

། བསྟན་འགྲུལ།

ཏཱ་ལཾ་ཞེ་འབར་བ།



ཡོང་དངོན་ལེགས་ལྡན་བྱེད་གྱིས་བརྩམས།



དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་	
སེམས་མི་གཏོང་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་དང་པོ། .....	1
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། ཐུབ་པའི་བརྟུལ་	
ཞུགས་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གཉིས་པ། .....	26
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་	
ཤེས་བ་ཚོལ་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གསུམ་པ། .....	37
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་	
ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཞི་པ། .....	291
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བ་	
བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་ལྔ་པ། ....	444
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། བྱངས་ཅན་ཀྱི་	
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་དྲུག་པ། .....	523
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། གྲེ་བྲག་པའི་	
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བདུན་པ། .....	566

---

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གེ་འབར་བ་ལས། རིག་བྱེད་ཀྱི་	
མཐའ་རྒྱར་སྤྲ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་འུ་བརྒྱད་པ། .	590
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་དཔྱོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་	
འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་འུ་དགུ་པ། .....	646
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་	
སྟེ་ལེ་འུ་བཅུ་པ། .....	787
དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་འགྲེལ་པ་རྟོག་གེ་འབར་བ་ལས། བསྟོད་པ་དང་	
མཆོན་བསྟན་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པ། .....	801

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྱིན་འོག སྐུ་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུན་གྱི་ཉག་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲིལ་སྒྲོག་སྒྲིལ་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྐད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐྱོན་བའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྐྱོལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆུ་དང་།  
ཁྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་མ་སྒྲོག་སྒྲིལ་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུང་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཁྱེད་  
ཆུ་བཅས།

སེར་སྐད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་བ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་བྱ་བྱེད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག  
བྱ་བྱེད་ཁྱེད་། marjamson618@gmail.com

# དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་མི་གཏོང་བའི་ལུ་སྟེ་དང་པོ།

༡༡། །ཀྱུ་གར་སྐད་དུ། མ་ད་རྒྱ་མ་གྲ་ཉི་ད་ཡ་བློ་ཉ་ར་གྲ་རྒྱ་ལ།  
བོད་སྐད་དུ། དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བཅ་པོ་དང་  
པོ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འདི་ན་རང་གི་སྟེ་ཡིད་དུ་འོང་  
བ་ལ་དང་པོར་ཕྱག་འཆའ་བ་ཉི་བར་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་དག་ནི་སྦྱེས་  
བྱ་དཔའ་བོའི་རྒྱུ་དང་། བར་ཆད་མེད་པ་དང་། འབྲས་བྱ་དང་ལྡན་པར་  
འགྱུར་བས། དེའི་སྦྱར་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དང་པོར།  
གང་གིས་དེ་ཉིད་རབ་བརྟག་ཟིན། །རྣམ་ཤེས་བྱ་ཟིན་གཞི་མ་ཡིན། །མཆོན་  
ཟིན་བརྟག་ཟིན་རིག་བྱ་ཟིན། །སྦྱེ་འཛིག་མེད་ཅིང་བདེ་བ་དང་། །རྣམ་  
བརྟག་མ་ཡིན་སྒྲིང་བ་མེད། །མཆོན་མ་མེད་ཅིང་གསལ་བྱེད་མེད། །གཉིས་  
ཟིན་གཉིས་མེད་མ་ཡིན་དང་། །ཞི་དང་སྟོ་འཇུག་རྣམ་སྤངས་པ་དང་། །ཡི་  
གོ་མེད་པ་ཡི་གོ་ཡིས། །ཕྱགས་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་མཛད་པ། །སྟོན་པ་མ་  
ནོར་ཉིད་གསུང་པ། །དེ་ལ་གྲུས་པར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་སྟོན་པ་ལ། དེ་  
ཉིད་བྱེད་པར་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་དག་གིས་བྱེད་པར་ཅན་སྟོན་པར་མཛད་

པ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པར་བསྟོད་དོ། །དེ་ལ་གང་གིས་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་སྐྱི་  
ཡིན་ཡང་། དེ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་  
འདིས་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཁོ་ན་དང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
ཁྱད་པར་དག་བསྟན་དུ་ཟིན་ཀྱང་། ཁྱད་པར་གྱི་གཞིའི་མིང་མ་བསྟན་ན་དེ་  
མི་རྟོགས་པས་དེའི་ཕྱིར། དེ་ཉིད་ཅེས་སྟོས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་དངོས་པོ་དེ་དག་གི་དེ་ཉིད་དེ། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་།  
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དག་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །རབ་  
བརྟག་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱི་དང་ལྷན་པ་སྟོག་ཏུ་སྐྱར་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་རྗེས་  
སྐྱ་དཔོག་པའི་ཤེས་པས་རབ་ཏུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའམ། རྟོག་པ་  
དང་དཔྱོད་པ་ཅིང་བ་དང་། ཞིབ་པའི་རྣམ་པས་རྗེས་སྐྱ་འཇུག་པ་ཡང་རུང་  
ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་ཡང་རུང་བའི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་ཤེས་  
བྱ་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་རྣམ་པ་ལྔ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྔས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ། བྱིས་པ་དང་། ལྷ་སྟེགས་  
བྱེད་དང་། སྒྲོབ་པ་དང་། མི་སྒྲོབ་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་རྟོགས་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞི་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྷར་  
ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྟོག་པའི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ཡོད་པ་  
དང་། སྐྱེས་བྱ་ལ་བདག་གྲོལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ཡོད་པ་ལྟར། འདི་ལ་གང་  
གཞི་དང་ཀུན་ཏུ་སྐྱར་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའམ། ས་ཡུལ་གང་ན་ཡང་  
འདིའི་གཞི་དང་ཀུན་ཏུ་སྐྱར་བ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའོ། །མཆོན་

མིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རང་དང་སྒྲིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 བའམ། འདིས་དངོས་པོ་གང་ཡང་མཆོན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའོ། ། བརྟག་  
 མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོར་ཡོངས་སུ་མ་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་འདི་དང་དེའོ་ཞེས་བརྟག་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རིག་བྱ་མིན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཅི་  
 མ་ལོག་པར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྟོགས་པས་རིག་པ་མེད་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་རིག་པར་བྱ་བའོ། ། སྐྱེ་འཇིག་མེད་ཅིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ནི་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། འཇིག་པ་ནི་རྒྱན་ཆད་པའམ་ཞིག་པ་སྟེ། འདི་ལ་དེ་གཉིས་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའོ། ། བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་པ་  
 མ་ལྷུས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། རྣམ་བརྟག་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུང་  
 བ་དང་། འཇིན་པ་དང་། བདག་གི་དངོས་པོ་དང་། གཞན་གྱི་དངོས་པོ་  
 དང་། དངོས་པོ་མེད་པར་རྣམ་པ་བརྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། སྒྲིང་བ་  
 མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རང་དང་གཞན་དུ་སྒྲིང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། མཆོན་མ་  
 མེད་ཅིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་མཆོན་མ་དང་བྲལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། ། གསལ་བྱེད་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པ་དང་།  
 འཇིག་པ་དང་། གཞན་དུ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་གསལ་བྱེད་དག་དང་  
 བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། གཉིས་མིན་གཉིས་མེད་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་  
 པ་གཉིས་དང་། དམིགས་སུ་མེད་པ་གཉིས་དང་། དམིགས་པ་དང་དམིགས་  
 པ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ། ཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཞི་བས་

རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ། རབ་རྩ་ཞི་བ་སྒྲན་མེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོ་འཇུག་རྣམ་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་མ་སྤྱོད་པའི་ཤེས་རབ་འཇུག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་དུ་འཇུག་པའི་  
 ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་དང་དམིགས་པ་དང་བཅས་  
 པའི་སྒྲོའི་འཇུག་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པའོ། །ཡི་གེ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོའི་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོག་གི་ཡུལ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་མེད་  
 པ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའོ། །ཡི་གེ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་གེ་དག་གིས་སྒྲོ་  
 བཏགས་ཏེའོ། །ཐུགས་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཅུད་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་  
 པར་རོ། །བསྟན་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་རྩ་བསྟན་པར་གྱུར་པའོ། །སྟོན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷ་དང་མི་རྣམས་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའོ། །མ་ཞོར་  
 ཉིད་གསུང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་ཉིད་གསུང་པའོ། །དེ་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོན་པ་ལའོ། །གྲུས་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་པ་ཐག་པ་  
 རས་སོ། །ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱག་འཆལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་དེས་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཕྱན་  
 སུམ་ཆོགས་པ་བསྟན་ཏེ། རང་གིས་དེ་ཉིད་ཐུགས་སུ་ཆུད་ནས་གཞན་དག་  
 ལ་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་གང་གི་ཕྱིར་དང་འབྲེལ་པ་གང་གིས་  
 བསྟན་བཅོས་འདི་ཚོམ་པར་བྱེད་ཅེ་ན། དེའི་ཕྱིར། གཞན་དོན་བསྐྱབ་ཕྱིར་  
 བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་སྒྲོས་བྲས་རྣམས། །དེ་ཉིད་བདུད་  
 ཅིར་བཟུང་བའི་ཕྱིར། །བྱས་པས་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་སྒྲུས་ཏེ།



གཞན་དོན་བསྐྱབ་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཞན་དག་གི་དོན་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོ། །  
བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དག་གིས་བརྟུལ་ཞུགས་དག་པོ་  
སྦངས་པས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་ཡིན་ལ།  
ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སྟེ། ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་  
གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་  
ཕྱིར་དོ། །དེར་སྒྲོས་བྱས་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་བྱེད་པའི་བསམ་པ་ཡང་  
དག་པར་བསྐྱེད་པ་ནམས་སོ། །དེ་ནམས་དེ་ཉིད་བདུད་རྩི་ལ་གཟུང་བའི་  
ཕྱིར་བསྟན་བཅས་འདི་ཚུམ་པར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་ན་དེ་ནི་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །  
རྣམས་པས་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲེལ་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་  
ལྟར་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཕྱིར། དེ་  
ཉིད་བདུད་རྩིའི་ཡི་གེ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། དོན་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཀའ་  
སྤྱུལ་པ་དེའི་རྗེས་སུ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་དེ་དབུ་མའི་བསྟན་བཅས་སུ་རྒྱ་  
ཆེར་བསྟན་གྱི། བདག་གིས་ནི་སྒྲོ་ཞན་པ་ནམས་དང་བའི་ཕྱིར་ཅི་རྣམས་པས་  
ཅུང་ཟད་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །བསྟན་བཅས་མཐའ་དག་གི་དོན་  
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་འདྲ་བར་སྒྲོས་ཡང་དག་མཐོང་བ་ན། སྤྱི་  
སྒོམ་བྱེད་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་མི་གཏོང་དང་། །ཐུབ་པའི་བརྟུལ་  
ཞུགས་ཡང་དག་བཟོ། །དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བ་ནི། །དོན་ཀྱན་སྐྱབ་པའི་  
སྒྲོད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་སྒྲོན་ལམ་བཟོ་བ་པ་ནམས་  
ཀྱིས་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་འབྲེལ་བར་བྱའོ། །དེ་ནས་སྤྱི་

རོལ་བའི་བྱབ་པའི་ཆོས་དང་མ་བྱུན་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་གསུངས་པའི་  
 བྱབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་  
 རྩོགས་སུ་ལྷུང་བའི་སྒྲོ་མེད་པས་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་  
 བརྟགས་ནས་རིགས་པ་དང་ལུང་དང་མི་འགལ་བའི་དེ་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་འབད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲོད་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ནི་རང་དང་གཞན་  
 གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་པའི་སྒྲོད་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་མདོར་  
 བསྟན་པ་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་གཏོང་བ་རྩེ་  
 བརྩོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རིལ་བྱ་ཞེ་ན། བྱམས་  
 པ་དང་ནི་སྙིང་རྩེ་དང་། །ཤེས་པ་ཆེན་པོས་བརྒྱན་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་ས་  
 བོན་བྱང་ཆུབ་སེམས། །དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་དེ་མི་གཏང་། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།  
 བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བ་དང་། སྒྲོལ་  
 བ་དང་། མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་  
 འདའ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའོ། །སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱ་བ་དང་། ངན་འགྲོ་ལས་ཡོངས་སུ་  
 བསྐྱབ་པ་དང་། ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་བསྐྱང་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་  
 དགོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའོ། །ཤེས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་པའོ།  
 །དེ་ལ་ཐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་དང་ལྡན་པའི་  
 དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་བྱུན་མོང་

དུ་བྱས་ཤིང་། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་  
སུ་བསྡོམ་དང་། སྒྲིག་པ་འཆགས་པ་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཚོགས་གསུམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའོ།  
།ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དམིགས་སུ་མེད་པ་དང་། མཚན་  
མ་མེད་པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་།  
དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
ཀྱི་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་དང་ལྡན་པ་བསྐྱེད་པའོ། །དེ་དག་གིས་བརྒྱན་  
པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བོན་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ནི་  
ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་མཐེན་པའོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་པའོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ས་བོན་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་སེམས་ཅན་ལ་བལྟ་བས་བསམ་པ་དང་།  
ལྟག་པའི་བསམ་པ་དང་མོས་པ་དང་མོས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་མི་གཏང་བར་བྱ་  
བའི་རིགས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་བར་རིགས་ཤེ་  
ན། དེའི་ཕྱིར། སྒོ་ལྡན་སྒྲིང་སྒྲོབས་ཆེ་བ་དང་། །གཞན་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་མི་  
བཟོད་ཅིང་། །ཡང་དག་བཙོན་འགྲུས་བརྩམས་པ་དང་། །མཐུ་དང་ལྡན་  
ཞིང་མཁས་པས་ནི། །ཤེས་རབ་སྤང་བ་མེད་པ་ཡི། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་  
བལྟ་བྱས་ནས། །འཁོར་བ་མི་གཙང་ས་འོག་ནས། །བདག་ཉིད་ཀྱལ་བས་  
བསྐྱེད་བར་རིགས། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། སྒོ་དང་ལྡན་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་མ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་

དང་། སྒྲིལ་སྒྲོབ་སྤྲུལ་ཆེ་བ་བདུད་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་བྱེད་  
ཅིང་བརྟན་པའི་སེམས་དང་ལྷན་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་བཟོད་  
པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་ཉིད་དང་འདྲ་བར་ཁས་སྦྱངས་ནས་དེ་དག་  
སྤྱད་བསྐྱེད་བས་བདག་ཉིད་སྤྱད་བསྐྱེད་བ་དང་། ཡང་དག་པར་བཙོན་  
འབྲུས་བཅའ་སྤྲུལ་པ་དག་གི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་པ་དག་ལ་བཙོན་འབྲུས་བརྟན་པ་  
བཅའ་སྤྲུལ་པ་དང་། མཐུ་དང་ལྷན་པ་བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་དཔེ་པར་རྒྱས་  
པ་དང་། མཁས་པ་ཤེས་ཉོན་ཅན་གྱི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲིལ་བ་མེད་པ་སྒྲོལ་  
གསལ་བ་དང་འདྲ་བའི་འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པ་ཀྱན་ལ་བལྟ་བ་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་བརྟན་པ་བྱས་ནས་འཁོར་བ་མི་གཙང་བའི་ས་འོག་ནས། བདག་ཉིད་ཀྱིས་  
བས་འཇིག་རྟེན་ཡང་བསྐྱེད་བར་རིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །བྱམས་  
པ་ཆེན་པོའི་བཤའ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་དང་པོ་བཤའ་བའི་ཟེན་རྟོ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགྲོལ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
གཉིས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། གང་ཞིག་ཤེས་རབ་མཆོན་རྟོན་གྱིས། །འཆིང་  
བ་ཀྱན་བཅད་གྲོལ་གྱུར་པ། །སྒྲིལ་རྗེའི་བདག་ཉིད་ལྷན་པ་ཡིས། །གང་ཕྱིར་  
མགོན་མེད་སྤྱད་བསྐྱེད་པ། །འཁོར་བའི་བཙོན་ར་མི་བཟོད་པར། །འདོད་  
ཆགས་ལ་སོགས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས། །བག་མེད་པ་ཡི་ཆང་འཐུངས་ནས། །  
གཏི་ལྷག་གཉིད་ཀྱི་ལོག་པ་དང་། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། །དག་  
ཆོགས་མ་ལུས་རྒྱས་པ་དག །གལ་ཏེ་གྲོལ་བར་མི་བྱེད་ན། །མཐུ་ལྷན་མཐུ་



ནི་ཅི་ལ་པན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། གང་ཞིག་ཞེས་རབ་གྱི་མཆོན་ཉོན་  
 མོངས་པ་མ་ལུས་པ་གཅོད་པའི་བདག་ཉིད་གྱི་རལ་གྱི་ཞིན་ཏུ་རྟོན་པོས་སྤྲིད་  
 པའི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བའི་འཆིང་བ་ཀུན་མ་ལུས་པར་བཅད་ཅིང་བདག་ཉིད་གྲོལ་  
 བར་གྱུར་པ་སྒྲིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་དང་ལྡན་པས་གཞན་དག་གྱུང་གྲོལ་བར་  
 བྱེད་པ་དེ་ནི་མཐུ་དང་ལྡན་པའི་མཐུ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་དོ། །བྲམས་  
 པའི་སྐབས་སུ་སྒྲིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་སྒྲོལ་པ་  
 ནི་བྲམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེ་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་མི་རུང་  
 བ་མེད་དོ། །མགོན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་མགོན་མེད་པའི་  
 ཆོས་བཅུ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆི་འཕོ་དང་  
 ཡོངས་སུ་ཆོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གདུང་བ་དག་དང་ལྡན་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །འཁོར་བའི་བཙོན་ར་མི་བཟད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲིད་པའི་འཆིང་  
 བའི་གནས་འཇིགས་པ་མང་བ་སྦྱེ་བ་དང་ཀ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དབྱང་  
 ཐག་མ་ཆད་པའི་མཆོན་ཉིད་སེམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པར་དོ།  
 །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་དགྲུ་པོ་ལྷགས་སྒྲོག་དང་འབྲེལ་བ་དག་གིས་བཅིངས་  
 པའི་ཕྱིར་དོ། །བག་མེད་པའི་ཆང་འབྱུངས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་  
 དང་། ཞེ་སྤང་དང་གཉི་ལྷག་དང་། ལེ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་བག་མེད་པ་ཆང་དང་  
 འབྲེལ་བ་བསྟེན་ཅིང་སྒྲོལ་པར་གྱུར་པའོ། །གཉི་ལྷག་གཉིད་གྱིས་ལོག་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་མི་ཞེས་པའི་གཉིད་གྱིས་ཞིན་ཏུ་རྒྱ་བར་གྱུར་པའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་

པའི་ཆོམ་རྒྱན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པ་དང་།      གཞོད་སེམས་དང་རྣམ་  
པར་འཆེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཆོམ་རྒྱན་དང་འདྲ་བ་དག་གིས་  
སོ། །དགེ་ཆོགས་མ་ལུས་རྒྱས་པ་དག      ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པའི་ཞོར་  
བདུན་གྱི་ཞོར་ཐམས་ཅད་སྟོགས་པ་དག་གོ། །བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་བཤའ་བ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོལ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་པ་  
བཤའ་བློན་ཏེ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་བའི་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།      གང་ཞིག་ལག་པའི་  
མཐུས་བསྐྱབས་པ།      །འདོད་པས་བསྐྱེད་པའི་བདེ་ཆུང་ཡང་།      །གཅིག་ཕུ་  
གདུ་བར་བྱ་བ།      །དེ་ཡང་མཁས་པས་སྤང་གྱུར་ན།      །འཁོར་ལོས་སྐྱར་  
དང་དབང་པོ་དང་།      །ཆོངས་པ་ལ་ཡང་རབ་དགོན་པ།      །སྤེད་པ་རྣམ་པར་  
གཅོད་པ་དང་།      །ཐབས་ཀྱི་སྟོན་སྟུན་མོང་བ།      །ལེན་དང་བད་དང་མཐར་  
ཐུག་དང་།      །སྐྱུག་ལ་སོགས་པས་མི་འགྱུར་ཞིང་།      །སྐྱུག་བསྐྱེད་མ་ལུས་  
ཞི་བྱེད་པའི།      །དེ་ཉིད་དོན་རྟོགས་བདུན་ཅི་ཅི།      །ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ།      དེ་  
ཞིག་འཇིག་རྟེན་ན་གང་ཞིག་རང་གི་ལག་པའི་མཐུས་བསྐྱབས་པ་འདོད་པས་  
བསྐྱེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཆུང་དུ་ཡང་བདག་གཅིག་ཕུས་སྟོགས་པོ་དང་།  
མཛེའ་བཤེས་དང་།      མགྲོན་ལ་གཙུགས་པ་དང་།      བསྐྱབས་པ་མེད་པར་གདུ་  
ཞིང་འདོད་པས་ཀྱུན་ནས་དགྱིས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་  
མཁས་པས་སྤང་པར་འགྱུར་ཏེ།      སེར་སྐྱས་ཀྱུན་ནས་དགྱིས་པའི་སེམས་

དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་ན་གང་ཞིག་རང་གིས་དེ་ཉིད་  
 གྱི་དོན་རྟོགས་པས་བདུད་ཅི་ཉིད་ནས་སེམས་ཅན་ལ་མི་སྟོས་པར་བདག་  
 རང་གཅིག་ཤུས་རྟོགས་པར་བྱེད་ན་དེ་ངེ་ལྟར་སྤྲད་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཆོག་གི་སྟག་མའོ། །དེ་ལ་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་བདེ་བ་ནི་འཁོར་ལོ་དང་།  
 རོར་བྱ་དང་། སྒྲང་པོ་ཆེ་དང་། ཉ་དང་། རྩོན་པོ་དང་། བཅུན་མོ་དང་།  
 དམག་དཔོན་ཞེས་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲ་བདུན་དང་ལྷན་པ་དང་། སྤྱིང་བཞིའི་  
 དབང་སྒྲུག་དང་། ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་མའི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་  
 ལྷག་པའོ། །དབང་པོའི་བདེ་བ་ནི་སྤྱིའི་པོ་བྱང་ན་སྤྱོད་སྤྱིའི་རིན་པོ་ཆེ་དེ་མ་  
 མེད་པའི་འོད་གྱིས་སྤང་བར་བྱས་པ་དང་། དགའ་བའི་ཆའ་ལ་སོགས་པའི་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའོ། །ཆངས་པའི་བདེ་བ་ནི་སྤྱོད་ལ་དབང་བསྐྱར་  
 བའི་ཆངས་པ། ཆངས་པའི་གནས་པ་བཞི་བསྐྱོམ་པ་དང་། བསམ་གཏན་  
 གྱི་རོ་མུང་བ་ཡུལ་གྱི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་པའོ། །དེ་དག་ལ་ཡང་དེ་  
 ཉིད་གྱི་དོན་རྟོགས་པ་བདུད་ཅི་རབ་ཏུ་དགོན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་རྣམ་  
 པར་གཅོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པ་དང་། སྤྱོད་པ་དང་། ཐར་པ་ལ་མངོན་  
 པར་ཞེན་པ་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ཐབས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཐུན་མོང་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསོད་ནམས་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དག་ནི་གཞན་  
 རྒྱུད་ལ་འཕོ་བ་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་བྱར་རུང་སྟེ། མཆོད་སྦྱིན་ཆེན་པོའི་དོན་དུ་རོར་དང་  
 འབྱུང་ཆོགས་བསགས་པ་བཞིན་པས་ངེ་ལྟར་བར་བེད་གི་སྦྱིན་པ་ཆུང་ཡང་

ཆེ་རབས་གཞན་དག་ཏུ་རྣམ་པར་སྟོན་པ་འབྱམ་འབྱུར་འབྱུབ་པ་དེ་ལྟར་དགེ་  
 བའི་རྩ་བ་ཆུང་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོབས་ཤིང་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་སློན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 གྱི་དུས་ན་རྣམ་པར་སྟོན་པའི་འབྲས་བུ་གངས་མེད་པ་དང་ཆོད་མེད་པར་  
 འབྱུར་ཏེ། འདིར་ཐབས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་  
 ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ལེན་དང་ཟད་དང་མཐར་ཐུག་དང་། །སྤྱུག་ལ་སོགས་  
 པས་མི་འབྱུར་ཞིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལེན་པ་ནི་སྦྱེ་བའོ། །ཟད་པ་ནི་དགའ་  
 བའོ། །མཐར་ཐུག་པ་ནི་འཆི་བའོ། །སྤྱུག་ལ་སོགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདུ་  
 བྱེད་དང་། འབྱུར་བ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་དང་། དེ་  
 དག་ལས་བྱང་བ་ཟུང་ན་དང་། སྦྱེ་སྤྱུགས་འདོན་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་བ་  
 དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པས་སོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་  
 འབྱུར་བ་ནི་སུན་མ་ཕྱིན་པའོ། །སྤྱུག་བསྐྱལ་མ་ལུས་ཞི་བྱེད་པའི། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་སྦྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ལོ། །དེ་ཉིད་དོན་རྫོགས་བདུད་  
 ཅི་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྫོགས་པ་ཉིད་བདུད་ཅི་སྟེ། འཆི་འཕོ་  
 མེད་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་བཤད་  
 པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་བའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གཞན་ཡང་སྟོན་ཆད་



ཉོན་མོངས་པའི། །གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པ་བདག་གིས་ནི། །སྤྲུལ་ལ་འགྱུར་  
 བྱེད་འདེབས་པ་བཞིན། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ནད་པ་གང་སྤྱུག་བྱས། །སྦྱོར་བ་གཞན་  
 ཏུ་གང་དག་གིས། །བྱམས་དང་བསྐྱེན་བཀྱར་པན་པ་བྱས། །དེ་ལ་ལན་  
 ཏུ་པན་གདགས་པ། །སྤྱུ་རན་བརྒྱུ་བས་གཞན་ཅི་ཡོད། ། ཅེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་  
 ཏེ། །གཞན་ཡང་སྤྱོད་ཆད་འདས་པའི་དུས་དག་ཏུ་ཉོན་མོངས་པ་སེམས་གྱི་  
 རྒྱུད་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉེས་པའི་གདོན་གྱིས་  
 བརྒྱམས་པར་གྱུར་པ་བདག་གིས་མཆོན་ལ་སོགས་པས་སྤྲུལ་པའི་ལུས་  
 ལ་འགྱུར་བྱེད་འདེབས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནད་པ་གང་དག་སྦྱོར་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་ནད་ཀྱིས་ལུས་དང་ཡིད་མི་བདེ་བར་གྱུར་པ་  
 དག་ལ་གསལ་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། བཅོན་དུ་བཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 གཞོན་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དག་བྱས་ཤིང་བསྐྱེད་པ་དང་། ཆེ་  
 རབས་བརྒྱུས་པའི་སྦྱོར་བ་གཞན་དུ་པ་དང་། མ་དང་། བྱ་དང་གྲོགས་པོ་དང་།  
 ཉེ་དུར་གྱུར་པ་ཁོང་དག་བ་ཤིན་ཏུ་པན་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་གང་དག་  
 གིས་བདག་ལ་བྱམས་པ་དང་བསྐྱེན་བཀྱར་དང་པན་པ་བྱས་པ་དེ་དག་ལ་  
 ལན་དུ་པན་གདགས་པ་ནི་མཆོམས་སྦྱོར་བའི་འཆིང་བ་མ་ལུས་པར་བཅད་  
 པར་ལུང་པོའི་སྤྱུག་མ་མེད་པའི་སྤྱུ་རན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་  
 སུ་སྤྱུ་རན་ལས་བརྒྱུ་བ་ལས་གཞན་ཅི་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །བྱམས་པ་  
 ཆེན་པོའི་བཤའ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤྱུ་རན་ལས་བརྒྱུ་བའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་པ་བཤའ་བྱིན་ཏོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་ནི་དོན་ཆེ་སྟེ། འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
 དོན་དང་། བན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། བྱུང་བ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་  
 དེ་ནི་འདི་སྙམ་དུ་སེམས་ཏེ། ཇི་ལྟར་བདག་ཀྱིས་ནས་སེམས་ཅན་མ་ཀྱིས་  
 བ་རྣམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། ཇི་ལྟར་བདག་གྲོལ་ནས་སེམས་ཅན་མ་གྲོལ་  
 བ་རྣམས་དགྲོལ་བར་བྱའོ། ཇི་ལྟར་བདག་དབྱུགས་བྱིན་ནས་སེམས་ཅན་  
 དབྱུགས་མ་བྱིན་པ་རྣམས་དབྱུགས་དབྱུང་བར་བྱའོ། ཇི་ལྟར་བདག་ཡོངས་  
 སུ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ནས། སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་མ་འདས་  
 པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་སྙམ་སྟེ། སྟོང་གསུམ་གྱི་  
 སྟོང་ཆེན་པོའི་འདིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ནི་སྐྱེ་ཅེ་མོའི་བྱིན་ཅམ་གྱིས་ཆད་  
 གཟུང་བ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནི་སྐྱེ་ཅེ་མོ་བརྒྱར་གཤགས་པས་བཅུ་  
 ཞིང་ཆད་གཟུང་བ་ཁོ་ནར་རུང་གི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་གི་བསོད་ནམས་  
 ཀྱི་ཆད་ནི་གཟུང་བར་མི་རུང་སྟེ། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། གང་གིས་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་དེ་དག་མདོན་པར་བསྐྱབས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱས་ཏེ། ཅི་ནས་ཀྱང་གཉིས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མེད་  
 པ་དང་། གཉིས་མ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། སེམས་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། སེམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་སྒྲོ་བར་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ནི་བདུད་ཀྱི་  
 གནས་རྣམ་པར་འདིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

པ་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་སྒྲུས་པ། རང་གི་དོན་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་ཐོབ་པ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ཆ་ཤས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་རྣམས་ནི་ཇི་སྐད་སྒྲུས་པ་དེ་དག་རུང་གི།  
 །གང་དག་གིས་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་མ་ལུས་པ་དེ་དག་ནི་རང་ཉིད་སྲིད་པ་དག་  
 དང་། སྲིད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་བཞིན་པ་ན་ཇི་  
 ལྟར་གཞན་དག་བསྐྱེད་བ་དང་། དགྲོལ་བ་དང་། མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་  
 བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་བསྐྱེད་བ་བཟོད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་  
 ཕྱིར་དེའི་ལན་དུ་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། གཞན་དོན་བྱེད་ལས་  
 བྱང་བ་ཡི། །དགའ་བས་སེམས་དགའ་མཁས་པ་དག་རལ་གྱི་རབ་རྒྱ་འབར་  
 འདྲ་བའི། །སྲིད་པ་དག་གིས་གཞོད་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུས་ཏེ། སྒྲིན་  
 པ་དང་། སྒྲན་པར་སྒྲ་བ་དང་། དོན་སྟོན་པ་དང་། དོན་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པས་འཇིག་རྟེན་ལ་པན་འདོགས་པས་མཁས་པ་དག་ནི་རལ་གྱི་རབ་  
 རྒྱ་འབར་བ་དང་འདྲ་བའི་སྲིད་པ་འདོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གིས་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་  
 ལྟར་དེ་དག་ནི་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལས་བྱང་བའི་དགའ་བས་ལུས་དང་  
 སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་དགའ་བར་གྱུར་ཅིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་གཞན་གྱི་དོན་ཁོ་ནའི་  
 ཕྱིར་འདོད་པ་དང་། སྲིད་པ་ཉེ་བར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ལས་མངོན་པར་འདུ་མི་  
 བྱེད་པ་དང་། སྲིད་པའི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་གིས་གཞོད་པར་  
 མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་བཤའ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་དོན་བྱ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་པོ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

ཡང་ན་འདི་ལྟར་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་མི་  
བྱེད་པས། །ངན་འགྲོའི་སྒོ་ཀུན་གཅད་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་ནི་བདག་ཉིད་དག་  
བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ལྷག་པར་སྐྱོད་པས་གཞོན་པ་མེད་པ་ན་གཞན་དག་  
ཀྱང་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པས་ངན་འགྲོ་འགྲོ་བ་ངན་པའི་སྒོ་ཐམས་  
ཅད་གཅད་པའི་ཕྱིར་བདེ་འགྲོའི་སྒོ་སྟེགས་འབྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་། སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལྟ་དང་མིའི་འགྲོ་བ་དག་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་  
ནི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་བཤད་པ་ངན་འགྲོ་ལས་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་པ་བསྟན་ཏེ། འདི་སྐད་དུ། གང་གི་ཕྱིར་བདག་  
ཉིད་ལམ་ལོག་པར་ཞུགས་པས་གཞན་དག་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་དགོད་པ་  
ནི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་སྐབས་མ་ཡིན་གྱི། གྱེ་མ་བདག་ཀྱང་དག་བ་བཅུ་པོ་  
འདི་དག་ལ་ལྷག་པར་སྐྱོད་ཅིང་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་དག་ཉིད་ལ་དགོད་པར་  
བྱའོ་ཞེས་ངེ་སྐད་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ། ཇི་ལྟར་སྲིད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉོན་  
མོངས་པ་དག་གིས་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། སྒྲིང་ཉིད་ལྟ་བ་  
གོམས་བྱས་པས། །ཉོན་མོངས་འཇུག་པ་བཅོམ་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུས་  
ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོགས་པ་དང་། ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་དང་། ཞིག་པ་དག་  
ལ་དངོས་པོ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ལ་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོ་  
བ་དང་། གཉི་ལྷག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
མ་སྐྱབ་བཅོམ་པའི་སྲིད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞོན་



བར་མི་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་པལ་ཆེར་  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རྒྱ་བ་དང་། དེ་དག་ཏུ་སྦྱེས་པ་ཡང་སྤང་ན། ཇི་  
 ལྟར་དེའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་དག་གིས་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། དེའི་ཕྱིར། མཁས་པ་བསོད་ནམས་བྱས་པ་ཡིས། །འགྲོ་བྱུག་སྦྱིད་ཆེལ་  
 དུས་སྟོན་ལྟར། །མཐོང་བ་སྤྲོད་པའི་བཙོན་ར་ཡིས། །སྐྱུག་པར་འགྱུར་བ་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། མཁས་པ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྟོན་ལམ་  
 བཏབ་པ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོག་ས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་བསགས་  
 པ་དག་གིས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། ཡི་དགས་དང་། དུད་འགྲོ་དང་།  
 ལྟ་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་། མིའི་འགྲོ་བ་དུག་པོ་དག་མེ་རྟོག་ཀྱི་ཕྱི་ཏའི་དུས་  
 སྟོན་ལྟར་མཐོང་བ་ན་འཆི་འཕོ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཆོལ་བ་དང་། ང་  
 རྒྱལ་དང་། རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་བྱ་བ་དང་། བཀྲེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་དག་གིས་གཞོན་པའི་ཆེ་ཡང་སྤྲོད་པའི་བཙོན་རའི་  
 གནས་ཀྱི་ཡིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་མེད་དོ། །འོ་ན་གལ་ཏེ་དེ་དག་དེ་ལྟར་  
 སྤྲོད་པ་དག་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོན་དག་གིས་མི་གོས་ན། ཇི་སྤྲོད་  
 པ་ན་གནས་ཤིང་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྲོད་ལས་འདའ་བར་མི་འགྲོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར།  
 སྟོན་མཐོང་ཕྱིར་ནི་སྤྲོད་པར་མིན། །བཙེ་ཕྱིར་སྤྲོད་འདས་མི་གནས། །  
 གཞན་དོན་བསྐྱབ་ཕྱིར་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། །སྤྲོད་པ་ན་ཡང་གནས་པར་  
 བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། སྟོན་དང་ཉེས་དམིགས་མང་པོ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
 སྤྲོད་པར་གནས་འཆའ་བར་མི་བྱེད་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མཐའ་དག་

ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་པའི་ཕྱིར་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་  
 ཡང་འགོ་བར་མི་བྱེད་དེ། གཞན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་བརྟལ་ཞུགས་  
 གྲངས་པ་དག་ནི་སྤྱི་མཐོང་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱིས་བརྒྱ་བཞིན་དུ་  
 འཛིག་ཏེན་གྱི་ངི་མ་དག་གིས་མི་གོས་པར་སྤྱིད་པ་ན་ཡང་གནས་པར་བྱེད་  
 དེ། ཇི་སྐད་དུ། གང་ལ་འགོ་བའི་རང་བཞིན་མ་ལུས་མངོན་མཛད་པ། །དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་ཉིད་ཞར་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་ལགས་ཤིང་། །གཞན་དོན་ལྟར་  
 མཛད་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དག་ལ་ནི། །བསྟོད་ར་མཁན་ཞིག་བསྟོད་པས་ཇི་  
 ཅུ་བསྟོད་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །འཁོར་བ་དང་ནི་ཕྱ་  
 ངན་འདས། །གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་དམིགས་པའི། །མཁས་པ་གར་  
 ཡང་མི་གནས་ཤིང་། །སྤྱིད་པ་ན་ཡང་གནས་པར་བྱེད། །འཁོར་བ་དང་ཕྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་གཉིས་ངོ་བོ་ཉིད་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་སྤྱིད་པ་དང་ཐར་པ་  
 གཉིས་དང་གཉིས་མ་ཡིན་པར་མི་དམིགས་པའི་མཁས་པ་དག་ནི་གར་ཡང་  
 མི་གནས་ཤིང་། སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་ཡང་གནས་པར་སྤྱང་སྟེ། དེས་ནི་སྒྲོབ་  
 དཔོན་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མི་གནས་པའི་ཕྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་བསྟན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གང་གི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོངས་སུ་འདྲིས་པར་ཤེས་པས་དབང་བསྐྱུར་བ་  
 ཁམས་གསུམ་དང་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་དང་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པར་སྤྱང་བ་  
 ནི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་སྐབས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་

པའི་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞར་ལ་འོངས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ལག་  
 རིན་ཆེན་བདུན་ཕྱག་ཅིང་། །ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་འབྱུང་བའི་གནས། །ལྷ་  
 དང་ལྷ་མིན་ཕྱག་བྱས་པ། །དམ་ཆོས་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བརྟེན་ཤིང་། །ཕྱ་  
 ཏིག་འཕྲོ་འབྲེལ་གྲགས་པ་དང་། །སྟོན་ལྷ་ཉ་བའི་བྲི་མེད་པའི། །འོད་ཟེར་  
 ལྷ་བྱའི་གསུང་དག་གིས། །སྟོགས་བཅུ་དག་ནི་རྒྱས་མཛད་ལ། །དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་གདུང་གནས་བྱའི་ཕྱིར། །ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་དམ་པའི་  
 སྤྲུལ། །ལྷ་ལྷ་ལ་སོགས་སྤྱི་གཙུག་གིས། །བསྟན་པ་མཆོད་པ་བཞག་མཛད་  
 དེ། །རང་དང་གཞན་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་ཕྱ་ངན་འདས་ལེགས་  
 འདས། །དེ་ལས་གཞན་གང་ལུས་བཅད་ཆད། །དེ་ཡང་ཕྱ་ངན་འདས་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་བདག་ནི་བྲན་པ་དང་། །ཆོས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་།  
 །བཙོན་འབྱུང་དང་། །དགའ་བ་དང་། །ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། །ཉིང་རིམ་འཛིན་  
 དང་། །བཏང་སྟོམས་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་རིན་ཆེན་པོ་སྣ་བདུན་  
 གྱིས་ཕྱག་ཅིང་ལྡན་པ་དང་། །ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་འབྱུང་བའི་སྐྱོར་  
 གྱུར་པའི་འབྱུང་གནས་དང་། །ལྷ་སྤྲུལ་ཏུ་པ་དང་། །ལྷ་མིན་སྤྱིན་བྱེད་མའི་  
 བྱས་ཕྱག་བྱས་ཤིང་མཆོད་པ་དང་། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བདེན་པ་  
 བཞི་ལ་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྐྱོར་བ་ཉིད་བརྟེན་  
 ཤིང་། །ཕྱ་ཏིག་གི་འབྱུང་བཅག་པའི་འཕྲོ་འབྲེལ་བར་འོད་ཟེར་དཀར་བའི་གྲགས་  
 པ་དག་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བ་ཉ་བ་བྲི་མ་མེད་པའི་འོད་ཟེར་ལྷ་བྱའི་གསུང་རབ་བཅུ་  
 གཉིས་པོ་དག་གིས་སྟོགས་བཅུ་དག་གྱུང་རྒྱས་པར་མཛད་ལ། །སངས་རྒྱས་

དང་ཆོས་དང་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་པའི་དོན་དང་དགའ་བར་བྱེད་  
 པའི་དོན་གྱི་དགོན་མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་གསུམ་གྱི་གདུང་རྒྱན་མི་འཆད་  
 ཅིང་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོད་རྗེ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 འབྱུང་བའི་སྒྲོར་གྱུར་པའི་གནས་རྒྱལ་བ་དམ་པའི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 དང་མིའམ་ཅི་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་གཙུག་གིས་བཀའ་བསྟན་པ་རབ་ཏུ་གནས་  
 པར་བྱས་ཤིང་མཆོད་པ་དག །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཆ་བ་ཏུ་བཞག་པ་  
 མཛད་དེ། རང་གི་དོན་ཆོག་གསུམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་སྤྲོད་མེད་པའི་  
 གོ་འཕང་བརྟེན་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མཐའ་དག་  
 བྱང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱི་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་དགོད་པ་དང་།  
 གཞན་ཡང་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ངེས་པ་བྱ་བ་བཞི་པོ་ཆོས་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། ཆོ་འབྱུང་ཆེན་པོ་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྷུང་བསྟན་པ་དང་། ཡབ་དང་ཡུམ་འབྲས་བྱ་ལ་  
 དགོད་པ་དག་མཛད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཕྱི་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་དེ་ལྟར་དོན་  
 མ་ལུས་པ་མཛད་པས་མཛད་པ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་། ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་མཐའ་དག་བྱང་ནས་སྤྱང་  
 བའི་ཕྱིར་ལེགས་པར་ཕྱི་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་པ་  
 ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་གང་དག་བྱང་པོའི་ལུས་རྒྱན་བཅད་པ་ཅ་མ་  
 གྱིས་ཡང་འབྱུང་བའི་སྤྱིད་པ་ཟད་ཅིང་ཆད་པ་དེ་དག་གྲང་ཕྱི་ངན་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིབ་པ་ཅ་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ལ་ནི་



ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་དང་། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ངོ་མོ་  
ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚོགས་དག་བསགས་ཤིང་བག་ཆགས་  
དང་མཆམས་སྒྱོར་བ་སྤངས་ཏེ། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་རྫོགས་  
པར་བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་དགོས་སོ།།

ཞར་ལ་འོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ནས། ད་ནི་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་  
པོའི་བཤད་པ། ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་བསྐྱང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་གསུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། རྩ་ནི་སྤང་ཆེན་དེགས་པ་ཡི། །སྤང་པ་  
དགམ་ཞིང་དབྱེ་མི་སེམས། །གདོལ་པ་རྒྱ་མཚོའི་མཐས་གླས་པའི། །ས་ཡི་  
དཀྱིལ་འཁོར་བསྐྱང་མི་སེམས། །དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་དམན་པ་ཡང་། །  
ཟབ་ཅིང་སྒྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །ཡོན་ཏན་བབྱང་འདས་འབྱུང་བའི་གནས། །  
སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་རེ་བའང་མེད། །གཞལ་ཡས་མྱད་བྱུང་བསམ་མི་བྱབ།།  
སྤང་བ་ཐམས་ཅད་བེལ་གཞོན་པ། །རྫོགས་སངས་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་ལ།།  
སུ་ཞིག་ཡིད་ཀྱིས་སེམས་མི་བསྐྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། དཔེར་ན་རྩ་ནི་  
སེང་གི་སྒྲེར་མོ་རྫོན་པོའི་ལག་སྤངས་ཀྱིས་འགོམས་པ་ལ་མཁས་པ་ལྟར།  
སྤང་པོ་ཆེ་དེགས་པ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྩལ་ཆགས་པའི་དེ་མས་འགྲམ་སྤང་  
གི་ངོས་ཡོངས་པའི་སྤང་པ་དགམ་ཞིང་དབྱེ་བར་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་  
བ་དང་། གདོལ་བའི་རིགས་ངན་ཡང་རྒྱལ་པོའི་གདུང་རིགས་མཐོན་པོར་  
སྐྱེས་པ་ལྟར། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་ཆུས་ཀློད་གདུང་བཞིན་བསྐྱོར་བའི་  
མཐའ་གླས་པའི་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི་བསྐྱང་ཞིང་བསྐྱང་བར་འདོད་པའི་

སེམས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་  
བ་བའི་སེམས་ཅན་དམན་པ་རང་ཉིད་ཞི་བ་དང་དུལ་བ་ལྟར་ལེན་པ་ཡང་རྒྱ་  
མཚོ་ལྟར་ཟབ་ཅིང་། ལྷ་མེད་པར་ལྷ་ན་མེད་པ་ཡང་ས་ཤིང་རྒྱ་ཆེན་བ་ཡོན་  
ཏན་བགྱང་བ་ལས་འདས་པ་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་སངས་རྒྱས་ཉིད་  
ལ་འདུན་པའི་རེ་བ་ཅམ་ཡང་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ལྷ་ན་མེད་  
པའི་གོ་འཕང་འདོད་པ་ནི་གཞལ་ཡས་ཤིང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་  
ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་ཆེ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་བསམ་པ་ལས་ཡང་དག་  
པར་འདས་པ་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ། ཡོན་ཏན་གྱི་སྤང་བ་  
གཞན་མ་ལུས་པར་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་མཛད་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་བ་དེ་བར་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ནོར་བུ་དག་ལ་  
ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པ་སུ་ཞིག་ཡིད་གྱིས་སེམས་མི་བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བར་སྤྱར་  
དོ། །

གཞན་ཡང་། གཞན་དོན་བྱེད་པ་དཔའ་བ་དང་། །སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་  
ཚུལ་ལྷན་པ། །སུ་ཞིག་འཁོར་མཐའ་མེད་པ་ཡང་། །ཉིན་གཅིག་ལྟ་བུར་  
གནས་མི་བྱེད། །གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་མ་ལུས་པར་གཅོད་པ་དཔའ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་དག་ལས་རྣམ་པར་  
རྒྱལ་བའི་རྩལ་དང་ལྷན་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་དང་ལྷན་པ་སུ་ཞིག་འཁོར་  
བའི་སྤྱིད་པ་སྡོན་དང་བྱེ་མའི་མཐའ་མེད་པར་ཡང་ཉིན་གཅིག་ལྟ་བུར་གནས་  
པར་མི་བྱེད་དེ། རི་སྐད་དུ། མཁས་པ་གང་ཞིག་འགོ་བ་ཉམ་ངར་ཞུགས་

མཐོང་ནས། །དཀའ་ལམ་མི་དཀའ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་རྟོག་རྣམ་སྤངས་ཏེ། །  
གཞན་དོན་ཉི་ཆེ་སྐྱབ་ཅེས་བསྐྱལ་པའི་མཐའ་ཡང་ནི། ། འཁོར་བའི་སྐྱག་  
བསྐྱལ་དང་དུ་ལེན་ཅིང་བསྐྱབ་པར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་  
པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་བཤའ་བ། ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་བསྐྱང་  
བའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པ་བཤའ་བེན་ཏེ། །

སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་བཤའ་བ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་དགོད་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མཁས་པ་གང་ཞིག་  
འདས་གྱུར་ཀྱང་། །གང་གིས་གཏམ་གཞི་འཕེལ་འགྱུར་བ། །འཕགས་པ་  
གཞན་དོན་མཛད་རྣམས་ཀྱི། །ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་མི་བྱེད། །ཅེས་བྱ་  
བ་སྤྲོས་ཏེ། མཁས་པ་ཤེས་ཉེན་ཅན་གང་ཞིག་དུས་ཡུན་རིང་པོར་འདས་  
པར་གྱུར་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གང་གིས་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པ་བཞིན་དུ་གཏམ་  
གཞིའི་རྒྱ་དག་ལས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྙན་པ་རྣམ་པ་མང་པོ་བསྐྱགས་པ་  
འཕེལ་བར་འགྱུར་བ། འཕགས་པ་འཁོར་བ་ཡུན་རིང་པོ་ནས་གཤེགས་པ་  
གཞན་གྱི་བསམ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་འབའ་ཞིག་གིས་གཞན་  
གྱི་དོན་མཛད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་  
བདག་ཉིད་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པས་ནི་མུ་སྟེགས་ཅན་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་དག་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་དགོད་པར་བྱེད་དེ། དེ་ནི་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་  
པོའི་བཤའ་བ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་དགོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞི་པ་ཡིན་ནོ། །བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེས་ལུས་དང་སྟོན་དོན་དུ་མི་གཉེར་

བཅིང་བསྟན་པའི་བྱིར། ལུ་ཞིག་ཚུ་ཞིང་དབུ་བ་ལྟར། །སྟོང་པོ་མེད་པའི་  
ལུས་འདི་དག་གཞན་པར་རྒྱུ་དུ་སྐྱབ་བྱེད་པས། །སྟོན་པོ་སྟོང་པོར་སྐྱབ་མི་  
བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྒྲས་ཏེ། མཁས་པ་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་ཅན་ལུ་ཞིག་ཚུ་  
ཞིང་གི་ལོ་མ་དང་དབུ་བ་དང་བེལ་པའི་བེགས་པ་དང་། ལྟོན་ཀའི་སྟོན་དང་།  
བྱེ་མའི་ཁང་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྟོང་པོ་མེད་པའི་ལུས་འདི་དག་གཞན་ལ་  
པན་པ་སྐྱབ་པའི་རྒྱུ་ལག་པ་དང་། ཀླང་པ་དང་། མིག་དང་། མགོ་དང་།  
རང་གི་ཤ་དང་། ཁྲག་ལ་སོགས་པ་གཏོང་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་རི་རབ་  
སྟོན་པོ་ལྟར་རབ་ཏུ་མི་སྐྱལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་པོ་དང་ལྟན་པ་སྟེས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
མཆན་ངེ་མ་མེད་པ་ལུ་མ་ཚུ་ཅ་ཅ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་  
ལེགས་པར་བརྒྱན་པའི་སྟོང་རྗེའི་རང་བཞིན་ལྟ་བུ་མངོན་པར་སྐྱབ་པར་མི་  
བྱེད། དེ་ལྟར་ཞེས་ནས། ཡ་རབས་སྟོང་རྗེ་ལྟན་པས་ནི། །སྐྱད་ཅིག་རེ་  
རེར་ཁ་ཞི་དང་། །ནད་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་ལུས་དག་ནི། །གཞན་ལ་བདེ་སྐྱད་  
གཞིར་བྱེད་དོ། །ཡ་རབས་བསྟོད་པར་འོས་པ་དག་ནི་སྟོང་རྗེ་དང་ལྟན་ཞིང་  
སྟོང་རྗེའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་ཁ་ཞིང་འགྱུར་  
བ་དང་། འཆི་འཕོ་བ་དང་ནད་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་ལུས་འདི་དག་གཞན་ལ་  
བདེ་བ་སྐྱད་པའི་གཞིར་གྱུར་པར་བྱེད་དོ། །དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་ཉིད་  
བསྟན་པའི་བྱིར། དམ་ཆོས་སྟོན་དང་བཅས་པ་ལ། །མི་ཁོམ་བརྒྱད་སྤངས་  
ཁོམ་པ་འདི། །སྟེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྟོང་པ་ཡིས། །འབྲས་བུ་ཡོད་པར་བྱ་  
བའི་རིགས། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་ཏེ། དམ་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམ་པ་རྣམས་

གྱི་ཚེས་ནི་དམ་ཚེས་སོ། །དེ་ཉིད་སྒྲོན་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ཟུག་གི་ཟུན་པ་  
 སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དམ་ཚེས་གྱི་སྒྲོན་མ་དང་ལྷན་ཅིག་བྱུང་བ་ནི་  
 དམ་ཚེས་སྒྲོན་དང་བཅས་པ་སྟེ་དེའི་དུས་ལའོ། །མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་  
 བ་ནི། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། དུད་འགྲོ་དང་། ག་ཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་  
 དང་། དབང་པོ་མ་ཆང་བ་དང་། ལྷ་ལྷོ་དང་། ལྷ་བ་ལོག་པ་དང་། ལྷ་ཆེ་རིང་  
 པོ་དང་། སངས་རྒྱས་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །དེ་དག་སྤངས་  
 ཤིང་གང་གི་ཆེ་ཁོམ་པ་དགྲ་དང་ལྷན་པའི་མཆོན་ཉིད་གྱི་ཁོམ་པ་འདི་རྟེན་  
 པ་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྦྱོང་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཉིད་གྱིས་འབྲས་བྱ་ཡོད་  
 པར་བྱ་བའི་རིགས་སོ། །ཁོམ་པ་དགྲ་དང་ལྷན་པ་གང་ཞེ་ན། མི་ཉིད་ཐོབ་  
 པ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་ཆང་བ་ཉིད་དང་། ལས་གྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་ཉིད་  
 དང་། རིགས་བཅུན་པར་སྐྱེས་པ་ཉིད་དང་། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ཉིད་དང་།  
 གནས་ལ་དད་པ་ཉིད་དང་། དམ་པའི་ཚེས་བསྟན་པ་དང་། ཚེས་བསྟན་པ་ལ་  
 རྣམ་པར་གཞག་པ་དང་། རྣམ་པར་གཞག་པ་རྣམས་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་  
 པའོ། ། ཡང་ན་ཁོམ་པ་ནི་མིའི་སྐྱེ་བ་ཡོན་ཏན་བཅུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྟེ།  
 ཡོན་ཏན་བཅུ་གང་ཞེ་ན། རིགས་དམན་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དང་། སྐྱེན་པ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་། རྣྗངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་། དབང་པོ་ཞན་པ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེས་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་དང་། གཟུགས་བཟང་བ་ཉིད་དང་།  
 དབུ་ལ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་། ཟེལ་གྱིས་མི་ལོན་པ་ཉིད་དང་། ཆོག་བཅུན་  
 པ་ཉིད་དང་། སྐྱེ་བོ་མང་པོས་བསྟན་བར་འོས་པ་ཉིད་དོ། །དབུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་



འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་གཏོང་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་  
དང་པོ་ལོ། །

དབུ་མའི་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས། ཐུབ་པའི་བརྟུལ་  
ཞུགས་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གཉིས་པ།

དབུ་མའི་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ། བཅ་པོ་གཉིས་པ། ད་  
ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་མ་བཅང་བའི་ཐུབ་པའི་བརྟུལ་  
ཞུགས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པ་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ལེ་ཏུ་  
གཉིས་པ་ཉི་བར་གཞག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་ལྟར་འགྲོ་ལ་པན་པའི་  
ཕྱིར། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བརྟེན་སྦངས་པ། །ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་ལམ་ཉིད་  
དུ། །རབ་ཏུ་ཞུགས་པ་རྣམ་པར་མཛེས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་ཏེ།  
དེ་ལྟར་རི་སྐད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་ཉིད་ལ་པན་  
པའི་ཕྱིར། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བརྟུལ་  
ཞུགས་མི་བྱེད་པ་བརྟེན་པ་ཡང་དག་པར་སྦངས་པ། རིགས་པའི་ཚུལ་དང་  
མཐུན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལམ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་ཞུགས་པ་ནི་  
རྣམ་པར་མཛེས་སོ། །ལམ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། དེ་ནི་བྱམས་པ་  
གཞོད་མེད་དང་། །སྟོང་རྗེ་པན་པ་བསྐྱབ་པ་ཡིས། །དམ་ཆོས་རྟོགས་པས་  
ངོམས་མེད་དང་། །ཆོས་སྦྱིན་པ་ལ་སེར་སྒྲ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། བྱང་

ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མ་བཏང་བ་དེ་ནི་བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་  
 མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཞོད་སེམས་མེད་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་གཞན་སྐྱབ་བསྐྱེལ་བས་བདག་ཉིད་  
 སྐྱབ་བསྐྱེལ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་པན་པ་སྐྱབ་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་མཉན་པ་དང་། གཟུང་བ་དང་། བཅང་བ་དང་། རོན་ཀྱན་  
 ཆུབ་པར་བྱ་བ་དང་། བསྟན་པ་དག་ལ་བཙོན་པ་མི་འདོར་བས་དམ་པའི་  
 ཆོས་རྟོགས་པར་བྱ་བས་ངོམས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། དེ་ཉིད་ཉན་  
 པར་དང་། མཆོན་མོ་ཆོས་འདོད་པ་དང་། ཆོས་ལ་དགའ་བ་དང་། ཆོས་ལ་  
 གཞོལ་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་སྦྱོད་དེ། བྱང་དང་སྤྱི་  
 རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་དེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཅིང་སྤྲོ་མ་  
 ལ་བཀྱར་སྟེ་དང་། བསྟེན་བཀྱར་བྱ་བ་གང་ཉེ་བར་མི་ལེན་པ་དེ་ཡང་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་ལ་ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་སྤངས་ཤིང་ང་རྒྱལ་མེད་པའི་ཉེ་  
 བར་སྦྱོད་པ་ཉིད་ཉེ་བར་མི་ལེན་པ་དེ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྦྱོར་བ་དང་། བཏོན་དང་། རིགས་དང་།  
 ཡུལ་དང་། དུས་ལ་འདའ་བ་མེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོམས་  
 པར་ཆོས་རྣམ་པར་འབྱེད་ཅིང་། ཆོས་སྦྱིན་པ་ལ་སེར་སྒྲ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་  
 བོ། །བྱང་དང་ང་རྒྱལ་བཙོན་པ་དང་། །ཡིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་བཟུང་བ་དང་། །  
 གཞན་སྦྱོན་རྟོག་ལ་ལོང་བ་དང་། །རང་སྦྱོན་འབྱུང་བས་འཇིགས་པ་ཡིན། །  
 གཡོ་སྐྱབ་བས་བྱང་བ་དང་། །ཁེངས་པ་དང་རང་རིང་དང་བྲལ་བས་ང་

རྒྱལ་བཙུམས་པ་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་དོན་ཡང་དག་པར་ངེ་  
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མཐོང་བས་ཡིད་གིས་དེ་ཉིད་བལྟ་བ་དང་། གཞན་གྱི་སྒྲིན་  
 ཆེན་པོ་དག་ལ་ཡང་སྒྲིན་ཞིང་ལོང་བ་ལྟར་བྱེད་པས་གཞན་གྱི་སྒྲིན་ལ་རྟོག་  
 པ་ལ་ལོང་བ་དང་། བདག་ཉིད་ཁ་ན་མ་ཐོབ་རྒྱལ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་འཇིགས་  
 པར་ལྟ་བས་རང་གི་སྒྲིན་འབྱུང་བས་འཇིགས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ཡིད་  
 དང་ལྷན་པས་རྣམ་པར་མངེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཚིང་དང་འཇིག་རྟེན་འདུ་འཇི་  
 དང་། །འཇིག་རྟེན་རྒྱང་པན་རྒྱབ་གིས་སྟོགས། །ཡོན་ཏན་མེད་ལའང་ཡོན་  
 ཏན་གྱི། །རྒྱན་རྣམས་སྟེ་བར་རྟག་ཏུ་གྱུས། །ཚིང་པ་ནི་གཞན་གྱི་སྟོགས་  
 སུན་དབྱུང་བ་དང་། རང་གི་སྟོགས་བཞག་པའི་སྟོན་སྟོགས་གཉིས་ལ་  
 བརྟེན་པའི་ཆིག་ངན་པར་སྦྲ་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་པའི་འཐབ་མོ་དང་། མཆོང་  
 འབྱུ་བ་དང་། འབྲོད་པའི་ཕྱིར་ཚིང་པའོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་འདུ་འཇི་ནི་ཆོས་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། དོན་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། འཁོར་བ་  
 འདོད་པའི་འཇིག་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་འབྲོགས་ཤིང་ཀྱན་ཏུ་སྦྲ་བའོ། །འཇིག་  
 རྟེན་རྒྱང་པན་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་གྱི་ལུང་དང་བྲལ་བའི་གསང་ཆིག་སྦྲ་  
 ཆོགས་ལ་སྒྲོབས་པའོ། །དེ་དག་ལ་རྒྱབ་གིས་སྟོགས་པ་ནི་མི་སྟོགས་པའོ། །  
 ཡོན་ཏན་མེད་ལའང་ཡོན་ཏན་གྱི། རྒྱན་རྣམས་སྟེ་བར་རྟག་ཏུ་གྱུས་པ་ནི་སྟེ་  
 བོ་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་སྦྱིང་པོ་དང་ལྷན་པར་མོས་ཤིང་འདི་ཡང་དུས་གཞན་ན་ཡོན་  
 ཏན་དང་ལྷན་པར་འབྱུར་རོ་ཞེས་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱན་རྣམས་སྟེ་བར་རྟག་ཏུ་

གྲུས་པ་མི་སྟོང་པ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་དགེ་སྟོང་དག་གང་ཟག་  
 གིས་གང་ཟག་ལ་ཆོད་མ་འཇིན་ཅིག་གང་ཟག་ལ་ཆོད་ཀྱང་མ་འཇིན་ཅིག །  
 དགེ་སྟོང་དག་ངའམ་ང་འདྲ་བས་གང་ཟག་ལ་ཆོད་གཟུང་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། སྒྲིང་རྗེས་བསྐྱེད་པའི་སྦྱིན་པ་དག །སྦྱེ་  
 བོའི་ཆོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚུ་བོ་ཀུན་ཞིའི་ཕྱིར། །  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་ཉིད་འདོད་པ་བསྐྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ། སྒྲིང་རྗེས་བསྐྱེད་  
 པའི་སྦྱིན་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལན་དང་འབྲས་བུ་ལ་རེ་བ་མེད་པར་སྒྲིང་རྗེ་  
 ཉིད་འབའ་ཞིག་གིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པས་གཏོང་བའི་སེམས་པ་དེས་  
 ཆོས་དང་། ཟང་ཟིང་དང་། དབང་དང་། རོན་དང་། རིགས་པ་དང་། གནས་  
 དང་། མི་འཇིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་རྣམ་པ་བདུན་སྦྱིན་པར་བྱེད་  
 པའོ། །སྦྱེ་བོའི་ཆོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚུ་བོ་ཀུན་ཞིའི་  
 ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་དོན་དུ་ཡོངས་སུ་སྦྱོ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། འཇིག་  
 རྟེན་སྟོང་ལས་སྦྱེས་པ་དང་། མངལ་ནས་སྦྱེས་པ་དང་། རྟོད་གཤེར་ལས་  
 སྦྱེས་པ་དང་། རྩལ་ཏེ་སྦྱེས་པ་དང་། གཟུགས་ཅན་དང་། གཟུགས་ཅན་  
 མ་ཡིན་པ་མ་ལྷས་པ་དག་གི་སྦྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཚུ་རྒྱན་  
 ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་དུ་ཡོངས་སུ་སྦྱོ་བར་བྱེད་  
 ཅེ་ན། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་འདོད་པ་བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། སངས་  
 རྒྱལ་ཉིད་ལ་འདོད་པ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པས་དེ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་སྦྱོ་བར་  
 བྱེད་དོ། །འདིར་འདི་སྐད་ཅེས་གྲོལ་ཏེ། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་

འདོད་པས་སྦྱིན་པ་སྦྱིན་པར་བྱེད་ན་ངེ་ལྟར་དེས་འབྲས་བྱ་ལ་རེ་བ་མེད་པར་  
 འབྱུར་ཏེ། ཟང་ཟེང་དང་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དག་གི་འབྲས་བྱ་གཟུགས་དང་  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱོར་དག་ཀྱང་སྒྲུབ་རྒྱུ་རོ། །རང་གི་རྒྱུད་ཁོ་ན་ལ་འབྲས་བྱ་སྒྲུབ་བས་ངེ་  
 ལྟར་སྦྱེ་བོ་མཐའ་དག་གི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱིང་རྗེས་སྦྱུག་  
 བསྐྱེད་པ་རྣམས་ལ་གཏོང་བར་བྱེད་པ། ཞིང་འདམ་པར་མི་བྱེད་པ་ལ་དེ་  
 ལྟར་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འབྱུར་ཞེ་ན། བཤད་པ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་འདོད་པའི་ཐབས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་  
 རྒྱས་ཉིད་སྦྱིང་བར་བྱེད་རོ། །ཟང་ཟེང་དང་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གཟུགས་དང་  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱོར་དག་ཀྱང་གཞན་དོན་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྦྱིར་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་  
 མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་མ་རྒྱུ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རབ་ཏུ་མ་  
 བསྐྱོར་བར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལ་གསུམ་ལ་  
 དགོད་པར་མི་རྒྱས་པའི་སྦྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོར་ཉི་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་བྱང་རྒྱུ་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། གཟུགས་ཀྱི་སྦྱོར་ཉི་མངོན་པར་མཛད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་དང་ཆིག་དང་རྩ་བའི་གོ་རིམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར་  
 གནས་དང་བྱེད་པ་དང་། ཚེ་ལ་བ་དག་ལས་འབྱུང་བའི་སྦྱིར་དང་། དེའི་དུས་  
 ན་ལོང་བ་དང་། འོན་པ་དང་། སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་པས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་  
 འཛོལ་ལ། རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པ་དག་ནི་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 འབྲས་བྱ་དག་གི་སྦྱོར་དུ་འབྱུར་བས་དེའི་སྦྱིར་དེ་ལྟར་འབྲས་བྱ་དེ་དག་  
 གཞན་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡང་སྒྲུབ་རོ། །འབྲས་བྱ་ལ་རེ་བའི་ཞགས་པས་བཅིངས་



པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཅན་དག་ཞིང་ཆོལ་བར་ཡང་བྱེད་ལ།      གང་ག་ཞན་དག་གིས་  
 བཀྲེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱ་བ་ཙམ་ཁོ་ན་ལ་  
 དམིགས་ནས་སྒྲོད་ལ་མི་རྟོག་པར་སྒྲོམས་པར་སྦྱིན་པ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་  
 དེས་ཆོས་ཉིད་མཉམ་པར་ཡང་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ།      རི་སྐད་དུ་གཞོན་ཅུ་  
 ཆོས་གཅིག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱུར་དུ་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་འཆང་བྱ་སྟེ།      འདི་ལྟ་སྟེ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།      དེ་  
 བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་སྦྱུང་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 བློ་བཟང་གི་ཡོན་ཀན་ལོན་གྱི་དུད་འགྲོ་ནི་མ་ཡིན་ལོ་སྦྱུང་དུ་སེམས་ན།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོས་སུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་པའི་སྐྱུག་པ་དག་ནི་ཆུ་རོས་ཀྱི་ཁྲུས་དང་།  
 སེ་རལ་སྤེང་དང་། རལ་བ་དང་། ཤིང་ཤུན་དང་། བགས་པ་དང་། རིལ་བ་  
 དང་། རྩ་སྦྱོར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འབྱོར་བའི་རྟགས་འཆང་ཞིང་། འབྲས་བུ་  
 དང་། རྩ་བ་ཟ་བ་དང་། རང་གི་ལྷ་ཉིད་མཁྱེན་པར་བྱེད་པ་དང་། མེ་ལ་ཉེ་བར་  
 བསྟེན་པ་དང་། དཀའ་སྐྱུག་གི་ནགས་ཆལ་ན་གནས་པར་བྱེད་དོ། །འདིའི་  
 སྐྱུག་པ་དག་ནི།      ཆུ་ལ་བྲིམས་དྲི་མེད་ཆུས་ཁྲུས་དང་། །བཟོད་པའི་སེ་རལ་  
 སྤེང་དཀར་དང་།      །བཙོན་འགྱུས་རལ་པའི་ཁྲུང་བཙེངས་དང་།      །བསམ་  
 གཏན་ཤེས་པ་སྐྱུར་ལེན་ཏེ།      །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དག་པར་  
 བརྟེན་ཏོ།      །ཆུ་ལ་བྲིམས་དྲི་མེད་ཆུས་ཁྲུས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་དུག་ཡང་

དག་པར་སྒྲོམ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དགོ་བ་བཅུ་ལྷག་པར་སྒྲོད་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མ་མེད་པའི་ཚུལ་ལྷན་དང་དག་དང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམ་  
 པར་དག་པའོ། །བཟོད་པའི་སེ་རལ་སྤེང་དཀར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེལ་  
 དང་དུ་ལེན་པ་དང་། གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་རི་མི་སྣམ་པ་དང་། ཆོས་ལ་ངེས་  
 པར་ཉོག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བཟོད་པ་སེ་རལ་སྤེང་དཀར་པོ་ལྟ་བུ་ཐོགས་པའོ། །  
 བཙོན་འགྲུས་རལ་པའི་ཁུར་བཅེངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགོ་བའི་ཆོས་ལ་མངོན་  
 པར་སྒྲོ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་རལ་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་  
 པའོ། །བསམ་གཏན་ཤེས་པ་ལྟར་ལེན་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་དང་སེམས་འཇིན་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་དང་ཐབས་ཀྱི་ཤེས་པས་  
 བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་སྦྱངས་པའོ། །སྒྲོ་མིག་ལེགས་པར་བྱེ་བ་  
 དང་། །བསྟན་བཅོས་འཇིག་རྟེན་ཤེས་ལ་མཁས་། །ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་གོས་  
 དང་ནི། །དེས་པའི་སྐར་གས་འཆིང་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོ་མིག་ལེགས་  
 པར་བྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་བྱེ་བའོ། །བསྟན་བཅོས་འཇིག་རྟེན་  
 ཤེས་ལ་མཁས་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངན་སོང་བའི་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་པ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པའི་དབྱ་འདུལ་རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤེས་པ་ལ་མཁས་པ་  
 དང་། སྒྲ་མ་དག་ལ་གྲུས་པར་སྦྱ་བ་དང་། རྒྱག་འཆོལ་བ་དང་། ལྷང་བ་དང་།  
 ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་དང་། གྲུས་པའི་ལས་ལ་བཙོན་པ་དང་། རྒྱགས་པོ་དང་།  
 མཇེའ་བ་ཤེས་དང་། མགྲོན་དག་ལ་གཙུགས་པ་ལ་སོགས་པ་འཇིག་རྟེན་པ་

ཞེས་པ་ཉིད་ལ་མཁས་པའོ། །དོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་དགོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་དང་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་པས་འཇོམ་པའི་དོ་ཆ་ཞེས་པ་  
དང་། ཁྲིལ་ཡོད་པའི་གོས་ཤིང་ཤུན་ལྷར་གྱུན་པའོ། །དེས་པའི་སྐྱར་གསུམ་  
འཆིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོགས་ན་བདེ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱར་གསུམ་དམ་པོ་འཆིང་  
བའོ། །སྒྲིང་རྗེའི་པགས་པ་གནག་འཆང་ཞིང་། །དད་པ་བྱི་མེད་རིལ་བ་  
དང་། །དན་པས་དབང་པོའི་སྒྲོ་བ་སྤངས་ཤིང་། །བརྟན་པའི་སྤྲ་སྟེགས་སྟན་  
ལ་འདུག །ཅེས་བྱ་བ་ལ། སྒྲིང་རྗེའི་པགས་པ་གནག་འཆང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པར་འདོད་པའི་སྒྲིང་རྗེ་དེ་ཉིད་གཡང་གཞི་  
ནག་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་འཆང་བའོ། །དད་པ་བྱི་མེད་རིལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་མོས་པ་བྱི་མ་མེད་པའི་རིལ་བ་སྤྲི་  
སྤྲུགས་དང་ལྟན་པའོ། །དན་པས་དབང་པོའི་སྒྲོ་བ་སྤངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགོ་  
བའི་ཆོས་མི་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དན་པས་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་སྒྲོའི་སྒྲོ་སྟེགས་ལེགས་པར་བཅད་པའོ། །བརྟན་པའི་སྤྲ་སྟེགས་  
སྟན་ལ་འདུག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བདུད་ལ་སོགས་པས་མི་བྱེད་པ་བརྟན་པའི་སྤྲ་  
སྟེགས་ཀྱི་སྟན་ལ་འདུག་པའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དག་འཆེན་གྱི། །དཀའ་ཐུབ་  
ནགས་ཆའ་ཡང་དག་བརྟེན། །བསམ་གཏན་དག་འབའི་འབྲས་བུ་ཟ། །དན་  
པ་ཉིད་གཞག་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐེག་པ་དག་སྟོས་ན་གོ་སྐབས་ཡངས་པའི་བྱིར་དང་།  
ཐེག་པ་གཅིག་པའི་བྱིར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བྱུག་གི་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་

བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལོ། །དགའ་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ལྟ་དང་མིའི་སྤྱན་  
 སྤུམ་ཆོག་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་  
 དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། མངོན་པར་ཤེས་  
 པས་རྣམ་པར་རྩེ་བའི་ཕྱིར་དགའ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །དགའ་ཐུབ་ནགས་  
 ཆེལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་པར་དགའ་ཐུབ་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་མེ་ཉོག་རྒྱས་པ་དང་། མཉམ་པ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་འབྲས་བུས་བརྒྱན་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་གཅན་གཟན་དང་། སྤྱིན་  
 པོའི་ཆོག་པ་དང་བྲལ་བ་དང་། དགོ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་རྩ་བའི་ཆོག་པ་  
 རྣམ་པར་མངོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་ན་ཡང་དག་པར་བརྟེན་ཏོ། །བསམ་གཏན་  
 དགའ་བའི་འབྲས་བུ་ཟ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པ་དང་། ཉོག་པ་དང་། དཔྱོད་  
 པ་དང་། དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བའི་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པོ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་བསྐྱེད་པས་དགའ་བ་བསྐྱོམ་པའི་འབྲས་བུ་  
 ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའོ། །བྲན་པ་ཉེར་གཞག་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ལུས་དང་། ཆོར་བ་དང་། སེམས་དང་། ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་བྲན་པ་ཉེ་བར་  
 གཞག་པའི་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་དང་ལྷན་པའོ། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་མདོ་སྤྱིའི་  
 མཐའ། །འདོད་ཅིང་སྤྱིག་པ་བཅོམ་པ་དང་། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པ་  
 ཡི། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ཉི་བཤའ་སྒྲོམ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་མདོ་སྤྱིའི་མཐའ་འདོན་ཅེས་བྱ་བ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་གཉིད་དཔག་དགའ་བའི་མདོ་སྤྱིའི་མཐའ་ངེས་པའི་དོན་སྟོན་པ་

དག་ཁ་ཏོན་དུ་འདོན་པའོ། །སྒྲིག་པ་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་སྒྲིག་པ་མ་  
 ལུས་པར་སྤངས་པ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། གང་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་  
 པ་འདི་ལས་ཐ་ན་ཆོག་བཞི་པའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་སྤངས་ཏེ་འཆང་  
 ངམ་སློག་གམ་ཚུལ་གཞན་ཡིད་ལ་བྱེད་ན་དེའི་ཆེ་རབས་སུ་མའི་མི་དག་ག་  
 དེ་དག་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཡོངས་སུ་བད་པར་འབྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་  
 བུའོ།།བདེན་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པ་ཡི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། གུན་རྫོབ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་བརྟགས་ན་གྲགས་པ་  
 ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་བརྟགས་ན་མེད་པ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོག་ས་  
 པ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། གང་དུ་ཆོག་ས་ལས་སྤང་འབྱུར་  
 བ། །འབྲེན་པས་རབ་དུ་བསྟན་མཛད་པ། །དེ་ནི་སློ་ཅན་འཇིག་རྟེན་ཆོས། །  
 ཉེ་བར་གདགས་པའི་སར་སྟོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དོན་དམ་པ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ནི་སླེ་བ་མེད་པ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ།  
 གང་ཞེག་རྒྱུན་ལས་སླེ་བ་དེ་མ་སླེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཐ་དད་པ་འདུས་པ་ལས་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་དང་། འཇིག་པའི་དུས་ན་བར་དུ་མ་ཆོད་པར་འབྱུང་  
 བའོ། །དེ་ཉིད་ཉེ་བ་ཤད་ཡིན་ཏེ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉི་མས་བཤད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་སློས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བསྐྱས་བརྗོད་དུ་  
 སློས་པའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། ས་བཙུ་པའི་མདོ་ལས། འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་ལྷགས་སུ་འབྱུང་



བ་དང་། ལྷགས་སུ་མི་འབྱུང་བ་ལ་འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བསྟན་སྟེ་མ་རིག་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ནི་དོན་དམ་པ་མི་རྟོགས་པའོ། །མ་རིག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་འདུ་བྱེད་  
 ལ་ཀུན་ཏུ་ཚྲོངས་པའོ། །དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་བྱ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་  
 གནས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་དམིགས་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་ཚྲོངས་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། འདུ་བྱེད་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པར་བྱེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་དག་ལས་རིག་པར་བྱའོ། །བསྐྱབ་པའི་མེ་  
 རྟོག་སྒྲགས་ལྷན་པ། རྟོགས་རྣམས་ཀུན་དུ་བྲིས་བྲུབ་པས། རྟོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཉི་མ་ལ། ཉིན་གཅིག་བཞིན་དུ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད། ། ཅེས་བྱ་  
 བ་ལ་ནི་བསྐྱབ་པའི་མེ་རྟོག་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པའི་བསྒྲགས་པ་དང་ལྷན་  
 པ་རྟོགས་བཅུ་ཐམས་ཅད་དུ་གྲགས་པའི་བྲི་འབྱུང་བ་དག་གིས་ཡང་དག་  
 པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉི་མ་ལ་ཉིན་གཅིག་མི་འཆད་པར་བསྟེན་  
 བཀུར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོར་རྟོག་པའི་མེ་ཐབ་ཏུ། མི་དགའི་ཀུན་ཏུ་  
 རྟོག་པ་སྟེག། ལྷ་མེད་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་སྐབ་པའི་བརྟུལ་  
 བྱས་སྟོང་། ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་སྤྱོད་ཆོགས་འདོད་པ་ཕྱིར་སྒྲོག་པའི་སོ་སོར་  
 རྟོག་པའི་བྱས་ཐབ་ཏུ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་བྱད་ཤིང་གི་  
 དུམ་གྲུགས་མ་ལུས་པ་སྟེག་པ་སྟེ། ཆོས་འདིའི་སྐབ་པ་དག་ནི་སྐད་ཅིག་  
 གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རི་སྐད་བསྟན་པ་དག་ལྟར་སྐབ་པའི་བརྟུལ་བྱས་ལ་ཡང་  
 དག་པར་ཉིན་པར་བྱེད་དོ། །དབུ་མའི་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གོ་འབར་བ་

ལས་ཐུབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གཉིས་  
པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཀྱི་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གསུམ་པ།

ད་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་སྐབས་སུ་བབ་པས་དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
ལེ་ཏུ་གསུམ་པ་བརྩམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གང་ལ་ཤེས་པའི་མིག་ཡོད་  
པ། །དེ་ལ་མིག་ཡོད་གཞན་མ་ཡིན། །དེས་ན་གང་ཕྱིར་སྟོང་ལྡན་དག། །དེ་ཉིད་  
ཤེས་པ་ཆོལ་ལ་བརྩོན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་ཏེ། ཤེས་པའི་ངོ་བོ་  
ཉིད་ནི་མིག་ཡིན་ཏེ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་དང་། ཐག་  
རིང་བ་དང་། ཉེ་བ་དང་། རགས་པ་དང་། ཆ་ཕྱ་བའི་དངོས་པོ་དག་ལ་ཐོགས་  
པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་ལ་ཤེས་པའི་མིག་དེ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནི་  
མིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པའི་མིག་ནི་ཉ་ཅང་ཉེ་བ་  
དང་རིང་བ་དང་དབང་པོ་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་དག་ལ་  
འོང་བ་འདྲ་བས་དེ་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཅི་ལ་ཡང་མི་པན་པས་དེ་ཡོད་ཀྱང་མིག་  
དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གང་གི་ཕྱིར་སྟོང་ལྡན་པ་དག་ནི་ཤེས་པའི་མིག་  
ངན་པ་དེ་ཆོལ་བ་སྤངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བ་ལ་བརྩོན་པར་བྱེད་དོ། །  
དོན་དེ་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྟོང་ལྡན་འཛིག་རྟོག་གསུམ་པོ་དག། །ཐོགས་མེད་  
མཐོང་བ་འོང་བས་ཀྱང་། །བལྟ་འདོད་ཐག་རིང་ཆ་ཕྱ་དང་། །བསྐྱེབས་པའི་

དོན་ཡང་མཐོང་བར་འགྱུར། ། ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། ཤེས་པའི་མིག་གི་སྒྲོ་དང་  
 ལྷན་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་དག་ཐོག་སྤྲུལ་པ་མེད་པར་མཐོང་བ་ནི་ཤེས་པའི་  
 ཉམས་ཤིང་ལོང་བས་ཀྱང་བལྟ་བར་འདོད་པ། ཐག་རིང་བ་དཔག་ཆོད་སྟོང་  
 དག་དང་། ཆ་སྒྲ་བ་རྩལ་སྤྲུལ་བྱ་དང་། བསྐྱེད་སྤྲུལ་པའི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་  
 ཡང་མིག་དང་ལྷན་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པར་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་། མིག་སྟོང་པ་ཡང་སྒྲོ་མེད་ན། །མིག་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །མཐོ་  
 རིས་དང་ནི་བྱང་གྲོལ་གྱི། །ལམ་དང་ལམ་མིན་མི་མཐོང་བྱིར། །མིག་སྟོང་  
 པ་ནི་ལྟའི་དབང་པོ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་ཏེ། དེ་ནི་ཡུལ་ལ་རེ་བའི་ཞགས་པས་  
 སྒྲོ་གྲོས་ཡོངས་སུ་དགྲིས་པས་གཤམ་ཏེ་ཤེས་པའི་མིག་གི་སྒྲོ་མེད་ན་མིག་དང་  
 ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མཐོ་རིས་དང་བྱང་གྲོལ་གྱི་ལམ་དང་  
 ལམ་མ་ཡིན་པ་ཡང་དག་པ་རྩལ་བ་བཞིན་དུ་མི་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་  
 མཐོ་རིས་ཀྱི་ལམ་ནི་དགེ་བ་བཅུ་ལྟོ། །བྱང་གྲོལ་གྱི་ལམ་ནི་འཕགས་པའི་  
 ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའོ། །གང་གིས་ན་མིག་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བའི་  
 ཤེས་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར། ཤེས་རབ་མིག་གྱེ་མཐོང་བ་དང་། །མ་  
 མཐོང་བྱུང་པར་འདོད་པ་ཡི། །འབྲས་བུ་རེ་བ་དུག་ཆེར་གྱི། །སྦྱིན་པ་  
 སོགས་ལ་འཇུག་མི་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གྱེ་བ་ནི་  
 མཐོང་བའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དག་དང་ལན་བྱེད་པ་དག་  
 ལ་བྱིན་ན་འདི་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་། མ་མཐོང་བའི་འབྲས་བུ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དང་བྱུང་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་འཁོར་ལོས་

སྒྱུར་བ་དང་། བརྒྱ་བྱེན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དང་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་  
 བ། སྒྲིེ་གནས་ངན་པ་ན་ཡང་ཡུལ་ལ་ཡོངས་སྒྲིེད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་འོང་བ་  
 སྒྲིེ། དེ་དག་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་རེ་བ་ཉིད་དུག་ཡིན་ཏེ། གྲོལ་བའི་ལུས་ཀྱི་  
 བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ཉིད་ཆེར་མ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 ཀྱིས་གཞོད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིེན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དོ། །འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བཙོན་པར་  
 བྱེད་ཅེ་ན། སྒྲིང་རྗེས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཕྱིར། །འཁོར་གསུམ་ཡོངས་  
 སྐྱུ་དག་པ་ཡི། །སྒྲིེན་ལ་སོགས་ལ་བཙོན་བྱེད་ཅིང་། །དེ་ལ་འང་ཡིད་ནི་  
 གནས་མི་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྒྲིེ། སྒྲིང་རྗེས་གྲགས་པ་དང་བདེ་བ་དང་འགྲན་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་  
 གཅིག་ཏུ་དམིགས་ནས་དེ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སྐྱུ་  
 དག་པའི་སྒྲིེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱེད་དོ། །འཁོར་གསུམ་ནི་  
 འཁོར་གསུམ་པོ་དག་གོ། །ཡོངས་སྐྱུ་དག་པ་ནི་དྲི་མ་མེད་པ་སྒྲིེ། ལུས་ཀྱི་མི་  
 དགོ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 གསུམ་པོ་དེ་དག་དང་བྲལ་ཞིང་དྲི་མ་མེད་པའི་སྒྲིེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 བཙོན་པར་བྱེད་པའོ། །ཡང་ན་སྒྲིེན་པ་དང་སྒྲིེན་པ་པོ་དང་། ལེན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་མི་དམིགས་པས་སྒྲིང་བ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སོང་བའི་འཁོར་གསུམ་  
 ཡོངས་སྐྱུ་དག་པ་དང་། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་།  
 མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་བ་དང་བྲལ་བས་མཆོན་མ་མེད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་

བའི་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། འདོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་  
 གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་མངོན་པར་མི་འདོད་པས་སྒྲོན་པ་མེད་པའི་སྒྲོན་  
 དུ་འགྲོ་བའི་འཁོར་གསུམ་པོ་ཡོངས་སུ་དག་པའོ། །དེ་ལ་འང་ཡིད་ནི་གནས་  
 མི་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ཆགས་པ་མེད་  
 པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡང་ངི་སྐད་དུ། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འདོད་པ་ཆུང་  
 བ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། གང་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མི་འདོད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །ཤེས་རབ་མེད་ན་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱལ་བ་སྟོང་སྟེད་དུ་ཉི་  
 བར་བསགས་པས་ཀྱང་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་རྒྱུར་མི་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཐུ་སྟོན་པ་ནི། ཤེས་  
 རབ་བདུད་ཅི་ངོམས་བྱེད་དང་། སྒྲོན་མ་སྤང་བ་ཐོགས་མེད་དང་། རྩར་  
 བའི་ཁང་བཟངས་ཐེམ་སྐྱས་དང་། ཉོན་མོངས་བྱད་ཤིང་སྟེག་པའི་མེ། ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་ཏེ། ཤེས་རབ་ནི་ཤེས་པ་རབ་པོ། །དེ་ཉིད་བདུད་ཅི་  
 སྟེ། ཁྱ་ཤི་མེད་པའི་གནས་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ངོམས་  
 བྱེད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ལ་མངོན་པར་འདོད་པ་སྟོག་པས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་  
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་དག་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ངོམས་པ་དེ་  
 དག་ནི་ངོམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་  
 སྒྲོན་མ་སྟེ། མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་སྤང་བ་  
 ཐོགས་མེད་ཡིན་ཏེ། བས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་དང་བདུད་ཀྱི་བྱེ་མ་ལེབ་དང་ཉེས་པའི་  
 ཆུང་དག་གིས་སྤང་བ་མི་ཆོམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཐར་པའི་ཁང་



བཟངས་ཀྱི་ཐེམ་སྐྱས་ཡིན་ཏེ། ཟུངན་ལས་འདས་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་འཛིག་ཏེན་  
 ཐམས་ཅད་ལས་མཛོན་པར་འཕགས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་ཀ་  
 བས་བརྒྱན་པ་བཟང་པོའི་གནས་སུ་འཛིག་པའི་ཡ་གད་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ཉིད་ཉོན་མོངས་པའི་བྱད་ཤིང་སྟེག་པའི་མེ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་མེས་  
 བསྟེགས་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་ཆང་ཆིང་མ་ལུས་པ་སྟེག་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོ་གྲོས་དེ་ཡང་བདེན་གཉིས་ལ། །སྟོས་ནས་རྣམ་  
 པ་གཉིས་སུ་འདོད། །ཡང་དག་དོན་རྟོགས་རྗེས་མ་ཐུན་ཕྱིར། །ཡང་དག་  
 ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན། །ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོ་གྲོས་དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་  
 དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ལ་སྟོས་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད་དོ། །དེ་ལ་  
 དེ་ཞིག་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་དག་པ་འཛིག་ཏེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པའི་དོན་རྟོགས་པའི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཕྱིར་  
 ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་མོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་སྟོ་ནས་  
 སྟོན་པ་ནི། སྦྱིན་དང་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །ཆོགས་རྣམས་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་བྱེད་དང་། །རྒྱ་དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་དང་། །འབྲེལ་དང་མཆོན་ཉིད་ལ་  
 སོགས་ཤེས། །བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེ་ཆེ་བསྟོམ་དང་། །སེམས་ཅན་སྤྱད་དང་  
 སྦྱིན་བྱེད་དང་། །སྦྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་བརྟེན་པ་ཡི། །ཤེས་རབ་བརྟེན་  
 བཏགས་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་དག་སྟེ། སྦྱིན་པའི་ཆོགས་ནི་གཏོང་བ་  
 དང་གཏོང་བ་ཆེན་པོ་དང་ཤིན་ཏུ་གཏོང་བའོ། །བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་  
 དད་པ་དང་བག་ཡོད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡེ་ཤེས་

གྱི་ཚོགས་ནི་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བསྒྲུབ་པ་གོམས་པ་འཛིན་པ་ལོ། །  
 དེ་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་ཤེས་རབ་བརྟུན་བཟུགས་པ་ཡིན་  
 པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྒྱུར་རོ། །རྒྱ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚོགས་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་གསུམ་  
 པོ་དེ་དག་འབྲས་བུ་དང་ངི་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཤེས་པ་ཡང་ཡང་དག་པའི་ཀུན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་སྦྱིན་པའི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྦྱེས་བུ་ཆེན་  
 པོའི་མཆན་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་ལེགས་  
 པར་བརྒྱན་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེའོ། །བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ནི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེའོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྐྱེད་ཅིག་གཅིག་དང་  
 ལྷན་པའི་ཤེས་རབ་པོ། །འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འབྲེལ་བ་  
 རྟེ། དེ་ལ་སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་ཅིག་མ་མང་པོས་རྒྱ་ཉི་བར་བསགས་པའི་རྒྱན་  
 གྱིས་མ་དུ་ལུང་གའི་མེ་ཉོག་གི་ཟེ་བ་དམར་བ་ལྟ་བུའམ། ས་བོན་དང་ལྷ་  
 གུའི་རྒྱན་ལྟར་སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་ཅིག་མ་གཞན་ལ་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པའི་རྣམས་པ་  
 ཡོད་པས་དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འབྲེལ་བ་ཞེས་པ་ཡང་དག་པའི་ཀུན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་  
 ནི་རང་དང་སྦྱིའི་བྱེ་བྲག་ལས་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ལ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ནི་  
 དངོས་པོ་རང་གི་ངོ་བོ་སྦྱོད་ཡུལ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཤེས་  
 པས་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ། །སྦྱིའི་མཆན་ཉིད་ནི་རྗེས་སུ་དཔོག་པའི་  
 ཤེས་པ་རྣམས་པར་རྟོག་པ་ཅན་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའོ། །སོགས་པ་ཞེས་བྱ་

བའི་སྐྱས་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བརྟེན་དང་གདགས་པ་དང་མཆོན་མ་དང་བརྟེན་པ་  
 དང་སྒྲིང་བ་ལ་སོགས་པ་དག་བསྟུན། །ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་རྒྱུ་པར་  
 དབྱེ་བ་དེ་དག་ཤེས་པའི་སྒྲོ་བློས་ཏེ། དེ་ཡང་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེ་ཆེ་བསྒྲོམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་  
 རྗེ་དང་། དགའ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་གོམས་པར་བྱེད་པའོ། །སེམས་  
 ཅན་སྤྱད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བཞི་པོ་དེ་དག་དང་བསྟུན་བའི་དངོས་པོ་བཞིས་སེམས་  
 ཅན་སྤྱད་པའོ། །སྒྲིན་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་དགོ་  
 བའི་ཆོས་འཛོག་པས་གང་དག་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་དག་ཤེས་  
 པའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 སྐྱེ་མཆེད་བརྟུ་གཉིས་བརྟེན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་མཆེད་  
 བརྟུ་གཉིས་པོ་དག་རབ་ཏུ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་  
 པའོ། །རི་སྐད་སྒྲོས་པ་དེ་དག་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་བརྟེན་བཏགས་པ་ཡིན་  
 པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་  
 པའི་ཤེས་རབ་བསྟན་པའི་བྱིར། རྟོག་པའི་བྲ་བ་མ་ལུས་པ། །དགག་པ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་དང་། །ཞི་དང་སོ་སོ་རང་རིག་དང་། །རྒྱུ་རྟོག་མེད་ཅིང་ཡི་གེ་  
 མེད། །གཅིག་ཉིད་ཐ་དད་ཉིད་བྲལ་དང་། །མཁའ་ལྷ་རྩེ་མེད་དེ་ཉིད་ལ། །  
 འཇུག་པ་མེད་པས་འཇུག་པ་ཡི། །ཤེས་རབ་དོན་དམ་ཤེས་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། རྟོག་པའི་བྲ་བ་མ་ལུས་པ་དགག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་  
 གྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་དང་། མི་རྟོག་པ་དང་། ཡོད་པ་དང་། མེད་

བ་དང་། ཐེར་ཟུག་དང་། ཆད་པ་ལ་སོགས་པ་རྟོག་པའི་བ་མ་ལུས་པ་  
 སེལ་བར་བྱེད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞི་བ་ནི་སྒྲོས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པའོ། །སོ་སོ་རང་རིག་པ་ནི་གཞན་ལས་ཤེས་  
 བ་མ་ཡིན་པའོ། །རྣམ་རྟོག་མེད་པ་ནི་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 མེད་པའོ། ། ཡི་གེ་མེད་པ་ནི་བརྗོད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའོ། །གཅིག་པ་ཉིད་  
 དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དང་བྲལ་བ་ནི་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་། གཉི་གཉིད་  
 དང་གཉི་གམ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའོ། །མཁའ་ལྷར་ངི་  
 མ་མེད་པ་ནི་རྣམ་མཁའ་སྤྲིན་གྱི་རིམ་པ་དང་བྲལ་བ་ལྷར་ངི་མ་མེད་པའོ། །  
 རི་སྐད་སྒྲོས་པའི་རྣམ་པ་དེ་དག་ལྷ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་མེད་  
 པས་འཇུག་པ་ནི་སྤང་བ་མེད་ཅིང་འཇུག་པ་མེད་པ་ཉིད་དེའི་འཇུག་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ལྷ་བྱའི་ཤེས་རབ་ནི་དོན་དམ་པ་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ་སྟེ། རི་སྐད་དུ་མཐོང་བ་མེད་པ་ནི་དེ་ཉིད་མཐོང་བའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་  
 བྱའོ། །དེ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ཁོ་ནར་གང་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་དག་  
 གི་གོ་རིམ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེས། །མེད་  
 པར་ཡང་དག་ཁང་པ་ཡི། །སྟེང་དུ་འགོ་བར་བྱ་བ་ནི། །མཁས་ལ་རུང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་ཁང་བཟང་ཐོག་འཛེག་པ། །ཡང་  
 དག་ཀུན་རྫོབ་ཐེམ་པའི་སྐྱེས། ། མེད་པར་རུང་བ་མ་ཡིན་པ། །གང་གི་ཕྱིར་  
 བ་དེ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། དེ་ཉིད་ཁང་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐར་པའི་  
 ཁང་བཟང་ས་གསུམ་གྱི་གནས་ལས་མངོན་པར་འཕགས་པ་དགོ་བའི་བཟོ་

བོ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བརྩེགས་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་ཀ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 མཐོན་པོས་ལེགས་པར་བརྒྱན་པ། དག་བའི་ཆོས་མཐའ་ཡས་པའི་དཀར་  
 ཅིས་བྱགས་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལྷ་བའི་ཞལ་གྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་སྒྲིང་  
 བར་བྱས་པ་རབ་རིབ་ཀྱི་རིམ་པ་མ་ལུས་པ་རྣམ་པར་བསལ་བ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་གནས་སོ། །དེའི་ཐོག་ཏུ་འཛེགས་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
 ཀྱི་བདེན་པའི་ཐེམ་སྐྱས་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པ་བདུན་པོ་དག་ཏུ་སྦྱད་པ་  
 མེད་པར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་། དབང་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཡོངས་སུ་  
 མ་རྫོགས་པས་བྱ་ཆོམ་ཁོ་ནར་རྒྱས་པར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བཙུག་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་གྲང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་མེད་པར་དོན་དམ་པར་རྟོགས་  
 པར་མི་རྒྱས་ཞེས་གསུངས་སོ། །གང་གི་བྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་དང་  
 པོར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱའོ།  
 །ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཀུན་རྣམ་པར་  
 འབྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ཏེ། འཛེག་རྟོན་གྱི་ཐ་སྙད་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །དེ་  
 ཉིད་བདེན་པ་སྟེ། རྣམ་པར་གཞག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འགྲོ་བའི་ཆད་མ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་དང་པོར། གཟུགས་ནི་རྣམ་གཉིས་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡིག་འབྲུ་དང་བསྟན་བཙུག་དང་ལག་  
 ཅིས་དང་འོད་ཐབས་དང་། རྟོག་བརྒྱད་པའི་རྒྱད་དང་། སྒྲན་དབྱེད་དང་།  
 ཅིས་དང་། གསང་སྤྲུགས་དང་། རིག་སྤྲུགས་ལ་སོགས་པ་གང་དག་འཛེག་  
 རྟོན་ན་གྲགས་པ་དག་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་ཆོས་



རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་སྤྱི་ལོ་མཆོན་ཉིད་ལ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་ངེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ངེས་ནི་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་དོན་དམ་པའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་  
པ་དག་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་  
རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
ནི་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་། སྟོང་བ་དང་། མཆོན་མར་འཇིག་པ་དང་།  
མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །  
སྤྱི་ལོ་མཆོན་ཉིད་ནི་མི་རྟག་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་སྟོང་བ་དང་། བདག་  
མེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི་སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་དང་  
རིང་པོ་དང་། སྤང་དུ་ལ་སོགས་པ་དང་གཟུགས་དང་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའོ། །  
སྤྱི་ལོ་མཆོན་ཉིད་ནི་རིགས་མི་མཐུན་པས་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་  
པར་ངེས་པར་གྱུར་ནས། མཁས་པ་སེམས་ནི་མཉམ་གཞག་ཕྱིར། །མངོན་  
པར་བརྟོན་པ་ཉིད་དུ་བྱ། །དེ་བཞིན་ཐོས་བྱུང་ཤེས་པ་ལ། །དེ་ལས་གཞན་  
ཤེས་རྒྱ་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ངེ་ལྟར་སེམས་མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱ་  
ཞེ་ན། དབུགས་དབྱུང་བ་དང་རྩལ་པ་བྲན་པས་སོ། །དེ་ལ་དབུགས་དབྱུང་  
བ་དང་རྩལ་པ་ནི་དབུགས་ཕྱིར་དབྱུང་བ་དང་དབུགས་ནང་དུ་རྩལ་པའོ། །དེ་  
གཉིས་སྤྱི་ཆེ་མོར་བྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་ནས་བཟང་བར་བྱ་སྟེ། དང་པོ་  
དབྱུང་བ་ནས་བརྩེ་ལ་སོགས་པ་དང་བརྒྱུད་པར་དུ་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་  
རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པར་བཟང་དོ། །ཡང་འབྱུང་བ་དང་འརྱག་པ་ལ་བྲན་པ་  
གཏང་པར་བྱ་སྟེ། འབྱུང་བ་ནི་བྱིང་བ་དང་རིང་བ་དང་རྩོ་བར་དབུགས་

དབུང་བའོ། །འཇུག་པ་ནི་རི་ཞིམ་པ་དང་བྱང་བ་དང་གང་བར་དབུགས་  
 འཇུག་པའོ། །ཉེ་བའི་ཕྱོགས་ནས་འབྱུང་ཞིང་སྒྲིང་ཅེ་མོར་བྱག་པ་དེ་ལྟ་བུར་  
 ཀླང་པའི་མཐེ་བོང་ནས་ལྷས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱན་པར་འཇུག་པར་བྱའོ། །གང་  
 གི་ཆེ་དེས་ལྷགས་མགར་གྱི་སྤྱད་པ་བཞིན་དུ་ལྷས་གང་བར་མཐོང་བ་དེའི་  
 ཆེ་ན་ལྷས་ཐམས་ཅད་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ཞེས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
 ཐོབ་ཅིང་ལྷས་དང་སེམས་ལས་སྤྱ་རུང་བར་ཡང་འགྱུར་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་  
 དབུགས་དབུང་བ་དང་རྩལ་པ་འགགས་པ་ན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བར་ཡང་འདོད་  
 དོ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་ལ་སོགས་པས་སེམས་མཉམ་པར་གཞག་པའི་ཕྱིར་  
 མངོན་པར་བཅོན་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་དང་། གཏན་ཆིགས་  
 དང་། གསོ་བ་དང་། རང་ཞེས་བྱ་བའི་རིག་པའི་གནས་བཞི་པོ་དག་ལ་  
 ཡོངས་སྤྱུ་འདྲིས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་  
 མངོན་པར་བཅོན་པ་ཉིད་དུ་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་བསམས་པ་དང་།  
 བསྐྱེམས་པ་ལས་བྱུང་བ་སྤྲོད་མེད་པའི་ཤེས་པ་དག་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །སེམས་མཉམ་པར་གཞག་པས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི་  
 གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དོ། །རི་ལྟར་ཚུ་རྟོག་གཡོ་བ་ལ། །  
 བཞིན་ནི་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བ། །དེ་ལྟར་སེམས་མཉམ་མ་བཞག་དང་། །  
 སྒྲིབ་པས་བསྒྲིབས་ལ་དེ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། རི་ལྟར་ཚུ་རྩལ་མང་  
 པོས་རྟོག་པ་ཅན་དང་། རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་ཅིང་གཡོ་བ་ལ་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་མཐོང་བར་འདོད་པ་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སེམས་ལྷལ་མང་

པོ་ལ་འགྲོ་ཞིང་མཉམ་པར་གཞག་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་དང་། གཞོད་  
 སེམས་དང་། ཟུགས་པ་དང་། གཉིད་དང་། རྟོན་པ་དང་། འགྱུད་པ་དང་།  
 ཐེ་ཚོམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་པ་ལྟ་པོ་དེ་དག་གིས་བསྐྱབས་པ་ལ་ཚོས་ཀྱི་དེ་  
 ཉིད་མཐོང་བར་འདོད་པ་མི་མཐོང་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན། ཡིད་  
 ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ལོག་འགྲོ་བ། །དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོ་ལ། །དྲན་པའི་ཐག་  
 བས་ངེས་བཅིངས་ནས། །ཤེས་རབ་ལྷགས་རྒྱས་རིམ་དབང་བྱ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་སྒར་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་སེམས་མཉམ་པར་གཞག་པ་དག་གི་ཡིད་ཀྱི་  
 སྒྲུང་པོ་ཆེ་ཐར་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་སྒྲོད་པ་ལ་ལོག་པར་འགྲོ་བ་ནི་དགེ་བའི་  
 ཚོས་ཆོད་མེད་པ་བཞི་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོ་ལ་དྲན་པའི་  
 ཞགས་ཐག་གིས་ངེས་པར་བཅིངས་ནས། །ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོ་བློས་ཀྱི་ལྷགས་  
 རྒྱས་གཙགས་པས་རིམ་གྱིས་ཁད་ཀྱིས་ཁད་ཀྱིས་དབང་དུ་བྱའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ། རྟོན་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཞི་བར་བྱ། །  
 བྱམ་པ་དམིགས་པ་རྒྱ་ཆེན་དག །བསྐྱོམ་པས་སྤངས་བ་ཉིད་དུ་བྱ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རིགས་དང་གཟུགས་དང་ལང་ཚོའི་རྒྱགས་པས་རྟོན་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་  
 བ་མི་རྟག་པ་དང་། ལྷག་བསྐྱེལ་བ་དང་། སྟོང་པ་དང་། བདག་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཞི་བར་བྱའོ། །ཏ་ཅང་བྱམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་  
 ཡང་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དག་བསྐྱོམས་པས་  
 སྤངས་བ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་གིས་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་  
 བཞག་པ་བསྟན་ཏོ། །སེམས་བསྐྱུ་བ་དང་གཟེངས་བསྟོད་པ་དག་བསྟན་པའི་

ཕྱིར། གཡེངས་པས་གཡེང་བའི་མཆན་མ་ལ། །ཉེས་དམིགས་བསྟ་བས་  
 བསྟ་བར་བྱ། །ཁུམ་པ་ཡང་ནི་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི། །པན་ཡོན་མཐོང་བས་  
 གཟེངས་བསྟོད་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། །སེམས་དམིགས་པ་མང་པོ་ལས་  
 འཕྲོ་ཞིང་སྤུ་བཞིན་དུ་ངེས་པར་མི་གནས་པས་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 ལས་ཉམས་པའམ། མི་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པས་སྟུན་ཕྱང་སྟེ། གཡེངས་  
 པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་དེའི་ཆེ་གཡེང་བའི་མཆན་མ་འདི་ལྟ་སྟེ། མིག་དག་མེ་ལྟར་  
 འབར་བ་དང་། །ཆུས་གཡེང་བ་དང་། གཡེང་ས་ནས་ལྱང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 མང་པོ་འབྱུང་བ་ལ་ཉེས་དམིགས་སྟུ་ལྟ་བས་སེམས་ནང་དུ་བསྟ་བར་བྱའོ། །  
 ཏ་ཅང་བཙོན་འགྲུས་ཁུམ་ཞིང་ལེ་ལོ་སྟེ་བར་གྱུར་ན་དེ་ཡོངས་སྟུ་སྤང་བའི་  
 ཕྱིར། བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་པན་ཡོན་མཐོང་བས་ཁུམ་པ་གཟེངས་བསྟོད་པར་  
 བྱའོ། །སེམས་བརྩ་བ་དག་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་  
 ཟུག་གི། །རྩ་བ་དྲིས་སྤགས་ཤིང་མ་བསྐྱམས་པ། །མི་སྤྱུག་བྱམས་པ་རྟེན་  
 འབྱུང་བའི། །ཆུ་དག་གིས་ནི་བརྩ་བར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། འདོད་  
 ཆགས་ཡུལ་ལ་སྤྱག་པར་ཆགས་པ་དང་། །ཞེ་སྤང་དང་། །ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་།  
 གཏི་ཟུག་ཟུན་པ་དག་གི་འདམ་རྩ་བ་ཀྱི་དྲི་མས་སྤགས་ཤིང་སྤྲོས་པ་ཉེ་བར་  
 མ་ཞེ་བས་མ་བསྐྱམས་པ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་སྤྱུག་པ་དང་། བྱམས་པ་  
 དང་། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཆུ་དག་གིས་བརྩ་ཞིང་རྣམ་པར་སྤྱང་  
 བར་བྱའོ། །རིམ་པ་དེ་དག་གིས། །དབེན་ཞིང་མི་གཡོ་ཞེ་བ་དང་། །  
 དམིགས་པ་དག་ལ་གཞོལ་བ་དང་། །ལས་སྟུ་རུང་ཞིང་མཉེན་ཤེས་ནས། །

དེ་ལ་ལེགས་པར་བཏང་སྟོམས་བྲ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དབེན་བ་ནི་བཟ་བས་  
 སོ། །མི་གཡོ་བ་ནི་མི་གཡེང་བས་སོ། །ཞི་བ་ནི་ནང་དུ་བསྐྱ་བས་སོ། །  
 དམིགས་པ་དག་ལ་གཞོལ་བ་ནི་དམིགས་པ་མཐའ་དག་ལ་འཇུག་པས་སོ། །  
 ལས་སུ་རུང་བ་ནི་དགའ་མགུར་འཇུག་པས་སོ། །མཉེན་བ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་  
 ཁེངས་པ་མེད་པས་སོ། །སེམས་དེ་ལྟར་བསྐྱེམ་པ་མེད་ཀྱང་ལམ་ལོག་པ་དེ་  
 དག་ཏུ་འགྲོ་བར་མི་འགྱུར་བར་ཤེས་ནས་དེ་ལ་ལེགས་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་  
 གཞག་པར་བྱའོ། །སྒྲོ་བློས་མཉམ་གཞག་འོག་ཏུ་ནི། །ཐ་སྙད་སྒྲོ་ནས་གཟུང་  
 བྱ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་དངོས་པོ་འདི་དག་ལ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་འདི་ལྟར་  
 བརྟག་ །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆེ་དེའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་བློས་མཉམ་པར་གཞག་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་དེའི་འོག་ཏུ་ཐ་སྙད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཟུང་  
 བར་བྱ་བ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞག་པའི་ཆོས་ས་  
 དང་ཆུ་དང་མེ་དང་རླུང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དངོས་པོ་སྤྲ་བ་དང་གཤེར་བ་  
 དང་ཆ་བ་དང་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འདི་ལྟར་  
 བརྟག་པར་བྱའོ། །སྒྲོ་ཡིས་རྣམ་པར་དབྱུང་བ་ན། །འདི་དག་དོན་དམ་ཡོད་  
 དམ་ཅི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་སྒྲོས་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་ན་དངོས་པོ་འདི་དག་དོན་  
 དམ་པར་ཡང་འཐད་དམ་འོན་ཏེ་རི་ལྟར་སྐྱམ་པའོ། །གལ་ཏེ་ཡིན་ན་འདི་དེ་  
 ཉིད། །གལ་ཏེ་གཞན་ན་དེ་བཅའ་བྲ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་དོན་  
 དམ་པར་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་འདི་དག་ཡོད་པར་རིགས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་ནི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཉིད་དོན་དམ་པའི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །



གལ་ཏེ་འདི་དག་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར། འདི་དག་ལས་དོན་དམ་པའི་དེ་  
ཉིད་གཞན་ཡིན་ན་ནི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བ་མེད་པའི་སྒྲོས་དེ་བཙལ་བར་བྱའོ། །  
གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བས་སེམས་གདུངས་པས། །ཞི་བ་ནམ་  
ཡང་རྟོགས་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ནི་པལ་ཆེར་  
ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བས་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གདུངས་པས་ལོག་པར་བརྒྱུད་བ་ལ་  
དམ་དུ་ཉེ་བར་འཇིན་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་གིས་ནི་ནམ་ཡང་ཞི་བ་རྟོགས་པར་  
མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་  
གསུམ་པ།

དེ་ལ་མདོར་བསྡུ་ན། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཆོས་ནི། །ཕྱང་པོ་  
སྒྲེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ནི་རྒྱུ་དང་  
རྒྱེན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་སོ། །འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ནི་སྒྲེ་བ་དང་གནས་  
པ་དང་འཇིག་པ་དང་བྲལ་བ་རྣམས་སོ། །དེ་དག་གྲང་གང་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་  
ཕྱང་པོ་ལྷ་དང་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་ཁམས་བཙེ་བརྒྱུད་པོ་རྣམས་སོ། །  
དེ་དག་གྲང་བཙེ་མ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ནི། ཀྱེ་མ་འདུ་  
བྱེད་མི་རྟག་སྟེ། །སྒྲེ་ཞིང་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། །སྒྲེས་ནས་འགག་  
པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །དེ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་བདེ། །ཞེས་དེ་ལྟར། ཉན་མོངས་  
སྒྲིབ་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་བཞག། །ཅེས་བྱ་བར་

སྐྱར་རོ། །རི་ལྷར་ཞེ་ན། །འཇིག་རྟེན་སྣ་ཚོ་གས་གང་ཡིན་དེ་དག་འདོད་པ་  
 མིན། །ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པའི་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་བྱའི་འདོད་པ་ཡིན། །འཇིག་རྟེན་  
 སྣ་ཚོ་གས་དག་ནི་དེ་ལྷར་གནས་བཞིན་བྱ། །བསྟན་པ་དག་ནི་དེ་ལ་འདུན་པ་  
 འདུལ་བར་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྷར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་བྱུང་བ་  
 མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། འགག་པ་མེད་པ་  
 དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པ་དང་། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 ཞེས་བྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ག་ལ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལྷར་  
 བག་ཆགས་བཅས་པ་ཡི། །ཉོན་མོངས་ཞེས་བྱའི་སྐྱིབ་བྱི་མ། །སྤང་བྱིར་  
 སྤྱིང་རྩེ་ལྷན་རྣམས་ལ། །རབ་ཏུ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། །དངོས་པོ་  
 ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་རགས་པ་སྤངས་ན་དངོས་པོར་འཇིན་པ་སྤ་མོ་དང་  
 བྲལ་བར་སྤོ་བས། དེའི་བྱིར། རགས་བྱིར་དང་པོ་ཁོ་ནར་ནི། །གཟུགས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་བརྟག་པར་བྱ། །དེ་ལ་འང་དང་པོར་འབྱུང་བ་རྣམས། །རི་སྐྱད་བསྟན་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱིས། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། གནས་པ་ཁྱོན་ཆེ་བ་དང་།  
 སྒོ་རྩིང་གི་མའི་གཟུང་བ་ཡིན་པས་རགས་པའི་བྱིར། དང་པོ་ཁོ་ནར་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་བརྟག་པར་བྱའོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དེ་ལ་འང་དང་  
 པོར་འབྱུང་བ་རྣམས་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། རི་སྐྱད་བསྟན་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱིས་ཏེ། །འབྱུང་བ་རྣམས་པས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
 བའི་གཟུགས་རྣམས་ཆ་སྤོ་བས་དེའི་བྱིར། རགས་བྱིར་དང་པོ་ཁོ་ནར་ནི། །  
 འབྱུང་བའི་གཟུགས་རྣམས་བརྟག་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་ཏེ། འདིར་ནི་

ས་ལ་སོགས་པ་དག། རྟོན་དམ་པར་ན་འབྱུང་བ་ཡི། རྡོ་བོ་ཉིད་མིན་བྱས་  
 ཕྱིར་དང་། རྒྱ་ལྡན་སོགས་ཕྱིར་ཤེས་པ་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིར་ནི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་སྐབས་འདིར་རོ། འདིར་ཅི་ཞིག་  
 ཅེ་ན། ས་ལ་སོགས་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏོས་ཆེ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ས་དེ་ཆུ་ལ་སོགས་པ་འོག་མ་དག་གི་  
 དང་པོར་སྒྲོས་པའི་ཡན་ལག་གིས་བསྐྱས་པ་སྤྱིར་བསྐྱ་བའི་དོན་ཏེ། སོགས་  
 པའི་སྤྲས་ཆུ་དང་མེ་དང་རླུང་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱའོ། རྟོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་དོན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་ཏེ། བརྟག་པར་བྱ་  
 བ་དང་གོ་བར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། དམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཆོག་  
 ཅེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་སྤྱི་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པ་ཞེས་བསྐྱ་བ་ནི་དེ་དོན་ཡང་  
 ཡིན་ལ་དམ་པ་ཡང་ཡིན་པས་དོན་དམ་པའོ། ཡང་ན་དམ་པའི་དོན་ཏེ་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་དོན་ཡིན་པས་དམ་པའི་དོན་ཏེ། ཡང་ན་  
 དོན་དམ་པ་དང་མཐུན་པ་སྟེ་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 ཤེས་རབ་ལ་དོན་དམ་པ་དེ་ཡོད་པས་དོན་དམ་པ་དང་མཐུན་པའོ། རྟོན་  
 དམ་པར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པ་དེ་ཉིད་དུ་འང་དོན་དམ་པར་རོ། འབྱུང་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་ཉིད་དུ་འབྱུང་བའམ་གཞན་འབྱུང་བར་བྱེད་པས་འབྱུང་  
 བ་དག་གོ། རྡོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བ་འདི་ཉིད་ས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཡིན་པས་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགག་པ་སྟོན་  
 པའི་སྤྱ་སྟེ། མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། གང་ཞིག་ཅི་ཞིག་མ་ཡིན་ཞེ་ན།

ས་ལ་སོགས་པ་དག་དོན་དམ་པར་ན་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །འདིར་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་དགག་པ་འདི་ནི་མེད་པར་  
 དགག་པའི་དོན་དུ་གཟུང་གི་མ་ཡིན་པར་དགག་པའི་དོན་དུ་ནི་མི་གཟུང་ངོ། །  
 མེད་པར་དགག་པ་དང་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེ་  
 བྱག་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ནི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དགག་  
 པས་དེ་དང་འདྲ་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 གྱེ། དཔེར་ན་འདི་བྲམ་ཟེ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་པས་བྲམ་ཟེ་དེ་འདྲ་བ་དེ་  
 ལས་གཞན་པ་བྲམ་ཟེ་མ་ཡིན་པ་དཀའ་ལྷན་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པས་  
 དམན་པའི་དམངས་རིགས་ཡིན་པར་བསྐྱབས་པ་ལྟ་བུའོ། །མེད་པར་དགག་  
 པ་ནི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅམ་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད་ཀྱི་དེ་དང་འདྲ་བ་དེ་མ་  
 ཡིན་པ་གཞན་ཀྱི་དངོས་པོ་སྦྱབ་པར་མི་བྱེད་པ་གྱེ། དཔེར་ན་བྲམ་ཟེས་ཆང་  
 བུང་བར་མི་བྱེད་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅམ་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་བུང་བ་བུང་ངོ་ཞེའམ་མི་བུང་ངོ་ཞེས་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེས་  
 ན་འདིར་ན་འདྲི་ག་རྟེན་པས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་དོན་  
 དམ་པར་ན་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ཅམ་ཞིག་བྱེད་པར་  
 ཟད་ཀྱི་གཞན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའམ། དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་མི་སྦྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་  
 ཡིན་ལ། དོན་དམ་པར་ན་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་  
 ཆོས་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་བསྐྱས་པ་ནི་ཕྱོགས་ཡིན་ཏེ། རིགས་

པ་ལ་མཁས་པ་དག་ན་རེ་གཞན་ལ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཞེས་  
བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིར་གཞན་དག་གིས་བརྒྱལ་བ་བྱེད་ཅག་གི་སྟོན་པའི་  
ཆོག་ལས་འདི་སྐད་ཅེས། གྱེ་བྲམ་ཟེ་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
ཕུང་པོ་ལྔ་དང་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་ཁམས་བཙེ་བརྒྱད་པོ་དག་གོ་ཞེས་  
བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་གཟུགས་སུ་རུང་བའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ལ། བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཁས་སྦངས་ནས་དེ་  
ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་ན་ཁས་སྦངས་པས་གཞོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་སོ་  
སོར་ངེས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་  
གྲགས་ཏེ། མཐོང་བ་ལས་ལྷག་པའི་ཆོད་མ་གཞན་མེད་ལ། བྱེད་རང་ཉིད་  
ཀྱི་མིག་གིས་ཀྱང་འབྱུང་བའི་དབྱིབས་དང་། གཟུགས་དག་མཐོང་ཞིང་དེའི་  
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རེག་པ་རྩ་བ་པ་དག་ཀྱང་ཆོལ་ལ་འཇིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་  
བྱེད་པ་འཇིག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཉེ་བར་གཟུང་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་དག་  
འགོག་པ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གཞོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་དག་དང་། དེ་དག་གི་སྤྲ་བ་དང་གཤེར་བ་དང་ཆ་  
བ་དང་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དག་ནི་རི་ཁྲོད་པ་དང་  
གདོལ་པ་ཡན་ཆད་ལ་ཡང་གྲགས་ཏེ། དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་  
གྲགས་པའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པས་གྲགས་པས་ཀྱང་  
གཞོད་དོ་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ་དོན་དམ་པར་ཞེས་སམ་བཅས་པའི་བྱུང་  
པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཁས་སྦངས་པ་དང་མངོན་སུམ་དང་གྲགས་པའི་གཞོད་པ་



