

༡༡། །འགོག་བདེན་སྟོང་ཉིད་སྒྲུབ་པའི་གཏམ་ལན་ཆངས་པ་  
ལྷ་ཡི་ཐེག་ཤིང་།

དགའ་ཤར་ནགས་ཤོད་པ་སྒྲོ་བཟང་ཕུན་ཆོགས།

༡༠༡༠། ལོར་མཁས་མང་སློ་གསལ་གྱེ་བའི་སྤིང་གྲ་ཚང་གི་དུས་དེབ་རིགས་ལམ་གྱི་  
གཟི་འད་དུ་བཀོད་བའི་ཆེད་རྩམ་འདི་༡༠༡༥ལོར་འབྲུལ་དེབ་དུ་བསྐྱུན་བཤོ། །

# ༡༡། །འགོག་བདེན་སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་གཏམ་ལན་ཆངས་པ་ ལྷ་ཡི་ཐིག་ཤིང་།

མ་རིག་སྒྲོ་ཡི་ཙ་བ་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་སྟོན་དང་ཉེས་ཆོགས་ཀྱན། །  
ཞི་བའི་སྒྲོ་ནི་གཉིས་པ་མེད་པས་གཏི་ཐུག་བདེན་འཛིན་ཞེན་པའི་ཡུལ། །  
གཏན་ནས་མེད་པ་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་བཟང་ནས། །  
གསར་བྱང་མི་འཇིག་འགོག་པའི་བདེན་ཞེས་དམ་པའི་ཆོས་མཆོག་དེ་ལ་འདུད། །

མཁྱེན་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་བྱིད་ནི་ཉ་གང་ཟླ་བ་སྟེ། །  
མཁས་པའི་དབང་པོའི་དཔལ་གྱི་མགུལ་ལས་འགོག་བདེན་སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་གཏམ། །  
མ་བཙོས་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་ཤར་ཆེ་བདག་ཡིད་དང་བའི་འདབ་བརྒྱ་གྲོལ། །  
འོན་ཀྱང་ཆོངས་སྒྲོའི་དྲོགས་འཆར་བརྗོད་ལ་མཁས་པ་ཆེན་པོས་གནང་བ་སྟོལ། །

ཞེས་སྐྱབས་ཡུལ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། སྐབས་བབ་ཀྱི་ལས་  
ལ་འཇུག་པར་གནང་བ་ཞུ་བའི་ཤིས་ཆོག་ནམས་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། བྱ་བ་  
དངོས་ལ་འཇུག་པའི་དུས་འགོ་འཇུགས་རྒྱ་ནི་སྐབས་སྟོབས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་  
ལས་སོ། །དེ་ཡང་གཞུང་ཐུགས་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བྱ་ལ་མཁྱེན་དཔྱད་ཀྱིས་པ་མཐར་  
བཀྲལ་བ་མཁས་པའི་དབང་པོ་གན་ཟླ་བ་ཆེ་རིང་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་ལྷ་

བའི་རྣམ་བཤད་དགོངས་དཔྱད་རྒྱ་མཚོའི་གཉེར་མ་ཐེངས་འགའ་བལྟ་སྟོག་  
 བྱེད་བའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་ནི་མ་སྒྲིག་ལྟོན་འབྱུང་གི་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཞིག་  
 འགྲིགས་པ་ཡིན་པས་ཨེ་མ་རྟོ་མད་བྱུང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་གྱི་ཡོད། འོན་  
 ། གྲང་མཁས་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་གི་དགོངས་དོན་རི་མ་རི་བཞིན་སྒྲུབ་པོ་བདག་  
 ལྟ་བུས་གཏིང་མཐའ་དཔོག་བའི་གནས་མ་ཡིན་གྲང་རང་གི་སྟོ་རྒྱས་ལ་དཔག་  
 བའི་སྟོ་སྟེད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ནི་བྱེད་གི་གསུང་དང་མཇལ་བའི་བཀའ་  
 རིན་ཉག་ཅིག་ལོས་ཡིན། དེ་བཞིན་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་སྐལ་མཉམ་གྱི་སྟོབ་  
 གཉེར་བ་གསར་བྱ་མང་པོ་ཞིག་ལ་པན་ཐོགས་མི་དམན་པ་བྱུང་ཡོད་པ་ནི་  
 བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་སྤྱོད་ནི་འོ་ཅག་ཆོའི་མ་བསྐྱོས་དྲང་  
 རྒྱངས་གྱི་སྒྲི་མཐུན་དུ་ལངས་ཏེ་བྱེད་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་གྱི་མཐེ་བོང་གེན་དུ་  
 བསྐྱེངས་ཏེ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཁ་ཛོ་བའི་ཤེས་ཆོག་བཟང་པོ་འདི་རབ་དཀར་  
 ལྟ་རིག་དཀར་པོ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་བྱེད་ལ་ལེགས་སྒྲིམ་སུ་འབྱུལ་རྒྱ་ཡིན། འོན་  
 ། གྲང་མི་སུམ་ཅུར་བསམ་པ་སུམ་ཅུ་དང་མཛོ་སུམ་ཅུར་རྩ་ཅོ་དུག་ཅུ་ཞེས་བའི་  
 གནའ་བོའི་ཁ་དཔེ་དེ་ཅི་འདྲའི་བདེན་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ། རེད་ཡ། མཁས་པ་  
 ལ་མཁས་པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་། སྒྲུབ་པོ་ལ་སྒྲུབ་པོའི་ཚྭ་ངས་འཆར། མཁས་  
 སྒྲུབ་བར་གྱི་བསམ་ཚུལ་མ་མཐུན་པ་གྲངས་མང་ཞིག་ཡོང་བ་ནི་རྟེན་འབྱུང་  
 ཆོས་ཉིད་རིགས་པའི་འགྲོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཡ་མཚན་ཆེ་  
 རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཁོ་བོའི་ཚྭ་ངས་སྟོའི་དྲོགས་འཆར་ཡོད་ཆད་ཡིག་ཐོག་དུ་

འགོད་པ་མི་ཡང་ཡང་བྱེད་གྱིས་མཛད་པའི་འགོག་བདེན་སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་  
གཏམ་མ་བཅོས་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་ཞེས་པ་འདི་ཉིད་དབྱེད་གཞིར་བྱས་  
ནས་རང་ཉིད་ལུང་རིགས་ལ་གོམས་པ་འཕེལ་བྱེད་དང་། རྩོམ་རིགས་ལ་  
ཉམས་སྟོང་རྟོག་ཅམ་འཐོབ་རེ་ཡིད་ལ་བཅངས་ཏེ་མཐའ་མེད་པའི་རྣམ་རྟོག་  
གི་འཆར་སྒྲོ་ལས་བྱུང་བའི་རྟོགས་གཞི་འགའ་ཞིག་ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ལས་སུ་  
འདུག་པ་ཅམ་ལས་མཁས་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་རུས་  
པ་ཅི་ཡང་མི་ལྡན་པས་དགག་པ་བྱེད་པ་ནི་རྩ་བ་ནས་མིན་ནོ། །

དེས་ན་བྱེད་གྱིས་འགོག་བདེན་ལ་སྟོང་ཉིད་གྱིས་བྱེད་པ་དེ་ཐུགས་དམ་  
གྱི་མཐེལ་དུ་བབྱང་ནས་ཆད་དང་ལྡན་པའི་རྡོ་རྗེའི་བཀའ་ལུང་རྣམས་བྱེད་གྱི་  
དགོངས་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཀྲལ་བའི་གཏམ་ཟབ་མོ་སྟོང་བ་ཉིད་དམ་ཡང་ན་  
བདེན་སྟོང་ལྟ་བུ་ཞིག་དངོས་གནས་རེད་འདུག་པས་བརྗོད་བྱ་དང་རྗོད་བྱེད་  
མཚུངས་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ཞིག་རེད་ཅེས་བསྐྱགས་བརྗོད་གྱི་མེ་  
རྟོག་གཏོར་བཞིན་ཡོད།

དེ་ཡང་གཏམ་སེམས་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ལས། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་འགོག་  
བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ཡང་ཆོས་ཉིད་མིན་ཞེས་རྒྱུར་ལྟར་གྲགས་མོད་  
ཅེས་གསུངས་འདུག་ཀྱང་རྒྱུར་ལྟར་གྲགས་པ་འདི་ཡི་གྲགས་ཚུལ་ལ་ཞིབ་དུ་  
བལྟས་ན་རིན་ཐང་སྤྱིད་གོག་མེད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པས་དེའི་ཚུལ་  
དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཁོ་བོས་འོག་དུ་གཏན་འབེབས་བྱ་

རྒྱ་ཡིན་པས། ལྷ་ཞིག་གིས་སྒོ་ལ་བབ་མིན་དེ་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་སྒོར་མོ་  
 དང་རྒྱས་ལུགས་ཡོད་མེད་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱེད་ཀྱིས་  
 དབྱུང་གཞི་དང་པོར་བཟུང་བའི་ཅ་ཤེས་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ཕྱང་དེར་སྤར་ཡང་ཁོ་  
 བོས་འདི་ལྟར་དབྱུང་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཅ་ཤེས་ཀྱི་ཆེན་ལས། འདིར་ཉོན་  
 མོངས་ཀྱི་ས་བོན་བད་པ་དང་། ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོའི་སྤང་བ་རྒྱབ་པའི་སེམས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཕྱང་འདས་སུ་བྱ་ཡི། ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆད་པ་  
 ལས་བྱེ་མའི་རིགས་འདྲ་མ་སྟེས་པ་ནི་ཕྱང་འདས་སུ་མི་བྱ་སྟེ། དེ་རྒྱུན་སྤྲ་མ་  
 བད་པས་བསྐྱེད་པའི་མ་འོངས་པར་བཤད་ཅེན་པའི་བྱེར། ཞེས་པའི་ཕྱང་འདི་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འགོག་བདེན་ལ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་མིན་ན་  
 འགོག་བདེན་ནི་གོང་དུ་བྲངས་པ་ལྟར་ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆད་  
 པ་ལས་བྱེ་མའི་རིགས་འདྲ་མི་སྟེ་བ་དེ་བཞག་དགོས་པ་ལས་འོས་མེད་པ་གང་  
 ཞིག དེ་ནི་འདུས་བྱས་སུ་གསུངས་པའི་བྱེར་སྟུང་འདུག། །དེ་ནི་དངོས་གཉེན་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་བཅད་  
 པའམ་བཀག་པ་ལས་བྱེ་མའི་རིགས་འདྲ་དང་བཅས་པ་སྟེ་བའི་གོ་སྐབས་  
 གཏན་དུ་འགག་པ་དང་། གནས་སྐབས་ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མ་  
 ཆང་བའམ་ཆད་པ་ཅམ་ལས་བྱེ་མའི་རིགས་འདྲ་མ་སྟེས་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་  
 པར་ཇི་ཅམ་ཡོད་མེད་མ་ཤེས་པའི་སྟོན་དུ་གསལ་ཏེ། འདི་གཉིས་མཚུངས་  
 པའི་གོ་སྐབས་གཏན་ནས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲ་མ་ནི་ཆགས་སོགས་ཉོན་

