



제8대 가르마빠 미피 도르제 『선행자전』

무비자찬

무비자찬



제8대 까르마빠 미뵈 도르제
『선행자전』



DHARMA EBOOKS

내용 목차

8대 까르마빠 미뽀 도르제의 ‘선행록’ 으로 불리
는 자전적인 시

니뽀숙 무비자찬

༡༡། །ཀམ་པ་མི་བསྐྱེད་རྗེ་རྒྱུ་རྩམ་ཐར་ཉིད་ཀྱིས་མཇེད་པ་བཟུགས་སོ། །

8대 가르마빠 미피 도르제의 ‘선행록’ 으로 불리는 자전적인 시

བཀའ་རྒྱུ་འགན་མེད་དཀོན་མཆོག་རྣམ་གསུམ་དང་། །
སྤྱི་མཐོག་ལ་གྱུས་པས་ཕྱག་འཆའ་ནས། །

비할 데 없이 은혜로우신 삼보님과
스승님들께 공경히 절합니다.

དམ་པས་གཟིགས་ན་ངོ་མཆར་མེད་མོད་ཀྱང་། །
བྱིས་པ་འགའ་ཞིག་མགྱ་བར་བྱེད་པའི་གཏམ། །
བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་རྣམ་གྲངས་འགའ་ཞིག་པ། །
གཞན་ལ་བརྗོད་ན་དོན་དང་ལྡན་འབྱུང་ཞེས། །
རྒྱུ་འགའ་ཡི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལས། །
རང་སྤྱོད་རང་རྒྱས་ཆེ་བས་ཅུང་ཟད་སྤོ། །

위대하신 분들께서 진제眞諦 로 보신다면 놀라울 것이 없지만
몇몇 어리석은 이들을 기쁘게 하는 이야기
제가 행한 선한 행善行 몇 가지를
남에게 말하면 의미가 있을 것이라
몇 분 고귀하신 분들께서 말씀하시면서 권하시길래
자신의 경험이 자신의 심속에 크게 있어 조금 말하고자 합니다.

དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ཐོབ་དུས་དོན་མེད་དུ།
 གཏོང་མ་པོད་པར་སློ་གསུམ་དམ་ཆོས་ལ།
 ཅེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་བཀའ་བཞིན་ཅི་རུས་བསྐྱབས།
 ལྷག་སློ་སྦྱིས་ཚད་དྲག་པོས་ཚར་གཅོད་བྱས།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟུང་བཞིན།

- (1) 언기 어려운 가만假滿*의 몸 얻었을 때,
 의미없이 헛되이 보내서는 안 되므로 신구의 삼문을 기울여
 정법에 일심으로 부처님 말씀처럼 능력껏 수행하였습니다.
 크게 일어난 전도건을 용맹스럽게 퇴치한
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རྒྱ་གྲོགས་ཚད་མིན་བྱད་བསོད་མ་བྱས་ཤིང་།
 དེ་ཡིས་བསྟན་པའི་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པར།
 དམ་ཆོས་མཐར་ཐིན་འགལ་རྟེན་གྱར་པ་ཡི།
 དྲག་གསུམ་རྣམ་རྟོག་ཅི་ཆོས་བྱས་པ་ཡིན།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟུང་བཞིན།

- (2) 스승과 도반을 자격 없다 능멸하지 않고
 그들이 보인 길로 들어가지 않고
 구경의 정법에 어긋나는 인연이 되는
 삼독과 망념을 물리쳤습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

* 가만假滿: 8가지 여가와 10가지 원만...소중한 사람 몸을 얻어 불법을 수행할 수 있는 8가지 한가함과 10가지 원만한 조건

ཐེག་ཆེན་བཤེས་ལ་འཁྲུལ་བ་མེད་མཐོང་ནས། །
 ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལ་ཡིད་ཤོར་ཏི། །
 དམ་པའི་རྣམ་ཐར་ཀུན་དང་མཐུན་བགྱིས་པས། །
 རྩེ་བཅུན་རྣམས་ཀྱིས་དགྱེས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེན་བཞིན། །

- (3) 대승의 선지식에게 허물없음을 보고
 모든 선한 공덕에 마음 쏟고
 모든 진실한(청정한) 전기와 부합하여 행하니
 위대하신 분들께서 기뻐하시면서 가피하셨습니다.
 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

