

Thù thì sân hận / như lửa cháy bùng;
U mê quên hết / điều cần lấy, bỏ:
Quê cha đoạn lìa — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2a3. Trú nơi viễn li (kệ 3)

3. Nhờ lánh chỗ ác / nên phiền não cạn;
Tâm không tán loạn: / thiện hạnh tự tăng;
Trí giữ sáng trong / tự tin nơi pháp:
Trú nơi viễn li — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2a4. Nhớ vô thường (kệ 4)

4. Người thân lâu năm, / lần lượt già biệt;
Tiền kiếm vất vả, / bỏ lại phía sau;
Thân là nhà trọ, / tâm thức là khách / sẽ phải rời đi:
Đời này xả li — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2a5. Rời bạn xấu (kệ 5)

Có kẻ nếu gần / tam độc sẽ tăng,
Văn tư và tu / hết thấy đều giảm,
Tâm từ tâm bi / rồi sẽ mất sạch:
Rời xa ác hữu — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2a6. Nương thiện tri thức (kệ 6)

6. Lại có những người / nếu nương dựa vào / lầm lỗi sẽ dứt,
Thiện đức sẽ tăng / như trăng độ rằm:
Thiện tri thức ấy / hãy nên trân quý
Hơn cả thân mình — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2a7. Quy Y (kệ 7)

7. Tự mình còn vướng / tù ngục luân hồi,
Chư thiên thế tục / độ được cho ai?
Nếu đã qui y, / hãy tìm về nương / chốn không hư ngụy:
Qui y Tam bảo — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b. Giải thích về đường tu ba loại căn cơ

2b1. Đường tu sơ căn phải tu như thế nào (kệ 8)

8. Phật dạy khổ nạn / ác đạo khó kham
Đều là quả báo / của nghiệp bất thiện.
Vì thế cho nên / chẳng thà mất mạng
Việc ác không làm — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b2. Đường tu trung căn phải tu như thế nào (kệ 9)

9. Lạc thú ba cõi / như sương đầu cỏ,
Chỉ phút giây trôi / rồi tan biến hết.

Quả vị giải thoát / thắng diệu bất biến
Thường luôn tìm cầu — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3. Đường tu thượng căn phải tu như thế nào (kệ 10-24)

2b3a. Phát tâm bồ đề (kệ 10)

10. Đa sinh hiền mẫu / kể từ vô thủy / luôn rất yêu tôi.
Mẹ đều khổ cả, / con vui sao đành!
Vì để phổ độ / chúng sinh vô biên
Phát tâm bồ đề — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b. Huân tập và phát huy tâm bồ đề

2b3b1. Tâm bồ đề tục nghĩa (kệ 11-21)

2b3b1a. Nhập định quán hoán chuyển ngã tha (kệ 11)

11. Chịu khổ là vì / tôi muốn tôi vui;
Thành Phật là nhờ / tâm muốn lợi người.
Vậy thì vui tôi / đổi lấy khổ người,
Trộn vện hoán chuyển — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b. Xuất định quán chuyển nghịch cảnh thành đường tu (kệ 12-22)

2b3b1b1. Chuyển khổ nạn thành đường tu (kệ 12-15)

2b3b1b1a. Tồn thất (kệ 12)

12. Dù ai vì tham / mà tài sản tôi
Họ tụt tay cướp, / hoặc bảo người cướp,
Đối với người ấy / vẫn mang thân, của, / công đức ba thời,
Hồi hướng cho họ — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b1b. Khổ (kệ 13)

13. Tôi một chút lỗi / cũng không hề có,
Nhưng lại có người / chặt mất đầu tôi.
Ác nghiệp người ấy, / với tâm từ bi
Tôi sẽ gánh vác — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b1c. Khẩu thiệt (kệ 14)

14. Dù có bị ai / mắng chửi đủ điều,
Bêu rếu cùng khắp / tam thiên thế giới,
Đối với người ấy / lại càng từ hòa
Ngợi ca việc thiện — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b1d. Chỉ trích (kệ 15)

