

སེམས་ཚུལ་འཚོ་བ་རྒྱུ་བའི་འབེལ་གཏམ་ཡིད་གྱི་བདེ་གཏེར་བཞུགས།

法融心活賜妙言意樂

根本頌

ཁྱེ་ཀོང་རིག་འཛིན་མཐར་ཕྱིན་གྱི་བོད་ཡིག་རྩོམ་དེ།

作者迦公仁增塔訖

ཕ་འཕྲིན། omaba9

ཐུབ་དབང་པད་འབྱུང་གྱུན་རྒྱལ་མཆོག་གཉིས་དང་།

戸 ヨ₁ カ₁ 戸 カ₂ 出₁ 二₁ 戸₁ 戸₂

釋迦蓮師六莊嚴雙尊

ལྷོང་ཆེན་འཛིགས་སྒྲིང་དཔའ་བོ་དོ་རྩེ་འཆང་།།

カ $\frac{ク}{ク}$ ニ $\frac{カ}{カ}$ ヲ $\frac{ク}{ク}$ ヲ $\frac{カ}{カ}$ $\frac{ニ}{ニ}$ イ

隴千吉林巴沃多傑持

ཡི་མེད་རྒྱ་ནག་མ་བེ་རོ་རྒྱེ།

戸 厶 ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ ㄣ

室僧迦納佈瑪貝若尊

དབྱེར་མེད་སྒྲ་མ་པར་གྱིན་ལས་འདྲ།

カ、キ、ク、ケ、コ、カ、キ、ク、ケ、コ

禮無別恩師貝瑪成烈

གསུངས་རབ་རྒྱ་མཚོའི་ཉིང་བཅུད་བདུད་ཅི་ཚོས།

མུ་ཁུ་ཕུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་

論述總集粹要甘露法

གདམས་པའི་ཉིང་བཅུད་བརྒྱུད་གསུམ་སྒྲ་མའི་གསུངས།

མུ་ཁུ་ཕུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་

三乘上師勝言為珍竅

སེམས་སྤྱ་འདྲན་ལ་འཚོ་བར་སྤྱོད་ནུས་པའི།

སྤྱ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་

匯集入心融於生活裡

ཇི་བཞིན་བཤད་པས་འགྲོ་ལ་ཕན་པར་ཤོག།

མུ་ཁུ་ཕུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་མུ་ལུ་

直述直語願利樂有情

སྟོག་ལྟན་མཁའ་དབྱིངས་འགོངས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན།།