མོངས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་  
 དང་། གྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཁུངས་བཅའ་བ་ན་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་ལ་ཐུག་  
 འགོ་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཚུ་ཆད་པ་ནི་ཚུ་གྱི་བའམ་ཉུང་དུ་གྱིན་པ་  
 སོགས་གཙོ་བོ་ཚུ་ཉིད་ལ་རགས་ལས་པ་དང་། ཚུ་བཅད་པ་ནི་ཚུ་ཉིད་འཕེལ་  
 འགྲིབ་ལ་མ་སྟོས་པར་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཞིག་གིས་བྱེད་ལས་ལ་  
 སྟོས་པ་བཞིན་ནོ། ཡང་བུམ་པ་ཞིག་པ་བུམ་པ་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་དང་བུམ་  
 པ་གཉིས་ཀ་ལ་མི་སྟོས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། ཐོ་བས་བུམ་པ་བཅོམ་ཚུལ་དང་  
 དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་བཅོམ་ཚུལ་གཏན་ནས་མི་འདྲ་  
 རྟེ། སྤམ་ནི་རང་གི་བཅོམ་བྱའི་རྒྱུན་དང་བཅས་པ་བཅོམ་མི་ཐུབ་པ་གང་ཞིག།  
 གྱི་མ་ནི་དེ་ལས་སྟོག་སྟེ་ཡིན་པའི་བྱེད་པར་ཤེས་ན་རྣམ་རྟོག་གི་སྒོ་མང་པོ་  
 ཞིག་འགག་ནས་དཀའ་བའི་གནད་འགའ་ཞིག་ལ་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པའི་  
 འགྲེལ་བཤད་བྱ་ཐུབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་འགོག་བདེན་སྟོང་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་  
 གཏམ་སྟོང་པ་ཉིད་ལས། གཞན་ཡང་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེས། ཅེ་ཤེས་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུང་བྲངས་པ་དེ་ཡང་བྱེད་ཉིད་  
 ཀྱི་དགོངས་པ་ལས་གཞན་དུ་སྐྱབ་པ་རིགས་མི་རིགས་ལ་དབྱེད་རྒྱ་ཡོད་དེ།  
 ལུང་དེ་ནི་རྟེན་འབྱུང་འགག་སོགས་བརྒྱུད་མཉམ་གཞག་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་སྟོས་ནས་མེད་པར་གསུངས་པའི་དོན་མ་རྟོགས་པའི་ཁ་

ཅིག་གིས་ཚུད་པ་དབྱ་མ་ཆིག་གསལ་གྱི་ལུང་བྲངས་ཏེ་དགག་པར་བྱེད་པའི་  
གཞུང་ཡིན་པས་ཆིག་གསལ་གྱི་ལུང་གི་དོན་དེ་ལས་གཞན་དུ་སྤྱོད་བྱས་ཡང་  
མི་རིགས་སོ་སྟེ། དེས་ན་དེར་བྲངས་པའི་དབྱ་མ་ཆིག་གསལ་གྱི་ལུང་ནི་  
འདི་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་སྤྱི་བ་ལ་སོགས་པ་དག་བསྟན་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་ཟག་པ་  
མེད་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མ་  
རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་ཉམས་པར་བྱས་པ་དག་གི་ཤེས་  
པའི་ཡུལ་ལ་ལྟོས་ནས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ནའི་གཟིགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་བཙམ་  
ལྟ་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྒྲོང་དག་འདི་ནི་བདེན་པ་དམ་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ་སྤྱོད་བྱས་  
མེད་པའི་ཆོས་ཅན་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་དེའི་  
དོན་གྱི་སྒྲོང་པོ་བསྟུས་ནས་བརྗོད་ན་འདི་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྱུང་འགག་སོགས་  
བརྒྱད་པོ་དེ་སྒྲོ་དོན་དམ་པ་འབགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོར་མི་  
བདེན་པ་དང་། སྒྲོ་ཀྱན་རྫོབ་པ་བདེན་འཛིན་གྱི་ངོར་བདེན་པའམ་ཐ་སྙད་པའི་  
ཆད་མའི་ཡུལ་ལ་ལྟོས་ནས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ནའི་གཟིགས་པ་  
ལ་ལྟོས་ནས་ནི་བཙམ་ལྟ་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྒྲོང་དག་འདི་ནི་བདེན་པ་དམ་  
པའམ་དོན་དམ་བདེན་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྱོད་བྱས་མེད་པའི་ཆོས་ཅན་རང་བཞིན་  
དང་སྒྲོ་བྱུང་གྱི་མྱ་ངན་ཅི་རིགས་ལས་འདས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་



ཡིན་ལ།

ལུང་དོན་དེ་དང་མཐུན་པ་ཙུ་ཤེའི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུང་དོན་ཡང་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 མཉམ་གཞག་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མི་སྲིད་ན་ནི། དེའི་གཞིགས་པ་ལ་སྟོས་  
 རས་དོན་དམ་བདེན་པ་གསུངས་པ་དང་། དེས་མ་གཞིགས་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་  
 དམ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་རྣམ་དབྱེ་དེ་ལྟ་བུར་བྱར་མེད་ལ། དེ་  
 ལྟར་བྱར་ཡོད་ན་ནི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་དེས་དོན་དམ་བདེན་པ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་མིན་པའི་ཡུལ་གཞན་ཉིན་འབྱུང་དགག་སོགས་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་  
 ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་མི་འཇུག་ལ། ཡུལ་མེད་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་  
 མི་སྲིད་པས་དོན་དམ་བདེན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། འོ་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཞེས་སྟོས་པའི་ཆོག་པས་ཉིད་  
 ལྟག་པོ་བརྗོད་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ་སྟུང་ན། ལྟར་བ་ཉིད་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 ཅེས་ཁོ་ན་དང་ཉིད་ཅེས་གཉིས་ཆེག་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཡིན་མ་རྟོགས་པ་  
 དང་། གཞུང་ཆེན་མོའི་སྤམ་བཤད་ལ་རྒྱས་མངའ་དེ་ཅམ་མེད་པའི་འབྲས་བུའི་  
 ཚུལ་གསུམ་ཅན་པ་དག་ལ་དགག་སྒྱུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆོགས་སྟོ་བར་མི་བྱའོ། །སྤྱིར་  
 གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ནས་སྤམ་མཐོ་བའི་བཤད་པ་རྣམས་བང་རིམ་བསྐྱིགས་  
 ཏེ་གཞུང་དོན་མ་ཞོར་བ་འཆད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་ལས་རང་གི་འདོད་པ་དང་མཐུན་  
 པའི་ཆོག་གི་རི་མོ་ཅན་གྱི་ལུང་རྣམས་རྟོ་སྒྱུག་སྒྱུག་བྱ་རྒྱ་ནི་དེ་ཅམ་གྱིས་གལ་  
 ཆེ་བ་མ་ཡིན་ལ། རྟོག་གའི་རིགས་པས་ཆོག་གི་རི་མོ་ཁོ་ནར་དེད་ནས་བཤད་

ཡམས་བྱེད་པ་ནི་འགལ་འདུའི་ཕྱང་པོ་ཁྱར་བའི་རྒྱ་རུ་འགྲོ་བ་མང་དག་ཅིག་  
 ཡོད་པས་གནས་འདི་ལ་ཐུགས་ཟབ་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ་སྟེ།  
 གཞན་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད། རྟོན་དམ་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་སོགས་ཀྱི་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ལ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱུང་དགོས་  
 པའི་རྒྱུ་རྟེན་དུ་བྱངས་པའི་རྩ་ཤེས་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ཕྱང་དེ་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཐུགས་  
 དམ་གྱི་མཐེལ་དུ་ཡོད་པའི་དམ་བཅའ་བཅན་པོ་དེའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་  
 ཞིག་ལས་དེ་ལ་རང་དབང་གི་སྒྲིབ་ནས་བདེན་ཁ་སྒྲིབ་མཁན་ཞིག་གཏན་ནས་  
 རེད་མི་འདུག་སྟེ། དེ་ཡང་རྩ་ཤེས་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ཕྱང་། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྟོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་ནས་རྟོན་དམ་པར་ངོ་བོས་སྟོང་པ་  
 སྟོན་དགོས་པ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཡོད་པ་དང་། རྟོན་དམ་པར་མེད་པ་གཉིས་  
 འགལ་བ་འཛིན་པ་འདི་འགོག་པའི་ཆེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྟོན་ནི། དེ་  
 དག་གི་སྐབས་སུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་  
 བས་རྟོན་དམ་པར་ངོ་བོས་སྟོང་པའམ། མདོར་ན་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོན་  
 པའི་དགོས་པ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཡོད་པ་དང་། རྟོན་དམ་པར་མེད་པ་གཉིས་  
 འགལ་བ་འཛིན་པ་འདི་འགོག་པའི་ཆེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པའི་རིགས་པའི་  
 འགྲོས་དང་། དགོས་པ་ཡང་ཞེས་པའི་ཡང་སྒྲིའི་རྒྱས་པ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས།  
 སྒྲིབ་ཆོས་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་བྱེད་པར་གསུམ་ལྡན་ཡིན་པ་དང་། རང་བཞིན་

གྱིས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡོད་པ་  
 དང་། དོན་དམ་དུ་བདེན་པར་མེད་པ་འགལ་བ་འཛིན་པ་འདི་དག་གྲུང་འགོག་  
 པའི་ཆེད་དུ། རིམ་བཞིན་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་  
 སོགས་བསྟན་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པ་བྱུང་ལས་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ལེབ་མཐོང་  
 ཐུབ་པ་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་ཆད་རྒྱལ་ཆ་བ་ཆོས་རྗེས་མཛད་པའི་དབྱུ་མ་ལ་  
 འདུག་པའི་བསྟུས་དོན་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་སྐབས་འདིར་སྟོས་པའི་  
 དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྟོང་ཉིད་བདེན་པར་འཛིན་པ་བསྟོན་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་  
 པའི་བྱིར། དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་འདིར་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱེ་  
 བྲག་པ་སོགས་ཐར་པ་ཉག་རྩས་སུ་འཛིན་པ་བསྟོན་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའི་  
 བྱིར། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། འཕགས་པ་  
 རྣམས་གྱིས་ཤེས་པ་དང་མཐོང་བས་གསར་དུ་བྱས་སམ་སྟམ་པའི་དོགས་པ་  
 བསྟོན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་སྤང་  
 འདས་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་འདུག་པ་ཙམ་  
 འགྲེལ་ལས་གསུངས་ཞེས་པ་བདེན་ཡང་། དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་  
 གཞི་ཆོས་ཅན་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་དགོས་པ་ཙམ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་  
 ལས་གསལ་ཁ་གང་ཡང་མེད་པས་གཞུང་སྤྱི་བྱི་འདི་དག་ནང་འགལ་བའི་སྟོན་  
 གང་ཡང་མི་འདུག་པས་བྱིད་ཉིད་ཐུགས་སྟོད་སྟོད་བྱས་ནས་བཞུགས་པར་  
 མཛོད་ཅིག།

