༄༅། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་བཞུགས་སོ། །

入菩薩行論釋—佛子正道

寂天菩薩　造頌

賈曹杰大師　釋論

釋如性 譯

第三品~第四品

ལེའུ་གསུམ་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ།

第三品受持菩提心

གཉིས་པ་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་སོགས་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་སྔོན་དུ་བཏང་སྟེ་

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་དངོས་ལ་གཉིས། ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུའི་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། སྦྱོར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཇུག་གི་བྱ་བའོ། །

庚二、先修隨喜善等集聚順緣資糧，正受彼心分二：辛一、釋品文。辛二、品名。辛一、釋品文分三：王一、加行、王二、正行。王三、結行。

དང་པོ་(སྦྱོར་བ་)ལ་ལྔ། དགེ་བ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐུལ་བ་དང་། མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་། དགེ་བ་བསྔོ་བ་དང་། སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྔོན་དུ་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བའོ། །

王一、加行分五：癸一、隨喜眾善。癸二、請轉法輪。癸三、祈請不入涅槃。癸四、迴向眾善。癸五、先修施捨身財善根之心，作為修持布施度之支分。

དང་པོ་(དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་)ལ་གསུམ། མངོན་མཐོ་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དང་། ཐར་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་དང་། བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བའོ། །

癸一、隨喜眾善分三：子一、隨喜增上生之善因果。子二、隨喜解脫之善因果。子三、隨喜無上菩提之因果。

དང་པོ་(མངོན་མཐོ་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་)ནི། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི །སྡུག་བསྔལ་ངལ་གསོའི་དགེ་བ་དང་། ། སྡུག་བསྔལ་ཅན་དག་བདེར་གནས་ལ། ། དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

子一、隨喜增上生之善因果。

歡喜作隨喜；一切有情善，暫息惡趣苦、受苦者住樂。

欣樂而隨喜:一切罵有情 息苦諸善行、得樂諸福報。

འཁོར་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ངལ་གསོ་ཞིང་མངོན་མཐོ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུའི་དགེ་བ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་ཅན་དག་མངོན་མཐོའི་བདེ་བར་གནས་པ་ལ་བསམ་པ་དགའ་བས་དེ་ལྟར་བུ་ཡོད་པ་ཨ་རེ་ལེགས་སྙམ་དུ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

能令住輪迴中一切有情暫息惡趣痛苦、獲得殊勝增上生之善因，及其果報-令受苦者安住增上生樂，於彼心生歡喜而作隨喜；「能得此樂，實為善哉!」

གཉིས་པ་(ཐར་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི། བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་དགེ་བསགས་པ། ། དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། ། ལུས་ཅན་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལས། ། ངེས་པར་ཐར་ལ་ཡི་རང་ངོ་། །

子二、隨喜解脫之善因果。

隨喜所集善，此為菩提因；隨喜諸有情，跳脫輪迴苦。

隨喜三學行-二乘菩提因。隨喜眾有情，實脫輪迴苦。

ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བའི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་བ་སོགས་བསགས་པ་དེ་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །དེའི་འབྲས་བུ་ལུས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལས་ངེས་པར་ཐར་ནས་མྱང་འདས་ཐོབ་པ་དེ་ལ་ཡང་ཡི་རང་ངོ་། །

亦復隨喜有情所集順解脫分等善，此為聲聞、緣覺菩提之因；心亦隨喜其果-令諸有情跳脫輪迴眾苦，獲得涅槃。

གསུམ་པ་(བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི། སྐྱོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་། །རྒྱལ་སྲས་ས་ལའང་ཡི་རང་ངོ་། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་མཛད་པའི། །ཐུགས་བསྐྱེད་དགེ་བ་རྒྱ་མཚོ་དང་། །སེམས་ཅན་ཕན་པ་མཛད་པ་ལ། །དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

子三、隨喜無上菩提之因果。

隨喜佛子地、救護者菩提；歡喜作隨喜；為令有情樂，發心善如海，並饒益有情。

隨喜佛菩提、佛子諸果地。亦復樂隨喜；能與有情樂，發心福善海，及諸饒益行。

འགྲོ་བ་གཞན་སྐྱོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་ས་བཅུ་ལའང་ཡི་རང་ངོ་ །དེ་དག་གི་རྒྱུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་དང་སྦྱོར་བས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་མཛད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཡང་ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་དང་བའི་དད་པ་བསྒོམས་ཤིང་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །

亦復隨喜救護眾生者之圓滿菩提、佛子十地；彼等之因-為令一切有情安樂，發起勝菩提心，其善猶如大海，並以妙行饒益有情，於彼修習與喜相應之淨信心，心生歡喜而作隨喜。

གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐུལ་བ་)ནི། ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ། །ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི། །སེམས་ཅན་སྡུག་བསྔལ་མུན་འཐོམས་ལ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྦར་དུ་གསོལ། །

癸二、請轉法輪。

於十方佛前，合掌敬祈請；為苦愚蒙眾，點燃正法燈!

我於十方佛，合掌誠祈請；為苦癡迷眾，燃亮正法燈!

སངས་རྒྱས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་ཆོས་མི་གསུངས་པར་བཞུགས་པའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་སྤྱོད་ལམ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། དགོས་པ་སེམས་ཅན་སྡུག་བསྔལ་ཞིང་མ་རིག་པའི་མུན་པར་འཐོམས་པ་རྣམས་ལ་ཐར་པའི་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ལུང་

རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྦར་དུ་གསོལ་ཅིག་པའོ །

我於十方成佛未久、尚未說法之諸佛前，雙手合掌恭敬祈請；為諸痛苦、無明愚暗蒙蔽之有情眾，點燃照亮解脫道之教證正法明燈!

གསུམ་པ་(མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་)ནི། རྒྱལ་བ་མྱ་ངན་འདའ་བཞེད་ལ། །ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི། །འགྲོ་འདི་ལྡོངས་པར་མི་དགོད་ཅིང་། །བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་བཞུགས་པར་གསོལ། །

癸三、祈請不入涅槃。

佛欲入涅槃，合掌誠祈講；請住無量劫，莫令眾生盲!

知佛欲涅槃，合掌速祈請；住世無量劫，莫遺世間迷!

རྒྱལ་བ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་པ་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི་འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་མ་རིག་པས་བློ་གྲོས་ཀྱི་མིག་ལྡོངས་པར་མི་དགོད་ཅིང་སྐེ་མ་རིག་པའི་མུན་པ་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་པར་བཞུགས་པར་གསོལ་ལོ། །

諸佛若欲入涅槃時，雙手合掌至誠祈請；莫令眾生為無明暗遮蔽慧眼而成目盲；為除無明愚暗，祈請諸佛住無量劫!

བཞི་པ་(དགེ་བ་བསྔོ་བ་)ལ་བཞི། སྤྱིར་བསྔོ་བ་དང་། ནད་པའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་དང་། བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་དང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་བསྔོ་བའོ། །

癸四、迴向眾善分四:子一、總迴向。子二、為病者迴向。子三、為除飢渴迴向。子四、迴向能成滿願之因。

དང་པོ་(སྤྱིར་བསྔོ་བ་)ནི། དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ། །དགེ་བ་བདག་གིས་བསགས་པ་གང་། །དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཤོག །

子一、總迴向。

如此修諸行，我所集眾善，願以此去除，一切有情苦!

如是諸觀行，所積一切善，以彼願消除，有情一切苦!

དེ་ལྟར་མཆོད་པ་ནས་བཟུང་སྙེ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་བར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ་དགེ་བ་བདག་གིས་ཅི་

བསགས་པ་དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཤོག་ཅིག་པའོ །

由如此修供養直至祈請諸行，我所集聚一切眾善，願以此能去除一切有情所有痛苦!

གཉིས་པ་(ནད་པའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་)ནི། འགྲོ་བ་ནད་པ་ཇི་སྲིད་དུ། །ནད་སོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི། །སྨན་དང་

སྨན་པ་ཉིད་དག་དང་། །དེ་ཡི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག །

子二、為病者迴向。

祈願諸病者，尚未痊癒前，我為醫與藥，並作其看護!

乃至眾生疾尚未療癒前，願為醫與染，並作看護士!

དགེ་བ་དེ་དག་གི་མཐུས་འགྲོ་བ་ནད་པ་རྣམས་ཇི་སྲིད་དུ་ནད་བསོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི་བདག་ཉིད་སྨན་

དང་སྨན་པ་ཉིད་དག་དང་ནད་པ་དེའི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག །ཅེས་པའོ། །

以此眾善業力，於諸病者尚未痊癒之前，祈願我能為醫與藥，並願作其看護!

གསུམ་པ་(བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་)ནི། ཟས་དང་སྐོམ་གྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ། །བཀྲེས་དང་སྐོམ་པའི་

གནོད་པ་བསལ། །མུ་གེའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་ཚེ། །བདག་ནི་ཟས་དང་སྐོམ་དུ་གྱུར། །

子三、為除飢渴迴向。

盼降飲食雨，解除飢渴難!饑饉中劫時，願我成飲食!

盼天降食雨，解除飢渴難!於諸災荒劫，願成充飢食!

བཀྲེས་སྐོམ་ཅན་རྣམས་ལ་ཟས་དང་སྐོམ་གྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ་བཟའ་བཏུང་སྣ་ཚོགས་པས་བཀྲེས་པ་དང་

སྐོམ་པའི་གནོད་པ་མཐའ་དག་བསལ་ནུས་པ་བསྐལ་པ་བར་མ་གསུམ་ལས་མུ་གེའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་

ཚེ་བདག་ནི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ཟས་དང་སྐོམ་དུ་གྱུར་ནས་བཀྲེས་སྐོམ་ཞི་བར་བྱེད་ནུས་པར་གྱུར་ཅིག །

盼為諸飢渴者，降下飲食妙雨，並以種種飲食，解除所有飢渴災難；於三中劫之饑饉中劫時，願我能成彼等有情所需飲食，滅其飢渴!

བཞི་པ་(འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་བསྔོ་བ་)ནི། སེམས་ཅན་ཕོངས་ཤིང་དབུལ་བ་ལ། །བདག་ནི་མི་ཟད་གཏེར་གྱུར་ཏེ། །ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་ཚོགས་སུ། །མདུན་དུ་ཉེ་བར་གནས་གྱུར་ཅིག

子四、迴向能成滿願之因。

為濟貧困者，願成無盡藏，種種妙資具，皆現彼等前!

為濟貧困者，願成無盡藏!願諸資生物悉現彼等前!

སེམས་ཅན་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་ཕོངས་ཤིང་དབུལ་བ་ལ་བདག་ནི་ལོངས་སྤྱོད་པས་མི་ཟད་པའི་གཏེར་དུ་གྱུར་ཏེ་ཅི་འདོད་པའི་ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་ཚོགས་སུ་འགྱུར་ཞིང་བསྒྲུབ་པ་ལ་འབད་རྩོལ་མེད་པར་མདུན་ན་ཉེ་

བར་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

為濟匱乏資具之貧困者，願我能成受用無盡之珍寶藏，變成所欲種種善妙資具，此皆不需辛勤成辦，便能現於彼等面前!

ལྔ་པ་(སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྔོན་དུ་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ། ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྦྱང་བ་དང་། དགེ་བ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུ་རུ་སྨོན་པ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་རུ་སྨོན་པའོ། །དང་པོ་(ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ། གཏོང་བའི་ཚུལ་དང་། ངེས་པར་བཏང་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། བཏང་ནས་ཇི་ལྟར་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ལོ། །

癸五、先修施捨身財善根之心，作為修持布施度之支分分三：子一、修習施捨身財善根之心。子二、願成善業無盡之因。子三、願成資財之因。子一、修習施捨身財善根之心分三：丑一、施捨之理˚丑二、定應捨之原因。丑三、捨已如何修行之理。

དང་པོ་(གཏོང་བའི་ཚུལ་)ནི། ལུས་དང་དེ་བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་དང་། །དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་སྒྲུབ་ཕྱིར། །ཕངས་པ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ། །

丑一、施捨之理。

為成有情利，亦應無惜施，我身及資財、三世一切善。

為利有情故，不吝盡施捨，身財諸受用、三世一切善。

བདག་གི་ལུས་དང་ཟས་གོས་པ་སོགས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་གསུམ་གྱིས་བསྡུས་པའི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དགོས་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་དུ་བསམ་པས་ཕངས་པ་དང་ལྟོས་པ་མེད་པར་བཏང་བར་བྱའོ། །

為能成辦一切有情現前、究竟所有義利，亦應毫無吝惜、眷戀，盡施我身以及衣食等諸資財、三世三處

所攝一切善業。

གཉིས་པ་(ငེས་པར་བཏང་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་)ལ་གཉིས། ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤངས་ཤིང་བཏང་བས་མྱང་འདས་ཐོབ་པ་དང་། སེམས་ཅན་སྦྱིན་པའི་ཞིང་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཏོང་རིགས་པའོ།།

丑二、定應捨之原因分二：寅一、斷貪、盡施能得涅槃。寅二、有情乃勝施田故應施捨。

དང་པོ་(ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤངས་ཤིང་བཏང་བས་མྱང་འདས་ཐོབ་པ་)ནི། ཐམས་ཅད་བཏང་བས་མྱ་ངན་འདའ། །བདག་བློ་མྱ་ངན་འདས་པ་བསྒྲུབ། །ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བར་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་བཏང་བས་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ཐོབ་ནུས་ལ་བདག་གི་བློ་ཡང་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྒྲུབ་འདོད་པ་ཡིན་པས་སོ། །

寅一、斷貪、盡施能得涅槃。

盡施將離憂，吾心成涅槃。

捨盡責脫苦，吾心成涅槃。

理應施捨所有身、財、善根，利益他人，因盡施捨將能遠離憂惱，吾心亦欲成辦無住涅槃。

གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་སྦྱིན་པའི་ཞིང་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཏོང་རིགས་པ་)ནི། ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་ཅིག་ལ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག །ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་ཅིག་པ་སྐྱེ་གཏོང་བར་འདྲ་བ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག་ཡིན་ཏེ་དེ་ལས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ།།

寅二、有情乃勝施田故應施捨。

一切同須捨，施有情為勝。

與其死方捨，何苦生盡施

一切最終同須棄捨，既須棄捨，施諸有情實為最勝，因能由此證得佛果。

གསུམ་པ་(བཏང་ནས་ཇི་ལྟར་སྲུང་བའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ། དེང་ཕྱིན་ཆད་རང་གི་ལུས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་བློ་

དོར་བ་དང་། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རིགས་པའི་ལས་ལ་སྦྱར་བའོ། །

丑三、捨已如何修行之理分三：寅一、今後應於自身捨自王心。寅二、廣釋其義。寅三、行合理事。

དང་པོ་(དེང་ཕྱིན་ཆད་རང་གི་ལུས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་བློ་དོར་བ་)ནི། ལུས་སོགས་བཏང་ནས་ཇི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན།

བདག་གིས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་འདི་ཅི་བདེར་བྱིན་ཟིན་གྱིས། །རྟག་ཏུ་གསོད་དང་སྨོད་པའམ། །བརྡེག་སོགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག བདག་གིས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བདག་གི་ལུས་འདི་ཅི་བདེར་བྱིན་ཟིན་གྱིས་ལུས་འདི་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་གསོད་པ་དང་ཚིག་གིས་སྨོད་པའམ་ལུས་ཀྱིས་བརྡེག་པ་སོགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག་ལས་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་ལ་ཁྲོ་བ་རྣམ་པ་

ཐམས་ཅད་དུ་དགག་པར་བྱའོ། །

寅一、今後應於自身捨自王心。

問云：「捨身等已，應如何行?」

我已將此身，隨宜施眾生，應任其所欲，恆常打罵殺!

吾既將此身 隨順施有情，一任彼歡喜，恆常打罵殺!

