ན་ཕན་པ་མི་འདུག། དོན་དེ་དགོངས་ནས་སྟོ་ཐག་
 ཆོད་དང་། ཡིད་མཐུན་བཟའ་ཆོ་ཆོས་ལམ་དེངས་འགོ། རྒྱལ་བཟང་
 ཡིད་མཐུན་རྩ་ཆོས་བྱེད་འདོད། སྟོང་གི་གོགས་ཁྱེད་དེ་ལྟར་ཨེ་དགོངས།

ཞེས་ཟེར་བས་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཀྱང་ན་རེ། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་སྟིང་
སྟུག་ཁྱོད་བདེན། བདེན་ནོ་བདེན་ནོ་ཡིད་འཛིན་སྟིང་གཏམ། སྟིང་
གཏམ་སྟིང་གི་བརྩུང་དུ་བཏབ་བ། སྟིང་ལ་འཆི་མེད་བདུད་རྩི་དེ་ལགས།
ལྷ་ཡུལ་ལྷོངས་ནས་འདི་རུ་མ་བོས། མི་ཡུལ་ཡིད་འོང་མེ་ཏོག་སྟེང་ཆ་ལ།
སྐལ་བཟང་ཡིད་མཐུན་བུང་བའི་ལོངས་སྟོན། རབ་དག་འཁྱུན་པ་སྟོན་
གི་ལས་དབང་། མཛེས་ཀྱང་མི་རྟག་འཁོར་བའི་མཆན་ཉིད། འབྱོར་
ཀྱང་མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་ལོངས་སྟོན། སྟུང་ཀྱང་མི་ངོམས་འདོད་ཡོན་བསྐྱུ་
བྱིད། སྟིང་པོ་མེད་པ་འཁོར་བའི་གནས་ལགས། ཁྱེད་ཀྱང་སེམས་ལ་
གོ་ཆ་གྲོན་དང་། རས་ཀྱང་སྟིང་ལ་རི་མོ་བྲི་ཡིས། ཐག་ཆོད་གྲོས་ལ་
འབྱུར་བ་ཅི་ཡོད། སྐལ་བཟང་ཡིད་མཐུན་ཆོས་ལམ་སྟོག་འགོ།
བསགས་པའི་ནོར་ལ་སྟིང་པོ་མི་འདུག། འབད་བས་བཙུལ་ཀྱང་གཞན་
གི་ལོངས་སྟོན། བསྐྱུངས་པའི་འཁོར་ལ་སྟིང་པོ་མི་འདུག། བརྩེ་བས་
བསྐྱུངས་ཀྱང་དག་ཡིག་ཡབ་མོ། བརྩེགས་པའི་མཁའ་ལ་སྟིང་པོ་མི་འདུག།
ཕན་པར་སེམས་ཀྱང་སྟོག་གཅོད་ཐབ་ཆོད། རྩོས་པའི་ཞིང་ལ་སྟིང་པོ་
མི་འདུག། བཟང་པོར་བརྩི་ཡང་འབྲུ་སྟོན་བཞག་ཁང་། འོན་ཏེ་ངང་

བསྐྱེད་དལ་གྱིས་དགོས་ཀྱི།། ཅེ་ཅོ་བ་བྱ་བས་མཐའ་གཞུག་མི་འབྱོར་ས།།
 སྒྲིང་གི་དམ་བཅའ་སྒྲིང་ལ་བྱིས་ན།། རང་སེམས་རང་དབང་ཆེ་བ་ལགས་
 མོད།། ཅེས་ཟེར་རོ།། དེའི་ཆེ་ལྡན་གྱི་དྲང་སྟོང་དོན་ཀྱན་གྲུབ་པ་^{༡༩༥}
 ཞེས་བྱ་བ། བཅུ་པའི་བླགས་དང་ལྗན་པ། ཞི་བའི་སྦྱོད་ལམ་དང་ལྗན་
 པ། འགོ་དོན་ལ་ལྟག་པར་དགེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་སྦྱོགས་དེར་
 སེབས་པའི་དྲུང་དྲུང་བ་གཉིས་ཕྱིན་ནས་གྲུས་པའི་བླག་གིས་བཏུང་།
 སྒྲུང་ཕྱི་འོ་མ་རང་གྱིས་མཆོད། ལྟན་པའི་གཏམ་གྱིས་མདུན་བསུས་
 ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པ། གྱེ་གྱེ་ལྟ་ཡི་དྲང་སྟོང་ཆེན་པོ། ཁྱེད་ནི་སྟོན་
 པའི་རྒྱལ་ཚབ་ལགས་པས།། སྟོན་པའི་བཀའ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་ཤིག་
 གསུང་དུ་གསོལ། བསྟན་པའི་སྟོན་མེ་ལགས་པས་ཉམས་ལེན་གནད་
 གྱི་ཆོས་ཤིག་གསུང་དུ་གསོལ། འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་ལགས་པས་
 རྒྱལ་བའི་སྐས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་ཞིག་བསྟན་དུ་གསོལ། བདག་གྲུང་དམ་པ་
 ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པར་འཆའ་ལོ། ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དྲང་
 སྟོང་ཆེན་པོ་དེས་གྲུང་དགེས་པའི་མདངས་ལྟར། སྒྱ་ཡི་ཟེལ་བསྐྱེད།
 གསུང་གི་དཔངས་བསྟོད་ནས། ཆོས་གསུངས་པ། ན་མོ་ལྷུང་དམ་པ།

མི་མཆོག་སྐྱོབ་པ་ལྟ་ཡི་ལྟར་གྱུར་པ། མཚུངས་མེད་འདྲེན་པ་ཁ་ལོ་སྦྱར་
བ་པོ། ཤུག་ཏེ་སྦྱོར་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། འགོ་དྲུག་སྒོ་སྒྲོ་ཆོས་
ལ་བསྦྱར་དུ་གསོལ། རྩོན་ནས་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་སྦྱང་རྒྱུད་གཉིས།
སྦྱིང་ནས་ཆོས་ལམ་གཉེར་ན་དོན་འདིར་དགོངས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་
ལུང་ལགས་ཀྱི་དགོས་པ་དཔྱོད། ཆོས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་ལགས་ཀྱི་ཡིད་ལ་
ཆོངས། ཨེ་མ་རིགས་དྲུག་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས། རྩོན་ནས་
འཁོར་བའི་གནས་འདིར་འབྱམས་ཡུན་རིང་། བྱིས་ཀྱང་ལས་ཉོན་
འབྲུལ་སྦྱང་ཟད་པ་མེད། བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པར།
དགོན་མཆོག་མཆོན་ཐོས་ཙམ་ཡང་རྟེན་དཀའ་ན། ཐུབ་པའི་བསྟན་དང་
མཇལ་བ་ཉོན་སྐར་ཙམ། ད་རེས་རྣམ་འདྲེན་བཞི་བ་ཟས་གཙང་སྤས།
འདྲེན་མཆོག་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་འཇིག་རྟེན་བྱོན། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱོར། ལྷ་བརྒྱ་སྤྱག་བཙུའི་བསྟན་པའི་ཆད་མ་རྩོགས།
རང་ཉིད་ཆོས་ལམ་གཉེར་བའི་འདུན་མ་ཡོད། མཐུན་སྦྱེན་དག་པའི་
བཤེས་ཀྱིས་ཟིན་དུས་འདིར། སྦྱིང་ནས་ཆོས་ལམ་དོན་དུ་མ་གཉེར་ན།
བྱིས་ནས་འདི་འདྲའི་ཡུལ་དུ་མི་སྦྱེ་ཞིང་། དགོན་མཆོག་མཆོན་ཐོས་ཙམ་

ཡང་རྟེན་པར་དགའ། ཨེ་མ་འབྲུལ་སྤྲང་འཁོར་བའི་འཛིག་རྟེན་པ།
 འདུས་བྱས་སྟོང་པོ་མེད་ལ་རྟག་པར་འཛིན། བྱི་སྟོང་སྟོང་གི་འབྲུང་བའི་
 ཁམས་མི་རྟག། བྱང་བཅུད་སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཆེ་མི་རྟག། བར་དུ་དུས་
 བཞིན་མ་ཟླའི་དཔལ་མི་རྟག། རྒྱལ་དང་དེ་སྤྲས་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡང་།
 མི་རྟག་མུ་ངན་འད་འཇུག་བསྟན་ལ་གཟིགས། སྤྱིད་ན་ཆེ་བའི་ཆངས་
 དབང་སྐྱེད་གྱུའི་བདག། འཆི་བདག་ཞགས་པས་འདེབས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས།
 སུལ་འང་ནམ་འཆི་འདིར་འཆིའི་ངེས་བཟུང་མེད། འཆི་བའི་རྒྱུན་མང་
 འཆོ་རྒྱུན་ཉུང་བ་སྟེ། དེས་ན་མུར་དུ་ཆོས་ལམ་མ་གཉེར་ན། འཆི་བདག་
 ནམ་འོང་མེད་དོ་འགོ་བ་ཀུན། འཆི་ངེས་བཤགས་རར་ཚུད་པའི་དུད་འགོ་
 བཞིན། ཨེ་མ་གྱི་ནས་མེད་དུ་མི་འགོ་སྟེ། འགོ་ཞིང་འཁོར་བའི་གནས་
 འདིར་སྐྱེ་བ་ལེན། གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་དེ། དམུལ་
 ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་ཆ་གང་དུ་ཁས་གཏུང་། ཡི་དུགས་བགྲེས་སྒྲོམ་དུད་
 འགོ་ཕན་ཚུན་ཟ ། མི་རྣམས་ཆོ་སྤང་ལྟ་མིན་འཐབ་ཅིང་ཅོད། ལྟ་རྣམས་
 བག་མེད་གཡེངས་གཤིང་འཆི་འཕོ་ལྟར་། གང་ཡང་བདེ་བ་མེད་དེ་མེ་ཡི་
 འོབས། སྐྱེད་ང་ཆོ་རབས་སྤྲུག་བསྐྱེད་བརྒྱད་མར་འཁོར། འཁོར་བའི་

ཚུལ་ལྟོ་བསྐྱེད་པར་རིགས། ཨེ་མ་བདེ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་གྱིས་བྱེད།
 ལས་ནི་ཀུན་བྱེད་རི་མོ་མཁན་དང་འདྲ། ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུར་ཡང་
 རྒྱུད་མི་ཟ། རང་བྱས་གཞན་གྱིས་མི་སྤྱོད་འབྱུར་བ་མེད། དགོ་བས་བདེ་
 འགོ་མཐོ་རིས་ཐར་བ་དང་། སྤྲུག་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་སོང་འཁོར་བ་
 རྒྱུ། རྒྱུ་རྒྱུར་ན་ཡང་འབྲས་བུ་མང་དུ་སྤྲུག། མཐོ་རིས་ལྷ་ཡི་བདེ་སྤྱིད་
 དཔལ་འབྱོར་དང་། རན་སོང་དཔལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་བཟོད་དཀའ་
 ཡང་། རང་བྱས་ལས་གྱིས་བསྐྱེད་དེ་རྒྱ་གཞན་མེད། དེས་ན་དུས་དང་
 གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། དཔལ་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་གཞིར་
 བཞག་སྟེ། རྒྱུ་འབྲས་སྤངས་སྤངས་ཚུལ་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། ཨེ་མ་ཐར་
 ལམ་འདྲེན་པའི་སྤྲོན་མེ་མཚོ། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་དགོ་པའི་
 བཤེས། སྤྲུག་པས་རྒྱལ་བ་དངོས་འདྲའི་མཛོད་པ་ཅན། ཐུགས་རྗེ་
 བཀའ་བྲིན་ཚད་མེད་རྒྱལ་ལས་ལྷག། ཡང་དག་དགོ་པའི་བཤེས་གཉེན་
 མ་བསྟེན་ན། དམུས་ལོང་དམིགས་བུ་མེད་པའི་ལམ་ཞུགས་འདྲ། དེ་
 བས་འདོད་འབྱུང་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། དང་པོ་དམ་པའི་མགོན་
 དེ་བཏག་ཅིང་བསྟེན། ཐ་མར་དགོངས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཅིང་ཐུགས་ཡིད་

བསེ། སྐལ་བཟང་དེ་འདྲ་བདུད་ཀྱི་དབང་མི་འགོ། རྒྱལ་བ་དགུམ་པའི་
 ལམ་བཟང་རྟེན་པར་འགྱུར། ཨེ་མ་མུ་ངན་འདས་ཞི་བདེ་བའི་གནས།
 འཁོར་བའི་གཙོང་ནད་ཀྱན་དང་བྲལ་བའི་ཆོས། སྐྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་བཅས་
 ཟད་པའི་ཡང་དག་མཐའ། ཟག་མེད་ལམ་བཅས་ཐར་བ་དམ་པའི་
 གྲོང་། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐས་འཕྱོར་པས་ཡོངས་གང་ཞིང་། ཉན་རང་
 འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་བསྐྱེ་བའི་གནས། ཐར་བའི་ལམ་དེ་གཉེར་ལ་བརྩོན་
 པར་རིགས། ཨེ་མ་གཏན་དུ་མི་བསྐྱུ་དམ་པའི་སྐྱབས། མཚུངས་མེད་
 དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་བཀའ་དྲིན་ཅན། དེད་ཀྱང་སྐྱབས་གནས་ཁོང་ལ་
 བཅོལ་བས་འཆོངས། ཁྱེད་ཀྱང་སྐྱབས་གནས་འདི་ལ་འཆོལ་བར་རིགས།
 སྙིང་ནས་ཡིད་ཆེས་གྲུས་པས་སྐྱབས་སོང་ན། དུས་ཀྱན་མི་བསྐྱུ་དཀོན་
 མཆོག་གསུམ་འདྲ་མེད། འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྐྱོབ་ཅུས་དཀོན་མཆོག་
 གསུམ། སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ།
 ཆེ་འདིར་འཛིགས་པ་བརྒྱད་དང་བརྩུ་བྱ་སོགས། མི་མཐུན་གནོད་
 པའི་ཆོགས་ཀྱན་སེལ་བ་དང་། བྱི་མ་ངན་སོང་ངན་འགྱོར་འཁོར་བ་
 ཡི། སྐྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་ལས་ཐར་བར་ངེས་པས་ན། དུས་ཀྱན་མི་བརྟེན་

དགོན་མཆོག་རྗེས་དྲན་ཞིང་། ཡང་ཡང་སྐྱབས་སུ་སོང་ལ་གསོལ་བ་
གདབ། ཨེ་མ་གྲངས་མེད་རྒྱལ་བ་གཤེགས་པའི་བྱལ། རྒྱལ་སྤྲུལ་
ཀུན་གྱི་བཟོད་བ་གཅིག་པའི་ལམ། མཚུངས་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་
མཆོག་དམ་པའི་ཞོར། སྤོན་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་བསྐྱེད་པར་
མཛོད། དེས་ནི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་མིང་འཐོབ་ཅིང་། བདེ་བའི་ལམ་
ནས་བདེ་བའི་གནས་སུ་འགོ་ ། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིང་
བ་མེན། ཁམས་གསུམ་འགོ་འདི་དྲིན་ཅན་པ་མ་སྟེ། སྐྱབས་མེད་བཤེས་
བྲལ་ལོང་བ་ཐང་འབྱུངས་འདྲ། བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྱུ་ལ་
སྦྱོང་། འདི་ལ་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་སྒོ་བཞག་ནས། འགོ་ཀུན་སྤྲུག་
བསྐྱུ་ལ་བདག་གིས་བསལ་སྟུང་པའི། དཔག་མེད་སེམས་སྟོབས་ཆེན་
པོའི་གོ་ཆ་བགོ། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བདག་བས་གཞན་གཅིས་
དང་། ཚད་མེད་བཞི་དང་ཕྱིན་དྲུག་བསྐྱུ་དངོས་བཞི། སྦྱིང་ནས་བརྩོན་
པས་ཉམས་སུ་བླངས་གྱུར་ན། རྒྱལ་སྤྲུལ་ནུམས་ཀྱི་སྦྱོང་བ་མ་ལུས་པ།
ལམ་བཟང་པར་ཕྱིན་དྲུག་ལ་འདུ་ཞེས་གསུངས། ཡང་དག་རྒྱལ་བ་
དབྱེས་པའི་ལམ་བཟང་འདི། སྦྱིང་གི་སྦྱིང་པོ་ལགས་ཀྱིས་སྦྱིང་དབུས་

ཆོངས། ། ཨེ་མ་ལའོར་བའི་གནས་འདིར་ཡུན་རེ་རིང་། ། ཐོག་མ་མེད་
 བས་ལས་ངན་ཚབ་ཆེར་བསགས། ། དེ་ཕྱིར་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་མན་
 ངག་གིས། ། སྤྲིག་ལྟར་བཤགས་བའི་ཐབས་ལ་མ་འབད་ན། ། ངན་སོང་
 ལའོར་བའི་གནས་ནས་ཐར་བ་དགལ། ། བདེ་གཤེགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 གྱི་སྐྱ་གཅིག་ལ། ། ཅུ་བརྒྱད་སྐྱ་མ་ཀྱི་འདུས་ནོར་བའི་ལུགས། ། རོ་རྩེ་
 སེམས་དཔའ་དུང་དང་ལྷ་བའི་མདོག། བད་དགར་ལྷ་བའི་གདན་གནས་
 འཇུ་མ་བའི་ཞལ། ། བསྐྱེད་ཞིང་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཆོག་བཞིན། ། བཟླས་ན་
 སྤྲིག་དང་ལྟར་བ་ཀྱི་འཛམས་ཤིང་། ། བ་རྟ་དཔལ་བའི་གནས་ཀྱི་
 དོང་ནས་སྐྱུགས། ། ཨེ་མ་ཆོགས་རྫོགས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཏེ། ། ཆོགས་
 མ་བསགས་ལ་དངོས་གྲུབ་སྐལ་བ་མེད། ། དེས་ན་ཐབས་མཁས་འབྱོར་
 བའི་ཆོད་བརྒྱན་ནས། ། ཡིད་སྐྱལ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་མཆོད་པ་འབུལ། །
 སྟོང་གསུམ་སྐྱལ་སྐྱེ་འོག་མིན་ཡོངས་སྟོད་རྫོགས། ། ཆོས་ཉིད་ཆོས་
 སྐྱེའི་ཞིང་ཁམས་རྣམས་བསམ་ལ། ། ལུས་དང་ཡོངས་སྟོད་དུས་གསུམ་
 དགེ་བར་བཅས། ། སྐྱ་མ་དཀོན་མཆོག་སྐྱ་གསུམ་ལྟ་ལ་འབུལ། ། རང་གི་
 ཆོགས་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཞིང་སྐྱེད་ཤིང་། ། འགྲོ་བའི་རྒྱུད་སྤྲིན་བསོད་

ནམས་པ་མཐའ་ཡས།། དེས་ན་ཚོགས་བསགས་གདམས་པའི་སྤྲོད་པོར་
བྱངས།། ཨེ་མ་ཐོག་མེད་དུས་ནས་མ་རིག་པ།། བདག་མེད་བདག་ཏུ་
བབྱང་བས་ལའོར་བར་ལབྱམས།། ལུས་མེད་ལུས་སུ་ཞེན་པས་ཆགས་
སྣང་བྱང་།། དེ་ཕྱིར་གཅེས་འཛིན་སྒྱུ་མའི་ལུང་པོ་འདི།། ཆགས་མེད་
མཚོད་སྤྱོད་ཡོན་ཏུ་བསྟོར་བར་བྱ།། བདུད་རྩི་འི་རང་བཞིན་ཡར་ལ་དགོན་
མཚོག་མཚོད།། མར་ལ་འགོ་དྲག་ཆོམ་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་རྩོགས།།
ལན་ཆགས་གདོན་བགེགས་ཀྱན་ཆོམ་བར་ཆད་ཞི།། ཡིད་སྒྲུལ་མཚོད་
པའི་རྩ་དང་མའོ་རྒྱའི་དབལ།། ཡར་མཚོད་མར་སྤྱོད་དགེ་བ་འགོ་ལ་
བསྟོར།། ཆོས་ཀྱན་བསམ་པའི་བྱེ་བྲག་ཙམ་ཡིན་ཕྱིར།། རང་ལུས་དངོས་
སུ་སྤྱོད་དང་བསོད་ནམས་མཉམ།། གཏོང་བ་ཆེན་པོའི་གནས་ལ་བག་
ཆགས་འཛོག།། ཚོགས་རྩོགས་སྤྱི་བ་དག་བར་དོའི་འོད་གསལ་ཟིན།།
འཆི་བ་བསྐྱུ་ཞིང་ན་ཆ་གདོན་བགེགས་བསྟོན།། དེ་ཕྱིར་ཐབས་ལ་མཁས་
པའི་ཚོགས་བསགས་ཡིན།། ཨེ་མ་དགོན་མཚོག་ཀྱན་འདུས་བཀའ་འདྲིན་
ཅན།། སངས་རྒྱས་ཀྱང་གྱི་རང་བཞིན་རིན་པོ་ཆེ།། བརྒྱད་གསུམ་གདམས་
པའི་མཛོད་འཛིན་བྱིན་རྒྱལས་ཅན།། འདྲན་མཚོག་རྩ་བའི་བླ་མར་གསོལ་

བ་ཐོབ། སྤྱི་བོའི་གཙུག་བསྐྱེད་སྤྱི་ལོ་དཀྱིལ་བསྐྱེད་ན། བདེ་གཤེགས་
 ཀྱན་བསྐྱེད་པ་དང་བསོད་ནམས་མཉམ་། བརྒྱད་གསུམ་སྤྱི་མའི་བྱིན་
 རྒྱལ་རང་རྒྱུད་འཕུག། ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་འབྲས་ནས་རྟོགས་པ་
 འཆར། དེས་ན་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་བོགས་འདོན་ལ། མཆོག་
 རྒྱུར་སྤྱི་མའི་རྣལ་འབྱོར་གནད་དུ་ཟུག། གནས་གསུམ་ཡི་གའི་འོད་ལས་
 དབང་བཞི་སྤང་། སྤྱི་བ་པ་བཞི་དག་སྐྱེ་བཞིའི་གོ་འཕང་དང་། རྣམ་
 བཞིའི་རིག་འཛིན་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་བཞག། ལམ་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ལ་
 དབང་དམ་ཆོག་གསོ། འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱན་སྤྱི་མའི་རོལ་བར་འཆར།
 གནས་སྐབས་མི་མཐུན་ཞི་ཞིང་བསམ་དོན་འགྲུབ། ཆོ་འདིར་ཆོས་སྤྱི་
 རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཟུག་པའོ། མིན་ཀྱང་བྱི་མ་པད་མ་འོད་དུ་སྤྱོད། གནས་དེར་
 རིག་འཛིན་བཞི་ཡི་ལམ་བཞོད་ནས། གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་མིག་འཕྲུལ་
 ལྷ་བྱུང་འགོ། རམ་མཁའི་མཐའ་མཉམ་འགོ་བའི་དོན་བྱེད་ཅིང་། སྐྱེ་
 དང་ཡེ་ཤེས་སྤྱང་བས་སྤྱང་སྤྱི་དཔེ་དཔེ། ཨེ་མ་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་བཞོད་
 གཅིག་ལམ། བརྒྱད་གསུམ་རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་ཞལ་གྱི་ལུང་།
 བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྤྱི་དམ་ཆོས་འདུས་པའི་མདོ། གདམས་ངག་གནད་གྱི་

སྒྲིང་པོ་དེ་ལྟར་ལགས། མཁས་པ་བརྒྱ་དང་གྲུབ་པ་སྒྲིང་བྱོན་ཡང་།
འདི་ལས་ཟབ་པའི་དམ་ཚམས་སྒྲིན་པ་མེད། དམ་ཚམས་བདུད་ཅིའི་ཉིང་
ཁུ་འདི་ལགས་ཏེ། འཕགས་ཚོགས་དགེ་འདུན་སྒྲིང་གི་ཐུགས་དམ་
མཐིལ། ལམ་འདི་བཤད་དང་ཉན་ལས་བསོད་ནམས་ཚོགས། གང་
ཞིག་ཐོབ་དེས་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཀུན། ལམ་བཟང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་
ཚོག་ཅིག་གིས། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།
ཅེས་གསུངས་ནས་སྤང་བུ་གཉིས་ལ་བྱིན་རྒྱལས་དང་སྒྲིན་ལམ་མཛད་
ནས། རྫོངས་རྒྱ་ཞིང་མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་གི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས་
ནས་མིག་སྒྲིན་ཐིག་ལའི་དགོན་པ་འཁོར་ཞེས་བྱ་བར་བུད་ཤིང་ཟད་པའི་
མེ་ལྟར་མུང་པོ་ལྟག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་མུ་ངན་ལས་འདས་སོ། །
དེ་ནས་བུང་བ་དེ་གཉིས་ཀྱང་སྦྱོད་ལམ་པར་ཆེར་བྱང་སྤོང་གི་བཀའ་བཞེན་
བསྐྱབས་ལ། རེས་འགའ་ནི་བག་མེད་པའི་རྩེད་མོ་ནི་རྩེ་ཞིང་འདོད་པའི་
ཡུལ་ལ་ཆགས་ཏེ་རིང་ཞིག་འདས་པའི་ཆོ། དག་སྒྲིན་གྱིས་མེ་ཏོག་གི་ཟེལ་
མངར་འཐུང་ཞིང་། འདབ་ཡངས་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་ལྗིང་གཡོ་
བའི་སྐལ་བཤིག་ཉི་མའི་མདངས་འོད་སྟོང་བུར་དུ་ཉམས་ནས། སྒྲིན་ནག་

གི་གི་བ་མ་ཀྱིས་ལ་ལྟ་བུ་སྟེ་པད་མོ་ནམས་གཅིག་ཅེར་དུ་ཁ་ཟུམ་པས་
 ངག་སྟན་པད་མའི་སྤྱབས་སུ་འབྱམས་ནས་དབུགས་འབྱམས་ཏེ་འཛིགས་
 སྒྲག་དངངས་ཤིང་གཏམ་བརྗོད་མ་ལུས་པར་སྤྱབ་སྤྱབ་སྤྱབ་སྤྱབ་ཟེར་ཞིང་
 འདུག་པ་ན། འདབ་ཡངས་ཀྱང་འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་སྟེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་
 པར་གྱུར་ནས་པད་ལྗོན་གྱི་དྲུང་དུ་ས་ལ་བབས་ནས་མུ་པན་གྱི་གདུང་བས་
 སྟིང་ལ་ལོན་ཏེ་ས་ལ་འགོ་ལྗོག་བྱེད་ཅིང་འདི་སྐད་དུ། གྱི་རྩད་གྱི་རྩད་
 འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་པ། ཨ་ཙི་ཨ་ཙི་སྟོ་སྟར་རྒྱེན་ངན། ཅི་བྱེད་ཅི་བྱེད་
 མ་རུངས་འཆེ་བ། འཕམ་དུ་འདི་རུ་བདུད་པོ་སུ་སྟེ་བ། མཁའ་ལམ་
 ཡིད་འོང་ཉིན་བྱེད་དཀྱིལ་ལ་ཁོང་། སྟོ་སྟར་འགོ་བས་པའི་དྲག་ཤུལ་དེ་སྟ།
 ས་གཞིར་བཀོད་པའི་མེ་ཏོག་འདབ་བརྒྱ། འཕམ་དུ་སྟུང་པའི་རྒྱེན་ངན་
 དེ་ཅི། ཡིད་འོང་སྟིང་སྟུག་གོགས་དེ་གར་སོང་། འཇམ་པའི་འདབ་
 ཡངས་བསྟོད་དེ་གར་སོང་། སྟན་པའི་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲོག་དེ་གར་སོང་། བཙེ་
 བའི་གསང་གཏམ་ཅན་དེ་གར་སོང་། མཛེས་པའི་འཇུམ་མདངས་ཅན་
 དེ་གར་སོང་། དགེས་པའི་འཕྱར་ལྗིང་ཅན་དེ་གར་སོང་། གཡུ་ལོ་ཟུར་
 མིག་ཅན་དེ་གར་སོང་། ཀླང་དུག་ཡན་ལག་མཛེས་དེ་གར་སོང་།

གསལ་བའི་ཐིག་ལེ་ཅན་དེ་གར་སོང་། ། གནག་སྒུམ་སྒྲ་ཙོག་ཅན་དེ་གར་
 སོང་། ། ཁོ་བོའི་སྒྲིང་གི་དུམ་བུ་གར་སོང་། ། འདབ་ཡངས་ཁོག་པ་སྒྲོང་
 བ་ཅི་བྱེད། ། འོང་འོང་ངག་སྒྲན་སྒྲིང་སྒྲུག་ཨེ་གོ། འདབ་ཡངས་གཏམ་
 ལ་ཨ་ལན་མེད་ན། ། སྒྲིང་འདི་ཚལ་བར་འགས་ལ་ཉེའོ། ། སྒྲོ་བུར་སྒྲིང་
 རྩེ་མེད་པའི་སྒྲིན་ནག། ཉེས་མེད་སྤྱང་བུའི་ཉམས་མྱོང་འདི་ཅི། འདབ་
 ཡངས་པད་མ་འདབ་བརྒྱའི་དྲིན་ཅན། བྱིད་ལ་རང་དབང་མེད་པ་ལགས་
 སམ། ། ཀྱན་མན་ཉིན་བྱེད་སྒྲིང་རྩེའི་མངའ་བདག། མ་རུངས་སྒྲིན་ནག་
 གྲིབ་ན་མ་བཞུགས། ། ཐུགས་རྩེའི་ཚ་བེར་འོད་སྤང་སྒྲོས་ཤོག། མ་རུངས་
 སྒྲིན་ནག་གཏོར་བའི་རྒྱུང་པོ། ། བ་ཡ་བེ་དེ་ཡིན་ན་དགའ་བ། ། པད་མ་
 འདབ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་སྒྲོབས་ལྡན། ། རྒྱུང་གཉིས་མི་ཞིག་ཡིན་ན་དགའ་
 བ། ། ཉམ་རྒྱུང་སྤྱང་བུའི་ལས་བསྒྲོས་འདི་འདྲ། ། གྱི་རྒྱུང་མཐོན་པོ་གནམ་
 གྲིས་ཨེ་དགོངས། ། མ་རུངས་སྒྲིན་ལ་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་ཤོག། ངག་སྒྲན་
 ངག་སྒྲན་སྒྲིང་གི་ཐིག་ལེ། ། ངག་སྒྲན་ལྷན་ལྷན་ཡིད་ཀྱི་འཕྲི་ཤིང་། །
 ངག་སྒྲན་ལྷན་ལྷན་བཅེ་བའི་ལྷ་ཤོགས། ། ངག་སྒྲན་ལྷན་སྒྲིང་སྒྲུག་
 ལྷ་མོ། ། གྱི་རྒྱུང་གྱི་རྒྱུང་འདབ་ཡངས་སྒྲུག་སྒྲུག། ཅེས་ཟེར་ཞིང་གིན་ཏུ་

ཉམ་ཐག་པར་སྒྲེཁིང་འདུག་གོ། དེར་ངག་སྒྲན་གྱིས་ཀྱང་ཅུང་ཞིག་དབྱགས་
 ངལ་སོས་ནས་དལ་བྱས་གཏམ་སྒྲ་ལུས་པར་གྱུར་ཏེ་པད་མོའི་སྒྲུབས་
 བས་འདབ་ཡངས་འདབ་ཡངས་ཞེས་འབོད་པར་བྱེད་དོ། དེར་འདབ་
 ཡངས་ཀྱང་གིན་ཏུ་དགའ་སྟེ་ངག་སྒྲན་སོས་པ་སྒྲམ་བྱེད་ཅིང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་
 ཏུ་ལངས་ནས་པད་མའི་འདབ་མ་ལ་ཁ་གཏད་དེ། ངག་སྒྲན་ཞེས་འབོད་
 པར་བྱེད་དོ། དེའི་ཆེ་ངག་སྒྲན་གྱིས་འདབ་ཡངས་ཀྱིས་འབོད་པའི་སྐད་
 ཀྱང་ཐོས། རང་ཉིད་པད་མའི་སྒྲུབས་སུ་འབྱམས་པ་ཡང་གེས་ཏེ་རྟོག་
 དཔྱད་ཞིབ་ཏུ་བཏང་ནས། ཨ་ཁ་ཁ་ངེད་གཉིས་ནས་སྒྲོན་ཆད་བྱང་སྒྲོང་
 ཆེན་པོ་དོན་ཀྱན་གྲུབ་པ་དེའི་བྱང་ནས་ཟབ་རྒྱའི་གདམས་ངག་ཐོབ་པ་
 ཡིན་ཀྱང་ཉམས་སུ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ལོན། ཡང་དག་པའི་ལྷ་ཆོས་བསྒྲུབ་
 འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་གཏད་དང་དམ་བཅའ་ཡོད་དེ། ཆོས་བྱེད་འདོད་ཀྱི་རང་ཆེ་
 ཆད་རྫོགས། ད་ནི་པད་མའི་སྒྲུབས་འདིར་ལྷ་འཕོ་ལྷང་གི་སྒྲུག་བསྐྱལ་
 ལྷ་བྱ་ཡུན་རིང་མྱོངས་ནས་མཐར་འཆི་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་སྐར་
 ཡང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཕོག་ནས་མེ་ཏོག་གི་འདབ་རྒྱ་གྲོལ་ནས་མ་གྱི་བར་
 ཐར་བ་ཡང་སྤིད་དམ། གང་ལྟར་ཡང་འདབ་ཡངས་སྒྲ་ངན་གྱིས་ལོན་འདུག་