15. Dù có bị ai / ngay giữa đám đông
Bươi móc lỗi kín / thóa mạ nặng lời
Vẫn xem người ấy / là thiện tri thức
Thành tâm kính lễ — đó là pháp hành / của bậc bồ tát

2b3b1b2. Chuyển cảnh khó thành đường tu (kệ 16-17)

2b3b1b2a. Vô ơn (kệ 16)

16. Người tôi dưỡng nuôi / thương như con ruột
Lại đối với tôi / như với kẻ thù.
Tôi vẫn như mẹ / khi con lâm bệnh
Lại càng thương yêu — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b2b. Nhục mạ (kệ 17)

17. Dù người bằng tôi, / hay thấp hơn tôi,
Ngã mạn lẳng nhục / làm khó đủ điều,
Vẫn kính người ấy / như kính Tôn sư
Đội ở trên đầu — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b3. Chuyển cảnh khốn cùng hay phú quý vào đường tu (kệ 18-19)

2b3b1b3a. Khốn cùng (kệ 18)

18. Dù nghèo xơ xác / bị đời khinh miệt,;
Dù vướng trọng bệnh, / ám chướng, tà ma,
Ác, khổ chúng sinh / vẫn xin nhận hết
Không chút nao lòng — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b3b. Phú quý (kệ 19)

19. Danh tiếng lừng vang, / đại chúng đê đầu,
Tài sản sánh tày / Đa Văn Thiên Vương,
Vẫn thấy sá gì / tiền tài thế lực,
Lòng không kiêu ngạo — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b1b4. Chuyển cảnh khiến sân và tham vào đường tu (kệ 20-21)

2b3b1b4a. Cảnh khiến nổi sân (kệ 20)

20. Sân hận của mình, / giặc này không dẹp
Thì giặc bên ngoài / càng quét càng tăng.
Vậy lấy từ bi / dùng làm chiến đội
Tự quét tâm mình — đó là pháp hành / của bậc bồ tát

2b3b1b4b. Cảnh khiến nổi tham (kệ 21)

21. Lạc thú giác quan / tựa như nước muối,
Càng uống bao nhiêu / càng khát bấy nhiêu.
Cứ hễ vật gì / khiến nổi tham chấp
Lập tức buông ra — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b2. Tâm Bồ Đề Chân Nghĩa (kệ 22-24)

2b3b2a. Cách Nhập Định Quán Tánh Không Như Không Gian (kệ 22)

22. Cảnh hiện hết thấy / đều là tâm ta.
Tâm này bản lai / siêu việt khái niệm.

Biết vậy nên khi / tiếp tướng đối đãi
Vẫn không tác ý — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b2b. Khi xuất thiên, làm sao ngừng thấy tham và sân là thật (kệ 23-24)

2b3b2b1. Ngừng thấy cảnh khiến nổi tham là có thật (kệ 23)

23. Khi gặp chốn nào / đẹp để đáng yêu,
Thấy đó chỉ như / cầu vồng mùa hạ,
Rực rỡ hiện ra / nhưng không thật có:
Luyến chấp buông bỏ — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

2b3b2b2. Ngừng thấy cảnh khiến nổi sân là có thật (kệ 24)

24. Hết thấy khổ đau / đều giống trong mơ / thấy con mình chết,
Lấy vọng làm thật / nên luôn đuối mệt,
Vì thế cho nên / khi gặp nghịch cảnh
Thấy đều là vọng — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3. CÔNG ĐỨC PHẦN HẠ — KẾT

3a. Dẫn thân vào pháp hành bồ tát (kệ 25-37)

3a1. Sáu Ba La Mật (kệ 25-30)

3a1a. Hạnh Thí (kệ 25)

25. Muốn đạt bồ đề / đến thân còn cho
Hướng chi ngoại vật. / Vì thế cho nên
Không mong hồi báo / không cầu thiện quả
Mà làm bố thí — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a1b. Hạnh Giới (kệ 26)