我既已將此身隨宜施予一切眾生，則應任其所欲，於此恆常捶打、辱罵或殺害等；一切時處皆應遮止貪愛自身、瞋恚他人。

གཉིས་པ་(དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ནི། བདག་གི་ལུས་ལ་རྩེ་བྱེད་དམ། ། ཅོ་འདྲི་ག་ཞའི་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱང་། །

བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིན་ཟིན་གྱིས། ། འདི་ཡི་ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

寅二、廣釋其義。

縱戲弄我身、侵犯或譏諷，既已施吾身，何故復珍愛?

縱人戲我身，侵侮並譏諷，吾身既已施，云何復珍惜?

དེང་ཕྱིན་ཆད་བདག་གི་ལུས་ལ་རྩེད་མོས་རྩེ་བར་བྱེད་དམ་མཐོ་འཚམ་པའི་ཙོ་འདྲི་བ་དང་ག་ཞའི་བཞད་གད་ཀྱི་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱང་རུང་སྟེ་བདག་གི་ལུས་འདི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱིན་ཟིན་གྱིས། ལུས་འདིའི་བསྲུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ་ལྟོས་མེད་དུ་བཏང་ཟིན་པས་ཅི་དགར་གྱིས་ཤིག་པའོ །

今後縱使戲弄我身、侵凌冒犯或作譏笑嘲諷，然既已施吾身於諸有情，何故復為守護、珍愛此身之人?既無眷戀已作施捨，則應任其所欲而行。

གསུམ་པ་(རིགས་པའི་ལས་ལ་སྦྱར་བ་)ནི། དེ་ལ་གནོད་པར་མི་འགྱུར་བའི། ། ལས་གང་ཡིན་པའང་བྱེད་དུ་ཆུག ། ལུས་དེ་ལ་འདི་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་རང་གཞན་ཀུན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་ཞིང་གནོད་པར་མི་འགྱུར་བའི་དགེ་བའི་ལས་གང་ཡིན་པའང་བྱེད་ཆུག་ཅིག་པའོ །

寅三、行合理事。

一切無害業，亦使身力行。

一切無害業，令身力行之。

一切饒益今生後世及自他之無害善業，亦應當使此身力行。

གཉིས་པ་(དགེ་བ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུ་རུ་སྨོན་པ་)ལ་གསུམ། གཞན་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་གི་རྒྱུར་སྨོན་པ་དང་།
བསམ་པ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུར་སྨོན་པ་དང་། སྦྱོར་བ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུར་སྨོན་པའོ། །

子二、願成善業無盡之因分三:丑一、願此唯成利他之因。丑二、願成意樂無盡之因。丑三、願成加行無盡之因。

དང་པོ་(གཞན་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་གི་རྒྱུར་སྨོན་པ་)ནི། བདག་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་དུ་ཡང་། །འགའ་ཡང་དོན་
མེད་མ་གྱུར་ཅིག །བདག་ལ་དམིགས་ནས་དུས་ནམ་དུ་ཡང་སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་དོན་མེད་པ་མི་
འདོད་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་མ་གྱུར་ཅིག །

丑一、願此唯成利他之因。

願於見我時，皆不成無義!

願彼見我者 悉獲眾利益!

願諸有情於見我時，悉皆不成無義、不欲之因!

གཉིས་པ་(བསམ་པ་ཚུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུར་སྨོན་པ་)ནི། བདག་ལ་དམིགས་ནས་གང་དག་གིས། ཁྲོ་འམ་དད་པའི་སེམས་བྱུང་ན། །དེ་ཉིད་རྟག་ཏུ་དེ་དག་གི །དོན་ཀུན་འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །བདག་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ་བོ་གང་དག་གིས་ཁྲོ་བའམ་དད་པའི་སེམས་བྱུང་ན་སེམས་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་བོ་དེ་དག་གི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཀུན་འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག་པའོ། །

丑二、願成意樂無盡之因。

若有人見我，起瞋或生信，願彼心恆為，成辦眾利因!

若人因見我生起信憎心；願彼恆成為成辦眾利因!

倘若有人於見我後，或起瞋意，或生信心，願依彼心，恆為成辦彼等眾生現前、究竟眾利之因。

གསུམ་པ་(སྦྱོར་བ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་རྒྱུར་སྨོན་པ་)ནི། གང་དག་བདག་ལ་ཁ་ཟེར་རམ། །གཞན་དག་གནོད་པ་བྱེད་པ་འམ། །དེ་བཞིན་ཕྱར་ཀ་གཏོང་ཡང་རུང་། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྐལ་ལྡན་གྱུར། །སྐྱེ་བོ་གང་དག་བདག་ལ་ངག་གིས་ཁ་ཟེར་རམ་གཞན་དག་ལུས་ཀྱིས་གནོད་པར་བྱེད་པའམ་དེ་བཞིན་དུ་ལྐོག་ཏུ་ཕྱར་ཁ་གཏོང་བའང་རུང་བྱ་བ་གང་བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་པའོ། །

丑三、願成加行無盡之因。

若人毀謗我，或以身傷害，如是辱罵我，願成菩提緣!

惟願毀我者、及餘害我者、乃至辱我者，皆長菩提緣!

若人於我口出惡言毀謗，或有人以身作傷害，如是暗中辱罵我者，彼等任作何事，願彼一切皆成能得大菩提之善緣!

གསུམ་པ་(ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་རུ་སྨོན་པ་)ལ་གསུམ། རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གི་རྒྱུར་སྨོན་པ་དང་། དུས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སྨོན་པ་དང་། ཡུལ་དུས་ཆད་པ་མེད་པར་སྨོན་པའོ།།

子三、願成資財之因分三:丑一、願我能成他人所需一切資具之因。丑二、願令時間、作用皆能增長。丑三、惟願時地無間。

དང་པོ་(རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གི་རྒྱུར་སྨོན་པ་)ནི། བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན། །ལམ་ཞུགས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་། །བརྒལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་དང་ནི། །གཟིངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། །བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དང་། བདག་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་ཆུ་བོ་ལས་བརྒལ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་དང་ནི་གཟིངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་དུ་

གྱུར་ཅིག་པའོ །

丑一、願我能成他人所需一切資具之因。

願為無怙依、路人之嚮導，並作欲渡者，舟船與橋樑!

路人無怙依，願為彼引導，並作渡者舟、船筏與橋梁！

願我成為無有依怙者之依怙；一切生中，成為尋路人之嚮導；並作欲渡河者之舟船與橋樑!

གླིང་དོན་གཉེར་ལ་གླིང་དང་ནི། ། མར་མེ་འདོད་ལ་མར་མེ་དང་།། གནས་མལ་འདོད་ལ་གནས་མལ་དང་། ། བདག་ནི་ལུས་ཅན་བྲན་འདོད་པ། ། ཀུན་གྱི་བྲན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག ། སྐམ་སའི་གླིང་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལ་གླིང་དང་ནི་མར་མེ་འདོད་པ་ལ་མར་མེ་དང་གནས་མལ་འདོད་པ་ལ་གནས་མལ་དང་། བདག་ནི་ལུས་ཅན་གང་དང་བྲན་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་ཀུན་གྱི་བྲན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག་ཅིག་པའོ །

求島即成島，欲燈化為燈，尋舍變為舍，若求僕役者，願我成僕役!

求島即成島，欲燈化為燈，覓床變作床，需使成彼僕！
希求島嶼之人，願我即成島嶼；欲求燈者，願我化為明燈；尋宅舍者，願我變為宅舍；若有求僕役者，願我成為彼之僕役。

ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བུམ་པ་བཟང་། །རིག་སྔགས་གྲུབ་དང་སྨན་ཆེན་དང་། །དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་
དག་དང་། །ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་འཇོར་གྱུར། །

願為如意寶、妙瓶及明咒、靈藥如意樹、眾生滿願牛!
願成如意牛、妙瓶如意寶、明咒及靈槃、如意諸寶樹！

ཟས་གོས་སོགས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དང་བུམ་པ་བཟང་པོ་དང་། ཞི་རྒྱས་ལ་
སོགས་པའི་ལས་འགྲུབ་པའི་རིག་སྔགས་གྲུབ་པ་དང་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་བཅུད་ལེན་གྱི་སྨན་ཆེན་
པོ་དང་ཟས་གོས་སོགས་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་། །ཇི་ཙམ་འདོད་པ་

འཇོར་ཡོད་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་འཇོའི་བར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྨོན་པར་

བྱའོ། །

應當數數發願而念；願為如意寶及妙瓶，能生所欲衣食等物；願為明咒，成辦息增等諸事業；願為攝精華之靈藥，能除一切疾病；願為如意寶樹，能生所需衣食等物；願為眾生滿願寶牛，能滿所有欲求。

གཉིས་པ་(དུས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སྨོན་པ་)ནི། ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་། །ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་

རྟག་པར་ཡང་། །སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། །རྣམ་མང་ཉེར་འཚོའི་གཞིར་ཡང་ཤོག

丑二、願令時間、作用皆能增長。

亦願如地等，四大及虛空，恆由多門作，有情資生基!

如空及四大，願我恆成為無量眾有情資生大根本!

ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞིན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉེ་བ་བྱེད་པ་དང་། ནམ་མཁའ་བཞིན་

དུ་དུས་རྟག་པར་ཡང་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་རྣམ་པ་མང་པོའི་སྒོ་ནས་ཉེར་འཚོའི་རྒྱུར་ཡང་

འགྱུར་བར་ཤོག་ཅིག་པའོ། །དེ་ནི་དཀོན་བརྩེགས་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འབྱུང་བ་ལྔ་ལྟར་

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

亦願如同地等四大，能作諸有情事；及如虛空，恆由多門而作無量有情資生根基。此如《寶積經》云:菩薩如五大種，饒益有情。

གསུམ་པ་(ཡུལ་དུས་ཚད་པ་མེད་པར་སྨོན་པ་)ནི། དེ་བཞིན་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །སེམས་ཅན་

ཁམས་ལ་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །ཐམས་ཅད་སྱུ་ངན་འདས་བར་དུ། །བདག་ནི་ཉེར་འཚོའི་རྒྱུར་ཡང་ཤོག །དེ་

བཞིན་དུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་རྣམས་སྒོ་མཐའ་ཡས་པའི་རྣམ་པ་ཀུན་

ཏུ་ཐམས་ཅད་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་བར་དུ་བདག་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་ཉེར་འཚོའི་རྒྱུར་ཡང་ཤོག་ཅིག་སྙམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བློ་སྦྱོང་བར་བྱའོ། །

丑三、惟願時地無間。

盡虛空有情，由一切相中，證得涅槃前，願成資生因!

迨至盡空際 有情種種界 殊途悉涅槃，願成資生因!

盡虛空際諸有情界，由一切相無量門中，直至證得涅槃果前，願我唯利諸有情眾，而成彼等資生之因。應當如此數數思維，淨修其心。

གཉིས་པ་(དངོས་གཞི་)ནི། ཇི་ལྟར་སྔོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། །བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསླབ་པ་ལ། །དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་

དུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསླབ་པ་ལའང་། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསླབ་པར་བགྱི། །

王二、正行。

如昔諸善逝，發起菩提心，並依次安住，菩薩諸學處；如是為利眾，我發菩提心，如是亦依次，修所受學處。

如昔諸善逝 先發菩提心，復次循序住 菩薩諸學處。如是為利生，我發菩提心；復於諸學處，次第勤修學。

ཇི་ལྟར་སྔོན་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚེ་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་སྨོན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་པ་བཟུང་བའི་ཆེད་དུ་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསླབ་པ་ལ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་རིམ་པ་བཞིན་སློབ་ཅིང་།

如昔諸位善逝發心之時，於諸佛及佛子面前，發起最勝願菩提心；並為受持菩薩律儀，發起行菩提心，其後彼諸菩薩，如其修學次第依次修學，並安住於菩薩學處。

གནས་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་བདག་གིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་པའི་དོན་དུ་སློབ་དཔོན་འཇུག་པའི་སྡོམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ལྡན་པ་དངོས་སུ་ཡོད་པའམ། མེད་ན་ཡང་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་མདུན་དུ་སྤྱན་དྲངས་ཏེ། དབང་པོར་གསོལ་ནས་སྨོན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི་ཞིང་དེ་བཞིན་དུ་ནི་འཇུག་སེམས་བླངས་ཏེ་བླངས་པའི་བསླབ་པ་ལའང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསླབ་པར་བགྱིའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སློབ་དཔོན་གྱི་རྗེས་སུ་ཟློས་པ་དང་དངོས་སུ་མེད་ན་ཡང་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཟློས་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །

如是我亦為利現前、究竟一切眾生，而於具足清淨行律儀之阿闍黎前~若無，則可迎請諸佛、佛子前來)，請彼為證，發起願菩提心；如是受持行心，亦依次修所受學處。念誦三遍；此應跟隨阿闍黎念，若無阿闍黎者，亦應觀想隨佛、佛子念誦。

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསླབ་པའི་དོན་ནི། ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བ་སོགས་བསམ་པ་མ་དག་པར་མི་བྱེད་ཅིང་བྱས་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཉེས་པ་མེད་ཅིང་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སློབ་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། ཁ་ཅིག་གི་སྡོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གསུམ་ས་མཚམས་མི་འདྲ་བར་རིམས་ཅན་དུ་སློབ་པར་འཆད་པ་ནི་དོན་མིན་ནོ། །ཡང་འཇུག་སེམས་དང་འཇུག་སྡོམ་ལེན་པའི་ཚོ་ག་སོ་སོར་བྱེད་པ་ཡང་ཞིང་རྟ་ཆེན་པོ་སུ་གང་གི་ཡང་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་མི་འཐད་དོ། །

「依次修學」之義，謂如有說布施身等，意樂未淨則不可行，若行反有過失，應於無過、能獲大資糧時方可行之，此是依次修學之義；有謂律儀戒等三種戒律界限不同，解為於彼應依次修，非其義也。又將受持行心與受行律儀之儀軌各別分者，亦非諸大車軌所許，故亦非理。

སྔོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་སྤང་བླངས་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་འདོད་སྦྱངས་ཏེ་འཇུག་སེམས་ཕྱིས་ལེན་པ་ནི་གང་ཟག་གི་ཁྱད་པར་ལ་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དཀྲུས་ཐོག་གཅིག་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ལེན་ན་ཡང་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་སོགས་ནི་སྔར་བཤད་པ་ལྟར་བླ་མ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་ཤེས་པར་བྱ་བས་འདིར་མ་སྤྲོས་སོ། །

先受願心，次修欲學諸行之心，其後受持行心，此乃是依補特伽羅差異所作最勝方便，然於一座依次受持亦可。如何受持之理等，如前所說，應從尊師所造諸論了知，此不贅述。

གསུམ་པ་(མཇུག་)ལ་གཉིས། རང་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་དང་། གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པའོ། །དང་

པོ་(རང་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་)ལ་གཉིས། རང་གི་དོན་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་(རང་གི་དོན་གྲུབ་པ་)ལ་གསུམ། སེམས་གཟེངས་སྟོད་དེ་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་དང་། སེམས་དེ་རྙེད་ནས་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་དང་། རྙེད་དཀའ་བའི་སེམས་རྙེད་པས་དགའ་བ་བསྒོམ་པའོ། །

王三、結行分二：癸一、自修歡喜。癸二、令他歡喜。癸一、自修歡喜分二：子一、成辦自利。子二、成辦他利。子一、成辦自利分三：丑一、讚歎此心而修歡喜。丑二、獲彼心已修不放逸。丑三、已獲難得之心故修歡喜。

དང་པོ་(སེམས་གཟེངས་སྟོད་དེ་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་)ནི། དེ་ལྟར་བློ་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །རབ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཟུང་ནས། །མཇུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །སེམས་ནི་འདི་ལྟར་གཟེངས་བསྟོད་དོ། །

丑一、讚歎此心而修歡喜。

智者以淨信，受持菩提心，後亦為廣修，故讚歎此心。

智者如是持清淨覺心已，復為增長故，如是讚發心；

དེ་ལྟར་བློ་དང་ལྡན་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་སེམས་རབ་ཏུ་དང་བ་དགའ་བ་དང་དད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བརྟན་པར་གཟུང་ནས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བའི་ཐབས་མཇུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་ཉམས་སུ་བླངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སེམས་ནི་འདི་ལྟར་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་གཟེངས་བསྟོད་དོ། །དེ་ལྟར་ཞེ་ན།

智者菩薩，以澄淨信及歡喜心，堅固受持二菩提心，後亦為能廣修不令彼心退失、令其增長之方便故，心生歡喜讚歎此心。此復云何?