པས་འདི་ལ་གཏམ་ལན་ཞིག་གཞུང་ན་ཐོས་པ་ཡིན་ནམ་སྟུང་དེ་
སྐད་དུ། གྲེ་གྲེ་འདབ་ཡངས་གྲེ་གྲེ་འདབ་ཡངས།། འདབ་མ་རབ་ཡངས་
ལྷ་ཡི་སྐས་པོ།། གསུང་སྟན་ཡིད་འོང་ན་བའི་བདུད་ཅི།། ཐོས་པར་ཡོད་
པ་སྟོང་ལ་དགའ་ཡང་།། ལང་ཆོའི་ཞལ་མཛེས་མིག་གི་བདུད་ཅི།།
མཇལ་དུ་མེད་པའི་སྐལ་དམན་འདི་ཅི།། སྟོ་བུར་སུན་པ་འཆི་བདག་
བང་ཆེན།། ནམ་ཙམ་སྟེབ་པ་ངས་ནི་མ་ཤེས།། ཀུན་པན་ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་
བའི་དགྲིལ་འཁོར།། མཁའ་ལམ་མི་གནས་གང་དུ་ཐེབས་སོང་།།
རེག་འཇམ་འདབ་མའི་མལ་སྟན་བཀོད་དང་།། རོ་མངར་ཅི་བཅུད་
བདུད་ཅི་འཛག་ལ།། གྲི་ཞིམ་སྟོས་བསུང་སྟེ་ཡི་བཅུད་ལེན།། དཀར་
དམར་ལང་ཆོ་མིག་གི་དགའ་སྟོན།། འདོད་རྒྱའི་ལོངས་སྟོད་པད་མའི་
དགྲིལ་འཁོར།། སྟོག་གཅོད་གཤེད་པོར་གྱུར་པ་འདི་ཅི།། སྐབ་འཇམ་
འདབ་བརྒྱ་གདུག་པའི་བཙོན་ཁང་།། འབྱོར་བ་ཟེལ་མངར་སྟོམ་བྱེད་
ལྷགས་སྟོག། འབྱུར་བའི་སྟུག་བསྐལ་འདི་འདྲ་ལགས་མོད།། གྲི་ལགས་
དྲིན་ཅན་དྲང་སྟོང་ཆེན་པོས།། བཀའ་གསུང་བདུད་ཅིའི་གདམས་ངག་
གནང་དུས།། མི་རྟག་འཁོར་བའི་མཚན་ཉིད་གསུངས་པ།། ད་རེས་རང་

རེའི་སྟེང་དུ་མངོན་སུམ།། བདེ་སྦྱིད་ལྷ་ལ་འགན་བའི་ཡོངས་སྟོང་།།
 ཉམ་ཐག་གཤིན་རྗེའི་གོང་སྒོར་སྟེབ་ལ།། མིག་གི་འཁྱེད་འཇུག་ཙམ་ལས་
 མ་འགོར།། གྱི་རུད་འཕོ་ལྷང་སྟུག་བསྐྱལ་འདི་འདྲ།། ལྷ་ཆོས་བསྐྱབ་འདོད་
 སེམས་ལ་ཡོད་ཀྱང་།། འབྲལ་དུ་བཅོན་བའི་ཉམས་ལེན་མ་བྱས།། འབྲང་
 རིང་བར་དོ་འགྲིམ་དགོས་བྱུང་ན།། སྟོ་གཏད་ཐེར་བའི་དམ་ཆོས་མི་འདུག།
 འཆི་བ་འོང་སྟམ་སེམས་ན་ཡོད་ཀྱང་།། བཅ་འཆི་ཆ་མེད་རྒྱད་ལ་མ་སྦྱིས།།
 བག་ཡངས་སྟོམ་ལས་ལེ་ལོའི་ངང་ལ།། འཆི་བདག་བདུད་པོ་སྟོ་བུར་
 སྟེབ་བྱུང་།། འཁོར་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་སེམས་ན་ཡོད་ཀྱང་།། འབྲལ་སྤང་
 ཉམས་དགའ་ཞེན་བ་མ་ཆོད།། ཡུལ་ལྗེའི་བདུད་གྱིས་དབང་ལྡ་བསྐྱུས་
 བས།། སྟུག་བསྐྱལ་འཁོར་བའི་གཞི་མ་བྱུང་སོང་།། རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་
 སེམས་ན་ཡོད་ཀྱང་།། སྤང་སྤང་ཟབ་མོའི་ལག་ལེན་མ་བྱུང་།། རྣམ་གཤེད་
 ངང་ལ་མི་ཆོ་ཟད་ནས།། དགེ་བ་འདི་སྦྱབ་གཏད་སོ་མི་འདུག། གྱེ་ལགས་
 སྟིང་སྟུག་བྱང་བ་གཞོན་བྱ།། འཆི་བདག་བདུད་པོ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི།།
 དག་ཞིག་ཡོད་ཅེས་སྟོན་དུ་ཐོས་པ།། ད་རེས་མངོན་སུམ་སྟེབ་པ་འདྲའོ།།
 འདུག་བའི་གནས་ལ་པད་མའི་སྟེང་ཆ་ལ།། བསྐྱར་འདོད་བསམ་བ་སྟིང་

ན་མེད་དེ། ཏ་རེས་གྲོ་ལུར་འཆི་བདག་རྒྱལ་པོས། གཤིན་རྗེའི་གྲོང་
སྒོར་ཁྲིད་པར་འདུག་གོ། བཟའ་བའི་ཟས་ལ་ཙྰ་བཙུད་ཟིལ་མངར།
སྤང་འདོད་བསམ་པ་སེམས་ལ་མེད་དེ། ཏ་རེས་དབང་མེད་བཙན་པོའི་
ཁྲིམས་ཀྱིས། ཟས་སྤྲི་གསུར་ཟ་དགོས་འདུག་གོ། འགྲོ་བའི་ལམ་
ལ་བར་སྤང་ཡངས་བ། འདི་ལས་གཞན་དུ་འབབ་འདོད་མེད་དེ། ཏ་
རེས་དབང་མེད་གཤིན་རྗེས་ཁྲིད་ནས། འཕྲང་རིང་བར་དོར་འགྲིམ་
དགོས་འདྲའོ། བཙྰ་བའི་གཉེན་ལ་དྲིན་ཆེན་པ་མ། འདི་ལ་བྱེར་འདོད་
སེམས་ན་མེད་དེ། ཏ་རེས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམས་རར། གཉེན་མེད་
བཤེས་མེད་འབྲམས་པ་འདྲའོ། བསྐྱེད་པའི་འཁོར་ལ་འབྲུ་སྤང་པའི་
སློག་ཆགས། འདི་ལས་འབྲལ་འདོད་སེམས་ན་མེད་དེ། ཏ་རེས་ཕྱི་
མའི་ལམ་ཆེན་སྤངས་ནས། སློགས་མེད་གཅིག་ལུར་འགྲོ་དགོས་འདྲའོ།
བགོ་བའི་གོས་ལ་གིང་བལ་རེག་འཇམ། འདི་ལ་སྤང་འདོད་སེམས་ན་
མེད་དེ། ཏ་རེས་འཆི་བདག་ཞགས་པས་བཙིངས་ནས། གོས་མེད་
གཅེར་ལུར་འཁྲིད་པ་འདྲའོ། འགྲོགས་པའི་སློགས་ལ་འདབ་ཡངས་
གསེར་སྤང་། འདི་ལས་འབྲལ་འདོད་སེམས་ན་མེད་དེ། ཏ་རེས་འདུས་

བྱས་རང་མཚང་བསྟན་ནས། མཐོང་ཐོས་མེད་སར་འགོ་བ་འདྲེ། གྱེ་
 གྱེ་ཡིད་འོང་སྟིང་སྟུག་གཞོན་པ། དང་པོ་འགྲོགས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ།
 བརྟེ་བའི་འཇུམ་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཞལ་མཛེས། གནག་པའི་ཁྲོ་གཉེར་
 བསྟུས་པ་མི་དྲན། བྱམས་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱངས་པའི་ངག་སྟན།
 ཁྲོས་པའི་བཀའ་བཀྱོན་གནང་བ་མི་དྲན། བརྟེ་བའི་བྱགས་གྱིས་འགྲོགས་
 པའི་ངང་བཟང་། ཁེལ་མེད་ཕྱི་ཐག་བསྐྱང་བ་མི་དྲན། འབྲལ་དགོས་
 འོངས་སྟོད་ཡུལ་གྱི་ཉེར་སྟུད། ང་ཁྱོད་ཁྱད་པར་བྱེ་བ་མི་དྲན། ཟུན་
 རིང་འབྲལ་དང་འབྲལ་གྱི་མཛད་སྟོད། མི་དགའི་རྣམ་འགྱུར་ངོམ་པ་
 མ་དྲན། གཞུང་བཟང་ཕྱི་ཐག་རིང་བའི་བྱགས་གྱིས། བསྐྱངས་པའི་
 སྐྱེད་ན་སེམས་ན་ཡོད་ལགས། བྱགས་བརྟེ་འདྲེ་འབྲལ་མེད་པའི་རྩལ་
 གྱིས། འགྲོགས་པའི་བརྟེ་གདུང་སེམས་ན་ཡོད་ལགས། ཡིད་འོང་སྟང་
 བ་མཐུན་པའི་གསུང་གི། བྱམས་པའི་གསུང་སྟོས་སེམས་ན་ཡོད་ལགས།
 ཡིད་གཟུགས་འདྲེ་འབྲལ་མེད་པའི་རྩལ་གྱིས། བྱགས་བརྟེ་འདྲེ་བྱགས་
 གཉན་སེམས་ན་ཡོད་ལགས། སྟོད་པའི་གནས་དང་འབྲལ་འབྲལ་འདྲ་
 ཡང་། གནས་ཡུལ་རང་གནས་བསམ་ནས་མི་འགྲོད། བསགས་པའི་

བོར་དང་འབྲལ་འབྲལ་འབྲལ་ཡང་། ལོངས་སྤྱོད་འབྱོར་བ་བསམ་ནས་
 མི་འགྱོད། བསྐྱེདས་པའི་གཡོག་དང་འབྲལ་འབྲལ་འབྲལ་ཡང་། མངགས་
 གཞུག་འཁོར་གཡོག་བསམ་ནས་མི་འགྱོད། གཅིས་པའི་ལུས་དང་འབྲལ་
 འབྲལ་འབྲལ་ཡང་། ལང་ཚོའི་ན་ཚོད་བསམ་ནས་མི་འགྱོད། བངས་བའི་
 སྒོག་དང་འབྲལ་འབྲལ་འབྲལ་ཡང་། འདི་སྣང་བདེ་སྦྱིད་དཔ་ནས་མི་
 འགྱོད། བྱམས་སྦྱོང་སྦྱིང་སྦྱིང་ཁྱེད་ཀྱི་དུང་ནས། འབྲལ་དགོས་སྦྱུག་
 བསྐྱེད་སྦྱིང་ལ་ཟུག་པའི། འགྱོད་པ་འདི་ལ་སྒྲོག་ཐབས་མི་འདུག།
 བྱམས་པའི་ཞལ་གྱི་མཛེས་པ་དཔ་ནས། མིག་ལས་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་
 ཐར་ཐར། བརྩེ་བའི་བྱགས་ཀྱིས་དགོངས་པ་དཔ་ནས། སེམས་ལ་
 སྦྱུག་བསྐྱེད་སྦྱིང་པ་ཐེགས་ཐེག། བརྩེ་བའི་གསུང་གིས་དབྱུགས་དབྱུང་
 དཔ་ནས། ཡིད་ལ་གདུང་བའི་མེད་པུང་འབར་ཡང་། ད་ནི་ལས་དབང་
 སྤྱིབ་པས་ཅི་བྱ། འཆི་བདག་གཤིན་རྗེའི་དམག་དཔུང་སུས་བསྒྲོག།
 སྦྱུག་བསྐྱེད་འཁོར་བའི་སྣང་ཚུལ་སུས་འགོགས། ཁྱེད་ཀྱང་གནས་ཚུལ་
 འདི་ལ་དགོངས་ནས། ཐུགས་ལ་འགྱོད་པ་མེད་པར་ཁྱེད། ད་དུང་ཉིན་
 བྱེད་སྣང་བའི་འོད་འཕྲེང་། ཐེགས་ན་ཐར་ཡང་སྤྱིད་པ་ཡོད་ཀྱི། བག་

ཡངས་ཐུགས་བག་བརྒྱུདས་ལ་བཞུགས་མཛོད། གལ་ཏེ་མ་ཐར་འདི་
 རུ་གི་ཡང་། བརྟེ་བའི་འགྲོགས་པའི་སྙིང་གྲོགས་ཁྱེད་ཀྱིས། སྔོན་ཆད་
 བརྟེ་གདུང་བྱམས་པས་སྦྱོང་ཚུལ། དེ་ལས་ལྷག་པའི་མཛོད་ཐབས་མེད་
 ཀྱི། ཆོ་མཐའི་འདུན་མ་འབྱོརས་བཡིན་ལགས། སྔོན་ཆད་རང་རེ་སྦྱིད་
 པའི་སྐབས་ན། ཞེ་འདོད་སྙིང་ལ་བྲིས་པའི་དམ་བཅའ། ད་ལྟ་དམ་
 པའི་ཐུགས་ལ་མངའ་འཕམ། ཕྱིན་ཆད་འབྲལ་བའི་དུས་ཚོད་བྱུང་ཡང་།
 ཁྱེད་ཐུགས་དམ་བཅའ་བསྐྱར་བར་མ་མཛོད། སློ་གཏད་དམ་ཆོས་འབྲལ་
 འབྱོལ་བྱུང་ན། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཁྱེད་མེད་ལགས། ཞེས་ཟེར་ཞིང་
 འདུག་གོ། དེར་འདབ་ཡངས་ན་རེ། གྱེ་གྱེ་དག་སྟན་གྱེ་གྱེ་དག་སྟན།
 དག་སྟན་གྱུ་ལེན་གཡུ་ཡི་སྤྱང་རྒྱུང་། མ་འཇིགས་མ་འཇིགས་སློ་ཡི་བག་
 རོབ། མ་སྐྱག་མ་སྐྱག་སེམས་ཀྱི་དཔའ་སྦྱེད། ཡུན་རིང་མི་བརྟན་འབྲལ་
 ཀྱི་སྦྱིད་སྤྲུག། གནས་གཅིག་མི་སྤོང་ནམ་མཁའི་སྤྱིན་ནག། ཉམས་པ་མི་
 སྤིང་ཉིན་བྱེད་འོད་སྤང་། སློ་བུར་སྤྱིན་ནག་འབྲལ་གྱི་སྤྱིན་རན། བར་
 ཆད་འདི་ལ་སེལ་ཐབས་ཡོད་འགོ། བསྐྱུདས་པའི་འབྲུ་སྤྱང་སྤྱིན་བྱུ་འཁོར་
 མང་། ཐུགས་ཐུགས་མངགས་གཞུག་བང་མིར་བཏང་ན། དོན་གཉེར་

ཡིད་ཀྱི་འདོད་པ་སྒྲུབ་ཆོག། བསལ་གསུམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤང་ཅིའི་བའ་མཛོད།
གཏོང་ཡོད་བྱས་ན་འཕྲལ་རྒྱུན་སེལ་འགོ། རྒྱལ་ཁམས་ཤེས་ཅན་མཁས་
དགུར་བྲིས་ན། འཕྲལ་རྒྱུན་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲོག་ཐབས་ཤེས་ཡོད། ལུས་ལྷན་
དབང་ཡོད་གཞན་ལ་རེ་ན། སྒྲོ་བུར་སྒྲིན་ནག་གཏོང་བསྒྲོག་བྱེད་འགོ།
ཕྱོགས་མེད་གོང་དང་བྲག་རིའི་ཆང་ན། བྲག་རྒྱུང་ཕོ་རྒྱུ་སྒྲིབ་འགྱུར་
རྒྱབ་ཅིང་། རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་མངོན་ཤེས་འཆད་སྒྲུབ། འདི་ལ་བྲིས་
ན་ལུང་བསྟན་གནང་ཡོད། མཐོན་པོའི་མཁའ་ཀྱི་མཐོང་ཁ་བད་ཅེར།
མཆིལ་བ་རྒྱ་བོའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་འདུས་པས། ལུང་ལུང་གཟུངས་སྟགས་
ནམ་འཛོམས་གསུངས་སྒྲུབ། ཆོགས་འདི་བྲངས་ན་གསུང་སྒྲུབ་གནང་
འགོ། ཁྱོན་པ་རྒྱུང་བའི་ལྷན་གཤེར་ཁོད་ན། མི་སྟུག་སྟོན་པའི་སྤལ་བ་
རྒྱ་བོ། ཀྱེ་ལྟུང་དུད་ནག་པོའི་ཕོ་ཉ་ཡིན་སྒྲུབ། འདི་ལ་ལུས་ན་ཐབས་
ཤིག་ཡོད་འགོ། ལུང་དང་གིང་དུང་ལོ་མའི་ཁོད་ན། འཛིགས་གཟུགས་
རོམ་པའི་དུག་སྒྲུལ་ནག་པོ། ཀྱེ་ལྟུང་བདག་གཟུགས་པའི་རང་གཟུགས་ཡོད་
སྒྲུབ། འདི་ལ་སྒྲུབས་ན་སྒྲིན་ནག་བསྒྲོག་འགོ། རི་ཅེ་ས་ལུག་རང་གི་
གནས་ན། ལུག་རིང་བསྒྲོམས་པའི་འཕྲི་བ་སྒྲོམ་ཆེན། ཀྱེ་བསམ་གཏན་

གྲུབ་པའི་ཉིང་འཛིན་ཡོད་སྐད། ཁོང་ལ་ཁྱེས་ན་ཐུགས་གཏད་གནང་
 འོང་། ཡིད་འོང་ལྷོན་གིང་འདབ་མའི་ཕྱི་ལ། ལྷན་ལྷན་སྒྲོག་པའི་གཡུ་
 བྱ་ཁུ་བྱག། འཁོར་སྒྲིན་འབོད་པའི་སྐད་གཏོང་ཡིན་སྐད། འདི་ལ་
 བརྒན་ན་གསུང་ངག་བསྐམ་འགོ། བྱང་ཐང་སྤང་ལྷོངས་ཉམས་དགའི་
 ཐང་ན། ཁ་དཀར་རྒྱུང་རྒྱུང་འཁྱེད་ཡི་བང་ཆེན། ཉི་ཟེར་འབོད་པའི་
 རོར་བྱ་ཡོད་སྐད། ཁོང་ལ་ཁྱེས་ན་མུར་མུར་བཏེག་འགོ། དེས་མེད་གནས་
 དང་རང་གི་ཁུང་ན། གྲུག་གསོད་རྩོད་པ་སྤོང་ནག་ལག་དགུ། འཁོར་ལོ་
 བ་ནག་པོའི་སྒྲུལ་བ་ཡིན་སྐད། འདི་ལ་གཙུག་ན་ཐབས་ཚུལ་བྱེད་འགོ།
 བར་སྤང་ལམ་ནས་རི་ཕྱི་བྲག་སྒོང་། འཁོར་སྐད་སྒྲོག་པའི་འོལ་བ་འཁྱེད་
 སྒྲུག་རྒྱུང་། མཁའ་མྱིང་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་ཉ་ཡིན་སྐད། འདི་ལ་གཏད་ན་
 དག་ཤུལ་བྱེད་འགོ། ཅིས་ཀྱང་མི་བསྒྲོག་རྒྱུན་རན་མི་སྤིང་། བཤགས་
 ཀྱང་མི་འདག་ལས་རན་མི་སྤིང་། གཉེན་པོས་མི་འོན་བར་ཆད་མི་སྤིང་།
 རྒྱུག་ཐབས་མེད་པའི་བདུད་གཙོད་མི་སྤིང་། རྒྱུ་ཡོད་ཐབས་ཡོད་གསེར་
 རྒྱང་འདབ་ཡངས། གྲུ་ཡངས་གནས་ན་རང་དབང་ཐེམས་འདུག། ཅི་
 དགའ་གང་དག་ཐབས་བརྒྱ་འབད་དགོས། ཞེས་ཟེར་ནས་བྱ་རོག་གི་

བྱུང་དུ་སོང་ནས་བྱིས་པ་ས། འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཡིན་འདུལ་བྱེད་ཁྱུང་།།
གཉེན་པོ་རྒྱུད་ཡིན་སྒྲོག་ཐབས་མང་།། འཕལ་དུ་འཆུབས་ཀྱང་ཕུགས་མི་
སྒྲིན།། ཟེར་སྐད། དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་དུ་བྱིན་པ་ས། མཆིལ་
པའི་ཆོགས་དཔོན་ན་ཤེ། འདུས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་མེད་ཤུང་འདྲ།། སྒོན་
ལས་ནགས་ཆོལ་བསྐྱེགས་ལུས་ན།། འཕལ་སྐྱེན་ཅ་སྐྱུར་སྒྲོས་ཅི་དགོས།།
འབུལ་བ་ཞབས་ཏེག་གཟབ་དགོས་སོ།། ཟེར་ནས་ཐེབས་ཏེག་སྐྱུང་སྐྱབ་
སྐད། སྐལ་བ་ན་ཤེ། མི་སྐྱུག་སྒོན་པའི་སྐལ་བ་ང་།། གྲུ་བདུད་ནག་པོའི་
པོ་ཉ་ཡིན།། སྒྲིན་ནག་འབྱུང་ཁུངས་གདོལ་བ་གྲུ།། ཁོང་ལ་ཁྱུས་ན་སེལ་
ལོས་ལུས།། ཟེར་ནས་ལྷ་སྐྱུངས་གནམ་དུ་གཅེར་སྐད། སྐལ་ན་ཤེ། ལུ་
བདག་ཁྱོས་པའི་གདེངས་ཀ་ལས།། རྒྱུངས་པ་སྒྲིན་ནག་སེར་བ་བྱུང་།།
གདེངས་ཀ་གདུག་པ་སྐལ་ལ་དབང་།། སྒྲིན་ནག་སེལ་ཐབས་ང་ལ་ཡོད།།
ཟེར་ནས་འབྱེལ་འགྲོས་བྱེད་སྐད། འབྱེལ་བ་ན་ཤེ། ངས་ནི་ཡེངས་མེད་
ཏིང་འཛིན་བསྐྱོམ།། འོན་ཀྱང་གསེར་སྐྱང་ཞལ་ངོ་གཉན།། མཚམས་
ཁུངས་ཞབས་བརྟན་ལོས་ཀྱང་སྐྱབ།། ནམ་ཕུགས་མི་སྒྲིན་ངེས་པ་ཡིན།།
ཟེར་ནས་མིག་ཟིམ་ཟིམ་བྱེད་སྐད། ཁུ་བུག་ན་ཤེ། ཆར་སྒྲིན་ལྷ་ཡི་བཀའ་

མྱོད་ལ། བང་ཆེན་ཁུ་བྱག་མྱོན་མོ་ཡིན། ཐོན་བཞུགས་རང་དབང་ཅུང་
 ཟད་ཡོད། གང་དག་ཐབས་ཚུལ་ལོས་ཀྱང་བྱེད། ཟེར་ནས་ལྡེམ་ལྡེམ་
 འདུག་སྟེ། རྒྱུ་ན་ཅེ། བོ་རེངས་རྒྱུ་ཅུང་ལུ་ར་ང་། ཡ་མཚུ་ཡིད་བཞིན་
 བོར་བྱ་ཡིན། མ་ཁའ་སྒྲིབ་སེལ་བའི་ཕྱགས་མ་ཡིན། ང་ལ་རེ་བ་མ་བོར་
 འདུག། ཟེར་ནས་ཡ་མཚུ་གནམ་དུ་བཏེག་གོ། མྱོམ་ནག་ན་ཅེ། གདོལ་
 བ་ཁྲོས་བའི་ཁ་རྒྱུངས་དེ། སེལ་བྱེད་གཞན་གྱིས་སེལ་མི་རུས། འབྲུ་
 སྒྲུང་མང་བོའི་ག་ཚོགས་ན། ཡས་མཚོད་གདོན་བཀྲོལ་ང་ཡིས་བྱེད།
 ཟེར་ནས་མདོས་ཐག་མང་པོ་བྲན་སྟེད་དོ། ཁོལ་བ་ན་ཅེ། རྒྱ་འདུལ་
 རྒྱུང་ཆེན་ང་རང་ཡིན། རྒྱལ་ཟ་སྒྲལ་འཆའ་རྒྱ་བོར་གཞོམ། ལྷེར་མོའི་
 རུས་བ་གནམ་ལྷགས་འདྲ། དག་ཤུལ་སྟོན་ནས་རུལ་དུ་བརྒྱག། ཟེར་
 བས་ནམ་མཁའ་ལ་བཤུར་ཞིང་བཤུད་སྟེད་འདེབས་སྟེད་དོ། དེར་འདབ་
 ཡངས་ནས་ཀྱང་ཡོངས་ལ་གྲགས་བའི་སྟོག་ཆགས་ཆེ་རྒྱ་དེ་དག་གི་
 གསུངས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་ནམ་ལྷགས་སྒྲིན་ནག་དེངས་ནས་ངག་སྟན་
 ཡང་ཐར་བ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན་ནམ་སྟེམ་ནས་སྟོ་བག་པའ་སྟེ་ཅུང་ཞིག་
 གནས་པའི་ཚོ། བམ་མཁའ་ལ་སྒྲིན་ནག་ལྟོག་ལྟོག་འོལ་ཞིང་ཕྱོགས་ཐམས་

ཅད་ཀྱང་ངམ་ནག་ལའོར་ལའོར་བྱེད་ལ། ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་འབྲུག་སྐྱ་ལྷི་
རི་རི་བྱེད་པ་དང་ཆབ་གཅིག་རྒྱུད་དག་པོ་ཁུ་རུ་གཡོ་བ་དང་མཉམ་དུ་
བད་མའི་འདབ་མ་རྣམས་ཀྱང་ལྷག་པར་ཡང་བཅུམ་ཞིང་སྤྱད་དུ་བྱུང་བས་
ངག་སྟན་ཡང་བད་མའི་སྤྱབས་སུ་འབྲུམས་ནས་རྒྱུ་ལག་རྣམས་བརྒྱུད་
བསྐྱམ་མི་རུས་ཤིང་། དབྱུགས་ཀྱང་འཛུབས་ཏེ་སྐད་འདོན་དཀའ་བར་
ཁྱུར་ནས་སྐད་གདངས་དམའ་བས་འདི་སྐད་དུ། གྲེ་མ་འདབ་ཡངས་ལྷ་
ཡི་སྐས།། མེ་ཏོག་འདབ་བརྒྱ་བཅུམ་ཞིང་བྱུང་།། གེ་སར་གདུག་རྩུབ་
ཆོར་ལྟར་གཟུགས།། འདབ་མའི་སྤྱལ་མང་དོ་ལྟར་ས།། འབྲུམས་པས་རྒྱུ་
ལག་བརྒྱུད་བསྐྱམ་དཀའ།། འཛུབས་པས་དབྱུགས་ཀྱི་འབྱིན་སྤྱད་དཀའ།།
འཆངས་བས་གཏམ་གྱི་བརྗོད་པ་དཀའ།། ད་ནི་མི་ཐར་ཐག་གིས་ཆོད།།
ཕྱོགས་ནས་འབྲུག་སྐྱ་ལྷི་རི་རི།། ལྷོ་བྱུང་རྒྱུད་པོ་ཁུ་རུ་སྤ།། བད་སྤྱབས་
འཕྱོ་ཞིང་ལྷིང་ལྷགས་ཀྱིས།། རྗེད་བྱ་འཕྱོ་ཞིང་གཡོ་བ་འདྲ།། སྤྱིན་ནག་
སེར་བ་འོར་ཐག་ཆོད།། སྤྱིན་ཐང་དག་ལྷལ་བྱུང་བ་ན།། སྤྱིས་པའི་རྩ་
ལྷང་སྟོལ་ཞིང་འགོ།། འབྲེང་བའི་རྒྱུ་བས་གཅོག་ཅིང་འགོ།། བཀོད་
པའི་ཡལ་འདབ་གཅོད་ཅིང་འགོ།། སྤྱིན་པའི་འབས་བྱ་གཏོར་ཞིང་འགོ།།

ཀྱུས་པའི་མེ་ཉོག་བརྒྱག་ཅིང་འགོ། གནམ་ས་ཐོག་འོག་བསྐྱར་ལ་ཁད།
 སྒྲ་མེའི་བྲག་ཀྱང་བཞིག་ལ་ཁད། མཐོན་པོའི་ཤིང་ཡང་བཅོམ་ལ་ཁད།
 དྲག་ཕུལ་གནམ་ལྷགས་འབེབས་ཤིང་འོང་། ད་ནི་ཁྱེད་ཀྱང་འབྲོས་ན་
 འཐད། ངག་སྙན་མི་ཐར་ཐག་གིས་ཆོད། ཤི་གསོན་བྱེ་བའི་གཏམ་
 གཞུག་ལ། སྒྲ་མང་མི་འཐད་མདོ་དོན་འདྲིལ། སྒྲོན་ཆད་དྲང་སྒྲོང་ཆེན་
 པོའི་གསུང་། ད་རེས་སེམས་ལ་ལྷག་པར་བཅགས། སྤྱག་བསྐྱེལ་འཁོར་
 བའི་གནས་ཚུལ་གཏམ། ད་རེས་ལྷག་པར་རང་ངོ་འབྲོད། ཐམས་ཅད་
 ཉག་པ་མེད་པའི་གསུང་། ད་རེས་ལྷག་པར་མདོན་དུ་གྱུར། འདུས་
 ཆད་རེས་པར་འབྲལ་བ་ལས། ཁྱེད་ཀྱང་ཐུགས་གཅོད་བྱས་ཞེན་འདྲ།
 ངས་ཀྱང་མི་འགྱོད་སྟོང་རུས་བྱེད། སྤར་གཏམ་དར་གྱི་མདུད་པ་དེ།
 ད་དྲུང་མ་གྲོལ་དམ་ལགས་སམ། ཞེ་འདོད་དོ་ཡི་རི་མོ་དེ། ད་དྲུང་མ་
 ཟུམ་བུ་ལགས་སམ། དམ་བཅའ་སྟོང་གི་སྤར་བ་དེ། ད་དྲུང་མ་བུད་
 བཏན་ལགས་སམ། སྤྱག་བསྐྱེལ་འཁོར་བའི་སྒྲོང་ཚུལ་ལ། སྒྲོ་བ་གཏིང་
 ཅན་སྟེས་ལགས་སམ། འཆི་བདག་ནམ་འོང་མེད་པ་ལ། དེས་ཤེས་
 ཐུགས་ཐག་ཆོད་ལགས་སམ། འདོད་ལྡ་ཡུལ་གྱི་བསྐྱེད་པའི་ལ། ཞེན་

བ་གཏིང་ནས་ལོག་ལགས་སམ།། འདུས་ཚད་དེས་བར་འབྲལ་བ་ལ།།
 ཡིད་ཆེས་བརྟན་པ་ཐོབ་ལགས་སམ།། དམ་པའི་རྗེ་དང་མཇལ་ན་ཡང་།།
 གློ་འདོགས་མ་ཆོད་ང་རེ་འགྱོད།། དམ་ཆོས་ལེགས་གསུང་ཐོས་ན་ཡང་།།
 ཉམས་སྦྱུང་ལོན་ང་རེ་འགྱོད།། དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་ན་ཡང་།།
 སྙིང་པོ་མ་ལོན་ང་རེ་འགྱོད།། མི་རྟག་འཆི་བ་ཤེས་ན་ཡང་།། འཆི་ཆོས་
 མ་འགྲུབ་ང་རེ་འགྱོད།། རྒྱ་འབྲས་ནུམ་གངས་ཐོས་ན་ཡང་།། སྤང་སྤང་
 མ་རྩས་ང་རེ་འགྱོད།། འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ་གསུངས་ན་ཡང་།། གློ་
 ཤེས་མ་སྦྱོས་ང་རེ་འགྱོད།། ད་ནི་འཆི་བ་གྲོ་བར་སྤྲོབ།། འཆི་བདག་ཁོ་
 གཉིས་མུན་ལྟར་གནས།། སྤང་མིག་གཡོ་ཆོང་རེ་འཛིགས།། འཛིགས་
 རུང་མུན་པས་མདུན་ནས་བསུ།། རང་ལམ་མི་མཐོང་ང་རེ་འགྱོད།།
 ལས་ཀྱི་རྒྱུད་དམར་རྒྱབ་ནས་དེད།། རང་དབང་མི་ཐོབ་ང་རེ་འཛིགས།།
 མོད་མོད་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྲུག་ལྟར་སྒྲོག། འབྲུལ་སྤང་གར་ཆོང་རེ་འཛིགས།།
 གཤིན་རྗེའི་ལས་མཁན་ཨམ་གཅིགས་བསྐྱམས།། དྲག་ཤུལ་བྱེད་ཆོང་
 རེ་འཛིགས།། འཆི་བདག་ཞགས་པས་སྒྲེ་ལ་ཐེབས།། དབང་མེད་ཁྱིད་
 ཆོང་རེ་འཛིགས།། བྱི་མའི་ཡུལ་དུ་སྦྱས་ཆེན་འདེགས།། གྲོགས་མེད་

གཅིག་ལུ་ང་རེ་འཛིག་ལ། རྒྱས་མེད་ཡུལ་དུ་མི་ཕྱོག་འབྱམས། གར་
 འགོ་མི་ཤེས་ང་རེ་འཛིག་ལ། རིགས་དྲུག་འབྱུལ་སྤངས་སྤྱད་པ་ལྟ། །
 རྒྱབས་མེད་མགོན་མེད་ང་རེ་འཛིག་ལ། ཆོས་ལ་བྱེད་སློ་ཡོད་ན་ཡང་།
 འབྲལ་ལུ་མ་འབྲུབ་ང་དང་འདྲ། སྙིང་ནས་བརྩེ་བའི་སྤྱང་ཆུང་བྱེད།
 རོན་འདི་དགོངས་ལ་ལྟ་ཆོས་རེ། མ་འབྲུངས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཐེབས།
 མ་གཡངས་སྒྲུབ་ལ་སློ་ཐག་ཆོད། མ་བཤོལ་སྙིང་རུས་སློ་སྤྱ་སྤྱངས།
 མ་འབྲུངས་ལ་ཁུར་བརྩོན་པ་སྦྱེད། གལ་ལ་ཐུག་ཀྱང་ཆོས་མ་འདོར།
 སློག་ལ་བབས་ཀྱང་དམ་བཅའ་བྱངས། འདི་སྤྱང་ཁ་ཏ་བདུད་ཀྱི་ཆོག།
 ཐུགས་ལ་མ་བཞག་ཁྲེལ་གྱིས་ཐོབ། རྣམ་གཡང་ལེ་ལོ་བསྐྱུ་བའི་རྒྱ།
 དེ་ལ་མ་ཞེན་དུག་ལྟར་སློངས། ཆོ་དང་སྒྲུབ་པ་མཉམ་པ་ཞིག། མི་ཆོ་
 ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་ཞིག། དམ་ཆོས་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་ཞིག། ཁྱེད་ཀྱང་བཙན་
 ས་ཟེན་པ་ཞིག། ང་ཡང་ཐར་ལམ་ཐོབ་པ་ཞིག། མཐར་ཐུག་བདེ་ཆེན་
 ཞིང་ཁམས་སུ། ཤི་གསོན་དངོས་མཇུག་འོང་བ་ཞིག། ཨེ་མཛད་མི་
 མཛད་ཁྱེད་རང་ཤེས། རེ་བ་བྱི་མའི་ཡུལ་ནས་བྱེད། ཤི་མིག་དུར་ཁུང་
 བར་ནས་བརྟ། ཁ་ཆེས་ཆོག་གསུམ་དེ་ལས་མེད། རོན་དེ་སྙིང་གོགས་