མེད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདེན་པ་གཉིས་བཀའ་སྒྲུལ་  
 ལ། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། མཚན་ཉིད་རྣམ་  
 བར་གཞག་པ་ཡང་མཛད་ལ། དོན་དམ་པར་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་  
 ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་གོ་ཤི་ཀ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་སྟེ། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའོ། །  
 དངོས་པོ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལ་སོགས་པས་དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱང་མེད་ན་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལྟ་ག་  
 ལ་ཡོད་དེ། དེའི་ཕྱིར་ཁས་སྐྱངས་པས་གཞོད་པ་ཡང་མེད་དོ། །མངོན་སུམ་  
 ཀྱིས་གཞོད་པ་ཡང་མེད་དེ། དུལ་རྣམས་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དབང་  
 པོ་རྣམས་སྒྲུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་  
 བཞིན་དུ་ཡང་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྱ་དང་སྐྱང་མ་དང་སྐྱང་བུ་ལ་སོགས་པ་སྐྱང་  
 བ་ལྟ་བུ་དང་། བྲག་ཅ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་ཡང་མངོན་པའི་ང་  
 རྒྱལ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་གང་ལ་ཅི་ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་ན་དེས་གཞོད་  
 པར་འགྱུར། བྲགས་པའི་གཞོད་པ་ཡང་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ན་  
 མི་ཤེས་པའི་ཡིང་རྟོག་གིས་མདོངས་པ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པར་དབྱེད་པའི་  
 སྐབས་སུ་དེ་ནི་ཞོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བཟླ་པ་དག་ལ་དཔྱུས་ལོང་མ་བཟླ་གས་  
 པ་བཞིན་དུ་མི་རྟོགས་པས་བྲགས་པའི་གཞོད་པ་མེད་དོ། །འོ་ན་དོན་དམ་པ་  
 ནི་གང་དག་སྟོ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 དགག་པ་ནི་ཡི་གེའི་དུལ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དགག་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་

རམ་ཞེ་ན། འོན་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ལ་གཅིག་ནི་མངོན་པར་  
 འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཟག་པ་མེད་པ་  
 སྒྲོས་པ་མེད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པར་  
 འཇུག་པ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་པ་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དག་པ་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ། འདིར་དེ་དམ་  
 བཅས་པའི་བྱེད་པར་ཉིད་བཟུང་བས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་  
 ཕྱོགས་བཞག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འབྱེན་པའི་ཅོ་འདྲི་  
 བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཕྱོགས་ལ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲིང་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེས་ན་ཅོ་འདྲི་བ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཞིག་དེ་ལྟར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིན་མེད་པར་རྣམ་པར་གཞག་གོ། །  
 རིགས་པ་ཅན་དག་གཏན་ཆོག་པ་མེད་པ་ནི་ཆོད་མ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 ལྟར་ཀུན་ཏུ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དམ་བཅས་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་འཁྱུལ་པ་མེད་པའི་ཤེས་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་གཏན་  
 ཆོག་པ་ཉེ་བར་འཇོག་པ་ནི་བྱས་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་པར་བསྐྱབས་པའོ། །དེའི་དངོས་པོ་ནི་  
 བྱས་པ་ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆོག་པ་  
 ཀྱི་དོན་དུ་ཕྱིར་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །འོ་ན་གཏན་ཆོག་པ་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 མངོན་པར་གསལ་བ་སྒྲུབ་པ་ལ་འདི་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྐབས་འདི་  
 ཉིད་དུ་འོག་ནས་མངོན་པར་གསལ་བ་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་སྒྲིན་མེད་

དོ། །མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་བསྟན་པ་ནི་གང་དང་གང་བྱས་  
 བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཤེས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །ཤེས་པ་རི་ལྟར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། མཐོ་རིས་དང་བྱང་གོལ་  
 ལ་སོགས་པའི་རྟོག་གཤམ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་ཤེས་པ་  
 ཡང་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་པ་ཡང་  
 མེད་པར་དགག་པའི་དོན་ཉིད་དང་སྒྱུར་རོ། །ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་  
 འདིར་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལས་ལྟོག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་མ་བསྟན་པ་ནི་འདིར་  
 སྒྲོ་བར་འདོད་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཁོ་ནའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །  
 ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པར་བད་ཀྱི། དེ་དང་  
 མི་མཐུན་པའི་དངོས་པོ་གང་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་གཞན་རྒྱལ་སྟན་ཅམ་ཡང་  
 མེད་པས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་དེས་ན་མི་མཐུན་པའི་  
 ཕྱོགས་ལས་ལྟོག་པའི་དཔེ་དང་གཏན་ཆིགས་བསྟན་པ་མ་བྱས་སོ། །གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་རྣམ་གངས་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་ལྷན་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྒྲུས་ཏེ། རྒྱ་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་དང་ལྷན་པའོ། །  
 རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་དངོས་པོ་ནི་རྒྱ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དོ། །སོགས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་སྒྲུས་ནི་དངོས་པོ་ཉིད་དང་། ཤེས་བྱ་ཉིད་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་གཞན་དག་ཀྱང་གཟུང་ངོ། །འདིར་ཡང་རྒྱ་  
 དང་ལྷན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དུ་  
 ཕྱིར་ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། གང་དང་གང་རྒྱ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་ཉིད་

དང་། ཤེས་བྱ་ཉིད་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 དང་དེ་ནི་འབྲུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ས་ལ་སོགས་པ་དག་གྲང་དོན་དམ་པར་ན་འབྲུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་འདིས་ཆད་མ་ཐམས་ཅད་  
 གྲང་རྣམ་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །འདིར་གང་དག་གོ་སྤྱོད་བ་དང་རྣམ་པར་  
 བཤད་ཟིན་པའི་དོན་དེ་དག་ནི་འོག་ནས་གྲང་ཡི་གི་མངས་ཀྱིས་དོགས་ནས་  
 རྣམ་པར་མི་འཆད་དོ། །སྦྱིར་དགག་པ་བསྟན་ནས་དེ་དག་གྲེ་བྲག་ཏུ་དགག་  
 པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ས་ནི་སྤྱི་བའི་ངོ་བོ་མིན། །འབྲུང་བ་ཉིད་ཕྱིར་རྒྱུང་བཞིན་  
 ནོ། །ས་ཡི་ལས་ནི་འཇིན་མ་ཡིན། །བྲས་པ་ཉིད་ཕྱིར་རྒྱུ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་ཏེ། འཇིག་རྟེན་དང་ཆོས་མངོན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་ལས་སའི་མཆོན་ཉིད་ནི་སྤྱི་བ་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་ནི་བརྟན་པར་  
 བྱེད་པར་བསྟན་པས་དེ་དག་དགག་པའི་ཕྱིར་ཆད་མ་རྣམ་པ་གཉིས་ཉི་བར་  
 བཀོད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་རྒྱུ་དང་མེ་དང་རྒྱུང་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་ས་ཞེས་བྱ་  
 བ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དག་ལས་སའི་  
 མཆོན་ཉིད་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བཀར་ཏེ་བསྟན་པར་ནི་ངེ་ལྟར་ཡང་མི་རྒྱས་ལ།  
 ལས་ཀྱི་གྲེ་བྲག་གྲང་དེ་བཞིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་དབྱུང་བ་ན། མེད་གྲང་གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་དུ། །ས་ཡི་དངོས་ཉིད་སྤྱི་སྒྲུལ་  
 ན། །རྣལ་འབྱོར་པ་དག་དེ་ལ་ནི། །འབྲུང་དང་འབྱེད་བ་མི་རིགས་སོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་མཆོན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་

པར་སེམས་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་དག་ས་ལ་ཆུ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་དུ་འབྱུང་  
 བ་དང་འོག་དུ་འབྱེད་བ་དག་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་བསམ་གཏན་གྱི་མཐུས་  
 སྤྱི་བ་ཉིད་ཀྱང་གཤེར་བ་ཉིད་དུ་བསྐྱར་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་པ་  
 ཡི་བསམ་གཏན་མཐུས། །ས་ནི་གཤེར་བ་ཉིད་མི་རིགས། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་  
 ན། རོ་བོ་ཉིད་ལ་འབྱུར་མེད་སྤྱིར། །ཡང་ན་དེ་ཉིད་སྤྱི་མ་ཡིན། །རོ་བོ་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། འབྱུར་བ་མེད་པ་ཡིན་པས་སྤྱི་མ་ཀྱང་  
 རྣམ་ཡང་གཞན་དུ་བསྐྱར་བར་མི་རྣམས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ན་གལ་ཏེ་རྣམ་  
 འབྱོར་པ་དག་གིས་སའི་སྤྱི་བ་ཉིད་གཞན་དུ་བསྐྱར་དུ་རུང་ན་ནི་དེའི་རོ་བོ་སྤྱི་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རི་ལྟ་བུར་རུང་བར་འབྱུར། དེ་བཞིན་ཆུ་དང་མེ་རླང་  
 དག་ །གཤེར་ལ་སོགས་པའི་དངོས་ཉིད་མིན། །དེ་དག་ལས་ཀྱང་སྤྱད་པ་  
 དང་། །སྤྱིན་དང་གཡོ་བར་བྱེད་མི་རིགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ཀྱང་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་བ་དང་གཤེར་བ་དང་ཆ་བ་དང་ཡང་བ་ཉིད་ཡོད་པས་  
 དེ་དག་གི་རང་གི་མཆན་ཉིད་འབའ་ཞིག་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་བསྟན་པར་  
 དགའོ། །ལས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ལ་ཆ་མཉམ་པར་ཡོད་དེ་ཁ་ཅིག་ལ་ལྷག་  
 པར་སྤྱང་བ་ནི་རྣམ་པར་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་དག་  
 གི་རྒྱལ་སྤྱི་རབ་ཀྱང་འདུས་པའི་རོ་བོ་ཉིད་དེ། ས་དང་ཆུ་དང་མེ་དང་རླང་དང་  
 གཟུགས་དང་རི་དང་རོ་དང་རེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་བསྐྱེད་འདུས་པ་ཡིན་  
 པས་དེའི་སྤྱིར་གང་གིས་སོ་སོ་ལ་རོ་བོ་ཉིད་དང་ལས་རྣམ་པར་གཞག་པར་



བྱ་བའི་མཆན་ཉིད་འབའ་ཞིག་པ་ནི་གང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ལས་འབའ་  
 ༡ ཞིག་པ་ཡང་གང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དག་པར་ན་དེ་དག་འབྱུང་  
 བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་བཞིན་དུ་ཡང་གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་སེམས་ན།  
 རྣལ་འབྱོར་པ་དག་གཏིང་དང་པ་རོལ་གྱི་ཐུ་མེད་པའི་ཚུ་ལ་སའི་སྒྲིང་བཞིན་  
 དུ་རྒྱ་བ་དང་། རྣམས་མེས་མཆེད་པ་ཡང་བ་མོ་དང་ཐུ་ཏིག་ལྟར་བསེལ་བ་  
 ཉིད་དུ་བྱེད་པ་དང་། བྲག་གི་ཅེ་མོ་རྣམ་པར་འཛོམས་པའི་རྣམ་པར་འཐོར་  
 རྒྱུད་དག་གྲང་སོར་མོའི་ཅེ་མོས་མི་གཡོ་བར་བྱེད་པ་དག་རི་ལྟར་རུང་སྟེ།  
 དེའི་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་གྲང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ལས་གྲང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 སྤྱད་པ་ནི་གཟུངས་བྱེད་པའོ། །སྒྲིན་པ་ནི་ངོ་བའོ། །གཡོ་བ་ནི་འགྲུལ་བ་  
 ༢ ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །འདི་ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲིས་པ། རྒྱ་འབྱུལ་དང་ལྡན་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་སེམས་མཉམ་པར་གཞག་པའི་མ་ཐུའི་བྱེ་བྲག་གིས། དངོས་པོ་  
 ཐོགས་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམས་རྣམས་ལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འདོད་པ་དག་ཏུ་  
 ༣ འགྲོ་བ་འགྲུབ་པར་བྱེད་གྱི། དངོས་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐོགས་པར་མི་  
 ༤ འགྱུར་བ་ཡིན་ན་ནི་རྒྱ་འབྱུལ་དང་ལྡན་པ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་ལངས་  
 པ་དང་། སྟོག་ཆགས་གཞན་དག་གྲང་རང་གི་གནས་ལ་སོགས་པ་ན་གནས་  
 པར་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་ཐོགས་པར་ཡང་མཐོང་བས་དེའི་ཕྱིར་དངོས་  
 པོ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཡོངས་  
 ༥ ཐུ་རྟོག་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་པ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་ལངས་པ་དག་གི་མོས་

པའི་དབང་གིས་ན་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཡང་ལུས་ལ་ཐོགས་པ་ཁོ་ནར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་རུང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མོས་པའི་མཆན་མ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་མཁར་འདུ་ཤེས་པ་ལྷན་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་ཀ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཐོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེལ་ལ་སོགས་པའི་སྒྱུར་  
 རུལ་དག་ལ་ཆུར་འདུ་ཤེས་པ་ཡང་ལོག་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་  
 བཤད་པ། མོས་པ་ཡང་གཞན་ལ་འདོད་པའི་བྱད་པར་ཡང་གཞན་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཏེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པའི་མོས་པས་བད་པར་རྣམ་  
 མཁའ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ས་དང་ཆུ་དང་མེ་དང་རླུང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་རྣམ་མཁའ་ཁོ་ནར་མོས་པར་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་འབའ་ཞིག་ལ་དེ་  
 ལྟར་སྒྱུར་བར་བད་གྱི། གཞན་སྤྱུ་ལ་ཡང་མི་སྒྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། དངོས་པོ་  
 གཞན་དག་རྣམ་མཁའ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པའི་བྱད་  
 པར་གྱིས་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མ་ཐུས་ས་ཡང་གཤེར་པ་ཉིད་དུ་  
 བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། མོས་པ་ཅམ་དུ་མ་བད་དེ། ཅིག་པ་དང་ར་བ་དང་རི་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཐལ་བྱུང་དུ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འགོ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཆུ་  
 ཡང་སྤྱ་བ་ཉིད་དུ་བྱེད་དེ། ཆུ་ལ་ཡང་ས་ལ་བྱ་བ་བཞིན་དུ་མི་འགྱུར་བར་  
 འགོ་བའི་ཕྱིར་དང་། མེ་ཡང་བསིལ་བ་ཉིད་དུ་བྱེད་དེ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
 བའི་བསྐྱེད་བྱ་འབར་བ་དག་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རླུང་གི་གཡོ་བ་  
 ཡང་ཐོགས་པར་བྱེད་དེ། རྣམ་པར་འཐོར་རླུང་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རླུང་  
 གི་དགྱིལ་འཁོར་དག་ཀྱང་སོར་མོ་གཅིག་གིས་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

།འདོད་པའི་བྱད་པར་གྱིས་ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་ཐོགས་པ་མེད་  
 པར་སྟོན་པར་ཡང་བྱེད་དེ། རི་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་བདག་ཉིད་སྤྱང་བཟེད་  
 དང་། ཆོས་གོས་དང་། ཡོ་བྱད་དག་དང་བཅས་བཞིན་དུ་ཐོགས་པ་མེད་  
 པར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་གཞན་དག་གི་ཁོ་ན་སྟོན་ཏེ། དཔེར་  
 ན་ཡི་དགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆུ་ལ་སོགས་པ་སྦྱིན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་  
 རང་དང་གཞན་གཉི་ག་སྟོན་ཏེ། དཔེར་ན་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བའི་མེ་འབར་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་མོས་པ་ཅམ་ཁོ་ནར་  
 ཟད་ན་ནི་དངོས་པོ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བས་མེད་པ་དང་བ་ཡང་ཞི་བར་མི་  
 འགྱུར་ལ། སྐྱོམ་པ་ཡང་ངོམས་པར་མི་འགྱུར་བའི་རིགས་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཤེལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱང་རྒྱལ་དག་ལ་ཆུར་འདུ་ཤེས་པ་ནི་ལོག་པ་  
 ཡིན་པས་དཔེར་མི་རུང་ངོ་། །ཟད་པར་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་དག་དོན་  
 དམ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ཡང་ས་ལ་སོགས་པ་དོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་  
 མི་འགྱུར་བོ། །ཁ་ཅིག་ །འབྱུང་བ་མཁའ་རྒྱང་མེ་ཆུ་ས། །ཡོན་ཏན་དག་ནི་  
 ལྷག་པ་ཡིན། །སྤྱད་རེག་པ་གཟུགས་དང་རོ། །དྲི་དང་དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བར་འདོད་པས་དེ་དག་ག་པའི་ཕྱིར། རྒྱང་ལ་སོགས་པ་ཀུན་  
 རྫོབ་ཏུ། །ཡོན་ཏན་མཉམ་པར་མི་འདོད་མིན། །ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་དམིགས་  
 ཕྱིར་དང་། །འབྱུང་བ་ཡིན་ཕྱིར་ས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། རྒྱང་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཐམས་ཅད་ཡོན་ཏན་ཆ་མཉམ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། །འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་

ཕྱིར་དཔེར་ན་ས་བཞིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་  
 བར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལ་ལ་ཡོན་ཏན་ཁ་ཅིག་ཤས་ཆེ་བ་ཡོད་དོ། །  
 ལ་ལ་ཡོན་ཏན་ཁ་ཅིག་བག་ལ་ཞ་སྟེ། ཏ་ཅང་ཆ་སྤྱ་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་བཟུང་  
 བར་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་  
 ཡིན་ལ། རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་ཡང་འདོད་དེ། འདི་ལྟར་གང་རྩལ་སྤྱ་རབ་  
 ཏུ་བཞིག་ཀྱང་དེའི་སྒྲོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། ས་ལ་སོགས་པ་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་  
 མིན། །ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་མིན་མེད་ཕྱིར། །གང་དག་ངེ་སྒྲིད་བསྟན་པ་  
 དེ། །རྩམ་སྤྱ་ཡོད་མ་མཐོང་ནགས་ཆལ་བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་ས་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩལ་སོགས་པའི་ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་  
 མ་གཏོགས་པར་ས་ཞེས་བྱ་བ་དམིགས་སྤྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཆོགས་  
 པའི་ཡན་ལག་མ་བཟུང་ན་གཟུང་དུ་མེད་པ་དེ་ནི་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་ནགས་ཆལ་བཞིན་ནོ། ། ཞིང་རྒྱ་བ་དང་སེང་ལྷེང་དང་། བ་ལ་ཤ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་གཏོགས་པར་ནགས་ཆལ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་དུ་མེད་པ་བཞིན་  
 ནོ། །འདུས་པ་ལ་ནི་ནགས་ཆལ་ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་སྤྱ་རུང་ངོ། ། གང་  
 གི་ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པ་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དེའི་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱང་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། འཇིག་  
 པའི་ཕྱིར་ནགས་ཆལ་གྱི་སྒྲོ་བཞིན་པས་དེའི་ཕྱིར། ས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གྱི་  
 སྒྲོ། །དེ་ཡང་རྩམ་སྤྱ་ཡོད་མ་ཡིན་འདོད། །རྩལ་དང་བཅས་ཕྱིར་འཇིག་པའི་

ཕྱིར། །ནགས་ཆེལ་ལ་སོགས་སྟོབ་ཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་སོ། །སྤྲི་  
 གནས་དང་བྱེད་པ་དང་། རྩོལ་བ་དག་ལས་མངོན་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་གང་  
 གིས་ས་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པའི་སྤྲ་དེ་ཡང་། ས་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་སྤྲ།  
 བརྗོད་པ་རྩས་སུ་མི་འདོད་དེ། །མཉན་པ་ཡིན་ཕྱིར་དམག་ལ་སོགས། །སྟོན་  
 པའི་སྤྲ་དག་མི་འདོད་བཞིན། །འདིར་བྱེ་བྲག་པ་དག་ཕྱིར་སྟོག་པར་བྱེད་དེ།  
 གང་དག་ལ་ནགས་ཆེལ་དང་དམག་ལ་སོགས་པ་རྩས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དེ་དག་ལ་སྟོན་འདི་ལྟ་བུར་འབྱུང་རྟེ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཆོག་ལས་སྤང་བ་རྣམས་  
 གྱི་རྩས་ཞེས་འབྱུང་བས་ནགས་ཆེལ་ལ་སོགས་པ་དག་རྩས་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ན་ཤིང་བ་ལ་ཤ་ནགས་ཆེལ་རྩོམ་པ་ནི་སྤང་  
 པ་དང་བཅས་པས་ཤིང་པན་ད་ན་དང་ལྟན་ཅིག་སྦྱོར་བར་འབྱུང་རོ། །ཤིང་  
 པ་ལ་ཤ་དང་པན་ད་ན་གཉིས་ཀྱང་སྤང་བ་དང་བཅས་པས་ཤིང་རྟ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་སྦྱོར་བར་འབྱུང་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤང་པོ་ཆེ་དམག་  
 རྩོམ་པ་ན་ཡང་སྤང་བ་དང་བཅས་པས་རྟ་དང་ལྟན་ཅིག་སྦྱོར་བར་འབྱུང་བ་  
 སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་གཉིས་དང་སྤང་བ་དང་བཅས་པས་ཤིང་རྟ་ལ་སོགས་པ་དང་  
 ལྟན་ཅིག་སྦྱོར་བར་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་ནགས་ཆེལ་དང་དམག་ལ་སོགས་  
 པ་དག་རྩས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བྱེད་གྱི་དཔེ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བས་སྟོང་པས་  
 དཔེ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གྲངས་ཅན་དག་ཀྱང་འདི་སྤྲ་ཅས་ཟེར་རྟེ།  
 གྲངས་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་རྟེ། དེས་པའི་གྲངས་ནི་གཅིག་བྱ་བའོ། །མ་དེས་  
 པའི་གྲངས་ནི་ཉི་ཤུ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་གང་གི་ཆེ་མ་དེས་པ་རྩས་དུ་



མ་དག་ལ་ངེས་པའི་གངས་སུ་འབྱུག་པ་དེའི་ཆེན་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་པས། རྒྱལ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གྲང་རྩལ་སུ་ཡོད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གངས་དང་ལྗན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒོ་དང་སྒྲ་ཡང་  
 རྩལ་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར། རྒྱལ་མཁའ་གྱི་སྒོ་དང་སྒྲའི་དཔེ་  
 དག་ས་ལ་སོགས་པ་རྩལ་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་དཔེར་མི་རུང་ངོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་གྱེ་བྲག་པ་དག་ལ་སྒྲིན་འདོགས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བལ་ཤ་བན་རྩ་ལ་སོགས་པ། །རྒྱལ་མཁའ་རྩལ་པ་  
 ཡིན་མི་འདོད། །རྩ་ལྗན་ལ་སོགས་གཏན་ཆིག་གྱིས། །དཔེར་ན་རྩ་བ་ལ་  
 སོགས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་ཏེ། ཤེང་བ་ལ་ཤ་དང་བན་རྩ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ནི་རྒྱལ་མཁའ་རྩལ་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། རི་ལྟར་བ་ལ་ཤ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་རྒྱལ་མཁའ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་ཡན་  
 ལག་ནི་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་པར་འདྲ་བཞིན་པ་  
 ལས་པ་ལ་ཤ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱལ་མཁའ་རྩལ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རྩ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་གཏན་ཆིག་གྱི་བྱེད་པར་  
 ཅི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་བ་ལ་ཤ་དང་བན་རྩ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་རྒྱལ་མཁའ་  
 རྩལ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྩ་དང་ལྗན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིག་གྱིས་ཏེ། དཔེར་ན་རྩ་བ་དང་སྒྲོང་བྱ་དང་  
 ལོ་མ་དང་འདབ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་སྒྲས་པ། ཤེང་རྩ་བ་དང་།  
 བ་ལ་ཤ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱལ་མཁའ་ཡན་

ལག་ཅན་སོ་སོའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ལྟར་ངེས་པར་གཟུང་དུ་བུང་སྟེ། ཡན་  
 ལག་དེ་དག་མེད་པར་ཡན་ལག་ཅན་ནགས་ཆལ་དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། དེའི་ཕྱིར་པ་ལ་ཤལ་སོགས་པ་ནི་ནགས་ཆལ་རྩོམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
 རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བཤད་པ། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ནགས་  
 ཆལ་ནི། །པ་ལ་ཤལ་སོགས་བརྩམས་མིན། །དེ་དག་རེ་རེར་མ་རྩོགས་  
 ཕྱིར། །ཡལ་ག་ལ་སོགས་གང་ཡིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་ཡན་ལག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཅན་ནོ། །ཡན་ལག་  
 ཅན་གྱི་ནགས་ཆལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་པ་ལ་ཤལ་སོགས་པས་བརྩམས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་དམ་བཅའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། པ་ལ་ཤལ་སོགས་པ་དེ་དག་རེ་  
 རེ་ལ་ནགས་ཆལ་དེ་མ་རྩོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་ཡལ་ག་དང་ཡལ་ག་  
 ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ནགས་ཆལ་ཞེས་བྱ་བ་མ་  
 རྩོགས་པའི་ཕྱིར། །ནགས་ཆལ་དེ་ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་  
 བརྩམས་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་པ་ལ་ཤལ་སོགས་པ་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་  
 ཡང་ནགས་ཆལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མ་རྩོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་དེ་དག་གིས་བརྩམས་  
 པ་མ་ཡིན་པར་བྱུང་བས་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་པ་དག་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། ། དེའི་ཕྱིར་བྱེ་བྲག་པ་དག་གི་ཕྱོགས་ལ་དཔེའི་སྒྲོན་ཡང་མི་འཐད་  
 ནོ། །གཉིས་པ་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་རི་ལྟར་དཔེའི་སྒྲོན་མེད་པ་དེ་དེ་  
 ལྟར་འདི་བརྗོད་དེ། །ནགས་ཆལ་སྒྲིན་མི་མ་ངེས་པ། ། དུ་མའི་རྗེས་གངས་  
 འཇུག་པ་ཡིན། །ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བརྟག་ཕྱིར། །བུམ་བཟང་ལ་སོགས་

སྒྲོབ་འཁོར་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ནགས་ཚལ་གྱི་སྒྲོ་ནི་བ་ལ་ཤ་ལ་སོགས་པ་མ་  
 དེས་པ་དུ་མའི་རྣམས་ཀྱི་གྲངས་བརྗོད་པ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དམ་  
 བཅའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བརྟག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བའི་གཏན་ཚིགས་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་།  
 ཟངས་དང་། སྒྲོ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ལ་སོགས་པར་དེས་པར་གྲངས་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྒྲོབ་འཁོར་ནོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ས་ལ་སོགས་  
 པ་དག་མཚན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་རྣམས་སྒྲུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 གནས་སོ། །ལྷང་གི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ནང་གི་སའི་ཁམས་  
 གང་ཡིན་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་སའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པས་གཉིས་སྒྲུ་མེད་པའི་དོན་དང་། གཉིས་སྒྲུ་མེད་པ་དང་། གཉིས་  
 སྒྲུ་བྱར་མེད་པ་དང་། འདི་ལྟ་སྟེ། མཚན་ཉིད་མེད་པར་མཚན་ཉིད་གཅིག་  
 པར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ཅིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ། སྒྲོ་ཡིས་རྣམས་པར་དབྱེད་པ་ན། །གང་ཕྱིར་དངོས་ཉིད་གཟུང་མེད་  
 བ། །དེ་ཕྱིར་དབྱེད་བ་མེད་པ་དང་། །དངོས་ཉིད་མེད་པར་ང་སྒྲོའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །འདིར་ཚེས་མངོན་པ་བ་དག་གིས་སྒྲུས་པ། འབྱུང་བའི་བྱེ་  
 བྲག་རྣམས་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་རྒྱུར་བྱས་ནས་ཁ་  
 རོག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་རྣམས་པ་ཉི་ཤུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། འདི་ན་གང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ནི་དེ་རྒྱུར་བྱས་ནས་ཅི་ཡང་མི་འབྱུང་སྟེ།  
 དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་དག་བཞིན་ནོ། །འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པ་ལས་ནི་

ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་གང་མིག་གིས་གཟུང་  
 བར་བྱ་བ་དག་འབྱུང་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་དོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཀུན་རྟོག་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་དེ་ཡོད་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་བྱིས་པ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་མ་དང་སྒྲིག་རྒྱ་དང་། རི་ཟའི་གྲོང་  
 ཁྲེང་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ལྟ་བ་རྣམ་པར་སྤོངས་ལ། འཕགས་པ་  
 རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་འདིག་ཏེན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམ་  
 མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་དང་། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་དང་།  
 ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པ་  
 དག་ཀྱང་རེ་ཞིག་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་། ཐོགས་པའི་འདུ་ཤེས་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱབ་ཅིང་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་དང་། ཐེལ་བྱིས་  
 གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། ཟད་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དག་བསྒྲོམ་པ་གོམས་  
 པར་མཇུག་ཏུ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྟོང་བར་འགྱུར་ན། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་བསྐྱལ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་དངོས་པོའི་རང་  
 གི་དོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྒྲོམས་པ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་  
 པ་མེད་པ་བསྒྲོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་གཟུགས་སུ་འདྲིན་  
 པར་འགྱུར་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཏེ། དེ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་བཤད་པ། གང་ཕྱིར་གཟུགས་ནི་དོན་དམ་དུ། །མིག་གི་དབང་པོའི་  
 གཟུང་བ་མིན། །བསགས་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྐྱ་བཞིན་དང་། །འབྱུང་ལས་གྱུར་

ཕྱིར་དེ་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་མིག་གི་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་ནི་དོན་དམ་  
 བར་ན་མིག་གི་དབང་པོའི་གཟུང་བ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་དམ་བཅའོ། །མིག་ཅེས་  
 བྱ་བ་ནི་བལྟ་བའི་ཕྱིར་མིག་སྟེ། དོན་རྣམས་གསལ་བར་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །དབང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུས་པ་འདི་ལས་རང་གི་ཡུལ་གྱི་  
 བྲག་ཏུ་འབྱེད་པའི་སྒོ་ནས་དབང་བྱེད་པས་དབང་པོའོ། །གཟུགས་ནི་དེས་  
 གཟུང་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བསགས་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་བརྒྱད་བསགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དཔེར་ན་སྤྱོད་བཞིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་སྤྱར་རོ། །ཡང་ན་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྤྱོད་དེ་ཉིད་  
 བཞིན་ཏེ། གཟུགས་དང་སྤྱོད་གཉི་ག་བསགས་པ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་འདྲ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ནི་མིག་གི་ཡུལ་ཡིན་ལ། སྤྱོད་ནི་མ་  
 ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་བྱེད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཡང་རྣམ་གངས་གཞན་དུ་ན། གཟུགས་ནི་མིག་གིས་  
 གཟུང་མིན་ཏེ། །འབྱུང་ལས་གྱུར་ཕྱིར་རང་གཟུགས་བཞིན། །བདེ་ལ་  
 སོགས་འབྱུང་རྒྱ་ཕྱིར་དང་། །བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་རོ་སོགས་བཞིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ། གཟུགས་ནི་མིག་གིས་གཟུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་རང་གི་གཟུགས་བཞིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་ཏེ། བྱེད་ཀྱི་ལུང་ལས་  
 གཟུགས་གང་ཡིན་པ་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་མིག་གི་ཡུལ་ཡིན་ཅོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་རང་གི་གཟུགས་དང་གཞན་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་  
 རྣམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ། དེ་ལ་འདིར་ནི་གཞན་གྱི་གཟུགས་ཆོས་ཅན་ཉིད་



དུ་གཟུང་ངོ། །དེ་མིག་གིས་གཟུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཚས་སོ། །  
 འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །  
 རང་གི་གཟུགས་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་སྟེ། འདི་ལྟར་མིག་གི་རང་གི་  
 གཟུགས་ནི་ཟུངས་འཛིན་འདབ་མ་ལྟར་སྟོན་པ། འབྲས་བུ་ཅུང་ཟད་བཟ་བ། རྩི་  
 མ་བུང་བའི་ཆོགས་ལྟར་གནག་ཅིང་མངེས་པས་བཀའ་བ། མིག་སྒྲན་གྱི་  
 རྩལ་མངེས་པས་མདོག་བསྐྱར་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་མིག་གི་གཟུགས་ཀྱང་  
 མིག་ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་བ་མ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་གཟུགས་ཀྱང་  
 མིག་དེས་གཟུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་རོ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གཟུགས་ལུལ་གྱི་དངོས་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པས་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིག་ཀྱང་ལུལ་ཅན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པ། དེ་དག་གི་སྒྲ་ཡང་དེ་དག་བརྗོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་རྒྱར་  
 བྱས་ནས་གཟུགས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཏེ་དོན་མ་  
 བྱལ་བ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་གཟུགས་ནི་འབྱུང་འགྱུར་མིན། །  
 འབྱུང་ཕྱིར་མེ་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །རྒྱ་ལྡན་ལ་སོགས་གཏན་ཆིགས་  
 ཀྱིས། །ཡང་ན་སེམས་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་ཏེ། གཟུགས་  
 ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་མེ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ཏེ་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ནི་འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་མདོན་  
 པར་བྱལ་བའོ། །དེ་ཡང་འབྱུང་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ལ་

སོགས་པའི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱིས་འབྱུང་བའི་རང་གི་གཟུགས་བཞིན་ནམ།  
 ཡང་ན་སེམས་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་མ་གཏོགས་པར་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་  
 དམིགས་སུ་མེད་དེ། འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 འབྱུང་བ་དག་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་འདིའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་  
 རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །དེས་ནི་ཁ་དོག་  
 དབྱེ་བས་དང་ནི། །བསགས་དང་སྤྱད་དང་རགས་སོགས་ཀྱི། །དབྱེ་བས་  
 གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དག རི་སྟེང་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་རྣམས། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ། ཁ་དོག་གི་གཟུགས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྒོན་པོ་དང་། སེར་པོ་  
 དང་། དམར་པོ་དང་། དཀར་པོ་ལོ། །དབྱེ་བས་ཀྱི་གཟུགས་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་  
 དེ་ཐུང་དུ་དང་། རིང་པོ་དང་། ལྷན་པ་དང་། བྱ་བཞི་དང་། མཉམ་པ་དང་།  
 མི་མཉམ་པ་དང་། མཐོན་པོ་དང་། དམའ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །བསགས་  
 པ་ནི་རྩལ་སྤྱད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་བསགས་པའོ། །སྤྱད་པ་ནི་སྒོ་མ་དང་  
 ཡུངས་ཀར་ལ་སོགས་པའོ། །རགས་པ་ནི་རི་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ཐག་རིང་བ་དང་ཉེ་བ་དང་། ལྷ་དང་། མི་དང་། ངན་པ་དང་། བཟང་པོ་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བས་རྩལ་སྤྱད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རི་  
 སྟེང་གཞན་དག་གིས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་རྣམས། རི་ལྟར་རིགས་པའི་སྒྲོར་  
 བ་ཡིས། །བཀག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་  
 ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཟུགས་ནི་ཁ་དོག་མིན། །འབྱུང་ཕྱིར་མེ་ལ་སོགས་པ་

བཞིན། །རྒྱ་ལྡན་ལ་སོགས་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱིས། །ཡང་ན་སེམས་བཞིན་  
ཞེས་པར་བྲ། །ཞེས་ངེ་ལྟར་རིགས་པའི་སྒྲོར་བས་བཀག་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་  
པར་བྱའོ། །སྒྲ་དང་ངི་དང་རོ་དང་རེག །དགག་པའི་ཚུལ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་བྲ་བ་ལ་སྒྲ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཟིན་པ་དང་། མ་ཟིན་པ་དང་གཉི་གའི་  
འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ངི་ཞེས་  
པ་དང་། ངི་མི་ཞེས་པ་དང་། ངི་མི་མཉམ་པའི་བྲེ་བྲག་ལས་སོ། །རོ་ནི་རྣམ་  
པ་བྲག་སྟེ། མངར་བ་དང་། སྒྱར་བ་དང་། ཁ་བ་དང་། ལན་ཚུ་དང་། ཆ་བ་  
དང་། བསྐྱ་བ་ཞེས་བྲ་བའོ། །རེག་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་སྟེ། ལྷེ་བ་དང་།  
ཡང་བ་དང་། གང་བ་དང་། འཇམ་པ་དང་། རྩབ་པ་དང་། བཀའ་པ་དང་།  
སྒྲོམ་པ་དང་། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དག་གི་བྲེ་བྲག་ལས་སོ། །དེ་དག་  
དགག་པའི་ཚུལ་ཡང་དེ་ཡིན་ཏེ། ངེ་ལྟར་ཞེ་ན། གང་ཕྱིར་སྒྲ་ནི་དོན་དམ་  
དུ། །རྣ་བའི་དབང་པོའི་གཟུང་བ་མིན། །བསགས་ཕྱིར་དཔེར་ན་གཟུགས་  
བཞིན་དང་། །འབྱུང་ལས་གྱུར་ཕྱིར་དེ་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་ངེ་ལྟར་རིགས་  
པའི་སྒྲོར་བ་དེས་བཀག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བཞི་པ།

འདིར་སྒྲས་པ། གཟུགས་ནི་མིག་གི་ཡུལ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། བྲེད་པ་པོ་  
དང་ལས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་རལ་གྱིས་བཅད་པ་གཙོད་པ་

བཞིན་ནོ། །མིག་ལ་ཡང་བྱེད་པ་པོའི་ཐ་སྙད་ཡོད་དེ། མིག་གིས་གཟུགས་  
 རྣམས་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཟེར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་བལྟ་བར་བྱ་བ་གཟུགས་ནི་  
 ལས་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཟུགས་ནི་མིག་གིས་བལྟ་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 པས་དེ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་མིག་བྱེད་པ་པོ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་འཐད་ན་ནི་གཟུགས་ཀྱང་ལས་ཡིན་པར་འགྱུར་གང་ན། དེ་ནི་  
 མི་འཐད་དོ། །རྗེ་ལྟར་མི་འཐད་ཅེ་ན། མིག་གི་དབང་པོ་དོན་དམ་དུ། །  
 གཟུགས་ལ་བལྟ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ལས་གཞན་  
 སྤྱིར། །དཔེར་ན་རི་ཡི་དབང་པོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་  
 ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མིག་དེ་ལ་བལྟ་བའི་མཐུ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་གཉིད་ལོག་པ་  
 དང་ཕྱོས་པ་དང་ཤི་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་དག་དང་། ཟུན་ཁུང་  
 དང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ཐམས་ཅད་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མི་  
 མཐོང་ན་ནི་དེ་ལ་བལྟ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོད་མ་རྣམ་པར་  
 བཞག་གོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན་ནི། དཔུས་ལོང་གིས་  
 ཀྱང་གཟུགས་མཐོང་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མིག་མ་ཉམས་པས་  
 ཡིད་གྲིས་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་མིག་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པའི་མིག་གིས་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན་དེ་  
 ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཀུན་གྱང་འདོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་མིག་འབའ་ཞིག་  
 བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་གྱི། མཐོང་བའི་གཟུགས་དང་སྒྲིང་བ་དང་ནམ་མཁའ་དང་  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཚོགས་པ་ལ་རག་ལུས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་མིག་འབའ་ཞིག་

བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་བསྟན་དགའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 ལས་ཀྱང་ག་ལ་ཡོད་པས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །གང་  
 དག་ཆོགས་པ་ལས་བཟླ་བའི་བྱ་བ་སྐྱེ་བས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་བཟླ་བའི་  
 རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བཟླ་བའི་བྱ་བ་སྐྱེས་པའི་མིག་  
 གིས་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་རབ་རྒྱ་བཤད་པ།  
 ཡང་ན་མིག་ནི་དོན་དམ་དུ། །གཟུགས་ལ་བཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །རྣམ་ཤེས་  
 དངོས་མེད་མི་སྐྱེའི་ཕྱིར། །པགས་པ་དག་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཆིག་གི་དོན་ནི་གང་གི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་པར་བཟླ་བའི་བྱ་བ།  
 མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་མིག་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། ། ཆོས་  
 མངོན་པ་ལས་མིག་གི་དབང་པོ་ནི་གོ་སྟོད་ཀྱི་མེ་རྟོག་ལྟ་བུའམ་ཞོ་ག་ཅུ་ལྟ་  
 བུ་ཡུལ་ཁ་དོག་གཟུགས་དང་བའོ་ཞེས་དེའི་མཆེན་ཉིད་བསྟན་པ་དེ་ནི་ཁོ་བོ་  
 ཅག་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་རྒྱ་འདོད་དོ། །དོན་དམ་པར་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་ཡུལ་གྱི་  
 ཁ་དོག་གཟུགས་དང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་དག་གིས་དཔེ་ཡང་པགས་པ་དག་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེའི་ཡུལ་ཁ་དོག་དགག་པ་བྱེད་པ་ནི། མིག་ནི་གཟུགས་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཅན་མིན། །རང་གི་གཟུགས་ལ་མི་འཛིན་ཕྱིར། །ཉན་ལ་སོགས་པའི་  
 དབང་པོ་དང་། །གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་ངོ་སོགས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། མིག་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་མིན། ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ལ་ཡུལ་  
 གཟུགས་ཡོད་པ་དེ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། མིག་ནི་གཟུགས་



གྱི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་གཟུགས་ལ་མི་འཇིན་པའི་ཕྱིར་ན་བའི་  
 དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནམ། གཟུགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་ནི་རེ་ཞིག་རང་གི་གཟུགས་དང་  
 གཞན་གྱི་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅམ་དུ་བྱུང་དེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་མིག་དེས་  
 རང་གི་གཟུགས་མི་མཐོང་བ་ནི་གྲགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་གཟུགས་  
 གྲང་རི་དང་ར་བ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེབས་པ་ཚུ་རོལ་ལམ། དབྱས་སམ་པ་  
 རོལ་གྱི་ཆས་བཅད་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་གྲོང་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་  
 བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ནི་འདིས་མཐོང་དོ་ཞེས་ཉེ་བར་འདོགས་པ་ཅམ་དུ་བྱུང་དེ།  
 ཉེ་བར་འདོགས་པ་ཅམ་གྱི་མཐོང་བ་ནི་དོན་དམ་པར་དབྱུང་བ་ལ་ཆད་མར་  
 མི་རུང་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་གྲང་། མིག་ནི་གཟུགས་ལ་  
 མི་ལྟ་ཞིང་། །ཡིད་གྱིས་ཆོས་ཉིད་མི་རྟོགས་ཏེ། །གང་ལ་འཇིག་རྟེན་མི་  
 འཇུག་པ། །དེ་ནི་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་གྲངས་  
 ཅན་དང་བྱེ་བྲག་པ་དག་གིས་སྦྱས་པ། འདིས་མཐོང་དོ་ཞེས་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་  
 ལ་འདིས་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པས་ལྟ་བའི་བྱེད་པ་མིག་གིས་ལྟ་བ་པོས་  
 མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་སྟ་རེས་གཙོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་སྟ་རེ་འབའ་ཞིག་གིས་  
 གཙོད་པར་མི་བྱེད་དེ། འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བྱེད་པ་སྟ་རེས་བཅད་པ་པོ་མི་  
 གཙོད་པ་ཤིང་གཙོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མི་འབའ་ཞིག་གིས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བྱེད་པ་མིག་གིས་ལྟ་བ་པོ་མིས་བལྟ་བར་བྱ་བ་གཟུགས་  
 ལ་ལྟ་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། དེ་བཞིན་ལྟ་བོ་མིག་

མེད་པ། །དཔེ་ཡང་མེད་པས་མཐོང་མ་ཡིན། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་གིས་  
 མཐོང་བ་བཀག་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བ་པོས་མཐོང་བ་ཡང་དགག་པར་བྱ་སྟེ།  
 རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ན་གཟུགས་མཐོང་བ་ལས་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ལྟ་བ་  
 པོ་ཞེས་བྱ་བ་ན། གཟུགས་མཐོང་བ་དེ་ཡང་མིག་དང་། གཟུགས་དང་།  
 རྣམ་མཁའ་དང་། སྒྲིང་བ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ཚོགས་ན་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ལྟས་བྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཚོགས་པ་ཉིད་ལ་  
 ལྟ་བ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་ཀྱི་གཞན་མིག་མེད་པ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་  
 བུ། དཔེར་ན་མིག་གྲང་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་ཡང་མེད་པས་མཐོང་བར་  
 མི་རིགས་སོ། །ལྟ་བ་པོ་མིག་མེད་པ་དེ་ཡང་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་གྲངས་ཅན་དག་ན་རེ། ཞེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་སྐྱེས་བུའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དེ། ཡོངས་སུ་ལྟ་བར་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 གམ་འོན་ཏེ་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱེ་བྲག་  
 པ་དག་ན་རེ། ཞེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་ཡིད་ཅམ་དུ་ཟད་ལ། སྐྱེས་བུ་ནི་རྣམ་  
 མཁའ་དང་འདྲ་བར་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིད་  
 དང་ཐུད་པས་ལྟ་བར་བྱེད་ངོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་གྲང་ན། དེ་ལྟ་  
 གལ་ཏེ་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མིག་མེད་པར་ཡང་དེས་ལྟ་བུ་རྣམས་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་སོ། ། ཅི་  
 སྟེ་སྟེ་རེ་མེད་པའི་གཙོད་པ་པོས་གཙོད་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་གྱི། ལྟ་རེ་དང་  
 མ་བྲལ་བར་གཙོད་པས་གཙོད་པ་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་པ་བཞིན་དུ་བལྟ་བ་དང་

མ་བྲལ་བར་བལྟ་བའི་ལྷ་བ་པོས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་  
 པ་གྱིད་པ་དང་མ་སྤད་པའི་སྤྱོད་ལ་དང་། གྱིད་པ་དང་བྲལ་བའི་འོག་རོལ་ན་  
 ལྷ་བ་མེད་པས། ལྷ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས། །རི་ལྷར་གཟུགས་ལ་བལྟ་  
 བར་རིགས། །ལྷ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་ལྷ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། དཔུས་ལོང་ལ་ལྷ་བ་མེད་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས། ལྷ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མིན་  
 པས། རི་ལྷར་གཟུགས་ལ་བལྟ་བར་རིགས། །གཞན་ཡང་རི་ལྷར་ལྷ་བ་པོ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཉན་པ་པོ་དང་། སྒྲོམ་པ་པོ་དང་། སྤྱོད་པ་པོ་དང་། རེག་  
 པ་པོ་དང་། ཤེས་པ་པོ་ཡང་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་ཐ་དད་པ་ཡིན། དེ་ལ་གལ་ཏེ་  
 ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་ནི་བདག་མང་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་གཅིག་ཏུ་ཟད་དེ།  
 འོན་ཏེ་དེ་ཉིད། གལ་ཏེ་ལྷ་བ་པོ་ཉན་པོ་ན། །ཅི་ཕྱིར་དེ་ནི་ཉན་པར་འགྱུར། །  
 གལ་ཏེ་ལྷ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་རི་ལྷར་དེ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་བྲལ་ནས། ངོ་  
 བོ་ཉིད་གཞན་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །སྒྲོན་འདི་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ཤེས་ཉིད་དང་རྟག་མི་འདོད། །བསྐྱར་རུང་  
 བྱུང་པར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་ཚུལ་གཉིས་ཕྱིར། །ལུས་  
 གཞན་དག་གིས་གཟུགས་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ལྷ་བ་པོ་ཉན་པ་  
 པོར་ཡང་འགྱུར་བ་དེ་ལྷ་བ་པོའི་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། རྟག་པ་ཉིད་  
 ཀྱང་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། བསྐྱར་དུ་རུང་བའི་བྱུང་པར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། །བསྐྱར་དུ་རུང་བའི་བྱུང་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བལྟ་བ་  
 དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་བྱུང་པར་དུ་བསྐྱར་བར་རྒྱས་པའོ། །གང་

རང་བཞིན་གཞན་དུ་བསྐྱར་བར་རུས་པ་དེའི་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་  
མ་ཡིན་ལ་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་རྟག་པ་ནི་མི་འགྱུར་བའི་  
རང་བཞིན་དང་ངོ་བོ་ཉིད་དང་མི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་རིགས་ན། དེ་སྒྲར་ལྟ་བ་  
པོར་གྱུར་ནས་གང་གི་ཆེ་ཉན་པ་པོར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ། རང་བཞིན་འགྱུར་  
བ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་བྲལ་བར་སྤང་ངོ། །བདག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་  
ཐ་སྙད་གདགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་གཉིས་སུ་  
གྱུར་པའི་སྤྱིར་ལུས་གཞན་དག་གི་གཟུགས་བཞིན་ནོ། ། དེའི་སྤྱིར་དེ་ནི་  
ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་གཅིག་པ་  
ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ངོ། །དེ་བཞིན་མིག་  
གི་དབང་པོ་ནི། །གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་བྱེད་མི་འདོད། །ཡིད་བྲལ་ཉིད་  
ན་ལྟ་པོ་ལས། །གཞན་སྤྱིར་ཉན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་  
རེ་ཞིག་དེ་དབང་པོའི་ཆོགས་རྣམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་རང་གི་མཆོན་  
ཉིད་ལ་བྱེད་པ་ཉིད་མི་སྤིང་ངོ། །འོན་ཏེ་གཞན་ཡིན་ན་ནི་གཞན་ཉིད་དུ་འབྲ་  
བས་ཇི་ལྟར་ན་བ་གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
མིག་ཀྱང་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་དང་མ་བྲལ་བའི་དབང་པོ་ནི་ལྟ་བ་  
ཡིན་པར་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་གྲགས་པས། དེའི་སྤྱིར་ཡིད་  
དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་མིག་དེ་ལྟ་བ་པོ་ལས་གཞན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་  
གཏན་ཆོགས་ཀྱིས་བྱུང་པར་སྒྲོས་སོ། །གངས་ཅན་དག་གིས་སྒྲུས་པ། ཁོ་  
བོ་ཅག་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་ནི་ཡུལ་དང་སྤང་བར་

བྱེད་དོ། །དབང་པོ་དང་ཕྱད་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་  
 དོ། །ཡིད་ཀྱིས་བཅད་པ་ལ་ང་རྒྱལ་གྱིས་རྫོམ་པར་བྱེད་དོ། །ང་རྒྱལ་གྱིས་  
 རྫོམ་པ་ལ་སྒྲོས་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །སྒྲོས་བསམས་པའི་ཡུལ་དེ་སྐྱེས་བུ་  
 ལ་སྒྲུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་ཚུ་རྟོག་པ་མེད་པ་ཉི་བར་གནས་པ་ཅམ་  
 ཀྱིས་པན་འདོགས་པར་གནས་པའི་ནང་དུ་ཟླ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་ཤར་བ་ལ་བལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དུ་བརྗོད་པ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱེས་བུའི་རྗེས་ངེས་པར་གནས་པ་ཉིད་ལ་ཆོས་གཞན་འབྱུང་བ་དང་།  
 ཆོས་གཞན་འགག་པ་ན་སྐྱེས་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཉམས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ།  
 རང་བཞིན་དང་བྲལ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བུ་ནི་མི་རྟག་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ལ། ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན། དུ་མ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་  
 བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། དེ་ནི་ལྟ་བོ་ཉིད་  
 མི་རིགས། །མིག་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། །ཡིད་བཞིན་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་ཕྱིར་དང་། །དེ་བཞིན་གཟུགས་བརྟན་འཆར་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན། བྱེད་པོའི་ཆོགས་དག་ལ་  
 མི་སྟོས་པ་ཁོ་ནར་རིགས་སོ། །དེ་མི་རྟག་པར་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འོ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་  
 རིགས་ཏེ། གཟུགས་བརྟན་འཆར་བའི་ཕྱིར་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་  
 འཆར་བའི་ཚུ་བཞིན་ནོ། །ཡིད་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ལྟ་བུ་ཡང་འདོད་ན། དེ་  
 ཡང་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་མིག་ལ་སོགས་པས་མ་མཐོང་བའི་ཡུལ་ལ་



ཡིད་གྲིས་ཀྱང་མི་འཇིན་པས་དེའི་སྤྱིར་རེ་ཞིག་ཡིད་ཉིད་ཀྱང་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ན། དེ་དང་འབྲེལ་བར་བདག་ལྟ་བ་པོར་འགྱུར་བ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད་དེ།  
 དེའི་སྤྱིར་བཤད་པ། ལྟ་བོ་ངེ་ལྟར་ཡིད་དང་འབྲེལ། །དབང་པོ་གཞན་གྲིས་མི་  
 མཐོང་སྤྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དབང་པོ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །གཞན་ཞེས་  
 བྱ་ནི་དབང་པོ་གཞན་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོ་གཞན་གྲིས་སོ། །དོན་ལྟག་  
 མ་ནི་སྤྲུལ་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་། ཡིད་ནི་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ན། ། ལྟ་བར་  
 མི་འདོད་བདག་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པར་བཀག་པ་  
 བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱང་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་སྟེ། ངེ་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ལ་  
 ཡིད་ཀྱང་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དམ་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་  
 འགྱུར་གང་ན། གལ་ཏེ་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་མིག་མེད་པ་ལ་ཡང་  
 ལྟ་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ལྟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལ་  
 རྣམ་ཡང་ལྟ་བ་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ངེ་སྟེ་མིག་དང་གཟུགས་དང་། སྒྲིང་  
 བ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཆོགས་པའི་དབང་གིས་ཡིད་ལྟ་  
 བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། བཤད་པ། དེ་ནི་ལྟ་མིན་ཆོགས་པ་དག །རྣམས་སུ་མེད་  
 སྤྱིར་དེ་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་དེ་ནི་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོགས་པ་  
 དག་རྣམས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་པ་དེ་ཉིད་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིད་མིག་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་སྟོས་པ་འབའ་  
 ཞིག་ལ་ལྟ་བ་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དོན་དམ་པ་བ་ཡིན་པ་ཞིག་ན་གང་གི་སྤྱིར་  
 ཆོགས་པ་དག་མེད་པར་ཡིད་ལ་ལྟ་བ་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཉེ་བར་གདགས་པ་

མ་གཏོགས་པར་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་ལ་ལྟ་བ་ཡོད་པར་ཐ་སྙད་གདགས་  
 པར་མི་རྒྱས་སོ། །ཆོགས་པ་དག་གྲང་རྩལ་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རྒྱགས་ཆེན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡིད་དང་འདྲ་བར་བདག་ལྟ་  
 བ་ཡིན་པར་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་བདག་མེད་ན་གང་གིས་མཐོང་ཞེ་ན།  
 ཁོ་ལོ་ཅག་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ནི་སེམས་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་བར་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་  
 སེམས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་ལོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བཤད་  
 པ། བྱེད་ལོ་ཉིད་རུང་ཆོས་གཞན་དག །མདོན་པར་འགྲུབ་ཕྱིར་དེལ་བྱ་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་སྤྱོད་སྟེགས་ཅན་གྱིས་ཡོངས་སྤྱོད་བརྟགས་པའི་  
 བདག་མེད་དུ་བེན་གྲང་། སེམས་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པ་ལོ་ཉིད་  
 དུ་རུང་སྟེ། རང་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་འདུ་བྱེད་བདག་མེད་པ་དག་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་  
 སོ་སོར་ངེས་པར་ཆོགས་པའི་དབང་གིས་ཆོས་གཞན་དག་མདོན་པར་  
 འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་དེལ་བྱ་སྐྱེ་འབྱེན་པ་དང་། མར་མེ་དང་བར་བྱེད་པ་  
 དང་། ལྷ་འབབ་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ཁོ་ལོ་ཅག་ནི་ཆོགས་  
 པ་ལས་ཐ་སྙད་དུ་ལྟ་བ་ཁས་ལེན་གྱི་དོན་དམ་པར་ནི་དེ་གང་ལ་ཡང་མི་  
 གནས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། དེ་ནི་མིག་དང་གཟུགས་ལ་མེད། །དེ་གཉིས་བར་  
 རྒྱུ་ལང་མི་གནས་ཏེ། །གང་དུ་དེ་ནི་གནས་འགྱུར་བ། །དེ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་མེད་  
 མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་མིག་གི་འོད་  
 ཟེར་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་སྤྱོད་སོང་ནས་འཛིན་པར་བྱེད་དོ་སྙམ་དུ་སེམས་པ་དེ་  
 དགག་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། མིག་ནི་འོད་ཟེར་ལྷན་མི་རིགས། །དབང་ལོ་

ཡིན་ཕྱིར་དབང་གཞན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ནི་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པར་  
 མི་རིགས་ཏེ། དབང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དབང་པོ་གཞན་བཞིན་ཏེ། རི་ལྟར་  
 རྒྱ་བས་ཀྱང་སྒྲ་ཐག་རིང་པོ་ན་འདུག་པ་ཐོས་ལ། ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཡུལ་དཔག་  
 ཚད་སྟོང་གིས་བསྐྱལ་བ་དག་ཀྱང་ཤེས་མོད་ཀྱི། དེ་དག་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བས་དེ་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པར་  
 མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མིག་གི་དབང་པོ་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པ་མ་  
 ཡིན་ན་འོ་ན་རི་ལྟར་གྱི་ལ་དང་ཁྱག་པ་དག་ཟུན་ཁྲོད་ན་མིག་དག་ལས་སྒྲོན་  
 མ་ལྟར་འབར་བ་འབྱུང་བར་སྤང་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། མཆན་མོ་རྒྱ་  
 བའི་མིག་འབྲས་སྤང་། །དབང་པོ་སྤང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟུན་  
 ཁྲོད་ན་མཆན་མོ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིག་གི་འབྲས་བུ་སྤང་བར་བད་ཀྱི་དབང་པོ་  
 ནི་མི་སྤང་སྟེ། དེ་ནི་བསྟན་དུ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་དེ་ཡང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། མིག་ནི་བདེ་སོགས་  
 བདག་ཉིད་མིན། །དངོས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་སྐྱེས་བྱ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གངས་ཅན་དག་མིག་ནི་བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་གཉི་ཟུག་གི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་མཐོང་ན་བདེ་བ་སྐྱེ་ལ། དེ་ལས་  
 བརྗོད་པ་དག་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་གཉི་ཟུག་སྐྱེའོ་ཞེས་ཟེར་བས་དེ་དག་ག་  
 པའི་ཕྱིར་འདི་བཤད་དེ། མིག་བདེ་བ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་དང་། གཉི་  
 ཟུག་གི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྐྱེས་བྱ་  
 བཞིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན་མིག་དེ་ཡོད་པའམ་མེད་པའམ། རྟག་པའམ་མི་རྟག་

བཤམ། གང་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་དང་རྫས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་  
 བ། སྐྱེས་བྱ་བཞིན་ཏེ། འདི་ལྷ་ར་དེ་དག་སྐྱེས་བྱ་ནི་ཡོན་ཏན་མེད་པར་འདོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་མིག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། བལྟ་བར་བྱ་  
 བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུང་དུ་སེམས་པ་དེ་དག་ལ་  
 འདི་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མིག་ནི་ཀུན་ཏུ་སོང་མིན་ཏེ། །ཡོད་ཕྱིར་དེ་འབྲས་ལ་  
 སོགས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ནི་ཀུན་ཏུ་སོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་མིག་དེའི་འབྲས་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏེ་རང་གི་གནས་བཞིན་ནོ། །  
 དབང་པོ་ཡང་དེའི་ཁོངས་ན་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །ཡང་ན་མིག་ནི་ཀུན་འགྲོ་མིན། །གཞན་དོན་ཉིད་  
 ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ན་མིག་ནི་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཞན་གྱི་དོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན་ཏེ། གངས་ཅན་  
 དག་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པའི་སྐྱེས་བྱ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་དེའི་  
 དོན་གྱི་ཕྱིར་འདོད་དོ། །གཞན་གྱི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ཉིད་  
 དོ། །དཔེར་ན་བུམ་པ་ནི་གཞན་དག་ལ་ཕན་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་མཛོན་པར་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་ཀྱང་དེ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་ཀྱང་  
 སྐྱེས་བྱའི་དོན་དུ་མཛོན་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་སློབ་དཔོན་གྱིས་བསམས་སོ། །ཡང་ན་མིག་ནི་ཀུན་འགྲོ་  
 མིན། །གཟུགས་དམིགས་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་གཟུགས་

བཞིན་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ན་མིག་ནི་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཟུགས་དམིགས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་གཟུགས་  
 བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་མིག་ནི་གཟུགས་དམིགས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་  
 དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་དམིགས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས། དཔེར་ན་  
 གཟུགས་ནི་གཟུགས་དམིགས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཀུན་ཏུ་  
 འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་གྲང་གཟུགས་དམིགས་པར་འགྱུར་བའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཁ་ཅིག་  
 ན་རེ་མིག་ནི་མའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། གསལ་བ་ཆེས་ཆེན་པོ་དག་གིས་  
 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྤྱིར་མར་མེ་བཞིན་ནོ། ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ཡང་བཟང་པོ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མིག་ནི་མེ་དང་ལྡན་མ་ཡིན། །དབང་པོ་ཡིན་  
 སྤྱིར་ལྟགས་སོགས་བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་སོ། །ཁ་ཅིག་མིག་ནི་འབྱུང་  
 བ་ཆེན་པོ་བཞིའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་མའི་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ལྷུ་མ་དུ་  
 སེམས་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་། འབྱུང་ཆེན་དང་སོགས་བདག་ཉིད་ནི། །མེ་ཤས་  
 ཆེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། མིག་འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལས་  
 བྱུང་བ་གཟུགས་དང་བ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་མེ་ཤས་ཆེ་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྟས་གྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ།  
 ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །གྲངས་ཅན་དག་ཡིད་མ་གཏོགས་པའི་དབང་པོ་  
 ལྷ་པོ་དག་ནི་ཡུལ་དང་སྤང་ནས་འཛིན་པར་འདོད་དེ། འདི་ལྟར་མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་འཇུག་པ་ནི་གནས་ནས་སྤྱི་རོལ་དུ་འཕོས་ནས་ཡུལ་འཛིན་པར་



གྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དགག་པའི་ཕྱིར། མིག་ནི་ཡུལ་དང་སྤང་མ་ཡིན། དབང་  
 བོ་ཡིན་ཕྱིར་ཡིད་བཞིན་དང་། ། རྒྱུན་ཕྱིར་རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། ། ཡང་ན་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བར་སྦྱས་སོ། ། ཆོས་མངོན་པ་བ་  
 དག་ན་རེ། མིག་དང་ན་བ་དང་ཡིད་ནི་ཡུལ་མ་སྤང་བ་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་མིག་དང་ན་བ་ནི་ཐག་རིང་པོས་བསྐྱལ་པའི་གཟུགས་དང་སྤྱོད་ཡང་  
 འཛིན་ལ་ཡིད་ཀྱང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ཐག་རིང་བ་དང་ཉེ་བའི་  
 དོན་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྷ་དང་ལྷེ་དང་ལུས་  
 ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་ཡུལ་སྤང་བ་ཁོ་ན་འཛིན་པར་  
 གྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་འདོད་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། ལྷ་ཆོགས་ཡུལ་  
 སྤང་འཛིན་མི་འདོད། ། ཕྱི་དོན་མངོན་སུམ་འཛིན་ཕྱིར་དང་། ། འདས་དང་མ་  
 འོངས་མི་འཛིན་ཕྱིར། ། དཔེར་ན་མིག་གི་དབང་པོ་བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བ་སྦྱས་  
 ཏེ། ལྷ་དང་ལྷེ་དང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ནི་ཡུལ་སྤང་བ་འཛིན་པར་མི་འདོད་  
 དེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ། འདས་པ་དང་མ་  
 འོངས་པ་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མིག་གི་དབང་པོ་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་  
 ལྷ་དང་ལྷེ་དང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དག་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་  
 བ་དག་འཛིན་པ་དང་། ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་མི་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་  
 མིག་གི་དབང་པོ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། མིག་གི་དབང་པོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་དེ་  
 དག་ཀྱང་ཡུལ་སྤང་བ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་  
 བས་མ་ངེས་པའི་སྒྲིན་བསལ་བའི་ཕྱིར། བསྐྱབ་དང་འབྲ་བར་བཀག་པའི་

ཕྱིར། །ལུས་ལ་སོགས་པས་མ་ངས་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་སོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ། མིག་ན་ཡིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གསུམ། །ཡུལ་དང་མ་ཕྱད་འཛིན་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་སྤྲ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ལྟ་བུ་འི་ལྟར་རྒྱས་བཤད་པས།  
 ཉན་དང་སྒྲོམ་དང་ཐུང་བ་དང་། །ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་བསགས་པ་དག །ངས་  
 པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འི་ལྟར་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་དང་ལྟ་  
 བའི་སྤྱད་ག་མིག་དང་ལྟ་བུ་པོ་དང་ཡིད་ལ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་དག་གི་སྒྲོ་དང་དེ་དག་གི་སྤྱེལ་དང་དེ་དག་གི་  
 དབང་པོ་དང་། བདག་དང་ཡིད་ལ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པར་དགག་པ་  
 མཚུངས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །སྤྱད་འི་དང་རོ་དང་རེག །དགག་  
 པའི་ཚུལ་ཡང་དེ་ཡིན་ཏེ། །མཁས་པས་གཟུ་བོའི་སྒྲོ་དག་གིས། །ཅི་རིགས་  
 པར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འི་ལྟར་གཟུགས་མིག་དང་ལྟ་བུ་པོ་དང་  
 ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་མི་རིགས་པ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་དང་སྤྱེལ་དང་  
 དག་ལ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྲ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ན་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་དབང་པོ་དང་། བདག་དང་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་མི་རིགས་པ་  
 དང་། སྤྲ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་དང་སྤྱེལ་དང་དེ་དག་ལ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པར་  
 དགག་པ་མཚུངས་པར་མཁས་པས་སྤྱོད་སྤྱུང་བ་མེད་པའི་སྒྲོ་དག་གིས་  
 ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་  
 བརྟགས་ནས་ཆོར་བའི་ཕྱང་པོ་ཡང་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། ཆོར་བ་དོན་དམ་ཉིད་

དུ་ན། །སྒྲོང་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་མི་རིགས། །རྣམ་ཤེས་མཚུངས་པར་ལྷན་  
 པའི་ཕྱིར། །དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་བྱུང་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་  
 བོ་དག་ཚོར་བའི་མཆོན་ཉིད་ནི་དབང་བོ་དང་ཡུལ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གསུམ་འདུས་པའི་རིག་པ་སྒྲོང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲོང་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་  
 རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །ཚོར་བ་དེ་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་ན་སྒྲོང་བའི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཆོད་  
 མ་ཉི་བར་སྐྱར་རོ། །དེ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་  
 བསམ་གཏན་བཞི་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ཡང་རེ་ཞིག་  
 བདེ་བ་དང་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་པ་ཡིན་ན། ཚོར་བ་ཐམས་ཅད་འགགས་  
 པའི་སྒྲུ་འཇུག་ལས་འདས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཏེ། ཇི་  
 སྐད་དུ། ཉིང་རེ་འཇིན་དེ་ནི་ཚོར་བ་ཆོད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་རིག་པའི་  
 ས་བོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཚོར་བའི་བྱུང་བར་དག་  
 ཀྱང་དགག་པའི་ཕྱིར། བདེ་བ་ཕན་འདོགས་མི་འདོད་དེ། །རིག་ལས་བྱུང་  
 ཕྱིར་དེ་གཞན་བཞིན། །སྐྱབས་བསྐྱེད་གཞོད་པའི་བདག་ཉིད་མིན། །གཏན་  
 ཚིགས་བསྟན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། བདེ་བ་ནི་ཕན་  
 འདོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ལ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ནི་གཞོད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན།  
 སྐྱབས་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་

ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོར་བ་བཞིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གཅིག་ཏུ་བདེ་བ་  
 ཉིད་ནི་འགའ་ཡང་མེད་ལ། གཅིག་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་ཉིད་ཀྱང་འགའ་ཡང་  
 མེད་ཅིང་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་གང་ན་ཡང་མི་སྒྲིང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་  
 མེད་པ་བཟང་པ་གཏན་དུ་བདེ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་སུ་ནི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་མེད་པ་སྤྱིང་བ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་གང་གིས་ཀྱང་  
 ཐ་སྙད་གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བདེ་བ་ཉི་བར་གདགས་པ་ནི་  
 འཁོར་བ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །  
 སྐྱུག་མིན་བདེ་མིན་མི་འདོད་དེ། །འབྲས་བུ་སྤྱིང་ཕྱིར་གཞན་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱུག་པ་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་ཡང་དེའི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། དེའི་འབྲས་བུ་སྤྱིང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་  
 ལས་གཞན་བཞིན་ནོ་ཞེས་དཔེ་ཉི་བར་བཞག་གོ། །གང་གི་འབྲས་བུ་སྤྱིང་པ་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་སྤྱིང་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཚོར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲས་  
 བུ་ནི་སྤྱིང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚུལ་  
 གྱིས་སེམས་ཡོད་པས་ཚོར་བ་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་  
 ཕྱིར། རྣམ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་ནི། །དགག་པ་སྤྱི་བར་འདོད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྤྱིས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དགག་པར་ཡང་འོག་ནས་སྤྱི་  
 བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཚོར་བ་རྣམ་གསུམ་ནི་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་  
 དགག་པ་ན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་དགག་པ་བྱས་པ་ཡང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། ས་རོལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་པམ་ན་དེའི་དམག་ཀྱང་པམ་པར་མངོན་པ་

བཞིན་ནོ། །འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་རྣམ་གཉིས་དག །དེས་ནི་རྣམ་པར་བཤད་  
 གྱུར་ཏེ། །མཁས་པས་གཟུ་བོའི་སྒོ་དག་གིས། །ཅི་རིགས་པར་ནི་ཤེས་  
 པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདུ་ཤེས་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་དག་དགག་པ་  
 ཡང་ཚོར་བ་བཀག་པ་དེས་དེ་དང་འདྲ་བར་རྣམ་པར་བཤད་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ་སྟེ། རི་ལྷར་ཞེ་ན། འདུ་ཤེས་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་  
 གཅོད་པའི་རྣམ་པར་འདུག་པའི་ཕྱིར་སྒྲིག་རྒྱ་དང་གྲོང་ཁྱེར་དང་། རྒྱུད་  
 མོས་ཚལ་གྱི་འདུ་ཤེས་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དང་  
 ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཚུ་ཤིང་གི་སྤང་པོ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་  
 ཤེས་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ནི། །དངོས་པོ་རྣམ་རིག་དངོས་ཉིད་མིན། །དམིགས་  
 དང་བཅས་ཕྱིར་འདུ་ཤེས་བཞིན། །ཡང་ན་འཇིག་ཕྱིར་མར་མེ་བཞིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ན་དངོས་པོ་སོ་སོར་རྣམ་པར་  
 རིག་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་དཔེར་  
 ན་འདུ་ཤེས་བཞིན་ནམ། ཡང་ན་འཇིག་པའི་ཕྱིར་མར་མེ་བཞིན་ནོ། །དངོས་  
 པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དངོས་སུ་འདུག་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་འམ། ཡང་ན་འདི་ལ་  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚོས་རྣམས་གནས་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་སྟེ།  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །དེ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་ནི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་མེད་པའི་སྒྲིན་ས་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྤང་པོ་བཀག་པ་དང་འདྲ་བར་ཁམས་དང་



སྐྱེ་མཆེད་དག་གྲང་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སྤང་པོ་ལྔ་པོ་རྣམ་དབྱེད་པའི། །སྐྱེ་བ་  
 པ་ཇི་སྐད་བསྟན་པ་དེས། ། སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བྲ། །སྐྱེ་མཆེད་  
 རྣམས་གྲང་ཞེས་པར་བྲ། །ཞེས་བྲ་བ་ལ་ཁམས་ནི་བཙེ་བརྒྱད་དེ། དབང་  
 པོ་བྱུག་དང་ཡུལ་བྱུག་དང་རྣམ་པར་ཞེས་པ་བྱུག་པོ་དག་གོ། །སྐྱེ་མཆེད་ནི་  
 བཙུ་གཉིས་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པ་བྱུག་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བྱུག་  
 གི་བྱེ་བྲག་ལས་སོ། །དེ་དག་གྲང་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཆོགས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པར་ཇི་སྟར་དམིགས་སུ་མེད་པ་དེ་སྟར་སྟར་  
 བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གདགས་པའི་དངོས་པོ་ཙམ་དུ་ནི་ཡོད་དེ།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པས་ཇི་སྐད་དུ། སྤིང་གསུམ་བཏགས་པ་ཉིད་ཙམ་སྟེ། །  
 དངོས་པོའི་ངོ་བོར་ཡོད་མ་ཡིན། །བཏགས་ལ་དངོས་པོའི་དངོས་ཉིད་དུ། །  
 རན་རྟོག་རྣམས་ནི་རྟོག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ།  
 གཟུགས་ནི་དབུ་བ་རྣམས་པ་འདྲ། །ཆོར་བ་ཆུ་བྱར་དག་དང་མཚུངས། །འདུ་  
 ཞེས་སྟེག་རྒྱ་འདྲ་བ་སྟེ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་ཆུ་ཤིང་བཞིན། །རྣམ་ཞེས་སྟེ་  
 མ་ལྟ་བུ་ཞེས། །དེ་ཉིད་གཟིགས་པས་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །འདིར་སྟེས་པ། སྤང་པོ་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་ཁམས་ནི་དོན་དམ་པར་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། །སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ན་གང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདུས་བྲས་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་  
 ནོ། །སྤང་པོ་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་ཁམས་རྣམས་ལ་ནི་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཆོན་

ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཡོད་དེ། དགེ་སློང་དག་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་འདུས་བྱས་  
 གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར་དོ། །དེའི་སྤྱིར་འདུས་བྱས་སྤང་པོ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དང་  
 ཁམས་རྣམས་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། ཇི་  
 ལྟར་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་འདུས་བྱས་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདུས་མ་བྱས་  
 ཡིན། དེ་ལ་གལ་ཏེ་འདུས་བྱས་ཡིན་ན་ནི་སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་  
 ལས་གཞན་པའི་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་དང་། གནས་པར་བྱེད་པ་དང་། འཇིག་  
 པར་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་དཔེ་མེད་དོ། །སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པའི་གནས་  
 པ་དང་། འཇིག་པའི་འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ལ་ཡང་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་  
 ཡིན་ལ། སྐྱེ་བ་ནི། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་པ་བྱའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གནས་པར་བྱེད་པ་ཡང་གནས་པའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱམ་  
 པ་གནས་པར་བྱེད་པའི་བྱན་མོ་བྱམ་པའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 འཇིག་པ་ཡང་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་བྱམ་པ་འཇིག་པར་བྱེད་པའི་ཐོ་བ་བྱམ་པའི་མཆོན་ཉིད་མ་  
 ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྐྱབས་བར་རྒྱས་སོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
 འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ན་ནི། །དེ་དག་ཇི་ལྟར་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ནི་འདུས་བྱས་གང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཡང་མ་མཐོང་དོ། །གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་འདུས་བྱས་ཀྱི་

མཚན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མདོ་སྡེ་པ་དག་ན་རེ། རྒྱ་  
 དང་རྒྱུན་སོ་སོར་ངེས་པའི་མཐུ་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུན་ལ་དུས་  
 གཅིག་ཁོ་ནར་གང་མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་མ་  
 སྐྱ་མ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་གནས་པ་ནི་གནས་པ་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་མ་སྐྱ་མ་  
 དང་མི་འདྲ་བར་ཀས་ཤིང་བལ་བ་ནི་འཇིག་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་བ་དག་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱ་བ་དག་ན་རེ་སྟོན་མ་བྱུང་བ་  
 ལས་བྱུང་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། སྐྱེས་པའི་གནས་པ་ནི་གནས་པ་ཡིན།  
 གནས་པ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཀ་བ་དང་རྟིངས་པ་དང་འགག་པ་ནི་  
 འཇིག་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་འདུས་  
 པ་ནམས་ནི་དུས་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་མི་སྤྲིད་དེ། རིམ་གྱིས་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་  
 སོ་སོར་བདག་ཀྱང་མི་སྤྲིད་དོ། །རི་ལྷར་ཞེ་ན། འདི་ལྷར་དངོས་པོ་མ་སྐྱེས་  
 པ་ལས་ནི་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར་འདུས་བྲས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་མེད་ལ། དངོས་པོ་གནས་པ་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་གཉིས་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མེད་དོ། །དངོས་པོ་ཞིག་པ་ནི་སྐྱེ་  
 བ་དང་གནས་པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མེད་དོ། །  
 སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་གནས་པ་ལ་ཡང་གནས་པ་མེད་པ་དང་།  
 འཇིག་པ་ལ་ཡང་འཇིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ལ་འདུས་བྲས་ཀྱི་མཚན་

ཉིད་མེད་པས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་བ་དག་གིས་ཀྱང་འདུས་བྱས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད་བྱ་བར་མི་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་སེམས་ཀྱི་མདུན་དུ་བཞག་  
 རས་བཤད་པ། སྐྱེ་སོགས་འདུས་བྱས་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །མཆོན་ཉིད་མཆོན་  
 གཞིའི་ཉིད་མི་རིགས། །འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར། །དེ་ལས་  
 གཞན་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་འདུས་  
 བྱས་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་མཆོན་གཞིའི་  
 མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། །འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་རྟོགས་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་མཆོན་ཉིད་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 མཆོན་གཞི་ཉིད་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། སྐར་མ་  
 རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །སྐྱེ་མ་ཟེལ་བ་ཚུ་བྱར་དང་། །མི་ལམ་སློག་དང་སློན་  
 ལྟ་བུར། །འདུས་བྱས་དེ་ལྟར་བལྟ་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དག་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། མཆོན་  
 ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དག་ལ་ནི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་ཀྱང་མ་གྲུབ་སྟེ།  
 དངོས་རྣམས་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ཉིད་མི་འདོད། །  
 ཅེས་སྒྲུས་ཏེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བཅས་པ་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་དོན་མ་གྲུབ། །དོན་འགལ་  
 ཉིད་དུ་འང་གྱུར་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྒྲར་བསྟན་པ་དེའི་ཕྱིར་པ་རོལ་པོ་དག་གི་གཏན་ཆིགས་

མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་དོན་དབུ་མ་པ་ལ་མ་གྲུབ་སྟེ།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆིགས་དེའི་དོན་  
 འགལ་བ་ཉིད་དུའང་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་ས་ལ་སོགས་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དག་  
 གྲུབ་པ་ལ་མཆན་ཉིད་ཡོད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་དོན་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཇི་ལྟར་མཆན་ཉིད་མེད་པ་  
 དེ་ལྟར་འདི་བཤད་དེ། ས་ཡི་མཆན་ཉིད་ས་ཉིད་ཀྱིས། །སྤྲ་བ་ཉིད་དུ་མཆོན་  
 མི་རིགས། །ལུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །མེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མི་རིགས་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་འགོག་སྟེ། སའི་མཆན་ཉིད་ནི་ས་ཉིད་  
 ཀྱིས་སྤྲ་བ་ཉིད་དུ་མཆོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མེའི་མཆན་ཉིད་མེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲ་བ་ཉིད་དུ་  
 མཆོན་པར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །ས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་  
 གྱུར་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། དཔེར་ན་ཇི་ལྟར་བྲོད་ཀྱིས་རིལ་པ་ལས་  
 སྟོབ་མར་རམ། སྟོབ་མ་ལས་མཁན་པོར་མཐོང་ངམ་ཞེས་རིལ་བ་ཐོགས་  
 པའི་སྟོན་སྟོབ་མ་ཡིན་པར་མཆོན་པའམ། སྟོབ་མ་བྲོད་པའི་སྟོན་སྟོབ་  
 མཁན་པོ་ཡིན་པར་མཆོན་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་ནི་ས་ཉིད་ཀྱིས་སའི་མཆན་  
 ཉིད་དེ་དེ་ལྟར་མཆོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། གལ་ཏེ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ས་  
 ཉིད་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་གང་གིས་དེ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་སྤྲ་བ་ཉིད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ། སྤང་གི་མཆན་ཉིད་སྤང་ཉིད་  
 ཀྱིས། །ནོག་དང་སྟོག་ཤལ་སོགས་མི་འདོད། །བྲུད་པར་ཅན་གྱི་སྟོས་བརྟག་



ཕྱིར། །དཔེར་ན་བོང་བྱའི་མཆན་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བས་ནི་ཐ་དད་པ་  
 ཉིད་འགོག་སྟེ། སྤང་གི་མཆན་ཉིད་ནི་སྤང་ཉིད་ཀྱིས་ནོག་དང་སྒྲོག་ཤལ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིན་པར་མཆོན་པར་མི་འདོད་དེ། བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བརྟག་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་བོང་བྱའི་མཆན་ཉིད་བཞིན་ནོ། །སྤང་ཉིད་  
 ཀྱིས་བྱ་བ་ནི་སྤང་གི་དངོས་པོ་སྟེ། ཏྲ་ལ་སོགས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པ་  
 དག་གིས་སྒྲོང་བ་ཉིད་དོ། །སྤང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་སྤང་གི་རྫས་ཀྱི་མཐུན་པ་  
 ཉིད་ནོག་དང་སྒྲོག་ཤལ་དང་མཐུག་མ་དང་། མིག་པ་དང་རྩ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡིན་པར་མཆོན་པར་མི་འདོད་དེ། གལ་ཏེ་སྤང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དང་སྤང་གི་  
 རྫས་གཉིས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒྲོས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སྤང་ཉིད་ཀྱིས་བོང་བྱའི་མཆན་ཉིད་མཆོན་པར་མི་རུས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་རང་གི་སྒྲེ་བ་དག་ན་རེ། མཆན་གཞི་ལས་མཆན་ཉིད་  
 ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མཆོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན། སྒྲེས་  
 བྱ་ཆེན་པོ་ལས་སྒྲེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆན་རྣམས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་  
 ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། གཅིག་ན་ངི་ལྟར་མཆན་ཉིད་  
 ཡིན། །དེས་ནི་དེ་ཉིད་མི་མཆོན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཆན་གཞི་དང་  
 མཆན་ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན། མཆན་གཞི་ནི་གང་། མཆན་ཉིད་གང་  
 ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་པ་ཡང་མེད་དོ། །ཡང་ན་མཆན་གཞི་གཅིག་ཁོ་ནས་  
 སམ་མཆན་ཉིད་གཅིག་ཁོ་ནས་འབྱུང་བས་གཉིས་སུ་སྒྲོས་པ་སྒྲོས་པའི་སྒྲིན་  
 དུ་འབྱུང་རོ། །བྱེ་བྲག་པ་དག་ནི་མཆན་གཞི་དང་མཆན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་

འདོད་དེ། འདིས་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་མཚོན་ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་  
 དག་གི་སྤྱིར་འདི་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གཞན་ན་ངེ་ལྟར་མཚོན་ཉིད་ཡིན། །  
 གཞན་གྱིས་གཞན་ཉིད་མི་མཚོན་སྤྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚོན་གཞི་དང་  
 མཚོན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་གཞན་མཚོན་པར་  
 གྱུར་ན་སྟོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཏྲ་མཚོན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 མཚོན་གཞི་མ་སྐྱེས་པའམ་ཞིག་པ་ན་ཡང་མཚོན་ཉིད་དམིགས་པར་འགྱུར་  
 བས་དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་མཚོན་གཞི་ལས་མཚོན་ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ལ་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་འདི་ལ་མཚོན་ཉིད་དང་  
 བཅས་པ་ཞིག་གམ་མཚོན་ཉིད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་གྱང་ན། གལ་ཏེ་མཚོན་  
 ཉིད་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལ་ཡང་མཚོན་ཉིད་གཞན་ཡོད་པར་འགྱུར་  
 ལ། ཡང་དེ་ལ་ཡང་མཚོན་ཉིད་གཞན་དང་གཞན་ཡོད་པར་འགྱུར་བས་  
 ཐུག་པ་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་མཚོན་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་  
 ལྟར་ན་ཡང་མཚོན་ཉིད་གཏན་མེད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱུ་མཁའའི་མེ་ཏོག་  
 ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་མཚོན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལ་འདིར་ཁུངས་ནི། ཤར་དུ་ཏའི་བྱ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་  
 མཚོན་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། གང་ཚོས་གང་གི་མཚོན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་  
 མཚོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཞིང་མཚོན་ཉིད་མངོན་པར་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་ཚོས་འགའ་  
 ཡང་ཉེ་བར་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།  
 འདིག་ཏེན་ནམ་མཁའའི་མཚོན་ཉིད་དེ། །ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་མཚོན་ཉིད་མེད།

ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གོ་འབར་བ། བམ་པོ་ལྷ་པ།

འདིར་སྒྲུས་པ། བྱང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དག་ནི་དོན་དམ་  
པར་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཡུལ་ལ་ཐ་སྙད་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་  
བྱ་བ་མི་སྐྱེ་སྐྱེ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་འགྲོ་བ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ལྷ་སྐྱེན་ལ་ནི་  
དེའི་ཡུལ་ལ་འགྲོའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་བྱ་བ་  
ཡོད་པས་དེའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེ་ན།  
འདིར་བཤད་པ། གཤམ་ཏེ་མ་བརྟགས་ན་གྲགས་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་  
འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་པར་འདོད་ན་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
ནོ། །འོན་ཏེ་རྣལ་འབྱོར་པ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ཤེས་རབ་གྱིས་དངོས་པོའི་  
ངོ་བོ་ཉིད་ཇི་སྐྱབ་བ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་དཔྱེད་པ་དག་ལ་དོན་དམ་པར་འགྲོ་བ་  
ལ་སོགས་པར་ཡོད་པར་འདོད་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དེ།  
འདི་ལྟར་དོན་དམ་པར་དེའི་ཡུལ་ལ་གཏན་ཆིགས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་  
ཡོད་པར་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཇི་སྐྱར་ཞེ་ན་གཤམ་ཏེ་འགྲོ་བ་དོན་དམ་པར་  
ཡོད་པར་གྱུར་ན་དེ་སོང་བའམ་མ་སོང་བའམ་བགོམ་པའི་ལམ་ལ་ཡོད་པར་  
འགྱུར་གང་སྟེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་གྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱབ་དང་གྱེ་བྲག་པ་དག་མ་སོང་བ་  
ལ་འགྲོ་བ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་དགག་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ། མ་སོང་བ་

ལ་དོན་དམ་དུ། ། འགྲོ་བ་ཡོད་པར་མི་འདོད་དེ། ། ལམ་ཡིན་ཕྱིར་དང་འགྲོ་  
 མེད་ཕྱིར། ། དཔེར་ན་མ་སོང་ས་ལམ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་བའི་བྱ་  
 བ་མངོན་པར་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་ལྷན་མའོ། ། གངས་ཅན་དག་  
 གྲང་རྒྱལ་གྱི་ཤས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆོག་ས་གྱི་འཇུག་པ་མངོན་པར་  
 གསལ་བའི་ཆེ་ན་མ་སོང་བ་ལ་འགྲོ་བ་ཡོད་པར་འདོད་དེ། དེ་དག་ནི་མངོན་  
 པར་གསལ་བ་བཀག་པས་འགྲོ་བ་ཡང་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་ཅམ་དུ་  
 ཟད་དོ། ། འདིར་སྤྲས་པ། མ་སོང་བ་ལ་ནི་འགྲོ་བ་མེད་དེ་དེར་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་  
 མ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། སོང་བ་ལ་ཡང་འགྲོ་བ་མེད་དེ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་  
 ཞིག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། བགོམ་པ་ལ་ནི་རྐང་པ་གཉིས་འཛོག་པ་དང་། འདེགས་  
 པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ནི་འགྲོ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། བགོམ་ལ་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ནི། ། འགྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ། སོང་དང་མ་སོང་མ་གཏོགས་པར། ། བགོམ་པར་རྟག་ཏུ་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། ། ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་བགོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་སོང་བའམ་མ་སོང་བའམ།  
 གང་ཅུང་ཟད་ནི་མ་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་གྲང་ན། གཉི་གའི་དོན་ཡང་བསྟན་ཟིན་  
 ཏོ། ། འོ་ན་དེ་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བགོམ་པ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་ན། དེ་  
 ལ་ཡང་གང་ནས་རྐང་པ་བཏེག་པ་དེ་ནི་སོང་བ་ཡིན་ལ། གང་དུ་རྐང་པ་  
 འཛོག་པ་དེ་ནི་མ་སོང་བ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གསུམ་  
 པ་གང་བགོམ་པ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པ་དེ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་  
 བགོམ་པ་ལ་ཡང་འགྲོ་བ་ཡོད་པ་མི་འཐད་དོ། ། ཅི་སྟེ་བགོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་

བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་སོང་བ་ཉིད་དམ་མ་སོང་བ་ཉིད་དུ་ཐ་  
 སྙད་གདགས་པར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། བགོམ་  
 པ་སོང་དང་མ་སོང་བར། །བརྗོད་པ་མིན་ལའང་འགྲོ་མེད་དེ། །ལམ་ཡིན་  
 ཕྱིར་ན་འདས་པ་བཞིན། །ཡང་ན་མ་འོངས་ལམ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཤམ་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་སྒྲོའི་སྒྲིད་ཡུལ་དུ་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ན་ནི་དེས་ན་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གཤམ་ཏེ་ཡོད་ན་ཡང་དེ་ལ་འགྲོ་བ་  
 ཡོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འདས་པ་དང་མ་འོངས་  
 པའི་ལམ་དག་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་སྒྲས་པ། འགྲོ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཏེ། དེས་དེ་དང་ལྷན་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ན་གང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་དེས་དེ་དང་ལྷན་པའི་ཐ་སྙད་མེད་དེ། རི་བོང་གི་རྩ་ཅན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཐ་སྙད་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །འགྲོ་བ་ཡོད་པ་ལ་ནི་དེས་དེ་དང་ལྷན་པའི་  
 ཐ་སྙད་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཅི་ཏྲ་འགྲོའི་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་  
 ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། ཅི་ཏྲ་འགྲོའི་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་  
 སྙད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དག་པར་ན་འགྲོ་བ་པོ་འཕམ་འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་  
 ལ་བརྟག་གང་ན་དེ་ལ་རེ་ཞིག་ །འགྲོ་མ་གྲུབ་ཕྱིར་འགྲོ་པོ་མེད། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་  
 འགྲོ་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆེ་སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་དང་། བགོམ་  
 པའི་ལམ་དག་ལ་འགྲོ་བ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་འགྲོ་བ་པོ་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་ངེ་ལྟར་འགྲོ་བ་ཡོད་  
 པ་ཞིག་གང་དུ་འགྲོ་ན་ཅི་ཏྲ་འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་དུ་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་



དེ་འགྲོ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ནམ་ཡང་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་དང་  
 བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་པོ་དེ་ནི་འགྲོ་བར་མི་འདོད་དོ། །ཁ་  
 ཅིག་འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པར་བྱ་བའི་ཤྱགས་གྱིས་འགྲོ་བར་འདོད་པ་དེ་དག་  
 ལ་ཡང་། འགྲོ་བོ་མིན་པར་འགྲོ་མི་རིགས། །འགྲོ་དང་བྲལ་ཕྱིར་སྡོན་བཞིན་  
 བོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཡང་འགྲོ་བར་  
 མི་རིགས་ཏེ། འགྲོ་བ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྡོན་དང་སྤྱི་མ་དག་ལ་  
 དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་འགྲོ་བར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ལོ། །གཞན་ཡང་  
 གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་ན་ནི་ངེ་ལྟར་འགྲོ་བ་པོ་ཡིན། འོན་ཏེ་འགྲོ་བ་པོ་  
 ཡིན་ན་ནི་འོན་དེ་ལྟར་ན་འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་འགལ་ལོ། །རྣམ་  
 གངས་ལས་འགྲོ་བ་པོ་ཡིན་པ་དང་། འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་འགྲོ་བ་པོ་  
 ཉིད་ཁས་ལེན་པ་ལ་ནི་འགྲོ་བ་པོ་ཡིན་པ་དང་། འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ལས་  
 གཞན་པའི་གསུམ་པ་ནི་མེད་པས་དེ་ལ་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དེ་ནི་གྱི་ནའོ། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བ་པོའི་  
 མི་མཐུན་པའི་སྤྱགས་འདུག་པ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདུག་པ་པོ་  
 དབྱུང་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཅི་འགྲོ་བ་པོ་འདུག་གམ་འོན་ཏེ་འགྲོ་བ་པོ་མ་  
 ཡིན་པ་འདུག་གང་ན་དེ་ལ་རེ་ཞིག་འགྲོ་བ་པོ་ནི་མི་འདུག་སྟེ། འགྲོ་བའི་བྱ་  
 བ་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འགྲོ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མི་འདུག་སྟེ། འགྲོ་  
 བ་དང་བྲལ་བ་ལ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་འགྲོ་བ་ལས་སྡོག་པའི་འདུག་པ་མི་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་གསུམ་པ་ནི་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་

འགྲོ་བའི་མི་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་འདུག་པ་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
གཏན་ཆེགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །བྱེ་བྲག་པ་དག་གིས་སྒྲུས་པ།  
གང་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་མ་སྒྲུས་པས་མི་འགྲོ་བར་ནི་རིགས་སོ། །འགྲོ་བའི་བྱ་  
བ་སྒྲུས་པ་ནི་འགྲོ་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་རྗེས་ལས་གཞན་པའི་འགྲོ་བ་  
ཡོད་པས་དེ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར་འགྲོ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་འགྲོ་བ་ཁོ་  
ནར་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་འགྲོ་བའི་དངོས་པོ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ལས་ལྷ་སྦྱིན་འགྲོ་བ་དང་ལྷན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་འབྱུང་སྟེ།  
སྒྲོ་དང་སྒྲ་རྗེས་སུ་འདུག་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་ལྷ་སྦྱིན་དབྱུག་པ་དང་ལྷན་ནོ་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་འབྱུང་བ་ལྷ་བྱའོ་ཞེས་སྒྲ་བ་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ།  
རང་ལས་གཞན་པའི་དོན་འབྲེལ་བ། །འགྲོ་བོ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་འདི་འདོད། །སྒྲོ་  
དང་སྒྲ་རྗེས་འདུག་པའི་སྤྱིར། །དབྱུག་ཅན་བཞིན་མིན་རྗེས་འགྲོ་མེད། །  
ཅེས་བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་པོ་དག་གིས་རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་འགྲོ་  
བའི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ལ་ལྷ་སྦྱིན་འགྲོ་བ་དང་དང་ལྷན་ནོ་ཞེས་  
བྱ་བའི་སྒྲོ་འབྱུང་སྟེ། སྒྲོ་དང་སྒྲ་རྗེས་སུ་འདུག་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་ལྷ་སྦྱིན་  
དབྱུག་པ་དང་ལྷན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་འབྱུང་བ་ལྷ་བྱའོ་ཞེས་སྒྲས་པའི་ཆེག་  
དེས་རང་ལས་གཞན་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ལ་འགྲོ་བ་པོ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་འདི་  
འབྱུང་བར་འདོད་དེ། སྒྲོ་དང་སྒྲ་རྗེས་སུ་འདུག་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་དབྱུག་པ་  
ཅན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོད་མ་ཉི་བར་བཞག་པ་དེ་ནི་དེ་ལྷ་མིན་ཏེ། ཅིའི་  
སྤྱིར་ཞེ་ན། རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །རི་ལྷར་

རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་ཅེ་ན། དབྱུག་པ་དང་དབྱུག་པ་ཅན་དག་ནི་དོན་དམ་  
 པར་ན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་ལྡན་པ་ཞིན་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་མེད་དོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ལས་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་  
 བའི་བྱེད་པར་ཀྱི་མཆོམ་ཉིད་ལ་འདི་འགྲོ་བ་དང་ལྡན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་  
 ཅམ་ཡོད་མོད་ཀྱི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ལས་དེ་ལས་གཞན་པའི་འགྲོ་བ་ནི་ཅི་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་དེ་ཡང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་སྒྲེ་བ་ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཆོག་ལས་འདུན་པའི་རྒྱ་དང་  
 འབད་པ་བསྐྱེད་པས་རྒྱུད་གི་ཁམས་ཀྱིས་བདས་པས་ཡུལ་གཞན་དུ་རྒྱུན་  
 ཆགས་སུ་འབྱུང་བ་ལ་འགྲོ་ཞེས་བྱ་བར་བད་ཀྱི་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འགྲོ་བ་པོ་  
 ལས་དོན་ཐ་དད་པར་གྱུར་པ་ནི་མེད་དེ། སྒྲེ་བའི་སྤྱོད་ལས་ཉིད་དུ་སྒྲེ་བ་པོ་  
 ཞེག་པའི་སྤྱིར་མེ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་བཞིན་པས་འགྲོ་བ་ནི་འཁྲུལ་པ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དོན་དམ་པར་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 མེད་པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི་དེ་འདོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་།  
 རྒྱུན་ཆགས་ཡུལ་གཞན་འབྱུང་བ་ཡི། །འདུ་བྱེད་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །མེ་  
 ལ་སོགས་བཞིན་འཁྲུལ་པའི་འགྲོ། །དེ་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་མིན། །ཞེས་བྱ་  
 བ་སྤྱི་ཏེ། གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་བཞག་པའི་སྤྱིར་དང་། འདུས་  
 པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། ཤེས་པ་ཉིད་འཁྲུལ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་བསམས་སོ། །གངས་ཅན་དག་ནི་རྩལ་གྱི་ཤས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་  
 པའི་ཆོག་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་མངོན་པར་གསལ་བའི་ཆེ་ན། འགྲོ་བ་པོ་ཡོད་པར་

འདོད་པས་དེ་དག་གི་ཕྱིར། སེར་སྐྱ་བ་ཡིས་རྣམ་བཟླས་པའི། །འགྲོ་པོ་  
 དོན་དམ་ཉིད་མི་རིགས། །ཆོག་ས་པ་རྣམས་སྤྱེད་ཕྱིར་དང་། །ཡང་ན་གཡོ་  
 བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་སོ། །གལ་ཏེ་སེར་སྐྱ་བ་དག་ན་རེ། གང་  
 དག་ལ་ཆོག་ས་པ་རྣམས་སྤྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ནི་སྒྲོན་དེར་འབྱུར་  
 གྱི། ཁོ་པོ་ཅག་ནི་ཆོག་ས་པ་ཅན་རྣམས་སྤྱེད་པ་ཁོ་ནར་འདོད་དེ། བྱེད་པ་  
 ཆོག་ས་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་མ་བཟུང་ན་བྱ་བ་ཆོག་ས་པ་ཅན་ཡང་གཟུང་དུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོག་ས་པའི་ཡན་ལག་གི་བདག་ཉིད་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་  
 དག་གི་འདི་ལྟར་གསལ་བར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཆོག་ས་པ་རྣམས་ཡོད་དེ། །ཆོག་ས་  
 བྱེད་མ་བཟུང་གཟུང་མེད་ཕྱིར། །དེ་ཡི་བདག་བཞིན་དེ་མི་རིགས། །དེ་  
 དག་རྣམས་སྤྱེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཆེན་  
 པོ་བཞི་དང་། བྱེད་པ་མིག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་  
 བ་བྱེད་པ་ཆོག་ས་པའི་ཡན་ལག་དེ་དག་རྣམས་སྤྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་དག་རི་ལྟར་རྣམས་སྤྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ནི་སྤྲུལ་བསྟན་ཟེན་  
 ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་དང་འོང་བའི་རྣམས་པར་བཞག་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་  
 ལྷན་ཡིན་པས་དོན་དམ་པར་དབྱེད་པ་མི་བཟོད་དོ། །བྱ་བ་ལྷག་མ་དགག་པ་  
 ཡང་། །ཕྱོགས་དེར་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ནི་ལྷ་སྒྲིན་  
 སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་སྤྲུལ་པ་སྤྲུལ་ལ། འོན་ཏེ་སྤྲུལ་པ་སྤྲུལ་བྱང་ན། དེ་ཞིག་  
 སྤྲུལ་པ་ལ་ནི་སྤྲུལ་བ་མེད་དེ། ཆོག་གི་བྱ་བ་འདས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་སྤྲུལ་པ་  
 ལ་ཡང་སྤྲུལ་བ་མེད་དེ། ཆོག་གི་བྱ་བ་མ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲུལ་བཞིན་པ་

ཡང་སྐྱབ་མེད་དེ། སྐྱས་པ་དང་མ་སྐྱས་པ་མ་གཏོགས་པར་སྐྱབ་བཞིན་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རི་ལྟར་སྐྱབ་པ་པོ་སྐྱའམ་སྐྱབ་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་སྐྱབ་གང་  
 བ། དེ་ལ་སྐྱབ་པ་པོ་གང་སྐྱབ་བར་འགྱུར་བ་ནི་མེད་དེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱབ་  
 བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་སྐྱབ་པ་མེད་དེ། སྐྱབ་དང་  
 མི་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་སྐྱབ་པ་པོ་ནི་མི་འཐད་དེ།  
 སྒྲོན་དང་ཕྱི་མ་དག་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་བཞིན་པས་དེའི་ཕྱིར་སྐྱབ་ཞིག་  
 སྐྱབ་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པ་པོ་དང་སྐྱབ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་པ་ཅིག་  
 ཡིན་གང་ན། གཉི་ག་ཡང་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བ་བ་པོ་བ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་ལས་བྱེད་པ་དང་། གཙོད་པ་པོ་གཙོད་པ་དང་། ལྷ་  
 བ་པོ་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གྲང་འགོ་བ་དང་འགོ་བ་པོ་བཀག་པ་བཞིན་དུ་  
 དབྱུད་པ་དང་དགག་པ་འདྲ་བར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་ལུང་ལས། རབ་འབྱོར་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་འོང་བ་དང་འགོ་བ་མེད་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་གནས་དེ་ལས་  
 མི་འདའོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། འདི་ལ་འོང་མེད་འགོ་བ་  
 འགའ་ཡང་མེད། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྣམ་མཁའ་རི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲུན་པ་དང་། སེམས་  
 མེད་པ་དང་། བྱ་བ་མེད་པ་དང་། རྩ་དང་ཤིང་དང་ཅིག་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྐྱས་པ་ནང་གི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་  
 བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་དེ་དག་



མེད་དེ་མོ་ག་ལམ་གྱི་བྱ་ལས་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 རང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ནི་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་ཡོད་དེ། གང་གི་  
 ཕྱིར་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས། དམ་ཆོས་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པའི། །  
 གྱིས་པ་ལ་ནི་འཁོར་བ་རིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་  
 བའི་བཅོན་ར་ནས་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་བའི་ཕྱིར་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་  
 བརྒྱད་པ་བསྟན་ཏི་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ།  
 གལ་ཏེ་དངོས་ཉིད་ཡོད་འདོད་དེ། །འཁོར་དང་ཐར་པ་ཡོད་ཕྱིར་ན། །གང་  
 ཆེ་ཇི་ལྟར་རྣམ་བཟླགས་པ། །དེ་དག་རང་བཞིན་རྣམ་དབྱུང་ན། །ངེས་  
 གཟུང་མེད་པ་དེ་ཡི་ཆེ། །ཇི་ལྟར་བཅིངས་ཤིང་གང་ནས་ཐར། །གང་གི་ཆེ་  
 མཆོན་ཉིད་བྱེད་པ་དག་གིས་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཟླགས་པའི་ནང་གི་དངོས་པོ་  
 དེ་དག་གི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཇི་སྐད་བསྟན་པའི་རིམ་པས་རྣམ་  
 པར་དབྱུང་པ་ན། ངེས་པར་གཟུང་དུ་མེད་པ་དེའི་ཆེ་ན་གང་ཞིག་དེ་ལྟར་  
 བཅིངས་ཤིང་གང་ནས་ཐར་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་  
 མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །ཅི་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་མི་འཐད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 རམ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་འདུ་བྱེད། རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན་པ། །སྒྱུ་མ་མི་ལམ་  
 ལྟ་བུ་དང་། །རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དབང་ལས། །བདག་ཉིད་བྱུང་པར་འཐོབ་  
 ལ་འཐད། །ཅེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་ཏེ། གང་དག་ལ་འདུ་བྱེད་རྣམས་རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་  
 པ་དེ་དག་ནི་སྒྲུབ་དབྱུང་པའི་གཏན་ཆིགས་དག་གི་ཕྱིར་བཅིངས་པ་དང་ཐར་  
 བ་དག་མི་འཐད་དོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྒྱུ་མ་དང་

སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ་རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་དབང་ལས་སྐད་ཅིག་མ་སྒྲ་མ་དང་  
 མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་བའི་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་ཐོབ་པ་དག་ལ་ནི་  
 བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་འཐད་དོ། །རྩི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ན་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་  
 ཚོགས་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ན་ཞུགས་པ་བདག་དང་བདག་གིར་འཇིན་པའི་  
 འཇིན་ཁྲིས་ཟེན་པ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ལྷགས་སྒྲོག་  
 གིས་བཅིངས་པ་ལས་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པས། བཅིང་བ་མཐའ་  
 དག་བཀོལ་ཞིང་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ནས་ཡང་དག་པར་འདས་པའི་ཐར་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཐ་སྙད་དུ་གཏོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཐ་སྙད་གདགས་པ་འཐད་  
 དོ། །དོན་དམ་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་རྩི་སྐད་དུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པས་འཁོར་བ་སྒྲོག་པ་མཇུག་ཀྱང་དེར་འགའ་ཡང་འཁོར་བ་མེད་ལ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་སྐྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྟོན་པ་མཇུག་ཀྱང་དེར་འགའ་  
 ཡང་སྐྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །རང་གི་སྒྲེ་བ་  
 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱུན་འབྲེལ་  
 པའི་མིང་དང་གཟུགས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་  
 ཐར་པའི་མི་མ་སྐྱུན་པའི་སྒྲོགས་དང་ལྟན་པ་ནི་བཅིངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 བཅིངས་པ་ལ་དམ་པའི་ཚོས་མཉམ་པ་དང་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པའི་སྟོན་མ་མི་ཤེས་པའི་ལྟན་པ་དང་བྲལ་བ་  
 སྐྱེས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བ་ནི་ཐར་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། མིང་དང་གཟུགས་ནི་

རོན་དམ་དུ། །འཁོར་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་ཕྱི་  
 རོལ་གྱི། །ས་ལ་སོགས་པ་མི་འདོད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་མིང་ནི་ཕྱང་པོ་  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་བཞི་པོ་དག་གོ། །གཟུགས་ནི་ལྷས་དང་དབང་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཚོགས་སོ། །དེ་ནི་རོན་དམ་པར་ན་འཁོར་བར་འབྱུང་ཞིང་འགྲོ་  
 བ་དང་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བར་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱེན་དག་གིས་མངོན་པར་  
 འདུས་བྱས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་ས་ལ་སོགས་པ་དག་འདུས་  
 བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཁོར་བར་མི་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཐར་པ་ཡང་མི་  
 འཐད་དེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། མིང་གཟུགས་རོན་དམ་ཉིད་དུ་ན། །ཇི་ལྟར་ཡང་ནི་  
 ཐར་མི་འབྱུང་། །སྐྱེ་དང་ལྷན་ཕྱིར་འཇིག་པའི་ཕྱིར། །ཕྱི་རོལ་ཆུ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་དེའི་རྒྱན་ཐར་པར་བརྟག་གམ་སྐད་ཅིག་མ་  
 ཐར་པར་བརྟག་གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རྒྱན་ནི་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཆུའི་རྒྱབས་འབྱུང་བ་དང་འགག་པ་བཞིན་ལ་སྐད་ཅིག་མ་ཡང་བཅིངས་  
 པ་ནི་བཅིངས་པའི་དུས་ཉིད་དུ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་དང་། དུས་ཕྱི་མར་འབྱུང་བ་  
 ཡང་བཅིངས་བཞིན་ཁོ་ནར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཐར་པར་ག་ལ་འབྱུར་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་རེ་ཞིག་མིང་དང་གཟུགས་ལ་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་མི་འཐད་དོ། །  
 གནས་མ་བྱའི་སྒྲེ་པ་དག་ནི་ཕྱང་པོ་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་ཁམས་རྣམས་ལས་  
 གཞན་པའི་གང་ཟག་འཁོར་བ་དང་ཐར་པར་འདོད་པས་དེ་དག་ག་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ། གང་ཟག་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ནི། །འཁོར་དང་ཐར་བར་མི་འབྱུར་  
 ཏེ། །གདགས་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་ཁང་པ་བཞིན། །བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་བྱི་དང་འབྲ།

ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་རྩ་དང་ཤིང་དང་ས་དང་སྒྲིག་མ་དང་རྡོ་བ་དང་སོ་སོ་སྐྱེ་བ་སོགས་པ་དག་གིས་ཁང་པར་གདགས་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྤང་པོ་དང་།  
ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཏུ་གདགས་པར་བཟང་  
པས་དེ་དག་མེད་པར་དེ་བསྟན་དཀའོ། ། དེའི་སྤྱིར་གང་ཟག་ནི་ཁང་པ་ལ་  
སོགས་པ་བཞིན་དུ་གདགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱི་བཞིན་དུ་  
བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བཅེངས་པ་དང་ཐར་པ་མེད་དོ། ། ཡང་ན་གང་  
ཟག་དེ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་སྤྱིང་བ་དང་  
མཆོན་མར་འཇིན་པ་དང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་  
བྱེད་པ་དག་ལས་གཞན་པའི་མཆོན་ཉིད་དམིགས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྣམ་  
མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་པས། དེའི་སྤྱིར་བཤད་པ། ཡང་ན་གང་ཟག་གང་ཟག་  
མིན། །རྩ་དང་ལྡན་སྤྱིར་བྱམ་པ་བཞིན། །སྐྱེ་དང་ལྡན་སྤྱིར་འཇིག་པའི་  
སྤྱིར། །ཤེས་བྱ་ཡིན་སྤྱིར་འོང་བ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་གང་ཟག་དེ་  
སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནམ། གཞན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་  
ཡིན་གང་ན། གལ་ཏེ་གཞན་ཡིན་ན་ནི་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །  
གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཞིག་པ་ན་གང་ཟག་གང་ཟག་འཇིག་པའི་  
སྤྱིར་དུ་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་གང་ཟག་དེ་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་  
བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་སུ་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན།  
དེ་སྟེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། གང་ཟག་བརྗོད་དུ་མེད་སྤྱིར་པས། །རྣམ་སུ་ཡོད་  
པ་མ་གྱུབ་སྟེ། །སྤྱི་དང་དཀར་སྤྱིར་བརྗོད་མེད་པའི། །མོ་གཤམ་བྱས་ནི་མ་

དེས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་པ་  
 རོལ་པོའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་དེས་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་ཏེ། བརྗོད་དུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་གང་ཟག་དེ་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པར་མི་  
 འགྱུར་སྟེ། ཅི་རེ་ཞིག་དེ་བརྗོད་དུ་མེད་ཀྱང་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གང་  
 ཟག་ཀྱང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་མོ་  
 ག་ཤམ་གྱི་བྱ་དཀར་པོ་དང་སྟོན་པོར་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྩ་ས་སུ་མེད་པ་  
 བཞིན་དུ་གང་ཟག་ཀྱང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྩ་ས་སུ་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 མ་དེས་པས་དེ་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཉམས་སོ། །དེ་ལྟར་སྤང་པོ་བདག་མེད་  
 ཅིང་། །སྟོག་མེད་སེམས་ཅན་ཡོད་མིན་པ། །མཁས་པས་གཟུ་བོའི་སྟོང་ག་  
 གིས། །ཅི་རིགས་པར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཟག་དགག་པ་  
 དང་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་  
 ནི་གངས་ཅན་དང་བྱེ་བྲག་པ་དག་གི་གཞུང་ལས་རྒྱན་དུ་འགྲོ་བའམ། འབྱུང་  
 པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདག་ཅེས་བྱའོ། །སྟོག་  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཅེར་བྱ་པ་དག་གི་གཞུང་ལས་འཆོ་བའི་དོན་ཀྱིས་སྟོག་ཅེའོ།  
 སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཡོད་པའི་  
 དངོས་པོ་ནི་སེམས་ཅན་ལོ་ཞེའམ། འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་སྦྱོར་བ་ནི་སེམས་ཅན་  
 ལོ་ཞེའོ། །གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གནས་མ་བུའི་སྡེ་པ་དག་གི་གཞུང་ལས་  
 ཡང་འགྲོ་བ་ལེན་པའི་ཕྱིར་གང་ཟག་ཅེའོ། །བདག་བཀག་པ་བཞིན་དུ་སྟོག་  
 དང་གང་ཟག་དགག་པ་ཡང་འདྲ་བར་མཐོང་ནས། ལུས་དང་དབང་པོའི་



ཆོག་ས་རྣམས་ལ། །དེ་ཉིད་དུ་ན་བདག་མེད་འདོད། །རྒྱ་དང་ལྷན་སྐྱེར་ཀ་བ་  
 བཞིན། །ཡང་ན་བསགས་སྐྱེར་གྲོག་མཁར་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ།  
 བདག་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་ལས་བདག་བྲལ་བའི་སྐྱེར་བདག་མེད་དོ། །  
 གྲོག་མཁར་བཞིན་ཞེས་བྱ་ནི་གྲོག་མའི་བྱུན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་  
 གོ། ལུ་སྒྲེགས་ཅན་དག་ན་རེ་བདག་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་པ་དང་ངོ་  
 ཞེས་པ་དང་། ཞེས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆོག་ས་དག་གིས་ལུས་  
 དང་དབང་པོའི་ཆོག་ས་དག་ནི་བདག་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱམ་པ་དང་  
 སྤུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པ་དག་ལ་ནི་དེ་དང་ངོ་ཞེས་པ་སྐྱེ་བ་མ་  
 མཐོང་བས་དེའི་སྐྱེར་དེ་ན་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་བདག་གི་ཆོས་ཡིན་པའི་  
 སྐྱེར། དེས་ན་བདག་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ར་རྗེས་སུ་དཔག་གོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །འདིར་  
 བཤད་པ། དེ་ན་པ་དང་ནི་ངོ་ཞེས་དང་། །ཞེས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་གཏན་ཆོག་ས་  
 གིས། །བདག་ཡོད་ཉིད་དུ་དམ་བཅའ་བ། །གཏན་ཆོག་ས་རྣམས་ནི་མ་གྲུབ་  
 ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ། རི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྒྲིང་བའི་ཡུལ་དེ་ན་པ་ནི་དེ་ན་པའི་  
 ཆོས་སོ། །ངོ་ཞེས་པ་ནི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་སོ། །རྟོག་གའི་ཡུལ་ལ་ཞེས་པ་  
 སྐྱེ་བ་དེ་དག་ནི་བདག་མེད་ཀྱང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་སོ་སོར་ངེས་པ་ཆོག་ས་པའི་  
 དབང་ལས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
 ཀྱི་བྱེད་པར་དེ་དག་འབྱུང་བར་འབྱུང་བས། དེའི་སྐྱེར་པ་རོལ་པོའི་གཏན་  
 ཆོག་ས་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་པ་དག་ལས་གཞན་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དང་།  
 སྤང་པོ་ལས་གཞན་པའི་བདག་མེད་པའི་སྐྱེར་གཞི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་

ནོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་དབང་བཅས་ལུས་ལ་ནི། །བདག་ཡོད་ཉིད་དུ་  
 སྐྱབ་བྱེད་ན། །གཏན་ཆིགས་སྤྱན་མོང་ཉིད་མི་འགྱུར། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་  
 ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལ་བྱན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་ནི་ཅི་དང་འབྲེལ་བྱ་  
 བའི་ཆོས་མ་སྤྱན་པའི་དཔེ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །བྱན་པ་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པ་དག་ལ་ཡང་བྱན་པ་  
 དང་ངོ་ཉེས་པ་དང་། །ཉེས་པ་སྐྱེ་བ་དག་མཐོང་བའི་ཕྱིར་བྱན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གཏན་ཆིགས་དག་གི་དོན་འགལ་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
 སྙམ་དུ་བདག་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་ཁ་ཅིག་ལ་ཉེ་བར་གདགས་སུ་རུང་བའི་  
 ཕྱིར་དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེན་ཉིད་དེ། །དཔེར་ན་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་སེང་གོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡང་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་དེ་ལ་གཡེར་བག་དང་། གཏུམ་བག་དང་། མཐུ་རྩལ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་སྤང་བས་དེ་ལ་སེང་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ཉེ་བར་  
 གདགས་སུ་ཡོད་པ་ལས་ན། །ལོགས་ཤིག་ན་སེང་གོ་ཞེས་བྱ་བ་རལ་བ་  
 སྤངས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དང་ལྷན་པའི་རི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དངོས་  
 ཡོད་པར་ཉེས་པ་དེ་བཞེན་དུ་ལུས་དང་དབང་པོ་དང་སྒྲོའི་ཆོགས་སྤྱད་ཅིག་  
 མ་ལ་བྱན་པ་དང་ངོ་ཉེས་པ་དང་། །ཉེས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་  
 གདགས་པ་སྤང་བ་ལས་ན་བདག་ཅེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་གང་ལ་དེ་དག་ཡོད་  
 པའི་བདག་དེ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་སྙམ་དུ་པ་རོལ་པོ་དག་བྱན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཉེ་བར་གདགས་པ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ནས། །ལུས་དང་དབང་པོ་དང་སྒྲོའི་

ཆོག་མ་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་ཡོད་དོ་སྐྱེ་དུ་སེམས་པའི་དོག་མ་པ་  
 བསྐྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་དཔོན་གྱིས་བཤད་པ། གལ་ཏེ་བདག་སྐྱོད་ན་བཞིན་  
 ཏེ། །འགའ་ལ་ཉེ་བར་གདགས་པའི་ཕྱིར། །སེང་གའི་སྐྱོད་དང་འབྲེལ་ན།  
 བདག་ནི་གྲུབ་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་དཔེ་མེད་པ་  
 དང་། གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྐྱོད་གང་ཁ་ཅིག་ལ་  
 ཉེ་བར་གདགས་པ་དེ་ནི་འདུས་པའི་ཆོག་མ་ལ་མཐོང་སྟེ། སེང་གའི་ལ་སོགས་  
 པའི་སྐྱོད་བཞིན་ནོ། །བདག་ནི་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་  
 འདུས་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་གང་ལ་ཡང་ཉེ་བར་གདགས་པ་མི་སྒྲིང་  
 བའི་ཕྱིར་དཔེ་མེད་དོ། །གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཁོ་པོ་  
 ཅག་ཀྱང་ཐ་སྐྱོད་དུ་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ལ་བདག་གི་སྐྱོད་དོན་སྐྱོད་འདོགས་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡང་སྤྱོད་པ་ལེན་པའི་ཕྱིར་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ལུས་དང་དབང་པོའི་ཆོག་མ་དག་ལ་ཉེ་བར་འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྐྱོད་  
 དུ། དཔེར་ན་ཡན་ལག་ཆོག་མ་པ་ལ། །ཤིང་རྩ་ཞེས་ནི་བྱ་བ་ལྟར། །དེ་  
 བཞིན་ཕྱང་པོ་རྒྱུ་པར་བཞེན་ནས། །ཀྱུ་རྩོལ་ཏུ་ནི་སེམས་ཅན་བརྩོད། །ཅེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཅི་སྟེ་རྒྱུ་པར་ལུ་ལ་ནི། །དོན་བཞིན་གཞན་ལ་  
 སྐྱབ་ཅེ་ན། །རྟག་དང་ཀྱུ་རྩོལ་སོགས་བྲལ་ཕྱིར། །འགའ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་སྟེ་པ་རོལ་པོ་དག་སངས་རྒྱས་པ་ལ་རྒྱུ་པར་  
 ཤེས་པ་ལ་དོན་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་བདག་དོན་ཡིན་པར་ཐ་སྐྱོད་གདགས་པ་  
 གྲུབ་པ་དེ་ཁོ་པོ་ཅག་བདག་དམ་པ་གཞན་ལ་དོན་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་བདག་

དངོས་ཡིན་པར་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་བར་སྐྱབ་བོ་ཞི་ན།      དེ་ལྟར་ན་  
 བདག་དམ་པ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་རྟག་པ་དང་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བས་དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་  
 དཔོག་པས་མི་རྟག་པ་དང་།      ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་དམ་  
 པ་ཆོས་ཅན་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་གསལ་བའི་ཕྱིར་འགལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་གང་ལའང་དོན་དམ་དུ།      །བཅིངས་དང་ཐར་པ་ཡོད་མི་འདོད། །  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་མིང་དང་གཟུགས་སམ།      གང་ཟག་གམ།      བདག་གང་ལ་ཡང་  
 བརྟག་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ།      །སོང་དང་མ་སོང་  
 བགོམ་པ་ཡི།      །དེ་བཞིན་སེམས་ལ་ལྷག་མ་བཤད།      །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ངེ་ལྟར་  
 སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་དང་བགོམ་པ་ལ་འགྲོ་བ་མི་འཐད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་ཀྱང་བཅིངས་པའམ་མ་བཅིངས་པའམ།      འཆིང་བ་བཞིན་པ་ཞིག་  
 འཆིང་གང་།      གྲོལ་བ་ཡང་གྲོལ་བའམ་མ་གྲོལ་བའམ་གྲོལ་བཞིན་པ་ཞིག་  
 འགྲོལ་གང་ན།      དེ་ལ་རེ་ཞིག་བཅིངས་པ་ལ་ནི་ཡང་འཆིང་བ་དོན་མེད་དོ། །  
 མ་བཅིངས་པ་ལ་ཡང་འཆིང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་བཞིན་དུ་འཆིང་བ་  
 མེད་དོ། །འཆིང་བཞིན་པ་ལ་ཡང་གཉི་གའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། །གྲོལ་བ་ལ་  
 ཡང་འགྲོལ་བ་མེད་དེ།      བཅིངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་གྲོལ་བ་ལ་ཡང་  
 འགྲོལ་བ་མེད་དེ།      དཔེར་ན་ཉོན་མོངས་པ་མཐའ་དག་གིས་བཅིངས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་གྲོལ་བཞིན་པ་ལ་འགྲོལ་བ་ཡོད་དེ།      མཆོན་ཉིད་ལས།      མི་  
 སྒྲོབ་སེམས་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པ།      །སྒྲིབ་པ་ལས་ནི་རྣམ་པར་འགྲོལ།      །ཞེས་

འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འགྲོལ་བཞིན་པ་དེ་ཡང་གང་ཡིན། གཤམ་ཏེ་  
 བཅིངས་པ་ཡིན་ན་ནི། བཅིངས་པ་དང་འགྲོལ་བ་གཉིས་དུས་གཅིག་པའི་  
 སྒྲིན་དུ་འབྱུར་རོ། །གཤམ་ཏེ་མ་བཅིངས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་གང་ལས་གྲོལ་བར་  
 འབྱུར། གཤམ་ཏེ་གཉིས་ཀའི་བདག་ཉིད་གཅིག་ན་ནི་མི་མ་ཐུན་ཏེ་གཤམ་ཏེ་  
 བཅིངས་པ་ཡིན་ན་ནི་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ལ། འོན་ཏེ་གྲོལ་བ་ཡིན་ན་ནི་བཅིངས་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཤམ་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ན་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཉམས་སོ། །སྒྲོབ་པའི་སེམས་སེམས་སྒྲ་མའི་སྒྲིད་ཅིག་མ་ལ་ལྟོས་ནས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བར་རྟོག་པ་ལ་ནི་ཐ་སྙད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདོད་པ་ཉམས་སོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་སེམས་ལ་ཡང་དོན་དམ་པར་ནི་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་མི་འཐད་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལུང་ལས་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འཁོར་བ་  
 སེལ་བར་མི་མཛད་ལ། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྐྱབ་པར་ཡང་མི་མཛད་དེ།  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་འཁོར་བར་འབྱུར་བ་ཡང་མེད།  
 བྱ་ངན་ལས་འདས་པར་འབྱུར་བ་ཡང་མེད། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་  
 འབྱུར་བ་ཡང་མེད། རྣམ་པར་བྱང་བར་འབྱུར་བ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གཤམ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། འོན་ཅིའི་ཕྱིར་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ཆགས་པས་ཆོས་རྣམས་མི་ཤེས་ཤིང་། ཆགས་  
 པས་ཆོས་རྣམས་མི་མཐོང་སྟེ། མི་གང་འདོད་ཆགས་བསྟེན་བྱེད་པ། དེ་ཆེ་  
 ཐུན་པས་ཐུན་ནག་འབྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་



པའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པ་མཛད་ཅིང་། གང་དག་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་ངོམས་པ་དེ་དག་ནི་ངོམས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་རྣམ་  
 པར་བྱང་བའི་ཡོན་ཏན་བསྟགས་པར་མཛད་ཅི་ན། བཤད་པ། ཆགས་པ་སྦྱ་  
 མ་ལྟ་བུའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོགས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འཇུག་པ་ཤས་  
 ཆེ་བ་དེ་ཟེའི་བྱོང་བྱེད་ཀྱི་བྱད་མེད་བཟང་མོ་ལ་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེའི་  
 ཉེས་དམིགས་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱན་རྫོབ་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་པར་ནི། གང་ཆེ་  
 སེམས་ནི་འགག་པ་ལ། །མངོན་དུ་སྟོགས་ཤིང་སྦྱེས་པའི་ཆོ། །གང་ལ་གང་  
 གིས་ཆགས་པར་འདོད། །ཆགས་པ་འགའ་ལ་འང་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་འདི་ལ་འདོད་ཆགས་དང་ལྟན་ཅིག་སྦྱེས་པའི་སེམས་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་ཐ་  
 སྙད་གདགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་གང་གི་ཆེ་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་  
 བཞིན་ཁོ་ནར་སྦྱེས་པ་དེའི་ཆེ་ན་སེམས་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་དེ་ལ། གང་  
 ལ་འདོད་ཆགས་གང་གིས་ཆགས་པར་འགྱུར། །གཞན་ཡང་འདོད་ཆགས་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འགགས་ཤིང་ཉམས་པ་ན་ཆགས་པ་ལ་ཡང་འདོད་  
 ཆགས་སྦྱེ་བར་མི་འདོད་དེ། འདོད་ཆགས་སྦྱེ་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཆགས་པ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་ལ་ཡང་འདོད་  
 ཆགས་ཡོད་པར་མི་འདོད་དེ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་བཞིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་སྦྱེ་བཞིན་ཆགས་ཤེ་ན། །དེ་ཅི་གལ་ཏེ་སྦྱེ་མངོན་སྟོགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གལ་ཏེ་སེམས་སྦྱེ་བཞིན་པ་ཆགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྦྱེ་བཞིན་པ་དེ་ཅི་

སྐྱེས་པའམ་མ་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ནི་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་སྐྱེས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན། མ་སྐྱེས་པ་  
 ལ་དེ་མི་འདོད། །གཞི་མེད་བྱ་བ་མི་ལྡན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 འདི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལྷ་སྐྱེན་བ་བར་  
 བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་  
 མ་གྲུབ་པས་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ཅི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་དང་ལྡན་པར་  
 འགྱུར། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་  
 དེ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དང་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་མི་རུས་པས། སྐྱེ་བཞིན་  
 སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེས་པར། །བརྗོད་པ་མིན་ལའང་ཆགས་པ་མེད། །བརྗོད་མེད་  
 སེམས་ཀྱང་ཆགས་མིན་ཏེ། །བརྗོད་དུ་མེད་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་བཞིན། །  
 ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཀྱང་ཆགས་པ་ཉིད་དམ་  
 ཆགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས། ཇི་ལྟར་འདོད་  
 ཆགས་ལས་ཆགས་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་གོ། གལ་ཏེ་སེམས་ནི་ཆགས་པ་ཡི། །རྣམ་པར་སྐྱེས་པ་ཆགས་  
 འདོད་དེ། །ཤེལ་ལ་ཆོན་ཆགས་སྟོབ་ཞེན་ན། །དེའི་སྟོབ་ཇི་ལྟར་ཆགས་ཉིད་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆགས་པ་དང་། ལྷག་པར་ཆགས་པ་དང་འདོད་ཆགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དག་ནི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། སེམས་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་  
 གྱུར་པ་ཆགས་པར་འདོད་དེ། །ཤེལ་ལ་ཆོན་གྱིས་ཆགས་པའི་སྟོབ་ཞེན་ནོ།།

ཞེས་པ་རོལ་པོའི་བསམ་པ་ཉི་བར་བཞག་པའི་དཔེ་དེ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བས་  
 ལྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་ཏེ། རི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་ཞོར་བྱ་ཤེལ་ལ་ཁ་བསྐྱར་བའི་  
 རྟེན་ཉི་བར་གྱུར་པ་ན། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཆགས་པ་  
 ཞེས་ཉི་བར་འདོགས་པས་དེའི་སྒྲོ་ཡང་ཆགས་པ་ཉིད་དུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་  
 ཁོ་ནར་བད་དོ། །རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ནི་རེ་ཞིག་ཞོར་བྱ་ཤེལ་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
 ཆགས་པ་མ་ཡིན་ན་དེའི་སྒྲོ་ལྟ་ཆགས་པ་ཉིད་དུ་ག་ལ་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡང་དང་པོ་ཡུལ་དང་སྤང་པ་ན་ཆགས་པའི་རྣམ་པར་  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་ཉི་བར་གདགས་པར་བད་ཀྱི་དེ་ཆགས་  
 པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་དང་རྗེས་སུ་བྱན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་  
 བའི་ཕྱིར་དོ། །དེས་མངོན་པར་བསྐྱབས་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པའི་སྒྲོ་སྒྲུ་  
 བ་དེ་ལ་ནི་རེ་ཞིག་ཡུལ་ཉི་བར་གནས་པ་མེད་དོ། །སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་  
 དང་པོའི་རྗེས་སུ་སྒྲོང་བ་ཡང་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་  
 ལ་ཡང་ཡུལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །འདོད་  
 ཆགས་རྟོག་པ་ཀུན་རྫོབ་ཡིན། །འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམ་ཀུན། །ཅི་  
 རིགས་པར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །དངོས་པོ་རྗེས་ལ་བཞེན་རིགས་ན། །དེ་ཡང་  
 དེ་ལས་དབྱེར་ཡོད་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ན་ཆགས་པར་བྱེད་པའི་དངོས་  
 པོ་ནི་འདོད་ཆགས་སོ། །དངོས་པོ་དེ་ཡང་རྗེས་ལ་བཞེན་ཏེ་དཔེར་ན་སྒྲུལ་  
 བུའི་ཆོན་དང་། འབྲས་ཆན་གྱི་ཆོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུར་རིགས་གང་ན།  
 དངོས་པོ་དེ་ཡང་རྗེས་དེ་ལས་ཐ་དད་པར་དབྱེ་ཞིང་བསྟན་པར་མི་བྱས་ཏེ།

དཔེར་ན་སྒྲིམ་བྱ་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་ཆོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། འབྲས་  
 ཆན་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་ཆོས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟུང་། །དེའི་སྤྱིར་  
 འདོད་ཆགས་འདིས་སེམས་འདི་ཆགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་འདི་སྒྲུབ་  
 པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྟོག་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 སྤྱིར་འདོད་ཆགས་ངེ་བཞིན་དུ། །སེམས་ལའང་ཆགས་པ་འཐད་མི་འགྱུར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་གཉིས་དབྱེར་མེད་པས་རང་གི་  
 བདག་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །དེ་  
 གཉིས་དབྱེར་མེད་པ་ནི་ཆད་མ་འདིས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དེ། འདོད་ཆགས་  
 ཆགས་ལས་གཞན་མི་རིགས། །ཆགས་པ་མ་བཟུང་གཟུང་མེད་སྤྱིར། །  
 ཆགས་པ་ཉིད་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ནི་ཆགས་པ་ལས་ལོགས་  
 ཤིག་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཆགས་པ་ཡང་འདོད་ཆགས་ལས་ལོགས་ཤིག་  
 ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དཔེར་ན་ཆགས་པ་ཉིད་བཞིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་  
 ཆགས་པ་གཉིས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐ་དད་ནའང་། དེས་ནི་མི་  
 ཆགས་གཞན་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དག་འདོད་ཆགས་ནི་ཆགས་པ་  
 ལས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལེབ་རྒྱ་ཅི་དང་གྲུར་གྲུམ་ལ་སོགས་པ་  
 གོས་པ་ཆགས་པ་བཞིན་དུ། །ཁ་དོག་ཡིད་འཕྲོག་པ་དང་། སྒྲ་སྒྲན་པ་དང་།  
 བྲི་ཞིམ་པ་དང་། རོ་མངར་བ་དང་། དེག་བྱ་འཇམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་  
 འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཆགས་པར་འགྱུར་བར་འདོད་པ་དེ་ལ་  
 ཡང་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འདྲ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པས་ནི་

སེམས་ཆགས་པར་འགྱུར་ལ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཉིད་ནི་གཅིག་  
 ལ་གཅིག་ཆགས་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དག་གིས་  
 གྲང་ཆགས་པར་མི་འགྱུར་བ་འདི་ལ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡང་དག་  
 པར་བརྗོད་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་སེམས་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་  
 འདོད་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་དམིགས་སུ་ཡོད་ཅིང་དེས་ཆགས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 རོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་རྣམ་པར་རིག་པའི་སེམས། ། འདོད་ཆགས་  
 ལས་གཞན་ཡོད་མིན་ཏེ། །དམིགས་པ་ལ་སོགས་མཚུངས་ཕྱིར་དང་། །ཐ་  
 དད་རྒྱ་གཞན་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་  
 ལོགས་ཤིག་ན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྱིང་བ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་ཡུལ་གཞན་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གང་གིས་ཐ་དད་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་གཞན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་འདུས་པ་གཅིག་རང་ཉིད། །སྐྱེས་ལ་ལྟོས་ནས་འདུས་པ་  
 ཅན། །ཐ་སྙད་བསྟན་པ་ཉིད་འདོད་དེ། །མེ་ཏྲིག་རྒྱས་པས་ཤིང་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལུགས་ནི་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་ཡན་ལག་གཅིག་རང་གི་  
 བདག་ཉིད་ཐོབ་པ་ལ་ལྟོས་ནས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུས་པ་  
 ཅན་དག་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཐ་སྙད་དུ་བསྟན་པ་ཉིད་



དུ་འདོད་དེ། དཔེར་ན་རྩ་བ་དང་། སྤྱ་གུ་དང་ལྷག་མ་དང་། སྤལ་མིག་དང་།  
ལོ་མ་དང་མེ་ཉོག་དང་། འབྲས་བུ་ལ་སོགས་འདུས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
ཤིང་ལ་མེ་ཉོག་གམ་འབྲས་བུའི་ཡན་ལག་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་ཤས་ཆེར་  
གྱུར་བ་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིས་ནས་ཤིང་མེ་ཉོག་རྒྱས་སོ་ཞེས། སྒྲིན་པ་འབྲས་  
བུ་ཆགས་སོ་ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་དེ་ཉིད་ལ་གནས་སྐབས་གཞན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
པའི་ཐ་སྙད་དུ་གདགས་པར་བྱ་དེ། དེ་ཡང་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་པས་འདོད་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཆགས་པ་ཡང་ག་ལ་ཡོད་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
དེའི་ཕྱིར་ལུང་ལས། རབ་གྱི་རྩ་ལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་གཟུགས་ནི་  
འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཅན་  
མ་ཡིན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན། རྣམ་པར་བྱང་བའི་  
ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉེ་བར་གཞག་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བྱུག་པ།

འདིར་སྤྲས་པ། འདོད་ཆགས་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤང་བ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགའ་བའི་འདོད་  
ཆགས་དང་སྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྤེད་པ་བྱད་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་

བ་དང་། འགོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའོ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། བཤད་པ། རི་སྐད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྲིས་འདོད་ཆགས་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་སྤངས་ཕྱིར་ནི་མྱ་ངན་འདས། །མི་རིགས་དེ་  
 ཉིད་མི་འཐད་ཕྱིར། །མྱ་ངན་འདས་པ་དོན་དམ་དུ། །དངོས་དང་དངོས་མེད་  
 མཆོན་ཉིད་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པས་དོན་དམ་པར་དབྱེད་  
 པ་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་མི་རིགས་སོ། །རི་ལྷོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བྱེ་བྲག་  
 ཏུ་སྤྲོ་བ་དག་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་དང་། ཏྲག་པ་དང་ཏྲག་  
 པའི་དངོས་པོ་བདག་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །མདོ་སྤེ་བ་དང་གོས་དམར་སྤེ་བ་  
 དག་ནི་ཕྱང་པོ་མེད་པ་ཅུ་སྟེ། མར་མེ་ཤི་བར་གྱུར་པ་ལྟར། །དེ་ཡི་སེམས་  
 ནི་རྣམ་པར་ཐར། །ཞེས་བཟོད་དོ། །གནས་མ་བྱའི་སྤེ་བ་དག་ནི་དངོས་པོ་  
 དང་དངོས་པོ་མེད་པ་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་མྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ནི་ལྷས་དང་དབང་པོ་དང་། སྒྲོ་མེད་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་མེད་པ་  
 ཡིན་ལ། གཏན་གྱི་བདེ་བ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །དེའི་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་བཀག་པས་གཉི་གའི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱང་བཀག་པ་བྱས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་རེ་ཞེས་དངོས་པོ་  
 དང་དངོས་པོ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་དགག་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་  
 དངོས་ན། །དངོས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་འདུས་བྱས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དངོས་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་སྟེ། རྒྱ་དང་རྒྱེན་རྣམས་གྲིས་འདུས་  
 བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དངོས་པོར་

རྗེས་སུ་དཔོག་པས་འདུས་བྱས་ཉིད་ཀྱིས་འདུས་མ་བྱས་ཉིད་བསལ་བའི་  
 ཕྱིར་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཉམས་སོ། །གཞན་ཡང་སྤྲུངན་ལས་འདས་པ་  
 བྱི་འདུས་བྱས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པར་འདོད་ན། གལ་ཏེ་འདུས་བྱས་ཡིན་ན།  
 གཉེན་པོ་མ་ཡིན་འདུས་བྱས་ཕྱིར། དཔེར་ན་འདུས་བྱས་འགག་པ་བཞིན།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དངོས་མེད་གཞན་ཏེན་འགྱུར། །དངོས་  
 པོ་མེད་ཕྱིར་ཞིག་པ་བཞིན། དེ་ནི་གཉེན་པོར་མི་འདོད་དེ། །གཞན་ལ་ཏེན་  
 ཕྱིར་ཞིག་བཞིན་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དག་ནི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། གལ་ཏེ་སྤྲུངན་ལས་འདས་པ་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་བདེ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྣམ་  
 མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་ཉམས་སོ། །དེ་གཞན་ལ་བཏེན་པ་ཡིན་  
 པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞིག་པ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 ཀོང་བྱ་དང་འབྲུ་མར་དང་སྒྲིང་པོ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་ལས་མར་མེ་ཞེས་  
 བྱ་བར་འཛིག་ཏེན་ལ་གྲགས་པ་ཕྱིས་དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་དངོས་པོ་  
 གཞན་ལ་བཏེན་པ་བཞིན་དུ་སྤྲུངན་ལས་འདས་པ་སྤང་པོའི་རྒྱན་གྱི་སྤེད་པ་  
 ཟད་པ་ལས་ལེན་པ་མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མར་མེ་  
 ཞིག་པ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ལ་བཏེན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །སྤྲེད་ཅག་སྤྲུངན་  
 ལས་འདས་པ་ནི་མི་འཛིག་པ་དང་རྟག་པར་ཁས་ལེན་ན་དེ་གཞན་ལ་བཏེན་  
 པ་དང་། ཞིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་འཁོར་བའི་གཉེན་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་མི་  
 འཐད་དོ། །འོ་ན་སྤང་ལས། དགོ་སྒྲོང་དག་སྤྲུངན་ལས་འདས་པ་དེ་ནི་མ་

སྐྱེས་པ་དང་། མ་བྱུང་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 གསུངས་པས་འདུས་མ་བྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བཤད་པ། དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་མི་རིགས། །དགག་པ་གོང་  
 དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་དེ་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དངོས་  
 པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་འདུས་བྱས་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་གྱི། འདུས་མ་བྱས་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོན་གོང་དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་རྫས་སུ་ཡོད་པ་དང་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་  
 བ་ཉིད་དང་མ་སྐྱེས་པ་དང་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཉིད་དུ་བརྟག་གང་ན། གངས་  
 ཅན་དག་གིས་རབ་བརྟགས་པའི། གྲོལ་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་ཅི་ཡོད། །  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་གངས་ཅན་དག་གྲང་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་མ་སྐྱེས་པ་  
 མི་འཇིགས་པ་བྱ་བ་དང་། བྱེད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ནི་སྐྱེས་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་གྲོལ་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པར་འདོད་པས་གང་དག་གིས་གཟུང་བ་  
 དང་། འཇིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་དོན་ཐམས་ཅད་  
 རང་དུ་བསྐྱུ་བ་དང་། སྤྱི་རོལ་དུ་སྦྱོད་པ་མེད་པར་ངེས་པར་བརྟགས་པ་དེ་  
 དག་གྲང་གངས་ཅན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་མཚུངས་སོ། །སྤྱང་ན་ལས་  
 འདས་པ་ནི་ཟད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཉོན་  
 མོངས་རྣམ་རྟོག་གཙུབ་ཤིང་ལས། །བྱུང་བ་རང་གི་ངང་ཟད་པ། །དེ་ལ་  
 བསགས་པ་ཡོད་མིན་པས། །གང་ཟག་ཁྱོད་ཐར་མི་ཟད་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པས་ཀུན་

ནས་བསྐྱར་བ་ཚུའི་ཁམས་ཀྱི་རྟོག་པ་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིན་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་པ་ཁོང་ཁྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་སེམས་ཀྱན་  
 རྣམ་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་དག་གྱང་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེས་པས་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་བསགས་པ་མེད་པས་རང་གི་རང་ཉིད་  
 གྱིས་ཟད་པར་འགྱུར་བས་དེ་དག་ལ་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲོར་བ་མེད་ན་  
 ཟད་པ་ག་ལ་ཡོད། ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གང་ཐར་པར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་  
 གང་གི་ཟད་པ་ལ་སྒྲོས་ནས་བྱོད་ཀྱི་ཐར་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཡོད་  
 པར་འདོད། ཡང་ན་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་མ་སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་  
 ཉིད་གྱིས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསགས་  
 པ་མེད་དོ། །བསགས་པ་མེད་ན་གང་གིས་བཅིངས་ཤིང་གང་ལས་ཐར་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་མེད་ལ་རྟོག་པ་ཡང་། །དེ་བཞིན་མེད་ཕྱིར་ཚུ་ལ་  
 གཉིས་མཚུངས། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་སོ། །ཟད་པ་ཅན་རྣམ་ཟད་མེད་ན། །གང་  
 གིས་ཟད་པས་ཐར་པ་སྐྱོས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེ་ཞིག་རང་གི་རང་གིས་ཟད་པ་  
 ཅན་མར་མེ་བཞིན་ཏུ་ཟད་པ་ལ་ནི་ཐར་པ་མི་འཐད་དོ། །ཟད་པ་ཅན་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་ཡང་ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ་ཐར་པ་མེད་དོ། །ཅི་ཐར་  
 པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཀྱན་རྫོག་ཏུ་ཡོད་དེ། དོན་དམ་པར་ནི་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་བཞིན་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 །དེ་ཡི་སྒྲོ་ཡང་སྒྲོག་གྱུར་པས། །ཟད་མེད་མི་ཟད་ཆོས་ཉིད་འཐོབ། །ཐོབ་པ་  
 མེད་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་སོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་གི་ཆེ་དེས་ཉོན་མོངས་



བ་རྣམས་དང་སེམས་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་ལེགས་པར་རྟོགས་པར་བྱུང་  
 བ་དེའི་ཆེ་ན། དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཐར་  
 པའི་སྒྲོ་ཡང་ལྟོག་པས། ཉོན་མོངས་པ་བསགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་བད་  
 པས་བད་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་འཐོབ་སྟེ། ཐོབ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེ་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། ང་ནི་ཐོབ་པ་མེད་པ་ཁོ་  
 རར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལས་ལངས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
 དུ། ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལ་ར་དུ་ཉིད་བྱ་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད། མངོན་པར་རྟོགས་པ་  
 ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་གཉིས་སུ་བརྗོད་པར་བད་ཀྱི་  
 རོན་དམ་པར་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ས་རོལ་པོ་དག་འདོད་པ་ལ་མི་བརྟེན་པས།  
 ཡང་དག་རྗེ་བཞིན་ཡོངས་རྟོག་པ། །བདག་ལ་ཕན་པར་འདོད་པ་དག་ །ལྟ་  
 ངན་ནད་ཅི་ངན་བསྐྱོས་པའི། །སྤྲེགས་པའི་ཆིག་ལ་རྟེན་མི་བྱེད། ། ཅེས་བྱ་བ་  
 སྤྲེག་ཏེ། བྱེད་ཅག་གི་རང་དགས་ཉེ་བར་སྐྱར་བའི་ཆིག་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་  
 དག་ལ་ནི་མཁས་པ་ཡང་དག་པ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་བདག་  
 ལ་ཕན་པར་འདོད་པ་དག་རྟེན་པར་མི་བྱེད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་  
 ལྟར་བྱོད་ཀྱི་ཆིག་དེ་དག་ནི་ལྟ་བུ་ངན་པའི་ནད་ཅི་ང་བས་བསྐྱོས་པའི་སྤྲེགས་  
 པའི་ཆིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྟ་བུ་ངན་པ་ཉིད་ནད་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཅི་ངན་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་བསྐྱོས་པའི་སྤྲེགས་པའི་ཆིག་གང་དག་ལ་བྱེད་པར་རྗེ་སྐད་  
 བསྟན་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ལྟ་བུ་ངན་པ་དེའི་ནད་ཅི་ང་བས་

བསྐྱོས་པའི་སྒྲེགས་པའི་ཚིག་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་རྟོན་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་  
བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །དེ་དག་ལ་བརྟོན་ན་ཅི་ཉེས་ཤེ་ན། ལྷ་བ་ལོག་པའི་རྣམ་  
པར་སྒྲིན་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དག་འཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་སེམས་ཅན་  
དཔྱུལ་བའམ་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སམ་གཤེན་རྗེའི་འཇིག་རྟོན་དག་ཡིན་ཏེ།  
རི་སྐད་དུ། དད་པ་ཅན་ནི་ཉེས་བཟུང་བས། །ཁྲིས་པ་གཞན་ནི་ཞེ་སྤང་  
གིས། །དད་པ་ཅན་ཡང་བསྐྱེགས་བསྐྱོན་ན། །ཞེ་སྤང་ཅན་དག་བསམ་ཅི་  
དགོས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་སྦྱས་པ། འདོད་ཆགས་ནི་  
ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
ལྷ་མི་རྟག་པ་དང་སྦྱག་བསྐྱུལ་བ་དང་། སྒྲིང་པ་དང་བདག་མེད་པ་དང་། མི་  
སྦྱག་པ་དག་ལ། རྟག་པ་དང་བདེ་བ་དང་། དངོས་པོ་དང་། བདག་དང་སྦྱག་  
པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དག་ནི་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ལ་བརྟོན་ནས། འདོད་ཆགས་  
ལ་སོགས་པ་དག་འགྱུར་བར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ། མ་རིག་པ་ནི་ཉོན་  
མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། མ་རིག་པའི་རྩ་བ་ནི་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་  
པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྩ་བ་ནི་འདྲ་  
ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
བཤད་པ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་མི་  
རིགས་ཏེ། །འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་བརྟགས་པའི་ཕྱིར། །རྟོགས་པ་དེ་ཡང་  
ཀུན་རྫོབ་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གྱུང་འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་བརྟག་  
པར་བྱ་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པའམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མ་

གྱུར་པའམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་པའམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཐ་དད་དམ། འོན་ཏེ་ཐ་མི་དད་ཅི་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་ན་འདོད་ཆགས་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་མི་འཐད་པས།  
 དེའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོག་པ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ངོ་བོ་ཉིད་ཕྱིར་སྤར་བཀག་ཕྱིར། །  
 གང་གིས་དེས་ནི་ཆགས་འགྱུར་བའི། །འདོད་ཆགས་ཆགས་པའི་དངོས་  
 ཉིད་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆེ་སྤར་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་  
 སུ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱིར་དགག་པ་བྱས་  
 པ་དེའི་ཆེ་འདོད་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན།  
 གང་འདོད་ཆགས་དེས་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་སེམས་དེ་ཡང་གང་ཞིག་  
 ཡིན། དེས་ནི་སྤང་དང་ཚྱངས་ལ་སོགས། །སོ་སོར་བཤད་པ་བྱས་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བཀག་པའི་ཚུལ་དེས་ཞེ་  
 སྤང་བ་དང་གཏི་མུག་དང་ཚྱངས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་འདྲ་བར་བཀག་  
 པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། གང་ཆེ་སེམས་ནི་འགག་པ་ལ། །མངོན་  
 དུ་ཕྱོགས་ཤིང་སྦྱེས་པའི་ཆོ། །གང་ལ་གང་གིས་སྤང་བར་འདོད། །སྤང་བ་  
 འགག་ལའང་མི་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་སྦྱེ་བཞིན་སྤང་ཞེ་ན། །དེ་ཅི་གལ་ཏེ་སྦྱེ་  
 མངོན་ཕྱོགས། །མ་སྦྱེས་པ་ལ་དེ་མི་འདོད། །གཞི་མེད་བྱ་བ་མི་ལྷན་ཕྱིར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱར་བར་བྱའོ།  
 །དེ་ལྟར་བཅིངས་ཐར་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གཡོ་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་

བ་ནི་པ་རོལ་པོ་དག་གིས་སྒྲར་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པར་ངོ་པོ་ཉིད་  
 ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་གང་  
 སྒྲས་པ་དེའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དང་། དོན་འགལ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་དག་ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གངས་ཅན་དག་ན་རེ། སྒྲ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དང་བྲལ་  
 བའི་ས་ལ་སོགས་པ་ནི་རྫས་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཚུ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་  
 བཅད་པའི་དངོས་པོར་སྒྲར་བའི་སྒྲིའི་རྒྱ་ཡིན་པས་རྫས་ལས་དོན་གཞན་མ་  
 ཡིན་ནོ། །སྒྲ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པས་མཆོན་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་  
 རྫས་ལས་དོན་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཟེགས་ཟན་པ་དག་ན་རེ།  
 དངོས་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་ཉིད་དང་། གཞན་མ་ཡིན་  
 པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ལ་ཡང་གཞན་ཉིད་དང་གཞན་  
 མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་གདགས་ཏེ། དེ་ལ་ས་ལ་ནི་རང་གི་བདག་  
 ཉིད་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡོད་ལ། ཚུ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་སའི་གཞན་  
 ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་གཉི་གའི་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དགག་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ། ས་ནི་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ན། །ས་ལས་གཞན་མིན་ཉིད་མི་འདོད། །  
 རྒྱ་དང་ལྡན་ཕྱིར་རྒྱ་བཞེན་དང་། །དངོས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་ཤེས་པ་བཞེན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་བ་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་ས་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ས་  
 མ་གཏོགས་པར་ཡང་གང་གིས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་གཞན་  
 ཉིད་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཆད་མ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ། དངོས་པོ་རྣམས་སྟོང་

བ་ཉིད་དུ་རོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེས་བྱ་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ས་ལས་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ན། །ཚུ་ནི་གཞན་  
 བར་མི་གཟུང་སྟེ། །སྐྱེ་དང་ལྷན་པའི་རྣམས་ལས་ནི། །ས་གཞན་མིན་པ་ངི་  
 བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་དོན་ནི་དཔེར་ན་རྣམས་ཀྱི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ལས་སའི་ཐ་སྟངས་གཞན་ཡིན་ཡང་དངོས་པོ་གཞན་ཉིད་དུ་མི་འདོད་པ་  
 དེ་བཞིན་དུ། ཚུ་ཡང་གང་གིས་གཞན་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ།  
 ཅི་སྟེ་འདི་སྟུམ་དུ་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དང་སའི་བདག་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་ནི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར་དེ་ལ་སྐྱེ་དང་སྐྱོ་ཡང་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ས་དང་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་དང་སྐྱོ་ཐ་དད་པ་ཡང་ཡོད་  
 ལ། ལས་དང་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་ཐ་དད་པས་དེའི་ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་  
 གཞན་ཉིད་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན་བཤད་པ། ས་ལ་སོགས་པས་སྐྱེ་སྐྱོ་དང་། །ལས་  
 དང་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པས། །དེ་དག་གཞན་ཉིད་མི་འདོད་དེ། །བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཆོས་དང་མི་ལྷན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་གཞན་ཉིད་  
 དེ་དེ་ཉིད་ཆོས་ཡིན་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ། །དེ་དང་མི་ལྷན་པ་ནི་  
 ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་  
 ལོགས་ཤིག་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤར་བསྟན་ཟེན་པས། དེའི་ཕྱིར་  
 གཞན་ཉིད་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དཔེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མི་ལྷན་ནོ། །ཐ་དད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་དེ་ནི་མ་ངེས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རི་  
 ལྟར་ཞེ་ན། གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་མིན་གཞན་ཡང་། །ཐ་སྟངས་ཡོད་ཕྱིར་མ་



དེས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དང་། མཆི་  
 གྱའི་ལུས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ཐ་དད་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་རེ་ཞིག་ངི་ལྟར་  
 གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱ་ཐ་དད་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་ཀྱང་  
 གཟུགས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ས་  
 དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་སྐྱ་ཐ་དད་པ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་གཞན་ཉིད་མ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་ངི་ལྟར་སྐྱ་སྐྱིན་གྱི་ལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱ་ཐ་  
 དད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དངོས་ཀྱང་གཞན་ཉིད་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ས་དང་ཆུ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་སྐྱ་ཐ་དད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དངོས་ཀྱང་ཐ་དད་པར་  
 འགྱུར་བ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཡོད་ཅིང་མ་དེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་  
 མ་གྲུབ་ཕྱིར། །དེ་དོན་མ་གྲུབ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱ་དང་སྐྱོ་ཐ་  
 དད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་དེའི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 གཏན་ཆིགས་དེའི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས། བ་རོལ་པོས་ཡོངས་  
 སུ་བརྟགས་པའི་དོན་ནི་དོན་དམ་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱ་སོགས་བྱེ་བྲག་ཐ་  
 དད་ཀྱང་། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་འབྲུལ་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་  
 གཞན་ཉིད་སྟོན་པའི་གཏན་ཆིགས་དག་གོ །བྱུང་པར་བརྗོད་པར་གྱུར་ཀྱང་  
 བྱི། །འགལ་བས་དེས་པར་བརྗོད་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དང་  
 གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དགག་པ་སྐྱབ་པའི་ཆིག་གིས་སོ། །གཅེར་བྱ་བ་དག་  
 བྱི་དངོས་པོ། མས་ཅད་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་དེ། ས་ལས་ཆུ་

ལ་སོགས་པ་དག་གཞན་ཉིད་དེ་མཆོན་ཉིད་དང་ལས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཞན་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པས་འདུས་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེ་ན། དེ་དག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བརྗོད་པར་  
 བྱ་སྟེ། གཉི་གཉིད་ཀྱང་མི་རུང་སྟེ། །འགལ་ཕྱིར་མེ་ལ་གྱང་ངོ་བཞིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ས་ལས་ལྷ་ལ་སོགས་པ་དག་གཞན་ཡིན་ན་ནི་ངི་ལྟར་  
 གཞན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར། ཅི་སྟེ་གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་འོན་དེ་ལྟར་གཞན་  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་འགལ་ཏེ། དཔེར་ན་གལ་ཏེ་མེ་ཆ་བ་ཡིན་ན་ནི་ངི་ལྟར་གྱང་  
 བ་ཡིན། ཅི་སྟེ་གྱང་བ་ཡིན་ན་ནི་འོན་དེ་ལྟར་ན་ངི་ལྟར་ཆ་བར་འགྱུར་ཞེས་  
 བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གཞན་དང་གཞན་མིན་ཕྱོགས་དགག་པ། །  
 བསྟན་ཕྱིར་དེ་ཡང་བཟང་པོ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་གཞན་ཉིད་དང་  
 གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་དགག་པ་བསྟན་ཟེན་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་  
 ལས་མ་གཏོགས་པ་གང་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་གཞན་ཡང་ཡོད་  
 དེ་དེའི་ཕྱིར་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དེ་ཡང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་གཉི་  
 གར་སྤྱི་བ་དག་འདི་སྐད་ཅེས། མེ་ཡང་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བཙུ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་ཆ་བ་ཡིན་ལ་བདེན་པའི་གསང་སྤྲུགས་ལ་སོགས་  
 པས་བྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་པ་དག་ལ་ནི་གྱང་བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་མེ་ཡང་  
 གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་  
 ཕྱིར་བཤད་པ། གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཉིད་ཡིན་ཡང་། ། ཀུན་ལ་གྲགས་པའི་  
 ཆ་དཔེར་བསྟན། །དེས་ན་གཞན་ལ་དཔེ་མེད་པ། །རབ་ཏུ་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་

རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ལ་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་འགའ་ཞིག་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་དེ་  
ལ་གང་འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་གྲགས་པའི་ཆ་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་བསྟན་པས་དེའི་  
སྤྱིར་གཉི་གར་སྤྲོ་བ་དག་ལ་ཁོ་ལོ་ཅག་གིས་དཔེ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ།  
།གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དེ་ཡང་དོན་དམ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་  
ན། དེ་ནི་ལྟོས་ནས་འབྱུང་བ་སྟེ། །གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་།སྤྱིར་  
མ་གྱུར་ན་མི་འབྱུང་སྤྱིར། །ཡིད་གྱིས་རྣམ་པར་བརྟགས་པར་ཟད། །ཅེས་བྱ་  
བའི་སྤྱིར་ཏེ། འདི་ན་ཁ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་བ་དག་ལ་ལྟོས་ནས་མེ་ལ་  
སོགས་པ་ཆ་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ལ། མེ་ལ་སོགས་པ་ཆ་བ་ཉིད་ལ་ལྟོས་ནས་  
ཁ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གང་བ་ཉིད་དུ་བརྟགས་སྟེ། དེ་སྤྱིར་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་  
གང་བ་དང་ཆ་བ་དེ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་སྤྱིར་མ་གྱུར་པའི་ཆེ་  
ན་སྤྱིར་མ་ཡང་མི་འབྱུང་པའི་སྤྱིར་གང་ལ་ལྟོས་ན་ཅིག་ཤོས་འབྱུང་པར་བྱ་བ་  
གང་ཡིན་པ་མ་གྱུར་པའི་ཆེ་ན། དེ་ལ་ལྟོས་ནས་འབྱུང་པར་འགྱུར་བ་གང་  
ཡིན་པ་ཡང་མི་འབྱུང་པས། དེ་དག་ནི་ཡིད་ལ་བསམས་པ་ཅེས་དུ་ཟད་པའི་  
སྤྱིར་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་  
རིང་པོ་དང་སྤྱང་དུར་རྟོག་པ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་རིང་པོ་ཡོད་ན་སྤྱང་དུ་ཡོད་  
པར་འགྱུར་ལ། སྤྱང་དུ་ཡོད་ན་རིང་པོ་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་དེ་གཉིས་ལས་  
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མེད་ན་མི་འབྱུང་པ་བཞིན་ནོ། །བདག་ཡོད་པ་ཡང་  
ཡིན་ལ་བདག་མེད་པ་ཡང་ཡིན་པ་དང་། རྟག་པ་ཡང་ཡིན་ལ་མི་རྟག་པ་ཡང་  
ཡིན་པ་དང་། དངོས་པོ་ཡང་ཡིན་ལ་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ། གཉི་གར་སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་ལ། །དགག་པའི་ཚུལ་ཡང་དེ་  
 ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་སྒྱར་རོ། །འདི་ལྟར་འདི་སྐད་བསྒྱབ་བསྟན་པས། །རོ་  
 བོ་ཉིད་ཡོད་ཉིད་མ་གྲུབ། །ཅེས་བྱ་བ་ནི། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཆོག་གི་ལྟག་མའོ། །ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་ཀྱི་མཁུག་  
 བསྒྱབ་བྱེད་པ་ནི། །དེ་ལྟར་འདུས་བྱས་ཆོས་དེ་དག། །བསྒྱབ་ས་རྣམ་པར་  
 བརྟགས་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྒྲས་པ། །འདུས་བྱས་ཀྱི་  
 །དངོས་པོ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། །དེའི་གཉིན་པོ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 །ན། །དེའི་སྤྱིར་འདིར་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དཔེར་  
 །ན་སྒྲུ་མ་མཁན་གྱིས་སྒྲུལ་པའི་གཟུགས་བཞེན་ནོ། །འདུས་བྱས་ལ་ནི་  
 །གཉིན་པོ་འདུས་མ་བྱས་ཡོད་པས་དེའི་སྤྱིར་ན་འདུས་བྱས་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 །ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། །དེའི་སྤྱིར་འདིར་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་  
 །ནས། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲ་བའི་གཞུང་གིས་བཤད་པ། །འདུས་མ་བྱས་ནི་འགོག་  
 །གཉིས་དང་། །ནམ་མཁའ་དང་ནི་དེ་བཞེན་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་འདུས་མ་  
 །བྱས་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་འགོག་པ་དང་། །སོ་སོར་མ་བརྟགས་པར་འགོག་  
 །པ་དང་། །ནམ་མཁའ་དང་དེ་བཞེན་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི་ཤེས་  
 །རབ་སྟེ། །དེས་ཉོན་མོངས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་བརྟགས་ཏེ། །འགོག་པ་  
 །གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ། །འགོག་པ་སྟེ། །ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་  
 །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོར་མ་བརྟགས་པར་འགོག་པ་ནི་འགའ་ཞིག་གིས་  
 །དངོས་པོ་རྣམས་འགོག་པ་ལ་མི་འབྲལ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ནམ་མཁའ་ནི་

གོ་སྐབས་འབྲེད་པར་བྱེད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་  
 བོ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་དང་ཞིག་ནས་མེད་པ་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པ་དང་།  
 གཏན་མེད་པ་དག་གིས་མཆོན་པ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་  
 དོ། །དེ་དག་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ། མི་འགྱུར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 བཞིའོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག །སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་འགོག་པ་ནི། །དོན་དམ་དུ་ན་  
 དངོས་པོ་ཡིན། །རྟག་དང་རང་བཞིན་མི་འགྱུར་སྤྱིར། །མོ་གཤམ་བྱ་ཡི་  
 གཟུགས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 བོ་རྟག་པ་དང་རང་བཞིན་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མི་  
 འཐད་དེ། མོ་གཤམ་བྱའི་ལུས་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་གཞན་བསྟན་པའི་སྤྱིར། མ་སྐྱེས་སྤྱིར་དང་རྒྱ་མེད་སྤྱིར། །དེ་བཞིན་  
 ལས་ཀྱང་མེད་སྤྱིར་དང་། །འདུས་བྱས་མ་བསྐྱས་སྤྱིར་དང་ནི། །འགག་པ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་ཡང་ངོ་། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་འགོག་པ་  
 བོ་དོན་དམ་པར་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་ལྷག་མའོ། །  
 དངོས་པོའི་བདག་ཉིད་ནི་སྐྱེ་བ་དང་རྒྱ་དང་། ལས་དང་། འདུས་བྱས་དང་།  
 འགག་པ་དག་གིས་མཆོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་དང་། རྒྱ་མེད་  
 དང་། ལས་མེད་པ་དང་། འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པ་དང་། འགག་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་ངི་ལྷར་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར། སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་འགག་པ་ཡང་མེད་དེ། འདི་ལྷར་སྐྱེས་པ་ལ་འགག་པ་འཐད་ཀྱི། མ་  
 སྐྱེས་པ་ལ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་ངོ། །གང་གི་འབྲས་བྱ་གང་འདོད་པ། །དེ་ནི་



དེའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ། །མ་སྐྱེས་ལ་སོགས་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས། །སྤང་ཆེན་  
 སྤང་གི་རྩ་བ་ཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བས་ནི་དེ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་འགོག་པར་བྱེད་  
 དེ། འདུས་མ་བྱས་གང་གི་འབྲས་བྱ་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགའ་ཞིག་གིས་ངི་  
 ལྟར་བརྟགས་པ་དེ་ལ་འདུས་མ་བྱས་དེ་ནི་འབྲས་བྱ་དེའི་རྒྱུ་ཡིན་པར་མི་  
 རིགས་ཏེ། སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་  
 དག་གི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སྤང་པོ་ཆེའི་སྤང་ལ་རྩ་ཉིད་མེད་པ་དེ་དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་སེང་གའི་བྲི་ལ་སོགས་པ་དག་གི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། ། ཡང་ནི་  
 གཞན་དུ་བརྟགས་ཏེ། མ་སྐྱེས་རྒྱུ་དང་ལྷན་པ་ཡི། །འབྲས་བྱ་མི་འདོད་ཤེས་  
 པར་བྱ། །འབྲས་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་སྤང་ཅི་ནི། །མཁའ་མིན་སོགས་རྒྱུ་ལྷན་མིན་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བས་ནི་དེ་རྒྱུ་མ་སྐྱེས་པའི་འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པར་འགོག་  
 པར་བྱེད་དེ། འབྲས་བྱ་གང་ལ་རྒྱུ་མ་སྐྱེས་པ་ཡོད་པ་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པའི་རྒྱུ་  
 དང་ལྷན་པའི་འབྲས་བྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་འགོག་པ་དེ་རྒྱུ་མ་  
 སྐྱེས་པ་དང་། ལྷན་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་པ་རོལ་པོ་དག་གིས་བརྟགས་པ་  
 དེ་ལྟར་མི་འདོད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ།  
 འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྤང་ཅི་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅུམ་  
 མཁའི་མེ་ཉོག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་མ་སྐྱེས་པ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུར་མི་འདོད་པ་  
 བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤང་བུའི་སྤང་ཅི་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་མེ་  
 ཉོག་མ་ལ་ཉི་དང་། པརྒྱ་དང་། ལྷུང་ལ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་བྱ་དག་གིས་རྒྱུ་  
 དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། མེ་ཉོག་དེ་དག་སྐྱེས་པས་སྤང་ཅི་དེ་རྒྱུ་དེ་དག་དང་

ལྡན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི། རྣམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་དག་  
 བྱི་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་སྦྱང་བུའི་སྦྱང་ཅི་དེ་རྣམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་  
 དེ་དག་གི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་མི་འདོད་པ་བཞིན་དུ།      སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་  
 འགོག་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པ་དང་ལྡན་པའི་འབྲས་  
 བུ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དོ། །དེས་ནི་རྣམ་མཁའ་དེ་བཞིན་ཉིད། །སྟོགས་དང་  
 དུས་དང་བདག་ལ་སོགས། །འདུས་མ་བྱས་པ་རི་སྟེང་པ། །བཀག་པར་  
 མཁས་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགག་པ་དང་འབྲ་བར་སྟོན་པ་སྟེ།  
 སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་འགོག་པ་བཀག་པ་དང་འབྲ་བར་འདུས་མ་བྱས་རི་སྟེང་  
 བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བཀག་པར་སྟོ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་མདོར་བསྡུའོ། །གཞན་ཡང་། རྣམ་དང་གཙུ་མོ་  
 སྟོག་ལ་སོགས། །ལྷ་སྟེགས་བརྟགས་པའི་ཤེས་བྱ་དག །རིགས་དང་ལྷང་  
 ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། ། ཅི་རིགས་པར་ནི་དགག་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཞན་ལྷ་སྟེགས་ཅན་གཞན་དག་གིས་བརྟགས་པའི་ཤེས་བྱ་རྣམས་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། གཙུ་མོ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྟོག་ལ་སོགས་པ་རི་སྟེང་བ་ཐམས་  
 ཅད་མཁས་པ་རིགས་པ་དང་། ལྷང་ལ་མི་འཇིགས་པ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་  
 རིགས་པར་དགག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རྣམས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་  
 པའི་ཆིག་གི་དོན་དུག་པོ་དག་སྟེ། རྣམ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་དང་།  
 སྦྱི་དང་། བྱེ་བྲག་དང་། འདུ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ །དེ་ལ་རྣམས་ནི་དགུ་སྟེ།  
 ས་དང་། རྩ་དང་། མི་དང་། རྩུང་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། དུས་དང་།

ཕྱོགས་དང་། བདག་དང་། ཡིད་ཅེས་བྱ་བ་དག་གོ །ཡོན་ཏན་ནི་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྟ་  
 གྱེ། གཟུགས་དང་། རོ་དང་། ཇི་དང་། རེག་པ་དང་། གྲངས་དང་། བོང་  
 ཆོད་དང་། སོ་སོ་བ་དང་། སྤང་པ་དང་། བྱེད་པ་དང་། གཞན་དང་། གཞན་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲོ་ལྟ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། འདོད་པ་  
 དང་། སྤང་བ་དང་། འབད་པ་དང་། ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 ཞེས་པ་དང་། བྱས་པའི་ཤུགས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ །ལས་ནི་ལྟ་གྱེ། འདེགས་  
 པ་དང་། འཛོག་པ་དང་། བསྐྱམ་པ་དང་། བརྒྱུད་པ་དང་། འགོ་བ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དག་གོ །སྤྱི་ནི་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་ཆེན་པོ་དང་། ཉི་ཆེ་བའི་སྤྱི་ལོ། །དེ་ལ་སྤྱི་  
 ཆེན་པོ་ནི་གང་གི་བྱིར་རྫས་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་དག་ལ་ཡོད་པ་  
 ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་པ་གྱེ། དེ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ལོ། ཉི་ཆེ་བའི་  
 སྤྱི་ནི་བ་ལང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་གྱེ། དེ་ཉིད་ཏྲ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ལྡོག་  
 པ་ཉི་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཡིན་ནོ། །བྱེ་བྲག་ནི་ཉི་ཆེ་བའི་སྤྱི་དེ་ཉིད་དེ་བ་ལང་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བ་དེ་ཏྲ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ལྡོག་པ་ན་བྱེ་བྲག་ཡིན་ནོ། །འདུ་བ་ནི་  
 རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག་སྤང་པ་གྱེ། དེ་ལྟར་དེ་དག་ནི་རྫས་ལ་སོགས་པ་ལོ། །  
 གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲངས་ཅན་དག་གིས་བརྟགས་པའི་དེ་  
 ཉིད་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྟ་གྱེ། གཙོ་བོ་དང་། ཆེན་པོ་དང་། ངར་འཛིན་པ་དང་། སྒྲོའི་  
 དབང་པོ་ལྟ་དང་། ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་དང་། བདག་དང་། དེ་ཙམ་ལྟ་དང་།  
 འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྟ་དང་། སྤྱིས་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ །དེ་ལ་གཙོ་བོ་ནི་རང་  
 བཞིན་ཏེ། སྤྱིང་སྤྱོད་པ་དང་། རྟུལ་དང་། སྤྱན་པ་ཆ་མཉམ་པ་མི་གསལ་

བའོ། །ཆེན་པོ་ནི་སྒྲིང་རྣམ་གངས་སོ། །རར་འཛིན་པ་ནི་གང་གིས་ང་དང་ང་  
 ཡི་ཞེས་མངོན་པར་སྒྲིམ་པའོ། །སྒྲིང་དབང་པོ་ལྷ་ནི་མིག་དང་། རྣ་བ་དང་།  
 སྒྲ་དང་། ལྷ་དང་། ལུས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྷ་ནི་ངག་  
 དང་། ལག་པ་དང་། ཀླང་པ་དང་། རྒྱབ་དང་། མདོམས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ།  
 ཡིད་ནི་སྒྲོ་དང་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དོ། །དེ་  
 ཅུ་ལྷ་ནི་བྱད་པར་ལྷ་ཞེས་བྱང་བྱ་སྟེ། གཟུགས་དང་། སྒྲ་དང་། སྒྲིང་དང་།  
 རོ་དང་། རེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྷ་ནི། ས་དང་། ལྷ་  
 དང་། མེ་དང་། རྒྱུང་དང་། རྣམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །སྒྲིམ་བྱ་ནི་ཤེས་  
 པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྷ་པའོ། །དེ་ལྷར་དེ་དག་ནི་གཙུག་པོ་ལ་  
 སོགས་པའོ། །སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཙུག་པོ་ལ་དག་གིས་  
 ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དགུ་སྟེ། སྒྲོག་དང་། ཟག་པ་དང་།  
 སྒྲོམ་པ་དང་། དེས་པར་རྒྱ་བ་དང་། འཆིང་བ་དང་། ལས་དང་། སྒྲིག་པ་  
 དང་། བསོད་རྣམས་དང་། ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །དེ་ལ་སྒྲོག་ནི་སྒྲོག་  
 ཅན་གྱི་སྒྲེ་ཆོན་དགུ་སྟེ། ས་དང་། ལྷ་དང་། ཤིང་དང་། མེ་དང་། རྒྱུང་དང་།  
 སྒྲིན་བྱ་དང་། སྒྲོག་མ་དང་། བྱང་བ་དང་། མི་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །དེ་དག་  
 ལས་ས་དང་། ལྷ་དང་། ཤིང་དང་། མེ་དང་། རྒྱུང་རྣམས་ནི་དབང་པོ་  
 གཙུག་པ་སྟེ། རེག་པའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིན་བྱ་དང་། བྱང་  
 དང་། ཉ་ཕྱིས་དང་། སྒྲིན་བྱ་པད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་པོ་གཉིས་པ་སྟེ།  
 རེག་པ་དང་། རོའི་དབང་པོ་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོག་མ་དང་།

སྒྲིན་གྱི་མེ་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་པོ་གསུམ་པ་སྟེ། རེག་པ་དང་། རོ་དང་།  
 ལྷའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་བ་དང་། སྦྱང་བྱ་དང་། སྦྱང་བྱ་  
 མཆུ་རིང་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་པོ་བཞི་པ་སྟེ། རེག་པ་དང་། རོ་དང་། ལྷ་  
 དང་། མིག་གི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་དང་། ཀླང་བཞི་པ་དང་།  
 བྱ་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་པོ་ལྔ་སྟེ། རེག་པ་དང་། རོ་དང་། ལྷ་དང་། མིག་  
 དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ལྟར་དེ་དག་ནི་སྒྲོག་གི་  
 ཆོག་གི་དོན་རྣམ་པ་དགའོ། །ཟག་པ་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་  
 ཉེ་ཟག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོམ་པ་ནི། ཟག་པ་འགོག་པ་ཉིད་དེ་ལས་  
 སར་པ་མི་སོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པར་དགའ་བ་ནི་སྒྲོམ་པ་དེ་ཉིད་དང་ཟས་  
 མི་ཟ་བ་དང་སྒྲོམ་མི་འཐུང་བ་དང་། བསམ་གཏན་དང་སྦྱོར་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དགའ་ཐུབ་དང་བཅས་པས་སྒྲོན་ཉེ་བར་བསགས་པའི་ལས་ངེས་པར་གྲས་  
 པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཟད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཆིང་བ་ནི་ངེས་པར་སྦྱ་བ་  
 སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཅ་གསུམ་པོ་དག་གིས་བརྟགས་པའི་ལོག་པར་ལྟ་བུའོ། །  
 ལས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ཕྱིས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་དང་། མིང་དང་། རུས་  
 དང་། ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །སྤྲིག་པ་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པའོ། །བསོད་ནམས་  
 ནི་ཆོས་སོ། །ཐར་པ་ནི་ལས་ཐམས་ཅད་ཟད་པས་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 རྟེན་ན་འདུག་པའི་གནས་འཇིག་རྟེན་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྲོ་བ་སྟེ། ཇི་  
 སྐད་དུ། རྒྱལ་བ་དམ་པས། ཁ་བ་རྒྱ་སྒྲོས་མེ་ཉོག་མདོག། །བ་ཞོ་བ་མོ་ལྷ་  
 ཉོག་མདོག། །གདུགས་དཀར་བཟུང་བའི་དབྱིབས་འདྲ་བ། ། ཐར་པ་ཡིན་



པར་རྒྱལ་བས་བཤད། །ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་དེ་དག་ནི་སྟོག་ལ་  
 སོགས་པའོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་པ་གང་དག་སྟེ་སྟགས་བྱེད་གཞན་དག་  
 གིས་ཡོངས་སྟེ་བརྟགས་པའི་ཤེས་བྱ་འདུས་བྱས་སམ། འདུས་མ་བྱས་གང་  
 ཅི་ཡང་རུང་བ་དག་ཀྱང་རིགས་པ་དང་ལུང་ལས་ཡོངས་སྟེ་གོམས་པ་ཐེ་  
 ཚོམ་དང་བྲལ་བ་འཛིགས་པ་མེད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་རིགས་པར་  
 དགག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་འདུས་བྱས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདུས་བྱས་བརྟགས་  
 པས་མཚུངས་པར་དགག་པར་བྱའོ། །འདུས་མ་བྱས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 འདུས་མ་བྱས་བརྟགས་པས་མཚུངས་པ་དགག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར། རང་  
 དང་གཞན་གྱིས་བྱུང་བའི་སྤྱིར། །དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདག་བརྟགས་པ། །  
 མཁས་པས་བདག་མེད་རྟོགས་བྱ་ཞིང་། །དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་བདུད་ཅི་བརྟུང་།  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་གིས་རང་དང་གཞན་གྱི་བྱུང་བའི་མཐའ་དག་ཏུ་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདག་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་ཡོངས་སྟེ་བརྟགས་པ་  
 དག་རྣམས་འབྱོར་པ་མཁས་པས་ཇི་སྐད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བདག་དང་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་བྱས་ཤིང་། དོན་དམ་པ་རྣམས་པར་མི་  
 རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པས་ཤེས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་པར་བྱ་  
 བ་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་བདུད་ཅི་འེ་རོ་སྤང་བར་བྱ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཡང་ན་རྣམ་རྟོག་དུ་བ་ཡི། །རྒྱན་འབྲེལ་དེ་དག་ལ་སོགས་  
 པ། །དངོས་པོ་སྐྱེ་བར་འཛིན་བརྟེན་པས། །ནན་གྱིས་གྱིས་པ་འབྲུལ་བར་  
 བྱེད། །གང་ཆེ་མཁས་པ་རིག་སྒྲོན་གྱིས། །ཡང་དག་ཇི་བཞིན་ཡོངས་རྟོག་

པ། །དེ་ཆེ་སྒྲེ་བཀག་དེ་ཞི་བས། །སྒྲོས་པ་ཉི་བར་ཞི་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཡང་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་འབད་  
 བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་གནས་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་སྟེ། གང་གི་སྒྲིབ་ཞེ་ན། རང་དང་  
 གཞན་དག་གིས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པ་རྣམས་པར་རྟོག་པའི་བྱ་བའི་རྒྱན་  
 འབྲེལ་པ་དེ་དག་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པ་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་སྒྲེ་བ་ཡོད་  
 བར་འཇོན་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ། བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་དག་གིས་ནན་གྱིས་གྱིས་པ་  
 མ་རིག་པས་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་ཟུམས་པ་མི་མཁས་པ་དག་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་པའི་སྒྲིབ་དོ། །དེའི་སྒྲིབ་གང་གི་ཆེ་རྒྱལ་འབྱོར་པ་མཁས་པ་རིག་པ་དྲི་  
 མ་མེད་པའི་སྒྲོན་མས་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་ལེགས་པར་བྱེ་བ་དག་ཕྱོགས་སུ་  
 བྱུང་བའི་སྒྲོན་མེད་པས་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་སྒྲེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་དག་པ་  
 རི་ལྟ་བུ་བཞེན་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་དེའི་ཆེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་བཞེན་  
 དུ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྒྲེ་བ་མེད་པར་མཐོང་ཞིང་སྒྲེ་བ་བཀག་པའི་སྒྲིབ། སྒྲེ་བར་  
 རྣམས་པར་རྟོག་པའི་དྲི་མ་དེ་ཞི་བས་ཆོག་གི་བརྗོད་པའི་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་  
 བར་ཞི་བར་འགྱུར་བས་ཅིག་ཅར་ཐབས་དེ་ཉིད་ལ་བརྟུལ་བར་བྱ་བའི་  
 རིགས་སོ། །དངོས་པོ་དེ་དག་མ་སྒྲེས་པར་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྒྲེ་བར་འདོད། ཁ་ཅིག་ནི་  
 གཞན་ལས། ཁ་ཅིག་ནི་གཉི་ག་ལས། ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ལས། ཁ་ཅིག་  
 ནི་དབང་ཕྱག་དང་། སྒྲེས་བྱ་དང་། གཙོ་བོ་དང་། དུས་དང་སྐད་མེད་ཀྱི་བྱ་  
 དག་ལས་སྒྲེ་བར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་གྲངས་ཅན་དག་ནི་བདག་ལས་སྒྲེ་བར་

སྒྲིམ་པ། དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་བདག་སྐྱེ་བ། །ཀྱན་རྫོབ་  
 ཏུ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། །བདག་ཉིད་ཡོད་ཕྱིར་དཔེར་བྱ་ན། །ཞོ་ནི་བདག་ལས་  
 མི་སྐྱེ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་བདག་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་  
 བ་ཆིག་གོ། །འདི་ལྟར་གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་གྱུར་ན།  
 རྒྱ་དང་རྒྱན་རྣམས་མེད་པར་ཡང་སྐྱེ་བའི་རིགས་ན། དེ་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 ན་ཡང་མ་མཐོང་ན། དོན་དམ་པར་ལྟ་སྒྲོས་གྲང་ཅི་དགོས། བདག་ཉིད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བཅས་པ་  
 སྟེ། བདག་ཉིད་ཡོད་པའི་དོན་ནི་བདག་གོ། །དེའི་དངོས་པོ་ནི་བདག་ཉིད་  
 དོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་བ་ཆིག་གོ། །གཤམ་ཏེ་དེ་སྐྱེ་བ་ན་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ན། དེ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། དཔེར་བྱ་ན་འཇིག་རྟེན་ན་འོ་མ་ལས་ཞོ་  
 སྐྱེ་བར་འདོད་ཀྱི། ཞོ་ཉིད་ཞོའི་རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་པ་  
 བཞིན་དུ་དངོས་པོ་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཡང་བདག་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། རང་གི་  
 བདག་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཡང་ན་ཆོད་  
 མའི་ལམ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། དངོས་རྣམས་བདག་ལས་མ་སྐྱེས་ཏེ། །དངོས་  
 པོ་ཡིན་ཕྱིར་སྐྱེས་བྱ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྐྱེས་བྱ་ནི་དེ་དག་གི་གཞུང་  
 ལས་མ་སྐྱེས་པར་འདོད་པས། དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་ཅ་མ་ཞིག་  
 ཁས་སྐྱེས་ནས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དགག་པའི་དཔེར་བྱའོ། །མ་སྐྱེས་  
 པ་ལ་བདག་མེད་དེ། །མ་སྐྱེས་ཕྱིར་ན་མཁའ་མིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་

བདག་ནི་ངོ་པོ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་ལ་སོགས་པ་བདག་ལས་མ་སྐྱེས་  
པས་བདག་ལ་མེད་དེ་མ་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྤྱིར་པོའི་འབྲེལ་པ་ཏོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བདུན་པ།

འདིར་གྲངས་ཅན་དག། །ནམ་མཁའ་མེ་ཏོག་གི་དོན་རྣམ་པ་དུ་མར་  
རྣམ་པར་བརྟགས་ནས་དཔེ་མེད་པ་ཉིད་དུ་གྲོལ་བར་བྱེད་དེ། ཅི་ནམ་མཁའི་  
མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་དོན་གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལ་འདུག་པའི་མེ་ཏོག་ཡིན་  
པས། །ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་ན་ནི་མེ་ཏོག་ཏི་ལ་ཀ་དང་། །ལྷུང་ལ་ལ་  
སོགས་པ་དག་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། །དེ་དག་གྲང་ནམ་མཁའ་ལ་  
འདུག་པ་ཡིན་ཏེ། །ནམ་མཁའ་ནི་གོ་སྐབས་འབྱེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལས་སྤྱིར་བའི་མེ་ཏོག་ཡིན་པས་ནམ་མཁའི་མེ་  
ཏོག་ཅེས་བྱ་ན་ནི་འདི་ལ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྣམ་པར་  
བརྟགས་ནས། ཅི་ནམ་མཁའ་ལས་གཞན་པའི་མེ་ཏོག་ཡིན་ནམ། །འོན་ཏེ་  
ནམ་མཁའ་ལས་འོངས་པའི་མེ་ཏོག་ཡིན་གྲང་། །གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་དང་མེ་  
ཏོག་ལ་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན། །དེ་གཉི་ག་ཡང་ཡོད་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་བའི་དཔེ་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་  
སྐྱབ་པར་མི་རུས་སོ། །གལ་ཏེ་བྱེད་འདི་སྐད་ཅེས་ནམ་མཁའ་དང་འབྲེལ་  
བའི་མེ་ཏོག་མེད་པས། །ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་ནི་

མེ་རྟོག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་བྱ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱའོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན། ཡང་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་  
 མ་ཡིན་པའི་དོན་དང་མཐུན་པར་མི་འགྱུར་རྟེ། གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ནམ་  
 མཁའི་མེ་རྟོག་ཀྱང་བདག་ཉིད་འགའ་ཞིག་གིས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་  
 མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིར་བཤད་པ། ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་  
 མེད་པའི་དོན། །མཁའ་ལ་སོགས་པར་སྤྱོད་འདོད་པ། །དེ་དག་ནམ་མཁའི་  
 མེ་རྟོག་མིན། །དེའི་སྤྱིར་ཁོ་བོའི་སྟོགས་མེད་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་བོ་  
 ཅག་གི་དཔེ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་མེད་པའི་དོན་ལ་ནམ་མཁའ་  
 ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནམ་མཁའ་ལ་དང་། ནམ་མཁའ་ལས་དང་། ནམ་  
 མཁའ་དང་། མེ་རྟོག་དང་། ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དག་  
 གིས་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡོད་པར་བྱེད་འདོད་པ་དེ་དག་  
 བློ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དཔེ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་མ་ཡིན་རྟེ། འོ་  
 བློ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དཔེ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་དོན་  
 བློ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དཔེ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་དོན་  
 བློ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དཔེ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་དག་ལས་གཞན་ཡིན་ལ།  
 ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ཅེས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དཔེར་བཞག་པ་དེ་བདག་ཉིད་འགའ་  
 ཞིག་གིས་ཡོད་པར་ཡང་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲུབ་པར་མི་རུས་པས། །དེའི་སྤྱིར་ཁོ་  
 བོའི་སྟོགས་འདི་ལ་ཡང་ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེ་མེད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །འདིར་  
 སྒྲུས་པ། གང་དག་གི་སྟོགས་ལ་འབྲས་བུའི་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདག་  
 ལས་སྒྲེ་བར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་སྟོགས་ལ་ནི་སྒྲིན་དེ་དག་ཏུ་ཡང་འགྱུར་གྱི།



ཁོ་ལོ་ནི་རྒྱུ་ལྷོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་ཁོ་ལོ་ནི་ཕྱོགས་ལ་  
 སྐྱོན་དེ་དག་མེད་དེ། སྐྱེ་བ་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱུ་ལྷོ་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་  
 ཉིད་ལས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། བ་རོ་ལ་ལོ་དེ་དག་གིས་དོགས་པ་བསྐྱུ་ནས་  
 བསྐྱུ་བཅོས་བྱེད་པས། གལ་ཏེ་རྒྱུ་དང་འབྲས་དག་ཡོད། །དེ་ལས་དེ་ནི་  
 སྐྱེ་སྒྲུ་མ་ཞིང་། །བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་འདོད་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་ །དེ་  
 ལ་སྐྱོན་འདི་ཡོད་དེ། དེ་ལས་གཞན་མིན་བདག་བཞིན་ན། །རྒྱུ་ནི་རྒྱུ་མིན་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱུ་དང་འབྲས་བྱ་དག་གཞན་ཉིད་  
 ཡིན་ན་འདི་ནི་རྒྱུ་ལོ། །འདི་ནི་འབྲས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་རྣམ་པར་  
 གཞག་ཏུ་རུང་གི་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་རུང་སྟེ། ས་བོན་ཡང་སྐྱུ་གྱུ་ལྷོ་  
 རྒྱུ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །རི་ལྷར་ཞེ་ན། དེ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་འབྲས་བྱའི་རང་གི་བདག་ཉིད་བཞིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྐྱུ་གྱུ་ཡང་  
 ཡང་དག་པར་ན་ས་བོན་གྱི་འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྒྱུ་ལྷོ་རང་གི་བདག་ཉིད་བཞིན་པས། དེ་ལྷན་རྒྱུ་དང་འབྲས་བྱའི་  
 དངོས་པོ་ཉིད་མེད་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་མ་སྐྱེས་ཕྱིར་ནི་རྒྱུ་  
 མིན་པ། །ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་གང་གི་རྒྱུ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཙོ་བོ་དང་སྐྱེས་བྱ་  
 ལ་སོགས་པ་རང་ཉིད་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་ཕྱིར་བྱེད་པར་མེད་པར་ནི་རྒྱུ་མ་  
 ཡིན་པས། ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་གང་གི་རྒྱུར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་རི་ལྷར་  
 གཞན་གྱི་རྒྱུར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་མ་སྐྱེས་པ་དག་  
 གིས་ནི་སྐྱུ་གྱུ་ལ་སོགས་པ་མཛོན་པར་སྐྱབ་པར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་

ཆིག་གོ། །ཅི་སྟེ་འདི་སྟེ་མ་དུ་རྒྱ་གང་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པས། དེ་  
 རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྒྱུ་མཐུན་གྱིས་གསལ་བར་བྱེད་དེ། རྒྱས་པ་དང་། གསལ་བ་དེ་  
 གཉིས་ཀྱང་བདག་ཉིད་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་སྐྱེ་བ་ནི་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་  
 ཡིན་པར་སེམས་ན་དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། འབྲས་བུ་བདག་ཉིད་ཉིད་ཡོད་ན།  
 །རྒྱར་བརྟག་པ་ནི་དོན་མེད་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་  
 པ་ཡིན་པར་འདོད་ན། གཤམ་ཏེ་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་རྒྱར་བརྟག་  
 པས་ཅི་ཞིག་བྱ། སྐྱོན་ཆེན་པོ་གཞན་འདི་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་ལས་ནི་དེ་  
 སྐྱེ་ན། །སྐྱེད་དང་བསྐྱེད་བྱ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་  
 བུ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །གཤམ་ཏེ་འདི་སྟེ་མ་དུ་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཁོ་  
 ན་ཡང་ཡིན་ལ། སྐྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཉིས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་  
 མི་འགྱུར་བ་ཁོ་བོས་སྟོན་པར་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་ན་འོ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་རྩ་ས་རི་  
 ལྟར་གནས་པའི་ཆོས་གཞན་འགག་པ་ན་ཞོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་གཞན་སྐྱེ་ཞིང་  
 དེ་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཐ་སྟངས་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐུན་པར་གཞག་པ་ཡང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ་  
 སྟེ་མ་དུ་སེམས་ན་བཤད་པ། གཤམ་ཏེ་འོ་མ་ཞོ་ཉིད་དུ། །གནས་པས་གཞོད་  
 པ་མེད་སྟེ་ན། ཐ་ནི་བྱ་ཉིད་མི་འགྱུར་བས། །གཞོད་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
 །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་པས་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་བཏང་ནས་བྱའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ནི་སྤྲུལ་གྱིང་གང་དུ་རི་ལྟར་ཡང་མ་མཐོང་བས། དེའི་  
 ཕྱིར་ཁྱོད་གྱིས་སྐྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གཉིས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་

བའི་སྒྲོན་བརྒྱུག་པར་དགའོ། །འདིར་པ་རོལ་པོ་དག་དབུ་མ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་བདག་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་དག་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་གཏན་ཆིགས་སུ་བཞག་པ་དག་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་  
 པའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྐྱེ་བ་ཅན་དག་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་གྱི།  
 སྐྱེ་བ་མེད་པ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་སུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་ཕྱིར་སྒྲོག་པར་བྱེད་  
 དེ། འདི་ལྟར་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བུམ་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་དག་ལ་ཡོད་གྱི། རི་བོང་གི་རྩ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་སྐྱེས་པ་དག་ལ་ནི་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་  
 དང་། དངོས་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དངོས་པོའི་བདག་ཉིད་གྱི་གཏན་ཆིགས་དེ་  
 དག་དངོས་པོ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་གྱི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ལ་ཡང་  
 མེད་ལ། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དོན་འགལ་བ་ཉིད་  
 གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་བརྒྱུག་པ་སྐྱེ་བ་  
 ཡོད་པ་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོན་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བཤད་  
 པ། བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་དང་དངོས་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་ཀུན་རྫོབ་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ནི་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་རྣམས་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 སྐྱེ་བ་མེད་པས། མི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། །གཏན་ཆིགས་འགལ་  
 བ་ཉིད་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྱིས་སོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས།

|བདག་ལས་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་སོ།      |ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་དོན་ནི་རི་རྒྱུད་  
 བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། |མདོ་སྡེ་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱ་  
 བ་དག་གིས་ས་བོན་དང་ས་དང་། ཚུ་དང་མེ་དང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་  
 གྱུར་པ་དག་ལས་སྐྱ་གྱུ་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་།  
 མ་རིག་པ་དང་། སྤེད་པ་དང་། ལས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དག་ལས་  
 རང་གི་སྐྱེ་མཆེད་གྱི་དངོས་པོ་སྐྱེ་བར་འདོད་དོ།      |དེ་བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་པ་  
 དག་གྲང་ས་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་དག་དང་རྩལ་སྤྲ་རབ་གཉིས་པ་  
 དང་།      གསུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དག་ལས་ས་ལ་  
 སོགས་པའི་རྩལ་མདོན་པར་འབྱུང་བར་འདོད་དོ། |དེ་དག་ལ་འདི་རྒྱུད་ཅེས་  
 བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རོ་བོ་ཉིད་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། |གང་ཞིག་གང་ལས་གཞན་  
 ཏུ་འདོད། |སྤང་རུ་དང་ནི་རི་རྩེ་ལས། |རྟ་རུ་གཞན་དུ་མི་འདོད་བཞིན།  
 |ཞེས་བྱ་བ་ལ། རོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་གྱི་དངོས་པོ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 རི་རྒྱུད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། |དེ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱུ་ཉི་བདག་ཉིད་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་  
 གྱི་དངོས་པོ་གང་ལས་གཞན་དུ་འདོད་དེ།      དཔེར་ན་སྤང་རུ་དང་རི་རྩེ་མ་  
 སྐྱེས་པ་དག་ལས་རྟའི་རུ་གཞན་དུ་ཐ་སྙད་གདགས་པར་མི་འདོད་པ་བཞིན་  
 ནོ། |ཡང་ན། མིག་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་གཞན་རྣམས། |དོན་དམ་དུ་ནི་མིག་  
 སོགས་གྱི། |རྣམ་ཤེས་སྤྱེད་པར་བྱེད་མ་ཡིན། |གཞན་ཕྱིར་རྩེ་སྤྱང་ལ་  
 སོགས་བཞིན། |ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་གཞན་ཡིན་ནོ་ཙམ་ལ་སྤྱེད་པའི་མ་ཐུ་

ཡོད་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཡིན་པ་འདྲ་བ་བཞིན་པ་ལས། མིག་ལ་སོགས་པས་  
 བློ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཉི་ཆེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལ། སའ་  
 མ་དང་བྱམ་པ་དང་སྒྲུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་པ་  
 དང་། ཅི་སྐྱེད་དང་རྒྱ་སྐྱེད་དང་འཇིམ་པ་ལ་སོགས་པས་ཁྱི་སའ་མ་དང་སྒྲུལ་  
 བྱ་དང་། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཉི་ཆེ་དག་མངོན་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཀྱི།  
 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དག། སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པར་རྒྱ་དང་  
 རྒྱུན་སོ་སོར་ངེས་པ་དེ་དག་ཅི་ལས་གྱུར་པའི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
 བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །སྦྱོར་བ་གཞན་ཡང་། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་སོགས་  
 པ་དག། བརྗོད་འདོད་མིག་སོགས་རྒྱ་ཅན་མིན། གཞན་བྱེད་སྒྲུ་མེད་  
 པའི་བྱེད། དཔེར་ན་བྱམ་སྒྲུལ་ལ་སོགས་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་ཁྱི་གཟུགས་  
 ཀྱི་སྒྲོ་ལ་སོགས་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་གས་བྱུག་པོ་དག་  
 ཁྱི་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་  
 ཡིན་པའི་བྱེད་དང་། སྒྲུ་མེད་པའི་བྱེད་དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་སྒྲུལ་བྱ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ཁྱི་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །བརྗོད་འདོད་ཅེས་བྱ་བ་ཁྱི་  
 བརྗོད་པར་འདོད་པ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། མིག་ལ་སོགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཁྱི་མིག་དང་། གཟུགས་དང་། སྒྲུང་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་།  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་དང་། རྣ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་གྱུང་བསྐྱེད། རྒྱ་  
 ཅན་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ལ་རྒྱ་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པ་མིག་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་པར་བཏགས་པ་དེ་དག་དེའི་རྒྱ་



ཅན་མ་ཡིན་པར་བཀག་པའོ། །གཞན་ཡང་དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 གཞན་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་ན་འབྲས་བུ་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པས་  
 འབྲས་བུ་དེ་ལས་རྒྱ་གཞན་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་ནི་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཡིན་པས།  
 དེའི་ཕྱིར། མ་སྐྱེས་པ་ཡི་གཞན་ཉིད་ནི། །ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པས་དོན་དམ་  
 མིན། །གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱང་ནི། །རིགས་པ་མ་ཡིན་གཟུང་བར་བྱ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་སོ། །གཞན་ཡང་སྐྱེ་བར་སྐྱ་བ་དག་ལས། །ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་  
 ལས་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དམ་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་  
 ནི་ཐ་སྙད་གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །ཁ་ཅིག་ནི་མ་སྐྱེས་  
 པ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྒྱུས་ཀྱི་མངོན་པར་སྐྱབ་པར་འདོད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་སྐྱེས་  
 བཞིན་པ་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་འདོད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འདོད་དེ། འདི་ལྟར་དེ་ནི་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་  
 གྱི་དངོས་པོ་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་སྐྱེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་བཤད་པ་རེ་ཞིག་སྐྱེས་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་  
 ལ། །སྐྱེ་བ་དོན་མེད་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་  
 ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་ཐ་སྙད་གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས། དེ་ནི་སྐྱེས་  
 པ་ཡིན་པས་སྐྱེས་པ་དེ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་འགྱུར་ལ། མ་  
 སྐྱེས་པ་ན་ཐ་སྙད་གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྐྱེས་ན་ཡང་དེ་འབྲས་  
 བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །གང་དག་  
 འབྲས་བུ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་། །མ་སྐྱེས་པ་ལ་སྐྱེ་མེད་དེ། །མ་སྐྱེས་

ཕྱིར་ནི་མཁའ་མིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་སོ། །སྐྱེ་བཞིན་སྐྱེ་བར་འདོད་  
 པ་ལ། །བརྒྱལ་ཞིང་བརྟགས་པ་མཚུངས་པར་འགྱུར། ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་  
 བཞིན་པ་ལ་ཡང་གང་སྐྱེས་པའི་ཆ་དེ་ལ་ནི་ཡང་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་ལ། །གང་མ་  
 སྐྱེས་པའི་ཆ་དེ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། །ནམ་མཁའི་མེ་ཉྱལ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། །བརྗོད་དུ་མེད་པའང་དེ་མེད་དེ། །བརྗོད་དུ་མེད་ཕྱིར་  
 གཞན་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིར་གཞན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲས་ནི་  
 སྒྲོ་བསངས་དང་དཀར་ཤམ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་མོ་  
 ག་ཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོངས་སུ་བཟུང་དོ། །འདིར་སྤྲས་པ།  
 དངོས་པོ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། །བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། །དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤུད་པ། །ཡང་ན་མིག་ལ་  
 སོགས་པ་དག། །བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་ཉིད་གྱིས་སྟོང་། །བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 དང་འཇིག་པའི་ཕྱིར། །དཔེར་ན་སྐྱ་མའི་འོ་མ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ནི་དོན་དམ་པར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ལ་སྒྲོན་པོ་དང་སེར་པོར་བརྟགས་པའི་དངོས་པོར་འདོད་པ་གང་དང་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྟོང་སྟེ། །བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 དང་འཇིག་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་ཆིག་དག་གིས་དཔེར་ན་སྐྱ་མའི་བདག་ཉིད་གྱི་  
 འོ་མ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྤྲམ་དུ་མ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་དེ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་ལྷ་པོ་དག་ནི་བསགས་

བའི་གནས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པས། གལ་ཏེ་དེ་དག་གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པར་མི་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་གི་དམིགས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པས། དེས་ན་  
 བྱས་པའི་བྱིར་དང་འཇིག་པའི་བྱིར་སྐྱུ་མའི་འོ་མ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 པའི་དངོས་པོ་རྣམས་སྟོང་པར་འགྱུར་རམ། རྣམ་པར་མ་བརྟགས་པའི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ངེས་པར་སེམས་ན། དེའི་བྱིར་  
 བཤད་པ། བསྐྱབ་དང་མཚུངས་པར་བཀག་པའི་བྱིར། །ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ནི་  
 ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅིས་བྱ་བ་ལ་ཅིག་ཤོས་ནི་བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་ལས་གཞན་པ་མ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་སྟེ། དེས་ན་མ་ངེས་པ་  
 ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་དགག་པར་  
 སྐྱབ་པ་དང་། མཚུངས་པར་མ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་ཡང་བཀག་པའི་  
 བྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོང་སྟེ།  
 བྱས་པའི་བྱིར་དང་འཇིག་པའི་བྱིར་སྐྱུ་མ་ཁོ་ན་བཞིན་ཏེ། གང་གི་བྱིར་སྐྱུ་  
 མ་ལ་ཡང་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །འོ་ན་དེ་ལྟར་སྐྱུ་  
 མའི་ཆ་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཤོས་གང་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྟོང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་དགག་པའི་བྱིར་བཤད་པ། སྐྱུ་  
 མའི་བདག་ཉིད་མ་བརྟགས་པའང་། །ཡང་དག་ཏུ་ནི་ལོག་པར་འདོད། །ལ་  
 ལའི་འདོད་ཆགས་སྐྱུ་ཡིན་བྱིར། །དཔེར་ན་བརྟགས་པ་དེ་ཉིད་བཞིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱུ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱུ་ལ་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་མི་  
 མཁས་པ་ལ་ལའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་སྐྱུ་མའི་

བརྟགས་པའི་བདག་ཉིད་ལོག་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡང་དག་པར་ན་ལོག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
 ན་སྐྱུ་མ་ལ་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་  
 མེད་དོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གྲགས་པའི་ཆས་ནི་དེ་གྲུབ་ཕྱིར། །ཁོ་  
 བོའི་དཔེ་ནི་མེད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་ཡང་གང་པ་རོལ་ལ་ཡོད་པ་  
 ཉིད་དུ་གྲགས་པའི་ཆ་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་བྱས་པས་དེ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཁོ་བོའི་དཔེ་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་བརྟགས་པ་དང་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་  
 ཉིད་དབྱུང་པ་དེས་ཅི་བྱ་སྟེ། དངོས་པོ་འདི་དག་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་རྣམ་ཆད་མ་ཉི་བར་སྐྱར་བར་བྱ་སྟེ། ཡང་ན་  
 མིག་ལ་སོགས་པ་ནི། །ཡང་དག་ཏུ་ན་དངོས་ཉིད་སྟོང་། །བྱས་པ་ཉིད་ཕྱིར་  
 འཛིག་ཉིད་ཕྱིར། །བདུད་ཀྱིས་སྐྱུ་ལ་པའི་སངས་རྒྱས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི། དཔེར་ན་བདུད་ཀྱིས་བྱིས་བདག་དཔའ་བོའི་ཁང་པར་དག་བཅོམ་པ་ཉི་  
 བར་སྐྱས་པ་ཁ་བྱང་བའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་འོད་  
 ཟེར་ཀྱི་ཁ་དོག་ཤིན་ཏུ་འབར་བ་ལྟ་བུ། སྐྱེ་མེ་ཏོག་ལྷན་ལའི་འདབ་མ་ལྟར་  
 ཡངས་ཤིང་སྡོ་བ། དབུ་གཙུག་ཏོར་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པས་རྣམ་པར་མཛེས་པ།  
 གསུང་དབྱངས་ཀ་ལ་མིང་ཀ་ལྟར་སྟན་པ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཤིན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་འབྲེས་པ་ཞིག་མཛོན་པར་སྐྱུ་ལ་པའི་སྐྱེ་དེས། ཡིད་དང་། མིག་  
 འཕྲོག་པ་དང་། ལྷ་ཡུལ་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་ལྟར་ཀུན་ཏུ་སྤང་དུ་ཟིན་ཀྱང་བྱས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ངོ་བོ་ཉིད་

དམིགས་སུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་  
 སྒྲིང་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྒྲིང་ཡང་ངོ་མོ་ཉིད་མེད་པས་སྒྲེ་བོ་མི་  
 མཁས་པ་དག་སྒྲུབ་ར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་མོ་ཉིད་  
 སྒྲུབ་དང་གཤེར་བ་དང་། ཆ་བ་དང་གཡོ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དག་སྒྲིང་  
 བཞིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བཤད་པ་དེ་དག་ཀྱང་རྫོགས་ཀྱི་བདེན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་གཞན་སེལ་བའི་ངོ་མོ་ཉིད་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པར་བཤད་དེ།  
 རོན་དམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་དངོས་  
 ཉིད་གང་། །ཡང་དག་ཏུ་ན་དངོས་དེ་མེད། །བྱས་སྤྱིར་དཔེར་ན་ཚུ་ཡི་ནི།  
 །ཆ་བ་ཉིད་དང་བརྟེན་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་གིས་དངོས་པོ་  
 གང་གི་ངོ་མོ་ཉིད་གང་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་དེ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་དེའི་ངོ་མོ་  
 ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན། ཚུལ་ལན་  
 འགའ་ཆ་བ་ཉིད་དང་། བརྟེན་པ་ཉིད་དུ་ཐ་སྙད་གདགས་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་རྟག་  
 ཏུ་དེའི་ངོ་མོ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་མི་རུས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་  
 ཉམས། སྒྲུབ་པ་རི་སྐད་བསྟན་པའི་མཐུས། །དངོས་རྣམས་རང་གི་བདག་ཉིད་  
 དུ། །སྒྲེ་བར་འཐད་པ་མ་ཡིན་པས། །གཞན་གྱི་དངོས་པོར་མི་སྒྲེ་སྒྲེ། །བ་  
 ལང་བོང་བྱར་མ་མཐོང་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན། རྟོག་ཤལ་དང་  
 མཐུག་མ་དང་ནོག་མ་དང་། མིག་པ་དང་རྩ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པའི་བ་ལང་ཐལ་ཁུང་ན་འགྲེ་བ་དང་། དུ་བའི་ཁ་དོག་དང་། སྒྲུབ་པོ་ཆེ་  
 དང་། མིག་པ་གཅིག་པ་དང་། རྩ་བ་རིང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་



ལྷན་པའི་ཐོང་བུའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་མ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །འདིར་  
 རང་གི་སྒྲེ་བ་དག་གིས་སྦྱས་པ། བྱོད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་  
 འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི་ཁས་སྒྲངས་པ་ཉམས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མདོ་  
 སྒྲེ་ལས། རྒྱའི་རྒྱུན་དང་། དམིགས་པའི་རྒྱུན་དང་། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་  
 དང་། བདག་པོའི་རྒྱུན་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱུན་བཞི་པོ་དག་བཀའ་སྩལ་ཏེ། དེ་ལ་  
 རྒྱའི་རྒྱུན་ནི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་རྒྱ་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་རྒྱ་དང་། ཀྱན་དུ་འགོ་བའི་རྒྱ་དང་། རྣམ་པར་སྦྱོར་  
 པའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་ལྔ་པོ་དག་གོ། །དམིགས་པའི་རྒྱུན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཏོ། །དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འགགས་མ་  
 ཐག་པ་རྣམས་ལས་དབྱ་བཅོམ་པའི་སེམས་ཐ་མ་མ་གཏོགས་པའོ། །བདག་  
 པོའི་རྒྱུན་ནི་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྒྱུན་བཞི་པོ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དེ་དག་  
 ལས་དངོས་པོ་རྣམས་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 བཤད་པ། རྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་གཞན་ལས། །སྦྱེ་བ་ཀྱན་རྫོབ་ཐ་སྙད་  
 ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ཁས་སྒྲངས་གཞོད་པ་མེད། །དེ་དག་ཡང་དག་ཉིད་མ་ཡིན། །  
 རི་ལྟར་ན་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་དེ་དག་ནི་དོན་དམ་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། ཡོད་ལ་རྒྱུན་རྣམས་མི་རིགས་ཏེ། །མེད་ལའང་མི་  
 རིགས་ཡོད་མེད་ཕྱིར། །དེ་ལས་གཞན་བཞིན་རྒྱུན་མ་སྦྱེས། །རྒྱུན་རྣམས་  
 སུ་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་རྒྱུན་དེ་དག་འབྲས་བུ་ཡོད་  
 པའམ་མེད་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ལ་ནི་

རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་མི་རིགས་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ལ་འཇིམ་པའི་གོང་བུ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་མི་  
 རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །འབྲས་བུ་མེད་པ་ལའང་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་མི་རིགས་ཏེ།  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པ་ནམ་མཁའའི་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ལ་  
 ལྷ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། ། ཡང་ན་བདག་དང་  
 གཞན་དང་གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བརྟགས་ཟིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྒྱུ་མ་སྐྱེས་པ་རྒྱུ་མ་དངོས་པོ་གཞན་མ་སྐྱེས་པ་གང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་  
 སུ་རི་ལྟར་འབྱུང་། གཞན་ཡང་རྒྱ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་རྒྱ་ཡིན་པར་འདོད་ན་  
 དེ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ། ། རི་ལྟར་ཞེ་ན། རྒྱ་ནི་འབྲས་  
 བུར་སྐྱེད་མ་ཡིན། །དེ་ཡིས་སྟོང་ཕྱིར་དེ་གཞན་བཞིན། །སྐྱེ་བར་འདོད་  
 པའང་དེས་བསྐྱེད་མིན། །སྐྱ་ན་མེད་ཕྱིར་དེ་གཞན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གང་ཞེག་གང་གིས་སྟོང་པ་དེ་ནི་དེ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་  
 ལ་སོགས་པས་སྐྱ་གུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཞེག་གང་ན་སྐྱ་  
 ན་མེད་པ་དེ་ནི་དེ་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དཔེར་ན།  
 འཇིམ་པའི་གོང་བུ་ལས་སྐྱ་བུ་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་རི་  
 སྐད་བསྟན་པའི་ལྷ་ལ་གྱིས། དེས་ནི་སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེས་དང་། །སྐྱེ་བཞིན་  
 སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དེ། །ཉེས་པ་བསྟན་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་པའི། །རྒྱ་ནི་ཡང་དག་  
 ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་ལྟར་རེ་ཞེག་རྒྱའི་རྒྱུ་མི་འཐད་དོ། །དམིགས་པའི་རྒྱུ་  
 དགག་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། སྐྱེས་པ་དམིགས་པ་མི་ཐད་དེ། །སྐྱེས་ལའང་སྐྱེ་

བ་དོན་མེད་ཕྱིར། །མ་སྐྱེས་པ་འང་མ་སྐྱེས་ཕྱིར། །དཔེར་ན་མི་སྐྱེ་ཆོས་  
 བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དམིགས་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པས་དམིགས་པ་སྟེ། གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དེ་ལ་མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དམིགས་པར་བྱེད་པ་སྐྱེས་པ་འཇམ་མ་སྐྱེས་  
 པ་འཇམ། སྐྱེ་བཞིན་པ་ཞིག་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་སྤང་  
 གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་སྐྱེས་པ་ནི་དམིགས་པ་དང་མི་སྤང་དེ། སྐྱེས་པ་ལ་འང་  
 སྐྱེ་བ་དེ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་སྐྱེས་པ་ཡང་དམིགས་པ་དང་མི་སྤང་དེ།  
 མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་དག་དམིགས་པ་དང་མི་སྤང་བ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེ་  
 བཞིན་པ་ཡང་། སྐྱེ་བཞིན་སྤང་པར་འགྱུར་སྟམ་ན། །དེ་ཡང་དམིགས་པ་  
 མེད་པར་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེས་པ་དང་།  
 མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་དེ། དེ་ཡང་དམིགས་པ་དང་  
 སྤང་བ་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལ་དམིགས་པ་ཉི་བར་གྱུར་པ་མེད་  
 དེ། རང་གི་བདག་ཉིད་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་ལ་སྐྱེ་  
 བའི་བྱ་བ་བཞུགས་ནས་བདག་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཆེ་ན་དེ་དམིགས་པ་དང་སྤང་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བཤད་པ། ཡན་ལག་མ་ཆང་བ་ལ་ནི། །སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་  
 འཇུག་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་བྱ་བ་ནི་རྟགས་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་གཟུང་ནས་  
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་ཏེ། གནས་པ་ཡིན་ན་གལ་ཏེ་སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་  
 ཅུང་ཞིག་སྐྱེས་པ་དང་ཅུང་ཞིག་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་བྱ་བ་རི་

ལྟར་འབྱུག་སྟེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
 འདི་སྟམ་དུ་ལྷང་ལས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་རྣམས་གང་ཞེ་ན།  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སོ། །དམིགས་པ་མེད་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་གང་ཞེ་ན། གཟུགས་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 བས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པར་སེམས་ན་བཤད་པ། ཡང་ན་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས། །  
 ཡང་དག་དམིགས་པ་ཡོད་མི་འདོད། །སྟེ་བཞིན་སྤྱིར་དང་གཟུང་བའི་སྤྱིར། །  
 དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟེ་བཞིན་པ་  
 དམིགས་པ་དང་ཕྱད་པར་སེམས་ན་དེའི་དུས་ན་དམིགས་པར་བྱེད་པ་  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་སྟེ་བཞིན་པ་ཡིན་ལ། དམིགས་  
 པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་སྟེ་བཞིན་པ་བཞིན་ཏེ། །སྟེ་བཞིན་པར་  
 འབྲ་བ་དེ་ལ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་  
 ཡོད་པར་འདོད་ལ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་  
 ཡོད་པར་མི་འདོད་པ་འདི་ལ་གཏན་ཆིགས་གྱི་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་དེ། དེའི་  
 སྤྱིར་དམིགས་པའི་རྒྱུ་དུ་བརྟགས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པ་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་དེ་དག་དམིགས་བཅས་པ། །དུས་གཅིག་སྤྱིར་ན་དེ་  
 མི་རུང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོགས་དམིགས་  
 པ་དང་བཅས་པ་དེ་དག་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་དང་ཕྱད་པར་  
 སེམས་ན་དེ་ལ་དུས་ཐ་དད་པ་མེད་དེ། བ་ལང་གི་རྩ་གཡས་གཡོན་བཞིན་

བས་དམིགས་པར་བྱེད་པ་དང་དམིགས་པར་བརྟག་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །དེ་  
 ལྟར་དམིགས་པ་ཡོད་མིན་པས། །གང་ཞིག་གང་གིས་དམིགས་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཡང་གང་གི་དམིགས་པར་མི་འབྲང་བ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན་ཏོ། །དེ་ལྟར་དམིགས་པའི་སྐྱེན་ཡང་མི་མཐད་དོ། །  
 དེ་མ་ཐག་པའི་སྐྱེན་ཡང་འགག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་འབྲང་དེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།  
 མ་སྐྱེས་པ་ལ་འགག་མེད་དེ། །མ་སྐྱེས་ཉིད་སྤྱིར་མཁའ་མིན་བཞིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི། འགག་པ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ན། སྐྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་འགག་  
 པ་ཡང་མེད་དོ། །འགགས་པ་ལ་ཡང་འགག་མེད་དེ། །འགགས་སྤྱིར་དཔེར་  
 ན་ཤི་བ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤི་བ་ལ་ཡང་འཆི་བ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །མ་  
 འགགས་པ་ལ་འང་མ་འགགས་སྤྱིར། །ད་ལྟར་འཇུག་པའི་མར་མེ་བཞིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགག་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་སྟག་མ་སྟེ། གལ་ཏེ་མ་  
 འགག་པ་ལ་འགག་པ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་མར་མེ་འབར་བཞིན་པ་གསལ་  
 བར་བྱ་བ་གསལ་བར་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡང་འགགས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 འགག་བཞིན་པ་ལ་འང་མི་འདོད་དེ། །འགག་པ་གོང་དུ་བསྟན་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་འགག་བཞིན་པ་ནི་གོང་གི་ཅུང་ཟད་ནི་འགགས། ཅུང་ཟད་ནི་མ་  
 འགགས་པ་ཡིན་ན་འགགས་པ་དང་མ་འགགས་པ་གཉིས་ལ་ནི་འགག་པ་མི་  
 འབྲང་དེ། སྐྱོན་ཇི་སྐད་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་འདི་སྟུམ་དུ་རྒྱ་དང་  
 སྐྱེན་སོ་སོར་ངེས་པའི་དབང་གིས་དངོས་པོ་སྐྱེ་བཞིན་པ་ལ་ནི་འགག་བཞིན་  
 པ་པན་འདོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལས་གཞན་པ་འདས་པའི་སྐད་ཅིག་



མས་བར་དུ་མ་ཆོད་པའི་འགག་བཞིན་པ་ནི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ཡིན་པར་  
 སེམས་ན། བཤད་པ། དེ་ཡང་དུས་མཉམ་ཉིད་གཅིག་གམ། །ཡང་ན་དུས་  
 གཞན་འགྱུར་གང་ན། །མི་རིགས་འགག་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དག་  
 བཅོམ་སེམས་ཀྱི་ཐ་མ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་མ་ཐག་པའི་  
 རྒྱུན་འགག་བཞིན་པ་ནི་དེས་བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེ་བཞིན་པའི་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་རྒྱུན་དུ་མི་རིགས་ཏེ། དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་སྐྱེན་སྒར་བསྐྱེན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཡང་ན་དུས་ཐ་དད་པར་གྱུར་ན་ཡང་དེ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ཡང་མི་  
 འཐད་དེ། འགག་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དག་བཅོམ་པ་ཡང་འགྱུར་བའི་སྲིད་  
 པ་བད་པ་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་མི་བཟོད་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་སེམས་ཀྱི་  
 སྐད་ཅིག་མ་ཐ་མ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ཡང་མི་འཐད་དོ། །  
 ད་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུན་བདག་པོའི་གོ་རིམས་ལ་བབ་པས། དེའི་ཕྱིར་བཤད་  
 པ། དངོས་པོ་ཡོད་པ་དོན་དམ་དུ། །མི་རིགས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། །མོ་  
 གཤམ་བྱ་ཡི་ཡོད་པ་བཞིན། །དེ་ཕྱིར་བདག་པོ་མེད་པར་འདོད། །ཅེས་བྱ་  
 བ་ལ་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཡོད་ན་གང་འགྱུར་བ་དེ་ཡིན་པར་  
 འདོད་ན། འདི་ལ་གང་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་དེ་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པར་བསྐྱེན་པའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་མ་ཐོབ་སྟེ། མོ་གཤམ་གྱི་  
 བྱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་དེ་གང་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་གྱི་རྒྱུན་དུ་རི་ལྟར་  
 འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བདག་པོ་ཡང་མི་འཐད་དོ། །གཞན་ཡང་། འབྲས་བྱ་  
 སྒྲོང་ངམ་མི་སྒྲོང་པའི། །རྒྱུན་ཞིག་བདག་པོར་འགྱུར་གང་ན། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་

ལ་རེ་ཞིག ། སྒྲོང་པ་མ་ཡིན་དེས་སྒྲོང་ཕྱིར། །དཔེར་ན་མིག་ནི་སྒྲོ་སྒྲོའི་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་མིག་སྒྲོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་སྒྲོང་པ་ནི་སྒྲོའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འབྲས་བུ་དེས་  
 སྒྲོང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་  
 སྒྲོང་པ་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བདག་པོའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་  
 སྒྲོང་པའི་ཕྱིར་རོ། ། མིག་སྒྲོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡང་གྲགས་པའི་  
 གཞོད་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲོང་ལ་སོགས་ན་གནས་པ་ཡི། །  
 རྒྱ་ཅུ་མ་ཡོད་པ་ཉི་ཆེ་ལ། །ནས་ལ་སོགས་པའི་སྒྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་  
 སྒྲེ་བར་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །སྒྲོན་གཞན་འདི་  
 ཡང་ཡོད་དེ། འབྲས་བུ་འབྲས་བུར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །མེད་པ་བྲོད་ལ་འབྲས་  
 བུར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་ན་གཤམ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་དེས་མི་སྒྲོང་ན་དེ་ལ་ཡང་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 སྒྲ་ན་ཡོད་པ་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུར་མི་འགྱུར་ཞིང་  
 གཞན་ཞིག་ཕྱིས་བྱེད་པ་དེས་ན་མེད་པ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅིག་བྲོད་ཀྱི་སྟོགས་  
 ལ་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་སྟུང་དུ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་རྒྱས་པར་  
 ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་ཞེས་ཉེ་བར་གདགས་ཏེ་དེས་རྒྱ་མི་སྒྲོང་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བུས་པའི་དོན་དུ་འཇིམ་པ་ཁོ་ན་ལེན་པར་  
 བྱེད་ཀྱི་བྱེ་མ་དག་ནི་མི་ལེན་ཏེ། རྒྱས་པས་སྒྲོང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་  
 སེམས་ན་བཤད་པ། གཤམ་ཏེ་འབྲས་བུའི་རྒྱས་འབྲས་ན། །དེ་ལས་གཞན་

བའི་རྒྱ་ཅི་ཡོད། །དེ་ལས་གཞན་པ་མ་ཡིན་ལ། །གཞི་དང་གཞག་པའི་  
 དངོས་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་འབྲས་བུའི་རྒྱས་པ་གང་ཁོ་ན་ཡིན་  
 བ་དེ་ཉིད་འབྲས་བུ་ཡིན་ན་འབྲས་བུའི་རྒྱས་པ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ན་གཞི་དང་གཞག་  
 བའི་དངོས་པོར་རྟག་ཏུ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་དུག་དང་ཆང་དག་ལས་  
 དུག་དང་ཆང་གི་རྒྱས་པ་ཐ་མི་དད་པ་བཞིན་དུ་གཞི་དང་གཞག་པའི་དངོས་  
 པོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་མ་ཡིན་ཡང་སྦྲ་སྟེ། འབྲས་བུའི་མིང་  
 ཅ་མ་ཉིད་ལ་ནི། །དཔེར་ན་མཁའ་ལ་མཁའ་གནས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ན་  
 དཔེར་ན་གཞན་མ་ཡིན་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་ནམ་མཁའ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་གཞི་དང་གཞག་པའི་དངོས་པོ་ཉི་ལྔ་བར་གདགས་སུ་རུང་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
 གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུའི་རྒྱས་པ་གཞན་མ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུའི་རྒྱས་  
 པ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཉི་ལྔ་བར་གདགས་སུ་རུང་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་ཀྱང་རྫོག་  
 པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་ན། །གང་གིས་མི་སྟོང་དེ་  
 ཅིར་ཡོད། །གང་ཞིག་གང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གལ་ཏེ་འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་  
 དེ་རྒྱ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན། བྱིད་ཅག་འབྲས་བུ་གང་གིས་མི་སྟོང་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་  
 པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད།  
 གཞན་ཡང་། ཡོད་པ་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར། །གང་ཞིག་གང་གི་བདག་པོར་  
 འདོད། །མེད་ལ་རྒྱུན་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར། །གང་ཞིག་གང་གི་བདག་པོར་  
 འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡོད་པ་ཉིད་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དག་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་གང་ཞིག་འབྲས་བུ་གང་གི་བདག་པོ་ཡིན་  
 པར་འདོད། །གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་དག་ལ་རྒྱུན་རྒྱུས་མེད་  
 པ་བཞིན་དུ་རྒྱུན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་གང་ཞིག་འབྲས་བུ་གང་གི་བདག་པོའི་  
 རྒྱུན་དུ་འདོད། འདིར་པ་རོལ་པོའི་གྲོལ་བའི་སྐབས་སྤང་ནས་སློབ་དཔོན་  
 གྱིས་བཤད་པ། གལ་ཏེ་བྱམ་སོགས་སྐྱེས་མཐོང་བས། །མཐོང་ལ་གཏན་  
 ཆིགས་དོན་མེད་དེ། །མངོན་སུམ་དང་ནི་གྲགས་པ་ཡི། །གཞོད་པས་གཞོད་  
 པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ཁ་ཅིག་འདི་སྤང་ཅེས། བྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་འཇིམ་པ་དང་དབྱུག་གྲུ་དང་འཁོར་ལོ་དང་སྤང་བུ་དང་ཆུ་  
 དང་། རྩ་མཁན་གྱི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རྒྱུས་གྱིས་མངོན་པར་  
 བསྐྱབས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པར་མིག་ལ་སོགས་པས་མཐོང་བས་དབང་པོ་  
 རྒྱུས་གྱིས་མཐོང་བ་དེ་ལ་ནི་ཁྱོད་གྱིས་སྐྱས་པའི་གཏན་ཆིགས་དོན་མེད་དེ།  
 གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མཐོང་བ་ལས་ལྷག་པའི་ཆད་མ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 གང་ཞིག་བ་ལང་ལ་རྩ་མེད་དེ། སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྩ་བཞིན་ནོ་ཞེས་  
 ཟེར་བ་དེ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ལ་ཡང་རེ་  
 ཞིག་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རི་ཁྱོད་པ་ཡན་ཆད་དང་གདོལ་པ་  
 ཡན་ཆད་དང་བ་ལང་རྩི་ཡན་ཆད་ལ་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་སྐྱེས་པར་གྲགས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་གྲགས་པའི་གཞོན་པར་ཡང་

འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། བུམ་པ་ལ་སོགས་སྐྱེ་བ་དག། །བྱིས་པའི་  
 སློ་དང་མཐུན་མཐོང་བ། །གང་ཕྱིར་དེ་ནི་མི་འགོག་པས། །དེ་ཕྱིར་ངི་སྐད་  
 སྐས་སྐྱོན་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བ་བདག་དང་  
 གཞན་དང་གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དབུད་པ་དང་བུལ་བ་སྐྱེ་མ་དང་སྐྱིག་རྒྱ་དང་། ཇི་ཟེ་གོང་བྱེད་ལ་སོགས་  
 པའི་སྐྱེ་བ་སྐྱང་བ་ལྟ་བུའི་བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོའི་སློ་དང་མཐུན་པར་མཐོང་བ་དེ་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་བྱིས་པའི་སློ་དང་མཐུན་པར་མཐོང་བ་དེ་ནི་  
 མ་བཀག་སྟེ། འདི་ལྟར་དོན་དམ་པ་པའི་སློ་རྟོག་པའི་སྐྱོན་གྱི་དེ་མ་མ་ལུས་  
 པ་སློང་བར་བཟོད་པས་བརྟགས་ན་མི་རིགས་པར་བསྟན་པས་དེའི་ཕྱིར་  
 མངོན་སུམ་དང་གྲགས་པའི་གཞོད་པ་ངི་སྐད་སྐས་པའི་སྐྱོན་མེད་དོ། །དེ་  
 ལྟར་སྐྱིར་ལན་བཏབ་ནས། ད་ནི་བྱད་པར་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་མངོན་  
 སུམ་དུ་སྐྱབས་པས་ནི་རེ་ཞིག་མངོན་སུམ་གྱི་སློ་ནས་ངེས་པར་བཟུང་ནས་དེའི་  
 གཞོད་པས་བཀྲལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་མངོན་སུམ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་པས་  
 དོན་དམ་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ངི་ལྟར་ཞེ་ན། གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་སློ་ལ་  
 ནི། །ཡང་དག་ཏུ་ན་རང་རིག་མེད། །དེ་མ་སྐྱེས་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ལ། །དེ་ཡི་གཞོད་  
 པ་མེད་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་དང་དེ་ལ་འཇུག་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཚོགས་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དབང་པོ་རྣམས་སྐྱོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཅིག་གིས་ཡུལ་འཛིན་པ་ཡང་མི་རུས་  
 ལ། ཚོགས་པ་ལས་བྱང་བའི་སློ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གང་ཞིག་



གང་གི་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་ན་དེས་ཁོ་བོ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་ཞེས་དོན་  
 བསྐྱུ་བ་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་ན་དེའི་མངོན་སུམ་འདི་ལྟར་མི་རུང་སྟེ། མངོན་  
 སུམ་སྒོ་ནི་དོན་དམ་དུ། །དོན་བཞིན་ཉིད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། །བྱིས་པའི་སྒོ་  
 དང་བྱང་མེད་ཕྱིར། །མགལ་མེའི་འཁོར་ལོའི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 བྱིས་པའི་སྒོ་དང་བྱང་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་རིག་པ་ཉིད་དང་བསྟན་  
 དུ་མེད་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཉིད་ནི་བྱིས་པ་དང་། འཕགས་  
 པའི་སྒོ་ལ་བྱང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་རང་གི་ངོ་བོ་སྤང་བ་ཅམ་  
 གྱི་སྦྱོང་ཡུལ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། །མགལ་མེ་ལ་འཁོར་ལོར་སྤང་བར་གྱུར་  
 པའི་སྒོ་རྟོག་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡི་སྦྱོང་ཡུལ་དངོས་མེད་དེ། །འདུས་  
 བྱས་ཡིན་ཕྱིར་བདག་སྒོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་སྒོའི་སྦྱོང་  
 ཡུལ་གྱི་གཟུགས་བསྟན་དུ་མེད་པ་ཡང་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། །འདུས་བྱས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདག་གི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་མིན་ཕྱིར། །དེ་ལ་མངོན་སུམ་གཞོན་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བརྒྱད་འདུས་པ་དང་། །དེ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་  
 དག་ནི་དམག་དང་ནགས་ཆའ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་བཞིན་དུ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་མངོན་སུམ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཁོ་བོ་ཅག་ལ་དེའི་གཞོན་པ་  
 མེད་དོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གྲགས་པའི་གཞོན་པ་ཡང་མེད་དེ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བ། མཁས་པའི་ཚུལ་ལ་དབྱུང་བ་ལ། །གྲགས་པའི་གཞོན་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །  
 དེ་ཉིད་ལ་ནི་མ་རིག་པའི། །ལིང་རྟོག་མདོངས་པའི་ཆིག་སྐབས་མིན། །ཞེས་

བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་མིག་ཐོག་ས་པ་མེད་ཅིང་དྲི་མ་མེད་པས་ཡོངས་སུ་  
 བཏགས་པའི་དོན་རིན་པོ་ཆེ་མཁྱེད་དང་། བེའུ་བྱ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
 བཏག་པ་དག་ལ་དཔུས་ཡོང་ནམས་དང་། རབ་རིབ་ཀྱིས་མིག་ཉམས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐབས་མ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་སློབ་གསལ་བ་དང་མིག་དང་ལྡན་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་སྐབས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་མིག་སྒྲན་གྱིས་ཡོངས་  
 སུ་སྐྱངས་པའི་རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་པའི་མིག་ཡངས་པ་དང་ལྡན་པའི་མཁས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་གྱི། མ་རིག་པའི་མིང་རྟོག་གིས་སྟོངས་པ་དང་།  
 དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་མཐོང་བར་མི་རྒྱས་པར་རབ་རིབ་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་  
 ཁམས་གསུམ་པའི་དངོས་པོ་སྒྲ་ཆོག་ས་ལ་རྟོག་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱད་བའི་དྲི་མས་སློབ་གྲོས་ཀྱི་མིག་དགྲུགས་པ་  
 མི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་གི་སྐབས་མེད་པས་བྲགས་པའི་གཞོན་པར་  
 འབྱུར་རེ་སྐྱེ། དེ་ལྟར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་བཀག་པའི་ཞར་ལ་འོངས་པ་དག་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ནས། ཡང་བྱངས་ཅན་འབྲས་བུ་སྒྲ་ན་ཡོད་པར་  
 སྒྲ་བ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། ཡོད་ལའང་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་དེ། །ཡོད་པ་ཅི་  
 ཕྱིར་སྐྱེ་བར་འབྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བའི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ནི་སྐྱེ་  
 བ་ཡིན་ན་ཡོད་པ་ལ་ནི་འབྱུང་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ཅི་སྟེ་འདི་  
 སྙམ་དུ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱིས་  
 རགས་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་སེམས་ན་བཤད་པ། ཡོད་པ་རགས་པར་མི་བྱེད་  
 དེ། །སྒྲ་ན་མེད་དང་ཕྱིས་འབྱུང་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་འབྲས་བུ་

སྒྲོན་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། རགས་པ་ཉིད་སྒྲོན་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །  
 དཔེར་ན་ཤིང་ཅུ་གྲོ་རྩའི་ས་བོན་ཆུང་དུ་ལ་ཤིང་ཅུ་གྲོ་རྩ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོང་པོ་  
 ཡལ་ག་དང་ཡལ་ག་སྤ་མོ་དུ་མས་རྒྱས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་སྒྲོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 དེ་ཡོད་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་། མིག་གི་རགས་པ་  
 ཉིད་གང་ཡིན། །དེ་ནི་རྒྱུན་གྱིས་མ་བྱས་ཏེ། །སྒྲོན་མེད་ཕྱིར་རྩ་མ་བཞིན། །  
 ཤེས་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་བྱ་པོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་རྒྱུན་རྒྱུས་ལ་འབྲས་  
 བྱ་རགས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲོན་མེད་པ་སྒྲུབ་པའི་མ་ཐུ་ཡོད་ན་ནི་མིག་གི་  
 རྒྱུན་གྱི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་མིག་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་པ་  
 རྩ་མ་ལ་སོགས་པ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱེད། ཡང་དཔེར་ན་སྒྲེས་བྱ་ཤེས་བྱ་  
 ཡང་ཡིན་ལ་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡང་ཡོད་མོད་གྱི། དེས་གང་ཡང་  
 རགས་པ་ཉིད་དུ་མི་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མིག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་དོ། །འདི་སྙམ་དུ་བྱོང་ནི་བདག་མེད་པར་སྒྲོབ་པ་ཡིན་ལ་བྱོང་གིས་བྱ་  
 བ་པོའི་དཔེ་ཉིད་དུ་བྱས་པ་ནི་རང་ལ་དཔེ་མ་གྲུབ་པར་སེམས་ན་བཤད་པ།  
 བྱ་པོ་ལ་སོགས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ། །ཐུན་མོང་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཕྱིར་  
 དེད་ལ་གང་དུ་ཡང་། །དཔེ་ནི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི། འདི་  
 ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་ཀྱང་ལུས་དང་། དབང་པོ་དང་སྒྲོའི་ཆོགས་གྱི་ཡན་ལག་གང་  
 ཡང་རུང་བཤས་ཆེ་བར་འཇུག་པ་ལ་སྒྲོས་ནས་བྱ་བ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཕྱང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྒྲེ་མཆེད་གྱི་

ཡུལ་དག་ལ་ཐ་སྙད་གདགས་པ་བྱན་མོང་དུ་བྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་  
ལ་ཚད་མ་གང་དུ་ཡང་རང་ལ་དཔེ་མ་བྱུང་བའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་དེ། ཁོ་  
བོས་ཀྱན་རྫོབ་ཁོ་ནར་ཚད་མ་རྣམས་པར་གཞག་པ་བྱས་ཀྱི་དོན་དམ་པར་ནི་  
མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བརྒྱད་པ།

འདིར་གངས་ཅན་པ་དག་ཉིད་ལས་མངོན་པར་གསལ་བར་སྤྲ་བ་ཁ་  
ཅིག་ཕྱིར་སྒྲོག་པར་བྱེད་དེ། གང་དག་གིས་དངོས་པོ་རྣམས་སྒྲེ་བར་  
བཏགས་པ་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྒྲིན་དེར་འགྱུར་གྱི། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་བྱམ་པ་ལ་  
སོགས་པ་དངོས་པོ་རྣམས་འཇིམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་རྒྱུ་  
རྣམས་ཀྱིས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པར་སྤྲ་བས་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སྒྲིན་དེ་  
ལྟ་བུར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཕྱིར་འདི་སྐད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་  
ཏེ་གསལ་བ་སྒྲིན་མེད་ན། །གང་གིས་ཅི་གསལ་ངེ་ལྟ་བུ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་  
འདི་སྐད་ཅེས། །དཔེར་ན་མར་མེས་བྱམ་པ་བཞིན། །ཞེས་ཟེར་ན་དེ་ལ་  
བཤད་པ། ཡོད་ལ་མངོན་གསལ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་  
དངོས་པོ་སྒྲེས་ཤིང་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་གཞན་གྱིས་མངོན་པར་གསལ་  
བར་བྱེད་པ་ནི་རིགས་གང་ན། འདི་ལ་ནི་མ་སྒྲེས་པར་བསྟན་པས་ངེ་ལྟར་ན།  
བྱམ་པ་མ་སྒྲེས་པ་མར་མེ་མ་སྒྲེས་པས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་དེ།

གང་གི་བྱིར་སྐྱེ་མའི་སྐྱེས་བུ་མ་སྐྱེས་ཤིང་མེད་པ་ནི་ནམ་མཁའ་འཛི་མེ་ཉླ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་སྐྱེས་ཤིང་མེད་པ་དག་གིས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པར་  
 མི་རིགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་སུ་བེན་ཀྱང་། ཐ་  
 སྙད་ཀྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཤད་པ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མར་མེས་ནི། །  
 བུམ་པ་སྒྲུང་དང་བཅས་པ་དང་། །དེ་ཡི་སྒྲོའམ་གཉེན་པོ་དག །སྐྱེ་བར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་པོ་ཅག་གི་སྤྱོད་ཀས་ལ་བུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཚོགས་ཡིན་པས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་  
 མར་མེ་ཉི་བར་གྱུར་པས་ནི་བུམ་པ་སྒྲུང་བ་དང་བཅས་པ་སྒྲོན་མ་སྐྱེས་པ་  
 གདོད་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། སྐྱེས་པ་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བུམ་པ་དེ་སྒྲོན་སྒྲོའི་གཟུང་བ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་པ་ཡིན་  
 ལ། བྱིས་མར་མེས་དེ་སྒྲོའི་གཟུང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པར་བྱེད་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་  
 མར་མེས་དེའི་སྒྲོ་དེ་ཉིད་སྒྲ་ན་མེད་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དེའི་སྒྲོ་སྒྲ་  
 ན་ཡོད་པ་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཐུན་པའི་ནང་  
 ན་བུམ་པ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཟུང་བ་ཉིད་དུ་མེད་པར་གྱུར་པ་མར་  
 མེས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཟུང་བ་ཉིད་དུ་ཡོད་པར་བྱེད་པ་ན་ཡང་དེ་  
 ཉིད་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། ཡོད་པ་མངོན་པར་གསལ་བར་  
 བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་བུམ་པ་གཟུང་བའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀས་ཀྱི་  
 ཐུན་པ་ཡོད་པ་མར་མེས་སེལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཐུན་པའི་  
 གཉེན་པོར་སྒྲུང་བ་དག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཉིད་མར་མེས་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་



གྲི། གཉིན་པོ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་དག་གྲིས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཅི་སྟེ་བྱམ་པ་གཟུང་བར་སྒྲིང་བ་ཉིད་སྤྲོ་ན་ཡོད་ན་མར་མེས་ཅི་བྲ།  
 གཞན་ཡང་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་མི་གསལ་བ་དག་གསལ་བར་  
 བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། མངོན་པར་མི་གསལ་  
 གསལ་མི་བྱེད། །མི་གསལ་བྱིར་ན་མཁའ་མིན་བཞིན། །རང་ཚུལ་གྲིས་  
 གྲང་དཔེར་བྲ་ན། །གཙོ་བོ་ཟ་བོ་བཞིན་དུ་བསྟན། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་གྲངས་  
 དག་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་ཚུལ་གྲིས་གྲང་དཔེར་བྲ་ན་སྒྲིང་སྟོབས་དང་རྒྱལ་དང་  
 ལུན་པ་ཆ་མཉམ་པ་མི་གསལ་བ་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ། རང་བཞིན་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་  
 དུ་ཟ་བ་པོ་སྟེས་བྲ་ཞེས་བྲ་བ་ཡང་མ་སྟེས་པའི་བྱིར། མངོན་པར་མི་གསལ་  
 བ་ཡིན་པས་གསལ་བར་མི་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་མངོན་  
 པར་མི་གསལ་བ་ལ་ཡང་གསལ་བར་མི་བྱེད་དེ། མི་གསལ་བའི་བྱིར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་ཏོ། །ཅི་སྟེ་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཟ་བ་པོ་ཡང་གསལ་བར་བྲ་  
 བ་ཡིན་པར་རྟོག་ན་དེ་ལྟ་ན། གལ་ཏེ་དེ་ཡང་མངོན་གསལ་ན། །ཟ་བོ་ཀྱན་  
 འགྲོ་མ་ཡིན་ཞིང་། །རྒྱ་མེད་མ་ཡིན་ཞེས་ཡོད་མིན། །མི་གསལ་བ་ཡང་  
 ཉམས་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ཟ་བ་པོ་དེ་ཡང་མངོན་པར་གསལ་  
 བར་བྲ་བ་ཡིན་ན་ཟ་བ་པོ་དེ་ཡང་བྱམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། །ཞེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། ཟ་བ་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་གསལ་བ་ཞེས་བྲ་བ་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གཙོ་བོ་ཡང་མངོན་པར་གསལ་བར་བྲ་བ་ཉིད་དུ་རྟོག་ན་དེ་ལྟ་ན། གལ་