དེང་དུས་བདག་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད། ། མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ། ། དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས། །སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་་ད་གྱུར་ཏོ། །

我今生有果，善得此人身；今生佛家族，而成佛心子!

今生吾獲福，幸得此人身。復生佛家族，喜成如來子。

སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་སྡོམ་པ་བཟུང་བའི་དུས་དེང་དུས་བདག་གི་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་བྱས་ཤིང་མིའི་

སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ་པ་དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱས་པའོ། །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྐྱེས་

པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྲས་སུ་ནམ་ཞིག་འགྱུར་ན་སྙམ་དུ་སྨོན་པ་དེ་

སངས་རྒྱས་སྲས་སུ་ད་གྱུར་ཏོ་སྙམ་དུ་དགའ་བ་བསྒོམ་པའོ། །

此生發心並受律儀，令我今生已有善果，並使已善獲得此妙人身暇滿具義；我今生於佛家族中，已成菩薩；昔願何時能成佛子，而今已成諸佛心子!應如此思而修歡喜。

གཉིས་པ་(སེམས་དེ་རྟེན་ནས་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་)ནི། ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །རིགས་དང་མཐུན་པའི་

ལས་བརྩམས་ཏེ། །སྐྱོན་མེད་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་ལ། །རྙོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །

丑二、獲彼心已修不放逸。

我今務必作，符合佛族業，應莫染污此，無過尊貴種。

爾後我當為　宜乎佛族業；慎莫菜污此　無垢尊貴種。

དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གམ་སྙམ་ན་ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཡབ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱིས་ལས་བརྩམས་ཏེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྐྱོན་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་གིས་བརྒྱན་པས་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་ལ་སྨོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བསླབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་ལྟུང་གིས་རྒྱུད་རྙོག་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཐབས་དེ་ལྟར་འབད་པར་བྱའོ། །

若念：「僅此即足?」我今務必著手造作符合慈父佛族之三門業，並於此尊貴種-初中後三皆無過失、唯以功德嚴飾，莫使違犯願、行學處所生罪墮染污相續，應當勤修彼之方便。

གསུམ་པ་(རྙེད་དཀའ་བའི་སེམས་རྙེད་པས་དགའ་བ་བསྒོམ་པ་)ནི། ལོང་བས་ཕྱག་དར་ཕུང་པོ་ལས། །ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྙེད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྐྱེས་ནས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་བདག་ལ་སྐྱེས། །

丑三、已獲難得之心故修歡喜。

如盲於廢堆，拾獲稀世寶，如是何其幸，我發菩提心!

猶如目盲人，垃圾獲至寶；生此菩提心，如是我何幸!

དབུལ་ཞིང་ཕོངས་པའི་ལོང་བས་ཕྱག་དར་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་ཇི་ཞིག་ལྟར་རིན་ཆེན་རྙེད་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྐྱེས་ནས་ཏེ་སྐྱེས་དབང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བདག་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་ངེས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུའོ། །

猶如貧困盲人，於廢堆中拾獲稀世珍寶；如是我今何其有幸，能發此勝菩提心寶，此定佛威德力所致。

གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་དོན་གྲུབ་པ་)ལ་གསུམ། སེམས་ཅན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་སེལ་ནུས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་སྒྲིབ་པ་སེལ་ནུས་པ་དང་། ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྒྲུབ་ནུས་པའོ། །དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་སེལ་ནུས་པ་)ལ་ལྔ། འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པ་དང་། དབུལ་བ་འཇོམས་པ་དང་། ནད་འཇོམས་པ་དང་། སྤྱིར་སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ་དང་། ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པའོ། །

子二、成辦他利分三：丑一、能除有情眾苦。丑二、能除苦因-二障。丑三、成辦一切利樂。丑一、能除有情眾苦分五：寅一、滅除死主。寅二、滅除貧苦。寅三、滅除疾病。寅四、總除三有眾苦。
寅五、特除惡趣之苦。

དང་པོ་(འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པ་)ནི། འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་བྱེད་པའི། །བདུད་རྩི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །

寅一、滅除死主。

滅眾生死主，勝甘露即此；

滅死勝甘露，即此菩提心；

རང་དབང་མེད་པར་འཆི་བའི་འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་བདུད་རྩི་མཆོག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཏེ་རྒ་ཤི་མེད་པའི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

死主令諸眾生無有自主而死；能滅彼之最勝甘露，即此發菩提心，因由此能置眾生於無老死地。

གཉིས་པ་(དབུལ་བ་འཇོམས་པ་)ནི། འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བ་ཡི། །མི་ཟད་གཏེར་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ། །ཟང་ཟིང་དང་ཆོས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་མི་ཟད་པ་སྟེར་བས་འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བ་ཡི་མི་ཟད་པའི་གཏེར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

寅二、滅除貧苦。

除眾生貧苦，無盡藏亦此；

除貧無盡藏，是此菩提心；

能予無盡財物及法資具、滅除眾生貧苦之無盡藏，亦此發心。

གསུམ་པ་(ནད་འཇོམས་པ་)ནི། འགྲོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི། །སྨན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །འགྲོ་བའི་ནད་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྨན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །

寅三、滅除疾病。

能滅眾生疾，最勝藥亦此；

療疾最勝藥，亦此菩提心。

能滅眾生一切疾病之最勝藥，亦是此心。

བཞི་པ་(སྐྱིར་སྲིད་པའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ་)ནི། སྲིད་ལམ་འཁྱམ་ཞིང་དུབ་པ་ཡི། །འགྲོ་བའི་ངལ་བསོའི་ལྗོན་ཤིང་ཡིན། །སྲིད་པའི་ལམ་དུ་འཁྱམ་ཞིང་དུབ་པ་ཡི་འགྲོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ངལ་བསོའི་གནས་གསིལ་

བ་སྙེར་བའི་ལྗོན་ཤིང་ཡང་ཡིན་ནོ། །

寅四、總除三有眾苦。

漂泊三有途，疲眾休憩樹；

彼為泊世途　眾生休憩樹；

眾生漂泊三有險途，疲勞困苦；能成休憩處所、予以清涼之樹，亦是此心。

ལྔ་པ་(ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་འཇོམས་པ་)ནི། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས། ། སྒྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲི་སྙེགས་ཡིན། ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས་སྒྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲི་སྙེགས་ཀུན་གྱི་ཟམ་པ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

寅五、特除惡趣之苦。

救度一切眾，遠離惡趣橋。

復是出苦橋，迎眾離惡趣。

救度一切眾生遠離惡趣之橋，亦此發心。

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱུ་སྒྲིབ་པ་སེལ་ནུས་པ་)ལ་གཉིས། ཉོན་སྒྲིབ་སེལ་བ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་སེལ་བའོ། །

丑二、能除苦因-二障分二：寅一、除煩惱障。寅二、除所知障。

དང་པོ་(ཉོན་སྒྲིབ་སེལ་བ་)ནི། འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བའི། །སེམས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཤར་བ་ཡིན། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཚ་གདུང་སེལ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཤར་བ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་སྒྲིབ་མཐའ་དག་འཇོམས་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

寅一、除煩惱障。

心中明月昇，能除煩惱熱；

彼是除惱熱 清涼心明月；

此發心乃心中所昇明月，能除眾生煩惱熱苦，因能滅除一切煩惱障故。

གཉིས་པ་(ཤེས་སྒྲིབ་སེལ་བ་)ནི། འགྲོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག །དབྱིངས་འབྱིན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡིན། །འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་རབ་རིབ་དག་དབྱིངས་ཏེ་རྩ་བ་ནས་འབྱིན་པའི་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་པོས་བརྒྱན་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ས་བོན་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

寅二、除所知障。

此亦璀璨日，根除無知暗。

復是璀璨日，能驅無知霾；

此亦心中所昇璀璨日輪，根除眾生所有非染污之無知-所知障暗，因以廣大資糧所飾證空智慧，能除所知障之種子。

གསུམ་པ་(ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྒྲུབ་ནུས་པ་)ལ་གཉིས། ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པ་དང་། བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པའོ། །

丑三、成辦一切利樂分二：寅一、成辦一切利益。寅二、成辦一切安樂。

དང་པོ་(ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པ་)ནི། དམ་ཆོས་འོམ་བསྲུབས་པ་ལས། ། མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་ཕྱུང་བ་ཡིན། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་གསུང་རབ་དམ་པའི་ཆོས་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྲུབ་ཤིང་གིས་ལེགས་པར་བསྲུབས་པ་ལས་སྙིང་པོ་ཕྱུང་བ་ཡིན་པས། ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱེད་པའི་རོ་ནུས་དང་ལྡན་པའི་མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་ཕྱུང་བ་ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་འདི་ལ་འབད་པར་བྱའོ།།

寅一、成辦一切利益。

是拌正法乳，所出妙醍醐。

是拌正法乳 所出妙醍醐。

此發心者，是以聞思智慧木杵，善加攪拌經典正法乳海所出精華，此乃具足美味、大力之妙醍醐，能令他生一切利益，故於此法皆應勵力。

གཉིས་པ་(བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྒྲུབ་པ་)ནི། འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྲིད་པའི་ལམ་རྒྱུ་ཞིང་། །བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་ལ། །འདི་ནི་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་ཉེར་གནས་ཏེ། །སེམས་ཅན་མགྲོན་ཆེན་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

寅二、成辦一切安樂。

過客遊走三有途，欲享安樂諸資具，此乃成辦樂方便，有情上賓皆滿足。

於諸漂泊客、欲享福樂者，此心能足彼，令住最勝樂。

འཁོར་བར་འཁྱམས་པའི་འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྲིད་པ་གསུམ་པོའི་ལམ་དུ་རྒྱུ་ཞིང་ལྷ་མིའི་བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སྤྱད་པར་འདོད་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་བདེ་བ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་ཉེ་བར་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་མགྲོན་ཆེན་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་བསྒྲུབ་པར་བྱེད་པས་སོ། །

漂泊輪迴眾生過客，遊走三有險途，欲享人天安樂諸資具者，發此心乃成辦眾樂最勝方便，令諸有情上賓皆得滿足，因由此能成辦一切有情之增上生及決定勝。

གཉིས་པ་(གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པ་)ནི། བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱན་སྔར་འགྲོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི། །བར་དུ་བདེ་ལ་མགྲོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས། །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་

དགའ་བར་གྱིས། །

癸二、令他歡喜。

今於一切救護前，我請眾生來享用，善逝以及人天樂，願天非天等皆喜。

今於怙王前，筵眾為上賓，宴饗成佛樂；普願皆歡喜。

བདག་གིས་དེ་རིང་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པའི་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་དང་ནི་དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་འང་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ལ་ཆིམ་པར་ལོངས་སྤྱོད་པས་ཚོག་པའི་མགྲོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས་དེང་ཕྱིན་ཆད་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་དང་ལྷོ་འབྱེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་དགའ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གཞན་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པའོ། །

今於諸佛、佛子一切救護尊前，我請一切有情眾生，前來享用究竟圓滿一切利樂之善逝樂，以及未成佛前亦可享用人天安樂，令彼滿足；又從今起，願天、非天、腹行等眾皆能歡喜。謂以此令他人歡喜。

སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་སྔོན་དུ་བསྟན་བཅོས་འདི་ནས་བཤད་པ་ལྟར། འགལ་རྐྱེན་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་སྔོན་དུ་བཏང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་པའི་མཆོག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

發二心前，如此論說：先淨違緣障礙、集聚順緣資糧，其後發二心者，應知此乃於暇滿身所取最勝心要而精勤修。

དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་ཤེས་ལྡན་དག །རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྙིང་པོའི་དོན། །རྒྱལ་སྲས་བྱེ་བས་བགྲོད་པའི་ལམ་གཅིག་བུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ལ་འབད་པར་བྱ། །བསྡུ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ། །

結頌；

待暇滿身諸智者，應勵力生二覺心；此乃佛經心要義，佛子所行唯一道。

གཉིས་པ་(ལེའུའི་མཚན་)ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའོ།།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་པའོ།། །།

辛二、品名。

入菩薩行論第三品 受持菩提心

入菩薩行論釋佛子正道第三品釋 受持菩提心

ལེའུ་བཞི་པ་བག་ཡོད་བསྟན་པ།

第四品 不放逸

གཉིས་པ་སྤྱོད་པ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོད་བ་དང་བཅས་པ་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་བག་ཡོད་སྒོམ་ཚུལ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་དགེ་བའི་ཆོས་ཀུན་དག་པར་བསྲུང་བའི་ཐབས་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་སྐྱོང་ཚུལ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ་དང་། ཕར་ཕྱིན་ལྷག་མ་བཞི་ལ་སློབ་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགེ་རྩ་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བའི་སྦྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་བསྔོ་བའི་ཡན་ལག་གི་སྒོ་ནས་བཤད་པའོ། །

己二、學波羅蜜多行之理分四：庚一、修不放逸是令菩提心行不退失之要件。庚二、特以修習正念正知作為清淨守護諸善法之方便而說學戒之理。庚三、說明修學餘四波羅蜜多之理。庚四、由迴向支說明修學為利他而施捨身財善根之布施理。

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོད་བ་དང་བཅས་པ་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་བག་ཡོད་སྒོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུའི་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། བག་ཡོད་བསྒོམ་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྡུ་བའོ། །

庚一、修不放逸是令菩提心行不退失之要件分二：辛一、釋品文。辛二、品名。辛一、釋品文分三：壬一、略說修不放逸之理。壬二、廣說。壬三、攝義。

དང་པོ་(བག་ཡོད་བསྒོམ་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་)ནི། རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་རབ་

བརྟན་བཟུང་ནས། ། གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་ཡང་། །བསླབ་ལས་མི་འདའ་འབད་པར་བྱ། །

王一、略說修不放逸之理。

佛子如前說，堅守菩提心，恆勤勿散漫，不違諸學處。

佛子既如是 堅持菩提心，恆勤勿懈怠，莫違諸學處。

རྒྱལ་བའི་སྲས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྔར་བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་རབ་ཏུ་བརྟན་པར་བཟུང་ནས་སེམས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པར་དུས་རྟག་ཏུ་ཡང་ཕར་ཕྱིན་དྲུག་དང་། བསྡུ་བཞིའི་བསླབ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་བག་ཡོད་ཀྱིས་མི་ཉམས་པར་བསྲུང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

佛子菩薩如前所說，堅固持守二菩提心，縱一剎那亦勿散漫，恆不違越六度、四攝等諸學處，以不放逸精勤守護，不令退失。

གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་དང་། བསླབ་པ་ལ་

བག་ཡོད་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་)ལ་གཉིས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་

དང་། དོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སོ། །

王二、廣說分二：癸一、於菩提心修不放逸。癸二、不放逸行菩薩學處。癸一、於菩提心修不放逸分二：子一、不應棄捨菩提心之原因。子二、棄捨彼心所生過患。

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། བབ་ཅོལ་བརྩམས་པ་གང་ཡིན་པའམ། །གང་ཞིག་

ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པ། །དེ་ནི་དམ་བཅས་བྱས་གྱུར་ཀྱང་། །བྱ་འམ་བཏང་ཞེས་བརྟག་པའི་

རིགས། །

子一、不應棄捨菩提心之原因。

若輕率著手，或未善觀察，雖允諾成辦，應審行或捨。

遇事不慎思、率爾未經意，雖已誓成辦，後宜思捨否。

བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱོན་ཡོན་མ་བརྟགས་པར་བབ་ཅོལ་དུ་བརྩམས་པ་གང་ཡིན་པའམ། བྱ་བ་གང་ཞིག་ཅུང་ཟད་དཔྱད་ཀྱང་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པར་བྱས་པའི་བྱ་བ་དེ་ནི་དང་པོ་དམ་བཅའ་བྱས་པར་གྱུར་ཀྱང་དུས་ཕྱིས་བྱ་བའམ། འོན་ཏེ་བཏང་ཞེས་བརྟག་པའི་རིགས་ཏེ་བརྟགས་ནས་འཇུག་ལྡོག་བྱ་བར་རིགས་ཤ།

若於一事未觀功過，輕率著手而行；或雖略思，然未善加觀察，其所作事於初雖已允諾成辦，亦應再次審察；後當行之或應捨置，應先觀察而後行止。

སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྲས། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་གང་བརྟགས་ཤིང་། །བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་

བརྟག་བརྟགས་པ། །དེ་ལ་བཟློག་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

諸佛及佛子，以大慧觀察；吾亦善思擇，豈可捨此心?