𑄧 𑄦 𑄣 𑄤 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭

命識心續漂浮滿虛空

འདི་ལ་སྟོན་སོང་བགས་ཆགས་བསམ་མི་བྱབ།།

𑄥 𑄦 𑄪 𑄣 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

皆因往昔不思議習氣

ཐོལ་བྱང་གསར་སྐྱེས་མཁའ་ནས་ལྷུང་བ་མིན།།

𑄧 𑄫 𑄪 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰

毫無憑據怎能瞬間起

བགས་ཆགས་ནང་སྐྱུང་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

𑄣 𑄥 𑄣 𑄫 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰

習淨心澄法融心生活

ལས་ཀྱིས་སྒྲུང་བའི་སྒྲ་ཆོགས་སེམས་ཅན་ནམས།

ཆ་ ལ་ ང་ ཏ་ ཨ་ ཉ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

業力牽引所顯眾有情

མི་ཉག་འགྱུར་བས་རེ་བ་སྟོང་པར་གྱུར།

མ་ ལ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

無常臨已冀望徒勞空

བདེ་སྤྱིར་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་པས་ཉིན་མཆན་བྱེད།

ཆ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

夜以繼日馬不停蹄忙

སྒྲིང་པོ་མེད་པས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

མ་ ལ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

勿擲光陰法融心生活

སེམས་ཀྱི་རང་འདོད་ནང་ནས་མ་ཞིག་ན།

ཡི རྩལ་མ་ རྩལ་ ས་ ཡ་ ས་ རྩལ་

己若無卸滅自私自利

ཡང་ཡང་སྤྱི་པའི་སྤྱི་བསྐྱེད་མི་འདོར་བས།

དུ རྩལ་ རྩལ་ ས་ ཡ་ རྩལ་ རྩལ་ རྩལ་

分秒痛不欲生遭燒苦

ལྷགས་སྤྱི་ལག་ལ་འཆང་བ་དེ་སྤྱི་དུ།

ལྷགས་ སྤྱི་ ལག་ ལ་ འཆང་ བ་ སྤྱི་ ལྷགས་

猶如熾鐵握掌沸熱燙

རང་འདོད་གཞིམས་བྱ་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྩལ།

ཡི རྩལ་ ཡི རྩལ་ ཡི རྩལ་ ཡི རྩལ་ ཡི རྩལ་

止息私利法融心生活

ལུས་ཀྱི་རུས་ཆེགས་མ་ཞིག་བར་དུ་བྲེལ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

身骨未裂汲汲苦營營

མི་འདོར་སྲིད་པར་ངལ་བ་འདི་སྤང་ནས།

𑄰 𑄱 𑄲 𑄳 𑄴 𑄵 𑄶 𑄷 𑄸

拋尋棄離滾滾紅塵世

མགོ་སྒྲ་དཀར་པོ་བྱུར་ཀྱང་རེ་བའི་སེམས།

𑄹 𑄺 𑄻 𑄼 𑄽 𑄾 𑄿 𑅀 𑅁

白髮未生抱滿懷憧憬

ལོ་ཁྱུང་མི་ཆེ་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྟེན།

𑅂 𑅃 𑅄 𑅅 𑅆 𑅇 𑅈 𑅉 𑅊

青春歲月法融心生活

འགྲུ་བྲན་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་ན་བྱན་བཞིན།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

妄念如虛空雲終散盡

མི་བརྟན་ངེས་མེད་གཅིག་ཏུ་གཡོ་བ་འདིས།

𑄯 𑄰 𑄱 𑄲 𑄳 𑄴 𑄵 𑄶

動盪起伏不安定牽引

ལུས་སེམས་དྲག་ཏུ་བསྐྱལ་ནིང་འཁོར་བར་འབྱམས།

𑄷 𑄸 𑄹 𑄺 𑄻 𑄼 𑄽 𑄾

纏心縛身羈絆幻輪轉

འགྲུ་ཉོག་རྩུབ་ཤེས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

𑄿 𑅀 𑅁 𑅄 𑅅 𑅆 𑅇 𑅈

明悟妄假法融心生活

སེམས་ཉིད་འདི་ནི་ཁབ་ལེན་ལྷགས་དང་མཚུངས།།

ཡུ ཏ རྩ ཏ ར་ རྩ ག ལ་ ལྷ

己心所現猶如似磁鐵

ཁབ་ལེན་ལྷ་བུའི་བན་ཏྲོག་འདི་སྤང་ནས།།

ཡུ རྩ རྩ ལ་ ལ་ ཏ ར་ ལ་ ལ་ ལ་

淨化捨離磁石般惡念

ཡུལ་གྱི་ལྷགས་ཕྱེ་སྒྲ་མང་ཁུབ་གྱིས་བསྐྱས།།

ཏ ལ་ ལ་ ར་ རྩ རྩ ལ་ ལ་ ཏ

吸引無數總總外境石

མི་ཆེ་དོན་ཡོད་སེམས་ཚོས་འཆོ་བར་རོལ།།

ལ་ ཏ རྩ ལ་ ཏ རྩ ཏ ཏ རྩ

扶益生命法融心生活

ཅུང་ཟད་བསྟོད་དག་ཙམ་གྱིས་དགའ་བ་དང་།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

少許讚美話語展笑顏

རང་སེམས་དམ་བཅེངས་ཁོང་ཁྱོད་ལང་པ་འདི།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

心陷落此易暴怒瞋恚

སྒྲིབ་པ་ཉུང་དུ་ཞིག་གིས་མི་དགའ་ཞིང་།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

僅差些微讚美即不悅

སྟོང་གསོབ་དུ་ཤེས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྟེན།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