བཤེས་པའི་རྣམ་གཡིང་མི་ཆོ་འཛད་ཐབས་ཅན། །
 ཡིན་པར་སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ཉིད་ནས། །
 རེས་འདྲོངས་ཐ་མལ་གཡིང་བ་ཐམས་ཅད་བརྒྱབས། །
 རིག་པ་དྲངས་ཤིང་སྤྱབས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེན་བཞིན། །

- (4) 일상의 산란함이 이 생을 허비하는 방식 정도라고
 마음 속 깊이 확신을 증장시키고
 일상의 모든 산란함을 버리고
 알아차림을 깨워 보호주께 신심을 내는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

མཚན་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཚུ་བོ་རྒྱལ་པ་ལྟར།
 སྤྱིན་མོ་ལག་སྟོང་འགོ་བ་འདི་མཐོང་བས།
 ཆོ་འདིའི་ཆོས་བརྒྱད་མི་ལམ་ནང་ན་ཡང་།
 གཞིག་པ་བཏང་ཆོ་འཆར་བའི་གོ་སྐབས་གར།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེ་བཞིན།

- (5) 모든 수승한 사람과 하열한 사람도 죽어야 하고
 흐르는 강물처럼 두고 빈손으로 떠나가는
 꿈에서라도 이생의 세속팔법*을 생각하고,
 무너짐을 놓을 때 일으킬 기회가 있겠는가?
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

སྐབས་གནས་ཐུབ་པའི་དགོན་མཚན་རྣམ་གསུམ་ལས།
 གཞན་པའི་སྐབས་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་ཆེད་པས།
 སྤྱིད་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་དགོན་མཚན་མཁྱེན་པ་ཡིན།
 གཞན་ལ་རེ་ལྟོས་སྤྱི་ཅེ་ཅམ་ཡང་མེད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེ་བཞིན།

- (6) 귀의처 부처님 삼보님 외에
 확신을 주는 귀의처가 없습니다.
 모든 기쁨과 슬픔을 삼보님께서 아십니다.
 다른 이에게 바라고 의지함이 털끝만큼도 없으니
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

* 세속팔법世俗八法: 마음을 동요시키는 세간의 8가지 요소. 즉, 이익, 손해, 칭찬, 비난, 명예, 불명예, 고통, 즐거움 등.

ལུག་བསམ་བྱང་ཚད་རང་གི་ཉེས་སྦྱོང་གྱི།
 འབྲས་བྱར་ཤེས་ནས་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་ཚང་བའི།
 མི་དགའི་ལས་ལམ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ཞིག།
 ཆོ་འདིར་སྦྱང་པའི་རྣམ་གྲངས་ག་ལ་ཡོད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟེན་བཤིང།།

(7) 모든 고통은 나의 악행의

과보임을 알았을 때 시작(준비), 중간(본 행위), 끝(결과)를 갖춘
 불선업을 온전히 구축한
 이 생에서 행한 악업의 종류를 어찌 기억이나 하겠습니까?
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

གཏིང་ནས་སྦྱོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་མ་ཕྱིན་ན།།
 ཁམས་གསུམ་གར་ཡང་བདེ་འབྱོར་མི་རྟག་པས།།
 རྣམ་མཁས་བྱང་ཚད་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ནས།།
 རྣམ་གཞག་གཏན་གྱི་ཐར་པ་རྣམ་ཐོབ་སྟེན།།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟེན་བཤིང།།

(8) 깊은 곳에서 생겨난 생사의 대해를 온전히 건너지 못하면

어디에도 무상한 가만의 몸으로
 허공이 가득 찰 만큼의 삼계 윤회에서
 해탈을 어찌 얻을까 생각하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རིས་མེད་སྤྱི་དགུ་པ་མར་མི་མཐུན་མེད།
 དགྲ་གཉིན་ཕྱོགས་རིས་བྱེད་པ་མི་རིགས་པས།
 བཅོས་མིན་བརྟེ་བས་མི་བཟོད་སེམས་ཅན་ལ།
 བྱང་ཆུབ་དམ་པའི་པན་པ་འདྲིག་པ་སྟམ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (9) 차별 없는 존재는 (모두 나의 부모와 같고)
 원수와 친한 이 편 가르기는 옳지 않음으로
 가식 없는 애정으로 참을 수 없는 중생에게
 참된 보리심의 이익을 주리라 생각하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