ཏེ་གཙུག་པོ་མངོན་གསལ་ན། བྱིད་ཀྱི་གཙུག་པོ་བྱ་བ་དང་། དཔག་ཡོད་  
 གསལ་བར་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་དེ་དག་མིན་པར་གྲགས། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གལ་ཏེ་གཙུག་པོ་ཡང་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་བྱིད་ཀྱི་གཙུག་པོ་བྱ་  
 བ་ཉིད་དང་། དཔག་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། གཙུག་པོ་དེ་ནི་མ་བྱས་པ་དང་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་དང་། མི་  
 གསལ་བ་ཡིན་པས་བྱང་བ་དང་དཔག་ཏུ་ཡོད་པ་དང་གསལ་བར་དེ་དག་མ་  
 ཡིན་པར་བྱེད་ཉིད་ལ་གྲགས་པ་དང་འགལ་ལོ། གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡང་མི་  
 འཐད་དེ། རི་ལྷ་ཞེ་ན། གང་གིས་གསལ་བྱེད་གང་དག་འདོད། དེ་དག་དེ་  
 གསལ་བྱེད་མི་འདོད། རྒྱ་ཉིད་ལ་སོགས་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས། རྒྱ་སྤྱན་ལ་  
 སོགས་ཞོའི་མིན་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱ་བྱ་ལ་སོགས་པ་གང་གིས་  
 གསལ་བྱེད་ས་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་གང་དག་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ནི་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྒྱ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིན་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ཏེ། རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་བྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དཔེ་  
 རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་ཞོའི་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་འོ་མ་ལས་ཞོར་འགྱུར་བའི་གསལ་བར་བྱེད་པ་སྤྱམ་བྱ་  
 ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་སྤྱན་དང་། ཆིག་པ་དང་ཐགས་ཟངས་  
 དང་ལྷལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་མ་ཡིན་པར་བཞིན་ནོ། གལ་ཏེ་འདི་སྤྱམ་དུ་  
 རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་རྣམ་གངས་གཞན་གྱིས་ན་ཞོ་ལ་སོགས་

པའི་དངོས་པོ་དག་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡོད་དེ།  
 གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་འཇིག་  
 པའི་བསྐྱལ་པས་ཞིག་ནས་ཡང་ཕྱིར་ཆགས་པའི་བསྐྱལ་པས་ཕྱིར་ཆགས་  
 པའི་ཆེ་ན་རྒྱན་གཞན་དག་གིས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པས་ཞོ་ལ་  
 སོགས་པའི་དངོས་པོ་གཞན་དག་གིས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པར་  
 འགྱུར་བའི་དུས་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་ཡོད་པས་དབུ་མ་པའི་དཔེ་མེད་པར་སེམས་  
 ན་དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་ལའང་། །དེའི་རྒྱས་  
 ཡོད་ཕྱིར་དཔེར་མེད་ན། །དེ་མིན་རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་དངོས། །དེ་དག་དེ་  
 གསལ་བྱེད་མིན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་དག་  
 རྣམ་གངས་གཞན་གྱིས་ཞོ་ལ་སོགས་པའི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 བ་ཡོད་དུ་ཟེན་ན་ཡང་རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པས་རྒྱ་སྤྱན་ལ་སོགས་པ་དངོས་  
 གྱིང་པོ་ཉིད་དེ་དག་གིས་ཞོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་དེ་གསལ་  
 བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཡང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་གང་དུ་ཡང་མ་  
 མཐོང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོའི་དཔེ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གངས་ཅན་དག་ལས་  
 ཁ་ཅིག་ས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་བྱེ་བ་དང་། ས་བོན་གྱི་མཆན་ཉིད་རྣམ་  
 པར་མ་བྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་དག་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་སེམས་པ་དེ་དག་ནི་  
 བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་སྤྲུལ། གཅེར་བུ་པ་དག་གྲང་གསེར་དང་མེ་  
 ལ་སོགས་པ་ལས་གསེར་གྱི་སོར་གདུབ་བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་  
 སེམས་པ་དེ་དག་ཉིད་གྲང་འབྲས་བུ་སྤྲུལ་ན་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྤྲུལ་སྟེ། འདི་

ལྟར་སོར་གདུབ་ཅེས་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་ནི་སྤྲོ་ན་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ནི་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡིན་པར་  
 སྒྲུའོ། །དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དང་། །བདག་  
 ཉིད་ཡོད་དང་མེད་མི་འདོད། །གཉི་གར་སྤྲོ་བ་ཡོད་མིན་ཏེ། །རིགས་པས་  
 གོང་དུ་བསྟན་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉི་གར་སྤྲོ་བ་དག་གྲང་འགལ་བའི་  
 སྐྱོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མི་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་བདག་ལས་ན་ནི་ངི་ལྟར་གཞན་  
 ལས་ཡིན། །འོན་ཏེ་གཞན་ལས་ན་ནི་འོན་དེ་ལྟར་བདག་ལས་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་དང་འགལ་ལོ། །སོ་སོར་ཡང་བདག་ལས་དང་གཞན་ལས་བྱ་བའི་ཆ་ངི་  
 ལྟར་སྤྲོ་བ་གཤམ་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཡང་གཞན་ཡང་།  
 གུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་འབྲས་བུ་ནི། །རྒྱུན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གསལ་མི་འདོད། །དེ་  
 ཞིག་བར་དུ་རྗེས་སྐྱབ་ཕྱིར། །ས་ལ་སོགས་པས་བྱམ་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་འདི་ལ་ཆོད་མ་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པ་པ་ཡིན་པ་ལས་ཆོད་མ་འདི་ནི་  
 གུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་མདོན་པར་གསལ་བ་  
 འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། །འཇིམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱམ་པ་ཞིག་པའི་  
 མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་  
 དེ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་གཞན་དག་གི་མདོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པ་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མདོན་པར་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དངོས་པོའི་རྗེས་སུ་གཏན་དུ་འབྲེལ་བར་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མར་མེ་བྱམ་  
 པའི་རྗེས་སུ་གཏན་དུ་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ལ་འབྲས་བུ་ནི་ཞིག་པའི་

མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་ཡང་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དངོས་པོས་རྟག་  
 བར་དངོས་པོའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མངོན་པར་  
 གསལ་བ་དང་འབྲས་བུ་ལ་བྱད་པར་དེ་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་རྣམས་  
 བདག་དང་གཞན་གཉི་ག་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། །འདིར་འཇིག་རྟེན་རྒྱང་  
 བན་པ་དག་གིས་སྐྱས་པ། དངོས་པོ་རྣམས་བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་  
 ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ནི་བདེན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་དངོས་  
 པོ་རྣམས་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་མི་སྟོས་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བར་དམ་  
 འཆའ་སྟེ། གསལ་བ་མེད་པས་བྱས་པའི་དངོས་པོ་སྐྱ་ཚོགས་མངོན་པར་  
 འབྱུབ་པ་སྐྱང་བའི་ཕྱིར་དཔེར་ན། བརྒྱ་ཟེ་བ་ཁ་དྲུག་གསར་པ་ཡིད་ཅམ་  
 སེར་ཞིང་དམར་བ་དྲི་ཞིམ་པོ་དང་། ཟེའུ་འབྲུ་མངེས་པ་དང་། ལོ་མ་འཇམ་  
 པ་དང་། སྒོང་བུ་རྩུབ་པ་དང་ལྡན་པ་དག་དང་། མ་བྱ་མཐུག་སྒྲིའི་ཚོགས་ལྷ་  
 གས་སྐྱ་ཚོགས་གསལ་བ་མང་པོ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་གཤོག་སྒྲོ་ཤིང་འཆར་  
 བག་ཅན་དང་ལྡན་པ་དག་དང་། ཆེར་མ་རྩེ་མོ་མ་བཞོགས་པར་རྩོ་ཞིང་རྩུབ་  
 པ་དང་ལྡན་པ་དག་བཞིན་ལོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་ཕྱིར་འདི་སྐྱད་བཤད་པར་བྱ་  
 རྟེ། མིག་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཉིད་དུ་ཡང་། །སྒྲོ་བུར་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་དེ། །སྐྱི་དང་  
 བྱད་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་  
 ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་ནང་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་གང་ལ་རྒྱ་མི་སྐྱང་བ་དེ་ནི་  
 འགའ་ཡང་མེད་དེ། དེ་ཞིག་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རྩུ་དང་རྩུ་དང་ས་བོན་  
 ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དག་དང་ལྡན་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་ནི་སེམས་ཀྱི་



བྱིས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པས་མ་གྱུ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སེམས་པས་མངོན་པར་  
 འདུས་བྱས་པས་སྣ་ཆོགས་སུ་བཟུང་། ཆོར་མ་ལ་སོགས་པ་རྩ་བ་པ་དང་མེ་  
 ཏྲིག་ལ་སོགས་པ་འཇམ་པ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་དབང་ཉིད་  
 ལས་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་མིག་གྲང་ཁུ་ཆུ་དང་ཁྲག་དང་མེར་མེར་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དག་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་  
 ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཉིད་དུ་ཡང་སློ་བུར་དུ་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་དེ། མི་  
 ཏྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་འཇམ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དང་། མིག་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་དང་ལྡན་པའི་བདག་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་བྱད་པར་གྱི་མཆོན་ཉིད་དང་། ལྡན་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དཔེར་ན་  
 བྱམ་པ་བཞིན་ཏེ། བྱམ་པ་ཡང་མི་ཏྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་འཇམ་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། གསུམ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁ་ཡངས་པ་དང་། དབྱིབས་ལྡུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཀྱན་རྫོབ་ཉིད་དུ་ཡང་  
 སློ་བུར་དུ་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། འབྲས་བུ་ཡིན་ཕྱིར་  
 རིམ་སྐྱེ་འཕྱུར། །འཇིག་པའི་ཕྱིར་དང་ཡོངས་འགྱུར་ཕྱིར། །རྒྱ་རྒྱུན་ངེས་  
 པའི་ཕྱིར་དང་ནི། །སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཡང་ཞེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམ་པ་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་སྟག་མའོ། །དེ་ལ་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 འབྲས་བུའོ། །རིམ་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོགས་པའི་ཕྱིར་དུས་སུ་  
 སྐྱེ་བའོ། །འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུད་ཟ་བའོ། །ཡོངས་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བའོ། །རྒྱ་རྒྱུན་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱ་དང་རྒྱུན་སོ་སོར་

དེས་པར་སྒྲིང་བ་ལས་འབྲས་བྱ་དེས་པར་འབྱུང་བའོ། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 མངོན་པར་གྲུབ་པའོ། །དངོས་པོ་དེ་དག་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆོག་གས་དག་གིས་བྱམ་པ་བཞིན་དུ་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་  
 བདེན་པའི་ཚུལ་ཉིད་དུ་ཡང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྒྲོ་བྱར་དུ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་པར་  
 དེས་སོ། ། འདིར་མེད་པར་སྐྱ་བ་དག་དབུ་མ་པ་ལ་དཔེའི་སྒྲོན་འདོགས་པའི་  
 རྒྱ་ཐབས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་སྒྲ་མ་དགག་པར་ཡང་སེམས་ན། ཕྱིར་སྒྲོག་པར་  
 བྱེད་དེ། བྱེད་དབུ་མ་པ་ནི་འཇིག་གོང་དང་སྐྱེ་བས་པ་དང་བསྐྱོར་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་བྱམ་པ་མངོན་པར་འབྱུང་པར་འདོད་ཅེས་གྲགས་  
 པས་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་པར་བྱེད་དོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ནི་འཇིག་གོང་ནི་འཇིག་  
 གོང་གི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་འགགས་པས་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་ལ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྐྱེ་བས་པ་དང་། བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་  
 འགགས་པས་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱ་མེད་པ་  
 ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་འདོད་པས་དེའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་མེད་དོ། །ཡང་ན་  
 འཇིག་གོང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅི་ཏྲ་འམ་མི་ཏྲ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ཆེ་རབས་གཞན་  
 དུ་འགགས་པས་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་དེ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཡང་ན་འབྲས་བྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་མེད་པར་སྐྱ་བ་དག་གིས་འཇིག་རྟེན་སྒྲ་  
 མ་འགགས་པའི་ཕྱིར་སྐྱས་པ། དེ་ལ་འདིར་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་བཤད་པ། །  
 གལ་ཏེ་འཇིག་གོང་ཆེ་གཞན་ལ། །འགགས་པ་མི་སྐྱེ་ཞིག་པའི་ཕྱིར། །འབྲས་  
 བྱ་ཡིན་ཕྱིར་དཔེར་ན་ནི། །བྱམ་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ཅེ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་

ཕྱོགས་སྒྲ་མ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེའི་ལན་ནི། རི་ལྷར་བྱམ་པ་  
 བྱམ་པ་ཡི། །དེ་བོ་ཉིད་འགགས་མི་སྐྱེ་བ། །དེ་ལྷར་འཛིམ་གོང་འདོད་ན་ནི། །  
 འདོད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་ཁོ་བོ་བྱམ་པ་  
 བྱམ་པའི་དོ་བོ་ཉིད་གང་གིས་འགགས་པར་འགྱུར་བའི་དོ་བོ་ཉིད་དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མི་སྐྱེ་བར་འདོད་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་དེ་ལས་གྲོ་མོ་དང་གྲོ་དུམ་ལ་  
 སོགས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་གཞན་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་འདོད་པ་དེ་ལྷར་  
 ཁྱོད་ཀྱང་འཛིམ་གོང་ཞེས་བྱ་བ་འཛིམ་པའི་གོང་བྱ་ཉིད་ལ་བྱ་ཡང་རུང་ཅི་  
 ཏུའམ་མི་ཏུ་ལ་ཡང་བྱ་ཡང་རུང་སྟེ། གལ་ཏེ་དོ་བོ་ཉིད་གང་གིས་འགགས་  
 པར་གྱུར་པའི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་བར་འདོད་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་དེ་  
 ལས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་གཞན་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་  
 འདོད་ན་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ལ། དོན་དམ་པར་ཡང་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཁོ་བོའི་འདོད་པ་ཉིད་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 ནོ། །འོན་ཏེ་འགགས་པ་རྒྱ་ཡིན་ན། །དེས་ན་གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་ཉིད། །  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི། འོན་ཏེ་ཁྱོད་འདི་སྙམ་དུ་འཛིམ་གོང་ལ་སོགས་པ་དགག་པར་  
 གྱུར་པ་དེ་དག་ནི་ཕྱིས་གཞན་དག་གི་རྒྱར་མི་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ལྷར་གང་  
 འགགས་པ་དེ་ནི་རྒྱན་ཆད་པ་ཉིད་དེ། །འགགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་ཞིག་པའི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གང་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་དོ་བོ་ཉིད་ཁོ་  
 ན་ལས་སྐྱེ་སྟེ། འགགས་པ་གང་ལ་ཡང་མི་སྟོས་པ་ཡིན་པར་སེམས་ན་དེས་  
 ན་ཞིག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་དེའི་དོན་འགལ་བ་ཉིད་

དེ། ས་བོན་འགགས་པ་ལས་སྐྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སྒྲིང་བའི་  
 ཕྱིར་དོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་མ་འགགས་པར་ཡང་སྐྱ་གུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ན་ནི་  
 སྐྱང་ལ་སོགས་པ་ལ་འདུག་པ་ཡང་སྐྱེ་བར་ཐར་བར་འགྱུར་དོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 ཞིག་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་དཔོག་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་འཇིམ་གོང་ལ་  
 སོགས་པ་འགགས་པར་གྱུར་པ་དག་ཀྱང་གནས་སྐབས་ཕྱི་མ་གཞན་དག་གི་  
 རྒྱུའི་དངོས་པོར་འགྱུར་བས། དེ་ལས་སྐྱེ་བ་ཁོ་ནར་བསྟན་པར་གྱུར་པས་  
 ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལོག་པར་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་  
 འགལ་བ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་རྒྱན་ཉིད་མ་ཉམས་ན། །དེས་ན་འབྲེལ་བ་ཉིད་  
 དུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་རྒྱན་ཉིད་གྱིས་ངེས་  
 པར་གནས་པ་མ་ཉམས་པ་སྐྱ་གུ་དང་སྒྲིང་བུ་དང་། སྐྱ་གུ་དང་ཡལ་ག་དང་  
 འདབ་མ་དང་། ལོ་མ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བ་དེ་ལྟར་འདོད་ན།  
 དེས་ན་ཁྱོད་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཞིག་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་འབྲེལ་བ་ཉིད་  
 དུ་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོས་འབྲེལ་  
 པའི་རྒྱན་ནི་རྒྱན་ཅེས་བྱའི། རྒྱ་ཆད་པ་ལ་ཡང་རྒྱན་མི་འབྱུང་ལ་རྒྱན་མ་  
 ཉམས་པ་ལ་ཡང་རྒྱན་མི་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་མི་སྲིད་པ་ནི་འབྲེལ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །འཇིག་རྟེན་སྤྲུལ་སྐྱབ་པའི་ཆད་མ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 མངལ་གནས་སྟོན་རོལ་སྟོ་ལ་ནི། །མདུན་རོལ་ཁོ་ནར་འགགས་སྟོ་ཡོད། །  
 ཞེས་བྱ་གཞན་གྱིས་དེ་གཞན་ཕྱིར། །ཡང་ན་སྟོ་ཕྱིར་དེའི་འོག་བཞིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངལ་ན་གནས་པའི་སྟོན་རོལ་གྱི་སྟོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་

མདུན་རོལ་ཁོ་ནར་འགགས་པའི་སློ་སློན་དུ་སོང་བ་ཡོད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བ། ཤེས་བྱ་གཞན་གྱིས་དེ་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་སློ་དེ་ནི་  
 ཤེས་བྱ་རྟོགས་པ་ཡིན་ན་མངལ་ན་གནས་པའི་སློན་རོལ་གྱི་སློ་དེ་ལ་ནི་ཤེས་  
 བྱ་མེད་དེ། ཤེས་བྱ་ནི། མིག་དང་། རྩ་བ་དང་། རྣ་དང་། ལྗེ་དང་། ལུས་  
 གྱི་དབང་པོ་དག་ལས་མངོན་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ལ་དེའི་ཆེ་དབང་པོ་  
 དེ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཤེས་བྱ་མེད་དོ། །སློ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་སྤྲ་མ་  
 གཞན་གྱི་ཤེས་བྱ་ཐ་དད་པ་གཞན་ལ་དམིགས་པས་སློ་ཐ་དད་པ་གཞན་ཞེས་  
 ཐ་སྙད་གདགས་པར་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཤེས་བྱ་གཞན་གྱི་སློ་དེ་  
 གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་དང་གང་སློ་  
 ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ལ་ནི་མདུན་རོལ་ཁོ་ནར་འགགས་པའི་སློ་སྤྲ་མ་ཡང་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་རྩི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེའི་འོག་བཞིན་ཏེ། བཙས་པའི་  
 འོག་རོལ་གྱི་དུས་གྱི་སློ་ལ་ཡུལ་དུ་མ་ལ་འཇུག་པ་དང་། མདུན་རོལ་ཁོ་  
 རར་འགགས་པའི་སློ་སྤྲ་མ་གཞན་ཡོད་པ་བཞིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་དཔལ་བོས།  
 སློ་ནི་ཤེས་བྱ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་གསུངས། །དེས་ན་མངལ་གནས་སློན་  
 རོལ་སློ་ཡུལ་ཡོད། །དེ་འདི་མ་ཡིན་མིག་ལ་སོགས་མེད་ཕྱིར། །གང་གི་  
 ཡིན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་སྤྲ་མར་གྱུབ། །ཅེས་རྩི་སྐད་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་སྤྲུལ་དུ་སློ་ནི་གཅིག་ཁོ་ནར་ཟད་དེ། སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མ་ཤི་བའི་བར་དུ་  
 དེས་པར་གནས་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དཔེ་མེད་པར་སེམས་ན་བཤད་པ།  
 ཅི་ཏུ་ལ་ནི་སྤྲ་སློ་དང་། །གཟུགས་སློ་སྤྲེ་བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་གཉིས་མི་གཅིག་



ཡུལ་གཞན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་རྒྱུད་གཞན་དག་གི་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་  
 ཉའི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིའི་སྒྲོ་དང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་གཅིག་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་བྱའི་ཡུལ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་མི་ཉ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་གཞན་  
 ཀྱི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་པ་རོལ་ཕྱིར་ཡང་ནི། །དཔེ་མེད་པར་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། །སྒྲོ་ཕྱིར་དེ་ཡང་གཅིག་ཉིད་མིན། །གཞན་སྒྲོས་འབྲུལ་པར་  
 འགྱུར་ཕྱིར་རོ། ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་པོའི་གཏུན་ཆིགས་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེས་སྒྲོ་དེ་ཡང་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་སྟེ། །གཞན་གྱི་སྒྲོས་  
 གཏུན་ཆིགས་འབྲུལ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། །རི་ལྷ་ཞེ་ན། །སྒྲོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དེས་ན་ཅི་རྒྱུད་གཞན་གྱི་སྒྲོ་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རམ།  
 འོན་ཏེ་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་བཞིན་དུ་  
 གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་དེ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་འཇིག་  
 རྟེན་སྒྲ་མ་གཞན་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབས་ནས། །དེ་ཞི་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་གཞན་  
 ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་པ་རོལ་པོ་དག་གི་བསམ་བས་སྟོགས་སྒྲ་མ་  
 ཉེ་བར་བཞག་པ་བྱས་ནས་སུན་དབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། །དེ་ལ། །གལ་ཏེ་མེད་སྒྲ་  
 གྱིས་པ་ཡི། །འཆི་འཕོའི་སེམས་ལ་མཆོམས་སྒྲོར་མེད། །འཆི་འཕོའི་  
 སེམས་ཕྱིར་དབྱ་བཅོམ་གྱི། །ཐ་མའི་སེམས་བཞིན་སྒྲུབ་བྱེད་ན། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་སྟོགས་སྒྲ་མ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། །དེའི་ལན་ནི། །གཏུན་  
 ཆིགས་མ་ངེས་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །འདས་པའི་འཆི་འཕོའི་སེམས་ཀྱིས་སོ། །  
 །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། །པ་རོལ་པོའི་གཏུན་ཆིགས་འཆི་འཕོའི་



སེམས་ནི་སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ།  
 ཅི་རེ་ཞིག་འཆི་འཕོའི་སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དག་བཅོམ་པའི་སེམས་ཐ་མ་  
 བཞིན་དུ་ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བ་མེད་པར་འགྱུར་རམ་འོན་ཏེ་འདས་པའི་འཆི་  
 འཕོའི་སེམས་བཞིན་དུ་ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ངེས་པ་  
 ཉིད་དོ། །འདས་པའི་འཆི་འཕོའི་སེམས་ཡོད་པར་རི་ལྟར་ཤེས་ཤེས། ཆེ་  
 རབས་བློན་ལ་སོགས་ཡོད་དང་། །ཚུལ་སྒྲིམ་སྤྱིར་ན་དེ་ཡང་ཡོད། །ཅེས་བྱ་  
 བ་སྒྲིམ་ཏེ། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཆེ་རབས་བློན་པ་གང་དག་གིས་ཆེ་རབས་སྒྲི་  
 མ་རྣམས་པ་དུ་མ་བློན་པར་བྱེད་པ་དག་དང་། །ཁ་ཅིག་པ་མའི་སྒྱུད་ལུལ་དུ་ཐ་  
 དད་པ་དག་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་ཐ་དད་  
 པ་དག་སྒྲིམ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་པས་དེའི་སྤྱིར་དེ་དག་གི་སྒྱུད་པ་  
 དེ་ལྟ་བུ་དག་ནི་སྒྲོན་གོམས་པ་ཉིད་ལས་གྱུར་པ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
 བྱའོ། །ཡང་ན། འཇིག་རྟེན་སྒྲིམ་པ་ཡོད་པའི་ཚུལ། །མངལ་ནས་སྒྲོན་རོལ་སྒྲོ་  
 ལ་ནི། །མདུན་རོལ་ཁོ་ནར་འགགས་པ་ཡོད། ། ཤེས་བྱ་གཞན་གྲིས་དེ་  
 གཞན་སྤྱིར། །ཡང་ན་སྒྲོ་སྤྱིར་དེའི་འོག་བཞིན། །ཞེས་སྒྲིམ་རི་སྐད་སྒྲིམ་པའི་  
 སྤྱིར་ན་འདས་པའི་འཆི་འཕོའི་སེམས་དེ་ཡང་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་ངེས་སོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །གཞན་ཡང་། འཕགས་པ་མིན་པའི་འཆི་འཕོའི་སེམས་།  
 སེམས་གཞན་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །མ་རིག་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར། །  
 སེམས་དེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲིས་པ་འཕགས་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་འཆི་འཕོའི་སེམས་ནི་སེམས་གཞན་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་ཞེས་

དམ་བཅའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་  
གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དཔེ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདས་པའི་འཆི་འཕོ་ཉིད་ཀྱི་  
སེམས་དེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་རྣམ་པ་གཞན་དུ་འཇིག་རྟེན་  
རྒྱང་འཕན་པའི་བསམ་པས་སྟོགས་སྡུ་མ་ཉི་བར་བཞག་ནས་དེ་དགག་པའི་  
ཕྱིར། གལ་ཏེ་ལུས་དང་དབང་སྟོང་དག །རང་གི་ལས་ཀྱིས་སྐྱེད་མི་འདོད། །  
ཞིག་ཕྱིར་དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན། །དེ་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད། །ཅེས་  
བྱ་བ་ནི་སྟོགས་སྡུ་མ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་བྱེད་སངས་རྒྱས་  
པ་དག་འཇིག་རྟེན་ནི་ལས་བདག་གིར་བྱ་བ་དང་། ལས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་པ་  
དང་། ལས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་བ་དང་། ལས་ཀྱི་བགོ་སྐྱལ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་གང་དག་གིས་ལུས་དང་། དབང་པོ་དང་། སྟོང་དག་རང་གི་ལས་  
ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཁོ་ལོ་ཅག་མི་འདོད་དེ། ཞིག་  
པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་  
མ་བྱས། །དེ་གཞན་ཀྱིས་བྱང་མ་བྱས་ཕྱིར། །འཇིག་རྟེན་རང་གི་ལས་སྐྱེད་  
མིན། །གཞན་འདི་ངེད་ལ་ཅི་ཞིག་གཞོད། །ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ལོ་ཅག་  
གི་ལས་བརྟག་གི་ལས་བརྟག་པའི་སྐབས་སུ་དོན་དམ་པར་ལས་བདག་གིས་  
བྱས་པ་དང་། གཞན་ཀྱིས་བྱས་པ་དང་། གཉི་གས་བྱས་པ་བཀག་ཟེན་པའི་  
ཕྱིར། བྱེད་ཀྱིས་སྤྱས་པའི་ཆ་དམ་གཞན་འདི་ངེད་ལ་ཅི་ཞིག་གཞོད། ཅི་སྟེ་  
བྱེད་དངོས་པོ་རྣམས་ལས་ལ་མི་སྟོས་པར་སྐྱེས་པར་སྤྱོད་ན་ནི་དེ་ལ། ལས་  
ཀྱིས་སྐྱེད་ཉིད་མ་ཡིན་ལ། །དཔེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགའ་

ཞིག་འདི་ལྟར་ལས་ལ་མ་སྟོས་བར་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་བརྗོད་བར་བྱ་  
 དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྩ་དང་ལོ་མ་དང་། འདབ་མ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། ཤིང་ལ་སོགས་པ་དུས་སྐྱེ་བ། །སེམས་ཅན་  
 ལས་གྱི་དབང་གིས་ཏེ། །སེམས་དཔྱལ་གནས་དང་མཐོ་རིས་ན། །མཆོན་  
 དང་དཔག་བསམ་ཤིང་སྐྱེ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་བཤད་དེ། ལས་གྱིས་མ་  
 བསྐྱེད་པའི་དཔེ་འགའ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་ལས་གྱིས་མ་བསྐྱེད་  
 འོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མི་རུང་ངོ་། །རེ་ཞིག་དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་ངི་བར་ཡང་བྱ་སྟེ།  
 འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་སྟོ་གྲོས་ནི། །མཆོན་ཉིད་མི་མཐུན་ངི་ལྟར་འབྱུང་། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་རྩ་དང་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་སེམས་མེད་པ་རྣམས་ལས་སྟོ་གྲོས་མཆོན་  
 ཉིད་ཤིན་ཏུ་མི་མཐུན་པ་ངི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། རི་སྐད་དུ། ས་དང་ཆུ་དང་མེ་  
 དང་རླུང་། །ནམ་མཁའ་ལྷན་ཅིག་ཆོགས་པ་ལ། །ཉིལ་ལ་ཉིལ་མར་ཡོད་པ་  
 ལྟར། །ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་པ་རོལ་  
 པོ་དག་གིས་སྒྲས་པ། འབྱུང་བ་སེམས་མེད་རྣམས་ལས་ནི། །ཤེས་པ་ཡོད་  
 པ་ཉིད་སྐྱེ་སྟེ། །སྐྱེ་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་སྟོས་མཐུ་དང་། ། མེ་ཤེལ་ལས་ནི་མེ་  
 བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་སེམས་མེད་པ་རྣམས་ལས་སྟོ་  
 ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་སྐྱེ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྐྱེ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །  
 དཔེ་ངི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཆང་ལས་སྟོས་པའི་མཐུ་འབྱུང་བ་དང་། མེ་ཤེལ་ལས་  
 མེ་འབྱུང་བ་དང་། ཆུ་ཤེལ་ལས་ཆུ་འབྱུང་བ་དང་། བ་ལང་གི་སྐྱ་དང་། ལུག་

གི་བལ་ལས་རྩ་རྒྱུ་བ་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་ལས་སྒྲིག་མ་འབྱུང་བ་དང་། ཞིང་  
 ལས་ཐལ་བ་འབྱུང་བ་དང་། འོ་མ་ལས་ཞོ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ལས་  
 འབྲས་བུ་མཚན་ཉིད་ཞིན་ཏུ་མི་མཐུན་པ་དག་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ལ་  
 བཤད་པ། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཟློས་མཐུ་ཤེས་ཡོད་མ་  
 ཡིན་པས། །ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ནི་མེད་པ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་དག་ཁྱོད་ཀྱི་  
 དཔེར་བསྟན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཤེས་པ་ཉིད་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་  
 འབྱུང་བ་ཤེས་པ་མེད་པ་ཉིད་ལ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་སྐྱེ་བའི་དཔེ་སྣ་མ་དང་  
 མི་འབྲ་བ་འགའ་ཡང་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་མེད་པ་ཉིད་དོ། ། གཞན་ཡང་།  
 རྒྱ་རྩམས་རིགས་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །གཏན་ཆིགས་ཀྱང་ནི་འགལ་བ་  
 ཉིད། ། ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་རིགས་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པས་སྟོང་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་མི་མཐུན་པ་འབྱུང་བར་གྱུར་ན་ནི། མེ་ཤེལ་ལས་  
 ཀྱང་ཁྱ་འབྱུང་བ་དང་། ཁྱ་ཤེལ་ལས་ཀྱང་མེ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་རིགས་  
 སོ། །འདི་ལྟར་ཆང་གི་འབྲས་བུ་ཟློས་པ་ནི་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན་པས་དེ་  
 ལས་དེ་ཉིད་འབྱུང་གི་གཞན་མི་འབྱུང་བས་རིགས་མཐུན་པའི་མི་མཐུན་  
 པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལས་རིགས་མི་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་སྐྱེ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་དོན་  
 རིགས་མི་མཐུན་པ་ལས་མི་འབྱུང་བས་འགལ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་།  
 རང་གི་འབྱུང་བ་རྩམས་ཀྱང་ནི། །ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ས་ལ་སོགས་

བའི་དངོས་ཕྱིར་དང་། །འབྱུང་བ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་གཞན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ནང་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་རོ་བོ་ཉིད་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ནང་གི་  
 འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ལ། ཕྱི་རོལ་གྱི་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ནི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་རྒྱུའི་ཁྱད་  
 བར་ཅི་ཡོད་པ་ཡང་བརྗོད་དགོས་སོ། །དེས་ན་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་  
 ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་  
 འབྱུང་བ་རྣམས་མི་འབྱུང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་མངལ་གནས་སྟོན་རོལ་སེམས།  
 །སེམས་གཞན་སྟོན་དུ་སོང་ཡིན་པར། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་སྟེ།  
 །འཇིན་པ་ཡིན་ཕྱིར་དེའི་འོག་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངལ་ན་གནས་པའི་  
 སྟོན་རོལ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་  
 སྟོན་དུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
 །འཇིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཅས་པའི་འོག་རོལ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་  
 བཞིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར། བེའུ་ཡང་སྟོན་ཆད་གོམས་བྱས་པས། །བྱུང་མ་  
 ཐག་ཏུ་ཟས་ཆོལ་བྱེད། །ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཕྱིར། །དཔེར་ན་དབང་  
 པོ་སྟོན་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཕྱིར་ཡང་མངལ་ན་གནས་པའི་སྟོན་  
 རོལ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་སྟོན་  
 དུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེ་སྟོན་གྱི་  
 སྟོན་པ་གཞན་དག་ཏུ་ཁ་ཟས་ལ་སོགས་པ་གོམས་པར་མ་བྱས་ན། རི་ལྟར་  
 བེའུ་བྱུང་མ་ཐག་ཁོ་ནར་སྐྱས་ཀྱང་མ་བསྐྱལ་བར་སེམས་གསལ་བས་ཟས་



གྱི་དོན་དུ་སྐྱོད་པར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་ཟས་གྱི་དོན་དུ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 དཔེར་ན་དབང་པོ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་གཞིན་ཅུ་དང་བར་མ་དང་། སྐན་པོའི་  
 གནས་སྐབས་ན་གནས་པ་དག་བཞིན་དུ་བེའུ་དག་གིས་ཀྱང་སྒྲོན་གྱི་ཆེ་  
 རབས་གཞན་དག་ཏུ་གོམས་པར་བྱས་པར་མངོན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྐྱམ་དུ་  
 བསྐྱོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་དེ་མ་ངེས་པ་སྟེ། བསྐྱོད་པའི་  
 ཕྱིར་ངེས་ན་ཅི་རེ་ཞིག་ཁབ་ལོང་གིས་རྩོལ་སོགས་པ་བསྐྱོད་པ་བཞིན་དུ།  
 བེའུས་ཀྱང་སྒྲོན་གོམས་པར་མ་བྱས་པ་ཁོ་ནར་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ།  
 འོན་ཏེ་དབང་པོ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོན་གོམས་པར་བྱས་པས་  
 བསྐྱོད་པ་ཡིན་པ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་ན། དེའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ། ཁབ་ལོང་གིས་ནི་རྩོལ་བསྐྱོད་པས། །གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་ཉིད་མ་  
 ཡིན། །དེ་ནི་ཟས་ཟ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །མ་གྲུབ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཁབ་ལོང་གིས་རྩོལ་སོགས་པ་བསྐྱོད་པ་ཡོད་པ་བདེན་མོད་གྱི་དེ་ནི་  
 ཟས་གྱི་དོན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཟས་གྱི་དོན་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 གཏན་ཆིགས་བྱུང་པར་ཅན་བྱས་པའི་ཕྱིར། རི་སྐད་སྒྲས་པའི་སྒྲོན་མེད་དོ། །  
 འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ལྟ་བ་ཅན་  
 དག་གིས་དེ་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་སྒྲས་པ། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ནི་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་  
 ན་བཤད་པ། འདི་ལ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་དེ་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་འབྲུབ་པར་འབྲུར་རམ། འོན་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་འབྲུབ་



པར་འགྱུར་བར་རྟོག་གྲང་ན། དེ་ལ་གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་གྱིས་འགྱུར་བོ་ཞེ་ན་  
 བོ། ཡི་དྲགས་དང་ཤ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་མ་ངེས་སོ། །འགྱུར་པོ་དག་  
 མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིར་བཏང་བའི་གསོས་བྱེད་པ་དག་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྒྱེད་ཀྱིས་དེ་དག་མི་མཐོང་ན་བར་མ་དོའི་སྤྲིད་པ་ལྟའི་མིག་ཤིན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་དག་པའི་ཡུལ་དག་མཐོང་བ་ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། བྲང་སྒྲོང་ལྟའི་  
 མིག་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ལྷན་པ་དག་ནི་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་  
 པའི་མཐུ་བྱུང་པར་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་རྒྱང་པན་པའི་བསྟན་བཅོས་  
 གྱི་བྱེད་པོ་བཞིན་ནོ། །གཏན་ཆོགས་མ་གྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་  
 གིས་བྱས་པའི་སྟན་དབྱུང་ལས་བཤའ་པའི་བྱ་བ་དག་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དུག་དང་གནམ་ལྷགས་དང་རིག་སྒྲགས་དག་ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་  
 རྟེན་རྒྱང་པན་པའི་བསྟན་བཅོས་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ལྟའི་མིག་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་  
 མ་གྲུབ་བོ་ཞེ་ན། འོ་ན་དེ་ལྟ་ན་དེས་ཤེས་པ་གང་གིས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདི་དམིགས་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་  
 གྱིས་སོ་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་འགྱུར་བོ་ཞེ་ན། རྗེས་སུ་  
 དཔག་པས་ཀྱང་མི་འགྱུར་སྟེ། མེད་པ་པོ་མངོན་སུམ་ཅུམ་ཆད་མར་སྒྲུབ་  
 དག་ལ་ཁས་སྒྲངས་པས་གཞོད་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 སྒྱེད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་པར་ཤེས་པར་མི་བྱ་སྟེ། མངོན་སུམ་དང་

རྗེས་སུ་དཔག་པ་དག་གིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་  
 བུའི་ཡོད་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་བཅས་ནི་ཆད་  
 མ་ལས་ཁས་སྦྱང་བར་མི་བྱ་སྟེ། ལྟའི་མིག་དང་མི་ལྟན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 སྟོན་པའི་ཆོག་བཞིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཀྱང་བསྐྱོག་པར་བྱ་སྟེ།  
 མངལ་ན་གནས་པའི་སྟོན་རོལ་གྱི་སྟོ་ནི་རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་  
 རིགས་མཐུན་པ་སྟོན་ཏུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལང་  
 ཆོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་གཞན་གྱི་སྟོ་བཞིན་ནོ། །ཕྱོག་པ་ནི་བུམ་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྐད་ཅེས་དེ་ནི་བྱུང་བ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། བ་མ་དག་  
 གི་སྟོ་ཡང་སོ་སོར་རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་ཞིང་རིགས་མཐུན་པ་ཡང་ཡིན་ལ།  
 མེར་མེར་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་དེ་དག་གི་སྟོན་ཏུ་སོང་བ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་བྱུང་སྟེ། འདིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་ནི་མེར་མེར་པོ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྟོ་དག་རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་རིགས་མཐུན་པས་བསྐྱེད་  
 བར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས། རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་རིགས་མཐུན་པ་སྟོ་  
 མ་གཞན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་སྟོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱུང་བ་  
 ལ་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་དག་བཅོམ་པ་མ་ཡིན་པའི་འཆི་  
 བའི་སྟོ་ཡང་རྒྱུ་ཐ་དང་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་རིགས་མཐུན་པ་གཞན་གྱི་རྒྱ་  
 ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བག་ལ་ཉལ་གྱི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་དང་  
 ལྟན་པའི་ཕྱིར། དག་བཅོམ་པ་མ་ཡིན་པ་གཞོན་ནུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོ་  
 བཞིན་ནོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ནི་དག་བཅོམ་པའི་སྟོ་ཐ་མ་བཞིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ན་ཡང་ཡོད་དོ། །ཅི་སྟེ། འདི་སྣམ་དུ་མངལ་ན་  
 གནས་པའི་སྒྲོན་རོལ་གྱི་སྒྲོ་ནི་རྒྱད་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོ་རིགས་མ་ཐུན་  
 པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལས་རྒྱང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་དང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་  
 མེད་པའི་སྒྲོའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་ན་འདིར་  
 མངལ་ན་གནས་པའི་སྒྲོན་རོལ་གྱི་སྒྲོ་ལ་སྒྲོ་དང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
 དེ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་སྒྲོ་དང་པོར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་ཡིད་གྱི་  
 སྒྲོ་དང་པོར་འགྱུར་གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་སྒྲོ་  
 ནི་དང་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེའི་ཆེ་ན་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་  
 པོ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དམིགས་པ་ཡང་ཉེ་བར་མ་གྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཡིད་གྱི་སྒྲོ་ཡང་དང་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། །དུག་པོ་འདས་མ་ཐག་པ་ཡི། ། རྣམ་  
 །ཤེས་གང་ཡིན་དེ་ཡིད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། འཇིག་རྟེན་སྒྲ་མ་  
 །ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་མ་འདས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་མེད་ན་འདས་  
 མ་ཐག་པ་ཉིད་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྒྲ་  
 བ་དག་ལ་ནི་གཉི་ག་ཡང་རུང་སྟེ། འཇིག་རྟེན་སྒྲ་མ་པའི་མིག་ལ་སོགས་  
 པའི་དབང་པོ་དག་འགགས་པ་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 དང་། དམིགས་པ་ཉེ་བར་མ་གྱུར་གང་སྒྲ་མའི་དམིགས་ལ་སྟོས་པས་སྒྲོ་  
 ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 འདས་པ་ཉིད་ལས་ཡིད་གྱི་སྒྲོ་དེའི་དང་པོ་ཡང་འབྱུང་བར་རིགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་སྐད་སྒྲ་བར་བྱས་ཏེ། མེར་མེར་པོའི་གནས་སྐབས་གྱི་

སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་སྒྲོའི་བྱང་པར་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཉིད་ལོག་པའི་ལོག་ཏུ་སང་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །ཆོས་  
 མི་མ་ཐུན་པའི་དཔེ་ནི་དགོ་སྒྲོང་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་སྟུ་བུའོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་མེད་པ་པ་དག་མངལ་ན་གནས་པའི་སྒྲོན་རོལ་ལ་སྒྲོ་ཉིད་ཡོད་པར་  
 རྟོག་པ་ལ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་གྱུ་བ་པ་ཉིད་དོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། མངལ་ན་  
 གནས་པའི་སྒྲོན་རོལ་གྱི་སྒྲོ་ནི་འདས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་ལ་སྟོས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དབང་པོའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་གྱི་དབང་པོའི་སྒྲོ་བཞིན་  
 ནོ། །གང་དག་འདི་སྐད་ཅེས་མངལ་ན་གནས་པ་ལུས་དང་ཡན་ལག་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མངལ་ནས་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་ནི་དང་པོ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་  
 དེ་དག་ལ་ཡང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་རོལ་གྱི་སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདས་པ་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསམ་  
 གཏན་གྱི་དབང་པོའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བུའོ། །ཟག་པ་མེད་པའི་  
 སྒྲོའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་ལ་ཡང་པ་རོལ་པོས་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བའི་དོན་མེད་དེ།  
 དེ་ནི་ཐོས་པ་དང་། བསམས་པ་དང་། བསྐྱོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པའི་  
 བག་ཆགས་སྒྲོན་ཏུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་སྒྲོ་གཞན་གྱིས་  
 སྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ཡང་དང་པོ་ཡིན་པས་དང་པོའོ་ཞེས་བརྗོད་ན་མངལ་ན་གནས་  
 པའི་སྒྲོན་རོལ་གྱི་སྒྲོ་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ཁོ་བོ་ལ་ཡང་  
 འགལ་བ་མེད་དོ། །ཆེ་རབས་གཞན་གྱི་ལས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་ངེས་པར་གཟུང་དོ། །གལ་ཏེ་

ལས་མེད་པར་གྱུར་ན་པ་མ་མཚུངས་པའི་རྒྱུ་རིགས་མ་ཐུན་པས་བསྐྱེད་  
 པའི་བྱ་སྤྱོད་དག། །ཚུལ་བྲིམས་དང་བཟོད་པ་དང་བདེན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 དབྱེ་བས་ཐ་དད་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བའི་མི་རིགས་པས་དེའི་ཕྱིར། གང་དུ་དེ་  
 དག་གིས་བདེན་པ་དང་གཏང་བ་ལ་སོགས་པ་གོམས་པར་བྱས་པ་དེ་ཉིད་  
 འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་སྤྲུལ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་བ་དག་ནི་རྒྱུ་ཐུན་མོང་བ་ཉིད་ཉི་ཆེ་  
 དང་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་ལུས་དང་དབང་པོ་དང་སློལ་སོགས་པའི་  
 དབྱེ་བས་ཐ་དད་པ་དག་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་སྤྱུ་ལུ་དང་ནས་ལ་སོགས་  
 པའི་སྤྱུ་གྲུ་བཞིན་ནོ། །ཞར་ལ་བཤད་པས་ཆོག་སྟེ། དེ་ལྟར་དངོས་པོ་རྣམས་  
 རྒྱ་མེད་པ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། ། །

དབྱུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་དགུ་པ།

དབང་ཕྱུག་རྒྱུར་འདོད་པ་དག་ནི། སྐྱེ་བ་པོ་འདི་ཤེས་པ་ཡོད་མིན་  
 ཏེ། །བདག་གི་བདེ་སྤྱུག་དག་ལ་རང་དབང་མེད། །དབང་ཕྱུག་གིས་བཏང་  
 ཡང་ན་གཡང་སའམ། །མཐོ་རིས་དག་ཏུ་འགོ་བ་ཁོ་ནར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
 བའི་ལུང་གིས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཡིན་པར་ཁས་  
 ལེན་པས་དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། དབང་ཕྱུག་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོ་མིན། །  
 ལ་ལའི་དགའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་དབང་ཕྱུག་དགའ་བྱེད་པའི། །  
 བྱེད་པོ་དབང་ཕྱུག་མ་ཡིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། དབང་ཕྱུག་ནི་ཀུན་རྫོབ་

ཏུ་ཡང་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། ལ་ལ་དེ་ལ་  
 དད་པའི་དགའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་དབང་ཕྱུག་དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པ་  
 པོ་དབང་ཕྱུག་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན། དབང་ཕྱུག་ཀུན་གྱི་རྒྱ་མི་  
 འདོད། །མ་སྐྱེས་ཕྱིར་དང་རྒྱ་མེད་ཕྱིར། །དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ནི། །  
 ཀུན་གྱི་རྒྱར་ནི་མི་འདོད་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་  
 རིགས་ན་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ།  
 ཡང་ན། འགྲོ་བ་མ་ལུས་འདི་དག་གི་ །རྒྱ་ནི་དབང་ཕྱུག་རབ་ཏུ་མིན། །  
 སེམས་དང་ལྡན་ཕྱིར་དཔེར་ན་ནི། །སྒྲང་རྩི་འགྲོ་རྒྱ་རབ་མིན་བཞིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་རྒྱ་དབང་ཕྱུག་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པར་དགག་པའོ། །  
 གལ་ཏེ་འདི་སྒྲུལ་དུ་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོག་ས་  
 དེ་མ་གྲུབ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དབང་ཕྱུག་ནི་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ལ། སྒྲང་  
 རྩི་ལ་སོགས་པ་ནི་མང་པོ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་སྒྲང་རྩི་དག་ནི་སེམས་དང་  
 ལྡན་དུ་ཐིན་ཀྱང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་གྱི། དབང་ཕྱུག་དེ་ནི་  
 རྒྱ་ལ་པོ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་གནས་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་  
 པར་སེམས་ན་བཞད་པ། དབང་ཕྱུག་གཅིག་ཕུ་འགའ་ཡང་མེད། །དངོས་  
 རྣམས་ཆོག་ས་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །བྱེད་པོ་གཅིག་ཕུ་འགའ་ཡང་མེད། །  
 དེ་ཕྱིར་མ་ངེས་ཉིད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་དང་  
 རྒྱུན་ཆོག་ས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་ཕུ་ཞེས་བྱ་བ་མི་



འཐད་དེ། གལ་ཏེ་གཅིག་ཕུ་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཀྱི་མ་ཐུ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་  
 རྒྱ་དང་རྒྱུན་མང་པོར་བརྟགས་པ་དག་གིས་ཅི་བྱ། འཇིག་རྟེན་ན་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་ཕུ་ནི་འགའ་ཡང་མི་སྤང་བས་ཁོ་བོའི་གཏན་  
 ཆེགས་མ་དེས་པ་ཉིད་དུ་གལ་འགྱུར། ཅི་སྟེ་འདི་སྟུང་དུ་མིག་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ནི་དབང་ཕྱག་དང་ལྷན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། མང་བའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་འཇིག་  
 རྟེན་ན་བྱན་གཡོག་མང་པོ་ལ། བདག་པོ་གཅིག་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་སེམས་ན་བཤད་པ། གལ་ཏེ་མིག་སོགས་དབང་ཕྱག་བཅས། །མང་  
 ཕྱིར་བྱན་བཞིན་འདོད་ཅི་ན། །མ་སྐྱེས་དབང་ཕྱག་གཅིག་མི་འགྱུབ། །དབང་  
 ཕྱག་དེ་ལས་བསྐྱོག་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་  
 པ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་པ་ནི་དབང་ཕྱག་གཅིག་ཕུ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་འགྱུར་གང་  
 ན། དབང་ཕྱག་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཕུ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་པས་དབང་ཕྱག་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་དབང་ཕྱག་མ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་དུ་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་བྱེད་པོར་བཅས་འདོད་དེ། །  
 བཀོད་ཕྱིར་བུམ་སོགས་བཞིན་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་བྱེད་པར་མ་བསྟན་པའི། །  
 བྱེད་པོ་ཡིན་ན་གྲུབ་པ་སྤྱབ། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་སྟེ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་བཀོད་པ་ཡིན་གྱི། བདག་ནི་སྤྱས་  
 གང་ཉེ་བར་བཀོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་བྱེད་  
 པ་པོ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་བཀོད་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ་བཤད་པ། གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་

པ་པོ་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དམ་པ་མ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་རུང་བ་བྱུང་བར་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་  
 ལྟན་པས་བྱེད་པ་པོ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་འདོད་ན་ནི་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་རྟག་གཅིག་སྟེ་  
 སོགས་ཀྱི། །བྱུང་བར་གྱིས་ན་བྱོང་དཔེ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་དབང་ཕྱུག་ནི་  
 མིག་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པའི་ཕྱིར་དང་། གཅིག་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ཅི་དང་འབྲེལ་བ་བྱ་བའི་དཔེ་བྱོང་ལ་མེད་པས་  
 མིག་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱུང་བར་དུ་སྟོན་ན་  
 དཔེ་མེད་པས་མ་གྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་རྗེ་མཁན་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ཅོ་ཞེ་ན་བཤད་  
 བ། བྱོང་གི་དེ་ནི་མི་རྟག་དང་། །གཟུགས་ཅན་སྐྱེས་ཉིད་སྐྱོན་དུ་འགྱུར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཅེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་སྟག་མའོ། །གལ་ཏེ་སེམས་  
 ཅན་སྟོང་བགང་བའི། །འཇིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་སྐྱུ་ཡི་ལས། །དབང་ཕྱུག་ཡིན་  
 ན་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འང་། །གྲུབ་པ་ཉིད་ལ་རབ་ཏུ་སྐྱབ། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་  
 ཡང་སེམས་ཅན་དུ་བགང་བ་སྟེ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་  
 འཇིག་པ་དང་། སྟོང་དུ་བགང་བ་དེ་དག་གི་གནས་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་སྣ་  
 ཆོགས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡི་ལས་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་། མི་གཡོ་བ་དག་དབང་  
 ཕྱུག་ཡིན་པར་སྐྱབ་ན་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་དུ་ཡང་གྲུབ་པ་ཉིད་ལ་  
 རབ་ཏུ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་

བྱེད་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་འདུ་བྱེད་དེ་དག་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། བསོད་  
 རྣམས་དང་བསོད་རྣམས་མ་ཡིན་པ་དང་མི་གཡོ་བའོ། །ཁམས་གསུམ་པ་  
 འདི་དག་ནི་དེ་ལས་སྤྱད་བས་དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཡང་མ་རིག་པ་ཉིད་འདུ་བྱེད་  
 གྱི་ལས་བྱེད་པའི་དབང་ལྷན་དང་། འདུ་བྱེད་ཉིད་འཇིག་རྟེན་འབྱུང་བའི་  
 དབང་ལྷན་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཁོང་འདོད་པའི་དབང་  
 ལྷན་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་རིགས་པའི་སྒྲིན་དུ་འབྱུང་རོ། །དེས་  
 ནི་དུས་དང་སྐྱེས་བུ་དང་། །གཙུ་བོ་རྩལ་ལྷན་ཁྲབ་འཇུག་དག །འགྲོ་བ་འདི་  
 ཡི་རྒྱ་མིན་པར། །དགག་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་དུས་  
 རྒྱུར་འདོད་པ་ཁ་ཅིག་ནི་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྒྱུ་ས་དང་  
 ཆུ་དང་མེ་དང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་དུ་བྱེད་ཀྱང་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་  
 ལན་འགའ་འབྱུང་བར་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུས་འདི་འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པ་སྐྱེ་བའི་  
 རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཞུགས་སོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བུ་རྒྱུར་འདོད་པ་  
 དག་ཀྱང་སྐྱེས་བུ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་མ་ལུས་པ་དག་གི་ཁོངས་ན་རྒྱ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། བ་ནི་བ་སྤྱ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན། །ཆུ་ཤེལ་ཆུ་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་དང་། །  
 ལྷག་ཤ་ཡལ་ག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན། །དེ་ནི་ལུས་ཅན་ཀྱན་གྱི་རྒྱ། །ཞེས་བྱ་  
 བར་མངོན་པར་ཞེན་ནོ། །གཙུ་བོ་རྒྱུར་སྤྱ་བ་དག་ཀྱང་ཆངས་པ་ལ་སོགས་  
 པ་སྤྱ་གྲུའི་མཐར་སྤྱག་པ་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་གཉི་སྤྱག་གི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་གཙུ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་  
 ཡིན་པར་སེམས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྩལ་ལྷན་རྒྱུར་འདོད་པ་དག་ཀྱང་ས་ལ་

སོགས་པ་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱིས་བརྩམས་པ་དག་ནི་རྩལ་སྤྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རྩལ་སྤྲ་རབ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་མངོན་པར་བསྐྱབས་པའི་  
 འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་རྒྱ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་རྟོག་པ་དག་ཡིན་  
 པར་དམ་འཆའོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་བྱ་བ་འཇུག་ཅེས་བྱ་བ་རི་དང་ཞིང་དང་།  
 རྩ་དང་ས་དང་མེ་དང་རྩྱུང་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་  
 གཏོགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། འཇིག་པ་མེད་པ་ནི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་རྒྱ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབང་སྒྲུག་བཞིན་དུ་དབྱེད་  
 ཅིང་དགག་པར་ཡང་བྱ་སྟེ། དུས་ནི་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོ་མིན། །ལ་ལ་དགའ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་དུས་ལ་དགའ་བྱེད་པའི། །བྱེད་པོ་དུས་ནི་མ་  
 ཡིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་ཁོང་དུ་  
 རྩྱད་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དོན་དམ་པར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ལུང་ལས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྲུང་བ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པའོ་  
 ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ནི། །  
 གཞོད་ནས་ཞི་དང་མ་སྐྱེས་དང་། །རང་བཞིན་ལྷ་དཔེ་འདས་པ་ཡི། ། ཆོས་  
 རྣམས་མགོན་པོ་བྱེད་ཀྱིས་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཇི་  
 ལྟར་གྱིས་པས་རྣམ་བཟགས་ལྟར། །རྩྱ་དང་རྩྱུན་རྣམས་ཁོ་ན་ལས། །འཇིག་  
 རྟེན་ཡོད་པ་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །མེད་དང་ཡོད་མེད་གང་ཡང་མེད། །ཅེས་གསུངས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །མདོ་སྤེལ་པ་དག་རྩྱད་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 ཆད་མ་ཉི་བར་སྐྱོར་བར་བྱེད་པ་དག་ལ་བཤད་པ། །གལ་ཏེ་ལྟ་བའི་ལུན་

སེལ་བ། །གང་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྱུང་དེའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་སྐྱེ་མཆེད་སྐྱེ་  
 འདོད་ན། །ལན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལྟ་བ་དང་། མཛོན་  
 པར་ཞེན་པ་དང་། འཇིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་ནི་རྣམ་གྲངས་ཏེ་བྱུག་ཅུ་ཙུ་  
 གཉིས་པོ་དག་གི་བྱེ་བྲག་དག་གོ ། ལྟ་བ་དག་ནི་ཐུན་པ་ཡིན་པས་ལྟ་བའི་  
 ཐུན་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྟ་བའི་ཐུན་པ་དེ་  
 སེལ་བ་ནི་འདོར་བའོ། །ལྟ་བའི་ཐུན་པ་སེལ་བ་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་དེ་ནི།  
 གང་གི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་ཡོད་པས། སངས་རྒྱས་འབྱུང་  
 བ་ནི་ལྟ་བའི་ཐུན་པ་སེལ་བ་དེའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ད་ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་  
 ཕྱིར། འབྲས་བུ་ལྟ་བའི་ཐུན་པ་སེལ་བ་ཡོད་པའི་སློན་སྟེ། དེའི་རྒྱ་སངས་  
 རྒྱས་འབྱུང་བ་ཡང་ཡོད་པས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་ཡུལ་  
 རེས་པར་འཇིན་པ་ཉེ་བར་དམིགས་པའི་སློན་སྟེ། དེའི་རྒྱ་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་  
 སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་ཡུལ་རེར་པར་འཇིན་པ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་རྣམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དག་ལ་ནི་འབྲས་བུ་ཡང་མེད་ཀྱི། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་ལ་ནི་འབྲས་  
 བུ་ལྟ་བའི་ཐུན་པ་སེལ་བ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་  
 ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་ཡུལ་ཉེ་བར་དམིགས་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར། སྐྱེ་  
 མཆེད་རྣམས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་འདོད་དོ་ཞེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་དེ་ལ་སློབ་  
 དཔོན་གྱིས་བཤད་པ། བཛོལ་པོས་སྐྱས་པ་དེ་ནི་ལན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །རྩི་ལྟ་ཞེ་ན། དུས་མེད་སྐྱེ་བ་ཡོད་མིན་ན། །གང་ལ་ལྟ་



བ་གང་ཞིག་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བུ་གཙུག་ཅུ་ཅག་གིས་པོ་རྣམས་ལས་  
 བུ་བྱ་བ་ནི་སྒྲིང་གི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། བཞི་བུ་ཅུ་བཞི་ནི་སྒྲིང་མཐའ་  
 ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། ལྟ་བུ་གཙུག་ནི་ད་ལྟར་བ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ན། དེ་  
 ཡང་དུས་གསུམ་པོ་དག་གི་སྐྱེ་བ་བཀག་པས་དུས་མེད་ཅིང་དུས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། ལུ་སྒྲིགས་ཅན་མ་སྐྱེས་པ་གང་ལ་འཇིག་རྟེན་རྟག་པ་  
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་བུ་མ་སྐྱེས་པ་གང་ཞིག་བསལ་བས་སངས་རྒྱས་  
 འབྱུང་བ་མེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་པར་འདོད། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
 ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པས་དེ་སེལ་བ་ཡང་མེད་ན། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ནི་  
 བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ནི་མེད་པ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། བཤད་པ། དེ་ཡོད་མ་ཡིན་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར། །སངས་  
 རྒྱས་འབྱུང་བ་བྱེད་པོ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་  
 གྱུར་པ་དེ་དག་བཏགས་པ་ཙམ་ཉིད་དུ་རང་གིས་ཐུགས་སུ་ཆུད་ནས་གཞན་  
 དག་ལ་ཡང་གོ་བར་མཛད་པས་དེའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་བྱེད་པ་པོ་  
 ཉིད་དུ་སྒྲིང་ཏེ། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ཡང་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཆོགས་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་དུ་མ་ཆོགས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཀུན་  
 རྫོབ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཡང་མེད་ལ། དེའི་  
 འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དོན་འགལ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་



ལྷན་པ་བསལ་བ་མཛད་དུ་བེད་ཀྱང་། སྒྲེ་བ་གཞན་དག་དོན་དམ་པར་རྟག་  
 པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་ཉིད་ལས་གྲོལ་བ་མེད་དོ། །གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གཅིག་  
 དང་ཐ་དད་པ་དང་གཉི་ག་ཉིད་ཀྱིས་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྷ་ཞེ་  
 བ། གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཅིག་ །དེས་ན་རི་ལྷར་རྟག་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
 ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཞན། །རི་ལྷར་ཆད་པར་མི་རིགས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ལྷ་ལས་ལྷ་མ་ཡིན་སྤྱིར་གྱི་ཕྱང་པོ་དག་ཡོངས་སུ་བཏང་སྟེ། ལྷའི་འགྲོ་བར་སྤྱི་  
 བའི་ཆེ་ན་ཅི་དེ་སྤོན་གྱི་ཕྱང་པོ་རྣམས་དང་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་  
 ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱང་ན། གལ་ཏེ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེས་ན་རི་ལྷར་  
 རྟག་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཕྱང་པོ་སྤྱི་མ་དང་སྤྱི་མ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པས་  
 བྱུང་པར་ཡོད་པར་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་ཐ་དད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་རི་ལྷར་ཆད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཕྱང་པོ་སྤྱི་མ་མར་མེ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་དུ་འགགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྤྱི་མ་དུ་རེ་ཞིག་ལྷ་  
 མ་ཡིན་དང་ལྷ་ཐ་དད་པ་ཉིད་གྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ལྷ་མ་ཡིན་  
 གྱི་ཕྱང་པོ་འོ་རྒྱ་ལས་ལྷའི་ཕྱང་པོ་མངོན་པར་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཅིག་པ་  
 ཉིད་གྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་གྱང་བྱམ་པ་  
 བཞིན་དུ་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 བྱམ་པ་དང་འཛིམ་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་པ་  
 ཉིད་དུ་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་ན་བཤད་

པ། བརྗོད་མིན་བྱམ་པ་བཞིན་ན་ཡང་། །ཆད་པ་རི་ལྟར་སྤོང་བར་འགྱུར།  
 །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱམ་པ་དང་འཇིམ་པ་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ན་ཡང་གང་གི་ཆེ་  
 བྱམ་པ་རབ་ཏུ་ཞིག་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ན་ཆད་པ་རི་ལྟར་སྤོང་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་དེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་  
 སྟུམ་དུ་སྟུམ་མ་ཡིན་གྱི་སྤང་པོ་སྟུམ་མའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བའི་ཕྱིར་དང་། སྟུམ་སྟུའི་  
 སྤང་པོ་ཡོངས་སུ་འཇིན་པའི་ཕྱིར་གཉི་གའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་ན།  
 བཤད་པ། ཡིན་དང་མ་ཡིན་ཉིད་ཡིན་ཡང་། །སྤང་ན་འདས་ཆེ་གཅིག་འདའ་  
 མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱང་སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་  
 དུས་ན་སྤང་པོའི་རྒྱན་ཆད་པས་ཆད་པའི་མཐའ་གཅིག་ལས་འདའ་བ་མེད་དེ་  
 ཆད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་འགགས་པ་སྐྱེ་འགྱུར་ན།  
 དེས་ན་རི་ལྟར་རྟག་མ་ཡིན། །འགགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་གྱུར་ན། །རི་ལྟར་ཆད་  
 སྤྲོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྟུམ་མ་ཡིན་འགགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྟུའི་  
 སྤང་པོ་དག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ན་ཅི་སྟེ་སྐྱེ་འཕེལ་འོན་ཏེ་མི་སྐྱེ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ན་ནི་  
 དེས་ན་རི་ལྟར་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འགགས་པར་གྱུར་ཀྱང་ཡང་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཅི་སྟེ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི། རི་ལྟར་ཆད་པར་སྤྲོད་བའི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྟུམ་མ་ཡིན་གྱི་སྤང་པོ་འགགས་པ་གཏན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་སྟུམ་དུ་རྒྱན་ངེས་པར་གནས་པ་ལ་གང་གི་ཕྱིར་སྤང་པོ་སྟུམ་མ་འགགས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ལ་གང་གི་ཕྱིར་སྤང་པོ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ནི་

ཆད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་སེམས་ན། བཤད་པ། རྒྱུན་ནི་རྩ་ས་སུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། །རྟག་ཆད་དེ་དག་ག་ལ་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི། སྐད་ཅིག་མ་སྒྲུ་མ་དང་  
 ཕྱི་མ་འགགས་པ་དང་། སྐྱེ་བས་མཆོན་པའི་རྒྱུན་ནི་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གུན་རྩོལ་ཏུ་ཡང་རྟག་པ་མེད་པ་དང་། ཆད་པ་མེད་པར་ཐ་སྙད་  
 གདགས་སུ་རུང་ངོ་། །དོན་དམ་པར་ནི་འདུ་བྱེད་གྱི་ཆོགས་གང་འགགས་  
 པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་མཆམས་སྒྲོར་བ་མེད་ལ། འདུ་བྱེད་གྱི་ཆོགས་གང་སྐྱེ་བ་  
 དེ་ནི་འགགས་པ་དང་མཆམས་སྒྲོར་བ་མེད་པས། དེ་ལ་དེ་གཉིས་མ་  
 གཏོགས་པར་གང་ལ་རྟག་པ་དང་། ཆད་པ་གཉིས་མེད་པས་རྟག་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། ཆད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་རུང་བའི་དངོས་པོ་རྩ་ས་  
 སུ་གྱུར་པར་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་ཡོད། དེ་མེད་ཕྱིར་ན་མ་སྐྱེས་ལ། །རྟག་  
 མེད་ཆད་མེད་རིགས་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་ཡུན་རིང་  
 དུ་ངེས་པར་གནས་པའི་ཚུལ་ཅན་ཉིད་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྐྱེས་པ་ཉིད་  
 རབ་ཏུ་ཞིག་པ་ནི་ཆད་པ་ཡིན་ལ། གང་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ནི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་  
 མི་འགྱུར་ལ། ཆད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་བས། དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་འདོད་  
 པ་ལྟར་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ལ་ནི་རྟག་པ་མེད་པ་དང་  
 ཆད་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རིགས་གྱི་བྱེད་འདོད་པའི་རྒྱུན་ལ་ནི་མི་རིགས་སོ། །  
 ཡང་རང་གི་སྒྲེ་བ་དག་རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་ཕྱིར་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་ལ་བཀླལ་  
 ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བསྐྱེད་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ནི་ཆོས་སྟོན་པས། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་འབྲས་ཡོད་ཕྱིར། །སྐྱེ་བ་ཡོད་

པར་འདོད་ཅེ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་པོ་དག་གི་བསམ་པ་ལ་བརྟགས་  
 རས་སྤྱོད་གས་སྤྱ་མ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕུང་  
 པོ་སྤྱི་ནི་སྤྱེ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། བཙམ་ལྟན་  
 འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདི་ནི་གང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་ལ་ནི་དེ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་  
 མ་མཛད་དེ། དཔེར་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ནོ། །གང་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་  
 ཡོད་པ་ལ་ནི་དེ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ལམ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཆོས་བསྟན་པར་ཡང་མཛད་དེ། དེ་ཡང་ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་།  
 བསྐྱོམ་པ་དང་། གོམས་པར་བྱས་པའི་དབྱ་བཙམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་  
 ཕུང་པོ་སྤྱེ་བ་མེད་པའི་འབྲས་བྱ་དང་ལྟན་པར་མཐོང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཆོས་  
 བསྟན་པ་དེའི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱེ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ་བཤད་པ། གལ་ཏེ་བྱིད་དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱེ་  
 བ་ཡོད་པར་འདོད་ན། གལ་ཏེ་དེ་ནི་སྤྱེ་འདོད་ན། དེ་ནི་སྤྱར་བ་ཞིན་སྤྱེ་མེད་  
 ཕྱིར། །སྤྱེ་བ་མེད་པ་དེའི་འབྲས་མིན། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་འབྲས་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཙམ་ཉིད་དུ་ཁོ་བོས་སྤྱར་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་བདག་དང་  
 གཞན་དང་གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྤྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་ཟིན་པས་སྤྱེ་བ་  
 མེད་པ་ནི་ཆོས་བསྟན་པ་དེའི་འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྤྱག་  
 བསྐྱལ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་སྤྱེ་བ་མེད་པར་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཆོས་བསྟན་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་

བས་སྐྱེ་བར་བཏགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་རི་ལྷོ་སྐྱེ་བ་མེད་  
 བར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེས་ནི་བདག་གིས་བྱས་མི་རིགས། །དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་དེ་མ་བྱས་ཕྱིར། །གཞན་གྱིས་བྱས་པར་མི་འདོད་དེ། །གཞན་  
 ཀྱིས་གཞན་གྱིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེ་ཞིག་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ནི་  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མི་བྱེད་དེ། རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ལམ་དེ་ཉིད་དུ་ལམ་དེ་ཉིད་མི་འགྲོ་བ་དང་། སོར་མོའི་  
 ཅེ་མོ་དེ་ཉིད་ལ་སོར་མོའི་ཅེ་མོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རེག་པར་མི་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཡང་དག་པར་ན་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་བྱེད་  
 དེ། གཞན་གྱིས་གཞན་གྱིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འབྲས་སྤྲུའི་  
 ས་བོན་གྱིས་ནས་གྱི་ལྷ་གྱ་མི་བྱེད་པ་དང་། ནས་གྱི་ས་བོན་གྱིས་ཀྱང་  
 འབྲས་སྤྲུའི་ལྷ་གྱ་མི་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། སྐྱག་བསྐྱེལ་རང་  
 རྒྱུད་སྐྱེ་མི་འདོད། །སེམས་ཅན་ལ་སོགས་མེད་ཕྱིར་དང་། །རྣམས་མེད་ཕྱིར་  
 དང་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། །སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ལ་རྒྱུད་ཀྱང་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི།  
 ཅི་སྟེ་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་སྤྲུལ་ཀྱང་མ་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་། རང་གི་  
 རྒྱུད་ལས་སྐྱེས་པས་སྐྱག་བསྐྱེལ་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྐྱེས་པར་སེམས་ན།  
 རྒྱུད་དེ་ལ་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པས་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་སྤྲུལ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་རྒྱུ་དང་འབྲས་  
 བུའི་དངོས་པོར་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ཅེས་བྱ་ན་རྒྱུ་དེ་ལ་ཡང་སྐྱད་ཅིག་  
 མ་སྤྲུལ་འགག་པ་ན་སྐྱད་ཅིག་མ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་མར་མེད་འོད་སྐྱེ་



བ་དང་འགག་པ་བཞིན་ནམ། ཟུ་ལས་རྒྱབས་འབྱུང་བ་དང་། འཇིག་པ་བཞིན་  
 བས་རྒྱས་སུ་ངེས་པར་གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དབྱེར་མེད་པའི་ཡང་  
 ཕྱིར་ཏེ། སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅན་ལ་འདྲིའི་རྒྱུད་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 འདྲི་ཡོད་དོ་ཞེས་ཐ་དད་པ་དབྱེར་མེད་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པར་ན་རྒྱུད་ལ་  
 ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་ཆོས་བསྟན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ནི་  
 འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཕྱིར་སྒྲོག་པར་བྱེད་ན།  
 མིག་ལ་སོགས་པ་འདྲུ་བྱེད་ནམས་ནི་སྐྱེ་བ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སེམས་  
 ཅན་གྱི་མིང་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་དག་ལ་  
 འདྲི་སྐྱད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་མིག་སོགས་འདྲུ་བྱེད་ནམས། །དེ་  
 ཉིད་དུ་ན་སྐྱེ་ཅན་དེ། །སེམས་ཅན་མིང་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་  
 བཞིན་དུ་སྐྱབ་བྱེད་ན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་སུ་མ་ཉེ་བར་གཞག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །དེའི་ལན་ནི་འདྲི་ཡིན་ཏེ། དེས་ལ་སངས་རྒྱས་སྐྱེ་ཆོས་མིན། །དེ་  
 ཕྱིར་དེ་ཡོད་མ་ཡིན་ལ། །དེ་བཞིན་དེ་སྐྱེ་ཡོད་མིན་ཏེ། །བདག་བཞིན་སྐྱེ་མ་  
 བཞིན་འབྱུང་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་མ་སྐྱེས་པས་ཁྱོད་གྱི་དཔེ་མེད་དོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་འདྲི་སྐྱད་ཅེས་སྐྱབ་བར་བྱས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་དོན་  
 དམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་དང་གཅིག་གམ་ཐ་དད་པར་དམིགས་སུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་བདག་དང་སེམས་ཅན་དང་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །



འོན་གང་ཟག་གཅིག་སྐྱེ་བ་ན་སྐྱེ་འོ་ཞེས་མ་གསུངས་སམ་ཞེ་ན། རྒྱ་དང་  
 རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 སྒྲུང་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱང་མཆན་གྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་མ་བཞིན་དུ་འབྱུང་  
 བ་ནི་ཡོད་པར་འདོད་དེ། ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་  
 རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་དང་། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བ་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་བ་དང་།  
 དག་བཅོམ་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ཞེས་གདགས་པར་བཟད་གྱི། རོན་དམ་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་ཉིད་ལྱང་དང་རིགས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ནི་ཡང་དག་ཉིད་  
 དུ་ན། །སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་རྟོགས་བྱའི་ཕྱིར། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་བཞིན་རྣམ་  
 །ཤེས་མིན། །རང་གཞན་སྒྲུང་ཕྱིར་མིག་འཕྲུལ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་  
 མཆན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོས་ལེགས་པར་བརྒྱན་པའི་གཟུགས་སངས་  
 རྒྱས་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་དང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་  
 སུ་སྒྲུང་བར་གྲགས་པ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་འདོད་གང་ན། གཉི་ག་ཡང་  
 ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཆན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་  
 རྣམས་ནི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། མིག་འཕྲུལ་གྱི་  
 །ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཆ་དག་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ། བྱང་པོ་གཟུགས་ཅན་སངས་རྒྱས་མིན། །བྱང་པོས་བསྐྱས་པ་  
 ཡིན་འདོད་ཕྱིར། །སྐྱེ་འཇིག་ཚས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་དང་། །ཤེས་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་  
 གཟུགས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཡང་

འཁྱུངས་པའི་ཆེན་སྒྲུབ་པ་ཡོད་ལ། ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་ཆེན་འཇིག་པ་  
 ཡང་ཡོད་ཅིང་། སྐད་ཅིག་མའི་རྒྱན་ལ་ཡང་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པའི་སྐད་  
 ཅིག་མ་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། མིག་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཤེས་  
 བྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣལ་འབྱོར་བ་དག་གིས་བསྐྱོམས་པས་མཐོང་  
 བའི་ཡང་ཕྱིར་དོ། །སྐྱེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཡིན་མི་རིགས། །དེ་ཞིག་འཇིག་པའི་  
 སྐྱོན་ཕྱིར་དང་། །གཞན་གྱི་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར། །བདག་བཞིན་དེ་ནི་  
 ག་ལ་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཕུང་པོ་དག་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། ཕུང་  
 པོ་ཞིག་པ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱང་འཇིག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མར་  
 མེ་ཞིག་པ་ན་འོད་ཀྱང་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཕུང་པོ་རྣམས་ལས་  
 གཞན་ལ་ཡང་། །སངས་རྒྱས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕུང་པོའི་མཆོན་ཉིད་  
 ལས་ལོགས་ཤིག་ན་དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་བདག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 ནོ། །བརྗོད་མིན་རྫས་མེད་མི་འདོད་དེ། །སྤྲུལ་བཞིན་དུ་བསལ་བའི་ཕྱིར། །  
 བུམ་པ་བཞིན་དུ་བརྗོད་མིན་ན། །དེ་ནི་རི་ལྟར་སངས་རྒྱས་འདོད། །ཅེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཕུང་པོ་རྣམས་ཉིད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ལ། ཕུང་པོ་རྣམས་ཉིད་  
 ལས་གཞན་པ་ཉིད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་  
 པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེན་ཡང་། །དེ་ནི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྫས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། །སྤྲུལ་བཞིན་དུ་  
 བསལ་བའི་ཕྱིར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱང་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་

མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཏོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ལུང་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་མེད་ཆོས། །ཆོས་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་བདེ་བར་གཤེགས་དང་འབྲ། །བྱིས་པའི་སློ་ཅན་མཆོན་མར་  
 འཛིན་པ་རྣམས། །འཛིག་རྟེན་དག་ན་ཆོས་རྣམས་མེད་ལ་སྒྲིད། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ཟག་མེད་དགོ་བ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་ཏེ་འདི་ལ་  
 བློ། །དེ་བཞིན་ཉིད་མེད་དེ་བཞིན་གཤེགས་མེད་ཀྱང་། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་ན་  
 གཟུགས་བརྟན་ཀུན་ཏུ་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་འཇམ་  
 དཔལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་འགག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་ཆོག་སྒྲ་དྲགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་བྱུང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་སྟུང་དུ་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་མཐོང་བས། །ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར། །མི་ལམ་གྱི་སྤང་པོ་ཆེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བས་ནི། །  
 ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་མཐོང་བར་མ་གསུངས་སོ། །འདི་སྐད་ཅེས་སུས་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་དེས་ཆོས་མཐོང་ངོ། །སུས་ཆོས་མཐོང་  
 བ་དེས་སངས་རྒྱས་མཐོང་ངོ་ཞེས་ནི་གསུངས་པས་དེའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་  
 སེམས་ན། འདིར་བཤད་པ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་མཐོང་བས། །ཆོས་  
 དང་སངས་རྒྱས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །སྐྱེ་མཆེད་སྐྱེ་ཡོད་མི་འདོད་དེ། །སྤྲ་མ་  
 བཞིན་དུ་བསལ་ཕྱིར་ངོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་དང་པོར་

བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་པས་  
 སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉི་ག་དང་། གཞན་ལ་སོགས་པར་བརྟག་མི་  
 བཟོད་པར་བསལ་བེན་པའི་བྱིར་རིམ་རྟེན་མཐོང་བས་ཆོས་དང་སངས་  
 རྒྱས་མཐོང་བ་ཡོད་པར་འགྱུར། རོན་དེ་ཉིད་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། བདག་  
 དང་གཞན་གཉིས་རྒྱ་མེད་མིན། ཡོད་མེད་རྟག་དང་མི་རྟག་མིན། གཞན་  
 དང་གཞན་མིན་སྐྱེ་མེད་པས། རྟག་དང་ཆད་པ་རྣམ་པར་སྤངས། སྐྱེ་བ་  
 ཡོད་མིན་མེད་པ་མིན། ཡོད་མེད་མ་ཡིན་དེ་གང་ན། དེ་མཐོང་སྟོན་པ་  
 མཐོང་འགྱུར་བ། ། རིམ་བྱུར་ན་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པར་  
 སྐྱེ་བ་གྲུབ་ན་ནི་དེ་མཐོང་བས་ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་མཐོང་བར་ཡང་འགྱུར་  
 གང་ན། རིམ་བྱུར་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་བསྟན་པར་དཀའ་ན་དེ་  
 ཉིད་དུ་དེ་མཐོང་བ་གལ་ཡོད་དེ་མཐོང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཆོས་དང་སངས་  
 རྒྱས་མཐོང་བར་ཡོད་རེ་སྟེ། དེ་བྱིར་རོ་བོ་ཉིད་སྤྲིའི་ཆོག། འདོད་པ་རྣམ་  
 པར་ཉམས་པ་ཡིན། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 དངོས་པོ་རྣམས་མཐོང་བ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་  
 སོ། །སྤྲིས་པ། ཅི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་དེ་  
 མ་མཐོང་བས་ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་ཡང་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་  
 བ། བཤད་པ། གང་ལ་སྐྱེ་བ་སྐྱུ་མ་ཡི། སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་རུང་། ཅི་ཞིག་  
 རུང་ཞེ་ན། སྤྲིས་པའི་ཉེས་པའི་དྲི་བསལ་བས། དམ་ཆོས་སྟོན་མ་རབ་  
 བསྟན་བྱིར། །མཛད་པས་པན་ཐོགས་ཚུལ་གྱིས་ནི། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་

སངས་རྒྱས་མཐོང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་སྟོབ་  
 བའི་སྟོན་རྣམས་ཉིད་ཅི་མ་སྟེ། དེ་བསལ་ཞིང་བྲལ་བར་བྱས་པས་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མ་གཏི་ཟུག་གི་  
 ཟུན་པ་འཛོམས་པ་ཇི་སྐད་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 མཛད་པས་པན་འདོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སངས་རྒྱས་མཐོང་  
 བར་བྱུང་ངོ་། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་འདུས་  
 པའི་བདག་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཤེས་པས་མཐོང་ན་དེ་དང་ཐ་  
 མི་དད་པའི་ཆོས་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་དང་། སྟོབས་དང་། མི་  
 འཇིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ལ་སོགས་པ་འདུས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འོ་ན་དེ་ཉིད་དོན་དམ་པར་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན།  
 བཤད་པ། དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཐོང་མིན་ཏེ། །སྟུ་འབྲེལ་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཕྱིར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པར་རྣམ་པར་  
 དབྱུང་ན་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོག་པས་པ་ཐ་དད་པ་དག་ལ་དངོས་པར་དམིགས་སུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། སྟུ་མ་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་བས་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བ་ཞེས་  
 ཐ་སྙད་གདགས་པ་དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་། རབ་ཏུ་རྟག་མིན་  
 རྣམ་ཤེས་མིན། །བརྟག་བྱ་མ་ཡིན་དཔེ་མེད་པ། །མཆོན་མ་མེད་ཅིང་སྤང་  
 བ་མེད། །རྣམ་རྟག་མེད་ཅིང་ཡི་གེ་མེད། །སྟོབ་པའི་སྟོ་ཡིས་རྟོགས་བྱ་བ། །  
 མཐོང་བ་མེད་པས་དེ་མཐོང་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བརྟག་མིན་ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་རྣམས་ཀྱི་དོན་ནི་སྤར་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཆིག་ལེ་འུར་  
 བྱས་པ་དག་གི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་དུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །ལྟ་བའི་  
 རྩོམ་ལིས་རྟོགས་བྱ་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་སྦྱོད་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རབ་ཏུ་སྦྱོད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་རྩོམ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་སོ་  
 སོར་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ཐུབ་པའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོར་ཡང་མི་འགྱུར་  
 བ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་མཐོང་བ་མེད་པ་དེ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་  
 བའོ་ཞེས་ཉི་བར་གདགས་ཏེ། རི་སྐད་དུ་མཐོང་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་མཐོང་བའོ་  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟེ་བ་དག་གི་པ་རི་སྐད་བསྟན་པ་དག་གི་མཐུག་  
 སྦྱད་པར་བྱེད་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དོན་དམ་ཉིད་དུ་ཞེ་ན། །བདག་ལས་  
 མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །ཡོད་མེད་མ་  
 ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། །སྟེད་མེད་དབང་ཕྱག་སྦྱེས་བྱ་དང་། །གཙོ་བོ་རྩལ་  
 ཐུན་ལ་སོགས་པའི། །རྒྱ་ལས་སྦྱེས་དང་གསལ་བྱ་ཡི། །དངོས་པོ་འགའ་  
 ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་ལེ་འུར་བྱས་པ་དེ་གཉིས་ནི་དངོས་  
 པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟེ་བའི་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པ་དང་། སྟེད་པ་དང་མངོན་  
 པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མེད་པས་བྱུང་བར་གྱུར་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཏོ། །  
 གཞན་ཡང་། དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་དང་ལས། །མཆན་གཞི་མཆན་ཉིད་བརྟེན་པ་  
 དང་། །གཅིག་ཉིད་གཞན་ཉིད་ཀྱན་ཉོན་མོངས། །རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱ་  
 བརྟེན་པ། །དཔེར་ན་མཁའ་ལ་ལྷག་འདེབས་དང་། །ཆོན་གྱི་རི་མོའི་ལས་



དང་ནི། །ས་བོན་དག་ནི་སྐྱེ་མེད་ལྟར། །རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད། །  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དེ་ལ་སྤྲོ་བ་ཉིད་དང་། །ག་ཤེར་བ་ཉིད་དང་།  
 ཆ་བ་ཉིད་དང་། །ཡང་ཞིང་ག་ཡོ་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་རྟོན་དང་།  
 བརྟོན་པ་དང་། །སྤྱད་པ་དང་། །སྤྲོན་པ་དང་། །འགྱུར་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འི་ལས་ལ་བརྟོན་པ་དང་། །བ་ལང་ལ་སོགས་པ་འི་སྒྲོག་ཤལ་དང་། །མཐུག་  
 མ་ལ་སོགས་པ་འི་མཆོན་ཉིད་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འི་མཆོན་ག་ཞི་དང་མཆོན་  
 ཉིད་ལ་བརྟོན་པ་དང་། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་དང་།  
 །ག་ཅིག་པ་ཉིད་དང་ག་ཞན་ཉིད་ལ་བརྟོན་པ་དང་། །བཅིངས་པ་དང་ཐར་བའི་  
 །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། །རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱ་བ་ལ་བརྟོན་པ་འི་རྟོག་པ་  
 །ཐམས་ཅད་དཔེར་ན་རྣམ་མཁའ་ལ་ལྷག་འདེབས་པ་དང་། །ཆོན་གྱི་རི་མོའི་  
 །ལས་སྤྱ་ཆོགས་དང་ས་བོན་དག་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལྟར་རྟོག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 །སྐྱེ་བ་མེད་དོ། །སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེ་ལ་རྟོག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མི་སྤྲོད་དེ་དེ་  
 །ལྟར་དེས་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་འི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ད་  
 །ནི་མཐོང་བ་མེད་པ་ནི་དེ་ཉིད་མཐོང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པར་  
 །བྱེད་དེ། །རབ་རིབ་བྲལ་བར་གྱུར་པ་འི་མིག་ །རྣམ་དག་དྲི་མ་མེད་པ་ལ། །སྐྱོ་  
 །དང་སྤྱང་བྱ་ཆེ་ག་ཉིས་དང་། །མ་བྱའི་མདོང་དག་མི་སྤྱང་ལྟར། །མཁས་པ་  
 །ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ཡི། །སྒྲིབ་ཐུན་རབ་རིབ་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །ཡང་དག་  
 །མཐེན་སྐྱོན་དྲི་མེད་ལའང་། །དེ་བཞིན་ཅི་ཡང་སྤྱང་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 །དཔེར་ན་རྒྱུང་དང་བད་ཀན་དང་མཁྲིས་པ་དང་། །འདུས་པ་ལ་སོགས་པ་འི་

སྒྲིན་མི་མཉམ་པ་ཤས་ཆེན་པོས་རབ་རིབ་སྒྱུག་པོར་གྱུར་པ་ལ་སྐྱེ་ཤད་དང་།  
 སྐྱང་མ་དང་། སྐྱང་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་དག་རྒྱུན་དུ་སྐྱང་  
 རོ། །དེ་སྐྱེན་པ་མཁས་པ་རབ་རིབ་སེལ་བའི་མིག་སྐྱེན་རེད་བྱ་ལེགས་པར་  
 སྐྱར་བ་ཡང་དག་པར་བསྟེན་པས་སྒྲིན་གྱི་མ་ཐུ་ཉམས་ཤིང་རབ་རིབ་དང་  
 བལ་ཏེ། མིག་རྣམ་པར་དག་ཅིང་དེ་མ་མེད་པ་ལ་སྐྱར་མཐོང་བའི་སྐྱེ་ཤད་ལ་  
 སོགས་པ་དག་མི་སྐྱང་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་པ་མཁས་པ་ལ་ཡང་སྒྲིན་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིན་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཤེས་  
 བྱའི་སྐྱབ་པས་སྒྲོ་གྲོས་གྱི་མིག་བསྐྱབས་པའི་ཆེ་ན་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པས་སྒྲོ་བཏགས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་།  
 མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་ཉིད་གྱི་གཞི་དང་། རྒྱ་དང་། འབྲས་བུ་དང་།  
 གཅིག་པ་ཉིད་དང་། ཐ་དད་པ་ཉིད་དང་། གཉི་ག་ཉིད་དང་། ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་དང་། རྟག་པ་དང་ཆད་པ་དང་། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་  
 པར་བྱང་བ་ལ་སོགས་པ་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་  
 པས་ཐ་དད་པར་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་དུ་མར་སྐྱང་རོ། །དེས་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དམིགས་སུ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་  
 མཐོང་བའི་མིག་སྐྱེན་ཡོངས་སུ་བསྟེན་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲིན་ཤས་ཆེན་པོའི་རབ་རིབ་ཀྱི་ཡིང་རྟོག་ཞི་བར་གྱུར་ཅིང་། རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྐྱེས་པའི་དུས་ན་ཅི་ཡང་མི་གཟིགས་ཏེ། སངས་

རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་མེད་ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལག་  
 མཐིལ་དུ་སྦྱར་བའི་འབྲས་བུ་བཞག་པ་བཞིན་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ།  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་མངའ་བ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་། དཔེར་ན་གཉིད་ལོག་གཉིད་དབང་གིས། །བྱ་དང་བྱད་མེད་གཞལ་  
 མེད་ཁང་། །གནས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་གྱུར་པ། །སད་ན་དེ་ལ་མི་མཐོང་  
 ལྟར། །དེ་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དག །སྒྲོ་བློས་མིག་ནི་བྱེ་གྱུར་ཅིང་། །མི་  
 ཤེས་གཉིད་དང་བྲལ་གྱུར་ནས། །སད་པའི་ཆེ་ན་མི་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་དཔེར་ན་གཉིད་ལོག་པའི་མི་ལམ་ན་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་གཉིད་ཀྱི་དབང་  
 གིས་བྱ་མཆོག་དུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་བྱུང་བཤེས་པས་མགོ་བརྒྱན་པ།  
 གཞོན་ཀྱང་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་སྦྱོར་བ་དག་དང་། །བྱད་མེད་སྦྱོར་མདོག་སྒྲོ་ཞིང་སྦྱུམ་  
 བག་ཅན་གྱིས་མགོ་བརྒྱན་པ། མིག་ཟུངས་ལའི་འདབ་མ་ལྟ་བུ་ཡིད་འཕྲོག་  
 པ་དང་ལྷན་པ། སོའི་འོད་ཟེར་གསལ་བས་བཞིན་མདངས་དྲི་མ་མེད་པ་  
 བཟང་པོས་གསལ་བར་སྤང་བ། རུ་མ་རྒྱུ་མ་བག་མཐོན་པོ་བྱང་གིས་བྱང་གི་  
 རུ་འཛིང་ལེགས་པར་བརྒྱན་པ། ལུས་དང་ཡན་ལག་འཇམ་ཞིང་མཛེས་ལ་  
 གཞོན་ཤིང་ཆགས་པ་དག་དང་། གཞལ་མེད་ཁང་བྱ་བྱ་ཉམས་དགའ་བ། ཡང་  
 ཐོག་མཛེས་པ། ཁང་བཞག་བྱེར་སྤྱུག་པ། གདུང་བུ་སྒྲོལ་མར་བཏང་བ།  
 ཀ་བའི་སྤྱོད་པས་བྱམས་ལ་སོགས་པ་མཛེས་པར་བྱས་པ་དང་། གནས་ཁང་  
 བཟངས་རྒྱུད་མོ་དང་ཕྱིར་སྤྱུག་པོར་འབྲེལ་བ། ཡང་ཐོག་དང་གྲོང་བྱེར་དུ་  
 ལྷང་བ་དག་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྦྱིད་མོས་ཆལ་འབྲས་བུ་དང་མི་

རྟོག་གི་ཤིང་ཕྱོན་པའི་ཚོགས་སྐྱེངས་པ་དག་དང་། རི་བོ་རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་  
 སྒྲ་ཚོགས་རྣམ་པར་རྒྱ་བ། བྱའི་ཚོགས་མཐའ་ཡས་པ་སྒྲ་སྐད་སྟན་པ་འབྲིན་  
 བ། རྟགས་ཚལ་གྱི་སྤེང་བ་མངེས་པ་སྤྱད་པོ་སྐྱེངས་པ། སྒོ་མཐོན་པོ་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་དབྱུང་གི་ཚོགས་ཤིང་རྟ་མང་པོ་དང་།  
 སྤང་པོ་ཆེ་དྲིགས་པ་དང་། རྟ་བཟང་པོ་དང་། དམག་མི་རུང་བ་བཟུངས་པ།  
 རྒྱལ་མཚན་ཅན་མང་པོ་དྲིགས་པ་དང་ལྡན་པ་དག་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ལ་  
 སོགས་པའི་དངོས་པོ་དག་མཐོང་བར་གྱུར་པ་ན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་  
 པའི་འདུ་ཤེས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་གཉིད་སངས་ལ་དེ་ལ་ཅི་ཡང་མི་  
 མཐོང་སྟེ། མི་ལམ་ན་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་སྒྲོན་མི་ཤེས་པའི་གཉིད་ཀྱིས་  
 སྒོ་གྲོས་རྣམ་པར་སྤོངས་པའི་ཆེ་ན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དངོས་པོ་ཁ་དོག་དང་།  
 དབྱིབས་དང་ཁ་གདོང་དང་། ཀླང་པ་དང་། ལག་པ་དང་། སྒྲིད་ཚུལ་དང་།  
 ཆ་ལུགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། ཁམས་དང་། འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་གནས་  
 རྣམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་པར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་དང་། དུལ་  
 དང་། ལྟ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་དག་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། བསྐྱམས་  
 པ་དང་། སྤངས་པ་དང་། རེག་པ་དང་། བསམས་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ཉི་  
 བར་བསྟེན་ཅིང་ཤེས་པར་བྱས་པ་དག་གང་གི་ཆེ་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མིག་གེ་བར་  
 གྱུར་ཅིང་མི་ཤེས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་གཉིད་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ནས་སངས་  
 དང་འདྲ་བར་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་མེད་པ་ཤར་བར་གྱུར་པ་

དེའི་ཆེ་ན་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་སྟེ། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ཡང་དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་མཆན་མོའི་སྒྲིན་སྒྱག་པོས་སྐར་མའི་ཆོག་ས་  
 གྱི་སྒྲིང་བའི་ཆ་ཡང་བསྐྱབས་པའི་ཐུན་ཁྲོད་ན་འཇིགས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་  
 ཞིང་མི་བདེན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲོས་བསྐྱབས་པའི་འབྱུང་པོ་ཡང་དག་  
 པ་མ་ཡིན་པ་རལ་པ་ཅན་མིག་དམར་སེར་བབྱང་པ་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པ། ལག་  
 སོར་གྱི་སེན་མོ་རིང་ཞིང་རྩ་བ་པའི་ལག་པ་བརྒྱུང་ཞིང་རྟེག་པར་གཞོ་པ་  
 འཇིགས་སུ་རུང་བ་དག་མཐོང་བ་ལས་དེས་ཉི་མའི་དྲིལ་འཁོར་ཤར་བ་ན་  
 ཐུན་པ་མ་ལུས་པར་བསལ་ཏེ། རྟོགས་དང་རྟོགས་མཆམས་གསལ་བར་  
 སྒྲིང་བའི་ཆེ་ན་འཇིགས་ཤིང་སྒྲིག་པ་དང་བྲལ་ཏེ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 འབྱུང་པོ་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་འདྲིར་ཡང་སེམས་ཅན་སྲིད་པའི་  
 མཆན་མོ་མ་རིག་པའི་ཐུན་པས་ཤེས་པའི་སྒྲིང་བ་བསྐྱབས་པའི་ཐུན་ཁྲོད་ན་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོ་གྲོས་དཀྱུགས་པ་དག་གིས་  
 རང་དང་བྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་པ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་གནས་པ་འཇིགས་སུ་རུང་བ་དག་མཐོང་ངོ། །དེ་ཉིད་  
 གྱིས་སྒྲོང་པ་ཉིད་དང་མཆན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པའི་ཤེས་པའི་  
 ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་ནས་མི་ཤེས་པའི་བག་ཆགས་དང་།  
 མཆམས་སྒྱོར་བའི་ཉོན་མོངས་པ་མཐའ་དག་བསལ་བའི་ཆེ་ན། སེམས་  
 དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོད་ཡུལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་དངོས་པོ་དང་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དུ་མི་མཐོང་ཞིང་མི་དམིགས་ཏེ། ལྷན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤར་བ་ན་

དབུགས་ཕྱིན་པ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དེ་ཉིད་ཆིག་ལེ་འུར་བྱས་  
པ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། དཔེ་ན་མཆན་མོ་ཐུན་ཁྱོད་ན། །འབྱུང་པོ་  
ཡང་དག་མིན་མཐོང་བ། །ཉི་མ་ཤར་ཞིང་མིག་བྱེད་ཆོ། །སྒྲིང་བར་འགྱུར་བ་  
མ་ཡིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་མཁས་པ་ཡང་དག་གི། །ཤེས་པའི་ཉི་མས་མི་ཤེས་  
པའི། །བག་ཆགས་མ་ལུས་བཅོམ་པའི་ཆོ། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཡུལ་  
མི་མཐོང་། །ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བཅུ་བ།

གལ་ཏེ་འདི་སྒྲུལ་དུ། རབ་རིབ་ཅན་མིག་དག་པ་དང་། །གཉིད་ལོག་  
པ་སད་པ་དང་། །ཐུན་ཁྱོད་ན་འདུག་པ་སྒྲིང་བ་དང་ཐུན་ནས་འཁྱུལ་པ་དང་  
བྲལ་བར་གྱུར་པ་དག་གིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོག་པའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་སྦྱེས་པའི་ཆེ་  
ན་ནི་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བས་དཔེ་དང་དོན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་དཔེས་དོན་མི་  
འགྱུབ་པར་སེམས་ན། དེ་ལ་བཤད་བ། འདི་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མཐོང་  
བ་མི་འགྱུབ་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་མཐོང་བའོ་ཞེས་ཉེ་བར་གདགས་  
སོ་ཞེས་བསྟན་ཅིན་མོད་གྱི། །ཡང་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་  
ཉིད་ཡོད་པར། །མི་མཐོང་དངོས་ཉིད་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །ཡང་ན་དངོས་ཉིད་སྦྱེ་  
མེད་ཕྱིར། །སྦྱུ་མའི་གྲང་ཆེན་རི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་



ནི་ཀུན་རྫོབ་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རི་ལྟར་ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པར་ཡང་མི་བྱེད། སྐར་པ་འདེབས་པར་ཡང་  
 མི་བྱེད་པར་འཇིག་རྟེན་དང་མཐུན་པའི་ཤེས་པས་ལྟ་བར་བྱེད་པས་དངོས་  
 པོ་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཡང་མཐོང་ངོ་།  
 །དོན་དམ་པར་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་མི་མཐོང་སྟེ། དངོས་  
 པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མའི་སྤང་པོ་ཆེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་ཏོ།  
 །དེ་ལ་རེ་ཞིག་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ནི་སྐད་ཅིག་ཙམ་ལས་  
 མི་སྒྲོད་དེ། །སྐད་ཅིག་དེ་ཡང་དང་པོ་དང་བར་དང་ཐ་མའི་དབྱེ་བས་ཆེས་ཕྱ་  
 བ་ཉིད་དུ་ཞུགས་པས་རང་གི་ངོ་བོ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་མི་འགྲུབ་པས་རེ་  
 ཞིག་དེ་ལྟར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ།  
 ལག་བཟངས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་རི་སྐད་དུ། འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་སྐད་  
 ཅིག་ལས་ལྷག་པར་མི་གནས་ཏེ། སྐད་ཅིག་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བའི་  
 དུས་ཀྱང་གཞན་གནས་པའི་དུས་ཀྱང་གཞན་འགག་པའི་དུས་ཀྱང་གཞན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཟུགས་ཅན་ཡང་ནང་དང་  
 ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ལུས་དང་སྦྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ས་དང་  
 རྩ་དང་མེ་དང་རླུང་དང་། གཟུགས་དང་བྱི་དང་རོ་དང་རེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 རྩ་བ་བརྒྱད་འདུས་པ་ཤ་སྟག་སྟེ། དེ་ལ་ལུས་དང་སྦྱ་གུ་དག་ནི་ས་མ་ཡིན་  
 ལ་ས་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན། དེ་གཉིས་ལ་ཡང་ས་མེད། ས་ལ་ཡང་དེ་  
 གཉིས་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདུན་པོ་གཞན་དག་ལ་ཡང་སྦྱར་རོ། །ས་

དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་དག་ཉིད་ཀྱང་རྫས་བརྒྱད་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དེ། དེ་  
ལ་གཟུགས་ནི་ས་ཉིད་མ་ཡིན་ལ་གཟུགས་ལས་ས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན།  
གཟུགས་ལ་ཡང་ས་མེད། ས་ལ་ཡང་གཟུགས་མེད་དེ། གཞི་དང་གཞག་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལྷག་མ་རེ་  
རེ་ལ་ཡང་རེ་རེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་གསུམ་ཡང་ས་  
མ་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་དང་། ལས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྱུང་བ་གསུམ་  
ལས་ས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་མ་གཏོགས་པར་ས་དམིགས་སུ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བ་གསུམ་མ་གཏོགས་པར་ས་འབྱུང་བར་  
གྱུར་ན་དེའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་གསུམ་ལ་ས་གནས་པའམ་ས་ལ་འབྱུང་བ་གནས་  
པར་འབྱུང་བ་ཞིག་ན། འབྱུང་བ་གསུམ་མ་གཏོགས་པར་སའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
མེད་དེ། མེ་ལས་ལོགས་ཞིག་ན་བྱད་ཤིང་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །མེ་ཡང་  
འབྱུང་བ་གསུམ་འདུས་པ་སྤྱིར་གནས་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པར་ཟད་ཀྱི་མེ་  
འབའ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རྩལ་ཐུན་ཅམ་ཡང་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བ་  
གསུམ་མ་གཏོགས་པར་མེ་འབའ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ན། བྱད་ཤིང་མེད་  
པར་ཡང་མེ་དམིགས་པར་འབྱུང་བའི་རིགས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་དང་རླང་  
གཉིས་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་འབའ་ཞིག་པ་མེད་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཀྱང་ནི་དང་  
རོ་དང་རེག་པ་མ་གཏོགས་པར་མེད་ལ་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་པན་ཚུན་  
གཅིག་ལ་གཅིག་མ་གཏོགས་པར་མེད་དོ། །དེ་དག་གཅིག་པ་ཉིད་དང་  
གཞན་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཉིད་ཀྱང་ནི་དང་རོ་དང་རེག་པ་ཉིད་མ་

ཡིན་ཏེ། མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། གཟུགས་ལ་ཡང་དེ་དག་མེད་དེ། དེ་དག་ལ་ཡང་  
 གཟུགས་མེད་དེ། ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་  
 ལས་ཀྱང་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་དུ་བཀར་  
 ཏེ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་དེ་དག་ཡོད་པ་དང་དེ་དག་ལ་དེ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་པར་དགག་པར་བྱའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་ཕན་  
 ཚུན་སྒྲོས་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྟེ། དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་དེ་ལ་དེ་དག་ཡོད་པ་  
 དང་། དེ་དག་ལ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་དགག་པར་བྱའོ། །འབའ་ཞིག་པའི་  
 དངོས་པོས་ཀྱང་གཟུགས་ལས་རྩལ་སྤྲ་རབ་བཀར་ཏེ། དེ་ཉིད་དང་གཞན་  
 ཉིད་དང་། དེ་ལ་དེ་དག་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 དགག་པར་བྱའོ། །རྩལ་སྤྲ་རབ་དག་ཀྱང་སྟོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཆ་དྲུག་ཏུ་  
 དབྱེ་བས་ཐ་དད་ལ། ཆ་ཡང་སྟོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བས་ཐ་  
 དད་པ་དག་ཀྱང་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་དེ་དག་ཡོད་པ་དང་དེ་  
 དག་ལ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་དགག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་དངོས་པོ་རྣམས་རོ་  
 བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་དངོས་ཉིད་སྟེ་  
 མེད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱིས་ནི་རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་ལོགས་ཤིག་  
 པར་སྦྱེད་པར་མི་བྱེད་དེ། རྒྱ་འབའ་ཞིག་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་འབྲས་བུ་སྦྱེ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུ་རྣམས་ཀྱང་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དག་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
 མེད་ན་འབྲས་བུ་བསྦྱེད་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་རྒྱུ་ཆོག་གས་པ་

དག་ཀྱང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲུ་གུའམ་མི་  
 ཞེས་བྱ་བ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་དུ་  
 སྒྲིང་བའི་བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་མཐོང་ཞིང་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མེད་དེ་སྐྱེ་མའི་  
 སྒྲིང་པོ་ཆེ་བཞིན་ནོ། །དཔེར་ན་སྐྱེ་མའི་སྒྲིང་པོ་ཆེ་ནི་སྐྱེ་མ་མཁན་གྱི་བསམ་  
 པ་དང་། རྒྱ་དང་། མེ་རྟོག་དང་། སྒྲིན་དང་། མ་བྱའི་མཐུག་སྐྱོད་དག་གིས་  
 མངོན་པར་བསྐྱབས་པ་རྒྱ་རྒྱེན་དང་། སྒྲིང་པོ་ཆེ་ལྟ་བུར་སྒྲིང་བ་ནི་ཡོད་ལ་  
 དེ་ལ་སྒྲིང་པོ་ཆེ་ཡང་དག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མེད་དོ། །སྒྲིང་པོ་ཆེ་ཡང་དག་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིང་ཡང་སྒྲིང་པོ་ཆེའི་གཟུགས་ནི་སྒྲིང་སྟེ། དེ་ལ་སྐྱེ་མ་  
 ཞེས་པ་དག་གིས་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་དང་ནང་གི་  
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཆོགས་པས་བསྐྱེད་པ་བཅོས་མའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དུ་ནི་དམིགས་སུ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་དུ་སྒྲིང་བ་མ་  
 གཏོགས་པའི་དངོས་པོ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཅམ་གྱི་ཆ་ཤས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་སྐད་དུ། རབ་འབྱོར་གང་ལ་གནས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལས་  
 སྒྲིང་ཆོགས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ནི་སྐྱེའི་རྩེ་མོའི་ཆ་ཤས་  
 ཅམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ། དངོས་པོ་འགའ་ཡང་མེད་མི་སྟེ། །ཡོད་པ་མི་སྟེ་ཡོད་མེད་  
 མིན། །རྒྱེན་རྣམས་ཉི་ཆེ་འབའ་ཞིག་དག་སྐྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པར་སྒྲིང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དོན་དེ་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཆོག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ་  
 གཞན་གྱིས་ཆད་མ་གཉིས་ཉི་བར་སྐྱོར་བར་བྱེད་དེ། དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་

ཉིད་ཡོད་པར། །མི་མཐོང་ཀུན་རྫོབ་སྐྱེ་ཡོད་ཕྱིར། །ཡང་ན་རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་  
 ཕྱིར། །སྐྱེ་མའི་སྤང་ཆེན་ངེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལྷན་པའི་བདག་ཉིད་ལས་  
 སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་མའི་སྤང་པོ་ཆེ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་སོ་སོར་ངེས་  
 པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཀྱས་པའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མའི་སྤང་པོ་ཆེ་  
 བཞིན་ནོ། །འདིར་སྤྲས་པ། ཁྱོད་སྐྱེ་བ་མེད་པ་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པ་  
 ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པས་མེད་པ་ཉིད་ཁས་སྤངས་ཤིང་ཆད་པར་སྤྲ་བ་ཡང་  
 བསྐྱབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེ་ན། བཤད་པ། གལ་ཏེ་ཁོ་བོས་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་  
 གྲིས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཉིད་བཀག་པས་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 བསྐྱབས་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་གང་གི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་  
 མཐའ་གཉིས་སྤང་པའི་ཚུལ་གྲིས་དབྱ་མའི་ལམ་སྟོན་པའི་ཤེས་པ་རྟོགས་  
 པར་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་འགོག་པར་བྱེད་དེ། དངོས་རྣམས་  
 མེད་ཅེས་བྱ་བའི་སྒྲོ། །དོན་བཞིན་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། །རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །མཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མི་སྒྲོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་ནི་ལོག་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་  
 ལུན་ཁྱོད་དམ་ཐག་རིང་པོ་ན་འདུག་པའི་ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལ་མིར་ཤེས་  
 པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་ཡང་དག་མ་ཡིན་སྒྲོས། །དམིགས་བྱའི་དངོས་  
 བདག་ལོག་པར་འདོད། །རྟོག་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། སྒྲིག་སྐྱེ་ལ་ནི་



མུ་སྒོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒོས་དམིགས་པར་བྱ་  
བའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལོག་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དོན་ངེ་ལྟ་བུ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྟོག་པ་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན་སྒྲིག་སྒྱུ་ལ་ཚུར་འདུ་ཤེས་པ་ཡོད་དུ་བེན་ཀྱང་མུ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་  
བཞིན་ནོ། །གང་དག་འདི་སྐད་ཅེས་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་  
ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུའི་སྐད་ཅིག་མ་འགག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཅིག་ཏུ་མེད་  
པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུའི་སྐད་ཅིག་མ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་སྒོ་  
ཡང་ཡོད་མེད་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བེར་བ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ།  
ཡོད་མེད་སྒོས་ནི་རྟོགས་བྱ་བ། །བཀག་ཕྱིར་དེ་བཞིན་མཁས་རྣམས་ཀྱི། །  
རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྒོ་གྲོས་ནི། །སྒྲེ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
དངོས་པོ་རྣམས་ཡོད་མེད་གཅིག་ཡིན་ནོ་སྙམ་པའི་སྒོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དེ་  
ཉིད་དུ་ན་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྟོག་པའི་སྒོ་ཉིད་ནས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན་མཐོ་ཡོར་ལ་འདི་མི་འམ་མཐོ་ཡོར་སྙམ་དུ་བེ་ཆོམ་བར་བེན་ཀྱང་མི་  
ཉིད་ཡིན་ནོ་སྙམ་པའི་སྒོ་ལོག་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་མེད་གྱི་སྒོས་  
དམིགས་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོའི་བདག་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་ན་  
ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྟོག་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིག་སྒྱུ་ལ་  
མུ་ཉིད་བཞིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་དང་པོ་རྒྱུའི་སྒོ་སྒྲེ་ཞིང་ཚུར་མི་དམིགས་པ་ན་  
དེའི་སྒོ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉི་  
གའི་བདག་ཉིད་གྱི་ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒོ་ཡང་སྒྲེ་བ་



མེད་ལ་སྒྲོ་དེའི་སྒྲུབ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་ཞེས་ཉེ་བར་གདགས་  
 ཏེ། དམིགས་སུ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲུབ་མེད་པ་ཉིད་ནི་དེའི་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་པ་རོལ་པོ་དག་  
 འདི་སྒྲུལ་དུ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་བྱེད་པས་  
 དཔེར་ན་ཐོ་བས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་འདིག་པར་བྱེད་པ་དང་། མི་ངས་  
 ཀྱིས་སྒྲུབ་པོ་ཟད་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་སྒྲོང་པ་ཉིད་དེ་རང་གི་སྒྲོང་པ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་པས་སྒྲོང་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་མ་བུལ་བའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་གྲོས་སྤིང་པར་འགྱུར་སྒྲུལ་དུ་སེམས་པ་བསལ་བའི་  
 ཕྱིར་བཤད་པ། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་པའི་ཕྱིར། །དེ་མི་སྒྲོང་པའི་སྒྲོ་  
 རས་གྲང་། །མི་རྟོག་སྒྲོ་གྲོས་མི་འདོད་མིན། །དེ་ནི་སྤར་བཞིན་བཀག་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་སྒྲོང་ངོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དོན་  
 དམ་པར་ན་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་བྱུབ་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མཐོ་  
 ཡོར་ལ་མིའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོས་དམིགས་པར་  
 བྱ་བའི་དངོས་པོའི་བདག་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པའི་  
 ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་སྤིག་རྒྱ་ལ་ཆུར་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་སྤུ་མ་བཞིན་དུ་དེ་ཡང་བཀག་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་གྲོས་  
 མི་སྤིང་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་སྤིང་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མདོ་སྤེ་  
 ལས་སྒྲོང་པ་ཉིད་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ། གང་ཕྱིར་སྒྲོང་ཉིད་སྒྲོང་སོགས་ཀྱི། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོང་དེ་

ཕྱིར། །མཁས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཡང་། །སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྟ་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་  
 ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་དམིགས་སུ་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་པས་  
 མཁས་པ་རྣམས་དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་དངོས་པོར་  
 གྱུར་བར་མི་སྟ་བས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པར་མི་བྱེད་དོ། །གང་  
 ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལ་དངོས་པོར་འཇིན་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་སྤང་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྤང་དུ། གང་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྟ་བ་དེ་ནི་གསོར་མི་རུང་  
 བར་ང་སྤོའ་ཞེས་གསུངས་པ་སྟ་བུའོ། །ཅི་སྟེ་འདི་སྟུམ་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤང་བ་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན། དེ་ལ་དམིགས་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 དེ་ཡང་དོན་རི་སྟ་བ་བཞིན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ་ཅི་ཞེས་བྱ་བར་  
 སེམས་པ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་པ། དངོས་པོའི་བདག་ཉིད་སྤང་མེད་ན། །མི་  
 རྟོག་སྟོ་ཡི་སྟོང་ཡུལ་ཡང་། །དོན་བཞིན་མ་ཡིན་དམིགས་བྱའི་ཕྱིར། །ཚུ་སྟོ་  
 ལ་ནི་སྟོ་སྟོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚུ་སྟོ་ལ་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོ་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དམིགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་མ་ཐུན་པས་ལོག་པ་  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤང་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྟོང་ཡུལ་ཡང་ལོག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། འདིར་ཁུངས་ནི་མདོ་སྡེ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མི་ལམ་སྟ་བུ་དང་སྟེ་  
 མ་སྟ་བུའོ་ཞེས་གསུངས་པ་སྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 དོན་ཡུལ་གྱི། །སྟོ་རྣམས་རྟོག་པ་མེད་པའང་བརྟུན། །བདག་མེད་ལ་སོགས་

ངོ་བོའི་ཕྱིར། །དཔེར་ན་རྣམ་རྟོག་བཅས་སྒོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་སྒོའི་དོན་གྱི་ཡུལ་སྤང་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ལ་ཡོད་པའི་སྒོ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་དེ་ཡང་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་བདེ་བ་ལ་  
 སོགས་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤངས་སུ་བེན་ཀྱང་། བདག་མེད་པ་དང་སྤྱད་  
 བསྐྱལ་བ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་  
 ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྒོ་གཞན་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྐད་  
 ཅེས་གཞན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟར་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་འཇིག་  
 པའི་ཕྱིར་ཅོ་འདྲི་བ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་ཏམ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་གྲུབ་པའི་  
 མཐའ་ལས་གྲགས་པའི་དེ་ཉིད་དང་། དེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟར་པའི་སྒོར་བ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཉིད་དུ་གཞག་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་བྱ་རྣམ་ཀུན་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །གང་ལ་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི། །སྒོ་ཡང་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་བ། །དེ་ཉིད་མཉམ་མེད་དེ་མཐེན་  
 གསུངས། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་ལྷ་པོ་  
 བསྟན་པ་དེ་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 ཡུལ་གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒོ་དམིགས་པ་མེད་པ་ཡང་སྒྲེ་བར་མི་  
 འགྱུར་བའི་དོན་དམ་པ་དེ་ཉིད་གཞན་གྱི་བྱིང་མི་འཇོག་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པ། ཞི་བ་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་སྒྲེ་བ་མེད་པ་འགག་པ་  
 མེད་པ་དངོས་པོ་མེད་པ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པ།  
 མཉམ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་དེ་མཐེན་པའི་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་གསུང་

རོ། །དེ་རྟོགས་ཕྱིར་ན་གང་ཞིག་ལ། །སློ་སླེ་མེད་པ་སངས་རྒྱས་དངོས།  
 །རྣམ་རྟོག་གཉིད་ནི་སངས་ཕྱིར་དང་། །རྟོག་པ་མེད་པས་རྒྱས་ཕྱིར་རོ།  
 །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་གང་ལ་སློ་སླེ་བ་  
 མེད་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་ཞེས་བྱ་སྟེ། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཉིད་  
 སངས་པའི་ཕྱིར་དང་། །ཤེས་བྱ་དམིགས་སུ་མེད་པས་རྟོག་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་སློ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། །རྟོག་པ་མེད་པ་ཉིད་རྟོགས་པའོ་ཞེས་ཉེ་བར་  
 གདགས་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་རྟོག་པ་དེ་ཉེ་བར་བཏགས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། །ཚུ་ལ་མེ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ལྟ་བུར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། །ཉེ་བར་  
 བཏགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ལ་བདག་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་རི་ལྟར་དེ་ཉིད་རྟོགས་  
 པས་མཛད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། །གཉིད་ལོག་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པ་དང་བྲལ་ན་གཉིད་སངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །དམིགས་སུ་མེད་  
 པ་ཡང་དག་པའི་དོན་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྟོགས་པས་སློ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 །ཡོངས་ཤེས་བྱ་སོགས་མཐར་ཐུག་དང་། །མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་  
 དང་། །སྤྱལ་པ་དག་གིས་སྐལ་ལྷན་གྱི། །སློ་ཡི་བརྒྱ་ཁ་འབྲེད་ཕྱིར། །སངས་  
 རྒྱས་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །དེ་ལ་གཙུག་ལག་གསུམ་གྱི་ཚུ་ལ་  
 གྱིས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་  
 ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་སྟེ། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 དང་། །མདོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་དང་། །བསྐྱོམ་པར་བྱ་བའི་རྣམ་པས་སྤྱག་བསྐྱལ་

བ་དང་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་འགོག་བ་དང་། ལམ་མཐར་ཐུག་བ་བརྟེན་པའི་སྒོ་  
 གང་གིས་འཕགས་པའི་བདེན་བ་བཞི་པོ་དག་ཡོངས་སུ་ཤེས་བ་དང་སྤངས་  
 བ་དང་མངོན་སུམ་དུ་མངོན་བ་དང་། བསྐྱོམ་བ་ཐུགས་སུ་ཆུད་བ་དེས་  
 འཕགས་པའི་བདེན་བ་བཞི་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཇི་  
 སྐད་དུ། ཡོངས་སུ་ཤེས་བྱ་ཡོངས་ཤེས་ཤིང་། །སྤང་བྱ་སྤོངས་ཤིང་མངོན་  
 སུམ་བྱས། །བསྐྱོམ་བྱ་དག་ནི་བསྐྱོམས་པས་ན། །དེ་ཕྱིར་བཟོད་ལྷན་ང་  
 སངས་རྒྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གྱིས་ནི་  
 མཉམ་པ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཇི་སྐད་  
 དུ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཆེན་མོ་ལས། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཤེས་པས་  
 ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་ཀྱང་མི་འདའོ། །ཀྱན་  
 འབྱུང་བ་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་ཀྱན་འབྱུང་བས་  
 ཀྱང་མི་འདའོ། །འགོག་པ་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་  
 འགོག་པས་ཀྱང་མི་འདའོ། །ལམ་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་མི་  
 འདའ་ཞིང་ལམ་གྱིས་ཀྱང་མི་འདའ་སྟེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པའི་བདེན་བ་  
 བཞི་པོ་འདི་དག་གི་མཉམ་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ངས་རྣམ་པར་བྱང་བ་  
 ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། མཉམ་པ་ཉིད་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད། ། ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་གསུངས་པ་དག་གིས་ངེས་པར་གཟུང་ངོ་། །ཡང་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་  
 ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟོག་གི་ཁམས་ཀྱི་སྟོང་ན་འོག་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་གཞུང་མེད་  
 ཁང་འཛིག་རྟོག་ལས་འདས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་མཆོག་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་