明悟虛面法融心生活

དངོས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཁོ་ནས་བྲེལ་བ་ནི།

𑄧 𑄧 尸 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

貪尋世財萬物終日忙

དོན་གྱི་བདེ་བ་མི་འགྲོབ་སེམས་ངལ་ཆེ།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

心無樂暢難獲真實悅

བྲན་གྱི་ཡང་བྲན་ཉིན་མཆན་བྲེལ་བ་ཅན།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

勞苦辛勤然卻成佣僕

སྤང་ནས་ཆེ་ཆོས་འཆོ་བར་རྩལ་བར་མཛོད།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

離此人生法融心生活

ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བས་རོགས་དོན་གྱི་ཆེར་བྱས།།

𑄧 𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩

誠摯深心善護其所愛

མི་དེས་ཇ་ལན་གཅིན་མཇལ་བྱེད་པའི་ཆེ།།

𑄧 𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩

得此之人卻潑尿回報

གྱུ་ཞོར་ཡོད་པ་དེ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་བཏང་།།

𑄧 𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩

一切錢財願捨盡贈予

བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

𑄧 𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩

恆慈祥心法融心生活

མགོན་གྲུང་སློང་གྲུང་བྱུག་པའི་མགོན་པོ་ལྟར།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

猶如旅船巧遇渡輪客

འགལ་ཉེས་མི་སྒྲིག་པོར་སྒྲིམས་བཀའ་བློ་བ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

溫謙相待無記勿論失

རང་གཞན་སྐབས་ཤིག་འཛོ་བ་མཉམ་རེལ་ལ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

短暫時間共同生活裡

བརྩེ་བས་བསྐྱལ་ཏེ་སེམས་ཚེས་འཛོ་བར་རེལ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

己心慈悲法融心生活

རང་འདོད་ཉེས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱལ་འབྱུལ་བའི་མིས།

下 九 六 九 七 八 八 九

自利三毒牽引幻夢者

མི་དེ་དབང་མེད་ལས་ཉོན་གྱིས་བསྐྱལ་བ། །

𠂇 𠂈 𠂉 𠂊 𠂋 𠂌 𠂍 𠂎

此人煩惱為業力推使

བདག་ལ་སྤང་ཤིང་འཆེ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ།

𠂇 𠂈 𠂉 𠂊 𠂋 𠂌 𠂍 𠂎 𠂏 𠂐

縱吾未害卻遭受詆毀

ཤེས་ནས་སྒྲིང་རྗེ་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྩལ།

𠂇 𠂈 𠂉 𠂊 𠂋 𠂌 𠂍 𠂎 𠂏

慈悲善護法融心生活

རང་འདོད་ནམ་ཏོག་འདི་ཡིས་ནམ་བསྐྱལ་ཆེ།།

ཁ་ ར་ ཅ་ ཆ་ ཇ་ ཉ་ ཏ་ ཐ་

自利妄念續流湧現時

མ་འདོད་བཞིན་དུ་རང་གི་སྤྱིང་དུ་འོང་།།

ཁྱི ཁྱོ ཡ་ རྩ་ ལྟ་ སྒྲ་ ཏ་ ཐ་

雖不願想然卻蜂擁出

གཞན་གྱི་དམོད་མོའི་མདའ་མཚོན་ཇི་སྤྱིང་ནིག།

ཤ་ ཡ་ ཁྱོ ཡ་ ཡ་ རྩ་ ལྟ་ སྒྲ་ ཏ་ ཐ་

待己不淨散射如弓箭

རང་འདོད་ཉུང་བྱ་སེམས་ཆོས་འཚོ་བར་འོལ།།

ཁ་ ར་ ཏ་ ཡ་ ཏ་ ལྟ་ ལྟ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

自利消滅法融心生活

བཞིན་འཇུག་ངག་ནི་ནི་བའི་དཔལ་ལ་བསྐྱབས།།

𑄧 𑄣 𑄥 𑄦 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬

勤習笑臉輕鬆柔和言

ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཆོད་ཆེན་ཡིན།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

此舉眾人歡喜且易行

སྟན་སྒྲོ་དོན་ཡོད་གཏམ་གྱི་ཚིག་བཟང་པོ།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