ཐུགས་ལ་ཆོངས། ད་ནི་བཅན་པོའི་རྫོང་ལ་བྱོན། ང་རང་གི་ཡུལ་འགོ་
 ན་ཡང་། རྗེས་ལ་ཁྱེད་ཡོད་སེམས་ལ་ཕན། ལྷ་ཆོས་འགྲུབ་ན་གཉིས་
 ཀར་ཕན། སྒྱིན་ཐང་སེར་བ་མ་སྒྲིབ་གོང་། ལ་འུར་གཤམ་ས་བཅའ་ན་
 དགའ། སྐྱུ་ཁམས་བདེ་བའི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། ཡུན་རྒྱ་བཞུགས་པའི་
 སྒྲོན་ལམ་འདེབས། ལྷ་ཆོས་འགྲུབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། ཐུགས་
 བཞེད་མཐར་ཕྱིན་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། ད་ནི་སྐྱུ་ཁམས་ཅི་བདེར་
 བཞུགས། ཟེར་ནས་དབྱགས་འབྱམ་འབྱམ་འདུག་གོ། དེར་འདབ་
 ཡངས་ཀྱང་སྙིང་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་གི་ཆོར་མ་དབལ་ཆ་བ་སྒོ་ལུར་དུ་སྒྲིབ་
 ཅིང་མུ་ངན་གྱིས་གདུངས་ནས་གཏམ་ལན་གཞལ་མ་རྩུས་པས་ཨ་ཁ་
 ཁ་ཟེར་ཞིང་འདུག་པ་ན། རྒྱུད་དམར་གི་གསེབ་ནས་སེར་བ་ཐ་ར་
 འབེབས་གིང་སྙིང་གི་ནམ་མཁའ་ནས་འབྱུག་སྐྱུ་དྲག་པོ་འུ་རུ་རུ་སྒྲོགས་
 ཏེ། སྒོག་དམར་གི་ཞགས་པ་བར་སྒྲིབ་ལ་ཚུབ་ཚུབ་འབྱུགས་གིང་བྱུང་
 བས། འདབ་ཡངས་ཀྱང་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་པར་གྱུར་ནས་གད་ཁུང་ཞིག་
 ཏུ་འཇུལ་ནས་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་ཅེས་སྐྱུ་ཞིང་འདུག་གོ། དེ་ནས་སེར་བ་དྲག་
 ཏུ་བབས་ཏེ་ཕྱ་འོད་དང་ཐབ་མོད་གིས་རི་ལུང་ཁེངས་གིང་། གནས་

ལྷགས་ཀྱི་ཚྭ་སྒྲིམ་གནམ་ས་འགོངས་པ་ལྟར་བྱེད། ལྷ་ཁྲུང་ཐམས་ཅད་
 བ་རྒྱལ་འཕྲོ་ཞིང་གནམ་དུ་འཕྱར་བ་སྒྲིམ་བྱེད། རི་ཐམས་ཅད་ནི་གྲོག་
 བོར་བཏང་། ཐང་ཐམས་ཅད་ནི་གྲམ་པར་བཅལ། མཚོ་ཐམས་ཅད་ནི་
 བྲག་ཏུ་ཁོལ། ལྷ་ལྷུ་དང་མེ་ཏོག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆེ་བ་རྣམས་བསྐྱེལ།
 ལྷང་བ་རྣམས་བཅལ། རིང་བ་རྣམས་བཅག་བྱང་བ་རྣམས་མཐོན། བ་མོ་
 རྣམས་རྗེས་ཤུལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་བྱས་ནས་འདུག་གོ། དེའི་རྗེས་སུ་
 སྤྱིན་ནག་རྣམས་དྲུངས་ནས་ཉི་མ་གསལ་བོ་ཞིག་ཤར་བུང་བས་འདབ་
 ཡངས་ལངས་ཏེ་བད་མའི་ཚལ་དུ་བྱིན་པས། སྤང་དང་འདམ་ལ་སྦྱེས་
 པའི་མེ་ཏོག་ཐམས་ཅད་ནི་ཆེ་བ་རྣམས་ཐང་མར་བཅལ་ནས་བསྐྱེལ་འདུག་
 ལྷང་བ་རྣམས་ནི་ཤུལ་རྗེས་ཙམ་ཡང་མི་མཐོན་པར་སོང་འདུག། ལྷ་ན་
 གནས་པའི་བད་མ་ཐམས་ཅད་ནི་སེར་བ་འབབ་པའི་ཆོ་ལྷ་གཏིང་དུ་བྱིངས་
 བས། སྤར་སེར་བ་དྲུངས་ཆོ་ལྷ་ཁར་གཡེངས་གིང་འདབ་མ་ཡང་ཁ་བྱེ་
 སྟེ་འདུག་པ་ལ་བྱང་བ་འགའ་ཞིག་འཕྱར་ལྗོངས་གིས་ཅེ་ཞིང་ཉམས་དགའ་
 དགའ་ལྟར་འདུག། དག་སྟན་གནས་པའི་མེ་ཏོག་ཀྱང་སེར་བས་མ་
 བཅོམ་པར་འདུག་ཅུང་མེ་ཏོག་ལྷ་གཏིང་དུ་བྱིངས་པས་དག་སྟན་སྤྱབས་

སྤྱུ་འབྱུམ་ས་ནས་ཤི་སྟེ་རོ་ཡང་གུམ་གུམ་པོར་བྱས་ནས་གེ་སར་ལ་འབྱར་
འདུག དེར་འདབ་ཡངས་ཤིན་ཏུ་མྱ་ངན་གྱིས་ལོན་ནས་སྟོང་ཁར་འཛང་
ས་ཤིང་མིག་མཆི་མས་གང་ནས་འདུག་སྟེ། ཉི་འོད་གསལ་བ་དང་བད་
འདབ་བྱེ་བ། ལུང་བ་གཞན་གྱི་ཅེ་དག་འཛམ་འགྱུར་སོགས་སྤར་སེམས་
ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱུག་བསྤུལ་གྱི་སྟོན་པར་གྱུར་ནས་
ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པའི་སྐད་གྱིས་སྟེ་སྤྱུགས་འདོན་བ། གྱི་ཏུད་གྱི་ཏུད་གྱི་
ཏུད། རེ་སྤྱུག་རེ་སྤྱུག་རེ་སྤྱུག། སྤྱུག་བསྤུལ་འཁོར་བའི་གནས་ཚུལ།
སྤྱུག་བསྤུལ་འདི་ལ་ལྟོས་དང་། མི་ཏྲག་སྤྱུ་མའི་གོང་ཁྱེར། ཞིག་ཕུལ་
འདི་ལ་ལྟོས་དང་། མི་ཏྲག་འབྲུལ་བའི་གནས་ཁང་། འབྲུལ་ཚུལ་འདི་
ལ་ལྟོས་དང་། མི་བདེན་བསྐྱུ་བའི་འདོད་ཡོན། འགྱུར་ཚུལ་འདི་ལ་
ལྟོས་དང་། སྤར་ཞིག་བཀོད་པའི་མེ་ཏོག། ད་ལྟ་འདབ་བརྒྱ་ཉམས་
འདུག། སྤར་ཞིག་སྟེས་པའི་ལོ་མ། ད་ལྟ་གཙལ་དུ་བཀྱམ་འདུག། ད་
ནངས་བདེ་སྦྱིད་ཡུལ་ལྟོངས། ད་ལྟ་སྤྱུག་བསྤུལ་འཛོམ་འདུག། རྩོན་
ཆད་འགྲོགས་པའི་གྲོགས་བཟང་། ད་ལྟ་ལུས་སེམས་བྲལ་འདུག།
རྩོན་ཆད་བག་ལེབས་འདབ་ཡངས། ད་རེས་རེ་ཐག་ཆད་འདུག། རྩོན་

ཆད་ཉམས་དགའི་འདོད་ཡོན། ད་ལྟ་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱུར་འདུག། ད་ནངས་
 མཛེས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི། ད་ལྟ་རོ་རུ་རྒྱུར་འདུག། རྣམ་ཚུལ་འདི་ལ་བསམ་
 པས། སྒྲོ་སྒྲོ་སེམས་པ་སྒྲོའོ། རྣམ་ཚུལ་སྒྲོ་སེམས་རྣམ་ཚུལ་རོ། འབྲུག་
 འབྲུག་སེམས་པ་འབྲུག་གོ། འདར་འདར་ལུས་སེམས་འདར་རོ། སྒྲོ་
 ལུས་འཆི་བདག་བདུད་པོ། རྣམ་མཁའ་ལ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་པོ། དེད་ལ་ནམ་
 ཅམ་སྤྲེལ་པོ། མཁའ་མོ་སྤྲེལ་མཁའ་མོ། སྤྱག་གོ་འདབ་ཡངས་སྤྱག་
 གོ། སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོས་ལ་འབྱུར་བར། སྤྲེལ་སྤྲེལ་ཕྱིན་གྱིས་སྤྲེལ་ཕྱིན། ཅམ་
 སྤྲེལ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་འདོན་ཅིང་ཡིད་སྤྲེལ་པར་སྤྲེལ་སྤྲེལ་འདོན་མཁའ་སྤྲེལ་
 པས་ཅེ་མཐོ་བད་མའི་རི་བོའི་རོལ་སྤྲེལ་ཕྱིན་ཏེ། བམ་ཟེའི་ཁྱེད་པད་མ་
 ད་ཀྱིས་པའི་གནས་དང་ཉེ་བ་གཡུ་ལྷག་ཟེའི་བ་མཐའ་ཡས་པའི་ལོ་མའི་
 རྒྱུར་ནས་འཕུར་ལྷིང་ཁྱེད་ཅིང་སྤྲེལ་གྱི་སྤྲེལ་སྤྲེལ་པ། ཁྱེད་མ་ཉམས་
 དགའི་མེ་ཏོག་གི་སྤྲེལ་ཆེལ། ཉམས་ལ་མི་དགའ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་གྲོང་
 ཁྱེད། ཡིད་འོང་འདོད་ཡོན་ཡུལ་ལྟ་ཡི་ལོངས་སྤྲེལ། ཡིད་དུ་མི་འོང་
 འདུ་ཁྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ། རྣམ་ཚུལ་ཡིད་འཕྲོག་ཆོག་གི་གཏན་གྲོགས།
 རྣམ་ཚུལ་ཡི་སྤྱག་རོ་རུ་ལྟ་རྒྱུར་འདུག། མཁའ་མོ་སྤྲེལ་མཁའ་མོ་དཀོན་མཆོག་

གསུམ་མཁུན་ནོ།། དན་ནོ་དན་ནོ་ལྟ་ཆོས་རང་དན་ནོ།། ལ་ལུར་ལ་ལུར་
 ཆོས་ལམ་ལ་ཞུགས་འགོ།། བརྟེགས་ཆད་འགྲེལ་ན་གནས་ཁང་གིས་
 ཅི་བྱེད།། བསགས་ཆད་འཇོན་ན་ཞོར་རྩེས་ཀྱིས་ཅི་བྱེད།། འདུས་ཆད་
 འབྲལ་ན་གཉེན་འདུན་གྱིས་ཅི་བྱེད།། མཐོ་ཆད་ལྷུང་ན་ཐོབ་ཐང་གིས་
 ཅི་བྱེད།། སྦྱིས་ཆད་འཆིན་འདི་སྤང་གིས་ཅི་བྱེད།། ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་
 བའི་བརྟེག་གདུང་གི་སྒྲ་གོགས།། བར་དོའི་ཡུལ་ན་ད་ལྟ་ཅམ་སྒྲེབ་ཡོད།།
 ཤིན་རེ་ས་ལྟ་ཆོས་ལས་མི་འདུག། ཡན་པའི་ལྟ་ཆོས་རང་བྱས་ཤིག་མེད་
 བ།། འབྱོར་ཀྱང་ནོར་གྱིས་ཉེ་རྒྱུ་ནི་མི་འདུག། མང་ཡང་དཔུང་གིས་འཕྲོག་
 རྒྱུ་ནི་མི་འདུག། མཐུན་ཡང་གོགས་ལ་བསྐྱུ་རྒྱུ་ནི་མི་འདུག། ལས་དཀར་
 རྫོངས་ལ་བསྐྱུར་རྒྱུ་ནི་མི་འདུག། གཤིན་རྗེའི་བྲིམས་ལ་བྱི་བཞག་ནི་
 མི་འོང་།། མ་བསྐྱབ་བཞག་པའི་ཐོས་པ་དེས་མི་ཡན།། མ་ལྟོས་བཞག་
 པའི་ས་ཁིང་དེས་མི་ཡན།། མ་ཞོན་བཞག་པའི་རྟ་པོ་དེས་མི་ཡན།། ད་
 བྱི་ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་ཅིག་དྲན་པས།། མི་ཆོའི་ལྷག་མ་ལྟ་ཆོས་ལ་དྲིལ་
 གཏོང་།། དག་ཡང་མི་བསམ་འདུལ་ཐབས་ནི་མི་བྱེད།། གཉེན་ཡང་མི་
 བསམ་སྦྱོང་བྲན་ནི་མི་བྱུབ།། ནོར་ཡང་མི་བསམ་གསོག་འཛིག་ནི་མི་

ཁོམ། དཔོན་ཡང་མི་བསམ་ངོ་སྤང་ནི་མི་འཛོམ།། གོགས་ཀྱང་མི་བསམ་
 བཅེ་གདུང་ནི་མི་མོས།། གོས་ཀྱང་མི་བསམ་ངོ་འཇམ་ནི་མི་འབྱུང།།
 ཟས་ཀྱང་མི་བསམ་ཞིམ་མངར་ནི་མི་རྟེན།། གནས་ཀྱང་མི་བསམ་མཁའ་
 ཁང་ནི་མི་འཛོན།། ཆེ་འདི་མི་བསམ་འདི་སྤང་འདི་བདུད་རེད།། ཅིར་
 ཡང་མི་བསམ་འབྱུལ་སྤང་འདི་དག་རེད།། རྟོག་མེད་རང་ལ་བག་ཡངས་
 ཟུག་ནས་ཤིང་།། བསམ་མེད་རང་དུ་མཉམ་བཞག་རང་ལྟོད་དེ།། སྒོམ་
 མེད་རང་ནས་ཆོས་སྤྱད་མཇུག་བའི།། དེ་སྤུལ་ཉལ་བའི་རྟོགས་ལྡན་
 དེ་སྦྱིད་དོ།། འབྱུལ་སྤང་ཞིག་པས་ནམ་རྟོག་ནི་མི་མང་།། སྤང་སྤང་ཞིག་
 པས་བཅོས་མ་ནི་མི་བྱེད།། དེ་དོགས་ཞིག་པས་ཞེ་འདོད་དང་བྲལ་བའི།།
 འབྱུལ་བ་ཞིག་པའི་ཞིག་པོ་དེ་སྦྱིད་དོ།། སེམས་ཉིད་མ་བཅོས་ཐ་མལ་
 གྱི་ཤེས་པ།། རལ་བ་མ་བཅོས་ལྷང་ལོ་ཡི་ཟར་བུ།། སྦྱོད་ལམ་མ་བཅོས་
 གཏད་མེད་དུ་བྱུང་བྱུལ།། བཅོས་མ་སྤངས་པའི་ནལ་འབྱུང་དེ་སྦྱིད་དོ།།
 གཏུམ་མོ་སྤར་བས་གཅིར་བུ་རུ་བག་ཡངས།། ཉིང་འཛོན་འབྱོངས་པས་
 ཟས་མེད་དུ་ཉམས་དགའ།། རང་རིག་རྟོགས་པས་གཅིར་བུ་རུ་ལྟོད་
 ཆགས།། ལམ་རྟགས་འབྱོངས་པའི་གྲུབ་ཐོབ་དེ་སྦྱིད་དོ།། སྤྱིང་རུས་ཆེ་

བས་དཀའ་ཐུབ་ལ་སེམས་སྒྲོ། དམ་བཅའ་ཐུབ་པས་གཅིག་པ་རུ་སྒྲོང་
ཚྭ་གས། ཚུ་དང་དེ་ལྟའི་བཟའ་བཏུང་གིས་འཛོལ་བའི། བརྟུལ་ཞུགས་
གྲུབ་པའི་དྲང་སྟོང་དེ་སྦྱིད་དོ། གང་ཡང་སྦྱིད་དོ་ཚས་བཞིན་དུ་སྦྱོང་ཚད།
སུ་ཡང་སྟུག་གོ་ཆེ་འདི་ལ་ཞེན་ཚད། ཅམ་ཡང་སྦྱིད་དོ་དབེན་པ་ཡི་རི་
ངོགས། ཅིས་ཀྱང་སྟུག་གོ་འཁོར་བ་ཡི་གྲོང་བྱེར། གཏན་དུ་འཛོང་ངོ་
དགོན་མཆོག་ལ་བསྟེན་ཚད། ཅམ་ཡང་ཐུང་ངོ་ཁེ་གྲགས་ལ་རེ་ཚད།
གོང་གི་དཔོན་ལ་འཇལ་འཇལ་ནི་འཇལ་ཡོད། འཇལ་ཚོད་མི་འདུག་
གང་དགའ་རུ་བསྐྱར་ཐོངས། འོག་གི་གཡོག་ལ་ཁྱིན་ཁྱིན་ནི་ཁྱིན་ཡོད།
སྦྱོན་ཚོད་མི་འདུག་གང་དགའ་རུ་བསྐྱར་ཐོངས། བར་གྱི་གཉེན་ལ་བསྐྱང་
བསྐྱང་ནི་བསྐྱང་ཡོད། བསྐྱང་ཚོད་མི་འདུག་གང་དགའ་རུ་བསྐྱར་ཐོངས།
སྤང་བའི་དགའ་ལ་འཐབ་འཐབ་ནི་འཐབས་ཡོད། འཐབ་ཚོད་མི་འདུག་
གང་དགའ་རུ་བསྐྱར་ཐོངས། མྱོས་པའི་ཞིང་ལ་བཏབ་བཏབ་ནི་བཏབ་
ཡོད། འདེབས་ཚོད་མི་འདུག་ཐ་གོད་དུ་བསྐྱར་ཐོངས། བརྟེགས་
པའི་མཁར་དུ་བསྐྱད་བསྐྱད་ནི་བསྐྱད་ཡོད། འདུག་ཚོད་མི་འདུག་དབེན་
རི་ལ་ཆས་འགོ། བཟའ་བའི་བས་ནི་བོས་བོས་ནི་བོས་ཡོད། ཟ་ཚོད་

མི་འདུག་དཀའ་ཐུབ་ལ་བསྟེན་འགོ། བགོ་བའི་གོས་ལ་གྱོན་གྱོན་ནི་
 གྱོན་ཡོད།། གྱོན་ཚོད་མི་འདུག་གཅེར་བུ་རུ་འཕྱོ་འགོ། ད་ཕྱིད་ད་ཕྱིད་
 ལྷ་ཚོས་རང་ཕྱིད་དོ།། ད་སྐྱབ་ད་སྐྱབ་འཆི་ཆོས་ཤིག་སྐྱབ་པོ།། དམ་
 བཅའ་ཡིན་ནོ་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་མཛོད།། །ཁས་ལེན་ཡིན་ནོ་རང་
 སེམས་འདི་དཔང་དོ།། ཞེས་ཟེར་བར་པད་མ་དགུས་པའི་བསམ་པ་ལ།
 གསེར་སྒྲུང་འདབ་ཡངས་འདི་སྟོན་ནས་ཚོས་ལ་དཀར་ཞིང་བྱ་བ་གང་ལ་
 ཡང་ཚུགས་ཐུབ་ཅིང་གཞུང་བཟང་བ་ཞིག་ཡིན་མོད་ཀྱི། ད་རེས་སྐྱེན་གྱིས་
 བསྐྱར་བའི་རེས་འབྱུང་གྲོ་བུར་བ་ལ་ནམ་ཐུགས་རང་མེད་ལས་ཆེ་ཡང་
 བཏགས་དབྱེད་ཅིག་ཕྱིད་དགོས་སྟུམ་ནས་འདི་སྐད་དུ། གྱེ་ལགས་གསེར་
 སྒྲུང་འདབ་ཡངས་སྟིང་གི་གོགས།། གཅིག་པུར་སྐྱོ་སྐྱོ་ལེན་པ་ཇི་ལྟར་
 ལགས།། ད་རེས་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་གཏན་གྲོགས་ལ།། གྲོ་བུར་འཆི་
 བདག་ཞགས་པས་བཏབ་ན་ཡང་།། ཐུགས་ངལ་མ་མཛོད་སྟིང་ལ་རུས་
 པ་བསྐྱེད།། ལྷ་ཚོས་གཞི་མ་མི་ཚོས་ཐུན་ཐུམ་ཚོགས།། མི་ཚོས་ཟེར་བ་
 འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་ཡིན།། བདེ་སྐྱིད་མི་འདོད་ཆོས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ།།
 ཆོས་ལྟར་ལེན་ལ་བདེ་སྐྱིད་འདོད་པ་ཡིན།། གོགས་གཅིག་གི་ཡང་གོགས་

གྱིས་ག་ལ་མོངས།། ཤི་བས་ཐབས་ཆག་ལོར་བའི་དཔེ་ལ་མེད།།
སྦྱིད་སྦྱུག་རེས་མོས་ལོར་བའི་གནས་ཚུལ་ཡིན།། སྦྱིད་དམ་སྙམ་པ་ད་
དུང་བརྒྱ་རེ་འོང་།། གྲོ་བུར་ངེས་འབྱུང་རྩ་ཇའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན།། དེ་ལ་
སྦྱིང་པོ་མེད་པ་མ་དགོངས་སམ།། འབྲལ་སྣང་དད་པ་སློ་ཡི་འགྱུར་བག་
ཡིན།། དེ་ལ་ནམ་ཡུགས་མེད་པ་མ་དགོངས་སམ།། ཐོ་ཅའི་གཏོང་མོད་
ཨ་ལ་ཉ་སྤྱད་ཡིན།། དེ་ལ་འབྲས་བུ་མེད་པ་མ་དགོངས་སམ།། རྒྱུན་ངན་
གྲོ་རྟེག་འབྲལ་སྣང་སྒྲིབ་ཅིག་ཡིན།། དེ་ལ་ལུང་འཆོངས་མེད་པ་མ་དགོངས་
སམ།། ལུགས་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་མཁས་པས་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན།། དེ་ལ་
ཐར་བ་ཡོད་པ་མ་དགོངས་སམ།། འདོད་ཡོན་ལམ་ཁྱེར་གསང་སྟགས་
ཐབས་མཁས་ཡིན།། དེ་ལ་ཉེ་ལམ་ཡོད་པ་མ་དགོངས་སམ།། རྒྱལ་
པོའི་ས་འཛིན་རྒྱལ་སྟེན་སྦྱོང་བ་ཡིན།། དེ་ལ་འགྲོ་དོན་ཡོད་པ་མ་དགོངས་
སམ།། ཁོར་རྩ་བ་སྟགས་པ་ཅན་ལ་སྦྱིན་གཏོང་ཡོད།། དེ་ལ་ཕྱིན་དུག་
ཆང་བ་མ་དགོངས་སམ།། ཞེ་བཅད་མེད་པའི་དམ་བཅའ་མང་བ་དེ།།
མཐར་ཐུག་འགལ་བ་མང་བའི་རྒྱར་གཤེས་དགོས།། སྦྱིང་རུས་མེད་པའི་
དགའ་ཐུབ་བྱེད་པ་དེ།། མཐར་ཐུག་ལོག་ལྟ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ།།

བཅ་ཐུགས་མེད་པའི་ཞེན་ལོག་ངེས་འབྱུང་དེ། མཐར་ཐུག་རང་རྩུལ་
 ཤོར་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། ཏིང་འཛིན་མ་སྒྲེས་དབེན་རི་འཛིན་པ་དེ།
 མཐར་ཐུག་སུན་པ་སྒྲེ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། ལྷ་བ་མ་རྟོགས་གཉན་ས་
 འགྲིམ་པ་དེ། མཐར་ཐུག་ལྷ་འདྲེས་བརྒྱུལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། གྲུབ་
 པ་མ་ཐོབ་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོད་པ་དེ། མཐར་ཐུག་དཔུལ་བར་སྒྲེ་པའི་རྒྱ་
 ཡིན་གཟབ། རང་རྒྱད་མ་འབྱུར་ཆ་ལུགས་བསྐྱར་བ་དེ། མཐར་ཐུག་
 གཞན་གྱིས་ཁྲེལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། བརྟགས་དབྱེད་མ་བཏང་ཅབ་
 ཅོབ་སློ་མང་དེ། མཐར་ཐུག་འགྱོད་པ་སྒྲེ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། གཅིག་
 ཏུ་མ་ངེས་བྱ་སྦྱོད་གངས་མང་དེ། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་སུན་པའི་རྒྱ་
 ཡིན་གཟབ། མཐོང་ལམ་མ་ཐོབ་མངོན་ཤེས་འཆད་པ་དེ། མཐར་ཐུག་
 རང་གཞན་འཐུང་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། སྙིང་རྩེ་མ་འབྱོངས་འགྲོ་དོན་
 བྱེད་པ་དེ། མཐར་ཐུག་ཞེན་པ་སྒྲེ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གཟབ། ལྷ་བས་གཟབ་
 རྟོགས་དབྱོད་ཞིབ་དུ་མ་བཏང་བར། སེམས་ལ་བྱན་ཆད་ཁ་རུ་འདོན་མི་
 རུང་། ཁ་ནས་སྒྲུལ་ཆད་ལག་དུ་ལེན་མི་རུང་། འདུས་ནས་མ་ཤོར་བ་
 ཞིག་གནད་དུ་ཆེ། བཟུང་ནས་མ་བཏང་བ་ཞིག་གནད་དུ་ཆེ། བཤད་

ནས་མ་བརྒྱན་པ་ཞིག་གནད་དུ་ཆེ། གསེར་སྤང་ཐིག་ལེའི་ཐུགས་ལ་དེ་
ལྟར་ཞོག། བག་ཡངས་པད་མ་དགེས་པའི་སྤྲིང་གཏམ་ཡིན། རང་སྤོའི་
ཉམས་མྱོང་ཡིན་གྱི་ཐུགས་མ་ཁྲེལ། བཙེ་བའི་གསང་གཏམ་ཡིན་གྱི་
བཀའ་མ་བརྟོན། ཐུགས་བཞག་བརྟགས་དབྱེད་མཛོད་དང་བདེན་
གཏམ་ཡིན། ཟེར་བས་གསེར་སྤང་གི་ཡིད་ལ་རུང་བཅད་མ་འཐད་ནས་
འདི་སྐད་དུ། ཨེ་མ་དབེན་པའི་ནགས་ཚལ་ན། བུམ་ཟེའི་བྱེད་ལྷོད་རེ་
ཆགས། པད་མ་དགེས་པ་ཉམས་རེ་དགའ། གཅིག་ཤུར་ལུས་པའི་
སྤང་རུང་ལ། སྒྲོ་གོགས་བྱེད་པ་འདྲིས་གཞུང་བཟང་། སྒྲོ་སྒྲུ་ལེན་པའི་
འདབ་ཡངས་ལ། གསང་གཏམ་འཆད་པ་སྤྱི་ཐག་རིང་། ཟུངན་གདུངས་
བའི་གསེར་སྤང་ལ། སེམས་གསོ་བྱེད་པ་སྒྲུ་བྱིན་ཆེ། ལུགས་གཉིས་
མཐུན་པའི་གསུང་སྒྲོས་ལ། རོན་བཟང་ཡོད་པ་རོ་མཚར་ཆེ། ལྷག་
བསྐལ་འཁོར་བའི་གནས་ཚུལ་ལ། སྒྲོ་བ་སྤྲེས་པའི་སྤང་རུང་དང་། སྒོན་
ནས་དམ་པའི་བྱུང་དུ་བསྟན། སྒོ་ཅེ་དམ་པའི་ཚོས་ལ་གཏད། སྤྱབ་པའི་
དམ་བཅའ་སྤྲིང་ལ་བྲིས། སྒོ་ཤུར་ནམ་འགྲུར་ཡིན་རེ་གི། དབེན་པའི་
ནགས་ཚལ་སྤྲིང་ལ་བཅངས། གོང་མའི་ནམ་ཐར་ཡིད་ལ་བཞག། བྱིས་

པའི་བསམ་སྒྲིབ་བྱས་རེ་ཤི། སྒོ་ཅེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཏང།། ཇིན་
 ཆེན་སྒྲ་མ་གཙུག་ཏུ་ཁུང།། གཏང་ས་ནོར་བ་ཡོད་རེ་ཤི། སྤང་བའི་དག་
 ལ་ཁོག་ཡངས་བྱས།། བྱམས་པའི་གཉེན་ལ་ཕྱི་གཞུང་བཟང་།། སྤྲུག་
 འཐབ་ཁོང་ཁྱོ་བྱེད་རེ་ཤི། མཆོད་བ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ།།
 སྦྱིན་པ་མ་རྣམས་པ་ལ་བཏང་།། འབྲས་མེད་སྦྱིན་གཏོང་བྱེད་རེ་ཤི། རང་
 གི་ཡོན་ཏན་སྤྲུབས་སུ་བསྐྱེལ།། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་བཞིན་འབྱུང་།།
 ཐོ་ཅོ་ར་རྒྱལ་བྱེད་རེ་ཤི། ཆེ་གང་བསྐྱོས་པའི་གཏན་གྲོགས་ལ།། འཆི་
 བདག་ཞགས་པས་སྒོ་བུར་ཐེབས།། ད་རེས་མི་རྟག་མངོན་སུམ་མཐོང་།།
 སྒྲོ་ཤེས་རེས་འབྱུང་གཏིང་ནས་སྦྱེས།། གཏམ་ལ་ཟོལ་ཟོག་ཡོད་རེ་ཤི།
 དམ་བཅའ་སྙིང་གི་དབུས་སུ་བྲིས།། ལག་ལེན་བརྩོན་འགྲུས་ལྷག་གིས་
 འདེབས།། ཆོག་ལ་བརྟུན་བ་ཡོད་རེ་ཤི། ཡིད་མཐུན་པད་མ་དབྱེས་པ་
 ཟེད།། སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་མཇེལ།། ཟབ་དགུའི་གདམས་ངག་
 མངའ་ལགས་སམ།། ཐོས་བསམ་ཕྱོགས་མེད་གཞུང་ལ་བྱས།། ཆོག་
 གི་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་ལགས་སམ།། ཉམས་ལེན་དབེན་པའི་གནས་སུ་
 བསྐྱུངས།། བཅོས་མིན་རྟོགས་པ་སྦྱེས་ལགས་སམ།། སྦྱིད་སྤྱུ་བྲག་རིའི་

བྱུང་ནས་སྒྲུང་། ཉམས་སྒྲུང་རྩལ་ཁ་འབར་ལགས་སམ། སྦྱོང་བ་བག་
ཡངས་བྱུང་རྩལ་བྱས། རོ་སྦྱོམས་ལམ་དུ་ཡོངས་ལགས་སམ། ལྟ་མོ་
ལམོར་བའི་གྲོང་ལ་བལྟས། སྦྱོ་ཤེས་གཏིང་ནས་སྦྱེས་ལགས་སམ།
ཆོས་དང་མཐུན་པའི་གཏམ་སྦྱོས་ཤིག། ལམ་དང་མཐུན་པའི་སྤྱུ་ཞིག་
ཡོངས། མི་ཉག་སྦྱོན་པའི་དཔེ་ཞིག་ཤོད། ལམོར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་སྤེལ་
མཛོད། ཐར་བའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤོད། དཔེན་པའི་རི་ལ་བསྐྱགས་
བཛོད་གྱིས། གསེར་གྱི་སྒྲུང་རྩལ་འདབ་ཡངས་ང་། སྦྱོང་ས་དཔེན་པའི་
རི་ལ་བྱེད། བརྩེ་གཏུང་ལྟ་ཆོས་གྲོགས་ལ་བྱེད། ལྟ་མོ་རང་གི་སེམས་
ལ་བལྟ། ཡིད་མཐུན་བགོ་སྒྲིང་བྱེད་ལ་བྱེད། ཆོག་ལ་སྤྲོ་གསང་མེད་
པར་ལྟ། ཞེས་ཟེར་བས་བྲམ་ཟེའི་བྱེད་པད་མ་དགྱེས་པས་ཀྱང་། གསེར་
གྱི་སྒྲུང་རྩལ་འདབ་ཡངས་འདི་གཏུང་བཟང་གྱི་ཐག་རིང་ཞིང་རྒྱགས་ཐུབ་
པ་ཡིན་པས་ཐོ་ཙའི་སྒྲོ་མང་བྱེད་པ་ཕལ་བ་དང་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡོད།
གང་ལྟར་ཡང་ད་ལྟའི་ཟེར་རྩལ་ལ་དབག་ན་གཏིང་ནས་ཆོས་ལ་དད་པ་
འདྲ་མོ་ཞིག་འདུག་པས། དེ་ལྟར་ཁོང་གི་སྒྲོ་ལ་འཐད་པའི་གཏམ་ཞིག་
བྱེད་དགོས་སྟུང་ནས་འདི་སྒྲུང་དུ། གྱེ་གྱེ་ཡིད་གཙུགས་སྦྱིང་གི་གྲོགས།

གསེར་གྱི་སྒྲུང་རྒྱུང་འདྲེས་ཡངས་ཁྱོད། སྒོ་གཏད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་
 ལ་བྱས། ཡིད་ཆེས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འབྲངས། སྒྱུ་ཤེས་ངེས་འབྲུང་
 སྒོ་ལྷ་བསྐྱུང་། སྒྲུབ་ལ་མོས་པ་ཡོད་པ་དེ། ཆོ་སྒོན་ལེགས་སྒོན་སོང་
 པའི་ཏྲགས། འདུས་བྱས་མི་ཏྲག་སྒྱུ་མར་གོ། འཁོར་བའི་གྲོང་ལ་སྒྱུ་བ་
 སྒྲེས། ཆོས་བརྒྱད་ཆེ་འདིའི་སྒོ་ངན་བཤོལ། དཔེན་པའི་རི་ལ་དགའ་
 པ་དེ། ཆོས་ལ་ལས་འཕྲོ་ཡོད་པའི་ཏྲགས། རྣམ་དཔྱད་ཐོས་བསམ་ཡུལ་
 ལ་ཤར། ལས་འབྲས་ཟབ་མོའི་སྒྲུང་སྒྲུང་གོ། རྒྱལ་སྤངས་དམ་པའི་མཛོད་
 སྒྱོད་ཤེས། ལམ་མཆོག་འཕྲུག་སྒོ་རྟེན་པ་དེ། དམ་པའི་མཐོན་གྱིས་
 ཟེན་པའི་ཏྲགས། སྐལ་བ་བཟང་པོའི་སྒྲུང་རྒྱུང་ལ། སྒྲུ་མ་བཟང་པོའི་
 སྒྲོབ་མ་ངས། ངེས་ཤེས་བཟང་པོའི་གསལ་ཞིག་འདེབས། ཐུགས་
 བསྐྱེད་བཟང་པོའི་སྒོན་པ་མཛོད། མར་ལ་འཁོར་བའི་གྲོང་ཞིག་ན།
 སྒོད་ལ་འབྲུལ་སྒྲུང་སྒྱུ་མ་ཟེར། བརྒྱད་ལ་ཨ་འཐས་འབྲུལ་བ་ཟེར།
 སྒོད་བརྒྱད་འཛོམ་པའི་སྐབས་ཤིག་ན། སྤིག་ལ་ཏུབ་ཐོབ་བྱས་བྱས་ནས།
 སྤྱིག་བསྐྱེད་ནགས་མེ་མཆོད་པ་འདྲ། དགོ་ལ་རྒྱུབ་གྱིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་
 བས། བདེ་སྦྱིད་ནམ་ལངས་སྐར་མ་འདྲ། སྒྱོད་ངན་དང་དུ་སྒྲུང་སྒྲུང་ནས།