པ་སྒྲན་མེད་པ་ལས་ངེས་པར་བྱང་བའི་དགྲིལ་འཁོར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བའི་མཐུ་ཡོད་པ་  
 དགྲིགས་པ་དག་གིས་མཆོད་ཅིང་། བདེ་བར་གཤེགས་པ་སྤྱོད་པ་བཅུ་ན་  
 བཞུགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་དག་གི་ཕྱག་གིས་སྒྲན་མེད་པའི་དམ་པའི་ཆོས་  
 གྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་མངའ་གསོལ་བའི་ཅོད་པན་དབུ་ལ་གསོལ་བ། ལེགས་པར་  
 སྤྱོད་པ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསགས་པ་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་དག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཐུན་ནག་རབ་འབྱམ་མཐའ་ཡས་  
 པ་རབ་ཏུ་བཅོམ་སྟེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་དང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་མཐུ་  
 སྣ་ཆོགས་དང་ལྡན་པ་ལྟར། རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཁྱེན་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྤྱིབ་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་རང་གིས་དེ་ཉིད་གཉིས་སུ་མེད་པ་གཞན་གྱི་བྱིང་  
 མི་འཛོག་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཞི་བ་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ། དམིགས་སུ་  
 མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཐུགས་སུ་ཆུད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཉིད་ན་  
 བཞུགས་བཞིན་དུ་འཇམ་བུའི་སྒྲིང་གྲེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དག་ཏུ་དགའ་ལྡན་གྱི་ཕོ་  
 བྲང་ན་བཞུགས་པ་ཐོག་མར་མཇུག་དེ། འཕོ་བ་དང་། ལྷམས་སུ་འཇུག་པ་  
 དང་། ལྷམས་ན་བཞུགས་པ་དང་། བལྷམས་པ་དང་། གཞོན་ནུ་རོལ་པ་  
 དང་། བཅུན་མོའི་འཁོར་གྱི་ནང་ན་བཞུགས་པ་དང་། མངོན་པར་འབྱུང་བ་  
 དང་། དཀའ་བ་སྤྱོད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོར་གཤེགས་པ་དང་།  
 བདུད་འདུལ་བ་དང་། མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་



འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་འདས་པ་ཆེན་  
 པོ་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱལ་བ་དག་གིས་སེམས་ཅན་ཆེ་རབས་གཞན་  
 དག་ཏུ་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉི་བར་བསགས་  
 པས་ཉི་བར་བརྟེན་པ། རྒྱ་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་སྤྱལ་བ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་སྟོའི་  
 པར་ཁ་འབྱེད་པར་མཛད་པའི་བྱིར་ཡང་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་སྟེ། རི་སྐད་དུ།  
 རྫོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་འོག་མིན་གྱི། །པོ་བྱང་དབྱེས་པ་སྟེག་པ་ཀུན། །  
 རྣམ་སྤངས་དེར་ནི་འཆང་རྒྱ་ཞིང་། །སྤྱལ་བ་དག་གིས་འདིར་འཆང་རྒྱ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འབྱམ་པ་  
 ལས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཤེས་རབ་གྱི་སྟོབས་ནི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་  
 ལྟའི་འཛིག་ཏེན་དུ་སྦྱེས་ཤིང་གནས་པ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱའོ། །  
 ཤེས་རབ་གྱི་བྱུང་པར་ནི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སྦྱིང་པོར་འགྲོ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་དག་གཟུང་བར་བྱའོ། །སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་དོན་གྱི་བྱུང་པར་གང་གིས་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དེ་  
 དག་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། ཆོས་རྣམས་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པས། །བསྐྱེད་  
 དང་དགག་པ་མ་མཛད་པར། །མཉམ་པ་ཉིད་གྱིས་མཉམ་ཉིད་དང་། །བདག་  
 གཞན་བདག་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད། །དམིགས་མེད་ཉིད་དུ་རྫོགས་རྒྱས་ཤིང་། །  
 རྫོགས་སངས་རྒྱས་མེད་སངས་རྒྱས་པས། །ལྟ་མིར་བཅས་པའི་འཛིག་ཏེན་  
 བ། །དེ་ནི་རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཞེས་བརྗོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད་སྤྱ་བ་ཉིད་དང་། གཤེར་བ་ཉིད་དང་། ཆ་བ་ཉིད་དང་། ཡང་ཞིང་

གཡོ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་ཐ་དད་པ་དུ་མ་དག་མཚན་ཉིད་མེད་  
 པར་མཚན་ཉིད་གཅིག་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བྱུགས་སུ་ཆུད་ཅིང་བསྐྱེད་པ་  
 དང་། དགག་པ་མ་མཛད་པར་བདག་དང་། གཞན་དང་། གཉི་ག་དང་། རྒྱ་  
 མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་  
 དང་། འགག་པ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། བདག་  
 དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱང་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པར་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་མེད་པས་ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་པ་དབྱེར་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས།  
 དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཤིང་རྫོགས་པར་སངས་  
 རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་དུ་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པས། དེའི་ཕྱིར་ལྟ་དང་  
 མིར་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བརྗོད་དོ།  
 ཆོས་རྣམས་བསལ་དང་གཞག་མེད་ཕྱིར། ཆོས་ཉིད་རི་ལྟ་དེ་བཞིན་དུ། །  
 གང་ཕྱིར་དེ་ནི་གཤེགས་བྱུང་བ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་  
 མ་ཡིན་པས་བསལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐེར་བྱུག་ཏུ་གནས་པའི་བདག་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པས་གཞག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་  
 ཡང་རུང་མ་བྱུང་ཡང་རུང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ནི་གནས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པས་དེ་ལ་རུང་བྱུང་ཡང་མེད་པ་དང་གཞོག་པར་མི་མཛད་པར་ཆོས་  
 ཉིད་རི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་དུ་མཐུན་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་མཐུན་པ་ཞེས་བྱའོ།  
 །ཡང་ན་དེ་བཞིན་བཞུད་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་

ནི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལས་མ་གོལ་བར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་  
 པར་གཤེགས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བརྗོད་  
 རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གངས་གཞན་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟོགས་བྱ་གཏན་དང་མ་ལུས་དང་། །མཐར་ལྷུང་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དག །  
 རྟོག་མེད་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཡིས། །བདེ་གཤེགས་ཕྱིར་ནི་བདེ་བར་  
 གཤེགས། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། འདིར་གཏན་དུ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་འདིས་ནི་  
 ཡང་བཟུངས་མི་དགོས་པའི་དོན་བསྟན་ཏེ། རིམས་ནད་ལེགས་པར་བྱང་བ་  
 བཞིན་ནོ། །མ་ལུས་པར་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་འདིས་ནི་མཐར་དག་གི་དོན་བསྟན་  
 ཏེ། བུམ་པ་གང་བ་བཞིན་ནོ། །མཐར་ལྷུང་བ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་སྤྱ་འདིས་ནི་ལེགས་པའི་དོན་བསྟན་ཏེ་གཟུགས་བཟང་བ་བཞིན་ནོ། །  
 གཤེགས་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་ནི་རྟོགས་པ་དང་སོང་བའི་དོན་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་  
 འབྲེན་ཏེ། དེ་ལ་རྟོགས་པ་ནི་ཕྱང་པོ་དང་། ཁམས་དང་སྤྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་གཏན་དུ་དང་། མ་ལུས་པར་དང་། མཐར་ལྷུང་བ་རྣམ་པར་  
 སྤངས་པ་དག་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་གཤེགས་ཤིང་རྟོགས་  
 པའི་ཕྱིར་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །སོང་བ་ནི་ལམ་གཏན་དུ་  
 ལེགས་པར་བསྐྱོམས་པའི་ཕྱིར་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཆུང་དུའི་ཆུང་དུ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་དག་མ་ལུས་པར་ཡོངས་སུ་བདེ་བས་སྤིང་བར་  
 འགོ་བ་དག་ཏུ་མཐར་ལྷུང་བ་མེད་པར་ཡང་དག་པར་དྲངས་ལྷུང་བའི་ཕྱིར་  
 གཤེགས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱ་ན་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་གནས་སུ་

ག་ཤེགས་པའི་ཕྱིར་བདེ་བར་ག་ཤེགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཞལ་མེད་གཞལ་  
 ཡས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། །གངས་མེད་གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། །བསམ་  
 ཡས་སེམས་ཡུལ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །བསྟན་མིན་བསྟན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིར་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
 མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བའི་སངས་རྒྱས་སྤར་བསྟན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན་  
 རོ། །དེ་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །གཞལ་  
 ཡས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆོགས་ཏེ། དེ་ལ་རྟོགས་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་གཞལ་ཡས་པ་མངའ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ་ཞེས་འོག་ནས་འབྱུང་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཉིད་གངས་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་སྟར་དེ་ནི་  
 དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུང་དུ་མེད་དོ། །དམིགས་སུ་ཡོད་པའི་རྣམས་  
 ལ་ནི་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་གངས་སུ་བརྗོད་པས་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་  
 གྱི། །དེ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་སྒྲིང་ཡུལ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་བསམ་ཡས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དུག་  
 བོ་དག་གི་སེམས་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་  
 གྲང་མ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཆོས་གྲང་མ་ཡིན། ཆོས་མ་ཡིན་པས་མ་ཡིན་ལ། གཉི་  
 གར་ཡང་ཐ་སྙད་གདགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་རིགས་མ་ཐུན་པའི་དོན་

གཞན་མེད་པས་དཔེར་ན། འདི་ལྟ་བུ་ཞེས་དཔེ་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །བརྟག་མེད་དེ་ནི་འདིའོ་ཞེས། །རྣམ་ཀྱན་  
 བརྟག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ནི་བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་འདིའོ་ཞེས་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་བརྟག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ཁ་དོག་  
 དང་དབྱིབས་དག་ལ་ནི་དེ་ནི་འདིའོ་ཞེས་བརྟག་ཏུ་རུང་གི། །དེ་ནི་ཁ་དོག་དང་  
 དབྱིབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་དང་། དམར་  
 པོ་དང་དཀར་པོ་དང་རིང་པོ་དང་ཐུང་དུ་དང་། མཐོན་པོ་དང་། དམའ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྟག་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གསལ་མིན་གསལ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཞི་བ་གཞོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ནི་གསལ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གསལ་བྱེད་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་། འཇིག་པ་  
 དག་དང་། སྐྱེས་པ་དང་། བྱུང་མེད་དང་། མ་ནིང་ཞེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་  
 གཞན་གསལ་བར་བྱེད་པ་དག་སྟེ། དེ་ལ་དེ་དག་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་གསལ་  
 བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ཞི་བ་ཡིན་ཏེ། གཞོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འདི་ལྟར་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་། སྐྱས་པ་དང་། འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་  
 མ་ལུས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བརྟག་པར་བརྗོད་དེ་སྤང་མེད་པའི། །  
 བདག་ཉིད་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་ཀྱན་དུ། །རྣམ་རྟོག་མེད་པས་རྟག་ཕྱིར་དང་། །  
 རྟག་ཏུ་དོན་ནི་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ནི་རྟག་པར་བརྗོད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྤང་བ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་

བ་མེད་པས་རྟག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ཀྱི་མཐའ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་  
 ཀྱི་ཆ་ཤས་སུ་སྒྲུང་བ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་མཐའ་སྟོགས་ཆ་  
 ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་ནི་མཐར་སྒྲུང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་དང་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་དག་གི་གནས་པའི་མཐའ་ནི་སྐད་ཅིག་མར་འཇུག་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་སྟོན་དང་བར་དང་ཐ་མའི་དུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཤིན་ཏུ་ཆ་སྤྲ་བའི་ཕྱིར་  
 སྒྲུང་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ལ་དེའི་དངོས་པོ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཅི་ཞིག་རྟོག་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་སྐྱེ་བ་མེད་ན་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟོག་  
 པ་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །ཡང་ན་དེ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
 རབ་ཏུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཡང་རྟག་པར་བརྗོད་དེ། འདི་ལྟར་མདོ་སྡེ་དག་ལས།  
 རྣམ་མཁའི་མཐའ་ཅི་ཅམ་པ་སེམས་ཅན་གྱི་མཐའ་དང་། ལས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པའི་མཐའ་ཡང་དེ་ཅམ་པར་འཁོར་བའི་མཐའ་ཇི་སྟིད་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱན་  
 མི་འཆད་པར་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་མངོན་པར་སྐྱབ་པ་དག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་རྟག་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞི་བ་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་  
 ཕྱིར། །མཆོན་མ་མེད་པ་དངོས་མེད་ཕྱིར། །མཆོན་མ་ཉིད་དུ་མི་འགྲོ་དང་། །  
 མཆོན་མ་མེད་ཕྱིར་དེ་ཡང་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཆོན་ཉིད་ཇི་སྐད་བསྟན་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་ལྷག་མའོ། །དེ་ནི་ཞི་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་ཡོད་ན་འབྱུང་བ་  
 དང་འཇིག་པ་དང་། འགྲོ་བ་དང་འོང་བ་དང་། ཆིག་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པའི་



བྱ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུར་  
 དེས་པར་གཟུང་དུ་བྱང་གི། རོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ནི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དང་  
 བྲལ་བའི་ཕྱིར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་སྟོང་  
 པའི་ཕྱིར་ནི་བ་ཡིན་ནོ། རེ་ནི་མཆན་མ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་  
 རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། འདི་ལྟར་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཡོད་པ་  
 དང་། མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མར་རྟོག་པར་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཡང་ན་དེ་ནི་མཆན་མ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། མཆན་མ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྲོ་  
 བའི་ཕྱིར་དང་། མཆན་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གང་ལ་ཡང་མཆན་  
 མའི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཡང་མཆན་མར་རྟོག་པར་མི་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆན་མ་མེད་ཕྱིར་སྒྲུང་བ་མེད། །སྒྲུང་མེད་ཕྱིར་ཡང་  
 མཆན་མ་མེད། །མཆན་མ་མེད་ཅིང་སྒྲུང་མེད་པ། །ལྟ་འདོད་བདག་ཉིད་  
 གྲོལ་བས་མཐོང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་དེ་མཆན་མ་མེད་པ་དེ་ཁོ་  
 ནའི་ཕྱིར་སྒྲུང་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་དང་ཡོད་པ་དང་མེད་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མའི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་  
 གི་ཕྱིར་སྒྲུང་བ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཡང་མཆན་མ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་  
 དག་དེ་མཐོང་བར་འདོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་གྲོལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་དག་  
 གིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དེ་མཆན་མ་མེད་པ་དང་སྒྲུང་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་  
 གྱེ། རི་སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱེ་བ་གཅིག་གིས་ཐོགས་པས་ནི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་ལས་མི་མཐོང་སྟེ། མཆན་མ་ལས་མི་མཐོང་།

ཡོན་ཏན་ལས་མི་མཐོང་། ཆོས་ལས་མི་མཐོང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལས་མི་  
 མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །མི་གནས་མཆོན་མ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་མི་གནས་ཕྱིར། །སྟོས་མེད་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་ཕྱིར། །དམིགས་མེད་དེར་འཇིན་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་དེ་ནི་མི་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། མཆོན་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །འདི་  
 ལྟར་སངས་རྒྱས་ལ་ནི་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་སྟེང་བ་དང་མཆོན་མར་  
 འཇིན་པ་དང་། མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་མཆོན་མ་འགའ་ཡང་དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ནི་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ཏེ། མི་གནས་པའི་ཕྱིར་དོ། །མི་གནས་ན་ཅི་ཞིག་ལ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ནི་སྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་དོ། །འདི་ལྟར་  
 རྣམ་པར་རྟོག་ན་རི་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཆིག་འཇུག་པ་ནི་  
 སྟོས་པ་ཡིན་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ལ་ནི་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་  
 ནི་དམིགས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་དེར་འཇིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་དམིགས་པར་འཇིན་པར་མི་བྱེད་དོ། །  
 རི་སྐད་བསྟན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་ཀྱང་རི་སྐད་བསྟན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་ན། སྐྱེ་བ་མེད་པ་རྣམ་པ་མེད། །འགྱུར་བ་མེད་པ་འོད་གསལ་བ། །  
 མཉམ་པ་མི་མཉམ་ལུ་མེད་པ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་མཆོན་ཉིད་མེད། །ཅེས་བྱ་  
 བ་དག་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་

མ་གྲུབ་པས་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁ་  
 རོག་དང་དབྱེ་བས་གྱི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགྱུར་བ་མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོད་གསལ་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་ལྷན་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མཉམ་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་བ་ཉིད་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་  
 མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། །མི་མཉམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་  
 སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་སོགས་གཞན་དག་དང་མི་མཉམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ལྷ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པས་རྟོག་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོན་  
 ཉིད་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 དག་གིས་མཆོན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་སྟོགས་སུ་བྱས་  
 བས་སྒྲར་བསྟན་པའི་གཏན་ཆོག་སྒྲམས་དང་སྒྲར་ནས། མཁའ་བཞེན་དེ་  
 ལ་ལྷ་མེད་པར། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་བཟླ། །ཞེས་བྱ་བས་སྟོགས་  
 དང་སྟོགས་གྱི་ཆོས་སྒྲར་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེ་ནམ་  
 མཁའ་བཞེན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་སྒྲར་ཏེ། སངས་རྒྱས་དེ་ལྷ་བྱ་དེ་ལ་བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་སྐུ་དཔའ་ས་བཅུ་པའི་དབང་ལྷག་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་  
 ཆོག་སྐུ་དཔའ་ཏུ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་ཉེ་བར་བསགས་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་  
 པོ་དེ་དག་ལྷ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟླ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྟོན་ཏོ། །བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གང་དག་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི། ། གནས་པས་ལྷན་གྲུབ་ངི་མ་མེད། ། འདུད་པར་བྱེད་  
 དང་ཡིད་བྱེད་དང་། ། བརྗོད་ལ་སོགས་པ་བསལ་བ་དག ། མགོན་པོ་ལ་ནི་  
 ཕྱག་འཆའ་བ། ། དེ་དག་ལ་ཡང་གྲུས་ཕྱག་འཆའ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་  
 དག་ལ་ལྷན་གནས་པ་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། ཆངས་པའི་གནས་པ་ཆད་  
 མེད་པ་བཞི་སྒྲ་གོམས་པར་བྱས་ནས་འཕགས་པའི་གནས་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དང་། མཆན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་གནས་པས་ཚུལ་བ་མེད་པར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ངི་མ་  
 མེད་པའི་མིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ངེ་སྐད་བསྟན་པ་དག་ཡིན་ནོ། ། འདུད་པར་  
 བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་གྱི་ཐལ་མོ་སྒྲུབ་པ་སོགས་པའོ། ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་ཡིད་ཉིད་དོ། ། བརྗོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྟོད་  
 ར་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་བརྗོད་པའོ། ། ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་  
 ལས་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་དུ་བེན་གྱང་དོན་དམ་པར་  
 བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེས་གྱང་ལས་དེ་བྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལས་སྐྱེ་  
 རྟོག་པ་བསལ་བ་དག ། ངེ་སྐད་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་མགོན་པོ་ལ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་  
 བྱས་ཕྱག་འཆའ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཁོ་བོས་གྲུས་པར་ཕྱག་འཆའ་ལོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་སྐྱར་རོ། ། ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་གོམས་པར་བྱས་པ་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་རྟོགས་  
 པར་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་

གྲུས་པར་བྱག་འཆའ་བ་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མགོན་པོ་གཅིག་ཕུ་དེ་  
ལ་གྲུས་པར་བྱག་འཆའ་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

དབུ་མའི་སྤྱང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བརྩ་  
གཅིག་པ།

གལ་ཏེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་དེ་སངས་རྒྱས་དང་བདེ་བར་  
གཤེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཏུ་རུང་ཞེ་ན། བཤད་པ།  
སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་སྟོ་བཀྲགས་པས། །སྒྲིབ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་  
བསྟན། །དེ་ཉིད་ཏུ་ན་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །རྣམ་བཀྲག་མིན་ཕྱིར་བརྗོད་མི་འདོད། །  
ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་ངེ་སྐད་བསྟན་པ་དག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏུ་ཟེན་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་  
སངས་རྒྱས་དང་བཟོད་པར་བྱ་བར་ལེགས་པར་གཤེགས་པའི་ཕྱིར། བདེ་  
བར་གཤེགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་གཤེགས་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་ཉེ་བར་  
བསགས་པ་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་། མཆོད་པར་  
འོས་པའི་ཕྱིར་དབྱ་བཅོམ་པ་དང་། གཞན་གྱི་བྱིང་མི་འཇོག་པར་མཐུན་པའི་

ཕྱིར་རང་བྱུང་དང་། བདུད་བཞི་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་དང་།  
 སྐྱེ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཐུབ་པའི་ཕྱིར་ཐུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་པས་ཚུལ་བྱིམས་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་  
 དང་། ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གི་སྐྱབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པར་བསྟན་པར་  
 ཟད་ཀྱི། རོན་དམ་པར་དེ་ཉིད་ཏུ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རྣམ་པར་བཏྲག་པར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཏུ་འདོད་དོ། །རི་ལྟར་རྣམ་  
 པར་བཏྲགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་ནི་རྣམ་པའི་བྱུང་པར་དག་སྒྲོ་བཏགས་ནས་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་དག་ཏུ་སྐྱར་དུ་རུང་གི། །འདི་ནི་ཡུལ་ཉིད་ཏུ་རྣམ་པར་བཏྲག་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར། །འདི་ལ་ཆོག་དག་ལྡོག་འགྱུར་ཞིང་། །འདི་  
 ནི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོད་ཡུལ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་སོ་སོར་རྣམ་པར་  
 རིག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དུག་པོ་དག་གི་ཡུལ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་དེ་ཉིད་དང་ཡེ་ཤེས་གཉི་ག་ལ་  
 སྒྲེགས་ཏེ། དམིགས་པ་དང་དམིགས་པར་བྱེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་  
 དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལ་ཀུན་རྟོག་ལྡོག་འགྱུར་  
 ཞིང་། །ཤེས་པ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པས་བཏྲག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྟོག་གའི་ཡུལ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །གངས་མེད་བསོད་ནམས་ཆོགས་  
 ལྟན་ཞིང་། །ཤེས་བྱ་མཐའ་ཡས་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
 ཆོས་སྐྱེ་འདི། །སྒྲོས་པ་ཉིར་ཞི་ཞི་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེལ་བ་གངས་



མེད་པ་གསུམ་དུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཡང་དག་པར་བསགས་པ་དང་  
 ལྷན་ཞིང་ཤེས་བྱ་དུས་གསུམ་དང་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། འདུས་  
 མ་བྱས་པ་མཐའ་ཡས་པ་དག་ལེགས་པར་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐད་  
 ཅིག་མ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་སངས་རྒྱས་སུ་བསྟན་པ་དེ་  
 ཉིད་སྟོབས་དང་། མི་འཇིགས་པ་དང་། མ་འདྲེས་པ་ལ་སོགས་པ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་  
 ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ཚིག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་སྟོས་  
 པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ལ། རང་ཉིད་བསྐྱེད་ས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་དག་གི་འཇིགས་པ་སེལ་བའི་ཕྱིར་ཞི་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱའི་མདོ་ལས། ཡང་དག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ནི་མིག་གི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་  
 པར་འདས་པའོ། །དེ་ནི་སྐྱེ་མེད་པ་དང་། མ་བྱས་པ་དང་། མ་བྱུང་བ་དང་།  
 མ་འགགས་པ་དང་། འདུས་པ་ལས་མ་བྱུང་བ་དང་། མ་སྐྱེས་པ་དང་། མ་  
 བཞུགས་པ་དང་། མདོན་པར་མ་གྱུབ་པ་དང་། མཐའ་ཡས་པ་དང་། ལྷ་  
 མེད་པ་དང་། ཞི་བ་དང་། རབ་ཏུ་ཞི་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཇི་སྐད་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཉིད་རིགས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། འགྲེལ་མིག་  
 གིས་དེ་བལྟ་མིན། །ལྟ་ཡི་མིག་གིས་བལྟ་མ་ཡིན། །རྟོག་བཅས་རྣམ་རྟོག་  
 མེད་པ་ཡི། །ཤེས་པས་ཀྱང་ནི་མཐོང་བར་དགལ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དག་

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཐག་རིང་བ་དང་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་མི་མཐོང་ངོ་  
 སྒྲུལ་དུ་རྟོག་པ་དང་། །གཞན་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ཐག་ཉེ་ན་མཐོང་  
 ངོ་སྒྲུལ་དུ་རྟོག་པ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་འཁྲི་མིག་གིས་དེ་བཟུ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཡུལ་ན་མི་གནས་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་ཏེ། །འཁྲི་མིག་དེ་མ་མེད་པ་ནི་  
 བསྐྱབས་པ་དང་སྐྱལ་བ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྟའི་མིག་གིས་  
 བཟུ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་དེ་ལ་གཟུགས་ཆ་སྤྲ་བ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྟའི་  
 མིག་གིས་ནི་སྤྲོད་པ་བར་མའི་ཕྱང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆ་སྤྲ་བ་ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཤེས་པ་སྟེ། རྟོག་པ་དང་  
 རྗེས་སུ་བྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་  
 པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་སྟེ། དངོས་པོ་ཅུ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཤེས་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཏེ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 མཐོང་ངེས་སྟེན་ཅན་ཡུལ་མིན་དང་། །ཉོན་མོངས་མེད་པ་དེ་བཅས་མིན། །ཉི་  
 མ་དཔྱུས་ལོང་ཡུལ་མིན་ལྟར། །དེ་ཡང་རྟོག་གའི་སྟོང་ཡུལ་མིན། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་མཐོང་ངེས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་སྤང་ནི་བདག་གིར་འཇིན་པའི་ཆིག་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མཐོང་ངེས་ཏེ་ལྟའི་གནས་སོ། །དེ་ནི་དག་གི་  
 ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟེན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 ཀྱང་མ་ཡིན་ན་དེ་དག་གི་སྟོང་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལྟ་སྟེས་ཀྱང་ཅི་དགོས།  
 ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁོར་བའི་ཉེས་རྩིས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སོ། ། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ནི་དེ་དག་སྐྱེ་བར་བྱ་བའི་  
 བསམ་གཏན་ནོ། ། དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེད་  
 བར་མི་རྒྱས་སོ། ། ཉི་མ་ནི་དཔུས་ལོང་རྣམས་ཀྱིས་མ་མཐོང་མི་མཐོང་  
 མཐོང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་  
 དེ་ཡང་རང་དང་གཞན་གྱི་སྒྲེ་བའི་རྟོག་གི་པ་འབད་བའི་སྟོ་གྲོས་ཅན་རྣམས་  
 ཀྱིས་རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཀྱང་མཐོང་བར་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་དག་གི་སྐྱེད་ཡུལ་  
 མ་ཡིན་ནོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་གིས་མི་མཐོང་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི།  
 ཡོད་མིན་མེད་མིན་ཡོད་མེད་མིན། ། དེ་ལས་གཞན་མིན་གཞན་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་དེ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་  
 བའི་སྟོའི་སྐྱེད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་སྟོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཡོད་  
 མེད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་གའི་སྟོས་ངེས་པར་གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་དག་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་  
 གཞན་པའི་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་  
 རྩོལ་དུ་རྣམ་གྲངས་ལས་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་དུ་བརྗོད་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོབས་དང་། མི་  
 འཛིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རི་ལྟར་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་ཆོགས་  
 པ་ཐ་དད་པ་དག་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རི་ལྟར་ཡོད་མེད་ཉིད་ཡིན་

ཞེ་ན། གཉི་ག་དང་འབྲེལ་པ་ལས་ཉེ་བར་གདགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱི་སྤྱེགས་  
 ཅན་དག་གིས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་བདག་དམ་པ་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 མེད་པ་དང་། རྟག་པ་དང་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཉིད་དུ་འདོད་ན་  
 དེ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་འདི་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ནི་དེ་དག་ནི་སྤྱི་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་སྤྱི་བར་བསྟན་ཅིང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
 ལྡན་པའི་སྤྱིར་ནི་ཆེན་པོར་བསྟན། གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་  
 སྤྱིར་ནི་གཅིག་ཏུ་བསྟན། ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བའི་སྤྱིར་ནི་རིང་བ་དང་ཉེ་བ་  
 ལ་བྱུང་པར་བསྟན་ཀྱི། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ནི། སྤྱི་བ་མ་ཡིན་ཆེན་པོ་མིན། །གཅིག་  
 མིན་རིང་མིན་ཉེ་བའང་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཡོན་ཏན་ཅན་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་དང་ཡུལ་ན་མི་གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 བའང་སྐྱེས་བྱུང་སྐྱེ་བ་དག་ནི་སྐྱེས་བྱུང་འགྲོ་བ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པར་འདོད་ལ།  
 གཙོ་བོར་སྐྱེ་བ་དག་ནི་གཙོ་བོ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པར་འདོད་པས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ནི་དེ་དག་དང་མཆོན་ཉིད་མི་འབྲ་བ་ཉིད་དུ་  
 བསྟན་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ། དེ་ལ་ཅུང་ཟད་རི་ལྟར་ཡང་། །སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་  
 གསལ་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ལ་རྒྱ་ཉིད་དང་གསལ་  
 བྱེད་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་གྲོལ་བའི་  
 བདག་གྲང་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་མཐར་སོང་ནས་འཇིག་རྟེན་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཐར་པ་ན་གནས་ལ། སྐྱེས་བྱུང་སྐྱེས་པའི་མཐར་གྱུར་པ་མཐོང་ན་དེར་བག་ལ་  
 ཞ་བར་འདོད་ཀྱི། འདི་ནི་བསྟན་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་མཐོང་བ་མེད་དེ། འདི་

ལ་འགའ་ཡང་གནས་པ་མེད། ། འགའ་ཡང་བག་ལ་ཞར་མི་འགྱུར། ། ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་གྲོ་ལ་བའི་ལམ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་སྒྲུང་  
 བ་མེད་པ་ན་རང་དང་གཞན་དམིགས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར་གར་ཡང་གནས་པ་  
 དང་བག་ལ་ཞ་བར་འགྱུར་བ་མེད་དོ། ། ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་དག་ཆངས་པ་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་པ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མེས་པོ་ཡིན་པར་  
 འདོད་པས་དེ་ལས་འདིར་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་  
 སྤྱིར་བཏགས་པ། ཆངས་ལ་སོགས་པ་གང་མི་རྟོགས། ། དེ་ནི་ཆངས་པ་དམ་  
 པ་ཡིན། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆངས་པ་དང་། བྱ་བ་འཇུག་དང་། དབང་ཕྱག་ཆེན་  
 པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་དང་ལྷན་པ་དམིགས་  
 པའི་ལྟ་བ་ཅན་དག་གིས་གང་མི་རྟོགས་པ་དེ་ནི་ཆངས་པ་དམ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱོད་འདི་སྤྱོད་དགའི་བདག་པོ་དང་། བྱ་བ་ལས་འདས་  
 པ་གཉི་ག་ལ་ཡང་སྟོགས་མོད་ཀྱི་འདིར་ནི་བྱ་བ་ལས་འདས་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་གཟུང་དོ། ། དེ་ནི་དེ་དག་གིས་རྟོགས་པར་མི་རིགས་ཏེ། དམིགས་པ་  
 ཅན་ཀྱི་ཤེས་པས་ལྟ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། གང་དག་གིས་མི་བསྐྱེད་  
 བའི་ཆོག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བདེན་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཆོས་མེད་དོ་ཞེས་  
 ཟེར་བ་དེ་དག་གྲང་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བཏགས་  
 པ། དེ་ནི་བདེན་པ་དམ་པ་ཞེས། ། ཐུབ་པ་བདེན་པ་གསུང་པས་གསུངས།  
 ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པ་དེ་ནི་མ་ལོག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་

ཕྱིར་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་དམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་པ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་  
 བདེན་པ་གསུང་བ་ཉིད་གྱིས་དོ་རྗེ་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས། རི་  
 ཅམ་དུ་འདུས་བྱས་པ་དེ་ཅམ་དུ་བརྟུན་ལ། ཅི་ཅམ་དུ་འདུས་མ་བྱས་པ་དེ་  
 ཅམ་དུ་མི་བརྟུན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ནི་སྒྲིང་ལ་དབང་  
 བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་གནས་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཡིན་ལ། དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ནི་རང་གི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱེན་བཀྱར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གནས་པ་ཆེན་པོ་  
 ཉིད་ཡིན་གྱི། འདི་ལ་ནི། འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་དང་། །  
 འཕགས་པ་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ། །མཁས་པ་བྱ་བ་པ་མང་པོ་དག །བསྐྱེན་  
 མེད་ཚུ་ལ་གྱིས་དེ་བསྐྱེན་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་  
 གཟིགས་དབང་ཕྱག་དང་། འཕགས་པ་བྱམས་པ་དང་། ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་  
 དང་། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ས་བཙུ་བའི་དབང་ཕྱག་བརྟེས་པ་  
 དམིགས་སུ་མེད་པ་གོམས་པར་བསྐྱོམས་པས་ངི་མ་མེད་པ། རོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་དམིགས་པ་མེད་པ་ལ་མཁས་པ། བྱ་བ་པ་མང་པོ་དག་གྲང་ལུས་དང་  
 དག་དང་ཡིད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཕྱག་འཆའ་བ་དང་། བསྐྱོད་ར་  
 དང་བསམ་པ་དག་གིས་དེ་ལ་བསྐྱེན་བཀྱར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་བསྐྱེན་  
 བཀྱར་བྱེད་དེ། བསྐྱེན་བཀྱར་བྱ་བ་མེད་པ་ཉིད་བསྐྱེན་བཀྱར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་སྐྱོས་པ་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་  
 ཡིན་ན། འོ་ན་རི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཁོ་ནའི་སྐྱུ་ཡིན་ལ་གཞན་དག་



གི་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། བཤད་པ། དེ་ལས་དངོས་ཉིད་མིན་  
 གཞན་དང་། །དེས་ནི་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 སྐྱར་འདོད་དེ། ། གཞན་གྱི་མ་ཡིན་དེ་མ་རྟོགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་  
 པར་དེ་ཆོག་དང་སྒྲོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་མངའ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེའི་ཡིན་  
 པས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ལས་སྐྱེ་དེའི་དངོས་པོ་ཉིད་མི་གཞན་པའི་  
 ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །དེའི་དངོས་པོ་  
 ཉིད་གང་ཞེ་ན། སྟོང་པ་ཉིད་དེ་རི་སྐད་དུ། །སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཐ་དད་ཉིད། །ཅུང་  
 ཟད་མེད་པར་རབ་ཏུ་བསྟན། ། སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་གཅིག་ཉིད་དེ། །གང་གིས་  
 སྟོང་ཉིད་དེ་མཐོང་བ། །དེས་ནི་སངས་རྒྱས་མཐོང་བར་འགྱུར། །སྟོང་པ་  
 ཉིད་ལས་དེ་གཞན་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ། ཡང་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 སྐྱད་ཅིག་མ་ཞེས་བྱ་བའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 དང་། སྒྲོབས་དང་། མི་འཇིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཆོས་འདུས་པ་དག་དམིགས་སུ་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དམིགས་  
 པར་བྱ་བ་དང་། དམིགས་པ་མཉམ་པས་མཉམ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཐུགས་སུ་  
 ཆུད་པའི་ཕྱིར། དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཁོ་ནའི་སྐྱེ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི་  
 གཞན་སུའི་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
 དག་གིས་དེ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་  
 གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཉིད་ཀྱང་སྒྲོབ་དཔོན་གྲིས་རང་གི་བསྟན་བཅོས་

གྱི་སྐབས་སུ་འདི་སྐད་བཤད་དེ། འོག་མིན་གྱི་ཕོ་བྲང་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་བྲང་ཆུབ་པའི་སེམས་ཀྱི་མོད་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་ཡེ་ཤེས་གྱི་  
 བདག་ཉིད་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་ཐུག་ཐིག་འབྱམ་ཕྱག་གངས་མེད་པར་བསོད་  
 ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཉི་བར་བསགས་པ་ལས་  
 དེས་པར་འབྱུངས་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྟོག་བྱའི་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་སྣ་ཚོགས་  
 ཅན་ལྟར་རྟོག་པ་མི་མངའ་བ། སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་བ། སྐྱིབ་པ་རྣམ་  
 པ་གཉིས་སྤངས་བ། ས་ཐམས་ཅད་ལ་པན་གདགས་པའི་ཕྱིར་གནས་པར་  
 གྱུར་པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་དང་ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་མངོན་པར་  
 འབྱུང་བོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དེ་ལས་གཞན་  
 ལ་པན་པ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྒྲོས་པའི་སྡོན་གྱི་སྡོན་  
 ལམ་གྱི་ཤུགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱལ་པའི་སྐྱས་ཐམས་ཅད་ལ་པན་འདོགས་  
 པར་བཟོད་བ། འཇམ་བྱའི་སྒྲིང་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དག་ཏུ་དགའ་ལྷན་གྱི་ཕོ་  
 བྲང་ན་བཞུགས་པ་ཐོག་མར་མཛད་དེ། འཕོ་བ་དང་། ལྷམས་སུ་འཇུག་པ་  
 དང་། ལྷམས་ན་བཞུགས་པ་དང་། བལྷམས་པ་དང་། གཞོན་ཅུ་རོལ་པ་  
 དང་། བཙུན་མོའི་འཁོར་གྱི་ནང་ན་བཞུགས་པ་དང་། མངོན་པར་འབྱུང་བ་  
 དང་། དགའ་བ་སྦྱོད་པ་དང་། བྲང་ཆུབ་གྱི་སྒྲིང་པོར་གཤེགས་པ་དང་།  
 བདུད་འདུལ་བ་དང་། མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྲང་ཆུབ་པ་དང་། ཚོས་གྱི་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐལ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་འདས་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་ཀུན་ཏུ་སྡོན་པ་ཉིད་འབྱུང་ངོ། །དེ་

ལ་བརྟེན་ནས་ཡི་གེ་དང་རྩ་བ་དང་ཆོག་གི་གོ་རིམ་གྱི་མཆན་ཉིད་གྱི་གསུང་  
 ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྷན་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་བསམ་བློ་རངས་  
 བར་མཛད་པ་གང་ལ་ཐེག་པ་མཆོག་གིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པ་འབྱུང་སྟེ། ཡེ་ཤེས་དང་། གཟུགས་དང་། གསུང་གི་  
 སྐྱེ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ནི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་ལས་ངེས་པར་འབྱུངས་པ། ལྷས་དང་  
 དག་དང་སེམས་གནས་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཤད་དོ། །མདོ་སྡེ་  
 ལས། གང་དག་ང་ལ་གཟུགས་སུ་མཐོང་། །གང་དག་ང་ལ་སྐྱར་ཤེས་པ། །  
 ལོག་པར་སྒྲོང་བས་ཞུགས་པ་སྟེ། །སྐྱེ་བོ་དེ་དག་ང་མི་མཐོང་། །སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་བཟླ། །འདྲེན་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ། ཆོས་ཉིད་  
 ཤེས་པར་བྱ་མིན་པས། །དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་མི་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 དེས་ཀྱང་སྐྱེ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་གཞག་  
 པ་ཉིད་དུ་སྟོན་ཏེ། འདིར་ཡེ་ཤེས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེར་བཞེད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 བ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
 སྐྱེ་དང་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེར་བཟླ་བར་འདོད་པས་ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། དེར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གསུང་རབ་ཏུ་གཏོགས་  
 པ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་དག་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །འོན་སྐབས་གཉིས་པ་  
 མེད་པར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྐྱབ་པ་དང་འབྲས་བུའི་  
 ཆོས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དོ། །འཕགས་པ་དོ་རྗེ་སྡེས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་འོག་མིན་  
 ཀྱི་སྐྱོད་ཡུལ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་གཞི་ལ་བརྟེན་པ་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་སྐྱེ་

ཞེས་བཤད་དོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ནི་དེ་ནི་མོངས་སྤྱོད་རྫོགས་  
 པའི་སྐྱེ་ཞེས་བསྟན་ལ། སྟོབས་དང་། མི་འཇིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་  
 གི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་  
 བསྟན། འཛམ་བུའི་སྒྲིང་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ནི་སྤྱལ་པའི་  
 སྐྱར་བསྟན་ཏེ། །དེ་སྐྱར་ཆོས་དང་གཟུགས་དང་སྤྱལ་པའི་སྐྱེ་གསུམ་པོ་དེ་  
 དག་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བའི་སྐྱེ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་འདྲ་བར་ཡོད་པ་དེ་  
 དག་ལས་ཁྱད་པར་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་རྣམ་  
 འབྱུང་པ་ཆངས་པ་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱེད་པས་མཐོང་བར་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་བཤད་པ། དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་གོམས་བྱེད་པ། །དམིགས་མེད་གནས་པ་  
 དེ་ལ་ཡང་། །གང་ལ་ཡིད་ནི་ཆགས་འགྱུར་ཞིང་། །སྤང་འགྱུར་སྤོངས་འགྱུར་  
 ག་ལ་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་འབྱུང་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བར་སེམས་པ་  
 དང་། བསྐྱོམ་པ་དག་གིས་དམིགས་སུ་མེད་པའི་རྣམ་པ་གོམས་པར་བྱེད་པ་  
 དེ་ཉིད་མི་རྟོག་པ་དམིགས་པ་མེད་པར་གནས་པ་དེ་ལ་ཡང་གནས་པའི་གཞི་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་གང་ལ་ཡིད་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་དང་སྤོངས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། །གཞི་མེད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་ཟུག་དག་  
 འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་རི་ལྟར་དེ་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱ་ཞེ་ན།  
 སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྟན་པས་དེ་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱའོ། །སངས་རྒྱས་  
 རྗེས་སུ་བྟན་པ་མེད་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཏེ།

ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལས་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བློན་པ་ནི་བློན་པ་  
 མེད་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པའོ་ཞེས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་སྒྲོ་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱབ་པའི་གཟུངས་ལས། དེ་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་  
 བློན་པ་འབའ་ཞིག་བསྒྲོམ་སྟེ། གཟུགས་ལས་མ་ཡིན། མཚན་དང་དཔེ་  
 བྱད་ལས་མ་ཡིན། ཡོན་ཏན་ལས་མ་ཡིན། ཚོས་ལས་མ་ཡིན། ཚོས་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལེ་ཏུ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ལྟ་  
 བ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་  
 མེད་པ་དང་། འགག་པ་མེད་པ་དང་། འབྱུང་བ་མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་  
 པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་རི་རྒྱུད་  
 གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་གྲོས་མི་བྱད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས།  
 དེ་ལ་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བློན་པ་གང་ཞེ་ན། གཟུགས་དང་མཚན་གྱིས་  
 རབ་ཏུ་བྱེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་། རིགས་དང་། དུས་གྱིས་རབ་ཏུ་  
 བྱེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲོན་གྱི་མཐའི་སྒྲོད་པ་དཀར་པོས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། བྱེ་མའི་མཐའི་ཞེས་པ་སྒྲོམ་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 ད་ལྟར་བྱུང་བའི་གནས་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། སྐྱེ་བ་  
 པ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་མ་ཡིན་པ་དང་། མཚན་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་ནས་སྟོང་  
 བ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྟོག་པ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་གང་ཡིན་པའོ་ཞེས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་

ཉིད་གོམས་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི། །སྤྱུག་བྲལ་མི་སྤྱུག་སྤང་པ་ལས། །བྱུང་བའི་  
 སྤྱུག་བསྐྲལ་ག་ལས་འབྱུང་། །འཛིག་རྟོན་ཆོས་ཀྱིས་མི་གོས་ཏེ། །བརྒྱ་ལ་  
 རི་ཆུས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱུག་པ་དང་མི་སྤྱུག་པ་དེ་དག་དམིགས་སུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་སྤྱུག་པ་དང་བྲལ་བ་དང་། མི་སྤྱུག་པ་དང་སྤང་པ་ལས་སྤྱུག་  
 བསྐྲལ་གྱི་ཆོར་བ་གང་དག་འབྱུང་བ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་ལ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་  
 རོ། །འཛིག་རྟོན་ན་གནས་སུ་ཟིན་ཀྱང་འཛིག་རྟོན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་པོ་རྟོན་པ་  
 དང་། མ་རྟོན་པ་དང་། སྟན་པ་དང་། མི་སྟན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱུག་  
 བསྐྲལ་བ་དང་། བསྟོད་པ་དང་། སྤང་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གིས་མི་གོས་ཏེ། དེ་  
 ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བརྒྱ་ཆུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱང་ཆུའི་ཉེས་པས་མི་གོས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །མི་གནས་པའི་ཟླ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་སྤྱར་བསྟན་མོད་གྱི་ཡང་  
 སྐབས་སུ་བབ་པས་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། འཁོར་བ་ལས་ནི་འབྱུང་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་  
 བ་ལས་གཞོད་བྲལ་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་དགེ་བའི་ཆོས་མངོན་པར་  
 འདུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་མནན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟླ་  
 ངན་འདས་པ་ཐོབ་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཟླ་ངན་འདས་ལ་གནས་དང་འབྲ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་  
 བྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་མེ་ཡིས་གདུང་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་ལྡན་ཡང་  
 རམ་མཁའ་བཞིན། ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁོར་བ་བསྐྱེད་པའི་ས་བོན་གྱི་ཉོན་



མོངས་པ་ཆུང་དུ་ཡོད་ཀྱང་དེས་མི་གོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་མེད་སེམས་  
 མེད་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྩི་ལྷ་ཞེ་  
 བ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བསམ་གཏན་ཤིན་ཏུ་གོམས་པར་བྱས་པས་ལུས་དང་སེམས་ལས་སྤུ་  
 རུང་བས་འགོག་པའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་ཐོབ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་མ་རྟོགས་པའི་མི་  
 གནས་པའི་ཟླ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་གནས་པ་ན་ཡང་། དེ་ནི་ཤེས་རབ་ལྷན་  
 པོའི་རྩེ་ར། །འཇིགས་ཤིང་ཟླ་ངན་མེད་གྱུར་ཀྱང་། །སྙིང་རྩེའི་དབང་གིས་  
 འཇིག་རྟེན་པ། །ཟླ་ངན་གདུངས་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལྷ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཆེ་བའི་ཕྱིར་དང་། མངོན་པར་མཐོ་བའི་  
 ཕྱིར་ལྷན་པོའི་རྩེ་དང་འབྲེལ། །དེར་འཇིགས་པ་ནི་ཐོས་པ་དང་བསམས་པ་  
 དང་བསྒྲོམས་པ་དག་གིས་ཤིན་ཏུ་རབ་ཏུ་གནས་པར་གྱུར་པའོ། །ཟླ་ངན་  
 མེད་པར་གྱུར་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་སྤྱུ་མ་ལྷ་བྱའི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཟླ་ངན་མེད་པར་གྱུར་ཀྱང་རོ། །སྙིང་རྩེའི་དབང་གིས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དེའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་སྙིང་རྩེ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་པ་  
 ཟླ་ངན་གྱིས་གདུངས་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་བ་ལ་ལྷའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་པ་པ་མ་དང་བྲལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཟླ་ངན་མེ་ལྷ་བྱས་སེམས་གདུངས་  
 པ་དང་། རྒྱུན་དུ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྩིས་སྤྱུ་འབྲེལ་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ལྷན་

པ་ལ་རྣམ་པར་སྟོབ་བར་བྱེད་པའོ། །དེ་ནི་དེ་ཆེ་སྒྲིང་རྗེ་ཡིས། །བརྒྱན་པའི་  
 མིག་གིས་འཇིག་རྟེན་པ། །རྣམ་རྟོག་བཟོ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །རྟོག་པའི་བྲ་བས་  
 དགྲིས་པ་དང་། །སྐྱེ་གནས་འཆིའི་བྱུང་རྒྱུ་ཡིས། ། ། །མ་བཏོད་ན་བར་གྱུར་པ་  
 དང་། །ཞན་དང་བཞེན་དང་མཐའ་ངན་དང་། །མགོན་མེད་དཔུང་གཉིན་མེད་  
 པ་དང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉེ་བར་ཞི་འདོད་པས། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚུ་བོ་ཆེར་སྤྱང་  
 དང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་དག་སྐྱེལ་བའི་བྱིར། །མོངས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཞུགས་  
 པ་དང་། །དེ་ཉིད་བདུད་ཅི་ཞི་བ་དང་། །སྒྲོས་པ་ཉེར་ཞི་སྟོན་ཀ་ཡི། །དྲི་མེད་  
 མཁའ་སྒྲོ་སྒྲོད་པ་ཡི། ། །སྤང་མེད་མིག་མེད་ཀུན་བལྟས་ནས། །ཞེས་བྱ་བ་  
 དག་གིས་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེ་མི་གནས་པའི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་  
 དེ་ལ་གནས་པ་དེའི་ཆེ་ན་སྒྲིང་རྗེས་བརྒྱན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་  
 འཇིག་རྟེན་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་བལྟས་ནས་སྒྲིང་རྗེས་ཤེས་ཤིན་ཏུ་གདུངས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པས་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཚུ་བོ་འབེབས་ཤིང་གཞན་  
 ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་དང་། །བདག་ཉིད་དཔག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་སྟོབ་བྱུང་བྱེད་  
 ཅིང་བདེ་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་གང་དུ་གཞན་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བར་འགྱུར་བའི་  
 གནས་སུ་སྐྱེ་བ་དང་། །དེ་དག་ཏུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ན་འཁོར་གཙུགས་ཤིང་སྤྲན་  
 ཐུབ་པ་དག་དང་ལྡན་ཞིང་རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་མང་པོ་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 ཚུ་བོ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་གང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་  
 དང་ཆོག་གི་མཁུག་སྤྱད་འབྱུང་བ་དག་སྤྱིར་སྒྲོ་ལ་བཞག་སྟེ་སྟོན་ཏོ། །དེ་  
 དེའི་ཆེ་སྒྲིང་རྗེས་བརྒྱན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་ཀུན་

དུ་བལྟ་བ་ན་འཇིག་རྟེན་པ་གནས་སྐབས་ཇི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་དག་ལ་ཀུན་དུ་  
 བལྟ་ཞེ་ན། རྣམ་རྟོག་བཟོ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། རྟོག་པའི་བྱ་བས་དྲིས་པ་དང་།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཀུན་དུ་བལྟ་འོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉིད་བཟོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་རྟོག་པའི་བྱ་བ་ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་བལྟ་བ་ལྟར་པོ་དང་། ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་  
 གཞི་ལ་དམིགས་པ་མང་པོ་དག་གིས་ཀུན་ནས་དྲིས་ཤིང་གཡོགས་པ་  
 ལའོ། རྟོག་པའི་བྱ་བས་དྲིས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡང་མ་ཟད་དེ་འོ་ན་ཇི་ལྟ་  
 བུར་གྱུར་པ་ཞེ་ན། སྦྱེ་གྲ་ན་འཆིའི་བྱུང་རྒྱ་ཡིས། ཁྱ་གཏོད་ན་བར་གྱུར་པ་  
 དང་། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟར་པོ་འབྱུང་བའི་སྦྱེ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་འབྱུར་བའི་  
 གྲ་བ་དང་། རྟོག་ཀྱིས་ན་བ་དང་། རྣམ་པར་འཇིག་པའི་འཆི་བ་དེ་དག་ཉིད་  
 ཡིད་མི་བདེ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱུག་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེས་མ་བཏོད་པས་རྟག་ཏུ་  
 ན་བར་གྱུར་ཅིང་མི་བདེ་བར་གྱུར་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །གཞན་  
 ཡང་། ཞན་དང་བཞེན་དང་མཐའ་ངན་དང་། མགོན་མེད་དཔུང་གཉེན་མེད་  
 པ་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིད་པའི་བྲིམ་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་བྱ་བ་ལ་  
 མོང་བརྟུལ་བས་ཞན་པ་དང་། དག་པའི་ཆོས་ཀྱིས་དབྱུལ་བས་བཞེན་པ་  
 དང་། མཐུག་མི་བཟང་བས་མཐའ་ངན་པ་དང་། དད་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ལ་སོགས་པའི་མགོན་གྱིད་པའི་ཆོས་བཅུ་དང་བྲལ་བས་མགོན་མེད་པ་དང་།  
 ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ལམ་ལ་མི་མཁས་པས་དཔུང་གཉེན་མེད་པ་ལའོ། །

གཞན་ཡང་། སྐྱུག་བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་འདོད་པས། །སྐྱུག་བསྐྱལ་ཚུ་བོ་ཆེར་  
 ལྷང་དང་། །སྐྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་དག་སྒྲེལ་བའི་བྱིར། །ཚོངས་པའི་ཡིད་གྱིས་  
 ཟུགས་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་འབབ་ཚུས་སྤྱིར་བ་ན་  
 དེ་ལས་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་ཚུ་བོར་མཆོངས་པ་ན་དེས་དེ་ཞིན་ཏུ་སྐྱ་མ་བས་  
 ཆེར་སྤྱིར་བར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་སྒྲོན་ཉེ་བར་སྤངས་  
 པའི་ལས་དག་གིས་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཚུ་བོར་བྱིང་བ་ན། སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་དེ་ཉེ་  
 བར་ཞི་བར་འདོད་པས་སྐྱིབ་པ་ཤས་ཞིན་ཏུ་ཆེན་པོས་བསྐྱིབས་པར་བྱས་  
 ནས། ལས་གང་དག་གིས་ཡུན་རིང་པོར་འཁོར་བའི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོར་འཁོར་  
 བར་འགྱུར་བའི་ལས་ཉེ་བར་ལེན་པ་དེ་དག་ཉེ་བར་ལེན་པས་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་  
 ཚུ་བོར་ལྷང་བ་དང་། འདོད་པ་དང་། སྤྱིད་པ་དང་། བདག་ཏུ་སྐྱ་བ་དང་།  
 ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་། བརྟལ་ཟུགས་མཆོག་ཏུ་འཇིན་པས་འདི་བདེན་ནོ་སྐྱམ་  
 ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་སྐྱ་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་  
 དག་སྒྲེལ་བའི་བྱིར་མ་རིག་པས་ཚོངས་པའི་ཡིད་གྱིས་འཁོར་བའི་རྒྱན་དུ་  
 ཟུགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱ་བྱར་གྱུར་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་བལྟོ། །དེ་སྐྱར་དེ་དག་  
 གིས་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱན་དུ་ཟུགས་པ་ཉིད་བསྟན་ཏེ། ཐར་བའི་ཐབས་རབ་ཏུ་  
 ཉམས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། དེ་ཉིད་བདུད་རྩི་ཞི་བ་དང་། །སྒྲོས་པ་ཉེར་ཞི་  
 རྟོན་ཀ་ཡི། །དྲི་མེད་མཁའ་ལ་སྒྲོ་སྒྲོད་པའི། །སྤང་མེད་མིག་མེད་ཅེས་སྒྲུས་  
 ཏེ། །དོན་དམ་པའི་དེ་ཉིད་བདུད་རྩི་སྐྱར་ངོམས་པར་བྱེད་པ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་མངོན་པར་བརྟོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོས་པ་ཉེ་

བར་ཞི་བ་སྟོན་ཀའི་དུས་ཀྱི་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ངི་མ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་གང་གི་  
 སྒོའི་སྒྱུད་པའི་སྒྲུང་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་  
 མིག་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ཉོན་མོངས་པ་མང་པོས་  
 གཙུག་པའི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཀྱུན་དུ་བསྐྱས་ནས་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 བུའི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཀྱུན་དུ་བསྐྱས་ནས། བ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཚུ་བོ་འབེབས་  
 བ་ལ་སོགས་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཡོན་ཏན་རི་ལྟ་བུ་དང་  
 ལྷན་པ་ཞིག་ཅེ་ན། སྙིང་རྗེས་ཤིན་དུ་ཡིད་གདུངས་པ། །དེ་ལ་ཕན་ཕྱིར་  
 བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། །རྫོ་རྗེ་རིན་ཆེན་སྤྲ་བའི་སེམས། །སེམས་ཅན་གཙོ་བོ་  
 ལེགས་བསྐྱབས་པ། །སྦྱིན་པ་ཚུ་ལ་བྲིམས་བཟོད་པ་དང་། །བཙོན་འགྲུས་  
 བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་བཙོན། །དུས་བཞིན་དང་ནི་མཐུ་བཞིན་དུ། །ཤེས་  
 རབ་བློན་པ་སྟོན་འགྲོ་བ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སྙིང་རྗེས་ཤིན་དུ་ཡིད་གདུངས་  
 ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྙིང་རྗེའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཤིན་དུ་སེམས་གདུངས་པའོ། །དེ་  
 ལ་ཕན་ཕྱིར་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་དེ་ལ་ཕན་  
 གདགས་པའི་ཕྱིར་བརྟུལ་ཞུགས་དག་པོ་སྒྲུངས་པའོ། །རྫོ་རྗེ་རིན་ཆེན་སྤྲ་  
 བའི་སེམས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྫོ་རྗེའི་རི་བོས་གྲང་མི་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་དང་ལྷན་པའོ། །སེམས་ཅན་གཙོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 ཅམ་ཁོ་ནས་ཉོན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་བྲེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེགས་  
 བསྐྱབས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲུག་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་བསྐྱབས་པ་དག་ལ་ཤིན་དུ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའོ། །སྦྱིན་པ་

ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་པ་དང་། །བཙོན་འགྲུས་བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་བཙོན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྣམས་དང་། །སྒྲིང་རྗེས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 དོན་མཐའ་དག་བསྐྱུས་ཏེ། །སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྒྱ་གར་རྩ་ནས་རི་  
 གླིང་དུ། །སྦྱིན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་དང་བཙོན། །བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་  
 སྒྲིང་རྗེ་ཡི། །བདག་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་བསྐྱུགས། །སྦྱིན་པ་རང་གི་བདོག་པ་གཏོང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་གཞན་  
 ལ་ཕན་པ་བྱེད། །བཟོད་པ་ཁྲོ་བའི་གཉེན་པོར་གསུངས། །བཙོན་འགྲུས་  
 དགོ་ལ་བཙོན་པ་སྟེ། །བསམ་གཏན་ཉོན་མོངས་མེད་ཅེ་གཅིག །ཤེས་རབ་  
 བདེན་དོན་ངེས་འབྱེད་ཡིན། །སྦྱིན་པས་མོངས་སྟོང་ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། །  
 བཟོད་པས་མདངས་དང་བཙོན་པས་འོད། །བསམ་གཏན་ཞི་དང་སྟོ་གོས་  
 གོལ། །སྒྲིང་རྗེས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་པར་བྱེད། །ཅིག་ཅར་པ་རོལ་ཕྱིན་གྱུར་  
 པའི། །དགོ་བ་བདུན་པོ་འདི་དག་གིས། །ཤེས་བྱ་དཔག་མེད་ཡུལ་གྱུར་  
 པའི། །འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཉིད་ཐོབ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 དུས་བཞིན་དང་ནི་མཐུ་བཞིན་དུ། །ཤེས་རབ་བློན་པ་སྟོན་འགོ་བ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་གདུལ་བའི་དུས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དང་། །རང་གི་རྒྱས་པའི་མཐུ་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་རྗེས་  
 སུ་བློན་པ་བྱུག་བསྟོམ་པ་སྟོན་དུ་འགོ་བས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་གོམས་པར་  
 བྱེད་པ་སྟེ། །ལག་བཟངས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་རི་གླིང་དུ། །གལ་ཏེ་སྦྱིན་  
 པ་དང་། །གཏོང་བ་དང་། །རྣམ་པར་སྟོང་བ་ལ་སྟོབ་པར་མི་རྒྱས་པར་གྱུར་ན་



འདི་ལྟར་སོ་སོར་ཡང་དག་པར་སློབ་པར་བྱེད་དེ། དུས་དུས་སུ་ཅུང་ཟད་  
 ཅུང་ཟད་འདོད་པ་དང་སེར་སྣ་དང་སྦྱིན་པས་འཛིགས་པ་ཉིད་གདུལ་བ་དང་།  
 སྤང་བ་དང་། རྣམ་པར་སྤང་བ་དང་། སྦྱིན་པ་དང་། གཏོང་བ་དང་། རྣམ་  
 པར་སློང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྦྱང་བ་དང་། མངོན་པར་སྤེལ་བར་བཅུལ་  
 བ་དང་། འབད་བ་དང་། བཙོན་པར་བྱའོ་སྣམ་དུ་སོ་སོར་ཡང་དག་པར་སློབ་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལྟ་པོ་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་སྦྱར་  
 རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་  
 དུག་པོ་དེ་དག་ཡང་དག་པར་སྤང་པར་འདོད་པ་དང་། ལྷག་པར་སྦྱོད་པར་  
 འདོད་པས་ཡང་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བ་དང་། དགོལ་བའི་བྱིར་  
 ལྷག་པར་སྦྱང་བ་ཡང་དག་པར་ལེན་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པའི་བྱིར་བཤད་པ།  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་པའི་བྱིར་། སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་རི་བོ་ལས། །བྱུང་  
 བའི་ཆུ་ཁྲུང་བསོད་ནམས་དང་། །དྲི་མེད་དགོ་བའི་ཆུ་ལྷན་འབེབས། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་གདགས་པའི་བྱིར་སྦྱིན་པ་དང་། རྩལ་  
 ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་དུག་པོ་རི་བོ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ལས་བྱུང་བའི་པ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པ་དུག་པོ་ཆུ་ཁྲུང་ལྟ་བུར་འདོད་པ་མེད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་།  
 གཏི་ལྷག་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཉིད་དྲི་མ་མེད་པ་ཡིན་ལ།  
 ལྷིག་པ་སློང་བས་དགོ་བའི་ཆུ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པ་འབེབས་པར་བྱེད་དོ་དེའི་  
 འོག་དུ་སྦྱིན་འདོད་པའི་བསམ་པ་ཆེས་ཤས་ཆེན་པོ་མངོན་པར་འཕེལ་བར་  
 གྱུར་པ་ན། སློང་བ་ཀུན་ལ་དུས་ཀུན་ཏུ། །སྦྱིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་

གྲིས། །དབུལ་དང་སྒྲིང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཀྱན། །རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་སེལ་བར་  
 བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིང་བ་ཀྱན་ལ་སྒྲིམས་པའི་སེམས་གྲིས་དུས་ཀྱན་དུ་  
 གྲུས་པར་རང་གི་ལག་ནས་གཞན་ལ་མི་གཞོན་ཅིང་འབྱོར་བ་མེད་པར་བྱི་  
 དང་ནང་གི་དངོས་པོ་གོས་དང་ཟས་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དང་། བྱ་དང་། བྱ་མོ་  
 དང་། མགོ་དང་། ལག་པ་དང་། རྒྱུ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྲིས་བཀྱེན་ཞིང་དབུལ་བ་དང་། རེ་ཞིང་སྒྲིང་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 མི་དགའ་བ་ཀྱན་མ་ལུས་པར་རྣམས་པ་ཀྱན་དུ་སེལ་བར་བྱེད་དེ། འདིས་ནི་  
 གཏོང་བ་དང་གཏོང་བ་ཆེན་པོ་དང་ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་གོམས་པར་བྱེད་པས་པ་  
 རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་  
 བྱས་པས། སྒྲིང་བ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དག །སྐྱད་ཅིག་སྐྱད་ཅིག་དགས་  
 རྫོགས་ཤིང་། །དུས་ཀྱན་མི་ཟད་འབྲས་བུ་ཡི། །འབྱོར་ཞིང་དཔག་བསམ་  
 ཤིང་ལྟར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིང་མོ་བ་དག་གི་བསམ་པ་དག་སྐྱད་ཅིག་  
 གཅིག་ལ་དགའ་བས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་ཅིང་། བདག་ཉིད་དུས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་འབྲས་བུ་ཟད་  
 མི་ཤེས་པ་དག་གིས་འབྱོར་ཞིང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལྟར་འབྱོར་བའི་དོན་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྒྲིང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིང་མོ་བ་འབྱོར་བ་  
 དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལོ། །བསམ་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། བསམ་པ་དང་། རེ་  
 བ་དང་། ཡིད་ལ་བསམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །སྐྱད་ཅིག་  
 སྐྱད་ཅིག་དགས་རྫོགས་ཤིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱད་ཅིག་སྐྱད་ཅིག་ལ་དགའ་

བ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་ཅིང་ངོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་དུས་ཀྱན་དུ་  
 བ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་སྤྱོན་པའི་འབྲས་བུ་མི་ཟད་པ་དག་གི་  
 འབྲས་བུ་ཅན་དུ་གྱུར་པས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱོར་ཞིང་བསྐྱབས་པར་འོས་ལ།  
 དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལྟར་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་གཏོང་  
 མོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ན། ཚུལ་བྲིམས་སྒྲིན་མེད་པ་ཡང་དག་  
 པར་སྒྲངས་པས། དེ་ནི་གཞན་པན་བདེ་སྦྱིད་པའི། །བདེ་འགོ་ཁོ་ནར་སྦྱེ་  
 བར་འགྱུར། །ཡང་ན་འདོད་པས་གཞན་དག་ཏུ། །གཞན་པན་བདེ་བ་བསྦྱིད་  
 པར་སྦྱེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་ཡོངས་སུ་དག་པས་བདེ་འགོ་འབའ་  
 ཞིག་ཏུ་སྦྱེའི་ངན་སོང་རྣམས་སུ་མི་ལྟུང་ངོ། །ཡང་ན་བསམ་བཞིན་དུ་ངན་  
 འགོ་གཞན་དག་ཏུ་སྦྱེ་བ་ལེན་ཅིང་གཞན་དག་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བ་བསྦྱིད་  
 པའི་གནས་སུ་སྦྱེའི་བདག་ཉིད་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བའི་དོན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་དེ་དག་ཏུ་སྦྱེས་པ་ན་ཡང་། འགོ་བ་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ། །འཁོར་གཙུགས་  
 བརྟག་བཟོད་མཐའ་ཡས་དང་། །རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་སྒོ་ཀྱན་ནས། །བསོད་  
 རྣམས་ཚུ་བོས་ཡོངས་རྒྱས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་འགོ་བའི་གནས་དེ་  
 དག་ཏུ་ཡང་འཁོར་ཡིད་གཙུགས་པ་དང་། བརྟག་བཟོད་པ་དང་། མཐའ་  
 ཡས་པ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་ཞིང་། །རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་སྒོ་ཀྱན་ནས་ཚུ་བོའི་  
 རྒྱན་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། །སྤྱིན་པ་དང་།  
 ཚུལ་བྲིམས་དང་། བཟོད་པ་དང་། བཙོན་འགྱུས་དང་། བསམ་གཏན་དང་།  
 ཞེས་རབ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་དུག་གི་དགོ་བའི་རྒྱན་ཀྱི་སྒོ་

ཀུན་ནས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པར་  
འགྱུར་རོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྣམས་བཤད་བཞིན་ཏོ། །

དབང་པོ་རྣམས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སེམས་མཉེན་རྣམ་པར་མི་གཡེང་  
དང་། །ཤེས་བྱ་རྟོགས་དང་མཁས་པའི་སྒོ། །ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་དང་ལྟན་གྱུར་  
ཅིང་། །རི་སྤྱིད་འདོད་པའི་སྐྱལ་བར་གནས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ལ་སེམས་  
ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ཀུན་དུ་མི་འཕྲོ་བ་ཡོད་པ་དེ་ནི་སེམས་མཉེན་པ་དང་  
རྣམ་པར་མི་གཡེང་བ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
ཉིད་སྤང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་སོ་  
སོར་རྟོག་པའི་རྒྱས་པའི་སྒོ་ཆེ་རབས་བྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མ་ནས་གོམས་པར་  
བྱས་པ་དང་ལྟན་པ་ནི་ཤེས་བྱ་རྟོགས་པ་དང་མཁས་པའི་སྒོ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་  
པ་དང་ལྟན་པར་གྱུར་པ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལྟར་གྱུར་ཅིང་བསམ་གཏན་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་། སྟོམས་པར་  
འཇུག་པའི་སྟོབས་ཅན་དུ་གྱུར་པ་རི་སྤྱིད་འདོད་པའི་བསྐྱལ་བར་གནས་ཏེ།  
འདིས་ནི་དེའི་ཆེའི་ཆད་བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་པར་བྱིན་ཀྱིས་སྒྲོབ་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་ཆེ་ལ་དབང་བ་བསྟན་ཏོ། །གངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡིས། །ཉིང་  
འཇིན་ངེས་རྟོག་སྒོ་དང་ལྟན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་  
བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་ངེས་པར་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པས་སེམས་  
ལ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་མཐའ་ཡས་དག །རྒྱན་  
རྣམས་ཀྱིས་ནི་བརྒྱན་པར་བྱེད། ། ཅས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་

ཐམས་ཅད་བཀོད་པ་དུ་མའི་རྒྱན་གྲིས་བརྒྱན་པ་བྱིན་གྲིས་རྫོབ་པ་དག་ཀྱན་  
 ཏུ་སྟོན་པའི་ཚུལ་གྲིས་ཡོ་བྱད་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །བཟོ་དང་ལས་སྟོན་  
 འདུ་བྱེད་དང་། །ལས་གྲི་རྣམས་སྟོན་པར་ཏུ་སྟོན། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བཟོ་དང་  
 སྐྱུ་རྒྱུ་རྩལ་དང་ལས་དག་ཅི་འདོད་པར་ཀྱན་དུ་སྟོན་པ་དང་། །ལས་གྲི་རྣམས་པར་  
 སྟོན་པ་དུས་རིམ་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་བྱིན་གྲིས་རྫོབ་པ་ཀྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྲིས་  
 ལས་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །འགྲོ་ལ་པན་པ་སྐྱབ་འདོད་པས། །རིམ་ལྟར་འདོད་  
 པ་རབ་ཏུ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འགྲོ་བ་ལ་པན་པ་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་ནི་འགྲོ་བ་  
 ལ་པན་པ་བྱེད་པར་འདོད་པ་སྟེ། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་  
 སྟེ་བ་ཀྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྲིས་སྟེ་བ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་སྐྱུས་  
 ནི་གང་བ་ཡི། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་གྲིས་ཡོངས་སུ་གང་བ་ཀྱན་དུ་  
 སྟོན་པ་ཉིད་གྲིས་མོས་པ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །རིམ་ལྟར་འདོད་པའི་དུས་དང་  
 ནི། །ཞིང་དུ་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་སྟོན། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རིམ་ལྟར་འདོད་  
 པའི་དུས་དང་ཞིང་དུ་སངས་རྒྱས་གྲི་སྐྱུལ་པ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་  
 ཆུབ་པར་ཀྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྲིས་སྟོན་ལམ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡེ་ཤེས་  
 མིག་གིས་ཤེས་བྱ་ཡི། །དེ་ཉིད་ཐམས་ཅད་སྟོན་པར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་  
 ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པ་ཀྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་རྣམས་གཞག་  
 པ་ཉིད་རྫོགས་ཤིང་། །མིང་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་ས་ནི་

མཐའ་དང་དབུས་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་  
ལ་དབང་བ་བསྟན་ཏོ།། །།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བརྩ་  
གཉིས་པ།

དེ་ནས་གཞན་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱུལ་པ་མཐའ་  
ཡས་པ་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་པ་ནི་རྩ་འབྲེལ་ལ་དབང་བ་ཞེས་བརྗོད་དེ། རྩ་  
འབྲེལ་རྣམ་པར་འབྲེལ་པ་ཡིས། །མཐའ་ཡས་ཞིང་དག་གཡོ་བར་བྱེད། །  
གཡོ་བ་དག་ནི་རབ་དུ་འབྱུལ་བ་སྟེ། སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་  
དཔག་དུ་མེད་པའི་སྒྲིང་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་ཆེན་པོ་གངས་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམས་གཡོ་བའོ། །རྩ་འབྲེལ་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་སྟེ།  
རྣམ་པར་བརྩེ་བ་དང་རྣམ་པར་རོལ་པ་ནི་རྩ་འབྲེལ་གྱི་རྟེན་པ་ལེགས་པར་  
བསྐྱོམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་ཆོག་གས་སུ་བཅད་པ་བྱེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ནོ། །  
དུས་གཅིག་གམ་ནི་རིམ་ཡང་རུང་། །ལུས་ལ་འབར་དང་འབེབས་པར་  
བྱེད། །དུས་མཉམ་དུ་སྟོད་ནས་འབར་བ་དང་། སྤང་ནས་འབེབས་པར་བྱེད་  
པ་དང་། སྤང་ནས་འབར་བར་བྱེད་པ་དང་། སྟོད་ནས་འབེབས་པར་བྱེད་  
པའམ། དུས་ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་སྤང་པོ་ལྟར་འབར་བ་དང་། སྤྱིན་གྱི་སྤང་པོ་ཆེན་  
པོ་ལྟར་ཆར་འབེབས་པ་ཡང་ཐ་དད་དུ་བྱེད་པའོ། ། ཕྱོགས་ནི་མཐའ་ཡས་



ཀུན་དུ་ཡང་། །རང་གི་འོད་ཀྱིས་སྟོབ་རབ་བྱེད། །འཁར་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་  
 ཀུན་དུ་ཡང་རང་གི་ལུས་ལས་བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་ཉི་མ་དང་ཟླ་བའི་བས་ལྷག་  
 པར་ཀུན་དུ་བྱུང་བར་བྱེད་དེ། བཞེད་པ་ཅམ་གྱིས་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་འགྲོད་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར། དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པ་རབ་དུ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་དེ། རི་ལྷ་བྱར་ཞེ་ན། ལྷ་དང་མི་གང་དག་འདོད་པ་ལ་ཤིན་དུ་ཆགས་  
 ཤིང་ཞེན་ལ་བརྒྱལ་བ་རྣམས་འགྲོད་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་སྐྱོད་དང་བཅས་པའི་  
 མེ་འབར་བའི་སྤང་བ་ཤིན་དུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། གསོད་འདོད་པ་ཁྲིས་པའི་  
 བཞེན་གྱིས་སྐྱ་ཆེན་པོ་འདྲིགས་པ་དང་བཅས་པས་རལ་གྱི་དང་། འཁོར་ལོ་  
 དང་། སོག་ལེ་ལ་སོགས་པ་ཐོགས་ཤིང་སྤྲོད་རྗེ་མེད་པའི་གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་  
 བུ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུངས་པ་དང་། ཁྲ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་  
 རྣམས་དང་། འདྲིགས་པའི་སྐྱ་སྐྱོགས་པའི་འདྲིགས་སུ་བྱུང་བའི་བྲིའི་ཆོགས་  
 དང་། དཔག་ཆད་དུ་མ་ཅམ་གྱི་ཤིན་དུ་འབར་ཞིང་བསྐྱོལ་བའི་ཟངས་ཆེན་  
 པོ་དག་དུ་བཙོས་པར་གྱུར་པ་ན་དུད་མོ་དང་བཅས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཀྱ་ཙེ་ཆེན་པོ་དང་། རལ་གྱིའི་ནགས་ཆལ་དང་། མེ་མར་ལྷུར་  
 ཀྱི་འོབས་དང་། འཁལ་མ་རིའི་སྤྲོད་པོ་དང་། རོ་ལྷགས་དང་། ལུ་བོ་རབ་  
 མེད་དུ་བརྟུག་པ་དྲག་ཅིང་རྒྱབ་པའི་དཔྱུལ་བ་དང་། གཤེན་རྗེའི་འདྲིག་རྟེན་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞེན་དུ། ཆད་མེད་མད་བྱུང་  
 བསམ་མི་བྱུག། །ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་འོད་འབར་བ། །འདྲིག་རྟེན་རྩ་ལག་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས། །འཁོར་དང་བཅས་པའང་སྟོན་པར་བྱེད། །སྟོབས་དང་

མི་འཇིགས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་མད་དུ་བྱང་  
 བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་འོད་གྱི་གཟི་བརྗིད་ཅན་  
 རྣམས་དང་། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་གྱིས་བརྒྱན་པའི་འགྲོ་བའི་རྩ་ལག་ཏུ་  
 བྱུར་བ་རྣམས་དང་དགེ་སྦྱོང་དང་། དགེ་སྦྱོང་མ་དང་། དགེ་བསྟེན་དང་།  
 དགེ་བསྟེན་མའི་འཁོར་རྣམས་ཀྱང་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མཐུས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །  
 གསེར་དང་ནོར་བུ་བྱེད་ཅུ། །ལྷ་ཏིག་དོ་རྩེ་མཐོན་ཀ་ཆེར། །རི་བོའི་དབང་  
 པོ་ཆེ་རྣམས་དང་། །མེ་ཉིད་བགྱང་བར་བཞེད་པས་བྱེད། །གསེར་ལ་  
 སོགས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་དུ་རིན་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་བཞེད་པ་ཅམ་ཉིད་གྱིས་  
 བྱེད་དོ། །བཞེད་པ་ཅམ་ཉིད་གྱིས་སྟེག་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་གྱི་མེ་ཡང་  
 ཁ་བ་ལྟར་བསིལ་བར་བྱེད་དོ། །ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་ལུས་གྱིས་སྟུ། །དོ་རྩེ་  
 སོགས་ལ་མི་ཆགས་པར། །དོ་མཚར་བྱེད་ཅིང་སྐད་ཅིག་གིས། །སྟོགས་  
 ཀྱན་དུ་ནི་འགྲོ་ཞིང་འོང་། །ལུས་ཆེན་པོར་གྱུར་བ་ཉིད་གྱིས་རི་འབིགས་  
 བྱེད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་མི་ཐོགས་པར་སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་དོ་མཚར་དང་བཅས་  
 པར་སྟོགས་བརྩུ་དག་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་འོང་བ་ཡང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །རང་གི་  
 ལུས་སམ་རྩལ་སྤྲོད་ལ། །དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས། །ཡང་དག་  
 འཇུད་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ། །གནོད་པ་མེད་པའང་སྟོན་པར་བྱེད། །བདག་  
 ཉིད་གྱི་ལུས་གྱི་ནང་ཉིད་དུ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྣམས་  
 འཇུད་པར་བྱེད་པའམ། རྩལ་སྤྲོད་པ་གྱི་ནང་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དེ་  
 དག་འཇུད་པར་བྱེད་ལ། གང་དག་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དེ་དག་ལ་བརྟེན་

བའི་ལྷ་དང་། མི་དང་། དུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རྣམས་ལ་ཉམ་ང་བ་  
 དང་། གཞོན་པ་མེད་པར་ཡང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་རྣམས་  
 སྤར་བ་ཏུ། །སྤར་བ་དེ་ཡི་མཆོན་ཉིད་ཏུ། །བསྐྱུས་པའམ་ནི་རྒྱས་པར་  
 ཡང་། །བཞེད་པ་ཅམ་བྱེད་འོག་སྟེང་གྲང་། །བཞེད་པ་ཅམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱིས་ཁམས་རྣམས་སྐྱུད་པར་ཡང་བྱེད་དེ་རྩལ་སྤར་བ་དང་མཉམ་པར་བྱེད་  
 དོ། །དེ་ཉིད་རྒྱ་ཆེན་པོར་མོས་ན་ཡང་རྩལ་སྤར་བ་དེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཆོད་ཏུ་ཡང་བྱེད་དོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དེ་དག་ཉིད་  
 སྟེང་གི་ཆ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུར་ནས་འོག་གི་ཆར་བྱེད་དོ། །འོག་  
 གི་ཆ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུར་ནས་སྟེང་གི་ཆ་ཉིད་ཏུ་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆོད་འོད་དང་ཁ་  
 དོག་དང་། །དབྱངས་དང་སྒྲོད་ལམ་ཕུན་ཆོགས་གྱིས། །གདུལ་བྱ་འདུལ་  
 བར་འདོད་པའི་བྱིར། །ཆོངས་པ་ལ་སོགས་འཁོར་དུ་འགྲོ། །ཆོངས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་རྣམས་གྱི་ཆོད་དང་། འོད་དང་། ཁ་དོག་དང་། དབྱངས་དང་།  
 སྒྲོད་ལམ་རྣམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཉིད་གྱིས་ཆོངས་པའི་དབང་པོ་ལ་  
 སོགས་པའི་འཁོར་དུ་མཛོན་པར་འགྲོ་བར་བྱེད་དོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། སྐལ་  
 པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་གདུལ་བར་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །སྤང་བར་འགྱུར་ཞིང་  
 མི་སྤང་འགྱུར། །དེ་དག་འགས་གྲང་མི་ཤེས་དང་། །གཞན་གྱི་བྱིས་གྱིས་  
 གཞོན་པར་ཡང་། །བྱེད་དེ་སྟོང་རྗེས་བསྐྱུལ་བའི་བྱིར། །སྤང་བར་འགྱུར་བ་  
 ནི་རང་གི་ལུས་གསལ་པོར་སྟོན་པའོ། །མི་སྤང་བར་འགྱུར་བ་ནི་བསྐྱེབས་  
 པའམ། མི་མཐོང་བར་གྱུར་པ་སྟེ། དེ་དག་གཉི་ག་ཡང་བྱེད་ལ། ཆོངས་པ་

ལ་སོགས་པ་འགས་ཀྱང་གང་ནས་འོངས་པ་དང་གང་དུ་སོང་བར་གྱུར་པ་མི་  
ཞེས་པ་འོ། །གཞན་དག་གི་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་གཞོན་པར་ཡང་བྱེད། སྒྲིང་  
རྗེས་བསྐྱེལ་ནས་ང་རྒྱལ་བཅག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི། འགྲན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འགྲོ་བའི་གནས་ནི་བརྗོད་རྣམས་སྟ། །འགྲོ་  
བ་དབང་བྱས་དགོད་འདོད་པས། །སྟོབས་སོགས་ཀྱིས་ནི་དམན་པ་ལ། །  
སྟོབས་པའི་བདེ་བ་རབ་ཏུ་སྟེར། །འགྲོ་བའི་གནས་ནི་སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་སྟེ།  
དེ་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཆོག་གི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་དད་པ་ནི་གྲོང་བྱེར་ལ་  
སོགས་པ་སྟེ། འགྲོ་བའི་གནས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དེ་དག་ཏུ་སྟེ་ཐོ་  
བསམ་པ་རི་ལྟ་རི་ལྟ་བུར་ཡོད་པ་རྣམས་དབང་དུ་བྱས་ནས་འགོད་པར་བྱེད་  
དོ། །གང་དག་དེ་ན་སྟོབས་པ་དང་འཇིན་པ་དང་སྟོས་པོངས་པ་དེ་རྣམས་ལ་  
སྟོབས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
དོ། །དཔྱལ་སོགས་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུངས་པ། །འོད་ཟེར་བཏང་བ་ལ་  
སོགས་ཀྱིས། །ཞི་བར་བྱེད་ཅིང་ལྟ་དབང་སོགས། །སྐྱལ་བ་མཉམ་པར་འགྲོ་  
བར་བྱེད། །ཆ་བའི་དཔྱལ་བ་བསྟེར་མེད་པ་དང་། ཡང་སོས་དང་། ཐེག་  
ནག་དང་། ཆ་བ་དང་། རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། བསྐྱས་འཛོམས་དང་། ཏུ་  
འབོད་དང་། ཏུ་འབོད་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱད་དང་། གང་བའི་དཔྱལ་བ།  
གས་པ་དང་། ལྷུང་ལ་ལྟར་གས་པ་དང་། ཀྱ་ལྷ་ཏ་ལྟར་གས་པ་དང་། བརྒྱ་  
ལྟར་གས་པ་དང་། བརྒྱ་ཆེན་པོ་ལྟར་གས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆ་བ་དང་། གང་  
བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ཉིན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་མ་ལུས་

པར་ཞི་བར་བྱེད་པའི་བྱིར། བསིལ་བ་དང་རྩོ་བའི་འོད་ཟེར་འབྱིན་པར་བྱེད་  
 དེ། འོད་ཟེར་དེ་དག་གིས་རེག་པ་ཅམ་གྱིས་དཔྱུལ་བ་དེ་དག་དེ་དག་ནས་  
 ཞི་འཕོས་ནས་ལྷའི་དབང་པོ་དང་། འཐབ་བྲལ་དང་། དགའ་ལྷན་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་དང་། སྐལ་བ་མཉམ་པར་སྐྱེ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །གཏུལ་བྱ་  
 རི་བཞིན་སྐྱུལ་བ་ཡི། །སྐྱུལ་བ་ཡིས་ནི་ཕྱོགས་བཀང་ནས། །བསྟན་པ་རིན་  
 ཆེན་ཆར་བབ་པས། །འཛིག་ཏེན་འདས་པའི་བདེ་བ་སྐྱེད། །གཏུལ་བྱ་གང་  
 དང་གང་ལ་སྐྱུལ་བ་གང་གིས་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པར་འགྱུར་བའི་ཉན་ཐོས་དང་།  
 རང་སངས་རྒྱས་དང་། བརྒྱ་བྱིན་དང་། ཆོངས་པ་དང་། འཛིག་ཏེན་སྦྱོང་བ་  
 དང་། དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་དང་། མེད་མེད་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུལ་བ་དེ་  
 དག་གིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཁྲབ་པར་བྱས་ནས་སྐྱུལ་བ་དེ་དག་ལས་བྱུང་  
 བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཆར་གྱིས་འཛིག་ཏེན་ལས་ཞིན་ཏུ་འདས་པའི་  
 དགའ་བ་བསྐྱེད་དོ། །དུས་གསུམ་ཆད་མེད་ལུས་ཉིད་དང་། །སངས་རྒྱས་  
 ཞིང་ནི་ཕུན་ཆོགས་དང་། །འཛིག་ཏེན་ཁམས་རྣམས་དཔག་མེད་རྣམས། །  
 འཛིག་པ་དང་ནི་འཆགས་པ་ཡང་། །འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་  
 ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་རྣམས་སུ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ལུས་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་པར་  
 བྱེད། ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་ཞིང་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་  
 སྒོ་བ་པར་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཆད་མེད་པ་རྣམས་དུས་སུ་མ་བྱིན་  
 པར་འཛིག་པ་དང་འཆགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་པར་བྱེད་དེ། འཛིག་པ་  
 རྣམས་ནི་འཆགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་པར་བྱེད་དོ། །རང་ལུས་བདེ་བར་

ག་ཤེགས་ཞིང་དུ། །དེ་ཡང་རང་ལུས་བདག་ཉིད་དུ། །རང་གི་ཞིང་ནི་བདེ་  
 ག་ཤེགས་སྐྱུར། །བཞེད་པ་ཅམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་ཆོབ། །རང་གི་ལུས་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བྱིན་གྱིས་ཆོབ་པར་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་ཡང་  
 རང་གི་ལུས་སྐྱུར་བྱིན་གྱིས་ཆོབ་པར་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པའི་སྐྱུར་བྱིན་གྱིས་ཆོབ་པར་བྱེད་དོ། །བ་སྐྱུའི་ཁུང་དང་འོད་ཟེར་  
 ལས། །ནམ་མཁའ་ལས་ནི་རོལ་མོའི་སྒྲ། །སྐྱུལ་པ་ཡིས་ནི་རབ་བཏང་ནས།  
 རྩོས་ན་དགའ་བར་འགྱུར་བས་ནི། །མཐར་ཐུག་པར་ནི་བྱུང་བར་འགྲོངས། །  
 ཀ་ལ་པི་རྒྱའི་སྐྱ་དབྱངས་ནི། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་སྒྲོགས་པ་ཡིས། །འཛིག་ཏེན་  
 རྩམས་ནི་གསུང་གིས་འགྲོངས། །རང་གི་ལུས་ཀྱི་བ་སྐྱུའི་ཁུང་བྱ་དང་འོད་  
 ཟེར་ལས་བྱུང་བའི་རྩ་དག་ལས་བརྒྱངས་པའམ། མ་བརྒྱངས་པར་ནམ་  
 མཁའ་ལས་བྱུང་བའམ། །སྐྱུལ་པ་སྐྱར་བསྟན་པ་དག་ལས་ངེས་པར་བྱུང་བ་  
 ནི་རྩོས་ན་ཡིད་དགའ་བ་དང་བྱུང་བར་བྱེད་ཅིང་འགྲོངས་པ་དང་། མཐར་  
 ཐུག་པར་བྱེད་པས་ན། མཐར་ཐུག་པ་དང་གསལ་བས་ན་བྱང་བ་དང་། ཀ་  
 ལ་པི་རྒྱའི་དབྱངས་སྟན་པ་དང་། སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དོན་གཟུང་བར་མི་  
 རུས་པ་དང་། དབྱངས་ཆེན་པོས་གསུང་བ་དང་། བྱང་པར་གསུང་བའི་  
 གསུང་དག་གིས་སོ། །ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེ་ན། འཛིག་ཏེན་རྩམས་ལ། མོས་པའི་  
 དབང་དང་དབང་པོ་བཞིན། །ཞི་བ་རོ་གཅིག་ཞི་བ་དང་། །གདུལ་བྱ་རྩམས་  
 ནི་གདུལ་བའི་བྱིར། ཆོས་འདི་རྩམས་ནི་གསུང་བར་མཛད། །མོས་པའི་  
 སྟོབས་དང་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་རུས་པ་དང་ཞི་བ་ཉིད་རོ་



གཅིག་པ་འདི་ལ་ཡོད་པས་ཞི་བར་རོ་གཅིག་པའོ། ། འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 སེལ་བ་དང་། སྐལ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡོངས་སུ་སྤྲོན་པར་བྱ་བའི་བྱིར་  
 ཆོས་རྣམས་པ་དུ་མར་སྟོན་པར་མཛད་པའོ། ། འདི་དག་ནི་རྩ་འབྲུལ་ལ་དབང་  
 བ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བདུན་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་  
 ལྟར་བསྟན་པའི་དབང་བཅུ་ལྔ་ཀྱེ་བྱ་བའི་སྤུངས་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས། མདོ་  
 སྡེ་དགོན་མཆོག་སྤྲོན་ལས་བྱེ་བྱག་རྒྱས་པ་ངེས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་  
 རས་གཞན་ཡང་མདོན་པར་ཤེས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དམན་དང་བག་ལ་  
 ཉལ་བཅས་དག་བདེ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་སོགས་དང་བཅས། ། དམན་དང་  
 འབྲིང་དང་མཆོག་རྣམས་དང་། ། ཡང་དག་གྲ་ཞོམ་སོགས་དེ་རྣམས། ། གང་  
 ལ་རི་ལྟར་རི་སྤྱོད་དུ། ། ལྷུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་འབྱུང་བ། ། དེ་རྣམས་དེ་  
 ལ་དེ་བཞིན་དང་། ། དེ་སྟེད་མང་རྣམས་རིག་པར་བྱེད། ། དམན་པ་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཉམས་པར་བྱས་པའོ། ། བག་ལ་ཉལ་  
 བཅས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། ། ཞེ་སྤང་དང་། ། གཉི་ལྷག་དང་། ། ང་རྒྱལ་  
 དང་། ། ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་བག་ལ་ཉལ་གྱི་བག་ལ་ཉལ་དང་བཅས་པའོ། །  
 དག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ལ་ཉལ་སྤངས་པའོ། ། སྦྱག་བསྐྱེད་གསུམ་  
 དང་བྲལ་བ་ནི་བདེ་བ་དང་བཅས་པའོ། ། དུས་དེ་སྤྱོད་པའི་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
 དང་ལྷན་པའོ། ། དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་སྦྱག་བསྐྱེད་དང་བཅས་པའོ། ། གཉི་  
 གཉི་རོ་བོ་ནི་སྦྱག་བསྐྱེད་དང་བདེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་བཅས་པའོ། ། དམན་པ་  
 ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དང་གཞན་དག་གྱང་ངོ་། ། འབྲིང་ནི་དེ་བས་མཐོ་བར་གྱུར་

པའོ། །མཚོག་ནི་དམ་པ་དང་མཚོག་དང་གྲའོམ་པའོ། །ཐེག་པ་གསུམ་ལ་  
 ཉུགས་པར་གྱུར་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་གྲའོམ་པའོ། །སྲིད་པ་ལ་མངོན་པར་  
 དགའ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གྲའོམ་པའོ། །སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ཡུལ་གང་  
 ལ་ཇི་ལྟར་དུས་ཇི་སྲིད་དུ་ཉུགས་པའི་སེམས་ཚུང་དུ་དང་ཡངས་པ་དང་ཆེན་  
 པོར་གཏོགས་པ་དང་། ཆད་མེད་པའི་དབྱེ་བས་སེམས་ཇི་ལྟ་བར་སྐྱེ་བར་  
 གྱུར་པ་དེ་ཐམས་ཅད་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་བྱེ་བྲག་དང་ཉུགས་པར་གྱུར་པའི་  
 བྱེ་བྲག་མང་པོ་དག་སྐད་ཅིག་ལ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །འདིས་ནི་གཞན་གྱི་  
 སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་བསྟན་ཏོ། །ལྟའི་མིག་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་  
 ཏེ། འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྐྱེ་བའི་ཡུལ་ཅན་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནོ།  
 དེ་ལ་ཤའི་མིག་དག་པ་ནི་སྤྲོ་མོ་དང་བསྐྱིབས་པ་དང་། རིང་བ་དག་ལ་ཐོགས་  
 པ་མེད་པར་འཇུག་ཅིང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 དེས་རིག་པ་དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །ལྟ་དང་སྒྲུལ་པ་སྤྲོ་མོ་དང་། །དེ་ལས་  
 བསྐྱོག་པར་གྱུར་པ་དག །ཀྱན་དུ་གཟུགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ལྟ་ཡི་མིག་  
 གིས་དེ་དག་མཐོང་། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ལྟའི་མིག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཤེས་སོ། །གང་ཡང་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ལྟའི་མིག་དེ་ནི་བྱང་ཚུབ་  
 སེམས་དཔས་རབ་ཏུ་ཤེས་ཏེ། ལྟའི་གནས་ཀྱི་གཟུགས་རྣམས་ཀྱང་མཐོང་  
 རོ། །སྒྲུལ་པ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་དབྱ་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིའོ། །སྤྲོ་  
 མོ་ནི་རྩལ་སྤྲོ་རབ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་སྤྲོ་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་བསྐྱོག་པ་སྟེ། མི་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་། དཔྱུལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས་

ལ་སོགས་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་གནས་སོ། །མ་སྐྱུལ་པ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་ཡང་  
 དག་པར་བྱུང་བའོ། །རགས་པ་ནི་ལྷན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷག་མ་མ་ལུས་པའི་གཟུགས་དེ་དག་རྣམས་ལྟའི་  
 མིག་གིས་མཐོང་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནི་ལྟའི་མིག་ཅས་བསྟན་ཏོ། །ལྷ་  
 དང་འཕགས་པ་བཞེད་དང་སྐྱུལ། །གསལ་པོའི་སྐྱ་དང་མིར་བཅས་པ། །རིང་  
 ན་གནས་དང་བསྐྱོག་པ་དག། །ལྷ་ཡི་རྣ་བ་འདི་ཡིས་ཐོས། །ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་  
 ནི་ལྷ་ཡིན་འོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པས་བརྗོད་པ་ནི་འཕགས་པའི་འོ། །འོག་  
 མིན་ཀྱི་པོ་བྱང་ན་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་སྐྱ་ལས་རབ་  
 ཏུ་བྱུང་བའི་བཞེད་པའི་སྐྱ་ནི་བཞེད་པ་སྟེ། སྤོང་པོ་བཞེད་པ་ལས་བསྟན་ཏོ། །  
 འཛམ་གྱུའི་སྤྱིང་ལ་སོགས་པར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་སྐྱུལ་པའི་སྐྱའོ། །གསལ་བ་ནི་ཡི་གེ་གསལ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ངེས་པའི་ཆོག་གིས་གསལ་བའོ། །སྤྱིང་བཞི་པར་བྱུང་བ་ནི་མི་  
 རྣམས་ཀྱི་འོ། །ཐ་མལ་པའི་རྣ་བའི་དབང་པོའི་ལམ་ལས་འདས་པ་ནི་རིང་  
 བའོ། །མི་གསལ་བ་དང་ཉེ་བ་ནི་བསྐྱོག་པའོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལྟའི་རྣ་  
 བའི་ཁམས་ཀྱིས་འདིས་ཐོས་པར་འགྱུར་འོ། །ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་  
 པ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

སྒྲོན་ཀྱི་གནས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། །སེམས་ཅན་རྣམས་དང་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི། །མིང་དང་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །བྱོན་ཞིང་གཞན་དག་  
 གི་ཡང་བྱན། །དེས་སྐྱེ་བ་གཅིག་ཀྱང་རྗེས་སུ་བྱན་པ་ནས་སྐྱེ་བ་སྒྲོང་ཕྱག་དུ་

མའི་བར་ཡང་རྗེས་སུ་བྲན་ཏེ། བདག་གི་མིང་ནི་འདི་ཞེས་བྲ། བདག་འདི་  
 དག་ཏུ་ནི་སྐྱེས། བདག་གི་རིགས་ནི་འདི་ཞེས་བྲ། བདག་གི་ཆེ་འཆད་ནི་  
 འདི་སྒྲིང་དུ་གནས། ཁ་ཟས་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོས། བདེ་བ་དང་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཉམས་སུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེས་བྲ། བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།  
 དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་གི་ཡང་བྲན་པར་བྱེད་དེ། འདི་ནི་སྒྲིང་གི་གནས་  
 རྗེས་སུ་བྲན་པའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྲའོ། །ཐ་དད་འགྲོ་བའི་འདོད་པ་  
 དང་། །མི་འདོད་ལས་འབྲས་སྒྲིང་གས་གནས། ། འཆི་དང་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་  
 རྣམས། །ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་རིག་པར་འགྱུར། །སྟ་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་།  
 མི་དང་། དམུལ་བ་དང་། རྒྱུ་ལ་སོང་དང་། ཡི་དྲགས་རྣམས་ཉེས་པར་སྤྱད་  
 པ་དང་། ལེགས་པར་སྤྱད་པ་རྣམས་པ་དུ་མའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱོད་པ་  
 དང་འཆི་བ་སྟེ། གནད་སྐྱོད་པའི་སྤྱིད་པ་ལ་གནས་པ་དང་། འཕོ་བ་སྟེ་སྤྱིད་  
 པ་བར་མ་ན་གནས་པ་དང་སྐྱེ་བ་སྟེ་ཉིང་གི་མཆམས་སྤྱོད་པའི་སྤྱིད་པ་ལ་  
 གནས་པ་དང་། ས་སྒྲ་ས་སྟེང་གི་ལུས་ཅན་མ་ལུས་པའི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་  
 མཐོང་བ་འདི་ནི་སྐྱོད་པའི་སྤྱིད་པ་ལ་གནས་པ་དང་། འཕོ་བ་སྟེ་སྤྱིད་  
 པ་བར་མ་ཡོད་པར་སྐྱེ་བ་རྣམས་བར་མ་དོན་ཡང་གཟུགས་སྤྱོད་པ་ཡོད་  
 པར་འདོད་པས། སྤྱོད་པསྟན་པའི་གཟུགས་མཐོང་བའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་  
 བསྟན་པས་བྱུང་ལ། གང་དག་སྤྱིད་པ་བར་མ་དོན་མི་འདོད་པ་དེ་རྣམས་ལ་ནི་  
 སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མཐོང་བའི་ཤེས་པ་དག་པ་བསྟན་ཏོ། །ད་ལྟར་ནི་  
 ཡིད་ཀྱིས་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་མཐོང་སྟེ། པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་བཞིན་

ནོ། །དེ་དག་གཉི་ག་ཡང་ཉེ་བར་བསྐྱས་ནས་ལྷའི་མིག་གི་མངོན་པར་ཤེས་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མདོ་ལས་བསྟན་ཏོ། །མིག་ལྔ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ལས་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནི་ཤའི་མིག་གོ། །འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་ཅན་ནི་  
 ལྷའི་མིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་དབྱེ་བ་བྱས་སོ། །དེ་ནས་གཞན་ཡང་རྩ་འབྲུལ་གྱི་  
 མངོན་པར་ཤེས་པ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་དཔག་  
 མེད་དུ། །འདི་ཡིས་གདུལ་བྱ་གདུལ་བའི་ཕྱིར། །དགའ་ལྷན་གནས་འཕོས་  
 འཇུག་པ་དང་། །ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་སྟོན། །སེམས་དང་། བཙུན་  
 འབྲས་དང་། འདུན་པ་དང་། སྦྱོད་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ཞེས་བྱ་བ་རྩ་འབྲུལ་  
 གྱི་རྒྱུ་ལ་གོམས་པར་བྱས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུར་པས་ས་བཅུའི་དབང་  
 རྒྱུ་དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་སྦྱོད་ཡུལ་ལ་གནས་པས་གང་  
 གྲུའི་སྒྲུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་དང་མཉམ་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྣམས་སུ་  
 སངས་རྒྱས་མཐོང་བས་གདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་གདུལ་བའི་ཕྱིར་  
 སྦྱུལ་བ་སྦྱུལ་ཏེ། གང་དགའ་ལྷན་གྱི་གནས་ན་གནས་པ་དང་། འཕོ་བ་དང་།  
 བསྟམས་པ་དང་། བཟོའི་གནས་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་དང་། བཅུན་མོའི་  
 འཁོར་ན་བཞུགས་པ་དང་། མངོན་པར་འབྱུང་བ་དང་། དགའ་བ་སྦྱོད་པ་  
 དང་། བདུད་འདུལ་བ་དང་། མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
 ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྦྱངས་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོ་དང་། དམ་པའི་  
 ཆོས་གནས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སྟོན་  
 པར་མཛད་དོ། །ཡང་གང་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་

འདོད་པ་དེ་དག་ལ་ནི། རང་གི་འདོད་པས་དཔག་མེད་པའི། །འཇིག་རྟེན་  
 ཁམས་ཀྱི་རྩལ་མཉམ་བ། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ཡང་དེ་སྟེད་དུ། །སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱང་དེ་སྟེད་ཀྱི། །གདུལ་བྱ་ཐབས་ཀྱིས་སྦྱུལ་པ་ནི། །རང་གི་ཞིང་  
 རས་མ་གཡོས་པར། །རང་གི་འདོད་པར་བྱས་སྦྱུལ་བ། །རེ་རེ་ལས་ཀྱང་  
 དེ་སྟེད་ལག། །དེ་སྟེད་པ་ཡི་མགོ་ལས་སྟེ། །སོ་སོ་ཀུན་ནས་དེ་སྟེད་སྟོ། །  
 རང་གི་ཞིང་རས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་  
 ཁམས་ན་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་སྟེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམས་  
 བ། །སེམས་ཅན་དེ་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས་གདུལ་བྱ་ཐབས་ཀྱིས་སྦྱུལ་པའི་བྱས།  
 རང་གི་འདོད་པར་སྦྱུལ་པ་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་གངས་དེ་སྟེད་ཀྱི་ལག་པ་དང་དེ་  
 སྟེད་ཀྱི་མགོ་དང་མགོ་སོ་སོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དེ་སྟེད་ཀྱི་སྟེ་སྦྱུལ་རྟོ། །ལག་པ་དེ་  
 དག་གིས་གཟུང་བའི། །མེ་རྟོག་ངེས་བཀའ་སྒྲ་ཆོགས་པ། །གང་གྲུའི་སྒྲུང་  
 གི་བྲེ་མ་སྟེད། །སྒྲུན་པོའི་ཆད་ཅམ་ངེ་སྟོ་ཞིང་། །རྒྱས་པ་མཆོག་བཟང་ངེ་  
 དག་དང་། །ངེ་གང་དག་སྟོགས་ཀུན་ཏུ་བྱུང་པ་དེ་དག་ནི་ངེ་སྟོ་བའོ། །མང་  
 བ་དང་མཆོག་དང་བཟང་བ་ངེ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱས་པ་མཆོག་བཟང་ངེ་  
 སྟེ། ཆད་ནི་རི་རབ་ཀྱི་ཆད་ཅམ་མོ། །གངས་ནི་གང་གྲུའི་སྒྲུང་གི་བྲེ་མ་སྟེད་  
 དེ། །ངེས་བཀའ་བ་དང་། མེ་རྟོག་གིས་བཀའ་བ་དག་གོ། །རྫོགས་སངས་  
 རྣམ་པར་སངས་རྒྱས་དག་འགྲོ་ལ་པན་པ་བྲེད་པའི་མཆོག། །ཤིན་ཏུ་གུས་  
 པས་མཆོད་པར་བྲེད། །ལན་ཅིག་མིན་པར་བསྟོད་པས་བསྟོད། །ཡང་དག་  
 པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པས་རྫོགས་སངས་དག་དང་། མི་ཤེས་པའི་གཉིད་



སངས་བས་ན། སངས་རྒྱས་དག་ལ་འགྲོ་བ་ལ་པན་བ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱི་  
 སྒྲོན་ལམ་བྱ་བར་འདོད་པས་དེའི་ཕྱིར་མཆོད་བ་བྱེད་དེ། གྲུས་བ་ཆེན་པོ་  
 དང་ལྷན་བས། དེས་སྐྱུལ་པའི་ལུས་ཀྱིས་ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 དེ་དག་གི་སྡེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱན་མི་འཆད་པར་སྒྲན་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་  
 བཟོད་པས་སྟོད་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་། རིན་ཆེན་གདུགས་དང་སྒྲ་རེ་  
 སོགས། །ཕྱ་ཉིག་བྱ་བས་ཡོངས་བརྒྱན་པ། །ཆོད་མེད་རིན་ཆེན་སྐྱ་གུ་  
 ལས། །མཆེ་བ་ལྷ་བྱའི་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །མཐོན་ཀ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 རང་བཞིན་གདུགས་དང་། སྒྲ་རེ་དང་། རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཕྱ་  
 ཉིག་གི་བྱ་བས་བརྒྱན་པ། ཐ་མལ་པའི་ཆོད་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པ། འོད་དང་  
 བཅས་པ་འཕྲོ་བ་ལྷ་བྱར་གནས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ལས། འོད་ཟེར་ཉིད་  
 སྐྱ་གུ་ལྷར་གྱུར་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་མཆེ་བ་ལྷར་གྱུར་པའོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་གི་  
 བསྐྱུགས་པ་བཟོད་པ། སྟེང་གཡོགས་ཀ་བ་འབར་བས་དགའ། །ཕྱ་ཉིག་  
 སྟེང་བ་འཕྱང་བ་དང་། །རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་དུ་མ་ལས། །སྒྲ་ཆོགས་ལས་  
 ཀྱིས་བཟོ་སྐྱར་པ། །སྟེང་གཡོགས་དང་ཀ་བ་འབར་བ་གང་ལ་ཉམས་དགའ་  
 བ་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྟེང་གཡོགས་ཀ་བ་འབར་བས་དགའ་བའོ། །གང་ལ་ཕྱ་ཉིག་  
 སྟེང་བ་འཕྱང་བའི་ངང་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཕྱ་ཉིག་སྟེང་བ་འཕྱང་བའོ། །དེ་  
 ཡང་རྣམ་པ་དུ་མའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོགས་ལས་མངོན་པར་འདུས་བྱས་པ་གང་  
 ལ་ལས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་བཟོ་སྐྱར་བ་ཡོད་དེ་དེ་ནི་སྒྲ་ཆོགས་ལས་ཀྱིས་བཟོ་  
 སྐྱར་བ་སྟེ། དེ་ལ་གསེར་ལས་བྱས་པའི་ཡ་གད་མཛེས་པ་དང་། འདུག་

སྟེགས་ལ་སོགས་པས་མངོས་པར་བརྒྱན་པའོ། །རིན་ཆེན་འབར་བའི་  
གཞལ་ཡས་ཁང་། །འོད་ཟེར་སྒྲོན་མ་བརྒྱ་སྟེང་འབར། །ཤིན་ཏུ་མཐོ་བ་  
མཁའ་མཉམ་པ། །རིན་ཆེན་འོད་གིས་སྟེགས་བྱས་བྱེད། །གཞལ་ཡས་ཁང་  
ནི་གནས་ཀྱི་བྱང་པར་རོ། །རིན་པོ་ཆེ་འབར་བ་རྣམས་ཀྱི་འོད་ཉིད་ནི་སྒྲོན་  
མ་སྟེ། དེ་དག་བརྒྱ་སྟེང་རྟག་ཏུ་འབར་བས་མདངས་དང་ལྡན་པ་ནི་འབར་  
བའོ། །མཐོ་བྱང་ནམ་མཁའ་ལ་རེག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བ་མཁའ་མཉམ་མོ། །  
འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་འོད་ཁ་དོག་དུ་མས་སྟེགས་བྱས་པར་བྱེད་  
པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་མཆོད་པས་མཆོད་པར་བྱེད་དོ། །གང་ལ་ཞེ་ན།  
རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཞེས་བྱ་བར་འབྲེལ་རྟོ། །དེ་ཡིས་རྣམ་གྲངས་དུ་  
མ་ཡིས། །བསྟན་པ་རྟག་ཏུ་མཁས་པ་དེས། །ཐོས་ནས་གྲུས་པས་གཞན་  
དག་ལ། །ལྷག་ཆད་མེད་པའི་ཡི་གེས་སྟོན། །མཁས་པ་ལེགས་པར་  
བསྐྱབས་པ་དེས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གིས་རྣམ་པ་དུ་  
མས་བསྟན་པ་རྣམས། །ཡང་དང་ཡང་དུ་མཉན་ནས་ཐོས་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
ཐོས་པ་བཞིན་དུ་ཡི་གེ་ལྷག་ཆད་མེད་པས་གཞན་དག་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །  
བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་དཔག་མེད་པ། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་སྟོབས་ཀྱིས་  
འཕགས། །པ་རོལ་ཕྱིན་རྣམས་པ་རོལ་ཕྱིན། །འདི་ནི་འདི་ལྟར་སྐྱེས་བྱ་  
མཆོག། །དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་པར་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཕགས་ཤིང་ཇི་སྟེང་བསྟན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
བཅུ་པོ་རྣམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དེ་ནི་མའི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཞིག་བྱེད་

ཅེན། སྒྲུལ་པ། རྫོགས་སངས་ཉི་མར་གྱུར་ནས་ནི། །གདུལ་བྱའི་སེམས་  
 ཅན་བརྒྱའི་མཆོ། །བསྟན་པའི་འོད་གྱིས་རྒྱས་པར་བྱེད། །དྲི་མ་མེད་པས་དྲི་  
 མ་སྦྱོང་། །པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་རྣམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སོང་ནས་འདོད་པ་ཅམ་  
 ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་རྟོགས་པར་མཛད་དེ། དེ་ནས་ནམ་འདོད་པ་ན་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་རིའི་ཅེ་མོའི་སྦྱོང་ཡུལ་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉི་མར་  
 གྱུར་ནས་གདུལ་བྱའི་སྦྱེ་བོ་བརྒྱའི་འབྱུང་གནས་ལ་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པ་  
 གསུང་གི་འོད་ཟེར་རང་བཞིན་དྲི་མ་མེད་པ་སྦྱོང་གིས་གདུལ་བྱའི་ཡིད་ཀྱི་  
 གཏི་ཐུག་སེལ་བར་བྱས་པས། སྟོན་ལམ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མདོན་པར་སང་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ། གངས་སྤང་བསེལ་བའི་འོད་ཟེར་དང་། །ཅན་  
 པས་ལྷག་གསུང་གི་ཆུས། །ལུས་ཅན་ཡིད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མེས། །རབ་ཏུ་  
 གདུངས་བ་ཞི་བར་བྱེད། །གངས་ལ་སོགས་པས་ཞི་བར་བྱས་པའི་ཆ་བ་ནི་  
 རྒྱུན་རྟེན་ནས་སྤར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
 གསུང་གི་ཆུས་ཤིན་ཏུ་ཞི་བར་བྱས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མེའི་གདུང་བ་ནི་  
 གཏན་མི་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ནི་བྱང་པར་དུ་འཕགས་  
 པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་དེ་དག་གིས་དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནས་  
 བཟུང་ནས་ངེ་ལྟར་བདག་ཀྱིས་ནས་སེམས་ཅན་མ་ཀྱིས་བ་རྣམས་བསྐྱེད་  
 བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ལམ་དེ་འདིས་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། སྦྱེ་བའི་  
 འཁོར་བའི་དབའ་སྦྱོང་ཅན། །འཆི་བའི་ཆུ་སྤོན་བཅས་མཆོ་ལས། །ཐེག་པ་

གསུམ་གྱི་བྱ་ཆེན་གྱིས། །འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་སྐྱར་དུ་སྒྲིལ། །འགྲོ་བ་འདི་དག་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྐྱེ་ཞིང་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྒྲ་ཆོག་གས་གྱི་  
 རྒྱབས་དང་། །འཆི་བའི་ཚུ་སྤྱོད་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱོར་བའི་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
 མཆོར་རྒྱབ་པ་ལས། །སྐྱར་དུ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་བྱ་བོ་ཆེ་དག་གིས་བསྐྱལ་ནས་བཅིངས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའི་སྒྲིང་དུ་འགོད་པར་བྱེད་དོ། །བདག་གི་ལེགས་བཤའ་ཚུ་རྒྱན་གྱིས། །  
 ཐོག་མེད་དུས་གྱི་འགྲོ་བ་རྣམས། །ཤིན་ཏུ་སྒྲོམ་པ་སེལ་བར་བྱེད། །ཡོན་  
 ཏན་གྱིས་པོངས་ཀྱང་སེལ་བྱེད། །ཤིན་ཏུ་ཡོན་ཏན་གྱིས་དབུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་  
 སྤེད་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ལ། །དེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མཐུན་  
 པའི་ལེགས་པར་བཤའ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་དུ་མ་དག་གིས་སྤྱིད་པའི་སྤྱིད་  
 པ་དག་རྣམ་པར་གཙོད་པར་བྱེད་ཅིང་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 རོར་རྣམས་སྐྱེད་དུ་བཅུག་ནས་ཤིན་ཏུ་དབུལ་བ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །འདིས་  
 བློ་ལམ་མཁན་ཆེན་པོ་སྐྱར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། །སྤྱིད་པའི་དགོན་པར་ལམ་སྟོར་  
 བས། །མ་རིག་པས་བསྐྱེབས་ལམ་སྟོན་བྱེད། །འགྲོ་རྣམས་ཤེས་རབ་མིག་  
 བྱེད་ནས། །ཟླ་ངན་འདས་པར་བྱིན་པར་བྱེད། །རང་གི་ལས་ཀྱི་བདག་ཉིད་  
 གྱིས་འཁོར་བའི་དགོན་པ་ཐ་དད་དུ་ཡོངས་སུ་འཁོར་བར་གྱུར་ཅིང་མི་ཤེས་  
 བས་བསྐྱེབས་པས་ལམ་ལ་མི་མཁས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ལམ་ཉེ་བར་  
 བསྟན་ཏེ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་བྱེད་ནས་ཟླ་ངན་ལས་འདས་པའི་གྲོང་  
 ཁྲིའི་དུ་འཁྲིད་པར་བྱེད་དོ། །འདི་ནི་དུག་གིས་ཟིན་པ་ལའང་སེལ་བ་ལ་

མཁས་པའི་སྒྲོན་པ་བཞེན་དུ་སྟོན་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྐྱུལ་གདུག་མཆེ་བས་  
 བཏབ། །རང་ལ་པན་པའི་ཐབས་ལས་རྒྱལ། །ཡེ་ཤེས་སྒྲོན་ནི་ཡང་དག་  
 ལ། །རིག་པ་བསྟན་པས་འགྲོ་རྣམས་གསོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 གྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུལ་གདུག་པའི་མཆེ་བས་བཏབ་པར་གྱུར་  
 ལ། །རང་ལ་པན་པར་བྱ་བ་ལས་རྒྱལ་ཞིང་མ་ཤེས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་ཉིད་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
 ཉིད་ནི་རིག་པ་ཡང་ཡིན་ལ་སྒྲོན་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་དེ་གསོ་བར་  
 བྱེད་དོ། །འདིས་ནི་དེ་སད་པར་བྱེད་པའི་རོལ་མོ་བརྟུངས་པ་དང་འབྲ་བར་  
 བསྟན་ཏེ། སྲིད་པར་མགོན་མེད་སྟོག་ཆགས་རྣམས། །ཡུན་རིང་གཉིད་  
 ཀྱིས་ལོག་པ་ལ། །བསྟན་པ་རྩ་ཡི་སྐྱེད་གཤིག་། །སྟོང་རྩེ་ཡིས་ནི་སད་པར་  
 བྱེད། །སད་པར་བྱེད་པའི་བདག་པོ་མེད་པར་འགྲོ་བ་རྣམས་འཁོར་བའི་བྱིམ་  
 རྣམས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་རིག་པའི་གཉིད་ཀྱིས་ལོན་པར་གྱུར་པ་ལ་  
 སྟོང་རྩེ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པས་དམ་པའི་ཆོས་བསྟན་པའི་རྩ་བརྟུངས་པའི་སྐྱེས་  
 སད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་གྲོལ་བར་བྱས་ནས། ཡུན་རིང་འཁོར་  
 བའི་བཅོན་ར་ན། །སད་པའི་ལྷགས་སྟོག་གིས་བསྐྱམས་ལ། །བདུད་བཞི་  
 ལས་ནི་རྒྱལ་བྱས་ནས། །བཅིངས་པ་ལས་ནི་གྲོལ་བར་བྱེད། །སྲིད་པ་རྣམ་  
 པ་དུག་གི་ལྷགས་སྟོག་གིས་ཡུན་རིང་དུ་འཁོར་བར་སེམས་བཅིངས་པའི་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་སྲིད་པའི་བཅིངས་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་དོ། །རི་ལྟར་ཞེ་  
 ལ། རྩེ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱིས་ནི་སྤང་བའི་བདུད་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་

དོ། །སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། འཆི་བདག་ལས་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་ལོ། །བྱམས་པས་ནི་ལྷ་འི་བྱའི་བདུད་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །ཤེས་  
 རབ་གཅིག་ལྷ་བདུད་ཅི་དང་འདྲ་བ་ཆོམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེས་ན།  
 བྱིན་ཟེ་འཇམས་པ་མེད་པ་བཞིན། །ལྷ་དང་མི་ཡི་ཡུལ་དག་གིས། །ཤེས་རབ་  
 བདུད་ཅི་འི་བྱི་བཟང་པོས། །ལུས་ཅན་རྣམས་ནི་ཆོམ་པར་བྱེད། ། ཅེས་བྱ་  
 རྟེ། །ཤིན་ཏུ་འབར་བར་གྱུར་པའི་མེ་ནི་དི་ལྷ་དི་ལྷར་ཤིང་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་  
 དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་ཤིན་ཏུ་ཆེར་འབར་བར་འགྱུར་གྱི་ཞི་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ལྷ་དང་མིའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་  
 རྣམས་ལ་དི་ལྷ་དི་ལྷར་ཞུགས་པ་དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་སྤེད་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་དག་རྣམས་ལ་འདིའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་རོས་ཆོམ་པར་བྱེད་དོ། །  
 འདིས་ནི་སང་གི་དང་འདྲ་བར་སྟོན་ཏེ། འཁོར་དུ་སྒྲིང་ཉིད་སང་གི་ཡི། །སྒྲིང་  
 ཆེན་སྒྲིང་ནི་བསྐྱེད་པ་ཡིས། །གདུལ་དགའ་ལྷ་སྟེགས་སྟོས་པ་ནི། །ཤེས་  
 པས་སྟོས་པའི་ང་རྒྱལ་སེལ། ། བྱིན་ཅི་ལོག་གི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་ཆེ་  
 བར་སེམས་པ་གཞན་སུས་ཀྱང་གདུལ་བར་མི་རུས་པའི་ལྷ་སྟེགས་ཉིད་ནི་  
 སྒྲིང་ཆེན་སྟོས་པ་སྟེ། མི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཤེས་པར་ང་རྒྱལ་བས་སྟོས་  
 པ་ཡིན་ལ་དེ་བསལ་བའི་བྱིར་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་འདུས་པའི་ནང་དུ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ནི་  
 སང་གའི་སྒྲིང་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། དེར་དེ་སྟོགས་པ་ནི་གང་གིས་ལྷ་སྟེགས་བྱེད་  
 གྱི་སྒྲིང་པོ་ཤེས་པས་སྟོས་པ་སངས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་ཏེ། ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབས་སྟོན་



