༄༅། །དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་བགྲོད་པའི་

ཚུལ་གྱི་ཟིན་བྲིས་གསང་ཆེན་མྱུར་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

如何趣行于吉祥能怖金刚第二次第道之理笔记·大密速道

（雪歌仁波切讲授用初译稿，请勿流通）

二校稿

目　录

དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ཟིན་བྲིས་གསང་ཆེན་མྱུར་ལམ། 1

如何趣行于吉祥能怖金刚第二次第道之理笔记·大密速道 1

甲一、趣入著述之事 2

乙一、供赞 2

丙一、以梵语供赞 2

丙二、以藏语供赞 3

乙二、立誓著述 3

甲二、著述的主体 4

乙一、前行 4

丙一、总前行 4

丙二、特别前行 5

丁一、入圣教之门归依发心导引 7

丁二、能净罪障者金刚萨埵观诵导引 11

丁三、能入加持者上师瑜伽导引 12

丁四、积资曼达导引 15

乙二、正行 20

丁一、身心各自的情形 20

丁一、身心共同的情形 21

丁三、别释身的情形 22

丙二、行道的次第 26

二校稿

丁一、摄风入中脉的次第 26

戊一、咒瑜伽 26

己一、解说脐间随灭的收摄次第 27

己二、咒瑜伽正行 42

庚一、具瓶风 42

庚二、金刚唸诵 44

戊二、誓言瑜伽 47

丁二、依收摄而修的次第 52

戊一、形相瑜伽 53

戊二、清净智慧瑜伽 57

戊三、无别双运之瑜伽 58

丙三、能现证果位之法 60

（甲三、著述究竟之事）.............................. 64

རྫོགས་རིམ་གྱི་ས་བཅད། 66

圆满次第科判（邬曲·达玛巴扎造） 66

དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ཉམས་དབྱངས།། 68

附录：能怖金刚圆满次第觉受歌 68

二校稿

༄༅། །དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་བགྲོད་པའི་ཚུལ་གྱི་ཟིན་བྲིས་གསང་ཆེན་མྱུར་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

如何趣行于吉祥能怖金刚第二次第道之理笔记·大密速道

邬曲·达玛巴紥（法贤）~~造~~口述、杰仲次仁笔录

༄༅། །མཁྱེན་པས་མདོ་དང་རྒྱུད་སྡེའི་དེ་ཉིད་གཟིགས། །ཐུགས་རྗེས་རིས་མེད་འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལ་དགོད། །དྲི་མེད་གསུང་གིས་ལམ་བཟང་གསལ་མཁས་པ། །རྒྱལ་བསྟན་རྒྱས་མཛད་བླ་མའི་ཞབས་ལ་འདུད། །བླང་དང་དོར་བྱའི་རྨོངས་མུན་ཀུན་སེལ་ཞིང་། །བློ་གྲོས་པདྨོའི་ཟེའུ་འབྲུ་ཁ་འབྱེད་ལ། །སྲིད་དང་ཞི་བའི་དགུང་མཐའ་ཀུན་གཞལ་བའི། །འཇམ་དཔལ་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་ལ་ཕྱག་འཚལ། །འཇིགས་པའི་སྦྲུལ་དང་རུས་པའི་རྒྱན་འཆང་ཞིང་། །སེར་སྐྱའི་རལ་པ་ནམ་མཁས་དབྱིངས་སུ་གཟིངས། །རབ་འབར་རྣོ་ཚོགས་མཚོན་ཆ་གདེངས་མཛད་པའི། །འཇམ་དཔལ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ཀྱིས་དགེ་ལེགས་སྩོལ།།

慧见经与续本怀，悲置无类众生乐，净语善显妙道者，广弘圣教师前礼！尽除昧于取捨暗，且令慧莲蕊盛放，遍达有寂中边者，妙音虚空宝前礼！佩持可怖蛇与骨，灰黄髻发空中舞，挥动炽焰众兵刃，阎摩敌兮赐福祥！

འདིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་རྡོ་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ཟབ་ཁྲིད་སྐབས། རྗེ་བླ་མའི་གསུང་རྒྱུན་དྲན་ཐོར་བཀོད་པ་ནི། དེ་ཡང་འདིའི་ཉམས་དབྱངས་རང་རྩོམ་ལ་རྩ་བར་བྱས་ཏེ་འཆད་པ་ལ་གསུམ། རྩོམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ། རྩོམ་པ་ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པ། རྩོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ།།

在此，谨就记忆所及，将上师在作薄伽梵吉祥能怖金刚圆满次第甚深导引时所教授的内涵编辑成文——其亦是在师所自造《觉受歌》的基础上作讲述的。

~~以下将进入薄伽梵吉祥能怖金刚圆满次第甚深导引的段落。衲曾就一得之愚撰写了忆念宗大师法流的觉受歌[1]，今即以其为根本而作讲述。~~全文分三：甲一、趣入著述之事，甲二、著述的主体，甲三、

[1] དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ཉམས་དབྱངས།།《能怖金刚圆满次第觉受歌》是本讲录的宣讲者达玛巴札（法贤）大师所作系列道歌集的首篇。

一校稿

著述究竟之事。

དང་པོ་རྩོམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་ལ་གཉིས། མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། བརྩམས་པ་དམ་བཅའ་བའོ།།

དང་པོ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས། རྒྱ་སྐད་ཀྱིས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། བོད་སྐད་ཀྱིས་མཆོད་པར་བརྗོད་པའོ།།

甲一、趣入著述之事

分二：乙一、供赞，乙二、立誓著述。

乙一、供赞

分二：丙一、以梵语供赞，丙二、以藏语供赞。

དང་པོ་རྒྱ་སྐད་ཀྱིས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ནི། ན་མོ་གུ་རུ་མཉྫུ་གྷོ་ཥཱ་ཡ། ཞེས་པ་སྟེ། ན་མོ་ཕྱག་འཚལ་བ། གུ་རུ་བླ་མ། མཉྫུ་འཇམ། གྷོ་ཥཱ་དབྱངས། དེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གཅིག་ཚིག་ངེས་དང་། ཨ་ཀ་ཨག་མ་བྱིན་ནས་སྒྲུབ་པས། ཨ་ཡ་ཞེས་པར་འགྱུར་བ་མཚམས་སྦྱར་བས། དབྱངས་ལ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། བླ་མ་འཇམ་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཞེས་པའོ།།

丙一、以梵语供赞

根本文（下同）谓：“南无咕洳曼祖郭喀雅！”其中，“南无”顶礼，“咕洳”上师，“曼祖”微妙，“郭喀”音——此词是由梵语第四格[2]的“一词”及“ཨ་ཀ”加上“ཨག་མ”组成，故“ཨ（阿）”转变成“ཨ（雅）”音拼接而成“དབྱངས（央）”——“向音”。全句义即：“顶礼于上师妙音！”

2 梵语“八啭声”或谓“八格”中的“为格”。

གཉིས་པ་བོད་སྐད་ཀྱིས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ནི། རྗེ་བླ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་ཆོས། །ཚོགས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་དཔའ་བོ་དང་། །མ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྲུང་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས། །ཡོངས་ཀུན་འདུས་ནོར་བུ་བླ་མར་འདུད། །ཅེས་པ་སྟེ་གོ་སླའོ། །

གཉིས་པ་རྩོམ་པར་དམ་འཆའ་བ་ནི། མགོན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེའི་ཞལ་གདམས་ལ། །དོན་ཉམས་ལེན་སྙིང་པོར་མ་ཐུབ་ཀྱང་། །ཚིག་མ་བརྗེད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས། །བཀྲ་ལམ་མེ་ཤར་འདི་གླུ་རུ་ལེན། །ཞེས་པ་སྟེ། ནང་རང་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་བ་ན་དེ་ཉིད་ངག་གི་སྒོ་ནས་མཚོན་པ་ལ་གླུ་ཞེས་བྱ་ལ། ཡིད་ལ་འགྱུར་བ་ཇི་ལྟར་བྱུང་ན། རྟེན་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ། །དཔལ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་དང་མཇལ། །རྗེ་མཚན་ལྡན་བླ་མའི་རྗེས་སུ་བཟུང་། །ལམ་མདོ་སྔགས་ཉམས་ལེན་ཤེས་དུས་འདིར། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

丙二、以藏语供赞

乃如“至尊师~~宗喀~~本尊佛与法，众菩萨声缘及勇士，并空行偕母护法海，遍摄宝上师前敬礼！”所述。文意易知不赘。

二校稿

乙二、立誓著述

乃如“于具恩之怙主口授，虽未能实修其要义，尚不忘句于意镜面，历历明现赋成此歌：”所述。内既于自心有所感触，彼即由（外的）语门作表示，谓之“歌”。

于心意中如何出现感触？乃如“既已获暇满人身宝，復值遇第二佛圣教，并为彼具相师摄受，于知修显密道此际，”所述。

གཉིས་པ་རྩོམ་པ་ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པ་ལ་གཉིས། སྔོན་འགྲོ་དང་། དངོས་གཞིའོ། །

དང་པོ་སྔོན་འགྲོ་ལ་གཉིས། སྤྱིའི་སྔོན་འགྲོ་དང་། ཁྱད་པར་གྱི་སྔོན་འགྲོའོ། །

དང་པོ་སྤྱིའི་སྔོན་འགྲོ་ནི། རང་གཅིག་པུའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་པར། །མ་འགྲོ་ཀུན་དོན་ཆེན་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། །ཆོས་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྒོར་ཞུགས་ནས། །རྒྱུད་སྡོམ་གསུམ་བཅས་མཚམས་དག་བྱས་ཏེ། །ཞེས་པ་སྟེ། རང་

ཉིད་ཚེ་འདིའི་བདེ་བ་ལ་མ་ཆགས་པ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུ་དང་། འཁོར་བའི་བདེ་བ་ལ་མ་ཆགས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་། རང་ཉིད་གཅིག་བུ་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་མ་ཆགས་པར་མ་རྒན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཆེན་པོ་བསྒྲུབ་པར་བ་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐོབ་བྱ་བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་ཤུགས་དྲག་ལ་བར་རྟེན་པར་བསྐྱེད་པ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་དེ་ནི་བླ་མེད་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྔོན་དུ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཐུན་མོང་བར་རྒྱུད་སྦྱོང་དགོས་པར་བསྟན་ལ། དེ་ནས་ངེས་པར་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་འཇུག་དགོས་སོ།།

甲二、著述的主体

分二：乙一、前行，乙二、正行。

乙一、前行

分二：丙一、总前行，丙二、特别前行。

二校稿

丙一、总前行

乃如“当不贪着一己独乐，为成办如母众大义，法当入金刚乘门已，令相续净三戒制限。”所述。不贪着于自己今生之乐者乃下士夫；不贪着于轮回之乐者乃中士夫；不贪着于一己寂灭之乐，而为成办一切有情老母的重大义利故，依于强猛的求获所证无上菩提而发起者方为上士夫故，此偈所示的，是于趣入无上金刚乘之先，必须于共三士道净治相续。其后，定须趣入金刚乘。

དེ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་བསྡུས་པ་ཕར་ཕྱིན་དྲུག་དང་། དེ་ཡང་བསྡུས་པ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་དང་། ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་པ་ནི་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །རྡོ་རྗེ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་ཐེག་པ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་ན་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་སྟེ་ཐེག་པ་ནི་བཞོན་པའོ། །དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ནས་དབང་ཡིན་པས་རྡོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལས་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་ཐོབ་པ་དང་། དེའི་ཚེ་ཁས་བླངས་པའི་དམ་ཚིག

དང་སྡོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྲུང་བ་ནི་མེད་མི་རུང་ཡིན་ནོ།།

復次，所有大乘道可摄为六波罗蜜，更摄则为方便与智慧二者，方便、智慧无别即为金刚萨埵之三摩地。既谓“金刚”即指此、“乘”亦指此故，谓“金刚~~”即“~~乘”——“乘”乃乘舆义。能入彼之门乃灌顶故，从具相金刚阿阇黎圆满领受四灌顶，以及如理守护其时所承诺的誓言与律仪便不可或缺。

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་གྱི་སྔོན་འགྲོ་ནི། ལྷ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། །བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད། །སྔོན་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྡིག་ལྟུང་དྲི། །དཔལ་རྡོར་སེམས་ཐུགས་རྗེའི་བདུད་རྩིས་བཀྲུས། །ལམ་གཅིག་ཆོག་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམ། །ཚོགས་རླབས་ཆེན་རྫོགས་བྱེད་མཎྜལ་ཕུལ། །བློ་ཤུགས་དྲག་གསོལ་མང་བཏབ་པའི་མཐར། །དབྱིངས་བདེ་ཆེན་དང་དུ་རོ་གཅིག་བསྲེས། །གཞི་མ་དག་སྐྱེ་ཤི་བར་དོའི་ལྷུགས། །ལམ་སྐུ་གསུམ་གསེར་འགྱུར་རྩིས་སྦྱངས་ཏེ། །ལྷ་ཞི་ཁྲོའི་ང་རྒྱལ་གསལ་སྣང་ཉིད། །རྒྱུད་ཐ་མལ་སྣང་བཞིན་མུན་པ་སངས། །ཞེས་པ་སྟེ། བོད་ཀྱི་བླ་མ་ཕལ་མོ་ཆེས། སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད། རྡོར་སེམས་བསྒོམ་བཟླས། བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར། མཎྜལ་གྱི་འཁྲིད་རྣམས་ལ་སྔོན་འགྲོ་འཁྲིད་ཆེན་བཞི་ཞེས་གལ་པོ་ཆེར་མཛད་ལ། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཁས་བླངས་པའི་དམ་ཚིག་དང་སྡོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྲུང་བའི་ཕྱོགས་ནས་འཁྲིད་ཆེན་བཞི་ལྷག་དང་བཅས་པ་འདོན་ཅིང་། འཁྲིད་ཆེན་བཞིའི་ཕྱོགས་ནས་དམ་སྡོམ་བསྲུང་ཚུལ་རྫོགས་པར་མི་ཐོན་པའི་ཕྱིར། འཁྲིད་ཆེན་བཞི་ལས་དམ་སྡོམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྲུང་བ་གལ་ཆེ་བར་བཞེད་པ་ལྟར་འཐད་ལ། འོན་ཀྱང་གོང་མའི་ཕྱག་ལེན་ཡིན་པས་འཁྲིད་ཆེན་བཞི་ཡང་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱ་བ་ལ་བཞི། བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ། སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱོང་བ་རྡོར་སེམས་བསྒོམ་བཟླས། བྱིན་རླབས་འཇུག་པ་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར། ཚོགས་གསོག་པ་མཎྜལ་གྱི་འཁྲིད་དོ།།

丙二、特别前行

乃如“于本尊三宝前归依，及发慈悲菩提胜心，昔无始集罪堕污

二校稿

修一即足

垢，金刚萨埵悲露荡涤，修~~独胜道上~~师瑜伽。献能证大资粮曼达，心哀恳多番求告后，于大乐界中合一味，基不净生死中有铁，道三身点金剂令净，尊静猛之慢与明二，除相续凡庸显执暗。” 所述。

有关多数藏地诸师所格外重视的归依发心导引、金刚萨埵观诵导引、上师瑜伽导引及曼达导引此“前行四大导引”的做法，从宗大师所述~~主张的~~如理守护所诺誓言与律仪的范畴中，能派生出四大导引及其所余（诸修法），而从四大导引的范畴中，却不能派生出完整的守护誓戒法。因此，虽则如理守护誓戒较之于四大导引更为重要这一主张是合理的，但作为祖师的传统，仍须修持四大导引。

其法分四：丁一、入圣教之门归依发心导引，丁二、能净罪障者金刚萨埵观诵导引，丁三、能入加持者上师瑜伽导引，丁四、积资曼达导引。

二校稿

དང་པོ་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ནི། གནས་ཁང་བྱི་དོར། རྟེན་གསུམ་དགྲམ་པ། མཆོད་པ་བཤམ་པ་སོགས་སྔོན་འགྲོ་ལ། ཀུན་སློང་བཅོས་ཏེ། རང་གི་མདུན་ངོས་ཀྱི་བར་སྣང་ལ་སེང་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁར་དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཞལ་བཅུ་གསུམ་མ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། གཙོ་བོའི་རྩ་ཞལ་གྱི་མཆོག་མའི་སྟེང་དུ་སེང་ཁྲི་པད་ཉིའི་གདན་ལ་རྩ་བའི་བླ་མ་རྡོ་རྗེ་འཆང་ངམ་མི་བསྐྱོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡུམ་བཅས། རྒྱུད་ཁང་དུ་རྩ་བཤད་ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་རྒྱུད་དང་བཅས་པའི་སྐྱབས་ཡུལ་གསལ་ལེགས་པར་བཏབ། རང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་ཕ་མ་ཉེ་འབྲེལ། དགྲ་འདྲེ་བྱུར་གསུམ་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐ་མལ་པ་སྨྲ་ཤེས་དོན་གོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་སྡུག་བསྔལ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག་ནས། རེ་ས་མདུན་ན་བཞུགས་པའི་བླ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལས་གཞན་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་དྲངས་ནས་རེ་ལྟོས་འཆའ་བཞིན་པར། བདག་གཞན་ཁམས་གསུམ་མ་ཚོགས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བླ་མ

ཁྱབ་བདག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་དཔལ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །གཞོམ་མེད་སྔགས་དང་ཕྱག་རྒྱའི་དེ་ཉིད་ཆོས་ལ་× །འགྱུར་མེད་རིག་པ་འཛིན་པ་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཚོགས་དགེ་འདུན་ལ་× །ཞེས་ལན་གསུམ་བྱའོ། །

丁一、入圣教之门归依发心导引

打扫禅房、供设三依、陈列供品等项按总规进行后，调整动机：观于自己正前方的天空中，有八大狮子所托的宽广宝座，其上的平面为吉祥能怖金刚十三尊的能依、所依圆满坛城。在主尊根本面的囟门处观想狮座、莲、日坐垫，上坐根本上师，现怀拥佛母的金刚持或不动佛之相。~~经书柜中，~~密宗殿中所供~~摆放~~根本续、解释续及与其同类诸续函——应对此等归依境善加观想。在自己周匝，观想父母亲朋、敌魔灾三者等一切有情现为知言、解义的凡俗相。由畏惧自他一切有情的轮回总、别诸苦，而指望处除面前所住的上师三宝外更无他者，从而引生坚确信赖已，如托付指望般诵曰："自他等虚空一切有情众母，归依一切如来之体性遍主上师、吉祥阎摩敌——佛！归依无摧咒及手印之体性——法！归依无变持明者勇父瑜伽母众——僧"三遍。

二校稿

དེ་ལ་ཁྱབ་བདག་ནི་རིགས་ལྔ་ག་ལ་ཁྱབ་པས་ན་དྲུག་པ་རྡོ་རྗེ་འཆང་ངོ་། །དཔལ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ཅེས་པའི་དཔལ་གྱི་སྐད་དོད་ཤྲཱི་ཞེས་པ་ཤྲཱི་ནི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་ཉིད་དྲང་དོན་བཞིན་ལག་གི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ནི་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་དོ། །གདུལ་བྱའི་གཤིན་རྗེ་ལ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལས། ཕྱིའི་གཤིན་རྗེ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་བུདང་། ནང་གི་གཤིན་རྗེ་ཉོན་མོངས་དང་། གསང་བའི་གཤིན་རྗེ་ནི་ལས་རླུང་སྙེ་སྦྱིར་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་དང་ཁྱད་པར་ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་བཞོན་པའི་རླུང་སེམས་སོ། །དེ་རྣམས་འདུལ་བར་བྱེད་པས་ན་གཤིན་རྗེའི་དགྲའམ་གཤེད་ཅེས་བྱ་སྟེ་བླ་མ་དང་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གོ། །

其中，（第一句的）“遍主”者，既於五部中的任一部皆能周遍，故为“第六金刚持”；“吉祥阎魔敌”中的“吉祥”梵语对音为“师利（ཤྲཱི）”，义为无二智，即乐空无二之智，其于不了义所现的状貌，即为“阎魔敌”——於所调伏的外、内、密三种阎摩中，外阎摩即诸如法王（等外魔），内阎摩即烦恼，密阎摩即业风——总为显、增、得三，别为近得之坐骑风心。既能对治彼等，故称为阎摩之“敌”或谓“克制”。全句即指归依上师及主尊，此为佛宝。

ཆོས་ལ་གཞོམ་མེད་ཐུགས་དང་ཕྱག་རྒྱའི་དེ་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། རྡོ་རྗེ་ཕ་ལམ་ནི་དངོས་པོ་གཞན་གྱིས་བཅད་པ་དང་བརྡར་བ་ལ་སོགས་པ་གཞོམ་མི་ནུས་པ་ལ་དཔེར་བྱས་ཏེ། བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་འཇོམས་པའམ་གཞོམ་མི་ནུས་པས་ན་གཞོམ་མེད་དང་། ཐུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་མནྟྲ་ཞེས་པ་ཡིད་སྐྱོབ་པ་ལ་འཇུག་པས་ཡིད་ཐ་མལ་གྱི་སྣང་ཞེན་ནམ་གཉིས་སྣང་ལས་སྐྱོབ་པས་སོ། །ཕྱག་རྒྱ་ནི་རྒྱས་འདེབས་པ་སྟེ་བདེ་སྟོང་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པའམ། རྒྱས་བཏབ་པས་ན་ཕྱག་རྒྱ་སྟེ་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བའི་སྤང་རྟོགས་དང་། རྒྱུད་ཁང་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཏེ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་གོ །

对法称为“无可摧咒及手印之体性”者，是以金刚宝不为他物所截断或砸碎等不能摧坏（的性质）为喻，乐空无二智的法性亦不为他法所摧毁或破灭，故谓“无摧”；“咒”的梵语对音为“曼达拉”，意为救护心意，故是指从凡俗的显、执或二显中救度心意；“手印”即盖印，指以乐空无二智含遍一切法，或指既已盖印，则“手印”即诸归依境心续中所具的断证功德，以及经书柜中的圣典，此皆法宝。

དགེ་འདུན་ལ་འགྱུར་མེད་ཅེས་པ་ནི། ལམ་འདི་ནས་ཐེག་དམན་དང་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པ་སོགས་ལ་མི་འགྲོ་བས་ན་འགྱུར་མེད་དང་། ཐུགས་ལམ་འདི་ཉིད་ཉམས་སུ་ལེན་པས་ན་རིག་པ་འཛིན་པ། དཔའ་བོ་དང་

一校稿

རྣལ་འབྱོར་མའི་ཚོགས་ནི་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཕོ་མོ་རྣམས་ཏེ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གོ།

对僧称为“无变”者，乃指既不从此道行往劣乘及波罗蜜多乘故无变；既实修此咒道，则为“持明者”；“勇父瑜伽母众”乃指从属的男女天众，此为僧宝。

དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ནི། འགྲོ་བ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་སོགས་གཤིན་རྗེའི་ཁར་ཚུད་པ་ལས་བསྒྲལ། ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དཔལ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་དེའི་གོ་འཕང་ལ་གནས་པར་བྱའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བྱ་སྟེ། འགྲོ་བ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེ་དྲན་པ་ན་རྒ་བ་དང་ན་བ་དང་འཆི་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཞར་ལ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་དྲན་ཅིང་མཐར་འཆི་བའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པས་ན་གཤིན་རྗེའི་ཁར་ཚུད་པ་ཡིན་ལ། སྡུག་བསྔལ་དེ་ལས་བསྒྲལ་ནས་ཕན་པ་གཟུགས་སྐུ་དང་། བདེ་བ་ཆོས་སྐུ་སྟེ་ཆོས་གཟུགས་དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་པར་བྱ་ཞེས་པའོ།།

其后，发心：诵：“吾当从投生轮回等阎摩口中所噬救度众生，令皆安置於利乐中之最胜者吉祥阎摩敌果位，为此当住彼果也！”三遍。思维众生投生轮回之苦乃（苦中的）最主要者，若能念此，则老、病、死之苦便能自然念及；且既然最终不离死亡的自性，故皆属“阎摩口中所噬”。从彼苦中救度后，“利”益者乃色身、安“乐”者乃法身，即应安置於法、色二身无别双运之果。

དེ་ལྟར་སྐྱབས་སེམས་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་ལན་གསུམ་རེ་བྱས་ཏེ་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལས་བདུད་རྩི་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པ་བྱུང་ནས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐིམ་པས་སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། ཚོགས་རྫོགས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐུར་གྱུར་ནས་རང་རང་གི་ཞིང་དུ་བྱོན་པར་བསམ་ཞིང་། སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་འོད་སྔོན་པོའི་རྣམ་པར་ཞུ་ནས་རང་གི་སྙིང་མཚམས་སུ་ཐིམ་པས་རང་ཡང་འོད་དུ་ཞུ་ནས་སྟོང་པར་སྦྱངས་ལ་ཆོས་སྐུའི་ང་རྒྱལ་མདོར་བསྡུས་བྱའོ།།