ཏུས་ངན་དགོང་ཁའི་གྲིབ་སོ་འདྲ། ཞེ་སྤང་གདུག་པའི་རང་འཐག་ལ།
 འདོད་ཆགས་ཞེན་པའི་ཉེ་ཁུང་དོད། མཐོ་རིས་མི་ཡི་ཡོས་བྲ་སྒྲགས།
 བཏགས་གིང་ངན་སོང་གཏིང་དུ་བབས། སྤེང་ནས་གོད་གྱི་ཆེ་ལྷགས་
 ལ། ཞབས་ནས་འཕེལ་གྱི་མང་ལྷགས་ལ། རྒྱ་འབྲས་བབ་གྱིས་ཞིབ་
 ལྷགས་ལ། གནའ་ཞིག་འཛམ་གླིང་མི་ཡུལ་ན། གྲོང་ལ་མུ་དང་རྒྱུད་དུ་
 འབྲེལ། བན་རྩུན་བྱ་གཞག་འཕུར་བས་སྤྲེལ། ལོངས་སྤྱོད་བདེ་སྤྱིད་ལྟ་
 ལ་འགྲན། དཔོན་ལ་འཁོར་ལོས་རྒྱུར་རྒྱལ་བཞུགས། མངའ་ཐང་
 གསེར་གྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར། བན་ལ་གླིང་བཞིན་གླིང་ཐན་བསྐྱོར།
 བྲིམས་ལ་དགེ་བ་བརྩུ་བོ་དར། མི་འཕེལ་མཐོ་རིས་ལྟ་ཡུལ་འགོ།
 ལྟ་འཕེལ་མེ་ཏོག་སྤྱེད་ཚལ་གང་། དེང་སང་བསྐྱལ་བའི་སྤྲིགས་མ་ལ།
 གྲོང་ལ་གྲུང་རལ་མུ་རུ་འབྲེལ། ཞིང་ལ་ཐ་བ་རྒྱུད་དུ་མཐུད། ལོངས་
 སྤྱོད་གྲག་ཐས་ལ་བྱེད། དཔོན་ལ་དམུལ་བའི་བང་ཆེན་བཞུགས།
 མངའ་ཐང་དམེ་གི་འབྲུག་པས་བསྐྱུར། བན་ལ་ལས་ངན་སེམས་ཅན་
 འཁོར། བྲིམས་ལ་གཡོ་སྤྱུ་ཟ་ཐབས་དར། མི་ཟད་རྟིང་པ་བྲམ་པས་
 བབྱུང། བྲམ་པ་ངན་སོང་གྲོང་སྐོ་འགྲིམ། འཕེལ་ལ་ཆ་གང་དམུལ་བ་

ཀེ། གཡུལ་ལ་ལྷ་མིན་སྲིན་པོ་རྒྱལ། བཟའ་ལ་ནད་བདག་གོད་བདག་
 ཀེ། ཁྱི་ཐོག་རྒྱལ་པོས་བྲམ་ཞིག་བྱེད། ཐབས་གྱིས་ཉེས་མེད་ཆད་པས་
 གཅོད། བརྟན་གྱིས་བྲན་ལ་ཉེས་པ་བགྲང་། གཡོ་སྒྱུས་རང་གཞན་
 ལུང་ལ་སྒྱུར། གདུགས་ཞབས་སྒྲ་མས་བྲམ་ཞིག་བྱེད། དམ་པའི་ཆོས་
 ལ་ཕག་ཅིག་གཡར། མངོན་ཤེས་རྟུན་གྱི་འོལ་ཆོད་སྒྲོགས། དབང་
 ལ་ཁོར་གྱིས་ཉོ་བཅོང་བྱེད། མཐུ་ཡིས་དཔོན་ལ་ངོ་འཛིན་བྱེད། ཆོས་
 ལ་གྲོང་བའི་རྒྱུན་བསྐྱོག་བྱེད། རི་ཁྲོད་སྒྲོམ་ཆེན་བྲམ་ཞིག་བྱེད། རི་
 ཁྲོད་གནས་ན་ངོ་ཉལ་བྱེད། ཕལ་བས་མཐོང་ན་ལུས་ཚུགས་འཛིན།
 རང་ཁོར་ཡོད་པ་གུད་དུ་སྒྲས། སྒྱིན་བདག་དུང་དུ་ཁ་གསག་བརྗོད།
 སྒྱེ་བོ་ཕལ་གྱིས་བྲམ་ཞིག་བྱེད། སེམས་ལ་རྩ་མཁན་འཕང་ལོ་འདྲ།
 ཅི་དགོས་བལྟ་ཞིང་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། གཏམ་ལ་མགར་བའི་ལག་ཆ་
 འདྲ། གར་འགོ་བལྟ་ཞིང་བདེ་ཁ་བསྒྱུར། བྱ་བྱེད་སོས་ཀའི་གནམ་དང་
 འདྲ། ད་ལྟ་དཀར་ཡང་ད་ལྟ་གནག། བྱི་ཐག་སྒྲུང་བུའི་མཆུ་དང་འདྲ།
 ཟ་ཆེ་ཡོད་དེ་ཆར་ཆེ་མེད། རོ་སྒྲུང་ཐང་ཀའི་རི་མོ་འདྲ། ལྷ་སོ་ལེགས་
 ཉེ་བྱི་སོར་མེད། དད་འདུན་སྒྲོ་བའི་ཆོད་མ་འདྲ། ཁ་ལ་ཡོད་དེ་གཉིང་

ལ་མེད། ཚེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྲམ་ཞིག་བྱེད། ཐོས་བསམ་སྒྲུང་མེད་
ལུས་དང་འདྲ། མགོ་བོ་ཆེ་སྟེ་མཐུག་མ་ཤ། དོན་གཉེར་སྤལ་བའི་ཁ་
དང་འདྲ། ཉན་དུས་ཡོད་དེ་སྒྲུབ་དུས་མེད། རླུག་གིས་བྲམ་མའི་མགོ་
བོ་བསྒྲོར། གཡོ་ཡིས་ཚེས་མིན་ཚེས་སུ་བརྟུ། སྒྲུ་ཡིས་ཉམས་ལེན་
ཁ་བཤད་བྱེད། ས་སྟེང་བྲམ་བས་བཟུང་བའི་དུས། བདེན་པའི་གཞུང་
ལམ་གང་ནས་འཛིན། རྒྱལ་ཁམས་ཟག་པོས་གང་བའི་དུས། མ་ཁས་
པའི་གཞུང་ལུགས་སུ་ལ་འཆད། རྒྱལ་པོས་རང་བྲིམས་བཞིག་པའི་དུས།
འབངས་ཀྱི་སྦྱིད་སྟུགས་སུ་ལ་རེ། བྲམ་མས་རང་དོན་གཉེར་བའི་དུས།
ཉམ་ཐག་གཞན་པར་སུ་ཡིས་བྱེད། དཔོན་གྱིས་བྲན་འཁོར་བཙོམ་པའི་
དུས། ཉམ་ཆུང་ཁ་འཛིན་སུ་ལ་རེ། གྱེ་མ་གྱི་རྩྱད་གྱེ་མ་གྲོང་། བྱེ་
ཆུང་སྦྱོབ་གཉིང་ནས་སྦྱེས། མི་རྟག་སྤོང་པོའི་སོ་བར་ན། ཁམས་གསུམ་
སེམས་ཅན་འཁོར་ཞིང་རྒྱག། ད་དུང་རྟག་འཛིན་ཞེན་པས་བཙིངས།
ཆོ་འདིར་རང་དོན་བསྒྲུབས་བསྒྲུབས་ནས། འཆི་ཁར་འགྱོད་པས་བྲང་
ལག་འཐབ། སང་གི་ཚེས་ལ་སྟོ་ཐག་གཙོད། བྱི་མའི་ཚེས་ལ་བྱི་བཞོལ་
བྱེད། ད་ནངས་གསོན་པོའི་ལུས་པོ་ལ། དོ་དགོང་རོ་ཞེས་འབོད་ལ་

ལྷོས། སང་དང་འཛིག་རྟེན་བྱི་མ་གཉིས། ལྷོན་ལ་གང་ཡོང་གེས་ལགས་
 སམ། བྱེ་བྱེ་ཆུང་བད་མ་དགེས་བ་ང་། སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་
 མཇལ། ཐུགས་བརྟེ་ཐུགས་རྗེས་རྗེས་སུ་བརྟུང་། དད་འདུན་ཡིད་ཆེས་
 རྩེ་གཅིག་ཡིན། མོས་གྲུས་ཉེས་རྒྱང་བྱེད་མ་མྱོང་། ལུ་དོན་སྒོ་ལ་གང་
 ཤར་ཡིན། ཆོག་སྒོས་གདམ་ཁ་བྱེད་མ་མྱོང་། བྱེད་སྒྲོན་རང་གཤིས་
 ལྷུག་བ་ཡིན། གཡོ་སྒྲོ་དོས་སྒོག་བྱེད་མ་མྱོང་། སྒོ་གཏད་མི་གཅིག་ལྷ་
 གཅིག་ཡིན། རྒྱབས་གནས་གཞན་ནས་ཆོལ་མ་མྱོང་། དམ་པའི་བྱུང་བྱུ་
 འདུག་ཡུན་རིང་། མཁས་པའི་སྒྲ་མ་བརྟེན་གངས་མང་། ཐུགས་མེད་
 གཞུང་ལུགས་མཐོང་རྒྱ་ཆེ། དེ་བྱིར་ཆོས་དང་ཆོས་འདྲ་གེས། གསེར་
 གྱི་སྒྲང་ཆུང་འདབ་ཡངས་བྱེད། སྒྲིང་ནས་ཆོས་ཤིག་མཛད་དགོངས་ན།
 སྒྲོ་ཤས་གཏིང་ནས་སྒྲེས་བ་ན། འདྲ་མིན་སྒྲང་བའི་ཆོས་ཤིག་དགོས།
 དང་བོ་ཆོས་ལམ་གཉིར་བའི་དུས། སྒྲོ་ཤས་འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད།
 ལྷུག་བསྐལ་ཅན་གྱི་གདུང་ཡུས་གཅིག། སྒོ་བྱར་རྒྱེན་གྱིས་ཡི་ཆད་གཉིས།
 སྒྲིང་སྒྲུག་གོགས་གྱི་རེ་འཁོང་གསུམ། ངལ་དུབ་དཀའ་བའི་ཆོགས་ཡུས་
 བཞི། གནས་སྐབས་འགྱུར་བའི་ཁམས་འདུས་ལ། སྒྲོ་ཤས་འདྲ་སྟེ་སྒྲོ་

གས་མིན།། དེས་འབྱུང་འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད།། ཆ་ལུགས་འཆོས་པའི་
འཕྱོར་འདོད་གཅིག། རི་ཁྲོད་བདེ་བའི་དལ་འདོད་གཉིས།། ལུས་མཐུ་རེ་
བའི་བསྐྱེས་བརྗོད་གསུམ།། རྒྱལ་ཁམས་ལྟ་མོའི་གནས་སྒོར་བཞི།།
རེདོགས་སྐྱབ་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ལ།། དེས་འབྱུང་འདྲ་སྟེ་དེས་འབྱུང་མིན།།
རི་ཁྲོད་འཛིན་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད།། བྱི་དམ་ནང་སྟོད་དེ་དང་གཅིག།
ཁྲིམས་མེད་བག་ཡངས་དེ་དང་གཉིས།། ལག་ཤེས་རིག་གནས་སྒྱུར་དང་
གསུམ།། འབྲལ་སྒྱུད་བྱ་སྒྲག་མང་དང་བཞི།། གཉིད་ཉལ་མི་ཆེ་འཕལ་
དང་ལ།། རི་ཁྲོད་བསྐྱད་ཀྱང་སྟོང་པོ་མེད།། ཞེན་ལོག་འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་
ཡོད།། མི་ཆོས་མ་ལེར་བྲོས་ཁུང་གཅིག། སྒྱོ་གྲོད་རྒྱག་པའི་ཐོཅོ་གཉིས།།
བསམ་སྒོ་མ་བཏང་ཁ་ཕོ་གསུམ།། མདོ་མེད་ནོར་ལ་ཅིས་ཆུང་བཞི།། སྒོ་
མེད་ཕལ་གྱི་ཐབས་རྟགས་ལ།། ཞེན་ལོག་འདྲ་སྟེ་ཞེན་ལོག་མིན།།
རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམས་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད།། ལྟ་མོ་བལྟ་བའི་མཆར་འདོད་
གཅིག། དད་བ་མ་སྐྱེས་གནས་མཇལ་གཉིས།། ཕན་ཡོན་མི་ཤེས་བསྒོར་
བ་གསུམ།། ཟ་འདོད་སྟངས་ལ་བསྐྱེས་པ་བཞི།། བསམ་སྒོ་མ་བཏང་སྒོར་
རྒྱག་ལ།། གནས་བསྒོར་འདྲ་སྟེ་གནས་བསྒོར་མིན།། མཆོམས་སྐྱབ་བྱེད་

ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད། ལྷ་ར་སྒྲུང་མེད་པའི་བསྐྱེད་བཞུགས་པ་ཆོད་གཅིག། དེས་ཤེས་
 མེད་པའི་བསྐྱེད་ཆོག་གས་གཉིས། ལུས་མཐུ་རེ་པའི་དྲག་སྐྱབ་གསུམ།
 རྣམ་གྲངས་བཅི་པའི་དུ་སོང་བཞི། འདི་སྒྲུང་རེ་པའི་ཕྱིན་སྐྱབ་ལ།
 མཚམས་སྐྱབ་འདྲ་སྟེ་སྟོང་པོ་མེད། བར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དུས།
 སྐྱབས་འགོ་འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད། ཆོག་ཙམ་གསོག་པའི་ཁ་གྲངས་
 གཅིག། ཁྱེད་ཤེས་སྟོ་གཏད་མི་ཤེས་གཉིས། སྐྱབས་ལུལ་ཁྱེད་པར་
 མི་ཤེས་གསུམ། དགོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་མི་ཤེས་བཞི། རེ་འཁོར་བྱེད་
 པའི་སྐྱབས་འགོ་ལ། སྐྱབས་འགོ་འདྲ་སྟེ་སྟོང་པོ་མེད། སེམས་བསྐྱེད་
 འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད། རང་བཟང་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་གཅིག།
 རྣམ་སྟོན་འབྲས་བུ་འདོད་དང་གཉིས། ཕྱོགས་རིས་ཅན་གྱི་སྟོང་རྩེ་
 གསུམ། ཁ་ཙམ་བྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་བཞི། བསྐྱབ་བྱ་མི་ཤེས་གོ་
 ལུལ་ལ། སེམས་བསྐྱེད་ཟེར་ཡང་སྟོང་པོ་མེད། བསྐྱེད་རིམ་འདི་ལ་
 འདྲ་ཞིག་ཡོད། གསལ་སྒྲུང་མ་ཟེན་ད་རྒྱལ་གཅིག། ད་རྒྱལ་མེད་པའི་
 གསལ་སྒྲུང་གཉིས། རང་རྒྱུད་འཛིན་པའི་རེ་དོགས་གསུམ། སེམས་
 བསྐྱེད་མེད་པའི་དྲག་ལུལ་བཞི། དག་ཆོག་སྟོན་གསུམ་མི་སྟོར་ལ།

བསྐྱེད་རིམ་ཟེར་ཡང་ལའོར་བའི་རྒྱ། རྫོགས་རིམ་འདི་ལ་འདྲ་ཞིག་ཡོད།།
 འོད་གསལ་ལ་མི་ཤེས་ཅ་རྒྱུད་གཅིག། སྒྱུ་མར་མི་འབྱོངས་མི་ལམ་གཉིས།།
 ཅ་མདུད་མི་གོ་ལ་ཐབས་ལམ་གསུམ།། གོ་ལ་ལུགས་མི་ཤེས་བྱག་རྫོགས་
 བཞི།། སྒྲ་རོར་ཞེན་པའི་ཐོད་ཀྱི་ལ་ལ།། རྫོགས་རིམ་ཟེར་སྟེ་སྟེང་པོ་
 མེད།། ཐ་མ་བསྐྱབས་འབྲས་འབྱེན་པའི་དུས།། གཞན་དོན་བྱེད་ལ་འདྲ་
 ཞིག་ཡོད།། ཉམས་སྒྲ་བསྐྱགས་པའི་མངོན་ཤེས་གཅིག། ལྟ་འབྲེས་
 བརྒྱམ་པའི་བྱུང་ཉགས་གཉིས།། ཆོས་བརྒྱད་རྒྱུ་བའི་ཆོས་བཤད་
 གསུམ།། ཆོས་ལ་མི་འཁོད་ལའོར་སྤྱད་བཞི།། རང་ཉམས་མེད་པའི་
 ཁྱིད་བཤད་ལ།། འགོ་དོན་འདྲ་སྟེ་སྟེང་པོ་མེད།། འདྲ་མིན་ལྟ་བུ་ཅ་ལྟ་
 འདི།། གཞན་སྒྱུན་ལྟ་བའི་མེ་ལོང་མིན།། ངས་ཀྱང་རང་ལ་གསལ་འདེབས་
 ཡིན།། བྱེད་ཀྱང་རྒྱུད་དུ་བྱགས་ལ་ཆོངས།། ལྟ་རྒྱུ་ཆོས་བཞིན་བྱེད་
 པའི་དུས།། འདྲ་མིན་གོ་ལ་ས་བྱང་མ་བྱང་།། ལུང་ག་ཞིབ་ཏིག་ནན་ཏན་
 དགོས།། ཆོག་ལ་སྟན་ཆ་མི་ཆེ་ཡང་།། དོན་ལ་ཟབ་དགུའི་རོ་བཅུད་
 གདའ།། མཚུངས་མེད་སྒྲ་མའི་ཞལ་རྒྱན་ཡིན།། སྟིང་ནས་དམ་ཆོས་
 མཛད་དགོངས་ན།། ཁ་ཐོ་ཁ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་མེད།། ཤོམ་ར་བཅའ་ག་

བསྐྱེགས་རྒྱ་མེད།། ཏུས་ཚོད་རེས་བཟུང་བྱེད་རྒྱ་མེད།། སར་ལ་ཚོས་
 ལྷོགས་འགོ་མི་དགོས།། ལྷ་ཚོས་ལུས་དང་ཡན་ལག་འདྲ།། ཉམ་དགོས་
 རང་གི་བྱང་ན་ཡོད།། ལྷ་དུ་ཅིག་རེར་ཡང་སྤྲིང་རུས་དགོས།། ཐང་ཅིག་
 རེར་ཡང་གསལ་འདེབས་དགོས།། ཡུད་ཅམ་རེར་ཡང་ལྷ་དག་དགོས།།
 ཉིན་ཞག་རེར་ཡང་བསྟོ་བགྲང་དགོས།། ཉངས་མ་རེ་བཞིན་དམ་བཅའ་
 དགོས།། ཐུན་རེ་བཞིན་བྱ་བརྟགས་དབྱེད་དགོས།། ཉར་དང་ཞོར་ལ་
 མི་འབྲལ་དགོས།། ཏུས་དང་རྒྱན་བྱ་མི་བརྟེན་དགོས།། ཉམས་ལེན་ཞིབ་
 ལ་མ་ཐེབས་ན།། ཤོམ་ར་ཆེ་བའི་ཚོས་པ་དེ།། ཚོས་གཟུགས་འོང་བའི་
 རོན་འབྲས་མེད།། ལེ་ལོས་རི་ལ་ཁྱེར་དང་གཅིག། ཉམ་གཡེངས་དགོན་
 བར་རྒྱབ་དང་གཉིས།། སྦྱིད་འདོད་དབེན་བར་ཚོལ་དང་གསུམ།། དེ་
 ལས་སྦྱག་པ་སྤྱིད་ན་མེད།། དགོངས་སམ་གསེར་སྤང་ལྷ་ཡི་སྤྲས།། སྦྱིད་
 བ་མི་དགའ་སྦྱག་ན་དགའ།། སྦྱིད་ན་ཉོན་མོངས་བྱག་ལྷ་འབར།། སྦྱག་
 བ་སྟོན་བསགས་ལས་ངན་འཛད།། སྦྱག་བསྐྱེད་སྤྲུལ་མའི་ཐུགས་རྟེན་ཡིན།།
 བསྟོད་ན་མི་དགའ་སྤྲད་ན་དགའ།། བསྟོད་ན་ང་རྒྱལ་ཁེངས་སེམས་ཆེ།།
 སྦྱིད་ན་རང་སྦྱོན་ཐེར་ལ་འབྱུང།། མི་ཁ་ལྷ་ཡི་ཕ་འབབ་ཡིན།། མཐོན་

མི་དགའ་དམའ་ན་དགའ། མཐོན་ཕྱག་དོག་ང་རྒྱལ་སྒྲེ། དམའ་ན་བག་
 ཡངས་དག་སྒྲོར་འཕེལ། དམན་ས་གོང་མའི་གདན་ས་ཡིན། འབྱོར་
 བ་མི་དགའ་རྒྱད་ན་དགའ། འབྱོར་ན་གསོག་སྒྲུང་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཆེ།
 རྒྱད་ན་དཀའ་སྒྲུད་ལྟ་ཆོས་འགྲུབ། སྒྲུང་ལུས་ཆོས་པའི་གཏད་སོ་ཡིན།
 བྱིན་ན་མི་དགའ་འཕྲོག་ན་དགའ། བྱིན་ན་ལན་ཆགས་ཁུར་པོ་འཕེལ།
 འཕྲོག་ན་ཆོར་བས་བྱུ་ལོན་སོད། ཆོག་ཤེས་འཕགས་པའི་སྒྲིལ་ལོན་ཡིན།
 གཉེན་སྒྲལ་སྒྲམི་དགའ་དག་སྒྲལ་དགའ། ཏྲག་ཉེན་གྱིས་ཐར་ལམ་བར་
 དུ་གཙོད། དག་པོ་བཟོད་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད། རོ་སྟོམས་ཉམས་ལེན་
 གནད་འགགས་ཡིན། ཆོས་བཞིན་མཛད་ན་དེ་འབྲ་དགོས། སྒོ་ཐག་
 ཆོད་ན་དེ་འབྲ་དགོས། རི་ཁྲོད་འཛིན་ན་དེ་འབྲ་དགོས། རྒྱལ་ཁམས་
 འགྲིམས་ན་དེ་འབྲ་དགོས། གདམས་ཟབ་གནད་ཀྱི་མདོ་འགགས་བྱས།
 ཡ་གཅིག་སྒྲ་མའི་ཞལ་རྒྱན་ཡིན། ལུ་གཅིག་སེམས་ཀྱི་གཏད་སོ་ཡིན།
 སྒྲིང་གི་སྒྲིང་པོ་ཆོག་བྱས་འདྲི། གོགས་གཅིག་བྱོད་རང་མ་ལགས་པ།
 གཞན་ལ་ཆོག་ཟུར་ཐུང་པ་མེད། ཨེ་མ་གསེར་སྒྲུང་ལྟ་ཡི་སྤྲས། གནས་
 ལ་ཕྱེ་མཐོང་པད་མའི་རི། ལྟ་གཅིག་སྒྲོལ་མའི་ཞིང་ཁམས་ཡིན། ཐུགས་

རྗེ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་ཡིན།། བད་མ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱབ་གནས་ཡིན།། རི་ལ་
 ལྷོས་དང་འཕགས་པའི་སྐྱ།། སེམས་ཉིད་ངལ་བམོའི་བཀོད་པ་རྫོགས།།
 བྲག་ལ་ལྷོས་དང་འཕགས་པའི་གསུང་།། རང་བྱོན་ཡིག་དྲུག་བགྲངས་
 འདས།། ཤིང་ལ་ལྷོས་དང་རྫོ་ལྡང་ཆེལ།། གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་བྱང་ཆོས་
 རྫོགས།། དུག་སྐུལ་གདུག་པས་མཐའ་ནས་བསྐོར།། སྐལ་དམན་གྱི་
 རུང་བགོད་པར་དགའ།། བྱ་འཛིན་རི་བོའི་མཚན་ཉིད་རྫོགས།། མདུག་
 བ་ཐུགས་སྐུལ་པད་མ་སྐྱེས།། འགོ་བའི་དོན་ལ་སྐུལ་བ་འབྱེད།། འདབས་
 བ་འཕགས་མའི་ཕོ་བྲང་མཛེས།། ལྷ་མོའི་འགོ་དོན་དུས་ལ་བབས།།
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ན།། བད་མ་དགྲེས་པའི་སྐྱབ་ཐུག་ཡོད།།
 ལྷ་ལ་སྐྱབ་རས་གཟིགས་དབང་བསྟེན།། ཐུགས་ལ་ཡི་གེ་དྲུག་མ་བཟུ།།
 ཆོས་ལ་བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་བསྐྱོམ།། ལམ་ལ་རྒྱལ་སྤངས་བདེ་ལམ་སྟོགས།།
 ཐུག་བསྐུལ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བ་འབྱུང་།། འདི་བདེ་བྱི་སྦྱིད་ཨ་ལ་ལ།།
 བདེ་ནས་བདེ་བའི་གནས་སུ་འགོ།། གཏན་བདེ་མི་འབྱུང་ཨ་ལ་ལ།།
 གསོལ་བ་བྲུ་མ་རྗེ་ལ་འདེབས།། ཐུགས་རྗེ་མི་གཡེལ་ཨ་ལ་ལ།། ཡི་
 དམ་སྐྱབ་རས་གཟིགས་ལ་ལྷ།། དངོས་གྲུབ་མི་འབྱུང་ཨ་ལ་ལ།། ཨ་ལ་

ལ་སྟེང་མཚར་ཆེ། ཆེ་བར་དགོངས་སམ་ལྟ་ཡི་སྤྲུལ། ངས་ཀྱང་སྟོང་
གི་དམ་བཅའ་གཅིག། བྱེད་ཀྱང་ཡིད་གྱི་ཞེ་འདོད་གཉིས། མཐུན་ན་
གོང་མའི་རྗེས་སུ་སྟོགས། ཆོས་བརྒྱད་ལམ་ཁའི་དོ་བཞིན་དོར། འདི་
སྤང་གཞོད་པའི་དུག་ལྟར་སྤང་། ཉམས་ལེན་བརྩོན་འགྲུས་ཞིབ་ལ་
བྱེད། གདམས་ངག་མཚར་གི་ཐོག་ཏུ་འབེབས། ཁ་ཐོ་ཁ་བཤད་རྒྱུ་ལ་
བསྐྱར། སེམས་བསྐྱེད་བྱང་སེམས་གཞུང་ལམ་བསྤང་། དེ་ལྟར་འཐད་
ན་གྲོས་ཀྱང་ཚུགས། གྲོས་མཐུན་འགྲིག་པའི་སྤྲུལ་གྲོགས་གཉིས།
ཐར་བའི་ལམ་ལ་འགྲོགས་ནས་འགྲོ། འཁོར་བའི་མཐའ་ལ་སྦྱོན་བས་
བསྐྱར། ཆེ་བས་ཀྱན་ཏུ་འབྲེལ་བས་བསྟུ། བྱང་ཚུབ་སྦྱོད་པ་མཉམ་དུ་
སྦྱོད། འཐད་དམ་དགོངས་སམ་ལྟ་ཡི་སྤྲུལ། དོན་དུ་འདུའོ་ཨ་ལ་ལ།
གནད་དུ་འདྲིལ་ལོ་ཨ་མ་ཉོ། ཞེས་ཟེར་བས་འདབ་ཡངས་ཀྱི་ཡིད་ལ་འང་
ལྟག་པར་འཐད་དེ་སྟོ་གྲོས་མཐར་བྱིན་པ་ཡིན་སྟེད། སྟོན་མཚན་མཁའ་
ལ་རྒྱས་པའི་འོད་དཀར་བཞིན། མཚན་དཔེའི་ལང་ཚོ་ངོམ་པ་འཇམ་
པའི་ལྟ། རྒྱལ་བ་ཀྱན་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་སྟེ། འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། མཐའ་ཡས་འགྲོ་ཁམས་སྟུག་བསྟུལ་རང་

བཞིན་ལ། བྱམས་པའི་ཕྱག་ཡངས་རྒྱུང་བ་མིག་མི་འཇུག་། རྒྱལ་བ་ཀུན་
ལ་ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟེ། འགྲོ་བའི་ཁམས་ལ་ཐར་བའི་ས་བོན་ཡིན།།
གསང་ཆེན་གསང་བ་ཟབ་མོའི་མཛོད་འཛིན་པ།། རྒྱལ་ཀུན་གསང་བའི་
བདག་པོ་དོ་རྗེ་ཅན།། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཡེ་ཤེས་ཐོན་ལས་ཏེ། འགྲོ་བའི་
ཁམས་ལ་རིག་སྟོང་རྗེན་པར་བཞུགས།། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་རྒྱལ་
སྲས་རིགས་གསུམ་མགོན།། ཕྱིན་གྱིས་སློབས་ཤིག་དབྱེར་མེད་སྤྲ་མ་
རྗེ།། བྱང་ཆུབ་པར་དུ་རིགས་བདག་མི་འབྲལ་ན།། དུས་ཀུན་ཕྱགས་
རྗེས་བྱུངས་ཤིག་ཕྱགས་རྗེ་ཅན།། ལྷ་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་གཏམ་བསྐྱའི་
ཆོལ་གྱི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ། ལུ་བྱ་ཤིས་དགེ་ལེགས་གྱི་ཆོག་རྩ་བཞག་
ནས་བརྩམ་པར་བསྐྱལ་བ་ལྟར། བག་ཡངས་སྤྱི་ལྟོད་པོས་སྤྱག་བྲིས་སུ་
བྱས་པའོ།། དགེའོ།།

༄༅། གཏམ་པད་མའི་ཚལ་གྱི་སྒྲོས་གར་གྱི་དངོས་དོན་

དང་འབྲེལ་བའི་མཆན་བྱ་བ་ཞུགས།།

གཏམ་པད་མའི་ཚལ་གྱི་སྒྲོས་གར་ཞེས་པ་འདི་ནི་བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་
པ་དང་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་བའི་ནང་རྫོགས་ཆེན་དཔལ་སྡུལ་འཛིགས་
མེད་ཆོས་གྱི་དབང་པོ་ཞེས་མཆན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སེམས་དཔའ་
ཆེན་པོ་དེས་མཛད་པའི་ལྷ་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་སྙན་ངག་གི་གཏམ་ཞིག་
རྟེ། འདི་ལས་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་ཆགས། ཡུལ་གྲུ་བཅས་
ནི་དུས་རབས་དེའི་ནང་དུ་བྱུང་བའི་དོན་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་རེད།
དེ་ཡང་ཁམས་སྡེ་དགའི་འདན་ཁོག་ཏུ་གཟིམ་དཔོན་ཚང་གི་བྱ་བ་ཀྱིས་
དགོ་ལེགས་དང་འཇུ་ཚང་མགོན་པོ་དར་རྒྱས་གྱི་བྱ་མོ་ལོ་ཉེར་ལྔ་ལོན་པ་
གཉིས་ཁྱོ་ཤུག་ཏུ་གྱུར་ནས་མངའ་འབངས་ལོངས་སྤྱོད་ཤུན་སུམ་ཆོགས་
པ་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཤིག་ལ་ཡུལ་གྲུ་དེར་རིམས་ནད་སྐྱོད་གིས་བྱབ་
ཏེ་མི་མང་པོ་གི་བ་དང་། བྱ་གིས་དགོ་ལེགས་ཀྱི་རྒྱུང་མ་ཡང་འཆི་ནད་
གྱིས་ཟིན་ཏེ་ཕྱི་མའི་ལམ་དུ་སོང་། རྒྱུན་དེ་ཡི་དབང་གིས་ཁོའི་སེམས་ལ་

གློ་བ་ཚད་མེད་སྒྲེས་ནས། འདན་པད་མ་རིའི་ངོས་སུ་པད་མ་གཤེལ་ཕུག་
 ཏུ་སྒྲུ་མཚམས་ལ་བཞུགས་པའི་དཔལ་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་གཙུག་
 ཏེ། འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྒྲེས་པའི་ཚུལ་རིམ་གྱིས་ཞུས་ཤིང་། ཁོ་རང་
 ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུས་མཐར། དཔལ་སྒྲུལ་སེམས་དཔལ་ཆེན་
 པོས་དེ་བཞིན་རྗེས་སུ་བཟུང་། སྐབས་དེར་ཁོ་རང་གིས་སྒྲུ་མ་སྤྲོད་པའི་
 བདེ་འབྱོར་ལོངས་སྤྱོད་ཉམས་སུ་ཕྱོད་ཁིང་། རྗེས་སུ་ན་གཤིན་ཆག་སོགས་
 སྤྲུག་པ་སྤུལ་ཆེས་ཆེར་བྱུང་བ་ལ་གཞིགས་ནས། འཛིག་རྟེན་འཁོར་པའི་
 བདེ་སྤྲུག་བར་མའི་སྤྲོད་ཚུལ་ཐ་དག་སྒྲུ་མ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུ་བརྟུན་པའི་
 རང་བཞིན་ཅན་སྟིང་པོས་དབེན་པ་ཉིད་དུ་གོ་སྒྲུ་བོ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་
 འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཁོ་རང་བཞིན་གོ་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྲུལ་དུ་སེམས་
 ཏེ། སྒྲུ་མ་ཡང་དཔལ་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཚུམ་སྒྲུང་ཞིག་འབྲི་དགོས་ཞེས་
 ཡང་ཡང་གསོལ་བ་བཏབ་པས་མཚོག་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཞལ་གྱིས་
 བཞེས་གནང་སྟེ། བརྗོད་བྱ་གྱི་ནང་སྒྲོན་འགྲོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་
 ཚང་ཁིང་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ལེགས་བཤད་གདམས་
 པའི་གནད་བརྒྱ་ཚང་བ། ཐར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་ལ་ལྷག་པར་མཁོ་