諸佛及佛子，大慧所觀察，吾亦屢思擇，云何捨誓戒?

དཔུང་བཟང་གིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེའི་སྲས་བྱམས་པ་ལ་

སོགས་པ་ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྡོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པར་སེམས་གང་བརྟགས་ཤིང་ཕན་

ཡོན་གྱི་སྒོ་ནས་བསྔགས་ཤིང་དོར་དུ་མི་རུང་བར་གསུངས་པ་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྔར་ཕན་

ཡོན་སེམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་ངེས་པར་ལེན་དགོས་པར་རྒྱུ་མཚན་དུ་མས་བརྟགས་ཤིང་

ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་བླངས་པ་དེ་ལ་བཤོལ་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་

ཉམས་པར་བསྲུང་བར་བྱའོ། །

此如《妙臂請問經》中所說：諸佛以及佛子彌勒等眾，於《華嚴經》等經中，以大智慧觀察此心，讚其利益，言不應捨；吾亦如前由思其利益等，以多原因觀察定須受持，由善思擇既受持已，豈可輕易捨棄此心?直至成佛，應當守護，不令退失!

གཉིས་པ་(ཧོར་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། གཞན་དོན་ལས་

ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བསྲིངས་པར་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་

དགོད་པ་དང་། འགལ་བ་སྤོང་བའོ། །

子二、棄捨彼心所生過患分三：丑一、墮入惡趣。丑二、退失利他。丑三、延緩登地。丑一、墮入惡趣分三：寅一、墮惡趣之原因。寅二、引述依據。寅三、斷除相違。

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་ནས། ། ལས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་པ་མ་བྱས་ན། ། སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀུན་བསླུས་པས། ། བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་འགྱུར། །

寅一、墮惡趣之原因。

若已立此誓，然未成辦此，則為欺有情；來生何所似?

若誓利眾生 而不勤踐履，則為欺有情；來生何所似!

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་དམ་བཅས་ནས་སྦྱོར་བ་ཉམས་ལེན་གྱི་ལས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་པར་མ་བྱས་ན་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀུན་བསླུས་པར་གྱུར་ནས་བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་འགྱུར་ཏེ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ལས་མ་འདས་པའོ། །

若已立此誓言；「願將一切有情安置佛地!」然未實踐成辦此事，則為欺誑一切有情，我之來生將何所似?不出墮惡趣中。

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་)ནི། དངོས་པོ་ཕལ་པ་ཉུང་ཟད་ལའང་། །ཡིད་ཀྱིས་སྦྱིན་པར་བསམས་བྱས་ནས། །མི་གང་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་པ། །དེ་ཡང་ཡི་དྭགས་འགྱུར་གསུངས་ན། །སྦྱིན་བྱའི་དངོས་པོ་ཕལ་པ་ཟན་ཁམ་གཅིག་སོགས་ཉུང་ཟད་ལའང་ཡིད་ཀྱིས་སྦྱིན་པར་བསམས་བྱས་ནས་མི་གང་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡང་དྲན་པ་ཉེར་གཞག་ལས། ཉུང་ཟད་ཙམ་ཞིག་བསམས་པ་ལས་མ་བྱིན་ན། ཡི་དྭགས་ཀྱི་འགྲོ་བར་སྐྱེ་ལ་དམ་བཅས་པ་ལ་མ་བྱིན་ན། སེམས་ཅན་དམྱལ་བའི་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་དང་།

寅二、引述依據。

若人心欲施，少許尋常物，思已然未施，經說墮餓鬼；

況至誠宴請，令享無上樂，後反欺眾生，云何生善趣?

意若思布施 微少凡常物，因慳未施與，經說墮餓鬼。

況請眾生赴 無上安樂宴，後反欺眾生，云何生善趣?

若人心中欲施一口食等少許尋常之物，思已然未施予，則此將如《念住經》說：「若已略思，而未施者，將墮餓鬼；若已立誓，然不施者，將墮有情地獄。」

འགྲོ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས། མི་གང་འབྲས་ཆན་ཚོད་མ་འམ། །དེ་བཞིན་ཟ་བ་འབྲས་བུ་དག །ཡིད་ཀྱིས་སྦྱིན་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། །འཇུངས་པས་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་ན། །དེ་ནི་ཡི་དྭགས་འཇིག་རྟེན་དང་། །སྡུག་བསྔལ་མི་བཟད་སྤྱོང་བར་འགྱུར། །ཞེས་ཡི་དྭགས་ཀྱི་རྒྱུར་གསུངས་ན། བླ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ། ། བསམ་པ་ཐག་པས་མགྲོན་གཉེར་ནས། ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསླུསབྱས་ན། །

བདེ་འགྲོར་ཇི་ག་འགྲོ་འགྱུར་རམ། ། བླ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་གནས་སྐབས་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ལ་བསམ་པ་ཐག་པས་ཚིག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གུས་པ་དང་བཅས་ཤིང་སྐད་གསང་མཐོན་པོས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགྲོན་དུ་གཉེར་ནས་དེས་བཞོལ་ཏེ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསླུས་པར་གྱུས་ན་བདེ་འགྲོར་ཇི་ག་འགྲོ་བར་འགྱུར་རམ་སྐྱེ་མི་འགྲོ་བས་སོ། །

《分辨六趣經》云：「若人已立誓，欲布施飯菜、根莖及果實，後因慳未施，將生餓鬼城，遭受猛烈苦。」尚說此即餓鬼之因；況心至誠宴請一切有情、非唯空言，恭敬高呼前來作客，令其享用無上大樂以及現前人天安樂，後反捨棄，此為欺誑一切眾生，云何能生善趣?定不能生。

གསུམ་པ་(འགལ་བ་སྤང་བ་)ནི། འོ་ན་འཕགས་པ་ཤཱ་རིའི་བུས་སྔོན་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་ན་བདུད་ཀྱིས་ལག་པ་གཡས་པ་བླངས་པ་ལ་གཡས་པ་བཅད་དེ་གཡོན་གྱིས་བྱིན་པས། བདུད་

ཀྱིས་མ་རངས་པའི་ཚིག་བརྗོད་པས་སྐྱོ་སྟེ། སེམས་བསྐྱེད་བཏང་ཡང་ཕྱིས་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་པར་

གསུངས་པ་སོགས་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

寅三、斷除相違。

或曰：「若爾，則與經典相違。經說聖者舍利弗往昔發菩提心、行諸行時，魔乞右手，彼斷右手，以左手施，魔出不悅之言，令其心灰意冷，棄捨發心，後仍獲得阿羅漢果。」

མི་གང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཏང་ཡང་། །དེ་དག་ཐར་བར་མཛད་པ་ནི། །ལས་ཚུལ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་

སྟེ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཁོ་ནས་མཁྱེན། །

有人捨覺心，仍可得解脫；此業理難思，唯遍智能知。

有人捨覺心，卻辦解脫果。彼業不可思，知唯一切智。

འཕགས་པ་ཤཱ་རིའི་བུ་སོགས་མི་གང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཏང་ཡང་དེ་དག་ཐར་པ་ཐོབ་པར་

མཛད་པ་ནི་ལས་ཚུལ་དེ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་སྟེ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཁོ་ནས་མཁྱེན་གྱི་གཞན་གྱིས་བསམ་པར་མི་ནུས་སོ། །

謂有聖者舍利弗等眾人，雖捨覺心，然彼仍可獲得解脫；此業果理，凡大難以思議，唯有一切遍智能知，除此餘者皆未能思。

གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ལ་གསུམ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ནས་ལྟུང་བ་ལྕི་བ་དང་བཅས་པས་གཞན་དོན་ཉམས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱས་ན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ཤིང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་དང་། དེ་དག་གི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

丑二、退失利他分三：寅一、退菩提心有重墮罪，故失利他。寅二、障礙其餘菩薩行善亦同前罪，將墮惡趣。寅三、彼等之原因。

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ནས་ལྟུང་བ་ལྕི་བ་དང་བཅས་པས་གཞན་དོན་ཉམས་པ་)ནི། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

ལ། །ལྟུང་བའི་ནང་ན་ལྕི་བ་སྟེ། །འདི་ལྟར་དེ་ནི་བྱུང་གྱུར་ན། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་ལ་དམན། །

寅一、退菩提心有重墮罪，故失利他。

菩薩墮罪中，此乃極重罪；若犯此墮罪，將損有情利。

菩薩戒墮中，此罪最嚴重；因彼心若生，眾生利將損。

སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་རྩ་བའི་ལྟུང་བའི་ནང་ན་ཤིན་ཏུ་ལྕི་བ་སྟེ་འདི་ལྟར་

ལྟུང་བ་དེ་ནི་བྱུང་བར་འགྱུར་ན་གཞན་དོན་གྱི་བསམ་པ་ཉམས་པས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་ལ་དམན་

ཏེ་སྐྱོད་པའི་རྟེན་ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

退失發心，此乃菩薩根本墮罪當中極重罪業；倘若犯此墮罪，即退利他意樂，此將損害有情利益，因已

退失諸行所依。

འཕགས་པ་སྡུད་པ་ལས། གལ་ཏེ་བསྐལ་པ་བྱེ་བར་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ། །སྤྱོད་ཀྱང་རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་ཉིད་ལ་འདོད་པ་བསྐྱེད་ན། །དེ་ཚེ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐྱོན་བྱུང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་ཡིན། ། སེམས་བསྐྱེད་དེ་ནི་ཕས་ཕམ་བས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ལྕི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་སྨོན་སེམས་གཏང་ན་རྩ་ལྟུང་འབྱུང་ལ་སྡོམ་པ་མ་བླངས་པས་སེམས་དེ་ཉམས་པར་བྱས་ན་སོ་ཐར་གྱི་ཕས་ཕམ་པ་ལས་སྡིག་པ་ཆེས་ལྕི་བར་གསུངས་སོ། །

如《攝頌》云：「縱於俱胝劫，行十善業道，然心生欲得，獨覺阿羅漢，爾時戒有過，其戒皆失壞；生如此心者，罪重過他勝。」謂具菩薩戒者，若捨願心，犯根本墮；未受戒者，若退彼心，其罪較於別解脫之他勝尤重。

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱས་ན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ཤིང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་)ནི། གང་

གཞན་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་འདིའི། །བསོད་ནམས་བར་ཆད་གེགས་བྱེད་པ། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་

དམན་གྱུར་པས། །དེ་ཡི་ངན་འགྲོ་མུ་མཐའ་མེད། །

寅二、障礙其餘菩薩行善亦同前罪，將墮惡趣。

縱僅一剎那，障菩薩修福，因損有情利，惡趣量無邊。

雖僅一剎那 障礙他人德，因損有情利，惡趣報無邊。

གང་ཡང་གཞན་གྱིས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིའི་བསོད་ནམས་ཏེ་དགེ་བ་ལ་བར་

ཆད་དང་གེགས་བྱེད་པ་དེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འགྲུབ་པ་ལ་ནུས་པ་

དམན་པར་གྱུར་པ་བྱས་པས་གེགས་བྱེད་པ་དེའི་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་གྲངས་མུ་མཐའ་མེད་པར་

འགྱུར་རོ། །

縱僅一剎那間，障礙、阻撓菩薩修福行善，因損菩薩成辦有情利之能力，彼阻撓者將墮惡趣數量無邊。

རབ་ཏུ་ཞི་བ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཆོ་འཕྲུལ་གྱི་མདོ་ལས། ལ་ལ་ཞིག་གིས་འཛམ་བུའི་གླིང་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདོག་པ་ཕྲོགས་ཤིང་སྲོག་གཅོད་པ་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་བ་དུད་འགྲོ་ལ་ཟན་ཆང་གཅིག་སྦྱིན་པའི་བར་ཆད་བྱས་ན་སྡིག་པ་ཆེས་གྲངས་མེད་པར་གསུངས་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་ན་ཡོད་མི་ཤེས་ཤིང་ཉེས་པ་འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལེགས་པར་བསྲུང་ནུས་ན་གང་ཟག་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་པའི་སྒོ་ཕལ་ཆེར་སྡོང་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

如《最極寂靜決定神變經》云：較於有人搶奪瞻部洲中一切有情所有財物，並殺害彼；倘若障礙菩薩行善-施予畜生一摶之食，其罪更勝前者無量。是故於此應當慎防，因不了知菩薩住於何處，而又極易犯此罪故。若善護此，便能斷除多數依於補特伽羅所生罪過。

གསུམ་པ་(དེ་དག་གི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། སྔར་བཤད་པའི་བྱ་བ་དེ་དག་ལ་སྡིག་པ་མཐའ་ཡས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི།

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་བདེ་བ་ཡང་། །བཤིག་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ན། །ནམ་མཁའ་མ་ལུས་

མཐའ་ཀླས་པའི། །ལུས་ཅན་བདེ་བཤིག་སྨོས་ཅི་དགོས། །

寅三、彼等之原因。

前說彼等諸行，其罪無邊之原因者，

毀一有情樂，自身尚退失，況毀盡空際，所有眾生樂?

毀一有情樂，自身且遭損，況毀盡空際 有情眾安樂。

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྲོག་གནས་པའི་བདེ་བ་ཡང་བཤིག་ན་བདག་ཉིད་མཐོ་རིས་ལས་ཉམས་པར་

འགྱུར་ན། ནམ་མཁའ་མ་ལུས་པའི་མཐའ་ཀླས་པའི་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་བླ་ན་མེད་པའི་བདེ་བའི་རྒྱུ་བཤིག་

ཅིང་བཅོམ་པས་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་སྨོས་ཅི་དགོས་སོ། །

毀一有情命存之樂，自身尚從善趣退失，況毀盡虛空際所有眾生無上樂因，定墮惡趣，何須待言?