གཞན་ཡང་སྒྲོ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོར་བདེན་པ་ལ་སྒྲོང་  
 ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་ན། མཐར་ཐུག་ལ་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་གྱང་ཉང་སངས་  
 བའི་གནས་མ་ཡིན་ལ། དེས་ན་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་ནའང་སྒྲོ་  
 འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོར་བདེན་པས་དོན་དམ་བདེན་པ་  
 འཛོག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ན། སྒྲོབ་པའི་སྒྲོ་ཡི་མཆོག་གམ་མཐར་ཐུག་པ་མཉམ་  
 གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོར་ཡོད་པས་མཐར་ཐུག་ཅི་ལ་འཛོག་མི་ཐུབ་སྟེ་འཛོག་  
 ཐུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མིན་ན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་དེ་མཐོང་སྒྲོང་སྒྲུངས་པའི་འགོག་བདེན་ལ་གང་གི་གནད་ཀྱིས་མཐར་ཐུག་  
 ཏུ་སོང་སྟུང་ན། མཐོང་སྒྲོང་སྒྲུངས་པའི་འགོག་བདེན་དེ་གང་གི་གནད་ཀྱིས་  
 དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པ་དེ་ཡི་གནད་ཀྱིས་རྣམ་འགྲོལ་ལམ་དེ་ལ་མཐར་ཐུག་  
 ཏུ་སོང་བའི་ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་ན་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མང་  
 བོ་ཞིག་ལ་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱ་ཐུབ་པས། ཚུལ་མིན་གྱི་  
 རྣམ་ཉོག་མང་དག་ཅིག་རང་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་འོས་མེད་ཀྱི་རིགས་པའི་འགྲོས་  
 དང་མཐུན་པ་ཞིག་ལོས་ཡིན། དེས་ན་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་པར་  
 འདོད་པ་ལ་འགལ་འདྲུང་སྟེ་ཞེས་པའི་ཁེངས་པ་ཅུང་བསྐྱུང་བར་རིགས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མིན་ནའང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཉོགས་པའི་  
 རྒྱ་མཆོན་གཏན་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རང་ལ་དགྲ་ཡོད་ནས་སྔོན་  
 པའི་གནས་སྐབས་དང་། དགྲ་ལ་ཁ་གཏད་དེ། དེ་མེད་པར་བཟོ་བའི་གནས་

སྐབས། དགྲ་མེད་པར་བཟོས་པ་བཞིན་དེ་ཉིད་མེད་པར་ཤེས་ནས་བདེ་བར་  
 སྡོད་པའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ཡོད་པ་བཞིན། མཐོང་ལམ་དང་རྒྱན་གཅིག་  
 པའི་སྦྱར་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མཐོང་སྤང་གི་དགྲ་ཡོད་པ་དང་། མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་མཐོང་སྤང་གི་དགྲ་མེད་པར་བཟོ་བའི་གནས་  
 སྐབས་དང་། མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་མཐོང་སྤང་གི་དགྲ་མེད་པར་  
 དེས་ནས་དེ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའམ་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་ལ་གནས་པའི་སྐབས་  
 བཅས་ཡིན་ལ། མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་བྲལ་ཐོབ་འཇིག་རྒྱལ་ཡང་  
 འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་ལས་འདི་ལས་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སྤྱུ་ལའང་  
 བཤད་རྒྱུ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པལ་ཆེ་བས་ལན་འདི་མཛད་ལ། འདི་ནི་ཅི་  
 འདྲའི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་བདེན་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ། བྱིད་རང་ཐུགས་བསམ་ཞིག་  
 བཞེས་དང་། དཔེར་ན་གོས་ཀྱི་ངི་མ་རྣམས་གོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་མ་ཞུགས་  
 གྱང་གོས་དང་འདྲེས་པའི་རྩྭ་ལ་ཡོད་ལ་སྤྱིས་སུ་ངི་མ་དེ་དག་པའི་དག་ཆ་  
 ཡང་གོས་དེ་དང་ངོ་ཐོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྩྭ་ལ་ཡོད་པ་བཞིན། སྤང་བའི་ངི་མ་  
 རྣམས་ཀྱང་སེམས་དང་འདྲེས་པའི་རྩྭ་ལ་ཡོད་ལ། སྤྱིས་སུ་གཉེན་པོའི་  
 ལྟོབས་ཀྱིས་ངི་མ་དེ་དང་གཏན་བྲལ་དུ་སོང་བ་ན། སྤང་བའི་ངི་མ་དེ་དག་དང་  
 བྲལ་བའི་བྲལ་བའམ་དེ་ཉིད་མེད་པའི་མེད་ཆ། དཔེར་ན་རྩྭ་སྤྱིན་གྱི་དག་པའི་  
 དྲངས་གཙང་གི་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་མེད་དགག་དེ་རང་བཞིན་དྲངས་ཤིང་  
 གསལ་ལ་ངི་མ་མེད་པའི་སེམས་དེ་དང་པ་རི་རྩྭ་རི་ལྟར་རྒྱང་ཆད་ནས་གནས་

བ་མ་ཡིན་པར་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་གི་ཚུ་ལ་དུ་ཡོད་ལ། གནས་གྱུར་མཐར་ཕྱིན་པ་  
 ན་སྒོ་བྱར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་ཡིན་མཁན་ཡང་འདི་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་དེ་ཉིད་ཡུལ་དུ་བྱ་ཚུ་ལ་གང་ཡིན་ནམ་སྙམ་  
 བ། རང་འབྲེན་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་ནི་རང་གི་ངོ་སྤྲུལ་གྱི་སྤང་བའི་ས་བོན་  
 དང་བཅས་པ་སྤྲར་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ཡིན་ལ། ཇི་མ་རྣམས་ཀྱང་མཉམ་  
 གཞག་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ངོར་བུ་དང་པ་ཡིན་པས་དེ་  
 ཉིད་བུད་པའི་བུད་ཆ་ཡང་དེས་དེ་ཁོ་ཉིད་གཟིགས་པའི་ངོར་སྤང་བ་ལ་ཅེ་འབྲེ་  
 རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ། དཔེར་ན། མིག་སྒྲིན་མེད་ཀྱི་སྟེང་དུ་  
 ཡོད་པའི་དྲི་མེད་དྲངས་གསལ་གྱི་མིག་ཤེས་དེ་མིག་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་མིག་  
 ཤེས་དེས་ཡུལ་གཞན་མཐོང་བ་ན་མིག་ཤེས་དེ་མཐོང་བར་འབད་བཅོམ་བྱུར་  
 དུ་མི་དགོས་པར་ཞོར་འགྲོས་སུ་མཐོང་བ་བཞིན་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་ཀྱང་རང་  
 གི་ཡུལ་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་མཐོང་བའི་ཞོར་དུ་རང་གི་སྟེང་དུ་ཡོད་པའི་སྒོ་བྱར་  
 རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་དངས་གཅོང་གི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དེ་ཡང་མཐོང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྲེག་བཤད་ཀྱི་དྲི་མས་མ་གོས་པའི་གཏམ་ཆངས་པའི་ཐིག་  
 ཤིང་འདི་ཁོ་བོ་རིགས་ལམ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་སྤྲས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ནམ་  
 མཁའ་སྤྲིན་བུད་པའི་བུད་ཆ་དང་སྤྲིན་བྲལ་གྱི་ནམ་མཁའ་གཉིས་མིག་ཤེས་  
 མཐོང་ཚུ་ལ་བྱེད་པར་མེད་པ་བཞིན་ནོ་སྙམ། ཡང་ཁོང་ཁྱོས་དགེ་ཅ་འགོག་པའི་



འགོག་བདེན་དང་། གོས་ལ་དྲི་མ་འགོག་པའི་འགོག་བདེན་སོགས་ཡོད་  
 དགོས་སོ་སྟུང་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤར་ཡོད་ཀྱི་དགོ་བ་ཕྱིས་མེད་པའི་མེད་  
 དགག་དང་། དེ་བཞིན་སྤར་ཡོད་གོས་ཀྱི་དྲི་མ་ཕྱིས་མེད་པའི་མེད་དགག་ཅུ་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དགག་བྱའི་དགོ་བ་དང་གོས་ཀྱི་དྲི་མ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་  
 འདྲའམ་དེ་དང་འདྲ་བ་ཕྱི་མ་རྣམས་གཞི་དེར་གཏན་ནས་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་  
 ཏུ་བྱུང་མེད་པས་ཏུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་གཤེགས་པའི་ཡུལ་ལམ་རིང་  
 མོ་དང་། སྤོང་བ་ལས་གྲོལ་བའམ་ཞི་བ་ཐར་བ་ཆེན་པོའི་གྲོང་མཆོག་ཏུ་འཇུག་  
 པའི་སྒྲིག་གཅིག་ཏུ་ལམ་བདག་མེད་ཏྲོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པའི་བྲལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་གྲུ་ཀོམ་པ་འདི་དང་མཚུངས་པའི་སྐྱབས་མེད་ལ། འདི་ནི་སྤར་བྱའི་  
 དག་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། སྤོང་བའི་འཛིགས་པ་ལས་  
 སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་གནས་དངོས་ཡིན་པ་མ་ཟད། འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་པ་  
 འདི་འདོད་རྒྱལ་མཁན་པོའི་འདོད་པ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་རྗེས་བྱུང་གྱི་མིང་འདི་  
 ཉིད་དང་མཐུན་པའི་གོ་བ་རྣལ་མ་ཞིག་རྟེན་ན། གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་གང་མེད་  
 པའི་མེད་ཆ་ཐམས་ཅད་དེ་དང་དེ་འགོག་པའི་འགོག་བདེན་ཡིན་ནམ་སྟུང་ནས་  
 ཏྲོགས་པ་ཟ་མི་དགོས་པར་འགོག་བདེན་ནི་ས་ལམ་གྱི་བསྐྱོད་པ་གང་མཐོར་  
 ཕྱིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་འཐོབ་དགོས་པའི་བྱུང་འཕགས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡིན་པའི་ངས་ཤེས་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་སྟོང་ཉིད་མིན་པའི་ཡུལ་གཞན་ཞིག་འཇུག་ན་དེ་ཉིད་