བ་དེ་ཉིད་རྫོད་བྱེད་བཅད་ལྷག་སྒེལ་མའི་སྟན་ཚིག་ཉམས་འགྱུར་ཕྱན་
སུམ་ཚོགས་པའི་ལམ་ནས་བྱངས་པའི་གསུང་ཚོམ་བྱང་ཚོས་དུ་མ་དང་ལྷན་
པ་ཞིག་སྟེ། སྤྲ་ཆར་རྒྱའི་ལོ་ཙཱ་བ་ཀྱུ་ལུ་ཐེ་ཉན་མཚོག་གིས་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་
བསྐྱར་ཡོད་དོ། ། གཤམ་གསལ་དོན་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་མཆན་བྱ་
འགའ་ཞིག་འགོད་ན། ཀྱི་ཞེལ་དཀར་པད་མའི་ཕྱག་པ་ནི་འདན་པད་མ་
ཤེལ་ཕྱག་ཅེས་པ་རྩ་དཔལ་དག་སྐྱུལ་སྐྱུ་མཚམས་ལ་བཞུགས་སའི་བྲག་
ཕྱག་ཅིག་ཡིན། ཀྱི་བྱང་ཐང་མེ་ཏོག་སྟེད་ཚལ་ནི་བྱང་སྟེ་རྩ་རྒྱལ་ལ་
གོ ཀྱི་བྲམ་ཟེའི་བྱེལ་པད་མ་དགེས་པ་ནི་དཔལ་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་
ཉིད་ཡིན། ཀྱི་པད་མ་སྐྱངས་པའི་སྟེད་ཚལ་ནི་འདན་ཁོག་ལ་གོ ཀྱི་ཁེངས་
པའི་པད་མ་དང་རྒྱས་པའི་པད་མ། སྟོན་པའི་པད་མ་སོགས་བྱང་ཚོས་
མི་གཅིག་པའི་པད་མ་དེ་དག་ནི་སྟོབས་འབྱོར་དང་དབུལ་ཕྱག་མི་འདྲ་
བའི་དུད་ཚང་སོ་སོར་གོ ཀྱི་བྱང་པར་ཁེངས་ཤིང་སྟོན་པའི་པད་མ་
གསུམ་ནི་འདན་ཨ་སྐྱག་ཚང་དང་། རྒྱུ་ཚང་། གཟིམ་དཔོན་ཚང་བཅས་
དུད་ཚང་གསུམ་ཡིན། ཀྱི་རྒྱས་པའི་པད་མ་གཉིས་ནི་རྒྱུ་ཚང་གཟིམ་
དཔོན་ཚང་གཉིས་ཡིན། ཀྱི་ལྷག་པར་ཏུ་ཁེངས་ཤིང་བཀོད་པའི་པད་མ་

གཅིག་ནི་ཨ་ལྷ་ག་ཚང་ཡིན། འི་བྱང་བའི་ཚོགས་ནི་ཡུལ་དེར་གནས་པའི་
 མི་རྣམས་ལ་གོ། གློ་གསེར་གྱི་སྤྱང་རྒྱུང་བད་མའི་འདབ་ཡངས་ནི་འདན་
 གཟིམ་དཔོན་ཚང་གི་བྱ་བ་གྲ་གིས་དག་ལེགས་ཡིན། གློ་གཡུ་ཡི་སྤྱང་
 རྒྱུང་བད་མའི་རག་སྟན་ནི་འདྲ་ཚང་མགོན་པོ་དར་རྒྱས་གྱི་བྱ་མོ་ལོན་
 ཉེར་ལུ་ལོན་པ་། མིང་གསལ་བོ་མ་དཔེ་ལ་ཟེར། གློ་ལྗངས་གྱི་དྲང་སྤྱང་དོན་
 གུན་གྲུབ་པ་ནི་འཇིགས་མེད་རྒྱལ་བའི་ལྷ་གྱ་ཡིན། གློ་མིག་སྤྲོན་ཐིག་
 ལའི་དགོན་པ་ནི་བྱང་སྤེ་རྩ་རྒྱལ་དགོན་པ་ལ་ཟེར། གློ་སྤྱོད་བྱ་བྱང་
 བའི་སྤྲོན་ནག་གི་གྲིབ་མ་ནི་སྐབས་དེར་འདན་ཁོག་གི་ཡུལ་ན་རིམས་
 ཅད་སྤེ་སྤྱང་གིས་བྱུང་བ་དེ་ལ་ཟེར། གློ་འབྱ་སྤྱང་སྤྲོན་བྱ་དག་ནི་བྲག་
 ཤིས་དག་ལེགས་གྱི་འཁོར་འབངས་རྣམས་ལ་ཟེར། གློ་ནག་རྒྱུང་པོ་
 རོག་ནི་རག་མདོའི་སྤྲ་མ། གློ་མཆིལ་བ་རྒྱ་པོའི་མང་ཚོགས་འདུས་པ་ནི་
 འདན་ཚོས་འཁོར་དགོན་པའི་དག་འདུན་པ་རྣམས་ལ་ཟེར། གློ་སྤྱལ་བ་
 རྒྱ་པོ་ནི་དཔལ་ཡུལ་རག་ཆབ་ཡུལ་གྱའི་གཙོད་པ་ཞིག་ གློ་དྲག་སྤྱལ་
 ཅག་པོ་ནི་སྤྲོན་པ་ཆོད་པལ། གློ་འབྱི་བ་སྤྲོམ་ཆོན་ནི་སྐབས་དེར་ཉེ་འཁོར་
 དུ་མཚམས་ལ་བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་ཚོས་དར་ཞེས་པ་ལ་གོ། གློ་གཡུ་བྱ་བྱ་

བྱུག་ནི་མོ་མ་བཟ་གིས། རྟོལ་དཀར་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་སྒྲན་པ་ཕན་བདེ་རྒྱ་
 མཚོ་ལ་ཟེར། རྟོལ་སྒྲན་ནག་ལག་དགུ་ནི་མདོས་པ་སངས་རྒྱས་སྐུ་བས།
 རྟོལ་ལ་བ་སྐྱུག་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་འདན་བྲུག་རེ་གཙོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། གནས་
 ལ་ཕྱི་མཐོ་བད་མའི་རི། ལྷ་གཙུག་སྒྲོལ་མའི་ཞིང་ཁམས་ཡིན། ཞེས་
 བ་ལ་སོགས་པའི་ཚིག་རྒྱུ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་འདན་ཁོག་གི་ཡུལ་གྱུ་དང་།
 གནས་རེའི་ཁྱད་ཚོས། སྐུ་བ་ལྷག་དང་རི་བྲག་སོགས་ལ་སྐྱུག་བྲུགས་དང་
 ཡིག་འབྲུ་སོགས་རང་བྱོན་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་གིང་ནགས་ཚལ་རྣམས་ད་
 ལྷ་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱི་བཤད་སྒྲོལ་ལྷ་མ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ལ། ཚོས་རྒྱལ་
 རྒྱུང་བཙན་སྒྲུ་པོའི་སྐུ་བས་སྐྱུ་ས་དག་རྣམས་འདུལ་ཆེད་དུ་མཐའ་འདུལ་
 ཡང་འདུལ། རུ་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་དག་བཞེངས་བར་གྲགས་པ་ལས་རུ་
 གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་བཞེད་ཡ་གྲུལ་ཁམས་ཀྱི་གྲོང་ཐང་སྒྲོལ་མ་ལྷ་ཁང་ཡང་
 ཡུལ་དེར་ཡོད། མདོར་ན་ཡུལ་དེར་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་ཡིན་རུང་སྒྲན་
 རྒྱུ་འདི་ཉིད་ཐོས་ཆེ་ཡུལ་དེའི་ཁྱད་ཚོས་རྣམས་སྒྲོ་རོར་དབང་མེད་དུ་
 འཆར་བྱས་པ་ཞིག་དུ་སྤྲང་རོ། ཞེས་པ་འདི་ནི་བྱིས་པའི་དུས་སྐབས་
 དེར་འཚོ་བ་བསྐྱུལ་བའི་བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་མ་ཆེ་དགས་མཚོག་སྐྱུལ་

རྡོ་ལོ་ཚང་གིས་ཟིན་བྲིས་བཀོད་པ་གཞིར་བཟུང་ནས་བྲིས་པ་ཞིག་ལག་
 མོན་བྱང་བར་སྤྲར་ཕྱི་སྟོན་ཅུང་ཟད་བཞུས་ཏེ་ཟུར་མཆན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་
 པ་འདི་ཉིད་གཞུང་འདིར་ལྟ་སྟོག་བྱེད་མཁན་དག་ལ་ཉེར་མཁའི་གསོལ་
 ལུ་སྟོན་པར་གྱུར་ཅིག། ཅེས་མགོ་ལོག་དབང་སྟོད་སྐུལ་མིང་པ་བྱུང་
 བསྟན་ཅོར་བུ་ནས་སྤྲ་རུང་ཐེག་གསུམ་ཆོས་སྒྲིང་དུ་སྦྱར་བ་དགེའོ།།

喻，金剛銳利菩薩！

一切吉祥最吉祥，名稱吉祥美名稱，高樹勝利正法幢，
文殊智尊賜護持！

某時，於彼曾由水蓮天尊賜福、戒蓮王者親臨、蓮花瑜伽度母身居之地、高峰蓮花山下、方廣林海中央，勝似皎月凌空的水晶蓮花洞❶裡，住有一位來自北野樂園❷的婆羅門徒少年，本名貝瑪杰巴，人稱蓮喜❸。他原是什麼都懂，到處都去，隨遇而安，逢人皆和，行佛子行有如芙蓉無瑕，修菩提心一同水蓮無染。爾時，去北不遠，有一周匝茂林環繞，草地綠茵如鏡，名為聚荷樂園❹之中，別有一所蓮苑，欣欣向榮。但見苑裡那些蓮花：驕縱的莖梗長揚，旺盛的花瓣舒張，成熟的蜜露盈盈，華麗的綠葉田田，未熟的新芽怒放，含苞的拱手合掌，衰頹的蕊絲飄零，落拓的津液枯槁，萎謝的落英蹣地，歡笑的花心浮光，隱伏的濃蔭潛形❺。自然的也都隨宜生長，各得其所。就中另有三株蓮花❻，出落得更為驕縱成熟，莊嚴華麗。三中之二❷俱極旺盛，其中之一❸，尤其嬌麗，從來未被他人褻玩。

如是樂園之中眾多蜂群❹，飛舞迴旋，徜徉遊樂。別有一對夫妻蜜蜂，一名小金蜂蓮花達陽❶，一名小玉蜂蓮花阿寧❷。金蜂青春年少，芳華正茂，智慧聰明，胸懷豁達，未

結新交，行止悠閒，愛好施捨。玉蜂性亦樂施，心存濟世，秉性溫和，喜愛佛法，不諂不誑，嫉妒輕微。他倆彼此情意親蜜，笑容微露，愛語溫存，同氣唱隨，結伴不離，低聲傾訴各自心中所懷：

**哎呀可愛青春韶華，非由畫師神筆描繪，
是乃善行變化所成。**

**能與上界諸天比富，財物資具非我儲蓄，
是乃前世業力所感。**

**花朵軟褥非由織成，最極柔和自我享受。
花心瓊漿非由烹調，百味美飲長生甘露。
今此幸福非可力求，前生積福天然自成。
自心若能依存佛法，即此身軀可稱暇滿，
無庸羨他能言解義，造作惡業兩足人身。
哎呀請聽意中情人：**

**眼前鮮花樂園艷艷，瓊漿甘露滋味津津，
同聲相應蜂群濟濟，夏令風光為時短暫，
災害因緣其來突如，痛苦歡樂變生剎那，
死神使者來迎漸近。**

**貪求安樂度卻此生，現世舒適終無所得。
輪迴世事紛亂匆匆，長時短時永無了息。**

長期圖謀此命久留，壽數一盡終無所得。
如意樂園景象安樂，一需別離全無利益。
言念及此君意當決，爾我夫妻立趨佛道，
有緣同心修學佛法，意中良友君意云何？

對方答道：

善哉善哉君言真實，誠哉誠哉感人心聲，
心聲深入我心深處，化為我心不死甘露。
今此眼前賞心花園，非由天界移來人間，
有緣同心蜂蝶共享，皆因宿業好施感得。
美亦無常輪迴本性，富亦無常如幻資財，
享受無厭迷人五欲，輪迴世間如此無益！
卿心披掛精進鎧甲，我意亦已銘刻良言，
議論已定何容更改，有緣同心求法首途。
積得貨財終歸無益，辛苦求來他人受用。
撫養親眷終歸無益，恩愛育成招怨旌旗。
修就宮宅終歸無益，欲益反成喪身懸崖。
耕耘土地終歸無益，良田反成螻蟻屠場。
但今尚需從容稍待，倉卒從事不能到頭。
至心盟誓銘刻心中，心中仍有寬緩自由。

且說當時有一心地仁慈、最喜利人、名號端袞珠巴^①的仙人，也到達此地。夫妻蜜蜂隨即迎上前去，恭敬施禮，供奉甘美的蜂蜜，口說悅耳的言詞請求道：

哎呀呀，大天仙！

你是導師的紹聖，請講述導師的法語；

你是佛教的明燈，請指示修行的要道；

你是登地的聖僧，請宣說菩薩的行徑。

我們甚願作為你的後學。

仙人聽了他們的請求，顯示出喜悅的笑容，身中煥發神光，口中高唱法言道：

南無聖者師尊！

聖人救主天中之天，無比導師調御大士，

釋迦尊前我恭頂禮，請挽六道心向正法！

嗟爾宿業有緣雙蜂，心若向道當念此理，

此乃佛旨應當思察，此乃法要應當牢記：

嗚呼流轉六道有情，往昔長此漂流輪迴，

今後業感妄景無窮，百千萬劫不可勝數，

三寶名號難得耳聞，值遇佛教寥若晨星。

今第四佛淨飯王子，勝能仁王來臨世間，

初中後三轉妙法輪，十五百年教期未盡，

汝自有心尋求聖道，有緣獲得善士接引。
若不決心尋求聖道，來生不復生此聖域，
三寶名號且難耳聞。

嗚呼迷惑幻景凡夫，有為虛幻妄執為常，
外器世間大種無常，內情世間壽命無常，
中間四季時令無常，佛及佛子大聖大賢，
皆般涅槃無常宜詳！

世間主宰最大梵王，死魔猶牽餘復何說？
何時何地死皆無定，死緣眾多生緣寡鮮，
是故若不速求聖道，死魔何時來無定期，
眾生必死如牲就屠。

嗚呼死後不歸空無，行行復來輪迴受生，
隨生何處無容安樂：十八地獄寒熱苦逼，
餓鬼飢渴旁生相食，人命短淺修羅鬥爭，
諸天放蕩臨死墮落，到處不安到處火坑，
生生世世苦難連綿，面對輪迴當生厭離！
嗚呼苦難唯業所造，業如畫師無所不作，
業力成熟百劫不滅，自作永不變為他受，
善引善趣上種解脫，惡引惡趣痛苦輪迴，
少因亦能成熟眾果，上種天界幸福富足，
惡趣地獄痛苦難忍，自業所感別無他因。

是故隨時隨地皆當，正知正念謹慎為本，
因果取捨鄭重其行！

嗚呼接引解脫道燈，眾德根本聖德上師，
功業同等濁世真佛，慈悲無量恩比佛深。
若不依隨正善知識，等同生盲無嚮登途。
是故首當擇事聖師，作如意珠作如意樹，
終學德行師我會心，有些善緣魔力難逞，
能得諸佛所喜聖道。

嗚呼涅槃寂靜樂處，遠離輪迴沉痾妙法，
永盡苦際苦因邊際，具無漏道解脫聖域，
佛及佛子圓滿畢集，聲聞獨覺聖眾棲息，
此解脫道亟宜尋覓！

嗚呼無欺聖皈依處，恩德無比最勝至寶，
我因於彼皈依受益，汝亦亟宜於彼皈依。
衷心信仰恭敬皈依，永不我欺無如三寶，
三寶能救輪迴眾苦，一經皈依富與天齊，
今生八難十六難等，來生一切惡趣惡途，
輪迴痛苦定能永除，永世勿忘隨念三寶，
再再皈依反覆祈禱！

嗚呼無數如來蹊徑，一切佛子唯一坦途，
無比聖財菩提心寶，若願苦行皆當生起。

從此便得菩薩稱號，由安樂道趣安樂境，
離正等覺已不遙遠。

三界眾生恩深父母，無依無友如盲漂泊，
欲求安樂反造苦因，慈悲懷念此情此景，
眾生諸苦我應代除。

披掛無比大勇鎧甲，自他相換愛他甚己，
四無量心六度四攝，衷心勤勉身體力行，
佛說佛子萬行無餘，皆在妙道六度中攝，
此是如來所喜妙道，精華之精心中牢記！
嗚呼輪迴既久且長，無始積惡既深且重，
若不憑依四力訣竅，勵行方便懺罪悔惡，
難從惡趣輪迴解脫。

善逝諸佛畢集一身，本傳諸師共聚寶道，
金剛薩埵螺月身色，微笑安住白蓮月座，
如儀念修百字大明，永摧一切惡業墮罪，
拔除一切那落伽獄。

嗚呼資糧圓滿成佛，不集資糧無緣成就，
是故隨力方便善巧，意想變化供養佛國，
想於三千世界化身，密嚴報身法身剎土，
上師三寶三身本尊，供盡身財三世善根，
自資得圓佛剎得淨，眾生得熟福德無垠，

故以積資為訣竅根。

嗚呼無始以來無明，無我執我漂泊輪迴，
無身戀身生起愛憎，故於所愛虛幻蘊身，
不惜迴向作供施品。

甘露為性上供三寶，下施六道圓滿二資，
孽債邪魔心滿障息。

意想變化供品百物，上供下施迴向利生。
萬法惟是心思差別，真捨自身福與天齊，
能與大捨種植習氣，資圓障淨中陰光明，
死亡得贖病魔被阻，故是積資善巧方便。
嗚呼深思三寶總體，諸佛本性最上珍寶，
靈應三續教藏主宰，導行本師是應祈禱！
修在頂門修在心中，福德等同普修諸佛，
三續上師靈應感心，師心我心融合無別。
為求有利證悟真實，殷重修習上師瑜伽，
從三字光受四灌頂，四障清淨種植善緣，
以證四身四持明位，修習四道長養誓言，
生死涅槃皆師遊戲，暫息逆境所願得成，
今生不掌法身王政，來世必生蓮花光中，
從彼行經四持明道，如幻直趨自性法身，

利濟眾生量等虛空，身智光明充盈世間。
嗚呼此乃諸佛獨路，三續持明傳承教言，
八萬四千法蘊總結，訣竅關節心中心要。
縱令百聖千賢降臨，再無更深妙法開示，
此乃妙法甘露精華，千萬聖眾心法中心。
願由聽講此道福力，能令無邊一切眾生，
依此善道於一生中，盡皆證得正等覺果！

勸誡既畢，又對雙蜂賜福、發願，然後自往四方雲游，利濟所見、所聞、所念、所觸一切有情。後在彌門提勒寺^⑥中，如同薪盡之火，圓滿證得肉身無餘涅槃。

此後雙蜂，一般能依照仙人教誨行事，但也有時放蕩嬉遊，縱情貪戀景物，度過一段長久時期。一日，阿寧正在吮吸花心甘露，達陽正在花間飛舞，突然間陽光黯然失色，雲影飄然落地^⑦，剎那間蓮花都合閉攏來，阿寧被包裹在一朵蓮花裡面，呼吸閉塞，驚慌恐懼，不能出聲，只得撲撲撲撲地喘氣。達陽也愕然發楞，不知所措，墜落在蓮梗旁邊，輾轉翻滾，心情沉痛地悲呼道：

嗚呼哀哉多麼可怕，哎呀哎呀禍起突然，
怎了怎了災害嚴重，是何魔鬼驟然來臨？

天上高懸美麗日輪，是何暴君突然遮掩？
地上敷陳燦爛百花，是何惡緣倏爾收拾？
心中愛侶何處去耶？達陽所戀何處去耶？
悠揚歌手何處去耶？密談慈友何處去耶？
笑靨麗人何處去耶？翻飛所歡何處去耶？
睨眸綠姬何處去耶？六足皓腕何處去耶？
光艷精華何處去耶？烏髮髻女何處去耶？
我心頭肉何處去耶？達陽我心空空奈何？
悠悠情侶阿寧聞否？
達陽悲訴不聞回音，段段分裂此心碎矣！
何故殘暴無情黑雲，頓成無幸蜂蝶苦難？
達陽恩人百瓣蓮友（太陽），君豈已經失去自由？
暉光普照大地主宰，請勿潛形殘暴之中，
請放大悲溫暖光芒！
橫掃殘暴烏雲大風，若是風神能有多好！
開放百瓣蓮花力士，若是巨人能有多好！
弱小蜜蜂如此遭遇，噫嘻蒼穹老天知否？
望降嚴旨譴責惡雲！
阿寧阿寧我心精英，阿寧阿寧我心藤夢，
阿寧阿寧親愛伴侶，阿寧阿寧天女情人！
嗚呼哀哉達陽傷心！

他一面悲泣，一面在地上翻來覆去。此時，阿寧也稍微緩過氣來，能夠小聲說話，從花苞裡呼喚著：達陽，達陽。達陽一聽，心中大喜，想到阿寧已經甦醒，急忙起身面向蓮花呼喚阿寧。

阿寧也聽到達陽呼喚，知道自己被捲在蓮花裡面，仔細想到：哎呀呀，我倆從前雖曾在端袞珠巴仙人門下，受了很多深奧的教言，但是絲毫未曾修習；雖曾立下志願想要修習正法，但也只在想修想修之中，耗盡壽數。現在蓮花苞裡，或將長時忍受有如諸天死墮之苦，最後歸於死亡；或將再得陽光照射，花瓣重開，可能解脫不死。但是，無論如何，達陽正陷於悲傷之中，亟應答言，不知他能否聽到？隨即答道：

**喂喂達陽喂喂達陽，廣瓣達陽天之愛子，
君聲優美耳中甘露，我今已聞心生喜悅：
但君丰姿眼中甘露，我今未見不幸若何？
驟然陰霾死神使者，何時來臨我全不覺，
光天普照耀暉日輪，不在太空何處去耶？
柔軟花瓣華美臥褥，甜蜜精華淋漓甘露，
馥郁香氣撲鼻芬芳，紅粉韶華入眼醉迷，
芙蓉花朵如意寶具，何故竟成害命屠夫？**

柔細花朵凶殘牢獄，粘膩甘露縛人鐐銬，
壞苦之情一至於此！

吁嗟深恩盛德仙人，當時賜予教誨甘露，
所說無常輪迴本性，今朝都現我倆眼前，
幸福享受可與天齊，轉到悲慘閻羅城門，
不待雙目啟閉轉瞬，嗚呼死墮如此痛苦！
心中雖有修道志願，未能立即勤奮修習，
及至落入中陰狹路，卻無正法可資信託。
心中雖念死亡將至，未念何時死亡無定，
放蕩疲沓優游歲月，死神邪魔倏爾便臨。
心中雖念輪迴痛苦，但戀暫現好景不捨，
五境妖精誘惑五官，輪迴根基痛苦遂成。
心中雖信業果無欺，但未作到取捨深密，
疏忽散漫耗盡人生，曾修某善無可指明。
吁嗟情郎少年蜜蜂，往昔曾聞世有怨敵，
死神魔王凶殘可畏，今茲似已現在眼前。
長時棲息蓮花樂園，本心雖實不願捨去，
此時橫被死神魔君，牽至閻羅城堡門前。
長時享用甘美食物，本心雖實不願斷絕，
今受天條不由自主，食物須尋氣味煙香。
盤桓道路廣闊天空，除此雖不願往餘處，

此時強被閻羅牽走，即將進入中陰狹路。
慈祥至親深恩父母，心中雖不願與別離，
此時須往閻羅法場，無愛無友流亡漂泊。
養就眷屬蜂蝶昆蟲^⑥，心中雖不願與分散，
此時終須零丁無伴，獨自往趨來世長途。
被體柔細綿軟衣服，心中雖然不願卸除，
此時已被死神捆綁，赤身裸體無衣牽走。
相伴愛侶金蜂遶陽，心雖不願從此永訣，
有為原形今已畢露，似將往赴難見聞處。
哎呀可愛年少情郎，自從相伴乃至於今，
慈容微笑常開麗顏，從未曾見蹙額怒容。
愛語相敘悅耳美言，從未曾聞厲聲相責。
仁慈心情伴隨美意，從未曾見無視決絕。
必需享用身處貨財，從未曾分爾我各別。
長時短時舉止行為，從未曾露姿態不悅。
善良心意深長情誼，相待厚恩永在心頭。
親密相伴不辨離合，眷戀深情永在心頭。
談言稱心情投意合，愛憐詞氣永在心頭。
同心相愛不辨離合，親密意向永在心頭。
所棲住地似將離別，為是住地思之不悔；
所積貨財似將別離，為是貨財思之不悔；

所蓄奴僕似將別離，為是奴僕思之不悔；
所愛身軀似將別離，為是韶華思之不悔；
所惜生命似將別離，現世安樂思之不悔。
但雖與君恩愛情深，永遠訣別痛苦穿心，
此番離愁遣除無方，想念嬌好慈祥容顏，
眼底淚流如雨漣漣。

想念親切相愛深情，痛苦遮心陰暗朦朧。
想念溫情慰藉愛語，心中悲傷如火熊熊。
命已至此今復何為？

誰為驅遣死神魔軍，誰抗輪迴苦難歷程？
請君亦念此情此景，請君心中勿過悔恨！
若得太陽重放光明，君有可能幸得解脫，
願君寬懷安閑居留。

倘不解脫就此命盡，親愛相伴心友如君，
往昔深情溫存備至，相待再無更甚於茲，
畢生企求已達終極。

往昔我輩身在福中，心頭留有志願誓約，
此時君心尚能記否？縱令從此竟自永別，
願君永不背棄盟誓，嚮往之道及時力行。
除此別無其餘叮囑！

達陽聽後隨即答道：

哎呀阿寧哎呀阿寧，瓊玉小蜂歌手阿寧，
莫怕莫怕鎮靜爾心，勿恐勿恐振作精神！
短暫疾苦不會長在，空中烏雲不會久留。
太陽光輝不會衰敗，臨時烏雲轉瞬逆境，
此番災難當可解脫，相交親眷蜂蝶眾多，
派作使者多方請託，當能完成心中所求。
蓄積貨財蜜汁滿倉，放手施予當能禳災。
往詢君國眾多賢能，當知抗御災難方法。
指望其他豪傑壯士，當能逆阻外來烏雲。
無邊村落山石岩穴，中有玄羽烏鴉^⑩噪鳴，
云向通國宣說神通，若往請問當得預言。
巍峨碉樓天窗檐頭，褐羽麻雀群集喳喳^⑪，
云是念誦摧魔神咒，迎此雀群可為誦修。
水井池塘低濕澤國，貌現醜惡褐皮蛤蟆^⑫，
云是烏黑孽龍使徒，若往請問當有良謀。
洞中樹下落葉深處，多有凶惡烏黑毒蛇^⑬，
云是惡毒水神本色，若往依靠容阻黑雲。
山頭土穴以為居處，長年修道大事齟齬^⑭。
云彼參禪已得定力，若往啟請容賜照扶。
賞心愜意高樹葉端，嚶嚶其鳴綠衣杜鵑^⑮，

云是召集降雨密雲，若使賄賂容停呼喚。
北國草地歡樂平原，天帝使者白口野驃^㉔，
云有寶珠呼喚日光，往請容或延頸掀唇。
居無定處時在本穴，嗜殺老獵九腳蜘蛛^㉕，
云是黑屠惡龍化身，若往請見容施計策。
或從高空山頂懸岩，刺耳長鳴赤褐鷓鴣^㉖，
云是妙翅鳥王使者，向彼祈請容施威力。
未有災害拒不能抗，未有惡業懺不能淨，
未有障礙制不能伏，未有邪魔穰不能解。
有識有謀金蜂達陽，我身寬緩得有自由，
如何妥善當盡百計。

說畢，即往請詢於烏鴉。烏鴉答道：龍是禍根鵬能制，
疾風針對解法多，暫時凶險終無妨。如此走遍各處請詢，麻
雀群長道：

僧團靈應如烈火，焚毀宿業如毀林，
何況草芥暫時災？供養承事須殷勤。

答畢，各自誦經修行而去。蛤蟆答道：
貌現醜像我蛤蟆，本是烏雲孽龍徒，
烏雲根源屠夫龍，向彼請求能驅除。

說畢，兩眼瞪視著天空。黑蛇答道：

**水神忿怒肉冠中，氣湧黃黑濃雲出，
凶猛肉冠蛇所有，驅除烏雲我有術。**

說畢，蜿蜒而逝。鼯鼠答道：

**我本專心修禪定，也聞金蜂訴哀情，
為爾洞中修佛事，最後必定無災星。**

說畢，瞑目而坐。杜鵑答道：

**雨雲諸天護法神，翠蘭杜鵑是使臣，
去留我有少自在，盡善圖謀以助君。**

說畢，搖曳而立。野驃答道：

**獨身警覺我野驃，上唇本是如意珠，
橫掃烏雲是掃帚，對我指望準莫錯。**

說畢，上唇仰天。蜘蛛答道：

**黑屠惡龍口噓氣，無有餘計可驅除，
若畢聚集百蟲肉，禳災解魔我能作。**

說畢，口吐蛛絲，網結靈器。鵠鷹答道：

**伏龍我是大鵬鳥，吞蛇食龜碎龍珠，
利爪威猛如霹靂，勇武一施齊粉碎。**

說畢，沖飛雲霄嗚嗚長鳴。

達陽當時心想：由此輩遠近馳名奇異生靈之言觀之，空中烏雲終將散去，阿寧獲得解脫亦有可能。方才放心稍事喘息，忽然間天空烏雲翻滾，陰霾四合，南方響起隆隆雷聲，狂風同時嗚嗚怒吼，一切蓮花更加緊閉收縮。阿寧仍被包捲在蓮花蓓蕾之中，手腳不能屈伸，呼吸短促，出聲困難，低聲訴道：

**嗚呼達陽天之孫，花瓣重重緊封閉，
花蕊粗利如刺戳，瓣片稜角堅如石，
裹得手腳難伸縮，氣息短促難呼吸，
言語哽咽難訴說，今已定不能解脫。
八方驚雷隆隆響，狂風驟起嗚嗚鳴，
蓮花苞裡搖復擺，池塘震顫如簸揚，
行看黑雲灑冰雹，冰雹來勢甚凶猛，
生就綠草披且靡，亭立荷梗碎且裂，**

粧點枝葉斷且折，成熟果實散且滅，
盛開花朵凋且零，天地上下將翻覆，
堅固山岩將崩裂，高樹也將改舊觀，
凶猛霹靂當頭來，君當立即自逃避，
阿寧難脫勢已必，生死分際最後語，
言多無益義總結：

往昔大仙所賜教，今朝益發念心頭！
輪迴本性即痛苦，今朝益發親印證；
所說一切皆無常，今朝益發現眼前。
一切聚會定別離，君似為此太傷懷，
我卻堅毅心不悔。

昔日約言絲絹結，是否未散尚緊勒？
石上所刻志願紋，是否未泯尚鮮明？
心中所釘盟誓樞，是否未脫尚堅定？
輪迴景象苦難情，厭離由衷生也未？
死神不定何時來，堅信由衷生也未？
五境妙欲欺誘餌，貪戀從根拔也未？
一切聚會定別離，堅定信念得也未？
雖然也得遇聖士，從未決疑我好悔！
雖然也得聞佛法，未曾實修我好悔！
雖然也得暇滿身，未取精義我好悔！

雖然也知死無常，死道未備我好悔！

雖然也聞因果名，取捨未宜我好悔！

雖然告我輪迴苦，未生厭離我好悔！

眼前死亡驟來臨，死神怒容黑陰森，
睜目滴溜我驚惶！

可怖黑暗迎面來，不見道路我驚惶！

業力狂風捲身後，不由自主我驚惶！

呼殺喊打吼如雷，幻景眼前我驚惶！

咬呀切齒閻羅卒，行凶逞暴我驚惶！

死神套索繫頸間，強力牽走我驚惶！

面向來世大遷徙，孤苦零丁我驚惶！

陌生地域遠漂泊，無所適從我驚惶！

六道幻景如繁星，無怙無恃我驚惶！

修學佛法雖有心，我悔未能立即行，

意中情人小蜂君，慎此專心出世法，

歸心佛教莫遲延，決意修行莫散漫，

堅毅迫切莫緩期，及時勤奮莫遲延！

臨危終不捨正法，喪命亦當守誓言。

計議眼前是鬼話，應當鄙棄莫記存；

放蕩懈怠欺人因，戒之如毒莫貪戀。

修行期同壽命齊，終身與法連緊密，

奉行正法到究竟，君應採取涅槃境，
我亦證得解脫道，最後同登大樂剎，
生死皆能親相遇。肯作不作全在君，
希望寄託在來生，死後相期在墓穴。
除此無言無餘囑，緊記此語意中人！
君今速避堅固城，我雖陷入死之境，
有君留後我心寧，修道若成俱受益。
趁此冰雹未來臨，應當急求隱身地。
願君玉體得安康，願君永遠長住世，
願君修道得成就，願君志趣得竟成。
從今祝你居安寧！

說畢，奄奄一息。達陽此時猛覺痛苦如利刺穿心，悲極不能對答。剛才哎呀一聲，突然狂風裡灑下猛烈冰雹，高空裡嘩啦啦響起迅雷，天上閃電像鮮紅的火練飛舞起來。達陽不知所措，慌忙躲進斷岩穴中，連呼啊喲啊喲！接著冰雹愈益猛烈，飛洪滾石漫山遍野，霹靂吼聲破天裂地，河下到處驚濤翻滾，駭浪滔天，高山夷為深谷，平原布滿卵石，池水沸揚如血，芳草鮮花，大者摧毀，小者倒伏，長者斷折，短者淹沒，纖細者皆已散盡，杳無蹤影。過了一陣之後，烏雲都散淨了，明朗的太陽出來了。

