

佛子行三十七颂

土美仁波且 著

索达吉堪布 译

那摩罗格学拉亚！

虽见诸法无来去 唯一勤行利众生
殊胜师及观自在 恭敬三门恒顶礼
利乐之源诸圆觉 从修正法而出生
彼复依于知其行 是故当说佛子行

1. 获得暇满大舟时 为自他渡轮回海
昼夜恒时不懈怠 闻思修是佛子行
2. 亲方贪心如沸水 怨方嗔心似烈火
取舍皆忘痴黑暗 抛弃故乡佛子行
3. 舍恶境故渐减惑 无懒散故善自增
心澄于法起正见 依住静处佛子行
4. 长伴亲友各分离 勤聚财物留后世
识客舍弃身客堂 舍此世为佛子行
5. 交近彼使增三毒 并减闻思修事业
能转慈悲灭尽者 离恶友为佛子行
6. 依止何者灭罪过 功德增如上弦月
胜善知识比自身 尤为爱重佛子行
7. 自亦缚于轮回故 世间天力能救谁
是故依止不虚者 皈依三宝佛子行
8. 诸极难忍恶趣苦 能仁说为恶业果
是故虽遇生命难 终不造罪佛子行
9. 三有乐如草头露 一瞬刹那毁灭法
恒时不变解脱果 希求其是佛子行
10. 无始时来慈我者 诸母若苦我何乐
是故为渡诸有情 发菩提心佛子行
11. 诸苦生于欲自乐 诸佛生于利他心
由此自乐与他苦 确当交换佛子行
12. 谁以大欲图财物 一切夺或令人夺
乃身受用三世善 回向于他佛子行
13. 吾虽无有少罪过 何人若断吾之头
然以悲心于诸罪 自身代受佛子行
14. 何人百般诽谤吾 虽已传遍三千界
吾犹深怀仁慈心 赞叹他德佛子行
15. 何人于聚众人处 揭发吾过说粗语
于彼还生善师想 恭敬其是佛子行
16. 吾以如子护养人 彼若视我如怨仇

- 犹如母对重病儿 倍悲悯是佛子行
17. 与吾同等或下士 虽以傲慢作侮辱
吾恭敬彼如上师 恒顶戴是佛子行
 18. 贫穷恒被他人欺 又遭重病及魔障
众生诸苦已代受 无怯弱是佛子行
 19. 众人恭敬遍荣誉 财物量如多闻天
然知世妙无实义 无有骄傲佛子行
 20. 若未降伏自嗔心 外敌虽伏又增盛
故以慈悲之心军 调伏自心佛子行
 21. 一切妙欲如盐水 如何享受贪越增
于何能生贪心物 顿时舍弃佛子行
 22. 一切现象唯自心 心性本为离边戏
领悟彼诸二取相 不作意是佛子行
 23. 会遇悦意之境时 当视犹如夏时虹
虽然美妙然无实 断除贪欲佛子行
 24. 诸苦如同梦子死 实执幻象极劳累
是故遭遇违缘时 视为幻景佛子行
 25. 欲菩提者应舍身 何况一切身外物
是故不望报异熟 布施便是佛子行
 26. 无戒自利尚不成 欲能利他岂可能
是故无存贪有心 护持净戒佛子行
 27. 欲享善乐之佛子 一切损害如宝藏
故于众生无怨心 修忍辱是佛子行
 28. 唯求自利小乘士 见勤如救头燃故
为利众生功德源 发精进是佛子行
 29. 已知具寂之胜观 能断一切烦恼障
远离四处无色心 修习禅定佛子行
 30. 若无智慧以五度 不得圆满菩提果
故具方便离三轮 修习智慧佛子行
 31. 若不细察已迷惑 以法形象行非法
是故恒察己过失 断除其是佛子行
 32. 以惑宣说佛子过 以彼减弱自功德
故入大乘士之过 不宣说是佛子行
 33. 贪图财敬互争执 减弱闻思修之业
故于亲友施主家 断除贪心佛子行
 34. 粗语伤害他人 心 失误佛子之行仪
故于他人所不悦 断恶言是佛子行
 35. 烦恼串习则难治 念知士持对治剑
贪等烦恼初生时 铲除其是佛子行
 36. 总之何处行何事 当察自心何相状
恒以正知及正念 修行利他佛子行
 37. 如是勤修所生善 为除无边众生苦
以净三轮之智慧 回向菩提佛子行

为利欲学佛子道 显密经论所言义
跟随圣贤之窍诀 著佛子行卅七颂
吾浅智慧少学故 亦无智者所喜诗
然以经典教言故 佛子行颂应无误
然诸广阔佛子行 愚钝如我难测故
违理无关等过失 祈诸圣贤予宽恕
以此善业诸有情 依胜俗谛菩提心
无住有寂之边际 愿成怙主观世音

此文乃讲解教理之比丘土美为自利利他造于恩曲仁钦铺



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 3.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/).

PDF document automatically generated on Mon Jun 20 01:26:40 2022 GMT from
<https://www.lotsawahouse.org/zh/tibetan-masters/gyalse-thogme-zangpo/37-practices-all-bodhisattvas>



LOTSAWA HOUSE

DHARMA. ON THE HOUSE.