26. Giới đã không thì / tự lợi cũng không,
Lại muốn lợi tha / thật quá nực cười!
Vậy nên vắng mọi / ham muốn thế tục
Để mà giữ giới — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a1c. Hạnh Nhẫn (kệ 27)

27. Đối với bồ tát / hướng về thiện đức
thì kẻ nhiều hại / chính là kho báu,
Nên với mọi người / lòng không thù hận,
Tu theo hạnh nhẫn — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a1d. Hạnh Tấn (kệ 28)

28. Thanh văn Duyên giác / cầu tự lợi thôi
Đã tinh tấn như / lửa cháy ngang mày
Vậy vì chúng sinh / khởi tâm chuyên cần / nơi gốc thiện đức,
Tu hạnh tinh tấn — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a1e. Hạnh Định (kệ 29)

29. Chỉ, nếu phối hợp / triệt để với Quán
Thì phiền não diệt. / Nhờ biết như vậy,
Siêu việt hết thảy / tứ vô sắc giới,
Tu chánh định này — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a1f. Hạnh Tuệ (kệ 30)

30. Tuệ mà không có / thì năm hạnh kia
Không đủ khả năng / thành tựu chánh giác.
Dùng Phương tiện và / tam vô phân biệt,
Để tu hạnh Tuệ — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a2. Bốn Điều Khế Kinh Dạy (kệ 31-34)

3a2a. Tự Xét Lỗi Mình Để Bỏ Đi (kệ 31)

31. Mê vọng của mình / nếu không tự xét,
Sẽ nhìn giống tu / nhưng làm trái Pháp,
Vậy thì mê vọng / phải luôn tự mình
Xét để mà buông — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a2b. Ngưng Chỉ Trích Bồ Tát (kệ 32)

32. Vì phiền não nên / bêu lỗi bồ tát
Thì bản thân mình / sẽ bị tổn hao.
Vậy thì những ai / đã vào đại thừa,
Mình đừng nói lỗi — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a2c. Chặt Tham Chấp nơi việc nhà của thí chủ (kệ 33)

33. Vì lợi vì danh / mà sanh tranh chấp,
Làm cho hao tổn / cả văn tư tu.
Nên việc người thân, / bằng hữu, thí chủ,
Buông mọi chấp bám — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a2d. Tự Chế Ngự Lời Thô Ác (kệ 34)

34. Lời thô ác khiến / tâm người não loạn
Và làm hao tổn / tánh hạnh bồ tát
Vậy với người khác / đừng gây khó chịu,
Buông ác ngữ đi — đó là pháp hành / của bậc bồ tát

3a3. Cách Dẹp Phiền Não (kệ 35)

35. Phiền não quen lâu / sẽ khó đối trị,
Vũ khí giao cho / chánh niệm chánh trị,
Phiền não như là / tham sân các thứ,
Chớm nhú chặt ngay — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a4. Luyện Chánh Niệm Tĩnh Giác (kệ 36)

36. Tóm lại, bất cứ / ở đâu, làm gì,
Cũng phải tự hỏi / tâm mình ra sao.
Luôn đi cùng với / chánh niệm tĩnh giác
Để mà độ sinh — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3a5. Hồi Hướng Công Đức về cho Bồ Đề Viên Mãn (kệ 37)

37. Nỗ lực như vậy / được bao công đức,
Xin vì quét khổ / cho khắp chúng sinh
Mà dùng trí tuệ / siêu việt tam chấp,
Hồi hướng bồ đề — đó là pháp hành / của bậc bồ tát.

3b. Kết

Từ nơi ý nghĩa / của Kinh, Mật, Luận
Dựa theo viên âm / của chư Giác giả,
Nay xin viết lại / thành ba mươi bảy / pháp hành bồ tát
Cho những ai muốn / tu bồ tát đạo.

Tôi vì trí thấp / hiểu biết không nhiều,
Thi kệ không làm / đẹp lòng bậc trí,
Thế nhưng nhờ nương / lời bậc Giác giả / cùng với kế kinh,
Pháp hành bồ tát / thiết nghĩ không lầm.