གཞན་པན་རྩ་བ་བདག་བདེ་གཞན་ལ་བཏང་།
 གཞན་སྤྱག་རང་གིས་ལེན་ལ་རག་ལས་པས།
 ལྷས་དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་དགེ་བའི་རྩ་བར་བཅས།
 བདག་འདྲིན་བྱེད་ཅམ་མེད་པར་འགྲོ་ལ་ཐུལ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (10) 남을 이롭게 하는 근본은 나의 행복을
 남에게 주고 남의 고통 내가 갖는 것에 달렸으므로
 몸과 재물 선근과 함께 조그마한 아집도 없이
 일체 중생에게 회향하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

འཇིན་པ་མེད་པར་འགྲོ་ལ་སྤུལ་ན་ཡང་། །
 སེམས་ཅན་མི་སྤྲོད་སྤྲོད་གནོད་སྤྲོད་པ་ན། །
 བདག་གི་ལས་འབྲས་ངན་པ་དག་སྦྲུམ་ནས། །
 དབྱུང་པོས་གཏྱེར་ཐོབ་ལྷ་བྱུར་དགའ་བ་སྤྲོས། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྦྲུམ་བཟིང་། །

- (11) 집착없이 중생에게 베풀었지만
 거친 중생이 도리어 해를 끼치더라도
 “나의 악한 업의 과보들을 정화한다” 라고 생각하고
 거지가 금광을 얻은 것처럼 기뻐하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

གཞན་གྱིས་མི་རིགས་དྲིན་ལན་གནོད་འཇལ་ཡང་། །
 དེ་འབྲས་བདག་གི་རྒྱད་ལ་སྦྲིན་བྱུར་ནས། །
 བ་རྩ་པོ་ཡིས་སྤྱོད་བར་མ་བྱུར་ཞེས། །
 དགེ་བ་ཅི་བྱེད་དེ་ཡི་དོན་ཏུ་བསྔོས། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྦྲུམ་བཟིང་། །

- (12) 남이 그릇되게 나의 친절을 해악으로 되갚을 때
 ‘그 과보가 나의 심속에서 익어
 상대방이 과보를 받지 말게 하소서’ 라고 생각하고
 어떤 선을 행하더라도 그를 위해 회향하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

མཁའ་མཉམ་ཀུན་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།
 ལྷན་དྲོར་འབྱེད་པའི་སྟན་ཆོག་བཟོད་པ་ལས།
 རང་གཞན་འབྲུལ་འཁོར་བྱེད་པ་རྩལ་མོའི་ངག།
 གནས་སྐབས་འགར་ཡང་སྤྲོས་པ་ག་ལ་དྲན།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།།

- (13) 허공과 같은 모든 중생에게 이익과 행복을 주기 위해
 취하고 버릴 것을 분별하는 친절할 말(덕스러운 말)을 하였습니다.
 나와 남 착란에서 윤회하게 만드는 거친 말을
 어찌 제가 차마 어떤 상황에서라도 하겠습니까?
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

གཞན་ལ་སྟན་བཟོད་དེ་ལས་སྟན་ཆོག་སྤྲོས།
 ལན་ལ་རེ་བཅས་དགེ་བའི་རྩུ་འབྲས་གྱིས།
 བྱང་རྩལ་ཆེན་པོའི་ཆེད་དུ་མི་འགྲོ་བས།
 དགེ་འབྲས་རང་གིར་བྱེད་པ་ག་ལ་སྤྲོད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།།

- (14) 남에게서 듣기 좋은 말을 바라면서 행하고
 듣기 좋은 말 등을 되돌려 받기를 바라는 것들은
 대보리로 가지 못하는 원인이 되기 때문에
 선업과 과보 내 것으로 하는 것이 어찌 옳으리요
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

མི་བྱང་མི་བཟོད་མི་ཐེག་ལས་འབྲས་ཀྱང་།།
 ཅི་ཅམ་ཐྱོང་བས་ཚྷགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ།
 ཅི་གསུང་བདེན་འཛིན་ཡིད་ཆེས་སྦྱིབ་དང་།།
 རྟེན་ངན་ལས་སྦྱང་གནད་ལ་ངེས་པ་རྟེན།།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།།

- (15) 불합리하고 참을 수 없고, 견딜 수 없는
 업 과보를 더 많이 내가 겪을 수록
 원만 부처님께서 말씀하신 것이 진실이라 더 많은 확신이 들고
 역경(재난)을 수행도로 받아들이는 핵심에 확신을 얻는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རྣམ་མཁས་བྱབ་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་ཡང་།།
 བྱང་ཆུབ་དམ་པའི་ཕན་འདྲགས་མ་གཏོགས་པར།།
 སྲིད་དང་ཞི་བའི་ཕན་བདེ་ཉི་ཆེ་བའི།
 སློན་ནས་དམན་པར་སྦྱར་བ་ག་ལ་ཞིག།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།།