此時達陽起身向蓮苑走去，但見那些生長在草地和池塘裡的花朵：粗大的還倒伏在地上，細小的連痕跡都不見了。生長在水裡的蓮花，冰雹下降時全都淹沒在水下；雹過天晴，便又伸出水面，重新開花，蜂蝶三五，飛舞嬉戲，頗為歡樂。阿寧所在的花朵雖然未被冰雹毀滅，由於深深淹在水底，阿寧氣息閉塞已經死去，屍體捲曲，附著花心。面對此景，達陽橫被極度悲傷之所壓抑，痛苦鑽心，珠淚滿目。往昔燦爛的陽光，怒放的花瓣，歡舞的蜂蝶等一切引發歡樂的景物，都成為痛苦的增益。以非常悲哀的聲音哭訴道：

嗚呼嗚呼嗚呼，好苦好苦好苦！

輪迴痛苦本性，請看如此苦景！

無常幻化村落，請看如此廢墟！

無常迷眼宅舍，請看如此傾圮！

欺誑不實妙欲，請看如此變異！

適才錦繡花園，此時落英殘敝；

適才肥碩綠葉，此時飄零滿地；

今晨幸福樂土，現時悲苦畢集；

從前相伴良友，而今身心分離；

前此樂觀達陽，而今希望斷絕；

從前可愛妙欲，而今都成苦因；

今晨嬌好六足，此時已為死屍！
言念此情此景，哀哀我心悲哀，
昏昏我心昏迷，攘攘我心擾攘，
顫顫心驚肉顫！
驟然死神魔鬼，已經先臨她身，
何時來臨我體，知此唯有師尊！
苦也達陽苦也，願得師尊賜福，
轉我心向如法！

達陽如此哭訴多時，心中異常悲傷，無心在此久留，隨即飛向高峰蓮花山前，在婆羅門徒少年蓮喜住地附近，滿垂露珠的翠柏葉間盤旋悲歌道：

嗚呼可喜百花快樂園，本是不可喜愛苦難材，
可愛妙欲五境諸享受，本是可憎無常遷流苦；
傾心愛侶終身永世伴，已成不可愛憐腐爛屍。
知曉知曉三寶全知曉，思念思念自念出世法，
急迫急迫急趨正法路。
築成皆倒宮室有何用？積來皆散財物有何用？
會聚皆離親戚有何用？高位皆顛權力有何用？
有生皆死現世有何用？

業作之合親愛好配偶，此刻容或已入中陰境。
死後指望唯有出世法，有用佛法自己若不修，
資財雖富有錢無處買，朋黨雖眾有力無處奪，
意氣雖投有朋無處贖，善業饋贈禮物無可獻，
閻羅判決緩期無可延。

擱置不修多聞終無益，荒廢不耕田土終無益，
放置不騎馬良終無益，從今始念一切皆不需，
有生餘年一心修佛法。

不思怨仇不謀克敵術，不思親友不勞結納心，
不思貨財不暇累積蓄，不思祿位不含笑奉承，
不思朋黨不求互愛憐，不思衣裳不待溫柔軟，
不思食物不擇甘味美，不思居住不據城郭堡，
不思今生現世是魔鬼，不思一切幻景是怨敵。
無分別中舒暢安然住，無思慮中平等自緩馳，
無修習中親自見法身，高臥山谷證士真安樂！
幻景息滅尋思不復多，去取息滅不矯揉造作，
疑望息滅遠離希求欲，錯亂永滅通人真安樂！
心不造作平常本來心，髮不修飾披髮自下垂，
行不造作任性不檢點，斷絕造作瑜伽師安樂！
臍輪火燃無衣坦蕩蕩，定力馴熟無食樂融融，
內證通達赤身無拘束，道相淳厚得道真安樂！

毅力堅強自必樂苦行，能守誓言獨自安樂住，
飲水吞石便足養生命，戒禁成就仙人真安樂！
如法修行一切皆安樂，貪戀今生是誰也痛苦，
幽靜山野永時皆安樂，輪迴城邑隨處皆痛苦！
依靠三寶經常稱心願，貪圖名譽恆常遭禍殃！
上對官家交納復交納，交納無已就此可罷休；
下對僕役賞賜復賞賜，賞賜無已就此可罷休；
中對親友撫育復撫育，撫育無已就此可罷休；
怨家仇敵爭鬥復爭鬥，爭鬥無已就此可罷休；
熟地良田種植復種植，種植無已拋捨成荒地；
造就宮室居住復居住，居住無已徒步入空山；
充飢食物吞嚥復吞嚥，吞嚥無已就此修苦行；
禦寒衣裳穿著復穿著，穿著無已赤身自遠離。
立刻就行立即行佛法，立刻就修立即修死道，
此即誓言諸佛請垂念，此即諾言我心自主張。

對此，仙人蓮喜心中揣度：金蜂達陽心雖早已熱愛佛法，諸事穩重，心地純良。此番遭逢時變，偶爾生起出離之心，難免不能長久，我且先作考驗。因而唱道：

喂喂金蜂達陽心中友，獨自引吭悲歌所為何？
今朝宿業注定終身侶，突然死魔套繩牽引去，
不當灰心但應更堅毅。

出世法基世法宜圓滿，不為安樂出世法何益？
勤修佛法就為求安樂。

一友死去何至更無友？世上從無一死便計窮。
時苦時樂本是輪迴性，心覺安樂還有百次來。
偶爾厭離天王所幻化，君豈不知此中無真情？
信心乍現本是心變異，君豈不知此心不久長？
孟浪布施本是輕率行，君豈不知此舉無後果？
突遭厄難暫現一剎那，君豈不知於意無得失？
二道圓滿聖者所力行，君豈不知內有解脫道？
妙欲會道密乘巧辦法，君豈不知其中有捷徑？
爭取王位即是佛子行，君豈不知中有利生事？
聚斂貨財有力興布施，君豈不知彼具六度行？
當知心意不定多許諾，最後終成各種違犯因；
毅力不堅許諾修苦行，小心終成邪見生起因；
持續不久厭世想出離，小心終成自己失策因；
未得定力獨自隱深山，小心終成感覺厭煩因；
未證空見孟浪入險地，小心終成鬼神捉弄因；
大道未成率爾行戒禁，小心終成墮進地獄因；
本性未移外表改裝束，小心終成被人恥笑因；

不經觀察草率多心計，小心終成生起悔恨因；
事無定準行為多紛異，小心終成完全厭惡因；
未證見道為人說先知，小心終成自他俱毀因；
悲心不淳許諾行利生，小心終成生起執著因。
未曾謹嚴思考與觀察，不可隨心所欲衝口出，
不可口中所說都實行，做到掌握不失是關要，
做到執持不捨是關要，做到言不虛妄是關要。
精明金蜂君意善存念，此是散人蓮喜心中言，
是我由衷體驗莫譏笑，是我親切密語莫指責，
此是實語留心審觀察！

說到這裡，金蜂覺得有些於心不合，隨即唱到：

哎呀幽靜山林中，婆羅門仙多悠閑，
貝瑪杰巴多歡快！
對我孤零小蜜蜂，肯作衷友情義深，
對我悲吟小達陽，講說密言心意長；
對我憂傷小金蜂，賜予安慰恩德厚！
尊言二諦圓融中，若有至理真奇怪！
面對痛苦輪迴情，小蜂我心生厭離。
往昔我曾依善士，一心嚮往如來教，

修道誓言銘心中，決非偶爾故作態，
一心眷戀幽靜林，一心景仰上人行，
凡夫意想決不存。全意傾向佛法僧，
恭敬頂戴大恩師，歸心處所決無誤。
寬宏大度對怨敵，情意長遠對親戚，
惡計嗔恨決不作。供物上供三寶前，
布施下捨弱無力，無效施捨決不作。
自己功德深隱匿，他人功德張幡旗，
鹵莽傲慢決不作。注定終身永久伴，
忽被死神套索牽，今日親眼見無常，
悲傷厭離由哀生，言下決無假造作。
誓言銘刻在心中，勤勉修行自鞭策，
所說決無虛偽情。意氣相投蓮喜君，
曾經親謁上師佛，深妙教言已得否？
曾經聞思諸經論，話裡虛言已斷否？
曾經修道處空閑，真實證悟已生否？
曾經歡歌山岩前，證境功能已顯否？
行徑曠達多隨便，聖道一味已躋否？
輪迴城裡觀劇來，厭倦由哀已生否？
請君出言順正法，請君唱歌合聖道，
請君為講無常喻，請君摧破輪迴城，

講論解脫道功德，讚美幽靜深山谷！
金黃小蜂我達陽，定把空林當居處，
定把佛法當愛侶，觀劇要從自心觀，
同君共談同心話，請賜教言勿隱曲！

訴完之後，婆羅門仙人蓮喜，也自覺得金黃小蜂達陽，秉性善良，志趣堅定，不同一般孟浪輕浮，雜念眾多之輩。總之，就其現在的口氣看來，似於佛法深懷信念，故我說話應當契合其機。隨即唱道：

哎呀同氣心中友，金黃小蜂達陽君，
汝心所向在三寶，信念殷切對正法，
厭患出離收亂心，有志自甘力修行，
足見前生有宏願。有為無常知為幻，
輪迴城中生厭倦，遠棄八風現世心，
樂自獨處空山谷，足見於法有宿緣。
聞思境中智慧生，深思業果去取明，
了知妙善佛子行，已經獲得聖道門，
足見已得賢師引。
得為賢師弟子我，特為有緣小蜂君，
提醒美好抉擇慧，願君增加勇氣魄！
下界某一輪迴城，器世間名虛幻境，

情世間名頑固迷，一時情器兩會聚，
行惡爭奪復爭奪，痛苦蔓延如林火；
行善背離復背離，安樂稀疏如晨星；
惡行志願連志願，世道衰如夜幕臨。
凶惡嗔恨石磨中，貪欲執著磨眼裡，
注進人趣炒麥花，磨粉墮進惡趣底。
上界減少日益盛，下界增加日益多，
因果道理細且微。

往昔瞻洲人世間，材落邊際緊連綿，
交往近便鴻飛至，享受安樂與天齊，
轉輪聖王作主宰，運轉權威憑金輪，
僕從小洲繞四洲，綱紀十善盛流行，
人世增上生天界，天增花朵滿樂園。
而今劫濁惡世間，材落邊際類垣連，
荒蕪田地連成片，享受血肉作飲餐，
地獄走卒充主宰，運轉權威憑屠殺，
惡業有情作僕從，狡詐相食作綱紀，
後繼之人唯奸佞，惡趣門邊奸佞盈，
寒熱地獄增益多，戰地羅剎修羅勝，
婚姻瘟神配鬼王。

座上國君行奸詐，施展毒計害無辜，
栽誣列舉臣僕罪，狡詐殃及自與他。

傘下喇嘛行奸詐，借得佛法作掩體，
冒充神通說似疑，買賣灌頂如貨物，
憑借咒力諛官家，作法禳災走鄉曲。
山中修士行奸詐，身處山寺作屍臥，
一見凡人便端居，暗中隱藏私有財，
諂曲奉承施主前。世俗凡夫行奸詐，
存心如同陶人車，且看所需且轉盤；
出言如同鐵匠錘，相機隨宜轉話頭；
行事如同初夏天，眼前晴明眼前黑；
情義如同蜜蜂口，吮時尚有過時無；
情面如同捲軸畫，畫面美好畫底無；
信心如同肺片湯，湯面似有湯底無。
佛教信徒行奸詐，聞思如同蝌蚪形，
頭部粗大尾部細；求道如同蛤蟆口，
聽時便有修時無；憑借誑言欺上師，
詐將非法充正法，詭言修行徒空談。
大地奸詐風行時，真實正道何處尋？
幫國虛偽遍佈時，賢善道理向誰說？
國君自毀王法時，臣民疾苦望誰憐？
師尊尋求私利時，利濟貧困誰實作？
主人殘害僕從時，弱小照拂指望誰？

嗚呼噫嘻再噫嘻，小子由衷心厭離，
無常羅剎牙齒間，三界有情流且轉，
仍執有常被繫縛。

此生反覆謀自利，臨終懊悔椎胸泣。
一心追求明日計，來世佛法往後推，
且看今晨活身體，今夜即便名死屍。
明日來世誰先到，事前已曾知也未？
今我小子蓮花喜，

有幸親身遇佛師，幸蒙慈悲賜接引，
信仰信任心專誠，詐現恭敬未嘗作；
所告皆是直爽言，設詞裝腔未嘗作；
行為樸實渾且厚，狡猾兩面未嘗作；
傾心一師一本尊，別尋歸依未嘗作。
聖賢門下長時居，善良上師依止多，
無類經教見聞廣，是故能辨法似法。
金色小蜂達陽君，苦時真心欲修行，
苦時衷心生厭離，須戒似是而非法。
初期尋求正法道，厭離心有近似法：
一是逢苦始厭苦；二遇逆緣偶灰心；
三對密友存願望；四因勞苦怨艱辛；
五恨時移身衰老，近似厭離非厭離。
出離心有近似法：

一愛盛裝改舊衣；二圖安逸處幽閑；
三圖咒力修念誦；四為遊覽朝聖地；
五因疑怨捨八法，近似出離非出離。

住岩棚有近似法：

一是表嚴裡懈弛；二是凌亂心放蕩；
三為研學巧技術；四為臨時瑣事多；
五為寢臥度人生，雖住岩棚終無益。

厭世心有近似法：

一是事敗圖逃避；二是衝動妄輕狂；
三誇大口未思量；四是無聊輕貨財；
五是愚魯計謀窮，似是厭世非厭世。

遊方域有近似法：

一是好奇觀景物；二無信仰朝聖地；
三不知益轉經輪；四貪財食行狡詐；
五不思索但浪游，似是巡禮非巡禮。

閉關有近似法：

一無本尊亂諷誦；二棄知念修生圓；
三欲咒力修誅法；四計遍數耗時日；
五貪現世修揭磨，似是閉關非閉關。

中期實地修行時，皈依亦有近似法：

一味口頭累遍數；二味專信三寶知；
三味殊勝皈依境；四味三寶勝功德；
五存願望修皈依，近似皈依實無益。

發心亦有近似法：

一思獨善故發心；二思獲得異熟果；
三為悲心存偏向；四說發心徒空談；
五味戒條作耳風，名為發心實無益。

生次亦有相似法：

一離光明唯佛慢；二無佛慢但光明；
三執平庸存疑望；四修威猛無悲心；
五不結合淨圓熟，名生次實輪迴因。

圓次亦有相似法：

一味光明修風脈；二不習幻觀夢境；
三味未解行方便；四味自解修印圓；
五執現分修超越，名為圓次實無益。

最後修出成果時，利他亦有相似法：

一待證景說前知；二憑鬼神顯成就；
三為八風講正法；四聚徒眾非佛徒；
五無證景妄指引，貌似利生實無益。

凡此廿五近似法，非照他人過失鏡，
我亦依此自省察，願君亦常繫心間。

是否誤將近似法，當作如理真實行，
應當鄭重細改正。所言雖不甚悅耳，
含義深奧滋味多，無等上師親口傳。
倘欲真心修妙法，不可誇口托空言，
不可鋪張講排場，不可定期選時刻。
佛法不須別追求，出世法如肢與體，
隨時需要皆在側。剎那剎那須勤勉，
頃刻頃刻須記明，瞬間瞬間須改正，
日日迴向須檢點，朝朝須發宏誓願，
座座皆須細觀察，附帶順便須不離，
經常永時須不忘。若不實地行修習，
大事張揚稱佛徒，形似佛法終無益。
一為偷懶避深山，二為放蕩居寺院，
三為安逸尋幽靜，較此更壞世上無。
知否金蜂天之孫，
樂不可愛苦可愛，樂時煩惱五毒盛，
苦時宿積惡業盡，苦是上師大慈恩。
稱不可愛譏可愛，積讚我慢傲心盛，
譏毀自罪全布露，貴言都是天賜禮；
高不可愛卑可愛，居高遭忌生驕慢，
處卑悠閑增福善，卑是高位敷座墊；

富不可愛貧可愛，富時守財憂苦多，
貧時苦行佛法就，乞丐身是法所託；
與不可愛奪可愛，賜與增添來世欠，
劫奪清償前生債，知足實乃總聖財；
親不可愛仇可愛，親戚障礙解脫道，
仇敵都成忍辱田，平等一味修道關。
如法修行須如此，心若已決須如此，
隱居山寺須如此，雲游四方須如此。
深妙教誨六關鍵，唯一父師親口傳，
唯一弟子心所託。精華之精此六言，
除卻唯一良友君，一字未向他人說。
吁嗟金峰天之孫，聖地高峰蓮花山，
唯一本尊度母剎，大悲觀音菩薩宮，
蓮花王者修行地^⑤。

且看此山形圓滿，心性安息聖者身；
且看岩上無量數，天生六字聖者語；
且看林間滿盛景，瓊葉淨土蒼翠苑，
凶猛毒蛇周匝繞，無緣凡夫難侵入。
普陀靈山風物全，前有意化蓮花生，
放散化身利有情；近有聖母華麗宮，
聖母利生時機熟；大悲觀音心胸間，

蓮喜修道仙人窟，本尊依止觀自在，
真言念誦六字明，修習妙法茲與悲，
恪遵佛子安樂道，心欲受苦反得樂，
今安後樂啊啦啦！

啟白應請上師尊，大悲不捨啊啦啦！
啟請本尊觀世音，成道不遠啊啦啦！
啊啦啦，真美好！美好也否天之孫？
一則我心有誓願，二則君意懷希求，
二人同趣高士行，遠棄八風如路屍，
永斷現世如怨毒，勤勉修習細檢點，
正對過失行教誡，揚棄浮誇與空談，
發心直奔菩提道。

當否眼前須定議，同心協議兩兄弟，
解脫道上結伴行，輪迴邊際乘願往，
生生世世締善緣，共同入行菩薩行，
善否願否天之孫？

名言畢矣啊啦啦！至理備矣噯嗎伙！

話至此處，達陽非常稱心合意，證得究竟智慧云云。

儼然秋夜月漫空，相好韶華妙音尊，
一切勝者智勇識，一切有情心法性。
無邊有情苦自性，慈手愛撫目不瞬，
一切勝者大悲心，六道眾生解脫種。
執掌大乘密深藏，諸佛密主持金剛，
諸佛智慧與功業，明空淨存眾生界。
佛師三姓主無別，恭敬啟白求加持，
緊隨部主至成佛，大悲賞賜大悲攝。

《出世法言·蓮苑歌舞》乃依門弟子札西格勒勸勉，散人·
室利著。

解脫道總要 —
《出世法言·蓮苑歌舞》所述加行修法略說

圖登諾布\編撰

一切吉祥最吉祥，名稱吉祥美名稱，

高豎勝利正法幢，文殊智尊賜護持。

西元2001年藏曆4月16日，無比恩德的法王如意寶晉美彭措上師，圓滿了於97年所訂的四年教學計畫，為藏漢四眾弟子完整地傳授了九乘佛法寶幢之頂的如意寶珠——《上師心滴》。於圓滿之際，法王如意寶告訴沉浸於無比法樂中的弟子：前些日子，於光明夢境中，見到了全知上師米滂仁波切。全知上師叮囑：在傳完《上師心滴》後，應為眾眷屬傳授《大圓滿前行引導文》。當時心想：在目前這種情形下，要圓滿傳授《前行》這麼長的法，恐怕有些困難。於是請求：能否改為傳講《蓮苑歌舞》或《開顯解脫道》？得到開許後，上師如意寶便發願傳講十萬遍《蓮苑歌舞》中所述的加行修法。4月16日，法王如意寶將這個任務咐囑給了座下的眾弟子。

全知米滂仁波切與法王如意寶，於大圓滿智慧境中流露的這個垂示，是對我們這些修行人的無比加持，也是善察了我們所有修行人的根器後，所做的適機引導。諸有緣者，若想做一名合格的修行人，應如實依教奉行，切實地修習前行，痛下功夫改正自己的惡習相續，趨入善道。

《蓮苑歌舞》是巴珠仁波切的傑作之一，所述故事是其

弟子的親身經歷，而且其甚深法義與優雅的文法完美結合，曾使無數藏傳佛教的修學者深為感動並受益。近代，祝維翰居士所譯的漢文本，也如實保存了原文的風格，其譯筆的優雅流暢，誠堪讚歎。

《蓮苑歌舞》中的這段加行引導文，是在金蜂蓮花達陽、小玉蜂蓮花阿寧遇到仙人端袞珠巴（當時的一名大修行人）時，經供養祈求後，端袞珠巴上師所傳授的修法。從內容次第上看，這段引導文所述的與巴珠仁波切在《大圓滿前行引導文》所傳的修法相同。也可將此文視為前行的攝頌，而且此處是以偈頌的形式概述，非常適於日常誦持，也適用於為諸初學者做簡短而全面的開示傳法。為了方便諸修習者日後傳講或閱讀理解、修持此甚深精要法門，今略要解釋文句。

此分三：一、初善；二、中善；三、後善。

甲一分二：一、頂禮；二、立誓。

乙一、（頂禮）：

南無聖者師尊！

“南無”即“歸命”或“皈依”，是以身口意三門全體歸附或歸屬怙主之意。“聖者”即超越一切世間的出世成就者，是作者讚歎自己的上師之詞。修行者所得的一切佛

法，皆依賴於善知識的傳授，故於傳法之始，應先頂禮憶念師尊，以示不忘自己所學的佛法來源、憶念上師恩德祈求加持等，有多種必要。

聖人救主天中之天，無比導師調御大士，

釋迦尊前我恭頂禮，請挽六道心向正法。

今此南瞻部洲的佛法根本來源，乃是“聖人”——本師釋迦佛的恩賜。本師是超越一切世間的出世聖尊，是解救一切有情脫離輪迴苦難的救星之主尊，也是天中之天——即最為尊貴的導師；能引導一切人天有情趨至無上涅槃寶城，其度化眾生之力再無可堪倫比者，故名無比導師；佛陀善能以無量方便善巧調伏有情，以無盡安樂之道引導眾生脫離輪迴險道，到達無上安樂之地，具如是調化有情之功德事業，故名“調御大士”。在如是尊勝無比的本師釋迦尊前，作者以三門恭敬頂禮，誠懇祈請世尊廣轉法輪，以功德神力加持六道眾生的心相續，使彼等於充滿險情怖畏的世俗業惑、欲塵妄境中回過頭來，趨向正法安樂之道。欲使自心向法，也欲加持所化者心向正法，誠當如是憶念祈禱佛陀！

乙二、（立誓）：

嗟爾宿業有緣雙蜂，心若向道當念此理，

此乃佛旨應當思察，此乃法要應當牢記：

嗟，真是難得啊！你們這對宿具善業，與佛法有緣的雙蜂，如果內心真的嚮往解脫之道，就應當時刻憶念如下所說的法理，這些都是佛陀所宣說的解脫正法，是八萬四千法蘊之精要，修行者應當牢記於自心！

此文中所言的“雙蜂”，玉蜂阿寧實際上是指仁增卓瑪，巴珠仁波切的妹妹；金蜂達陽是指札西格勒，仁增卓瑪的丈夫，後成為巴珠仁波切座的弟子。札西格勒由於經歷了妻亡家破的輪迴慘劇，內心生起了難忍的厭離世間之心。在依止巴珠仁波切精勤修習之際，為激勵勸勉沈溺於世俗五欲塵境中的人們，懇切祈求上師以他的經歷為題材，寫下了這部不朽的醒世傑作。故我等所有沈溺於世俗妄景中的眾生，若有緣聞此教言者，皆是“宿業有緣之蜂”，誠當諦聽，善思維此中法義！

甲二（中善）分十一：一、暇滿難得；二、壽命無常；三、輪迴皆苦；四、因果不虛；五、依止善知識；六、解脫之勝利；七、皈依三寶；八、發菩提心；九、懺悔罪業；十、積累資糧；十一、上師瑜伽。

乙一、（暇滿難得）：

嗚呼流轉六道有情，往昔長此漂流輪迴，

**今後業感妄景無窮，百千萬劫不可勝數，
三寶名號難得耳聞，值遇佛教廖若晨星。**

嗚呼，可悲可歎啊！流轉於天、阿修羅、人、旁生、餓鬼、地獄的六道有情，自無始劫前的往昔，就因無明愚癡的覆蔽而長劫隨業惑漂流於輪迴苦海之中，不斷感受著苦苦、變苦、行苦所攝的無邊痛苦之煎熬。期間雖有無量的佛陀出現於世，然自己不具善緣，至今尚未得到解脫。而且在無邊的未來，以無法測度的有漏業所感，今後的輪迴妄景仍然無窮無盡。不可計數的百千萬劫流轉之中，我等凡夫異生為惡業束縛牽引，將會墮入更深的無明癡暗中，就連三寶的名號也難得耳聞，故而具足暇滿人身值遇正法的機緣，也就更為稀有了。如《頂寶龍王請問經》中云：“親睹導師極難得，聞說寂法亦極難，轉人獲暇滿極難。”故應思無邊的業惑輪迴長河瀑流中，要獲得轉生為人的善緣，如同撒豆留壁一般極為難得，而今得人身者，理當珍惜善自為之！

**今第四佛淨飯王子，勝能仁王來臨世間，
初中後三轉妙法輪，五十百年教期未盡，
汝自有心尋求聖道，有緣獲得善士接引，
若不決心尋求聖道，來生不復生此聖城，
三寶名號且難耳聞。**

現今，賢劫千佛中的第四位佛陀已出現，他以淨飯王的太子身分在印度降生，示現十二相成佛而蒞臨世間。殊勝的能仁王本師釋迦佛於成道之初，在鹿野苑初轉了四諦法輪，中期在靈鷲山轉了第二轉般若法輪，後期在廣焰城等不定地轉了第三轉法輪；而且，現在本師釋迦佛的五千年教期未盡（五千年教期具如《大圓滿前行引導文》中所述），教法尚住在世間；你等自身業際無倒，對佛法具有信心，能以恭敬心尋求聖道，進入佛門尋求解脫利樂；也具有善緣獲得了善知識的攝受接引；如是遠離無暇，獲得了極為難得的自他諸種圓滿修法條件。此時，若不下定決心尋求解脫聖道，出離輪迴苦海，而虛耗了暇滿人身寶，於後世將因惡業串習更加愚癡，不知取捨而趨入更深的邪道惡趣之中，如是不能再次投生於現在這種具足解脫善緣的處所。一旦墮入輪迴惡趣深淵之中，就連三寶的名號也無由得以耳聞，更況聽聞正法呢？如《入行論》中云：“若值佛出世，為人信佛法，宜修善稀有，何日復得此？……縱歷一億劫，不聞善趣名。”應如是思維暇滿難得之教言，於內心深處生起定解，唯一追求暇滿難得實義而精進修持正法。

乙二、（壽命無常）：

**嗚呼迷惑幻景凡夫，有為虛幻妄執為常，
外器世間大種無常，內情世間壽命無常，
中間四季時令無常，佛及佛子大聖大賢，
皆般涅槃無常宜詳！世間主宰最大梵王，
死魔猶牽餘復何說？**

此生雖圓滿具足了人身善緣，然世間一切皆無常無實不可依止。但可悲憫的是，為相續幻景所迷惑的凡夫，不知“一切有為法，如夢幻泡影”的實相，反而由惡見迷妄地執諸法為常恆。若詳細觀察外境世間中，地水火風四大種所成的一切事物，從細小之物乃至大海、日月、須彌山王等，無一不是剎那遷流變滅的無常性。內的有情世間，有生必有死，壽命無有常恆，三界中從來就沒有常住不死的眾生；於器情世間之中，四季時令等一切也是無常變化不停的，無有恆住之法；即使是超越一切世間的怙主佛陀，及菩薩高僧大德等大聖賢尊主，也都顯現了涅槃隱沒，這一切無常都應當如實知悉（詳即知悉了知）。三界之中，世間的主宰大梵天王等世間尊主，雖然福德威光赫然，壽命長達數劫，然而彼等最終也要受到無常死魔的牽引束縛，而其餘的三界眾生，其生命之脆弱無常，更不待言。

**何時何地死皆無定，死緣眾多生緣寡鮮，
是故若不速求聖道，死魔何時來無定期，
眾生必死如牲就屠。**

三界有情不但有生必死，而且何時死，何地死皆無定準，誰也無法把握。世間的死緣極眾多，遍滿諸時處，而生緣甚為稀少，即使獲得了少許生緣也會轉為死緣。如《寶鬘論》中云：“死緣極眾多，活緣唯少許，此等亦死緣。”因此，應思自己當下若不速求聖道，死魔何時降臨無有定期，不會待你圓滿修積了解脫資糧後，才將你帶走。眾生囚於三界之中，如同畜牲一樣被死主屠夫逐個宰殺而蠢然無動。故有識者當勵修無常，於相續中生起定解，以啟開解脫之門。

乙三、（輪迴皆苦）：

**嗚呼死後不歸空無，行行復來輪迴受生，
隨生何處無容安樂，十八地獄寒熱苦逼，
餓鬼饑渴旁生相食，人命短淺修羅鬥爭，
諸天放蕩臨死墮落，到處不安到處火坑，
生生世世苦難連綿，面對輪迴當生厭離。**

嗚呼，眾生輪迴之苦無處可逃！有情的一期生命終結，淒慘的死亡後，並不如外道所言那樣，一死百了歸於空無，如同燈滅。而是遷謝流轉不停（“行行”即走動不停之意）

地死而復來，在輪迴各趣隨業受生。而且任隨你生於六趣何處，也不容有安樂。

首先看地獄道。地獄分，八熱、八寒、近邊、孤獨十八種。八熱即復活地獄、黑繩地獄、眾合地獄、號叫地獄、大號叫地獄、燒熱地獄、極熱地獄、無間地獄這八種熱地獄，彼等之中的眾生，恆受熾熱獄火煎燒等痛苦。八寒地獄，即具皸地獄、皸熱地獄、緊牙地獄、阿啾啾地獄、呼呼地獄、裂如青蓮花地獄、裂如紅蓮花地獄、裂如大蓮花地獄，彼等之中的眾生恆受劇烈的寒冷冰凍等痛苦。近邊地獄，處於無間地獄的四方四隅，有煇煇地獄、屍糞泥地獄、利刃原地獄、劍葉林地獄、鐵柱山地獄，彼等之中的眾生也恆受炭燒、蟲咬、刀劍刺割、鐵女吞噬等眾多劇苦。孤獨地獄處所不定，所受痛苦也是不定的，然隨入彼中不可能有絲毫安樂。於餓鬼趣，餓鬼們恆受饑渴等苦惱逼迫；於旁生中，要恆時受到大小相互啖食，人類的宰殺役使等苦；人道有情壽命短暫，生老病死等痛苦如瀑流衝擊，無有暫停之時；阿修羅道有情恆為妒火所燒，而鬥爭拼殺不休；諸天道有情放逸度日，臨死時不得不忍受強烈的墮落之苦。

如是觀察，三界之內何處也無有安樂，六道到處都是火炕。如《法華經》中言：“三界無安，猶如火宅。”有情若不出離，則恆於六道中輪轉，生生世世的苦難連綿不斷，無

有盡頭。面對如是純為痛苦蘊聚的輪迴三界，自己當從心底認識其苦諦本質，斷除今生後世的一切貪執，而生起猛烈的厭離之心。

乙四、（因果不虛）：

**嗚呼苦難唯業所造，業如畫師無所不作，
業力成熟百劫不滅，自作永不變為他受，
善引善趣上種解脫，惡引惡趣痛苦輪迴，
少因亦能成就眾果，上種天界幸福富足，
惡趣地獄痛苦難忍，自業所感別無他因。
是故隨時隨地皆當，正知正念謹慎為本，
因果取捨鄭重其行！**

嗚呼！流轉六道皆由業造。有情所受的輪迴諸般苦難，都是自己的惡業所造。業力如同畫師一般，沒有它不能造作的；有情造下的因業，其業力果報最終定然會成熟感果，哪怕經歷百劫之久，也不會自動滅失；而且有情自身所做的業，永遠不會錯亂，不會變為他人承受其果報，只會成熟在自相續中。五戒十善等善業，會招引轉生於善趣的安樂果，並且能使有情不斷向上種下解脫之根因；而十不善等惡業，定會招引墮落惡趣的痛苦，並更加沉淪於痛苦輪迴不得出

離。種下微少的因業，也能成熟眾多的業報果實；上界的天趣有情，感受著天神的諸般幸福富足；而下道的惡趣地獄有情，恆受著不可思議的難忍痛苦。這些苦樂除了有情的自業所感之外，並無其餘的原因，也絕非偶然所生。所以，了知輪迴一切皆不離因果業報後，應當隨時隨地謹慎小心，以護持正知正念為根本，鄭重地取捨因果，而不做絲毫違越、輕棄因果之惡行。

乙五、（依止善知識）：

**嗚呼接引解脫道燈，眾德根本聖德上師，
功業等同濁世真佛，慈悲無量恩比佛深。**

真是稀有難得啊！解脫道上的接引指路明燈，修行者所有功德來源之根本——具足德相的上師。具德上師的功德事業，如同五濁惡世中真正的佛陀，而其慈悲與無量恩德，比佛陀更要深厚。

一切經續中，從未宣說過不依止上師而成佛的歷史。有情久墮輪迴盲無慧目，故必須依賴善知識的引導，才能步入菩提正道，生起解脫地道的功德。因此，真正具足功德法相，能引導修行者的上師，如同解脫道上的指路明燈。在如今五濁惡世之中，也是佛陀的真實化身，彼等直接將正法傳

授給修行者，親手將弟子引入解脫道，故恩德慈悲無法言說，比佛陀更為深厚。

**若不依隨正善知識，等同生盲無嚮登途，
是故首當擇事聖師，作如意珠作如意樹，
終學德行師我會心，有此善緣魔力難逞，
能得諸佛所喜聖道。**

有情陷於輪迴，於解脫正道全然迷茫無知，如果不依止具相善知識，也就如同天生的盲人迷途於無邊曠野，沒有嚮導就無法找到正確方向登上正途。所以，作為追求解脫的凡夫，首先當選擇依止一位具德的上師（聖師即能引導出世解脫的上師）。觀察選擇上師時，應以戒律清淨、具足菩提心與一定的修學功德等為標準。在依止這樣具足法相的上師時，應將上師視為如意寶珠、如意樹一樣，如法尊重恭敬事奉，然後精勤修學上師的密意功德，使上師的功德智慧融入於自心，得到上師的加持。具有如此殊勝善緣的修行者，則內外諸魔障的干擾力量都不會得逞，以此即能迅速證得諸佛聖尊所歡喜的菩提正道。