གཉིས་སྒྲུང་མ་རྒྱལ་པའི་སྒྲོན་མི་འགྲུར་ཏེ། འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས་སྒྲུང་བཅས་  
 རྒྱལ་ཅས་པའི་གཉིས་སྒྲུང་དེ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ལ་བྱེད་དགོས་པ་ཡོངས་  
 གྲགས་ཡིན་པས་འགོག་བདེན་ནི་དེ་ལས་བསྒྲོག་སྟེ་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ནུས་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་མིན་པའི་འགོག་བདེན་ཞིག་  
 རྟོགས་ན་དེས་མི་རྟག་པ་རྟོགས་པ་དང་མཚུངས་ཞེས་བྱུང་བྱུང་ཏེ་སྤྱི་བ་མང་  
 དག་ཅིག་བྱ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལས། འདུས་བྱས་ཟད་པར་བསྟན་པས་སྟོང་པ་  
 ཉིད་སྟོན་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ལས་སྤང་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པ་སྟོང་ཉིད་ཏེ་བསྟན་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་རིན་ཆེན་སྤང་བ་དང་།  
 འདུག་པའི་རྟེན་ཆེན་སོགས་ལས་གསལ་བར་གསུངས་པས་བྱེད་ལྟར་ན་ཐེག་  
 དམན་གྱི་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་འདུས་བྱས་ཟད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་མྱང་འདས་  
 མཚན་ཉིད་པར་འདོད་པས། ལྷགས་འདི་ལ་སྟོང་ཉིད་དང་མྱང་འདས་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ཡིན་ཞེས་མགྲིན་པ་བསལ་ཏེ་སྤྱི་བྱ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། དེ་ཉིད་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་སྤང་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་དང་དོན་གཅིག་ཏུ་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྟུམ། ཡང་གཞན་གྱི་ཟད་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་། ཅས་མདོ་གཞན་ལས་འདུས་བྱས་ཟད་པ་བསྟན་པས་ཟད་པ་དེ་  
 མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཁྱད་སྤངས་སུ་བྱངས་པའི་རིགས་པ་རྟུག་ཅུ་པའི་འགྲེལ་བར་  
 བྱངས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་དེ་ཡང་དེ་ཡི་ཁྱད་སྤངས་སུ་ཤིན་ཏུ་ནས་འགྲོ་དཀའ་



སྟེ། འདྲུག་པའི་རྒྱུ་ཆེན་ལས། ཁོ་མོ་ཅག་སྟར་ན། འདིའི་ཟད་པ་ནི་ཟད་པ་  
གཉིན་པོའི་ཟད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གདོད་ནས་ཟད་པས་ཟད་ཅེས་བྲ། ཞེས་  
གསུངས་པ་སྟར་བཤད་པས་ཆོག་པས་མདོའི་དོན་ལེགས་པར་བཤད་པར་  
རུས་སོ། །དེས་ན་མདོ་ལས་འདི་འདྲ་བའི་ཟད་པ་བསྟན་ནས། སྟུག་བསྐྲུལ་  
འགགས་པའི་འགོག་པ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་བསྟན་པ་དེ་དང་། རང་བཞིན་  
གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་འགོག་པ་བསྟན་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་འཕགས་པས་  
གསུངས་པ་འདི་མ་རྟོགས་པར་སྒྲུང་བས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
པས་བྲིད་ཉིད་གྱིས་གསུང་གི་འགྲོས་བབ་ལ་བརྟག་ན་སྟོང་ཉིད་དེ་གཉིས་དོན་  
གཅིག་ཏུ་འཕགས་པས་གསུངས་པའི་དོན་མ་རྟོགས་པའི་སྟུགས་སུ་སོང་བ་  
མིན་ནམ་སྟུམ་པ་ནི་ལུང་རིགས་ངེ་མ་མེད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བའི་  
དྲོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྲེད་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་ནས་  
གཞན་ལ་བྱར་ཆོག་སྟེ་བའི་ཀུན་སྟོང་ཞིག་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ལུང་དོན་དེ་དང་མཐུན་པ་ཟབ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས།  
རིགས་པ་དྲུག་ཏུ་པའི་འགྲེལ་པར་བྲངས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལས། ཆེད་དུ་  
བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་དམན་རིགས་ཅན་གྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་སྟུག་བསྐྲུལ་  
འདི་མ་ལུས་པ་སྤངས་པ། དེས་པར་སྤངས་པ། བྱང་བར་གྱུར་པ། ཟད་པ།  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ། འགོག་པ། ཉེ་བར་ཞི་བ། རུབ་པ། སྟུག་བསྐྲུལ་  
གཞན་གྱི་མཚམས་མི་སྦྱར་ཞིང་། མི་འབྱུང་མི་སྐྱེ་བ་འདི་ནི་ཞི་བ། འདི་ནི་བྱ་

ནོམ་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ་སྤང་པོ་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་སྤངས་པ། སྤིང་པ་ཟད་པ།  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ། འགོག་པ། སྤང་ན་ལས་འདས་པའོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་མེད་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
སྤང་དེ་ལས་སྤང་པོ་ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་ཟད་པ་བསྟན་པ་གང་ཞིག །དེ་དང་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ལས་སྤང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་མེད་དུ་བསྟན་པ་གཉིས་  
དོན་གཅིག་པར་རིན་ཆེན་སྤང་བའི་ཐེག་ཆེན་བཀར་སྟུབ་པའི་སྐབས་སུ་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཐེག་པ་ཆེ་ལས་སྟེ་མེད་བསྟན། །གཞན་  
གྱི་ཟད་པ་སྟོང་པ་ཉིད། །ཟད་དང་མི་སྟེ་དོན་དུ་ནི། །གཅིག་པ་དེ་ཕྱིར་བཟོད་  
པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་མདོར་དེ་ལྟར་  
བསྟན་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པས་འདྲུག་པའི་ལྷོ་ག་  
ཆེན་དང་ཟབ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་གཉིས་ཀས་མགྱོན་གཅིག་དུ་གསུངས་  
པའི་ལེགས་བཤད་འདི་དག་ལས་བརྒྱལ་བའི་ལེགས་བཤད་ཟུར་པ་དག་ལ་དེ་  
ཙམ་གྱི་རྣ་བ་གཏོད་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་མི་སེམས་སོ། །

ཡང་སྟེ་དོན་ལས། སྤང་པོ་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་ཟད་པའི་  
འགོག་པ་མདོན་དུ་བྱས་པ་ཉིད། ཐེག་དམན་གྱི་ལྷག་མེད་སྤང་འདས་མདོན་དུ་  
བྱས་པའི་དོན་ཡིན་པར་དངས་མ་ཐག་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལས་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྤང་འདིས་ཐེག་དམན་གྱི་ལྷག་མེད་སྤང་འདས་དང་སྟོང་  
ཉིད་གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་དངོས་སུ་གསུངས་པར་འདོད་པ་དང་། ཡང་འོག་དུ་

བཤུ་ཆེན་རིན་པོ་ཆའི་དབུ་མ་སྤྱི་མཐའ་གཉིས་ལས་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་  
 མིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མང་དུ་གསུངས་པ་དང་ཞེས་དང་། ཡང་བཤུ་ཆེན་མཆོག་  
 གིས་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་གསང་སྤྲགས་གྱི་སྐྱབས་སུ་མ་གཏོགས་  
 གསུངས་མེད་ཚུལ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཁས་ལེན་ནང་འགལ་ཤིང་སྤྲགས་པ་ཡིན་  
 བཤ། མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་འགལ་འདུ་སྤྱོད་བ་ནམ་མཁའི་བད་  
 མའི་མཛེས་ཆོས་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་འགལ་སྤྱོད་གྱིས་དག་  
 པས་འདི་ལ་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟར་མིན་ན་འདི་ཉིད་འགལ་འདུའི་ཁྱད་ས་  
 སུ་གཏོགས་པ་ལ་སྤྲུལ་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ་སྟེ།  
 དེས་ན་ཕྱང་དེའི་དོན་ནི་ཐལ་འགྱུར་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷག་མེད་ཕྱང་  
 འདས་མངོན་དུ་བྱ་ཚུལ་སྟོན་པ་ལས་སྤྱིར་ལྷག་མེད་ཕྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱ་  
 ཚུལ་སྟོན་པས་མིན་ཞེས་པ་ནི་ཆད་ལྡན་གྱི་གཞུང་དོན་དང་མཐུན་པར་མ་བཟད་  
 གནད་རྣམས་ཞིབ་དུ་བསམ་པའི་ལེགས་བཤད་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཆོག་ཏེ།  
 བྱེད་གྱིས་བྱངས་པའི་དབུ་མ་སྤྱི་དོན་གྱི་ཕྱང་དེ་མ་ཐག་ལས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་  
 ལྷག་བཅས་ཕྱང་འདས་དང་། ལྷག་མེད་ཕྱང་འདས་ལ་འཇིག་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་དབྱ་བཅོམ་པས་  
 ཕྱང་སོགས་གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བཟད་པའི་འགོག་བཤུ་ཆེན་དུ་བྱས་  
 པའི་མཉམ་གཞག་གི་ངོ་ན་བདེན་སྤང་གི་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱང་འདས་ལྷག་  
 མེད་ཕྱང་འདས་དང་། མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་ཐོབ་གྱི་ངོ་ན་ཕྱང་

སོགས་བདེན་སྒྲིབ་གི་ལྷག་མ་ཡོད་པའི་སྤང་འདས་ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་སུ་  
འཛོག་པའི་བྱིར། འདིའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྤང་འདས་གཉིས་ཐོབ་པའི་གོ་  
རིམ་གྱུ་མཐའ་འོག་མ་ལྟར་མི་བྱ་སྟེ། དང་པོར་ལྷག་མེད་སྤང་འདས་མངོན་  
དུ་བྱས་ནས། དེའི་རྗེས་ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ངེས་  
པས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་རྗེས་བཞུགས་ལུང་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་  
པའི་བྱིར།

ཡང་འགོག་བདེན་སྒྲིབ་ཉིད་སྒྱུ་བ་པའི་གཏམ་ལས། བཤ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྒྱུ་  
ཆེ་སྒྲིབ་གྱི་གསུང་ཚིམ་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་ལས།  
གཉིས་པ་ཆོས་ལ་སྒྱུ་བས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། གཉིས་སྤང་གི་རྟོགས་པ་མ་ལུས་པ་  
ལས་ས་རང་དུས་ནས་ངེས་པར་གྲོལ་ཞིང་། སེམས་དབའ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལུན་ཆོགས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི། མཉམ་གཞག་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་དུ་  
རོ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འགོག་པའི་བདེན་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་  
བུའི་སྒྱུ་བས་དངོས་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་བྱུང་ཁས་ལེན་པའོ། །ཞེས་འགོག་བདེན་  
ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་གསལ་བར་གསུངས་པས། ཞེས་ཟེར་བ་ནི་རྟོག་གོ་ངན་པ་  
འགའ་ཞིག་གི་ལུགས་ལྟར་ལུང་དོན་ཐམས་ཅད་རྟོག་ནས་ཟུ་ཚུགས་ཀྱིས་  
རང་སྟོགས་སུ་བྱངས་སོང་བ་ཅིའི་བྱིར་མ་ཡིན་ནམ། ལུང་དེ་ཉིད་བྱིར་གྱི་  
བཞེད་པ་ལ་བདེན་ཁ་སྒྲིན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་། ཆོས་

ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་དབུ་རོ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལས། འགོག་  
བདེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཞེས་གཏན་ནས་མ་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་སྟངས་  
དེ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་སྤྲོ་མི་རུས་ཏེ། མི་གང་ཟག་ཡིན་ཞེས་པ་དང་།  
གང་ཟག་མི་ཡིན་ཞེས་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

ཁོ་བོའི་བསམ་དོན་ནི། བཅ་ཆེན་སྒྲ་མས་དབུ་པར་སྤྱི་མཐའ་སོགས་སུ་ངི་མ་  
མེད་པའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་དབུ་མས་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མིན་པར་བསྐྱབ་པ་  
ལ་གཞིགས་ན། གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་གི་ལུང་  
དེའི་དོན་ནི། བྱེད་རང་གི་རེ་འདོད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གཏན་ནས་རེད་མི་  
འདུག། །འོ་ན་ལུང་དེའི་དོན་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལུང་དེའི་དོན་ནི། གཉིས་  
པ་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་གཉིས་སྤང་གི་རྟོགས་པ་མ་ལུས་པ་རུ་བ་  
བའམ་དེ་ལས་ས་རང་དབུ་ནས་ངེས་པར་གྲོལ་ཞིང་། སེམས་དཔའ་དམ་པ་  
རྣམས་ཀྱི་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་  
མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདེན་པའམ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཅན་རི་  
སྟེང་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་དབུ་རོ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཉིད་  
དམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་དགག་བྱ་འགོག་པའི་དོན་དམ་བདེན་  
པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་དངོས་རང་རྒྱད་ལ་ཐོབ་བྱར་ཁས་ལེན་པའོ། ཞེས་  
ཡུལ་ཅན་བྱུང་པར་ཅན་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཡུལ་རྣམ་ཀུན་མཆོག་

ལྷན་གྱི་སྒྲིང་པ་ཉིད་གཉིས་ཀ་སྐབས་གནས་དངོས་དང་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་བྱར་  
 ཁས་ལེན་པའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་གསང་སྤྲུགས་རྩི་རྩེ་  
 ཐེག་པའི་འཆད་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འདི་འདྲ་བ་མདོ་སྤྲུགས་སུ་བཤད་  
 ཡམས་བྱེད་པ་ནི་སྐབས་དོན་བོར་བའི་གཏམ་སྐྱེད་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་དོན་  
 དངོས་དང་མཐུན་པའི་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་གཞུང་བཅོས་ན་མ་གཏོགས་རྒྱག་ཏུ་  
 མེད་པར་སེམས་ཏེ། དཔེར་ན། ཆོས་ཅན་དངོས་པོ་རྣམས་ཞེས་པ་ཆོས་ཅན་  
 རི་སྟེང་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་དབྱེ་  
 རོ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཉིད་དམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་པ་ནི་དེ་དག་སྟེང་གི་སྒྲིང་ཉིད་  
 ལ་གོ་དགོས་པས་དེ་ཉིད་མདོ་སྤྲུགས་སུ་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་བྱར་ཁས་ལེན་  
 མཁན་སྟོན་ཆད་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སུ་ཞིག་བྱང་མ་སྟོང་ངོ་། ཡང་འཇུག་  
 པའི་ཁྲིཀ་ཆེན་དང་། རྒྱུད་ལྷ་དར་ཁྲིཀ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོས་དབྱིངས་  
 བསྟོད་པ་དང་། རྒྱུད་ལྷ་མའི་ལུང་རྣམས་བྲངས་ནས་དེ་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཉིད་དེ། དེ་མ་དང་བཅས་པར་གསུངས་ཤིང་། ཆོས་ཅན་དེ་བཅས་ཀྱི་སེམས་  
 དེ་མས་རྩེ་དག་དུ་སོང་བ་ན་དེའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་དེ་མའི་རྩེ་དག་དུ་འགྲོ་ཞེས་  
 ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བའི་ལེགས་བཤད་འདི་དག་ཡོད་བཞིན་དུ། ལམ་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེམས་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་མ་རྣམས་ཆོས་དབྱིངས་སུ་  
 དག་པ་ཡིན་ཞེས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བའི་ཆོས་ཆེག་འདིས་གསར་བུ་མང་པོ་  
 ཞིག་མགོ་འཐོམས་བཅུག་གི་འདུག །གང་ལགས་ཞེ་ན། སྤྱིར་ཆོས་ཉིད་དེ་མ་



དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ནའང་དེ་མ་རྣམས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟེང་དུ་དག་སོང་བ་དང་།  
 གསལ་ཁ་དང་ཞིབ་བཤད་གང་ཡང་མེད་པར་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་འགོག་བདེན་དངོས་  
 རེད་ཅེས་སོགས་གསུངས་པའི་སྟོན་མེད་ཀྱི་ལེགས་བཤད་སྟེས་ཟབ་མོ་འདིའི་  
 དགོངས་གཞི་དང་དགོངས་པ་དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་ཆང་བའི་སྟོན་ས་  
 དགོངས་པ་ལེན་ན་མ་གཏོགས་ཆིག་ཟེན་ལྟར་ཁས་ལེན་དུ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 ཡང་དེ་མ་དེ་དེ་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བཅས་པས་སྦྱིར་ཆོས་ཉིད་ལ་བཅས་  
 པ་ཁས་ལེན་རིགས་སོ་སྟུམ་ན་ནི། ཤེས་བྱ་ལ་ཡང་མགོ་མཐུག་དང་རྒྱ་འབྲས་  
 སོགས་བཅས་པ་ཁས་ལེན་པ་དང་བྱད་པར་ཅི་ཡོད། ཡང་དེ་བཅས་སེམས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཉིད་དང་སྦྱིར་ཆོས་ཉིད་གཉིས་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་རོན་རོ་  
 གཅིག་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ན། ཆོས་ཉིད་དེ་དེ་བཅས་དེ་མེད་གཉིས་  
 ཀའི་གཞི་མཐུན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་མོ། །

སྒྱུར་ནི་དེ་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་དེ་མ་དང་བཅས་པ་ཁས་ལེན་རུང་ཡང་  
 ཆོས་ཉིད་དེ་ལ་དེ་མ་ཡོད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་  
 སེམས་དེ་ལ་གང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དེའི་ཆོས་ཉིད་ལའང་ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་  
 དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ལ་གང་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དེའི་  
 ཆོས་ཉིད་ལ་ཡང་ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ་སྟེ་ཡང་། ཞིན་ཏུ་  
 དཀའ་བའི་གནས་སུ་འདུག་པས་སྒྲོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་བར་  
 འཆལ་ལོ། །

ཡང་ནི་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་དེ་ནི་མ་དང་བཅས་པ་ཁས་ལེན་ན་ནི་  
བཅས་གོས་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་དེ་ཡང་ནི་མ་དང་བཅས་པ་ཁས་ལེན་མི་དགོས་ཏེ།  
དེ་དག་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ནས་མི་མཚུངས་པའི་བྱེད་ཏེ། སེམས་ཀྱི་དེ་མ་དེས་རང་  
གང་དུ་ལྡན་སའི་སེམས་དེས་རང་གི་སྟེང་གི་ཚུལ་ཉིད་གསལ་བར་མཐོང་བ་  
ལ་གོགས་བྱེད་པས་དེ་འདྲ་བའི་ཚུལ་ཉིད་དེ་སེམས་ཀྱི་དེ་མ་དེ་ཉིད་དང་  
བཅས་པ་ཁས་ལེན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་པ་དང་། རྟོག་དང་གོས་ལ་  
སོགས་པའི་དེ་མས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པ་མེད་པས་དེ་དག་གི་སྟེང་གི་ཚུལ་ཉིད་  
དེ་དེ་མ་དེ་དག་དང་བཅས་པ་ཁས་ལེན་མི་དགོས་སོ་སྟེ།

འགོག་པའི་བདེན་པ་ནི་དེ་མའི་ངོས་ནས་དག་ཆ་ཞིག་ལ་བསམ་མཁན་ནི་  
རིགས་པ་སྤྱི་བ་སྤྱི་ཞིག་མི་སྤིང་དེ། དེ་ལྟར་ན་འགོག་བདེན་དེ་མ་ལས་བྱུང་  
བར་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། འགོག་བདེན་ནི་དེ་ལས་སྟོན་ཏེ་དེ་མའི་དངོས་  
གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལས་ལས་བྱུང་བ་སྤྱི་བ་འདུ་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་བྱེད་  
དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་མ་དགག་པའི་འགག་ཆ་དེ་དེ་མའི་ཤུལ་  
སྟོན་ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་མིན་པར་དེ་མའི་ཤུལ་སྟོན་ཅུ་ཡང་མེད་པར་དགག་པའི་  
མེད་དགག་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་མིན་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ན་ཆགས་  
སྤང་ཚེངས་གསུམ་གྱི་ཤུལ་སྟོན་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ཡང་ཡབ་རྗེ་སྤྱི་མ་  
ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ཟིན་བྲིས་ལས། ཚུལ་དེ་མེད་  
པའི་དུས་ན་མེད་པས་དུས་རེས་འགའ་བ་ཡིན་ཀྱང་མི་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།



དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་ཙམ་གྱི་མེད་དགག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་དང་། ཡང་  
 དེ་ཉིད་ལས། དེས་ན་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་དགག་བྱ་དེ་མེད་པའི་ཆོ། དེ་མེད་པའི་མེད་  
 དགག་དངོས་མེད་ཡོད་པར་འཛོག་པ་དང་། སྒྱ་གྲུ་ས་བོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ།  
 ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དང་ཡོད་ཚུལ་མི་མཚུངས་ཏེ། སྒྲ་མའི་ཡོད་པར་འཛོག་པ་ནི་རང་  
 གི་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་མིན་གྱི་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་འདི་འདྲ་བ་གཅིག་མེད་པས་ཞེས་  
 དགག་བྱ་བཅད་ལྟོག་ནས་འཛོག་པ་མིན་པ་རང་གི་ངོ་བོ་སྒྲོ་ནས་བཞག་ཏུ་  
 མེད་པའི་བྱིར། ཞེས་མེད་དགག་འདུས་མ་བྱས་བཞག་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བར་གསུངས་པ་ལས་རྟོགས་སོ། །

