

དང་པོ་སྒྲོན་འགོ་རྟེན་གྱི་ཚས་བསྟན་པ།

一、开示前行法

སྒྲོན་འགོ་དག་ལ་བསྟན་པ།

先学诸加行

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱང་བ།

二、正行修学菩提心

ཚས་རྣམས་མི་ལམ་ལྟ་བུར་བསམ། །མ་སྐྱེས་རིག་པའི་གཤེས་ལ་དབྱང། །

གཉིན་པོ་ཉིད་ཀྱང་རང་སར་གོ་ལ། །ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཀུན་གཞིའི་ངང་ལ་བཞག།

ཐུན་མཚམས་སྦྱ་མའི་སྐྱེས་བུར་བྱ། །

思诸法如梦 观心亦无生 对治自然解 道体住赖耶

中间如幻士

གཏོང་ལེན་གཉིས་པོ་སྤེལ་མར་སྦྱང་། །དེ་གཉིས་རྒྱང་ལ་བསྐྱོན་པར་བྱ། །

ཡུལ་གསུམ་དུག་གསུམ་དགོ་ཅ་གསུམ། །སྦྱོང་ལམ་ཀུན་དུ་ཚིག་གིས་སྦྱང་། །

ལེན་པའི་གོ་རིམ་རང་ནས་བརྩམ། །

取舍间杂修 彼二乘风息 境毒三善要 威仪尽诵持

先从自身取

གསུམ་པ་རྟེན་ངན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྦྱར་བ།

三、违缘转成菩提道

སྔོང་བཅུད་ཐེག་པས་གང་བའི་ཚེ། །རྟེན་ངན་བྱང་ཆུབ་ལམ་དུ་བསྦྱར། །

ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་བདའ། །ཀུན་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་བསྐྱོམ། །

罪满情世时 转成菩提道 众过归于一 思众皆有恩

འབྲུལ་སྤངས་སྦྱ་བཞིར་ལྟ་བུ། །སྔོང་ཉིད་སྦྱང་བ་སྒྲ་ན་མེད། །

¹ 缘宗法师版译为“罪满情器时，恶缘转道用”，蒋扬仁钦版译为“罪满情世间，违缘转道用”。

སྒྲུབ་བ་བཞི་ལྟན་ཐབས་ཀྱི་མཆོག་། འཕྲུལ་ལ་གང་ཐུག་བསྐྱེད་དུ་སྒྱུར། །

乱境观四身 空为无上护 四行胜方便 遇缘即修习

བཞི་པ་ཆོ་གཅིག་གི་ཉམས་སྟོན་ལ་དྲིལ་ནས་བསྟན་པ།

四、开示一生修持

མན་ངག་གཉིས་པོ་མདོར་བསྡུས་པ། །སྟོབས་ལྡན་དག་དང་སྒྱུར་བར་བྱ། །

ཐེག་ཆེན་འཕོ་བའི་གད་མས་ངག་ནི། །སྟོབས་ལྡན་ཉིད་ཡིན་སྟོང་ལམ་གཅིས། །

摄二教授要 应修五种力 大乘往生法 五力重威仪

ལྷ་པ་སློ་འབྱོངས་པའི་ཚད་བསྟན་པ།

五、明修心之量

ཆོས་ཀྱན་དགོས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྡུས། །དཔང་པོ་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་བོ་གཟུང་། །

ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་རྒྱན་དུ་བསྟེན། །ཡེངས་ཀྱང་ཐུབ་ན་འབྱོངས་པ་ཡིན། །

诸法归一要 二证取其主 常怀喜悦心 散乱亦能主

དུག་པ་སློ་སྟོང་གི་དམ་ཆོག་༡༨བཤད་པ།

六、明修心（十八个）三昧耶

སྒྱི་དོན་གསུམ་ལ་ཉག་ཏུ་བསྐྲབ། །འདུན་པ་བསྐྱུར་ལ་རང་སོར་བཞག།

ཡན་ལག་ཉམས་པ་བརོད་མི་བྱ། །གཞན་ཕྱོགས་གང་ཡང་མི་བསམ་མོ།

当学三总义 心改身如故 勿说缺支节 勿思他人事

ཉོན་མོངས་གང་ཆེ་སྒོན་ལ་སྤྱང་། །འབྲས་བུ་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སང་། །