- (16) 허공에 가득 찬 일체 중생에게
 진실한 보리심의 이익을 주는 것 말고
 하열하고 일시적인 이익과
 윤회와 열반의 즐거움과 행복 갖가지 지위 더하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རང་གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པ་ལ།
 སྦྱང་ལུག་སྦྱོ་འཇིགས་ངལ་དུབ་རྒྱང་བསྐྱངས་ནས།
 ཕྱིར་ལྷོག་མེད་པའི་བཙོན་པ་འཁེལ་དགོས་པས།
 ཆོ་འདིར་ཉམས་ལེན་རེས་འཇོག་ག་ལ་བྱེད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (17) 나와 남을 위해 보리를 이름에
 게으름, 비애와 공포, 슬픔의 눈물 멀리 보내고
 퇴전함이 없는 정진을 증장시켜야 하는데
 이를 위해 수행을 때로 놓아버림을 어찌 하겠습니까?
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དམུ་ཚོད་སེམས་ཅན་རིས་ནི་མཐའ་ཡས་ཕྱིར།
 དར་ན་དར་བས་ཐར་ཐབས་མི་ཤེས་ཚླངས།
 རྒྱད་ན་རྒྱད་པས་ཐར་ཐབས་མི་ཤེས་ཚླངས།
 ཚླངས་པའི་ལས་རྩལ་དུན་ཆོ་བཟོད་སྒྲགས་མེད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (18) 야만적이고 길들이지 못한 중생의 부류는
 일이 잘 될 때는 일이 잘 되고 있기에 해탈을 위한 방법을 모르고
 일이 잘 못될 때에는 잘 못되기에 해탈을 위한 방법을 모릅니다.
 그들의 어리석은 업행을 생각할 때 참을 수 없는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

བཟོད་སྒྲགས་མེད་ཀྱང་སེམས་ཅན་སྟག་གི་ལ།
 གདུག་པ་ཅན་སྟམ་བྟམ་པ་མི་སྦྱེ་བར།
 སྦྱིབ་པའི་སྦྱོན་གྱི་རང་བཞིན་འདི་ལྟ་བུའི།
 མཚན་ཉིད་ཤེས་ནས་བཟོད་མེད་སྒྲར་ཡང་འཁེལ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (19) 비록 참을 수 없지만 중생의 고통에
 흥포한 마음 앗보는 마음 내지 않았고
 이 장애와 허물은 그들의 본성임을 알고
 참을 수 없는 자비의 마음 더욱 키우는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

ཐོག་མེད་དུས་ནས་འཁོར་བའི་སྦྱེ་འཆི་ཡིས།
 ལུས་སེམས་སྟག་བསྐལ་དྲག་པོས་དུབ་གུར་པས།
 བྱང་ཆུབ་སྦྱབ་ལ་སྦྱོབས་དང་ལྡན་པ་ཡི།
 གཏན་དུ་ལུས་སེམས་འཆོ་སྦྱར་འབད་པ་བྱས།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (20) 무시이래로 윤회계에 나고 죽음으로써
 몸과 마음 심한 고통에 피로해져
 보리를 이룰 때까지 언제나
 강건한 몸과 마음 기르기 위해 노력하는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དབྱང་ན་ཚོས་ནམས་གཞོད་མ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི།
 གང་ལ་ཕན་བཏགས་གང་གིས་ཕན་འདོགས་བྱེད།
 གང་ཕན་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁས་ནམ་མཁའ་ལ།
 སྦྱོར་བ་ལྟ་བུའི་སྒོ་མིག་ནམ་པར་དག།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིད།

- (21) 청정한 지성의 눈으로 살펴보면
 제법은 본래부터 고요하였음을 봅니다.
 이롭게 하는 자, 이익을 받는 자
 이익을 주는 것은 허공으로 허공을 묶는 것과 같습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

བདག་མེད་གོ་བ་རྒྱུད་ལ་འབྲེས་པའི་ཚོ།
 མྱི་རོལ་ཡོ་བྱད་ཟང་ཟིང་དམན་པ་ལ།
 བདག་གིར་བཟུང་བྱའི་ནོར་དུ་མ་གྲུབ་ཀྱང་།
 མ་ནམས་འབྱོར་སྦྱང་འབྲམས་ལྡན་འདོད་དགྲ་སྦྱབ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིད།

