

ལམ་རིམ་བསྐྱུས་དོན་བཞུགས་སྟེ། 菩提道次第摄颂

宗喀巴大师造颂

比丘法尊敬译

大科分三：甲初、序分；甲二、正宗分；甲三、回向分。

甲初又分二：乙初、敬礼师承；乙二、明所詮殊胜。

乙初分五：丙一、礼敬释迦大师。

༄༅། རྒྱུན་ཚོགས་དག་ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྱུན་པའི་སྐྱུ། མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་རེ་བ་སྐོང་བའི་གསུང་། །
མ་ལུས་ཤེས་བྱ་ཇི་བཞིན་གཟིགས་པའི་བྱུགས། ། ལྷུགའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་མགོས་བྱུག་འཚལ། །

无边福聚所生身，无量众生乐闻语，

正观无尽所知意，释迦尊王我敬礼。

丙二、礼敬慈氏

ལྷ་མེད་སྟོན་པ་དེ་ཡི་སྐས་ཀྱི་མཚོག། རྒྱལ་བའི་མཇེད་པ་ཀུན་གྱི་ཁུར་བསྐྱུས་ནས། །
གངས་མེད་ཞིང་དུ་སྐྱུལ་བས་རྣམ་རྩལ་བ། །མི་ཕམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། །

无上大师最胜子，荷负如来事业担，

遍游佛刹利有情，慈氏文殊我敬礼。

丙三、礼敬龙猛无着

ཤིན་ཏུ་དཔག་པར་དཀའ་བ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ། །ཇི་བཞིན་དགོངས་པ་འགྲེལ་མཇེད་འཇམ་སྐྱིང་རྒྱན། །
སྐྱུ་སྐྱུབ་ཐོགས་མེད་ཅེས་ནི་ས་གསུམ་ན། །ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་བདག་བྱུག་འཚལ། །

极难悟解大般若，如义善释瞻部严，
名称遍满三世间，龙猛无着我敬礼。

丙四、礼教阿底峡尊者

ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ལས་ལེགས་བརྒྱད་པའི། །ཟབ་མའི་ལྷ་བ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་ལམ། །
མ་རྗེར་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་གནད་བསྐྱེས་པའི། །གདམས་པའི་མཛོད་འཛིན་མར་མེ་མཛད་ལ་འདུད། །

从二大士善传来，深见广行二种道，
遍摄圆满无错谬，敬礼教藏阿底峡。

丙五、敬礼一切善知识。

རབ་འབྱུངས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་ལྷ་བའི་མིག། །སྐལ་བཟང་ཐར་པར་བསྐྱོད་པའི་འཇུག་ངོགས་མཚོག། །
བརྩེ་བས་བསྐྱོད་པའི་ཐབས་མཁས་མཛད་པ་ཡིས། །གསལ་མཛད་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ལ་གུས་ཕྱག་འཚལ། །

能视无边圣教眼，趣向解脱最胜道，
哀愍权巧勤开演，敬礼一切善知识。

乙二、明所詮殊胜分三：丙初、明清净法源譬喻称赞；丙二、明詮义殊胜、总劝受持；丙三、明说听胜利。丙初、

འཛོམས་སྤོང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན། །སྟོན་པའི་བ་དན་འགོ་ན་ལྷང་ངེ་བ། །
སྤྱོད་སྤྱོད་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་བཞིན་དུ། །ལེགས་བརྒྱད་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི། །

一切智者顶上严，名称幢幡极显耀，
龙猛无着善传来，圆满菩提道次第，

སྐྱེད་གུའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྐོང་བས་ན། །གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །
གཞུང་བཟང་སྟོང་གི་ཆུ་པོ་འདུ་བའི་ཕྱིར། །དཔལ་ལྷན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོའང་ཡིན། །

能满一切众生愿，故名如意摩尼王，
遍摄一切正法流，是故亦名善说海。

丙二、明詮义殊胜总劝受持

བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་རྟོགས་པ་དང་། །གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་པར་འཆར་བ་དང་། །
 རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་རྟེན་པ་དང་། །ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལས་ཀྱང་སྤང་། །