二校稿

如是的归依、发心，定当结合自心唸诵三遍。观从归依境诸尊涌出光明甘露后，融入自他一切有情，令罪障得以净除、资粮得以圆满后，一切有情皆转成阎魔敌双尊之身已，前往各自净土。诸归依境随后亦融化为蓝色光华之相，从行者自己的眉间融入。令自己亦融化为光后，於空中净治已，观修简略的法身慢。

དེ་ནས་རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྲི་གུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐུར་བཞེངས་པར་གྱུར་པའི་སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་དག་པ་སྦྱངས། སྣོད་ཐམས་ཅད་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་བཅུད་ཐམས་ཅད་ལྷ་དང་ལྷ་མོའི་རང་བཞིན་གྱི་དག་པ་རབ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ཅེས་སྣོད་བཅུད་སྦྱང་བསྒྱུར་དང་། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ། ལན་གསུམ། ངོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་ནང་མཆོད་དང་མཆོད་རྫས་སོ་སོའི་རྣམ་པ། བྱེད་ལས་དབང་པོ་དྲུག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པས་ས་དང་བར་སྣང་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་གང་བའི་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྤྲིན་དམ་རྫས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པས་གང་བར་གྱུར། ཅེས་མཆོད་རྫས་བྱིན་གྱིས་བརླབ་བོ། །

其后，诵：“一刹那间自现为一面二臂、手持钺刀、颅器、怀拥佛母之吉祥能怖金刚身。从此圣身放光，净治一切情器不净，遂成一切器界皆为无量宫自性、一切情界皆为天与天母自性之纯然无边清净也。”如是净治、转化情器。并诵“嗡啊吽！”三遍。继诵：“性为智慧，相为内供及供品各自之相，作用为于六根行境中生起殊胜之乐空智慧，遂令一切天、地、空间悉为不可思议之外、内、密供云及誓物所充满也。”如是加持供品。

གཉིས་པ་སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་རྡོར་སེམས་བསྒོམ་བཟླས་ཀྱི་འཁྲིད་ནི།   སྔོན་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ཉེས་ལྟུང་དྲི། །དཔལ་རྡོར་སེམས་ཐུགས་རྗེའི་བདུད་རྩིས་བཀྲུས། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། དེ་ནས་རང་གི་སྤྱི་བོར་པད་ཟླའི་གདན་ལ་བླ་མ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་བསྐྱེད་ཚོག་སྒྲུབ་ཐབས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་དང་། བསྒོམ་བཟླས་

ཀྱི་དམིགས་རིམ་རྒྱས་བསྡུས་ཀྱི་འཁྲིད་ཡིག་སོགས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་བྱ་ལ། འོན་ཀྱང་སྡིག་སྒྲིབ་རྣམས་དབང་པོའི་སྒོ་སོགས་ལུས་ཀྱི་ཕྱིར་ཐོན་པའི་དམིགས་པ་མི་བྱ་བར། མུན་ཁུང་དུ་སྒྲོན་མེ་བཏེག་པ་ལྟར་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་དག་པར་བསམ་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་ཟབ་མོའི་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་མན་ངག་གོ།

丁二、能净罪障者金刚萨埵观诵导引

乃如“昔无始集罪堕污垢，金刚萨埵悲露荡涤，”所示。其法为：“于自头顶莲月垫上，上师金刚萨埵……”生起仪轨按（本尊）修法~~按生起仪轨文观想。有关~~所载修诵所缘的次第可参阅其他广、略引导文进行~~观修及诵咒所缘次第的广、略引导，按他论所载修诵即可~~。但诸罪障不可观从根门等处排出体外，而应观想如于暗洞举灯般当即~~暗室置灯般~~丝毫不遗漏清净，此乃与圆满次第甚深证悟随顺的诀窍。

二校稿

དེ་ལྟར་སྟོབས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་བསྒོམ་བཟླས་ཟིན་ནས་བསྡུ་བ་ན། ལུས་ནང་དུ་རྩ་སོགས་གསལ་བཏབ་སྟེ། རྡོར་སེམས་ཀྱི་གདན་སྤྱི་བོའི་པདྨ་དབུ་མའི་ནང་བརྒྱུད་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་དང་། ཟླ་བ་ཁམས་དཀར་དམར་ལ་ཐིམ། བླ་མ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་རང་གི་རླུང་སེམས་ཕྲ་མོ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པ་སྙིང་གར་ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དབུས་སུ་རྡོར་སེམས་ཡུངས་འབྲུའམ་མཚོན་གང་ཙམ་བསམ་མོ། །

如是修毕具足四力的观诵后，收摄时，明观身内诸脉等，继观上师金刚萨埵的坐垫——位于自己头顶的莲花沿（自己的）中脉之内融入心间脉轮，月垫融入白红大界；上师金刚萨埵则与自己的微细风心混融~~无二~~而成位于心间白红界中央、大小约芥子许或寸许的金刚萨埵。

གསུམ་པ་བྱིན་རླབས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་འཁྲིད་ནི། ལམ་གཅིག་ཆོག་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམས། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྣ་ཚོགས་པདྨ་དང་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གདན་ལ་ངོ་བོ་རང་གི་དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་བླ་མ་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་སྐུ་མདོག་མཐིང་ནག་ཞལ་དགུ་ཕྱག་སོ་བཞི་ཞབས་བཅུ་དྲུག་པ། གཡས་བསྐུམས་ཤིང་གཡོན་བརྐྱངས་

པའི་སྟབས་ཀྱིས་མེ་དཔུང་རབ་ཏུ་འབར་བའི་ཀློང་དཀྱིལ་ན་བཞུགས་པ། ཡུམ་དང་བཅས་པ་སེམས་དཔའ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་གཉིས་སུ་ཀླཱྀཾ×། ཧཱུྃ་གིས་མཚན་པར་གྱུར། ཐུགས་ཀའི་ཧཱུྃ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་རྩ་བརྒྱུད་ཀྱི་བླ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་བསྟན་སྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་ཚོགས་རྣམས་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་རྩ་བའི་བླ་མ་ལ་ཐིམ་པས་སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར། གང་གི་དྲིན་གྱིས×། །གཟུགས་མཆོག་མཆོག་ཏུ×། །ཨོཾ་གུ་རུ་བཛྲ་བྷཻ་ར་བ་ས་པ་རི་ཝཱ་ར་ཨཀྵཱིཾ་ནས། མནྟ་སཔྟ་རཏྣ་པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་གུ་རུ× ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ། བླ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྙོམས་པར་ཞུགས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་མྱོང་སྟེ། བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྙོམས་པར་ཞུགས་པས་གསང་བ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པས་དགྱེས་པར་གྱུར། ཅེས་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་། བྷཻ་ར་བ་ཡ་ཞེས་པའི་ཡ་ཡོད་མེད་སྣ་ཚོགས་སྣང་ཡང་མེད་པ་དག་པར་མངོན་ནོ། །དེ་ནས་སྡིག་པ་རྣམས་ནི་བཤགས་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ནས། བཏང་སྙོམས་ལ་གནས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་བྱ། འདི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ནི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཟིན་བྲིས་སུ་བྲིས་ཟིན་པས་འདིར་མ་བཀོད་ལ། སྡོམ་བཟུང་རྒྱས་བསྡུས་གང་རུང་བྱས་ཏེ་སྔགས་སྡོམ་ཐོབ་ཟིན་གོང་འཕེལ་དུ་བྱ་ཞིང་གལ་ཏེ་མ་བྱུང་ཡང་ཆད་པའི་ཉེས་པ་མི་འགྱུར་རོ།།

二校稿

丁三、能入加持者上师瑜伽导引

修一即足

乃如“修~~独胜道上~~师瑜伽”所示。诵：“面前空中多彩莲花、日轮垫上，性为自之根本上师，相为薄伽梵吉祥能怖大威德：身色蓝黑而具九首三十四臂、一十六足，右屈左伸腿姿立於炽燃烈焰中央，怀拥佛母，具足三重萨埵。

“于其双眼中，标以地藏自性之白色ཀླཱྀཾ（钦 m）字……心间标以蓝色ཧཱུྃ（吽）字。心間ཧཱུྃ（吽）字放光，從自性处迎請根传诸师、本尊、佛、菩萨、勇父、勇母及智慧护法海众降临，融入根本上师，遂成归处总集之体性也。

གང་གི་དྲིན་གྱིས་×། །གཟུགས་མཆོག་མཆོག་ཏུ་×། །ཨོཾ་གུ་རུ་བཛྲ་བྷཻ་ར་བ་ས་པ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ་ནས། མཧཱ་སཔྟ་རཏྣ་པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧཱུཾ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་གུ་རུ་× ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུཾ། བླ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྙོམས་པར་ཞུགས་པས་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་མྱོང་སྟེ། བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྙོམས་པར་ཞུགས་པས་གསང་བ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པས་དགྱེས་པར་གྱུར། ཅེས་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་། བྷཻ་ར་བཱ་ཡ་ཞེས་པའི་ཡི་ཡོད་མེད་སྣ་ཚོགས་སྣང་ཡང་མེད་པ་དག་པར་མངོན་ནོ། །དེ་ནས་སྡིག་པ་རྣམས་ནི་བཤགས་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ནས། བདག་སྙོམས་ལ་གནས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་བྱ། འདི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ནི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཟིན་བྲིས་སུ་བྲིས་ཟིན་པས་འདིར་མ་བཀོད་ལ། སྡོམ་བཟུང་རྒྱས་བསྡུས་གང་རུང་བྱས་ཏེ་ཐུགས་སྡོམ་ཐོབ་ཟིན་གོང་འཕེལ་དུ་བྱ་ཞིང་གལ་ཏེ་མ་བྱུང་ཡང་ཆད་པའི་ཉེས་པ་མི་འགྱུར་རོ། །

“以谁之恩大乐处，刹那之间能获得，乃为如宝之上师，金刚足莲下顶礼！胜中胜色大威猛，最胜勇士行境尊，难调伏事作调伏，怖畏金刚我顶礼！

“嗡咕洳班杂贝ra瓦萨巴日瓦ra阿尔刚、巴当、甘迭、布贝、杜白、阿洛格、聂威德、晓达，入巴、晓达、甘迭、ra萨、巴尔夏，玛哈萨达热那紥底杂吽娑哈！嗡咕洳班杂贝ra瓦萨巴日瓦ra嗡啊吽！

“上师双尊入住等捨，觉受俱生喜。如是入住大乐与真实性无可分别之等捨故，遂以秘密与真实性供养令喜也。”

如是献外、内、密及真如供养，且诵“贝ra瓦雅”，于本然中令种种有无亦不显现而现前清净。

其后，“一切罪过当忏悔，已生正生皆消除，后不复造座前陈，如是福报皆随喜，善趣我皆作回向！皈依佛法僧三宝，一切众生我救度，安置殊胜菩提处，清净生起菩提心！汝等功德海众前，我诚奉献此身躯，正等圆满佛世尊，以及佛子施等法，为得三身妙智慧，以胜

二校稿

信念当依行！

一切诸佛与菩萨，恳祈于我垂护念，我名某甲如是称，从于今日此时起，乃至菩提心要间，如彼三时怙主众，于菩提中得决定，菩提心者最无上，我亦清净令生起！五部如来总与别，誓言律仪无余持！未得度者我令度，未解脱者我解脱，未苏息者令苏息，有情皆置涅槃中！

惟愿一切众生具足安乐！惟愿一切众生远离痛苦！惟愿一切众生不离安乐！一切众生令皆安住不生世间八法及二取分别之平等舍！”

上述段落的含义在《生起次第笔记》中已有记录故，于此不赘。其中的受戒广略皆可，能令密乘戒已得者增长。纵不诵戒亦不成中断之过。

二校稿

བཞི་པ་ཚོགས་གསོག་པ་མཎྜལ་གྱི་ཁྲིད་ནི། ཚོགས་རླབས་ཆེན་རྫོགས་བྱེད་མཎྜལ་ཕུལ། ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། དགོས་པ་ནི་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་རྟེན་དུ་ཡིན་ལ། དམིགས་རིམ་ནི་ཁྲིད་ཡིག་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནས། བློ་ཤུགས་དྲག་གསོལ་མང་བཏབ་པའི་མཐར། །དབྱིངས་བདེ་ཆེན་དང་དུ་རོ་གཅིག་བསྲེས། །ཞེས་པ་ལྟར། སྐུ་བཞིའི་བདག་ཉིད་བླ་མ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། སྒྲིབ་བྲལ་ཆོས་སྐུའི་×། བདེ་ཆེན་ལོངས་སྐུའི་×། སྣ་ཚོགས་སྤྲུལ་སྐུའི་×། བླ་མ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་×། ཡི་དམ་×། སངས་རྒྱས་×། དམ་ཆོས་×། དགེ་འདུན་×། མཁའ་འགྲོ་×། ཆོས་སྐྱོང་×། སྐྱབས་གནས་×། བདག་གི་རེ་སའི་སྐྱབས་གནས་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་×། རེ་ས་གཞན་ན་མེད་དོ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག །བདག་གི་བློ་ཆོས་སུ་འགྲོ་བར་བྱིན་གྱིས་རློབས། ཆོས་ལམ་དུ་ལོངས་པར་×། ལམ་འཁྲུལ་བ་ཞི་བར་×། འཁྲུལ་པ་ཡེ་ཤེས་སུ་འཆར་བར་×། ཆོས་མ་ཡིན་པའི་བློ་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་×། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རྟོགས་པ་མཐའ་དག་མྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་×། བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་×། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་×། ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་×། ཁྱད་

པར་དུ་རྩ་བདེ་རླུང་བདེ་བདེ་སྟོང་གི་ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་×། མདོར་ན་བདག་གི་ཚེ་འདི་ཉིད་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བདེ་བླག་ཏུ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས། ཞེས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་ལ།

丁四、积资曼达导引

乃如“献能圆大资粮曼达”所示。其目的，是作为祈请的所依。所缘次第应参考其它论著所述。

其后，如“心哀恳多番求告后，于大乐界中合一味”所示。诵：“四身体性之上师能怖金刚前致诚祈请，离障法身之上师能怖金刚前至诚祈请，大乐报身之上师能怖金刚前至诚祈请，种种化身之上师能怖金刚前至诚祈请，上师总集之上师能怖金刚前至诚祈请，本尊总集之上师能怖金刚前至诚祈请，诸佛总集之上师能怖金刚前至诚祈请：正法总集之上师能怖金刚前至诚祈请，僧伽总集之上师能怖金刚前至诚祈请，空行总集之上师能怖金刚前至诚祈请，护法总集之上师能怖金刚前至诚祈请，归处总集之上师能怖金刚前至诚祈请，我所指望之归处上师如意宝前至诚祈请！我今已别无可指望处矣，恳请大悲顾视！祈加持我心趣行于法、祈加持法合于道、祈加持道止息错乱、祈加持错乱现为智慧，祈加持非法之心纵仅刹那亦不令生起，祈加持相续中迅速生起菩提道次第之所有证悟，祈加持相续中迅速生起殊胜慈悲菩提之心，祈加持相续中迅速生起殊胜甚深空性之证悟，祈加持相续中迅速生起二种次第之证悟，尤请加持相续中迅速生起殊胜之脉安乐、风安乐、乐空体验！总之，请加持我能于即生轻易获证最胜之大手印悉地！”如是悲切强力祈求。

一校稿

དེ་ལྟར་བདག་གིས་རྩ་བའི་བླ་མ་ལ། །སྙིང་ནས་གུས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་བླ་མའི་སྤྱི་བོ་ནས། །ཨོཾ་ཡིག་དཀར་པོ་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་བཅས་བྱུང་། །རང་གི་སྤྱི་བོའི་གནས་སུ་ཐིམ་པ་ཡིས། །བུམ་དབང་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་ཚུལ་དུ་ཐོབ། །ལུས་ཀྱི་སྡིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་མ་ལུས་དག །སྐུ་ཡི་རྡོ་རྗེ་འགྲུབ་པའི་ནུས་པ་ཉེད། །བསྐྱེད་རིམ་ཕྲ་རགས་བསྒོམ་ལ་དབང་བར་བྱས། །འབྲས་བུ་སྤྲུལ་སྐུ་འགྲུབ་པའི་ས་བོན་བཞག །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་བླ་མའི་མགྲིན་པ་ནས། །ཨ་ཡིག་དམར་པོ་× །རང་གི་མགྲིན་པའི་× །གསང་དབང་× །ངག་གི་× །གསུང་གི་× །ཀུན་རྫོབ་སྒྱུ་ལུས་× །འབྲས་བུ་ལོངས་སྐུ་× །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་བླ་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས། །ཧཱུྃ་ཡིག་སྔོན་པོ་× །རང་གི་སྙིང་གའི་× །ཤེར་དབང་× །ཡིད་ཀྱི་× །ཐུགས་ཀྱི་× །དོན་དམ་འོད་གསལ་× །འབྲས་བུ་ཆོས་སྐུ་× །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་བླ་མའི་གནས་གསུམ་ནས། །ཡི་གེ་འབྲུ་གསུམ་× །རང་གི་གནས་གསུམ་དག་ཏུ་× །ཚིག་དབང་× །སྒོ་གསུམ་× །གསང་གསུམ་× །ཟུང་འཇུག་ལམ་བཟང་× །འབྲས་བུ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་ས་བོན་བཞག །

其后，“如是我向根本上师尊，所作衷诚恭敬祈请力，从于归处总集师头顶，涌出白色ཨོཾ（嗡）与甘露流，从自顶门之处融入故，以加持理获宝瓶灌顶。无馀净除身之罪障习，获得成就身金刚能力，授权观修粗细生次第，植下成就果化身种子。

“从于归处总集师喉间，涌出红色ཨཿ（啊）与甘露流，从自喉间之处融入故，以加持理获秘密灌顶。无馀净除语之罪障习，获得成就语金刚能力，授权观修世俗谛幻身，植下成就果报身种子。

“从于归处总集师心间，涌出蓝色ཧཱུྃ（吽）与甘露流，从自心间之处融入故，以加持理获智慧灌顶。无馀净除意之罪障习，获得成就意金刚能力，授权观修胜义谛光明，植下成就果法身种子。

“从于归处总集师三处，涌出三咒字与甘露流，从自三门等处融入故，以加持理获词句灌顶。无馀净除三门罪障习，获得成就三秘密能力，授权观修双运善妙道，植成果位金刚持种子。”

二校稿

ཅེས་དལ་བུས་བཟློད་ཅིང་བསམ་རྡུལ་ཕྲ་རབ་ཚུན་ཆད་ཨོཾ་ཡིག་དཀར་པོ་སོགས་སྐབས་གང་ཡིན་ཡིག་འབྲུའི་རྣམ་པ་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་ཞུ་བུ་བྱུང་བས་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྡིག་སྒྲིབ་སྦྱངས་སོགས་བསམ་ཞིང་། སྦྱང་བྱའི་དྲི་མ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཡོད་པས། ཐུན་མོང་བ་ནི། ལུས་ཀྱི་སྲོག་གཅོད་སོགས་གསུམ་དང་། ངག་གི་རྫུན་སོགས་བཞི་དང་། ཡིད་ཀྱི་བརྣབ་སེམས་སོགས་གསུམ་མོ། །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། ལུས་ཐ་མལ་དུ་འཛིན་པའི་སྣང་ཞེན་དང་། རླུང་སྔགས་སོ་སོར་སྣང་ཞིང་ཞེན་པ་དང་། གང་སྣང་ཀུན་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་དུ་འཆར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་དྲི་མ་སྦྱོང་བ་རྣམས་ཏེ་ཚིག་དོན་གཞན་ནི་གོ་སླའོ། །

如是徐徐唸诵，并观想下至极微尘以上，皆成白色ཨོཾ（嗡）字……随任一阶段皆相应涌出诸如咒字之相及甘露流，令三门罪障得以净除等。又所净的污垢有共与不共两种，故对共者——身的杀等三、语的妄语等四、意的贪心等三；不共者——认为身是凡庸的显与执、显现并执着风咒为各别，以及能障碍任显皆现为乐空无别诸垢均予净治，其词、义参阅他论易知。

དེ་ནས། ཀུན་འདུས་གཅིག་ཆོག་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །དགྱེས་པ་ཆེན་པོས་རང་གི་སྤྱི་བོར་བྱོན། །དབུ་མའི་ལམ་བརྒྱུད་སྙིང་གའི་ཆོས་འཁོར་དུ། །རང་གི་སེམས་དང་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་གྱུར། །ཅེས་བརྗོད་ལ། རང་གི་སྙིང་གར་རྩ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལམ་པ་གསལ་བཏབ་སྟེ་བླ་མ་རྡོ་རྗེ་འཛིན་བྱེད་རང་ཉིད་ལ་དགྱེས་པ་ཆེན་པོས་རང་གི་སྤྱི་བོར་ཞལ་ཞུ་ཕྱོགས་མཐུན་པར་བྱོན། བླ་མ་གདན་དང་བཅས་པ་ཐེ་ཆུང་དུ་གྱུར་ནས་ཚངས་བུག་གི་རྩ་དབུ་མའི་ལམ་བརྒྱུད་གདན་གྱི་པདྨའི་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་དང་། ཉི་གདན་ཁམས་དཀར་དམར་ལ་ཐིམ། སྐུ་དང་རང་གི་ལུས་ཕྲ་མོ། ཐུགས་དང་སེམས་ཕྲ་མོ། གསུང་དང་རང་གི་རླུང་སེམས་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ངག་གི་ས་བོན་ཕྲ་མོ་ཡོད་པ་དང་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པར་བསམ་ལ་བླ་མ་རྡོ་རྗེ་འཛིན་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་མཐིང་གའམ། དཀར་པོ་གདངས་རིགས་རྒྱ་སྤན་ཙམ་མམ། ཡང་ན་ཞྭར་ཤུང་མ་ཐུབ་ཀྱང་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་དུ་གྱུར་པར་བསམ།

其后，诵：“一可遍摄上师如意宝，以大欢喜降临自顶门，循中脉降心间法轮中，成与自心无别合一味。”明观自己心间及其

二校稿

脉轮朗现，上师能怖金刚对我极为欣喜，遂转为与自己面向相同而降临于我头顶。上师及其坐垫逐渐缩小后，从梵穴的中脉进入，其坐垫的莲花转为心间脉轮，日垫融入白红大界，身与自己的微细身、意与自己的微细心、语与自己风心之上之语的微细种子字转成一味。如是观想已，观上师能怖金刚双尊身色转为蓝黑色或如雪山般白色、大小约为汉地豌豆，不能现起为本尊者亦可观为白红明点状。

དེ་ནས། འོད་དུ་ཞུ་ནས་བདེ་སྟོང་རང་ཉིད་ལ། །མིང་དང་བློ་ཡིས་བཞག་ཙམ་མ་གཏོགས་པར། །རང་བཞིན་གྲུབ་པ་རྡུལ་ཙམ་མ་མཆིས་པའི། །ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། །ཅེས་བརྗོད་ལ། སྙིང་གའི་ལྷའམ་ཐིག་ལེ་ལས་འོད་ཟེར་སྣ་ལྔ་འཕྲོས་པས་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་བསྡུས་ཏེ་རང་ལ་ཐིམ། རང་ཡང་རིམ་གྱིས་མི་དམིགས་པར་བསམ་ལ་སྣང་བ་ཐམས་ཅད་བསྡུས་ཏེ། དཔེར་ན་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་རེག་བྱ་བཀག་ཙམ་ལ་ནམ་མཁར་བཞག་པ་ལྟར་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་པ་བཀག་ཙམ་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་འཇོག་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །

其后，诵："融化为光乐空自己中，除仅名与心所安立外，自性成立尘许亦无存，遂成如同虚空之空性。"观想心间的本尊或明点中放出五色光芒，令所有情器收摄后融入自己，自己亦渐次无所缘，如是一切显现收摄。譬如仅对遮遣有质碍的所触便安立为虚空般，其义是指应于唯遮遣执谛实成立的空性状态中安住。

དེ་ནས། གཞི་མ་དག་སྐྱེ་ཤི་བར་དོའི་ལྟུགས། །ལམ་སྐུ་གསུམ་གསེར་འགྱུར་རྩིས་སྦྱངས་ནས། །ལྷ་ཞི་ཁྲོའི་ང་རྒྱལ་གསལ་སྣང་ཉིས། །རྒྱུད་ཐ་མལ་སྣང་ཞེན་མུན་པ་སངས། །ཞེས་པ་ལྟར། ཨོཾ་ཤཱུ་ནྱ་ཏཱ་ཛྙཱ་ན་བཛྲ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཨཱཏྨ་ཀོ྅ཧཾ། ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། ཨོཾ་ཐུགས་ཀྱི་མགོ་འདྲེན། ཤཱུ་ནྱ་ཏཱ་ཡུལ་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་གཟུང་འཛིན་གྱིས་བསྡུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ། །ཛྙཱ་ན་ཡེ་ཤེས་ཏེ། ཡུལ་ཅན་རང་སེམས་ཆོས་སྐུ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ། །བཛྲ་ནི་དོན་འགྱུར་ལ་རྡོ་རྗེ་དང་། ཐད་བསྒྱུར་ལྟར་ན་མི་ཕྱེད་པ་ཡིན་པས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པ།