- (22) 무아의 이해가 마음의 흐름에 섞일 때,
 외부 일용품 하찮은 물질들에
 내 것이라 인식하는 오류는 없지만,
 중생들을 충족시키기 위해 무한히 열망하는 그 모든 것을 모았
 습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

མཆོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །
 རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བྱ་འབྱུང་བ་ཡི། །
 དགེ་བའི་ངང་རྒྱལ་བཟང་པོའི་ལམ་ནས་བྱངས། །
 སངས་རྒྱས་གསུང་གི་བྲིམས་དང་མཐུན་པར་བྱས། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན། །

- (23) 공양 보시 같은 원만 부처님의 원인이 되는
 선업을 행하는 모든 행위도
 선업의 좋은 습관의 길을 따라 인도되어야 하는데
 부처님 가르침의 법칙과 부합되게 행한
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

སངས་རྒྱས་བཀའ་ནི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀར་ཡང་། །
 དང་པོར་སྦྱང་སྦྱི་མར་དོན་ཆེ་བས། །
 སྦྱབ་ལ་གནོད་པའི་འབྱུང་གནས་མ་ཡིན་མྱིར། །
 དེ་བཞིན་གཤེགས་གསུངས་ཉིད་ལ་བཟོད་པར་བྱས། །
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྦྱང་ཡིན་སྟམ་བཞིན། །

- (24) 부처님 말씀은 인과因果 두 가지에서
 처음에 행하기 쉽고 나중에 의미도 크므로
 (그것들을) 행함은 해가 되는 근원이 아니므로
 여래의 말씀(가르침)에 인욕을 행하였습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རྒྱ་ཆེན་སྐྱ་དང་ཟབ་པའི་ཆོས་སྐྱ་ལ།
 བསམ་སྒྲུབ་པ་མོས་ཆོག་པར་མ་འཁོལ་ཏེ།
 གཞལ་མེད་བསྐལ་པར་རྟག་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱིས།
 བཅོམ་ལྡན་འདས་སྐྱ་སྐྱབ་པའི་དམ་བཅའ་བཟུང་།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (25) 광대신과 심오한 법신에 이르기 위해
 허약한 의도와 행으로 족하지 못함을 알고,
 무량겁에 항상 하는 몸과 마음으로
 부처님 몸 이루겠다는 약속을 지키는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

རང་རྒྱད་དགེ་ལ་བསྐལ་བྱ་མི་བྱང་བའི།
 ཉོན་མོངས་པ་རགས་ཀྱན་ལ་གཉིན་པོ་བཅུག།
 རྒྱུགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཁོ་ན་ལས།
 ཅེ་གཅིག་བསམ་རྒྱ་གཞན་བྱ་ག་ལ་ཡོད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (26) 내 마음 선업을 격려할 수 없는
 모든 미세하고 거친 번뇌에 대치법을 쓰고
 오직 원만 부처의 인과에서
 하나로 집중된 생각 말고 어디에 둘까?
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དེ་ཕྱིར་རང་རྒྱུད་མ་རྒྱུས་འཆང་བཞིན་དུ།
 ལྷོས་པ་བཅས་པའི་སེམས་རྒྱུད་མི་ཐུལ་བས།
 གཏུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་བསགས་སྤྱངས་སྤེལ་བའི་སྤང།
 རང་སེམས་བསགས་སྤྱངས་སྤྱིང་པོར་སྤེལ་བ་ཡིན།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཤིང།

- (27) 그러므로 마음 속에 길들지 않은 성품을 품고 있으면
 뜻(의지)이 있는 제자의 심속을 조복하지 못함으로
 제자의 심속에 참회(자량)과 정화를 증장시키기 위해
 내 마음의 자량과 정화에 집중했습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་ཞུགས་པ་ཡི།
 བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བྱིར།
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་གྱི་མཛད་པ་དང་།
 མཐུན་པར་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་སྤོན་པ་འདིབས།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཤིང།

- (28) 그러므로 보살행에 들어 가는 모든 행위는
 생각할 수 없이 많으므로
 모든 보살들의 행위와 부합하도록
 기원을 드렸습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

སྒྲིགས་མའི་དུས་སྤྱི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ལ།
 རིམ་གྱི་པ་ཏུང་རིམ་གྱི་ཡུལ་ནམས་ཀྱང་།
 བསྟན་ལ་ཚུལ་བཞིན་ཞུགས་པ་མེད་པ་ལ།
 དམིགས་ནས་ལྷག་ཏུ་རང་རྒྱད་ཅི་ཐུལ་བྱས།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེ་བཞིན།