通达圣教无相违，能知佛语皆教授，
 速得如来甚深意，极大罪恶自消亡。

དེ་ཕྱིར་རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་སྤྱི་བོ་ནི། །སྐལ་ལྷན་དུ་མས་བསྟན་པའི་གདམས་པ་མཚོག།
 སྤྱིས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡིས། །ཡིད་རབ་མི་འཕྲོག་དབྱེད་ལྷན་སུ་ཞིག་ཡོད། །

是故印藏诸大德，咸共依此胜教授，
 由此三士道次第，宁有智人不欢喜。

丙三、明说听胜利

གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་བོ་བསྐྱུ་བསྐྱུ་བ། །ཚུལ་འདི་ཐུན་རེ་སྟོན་དང་ཉན་པས་ཀྱང་། །
 དམ་ཚེས་འཆད་དང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་སོགས། །རྒྱབས་ཆེན་སྤུང་པར་ངེས་པས་དེ་དོན་བསམ། །

总摄佛经心藏义，能得一次善讲闻，
 说听一切正法福，悉能摄尽应思惟。

乙二正宗分分二：丙初、依止善知识法；丙二、依止已修心之次第。丙初、又分二：丁初、意乐依止及加行依止；丁二、别修法供养。丁初、

དེ་ནས་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཚོགས་ཇི་སྟེད་པའི། །རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འབྲིག་པའི་རྩ་བ་ནི། །
 ལམ་སྟོན་བཤེས་གཞེན་དམ་པ་འབད་པ་ཡིས། །བསམ་དང་སྦྱོར་བས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་བྱ། །

所有现后诸福聚，其能最初成就者，
 谓由意乐及加行，如法亲近善知识。

丁二、别修法供养

མཚོང་ནས་སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར། །བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཚོང་པས་མཉེས་པར་བྱེད། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བསྐྱེས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

纵至命缘终不舍，如教修行法供养，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

丙二、修心之次第分二：丁初、念暇身难得易失功取坚实；丁二、受持心要之次第。 丁初、

དལ་བའི་རྟོན་འདི་ཡིད་བཞིན་ལོར་ལས་ལྷག། །འདི་འདྲ་རྟེན་པ་ད་རེས་ཙམ་ཞིག་ཡིན། །
རྟེན་དཀའ་འཇིག་སྐྱ་ནམ་མཁའི་སློག་དང་འདྲ། །ཚུལ་འདི་བསམས་ནས་འཇིག་རྟོན་བྱ་བ་ཀུན། །

暇身胜过如意宝，唯有今生始获得，
难得易失如空电，思已则觉世间事，

སྐྱབ་པ་འཕྱར་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་ཀྱུར་ནས། །ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་སྦྱང་བོ་ལེན་པ་དགོས། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བསྐྱེས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

徒劳无益如扬糠，故应昼夜取坚实，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

丁二、受持心要之次第分三：戊一、于共小士道修心次第；戊二、于共中士道修心次第； 戊三、大士道修心次第。

戊初又分四：己一、念恶趣苦皈依三宝受诸学处；己二、思惟业果如理取舍； 己三、净修三业；己四、依四力忏罪。

己初、

ཤི་ནས་ངན་འགྲོར་མི་སྦྱེའི་གདེང་མེད་ཅིང་། །དེ་ཡི་འཇིགས་སྐྱབ་དགོན་མཚོག་གསུམ་དུ་ངེས། །
དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་འགོ་ཤིན་དུ་བརྟན་པ་དང་། །དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་ཉམས་པ་མེད་པར་བྱ། །

死后难保不堕落，能救此畏唯三宝，

故应勤修正皈依，终不毁犯诸学处。

己二、思维业果如理取舍

དེ་ཡང་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ལེགས་བསམས་ནས། །སྒྲིབ་དོར་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་རག་ལས་སོ། །
ནལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

复应善思诸业果，如理取舍乃能办，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

己三、净修三业

ལས་མཚོག་བསྐྱབ་ལ་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་རྟེན། །མ་རྟེན་བར་དུ་ས་ཚད་མི་འོང་བས། །
དེ་ཡི་མ་ཚང་མེད་པའི་རྒྱལ་བསྐྱབ། །སྒོ་གསུམ་སྲིག་ལྷུང་བྲི་མས་སྐྱགས་པ་འདི། །

