Dhammapada

ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ།

Tibetan Meditation Center

2024

Dhammapada

ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ།

TABLE OF CONTENTS

Twin Verses	4
Heedfulness	10
The Mind	14
Flowers	18
The Fool	24
The Wise	30
An Enlightened One	34
The Thousands	38
Nonvirtue	42
Punishment	46
Old Age	54
The Self	56
The World	60
The Buddha	64
Happiness	70
Affection	74
Anger	
Defilement	
The Righteous	
The Path	
Miscellaneous	
Woeful States	
The Elephant	
Craving	
The Monk	
The Brahmin	

Dhammapada

Homage to Him, the Blessed One, the Perfect One,
the Supremely Enlightened One!

1. Twin Verses

Spoken at Śravastī concerning the monk Caksuspāla:
1. Mind precedes all mental states. Mind is their chief; they are all mind-made. If a person speaks or acts with a pure mind, happiness follows him like his never-departing shadow.

2. Mind precedes all mental states. Mind is their chief; they are all mind-made. If a person speaks or acts with an impure mine, suffering follows him like a cart-wheel follows a horse.

Spoken in the Jetavana Grove to Tisya:
3. "He abused me, he struck me, he overpowered me, he robbed me." Those who harbor such thoughts do not release their hatred.

4. "He abused me, he struck me, he overpowered me, he robbed me." Those who do not harbor such thoughts release their hatred.

Spoken to Kālī in the Jetavana Grove:
5. Hatred is never appeased by hatred in this world. By non-hatred alone is hatred appeased. This is an eternal truth.

6. There are those who do not realize that one day we all must die. But those who do realize this settle their quarrels.

ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ།

༄༅། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། དྷརྨ་པ་ད། བོད་སྐད་དུ། །ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ།
བམ་པོ་དང་པོ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

༡ ཟུང་ལྡན་གྱི་སྡེ་ཚན།

མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སློང་མིག་སྐྱོང་ལ་གསུངས་པ།

ཆོས་རྣམས་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། །ཡིད་ནི་གཙོ་ཞིང་སྔོན་ལ་འགྲོ།།
གལ་ཏེ་ཡིད་ནི་རབ་དྭངས་པས། །སྨྲས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་།།
དེ་ལ་དེ་ཡིས་བདེ་བ་འཇོག། །གྲིབ་མ་ཡོལ་བར་མི་འགྱུར་བཞིན། ༡།

ཆོས་རྣམས་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། །ཡིད་ནི་གཙོ་ཞིང་སྔོན་ལ་འགྲོ།།
གལ་ཏེ་གདུག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ནི། །སྨྲས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་།།
དེ་ལ་དེ་ཡིས་སྡུག་བསྔལ་འཇོག། །ཤིང་རྟ་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་བཞིན། ༢།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།

ང་ལ་སྨད་ཅིང་ང་ལ་གནོད། །ང་ལས་འཕྲོག་ཅིང་ང་ཕམ་ཞེས།།
གང་གིས་དེ་དག་སེམས་བྱེད་པ། །དེ་རྣམས་ཁྲོ་བ་ཞི་མི་འགྱུར། ༣།

ང་ལ་སྨད་ཅིང་ང་ལ་གནོད། །ང་ལས་འཕྲོག་ཅིང་ང་ཕམ་ཞེས།།
གང་གིས་དེ་དག་མི་སེམས་པ། །དེ་རྣམས་ཁྲོ་བ་ཞི་བར་འགྱུར། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ནག་མོ་ལའོ།།

འདི་ན་ནམ་ཡང་ཁྲོ་བ་ཡིས། །དགྲ་རྣམས་ཞི་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་།།
ཁྲོ་བ་མེད་པས་ཞི་བར་འགྱུར། །འདི་ནི་གཡུང་དྲུང་ཆོས་ཡིན་ནོ །༥།

རང་ཅག་འདི་ན་མགྲོན་པོ་ཞེས། །ལ་ལ་དག་ནི་མི་ཤེས་ཏེ།།
དེ་ལ་གང་གིས་ཤེས་གྱུར་པ། །དེ་ནས་འཁོན་འཛིན་ཞི་བར་འགྱུར། ༦།

Spoken in Śravastī concerning the Elder and Younger Kāla:
7. Just as storm throws a weak tree down, so does Mara overpower the one who lives for the pursuit of pleasures, who is uncontrolled in his senses, immoderate in eating, indolent, and dissipated.

8. Just as storm cannot prevail against a rocky mountain, so Mara can never overpower the one who lives meditating on the impurities, who is controlled in his senses, moderate in eating, and filled with faith and perseverance.

Spoken in Śravastī concerning Davadatta:
9. Whoever should don the monks' yellow robe while being depraved, devoid of self-control and truthfulness, he surely is not worthy of the robe.

10. But whoever is purged of stain, well-established in virtues, and filled with self-control and truthfulness, he indeed is worthy of the yellow robe.

Spoken in the Bamboo Grove concerning Sañjaya:
11. Those who mistake the unessential to be essential and the essential to be unessential, dwelling in such wrong thoughts, never realize the essence.

12. Those who know the essential to be essential and the unessential to be unessential, dwelling in such right thoughts, do realize the essence.

Spoken to Nanda in Śravastī:
13. Just as rain leaks into an ill-thatched house, so passion penetrates a mind unprotected by meditative awareness.

མཉན་ཡོད་དུ་ནག་པོ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལ་བོ།།

སྡུག་པ་རྗེས་སུ་བལྟ་བ་ལ་གནས་ཤིང་། །དབང་པོ་མ་བསྡམ་ཟས་ཀྱི་ཚོད་མི་རིག།
ལེ་ལོ་ལྡན་ཅིང་བརྩོན་འགྲུས་དམན་པ་དེ། །སྟོབས་མེད་ཤིང་ལ་རླུང་བཞིན་བདུད་ཀྱིས་བརྗེ། ༧ །

མི་སྡུག་རྗེས་སུ་བལྟ་བ་ལ་གནས་ཤིང་། །དབང་པོ་ལེགས་བསྡམ་ཟས་ཀྱི་ཚོད་རིག་པ།།
དད་པ་ལྡན་ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པ་དེ། །བདུད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་རླུང་གིས་བྲག་རི་བཞིན། ༨།

མཉན་ཡོད་དུ་ལྷས་བྱིན་ལ་བོ།།

གང་ཞིག་འབག་པ་མ་བསལ་བར། །གོས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་དགྲིས་གྱུར་ཀྱང་།།
བདེན་དང་དུལ་བ་མི་ལྡན་པ། །དེ་ལ་ငུར་སྨྲིག་འོས་མ་ཡིན། ༩།

གང་ཞིག་འབགས་པ་བསལ་གྱུར་ཅིང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་དག་ལ་གཅེས་པར་འཛིན།།
བདེན་དང་དུལ་བ་ལྡན་གྱུར་བ། །དེ་ཉིད་ལ་ནི་ངུར་སྨྲིག་འོས། ༡༠།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་ཡང་དག་རྒྱལ་བ་ལ་བོ།།

སྙིང་པོ་མེད་ལ་སྙིང་པོ་དང་། །སྙིང་པོ་སྙིང་པོ་མེད་པར་མཐོང་།།
མི་བདེན་ཀུན་རྟོག་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །དེ་རྣམས་སྙིང་པོ་འཐོབ་མི་འགྱུར། ༡༡།

སྙིང་པོ་ཅན་ལ་སྙིང་པོ་དང་། །སྙིང་མེད་སྙིང་པོ་མེད་པར་མཐོང་།།
ཡང་དག་རྟོག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །དེ་རྣམས་སྙིང་པོ་འཐོབ་པར་འགྱུར། ༡༢།

མཉན་ཡོད་དུ་དགའ་བོ་ལ་བོ།།

དཔེར་ན་ཉེས་པར་གཡོགས་པའི་ཁྱིམ། །ཆར་པས་ཀུན་ཏུ་བརྟོལ་བར་བྱེད།།
དེ་བཞིན་བསྒོམ་པ་མེད་པའི་སེམས། །འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་འབིགས་པར་བྱེད། ༡༣།

14. Just as rain does not leak into a well-thatched house, so passion never penetrates a mind protected by meditative awareness.

Spoken in the Bamboo Grove concerning Cunda:
15. The evildoer grieves here and hereafter; he grieves in both the worlds. He laments and is afflicted, recollecting his own impure deeds.

16. The doer of good rejoices here and hereafter; he rejoices in both the worlds. He rejoices and exults, recollecting his own pure deeds.

Spoken concerning Devadatta:
17. The evildoer suffers here and hereafter; he suffers in both the worlds. The thought, "Nonvirtue have I done," torments him, and he suffers even more when gone to the lower realms.

18. The doer of good delights here and hereafter, he delights in both the worlds. The thought, "Good have I done" delights him, and he delights even more when gone to realms of bliss.

19. Much though he recites the sacred texts, but acts not accordingly, that heedless one is like a cowherd who only counts the cows of others -- he does not partake of the blessings of a holy life.

20. Little though he recites the sacred texts, one who puts the Dharma into practice, forsaking desire, hatred and delusion, with true wisdom and an emancipated mind, clinging to nothing of this or any other world -- he indeed partakes of the blessings of a holy life.

This concludes Chapter 1 concerning the twin verses.

དཔེར་ན་ལེགས་པར་གཡོགས་པའི་ཁྱིམ། །ཆར་པས་ཀུན་ཏུ་བརྗོལ་མ་ཡིན།།
དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒོམ་པའི་སེམས། །འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་འབིགས་མི་བྱེད། ༡༤།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་བསྐྱལ་བྱེད་ལའོ།།
ཚེ་འདིར་མྱ་ངན་ཕྱི་མར་མྱ་ངན་འགྱུར། །སྡིག་པ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀར་མྱ་ངན་འགྱུར།།
རང་ཉིད་ཉོན་མོངས་གྱུར་བའི་ལས་མཐོང་ནས། །དེ་ནི་མྱ་ངན་དེ་ནི་གདུང་བར་འགྱུར། ༡༥།

ཚེ་འདིར་སྤྲོ་ཞིང་ཕྱི་མར་སྤྲོ་བར་འགྱུར། །དགེ་བ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀར་སྤྲོ་བར་འགྱུར།།
རང་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་ལས་མཐོང་ནས། །དེ་ནི་དགའ་ཞིང་དེ་ནི་སྤྲོ་བར་འགྱུར། ༡༦།

ཚེ་འདིར་དུང་ཞིང་ཕྱི་མར་གདུང་བར་འགྱུར། །སྡིག་པ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀར་གདུང་བར་འགྱུར།།
བདག་གིས་སྡིག་པ་བྱས་ཞེས་གདུང་བར་འགྱུར། །ངན་འགྲོར་སོང་ནས་ལྷག་པར་གདུང་བར་གྱུར། ༡༧།

ཚེ་འདིར་དགའ་ཞིང་ཕྱི་མར་དགའ་བར་འགྱུར །དགེ་བ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀར་དགའ་བར་འགྱུར།
བདག་གིས་དགེ་བ་བྱས་ཞེས་དགའ་བར་འགྱུར། །བདེ་འགྲོར་སོང་ནས་ལྷག་པར་དགའ་བར་འགྱུར། ༡༨།

ཡང་དག་བརྗུས་པ་མང་པོ་འདོན་བྱེད་ཀྱང་། །དེ་དག་ལས་སུ་མི་བྱེད་བག་མེད་མི།།
གཞན་གྱི་བ་ལང་ཕྱུགས་རྫིས་བགྲང་བ་བཞིན། །དགེ་སྦྱོང་དག་གི་གྲངས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། ༡༩།

ཡང་དག་བརྗུས་པ་ཉུང་ངུ་ཙམ་འདོན་ཡང་། །ཆོས་ལ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་སྤྱོད་བྱེད་པ།།
ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་རྨོངས་པ་རབ་སྤངས་ཤིང་། ཡང་དག་ཤེས་རབ་རྣམ་པར་དག་པའི་སེམས།།
འདི་དང་ཕྱིས་སུ་ཉེ་བར་ལེན་མེད་པ། །དེ་ནི་དགེ་སྦྱོང་དག་གི་གྲངས་སུ་འགྲོ། ༢༠།།

ཟུང་ལྡན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་དང་པོའོ།། །།

2. Heedfulness

Spoken in Vivrta Grove concerning Syāmāvatī:
1. Heedfulness is the path to the deathless state. Heedlessness is the path to death. The heedful die no more. The heedless are as if dead already.

2. Clearly understanding the excellence of heedfulness, the wise exult therein and enjoy the conduct of the noble ones.

3. The wise ones, ever meditative and steadfastly persevering, alone experience nirvana, the incomparable freedom from bondage.

Spoken in the Bamboo Grove concerning Kumbhaghosaka:
4. Ever grows the glory of one who is energetic, mindful and pure in conduct, discerning, and self-controlled, righteous and heedful.

Spoken in the Bamboo Grove to Panthaka the Younger:
5. By effort and heedfulness, discipline and self-mastery, let the wise one make for himself an island that no flood can overwhelm.

6. The foolish and ignorant indulge in heedlessness, but the wise one guards his heedfulness as his best treasure.

7. Do not give way to heedlessness. Do not indulge in sensual pleasures. Only the heedful and meditative attain great happiness.

༢ བག་ཡོད་ཀྱི་སྐོར།

གདངས་ཅན་གྱི་ཀུན་དགའ་ར་བར་སྔོ་སངས་ཅན་ལ་གསུངས་པ།

བག་ཡོད་བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་སྟེ། །བག་མེད་པ་ནི་འཆི་བའི་གནས།།
བག་ཡོད་འཆི་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །བག་མེད་པ་ནི་འཆི་དང་འདྲ། ༡།

དེ་ལྟར་མཁས་པ་བག་ཡོད་ནི། །ཁྱད་དུ་འཕགས་པར་ཤེས་ནས་ཀྱང་།།
བག་ཡོད་པ་ནི་སྤྲོ་བྱེད་ཅིང་། །འཕགས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་དག་ལ་དགའ། ༢།

མཁས་པ་རྒྱུན་དུ་བསྒོམ་བྱེད་ཅིང་། །རྟག་ཏུ་བརྟན་ཅིང་ཟིལ་གནོན་པ།།
དེ་དག་རྣལ་འབྱོར་དགེ་བའི་ས། །བླ་མེད་མྱ་ངན་འདས་ལ་རེག ༣།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་བུམ་སྒྲ་ཅན་ལའོ།།

ལྡང་བ་ཡང་ཞིང་དྲན་པ་ལྡན། །དག་སྤྱོད་ངེས་བར་ཞི་བྱེད་པ།།
སྡོམ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཅན། །བག་ཡོད་རྣམས་ཀྱི་གྲགས་པ་འཕེལ། ༤།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་ལམ་ཆུང་པ་ལའོ།།

ལྡང་བ་ཡང་དང་བག་ཡོད་ཀྱིས། །ཡང་དག་སྡོམ་དང་དུལ་བ་ཡིས།།
མཁས་པས་གླིང་དུ་བྱས་གྱུར་པ། །གང་ལ་ཆླབས་ཀྱིས་ཚུགས་པ་མེད། ༥།

བྱིས་པ་བློ་ངན་སྐྱེས་པོ་རྣམས། །བག་མེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་སྦྱོར།།
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བག་ཡོད་ནི། །ནོར་གྱི་མཆོག་བཞིན་འསྲུང་བར་བྱེད། ༦།

བག་མེད་པ་ལ་སྦྱོར་མི་བྱ། །འདོད་པའི་དགའ་བ་བསྟེན་མི་བྱ།།
བག་ཡོད་བསྒོམས་པར་བྱས་པ་ཡིས། །རྒྱ་ཆེན་བདེ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར། ༧།

Spoken to Mahākāśyapa:
8. Just as the one on the summit of a mountain beholds the groundlings, just so when the wise one casts away heedlessness by heedfulness and ascends the high tower of wisdom, this sorrowless sage beholds the sorrowing and foolish multitude.

9. Heedful among the heedless, wide awake among the sleepy, the wise one advances like a swift horse leaving behind a weak nag.

10. By heedfulness did Indra become the overlord of the gods. Heedfulness is ever praised, and heedlessness ever despised.

11. The bhikshu who delights in heedfulness and looks with fear at heedlessness advances like fire, burning all fetters small and large.

12. The bhikshu who delights in heedfulness and looks with fear at heedlessness will not fall. He is close to nirvana.

This concludes Chapter 2 concerning heedfulness.

འོད་སྲུང་ཆེན་པོ་ལའོ།།

མཁས་པ་གང་ཚེ་བག་མེད་བག་ཡོད་ཀྱིས། །བསྐྲད་ནས་ཤེས་རབ་རབ་དྭངས་ལ་ཞོན་པ།།
སྐྱོ་མེད་རི་བོའི་རྩེ་ནས་ཐང་བཞིན་དུ། །བྱིས་པའི་སྐྱེ་རྒུ་མྱ་ངན་ཅན་ལ་གཟིགས། ༨།

བག་མེད་ཁྲོད་ན་བག་ཡོད་ཅིང་། །ཉལ་བའི་ཁྲོད་ན་སད་གྱུར་པ།།
རྟ་མཆོག་ལྟ་བུའི་མཁས་པ་རྣམས། །སྟོབས་མེད་རྟ་རྣམས་བསྐྱུར་ནས་འགྲོ། ༩།

བག་ཡོད་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱ་བྱིན་ནི། །ལྷ་རྣམས་དག་གི་གཙོ་བོར་གྱུར།།
བག་ཡོད་པ་ནི་རབ་ཏུ་བསྟགས། །བག་མེད་པ་ནི་རྟག་ཏུ་སྨད། ༡༠།

དགེ་སློང་བག་ཡོད་ལ་དགའ་ཞིང་། །བག་མེད་འཇིགས་པར་བལྟ་བ་ནི།།
ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཕྲ་རགས་རྣམས། །སྲེག་པར་བྱེད་པའི་མེ་བཞིན་འགྱུར། ༡༡།

དགེ་སློང་བག་ཡོད་ལ་དགའ་ཞིང་། །བག་མེད་འཇིགས་པར་བལྟ་བ་ནི།།
ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མི་སྲིད་ཅིང་། །མྱ་ངན་འདས་པའི་གམ་ན་གནས།། ༡༢ །།

བག་ཡོད་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་གཉིས་པའོ།། །།

3. The Mind

Spoken at Cāliya Mountain:
1. A fletcher straightens an arrow's shaft; just
so the discerning one straightens his mind, so fickle
and unsteady, so difficult to guard and control.

2.. A fish, when pulled out of water and cast on land,
trembles and quivers; just so is this mind agitated.
Hence should one abandon the realm of Mara.

Spoken at Śravastī:
3. Wonderful, indeed, it is to subdue the mind, so
difficult to subdue, ever swift and seizing whatever it
desires. A tamed mind brings happiness.

4. Let the discerning one guard the mind, so difficult
to detect and extremely subtle, seizing whatever it
desires. A guarded mind brings happiness.

5. Dwelling in the cave (of the heart), the mind,
without form, wanders far and alone. Those who
subdue this mind are liberated from the bonds of Mara.

6. Wisdom never becomes perfect in one whose mind
is not steadfast, who knows not the holy Dharma
and whose faith wavers.

Spoken at Śravastī:
7. There is no fear for an awakened one, whose mind
is not saturated (by desire) nor afflicted (by hate), and who has gone
beyond both merit and non-merit.

8. Realizing that this body is as fragile as a clay pot,
and establishing this mind like a well-fortified city, attack
Mara with the sword of wisdom. Then, guarding
your conquest, remain unattached.

༣ སེམས་ཀྱི་སྡེ་ཚན།

ཙཱ་ལིཡའི་རི་བོར་གསུངས་པ།
སེམས་ནི་གཡོ་ཞིང་འཁྲུག་པ་དང་། །བསྲུང་བར་དཀའ་ཞིང་ཞི་དཀའ་སྟེ།།
མདའ་མཁན་མདའ་མོ་བྱེད་པ་བཞིན། །བློ་དང་ལྡན་པས་བསྲུང་བར་བྱ། ༡།

ཆུ་ཡི་ཁྱིམ་དུ་སྐྱེས་པའི་ཉ། །ཐང་ལ་འཕང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།།
བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ས་བསྒྱུར་བ་ལ། །སེམས་འདི་ཡོངས་སུ་འདར་བར་གྱུར། ༢།

མཉན་ཡོད་དུའོ།།
བཟུང་བར་དཀའ་ཞིང་ཡང་བ་དང་། །གང་དུ་དགའ་བར་འགྲོ་བ་ཡི།།
སེམས་འདུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། །སེམས་དུལ་བ་ཡིས་བདེ་བ་འདྲེན། ༣།

བལྟ་བར་དཀའ་ཞིང་གཡེར་བག་ཆེ། །གང་དུ་དགའ་བར་འགྲོ་བ་ཡི།།
སེམས་བསྲུང་བ་ནི་མཁས་པ་སྟེ། །སེམས་བསྲུང་བ་ཡིས་བདེ་བ་འདྲེན། ༤།

རྒྱང་ལ་འགྲོ་ཞིང་གཅིག་པུར་རྒྱུ། །སྦོད་ས་སྙེད་ཅིང་གཟུགས་མེད་པའི།།
སེམས་ནི་གང་གིས་རབ་སྡོམ་པ། །བདུད་ཀྱི་འཆིང་བ་གྲོལ་བར་བྱེད། ༥།

སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་མི་གནས་དང་། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་མི་ཤེས་དང་།།
རབ་ཏུ་དྭངས་པ་བཀྲུགས་པ་ལ། །ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་མི་འགྱུར། ༦།

མཉན་ཡོད་དུའོ།།
ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་ལྡན་ཞིང་། །རྒྱུ་བ་མེད་པའི་སེམས་ལྡན་པ།།
བསོད་ནམས་སྡིག་པ་རབ་སྤངས་པའི། །སད་པ་རྣམས་ལ་འཇིགས་པ་མེད། ༧།

ལུས་འདི་བུམ་པ་འདྲ་བར་རིག་བྱས་ཤིང་། །སེམས་འདི་གྲོང་ཁྱེར་འདྲ་བར་བཞག་བྱས་ནས།།
ཤེས་རབ་མཚོན་གྱིས་བདུད་ལས་རྒྱལ་བའི་གཡུལ། །འཐབ་ཅིང་ངལ་བསོ་མེད་པར་བསྲུང་བར་གྱིས། ༨།

Spoken at Śravastī to Tisya:
9. Ere long, alas! this body will lie upon the earth, limp and lifeless, like a useless log.

Spoken at Kosala concerning the herdsman Nanda:
10. Whatever harm an enemy may do to an enemy, or a hater to a hater, an ill-directed mind inflicts a greater harm on himself.

11. Neither mother, father, nor any other relative can do one greater good than one's own well-directed mind.

This concludes Chapter 3 concerning the mind.

མཉན་ཡོད་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།
ཀྱེ་མ་རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར། །ལུས་འདི་རྣམ་ཤེས་བྲལ་གྱུར་ཏེ།།
ཡན་ལག་ཕྱེས་ནས་བོང་བ་བཞིན། །ས་ཡི་སྟེང་དུ་འཛོག་པར་འགྱུར། ༩།

ཀོ་ས་ལར་ཕྱུགས་རྗེ་དགའ་བོ་ལའོ།།
འགྲུས་པས་འགྲུས་སམ་ཡང་ན་ནི། །དགྲ་ཡིས་དགྲ་ལ་ཅི་བྱས་པ།།
དེ་ལས་ཆེས་ཆེར་ཉེས་པ་དག །ལོག་པར་དྲངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱེད། ༡༠།

མ་དང་ཕ་ཡིས་མ་བྱས་ཤིང་། །ཉེ་དུ་གཞན་གྱིས་མ་བྱས་པ།།
དེ་ལས་ཆེས་ཆེར་ལེགས་པ་འདི། །ཡང་དག་དྲངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱེད།། ༡༡།།

སེམས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་གསུམ་པའོ།། །།

4. Flowers

Spoken at Śravastī:
1. Does anyone wish to conquer Yama's realm of destruction, this world, and the realm of the gods? Who will search for the glorious words of the virtuous Dharma as though they were an expert garland maker looking for flowers?

2. The disciples wish to conquer Yama's realm of destruction, this world, and the realm of the gods. The disciples search for the glorious words of the virtuous Dharma as though they were an expert garland maker looking for flowers.

3. Realizing that this body is like foam, penetrating its mirage-like nature, and plucking out Mara's flower-arrow of desire, go beyond sight of the Lord of Death!

Spoken concerning Virūdhaka:
4. As a mighty flood sweeps away the sleeping village, so death carries away the person of distracted mind who only plucks the flowers (of pleasure).

5. The Destroyer brings under his sway the person of distracted mind who, insatiate in sense desires, only plucks the flowers (of pleasure).

Spoken at Śravastī:
6. As a bee gathers honey from the flower without injuring its color or fragrance, just so the sage moves through the village (while collecting alms).

7. Let none find fault with others; let none see the omissions and commissions of others. But let one see one's own acts, done and undone.

༤ མེ་ཏོག་གི་སྡེ་ཚན།

མཉན་ཡོད་དུའོ།།

ས་འདི་གཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་དང་། །ལྷ་དང་བཅས་འདི་རྒྱལ་འདོད་སུ།།
ལེགས་བཤད་དགེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཚིག །མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་འཚོལ་བ་སུ། ༡།

ས་འདི་གཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་དང་། །ལྷར་བཅས་སློབ་མས་རྒྱལ་བར་འདོད།།
ལེགས་གསུང་དགེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཚིག །མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་སློབ་མས་འཚོལ། ༢།

ལུས་འདི་ན་བུན་ལྟ་བུར་རིག་བྱས་ཤིང་། །ཆོས་ནི་སྨིག་རྒྱུ་ལྟ་བུར་མངོན་ཤེས་པ།།
བདུད་ཀྱི་མེ་ཏོག་མདའ་མོ་བཅག་ནས་ཀྱང་། །འཆི་བདག་རྒྱལ་པོས་མཐོང་བ་མེད་པར་འགྲོ། ༣།

འཕགས་སྐྱེས་པོ་ལའོ།།

མེ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་བཏུ་བ་ལ། །རྣམ་པར་ཆགས་པའི་ཡིད་ལྡན་མི།།
ཤ་འོད་ཆེན་པོས་གཉིད་ལོག་པའི། །གྲོང་བཞིན་འཆི་བས་འཁྱེར་ཏེ་འགྲོ། ༤།

མེ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་བཏུ་བ་ལ། །རྣམ་པར་ཆགས་པའི་ཡིད་ལྡན་མི།།
འདོད་པ་མ་ཚིམས་ཉིད་དུ་ནི། །འཆི་བས་དབང་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར། ༥།

མཉན་ཡོད་དུའོ།།

ཇི་ལྟར་བུང་བ་མེ་ཏོག་གི །ཁ་དོག་དྲི་ལ་མི་གནོད་པར།།
སྦྲང་རྩི་བླངས་ཏེ་འབྲོས་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་ཐུབ་པ་གྲོང་དུ་རྒྱུ། ༦།

རང་ཉིད་ཕོ་ནའི་བྱ་བ་དང་། །བྱ་བ་མིན་ལ་བལྟ་བྱ་ཡིས།།
གཞན་གྱི་གོ་རིམ་ལོག་པ་དང་། །བྱ་དང་བྱ་མིན་དག་ལ་མིན། ༧།

Spoken at Śravastī to the Upāsakas:
8. Like a beautiful flower full of color but without fragrance, just so, fruitless are the fair words of one who does not practice them.