- (29) 말법시대 부처님 법에 치성 드리는(봉사하는) 자는 적고,
 치성(봉사) 받을 대상들도 적어
 가르침에 여법히 들어감이 없으니
 그것을 보고 자신을 조복하기에 노력했습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

ལྷ་བརྒྱ་ཐ་མར་བབ་ཆོ་བསྟན་པ་ཡི།
 གཞུགས་བརྟན་ཙམ་གྱི་ཆེད་གྱི་དགེ་བ་ལ།
 སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་མཛད་པས།
 སྤོང་དང་ཐོག་པའི་དགེ་འདུན་ཆེད་ཏུ་འབད།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟེ་བཞིན།

- (30) 후 오백세가 되어
 부처님 가르침의 그림자 정도만을 위해
 부처님께서 널리 크게 칭찬하신 선행
 학자와 수행 승가를 위해 노력했습니다.
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཡི།
 རྩེ་དང་འབྲུག་ཚོད་འདུ་ཡོང་སྤང་བའི་ཕྱིར།
 དབེན་པའི་གནས་དང་སྤྱོད་མའི་ཟས་ཉིད་དང་།
 ཕྱག་དར་ཁྲོད་པའི་གོས་ལ་བརྟེན་པར་བཅས།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (31) 그것으로 본다 해도 이것이 야기할
 다툼, 논쟁 또는 공동체 사이의 갈등을 피하기 위해
 한처(아란야)를 고집하고
 동냥한 음식과 분소의에 안주한
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

ཚ་བར་སློ་གྲྲད་ཐུབ་པའི་སྒྲ་མ་ལ།
 དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རོ་བོར་ཐག་ཚད་དེ།
 སྤྱ་གསུམ་ཡི་ཤེས་ལྡན་ལྟ་བུར་གྱུ་
 དེ་ཕྱིར་འགའ་ཡིས་བདག་ལ་དག་སྤྱང་སྟེ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཞིན།

- (32) 근본적으로 마음을 의지할 수 있는 스승이라고
 나를 삼보의 본질이라 결단을 내려서
 오신五身과 오지五智가 있다고 이해하는
 어떤 이는 나에게 청정한 인식을 일으키니
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

གཞན་དོན་བྱེད་ལ་རི་སྲིད་ཟག་ཟད་གྱི།
 མངོན་ཤེས་མེད་པར་གདུལ་བྱ་མི་ཐུལ་བས།
 བདག་ཀྱང་སྦྱི་བར་བསགས་སྤྱང་མཐར་ཕྱིན་ཏེ།
 མཁའ་ཁྱབ་འགོ་དོན་བྱེད་ལ་སྦྱོ་བ་ཐོབ།
 འདི་ཡང་བདག་གི་ལེགས་སྤྱད་ཡིན་སྟམ་བཤིད།

- (33) 타익을 행함에 어느 정도 허물(누) 없는 신통이 없이는
 제자를 이익 되게 할 수 없으므로
 나 또한 신통이 생기기를 참회(공덕)와 정화를 완성시켜
 허공계가 다하도록 중생 이익 행함에 열의를 증장시키는
 이 또한 저의 선한 행이라 생각합니다.

དེ་ལྟར་བདག་གི་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གྱི།
 དགེ་བ་བསགས་དང་མཁའ་ཁྱབ་སངས་རྒྱས་དང་།
 སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དགེ་བ་རི་སྦྱེད་པས།
 མཁའ་ཁྱབ་ཀུན་གྱི་སྦྱིབ་པ་ཕྱིར་བསལ་ནས།
 ཆོགས་གཉིས་ཆོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་སྦྱ།
 ཡང་དག་ཆོགས་སངས་རྒྱས་པ་འགྲུབ་ཕྱིར་བཤོ།

그와 같이 나의 유루, 무루의 선업을 쌓고
 허공계가 다하도록 부처님과 모든 중생에게
 있는 바 모든 선업으로
 무한 중생 모든 장애를 멀리 떨쳐 버리고

두 가지 자량 구축한 수승한 보리의 몸
진실한 원만 부처를 이루기 위해 회향합니다.