二校稿

སྭ་བྷཱ་ཝ་རང་བཞིན་ཏེ། བདེ་སྟོང་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ། ཨཱཏྨ་ཀཿ བདག་ཉིད་དང་། དེ་ལ་ཨོ་ཧཾ་མཚམས་སྦྱར་བས་ཀོཧཾ་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་ཨ་ཧཾ་ནི་ངའོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཡུལ་ཅན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་གཉིས་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་ངའོ། །ཞེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དྲན་བཞིན་དུ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་ཆོས་སྐུ་ལ་ང་རྒྱལ་འཛོག་པ་ནི་འཆི་བ་ཆོས་སྐུའི་ལམ་འཁྱེར་རོ། །དེ་ནས་འཇིགས་བྱེད་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཤོག་གཅིག་མ་ལྟར་སྐུ་གསུམ་ལམ་འཁྱེར་གྱི་གནད་ཚང་བའི་བསྐྱེད་རིམ་མདོར་བསྡུས་བསྒོམས་ལ་བཟླས་པ་གྲུབ་པའི་བར་གཞུང་བཞིན་དུ་ཐུས་ཀྱང་ཆོག་གོ།

其后，如“基不净生死中有铁，道三身点金剂令净，尊静猛慢与明二者，除相续凡庸显执暗。”所示。诵：“嗡修涅达嘉哪班杂娑巴瓦唉玛郭杭！”其中“嗡”乃咒的引首；“修涅达”彼境空性，即能取所取所摄的一切有法；“嘉哪”智慧，即有境自心与法身无别的大乐；“班杂”译意为金刚，直译则为“无分别”，故指乐空无别；“娑巴瓦”自性，即乐空二者于体性一中；“唉玛嘎”自己，其中连接以“唉杭”而成“郭杭”，故“啊杭”即“我也”义。全咒意为：彼境空性与有境俱生乐二者无可分别的自己即我也。如是边忆念边于佛意法身中安置佛慢，即为“死有法身道用”。

其后，按照《俱生能怖金刚瑜伽一页仪轨》修持齐备三身道用扼要的简略生起次第，亦可按仪轨接续修至持咒结束。

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གསུམ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ། ལམ་བགྲོད་པའི་རིམ་པ། འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ནི། ལུས་རྩ་རླུང་ཐིག་ལེའི་བཀོད་པ་དང་། །སེམས་ཕྲ་རགས་རྣམ་རྟོག་སྐྱེ་ཚུལ་སོགས། །ནང་རྡོ་རྗེའི་ལུས་སེམས་གནས་ཚུལ་ཀུན། །ལུང་མན་ངག་རིགས་གཏན་ལ་ཕབ། །ཅེས་པ་ལྟར་འདི་ལ་གསུམ། ལུས་སེམས་སོ་སོ་བའི་གནས་ཚུལ། ལུས་སེམས་ཐུན་མོང་བའི་གནས་ཚུལ། ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ།

乙二、正行

分三：丙一、基事的情形，丙二、行道的次第，丙三、能现证果位之法。

丙一、基事的情形

乃如“身脉风明点安置法，心粗细分别生起等，内金刚身心安住理，皆教典诀窍理抉择。”所示。其中分三：丁一、身心各自的情形，丁二、身心共同的情形，丁三、别释身的情形。

དང་པོ་ལུས་སེམས་སོ་སོ་བའི་གནས་ཚུལ་ནི། ཤ་རུས་བསྒོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་སམ། ས་ཆུ་མེ་རླུང་ནམ་མཁའ་སྟེ་འབྱུང་བ་ལྔ་དང་། གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་སྟེ་འབྱུར་སྒྱུར་གྱི་ལུས་ནི་རགས་པ་དང་། གནས་པ་རྩ། གཡོ་བ་རླུང་། བཀོད་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དཀར་དམར་ནི་ལུས་ཕྲ་བ་དང་། སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་དང་ཁྱད་པར་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་གྱི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་རླུང་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་ལུས་སོ། །སྒོ་ལྔའི་དབང་ཤེས་ནི་སེམས་རགས་པ་དང་། ཀུན་རྟོག་བརྒྱད་ཅུ་ཕྲ་བ་དང་། སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་དང་ཁྱད་པར་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སེམས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའོ། །

二校稿

丁一、身心各自的情形

有骨肉质碍之身，或地、水、火、风、空五大种及色、声、香、味、触此大种所造之身为粗身；安住者脉、动摇者风，以及安置者红、白菩提明点为微细身；（成为）显、增、得三，以及尤其“第四空”光明坐骑之风，为极微细身。

五门之根识为粗心；八十分别心为微细心；显、增、得三，以及尤其“第四空”光明之心为极微细心。

གཉིས་པ་ལུས་སེམས་ཐུན་མོང་བའི་གནས་ཚུལ་ནི། མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་སྟེ། སྙིང་གར་ཕ་མའི་ཁུ་ཁྲག་གི་ཐིག་ལེའི་ནང་དུ་རླུང་སེམས་འཐུམ་ནས་གནས་པའི་ཐིག་ལེ་ནི་ཇི་སྲིད་འཚོའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་མི་ཤིགས་པའོ། །ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་རླུང་སེམས་གཉིས་ནི་སྲིད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་གྱི་མི་ཤིགས་པ་ཞེས་རླུང་ལོང་བ་རྐང་ལྡན་དང་། སེམས་ཞ་བོ་མིག་ལྡན་ལྟ་བུ་སྟེ་མཐོང་བའི་ཆ་སེམས་དང་། འགྲོ་བའི་ཆ་རླུང་ཡིན་པས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྡོག་པས་ཕྱེ་ལ། དེས་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་བྱེད་དོ། །

丁一、身心共同的情形

不坏明点即位于心间父精母血明点之内、风心封闭而住的明点，乃尽形寿不坏，虽亦名“不坏明点”，实即分位（暂时）的不坏者。极微风心则是乃至获证菩提之间不坏者，风如有脚的盲者、心如有眼的跛者——就能见分为心、就能行分为风，故为体性一而反体异，能作为一切轮涅的根基。

一校稿

གསུམ་པ་ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ནི། ཕ་མའི་ཁུ་ཁྲག་གི་དབུས་སུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་བ་ནས་དང་པོར་རྩ་དབུ་མ་དང་། རྐྱང་མ་དང་། རོ་མ་གསུམ་འཆགས་ཤིང་། དེ་གསུམ་ལས། སུམ་སྐོར་མ་དང་། འདོད་མ་དང་། ཁྱིམ་མ་དང་། གཏུམ་མོ་དང་། བདུད་བྲལ་མ་སྟེ་ལྔ་འཆགས་པས་དེ་རྣམས་ལ་སྙིང་གར་ཐོག་མར་ཆགས་པའི་རྩ་བརྒྱད་ཅེས་གྲགས་ཤིང་དེ་དང་སྙིང་གའི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་མི་གཅིག་གོ །སུམ་སྐོར་མ་དང་། འདོད་མ་དང་། ཁྱིམ་མ་དང་། གཏུམ་མོ་བཞི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་བཞིར་གནས་ཤིང་། སུམ་སྐོར་མ་ལས་ཤར་ལྷོའི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་སོ་སོའི་རྩ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པས་ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱི་རྩ་བརྒྱད་ལ་སྙིང་གའི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་དུ་གྲགས་ལ། ཕྱོགས་བཞིའི་རྩ་ལ་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྩ་དང་། མཚམས་བཞིའི་རྩ་ལ་མཆོད་པ་བཞིའི་རྩ་ཞེས་ཀྱང་བཤད་དོ། །རྩ་འདབ་བརྒྱད་ལས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་རྩ་ཉེར་བཞིར་ཕྱེས་ལ། དེ་ལས་རྟུལ་ལྡན་སྙིང་སྟོབས་ཀྱི་རྩ་གསུམ་རེ་ཕྱེས་པས་དོན་གཉིས། དེ་རེ་རེ་ལས་སྟོང་ཕྲག་རེ་ཕྱེས་པས་རྩའི་གཙོ་བོ་སྟོང་ཕྲག་དོན་གཉིས་སོ། །རྩ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་གསུམ་གྱི་དབུ་མ་ནི་མར་སྣེ་གསང་གནས་དང་ཡར་སྣེ་སྤྱི་བོ་ནས་

འཁྱོགས་ཏེ་སྨིན་མཚམས་སུ་ཟུག་ཅིང་། དེའི་གཡས་སུ་རོ་མ་དམར་པོ་དང་། གཡོན་དུ་རྐྱང་མ་དཀར་པོ་གཉིས་རྐང་མཐིལ་ནས་སྣ་གཉིས་ཀྱི་སྒོར་ཟུག །གསང་གནས། ལྟེ་བ། མགྲིན་པ། སྤྱི་བོ་རྣམས་སུ་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱིས་དབུ་མ་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་རེ་རེ་མདུད་ལ། སྙིང་གར་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱིས་དབུ་མ་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་གསུམ་རེ་བཅིངས་པས་མདུད་དྲུག་བཅིངས་སོ། །དེ་ལྟར་གནས་སོ་སོར་བཅིངས་པས་རོ་མ་ནས་འཛིན་པའི་རླུང་དང་། རྐྱང་མ་ནས་གཟུང་བའི་རླུང་རྒྱུ་ཞིང་། དབུ་མ་ནས་འཆི་ཁར་མ་གཏོགས་རླུང་མི་རྒྱུའོ། །གཟུང་འཛིན་གྱི་རྒྱུན་གཅོད་པ་ལ་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱི་རླུང་དབུ་མར་འཇུག་དགོས་ལ། དེ་ལ་རྩ་འཁོར་རྣམས་དང་ཡར་སྣེ་མར་སྣེ་གཉིས་སུ་འཇུག་སྒོ་རེ་ཡོད་པ་ལས་སྙིང་ག་དང་། ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་གཉིས་འཇུག་སྒོའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །

丁三、别释身的情形

于父母精血中央结生后，最初形成中、右、左三脉，且从此三者分衍出三绕、欲、家、忿 、离尘五脉，故称此诸脉为“心间最初形成之八脉”，其与“心间八脉瓣”并不相同。三绕、欲、家、忿四脉位于东等四正方，且从三绕脉中分衍出东南之脉等每一方脉各分出二脉，故对方、隅的八脉称为“心间八脉瓣”。对其中的四方之脉亦说为“四大种之脉”、对四隅之脉亦说为“四供养之脉”。从八脉瓣各分出身、语、意（脉）而成二十四脉，更各分出尘、暗、勇力三脉而成七十二脉，更各千倍分衍而成脉中主要的七万二千脉。一切（七万二千）脉中最主要的三脉中，中脉的下端止于密处，上端经头顶弯曲（下行）而插入眉间；其右侧为红色的右脉（味脉）、左侧为白色的左脉（展脉）。右左二脉由脚掌（向上延申）插入二鼻门。此二脉分别在密处、脐间、喉间、头顶诸处各左右缠绕中脉一圈而成结；而在心间，则各自左右缠绕三圈，故有成六层脉结捆绑。如是于各处作捆扎故，经右脉流动的是能执之风，经左脉流动的是所执之风，中

二校稿

脉内的风息除临终时外并不流动。要截断能执、所执的续流，便须令右、左二脉之风进入中脉，为此，在诸脉轮及上下二端处所各具的能入之门中，是以心间及脐间二脉轮为主要的能入之门。

རྩ་ནང་ན་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རླུང་ཇི་ལྟར་རྒྱུ་ཚུལ་ལ་རྩ་བའི་རླུང་ལྔ་ནི། མགྲིན་པར་གྱེན་རྒྱུ་དམར་པོ་མེ་ཁམས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན། སྙིང་གར་སྲོག་འཛིན་དཀར་པོ་ཆུ་ཁམས་མི་བསྐྱོད་པ། ལྟེ་བར་མཉམ་གནས་དམར་པོ་རླུང་ཁམས་དོན་གྲུབ། གསང་བར་ཐུར་སེལ་སེར་པོས་ཁམས་རིན་འབྱུང་། ཚིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་བྱེད་སྔོན་པོ་ནམ་མཁའི་ཁམས་རྣམ་སྣང་གི་རང་བཞིན་རྣམས་སོ། །ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔ་ནི་རྒྱུ་བ་མིག་ནས། རྣམ་པར་རྒྱུ་བ་རྣ་བ་ནས། ཡང་དག་པར་རྒྱུ་བ་སྣ་ནས། རབ་ཏུ་རྒྱུ་བ་ལྕེ་ནས། ངེས་པར་རྒྱུ་བ་ལུས་ནས་རྒྱུ་བའོ། །ཁྱབ་བྱེད་སྣ་ནས་མི་རྒྱུ་ལ་གཞན་རྣམས་ནི་སྣ་སྒོ་ནས་ཀྱང་རྒྱུའོ། །

脉内根本及支分风如何流动之理者，五根本风：喉间的火界上行风红色，乃无量光佛的自性；心间的水界持命风白色，乃不动佛的自性；脐间的风界等住风绿色，乃不空成就佛的自性；密处的地界下除风黄色，乃宝生佛的自性；一切关节处空界能遍风蓝色，乃毗卢佛的自性。五支分风：行风流经眼，循行风流经耳，正行风流经鼻，最行风流经舌，决行风流经身。能遍风不流经鼻，而其他诸风则于鼻门亦有流经。

དབུགས་འབྱུང་འཇུག་རེ་ལ་དབུགས་ག་ཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་དབུགས་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དྲུག་བརྒྱ་ཞིན་ཞག་གཅིག་ལ་རྒྱུ་བའི་ཚེ་ལྟེ་བའི་རྩ་འདབ་དྲུག་ཅུ་རྩ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ་དབུགས་སུམ་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་རེ་རྒྱུ་བ་ཆུ་སྲང་རེའི་དབུགས་དང་། སྤྱི་བོའི་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ལ་ཆུ་སྲང་རེའི་དབུགས་ཉིས་འགྱུར་རེ་རྒྱུ་བ་ཆུ་ཚོད་རེའི་དབུགས་དང་། མགྲིན་པའི་རྩ་འདབ་བཅུ་དྲུག་གི་རེ་རེ་ལ་དབུགས་ཉིས་འགྱུར་རྒྱུ་བ་འཕོ་བ་རེའི་དབུགས་དང་། སྙིང་གའི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་འཕོ་བ་རེའི་དབུགས་ཉིས་འགྱུར་རྒྱུ་བ་ཐུན་ཚོད་རེའི་དབུགས་སོ། །

二校稿

每一呼吸合计为一息，一昼夜间共有二万一千六百息流动。期间脐间六十四脉瓣的每一支中，各有三百三十八息流动，为一漏分[3]之息；头顶三十二脉瓣的每一支中，每漏分的气息翻倍流动，为一漏刻[4]之息；喉间十六脉瓣的每一支中，气息翻倍流动，为一转换之息；心间八脉瓣的每一支中，每一转换的气息翻倍流动，为一座之息。

རླུང་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ནི་སྲོག་འཛིན་གྱིས་སྲོག་སྟེ་སེམས་རྩོལ་བ་རིང་དུ་བྱེད་པའམ་རྒྱས་པར་བྱེད། ཐུར་སེལ་གྱིས་དྲི་ཆེན་དྲི་ཆུ་དང་ཁུ་ཁྲག་འཕེན་འཛིན་བྱེད། མཉམ་གནས་ཀྱིས་ཟ་བ་དང་བལྡག་པ་དང་མྱོང་བ་དང་འཐུང་བ་སོགས་བྱེད། གྱེན་རྒྱུས་གྱེན་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྡུད་པ་དང་། བཟའ་བ་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་བར་བྱེད། ཁྱབ་བྱེད་ཀྱིས་འཛིན་པ་དང་འགྲོ་བ་དང་འདུག་པ་སོགས་བྱེད། ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལྔ་རིག་པར་བྱེད་དོ། །ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དབུས་སུ་སྐྱེ་བ་བླངས་པའི་གནས་དེ་ཉིད་སྙིང་ག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་དམར་ཆ་ཅུང་ཟད་འདྲེས་པའི་ཁམས་དཀར་པོ་ཡར་འཕེལ་ཏེ་སྤྱི་བོར་ཤས་ཆེར་གནས་ལ། དཀར་ཆ་ཅུང་ཟད་འདྲེས་པའི་ཁམས་དམར་པོ་མར་འཕེལ་ཏེ་ཤས་ཆེར་ལྟེ་བར་གནས་ཤིང་། གཞན་ཡང་རྩ་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་དེ་སྙེད་ཀྱི་ནང་དུ་ཁམས་འཕེལ་ལོ། །

诸风的作用：持命风能延续或谓增广命——心力，下除风能引持粪尿及精血，等住风能进食、吮吸、尝味及饮用等，能遍风能持住、行走及站坐等；五支分风能觉了色等五境。于白红界中央取生之处位于心间，从其生出稍混有红分的白界上升而主要安住于头顶；稍混有白分的红界则下降而主要安住于脐间。此外，如其脉有几许，其内均有大界在成长。

དེ་ལྟ་བུའི་རྩ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཤེས་པའི་དགོས་པ་ནི། ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དབུས་སུ་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་པ་ན་དེ་ལས་ལུས་རྫོགས་པར་འགྱུར་ལ་མཐར་འཆི་བའི་ཚེ་ཡང་རིམ་གྱིས་བསྡུས་ཏེ་གནས་

二校稿

---

[3] 以刻漏计时的漏分，一漏分有六息。
[4] 古印度分一昼夜的六十分之一，相当于现代 24 分钟。

དེར་ཐིམ་ནས་འཆི་བ་བཞིན་དུ། ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སྙིང་གའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའམ་དེའི་དོད་ཐིག་ལེའི་འོད་ཀྱིས་སྣོད་བཅུད་བསྡུས་ཏེ་མཐར་འཆི་བ་འོད་གསལ་བ་དང་འདྲ་བའི་འོད་གསལ་དུ་རིམ་གྱིས་བསྡུས་པ་ན་ས་ཆུ་ལ་ཐིམ་པ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་བྱུང་ནས་འོད་གསལ་དུ་ཆུ་ལ་ཆུ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ནས་བར་དོ་རླུང་སེམས་ཙམ་གྱི་ལུས་གྲུབ་པ་དང་འདྲ་བའི་འཇའ་ལུས་འགྲུབ་དགོས་པར་གསུངས་ལ། ཡང་རྩ་དབུ་རྐྱང་རོ་གསུམ་གྱི་འཆགས་ཚུལ་དང་དེ་དག་གི་གནས་སྟོད་སྨད་ནས་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་ཡོད་ཚུལ་ཤེས་པ་ནི་འཆི་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཚེ་དམར་ཆ་གྱེན་དང་དཀར་ཆ་འཐུར་དུ་འོངས་པའི་འདུ་འཕྲོད་ལས་སྣང་བ་རིམ་གྱིས་སྡུས་པའི་འཆི་རིམ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཀྱང་དམར་ཆའི་མེ་འཕེལ་བར་བྱས་པས་དཀར་ཆ་འཐུར་དུ་འདྲེན་པའི་འོད་འདུ་འཕྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་སྣང་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་དུ་སྡུད་པའི་རྫོགས་རིམ་བསྐྱེད་ནས། དེའི་མཐར་སྒྱུ་མའི་སྐུར་ལྡང་བ་ཤེས་པའི་གནད་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །

了解上述脉等身况的目的，谓当神识入于白红界中央时，便从中转成完整之身；最后临终时，亦渐次收摄而融入该处而死。同样，道位中，也是以三摩地萨埵或代以明点之光收摄情器——当渐次收摄至最终与如死光明相似的光明中时，出现地融入水等诸征相已，如水中投水般入于光明，其后，与成就仅为风心所成的中有之身相似而成就虹身——此即其目的。

更谓，了解中、右、左三脉形成之理及彼等之处上下所具红白菩提之理，是如同接近死亡时，将出现红分上升、白分下降会遇所生诸相而渐次收摄的死亡次第，同样，瑜伽士也是依靠观红分火盛、令白分下降所引的光明会遇，从而生起诸相次第摄入光明的圆满次第后，最终才现起幻身——具有如是应知晓的重大扼要。

གཉིས་པ་ལ་བགྲོད་པའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས། རླུང་དབུ་མར་སྡུད་པའི་རིམ་པ་དང་། བསྡུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྒོམ་པའི་རིམ་པའོ། །

དང་པོ་རླུང་དབུ་མར་སྡུད་པའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས། སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། དམ་ཚིག་གི་རྣལ་འབྱོར་རོ།།

དང་པོ་སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཉིས། ལྟེ་བའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་དང་། སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་བཤད་པའོ།།

丙二、行道的次第

分二：丁一、摄风入中脉的次第，丁二、依收摄而修的次第。

丁一、摄风入中脉的次第

分二：戊一、咒瑜伽，戊二、誓言瑜伽。

戊一、咒瑜伽

分二：己一、解说脐间随灭的收摄次第，己二、解说咒瑜伽正行。

二校稿

དང་པོ་ལྟེ་བའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་ནི། རང་གསང་ཆེན་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་ནི། །གནད་ཁྱད་པར་བཞི་ལྡན་ལེགས་བསྒོམས་པའི། །རྩ་དབུ་རྒྱུང་རོ་གསུམ་འཁོར་ལོ་དྲུག །མདོག་དཀར་དམར་རླུང་སེམས་ཐིག་ལེས་སྦྱངས། །སྙར་ཡེ་ཤེས་ཀྣ་ཀིའི་ཕོ་བྲང་དུ། །ལྷ་ཡེ་ཤེས་ཏིང་འཛིན་སེམས་དཔའ་ལ། །ཡིད་རྩེ་གཅིག་ཆགས་པའི་རང་འོད་ཀྱིས། །ཁོང་བརྟན་གཡོའི་སྣོག་མོ་དབང་དུ་བསྡུས། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། སྔར་བཤད་པའི་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་ངོ་བོ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་མདོར་བསྡུས་སོང་ཟིན་པ་ན། གནད་ཁྱད་པར་བཞི་ལྡན་གྱི། དུས་ཀྱི་གནད་ནི་སྟོང་པ་བཞི་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་ཐོ་རངས། དགའ་བཞི་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་ཕྱི་དྲོ་མེའི་དུས་སུ་སྒོམ་པའོ། །ལུས་ཀྱི་གནད་ནི། རྣམ་སྣང་གི་ཆོས་བདུན་ལྡན་ཏེ་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་འདིར་ངེས་པར་གལ་ཆེ་བས། ཀང་མིག་ལུས་ཕྲག་མགོ་སོ་ལྕེ་དབུགས་བརྒྱད། ཅེས་པའི་དབུགས་མ་ཟེ་བའི་དང་པོ་བདུན་ཏེ། ཀང་པ་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་། མིག་སྣ་རྩེར་ཕབ། ལུས་དྲང་པོར་བསྲང་། ཕྲག་པ་གཉིས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་ལག་པ་མཉམ་བཞག །མགྲིན་པ་ཅུང་ཟད་དགུག །སོ་དང་མཆུ་རང་བབས་སུ་བཞག །ལྕེ་རྩེ་རྐན་ལ་ཞར་བའོ།།

己一、解说脐间随灭的收摄次第

乃如“自身大密能怖双尊，四差别扼要所善修，中右左三脉及六轮，色白红风心明点净，再智慧空行宫殿中，于尊、智慧及定~~尚不忘~~萨埵，意专注以贪自光力，遍情器骄女尽怀摄！”所示。修毕前述的大密一部体性能怖金刚的简略生起次第后，四扼要中，

1、时扼要：若以四空为主者于黎明时分修，若以四喜为主者于下午火之时分修。

2、身扼要：即具足毗卢七法。其于此圆满次第阶段定为必须，故极重要。所谓的“足眼身肩头齿舌息八”中，不包括气息的前七项为：足结金刚跏趺、眼视鼻端、身躯端直、两肩不致高低不平故手结等捨印、颈部稍弯曲、唇齿自然放置、舌尖抵上颚。