乙六、（解脫之勝利）

**嗚呼涅槃寂靜樂處，遠離輪迴沉痾妙法，
永盡苦及苦因邊際，具無漏道解脫聖域，**

**佛及佛子圓滿畢集，聲聞獨覺聖眾棲息，
此解脫道亟宜尋覓。**

嗚呼，真是稀奇！涅槃解脫的寂靜大樂處，是遠離了一切三有輪迴的無明業惑、熱惱痼疾之殊妙安樂法，永遠斷盡了輪迴諸苦及苦因——無明實執的邊際。具有無漏善道的涅槃解脫聖境，是圓滿斷證功德的佛陀及佛子圓滿畢集的安樂境，其中也有聲聞、獨覺聖眾們所安住的各層暫時的解脫地。這樣的解脫道，應及時尋覓、依止！

所謂涅槃是寂滅一切輪迴業惑，獲得寂靜清涼的解脫果位。此解脫果位也有暫時至究竟的多個層次，聲聞乘的解脫聖果，從預向至阿羅漢果有四向四果八個階位；獨覺解脫果為獨覺羅漢（或辟支佛）；大乘的解脫果有一至十地菩薩；究竟涅槃果位為佛果。此等解脫果位之因（道），即是以上述的四共同前行調柔自相續，然後依止善知識，從聖道之基石——皈依開始，一直到圓滿正行。以下將一一闡述。

乙七、（皈依三寶）：

**嗚呼無欺聖皈依處，恩德無比最勝至寶，
我因於彼皈依受益，汝亦亟宜於彼皈依。**

嗚呼！於有情唯一能作歸依之處的無欺三寶，能賜予一

切利樂安慰，恩德無可倫比，彼是最殊勝的如意珍寶。我因為皈依於彼而受到了諸多利益，汝等欲求脫苦趨樂也應及早皈依於彼。

有情於三有諸苦煎熬逼迫之際，雖百般尋求天神大仙，乃至父母妻女種種欲樂等，作為自己的依靠與慰藉，然而彼等於淒楚慘烈的輪迴中，皆無法真實地幫助自己。尋遍三界，能賜予暫時與究竟利樂的，唯有永無欺惑的佛陀、正法、僧伽三寶。因為佛陀自身已證得了究竟智慧，斷盡一切業惑，超離了三界眾苦，而且以大悲心宣述了度脫輪迴的無盡善巧方便法門，而僧伽者，也趨入了佛陀所宣示的正法，能做修學佛法者的引導。三寶能賜予一切功德，往昔、現今都有無量有情依彼而獲得了無上利樂，故欲求斷除一切苦患獲得安樂者，應當下對三寶生起無退的歸命依賴信心，寧捨生命亦勿捨棄此解脫功德之源！

**衷心信仰恭敬皈依，永不我欺無如三寶，
三寶能救輪迴眾苦，一經皈依富與天齊，
今生八難十六難等，來生一切惡趣惡途，
輪迴痛苦定能永除，永世勿忘隨念三寶，
再再皈依反覆祈禱！**

若能真誠信仰，以三門恭敬皈命依靠三寶，則能如意獲得一切利樂，三寶永遠也不會欺惑我等皈命者，這是其餘一

切大力天神等無法相比或等同的。三寶能救護有情於輪迴眾苦之中，眾生一旦皈依三寶，其福德即高與天齊，甚至超過諸天，今生的水火等八難或十六難，一切輪迴痛苦決定能夠永遠斷除。故應永生永世不忘隨念三寶，數數地從內心生起皈依命投靠的決心，並反覆不斷地以信心祈禱三寶的加持。

一切解脫功德的基石，皆源自於皈依三寶。因為三寶具有超勝三界的殊勝功德，故一旦皈依，藉彼之力，有情即能脫離今生後世的諸般苦難，獲得無量福德。然而三寶雖具有不可思議的功德加持，皈依者要如是獲得加持，也必須依賴自己的信心和恭敬，若能生起『寧捨生命，不捨三寶』的決心，再再以信心祈禱，依皈依學處恭敬奉行，皈依者定能獲得無法估量的福德利樂。故修學者，首當數數意念三寶的功德（具如《隨念三寶經》所言），使自心生起歡喜、信心與恭敬，此是入佛門的最初基礎。

乙八、（發菩提心）：

**嗚呼無數如來蹊徑，一切佛子唯一坦途，
無比聖財菩提心寶，若願若行皆當生起。
從此便得菩薩稱號，由安樂道趣安樂境，
得正等覺已不遙遠。**

嗚呼，殊勝無比的菩提心啊！無數的如來修行成就之

徑，一切菩薩唯一所行持的平坦順利大道，這任何法也無法比擬的珍寶聖財——菩提心寶，無論是願菩提心，還是行菩提心，皆應勵力使自己生起。發起菩提心後，從此便得到菩薩的尊貴稱號，並踏上了安樂之道而順利地趨向安樂解脫境，證得正等覺的究竟果位也不遙遠了。

菩提心是，為了究竟利益一切眾生而求證正等覺菩提的殊勝向道之心，彼是大乘菩提道的根本，也是一切諸佛菩薩所修持成就的唯一通途。若發起此心，就能步入大乘正道，一切所行皆能成為殊勝的成佛資糧，因此應以種種方便使自相續生起殊勝的願菩提心，並進一步行持行菩提心。若發起殊勝的菩提心，如同《入行論》中所云：“繫生死獄苦有情，若生剎那菩提心，得名諸佛善逝子，世間人天應禮敬。猶如最勝冶金料，垢身得此將轉成，無價之寶佛陀身，故應堅持菩提心。”修行人生起不退的菩提心願後，便踏上了使自他無比安樂的大乘道，順利地趨向最勝安樂之境。如云：“無量眾生依於此，順利能獲最勝樂”。發心者於發心之剎那即已離佛果不遠，如云：“發心證果二無別”。如是反覆思維菩提心利益，使自相續趨入。

**三界眾生恩深父母，無依無友如盲漂泊，
欲求安樂反造苦因，慈悲懷念此情此景，
眾生諸苦我應代除。**

三界中的每一個眾生，都曾是我的恩德深重如山的父母；彼等現在毫無依怙，也無有善友幫助，為無明癡暗所蔽，如同盲人一樣漂泊於可怖的輪迴曠野；他們雖然欲求離苦得樂，可是不知取捨反而不斷造作苦因惡業。心懷慈悲，反覆憶念思維此等輪迴慘景，從而生起，我應代受父母眾生諸苦的自他平等相換菩提心。

修習發菩提心時，首先應知一切眾生，於無始輪迴中都曾做過自己的父母，對自己都有過難以衡量的生養哺育之恩；他們雖然如同自身一樣，連針尖許的痛苦也不願接受，唯一希求安樂，但是因為無有智慧，而不斷地造作惡業苦因，將善趣安樂之因的善業福德卻當成怨仇一般；致使流落在無邊的恐怖曠野，備受無法忍受的諸般生死痛苦折磨……。如是反覆思維，使自心對一切眾生生起無法自禁的悲憫，乃至於日常呼吸間也難以忘懷，而視一切有情如自身，願以自身代受一切苦痛。

**披掛無比大勇鎧甲，自他相換愛他甚己，
四無量心六度四攝，衷心勤勉身體力行，
佛說佛子萬行無餘，皆在妙道六度中攝，
如是如來所喜妙道，精華之精心中牢記！**

如是披上無比英勇偉大的願行菩提心鎧甲，次第於自他相換、愛他重己、四無量心、六度四攝這些法門，衷心而精勤地勉勵自己去一一實際修行。佛陀親口說過：大乘菩薩所應修習的無量法行，無餘盡攝於六度妙道之中。如上所述是諸佛如來所喜悅的無上妙道，是八萬四千法門精華中的精要法義，修行人應在內心時刻牢記！

如上思維父母有情的恩德、苦痛等，生起難忍的平等悲懷，而發起殊勝菩提心，以此即趨入修習願行菩提心的正行。於此應次第修習自他平等、自他相換、愛他重己的願菩提心，大乘四無量心與布施、持戒、忍辱、精進、靜慮、智慧六度，布施、愛語、利行、同事四攝法。此等修法具如《入菩薩行》、《大圓滿前行引導文》、《大圓滿心性休息》等論典中所述。有關大乘菩薩所應修習的無盡法門，主要攝於布施等六度之中，這是佛陀曾親自宣說過的。因此做為大乘修習者，應依照善知識的訣竅，唯一攝要修持六度法門，否則於浩瀚無邊的大乘法門中，難以一一如實修持。菩提心法門是佛陀所說八萬四千法門的精髓，一切聖道之精義，是一切欲求自他究竟解脫者必不可缺之法。故諸修行人，當精勤勉力修習，若能使自心生起殊勝菩提心，則已趨入佛陀所喜之聖道，超勝任何形象上的善法之功德！

乙九、（懺悔業障）：

**嗚呼輪迴既久且長，無始積惡既深且重，
若不憑依四力訣竅，勵行方便懺罪悔惡，
難以惡趣輪迴解脫。**

嗚呼！痛苦蘊聚的生死輪迴長久無法計量，在此無始輪迴中有情所積聚的惡業深重無邊，如果不依憑四力訣竅的方便法門，勵力修行懺悔罪業障礙，則極難從惡趣輪迴中解脫出來。

有情以無明覆蔽墮入輪迴，其時間之久遠無法計量。自無始劫至今，每一個眾生因無明愚癡不知取捨，所作罪業之深重，也是難以想像的，此等罪業不消除，則解脫輪迴就成了一句空話。而要懺除如此深重的罪障，必須依靠一定的善巧方便法門，做到事半功倍才行。在內教中，初學者的殊勝懺罪法門，即是四力對治法。四力即是：所依對治力、厭患對治力、返回對治力、現行對治力。這四力對治即是依於殊勝的對境，對往昔罪業生起追悔心，且發願從今後縱遇命難也不復造此等罪業，同時盡力修持對治往昔所造的惡業。在此，將依殊勝的金剛薩埵修法，來進行懺罪修習。

**善逝諸佛畢集一身，本傳諸師共聚寶道，
金剛薩埵螺月身色，微笑安住白蓮月座，**

如儀念修百字大明，永摧一切惡業墮罪，

拔除一切那落伽獄。

金剛薩埵是十方三世諸佛的總集身，是傳承根本上師的本體。金剛薩埵本尊形象的共聚寶道。觀修時，應觀想如同滿月一樣身色銀白無瑕的金剛薩埵，面帶微笑安住在自己頭頂上方的白蓮月墊寶座上，然後如法的依照儀軌念誦觀修百字明咒。如是，能徹底摧毀無始以來所造的一切令自己墮落的罪障，乃至能徹底拔除一切令墮無間地獄的罪業。金剛薩埵修法是最勝的懺罪方便法，此修法於《大圓滿前行引導》中有詳細介紹，諸欲求斷罪者，應當數數熟習，依儀軌精勤修持。

乙十、（積累資糧）分二：一、供曼達；二、修古薩里法。

丙一、（供曼達）：

**嗚呼資圓方得佛果，無積資糧無有悉地，
是故隨力方便善巧，意想變化供養佛國，
想於三千世界化身，密嚴報身法身剎土，
上師三寶三身本尊，供盡身財三世善根，
自資得圓佛剎得淨，眾生得熟福德無垠，
故以積資為訣竅根。**

嗚呼！只有圓滿修積了福慧二種資糧，方能證得究竟的佛果，而沒有積集福慧資糧者則無有得悉地的機會。所以，修行人應隨自力依於方便善巧的修供曼達，以意念觀想變化出無數的殊勝供養雲，供養壇城諸聖尊。依於供修曼達，觀想於三千大千世界中所有的化身佛剎土，以及報身佛的密嚴剎土、法身剎土中的上師三寶與法報化三身本尊前，遍滿供養自己的身體、財寶及三世一切善根。以此能使自身圓滿福德資糧，自己的壇城剎土也得以清淨，所化眾生的根器得到成熟，福德也無有邊際。，因此，以殊勝的供修曼達法積累資糧，為修行成就的訣竅根本。

曼達的修法，是最為殊勝的積資方便法之一，其修法儀軌有多種，諸修行者應根據自己所得的傳承，依上師所傳授的訣竅而勤行。自宗的修行者，應如法依《大圓滿前行引導文》中所述具體修法，再再勵力而行。

丙二、（修古薩里法）：

**嗚呼無始以來無明，無我執我漂泊輪迴，
無身變身生起愛憎，故於所愛虛幻蘊身，
不惜迴向作供施品。**

嗚呼！無始以來的無明迷障，使有情於本來無我之平等大空中執著實有自我，由此而造業漂泊輪迴。人道眾生本來無有身體，卻由無明生起身體幻覺並且貪戀愛執，產生種種愛憎的非理煩惱。因此，對於自己最為執著愛惜的虛幻五蘊身體，應該捨棄貪惜而修古薩里法做迴向，作為上供下施之物品。

眾生百般辛勤追逐財富受用，其目的無非是為了滋養身體，滿足自身的需求，因此眾生愛惜自身超過了其他一切財物，而供施身體，也就比其它物品更為殊勝，其供施功德乃至十萬倍於供施衣食金銀等物。而且，我們所執愛的身體，其實質只不過是無明分別心前的一種虛幻實執，是自心前的一種假相，由於執著這種夢幻假相為真，我們造作了無數的貪嗔惡業，因此若以施身法頓然捨棄愛執，則能迅速積累資糧，斷除無明我執。此修法歷來為諸大修行人所重視，諸欲求解脫者，慎勿捨此積資淨障之如意寶！

**甘露為性上供三寶，下施六道圓滿二資，
孽債邪魔心滿障息。意想變化供品百物，
上供下施迴向利生，萬法唯是心思差別，
真捨自身福與天齊，能與大捨種植習氣，
資圓障淨中陰光明，死亡得贖病魔被除，
故是集資善巧方便。**

如是觀修，使自身化為佈滿一切所願之雲的無漏智慧甘露之自性，以彼上供上師三寶三根本護法眾，下施六道一切眾生，以此圓滿福慧二資，使自己的一切孽債邪魔心滿意足，由此而使一切障難平息無餘。再以意念觀想沸騰的甘露蒸氣中，變化出無數的吉祥供品，上供所有的上師三寶等聖尊，下施一切六道有情，最後以彼修法功德迴向利益一切眾生。一切法皆是心識不同差別狀態的顯現，因此這種施身觀修與真正的捨棄自身上供下施一樣，其福德果報無與倫比；而且以此能種下大捨——即登地菩薩真正布施自身利眾的善習氣；圓滿資糧，清淨內心的實執習氣障礙，顯現清淨的中陰光明；也能贖除死亡災難，斷除病魔的損害。因此，施身法是極為善巧的積資淨障的方便法。

此段闡述施身修法，前一句為上供下施素齋的觀修，而後句為上供下施花齋的修法，並略示了此修法的功德。具體修法儀軌應參閱《前行引導文》，於此不重述。

乙十一、（上師瑜伽）：

嗚呼深恩三寶總體，諸佛本性最上珍寶，
靈應三傳教藏主宰，導行本師是應祈禱！
修在頂門修在心中，福德等同普修諸佛，
三續上師靈應感心，師心我心融合無別。

嗚呼！攝受自己的金剛上師，具有甚深無比的恩德；上師是三寶總體，本性與十方諸佛無別，是能賜予一切成就的最上珍寶，是有求必應所有三傳上師教藏的總集，對如是能引導自己修行成就的根本上師，應至心祈禱。觀修上師瑜伽時，應時時將上師觀在自己的頭頂或觀在自己的心間，如是觀修之功德等同於修觀一切諸佛聖尊，能使內三續傳承上師集於一體的根本上師之靈應感於自心，上師的智慧心與我的心融合無別。

無論修習何種解脫法門，首先必須依止善知識，祈求攝授與加持。尤其於金剛密乘中，如法依止金剛上師，將上師視同佛陀、視同三寶總體而觀修上師瑜伽，以堅定信心祈禱上師的智慧融入自心，使自己生起證悟功德，這種修法是最為甚深，也是最為根本的聖道，諸續部對此有廣大闡述。此處的三續是指，大圓滿阿底約嘎的三大上師最殊勝的教言。三大傳承指，如來密意傳、持明表示傳、補特伽羅耳傳，此於巴珠仁波切的前行之中有詳述。觀修上師瑜伽時，白天應時時觀在自己的頭頂上，夜晚入睡時觀在心間，如是觀修的功德，如續部中所云：“千佛之成就，彼人亦可得”。

**為求有利證悟真實，殷重修習上師瑜伽，
以三字光受四灌頂，四障清淨種植善緣，**

**以證四身四持明位，修習四道長養誓言，
生死涅槃皆師遊戲，暫息逆境所願得成，
今生不掌法身王政，來世必生蓮花光中，
從彼行經四持明道，如幻直趨自性法身，
利濟眾生量等虛空，身智光明充盈世間。**

為求有利於證悟實相，應殷誠而著重的修習上師瑜伽。觀想上師眉間的(𑌀)字，喉間(𑌀)字，心間(𑌀)字分別放射白紅藍色的智慧光芒，對應照射自身三處，獲得寶瓶灌頂、秘密灌頂、智慧灌頂，然後上師化光自梵頂融入心間，獲得句義灌頂。由此分別清淨脈障、風障、明點障及所知障，種下獲得證悟成就的善緣分，進一步證悟化身、報身、法身、本性身果位，獲得異熟持明、長壽持明、大手印持明果位；並由觀修上師的加持力，順利地修習風、脈、明點、大圓滿四道，增上守護三昧耶戒。

修習上師瑜伽時，生死涅槃一切法皆應觀為上師的智慧遊舞，由此即能息除暫時的一切逆境違緣，成就一切所願。如是精進修持，哪怕今生不證悟究竟佛果執掌法身王政，來世也必定能往生淨土生於蓮花光蘊中，在淨土中經四持明道，如同幻化般迅捷證得自性法身普賢王如來果位。從此利

濟量等虛空一般的廣大眾生，三身五智慧光明遍及一切世間，任運顯化而無有窮盡。

觀“三字光”為修持上師瑜伽而受持道灌頂的修法，是修觀生圓次第等正行時必不可少的殊勝要訣。觀一切法皆為上師的遊舞，使一切行為轉成為善法，此修法於前行引導文中有詳述。欲求成就自利利他之果位者，應於此首要注重並勤修。

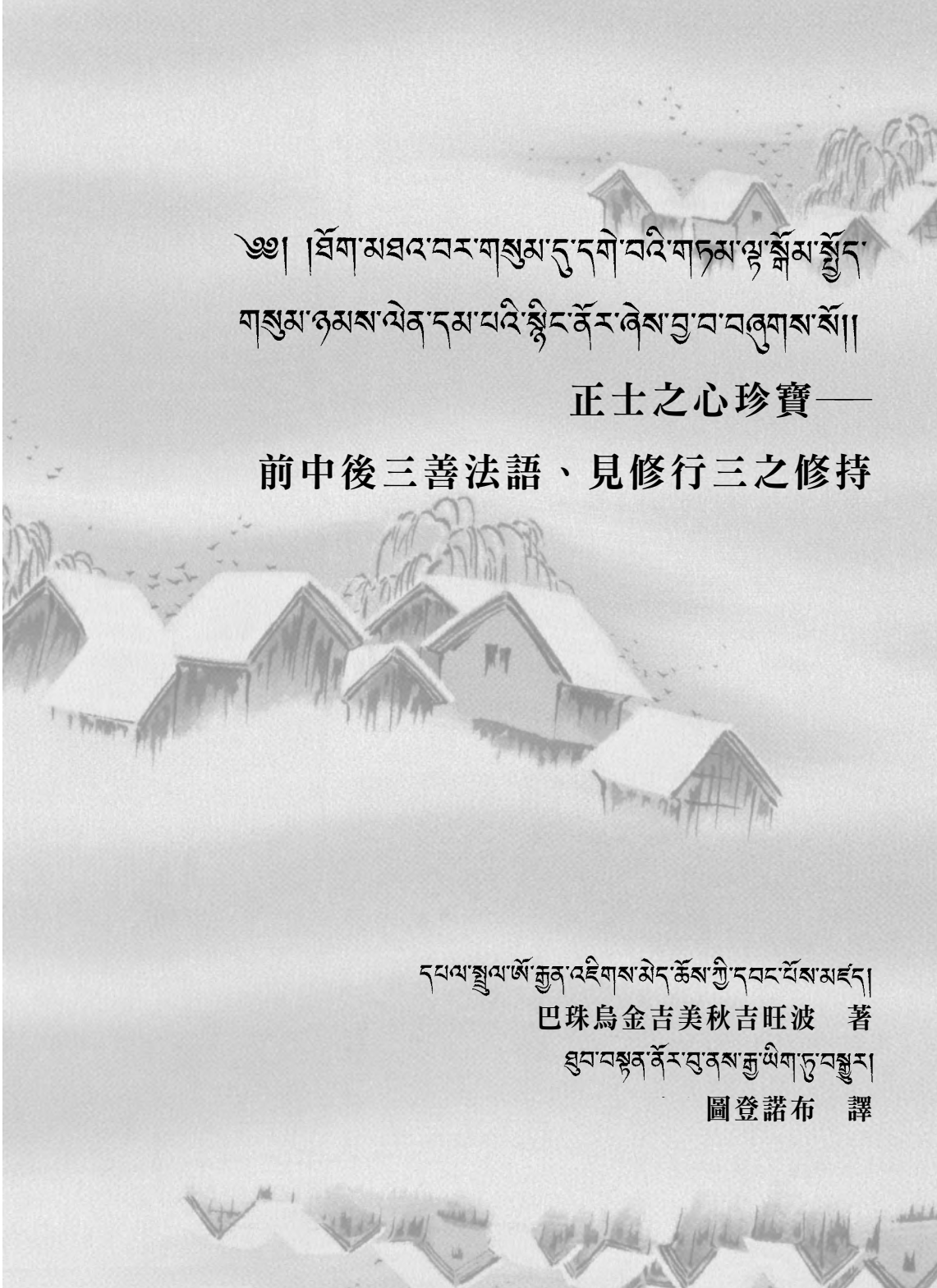
甲三、（後善）：

嗚呼此乃諸佛獨路，三續持明傳承教言，
八萬四千法蘊總結，訣竅關節心中心要。
縱令百聖千賢降臨，再無更深妙法開示，
此乃妙法甘露精華，千萬聖眾心法中心。
願由聽講此道福力，能令無邊一切眾生，
依此善道於一生中，盡皆證得正等覺果。

嗚呼！如上所述之法要，是十方諸佛加持入門之獨途，是三大傳承持明上師最為殊勝的教言，也是八萬四千法門的總結彙集，佛法中最為精要的訣竅心要。縱然令千百位聖賢善知識降臨，除此之外也再無更為甚深妙法可以開示，這是殊妙佛法甘露中的精華，千百萬聖眾的心血法要。願由聽聞

講授此殊勝前行道的福德力，能令無邊無際的一切眾生，依此善妙之道，於一生中盡皆證得無上的正等正覺果位！

如上略釋加行法要竟，願諸有緣依此妙道，皆得菩提勝果！



༡། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་དག་བའི་གཏམ་ལྟ་སྒྲོམ་སྤྱོད་
གསུམ་ཉམས་ལེན་དམ་བའི་སྒྲིང་ལོར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

正士之心珍寶——
前中後三善法語、見修行三之修持

དཔལ་སྤུལ་ཨོ་ཁུན་འཛིགས་མེད་ཚེས་ཀྱི་དབང་པོས་མཛད།

巴珠烏金吉美秋吉旺波 著

ཐུབ་བསྟན་ལོར་བླ་ནས་ཀྱི་ཡིག་ཏུ་བསྒྲུབ།

圖登諾布 譯

༄༅། ན་མོ་ལོ་གེ་ཤ་རྩ་ཡ། གང་མཚན་བདུད་རྩི་མེགས་མ་གཅིག་ལྟར་བས།།

ཆོ་རབས་དུ་མར་ན་བར་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད།།

འགངས་པའི་ངོ་མཚར་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་ཞེས།།

གྲགས་པའི་དཔལ་དེས་ཀྱན་ཏུ་གིས་གྱུར་ཅིག།

གང་ཞིག་སྟོན་གྱི་དུས་ན་ཨ་མའི་འབྲས།།

ཁ་ཅིག་ནང་མ་སྤོན་གྱང་ཕྱི་སྤོན་འདྲ།།

སྤང་བ་དེ་ལྟར་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་བདག།

སེམས་དང་ཆོས་མ་འདྲེས་ཕྱིར་ཆོས་གཏམ་དགོན།།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་དམ་པ་བྱེད་གྱི་བཀའ།།

བསྐྱལ་བའི་ནན་མ་ལྟོག་ཕྱིར་བྱང་པོའི་ངག།

སྟིགས་སྟོད་པལ་པའི་རྩལ་དང་མི་མཐུན་པར།།

གཡོ་སྤྱོད་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་གསོལ་འདིར་དགོངས།།

བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་བྱུང་དབང་ལྟའི་ཡང་ལྟས།།

བྱང་པོའི་ལམ་ནས་བྱང་པོའི་གོ་འཕང་བརྟེས།།

བྱང་པོའི་ལམ་བཟང་འགོ་ལ་བྱང་པོར་སྟོན།།

དེ་སྤྱད་བྱང་སྟོང་ཆེ་ཞེས་གྲགས་མིན་ནས།།

南無羅格修曷雅

滴下一滴宏名甘露故，

多生多世以法音充滿耳中之，

所稱稀有三寶，

以此威德願一切吉祥！

何者如同秋季有些外熟內澀的芒果般，

如是具有修行者影像的我，

心與法未融合故，

難以講述法語。

雖然如此，但因著善友

您的咐囑、懇切的敦請不能違拒的緣故，

以異於凡夫濁行的真實語，無欺的心來祈求，

請垂念。

大仙能仁自在天中天（世尊），

於正道上證得正果位，

以真實善道直接教導眾生，

是故稱為大仙，不是嗎？

གྱི་མ་སྟིགས་མའི་དུས་འདིར་འགྲོ་བའི་རྒྱུད།
 དང་པོའི་གཞུང་བཟང་མཉམ་ནས་གཡོ་སྒྱུ་སྟོང་།
 དེ་སྟེང་འཁྱོག་པོའི་སྒོ་དང་འཁྱོག་པོའི་ངག།
 བྱ་བྱས་གཞན་སེམས་བསྐྱུ་ལ་སྒྱ་ཡིད་གཏོང་།

གྱི་དྲུང་སྟིགས་འགྲོ་མཐོང་ནས་སྟོ་འདི་མོངས།
 གྱི་མ་སྒྱ་ཡི་ངག་ལ་སྒྱ་ཡིད་རྟོན།
 མི་སྒྱུན་སྟིན་པོའི་གླིང་ན་གནས་འདྲ་འདི།
 དགོངས་ནས་རང་དྲིན་རང་ལ་ཆེ་བར་མཛོད།

རྩོན་ཡང་རང་སེམས་རྣམ་ཤེས་གཅིག་དུ་ཞིག།
 འབྲམས་ཤིང་ལས་ཀྱིས་བདས་ནས་འདིར་སྦྱེས་ཟིན།
 ད་ཡང་མར་གྱི་དྲུག་ལ་ནས་སྒྱ་བཏོན་ལྟར།
 ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་དུར་འགྲོ།

རང་སེམས་རང་ལ་མི་དཀར་ཐབས་མེད་ཀྱིས།
 རང་སྟོ་རང་ལ་མི་དྲང་མི་སྤིད་ཀྱིས།
 རང་དོན་སྟོང་པོའི་ལྷ་ཆོས་མ་འབྲུབ་ན།
 རང་སྤིད་རང་གིས་བསྐྱུག་པ་མ་ཡིན་ནམ།

嗚呼！此濁世之時眾生之心相續，
正直之善性衰退後，行為欺騙，
是故心歪語曲，
以邪曲欺騙他心，誰能信賴之！

嗚呼！濁世眾生見即此心迷感，
唉！對誰所言，誰能信任？
猶如居住於兇險之羅剎洲，
了知此，請自己給予自己恩德。

往昔也是自己的心意獨自流浪，
且以業風追逐而已生於斯，
現在又如酥油中拔毛般，
放下一切獨行。

自心對自己無法不善，
自心對自己不會不直。
自利之心要“佛法”若不成辦，
豈不是自毀前程嗎？

སྟིགས་མའི་སྐྱེ་བོ་བསམ་སྟོང་དམན་ཆེས་པས།
 སྤྱི་ཡོད་རང་ལ་མི་པན་གཡོ་སྤྱི་བསྐྱེ།
 སྤྱི་ལའང་རང་གིས་པན་པ་འགྲུབ་དཀའ་བས།
 འདྲ་འཛིན་འབྲེལ་ཐག་བཅད་ན་མི་ལེགས་སམ།

བཀྲར་ཀྱང་གོང་མ་མཉེས་དུས་མི་འོང་གིས།
 སྟོང་ཡང་འོག་མ་མཉུ་དུས་མི་འོང་གིས།
 བརྟེ་ཡང་པར་བསམ་རྒྱུར་ལ་མི་སེམས་པའི།
 རྒྱལ་འདི་དགོངས་ལ་སྟོ་ཐག་ཆོད་པར་མཛོད།

མཁས་ཀྱང་བསྟན་དོན་མི་འགྲུབ་ཅོད་པ་འཕེལ།
 གྲུབ་ཀྱང་གཞན་དོན་མི་འབྱུང་སྟོ་སྤྱི་མང་།
 མཐོ་ཡང་སྟེ་རྒྱས་མི་འོང་ཁེངས་ལོག་ཆེ།
 ད་ལྟའི་དུས་འདི་དགོངས་ལ་སྟོ་བར་མཛོད།

བཤད་ཀྱང་བདེན་དུ་མི་འཛིན་གཞན་དུ་གོ།
 པན་སེམས་གཉིང་ནས་དཀར་ཀྱང་ལོག་པར་འཛིན།
 འཁྱོག་པོས་དྲང་པོ་འཁྱོག་པོར་མཐོང་དུས་འདིར།
 སྤྱི་ལའང་པན་པ་མི་འགྲུབ་རེ་ཐག་ཆོད།

濁世之眾生心行極其下劣故，
誰也對自己無利益，以狡詐而欺騙，
自己對誰也難以成辦利益故，
斷除嘈雜聯結的繩索，豈不好嗎？

如何恭敬也上者沒有歡喜的時候；
如何養護也下者沒有滿足的時候；
如何慈愛也我於彼有心彼於我無心，
了知這種情況請下定決心。

具慧也不能成辦事業而增爭執；
成就也不能推展利他事業而生虛構抹煞；
位高也不能實行馭下策略而以驕慢叛上。
了知這個時代，請生起厭離。

說話也不被當真而被誤解；
全然利他之善心被視為顛倒；
邪曲的人將正直的人視為邪曲的此時，
對誰也不能成辦利益，請斷絕期望。

ཚོས་ཀྱན་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་རྒྱལ་བས་གསུངས།
 ད་ནི་སྐྱེ་མ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་ཆེན་ཏེ།
 གཡོ་སྐྱེའི་སྐྱེ་མ་གོམ་པའི་མིག་འཕྲུལ་མཁན།
 སྤྲིགས་སྤྱོད་སྐྱེ་མ་འདི་ལ་འཇིགས་པར་མཛོད།

གཏམ་ནམས་བྲག་ཅ་ལྟ་བུར་རྒྱལ་བས་གསུངས།
 ད་ནི་བྲག་ཅ་ལས་ཀྱང་ཡང་ཅ་སྟེ།
 ཁ་དང་དོན་དུ་མི་མཚུངས་བྲག་ཅའི་གཏམ།
 སྐྱེ་ཆོག་བྲག་ཅ་འདི་ལ་སུན་པ་སྟེད།

སུ་མཐོང་མི་མ་ལགས་ཏེ་སྐྱེ་བྱེད་མཁན།
 སུས་བཤད་གཏམ་མ་ལགས་ཏེ་བསྐྱེ་བྱེད་ཆོག།
 ད་ནི་སུ་ལའང་སློ་གཏད་མི་འདུག་གིས།
 རང་ཉིད་གཅིག་ཏུ་རང་དགར་གནས་པར་མཛོད།

ལུས་སྤྱོད་ཚོས་བཞིན་སྤྱོད་ན་ཀྱན་དང་འགལ།
 དག་གཏམ་བྱང་པོར་བཤད་ན་པལ་ཆེར་ཁོ།
 སེམས་བཟང་གཏིང་ནས་དཀར་ཀྱང་སྐྱོན་དུ་ཅི།
 ད་ནི་རང་ཚུལ་སྟེད་པའི་དུས་ལ་བབ།

佛說諸法如幻象，
如今是幻象中的大幻象，
施設狡詐幻術的魔術師，
請畏懼此幻術濁行。

佛說諸語如回響，
如今是回響中的極響，
口與事不一的回響語，
此誑語的回響，請生起厭煩。

見到誰都不是人，是騙子；
誰說的都不是話，是誑語。
如今對誰也沒有信任，
請獨自隨意安住。

身行如法而行則與一切相違；
口語直接而言則令眾人生氣；
善心純白卻認為是過失，
如今已到隱藏自己情形的時刻了。

ལུས་སྤྲས་དབེན་པའི་རི་ལ་གཅིག་པུར་སྡོད།།

ངག་སྤྲས་སྤྱོད་པ་མ་མང་འབྲེལ་ཐག་ཆོད།།

སེམས་སྤྲས་རང་སྦྱོན་ཁོ་ནར་ཅེར་རེ་ལྟོས།།

སྤྲས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཟེར་ན་དེ་ལ་ཟེར།།

སྤྱུ་ལའང་སྒོ་གཏད་མི་འདུག་ཞེ་ལོག་ག།

གང་ལའང་སྤྱིར་པོ་མི་འདུག་སྒྱུ་ཆད་དེ།།

གང་བསམ་འགྲུབ་དུས་མི་འདུག་ཆད་ཐག་ཆོད།།

འདི་གསུམ་གཏན་དུ་འགོགས་ན་ཕན་པར་མཆིས།།

སྦྱིད་དུས་མི་འདུག་སྦྱིད་པོ་ད་ནི་ཟད།།

སྤྱུག་པོ་མི་འདོད་སྤྱུག་མཐའ་ཆོས་ཀྱིས་ཆོད།།

སྦྱིད་སྤྱུག་ཅི་འོང་སྒོན་ལས་བཅན་པོས་ཤེས།།

ད་ནི་སྤྱུ་ལའང་མི་རེ་མི་དོགས་སོ།།

མི་ལ་རེ་ཆེ་རེ་ཁ་འཇུག་ཕུལ་ཕུལ།།

རང་ལ་དགོས་མང་དགོས་དགོས་སྤྱབ་པའི་གོམས།།

འདི་བྱ་འདི་བྱེད་ཕྱི་ཆོས་རེ་དོགས་སྒོ།།

ད་ནི་ཅི་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱེད་དོ།།

隱身請獨自居住於寂靜的山中；
隱語請寡言斷絕聯繫的繩索；
隱意請唯一直觀自己的過失，
這就是所謂的密行瑜伽。

於誰也沒有信任，噁心厭煩；
何者也沒有意義，惆悵悲切；
想何也沒有成辦的時候，請堅決。
這三個永遠跟隨，具有利益。

沒有快樂的時候，如今快樂已經窮盡；
不想要痛苦，痛苦的邊際以佛法來斷除；
苦樂何者來臨依往昔強烈的業力而確知，
如今對誰也不顧不慮。

對人懷有大的期望，期望時擺出笑臉；
自己的需索眾多，為了種種所需而作規劃，
所做能做顧慮未來生計的心，
如今無論遭遇什麼也不做了。

དེ་རིང་གི་ཡང་མི་འགྲོད་འཁོར་བའི་ཚེས།
ལོ་བརྒྱར་བསྟན་ཀྱང་མི་དགའ་ལང་ཚོ་སོང་།
ད་ནི་གི་ཡང་གསོན་ཡང་ཚེ་འདིས་ཅི།
ཕྱི་མའི་ཚེས་ཙམ་འགྲུབ་ན་དེ་ག་རང་།