常說動聽話語及善理

རྒྱལ་དུ་ཉམས་ལེན་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

恆常修持法融心生活

ནད་གྱི་རྩ་བ་ལས་ངན་བསགས་པ་ཡིན།།

རྩ་བ་ལས་ངན་བསགས་པ་ཡིན།།

病苦之源為業力推引

ནད་གཏོན་ནི་བའི་གཞིན་པོ་སངས་རྒྱས་བསྐྱོམ།།

སངས་རྒྱས་བསྐྱོམ་པ་ཡིན།།

棄諸病難淨治唯觀佛

གཏོན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་གཉིས་ཏོག་འབྱུང་བས་བྱས།།

འབྱུང་ཁུངས་གཉིས་ཏོག་འབྱུང་བས་བྱས།།

分別妄念感招病魔煩

གཞན་པས་ལས་བྱ་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྟེན།།

ཆོས་འཆོ་བར་རྟེན་པ་ཡིན།།

受益眾心法融心生活

གྲོག་མ་བཞིན་དུ་མི་ཆེ་གྲེལ་བ་དག།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

晨朝落暮猶似螻蟻般

གྲེལ་བའི་བརྩོན་རྒྱན་ཐར་པར་ཁ་ཕྱོགས་ན།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

若轉無益諸事精勤行

འབྲས་བུ་འཐོབ་པ་ནི་ཆེན་འཆོ་སྤྱོད་ཅམ།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

所獲之物微渺如沙漏

ཐར་པ་མཆོག་ཐོབ་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

得勝解脫法融心生活

སེམས་ལ་ངལ་བརྒྱའི་དུཾ་ཁ་འབྲིགས་པའི་ཆོ།།

ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ

痛苦煩悶擠壓緊逼迫

བསྐྱར་དུ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་ནིག་ཡིན་ན།།

ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ

苦雖已成無法變異時

སྟུག་བསྐྱལ་འབྱུང་ཙ་བྱ་དངོས་དེ་ལ་དབྱད།།

ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ

誠觀痛苦根源本來貌

བྱ་དངོས་གཞན་ཉུག་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ ཏྲྀ

轉事心鬆法融心生活

གཉིད་ཆེ་མི་ལམ་དུས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་ཀྱན།།

𑄧 𑄣 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄣 𑄧

眠寐顯現諸苦樂夢境

དེ་བཞིན་འདི་སྣང་དགའ་སྤྱད་བྲན་ཡུལ་ཙམ།།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

此生亦如夢幻無實有

སང་ཆེ་བྲན་པའི་ཡུལ་ལས་དངོས་སུ་མེད།།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

醒覺境空僅存餘念頭

ཏྲག་བཏན་མེད་པས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧 𑄧

觀諸無堅法融心生活

ལྷག་ཚུ་ཆད་པའི་བཞུར་ཚུ་ཇི་བཞིན་དུ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

山川河流水源頭枯竭

ཚུལ་འདི་རྟོགས་ནས་སྟོན་པའི་ལུང་རྟོགས་ཆོས།

𑄧 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

明晰世尊教證二量法

ཆེ་སྟོག་གུང་ནས་མི་སྟོན་ཟད་སར་ཕྱོགས།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