9. Like a beautiful flower full of color and also fragrant, just so, fruitful are the fair words of one who practices them.

Spoken at Śravastī concerning Viśākhā:
10. As from a great heap of flowers many garlands can be made, just so should many good deeds be done by one certain of death.

Spoken at Śravastī to Ananda:
11. The sweet smell of flowers, not even the fragrance of sandal, *tagara* or jasmine cannot waft against the wind. But the fragrance of virtue can waft against the wind. Truly, the fragrance of a virtuous one pervades all directions.

Spoken in the Bamboo Grove concerning Kāśyapa:
12. Of all the fragrances - sandal, *tagara*, blue lotus, and jasmine - the fragrance of virtue is by far the sweetest.

13. Faint is the fragrance of *tagara* and sandal, but excellent is the fragrance of the virtuous, wafting even among the gods.

Spoken in the Bamboo Grove concerning Godhika:
14. Mara never finds the path of those who are liberated, who abide in heedfulness and perfect conduct, and are freed by perfect knowledge.

མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་བསྙེན་ལའོ།།

ཇི་ལྟར་དྲི་ཞིམ་མེད་པ་ཡི། །མེ་ཏོག་མདངས་ལྡན་མཛེས་པ་བཞིན།།
རང་ཉིད་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པའི། །ལེགས་པར་སྨྲས་ལ་འབྲས་བུ་མེད། ༨།

ཇི་ལྟར་དྲི་ཞིམ་ལྡན་པ་ཡི། །མེ་ཏོག་མདངས་ལྡན་མཛེས་པ་བཞིན།།
རང་ཉིད་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡི། །ལེགས་པར་སྨྲས་པ་འབྲས་ཡོད་འགྱུར། ༩།

མཉན་ཡོད་དུ་ས་ག་མ་ལའོ།།

ཇི་ལྟར་མེ་ཏོག་ཕུང་པོ་ལས། །མེ་ཏོག་ཕྲེང་བ་མང་བྱེད་ལྟར།།
སྐྱེས་ནས་འཆི་བར་ངེས་པ་རྣམས། །དགེ་བ་མང་དུ་བྱེད་པར་བྱ། ༡༠།

མཉན་ཡོད་དུ་ཀུན་དགའ་བོ་ལའོ།།

མེ་ཏོག་ཙན་དན་རྒྱ་སྤོས་མལླི་ཀའི། །དྲི་ཞིམ་རྗེ་ཕྱོགས་ལྡོག་སྟེ་འགྲོ་མ་ཡིན།།
དམ་པའི་དྲི་ནི་རྗེ་ཕྱོགས་ལྡོག་སྟེ་འགྲོ། །སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཡུལ་ཀུན་ཁྱབ་པ་འདྲ། ༡༡།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་འོད་སྲུང་ལའོ།།

ཙན་དན་དང་ནི་རྒྱ་སྤོས་སམ། །ཨུཏྤལ་དབྱར་གྱི་མེ་ཏོག་སྟེ།།
དྲི་ཞིམ་འབྱུང་བ་དེ་རྣམས་ལས། །ཚུལ་ཁྲིམས་དྲི་ནི་བླ་ན་མེད། ༡༢།

རྒྱ་སྤོས་དང་ནི་ཙན་དན་གྱི། །དྲི་ཞིམ་གང་ཡིན་ཅུང་ཟད་ཙམ།།
ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པའི་དྲི་མཆོག་གང་། །མཐོ་རིས་རྣམས་སུ་ལྡང་བར་བྱེད། ༡༣།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་བ་ལང་བདག་ལའོ།།

ཚུལ་ཁྲིམས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། །བག་ཡོད་ལ་གནས་ཡང་དག་ཤེས།།
རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དེར་རྣམས་ཀྱི། །ལམ་ནི་བདུད་ཀྱིས་རིག་མི་འགྱུར། ༡༤།

Spoken in the Jetavana Grove:
15. Upon a heap of rubbish in the road-side ditch
blooms a lotus, fragrant and pleasing.

16. Just so, on the rubbish heap of those (ordinary people)
blinded to virtue the disciple of the Supremely Enlightened
One shines resplendent in wisdom.

This concludes Chapter 4 concerning flowers.

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།
ཇི་ལྟར་ཕྱུག་དར་ཕུང་པོ་དག །ལམ་པོ་ཆེ་ལ་བོར་བྱས་པ།།
དེ་ན་གཙང་མའི་དྲི་ལྡན་པའི། །ཡིད་འོང་པདྨ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། ༡༥།

དེ་བཞིན་ཕྱུག་དར་ལྟ་བུ་ཡི། །སོ་སྐྱེས་ལོང་བའི་གྲོད་དག་ན།།
རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཆེར་མཛེས་འགྱུར།། ༡༦།།

མེ་ཏོག་གི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཞི་པའོ།། །།

5. The Fool

Spoken in the Jetavana Grove concerning a poor man:
1. Long is the night to the sleepless; long is the league to the weary. Long is worldly existence to fools who know not the sublime Dharma.

Spoken at Rājagrha:
2. Should a seeker not find a companion who is better or equal, let him resolutely pursue a solitary course; do not associate with fools.

Spoken at Śravastī to Nanda:
3. The fool worries, thinking, "I have sons, I have wealth." Indeed, when he does not even belong to himself, where are the sons, where is the wealth?

4. A fool who is aware of his foolishness is wise at least to that extent, but a fool who thinks himself wise is called a fool indeed.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Udāyi:
5. Though all his life a fool associates with a wise one, he no more comprehends the Truth than a spoon tastes the flavor of the soup.

6. Though a discerning person associates with a wise one only for a moment, he quickly comprehends the truth, just as the tongue tastes the flavor of the soup.

Spoken at Rājagrha:
7. Fools of little wit are enemies unto themselves as they move about doing evil deeds, the fruits of which are bitter.

༥ བྱིས་པའི་སྐྱེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དབུལ་པོ་ལ་གསུངས་པ།
གཉིད་མེད་པ་ལ་མཚན་མོ་རིང་། །ངལ་བར་གྱུར་ལ་དཔག་ཚད་རིང་།།
དམ་པའི་ཆོས་ནི་མི་ཤེས་པའི། །བྱིས་པ་རྣམས་ལ་འཁོར་བ་རིང་། ༡།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུའོ།།
འགྲོ་བ་རང་ལས་ལྷག་པ་དང་། །རང་དང་མཉམ་པ་མ་རྙེད་ན།།
ཅིས་ཀྱང་གཅིག་པུར་འགྲོ་བར་བྱ། །བྱིས་པ་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་མིན། ༢།

མཉན་ཡོད་དུ་དགའ་བོ་ལའོ།།
བདག་ལ་བུ་ཡོད་ནོར་ཡོད་ཅེས། །བྱིས་པ་རྣམས་ནི་སེམས་པར་བྱེད།།
བདག་ཀྱང་བདག་ལ་ཡོད་མིན་ན། །བུ་དང་ནོར་ནི་ག་ལ་ཞིག ༣།

གླེན་པོར་སེམས་པའི་གླེན་པོ་ནི། །དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན།།
གླེན་པོ་མཁས་པར་དྲེགས་པ་དེ། །ངེས་པར་གླེན་པོ་བྱ་བར་བརྗོད། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འཆར་ཀ་ལའོ།།
ཇི་སྲིད་འཚོ་བའི་བར་དག་ཏུ། །གླེན་པོས་མཁས་པ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་།།
ཐུག་པའི་བྲོ་བ་གཟར་བུས་བཞིན། །ཆོས་ནི་དེ་ཡིས་ཤེས་མི་འགྱུར། ༥།

བློ་དང་ལྡན་པས་ཡུད་ཙམ་ཞིག །མཁས་པ་དག་ལ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་།།
ཐུག་པའི་བྲོ་བ་ལྕེ་ཡིས་བཞིན། །ཆོས་ནི་མྱུར་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར། ༦།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུའོ།།
གང་གིས་རྩུབ་མོའི་འབྲས་བུ་ནི། །འབྱིན་བྱེད་སྡིག་པའི་ལས་བྱེད་པ།།
བྱིས་པ་བློ་གྲོས་ངན་པ་རྣམས། །རང་ཉིད་རང་གི་དགྲ་བཞིན་སྤྱོད། ༧།

Spoken in the Jetavana Grove to Kāśyapa:
8. Not well done is the action that one regrets later,
and the fruit of which one reaps with tears and weeping.

9. Well done is the action that one does not regret later,
and the fruit of which one reaps with delight
and happiness.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Utpālavarna:
10. So long as an evil deed has not ripened, the fool
thinks it as sweet as honey. But when the evil deed
ripens, the fool comes to grief.

Spoken in the Bamboo Grove concerning the wanderer Jambuka:
11. Month after month a fool may eat his food with the
tip of a blade of grass, but he is still not worth a
sixteenth part of those who have comprehended the
truth.

12. An evil deed committed does not immediately
bear fruit, like milk that does not curdle all at
once. But it follows the fool like smoldering coals
covered by ashes.

Spoken in the Bamboo Grove:
13. To his own ruin the fool gains meaningless knowledge,
for it falls back on his head and destroys his innate goodness.

Spoken to Sudharma in the Jetavana Grove:
14. The fool seeks undeserved reputation, high rank
among monks, authority over monasteries, and
honor among householders.

15. "Let both laymen and monks think that it was done
by me. In every work, great and small, let them
follow me"-- such is the ambition of the fool; thus
the deluded one's desire and pride increase.

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོད་སྲུང་ལའོ།།

གང་ཞིག་བྱས་ན་འགྲོད་འགྱུར་བའི། །ལས་དེ་བྱས་པ་ལེགས་པ་མིན།།
མཆི་མའི་གདོང་གིས་ངུ་བཞིན་དུ། །དེ་ཡི་རྣམ་སྨིན་སྣར་བསྟེན་འགྱུར། ༨།

གང་ཞིག་བྱས་ན་མི་འགྲོད་པའི། །ལས་དེ་ལེགས་པར་བྱས་པ་སྟེ།།
སྤྲོ་ཞིང་ཡིད་ནི་བདེ་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་རྣམ་སྨིན་སྣར་བསྟེན་འགྱུར། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཨུཏྤལའི་མདོག་ལའོ།།

ཇི་སྲིད་སྡིག་པ་སྨིན་གྱི་བར། །བྱིས་པས་སྦྲང་རྩི་བཞིན་དུ་སེམས།།
གང་ཚེ་སྡིག་པ་སྨིན་གྱུར་པ། །དེ་དུས་ངེས་པར་སྡུག་བསྔལ་འགྱུར། ༡༠།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་ཀུན་ཏུ་རྒྱུ་ལྔ་ལའོ།།

ཟླུན་པོ་ཟླ་བ་ཟླ་བ་ལ། །ཀུ་ཤའི་རྩེ་མོས་ཟས་ཟ་ཡང་།།
ཆོས་ནི་བགྲང་བར་བྱེད་རྣམས་ཀྱི། །བཅུ་དྲུག་ཆ་ཡང་དེ་མ་ཡིན། ༡༡།

སྡིག་པའི་ལས་ནི་འོ་མ་བཞིན། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ།།
ཐལ་བས་གཡོགས་པའི་མེ་བཞིན་དུ། །ཕྱིད་ནས་བྱིས་པ་སྲེག་པར་བྱེད། ༡༢།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།

ཇི་སྲིད་དོན་མིན་ཤེས་པ་ནི། །བྱིས་པ་དག་ལ་སྐྱེས་ཀྱི་བར།།
བྱིས་པའི་དཀར་པོའི་ཆ་འཇོམས་ཤིང་། །དེ་ཡི་སྤྱི་བོར་རྣམ་པར་ལྷུང་། ༡༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཆོས་བཟང་ལའོ།།

དགེ་སློང་ནང་དུ་གྲལ་གོང་དང་། །བསྟི་གནས་རྣམས་སུ་གཙོ་བོ་དང་།།
ཁྱིམ་གཞན་དག་ཏུ་མཆོད་པ་སྟེ། །མི་སྲིད་པ་རྣམས་འདོད་པར་བྱེད། ༡༤།

ཁྱིམ་པ་དང་ནི་རབ་བྱུང་སྟེ། །གཉིས་ཀ་དག་ནི་ང་བོས་བྱས།།
བྱ་དང་བྱ་མིན་ཅི་ལ་ཡང་། །ང་ཉིད་རབ་ཏུ་དབང་པོ་ཞེས།།
ཟླུན་པོ་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དང་། །འདོད་དང་ང་རྒྱལ་འཕེལ་བར་བྱེད ༡༥།

Spoken at Śravastī concerning Tisya:
16. One is the quest for worldly gain, and quite another is the path to nirvana. Clearly understanding this, let not the monk, the disciple of the Buddha, be carried away by worldly acclaim, but develop detachment instead.

This concludes Chapter 5 concerning the fool.

མཇུག་ཡོད་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ༎

ལ་ལ་རྣེད་པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། །ལ་ལ་མྱ་ངན་འདས་པའི་ལམ༎
འདི་གཉིས་མངོན་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །དགེ་སློང་སངས་རྒྱས་ཉན་ཐོས་རྣམས༎
བཀུར་བསྟི་དག་ལ་མི་དགའ་ཞིང་། །དབེན་ པའི་བསྟུགས་པ་བརྗོད་པར་བྱོས༎ ༡༨༎

བྱིས་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ལྔ་པའོ༎ ༎

6. The Wise

Spoken at the Jetavana Grove:
1. Should you find someone who points out faults and who reproves, follow such a wise and sagacious person as you would a guide to a hidden treasure. It is always better, and never worse, to cultivate such an association.

2. Let him admonish, instruct, and shield you from wrong; the excellent will rejoice in him and the worldly will not like him.

3. Do not associate with evil companions; do not seek the fellowship of the bad natured. Associate with superior friends; seek the fellowship of noble ones.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Mahākapina:
4. He who drinks deeply of the Dharma rests well with a tranquil mind. The wise one ever delights in the Dharma made known by the noble ones.

Spoken in the Jetavana Grove concerning the wise novice:
5. Farmers regulate the waters; fletchers straighten the arrow's shaft; carpenters shape the wood; the wise control themselves.

Spoken in the Jetavana Grove:
6. Just as a solid boulder is not shaken by the wind, just so the wise are not shaken by praise or blame.

7. On hearing the Dharma, the wise become perfectly purified, clear and still like a deep lake.

༤ མཁས་པའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ངོ༎

གང་གིས་སྦྱོང་བ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །ཡང་དག་སྦྱོམ་པ་སྨྲ་བྱེད་པའི༎
བློ་ལྡན་མཁས་པ་དེ་འདྲ་བ། །མཐོང་ན་གཏེར་སྟོན་བཞིན་དུ་བསྟེན༎
དེ་འདྲ་བསྟེན་པར་བྱེད་རྣམས་ལ། །ལེགས་པ་འབྱུང་ཞིང་སྡིག་པ་མིན། ༡།

གདམས་པར་བྱ་ཞིང་སློབ་པར་བྱ། །མི་མཐུན་པ་རྣམས་བཟློག་པར་བྱ༎
དམ་པ་དེ་ལ་དགྱེས་པ་སྟེ། །དམ་པ་མིན་རྣམས་དགའ་མི་འགྱུར། ༢།

སྡིག་པའི་གྲོགས་པོ་བསྟེན་མི་བྱ། །མ་རབས་སྐྱེས་བུ་བསྟེན་མི་བྱ༎
དགེ་བའི་གྲོགས་རྣམས་བསྟེན་བྱ་ཞིང་། །སྐྱེས་བུ་མཆོག་རྣམས་བསྟེན་པར་བྱ། ༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཀ་པིན་ཆེན་པོ་ལའོ༎

རབ་ཏུ་དྭངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ནི། །ཆོས་ནི་བཏུང་སྟེ་བདེ་བར་གཉིམ༎
རྟག་ཏུ་འཕགས་པས་རབ་གསུངས་པའི། །ཆོས་ལ་མཁས་པ་དགའ་བར་འགྱུར། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དགེ་ཚུལ་མཁས་པ་ལའོ༎

ཡུར་བ་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆུ་འདྲེན་ཅིང་། །མདའ་མཁན་རྣམས་ཀྱི་སྨྱུག་མ་བསྲང་བར་བྱེད༎
ཤིང་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཤིང་ནི་འདྲོངས་པ་སྟེ། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་བདག་ཉིད་འདུལ་བར་མཛད། ༥།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ༎

ཇི་ལྟར་དུམ་བུ་གཅིག་པའི་བྲག །རླུང་གིས་གཡོ་བར་མི་བྱེད་པ༎
དེ་བཞིན་བསྟོད་དང་སྨད་པ་ལ། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་གཡོ་བ་མེད། ༦།

ཇི་ལྟར་གཏིང་ཟབ་མཚོ་མོ་ནི། །རྙོག་པ་མེད་ཅིང་རབ་དྭངས་པ༎
དེ་བཞིན་དམ་པའི་ཆོས་ཐོས་ནས། །མཁས་རྣམས་རབ་ཏུ་དྭངས་པར་འགྱུར། ༧།

8. The good renounce (attachment for) everything. The virtuous do not prattle with a yearning for pleasures. The wise show no elation or depression when touched by happiness or sorrow.

9. He is indeed ethical, knowledgeable, and possessed of the Dharma who neither for his own sake nor for the sake of another (does any wrong), who does not crave for sons, wealth, or estate, and does not desire success by unjust means.

Spoken in the Jetavana Grove on the Dharma:
10. Few among men are those who cross to the farther shore. The rest, the bulk of us, only run up and down the shore.

11. But those who act according to the perfectly taught Dharma will cross the realm of death, so difficult to cross.

Spoken in the Jetavana Grove:
12. Abandoning the paths of darkness, the wise one cultivates the bright path. Having gone from home to homelessness, let him yearn for that delight in detachment, so difficult to enjoy.

13. Giving up sensual pleasures with no attachment, let the wise one cleanse himself of defilements of his own mind.

14. Those whose minds have reached full excellence in the factors of enlightenment, who, having renounced acquisitiveness, rejoice in not clinging to things -- rid of defilement, glowing with wisdom, they have attained nirvana in this very life.

This concludes Chapter 6 concerning the wise.

སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གནས་སྐབས་ཀུན་ལ་འཇུག །དྲང་སྲོང་འདོད་པ་འདོད་པའི་གཏམ་མི་གསུངས། བདེ་བས་དཀའ་འམ་འོན་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་གྱིས། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་མཐོ་དམན་མཐོང་མི་
འགྱུར། ༨།

བདག་སླད་མ་ཡིན་གཞན་གྱི་སླད་དུ་མིན། །བུ་ནི་མི་འདོད་ནོར་མིན་ཡུལ་འཁོར་མིན།།
ཆོས་མ་ཡིན་པས་རང་འབྱོར་མི་འདོད་པ། །དེ་ནི་ཚུལ་ལྡན་ཤེས་ལྡན་ཆོས་ལྡན་འགྱུར། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཆོས་ལའོ།།
ཕ་རོལ་སོན་པའི་སྐྱེས་བུ་ནི། །མི་ཡི་ནང་ན་ཉུང་ངུ་ཙམ།།
འོན་ཀྱང་སྐྱེ་རྒུ་གཞན་པ་རྣམས། །ཚུ་རོལ་པོ་ནར་རྗེས་སུ་རྒྱུགས། ༡༠།

གང་ཞིག་ཡང་དག་གསུང་བ་ཡི། །ཆོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག །
འཆི་བའི་ཡུལ་ས་བགྲོད་དཀའ་བའི། །ཕ་རོལ་སྐྱེ་བོ་དེ་རྣམས་བགྲོད། ༡༡།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ནག་པོའི་ཆོས་ནི་རྣམ་སྤངས་ནས། །མཁས་པས་དཀར་པོ་གོམས་པར་བྱ།།
ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་དབེན་པ་ནི། །གང་དུ་དགའ་བ་དཀའ་བར་སོང་། ༡༢།

ཅི་ཡང་མེད་པར་འདོད་སྤངས་ཏེ། །དེར་ནི་མངོན་དགའ་འདོད་པར་བྱ།།
རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྣམས། །མཁས་པས་ཡོངས་སུ་འདུལ་བར་བྱ། ༡༣།

གང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་རྣམས། །ཡང་དག་སེམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྒོམ།
ལེན་པ་རྣམས་ལས་ཕྱིར་ཕྱུངས་ཤིང་། །ཉེ་བར་ལེན་ལ་མི་དགའ་བ།།
ཟག་ཟད་སྣང་བ་ལྡན་པ་དེ། །འཇིག་རྟེན་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་འདའ།། ༡༤།།

མཁས་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་དྲུག་པའོ།། །།

7. An Enlightened One

Spoken in the Garden of Amara to Jīvaka:
1. The arhat's wandering is at an end. He is sorrowless and wholly liberated, has broken all ties, and is free of suffering.

2. The mindful ones exert themselves in mindfulness. They are not attached to any home; like swans that abandon their lakes, they leave home after home behind.

Spoken in the Jetavana Grove:
3. Those who do not accumulate, who are wise regarding food, and whose object is emptiness and signlessness – their track cannot be traced, like that of birds in the air.

4. Those whose defilements are destroyed and who are not attached to food, whose object is emptiness and signlessness – their path cannot be traced, like that of birds in the air.

Spoken in the Eastern Grove concerning Mahākātyāyana:
5. Even the gods hold dear the wise one, whose senses are subdued like horses well trained by a charioteer, whose pride is eliminated, and whose defilements are exhausted.

6. There is no more worldly existence for the wise one who, like the earth, resents nothing, whose faculties are firm as a tent peg, and who is without mud like a deep pond.

Spoken in the Jetavana Grove to Tisya:
7. Calm is his thought, calm his speech, and calm his deed, who, truly knowing, is wholly freed, perfectly tranquil, and wise.

༄ དགྲ་བཅོམ་པའི་སྔོ་ཚན།

ཨཱསྣའི་ཚལ་དུ་འཚོ་བྱེད་ལ་གསུངས་པ།

རྒྱུ་བ་ཟད་ཅིང་སྲུ་ངན་བྲལ། །ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་རྣམ་གྲོལ་བ།།
འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་བཅད་པ་ལ། །ཡོངས་སུ་གདུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། ༡།

དྲན་དང་ལྡན་པར་རབ་སྦྱོར་བ། །དེ་རྣམས་གནས་ལ་ཆགས་མ་ཡིན།།
ངང་པས་རྫིང་བུ་གཏོང་བ་བཞིན། །ཁྱིམ་དང་ཁྱིམ་ནི་དེ་ཡིས་འདོར། ༢།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།

གང་ལ་བསོག་འཇོག་ཡོད་མིན་ཞིང་། །གང་གིས་ཡོངས་སུ་གནང་བ་སྤྱོད།།
གང་གི་སྤྱོད་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་དང་། །མཚན་མེད་རྣམ་པར་ཐར་བ་སྟེ།།
དེ་རྣམས་གོ་འཕང་ནམ་མཁའ་ལ། །བྱ་ལམ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་དཀའ། ༣།

གང་གི་ཟག་པ་ཡོངས་ཟད་ཅིང་། །ཟས་ལ་ཞེན་པ་ཡོད་མ་ཡིན།།
གང་གི་སྤྱོད་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་དང་། །མཚན་མེད་རྣམ་པར་ཐར་བ་སྟེ།།
དེ་རྣམས་གོ་འཕང་ནམ་མཁའ་ལ། །བྱ་ལམ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་དཀའ། ༤།

ཤར་གྱི་ཀུན་དགའ་ར་བར་ཀཱཏྱའི་བུ་ཆེན་པོ་ལའོ།།

ཁ་ལོ་བསྒྱུར་བས་ལེགས་དུལ་རྟ་བཞིན་དུ། །གང་གི་དབང་པོ་རྣམས་ནི་ཞི་གྱུར་ཅིང་།།
ང་རྒྱལ་སྤངས་ཤིང་ཟག་པ་ཟད་གྱུར་པ། །ལྷ་ཡང་དེ་ལ་སྨོན་པ་དེ་ལྟ་ཉིད། ༥།

ས་གཞི་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་མི་འགོག་སྟེ། །དབང་པོའི་ཕུར་བ་བཞིན་དུ་བརྟུལ་ཞུགས་བརྟན།།
རྫིང་བུ་བཞིན་དུ་རྙོག་པ་དང་བྲལ་བ། །དེ་འདྲ་དག་ནི་འཁོར་བར་མི་འགྱུར་རོ། ༦།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།

དེ་ཡི་ཡིད་ནི་ཞི་གྱུར་ཅིང་། །ངག་དང་ལས་ཀྱང་ཞི་བར་གྱུར།།
ཡང་དག་ཤེས་པས་རྣམ་གྲོལ་བའི། །ཉེ་བར་ཞི་བ་དེ་འདྲ་ཉིད། ༧།

8. One who is without admiration (for non-Buddhist
views), who knows the uncreated, who has severed all links
of embodiment, and is free from longing for place or
position -- he, truly, is the most excellent of humans.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Revata:
9. Inspiring, indeed, is that place where Arhats dwell,
be it a village, a forest, a vale, or a hill.

10. Inspiring are the forests in which worldlings find no
pleasure. There the passionless will rejoice, for they
seek no sensual pleasures.

This concludes Chapter 7 concerning an enlightened one.

མི་གང་ཐོས་པ་མེད་པ་དང་། །མ་བྱས་པ་ཤེས་མཚམས་སྦྱོར་ཆད།།
གནས་སྤྲངས་ཞེན་པ་བྲལ་གྱུར་བ། །དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་ཡིན་ནོ། ༨།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ནམ་གྲུ་ལའོ།།
ཁྱིམ་མམ་ཡང་ན་ནགས་ཚལ་ལམ། །མཆོ་འམ་འོན་ཏེ་ཐང་ཡང་རུང་།།
གང་ན་དགྲ་བཅོམ་བཞུགས་པ་ཡི། །ས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཉམས་སུ་དགའ། ༩།

གང་དུ་སྐྱེ་བོ་མི་དགའ་བའི། །དགོན་པ་རྣམས་ནི་ཉམས་དགའ་སྟེ།།
འདོད་པ་རྗེས་སུ་མི་འཚོལ་བའི། །འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་དེ་རྣམས་དགའ།། ༡༠།།

དགྲ་བཅོམ་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བདུན་པའོ།། ||

8. The Thousands

Spoken in the Bamboo Grove:
1. Better than a thousand meaningless words is one meaningful word, by which, upon hearing, one attains peace.