Tuy vậy, sóng cả / thiện hạnh bồ tát
Thâm sâu khó lường / cho kẻ trí mọn / như là tôi đây.
Lỡ đâu mâu thuẫn / hay thiếu mạch lạc / vướng lỗi đại loại,
Xin chư Giác giả / nhẫn nại dùm cho.

Nhờ công đức này, / nguyện khắp chúng sinh
Với tâm bồ đề / chân nghĩa, tục nghĩa,
Không vướng hai đầu / sinh tử, niết bàn,
Trở thành y như / đức Quan Thế Âm.

Bài pháp này do tỷ kheo Thogme, giáo luận sư, viết tại động đá ở Ngulchu Rinchen, vì lợi ích của mình và của người.

Ghi chú bản tiếng Việt: Cư sĩ Hồng Như Thubten Munsel chuyển Việt ngữ tháng 2 năm 2019, hiệu đính tháng 8 năm 2019.

Chánh văn dịch từ nguyên bản tiếng Tạng, tham khảo với nhiều bản tiếng Anh trong đó có bản dịch của Alex Berzin, Adam Pearcey, Michele Martin, Ruth Sonam ; đại cương dịch từ tiếng Anh theo văn bản của Kurukulla Centre trích từ *Transforming Adversity into Joy and Courage*, by Geshe Jampa Tegchok.

Tạng Ngữ

ནམ་ལོ་ཀུན་ལེ།

། གང་གིས་ཚེས་ཀྱི་འགྲོ་འོང་མེད་གཟིགས་ཀྱང།

། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་མཛད་པའི། ། ལྷ་མ་མཚོག་དང་སྤྱན་རས་གཟིགས་མཁོན་ལ། ། རྟག་ཏུ་སློབ་གསུམ་གསུམ་པས་བྱུག་འཚལ་ལོ། ། བཅོམ་བཤེད་འབྱུང་གནས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། ། དམ་ཚེས་བསྐྱབས་ལས་བྱུང་སྟེ་དེ་ཡང་ནི། ། དེ་ཡི་ལག་ལེན་ཤེས་ལ་རག་ལས་པས། ། རྒྱལ་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཤད་པར་བྱ། ། དལ་འབྱོར་གྱི་ཚེན་ཆེད་དཀའ་ཐོབ་དུས་འདིར། ། བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་བྱའི་ཕྱིར། ། ཉེན་དང་མཚན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པར་ནི། ། ཉན་སེམས་སློམ་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། གཉེན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་འདོད་ཆགས་ཚུལ་གཡོ། ། དབྱ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་ཞེ་སྤང་མེ་ལྟར་འབར། ། ལྷན་དོར་བརྗེད་པའི་གཏི་སྤྱི་གསུམ་ལྟར་ཅན། ། ས་ཡུལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཡུལ་དན་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ། ། རྣམ་གཡེད་མེད་པས་དགོ་སྦྱོར་དང་གིས་འཕེལ། ། རིག་པ་དུངས་པས་ཚེས་ལ་ངེས་ཤེས་སྟེ། ། དབེན་པ་བསྟན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་མཛེས་བཤེས་སོ་སོར་འབྲལ།

འབད་པས་བསྐྱབས་པའི་ནོར་རྗེས་ལུ་དུ་ལུས། །

ལུས་ཀྱི་མགོན་ལང་རྣམ་ཤེས་མགོན་པོས་འབོར། ། ཚོ་འདི་སློབ་བཏང་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། གང་དང་འགྲོགས་ན་དུག་གསུམ་འཕེལ་འགྱུར་ཞིང། ། ཐོས་བསམ་སློབ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་ལ། ། བྱམས་དང་སྤྲིང་རྗེ་མེད་པར་སྦྱར་བྱེད་པའི། ། སྒོ་གསུམ་དན་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། གང་ཞིག་བསྟེན་ན་ཉེས་པ་ཟད་འགྱུར་ཞིང། ། ཡོན་ཏན་ཡར་དོན་རྒྱ་ལྷན་འཕེལ་འགྱུར་བའི། ། བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རང་གི་ལུས་བས་ཀྱང། ། གཅེས་པར་འཛོལ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། རང་ཡང་འཁོར་བའི་བོའོན་རར་བཅིངས་པ་ཡི། ། འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཡིས་སྤྱི་ཞིག་བསྐྱབ་པར་ལུས། ། དེ་ཕྱིར་གང་ལ་སྐྱབས་ན་མི་བསྐྱབ་པའི། ། དཀོན་མཚོག་སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཤིན་ཏུ་བཟོད་དཀའི་དན་སོང་སྤྱི་གསུམ་རྣམས། ། སྤྱིག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུར་ཐུབ་པས་གསུངས།