一校稿

རླུང་གི་གནད་ནི་ལུས་ནང་གི་དབུས་དྭངས་པོར་རྩ་དབུ་མ་མདའ་སྨྱུག་ཙམ། མར་སྣེ་ལྟེ་འོག་སོར་བཞི་ཙམ་ནས་ཡར་སྣེ་སྤྱི་བོ་ནས་དགུག་སྟེ་སྨིན་མཚམས་དང་། དེའི་གཡས་སུ་རོ་མ་དམར་པོ་དང་། གཡོན་དུ་རྐྱང་མ་དཀར་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཡར་སྣེ་སྣ་བུག་གཡས་གཡོན་དུ་ཟུག་པ། མར་སྣེ་གཉིས་དབུ་མ་ལས་སོར་གང་ཙམ་གྱིས་རིང་བ། དེ་ནས་རྐྱང་མའི་མར་སྣེའི་སྦུབས་སུ་རོ་མའི་མར་སྣེ་བཙུག་པར་བསམ་ལ་སྣ་གཡས་ནས་རླུང་དལ་བུས་རྟབ་སྟེ་རོ་མ་ནས་རྐྱང་མའི་ནང་དུ་ཕྱིར་གྱིས་ཞུགས་པས་རྐྱང་མ་རངས་པ་དང་། འཁྲུམས་པ་དང་། རལ་ཞིང་གས་པ་སོགས་རྩ་དང་བྱང་སེམས་དང་རླུང་ལས་སུ་མི་རུང་བའི་ཉེས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་སྦྱངས་པར་བསམ་ལ་སྣ་བུག་གཡོན་ནས་འབུད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལན་གསུམ། ཡང་རོ་མའི་ནང་དུ་རྐྱང་མ་བཙུག་ལ་སྣ་གཡོན་ནས་རྟབ་སྟེ་རོ་མའི་ནང་དུ་ཕྱིར་གྱིས་སོང་བའི་ཉེས་སྐྱོན་ཐར་ཤར་སྦྱང་བ་ལན་གསུམ། ཡང་རོ་མའི་ནང་དུ་རྐྱང་མ་བཙུག་ལ་སྣ་གཡོན་ནས་རྟབ་སྟེ་རོ་མའི་ནང་དུ་ཕྱིར་གྱིས་སོང་བའི་སྐྱོན་ཐར་ཤར་སྦྱང་བ་ལན་གསུམ། སླར་ཡང་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀའི་མར་སྣེ་དབུ་མའི་མར་སྣེའི་སྦུབས་སུ་བཙུག་སྟེ་སྣ་བུག་གཉིས་ཀ་ནས་རླུང་རྟབ་པ་རོ་རྐྱང་བརྒྱུད་དབུ་མའི་ནང་དུ་ཕྱིར་གྱིས་སོང་བས་དབུ་མའི་ཉེས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་ཐར་ཤར་སྦྱངས་པ་བསམ་པ་ལན་གསུམ་

དང་། འདིའི་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ནས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཧྲུབ་སྟེ་རླུང་མཇུག་དྲག་ཏུ་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ་རླུང་རོ་དགུ་ཕྱུགས་སུ་བསལ་ལོ།།

3、风扼要：身内正中垂直的中脉粗约箭杆，下端约于脐下四指，上端经头顶弯曲至眉间。其右侧为红色右脉，左侧为白色左脉——此二脉的上端插入右左二鼻孔、下端较中脉长约一指。其后，观右脉下端插入左脉下端的开口，从右鼻孔徐徐吸气，气息沿右脉内轰然注入左脉，令左脉的僵硬、扭曲、溃破等脉、菩提心与风的不堪能之过全部净治。如是观想而从左鼻孔呼气。反复三遍。其后，再观左脉的下端插入右脉下端的开口，从左鼻孔徐徐吸气，观气息沿左脉内轰然注入右脉，如前净治诸过。反复三遍。再观右、左二脉下端插入于中脉下端的开口内，两鼻孔同时吸气，观气息沿右、左二脉轰然注入中脉，令中脉的一切过失如前净治。反复三遍——此组在往外呼气时，谓应稍吸气，最末之风则猛然呼出。此为九节风除浊法。

དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་གནད་ནི་རྩ་འཁོར་སོགས་གསལ་གདབ་པ་སྟེ་དེ་ཡང་ཐོག་མ་རྩ་རླུང་གི་གེགས་མི་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་རང་འཇིགས་བྱེད་དུ་གསལ་བའི་ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་སྟོང་སང་དངས་ཤིང་གསལ་བ་ཕྱུ་མ་ཕུས་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་རྐང་ལག་གི་སོར་མོའི་ནང་ཚུན་ཆད་གང་ལའང་ཐོགས་གཏུགས་མེད་པར་བསམ་ལ་སྟོང་ར་བསྒོམ། དེ་ནས་ལུས་ནང་གི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ལ་ལྟོས་པའི་དབུས་དྲང་ཐད་དང་། རྒྱབ་མདུན་གཉིས་ལ་ལྟོས་པའི་ཅུང་ཟད་རྒྱབ་ལ་ཉེ་བར་རྩ་དབུ་མ་ཕྱི་སྐྱོ་ལ་ནང་དམར་བ་མདའ་སྨྱུག་ཙམ་ཡར་སྣེ་སྤྱི་བོ་ནས་གུག་སྟེ་སྨིན་མཚམས་སུ་ཟུག་པ། མར་སྣེ་རྡོ་རྗེའི་བུ་ག་དང་ཁད་ཆད་ཙམ་གང་བའི་རྣམ་པ་ཅན། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་རོ་རྐྱང་གཉིས་གྲོ་སོག་ཙམ་ཡར་སྣེ་སྣ་བུག་གཡས་གཡོན་དང་མར་སྣེ་དབུ་མ་དང་མཉམ་པ་ཙམ་ཞར་བའི་རྣམ་པ་ཅན།

4、所缘扼要：即明观脉轮等法。其初，为不成脉、风之障故，明观为能怖金刚的自身内部全皆空朗、晶莹明彻，状如吹胀胞衣，乃至手足指以上任何支分，全无质碍，如是观想，即“观修空朗”。

其后，明观位于身内、相对于左右而言正中、相对于前后而言稍靠背后的中脉，其色外蓝内红、粗约箭杆许，上端经头顶弯曲下行而开口于眉间，下端约止于将近金刚孔窍的水平，呈充盈（饱满）状。其右左两侧分别为右脉与左脉，粗约麦秆许，上端止于右左二鼻孔，下端约与中脉下端齐平，呈空浮状。

སྙིང་གར་རོ་རྒྱུང་གིས་དབུ་མར་མདུད་མཚམས་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་རྩ་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཕྱི་དབྱིབས་ཟླུམ་པོ་གདུགས་ཁ་ཕུབ་པ་ལྟ་བུ། ལྟེ་བར་མདུད་མཚམས་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བཅུ་དྲུག དེ་རེ་རེ་བཞི་བཞིར་ཕྱེས་པའི་རེ་བཞི་ཁ་དོག་དམར་པོ། དབྱིབས་གྲུ་གསུམ་གདུགས་ཁ་བསྒྲེངས་པ་ལྟ་བུ། གསང་གནས་སྨུ་དཀར་ནག་གི་ཐད་དྲངས་པར་མདུད་མཚམས་ལས་ཕྱོགས་བཞི་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཕྱེས་པའི་བཅུ་དྲུག དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་སོ་གཉིས་ཁ་དོག་ཁྲ་བོ། དབྱིབས་གྲུ་གསུམ་ཁ་ཕུབ་པའི་རྣམ་པ། རྟགས་ཀྱི་རྡོ་རྗེའི་ཀྱི་སྐམ་གྱི་ཐད་དྲངས་པར་མདུད་མཚམས་ལས་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད་ཁ་དོག་དཀར་པོ། དབྱིབས་ཟླུམ་པོ་གདུགས་ཁ་བསྒྲེངས་པ་ལྟ་བུ། མགྲིན་པའི་ཨོལ་མདུད་ཀྱི་ཐད་དུ་མདུད་མཚམས་ལས་ཕྱོགས་བཞིར་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བཅུ་དྲུག ཁ་དོག་དམར་པོ། དབྱིབས་ཟླུམ་པོ་གདུགས་ཁ་བསྒྲེངས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱི་བོར་ཀླད་སྐྱའི་སྟེང་ཙམ་གྱི་ཐད་དུ་མདུད་པ་མཚམས་ལས་ཕྱོགས་བཞིར་རེ་རེ་ཕྱེས་པའི་བཞི། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བརྒྱད། དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་བཅུ་དྲུག དེ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཕྱེས་པའི་སོ་གཉིས་ཁ་དོག་ཁྲ་བོ། དབྱིབས་གྲུ་གསུམ་ཟུར་གཅིག་རྒྱབ་ཏུ་བསྟན་པ་ཁ་ཕུབ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་རྣམས་བསམ་མོ། །

二校稿

于心间处的中脉——从其为右左二脉打结段向四方分衍出四脉瓣，其各分二支而呈八脉瓣，（此脉轮）白色、圆形，状如伞口下覆。于脐间处，从其脉结段向四方分衍出四脉，再各自分出二脉而成八，再各分二而成十六，再各分四而成六十四脉瓣，（此脉轮）红色、三角形，状如伞口仰承。于密处黑白（阴）毛际水平，从其脉结段向四方分出四脉瓣，再各分二支而成八，再各分二而成十六，再各分二而成三十二脉瓣，（此脉轮）杂色、三角形，状如伞口下覆。于杵状外阴的皱褶水平，从其脉结段向四方分出四脉瓣，再各分二而成八脉瓣，（此脉轮）白色、圆形，状如伞口仰承。于颈部喉结水平处，从其脉结段向四方分出四脉瓣，再各分二而成八，再各分二而成十六脉瓣，（此脉轮）红色、圆形，状如伞口仰承。于头顶紧贴脑膜之上水平处，从其脉结段向四方分出四脉瓣，再各分二支而成八，再各分二而成十六，再各分二而成三十二脉瓣，（此脉轮）杂色、三角形，状如伞口下覆。

བདེ་བའི་རྟེན་ཀུནྡ་ལྟ་བུའི་བྱང་སེམས་དཀར་པོ་ཤས་ཆེར་སྤྱི་བོར་གནས་པས་ན་སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ། བཟང་བཏུང་སོགས་མགྲིན་པ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པས་མགྲིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་རླུང་སེམས་སྙིང་གར་གནས་པས་སྙིང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། ལྟེ་བའི་མེས་སྤྱི་བོའི་བྱང་སེམས་བསྐུལ་བའམ་སྤྲུལ་པས་ན་ལྟེ་བ་སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་གསང་གནས་ལས་སྐྱོང་བས་ན་གསང་གནས་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ་ཞེས་གྲགས་སོ།།

乐所依的如“衮打”（白莲）般的白菩提既主要位于头顶故，头顶（的脉轮）便称为“大乐轮”；饮食等是由喉间纳受故，喉间（的脉轮）便称为“受用轮”；诸法根本的极微风心位于心间故，

二校稿

心间（的脉轮）便称为“法轮”。以脐间之火策励、或曰变化头顶的菩提故，脐间（的脉轮）便称为“变化轮”。俱生之乐由密处保护故，密处（的脉轮）便称为“护乐轮”。

དེ་ལྟར་གནས་བཞི་དང་ལྡན་པར་བྱས་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་གཞུང་གིས་ཟིན་སོ་ཆེ་བ་མེད་ཀྱང་བླ་མ་གོང་མའི་མན་ངག་ལས་བྱུང་བའི་ཐོག་མར་རྩ་ལམ་སྦྱོང་བ་ནི། སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུ་མའི་ནང་དུ་བླ་མ་ཡི་དམ་གྱི་གསང་བ་གསུམ་དང་རང་གི་སྒོ་གསུམ་དབྱེར་མེད་པའི་ཐིག་ལེ་དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཆགས་པ་སྲན་མ་ཙམ་ལ་རང་སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་བྱས་ཏེ་རྩ་འཁོར་ལ་མདུན་ནས་གཡས་སྐོར་གྱི་ཚུལ་དུ་ཇི་འདྲ་འདུག་བལྟས་པས་རྩ་འདབ་རྣམས་ཀྱི་སྦུབས་སྟོང་སེང་ངེ་བ་མར་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར། ཡར་མགྲིན་པའི་རྩ་འཁོར་མཐོང་བས་ཡར་དབུ་མའི་ནང་དུ་བདེ་འཁྱིལ་གྱིས་སོང་། མགྲིན་པའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་རེ་ཞིག་བསྡད་ནས་རྩ་རྣམས་ལ་སྔར་ལྟར་བལྟས། ཡར་སོང་སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་ཙུང་ཟད་བསྡད་ནས་སྔར་ལྟར་བལྟས། སྨིན་མཚམས་ཀྱི་བུ་ག་མཐོང་བས་དེར་སོང་ནས་ཡར་སྣེ་ནས་ཐིག་ལེ་ཕྱེད་ཙམ་ཕྱིར་འཐོན་ནས་ཕྱིའི་སྣོད་བཅུད་དག་པ་རབ་འབྱམས་དང་རང་ལྟར་གསལ་བ་བཅས་གསལ་སེང་ངེ་མཐོང་། སླར་ཡང་དབུ་མའི་ནང་བརྒྱུད་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་སྤྱི་བོ་མགྲིན་པ་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་རྣམས་ལ་སྔར་ལྟར་བལྟས། མར་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་མཐོང་བས་བདེ་འཁྱིལ་གྱིས་སོང་། ལྟེ་བའི་རྩ་འདབ་རྣམས་ལ་སྔར་བཞིན་བལྟས། དེ་བཞིན་དུ་མར་སོང་གསང་གནས་དང་ནོར་བུའི་རྩ་འཁོར་ལ་བལྟས་ཏགས་ཀྱི་བུ་ག་ནས་ཕྱེད་ཙམ་ཕྱིར་འཐོན་ཏེ་སྔར་བཞིན་བལྟས། ཡང་ཡར་སོང་རིམ་བཞིན་ནོར་བུ་དང་། གསང་གནས་དང་། ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་རྣམས་ལ་གཡས་སྐོར་དུ་བལྟས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་ཡང་ཡང་དབུ་མའི་ནང་དུ་ཡར་སྣེ་མར་སྣེའི་བར་འགྲོ་འོང་བྱས་ལ་ཐུན་གྲོལ་བ་ན་སྨོན་ལམ་རྒྱས་བསྡུས་གང་རུང་བྱའོ།།

如是，由具四扼要而修之法虽于教典中未见广详记述，但按出自祖师诀窍的修法，首先为净治脉道：于心间脉轮中脉之内，观想一颗上师、本尊三密与自己三门无别的明点，颜色白中带红、大小约如豌豆，令自心如入于其中般，于脉轮内由前向右旋绕状观看脉

三校稿

管的状态若何，令众脉瓣的管道变得空朗朗；得以看见下方脐间脉轮、上方喉间脉轮故，遂乐陶陶状沿中脉内部上升。至喉间脉轮中央，稍作停留后，如前述般观看诸脉。继往上到达头顶脉轮中央，稍作停留后，如前观看。得见眉间孔窍故，遂抵达该处后，从（中脉）上端往外突出半颗明点，历历分明见到均为无边清净的外部情器世间，以及明观为本尊的自身。再沿中脉内返回，依次对头顶、喉间、心间诸脉轮如前作观看。由见下方的脐间脉轮故，遂乐陶陶状到达该处，如前观看脐间诸脉。同样往下，到达密处及宝珠的脉轮，从外阴的孔窍往外突出半颗明点，如前作观看。再返回，往上渐次上升，到达宝珠、密处、脐间诸脉轮，右绕观看。以如是的方式反复在中脉内部的上端至下端间往来。下座前，作或广或略的发愿。

二校稿

རྩ་ལམ་སྦྱོང་བ་ལ་ཞག་འགའ་གཅིག་དྲིལ་བྱས་པས་རྨི་ལམ་དུ་བུག་པ་ཆུང་ངུ་ནས་ཐོན་པ་སོགས་ཀྱི་ལྟས་འབྱུང་བར་གསུངས་པས་དེ་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་བར་དུ་སྦྱོང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྩ་ལམ་སྦྱངས་ནས་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་ཐིམ་པ་ན་ཐིག་ལེ་རང་ཉིད་ལ་བལྟས་པས་ཐིག་ལེ་འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་ནང་དུ་བླ་མ་ཡི་དམ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ངོ་བོ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ་ཡུམ་དང་བཅས་དཀར་པོ་བརྒྱ་སྲིན་ཙམ་བསམ་པ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་དང་། ཡབ་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཉི་གདན་ཡུངས་འབྲུ་ཕྱེད་པ་ཙམ་གྱི་སྟེང་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་དཀར་པོ་ཡུངས་ཀར་སྒོམ་པོའི་ཚད་ཙམ་ནཱ་ད་སྦྲུ་རྩེ་ལྟ་བུ་ལས་མེ་ཏུང་ཟད་འབར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་བསམ་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་སྟེ་དེ་ལ་སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་བྱས་ཏེ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བསྒོམ། དེ་ཡང་གསལ་བའི་ཐོགས་འདོན་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ་དང་། བརྟན་པའི་ཐོགས་འདོན་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་ཉི་གདན་ལ་ཐུག་པའམ། ཏུང་ཟད་ཐིམ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བྱས་ལ་ཉེས་པ་ལྷ་སྒོང་ལུགས་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་ལུགས་སོགས་ལམ་ཐུན་མོང་བའི་ཞི་གནས་ཀྱི་སྐབས་དང་འདྲའོ། །ཡེ་ཤེས་ཊཱ་ཀི་ནི་

མཁའ་འགྲོ་མ་སྟེ་ནང་གི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཁམས་དམར་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་གནས་པའི་ཕོ་བྲང་ལྟ་བུ་ནི་ལྟེ་བ་ཡིན་པས་ཌཱ་ཀིའི་ཕོ་བྲང་ངོ་། །ལྷ་ཡེ་ཤེས་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་ནི་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་དང་། ཡིད་རྩེ་གཅིག་པ་ནི་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སྒོམ་པའོ། །

假以时日专修净治脉道之法，谓即可于梦中出现由小孔中跃出等征兆，故应持续勤修，直至出现此等征兆。

如是净治脉道后，当抵达脐间的脉轮中央时，明点由观看（行者）自身故，明点遂融化为光，于脐间脉轮中央内部转成上师、本尊与自心无别的体性——一面二臂、怀抱佛母的白色能怖金刚，大小约等汉地豌豆，此为智慧萨埵。于佛父心间、大小约如半颗芥子许的日垫之上，观想一颗大小约如饱满白芥子的白色ཧཱུྃ（吽）字，且其“那达”中有一缕毛尖许大、炽热自性的火苗，此（字）为三摩地萨埵。令心如入于其中般专注观修。此中，为显发明现的效益故，观ཧཱུྃ（吽）字放光；为显发稳固的效益故，观ཧཱུྃ（吽）字插于日垫、或稍融入日垫状。此段与“断五过”及“具八想”之规等共道中寂止章节所述相同。

又，（根本颂中的）“智慧空行”即空行母，内空行即红色大界，犹如其所住的宫殿般的，乃脐间脉轮，即所谓“空行宫殿”。“尊、智慧及定萨埵”即如刚才所述。“意专注”指专注一趣而修。

རང་འོད་ཀྱིས་བརྟན་གཡོའི་སྣོག་མོ་སྟེ་བུད་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་དུ་བཀོད་ནས་དབང་དུ་བསྡུ་ཚུལ་ནི། རྩེ་གཅིག་ཏུ་བསྒོམས་པ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་སྙོམས་པར་ཞུགས་པའི་སྦྱོར་མཚམས་དང་ཐུགས་ཀའི་ཧཱུྃ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་དམ་ཚིག་སེམས་དཔའི་ལུས་གང་། ཕྱིར་འཕྲོས་ཏེ་གཞལ་ཡས་ཁང་སོགས་སྣོད་བཅུག་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པས་ཉེས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་སྦྱངས་ནས་སྣོད་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་བཅུད་

རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་བསྒྱུར། སླར་མཐར་ནས་རིམ་གྱིས་བསྡུས་ཏེ་རང་ལ་ཐིམ། རང་ཡབ་ཡུམ་དང་བཅས་པ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ། དེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ། དེ་ཡང་ཞྭ་ཀྱུ། མགོ་བོ་ཟླ་ཚེས། ཐིག་ལེ་ནཱ་དའི་བར་རིམ་གྱིས་བསྡུས་ཏེ་ནཱ་ད་སྐྲ་རྩེ་ཕྲ་བུ་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་དེ་ཉིད་གནས་མི་འཕྲུག་པའི་ཕྱིར་མི་བསྡུ་བར་དེ་ལ་དམིགས་ནས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སྒོམ། ཡང་ཐིག་ལེ་ཟླ་ཚེས་སོགས་རིམ་གྱིས་སེམས་དཔའ་གསུམ་བརྩེགས་སོགས་ཀྱི་བར་གྲུབ་པར་བསམ་ལ་སྔར་ལྟར་སྡུད་རིམ་བསླབ་པའོ།།

以“自光力”安置“情器骄女”——女性身相者而作“怀摄”之理：一心专注观修——从智慧萨埵双尊交合处及心间的ཧཱུྃ（吽）字放光，充满誓言萨埵全身；继续外放，遍及无量宫等一切情器，净治所有过患后，器世间转为无量宫、情世间转为能怖金刚双尊之相。再从周边渐次收摄，融入自己，自身父母双尊融入智慧萨埵、再融入三摩地萨埵（ཧཱུྃ字）、再融入字足ུ、ུ融入ཧ（哈），继从其顶划、弯月、空点、那达（ྂ）之间依次收摄，直至“那达”仅剩如毛端般极为微细——为不致错失其（所缘）处故，不作收摄而缘彼专注而修。再观从空点、弯月等，乃至三重萨埵等之间渐次形成。其后再如前观修收摄次第，如是作修学。

二校稿

དེ་ལྟར་འབད་པས་ནཱ་ད་ཕྲ་མོ་ལ་དམིགས་ནས་བྱིང་རྒོད་ཕྲ་མོ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་དྲུག་ཆ་འཁྱོངས་པ་བརྟན་པའི་ཚད་དུ་གསུངས་ལ་སྔར་སྣོད་བཅུད་བསྡུས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་རང་ལྷར་གསལ་བའི་སྣང་བ་བསྡུས་པ་ནི་གཞིག་པ་སྟེ་སྣོད་བཅུད་བསྡུས་པའི་རྗེས་སུ་གཞིག་པས་ན་འདི་ལ་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་ཞེས་བྱའོ།།

如是精勤缘微细那达而修，当达至能于一昼夜的六分之一时长保持连微细沉掉亦无，谓即坚固之量。此中，先收摄情器，后再收摄明观为本尊的自己之显现，即为“坏”。如是，既为随于情器收摄之后方才坏灭，便名之为“随灭的收摄次第”。

དེ་ལྟར་འབད་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་འབྱུང་སྟེ། ཞུགས་པའི་རྟགས་སྣ་བུག་གི་རླུང་ཤེད་མཚུངས་ངེས་ཅན་དུ་ཐེང་པ་འབྱུང་བའི་ངེས་ཅན་ནི་སྒོམ་རེས་ཀྱི་དང་། ཐེང་པ་ནི་འགྲོ་བའོ། །གནས་པའི་རྟགས་སྣའི་རླུང་གི་རྒྱུ་བ་ཆད་ཅིང་ལྟོ་བ་མི་འགུལ་ལ། བྱིང་བ་ཕྲ་མོ་མཚོན་པའི་གནས་པ་བརྟན་པོ་ལའང་སྣའི་རྒྱུ་བ་ཆད་པ་འབྱུང་ཡང་ལྟོ་བ་འགུལ། འདིར་ནི་སྲོག་པ་རྩ་ལ་རླུང་མི་འཇུག་པས་ལྟོ་བ་མི་འགུལ་བའོ། །ཐིམ་པའི་རྟགས་ས་ཁམས་ཐུར་སེལ་གྱི་ནུས་པ་ཉམས་ནས་ཆུ་ཁམས་སྲོག་འཛིན་གྱི་ནུས་པ་གསལ་དུ་སོང་བ་ལ་ས་ཆུ་ལ་ཐིམ་པའི་ཐ་སྙད་བྱས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ཐིམ་པ་མེད་ལ། དེའི་འོག་མ་རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེ་ཞིང་། ས་ཆུ་ལ་ཐིམ་པས་སྨིག་རྒྱུ་ལྟ་བུ། ཆུ་མེ་ལ་ཐིམ་པས་དུ་བ་ལྟ་བུ། མེ་རླུང་ལ་ཐིམ་པས་མེ་ཁྱེར་ལྟ་བུ། རླུང་ཁམས་རྣམ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པའི་འགོ་རྩོམ་པ་ན་རང་བཞིན་བརྒྱད་ཅུའི་བཞོན་པ་འགག་པར་འགྱུར་བ་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ན་མར་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ། རང་བཞིན་བརྒྱད་ཅུ་འགགས་ཟིན་ནས་ཀུན་རྟོག་གི་རླུང་སྣང་བ་ལ་ཐིམ་པས་སྣང་བ་རང་དུས་སུ་སྟོན་གནམ་གཡའ་དག་པ་ལ་ཚེས་བཅོ་ལྔའི་ཟླ་འོད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ལྟ་བུ་དཀར་ལམ་པ། དེ་མཆེད་པ་ལ་ཐིམ་པས་ཉི་འོད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ལྟ་བུའི་དམར་ལམ་པ། དེ་ཉེར་ཐོབ་ལ་ཐིམ་པས་ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་སྟོད་ལ་སྟོན་གནམ་ལ་སྲོད་ཀྱི་མུན་པས་ཁྱབ་པ་ལྟ་བུའི་ནག་ལམ་པ་དང་། བར་ལ་དྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་ཞིང་། སྨད་ལ་འོད་གསལ་ཆ་འདྲ་ཙམ་འཆར་བ་ལ་འོད་གསལ་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཡིན་གྱིས་འོད་གསལ་དངོས་གནས་རྣམ་གཡའ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འཆར་རོ། །