2. Better than a thousand meaningless verses is one meaningful verse, by which, upon hearing, one attains peace.

3. Better than reciting a hundred meaningless verses is the reciting of one verse of Dharma, by which, upon hearing, one attains peace.

4. Though one may conquer a thousand times a thousand people in battle, yet he indeed is the noblest victor who conquers himself.

5. Those who have conquered themselves are restrained. Far better to conquer oneself than a multitude of others.

6. Not even a god, a gandharva, Mara, or Brahma can reverse the victory of a person who is has conquered himself.

Spoken in the Bamboo Grove to Śariputra:
7. Even though one makes offerings by the thousands month after month for a hundred years, honoring those with perfected minds for one moment is better than a century of offerings.

8. Even though one tends a fire puja in the forest for a hundred years, honoring those with perfected minds for one moment is better than a century of fire pujas.

Spoken in the Bamboo Grove to the brahmins:
9. Whatever gifts and oblations one seeking merit might offer in this world for a whole year, all that is not worth one fourth of the merit gained by revering the righteous, which is truly excellent.

༨ སྨོང་ཐྲག་གི་སྤྱི་ཚན།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་འོ།།

དོན་མེད་ཚིག་རྣམས་བསགས་བྱས་པའི། །སླ་བ་སྟོང་ཕྲག་དག་ལས་ཀྱང་།།
གང་ཞིག་ཐོས་ན་ཉེར་ཞི་བའི། །དོན་ལྡན་ཚིག་གཅིག་མཉན་པ་མཆོག ༡།

དོན་མེད་ཚིག་རྣམས་བསགས་བྱས་པའི། །ཚིགས་སུ་བཅད་པ་སྟོང་ཕྲག་ལས།།
གང་ཞིག་ཐོས་ན་ཉེར་ཞི་བའི། །ཚིགས་བཅད་རྐང་གཅིག་མཉན་པ་མཆོག ༢།

གང་གིས་དོན་མེད་ཚིག་བསགས་པའི། །ཚིགས་བཅད་བརྒྱ་ཕྲག་འདོན་པ་བས།།
གང་ཞིག་ཐོས་ན་ཉེར་ཞི་བའི། །ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་མཆོག ༣།

སྟོང་ཕྲག་སྟོང་གི་མི་རྣམས་ནི། །གང་གིས་གཡུལ་དུ་ཕམ་པ་བས།།
བདག་ཉིད་གཅིག་པུ་ཕམ་བྱས་པ། །དེ་ནི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་མཆོག ༤།

སྐྱེས་བུ་དུལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །རྟག་ཏུ་བསྡམས་སྟེ་རྒྱུ་བ་ལ།།
བདག་ཉིད་ཕམ་པ་མཆོག་ཡིན་གྱིས། །སྐྱེ་རྒུ་གཞན་དག་ཕམ་པས་ཅི། ༥།

ལྷ་ཡིས་མ་ཡིན་དྲི་ཟས་མིན། །བདུད་དང་ཚངས་པ་བཅས་པས་མིན།།
དེ་ལྟའི་ངང་ཚུལ་དང་ལྡན་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་བུ་ཕམ་པ་མེད། ༦།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་ཤཱ་རིའི་བུ་ལའོ།།

སྟོང་ཕྲག་ཟླ་བ་ཟླ་བ་ལ། །མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་ཕྲག་བྱེད་པ་དང་།།
གང་གིས་བསྒོམ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མཆོད་བྱེད་ན།།
སྦྱིན་སྲེག་ལོ་བརྒྱ་བྱས་པ་བས། །མཆོད་པ་དེ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། ༧།

གང་ཞིག་ལོ་ནི་བརྒྱ་ཕྲག་བར། །ནགས་སུ་མེ་ལ་མཆོད་པ་དང་།།
གང་གིས་བསྒོམ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །སྐད་ཅིག་ཙམ་ལ་མཆོད་བྱེད་ན།།
སྦྱིན་སྲེག་ལོ་བརྒྱ་བྱས་པ་བས། །མཆོད་པ་དེ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། ༨།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་བྲམ་ཟེ་ལའོ།།

གང་ཞིག་བསོད་ནམས་བལྟ་བས་འཇིག་རྟེན་དུ། །འབྱུང་འགོར་ལོ་ལ་མཆོད་ཅིང་སྦྱིན་བྱེད་པ།
དེ་ཀུན་བཞི་ཆ་ཙམ་ཡང་མི་ཐོད་པའི། །དྲང་པོར་གཤེགས་ལ་བསྙེན་བཀུར་ཆེ་ཆེར་ལེགས། ༩།

Spoken in the Nada temple concerning Prince Dīghāvu:
10. To one eager to show physical respect and use honorific speech, these four blessings accrue: long life and beauty, happiness and strength.

Spoken in the Jetavana Grove concerning a novice:
11. Living one day in virtue and meditation is better than living a hundred years in immorality and without concentration.

12. Living one day as a wise meditator is better than living a hundred years foolish and without concentration.

13. Living one day in intense effort and firm commitment is better than living a hundred years lazy and with lesser perseverance.

14. Living one day seeing the arising and destruction of phenomena is better than living a hundred years without ever seeing the rise and fall of phenomena.

15. Living one day seeing the ambrosia (deathless) state is better than living a hundred years without ever seeing the ambrosia state.

16. Living one day seeing the supreme Dharma is better than living a hundred years without ever seeing the supreme Dharma.

This concludes Chapter 8 concerning the thousands.

ནགས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རྒྱལ་བུ་རིང་པོ་ལའོ༎

རྟག་ཏུ་ཀན་རབས་ལ་གུས་ཤིང་། །ཞི་ས་སླ་བའི་ཚུལ་ཅན་ལ༎
ཚེ་དང་མདངས་དང་བདེ་བ་སྟོབས། །ཆོས་བཞི་དག་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར། ༡༠།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དགེ་ཚུལ་ལའོ༎

ཚུལ་འཆལ་མཉན་པར་མི་འཇོག་པ། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པའི་བསམ་གཏན་པ། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༡།

ཤེས་འཆལ་མཉན་པར་མི་འཇོག་པ། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་པ། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༢།

བརྩོན་འགྲུས་དམན་ཅིང་ལེ་ལོ་ཅན། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པའི་བརྟན་པ་ཅན། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༣།

སྐྱེ་ཞིང་ཟད་པ་མི་ཤེས་པ། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
སྐྱེ་ཞིང་ཟད་པ་ཤེས་པ་ནི། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༤།

བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་མ་མཐོང་བར། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་མཐོང་བ་ནི། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༥།

ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ནི་མ་མཐོང་བར། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས༎
ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ནི་མཐོང་བ་ཡིས། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཆོག ༡༦༎

སྟོང་ཕྲག་གི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བརྒྱད་པའོ༎ ༎

9. Nonvirtue

Spoken in the Jetavana Grove concerning a brahmin:
1. Hasten to do good; restrain your mind from evil. One who is slow in doing good, his mind delights in nonvirtue.

2. Should a person commit evil, let him not do it again and again. Let him not find pleasure therein, for painful is the accumulation of nonvirtue.

3. Should a person do good, let him do it again and again. Let him find pleasure therein, for blissful is the accumulation of good.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Anāthapindada:
4. The nonvirtuous one may appear to be excellent before his nonvirtue matures. But when it does mature, (the results of) his nonvirtues are revealed.

5. The virtuous one may appear to be inferior before his virtue matures. But when it does mature, (the results of) his virtues are revealed.

6. Think not lightly of nonvirtue, saying, "Harm will not come to me." Drop by drop is the water pot filled. Likewise, the fool, gathering it little by little, fills himself with nonvirtue.

7. Think not lightly of good, saying, "Benefit will not come to me." Drop by drop is the water pot filled. Likewise, the wise one, gathering it little by little, fills himself with good.

Spoken in the Jetavana Grove concerning a merchant:
8. Just as a trader with a small escort and great wealth would avoid a perilous route, or just as one desiring to live avoids poison, just so should one shun nonvirtue.

༩ སྡིག་པའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་བྲམ་ཟེ་ལའོ།།

དགེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་བྲེལ་བར་བྱ། །སྡིག་པ་ལས་ནི་སེམས་བཟློག་བྱ།།
བསོད་ནམས་བྱེད་ལ་ཕྱི་བཤོལ་ན། །ཡིད་ནི་སྡིག་ལ་དགའ་བར་འགྱུར། ༡།

སྐྱེས་བུས་བརྒྱ་ལ་སྡིག་བྱས་ཀྱང་། །ཡང་དང་ཡང་དུ་དེ་མི་བྱ།།
དེ་ལ་འདུན་པར་མི་བྱ་སྟེ། །བསགས་པའི་སྡིག་པ་སྡུག་བསྔལ་ཉིད། ༢།

སྐྱེས་བུས་བསོད་ནམས་བྱེད་པ་ན། །ཡང་དང་ཡང་དུ་དེ་དག་བྱ།།
དེ་ལ་འདུན་པར་བྱ་བ་སྟེ། །དགེ་བའི་ཕུང་པོ་བདེ་བ་ཉིད། ༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་ལའོ།།

ཇི་སྲིད་སྡིག་པ་སྨིན་གྱི་བར། །སྡིག་ཅན་ཡིན་ཡང་བཟང་པོར་མཐོང་།།
གང་ཚེ་སྡིག་པ་སྨིན་གྱུར་བ། །དེའི་ཚེ་སྡིག་པ་ཅན་རྣམས་མཐོང་། ༤།

ཇི་སྲིད་བཟང་པོ་སྨིན་གྱི་བར། །བཟང་པོ་ཡིན་ཡང་སྡིག་པར་མཐོང་།།
གང་ཚེ་བཟང་པོ་སྨིན་གྱུར་བ། །དེ་ནས་བཟང་པོ་རྣམས་མཐོང་འགྱུར། ༥།

བདག་ལ་དེ་ཡིས་ཅི་གནོད་ཅེས། །སྡིག་པ་ལ་ནི་བརྙས་མི་བྱ།།
ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་བབས་པ་ཡིས། །ཆུ་བུམ་ཉིད་ཀྱང་གང་བར་འགྱུར།།
ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་བསགས་པ་ཡིས། །བླུན་པོ་སྡིག་པས་གང་བར་འགྱུར། ༦།

བདག་ལ་དེ་ཡིས་ཅི་ཕན་ཅེས། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བརྙས་མི་བྱ།།
ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་འབབ་པ་ཡིས། །ཆུ་བུམ་ཉིད་ཀྱང་གང་བར་འགྱུར།།
ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་བསགས་པ་ཡིས། །མཁས་པས་བསོད་ནམས་རྫོགས་པར་འགྱུར། ༧།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཚོང་པ་ལའོ།།

ནོར་ཆེན་ཚོང་པ་གྲོགས་ཉུང་བ། །འཇིགས་པའི་ལམ་ལས་བྱོལ་བ་དང་།།
འཚོ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་དུག་སྤོང་བཞིན། །སྡིག་པ་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྤོངས། ༨།

Spoken in the Bamboo Grove:
9. If on the hand there is no cut, one may carry even poison in it. Poison does not affect one who is free from wounds, for one who does no nonvirtue will experience no harm.

Spoken in the Jetavana Grove:
10. Like fine dust thrown against the wind, evil flys back upon the fool who harms the innocent and oppresses the just.

Spoken concerning Tisya:
11. Some are born from the womb; the wicked are born in a hell realm; those who do good go to the higher realms; the stainless pass from sorrow.

Spoken to the three groups of monks:
12. Neither in the sky nor in mid-ocean, not by entering into mountain clefts, nowhere in the world is there a place where one may escape from the results of nonvirtuous deeds.

Spoken concerning Suprabuddha at Nyagrodha Park:
13. Neither in the sky nor in mid-ocean, not by entering into mountain clefts, nowhere in the world is there a place where one will not be overcome by death.

This concludes Chapter 9 concerning nonvirtue.

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།

ལག་པ་རྨ་དང་མི་ལྡན་ན། །དུག་ནི་ལག་པས་འཛིན་དུ་རུང་།།
རྨ་མེད་པ་ལ་དུག་མི་འཇུག །མ་བྱས་པ་ལ་སྡིག་པ་མེད། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།

རྣམ་དག་བསྣད་ཀ་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་དང་། །ཉེས་ཆུང་མི་ལ་སུ་ཡིས་གནོད་བྱས་པ།།
ཛེ་ཕྱོགས་ལོག་སྟེ་རྡུལ་ཕྲན་གཏོར་བ་བཞིན། ལྷུན་པོ་རང་གིས་སྡིག་དེ་སླར་འཐོབ་འགྱུར། ༡༠།

སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།

ཁ་ཅིག་མངལ་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །སྡིག་པའི་ལས་ཅན་དམྱལ་བར་སྐྱེ།།
ལེགས་པར་བྱེད་རྣམས་མཐོ་རིས་བགྲོད། །ཟག་པ་ཟད་པ་མྱ་ངན་འདའ། ༡༡།

དགེ་སློང་གསུམ་ལའོ།།

གང་དུ་སྡིག་པའི་ལས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པའི། །ས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།།
བར་སྣང་ལ་མེད་རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་མེད། །རི་བོའི་སུལ་དང་བྲག་གི་ཕོངས་སུ་མེད། ༡༢།

ཤཱ་ཀྱ་སྨྲའི་དགོན་པར་ལེགས་པར་རབ་སད་ལའོ།།

གང་དུ་གནས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས་པའི། །ས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།།
བར་སྣང་ལ་མེད་རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་མེད། །རི་བོའི་སུལ་དང་བྲག་གི་ཕོངས་སུ་མེད།། ༡༣།།

སྡིག་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་དགུ་པའོ།། །།

10. Punishment

Spoken in the Jetavana Grove concerning the band of six monks:
1. All tremble at punishment; all fear death. Putting oneself in the place of another, one should never kill or cause another to kill.

2. All tremble at punishment; life is dear to all. Putting oneself in the place of another, one should never kill or cause another to kill.

3. One who, while himself seeking happiness, punishes other beings who also desire happiness, will not attain happiness hereafter.

4. One who, while himself seeking happiness, does not punish other beings who also desire happiness, will find happiness hereafter.

Spoken in the Jetavana Grove:
5. Never speak harshly to anyone, for those thus spoken to will respond in kind. Indeed, senseless speech hurts, and retaliation may overtake you.

6. If, like a broken gong, you silence yourself, you have approached nirvana, for vindictiveness is no more in you.

Spoken to Viśākhā in the East Park:
7. Just as a cowherd drives the cattle to pasture with a staff, so do old age and death drive the life force of beings (from existence to existence).

Spoken in the Bamboo Grove concerning the pretas:
8. When the fool commits nonvirtues, he does not recognize what he has done. The witless one is tormented by his own deeds, like one burnt by fire.

༡༠ ཆད་པའི་སྐེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དྲུག་སྡེ་ལ་གསུངས་པ།
ཆད་པ་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་སྐྲག །འཆི་བ་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་འཇིགས།།
རང་ཉིད་ལ་ནི་དཔེ་ཡོངས་ལ། །བརྗེག་པར་མ་བྱེད་གསོད་མ་བྱེད། ༡།

ཆད་པ་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་སྐྲག །གསོན་པ་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་དགའ།།
རང་ཉིད་ལ་ནི་དཔེ་ཡོངས་ལ། །བརྗེག་པར་མ་བྱེད་གསོད་མ་བྱེད། ༢།

རང་གི་བདེ་བ་བཙལ་ནས་ནི། །བདེ་བ་འདོད་པའི་མི་རྣམས་ལ།།
ཆད་པ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་དེ། །ཕྱི་མར་བདེ་བ་འཐོབ་མི་འགྱུར། ༣།

རང་གི་བདེ་བ་བཙལ་ནས་ཀྱང་། །བདེ་བ་འདོད་པའི་མི་རྣམས་ལ།།
ཆད་པ་གཙོད་པར་མི་བྱེད་ན། །ཕྱི་མར་བདེ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ཚིག་རྩུབ་ཅི་ཡང་སྨྲ་མི་བྱ། །ཁྱོད་ལ་སྨྲས་པའི་ལན་སློན་འགྱུར།།
ཁ་འཁྲུལ་གཏམ་ནི་སྡུག་བསྔལ་ཉིད། །ཁྱོད་ལ་དབྱུག་པ་སླར་རེག་འགྱུར། ༥།

འོན་ཏེ་སྣད་པའི་འཁར་བ་བཞིན། །རང་གིས་ཅི་ཡང་མི་སྨྲ་ན།།
མྱ་ངན་འདས་པ་འདི་ཡིས་འཐོབ། །བཀྱལ་བའི་ཚིག་དག་ཡོད་མ་ཡིན། ༦།

ཤར་གྱི་ནགས་སྲུ་ས་ག་མ་ལའོ།།
ཇི་ལྟར་ཕྱུགས་རྫིས་དབྱུག་པ་ཡིས། །ཕྱུགས་རྣམས་ལྟས་སུ་འདེད་བྱེད་པ།།
དེ་བཞིན་སྲོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་ཚེ། །རྒ་དང་འཆི་བས་འདེད་པར་འགྱུར། ༧།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་ཡི་དྭགས་ལའོ།།
འོན་ཀྱང་སྡིག་པའི་ལས་བྱས་པ། །བྱིས་པ་དག་ནི་མི་ཤེས་ཏེ།།
བློ་ངན་རང་གི་ལས་རྣམས་ཀྱིས། །མེ་ཡིས་ཚིག་པ་བཞིན་དུ་གདུང་། ༨།

Spoken in the Bamboo Grove:
9. He who inflicts punishment on the undeserving, and
offends those who are innocent, will soon
experience one of these ten states:

10. sharp pain, or disaster, bodily injury, serious
illness, or derangement of mind,

11. trouble from the government, slander, scandalous gossip,
separation from loved ones, loss of wealth,

12. houses destroyed by ravaging fire; and, upon dissolution
of the body that ignorant one is reborn in a hell realm.

Spoken in the Jetavana Grove:
13. Going around naked, wearing matted hair, fasting, sleeping
on the ground, smearing oneself with ashes and dust, sitting
upright – none of these practices can purify one who has not
overcome desire.

14. Even though one may be well dressed, if he is controlled,
peaceful and completely restrained, and has pure conduct, he,
truly, is bhikshu, a spiritual being, a brahmin.

15. Only rarely is there one in this world who, restrained by
modesty, avoids reproach as a thoroughbred horse avoids
the whip.

16. One with confidence and realization of emptiness, with
devotion, morality, perseverance, and certainty in the Dharma
will bring perfect knowledge and conduct, mindfulness, and
destruction of this limitless suffering, like a thoroughbred horse touched by the whip.

\འོད་མའི་ཚལ་དུའོ༎
གང་གིས་ཆད་པ་མི་འོས་པའི། །ཉེས་མེད་ཆད་པས་གཙོད་བྱེད་པ༎
གནས་སྐབས་བཅུ་པོ་གང་རུང་ལ། །ངེས་པར་སྨྱུར་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ། ༩།

རྩུབ་མོའི་ཚོར་བས་ཟིལ་ནོན་དང་། །ལུས་ནི་དུམ་བུར་ཆད་པ་དང་༎
ཕྱི་བའི་གནོད་པ་འབྱུང་བ་འམ། །སེམས་ནི་རབ་ཏུ་འཁྲུགས་པ་འཐོབ། ༡༠།

རྒྱལ་པོ་ཡིས་ནི་ཉམས་ང་དང་། །ཡང་ན་མི་ཁ་དྲག་པོ་སྟེ༎
གཉེན་རྣམས་ཡོངས་སུ་འཛད་པ་འམ། །ལོངས་སྤྱོད་དག་ནི་རབ་ཏུ་འཇིག ༡༡།

འོན་ཏེ་ཡང་ན་འདི་ཡི་ཁྱིམ། །མེ་དང་གློག་གིས་ཚིག་འགྱུར་ཞིང་༎
ཤེས་རབ་འཆལ་བ་ལུས་ཞིག་ནས། །དེ་ནི་དམྱལ་བ་ཉིད་དུ་སྐྱེ། ༡༢།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ༎
གཅེར་བུར་འགྲོ་དང་རལ་བ་འདྲམ་རྫབ་དང་། །ཁ་ཟས་མི་ཟ་ཐང་ལ་ཉལ་བ་དང་༎
རྡུལ་གྱིས་གཡོགས་དང་ཙོག་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས། །འདོད་ཞེན་མ་བརྒལ་མི་ནི་དག་མི་འགྱུར། ༡༣།

རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པར་བྱས་ཀྱང་ཆོས་སྤྱོད་ཅིང་། །དུལ་ཞིང་ཡང་དག་སྡོམ་ལྡན་ཚངས་པར་སྤྱོད༎
འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་ཆད་པ་སྤངས་པ་དེ། །དགེ་སློང་དགེ་སྦྱོང་དེ་ཡིན་བྲམ་ཟེའང་དེ། ༡༤།

གང་ཞིག་ཧ་བཟང་ལྕགས་ལ་བཞིན། །སྨད་པ་རབ་ཏུ་མི་རྟོགས་པ༎
ངོ་ཚས་དགག་པའི་སྐྱེས་བུ་ནི། །འཇིག་རྟེན་ན་ནི་འགའ་ཡོད་དམ། ༡༥།

སློབས་པ་ལྡན་ཞིང་ཡང་དག་རིག་གྱུར་ཅིང་། །དད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ནི་བརྩོན་འགྲུས་དང་༎
ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཆོས་ལ་ངེས་པ་ཡིས། །ཧ་མཆོག་ལྕགས་ཀྱིས་གཞུས་པ་ཇི་བཞིན་དུ༎
རིག་དང་ཞབས་ལྡན་སོ་སོར་དྲན་ལྡན་རྣམས། །མི་ཆུང་སྡུག་བསྔལ་འདི་ནི་རབ་སྤོང་བྱ། ༡༦།

17. Farmers regulate the waters, fletchers straighten arrows' shafts, carpenters shape wood, and the spiritual control themselves.

This concludes Chapter 10 concerning punishment.

ཡུར་བ་མཁན་གྱིས་ཆུ་འདྲེན་ཅིང་། །མདའ་མཁན་རྣམས་ནི་མྱུག་མ་བསྲང་། །
ཤིང་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཤིང་འཇོངས་ཏེ། །བརྟུལ་ཞུགས་བཟང་རྣམས་བདག་ཉིད་འདུལ། ༡༧། །

ཚད་པའི་སྐྱེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་པའོ། ། །

11. Old Age

Spoken in the Jetavana Grove:
1. While this world is ever ablaze, why this laughter, why this jubilation? Shrouded in darkness, will you not seek the light?

2. Behold this body of which nothing is lasting or stable – bloated, a heaped mass of sores, diseased, and unreliable.

Spoken in the Jetavana Grove:
3. Fully worn out is this body, a nest of disease and fragile. This foul mass breaks up, for death is the end of all life.

Spoken in the Jetavana Grove:
4. These dove-colored bones are like gourds that lie scattered around in autumn. Having seen them, how can you seek delight?

Spoken in the Jetavana Grove to Rŭpanandā:
5. This city (the body) is built of bones, plastered with flesh and blood; within are decay and death, pride and deceit.

Spoken in the Jetavana Grove concerning the goddess Mallikā:
6. Even ornamented royal chariots wear out, and indeed this body, too, wears out. But the Dharma of the holy ones does not age; the content mind will reveal this truth directly..

Spoken in the Jetavana Grove concerning Lāludāyi:
7. One of little learning grows old like a bull. He grows only in bulk, but his wisdom does not grow.

༡༡ ནུས་པའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།
ཧྲག་ཏུ་རབ་ཏུ་འབར་བ་ལ། །ཅི་ལ་བགོད་ཅིང་ཅི་ལ་དགའ།
མུན་པས་ཀུན་ནས་གཡོགས་པ་ཁྱོད། །སྒྲོན་མེ་འཚོལ་བར་མི་བྱེད་དམ། ༡།

ལྟོས་ཤིག་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་གཟུགས། །རྨ་ཡིས་ལུས་ནི་རབ་བསྣངས་པ།།
ནད་པ་ཀུན་རྟོག་མང་པོ་ཅན། །གང་ལ་བརྟན་པའི་གནས་མ་མཆིས། ༢།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།
གཟུགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྒས་གྱུར་ཅིང་། །ནད་ཀྱི་ཚང་སྟེ་ཡ་ང་བ།།
རྣག་གི་ཕུང་པོ་འདི་ཞིག་ནས། །གསོན་པའི་མཐའ་མར་འཆི་བ་ཉིད། ༣།

གང་འདི་རྣམས་ནི་སྟོན་ཀ་ཡི། །ཀུ་བ་བཞིན་དུ་འཐོར་གྱུར་བའི།།
རུས་པ་ཐུ་བའི་མདོག་ཅན་ཏེ། །དེ་རྣམས་མཐོང་ན་དགའ་བ་ཅི། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་གཟུགས་དགའ་མ་ལའོ།།
ཤ་དང་ཁྲག་གི་འདམ་ཉུགས་པའི། །རུས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་བྱས་པ་དེར།།
རྒ་བ་དང་ནི་འཆི་བ་དང་། །ང་རྒྱལ་དང་ནི་བསླུ་བྲིད་གནས།༥།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ལྷ་མོ་མལླི་ཀ་ལའོ།།
རྒྱལ་པོའི་ཤིང་རྟ་ཁྲ་བོ་རྙིང་བར་གྱུར། །འོན་ཏེ་ཡང་ན་ལུས་ཀྱང་རྒ་བར་འགྱུར།།
དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ནི་རྒ་མི་འགྱུར། །ཚོག་ཤེས་དམ་པའི་དངོས་པོར་རབ་ཏུ་བསྟན། ༦།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འཆར་ཀ་དམར་པོ་ལའོ།།
ཐོས་པ་ཆུང་བའི་སྐྱེས་བུ་ནི། །བ་ལང་བཞིན་དུ་རྒས་གྱུར་ཏེ།།
དེ་ཡི་ཤ་རྣམས་འཕེལ་གྱུར་ཀྱང་། །དེ་ཡི་ཤེས་རབ་འཕེལ་མ་གྱུར། ༧།

8. Through many a birth in samsara have I wandered in vain, seeking the builder of this house (of life). Repeated birth is indeed suffering!

9. O housebuilder, you are seen! You will not build this house again. For your rafters are broken and your ridgepole shattered. My mind has reached the uncompounded; I have attained the destruction of craving.

Spoken at Rsipatana:
10. Those who in youth have not led the holy life, or have failed to acquire true wealth, languish like old cranes in a pond without fish.

11. Those who in youth have not led the holy life, or have failed to acquire true wealth, lie sighing over the past, like broken arrows.

This concludes Chapter 11 concerning old age.

འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་དུ་མ་རུ། །ངལ་གསོ་མེད་ཅིང་མཚམས་མེད་པར།།
ཁྱིམ་གྱི་བྱེད་པོ་འཚོལ་བ་ན། །ཡང་ཡང་སྐྱེ་བ་སྡུག་བསྔལ་གྱུར། ༨།

ཁྱིམ་གྱི་བྱེད་པོ་ཁྱོད་ནི་མཐོང་། །སླར་ཆད་ཁྱོད་ནི་ཁྱིམ་མི་བྱེད།།
ཁྱོད་ཀྱི་རྩིབས་ལོགས་རྣམས་ནི་བཅག །ཁྱིམ་གྱི་ཐོག་ནི་བཤིག་པར་བྱས།།
འདུས་མ་བྱས་ལ་བགྲོད་པའི་སེམས། །སྲེད་པ་ཟད་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར། ༩།

དྲང་སྲོང་ལྷུང་བར་སོ།།

ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་མ་སྤྱད་ཅིང་། །གཞོན་དུས་ནོར་ནི་མ་རྙེད་པ།།
ཉ་རྣམས་ཟད་པའི་རྫིང་བུ་ན། །ཁྲུ་སྐྱར་རྒན་པོ་བཞིན་དུ་འཆི། ༡༠།

ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་མ་སྤྱད་ཅིང་། །གཞོན་དུས་ནོར་ནི་མ་རྙེད་པ།།
ཟད་ཅིང་ཆག་པའི་གཞུ་བཞིན་དུ། །སྔོན་གྱི་རྗེས་སུ་འཁྱོད་པར་འགྱུར།། ༡༡།།

རྒས་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པའོ།། །།

12. The Self

Spoken in Śiśumāragiri to Prince Bodhi:
1. If you hold yourself dear, you should diligently
Guard yourself. Let the wise one keep vigil during
the three watches of the night.

Spoken in the Jetavana Groce concerning Upananda:
2. You should first establish yourself in what is proper;
only then should you instruct others. Thus a wise
one will not be reproached.

Spoken concerning Tisya:
3. You should do what you teach others to do; if you
would train others, you should be well controlled
yourself. Difficult, indeed, is self-control.

Spoken concerning Kāśyayapakumārā:
4. You are truly your own protector; who else could
your protector be? When you have trained yourself well, you
will find the protector who is hard to find.

Spoken concerning Mahā Kāla:
5. The nonvirtue that a witless one commits is done by himself
(alone); it arises from himself and is produced by himself. It
grinds him down as diamond grinds another gem.

Spoken concerning Devadatta:
6. Just as a jungle creeper strangles the tree on which
it grows, just so, one who is exceedingly depraved
harms himself as only an enemy might wish.

Spoken in the Bamboo Grove:
7. It is easy to do things that are bad and harmful to
yourself. But exceedingly difficult to do are things
that are good and beneficial.

༡༢ བདག་གི་སྡེ་ཚན།

བྱིས་པ་གསོད་ཀྱི་རིར་རྒྱལ་བུ་རྟོགས་ལྡན་ལ་གསུངས་པ།
བདག་ཉིད་གཅེས་པར་ཤེས་ན་ཀོ། །དེ་ནི་བསྲུང་ཞིང་ལེགས་བསྲུང་བྱ།།
དགོང་ཐུན་གསུམ་པོ་གང་ཡིན་ཡང་། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མེལ་ཚེ་བྱ། ༡།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཉེར་དགའ་ལའོ།།
ཐོག་མར་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས། །ཚུལ་དང་མཐུན་པར་འཇུག་བྱ་སྟེ།།
དེ་ནས་གཞན་ལ་བསླབ་པར་བྱ། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་མི་མོངས། ༢།

སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།
ཇི་ལྟར་གཞན་ལ་གདམས་བྱས་པ། །དེ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱ།།
བདག་ཉིད་དུལ་ན་གཞན་རྣམས་འདུལ། །བདག་ཉིད་ཁོ་ན་གདུལ་བར་དཀའ། ༣།

འོད་སྲུང་གཞོན་ནུའི་མ་ལ་གསུངས་པ།
བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་གྱི། །གཞན་ལྟ་སུ་ཞིག་མགོན་དུ་འགྱུར།།
བདག་ཉིད་ཁོ་ན་ལེགས་དུལ་ན། །རྙེད་པར་དཀའ་བའི་མགོན་བརྙེད་འགྱུར། ༤།

ནག་པོ་ཆེན་པོ་ལའོ།།
རང་ཉིད་ཁོ་ནས་སྡིག་པ་བྱས། །རང་ལས་སྐྱེས་ཤིང་རང་ལས་བྱུང་།།
རྡོ་རྗེ་ཕོག་པའི་མུ་ཏིག་བཞིན། །བློ་ངན་མངོན་པར་བརྗེ་བར་བྱེད། ༥།

ལྷས་སྦྱིན་ལའོ།།
གང་ཞིག་ཤིན་ཏུ་ཚུལ་འཆལ་བ། །འཁྲི་ཤིང་གིས་བསྐོར་སཱ་ལ་བཞིན།།
དགྲ་ཡིས་ཇི་ལྟར་འདོད་གྱུར་བ། །དེ་ལྟར་དེ་ཡིས་རང་ལ་བྱེད། ༦།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
བདག་ཉིད་ལ་ནི་གནོད་འགྱུར་བའི། །ཉེས་པ་རྣམས་ནི་བྱེད་པར་སླ།།
ཕན་དང་ལེགས་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་མཆོག་ཏུ་བྱ་བར་དཀའ། ༧།

Spoken in the Jetavana Grove:
8. Whoever, on account of perverted views, scorns the teaching of the arhats, the noble ones, and those who live by the Dharma -- that fool is like the bamboo that dies as soon as it bears fruit.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Kāla the younger:
9. By yourself is nonvirtue done; by yourself are you defiled. By yourself is nonvirtue left undone; by yourself are you made pure. Purity and impurity depend on yourself; no one can purify another.

Spoken in the Jetavana Grove:
10. Do not neglect your own welfare for the sake of another, however great. Clearly understanding your own welfare, remain focused upon the ultimate truth.

This concludes Chapter 12 concerning the self.

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།
ཆོས་ཀྱི་འཚོ་དང་འཕགས་པ་དང་། །དགྲ་བཅོམ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ།།
གང་གིས་རབ་ཏུ་སྟོང་བྱེད་པའི། །བློ་ངན་སྡིག་ལྟ་ལ་གནས་པ།།
སྨྱུག་མའི་ཤིང་བཞིན་རང་ཉིད་ནི། །གསོད་པར་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན། ༨།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ནག་པོ་ཆུང་བ་ལའོ།།
སྡིག་པ་བྱེད་པ་རང་ཉིད་དེ། །རང་ཉིད་ཕོ་ནས་ཉོན་མོངས་བྱས།།
སྡིག་ལས་ལྡོག་པ་རང་ཉིད་དེ། །རང་ཉིད་ཕོ་ནས་རྣམ་པར་དག།
དག་དང་མ་དག་རང་ཉིད་དེ། །གཞན་གྱིས་གཞན་ནི་དག་མི་བྱེད། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།
གཞན་དོན་མང་པོའི་སླད་དུ་ཡང་། །རང་གི་དོན་ནི་བཏང་མི་བྱ།།
རང་དོན་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཡིས། །དམ་པའི་དོན་ནི་ལྷུར་བླངས་བྱ།།༡༠།།

བདག་གི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་གཉིས་པའོ།། །།

13. The World

Spoken in the Jetavana Grove:
1. Do not follow the vulgar way; do not live in heedlessness; do not hold false views; do not linger long in worldly existence.

Spoken to Śuddhodana in the Nyagrodha Grove:
2. Arise! Do not be heedless! Lead a righteous life. The righteous live happily both in this world and the next.

3. Lead a righteous life; lead not a base life. The righteous live happily both in this world and the next.

Spoken in the Jetavana Grove:
4. One who looks upon the world as a bubble or a mirage, he will not be seen by the Lord of Death.

Spoken to Abhaya in the Bamboo Grove:
5. Come! Behold this world, which is like an ornamented royal chariot. The childish are attracted, but the wise have no attachment.

6. He who, having been heedless, is heedless no more, illuminates this world like the moon freed from clouds.

Spoken in the Jetavana Grove concerning Angulimālā:
7. He who by good deeds covers the nonvirtue he has done, luminates this world like the moon freed from clouds.

8. The world is shrouded in darkness; here only a few can see the way to freedom. Those few are like birds escaping from a net and flying to the realms of bliss.

༡༣ འཇིག་རྟེན་གྱི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།

དམན་པའི་ཆོས་ནི་བསྟེན་མི་བྱ། །བག་མེད་པར་ནི་གནས་མི་བྱ།།
ལོག་པའི་ལྟ་བ་བསྟེན་མི་བྱ། །འཇིག་རྟེན་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་བྱ། ༡།

ཀ་པི་ལ་ཡུལ་གྱི་ཉ་གྲོ་དྷའི་ཀུན་དགའ་ར་བར་ཟས་གཙང་ལའོ།།

བག་མེད་མི་བྱ་ལྡང་བར་བྱ། །ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་སྤྱད།།
འཇིག་རྟེན་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་། །ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་བདེ་བར་གཟིམ། ༢།

ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་སྤྱད། །ཉེས་པར་སྤྱོད་པ་དེ་མི་སྤྱད།།
འཇིག་རྟེན་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་། །ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་བདེ་བར་གཟིམ། ༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་འོ།།

ཇི་ལྟར་ལྦ་བ་མཐོང་བ་དང་། །ཇི་ལྟར་སྨིག་རྒྱུ་མཐོང་གྱུར་པ།།
འཇིག་རྟེན་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་རྣམས། །འཆི་བདག་རྒྱལ་པོས་མཐོང་མི་འགྱུར། ༤།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་འཇིགས་མེད་ལའོ།།

རྒྱལ་པོའི་ཤིང་རྟ་ཁྲ་བོ་བཞིན། །འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་བལྟ་བ་སྤྱོན།།
གང་ལ་བྱིས་པ་ཆགས་གྱུར་ཀྱང་། །ཤེས་པར་དགོངས་རྣམས་ཞེན་མ་ཡིན། ༥།

གང་ཞིག་སྔོན་ཆད་བག་མེད་ཀྱང་། །ཕྱིས་ནས་བག་དང་ལྡན་གྱུར་པ།།
སྤྲིན་ལས་གྲོལ་བའི་ཟླ་བ་བཞིན། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་དེ་གསལ་འགྱུར། ༦།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་སོར་ཕྲེང་ཅན་ལའོ།།

གང་གིས་སྡིག་པའི་ལས་བྱས་པ། །དགེ་བས་གཡོགས་པར་གྱུར་པ་དེ།།
སྤྲིན་ལས་གྲོལ་བའི་ཟླ་བ་བཞིན། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་རབ་གསལ་འགྱུར། ༧།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་མུན་ནག་སྟེ། །འདི་ན་ཉུང་ངུ་ཙམ་གྱིས་མཐོང་།།
རྒྱ་ལས་ཐར་བའི་བྱ་བཞིན་དུ། །མཐོ་རིས་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་ཉུང་། ༨།

Spoken to Tisya in the Jetavana Grove:
9. Those with miracle powers can traverse the sky like swans flying on the path of the sun; the wise leave the world altogether after vanquishing Māra and his host.

Spoken in the Jetavana Grove:
10. The liar who has violated the one law (of truthfulness), who is indifferent to the hereafter -- there is no nonvirtue that he will not do.

Spoken in the Jetavana Grove:
11. Truly, misers will not go to heavenly realms; nor do fools praise generosity. But the wise one rejoices in giving, and by that alone does he become happy in the next life.

12. Better than sole sovereignty over the earth, better than going to the higher realms, better even than lordship over all the worlds is the fruition of stream entry.

This concludes Chapter 13 concerning the world.

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།
ངང་པ་ཉི་མའི་ལམ་དུ་བགྲོད། །རྫུ་འཕྲུལ་ལྡན་པ་མཁའ་ལ་འགྲོ།།
སྡེ་དང་བཅས་པའི་བདུད་ཕམ་ནས། །བརྟན་པ་འཇིག་རྟེན་དག་ལས་འདའ། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ཆོས་གཅིག་འདའ་བར་བྱས་པ་ཡི། །བརྫུན་ཚིག་སྨྲ་བའི་སྐྱེ་བོ་ནི།།
འཇིག་རྟེན་ཕ་རོལ་བརླན་རྣམས་ཀྱིས། །མི་བྱ་བ་ཡི་སྡིག་པ་མེད།་༡༠།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
འཇུངས་པ་མཐོ་རིས་འཇིག་རྟེན་མི་འགྲོ་སྟེ། །བྱིས་པ་སྦྱིན་པའི་ཕན་ཡོན་བརྗོད་མི་བྱེད།།
བརྟན་པ་སྦྱིན་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་པ། །དེ་ཡིས་དེ་ནི་གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར། ༡༡།

ས་སྟེང་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་དང༌། །མཐོ་རིས་ཡུལ་ལ་བགྲོད་པ་འམ།།
འཇིག་རྟེན་ཀུན་ལ་དབང་བ་ལས། །རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མཆོག ། ༡༢།།

འཇིག་རྟེན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་གསུམ་པའོ།། །།

14. The Buddha

Spoken to the brahmins in the land of Uruvilvā:
1. No one can deceive the Buddha, the one with limitless range, whose victory is unassailable, who cannot be pursued by any of the vanquished defilements.

2. No one can deceive the Buddha, the one with limitless range, in whom the entangling and embroiling craving that perpetuates becoming no longer exists.

Spoken in the city of Kāśī:
3. Those wise ones who are constant in their meditation and who delight in the calm of renunciation – even the gods pray to such mindful ones, the perfect buddhas.

Spoken to the king of the nāgas in Vārānasī:
4. Hard is it to be born a human; hard is the life of mortals. Hard is it to gain the opportunity of hearing the sublime Dharma, and hard to encounter is the arising of the Buddha.

Spoken to Ananda in the Jetavana Grove:
5. Avoid all nonvirtue, cultivate good, and discipline your own mind -- this is the teaching of the Buddha.

6. Enduring patience is the highest austerity. "Nirvana is supreme," say the buddhas. He is not a true monk who hams another, nor a true renunciate who oppresses others.

7. Do not despise others, do not harm, restrain (yourself) according to the code of monastic discipline, eat food moderately, dwell in solitude, be devoted to meditation -- this is the teaching of the Buddha.

༡༨ སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྡེ་ཚན།

ཡུལ་ལྗེང་རྒྱས་སུ་བྲམ་ཟེ་ལ་གསུངས་པ།

གང་གི་རྒྱལ་བ་ཕམ་པར་མི་ནུས་ཏེ། །འདི་ཡི་རྒྱལ་བ་འཇིག་རྟེན་སུས་མི་བགྲོད།།
སངས་རྒྱས་མཐའ་མེད་སྤྱོད་ཡུལ་གནས་མེད་དེ། །ལམ་ནི་གང་གི་ཁྱོད་ཀྱིས་བགྲི་བར་བྱ། ༡།

སྲིད་པའི་དྲྭ་བ་དུག་གི་བདག་ཉིད་ཅན། །གར་ཡང་འཁྲིད་པ་གང་ལ་ཡོད་མིན་ན།།
སངས་རྒྱས་མཐའ་མེད་སྤྱོད་ཡུལ་གནས་མེད་དེ། །ལམ་ནི་གང་གིས་ཁྱོད་ཀྱིས་བགྲི་བར་བྱ། ༢།

གྲོང་ཁྱེར་གསལ་ལྡན་དུའོ།།

གང་ཞིག་བསམ་གཏན་ལྷུར་ལེན་བརྟན། །བྱ་མེད་ཉེ་བར་ཞི་ལ་དགྱེས།།
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དྲན་ལྡན་པ། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་ལྷ་ཡང་སྨོན། ༣།

ཤཱ་ཧྣ་ཆ་ཤྣིར་ཀླུའི་རྒྱལ་པོ་ལའོ།།

མི་ཉིད་རབ་ཏུ་འཐོབ་དཀའ་སྟེ། །འཆི་བར་ངེས་རྣམས་གསོན་པར་དཀའ།།
དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཐོས་པར་དཀའ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བར་དཀའ། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཀུན་དགའ་བོ་ལའོ།།

སྡིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱ།།
རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། ༥།

བཟོད་པ་དཀའ་ཐུབ་དམ་པ་བཟོད་པ་ནི། །མྱ་ངན་འདས་པ་མཆོག་ཅེས་སངས་རྒྱས་གསུངས།།
རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་ལ་གནོད་པ་དང་། །གཞན་ལ་འཚེ་བ་དགེ་སྦྱོང་མ་ཡིན་ནོ། ༦།

སྨོད་པར་མི་བྱ་བརྡེག་མི་བྱ། །སོ་སོར་ཐར་པ་ཡང་དག་སྡོམ། །ཟས་ཀྱི་ཚོད་ནི་རིག་པ་དང་།།
བས་མཐའ་དག་ཏུ་གནས་མལ་བྱ། །ལྷག་པའི་བསམ་པ་ཡང་དག་སྦྱར། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། ༧།

Spoken in the Jetavana Grove:
8. There is no satisfying sensual desires, even with a rain of gold coins. Sensual pleasures give little satisfaction and much pain.

9. Having understood this, the wise one finds no delight even in heavenly pleasures. A disciple of the supreme Buddha delights in the destruction of craving.

Spoken to the brahmins in the Jetavana Grove:
10. Driven by fear, beings go for refuge to many places -- to hills, woods, groves, trees, and shrines.

11. They provide no safe refuge; they are not the supreme refuge. One will not be released from suffering by resorting to such refuges.

12-13. He who has gone for refuge to the Buddha, his Dharma, and his Sangha penetrates the Four Noble Truths with transcendental wisdom -- suffering, the cause of suffering, the cessation of suffering, and the Noble Eightfold Path leading to the cessation of suffering.

14. This, indeed, is the safe refuge, this is the supreme refuge. One will be released from all suffering by resorting to such a refuge.

Spoken in the Jetavana Grove:
15. Hard to find is a truly wise person; one is not born everywhere. Wherever such a wise person is born, that clan thrives happily.

16. Happy is the birth of a buddha; happy is the enunciation of the sacred Dharma; happy is the harmony in the Order, and happy is the austerity pursued by the harmonious ones.

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་གོ།།
ཀུན་ཏུ་ཧྲའི་ཆར་བབས་ཀྱང་། །འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཚིམ་པ་མེད།།
སྐྱང་ཡུན་ཐུང་ལ་སྡུག་བསྔལ་བ། །འདོད་པ་ཡིན་ཞེས་མཁས་པས་ཤེས། ༨།

ལྷ་ཡི་འདོད་པ་དག་ལ་ཡང་། །དེ་ཡིས་དགའ་བ་མེད་པར་རྟོགས།།
རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །སྲིད་པ་ཟད་པ་དག་ལ་དགའ། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་བྲམ་ཟེ་ལའོ།།
རི་དང་ནགས་དང་མཆོད་རྟེན་དང་། །ཀུན་དགའ་ར་བ་ལྗོན་ཤིང་ལ།།
འཇིགས་པས་སྔངས་པའི་མི་རྣམས་ནི། །ཕལ་ཆེར་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན། ༡༠།

འདི་དག་དགེ་བའི་སྐྱབས་མིན་ཏེ། །སྐྱབས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་འདི་དག་མིན།།
འདི་དག་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཡིས། །སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ལས་གྲོལ་མི་འགྱུར། ༡༡།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ། །གང་གིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཡིས།།
སྡུག་བསྔལ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་འབྱུང་དང་། །སྡུག་བསྔལ་རབ་ཏུ་འདས་པ་དང་། ༡༢།

སྡུག་བསྔལ་ཉེར་ཞི་ལ་བགྲོད་པའི། །འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་སྟེ།།
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས། །ཡང་དག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཐོང་འགྱུར། ༡༣།

འདི་དག་དགེ་བའི་སྐྱབས་ཡིན་ཏེ། །སྐྱབས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་འདི་དག་ཡིན།།
འདི་དག་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཡིས། །སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ལས་རབ་གྲོལ་འགྱུར། ༡༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་གོ།།
སྐྱེས་བུ་ཅང་ཤེས་རྙེད་པར་དཀའ། །ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་དེ་མི་འབྱུངས།།
གང་དུ་བརྟན་པ་དེ་འབྱུངས་པའི། །རིགས་དེ་རྣམས་ལ་བདེ་བ་འཕེལ། ༡༥།

སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་བདེ་བ་སྟེ། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་བསྟན་པ་བདེ།།
དགེ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བདེ། ༡༦།

Spoken concerning the caitya of Kāśyapa:
195-196. One who reveres those worthy of reverence, the buddhas and their disciples, who have transcended all obstacles and passed beyond the reach of sorrow and lamentation -- he who reveres such peaceful and fearless ones, his merit none can compute by any measure. (17-18)

This concludes Chapter 14 concerning the Buddha.

འོད་སྲུང་གི་མཆོད་རྟེན་དུའོ།།

སྨོན་པ་རྣམས་ལས་རབ་འདས་ཤིང་། །སྲིད་དང་མྱ་ངན་ཡོངས་ཟད་པའི།།
མཆོད་འོས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སམ། །འོན་ཏེ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་མཆོད། ༡༧།

གང་ལ་མི་འཇིགས་མྱང་འདས་པ། །དེ་རྣམས་དེ་ལྟར་མཆོད་པ་ཡི།།
བསོད་ནམས་འདི་འདྲ་དག་གི་ཚད། །སུས་ཀྱང་བགྲང་བར་ནུས་མ་ཡིན།། ༡༨།།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་བཞི་པའོ།། ||

15. Happiness

Spoken in the city of the Śākyas:
1. Even though we live among enemies, we don't see them as enemies. Not seeing enemies as enemies, how wonderful to live with happiness, even in the middle of enemies we are free of enemies.

2. Never harming even those who would hurt us, how wonderful to live without harm in the midst of harmful people.

3. Never feeling avarice among the greedy, how wonderful to dwell without yearning among the possessive.

4. Happy, indeed, we live, we who possess nothing. We abide nourished by joy, like the Radiant Gods.

Spoken in Śravastī concerning King Prasenajit:
5. Victory begets enmity; the defeated dwell in pain. Happily the peaceful live, discarding both victory and defeat.

Spoken in Śravastī concerning an attractive woman:
6. There is no fire like lust and no opponent like hatred. There is no suffering like the aggregates (of existence) and no happiness higher than peace.

7. Hunger is the worst disease, samsara the worst suffering. Knowing this as it really is, the wise realize nirvana, the highest bliss.

Spoken to Prasenajit in Kosala:
8. Health is the greatest gain and contentment the greatest wealth. A trustworthy person is the best kinsman, and freedom from sorrow the greatest happiness.

༡༥ བདེ་བའི་སྨོ་ཚན།

ཤཱཀྱའི་གྲོང་དུ།།
དགྲ་ལ་དགྲ་རུ་མི་བྱེད་པ། །ཨེ་མ་བདག་ཅག་བདེ་བར་འཚོ།།
དགྲ་བོའི་མི་ཡི་ནང་དུ་ཡང་། །བདག་ཅག་དགྲ་དང་བྲལ་བར་གནས། ༡།

གནོད་ལ་གནོད་པར་མི་བྱེད་པ། །ཨེ་མ་བདག་ཅག་བདེ་བར་འཚོ།།
གནོད་བྱེད་མི་ཡི་ནང་དུ་ཡང་། །བདག་ཅག་གནོད་པ་མེད་པར་གནས། ༢།

ཇམས་ལ་ཇམས་པར་མི་བྱེད་པ། །ཨེ་མ་བདག་ཅག་བདེ་བར་འཚོ།།
ཇམས་པའི་མི་ཡི་ནང་དུ་ཡང་། །བདག་ཅག་གཏོགས་འདོད་བྲལ་བར་གནས། ༣།

གང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་གྱུར་བ། །ཨེ་མ་བདག་ཅག་བདེ་བར་འཚོ།།
འོད་གསལ་གྱི་ནི་ལྷ་བཞིན་དུ། །བདག་ཅག་དགའ་བ་ཟ་བར་གྱུར། ༤།

མཉན་ཡོད་དུ་གསལ་རྒྱལ་ལའོ།།
རྒྱལ་བ་ཡིས་ནི་དགྲ་བོ་འབྱིན། །ཕ་རོལ་རྒྱལ་བ་སྡུག་བསྔལ་ཉལ།།
རྒྱལ་དང་ཕམ་པ་བོར་བྱས་ནས། །ཉེ་བར་ཞི་བ་བདེ་བར་གཟིམ། ༥།

མཉན་ཡོད་དུ་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་ལའོ།།
འདོད་ཆགས་འདྲ་བའི་མེ་མེད་དེ། །ཁྲོ་བ་འདྲ་བའི་རྩོད་ཟླ་མེད།།
ཕུང་པོ་འདྲ་བའི་སྡུག་བསྔལ་མེད། །ཞི་བ་ལས་ལྷག་བདེ་བ་མེད། ༦།

བཀྲེས་པ་ནད་ཀྱི་ཐུ་ཤོས་ཏེ། །འཁོར་བ་དགྲ་ཡི་ཐུ་བོ་ཉིད།།
འདི་རྣམས་ཤེས་པ་ལ་སློས་ན། །མཆོག་གི་བདེ་བ་མྱང་འདས་ཡིན། ༧།

ཀོ་ས་ལར་གསལ་རྒྱལ་ལའོ།།
ནད་མེད་པ་ནི་རྙེད་པའི་མཆོག །ཚོག་ཤེས་པ་ནི་ནོར་གྱི་མཆོག །
མཛའ་བའི་གྲོགས་ནི་གཉེན་གྱི་མཆོག །མྱ་ངན་འདས་པ་བདེ་བའི་མཆོག ༨།

Spoken to Tisya in Vaiśālī:
9. Having tasted solitude and savored peace, one drinks deeply of the nectar of Dharma and becomes pain-free and stainless.

10. Good it is to see the noble ones; to live with them is ever blissful. One will always be happy by not encountering fools.

11. Indeed, he who engages with fools grieves for long. Association with fools is always painful, like partnership with an enemy. But association with the wise is happy, like meeting one's own kinsmen.

12.. Therefore, follow those with good hearts, who are learned, firm in conduct, righteous, disciplined, and wise. One should follow only such a person who is truly good and discerning, just as the moon follows the path of the stars.

This concludes Chapter 15 concerning happiness.

ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྐར་རྒྱལ་ལའོ།།

རབ་ཏུ་དབེན་པའི་རོ་དང་ནི། །ཉེ་བར་ཞི་བའི་རོ་བཏུང་ནས།།
ཆོས་ཀྱི་དགའ་བའི་རོ་འཐུང་བ། །འཇིགས་པ་མེད་ཅིང་སྡིག་མེད་འགྱུར། ༩།

འཕགས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་ལེགས། །ཡང་དག་འགྲོགས་པ་རྟག་ཏུ་བདེ།།
བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་ན། །རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༡༠།

བྱིས་དང་ལྷན་ཅིག་སྤྱོད་པ་ནི། །ཡུན་རིང་དུས་སུ་མྱ་ངན་འགྱུར།།
བྱིས་པ་རྣམས་ནི་དགྲ་བཞིན་ཏེ། །འགྲོགས་ན་ཀུན་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་འགྱུར།།
བརྟན་པ་རྣམས་ནི་གཉེན་བཞིན་ཏེ། །ཡང་དག་འགྲོགས་ན་བདེ་བར་གནས། ༡༡།

དེས་ན་གཞུང་བཟང་མཁས་པ་མང་ཐོས་ལྡན། །ཚུལ་བརྟན་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་དང་ཡ་རབས་ཏེ།།
དེ་འདྲའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བློ་ལྡན་རྣམས། །སྐར་མའི་ལམ་ལ་ཟླ་བ་བཞིན་དུ་བསྟེན། ༡༢།

བདེ་བའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅོ་ལྔ་པའོ།། །།

16. Affection

Spoken to three śramaneras in the Jetavana Grove:
1. When you apply yourself to things that should be avoided and do not apply yourself where exertion is needed, you only link up with your own attachment. By grasping at pleasures, you give up your true welfare.

2. Do not keep company with dear ones and definitely not with unpleasant ones. The absence of the beloved and presence of those not dear are both painful.

3. Therefore, hold no one dear, for separation from the dear is painful. By never grasping at affection, you will never be bound by its chains.

Spoken in the Jetavana Grove:
4. From endearment springs grief, from endearment springs fear. For one who is wholly free from endearment there is no grief, no fear.

5. From cherishing springs grief, from cherishing springs fear. For one who is wholly free from cherishing there is no grief, no fear.

6. From infatuation springs grief, from infatuation springs fear. For one who is wholly free from cherishing there is no grief, No fear.

7. From desire springs grief from desire springs fear. For one who is wholly free from desire there is no grief; no fear?

8. From craving springs grief, from craving springs fear. For one who is wholly free from craving there is no grief, no fear.

༧༥ དགའ་བའི་སྒོ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དགེ་ཚུལ་གསུམ་ལའོ།།

རྣལ་འབྱོར་མིན་ལ་བདག་ཉིད་སྦྱོར། །རྣལ་འབྱོར་ལ་ཡང་སྦྱོར་བ་བྲལ།།
དོན་བོར་དགའ་བ་འཛིན་པ་ནི། །བདག་ཉིད་རྗེས་སུ་སྦྱོར་ལ་ཆགས། ༡།

དགའ་བ་ལ་ནི་མ་འགྲོགས་ཤིག །མི་དགའ་བ་ལ་ནམ་ཡང་མིན།།
དགའ་བ་མ་མཐོང་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། །མི་དགའ་མཐོང་བ་སྡུག་བསྔལ་ལོ། ༢།

དེས་ན་དགའ་བར་མི་བྱ་སྟེ། །དགའ་བོ་བོར་བ་སྡིག་པ་ཉིད།།
གང་ཡང་དགའ་བར་མི་འཛིན་པ། །དེ་ལ་སྒྲོག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།

དགའ་བ་རྣམས་ལས་མྱ་ངན་སྐྱེ། །དགའ་བ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
དགའ་བ་རྣམས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །མྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། ༤།

གཅེས་པ་རྣམས་ལས་མྱ་ངན་སྐྱེ། །གཅེས་པ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
གཅེས་པ་རྣམས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །མྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། ༥།

ཆགས་པ་རྣམས་ལས་མྱ་ངན་སྐྱེ། །ཆགས་པ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
ཆགས་པ་རྣམས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །མྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། ༦།

འདོད་པ་རྣམས་ལས་མྱ་ངན་སྐྱེ། །འདོད་པ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
འདོད་པ་རྣམས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །མྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་མེད། ༧།

སྲེད་པ་རྣམས་ལས་མྱ་ངན་སྐྱེ། །སྲེད་པ་རྣམས་ལས་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
སྲེད་པ་རྣམས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །མྱ་ངན་མེད་ཅིང་འཇིགས་པ་ཅི། ༨།

Spoken in the Bamboo Grove:
9. People hold dear one who has excellent morality and excellent view, who abides in the Dharma, who speaks only truth, and who does what is appropriate for himself.

Spoken in the Jetavana Grove concerning nonreturners:
10. One who wishes for the ineffable (nirvana), whose mind is completely clear, and is no more bound by sense pleasures -- such a person is called "One Bound Upstream"

Spoken to Nandāputra at Rsipatana:
11. When, after a long absence, a person safely returns home from afar, his relatives, friends and well-wishers welcome him home upon arrival.

12. Likewise, when a virtuous person goes from this world to the next, his own good deeds will welcome him like a kinsman upon his arrival.

This completes Chapter 15 concerning happiness.

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།

ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས། །ཆོས་ལ་གནས་ཤིང་བདེན་པར་སྨྲ།།
རང་ལ་འོས་པའི་ལས་བྱེད་པ། །དེ་ལ་སྐྱེ་བོ་དགའ་བར་བྱེད། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཕྱིར་མི་འོངས་ལའོ།།

བརྗོད་དུ་མེད་ལ་འདུན་པ་སྐྱེས། །ཡིད་ཀྱང་གསལ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར།།
འདོད་ལ་འབྲེལ་བ་ལོག་པའི་སེམས། །གྱེན་དུ་རྒྱུ་བ་བྱ་བར་བརྗོད། ༡༠།

དྲང་སྲོང་ལྷུང་བར་དགའ་མོའི་བུ་ལའོ།།

སྐྱེས་བུ་ཡུན་རིང་འགྲུམས་གྱུར་ཏེ། །རྒྱང་ནས་བདེ་བར་སླེབས་པ་ལ།།
གཉེན་དང་བཤེས་དང་སྙིང་གྲོགས་རྣམས། །འོངས་པ་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱེད། ༡༡།

དེ་བཞིན་བསོད་ནམས་བྱེད་པ་ཡང་། །འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་གཞན་སོང་ན།།
མཛའ་བོ་སླེབས་ལ་གཉེན་གྱིས་བཞིན། །བསོད་ནམས་དག་གིས་བསུ་བར་བྱེད།། ༡༢།

དགའ་བའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པའོ།། ||

STOP PRINTING HERE. KHENPO AND KHENMO WILL REVIEW THE REST LATER.

17. Anger

221. One should give up anger, renounce pride, and overcome all fetters. Suffering never befalls him who clings not to mind and body and is detached. (1)

222. He who checks rising anger as a charioteer checks a rolling chariot, him I call a true charioteer. Others only hold the reins. (2)

223. Overcome the angry by non-anger; overcome the overcome wicked by goodness; overcome the miser by generosity; overcome the liar by truth. (3)

224. Speak the truth; yield not to anger; when asked, give even if you only have a little. By these three means can one reach the presence of the gods. (4)

225. Those sages who are inoffensive and ever restrained in body, go to the Deathless State, where, having gone, they grieve no more. (5)

226. Those who are ever vigilant, who discipline themselves day and night are ever intent upon nirvana – their defilements fade away. (6)

227. O Atula! Indeed, this is an ancient practice, not one only of today; they blame those who remain silent, they blame those who speak much, they blame those who speak in moderation. There is none in this world who is not blamed. (7)

༡༧ ཁྲོ་བའི་སྡེ་ཚན།

ནྱ་གྲོ་དྷའི་ཀུན་དགའ་ར་བར་དམར་མོ་ལ་གསུངས་པ།
ཁྲོ་བ་སྤངས་ཤིང་ང་རྒྱལ་རབ་ཏུ་སྤངས། །རབ་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཀུན་ལས་རིང་དུ་བརྒལ།།
མིང་དང་གཟུགས་ལམ་ཞེན་ཅི་ཡང་མེད། །སྡུག་བསྔལ་རྣམས་ནི་རྗེས་སུ་འབབ་མི་འགྱུར། ༡།

གང་གིས་ཁྲོ་བ་ལངས་པ་ལ། །ཤིང་རྟ་འཁོར་བཞིན་འཛིན་པ་དེ།།
ཁ་ལོ་པ་ཞེས་བདག་གིས་སྨྲ། །སྐྱེ་བོ་གཞན་ནི་སྲབ་སྐྱོགས་འཛིན། ༢།

འོད་མའི་ཚལ་དུ་དགེ་བསྙེན་ཨྣ་མ་ལའོ།།
སྤང་མེད་ཁྲོ་བ་ཐམ་པར་གྱིས། །ལེགས་པས་ཉེས་པ་ཐམ་པར་གྱིས།།

བདེན་པ་ཡིས་ནི་བརྫུན་ཚིག་དང་། །སྦྱིན་པས་སེར་སྣ་ཕམ་པར་གྱིས། ༣།

བདེན་པར་སྨྲ་ཞིང་ཁྲོ་བ་མེད། །སློང་ན་ཕྲན་ཚེགས་ཡིན་ཡང་སྦྱིན།།
གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་འདི་དག་གིས། །ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ནི་གམ་དུ་བགྲོད། ༤།

གནས་བཅས་སུ་བྲམ་ཟེ་ལའོ།།
ཐུབ་པ་གང་ཞིག་མི་འཚེ་ཞིང་། །རྟག་ཏུ་ལུས་ཀྱིས་སྡོམ་བྱེད་པ།།
དེ་ནི་འཕོ་མེད་ས་ལ་འགྲོ། །གང་དུ་སོང་ན་མྱ་ངན་མེད། ༥།

བྱ་རྒོད་ཕུང་པོའི་རི་ལའོ།།
ཉིན་དང་མཚན་མོ་སད་གྱུར་ཅིང་། །རྟག་ཏུ་རྗེས་སུ་སློབ་བྱེད་པ།།
མྱ་ངན་འདས་པ་ལྷུར་ལེན་རྣམས། །ཁྱད་ཀྱིས་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། ༦།

དགེ་བསྙེན་ཨ་ཏུ་ལར་གསུངས་པ།།
ཁ་རོག་སྡོད་ལ་སྨོད་བྱེད་ཅིང་། །མང་དུ་སྨྲ་ལ་སྨོད་པར་བྱེད།།
སྨྲ་ཚོད་བཟུང་ཡང་སྨོད་བྱེད་དེ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མི་སྨོད་མེད།།
གནའ་བོའི་དུས་ནས་འདི་འདྲ་སྟེ། །དེང་སང་ཙམ་མིན་ཨ་ཏུ་ལ། ༧།

228. There never was, there never will be, nor is there now, a person who is wholly blamed or wholly praised. (8)

229. But the man whom the wise praise, after observing him day after day, is one of flawless character, wise, and endowed with knowledge and virtue. (9)

230. Who can blame such a one, as worthy as a coin of refined gold? Even the gods praise him; by Brahma, too, is he praised. (10)

231. Let a man guard himself against irritability in bodily action; let him be controlled in deed. Abandoning bodily misconduct, let him practice good conduct in deed. (11)

232. Let a man guard himself against irritability in speech; let him be controlled in speech. Abandoning verbal misconduct, let him practice good conduct in speech. (12)

233. Let a man guard himself against irritability in thought; let him be controlled in mind. Abandoning mental misconduct, let him practice good conduct in thought. (13)

234. The wise are controlled in bodily action, controlled in speech and controlled in thought. They are truly well-controlled. (14)

མཐའ་གཅིག་ཏུ་ནི་སྨད་པ་འམ། །མཐའ་གཅིག་བསྟོད་པའི་སྐྱེས་བུ་ནི།།
མ་བྱུང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ད་ལྟ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༨།

འོན་ཀྱང་གང་ལ་བློ་ལྡན་རྣམས། །ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་བརྟགས་བྱེད་པ།།
ཀླན་ཀ་མེད་པའི་བློ་ལྡན་ནི། །ཤེས་རབ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་ལྡན། ༩།

འཛམ་བུའི་གསེར་གྱི་དོང་ཙེ་བཞིན། །སུ་ཞིག་དེ་ལ་སྨོད་པར་རིགས།།
ལྷ་ཡང་དེ་ལ་བསྟོད་པར་བྱེད། །ཚངས་པ་ཡང་ནི་དེ་ལ་བསྟོད། ༡༠།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
ལུས་ཀྱི་ཁྲོ་བ་བསྲུང་བར་གྱིས། །ལུས་ཀྱིས་ཡང་དག་སྡོམ་པར་བྱ།།
ལུས་ཀྱི་ཉེས་སྤྱོད་སྤངས་བྱས་ནས། །ལུས་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད། ༡༡།

ངག་གི་ཁྲོ་བ་བསྲུང་བར་གྱིས། །ངག་གིས་ཡང་དག་སྡོམ་པར་བྱ།།
ངག་གི་ཉེས་སྤྱོད་སྤངས་བྱས་ནས། །ངག་གིས་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད། ༡༢།

ཡིད་ཀྱི་ཁྲོ་བ་བསྲུང་བར་གྱིས། །ཡིད་ཀྱིས་ཡང་དག་སྡོམ་པར་བྱ།།
ཡིད་ཀྱི་ཉེས་སྤྱོད་སྤངས་བྱས་ནས། །ཡིད་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད། ༡༣།

བརྟན་པ་ལུས་ཀྱིས་སྡོམ་བྱེད་ཅིང་། །འོན་ཏེ་ངག་གིས་ཡང་དག་སྡོམ།།
བརྟན་པ་ཡིད་ཀྱིས་ཡང་དག་སྡོམ། །དེ་ནི་ཡོངས་སུ་སྡོམ་པ་ཉིད།། ༡༤།།

ཁྲོ་བའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅོ་བདུན་པའོ།། །།

18. Impurity

235.Like a withered leaf are you now; death's messengers await you. You stand on the eve of your departure, yet you have made no provision for your journey! (1)

236. Make an island for yourself! Strive hard and become wise! Rid of impurities and cleansed of stain, you shall enter the celestial abode of the Noble Ones. (2)

237. Your life has come to an end now; you are setting forth into the presence of Yama, the king of death. No resting place is there for you on the way, yet you

have made no provision for your journey! (3)

238. Make an island for yourself! Strive hard and become Wise! Rid of impurities and cleansed of stain, you shall not come again to birth and decay. (4)

239. One by one, little by little, moment by moment, a wise man should remove his own impurities, as a smith removes the dross from silver. (5)

240. Just as rust arising from iron eats away the base from which it arises, even so, their own deeds lead transgressors to states of woe. (6)

241. Non-repetition is the bane of scriptures; neglect is the bane of a home; slovenliness is the bane of personal appearance, and heedlessness is the bane of a guard. (7)

༡༨ དྲི་མའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།

ཁྱོད་ནི་ལོ་མ་སྐྱ་བོ་འདྲ། །གཤིན་རྗེའི་སྐྱེས་བུས་ཁྱོད་ལ་སྒུགས།།
ཁྱོད་ནི་འཆི་བའི་ཁ་ན་གནས། །ཁྱོད་ལ་ལམ་རྒྱགས་དག་ཀྱང་མེད། ༡།

དེ་ནི་རང་ཉིད་གླིང་དུ་གྱིས། །མྱུར་དུ་འབད་ཅིང་མཁས་པར་མཛོད།།
དྲི་མ་བསལ་ཅིང་ཉེས་མེད་པ། །མཐོ་རིས་འཕགས་པའི་ས་འཐོབ་འགྱུར། ༢།

ཁྱོད་ཀྱི་ཚེ་ནི་ཟད་པར་གྱུར། །གཤིན་རྗེའི་རྒྱལ་པོའི་གམ་དུ་སླེབས།།
མཚམས་ན་སྡོད་པ་ཁྱོད་ལ་མེད། །ཁྱོད་ལ་ལམ་རྒྱགས་དག་ཀྱང་མེད། ༣།

དེ་ནི་རང་ཉིད་གླིང་དུ་གྱིས། །མྱུར་དུ་འབད་ཅིང་མཁས་པར་མཛོད།།
དྲི་མ་བསལ་ཅིང་ཉེས་མེད་པ། །ཕྱིན་ཆད་སྐྱེ་རྒ་ཉེད་མི་འགྱུར། ༤།

རིམ་གྱིས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་དང་། །མཁས་པས་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས།།
མགར་བ་ཡིས་ནི་དངུལ་བཞིན་དུ། །རང་གི་དྲི་མ་བསལ་བར་བྱ། ༥།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།

ལྕགས་ལས་བཙའ་ནི་རབ་ཏུ་ལྡང་འགྱུར་ཅིང་། །ཡང་ནས་དེ་ཉིད་ཟ་བར་བྱེད་པ་བཞིན།།
འདི་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ལོག་པར་སྤྱོད་པ་རྣམས། །རང་གི་ལས་ཀྱིས་ངན་སོང་དག་ཏུ་འཁྲིད། ༦།

ཆར་ཀ་དམར་པོ་ལ་གསུངས་པ།

ཚིག་མེད་པ་ སྔགས་ཀྱི་དྲི། །འདུག་ཞལ་མེད་པ་ཁྱིམ་གྱི་དྲི།།
ལེ་ལོ་རིགས་ཀྱི་དྲི་མ་སྟེ། །བག་མེད་པ་ནི་བསྲུང་བའི་དྲི། ༧།

242. Unchastity is the taint in a woman; niggardliness is the taint in a giver. Taints, indeed, are all evil things, both in this world and the next. (8)

243. A worse taint than these is ignorance, the worst of
all taints. Destroy this one taint and become
taintless, O monks! (9)

244. Easy is life for the shameless one who is as
impudent as a crow, is backbiting and forward,
arrogant and corrupt. (10)

245. Difficult is life for the modest one who always seeks
purity, detached and un-assuming, clean in life,
and discerning. (11)

246-247. One who destroys life, utters lies, takes what is
given, goes to another man's wife, and is addicted to
intoxicating drinks -such a man digs up
his own root even in this very world. (12-13)

248. Know this, O good man: evil things are difficult to
control. Let not greed and wickedness drag you to
protracted misery. (14)

249. People give according to their faith or regard. If one
becomes discontented with the food and drink given
by others, one does not attain meditative
absorption, either by day or by night. (15)

250. But he in whom this (discontent) is fully destroyed,
uprooted and extinct, he attains absorption, both by
day and by night. (16)

བུད་མེད་དྲི་མ་སྤྱོད་ངན་ཏེ། །སྦྱིན་བདག་དྲི་མ་སེར་སྣ་ཡིན།།
འཇིག་རྟེན་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་། །སྡིག་པའི་ཆོས་ནི་དྲི་མ་ཡིན། ༨།

དྲི་མ་ལས་ཀྱང་དྲི་མ་སྟེ། །དྲི་མའི་ཐ་ཤལ་མ་རིག་པ།།
དྲི་མ་དེ་ནི་རབ་སྤངས་ནས། །དྲི་མེད་མཛོད་ཅིག་དགེ་སློང་དག ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ས་རི་ལའོ།།
ཁ་ཡི་དཔའ་བོ་མ་རབས་དང་། །ཐོ་ཅོ་ཅན་དང་སྤྱི་བརྟོལ་ཅན།།
ཀུན་ཉོན་གྱིས་ནི་འཚོ་བ་སྟེ། །ངོ་ཚ་མེད་ལ་འཚོ་བ་སླ། ༡༠།

རྟག་ཏུ་གཙང་མ་འཚོལ་བ་དང་། །སྐྱོན་མེད་ཁ་བསག་མེད་པ་དང་།།
དག་པའི་འཚོ་བ་ལ་ལྟོས་པའི། །ངོ་ཚ་ཅན་རྣམས་དཀའ་བར་འཚོ། ༡༡།

གང་ཞིག་སྲོག་གཅོད་བྱེད་པ་དང་། །བརྫུན་གྱི་ཚིག་ནི་སྨྲ་བ་དང་།།
འཇིག་རྟེན་ན་ནི་མ་བྱིན་ལེན། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་དག་ལ་བགྲོད། ༡༢།

མི་གང་མྱོས་པར་འགྱུར་བ་ཡི། །བཏུང་བ་རྗེས་སུ་སྤྱོད་བྱེད་པ།།
དེ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་དུ། །རང་གི་རྩ་བ་གཅོད་པར་བྱེད། ༡༣།

ཀྭ་ཡེ་སྐྱེས་བུ་དེ་ལྟ་བུར། །སྡིག་ཆོས་མ་བསྡམ་ཤེས་བྱས་ནས།།
འདོད་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་ཁྱོད། །ཡུན་རིང་སྡུག་ཏུ་མི་འཇུག་འཚལ། ༡༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
སྐྱེ་བོ་ཇི་ལྟར་དད་པ་དང་། །ཇི་ལྟར་དྭངས་པ་བཞིན་དུ་སྦྱིན།།
དེ་ལ་གང་ཞིག་གཞན་རྣམས་ཀྱི། །ཟས་དང་སྐོམ་ལ་རེ་གྱུར་པ།།
དེས་ནི་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར། ༡༥།

གང་གིས་རེ་བ་དེ་བཅད་དེ། །རྩ་བ་དྲུངས་ནས་ཕྱུང་བྱས་པ།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར། ༡༦།

251. There is no fire like lust; there is no grip like hatred; there is no net like delusion; there is no river like craving. (17)

252. Easily seen is the fault of others, but one's own is difficult to see. Like chaff one winnows another's faults, but hides one's own, even as a crafty fowler hides behind sham branches. (18)

253. He who seeks another's faults, who is ever censorious - his cankers grow. He is far from destruction of the cankers. (19)

254. There is no track in the sky, and no recluse outside (the Buddha's dispensation). Mankind delights in worldliness, but the Buddhas are free from worldliness. (20)

255. There is no track in the sky, and no recluse outside (the Buddha's dispensation). There are no conditioned things that are eternal, and no instability in the Buddhas. (21)

19. The Just

256. Not by passing arbitrary judgements does a man become just; a wise man he who investigates both right and wrong. (1)

257. He who does not judge others arbitrarily, but passes judgement impartially according to truth, that sagacious man is a guardian of law and is called just. (2)

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
འདོད་ཆགས་འདྲ་བའི་མེ་མེད་དེ། །ཁྲོ་བ་ལྟ་བུའི་ཆུ་སྲིན་མེད།།
རྨོངས་པ་འདྲ་བའི་དྲྭ་བ་མེད། །སྲིད་པ་འདྲ་བའི་ཆུ་ཀླུང་མེད། ༡༧།

བཟང་མོའི་གྲོང་དུའོ།།
གཞན་གྱི་ཉེས་པ་མཐོང་སླ་སྟེ། །ཕྱི་ནས་རང་ལ་མཐོང་བར་དཀའ།།
གཞན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ། །དེ་ཡིས་སྤུན་པ་བཞིན་དུ་འཕྱར།།
རང་གི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ། །རྒྱན་པོས་ཤོ་ངན་བཞིན་དུ་བསྐུང་། ༡༨།

གཞན་གྱི་ཉེས་པ་རྗེས་མཐོང་ན། །རྟག་ཏུ་འདུ་ཤེས་འཁྲུགས་པར་འགྱུར།།
དེ་ལ་ཟག་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །དེ་ནི་ཟག་པ་ཟད་ལ་རིང་། ༡༩།

ཛ་མཆོག་གྲོང་དུའོ།།
ནམ་མཁའ་ལ་ནི་ལམ་མེད་དེ། །ཕྱི་རོལ་པ་ལ་དགེ་སྦྱོང་མེད།།
འཇིག་རྟེན་སྤྲོས་ལ་མངོན་པར་དགའ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤྲོས་དང་བྲལ། ༢༠།

ནམ་མཁའ་ལ་ནི་ལམ་མེད་དེ། །ཕྱི་རོལ་པ་ལ་དགེ་སྦྱོང་མེད།།
འདུས་བྱས་རྣམས་ལ་རྟག་པ་མེད། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་འཇིགས་པ་མེད།། ༢༡།།

དྲི་མའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅོ་བརྒྱད་པའོ།། ༎

༡༩ ཆོས་ལྡན་གྱི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ཐབ་ཚོད་དུ་ནི་དོན་འདྲེན་གང་། །དེ་ལ་ཆོས་དང་ལྡན་པ་མེད།།
གང་གིས་དོན་དང་དོན་མ་ཡིན། །གཉིས་ཀ་ངེས་འབྱེད་མཁས་པ་ཉིད། ༡།

ཐབ་ཚོད་མེད་པར་ཕ་རོལ་རྣམས། །ཆོས་དང་མཐུན་པར་འདྲེན་བྱེད་པ།།
ཆོས་ཀྱི་སྲུང་བའི་བློ་ལྡན་ནི། །ཆོས་དང་ལྡན་པ་བྱ་བར་བརྗོད། ༢།
258. One is not wise because one speaks much. He who is peaceable, friendly, and fearless is called wise. (3)

259. A man is not versed in Dharma because he speaks much. He who, after hearing even a little Dharma, realizes its truth directly and is not heedless of it, is truly versed in the Dharma. (4)

260. A monk is not an Elder because his head is gray. He is but ripe in age, and he is called one grown old in vain. (5)

261. One in whom there is truthfulness, virtue, inoffensiveness, restraint, and self-mastery, who is free from defilements and is wise -- he is truly called an Elder. (6)

262. Not by mere eloquence nor by beauty of form does a man become accomplished, if he is jealous, selfish and deceitful. (7)

263. But he in whom these are wholly destroyed, uprooted and extinct, and who has cast out hatred -- that wise man is truly accomplished. (8)

264. Not by shaven head does a man who is undisciplined and untruthful become a monk. How can he who is full of desire and greed be a monk? (9)

265. He who wholly subdues evil both small and great is called a monk, because he has overcome all evil. (10)

266. He is not a monk just because he lives on others' alms. Not by adopting outward form does one become a true monk. (11)

ཇི་ཙམ་མང་དུ་སྨྲ་བྱེད་པ། །དེ་ཙམ་དུ་ནི་མཁས་པ་མིན།།
བཟོད་ལྡན་ཁྲོ་མེད་འཇིགས་མེད་ནི། །མཁས་པ་ཞེས་བྱར་བརྗོད་པ་ཡིན། ༣།

ཇི་ཙམ་མང་དུ་སྨྲ་བྱེད་པ། །དེ་ཙམ་དུ་ནི་ཆོས་འཛིན་མིན།།
གང་ཞིག་ཐོས་པ་ཆུང་ན་ཡང་། །ཆོས་ལ་ལུས་ཀྱིས་བལྟ་བྱེད་པ།།
ཆོས་ལ་བག་མེད་མིན་པ་གང་། །དེ་ནི་ཆོས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། ༤།

གང་གི་མགོ་བོ་སྐྱ་གྱུར་པ། །དེ་ཡིས་གནས་བརྟན་མི་འགྱུར་ཏེ།།
དེ་ཡི་ན་ཚོད་ཡོངས་སྨིན་ཀྱང་། །དོན་མེད་རྒན་པོ་བྱ་བར་བརྗོད། ༥།