གསུམ་པ་(ས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བསྲིངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། དེ་ལྟར་ལྟུང་བ་སྟོབས་ལྡན་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་

སྟོབས་ལྡན་པ་དག །འཁོར་བར་རེས་ཀྱིས་འདྲེ་བྱེད་ན། །ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་ཐོགས། །

丑三、延緩登地。

墮罪力強大、具力菩提心，於輪迴交替，登地繞長時。

故雜罪墮力、菩提心力者，升沉輪迴故，登地久蹉跎。

སྔར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏོང་བའི་ལྟུང་བ་སྟོབས་ལྡན་དང་སླར་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་

སེམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་དག་འཁོར་བར་རེ་མོས་ཀྱི་འདྲེ་བྱེད་ན་ལས་ཉོན་གྱིས་ངན་སོང་དང་། མཐོ་

རིས་སུ་རེ་མོས་ཀྱིས་སྐྱེ་དགོས་པས་རབ་དགའ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་པོ་ཐོགས་པས་

སྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་ཉམས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ །

如前所說，棄捨菩提心者，其墮罪力強大，復發具力之菩提心，於輪迴中二者交替混雜，由惑業力，交替投生善惡趣中，故登極喜地等須經長時。是故乃至命危，亦應勵力不令彼心退失。

གཉིས་པ་(བསླབ་པ་ལ་བག་ཡོད་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། ཉེས་པ་སྤང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་དང་། དགེ་བ་བསྒྲིམ་པ་ལ་

བག་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་བག་བྱ་བའོ །

དང་པོ་(ཉེས་པ་སྤང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་ལྔ། སྡིག་ལྟུང་མ་སྤངས་ན་ངན་འགྲོར་བརྒྱུད་དགོས་པ་དང་། སངས་

རྒྱས་སྲས་བཅས་ཀྱིས་བཏང་སྙོམས་སུ་མཛད་པ་དང་། དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བ་དང་། ངན་འགྲོར་

སྐྱེས་ན་དགེ་བ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

癸二、不放逸行菩薩學處分三：子一、謹慎除過。子二、謹慎修善。子三、謹慎斷惑。子一、謹慎除過分五：丑一、若不除罪定將流轉惡趣。丑二、諸佛佛子亦將捨置。丑三、難再獲得暇滿。丑四、若生惡趣無緣修善。丑五、暇滿難得之原因。

དང་པོ་(སྡིག་ལྟུང་མ་སྤྱངས་ན་ངན་འགྲོར་བརྒྱུད་དགོས་པ་)ནི། དེ་ལྟས་ཇི་ལྟར་དམ་བཅས་བཞིན། །བདག་གིས་

གུས་པར་བསྒྲུབ་པར་བྱ། །དེང་ནས་བརྩོན་པར་མ་བྱས་ན། །འོག་ནས་འོག་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

丑一、若不除罪定將流轉惡趣。

故如所立誓，我應恭敬修；今後若不勤，漸趨下流轉。

故如所立誓，我當恭謹行；今後若不勉，定當趨下流。

དེ་ལྟ་བས་ན་ཇི་ལྟར་དམ་བཅས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པའི་བསླབ་པ་ལ་བདག་གིས་གུས་པས་སྒྲུབ་པར་བྱ། སེམས་བསྐྱེད་དང་སྡོམ་པ་བླངས་པའི་རྗེས་དེང་ནས་བསླབ་པ་ལ་བརྩོན་པར་མ་བྱས་ན་ལྟུང་བ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས་འོག་ནས་འོག་ཏུ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་བརྒྱུད་མར་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །

是故如同所立誓願，為利有情願能成佛，我應恭敬修其學處；既已發心、受持律儀，今後若不勤修學處，則因所造具力墮罪，後將漸次趨下流轉惡趣。

གཉིས་པ་(སངས་རྒྱས་སྲས་བཅས་ཀྱིས་བཏང་སྙོམས་སུ་མཛད་པ་)**ནི།**

སངས་རྒྱས་སྲས་བཅས་ཀྱིས་སྐྱོབ་པས་སྐྱོན་མེད་དོ་སྙམ་ན།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་མཛད་པའི། །སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། །བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི། །གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏོ། །

丑二、諸佛佛子亦將捨置。

若念：「諸佛、佛子將救護故，無有過失。」

饒益諸有情，無量佛已逝；然我因昔過，未成化育境。

饒益眾有情　無量佛已逝；然我因昔過，未蒙佛化育。

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་མཛད་པའི་སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་པ་འདས་པར་གྱུར་ཀྱང་བདག་ནི་སེམས་བསྐྱེད་དང་བསླབ་པ་ཉམས་པའི་རང་གི་ཉེས་པས་མགོན་པོ་དེ་ཡི་གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ཏོ། །མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆར་ཕབ་ཀྱང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

饒益諸有情之無量諸佛雖已滅逝，然我因已退失發心、壞其學處之過，未成彼諸依怙化育行境，如《現觀莊嚴論》云。「天王縱降雨」等。

ཕྱིས་སྐྱོབ་པས་སྐྱོན་མེད་སྙམ་ན།

ད་དུང་དེ་བཞིན་བདག་བྱེད་ན། །ཡང་དང་ཡང་དུའང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ངན་འགྲོར་ནད་དང་འཆིང་བ་

དང་། །བཅད་དང་གཤེག་སོགས་སྤྱོང་བར་འགྱུར། །

若念：「後將得救，無有過失。」

若我仍如昔，將一再如前，惡趣中遭受，病縛截割苦。

若今依舊犯，如是將反覆 惡趣中領受 病縛剖割苦。

ད་དུང་སྔར་གྱི་དེ་བཞིན་དུ་བག་མེད་པར་བདག་བྱེད་ན་ཡང་དང་ཡང་དུའང་གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མི་

འགྱུར་ཞིང་། སྡུག་བསྔལ་བརྒྱུད་མར་སྤྱོང་དགོས་པ་དེ་བཞིན་ཏེ་ངན་འགྲོར་གནས་དགོས་པ་དང་། བདེ་

འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་ནད་དང་འཆིང་བ་དང་ཡང་ན་ངན་འགྲོར་ནད་སོགས་དང་རྐང་ལག་བཅད་པ་དང་།

ལུས་གཤེག་པ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་མཐའ་ཡས་པ་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ། །

若我仍如往昔放逸而行，則將一再如前不成化育行境，持續受苦；如是定住惡趣，縱生善趣，亦遭病痛、束縛。或於諸惡趣中遭受病等、截斷手足、刀割身等無邊痛苦。

གསུམ་པ་(དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བ་)ལ་གཉིས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ན་རྐྱེན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྡན་

པའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་དང་། ཐོབ་པ་ཡང་མྱུར་དུ་འཇིག་པས་འབད་པར་བྱ་བའོ། །

丑三、難再獲得暇滿分二：寅一、若退失菩提心，難再獲得順緣四輪暇滿。寅二、縱得暇滿亦速壞滅故應勵力。

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ན་རྐྱེན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་)ནི། དུས་ཕྱིས་དལ་འབྱོར་

ཐོབ་པ་ན་འབད་སྙམ་ན།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། །དད་དང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། །དགེ་གོམས་རུང་བ་དེ་ལྟ་བུ། །

དཀོན་ན་ནམ་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

寅一、若退失菩提心，難再獲得順緣四輪暇滿。

若念：「爾後得暇滿時復勵力修。」

若如來出世、生信得人身、堪修善者稀，何日復得此?

若值佛出世、為人信佛法、宜修善稀有，何日復得此?

ཨུ་དུམ་ཝ་རའི་མེ་ཏོག་ལྟར་འཛིག་རྟེན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་སྡེ་སྣོད་གསུམ་ལ་སོགས་

པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དད་བ་དང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ཀྱང་ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་པ་དང་།

དབང་པོ་ཚང་བ་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་སྒོམས་པའི་རྟེན་དུ་རུང་བ་

བདག་འབྱོར་དང་། གཞན་འབྱོར་དང་ལྡན་པ་དེ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བ་དཀོན་ན་སེམས་གཉིས་ལ་སློབ་པའི་

དལ་འབྱོར་ནམ་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ་རྙེད་དཀའ་བས་སོ། །

如來出世猶如優曇缽羅花、於三藏等佛陀聖教生信、獲得人身、生於中地、具足諸根、業未倒等堪為修善之身，若具如此自他二圓滿者甚為稀有，則於何日方可復得此能修學二心之暇滿身?極為難得。

གཉིས་པ་(ཐོབ་པ་ཡང་མྱུར་དུ་འཇིག་པས་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། ཐོབ་པའི་ལུས་འདི་འགལ་རྐྱེན་མེད་ཅིང་མཐུན་རྐྱེན་

དང་ལྡན་པས་ཕྱིས་འབད་དོ་སྙམ་ན། ནད་མེད་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུ། ། ཟས་བཅས་འཚེ་བ་མེད་ཀྱང་ནི། ། ཚེ་

ནི་སྐད་ཅིག་བསླུ་བ་སྟེ། ། ལུས་ནི་ཐང་ཅིག་བརྙན་པོ་བཞིན༑ །

寅二、縱得暇滿亦速壞滅故應勵力。

若念：「所得此身，既無違緣，且具順緣，故於後時勵力即可。」

縱如今無病，足食無損傷，然壽剎那欺，身同暫借物。

縱似今無病，足食無損傷，然壽剎那逝，身猶須臾質。

ལོང་ཡོད་བྱར་མི་རུང་སྟེ། འགལ་རྐྱེན་ནད་མེད་པའི་མིའི་ལུས་ནི་ཉི་མ་དང་འདྲ་བས་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུར་ཅེས་པའམ། ཡང་ན་ནད་མེད་པའི་ཉི་མ་སྟེ་དུས་འདི་ལྟ་བུར་མཐུན་རྐྱེན་ཟས་དང་བཅས་ཤིང་འགལ་རྐྱེན་འཚེ་བ་མེད་ཀྱང་ནི་ཚེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྡོད་པར་མྱུར་དུ་འཇིག་པས་བསླུ་བ་སྟེ་ལུས་འདི་ཐང་གཅིག་ཙམ་གྱི་བརྙན་པོ་བཞིན་དུ་རང་དབང་མེད་པས་ལོང་ཡོད་མི་བྱ་བར་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

不應執為有暇。人身無有病等違緣，猶如一日，故云：「如今」；或謂無病之日，譬如此時，縱然具足食等順緣、無他損傷等諸違緣，然壽剎那亦不停留，迅速壞滅，故為欺誑。此身如同暫借之物，無自主故，不應執為有暇，當從今起勵力而行。

བཞི་པ་(ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགེ་བ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ལ་གསུམ། ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགེ་བ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པའི་ཚེ་མ་འབད་ན་ངན་འགྲོར་བླང་དོར་ལ་རྨོངས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ངན་འགྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐར་བར་དཀའ་བའོ། །

丑四、若生惡趣無緣修善分三：寅一、正說若生惡趣無緣修善。寅二、得善趣時若不勵力，於惡趣中不解取捨。寅三、極難跳脫惡趣。

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགེ་བ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ནི། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་བརྒྱད་མར་ཐོབ་པས་དེའི་དུས་སུ་བསྒྲུབ་པས་ཚོག་སྙམ་པའི་ལོང་ཡོད་བྱུར་མི་རུང་སྟེ། བདག་གི་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི། ། མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་མི་འགྱུར། ། མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ན། ། སྡིག་པ་འབའ་ཞིག་དགེ་བ་མེད། ། སྡིག་པ་བྱེད་ཅིང་

དགེ་བ་མི་བྱེད་པའི་བདག་གི་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི་དུས་ཕྱིས་མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་

མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ཏེ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ན་སྡིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་དགེ་བ་བྱེད་པ་ཙུང་ཟད་

ཀྱང་མེད་པས་བདེ་འགྲོ་རྙེད་དཀའ་བའོ། །

寅一、正說若生惡趣無緣修善。

憑吾此素行，人身尚難得；若不得人身，徒惡無善行。

憑吾此行素，人身難復得；若不得人身，徒惡乏善行。

莫念有暇：「暇滿人身接續可得，故於爾時再修即可。」憑吾造惡、棄善如此素行，後時人身尚難獲得；倘若不得人身，投生惡趣，徒造惡業、無有少許善行，故難再得善趣。

གཉིས་པ་(བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པའི་ཚེ་མ་འབད་ན་ངན་འགྲོར་ལྷུང་ངོར་ལ་རྨོངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། གང་ཚེ་དགེ་སྤྱོད་སྐལ་ལྡན་

ཡང་། །དགེ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་ན། །ངན་སོང་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་རྨོངས་པ། །དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཅི་

བྱར་ཡོད། །གང་གི་ཚེ་དགེ་བ་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྡན་ཡང་དུས་དེའི་ཚེ་དགེ་བ་བདག་གིས་འབད་པས་སྒྲུབ་པར་མ་བྱས་ན། ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ནས་དུས་རྒྱུན་དུ་ཚོར་བ་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གདུངས་ཤིང་བླང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཀུན་ཏུ་རྨོངས་པ་དེའི་ཚེ་བདག་གིས་དགེ་བ་ཅི་བྱར་ཡོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་ནུས་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་འབད་པར་བྱའོ། །

寅二、得善趣時若不勵力，於惡趣中不解取捨。

若具行善緣，然我未修善，惡趣眾苦惑，屆時我何為?

若具行善緣 而我未為善，惡趣眾苦逼，屆時復何為?

若時具有行善機緣，然我爾時未勤修善，墮惡趣已，恆為眾苦所逼，迷惑不解諸取捨處，屆時我復能為何善?全無少力。故今獲得暇滿身時，應勵力修。

གསུམ་པ་(ངན་འགྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐར་བར་དཀའ་བ་)ནི། དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། །སྡིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེར་

བསགས་ན། །བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི། །བདེ་འགྲོའི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །དུས་ཕྱིས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ་ཚེ་འདིར་དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ་སྡིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེ་བར་བསགས་ན་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི་བདེ་འགྲོའི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

寅三、極難跳脫惡趣。

既未造諸善，復集眾惡業，經百俱胝劫，不聞善趣名。

既未行諸善，復集眾惡業，縱歷一億劫，不聞善趣名。

後時極難再得暇滿，因於此生既未造作諸善，復集眾多惡業，縱經百俱胝劫，亦不得聞善趣之名。

ལྔ་པ་(དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་གཉའ་ཤིང་གི །བུ་གར་རུས་སྦལ་མགྲིན་ཆུད་ལྟར། །མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་གསུངས། །

丑五、暇滿難得之原因。

故世尊曾說 ：如龜頸伸入，海漂軛木孔，人身尤難得。

是故世尊說：人身極難得；如海目盲龜 頸入軛木孔。

ངན་སོང་ནས་བདེ་འགྲོ་རྙེད་དཀའ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་ལྡན་པའི་ལུང་ལས། དགེ་སློང་དག་ས་ཆེན་པོ་འདི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིང་དེ་ན་གཉའ་ཤིང་བུ་ག་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རླུང་གིས་གཡེང་ཞིང་འདི་ནས་བསྐྱོད་པ་དང་། རུས་སྦལ་ལོང་བ་ཞིག་ཡོད་ལ་རུས་སྦལ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཞིང་མགྲིན་པ་འདེགས་པར་འགྱུར་ན། དགེ་སློང་དག་འདི་ཅི་སྙམ་དུ་སེམས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཉའ་ཤིང་ཞིག་གི་བུ་གར་རུས་སྦལ་གྱི་མགྲིན་པ་ཚུད་པ་དེ་རྙེད་པར་སླ་བ་ཡིན་ནམ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ལྟར་མ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སློང་དག་དེ་བཞིན་དུ་མི་

ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །

難從惡趣再得善趣，故世尊於《相應阿笈摩經》中云：「『諸比丘，若此大地化為大海，內有軛木具有一孔，隨風漂流；有一盲龜，此龜復每百年乃伸其頸。諸比丘，深思此喻，於大海中，此盲龜頸易入軛木孔耶?』『否也，世尊。』世尊告曰：『諸比丘，如是人身極難獲得。』」

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་བ་མ་བྱས་ཤིང་སྡིག་པ་བསགས་ན་བདེ་འགྲོའི་སྒྲ་ཡང་མི་ཐོས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་ཏེ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡར་གཡེངས་ཚུར་གཡེངས་བྱེད་པའི་གཉའ་ཤིང་བུ་ག་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་གཉའ་ཤིང་གི་བུ་གར་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་འདས་པ་ན་སྐྱེང་དུ་ལན་རེ་འབྱུང་བའི་རུས་སྦལ་གྱི་མགྲིན་པ་ཚུད་དཀའ་བ་ལྟར་དེ་བས་ཀྱང་མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་བར་གསུངས་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

謂若不造善業、集聚眾惡，將不得聞善趣之名，是故世尊曾說：如大海中，有一軛木具有一孔，四處漂流，復有一龜每經百年乃浮海面，其頸伸入孔內甚難；如是人身較前尤為難得。故得暇滿身時，應勤修善。

གཉིས་པ་(དགེ་བ་བསྒོམ་པ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། སྔར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་སྤོང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་དང་། ངན་འགྲོར་སྡུག་བསྔལ་ལན་ཅིག་མྱོང་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་ཟད་ནས་ངན་འགྲོ་ལས་མི་ཟད་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་། དེས་ན་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

子二、謹慎修善分三：丑一、昔所集罪無邊際故應勤斷彼。丑二、僅於惡趣受一次苦，彼苦雖盡，然其惡趣仍未盡之原因。丑三、應勤對治罪業之原因。

དང་པོ་(སྔར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་སྤོང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་)ནི། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྡིག་པས་ཀྱང་། །བསྐལ་པར་མནར་མེད་གནས་འགྱུར་ན། །ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྡིག་གིས། །བདེ་

འགྲོར་མི་འགྲོ་སློས་ཅི་དགོས། །

丑一、昔所集罪無邊際故應勤斷彼。

剎那所造罪，歷劫住無間，況無始集罪，豈能生善趣?