དེ་ཕྱིར་སློབ་པ་བབས་ཀྱང་སྤྱིག་པའི་ལས། ། རམ་ཡང་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན།

། སྤྱིད་གསུམ་བདེ་བ་རྩ་རྩེའི་མེལ་པ་བཞིན། ། ཡུད་ཅམ་ཞིག་གིས་འཇིག་པའི་ཚེས་ཅན་ཡིན། ། རམ་ཡང་མི་འགྱུར་ཐར་པའི་གོ་འཕང་མཚོག

། དོན་དུ་གཉེར་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་ལ་བཅེ་བ་ཡི།

། མ་རྣམས་སྤྱི་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྱ། ། དེ་ཕྱིར་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་བསྐྱལ་བྱའི་ཕྱིར། ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། སྤྱིག་བསྐྱལ་མ་ལུས་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང། ། རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གཞན་མན་སེམས་ལས་འབྱུངས། ། དེ་ཕྱིར་བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱིག་བསྐྱལ་དག

། ཡང་དག་བརྗེ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། སྤྱིད་འདོད་ཆེན་དབང་གིས་བདག་གི་འོར།

། ཐམས་ཅད་འཕྲོག་གསུམ་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་ན་ཡང། ། ལུས་དང་འོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགོ་བ་རྣམས། ། དེ་ལ་བསྐྱོབ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། བདག་ལ་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་མེད་བཞིན་དུ། གང་དག་བདག་གི་མགོ་བོ་གཅོད་བྱེད་ན་ཡང། ། སྤྱིད་རྗེའི་དབང་གིས་དེ་ཡི་སྤྱིག་པ་རྣམས། ། བདག་ལ་ལེན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། འགའ་ཞིག་བདག་ལ་མི་སྤྲོད་སྤྱོད་ཚོགས་པ། ། རྫོང་གསུམ་བྱུང་པར་སྤྱིགས་པར་བྱེད་ན་ཡང། ། བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྱིད་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱི། ། ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། འགྲོ་མང་འདུས་པའི་དུས་སུ་འགའ་ཞིག་གིས། ། མཚོང་ནས་བྱུས་ཤིང་ཚོག་དན་སྤྲོད་ན་ཡང། ། དེ་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས། ། ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། བདག་གིས་བྱ་བཞིན་གཅེས་པར་བསྐྱུངས་པའི་མིས། ། བདག་ལ་དབྱ་བཞིན་ལྷ་བར་བྱེད་ན་ཡང། ། རྟེན་གྱི་བཏབ་པའི་བྱ་ལ་མ་བཞིན་དུ། ། ལྷག་པར་བཅེ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། རང་དང་མཉམ་པ་འཇུག་དམན་པའི་སྤྱི་བོ་ཡིས། ། ད་རྒྱལ་དབང་གིས་བསྐྱུས་ཐབས་བྱས་ན་ཡང། ། ལྷ་མ་བཞིན་དུ་