གང་ལ་བདེན་དང་ཆོས་དག་དང་། །འཚེ་མེད་སྡོམ་དང་ཁྲིམས་ཡོད་པ།།
དྲི་མེད་བརྟན་པ་དེ་ཉིད་ནི། །གནས་བརྟན་ཞེས་བྱར་རྗེས་སུ་བརྗོད། ༦།

ཁ་དོག་དང་ནི་ཟོ་བཟང་དང་། །སྨྲ་བར་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་གིས།།
ཕྲག་དོག་མ་རབས་ཐ་བའི་མི། །ལེགས་པའི་གཟུགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། ༧།

གང་ལ་དེ་རྣམས་རབ་ཆད་ཅིང་། །རྩ་བ་དྲུང་ནས་ཕྱུང་བྱས་པ།།
སྐྱོན་མེད་བློ་དང་ལྡན་པ་ནི། །ལེགས་པའི་གཟུགས་སུ་བརྗོད་པ་ཡིན། ༨།

བརྟུལ་ཞུགས་མེད་དང་བརྫུན་སྨྲ་བ། །མགོ་བོ་ཟླུམ་པས་དགེ་སྦྱོང་མིན།།
འདོད་དང་སྲེད་ལ་ཞུགས་གྱུར་པ། །དགེ་སྦྱོང་དུ་ནི་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ༩།

གང་ཞིག་སྡིག་པ་རགས་པ་དང་། །ཕྲ་མོ་ཐམས་ཅད་ཞི་བྱེད་པ།།
སྡིག་པ་ཞི་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱིར། །དགེ་སྦྱོང་ཞི་བ་ཞེས་བྱར་བརྗོད། ༡༠།

ཇི་ཙམ་གཞན་ལ་སློང་བྱེད་པ། །དེ་ཙམ་དུ་ནི་དགེ་སློང་མིན།།
ཆོས་རྣམས་རྫོགས་པར་ལེན་པ་ནི། །དགེ་སློང་ཡིན་གྱི་དེ་ཙམ་མིན། ༡༡།

267. Whoever here (in the Dispensation) lives the holy life, transcending both merit and demerit, and walks with understanding in this world – he is truly called a monk. (12)

268. Not by observing silence does one become a sage, if he be foolish and ignorant. But that man is wise who, as if holding a balance scale, accepts only the good. (13)

269. The sage, (thus) rejecting the evil, is truly a sage.
Since he comprehends both (present and future)
worlds, he is called a sage. (14)

270. He is not noble who injures living beings.
He is called noble because he is harmless towards all
living beings. (15)

271-272. Not by rules and observances, not even by much learning, nor by gain of absorption, nor by a life of seclusion, nor by thinking, "I enjoy the bliss of renunciation, which is not experienced by the worldling" should you, O monks, rest content, until the utter destruction of cankers (Arhatship) is reached. (16-17)

20. The Path

273. Of all paths the Eightfold Path is the best; of all truths the Four Noble are the best; of all things passionlessness is the best; of men the Seeing One (the Buddha) is the best. (1)

གང་ཞིག་བསོད་ནམས་སྡིག་པ་དག །བོར་ནས་ཚངས་པར་སྤྱོད་ལྡན་ཞིང་།།
འཇིག་རྟེན་གྲངས་སུ་སྤྱོད་བྱེད་པ། །དེ་ལ་དགེ་སློང་ཞེས་བྱར་བརྗོད། ༡༢།

ལྐུན་པོའི་ངང་ཚུལ་རིག་བྲལ་བ། །སྨྲ་བཅད་བྱས་པས་ཐུབ་པ་མིན།།
མཁས་པ་གང་ཞིག་སྲང་བཞིན་དུ། །མཆོག་ཏུ་བླང་བྱ་འཛིན་བྱེད་ཅིང་། ༡༣།

སྡིག་པ་འདོར་བའི་ཐུབ་པ་དེ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཐུབ་པ་སྟེ།།
གང་གིས་འཇིག་རྟེན་གཉིས་འཇལ་བ། །དེའི་ཕྱིར་ཐུབ་པ་བྱ་བར་བརྗོད། ༡༤།

གང་གིས་སྲོག་ནི་འགུམ་བྱེད་པ། །དེས་ན་འཕགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།།
སྲོག་ཆགས་ཀུན་ལ་མི་འཚེ་བ། །འཕགས་པ་ཞེས་བྱར་བརྗོད་པ་ཡིན། ༡༥།

ཚུལ་ཁྲིམས་བརྟུལ་ཞུགས་ཙམ་གྱིས་སམ། །མང་ཐོས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ།།
འོན་ཏེ་ཏིང་འཛིན་ཐོབ་པས་སམ། །བདེན་པ་ཉིད་དུ་ཉལ་བས་ཀྱང་། ༡༦།

སོ་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས་མ་བསྟེན་པའི། །བྱ་བྲལ་བདེ་བ་བདག་གིས་རེག །
ཟག་པ་ཟད་པ་མ་ཐོབ་ཙམ། །དགེ་སློང་ངལ་བསོ་མ་བྱེད་ཅིག ། ༡༧།།

ཆོས་ལྡན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་བཅུ་དགུ་པའོ།། ༎

༢༠ ལམ་གྱི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་སོ།།
ལམ་རྣམས་དག་ལས་ཡན་ལག་བརྒྱད། །བདེན་པ་རྣམས་ལས་ཚིགས་རྐང་བཞི།།
ཆོས་རྣམས་ལས་ནི་ཆགས་བྲལ་དང་། །རྐང་གཉིས་རྣམས་ལས་སྤྱན་ལྡན་མཆོག ༡།

274. This is the only path; there is none other for the purification of insight. Tread this path, and you will bewilder Mara. (2)

275. Walking upon this path you will make an end of suffering. Having discovered how to pull out the thorn of lust, I make known the path. (3)

276. You yourselves must strive; the Buddhas only point the way. Those meditative ones who tread the path are released from the bonds of Mara. (4)

277. "All conditioned things are impermanent"-- when one sees this with wisdom, one turns away from suffering. This is the path to purification. (5)

278. "All conditioned things are unsatisfactory"-- when One sees this with wisdom, one turns away from suffering. This is the path to purification. (6)

279. "All things are not-self" -- when one sees this with wisdom, one turns away from suffering. This is the path to purification. (7)

280. The idler who does not exert himself when he should, who though young and strong is full of sloth, with a mind full of vain thoughts -- such an indolent man does not find the path to wisdom. (8)

281. Let a man be watchful of speech, well controlled in mind, and not commit evil in bodily action. Let him purify these three courses of action, and win the path made known by the Great Sage. (9)

282. Wisdom springs from meditation; without meditation wisdom wanes. Having known these two paths of progress and decline, let a man so conduct himself that his wisdom may increase. (10)
མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ། །ལམ་ནི་འདི་ལས་གཞན་མ་མཆིས།།
ཁྱེད་ནི་འདི་ལ་འཇུག་པར་མཛོད། །འདི་ལ་བདུད་ནི་རབ་ཏུ་རྨོངས། ༢།

ཁྱེད་ཅག་འདི་ལ་ཞུགས་པ་ཡིས། །སྡུག་བསྔལ་མཐའ་མར་བྱེད་པར་འགྱུར།།
ཚེར་མའི་གཞི་ནི་ཀུན་ཤེས་ནས། །ལམ་འདི་བདག་གིས་བཤད་པ་ཡིན། ༣།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་ཙམ་སྟེ། །ཁྱེད་ཅག་ལས་ལ་འབད་པར་མཛོད།།
བསྒོམ་པས་སྒོམས་པར་ཞུགས་པ་ཡིས། །བདུད་ཀྱི་འཆིང་བ་རྣམ་གྲོལ་འགྱུར། ༤།

འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅེས། །གང་ཚེ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཐོང་ན།།
སྡུག་བསྔལ་དག་གིས་ཚུགས་མི་འགྱུར། །འདི་ནི་རྣམ་དག་ལམ་ཡིན་ནོ། ༥།

འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྡུག་བསྔལ་ཞེས། །གང་ཚེ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཐོང་ན།།
སྡུག་བསྔལ་དག་གིས་ཚུགས་མི་འགྱུར། །འདི་ནི་རྣམ་དག་ལམ་ཡིན་ནོ། ༦།

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་ཅེས། །གང་ཚེ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཐོང་ན།།
སྡུག་བསྔལ་དག་གིས་ཚུགས་མི་འགྱུར། །འདི་ནི་རྣམ་དག་ལམ་ཡིན་ནོ། ༧།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ལྡང་བའི་དུས་སུ་མི་ལྡང་བ། །གཞོན་ནུ་སྟོབས་ལྡན་ལེ་ལོ་ཅན།།
དངས་པ་ཀུན་རྟོག་ཡིད་ཞན་པའི། །ལེ་ལོས་ཤེས་རབ་ལམ་མི་རྙེད། ༨།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
ངག་རྣམས་བསྲུང་ཞིང་ཡིད་ནི་ལེགས་པར་སྦྱར། །ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་ནི་མི་དགེ་མི་བྱ་སྟེ།།
ལས་ལམ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་རྣམ་དག་པ། །དྲང་སྲོང་གསུངས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་པར་འགྱུར། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
རྣལ་འབྱོར་ལས་ནི་ཕུན་ཚོགས་སྐྱེ། །རྣལ་འབྱོར་མིན་ལས་ཕུན་ཚོགས་འཛད། །འབྱོར་བ་དང་ནི་འཕོང་བ་སྟེ།།
ལམ་འདི་རྣམ་གཉིས་ཤེས་བྱས་ནས། །ཇི་ལྟར་ཕུན་ཚོགས་རབ་འཕེལ་བ། །དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་ངེས་འཇུག་བྱ། ༡༠།

283. Cut down the forest (lust), but not the tree; from The forest springs fear. Having cut down the forest end the underbrush (desire), be passionless, O monks! (11)

284. For so long as the underbrush of desire, even the most subtle, of a man towards a woman is not cut down, his mind is in bondage, like the sucking calf to its mother. (12)

285. Cut off your affection in the manner a man plucks with his hand an autumn lotus. Cultivate only the the path to peace, Nirvana, as made known by the Exalted One. (13)

286. “Here shall I live during the rains, here in winter and summer"-- thus thinks the fool. He does not realize the danger (that death might intervene). (14)

287. As a great flood carries away a sleeping village, so death seizes and carries away the man with a clinging mind, doting on his children and cattle. (15)

288. For him who is assailed by death there is no protection by kinsmen. None there are to save him -- no sons, nor father nor relatives. (16)

.

289. Realizing this fact, let the wise man, restrained by morality, hasten to dear the path leading to Nirvana. (17)

སྡོན་པ་ཞིག་ལ་ནགས་ཚལ་ཆོད། །ནགས་ཚལ་ལས་ནི་འཇིགས་པ་སྐྱེ།།
ནགས་དང་རྩ་བ་བཅད་བྱས་ན། །དགེ་སློང་མྱ་ངན་འདའ་བར་འགྱུར། ༡༡།

ཇི་སྲིད་མི་ནི་བུད་མེད་ལ། །འདོད་པ་རྡུལ་ཙམ་མ་ཆོད་ཀུང་།།
ཕྲུ་གུ་འོ་འཐུང་མ་ལ་བཞིན། །དེ་སྲིད་དེ་ནི་ཕྱིར་ཞིང་འཆིང་། ༡༢།

སྟོན་ཀའི་ཀུན྄ད྄་ལག་པས་བཞིན། །བདག་ཉིད་གཅེས་འཛིན་གཅོད་པར་མཛོད།།
བདེ་བར་གཤེགས་གསུངས་མྱ་ངན་འདས། །ཞི་བའི་ལམ་ཉིད་ལྷུར་ལེན་མཛོད། ༡༣།

མཉན་ཡོད་དུ་ཚོང་པ་ལའོ།།
འདིར་ནི་དབྱར་དང་འདི་ཉིད་དུ། །དགུན་དང་དཔྱིད་དུས་ང་སྡོད་ཅེས།།
གླུན་པོ་དག་ནི་སེམས་བྱེད་དེ། །བར་དུ་གཅོད་པ་རིག་མི་འགྱུར། ༡༤།

ཡོངས་སུ་ཆགས་པའི་ཡིད་ལྡན་མི། །བུ་དང་ཕྱུགས་རྣམས་ལྷན་ཅིག་ཏུ།།
ཤ་འོད་ཆེན་པོས་གཉིད་ལོག་པའི། །གྲོང་བཞིན་འཆི་བས་འཁྱེར་ཏེ་འགྲོ། ༡༥།

བུ་ཡིས་སྐྱོབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཕ་ཡིས་མ་ཡིན་གཉེན་གྱིས་མིན།།
འཆི་བས་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། །རྩ་ལག་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱོབ་པ་མིན། ༡༦།

དོན་གྱི་དབང་འདི་ཤེས་བྱས་ནས། །ཚུལ་ཁྲིམས་སྡོམ་ལྡན་མཁས་རྣམས་ཀྱིས།།
མྱ་ངན་འདས་པར་འགྲོ་བའི་ལམ། །མྱུར་དུ་རྣམ་པར་དག་པར་མཛོད།། ༡༧།།

ལམ་གྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉི་ཤུ་པའོ།། །།

21. Miscellaneous

290. If by renouncing a lesser happiness one may realize a greater happiness, let the wise man renounce the the lesser, having regard for the greater. (1)

291. Entangled by the bonds of hate, he who seeks his own happiness by inflicting pain on others, is never delivered from hatred. (2)

292. The cankers only increase for those who are arrogant and heedless, who leave undone what should be done and do what should not be done. (3)

293. The cankers cease for those mindful and clearly comprehending ones who always earnestly practice mindfulness of the body, who do not resort to what should not be done, and steadfastly pursue what should be done. (4)

294. Having slain mother (craving), father (self-conceit), two warrior kings (eternalism and nihilism), and destroyed a country (sense organs and sense objects) together with its treasurer (attachment and lust), ungrieving goes the holy man. (5)

295. Having slain mother, father, two Brahmin kings (two extreme views), and a tiger as the fifth (the five mental hindrances), ungrieving goes the holy man. (6)

296. Those disciples of Gotama ever awaken happily who day and night constantly practice the Recollection of the Qualities of the Buddha. (7)

༢༡ ཐོར་བུའི་སྡེ་ཚན།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
བདེ་བ་ཙམ་ཞིག་བོར་བ་ལས། །རྒྱ་ཆེན་བདེ་བ་མཐོང་ན་ནི།།
བརྟན་རྣམས་བདེ་བ་ཙམ་བོར་ལ། །རྒྱ་ཆེན་བདེ་བ་བལྟ་བར་མཛོད། ༡།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
གཞན་ལ་སྡུག་བསྔལ་བསྐྱེད་བྱས་ནས། །རང་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་པ་དེ།།
དགྲ་ཡི་ཚོགས་ནི་འབྲེན་པ་སྟེ། །དེ་ནི་དགྲ་ལས་ཐར་མི་འགྱུར། ༢།

བཟང་མོའི་གྲོང་དུའོ།།
གང་ཞིག་བྱ་བ་ཡལ་བར་བོར། །བྱ་བ་མིན་པ་ཕྱིར་ཞིང་བྱེད།།
དྲི་ང་ལྡང་ཞིང་བག་མེད་པ། །དེ་རྣམས་ཟག་པ་འཕེལ་བར་བྱེད། ༣།

གང་ཞིག་རྟག་ཏུ་རབ་འབད་དེ། །ལུས་ལ་དྲན་པ་འཇོག་བྱེད་པ།།
དེ་རྣམས་བྱ་མིན་མི་བསྟེན་ཅིང་། །བྱ་བར་འོས་པ་རྒྱུན་དུ་བྱེད།།
དྲན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་ཅན། །དེ་རྣམས་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྲོ། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ལཀུཎྜ་ལའོ།།
མ་དང་ཕ་ནི་བསད་བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་རིགས་གཉིས་པོ་དང་།།
ཡུལ་འཁོར་འབངས་བཅས་བསད་བྱས་ན། །ཉེས་མེད་བྲམ་ཟེ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༥།

མ་དང་ཕ་ནི་བསད་བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་པོ་ཐོས་པ་ཅན་གཉིས་དང་།།
སྟག་ནི་ལྔ་པོ་བསད་བྱས་ན། །ཉེས་མེད་བྲམ་ཟེ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༦།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
གོའུ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་དུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །སངས་རྒྱས་རྒྱུན་དུ་དྲན་པར་བྱེད། ༧།
297. Those disciples of Gotama ever awaken happily who day and night constantly practice the Recollection of the Qualities of the Dharma. (8)

298. Those disciples of Gotama ever awaken happily who day and night constantly practice the Recollection of the Qualities of the Sangha. (9)

299. Those disciples of Gotama ever awaken happily who

day and night constantly practice Mindfulness of the Body. (10)

300. Those disciples of Gotama ever awaken happily whose minds by day and night delight in the practice of non-violence. (11)

301. Those disciples of Gotama ever awaken happily whose minds by day and night delight in the practice of meditation. (12)

302. Difficult is life as a monk; difficult is it to delight therein. Also difficult and sorrowful is household life. Suffering comes from association with unequals; comes from wandering in samsara.
Therefore, be not an aimless wanderer, be not a pursuer of suffering. (13)

303. He who is full of faith and virtue, and possesses good repute and wealth -- he is respected everywhere, in whatever land he travels. (14)

304. The good shine even from afar, like the Himalaya mountain. But the wicked are unseen, like arrows shot in the night. (15)

305. He who sits alone, sleeps alone, and walks alone, who is strenuous and subdues himself alone, will find delight in the solitude of the forest. (16)
གོཽ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་ཏུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །ཆོས་ལ་རྒྱུན་ཏུ་དྲན་པ་འཛོག ༨།

གོཽ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་ཏུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །དགེ་འདུན་རྒྱུན་ཏུ་དྲན་པར་བྱེད། ༩།

གོཽ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་ཏུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །ལུས་ལ་རྒྱུན་ཏུ་དྲན་པ་འཛོག ༡༠།

གོཽ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་ཏུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །འཚེ་བ་མེད་ལ་ཡིད་དགའ་བྱེད། ༡༡།

གོཽ་ཏ་མའི་ཉན་ཐོས་རྣམས། །ལེགས་པར་རབ་སད་རྟག་ཏུ་སད།།
དེ་རྣམས་ཉིན་དང་མཚན་མོ་ཡང་། །སྒོམ་ལ་རྒྱུན་ཏུ་ཡིད་དགའ་བྱེད། ༡༢།

ཡངས་པ་ཅན་དུ།།
རབ་བྱུང་དཀའ་ཞིང་མངོན་པར་དགའབ་དཀའ། །བསྡི་གནས་དཀའ་ཞིང་ཁྱིམ་ནི་སྡུག་བསྔལ་ཡིན།།
ལྷན་ཅིག་གནས་པ་མེད་པ་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། །ལམ་དུ་རྒྱུ་བ་སྡུག་བསྔལ་རྗེས་སུ་ལྷུང་ ་།།
དེ་བས་ལམ་དུ་རྒྱུ་བར་མི་འགྱུར་བ། །སྡུག་བསྔལ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་ལྷུང་མི་འགྱུར། ༡༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ།།
དད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་ཚོགས་ཤིང་། །གྲགས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལྡན་པ་རྣམས།།
ཡུལ་ནི་གང་དང་གར་གནས་པ། །དེ་དང་དེར་ནི་མཆོད་པར་བྱེད། ༡༤།

དམ་པ་གངས་ཅན་རི་བཞིན་དུ། །རྒྱང་ན་རབ་ཏུ་གསལ་བ་སྟེ།།
ཇི་ལྟར་མཚན་མོ་མདའ་འཕང་བཞིན། །དམ་པ་མིན་རྣམས་འདིར་མི་མཐོང་། ༡༥།

གཅིག་པུར་གནས་ཤིང་གཅིག་པུར་ཉལ། །གཅིག་པུར་རྒྱུ་ཞིང་གཡེང་བ་མེད།།
གཅིག་པུར་བདག་ཉིད་ཐུལ་བ་རྣམས། །ནགས་ཀྱི་མཐར་ནི་དགའ་བར་འགྱུར།། ༡༦།།

ཐོར་བུའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་གཅིག་པའོ།། །།

22. The State of Woe

306. The liar goes to the state of woe; also he who, having done (wrong), says, “I did not do it." Men of base actions both, on departing they share the same destiny in the other world. (1)

307. There are many evil characters and uncontrolled men wearing the saffron robe. These wicked men will be born in states of woe because of their evil deeds. (2)

308. It would be better to swallow a red-hot iron ball, blazing like fire, than as an immoral and uncontrolled monk to eat the alms of the people. (3)

309. Four misfortunes befall the reckless man who consorts with another's wife: acquisition of demerit, disturbed sleep, ill repute and (rebirth in) states of woe. (4)

310. Such a man acquires demerit and an unhappy birth in the future. Brief is the pleasure of the frightened man and woman, and the king imposes heavy punishment. Hence, let no man consort with another’s wife. (5)

311. Just as *kusa* grass wrongly handled cuts the hand, a recluse's life wrongly lived drags one to states of woe. (6)

312. Any loose act, any corrupt observance, any life of questionable celibacy -- none of these bear much fruit. (7)

༢༢ དམྱལ་བའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་མཛོས་མ་ལ་གསུངས་པ།
མི་བདེན་སྨྲ་བ་དམྱལ་བར་འགྲོ་བ་སྟེ། །གང་གིས་བྱས་ནས་མ་བྱས་སྨྲ་བ་ཡང་།།
གཉིས་པོ་འདི་དག་ཤི་ན་མཉམ་པར་འགྱུར། །གཞན་དུ་དམན་པའི་ལས་བྱེད་མི་དག་ཡིན། ༡།

འོད་མའི་ཚལ་དུ།།
ངུར་སྨྲིག་སྙིད་ལ་བགྲིས་གྱུར་པ། །སྡིག་པའི་ཆོས་ཅན་མ་བསྡམ་པའི།།
སྡིག་ཅན་དེ་དག་ཕལ་མོ་ཆེ། །སྡིག་པའི་ལས་ཀྱིས་དམྱལ་བར་སྐྱེ། ༢།

ཡངས་པ་ཅན་དུ།།
ཚུལ་འཆལ་ཡང་དག་མ་བསྡམ་པ། །ཡུལ་འཁོར་བསོད་སྙོམས་ཟ་བ་ལས།།
ཚ་བ་མེ་ལྕེ་དང་འདྲ་བའི། །ལྕགས་ཀྱི་ཐོ་ལུམ་ཟ་བ་མཆོག ༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ།།
གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ཉེ་བར་བསྟེན་བྱེད་པའི། །བག་མེད་མི་ལ་གནས་སྐབས་བཞི་ཡིན་ཏེ།།
བསོད་ནམས་མིན་འཐོབ་བདེ་བར་ཉལ་བ་མེད། །གསུམ་པ་སྨོད་པ་བཞི་པ་དམྱལ་བ་ཉིད། ༤།

བསོད་ནམས་མ་ཡིན་འཐོབ་ཅིང་སྡིག་ཅན་འགྱུར། །སྐྲག་པས་སྐྲག་ལ་དགའ་བ་ཆུང་ཟད་ཉིད།།
རྒྱལ་པོས་ཆད་པ་ལྕི་བར་གཅོད་དེའི་ཕྱིར། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་མི་ཡིས་བསྟེན་མི་བྱ། ༥།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ།།
དཔེར་ན་ཀུ་ཤ་འཛིན་ཉེས་ན། །ལག་པ་རྗེས་སུ་གཅོད་པ་བཞིན།།
དགེ་སྦྱོང་ཉིད་དུ་སྤྱོད་ཉེས་པས། །དམྱལ་བ་དག་ཏུ་ཉེ་བར་འདྲེན། ༦།

ལྷོད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་དང་། །ཀུན་ཉོན་བརྟུལ་ཞུགས་གང་ཡིན་དང་།།
ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་རལ་བ་དེ། །འབྲས་བུ་ཆེན་པོར་འགྱུར་མ་ཡིན། ༧།

313. If anything is to be done, let one do it with sustained vigor. A lax monastic life stirs up the dust of passion all the more. (8)

314. An evil deed is better left undone, for such a deed torments one afterwards. But a good deed is better done, doing which one repents not later. (9)

315. Just as a border city is closely guarded both within and without, even so, guard yourself. Do not let slip this opportunity (for spiritual growth). For those who let slip this opportunity grieve indeed when consigned to hell. (10)

316. Those who are ashamed of what they should not be ashamed of, and are not ashamed of what they should be ashamed of -- upholding false views, they go to states of woe. (11)

317. Those who see something to fear where there nothing to fear, and see nothing to fear where there is something to fear -- upholding false views, they go to states of woe. (12)

318. Those who imagine evil where there is none, and do not see evil where it is upholding false views, they go to states of woe. (13)

319. Those who discern the wrong as wrong and the right

as right -- upholding right views, they go to realms of bliss. (14)

གལ་ཏེ་བྱེད་ན་དེ་གྱིས་ཤིག །དེ་ལ་བརྟན་ཞིང་ཟེལ་ནོན་བྱ།།
རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སྡོད་པ་རྣམས། །ལྷག་པར་རྡུལ་ནི་ཚུབས་པ་ཙམ། ༥།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཕུད་མེད་ལའོ།།
ཉེས་པའི་ལས་ནི་མ་བྱས་ལེགས། །ཉེས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཕྱི་ནས་གདུང་།།
ལེགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལེགས། །བྱས་ན་རྗེས་སུ་གདུང་མི་འགྱུར། ༩།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དགེ་སློང་ལའོ།།
དཔེར་ན་བས་མཐའི་གྲོང་དག་ནི། །ཕྱི་དང་ནང་ནས་བསྲུང་གྱུར་པ།།
དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་བསྲུང་བྱ་སྟེ། །སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་འདའ་ཞིག།
སྐད་ཅིག་དག་ལ་གཡེལ་བ་རྣམས། །དམྱལ་བར་ཚུད་དེ་འགྲོད་པར་འགྱུར། ༡༠།

གཅེར་བུ་པ་ལའོ།།
ངོ་མི་ཚ་ལ་ངོ་ཚ་ཞིང་། །ངོ་ཚ་བ་ལ་ངོ་ཚ་མེད།།
བརྫུན་གྱི་ལྟ་བ་རབ་བླངས་པའི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ངན་སོང་འགྲོ། ༡༡།

འཇིགས་པ་མེད་ལ་འཇིགས་པར་བལྟ། །འཇིགས་ལ་འཇིགས་པ་མེད་པར་བལྟ།།
བརྫུན་གྱི་ལྟ་བ་རབ་བླངས་པའི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ངན་སོང་འགྲོ། ༡༢།

ཁ་ན་མ་ཐོ་རུང་བར་སེམས། །རུང་བ་ཁ་ན་མ་ཐོར་བལྟ།།
བརྫུན་གྱི་ལྟ་བ་རབ་བླངས་པའི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ངན་སོང་འགྲོ། ༡༣།