二校稿

如是勤修，风息便将入、住、融于中脉。“入”的标志，是出现双鼻孔中风力达到具决定的均等——所谓“具决定”指“轮到应观修的”，“达到”指“趣行”。“住”的标志，是鼻中风息流动断灭且腹部无起伏——虽于微细沉没所导致的住分坚固中亦会出现鼻息断灭，但有腹部起伏；此处则为风息不进入命脉，故而腹部无起伏。“融”的标志，是地界下除风的能力衰减后，水界持命风的能力显发，对此安立“地融入水”的名言，并无真实的融入。其后接逐诸征相亦当如是类推。且地融入水故，出现如阳焰之相；水融

入火故，出现如烟之相；火融入风故，出现如流萤之相；风界即将融入意识时，八十自性的坐骑风便断灭——已正式融入时，将出现如灯火炽燃之相。八十自性断灭后，分别心的风融入“显”相故，于“显”相的自阶段，将出现如同秋季十五晴朗夜间月光遍洒般白茫茫之相；彼融入“增”相故，出现日光遍布般的红彤彤之相；彼融入“近得”故——于近得的上半段出现如秋季黄昏暗黑遍满般黑黢黢之相，于中段出现无念昏迷，而下半段将现起唯近似分的光明，其仅为虚设的光明而已，真实的光明须于晴空智慧时方才出现。

འོད་གསལ་དེ་ལས་མ་གཡོས་པའི་ངང་ནས་བློའི་ཆ་ཤས་ཀྱིས་གསང་གནས་ཀྱི་རྩ་འཁོར་གྱི་རླུང་གཡོས། ལྟེ་བའི་མེ་སྦར་བས་སྤྱི་བོའི་བྱང་སེམས་ཧཾ་ཡིག་གི་ངོ་བོ་བཞུགས་པས་བྱང་སེམས་མགྲིན་པར་སླེབས་ཀྱི་བར་ལ་ཡས་བབས་ཀྱི་དགའ་བ། དེ་ནས་སྙིང་གར་སླེབས་པའི་བར་ལ་མཆོག་དགའ། ལྟེ་བར་སླེབས་པའི་བར་ལ་ཁྱད་དགའ། གསང་བ་དང་ནོར་བུའི་རྩ་འཁོར་དུ་སླེབས་པ་ན་ཡས་བབས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་བ་སྐྱེས། དེའི་ཚེ་བདེ་སྟོང་སྦྱར་ནས་བསྒོམ་པར་བྱ་སྟེ་སྣང་བ་སྟོང་སང་། འཛིན་སྟངས་སྟོང་ཉིད། མྱོང་ཡུལ་བདེ་བ། ཐོབ་བྱ་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་དངོས་ཐོབ་བྱུང་སྙམ་པའི་ང་རྒྱལ་བྱ་སྟེ། སྟོང་པ་བཞི་ལས་འོད་གསལ། དགའ་བ་བཞི་ལས་ལྷན་སྐྱེས། ལྟ་བ་བཞི་ལས་ཐལ་འགྱུར་བ། སྐུ་བཞི་ལས་ཆོས་སྐུ་ལ་མཉམ་པར་འཇོག་པའོ། །

从于彼光明不动摇的状态中，以心的一分鼓动密处脉轮之风，点燃脐间之火——头顶的菩提心乃以ཧཾ（杭）字体性而住故，令菩提心下降，乃至抵达喉间之前，出生上降之“喜”；其后，乃至抵达心间之前，出生“胜喜”；抵达脐间之前，出现“特喜”；抵达密处及宝珠的脉轮时，出生上降的“俱生喜”。

其时，乐空结合而修，即显现分为空朗、执取方式为空性、领受境为乐、所获为果位智慧法身——应作念其已真实获证而持佛慢。

二校稿

如是，乃于四空中的（第四空）光明、四喜中的俱生喜、四见解中的应成见、四身中的法身中安住等捨。

དེ་ནས་ལུགས་ལྡོག་གི་དགའ་བཞི་འདྲེན་པ་ན་བྱང་སེམས་འདྲེན་པའི་ཚུལ་ནི། རྡོ་རྗེའི་རྩེ་མོ་རྟིང་པས་མནན། སྲིན་ལག་གི་རྩ་བ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་པའི་ཁུ་ཚུར་གཉིས་ཀྱིས་ནུ་མ་བཀག། མིག་གྱེན་དུ་བལྟ། ལྕེ་རྩེ་ཀན་དང་། ལྟོ་བ་རྒྱལ་ཚིགས་ལ་སྦྱར། རྐང་པའི་སོར་མོ་རྣམས་བསྐུམས། ངག་ཏུ་ཧཱུཾ་རིང་པོ་བརྗོད་ནས་འོག་རླུང་དྲངས། དམིགས་པ་བྱང་སེམས་ཧྲིལ་གྱིས་དབུ་མའི་ལམ་ནས་སྤྱི་བོར་སོང་བར་བསམ། དེས་མ་ལྡོག་ན་རྡོ་རྗེའི་རྩེ་མོ་ནང་དུ་བཀག་པ་ཡར་སོང་སྤྱི་བོའི་དབུ་མ་ནས་ཐོན་པའི་རྩེ་མོ་ཅུང་ཟད་གུག་པར་བསམ་ལ་སྔར་ལྟར་དྲངས་པས་ངེས་པ་ལྡོག་པས། རིམ་པ་ལྟར་ལྟེ་བ། སྙིང་ག །མགྲིན་པ། སྤྱི་བོར་སླེབས་པ་ན་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ། མཆོག་དགའ། ཁྱད་དགའ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་བ་སྐྱེས་པར་བསམ་ཞིང་། དེའི་ཚེ་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུའི་ང་རྒྱལ་འཛོག །དེ་ལ་སད་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྐུའི་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱ།

其后，当提引逆行的四喜时，提引菩提之法：以脚跟压杵端，双手屈拇指压无名指根而握拳紧贴双乳，眼睛上视，舌尖抵上颚，收腹贴后脊，足趾紧弯。口发长声“吽”音后，提引下风，观想所缘菩提心囫囵状经由中脉抵达头顶。以此法若未能遮止（菩提外越），可观想从杵端之内阻截、上升，从头顶的中脉伸出，其上端稍弯曲，再如前提引，定能遮止。故而如其次第，观想抵达脐间、心间、喉间、头顶时，生起下固的“喜”、“胜喜”、“特喜”、“俱生喜”。且于其时，安置乐空智慧法身之慢，对此，乃名“醒位的法身和合”。

དེ་ལས་གཡོ་ཚད་པ་ན་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐུར་ལྡང་བར་བྱ་འོ་སྣམ་པའི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་སྐད་ཅིག་དང་པོས་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་དམ་ཚིག་པའི་ཐུགས་ཀར་འཇིགས་བྱེད་མ་ཧེའི་ཞལ་ཅན་ཕྱག་གཉིས་པ་ཡུམ་བཅས་དཀར་པོར་ལྡང་ནས། སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་ལོགས་སུ་འཐོས་ཏེ་ཕྱི་རོལ་ནས་ཞལ་ཚུར་གཟིགས་སུ་བཞུགས་པར་བསམ་པ་ནི་དཔེན་ས་སྣན་རྒྱུད་པའི་བཞེད་པ་སྒྲ་ལུས་ནང་ལྡང་གི་ལུགས་

一校稿

སོ། །དེ་ཡང་ལོངས་སྐུར་ལྡང་བ་དང་། འོད་གསལ་འགགས་པ་དང་། ལུགས་ཟློག་གི་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ་རྣམས་དུས་མཉམ་ཞིང་། དེ་ནས་ལུགས་ཟློག་གི་མཆེད་པ་ནས་སྨིག་རྒྱུའི་བར་འཆར་རོ། །སྐུ་དེ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐུ་དངོས་ཡིན་སྙམ་པ་ང་རྒྱལ་བྱས་ནས་སྒོམ་པ་ལ་སད་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྐུའི་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱའོ།།

从彼略动摇时，以提念“当出定为圆满报身！”所发的牵引力，其第一刹那便于旧蕴誓言尊的心间出定为二臂水牛面相、偕佛母的白色能怖金刚。其后的第二刹那，便迁移至旧蕴的旁处——体外后，（面向）回看旧蕴而住，此乃温萨耳传所主张的“内起幻身”之规。其中，（出定）起为报身、光明断灭、逆行近得成就三者为同时，且其后，将现起逆行的“增”至“阳焰”间诸相。将彼身想为真实的圆满报身，安置佛慢而修之法，乃名“醒位的报身和合”。

དེ་ནས་རགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་བཟུངས་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱའོ་སྙམ་པའི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་རང་ལོངས་སྐུར་གསལ་བ་དེ་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་སྲིན་ཞལ་ནས་རྩ་ཞལ་གྱི་ཚངས་བུག་ནས་དབུ་མའི་ནང་བརྒྱུད་སྙིང་གར་སླེབས་པ་ན་སྣ་བུག་ནས་རླུང་རྒྱུ། ཡུལ་སྣང་འཆར། གང་སྣང་སྟོང་པ། སྟོང་པ་བདེ་བ། བདེ་བ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་དུ་འཆར་བ་ལ་བསླབ་པར་བྱ་སྟེ་སད་དུ་ཀྱི་སྤྲུལ་སྐུའི་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་བསྔོ་སྨོན་བྱས་ལ་ཐུན་གྲོལ་ཏེ་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་བྱའོ།།

其后，由提念：“当持取粗化身而饶益有情！”所发起的牵引力，彼明观为报身的自己，从明观为能怖双尊旧蕴的罗刹面进入根本面头部的梵穴，循中脉内下行抵达心间时，鼻孔中风息（恢复）流动、现起诸境相，修学随现皆空、空皆乐、乐皆现为能怖金刚，此名“醒位的化身和合”。且作回向、发愿后下座，修习后得位诸瑜伽。

二校稿

དེ་ལྟར་དགའ་བཞི་ལུགས་འབྱུང་ལུགས་ལྡོག་ལ་ཅུང་ཟད་བྱུང་བ་ན། གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ནི། ནུབ་མོ་ཉལ་ཁར་བསྲེ་སྐོར་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་ནུས་པའི་བླ་མ་ཡི་དམ་ལ་གསོལ་འདེབས། ཆོས་སྲུང་ལ་གཏོར་འབུལ་འཕྲིན་བཅོལ་བྱས་ལ་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་བྱེད་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་དྲན་པར་ག་བྱ། སྙིང་གར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའམ། དེའི་ངོད་ཐིག་ལེ་གསལ་བཏབ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་ཏེ་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ལ་སྔར་ལྟར་ཁྱབ་ནས་རིམ་གྱིས་ནཱ་དའམ་ཐིག་ལེ་ཕྲ་མོའི་བར་བསྡུས་ཏེ་གཉིད་མཐུག་གི་འོད་གསལ་འཆར་ལ་དེ་ལ་གཉིད་ཆོས་སྐུར་བསྲེ་བ་དང་།

如是，对顺、逆四喜稍能现起时，（便可进入）眠位的和合法类：夜间临睡时，为能修持和合法类而向上师本尊祈请，并向护法献朵玛而嘱托事业后，一再忆念眠位诸和合类修法。继从心间所明观的智慧萨埵或作为替代的明点中放光，如前遍照一切情器后，渐次收摄，乃至那达或微细明点之间，现起沉睡的光明，此名“眠位的法身和合”。

二校稿

དེ་ནས་གཉིད་ཐབ་ཏུ་སོང་བས་རྨི་ལམ་ཤར་བ་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་འཇིགས་བྱེད་དཀར་པོ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐུར་ལྡང་བ་ན། རྨི་ལམ་ལོངས་སྐུར་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། རྨི་ལམ་ཅུང་ཟད་བརྟན་པ་ན་དག་ཞིང་སྣ་ཚོགས་སུ་སོང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ལས་ཆོས་ཉན་པ་དང་། གཡང་སར་མཆོང་བ་སོགས་ཡ་ང་བ་ལ་ཐོག་རྫིས་བྱེད་པ་སྤྲུལ་བསྒྱུར་བྱའོ། །གཉིད་སད་པར་རྩོམ་པ་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པའི་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་ཏེ་སྙིང་གར་ཐིམ་པ་ན་རླུང་རྒྱུ་ཡུལ་སྣང་འཆར། དེ་ལ་གཉིད་དུས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྐུའི་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འབད་པས་སད་དུས་དང་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་ཕན་ཚུན་བོགས་འདོན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། གཉིད་ཆོས་སྐུར་བསྲེ་བ་དཀའ་ལ། རྨི་ལམ་ལོངས་སྐུར་བསྲེ་བ་ཅུང་ཟད་སླ་ཞིང་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་གསུམ་བྱུང་ན་འཆི་དུས་བསྲེ་སྐོར་ངེས་པར་འབྱུང་ངོ།།

其后进入沉睡，当现起梦时，于旧蕴所在处的近旁出定为白色能怖金刚双尊之身，此名“梦位的报身和合”。对于梦稍得坚固时，

可前往各种净土从佛闻教，以及防护堕崖等险情，作出各种变化。将从睡眠醒来时，从旧蕴的头顶进入，抵达心间时，风息流动、现起境相，此名“眠位的化身和合”。

如是勤修，令醒位及睡位的和合互相引发效益，且眠位法身和合较难，而梦中报身和合稍易；又，眠位的三类和合若能现起，则死位的和合法类必定能现起。

རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་མ་སྐྱེས་པར་འཆི་དགོས་པ་བྱུང་ན་འཆི་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ནི། དངོས་ནོར་ཐམས་ཅད་དགེ་རྩར་བཏང་། དམ་ཚིག་དང་སྡོམ་པ་ཉམས་པ་རྣམས་བདག་འཇུག་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སོར་ཆུད་པར་བྱས། དགེ་རྩ་རྣམས་བསྲེ་སྐོར་ཉམས་སུ་ལེན་ནུས་པའི་རྒྱུར་བསྔོ་སྨོན་ཤུགས་དྲག་པོ་ཡང་ཡང་བྱ། སྙིང་གར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་གསལ་བཏབ་སྟེ་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་ཡང་ཡང་བྱ་ཞིང་འོད་གསལ་དུ་ཞག་འདི་ཙམ་གྱི་བར་སྡོད་སྙམ་པའི་འཕེན་པ་བྱ། སྨིག་རྒྱུ་ནས་འོད་གསལ་བར་གྱི་རྟགས་རྣམས་ཤར་བ་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་སྟེ་འོད་གསལ་ཤར་བ་ན་སྟོང་ཉིད་དང་སྦྲེར་ནས་ཆོས་སྐུའི་ང་རྒྱལ་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་འཇོག་པ་ནི་འཆི་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྐུའི་བསྲེ་བའོ།།

彼瑜伽士若未能生起上品道的证悟便须赴死时，可修死位的和合法类。其法为：所有财物全部佈施以作善根，誓言、律仪衰损者通过自入等法门令还复，众善根回向为能够修持和合法类之因而一再恳切发愿。明观心间智慧萨埵而数数观修“随灭的收摄次第”，且提念“当于此昼夜间留驻于光明！”而发起牵引力，对阳焰至光明间所现诸征相作辨认。至光明现起时，与空性结合而于法身慢中专注等捨，乃“死位的法身和合”。

འོད་གསལ་ལས་ལྡང་བར་བརྩམ་པ་ན་ཀ་ཏོ་རའི་ཆུ་རླུང་བསིལ་བུས་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུ་ཙུང་ཟད་གཡོ་བར་འབྱུང་བས། དེའི་ཚེ་སྒྱུ་ལུས་སུ་ལྡང་སྙམ་པའི་འཕེན་པ་བཏང་ལ་ཡི་དམ་དཀར་པོ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐུར་ལྡང་

一校稿

པ་ན་ལུགས་ཟངས་ཀྱི་ཞེར་ཐོབ་ནས་སྐྱིག་རྒྱུའི་བར་གྱི་རྟགས་རྣམས་འཆར་ཞིང་ལོངས་སྐུའི་ང་རྒྱལ་བྱ་བ་ནི་འཆི་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྐུའི་བསྲེ་བའོ། །སེམས་དབེན་དཔེའི་འོད་གསལ་གྲུབ་པ་ན་གཞན་ལ་བར་དོའི་ལུས་འགྲུབ་པའི་དོད་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་སྒྱུ་ལུས་དངོས་གནས་སུ་ལྡང་ནུས་སོ། །

将要从光明中出定时，如铜盘中的静水为凉风扰动（吹皱）般稍现动摇故，其时提念“应出定为幻身！”而发起牵引力，遂出定为白色本尊父母之身。其时，现起逆行近得至阳焰间诸征相，并安置报身之慢，乃“死位的报身和合”。若能成就心远离譬喻光明，作为形成其余中有身的替代，瑜伽士即能出定为真实的幻身。

དེ་ནས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་དང་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་ཆད་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སླར་འཇུག་ཏུ་མེད་པས་ལུས་རྟེན་གསར་དུ་འཚོལ་དགོས་ལ། དེ་ལ་ཕ་མ་རིགས་བཟང་ཞིང་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་འདམས་ནས་ཕ་མ་ཉལ་པོ་བྱེད་པ་རྨི་ལམ་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ན་ཆགས་སྡང་བཀག་སྟེ་ཕ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་དང་མ་རོ་ལངས་མར་བསྒོམས་ལ་ཕའི་ཁའམ་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་ཏེ་མའི་མངལ་དུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་ལ་ལྷའི་ང་རྒྱལ་བྱ་སྟེ་དེ་ལ་འཆི་དུས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྐུའི་བསྲེ་བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་རྟེན་དེ་ལ་ལམ་ལྷག་མ་རྣམས་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱའོ། །

其后取生时，由与旧蕴的业缘已断故，并不会再入旧蕴而必须寻找新的所依身。为此，挑选出种姓贤善且践行正法的父母后，当如梦般见到父母双方同房时，应遮止贪瞋而将父亲观为能怖金刚、母亲为起尸母后，从父亲的口或头顶入至母亲胎中结生相续，继而持本尊天慢，此名“死位的化身和合”，并于彼所依身修持剩余之道。

གཉིས་པ་ཐུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་ལ་གཉིས། བུམ་པ་ཅན་དང་། རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པའོ། །

དང་པོ་བུམ་པ་ཅན་ནི། སྙིང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩིབས་བརྒྱད་དབུས། །ཐུགས་ཟབ་མོའི་ཐིག་ལེ་ཧཱུྃ་ཡིག་ལ། །ལུས་སྟོད་སྨད་ དྲི་ཞིམ་ཡོངས་བསྡིམས་ནས། །རླུང་བུམ་ཅན་རྣལ་འབྱོར་ཚད་དུ་བསྐྱལ། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ།

二校稿

འདི་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་པའི་ཕྱིར་ཙུང་ཟད་སྒོམ་པ་དང་། རླུང་བྱང་བའི་མཚམས་ནས་སྙིང་གའི་བུམ་པ་ཅན་སྒོམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་འཆད་ལ། རྩལ་འདོན་བྱེད་ན་ལས་དང་པོ་པས་ཐོག་མ་ནས་སྙིང་གར་བཟུང་ན་རྩ་རླུང་གི་གེགས་ཆེ་བས་ཐོག་མར་ལྟེ་བའི་བུམ་ཅན་བྱའོ། །དེ་ལ་སྔོན་འགྲོའི་རིམ་པ་རྣམས་སྔར་ལྟར་བྱས་ཏེ་རྩ་གསུམ་འཁོར་ལོ་དྲུག་གསལ་བཏབ་པའི་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུ་མའི་ནང་དུ། ཐུགས་ཟབ་མོའི་ཐིག་ལེ་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཅན་སྲན་མ་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་དཀར་པོ་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བ་ནྟ་ད་ལས་མེ་ཙུང་ཟད་འབར་བ་གསལ་བཏབ། སྣ་གཉིས་ནས་སྟེང་རླུང་དལ་བུས་འཐེན་ལ་མཆིལ་མ་སྐྲ་མེད་མིད་པ་དང་མཉམ་དུ་སྨིན་མཚམས་ནས་དབུ་མའི་ནང་དུ་སྟེང་རླུང་སྲོག་འཛིན་དཀར་པོ་བདེ་ཁྱུག་གི་སོང་བ་མར་མནན། འོག་རླུང་འཐེན་པས་རྡོ་རྗེའི་བུ་ག་ནས་དབུ་མ་བརྒྱུད་ཐུར་སེལ་སེར་པོ་ཡར་དྲངས་ནས་སྟེང་འོག་གི་རླུང་ཐམས་ཅད་དབུ་མའི་ནང་བརྒྱུད་ཐིག་ལེ་ཧཱུྃ་ཡིག་དང་བཅས་པ་ལ་ཐིམ་པར་བསམ་ལ་ယུག་ཅིག་བཟུང་། སླར་མི་བདེ་བ་སྐྱེས་པ་ན་སྣ་ནས་དལ་བུས་བསིར་གྱིས་བཏང་ནས་རླུང་ཡར་མར་སོང་བར་བསམ་པ་ཙམ་བྱ་ཕྱིར་ཐོན་པར་མི་བསམ། ཡར་སྔར་ལྟར་འཐེན་པ་སོགས་ཅི་འགྲུབ་བྱའོ། །

己二、咒瑜伽正行

分二：庚一、具瓶风；庚二、金刚唸诵。

庚一、具瓶风

乃如“心间法轮八辐中央，于甚深咒点、ཧཱུྃ（吽）字中，身上下风息全融已，具瓶风瑜伽运转量。”所示。今就为于彼安置习气而稍作修习，及就从已熟习风息的阶段开始“心间具瓶风”的修习而言作解说：若勉强趣修——初业者最初即于心间持气，将会导致严重的脉风障碍，因此最初应于脐间修习瓶风。其法为：如前修习诸前行次第后，于所明观的三脉、六轮中的心间脉轮中脉之内，观有“甚深咒点”，其色泽为白中带红、约如豌豆大小。其内有极微细的白色ཧཱུྃ（吽）字，

从其那达中喷出稍微炽烈的火焰。继从双鼻中缓缓牵引上风，于无声咽津的同时，从眉间向中脉内摄引上部风息——白色的持命风，乐陶陶状下压；并提引下风，令从金刚孔窍中，循中脉将下部风息——黄色的下除风上引后，上下所有风息均经由中脉内全部融入明点及ཧཱུྃ（吽）字。如是观想，并稍作片刻持气。当生起不适感时，再由鼻孔缓慢呼气后，风息仅可观其各自回归上下方，不可观排出体外。復再如前观修牵引风息等，尽力而修。

དེ་ལྟར་འབད་པས་རླུང་བྱང་བ་ན་ལག་པ་གཉིས་མཉེ། སེ་གོལ་གཉིས་བརྡབ། ཡང་ལག་མཉེ། སེ་གོལ་གཉིས། ཡང་ལག་མཉེ། སེ་གོལ་གཉིས་ཏེ་མཉེ་བ་གསུམ་དང་སེ་གོལ་དྲུག་གཏོག་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ་སུམ་ཅུ་སོ་དྲུག་གི་བར་བུམ་པ་ཅན་གཅིག་གིས་ཐུབ་པ་ཆུང་ངུ་དང་། དེ་འདབ་འགྱུར་དོན་གཉིས་ཐུབ་པ་འབྲིང་། སུམ་འགྱུར་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་ཐུབ་པ་ནི་བུམ་པ་ཅན་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ཚད་དུ་བསྐྱལ་ཞེས་པའི་ཚད་ནི་དེ་གསུམ་མོ།།

如是勤修，当达到风息熟练时，两手揉搓、弹指两次，再搓手、弹指两次，再搓手、弹指两次，如是搓手三次、弹指六次计为一组。一次持气能持续三十六组为下品瓶风之量，能翻倍至七十二组为中品瓶风之量，能三倍至一零八组间者为上品瓶风之量，故所谓“运转量”中的“量”即指彼三品。

དེ་ལྟར་འབད་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་འབྱུང་བའི་རྟགས་དང་། དགའ་བ་བཞི་དང་། སྟོང་པ་བཞི་དང་། སད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་གསུམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་རྣམས་ནི་ཐར་རྫེས་གཞིག་གི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་པས་དབུ་མའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གྲོལ་དཀའ་ཤོས་སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་ཡིན་ལ། དེ་གྲོལ་བའི་ཐབས་སུ་ཐར་ལྟེ་བའི་རྩ་མདུད་འགྲོལ་བའོ། །

དེ་ཡང་དབུ་མ་ལ་རོ་རྐྱང་གིས་མདུད་པས་དེའི་ནང་དུ་རླུང་མི་འཇུག་པ་དེ་རྩ་མདུད་སྟོད་པོར་སོང་

二校稿

ནས་དབུ་མར་རླུང་ཞུགས་པ་ལ་གྲོལ་བའི་ཐ་སྙད་བྱས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རྩ་མདུད་གྲོལ་བར་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ནི་སྙིང་གའི་བུམ་པ་ཅན་འཛིན་བཞིན་དུ་གཉིད་ལོག་པ་དང་། འཆི་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་གསུམ་ཡང་སྙིང་གར་བུམ་པ་ཅན་འཛིན་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་ཁྱད་པར་ཙམ་ལས་སྔར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །

如是勤修，便能出现风入、住、融于中脉的征相，以及四喜、四空、醒位三类和合，此诸修法皆按前文“随灭”段落所述而行。如是修习，便能令中脉的脉结开解。对于最难开解的心间脉结，作为其能解的方便，其前应先解开脐间脉结。又，中脉为右、左二脉捆扎故，风不能进入其内；而当脉结松弛时，风便进入中脉——乃对此安立“开解”的名言而已，并非许为脉结真实打开。

眠位诸和合修法乃如持心间的具瓶风般修习；熟睡位及死位的三类和合亦是按“于心间持具瓶风”而修，除仅死亡的差别外，皆如前述。

二校稿

གཉིས་པ་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་ནི། ཡང་སྲོག་ཐུར་འཇུག་གནས་ལྡང་བའི་སྒྲ། །བློས་མ་བཅོས་རྡོ་རྗེ་རྣམ་གསུམ་དུ། །དུས་ཡང་ཡང་དབུ་མའི་ནང་བསྒྲགས་པས། རྩས་བཅིངས་པའི་མ་རིག་མདུད་པ་འགྲོལ། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། རྩ་མདུད་འགྲོལ་བ་ལ་བུམ་པ་ཅན་ལས་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་ཆེས་བསྔགས་ལ། སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་རྡོར་བཟླས་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་འགྲོལ་མི་ནུས་ཤིང་མདུད་པ་དེ་ལ་མ་རིག་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། དེ་འགྲོལ་བ་ལ་དཔེར་ན་སྨྱུག་མའི་སྦུབས་འགགས་པ་ལྕགས་སག་གིས་འདོན་པ་ལྟར་སྲོག་ཐུར་ལྷག་སྤྱོད་ཀྱི་རླུང་ཐུགས་ཐ་མི་དང་པའི་རྡོར་བཟླས་བྱ་དགོས་པས་འཇུག་པ་ཨོཾ། གནས་པ་ཨཱཿ ལྡང་བ་ཧཱུྃ་གི་གདངས་ཀྱིས་བྱ་སྟེ། རྡོ་རྗེ་གསུམ་ནི་སྐུ་རྡོ་རྗེའི་ངོ་བོ་ཨོཾ་དང་། གསུང་རྡོ་རྗེའི་ངོ་བོ་ཨཱཿདང་། ཐུགས་རྡོ་རྗེའི་ངོ་བོ་ཧཱུྃ་ཡིག་གསུམ་མོ། །

庚二、金刚嗡诵

乃如“又命、下入、住、出之声，心无造作于三金刚，时数数

中脉内发出，脉所捆无明结将解。”所示。要开解脉结，相较于具瓶风，金刚唸诵更受赞叹，因心间的脉结除金刚唸诵外，他法不能开解，且此脉结亦被称为“无明者”。要解此结，就如以锉刀掀开封闭竹筒的竹节般，持命与下除这两种背反之风须作不同咒的金刚唸诵。因此，吸气以“嗡”声、住息以“啊”声、呼出以“吽”声而行。“三金刚”即身金刚的体性“嗡”（ཨོཾ）、语金刚的体性“啊”（ཨཱཿ）、意金刚的体性“吽”（ཧཱུྂ）三字。

དེ་ཡང་སྔོན་འགྲོའི་རིམ་པ་སྔར་ལྟར་བྱས་ནས་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་ཧཱུྂ་ཡིག་དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཅན་གསལ་བཏབ། རླུང་ནང་དུ་འཇུག་པ་དང་མཉམ་དུ་སྟེང་འོག་གི་རླུང་དབུ་མའི་ཡར་མར་ནས་བདེ་ཁྱུག་གིས་བྱུང་བ་ཨོཾ་ཞེས་སྲོག་འཛིན་ནཱ་ད་དང་། ཐུར་སེལ་ཞབས་ཀྱུ་ནས་ཐིམ། ཨཱཿཞེས་པའི་གདངས་ཀྱིས་ཅུང་ཟད་གནས། སླར་ལྡང་བ་ན་ཧཱུྂ་ཞེས་པའི་གདངས་ཀྱིས་ནཱ་ད་ནས་སྲོག་འཛིན་ཡར་དང་། ཞབས་ཀྱུ་ནས་ཐུར་སེལ་མར་སོང་བར་བསམ་ལ་རང་སེམས་ཧཱུྂ་ཡིག་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་བྱས་པས་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་སྒྲ་ཉན་མཁན་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བྱའོ། །

具体言之，如前修毕前行次第后，于心间脉轮中央明观白中透红色泽的ཧཱུྂ（吽）字，继而向内吸气，同时观想上、下风息从中脉的上、下两端乐陶陶状摄入中脉，并随所发“嗡”音，持命风从（ཧཱུྂ字的）“ ཾ ”（那达）融入，下除风则从字足“ ུ ”融入；以“啊”音稍微住息；再于呼气时，随所发“吽”音，持命风从“ ཾ ”向上返回、下除风从字足“ ུ ”向下返回。如是观想中，令自心如入于ཧཱུྂ（吽）字般，以作三咒字之声的听闻者状而修。

དེ་ལྟར་འབད་རྩོལ་མེད་པར་རླུང་དང་ཤུགས་ཀྱི་འགྲོ་འོང་དང་བསྟུན་ནས་ལྡང་བ་ན་རིམ་གྱིས་ཛེ་རེང་ཛེ་རེང་དུ་སོང་བར་བསམ་སྟེ་ཐོག་མར་ཧཱུྂ་ལས་ཐོན་ཙམ་དང་། དེ་ནས་སྟེང་རླུང་མགྲིན་པ་དང་འོག་རླུང་ལྟེ་

二校稿

བར་སླེབས་པ་ཙམ་དང་། དེ་ནས་སྤྱི་བོ་དང་གསང་གནས་སུ་སླེབས་ཙམ་དང་། དེ་ནས་རིམ་པ་ལྟར་སྨིན་མཚམས་དང་ནོར་བུའི་རྩེ་དང་། དབུ་མའི་སྣ་གཉིས་ནས་སོར་བཞི་ཙམ། སོར་བརྒྱད་ཙམ། སོར་བཅུ་གཉིས་ཙམ་ཐོན་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པར་བཤད་ལ་དེ་ལྷག་འདོན་པར་མ་བཤད་ཅིང་དབུ་མའི་ཕྱིར་ཐོན་པར་དགོས་པ་མ་མཐོང་གསུངས། དེ་ལྟར་སྲོག་ཐུར་གྱི་རྡོར་བཟླས་ཅི་འགྲུབ་བྱས་ནས་ཐུན་གྲོལ་བ་ན་ཨོཾ་ཞེས་བཞག་ན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །

如是，修至能无须勤勉跟随风息的自然来去而观后，谓于呼气时，可渐次延长而作观想——最初仅能从ཧཱུྃ（吽）字发出，其后上方风息能到达喉间、下风能到达脐间，进一步上风能到达头顶、下风能到达密处，更如其次第，到达眉间及宝珠顶、从中脉的两端各出四指、各出八指、十二指后，便应返回入内。并未说往外伸出更长，且亦未见说谓必须伸出中脉之外。如是对持命风与下除风的金刚唸诵随力而修后，谓于下座时，口诵“嗡”字而住具有缘起的扼要。

དེ་ལྟར་འབད་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་གྱི་རྟགས་དང་། དགའ་བཞི་དང་། སྟོང་བཞི། སད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་གསུམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སྔར་དང་འདྲ་ཞིང་། གཉིད་དུས་དང་འཆི་དུས་ཀྱང་རྡོར་བཟླས་བྱ་བཞིན་དུ་གཉིད་ལོག་པ་དང་འཆི་འཕོ་བའི་ཁྱད་པར་མ་གཏོགས་སྔར་ལྟར་ཏེ་འདི་དག་གི་འོད་གསལ་ནི་སེམས་དབེན་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

如是勤修令出现风息入、住、融的征兆，以及四喜、四空，醒位的三类和合诸修法与前相似；睡位及死位亦如作金刚唸诵般修习，唯具入睡位及死亡迁识的差别外，均与前述相同。此等光明均为随顺的心远离。

སྲོག་ཐུར་གྱི་རྡོར་བཟླས་བྱང་ནས། གཞན་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་རླུང་གཞན་གྱི་རྡོར་བཟླས་ཀྱང་བྱ་རུང་ལ། དེ་ཡང་ཟས་འཇུ་དཀའ་ན་མཉམ་གནས། རྩ་ཚུ་འདོར་དཀའ་ན་ཐུར་སེལ། བད་ཀན་དུག་སྣབས་ལ་གྱེན་རྒྱུའི་

二校稿

རྡོར་བཟླས་དང་། མིག་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་གི་རླུང་ལ་རྡོར་བཟླས་བྱེད་ན་སྙིང་ག་ནས་རྩ་ཕྲན་རེ་མིག་སོགས་དབང་པོ་སོ་སོའི་དབུས་སུ་ཟུག་པར་བསམ་ལ་རྡོར་བཟླས་བྱས་ན་མིག་གསལ་ཞིང་བྱེ་བ་དང་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ་།།

持命风与下除风的金刚唸诵熟习后，亦可作上行风等其余风息的金刚唸诵。其中，若饮食难以消化可修等住风的金刚诵，若二便不利可修下除风的金刚诵，若涎液寒毒可修上行风的金刚唸诵；于眼等支分风修金刚唸诵时，若观从心间有一微细脉插入于眼等各各根门中央而作金刚唸诵，即可出现眼睛明亮、无翳及眼的神通等。

གཉིས་པ་དམ་ཚིག་གི་རྣལ་འབྱོར་ནི། ཕྱི་མཚར་སྡུག་ཕྱག་རྒྱའི་བདེ་དྲོད་དང་། །ནང་བསམ་གཏན་ཟབ་མོའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །རླུང་ཕྲ་རགས་མ་ལུས་རྡུ་ཏིའི་ནང་། །ཡོངས་བསྡུས་མཐར་དཔེ་ཡི་འོད་གསལ་འཆར། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ཞིང་ཕྱག་རྒྱ་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་རྒྱ་ལས་འབངས་རྣམས་ཀྱིས་འདར་མི་ནུང་བ་ལྟར་ས་མ་ཡ་ཞེས་པ་དམ་ཚིག་གམ་འདར་མི་ནུང་བ་ཡིན་པས་ཚེ་གཅིག་ལ་འཚང་རྒྱ་ན་ངེས་པར་ལས་རྒྱ་ལས་འདར་མི་ནུང་བས་ཕྱག་རྒྱ་མའོ། །དེ་ཡང་། སྒྱུ་མ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལས། །བྱུད་མེད་སྒྱུ་མ་ཁྱད་པར་འཕགས། །ཡེ་ཤེས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ནི། །གསལ་བར་འདི་ལས་མཐོང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ལ། ཡེ་ཤེས་གསུམ་ནི་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་དེ་བསྐྱེད་པ་ཕྱག་རྒྱ་ལ་ལྟོས་དགོས་ཤིང་། སེམས་དབེན་དཔེའི་འོད་གསལ་འགྲུབ་པ་ལ་དེའི་སྔོན་དུ་རླུང་ཕྲ་རགས་ཐམས་ཅད་སྙིང་གའི་དབུ་མར་སྡུད་དགོས། རྩ་བ་དང་ཡན་ལགས་གི་རླུང་གཞན་རྣམས་སྒོམས་སྟོབས་ཀྱིས་སྡུད་ནུས་ཀྱང་། ཁྱབ་བྱེད་ཀྱི་རླུང་ཕྲ་མོ་ཚུན་ཆད་འཆི་བའི་ཚེ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སྙིང་གར་འདུ་ཡང་། དེའི་སྔོན་དུ་ལས་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ནང་གི་ཐབས་མཁས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱིས་སྡུད་ནུས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་གང་བྱས་ཀྱང་བསྡུ་མི་ནུས་སོ།།

戊二、誓言瑜伽

乃如“外艳丽手印之乐暖，内甚深静虑巧方便，风粗细无馀中

二校稿

脉内，尽摄入究竟喻光现。” 所示。此瑜伽又名“加持瑜伽”，且所谓的“手印”就如国王的手谕诸黎民不可违越般，梵语“萨玛雅”即指“誓言”或“不可逾越”故，若欲即生成佛，定不可逾越（译按：绕过、忽略义）业印故名“手印母”。此中，如续典云：“一切幻化中，女幻最超胜，三智差别者，此中皆能表。” 所谓的“三智”指显、增、得三相之智故，其生起须观待于手印；且要成就心远离譬喻光明，其前行必须将一切粗细风息摄入心间的中脉——其他根本与支分风虽以修力能摄入中脉，微细能遍风以上诸风于死亡时亦能自然摄集于心间，但于死亡前，唯有依业印而以殊胜的外、内善巧方便才能摄集，其他任何方法皆不能尔。

དེས་ན་སྔར་བཤད་པའི་ཐུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་བླངས་པས་སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་ལྷོད་པོར་སོང་བ་ན་ལས་རྒྱ་བསྟེན་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་རང་ཉིད་མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་ཡིན་ན་སྨེ་ཤ་ཅན་གྱི་བུ་མོ། རྣམ་སྣང་གི་རིགས་ལ་གར་མཁན་གྱི། རིན་འབྱུང་ལ་ཕྲེང་རྒྱུད་མཁན། འོད་དཔག་མེད་ལ་བཙོ་ལག་མཁན་པདྨ་ཅན་ཏེ་མཆོག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་རང་རིགས་ཀྱི་རིག་མ་བཙལ་ན་ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱུད་སྦྱངས། དབང་བཞི་བསྐུར་ཏེ་དམ་ཚིག་དང་སྡོམ་ལ་གནས་ཤིང་བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བར་ཐུགས་སྐྱེས་དང་། དབེན་གསུམ་སྒྲུ་ལུས་ཅི་རིགས་ལ་གནས་པ་ཞིང་སྐྱེས་དང་། རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་རིག་མ་འདུ་བྱས་ལ། སྐྱབས་སེམས་ནས་རྩ་འཁོར་གསལ་འདེབས་ཀྱི་བར་སྔར་བཞིན་བཏང་། རྩ་ལམ་སྦྱོང་མི་དགོས། ཡབ་ཡུམ་གྱི་མཁའ་གསང་བྱིན་གྱིས་རླབས་ལ་འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྡན་གྱིས་སྙོམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དེ་ཡང་ཡུམ་གྱི་པདྨར་ཡབ་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་བཙུག །ཡུམ་གྱི་པདྨ་རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་མའི་རྩ་ཞེས་དབུ་མའི་མར་སྣེ་ནས་སོར་གང་ཙམ་ཕྱིར་ནར་བ་ཡབ་ཀྱི་རྡོ་རྗེའི་དབུ་མར་བཙུག་པ་རྩ་རྡོ་རྗེ་སྐྱིལ་ཀྲུང་དང་། ཡབ་ཡུམ་གྱི་གསང་གནས་ནས་ཐུར་སེལ་གྱི་རླུང་སྲོས་དུད་ལྟ་བུ་ཕན་ཚུན་གྱི་དབུ་མར་ཞུགས་པ་རླུང་རྡོ་རྗེ་སྐྱིལ་ཀྲུང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་སྐྱེས་ཞིང་བདེ་བས་སྟོང་པ་ངེས་པ་ལ་མཉམ་པར་འཇོག་པ་ནི་བདེ་སྟོང་རྡོ་རྗེ་སྐྱིལ་ཀྲུང་བཞི་དང་ལྡན་པ་སྟེ།

二校稿

因此，修习前述咒瑜伽者，当其已能令心间的脉结松弛，便须依止业印。其中，若自属于不动部，则依止贱民种姓的女子；若为毗卢部，则依舞女；宝生部依穿鬘串之女子；无量光部依具莲相之染坊女——此乃最胜者。寻获如是的自部明妃后，以共道净治相续、赐予四灌顶而令安住于誓言与律仪，且修至粗品生起次第究竟，此为“咒生瑜伽母”；已安住于三种远离或幻身随一者，为“田生瑜伽母”；已证得“清净智慧”以上者，为“俱生瑜伽母”。故应会遇如是的明妃，如前述般由皈依发心修至明观脉轮，其后无须净治脉道，加持父母空密后，具足“三想”而入等捨。其中，应具足四种跏趺：佛父的金刚插入到佛母的莲花（译按：此为“身金刚跏趺）；在佛母的莲花中，有名“金刚界自在母”之脉，位于中脉下端往外伸出一横指许，其伸入至佛父金刚的中脉内，此为“脉金刚跏趺”；从父、母密处中，各伸出如一缕长香烟状下除风，互相进入对方的中脉内，此为“风金刚跏趺”；依此生起俱生乐，并于乐所定解的空性中安住等捨，此为“乐空金刚跏趺”。

一校稿

དེ་ལྟར་སྙོམས་པར་ཞུགས་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་འབྱུང་། ཐིམ་པའི་རྟགས་སྨིག་རྒྱུ་ནས་འོད་གསལ་བར་གྱི་རྟགས་རྣམས་འཆར་བས། སྨིག་རྒྱུ་ཤར་བ་ན་སྙིང་གའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་བྱ་སྟེ། སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་དུ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གྱི་དབུས་སུ་ཧཱུྃ་ཡིག་ཡུངས་འབྲུ་ཙམ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་སྦྱང་བསྡུར་སྔར་ལྟར་བྱས་ཏེ་རིམ་གྱིས་ཧཱུྃ་ངམ་ནཱ་དའི་བར་བསྡུས་ལ་སད་དུས་ཀྱི་བསྲེ་བ་གསུམ་བྱའོ། །ཡང་ན་ཁྱབ་བྱེད་ཀྱི་རླུང་ལ་རྡོར་བཟླས་བྱ་སྟེ། སྔར་གསལ་བའི་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་ལས་རྩ་ཕྲན་ཕྲ་མོ་གྲངས་མེད་འཕྲོས་པ་བ་སྤུའི་ཁུང་སོགས་ལ་ཐུག་པ་ལ་ཧཱུྃ་ཡིག་ལས་བརྩམས་པས་བུ་ག་ཏ་རེ་ཡོད་པར་བསམ་ལ། རྩ་ཕྲན་ལས་རླུང་འཇུག་པ་ཨོཾ་གྱི་གདངས་སོགས་ཀྱིས་རྡོར་བཟླས་བྱའོ། །

以如是等入之力，令风得以入、住、融于中脉，现起“融”的征相——阳焰至光明间诸相。当阳焰现起时，观修心间的随灭收摄次第：即如前述般观位于心间脉轮中白红明点中央、大小约如芥子许的ཧཱུྃ(吽）字放光，净治、转化所有情器后，渐次收摄至ཧཱུྃ（吽）字或那达之间，其后修持醒位的三种和合。

或于能遍风修金刚诵：即观从明观为本尊的心间脉轮中放出无数微细脉，插入毛孔等处后，从ཧཱུྃ（吽）字观看，见其具有清晰的孔洞。其后观风息从众微细脉进入，发出“嗡”音等而作金刚唸诵。

དེ་ལྟར་སྒོམས་པར་འཇུག་པ་དང་བཅས་པས་སྤྱད་རིམ་དང་རྡོར་བཟླས་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་བཞི་དང་སྟོང་བཞི་བྲང་སྦྱོད་དུ་འབྱུང་བས་རླུང་རྣམས་སྙིང་གར་ཉེ་བར་ཕྱོགས་པ་ན་སྨིག་རྒྱུ་ནས་སྣང་བའི་བར་ལ་དགའ་བ། དེ་ནས་རྩ་འདབ་བརྒྱད་ལ་སླེབས་པའི་བར་ལ་མཆེད་པ་དང་མཆོག་དགའ། དེ་ནས་རྩ་འདབ་བཞི་ལ་སླེབས་པའི་བར་ལ་ཉེར་ཐོབ་དང་ཁྱད་དགའ། དེ་ནས་ཧཱུྃ་ཡིག་ལ་སླེབས་པའི་བར་ལ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་བ་མྱོང་ཞིང་དེའི་ཚེ་བདེ་སྟོང་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་སད་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྐུའི་བསྲེ་བའམ་འོད་གསལ་རྗེས་མཐུན་པར་བྱས་ཀྱང་ཆོག་གོ །

以如前等入而修之力，依靠收摄次第及金刚唸诵，便能令四喜、四空交互出生，至一切风息将近心间时，现起阳焰至“显”相间诸相并领受“喜”；其后，乃至抵达八脉瓣之间，现起“增”相及领受“胜喜”；其后，乃至抵达四脉瓣之间，现起“近得”及领受“特喜”；其后，乃至抵达ཧཱུྃ（吽）字之间，于一切空光明的阶段中领受“俱生喜”，其时，于乐空中专注等捨。此为“醒位的法身和合”，或称“随顺的光明”亦可。

二校稿

འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྡང་བར་རྩོམ་པ་ན་ལོངས་སྐུར་ལྡང་བའི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་འཇིགས་བྱེད་ཕྱག་གཉིས་པའི་སྐུར་ལྡང་ཞིང་། དེ་ལ་ལོངས་སྐུའི་བསྲེ་བའམ་སྒྱུ་ལུས་རྗེས་མཐུན་པའམ། དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྗེས་མཐུན་པ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་གོ །དེ་ནས་རགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་བཟུང་བའི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་དམ་ཚིག་སེམས་དཔའི་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་སྙིང་གར་སླེབས་པ་ན་སྣ་བུག་ནས་རླུང་རྒྱུ། ཡུལ་སྣང་འཆར། གང་སྣང་བདེ་སྟོང་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་དུ་འཆར་བ་ལ་བསླབ་པོ།།

将要从彼光明中出定时，发起“当出定为报身！”的牵引力后，于旧蕴的旁处出定为一面二臂的能怖金刚身，此名“报身和合”，亦可称为“随顺的幻身”、或“随顺的形相瑜伽”。其后，发起“当取受粗化身！”的牵引力后，从誓言萨埵的头顶进入，抵达心间时，风息从鼻孔中流动、现起境相，修学随显皆现为乐空能怖金刚。

二校稿

རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་གཉིད་ཀྱི་དགེ་སྦྱོར་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར། གཉིད་དུས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་བའི་ཚེ་སྙོམས་འཇུག་མི་བྱ་བར་རྡོར་བཟླས་དང་སྙིང་གའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་གང་རུང་བྱས་ལ་བསྲེ་སྐོར་གསུམ་བྱ་ཞིང་། འཆི་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་ནི་འདི་ཕྱིན་ཆད་མི་དགོས་ཏེ། ཕུང་པོ་ཕྲ་རགས་འབྱེད་པ་ལ། ལས་ཉོན་གྱིས་འབྱེད་པ་དང་། འཕོ་བ་དང་། གྲོང་འཇུག་དང་། རྡོར་བཟླས་སོགས་ཀྱིས་འབྱེད་པ་བཞི་ཡོད་པ་ལས་ཕྱི་མ་མཆོག་ཡིན་ཅིང་འདིར་ཕྱི་མའི་སྒོ་ནས་ཕུང་པོ་ཕྲ་རགས་འབྱེད་ནུས་པར་མ་ཟད་བར་དོའི་དོད་དུ་ལྷ་སྐུར་ལྡང་ནུས་པས་སོ། །དེས་ན་སེམས་དབེན་རྗེས་མཐུན་པ་ཐོབ་ནས་ལས་རྒྱ་མི་བསྟེན་ན་ལས་རྒྱའི་དོད་འཆི་དུས་ཀྱི་ལས་རླུང་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འདུ་བས་དགོས་པ་འགྲུབ་བོ།།

彼瑜伽士为修持睡眠的善行故，将作眠位的修习时，不作等入，而以金刚诵或心间随灭的收摄次第随一作修习后，修持三种和合。且死位的和合法类从此以后便不再需要。对于粗、细蕴的分离，具有以业烦恼分离、以迁识分离、以夺舍分离、以金刚唸诵等分离共四种，其中以后者为最胜。且于此处，不但能通过后者分离粗、细蕴，而且

能作为中阴的替代出定为天身。因此，可成立获得随顺的心远离后，若不依止事业手印，作为事业手印的替代，便须以死位的业风自力会遇。

གཉིས་པ་བསྡུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོམ་པའི་རིམ་པ་ལ་གསུམ། དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །

丁二、依收摄而修的次第

分三：戊一、形相瑜伽，戊二、清净智慧瑜伽，戊三、无别双运瑜伽。

དང་པོ་དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ནི། སྣར་འོད་གསལ་བཞིན་པའི་རླུང་སེམས་ལས། །སྙིང་ཆུ་སྐྱེས་ཟེའུ་འབྲུ་རྒྱས་པའི་དབུས། །དཔེ་དབང་པོའི་གྲངས་ཀྱིས་ཉེར་མཚོན་པའི། །དབྱིབས་སྒྱུ་མའི་ལྷ་སྐུ་དངོས་སུ་འགྲུབ། །ཅེས་པས་སྟོན་ཏེ། དེ་ལྟར་དམ་ཚིག་གི་རྣལ་འབྱོར་སོགས་ལ་འབད་པས་མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་འགྲུབ་པའི་མཚན་མ་འབྱུང་སྟེ། རྨི་ལམ་དུ་ལྷའི་བུ་དང་བུ་མོས་བསྟེན་བཀུར་བ་དང་། ཚངས་པ་དང་དྲག་པོ་སོགས་ལྷ་མི་མཐུ་པོ་ཆེས་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་ལུས་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་འཇིག་རྟེན་ཁྱབ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འོད་ཟེར་ཆེན་པོས་དབང་བསྐུར་བ་སོགས་ཀྱི་མཚན་མ་བྱུང་ན། ཕྱིའི་རྐྱེན་ལས་རྒྱ་དང་སྙོམས་པར་འཇུག་པ་དང་ནང་གི་རྐྱེན་རྗེས་གཞིག་གི་སྦྱོང་རིམ་ཐབས་མཁས་ལས་ཐུར་ལྟར་དཀའ་བཞི་སྟོང་བཞི་བྲང་འཕྲོད་ཀྱི་ངོ་བོར་འབྱུང་བས། ལུགས་འབྱུང་གི་ཉེར་ཐོབ་རྫོགས་པ་ན་སེམས་དབེན་དཔེའི་འོད་གསལ་འཆར་ཞིང་། དེའི་ཚེ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བས་སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་ཤིང་། འོད་གསལ་དེ་ཉིད་མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་ཀྱི་སྒྲུབ་གཞི་མཐར་ཐུག་ཡིན་ནོ། །སྣར་འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྡང་བ་ན་དེའི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་རླུང་འོད་ཟེར་ལྔ་པས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་དང་། འོད་གསལ་དེས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྐྱེན་བྱས་ཏེ་སྒྱུ་ལུས་སུ་ལྡང་ཞིང་། དེ་ལ་ཕྱི་ལྡང་དང་ནང་ལྡང་དུ་བཞེད་སྲོལ་གཉིས་ཡོད་པས་ཕྱི་མ་ལྟར་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པའི་སྙིང་གར་སྐད་ཅིག་ཐ་མར་སྒྱུ་ལུས་གྲུབ་པ་དང་མཉམ་དུ་ལུགས་ལྡོག་གི་ཉེར་ཐོབ་ནས་སྣང་བའི་བར་འཆར་ལ། སྐད་ཅིག་ཕྱི་མར་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས

二校稿

ལོགས་སུ་བྱེ་ནས་མར་མེ་ལྟ་བུ་ནས་སྨིག་རྒྱུའི་བར་གྲུབ་སྟེ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་དཀར་པོ་ཕྱག་གཉིས་ཡུམ་བཅས་ཀྱི་སྐུར་དངོས་གནས་ལ་ལྡང་བ་དེ་འབྱུང་ངོ་།།

戊一、形相瑜伽

乃如："再光明骑乘风心中，心莲蕊绽放之中央，喻根之数量所表者，形幻化天身真实成。"所示。乃指以勤修前述誓言瑜伽等法之力，便会出现不净幻身将成就的征兆——梦中为天子、天女所敬事，梵天、威猛天等大力天人向自己顶礼，从自身放光遍及世间，诸佛以大光明赐予灌顶等。其时，以外缘与事业手印等入、内缘随灭的收摄次第此善巧方便之力，便可如前述现起四喜、四空交互的体性，当顺行的近得结束时，便可现起心远离譬喻光明。其时，俱生乐是以义总的方式证得空性的，且彼光明本身就是不净幻身的究竟所修基。从彼光明中再次出定时，以其所骑乘的有漏五色光明风作为近取因，以彼光明作为俱生缘，起（出定）为幻身——对此，有"外起"与"内起"两种主张，若按后者，是于旧蕴的心间，前一刹那形成幻身的同时，现起逆行近得至"显"相之间诸相。后一刹那，便分离至旧蕴的旁处后，形成"如灯火"至"阳焰"间诸相，进而真实起为一面二臂、怀抱佛母的白色能怖金刚之身。

三校稿

དཔེ་དབང་པོའི་གྲངས་ནི་ལྟའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། རྨི་ལམ་གྱི་ལུས་ཁྱད་པར་ཅན། མི་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྙན། ཆུ་ནང་གི་ཟླ་བ། སྒྱུ་མའི་མི། ཆུ་བུར་ཏེ་ལྔའོ། །དེ་ཡང་རྨི་ལམ་གྱི་ལུས་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་རྨི་ལམ་དུ་རང་ཉིད་ཤི་བའི་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའི་དུས་ཀྱི་ལུས་དེ་རང་གི་སྒྲུབ་གཞི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ལས་བྱུང་། ད་ལྟ་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་ཡོད། སྐབས་སད་པ་ན་རང་གི་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལ་འཇུག་དགོས་པ་ལྟར། སྒྱུ་ལུས་དེ་ཡང་རང་གི་སྒྲུབ་གཞི་དཔེའི་འོད་གསལ་ལས་བྱུང་། ད་ལྟ་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་

ཡོད། སྔར་རགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་འཛིན་པ་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་དམ་ཚིག་པར་གསལ་བ་ལ་འཇུག་གོ །མེ་ལོང་ནང་གི་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དེ་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པའི་རྣམ་པར་སྣང་ཡང་བདེན་པས་སྟོང་པ་བཞིན་སྒྱུ་ལུས་དེ་ཡང་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པའི་རྣམ་པར་སྣང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོངས་པའོ། །ནམ་མཁའི་ངོས་སུ་ཟླ་བ་གཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་རྩའི་ཟིལ་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཆུ་རེ་རེའི་ནང་དུ་ཟླ་གཟུགས་རེ་རེ་སྣང་བ་ལྟར་སྒྱུ་མའི་ལུས་དེ་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་སྤྲུལ་པ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་གཅིག་ཅར་དུ་འགྱེད་ནུས་པའོ། །སྒྱུ་མའི་མི་དེ་མིར་སྣང་ཡང་ཤ་རུས་སྲོས་བཅས་ཀྱིས་སྟོངས་པ་ལྟར་སྒྱུ་ལུས་དེ་ཡང་ཤ་རུས་སྲོས་བཅས་ཀྱིས་སྟོངས་པའོ། །ཆུ་ལས་ཆུ་བུར་ཇོལ་བ་ནི་ཆོས་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་ཐོལ་གྱིས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྒྱུ་ལུས་དེ་ཡང་རང་གི་སྒྲུབ་གཞི་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་དཔེའི་འོད་གསལ་ལས་ཆོས་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་ཐོལ་གྱིས་བྱུང་བའོ། །

（根本颂中）“喻根之数量”是“五”的名数，即指殊胜梦身、镜中映像、水中月、幻人、水泡此五喻。其中，1、梦中的殊胜身喻：如同梦中自己见到已死的旧蕴——其时之身是从自己的所修基睡眠光明中出现的，当下正位于旧蕴的旁处，再次醒来时便须进入旧蕴，同样，彼幻身亦是从自己的所修基譬喻光明中出现，当下正位于旧蕴的旁处，再次持取粗化身时，亦是进入明观为誓言萨埵的旧蕴。2、彼镜中的金刚萨埵虽现为相好庄严，然究实却为空，同样，彼幻身亦为虽呈相好庄严之相，然却自性空。3、如同天上仅有一个月亮而已，但乃至草尖露珠以上的各各水内，皆各有月亮的色相显现，同样，彼幻身虽是体性一，但却能同时分化出众多百千化身。4、彼幻人虽现为人，却为骨肉实体空，同样，彼幻身亦是骨肉质碍空。5、如同水中冒出水泡乃它法不能阻碍而忽尔出现般，彼幻身亦是从自己的所修基心远离究竟譬喻光明中，不为他法所碍而忽尔出现。

二校稿

དེ་ཡང་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་དཔེའི་འོད་གསལ་འགག་པ་དང་། མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། ལུགས་ལྡོག་གི་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ་རྣམས་དུས་མཉམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་སྒྱུ་ལུས་དེ་ཁྱད་པར་བཅོ་ལྔ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། རྒྱུའི་ཁྱད་པར་སེམས་དབེན་དཔེའི་འོད་གསལ་ལས་བྱུང་། འཕེན་པ་འོད་གསལ་ལས་ལྡང་སྙམ་པ། དུས་འོད་གསལ་དེའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་གནས། ནང་ལྡང་ལྟར་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པའི་སྙིང་ག་དང་། ཕྱི་ལྡང་ལྟར་ན་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ། ངོ་བོ་དྭངས་ཤིང་ཐོགས་པ་མེད་པ། ཁ་དོག་སྲོག་འཛིན་གྱི་རླུང་གི་རང་མདངས་དཀར་པོ། དབྱིབས་ཞལ་ཕྱག་རྫོགས་པའམ་ཕྱག་གཉིས་པ་མ་ཧེའི་ཞལ་ཅན། མཐོང་ཚུལ་སོ་སྐྱེ་སྒྱུ་ལུས་མ་ཐོབ་པ་མན་ཆད་ཀྱིས་མི་མཐོང་ཞིང་། སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་སྣ་ལྔ་དཔག་ཚད་བརྒྱར་འཕྲོ་བ། ཡུལ་ལོངས་སྤྱོད་ལ་དབང་ཤེས་ལྔ་དང་ལྡན་པ། ཡོན་ཏན་ལམ་དུས་ཀྱི་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པ། ལོངས་སྤྱོད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ལ་མངའ་མཉེས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ལས་དངོས་སུ་ཆོས་ཉན་ནུས་ཤིང་། ཚེ་འདི་ལ་འཚང་རྒྱ་ངེས་པ། མིང་བདག་བྱིན་རླབས། དཔེ་དྲི་ཟའི་སེམས་ཅན། ངེས་ཚིག་གདགས་གཞི་ཕྲ་བ། ཡུན་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བར་བཞུགས་པ་སྟེ་སྒྱུ་ལུས་དེ་ལ་མདོ་ཕྱོགས་ནས་ལམ་བགྲོད་པས་བསྐལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚོགས་གསོག་པའི་དོན་ཡོད་དོ། །དེ་ནས་རགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་འཛིན་པ་ན་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་དམ་ཚིག་པར་གསལ་བ་ལ་ཞུགས་པས་སྣ་བུག་ནས་རླུང་རྒྱུ། ཡུལ་སྣང་འཆར་བ་སོགས་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་ཅིང་། གཉིད་དུས་ཀྱི་དགེ་སྦྱོར་སྐྱོང་ལ། འཆི་དུས་ཀྱི་བསྲེ་སྐོར་མི་དགོས་སོ། །

此外，心远离究竟譬喻光明断灭、获得不净幻身、逆行近得成就均同时出现。并且，彼幻身具有十五种差别，即：1、因的差别是从心远离譬喻光明中出现，2、牵引的差别是提念从光明中出定，3、时的差别是于彼光明后无间而住，4、（出定处的差别是）若按内起规是从旧蕴的心间、若按外起规是从旧蕴的旁处，5、体性的差别是澄明无碍，6、颜色的差别是持命风的自色泽——白色，7、形相的差别是面臂圆满或一面二臂、具水牛面，8、可见方式的差别是未获得幻身的异生凡夫以下不能见到、且身中所放的五色光明照遍一百由旬，

二校稿

9、能受用境的差别是具足五根识，10、功德的差别是具足道位的相好庄严，11、受用的差别是拥有虚空藏的受用、且能亲从佛陀闻法并于即生决定成佛，12、名字的差别是名“自我加持”，13、譬喻的差别是寻香的有情，14、释词的差别是微细安立处，15、时长的差别是乃至清净智慧瑜伽之间安住。于彼幻身中，具有显乘中入道者于三无数劫所积累资粮的替代。

其后取受粗化身时，进入明观为誓言萨埵的旧蕴，风息从鼻孔中流动、显现境相等，进入后得的行为，并且为修持睡眠位的善行，并不须要修持死位的和合法类。

གཉིས་པ་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ནི། སྐུ་དེ་ཉིད་ཕྱི་ནང་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །སྙིང་ཀུན་གསལ་དབྱིངས་སུ་ཆུ་ཁུར་ལྟར། །འོད་དམ་པའི་འོད་གསལ་ལ་སྦྱངས་པས། །དགྲ་བདེན་འཛིན་ས་བོན་དྲུང་ནས་འབྱིན། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྱུ་ལུས་དེས་ལས་སམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་སྙོམས་པར་འཇུག་པ་ཕྱིའི་རྐྱེན་དང་བསམ་གཏན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་རིམ་སོགས་ནང་གི་རྐྱེན་ཏེ་ཕྱི་ནང་གི་ཐབས་མཁས་དང་ལྡན་པའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས་པས་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཤར་ཕྱོགས་མཐོ་ན་ནུབ་དམའ། ལྷོ་མཐོ་ན་བྱང་དམའ། དབུས་མཐོ་ན་མཐའ་དམའ་བ་དང་། དེ་ལས་ལྡོག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་གཡོ་ཞིང་། བདུད་ཀྱི་གནས་སུ་ཆ་ལང་ལྟ་བུའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་སོགས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཐོབ་པའི་མཚན་མ་བྱུང་བ་ན། སྲོད་ཀྱི་དུས་སུ་བླ་མ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་མཆོད་དེ་དབང་གསུམ་པ་དངོས་དབང་དུ་ཞུས། གུང་ལ་གདམས་པ་ཉན། ཐོ་རངས་ལས་སམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་སྙོམས་པར་འཇུག་ཅིང་བསམ་གཏན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་རིམ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམས་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་གྱི་རྟགས་རྣམས་འཆར་ཞིང་། མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་སམ་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་བཏགས་པ་བ་དེ་ཀུན་གསལ་དབྱིངས་སུ་ཆུ་ཁུར་ཏེ་ནམ་མཁའི་ངོས་སུ་སྤྲིན་ཡལ་བ་ལྟར་སྦྱར་ནས་དོན་དམ་པའི་འོད་གསལ་དུ་དག་ཅིང་དགྲ་བོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ས་བོན་རྩ་བ་ནས་སྤོང་བའོ།།

二校稿

戊二、清净智慧瑜伽

乃如：“即彼身外内善巧力，如上方普显界负水，于胜义之光明净治，敌实执种子连根拔。”所述般，如是的幻身，以与事业或智慧手印等入作为外缘、以两种静虑的收摄次第等作为内缘，从而将护具足“外内善巧”的誓修，当出现大地东凸西凹、南凸北凹、中凸边凹及各相反共六种震动，且于魔处传出如海啸般巨响的征相时，于黄昏时分向上师呈献荟供轮求授真实的第三灌，半夜时听闻教授，黎明时观修包括与智印或业印等入、两种静虑收摄次第的清净智慧瑜伽，令风息入、住、融于中脉诸征兆现起，且彼施设的不净幻身或谓金刚身如“普显界”——天空中的“负水”——云般消散后，在胜义光明中清净，仇“敌”——谛“实执”的“种子”亦得以从根本断除。

དེ་ཡང་ལུགས་འབྱུང་གི་ཉེར་ཐོབ་འགགས་པ་དང་། རིམ་པ་གསུམ་པ་མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དུ་དག་པ་དང་། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་འཕགས་པར་སོང་བ་དང་། ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཐོབ་པ་ལྔ་དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་བ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་ཞེས་པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེས་ཉོན་མོངས་ལྷག་མ་མེད་པས་སྤངས་པས་སླར་ཉོན་མོངས་པས་བར་ཆད་མེད་པས་ན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཞེས་ཀྱང་བྱེར་རོ། །

此外，顺行的近得断灭、第三次第不净幻身在胜义光明中清净、以俱生乐现前证得空性、成为具自相续的圣补特伽罗、获得烦恼障的正对治无间道，此五者为同时出现。所谓的“无间道”，是以彼三摩地既已无余断除了烦恼，便再无烦恼阻隔，那么亦可称为“无间道”。

གསུམ་པ་དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྣལ་འབྱོར་ནི། སླར་ཆུ་མཐོང་འགྲམ་པར་དབང་གཞུ་བཞིན། །ཁྲངས་བཅུ་ཐིག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི། །རྒྱན་རབ་ཀླུབས་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་མཆོག་དང་། །ཐུགས་འོད་གསལ་སྤྲངས་རྟོགས་ཟུང་

二校稿

འཇུག་འཐོབ། །ཅེས་པས་སྟོན་ཏེ། སྔར་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྡང་བ་ན་ཆུ་མཐོང་འགྲམ་པ་སྟེ་ནམ་མཁའི་ངོས་སུ་དབང་གཞུ་འཇའ་ཚོན་ཤར་བ་ལྟར་འོད་གསལ་གྱི་བཞོན་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་རླུང་འོད་ཟེར་ལྔ་པས་ཉེར་ལེན་དང་། ཐུགས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དེས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྐྱེན་བྱས་ཏེ་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་གྲངས་བཅུ་ཕྲག་བཅུ་ལ་བརྒྱ་དང་། ལྷག་མ་བཅུ་གཉིས་ཏེ་མཚན་དཔེ་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་དངོས་གནས་སུ་བཞེངས་པའི་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་ཐོབ་བོ། །དེ་ཡང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་འགག་པ། ལུགས་ལྡོག་གི་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ། ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པ། རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་དགྲ་བཅོམ་པར་སོང་བ། སྤངས་པ་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པ་ལྔ་དུས་མཉམ་མོ། །

戊三、无别双运之瑜伽

乃如："再如水界边际帝弓，获十十以及十二数，具庄严最胜金刚身，及意光明断证双运。"所示。再次从彼胜义光明中出定时，如"水界"——天空"边际"现起"帝弓"——彩虹般，以光明所骑乘的无漏五色光明风作近取因、以心意胜义光明作为俱生缘，"获"得了真实现起于旧蕴旁处、"具"有以"十十"即一百加上"十二"共一百一十二种相好"庄严""金刚身"的清净幻身。

此外，义光明断灭、逆行近得成就、获得断除烦恼障的解脱道、具自相续的补特伽罗成为阿罗汉、获得断双运五者为同时出现。

དེ་ལ་ཟུང་འཇུག་གི་སྐད་དོད་ཡུ་ག་ན་དོ། །ཞེས་པ་གཉིས་གཉིས་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ། ཞེས་ཡོད་པས། ཐུགས་དག་པ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཟུང་དུ་འཇུག་རྒྱུའི་ཡ་གཅིག་དང་། སྐུ་དག་པ་སྒྱུ་མའི་སྐུ་ཟུང་དུ་འཇུག་རྒྱུའི་ཡ་གཅིག་ཡིན་པས་སྔར་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཡོད་པའི་ཚེ་དག་པའི་སྐུ་མེད་ལ། སྐུ་ཡོད་པའི་ཚེ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མེད་པ་ལ། དེང་སྐུ་ཐུགས་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཚོགས་པས་ན་ཟུང་འཇུག་སྟེ་དེ་ལ་སྤངས་པ་ཟུང་འཇུག་ཅེས་ཕལ་པ་དང་། དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ན་རྟོགས་པ་ཟུང་འཇུག་ཏུ་འགྱུར་བས། རྟོགས་པ་ཟུང་འཇུག་ནི་ཟུང་འཇུག་གི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདིར་

二校稿

མཉམ་གཞག་གི་སྐབས་སུ་རྟོགས་པ་ཟུང་འཇུག་དང་། དེ་ལས་ལྡང་ནས་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ཚེ་སྤངས་པ་ཟུང་འཇུག་པར་འགྱུར་རམ་སྙམ་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་ཟུང་འཇུག་པ་དེ་སྔར་ཕུང་པོ་རྙིང་པ་ལ་འཇུག་དགོས་པའི་ངེས་པ་ནི་མེད་ལ། འཇུག་མི་རུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། རགས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་བཟུང་ལ་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་བསྐྱང་བར་བྱའོ།།

其中，双运的梵语转音“瑜嘎那多”具有“已成非二二（各别）”之义故，意清净义光明乃双运因的一支、身清净幻身乃双运因的另一支。因此，其前有义光明时并无清净身，有身时无胜义光明，今身、意二者既为同时聚合，便为双运[5]，此名“断双运”，乃（双运中的）普通者。当彼于诸法谛实不成立的空性中专注等持时，便转为“证双运”故，“证双运”才是双运中的主要者。因此，窃以为应是于此处的等持阶段转成“证双运”，从其出定后的后得位时转成“断双运”？

如是的双运者并非必须进入旧蕴，亦非不可进入。应于取受粗化身后，修学后得位诸事行。

གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། དེ་ཐོབ་ནས་གསར་མི་སློབ་དགོས་ཀྱང་། །སྔོན་ཐོབ་ཟིན་གོམས་པ་རྒྱུན་བསྲིངས་པས། །དཔལ་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་པའི། །རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་སྟོན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཟུང་འཇུག་པ་དེས་དེང་ཕྱིན་ཆད་སྔར་མ་ཐོབ་པའི་ལམ་ལ་གསར་དུ་སློབ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཐོབ་ཟིན་པའི་ཐུགས་དམ་རྒྱུན་བསྲིངས་ཏེ་གོམས་པར་བྱེད་དགོས་ལ། བསྲིངས་ལུགས་མཉམ་གཞག་ཏུ་ལས་སམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་སྙོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་འཇོག་པ་དང་། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་རི་དྭགས་བསྐོར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པ་ཟླ་བ་དྲུག་གམ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་སྤྱད་པ་ན་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་མཚན་མ་ས་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་གཡོ་བ་དང་། བདུད་ཀྱི་གནས་སུ་རྡོ་རྗེའི་འཆར་འབེབས་པ་དང་། ཉི་ཟླ་ཆ་ལང་སྲིབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་གསང་འདུས་རྩ་རྒྱུད་ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ་ལས་བཤད་པའི་རྨི་ལྟས་རྨི་བ

[5] 译按：ཟུང་འཇུག的字面义为成对运转。

一校稿

སོགས་བྱུང་ན། སྲོད་ཀྱི་དུས་སུ་བླ་མ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་མཆོད་དེ་གདམས་པ་ཞུས་ཏེ་གུང་ཐུན་ལ་སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པས་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་དང་དེའི་རྟགས་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་ཐོ་རངས་འོད་གསལ་སྐད་ཅིག་དང་པོས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་ལ། སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་ཇི་སྙེད་པའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་ཤིང་། སྐུ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་བྱེ་བ་ཐེར་འབུམ་གཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་ནུས་ལ། དེའི་ཚེ་ཐུར་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་པ་དེ་མི་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཏུ་གནས་འགྱུར་ནས་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡན་ལག་བདུན་ནི། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་དང་ཁ་སྦྱོར་བདེ་ཆེན་རང་བཞིན་མེད། །སྙིང་རྗེས་ཡོངས་གང་རྒྱུན་མི་ཆད་དང་འགོག་པ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ནས་ཐུགས་འོད་གསལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ་ལས་ལྡང་མི་དགོས་པར་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་འོད་གསལ་དེ་ལས་སླར་ལྡང་མི་དགོས་པས་ལུགས་ལྡོག་གི་ཉེར་ཐོབ་སོགས་འབྱུང་བའི་སྐབས་མེད་དེ། ཉེར་ཐོབ་ཤེས་སྒྲིབ་ཕྲ་ཤོས་ཡིན་ཅིང་ཤེས་སྒྲིབ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

丙三、能现证果位之法

乃如："虽获彼后无需新学，然前已得串习保持，具吉祥和合七支者，彼佛果获证如是说。"所示。如是的双运者，今后虽并无需要新学的、前所未得之道，但仍需令已得的誓修保持而作串习。保持的方式，是于等捨状态中，与事业或智慧手印等入、在空性中专注等持，及于后得中作捕猎等"行"。如是持续半年或十八个月，便将出现能现证果位的征兆——大地六种震动、在魔处有金刚雨降下、日月同辉。此外，更出现《集密根本续》第十七品所说的梦境、梦兆等。

其时，于黄昏时分向上师献上荟供轮求赐教授；中夜于空性中入定，令风得以入、住、融于中脉并现起其诸兆，至光明阶段时，于

二校稿

空性中入住等捨；黎明时，以第一刹那的光明作所知障的正对治，于第二刹那，即能既保持于空性中专注等持，又能现前观见尽所有的一切所知，且能同时示现百亿数如幻之身。其时，之前的有学双运便由转依至无学双运而获得具足和合七支的果位。七支者，乃如所谓：“受用圆满、和合、大乐、无自性，大悲遍满、相续无间及无灭。”。其后，无需于彼光明心意所住的等捨中出定，便可无勤任运出生所有后得位诸事业；且因无需再从彼光明出定故，并无逆行近得等相出现之时，以近得乃所知障之最微细分，而所知障已断尽故。

དེ་ལྟར་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་དེའི་སྔོན་དུ་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་དགོས་ཏེ་རིགས་འདྲ་སྔ་མ་མེད་པར་ཤ་རུས་སྒྲིབ་བཅས་ཀྱི་ལུས་འདི་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་གྱི་ལོངས་སྐུར་འགྱུར་དུ་མེད། སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པ་ལ་ཟུང་དུ་འཇུག་རྒྱུའི་ཡ་རེ་རེ་ནས་སྒྲུབ་དགོས་པས་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཐོབ་དགོས། དེ་ལ་མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་ལམ་དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། དེ་ལ་ཕུང་པོ་ཕྲ་རགས་འབྱེད་ནུས་པ་ལ་འཆི་རིམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཁྱབ་བྱེད་ཀྱི་རླུང་ཕྲ་མོ་ཚུན་ཆད་སྙིང་གའི་དབུ་མར་སྡུད་ནུས་པའི་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་པའི་དམ་ཚིག་གི་རྣལ་འབྱོར། དེ་ལ་སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་འགྲོལ་བའི་ཐབས་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་དང་བུམ་པ་ཅན་སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། དེ་ལ་ལྟེ་བའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྡུད་རིམ་དཀའ་བཞིའིལུགས་འབྱུང་ཐོག་འདྲེན་ནུས་པ། དེ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ཕྲ་རགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་སྔོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་སོགས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྐས་ཀྱི་གདང་བུ་བཞིན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་།