若未获得众德身，欲修胜道亦难达，
故应学此圆满因，净修三业诸垢染。

己四、依四力忏罪

སྐྱག་པར་ལས་སྐྱིབ་སྦྱོང་བ་གནད་ཆེ་བས། །རྒྱན་དུ་སྟོབས་བཞི་ཚང་བར་བསྐྱེན་པ་གཅེས། །
ནལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

忏悔业障尤切要，故应恒时依四力，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

戊二、于共中士道修心次第分二：己初、思维苦集二谛；己二、希求出离断生死因。 己初；

སྐྱག་བདེན་ཉེས་དམིགས་བསམ་ལ་མ་འབད་ན། །ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཇི་བཞིན་མི་སྐྱེ་འོང་། །
ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་མ་བསམས་ན། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཅོད་ཚུལ་མི་ཤེས་པས། །

若不思维苦谛失，终不能发解脱欲，
若不思维集流转，则不能断生死根。

己二、希求出离断生死因

མིང་ལས་ངེས་འབྱུང་སྐྱོད་ཤས་བསྐྱེན་པ་དང་། །འཁོར་བར་གང་གིས་བཅིངས་པ་ཤེས་པ་གཅིས། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

应厌三有希出离，了达生死系缚因，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

戊三、大士道修心次第分二：己初、发菩提心；己二、发心已学大乘行。己初：

སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་མཚོག་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། །ལྷབས་ཚེན་སྦྱོང་བ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་དང་རྟེན། །
ཚོགས་གཉིས་ཀུན་ལ་གསེར་འགྱུར་ཅི་ལྟ་བུ། །རབ་འབྱམས་དགེ་ཚོགས་སྤུང་པའི་བསོད་ནམས་གཏོར། །

大乘道命为发心，是菩萨行根本依，
能转资粮如金汁，摄纳众善为福藏，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྒྱལ་སྤུང་དཔའ་བོ་རྣམས། །རིན་ཚེན་སེམས་མཚོག་ཐུགས་དམ་མཐིལ་དུ་འཛིན། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

菩萨如是善了知，以菩提心为心要，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

己二、发心已学大乘行之法分二：庚初、总修菩萨行之次第；
庚二、别修金刚乘道。庚又分二：辛初、总修六度之法；辛
二、别修止观之法。辛又分六：壬初、修布施；壬二、修戒；
壬三、修忍；壬四、修精进；壬五、修静虑；壬六、修慧。壬
初、

སྐྱེན་པ་འགྲོ་བའི་རེ་སྐྱོང་ཡིད་བཞིན་ནོར། །སེར་སྤུང་མདུད་པ་གཅོད་པའི་མཚོན་ཆ་མཚོག། །
མ་ལྷམ་སྤོང་སྟོབས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་སྤུང་སྦྱོང། །སྟོན་པའི་གཤམ་པ་ཕྱོགས་བཅུར་སྐྱོག་པའི་གཞི། །

施满众愿如意珠，斩除慳结最胜剑，

无怯勇悍佛子行，扬名十方此为本，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ལྷན་དང་ལོངས་སྤོང་དགེ། ལོངས་སྤོང་གཏོང་བའི་ལམ་བཟང་མཁས་པས་བསྟེན། །

རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

如是知己身财善，布施妙道智应学，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬二、修戒

ཚུལ་ཁྲིམས་ཉེས་སྤོང་བྱི་མ་འཁྱུང་བའི་ཚུ། །ཉོན་མོངས་ཚ་གདུང་སེལ་བའི་རྩ་བའི་འོད། །

སྐྱེ་དགའི་དབུས་ན་སྤུན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗེད། །སྟོབས་ཀྱིས་བཞེགས་པ་མེད་པར་འགོ་ཀུན་འདུད། །

尸罗如水洗恶行，亦如月光除热恼，

处众威严如须弥，不作恐怖众生敬，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཡང་དག་སྦངས་པའི་ཁྲིམས། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་བཞིན་བསྐྱུང་བར་མཛད། །

རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

如是知己正受戒，智者应护如眼目，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬三、修忍

བཟོད་པ་སྟོབས་ལྡན་རྣམས་ལ་རྒྱན་གྱི་མཚོག། །ཉོན་མོངས་གདུང་བའི་དཀའ་ཐུབ་ཀུན་གྱི་ཕུལ། །

ཞེ་སྤང་ལག་འགྲོའི་དག་ལ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་། །ཚོག་རྩུབ་མཚོན་ལ་སྲ་བའི་གོ་ཆ་ཡིན། །

忍为力士妙庄严，除烦恼炎胜难行，

如金翅鸟降嗔蛇，遮粗语刀为甲冑，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་བཟོད་མཚོག་གོ་ཆ་ལ། །རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས་གོམས་པར་མཛད། །

རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །

如是知己胜忍铠，种种方便应擐披，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬四、修精进

མི་ལྷོག་བརྟན་པའི་བཙུན་འགྲུས་གོ་བོས་ན། །ལུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་ཟླ་བཞིན་འཕེལ། །
སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དོན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། །གང་བཙུམས་ལས་ཀྱི་མཐའ་རྣམས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། །

若擐精进不退铠，教证德增如初月，
一切威仪不唐捐，随所作事悉成办，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ལེ་ལོ་ཀུན་སེལ་བའི། །རྒྱབས་ཆེན་བཙུན་འགྲུས་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱིས་བཙུམས། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

如是知己遣懈怠，应发菩萨大精进，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬五、修静虑

བསམ་གཏན་སེམས་ལ་དབང་བསྐྱེད་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །བཞག་ན་གཡོ་མེད་རི་ཡི་དབང་པོ་བཞིན། །
བཏང་ན་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ཀུན་ལ་འཇུག། །ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་བདེ་ཆེན་འདྲེན། །

静虑转心如轮王，安住无动如山岳，
起定遍缘一切善，能引身心轻安乐，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྣལ་འབྱོར་དབང་པོ་རྣམས། །རྣམ་གཡེང་དག་འཛོམས་ཉིང་འཛིན་རྒྱུན་དུ་བསྟེན། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

如是知己瑜伽王，摧伏散乱常修定，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬六、修慧

ཤེས་རབ་ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་ལྟ་བུའི་མིག་སྤྱོད་པའི་རྩ་བ་དུངས་ནས་འབྱེན་པའི་ལམ། །

གསུང་རབ་ཀུན་ལས་བཟླགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཏེར། །གཏི་མུག་མུན་སེལ་སྒྲོན་མེའི་མཚོག་ཏུ་གྲགས། །

慧照深性如眼目，能出生死最胜道，

超一切经功德藏，能除痴暗第一灯，

དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཐར་འདོད་མཁས་པ་ཡིས། །ལམ་དེ་འབད་པ་དུ་མས་བསྐྱེད་པར་མཛད། །

ནལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

如是知己诸智者，应当勤修此妙道，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

辛二、别修止观之法分三：壬初、明止观法修中观慧；壬二、

修止观双运道；壬三、修智慧方便双运道。壬初；

ཚེ་གཅིག་བསམ་གཏན་ཅམ་ལ་འཁོར་བ་ཡི། །ཚ་བ་གཙོད་པའི་རུས་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། །

ཞི་གནས་ལམ་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །ཇི་ཅམ་དཔུང་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མི་སྒྲིག་པས། །

若唯修习专住定，终不能断生死本，

若离寂止但修观，亦不能除诸烦恼，

ཡིན་ལྷགས་སུ་ཐག་ཚོད་པའི་ཤེས་རབ་དེ། །གཡོ་མེད་ཞི་གནས་ཏེ་ལ་བསྐྱོན་ནས་ནི། །

མཐའ་བྲལ་དཔུ་མའི་རིགས་པའི་མཚོན་རྗོན་གྱིས།

།མཐར་འཛིན་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་འཇིག་བྱེད་པའི། །

故须通达真实慧，乘以无动寂止马，

执持离边中观剑，破除一切边执阵。

ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པའི་ཡངས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །དེ་ཉིད་ཉོགས་པའི་སྒོ་གྲོས་རྒྱས་པར་མཛད། །

ནལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

如理观察广大慧，通达真实令增长，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬二、修止观双运道

ཅེ་གཅིག་གོམས་པས་ཉིང་འཛིན་འགྲུབ་པ་ནི། ལྷོས་པར་ཅི་འཚལ་ཚུལ་བཞིན་དབྱེད་པ་ཡི། །

སོ་སོར་རྟོགས་པ་ཡིས་ཀྱང་ཡིན་ལུགས་ལ། བཞུ་མེད་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་གནས་པ་ཡི། །

非仅专住能引定，即由如理正观察，

亦见能引真实义，无动坚固三摩地，

ཉིང་འཛིན་བསྐྱེད་པར་མཐོང་ནས་ཞི་ལྷག་གཉིས། ལུང་འབྲེལ་སྐྱབ་ལ་བཙོན་རྣམས་ཡ་མཚན་ནོ། །

རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

故诸智者应勤修，止观双运最希有，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

壬三、修智慧方便双运道

མཉམ་བཞག་ནས་མཁའ་ལྷ་བུའི་སྣང་ཉིད་དང་། རིས་ཐོབ་སྐྱུ་མ་ལྷ་བུའི་སྣང་བ་གཉིས། །

བསྐྱམས་ནས་ཐབས་ཤེས་ལུང་དུ་འབྲེལ་བ་ཡིས། རྒྱལ་སྐབས་སྤྱོད་པའི་ཕ་རོལ་འགོ་བ་བཟུགས། །

在定修空如太虚，后得观空同幻事，

称赞双运慧方便，能往菩萨行彼岸，

དེ་ལྟར་རྟོགས་ནས་ཕྱོགས་རེའི་ལམ་གྱིས་ནི། ཚིམ་པ་མེད་པར་སྐལ་བཟང་རྣམས་ཀྱི་ལུགས། །

རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

如是知己诸智者，不以少分道自满，

至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

庚二、别修金刚乘道分二： 辛初、修共道已依师入密； 辛二、修习圆满教授。 辛初；

དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི། །ལམ་མཚོག་གཉིས་ཀར་དགོས་པའི་བུན་མོང་ལམ། །

ཇི་བཞིན་བསྐྱེད་ནས་མཁའ་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། །མགོན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་སྡེའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན། །

如是因果二大乘，胜道所须共行道，
如实生已依导师，趣入续部广大海。

辛二、修习圆满教授

ལྷགས་ནས་ཡོངས་ཚྭགས་མན་ངག་བརྟེན་པ་དེས། །དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྷན་པར་བྱས། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཚལ་ལོ། །

修习圆满胜教授，得此暇身不唐捐，
至尊恩师如是修，欲解脱者如是行。

甲三、回向分

རང་གི་ཡིད་ལ་གོམས་པར་བྱ་བྱིར་དང་། །སྐལ་བཟང་གཞན་ལའང་ཕན་པར་བྱ་བའི་བྱིར། །
རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ཡོངས་སུ་ཚྭགས་པའི་ལམ། །གོ་སྐྱེའི་ངག་གིས་བཤད་པའི་དགོ་བ་དེས། །

正为自心修习故，兼为利益余善士，
诸佛所爱圆满道，浅易宣说所获福，

འགོ་བ་ཀུན་ཀྱང་རྣམ་དག་ལམ་བཟང་དང་། །འབྲལ་མེད་ཀྱི་ཅིག་ཅིས་ནི་སྦོན་ལམ་འདེབས། །
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་སྦོན་ལམ་དེ་ལྟར་བཏབ། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་འདེབས་འཚལ་ལོ། ། །

维愿一切诸有情，永不离此清净道，
至尊恩师发是愿，欲解脱者如是发。

ཞེས་པ་འདི་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་སྣོ་བཟང་གྲགས་པས་མཛད་པའོ། །

《菩提道次第摄颂》，宗喀巴造。

2016. 10.3 日文愿编辑于拉卜楞寺。