རུང་བ་དག་ནི་རུང་བ་དང་། །མི་རུང་ཁ་ན་མ་ཐོར་ཤེས།།
ཡང་དག་ལྟ་བ་རབ་བླངས་པའི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་བདེ་འགྲོར་འགྲོ།། ༡༤།།

དམྱལ་བའི་སྐོ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་གཉིས་པའོ།། །།

23. The Elephant

320. As an elephant in the battlefield withstands arrows shot from bows all around, even so shall I endure abuse. There are many, indeed, who lack virtue. (1)

321. A tamed elephant is led into a crowd, and the king mounts a tamed elephant. Best among men is the subdued one who endures abuse. (2)

322. Excellent are well-trained mules, thoroughbred Sindhu horses and noble tusker elephants. But better still is the man who has subdued himself. (3)

323. Not by these mounts, however, would one go to the Untrodden Land (Nirvana), as one who is self-tamed goes by his own tamed and well-controlled mind. (4)

324. Musty during rut, the tusker named Dhanapalaka is uncontrollable. Held in captivity, the tusker does not touch a morsel, but only longingly calls to mind the elephant forest. (5)

325. When a man is sluggish and gluttonous, sleeping and rolling around in bed like a fat domestic pig, that sluggard undergoes rebirth again and again. (6)

326. Formerly this mind wandered about as it liked, where it wished and according to its pleasure, but now I shall thoroughly master it with wisdom as a mahout controls with his ankus an elephant in rut. (7)

༢༣ གླང་པོའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་གསུངས་པ།
བདག་ནི་གཡུལ་དུ་གླང་པོ་ཆེ། །གཞུ་ཡིས་འཕང་བའི་མདའ་ལ་བཞིན།།
ཚིག་རྩུབ་རྣམས་ལ་བཟོད་བྱ་སྟེ། །སྐྱེ་བོ་ཕལ་ཆེར་ཚུལ་ངན་ཉིད། ༡།

དུལ་བ་ཚོགས་སུ་འཁྲིད་པ་སྟེ། །དུལ་བ་རྒྱལ་པོས་ཞོན་པར་བྱེད།།
གང་གིས་ཚིག་རྩུབ་བཟོད་ནུས་པའི། །དུལ་བ་མི་ཡི་ནང་ན་མཆོག ༢།

དུལ་བའི་དྲེའུ་རྣམས་ནི་མཆོག །སིན་ཧུའི་རྟ་ཕོ་ཅང་ཤེས་མཆོག །
གླང་ཆེན་ཁྲུ་ཡི་གཙོ་བོ་མཆོག །བདག་ཉིད་དུལ་བ་དེ་ལས་མཆོག ༣།

བདག་ཉིད་ཐུལ་བའི་དུལ་བ་ཡིས། །དུལ་བ་ལྡན་རྣམས་བགྲོད་འགྱུར་བའི།།
མ་སོང་ཡུལ་ལ་སླེབས་པ་ནི། །བཞོན་པ་འདི་དག་རྣམས་ཀྱིས་མིན། ༤།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ནོར་སྐྱོང་ཞེས་བྱའི་གླང་པོ་ཆེ། །གདོང་པ་དྲལ་ཞིང་བཟློག་དཀའ་བ།།
བཟུང་ན་ཁམ་གང་མི་ཟ་བར། །གླང་ཆེན་གླང་པོའི་ནགས་ཚལ་དྲན། ༥།

ཀོ་ས་ལར་གསལ་རྒྱལ་ལའོ།།
བག་མེད་གྱུར་ན་ཆེས་ཟ་ཞིང་། །གཉིད་དང་འཕོར་ཡུག་ཏུ་ནི་ཉལ།།
འབྲུ་ཡིས་གསོས་པའི་ཕག་ཆེན་བཞིན། །བྲུལ་བ་མངལ་ནི་ཡང་ཡང་འཛོབ། ༦།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ་དགེ་ཚུལ་ལའོ།།
སེམས་འདི་སྔོན་ཆད་ཇི་ལྟར་དགའ་བ་དང་། །ཇི་འདོད་ཇི་ལྟར་བདེ་བའི་སྤྱོད་པ་སྤྱད།།
ལྕགས་ཀྱུ་ཐོགས་པས་གླང་པོ་རིགས་པ་བཞིན། །དེ་རིང་འབྱུང་ཁུངས་ཉིད་ནས་དེ་འཛིན་བྱ། ༧།

327. Delight in heedfulness! Guard well your thoughts! Draw yourself out of this bog of evil, even as an elephant draws himself out of the mud. (8)

328. If for company you find a wise and prudent friend who leads a good life, you should, overcoming all impediments, keep his company joyously and mindfully. (9)

329. If for company you cannot find a wise and prudent friend who leads a good life, then, like a king who leaves behind a conquered kingdom, or like a lone elephant in the elephant forest, you should go your way alone. (10)

330. Better it is to live alone; there is no fellowship with a fool. Live alone and do no evil; be carefree like an elephant in the elephant forest. (11)

331. Good are friends when need arises;
good is contentment with just what one has; good is merit when life is at an end, and good is the abandoning of all suffering (through Arhatship). (12)

332. In this world, good it is to serve one's mother, good it is to serve one's father, good it is to serve the monks, and good it is to serve the holy men. (13)

333. Good is virtue until life's end, good is faith that is steadfast, good is the acquisition of wisdom, and good is the avoidance of evil. (14)

ཀོ་ས་ལ་ཙ་ཪོ།།
བག་ཡོད་ལ་ནི་དགའ་བར་བྱ། །རང་གི་སེམས་ནི་རྗེས་སུ་བསྲུང་།།
འདམ་རྫབ་ལས་ནི་གླང་ཆེན་བཞིན། །བདག་ཉིད་ངན་འགྲོ་ལས་དྲངས་བྱ། ༨།

དེ་ནི་སྨིན་ཅིང་ལེགས་སྤྱོད་བརྟན་པའི་གྲོགས། །ཐབས་གཅིག་སྤྱོད་པ་དག་ནི་རྙེད་གྱུར་ན།།
ཡོངས་སུ་ངལ་བ་ཐམས་ཅད་ཟིལ་མནན་ནས། །ཡིད་དགའ་དྲན་ལྡན་དེ་དང་འགྲོགས་པར་གྱིས། ༩།

འོན་ཏེ་སྨིན་ཅིང་ལེགས་སྤྱོད་བརྟན་པའི་གྲོགས། །ཐབས་གཅིག་སྤྱོད་པ་དག་ནི་མ་རྙེད་ན།།
ཡུལ་འཁོར་ཕམ་པ་རྒྱལ་པོས་འདོར་བ་འདྲ། །གླང་ཆེན་གླང་པོའི་ནགས་བཞིན་གཅིག་པུར་སྤྱོད། ༡༠།

གཅིག་པུར་སྤྱོད་པ་མཆོག་ཡིན་གྱི། །བྱིས་པ་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་མིན།།

གླང་པོའི་ནག་སུ་གླང་ཆེན་བཞིན། །གཅིག་སྤྱོད་སྡིག་མེད་འདོད་ཆུང་བྱ། ༡༡།

ཁ་བ་ཅན་དུ་བདུད་ལ་གསུངས་པ།
ནོར་བྱུང་བ་ན་གྲོགས་རྣམས་བདེ། །ཚོག་ཤེས་པ་ལ་ཅི་ཡང་བདེ།།
ཚེ་ཟད་པ་ན་བསོད་ནམས་བདེ། །སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་བདེ། ༡༢།

འཇིག་རྟེན་མ་དང་འགྲོགས་པ་བདེ། །འོན་ཏེ་ཕ་དང་འགྲོགས་པ་བདེ།།
འཇིག་རྟེན་ན་ནི་དགེ་སྦྱོང་བདེ། །འོན་ཏེ་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ནི་བདེ། ༡༣།

རྒས་པའི་བར་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་བདེ། །དད་པ་བརྟན་པར་གྱུར་པ་བདེ།།
ཤེས་རབ་རབ་ཏུ་ཐོབ་པ་བདེ། །སྡིག་པ་རྣམས་ནི་མ་བྱས་བདེ། ༡༤།།

གླང་པོའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་གསུམ་པའོ།། །།

24. Craving

334. The craving of one given to heedless living grows a creeper. Like the monkey seeking fruits in the forest, he leaps from life to life (tasting the fruit of his karma). (1)

335. Whoever is overcome by this wretched and sticky craving, his sorrows grow like grass after the rains. (2)

336. But whoever overcomes this wretched craving, so difficult to overcome, from him sorrows fall away water from a lotus leaf. (3)

337. This I say to you: good luck to all assembled here! Dig up the root of craving, like one in search of the fragrant roots of *birana* grass. Let not Mara crush you again and again, as a flood crushes a reed. (4)

338. Just as a tree, though cut down, sprouts up again if its roots remain uncut and firm, even so, until the craving that lies dormant is rooted out, suffering springs up again and again. (5)

339. The misguided man in whom the thirty-six currents strongly rush toward pleasurable objects, is swept away by the flood of his passionate thoughts. (6)

340. Everywhere these currents flow, and the creeper (of

craving) sprouts and grows. Seeing that the creeper has sprung up, cut off its root with wisdom. (7)

341. Flowing in (from all objects) and watered by craving, feelings of pleasure arise in beings. Bent on pleasures and seeking enjoyment, these men fall prey to birth and decay. (8)

༢༤ སྲེད་པའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ།

བག་མེད་སྤྱོད་པའི་མི་རྣམས་ལ། །འཁྲི་ཤིང་བཞིན་དུ་སྲིད་པ་འཕེལ།།
ནགས་ན་སྤྲེའུ་འབྲས་འཚོལ་བཞིན། །ཉི་མ་རེ་ཞིང་དེ་ནི་རྒྱུགས། ༡།

ངུག་གི་བདག་ཉིད་སྲེད་པ་འདིས། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་གང་གཟིར་བ།།
སྤང་སྤྲོས་མངོན་པར་འཕེལ་བ་བཞིན། །དེ་ཡི་མྱ་ངན་རབ་ཏུ་འཕེལ། ༢།

བཟློག་དཀའ་གདུག་པའི་སྲེད་པ་འདི། །འཇིག་རྟེན་ན་ནི་སུས་གཟིར་བ།།
མེ་ཏོག་ལས་ནི་ཆུ་ཐིགས་བཞིན། །དེ་ལས་མྱ་ངན་རབ་ཏུ་ལྷུང་། ༣།

བདག་གིས་ཁྱེད་ལ་ལེགས་པར་སྨྲ། །འདི་ན་ཁྱེད་ཅག་ཅི་ཙམ་པས།།
ཨུ་ཤ་རི་འདོད་སྤང་སྤྲོས་བཞིན། །སྲེད་པའི་རྩ་བ་གཅོད་པར་གྱིས། ༤།

དཔེར་ན་ལྗོན་པ་བཅད་པར་གྱུར་ན་ཡང་། །རྩ་བ་བརྟན་པར་འབྲེལ་ན་སླར་ཡང་སྐྱེ།།
དེ་འདྲ་ཕོ་ནར་སྲེད་པའི་བག་ལ་ཉལ། །མ་ཆོད་སྡུག་བསྔལ་འདི་ནི་ཡང་ཡང་འཇུག ༥།

གང་གིས་ཆུ་རྒྱུན་སོ་དྲུག་གིས། །ཡིད་ནི་འདོད་པ་ལ་འཁྱེར་བའི།།
ལྟ་ངན་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དང་། །ཆགས་པ་རྒྱས་པ་གླུང་གིས་འཁྱེར། ༦།

ཆུ་བོའི་རྒྱུན་ནི་འབབ་པ་ཡིན། །འཁྲི་ཤིང་གྱེན་དུ་འཕགས་ཤིང་གནས།།
འཁྲི་ཤིང་སྐྱེས་པ་དེ་མཐོང་ནས། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་རྩ་བ་ཆོད། ༧།

ཡིད་བདེ་བ་ཡི་སྐྱེ་བོ་ལ། །ཆུ་དང་སྣུམ་ནི་འབྱུང་བ་སྟེ།།
ཆུ་འབབ་བདེ་བ་འཚོལ་བའི་མི། །སྐྱེ་དང་རྒ་ལ་ཉེ་བར་འགྲོ། ༨།

342. Beset by craving, people run about like an entrapped hare. Held fast by mental fetters, they come to suffering again and again for a long time. (9)

343. Beset by craving, people run about like an entrapped hare. Therefore, one who yearns to be passion-free should destroy his own craving. (10)

344. There is one who, turning away from desire (for household life) takes to the life of the forest (i.e., of a monk). But after being freed from the household, he runs back to it. Behold that man! Though freed, runs back to that very bondage! (11)

345-346. That is not a strong fetter, the wise say, which is made of iron, wood, or hemp. But the infatuation and longing for jewels and ornaments, children and

wives -- that, they say, is a far stronger fetter, which pulls one downward and, though seemingly loose, is hard to remove. This, too, the wise cut off. Giving up sensual pleasure, and without any longing, they renounce the world. (12-13)

347. Those who are lust-infatuated fall back into the swirling current (of samsara) like a spider on its self-spun web. This, too, the wise cut off. Without any longing, they abandon all suffering and renounce the world. (14)

348. Let go of the past, let go of the future, let go of the present, and cross over to the farther shore of existence. With mind wholly liberated, you shall come no more to birth and death. (15)

349. For a person tormented by evil thoughts, who is passion-dominated and given to the pursuit of pleasure, his craving steadily grows. He makes the fetter strong indeed. (16)

སྲིད་པས་འཁྲིད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས། །རི་བོང་རྙི་ཡིས་ཟིན་བཞིན་འཁོར།།
ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་ལ་ཆགས་ཐོགས་ཅན། །ཡང་ཡང་སྡུག་བསྔལ་ཡུན་རིང་མྱོང་། ༩།

སྲིད་པས་འཁྲིད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས། །རི་བོང་རྙི་ཡིས་ཟིན་བཞིན་འཁོར།།
དེས་ན་བདག་ཆགས་བྲལ་འདོད་པའི། །དགེ་སློང་སྲིད་པ་མི་འབྱུང་མཛོད། ༡༠།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
སྨྲ་ངན་འདས་འདོད་ནགས་ཚལ་ལས། །ཐར་ནས་ནགས་ཚལ་ཉིད་དུ་རྒྱུགས།།
གྲོལ་ནས་འཆིང་བ་ཕོ་ན་ལ། །རྒྱུགས་པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་ལྟོས། ༡༡།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ནོར་བུའི་གདུབ་ཀོར་བུ་དང་ཆུང་མ་ལ། །ཞེན་པའི་ཆགས་པ་དག་ནི་སྲ་བ་སྟེ།།
ལྕགས་དང་ཤིང་དང་ཐམ་པ་གང་ཡིན་དེར། །མཁས་རྣམས་སྲ་བའི་འཆིང་བར་གསུངས་མ་ཡིན། ༡༢།

འཆིང་བར་སླ་ཞིང་རབ་ཏུ་འགྲོལ་དཀའ་བ། །དེ་ལ་མཁས་རྣམས་འཆིང་བ་སྲ་བར་གསུངས།།
དེ་ཡང་བཅད་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བྱས་ཏེ། །ཞེན་པ་མེད་པར་འདོད་པའི་བདེ་བ་སྤོངས། ༡༣།

གང་དག་ཆགས་དང་ཞེན་པའི་རྒྱུན་འབེབས་པ། །སྲིན་བུ་སྡོམ་བཞིན་རང་གི་དྲ་བ་བྱེད།།
དེ་ཡང་བཅད་ནས་རབ་བྱུང་མ་ཁས་པ་རྣམས། །ཞེན་པ་མེད་པར་སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་སྤོངས། ༡༤།

མདུན་ནས་བགྲོལ་ཞིང་རྒྱབ་ནས་བགྲོལ། །དབུས་ནས་བགྲོལ་ཏེ་སྲིད་པ་བརྒལ།།
ཀུན་ནས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཡིད། །ཕྱིན་ཆད་སྐྱེ་རྒ་རྙེད་མི་འགྱུར། ༡༥།

སྐྱེས་བུ་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བཀྲུགས་གྱུར་པ། །ཆགས་པ་དྲག་པོས་སྡུག་པ་རྗེས་སུ་མཐོང་།།
དེ་རྣམས་ཕྱིར་ཞིང་སྲིད་པ་འཕེལ་བྱེད་དེ། །འཆིང་བ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་ཟད། ༡༦།

350. He who delights in subduing evil thoughts, who meditates on the impurities and is ever mindful -- it is he who will make an end of craving and rend

asunder Mara's fetter. (17)

351. He who has reached the goal, is fearless, free from craving, passionless, and has plucked out the thorns of existence -- for him this is the last body. (18)

352. He who is free from craving and attachment, is perfect in uncovering the true meaning of the Teaching, and knows the arrangement of the sacred texts in correct sequence -- he, indeed, is the bearer of his final body. He is truly called the profoundly wise one, the great man. (19)

353. A victor am I over all, all have I known. Yet unattached am I to all that is conquered and known. Abandoning all, I am freed through the destruction of craving. Having thus directly comprehended all by myself, whom shall I call my teacher? (20)

354. The gift of Dharma excels all gifts; the taste of Dharma excels all tastes; the delight in Dharma excels all delights. The Craving-Freed vanquishes all suffering. (21)

355. Riches ruin only the foolish, not those in quest of the Beyond. By craving for riches the witless man ruins himself as well as others. (22)

356. Weeds are the bane of fields; lust is the bane of mankind. Therefore, what is offered to those free of lust yields abundant fruit. (23)

357. Weeds are the bane of fields; hatred is the bane of mankind. Therefore, what is offered to those free of hatred yields abundant fruit. (24)

གང་ཞིག་རྣམ་རྟོག་ཉེ་བར་ཞི་བ་དགའ། །མི་སྡུག་བསྒོམ་ཞིང་རྟག་ཏུ་དྲན་པར་ལྡན།།
དེ་རྣམས་བཟློག་པར་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་སྟེ། །དེ་རྣམས་བདུད་ཀྱི་འཆིང་བ་གཅོད་པར་བྱེད། ༡༧།

བདུད་ལ་གསུངས་པ།
ངེས་པར་སོང་ཞིང་སྐྲག་པ་མེད། །སྲིད་པ་སྤངས་ཤིང་སྐྱོན་དང་བྲལ།།
སྲིད་པའི་ཟུག་རྔུ་ལེགས་པར་ཕྱུངས། །འདི་ནི་སྐྱེ་བའི་མཐའ་མ་ཡིན། ༡༨།

སྲིད་པ་སྤངས་ཤིང་ལེན་པ་བྲལ། །ངེས་པའི་ཚིག་དང་བརྗོད་པ་རིག།
ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་། །སྔོན་དང་ཕྱི་མ་དག་ཀྱང་ཤེས།།
མཐའ་མའི་ལུས་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་བྱ་བར་བརྗོད། ༡༩།

ག་ཡཱ་ནས་གཤེགས་པ་ནའོ།།
ཐམས་ཅད་ཟིལ་གནོན་ཐམས་ཅད་རིག་པ་བདག །ཆོས་རྣམས་ཀུན་ལ་ཉེ་བར་སྒྲིབ་པ་མེད།།
ཀུན་སྤངས་སྲིད་པ་ཟད་ཅིང་རྣམ་པར་གྲོལ། །རང་གིས་མངོན་པར་མཁྱེན་ལ་སློབ་དཔོན་སུ། ༢༠།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།

ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་སྦྱིན་པ་ཀུན་ལས་རྒྱལ། །ཆོས་ཀྱི་རོ་ནི་རོ་རྣམས་ཀུན་ལས་རྒྱལ།།
ཆོས་ཀྱི་དགའ་བ་དགའ་བ་ཀུན་ལས་རྒྱལ། །སྲེད་པ་ཟད་པ་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ལས་རྒྱལ། ༢༡།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
ཕྱི་མ་འཚོལ་བར་མི་བྱེད་པའི། །བློ་གྲོས་ངན་པ་ནོར་གྱིས་གསོད།།
ནོར་ལ་སྲེད་པའི་བློ་ངན་རྣམས། །གཞན་བཞིན་བདག་ཉིད་འགུམ་པར་བྱེད། ༢༢།

ལྷ་བ་དཀར་པོ་ལྷ་བུའི་རྫོ་ལེབ་དུའོ།།
རྩྭ་རྣམས་ཞིང་གི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། །འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བོ་འདི་ཡི་སྐྱོན།།
དེ་སླད་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་ལ། །སྦྱིན་པ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོར་འགྱུར། ༢༣།

རྩྭ་རྣམས་ཞིང་གི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། །ཞེ་སྡང་སྐྱེ་བོ་འདི་ཡི་སྐྱོན།།
དེ་སླད་ཞེ་སྡང་བྲལ་བ་ལ། །སྦྱིན་པ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོར་འགྱུར། ༢༤།
358. Weeds are the bane of fields; delusion is the bane of mankind. Therefore, what is offered to those free of delusion yields abundant fruit. (25)

359. Weeds are the bane of fields; desire is the bane of mankind. Therefore, what is offered to those free of desire yields abundant fruit. (26)

25. The Monk

360. Good is restraint over the eye; good is restraint over the ear: good is restraint over the nose; good is restraint over the tongue. (1)

361. Good is restraint in the body; good is restraint in speech; good is restraint in thought. Restraint everywhere is good. The monk restrained in every way is freed from all suffering. (2)

362. He who has control over his hands, feet, and tongue, who is fully controlled, delights in inward development, is absorbed in meditation, keeps to himself, and is contented -- him do people call a monk. (3)

363. That monk who has control over his tongue, is moderate in speech, unassuming and who explains the Teaching in both letter, and spirit -- whatever he says is pleasing. (4)

364. The monk who abides in the Dharma, delights in the Dharma, meditates on the Dharma, and bears the Dharma well in mind, he does not fall

away from the sublime Dharma. (5)
རྨ་རྣམས་ཞིང་གི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། །ཞྗོངས་པ་སྐྱེ་བོ་འདི་ཡི་སྐྱོན།།
དེ་སླད་ཞྗོངས་པ་བྲལ་བ་ལ། །སྦྱིན་པ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོར་འགྱུར། ༢༥།

རྨ་རྣམས་ཞིང་གི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། །སྲིད་པ་སྐྱེ་བོ་འདི་ཡི་སྐྱོན།།
དེའི་སླད་སྲིད་པ་བྲལ་བ་ལ། །སྦྱིན་པ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོར་འགྱུར།། ༢༦།།

སྲིད་པའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་བཞི་པའོ།། ||

༥ དགེ་སློང་གི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
མིག་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། །རྣ་བ་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་ཡིན།།
སྣ་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། །ལྕེ་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་ཡིན། ༡།

ལུས་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། །ངག་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་ཡིན།།
ཡིད་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་སྡོམ་པ་ལེགས།།
ཐམས་ཅད་སྡོམ་པའི་དགེ་སློང་ནི། །སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ལས་རབ་ཏུ་གྲོལ། ༢།

ལག་པ་སྡོམ་ཞིང་རྐང་པ་ཡང་དག་སྡོམ། །ངག་ནི་ཡང་དག་སྡོམ་པ་སྡོམ་པའི་མཆོག།
ནང་གི་བདག་ཉིད་དགའཞིང་མཉན་བཞག་པ། །གཅིག་པུ་ཆོག་ཤེས་དགེ་སློང་བྱ་བར་བརྗོད། ༣།

གང་ཞིག་ཁ་ནི་སྡོམ་བྱེད་ཅིང་། །རན་པར་སྨྲ་ཞིང་དྲེགས་པ་མེད།།
དོན་དང་ཆོས་ནི་གསལ་བྱེད་པ། །དགེ་སློང་དེ་ཡི་ཚིག་སྙན་འགྱུར། ༤།

ཆོས་ལ་གནས་ཤིང་ཆོས་ལ་དགའ། །ཆོས་ལ་རྗེས་སུ་སེམས་བྱེད་པ།།
དགེ་སློང་ཆོས་ནི་རྗེས་དྲན་པ། །དམ་པའི་ཆོས་ལས་ཉམས་མི་འགྱུར། ༥།

365. One should not despise what one has received, nor envy the gains of others. The monk who envies the gains of others does not attain to meditative absorption. (6)

366. A monk who does not despise what he has received, even though it be little, who is pure in livelihood and unremitting in effort, him even the gods praise. (7)

367. He who has no attachment whatsoever for the mind and body, who does not grieve of what he has not -- he is truly called a monk. (8)

368. The monk who abides in universal love and is deeply devoted to the Teaching of the Buddha attains the peace of Nirvana, the bliss of the cessation of all conditioned things. (9)

369. Empty this boat, O monk! Emptied, it will sail lightly. Rid of lust and hatred, you shall reach Nirvana. (10)

370. Cut off the five, abandon the five, and cultivate the

five. The monk who has overcome the five bonds is called the one who has crossed the flood. (11)

371. Meditate, O monk! Do not be heedless. Let not your mind whirl on sensual pleasures. Heedless, do not swallow a red-hot iron ball, lest you cry when burning, "O this is painful.” (12)

372. There is no meditative concentration for him who lacks insight, and no insight for him who lacks meditative concentration. He in whom are found both meditative concentration and insight, indeed, is close to Nirvana. (13)

རང་གི་རྙེད་པས་མི་ཁེངས་ཤིང་། །གཞན་གྱི་རྙེད་ལ་ཆགས་མི་བྱ།།
གཞན་གྱི་རྙེད་པ་ལ་ཆགས་པའི། །དགེ་སློང་ཏིང་འཛིན་འཐོབ་མི་འགྱུར། ༦།

རྙེད་པ་ཆུང་ཡང་དགེ་སློང་ནི། །རང་གི་རྙེད་པས་མི་ཁེངས་པ།།
གཡེང་མེད་དག་པའི་འཚོ་བ་ཅན། །དེ་ལ་ལྷ་རྣམས་བསྔགས་པར་བྱེད། ༧།

མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །གང་ཞིག་བདག་གིར་མི་བྱེད་ཅིང་།།
མེད་པ་ལ་ཡང་མྱ་ངན་མེད། །དེ་ནི་དགེ་སློང་ཞེས་བྱར་བརྗོད། ༨།

དགེ་སློང་བྱམས་པ་ལ་གནས་པ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་དྭངས་པ་ནི།།
འདུ་བྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡི། །ཞི་བ་བདེ་བའི་གོ་འཕང་འཐོབ། ༩།

དགེ་སློང་གྲུ་འདི་སྟོང་བར་གྱིས། །སྟོང་ན་ཁྱེད་ཅག་མྱུར་དུ་སླེབས།།
ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་བཅད་ནས་ཀྱང་། །མྱ་ངན་འདས་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར། ༡༠།

ལྔ་ནི་གཅོད་ཅིང་ལྔ་ནི་སྤོངས། །ཕྱི་མ་ལྔ་ནི་བསྒོམ་པར་གྱིས།།
དགེ་སློང་ཐོགས་པ་ལྔ་འདས་པ། །ཆུ་བོ་ལས་བརྒལ་བ་བྱ་བར་བརྗོད། ༡༡།