命如此理無法綿延續

ཉམས་སུ་ལེན་ནས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

專注修持法融心生活

འབད་བཞིན་སྐྱབ་པའི་བྱ་བ་ཇི་སྟེད་པ།།

ད་ ར་ ག་ ལ་ ས་ ཡ་ འ་ ལ་ ཏ་ མ་

奮力投入執意當下務

གང་ཡིན་སེམས་ནས་སྟོབ་བཞིན་དུང་ལེན་ཏེ།།

སྟོ ཏ་ སྟོ ཏ་ ཡ་ ལ་ ལ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

百心歡喜悅滿皆承受

འབད་ཆེན་སྟོན་སོང་དེ་ཉིད་འགྲུབ་མི་འགྲུབ།།

སྟོ ཡ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

禍至福果顯相成熟時

ཡིད་ལྷན་མི་བྱེད་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

ཡ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

永無傷心法融心生活

བརྟན་སྒོད་ཚུ་དྲངས་ལྷ་གཟུགས་གསལ་པོར་འཆར།

𑄧 𑄣 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫

鍋鼎平穩水澄月影浮

ནི་གནས་བརྟན་པས་སངས་རྒྱས་སྐྱ་མཐོང་བས།

𑄣 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭

永持入定誠可親見佛

སེམས་ཀྱི་ནམ་ཁོག་ཉུང་ན་ནི་གནས་བརྟན།

𑄣 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬

思緒微稀禪定堅穩固

དྲངས་བ་བརྟན་པོས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྟོལ།

𑄣 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬

淨心明燦法融心生活

ལུས་སྒོ་ད་མཁའ་དབྱིངས་དྲངས་མར་སེམས་གཏད་དེ།

𑄢 𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪

身鬆看天心置放虛空

རང་སེམས་ཁོངས་ཡངས་བདེ་སྤྲུག་འཛིན་ཚུལ་བྲལ།

𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰 𑄱 𑄲 𑄳

自心寬坦樂苦皆淨離

ཕ་མཐའ་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་སེམས་དང་འབྲེས།

𑄴 𑄵 𑄶 𑄷 𑄸 𑄹 𑄺 𑄻 𑄼

心入無邊無際遼闊天

སྒོ་གསུམ་སྒོ་ད་པས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྩལ།

𑄽 𑄾 𑄿 𑅀 𑅁 𑅂 𑅃 𑅄 𑅅

三門舒鬆法融心生活

མི་ལོང་ངོས་སུ་ཅེར་གྱིས་ལྟ་བཞིན་དུ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

已雙眼眸直觀鏡中人

དེ་འདྲའི་མངོན་ཉིགས་འདི་སྒྲུང་ལ་འབྲེན་ཏེ།

𑄧 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰

請出鏡人遍照現世界

དགའ་སྤྱད་ནམ་འགྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་བྱིད་པ་དང་།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮

滔滔對其說甜言壞語

སྤྱུ་མར་བཞིན་ཤེས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

𑄧 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

了悟虛假法融心生活

སྤྱག་ཆེན་བས་མི་བ་ནིང་གཞིང་མི་འོང་།།

ཨྱ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ

寢食難安惑苦煩糾纏

ཉི་ཆེན་ལེགས་ཆ་བསམ་ནིང་དེ་ལ་འཇུག་།།

ཨྱ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ

短暫所擁優點需接受

ལུས་སེམས་ནད་ཞུགས་ཆེན་ཁོར་ཡུག་གི།

ཨྱ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ

身心病痛看外在環境

ཆོག་ཤེས་ངང་ནས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ་།

ཨྱ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ

心滿樂足法融心生活

རི་མཐོར་སྐྱེས་པའི་མེ་ཉོག་རྒྱང་གཅིག་ལ། །

མ ཡ ར ལ ས ས ས ས ས ས ས

高原遍地花團錦簇茂

དུས་འདྲུག་དགུན་གྱི་གང་ངང་ལྗང་བའི་ཆེ། །

མ ར ལ ར ལ ལ ལ ལ ལ ལ

嚴冬冷冽冰雪侵襲後

ཡོད་ཆད་སེམས་ཀྱི་འཇའ་བ་གཏད་བྱས་ཀྱང་། །

མ ར ལ ལ ལ ལ ལ ལ ལ ལ

若將此情牽繫花朵中

ཕྱི་ཐག་མེད་པས་ཆེ་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ། །

ལ ར ལ ལ ལ ལ ལ ལ ལ ལ

永難相守法融心生活

དགེ་བའི་ནམ་ཁྲོག་ཉིན་སྐར་ལས་ཀྱང་དགོན།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰 𑄱

善根思想如晝星辰稀

ནམ་ཁྲོག་དགེ་བ་བྱེད་སྐར་མི་ཆེ་བརྒྱགས།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰 𑄱

延誤學佛行善虛度日

སྒྲིག་པའི་འཆོ་རྒྱ་ཚུ་བཞིན་ཤག་ཤག་རྒྱགས།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰 𑄱