བ་ཡིན་ནོ། །ད་ནི་ཡོངས་སྒྱུད་རྫོགས་པ་དང་སྐུལ་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
 སྐུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དབང་པོ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལ། །འདོམ་གང་འོད་གྱིས་  
 ཀུན་དུ་བསྐྱོར། །གཟུགས་གནས་འབར་བ་ཡོངས་རྫོགས་པའི། །མཆན་  
 དང་དཔེ་བྱད་རྣམས་ཀྱི་དཔལ། །དཔལ་ཉིད་རྒྱན་དུ་གྱུར་བ་ཡི། །ཡིད་དང་  
 མིག་ནི་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །གཟུགས་ནི་མཉམ་པའི་གཟུགས་མེད་པ། །  
 མཛེས་པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། །ལེགས་པར་སྐྱུད་པ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པའི་བཟོ་བརྒྱས་བསྐྱབས་པའི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་ནི་ཆོན་  
 རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ཐེང་བས་བྲིས་པའི་ལྷའི་བདག་པོའི་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་  
 འོད་འདོམ་གང་གིས་བསྐྱོར་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱོན་པའི་ཡུལ་ལས་མ་གཡོས་  
 པའི་ཉམས་པ་མེད་ཅིང་མདངས་འབར་བའི་མཆན་དང་དཔེ་བྱེད་ཀྱི་དཔལ་  
 རྣམ་པར་འཛིན་པ། རང་གི་དཔལ་ཉིད་གྱིས་བརྒྱན་པར་གྱུར་པ། ཡིད་དང་  
 མིག་འཕྲོག་པ། དཔེ་མེད་པའི་སྐུ་གཞན་གྱི་གཟུགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
 མཛེས་པ། ཟེལ་གྱི་གཞོན་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་སྐུའི་དབང་དང་སྟོན་  
 ཀྱི་སྟོན་ལམ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའོ། །འདིས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་དེ་དག་ལས་  
 ཡང་དག་པར་བྱུང་བ་དེ་སྟོན་ཏེ། དེ་ཡིས་རྣམ་པ་དྲུག་ཅུ་དང་། །ལྷན་པའི་  
 གསུང་དང་ཆོ་འབྲུལ་དང་། །བཅས་པས་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི། །ལ་སོགས་ཡིད་  
 ནི་དགའ་བར་བྱེད། །རྩ་འབྲུལ་དང་། ཀུན་བརྗོད་པ་དང་། །རྗེས་སུ་བསྐྱོན་པ་  
 དང་། །ལྷན་པ་ནི་ཆོ་འབྲུལ་དང་བཅས་པ་སྟེ། འདིའི་རྩ་འབྲུལ་ནི་བྲབ་པ་དང་།  
 །སྐྱོན་པ་དང་། །ཐབ་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཀུན་བརྗོད་པ་ནི་བྱ་དང་། །བྱ་མོ་ལ་

སོགས་པ་ཆེ་རིང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་དང་། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལས་  
 འདི་དག་ལས་འགོ་བ་དུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་བྱང་བར་གྱུར་ཏོ། །འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དུས་འདི་སྤིད་དུ་འཁོར་བར་གནས་ནས་ཐར་པ་སྐྱབ་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ནི་ཡང་འདི་ནི་ཆོས་སོ་འདི་ནི་  
 ཆོས་མ་ཡིན་པའོ། །འདི་ལ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་ནི་བསྐྱབ་པར་མི་  
 བྱའོ། །ཆོས་འདི་དག་ནི་སྤིད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པའོ། །ཆོས་འདི་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་སྟེ། དཔ་  
 བ་ཉི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པའི་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །གསུང་དབྱངས་རྣམ་པ་  
 དུག་ཏུ་དང་བཅས་པ་ནི་གསུང་དབྱངས་རྣམ་པ་དུག་ཏུ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། རྣམ་  
 པ་དུག་ཏུ་དང་ལྡན་པ་གང་དག་ཅེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། མཉམ་པ་དང་། འཇམ་པ་  
 དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། ཡིད་དུ་འཐད་པ་དང་། དག་པ་དང་། བྲི་མ་མེད་  
 པ་དང་། འོད་གསལ་བ་དང་། སྟན་ཅིང་འཇེབས་པ་དང་། མཉམ་པར་འོས་  
 པ་དང་། མི་ཚུགས་པ་དང་། སྟན་པ་དང་། དུལ་བ་དང་། མི་རྩལ་བ་དང་།  
 མི་བརྒྱང་བ་དང་། རབ་ཏུ་དུལ་བ་དང་། རྣམ་སྟན་པ་དང་། ལུས་ཆིམ་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཆིམ་པར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲིང་དགའ་བར་བྱེད་པ་དང་།  
 དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་སྦྱིད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་གདུང་བ་མེད་པ་དང་། ཀུན་  
 ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། རྣམ་པར་གསལ་བ་  
 དང་། དགའ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་དགའ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་

ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། རིགས་པ་དང་  
 ལྷན་པ་དང་། འབྲེལ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་། རྒྱུ་ལེན་སྤངས་པ་དང་།  
 སེང་གཏེ་སྤྱི་ལྷགས་དང་། སྤང་པོ་ཆེའི་ང་ལོའི་སྤྱ་དང་། འབྲུག་གི་དབྱངས་  
 དང་། ལྷའི་དབང་པོའི་དབྱངས་དང་། མིའམ་ཅིའི་དབྱངས་དང་། རྒྱ་མཚོ་  
 འབྲུགས་པའི་སྤྱ་དང་། ཀ་ལ་མི་རྒྱའི་སྤྱ་དབྱངས་དང་། ཆངས་པའི་སྤྱ་  
 དབྱངས་དང་། འཤང་འཤང་ཉེ་ལྷའི་སྤྱ་དབྱངས་སྤྱ་སྤྱོག་པ་དང་། །ལྷའི་དབང་  
 པོའི་སྤྱ་དབྱངས་ལྷར་སྤྱན་པ་དང་། རའི་སྤྱ་དང་། མ་ཁེངས་པ་དང་། མི་  
 དམའ་བ། སྤྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སྤྱ་ལྷགས་པ་དང་། ཆོག་ཟུར་ཆག་པ་མེད་  
 པ་དང་། མ་ཆང་བ་མེད་པ་དང་། མ་ལྷམ་པ་དང་། མ་ཞེན་པ་དང་། རབ་ཏུ་  
 དགའ་བ་དང་། འབྲུག་པ་དང་། མན་པ་དང་། བཅས་པ་དང་། མ་རོལ་པ་དང་།  
 བཅས་པ་དང་། སྤྱ་ཐམས་ཅད་རྗེས་ལེན་པ་དང་ལྷན་པ་དང་། དབང་པོ་ཐམས་  
 ཅད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་དང་། མ་སྤྱད་པ་དང་། མི་འབྱུར་བ་དང་། མ་རྟམས་  
 པ་དང་། འཁོར་ཀྱན་ལ་མ་ཐུན་པར་ལྷགས་པ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 མཚོག་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རྣམ་པ་དྲུག་ཅུ་པོ་འདི་དག་ནི་གསང་བ་སྒོ་  
 གྲོས་ཀྱི་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས། དེ་ཡིས་སྤྱ་དང་གསུང་  
 རྣམས་ཀྱིས། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ལྟར། །གདུལ་བའི་དབང་  
 གིས་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ། །སྤྱ་ཆོགས་བདག་པོའི་གཟུགས་སྤྱ་བ་སྤྱུར། །དེ་ནི་རི་  
 ལྷར་བསྟན་པའི་འགྲོ་བ་མོས་པའི་མདོན་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་ཡོངས་སྤྱ་  
 རྗེས་པར་མཛད་པས་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ནོར་བུ་དང་འདྲ་བའི་སྤྱ་དང་། རི་

ལྟར་བསྟན་པའི་གསུང་དག་གིས།      །སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་གྱི་མཐས་  
 གཏུགས་པ་ལ་པན་པ་མངོན་པར་སྒྲུབ་པའི་སྟོན་ལམ་གྱིས།      གདུལ་བྱ་གང་  
 དང་གང་ལ་གཟུགས་གང་དང་གང་གིས་ཡོངས་སུ་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་དེ་  
 དག་གི་ཆེད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ལ་སྟོན་པའི་དབང་ལྷག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
 གཟུགས་དུ་མ་སྟོན་པར་མཛད་དོ།      །དེ་དག་དེ་ལྟར་སོགས་གྲངས་མེད།      །  
 དཔག་མེད་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་གནས།      །ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་མཁས་པས་ལམ།      །  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པར་འགྱུར།      །དེ་དག་ཅེས་བྱ་བའི་སྒྲས་ནི་རབ་ཏུ་  
 བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་སྟོན་རྟོ།      །དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲས་  
 ནི་ཇི་ལྟར་བསྟན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་སྟོན་རྟོ།      །སོགས་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སྒྲས་ནི་འདི་ལྟར་བསྟན་པ་འདི་ནི་ཉུང་ཟད་ཅིག་ཡིན་གྱི་བརྟོག་པར་བྱ་བ་ནི་  
 མང་དུ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོན་རྟོ།      །བརྒྱ་དང་སྟོང་ལ་སོགས་པ་གྲངས་ལས་  
 འདས་པ་ནི་གྲངས་མེད་པའོ།      །མཐུ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དཔག་ཏུ་མེད་པའོ།  
 ཡིད་ལ་ངོ་མཆར་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་མཛད་དུ་བྱུང་བའོ།      །འདིའི་འབྱུང་གནས་  
 ནི་དེའི་གནས་སོ།      །ཅི་ཞིག་ཅེ་ན།      ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་ངོ་ཐོ་ནི་ཆེ་བའི་  
 བདག་ཉིད་དེ།      ས་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པའི་རིམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་རོ།      །སུ་ཞིག་གིས་ཤེ་ན།      ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་གཉིས་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འབྱེད་པ་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པས་སོ།      །ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་  
 བ།      བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་མི་གཏོང་དང་།      །ཐུབ་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཡང་དག་  
 བརྟེན།      །དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་ཆོལ་བ་ནི།      །ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ཇི་སྐད་བསྟན་པའི་

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་ཅིང་གནས་ནས་འཐོབ་པོ། །གྲངས་  
 མེད་པ་དང་། དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། མཛད་དུ་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བདག་  
 ཉིད་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་ནི་མདོ་སྡེ་དུ་མ་ལས་སྒྲུང་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཐའ་དང་དབྱུང་མེད་པ་ཡོངས་  
 སུ་དག་པ་དང་། རྟོག་པ་མེད་པ་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་གཟིགས་པ་མཐའ་  
 དང་དབྱུང་ལ་མ་ཆགས་པའི་སྐྱེན་དང་ལྷན་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་  
 བྱང་ཆུབ་པ་ཉིད་དང་། མཐའ་དང་དབྱུང་མེད་པའི་སྐྱེན་རྣམ་པར་དག་པ་འགྲོ་  
 བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་རྣམས་བསྐྱེབས་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་མཐེན་པ་དང་།  
 འདས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་མཐའ་དང་དབྱུང་མེད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དབང་རྣམས་  
 ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བརྟེན་པ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་མཆོག་མཐའ་དང་དབྱུང་  
 མེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་  
 དབྱུངས་དང་ལྷན་པ་དང་། སྐྱའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱང་མཐའ་དང་དབྱུང་མེད་པ་ཉིད་  
 དེ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མ་ལུས་པའི་སེམས་དང་མཐུན་པར་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་སྐྱེ་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཉིད་དང་། ལྷགས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཀྱང་  
 མཐའ་དང་དབྱུང་མེད་པ་ཉིད་དེ། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ཐ་མི་དད་པར་དུས་གསུམ་  
 ལ་མ་ཆགས་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ཤིང་རྣམ་པར་དག་པ་ཉིད་དང་། སངས་  
 རྒྱས་འབྱུང་བ་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་འབྱུང་བའི་ཆོ་འབྱུང་སྟོན་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་གནས་པ་བསྐྱེབས་པ་མེད་པ་ཡང་མཐའ་  
 དང་དབྱུང་མེད་པ་དང་། བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་རྗེས་སུ་བཞེད་དུ་

མཐའ་དང་དབུང་མེད་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་དག་པ་  
 རྟོག་པ་མེད་པའི་བཀོད་པ་དང་ལྡན་པ།      སྒྲིགས་མ་དང་བྲལ་བའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་སྟོན་པར་མཛད་པ་དང་།      བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པའི་བྱེ་བྲག་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་འབྱུལ་པ་  
 དང་།      ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་།      མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་  
 དང་།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་མཐའ་དང་  
 དབུང་མེད་པ་སྟེ།      དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་དང་དབུང་མེད་པ་  
 བཙུ་ཡིན་ནོ།      །དེ་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཡེ་  
 ཤེས་བཙུ་མངོན་པར་སྐྱབ་སྟེ།      སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དུས་ལ་མི་འདའ་བ་  
 བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་བཙུ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་བཙུ་  
 དང་།      གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་བཙུ་དང་།      ཤེས་རབ་  
 འཆལ་བས་བསྟེན་པར་དཀའ་བ་ཆེ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཆོས་བཙུ་དང་།      བདག་  
 ཉིད་ཆེ་བ་ཉིད་བཙུ་དང་།      ཤེས་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་བཙུ་དང་།      ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོའི་རིགས་པ་བཙུ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདྲེན་པ་བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་བསྟན་པའི་སྟོ་  
 མཐའ་ཡས་པ་བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲིང་པོའི་ཆོས་བཙུ་དང་།      སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མ་ཆགས་པར་གནས་པ་བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
 རྒྱན་བཙུ་དང་།      སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ལ་དབང་བ་བཙུ་དང་།



སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་བཅུ་དང་། སངས་  
 རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་བཅུ་དང་། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་བཅུ་དང་། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོབས་བཅུ་དང་། ཆོས་ཀྱིས་  
 ལྷག་པའི་ཆོས་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གནས་པ་བཅུ་དང་།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པར་མཐུན་པ་ཉིད་བཅུ་དང་། ཐམས་ཅད་མཐུན་  
 པའི་གནས་པ་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་རྣམས་པར་  
 དག་པ་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྦྱར་དུ་མཐོང་བའི་ཆོས་བཅུ་དང་།  
 སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་བཅུ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་པར་  
 གཞག་པ་བཅུ་དང་། སངས་རྒྱལ་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་བཅུ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་  
 ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་སྦྱུང་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་  
 བཅུ་པའི་མདོ་ལས་བསྟན་ཏོ། །ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་གཟུངས་ཀྱི་དབང་ལྷག་  
 རྒྱལ་པོ་དང་། དགོན་མཆོག་སྤྱིན་དང་། ས་བཅུ་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྟེ་  
 ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པ་རྣམས་  
 བྱུང་པར་དུ་ཤེས་པར་འདོད་ན་མདོ་སྟེ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱན་དུ་བསྟར་བར་བྱའོ་  
 ཞེས་བསྟན་ཏོ། །དབུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་ལེ་བྱ་སྟེ་གསུམ་པའོ། ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ལེ་ལུ་སྟེ་བཞི་བ།

དེ་ནས་ད་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པའི་  
སྐབས་ཀྱི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་སྤྱིར་རབ་  
ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་བ་ཚུམ་པར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་པའི་སྒྲ་ན་མེད་  
པའི་ཆོས་ཡེ་ཤེས་ཐབ་མོས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། རྟོགས་པར་  
དགའ་བའི་ལུགས་འདི་ལ། རྟོགས་པའི་རྒྱས་པ་ཆུང་གྲུང་བ། གནས་མིན་  
སྒྲག་པའི་དམན་མོས་དག། ཡང་དང་ཡང་དུ་ཚོད་པར་ཚོམ། ཤེས་བྱའི་  
སྒྲིབ་པ་སྤང་བའི་ཐབས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མེད་པས་འདི་ལ་འཇུག་པར་  
འགྱུར་བའི་རྒྱས་པ་ཆུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱང་  
ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་ལུགས་འདི་རྟོགས་པར་དགའ་སྟེ། འདིས་སྤྱིན་པར་བྱེད་  
པའམ། ཐོབ་པར་བྱེད་པས་ཐེག་པ་སྟེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་ལུགས་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་དེ་རྟོགས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའོ། ཁྱེད་ཀྱིས་ཞེ་ན། དད་པ་  
དང་། བཙུན་འགྱུས་དང་། དམ་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
སྟོབས་རྣམས་ཉམས་པར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པ་མེད་པའི་ལྟ་བ་  
འཛིགས་པར་བྱ་བའི་གནས་མ་ཡིན་ལ། ཆད་ལྟ་འདི་ནི་འཛིགས་པར་བྱ་  
བའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ནམ་མཁའ་འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་  
ན། འཛིགས་པ་མེད་པ་གང་ཡང་མ་མཐོང་ཞིང་དངོས་པོར་འཛིན་པའི་གཞོན་

ཀྱིས་བེན་པའི་དབང་གིས་སེམས་འབྱུག་པར་གྱུར་བ་རྣམས། མེ་ཁྲེར་གྱི་  
 འོད་ཀྱིས་ཉི་མ་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་དང་། བ་ལང་གི་ཕྱི་མེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 ཉུགས་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ལྟར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་རྣམས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་མོས་པ་དང་བྲལ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྙམ་སེམས་ཤིང་དཔོག་  
 པར་བྱེད་པས་འདི་ལ་རིགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྒྲུས་པ།  
 ལྟོན་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྟོ། །སྒྲུ་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ལུས་ཅན་ཡིན་  
 ཕྱིར་བ་རྗེ་ཡི། །ལུས་ལ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་བེད། །རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཇིན་  
 ཀྱི་རྗེས་ཐོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་བཅུ་དྲུག་གིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་  
 ལམ་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ནི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲུས་བསྟན་  
 ཏེ། སྡེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་པ་ཀྱན་དང་ཡང་མི་འགལ་ལོ། །ཡང་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་རིགས་པར་འབྱུག་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རང་སངས་རྒྱས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་  
 ཡིན་ན་ཡང་། རྟེན་གྱི་སྒྲུ་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་དང་ལྷན་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་  
 ཉིད་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་བེད་པའི་ཕྱོགས་ལ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ལུས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་དང་གང་ལུས་ཅན་ཡིན་པ་དེ་  
 དང་དེ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟེན་མ་ཡིན་ནོ། ། དཔེ་ཅི་  
 ཡོད། རི་ལྟར་བ་ལང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་བཞིན་ནོ། །འདིས་ནི་སངས་

རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་ཤིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ལས་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་སྐྱ་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་མི་འབྲུག་པར་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་ལྟར་གཞན་དག་འདོད་ཅིང་སྒྲིགས་པའི་གཞན་གྱི་ལ་ང་སྐྱ་བའི་  
 ཆོག་ཙམ་ཡང་བདག་ལ་སྒྲིག་པ་སོགས་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བསམས་  
 རས་སློབ་དཔོན་བདག་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཟེར་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་འདི་སྐད་དུ། ཏྲག་པའི་སྐྱ་དང་  
 དེ་བཞིན་ཆོས་ཙམ་དང་། །རྒྱུན་རྟོགས་པ་དང་སྐྱེ་མེད་རྟོགས་པ་དང་། །  
 ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ་བདེ་གཤེགས་བྱང་ཆུབ་སྟེ། ། རྣམ་པ་ལྟར་ནི་ཐེག་པ་  
 མཆོག་ལས་བསྟན། །ཞེས་བརྗོད་ན། དེ་དག་ནི་ལམ་གཞན་དང་གཞན་  
 ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་དེ་དག་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར། ཡང་དག་ལྟ་སོགས་ལམ་གྱིས་ནི། །རྟོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཆེད། །འདྲེན་བྱེད་ཡང་དག་རབ་རྟོགས་བྱེད། །  
 བྱང་ཆུབ་ཡིན་ཕྱིར་སློབ་མའི་བཞིན། །ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་དང་། ཡང་དག་  
 པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ངག་དང་། ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་  
 དང་། ཡང་དག་པའི་འཆོ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྩ་ལ་བ་དང་། ཡང་དག་  
 པའི་བྲན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་འཕགས་  
 པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནི་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷང་གི་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟན་  
 འདས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་ལམ་འདིས་རབ་ཏུ་རྟོགས་ཤིང་ཉམས་སུ་སྒྲིང་

བ་འཐོབ་པོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རབ་ཏུ་འབྱེད་པས་རྟོགས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
 ཡིན་ཏེ། དེའི་ངོ་བོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་  
 གྱིར་གང་དང་གང་བྱང་ཆུབ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ལམ་འདི་དག་ཉིད་གྱིས་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་  
 ཆུབ་བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
 པའི་ལམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡང་ལམ་གྱུན་མོང་མ་ཡིན་ན་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་པ་  
 དང་། གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱི་  
 ནི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་ཤིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་པ་རི་  
 ལྟར་སྤྲིད་ཅེ་ན། སྟོན་པའི་དབང་པོ་བྱང་འཕགས་པས། །ཀུན་མཐུན་ཡེ་  
 ཤེས་སྤྲིད་པ་ཡིན། །ལམ་གཅིག་ན་ཡང་འདོད་པ་བཞིན། །འགའ་ཡིས་སོ་  
 སོ་ཡང་དག་རིག། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ནི་  
 ཤིན་ཏུ་རྩོལ་པ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྩལ་བ་ཡིན། རང་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱི་ནི་འབྲིང་པོ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་རང་བྱུང་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་གྱི། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ལམ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཉིད་ལ་  
 དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་མཐོང་སྟེ། ལྷ་རིའི་བྱ་ཡི་ཤེས་རབ་ལ། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་མ་གཏོགས་པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །བཏུ་  
 བྱག་ཆར་ཡང་མི་པོ་དེ་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྩ་འབྲུལ་དང་ལྷན་པའི་མཆོག་

ནི་མོང་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོའོ། །ལྷའི་མིག་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ནི་མ་  
འགགས་པའོ། །ཐོས་པ་འཇིན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ནི་ཀུན་དགའ་པོའོ། །  
ཆོས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ནི་གང་པོའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྷ་སྟེ། རི་ལྷ་ཞེ་ན། སྤྱོད་པ། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་  
དག་ནི། །རྣམ་པ་ལྷ་སྟེ་རིགས་དང་ལམ། །གཞན་ཡང་ཀུན་ནས་འབྱུང་བ་  
དང་། །གནས་དང་དེ་བཞིན་སྦྱོང་པའོ། །རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གསུམ་ཉིད་  
དེ། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་འབྱུང་བ་ཉིད། །དང་པོ་ཉིད་ནས་འདོད་ཆགས་  
ཅུང་། །སྒྲིང་རྩེ་ཅུང་བའི་རིགས་ཅན་ལ། །བྱང་འཕགས་ང་རྒྱལ་ལ་སྦྱོང་བ།  
དེས་ན་དེ་ནི་འདྲ་འཇི་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་དང་བྱ་བ་ལ། །ཡིད་མི་འཇུག་  
སྟེ་དེ་ཕྱིར་འདི། །སྟོབ་དཔོན་མེད་པར་འདོད་པ་ཡིན། །གཉིས་པ་གཞན་  
མེད་ཁོ་ན་ཡིས། །བྱང་ཅུབ་པ་ཡིན་ལམ་དག་ཀྱང་། །དེ་ཡིས་གསུམ་དུ་  
རིག་པར་བྱ། །འགའ་ཞིག་བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་སངས་རྒྱས། །འབྱུང་བ་རྣམས་  
ལ་ལེགས་མཆོད་ཅིང་། །རང་རྒྱལ་བྱང་ཅུབ་ཕྱིར་བརྩམས་ནས། །སྤྲིན་  
པར་བྱེད་དོ་གཞན་དག་ནི། །སངས་རྒྱས་མཉེས་བྱས་ངེས་འབྱེད་གྱི། །ཆ་  
མཐུན་བསྐྱེད་པ་རྫོགས་བྱེད་དོ། །གཞན་ནི་སངས་རྒྱས་འབྱུང་ལ་འབྲས། །  
འཁོབ་བྱེད་དག་བཅོམ་མཛོན་མི་བྱེད། །ཀུན་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱ་དག་ནི། །  
གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་དག་གིས། །སངས་རྒྱས་མེད་པར་དག་བཅོམ་ཉིད། །  
སྟོབ་དཔོན་མེད་པར་ཐོབ་དང་ལྷན། །དང་པོ་ཀུན་འབྱུང་རང་སངས་རྒྱས། །  
བསེ་རུ་ལྷ་བྱར་འདོད་པ་ཡིན། །ལྷག་མ་དག་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ། །རྟེན་གྱི་



རང་རྒྱལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་གཅིག་ཕྱར་གནས་པ་སྟེ། །ཟབ་མོ་ལ་ནི་  
 རྟོག་པ་ཡི། །མོས་པ་དང་ལྷན་ལྷག་མ་གཉིས། ། ཆོག་ས་དང་ལྷན་ཅིག་  
 གནས་པ་ཡིན། །ལུས་ལ་སོགས་པ་ལེགས་བསྐྱམས་ནས། །དེ་ནི་བསོད་  
 སྟོམས་དག་ལ་འཇུག། །དམན་པ་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་བྱིར། །དེ་ནི་གཅིག་ཏུ་  
 རབ་ནི་ལྷན། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ལ་བྱད་པར་ཡོད་ཀྱང་ལམ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཡང་བཟླ་བར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་ཡང་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་པ་དག་ན་རེ་སྐྱབ་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་  
 མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་དག་གོ། །  
 དེ་ལ་ལམ་འདིས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་ཅམ་སྟོང་གི་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་  
 སྟོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། །རི་སྐད་དུ། །འཇིག་རྟེན་སྣ་ཆོག་ས་གང་དེ་འདོད་མིན་  
 གྱི། །སྐྱེས་བྱའི་ཀུན་རྟོག་འདོད་ཆགས་འདོད་པ་ཡིན། །འཇིག་རྟེན་སྣ་  
 ཆོག་ས་དེ་བཞིན་གནས་ཀྱང་ནི། །འོན་ཀྱང་བཟླ་ན་མས་འདི་ལ་འདུན་པ་  
 འདུལ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ། །ཀུན་རྟོག་ལས་ནི་འདོད་སྐྱེ་བས། །  
 །འདོད་པའི་རྩ་བར་ཤེས་གྱིས་ཏེ། །སྟོང་ནི་ཀུན་རྟོག་མ་བྱེད་དང་། །དེས་ན་  
 །སྟོང་ལ་འབྱུང་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བས་བརྟགས་པ་ཅམ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་ཐོག་མ་མེད་པའི་  
 དུས་ནས་གོམས་པར་བྱས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ནི་ཉོན་ཐོས་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་ནི་འཇུག་ཅིང་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་ཡུན་  
 རིང་དུ་གོམས་པར་བྱས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་བྲ་བའི་དྲི་མ་མ་ལུས་པ་བག་

ཆགས་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་སྤངས་པ་ནི་བཙུག་ལྟེ་འདས་ཡིན་ཏེ། དེས་  
 ར་འདི་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤྲོད་བའི་ཐབས་ཀྱི་བྱུང་པར་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར་ན་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་བྱེད་བྱེད་པ།  
 དེ་ཡང་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན། །སེམས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིབ་ཡིན་ཕྱིར། །  
 ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་པ་རྩི་བཞིན་འདོད། །ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་བྱེད་བྱེད་པ། ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ཡང་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་  
 ཆོས་རབ་ཏུ་སྒྱུབ་པའོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྟོམས་པ་ནི་ཕྱོགས་སོ། །  
 སྒྲིབ་པ་ནི་བཀག་པ་དང་གཡོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་  
 སྒྲིབ་པ་དང་ཆོས་མཚུངས་པས་མ་ངེས་པ་ཉིད་སྤང་བའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་  
 བྱུང་པར་ཅན་དགོད་པ་ནི། སེམས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིབ་ཡིན་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེའོ། ། སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་སྤྲོད་བར་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་  
 བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཡང་སྤྲོད་བར་རྒྱས་སོ་སྟུང་དུ་བསམས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པའི་གཞུང་གིས་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 ཉིད་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་ལམ་འདི་ཡིས། །  
 གུན་རིག་ཐུབ་པ་འཐོབ་བྱེད་དེ། ཐེག་པ་གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །རང་  
 རྒྱལ་ཐེག་པ་བཞིན་དུ་འདོད། །ཐེག་པ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ལམ་  
 འདི་ཉིད་ཁོ་ན་བྱང་ཆུབ་གསུམ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་གཞན་འགའ་ཞིག་འདི་

བས་ལྷག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོག་གི་  
 ལྷག་མའོ། །ཡང་ན་མང་དུ་སྒྲས་པས་ཅི་དགོས་ཏེ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཉིད་དང་མི་འགལ་བར་གྱུར་ན་ལྷ་བ་དེ་ལ་དམིགས་པའི་  
 རྟོགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ལམ་མ་ཡིན་ཞེས་དབྱེད་པར་རིགས་པར་གྱུར་ན་དེ་  
 ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཉིད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་དང་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྷ་ཞེ་ན། མདོ་སྡེ་སོགས་སུ་མ་བསྐྱས་དང་། །ལམ་གཞན་  
 ཉེ་བར་སྟོན་ཕྱིར་ཡང་། །ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་གསུང་མ་ཡིན། །རིག་བྱེད་  
 མཐའ་ཡི་ལྷ་བ་བཞིན། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མདོ་སྡེ་དང་། འདུལ་བ་དང་། མདོན་པ་རྣམས་  
 སུ་མ་བསྐྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཅུང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུངས་པ་  
 དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མདོ་སྡེ་དང་། མདོན་པ་དང་། འདུལ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲུབ་ན།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་མིང་ཅམ་ཡང་མདོ་སྡེ་དང་། མདོན་པ་དང་། འདུལ་བ་  
 རྣམས་ལ་མི་དམིགས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རིག་བྱེད་ཀྱི་མཐའི་ལྷ་བ་བཞིན་ནོ། །རིག་བྱེད་ཀྱི་མཐའ་ངེས་པ་ནི་རིག་བྱེད་  
 མཐའ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་གང་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་འབབ་སྟེགས་སུ་  
 བརྟུས་པ་དང་། སྒྲུབ་བར་གནས་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་པའི་གསང་སྟགས་  
 ལ་སོགས་པ་བཞུས་པས་སྒྲིག་པ་དག་ཅིང་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་སྒྲུའོ། ། །དབྱ་  
 མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བརྩུ་གསུམ་པ། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོ་པ་ཡང་གང་གྲུ་དང་། སིན་རྒྱ་དང་། བརྩུ་དང་། ལྷོ་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་

ཆུ་སྐྱང་བཞིའི་ཆུ་ལ་བཀྱས་པ་དང་འབྲུངས་པ་དང་དེར་གནས་པའི་རིམ་  
 གྱིས་གཟུངས་སྒྲགས་དང་། གསང་སྒྲགས་སྒྲགས་པ་དང་། བཟུངས་བརྗོད་  
 ལ་སོགས་པ་བྱས་པས་སྒྲིག་པ་བྱེད་ཅིང་བསོད་ནམས་ཉི་བར་འཕེལ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ལམ་གཞན་ཉི་བར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རིག་བྱེད་གི་མཐའ་པའི་ལྟ་  
 བ་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་དེ། དེའི་སྤྱིར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་གི་བཀའ་  
 མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། །ཆད་པར་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་དུ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྐྱར་  
 འདེབས་པས། །དེའི་སྤྱིར་ཡང་སྟེ། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་དུ་  
 སྒྲིང་བ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་ལས་དང་། འབྲས་བུ་དང་། བདེན་པ་  
 དང་། དཀོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱང་མེད་པས། ལས་ཀྱང་མེད། བྱ་བ་ཡང་  
 མེད། འབྲས་བུ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱར་བ་  
 བཏབ་པར་གྱུར་པས་འཇིག་རྟེན་འདི་ཙམ་པའི་ལྟ་བ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆད་པར་ལྟ་བ་པོ་ཡང་མེད།  
 འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་མེད། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡང་མེད། ལེགས་  
 པར་སྐྱེད་པ་དང་ཉེས་པར་སྐྱེད་པའི་ལས་རྣམས་གི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་ཞེན་ཏོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
 ཀྱན་སྒྲིང་པ་ན། །སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་མེད་པས། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་  
 བཞི་པོ་རྣམས། །དངོས་པོ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་དབུ་མའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་ཡང་འདིར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་།  
 སྟེ་པ་བཙུན་བརྒྱད་ཁོངས་སུ་ཡང་། །གཏོགས་པ་མེད་པས་མ་ཡིན་ངེས།

|ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྡེ་པ་བཙོ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱིར་རིག་གྱེད་མཐའ་པའི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོད་མ་ཉི་བར་དགོད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་སྡེ་པ་བཙོ་བརྒྱད་  
 པོ་དེ་དག་ནི་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་བྱེ་བྲག་ནི་རི་ལྟར་བྱུང་ཞེ་ན། བདག་གི་  
 གླེ་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་ལས་འདི་ལྟར་རྗེས་སུ་ཐོས་ཏེ། སངས་  
 རྒྱས་བཙོམ་ལྷན་འདས་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་བཅུ་དྲུག་  
 ལོན་པ་ན་གྲོང་ཁྱེར་མེ་ཏོག་གིས་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བར། རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཨ་ཁོ་  
 ཀ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱལ་སྤྱིད་གྱེད་པའི་ཆེ། ཚོད་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་བྱུང་བའི་  
 དབང་གིས། དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་ཆེན་པོར་གྱུར་ཏོ། །དེས་རེ་ཞིག་དང་  
 པོར་སྡེ་པ་གཉིས་སུ་ཆད་ནས་གནས་ཏེ། དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པ་དང་  
 གནས་བརྟན་པའོ། །དེ་ལ་དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པའི་སྡེ་ཡང་རིམ་གྱིས་དབྱེ་  
 བར་གྱུར་པ་ན། རྣམ་པ་བརྒྱད་དུ་གནས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། དགེ་འདུན་པ་ལ་  
 ཆེན་སྡེ་པ་དང་། ཐ་སྙད་གཅིག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་སྐྱེ་བ་  
 དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་པ་དང་། བཏགས་པར་སྐྱེ་བ་དང་། མཆོད་རྟེན་པ་དང་།  
 ཞལ་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། རུབ་གྱི་རི་བོ་པའོ། །གནས་བརྟན་པ་ཡང་རིམ་  
 གྱིས་དབྱེ་བར་གྱུར་པ་ན། རྣམ་པ་བཅུར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། གནས་  
 བརྟན་པ་ཉིད་ལ། གངས་རི་བ་ཞེས་གྲང་བརྗོད་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 པར་སྐྱེ་བ་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྟེ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱུར་སྐྱེ་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྷ་  
 རུན་ཏ་ཀ་པ་ཞེས་གྲང་བེར་བ་དང་། གནས་མའི་བྱ་དང་། ཆོས་མཆོག་པ་

དང་། བཟང་པོའི་ལམ་པ་དང་། ཀུན་གྱིས་བཀྱར་པ་ལ་ཁ་ཅིག་ཨ་པན་ཏ་ཀ་  
 པ་ཡང་ཟེར། ཁ་ཅིག་ནི་ཀུ་རུ་ཀུ་ལ་པ་ཞེས་བྱང་ཟེར་བ་དང་། མང་སྟོན་པ་  
 དང་། ཆོས་སྤྲས་པ་དང་། ཆར་བཟངས་འབེབས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་  
 འོད་སྤངས་པ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ལྷ་མ་པ་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་འཕོ་བར་སྤྲ་བ་ཞེས་  
 ཟེར་བ་སྟེ། སྤེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་དེ་དག་གོ། །དེ་ལ་དགོ་འདུན་ཡང་  
 ཡིན་ལ་པལ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་ཏེ། དེ་ཉི་བར་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་པའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྲུགས་གཅིག་གིས་རྣམ་པར་མཐེན་  
 ཅིང་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་དང་ལྷན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་  
 སུ་མཐེན་ཏི་ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས་ཏེ། དེས་ན་ཐ་སྙད་གཅིག་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་པ་ལས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 རྣམས་འདས་པར་གྱུར་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་  
 མི་མངའོ་ཞེས་སྤྲས་པས་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་སྤྲ་བའོ། །མང་དུ་  
 ཐོས་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྟོན་པར་བྱེད་པས་ན་མང་དུ་ཐོས་པར་སྤྲ་  
 བའོ། །འདུས་བྱས་རྣམས་པན་ཚུན་བཏགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་སྤྲ་བའི་ཕྱིར་བཏགས་པར་སྤྲ་བའོ། །མཆོད་རྟེན་ཅན་ཀྱི་རི་ལ་  
 གནས་བཅས་པ་ཉིད་ནི་མཆོད་རྟེན་པའོ། །ཤར་གྱི་རི་དང་རུབ་ཀྱི་རི་ལ་  
 གནས་པ་ཉིད་ནི་ཤར་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། རུབ་ཀྱི་རི་བོ་པའོ། །གནས་བཟུན་  
 འཕགས་པའི་རིགས་ཡིན་པར་སྟོན་པ་ནི་གནས་བཟུན་པའོ། །དེ་ཉིད་ལ་



གངས་ཅི་བ་ཞེས་གྲུང་ཟེར་ཏེ། གངས་ཀྱི་ཅི་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་ཅུང་ཞིག་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲིག་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིག་བའོ། །དེ་དག་  
 ཉིད་ལས་འགའ་ཞིག་ནི་ཡོད་དེ། འདས་པའི་ལས་འབྲས་བྱ་མ་བྱུང་བ་གང་  
 ཡིན་པའོ། །ལ་ལ་ནི་མེད་དེ། གང་འབྲས་བྱ་སྤྱོད་ཟིན་པ་དང་། མ་འོངས་  
 པ་དག་གོ་ཞེས་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་སྒྲིག་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་  
 བྱེ་སྟེ་སྒྲིག་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་ཉིད་ལས་གང་ཅུང་ཞིག་བྱུང་བ་དང་འབྱུང་  
 བ་དང་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པའོ་ཞེས་སྒྲིག་བས་  
 རྒྱར་སྒྲིག་བའོ། །དེ་རྣམས་ཉིད་ལས་ཁ་ཅིག་ལྷ་རུན་ཏའི་ཅི་ལ་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་ལྷ་རུན་ཏ་ཀ་པ་ཞེས་བྱའོ། །གནས་པའི་རིགས་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་མེད་ནི་  
 གནས་མ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱ་ནི་གནས་མའི་བྱ་སྟེ། དེའི་རིགས་  
 ཡིན་པར་སྟོན་པ་ནི་གནས་མའི་བྱའོ། །སློབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་གིས་རྗེས་  
 ལྷ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་མཆོག་པའོ། །བཟང་པོའི་ལམ་པའི་སློབ་མ་ནི་  
 བཟང་པོའི་ལམ་པའོ། །ཀྱན་གྱིས་བཀྱར་བའི་སློབ་དཔོན་གྱི་ལྷགས་སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་ཀྱན་གྱིས་བཀྱར་བའོ། །དེ་ཉིད་ལས་ཨ་པན་ཏའི་གྲོང་ཁྱིམ་དུ་  
 ཡང་དག་པར་བསྐྱུ་བ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཨ་པན་ཏ་ཀ་པའོ། །ཁ་ཅིག་ཀྱ་རུ་ཀྱ་  
 ལའི་ཅི་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་ཀྱ་རུ་ཀྱ་ལ་པའོ། །ས་སུའི་སྐད་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་  
 རྗེས་སུ་སྟོན་དུ་བསྐྱུར་ཏེ། སྐྱེ་བོའི་ཆོག་ས་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་སྤྱིད་པར་མི་  
 འབྱུང་བར་རྗེས་སུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་མང་སྟོན་པའོ། །སློབ་དཔོན་ཆོས་

སྤྲུལ་གྱི་ཡིན་པར་སྤྲུལ་བ་ནི་ཆོས་སྤྲུལ་པའོ། །རབ་ཏུ་བསྐྱུགས་པའི་དམ་པའི་  
 ཆོས་ཀྱི་ཆར་འབེབས་པར་བྱེད་པས་ན་ཆར་བཟངས་འབེབས་པའོ། །དེ་ཉིད་  
 སྤྲོབ་དཔོན་འོད་སྤངས་ཀྱི་ཡིན་པར་སྤྲུལ་བ་ནི་འོད་སྤངས་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 རྩ་མ་པའི་ཡིན་པར་སྤྲུལ་བ་ནི་རྩ་མ་པའོ། །དེ་ཉིད་ལས་ཁ་ཅིག་ན་རེ་འཇིག་  
 རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་གང་ཟག་འཕོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྤྲུལ་བ་ནི་  
 འཕོ་བར་སྤྲུལ་པའོ། །དེ་རྣམས་ལས་སྤར་བསྟན་པའི་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་ལ་  
 སོགས་པ་བརྒྱད་དང་། སྤྱིས་བསྟན་པའི་གནས་བརྟན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་  
 ཡོད་པར་སྤྲུལ་བ་དང་། ཐམས་ཅད་པ་དང་། ཆོས་མཆོག་པ་དང་། འོད་  
 སྤངས་པ་རྣམས་ནི་བདག་མེད་པར་སྤྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་སྟེགས་པའི་འདོད་  
 པས་བཏགས་པའི་བདག་དང་བདག་གི་དག་ནི་སྒྲིང་པ་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ནི་བདག་མེད་པ་ཡིན་པར་སྤྲུལ་པའོ། །ལྷག་མ་གནས་མའི་བྱ་ལ་  
 སོགས་པ་སྟེ་པ་ལྟེ་གང་ཟག་ཏུ་སྤྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་ནི་ཕྱང་པོ་དག་  
 ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གིས་ཤེས་  
 པར་བྱ་བ་འཁོར་བར་གྱུར་པ་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །དེ་དག་ནི་སྟེ་པ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྤྲུལ་བ་ནི་གཞི་ནི་སྤྲུལ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རྩ་བའི་དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་  
 རྟེ། འདི་ལྟར་གནས་བརྟན་པ་དང་། དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་པ་དང་། རྣམ་  
 པར་སྟེ་སྟེ་སྤྲུལ་པའོ། །དེ་ལ་གནས་བརྟན་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐམས་  
 ཅད་ཡོད་པར་སྤྲུལ་བ་དང་། གནས་མ་བྱའི་སྟེ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ཐམས་ཅད་

ཡོད་པར་སྒྲིབ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་དང་། མདོ་  
 རྟེན་སྒྲིབ་ཞེས་བྱའོ། །གནས་མ་བྱ་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། མང་པོས་བཀྱར་བ་  
 དང་། ཆོས་མཆོག་པ་དང་། བཟང་པོའི་ལམ་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་དྲུག་པ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་གནས་བརྟན་པ་ནི་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་གནས་སོ། །ཡང་  
 དགོ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་སྡེ་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་དེ། དགོ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པ་དང་།  
 ཞལ་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། ལུ་གྱི་རི་བོ་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་རི་པ་དང་། གངས་  
 རི་པ་དང་། མཆོད་རྟེན་པ་དང་། རོན་གྲུབ་པ་དང་། བ་ལང་གནས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་དེ་དག་ནི་དགོ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་  
 པར་བྱེ་སྟེ་སྒྲིབ་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ས་སྟོན་པ་དང་། འོད་སྤངས་པ་དང་།  
 ཆོས་སྤངས་པ་དང་། གོས་དམར་པོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འདི་དག་ནི་འཕགས་  
 པའི་སྡེ་པ་རྣམས་རྣམ་པར་དབྱེ་ནས་རྣམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་གྱུར་པའོ། །ཡང་  
 གཞན་དག་ནི་འདི་སྐད་སྒྲིབ་སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་  
 འདས་པ་ནས་བཟུང་ནས་ལོ་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་ལོན་པ་ན། རྒྱལ་པོ་  
 དག་འཕོ་དང་། བརྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བས་གྲོང་ཁྱེར་སྤུ་ཁ་ལ་བྱ་ཉའི་ནང་དུ་  
 སྤྱད་པ་ལ་སོགས་པའི་འཕགས་པ་ལ་ནི་ཡང་ལེན་པ་མེད་པ་ན་བསིལ་བའི་  
 དངོས་པོ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ན། འཕགས་པ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་དང་། འཕགས་  
 པ་སྤྱེ་ཆེན་པོ་དང་། གཏོང་བ་ཆེན་པོ་དང་། ལྷ་མ་དང་། རེ་པ་ཉ་ལ་སོགས་  
 པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ཐོབ་པའི་དབྱ་བཅོམ་པའི་དགོ་འདུན་དེ་ལྟར་  
 བཞུགས་པ་ན་བདུད་སྟོག་ཅན་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་

སུ་གྲུར་པ་དག་སྒྲིང་གི་ཆ་བྱད་འཛིན་པས་རྩ་འབྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་བསྟན་ནས།  
 གཞི་ལྗས་དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ་གནས་བརྟན་སྤྲུ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། ཡིད་བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་མང་དུ་ཐོས་པ་དག་གིས་གཞི་ལྗ་བསྐྱེད་པས་  
 པར་བྱེད། རྗེས་སུ་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་གཞན་ལ་ལན་གདབ་པ་དང་། མི་  
 ཞེས་པ་དང་། ཡིད་གཉིས་དང་། ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་དང་། བདག་ཉིད་  
 གསོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ལམ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡིན་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །དེས་ན་སྤྲེ་བ་གཉིས་སུ་ཆད་ནས་གནས་ཏེ། གནས་བརྟན་པ་  
 དང་། དག་འདུན་པ་ལ་ཆེན་སྤྲེ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཙུག་གསུམ་གྱི་  
 པར་དུ་དག་འདུན་བྱེ་ནས་འབྲུག་ལོང་གིས་གནས་སོ། །དེ་ནས་ལོ་བརྒྱ་  
 ལྷག་གཉིས་པ་འདས་པའི་རྗེས་ལ་གནས་བརྟན་གནས་མའི་བྱས་བསྟན་པ་  
 ཡང་དག་པར་བསྐྱས་སོ། །དེས་ཡང་དག་པར་བསྐྱས་པ་ན་དག་འདུན་པ་ལ་  
 ཆེན་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བྱུང་བར་གྲུར་ཏོ། །ཐ་སྙད་པ་དང་བ་ལང་གནས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་ཐ་སྙད་པ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆོག་གི་རྩ་བ་ནི། སངས་  
 རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་རྣམས་ནི་འཛིན་ཏེན་ལས་འདས་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ལ་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཆོས་ནི་མི་མངའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་སུ་གསུང་ནི་མི་འཇུག་  
 གོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསུང་ནི་སྒྲིང་པོ་ལ་མངོན་པར་  
 མོས་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གནས་དེར་གཟུགས་ཉི་བར་ལེན་པ་  
 ནི་མི་མངའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དུས་ན་རྒྱར་རྒྱར་པོ་དང་མེར་མེར་པོ་

དང་ལྷ་རྒྱུ་ལྷ་རྒྱུ་པོས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོབ་པོ་ཆེར་གྱུར་ནས་ཡུམ་གྱི་སྒྱུ་  
 ནས་ཁྱུགས་ནས་རང་ཉིད་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ལ་འདོད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི་མི་འབྱུང་ངོ། ། ངན་འགྲོ་རྣམས་སྲུ་  
 བདག་ཉིད་གྱི་འདོད་པས་སྒྱེ་བ་སྒྲངས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཡོངས་སྲུ་སྒྲིན་པར་  
 བྱེད་དོ། ། ཡེ་ཤེས་གཅིག་གིས་བདེན་པ་བཞི་རྣམས་ཡོངས་སྲུ་ཤེས་སོ། །  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་པོ་རྣམས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། ། མིག་གིས་ནི་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་ངོ། །  
 དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱང་གཞན་དག་གིས་བསྟན་པ་སྒྱུབ་པར་བྱེད་དོ། ། མི་  
 ཤེས་པ་དང་ཡིད་གཉིས་དང་ཡོངས་སྲུ་བརྟག་པ་དང་སྒྱུག་བསྐྱེད་སྒྲོང་བའི་  
 ལམ་ཡང་ཡོད་དོ། ། མཉམ་པར་གཞག་པའི་ཆེ་དག་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡང་  
 ཡོད་དོ། ། མི་གཙང་བ་སྤང་བ་ཡང་ཡོད་དོ། ། ཡང་དག་པར་སྒྲོམ་པ་མངོན་  
 ཏུ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་སྤངས་པར་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་  
 ལྷ་བ་ནི་མི་མངའོ། ། སེམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཡིན་པས་  
 བག་ལ་ཉལ་བ་རྣམས་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་ཞེའམ། མི་ལྷན་ཞེས་  
 བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། ། བག་ལ་ཉལ་ཡང་གཞན་ལ་ཀྱན་ནས་ལྷང་བ་ཡང་  
 གཞན་ཡིན་ནོ། ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ནི་མེད་དོ། ། རྒྱུན་ཏུ་ཁྱུགས་པ་  
 ནི་བསམ་གཏན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྷ་བྱ་རྣམས་ནི་ཐ་སྙད་གཅིག་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། ། ཡང་བ་ལང་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་

མང་དུ་ཐོས་པ་དང་བཏགས་པར་སྒྲ་བ་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་མང་དུ་ཐོས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བའི་དམ་ཆིག་ནི་དེས་པར་འབྱུང་བའི་ལམ་ལ་ནི་རྣམ་པར་  
 དཔྱེད་པ་མེད་དོ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། གུན་རྩོལ་གྱི་བདེན་པ་  
 དང་། འཕགས་པའི་བདེན་པ་ནི་བདེན་པའོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 རྣམས་མཐོང་བས་ཡང་དག་པར་སྒྲོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་གི། །སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 ཀྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། འབྱུར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ།  
 །དགོ་འདུན་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའོ། །དབྱ་བཅོམ་པ་རྣམས་ལ་ཡང་  
 གཞན་གྱི་ཉི་བར་བསྟན་པ་སྒྲུབ་པ་ཡོད་དོ། །ཡང་དག་པར་བསྒྲགས་པའི་  
 ལམ་ཡང་ཡོད་དོ། །མཉམ་པར་གཞག་པ་ལ་ཡང་དག་འཇུག་པ་ཡང་ཡོད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ནི་མང་དུ་ཐོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆིག་གོ། །ཡང་བཏགས་  
 པར་སྒྲ་བ་རྣམས་ནི་བྱང་པོ་མེད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་ཡོད་དོ། །ཡོངས་སུ་  
 མ་རྩོགས་པའི་སྒྲེ་མཆོད་ཀྱང་ཡོད་དོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་པན་ཚུན་  
 བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནི་དོན་དམ་པར་དོ། །སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་ནི་ལམ་མ་ཡིན་ནོ། །དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བ་ནི་མེད་དོ། །སྒྲེས་བྱ་  
 བྱེད་པ་ཡང་མེད་དོ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བཏགས་པར་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བའི་དམ་ཆིག་ཡིན་ནོ།  
 ཡང་བ་ལང་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་གནས་བཏྟན་མཆོད་རྟེན་པ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་ལྟ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་གུན་དུ་རྒྱ་ཞིག་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་  
 མཆོད་རྟེན་ཅན་གྱི་རི་ལ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དེ་ནི་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་



བའི་གཞི་འདོད་པར་གྱུར་བ་ནི་མཆོད་རྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྡེ་པར་རྣམ་པར་  
 གཞག་ཏེ། དེ་དག་ནི་དག་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྡེ་པ་དུག་ཏུ་བཞག་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གནས་བརྟན་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤར་གྱི་གནས་  
 བརྟན་པ་དང་གངས་རི་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྤར་གྱི་གནས་བརྟན་པའི་རྩ་བའི་དམ་  
 ཆིག་ནི་དག་བཙུང་པ་རྣམས་ལ་གཞན་གྱིས་སྟོན་ཅིང་སྐྱབ་པ་ནི་མེད་དོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་གཞི་སྡེ་པོ་ཡང་མེད་དོ། །གང་ཟག་ནི་ཡོད་དོ། །སྤྱིད་པ་བར་མ་  
 ནི་ཡོད་དོ། །དག་བཙུང་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་ཡོད་དོ། །  
 འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དོན་ནི་  
 ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དག་ནི་གནས་བརྟན་པའི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་གོ། །དེ་ལ་  
 གངས་རི་པའི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་སོ་སོའི་  
 སྡེ་བོ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱི་རོལ་པ་ལ་ཡང་མངོན་པར་ཞེས་པ་སྡེ་ནི་ཡོད་  
 དོ། །བྱང་པོ་ལས་གང་ཟག་ནི་གཞན་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པར་འགྱུར་བ་ན། གང་དུ་བྱང་པོ་འགགས་པ་ན་གང་ཟག་ནི་  
 གནས་པའི་སྤར་རོ། །མཉམ་པར་གཞག་པ་ལ་ངག་འཇུག་པ་ནི་ཡོད་དོ། །  
 ལམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་སྤྱི་རོལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་གངས་རི་པའི་དམ་ཆིག་  
 ཡིན་ནོ། །ཡང་དང་པོའི་གནས་བརྟན་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་གྱུར་ཏེ།  
 ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱ་བ་དང་། གནས་མའི་བྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ཐམས་  
 ཅད་ཡོད་པར་སྤྱ་བའི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་ནི་གཉིས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ཏེ།  
 འདུས་བྱས་དང་། འདུས་མ་བྱས་སོ། །དེ་སྐད་སྤྱས་པས་ཅིར་འགྱུར། གང་

ཟག་ནི་མེད་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། རི་སྐད་དུ། བདག་མེད་པ་ཡི་ལུས་འདི་འབྱུང་བ་  
 བ། །བྱེད་པ་མེད་ཅིང་རིག་པ་པོ་ཡང་མེད། ། རི་ལྟར་འཁོར་བའི་ཚུ་སྐྱང་  
 འཇུག་གྱུར་བ། །ཉན་པའི་མཆོག་སྤྱོད་དེ་ནི་བསྟན་གྱིས་ཉོན། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱོད་བའི་རྩ་བའི་དམ་  
 ཆོག་གོ། །ཡང་དེ་དག་གི་རྩ་བའི་དམ་ཆོག་ནི་མིང་དང་གཟུགས་གྱིས་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱུས་སོ། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ནི་ཡོད་དོ། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་  
 ནི་མི་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །འདུས་བྱས་རྣམས་  
 གྱི་འདུས་བྱས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་གསུམ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་  
 བཞི་ནི་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྟོན་པ་མེད་པ་  
 དང་། མཆོན་པ་མེད་པ་དག་གིས་སྟོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །  
 སྐད་ཅིག་མ་བཅོ་ལུས་ནི་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ནི་བསམ་གཏན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་  
 ཉམས་པ་སྤིད་དོ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཡང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་སམ་  
 གཞོད་སེམས་སྟོང་བ་ཡོད་དོ། །སྤྱི་རོལ་པ་ཡང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་ཡོད་  
 དོ། །ལྟ་རྣམས་ལ་ཡང་ཆངས་པར་སྟོད་པ་ལ་གནས་པ་ཡོད་དོ། །མདོ་སྡེ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་བྱང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། །སྟོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་  
 ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ནས་སོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཡོད་  
 དོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་སྤྱོད་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་དག་ནི་

ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་བའི་དམ་ཚིག་གོ། །ཡང་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་  
 བའི་བྱེ་བྲག་ནི་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྤྱེ་སྤྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྤྱེ་སྤྲོ་བའི་བྱེ་  
 བྲག་པ་ནི་མང་སྟོན་པ་དང་། ཆོས་སྤྲས་པ་དང་། གོས་དམར་པ་དང་། འོད་  
 སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་མང་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམ་ཚིག་ནི་  
 འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ནི་མེད་དོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བའི་འདུས་བྱས་ཉིད་ནི་  
 ཡོད་དོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་མཐོང་བས་བདེན་པ་བཞི་ཆར་མཐོང་བར་འགྱུར་དོ། །  
 བག་ལ་ཉལ་ཡང་གཞན་ཡིན་ལ་མངོན་དུ་རྒྱ་ཡང་གཞན་ཡིན་ནོ། །སྤྱིད་པ་  
 བར་མ་ནི་མེད་དོ། །ལྟའི་གནས་ན་ཡང་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ནི་ཡོད་དོ། །དགྲ་  
 བཅོམ་པ་ཡང་བསོད་ནམས་སོག་གོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་མཁན་ལྷ་ལ་ཡང་  
 འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡོད་དོ། །གང་  
 ཟག་ནི་མགོ་ལ་སོགས་པ་ལྷས་དང་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་ནི་  
 བསམ་གཏན་ཐོབ་པའོ། །སོ་སོའི་སྤྱེ་བོས་ཀྱང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་  
 སམ། གཞོད་སེམས་སྤོང་དོ། །སངས་རྒྱས་ནི་དགེ་འདུན་གྱི་ཁོངས་སུ་  
 གཏོགས་པའོ། །དགེ་འདུན་ནི་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་བྱེད་ཀྱི་སངས་  
 རྒྱས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་  
 གཅིག་གོ། །གང་ཟག་ནི་མི་མཐོང་དོ། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
 འབའ་ཞིག་ནི་སྤྱེ་བའི་ཆོས་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་  
 རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་འཕོ་བ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དོ། །འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱད་  
 ཅིག་མའོ། །འདུ་བྱེད་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་ལས་ནི་སྤྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །འདུ་བྱེད་

རྣམས་གནས་པ་ནི་མེད་དོ། །སེམས་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་ལས་ཡིན་གྱི། །ལུས་  
 དང་ངག་གི་ལས་ནི་མེད་དོ། །ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཆོས་མེད་དོ། །  
 མཆོད་རྟེན་མཆོད་པ་ལ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་དོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བ་རྟག་ཏུ་བ་ནི་  
 བག་ལ་ཉལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདུས་བྲས་མཐོང་བས་སྒྲིན་མེད་པ་ལ་འཇུག་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དག་ནི་མང་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་ཡིན་  
 ནོ། །ཡང་ཆོས་སྤྲས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་ནི་སངས་རྒྱས་ནི་དགོ་  
 འདུན་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ལ་འབྲས་བུ་ཆེན་  
 པོ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་དགོ་འདུན་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟའི་གནས་ན་ཡང་  
 ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་ནི་ཡོད་དོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དེ་དག་ནི་ཆོས་སྤྲས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འོད་སྤངས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཡང་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཆོས་ནི་ཡོད་དོ། །སྤངས་ལ་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པ་  
 ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཆོས་སྤྲས་པའི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདོད་དེ་དེ་  
 དག་ནི་འོད་སྤངས་པའི་དམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །གོས་དམར་པོ་རྣམས་ཀྱི་དམ་  
 ཆིག་ནི་གང་ཟག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འོ། །ཡང་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་  
 རྣམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲ་མའི་གཞུང་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་འཕོ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམ་ཆིག་ནི་སྤང་པོ་ལྟ་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་  
 པ་རོལ་ཏུ་འཕོ་བ་འོ། །ལམ་མ་གཏོགས་པར་སྤང་པོ་འགག་པ་མེད་དོ། །རྩ་  
 བའི་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པའི་སྤང་པོ་ནི་ཡོད་དོ། །གང་ཟག་ནི་དོན་དམ་པར་

མི་དམིགས་སོ། །ཀུན་གྲང་མི་རྟོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་འཕོ་བ་པའི་དམ་  
 ཚིག་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་བདུན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་པའི་  
 དམ་ཚིག་དག་གནས་སོ། །ཡང་གནས་མའི་བྱའི་དམ་ཚིག་ནི་ཉེ་བར་སྒྲང་  
 པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་ལྷན་པ་ནི་བཏགས་པའོ། །ཆོས་གང་ཡང་འཇིག་རྟེན་  
 འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་འཕོ་བ་མེད་དོ། ། གང་ཟག་ནི་ཕྱང་པོ་ལྷ་ཉི་  
 བར་སྒྲངས་ནས་འཕོ་བར་འགྱུར་དོ། །འདུས་བྱས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་དང་སྐད་  
 ཅིག་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །གང་ཟག་ནི་ཉེ་བར་སྒྲངས་པའི་ཕྱང་པོ་ཉིད་  
 དང་གཅིག་པའམ། གཅིག་པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །ཟུང་ན་  
 ལས་འདས་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་གཅིག་པ་ཉིད་དམ་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་  
 མི་བརྗོད་དོ། །ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དམ། མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་  
 བརྗོད་དོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་ལྷ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་  
 མ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཚིག་གོ། །ཡང་གནས་མ་བྱ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རི་  
 ཆེན་པོ་པ་དང་། །མང་པོས་བཀྱར་བ་པའོ། །དེ་ཡང་མང་པོས་བཀྱར་བ་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམ་ཚིག་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། འབྱུང་བ་དང་།  
 འགག་པར་འགྱུར་བ་དང་། འགག་པ་དང་། སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྐྱེ་བ་  
 དང་། འཆི་བར་འགྱུར་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 བྱེད་པ་དང་། ཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆད་པ་དང་། འགོ་བར་འགྱུར་བ་  
 དང་། འགོ་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་

ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མང་པོས་བཀྱར་བ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བའི་དམ་  
 ཚིག་ཡིན་ནོ། །ཡང་རི་ཆེན་པོ་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཚོས་མཚོག་པ་  
 དང་། ལམ་བཟངས་པ་ཞེས་བྱའོ། ། ཚོས་མཚོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བའི་དམ་  
 ཚིག་ནི་སྐྱེ་ལ་མ་རག་པ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་ལ་མ་རག་པ་དང་འགག་  
 པའོ། །ལམ་བཟངས་པའི་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཁྲོང་ཁྲེར་དུག་པ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་  
 རེ་རི་ཆེན་པོ་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཟེར། གཞན་དག་གིས་སྐྱ་བ་ནི་མང་པོས་  
 བཀྱར་བ་པ་དག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་དེ་རྣམས་ནི་གནས་  
 མའི་བྱའི་སྐྱེ་པ་རྣམ་པ་བཞིར་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་དེ་དག་ནི་སློབ་དཔོན་  
 དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་རིམ་གྱིས་རྣམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དག་ནི་ཅ་བའི་རྟོག་པ་དག་ཡིན་ནོ། །གཞན་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་མང་  
 དུ་ཡོད་པས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རི་ལྟ་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་འདོད་གཞུང་གི་བྱེ་བྲག་ཀྱང་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། དངོས་པོ་  
 དང་། མཚན་ཉིད་དང་། གནས་སྐབས་དང་། གཞན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །དེ་ལ་དང་པོ་དངོས་པོ་གཞན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ནི་བཅུན་  
 པ་ཚོས་སློབ་ཀྱི་སྟེ། དེ་ནི་ཚོས་རྣམས་དུས་ཀྱིས་འཇིག་པར་གྱུར་པ་ན་  
 དངོས་པོ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་ཡིན་ཀྱི་རྗེས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གསེར་གྱི་སྒྲོད་བཅོམ་ནས་གཞན་དུ་བྱས་པ་ནི་དབྱེ་བས་གཞན་དུ་  
 གྱུར་པ་ཡིན་ཀྱི། རྗེས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་འོ་  
 མ་ལས་ཞོར་གྱུར་པ་ན་རོ་དང་རུས་པ་དང་། སྒྲིན་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ལས་



ཁ་དོག་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འདས་པའི་དུས་ནས་ད་  
 ལྟར་གྱི་དུས་སུ་བྱུང་བ་ན་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཉམས་པ་ཡིན་གྱི་  
 རྗེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟར་གྱི་དུས་ནས་མ་འོངས་པ་བྱུང་བ་ན་  
 ཡང་ད་ལྟར་གྱི་དངོས་པོ་ཉམས་པ་ཡིན་གྱི་རྗེས་ཀྱི་དངོས་པོ་ནི་མ་ཡིན་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །མཆོན་ཉིད་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲིག་གི་སྟེ། དེ་  
 ན་རེ་ཆོས་རྣམས་དུས་ཀྱིས་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན་འདས་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 དང་ལྡན་པ་ནི་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་མཆོན་ཉིད་དག་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ལ་མ་འོངས་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ན་འདས་པ་  
 དང་ད་ལྟར་དག་གི་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲིམ་བྱ་བྱུང་མེད་  
 གཅིག་ལ་ཆགས་པར་གྱུར་པ་ན་ལྟག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་ཆགས་པ་དང་བྲལ་  
 བ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གནས་སྐབས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་  
 བཅུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ཀྱི་སྟེ། དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་དུས་ཀྱིས་འཇུག་པར་གྱུར་  
 པ་ན་གཞན་དང་གཞན་དུ་རྫོང་པར་བྱེད་པ་ནི་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་གྱུར་  
 པ་ཡིན་གྱི་རྗེས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲོང་བྱ་གཅིག་བྱ་  
 བཟང་བའི་ཆེ་ན་གཅིག་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། བྱངས་བརྒྱར་གཏོགས་པའི་  
 ཆེ་ན་བརྒྱ་ཞེས་བྱ། བྱངས་སྒྲོང་དུ་བཟང་བའི་ཆེ་ནི་སྒྲོང་ཞེས་བྱ་བ་དང་  
 འབྲའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་བཅུན་པ་སངས་རྒྱུས་སྟེ་  
 སྟེ། དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་དུས་ཀྱིས་འཇུག་པར་གྱུར་ན་སྒྲོན་དང་ཕྱི་མ་ལ་སྒྲོས་  
 ནས་གཞན་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱུང་མེད་གཅིག་ལ་མ་

ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་བྱ་མོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པོ་དེ་དག་རི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་  
 བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱུན་བདུན་ཏེ། རྒྱ་དང་དམིགས་པ་དང་དེ་མ་  
 ཐག་པ་དང་། བདག་པོ་དང་ལས་དང་བས་དང་རྟེན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ལ་ལ་ནི་རྟོགས་པའི་སེམས་བཞི་སྟེ། བདེན་པ་སོ་སོ་བའོ། །གཞན་རྣམས་  
 ནི་ཆོས་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སྤྱུ་ཤེས་པ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་གཞན་རྣམས་ནི་བཙུ་གཉིས་སྤྱུ་འདོད་དོ། །དེ་  
 ལས་ཀྱང་གཞན་པ་རྣམས་ནི་བཙུ་བྱ་ག་ཏུ་འདོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 མེད་པའི་གཉིད་ལ་ནི་སེམས་མ་ཡིན་ནོ། །མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལྷག་མ་  
 རྣམས་ལ་ནི་ཡོད་དོ། །འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པ་ལ་འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་  
 བ་བཀག་པ་ནི་ཡོད་དོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ནི་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡོད་  
 དོ། །རི་ལྟར་ཡིད་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོ་བར་འགྱུར་བ་ནི་སྒྲོད་པ་མེད་པའི་བསམ་  
 གཏན་ལ་སྒྲུམས་པར་འཇུག་ལ། དགའ་བས་སྒྲོ་བར་གྱུར་པ་ནི། དགའ་བ་  
 མེད་པའི་བསམ་གཏན་ལ་སྒྲུམས་པར་འཇུག། དེ་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་དང་  
 ཆོར་བས་སྒྲོ་བར་གྱུར་པ་ནི་འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པ་ལ་སྒྲུམས་པར་  
 འཇུག་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་སེམས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་ཐོབ་པ་ནི་  
 བྱ་དན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལ་ལ་ན་རེ་ཕྱང་པོ་མེད་པར་  
 གྱུར་པ་བྱ་དན་ལས་འདས་པ་ཡིན་གྱི་དངོས་པོའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཕྱང་བསྟན་དུ་མེད་པ་ནི་བྱ་དན་ལས་

འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལ་ལ་ན་རེ་ཚད་མེད་པ་རྣམས་  
 བྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ནོ་ཡང་ཟེར། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ་ནི་  
 གསུམ་སྟེ། གཞན་གྱི་སེམས་ནི་འབྲས་བྱ་དང་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ་དང་། ཚད་  
 མེད་ཆེ་བའི་འབྲས་བྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་  
 འགྲོ་བར་འགྲོ་བ་ན་གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་ནི་ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་  
 སྤངས་པར་གྱུར་པ་ནི་འགྲོ་བ་དེ་དག་ཏུ་འགྲོ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཡང་ལ་ལ་  
 ན་རེ་སྤར་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱི་དབང་གིས་དང་པོར་འགྲོ་བར་འདོད་དོ། །  
 །ཁ་ཅིག་ན་རེ་རི་ལྟར་གོམས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །ལ་ལ་  
 ན་རེ་ནི་རྣམ་པ་ལྷ་གོམས་པས་ཏེ་སྤ་མ་བཞི་དང་རྒྱེན་གྱི་བྱུང་པར་གོམས་  
 པས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་འདས་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་མེ་འབར་རོ་ཞེས་  
 ཟེར། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་ད་ལྟར་གྱི་ལས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་སྒྲིབ་པ་  
 ལྷ་པོ་རྣམས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མི་མཐུན་པར་སེམས་པ་ལས་སོ་ཞེས་  
 ཟེར། །ཁ་ཅིག་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ནི་ཁ་དོག་བཞི་པར་འདོད་དོ། །གཞན་  
 དག་ནི་ཁ་དོག་གཅིག་པར་འདོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་ནི་གང་ཟག་  
 ཡོད་དེ་དེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། ཕྱང་པོ་ཅམ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཕྱང་པོ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཉེ་བར་སྤངས་པ་དང་ལྷན་པར་བཏགས་  
 པའོ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་པས་སོ། །འདི་  
 ལྟར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་རིམ་གྱིས་བཏགས་ནས་མདོན་པར་  
 ཏོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། བར་མ་དོར་མི་མཐུན་པའི་སེམས་འབྱུང་བ་ནི་མེད་

དོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་དམིགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གིས་སྒྲིན་མེད་  
 བར་འབྱུག་གོ། །འདོད་པར་གཏོགས་པའི་འདུ་བྱེད་མི་རྟག་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 བ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་བརྩུ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་དེ་ལ་གནས་པ་ལས་ཉམས་པ་ནི་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་ཞུགས་པ་ཡང་ངོ་། །དགྲ་བཙེམ་པ་ལ་ཡང་ཉམས་པའི་ཆོས་ཡོད་དོ། །  
 སྲིད་པ་བར་མ་དོ་ཡང་ཡོད་དོ། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །  
 གཅིག་ཏུ་དགོ་བའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་ཡོད་དོ། །ཕྱང་པོ་  
 འགགས་པ་ནི་དུས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་ལ་ཡང་ཆངས་པར་  
 སྒྲོད་པ་ལ་གནས་པ་ཡོད་དོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ནས་སྒྲིན་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ། །སོ་སོའི་སྒྲེ་བོས་ཀྱང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་གཞོད་སེམས་སྒྲོང་  
 རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་ལྟ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའམ་བྲལ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དུག་པ་ནི་འདོད་ཆགས་  
 དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དགྲ་བཙེམ་པ་  
 ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་དང་། སེམས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
 དང་། ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་ཡུལ་གཞན་དུ་  
 ཕྱིན་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ན་གནས་བཞིན་དུ་ཐག་རིང་པོ་ན་གནས་པ་ལ་  
 དམིགས་པར་བྱེད་དོ། །གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ལ་ནི་གཟུགས་མེད་དོ། །  
 དགྲ་བཙེམ་པ་ལ་ཡང་ཉམས་པའི་ཆོས་ཡོད་དོ། །དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བ་  
 ཡོད་དོ། །སྒྲིས་བུའི་བྱེད་པ་ཡོད་དོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་

ཡོད་དོ། །སྤྱི་རིམ་པ་ལ་ཡང་མདོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་ཡོད་དོ། །དབྱ་བཅོམ་པ་  
 ལ་གཞན་གྱིས་བསྟན་ཅིང་སྐྱབ་པ་མེད་དོ། །མི་ཤེས་པ་མེད་དོ། །ཡིད་  
 གཉིས་མེད་དོ། །གཞན་གྱི་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་མེད་དོ། ། རག་འཇུག་  
 པའི་སྐྱབ་པ་མེད་དེ། དབང་པོ་དང་། སྒྲོབས་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་  
 བསྐྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱི་ཉན་ཐོས་རྣམས་བྱང་གི་སྐྱ་མི་  
 སྟན་དང་། བདུད་རིས་དང་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་ནི་མེད་  
 དོ། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པས་བསམ་གཏན་རྣམས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མདོ་སྡེ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །མཚུངས་པར་མི་ལྷན་པའི་བག་ལ་  
 ཉལ་དང་སེམས་ལས་བྱང་བའི་བག་ལ་ཉལ་ཡང་ཡོད་དོ། །འདུས་བྱས་ནི་  
 སྐྱད་ཅིག་མ་དང་སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །འགག་པར་འགྱུར་  
 བའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་མེ་འབར་བར་འགྱུར་རོ། །སེམས་གཅིག་ཅིག་འཆི་  
 ཞིང་སྐྱེ་བོ་མི་ཤེས་པའི་གཞི་ལས་འཆི་བའི་མཐར་ཐུག་པའི་བར་དུའོ། །འཆི་  
 བའི་རྒྱུན་གྱིས་པའི་སེམས་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པར་ཞི་བར་བྱའོ། །  
 ཆད་མེད་པ་རྣམས་ནི་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །སྟོམས་པར་  
 འཇུག་པ་བྱུག་ཅུ་ཙུ་བདུན་གྲུབ་པར་བྱས་ནས་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་བཅུ་  
 དགུ་དང་། དབང་པོ་དང་། སྒྲོབས་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་ཡང་དག་པར་སྦྱོང་བར་བྱེད་དོ། །ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་རྣམས་  
 མ་གཏོགས་པ་ཉིད་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གྱིས་སྦྱོང་བར་བྱ་བ་རྣམས་  
 སོ། །འགྲོ་བ་དང་བཅས་པའི་ལམ་ནི་ངེས་པར་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དགོ་སྦྱོང་

གི་འབྲས་བུ་ནི་རིམ་གྱིས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ།      །འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་  
 །ཀྱང་ལན་ཅིག་སྤྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ་དང་།      །སྤྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་  
 །མངོན་དུ་བྱེད་དོ།      །འཁོར་བ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད་དོ།      །ཚོས་ཅུང་  
 །ཞིག་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་འགོ་བ་མེད་དོ།      །ཕྱང་  
 །པོ་ཉི་བར་སྤངས་ནས་སེམས་ཅན་ནི་འཕོ་བར་འགྱུར་རོ།      །གཟུགས་ཀྱི་  
 །ཁམས་ནི་ཁ་དོག་བཞི་ཡིན་ནོ།      །དེ་བཞིན་དུ་སྤིང་བ་བར་མ་ནི་ཁ་དོག་  
 །བཅུ་འཕམ།      །ཉ་ལྷེ་བས་ཀྱི་མདོག་འདྲའོ།      །དེ་བཞིན་དུ་སྤིང་བ་བར་མ་ནི་ཞག་  
 །ལྷེ་འཕམ།      །བདུན་དུ་གནས་པ་འཕམ།      །ཡུན་རིང་པོར་ཡང་དོ།      །དེ་བཞིན་དུ་ལས་  
 །ནི་ནམ་ཡང་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ།      །ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ།      །སྒྲོགས་  
 །པར་མི་འགྱུར་རོ།      །ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ནི་མེད་  
 །དོ།      །སྤིང་བ་རྩི་སྤིང་གི་བར་དུ་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་།      །སྟན་ཅིག་ཏུ་གནས་  
 །སོ།      །སྤྱར་ཉི་བར་བསགས་པ་དང་སྤྱིས་ཉི་བར་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱུན་  
 །རྟེན་པར་གྱུར་ནས་འགོ་བ་རྣམས་སུ་འགོ་བར་བྱེད་དོ།      །དེས་པའི་ལས་ནི་  
 །བརྒྱུག་པར་མི་རུས་སོ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སྦྱེས་བུའི་གཟུགས་  
 །ཀྱིས་སྦྱམས་སུ་ཞུགས་པ་ཡིན།      །ཡུམ་གྱི་དཀྱ་ནས་སྤང་བོ་ཆེར་གྱུར་ནས་  
 །ཞུགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།      །དེ་ནི་དེའི་མི་ལམ་གྱི་རྣམ་རྟོག་ཡིན་ནོ།      །རྒྱར་རྒྱར་  
 །པོ་དང་།      །མེར་མེར་པོ་དང་།      །སྤར་སྤར་པོའི་ངོ་བོར་ཡང་འགྱུར་རོ།      །སྦྱེ་  
 །གནས་ནས་སྦྱེས་ན་ཡང་སྦྱིབ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་རུས་པ་ཅན་དུ་  
 །འགྱུར་རོ།      །སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་ལོངས་



སྒྲོད་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་ཉིད་ཀྱང་སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་འགོག་གོ། །སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་ངོ། །སེམས་གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཡང་རབ་དུ་ཐོབ་པོ། །སེམས་གཅིག་གིས་ཞུགས་པའི་ཆོས་རྣམས་འགག་པར་བྱེད་ཅིང་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་རྣམས་སྒྲིད་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱུན་བཞི་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་སོ། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་སྤང་པར་བྱ་བ་ནི་ཀུན་ནས་ལྡང་བ་ལ་གནས་པ་ནི་མཆོམས་མེད་པ་དག་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་བས་སྒྲོང་བར་བྱ་བའི་བག་ལ་ཉལ་བཞིས་བསྐྱུས་པས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་དེས་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད་གྱི། བསྐྱོམས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱོམས་པའི་རང་བཞིན་ཐམས་ཅད་ལ་རི་སྤིད་གནས་གྱི་བར་དུ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་འབད་པས་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་གྱི། བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་བད་པས་དུས་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །དག་བཅོམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བྲལ་བས་འཆི་བར་འགྱུར་གྱི། འཕོ་བས་ནི་འཆི་བ་མེད་དེ་རི་སྤིད་དུ་ལུས་དང་བྲལ་བས་དུས་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དག་བཅོམ་པ་ནི་ལུས་ཐ་མ་དང་བྲལ་བས་འབྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཏེ། ལུས་ནི་འདིར་དབང་པོའི་ལུས་ལ་བྱ་བར་བཞེད་དོ། །འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། འབྱུང་བ་དང་། འགག་པར་འགྱུར་བ་དང་། འགག་པ་དང་། སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྒྲེས་པ་དང་། འཆི་བར་འགྱུར་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། བྱེད་པ་དང་།

ཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆད་པ་དང་། འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་དང་། འགྲོ་བ་  
 དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལོ། །ཕུང་པོ་  
 གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །ཆོར་བ་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་རོ། །སྒར་བྱས་པའི་  
 བསྐྱོམ་པས་སྒྲང་བར་བྱ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྡེ་བའི་དབྱེ་བ་དག་ལ་སྡེ་བ་གཅིག་  
 ཅིག་གི་ཁོངས་སུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི་གཏོགས་པར་གྱུར་ན་ཡང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱ་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སྡེ་བ་གཅིག་  
 ཅིག་གི་གསུང་རབ་ཀྱི་ནང་དུ་ཡང་མ་བསྟན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་རོ། །འདིའི་ཕྱིར་ཡང་འདི་ནི་སྡེ་བ་བཙུག་ཀྱི་  
 ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བཙུག་ལྟན་འདས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་  
 ལས་འདས་པའི་དུས་ཉིད་ནི་རྩ་བའི་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པར་བྱེད་པས་མ་  
 བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིས་བྱེ་བར་གྱུར་པ་ན་ཡང་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྟག་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་འགལ་བའི་ཡང་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོས་བྲབ་པ་ཉིད་དང་། ལེན་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མ་སྒྲངས་པའི་ཡང་  
 ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་སྤྱང་ན་ཡོངས་མི་འདལ། །ཞེས་སྟོན་པར་བྱེད་པས་  
 དེ་ལ་ཞི་བ་ཉིད་མེད་པར་བསྟན་པས་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་དང་འགལ་བའི་

ཕྱིར་དང་། ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལྷུང་བསྟན་པ་དང་། དབྱ་བཅོམ་པ་  
 རྣམས་ལ་ཞིན་ཏུ་སྒྲོད་པ་དང་། བྱིམ་པ་ལ་བྱག་བྱ་བ་སྟོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
 ག་ཞེགས་པ་ལས་བྱུང་བར་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བསྐྱགས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་མཁའ་མངོན་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 སྟོན་ལམ་རྣམས་ཀྱང་ཆོག་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་སྤྱུལ་པ་  
 ཡིན་པར་སྤྱོད་བས་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཏྲག་  
 ཏུ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 མདོ་སྡེ་མང་པོ་ལས་འབྲས་བྱ་མེད་པའི་བསྐྱགས་པ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞིན་  
 ཏུ་སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་རྩ་བ་ནས་འབྱེན་པར་སྤྱོད་བས་ལས་ལ་འབྲས་བྱ་མེད་  
 པར་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡང་གཞན་ཉིད་སྟོན་པ་  
 དང་། གྱི་གྱའི་མི་ལམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡང་མ་བསྟན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ངེས་པར་བདུད་  
 ཀྱིས་སྐྱེ་བོ་སྐྱོ་གྲོས་ངན་པ་དང་། རྩོངས་པ་རྣམས་བསྐྱུ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱོད་  
 ཆོགས་པ་མང་པོ་བཅུམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷ་བ་འདི་མདོན་  
 སུམ་ལ་སོགས་པ་དང་ཞིན་ཏུ་འགལ་བར་སྟོན་པ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 དམིགས་པའི་སྒོ། །རང་རིག་ཉིད་དུ་ཡོད་པས་ཀྱང་། །མདོན་སུམ་གཞོད་པ་  
 གང་ཡིན་དེས། །སྐྱེ་མེད་སྤྱོད་པ་དེ་ལ་གཞོད། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་  
 རྣམས་ལ་དམིགས་པ་འདི་ལ་ཡོད་པས་དེ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 དམིགས་པའི་སྒོའོ། །ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་ཞེས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་ནི་དངོས་པོའི་

ངོ་མོ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་རྒྱུ་པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །རང་གི་རྒྱུད་གྱིས་ཉམས་སུ་སྒྱུར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རང་རིག་  
 གོ། །ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ཡང་ཡང་དག་པར་རིག་པས་  
 སོ། །སྒྲོ་དེ་ནི་ཡུལ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ་མ་སྒྲིམ་པ་ཉིད་དུ་  
 བཏགས་པ་ལ་ནི་རིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གཞོད་ལ།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཀག་པས་ན། གྲགས་པས་གཞོད་པ་  
 ཡང་སྒྲིམ་བ་མེད་པར་སྒྲིམ་བ་ལ་ཡོད་དོ། །སྤིད་པ་རྒྱུ་མ་ནི་དེ་ཉིད་དུ། །སྒྲིམ་མེད་  
 ཅེས་བྱའི་བྱད་པར་གྱིས། །མངོན་སུམ་དང་ནི་གྲགས་པ་དག་གཞོད་པ་འདི་  
 ལ་མེད་ཅེ་ན། །གལ་ཏེ་དབུ་མ་པ་དག་སྒྲིམ་བ། མིག་མེད་གཟུགས་ལ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །བར་དང་གཉི་ག་ལ་མི་གནས། །གང་དུ་དེ་ནི་གནས་གྱུར་ལ། །ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཤེས་པ་དམིགས་སུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་ཡང་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་ནི་  
 མི་ཤེས་པའི་རབ་རིབ་གྱིས་བསྒྲིབས་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་།  
 མངོན་སུམ་གྱི་གཞོད་པ་ཡང་བདག་གིས་དོན་དམ་པ་ཉིད་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ཉིད་བཞད་གད་ཡིན་པར་ལན་གདབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བགྲོད་མིན་ལ་  
 ཡང་ཡང་དག་ཏུ། བགྲོད་པར་བྱ་སྟེ་བྱད་མེད་ཕྱིར། །བྱད་མེད་གཞན་བཞིན་  
 ཟེར་བ་ཡི། །སྒྲོན་བཅས་ཆིག་ཀྱང་སྒྲོན་མེད་འགྱུར། །བྱད་མེད་གང་བགྲོད་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་བགྲོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྒྲིབ་པར་བྱ་བའོ། །གཏན་ཆིགས་ཅི་ཡོད། བྱད་མེད་ཡིན་

བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དང་གང་བྱུང་མེད་ཡིན་པ་དེ་ནི་བགྲོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 རི་ལྷ་ཞེ་ན། བྱུང་མེད་གཞན་བཞིན་ཏེ། རང་གི་ཚུང་མ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཐ་ཆིག་གོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་དང་ལུང་དག་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 དོན་དམ་པར་ཞེས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་སྒྲོན་མེད་དོ། །འདི་ནི་རིགས་  
 བ་དང་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་གསུང་བའི་དབང་གིས་བྱུང་མེད་ལ་  
 འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན་བགྲོད་པར་བྱ་བ་དང་། བགྲོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 དག་གིས་གསུང་བ་ཞི་བར་བྱེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་དེ་སྐད་དུ་སྒྲ་བ་དེ་  
 དག་ནི་སྒྲོ་གྲོས་ངན་པས་སྒྲ་བ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་སྒྲོན་མེད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་  
 བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་གྱུང་དེ་  
 དང་འབྲེལ། །སྒྲོན་ཆེན་པོ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། བདེན་པ་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་  
 མིན། །དེ་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ནམ་མཁའི་ལྷ་ཡིས་བསྟན་པ་  
 ལྟར། །དེ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་འདོད་དོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་སྐྱག་བསྐྱེལ་  
 དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མ་ཡིན་ལ། སྐྱག་བསྐྱེལ་  
 ལ་སོགས་པ་ཞེས་པས་གྱུང་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་མི་འདའོ་ཞེས་སྒྲོན་པའི་  
 ཆིག་ཡོད་པར་གྲགས་ཏེ། བདེན་པ་མཐོང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་ན་དེ་མ་  
 ཡིན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཞན་གང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དོ། ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ལས་བསྟན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བདེན་པ་མཐོང་བ་ལས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་ལྷས་བསྟན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་འདི་ལྷ་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲོན་ཏེ། གསེར་གྱི་སྒྲོད་དུ་

གསེར་གྱི་ཁབ་གྱིས་གྲོག་མ་ཕྱག་ནས་གསལ་ན་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་  
 འབྱུར་ལ། དེ་གསོད་པ་པོ་ཡང་ཐར་པའི་ས་བོན་བསགས་པར་འདོད་པ་  
 དང་། བ་ལང་ལ་སོགས་པ་བསལ་པ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཉལ་པོ་བྱས་  
 བས་མཐོ་རིས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །གཞན་  
 ཡང་ཁམས་གསུམ་པ་འདི་ནི་སེམས་ཅམ་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོའི་དོན་ཡང་  
 གཞན་དུ་བཏགས་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དགག་པའི་ཕྱིར་  
 སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡང་རིགས་པ་འདིས་ན་མི་རིགས་ཏེ། ཕྱི་རོལ་སྐྱེ་མཆེད་  
 ཡོད་པ་ལས། །དེར་སྒྲུང་བ་ཡི་སྒྲོ་འབྱུང་བས། །ཡོད་པར་རིགས་ཏེ་སེམས་  
 ཉིད་ནི། །ཡོད་ལ་དགའ་བས་ངེ་བཞིན་གྱིས། །ཕྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཆོས་ཅན་  
 རོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ནི་དེའི་ཆོས་སུ་གཏོགས་པའོ། །  
 ཕྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ནི་དམིགས་པའི་རྣམ་པའི་རང་གི་ངོ་བོའི་  
 ཁུང་པར་རོ། །དེ་སྒྲུང་བ་འབྱུང་བ་ནི་དེར་སྒྲུང་བས་འབྱུང་བའོ། །སྒྲུང་བ་  
 འབྱུང་བ་དེ་གང་ལ་ཞེན། སྒྲོ་ལ་སྟེ། དབང་པོ་དུག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །  
 དུལ་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་མི་འབྱུང་བས། ཁྱོད་རང་གི་  
 གཞུང་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་སེམས་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་དགའ་བ་ངེ་སྟར་  
 སྐྱེ་བ་དེ་དཔེར་བྱས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་  
 ཡང་དགའ་བ་ཉིད་དུ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཡོད་  
 མི་འདོད་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅམ་མིན། །འགྲོ་བ་ཕྱོགས་སུ་བྱ་བ་  
 དང་། །གཏན་ཆིགས་སྐྱབ་པ་ཁྱོད་ལ་མེད། །ཡང་སེམས་ཅམ་དུ་ཉེ་བར་



དམིགས་ན་ནི་ཕྱི་ལོ་སྤྱི་མཆེད་ལ་སོགས་པ་ཉི་ལྔ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་  
 ལ། ཕྱི་ལོ་སྤྱི་མཆེད་ལ་སོགས་པ་མ་དམིགས་ན་ཡང་སེམས་ཅམ་དུ་ཡང་  
 དམིགས་པར་མི་འགྱུར་བར་འདོད་ན་ནི་ཁམས་གསུམ་པ་འདི་དག་ནི་  
 སེམས་ཅམ་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུང་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 འགྲོ་བ་སེམས་ཅམ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་གཏན་ཆིགས་ནི་གང་ཡིན། འདི་  
 ལ་དཔེ་ནི་གང་ཡོད། གཏན་ཆིགས་དང་དཔེ་སྤྱོད་མེད་པ་འདི་ལ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པས་འདི་དམ་བཅའ་བ་ཅམ་དུ་ཟད་དེ། དམ་བཅའ་བ་ཅམ་གྱིས་ནི་  
 འདོད་པའི་དོན་གང་ཡང་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་པས་ཉི་ལྔ་སྐར་བའི་ཕྱོགས་སྤྲུལ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རིགས་  
 པ་ནི། རང་གི་ཕྱོགས་ཉམས་དོགས་པས་གཞན། མི་འདོད་གྱུར་པ་གང་སྤྲུ་  
 བ། །དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱི་མ་ཉི་ལྔ་  
 དགོད་པའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ས་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྱུང་བ་རང་གི་ངོ་བོར་མི་འགྱུར་  
 ཉི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུལ་གྱི་རིགས་པ་དང་། རང་གི་སྤྱི་སྤྱོད་གསུམ་  
 ཀྱི་ལུགས་ཉམས་པར་དོགས་པས་གཞན་ཉི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་པའོ། །མི་  
 འདོད་གྱུར་པ་ནི་མི་བཟོད་པར་གྱུར་པའོ། །གང་སྤྲུ་བ་སྤྱི། སྤྱོད་ཉི་ལྔ་སྤྱོད་  
 པར་གྱུར་པའོ། །དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་  
 ལན་དག་གིས་སྤྱོད་དང་བཅས་པར་སྤྱོད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་པས་  
 སོ། །ཕྱོགས་སྤྲུལ་མས་དོན་གྱིས་ཆད་མས་འདི་སྤྲུལ་སོ། །སྤྱོད་པ་ནི་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་སྤྱོད་མངའ་བ་སྤྱི། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་

པའི་ཕྱིར། རང་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་  
 ལན། སྟོན་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྒྲོ། །བདག་མེད་པ་ལ་དམིགས་པར་འདོད།།  
 དུལ་ཅན་གྱི་ནི་སྒྲོ་མིན་ཕྱིར། །གང་ཟག་བདག་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་  
 སྒྲུས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་  
 མཐུན་པས་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ལ་  
 བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་མཐུན་པས་ཀྱང་ཆོས་ལ་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཆོས་དང་གང་ཟག་ལས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ནི་  
 ཅུང་ཞིག་ཀྱང་མེད་ན་གང་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པ་ཉམས་པར་གྱུར། དེ་ལྟར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆིག་འདིས་ནི་སྒྲར་སྒྲུས་  
 པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་འགལ་བ་ན་ཡང་ཞུགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོར་ལས་བྱུང་སོགས་སྒྲོ་དག་ནི། །འབྱུང་བ་གལ་ཏེ་འགོག་  
 བྱེད་ན། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་  
 པར་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོ་རྣམས་ལ། དག་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 བརྗོད་པ་ནི་དབུ་མ་པས་ཀྱང་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལོ་བཞི་བཅུར་ཆོས་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ། བདག་ཅག་གི་ལྟ་བ་  
 ལས་མེད་པར་རྣམ་པར་བརྟགས་ནས། སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲོ་དེ་རྣམས་འབྱུང་བ་ལ་གཞན་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི་མི་རིགས་  
 ཏེ། སྒྲོན་མ་ཡིན་པ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ལས་

འདས་པའི་སྒོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་  
 བསྐྱབ་པ་དེ་ནི་མི་རིགས་པར་རིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཉིད་དེ་འདིར་རིགས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །ཤེས་བྱ་ཀུན་དུ་མ་གྲུབ་པས།  
 །སྒོ་གང་གང་གི་རྗེས་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་རྟོག་མེད་སྟོན་བྱང་ཆུབ། །ཤེས་བྱ་  
 དེ་ཉིད་མ་ལོག་ཕྱིར། །ཕྱང་པོ་དང་། །ཁམས་དང་། །སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་བྱ་རྣམས་ངོ་བོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་བདག་གིས་སྤར་བསྐྱབས་  
 སོ། །ཐམས་ཅད་དུ་རང་རང་གི་ངོ་བོ་གྲུབ་པ་མེད་པས་ཤེས་བྱ་མེད་པའི་  
 ཤེས་པ་ཡང་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བར་འགྱུར། །གང་ཉིད་ལ་དེའི་རྗེས་སུ་སྒོ་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་རྟོག་པ་མེད་པ་ཉིད་ནི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཉིད་དུ་  
 འདོད་དེ། ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་  
 མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་  
 དང་། །སྐྱེ་མ་དང་། །མི་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ག་ལ་ཡོད།  
 དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྣམ་རྟོག་སོགས། །བྲལ་བའི་སྒོས་ནི་མངོན་འདོད་པས། །དེ་ཡི་  
 རྟོན་ནི་འགོག་བྱེད་ན། །གྲུབ་པ་ཉིད་ནི་རབ་སྐྱབ་བྱེད། །གང་ཡང་རྟོག་པ་  
 མེད་པར་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་གི་དངོས་པོ་དང་  
 གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ངེས་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ན་དེའི་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ནི་སྟོན་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པར་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཤྲག་ཐུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་སྤྱལ་པའི་སྤྱིའི་རྟོན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རབ་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་གྲུབ་པ་

ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། འོག་མིན་ན་བཞུགས་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་  
 ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ནི་བ་དང་། སྒྲིང་པ་  
 དང་། གཉིས་སྤྱོད་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།  
 བརྫོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་ནི་ཉིད་སོགས་བསྟན་པ། རྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོ་  
 བཏགས་པའོ། །དག་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་། དབུ་ལ་བ་  
 དང་། བད་ཉི་བར་ནི་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པར་བསྟན་པ་ནི་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
 རོར་བུ་བཞིན་དུ་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གལ་ཏེ་  
 གསུང་རབ་ལས་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་  
 རྣམས་ཀྱིས། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བསྟན་ཏོ་ཞེ་ན།  
 བདེན་ཏེ་ལམ་འདི་ཉིད་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གོམས་པར་བྱས་པས་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཐོབ་ཀྱི། དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་  
 པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མི་དམིགས་པར་བསྐྱོམ་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མཐོང་  
 བ་མེད་པ་རྟོག་མེད་པ། །བརྫོད་པ་མེད་པ་བྱེད་མེད་པ། །འཆོ་བ་མེད་པ་  
 རྩོམ་མེད་པ། །དེ་བཞིན་དགའ་མེད་གནས་མེད་པ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་  
 གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་མེད་པས་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བའོ། །འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དག་གི་སེམས་དག་ནི་ཉམས་ཤིང་  
 མ་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བ་ལ་ཡང་གནས་པ་མེད་པས་རྟོག་པ་  
 མེད་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པའོ། །གནས་དང་། བྱེད་པ་དང་། རྩོམ་  
 བ་རྣམས་རེ་རེ་ལའང་། འདུས་པར་གྱུར་པ་ལའང་། ཡི་གེ་སོ་སོ་ཡང་དག་ཏེ་

བར་མི་དམིགས་པས་ངག་བརྗོད་པ་མེད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་ངག་གོ། །ལུས་  
 དང་། དབང་པོ་དང་། སྒྲིའི་ཚོགས་དག་བདག་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེའི་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པར་སེམས་པ་ནི་བྱུང་མ་ཐག་ཏུ་འཇིག་པའི་ཕྱིར་  
 ལས་ཉི་བར་ལེན་པ་ནི་དོན་དམ་པར་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བས་བྱ་བ་མེད་པ་  
 ནི་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའོ། །ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་གོམས་པར་  
 བྱས་པའི་ཟང་ཟིང་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་འཕེལ་བར་བྱས་པའི་ལུས་ཀྱི་བཟའ་  
 བ་དང་། བགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ལ་དབྱ་བའི་གོང་བྱ་  
 དང་། ལུ་བྱར་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་དང་། ལུ་ཤིང་གི་སྤྲོད་པོ་དང་། སྒྱུ་མ་དང་འབྲ་  
 བར་གང་གིས་གང་ཞིག་ལ་པན་འདོགས་པར་བྱེད་ཅེས་ལུང་པོ་དག་ལ་  
 ཡོངས་སུ་བཏགས་པ་ཉིད་ན་འཆོ་བ་མེད་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པའི་འཆོ་བའོ། །  
 ལུས་ནི་རྩ་དང་། ཤིང་དང་འབྲ་བར་བེམས་པོ་སེམས་པ་མེད་པ་བྱེད་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་ལ། སེམས་ཀྱང་སྒྱུ་མ་དང་འབྲ་བས་དེ་དག་གིས་ཡང་དག་པར་  
 བཅུམས་པ་ཡང་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་ཡང་དག་པའི་  
 ཚུམ་པ་མེད་ན་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་དགོ་བའི་ཚས་ལ་མངོན་པར་སྒྱུར་བ་ནི་ཡང་  
 དག་པའི་ཚུལ་བའོ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་དོ། །དོན་དམ་པར་ན་དབང་པོ་རྣམས་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཅི་ཡང་མེད་པས་དེའི་  
 རྗེས་ལས་སྒྲིས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལ་རྗེས་སུ་  
 བཏག་པར་བྱ་སྟེ། བཏག་པར་བྱ་བའི་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ནི་མེད་པས་ཅི་ཞིག་  
 དན་ནས་དན་ཞེས་བྱ། འོན་ཀྱང་མི་བརྗོད་པ་ཉིད་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་དག་

པའི་བྲན་པ་ཞེས་གདགས་སོ། །སེམས་འདས་པ་ནི་ཉམས་པར་གྱུར་པ་ཡིན།  
 མ་འོངས་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན། ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་འགག་པ་ཉིད་ལ་མངོན་  
 ཏུ་སྟོགས་པའི་སྤྱིར་སེམས་སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མཉམ་པར་གནས་པ་ནི་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །དམིགས་པ་ཡང་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་པར་མི་  
 འགྱུར་བས་སེམས་གནས་པ་མེད་པ་ཉིད་ལ་ཐ་སྐྱད་ཏུ་ཡང་དག་པའི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་ཞེས་འདོགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་འདི་ཉིད་ཤིན་  
 ཏུ་གོམས་པར་བྱས་ན། དེ་ཆེ་ལམ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཚུབ་  
 འདོད་སྤྱིར་བདག །བྱུང་བ་སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་ཡང་ཡིན། །བསྐྱོམ་ཉིད་ལ་ཡང་  
 བརྟག་པར་བྱ། །ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཀྱིས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དག་ཁས་མི་ལེན་པ་ཉིད་ལ་  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ལམ་འདི་དག་ངེས་པར་བཟུང་ནས་བདག་  
 གིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། གང་ལ་མ་གོམས་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ནི་  
 འདིར་རིགས་པས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལམ་དེ་དང་ལྡན་ན་  
 རིགས་པ་ལྡན་པའི་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན། ཇི་ལྟར་ན་འདི་  
 རིགས་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། གང་གི་ཆེ་ཇེས་སུ་དཔག་པའི་ཇེས་སུ་  
 འབྲང་ནས་ལྷུང་དང་མི་འགལ་བར་གྱུར་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གང་ལ་དམིགས་  
 པ་ནའོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཇེས་སུ་དཔག་པའི་ཇེས་སུ་འབྲངས་ན་ནི་ལྷུང་  
 དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྤྱིས་པ། ཇི་ལྟར་ལྷུང་དང་མི་འགལ་བར། །  
 ཇེས་སུ་དཔག་པའི་ཇེས་འབྲང་བ། །འདི་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། །དེ་ནི་དེ་



བཞིན་མཁས་པས་འདོད། །དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཚོ་ལ་བ་ལ་འཇུག་པ་ཞི་བ་དང་།  
 སྒྲོང་བ་དང་། གཉིས་སུ་མེད་པ་དང་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པ་དང་། མི་  
 དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལུང་དང་། རིགས་པ་དང་མི་  
 འགལ་བར་བསྟན་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོ་ཞེས་བདག་གིས་བསྒྲུབས་པ་བློ་བ་  
 བློ་བ་ཉིད་དོ། །བསྒྲོམ་པའི་རིགས་པ་ཡང་བརྗོད་མ་ཐག་པ་ཉིད་དོ། །འདིའི་  
 ལུང་ནི་འཇམ་དཔལ་གང་ཡང་ཚོས་ཐམས་ཅད་མི་མཉམ་པ་མེད་པ་དང་།  
 གཉིས་སུ་མེད་པ་དང་། གཉིས་སུ་བྱར་མེད་པར་མཐོང་བ་འདི་ནི་ཡང་དག་  
 པའི་ལྟ་བུའོ། །འཇམ་དཔལ་གང་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་མེད་པར་མཐོང་བ་མེད་པའི་  
 སྒྲོར་བས་མཐོང་བ་དེ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པའོ། །གང་གིས་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་བརྗོད་པ་མེད་པར་མཐོང་བས་བརྗོད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཏུ་ཤིན་ཏུ་རིག་པ་  
 ཉིད་ནི་ཡང་དག་པའི་དག་གོ། །གང་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་  
 མེད་པར་མཐོང་བ་འདི་ནི་བྱེད་པ་པོ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་  
 ལས་ཀྱི་མཐའོ། །གང་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་འཕེལ་བ་ཡང་མ་ཡིན། འགྲིབ་  
 པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཚོ་བ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་འཚོ་བའོ། །གང་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་བར་མི་བྱེད།  
 རྩོམ་པར་མི་བྱེད། ས་རོལ་གཞོན་པའི་སྒྲོར་བ་ཡང་མི་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཡང་  
 དག་པའི་རྩོལ་བའོ། །གང་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱན་པར་བྱ་བའི་ལམ་  
 ཀྱིས་དབེན་པའི་ཕྱིར་བྱན་པ་བྱུང་བ་མེད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་བྱན་པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བཅ་པོ་བཅུ་  
བཞི་བ།

འཇམ་དཔལ་གང་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མཉམ་པར་  
གཞག་པར་མཐོང་བ་དེ་ནི་རྩོམ་པའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་མི་དམིགས་པའི་  
སྒྲིང་ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཏེ། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནི་  
དེ་ལྟ་བུར་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ལམ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མཐོང་བ་དེ་ནི་  
གལ་བ་དང་། ས་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་པ་དང་། ཐང་ལ་སྒྲིན་པ་དང་། ཞི་བ་ཐོབ་པ་  
དང་། འཛིགས་པ་མེད་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་། དག་  
བཅོམ་པ་དང་། དག་སྦྱང་དང་། ཚངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པར་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །  
དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་པ་ལས་ཀྱང་དབེན་པ་དང་། འདོད་  
ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། འགོག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་མི་  
དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲོམ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ན་མཐོང་  
བ་མེད་པའི་རྣམ་པར་སྒྲོམ་པ་འདི་ནི་ལམ་གཞན་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ་  
ཞེ་ན་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་འབྲུབ་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
རི་ལྟ་ཞེ་ན། སྤྲས་པ། ཐར་པའི་མི་མཐུན་པར་གྱུར་པ་མི་དགོ་བའི་ཆོས་ལྟ་  
བ་ལོག་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱང་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་  
ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་དེ། འཕགས་པ་སྒྲོ་

གྲོས་མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས་ངི་སྐད་དུ།      ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་གང་ཞེ་ན།  
 འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འཕགས་པའི་བདག་དང་།      སེམས་  
 ཅན་དང་།      སྒོག་དང་།      གསོ་བ་དང་།      སྐྱེས་བུ་དང་།      གང་ཟག་དང་།      ཆད་  
 པ་དང་།      རྟག་པ་དང་།      སྲིད་པ་དང་།      སྲིད་པ་མ་ཡིན་པའི་དང་།      དགེ་བ་  
 དང་།      མི་དགེ་བ་དང་།      ལུང་དུ་བསྟན་པ་དང་།      འཁོར་བ་དང་།      ལྷ་པོ་  
 ལས་འདས་པར་ལྷ་བས་ཀྱན་ནས་མ་བསྐྱེདས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡང་དག་  
 པའི་ལྷ་བའོ།      །དེ་ལ་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་གང་ཞེ་ན།      གང་འདོད་ཆགས་  
 དང་།      ཞེ་སྤང་དང་།      གཉི་ལུག་གི་ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་མདོན་དུ་འབྱུང་བ་དག་  
 གིས་ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པར་མི་བྱེད་ཅིང་།      གང་ཚུལ་བྲིམས་དང་།      ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 དང་།      ཤེས་རབ་དང་།      རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་།      རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐོང་བའི་ལུང་པོས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་དག་གིས་ཀྱན་ཏུ་  
 རྟོག་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཏེ།      དེའི་  
 ཕྱིར་ན་དངོས་པོར་འཇིན་པ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པ་རབ་ཏུ་སྤང་བའི་ཕྱིར་  
 མཐོང་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱའོ།      །དེ་ལྟར་བྱས་  
 ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རང་བྱུང་གི་ཕྱིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་  
 རབ་ཏུ་སྤྲོང་ངོ།      །ཤེས་བྱའི་དངོས་པོ་དང་རབ་ཏུ་འབྲེལ་བ་ནི་བག་ཆགས་  
 ཡིན་ནོ།      །ཤེས་བྱ་མི་དམིགས་པར་འགྱུར་ན་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བག་ཆགས་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་གོ་རིམ་ཡིན་ནོ།      །རི་

ལྟར་བསྟན་པའི་ལམ་འདི་ཉིད་མཐར་གྱིས་བསྐྱོམ་པ་ལས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་བར་བསྟན་པ། གང་གིས་དེ་རྟོགས་དེ་སངས་རྒྱས། ། གཞན་ནི་  
 མ་ཡི་ལ་དུ་མཚུངས། །རྗེ་སྐད་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་དང་རིགས་པ་དང་  
 ལྟན་པའི་བསྐྱོམ་པ་གང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཞེས་བརྗོད་པར་རིགས་ཏེ། ཡེ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ལྟན་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་ལུང་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་བེམས་པོའི་སློང་དང་ལྟན་པ་  
 རྣམས་ལ་མས་ཕྱིན་པའི་ལ་དུ་བཞིན་དུ། ལུང་མེད་འགའ་ཞིག་གིས་བྱ་བྱིས་  
 པ་ཚུང་དུ་ལ་སྟོན་ཞུ་བའི་དུས་འདས་ཀྱི་བར་དུ་བྱིད་པའི་ཕྱིར་བྱ་རམ་གྱིས་  
 བསྐྱས་པའི་དེ་ལྟ་དག་འདི་ལ་དུ་ཡིན་གྱིས་ཐོ་ཞིག་ཅེས་བྱས་ནས་ཕྱིན་ལ།  
 དེ་ཡང་མ་འདི་ནི་བདག་ལ་ནམ་ཡང་ལོག་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་ནས་  
 དག་ཏུ་སོ་བཏབ་ཅིང་བཅའ་བར་བརྩམས་པ་དང་སོ་དག་ཀྱང་ཆག་པར་  
 འགྱུར་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལ་ལ་དག་སྟོན་པའི་རྒྱལ་པོས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་  
 སྟོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་ལྟར། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་  
 པ་བརྟུན་དང་བཅས་པ་དང་། དགོངས་པ་དང་བཅས་པ་དག་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་  
 དུ་མ་རྟོགས་ནས། ཐུབ་པས་ནི་འདི་ལྟར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱ་རྗེ་ལྟ་བུ་  
 བཞིན་དུ་བཟུང་ནས། མངོན་པར་ཞེན་པ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་མས་  
 ཕྱིན་པའི་ལ་དུ་ཟ་བའི་བྲེལ་བཞིན་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞད་གད་དུ་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ལུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཙམ་དུ་མི་བྱའོ། །རིགས་པས་

རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རིགས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཉན་  
 ཐོས་རྣམས་ནི་ཆོས་ཙམ་མཐོང་བའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཅན་ཡིན་ལ། ཉན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་སོ། །  
 དེ་དག་ནི་ངེ་ལྟར་བསྟན་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་པོ་དག་བསྐྱེམས་པས་ཡིན་ལ།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ནི་མི་དམིགས་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་བྱུགས་པས་བྱང་  
 ཚུབ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དངོས་པོར་འཇིན་པ་རྩ་བ་ནས་མ་སྤངས་ཀྱི་  
 བར་དུ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུས་ན་མི་དམིགས་པར་བསྐྱེམས་པས་ནི་ཡང་  
 དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་རྒྱུར་བྱུར་པ། བྱང་པར་དུ་འཕགས་པའི་  
 ལམ་ཡིན་གྱི། ཉི་ཆེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་གསུང་མིན་  
 ཞེས། །ཟེར་བ་འདི་ཡང་གཏན་ལ་དབབ། །ངེས་པར་སྐྱེད་པས་བྲིད་ནས་  
 རོན་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རིགས་  
 པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ལུང་དང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་འགལ་བ་དེ་  
 ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆད་པར་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་རིགས་པས་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་ནི་འོག་  
 རས་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
 གསུངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། སྤར་བསྟན་པ་ཡི་ལམ་འདི་ཡིས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་མི་  
 རུས། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམ་པ་རྟོགས་བྱེད་ཕྱིར། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་

བཞིན། །མཐོང་བ་མེད་པར་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་མ་གཏོགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚིག་གི་སྟུག་མའོ། །སྟུག་བསྐལ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ནི་  
 སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྣམ་པ་སྟེ། མི་རྟག་པ་སྟུག་བསྐལ་བ་སྟོང་པ་བདག་མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྣམ་པ་བཞིའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་འབྱུང་བ་དང་།  
 འགོག་པ་དང་། ལམ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམས་ཀྱང་མདོ་ལས་བསྟན་པ་བཞིན་  
 དུ་སོ་སོར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་སྟུག་བསྐལ་བ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་  
 དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་རྣམས་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་།  
 རབ་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། མདོན་དུ་བྱ་བ་དང་། བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་རྣམས་དང་།  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་། རབ་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། མདོན་དུ་བྱས་པ་དང་།  
 བསྒྲོམས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བཞིན་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ནི་སྟུག་བསྐལ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྣམ་པ་རྣམས་མི་དམིགས་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་སོ་ཞེས་  
 བསམས་པའོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པས་གཞོན་པ་ཡང་། །གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་  
 འབྱུང་བར་འབྱུང་། །དཔེ་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་། །དེ་ལ་ཞུགས་པ་བསྒྲོག་  
 པར་དགའ། །གང་དག་གིས་དེ་དག་ཏུ་ལམ་འདི་དག་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་བྱའི་  
 སྒྲིབ་པ་ཟད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་འདི་ཡང་བསྒྲོམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་མེད་  
 པར་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྟོང་བ་མི་སྲིད་དོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱང་ལམ་  
 འདིས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཟད་པར་མཛད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམ་པའི་བྱུང་པར་  
 གཞན་གྱིས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ལམ་འདི་ལ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་



བ་སྒྲོང་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཟད་པར་བྱས་ནས་བག་ཆགས་ཀྱི་མཆོམས་  
 སྒྲོར་བ་དང་བཅས་པར་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མི་སྤྱོད་དོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་བསྐྱུར་བའི་ལམ་བསྐྱོམ་པའི་བྱང་པར་ཁོ་  
 རས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་རབ་ཏུ་སྒྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། མི་སྒྲིབ་ཟད་པར་  
 ཤེས་པ་ནི། །རི་བཞིན་དོན་གྱི་དོན་དམ་མིན། །འབྲུལ་བཞིན་རྣམ་ཏྲིག་  
 བཅས་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཏྲིགས་རི་ལྟར་དེ་ཉིད་ཡིན། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་  
 ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་རྣམས་ལ་ཆོས་དང་།  
 རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་  
 བཅུ་དྲུག་གི་མཐར་ཕྱིན་པས་ཕྱང་པོ་མི་སྒྲིབ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཟད་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྐྱུར་པ་ནི་ཟད་པ་དང་  
 མི་སྒྲིབ་པ་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་པོ་ཞེས་གཞན་གྱིས་འདོད་པ་དེ་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་  
 བ་མ་ཡིན་པས་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིལ་བ། དེ་དག་ནི་དོན་དམ་པར་རི་  
 ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆོགས་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རྣམ་པར་ཏྲིག་པ་  
 དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་ནི་  
 ཟད་པ་དང་མི་སྒྲིབ་པ་ཤེས་པ་དེ་དག་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་དང་འབྲུལ་བའི་ཕྱིར་  
 དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གང་ཞིག་རིགས་

པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞེས་བསྟན་ཏོ། ། ཐེག་པ་གཞན་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས། །ཟེར་  
 བ་དེ་ཡི་ལན་ཡང་བཏབ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་བསྟན་པའི་ལམ་ནི་ཡང་  
 དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། །བསྐྱེལ་པ་དང་བྲལ་བས་  
 དེས་ནི་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་སྤོང་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཐེག་པར་བསྟན་པའི་ལམ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འབྲེལ་ཏོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབ་པ་  
 ཡོད་བཞིན་དུ། །དབྱ་བཅོམ་ཟུང་ན་འདའ་བར་རིགས། །སྐྱབ་པ་ཡང་གཉིས་  
 ཏེ། ཉན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཉན་  
 མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། །འཆིང་བར་བྱེད་པ་དང་། བག་  
 ཆགས་ཀྱི་ངོ་བོའོ། །ཡང་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ནི་འཆིང་བར་བྱེད་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་གིས་ནི་ཉན་མོངས་  
 པའི་འཆིང་བ་ཅམ་སྤངས་ཀྱི་ཉན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ།  
 ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་གཉི་གའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དབྱ་བཅོམ་  
 པ་ནི་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱབ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
 རྒྱས་དག་ཀྱང་བག་ཆགས་ཀྱི་བྱི་མ་དག་པར་བྱས་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ནས་སངས་རྒྱས་སུ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 བྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཉན་  
 མོངས་པ་ཅན་དང་། ཉན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་ཉན་མོངས་པ་  
 ཅན་ནི་བདག་ཏུ་ང་རྒྱལ་བ་དང་། ཏྲག་ཏུ་མོངས་པ་དང་། བདག་ལ་ཆགས་

བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་བག་ཆགས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 གྱེ། རི་སྐད་དུ་མཆོག་འདོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་བསྟན་པ་ལས།  
 མ་རིག་འདི་ནི་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་འཕགས་པར་ཤེས། །འཇིག་  
 རྟེན་པས་ནི་འདུ་བྱེད་སྐྱེད། །རིང་དུ་གྱུར་པ་འཕགས་པ་ཡི། །སློབ་མ་འགོག་  
 ལ་གནས་པ་ལ། །གང་ཆེ་ཡིད་ནི་བཞག་གྱུར་བ། །དེ་ཆེ་འདི་ཡི་ཉེར་ལེན་  
 མེད། །སྲིད་པར་འཇུག་པ་ཡང་མི་འགྱུར། །དེ་ནི་འགོག་བྲལ་ལ་གནས་བ།  
 །མ་རིག་པ་ཡིས་འཕགས་དེ་མོངས། །རྣམ་ཤེས་ཉེར་ལེན་དང་བྲལ་བ། །  
 གྲོལ་བ་ཡིན་ཞེས་རྫོང་པར་བྱེད། །མོངས་འདི་གྲོལ་བ་ག་ལ་ཡིན། །ཡང་  
 དག་ཏུ་ན་ཀུན་ལ་མོངས། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལུག་དག་ཏུ། །འདི་ཡི་རྣམ་  
 ཤེས་རབ་ཏུ་སྤྲས། །ཡང་སྲིད་འཇུག་པའང་མ་ཡིན་ལ། མཐར་ཐུག་སངས་  
 པའང་འདི་མ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་དུ། །གྱུར་ན་འདི་བཟོད་  
 ཟུང་ན་འདས། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་འདི་ནི། །ཟུང་ན་འདས་ཡིན་དེ་  
 ཉིད་ནི། །སངས་རྒྱས་ཁོ་ནས་མངོན་པར་མཐེན། །དེ་ཕྱིར་བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབས་ནས་ཞུགས། །ཞེས་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 ཀྱི་མི་ཤེས་པ་ནི་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་རབ་  
 ཏུ་སྤངས་ཏེ། །གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་  
 པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་གྲོལ་བ་ལ་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཡོད་བཞིན་དུ་  
 ཡང་འདིར་ཟད་པ་དང་། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེས་བུའོ། །མ་  
 རིག་ཉོན་མོངས་ཅན་སྤངས་བ། །དེ་ནི་གྲོལ་འགྱུར་སངས་རྒྱས་བཞིན། །དེ་

ནི་མི་བདེན་མེད་པའི་སྤྱིར། །དངོས་དང་སྒྲུལ་པའི་སངས་རྒྱས་ལ། །བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པ་ཉིད་ནས་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་དེས་  
 སྤྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ལྷགས་སུ་འབྱུང་བ་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་ལ་བཟོད་  
 པ་རྟོགས་པས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མི་ཤེས་པ་སྤངས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱི།  
 གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་སྦྱུང་དང་། སྒྲུལ་པའི་སྦྱུང་གིས་ནི་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 གྱི་མི་ཤེས་པ་སྤྱོད་བར་མི་སྤྱིད་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་། དེའི་ཐར་པ་ནི་  
 འདྲ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷགས་འདི་ལ་  
 ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་བཙུག་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལམ་བསྐོས་པ་དང་། མངོན་པར་  
 རྟོགས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར།  
 ཡང་དག་ཏུ་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི། །ལམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་བྱང་ཚུབ་དག །སྦྱབ་  
 མིན་རྟོག་བཅས་མཆོན་བཅས་མིན། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ལམ་བཞིན་ནོ། །  
 འཇིག་རྟེན་འདི་དང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། མཆོན་མ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ལམ་ནི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་རྒྱ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དང་མིའི་འགྲོ་བར་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་  
 པའི་ལམ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ལམ་གོ་མས་པར་བྱེད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཟད་པར་བྱ་བའི་དོན་ཏུ་ཡིན་ན་གང་གི་ཆེ་དེ་ཉིད་མི་བདེན་པར་གྱུར་ནས་  
 གང་གིས་ཉོན་མོངས་པ་ཟད་པར་བྱེད། སྤྱོད་དུ་མ་ལ་མི་ཡིན་པར་ཉམས་སུ་  
 སྤྱོད་བར་གྱུར་པས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཞན་གྱི་བསམ་པ་སྒྲས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རྗེ་ལྷ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་

ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་བྱད་པར་བྱེད་པ་ཡང་མེད་དེ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་སྒྲོང་དུམ་ལ་མིར་ཤེས་པས་དེ་དང་མི་འབྲལ་བས་རང་གི་བསམ་པ་  
 སྒྲུལ་བ། ཇི་སྲིད་འགའ་ཞིག་སྒྲུག་པ་ཡིས། །ཐག་པ་ལ་ནི་སྒྲུལ་ཞེས་  
 འབྲུལ། །འབྲུལ་ཤིང་བསྐྱོགས་པར་ཤེས་པ་ནི། །གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤེས་  
 པར་འབྲུང་། །འབྲུལ་པར་གྱུར་པས་དང་པོར་ནི་ཐག་པ་ལ་སྒྲུལ་ཡིན་གྱི།  
 ཐག་པ་ཡིན་པར་མི་ཤེས་པར་འབྲུར་ལ། ཡང་དེ་ཉིད་ལ་འདྲིའི་འབྲུལ་ཤིང་  
 བསྐྱེལ་བ་ཡིན་གྱི། ཐག་པ་ཡང་མ་ཡིན་བལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡང་དག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་འབྲུལ་ཤིང་བསྐྱོགས་པར་ཤེས་པས་ཀྱང་སྒྲུལ་དུ་འབྲུལ་པའི་  
 གཉེན་པོར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་པོ་ནི་འབྲུལ་  
 པས་ལྟ་བུ་དན་པ་རྟོག་པ་དན་པས་ཞེན་པ་འབྲུང་ལ། ཡང་དེ་དག་ལ་འབྲུལ་  
 པ་ཉིད་ཤེས་པས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོའི་ལྟ་བུ་སྒྲེས་  
 པ་ན་དེ་དག་གཉི་ག་ཡང་དངོས་པོ་འཇིན་པས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་  
 ཀྱིས། མཐོང་བ་མེད་པ་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཇི་སྐད་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་མཛོད་ཀྱི་མདོ་ལས། འོད་སྤངས་འདི་ལྟ་སྟེ། སྒྲེས་བྱ་འགའ་ཞིག་མི་  
 བདེན་པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དུག་གིས་གདུངས་པར་གྱུར་ཅིང་བདག་གིས་དུག་  
 རོས་སོ་བདག་གིས་དུག་རོས་སོ་ཞེས་བེར་ཞིང་དུ་བར་བྱེད་བྱང་རྒྱང་བར་  
 བྱེད་པ་དེ་ལ་སྒྲུན་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དུག་  
 འབྱེན་པ་ལྟར་བྱས་པས་དེས་དེའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དུག་གི་འདུ་ཤེས་དེ་སྒྲོག་པར་

འགྱུར་ཏེ། དེས་དེ་ཡོངས་སུ་གདུང་བ་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །འོད་  
 སྒྲུངས་དེ་རི་སྒྲུལ་དུ་སེམས། དེ་ལ་སྒྲན་པ་གང་གིས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་དུག་གཞན་འབྱེན་པ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སྐྱེས་བུ་དེ་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་  
 གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ལགས་སོ། །རི་ལྟར་ཡང་དག་པ་མ་  
 ལགས་པའི་དུག་གི་སོམ་ཉིས་གདུངས་པར་གྱུར་པ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་  
 པ་མ་ལགས་པའི་དུག་གཞན་བསལ་བར་བབྱེའོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 བཀའ་སྩལ་བ། འོད་སྒྲུངས་དེ་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཉོན་  
 མོངས་པས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་  
 གྱི་ཆོས་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །གསོལ་བ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་བདེན་པ་  
 གསུང་པ་མ་ལགས་སམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རི་ལྟར་ན་བདེན་པ་མ་  
 ལགས་པ་གསུང་བ་མཛད། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། འོད་  
 སྒྲུངས་དེ་རི་སྒྲུལ་དུ་སེམས། ཁྱོད་བདེན་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་ལམ། བདེན་  
 པ་མ་ཡིན་པས་ཡིན། གསོལ་བ་བདག་ནི་བདེན་པ་མ་ལགས་པས་གྲོལ་གྱི།  
 བདེན་པས་ནི་མ་ལགས་སོ། །དེ་ཅིའི་སྦྲད་དུ་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་མི་  
 བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཉི་ཕྱག་དག་གོ།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་བདེན་པ་ཞེས་ཏུ་འགྱུར་ན་ནི་མི་  
 སྐྱག་པས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་འབྲེལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་གལ་ཏེ་ཞེ་སྤང་ཡང་དག་པ་ཞེས་ཏུ་གྱུར་ན་ནི་བྱམས་པས་ཀྱང་ཞེ་སྤང་  
 དང་འབྲེལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་གལ་ཏེ་གཉི་ཕྱག་ཡང་



དག་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བས་ཀྱང་གཉི་ཟུག་དང་  
 འབྲེལ་བར་མི་འབྱུར་རོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་གི་སྦྲད་དུ། འདོད་ཆགས་  
 དང་། ཞེ་སྦྲད་དང་། གཉི་ཟུག་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་པ་དེའི་སྦྲད་དུ་མི་  
 ཟུག་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བསྒྲུབས་པས་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུར་བ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་པས་ན་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་པའི་ཡོངས་སུ་  
 ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་སྤོང་བར་འབྱུར་རོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ལ་ཉོན་  
 མོངས་པ་གང་གིས་ཡང་དག་པར་སྤོང་བར་འབྱུར་བ་དེ་གཉི་ག་ཡང་ཡང་  
 དག་པ་མ་ལགས་པ་བདེན་པ་མ་ལགས་པའི་སྦྲད་དུ་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་  
 པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཏན་  
 ཚིགས་མ་ངེས་བཅས། །ཞོལ་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །གང་དག་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤོང་དུ་མ་ལ་མིར་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བའི་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བ་སྤོང་བར་འབྱུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་ཐག་པ་ལ་འཁྲི་ཤིང་  
 བསྒྲུབས་པར་ཤེས་པ་སྤྱོད་དུ་འབྲེལ་བ་སྤོང་བར་འབྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ནམ།  
 འོན་ཏེ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤོང་དུ་མ་ལ་མིར་འབྲེལ་བ་བྲལ་བར་  
 མི་འབྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཚིགས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 གཞན་གྱི་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་ཡང་དག་པའི་ཉོན་མོངས་

པ་བསགས་པ་ཟད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་དཔེ་འདིས་ཡང་དག་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་འདི་གཉིས་བྲལ་བར་བྱེད་པས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་སྤྲོ་བ་དེ་  
 སྤྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གཉིན་པོའི་ཕྱིར།  
 །འདིས་ནི་ལན་ཡང་བཏབ་པ་བྱས། ། ཡང་གལ་ཏེ་གཞན་དག་ན་རེ་ལམ་ནི་  
 ཡང་དག་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐུན་  
 པའི་གཉིན་པོའི་སྤང་བ་བཞིན་ནོ་ཟེར་ན། དེ་ཡང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གཉིན་པོས་སྤྲོང་བར་བྱེད་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ཐག་པ་དང་སྤྲུལ་དང་འབྲི་ཤིང་བསྟོགས་པའི་དཔེ་འདི་དག་ཉིད་  
 ཀྱིས་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་  
 དུ་ཕྱོལ་བ་ཡང་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གསུང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤར་བདག་ཅག་གིས་བསྐྱབས་ཐེན་པས་དེའི་ཕྱིར་ན་  
 ལུང་མེད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་བསྟན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོད་མའི་  
 རྟོག་གི་སྒྲིལ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བའི་ལན་གདབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 ཕྱོགས་སྤྲོ་མ་དང་གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བརྗོད་པ། ཐེག་ཆེན་སངས་  
 རྒྱས་གསུང་ཡིན་ཏེ། །བདག་མེད་ལ་སོགས་སྟོན་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེ། །སྟོན་ཕྱིར་སྟོབ་མའི་ཐེག་པ་བཞིན། ། འབྲས་བུ་  
 དང་བཅས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཅེས་བྱ་བའི་ལམ་དང་། དེ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པའི་གཙུག་ལག་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །  
 དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་གསུང་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་

བ་ནི་ཆོས་ཡིན་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་བསྐྱེམས་པ་ནི་  
 རྒྱུ་གསུམ་སོ། །ལྷ་སྤྲོ་གསུམ་གྱི་དགའ་བའི་དག་གིས་བདག་ལ་སོགས་པར་  
 བཏགས་པ་དག་ལས་འདས་པས་བདག་མེད་པ་སྟེ། བདག་མེད་པའི་ངོ་མོ་  
 ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །གང་དག་ལ་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། སྟོང་  
 པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་དེ་ནི་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་སོ། །  
 དེ་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའོ། །རྟོན་  
 པར་དགའ་བའི་ངོ་མོ་དང་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ངོ་མོ་གྱིས་ན་དགོན་མཆོག་སྟེ།  
 སངས་རྒྱུས་དང་། ཆོས་དང་། དག་འདུན་ནོ། །དགོན་མཆོག་རྣམས་ནི་  
 གསུམ་ཡིན་པས་དགོན་མཆོག་གསུམ་སོ། །དེ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་མོ་  
 ཉིད་ནི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཆེ་འོ། །དེ་  
 སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་སྤྲོ་གསུམ་  
 པའོ། །གང་དང་གང་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྟོན་པ་དང་། དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་གྱི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་སྤྲོ་གསུམ་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སློབ་མའི་ཐེག་པ་བཞེན་ནོ། །སློབ་མའི་ཐེག་པ་དང་འདྲ་  
 བས་སློབ་མའི་ཐེག་པ་བཞེན་ཏེ། དེས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱུས་  
 ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་སྤྲོད་གསུམ་པོ་ཉིད་ཐེག་པ་  
 གསུམ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་བདག་ཅག་ལ་མ་བྱགས་ལ།  
 དེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པར་ཡང་མ་བྱུང་བས་སྤྲོ་གསུམ་གཉིས་ཀ་ལ་མ་  
 བྱུང་བའི་སྟོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་

ཞེས་པ་རང་བྱུང་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཞེས་གྲིས་རབ་ཏུ་སྤངས་ཤིང་མི་དམིགས་པ་  
 ལ་གོམས་པར་བྱས་པས་ཤིན་ཏུ་བྲལ་བར་གྱུར་པ་ནི་ཐེག་པ་གཞན་ཉིད་ཏུ་  
 འདི་སངས་རྒྱས་གྲིས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་གཉི་ག་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཕྱིར་གློལ་ཆོད་མས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་ཉིད། །  
 གང་དག་གིས་ཕྱོགས་སྒྲ་མར། །ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་གསུང་མ་ཡིན། །  
 མདོ་སྡེ་སོགས་སུ་མ་བསྐྱས་ཕྱིར། །རིག་བྱེད་མཐའ་པའི་ལྟ་བ་བཞིན། །ཞེས་  
 གང་སྐྱས་པའི་ཆོད་མ་དེ་ལ་ཡང་ལན་བཏབ་པའི་ཕྱིར་གང་གིས་འདི་ལ་  
 གཞོད་པར་འགྱུར་བ་སྐྱབ་ཅིང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གང་གིས་མདོ་སྡེ་ལ་  
 སོགས་པར་མ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་དེ་ནི་མ་གྲུབ་པ་  
 ཉིད་དེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་བསྟན་པའི་བདེན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ནི་འདུ་བ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་འདི་ལྟར་སྐྱབ་  
 བསྐྱལ་དང་། ཀུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་།  
 དབང་པོ་དང་། སྟོབས་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་དང་། ལམ་དང་།  
 སྟོབས་བཅུ་དང་། མི་འཇིགས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིགས་པ་  
 དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་  
 བསྟན་པ་དེ་དག་ཉིད་འདུལ་བ་དང་། མདོ་སྡེ་དང་། ཆོས་མངོན་པ་རྣམས་  
 སུ་ཡི་གེ་དེ་དང་། ཆིག་དེ་དག་དང་གསལ་བྱེད་དེ་དག་ཉིད་གྲིས་བསྟན་ཏེ།  
 དེ་རྣམས་བསྐྱོམས་པས་ཉོན་མོངས་པ་སྤོང་བར་ཀུན་གྱི་མཆོངས་སོ། །

ཁྱད་པར་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཤེས་བྱའི་སྒྲོབ་པ་  
 སྤངས་པ་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་འདུལ་བ་ལ་  
 སོགས་པར་བསྟན་པའི་བདེན་པ་ལ་སོགས་པར་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པན་ཚུན་  
 བསྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རོན་གྱིས་ན་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་བསྐྱས་པ་ཡིན་པས་གཞན་གྱི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པར་སྟོན་ཏོ། །ཡང་  
 འདིར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལྷན་  
 དུ་ཟིན་ཀྱང་སྡེ་པ་ཐ་དད་གྱི་གཙུག་ལག་མང་པོས་སྤྱོགས་སྡེ་མར་བདག་ཅག་  
 གིས་བཀོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲོ་བསྒྲོས་པ་ཁྱོད་གྱིས་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཙུག་ལག་གི་དོན་ངེས་པར་མི་བཟུང་བར་སྦྱ་བར་བྱེད་པ་  
 དེ་ལ་བདག་གིས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་གྱིས་  
 གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
 གང་འཕགས་པའི་བདེན་པའི་མདོ་སྡེ་ལ་ཡང་འཇུག། ཉོན་མོངས་པ་འདུལ་  
 བ་ལ་ཡང་ཡང་དག་པར་མཐོང་། ཉིན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་  
 དང་ཡང་མི་འགལ་བ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་སྡེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་  
 པོ་རྣམས་ཀྱན་གྱི་ཡང་རང་རང་གི་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་  
 གྱི། པན་ཚུན་ནི་འགལ་བ་ཆེར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་

གཞན་ལ་ཕན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཉན་  
 རོས་ཀྱི་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་སྡེ་སྡོད་ལ་འགའ་ཞིག་མི་འཇུག་ཏུ་བེན་གྱང་།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ལ་ཡང་འཇུག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་  
 པའི་གནས་བདུན་བརྒྱུ་ལ་ཡང་སྤང་། སྒྲིང་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་ཆོས་ཉིད་  
 དང་ཡང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་འགལ་བ་  
 མེད་དོ། །འདིའི་ཕྱིར་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུང་བ་ཡིན་  
 ཏེ། རྩ་བའི་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་། འཇམ་དཔལ་དང་།  
 གསང་བའི་བདག་པོ་དང་། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །བདག་ཅག་གི་རྩ་བའི་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ཉན་ཐོས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་ནི་དེ་དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་  
 སྐད་དུ། ཞིང་ཤ་པའི་ཆལ་གྱི་མདོ་ལས། ཀུན་དགའ་པོ་ཞིང་ཤ་པའི་ཆལ་  
 འདི་ལ་འདབ་མ་རི་སྡོད་པ་ཡོད་པ་བས་སྟག་པར་མང་བའི་ཆོས་ངས་རྟོགས་  
 པར་གྱུར་ན་ཡང་བྱེད་ལ་ནི་ངས་མ་བསྟན་ཏེ། དེ་སྡོད་ཉིད་ཀྱིས་དོན་བྱ་བ་  
 བྱས་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བྱེད་སྟོབས་ཡང་མི་འགྱུར། འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ལྷ་མ་  
 ཀུན་དགའ་བ་ཏེ་ཡི། །སྟག་བསྐྱལ་ཕྱང་པོ་ས་པ་དང་། །འཆར་བྱེད་སྒྲིང་པ་  
 འཆར་བ་དང་། །གང་པོ་སྤངས་པ་རམ་པ་དང་། །སྤྱང་ན་འདས་དང་ཡུལ་  
 འཁོར་སྟོང་། །ཞེས་བྱ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བའི་མདོ། །རྩ་བའི་སྤྱད་པར་མ་ཆང་  
 བས། །རྒྱས་པ་མིན་པར་རྟོགས་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་སྤྱ་མའི་མདོ་སྡེར་སྟེ་



དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་སྤྲུམ་པ། བཙུན་པ་སྒྲ་མ་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཉན་  
 རོས་ཇི་སྟེད་ཅིག་འཇམ་བྱ་སྒྲིང་ན་རབ་རྩ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ་  
 བལྟས་ན་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་འཇིན་པར་བྱེད་པ་ནི་བཙུན་པ་སྒྲ་མ་ཁྱོད་  
 མ་གཏོགས་པ་དག་སྒྲོང་གཅིག་གྲང་མེད་ཀྱི། བཙུན་པ་སྒྲ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་  
 གྲངས་འདི་ནི་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་  
 ཡིན་གྱི། ཁྱོད་ཀྱིས་བྱངས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། འདིའི་རྗེས་སུ་དཔག་ནས་  
 གཞན་དག་གྲང་དེའི་དུས་ན་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། གང་ཡང་བཙེམ་  
 ལྷན་འདས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པ་དང་། འཕགས་པ་ཀྱན་  
 དགའ་བོ་ཡང་ཡོད་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་གསུང་རབ་རབ་རྩ་ཤེས་པ་དང་  
 ཤེས་པར་གྱུར་པ་མེད་ན་ད་ལྟར་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། གཞན་ཡང་ཀྱན་དགའ་བོའི་  
 མདོ་ལས། བཙེམ་ལྷན་འདས་བགྲེས་པར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ན།  
 འཕགས་པ་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བར་བཀའ་སྩལ་ཏེ། ངས་བསྟན་  
 པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འཇིན་པར་རུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་དེས་གསོལ་བ།  
 བདག་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྟ་ག་ཙམ་ཞིག་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་གནས་པར་བགྱི་  
 ལགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ཉིད་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྤང་པོ་སྒྲོང་ཐུག་བརྒྱད་ཅུ་  
 ཞིག །བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཐད་ནས་བདག་གིས་བཟུང་བས་སོ། །གཉིས་  
 ནི་དག་སྒྲོང་དག་ལས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འདིས་ནི་འདི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་  
 སྟེ། གང་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤྱར་བསྟན་པ་དེ་དག་དེས་མ་བཟུང་བ་  
 ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་བསྟན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། གང་

དག་སྒྲིང་དག་ལ་བཟུང་བས་སོ། །ལོ་བཞི་བཅུའི་བར་གྱི་དུས་དེ་སྤྱི་ཅིག་  
 ཆོས་ཉུང་ཟད་ཅིག་བསྟན་པ་ཡང་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་འཕགས་པ་ཀུན་  
 དགའ་བོས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་སྤྱི་མའི་མདོ་  
 ལས། ལྟའི་དབང་པོ་བརྒྱ་གྲིན་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་འཇིན་པར་  
 བྱེད་པའི་དག་སྒྲིང་ནི་གཅིག་གྲང་མེད་དོ་ཞེས་སྤྱི་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 བས་ན་ཀུན་དགའ་བོས་ཐམས་ཅད་བཟུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེས་  
 བསྟན་ཅིང་ཡང་དག་པར་བསྟུས་པས་ཡང་དག་པར་བསྟུས་པ་དེར་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་རྒྱས་པར་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །པ་ཏ་ལིའི་མདོ་ལས།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། པ་ཏ་ལི་གང་གི་ཆེ་འཁོར་ཉུང་ཟད་  
 དང་ལྟགས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ། གང་ནས་དག་སྒྲིང་གི་དག་འདུན་ལ་ཏ་ཅང་  
 ཞེས་བཟང་པོའི་རྟེན་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །གཞན་ཡང་སྤྱད་པ་སྤྱེས་  
 ཀྱི་ཕྱང་པོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཤུག་མིང་ཆེན་ལས་བརྒྱམས་ནས།  
 ང་དུས་གཅིག་གི་ཆེ་ན་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པ་ལས། རིའི་ལམ་ནས་ང་  
 རི་ངོས་བཟངས་ལ་གཞུགས་པ་ན། དེར་ངས་གཅེར་བྱ་བ་མགོ་བྱར་དུ་  
 བསྟན་པ་ངས་མཐོང་སྟེ། དེ་ལ་ངས་འདི་སྐད་ཅེས་སྤྱི་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱས་པར་འབྱུང་བའི་མདོ་སྟེ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །ས་པའི་  
 མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། དུས་གཅིག་ན་ང་རྒྱལ་  
 པོའི་ཁབ་ན་བཞུགས་པའི་ཆེ་རི་ལ་འགོ་བའི་ལམ་དུ་གཞན་སྤྱེས་ཀྱིས་བྱེད་

ཀུན་ཏུ་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ངའི་ཐད་དུ་ལྷགས་སོ། ། ལྷགས་ནས་ང་ལ་དོན་འདི་  
 དག་འདྲི་བར་སེམས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་འབྱུང་བའི་མདོ་  
 སྡེ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། ། ཡང་འཆར་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ལས། རྣམ་གྲངས་ཀྱང་  
 ཡོད་དེ། གང་ངས་ཆོར་བ་བཞི་བསྟན་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་དེ་ཡང་མ་  
 མཐོང་ངོ་། ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་  
 བཀའ་སྩལ་བ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤྱུག་རྣམས་ཀྱི་ཆོང་དུས་ན་བཞུགས་སོ། །  
 དེར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པའི་དོན་ཀུན་ཤེས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་  
 རས། ཀུན་དགའ་བོ་ང་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་མང་དུ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། ། འཆར་བའི་མདོ་ལས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། ངས་བླ་ཏེ་དུས་  
 གཅིག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐོང་བའི་དགོ་སྟོང་ངམ་བྲམ་  
 ཟེ་འགའ་ཡང་མ་བྱུང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་ནི་གནས་  
 མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། ། གང་པོའི་མདོ་ལས།  
 གནས་བརྟན་ཀུན་དགའ་བོས་སྦྲས་པ། ཆོ་དང་ལྷན་པ་གང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དགོ་སྟོང་གནས་བརྟན་བྲམས་མ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་སྟོན་གསར་བྱར་གྱུར་པ་ན་  
 འདི་ལྟ་བུར་ཟབ་བ་ཟབ་པའི་ངོ་བོའི་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་བརྗོད་པ་དང་ལྷན་པ་ན་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་བའི་མདོ་སྡེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། ། སྦྲས་པའི་མདོ་  
 ལས། ལོ་བྱེད་ཀྱིས་སྦྲས་པ། དགོ་སྟོང་གོ་ཏ་མ་ནི་ཏ་ཀ་ན་བཞུགས་པའི་  
 དུས་གཅིག་ན་གྱུ་འཛི་ཀའི་བསྟེ་གནས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་བ་ན་

དེར་ཇི་སྐད་དུ། བཙེམ་ལྡན་འདས་གོ་ཏ་མས་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་  
 བསྐྱུགས་པར་མཛད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་།  
 རམ་པ་ཀའི་མདོ་ལས་དེར་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྒྲོང་ལྡ་སྒྲེ་ལས་  
 བཙེམས་ཏེ་བཀའ་སྩལ་བ། ། ང་སྒྲོན་རབ་རྩ་མ་བྱུང་ཞིང་བྲིམ་པར་གྱུར་པ་ན་  
 འདི་ལྟར་བསམས་ཤིང་བསྐྱབས་ཏེ། བྲིམ་ན་གནས་པ་ནི་གཞོན་པ་དང་  
 བཙེམ་པར་གྱུར་པའི་ཞེས་རྒྱས་པར་འབྱུང་བའི་མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །  
 ཡོངས་སུ་སྒྲུ་རན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས། གནས་བཏྲན་ཀྱན་  
 དགའ་བོས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མ་འགགས་པ་ལ་སྦྱས་པ། ངས་བཙེམ་ལྡན་འདས་  
 ཀྱི་ཐད་ནས་མདོན་སུམ་དུ་ཐོས་ཤིང་མདོན་སུམ་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། སངས་  
 རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་སྦྱོམས་པར་  
 ཞུགས་ཤིང་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཞི་བ་རྟོགས་ནས་མིག་དང་ལྡན་པ་ཡོངས་སུ་  
 སྒྲུ་རན་ལས་འདའི་ཞེས་འབྱུང་བའི་མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །འཕགས་པ་  
 དུལ་འཁོར་སྒྲོང་གིས་སྦྱས་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཡང་  
 དག་པར་མཐུན་ཅིང་གཟེགས་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲོ་བར་འགྱུར་བའི་ལམ་བཞི་པོ་  
 འདི་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྒྲིད་དམའ་བར་གྱུར་པ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འཇིག་  
 རྟན་འདི་ནི་ངོམས་པ་མེད་པ་སྒྲིད་པའི་ཁོལ་པོའི་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་སྟེ་མདོ་  
 དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །འགྲོ་བའི་མདོ་ལས་གྱང་། མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་  
 ཀྱིས་སྦྱས་པ། བདག་གིས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཐད་ནས་མདོན་སུམ་དུ་

ཐོས་ཤིང་མངོན་སུམ་དུ་བཟུང་སྟེ། ཀྱན་དགའ་ར་བ་བྱས་ནས་སྒྲོ་བར་བྱེད་  
 པའི་སེམས་ཅན་ཡང་ཡོད་དེ། ལུས་ཞིག་ནས་ཤི་བའི་འོག་ཏུ་བདེ་འགྲོ་མཐོ་  
 རིས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དུ་ལྟ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ནང་དུ་སྒྲེ་བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་  
 པར་འབྱུང་བ་ནས་པན་ཡོན་སྟོན་ཅིང་སྒྲིན་རབས་བརྗོད་པའི་རྒྱས་སྒྲེ་བ་  
 ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་འབྱུང་བའི་མདོ་དེ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །དེ་  
 བཞིན་དུ་མདོ་གཞན་དག་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། མི་སྤྱོད་པའི་དངོས་པོའི་མདོ་  
 ལས། མྱོང་གལ་གྱི་བྱ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གིས་སྤར་བཀའ་སྤུལ་པ་  
 བཞིན་དུ་མྱོང་གལ་གྱི་བྱ་ཁྲིད་གྲིས་འཕགས་པའི་མི་སྤྱོད་བསྒྲེལ་སེམས་ཤིག །བག་  
 མེད་པར་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དང་། གནས་པར་བྱ་བའི་མདོ་ལས།  
 འཕགས་པའི་གནས་པ་འདི་ལ་བག་མེད་པར་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་བྱ་བ་འབྱུང་  
 བའི་མདོ་དེ་དག་ཀྱང་མ་མཐོང་ངོ་། །ཡོངས་སུ་སྤྲོད་ལས་འདས་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ད་ལྟར་ཡོད་པའི་མདོ་མང་པོ་རྣམས་ཀྱང་མདོ་ཐ་དད་  
 ཀྱི་ནང་ནས་ཆིག་སོ་སོར་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་བས་ན་དེ་དག་དང་གཞན་ཡང་  
 མདོ་མང་པོ་དག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ད་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་  
 པ་རྒྱས་པར་མི་སྤྲོད་བ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱེད་པས་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་  
 ཡང་རྩ་བའི་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་པོ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དབྱ་བཅོམ་  
 པས་བྱས་པ་དེ་ནི་འདི་ལྟར་ཉམས་ཏེ། རྟེན་བ་ཐ་དད་ཀྱི་ལུང་ལས་ཆིག་གི་  
 མདོ་རྣམས་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་ངོ་། །ལུང་གི་ཆིག་དེ་དག་གི་  
 ཁྲུད་པར་བསྐྱུས་པའི་མདོ་དེ་དག་གི་ཆིག་གི་དོན་བསྐྱུས་པ་རྣམས་ཀྱང་།

ཡང་ཐ་དད་དུ་འདོན་པའི་ཕྱིར་དང་། མདོ་གཞན་ཡང་མ་གཏོགས་ཤིང་མི་  
 འགལ་བ་མངལ་དུ་འདུག་པ་དང་། དགའ་བ་ཅན་དང་། ཆེའི་མཐར་ཐུག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་རྣམས་ཉི་ལམ་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་  
 ཡང་འཆོལ་བར་གྱུར་པས་དེ་ལྟ་བུ་དག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱས་པར་  
 བཞུགས་པར་ངེ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས། གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པ་  
 ལས་ཐོས་པ་གཅིག་ལས་འཕྲོས་པ་ཡང་བརྒྱའི་བར་དུ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 ཐོས་སོ། །གཞན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་། གསུང་རབ་གཞན་ཉིད་ཡིན་  
 ན་ཐ་དད་ཀྱི་སྤྱད་པར་བྱེད་པས་ག་ལ་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཏེ། བན་ཚུན་འགལ་  
 བས་ན་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་  
 དོན་དམ་པར་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་མདོ་ནི་  
 འཕགས་པ་མང་པོས་བཀྱར་བ་རྣམས་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། བར་མ་དོའི་སྤྱིད་པ་  
 སྤྱིད་པ་བདུན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ས་སྟོན་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པ་ཁས་  
 མི་ལེན་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདུལ་བ་ལས་ཀྱང་། གནས་མ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ལས་  
 ནི་དུས་མ་ཡིན་པར་བྱ་རམ་བཟའ་བ་ལ་སོགས་པ་བཀའ་གོ། །ཐམས་ཅད་  
 ཡོད་པར་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ནི་བཟའ་ཤིང་ལོངས་སྤྱོད་པར་སྤྲོད་དོ། །དེ་  
 དག་གི་མདོ་ལས་ནི་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་བསྐྲགས་སོ། །ཐམས་  
 ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྟོང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཅིག་ནི་བདག་  
 མེད་པར་སྤྲོ་བའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་གང་ཟག་ཏུ་སྤྲོ་བའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་འདུས་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་མར་འདོད་དོ། །ལ་ལ་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་སུ་འདོད་



དོ། ། ལ་ལ་ནི་ས་འདི་བསྐྱལ་བའི་མཐར་གནས་པར་འདོད་དོ། ། ལ་ལ་ནི་མུ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་རྗེས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་དོ། ། ཁ་ཅིག་ནི་མིང་ཅམ་དུའོ། །  
 ཁ་ཅིག་ན་སྤིད་པ་བར་མ་འདོད་དོ། ། གཞན་དག་ནི་མི་འདོད་དོ། ། ཁ་ཅིག་ནི་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ།  
 གཞན་དག་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་ཉིད་དུ་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་ན་སྤྲོ་མ་བཞིན་  
 དུ་འགལ་བར་གྱུར་བས་སྡེ་བ་ཐ་དད་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་  
 གྱུར་བས་ན་གཙུག་ལག་ཉིད་ཀྱང་རེ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་དཀའ་བས་སྤྱད་པར་  
 བྱེད་པ་ཐ་དད་ཀྱིས་བསྐྱས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་  
 བོ། ། གཞན་ཡང་གང་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་རི་  
 ལྟ་བ་བཞིན་ཡིན་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་རྟག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྟག་པ་ཞེས་བསྟན་ཀྱི་མི་འགྱུར་བ་  
 ནི་མ་ཡིན་ལོ། ། བྱད་པར་དུ་ཤེས་པར་འདོད་ན་ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་  
 ལས་བལྟ་བར་བྱའོ། ། རྒྱན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་སྐྱད་ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་  
 རོ་བོ་ལ་ཡང་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱོད་དེ། རི་ལྟར་ཚུ་སྤྱང་ནི་རྟག་ཏུ་འབབ་  
 བོ། ། མེ་ནི་རྟག་ཏུ་འབར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་  
 མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་མི་འགལ་ལོ། ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བྱབ་པའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་པ་ལ་བྱབ་པས་ཡིན་ཀྱི། ། བྱབ་  
 འཇུག་དང་འབྲ་བར་ཐམས་ཅད་དུ་གནས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ལོ། ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་སྤྱིང་པ་ཉིད་དང་། མཆོན་མ་མེད་

བ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་  
 ལ་ཡོད་པའི་བྱིར་ཡིན་གྱི། རང་གི་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་རྟག་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་།  
 མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ། གང་སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་།  
 མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བས་སོ། །ལེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་འཁོར་  
 བར་འཇུག་པ་དང་ལྟོག་པའི་རྒྱུར་གྱུར་བ། ཚུ་བོ་ཆེན་པོའི་རྒྱན་བཞིན་དུ་  
 འབབ་པས་འཇུག་ཏུ་བྱེན་ཀྱང་། སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་གྱིས་འཇུག་པ་  
 ཡིན་གྱི། བདག་དང་འབྲེལ་བར་ནི་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་བདག་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་རྒྱ་དང་མི་འགལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་ཟུང་ན་ཡོངས་མི་འདལ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་སྤངས་སུ་བྱེན་  
 ཀྱང་གདུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་ལ་སྟོས་ནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་སྐྱེ་བས་ཁ་ཅིག་  
 ཏུ་ནི་འབར་བ་མཛད་པ། ཡང་གང་དག་ཏུ་གདུལ་བའི་སྐྱེ་བོའི་ཞིང་མེད་པར་  
 གྱུར་པ་དེ་དག་ཏུ་ནི་ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་ཡང་སྒྲོན་ཏེ། འགྲོ་བ་གཞན་  
 དག་ཏུ་ཤིང་མེད་པའི་མེ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གཞན་དག་ཏུ་རི་ལྷོ་བཞེད་པས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་དང་། ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཡང་སྒྲོན་པ་ཡིན་གྱི།  
 གཏན་དུ་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་  
 ཁམས་མ་ལུས་པ་མཐར་ཐུག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་བ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཡང་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་བསྐྱན་

བས་འདུལ་བ་རྣམས་སྒྲོ་བ་སྒྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཕྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རམ། །འཁོར་བ་དང་ནི་བ་ལ་མི་གནས་པའི་ཕྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དངོས་པོས་ཕྱ་ངན་ང་མི་འདལ། །  
 མཛེད་པ་ཉིད་དང་མཆོན་གྱིས་མིན། །ཞེས་དང་ཞེས་བྱའི་རྣམ་ཏྲོག་ལས། །  
 འདས་པས་ང་ནི་ཕྱ་ངན་འདལ། །ཞེས་བྱ་བས་རྣམ་པར་ཏྲོག་པ་སྤངས་པའི་  
 ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་བ་དང་  
 འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ། ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལུང་བསྟན་པ་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་གང་དག་གི་རིགས་  
 ལ་དགོངས་ནས་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་དབང་  
 པོ་རྣེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུས་གཞན་གྱི་དོན་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་  
 མཁས་པ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པར་འདོད་པས་འབྲས་  
 བྱའི་མཆོག་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱི་མཆོག་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པ་ཡང་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་དབང་པོ་རྟུལ་བ་  
 བདག་གི་དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་ཅ་མ་གོ་མས་  
 བར་བྱས་པས་འབྲས་བུ་དམན་པ་ཉིད་ཀྱིས་དམན་པའི་བྱུང་པར་ཉིད་ཐོབ་  
 བར་གྱུར་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་བཞིན་ནོ། །  
 སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་དག་བྱུང་པར་ཅན་ལ་འདོད་པ་བསྒྲིད་པ་ན་ཡང་  
 འབྲས་བུ་དམན་པ་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད་དེ། རི་ལྟར་རང་སངས་རྒྱས་བསེ་རུ་  
 ལྟར་སྒྲིད་པ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོག་ས་བསྐྱལ་བ་བརྒྱའི་བར་ཏུ་

བསགས་ནས་རྒྱན་འགའ་ཞིག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལས་ཕྱིར་ལོག་པར་  
 འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་དག་དབང་པོ་རྟོན་པོ་དང་  
 ལྡན་དུ་བེན་ན་ཡང་དམན་པའི་བྱང་པར་འདོད་ཅིང་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པར་  
 གྱུར་པས་དང་པོར་ཉོན་མོངས་པ་སྤྲོང་བར་བྱེད་པ་ལ་གང་གི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་  
 ཆེན་པོའི་བསྐྱལ་པ་ཡོད་པར་མཐོང་བ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལྷུང་ནོད་  
 པར་མཛད་དེ། དེ་དེའི་རྗེས་ལ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་སྤྲངས་ན་ཡང་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་སྐྱེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཆོག་ས་བྱང་པར་ཅན་ཉིད་  
 བསགས་ནས་བྱང་པར་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཆེན་  
 པོ་ལྷ་རིའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཆོས་བརྒྱུ་པའི་མདོ་ལས་  
 བསྟན་ཏོ། །ཡང་ན་སྤར་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་སྤྲང་བར་བྱས་ནས་ཕྱིས་  
 ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་སྤྲོང་བས་ཡོངས་སུ་སྤྲང་བ་བྱས་ནས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་ཉིད་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་ངོ། །གང་ཡང་ས་བོན་མེས་ཆོག་པ་ལ་སྐྱུ་གུ་  
 འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། བདག་  
 ཅག་གྲང་ཡང་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱུ་གུས་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འདོད་  
 ངོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་སྤྲང་བའི་ཕྱིར་  
 སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་ན་རབ་ཏུ་སྦྱོར་བར་  
 བྱེད་དེ། དེས་དང་པོར་ནི་ལྷག་པའི་བསམ་པ་དག་པའི་ས་ནས་ཉེ་བར་  
 བཟུང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ལྟར་སྦྱོད་ན་  
 ཡང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ཡིན་

བར་བལྟ་བར་བྱའོ། །གང་འདི་སྐད་དུ་ས་བདུན་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 བཅས་པ་ཡང་མ་ཡིན། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་བ་མེད་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདོད་པའི་བསམ་པ་རྫོགས་པར་  
 མ་གྱུར་པས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །  
 བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་པ་གཉིས་པས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ས་བརྒྱད་པ་ལ་  
 ནི་སྒྲུབ་བ་ལས་བྱང་བའི་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲུབ་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་མ་ཐག་ཉིད་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 གནས་པ་ཟབ་མོ་དབེན་པ་ལ་གནས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ནི་འགོག་པ་  
 ལ་སྒྲུམས་པར་བྱུགས་པའི་དབྱ་བཅོམ་པ་བཞིན་དུ་གང་གི་ཆེ་སྒྲེབ་མེད་  
 པའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ལ་གནས་པ་དེའི་ཆེ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱང་བར་མ་མཛད་ན་དེ་ཉིད་དུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོའི་ཆོག་ཡིན་ནོ། །སྒྲེབ་མེད་པའི་ཆོས་ལ་བཟོད་  
 པ་དེའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་ནི་དབྱ་བཅོམ་པ་དང་འབྲ་བས་  
 བསེལ་བར་གྱུར་ཅིང་། འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་བྲལ་བ་ཆེ་ལ་དབང་བ་  
 སོགས་པ་དབང་བཅུ་རབ་ཏུ་ཐོབ་པ་དེ་ལ་དབང་བར་གྱུར་ཅིང་། རྩ་འབྲུལ་  
 གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཤིན་ཏུ་གོམས་པས་བདུད་བཞི་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཞིང་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་རོ་གཅིག་པར་གྱུར་པ་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་བྱམས་པ་ལ་

གནས་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་། སྤོང་གི་སྤྲོད་བུ་དང་། དཔག་བསམ་  
 གྱི་ཤིང་སྒྲོན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུས་གྱིས་གང་དང་གང་སེམས་ཅན་ལ་མཛོན་  
 པར་བསྐྱབ་པ་དེ་དང་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བསམས་པ་བཞིན་དུ་འབྲས་  
 བུ་ཚོལ་བར་འབྱུར་ཏེ་མིག་དུག་ཅན་བཞིན་ནོ། །ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་  
 ཕྱིན་པ་ལས་ཀྱང་། རོན་འདི་ཉིད་བསྟན་ཏེ། ལྷའི་བུ་གཞན་དག་སྤྲོད་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་མ་བསྐྱེད་པ། དབང་པོ་རྣོན་  
 པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་སྤྲོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གང་དག་ཡང་དག་པའི་སྒྲོན་མེད་པ་ལ་ཞུགས་  
 པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ནི་སྤྲོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྣམས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེས་  
 འཁོར་བར་འཇུག་པའི་མཆོམས་བཅད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཡང་བསེ་བུ་དང་  
 དམན་པའི་རིགས་གྱི་འབྲས་བུ་ཅན་དག་ཀྱང་སྤྲོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ན། དེ་དག་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་  
 ཡི་རང་ངོ་། །གང་ཡང་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་རིགས་དག་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་  
 ཉིད་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པར་གྱུར་ན་ཡང་དམན་པ་ལས་བྱུང་པར་ཅན་  
 གྱིས་རྟོགས་པར་འབྱུར་ཏེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་  
 ཆོས་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་ལས་ཤིན་དུ་འདས་ཤིང་བྱུང་  
 པར་དུ་འཕགས་པའི་མཆོག་ །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཆོས་ལ་  
 དམིགས་པར་བྱེད་པས་སོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལྷུང་བསྟན་



བ་མི་རིགས་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན། གཟུགས་ནི་གང་དང་གང་ནམས་  
 གྱིས། །ལུས་ཅན་ནམས་ནི་འདུལ་གྱུར་བ། །སྤྱིང་རྗེའི་དབང་གིས་དེ་དང་  
 དེར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་སྟོན་པར་མཛད། །གང་གི་ཕྱིར་ས་བརྒྱད་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཁོ་ན་ཉོན་མོངས་བ་དང་བྲལ་བ་དག་བཙུམ་བ་དང་  
 འབྲ་ན་ཡང་ཐབས་གྱིས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷ་མདོན་པར་སྒྲུལ་ནས་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་དང་གྲོས་སུ་མཛད་དེ། རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ནམ་པ་མང་  
 པའི་ཉོན་མོངས་བ་ཅན་ལྷ་བྱའི་སྦྱོད་བ་ཡང་སྟོན་པར་མཛད་དེ། སེམས་  
 ཅན་ནམས་སྦྱོ་བ་སྦྱེད་པའི་ཕྱིར་སྤྱིང་བཞི་བ་དག་གྱང་ཡོངས་སུ་གཏོང་སྟེ།  
 རི་སྐད་དུ་འབར་ར་དུ་ཅེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་བ་ལས། བདག་ཉིད་  
 གཅིག་ལས་མང་པོ་ཉིད། །མཆོག་ཏུ་ལེགས་པར་མཛད་པས་སྒྲུལ། །ཐ་  
 དད་མ་གྱུར་བདེན་དངོས་ལས། །བདག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའོ་ཞེས། །སྤྱོས་  
 བ་ནམས་དང་ལྷན་ཅིག་དེ། །རྒྱགས་ཤིང་སྤྱོས་པས་སྤྱོས་མ་དང་། །འདོད་  
 པའི་རྒྱགས་བ་ལས་རྒྱལ་གྱང་། །འདོད་པས་སྤྱོས་མ་ནམས་དང་ཅེ། །རྒྱལ་  
 འབྱོར་ཡེ་ཤེས་མེ་ཡིས་ནི། །འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་བསྐྱེད་ཀྱིས་གྱུར་གྱང་། །  
 དེ་ཡིས་སེམས་ལ་འདོད་པ་ནི། །འབྱུང་བ་ལྷ་བྱ་ཉིད་དུ་སྟོན། །དེ་ལྷར་དེ་ནི་  
 སྦྱོད་བ་དང་བཅས་མི་ལམ་སྒྲུ་མ་ལྷར། །སྤྱོས་པའི་དབང་གྱུར་དེ་དག་འདུན་  
 ཕྱིར་ཅེ་བ་ཉིད་དུ་བྱེད། །མི་གཡོ་བརྟན་པའི་སེམས་ཅན་སེམས་ཅན་གྱུན་  
 གྱི་སེམས་ཅན་གཅིག །ལེགས་པར་སྦྱུད་པས་གཉིད་སྤངས་གཉིད་ཅེས་བྱ་  
 བའི་གཉིད་གྱིས་ལོག །ཅེས་འབྱུང་བས། དེ་ལྷ་བས་ན་འདོད་ཆགས་དང་

བུལ་བར་གྱུར་ན་ཡང་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་གིས་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིང་པ་སྒྱུལ་  
 པའི་གར་སྒྲུབས་སྒྲོན་པར་མཛད་དོ། ། གང་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སྒྲིང་པ་ཐ་མ་པ་ལ་གནས་པ་ནི་འདོད་པ་ལ་དགའ་བ་བསྒྲོན་པར་གྱུར་ནས་  
 སྒྲུལ་གྱང་བསྒྲུལ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཉིད་གྱང་མེད་དེ། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བར་གྱུར་པས་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་  
 གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་  
 མེད་པས་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་ཐམས་ཅད་གྱང་མེད་དེ། གང་གི་བྱིར་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་འཆལ་པ་ལ་ནི་སྒྲིན་པ་མེད་དོ། །བཟོད་པ་ཡང་མེད་དོ། །བཙོན་  
 འབྱས་གྱང་མེད་དོ། །བསམ་གཏན་ཡང་མེད་དོ། །ཤེས་རབ་གྱང་མེད་དོ་  
 ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་མེད་པས་སངས་རྒྱས་  
 གྱང་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་མི་རིགས་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ།  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་ཉེ་བར་གྱུར་ཅིང་མཐུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པར་  
 གྱུར་པ་གང་གིས་ཡུམ་གྱི་སྒྲུལ་ས་སུ་འཇུག་ཅིང་འབྱུང་བ་དེ་དག་གི་ཆེ་  
 འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུང་བ་རྒྱ་ཆེན་པོས་གསལ་བར་གྱུར་ན་ཡང་ཐོས་  
 པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་། སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་མ་  
 ཡིན་ཞིང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་དུ་རྒྱ་ཐམས་ཅད་མ་སྒྲུངས་པ་ཡང་མི་རིགས་  
 སོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་ན་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་  
 སྒྲེ་བ་བཞེས་ཤིང་སྒྲུལ་ས་སུ་འཇུག་པ་དང་། དེ་ན་གནས་པ་ཡང་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །བསྒྲུལ་ས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པ་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

སྐྱུ་མ་ཁྱེན་པར་གོམ་པ་བདུན་དུ་གཤེགས་པ་དང་། ལྷོགས་བཞིར་  
གཟིགས་ནས་བདག་གི་སྐྱེ་བ་ཐ་མ་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་བརྗོད་  
པར་མཛད་དེ་ཕྱིས་སྐྱེ་བྱས་པར་གྱུར་ཅིང་དབང་པོ་ཡང་ཡོངས་སུ་སློན་པ་ན་  
འདོད་པའི་དགའ་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་བག་མེད་པར་གྱུར་ཏི་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡང་མི་རིགས་སོ། །རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དུ་མ་རྗེས་སུ་བློན་པས། བཅོམ་  
ལྷན་འདས་འོད་སྤངས་ལས་ཆངས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱད་པར་བྱོས་ཤིང་། བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་ལམ་གོམས་པར་བྱས་ནས་དགའ་ལྷན་དུ་ལྷའི་རིགས་དྲུག་ལ་བོས་  
ནས་འདིར་བྱོན་པ་དང་། བདག་དང་། གཞན་གྱི་དགའ་བ་དང་། ན་བ་དང་།  
འཆི་བའི་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་མི་མཐུན་པ་དང་། ལྷ་སྟོགས་བྱེད་གཞན་ལས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་བཅོལ་བ་བྱས་པ་དང་། བདག་ཉིད་གདུང་བ་ལ་རྗེས་སུ་  
སྦྱོར་བས་གནས་པ་ལ་ལམ་གྱི་འདུ་ཤེས་བྱས་ནས་དགའ་ལྷན་གྱི་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་ཀྱིས་གདུང་བར་བྱེད་པ་ཡང་མི་རིགས་སོ། ། ॥

དབུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བཅོ་  
ལྷ་པ།

ཡང་སྐྱེ་བ་བློན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་པ་མི་ཉུང་བར་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། བློན་པ་དང་སྒོ་དང་སྒྲོབས་  
ཆེན་པོ་ཡང་ཐོབ་ནས། ལྷམས་སུ་ཞུགས་པ་བློན་པ་བསྐྱེད་ཞིང་འབྲུངས་པ་

ཅམ་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་གསུང་བརྗོད་པ་ཡང་མི་རིགས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་སྤྲོད་པ་ཐ་མ་པ་ནི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་  
 འཇུག་པ་བསྐྱེད་ནས་ཉམས་པར་གྱུར་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མི་རིགས་པའམ་  
 ཉམས་པར་མ་གྱུར་ན་ཡང་དཀའ་ཐུབ་སྤྱད་པས་དག་པར་འགྱུར་བར་འདོད་  
 ཅིང་། འདོད་པ་ན་སྤྱོད་ཅིང་ཚུལ་བླིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
 པའི་ལྟ་བ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡང་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ནི་སྟོ་སྟོན་ཏུ་བཏང་ནས་སེམས་ཅན་གདུལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་བྱེ་  
 བྲག་བཟུང་བའི་དོན་གྱིས་རི་རྐྱང་སྤྲས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བསྟན་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱུལ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མཛད་པར་སྤྱོད་དོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་སྟོ་བྱར་ཏུ་སྤྱེ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡང་མི་རིགས་ལ་འདོད་  
 པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐའ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། བདག་ཉིད་ཏུ་བ་པའི་མཐའ་ལ་  
 སྦྱོར་བ་ཡང་མི་རིགས་པས་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འདི་དག་ཐམས་  
 ཅད་སྤྱུལ་པ་ཡིན་ན་དཀའ་བའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པའི་དུས་ན་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་ཏེ། ང་སྟོན་བཅ་ཟེ་སྤྲ་མ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པའི་དུས་སུ་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤངས་ལ་དགོ་སྦྱོང་མགོ་རིག་ལ་བྱང་ཆུབ་ག་  
 ལ་ཡོད། བྱང་ཆུབ་ནི་ཞིན་ཏུ་དཀའ་བས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངག་  
 ཏུ་བརྗོད་པའི་ལས་དེའི་རྣམ་པར་སྤྲོད་པས་ངས་ལོ་བྲག་ཏུ་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཅིའི་སྤྱིར་གསུངས་པར་གྱུར་ཅེ་ན། ད་ནི་དེ་ལྟར་ཞིན་ཏུ་ཐུན་  
 པར་གྱུར་པའི་རིགས་དག་བསལ་བར་བྱའོ། །རི་ལྟར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དགོངས་

པ་ཅན་དག་ལ་དང་ཐད་དུ་དད་པར་གྱུར་ནས་སྒོ་བར་བྱེད། གང་ཁྱིམ་བདག་  
 མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་སྒྲ་ན་མ་ཐོས་པ་ཐོས་  
 པ་ན་བ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ལངས་པར་གྱུར་ཅིང་མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་  
 སྦྱེས་ཏེ། འེན་ཏུ་མཐོང་བར་འདོད་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡང་བྲམ་  
 ཟེ་སྒྲ་མས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ཡང་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེ་བ་  
 གསུམ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་སྐྱ་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྐྱ་ངན་ལས་འདའ་  
 བའི་སྐྱ་ཡང་ཀུན་ཏུ་སྒྲོགས་ཤིང་བདུད་གྱི་དབྱའི་རྒྱལ་པོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པས་ངེལ་ཆེན་གྱི་སྐྱས་བདུད་བཞི་ལས་རྒྱལ་པར་གྱུར་ཅིང་། འཆི་བདག་  
 གྲང་འེན་ཏུ་པམ་པར་བྱས་ན། ཅི་ཞིག་བྱེད་ན་མཐར་བྱེད་པའི་དབྱ་པོའི་  
 གཞོད་པ་དང་འབྲེལ་བར་གྱུར། ཡང་བཙམ་ལྷན་འདས་དེ་སྐྱ་ཆེ་མུང་དུན་དུ་  
 འདུག་པའི་སྤོན་ལས་ཅི་ཞིག་མཛད་ནས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་ཆོད་ཅུམ་དུ་ཡང་  
 འདི་མ་གྱུར་ཅིང་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དང་། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བཞིན་  
 དུ་གསུང་བར་ཡང་མཛད་དེ། ཀུན་དགའ་བོ་འཇམ་བུའི་སྤིང་འདི་ནི་དགའ་  
 བར་བྱ་བའོ། །རིའི་ལམ་གྱི་རི་འདི་ནི་དགའ་བར་བྱ་བའོ། །འདོད་པ་ཐམས་  
 ཅད་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། མཛེས་པ་དང་། ཡིད་དང་འཐད་པའི་དངོས་  
 པོ་སྐྱ་ཆོགས་གྲང་བྱང་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྲང་ཐ་དད་དུ་གྱུར་  
 པའོ་ཞེས་གསུང་བསྒྲགས་པ་དང་། དགོ་སྤོང་དག་ངའི་མདུན་དུ་མ་འདུག་  
 ཅིག ། ཅེས་སྐྱར་བ་ན་ཆོར་བས་ཉེན་པའི་ཐུགས་སྐྱོ་བའི་ཆིག་གསུང་བ་དང་།  
 ཀུན་དགའ་བོ་ལ་ཆུ་སྤངས་པ་ན་རིང་དུ་འགོར་རོ་ཞེས་མ་དགྱེས་པར་གྱུར་

བས་གསུང་བ་དང་། ཟུང་ན་དང་། སྒྲེ་སྒྲགས་འདོན་པ་དག་གིས་ཉམས་  
 བར་གྱུར་ཅིང་ལོན་ནས། ཁ་རྒྱངས་ཀྱི་དུ་བས་སུན་པར་གྱུར་ཅིང་། གདོང་  
 གཡོགས་པར་གྱུར་པའི་དབྱ་བཅོམ་པ་སྟོང་སྟེད་ཀྱི་བྱ་དག་སྒྲེ་སྒྲགས་སྒྲ་  
 ཆོགས་འདོན་ཅིང་དུ་བ་དང་། སོ་སོ་སྒྲེ་པོའི་དགོ་སྟོང་གི་ཆོགས་བརྒྱ་སྟོང་  
 སྟེད་དུ་དུ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། ཀྱན་ནས་མཐའ་ཡས་པའི་དགོ་སྟོང་གི་  
 དགོ་འདུན་ལས་ལུས་འཁོར་བ་དང་། དགོ་བསྟེན་དང་དགོ་བསྟེན་མའི་  
 ཆོགས་སྟོང་ཕྱག་སྟེད་ཀྱིས་སྟོང་གཡོགས་དང་རྒྱན་རྣམས་འཁོར་བར་བྱེད་  
 ཅིང་། མགོ་དང་ལུས་རྩལ་གྱིས་གཡོགས་པར་གྱུར་ཅིང་མཆི་མས་གདོང་  
 གི་བརྒྱ་བངས་པར་གྱུར་པ་དང་། སྒྲ་འབལ་བ་དང་སྒྲེ་གཙུག་ཏུ་རྟེན་པས་ཤིང་  
 སྟོང་རྩེ་རྩེ་ལྟར་དུ་བར་བྱེད་ཅིང་བཞིན་མི་སྒྱུག་པས་སྒྲེ་བ་དང་། ལྟའི་བྱ་བརྒྱ་  
 སྟོང་རྒྱན་དང་། སྟོང་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་རྒྱན་དང་། ཅོད་པན་དང་། གདུབ་  
 འཁོར་དང་། གོས་དང་། མགོ་རྒྱན་དག་སྒྱུར་བར་བྱེད་ཅིང་། ལག་པ་  
 དབྱུག་པ་ལྟར་སྟོང་བ་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་བར་བྱེད་པས། བདག་ཉིད་ལ་མགོན་  
 སྒྱབས་མེད་པར་སེམས་ཤིང་ཟུང་ན་བྱེད་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་གཡོ་བའི་མར་  
 མའི་ཅེ་མོ་ལ་རྒྱང་གི་ཤྱགས་ཀྱིས་བརྒྱབ་པ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་རྒྱང་གི་ཤྱགས་  
 ཀྱིས་བརྒྱབ་པའི་ཆེ་འཐའ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚུ་སྟོན་གྱི་སྟོར་ཞུགས་པ་ནི་  
 གང་འདི་སྐད་བསྟན་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲེས་བྱ་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་  
 སྟོག་གཅོད་པར་རབ་ཏུ་སྤངས་ནས། གང་གི་ཆེ་སྒྲིན་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་  
 དེའི་ཆེ་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་གཉིས་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། འོངས་སྟོང་ཆེན་པོ་



ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྐྱབ་པ་དང་། ཆེ་རིང་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྐྱབ་པའོ།།  
 འདིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སློབ་གཙུག་པ་ལས་ཤིན་ཏུ་ལོག་  
 ཅིང་སྤངས་པར་གྱུར་པས་དག་པར་བྱས་ནས་སྤྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་གངས་མེད་པ་ཡོངས་སུ་བཏང་བས་མཆོད་སྦྱོན་ཆེན་པོ་རྩེ་མ་པ་  
 མཛད་པའི་སྐྱེ་ཆེ་རིང་པོའི་ལས་བསགས་པའི་རྣམ་པར་སྦྱོན་པ་ཅུང་ཞིག་  
 གྲང་མཐོང་བར་མ་གྱུར་པ་དེ་གང་དུ་ཟད་པར་གྱུར། གངས་མེད་པ་གསུམ་  
 དུ་བསགས་པ་ལས་ལོ་བཞི་བཅུ་ཅུ་ལྷས་འབྲས་བུ་འབྲུང་བར་མ་གྱུར་པ་  
 ཡང་མི་རིགས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་པ་  
 ཡིན་ན་སྤྱོད་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་འཇིགས་པ་མངའ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མི་  
 རིགས་སོ། །རྒྱུན་མི་འཆད་པར་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཆོད་མེད་པའི་སྐྱེ་ཆེ་  
 རིང་བར་འཇུག་པའི་ལས་རྣམས་མི་དགོ་བའི་ལས་འགའ་ཞིག་གིས་ཟེལ་  
 གྱིས་མཐོན་ནས་སྐྱེ་ཆེ་ཐུང་བའི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྣམ་པར་སྦྱོན་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་ཟེལ་གྱིས་མཐོན་ནས་དེ་དག་གཅིག་ཕུ་སྦྱོན་  
 པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཆོངས་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དོ་རྗེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་གྱུར་པའི་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱི་སྐྱེ། མི་དགོ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་གྱུར་པ་ལ་སྦྱོན་  
 མངའ་བར་གྱུར་ནས་མོང་གལ་གྱི་བྱ་འཆོ་བྱེད་ལ་མེད་དུ་བཏང་བ་ན། དེས་  
 གནས་བཏྱན་ཁྱེན་མར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་གྱིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་

འཆོ་བྱེད་ལ་མེད་པར་བྱེད་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་ཡང་  
 གྲགས་ཏེ། གནས་བརྟན་བ་ཀྱ་ལས་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྒྲིད་པ་རྣམས་  
 ལ་སྒྲས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་བདག་གིས་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་  
 བརྒྱད་ཅུ་ལྟག་ཅིག་ལོན་ན་མགོ་ན་བ་ཅམ་ཡང་ནམ་ཡང་བྱང་བར་མ་བླན་ཏེ་  
 ཞེས་སྒྲས་པ་དང་། དེ་ནི་སྒྲན་ཨ་རུ་ར་གཅིག་ནད་པ་ལ་སྒྲིན་པ་བྱས་པས་  
 རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུར་བྱུར་ཏེ་ཞེས་སེང་གའི་སྒྲ་བསྒྲགས་པར་བྱུར་ཏོ། །ནད་པ་  
 ལ་ཨ་རུ་ར་གཅིག་ཅམ་བྱིན་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་ན། བཅོམ་  
 ལྡན་འདས་སྒྲིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱུར་པ་ལྟ་  
 སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཏེ་འགལ་ལོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་  
 སེམས་ཅད་གྱི་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ན་བདག་ཉིད་ཉན་ཐོས་སུ་སྒྲུལ་པ་ལྷུང་བསྟན་པ་ཡིན་པའམ། ཉན་ཐོས་  
 གྱི་ཆ་བྱད་འཛིན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་ལ་སོགས་པའི་མིང་གིས་བརྗོད་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལྷུང་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། གཅིག་ནི་ངེས་  
 པར་བཞུགས་པ་དང་། །གཞན་དག་ངེས་པར་གཟུང་བའི་ཕྱིར། །རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱིས་ནི། །མ་ངེས་རྣམས་ལ་ཐེག་གཅིག་བསྟན། །  
 ཞེས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གཞན་དག་ནི་བག་ཆགས་གྱི་མཆམས་སྒྲོར་  
 བ་དང་བཅས་པར་སྤངས་པས་གྲོལ་བ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཅིག་ལྟ་  
 ཡིན་གྱི། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་  
 ཉན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཉན་

རྩོམ་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པས་  
 བག་ཆགས་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མི་རྟོག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པ་དེས་  
 འབད་པ་མེད་ན་ཡང་སྟོན་མཛོན་པར་བསྐྱབས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུས་  
 འཁོར་བའི་མཐའི་བར་དུ་སེམས་ཅན་ལ་པན་པ་བསྐྱབ་ཅིང་གནས་སོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །རྟོག་པ་ཉིད་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་  
 དང་། ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་མི་འདའ་བའི་སྤྱིར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལྷུང་  
 བསྟན་པ་ཉིད་ནི་ཡང་འཆམ་ཞིང་རིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཐེག་པ་ནི་གཅིག་སྟེ་གཉིས་དང་གསུམ་དུ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མ་  
 ལུས་པའི་ལྷུང་དུ་དམ་པའི་ཆོས་བརྒྱ་དཀར་པོའི་མདོ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །  
 འདི་ལྟ་སྟེ། ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་རྒྱུ་ཐེག་པ་རྣམས་པར་གཞག་པ་སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དབྱེར་མེད་  
 པ་ལ་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་གཅིག་ཕྱའོ་ཞེས་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་  
 བསྟན་པའི་མདོ་ལས་བྱུང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་  
 གཅིག་ཏུ་འདུ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ལས་ཀྱང་འདོན་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འགའ་ལས་ཀྱང་  
 དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ལ་དཔོན་པའི་བྱེད་པ་ནི་མེད་དེ། གང་ཡང་བྱ་མོ་སྟོ་  
 གྲོས་བཟང་མོའི་མདོ་ལས་ཡུངས་ཀར་དང་། རི་རབ་དང་། མེ་སྐྱེར་དང་།  
 ཉི་མ་དང་། ལྷ་དང་། སེང་གོ་དང་། ཨེ་རུ་དང་། ཅན་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་

དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱང་པར་བསྟན་པ་དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་རི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཅམ་སྒྲིམས་པ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། གང་ལ་ཡང་སྤྲད་པའམ་  
 བསྟོད་པར་བྱས་པ་མེད་དེ། གང་ཡང་ནོར་བུ་མཆིང་བུའི་འོད་བསམ་ནི་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་འོད་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
 བ། ཅི་དེས་ནོར་བུ་མཆིང་བུ་ལ་སྤྲད་པའམ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལ་  
 བསྟོད་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་མྱོངས་པ་གང་དག་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་བ་ལང་གི་  
 མིག་རྗེས་གྱི་ཚུ་སྟོམས་པར་བྱེད་ཅིང་། བ་ལང་གི་མིག་རྗེས་གྱི་ཚུ་ལ་འདི་  
 ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིབ་པར་བྱེད་ན་ཅི་དེ་བཞད་གད་དུ་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་ནམ། དེ་ལ་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་བ་དག་ནི་དོན་  
 ཉུང་བ་དང་། བྱ་བ་ཉུང་བ་དང་། གཞན་ལ་ཕན་པ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྤྲུགས་པ་  
 བདག་ཉིད་དུ་ལ་བ་དང་། ཞི་བ་ལ་མངོན་པར་སྒྲོར་བ་དང་ཐར་པའི་ས་བོན་  
 ཅུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུངས་ཀར་གྱི་ནང་སྤིན་བྱས་ཐོས་པའི་ནམ་མཁའི་  
 ཆད་ཅམ་གྱི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་དེ་རྣམས་སུ་ཞིག་གིས་སྤྲད་པ་  
 ཡིན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་བསྐླལ་བ་བྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་རྣམས་སུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཉི་བར་བསགས་པ། གཞན་སྤྱད་བསྐྲུལ་  
 བས་སྤྱད་བསྐྲུལ་བར་གྱུར་པ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 དད་པ་དང་ལྡན་པའི་སློ་ཅན་ནམ་མཁའི་ཁམས་མ་ལུས་པ་དང་མཉམ་པའི་  
 ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱན་ནས་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་བཙོན་པ་དང་ལྡན་པ་  
 རྣམས་ནི་བདག་ཉིད་མཐུ་ཆེན་པོ་མཐའ་མེད་པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་དེ་

རྣམས་ནི་སྤྱི་ཞིག་གིས་བསྟོད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཀུན་གྲངས་ཐོན་ཆུང་  
 ཏུ་ལས། །འབྲས་བུ་ཞིན་ཏུ་ཡངས་པ་འབྱུང་། །སངས་རྒྱས་རྒྱ་ནི་དཔག་  
 མེད་ལས། །འབྲས་བུ་དཔག་མེད་བསམ་ཅི་དགོས། །ཞེས་གྲང་འབྱུང་ངོ་། །  
 ཁྱིམ་པ་ཕྱག་བྱེད་པ་འབྱུང་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུངས་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འདྲི་བ་ཏེན་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ཁྱིམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤྱི་  
 སྤངས་པ་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྦངས་པ་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྦྱིང་པོ་ལ་གནས་ཀྱི་བར་དུ་  
 བསྐྱམས་པའི་ཕྱིར་ངོ། །གང་ཡང་དེ་དག་ཁྱིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་  
 སྤྱི་གནས་པ་ནི་སྤྱི་ལ་བསྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་སེམས་ཅན་ཡོངས་སྤྱི་  
 སྦྱོན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་པས་དེ་དག་ནི་ཁྱིམ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ཕྱག་མི་བྱ་  
 བར་གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ཀ་པི་ན་གདུལ་བར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་ཐུབ་པས་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བར་སྦྱུལ་ན་ཡང་ཁྱིམ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་  
 ཕྱག་མི་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པར་ཡང་འདྲོད་པ་བཞིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་དེར་  
 འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་གཟུགས་སྤྱི་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱན་རྣམས་གྲང་བཟུང་  
 ཞིང་། དེ་ན་རེ་ཁྱོད་ཀྱིས་མདའ་འཕོངས་དང་ཞེས་ཟེར་བ་ན་མདའ་དང་  
 བཅས་པའི་གཞུ་སྦངས་ནས་བཀང་བ་དང་། འཁོར་དེའི་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་  
 ཐམས་ཅད་གྲང་སྒྲོན་པོའི་གཟུགས་འདྲིན་པར་གྱུར་ཅིང་རྒྱན་རྣམས་སྤྱི་  
 ཆོགས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་མ་གནང་བ་ཐོགས་པར་གྱུར་པ་ཉིད་དང་། མཉན་

ཡོད་དེ་ཉིད་དུ་བྲམ་ཟེ་རྒྱ་ཅན་ཞེས་བྲ་བ་འདུལ་བའི་དུས་སུ་བཙམ་ལྡན་  
 འདས་ཆངས་པའི་གཟུགས་ཞལ་བཞི་པ་རལ་པའི་ཅོད་པན་འཆང་བ་ཞིག་ཏུ་  
 གྱུར་ཏེ་ཞེས་གྲང་འབྱུང་བ་དང་། འབའ་ཞི་ཏའི་རིགས་ཀྱི་བྲམ་ཟེ་མོ་གདུལ་  
 བའི་ཕྱིར་མཉན་ཡོད་དེ་ཉིད་དུ་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྲམ་ཟེའི་གཟུགས་སུ་  
 མཛད་ནས་བྱད་མེད་ཞི་བའི་རོ་གཅིག་བཟུང་སྟེ། འདི་ནི་བདག་གི་ཆུང་མའོ་  
 ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཀོ་ས་ལར་གར་མཁན་གདུལ་བའི་དོན་དུ་བཙམ་  
 ལྡན་འདས་གར་མཁན་ཀྱི་གཟུགས་སུ་མཛད་ནས་རྩ་རྩ་བརྟུངས་སོ་ཞེས་  
 འབྱུང་བ་དང་། ཅེ་ལྷའི་དྲི་བ་གདུལ་བའི་ཕྱིར་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དྲི་བའི་  
 གཟུགས་ཐ་མལ་པ་བཟུང་ནས་ཕི་ཤང་སྒྲངས་ཤིང་བརྟུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་  
 དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་འགལ་བ་འདུལ་བ་ལས་བཀག་པ། གཞན་དང་གཞན་  
 རྩ་མཁན་ཀྱི་གཟུགས་དང་། ལྷགས་མགར་ཀྱི་གཟུགས་དང་། སྟོབས་འབྱེད་  
 པའི་གཟུགས་དང་། རྩོན་པ་གཟུགས་མི་སྤྱག་པ་ལ་སོགས་པ་བྲིམ་པ་ཐ་  
 མལ་པའི་གཟུགས་དང་། སྟོད་པ་དང་། སྤྲ་བ་ལྟར་མཛད་ན་ཡང་བཙམ་  
 ལྡན་འདས་དང་ཉན་ཐོས་དེ་དག་ནི་ཕྱག་མི་བྲ་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་  
 སྐད་དུ། རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པར་གྱུར་གྲང་ཆོས་སྟོད་དེ། ཞི་དང་དུལ་དང་  
 ཡང་དག་སྟོམ་ཆངས་སྟོད། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཆད་པ་སྤངས་པ་ནི། ། དེ་  
 དེ་བྲམ་ཟེ་དགོ་སྟོང་དེ་དགོ་སྟོང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ། གལ་ཏེ་  
 བྲིམ་པའི་གཟུགས་ལ་ནི་བྲིམ་པ་ཁོ་ནས་ཕྱག་བྲ་བ་ཡིན་གྱི། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
 ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། ཡོན་ཏན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཕྱག་བྲ་བར་འོས་པ་



ཡིན་པས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱག་བྱ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། ཡོན་ཏན་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་བྱའི་ཏྭགས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་དང་བྲལ་  
 བར་གྱུར་པའི་ཏྭགས་ནི་ཤིན་ཏུ་སྦྱང་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། གང་དག་རབ་  
 ཏུ་བྱུང་ཡང་དངོས་པོ་ཀུན་ནས་ངེས་མ་བྱུང་། །གང་དག་དུར་སྐྱིག་བགོས་  
 ཀྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་སྤངས། །གང་དག་ལྷུང་བཟེད་ཐོགས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་  
 སྒོད་མ་གྱུར། །ཏྭགས་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་བྲིམ་པ་མ་ཡིན་དགོ་སྒྲོང་མིན། །ཆར་  
 པ་མེད་པའི་སྒྲིན་བཞིན་ཚུ་མེད་ཁྱོན་པ་བཞིན་དུ་དང་། །ལོ་ཏྭག་ཉམས་པ་  
 བཞིན་དུ་སྒྱ་གུ་མི་འབྱུང་ས་བོན་བཞིན། །དགོ་སྒྲོང་ཉམས་པའི་དགོ་སྒྲོང་དེ་  
 འབྲ་བདེ་གཤེགས་གསུངས། །རི་མོའི་མར་མེ་བཞིན་དུ་དེ་ནི་ཡོད་མིན་མེད་  
 མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བས་གང་དག་ཏྭགས་སྤངས་པ་ཅ་མ་གྱིས་དྲེགས་པར་  
 ཅིའི་ཕྱིར་བྱ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཏྭགས་སྤངས་པའི་དོན་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་  
 བྱང་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་པའི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་། ཤིན་ཏུ་དབྱལ་པོར་གྱུར་པ་  
 དང་། རོར་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དེ་དག་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནས་བཟུང་ནས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་གི་  
 དགོ་བའི་རྩ་བ་བསགས་པས་ལེགས་པར་བསྐྱམས་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་གཞིར་གྱུར་པའི་བཞོན་པ་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་བཞིན་དུ་  
 སྐྱེ་བོའི་ཆོགས་མང་པོ་དང་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་པའི་རོར་ཅན་ནི་སྐྱེས་བུ་དབྱལ་  
 པོ་ལེ་ལོ་ཅན་ལྟ་བུའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་ཡང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ན་ཏྭགས་

ཅམ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲིང་ས་པ་གཞན་དག་དང་ལྡན་སྒྲིང་གྲང་ཅི་དགོས། དེ་ལྟ་  
 བས་ན་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་བྲིམ་པ་རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་གྱིས་དབུལ་བར་  
 གྱུར་པའི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དག་གིས་ཕྱག་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྒྲེ་བ་བཙོ་  
 བརྒྱད་པལ་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཕྱག་བྱ་  
 བར་རབ་ཏུ་གྲགས་ཏེ། ཅི་ལྟར་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་སྒྲེའི་ནང་ཆོན་དོན་གྲུབ་  
 པ་རྣམས་རིག་པ་འདྲིན་པའི་སྒྲེ་སྒྲོད་འདོན་པ་ན་དགོ་སྒྲོང་དག་ངའི་སྒྲ་ན་མེད་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ནི་བྱམས་པ་འདི་ལ་དད་པས་གང་  
 བྱམས་པ་ལ་མཛོན་པར་ཕྱག་བྱེད་པ་དེ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ང་ལ་ཕྱག་བྱས་པ་དང་མཆོད་པ་བྱས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །ང་གང་དག་གི་སྟོན་པ་ཡིན་པ་དང་། གང་དག་གི་མཆོད་གནས་སྒྲ་ན་  
 མེད་པ་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པ་འདི་ལ་ཡང་  
 ཕྱག་བྱ་བ་དང་མཆོད་པ་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དགོ་སྒྲོང་དང་། དགོ་སྒྲོང་མ་  
 དང་། དགོ་བསྟེན་དང་། དགོ་བསྟེན་མ་དང་། འཁོར་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་ཆ་བ་བྱམས་པ་འདི་ལ་ཡང་ཕྱག་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བཙོམ་  
 ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ཐོས་ནས་དབྱ་བཙོམ་པ་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུས་དུས་  
 གཅིག་དང་དབྱངས་གཅིག་གིས་འདི་སྐད་ཅེས། རྒྱལ་ཆ་བ་དུ་དབང་བསྐྱར་  
 བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བདག་ཅག་སོ་སོ་ནས་ཕྱག་  
 བཞུགས། །ལྟ་སྐས་དང་ལམ་སྐས་ན་གནས་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཕྱག་བཞུགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ནས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པས་གནས་བརྟན་

རབ་འབྱོར་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་གང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་བརྟུན་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཞིག་  
 མཁུན་པ་དེ་བྱིད་ཀྱིས་ཤེས་སམ། རྟོགས་སམ། མཐོང་ངམ། དེ་དག་དང་  
 མཐུན་པར་གཏམ་རྫོང་པར་བྱེད་ཀྱས་སམ། སྒྲུས་པ། འཇམ་དཔལ་དེ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུས་པ། གནས་བརྟན་ཉིང་དེ་འཛིན་གང་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་  
 ཤིང་གནས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་  
 བརྟུན་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་པར་གྱུར་ནས་རི་ལྟར་འོས་པ་  
 བཞིན་དུ་ཆོས་སྟོན་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་བྱོད་མཉམ་པར་  
 འཛིག་ཀྱས་སམ། སྒྲུས་པ། འཇམ་དཔལ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཡང་  
 གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་གྱིས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཀྱར་གྱུར་པ་ལ་འདི་སྐད་  
 ཅེས་སྒྲུས་སོ། །འཇམ་དཔལ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འགའ་ཞིག་  
 སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་བརྟུན་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཤེས་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་  
 སྤྱོད་པ་བརྟུན་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
 འགའ་ཞིག་ཡོད་དམ། འཇམ་དཔལ་གྱིས་སྒྲུས་པ། གནས་བརྟན་རབ་  
 འབྱོར་བཙུང་ལྟར་འདས་ལ་ཞུས་ཤིག །བཙུང་ལྟར་འདས་ཀྱིས་སྟོན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་གྱིས་བཙུང་ལྟར་འདས་ལ་འདི་  
 སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཙུང་ལྟར་འདས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་བརྟུན་ཁྱི་  
 བཞི་སྟོང་ཡང་དག་པར་འཆལ་ཞིང་། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་བརྟུན་ཁྱི་བཞི་  
 སྟོང་དང་མཐུན་པར་ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་མཆིས་ལགས་

སམ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། རབ་འབྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མཉམ་པར་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡོད་དེ། བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གང་དག་གིས་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཐོབ་པར་གྱུར་པའི་བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་སྦྱོང་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་  
 སྟོང་ཡང་དག་པར་ཤེས་ཤིང་སེམས་ཅན་གྱི་སྦྱོང་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དང་  
 མཐུན་པར་ཆོས་སྟོན་པར་ཡང་བྱེད། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ས་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་པར་གྱུར་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །དེ་ནས་  
 གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་རོ་མཆར་དུ་བགྱི་བ་  
 ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་མད་དུ་  
 བྱང་བའོ། ། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་མ་ལགས་པ་  
 གང་ལགས་པ་དེ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ལགས་སོ། །  
 ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་མ་མཆིས་པའི་རྩ་འབྲུལ་བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་མཆིས་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེའི་སྐད་དུ།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཕྱག་བགྱིའོ་ཞེས་འཕགས་པ་དག་འདུན་  
 པལ་ཆེན་སྒྲིའི་ཤར་གྱི་རི་བོ་ལ་གནས་པ་གང་དག་ལ་ལས་ཀྱི་ཡུལ་འཁོར་ན་  
 གནས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྦྱོང་ལས་  
 བྱང་རོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གནས་བརྟན་འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་  
 འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་འདི་ལྟ་བུ་ཅིའི་སྡེ་ལྟས་ལགས།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བྱ་བ་ཅན་གྱི་འོད་ཁ་དོག་གཅིག་པ་སྟེ། དེའི་འཁོར་ཡང་འདི་  
 ལྟར་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། ། དེའི་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་མོས་པ་ཡང་  
 གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་མོས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེར་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ནི་མིང་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་གྱི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་གནས་བརྟན་འོད་སྤངས་ཆེན་  
 པོས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ནི་ངོ་མཆར་ཏུ་བསྒྱེད། །བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ནི་མད་ཏུ་བྱུང་བའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་མ་ལགས་པ་གང་ལགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ལགས་སོ། །ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ལ་མ་  
 མཆིས་པའི་རྩ་འབྲུལ་གང་ལགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
 མཆིས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེའི་སྐད་ཏུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
 ཕྱག་བསྐྱོལ་ཞེས་བྱ་བ། འཕགས་པ་དགོ་འདུན་པལ་ཆེན་སྒྲེའི་ནུབ་ཀྱི་རི་  
 བོ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྟོད་ལས་འདོན་ཏོ། །  
 སྟོབས་དང་མངོན་ཤེས་དབང་ཐོབ་པ། །བྱུང་བ་ཉི་མ་རྣལ་འབྱོར་པ། །ཀྱན་  
 ཏུ་བཟང་ལ་སོགས་པ་ནི། །ས་བརྩ་པོ་ལ་གནས་བཅས་ནས། །ཁམས་  
 གསུམ་སྟོབ་པའི་རྟག་གྱུར་པར། །སྟོབ་ཐམས་ཅད་པམ་མཛད་པ། །གང་དག་

ཉན་ཐོས་རང་སངས་རྒྱས། །རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པ། ། ཆོས་དེ་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི། །ཆོས་གསུང་ལྡན་པ་སྟོན་པར་མཛད། །ཅེས་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་བ་དང་། ཆེ་དང་ལྡན་པ་མཛོང་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་  
 པོས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །སངས་རྒྱས་སྐྱོབ་པ་  
 གང་རྣམས་ཀྱི། །ཆོས་ལྟ་བཅོམ་ལྡན་ཤིན་ཏུ་རིང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡང་། །བདག་གིར་གྱུར་པ་མ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་དེ་སྤྱད་  
 བདག་ཅག་ནི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྩ་འབྲུལ་ཆེ། །ཀུན་ལ་ཐལ་སྤྱོད་  
 དངོས་ཀུན་གྱིས། །ལེགས་པར་བརྟུན་ནས་ཕྱག་བཞུགས། །ཞེས་དགོ་འདུན་  
 པལ་ཆེན་སྡེ་པའི་བཟང་པོའི་ལམ་པ་སོ་བྱང་དཔལ་ཡོན་ཅན་ན་གནས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྡེ་སྤྱོད་ལས་འདོན་རྟོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱའི་གསང་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། གསུང་གི་གསང་བ་གང་  
 དག་ཡིན་པ་དང་། ཕྱགས་ཀྱི་གསང་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ཉན་ཐོས་  
 དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་དགའ་ལོ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་ཡང་ཉན་ཐོས་དང་།  
 རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་མི་རུས་སོ། །གང་ཡང་  
 སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་གི་སྤྱོད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་དག་གྲང་  
 ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་མེད་དེ། ཀུན་དགའ་ལོ་གང་མིང་  
 འདྲིན་པ་ཙམ་ཞིག་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་གྲང་འདྲིགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་པ་དང་། ཆེ་



དང་ལྷན་པ་ཀྱན་དགའ་བོས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་ཏོ།  
 །བཅོམ་ལྷན་འདས་འདི་དཔའ་བོ་ནི། །མི་འཇིགས་སྤྱིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན། །སྦྱོར་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ནི། །ཐུབ་པ་ཆེ་ལ་རབ་ཏུ་འདུད། །  
 ཅེས་དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་སྡེའི་གངས་ཀྱི་རི་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱེས་པ་  
 རབས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་ལས་འདོན་ཏོ། །འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་གསལ་བ། འགྲོ་  
 བའི་མགོན་ཁྱིམ་གང་གི་ཆོ། །སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་སྦྱོར་བཞེད་ནས། །སྦྱོར་  
 བའི་སྤངས་སྦྱིན་མཛད་བ། །དེ་ཆེའི་ཕྱག་འོས་དེ་ཕྱག་བགྱིད། །གང་གི་  
 སྦྱོར་ལས་ཁྱོགས་བཟོད་བ། །སྦྱོར་ཆེ་སྦྱོར་མའི་ཐོས་གྱུར་གང་། །མགོན་པོ་ཐུབ་  
 པ་ཆེན་པོ་ཡི། །སྦྱེས་པའི་རབས་ལ་ཕྱག་བགྱིའོ། །གང་ཆེ་དགའ་ལྷན་  
 གཙོ་རྒྱུར་དང་། །འཕྲུལ་འདི་རིགས་སུ་འཁྱུངས་པ་དང་། །གང་ཆེ་ཁྱིམ་ནི་  
 རྗེས་སུ་སངས་རྒྱུས། །ཐུབ་པ་ཁྱིམ་གྱི་དེ་དག་འདུད། །ཅེས་འཕགས་པའི་  
 དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་ཀྱི་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ལས་འདོན་ཏོ། །འཇིག་རྟེན་འདས་  
 པ་ཞི་བ་དང་། །དོན་གྱུབ་པ་དང་རི་གཉིས་གནས། །བཟང་པོའི་ལམ་པ་  
 གངས་རི་བ། །དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་རྩ་བའི་དྲུག་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །  
 སངས་རྒྱུས་སྤྱི་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་གྱིས་ཕྱག་  
 བགྱིའོ། །ཞེས་རབ་དཔག་ཏུ་མཛད་པ་དང་། །ཚུལ་བྱིས་ཞེས་རབ་རྣམ་  
 གྲོལ་དག །གོ་ཆ་ཆེན་པོའི་གོ་བགོས་ནས། །བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་དབང་  
 ཐོབ་ཅིང་། །པ་རོལ་ཕྱིན་བཅུ་རྗེས་གྱུར་ནས། །སངས་རྒྱུས་ཆོས་རྣམས་  
 མདོན་གྱུར་བ། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་གྱི་མཆོད་རྟེན་ལ། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་གྱིས་

ཕྱག་བགྱིའོ། ། །ཤེས་རབ་ཚུལ་བློམས་ཏིང་འཛིན་གྱི། །དེ་དང་མཉམ་པའི་  
 དགོ་འདུན་མེད། ། །འཛིག་རྟོན་ཀུན་གྱིས་ཕྱག་བགྱིས་བ། །སངས་རྒྱས་  
 ཀུན་མཁྱེན་མ་གཏོགས་པའི། །ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཛིག་རྟོན་ནི། །འགས་  
 གུང་ཕྱག་མི་བྱ་བ་མིན། །ཞེས་འཕགས་པ་གནས་བཏྱན་པ་འཛིགས་མེད་རི་  
 ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་བྲི་ཉིས་སྟོང་ལས་འདོན་རྟོ། །  
 དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱས་མཉམ་ཡོད་དུ་ཆོ་འབྱུང་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་  
 མཐོང་བས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་དང་བར་གྱུར་ནས།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ག་ལ་བ་དེ་ལོགས་སུ་ཐལ་མོ་སྐྱར་བས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པས་མངོན་པར་བསྟོན་པ། བག་ཆགས་བཅས་པའི་སྐྱོན་  
 ལས་རྒྱལ། །ལྷ་སྟེགས་མ་ལུས་ཀུན་ལས་རྒྱལ། །ཆོ་འབྱུང་བསྟན་པས་ལྷ་  
 རྣམས་ཀྱི། །འཛིག་རྟོན་འོག་མིན་མཐར་ཐུག་མཛེས། །འཛིག་རྟོན་ཕྱ་རབ་  
 རུལ་སྟེད་གྱིས། །དཔའ་བོ་ཆེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་  
 ལས་བརྩམས་ནས། །བྱང་སྟོང་ཆེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆལ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །མངོན་པར་རྟོགས་  
 པར་སངས་རྒྱས་པ་དེ་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་  
 བར་མཛད་པ་དེ་ལ་ཡང་ཕྱག་བགྱིད་དོ། །བསིལ་བར་གྱུར་པ་ལ་ཡང་ཕྱག་  
 འཆལ་ལོ་ཞེས་བཏགས་པར་སྐྱ་བའི་མང་དུ་ཐོས་པ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་འབྱུང་  
 ཆེན་པོའི་མདོ་ལས་འདོན་རྟོ། །དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་གང་པོས་མཉམ་ཡོད་  
 དུ་ཆོ་འབྱུང་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་དེ་མཐོང་བས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སེམས་

ཤིན་ཏུ་དང་བར་གྱུར་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། མགོན་པོ་བྱིད་ནི་བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པས་ཆོ་འབྱུང་བརྒྱ་སྟོང་མཛད་པ་དེ་ལ་ཡང་ཕྱག་  
 འཆའ་ལོ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པའི་སྐྱེ་བ་རྣམས་ཆོ་འབྱུང་བརྒྱ་  
 སྟོང་གི་འབྱུང་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །མགོན་པོ་བྱིད་  
 ག་ཤེགས་པ་ན་ཡང་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །མགོན་པོ་བྱིད་བཞུགས་པ་ན་ཡང་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། །མགོན་པོ་བྱིད་སྐྱེ་གཡོ་བ་ན་ཡང་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྟོང་  
 ལམ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ། །སངས་རྒྱས་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྤྲོད་མཛད་པ། །ཕྱག་འོས་ཕྱག་བགྱི་བྱིད་ཕྱག་འཆའ། །  
 ཞེས་འཕགས་པ་མཆོད་རྟེན་པའི་ཆོ་འབྱུང་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས་འདོན་རྟོ། །  
 དེ་ནས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་འོད་སྤངས་གཞོན་རྒྱས་མཉན་ཡོད་དུ་ཆོ་འབྱུང་ཆེན་  
 པོ་བསྟན་པ་དེ་མཐོང་ནས་སེམས་ཤིན་ཏུ་དང་བར་གྱུར་པས། བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ལ་ཐལ་མོ་སྐྱར་བས་ཕྱག་འཆའ་ནས། ཆོགས་སུ་བཅད་པས་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ལ་བསྟོད་པ། དགའ་ལྷན་གནས་ནས་འཕོ་བ་དང་། །ལྷམས་སུ་  
 འཇུག་པར་མཛད་པ་དང་། །བལྟམས་དང་བལྟམས་པར་གྱུར་པ་ན། །ཆོ་  
 འབྱུང་དག་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །ཕྱག་འོས་ཀུན་གྱིས་ཕྱག་བགྱིས་པ། །དཔའ་  
 ཆེན་བྱིད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཟག་མེད་བྱང་སྟོང་གྱུར་པ་ཡི། །ལམ་མཁན་  
 དེད་དཔོན་མཆོག་གྱུར་དང་། །སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་ཡང་སྤིད་མེད། །ཀླུ་ནས་  
 དགོན་པ་ལས་སྒྲོལ་བ། །ཆོ་འབྱུང་བཅས་པ་སྟོན་མཛད་པ། །བྱང་ཚུབ་  
 སེམས་དཔའ་ལ་ཕྱག་འཆའ། །འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་གསོལ་བ། དཔའ་པོ་

ཞབས་ནི་བརྒྱུད་ས་མཛད་ཅིང་། །ད་ལྟར་འཛིག་མེད་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
 མགོན་ཁྱོད་བལྟམས་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་། །སྤྲེལ་མེད་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 དང་། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་། །ཐུབ་པ་ཕྱི་དན་འདས་པ་དང་། །  
 སྦྱེས་པའི་རབས་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །སྦྱོ་གདུང་བཞུགས་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །  
 མགོན་པོ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་འཕགས་པ་བ་ཡང་གནས་ཆེན་པོ་  
 མཆོད་རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས་འདོན་རྟོ། ། །འཕགས་  
 པ་ལྷ་རིའི་བྱས་གསོལ་བ། །གང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཐུབ་པ་བྱོད། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
 བྱེ་སེམས་བསྐྱེད་པ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྦྱི་བོས་བདག །མི་མཆོག་ཁྱོད་ལ་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སེམས་ཅན་བདེ་དོན་ཀུན་འབྲེན་པ། །བྱང་ཆུབ་བརྟེན་པའི་  
 ཀུན་མཁྱེན་ལ། །ལག་གཉིས་སྦྱི་བོར་ཐལ་སྦྱར་ནས། །བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོར་  
 བདག་ཕྱག་འཆའ་། །གང་ཆེ་དོན་འདོད་པ་ལ་དོན། །ཉིད་ཀྱི་ཤ་ཡང་སྦྱོལ་  
 མཛད་པ། །དེ་ཆེ་ཉིད་ཏུ་ཕྱག་འོས་ནི། །ཀུན་གཙོ་མཆོད་གནས་མངའ་  
 བདག་གྱུར། །མདོན་ཤེས་ཏུག་པོ་མདོན་ཤེས་ཆེ། །རྒྱུན་རྒྱལ་གཙོ་བོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་གྱུར། །དེ་ཆེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་བྱོད། །ཕྱག་དང་མཆོད་པ་བྱས་  
 པ་ཡིན། །ཞེས་འཕགས་པ་འོད་སྤངས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་ལས་  
 འདོན་པར་བྱེད་དོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་རེ་བཏུས་གསོལ་བ། །དཔའ་ཆེན་ཁྱོད་  
 ཀྱི་སྦྱོད་པ་ནི། །ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་བདག་ཕྱག་འཆའ་། །ཁམས་གསུམ་  
 ཕྱག་འོས་ཕྱག་བགྱིས་པའི། །སྦྱེས་པའི་རབས་ལ་བདག་ཕྱག་འཆའ་། །  
 །ཞེས་འཕགས་པ་གོས་དམར་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལས་འདོན་

བར་བྱེད་དོ། །ཆེ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་བོས་གསོལ་བ། འོད་ཟེར་མཛེས་  
 པའི་ཁ་དོག་གིས། །དགའ་ལྷན་གནས་ནི་སྒྲུང་མཛད་ནས། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་འདིར་ག་ཞེགས་པ། །འཕྲུག་ཐུབ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆལ། །འཕྲུག་  
 རིགས་གཞིན་རྒྱར་འཁྱུངས་པ་ལ། །གང་འདི་རྒྱན་གྲིས་བརྒྱན་པའི་གཙོ། །  
 དན་དང་ཞེས་བཞིན་གྲིས་བསྒྲུལ་པའི། །འཕྲུག་ཐུབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
 གང་ཞེག་འཛམ་བུའི་གྲིབ་མ་ལ། །བཞུགས་ཆེ་ཉི་མ་ཡོལ་གྱུར་གྱང། །  
 མཉམ་མེད་གྲིབ་མས་མ་བཏང་བ། །འཕྲུག་ཐུབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་  
 འཕགས་པ་མང་པོས་བཀྱར་བ་ཀྱ་རུ་ཀྱ་ལའི་གནས་པ་རྣམས་གྲིས་འདོན་  
 བར་བྱེད་དོ། །ཆེ་དང་ལྷན་པ་རབ་འབྱོར་གྲིས་གསོལ་བ། ཆོགས་ནི་ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པ་ལས། །འཕྲུག་འདི་རྒྱལ་རིགས་འཁྱུངས་པ་ལ། །ལྷ་མིའི་ཆོགས་  
 གྲིས་མཆོད་གྱུར་བ། །ཕྱག་འོས་དེ་ལའང་ཕྱག་བགྱིའོ། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་གི་  
 རྩར་བཞུགས་ནས། །སྒྲེར་བཅས་བདུད་ལས་རྒྱལ་བྱས་ཏེ། །གང་ཆེ་ཀུན་  
 མཁྱེན་ཉིད་གྱུར་བ། །དེའི་ཆེ་ཕྱག་འོས་དེ་ཕྱག་བགྱི། །བླ་རྒྱ་ཁ་སྤྲིའི་བྱང་  
 སྤོང་ཆལ། །བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་མཁྱེན་གྱུར་ནས། །བདུད་རྩིའི་འཁོར་ལོ་  
 བསྐྱོར་མཛད་བ། །དེ་ཆེའི་ཕྱག་འོས་དེ་ཕྱག་བགྱི། །ཞེས་འཕགས་པས་  
 ལྷན་པ་རྣམས་གྲིས་ཆོམས་བརྒྱད་པ་ལས་འདོན་བར་བྱེད་དོ། །ཆེ་དང་  
 ལྷན་པ་ནག་པོ་འཆར་གས་གསོལ་བ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྒྲོན་སྒྲུང་དུ། །སྒྲི་  
 གཙུག་ལོར་ལྷན་པ་ཡི་དུ། །གང་ཆེ་ཁྱོད་གྲིས་སྒྲོན་བཏང་བ། །དེ་ཆེའི་  
 གཙོ་བོ་དེ་ཕྱག་བགྱི། །ཞེས་འཕགས་པ་རྣམས་བར་བྱེ་སྒྲེ་སྒྲེ་བ་རྣམས་གྲིས་

སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་པ་ལས་འདོན་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཆེ་མར་མེ་  
 མཛེད་གྱིས་ནི། །ང་ནི་ལུང་བསྟན་གྱུར་དེ་ཆོ། །ས་བརྒྱད་པ་ནི་ངས་ཐོབ་  
 ཅིང་། །དབང་བཅུ་དག་གྱུར་ཐོབ་གྱུར་ལ། །འཇིག་རྟེན་མགོན་གྱིས་མཛོན་  
 སུམ་དུ། །ང་ལུང་བསྟན་པར་གྱུར་ཐོས་ནས། །ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་  
 རྟེན་གྱིས། །བྱས་བཅས་ང་ལ་ཕྱག་གྱུར་བཞུགས། །ང་ཡི་རལ་པའི་ལུང་པོ་  
 ལ། །སངས་རྒྱལ་ཞབས་གྱིས་མནན་མཛེད་དེ། །ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་  
 རྟེན་གྱིས། །ཕྱག་འོས་འདི་ལ་ཕྱག་གྱིས་ཤིག །སྒྲིལ་སྒྲིལ་གཉིས་གནས་པ་  
 དང་། །སངས་རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་མ་གཏོགས་པ། །འདི་ལ་ཕྱག་བྱེད་རིགས་  
 མིན་པ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་འགའ་མེད་གསུངས། །ཞེས་འཕགས་པ་ཆོས་  
 སྤུས་པ་རྣམས་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་ལས་འདོན་པར་བྱེད་དོ། །ཆེ་དང་ལྡན་  
 པ་ཀུན་དགའ་བོས་གསོལ་བ། །གང་བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔར་གྱུར་པས་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ནས་འཕོས་ནས་བྲན་པ་དང་ཤེས་  
 བཞིན་དང་ལྡན་བཞིན་དུ་ཡུམ་གྱི་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་པ་དེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་བདག་གིས་ངོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་སུ་འཇིན་ལགས་སོ། །དེ་  
 ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ། །གང་ཞིག་དགའ་ལྡན་གནས་འཕོས་ནས། །བྲན་ལྡན་  
 ཤེས་བཞིན་ལྡན་པར་ནི། །ཡུམ་གྱི་ལྷུ་མས་སུ་གཤེགས་པ་དང་། །ལྷུ་མས་  
 གནས་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །གང་གི་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བལྟམས་པར་གྱུར་པ་ན་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཇིག་  
 རྟེན་འོད་གྱིས་གསལ་བར་མཛེད་པ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་



བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ངོ་མཚར་མྱད་དུ་བྱང་བའི་ཆོས་སུ་  
 འཛིན་ལགས་སོ། །དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ། གང་ཡང་བལྟམས་ཆེ་སྟོང་  
 གསུམ་འདི། །འོད་གྱིས་གསལ་བར་མཛད་དང་ལྷན། །ཉི་མ་བྱེ་བ་མཆོངས་  
 བ་ཡི། །བཙུམ་ལྷན་འདས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་ཡང་བཙུམ་ལྷན་འདས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བལྟམས་མ་ཐག་ཏུ་གོམ་བ་བདུན་དུ་གཤེགས་བ་  
 འདི་ཡང་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ངོ་མཚར་མྱད་དུ་བྱང་བའི་  
 ཆོས་སུ་འཛིན་རྟོ། །དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ། བལྟམས་མ་ཐག་ཏུ་གོམ་བ་  
 བདུན། །བརྒྱ་ལ་ནི་གནས་བ་དང་། །བན་སྒྲུང་རོལ་བ་ལྟར་གཤེགས་པ། །  
 གོ་ཏ་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ། །ཞེས་འཕགས་བ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲུབ་འདི་  
 ཆོས་མྱད་དུ་བྱང་བ་ལས་འདོན་རྟོ། །དེ་ལྟར་ན་སྟེ་བ་བཙུམ་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་  
 ལས་དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 ལ་ཕྱག་བྱ་བར་བྱུང་བས་ཐེག་བ་ཆེན་པོ་སྟེ་བ་བཙུམ་བྱེད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་  
 གཏོགས་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཅི་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་བ་  
 ཅམ་གྱི་བྱིམ་བ་ཀུན་ལ་ཡང་རབ་ཏུ་བྱང་བས་ཕྱག་བྱ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གང་དག་ས་ལ་བཞུགས་བ་དང་། ལྷང་བསྟན་  
 བ་ཐོབ་བ་ཡིན་པར་ཐོས་བ་དེ་དག་ནི་གང་དག་རི་བོང་དང་ངང་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 ལ་སོགས་བ་དུད་འགྱོར་གྱུར་བ་ལ་ཡང་ཕྱག་བྱ་བ་ཡིན་ན་མི་ལ་སོགས་པར་  
 གྱུར་བ་ལ་ལྟ་སྟོས་གྲང་ཅི་དགོས། །གང་ཡང་དགོ་སྟོང་གིས་ཕྱག་བྱ་བ་ནི་  
 གཉིས་ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་དགོ་སྟོང་ཀན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་ཡང་སངས་

རྒྱས་ཀྱི་ནི་གཉིས་ལ་བྱག་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདག་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པའོ།  
 །གང་དེ་དག་གཉི་གའི་རྩ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་སྒྲོ་  
 གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཚུལ་  
 གླིམས་དང་། ཉིང་དེ་འཇིན་དང་། ཤེས་རབ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་།  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་རྣམས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
 དེ་དག་མི་ཟད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱུར། ། རྣམ་མཁའི་  
 ཁམས་ནི་ཀྱན་བཀའ་སྟེ། །དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་དེའི་རྟོན་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བརྟན་པར་ཡོད་ན་བྱག་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མདོར་བར་  
 རྟོགས་པ་ཡང་ས་དང་པོ་ལ་ནི་སྒྲིའི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་བཟོད་པའོ། །དྲུག་པ་  
 ལ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའོ། །བརྒྱད་པ་ལ་ནི་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཚོས་ལ་བཟོད་པ་  
 ཞེས་བྱའོ། །མདོར་བར་རྟོགས་པའི་མཐུ་ནི་འཇིག་རྟོན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་སྟེད་  
 རྩ་འབྲུལ་གྱིས་གཡོ་བ་དང་། སྤང་བ་དང་། གཤེགས་པ་དང་། བསྐྱལ་བ་  
 བརྒྱུར་གནས་པ་དང་། སྒྲོན་གྱི་མཐའ་དང་། སྤེ་མའི་མཐའ་ལ་འཇུག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པས་དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་ལ་ཡང་ཕྱག་མི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་  
 འགལ་བ་ཅི་ཡོད། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལ་ཡང་ཕྱག་བྱ་སྟེ། རྒྱུད་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱེད་ཀྱི་ཁྱུ་གུ་  
 དང་། ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ལྟ་བུའམ། འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་བྱ་ལ་ཕྱག་བྱེད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་སངས་རྒྱས་། །རྫོགས་སངས་  
 རྒྱས་ལས་ཆོས་ཡིན་ཏེ། །ཆོས་ལས་འཕགས་པའི་ཆོགས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་  
 ལས་དགོན་མཆོག་གསུམ་འབྱུང་བྱིར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་གང་  
 སྤང་། །དེ་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤང་། །དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་གང་  
 སྤང་བ། །དག་སྤོང་མེད་ཅིང་སྤོམ་པ་མེད། །མ་གོལ་ལ་སོགས་པ་བསྟོད་པ་  
 བྱེད་པ་པལ་ཆེར་གྲིས་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་སྤྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་  
 མཛེད་སྟོད་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་པ། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྒྱ། །  
 སེམས་ནི་རིན་ཆེན་དེ་ཉིད་ཀྱང་། །དཔའ་པོ་ཁྱོད་གྲིས་སྤྱིང་པོར་མཁྱེན། །དེ་  
 ལས་གཞན་པས་རིང་བར་གྱུར། །དང་པོར་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་བཞུགས་ཀྱི་ལམ། །འོན་ཏེ་  
 གང་གིས་འཁོར་བར་ཁྱོད། །སྒྲོན་མཁྱེན་ཡུན་རིང་དེ་ལྟ་བུར། །བཞུགས་  
 མཛེད་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལ་བཞུ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་བསྒྲོམ་པ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 སྒྲོན་གྱི་སྤྱོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་པ་ལས་གསུངས་ཏེ། སྒྲོན་གྱི་སྤྱོད་  
 བ་ཡང་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་  
 པའོ། །གལ་ཏེ་ཡང་སྒྲོན་གྱི་སྤྱོད་པ་རྗེས་སུ་བྲན་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

རྗེས་སུ་བྲན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར། གང་ཡང་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ཁ་ཅིག་ལས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཉན་  
 རོས་རྣམས་ལ་བཙུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གྲུས་པའི་ཆོག་གིས་སྦྱོང་པར་བྱེད་ཅིང་  
 ཕྱག་བྱས་པ་དང་། ཉན་རོས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཆོག་གིས་གཏམ་བཟོད་པར་བྱེད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་ཉི་  
 བར་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་བཟོད་པར་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིང་། དཔའ་  
 བར་འགོ་བའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་སྟོན་  
 པར་མཛད་པ་དེ་དག་ནི་དག་བཙུང་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱག་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་ཉན་རོས་ལ་སོགས་པའི་ཕྱག་བྱ་བའི་གནས་  
 མ་ཡིན་ན་ནི། དེ་དག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡང་སྟོན་པར་མི་འགྱུར་  
 ལ། དེ་དག་གིས་ཕྱག་བྱ་བ་ཡང་བདག་གིར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 འཕགས་པ་ཉིར་སྤྱོད་ཀྱིས་བདུད་ལ་སྤྱོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་བྱས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །ཁྱེད་པར་རྟོགས་པར་འདོད་པས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་  
 རབ་ཟབ་མོ་རྣམས་བལྟ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་སྤང་བ་རྩོམ་པ་དང་འབྲེལ་  
 བའི་ངན་འགོར་འགོ་བའི་རྒྱ་ཆོག་ངན་པ་མང་པོ་སྤྱོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གང་ཡང་གང་གྲུའི་སྤྱང་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་བྲེ་མ་སྟེད་ཀྱི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆན་བཟུང་བའི་བསོད་ནམས་དང་། འཕགས་པ་  
 སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་གི་མཆན་བཟུང་བའི་བསོད་ནམས་མཉམ་

པར་གསུངས་པ་དང་། གང་ཡང་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པའི་མདོ་ལས། ཟླ་  
 བ་ཆེས་པ་དང་ཉ་བའི་དཔེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བྱང་པར་དུ་  
 བསྐྱུགས་པར་འབྱུང་བ་ཡང་དེ་ལས་འཕགས་པ་འབྱུང་ཞིང་སྟེར་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པས་དང་པོའི་དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་ས་ཐོན་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་  
 བོ། །ནམ་མཁའ་མངོན་གྱི་སྟོན་ལམ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་ཏེ་  
 འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ད་ལྟར་ཅིའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་མ་གྱུར་ཅེ་ན།  
 དགོ་བའི་རྩ་བས་དབུལ་བར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་  
 བར་དུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གླུའི་ཆུ་ཁྲུང་སྐྱམས་པའམ། རྒྱལ་གཤམ། མེ་མར་ཐུར་དུ་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ།  
 རི་ལྟར་ཆུ་ཐོ་གང་གླུའི་འབྲམ་ན་ཡི་དྲགས་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་གནས་པ་རྣམས་  
 བདག་ཉིད་ལ་སྐལ་པ་མེད་པར་གྱུར་པའི་དབང་གིས་གང་གླུའི་ཆུ་ཁྲུང་  
 ཡོངས་སུ་སྐྱམས་པའམ། རྒྱལ་གཤམ་མེ་མར་ཐུར་དུ་འབར་བ་མཐོང་བ་བཞིན་  
 བོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལམ་ལས་ཡོངས་སུ་བྱང་བའི་  
 རྟོག་གྱི་ཆར་བབ་པར་གྱུར་ཀྱང་དགོ་བའི་རྩ་བ་མ་བསགས་པའི་སེམས་ཅན་  
 གྱི་ཁམས་རྣམས་ལ་འབབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་མཁའ་ཉིད་དུ་མེད་པར་  
 འགྱུར་བའམ་ཐོག་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་ནས་འབབ་པར་འགྱུར་ཏེ། རི་  
 ལྟར་ཆུ་འཛིན་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་དུ་འོད་ཟེར་སྟོང་

འབྲེལ་པའི་ཉི་མ་ཤར་བར་གྱུར་ཀྱང་དཔུས་ལོང་གིས་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དབང་  
 གིས་འོད་ཟེར་གཅིག་ཙམ་ཡང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་ནས་རིན་པོ་ཆའི་ཕུང་པོ་འབབ་པར་གྱུར་ཀྱང་སྐྱེ་བོ་  
 བསོད་ནམས་ཆུང་བ་དག་གི་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་ཉེས་པས་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཀྱང་  
 དེའི་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་མཐུ་ཉིད་  
 གྱིས་འབྱོར་བ་དང་རྒྱད་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་ནི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྒྲོན་ལམ་དག་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 གཞན་ལ་ཕན་པ་འབྱུང་བ་ནི་ཆོག་པས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྒྱས་པ་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ས་དང་། ཆུ་དང་། མེ་དང་། རླུང་དང་། ནམ་  
 མཁའ་རྣམས་ཆོག་པས་པ་ལས་སྤྱུ་གྱུ་འབྱུང་གི། །རྐྱེན་གཅིག་མ་ཆང་ན་ཡང་  
 འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཏོང་བ་དང་། སེར་སྒྲ་སྤངས་པ་  
 དང་། འདོད་པ་མེད་པ་མང་དུ་གོམས་པ་དང་། མཉམ་པའི་སེམས་དང་།  
 འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ལན་དུ་ཕན་འདོགས་པ་ལ་རེ་  
 བ་མེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་འདོད་པ་མི་སྦྱིད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་བྱས་པའི་སྦྱིན་པ་བས་ནི་ནོར་གྱི་ཆར་པ་འབབ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་སྦྱིན་པར་ཡོངས་སུ་འཛིན་  
 ཅིང་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་རྐྱེན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་  
 ཆང་ན་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ནམ་མཁའ་མཛོད་ལ་སོགས་  
 པའི་སྒྲོན་ལམ་ནི་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཤུག་ཐུབ་པ་ཡང་



སྒྲུལ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རིགས་ཏེ། འོག་མིན་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་  
ལ་བརྟེན་པའི་ཡོངས་སྒྲོད་རྫོགས་པའི་སྒྲུ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་དང་ཡོངས་སྒྲོད་རྫོགས་པའི་སྒྲུ་དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
མི་མངའ་བ་ཡིན་ལ་དེ་དག་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་ན་ཡང་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་  
ག་ལས་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཏེ། མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པ་ན་སྟོན་ལམ་བཟབ་པ་ཡིན་  
ཏེ། བདག་གིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཆོས་ཉིད་ཐོབ་ནས་སྒྲོད་པ་གང་དག་  
དང་སྐྱད་གྱི་རྣམ་པ་གང་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བར་འབྱུར་བའི་  
སྒྲོད་པ་དེ་དག་དང་། ཆ་བྱད་དེ་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱད་གྱི་རྣམ་པ་དེ་དག་གིས་  
རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྩིས་བཟང་བཞིན་དུ་ཡང་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་  
བའི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས། ཅ་བའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུ་  
ལས་དགའ་ལྷན་གྱི་གནས་ན་བཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་སྤྱང་ན་ལས་  
འདས་པའི་བར་གྱི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་རྣམས་འཇུག་  
པར་འབྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་མེད་པར་ནི་འཇོམ་བུའི་སྤྱིང་བྱེ་བ་ཐུག་  
བརྒྱ་རྣམས་སུ་འཕོ་བ་དང་། འཇུག་པ་དང་། བལྟམས་པ་དང་། བཟོའི་  
གནས་བསྐྱབ་པ་བསྟན་པ་དང་། བཙུན་མོའི་འཁོར་ན་གནས་པ་དང་། མངོན་  
པར་འབྱུང་བ་དང་། བདུད་འདུལ་བ་དང་། མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་དང་།  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པར་སྟོན་  
པས་འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྟེ་པ་ཐ་

དད་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་སྟོན་པ་ཡོད་དེ། རི་ལྷར་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་རྩོན་པ་གདུལ་བའི་ཕྱིར་རྩོན་པའི་  
 གཟུགས་སུ་སྤྱལ་པ་དང་། མི་དབང་བརྒྱ་སྐྱེས་བུས་གདུལ་བའི་ཕྱིར་ཀླན་  
 པོའི་གཟུགས་སུ་སྤྱལ་པ་དང་། ལྷའི་མིག་གིས་ཅི་ཞིག་མཐོང་ཞེས་ངེས་པ་  
 ན་འཕགས་པ་མ་འགགས་པས་སྤྱས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱལ་པ་  
 དང་། སྤྱིད་པ་བར་མའི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་དག་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱི་རི་ལྷར་སྤྱལ་པ་དེ་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བར་འབྱུར་བ་དེ་  
 ལྷར་སྤྱལ་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། རྒྱུ་ཐུབ་པའི་སྤྱལ་པ་ཡང་  
 འཇུག་པ་ཡིན་ལ། ཡང་དག་པ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱུ་མ་དང་འབྲ་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། གནས་གཙང་མ་ན་གནས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་བྱིན་ཀྱི་རྒྱབས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡང་ཡིན་ལ། སྤྱལ་  
 པའི་སངས་རྒྱས་དེ་རྣམས་ཐ་དད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་  
 གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས་རབ་ཏུ་བཀྱེ་བའི་འོད་ཟེར་ལྷ་  
 བུའམ། མའི་བདག་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་མང་པོ་བཞིན་  
 དུ་སྤྱལ་པ་རྣམས་མང་པོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་མཛད་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་མང་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། དེས་ན་འཇིག་རྟེན་  
 ཀྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱས་མང་པོ་འབྱུང་བ་ནི་གནས་མེད་ཅིང་སྐབས་  
 མེད་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཡང་མི་འགལ་ཏེ། རྟོང་གསུམ་ཀྱི་རྟོང་ཆེན་པོའི་  
 འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་དབང་དུ་བུས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། འཇིག་རྟེན་

གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་མ་ཡིན་པས་སོ། ། ཇི་ལྟར་ཆོས་སྤྲུལ་པ་རྣམས་  
 གྲུང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉན་  
 རྩོམ་དང་། ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྲགས་ལྡན་པའི། རྒྱུ་ཀྱན་ལ་ཡང་དེ་  
 བཞིན་ཏེ། ཇོགས་སངས་གང་དུ་བལྟམས་པ་དང་། གང་དུ་བྱང་ཆུབ་ལ་  
 རེག་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། གང་དུ་ཟག་མེད་སྤྱང་ན་  
 འདས། གང་དུ་གནས་དང་འཆག་པ་དང་། ཇེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞུགས་  
 པ་དང་། སེང་གི་ལྟ་བུར་གཟིམས་བཤམས་པའི། གནས་དེ་ལ་ནི་བདག་  
 ཕྱག་འཆའ་། རྒྱུ་གཉིས་དམ་པ་ཤར་དང་ནི། བྱང་གི་ཕྱོགས་ན་བཞུགས་  
 པ་ཡི། རྒྱལ་བ་བསྟན་དཀའ་ཞེས་བྱ་བ། ཇེས་ནི་ཆོགས་བཅད་འདི་  
 གསུངས་ཏེ། གང་གིས་ཆོགས་བཅད་འདི་བཞི་ཡིས། ཇེ་བཞིན་གཤེགས་  
 ལ་སྟོང་བྱེད་པ། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྟོང་རྣམས་སུ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་མི་  
 འགྱུར་རོ། ། ཞེས་འདོན་པར་བྱེད་དོ། ། ཡང་གནས་བརྟན་ཤུ་རིའི་བྱས་  
 བཞག་པའི་སྤྱེ་རགས་གནས་བརྟན་མོང་གལ་གྱི་བྱས་རྩ་འབྱུང་གིས་བཏེག་  
 པར་མ་རྩས་པ་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་གིས་བཀའ་སྩལ་པ། མོང་གལ་གྱི་བྱ་  
 བྱོང་ནི་རྩ་འབྱུང་ལས་ཉམས་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དགོ་སྟོང་ཤུ་རིའི་  
 བྱས་རང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པས། ཇེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བསྟན་  
 པར་དཀའ་བའི་སེང་གའི་བྲི་ལ་སྤྱེ་རགས་ཀྱི་སྤྱོད་བཏགས་ཤིང་བསྟན་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གསེར་མགར་དང་ཤིང་མཁན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་  
 ཀྱིས་སངས་རྒྱས་དང་བཅས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་

ཁམས་རྣམས་ཉི་བར་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཡང་གསུངས་པ། གང་  
 དག་འདས་པའི་རྫོགས་སངས་རྒྱས། །གང་དག་མ་བྱོན་སངས་རྒྱས་དང་། །  
 གང་ཡང་ད་ལྟར་རྫོགས་སངས་རྒྱས། །མྱ་ངན་སེལ་མཛད་མང་པོ་རྣམས། །  
 ཀུན་ཀྱང་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་ཡིས། །གནས་པར་གྱུར་ཅིང་གནས་མཛད་ལ། །  
 ད་དུང་དུ་ཡང་གནས་མཛད་དེ། །འདི་ནི་རྫོགས་སངས་ཆོས་ཉིད་དོ། ། ཞེས་  
 ཀྱང་འབྲུང་བས། གང་དག་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ནི་གཅིག་ཅིག་བཞུགས་སོ་སྙམ་སེམས་པ་དེ་དག་གིས་ནི་  
 གསུང་རབ་གྱི་དོན་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་མར་མེ་མཛད་དང་། རིན་  
 ཆེན་གཙུག་ཏྲར་ཅན་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག་ནི་འདས་པར་  
 གྱུར། སེང་གོ་དང་། རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི་འབྲུང་བར་འགྱུར་  
 ཞེས་ཀྱང་འདོན་པ་དང་ལུང་གི་མདོ་ལས་ཀྱང་འདོན་པར་བྱེད་དེ། རི་སྙུང་  
 ཞེ་ན། འདས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རི་སྙུང་ཅིག་ཅེ་ན། གང་གྲུའི་སྤྱང་  
 གི་བྱེ་མ་སྙེད་དོ། །མ་བྱོན་པ་རི་སྙུང་ཅིག་ཅེ་ན། གང་གྲུའི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་  
 སྙེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྲུང་བས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མང་པོ་  
 དག་ཏུ་མང་པོ་འབྲུང་བར་རིགས་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཅིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། དུས་  
 གསུམ་དུ་གཟིགས་པས་གཟིགས་པར་མཛད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། མཉམ་པར་བཞག་  
 པ་ཉིད་ན་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་མཛད་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་

འབྲུག་པར་འབྲུར་བ་ཡིན་གྱི། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མཛད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུའི་  
 ཡུར་བ་རྟ་སྒྲ་ཆོག་གས་སུ་དང་པོ་བཀྱེ་ཞིང་། འདོད་པའི་སྤྱོད་གས་སུ་བཏང་བ་  
 བྱས་ནས་སྤྱིས་བྱ་བ་མེད་པར་སྡོད་པར་བྱེད་པའི་ཚུན་པའི་སྤྱིས་བྱ་བ་ཞིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ལས་པན་ཡོན་མང་དུ་འབྱུང་བར་བསྡོགས་པར་ཡང་པལ་  
 ཆེར་ནི་སྤྱི་མའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ལ། གང་དག་མཐོང་བའི་ཆོས་ཀྱི་པན་ཡོན་  
 ཁ་ཅིག་འབྱུང་བ་དེ་ཡང་དད་པ་དང་ལྷག་པའི་བསམ་པ་ཉམས་པས་དགོ་བ་  
 སྤངས་ཤིང་མི་དགོ་བ་སྡོད་པར་བྱུར་པ་དང་། མཐོང་བའི་ཆོས་ཉིད་ལ་སྤྱིག་  
 པ་ཀྱན་དུ་སྡོང་བ་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལྷན་པར་བྱུར་པས་གཞོན་པར་བྱུར་  
 ཅིང་ཟེལ་གྱིས་གཞན་པས་གང་དག་གི་དད་པ་ཡང་ཆུང་བར་འབྱུར་ལ། ལྷག་  
 པའི་བསམ་པ་ཡང་སྤངས་པར་བྱུར་པས་དེ་དག་གི་པན་ཡོན་ཡང་ཉི་མ་འོད་  
 ཟེར་བརྒྱ་སྟོང་འབྱེད་པ་ཤར་བར་བྱུར་པ་ན་སྐར་མ་རྣམས་མཐོང་བར་ཡང་  
 མི་འབྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པ་དང་། འཕགས་  
 པ་ལ་སྐྱུར་བ་བཏབ་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཞོན་པར་བྱས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དགོ་བའི་རྩ་བ་བཟང་པོ་ཡང་མང་དུ་བསགས་ན་ཡང་ཐལ་བས་  
 བཀའ་པ་ལྟར་བྱུར་པས་དེ་རྣམས་ནི་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་གནས་པར་  
 བྱུར་པ་ལ་པན་ཡོན་ཡང་རི་ལྟར་ག་ལ་འབྱུང་བར་འབྱུར། གང་དག་སྤྱིག་པ་  
 ཤིན་ཏུ་ཆུང་བ་ལ་ཡང་འཛིགས་པར་ལྟ་ཞིང་གཅིག་ཏུ་དགོ་བའི་སྤྱོད་གས་ལ་  
 སྡོད་པར་བྱུར་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་བྲི་བ་དང་། འཛིན་པ་དང་། སྡོག་

པ་དང་། ཁ་ཏྲོན་བྱེད་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་། ཉན་པ་  
 དང་། སྦྱིན་པ་དང་། རབ་ཏུ་སྦྱོན་པ་དང་། མཆོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་བརྟུ་  
 རབ་ཏུ་སྦྱབ་པས་ནན་ཏན་བྱེད་པ་དེ་ནི་གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་བེལ་གྱིས་གཞོན་  
 པར་མི་འབྱུར་བས་ངེ་སྐད་བསྟན་པའི་པན་ཡོན་རྣམས་ཅིའི་ཕྱིར་འབྱུང་བར་  
 མི་འབྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར་གཙུག་ལག་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་གོམས་པར་  
 བྱས་པས། སྦྱི་བ་དང་། སྐ་བ་དང་། ན་བ་དང་། འཆི་བའི་གཞོན་པ་དང་  
 བྲལ་བའི་བདུད་ཅིའི་གོ་འཕང་འཐོབ་པ་ངེས་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་  
 བདེན་ན་འདྲ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་སྤེ་སྤོད་གསུམ་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 ཕྱོགས་གྱི་ཆོས་སུམ་ཅུ་ཅ་བདུན་བསྟན་པ་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་དེ་གོམས་པར་  
 བྱས་པ་ལས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་རྟོགས་པར་འབྱུར་ཞིང་། ཉོན་མོངས་པ་བྟད་  
 པ་ཡང་རྟེན་དཀའ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་ཡི་གེ་དང་དོན་ཤེས་  
 པར་མི་རུང་བའི་གཟུངས་སྒྲགས་དང་། གསང་སྒྲགས་དང་། རིག་སྒྲགས་  
 ལ་སོགས་པ་པན་ཡོན་མང་པོ་ཅན་གྱིས་པའི་སྦྱེ་བོ་སྦྱ་བར་བྱེད་པ་བསྟན་པ་  
 དེ་རྣམས་ནི་གཞན་གྱི་རིག་བྱེད་དང་འདྲའོ། །བསྒྲོམ་པ་མེད་པ་ནི་སྦྱོན་པ་  
 རབ་ཅུ་མ་ཡང་བྟད་པར་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་བསགས་པ་  
 དང་དེའི་རྩ་བ་ཡོད་ན་སྤྲིག་པ་བྟད་པ་གལ་འབྱུང་བར་འབྱུར། གཟུངས་  
 སྒྲགས་གྱིས་ཀྱང་སྤྲིག་པ་ཞི་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་དང་མི་འགལ་  
 བ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་འཆི་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གསང་སྒྲགས་  
 གྱིས་ཀྱང་སྤྲིག་པ་བྟད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐད་གཞན་གྱིས་བརྗོད་པའི་