དུག་ཅན་གྱི་བས་སྤང་། གཞུང་བཟང་པོ་མ་བསྟེན།

先治重烦恼 不求于果报 莫啖杂毒食 不可以直报

བཤགས་ངན་མ་སྟོང་། འཕྲང་མ་སྤྱག་ གནད་ལ་མི་དབབ། མཛོ་ཁལ་སྤང་ལ་མི་འབྱོ།

勿作世诤骂 不俟于狭路 不可刺其心 莫却自责任²

སྟོ (གཏོ) ལྟག་མི་བྱ། མགྱོགས་གྱི་ཅེ་མ་གཏོང་། ལྷ་བདུད་དུ་མི་དབབ། སྦྱིད་གྱི་ཡན་
ལག་དུ་སྤྱག་མ་འཚོལ།

众利勿争先 勿作经忏用 天莫变成魔 乐支不求苦

བདུན་པ་སྒོ་སྦྱང་གྱི་བསྐབས་བྱ་འཕེབས་པ།

七、明（二十二个）修心学处

རྣལ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་བྱ། ལྟག་གཞོན་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་བྱ།

ཐོག་མཐའ་གཉིས་ལ་བྱ་བ་གཉིས། གཉིས་པོ་གང་བྱང་བཟོད་པར་བྱ།

一贯众瑜伽 一伏诸恶怨 初后修二事 二境皆安忍

གཉིས་པོ་སྟོག་དང་བསྒྲིལ་ལ་བསྤྱང་། དཀའ་བ་གསུམ་ལ་བསྐབས་པར་བྱ།

རྒྱ་ཡི་གཙུག་པོ་རྣམ་གསུམ་སྤང་། ཉམས་པ་མེད་པ་རྣམ་གསུམ་བསྐྱེལ།

舍命护二戒 勤学三难事 取三主要因 修三不退失

འབྲལ་མེད་གསུམ་དང་ལྷན་པར་བྱ། །ཡུལ་ལ་ཕོགས་མེད་དག་དུ་སྦྱང་། །

具三不舍离 于境无偏党

བྱབ་དང་གཏོང་འབྱོངས་ཀྱན་ལ་གཅིས། །བཀོལ་བ་རྣམས་ལ་རྟག་དུ་བསྐྱེལ། །

² 缘宗法师版译为“牦载勿移牛”，蒋扬仁钦版译为“牦载勿失驮”。

ཀྱིན་གཞན་དག་ལ་བསྟོས་མི་བྱ། །ད་རྟེས་གཙུག་ལྷན་གྱི་སྒྲུབ་ཀྱི། །

周遍且深透 **怨处尤常修** 不待众缘备 今当修诸要

གོ་ལོག་མི་བྱ། །རེས་འཛིག་མི་བྱ། །དྲིལ་ཆོད་དུ་བྱུང་། །

远离六颠倒 莫轻尝便舍 斩绝专修习

རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀྱིས་ཐར་བར་བྱ། །ཡུས་མ་བསྟོམ། །གོ་ལོང་མ་སྟོམ། །ཡུང་ཅམ་པ་མི་བྱ། །
འོར་ཆེ་མ་འདོད། །

观察令解脱 不思有所恃 禀性不暴戾（不可以轻急）勿着于称誉

སྟོགས་མ་ལྷ་པོ་བདོ་བ་འདི། །བྱང་ཆུབ་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། །

མན་ངག་བདུད་ཚིའི་སྟོང་པོ་འདི། །གསེར་སྤང་བ་ནས་བརྒྱད་པ་ཡིན། །

五浊厚重时 转成菩提道 甘露藏教授 金洲之所传

སྟོན་སྤྱངས་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་སངས་པས། །རང་གི་མས་པ་མང་བའི་རྒྱས། །

སྤྱག་བཟུལ་གཏམ་ངན་བྱུང་བས་ད་ནས། །བདག་འཛིན་འདུལ་བའི་གདམས་ངག་

ཁྱེས། །ད་ནི་ཤི་ཡང་མི་འགྱོད་དོ། །

由宿业觉醒 复因多信乐 忍苦及恶名（求治我执教）今死亦无憾

注：

为自学故，据仁波切所提供藏文版及法尊法师所译《修心七义论》制作此藏汉对照版本，

如有错漏，敬请指正。

³ 蒋扬仁钦版版译为“常修诸法要”。