ཞེས་འདི་རྗེ་བཙུན་འགའ་ཡིས་བསྐྱེལ་བ་ལས།
བཙུམས་ནས་རང་གི་ཚྱུང་བ་བརྗོད་པ་ཡིན།

라고 한 이것은 몇몇 존자(고귀한 분)들의 독려(청함)에
의해서 나의 경험을 말하고자 쓴 것입니다.

ཁོ་པོ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་མཐའ་ཡས་པའི་རྗེས་སུ་སློབ་པའི་སྤྱོད་
པ་ལ་སློན་ལམ་ཆེས་འདུན་པར་ཡོད་པ་བཞིན་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མོས་པ་ནམས་ཀྱང་མ་
གན་མཐའ་ཁྲི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་མཛད་པ་དང་ནམ་ཐར་ལ་སློབས་ཤིག། ॥
내가 불보살님의 무수한 행을 따라 배우는 것에 강한 열의와 기원을
하는 것 같이 나를 따르기를 원하는 그대들도 무수한 어머니 중생을
위해 보리를 이루는 행업과 (깨달음을 얻은 본보기) 전기를 읽고 수
련하라.

༄༅། ཉིད་བསྟོད་བཟུགས།

니똥속 무비자찬



ཟླ་མེད་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ།

다메 똥속 똥속 강인바

비할 바 없는 부처님의 가르침

འཆུག་མེད་དངོས་ཉིད་ལེགས་པར་བཅའ་བྱས་ནས།

축메 오니 렉빠르 짤제내

오류 없는 핵심(진실)을 철저히 찾아서

ཡང་དག་ཚུལ་ལ་བསྟེན་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན།

양닥 출라 똥속 똥속

올바르게 인도하는 실천력(금행)을 지니신

བསྟན་ལ་ངེས་པར་རྫོགས་དེར་གསལ་བ་འདིབས།

땡라 에바르 족데르 쏘와덱

가르침을 온전히 구족한 그에게 기원드립니다.

བཅས་དང་རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོའི་ཚས།།

째당 랑신 카나 마토이 최

정법에 어긋나고 자성이 불건전한

ལྷན་སྒྲུང་དམ་པའི་ཚས་སུ་བཅས་པ་ནམས།།

말낭 담빠 최수 찼빠 남

거짓 법(위법)을 만드려 애쓰는 이들을

སྤྱན་ལྷན་མི་རྣམས་ལ་ཉིད་གཟིགས་ནས།།

분따르 치를 굴빠 니식 내

바깥 쪽에 붙어 있는 껍질처럼 보시고,

དོན་བཟང་ལེགས་བཤད་འདོམས་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།།

돈상 렉세 동데르 쓸와덱

묘의를 잘 설하신 그에게 기원드립니다.

འདི་དང་གཏན་གྱི་འདུན་མ་ཐམས་ཅད་པ།།

디당 땀기 된마 탐째빠

이생과 영원한 모든 바램은

ཡོངས་འཛིན་དགེ་བའི་བཤེས་ལས་འབྱུང་སེམས་ནས།།

용진 게외 세레 중썰내

스승 선지식으로부터 옴을 헤아리고

བསྐྱེག་མེད་མོས་ས་གོང་འཕེལ་ཕུལ་བྱང་བ།

독메 외빠 공펠 풀중와

불퇴의 귀경심 한층 증진시키는

དད་པའི་ས་ལོལ་སོན་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།

대빠 파를 손데르 솔와덱

신심이 초월한 그에게 기원드립니다.

ཆོ་འདིའི་གཤམ་འབྱུར་སྒྲིང་པོས་དབེན་པའི་ཚུལ།

체디 닥줄 닝뵤 윈빠 출

이생의 명성과 부귀는 부질없음을

ཆོག་ཙམ་མིན་པར་སྒྲིང་ནས་རབ་རྟོགས་ཏེ།

칙짬 민빠르 닝내 랍똑떼

문자 정도가 아니라 마음 속 깊이 깨달아

ཞེན་ལོག་སྤེད་པ་བྲལ་བའི་རྣམ་ཐར་ཅན།

셴룩 췌바 델외 남탈쨌

탐욕을 버리고 갈애를 떠난 전기를 보이시는

དགོས་མེད་བྲན་པ་བསྐྱེན་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།

괴메 덴빠 뎌데르 솔와덱

무용(無用) 알아차림에 의지하는 그에게 기원드립니다.