ཡང་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་འཛོག་པ་  
 ནི་དེ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་མིན་ན་ཐལ་འགྱུར་  
 བའི་ལུགས་ལ་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ལ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་  
 ལ་དེ་ལྟར་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་པས་སོ་སྟམ་པ་ནི། ཐལ་རང་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱུང་མཐའི་རྣམ་བཞག་མ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། ལུགས་  
 དེ་གཉིས་ལ་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་འཛོག་མི་འཛོག་གི་བྱུང་པར་ནི་  
 སྟོང་ཉིད་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲོ་ནས་མ་ཡིན་ལ། འོ་ན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རང་རྒྱུད་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་བཏགས་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་སྒྱུ་བྱུང་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་  
 གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོག་དགོས་པ་ཡབ་རྗེ་སྤྲ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་  
 བོས་གསུངས་པས་ལུགས་འདི་ལ་མཉམ་གཞག་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རྣམས་

ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡུལ་དུ་བྱར་མེད། དེ་མེད་པས་བཏགས་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་འགོག་  
 བདེན་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་ལ། འོ་ན་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་ན་རང་རྒྱད་པའི་ལུགས་ལ་སློང་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་ལས་ཟད་པས་དེ་བཏགས་སའི་རྗེས་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་སྒྲིབ་དུ་  
 མེད་པས་སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་རྗེས་བཏགས་གང་དུ་འཛོག་གམ་སྒྲིབ་པའི་དོགས་  
 པ་འཆར་སྲིད་མོད། ཡབ་རྗེ་སྒྲ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་དབུ་སེམས་གང་གི་  
 ལུགས་ལ་སྟོང་ཉིད་ལ་རྗེས་གྲུབ་དུ་བཏགས་ནས་མི་བཞེད་པས་དེ་ཉིད་རྗེས་  
 བཏགས་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་བཏགས་ཡོད་ལོས་ཡིན། སློང་འཕགས་པའི་མཉམ་  
 གཞག་ཡེ་ཤེས་ལ་གདགས་གཞི་རྗེས་གྲུབ་སྒྲིབ་དུ་མེད་པས་བཏགས་ཆོས་  
 འགོག་བདེན་མི་སྒྲིབ་བ་བཞིན་སྟོང་ཉིད་ལའང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཉམ་  
 གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་གདགས་གཞི་རྗེས་གྲུབ་མི་སྒྲིབ་  
 ནའང་མཉམ་གཞག་ལ་འཇུག་པའི་སྒྱུར་བའི་སྐབས་སུ་དང་པོ་ཡུལ་བྱམ་པ་ལྟ་  
 བུ་རྗེས་གྲུབ་ཆོས་ཤིག་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 ཡེ་ཤེས་དང་ཡུལ་སྟོང་པ་ཉིད་གཉིས་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་གི་ཚུ་ལ་དུ་སྒྲིམས་པར་  
 འཇུག་པ་ཡིན་པས་ཡེ་ཤེས་དེས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཚུ་ལ་དེ་ཡང་  
 རང་རྒྱ་བྱུང་བའི་རྗེས་ཡོད་ཀྱི་གདགས་གཞི་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་  
 པའི་ཆང་བའི་སྤྱར། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་ནི། ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་  
 བཏགས་ཡོད་ཡིན་པས་མཉམ་གཞག་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འགོག་བདེན་

མཐོང་བ་ལ་གཞིན་གྱིད་མེད་ཅིང་སྐྱབ་གྱིད་དང་ལྡན་པས་རེད། འོན་ཏེ་བདག་  
 ཉིད་ཆེན་པོས་དྲི་མ་མེད་པའི་སེམས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་སྟོང་ཉིད་ལ་འགོག་  
 བདེན་ཡིན་དགོས་པ་ལན་དུ་མར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་བཅས་  
 སེམས་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་དྲི་མ་དང་བཅས་ཞེས་པའི་དྲི་མ་ནི་སེམས་གྱི་དྲི་མ་  
 ལས་ལོགས་སུ་མེད་པས་ཆོས་ཅན་སེམས་དྲི་མས་རྗེ་ལྟར་དག་པ་དེ་ལྟར་དེའི་  
 ཆོས་ཉིད་ཀྱང་དྲི་མ་དེས་དག་དགོས་ལ། དེས་ན་དྲི་མས་དག་པའི་སེམས་གྱི་  
 ཆོས་ཉིད་དེ་ལ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་མཛད་པ་ཅམ་ལས་འགོག་  
 བདེན་ལ་སྟོང་ཉིད་ཀྱིས་བྱབ་ཅེས་པ་ནི་ཡབ་རྗེ་སྒྲ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་  
 གསུངས་གང་ལས་ཀྱང་མི་གསལ་བ་མ་ཟད། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་  
 བཤད་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱི་སྒྲིབ་བ་ལས། ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་ལ་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་ཀྱིས་བྱབ་པར་འདོད་ཅིང་། གཞན་དག་བསྒྲིག་སྟེ་འདོད་པ་ནི་གཉིས་ཀས་  
 ཀྱང་ཞིབ་རྒྱུ་མ་བརྟགས་པ་སྟེ་ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བྱམ་པས་དབེན་  
 པའི་ས་སྟོགས་དང་དེའི་སྟེང་དུ་བྱམ་པ་བཀག་ཆ་གཉིས་ཀ་བྱམ་མེད་ཡིན་པ་  
 ལྟར། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་དེའི་སྟེང་དུ་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་བཀག་  
 ཆ་གཉིས་ཀའང་འགོག་བདེན་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདས་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་སྤངས་  
 པའི་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་ཆད་དང་ལྡན་པའི་རྗོ་རྗེའི་བཀའ་ལྟར་  
 འདི་ལྟ་བུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་གཞན་དང་  
 གཞན་དུ་འཆད་པར་མཁས་པའི་ཆོག་ཉམས་མཐོན་པོ་ཞིག་མ་ཐོན་ཡང་དོན་

གྱི་སྒྲིབ་པོ་ལ་པམ་ཁ་ཁུར་དགོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ།

དེས་ན་ཡབ་རྗེ་སྤྲུལ་མ་ཙཱ་ལ་ཆེན་པོས་དྲི་མ་མེད་པའི་སེམས་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་དང་། འདོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན། དངོས་ལ་གཞི་བྱེད་གསུམ་ཆང་བའི་སྒྲིབ་ནས་འགོག་པའི་བདེན་པ་  
 ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ན།  
 དེ་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དེ་དྲི་མ་མེད་པའི་སེམས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་སྒྲིབ་གི་  
 འགོག་བདེན་དང་འབྲེལ་བར་དྲི་མེད་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་དང་། གནས་  
 གྱུར་མཐར་སྐྱེན་པ་ན་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྒྱུར་གྱུར་བ་མཚུངས་པར་ཤེས་པའི་  
 ཆེད་དུ་དང་། འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས། མ་སྐྱེས་པ་  
 དང་མ་འགག་པ། ཆོས་ཉིད་ལྷུང་ན་འདས་དང་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། དེ་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དེ་དང་དྲི་མ་མེད་པའི་སེམས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་སྒྲིབ་  
 གི་འགོག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་མཉམ་གཞག་དེའི་ངོ་ན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་  
 པའམ་ཤིན་ཏུ་ནས་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་མིན་ན་དུས་  
 གཅིག་ཏུ་སྒྲིབ་གཞི་ཆོས་ཅན་དང་དེ་ཉིད་བདེན་མེད་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པ་སྒྲོབ་ལམ་ན་བཞག་དཀའ་བའི་ཕྱིར། དངོས་ལ་གཞི་བྱེད་ཡོད་དེ།  
 དེ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་ཁྱད་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས་བྲལ་  
 བའི་འབྲས་བུ་འགོག་བདེན་ཡིན་པ་གཏན་ནས་མི་རིགས་པ་བཅས་རེད། དེ་  
 བཞིན་འཕགས་ཡུལ་གྱི་དབྱ་སེམས་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་པལ་ཆེ་བས་དྲི་མེད་

སེམས་ཀྱི་ཚེས་ཉིད་ལ་འགོག་བདེན་ནམ་མཁུང་འདས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་མཛད་  
 ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་མཁུང་འདས་དང་འགོག་བདེན་དངོས་མིན་པའི་ཁྱད་ས་  
 ལུང་ནི་འོག་ཏུ་རང་ལུགས་འཛོག་པའི་སྐབས་སུ་འཆད་འགྱུར་གྱི་ལུང་རིགས་  
 དེ་དག་གིས་འབྱུང་བས་འདིར་ཡིག་ཚོགས་སྟོ་བའི་ངལ་བ་མ་བྱས་སོ། །འོ་  
 བ་མདོ་སྒྲགས་རབ་འབྱུངས་སྟོ་བ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་མཆོག་  
 གིས་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་འགོག་བདེན་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་འགལ་བ་ཡིན་པ་  
 དངོས་སུ་གསུངས་པས་དེ་འབྲེ་བའི་ཚེས་ཉིད་ལ་འགོག་བདེན་ཞེས་པའི་ཐ་  
 སྙད་མི་མཛད་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དཔེར་ན། འཕགས་པ་རྣམས་  
 གོལ་སྒྲེས་བྲག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་ལ་ཡེ་ཤེས་ཚེས་སྐྱའི་ཐ་  
 སྙད་མ་མཛད་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་ཚེས་སྐྱའི་དོན་ཆ་ཆང་བར་བཞེད་པས་ཡེ་ཤེས་  
 ཚེས་སྐྱ་མེད་པར་ལྟ་བའི་སྟོན་མི་འབྱུང་བ་བཞིན། པཎ་ཆེན་སྒྲ་མས་ཀྱང་།  
 ཚེས་ཅན་དེ་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་མས་ཇེ་དག་ཏུ་སོང་བ་ན། དེའི་ཚེས་ཉིད་ཀྱང་  
 དེ་མས་ཇེ་དག་ཏུ་འགོ་ཞིང་གནས་ཀྱར་མཐར་ཕྱིན་འཐོབ་པ་ན་རང་བཞིན་རྣམས་  
 དག་གི་ཆར་གྱུར་བའི་དོ་བོ་ཉིད་སྐྱར་གྱུར་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པས་དེ་ལ་  
 འགོག་བདེན་གྱི་ཐ་སྙད་མ་མཛད་ཀྱང་དོན་ལ་སྟོན་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ་སྟུམ།