གསུམ་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི། ། སྤྱི་བོར་ལེན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། འཚོ་བས་མོངས་ཤིང་རྟག་ཏུ་མི་ཡིས་བསྐྱུས། ། ཚབས་ཆེན་ནད་དང་གདོན་གྱིས་བཏབ་ཀྱང་སྤྱིར། ། འགྲོ་ཀྱང་སྤྱིག་སྤྱིག་བདག་ལ་ལེན་བྱེད་ཅིང། ། ལྷམ་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། སྤྲོད་པར་གསུམ་ཤིང་འགྲོ་མང་སྤྱི་བོས་བཏུད། ། རྣམ་ཐོས་བྱ་ཡི་ནོར་འདྲ་ཐོབ་ལྱུར་ཀྱང། ། སྤྱིད་པའི་དཔལ་འབྱོར་སྤྱིད་པོ་མེད་གཟིགས་ནས། ། འཇུག་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། རང་གི་ཞེ་སྤང་དབྱ་བོ་མ་ལུས་ན། ། ཕྱི་ལོ་དབྱ་བོ་བཏུལ་ཞིང་འཕེལ་བར་འགྱུར། ། དེ་ཕྱིར་བྱམས་དང་སྤྲིང་རྗེའི་དམག་དཔུང་གིས། ། རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལན་ཚུའི་རྒྱུད་འདྲ། ། ཇི་ཅི་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱིད་པའི་ཕེལ་བར་འགྱུར། ། གང་ལ་ཞེན་ཆགས་སྟེ་བའི་དོས་པོ་རྣམས། ། འཕྲལ་ལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཇི་ལྟར་སྤོང་བ་འདི་དག་རང་གི་སེམས། ། སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་སྤྱིས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ། ། དེ་ཉིད་ཤེས་ནས་གསུང་འཛིན་མཚན་མ་རྣམས། ། ཡིད་ལ་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་དང་འཕྲད་པ་ན། ། དབྱར་གྱི་དུས་ཀྱི་འཇའ་ཚོན་ཇི་བཞིན་དུ། ། མཛེས་པར་སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་ལྟ་ཞིང། ། ཞེན་ཆགས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། སྤྱིག་བསྐྱལ་སྤྱོད་གསུམ་མི་ལས་བྱ་བའི་ལྟར། ། འབྲུལ་སྤང་བདེན་པར་བསྐྱུངས་ཞུ་ཐར་ཆད། ། དེ་ཕྱིར་མི་མཐུན་རྒྱུན་དང་འཕྲད་པའི་ཚོ། ། འབྲུལ་བར་ལྷ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། བྱང་རྒྱལ་འདོད་པས་ལུས་ཀྱང་གཏོང་དགོས་ན། ། ཕྱི་ལོ་དོས་པོ་རྣམས་ལ་སྤོང་བའི་དགོས། ། དེ་ཕྱིར་ལན་དང་རྣམ་སྤྱིན་མི་རེ་བའི། ། སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། ཚུལ་ཞིམས་མེད་ན་རང་དོན་མི་འགྲུབ་ན། ། གཞན་དོན་སྤྱིབ་པར་འདོད་པ་གང་མོའི་གནས། ། དེ་ཕྱིར་སྤྱིད་པའི་འདུན་པ་མེད་པ་ཡི། ། ཚུལ་ཞིམས་བསྐྱུང་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། ། དགོ་བའི་འོངས་སྤྱོད་འདོད་པའི་རྒྱལ་སྐྱེས་ལ། ། གཏོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་རིན་ཆེན་གཏོར་དང་མཚུངས། ། དེ་ཕྱིར་ཀྱན་ལ་