ཀྱེ་མ་བདག་གི་མགོན་གཅིག་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར།
རྩ་བའི་བླ་མ་མགོན་པོ་སྦྱན་རས་གཟིགས།
གསུང་གི་སྒྲིང་པོ་དམ་ཚེས་ཡི་གེ་དྲུག།
ད་ནི་རེ་ས་ཁྱེད་ལས་མི་འདུག་གོ།

ཤེས་ཚད་གོ་བར་ལུས་ནས་ད་མ་ཡན།
བྱས་ཚད་ཚེ་འདིར་ཤོར་ནས་ད་མ་ཡན།
བསམ་ཚད་འབྲུལ་བར་སོང་ནས་ད་མ་ཡན།
ཡན་ངེས་ཡིག་དྲུག་བགྲང་བའི་དུས་ལ་བབ།

མི་བསྐྱུ་གཏན་གྱི་སྦྱབས་གཅིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ།
དཀོན་མཆོག་ཀྱན་འདུས་ངོ་བོ་སྦྱན་རས་གཟིགས།
ཁྱེད་ཤེས་སྒོ་གཏན་གཅིག་ལས་མི་འགྱུར་བའི།
ངེས་ཤེས་སྒོ་ཐག་ཚད་ལ་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

今天死也不為世間法後悔；
活一百年也不歡喜，韶華已逝。
如今死也好，活也好，
以此生做什麼，僅僅成辦後世的法，的確如是。

啊！我的唯一依怙大悲藏，
根本上師怙主觀世音，
語的必要正法六字明，
如今除了您外，再無指望處。

所知的留在會意，如今無益；
所做的落入現世，如今無益；
所想的一切成為迷惑，如今無益，
絕對有益的——持頌六字明的時間到了。

無欺永恆的唯一怙主三寶，
三寶諸集體性觀世音，
請以全心託付您了知不變的定解，
毅然決然持誦六字明。

ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བྱང་རྩལ་སེམས།
 སེམས་མཆོག་རྩལ་བ་ཀྱན་གྱི་བཤོད་གཅིག་ལམ།
 ལམ་བཟང་བྱང་རྩལ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།
 འགོ་ལ་སྟིང་རྗེའི་ངང་ནས་ཡིག་བྲུག་སྟོངས།

ཐོག་མེད་ལའོར་བར་འབྱམས་ནས་ད་ཡན་ཆད།
 ཅི་བྱེད་སྤྲིག་ཏུ་སོང་ནས་སྤིང་བར་འབྱམས།
 སྤྲིག་ལྟར་སྟིང་ནས་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་སེམས་གྱིས།
 སྟོངས་བཞི་ཆང་བའི་ངང་ནས་ཡིག་བྲུག་སྟོངས།

བདག་འཛིན་ཞེན་པའི་སྟོང་འདི་སྤིང་པའི་རྩ།
 དེ་སྤྲིད་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་དག་བའི་ཆོགས།
 ཡར་མཆོད་མར་སྦྱིན་ལའོར་འདས་ཀྱན་ལ་བསྟོ།
 གཅེས་འཛིན་རྒྱངས་གྱིས་སྦྱར་ལ་ཡིག་བྲུག་སྟོངས།

སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་དོ་བོ་སྒྲ་མ་རྗེ།
 སྦྱིང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱན་ལས་ལྷག་པའི་མགོན།
 སྒྲ་མ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དང་དབྱེར་མེད་དུ།
 དད་པའི་གཏུང་ལྷགས་སྦྱིད་ལ་ཡིག་བྲུག་སྟོངས།

大乘道的根本菩提心，
殊勝之心乃諸佛同行道，
不離善道菩提心，
請於悲愍眾生中持誦六字明。

無始流轉輪迴直至今，
所作成為惡業故世間漂泊，
內心發露罪過懺悔心，請內心發露墮罪，
以懺悔心具足四力持誦六字明。

我執貪執之此心輪迴因，
是故身及受用諸善根，
上供下施迴向於輪涅一切，
請完全拋棄貪執而持誦六字明。

諸佛體性上師尊，
恩德猶勝諸佛之怙主，
請生起上師與觀世音無分別之，
強烈信心而持誦六字明。

སྒྲིབ་བྱང་ལམ་སྒོམ་སྒྲུབ་པའི་མངོན་དུ་བྱེད།།
 དབང་བཞིའི་བདག་ཉིད་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་རས་གཟིགས།།
 རང་སེམས་སྒྲུབ་མར་ཤེས་ན་དབང་བཞི་ཚོགས།།
 རང་དབང་རང་ཐོབ་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།།

འཁོར་བ་རང་སྒྲུབ་ཙམ་སྟེ་ཡོགས་ན་མེད།།
 སྒྲུབ་མིད་ལྟ་ཏུ་ཤེས་ན་གཞན་དོན་ཚོགས།།
 དག་སྒྲུབ་དབང་བཞི་འགྲོ་ལ་དུས་གཅིག་བསྒྲུབ།།
 འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།།

བསྐྱེད་ཀྱི་མ་ཚུལ་གངས་མང་མང་གྲོས་མི་འཁྱུད།།
 བདེ་གཤེགས་གཅིག་བསྒོམ་ཀྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རང་།།
 གང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བ་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྒྲུ།།
 སྒྲུབ་སྟོང་ལྟ་སྒྲུའི་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།།

བསྐྱེད་བཞོད་བསྟེན་སྒྲུབ་ལས་སྒྲུགས་སྒྲོས་བ་ཙམ།།
 ཆིག་ཚོད་ཡི་གེ་དྲུག་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ།།
 སྒྲུབ་གསལ་འཕགས་པའི་གསུང་དང་འདུ་འབྲལ་མེད།།
 གསལ་སྟོང་སྒྲུགས་སྟུ་ཤེས་པས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།།

淨障、修道、能現前四身，
四灌頂之自性上師觀世音，
了知自心為上師即圓滿四灌頂，
請於自灌自得中持誦六字明。

輪迴僅自相，此外無他，
了知萬物為本尊即圓滿利他，
淨相四灌頂同時給予眾生，
請於根除輪迴中持誦六字明。

生起次第種種品類，以心無法納受，
修一佛即諸佛的境界，
何相顯現均為大悲身，
請於顯空佛身中持誦六字明。

諷誦念修僅事業咒之戲論，
六字明能當一切咒即法音，
聲響與佛語無聚散，
請於了達聲空即咒而持誦六字明。

སྒྲིབ་གཉིས་ནམ་རྟོག་ཞིན་ཉམས་རྟོགས་བྱས།
 རང་སྤང་དབང་དུ་འདུས་ན་དག་བགགས་བྱུང།
 མཚོག་ཐུན་ཆེ་འདིར་སྤྱོད་མཛད་སྤྱོད་རས་གཟིགས།
 ལས་བཞི་ལྟན་གྲུབ་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

གང་གར་གཏོར་མ་གར་གོལ་མགོན་ལ་བསྟོ།
 སྤང་སྟོང་སྤྲོ་གང་སྤང་ས་ལ་འདེབས།
 གཉིས་མེད་ལྟ་བུ་ག་མེས་ཉིད་མགོན་ལ་འཚལ།
 ཆོས་སྟོན་ཡོངས་རྫོགས་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

ཞེ་སྤང་དག་པོ་བྱམས་པའི་མཚོན་གྱིས་བྱུང།
 རིགས་དུག་གཉིན་འཁོར་སྟོང་རྗེའི་ཐབས་གྱིས་སྒྲོངས།
 དད་པའི་ཞིང་ལ་ཉམས་རྟོགས་ལ་རྟོག་ཚེས།
 ཆེ་འདིའི་ལས་རྫོགས་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

བདེན་ཞེན་རོ་རྒྱན་ཞེན་མེད་མེ་ལ་སྟེགས།
 འདི་སྤང་བདུན་ཚིགས་སྟིང་པོའི་ཆོས་གྱིས་དེད།
 ཚིགས་བསགས་རོ་བརྒྱགས་ཆེ་རབས་གསུང་དུ་བསྟོས།
 གཤིན་པོའི་དགོ་རྫོགས་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

消盡二障妄念則證悟增長；
制伏自相則降服魔障。
能賜此生勝共成就觀世音，
請於四種事業任運中持誦六字明。

何現皆食子迴向於現解脫之賓客，
顯空的擦擦打模於任何所現地，
無二聖禮心性之怙主，
請於法行圓滿中持誦六字明。

嗔恨的敵人請以慈心的武器降伏；
六道的親眷請以悲心的方便養育；
信心的田地上請種植證悟的莊稼，
請於圓滿此生事業中持誦六字明。

實執的老屍體請以無執的火燒盡；
此世景象的七期請以必要正法驅逐；
以亡者飲食積資請焦煙迴向於世世代代，
請於圓滿亡者善根中持誦六字明。

དད་པའི་བྱ་ཆ་ཉམས་ལེན་ཆོས་སྒོར་ཚུད།
 འདི་སྣང་བྱིམ་དུ་ཞེན་ལོག་བྱ་ཐང་ཞོག།
 སྤྱིང་རྗེའི་བྱ་མོ་ཁམས་གསུམ་མག་པར་བྱིན།
 གསོན་པོའི་རྒྱས་རྫོགས་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

སྣང་ཚད་ལབྱལ་བ་ལགས་ཏེ་བདེན་པར་མེད།
 འཁོར་འདས་རྣམ་རྟོག་ཙམ་སྟེ་ལོགས་ན་མེད།
 རྣམ་རྟོག་ཤར་གྲོལ་གཤམ་ན་ས་ལམ་རྫོགས།
 གྲོལ་ལཱགས་གནད་གྱི་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

རང་སེམས་རིག་སྟོང་གཉིས་མེད་ཆོས་སྒྲུབ་ངང་།
 མ་བཅོས་གཏུག་མར་བཞག་ན་རང་གསལ་འཆར།
 བྱར་མེད་ཆིག་ཚེད་ངང་དུ་བྱས་ཆོས་ཟེན།
 རིག་སྟོང་རྗེན་པར་ཞོག་ལ་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

གནས་པའི་སྟེང་ནས་འགྲུ་བའི་རྗེས་མཐུད་ཆོད།
 འགྲུ་བའི་ངང་ནས་གནས་པའི་རང་ངོ་སྟོས།
 གནས་འགྲུ་གཉིས་མེད་ཐ་མལ་གཤམ་པ་སྒྲོངས།
 ཅེ་གཅིག་ཉམས་གྱི་ངང་ནས་ཡིག་དུག་སྒྲོངས།

信心的子孫請進入修行正法之門；
此世景象的家請留下厭離的女婿；
悲心的女兒請給予三界的女婿，
請於圓滿生者生路中持誦六字明。

所現一切迷亂無實有；
輪涅僅分別心此外無他；
了知妄念現解脫即圓滿道地，
請於解脫方法的要點中持誦六字明。

自心明空無二法界中，
安住無作本然中則自明現，
唯無作中所作法已掌握，
請安住於明空裸露中持誦六字明。

安住上請斷除動念的連結；
動念中請觀照安住的自面目，
請守護住動無二的本然心，
請於覺受一境中持誦六字明。

ཀྱན་ཐོབ་བརྟགས་ནས་དོན་དམ་གཏན་ལ་ཐོབ།
 དོན་དམ་ངང་ནས་ཀྱན་ཐོབ་འཆར་ཚུལ་ལྟོས།
 བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་སྒོ་བྲལ་གཏུག་མའི་གཤིས།
 སྒོ་བྲལ་ལྟ་བུའི་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

སྒྲུང་བའི་སྟེང་དུ་སེམས་ཀྱི་ཞེན་པ་ཆོད།
 སེམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྒྲུང་བའི་རླུང་ལྷག་དེབ།
 སྒྲུང་སེམས་གཉིས་མེད་ཀྱི་གྲོལ་བྲལ་པ་ཆེ།
 རོ་གཅིག་རྟོགས་པའི་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རིག་སྟོང་གཏུག་མར་གྲོལ།
 རིག་པའི་རང་ཚུལ་སེམས་རྟོག་རང་སར་དག།
 སེམས་རིག་གཉིས་མེད་ཐིག་ལེ་གཅིག་གི་རང་།
 བསྐྱེད་མེད་ཆོས་སྒྲུའི་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

གཟུགས་སྒྲུང་ལྟ་རུ་ཤེས་ན་བསྐྱེད་རིམ་གནད།
 མཛེས་དང་མི་མཛེས་སྒྲུང་ཞེན་རང་སར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ཆ་འཕགས་པའི་སྒྲུ།
 མཐོང་སྒྲུང་རང་གྲོལ་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

觀察世俗而請確定勝義；
勝義中請觀照世俗的現起，
二諦無別離思本然地，
請於離戲見解中持誦六字明。

現象上請斷除心的執著；
心上請揭露現象的偽裝，
心現無二開豁大平衡，
請於證悟一味中持誦六字明。

心的自性明空本然解脫；
明覺的自力心念自然清淨，
明心無二唯一明點境界中，
請於無修法身中持誦六字明。

了知色現為本尊即生起次第的要點，
美不美之現執自解脫，
無執心的現分聖之身，
請於所見之現自解脫中持誦六字明。

སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གནད།
 སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་ལོངས་ལོངས་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།

དེ་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གནད།
 ཞེན་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་དེ་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 དེ་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།

རྒྱུ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གནད།
 བཅུད་དང་མི་བཅུད་ཞེན་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་བཅུད་བཅུད་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 རྒྱུ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།

རེག་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གནད།
 འགྲུ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།
 རེག་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་སྒྲིལ་པ་ལྟར་གྲོལ།

了知聲現為咒語即持誦之要點，
悅不悅耳之現執自解脫，
無執輪涅自聲六字語，
請於聞現自解脫中持誦六字明。

了知嗅現為無生即圓滿次第之要點，
香不香之現執自解脫，
無執之嗅現聖者之戒律，
請於嗅現自解脫中持誦六字明。

了知味現為薈供即供養之要點，
滋不滋養之現執自解脫，
無執之飲食聖者之歡喜供，
請於味現自解脫中持誦六字明。

了知觸現為平等即平等行之要點，
飽饑寒熱現自解脫，
無執外內觸即佛事業，
請於觸現自解脫中持誦六字明。

ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་པར་ཤེས་ན་ལྟ་བུའི་གནད།
 བདེན་རྒྱུ་སྒྲོ་ཡི་འཛིན་སྒྲུངས་རང་སར་གྲོལ།
 ཞེན་མེད་སྒྲུང་སྤྱིད་ལའོར་འདས་ཆོས་སྒྲུའི་རང་།
 རྟོག་ཆོགས་རང་གྲོལ་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

ཞེ་སྒྲུང་ཡུལ་རྗེས་མ་འབྲང་བྲོ་སྒྲོ་སྟོས།
 བྲོ་སྒྲུང་རང་ཤར་རང་གྲོལ་གསལ་སྒྲོང་རང་།
 གསལ་སྒྲོང་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད།
 ཞེ་སྒྲུང་རང་གྲོལ་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

ར་རྒུལ་ཡུལ་རྗེས་མ་འཛིན་འཛིན་སྒྲོ་སྟོས།
 མཆོག་འཛིན་རང་ཤར་རང་གྲོལ་ཡེ་སྒྲོང་རང་།
 ཡེ་སྒྲོང་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད།
 ར་རྒུལ་རང་གྲོལ་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

འདོད་ཆགས་ཡུལ་རྗེས་མ་ཞེན་ཞེན་སྒྲོ་སྟོས།
 ཞེན་སྒྲུང་རང་ཤར་རང་གྲོལ་བདེ་སྒྲོང་རང་།
 བདེ་སྒྲོང་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད།
 འདོད་ཆགས་རང་གྲོལ་རང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

了知諸法皆空即見解之要點，
真假心的受執自解脫，
無執萬物輪涅法身界，
請於諸念自解脫中持誦六字明。

嗔恨不隨外境請觀嗔心，
嗔現自現自解顯空中，
顯空大圓鏡智外無他，
請於嗔恨自解脫中持誦六字明。

傲慢不隨執境請觀執心，
慢執自現自解本空中，
本空平等性智外無他，
請於傲慢自解脫中持誦六字明。

貪欲不隨貪境請觀貪心，
貪現自現自解樂空中，
樂空妙觀察智外無他，
請於貪欲自解脫中持誦六字明。

ཐག་དོག་ཡུལ་རྗེས་མ་འབྲང་དབྱེད་སྒོ་ཉྩོམ་།
 ཉྩོམ་དབྱེད་རང་གར་རང་གྲོལ་སྒོ་ཉྩོམ་ངང་།
 ཉྩོམ་ཉྩོམ་ཐུབ་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད་།
 ཐག་དོག་རང་གྲོལ་ངང་ནས་ཡིག་ཏུག་སྒྲོངས་།

གཉི་མུག་ཡུལ་ལ་མ་སྒྲོམ་རང་ངོ་ཉྩོམ་།
 ཉྩོམ་ཚོགས་རང་གར་རང་གྲོལ་རིག་སྒྲོང་ངང་།
 རིག་སྒྲོང་ཚོས་དབྱེདས་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད་།
 གཉི་མུག་རང་གྲོལ་ངང་ནས་ཡིག་ཏུག་སྒྲོངས་།

གཟུགས་སྤང་ཡེ་སྒྲོང་སྒྲེ་མེད་ནམ་མཁའི་ངང་།
 སྒྲོང་ཉིད་རིག་པའི་ཐིག་ལེ་སྒྱུན་རས་གཟིགས་།
 འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་པོ་ལོགས་ན་མེད་།
 སྒྲོང་ཉིད་ལྷ་པའི་ངང་ནས་ཡིག་ཏུག་སྒྲོངས་།

ཚོར་བ་ཡུལ་མེས་ས་གཉིས་སྒྲེལ་འཆིང་བའི་ཞགས་།
 མཉམ་ཉིད་གཉིས་མེད་ཉྩོམས་ན་སྒྱུན་རས་གཟིགས་།
 འཕགས་པ་དོན་ཡོད་ཞགས་པ་ལོགས་ན་མེད་།
 རོ་མཉམ་ཉྩོམས་པའི་ངང་ནས་ཡིག་ཏུག་སྒྲོངས་།

嫉妒不隨外境請觀思心，
思維自現自解心空中，
心空成所作智外無他，
請於嫉妒自解脫中持誦六字明。

愚癡境上不憍舉請觀自己面目，
諸念自現自解明空中，
明空法界體性智外無他，
請於愚癡自解脫中持誦六字明。

色蘊本空無生虛空界，
空性明覺明點觀世音，
聖者虛空王外無他，
請於空性見解中持誦六字明。

受乃心境接續的繩索，
證得平等無二即是觀世音，
聖者不空羂索外無他，
請於證得平等中持誦六字明。

འདུ་ཤེས་མཚན་མར་འཛིན་པ་འབྲུལ་བའི་སྒོ།
 འགྲོ་ལུན་སྙིང་རྩེས་འཛིན་ན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཚོག་འཁོར་བ་དོར་སྒྲུགས་ལོགས་ན་མེད།
 དམིགས་མེད་སྙིང་རྩེའི་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

འདུ་བྱེད་འཁོར་བའི་ལས་ཀྱིས་རིགས་དྲུག་འཁོར།
 སྤྱིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་ན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས།
 འགྲོ་འདུལ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལོགས་ན་མེད།
 གཞན་པན་རོ་གཅིག་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

ནམ་ཤེས་སེམས་ཀྱི་ངང་བཞེན་ཚོགས་བརྒྱད་ཀ།
 སེམས་ཉིད་ཚས་སྒྲུར་རྟོགས་ན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཚོག་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལོགས་ན་མེད།
 རང་སེམས་སངས་རྒྱས་ཤེས་པས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

ལུས་སྣང་གདོས་བཅས་འཛིན་པ་འཆིང་བའི་རྒྱ།
 སྣང་སྟོང་ལྟ་དུ་ཤེས་ན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཚོག་ཁ་སར་བཞི་ལོགས་ན་མེད།
 སྣང་སྟོང་ལྟ་སྒྲིའི་ངང་ནས་ཡིག་དྲུག་སྒྲོངས།

想乃有相執即惑亂的心，
慈悲攝受一切眾生即是觀世音，
聖者根除輪迴外無他，
請於無緣大悲中持誦六字明。

行乃輪迴之業六道流轉，
證得輪涅平等即是觀世音，
渡眾大悲尊外無他，
請於利生一味中持誦六字明。

識乃心之自性八識的部分，
證得心性為法身即是觀世音，
聖尊佛海尊外無他，
請了知自性即如來持誦六字明。

執身為實體即是束縛因，
了知顯空為本尊即是觀世音，
聖尊羯沙流婆尼外無他，
請於顯空佛身中持誦六字明。

དག་སྒྲུང་བརྗོད་པའི་སྒྲ་རྟོག་ལུའུ་བའི་རྒྱ།
 གྲགས་སྟོང་སྒྲགས་སུ་ཤེས་ན་སྒྱུན་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཆོག་སེངྒེ་སྒྲ་ཞེས་ལོགས་ན་མེད།
 སྒྲ་གྲགས་སྒྲགས་སུ་ཤེས་པས་ཡིག་ཏུ་གསྟོངས།

སེམས་སྒྲུང་བདེན་ཞེན་ལུའུ་བ་འཁོར་བའི་རྒྱ།
 རྟོག་བྲལ་གཤིས་ལ་བཞག་ན་སྒྱུན་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཆོག་སེམས་ཉིད་ངལ་བམོ་ལོགས་ན་མེད།
 སེམས་ཉིད་ཆོས་སྒྱུའི་རང་ནས་ཡིག་ཏུ་གསྟོངས།

སྒྲུང་སྟིང་ཡེ་ནས་དག་པ་ཆོས་སྒྱུའི་རང་།
 ཆོས་སྒྱུའི་རང་ཞལ་མཇལ་ན་སྒྱུན་རས་གཟིགས།
 འཕགས་མཆོག་འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷག་ལོགས་ན་མེད།
 དག་པ་རབ་འབྱམས་རང་ནས་ཡིག་ཏུ་གསྟོངས།

ལྷ་གཅིག་རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས་སྒྱུན་རས་གཟིགས།
 སྒྲགས་གཅིག་སྟིང་པོ་ཀུན་འདུས་ཡི་གེ་ཏུ་ག།
 ཆོས་གཅིག་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀུན་འདུས་བྱང་ཆུབ་སེམས།
 གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་རང་ནས་ཡིག་ཏུ་གསྟོངས།

語現、語言、名言分別即是惑亂因，
了知聲空為咒語即是觀世音，
聖尊獅吼聲外無他，
請了知聲響咒語持誦六字明。

意現執實迷惑即是輪迴因，
安住離念本然中即是觀世音，
聖尊心性休息外無他，
請於心性法身中持誦六字明。

萬物本來清淨法身中，
親見法身本來面目即是觀世音，
聖尊世間自在外無他，
請於清淨浩瀚中持誦六字明。

一尊諸佛總集觀世音，
一咒諸心要集六字明，
一法諸生圓集菩提心，
請於一知諸解脫中持誦六字明。

བྱས་པས་ཅི་བྱ་བྱེད་ལའོར་བའི་རྒྱ།
 བྱས་ཚད་སྟིང་པོ་མེད་པའི་རྩལ་ལ་ལྟོས།
 ད་ནི་བྱར་མེད་ངང་ལ་བཞག་ན་དགའ།
 བྱ་བྱེད་ཅམས་སེ་ཞོག་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།

སྒྲས་པས་ཅི་བྱ་སྒྲས་ཚད་བྲེ་མོའི་གཏམ།
 འབྲེལ་མེད་ནམ་གཡང་སྟེད་པའི་རྩལ་ལ་ལྟོས།
 ད་ནི་བརྟོད་མེད་ངང་ལ་གནས་ན་དགའ།
 སྒྲ་བརྟོད་ཟད་ཀྱིས་ཚད་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།

སོང་བས་ཅི་བྱ་འགོ་འདུག་ངལ་བའི་རྒྱ།
 འབྲམས་གིང་ཆོས་ལས་རིང་བའི་རྩལ་ལ་ལྟོས།
 ད་ནི་གཅིག་ཏུ་སེམས་བག་ཐབ་ན་དགའ།
 བག་ཐེབས་ལྟོད་ཀྱིས་སྟོད་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།

ཟོས་པས་ཅི་བྱ་ཟོས་ཚད་མི་གཙང་རྒྱ།
 ཟ་འདོད་ཆོམ་པ་མེད་པའི་རྩལ་ལ་ལྟོས།
 ད་ནི་ཉིང་འཛིན་ཟས་སུ་ཟོས་ན་དགའ།
 བཟའ་བཏུང་བྱེད་འཕྲོ་བོར་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།

做有何用，所做能做皆為輪迴的因，
請觀看所做全無意義的情形，
如今安住於無造作中才是，
請徹底停止所做能做持誦六字明。

說有何用，所說的一切都是廢話，
請觀看不相干、放逸生起的情形，
如今安住於無言中才是，
請遮斷言語持誦六字明。

行有何用，行住都是疲累的因，
請觀看愈流浪距離佛法愈遠的情形，
如今全然心情安穩才是，
請安住放鬆穩定持誦六字明。

吃有何用，所吃的一切都是不淨的因，
請觀看口腹之欲沒有饜足的情形，
如今飲用禪悅之食才是，
請中斷飲食持誦六字明。

བསམ་བས་ཅི་བྱ་བསམ་ཚད་འབྲུལ་བའི་རྒྱ།

བསམ་དོན་ཐོག་ཏུ་མི་ཁེལ་ཚུལ་ལ་ཉྩོམ།

ད་ནི་ཆོ་འདིའི་སྒོ་ལྷ་བསྐྱེད་ས་ན་དགལ།

སྒོ་ཐག་ཐད་ཀྱིས་ཆོད་ལ་ཡིག་བྱག་སྒྲོངས།

འབྱོར་བས་ཅི་བྱ་ཡོངས་སྒྲོད་ཞེན་བའི་སྒོ།

བསགས་ཚད་བྱལ་ཏུ་ལུས་བའི་ཚུལ་ལ་ཉྩོམ།

ད་ནི་བདག་འཛིན་ཞེན་བ་བཅད་ན་དགལ།

གསོག་འཛིན་ཚུལ་རྒྱབ་པོར་ལ་ཡིག་བྱག་སྒྲོངས།

ཉལ་བས་ཅི་བྱ་གཉིད་ཚད་གཉི་ལྷག་ངང་།

སྐས་དལ་མི་ཆོ་འཛད་བའི་ཚུལ་ལ་ཉྩོམ།

ད་ནི་སྤྱིང་ནས་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ན་དགལ།

ཉིན་མཚན་རྣམ་གཡང་སྤངས་ནས་ཡིག་བྱག་སྒྲོངས།

ཡོང་མེད་ཡོང་མེད་སྔོན་བའི་ཡོང་མི་འདུག།

འཆི་བདག་སྒོ་བྱར་སྒྲེབ་ན་ཅི་ཞིག་བྱ།

ད་ནི་འབྲུལ་ལ་ལྷ་ཆོས་འགྲུབ་ན་དགལ།

ད་ལྷ་ལ་འུར་ཉིད་བྱ་ཡིག་བྱག་སྒྲོངས།

思有何用，所思的一切都是惑亂的因，
請觀看心事不能如願以償的情形，
如今縮減此生的心思才是，
請堅決地持誦六字明。

富有何用，貪執受用的心，
請觀看所積遺留於後的情形，
如今斷除我執的貪戀才是，
請遺棄積累的努力持誦六字明。

睡有何用，一切睡眠都是愚昧的狀態，
請觀看懶散中耗盡人生的情形，
如今內心生起精進才是，
請捨棄晝夜放逸持誦六字明。

無暇無暇坐無有暇，
死主驟臨當如何？
如今及時成辦正法才是，
請現在趕緊持誦六字明！

ལོ་དང་རྒྱ་གངས་ཞག་གི་རྩིས་གྱིས་ཅི།།

ད་ལྟ་རྒྱ་ཅིག་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་སྟོས།།

རྒྱ་ཅིག་རེ་མོང་བཞིན་འཆི་ལ་ཉེ།།

ད་ལྟ་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།།

ཆེ་ནི་ཉི་མ་བཞིན་དུ་པར་པར་འགོ།།

འཆི་བདག་གི་བ་མོ་བཞིན་དུ་རྩྱུར་རྩྱུར་འོང་།།

ད་ནི་ཆེ་ལྟག་ཉི་མ་གྱི་བ་མོ་ཅམ།།

སྟོང་བའི་ལོང་ཁོམ་མི་འདུག་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།།

ཆོས་སུ་ཡི་གེ་དྲུག་པ་བཟང་མོད་དེ།།

ཁ་ཡངས་མིག་ཡངས་བརྒྱས་པས་འབྲས་མི་འབྲིན།།

དག་བརྒྱས་གངས་ལ་ཞེན་པ་ཨ་འབྲས་སྟོ།།

རྩི་གཅིག་སེམས་ལ་སྟོས་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།།

ཡང་དང་ཡང་དུ་རང་གི་སེམས་བརྟགས་ན།།

རྩི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཡང་དག་ལམ་ལ་འགོ།།

གདམས་པའི་གནད་བརྒྱ་འདུས་པ་འདི་ཁོན།།

གནད་དོན་གཅིག་ལ་སྒྲིལ་ལ་ཡིག་དྲུག་སྟོངས།།

年月日的計算有何用，
請觀看現在剎那變化的情形，
每過一剎那愈接近死亡，
請現在、現在就持誦六字明！

壽命猶如落日般漸行漸遠；
死主猶如影子般愈靠愈近，
如今餘生猶如夕陽的影子，
沒有停留的空間，請持誦六字明！

於法六字明雖好，
然心有旁騖而持誦不生果，
執著口誦的計數是頑強的心，
請一境觀心持誦六字明！

若一再地觀察自心，
則不論做什麼都循著清淨的道，
此集百種訣竅唯一的精髓，
請集中要義持誦六字明！

དང་པོར་སྟིགས་མའི་སྟོང་ལ་སྟོ་བའི་གཏམ།
 གཏམ་འདི་རང་གིས་རང་ལ་གདམས་པ་སྟེ།
 རང་སྟོ་གཏིང་ནས་འགྱུར་བའི་སྟེ་སྟགས་ཚིག།
 ཁྱིད་ལ་འང་འདྲ་འམ་སྟམ་ནས་སྤུལ་བ་ལགས།

མི་འདྲ་ལྟ་སྟོམ་མཐོན་པོའི་གདེངས་ཚད་དང་།
 ལྷགས་གཉིས་བྱ་བཞག་འགྲུབ་པའི་ནམ་དཔྱིད་སྟོ།
 རང་གཞན་སྟོ་གཏད་ཐེར་བའི་འདུན་གྲོས་ཤོམས།
 ཁྱིད་ལ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་མཐོལ་ལོ་བཤགས།

བར་དུ་ལྟ་སྟོམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་གཏམ།
 རྟོགས་པའི་ཉམས་སྦྱང་བདག་ལ་མེད་མོད་ཀྱང་།
 ཀྱན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་བརྒྱད་པ་རིན་པོ་ཆེའི།
 གསུང་གིས་བསྐྱེདས་པའི་གོ་ཡུལ་བཤད་པ་ལགས།

ཐ་མ་ངེས་འབྱུང་ཚོས་ལ་སྤུལ་བའི་གཏམ།
 གཏམ་འདི་བརྗོད་དོན་མེད་ཀྱང་ཤུགས་ཀྱིས་ཐལ།
 འོན་ཀྱང་སྲས་བཙས་རྒྱལ་བའི་བཞེད་གཞུང་དང་།
 མི་འགལ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན་སྤྱི་བྱ་ཆེ།

初，是對濁世惡行的厭離語，
此語是用來自己教導自己的，
改變內心深處的悲嘆語，
認為或許你也相同而獻予。

如果你有不同的更高的見修把握，
及成辦世出世間事業的聰明才智，
自他能信任的謀劃，
則我懺悔。

中，確立見修的語，
雖然自己沒有證悟的體驗，
但是說出全知父子傳承寶的語，
所養育的領會。

後，出離乃對法上的鼓勵語，
此話沒有必要說，卻自然流出，
但若不違背佛及菩薩的見解而修行，
則感謝喔！

དེ་ལྟར་ཐོག་མཐའ་བར་དུ་དག་པའི་གཏམ།
 བྲག་དཀར་ཅེ་རྒྱལ་གྲུབ་པའི་བྲག་ལྷག་ཏུ།
 སྤར་འདྲིས་གོགས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་མ་བཟོད་ནས།
 དུག་ལྷ་མེ་འབར་ཨ་བུ་རྩལ་པོས་བྲིས།

ཁ་བཤད་རྒྱང་པར་སོང་ཡང་ཅི་ཆ་སྟེ།
 དོན་བཟང་འབྲུལ་བ་མེད་པའི་དག་ཆོགས་རྒྱན།
 ཁྱེད་དང་བདག་བཅས་ཁམས་གསུམ་འགོ་བ་ཀྱན།
 ཆོས་མཐུན་བསམ་པ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་རུབ་ཕྱོ། དགའོ། ༥

如是前中後善法語，
於白崖頂勝成就山洞中，
由於往昔摯友的敦請不忍違拒的緣故，
五毒燃燒阿嗚破爛的我筆書。

也許只是無益的饒舌，
但是無錯謬的精義諸善續，
成為你及我等三界一切有情，
如法心想事成的因而迴向。
善哉！

註：

聖者虛空王、聖者不空羂索聖者根除輪迴、渡眾大悲尊、聖尊佛海尊、聖尊羯洋流婆尼、聖尊獅吼聲、聖尊心性休息、聖尊世間自在等均為觀世音之名號。