業力牽引生活似湍流

བྱི་བཤོལ་མི་བྱེད་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯 𑄰 𑄱

誓不疑遲法融心生活

འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་བྱ་དངོས་ལས།

ཏ རྩ མ ཏ མ ཁ མ རྩ མ

世上萬事萬物萬象中

སྟོབས་བསྐྱེད་ཞིང་ནམ་ཡང་མི་བརྒྱག་པར།

མ ཏ ཏ མ རྩ རྩ མ རྩ མ

歡喜行此善滿不輕損

བརྟེན་དཀར་ཚེས་དང་དགེ་ལས་ཀུན་ལྷན་འདི།

མ རྩ ཏ ཏ རྩ རྩ རྩ རྩ རྩ

難獲佛法人身善根俱

ཚེས་ཀྱི་སེམས་བརྟན་སེམས་ཚེས་འཚོ་བར་རོལ།

ཏ ཏ ཏ མ ཏ རྩ ཏ རྩ ཏ

學法護穩法融心生活

སོས་དལ་ལུས་ལྷོད་སེམས་ཉིད་འཕྲོ་མི་བྲ།

𑄣 𑄤 𑄥 𑄦 𑄧 𑄨 𑄩 𑄪

身暇體鬆心不外散亂

སྐྱ་དང་ཉིད་ཁམས་ཀྱི་མཆོས་ཕུར་བུར་གང་།

𑄧 𑄥 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭

佛體無量淨土遍滿佈

ཡུལ་སྤང་ཆོས་ཆེག་དོན་བཟང་མང་པོ་དང་།

𑄮 𑄯 𑄰 𑄱 𑄲 𑄳 𑄴 𑄵

觀顯相皆為佛理勝語

དེ་ལ་སེམས་གཏད་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ་།

𑄧 - 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

心依靠此法融心生活

རང་ལ་ཇི་འདོད་གཞན་ལ་འདོད་པ་ཡི།

ཁ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་

自身所需他人亦所需

ཐོབ་ཤོར་མེད་ཅིང་སྤྱོད་སྤོ་ན་ཁྱད་ཆེ།

ལྷ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་

已失他得故無得失理

དོན་འདི་ཉོགས་ན་མི་ལོར་ལ་སོགས་པ།

ལྷ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་

明此理者了悟人物等

བསམ་ན་སེམས་སྤྱོད་ཆེ་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།

ལྷ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་

心悟歡喜法融心生活

དབྱར་དགུན་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་མི་སྟོམས་ཤིང་། །

$\frac{2}{2}$ $\frac{5}{4}$ $\frac{7}{4}$ $\frac{9}{4}$ $\frac{11}{4}$ $\frac{13}{4}$ $\frac{15}{4}$ $\frac{17}{4}$

冬寒夏暑四季冷暖變

འབྲུལ་བའི་རྣམ་རྟོག་འདིའང་འཇུག་པས་དཀའ། །

$\frac{5}{2}$ $\frac{3}{2}$ $\frac{4}{2}$ $\frac{7}{2}$ $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ $\frac{5}{2}$

幻念湧現似雪疾降苦

བདེ་སྐྱབས་ཡུལ་སྒྲོང་འདིའང་འགྱུར་བས་ངལ། །

$\frac{1}{x}, \frac{x}{y}, \frac{y}{z}, \frac{z}{w}, \frac{w}{v}, \frac{v}{u}, \frac{u}{t}, \frac{t}{s}$

樂苦對境猶如節氣轉

ཡིན་ལྷགས་ཤེས་ནས་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རྟེན།

カ_一 $\frac{4}{5}$ _廿 出_一 カ_一 $\frac{5}{7}$ _下 是_一 $\frac{7}{8}$ _下 戸_一 $\frac{8}{9}$ _下

理解真理法融心生活

སྒོ་ད་བཅུ་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ལེགས་ཉེས་ཆ།།

$\frac{2}{2}$ $\frac{1}{1}$ $\frac{3}{3}$ $\frac{7}{7}$ $\frac{9}{9}$ $\frac{4}{4}$ $\frac{1}{1}$ $\frac{5}{5}$