ཁོ་བོས་སྒྲིམ་ཆོག་བརྒྱབས་ནས་སྤྱི་འདོད་པ་ནི་དེ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་  
 ལ་འགོག་བདེན་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་མ་བཏགས་ལ་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་  
 དོན་ལ་འགོག་བདེན་ཡིན་མིན་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་ནི་  
 ཐ་སྙད་འདོགས་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ལ་ཡིན་མིན་གྱི་ཐག་ཆོད་  
 གྲུ་རྒྱ་ནི་དཀའ་བའི་གནས་སུ་འདུག་པས་ཁོ་བོས་འོག་ཏུ་དོགས་གཅོད་ཅུང་ཅུ་  
 ཞིག་ཞུ་བར་འདོད། གཞན་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་མཆོག་གིས་  
 ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་  
 མིན་ཞེས་པ་འདི་ལ་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ལུང་ཡོད་ལ། སྤྱི་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡང་  
 ཡོད། དེ་ཡང་དང་པོ་མདོ་ལས། སྤྱིན་མཐོང་མཁའ་ལ་ཉི་བཞིན་འདིར་ནི་སྒོ་  
 གྲོས་སྒྲོགས་གཅིག་ཅན། །སྒོ་མི་དག་པའི་འཕགས་མཆོག་གིས་ཀྱང་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་མཐོང་མ་ལགས། །ཞེས་དང་། ཆོས་དབྱིངས་བསྟོད་པ་ལས། ཇི་  
 ལྟར་སྒྲིབ་བ་ཆོས་པ་ལ། །སྒྲིབ་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་སྤྱང་། །དེ་བཞིན་མོས་པའི་  
 ས་ལ་ཡང་། །ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཡང་ཅུང་ཟད་སྤྱང་། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།  
 ཇི་ལྟར་སྒྲིབ་བ་ཕྱ་མོ་ནི། །ཉིན་དང་ཉིན་ལ་འཕེལ་བར་མཐོང་། །དེ་བཞིན་ས་ལ་  
 ཞུགས་རྣམས་ཀྱང་། །རིམ་གྱི་རིམ་གྱི་འཕེལ་བར་མཐོང་། །ཇི་ལྟར་ཡར་ངོས་  
 བཅོ་ལྔ་ལ། །སྒྲིབ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ས་ཡི་མཐར་ཐུག་  
 བ། །ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཡང་རྫོགས་ཤིང་གསལ། །ཞེས་དང་། ཡང་མདོ་ལས། ཇི་  
 ལྟར་བར་སྤྱང་བྱ་རྗེས་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །བརྫོད་པ་རུས་མ་ཡིན་ཞིང་མི་



མཐོང་ལྟར། །དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྐུ་གྱི་ས་ཀྱན་ཡང་། །བརྗོད་མི་རྒྱས་ན་མཉན་  
 བར་ག་ལ་རྒྱས། །ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྒྲ་དར་ཁྱིམ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཉམ་རྗེས་རེས་འཛོག་ཏུ་མཐོང་བས་དུས་ཅུང་ཟད་  
 མཐོང་བའི་དོན་ཡིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཚུལ་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་  
 ལ་འདོད་པ་ནི། རྣམ་བཞག་མ་ཆགས་པའི་གཏམ་མོ། ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྒྲ་མའི་  
 བཀའ་འགྲེལ་གནད་གྱི་སྒྲ་འོད་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བཅུའི་སྐབས་  
 སུ་སྤང་བྱ་ཅི་རིགས་དང་བྲལ་བའི་འགོག་བདེན་ཅུང་ཟད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་  
 གི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་མཐར་ཐུག་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་  
 དོན་དུ་བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་ས་བཅུའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ལ་ཆོས་ཉིད་  
 མཐོང་བ་ལ་བྱུང་བར་མེད་ཀྱང་། ཆོས་སྐྱུ་མཐོང་བ་ལ་བྱུང་བར་ཡོད་པ་  
 གསུངས་པས་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན་རྣམ་བཞག་དེ་གཏན་ནས་མི་  
 རུང་བ་མ་ཟད་རིགས་ལམ་ལས་འདས་པའི་ཐལ་བ་དུ་མ་འབྱུང་བ་ངེས་ཏེ། རྩེ་  
 བཀ་སྤྱོད་བ་ལྟར་ལུགས་འདིར་ཡང་ཟད་པ་རྣམས་སྤྱོད་གས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་  
 པའི་རྣམ་བཞག་གྱེད་པ་ཁས་ལེན་དགོས་པར་ཐལ་བ་དང་། ཐེག་ཆེན་སྤྱོད་  
 ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་མོས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་  
 པས་འགོག་བདེན་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པའི་ཐལ་བ་དང་། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་གྱིས་ཀྱང་འགོག་བདེན་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐལ་  
 བ་དང་། གལ་ཏེ་མ་རྟོགས་ན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་རྣམ་གྲོལ་

ལམ་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཐལ་བ་དང་། མཐོང་ལམ་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་མཚུངས་པའི་ཐལ་བ་དང་། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དགག་བྱ་  
 ཞེས་བྱ་ལ་སྲིད་པས་རང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་གཞན་སྟོང་གི་གཞི་མཐུན་ཡོད་  
 པར་ཐལ་བ་དང་། ཉན་རང་འཕགས་པས་སྤང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་ཚུལ་དེ་  
 ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་ཚུལ་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པས་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་སུ་  
 ཐལ་བ་དང་། གཉིན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་དག་པའི་དག་ཆ་དེ་  
 ཡང་སྟོང་ཉིད་དུ་ཐལ་བ་དང་། སོ་སོར་བརྟགས་མིན་འགོག་པ་དེ་ཡང་སྟོང་  
 ཉིད་ཡིན་དགོས་པས་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་དང་བྱད་མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་།  
 ས་དང་པོའི་སྒྲིམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྟེང་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་མཐོང་སྟོང་  
 སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་དུ་ཐལ་བ་དང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་བྲལ་ཐོབ་  
 འཛིན་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ་བ་དང་། ཡང་དེ་ལྟར་མིན་ན་དེའི་  
 རྒྱད་ལ་མཐོང་སྟོང་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་མེད་པར་ཐལ་བ་དང་། མཐོང་  
 ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་འགོག་བདེན་ཡིན་  
 ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་འོང་བ་བྱར་མེད་པས་དེ་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་མ་ཡིན་པའི་ཐལ་བ་དང་། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་བའི་ཆོས་ཉིད་དེ་འགོག་  
 བདེན་དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བའི་ཐལ་བ་དང་། འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐའ་དེ་ཡང་སྟོང་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཐལ་བ་དང་། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་



སྐྱ་གཉིས་དེ་སྒྲིག་པ་ཐ་དང་ཅམ་ལས་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བས་སྐྱ་བཞིའི་  
 རྣམ་གཞག་འཛོག་དཀའ་བའི་ཐལ་བ་དང་། མདོ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་བཞི་  
 བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། ཟུང་ན་ལས་  
 འདས་པ་ཞི་ཞིང་དགོ་བ། ཞེས་བདག་མེད་དང་ཟུང་འདས་གཉིས་སོ་སོར་སྟེ་  
 སྟེ་སྟོན་པ་ལ་དགོས་པ་ཆེར་མེད་པར་ཐལ་བ་དང་། འཁོར་ལྷ་སྟེ་བཟང་པོའི་  
 རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་སྟེ་བ་ན་ལྷ་སྟེས་བདག་ཅག་སྟོན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོ་བྱར་རྣམ་  
 དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་དོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ལྷ་སྟེ་དོ་བོ་ཉིད་  
 སྐྱ་མདོན་དུ་བྱས་པས་སངས་འཕགས་སུ་ཐལ་བ་བཅས་སོ། །དེ་ལྟར་མིན་ན་  
 རྒྱུད་སྒྲའི་བཀའ་འབྲེལ་ལས།

སངས་རྒྱས་འབའ་ཞིག་གིས་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཞེས་པ་དང་འགལ་བའི་ཐལ་བ་དང་། གཞན་ཡང་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།  
 འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །ཅེས་དང་། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། དེ་ནི་གདོད་ནས་  
 ཟད་པའི་ཟད་ཅེས་བྱ། །ཞེས་དང་། ཉོན་མོངས་གདོད་ནས་ཟད་ཕྱིར་རོ། །འདྲུག་  
 པའི་ཁྱིམ་ཆེན་ལས། དག་མ་དག་གི་ཆོས་ཅན་སྟེ་ལ་བྱབ་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་  
 དབང་དུ་བྱས་ན་ནི་བདག་གཉིས་བཀག་པ་ལྟ་བུའི་དགག་བྱ་ཤེས་བྱ་ལ་མི་  
 སྲིད་པ་ཅམ་བཀག་པ་ལ་བྱེད། ཞེས་སོགས་ཆད་ལྡན་གྱི་ལུང་མཐའ་ལས་པ་  
 དང་འགལ་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་འགོག་བདེན་  
 ཡིན་ན་དེ་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་རང་བཞིན་བྱད་པར་

གསུམ་ལྟན་དུ་ཁས་ལེན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་  
བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཅ་ཤེས་རྣམས་བཤད་ལས། དེ་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་  
ནས་འབྱུང་ན་བྲལ་འབྲས་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་དངོས་པོ་ལ་བྱ་དགོས་ལ་དེ་  
མིན་པའི་རྟེན་འབྱུང་རྣམས་ནི་ཆོས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཡང་  
སྟོས་ས་དེ་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་  
མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཀྱང་། ཆོས་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡིན། མིག་  
སོགས་འདི་དག་གི་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེད་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
མེད་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས། རང་  
བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དག་ལས། །འབྱུང་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།  
ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་དང་། །གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
མེད་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རྒྱལ་ཆ་བ་ཆོས་རྗེས་རྗེའི་བྱང་དུ་གསུམ་པའི་ཤེས་  
རབ་ལེའུའི་ཐེན་བྲིས་ལས། སྟོ་བྱར་ངི་བྲལ་གྱི་ལྷང་འདས་ནི་སྐྱེ་འཆིའི་རྒྱུན་གྱི་  
འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཆད་པ་ལས་ཐོབ་དགོས་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་  
ཡང་། རྒྱུན་རྣམས་རྒྱུན་ནི་མ་ཆད་ན་འཁོར་བར་མ་བཟད་སྐྱེ་མའང་སྟོག་པར་མི་  
འབྱུང་གྱི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རྣམས་རྒྱུན་ནི་ཆད་པ་ན་འཁོར་  
བའམ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འང་མི་འབྱུང་ངོ་། ཞེས་སོགས་འགོག་བདེན་ཆོས་ཉིད་མིན་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ལྷང་རིགས་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར།