剎那造重罪，歷劫住無問；何況無始罪 積重失善趣。

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་ལྟ་བུ་སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་པའི་སྡིག་པས་ཀྱང་བསྐལ་པར་མནར་མེད་པར་གནས་པར་འགྱུར་ན། ཐོག་མ་མེད་པའི་འཁོར་བར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་གཉེན་པོས་མ་བཅོམ་པར་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྡིག་གིས་བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་བ་སློས་ཅི་དགོས་པས་སྟོབས་བཞིའི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་སྦྱོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

如瞋菩薩一剎那間所造罪業，尚須歷劫住無間獄，況自相續現有無始輪迴所集眾罪，仍未以其對治滅除，由此豈能投生善趣?是故應以四力勵力淨罪。

གཉིས་པ་(ངན་འགྲོར་སྡུག་བསྔལ་ལན་ཅིག་མྱོང་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་ཟད་ནས་ངན་འགྲོ་ལས་མི་ཟད་པའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། སྡིག་པའི་ལས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཟད་ནས་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བས་ངན་འགྲོ་ལས་ཐར་བར་མི་དཀའོ་ཞེ་ན།

དེ་ཙམ་ཁོ་ན་མྱོང་གྱུར་ནས། །དེ་ནི་རྣམ་ཐར་མི་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ལྟར་དེ་ནི་མྱོང་བཞིན་དུ། །སྡིག་པ་གཞན་དག་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །

丑二、僅於惡趣受一次苦，彼苦雖盡，然其惡趣仍未盡之原因。

或曰：「所造罪業之果盡已便生善趣，故從惡趣跳脫並非難事。」

彼僅受業報，仍不得跳脫，因受苦果時，復生餘罪故。

然僅受彼報，苦猶不得脫；因受惡報時，復生餘多罪。

སྔོན་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་ཙམ་ཁོ་ན་མྱོང་བར་གྱུར་ནས་དེ་ཙམ་གཅིག་ཟད་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི་

ངན་འགྲོ་ལས་རྣམ་པར་ཐར་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྔོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་དེ་ནི་

སྨྱོང་བཞིན་དུ་སྡུག་བསྔལ་སྟོབས་ཅན་བསྐྱེད་པའི་སྡིག་པ་གཞན་དག་འཕྲལ་འཕྲལ་ལ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་

གསོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ངན་འགྲོའི་རྟེན་ལ་དགེ་བ་མཐུ་ཆུང་ཞིང་སྡིག་པ་རྒྱུན་དུ་གསོག་པས་ངན་འགྲོའི་རྒྱུ་

འགོག་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

彼僅受昔所造業報，唯盡其果，仍不得從惡趣跳脫，因彼正受昔業苦果之時，當下復生、集聚將感重苦之餘罪故。於惡趣身，善業力弱、恆集眾罪，故應勤遮惡趣之因。

གསུམ་པ་(སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་)ལ་བཞི། དལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་དགེ་བ་ལ་མ་འབད་

ན་རང་གིས་རང་བསླུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆེ་འདིར་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་དགོས་པ་དང་། ཕྱི་མར་ངན་

འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བ་དང༌། དེས་ན་སྡིག་པ་སྤོང་ཞིང་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་

རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

丑三、應勤對治罪業之原因分四：寅一、若得暇滿不勤修善則是自欺。寅二、現世必須受苦。寅三、後世將遭惡趣苦逼。寅四、應勵力斷惡修善之原因。

དང་པོ་(དལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་དགེ་བ་ལ་མ་འབད་ན་རང་གིས་རང་བསླུས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྙེད་གྱུར་

ནས། །བདག་གིས་དགེ་གོམས་མ་བྱས་ན། །འདི་ལས་བསླུས་པ་གཞན་མེད་དེ། །འདི་ལས་རྨོངས་

པའང་གཞན་མེད་དོ། །

寅一、若得暇滿不勤修善則是自欺。

得此閒暇已，我若不修善，無餘欺過此，亦無較此愚。

既得此閒暇，若我不修善，自欺莫勝此，亦無過此愚。

རྙེད་དཀའ་ཞིང་རྙེད་ན་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འདི་འདྲ་བའི་དལ་བ་རྙེད་པར་གྱུར་ནས་བདག་གིས་མངོན་མཐོ་དང་ཐར་པའི་རྒྱུའི་དགེ་བ་ལ་འབད་ཅིང་གོམས་པར་མ་བྱས་ན་འདི་ལས་རང་ཉིད་བསླུས་པའི་ཐབས་གཞན་མེད་དེ་བླང་དོར་ལ་འདི་ལས་རྨོངས་པ་འང་གཞན་མེད་དོ། །

如此閒暇難得，若得能成大義；今獲得已，我若仍不勤修增上生及解脫善因，無有其餘自欺方法更過於此，於取捨處亦無較此更愚昧者。

གཉིས་པ་(ཚེ་འདིར་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་དགོས་པ་)ནི། གལ་ཏེ་བདག་གིས་དེ་རྟོགས་ནས། །རྨོངས་པས་ཕྱིས་ཀྱང་སྒྱིད་ལུག་ན། །འཆི་བར་འགྱུར་བའི་དུས་ཀྱི་ཚེ། །མྱ་ངན་ཆེན་པོ་ལྡང་བར་འགྱུར། །

寅二、現世必須受苦。

若我已知此，因愚猶怠惰，則於臨終時，定起大憂悔。

若我已解此，因癡復怠惰，則於臨終時，定生大憂苦。

གལ་ཏེ་བདག་གིས་དགེ་བ་ལ་འབད་པ་དང་སྡིག་པ་སྤང་དགོས་པ་དེ་རྟོགས་ནས་རྨོངས་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་པ་སོགས་ལ་ཕྱིས་ཀྱང་སྙིད་ལུག་ན་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་ཤེས་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་བའི་དུས་ཀྱི་ཚེ་མྱ་ངན་ཆེན་པོ་ལྡང་བར་འགྱུར་བས་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་འབད་པར་བྱའོ། །

若我已知「須勤修善並斷諸惡」此理，然因愚昧，於修學菩提心及諸行等後猶怠惰，既知將往惡趣，則於臨命終時，定起極大憂悔，故應發大精進勤修。

གསུམ་པ་(ཕྱི་མར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བ་)ནི། དམྱལ་མེ་བཟོད་དཀས་ཡུན་རིང་དུ། །
བདག་གི་ལུས་ལ་བསྲེགས་གྱུར་ན། །འགྱོད་པ་མི་བཟད་མེ་འབར་བས། །སེམས་གདུང་འགྱུར་བ་
གདོན་མི་ཟ། །

丑三、後世將遭惡趣苦逼。

難忍地獄火，長時燒我身；懊悔烈火燃，無疑定惱心。

難忍地獄火，長久燒身時，悔火亦炙燃；吾心必痛苦。

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པས་དམྱལ་བར་སྐྱེ་ལ་དམྱལ་བའི་མེ་བཟོད་དཀའ་བས་ཡུན་རིང་དུ་བདག་གི་ལུས་ལ་བསྲེགས་པར་གྱུར་ན་འགྱོད་པ་མི་བཟད་པའི་མེ་འབར་བས་ངང་གི་སེམས་གདུང་བར་འགྱུར་བར་གདོན་མི་ཟ་བས་ཉེས་ལྟུང་གིས་མ་གོས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

退失菩提心等所造罪過，令我墮入地獄，難忍地獄猛火，長時焚燒我身；爾時懊悔烈火熾燃，無疑定惱我心，故應勵力不染罪墮。

བཞི་པ་(དེས་ན་སྡིག་པ་སྤོང་ཞིང་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱུ་མཚན་)ལ་གཉིས། དལ་འབྱོར་ཆུད་གཟན་ནས་སླར་ཡང་དམྱལ་བར་ཁྲིད་ན་སེམས་མེད་པ་དང་མཚུངས་པ་དང་། རྨོངས་པའི་རྒྱུ་བསམ་རིགས་པའོ། །

寅四、應勵力斷惡修善之原因分二：卯一、虛度暇滿復墮地獄，等同無心。卯二、應思令我愚昧之物。

དང་པོ་(དལ་འབྱོར་ཆུད་གཟན་ནས་སླར་ཡང་དམྱལ་བར་ཁྲིད་ན་སེམས་མེད་པ་དང་མཚུངས་པ་)ནི། ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་ཕན་པའི་ས། །ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་རྙེད་གྱུར་ནས། །བདག་ཉིད་ཤེས་དང་ལྡན་བཞིན་དུ། །ཕྱིར་ཡང་དམྱལ་བ་དེར་ཁྲིད་ན། །སྔགས་ཀྱིས་རྨོངས་པར་བྱས་པ་བཞིན། །བདག་ལ་འདིར་སེམས་མེད་དུ་ཟད། །

卯一、虛度暇滿復墮地獄，等同無心。

難得利益地，有幸能獲得，若我具慧已，仍被引入獄，

則如咒所惑，我於此無心，

難得有益身，今既僥倖得，亦復具智慧，若仍墮地獄，則如咒所惑，令我心失迷；

དལ་འབྱོར་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་ཞིང་རྙེད་ན་དོན་ཆེ་བས་ཕན་པའི་ས་འདི་ཅི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་དབང་གིས་རྙེད་པར་གྱུར་ནས་བདག་ཉིད་ཕན་གནོད་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་བཞིན་དུ་ཕྱིར་ཡང་དམྱལ་བའི་

གནས་དེར་ཁྲིད་ན་རིག་སྔགས་ཀྱིས་རྨོངས་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་བདག་ལ་འདིར་ཕན་པ་སྒྲུབ་པའི་

སེམས་མེད་དུ་ཟད་པའོ་སྙམ་དུ་བསམ་པར་བྱའོ། །

應當思維：「暇滿極為難得，若得能成大義，故為具利益地，我今有幸暫能獲得，若我已具智慧，了知利害，而後仍被引入地獄，則猶如為明咒所惑，我於此時全無心修諸利益矣。」

གཉིས་པ་(རྨོངས་བའི་རྒྱུ་བསམ་རིགས་པ་)ནི། ཅིས་རྨོངས་པར་བྱས་ཤེ་ན། ཅིས་རྨོངས་བདག་ཀྱང་མ་ཤེས་

ཏོ། །བདག་གི་ཁོང་ན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །རྒྱུ་ཅིས་རྨོངས་ནས་བསླུས་པ་བདག་གིས་ཀྱང་མ་ཤེས་ཏེ་བདག་

གི་ ཁོང་ན་རྨོངས་པའི་རྒྱུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་ཡོད་ངེས་སོ་སྙམ་དུ་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་གྱུར་ན་ཡང་དེ་ལྟར་

བསམ་པར་བྱའོ། །

卯二、應思令我愚昧之物。

不知為何惑，我心有何物?

惑患無所知，何蠱藏心耶?

或曰：「為何所惑?」我亦不知為何所惑、欺我至此，應思：「我心有何令我愚昧之物?必有此物!」若為懈怠所轉，亦應如此思維。

གསུམ་པ་(ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་སྤོང་བའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། འབད་པས་སྤངས་ན་སྤོང་ནུས་པ་ཉིད་དུ་སྤྲོ་བ་བསྒོམ་པའོ །

子三、謹慎斷惑分三：丑一、思維煩惱過患。丑二、不應厭惡斷煩惱之苦行。丑三、若勤斷除便能盡斷，於此修習歡喜。

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་

བསམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལ་བཟོད་པ་བསྒོམ་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བློའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའོ། །

丑一、思維煩惱過患分三：寅一、思維煩惱害己之理。寅二、於諸煩惱不應修忍。寅三、為滅彼故發起心力。

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་)ལ་བཞི། རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྡུག་བསྔལ་དཔག་མེད་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། གནོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གྲོགས་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

寅一、思維煩惱害己之理分四：卯一、令我不得自主。卯二、造無量苦。卯三、危害之時無有邊際。卯四、不應成為煩惱助伴之原因。

དང་པོ་(རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་)ནི། ཞེ་སྡང་སྲེད་སོགས་དགྲ་རྣམས་ནི། །རྐང་ལག་ལ་སོགས་ཡོད་མིན་ལ། །དཔའ་འཛངས་མིན་ཡང་ཇི་ཞིག་ལྟར། །དེ་དག་གིས་བདག་བྲན་བཞིན་བྱས། །

卯一、令我不得自主。

瞋愛等怨敵，全無手足等，非勇亦非智，何令我如僕?

貪瞋等諸敵，無手亦無足，非勇非精明，役我怎如奴?

རྩ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྡུས་པའི་ཞེ་སྡང་དང་སྲེད་པ་སོགས་པ་བདག་གི་དགྲ་རྣམས་ནི་རྐང་ལག་དང་ལག་ཏུ་མཚོན་ཐོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མིན་ལ། བརྟོན་པ་ཆེ་བའི་དཔའ་བ་དང་ཐབས་མཁས་པའི་མཛངས་པ་མིན་ཡང་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཉོན་མོངས་དེ་དག་གིས་བདག་བྲན་བཞིན་དུ་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་པའོ། །

根本煩惱及隨煩惱所攝瞋恚、貪愛等我諸怨敵，全無手足，亦未持兵器等；既非強悍勇士，亦非精明智者。彼等煩惱，如何令我如其僕役，全無自主?

གཉིས་པ་(སྡུག་བསྔལ་དཔག་མེད་ལ་སྦྱོར་བ་)ནི། བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ། །དགའ་མགུར་བདག་ལ་གནོད་བྱེད་པ། །དེ་ལའང་མི་ཁྲོ་བཟོད་པ་ནི། །གནས་མིན་བཟོད་པ་སྨད་པའི་གནས། །

卯二、造無量苦。

安住我心中，任意傷害我，猶忍不瞋彼，忍非理應斥!