དགེ་སློང་ཁྱེད་ནི་བག་མེད་མ་མཛད་བསྒོམ། །སེམས་ནི་འདོད་ཡོན་རྣམས་ལ་འཁྱིལ་མི་བྱ།།
བག་མེད་ལྕགས་ཀྱི་ཐོ་ལུམ་མ་ཟ་ཞིག །ཚིག་ཅིང་སྡུག་བསྔལ་འདི་ཞེས་མི་ངུ་མཛོད། ༡༢།

ཤེས་རབ་མེད་ལ་བསམ་གཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། །བསམ་གཏན་མེད་ལ་ཤེས་རབ་ཡོད་མ་ཡིན།།
གང་ལ་བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ལྡན་གྱུར་པ། །དེ་ནི་མྱ་ངན་འདས་པའི་གམ་ན་གནས། ༡༣།

373. The monk who has retired to a solitary abode and calmed his mind, who comprehends the Dharma with insight, in him there arises a delight that transcends all human delights. (14)

374. Whenever he sees with insight the rise and fall of the aggregates, he is full of joy and happiness. To

the discerning one this reflects the Deathless. (15)

375. Control of the senses, contentment, restraint
according to the code of monastic discipline -- these
form the basis of holy life here for the wise monk. (16)

376. Let him associate with friends who are noble,
energetic, and pure in life; let him be cordial and
refined in conduct. Thus, full of joy, he will make an
end of suffering. (17)

377. Just as the jasmine creeper sheds its withered
flowers, even so, O monks, should you totally shed
lust and hatred. (18)

378. The monk who is calm in body, calm in speech, calm
in thought, well composed, and who has spewed out
worldliness – he, truly, is called serene. (19)

379. By oneself one must censure oneself and scrutinize
oneself. The self-guarded and mindful monk will
always live in happiness. (20)

380. One is one's own protector, one is one's own refuge.
Therefore, one should control oneself, even as the
trader controls a noble steed. (21)

381. Full of joy, full of faith in the Teaching of the
Buddha, the monk attains the Peaceful State, the
bliss of cessation of conditioned things. (22)

སྟོང་བའི་ཁྱིམ་ན་རབ་གནས་པའི། །དགེ་སློང་ཞི་བའི་སེམས་ལྡན་པ།།
ཡང་དག་ཆོས་རབ་མཐོང་བ་ལ། །མི་ལས་འདས་པའི་དགའ་བ་འབྱུང་། ༡༤།

གང་དང་གང་ལས་ཕུང་པོ་རྣམས། །སྐྱེས་ཤིང་ཟད་པ་རབ་བཙལ་ཏེ།།
དགའ་མགུ་ཡི་རང་ཉེད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་མཁས་པའི་བདུད་རྩི་ཉིད། ༡༥།

དེ་ལ་ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་དགེ་སློང་ལ། །འདི་རྣམས་འདི་ན་ཐོག་མར་དགོས་པ་སྟེ།།
དབང་པོ་རྣམས་ནི་སྲུང་ཞིང་ཆོག་ཤེས་ལྡན། །སོ་སོར་ཐར་པ་ཡང་དག་སྡོམ་པ་དང་"།།
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ལ་བསྟེན་གྱུར་ཅིང་། །འཚོ་བ་དག་ཅིང་ལེ་ལོ་མེད་པའོ། ༡༦།

སོ་སོར་རྒྱུས་ལ་ཞུགས་པ་ཡི། །ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དགེ་བར་གྱིས།།
དགེ་སློང་དགའ་བ་མང་པོ་བ། །སྡུག་བསྔལ་མཐའ་མར་བྱེད་པར་འགྱུར། ༡༧།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
གྲུ་ཆར་གྱིས་ནི་མེ་ཏོག་གི །འདབ་མ་རྙིང་པ་ལྷུང་བྱེད་པ།།
དེ་བཞིན་ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་བ་ཡང་། །དགེ་སློང་རྣམས་ཀྱིས་སྤོང་བར་གྱིས། ༡༨།

ཞི་བའི་ལུས་ལ་ཞི་བའི་ངག །ཞི་བའི་ཡིད་ནི་མཉན་བཞག་པ།།
འཇིག་རྟེན་ཟང་ཟིང་བོར་བ་ནི། །དགེ་སློང་ཉེ་བར་ཞི་ཞེས་བརྗོད། ༡༩།

རང་གིས་རང་ལ་བསྐུལ་བར་བྱ། །རང་གིས་རང་ལ་བརྟག་པར་བྱ།།

རང་ཉིད་སྲུང་ཞིང་དྲན་ལྡན་པའི། །དགེ་སློང་བདེ་ལ་སྤྱོད་པར་འགྱུར། ༢༠།

རང་ཉིད་རང་གི་མགོན་ཡིན་ཞིང་། །རང་གི་སྐྱབས་ནི་རང་ཉིད་ཡིན།།
དེས་ན་ཚོང་པས་རྟ་བཟང་བཞིན།། །རང་གིས་རང་ཉིད་སྡོམ་པར་བྱ། ༢༡།

འོད་མའི་ཚལ་དུའོ།།
དགེ་སློང་དགའ་བ་མང་པོ་བ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་དྭངས་པ་ཅན།།
འདུ་བྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡི། །ཞི་བ་བདེ་བའི་གོ་འཕང་འཐོབ། ༢༢།
382.That monk who while young devotes himself to
the Teaching of the Buddha illumines this world like the
moon freed from clouds. (23)

26. The Holy Man

383. Exert yourself, O holy man! Cut off the stream (of craving), and discard sense desires. Knowing the destruction of all conditioned things, become, O holy man, the knower of the Uncreate (Nirvana)! (1)

384. When a holy man has reached the summit of the two paths (meditative concentration and insight), he knows the truth and all his fetters fall away. (2)

385. He for whom there is neither this shore nor the other shore, nor yet both, he who is free of cares and is unfettered -- him do I call a holy man. (3)

386. He who is meditative, stainless, and settled, whose work is done and who is free from cankers, having reached the highest goal -- him do I call a holy man. (4)

387. The sun shines by day, the moon shines by night. The warrior shines in armor, the holy man shines in meditation. But the Buddha shines resplendent all day and all night. (5)

ཤར་གྱི་ནགས་སུའོ།།
དགེ་སློང་གང་ཞིག་གཞོན་ན་ཡང་། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་བརྩོན་པ་དེ།།
སྤྲིན་ལས་གྲོལ་བའི་ཟླ་བ་བཞིན། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་རབ་གསལ་འགྱུར།། ༢༣།།
དགེ་སློང་གི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་ལྔ་པའོ།། །།

༢༦ བྲམ་ཟེའི་སྡེ་ཚན།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུ།།
བྲམ་ཟེ་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཅད་ནས། །ཟིལ་གྱིས་ནོན་ལ་འདོད་པ་ཆོམས།།
འདུས་བྱས་ཟད་པ་ཤེས་ནས་ཀྱང་། །བྲམ་ཟེ་འདུས་མ་བྱས་ཤེས་འགྱུར། ༡།

བྲམ་ཟེ་ཆོས་ནི་གཉིས་པོ་དག །གང་ཚེ་ཕ་རོལ་སོན་གྱུར་པ།།
དེ་ནས་ཤེས་ལྡན་འདི་ཡི་ནི། །ཀུན་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ནུབ་པར་འགྱུར། ༢།

གང་ལ་ཕ་རོལ་ཚུ་རོལ་ཏམ། །ཕན་ཚུན་དག་ནི་མ་མཆིས་པ།
འཇིགས་པ་བྲལ་ཞིང་ཀུན་སྦྱོར་མེད། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣།

མ་གཏན་རྟུལ་བྲལ་ཡང་དག་འཇོག །བྱ་བ་བྱས་ཤིང་ཟག་པ་མེད།།
མཆོག་གི་དོན་ནི་རྗེས་ཐོབ་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༤།

ཀུན་དགའ་བོ་ལ་གསུངས་པ།
ཉིན་མོ་ཉི་མ་གཟི་ལྡན་ཞིང་། །མཚན་མོ་ཟླ་བ་འོད་ཟེར་འགྲོ།།
རྒྱལ་རིགས་ཁྲབ་གྱོན་གཟི་ལྡན་ཏེ། །བསྒོམ་ན་བྲམ་ཟེ་གཟི་དང་ལྡན།།
འོན་ཀྱང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི། །ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་གཟི་བརྗིད་འབར། ༥།

388. Because he has discarded evil, he is called a holy man. Because he is serene in conduct, he is called a recluse. And because he has renounced his impurities, he is called a renunciate. (6)

389. One should not strike a holy man, nor should a holy man, when struck, give way to anger. Shame on him who strikes a holy man, and more shame on him who gives way to anger. (7)

390. Nothing is better for a holy man than when he holds his mind back from what is endearing. To the extent the intent to harm wears away, to that extent does suffering subside. (8)

391. He who does no evil in deed, word and thought, who is restrained in these three ways - him do I call holy man. (9)

392. Just as a Brahmin priest reveres his sacrificial fire, even so should one devoutly revere the person from whom one has learned the Dhamma taught by the Buddha. (10)

393. Not by matted hair, nor by lineage, nor by birth does one become a holy man. But he in whom truth and righteousness exist -- he is pure. He is a holy man. (11)

394. What is the use of your matted hair, O witless man? What of your garment of antelope's hide? Within you the tangle (of passion). Only outwardly do you cleanse yourself. (12)

395. The person who wears a robe made of rags, who is lean, with veins showing all over the body, and who meditates alone in the forest -- him do I call a holy man. (13)

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
སྡིག་པ་སྤངས་པར་བྱས་ན་བྲམ་ཟེ་སྟེ། །ཡང་དག་སྤྱོད་པ་ལྡན་ན་དགེ་སྦྱོང་ཉིད།།
རང་ཉིད་དྲི་མ་རྣམས་ལས་རབ་བྱུང་བ། །དེས་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་བྱར་བརྗོད། ༦།

ཤཱ་རིའི་བུ་ལ་གསུངས་པ།
བྲམ་ཟེ་ལ་ནི་བརྡེག་མི་བྱ། །དེ་ལ་བྲམ་ཟེ་ཁྲོ་མི་བྱ།།
ཀྱི་མ་བྲམ་ཟེ་བརྡེག་པ་ངན། །དེ་ལས་དེ་ལ་ཁྲོ་བ་ངན། ༧།

ཡིད་ཀྱི་དགའ་བ་བཟློག་ན་བྲམ་ཟེ་ལ། །འདི་ཡིས་ཕན་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ཏེ།།
ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་འཚེ་བའི་སེམས་ཞི་བ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་ཞི་བ་ཉིད། ༨།

གོའུ་ཏ་མི་ལ་གསུངས་པ།
གང་གི་ལུས་དང་ངག་དང་ནི། །ཡིད་ཀྱིས་ཉེས་པར་མི་བྱེད་པ།།
གནས་སྐབས་གསུམ་གྱིས་སྡོམ་པ་ཅན། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༩།

ཤཱ་རིའི་བུ་ལ་གསུངས་པ།
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡི། །ཆོས་ནི་སུ་ལས་ཤེས་གྱུར་ན།།
བཀུར་བསྟི་ཕྱག་འཚལ་དེ་ལ་བྱ། །སྦྱིན་སྲེག་མེ་ལ་བྲམ་ཟེས་བཞིན། ༡༠།

རྒྱལ་བྱེད་ཚལ་དུའོ།།
རལ་པ་རིགས་དང་རུས་དག་གིས། །བྲམ་ཟེ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ།།
གང་ལ་བདེན་དང་ཆོས་ཡོད་པའི། །དག་པ་དེ་ནི་བྲམ་ཟེ་ཡིན། ༡༡།

ཡངས་པ་ཅན་དུའོ།།
བླུན་པོ་རལ་པས་ཁྱོད་ལ་ཅི། །པགས་པའི་གཡང་གཞིས་ཁྱོད་ལ་ཅི།།
ཁྱོད་ཀྱི་ནང་ནི་བཙོག་པས་གང་། །ཕྱི་རོལ་ཡོངས་སུ་བཀྲུ་བར་བྱེད།༡༢།

བྱ་རྒོད་ཕུང་པོའི་རི་ལའོ།།
ཧྲུལ་གྱི་བཀྲིགས་པའི་གོས་གྱོན་ཞིང་། །ལུས་ནི་རིད་ཅིང་རྒྱུས་པས་གཡོགས།།
ནགས་ན་གཅིག་པུར་བསྒོམ་བྱེད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༣།

396. I do not call him a holy man because of his lineage or high-born mother. If he is full of impeding attachments, he is just a supercilious man. But who s free from impediments and clinging -- him do I call a holy man. (14)

397. He who, having cut off all fetters, trembles no more, who has overcome all attachments and is emancipated -- him do I call a holy man. (15)

398. He who has cut off the thong (of hatred), the band (of craving), and the rope (of false views), together with the appurtenances (latent evil tendencies), he who has removed the crossbar (of ignorance) and is

enlightened -- him do I call a holy man. (16)

399. He who without resentment endures abuse, beating and punishment; whose power, real might, is patience -- him do I call a holy man. (17)

400. He who is free from anger, is devout, virtuous, without craving, self-subdued and bears his final body -- him I call a holy man. (18)

401. Like water on a lotus leaf, or a mustard seed on the point of a needle, he who does not cling to sensual pleasures -- him do I call a holy man. (19)

402. He who in this very life realizes for himself the end of suffering, who has laid aside the burden and become emancipated -- him do I call a holy man. (20)

403. He who has profound knowledge, who is wise, skilled in discerning the right or wrong path, and has reached the highest goal -- him do I call a holy man. (21)

བྲམ་ཟེ་ཡིན་བཞིན་སྐྱེ་གནས་དང་། །མ་ལས་འབྱུང་ཞེས་བདག་མི་སྨྲ།།
དེ་ནི་ཧོ་སྒྲོགས་བྱ་བ་དང་། །དེ་ནི་ནོར་ཅན་ཡིན་དུ་ཟད།།
ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་མི་ལེན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༤།

ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཀུན་བཅད་ནས། །གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་མི་འཇིགས་པ།།
ཐོགས་པ་འདས་ཤིང་སྦྱོར་བ་བྲལ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༥།

ཁྲོ་བའི་དྲྭ་བ་སྲེད་པའི་གཟེབ། །ཐེ་ཚོམ་སྒྲོག་ནི་འཁོར་བཅས་བཅད།།
སྒྲིབ་པའི་གེགས་བསལ་སངས་རྒྱས་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༦།

དགྲ་དང་གཉེན་ལ་མི་འཁོན་ཞིང་། །གང་ཞིག་ཁྲོ་མེད་བཟོད་པར་བྱེད།།
བཟོད་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དམག་སྡེ་ཅན། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༧།

མི་ཁྲོ་བ་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་ཞིང་མང་དུ་ཐོས།།
དུལ་ཞིང་མཐའ་མའི་ལུས་འཛིན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༨།

མེ་ཏོག་འདབ་མད་ཆུ་བཞིན་དང་། །ཁབ་ཀྱི་རྩེ་ལ་ཡུངས་ཀར་བཞིན།།
སུ་ཞིག་འདོད་པས་མི་གོས་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༡༩།

སུ་ཞིག་འདི་ན་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །སྡུག་བསྔལ་ཟད་པ་རབ་ཏུ་ཤེས།།
ཁུར་ནི་བོར་ཞིང་ཀུན་སྦྱོར་བྲལ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༠།

མཁས་པ་ཟབ་མོའི་ཤེས་རབ་ཅན། །ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་ཤེས།།
མཆོག་གི་དོན་ནི་རྗེས་ཐོབ་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༡།

404. He who holds aloof from householders and ascetics

alike, and wanders about with no fixed abode and
but few wants -- him do I call a holy man. (22)

405. He who has renounced violence towards all Iiving beings, weak or strong, who neither kills nor causes others to kill -- him do I call a holy man. (23)

406. He who is friendly amidst the hostile, peaceful amidst the violent, and unattached amidst the attached -- him do I call a holy man. (24)

407. He whose lust and hatred, pride and hypocrisy have fallen off like a mustard seed from the point of a needle -- him do I call a holy man. (25)

408. He who utters gentle, instructive, and truthful words, who imprecates none -- him do I call a holy man. (26)

409. He who wants nothing of either this world or the next, who is desire-free and emancipated -- him do I call a holy man. (27)

410. He who wants nothing of either this world or the next, who is desire-free and emancipated -- him do I call a holy man. (28)

411. He who has no attachment, who through perfect knowledge is free from doubts and has plunged into the Deathless -- him do I call a holy man. (29)

412. He who in this world has transcended the ties of both merit and demerit, who is sorrowless, stainless and pure -- him do I call a holy man. (30)

413. He who, like the moon, is spotless and pure, serene and clear, who has destroyed the delight in existence -- him do I call a holy man. (31)

ཁྱིམ་པ་དང་ནི་རབ་བྱུང་སྟེ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་འདྲིས་མི་བྱེད།།
ངེས་མེད་རྒྱུ་ཞིང་འདོད་པ་ཆུང་། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༢།

གང་གིས་རྒྱུ་དང་མི་རྒྱུ་བའི། །འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་ཆད་པ་སྤངས།།
གསོད་པར་མི་བྱེད་བརྡེག་མི་བྱེད། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༣།

གཤེ་བའི་ནང་ན་མི་གཤེ་ཞིང་། །དབྱུག་ཐོགས་ནང་ན་ཞི་བར་སྤྱོད།།
ལེན་པ་ཅན་ནང་མི་ལེན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༤།

ཁབ་ཀྱི་རྩེ་ནས་ཡུངས་ཀར་བཞིན། །གང་གི་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་དང་།།
ང་རྒྱལ་ཕྲག་དོག་ལྷུང་གྱུར་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༥།

རྩུབ་རེག་བྲལ་ཞིང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི། །བདེན་པའི་གཏམ་ནི་གང་སྨྲས་པས།།

སུ་ལ་ཡང་ནི་མི་གནོད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༦།

གང་གིས་རིང་པོ་ཐུང་ངུ་འམ། །ཕྲ་སྦོམ་ལེགས་ཉེས་གང་ཡང་རུང་།།
འཇིག་རྟེན་མ་བྱིན་མི་ལེན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༧།

འཇིག་རྟེན་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་། །གང་ལ་ཆགས་པའི་གཞི་མེད་པ།།
ཆགས་པའི་གཞི་མེད་ཀུན་སྦྱོར་བྲལ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༨།

གང་ལ་ཀུན་གཞི་མེད་གྱུར་ཅིང་། །ཀུན་ཤེས་ཐེ་ཚོམ་མི་དྲི་བ།།
བདུན་རྩེ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཐོབ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༢༩།

འདི་ན་བསོད་ནམས་སྡིག་པ་ཡི། །ཐོགས་པ་གཉིས་པོ་གང་གིས་སྤངས།།
མྱ་ངན་མེད་ཅིང་རྡུལ་མེད་དག །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༠།

དྲི་མ་མེད་པ་ཟླ་བ་བཞིན། །དག་ཅིང་དྭངས་ལ་ར་རི་མེད།།
དགའ་བའི་སྲིད་པ་ཡོངས་སུ་ཟད། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༡།

414. He who, having traversed this miry, perilous and delusive round of existence, has crossed over and reached the other shore; who is meditative, calm, free from doubt; and, clinging to nothing, has attained to Nirvana -- him do I call a holy man. (32)

415. He who, having abandoned sensual pleasures, has renounced the household life and become a homeless one; has destroyed both sensual desire and continued existence -- him do I call a holy man. (33)

416. He who, having abandoned craving, has renounced the household life and become a homeless one, has destroyed both craving and continued existence -- him do I call a holy man. (34)

417. He who, casting off human bonds and transcending heavenly ties, is wholly delivered of all bondages -- him do I call a holy man. (35)

418. He who, having cast off likes and dislikes, has become tranquil, is rid of the substrata of existence and like a hero has conquered all the worlds -- him do I call a holy man. (36)

419. He who in every way knows the death and rebirth of all beings, and is totally detached, blessed and enlightened -- him do I call a holy man. (37)

420. He whose track no gods, no angels, no humans trace, the Arhat who has destroyed all cankers -- him do I call a holy man. (38)

421. He who clings to nothing of the past, present and future, who has no attachment and holds on to

Nothing -- him do I call a holy man. (39)

གང་འདིར་ཡོག་ལམ་བགྲོད་དཀའ་བའི། །འཁོར་བ་རྨོངས་པ་སྤངས་བྱས་ཏེ།།
བརྒལ་ཅིང་ཕ་རོལ་སོན་གྱུར་པ། །བསམ་གཏན་གཡོ་མེད་ཐེ་ཚོམ་ཚོད།།
ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་ཅིང་ཞི། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༢།

འདི་ན་གང་ཞིག་འདོད་པ་རྣམས། །སྤངས་ནས་ཁྱིམ་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་།།
འདོད་པའི་དངོས་པོ་ཡོངས་ཟད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༣།

འདི་ན་གང་ཞིག་སྲིད་པ་རྣམས། །སྤངས་ནས་ཁྱིམ་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་་།།
སྲིད་པའི་དངོས་པོ་ཡོངས་ཟད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༤།

མི་ཡི་སྦྱོར་བ་སྤངས་བྱས་ཤིང་། །ལྷ་ཡི་སྦྱོར་བ་རབ་བཏང་སྟེ།།
སྦྱོར་བ་ཀུན་དང་མི་ལྡན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༥།

དགའ་དང་མི་དགའ་བོར་བྱས་ཏེ། །བསིལ་བར་གྱུར་ཅིང་ཆགས་པ་བྲལ།།
དཔའ་བོ་འཇིག་རྟེན་ཀུན་གནོན་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༦།

ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི། །འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་རིག །
ཆགས་མེད་བདེར་གཤེགས་སངས་རྒྱས་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༧།

གང་གི་འགྲོ་བ་ལྷ་རྣམས་དང་། །དྲི་ཟ་མི་ཡིས་མི་ཤེས་པར།།
ཟག་པ་ཟད་ཅིང་དགྲ་བཅོམ་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༨།

གང་ལ་སྔོན་དང་ཕྱི་མ་དང་། །དཀྱིལ་ན་ཅི་ཡང་མི་བདོག་ཅིང་།།
ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་ལེན་མེད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་བྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༣༩།

422. He, the Noble, the Excellent, the Heroic, the Great Sage, the Conqueror, the Passionless, the Pure, the Enlightened one -- him do I call a holy man. (40)

423. He who knows his former births, who sees heaven and hell, who has reached the end of births and attained to the perfection of insight, the sage who has reached the summit of spiritual excellence -- him do I call a holy man. (41)

This text is an adaption of the Dhammapada translated from the Pali by Acharya Buddarakkhita and originally published in 2014 by the Mahabodhi Society of Bangalore. It was reprinted by the Corporate Body of the Buddha Education Foundation.

སོར་ཕྲེང་ཅན་ལ་གསུངས་པ།
ཁྱུ་མཆོག་གཙོ་བོ་དཔའ་བོ་སྟེ། །དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་རྣམ་པར་རྒྱལ།།
གཡོ་མེད་ཁྲུས་མཛད་སངས་རྒྱས་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་ཁྲམ་ཟེར་བརྗོད། ༥༠།

གང་གིས་སྔོན་གྱི་གནས་མཁྱེན་ཅིང་། །མཐོ་རིས་དང་ནི་དམྱལ་བ་གཟིགས།།
སྐྱེ་བ་ཟད་པ་བརྙེས་གྱུར་ཏེ། །མངོན་ཤེས་མཐར་ཕྱིན་ཐུབ་པ་ནི།།
མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་མཛད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་ཁྲལ་ཟེར་བརྗོད།། ༥༡།།
ཁྲམ་ཟེའི་སྡེ་ཚན་ཏེ། ལེའུ་ཉེར་དྲུག་པའོ།། ༎

འཕགས་པ་གནས་བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྣོད་དུ་བསྡུས་པ་ལས། ཐུན་ཚོགས་ཀྱི་མདོ་ཐུན་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་སོ།། འདྲེན་པ་ཆེན་པོ་གནས་བརྟན་རྣམ་ནཱ་ནཱ་བཛྲའི་ཞབས་དྲུང་དུ་ཞུས་ཏེ། སིཀྐ་ལ་དཔལ་རལ་གྲིའི་རི་བོའི་དགོན་པར་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བསྒྱུར་བ་རྫོགས་སོ།། ༎

རིང་ནས་འདྲིས་པའི་རང་ཁྱིམ་ངོས་ཟིན་ཅིང་།།ཚེ་རབས་སྔ་མའི་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་སྙེད་དེ།།
དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུང་ །།གསར་དུ་བསྒྱུར་བའི་དགའ་བ་གང་གིས་མཚོན།།
མི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱའི་ཡུན་ལ་རྒྱ་གར་དུ། །མ་སླེབས་ཕྱི་དལ་ཅན་གྱི་ལོ་ཙྪ་བ།།
ལེགས་སྦྱར་བསྟན་བཅོས་དངོས་སུ་གློག་པ་ཞིག །ད་ལྟ་མ་ག་དྷ་ན་མཆིས་སོ་སྐད།། ༎
ཅེས་ཀྱང་སྨྲས་སོ།།

ཇི་སྐད་དུ་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས། ཤེལིཏཀྐཡཧྲིསྨནྣནརསྲིཧྲིཏཕྱེགིརསྙོནཧྲིཧྲིཞྭས་པྣཙཤརཧྲསྭཧྣཔཞེཏཡརཏུཧྲེཙཧྷཕཏེ། ཀླགཛྲཙཏུལྕྲིཏྣབིབཏྣཐཔྲསྨཏཔབླཀྐནཡཾལོགཱཏྲཱ༑ཡིཏྟུཾཔྲསྣརཏེམྱཕསྤུཀྲྀཾཕྲཏེ༑ཞཱནམཿ འདིར་ལོ་ཙཱའི་ལས་བྱས་པ་ལ་ཆེས་མི་འོས་པར་སེམས་པ་དག་གིས་གོང་གི་ཚིགས་བཅད་འདི་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ལ་དེའི་དོན་མནོ་བསམ་ཐོང་བ་ཞིག་མཛད་པར་ཞུ།།

མངོན་གྱུར་རྟགས་ཀྱིས་བདེན་པ་ངོ་སྤྲོད་ཀྱང་།།ངམ་ནག་བཞིན་གྱི་གཉེར་མ་མི་སངས་པ།།
མངོར་ན་ཐུག་དོག་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་འདིའི།།དགའ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་རྒྱུད་པ་ཉིད།།
ཅེས་བྱ་བ་ནི་དྲང་པོའི་གནས་ཚུལ་ཙམ་ཞར་བྱུང་དུ་ཐལ་བ་ལགས་སོ།།
རྒྱ་གར་ཀུ་ཤུ་ཏའི་ཡུལ་ན་ཡོད་དུས་སུ་བྲིས།། ༡༥-༧-༡༩༩༩

Version 1- 27/6/2024 (TMC)