སྒྲིབ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདྲིར་བྱུང་སྒྲ་ཆེ་ཞོས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། འགོག་  
 བདེན་སྒྲོང་ཉིད་ཡིན་མིན་གྱི་ཚུད་པ་འདི་རེད། ཚུད་པ་འདིའི་གཞི་ཅ་ངོ་མ་དེ་  
 གང་ཡིན་མཐར་གཏུགས་ཏེ་བཅའ་བ་ན་བྱི་མ་མེད་པའི་སེམས་རྣམ་འགྲོལ་  
 ལམ་དག་གི་ཆོས་ཉིད་རྣམས་ལ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་  
 བཏགས་པ་དང་མ་བཏགས་པ་ཁོ་ནར་བྱུག་འདུག །དེར་བརྟེན་ཚུད་པ་འདི་ཐ་  
 སྙད་ཅམ་གྱི་ཚུད་པ་བྱིང་ཆེ་ཞོས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས། སྒྱེ་བ་སྒྲ་བྱི་དང་ལས་  
 འབྲས་སོགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཚུད་པ་ལྟ་བུ་དོན་ལ་འགལ་འདུ་ཡོད་པ་ཞིག་  
 གཏན་ནས་རེད་མི་འདུག དཔེར་ན། ཅི་ཤིང་དང་ནགས་ཆལ་རྣམས་ཆན་རིག་  
 པ་ཆོས་སློག་ཆགས་སུ་འདོད་པ་ན། དེ་ལ་ནང་པ་ཆོས་དེ་དག་ལ་བྱོད་དང་  
 རྣམ་ཤེས་གྱི་རྟེན་ཡོད་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་ཚུད་པ་བྱ་  
 ས་གང་ཡང་མེད། ཁོ་ཆོའི་ལུགས་ལ་སློག་ཆགས་ལ་བྱོད་དང་རྣམ་ཤེས་གྱི་  
 རྟེན་ཞིག་ཡོད་མི་དགོས་ལ། བདེ་སྐྱུག་སྒྲོང་དོར་སོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་ཡོད་  
 དེ་བས་ཡོད་མི་དགོས། འོ་ན་གང་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་ཡོངས་  
 གྲགས་ལ་སྒྱེ་ཞིང་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པའི་བྱུང་ཆོས་ལྟ་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ན་སློག་ཆགས་དེ་གས་འབྲས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཡུལ་ལ་ལ་དག་  
 ན་མིག་ལ་རྣ་བ་དང་རྣ་བ་ལ་མིག་ཅེས་འབོད་པ་སོགས་མདོར་ན་ཐ་སྙད་  
 བཏགས་མ་བཏགས་དང་མཐུན་མ་མཐུན་གྱི་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ན་ཡང་དོན་  
 ལ་ཡུལ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མིག་རྣ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་སོང་བ་ཡིན་

བས་དོན་ལ་འགལ་བ་གང་ཡང་མེད་པར་སེམས་སོ། །འོ་ན་མིག་ན་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ཏུ་བྱར་མེད་པས་མིག་དངོས་གནས་པ་དེ་སྤྱི་ཞིག་གི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས་འཛིག་དགོས་སམ་སྒྲམ་པ་ནི་ཉན་ཉན་སྲིད་མོད། དེ་ནི་རང་རང་གི་  
 སྐབས་ཀྱི་འཛིག་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སོ་སོའི་སྐབས་སྤྱི་འཐད་སྤྱིགས་སྤྱི་  
 རོས་འཛིན་རྒྱ་ལས་མི་མང་དང་ཁ་མང་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་བའམ་ཡང་ན་  
 རིགས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་རྒྱུ་གྱི་ཐག་ཆོད་ནམ་ཡང་བྱ་མི་བྱུང་བ་  
 ཡིན། དཔེར་ན་འོ་ཅག་ཆོས་ཁྱེད་དག་གིས་འདོད་པའི་མིག་དེ་མིག་མ་ཡིན་ཏེ་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆོད་མཐོང་བའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་པའི་བྱིར་ཅེས་པ་ནི་པ་རོལ་  
 བའི་གང་ཟག་དེ་ལ་སྟོས་ཏེ་བྱུང་ལོག་ཡང་དག་པ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ལས་དོན་  
 ལ་གཞོད་བྱེད་གང་ཡང་མ་སོང་ལ། ཚུར་ལ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་རིགས་པའི་  
 མགོ་ཡོངས་སྤྱི་མཚུངས་པ་སྒྲོས་ཅི་ཞིག་དགོས། དེས་ན་ཁྱེད་ཅག་གིས་དེ་མ་  
 ཡིན་ལ་དེར་བཏགས་པས་དེ་ལ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་། འདོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཆོན། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་ཆང་བའི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་དེ་བཏགས་པ་བ་  
 དང་། ཡང་ན་ལོག་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་སོགས་གང་ཡང་ང་ཆོས་དུས་ནམ་  
 ཡང་བསྐྱབ་མི་བྱས་ལ། ཚུར་ལ་ཡང་རྒྱུ་པ་ཀུན་ཏུ་མཚུངས་སོ་སྒྲམ། དེར་  
 བརྟེན་ཐ་སྙད་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ལ་འགལ་འདུ་ཡོད་མེད་སོགས་དོན་གྱི་རྒྱུ་  
 གངས་ཀྱི་རྒྱུ་གངས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་དབྱེད་རྒྱ་སྤང་བས། དེ་ཡང་། ཐ་སྙད་  
 གདགས་པར་མ་མཛད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་མོངས་པར་འགྱུར། །དེ་

བས་སྒྲིབ་ས་པ་བསལ་བའི་བྱེད། །མགོན་པོས་མིང་ནི་གདགས་པར་  
 མཛོད། །ཅེས་པ་འདི་ཉིད་གདམས་ངག་ཏུ་བཟུང་ཏེ་དོན་གང་ཞིག་ལ་དཔྱོད་  
 པའི་ཐོག་མར་དེའི་མིང་ངམ་ཐ་སྙད་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་སྒྱུ་ནི་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེ་  
 བ་ནི། ཆོག་གི་འཁར་བ་ལ་བརྟེན་ནས། །དོན་གྱི་ཆས་པོ་སྒྲིབ་བར་བྱ། ། ཞེས་  
 པའི་མན་ངག་འདིའི་རིན་ཐང་ཞིག་རེད་འདུག་སྙམ། ད་ནི་འགོག་བདེན་སྒྲིབ་  
 ཉིད་སྐྱབ་པའི་གཏམ་མ་བཙུག་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་ལ་གདབ་པའི་གཏམ་  
 ཚངས་པ་ལྷ་ཡི་ཐེག་ཤིང་འདི་ནི་རང་གི་སྒྲོ་ངོར་འཆར་ཆོད་ཅམ་གྱི་ཏྲགས་  
 བསལ་ཁྱབ་ཐལ་ཁ་ཤས་ཤིག་སྤྲུག་ལ་དོག་པ་སོགས་ཚུལ་མིན་གྱི་ནམ་ཉིག་  
 དག་ཀྱང་དུ་བསྐྱེདས་ཏེ་སྒྲིབ་བ་སྒྱེད་པོའི་ངང་ནས་ཅེད་མོའམ་ཀྱལ་ཀའི་ཚུལ་  
 དུ་སྤུལ་བ་ཡིན་པས་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་གྱིས་སྒྱུད་སྤྲུག་པའི་གན་  
 མཆོག་གི་ཟབ་ཡངས་ཐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་དཀྱིས་སྒྱེད་སྐྱབ་པའི་  
 མཆོད་པ་རུ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་ཏ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་མཁས་པ་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་ལ་བྱུང་བ་དང་། དོན་དངོས་སམ་གཞུང་དོན་དང་མི་མཐུན་པའི་  
 ཉེས་བཤད་ཅི་ཞིག་བཀྱིས་པ་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་ཁོ་ནའི་ནོར་འཁྱལ་འབའ་  
 ཞིག་ཡིན་པས་སྐྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ངོ་པོ་དེན་ཆེན་སྒྲ་མ་ནམས་དང་།  
 ཐོགས་བརྩུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་།  
 དགོ་འདུན་བཙུན་པ་ནམས་ཀྱི་སྒྱུན་སྒྲར་སྒྲོན་བསགས་ཀྱི་སྤྲིག་ལྷུང་དང་ལྷན་  
 དུ་མི་འཆབ་སྒྲིབ་ནས་འགྲོད་པ་དང་བཅས་ཏེ་ལྷ་རྩ་ལགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་

བཞགས་པ་ཕུལ་ཟིན་པ་ཡིན། འདིར་འབད་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་ཆ་མཆིས་ན།  
 རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལ་ལས། རྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་གསལ་མཛད་  
 བ། །ཐུབ་བའི་ལུགས་བཟང་སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ལུས་དང་སྒོག་ཀྱང་བཏང་  
 རས་འཛིན་པ་ལ། །སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟོད་པ་མ་གྱུར་ཅིག་། ཅེས་དང་། རྟོགས་  
 བཟོད་མདུན་ལེགས་མ་ལས། རྒྱལ་སྤྱི་སྟོན་ལམ་གླུ་ལྷོ་ལྷོ་རྣམས་ནི། །དམ་  
 ཆོས་འཛིན་བའི་སྟོན་ལམ་ནང་འདུས་པར། །གསུངས་ཕྱིར་དགོ་ཅ་ཇི་སྟེད་  
 བསགས་པ་ནི། །ཀུན་ཀྱང་ཐུབ་བསྟན་རྒྱས་བའི་ཆེད་དུ་བསྟོ། །ཅེས་དང་།  
 སྟོད་འཇུག་ལས། ཇི་སྟེད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་ཇི་སྟེད་གནས་  
 གྱུར་བ། །དེ་སྟེད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བར་  
 ཞོག། ཅེས་སོགས་བཀའ་ཞུས་སྟོན་ལམ་གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་ཏེ་སྐབས་བབ་གྱི་  
 ལས་གཞི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པས་དགོ་ལེགས་འཕེལ། ། །

སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ། ཐུབ་པའི་བསྟན་ལ་གསང་ཆོག་མི་མངའ་བས། །  
དེ་ལས་བྱང་བའི་མད་བྱང་སྒྲིབ་བ་ཞིག།  
གཟུང་གནས་བྱགས་ཉྱགས་ཡངས་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཀྱིས། །  
སྒྲིབ་མེད་ལེགས་བཤད་དེ་འདྲ་མེད་དོ་སྙམ། །

ཐུབ་བསྟན་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལ། །  
བྲི་མེད་རིགས་པས་བྱི་དོར་བྱས་པ་ལས། །  
གསེར་སྤངས་བཙོ་མ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན། །  
འཛམ་གླིང་ས་ཆེན་འདི་ན་ཉྱག་མཛེས་ཤོག།  
ཞེས་དགའ་ཤར་ལྟོ་བ་ནགས་ཤོད་པ་སྒྲོ་བཟང་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་རང་ཤག་སོ་བྲང་དཀར་པོའི་ནང་དུ་བྲིས། །  
༡༠༠༩། ལོར་མཁས་མང་སྒྲོ་གསལ་གྱེ་བའི་གླིང་བྲ་ཆང་གི་དུས་དེབ་རིགས་ལམ་གྱི་གཟེ་འོད་དུ་བཀོད་པའི་ཆེད་ཚུལ་འདི་༡༠༡༥ལོར་  
འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱུན་པའོ། །