惑住我心中，任意傷害我，猶忍不瞋彼，非當應訶責，

བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ་དགའ་མགུར་བདག་ལ་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བྱེད་པ་དེ་ལའང་མི་ཁྲོ་བར་བཟོད་པ་ནི་གནས་མིན་པ་ལ་བཟོད་པ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྨད་པའི་གནས་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་ལ་དགྲར་བལྟས་ནས་དེ་འགོག་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

煩惱安住我內心中，於我任意傷害，令我遭受地獄等苦，於彼猶忍、不瞋，此乃於非理處修忍，極應訶斥!故應視彼如仇，精勤滅除。

དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་དང་། རྒྱུ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་མངོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་གཙོ་བོར་ཉེས་དམིགས་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

又煩惱之性相、分類、因及作用等，應如《阿毗達磨論》中所說了知，然主要者，應當勤修彼之過患。

གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་རྣམས། །ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགྲར་ལངས་ཀྱང་། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི། །མེ་ནང་ཁྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་ནུས། །ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཆེན་དགྲ་འདིས་ནི། །གང་དང་ཕྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་། །ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པ། །དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར། །

一切天非天，縱與我為敵，然彼不能引，我入無間火；
強力煩惱敵，剎那擲我入，彼中須彌遇，灰燼亦無餘。
縱使天非天 齊來敵對我，然彼猶不能 擲我入無間。
強力煩惱敵，擲我入獄火，須彌若遇之，灰燼亦無餘。

གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བདག་ལ་དགྲར་ལངས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མ་གྱུར་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི་མེ་ནང་ཁྲིད་ཅིང་འཛུག་མི་ནུས་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཆེན་དགྲ་འདི་ཡིས་མནར་མེད་ཀྱི་མེ་གང་དང་ཕྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པར་བྱེད་པ་དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར་བར་བྱེད་པས་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

縱使一切天及非天群起與我為敵，然若不為煩惱所轉，彼等亦不能引我入無間地獄火中；而我相續強力煩惱仇敵，剎那擲我入彼烈火當中，彼火任誰遇之，縱為須彌高山，灰燼亦無剩餘，故應勤滅煩惱仇敵。

གསུམ་པ་(གནོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་)ནི། བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགྲ་བོ་གང་། །དུས་རིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ལྟར། །དགྲ་གཞན་ཀུན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུར། །ཡུན་རིང་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

卯三、危害之時無有邊際。

我心煩惱敵，長時無始末；餘一切怨敵，不如此長久。

吾心煩惱敵，長住無盡期；其餘世間敵，命不如是久。

ཉེས་དམིགས་གཞན་ཡང་བསམ་པ་བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགྲ་བོ་གང་དུས་རིང་པོ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་གནས་པ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་གཞན་ཀུན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་དེ་ལྟ་བུར། ཚེ་ཡུན་རིང་པོ་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ཐུན་རེ་ཙམ་བསྒོམས་པས་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་ཉོན་མོངས་

གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པ་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་ལྟར་བརྩོན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།།

復思其餘過患；謂我心中煩惱仇敵，長時安住、無有始末；其餘一切世間怨敵，壽不如此煩惱長久。僅修一次煩惱對治，全無所濟，故應精進如瀑流水，勤滅煩惱。

བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་གྲོགས་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། མཐུན་པར་རིམ་གྲོ་བསྟེན་བྱས་ན། ། ཐམས་ཅད་ཕན་དང་བདེ་བྱེད་ལ། ། ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན། ། ཕྱིར་ཞིང་སྡུག་བསྔལ་གནོད་པ་བྱེད། །

卯四、不應成為煩惱助伴之原因。

若隨順侍敵，彼皆利樂我；若近諸煩惱，復遭苦損惱。

若我順侍敢，敵或利樂我；若隨諸煩惱，徒遭傷害苦。

འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་གཞན་ལ་ཁ་ཟས་སོགས་དེ་དང་མཐུན་པར་རིམ་གྲོ་བྱས་ཏེ་བསྟེན་པར་བྱས་ན་དེ་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་གྲོགས་བྱེད་ན། ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་རྣམས་ནི་བསྟེན་ཅིང་དེ་

དང་མཐུན་པར་བྱས་ན་སྟོབས་འཕེལ་ནས་ཕྱིར་ཞིང་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་གནོད་པ་བྱེད་པས་དེ་གཞོམ་པ་

ལ་བརྩོན་པ་ཉིད་བདེ་བའི་ཐབས་ཡིན་ནོ། །

若於其餘世間怨敵，以飲食等隨順侍奉，彼皆將為我之助伴，成辦所需利益、安樂；倘若親近、隨順諸煩惱敵，反令其力增盛，其後復遭眾苦損惱，故勤滅彼方為令己安樂方便。

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་ལ་བཟོད་པ་བསྒོམ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། སེམས་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ལ་

གནོད་པ་བྱེད་པར་བསམ་པའོ། །

寅二、於諸煩惱不應修忍分二：卯一、思維害心。卯二、思維害身。

དང་པོ་(སེམས་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་)ནི། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་རྒྱུན་ཆགས་དགྲར་གྱུར་པ། །གནོད་པའི་ཚོགས་

རབ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་གཅིག་པུ། །བདག་གི་སྙིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ན། །འཁོར་བར་འཇིགས་

མེད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར། །དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་པོ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུན་ཆགས་སུ་དགྲར་གྱུར་པ་སྡུག་བསྔལ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་གཅིག་པ་ཟླ་མེད་པ་བདག་གི་སྙིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ཞིང་རྟེན་ན་འཁོར་བར་འཇིགས་པ་མེད་པ་དང་ཡིད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

卯一、思維害心。

長時恆為我怨敵，滋長眾禍唯一因；若彼長久住我心，豈於輪迴喜無懼?無始相續敵，孳禍唯一因；若久住我心，生死怎無懼?彼從無始長時恆為我之怨敵，乃是滋長一切苦等眾禍唯一無比之因；若彼長久安住、依附我心，於輪迴中豈能歡喜、無懼? 此中無有安樂之時，故應精勤滅除煩惱。

གཉིས་པ་(ལུས་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པར་བསམ་པ་)ནི། འཁོར་བའི་བཙོན་རྭའི་སྲུང་མ་དམྱལ་སོགས་སུ། །གསོད་

བྱེད་གཤེད་མར་གྱུར་པ་འདི་དག་ནི། །གལ་ཏེ་བློ་གནས་ཆགས་པའི་དྲ་བ་ན། །གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བ་ག་ལ་ཡོད། །

卯二、思維害身。

彼為輪迴牢獄卒、地獄等處劊子手，若住我心貪網中，則我豈能有安樂?

生死牢獄卒　地獄劊子手　若皆住我心；安樂何能有?

ཉོན་མོངས་དེས་འཁོར་བ་ལས་འདར་མི་སྟེར་བས་འཁོར་བའི་བཙོན་རྭའི་སྲུང་མ་དང་བཙོན་དོང་དམྱལ་བ་སོགས་སུ་བསྒྱུར་བ་དང་། ངན་སོང་དང་མཐོ་རིས་སུའང་གསོད་པར་བྱེད་པའི་གཤེད་མར་གྱུར་པ་ཉོན་མོངས་འདི་དག་ནི་གལ་ཏེ་བདག་གི་བློ་ལ་གནས་པའི་ཆགས་པའི་དྲ་བ་སྟེ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྟོག་པའི་ནང་ན་གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་

པའོ། །

彼諸煩惱不令他離輪迴，故為輪迴牢獄獄卒；並擲我入地獄等處大地牢中；於善惡趣亦為殺人之劊子手。若彼安住我心貪網-非理分別當中，則我豈能有安樂時?身心皆無安樂之時。

གསུམ་པ་(དེ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བློའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་)ནི། དེ་ལྟར་ཇི་སྲིད་བདག་གིས་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ། །ངེས་པར་མ་བཅོམ་དེ་སྲིད་བདག་འདིར་བརྩོན་མི་འདོར། ། རེ་ཞིག་གནོད་བྱེད་ཆུང་ངུ་ལ་ཡང་ཁྲོས་གྱུར་པ། ། ང་རྒྱལ་བདོ་རྣམས་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་། ། 寅三、為滅彼故發起心力。

於未親滅怨敵前，此生不應捨勤修；偶遭小害尚起瞋，未滅彼前終難眠。

乃至吾未能 親滅此惑敵，盡吾此一生，不應捨精進。

於他微小害，尚起瞋惱心，是故未滅彼，壯士不成眠。

མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཇི་སྲིད་བདག་གི་མི་བཟད་པའི་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ་ངེས་པར་མ་བཅོམ་པ་དེ་སྲིད་དུ་བདག་འགྲོ་བ་འདིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ལ་བརྩོན་པ་

སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདོར་བར་འབད་པར་རིགས་ཏེ། རེ་ཤིག་འཇིག་རྟེན་དུ་གནོད་བྱེད་ཆུང་ངུ་ཚིག་རྩུབ་ཙམ་སྨྲ་བ་ལ་ཡང་ཁྲོས་པར་གྱུར་པ་ཁོན་འཛིན་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་བདོ་བ་རྣམས་དགྲ་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་བར་བརྩོན་པར་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པ་བྱ་བར་རིགས་སོ། །

諸不欲事，皆由煩惱所生，如此殘酷怨敵，於未親自摧滅彼前，我於此生，縱一剎那，亦不應捨勤修煩惱對治。偶於世間遭受粗言微小傷害，尚起瞋恚、心懷仇恨、我慢高漲，未滅彼仇敵前，終難安眠而戮力之；滅煩惱敵尤應精進。

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་སྤོང་བའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་གཞོམ་ནུས་པའི་གོ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩོན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། དེས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྦྱོར་བ་ལ་བརྩོན་པར་རིགས་པའོ། །

丑二、不應厭惡斷煩惱之苦行分三：寅一、身披能滅惑之鎧甲，不厭苦行。寅二、為滅煩惱而精進之利益。寅三，理應勤修滅惑加行。

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་གཞོམ་ནུས་པའི་གོ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྐྱོ་བར་མི་བྱ་བ་)ནི། རང་བཞིན་འཆི་བས་སྡུག་བསྔལ་

གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག །

གཡུལ་ངོར་དངར་ཆེ་ནན་གྱིས་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་། །

མདའ་མདུང་མཚོན་གྱིས་ཕོག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཁྱད་བསད་ནས། །

དོན་མ་གྲུབ་པར་ཕྱིར་ཕྱོགས་འབྱེར་བར་མི་བྱེད་ན། །

རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ། །

རང་བཞིན་དགྲར་ངེས་གཞོམ་བརྩོན་བདག་ལ་དེང་། །

སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་རྒྱུར་གྱུར་གང་གིས་ཀྱང་། །

ཡི་ཆད་སྒྱིད་ལུག་མི་འགྱུར་སྨོས་ཅི་དགོས། །

寅一、身披能滅惑之鎧甲，不厭苦行。

列陣交戰欲滅除，自然死苦煩惱眾，
尚不顧為箭矛傷，未摧伏彼不撤逃；
況我今欲勤滅除，恆為苦因自性敵，
縱成百般痛苦因，亦不沮喪及怠惰。

列陣激戰場，奮力欲滅除 終必自老死 生諸苦惱敵。

僅此尚不顧 箭矛著身苦，未達目的已，不向後逃逸。
況吾正精進，決志欲滅盡 恆為痛苦因 自然煩惱敵。
故今雖遭致 百般諸痛苦，然終不應當 喪志生懈怠。

རང་བཞིན་ཏེ་མ་བསད་ཀྱང་རང་གི་ངང་གིས་འཆི་བའི་སྡུག་བསྔལ་བར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག་སྟེ་སྙིང་རྗེའི་གནས་དེ་ཡང་གཡུལ་ངོར་དངར་ཞིང་གཡུལ་སྤྲོད་པའི་ཚེ་ནན་གྱིས་པ་རོལ་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་མདའ་དང་མདུང་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་གྱིས་ཕོག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་པ་རོལ་ཚམས་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཤིང་འབྱེར་བར་མི་བྱེད་ན།

苦難諸煩惱眾，縱未遭他殺害，亦將自然死歿，彼乃應悲愍處。欲滅除彼，排列軍陣，於交戰時，尚不顧為箭、矛等諸兵器所傷，於未摧伏彼敵軍前，絕不向後撤逃；

དུས་རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ། སྐྱེས་ཅམ་ནས་དགྲ་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགྲ་འབབ་

ཞིག་ངེས་པ་ཅན་གཞོམ་འདོད་པའི་དཀའ་སྤྱད་བདག་ལ་འང་དེ་ཚ་གྲང་དང་བཀྲེས་སྐོམ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་གི་རྒྱུར་གྱུར་པ་གང་གིས་ཀྱང་དཔའ་འཁུམས་ནས་ཡིད་ཆད་པ་དང་སྙིད་ལུག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་མ་ཐུལ་བར་དུ་བརྩོན་པ་མི་འདོར་བར་རིགས་པ་སྨོས་ཅི་དགོས་སོ། །

況煩惱敵，彼恆常為一切眾苦之因，生起當下其自性定與我為敵，我今欲滅除彼所作苦行，縱成寒熱與飢渴等百般痛苦之因，亦不應當怯弱而生狙喪、怠惰，於未調伏煩惱敵前，不捨精勤何須待言?

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩོན་པའི་ཕན་ཡོན་)ལ་གསུམ། རང་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་དང་། གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་དང་། སྔར་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །

寅二、為滅煩惱而精進之利益分三：卯一、此乃自利圓滿之因，故應忍受苦行。卯二、此乃利他圓滿之因，故應忍受苦行。卯三、必須完成昔所五誓之原因。

དང་པོ་(རང་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། དོན་མེད་དགྲ་ཡིས་རྨ་སྐྱོལ་བཏོད་པ་

ཡང་། །ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འདྲ་བར་སྒེལ་བྱེད་ན། །དོན་ཆེན་སྒྲུབ་ཕྱིར་ཡང་དག་བརྩོན་གྱུར་པ། །

བདག་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཅི་ཕྱིར་གནོད་བྱེད་ཡིན། །

卯一、此乃自利圓滿之因，故應忍受苦行。

為求無義遭敵傷，愛惜如身配勳章；

況為大義奮精進，苦於我何足為害?

將士為微利，赴戰遭敵傷；戰歸炫身傷，猶如配勳章。

吾今為大利，修行勤精進，所生暫時苦，云何能困我?

འཇིག་རྟེན་དོན་མེད་པ་དགོས་པ་ཆུང་ངུའི་ཆེད་དུ་ལུས་དགྲ་ཡིས་རྨ་སྐྱོལ་བཏོད་པ་ཡང་། འདི་དེའི་ཆེ་

བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འདྲ་བར་སྤྲེལ་ཞིང་། ངོམས་པར་བྱེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཡང་དག་པར་བརྩོན་པར་གྱུར་པའི་ཚེ་བདག་ལ་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཅིའི་ཕྱིར་གནོད་བྱེད་ཡིན། ཕན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་བསྟེན་པར་བྱའོ། །

為求世間無義小利，其身雖遭仇敵所傷，然仍誇耀：「此疤痕為爾時所傷!」如身配戴勳章而愛惜之；況為成辦大義-正等覺故，奮起大精進時，苦行於我何足為害?唯是利益，故應依止。

གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། ཉ་པ་གདོལ་པ་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ། ། རང་གི་འཚོ་བ་ཙམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་། ། གྲང་དང་ཚ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་བཟོད་ན། ། འགྲོ་བ་བདེ་ཕྱིར་བདག་ལྟས་ཅིས་མི་བཟོད། །

卯二、此乃利他圓滿之因，故應忍受苦行。

漁夫屠戶農夫等，縱僅思維己生計，
尚忍寒熱等艱苦；我為眾樂何不忍?

漁夫與屠戶、農牧等凡俗，唯念己自身 求活維生計，
猶忍寒與熱、疲因諸艱辛；我今為眾樂，云何不稍忍?