ཞེ་འགས་མེད་པ་ཡི། །བཟོད་པ་སྐོམ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །རང་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་ཉན་རང་ཡང། །མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བརྗོད་ལྟར་བརྗོད་མཐོང་ན། །འགྲོ་ཀྱན་དོན་དུ་ཡོན་ཏན་
འབྱུང་གནས་ཀྱི། །བརྗོད་འགྲུལ་ཚོམ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །ཞི་གནས་རབ་དུ་ལྷན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །ཉན་མོངས་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །གཞུགས་མེད་བཞི་
ལས་ཡང་དག་འདས་པ་ཡི། །བསམ་གཏན་སྐོམ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །ཤེས་རབ་མེད་ན་པ་ལོ་ཕྱིན་ལྡེ་ཡིས། །རྗོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་མི་རུས་པས། །ཐབས་དང་ལྷན་ཞིང་
འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི། །ཤེས་རབ་སྐོམ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །རང་གི་འཇུག་བ་རང་གིས་མ་བརྟགས་ན། །ཚོས་པའི་གཞུགས་ཀྱིས་ཚོས་མིན་བྱེད་སྲིད་པས། །དེ་ཕྱིར་རྒྱན་དུ་རང་
གི་འཇུག་བ་ལ། །བརྟགས་ནས་སྲོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །ཉན་མོངས་དབང་གིས་རྒྱལ་སྲས་གཞན་དག་གི
ཉེས་པ་གྲོང་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་བས། །ཐོག་པ་ཆེལ་ཞུགས་པའི་གང་བཟག་གི
ཉེས་པ་མི་སྐྱེ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །རྟེན་བཀྲར་དབང་གིས་པན་ཚུན་ཚོད་འགྱུར་ཞིང།
།ཐོས་བསམ་བསྐོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་བས། །མཛེས་བཤེས་ལྱིམ་དང་སྐྱེན་བདག་ལྱིམ་རྣམས་ལ། །ཆགས་པ་སྲོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །རྩལ་མོའི་ཚིག་གིས་གཞན་སེམས་
འཇུག་འགྱུར་ཞིང།
།རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱི་སྲོད་རྩལ་ཉམས་འགྱུར་བས།
།དེ་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི། །ཚིག་རྩལ་སྲོང་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །ཉན་མོངས་གོམས་ན་གཉེན་པོས་བརྗོད་དཀའ་བས། །འདྲ་ཤེས་སྐྱེས་བུས་གཉེན་པོའི་མཚོན་བཟུང་ནས།
།ཆགས་སོགས་ཉན་མོངས་དང་པོ་སྐྱེས་མ་ཐག
།འབྱུང་འཛོམས་བྱེད་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །
།མདོར་ན་གང་དུ་སྲོད་ལམ་ཅི་བྱེད་ཀྱང། །རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲ་ཞེས། །རྒྱན་དུ་བྲན་དང་ཤེས་བཞིན་ལྷན་པ་ཡིས། །གཞན་དོན་སྐྱབ་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །དེ་ལྟར་
བརྗོད་པས་བསྐྱབས་པའི་དགོ་བ་རྣམས། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་བསལ་བསལ་བྱའི་ཕྱིར། །འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །བྱང་རྒྱལ་བསྐྱེད་བ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་
ཡིན། །མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་དོན། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་སྐྱེས་བུ་བྱེད། །རྒྱལ་སྲས་ལམ་ལ་སྲོབ་
འདོད་དོན་དུ་བཀོད། །སློབ་པ་དམན་ཞིང་སྐྱབས་པ་རྒྱུད་བའི་ཕྱིར། །མཁས་པ་དགེས་པའི་སྲོབ་སྲོང་མ་མཚེས་ཀྱང། །མདོད་དང་དམ་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་
འཇུག་མེད་ལེགས་པར་སེམས། །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་སྲས་སྲོད་པ་རྣམས་ཚེན་རྣམས། །སློབ་པ་བདག་འདུས་གཏིང་དཔག་དཀའ་བའི་ཕྱིར། །འགལ་དང་མ་འབྲེལ་ལ་སོགས་ཉེས་པའི་ཚོགས། །
དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེལས་བྱུང་བའི་དགོ་བས་འགྲོ་བ་ཀྱང། །དོན་དམ་ཀྱན་རྒྱུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་མཚོག་གིས། །སྲིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི། །
སྐྱེན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག
།ཅེས་པ་འདི་རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དོན་དུ་ལྷུང་དང་རིགས་པ་སྐྱེ་བའི་བཟོན་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་དཔལ་རྒྱུའི་རིན་ཆེན་ཕྱག་དུ་སྐྱར་བའོ།།