要获得如是的具和合七支果位，其前须获得有学双运，即若无前之同类——以此一骨肉质碍之身，删无可转成具和合七支的报身。要获得有学双运，须从双运因的每一支成办故，其前须以清净智慧瑜伽获得义光明。彼须以获得不净幻身或谓形相瑜伽作前行。彼须以能将粗细蕴分离作前行——此须先获得能如死亡次第般将微细能遍风以

上风息全部收摄至心间中脉的依止业印之誓言瑜伽。彼须以获得解开心间脉轮的方便——金刚唸诵及具瓶风的咒瑜伽作前行。彼须以能获得脐间随灭的收摄次第以引生顺、逆四喜作前行。彼须以粗、细生起次第究竟的本尊瑜伽作为前行……对于此等道次第，必须如登梯般趣行。

བསྐྱེད་རིམ་ནི་བློས་གསར་དུ་བཅོས་ནས་བསྐྱེད་པས་བཅོས་པས་རྣལ་འབྱོར་རམ་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱེད་རིམ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་ཚིག་རྐྱང་པ་ཙམ་གྱི་མི་ཆོག་པར་སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་གསུམ་སྦྱོང་བྱེད་སྐུ་གསུམ་ལམ་འཁྱེར་གྱི་གནད་ཚང་བ་ངེས་པར་དགོས། དེ་ལ་བླ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལས་སྐུ་བཞི་འི་ས་བོན་ཐེབས་ངེས་པའི་དབང་བཞི་ཐོབ་དགོས། དེ་ལ་ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱུད་སྦྱངས་པ་སྔོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་ནང་གི་རྐྱེན་འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དྲུག་ལྡན་ཡིན་པ་དང་། ཕྱིའི་རྐྱེན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་དགོས་ཤིང་། དེའི་གདུལ་བྱ་ནི་པདྨ་ལྟ་བུ་དང་། པདྨ་དཀར་པོ་ལྟ་བུ་དང་།ཨུཏྤལ་ལྟ་བུ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་སྟེ་བཞི་ལས་ཕྱི་མ་མཆོག་ཡིན་ནོ།།

生起次第乃由心新予造作而生起，故名“造作瑜伽”或“生起次第”——彼亦非仅流于言词即可，而定须齐全能净治生、死、中有的三身道用扼要。彼须以从具相上师获授决定能植四身种子的四灌顶作前行。彼须以于共同道净治相续作为前行。彼须以南瞻部洲具六界的胎生人身作内缘、以为具相善知识摄受作外缘，且如是的化机，乃如莲、如白莲、如青莲，及如珍宝般四种化机中最胜的后者。

དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་བགྲོད་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་ཉིན་རེ་བཞིན་བསྒོ་བགྲང་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཞིང་། ལག་ལེན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་ལམ་ཐུན་མོང་བ་དང་། བསྐྱེད་རིམ་དང་། ལྟེ་བའི་རྗེས་གཞིག་གི་རྫུད་རིམ་དང་། བུམ་པ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ལམ་འོག་མ་འོག་མ་ལ་འབད་ཅིང་། གོང་མ་རྣམས་ཀྱང་སྨོན་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཚུན་ཆད་དུ་བྱས་ཏེ་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱ་སྟེ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། དེ་ལྟར་རྩ་བ་བརྟན་ལ་གཙོར་འབད་ནས། །ཁ་ཅིག་ད་ལྟ་ལག་ཏུ་ལེན་

二校稿

པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཤིང་རྩ་བ་བརྟན་ལུགས་ནི། རྙེད་དཀའ་རིག་ན་གྱི་ནར་སྡོད་ཐབས་མེད། །དོན་ཆེན་བསམ་ན་དོན་མེད་འདའ་བ་ཕངས། །འཆི་བ་བསམ་ན་ཕྱི་མར་འགྲོ་གྲབས་བྱེད། །ལས་འབྲས་བསམ་ན་བག་མེད་གནས་ལས་ལྡོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་རྙེད་དཀའ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ། ལས་རྒྱུ་འབྲས་རྣམས་ལ་ངེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པར་བྱས་ཏེ་ཆ་ཚང་བའི་ལམ་ལ་བསླབ་སྟེ་དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལོན་པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། ཕྱི་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད། ཉེ་བརྒྱུད་གསོལ་འདེབས། བདག་བསྐྱེད་ཤོག་གཅིག་མ། ཕྱི་ནང་གི་མཆོད་པ་དང་གཏོར་མ་བྱིན་རླབས། གཏོར་མགྲོན་བསྐྱེད་ལ་རང་གི་སྙིང་གའི་ས་བོན་གྱི་འོད་ཟེར་ལས་བྱུང་བའི་ཙ་རྩེ་ཀ་ཞེས་སོགས་དང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ནི་གཙང་གྱུར་ཅིང་། །ནས། སྤྲཾའི་བར། མཚན་སྔགས་སོ་སོའི་མཐར་འབྲུ་གསུམ་བཏགས་པའི་ནང་མཆོད། གཉིས་མེད་ཐུན་མོང་མས་བསྟོད། ཚོགས་འཁོར་བསྐངས་ནས་ཕུལ། གཏོར་འབུལ་གཞི་བདག་གཏོར་མའི་བར། བཟོད་གསོལ། གཤེགས་གསོལ། སྨོན་ལམ་ཤིས་བརྗོད་བཅས་མཛད་དོ། །

应了知能趣行于如是之道的众轨理，并如点算般逐日作修持。实践中最主要者，是应勤修共同道、生起次第、脐间随灭的收摄次第、具瓶风等下下诸道，诸上品道至低限度亦当作为愿境而修。如宗大师所说[6]，“如是主勤固本已，或于当下着手修……”固本之规，则如同论云：“若知难得不庸住，若见义大惜虚度，若思死殁预来世，苟思业果止放逸。”乃指对暇满义大、难得、死殁无常及业果等发自心底深忍决定而修学支分齐全之道，无论如何，务必于此暇身中取得心要！作了如上宣说。

翌日，修诵了《发心偈》、《近传师承祈请文》、《一页自生仪轨》、加持外内供品及朵玛、生起朵玛宾客后，从“自己心间放出白色杂资嘎母……”以及：“一切诸佛本洁净，并无污秽之分别……”乃至“嗡雅曼达嘎萨巴日瓦 ra 巴尔夏紮底杂吽娑哈！”之间（献外供），

[6] 宗大师所造《利乐根基之信札》。

于各各名咒后加上三咒字献内供，以“无二不共周遍圆满身……”赞颂，加持荟供品后献荟供，献朵玛，乃至地神朵玛。请恕过失，请圣驾归返，以及回向、吉祥颂。

སྐབས་པ། ཡུད་ཙམ་ཆར་གྱི་གདུང་བ་སྐྱོབ་པའི་གྲོགས། །དྲིན་ཅན་ཡིན་པར་སེམས་ཤིང་སྨྲ་བྱེད་ན། །སྐུ་གསུམ་རིན་ཆེན་བདེ་བླག་སྩོལ་བའི་མགོན། །དམ་པའི་བཀའ་དྲིན་མི་དྲན་སྨྱོན་པ་རང་། །རྗེ་བཙུན་ཁྱོད་སྐུ་ཞིང་ཁམས་གར་བཞུད་ཀྱང་། །འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞིའི་འགྲོ་དོན་བསམ་མི་ཁྱབ། །འོན་ཏེ་བདག་ཅག་མོས་པའི་སྣང་ངོ་རུ། །ཞིང་འདིར་འགྱུར་མེད་སྲིད་མཐར་བཞུགས་ཤིག་ཀྱེ། །གང་གི་བཞེད་པ་གཅིག་པོར་ཏིང་འཛིན་ལ། །རྩེ་གཅིག་མཉམ་གཞག་མཛོད་ཅེས་གསོལ་འདོད་ཀྱང་། །ཉམ་ཐག་འགྲོ་ལ་ཐེག་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་གཏམ། །ཆད་མེད་སྩོལ་ཅེས་ཐོན་ལ་ཅི་བྱར་ཡོད། །ཚུལ་འདིར་འགལ་དང་མ་འདྲེས་བཟློས་པ་སོགས། །ཉེས་སྐྱོན་འཁྲུལ་པའི་དྲི་མ་མཆིས་པ་དང་། །བླ་མ་ལྷག་པའི་ལྷ་ཡི་སྤྱན་སྔ་རུ། །མི་སྦེད་བསམ་པ་ཐག་པས་བཟོད་པར་གསོལ། །དགེ་ཕྲན་ཅི་མཆིས་སྐྱེ་བར་བཤེས་གཉེན་དང་། །ལྷ་མཆོག་གང་གི་འབྲལ་མེད་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །མ་རྣམས་དོན་དུ་གསང་ཆེན་མྱུར་བའི་ལམ། །འཁྲུལ་པ་བྲལ་བས་བགྲོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །

二校稿

(甲三、著述究竟之事)

结颂：片刻滴雨解渴友，每思亦称谓具恩，易赐三身宝怙主，不念其恩我疯癫。勿论汝身住何土，四业利众难思议，然随我辈信解方，永住此土祈莫变！既许若求必无间，以三乘教度众衰，却于静虑独安住，如是所诺岂能践？相违混杂重复等，于此错谬尽所有，皆于上师本尊前，不覆至心求宽恕。微善亦愿生生中，皆蒙师长本尊摄，无谬趣行密速道，究竟普济如母众！

ཅེས་དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་བགྲོད་པའི་ཚུལ་གྱི་ཟིན་བྲིས་གསང་ཆེན་མྱུར་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བཤད་སྒྲུབ་བསྟན་པའི་སྲོག་ཤིང་ ༸རྗེ་བཙུན་དངུལ་ཆུ་བ་ཆེན་པོ་རྡྷརྨ་བྷ་དྲ་དཔལ་བཟང་པོས་སྐལ་ལྡན་གྱི་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རྩ་ཚིག་དང་ས་བཅད་འཛིན་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་བཤད་

ཉིན་བརྒྱད་ཀྱི་རིང་སྩལ་བའི་བརྗེད་བྱང་ལ་གཞི་བྱས། ལྕགས་ཡོས་ཧོར་ཟླ་བཅུ་པའི་ནང་ཉི་མ་བཞི་ལ་གྲུབ་པར་ལྷུམ་པས་ཀྱང་བརྒྱན་ཏེ་བཀའ་འབངས་པ་རྗེ་དྲུང་ཚེ་རིང་མིང་ཅན་གྱིས་བཀོད་པའོ། །སླར་ཡང་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་རྡོ་རྗེས་ཞུས་དག་པར་བྱས་པའོ།།

如是，讲修教法的栋樑——至尊邬曲·达玛巴紮（法贤）吉祥贤大师曾以八日为期，向众多具缘弟子赐授了需背诵的（其道歌的）根本颂及科判的甚深解说。此《如何趣行于吉祥能怖金刚第二次第道之理笔记·大密速道》，即为于当时备忘笔记的基础上，由尊者教下僭名杰仲次仁者于铁兔年十月，以四天时间，对将近完成的初稿稍作润饰而成。后再由央坚珠贝多杰（译按：妙音成就金刚，为达玛巴紮大师之侄。）作了校勘。

2024 年 3 月 5 日 阿旺松丹初译于岭南

（未定稿）

二校稿

རྫོགས་རིམ་གྱི་ས་བཅད།

圆满次第科判

邬曲·达玛巴紥（法贤）造

༄༅། །འདིར་དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་རིམ་པ་འཆད་པ་ལ་གཉིས། སྔོན་འགྲོ་དང་། དངོས་གཞིའོ། །

此中所述，乃吉祥大威德能怖金刚圆满次第四瑜伽次第。分二：甲一、前行，甲二、正行。

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ། ལམ་བགྲོད་པའི་རིམ་པ། འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ལུས་སེམས་སོ་སོ་བའི་གནས་ཚུལ། ལུས་སེམས་ཐུན་མོང་བའི་གནས་ཚུལ། ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །

甲二、正行分三：乙一、基事的情形，乙二、行道的次第，乙三、能现证果位之法。

乙一、基事的情形分三：丙一、身心各自的情形，丙二、身心共同的情形，丙三、别释身的情形。

གཉིས་པ་ལམ་བགྲོད་པའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས། རླུང་དབུ་མར་སྡུད་པའི་རིམ་པ་དང་། བསྡུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོམ་པའི་རིམ་པའོ། །

乙二、行道的次第分二：丙一、摄风入中脉的次第，丙二、依收摄而修的次第。

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། དམ་ཚིག་གི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལྟེ་བའི་རྗེས་གཞིག་གི་སྦྱོང་རིམ་དང་། སྔགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་བཤད་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། བུམ་པ་ཅན་དང་། རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པའོ། །

二校稿

丙一、摄风入中脉的次第分二：丁一、咒瑜伽，丁二、誓言瑜伽。

丁一、咒瑜伽分二：戊一、解说脐间随灭的收摄次第，戊二、解说咒瑜伽正行。

戊二、解说咒瑜伽正行分二：己一、具瓶风；己二、金刚唸诵。

གཉིས་པ་བསྡུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོམ་པའི་རིམ་པ་ལ་གསུམ། དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྣལ་འབྱོར་རོ།།

丙二、依收摄而修的次第分三：丁一、形相瑜伽，丁二、清净智慧瑜伽，丁三、无别双运瑜伽。

ཞེས་པ་འདི་ཡང་སློབ་མ་འགའ་ཞིག་ལ་འཛིན་ཆོས་གཏོང་རྒྱུར་ས་གླང་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་གཉིས་ལ་དྷརྨ་བྷ་དྲས་ཕྲིས་པའོ། །ཤུ་བྷ་མསྟུ་སརྦ་ཛ་ག་ཏཾ།། །།

此科判乃应个别弟子记诵所需，由达玛巴紥撰于土牛年一月十二日。修巴美杜萨瓦杂当！

མཁས་མཆོག་དངུལ་ཆུ་བ་དྷརྨ་བྷ་དྲའི་གསུང་ཟིན་འཇིགས་མཛད་རྡོ་རྗེའི་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲིད་ཡིག་འདི་བཞིན་མན་ངག་འདུས་ཆེ་ཞིང་། ཞལ་གསལ་བ་བཅས་ལེགས་བཤད་ཀྱི་གཏེར་དུ་མཆིས་ཀྱང་། སྔར་བན་དབུས་འགྱུར་འདིར་སྤར་མེད་སྐབས། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་ཁྱི་ལོར་སྐྱབས་མགོན་སྲིད་སྐྱོང་ཡོངས་འཛིན་སྟག་བྲག་པཎྜི་ཏ་ཆེན་པོའི་བསྟན་འགྲོར་སྨན་པའི་བཀའ་དགོངས་བླ་མེད་དང་འབྲེལ། གཞུང་ས་མཆོག་ནས་སྤར་དུ་བསྒྲུན་གནང་མཛད་དེ། ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལའི་ཞོལ་སྤར་ཁང་ཆེན་མོར་བཞུགས་པར་འགྲོ་དོན་འཕེལ།། །།

这一由殊胜智者邬曲·达玛巴紥宣说的能怖金刚二次第~~的~~讲录，汇总了相关口诀，且涵括需口授的善说宝藏。但过去在此槃卫地区并无雕版流通，第十六绕迥火狗年，怙主摄政雍增·达札大班智达为救疗圣教与众生，特指示政府印经院雕版付梓。版存布达拉宫下层的大图书馆。愿增众生利乐！

二校稿

附录：

༄༅། །དཔལ་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་ཉམས་དབྱངས།།

能怖金刚圆满次第觉受歌

ན་མོ་གུ་རུ་མཉྫུ་གྷོ་ཥ་ཡ།

南无咕洳曼祖郭喀雅！

རྗེ་བླ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་ཆོས། །ཚོགས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་དཔའ་བོ་དང་། །

མ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས། །ཡོངས་ཀུན་འདུས་ནོར་བུ་བླ་མར་འདུད། །

至尊师宗喀本尊佛与法，众菩萨声缘及勇士，

并空行偕母护法海，遍摄宝上师前敬礼！

མགོན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེའི་ཞལ་གདམས་ལ། །དོན་ཉམས་ལེན་སྙིང་པོར་མ་ཐུབ་ཀྱང་། །

ཚིག་མ་བརྗེད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས། །བཀྲ་ལམ་མེ་ཤར་འདི་གླུ་རུ་ལེན། །

于具恩之怙主口授，虽未能实修其要义，

尚不忘句于意镜面，历历明现赋成此歌：

རྙེད་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ། །དཔལ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་དང་མཇལ། །

རྗེ་མཚན་ལྡན་བླ་མའི་རྗེས་སུ་གཟུངས། །ལམ་མདོ་སྔགས་ཉམས་ལེན་ཤེས་དུས་འདིར། །

既已获暇满人身宝，復值遇第二佛圣教，

并为彼具相师摄受，于知修显密道此际，

རང་གཅིག་པུའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་པར། །མ་འགྲོ་ཀུན་དོན་ཆེན་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། །

ཆོས་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྒོར་ཞུགས་ནས། །རྒྱུད་སྡོམ་གསུམ་བཅས་མཚམས་དག་བྱས་ཏེ། །

当不贪着一己独乐，为成办如母众大义，

二校稿

法当入金刚乘门已，令相续净三戒制限。

བླ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། །བྱམས་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད། །

སྔོན་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྡིག་ལྟུང་དྲི། །དཔལ་རྡོར་སེམས་ཐུགས་རྗེའི་བདུད་རྩིས་བཀྲུས། །

于胜~~本~~尊三宝前归依，及发慈悲菩提胜心，

昔无始集罪堕污垢，金刚萨埵悲露荡涤，

ལམ་གཅིག་ཆོག་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམ། །ཚོགས་རླབས་ཆེན་རྫོགས་བྱེད་མཎྜལ་ཕུལ། །

བློ་ཤུགས་དྲག་གསོལ་མང་བཏབ་པའི་མཐར། །དབྱིངས་བདེ་ཆེན་ངང་དུ་རོ་གཅིག་བསྲེས། །

修一即足独胜道~~上~~师瑜伽，~~。~~献能证大资粮曼达，

心哀恳多番求告后，于大乐界中合一味。

གཞི་མ་དག་སྐྱེ་ཤི་བར་དོའི་ལྕགས། །ལམ་སྐུ་གསུམ་གསེར་འགྱུར་རྩིས་སྦྱངས་ཏེ། །

ལྷ་ཞི་ཁྲོའི་ང་རྒྱལ་གསལ་སྣང་ཉིས། །རྒྱུད་ཐ་མལ་སྣང་བཞེན་མུན་པ་སངས། །

基不净生死中有铁，道三身点金剂令净，

尊静猛之慢与明二，除相续凡庸显执暗。

ལུས་རྩ་རླུང་ཐིག་ལེའི་བཀོད་པ་དང་། །སེམས་ཕྲ་རགས་རྣམ་རྟོག་སྐྱེ་ཚུལ་སོགས། །

ནང་རྡོ་རྗེའི་ལུས་སེམས་གནས་ཚུལ་ཀུན། །ལུང་མན་ངག་རིགས་གཏན་ལ་ཕབ། །

身脉风明点安置法，心粗细分别生起等，

内金刚身心安住理，皆教典诀窍理抉择。

རང་གསང་ཆེན་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་ནི། །གནད་ཁྱད་པར་བཞི་ལྡན་ལེགས་བསྒོམས་པའི། །

རྩ་དབུ་རྐྱང་རོ་གསུམ་འཁོར་ལོ་དྲུག །མདོག་དཀར་དམར་རླུང་སེམས་ཐིག་ལེས་སྦྱངས། །

自身大密能怖双尊，四差别扼要所善修，

中右左三脉及六轮，色白红风心明点净。

སྦྱར་ཡེ་ཤེས་ཀྣ་གིའི་ཕོ་བྲང་དུ། །ལྷ་ཡེ་ཤེས་ཏིང་འཛིན་སེམས་དཔའ་ལ། །

二校稿

ཡིད་རྩེ་གཅིག་ཆགས་པའི་རང་འོད་ཀྱིས། །སྲིད་བརྟན་གཡོའི་སྙིག་མོ་དབང་དུ་བསྡུས། །

再于智慧空行宫殿，于尊、智慧及定萨埵，

意专注以贪自光力，遍情器骄女尽怀摄！

སྙིང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩིབས་བརྒྱད་དབུས། །སྔགས་ཟབ་མོའི་ཐིག་ལེ་ཧཱུྃ་ཡིག་ལ། །

ལུས་སྟོད་སྨད་དྲི་ཞོན་ཡོངས་བསྟིམས་ནས། །རླུང་བུམ་ཅན་རྣལ་འབྱོར་ཚད་དུ་བསྐྱལ། །

心间法轮八辐中央，于甚深咒点、ཧཱུྃ（吽）字中，

身上下风息全融已，具瓶风瑜伽运转量。

ཡང་སྲོག་ཐུར་འཇུག་གནས་ལྡང་བའི་སྒྲ། །བློས་མ་བཅོས་རྡོ་རྗེ་རྣམ་གསུམ་དུ། །

དུས་ཡང་ཡང་དབུ་མའི་ནང་བསྒྲགས་པས། རྩས་བཅིངས་པའི་མ་རིག་མདུད་པ་འགྲོལ། །

又命、下入、住、出之声，心无造作于三金刚，

时数数中脉内发出，脉所捆无明结将解。

ཕྱི་མཚར་སྡུག་ཕྱག་རྒྱའི་བདེ་དྲོད་དང་། །ནང་བསམ་གཏན་ཟབ་མོའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །

རླུང་ཕྲ་རགས་མ་ལུས་དྷུ་ཏིའི་ནང་། །ཡོངས་བསྡུས་མཐར་དཔེ་ཡི་འོད་གསལ་འཆར། །

外艳丽手印之乐暖，内甚深静虑巧方便，

风粗细无馀中脉内，尽摄入究竟喻光现。

སླར་འོད་གསལ་བཞོན་པའི་རླུང་སེམས་ལས། །སྙིང་ཚུ་སྐྱེས་ཟེའུ་འབྲུ་རྒྱས་པའི་དབུས། །

དཔེ་དབང་པོའི་གྲངས་ཀྱིས་ཉེར་མཚོན་པའི། །དབྱིབས་སྒྱུ་མའི་ལྷ་སྐུ་དངོས་སུ་འགྲུབ། །

再光明骑乘风心中，心莲蕊绽放之中央，

喻根之数量所表者，形幻化天身真实成。

སྐུ་དེ་ཉིད་ཕྱི་ནང་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །སྟེང་ཀུན་གསལ་དབྱིངས་སུ་ཆུ་ཁུར་ལྟར། །

དོན་དམ་པའི་འོད་གསལ་ལ་སྦྱངས་པས། །དགྲ་བདེན་འཛིན་ས་བོན་དྲུང་ནས་འབྱིན། །

即彼身外内善巧力，如上方普显界负水，

一校稿

于胜义之光明净治，敌实执种子连根拔。

སྣར་ཚུ་མཐོང་འགྲམ་པར་དབང་གཞུ་བཞིན། །གྲངས་བཅུ་ཕྲག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི། །

རྒྱན་རབ་ལྷུབས་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་མཆོག་དང་། །ཐུགས་འོད་གསལ་སྤངས་རྟོགས་ཟུང་འཇུག་འཐོབ། །

再如水界边际帝弓，获十十以及十二数，

具庄严最胜金刚身，及意光明断证双运。

དེ་ཐོབ་ནས་གསར་མི་སློབ་དགོས་ཀྱང་། །སྔོན་ཐོབ་ཟིན་གོམས་པ་རྒྱུན་བསྲིངས་པས། །

དཔལ་ཁ་སྦྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་པའི། །རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གསུངས། །

虽获彼后无需新学，然前已得串习保持，

具吉祥和合七支者，彼佛果获证如是说。

ལམ་འདི་འདྲ་སྒོམ་པའི་མཐུ་དམན་ཡང་། །ཕ་བླ་མའི་ཞལ་གདམས་བདུད་རྩིའི་བཅུད། །

ཡིད་སྨོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར། །བན་བརྩོན་ཆུང་པདྨ་རྡོ་རྗེས་བྲིས།། །།མངྒ་ལཾ

虽如斯之道修力劣，为尊父口授甘露粹，

能达至意中所愿境，怠惰僧莲花金刚书。

吉祥圆满！

2024 年 3 月 5 日 阿旺松丹初译于岭南

二校稿