ཉ་བ་ཉ་བསད་པས་འཚོ་བ་དང་། གདོལ་པ་རིགས་ངན་ཤན་པ་དང་། ཞིང་ལས་ཀྱིས་འཚོ་བའི་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ། རང་གི་འཚོ་བ་ཙམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་གྲང་བ་དང་། ཚ་བ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བཟོད་པར་བྱེད་ན་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་དུ་དཀའ་སྤྱད་བདག་ལྟ་བུས་ཅི་སྟེ་མི་བཟོད་དེ་བཟོད་པར་རིགས་སོ། །

漁夫捕魚謀生、屠戶種性低劣、農夫務農維生，彼等縱僅思維一己生計，尚可忍受寒熱等諸艱苦；我為成辦無餘眾一切安樂，何故不能忍受苦行?理應忍受。

གསུམ་པ་(སྔར་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་)ནི། གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པར་ཁས་བླངས་པ་ཡིན་མོད། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཞི་བའི་མཐར་ལྟུང་བར་འགྱུར་བས་སོ་ཞེ་ན།

卯三、必須完成昔所立誓之原因。

或曰：「昔已誓滅他人煩惱，雖可於此勤修，然不應當勤滅自心煩惱；若爾，即墮寂滅邊故。」

ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །འགྲོ་བ་ཉོན་མོངས་ལས་བསྒྲལ་བར། །དམ་བཅས་གང་ཚེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་། །ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ། །བདག་གི་ཚད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར། །སྨྲ་བ་ཇི་ལྟར་སྨྱོན་པ་མིན། །

雖曾立誓言：願十方空際，眾生離煩惱!
然我未離惑。出言不量力，豈非瘋狂者?

雖曾立此誓：欲於十方際 度眾出煩惱！ 然我未離惑。出言不量力，云何非顛狂？

ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་ལས་སྒྲོལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་དམ་བཅས་ནས་གང་གི་ཚེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ་ཡིན་ན་གཞན་དོན་ལྟ་ཞོག་རང་དོན་ཡང་རྫོགས་པར་མི་ནུས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་བདག་གི་ཚད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར་གཞན་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་ལས་སྒྲོལ་བར་སྨྲ་བ་དེ་ལྟར་སྨྱོན་པ་མིན་ཏེ། རང་འཁོར་བར་བཅིངས་པས་གཞན་དོན་རྫོགས་པར་མི་ནུས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

雖曾發心並立誓：「願令十方遍虛空際一切眾生脫離煩惱!」然今若我尚未脫離諸惑，自利猶未圓滿，遑論利他!我為煩惱所轉，不自量力，出言欲令他離煩惱，豈非瘋狂者耶?己若繫輪迴中，不能圓滿利他，故應勤滅自心煩惱。

གསུམ་པ་(ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྤྲོ་བ་ལ་བརྩོན་པར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། དུས་ནམ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།།

寅三、理應勤修滅惑加行分二：卯一、應當精勤對治煩惱。卯二、任於何時皆應精勤不隨煩惱而轉。

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། དེ་ལྟས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ། །རྟག་ཏུ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་བྱ། །འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་བྱ་ཞིང་། །ཁོན་དུ་བཟུང་ནས་གཡུལ་སྦྱད་དེ། །

卯一、應當精勤對治煩惱。

故滅煩惱時，應恆不退轉。我應耽著此，仇視與彼戰；

故於滅煩惱，應恆不退怯。吾應樂修斷，懷恨與彼戰；

སྤང་བར་འོས་པ་དེ་ལྟ་བས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་དུས་རྟག་ཏུ་བསམ་སྦྱོར་གང་ཡང་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་བྱའོ། །ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་པ་སྐྱེ་ཆེད་དུ་བསྐྱེན་པར་བྱ་ཞིང་ཉོན་མོངས་ལ་ཁོན་དུ་བཟུང་ནས་གཡུལ་སྤྲད་ལ་གཞོམ་པར་བྱའོ། །སྤང་གཉེན་ལ་ཆགས་སྡང་དང་སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ཉིད་ཉོན་མོངས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

應斷除故，滅煩惱時，應當恆不退轉意樂、加行。我應於此煩惱對治心生耽著-刻意修學；仇視煩惱，與彼交戰並滅除之。

或曰：「貪愛對治、瞋怒仇視所斷，皆為煩惱，故應斷除。」

རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་ཉོན་མོངས་པ། ། ཉོན་མོངས་འཛོམས་བྱེད་མ་གཏོགས་སོ། །

相似煩惱相，滅惑故不屬。

似瞋此道心，唯能滅煩惱。

གཉེན་པོ་ལ་ཞེན་པ་དང་སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟར་སྣང་བ་ནི་ཉོན་མོངས་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་མ་གཏོགས་སོ། །འགྲེལ་པར་ཕྱིས་དེ་ཡང་གཞོམ་བྱར་བཤད་པ་ནི་སྤང་བྱ་ཟད་པ་ན་སྤང་གཉེན་གཡུལ་སྤྲོད་མི་དགོས་པའི་དོན་ཏོ། །

耽著對治、仇視所斷，如此相似煩惱之相，此為滅惑之對治品，是故不屬所斷。釋論中說「後仍為所斷」者，意謂所斷盡滅之時，所斷、對治不需交戰。

གཉིས་པ་(དུས་ནམ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ)ནི། ཉོན་མོངས་སྤྱོང་བ་ལ་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱ་ཕྲག་མཐའ་ཡས་པས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཉིད་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

བདག་ནི་བསྲེགས་ཏེ་བསད་གྱུར་ཏམ། །བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་བླའི། །རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཉོན་

མོངས་པའི། །དགྲ་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ། །

卯二、任於何時皆應精勤不隨煩惱而轉。

或曰：「斷煩惱時，將有百般無量痛苦，故隨煩惱豈非善哉?」

我寧被燒殺，或遭砍頭顱；然一切時處，不屈煩惱敵。

吾寧被燒殺，或遭斷頭苦；然心終不屈，順就煩惱敵。

བདག་ནི་མེར་བསྲེགས་ཏེ་བསད་པར་གྱུར་ཏམ་བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་བླའི་དེས་ནི་ཚེ་འདིའི་ལུས་དོར་བ་ཙམ་དུ་ཟད་ལ་དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་འདོད་དོན་ཐོབ་པའི་གེགས་བྱེད་པས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ལ་འདུད་པར་ཏེ་དེའི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། །

我寧被火焚燒殺害，或遭他人砍斷頭顱，此唯令捨今生軀殼；然煩惱敵，令生地獄等劇烈苦、障礙我獲所欲求事。故於一切時處，不應屈服彼前、為彼所轉。

གསུམ་པ་(འབད་པས་སྤངས་ན་སྤོང་ནུས་པ་ཉིད་དུ་སྤྲོ་བ་བསྒོམ་པ་)ལ་གསུམ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་

ཕྱུང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་དང་། རྒྱུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་བརྩོན་པ་བསྐྱེད་ན་སྤོང་ནུས་པ་

དང་། རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སྤོང་རིགས་པའོ། །

丑三、若勤斷除便能盡斷，於此修習歡喜分三：寅一、若能根除自心煩惱，則彼無有依處。寅二、彼從顛倒因生，故精進修定能斷除。寅三、若能根除則彼全無依處，故應斷除。

དང་པོ་(རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་)ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་གནས་

ནས་ཕྱུང་ཡང་འདིག་རྟེན་པའི་དགྲ་ལྟར་ནུས་པ་རྙེད་པ་དང་། སླར་ཡང་གནོད་པ་བྱེད་པས་དེ་དང་མཐུན་

པར་བྱ་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

寅一、若能根除自心煩惱，則彼無有依處。

或曰：「縱可驅逐煩惱一次，然彼終如世間仇敵，獲勢力已復返害我，故應隨順惑敵而行。」

ཐ་མལ་དགྲ་བོ་ཡུལ་ནས་སྤྱུང་ཡང་ནི། །ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་ཡོངས་བཟུང་ནས། ། ནུས་པ་བརྟས་ནས་དེ་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་གི ། ཉོན་མོངས་དགྲ་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་མ་ཡིན། །

尋常仇敵逐出境，仍可佔據住他地，
蓄積勢力後復返；煩惱怨敵不如此。

常敵受驅逐，仍可據他鄉，力足旋復返；惑賊不如是。

མི་མཚུངས་ཏེ་ཐ་མལ་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་དགྲ་བོ་ལན་ཅིག་ཡུལ་ནས་སྤྱུང་ཡང་ནི་ཡུལ་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་དེར་ཡུལ་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་ནུས་པ་བརྟས་ཤིང་སྟོབས་རྙེད་ནས་དེ་ནས་གནོད་ལན་འཇལ་བའི་ཆེད་དུ་ཕྱིར་ལྡོག་གི་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩ་བ་ནས་སྤྱུང་ན་གཞན་དུ་

གནས་པ་ཡང་མེད་ནུས་པ་རྙེད་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་པའང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

答曰：不同。世間尋常仇敵，一次被逐出境，仍可佔據他地，住彼蓄積勢力，迨有力後，為報仇故復返原處；煩惱怨敵則不如此，若能根除，則無餘處可居，亦定無法蓄勢而返。

གཉིས་པ་(རྒྱུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་བརྩོན་པ་བསྟེན་ན་སྤོང་ནུས་པ་)ནི། ཉོན་མོངས་ཉོན་མོངས་ཤེས་རབ་མིག་

གིས་སྤང་། །བདག་ཡིད་ལས་བསལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །གང་དུ་གནས་ནས་བདག་གནོད་བྱ་

ཕྱིར་འོང་། །བློ་ཞན་བདག་ལ་བརྩོན་པ་མེད་པར་ཟད། །

寅二、彼從顛倒因生，故精進修定能斷除。

慧眼斷惑除煩惱，從我心滅將何往?

能住何處返害我?然我慧劣無精進。

惑為慧眼斷，逐已何所之?云何返害我?然我乏精進。

ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉོན་མོང་པ་རྩ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་

ལས་བྱུང་བས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་ས་བོན་སྤང་བ་ལ་འབད་དེ་སྤངས་ནས་

བདག་གི་ཡིད་ལས་བསལ་ནས་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རྟེན་གང་དུ་གནས་ནས་ཆུས་པ་སྙེད་པ་དང་

བདག་ལ་གནོད་པ་བྱ་བའི་ཕྱིར་འོང་སྟེ། མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་བློ་ཞན་པ་བདག་ལ་ལན་

ཅིག་རྩ་བ་ནས་འདོན་པའི་བརྩོན་པ་མེད་པར་ཟད་པས་གནོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

若能一次根除眾惑，則彼將無依處；煩惱實由顛倒根本所生，故以證空慧眼勤斷其種便可斷除。若從我心滅除，彼將往赴何處?能住何處重獲勢力返來害我?必不能也。雖是如此，然我慧劣，無有精進一次根除，故受他害。

གསུམ་པ་(རྩ་བ་ནས་ཕྱུང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སློང་རིགས་པ་)ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་

རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྐྱེས་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་ན་གཅིག་ཀྱང་སྤོང་མི་ནུས་སོ་ཞེ་ན།

寅三、若能根除則彼全無依處，故應斷除。

或曰:「煩惱從自心生，彼由自性所成，是故全不能斷。」

ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་ཡུལ་ལ་མི་གནས་དབང་ཚོགས་ལ་མིན་བར་ན་འང་མིན། །དེ་ལས་གཞན་ན་འང་

མིན་ན་འདི་དག་གར་གནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གནོད་བྱེད། །

諸惑非住境根聚，亦非住於彼等間，
也非安住餘處所，彼等於何惱眾生?
彼如幻故心莫懼，為生智慧當精進。
我何故於地獄等，無義遭受眾傷害?

惑非住外境，非住根身間，亦非其他處，云何害眾生?
惑幻心莫懼，為智應精進。何苦於地獄 無義受傷害?

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་ཏེ། དེ་ལྟར་

ན་དགྲ་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚེ་ན་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བར་ཐལ་བའི་

ཕྱིར་རོ། །མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཚོགས་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་གནས་པ་མིན་ཏེ། གནས་ལུགས་ཀྱི་

དོན་སེམས་པའི་ཚེ་མིག་ཡོད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་བར་ནའང་གནས་པ་

མིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་ནའང་གནས་པ་མིན་ན་ལན་ཅིག་རྩ་བ་ནས་བྱུང་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་

འདི་དག་གར་གནས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གནོད་པ་བྱེད་དེ་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་

སྒྱུ་འདྲ་དེ་ཕྱིར་སྙིང་ལ་འཇིགས་སྤོང་ཞེས་ཕྱིར་བརྩོན་པ་བསྟེན། །དོན་མེད་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དམྱལ་

སོགས་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གནོད་པ་བྱེད། །

諸惑非由自性而住色等境中；若爾，諸阿羅漢見色等時亦應生惑。亦非如此而住眼等根聚，因思實體義時，雖有眼根，然不見煩惱故。亦非住於彼等之間，也非安住其餘處所；若能一次根除，則由自性所成彼等煩惱，住於何處損惱眾生?任於何處皆不可得。

ཉོན་མོངས་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྣང་བ་སྒྱུ་མ་དང་འདྲ་བ་དེའི་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་རྩ་བ་ནས་སྤོང་མི་ནུས་སྙམ་དུ་སྙིང་ལ་འཛིགས་པ་སྤོང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ནས་ཉོན་མོངས་སྤང་བའི་ཕྱིར་བརྩོན་པ་བསྟེན་པར་རིགས་ཀྱི་དེ་ལྟར་ནུས་བཞིན་དུ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དམྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངན་སོང་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གནོད་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་སྟེ་འཇུག་པར་མི་རིགས་སོ། །ཕྱི་མ་རྣམས་ས་བོན་ཕུང་ན་གནས་དེ་དག་ཏུ་མི་གནས་པ་ལ་ཡང་བཤད་དོ། །

彼諸煩惱，實無自性現有自性，猶如幻化。故心莫生畏懼而念：「彼由自性所成，是故不能根除。」為能生起證空智慧、斷除煩惱，當精進修。既能如此，則我何故於地獄等諸惡趣中，無義遭受眾苦傷害?不應如此。前者亦有此解：「若斷種子，則將不住彼諸處所。」

གསུམ་པ(དོན་བསྡུ་བ་)ནི། དེ་ལྟར་རྣམ་བསམས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ཡི། །བསླབ་པ་བསྒྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་བྱ། །སྨན་པའི་ངག་མ་མཉན་ན་སྨན་དག་གིས། །བཅོས་དགོས་ནད་པ་སོས་པ་ག་ལ་ཡོད། །

王三、攝義。

多方思已應勵力，修學所說諸學處；如病患須用藥醫，不遵醫囑豈能癒?

思已當盡力 圓滿諸學處；若不遵醫囑，病患何能癒?

གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དུ་མར་བསམས་ལ་སྤྱིར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། བསླབ་པ་བསྲུང་བའི་ཆེད་དུ་སྟོན་པས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་བག་ཡོད་བསྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ།

མང་བདེན་སྨན་པའི་ངག་མ་ཉན་པར་སྨན་དག་གིས་ངེས་པར་བཅོས་དགོས་པའི་ནད་པ་བསོས་པ་ག་ལ་ཡོད་དེ་མི་སོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་སྨན་པ་ཆེན་པོ་སྟོན་པའི་གསུང་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

如前所述，多方思已，為能守護(修學)所說勝菩提心及諸學處，應如大師所言，勵力修習不放逸行；如一病患定須用藥醫治，若不遵從良醫囑咐，豈能痊癒?不可癒也。故應如大醫王導師所說，勵力斷除煩惱。

རང་རྒྱུད་ཉེས་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། །དགེ་བ་མི་ཉམས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ནི། །ངེས་པར་བག་ཡོད་བསྒོམ་ལ་རག་ལས་པས། །མཁས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་པར་བྱ། །བསླབ་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ། །

結頌；

自心遠離眾罪垢，善法不失向上增，

全賴修習不放逸，故智者應恆戒慎。

གཉིས་པ་(ལེའུའི་མཚན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།

བག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་པའོ།།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྲས་འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་པའོ།། །།

辛二、品名。

入菩薩行論第四品 不放逸

入菩薩行論釋佛子正道第四品釋 不放逸