情器萬象世界優缺俱

དེ་ལྟའི་མཐོ་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་དེ།

𠂇 𠂈 𠂉 𠂊 𠂋 𠂌 𠂍 𠂎 𠂏

通達上述聰穎慧博者

ཡོད་ཚུལ་ཤེས་ན་ནམ་དཔྱིད་ཤེས་རབ་ཡིན།

ㄇㄣˊ ㄒㄩˊ ㄘㄩˊ ㄎㄨˊ ㄌㄩˊ ㄋㄩˊ ㄎㄨˊ ㄘㄩˊ

明悟此理即為廣大智

སེམས་ཡངས་ལས་འགྲུབ་སེམས་ཆོས་འཛོལ་བར་རྟེན།

$\frac{T}{L}$ $\frac{5}{2}$ ρ $\frac{1}{2}$ $\frac{C}{Y}$ $\frac{E}{Z}$ $\frac{T}{L}$ ρ $\frac{5}{2}$

心寬事成法融心生活

འི་ལ་འཛེག་དུས་དཀའ་ལས་མང་ཡོད་ཀྱང་།།

ཏྲ ཐ ཚ ཏ མ རྩ ལ རྩ རྩ

爬山千辛萬苦極艱難

དང་པོ་འཇུག་དཀའ་ཐ་མ་བདེ་ཞིང་སྟ།།

ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ

學法初如上山後漸易

ཐུར་བབས་མི་དཀའ་དེ་བཞིན་ཆོས་ལམ་ལས།།

ཏྲ ཐ ཚ ཏ མ རྩ ལ རྩ རྩ

下山輕盈善根亦如是

དགེ་སེམས་མི་བཏང་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ ཏྲ

不離善心法融心生活

རང་ལ་དབང་བའི་ཁོར་ལུག་ཁང་བྱིས་དང་། །

ཡ ཏ རྩ ཡ ཡ ཡ ས ས ཡ

己身所擁居家四周境

འདི་ལ་གཅིས་སྤྱས་གཞན་ལ་མི་རེ་བ། །

ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

勤守護愛莫希求餘人

གྲོགས་དང་དངོས་པོ་འཛིག་རྟེན་འཛོ་སྤྱོད་ཆས། །

ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

友人物質時間諸動盪

སེམས་དང་ཆོས་འདྲེས་སེམས་ཆོས་འཛོ་བར་རོལ། །

ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

心法入心法融心生活

དུག་ལྲའི་རྟོགས་པ་ཇི་ལྟར་ཤར་བའི་ཆོ། །

ཡ ཁ ཅ ཇ ཏ ཉ ཊ ཋ ཌ

五毒妄念倏然顯現時

བརྟན་པ་མ་ཡིན་སེམས་ཉིད་འབྱུང་བས་བྱས། །

ས ཅ ཇ ཏ ཉ ཊ ཋ ཌ ཌྷ

乃為心幻所造非堅穩

དེ་ལ་དཔྱད་ཅིང་རིག་པའི་སྟོབས་ལྷགས་ན། །

ས ཡ ཁ ཅ ཇ ཏ ཉ ཊ ཋ ཌ ཌྷ

慧智力量直視且觀照

རང་སེམས་ལྟ་ཉིད་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ། །

ཇ ཡ ཏ ཇ ཏ ཉ ཊ ཋ ཌ ཌྷ

心直視心法融心生活

སྒོན་བྱོན་གྱི་བོད་གྲུབ་བརྟེས་རིག་པ་འཛིན།།

𑄧 𑄣 𑄤 𑄦 𑄥 𑄭 𑄰 𑄱

往昔印藏持明成就者

རང་ཡང་ཟབ་ཆོས་དེ་དང་འཕྲད་ཡོད་པ།།

𑄭 𑄱 𑄣 𑄥 𑄦 𑄤 𑄰 𑄱

明已亦於殊勝法道中

ལམ་ལྷགས་ཆོས་ལམ་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པ་བཞིན།།

𑄭 𑄰 𑄣 𑄦 𑄣 𑄭 𑄱 𑄰

入法勝道已獲究竟成

ཤེས་ནས་བརྩོན་བསྐྱེད་སེམས་ཆོས་འཆོ་བར་རོལ།།

𑄱 𑄱 𑄣 𑄣 𑄰 𑄭 𑄣 𑄦 𑄭

精進用心法融心生活

མདོར་ན་དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་རེ་རེར་ཡང་། །

ཏུ ཡ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

總集分秒剎那時間中

ནམ་ཐོག་རང་ཤར་རང་གོལ་ཆེན་པོ་ཡི། །