བྱམས་པའི་སྒོ་ཅན་སྒྲིང་ཐེའི་གཏུང་ཤུགས་དང་།།

잠빠 로젠 님제이 둥숙 당

자애로운 생각, 자비의 열정과

འབྲལ་བ་མེད་པར་ངེས་འབྱུང་ནས་པར་དག།

델와 메빠르 에중 남빠르 닥

헤어짐 없는 청정한 출리심

སྤྱག་བསྐུལ་རྒྱ་དང་བཅས་ལ་རྟག་སྒྲིཛ་ཞིང་།།

독엘 규당 짜라 딱교 싱

인인과 함께 하는 고통에 항상 슬퍼하고

མི་རྟག་ངེས་པར་སེམས་དྲེར་གསོལ་བ་འདེབས།།

미딱 에빠르 썸데르 쏠와덱

무상함을 반드시 생각하는 그에게 기원합니다.

ཉོན་མོངས་ངན་སྒྲོར་སྐད་ཅིག་མི་གཏོང་ཞིང་།།

논몽 엔로르 께찍 미똥싱

나쁜 마음의 번뇌를 한 순간도 내지 않고,

གལ་ཏེ་ཤར་ཡང་གཉེན་པོའི་ཚུ་ལོན་ཅན།།

겔때 샤르양 넌보이 추론 쩐

만약 떠오르더라도 대치법의 물로 적시는

དགེ་བའི་ངང་ཚུལ་བཟང་པོ་མི་གཏོང་བའི།

계외 앙출 상뽕 미똥외

선한 선업 그 자체를 버리지 않는,

བཤེས་གཉིན་ཕན་མཛད་གང་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།

세넨 팬제 강데르 솔와덱

(중생) 이익 행하시는 모든 스승님 그에게 기원합니다.

གཟུ་བོར་གསུང་རབ་དོན་ལ་མཉམ་བཞག་ནས།

수오르 송랍 돈라 남삭내

치우침없이 수승한 가르침의 의미에 등주(안주)하고

དང་ངེས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས།

당에 쏘소르 제빠 세랍끼

요불요의를 낱낱이 분류하는 지혜로

ཅལ་སྒྲིགས་རྗེས་སུ་རྒྱག་པར་མི་བྱེད་པར།

펼독 제수 국빠르 미제빨

퐁덩'하는 (요란한) 소리 뒤를 쫓아 가지 않고

ངེས་དོན་དམ་པ་འཆད་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།

에돈 담빠 채데르 솔와덱

진실한 요의를 말씀하신 그에게 기원합니다.

ཆེན་པོར་གཞུགས་ལ་བཅེ་ཞིང་བརྗེ་བྱེད་སྒོ།

첸보르 달라 꺄심 제제 로

위대하다고 알려지고 자애롭고 자신을 바꾸려는 생각

སྒྲིན་ལམ་དག་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོམས་སྦྱར་ནས།

문람 닥빠 남기 참줄 내

청정한 기원들로 이어서

དགེ་ལ་སྦྱར་བའི་སྒོ་སྒྲིན་བསྐྱེད་པའི་རྟེན།

게라 조르외 로되 꺄베 땐

선업에 연결하는 지성을 일으킨 의지처,

ཡོངས་སུ་བསྒྲོ་བར་མཛད་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།

용쑤 웅와르 제데르 쏘와덱

온전히 회향하시는 그에게 기원합니다.

དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ལས་དགེ་གང་ཐོབ།

데따르 온땐 죄레 게강 톱

그와 같이 공덕을 칭송함으로부터 모든 선업을 얻고

ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ངག།

온땐 데덴 윤땐 죄빠 악

그 공덕을 지닌 그의 덕성 칭송하는 말

བྱང་ཞིང་རྒྱལ་པའི་ལུས་སེམས་དོན་ལྡན་པ།

장성 춤빠 뽀뽀 돈댄빠

(업장을) 맑히고 (번뇌를) 없애는 뜻 있는 몸과 말

ཀམ་པ་ཡི་དགོངས་པ་རྫོགས་བྱེད་ཤིག།

가르마빠이 공빠 족제 속

가르마빠의 뜻이 충만하소서.



DHARMA EBOOKS PUBLICATIONS



This work is licensed under [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

번역자: 가르마 텍촉 된마 (일문)

First edition: March 2021

[DHARMAEBOOKS.ORG](https://dharmaebooks.org)

Dharma Ebooks is a project of Dharma Treasure, which operates under the editorial guidance of the 17th Gyalwang Karmapa, Ogyen Trinley Dorje. The proprietary rights of Dharma Ebooks belong to Dharma Treasure Corporation.



正法寶藏
Dharma Treasure