མ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

妄續分念大顯大解脫

རང་གི་སེམས་ལ་དཔྱད་ཅིང་དགེ་སྤྲིག་གི། །

ཏུ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

詳實伺察自心善與惡

ཐོགས་པ་ཆེ་སྒོམ་སེམས་ཚུལ་འཆོ་བར་རོལ། །

ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ ཏ

大圓滿法法融心生活

འདི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་ཟག་དེ།

𑄧 𑄨 𑄩 𑄪 𑄫 𑄬 𑄭 𑄮 𑄯

承上述言如實修持者

མི་ཆེ་དོན་ཡོད་ཐར་བའི་ལམ་ཁྱགས་ཏེ།

𑄲 𑄳 𑄴 𑄵 𑄶 𑄷 𑄸 𑄹 𑄺

走入殊勝解脫真法道

ཆེ་འདིའི་འབྲུལ་སྒྲུང་དངོས་ཞེན་ལྲོག་པ་དང་།

𑄻 𑄼 𑄽 𑄾 𑄿 𑅀 𑅁 𑅂 𑅃

執幻為實虛執必消除

མི་རིང་སངས་རྒྱས་ས་ལ་རིག་པར་ངེས།

𑅄 𑅅 𑅆 𑅇 𑅈 𑅉 𑅊 𑅋 𑅌

轉瞬獲致佛陀勝果位

དགེ་ཚུ་འདི་ཡིས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཀུན།

→ ཅ་ ཏ་ ལ་ ལ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

以此善根願自他有情

ནང་དྲུང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར་ཆེན་དང་།

ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

內心智慧無邊真寶藏

སེམས་ཀྱི་འབྲུལ་ཏོག་ཐུན་ཆེན་ཐུར་ནི་ནས།

ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

速疾淨化心幻愚癡暗

མི་འབྲུལ་འགོ་བའི་སྒྲོན་མེར་ཉིད་ཐུར་ཅིག།

ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

永不離此利眾大明燈

ན་ཆེ་གཞན་མི་ན་བའི་སེམས་བསྐྱེད་བྱ། །

ཕྱ ། དུ ། ཁྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ །

病時發心眾生無病痛

ན་དང་མི་ན་དང་སེམས་ཆོས་སྐྱེད་དང་། །

ཕྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ ། སྒྱ །

病或無病自心法身定

མི་ན་ཆེ་ན་སྒོ་གསུམ་ཆོས་ལ་འབད། །

མྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ །

無病己身三門心入法

སྐྱེད་རྒྱུ་གཞན་ཕན་སྐྱེད་ལ་འཇུག་པར་བྱ།

ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ ། ཕྱ །

恆不忘失行慈悲善道

ཅེས་པ་འདི་སྡེ་གཉིས་ཀྱི་སྟོབ་ཚོགས་དང་མོས་ལྷན་པ་ནམས་ལ་མཚོ་སྐྱེས་པ་ལྷན་གྱིན་བརྒྱུད་རིག་པ་འཛིན་པ་གཏེར་ཆེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་གྱི་སྐུ་མཐའ་
བློ་དྲན་རྟགས་བྱང་ཚུབ་ལྷོན་ལོའི་དབྱིབས་དང་མཚུངས་པའི་དགེ་བའི་མཚོ་སྤྲིང་གི་བྱང་རིའི་ཕྱིར་གདམས་པའོ། །

此頌偈為俱猛烈希求淨信之僧伽法子衆而著述

海生蓮師加持傳承伏藏師

持明智明活佛轉世

佈雅達蓮達嘎寫於

菩提策相善根寶洲北方靜山

願利益天下一切有情