ཕྱིར་སྒྲོ་ལ་སོགས་པའི་སྐད་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་སྒྲོ་བར་རུས་སོ་ཞེ་ན།  
གང་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཟུངས་སྒྲགས་ལ་སོགས་པ་ཡི་གེ་སྐྱར་བ་ཙམ་  
དུ་འདོད་པ་འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རེ་ཞིག་གཟུངས་སྒྲགས་ནི་བསྐྱོམ་  
པའི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་སྒྲོ་མཐའ་ཡས་པ་སྐྱབ་པའི་གཟུངས་  
ལས། གཟུངས་འདི་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་འདུས་  
བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྟོགས་པར་ཡང་མི་བྱེད། ལེན་པར་ཡང་  
མི་བྱེད། གནས་པར་ཡང་མི་བྱེད། མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱེད། ཐ་སྙད་  
འདོགས་པར་ཡང་མི་བྱེད། སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་འབའ་ཞིག་སྒྲོམ་  
པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་དང་། ། །

དབུ་མའི་སྙིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ། བམ་པོ་བརྩ་  
བྱུག་པ།

དེ་བཞིན་དུ་སྐྱའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། སྐྱའི་  
རྒྱལ་པོ་གང་ཡང་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་བྱད་པ་སྟེ། འདི་ནི་མི་བྱད་པའི་  
བ་མ་རྟོག་ཅེས་བྱ་བའི་གཟུངས་ཡིན་ནོ། །སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་།  
ཡེ་ཤེས་དང་། ཤེས་རབ་དང་། སྒྲོབས་པ་བཞི་ཡང་མི་བྱད་པར་རྗེས་སུ་  
འབྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་། རོམས་པ་  
མེད་པའི་བརྩོན་འགྲུས་འབར་བ་དང་། མཐར་ཐུག་པ་མེད་པ་དང་། མཐོང་

བ་མེད་པ་དང་། རྟོན་པ་མེད་པ་དང་། དམོད་པ་མེད་པ་དང་། འཇིགས་པ་  
 མེད་པ་བཞི་པོ་རྣམས་དང་། སྒྲིང་པོ་དང་། དེས་པར་འབྲེལ་པ་དང་། སྒྲིང་བ་  
 དང་། སྟོབས་ཀྱི་གཏེར་བཞི་འབྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གང་ཡི་གའི་ལྷགས་  
 དང་། མིང་དང་། བཟང་དང་། ཆོས་ཀྱི་བཟང་འཇིགས་སུ་འཇུག་པ་དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་མི་ཟད་པའི་བ་མ་རྟོག་གི་གཟུངས་འདིའི་རྒྱུ་ལྷགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་ཤེས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་གདོད་མ་ནས་  
 དག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུངས་སྒྲགས་འདི་  
 ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ཡི་གེ་ཁོ་ན་ལས་བྱང་ཆུབ་ཆོལ་  
 བར་བྱེད། རྒྱུ་ལྷགས་པར་བྱེད་དེ། ཡི་གེ་ནི་སྟོབས་སོ། །དགོད་པ་ནི་  
 ལྷགས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་འཇུག་པའི་མགོ་བོ་བལྟ་བ་ནི་དབྱལ་བའོ། །ཤེས་  
 རབ་ནི་མིག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྒྲོམ་པའི་རྩ་བ་ནི་ཤེས་རབ་  
 ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་གཏི་ལྷག་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །རྩ་བ་  
 མེད་ན་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྩ་བ་དང་འགལ་  
 བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྩ་བ་དང་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱིར་ཁོ་ལ་བའི་རྟོག་གས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ལ་གཞོད་པ་ཉིད་དེ། གཟུངས་སྒྲགས་ཀྱིས་ནི་སྤྲིག་པ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམ་པའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེའི་རྩ་བ་དང་འགལ་  
 བར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་མི་སྤྲུག་པ་ལ་སོགས་པ་བསྒྲོམ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་གསང་སྒྲགས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསང་བ་སྟོན་པར་

བྱེད་པའི་སྐས་པའི་ཡི་གེ་སྒྲུར་བ་དང་བོས་བསྐྱོམ་པ་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུག་པ་རྒྱུད་  
 ལ་གནས་པས་རི་ལྟར་འདོད་པའི་བསམ་པ་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པར་རུས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། མཐུ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་  
 བཞིན་ནོ། །རིག་སྒྲགས་ཀྱང་པལ་ཆེར་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་དང་། འཕགས་  
 པའི་བདེན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་  
 དང་དོན་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་བྱད་པར་བྱེད་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 རི་ལྟར་ལ་མ་ཡལ་ལ་མ་ཡལ། དཔྱེ་ཤྱེ་ལྷུ་རྩ་ང་། ལྷ་ཤི་ཏེ་མ་ཏེ་མ་རྩ་སྒྲིབ།  
 སྐྱུ་སྐྱུ་སྐྱུ་ལྷ་ལྷ། ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ལས་  
 བྱང་བ་ནི་ཏུ་རེ། དང་པོའི་ཆོས་ལས་བྱང་བ་ནི་ཏུ་རྩ་རེ། བརྗོད་དུ་མེད་པའི་  
 ཆོས་ལས་བྱང་བ་ནི་ཏུ་རེ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ནི་མདོན་པར་རྟོགས་པ་གསལ་  
 བར་བྱེད་པ་སྟེ། བདག་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པས་གཞན་དག་གི་  
 རིག་པ་ཡང་བསྐྱེད་པར་རུས་པ་ཡིན་ན་དེ་བསྟེན་པར་གྱུར་ན་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིག་  
 པ་བཞི་དང་བཅས་པ་ཞི་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེའི་རུས་པ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་  
 བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །རིག་པའི་ཆོག་གང་དག་གི་དོན་རྟོགས་  
 པར་མ་གྱུར་པ་ནི་དེ་དག་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྐད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། ལྟ་དང་། ལྟ་དང་། གཞོད་སྒྲིན་ལ་སོགས་པའི་སྐད་ཀྱིས་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཉིད་སྟོན་པར་མི་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དམ་ཆོག་  
 རིག་པ་དང་། གཟུངས་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིད་ཡུལ་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 རི་སྐད་དུ་གསང་བ་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་མདོ་ལས། གང་འདི་ན་སྐྱུག་བསྐྱུལ་དང་།

ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་ཆེན་  
 བཞིའི་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཨེ་ནེ་དང་། མེ་ནེ་དང་། དམ་པོ་དང་། ད་  
 དམ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་བརྗོད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བས་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 རོན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བདོ་བས་  
 འཁྲིགས་པ་ཅ་ཟུར་ལ་སོགས་པའི་རིག་པ་དག་དང་། སྒྲོལ་མ་ལ་སོགས་  
 པའི་དོན་དམ་པའི་རིག་པ་རྣམས་འདྲ་བ་ལྟ་གཤམ་ཡིན། དེས་ན་དཔེ་མ་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་མི་ལྡན་པའི་སྤྱིར་དོ། །འདི་སྐད་  
 བརྗོད་པར་ཡང་རྒྱས་ཏེ། གཟུངས་སྒྲགས་དང་། གསང་སྒྲགས་དང་། རིག་  
 སྒྲགས་རྣམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མན་ངག་བཞིན་དུ་ངག་རྟུ་བརྗོད་པ་  
 དང་། བསམས་པ་དང་། བསྒྲོམས་པས་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་ཞི་བར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མདོ་སྡེ་ལ་  
 སོགས་པའི་གསུང་རབ་བཞིན་ནོ། །སྒྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡང་རྩ་བ་ནས་  
 འབྱེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། ལས་རྣམས་  
 བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་ཡང་ནི། །ཆུད་མི་བ་བའང་ཞེས་བྱ་བའི་བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་  
 ཡང་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གང་གི་སྤྱོད་གཉིས་པས་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་  
 སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་ཤེ་ན། སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་དང་། གཉེན་པོའི་  
 རྩོགས་རྟེན་པ་དང་། སྒྲིག་པ་བཤའགས་པ་དང་། རྟེན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རབ་རྟུ་  
 འཛོལ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། བྱམས་པ་ཆོས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་ནི་སྒྲིག་པ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ཡང་

ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར་ཏེ། བཞི་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་པར་སྐྱོན་  
 འབྱེན་པ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པ་ནི། མི་དགོ་བའི་ལས་གང་བྱས་པ་དེ་ལ་འགྱོད་པ་  
 རབ་ཏུ་མང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པ་ནི་དགོ་བའི་ལས་གང་  
 བྱས་པ་དེ་དག་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་དགོ་བའི་ལས་ལ་སྦྱོར་བའོ། །ཕྱིར་མི་  
 སྟོག་པའི་སྟོབས་ནི་སྟོམ་པ་སྒྲངས་པས་མི་བྱེད་པའི་སྟོམ་པ་ཐོབ་པའོ། །རྟེན་  
 གྱི་སྟོབས་གྱིས་ནི་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དགོ་འདུན་ལ་སྦྱོབས་སུ་  
 འགྲོ་ཞིང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་མི་འདོར་བ་སྟེ། ཆོས་བཞི་པོ་འདི་རྣམས་དང་  
 ལྷན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ནི་སྟོག་པ་སྟོག་མ་མ་ལུས་པར་བྲལ་བར་  
 འགྱུར་ཞིང་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ལས་གྱི་  
 སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་མདོ་ལས། ཆོགས་དང་དུས་ནི་རྟེན་གྱུར་ནས། །  
 ཞེས་བྲ་བ་ནི་རི་ལྟར་ས་བོན་མཐུ་མ་ཉམས་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་ས་དང་། ཆུ་  
 དང་། མེ་དང་། རླུང་དང་། རྣམ་མཁའི་རྒྱུ་རྣམས་ཆོགས་ན་དུས་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་སྦྱ་གྲུ་མདོན་པར་སྦྱབ་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱུན་ཉེ་བར་གནས་སུ་བེན་  
 གྲང་ས་བོན་ཆོག་གམ་རུལ་ལམ་སྒྲད་པ་ལས་གྲང་མ་ཡིན་ལ། རྒྱུན་གང་  
 ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་ཆང་བ་ན་སྦྱ་གྲུ་མདོན་པར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བའི་ལས་མཐུ་མ་ཉམས་པ་དང་།  
 ཕན་པ་བྱེད་པ་དང་། གཞོད་པ་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་འགྲོ་བ་དང་། ཡུལ་  
 དང་། ལུས་གྱི་རྒྱུན་རྟེན་ནས་མཐོང་བའི་ཆོས་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་  
 དང་། སྦྱོས་ནས་སྦྱོང་བར་ངེས་པའི་དུས་ཐོབ་པར་གྱུར་ན་གང་ཡང་རུང་བ་

ཞིག་གི་འབྲས་བུ་མངོན་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཀྱི། གང་གི་ཆེ་དགོ་བ་ཡང་ལྟ་  
 བ་ལོག་པ་དང་། གཞོད་སེམས་ཀྱིས་ཉམས་པར་གྱུར་པའམ་མི་དགོ་བ་ཡང་  
 དམོད་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་། འཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོས་སྟོབས་  
 ཉམས་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ནི་རྒྱུ་ཆོག་གས་པ་ཡོད་དུ་བྱེད་ཀྱང་དགོ་བ་དང་།  
 མི་དགོ་བའི་ས་བོན་གྱི་རྒྱས་པ་ཉམས་པ་གང་ལས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར། རྒྱུ་ཆོག་གས་པ་མེད་པས་དུས་གང་གཞན་དུ་གྱུར་ན། ཇི་  
 ལྟར་ན་རྩ་བ་ནས་ཤིན་ཏུ་འབྱེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་  
 འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེའི་སྤྱོད་བར་ངེས་པའི་སྒྲིག་པ་ཡང་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་  
 སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་། གང་ཡང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་  
 བའི་ལས་རྣམས་དེ། །འདིར་ནི་མགོ་བོ་ཆ་བ་ཅ་མ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་ཀྱང་  
 འབྱུང་རོ། །གལ་ཏེ་མགོ་བོ་ཆ་བ་ཅ་མ་དུ་འགྱུར་བའི་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་རྩ་བ་  
 རྣམས་སྤྱང་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲིག་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ལུས་  
 བར་རྫོགས་པ་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་ལས་  
 གང་དག་གིས་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་ཅེས་ཡང་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་མ་  
 གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་རྩ་བ་ནས་སྤྱང་བ་ཇི་ལྟར་མ་ཡིན། མགོ་བོ་ཆ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འདི་ལ་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་ཡེ་མེད་པར་འབྱུང་བ་ཡང་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་བྱང་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། ཅིའི་སྤྱིར་སྒྲོན་གྱི་  
 ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ་ཞེས་བསྟན་ཞེ་ན། དཔྱུས་ལོང་  
 དང་། མིག་གཅིག་པ་དང་། ཞ་བོ་དང་། ཐེང་པོ་དང་། སྤྱགས་པ་དང་།



འོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱུད་འབྲས་བྱ་ཉེ་བར་ལོངས་  
 གྱུར་པ་ལས་དགོངས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྤྲོན་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ནི་ཡོངས་  
 སུ་ཟད་པར་རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུར་གྱུར་པའི་སེམས་པས་མངོན་  
 པར་འདུས་བྱས་པ་ནི་སེམས་པའི་བྱད་པར་གཞན་ཐོབ་པ་ན་ཡོངས་སུ་ཟད་  
 པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་སོར་མའི་སྤེང་བ་དང་། མ་སྦྱེས་དབྱ་དང་།  
 སྤྲ་ཀ་དང་། བག་གསོད་པ་དང་། བྱ་ངན་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་བརྟེན་  
 པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མ་སྦྱེས་དབྱ་དང་། མ་གསོད་པ་དག་ལ་དགོ་བའི་  
 སེམས་པ་གཞན་སྦྱེས་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་ལས་ཟད་པར་མ་གྱུར་ནས་  
 མནར་མེད་པ་དག་ཏུ་སྦྱེས་ཤིང་། དེའི་ལས་དང་འབྲས་བྱ་ཡིད་ཆེས་པ་  
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་མནར་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་སྦྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། ལས་  
 རྣམས་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་མ་ཟད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དར་གྱི་ཕོ་ལོང་བརྒྱབས་  
 པ་ལས་འཕར་བ་བཞིན་དུ་དེར་སྦྱེས་ཤིང་ཐར་པ་ཡིན་ལ། དཔྱལ་བའི་མའི་  
 སྤེང་བ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་རྩ་བ་  
 རྣམ་འབྱེན་པར་ཡང་གྲུབ་ལ། ལས་ལ་འབྲས་བྱ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རིག་པ་རྣམས་འདི་སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། གཉེན་པོ་ཐོབ་པར་  
 གྱུར་ན་ནི་ལས་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྩ་བ་རྣམས་འབྱེན་གྱི། གཉེན་པོས་ཟིལ་གྱིས་  
 མ་མནན་པ་ནི་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ་སྟུང་སྟེ། ཇི་ལྟར་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
 དང་མི་ལྷན་པ་ལ་ནི་སྤྲིག་པ་རྒྱུད་དུ་ཡང་རྣམ་པར་སྤྲོན་པར་འགྱུར་བ་མཐོང་།

སྟེ། མཛོང་གལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། ། དགོ་བའི་རྩ་བ་ཆེན་པོ་བསམགས་སྤྱི་བཞིན་ན་ཡང་ཡིད་གྱི་ཉེས་པས་ཐལ་བ་བཞིན་དུ་བྱེད་དེ། རི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཞལ་ཏེ་བྱེད་པའི་དགོ་སྒྲོང་བཞིན་ནོ། ། དེས་ནི་སྒྲོན་དབྱ་བཙམ་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱི་བསྟན་བཀྱར་དང་པོར་བྱས་པ་ལས་སྤྱིས་འདོད་པ་མི་བཟད་པས་བེལ་གྱིས་མནན་ཏེ། ཚོགས་གྱི་དཀོར་བརྒྱས་ཤིང་སྤང་བར་གྱུར་པའི་ཡིད་གྱིས་ཁྲོས་པའི་ཚིག་དག་གིས་གྲང་གཤེས་ཏེ། དེ་ལས་དེས་མི་གཙང་བ་བྱ་བའི་སྤྱིན་བྱ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པར་དཀའ་བའི་གནས་སྤྱི་སྤྱིས་ཤིང་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མ་ལུས་པར་གྱུར་ཏེ། རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལས་གྲང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྟོབས་དང་ལྟན་པ་རྣམས་གྱིས་ནི་མི་དགོ་བའི་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཟད་པར་བྱེད་ཅིང་། དགོ་བའི་རྩ་བ་ཆུང་དུ་ཐོབ་པ་ཡང་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མདོ་སྡེ་ལས་གྲང་རི་རྒྱུད་དུ། དགོ་སྒྲོང་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྱིས་བྱ་ཞིག་གིས་ཆུ་ཅུང་དུ་ཞིག་ཏུ་ལན་མྱ་སྤང་གཅིག་སྤྱུགས་ན་དེ་ནི་བརྟུང་དུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ནས་སྤྱིས་བྱ་གཞན་ཞིག་གིས་ཆུ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་ལན་མྱ་སྤང་གཅིག་སྤྱུགས་ན་དེ་ནི་ཤེས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ན་ཡང་དེ་བརྟུང་དུ་མི་རུང་བར་གལ་འགྱུར། དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དགོ་སྒྲོང་དག་ཆུ་ཤིན་ཏུ་མང་པོའི་སྤྱིར་རོ། ། དགོ་སྒྲོང་དག་དེ་བཞིན་དུ་གང་འདི་ལྟར་སྤྱིས་བྱ་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་སྤྱིག་པའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་དག་དེ་ཉིད་

རྒྱུགས་གཉིས་པོ་འདི་ལ་གནས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། རྒྱུ་  
 ཆེན་ནང་དུ་ཚུ་ནི་སྤང་གཅིག་སྒྲུགས། །རི་ལྷར་ཆུ་དེ་བཏུང་དུ་མི་འདོད་  
 མིན། །ཁྱོར་གང་ཆུ་ལ་ཚུ་ནི་སྤང་གཅིག་སྒྲུགས། །ཁྱོར་གང་ཆུ་དེ་བཏུང་དུ་  
 འདོད་མི་འགྱུར། །དེ་བཞིན་གང་གིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་བསགས། །མི་  
 དེ་སྒྲིག་པའི་དུག་ནི་ཆུང་གྱུར་པས། །གང་ཕྱིར་ངན་འགོ་དག་ཏུ་འབྲིང་མི་  
 ཉུས། །སྒྲོ་དེ་ནས་ནི་འབྲས་བུ་འགའ་ཞིག་ཡིན། །གང་དག་བསོད་ནམས་  
 ཆུང་དུ་མ་བསགས་ཤིང་། །མི་དགོ་མང་དུ་ཡང་ཡང་བསགས་པའི་མི། །ཐེ་  
 ཆོམ་མེད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བས་གྱང་། །ཉོན་མོངས་དེ་ནི་འོག་ཏུ་འབྲིང་པར་  
 བྱེད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། མི་འཕྲོད་པའི་བས་ཆུང་བད་ཅིག་ཐོས་པ་བཞིན་  
 དུ་འོ་ཞེས་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྷར་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གྱང་ལས་  
 ཐམས་ཅད་བད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པའི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སེང་ལྷེད་གི་ཆལ་པས་བྱུག་པ་དང་། མངོས་མ་  
 བསད་པ་དང་། དེགས་མས་སྐྱར་པ་བཏབ་པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་རི་ལྷར་  
 བཀྱས་པ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་གཤེགས་པ་དང་། ལྷ་བ་གསུམ་དུ་ནས་ཀྱིས་ཆོས་  
 ཉོན་མཛད་པ་དང་། བ་ར་དུ་ཇ་ཁྲོས་པས་ངན་དུ་སྦྱ་བ་དང་། བསྐྱུང་བར་  
 གྱུར་པ་དང་། ལྷ་སྦྱིན་ཀྱིས་རྫོའི་སྒྲོགས་འཕངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་ཆ་མངའ་བར་གྱུར་པ་རི་ལྷ་བུ་ཞེ་ན། འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
 ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པས་སེམས་ཅན་གདུལ་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱན་པ་  
 ཡིན་གྱི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ནི་སྦྱིན་ལས་ཀྱི་ཆ་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་ཡང་མི་མངའ་

སྟེ། རི་ལྟར་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
ལེ་བྱ་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་  
བཅུ་བརྟན་པ་འདི་དག་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་ལྗེས་དགོངས་ཀྱི་བཀའ་  
ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་སྐབས་མེད་དེ། རི་  
སྒྲིང་སྒྲིའི་ཅེ་མོས་གཟུགས་པའི་ཆོད་ཀྱིས་བརྟན་པ་ཅ་མ་གྱིས་མི་དགོ་བའི་  
ཅ་བ་དང་ལྟན་པར་གྱུར་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཞིང་  
བྱང་དུ་འདུག་པ་ནི་གནས་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། དགོ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
དང་ལྟན་པར་གྱུར་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མི་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་  
པར་གྱུར་པ། བག་ཆགས་ཀྱི་མཆམས་སྒྲོར་བ་དང་བཅས་པ་ཡང་སྤངས་  
པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་སྒྲོན་ལྟ་འབྱུང་བར་གཤེགས་  
འབྱུང་། འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་པལ་ཆེར་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཆུད་  
གསོན་པ་དང་། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དེ་རྣམས་ལ་  
ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བརྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
སྒྲིན་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བརྟན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ལ་ཡང་རེ་ཞིག་  
ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་འབྱུང་ན། བྱིད་རྣམས་ལ་ལྟ་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
པ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འབྱུང་ཞེས་བརྟན་པ་ཡིན་ཀྱི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་  
ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ནི་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་མི་མངའ་སྟེ། འདི་ལྟར་ལེགས་པར་  
བསྐྱབས་པའི་སྒྲིན་པ་བདག་ཉིད་ལ་ནད་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་ན་བ་ལྟར་བརྟན་  
ནས་སྒྲིན་ཁ་བ་དང་ཆ་བ་དག་བརྟན་པར་བྱས་པས་དེའི་རྗེས་སུ་སྒྲིབ་པའི་

ནད་པ་དག་ཡོངས་སུ་སོས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 སྒྲོན་པའི་རྒྱལ་པོ་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་མཛད་པས་ཀྱང་སྒྲིབ་པ་མི་  
 མངའ་ན་ཡང་ངའི་ལས་འདིའི་རྣམ་པར་སྒྲོན་པ་ནི་འདིའོ་ཞེས་སྒྲོན་ལས་སྒྲོན་  
 པར་མཛད་དེ། རི་ལྷར་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལས་ཀྱིས་འཇིགས་ཤིང་སྒྲུག་  
 པར་གྱུར་ན། ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར།  
 །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་  
 བ་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་གཏི་ཐུག་མེད་པ་  
 ལ་སོགས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གཞན་དག་མཆོམས་  
 མེད་པ་བྱེད་པ་ལ་མདོན་པར་སྒྲོགས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ནི་ལས་དེས་ཡུན་རིང་  
 དུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་བར་འགྱུར་རོ་སྒྲུལ་ནས་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་གིས་དེ་གསོད་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་བདག་ཉིད་དཔྱལ་བར་སྒྲེ་བར་ངེས་པར་ཤེས་ཀྱང་དེ་བསྐྱབ་པའི་  
 ཕྱིར་དགོ་བཤམ། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་སེམས་ལ་གནས་པར་བྱས་ནས་  
 གསོད་པར་བྱེད་དེ། བདག་ཉིད་དཔྱལ་བར་སྒྲེ་བ་ནི་འདོད་ཀྱི། འདི་སྒྲུག་  
 བསྐྱལ་ཆེན་པོ་དང་ཡུན་རིང་དུ་ལྡན་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་  
 དགོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བ་ཉིད་ནི་དགོ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་  
 ཕྱིར་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བའི་སྒྲོག་གཙོན་  
 པ་ཡང་སྤྲད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་གཤེ་བ་དང་། མཛའ་བ་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་བཀག་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་

འཆར་ཀ་དང་གི་མ་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས་གཤེ་བ་མ་བཀག་སྟེ། ཇི་  
 སྐད་དུ་སྒྲིངས་པ་ལྟ་སྒྲིན་ཞེས་བྲ་བ་དང་། བདུད་སྒྲིག་ཅན་དེ་ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །ཡང་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་གིས་བྲང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོག་གཅོད་པ་  
 བྱི་སྐད་པར་བྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེ་སྐད་གི་བསམ་པས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པའི་ཆོག་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་སྒྲི་  
 བར་བྱས་སོ། །རིན་ཆེན་རྟོག་དང་ཟླ་བའི་སྒྲོན་མ་ལ་སོགས་པའི་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་མང་པོ་ལས་ཀྱང་སྒྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡང་རྩ་བ་ནས་  
 འབྱེན་པར་བསྟན་ལ། སྟེ་པ་གཞན་དག་གི་མདོ་ལས་ཀྱང་སྟེ་མའི་དུས་ན་  
 དགོ་སྟོང་རྣམས་བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བུས་འདིར་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 བསྟམས་པར་འགྱུར་རོ། །འདིར་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མདོན་པར་བྲང་  
 ཆུབ་པའོ། །འདིར་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་  
 བར་གྱུར་པའོ། །འདིར་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡོངས་སུ་སྤྲུངན་ལས་  
 འདས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་མཆོད་རྟེན་རྣམས་ལ་བྲག་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་བར་འགྱུར་  
 བ་དེ་དག་ནི་བར་མ་དོར་དུས་བྲས་པར་གྱུར་ན་ཡང་ཁུར་སྟེ་བ་བོར་བ་  
 བཞིན་དུ་བདེ་འགོ་མཐོ་རིས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྒྲི་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། སྟིད་པ་ཐ་མ་པ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་མཆོམས་མེད་པ་བྲས་པ་  
 ཡང་བསལ་ཞིང་བོར་བ་མེད་དོ། །གཞན་ཡང་བྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་འདུལ་བ་  
 ལས་སྤྱང་བ་ལས་སྤྱང་བར་བསྟན་པ་དག་དང་ཡང་འགལ་ཏེ། དེ་ལས་ནི་  
 གང་ཟག་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་སྤྱང་བ་མེད་པར་དུས་བྲས་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་



ལྷུང་བ་ཡེ་མི་འབྱེན་པ་དང་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་རྣམས་ཆོས་རིམ་ལྷུང་བ་བཞིན་དུ་  
 འཆགས་པར་བྱེད་པའི་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རིགས་པ་ཡང་ཡོད་དེ།  
 གང་དང་གང་ཅུང་ཟད་ཟད་པར་འགྱུར་བ་དེ་དང་དེ་ནི་རིམ་གྲིས་ཤིན་དུ་ཟད་  
 པར་འགྱུར་བ་མཐོང་སྟེ། སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ཐབས་རྟེན་པར་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་ཆུའི་ནང་དུ་བཞག་པའི་ལན་ཚུ་བཞིན་དུ་འཇམ། མེའི་ནང་དུ་  
 བཞག་པའི་མར་སར་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་དེ་ལྷུང་བས་ན་གང་ཐབས་ཤེས་  
 པར་གྱུར་བ་དེས་ནི་བསྐྱལ་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་སྟོང་དུ་བསགས་པར་གྱུར་  
 པའི་སྒྲིག་པ་ཡང་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་ཟད་པར་བྱེད་དེ། གཉེན་པོའི་སྟོགས་  
 སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། ལེགས་པར་རབ་དུ་འབར་བའི་མར་མེ་བྱུང་མ་  
 ཐག་དུ་ཤིན་དུ་ཐུན་ནག་དུ་གྱུར་པའི་གནས་ཀྱི་ཐུན་པའི་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་  
 འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཐབས་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ཡང་ཤིན་དུ་ཟད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། མཆན་མི་ཉི་མའི་སྤང་བ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གང་དང་  
 གང་ཉིན་རེ་ཞིང་སོགས་པ་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་  
 ཡིན་གྱི་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྷར་སྤང་ཅི་བྱེད་པའི་སྤང་མའི་སྤང་ཅི་  
 བཞིན་དུ་འཇམ། ཡར་གྱི་ངོའི་ལྷ་བའི་གཟུགས་བཞིན་ཏེ། ལས་གྲིས་ཉམས་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཡང་རྒྱ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་གྱི། རོ་  
 བོ་ཉིད་གྲིས་བྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷུང་བས་ན་སྒྲིག་པ་ཤིན་དུ་མི་བཟད་པ་  
 བྱས་པ་ཡང་བདག་ཉིད་གྲིས་འགྱོད་ཅིང་དམད་པ་དང་། བཤགས་ཤིང་  
 བསྐྱགས་པ་དང་། ཕྱིན་ཆད་བསྐྱམས་པ་བྱས་པས་བསྐྱབས་པར་འགྱུར་ཞིང་

ཅ་བ་ནས་འབྲིན་པར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ཤིན་ཏུ་  
 རྒྱས་པ་ཡང་གཞན་ཉིད་སྟོན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་  
 ཞུགས་པའི་མིང་གིས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལྷག་པར་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་  
 གཞན་ཞིག་འདོད་ན་ནི་མིང་ཙམ་དུ་འདོད་ལ་རག་གོ། །བདག་ཅག་ནི་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་མ་ལུས་པ་རྣམས་ནི་གཞུང་དང་དོན་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་  
 སྤྱིར་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གྲུང་  
 འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའོ། །འདི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་དབྱེ་བ་མཛད་  
 པ་ནི་མི་མངའ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་ཡིད་རབ་དུ་སྤང་བར་གྱུར་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་གང་སྤྲོ་བ་དེ་ནི་ཁོ་  
 བོ་ཅག་ལ་ཆད་མར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི་ནི་ཤིན་  
 ཏུ་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་འོད་སྤངས་  
 ལ་རྒྱལ་པོ་གྱི་གྲྲིས་མི་ལམ་གསོལ་བ་ན། བཀའ་སྩལ་བ། སྦྱིད་གྲུའི་ཆེ་ལོ་  
 བརྒྱ་ཐུབ་པ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྷན་ཐུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བ་དེའི་  
 བསྟན་པ་ལ་སྡེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་གྲུས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་དབྱེ་  
 བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མ་བསྟན་ཏོ་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་ངེས་པར་ཟབ་ཅིང་  
 རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་མོས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་དང་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་སྡེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་ཐུན་མོང་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ།

གཙུག་ལག་གི་གསུང་རབ་རྣམས་ལས་སྒྲེ་བ་དང་། ན་ཆོད་དང་། མདོག་  
 དང་། ཡུལ་དང་། ཏུས་ཐ་དད་པ་མེད་པར་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། ། ཡང་ན་  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། རང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དབྱེ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ལ། བསྟན་པ་ཐ་དད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་ཤུག་ཐུབ་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ལ་ནི་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ལོག་པར་དད་སེལ་ལ་སོགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཐ་དད་ཏུ་དབྱེ་བ་མཛད་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པས་  
 འོད་སྤངས་ཀྱིས་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གསུང་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་  
 ལས་འདས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་རང་ལ་གསུངས་  
 པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཞེན་ཅིང་། དེ་ཆེད་ཏུ་བྱེད་པའི་སྤྱད་པ་པོས་རི་ལྟར་དབང་བ་  
 བཞིན་ཏུ་ཡང་དག་པར་བསྟུས་པ་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་ནི་སྒོད་ཏུ་  
 གྱུར་པ་སུ་ཡང་མེད་པས་གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྟུས་ཏེ། བདེ་བར་གཤེགས་  
 པ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བའི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྟུས་  
 བས་སྒྲུའི་འཇིག་རྟེན་དང་ལྟ་ལ་སོགས་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ལས་དེའི་  
 སྒོད་ཏུ་གྱུར་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལྷང་བསྟན་པ་འཕགས་པ་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་  
 དེ་དག་ནས་བསྟུས་ནས་མིའི་འཇིག་རྟེན་ཏུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་མཛད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་སྒོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་

དེའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རིང་དུ་སྒྲིང་བར་བྱེད་ཅིང་སྐྱོན་འབྱེན་པ་ནི་རིགས་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོས་དཔྱེད་པར་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་རིགས་པ་དང་རིགས་པས་  
 དེ་བརྟག་པར་གྱིས་ཤིག །ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་པས་ཆོག་གོ །སྐྱབས་སུ་བབ་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ཐོབ་པའི་ལམ། །ཡང་དག་  
 ལྟ་བ་སྒྲོན་འགྲོ་བ། །གང་ཕྱིར་ཐེག་ཆེན་ལས་གསུངས་པ། །དེ་ཕྱིར་གཏན་  
 ཆེགས་མ་གྲུབ་ཉིད། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྒྲོན་སྒྲོད་དང་། སྒྲོ་གྲོས་མི་ཟད་པ་དང་། སྒྲོ་གྲོས་རྒྱ་མཆོ་དང་།  
 རྣམ་མཁའ་མངོན་དང་། གཟུངས་ཀྱི་དབང་ལྷག་རྒྱལ་པོ་དང་། གཙུག་ན་  
 རིན་ཆེན་དང་། རྒྱ་མཆོས་ཁྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྒྲེ་  
 བལ་ཆེ་བ་ལས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་ལམ་འདི་དག་ཉིད་ཡང་  
 དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་བསྐྱོན་གྱི། ལམ་གཞན་ཉིད་བསྐྱོན་  
 པ་ནི་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་ལམ་གཞན་ཉིད་ཉེ་བར་སྒྲོན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་  
 གཏན་ཆེགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདིར་གང་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་  
 འབབ་སྟེགས་སུ་ཁྱེས་བྱས་པ་དང་། སྒྲུང་བར་གནས་པ་ལ་སོགས་པའམ།  
 གཞན་བསྐྱོན་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བདེན་ཏེ་གང་གྲུ་དང་། སི་རྒྱུ་དང་། བུ་  
 དང་། ཤྱི་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་ཆུ་བོ་བཞི་རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་བཀྲུས་པ་དང་། འཕྱངས་  
 པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་བཞུགས་པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་གནས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོན་ལམ་ཀྱི་དབང་གིས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་  
 ལ་སྟེག་པ་ལ་སོགས་པ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།

འདི་ལྟར་མ་རྩོས་པའི་མདོ་ལས། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་མ་རྩོས་པས་ལས་དང་སྐྱེ་བ་  
 ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས། བ་ན་ས་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོ་ལྷ་ཆེན་  
 པོའི་ནང་དུ་སྐྱེ་བ་སྤངས་པར་གྱུར་ཏེ། དེའི་སྒྲོན་ལམ་ནི་གང་སྟོག་ཆགས་  
 གང་དང་གང་དག་གིས་བདག་གི་མཆོ་ལྷ་འདི་ལས་འབབ་པར་གྱུར་པའི་ཆུ་  
 ལྷང་རྣམས་ལ་ཁྱུས་བྱས་པ་དང་། འཕྱངས་པ་དང་། ཟུགས་ནས་གནས་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་ལ། དེ་དག་ཉིད་དེ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་  
 ལ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིམ་གྱིས་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་  
 འགོད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་པས། དེ་དག་ཉིད་དག་བའི་  
 བ་ཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་  
 འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རིག་སྤྲུགས་སྟོན་  
 པའི་ལུས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ནས། རིག་སྤྲུགས་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་  
 ལྟར་དེ་ལམ་གཞན་ཡིན། དེས་ན་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་གྱུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 སྒྲོན་བརྒྱུག་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ནི་བདེན་ན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོར་ལམ་དེ་དག་ཉིད་བསྟན་ཀྱང་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤུག་བསྐྱེལ་  
 ཤེས་པས་སྤྱང་ན་ལས་མི་འདའ་བས། སྤུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་  
 པ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ནི་  
 དང་པོར་ཁྱོད་གྱིས་སྒྲོན་པའི་བཀའ་འདི་བསྟན་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་  
 གང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞིའི་མཉམ་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམ་པར་

བྱང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའོ། །ཡང་མཉམ་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རོ་གཅིག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་ཉིད་དབྱུང་པ་ནི་  
 འདི་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིེ་བ་བཀག་བསྟན་པས། །མ་སྒྲིེས་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 ཡིན་མི་འདོད། །སྒྲིེས་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་ངོ་བོ་ན། །དེ་སྒྲིང་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་  
 ལེན། །བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་དང་། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྒྲིེ་བ་བཀག་  
 པས་མ་སྒྲིེས་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་རི་ལྟར་གཟུང་བར་བྱ། རྒྱ་དང་  
 རྒྱེན་ལས་ཀྱུན་དུ་བྱང་ཞིང་སྒྲིེས་པར་མཐོང་བའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་པོའི་རྣམ་པ་འདི་  
 དག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིང་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཅིའི་ཕྱིར་ངེས་པར་གཟུང་བར་མི་  
 བྱ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །ཡང་གཏུན་ཆིགས་དང་དཔེ་ནི།  
 འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་སྒྲིེ་མའམ། །ཟག་མེད་ཕྱང་པོ་རི་བཞིན་ནོ། །སྒྲིེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིང་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆིག་ལྟག་  
 མའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་དག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས། བྱིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདེན་  
 འདོད་པ། །ཡང་དག་ལྟ་བུའི་སྒྲིེས་འདོད་པ། །བསྐྱེད་པ་མེད་པ་ནི་བདེན་པ་  
 ཡིན་པར་རིགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅུང་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 འདི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་ཡིན་པས། འདི་ནི་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་ཉིད་ངོ་བོ་ཞེས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིེ་  
 གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡང་དག་ལྟ་བུའི་སྒྲིེ་ཡིན་ན། དེ་གང་གི་ཕྱིར་བསྐྱེད་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་པར་འདོད། གཞན་ཡང་། ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་



ཡིན། །སྒྲེ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་ཅི་ལྟར། །གང་སྒྲེས་པ་ན་བྲལ་བར་འདུན་  
 པ་འབྱུང་བའི་ཉམས་སྐྱེ་སྒྲོང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདི་མ་ཡིན་པ་ཉམས་སྐྱེ་སྒྲོང་  
 བ་གཞན་སྒྲེ་བ་དང་། སྐ་བ་དང་། ར་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། སྐྱ་དན་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན། མི་ཏྲག་ཕྱིར་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 བ། །རྒྱ་དང་ལམ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད། །གང་དང་གང་མི་ཏྲག་པ་དེ་དང་དེ་  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན་ན་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་ལམ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ་བར་འབྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་འགོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སྐྱེ་འབྱུར་རོ། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར་ཞེ་ན། །ཀྱན་  
 འབྱུང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་འབྱུར། །གང་གི་ཕྱིར་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉམས་སྐྱེ་སྒྲོང་བའི་རྒྱར་བྱུར་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་ལ་འབྲས་བྱ་ཉི་  
 བར་བཏགས་ནས་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན།  
 གང་དང་གང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉམས་སྐྱེ་སྒྲོང་བའི་རྒྱར་བྱུར་པ་དེ་དང་དེ་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། མ་རིག་པ་དང་། སྐྱེད་པ་དང་ལས་རྣམས་ལ་ཀྱན་  
 འབྱུང་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉམས་སྐྱེ་སྒྲོང་བའི་རྒྱར་བྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འབྱུར་བའོ། །དེ་ལྟར་བྱུར་ན་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 དང་། འགག་པ་དང་། ལམ་ཞེས་བྱ་བ་བདེན་པ་གསུམ་དུ་འབྱུར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་། སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་ནི་ཆོག་ཙམ་ཕྱིར། །དེ་ཤེས་ཅི་ལྟར་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་ཤེས། །བཏགས་པ་དང་ཆོག་ཙམ་དང་ཀྱན་རྫོབ་དང་ཉི་བར་བཏགས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཆོག་ཙམ་དུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཉིད་ནི་ཆོག་ཙམ་ཞེས་བྱ་

བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་  
 ཡིན་ཡང་། ཆིག་ཙམ་དུ་ཐ་སྐྱད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞེས་  
 རྫོང་པར་བྱེད་ན་ནི་གང་དང་གང་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཤེས་པ་དེ་  
 དང་དེ་ཡང་ཉེ་བར་བཏགས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་  
 བདེན་པ་ཉིད་དུ་ངེ་ལྟར་འབྱུང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པ་  
 ནི་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་ཆོད་མས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་དེ། །དེ་ཉིད་དུ་ན་བདེན་པ་མིན། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་  
 དུ་དེ་ཤེས་ཕྱིར། །ཕུག་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྟོ་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་ལོ་ཞེས་གང་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བ་དེ་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་བདེན་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་  
 དཔེར་ན་དཔྱུལ་བ་པའམ། གང་ག་ཡུལ་དུ་ཞུགས་པ་རྣམས་མདའ་དང་།  
 མདུང་དང་། རལ་གྱི་རྩོན་པོས་ཕུག་ཅིང་བཅད་པ་དང་། བསྐྱེན་པ་ལ་  
 སོགས་པས་བསྐྱད་པར་བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བའི་མི་མཐུན་པར་བྱུང་  
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའི་སྟོ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 གྱི་བདེན་པ་བཀག་ནས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་དགག་པ་བརྩམ་པར་བྱ་སྟེ།  
 རྒྱ་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཉིད་དུ། །མི་རིགས་ཀུན་འབྱུང་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །རལ་  
 གྱིས་གཤགས་སོགས་བཞིན་དུའམ། །སེམས་འབྱུང་ཡིན་ཕྱིར་ལམ་བཞིན་  
 ནོ། །མ་རིག་པ་དང་། སྤེད་པ་དང་། ལས་ཞེས་བྱ་བ་གང་རྣམས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 གྱི་རྒྱར་འདོད་པ་དེ་རྣམས་ནི་འདི་དག་ཀུན་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཀུན་འབྱུང་བ་

ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུར་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རལ་གྲིས་གཤམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུར་བ་  
 བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་ཀྱན་འབྱུང་ཡང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡི་ཡུལ་ཅན་གྱི། སྒྲོ་དེ་བརྟན་པ་  
 ཉིད་དུ་འདོད། །རྒྱ་སོགས་ནམ་པར་རྟོག་པའི་ཕྱིར། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡི་སྒྲོ་  
 ཅན་བཞིན། །གང་དང་གང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ཡིན་པ་དེ་  
 དང་དེ་ནི་ཡང་དག་པར་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་རལ་  
 གྲིས་གཤམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 རྟོག་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །ཀྱན་འབྱུང་བ་རབ་ཏུ་བཀག་ནས་འགོག་པའི་བདེན་  
 པ་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སྤྱེ་མེད་འགག་པ་ཡོད་མིན་ཏེ། །སྤྱར་སྤྱས་པ་ཡི་  
 དགག་པ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྱས་ཏེ། སྤྱར་བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་དུ་སྤྱེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་རེ་ཞིག་བཀག་པས་དེའི་ཕྱིར་མ་སྤྱེས་པ་ལ་འགག་པ་ཡང་མེད་  
 པར་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་ཡང་དག་པར་ནི་འགོག་པ་ཉིད་  
 གྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་དེ་བདེན་པའི་དོན་ཡིན་པར་སྤྱག་ལ་འགྱུར། དེ་སྤྱ་  
 བས་ན། སྤྱེས་པ་འགགས་ན་མ་སྤྱེས་ལ། །ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་མི་  
 རིགས། །སྤྱེས་པ་ཉིད་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འགག་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཀོང་  
 བྱ་དང་སྤྱུ་དང་སྤྱོད་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་པ་ལས་མར་མེ་འབྱུང་ལ།

རྒྱུན་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་ལས་འགོག་པར་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་མ་  
 མཁའི་མེ་ཏྲོག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པས་འགག་པ་ཡང་མེད་པ་  
 ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ན་མ་སྐྱེས་པ་ལ་འགག་པ་ཡོད་པར་ག་  
 ལ་འགྱུར། གཞན་ཡང་། གང་ཆེ་སྐྱེ་བས་དེ་མ་སྐྱེས། །འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 འགོག་ཡིན་པར། །མི་འདོད་དེ་ཆེ་མཁས་པ་བྱིད། །ཅི་ཞིག་བདེན་པར་  
 ཡོད་པ་སྟོས། །སྐྱེས་པར་གྱུར་པའི་དངོས་པོའི་འགག་པར་འགྱུར་བ་ལ་  
 འགག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ལ་འགག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པར་གྱུར་ན། གང་དེ་སྐྱེ་བ་ཉིད་དུ་མ་སྐྱེས་པར་  
 བདག་གིས་བསྐྱབས་ཟིན་པ་སྟེ། གྱེ་མཁས་པར་ང་རྒྱལ་བྱེད་པ་བྱིད་དེ་ལ་  
 ཅི་ཞིག་ཡང་དག་པར་བདེན་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེ་སྤྲད་གོས་སོ། །ཡང་ན་སྐྱེ་  
 བ་མེད་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་འགོག་པ་བྱིད་འདོད་ན་དེ་ལྟ་བུ་དེ་འགོགས་པར་  
 བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱེད་པ་བྱ་བ་ཉིད་དེ། མ་སྐྱེས་པ་ཡི་འགོག་པ་  
 ཡང་། །ཡང་དག་ཏུ་ན་འགོག་པ་མིན། །མ་སྐྱེས་པ་ཡི་འགོག་ཡིན་ཕྱིར། །  
 སོ་སོར་བརྟགས་མིན་འགོག་པ་བཞིན། །གང་འགོག་ལ་མི་འབྲལ་བ་དེ་ནི་  
 སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བདེན་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཛོན་དུ་མ་བྱས་ན་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་མའི་  
 འཛིགས་པས་འཛིག་པའི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འགོག་པ་ཡོད་པས་སོ། །  
 གང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་འགོག་པ་ཐོབ་པ་དེ་དག་ནི་སོ་  
 སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་སྟེ། དེས་ནི་འབྲལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཡང་

དག་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་རབ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གཉི་ག་ཡང་  
 སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་འགོག་པ་ཡིན་པར་བརྟགས་པ་དེ་ལ་ནི་སོ་སོར་  
 བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་བཞིན་དུ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་  
 ཡང་དོན་དམ་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འགོག་  
 པའི་བདེན་པ་བཀག་ནས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡང་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
 འགོག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །ཁྱོད་གྱི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་ལེན། །མ་སྐྱེས་  
 ལམ་ཡང་རི་ལྟར་ཡིན། །གང་གིས་ཅི་ཞིག་ཐོབ་པར་བྱེད། །འགོག་པ་ཐོབ་  
 པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་ལམ་ཡིན་པར་འདོད་ན་གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་བརྟག་པར་  
 བྱས་པ་ན་འགོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཅི་ཞིག་ཆོལ་  
 ཞིང་ཐོབ་པར་བྱེད་ན་ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་རྫོང་པར་བྱེད། ལམ་འདི་ཡང་  
 རང་གི་ངོ་བོར་མ་སྐྱེས་པས་མ་སྐྱེས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གང་གིས་མ་སྐྱེས་པའི་  
 འགོག་པའི་བདེན་པ་གང་ཞིག་འཐོབ་པར་འགྱུར། ཆོད་མས་ཀྱང་འདི་ལྟར་  
 བསྐྱབ་སྟེ། ལམ་གྱི་ངན་གྲོལ་ཐོབ་མིན་ཏེ། །འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་  
 བཞིན་ནམ། །འགོག་པ་ལ་ནི་དམིགས་པའི་ཕྱིར། །དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 འགོག་པ་བཞིན། །ངན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤང་བ་སྟེ། འདོད་པ་དང་། གཟུགས་  
 དང་། གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་སོ། །སྤངས་པའི་  
 ཕྱིར་ངན་གྲོལ་ཏེ་ཐར་བའོ། ། དེ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ནི་ལམ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགེ་བ་བརྩུ་ཞེས་བྱ་བ་མཐོ་རིས་གྱི་ལམ་བཞིན་  
 ནམ། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ་འདི་ནི་

འགོག་པ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་རྣམས་སོ་སོར་དགག་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར། སྤྱི་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ཕྱིར་རམ། །འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་དེ་བཞིན་  
 དུ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་མཐོང་བ་བརྟུན། །བརྟུན་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་  
 འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། གང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ།  
 གུན་འབྱུང་ཡང་གུན་འབྱུང་ཉིད་དུ། འགོག་པ་ཡང་འགོག་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་  
 བྱི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བྱི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེའི་ཆོས་བརྟུན་པ་ཉིད་བྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །  
 མི་རྟག་པ་དང་། བདག་མེད་པ་དང་། སྒྲིང་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ལ་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རམ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱིས་མངོན་པར་འདུས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་གཏན་ཆོག་སོ། །བརྟུན་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་  
 ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་ཡང་དག་རྟོག་པ་དང་། །རྩོལ་བ་སོགས་ཀྱང་བརྟུན་  
 ཉིད་ཕྱིར། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་དོན་དམ་དུ། །མི་བདེན་པར་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། །  
 ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
 འཆོ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལས་གྱི་མཐའ་དང་། ཡང་དག་པའི་བླན་པ་  
 དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ནི་གུན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་  
 དམ་པར་ནི་བརྟུན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ།  
 འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་



ན་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ནི་དེ་དོན་དམ་པར་བདེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་  
 པའོ། །དེ་ལྟར་ངི་ལྟར་བྱས་ན་ལམ་བདེན་པ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་ཡིན། །དེས་  
 ན་བསྐྱོམ་དེ་མི་རིགས་ལ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་མ་མཐོང་རིགས། །  
 མཐོང་བ་རྣམས་གྱི་མ་མཐོང་ག་ཟུགས། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་དེ་བཞིན་  
 གནས། །དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་བྱེད་ཀྱི་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པར་ལམ་  
 བསྐྱོམ་པ་ངི་ལྟ་བ་བསྟན་པ་དེ་བདག་གིས་བརྟག་པའི་རིམ་པ་འདིས་དེ་དག་  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་མཐོང་བ་མེད་པའི་བསྐྱོམ་པ་  
 ནི་རིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། མཐོང་བ་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པ་རྣམས་གྱི་འོ། །མ་མཐོང་  
 ག་ཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་ཐམས་ཅད་  
 དུ་སྟེ། དུས་ཀྱན་དུ་དེའི་རྣམ་པ་དེ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་གྱི་བསམ་པ་སྒྲངས་ནས་སྤྱོད་པ་མ་ཉེ་བར་འགོད་པར་བྱེད་པ་ནི།  
 གལ་ཏེ་སྒྲོ་ངན་འགའ་ཞིག་ནི། །བདེན་པ་མཐོང་བ་མི་འདོད་ཕྱིར། །སྒྲོད་ནི་  
 ཐར་པར་རིགས་མིན་ཏེ། །བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོ་བཞིན་ཞེ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་  
 ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་སྤང་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་པ་རྣམས་ནི་ཐར་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བདེན་པ་མཐོང་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བཞིན་ནོ། །ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་བ་གང་དག་མ་  
 བཏོད་པའི་བསམ་པས་དེ་སྐད་སྤྲ་བར་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ལན་བརྗོད་པར་བྱ་

བའི་ཕྱིར། སྐྱུག་བསྐྱལ་དེས་སྐྱུག་མ་སྐྱེས་ཕྱིར། །སུ་ཞིག་ཐར་པ་ག་ལ་  
འདོད། །གྲོལ་བའང་སྐྱུ་མ་བྱས་པ་བཞིན། །འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་བསྟན་པ་  
ཡིན། །སྐྱུ་བསྐྱལ་བའི་རིགས་པས་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། སྐྱུག་བསྐྱལ་དེས་སྐྱུག་བསྐྱལ་བར་གྱུར་པ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ལ་  
སུ་ཞིག་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་འཁོར་བ་ན་བསྐྱམས་པ་ཡོད་ནས། སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
ངེས་པར་འབྱུང་བ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་འདོད་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད། འོན་ཀྱང་  
རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་ལ་བརྟུན་པའི་བདག་ཉིད་མི་བདེན་པའི་ཀུན་དུ་  
རྟོག་པའི་འཆིང་བས་བཅིངས་པ་དག་སྐྱུ་མ་བྱས་པ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་བའི་  
དབང་གིས་གྲོལ་བར་བརྗོད་པར་བྱའི། དོན་དམ་པར་ནི་སུ་ཡང་བཅིངས་  
པའམ་ཐར་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡང་། སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་  
གང་དག་རྣམས། །གཏན་དུ་མ་མཐོང་གྲོལ་བར་འདོད། །དེ་ཕྱིར་དཔེ་ཡང་  
ཡོད་མིན་ལ། །དེ་བཞིན་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་ཉིད། །སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་རྣམ་པ་གང་གིས་ཀྱང་གཏན་དུ་མ་མཐོང་བ་ནི་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པ་འདི་ལ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཐོང་བ་  
མེད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅམ་མཐོང་བའི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་གང་སྤྱོད་པ་སྐྱུ་མར་སློབ་མའི་བྱང་ཆུབ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་ཉི་  
བར་བསྟན་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་བསློམ་པ་  
ལུལ་དུ་བྱུང་བས་བསྟན་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། དབང་པོ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་

ན་དབང་པོ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་བདག་ཅག་  
 ལ་སྒྲུས་པ་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ལམ་གྱི་བྱུང་པར་གཞན་བསྟན་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱང་འདི་ལྟར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན།  
 ཡང་དག་ལྟ་བ་སྟོན་འགྲོ་བའི། །ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ལམ་འདི་ཉིད། །ཐེག་  
 ཆེན་དུ་ཡང་ཉར་བསྟན་པས། །དེ་སྤྱིར་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་ཉིད། །ཡང་  
 དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱན་  
 རྒྱུ་ཏུ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་དུས་སུ་ནི་མཐོང་  
 བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེས་ན་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་འདིར་བསྒྲོམ་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། ཡང་ལམ་གཞན་ནི་  
 མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་ལམ་གཞན་ཉེ་བར་བསྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན། བདེན་པ་གཉིས་ལ་  
 ཉར་བཏེན་ནས། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་བསྟན་ཏེ། །འདིག་ཏེན་ཀྱན་  
 རྒྱུ་བདེན་པ་དང་། །དོན་དམ་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
 ཅོམ་པ་ནི་འདིག་ཏེན་ལ་པན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཆོག་  
 ཏུ་འདྲིན་པར་མི་མཛད་ཀྱི་མི་མ་སྟན་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་  
 དང་རྗེས་སུ་མ་སྟན་པ་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་གཡེང་བའི་བསམ་པ་ཅན་ལ་  
 ལྟོས་ནས་དོན་ཁ་ཅིག་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་  
 རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྟན་པར་སྟོན་པར་མཛད་དེ། ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
 གསུངས་པ། དག་སྟོང་རྣམས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བྱུང་མེད་མ་དང་

འདྲ་བར་མཐོང་ན་ནི་མའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྲིང་མོ་  
 དང་འདྲ་བའི་བྱད་མེད་དམ་བུ་མོ་དང་འདྲ་བའི་བྱད་མེད་མཐོང་བ་ན་བུ་མོའི་  
 འདུ་ཤེས་ཉི་བར་གཞག་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་  
 རྩུམ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གང་ཟག་གཅིག་འཛིག་ཏེན་དུ་བྱུང་  
 བར་གྱུར་ཅིང་བྱུང་ན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་ཟས་ཀྱི་  
 གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ང་ནི་རྒྱས་ཤིང་འཁོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དག་  
 གོ། །རི་ལྟར་ངི་མ་ཁ་ཅིག་ནི་ས་དང་ཐལ་བ་དང་སྡུ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངི་མས་  
 དག་པར་བྱེད་པར་རྒྱས་ལ། དུ་བ་དང་སྡུམ་དང་འདམ་ལ་སོགས་པའི་ངི་མ་  
 ཁ་ཅིག་ནི་ཉི་བར་སོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 ཡང་པན་པ་དང་མི་པན་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྤྲིང་མའི་  
 རྒྱུང་མ་ལ་མ་དང་སྤྲིང་མོ་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་པན་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ཉིད་ལ་རྒྱུང་མར་མི་བདེན་པར་བཏགས་པ་ནི་མི་འདོད་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་གསུངས་པ། མཁས་པས་ངི་མ་དང་བྲལ་ན། །  
 གོས་ནི་ཤིན་ཏུ་དག་པར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ། ཀུན་  
 རྫོབ་མཆོག་ཏུ་དབྲལ་བ་ཡིན། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་སྤྱལ་པའི་སྦྱོར་བས་ལེགས་པར་  
 གསུངས་པ་འཛིག་ཏེན་དུ་གྲགས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར། དེག་  
 བྱེད་མཐའ་ཡང་ལེགས་བསྟན་གང་། །དེ་ཀུན་སངས་རྒྱས་གསུངས་པ་  
 ཡིན། །དེ་སྤྱིར་དཔེ་ནི་མ་གྲུབ་སྟེ། །ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་བརྟག་པར་གྱིས། །ཞེས་

བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རིག་བྱེད་མཐའ་པའི་ལྷ་བ་བཞིན་ནོ། ཞེས་སྤར་གང་སྤྲུལ་པ་དེ་ལ་རིག་བྱེད་  
 ཀྱི་མཐའ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ནང་དུ་འདུས་པས་བསྐྱབ་བྱ་དཔེ་མ་  
 གྲུབ་པའི་སྒྲིན་ཡོད་དོ། །མ་ཡིན་ཏེ། སྒོག་གཙོད་པ་དང་། མ་བྱོན་པར་ལེན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ངན་པར་སྤྲུལ་པ་མང་པོ་སྤྲུལ་བར་བྱེད་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་དེ་དག་དཔེར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་དེ་ལྟ་བུ་མ་བསྟན་པས་  
 སྒྲིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་གཙུག་ལག་གསུམ་གྱི་གསུང་  
 རབ་དང་ཡང་འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཆོས་ཉིད་དང་ཡང་འགལ་བར་  
 བསྟན་པ་ཡང་མེད་དེ། རི་ལྟར་སྤར་བསྐྱབས་པ་བཞིན་ནོ། །གང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་མི་འགལ་བའི་ལེགས་པར་སྤྲུལ་པའི་རིག་བྱེད་ནི་གཟུང་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ་ཉེས་པར་སྤྲུལ་པ་ནི་གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་  
 བ་ན་ཡོངས་སུ་དཔྱེད་ཅིང་དེ་ལྟ་བུ་ན་རིགས་པ་ནི་གཟུང་བར་བྱ་ལ། མི་  
 རིགས་པ་ནི་གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་  
 སྤྱར་པ་འདེབས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ནི་མེད་པར་ལྟ་བ་དང་འབྲའོ་ཞེས་  
 ཟེར་བ་དེ་ལ་ལན་གདབ་པར་བྱ། ཡོད་དང་མེད་པའི་རྟོག་བྲལ་ཞིང་། །ཤེས་  
 རབ་སྒྲོད་པས་གནས་པ་ལ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱར་འདེབས་པའི། །ལྟ་བ་  
 གང་ཡོད་འདོད་པ་གང་། ། ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་ཅག་ཡོད་  
 པའི་སྒྲོགས་སྤངས་ཏེ་མེད་པའི་སྒྲོགས་ལེན་པར་བྱེད་ན་ནི་མེད་པ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ན་འདི་ལྟར་བདག་ཅག་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཐའ་གཉིས་ཀ་བཏང་

ནས་དབུ་མར་སྐྱབ་པར་བཟུང་བ་ལ་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སོ་  
 སོ་རང་གི་ས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་ལ་རི་ལྟར་ན་བདག་ཅག་མེད་པར་ལྟ་  
 བ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད། གང་གི་སྤྱིར་ཤེས་རབ་ལ་སྒྲོད་  
 བས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཤེས་རབ་སྒྲོད་པ་སྟེ། གང་དག་ལ་ངང་ཚུལ་  
 འདི་རྣམས་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡོད་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཤེས་རབ་སྒྲོད་པས་  
 གནས་པ་ལའོ། །དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉི་གའི་མཐའ་སྤངས་  
 བས་ལྟ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་དངོས་པོ་ཅི་ཞིག་མངོན་པར་འཛིན་པ་སྒྲུ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་མངོན་པར་  
 སྤངས་པ་ལ་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྟ་  
 བ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱུན་རྫོབ་ཏུ་ནི། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་འབྲེལ་  
 པ་དག །འཛིག་རྟོན་གྲགས་པ་རི་ལྟ་བར། །དེ་བཞིན་དེ་ནི་འགོག་པ་མིན། །  
 དེ་སྤྱིར་གཏན་ཆོག་མ་གྲུབ་ཉིད། །འཛིག་རྟོན་འདི་ཡང་མེད། འཛིག་རྟོན་  
 བ་རོལ་ཡང་མེད། ལེགས་པར་བྱས་པ་དང་ཉེས་པར་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་  
 གྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྦྲིན་པ་ཡང་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་ལོག་པར་ལྟ་བ་སྤངས་  
 ནས་འཛིག་རྟོན་འདི་ཡང་ཡོད། ལེགས་པར་བྱས་པ་དང་ཉེས་པར་བྱས་པའི་  
 ལས་རྣམས་གྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྦྲིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རང་  
 གིས་ཉེ་བར་བསགས་པའི་ལས་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྦྲིན་པར་གྱུར་པ་ཐོབ་ནས་  
 དུས་གཞན་འབྲས་བུ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་དོ་ཞེས་འཛིག་རྟོན་ལ་རི་ལྟར་གྲགས་པ་



དེ་ནི་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་མི་འགོག་པས་དེའི་སྤྱིར་ན་བདག་ཅག་ལ་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་གཏན་ཆིགས་སྤྲས་པ་དེ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ།  
 མེད་པར་ལྟ་བུ་མདོར་བསྐྱུ་ན། །འབྲས་བུ་མེད་དེ་དེ་བཞིན་ལས། །བསོད་  
 རྒྱལ་མེད་པ་ངན་འགྲོ་བ། །ལོག་པར་ལྟ་བུ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །ཡོད་པར་ལྟ་  
 བུ་མདོར་བསྐྱུ་ན། །འབྲས་བུ་ཡོད་དོ་ལས་རྒྱལ་སྤྱི། །བསོད་རྒྱལ་མེད་  
 འགྲོའི་རྒྱ་མཐུན་པ། །ཡང་དག་ལྟ་བུ་ལས་འདི་བྱ་བ། །མེད་པ་ལ་ནི་ངན་  
 འགྲོར་འགྲོ། །མེད་ལས་གཞན་པ་བཟང་འགྲོ་སྟེ། །གཉི་ག་ཡོངས་སུ་སྤངས་  
 པ་ཡི། །གཉིས་མེད་བརྟེན་པ་ཐར་བར་འགྱུར། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པས།  
 དེས་ན་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྤྲོ་བ་བདག་ཅག་ནི་མེད་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་  
 དག་ཉིད་སྤྲོ་བ་པར་བྱེད་པ་དབྱ་མའི་རྩ་བ་ལས་ཀྱང་བསྟན་ཏེ། དབྱ་མར་སྤྲོ་  
 བ་རྒྱལ་མེད་པ་པ་དང་འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་སམ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 མཐོང་བའི་དུས་གང་ལ་བརྟག་པར་བྱ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་མེད་པ་པ་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱི་  
 དུས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་ཅིང་  
 དཀར་པོའི་ཕྱོགས་མ་ལུས་པ་བྱངས་ནས་སྤྱང་ཞིང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཞུགས་ནས་ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་ན་  
 བདག་ཅག་ནི་རྒྱ་མ་དང་སྤྲིག་སྤྱི་ཅེས་དུ་བཏགས་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་  
 འབྲེལ་པ་ལ་སྐྱར་པ་ཡང་མི་འདེབས་པས་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱང་པོ་འདི་ལས་ཡང་སྤྱིད་པའི་  
 སྤྱང་པོ་འབྱུང་བར་མི་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་སྤྱང་པོ་རྒྱལ་མེད་ཀྱི་སྤྱང་པོ་

གཞན་འགག་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལས་ད་ལྟར་གྱི་དང་མ་འོངས་པའི་འབྱུང་  
 བར་མི་སྐྱབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་བཞིན་དུ་  
 འདོད་པས་ཐ་སྙད་གྱི་དུས་ན་མེད་པ་དང་བདག་ཅག་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་དུས་ན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཡང་མེད་པ་བ་རྣམས་  
 གྱི་མེད་པ་ནི་མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་  
 དངོས་པོའི་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་གི་ཤེས་པས་དེ་ཚུལ་སྤྲིམས་འཆལ་བའི་དྲི་མས་བསྐྱོས་པར་གྱུར་པས་  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་ནི་བར་མི་འགྱུར་རོ། །བདག་ཅག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་  
 དུས་ན་ནི་གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་ཡུལ་ལ་སྐྱར་  
 བདེན་པའི་སྒྲོ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་དེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་དེ་  
 དག་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་  
 པོ་བདེན་པའོ་སྙམ་པ་དེ་ལྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་  
 སྒྲོ་མེད་པའི་སྒྲོ་ཡང་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་  
 འདི་ནི་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་  
 དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡོད་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བེ་སུན་དབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་སྤིད་པར་སྒྲུང་བ་གང་ལ་སྒྲོ་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་བ་དགག་པར་བྱ། དེ་ལ་མེད་པའི་སྒྲོ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་བ་འདི་ལྟར་དགག་པར་བྱ་བའི་ངོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་བདེན་པར་རྟོག་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་མེད་པའི་སྒྲོ་ཡང་ལྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །འཕྲོག་པ་མེད་པའི་ཤེས་

རབ་ཀྱི་སྒྲོད་པ་ལ་གནས་པ་དང་། རབ་ཏུ་དབེན་པར་གྱུར་པ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྒྲོ་ཡང་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་བས་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་ཙམ་ཡང་མ་ཐུན་  
 པ་ཡང་མེད་པ་པ་དང་། དབུ་མར་སྒྲ་བ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་པའི་  
 དུས་ན་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དགག་པ་ཙམ་གྱི་མེད་པ་ཉིད་སྒྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 པས་ཡུངས་ཀར་དང་རི་རབ་བཞིན་དུ་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། རི་སྐད་དུ། འདི་ནི་ཡོད་ཉིད་འགོག་པ་སྟེ། །མེད་ཉིད་ཡོངས་སུ་འཇིན་  
 པ་མིན། །སྒྲོན་པོ་མིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིས། །དཀར་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་  
 དམ་ཅི། །ཞེས་གསུངས་པས། ངའི་ཕྱིར་ན་ལྟ་བ་རྣམ་པ་གཉི་ག་ཡང་སྒྲོས་  
 པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པས་ཞི་བའི་བདེ་བ་འདོད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་སྒྲུག་  
 བསྐལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། ། ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་  
 ན་སྒྲོད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་ལྷང་  
 དུ་མ་བསྟན་པར་རབ་ཏུ་ཐོབ་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་དག་གིས་ཐ་  
 སྙད་དུ་བྱ་བར་འོས་པ་དེ་དག་གལ་ཏེ་འདིར་རང་རང་གི་ངོ་བོར་དོན་དམ་  
 པར་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ཆོས་བསྐྱེད་པ་དང་མི་  
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་འབད་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་པར་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཡོད་པར་གྱུར་པའི་བྱམ་པ་དང་། རས་ཡུག་བཞིན་ཏེ་བདེ་བ་ཅན་ཡང་  
 བདེ་བའི་བྱུང་པར་ལས་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ལ། སྒྲུག་བསྐལ་ཅན་ཡང་  
 སྒྲུག་བསྐལ་ལས་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཅིག་ངོས་ལ་གྱིས་པའི་རི་མོ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲེ་བ་དང་ན་ཆོད་དང་ཆད་དང་སྒྲོད་ལམ་གྱི་བྱུང་པར་རི་ལྟ་བ་

བཞིན་དུ་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་  
མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཁམས་གསུམ་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་བསྐྱེད་པ་དང་མི་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་  
འབད་པ་དོན་མེད་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། སེམས་ཅན་མེད་པའི་བྱིར་ངི་ལྟར་  
རི་བོང་གི་རྩ་རྟོ་བར་སྐྱབ་པ་དེ་བཞིན་ཏེ་དེས་ནི་ཐ་སྙད་ཆད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་བཅུ་  
བདུན་པ།

གང་གི་བྱིར་ལྟ་བ་ངན་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་མིག་ཉམས་  
པར་གྱུར་པ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས། གང་གིས་སྲིད་རྣམས་ཡོད་ཉིད་དང་། མེད་  
པ་ཉིད་མཐོང་སྟོ་དམན་པ། དེས་ནི་མཐོང་བའི་ཉེར་ཞི་དང་། ཞི་བ་མཐོང་  
བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། མདོ་སྡེ་ལས་ཀྱང་འདི་སྐད་དུ་གསུངས་  
ཏེ། གང་གིས་ཡོད་ཉིད་སྐྱབ་པ་ཡི། རྒྱུན་ཉིད་གང་བྱིར་མེད་པ་ལ། ལྟ་  
ངན་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ཡི། མེད་དང་ཡོད་པར་རབ་ཏུ་བསྟན། དེ་བཞིན་ཡོད་  
མེད་ཡོད་མེད་མིན། གང་ཆེ་འཇིག་རྟེན་འདི་མཐོང་བ། དེ་ཆེ་སེམས་ནི་  
སྟོག་གྱུར་ནས། བདག་མེད་པར་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་འོད་སྤངས་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཅིག་སྟེ་མེད་  
ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཉིས་པའོ། གང་མཐའ་འདི་གཉིས་ཀྱི་དབུས་དེ་

ནི་གཟུགས་མེད་པ། བཟླ་མེད་པ། སྒྲ་པ་མེད་པ། སྒྲ་བ་མེད་པ། དམ་  
 བས་ཤེས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ། གནས་པ་མེད་པ། ཉེན་མེད་པ་འདི་ནི་དབྱ་  
 མར་སྐྱབ་པ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་པ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀ་ཏ་ཡ་ན་གང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་བྱུང་པར་ལས་  
 གྲང་བྱུང་པར་ཅན་དུ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ཉེ་བར་བཟུང་བས་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་རྟེན་པར་བྱེད་པ་ཆོས་འདི་ནི་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན།  
 མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་དགའ་པོ་ཡོད་  
 ཅེས་ཟེར་བ་ནི་རྟོག་པ་ཉིད་དུ་སྐྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །མེད་པ་ནི་ཆད་པར་རོ། །  
 གང་མཐའ་འདི་གཉིས་སྒྲངས་ན་དབྱ་མའི་བསྐྱབ་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 ཆོས་སྟོན་པར་མཛད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པས། དབྱ་མར་སྐྱབ་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་  
 དབྱ་མར་སྐྱབ་པ་རྣམས་ནི་མེད་པ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དཔེ་མ་གྲུབ་པས་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་དང་འགལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། དངོས་པོ་  
 མངོན་སུམ་སྟོན་ཡུལ་གྱི། ཀུན་རྫོབ་བྱིས་པས་བཟུང་བ་འདི། །འདིར་ནི་  
 ལན་ཡང་སྒྲ་མ་བཞིན། །དེ་ཡི་གཞོད་པས་མི་གཞོད་དོ། །མངོན་སུམ་གྱིས་  
 གཞོད་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་གང་གིས་གྲང་མངོན་སུམ་མངོན་སུམ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཉིད་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་གདོད་བཅད་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་

དམ་པ་ཉིད་དུ་ན་དབང་པོ་ནི་སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་པ་དང་། འདུ་བྱེད་  
 རྣམས་ཀྱང་བེམས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་དབང་  
 པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་དམིགས་པའི་རྒྱས་  
 པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་མིག་དང་གཟུགས་ལ་བརྟེན་  
 རས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བ་དང་། ཡུལ་ཡང་ཀུན་  
 རྫོབ་ཁོ་ན་སྟེ། གྲིས་པའི་སྒྲོས་བཟུང་བ་ལ་མངོན་སུམ་ཞེས་ཉེ་བར་གདགས་  
 སོ། །དོན་དམ་པར་ནི་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 རི་ལྟར་སྒྲུབ། མིག་གི་དབང་པོའི་གཟུང་བ་ནི། དོན་དམ་ཉིད་དུ་གཟུགས་  
 མིན་ཏེ། །བསགས་པའི་བྱིར་ན་སྐྱ་བཞིན་ནམ། །ཡང་ན་འབྱུང་ལས་གྱུར་པ་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་  
 དང་འགལ་བ་ཡང་མེད་པ་དེ་ལྟར་བརྫོད་པར་བྱ་སྟེ། མཁས་པའི་ལྷགས་  
 གྲིས་བརྟགས་པ་ལ། །གྲགས་པས་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །རི་ལྟར་ཆོས་བདག་  
 མེད་པ་དང་། །སྐད་ཅིག་མ་ཞེས་བརྫོད་པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་བདག་ཅག་གིས་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་སྐྱས་པ་ལ་  
 གྲགས་པས་གཞོད་པར་གྱུར་ན་ནི། དེ་ལྟ་ན་སྟེ་པ་གཞན་གྱིས་སྐྱས་པའི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཡང་  
 གྲགས་པས་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་གྲགས་པ་དང་འགལ་བས་  
 གཞོད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་ནི་བདག་ཅག་གིས་ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་  
 པའོ་ཞེས་སྐྱ་བ་ལ་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད།



རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམས་ཀྱི། །  
 ཡུལ་ཉིད་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ནང་ལ་རིག་པ་མ་སྦྱངས་ཕྱིར། །བདག་  
 སོགས་སྟོང་པ་རྩི་བཞིན་ནོ། ། གང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་དམ་པ་དེ་  
 བྱི་ཀྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་  
 སྒྲོའི་ན་བདག་གོ། །བདག་གི་དབང་དུ་བྱས་པས་ནང་སྟེ། ནང་གི་བདག་ཉིད་  
 ལ་རིག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་གོམས་པར་མ་བྱས་པས་ན་མ་སྦྱངས་པ་སྟེ།  
 ནང་ལ་རིག་པ་མ་སྦྱངས་པ་དེའི་སྤྱིར་ན་ནང་ལ་རིག་པ་མ་སྦྱངས་པ་ཞེས་བྱ་  
 སྟེ། གང་དང་གང་ནང་ལ་རིག་པ་སྦྱངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིས་པ་དེ་དང་དེ་དག་  
 གི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བདག་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་པ་  
 བཞིན་ནོ། །ཕྱིས་པ་རྣམས་བདག་ཏུ་ང་རྒྱལ་བ་དང་། བདག་ཏུ་སྟོངས་པ་  
 དང་། བདག་ལ་ཆགས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་འཇིག་ཆོགས་ཀྱི་ལྟ་བ་  
 ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་དམ་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེ་  
 དག་ལ། བདག་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་སྟོང་ལྟ་ག་ལ་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ། ཕྱིས་རྣམས་སྟོང་ལ་ཡང་དག་ཏུ། །གཟུགས་  
 ཀྱི་དེ་ཉིད་ལྷན་པ་མིན། །མ་རིག་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེབས་ཕྱིར། །ཕྱང་ན་  
 འདས་པའི་སྟོང་ཡུལ་བཞིན། །གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པར་ཕྱིས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །  
 ལས་དང་། འབྲས་བྱ་དང་། བདེན་པ་དང་། དགོན་མཆོག་རྣམས་མི་ཤེས་

པ་ནི་མ་རིག་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་རབ་རིབ་སྟེ། མི་མཐོང་བར་བྱེད་པའི་སྒྲིང་  
 རོ། །དེས་བསྐྱེབས་པ་ནི་མ་རིག་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེབས་པ་སྟེ། དེའི་ངོ་བོ་  
 ནི་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེབས་པ་ཉིད་དོ། ། དེའི་སྒྲིང་། མ་རིག་  
 རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེབས་སྒྲིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ། ། ལྷ་  
 ངན་ལས་འདས་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ལྷ་  
 ངན་ལས་འདས་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་མི་ལྟན་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ་གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་དང་ཡང་དེ་  
 རྣམས་ལྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྒྲིང་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེབས་  
 པའི་སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བས་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡང་མེད་དོ། །  
 དེས་ན་འདི་ལྟར། སྒྲིང་པ་རྣམས་ནི་ཡང་དག་ཏུ། །སྒྲེ་མེད་ཅེས་བྱའི་བྱེད་  
 པར་གྱིས། །མངོན་སུམ་དང་ནི་གྲགས་པ་དག །གཞོད་པར་བསྟན་པས་  
 གཞོད་པ་མེད། །འདི་དག་ནི་སྒྲར་ཡང་ལན་བཏབ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་  
 པར་ཞེས་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་བ་བྱེད་པར་ཅན་ལ་མངོན་སུམ་དུ་གྲགས་པས་  
 གཞོད་པ་འབྱུང་བ་མེད་བཞིན་དུ་མི་བདེན་པའི་སྒྲོན་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་པ་ལ་  
 མངོན་པར་ཞེན་པ་དག་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟགས་ནས་གཞོད་པར་སྒྲ་བ་དེས་  
 ནི་བདག་ཅག་ལ་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲར་སུན་འབྱེན་པ་བསྟན་པའི་ཤུགས་  
 ཀྱིས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་པས་སོ། །གང་ཡང་བཞོད་མིན་ལ་ཡང་ཡང་  
 དག་ཏུ། །བཞོད་པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་བའི་ལན། ཡང་དག་  
 པར་ན་ཆོས་རྣམས་ནི། །ཞི་ཞིང་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ལ། །བྱེད་མེད་ཉིད་

གྲང་མ་གྲུབ་ན། །དཔེ་ཡིས་གཞོད་པ་རི་ལྟར་འདོད། །འདིའི་མངལ་དུ་འཛིན་  
 པར་བྱེད་པས་བྱད་མེད་དེ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པར་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དང་  
 དབང་དུ་བྱ་བར་མ་གྲུབ་པས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལྷོག་པར་གྱུར་པའི་ནམ་  
 མཁའ་དང་མཉམ་པར་གྱུར་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་མི་འགྲུབ་པོ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་  
 དོན་དམ་པར་དཔེ་གང་གིས་གང་ཞིག་རི་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་པར་འདོད། དེ་  
 ལྟར་ཡང་། བཟོད་བྱ་བཟོད་པ་བཟོད་པོ་དང་། །གསུམ་པོ་རི་ལྟར་ཡོད་  
 བཞིན་དུ། །བཟོད་མིན་བཟོད་པར་སྐྱབ་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་སྐྱོན་ཞིག་  
 འདོགས་པར་འདོད། ། བཟོད་བྱ་ནི་ཡང་དག་པར་མ་ཐུན་པར་བྱ་བའི་བྱད་  
 མེད་དོ། །དེ་ལ་འཇུག་པ་ནི་དེ་ལ་བཟོད་པ་སྟེ། གཉིས་ཀྲིས་གཉིས་སྟོང་  
 པའོ། །བཟོད་པོ་ནི་འདོད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་  
 འཛིག་ཏེན་དུ་གྲགས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྐྱེད་  
 བྱེད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་  
 གིས་ཁྱོད་ཀྲིས་བདག་ལ་སྐྱོན་སྐྱོན་པར་འདོད་ཅིང་གྲུབ་པ་རི་ལྟར་བྱ་ཡིན།  
 གྲགས་པས་གཞོད་པ་ཉིད་ནི་བདེན། །བྱད་པར་ཅན་ལ་མ་གྲུབ་བྱིར། །དེས་  
 ར་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་འདི་ལ། །བདག་གི་སྟོགས་གཞོད་རྒྱས་པ་མེད། །གང་  
 བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱད་མེད་ལ་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱད་མེད་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་བྱད་མེད་གཞན་ཞིག་ཡིན་ལོ་ཞེས་སྐྱས་པ་ནི་བདེན་ཏེ། འདི་  
 ལྟར་བྱ་ནི་གྲགས་པས་གཞོད་པ་ཡིན་ལོ། །གང་དག་དོན་དམ་པར་ཞེས་བྱད་  
 པར་ཅན་དུ་བྱས་པ་ལ་ནི་དེ་མ་གྲུབ་སྟེ། དོན་དམ་པར་བྱད་མེད་ཉིད་གྲང་མ་

གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གང་ཁྱོད་གྱིས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལྟར་སྒྲིང་  
 བ་བསྟན་པ་དེ་ལ། བདག་ལ་གཏད་ནས་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་སྐྱབ་པར་  
 འདོད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་ཅིང་མཐུ་མེད་དོ། །གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ། བདེན་པ་  
 མཐོང་བ་དེ་ཉིད་མིན། །དེ་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་ལ་ཡང་། སྒྲོས་པ་མེད་ཅིང་རང་རིག་པ། །རྣམ་རྟོག་ངེ་མ་དང་  
 བྲལ་བ། །དུ་མ་ཉིད་དང་གཅིག་ཉིད་བྲལ། །ཞི་བ་དེ་ཉིད་མཁས་རིག་པ། །  
 ངག་གི་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །སྒྲོ་བར་མི་རྒྱས་པས་སྒྲོས་པ་མེད་  
 པའོ། །མདོན་སྙམ་གྱི་ཤེས་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རང་རིག་པའོ། །དེ་  
 ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ངེས་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པའི་ངེ་མ་དང་བྲལ་བའོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 རོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དུ་མ་ཉིད་དང་བྲལ་བའོ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གྲང་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་དང་བྲལ་བའོ། །སྐྱེ་བ་དང་། འགག་  
 པ་དང་། འགོ་བ་དང་། འོང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་དང་མདོན་པར་བྲལ་  
 བས་ཞི་བའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་དོན་དམ་པའོ། །མཁས་  
 པ་ནི་བྱད་པར་དུ་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པའོ། །རིག་པ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའམ། དེའི་མན་ངག་བསྟན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །མཚན་ཉིད་ངེ་  
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་མཛད་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ལས་མ་  
 གཏོགས་པའི་བདེན་པ་གཞན་ཞིག་ནི་བདག་ཅག་ལ་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་ཉན་  
 རོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་གིས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་བདེན་

བའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཅམ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 བྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་ལ་སོགས་པའི་མཉམ་པ་ཉིད་རྟོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱང་  
 བར་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་  
 འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་གྱིས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་མ་ཡིན་གྱི།  
 འོན་ཀྱང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ཉིད་གྱི་མཉམ་པ་ཉིད་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ངས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ་ཞེས་ངེ་སྐྱད་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ནམ་མཁའ་ལྟ་ཡིས་བསྟན་པ་ཉིད། །དེ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 མི་རིགས་ཀྱང་། །ཆངས་པ་དང་པོའི་ལྟ་ལས་བྱུང་། །ལྟ་དེ་ལ་གྲུས་དེ་སྐྱད་  
 སྟུ། །ནམ་མཁའི་ལྟ་ལ་གྲུས་པས་དེ་དག་འདི་སྐྱད་སྟུ་སྟེ། ཆངས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ལྟ་ནི་དང་པོའི་ལྟ་ཡིན་ལ་ཆངས་པ་དེའི་མཐུས་བསྐྱེད་པ་ནི་ནམ་མཁའི་  
 ལྟ་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་བ་ཡང་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །  
 ཆངས་པ་ཡང་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་བདག་གིས་བསྐྱེད་དོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་ཀྱང་རང་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་ན་དེའི་ལྟ་བའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ནམ་མཁའི་ལྟ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ངེ་ལྟར་རིག་པར་འགྱུར། དེ་ལྟ་བས་ན་ངེ་སྐྱད་བསྟན་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་མཁའི་ལྟ་ཡིས་  
 བསྟན་པ་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི། གཟུགས་སོགས་སྐྱེ་མཆེད་  
 སྤང་བ་ཉིད། །སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་ཡོད་པ་བྱུན་མོང་ཉིད། །  
 བསྐྱེད་བྱ་ཞེན་ང་ཡང་འདོད། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་

རྣམས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་སྒྲིང་བའོ། །དེའི་ངོ་  
 བོ་ནི་གཟུགས་སོགས་སྐྱེ་མཆེད་སྒྲིང་བ་ཉིད་དོ། ། དེ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པར་བདག་ཅག་གྲུང་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་ན་རྣམས་  
 སུ་བདེན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དང་བྲལ་བའི་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཐུན་མོང་བ་ཉིད་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 བྱོད་འདོད་ན་བདག་ཅག་གྲུང་འདོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། བྱལ་བ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །གལ་ཏེ་ཡང་བྱད་པར་ཅན་དུ་འདོད་ན་ནི། འབྱུང་  
 ལས་གྱུར་སོགས་ངོ་བོ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་སྐྱེ་མཆེད་ཡོད་ཉིད་ནི། །  
 བསྐྱབ་བྱའོ་ཞེ་ན་དཔེ་ཡང་མེད། །ཕྱིར་རྟོག་རྟོག་གས་གཞོད་པའང་ཡོད། །  
 འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་  
 མཆེད་ནི་ཡོད་དེ། རྣམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 བརྗོད་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །དཔེ་  
 ནི་མེད་དེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་གཞན་དག་ན་རེ་གཞན་དུ་བསྟན་པ་ལས་གྲུང་དཔེ་རྟོག་པ་སྤྱིད་པས་  
 ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་  
 དང་གང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ལོ་  
 ཞེས་བྱ་བས་བསྐྱབ་བྱ་བྱལ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་སྟེན། དེ་ལྟར་ཡང་བདག་ཅག་  
 གིས་ལན་གྱི་རྟོག་གོ་བསྟན་པས་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་ནི། གཟུགས་སོགས་



སྒྲེ་མཆེད་འབྱུང་བ་དང་། །འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་མཆོན་ཉིད་མིན། །རང་བདག་  
 རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ། །སྒྲེད་པའི་རྒྱ་ཕྱིར་ཡིད་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་  
 མཆེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་  
 མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །རང་གི་བདག་  
 ཉིད་ནི་རང་གི་བདག་ཉིད་དེ་ཁ་དོག་དང་དབྱེབས་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་ཀྱི་  
 རང་གི་ངོ་བོའོ། །ཟེན་པ་དང་མ་ཟེན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྐྱེའོ། །དེ་ཞིམ་པ་  
 དང་དེ་མི་ཞིམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེའི་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་བྱུང་པར་མངོན་པར་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ནི་རང་བདག་  
 རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོའོ། །རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་གང་  
 སྒྲེད་པ་དེ་ནི་རང་བདག་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་བསྒྲེད་པའོ། །རང་གི་བདག་  
 ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་བསྒྲེད་པའི་རྒྱ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ནི་  
 རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་བསྒྲེད་པའི་རྒྱའོ། །དེའི་ངོ་བོ་ནི་  
 རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་སྒྲེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་  
 བ། རང་བདག་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ། །སྒྲེད་པའི་རྒྱ་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་སྟེ། །གང་  
 དང་གང་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྣང་བའི་སྒྲོ་སྒྲེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་བཞིན་ཏེ། དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་དང་བྲལ་བའི་སྟོགས་  
 དང་། གཏན་ཆོགས་དང་དཔེ་ཡོད་པར་གྱུར་པའི་རྟོག་གོས་གཞོད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །གང་ཡང་ཁམས་གསུམ་པ་འདི་དག་ནི་སེམས་ཅན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འགྲོ་

བ་སྟོགས་སུ་བྱ་བ་འདི་ལ་གཏན་ཆིགས་དང་དཔེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཞེས་  
 གང་སྐྱབ་དེ་ལ་ཡང་རེ་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡིན་པར།      སེམས་དང་སེམས་  
 བྱུང་ངོ་བོ་ཉིད།    |སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རབ་ཏུ་གྲགས།    |ཡང་དོན་དམ་  
 པར་ནི།    གཏན་ཆིགས་དང་ནི་དཔེ་ཡང་མེད།    |སྟོགས་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 ལ་མེད།    |བདག་ཅག་གི་དོན་དམ་པར་ནི་ངག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་ཡུལ་ལས་  
 འདས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་ཡོད་པ་དང་།    མེད་པ་དང་།    གཉི་གའི་སྟོགས་  
 ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་སྟོགས་ཀྱང་མེད་པ་ཡིན་ནོ།    |  
 སྟོགས་མེད་ན་དོན་དམ་པ་རིག་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་དང་  
 དཔེ་ལྟ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར།    གལ་ཏེ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།    ཀྱན་རྫོབ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་པ་དང་སྤྱན་མོང་བའི་ཤེས་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆད་མ་  
 མ་ཡིན་ལ།      རྣལ་འབྱོར་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་དོན་དམ་པ་ནི་ངག་གི་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལས་འདས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་གང་ཁྲོད་ཀྱིས་གཞན་གྱིས་  
 ཀྱན་དུ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོའི་དོན་དགག་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 བསྟན་པ་དེ་ལ།      བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།      བདག་གི་དོན་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ།    དེ་ལ་  
 གཅིག་ནི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་འཇུག་པ།      འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པ་ཟག་པ་མེད་པ་སྒྲོས་པ་དང་བལ་བའོ།      |གཉིས་པ་ནི་མངོན་པར་  
 འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པར་འཇུག་པ།    དག་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པའོ།    |དེ་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་

དུ་དམ་བཅའ་བ་བྱད་པར་ཅན་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་བཟུང་བས་བསྐྱབ་བྱ་བྱལ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་རྣམ་ཤེས་ཙམ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར། བ་རོལ་དོན་ནི་  
 བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །ཆིག་དོན་འདི་ནི་དེ་སྤྱོད་ཟེར། །བདག་གི་ཕྱོགས་ཉམས་  
 རི་ལྟར་འདོད། །ཁྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཁམས་གསུམ་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་  
 སེམས་ཙམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེ་ལ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་འདིར་ཆིག་  
 གི་དོན་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །  
 བདག་ཅག་ནི་བྱེད་པ་པོ་དང་རྟོག་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་འགོགས་པར་བྱེད་པ་  
 ནི་ཆིག་གི་དོན་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་ཕྱིའི་དོན་སྤྱོད་བ་ནི་ཆིག་གི་དོན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་བདག་གིས་ཀྱང་སྤྱངས་པས་ཕྱོགས་མ་གྲུབ་པར་ག་  
 ལ་འགྱུར་ཏེ། བདག་གིས་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པ་  
 ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཕྱོགས་སྤྲུལ་དང་པོ་དག་གིས་ཉེ་བར་བཀོད་པ་ནི་  
 རི་ལྟར་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་དུ། འགའ་ཡི་ཆིག་གིས་སྤྱར་མེད་  
 པར། །བྱ་བར་མི་རྒྱས་ཞི་བའི་སྒོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། ལྷང་དང་བཅས་  
 པའི་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་པས་མཆོག་ཏུ་རྩོད་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་  
 ཡང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་རིགས་པར་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་བདག་  
 གིས་ལན་དེ་སྐད་དུ་སྤྲུས་པ་ན་ཡང་ཁྱོད་གྱི་སེམས་དགའ་བར་མ་གྱུར་ན་  
 གང་དག་ཕྱོགས་སྤྲུལ་ལྷང་བའི་སེམས་དང་ལྷན་པས། སྤྱོད་པོ་ཡོད་དམ་  
 སྤྱོད་པོ་མེད། །མཁས་པས་དེ་ལ་དབྱུད་པར་གྱིས། །དུས་རིང་པོར་གོམས་  
 པར་བྱས་པས། རང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཞེན་ཅིང་ལྷང་བར་སྤང་བའི་བསམ་པ་

ཅན་བདེན་པ་དང་ཕན་པ་བརྗོད་དུ་བྱིན་ཀྱང་གཞན་དག་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་  
 དེ་དག་ནི་ཡིད་གཏོད་ཀྱང་རུང་མི་གཏོད་ཀྱང་རུང་ལ་གཟུ་བོར་གནས་པ་  
 རྟོག་པ་དང་སྤྱིར་རྟོག་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་རིག་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 རྟོག་ཀྱི་ཉེ་རྟོག་ན་ནི་ཆོག་འདི་ནི་སྙིང་པོ་དང་བཅས་པའོ། །འདི་ནི་སྙིང་པོ་  
 མེད་པའོ་ཞེས་དཔྱེད་པར་བྱེད་པས་དེའི་དོན་དུ་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ད་ནི་མི་སྣ་བར་འོས་པ་ཡིན་པས་བདག་ཅག་གི་དག་སྤྱང་བར་  
 བྱེད་པ་འདི་གཞག་པར་བྱའོ། །རིགས་པ་འདིས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་  
 ཅེད་མོའི་སྤྱིར་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་དང་ཁོ་བོའི་ཆོག་ལ་འདི་ནི་སྙིང་པོ་དང་  
 བཅས་པའོ། །འདི་ནི་སྙིང་པོ་མེད་པའོ་ཞེས་དཔྱེད་པར་འགྱུར་དོ། །སྙིང་  
 རྗེའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཐེག་ཆེན་པ་ནི་ཚུལ་བློམས་ཉམས་ཀྱང་མཆོག་ཡིན་  
 ཀྱི། ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་པ་ནི་ཚུལ་བློམས་ལྡན་ཡང་བསམ་པ་དམན་པས་དེ་ལྟ་  
 མིན། སྤྱི་སའི་ནང་དུ་འདུག་ཀྱང་མདངས་ཆེན་འབར་བའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་  
 བྱ་མཆོག་འགྱུར་གྱི། གསེར་གྱི་སྣོད་ན་འདུག་པའི་ནོར་བྱ་མཆིང་བྱ་དམན་  
 པའི་འོད་ཅན་དེ་ལྟ་མིན། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་དྲི་མར་བཅས་ཀྱང་ཐེག་པ་  
 བཟང་པོ་བཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན། །ཐེག་པ་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་དྲི་མ་སྤངས་  
 པས་ཀྱང་ནི་དེ་ལས་རྒྱལ་མི་རུས། །ཉི་མའི་འོད་ཟེར་སྒྲན་མེད་པ་ཚུ་འཛིན་  
 བཀོད་པས་བཀའ་གྱུར་གང་ཡིན་ལྟར། །ཚུ་འཛིན་དེ་ཉམས་པ་ཡི་མཁའ་ལ་  
 མེ་བྲེར་རྒྱ་བས་རུས་པར་ག་ལ་འགྱུར། །དབུ་མའི་སྙིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་  
 གི་འབར་བ་ལས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཞི་པའོ།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བ་

བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་བ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེའུ་ལྔ་ལ།

དེ་ནས་ད་ནི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་བ་ལ་  
འཇུག་པས་ལེའུ་ལྔ་པ་བཅུམས་པར་བྱ་སྟེ། རང་གི་ལུགས་ཀྱི་ད་རྒྱལ་གྱིས། །  
མཁས་པར་རྫོམ་གཞན་འདི་སྐད་སྟེ། །དེ་ཉིད་བདུད་ཅིར་འཇུག་པ་ཡང་། །  
རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བར་ལེགས་པར་བསྟན། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོབ་  
དཔོན་ཐོགས་མེད་དང་། དབྱིག་གཉིན་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་ནི་དེ་བཞིན་  
ག་ཤེགས་པས་ལུང་བསྟན་ཅིང་། ས་རབ་ཏུ་བརྟེན་པའི་འཕགས་པ་སྒྲུ་སྒྲུབ་  
ཀྱིས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ཀྱི་ལུགས་གཞན་དུ་  
འབྲེན་པར་བྱེད་ཅིང་དོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་མེད་པ་དོན་རྣམས་པར་མི་ཤེས་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་རྣམས་པར་ཤེས་ཤིང་མཁས་པར་ད་རྒྱལ་བྱེད་པ་དག་འདི་སྐད་སྟེ།  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བདུད་ཅིར་འཇུག་པ་སྟེ། རབ་ཏུ་འཇུག་པ་དེ་ནི་བདག་ཅག་  
ཁོ་ནས་ལེགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། །དབུ་མར་སྒྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མ་  
ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་གཉིས་པོ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། །གཉིས་དངོས་མེད་པའི་ཡོད་པ་ནི། །ཡོད་ལ་སོགས་པའི་  
སྒྲོ་ཡི་ཡུལ། །དམ་པའི་དོན་དུ་འདོད་དོ་ལོ། །གཉིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་  
པ་གཟུང་བ་དང་། མིག་གི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་འཇིན་པའོ། །དེ་  
གཉིས་ཀྱི་མེད་པའི་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ། །མེད་པའི་དངོས་པོ་དེའི་དོ་བོ་ཉིད་

དུ་རྟག་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 གཉིས་སུ་ནི་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན། དེ་ལྟར་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོར་མེད་པའི་  
 རོ་བོ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ནི་ཡོད་པའི་སྟོ་ཡུལ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཕྱིར་གཉིས་  
 ཀྱི་རོ་བོར་མེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་མེད་པའི་སྟོའི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་  
 དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དམ་པ་ནི་བདག་ཅག་རྣམས་འབྱོར་སྦྱོར་བ་པ་རྣམས་འདོད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་བསམ་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་ནི་བསྟན་  
 བཅོས་བྱེད་པ། བདག་ཉིད་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 དོན་དམ་པ་ནི་ཕྱིས་འབྱུང་བའི་དབྱུང་བ་དག་གིས་བསྐྱབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་དོན་དམ་པ་དེའི་གྲངས་ཀྱི་ཆིག་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 མེད་པའི་དངོས་པོ་བདག་མེད་པ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཆོས་གནས་དང་། །  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྟོའི་གཟུང་དེ། །དེ་ཤེས་པར་ནི་བྱ་བ་ཡང་། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པར་བཏགས་པ་  
 གཉིས་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལོ། །བདག་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་དང་  
 གང་ཟག་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
 པ་ཉིད་དོ། །ཆོས་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པར་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་ཉིད་དུ་  
 གནས་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྟོའི་གཟུང་བ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཉིས་མེད་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པའི་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་གཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་དོན་དམ་པ་ལོ། །དེ་ཤེས་པར་  
 ནི་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་བྱས་ནས། །མི་དམིགས་



བ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །མི་དམིགས་པ་ནི་  
 རབ་ཏུ་སྐྱེ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །འདི་ལ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 ནི་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ཞུགས་པ། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོས་  
 པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ། དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་  
 ཆད་པ་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ། རྒྱན་མ་ཆད་པ་རྩ་ས་དཔག་ཏུ་མེད་པ། རིགས་  
 དུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེ་ཞིང་འགག་པ་དང་ལྷན་པ། ལྷན་པའི་བྱེ་བྲག་མཐར་  
 ཐུག་པ་མེད་པ་ཐོབ་པ། སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤང་  
 བའི་ཆ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་དུག་བསྐྱེད་ལྷན་པའི་  
 མཐུ་དང་ལྷན་པ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཀྱི་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་དང་  
 བྲལ་བའི་གནས་པའི་རྣམ་པས་བདག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བཏགས་པ། བསོད་  
 རྣམས་དང་། བསོད་རྣམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ས་བོན་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། །ཁམས་དང་འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་དང་ལྷན་  
 པ། རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་དང་། ངར་སེམས་པ་དང་། རྣམ་པར་རིག་པ་གསུམ་  
 ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་རྩེ་ས་སུ་འགྲོ་བ་དེ་ལ་དངོས་པོ་སྐྱེ་བ་དང་ལྷན་པ་  
 རྣམས་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་སྟེ། །ལེན་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རིག་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 དང་། ཚོར་བ་དང་། སེམས་པ་དང་། འདུ་ཤེས་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 དང་ལྷན་པ་འདིའི་ཞེའམ། །འདི་ནའོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་པའི་མཁས་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་ཡུལ་ཡང་མ་ཡིན་པས་རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་མི་རིག་པའོ། །དེ་ཡང་

རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འཕེན་པ་དང་འབྲས་བུར་གྱུར་པའོ། །དེ་ལ་འཕེན་པ་ནི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དབང་གིས་འཕེན་པའོ། ། འབྲས་བུར་གྱུར་པ་ནི་རྣམ་པར་  
 སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུར་མངོན་པར་གྲུབ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཆུའི་ཡན་ལག་གཞན་  
 དང་གཞན་གྱི་རྒྱན་ལས་ཆུ་པོའི་སྤང་འབབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་  
 དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱོས་  
 པའི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་གྱང་འཁོར་བ་ངི་སྤིད་པའི་བར་དུ་  
 འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་གནས་པའི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་། གཟུང་  
 བ་དང་འཇིན་པའི་བག་ཆགས་དང་། ལྟ་དང་གཅིག་ཏུ་ལྟ་དང་མིའི་ལུས་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅི་རིགས་པ་དག་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །ལེན་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་དེ་ཡང་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་ན་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་ལྷོག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་དེ་ནི་རེ་  
 ཞིག་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཞེས་བྲ་བ་དང་། དེའི་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་བ་སྟེ་གཅིག་  
 གོ། །གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་དེ་ལ་བདག་ཏུ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པས་ཀུན་  
 གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྲ་སྟེ། བདག་དང་བདག་གི་ཞེས་བྲ་བར་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟག་ཏུ་བདག་ཏུ་སྤོངས་པ་དང་། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་  
 དང་། བདག་ཏུ་ང་རྒྱལ་བ་དང་། བདག་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་བྲ་བ་ཉོན་མོངས་  
 པ་བཞི་པོ་དག་དང་། རང་གི་ས་ནས་སྐྱེས་པའི་རིག་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དེ་དེ་  
 ཡང་དག་བཅོམ་པ་ལ་མེད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །དེ་ལྟར་དེ་ནི་ངར་སེམས་དང་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་  
 ལྟེ། གཉིས་པའོ། །གཞན་ཡང་དེ་ནི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་རྒྱས་པ་འདུན་པ་དང་མོས་པ་ལ་སོགས་པ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་  
 ཅད་དང་བཅས་པ་ཀུན་གཞི་ཡིན་པས་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་  
 ལྟེ། ཅུ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་མིག་  
 དང་། གཟུགས་དང་། སྒྲིང་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱུ་རྗེ་ལྟར་ཉེ་བར་གྱུར་བ་ན། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཆོགས་ཀྱི་པོ་དག་འབྱུང་ལྟེ། དཔེར་ན་རྒྱ་མཚོ་ལས་ཚུའི་རྒྱབས་དག་རྒྱུང་  
 དང་ཚུ་སྤོང་གྲིས་བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་གྲིས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །  
 ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་དང་  
 གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚོ་དང་  
 ཚུ་རྒྱབས་བཞིན་ནོ། །ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་དམིགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་འདུ་ཤེས་མེད་  
 པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་པ་དང་། འགོག་པའི་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པ་དང་།  
 གཉིད་ལོག་པ་དང་། ལྷོས་པ་དང་། བརྒྱལ་བ་དག་གི་གནས་སྐབས་ན་ནི་  
 མེད་དོ། །དེ་ལྟར་དེ་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེའི་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བ་ལྟེ། གསུམ་པའོ། །སེམས་དེ་ཉིད་རྣམ་འབྱོར་པ་དེ་ལ་རབ་ཏུ་སྒྲིང་  
 བ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་དང་། ཡུལ་ཏུ་སྒྲིང་བ་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་  
 གྱུར་ཅིང་སྒྲིང་བ་ལྟེ། བྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པར་སེམས་ཅམ་ཏུ་དམིགས་པ་  
 པ་ཡུལ་མི་དམིགས་པ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ལ། གཟུང་བ་མེད་ན་དེ་འཛིན་པ་དག་ཀྱང་

མེད་པས་གཟུང་བ་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། འཇིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་རྣམ་པ་དུག་པོ་དག་མི་དམིགས་པ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་སྟེ། རི་སྤྱིད་དུ་ཀུན་གཞི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཉིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་དམིགས་པ་ལ་གནས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་བཟུང་བའི་ས་བོན་  
 མི་ལྟོག་ཅིང་། མཚན་མར་ལྟ་བའི་ས་བོན་མ་སྤངས་པའི་སྤྱིར་གཉིས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་མི་སྤྱོད་ངོ་། །གང་གི་ཆེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་དག་  
 སེམས་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་མི་དམིགས་པ་དེའི་ཆེ་ན། རང་གི་ཆོས་ཉིད་ལ་ངེས་  
 པར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། གནས་གྱུར་པས་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་  
 སྤྱིར་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཆོས་ཉིད་ཐོབ་པོ། །རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དེ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གསུམ་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་ན་མི་རྟོགས་པས་དེའི་སྤྱིར། བརྟགས་པ་ཉི་བར་  
 མི་དམིགས་ཤིང་། །གཞན་གྱི་དབང་ཡང་གཟུང་མེད་པས། །དེ་ཉིད་མཐོང་  
 བ་ཡོངས་གྲུབ་པའི། །ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ལྟ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། འདི་  
 ལ་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་གསུམ་པོ་དག་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་ཏེ།  
 དེ་ལ་ནང་དང་སྤྱི་རོལ་གྱི་དབྱེ་བས་ཐ་དད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་དང་  
 གང་གིས་གཟུགས་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་གྱི་དངོས་པོ་གང་དང་གང་རྣམ་  
 པར་བརྟག་པར་བྱ་བ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་མ་ཡིན་

པར་སྒྲོ་འདོགས་པས་བརྟགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་  
 རོ་བོ་ཉིད་དོ། །ཁམས་གསུམ་ནས་སྐྱེས་ནས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་  
 བ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཀུན་རྟོག་པ་དག་བ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་ཐ་  
 དད་པ་ནི་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ཅིང་དབང་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དབང་  
 རོ། །ཡང་ན་གཞན་སྐྱེས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པས་གཞན་གྱི་དབང་སྟེ། ཀུན་  
 བརྟགས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་གཉིས་དེའི་གཞི་ལས་ཀུན་བརྟགས་པ་  
 དང་། ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གི་རོ་  
 བོ་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱི་དབང་དེ་ཉིད་གཟུང་བ་དང་འཇིག་པའི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 ཀུན་བརྟགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་རོ་བོ་  
 ཉིད་དོ། །དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་དང་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ་ཐ་དད་  
 པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཐ་དད་པར་གྱུར་ན་ནི་ཆོས་ཉིད་ཐ་དད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དེས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་རྣམ་པར་བྱང་བའི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དག་ཡོད་ན་རི་ལྟར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པ་ཞེ་ན། ཀུན་བརྟགས་པ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་པས་ཉེ་བར་མི་དམིགས་ཤིང་གཞན་གྱི་  
 དབང་ཡང་དེ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་རོ་བོ་ཉིད་  
 མེད་པ་ཡིན་པས་གཟུང་དུ་མེད་དོ། ། ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་རོ་བོ་ཉིད་ནི་ཀུན་  
 བརྟགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་པ་ཡང་ཡིན་ལ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་

ཀྱང་མིན་ཏེ། འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྒྲིང་ཡུལ་གྱི་དོན་ཡིན་པས་  
 དོན་དམ་པ་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་  
 མཐོང་བ་དོན་དམ་པར་ཤེས་པ་དག་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་དོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་  
 དམིགས་པར་བྱ་བ་དང་། དམིགས་པའི་དངོས་པོ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྐྱེས་པའི་  
 ཕྱིར་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་དོ། །གནས་གྱུར་པའི་མཆོན་ཉིད་དེ་ཡང་ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ཀྱི་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལུས་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
 ཞིང་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པའི་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་ཏེ། ལས་དང་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པའི་  
 བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །  
 གལ་ཏེ་ཁ་ཅིག་འདི་སྐད་ཅེས་ཀྱན་བརྟགས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་  
 ཐུན་མོང་བའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ལ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་དོ་བོ་ཉིད་ནི་སོ་སོ་  
 རང་རིག་པ་སྟེ། ཐུབ་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་  
 བ་གཞན་གྱི་དབང་གི་དོ་བོ་ཉིད་དེ་ཤེས་པ་གང་གི་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཡོད་  
 པར་ཇི་ལྟར་ཤེས་ཞེས་ཟེར་ན་དེའི་ཕྱིར། བརྟགས་པ་རྒྱ་མཆོན་བཅས་ཕྱིར་  
 དང་། །གཞན་དུ་གཉིས་པོ་མེད་ཕྱིར་དང་། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར། །གཞན་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། འདི་  
 ལྟར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བརྟགས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ཏེ།



མཚན་ཉིད་དེས་གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་དཔག་གོ། ། གཞན་  
 དུ་གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་དབང་མེད་པར་གྱུར་ན་བཏགས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་ནམ་  
 ཀུན་བཏགས་དང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཉིས་པོ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་ནི་གཞན་གྱི་དབང་ལ་རག་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གཞན་  
 ཡང་གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གྱུར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་  
 ལ། དེ་དང་བལ་བ་ཉིད་ནི་ཐར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་  
 དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། ། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་པ་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་དུ་བྱས་ནས་མཐོང་སྟེ། གཞན་གྱི་དབང་ནི་དེའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པ་དག་པ་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཤེས་  
 རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚུལ་འདི། ། ཐམས་ཅད་མཐུན་ཉིད་ཐོབ་པ་ཡིན། ། སྦྱེ་དང་  
 འགག་ལ་སོགས་པ་དང་། ། དགག་པ་སྦྱར་ལེན་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཆོས་འདི་དག་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་མངོན་པར་རྒྱན་པར་བྱེད། ཡོངས་སུ་  
 རྟོགས་པར་བྱེད་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱེད། ཡོངས་སུ་དཔྱོད་པར་བྱེད་  
 གྲང་འདི་ལ་བདག་གམ་བདག་གིར་བྱ་བ་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ནི་  
 བདག་དང་བདག་གི་རྣམ་པར་འཇིན་པ་དང་། དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་བསྟན་ཏོ། །

སེམས་དེ་ནི་སེམས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས་ནི་གཟུང་བ་དང་  
 འཛིན་པ་མེད་པར་བསྟན་ཏོ། །སེམས་མེད་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྲབ་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ཉིད་བསྟན་  
 ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ནི་མཆོན་མའོ། །བྲང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མཆོན་  
 མའོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས་ནི་མིང་དང་བདར་བཏགས་པས་ཀྱན་བཏགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །སྐྱར་པ་གདབ་པ་དང་། ཉེ་བར་སྦྱང་བ་དང་།  
 གདགས་པའི་ཆོས་དང་། བྲང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཀྱི་ཆོས་བསྟན་པས་ནི་གཞན་  
 ཀྱི་དབང་བསྟན་ཏོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། དཔེན་  
 པ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 བརྗོད་པས་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་  
 གིས་བསྟན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་འདི་ནི་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཡིན་གྱི། དབུ་མ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དང་  
 འགག་པ་ལ་སོགས་པ་དག་དགག་པ་སྐྱར་ལེན་པ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྟོབ་དང་  
 མཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་འཐོབ་པའི་ཐབས་མ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པ་པ་དག་གིས་སྐྱར་བའི་  
 སྤྱོད་པ་སྤྲོ་བ་ཡིན་ལོ། །འདིར་བཤད་དེ་བཞིན་གཤེགས་བཀའ་ཀྱན། །ཁོ་  
 བོ་ཅག་གི་ཆོད་མ་ཡིན། །ཆོད་མ་ཡིད་ཆེས་ལྷང་ཡིན་ཕྱིར། །བཟང་པོ་དག་  
 ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད། །ཅེས་བྲུ་བ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་ཐམས་ཅད་  
 ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཆོད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་དེ་ཉིད་གཟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་

གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། ། དགེ་ལེགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཅན་ཉིད་དག་ནི་  
 དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅིང་མི་མཐུན་པར་མི་བྱེད་དོ། ། ལུང་གཞན་དག་གིས་ཐེ་  
 ཆོམ་དང་། །ལོག་པའི་སྒོ་ཅན་གཞན་མི་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་སྐྱབ་གཞུག་  
 ཕྱིར། །རིགས་པ་ལྷན་པའི་ཚུལ་བཅུལ་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལུང་ལས་གཞན་  
 པའི་ལུང་ནི་ལུང་གཞན་དག་གོ། །དེ་དག་གིས་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་དེ་ཡིན་  
 བ་མ། །འོན་ཏེ་མ་ཡིན་སྟུང་དུ་ཐེ་ཆོམ་བར་གྱུར་པའོ། །ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་འདི་ལས་གཞན་པ་དག་ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་ཤིང་འདི་ལ་  
 མི་སྟོས་པས་དེ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལོག་པར་ཞུགས་པའོ། །  
 གང་དག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ལུང་གཞན་དག་གིས་ཐེ་ཆོམ་  
 དང་ལོག་པའི་སྒོ་ཅན་དག་སྟེ། སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་བྱང་རྒྱལ་དུ་སྐྱབ་  
 གཞན་དག་གོ། ། དེ་དག་གིས་ཆད་མ་དེ་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་  
 དག་སྐྱབ་ཏུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་པོ་རིགས་པ་དང་ལྷན་པའི་ཚུལ་སྟོགས་  
 དང་། གཏན་ཆིགས་དང་དཔེའི་སྒྲིན་མེད་པ་གཞན་གྱིས་སྐྱས་པའི་ཉེས་པའི་  
 གནས་སུ་མ་གྱུར་པའི་མཐའི་རིགས་པའི་ལམ་བཅུལ་བར་བྱའོ། །སྒྲིད་གྱིས་  
 བརྟགས་པའི་གསུང་རབ་དང་། སྐྱར་པ་འདེབས་པ་རི་སྐད་སྐྱས་པ་དག་གིས་  
 ནི་རིགས་པ་མི་བཟོད་པས་དེའི་ཕྱིར། གཉིས་མེད་པ་ཡི་དངོས་པོ་ནི། །  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་འགལ་བའི་ཕྱིར། །ནམ་མཁའི་མེ་ཉོག་མེད་དངོས་སམ། །  
 དེ་དངོས་ཡིན་པར་བརྟག་མི་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་  
 གཉིས་མེད་པ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་ནི་རི་སྐྱར་མེད་པ་ཡིན། ཅི་སྟེ་མེད་པ་ཡིན་

ན་ནི་འོ་ན་དེ་ལྟ་ནི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཉིས་མེད་པའི་དངོས་  
 པོ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ཆོག་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 གཉིས་མེད་པའི་ཚུལ་ཁོ་ནར་རྟག་ཏུ་ངེས་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་མེད་པ་ཉིད་  
 དངོས་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་མེད་པ་ཡང་དངོས་པོ་  
 ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་མེད་པ་དངོས་པོ་  
 ཡིན་པར་མི་འདོད་ན་ནི་གཉིས་མེད་པ་དེ་ཡང་དངོས་པོ་ཡིན་པར་བརྟག་  
 པར་མི་བྱའོ། ། ཅི་སྟེ་འདི་སྟུམ་དུ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཚུལ་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 གང་གང་གིས། །དངོས་པོ་གང་གང་རྣམ་བརྟགས་པ། །དེ་ནི་ཀུན་བརྟགས་  
 ཁོ་ན་སྟེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །གཞན་གྱི་དབང་གི་དངོས་ཉིད་ནི། །  
 རྣམ་རྟོག་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། །དེ་ལ་རྟག་ཏུ་སྤྲ་མ་ཤོས། །བྲལ་བ་ཉིད་  
 གང་ཡོངས་བྱུང་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་  
 རྟག་ཏུ་སྤྲ་མ་ཤོས་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གཟུང་བ་དང་  
 འཇིན་པར་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་  
 སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཀུན་བརྟགས་པ་དང་གཞན་གྱི་དབང་ལ་  
 ལྟོས་ནས་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ལ་ལྟོས་ནས་དངོས་  
 པོ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ན་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་འགལ་བ་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་པ་  
 རོལ་བོ་དག་སེམས་པ་ལ་བརྟགས་ནས་དེ་དག་གི་པའི་ལན་ཡང་གདབ་པའི་  
 སྤྱིར། གལ་ཏེ་ཡང་དག་བརྟག་མེད་སྤྱིར། ། དེ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་སྟུམ་ན། །

མཚན་གཞི་མཚན་ཉིད་རྣམ་གཞག་ལ། །དེ་ནི་མཚུངས་ཕྱིར་ལན་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ཀུན་བརྟགས་པ་དང་གཞན་གྱི་དབང་དག་མེད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ལ་དབྱེར་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་གང་གི་ཆེ་མཚན་ཉིད་གྱི་  
 གཞི་དང་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་གཞག་པ་བྱེད་པ་ན་མཚན་ཉིད་གྱི་གཞི་དེ་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བ་དེའི་མཚན་ཉིད་ནི་གཉིས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དེའི་ཆེ་ན། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་གཉིས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན་ནི་རི་ལྟར་མེད་  
 པ་ཡིན། ཅི་སྟེ་མེད་པ་ཡིན་ན་ནི་འོ་ན་དེ་ལྟར་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 འགལ་བར་སྒྲར་བསྟན་པ་དེ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་པ་རོལ་པོ་དག་གིས་སྤྲས་  
 པའི་ལན་དེ་ནི་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་དེའི་དངོས་མ་  
 བཏང་གང་། །དེ་ནི་དེ་དངོས་ཡིན་འདོད་ན། །དེ་ལྟར་དངོས་ཉིད་མི་གཏོང་  
 བ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དངོས་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་པ་རོལ་པོ་དག་  
 འདི་སྐད་ཅེས་གཉིས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་ཞེས་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་པ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་  
 ན། དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཉིད་མི་གཏོང་ན་དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་དེ་  
 ནི་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་ལ་དངོས་པོར་བརྟག་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར། དེས་ན་དེ་ཉིད་གཞིགས་རྣམས་ཀྱི། །མཁུན་པ་  
 དངོས་མེད་དམིགས་པར་འགྱུར། །དེ་ཡང་ཆོས་བདག་མེད་མིན་ཏེ། །མེད་  
 པའི་སྒྲོ་ཡི་རྒྱ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གྲུབ་པའི་མཐའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་མཐའ་

གཉིས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་པར་བཞེད་ན། བྱེད་འདོད་པ་ལྟར་ན་དེ་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་བས་ལུང་དང་འགལ་ལོ།  
 གལ་ཏེ་མི་འགལ་ཏེ་གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཀུན་བརྟགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་པའི་དངོས་པོ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་བྱེད་ཀྱང་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཆོས་བདག་མེད་པ་ནི་  
 མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པར་འདོད་ན་དེ་ཡང་མེད་པ་ཉིད་ཁོ་  
 རྣམ་མེད་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆོས་བདག་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་རུང་  
 རོ། །བདག་གི་སྤྱི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྤྱི་བའི་སྤྱིར་དང་། བདག་མེད་པ་ནི་དངོས་  
 པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཉི་གའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདིར་པ་རོལ་པོ་དག་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་འཆིང་  
 བ་ཡིན་པར་གསུངས་པས་དེ་དང་བྲལ་ན་གྲོལ་བར་སེམས་ཤིང་། གལ་ཏེ་  
 དངོས་མེད་དམིགས་པའི་སྒྲོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡིན་འདོད་ན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་འདི་སྐད་ཅེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རོ་  
 གཅིག་པའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོས་ཅི་ཞིག་ལ་རྟོག་པར་  
 བྱེད་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པར་འགྱུར། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་དེ་ནི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ནའོ། །སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་  
 བཤད་པ། དེས་ན་གཟུགས་སྒྲོ་མི་རྟོག་པའང་། །དམ་པ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་དོན་རི་ལྟ་བ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་ན་ནི། དེ་ལྟ་བུ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོ་གཟུགས་ལ་སོགས་



བ་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་རྟོག་པ་དང་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་  
 བ་ཡང་དོན་ངེས་ལྟ་བུ་བཞེན་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །འདིར་སྒྲུས་པ། གཟུང་  
 བ་དང་འཇིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཡང་དག་  
 པར་ན་དོན་ངེས་ལྟ་བུ་བཞེན་མ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲོ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་དུ་བློན་ཀྱང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་  
 བར་སྒྲུང་བའི་སྤྱིར་སྒྲུབ་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བའི་སྒྲོ་བཞེན་ནོ་ཞེ་ན་  
 འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་གཟུང་བར་སྒྲུང་འདོད་པས། །གཟུགས་སྒྲོ་ཡང་  
 དག་མ་ཡིན་ན། །དེས་ན་གཏན་ཆིགས་འབྲུལ་འགྱུར་ཞིང་། །དམ་བཅས་པ་  
 ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འབྲུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགལ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནི་གཟུང་བར་སྒྲུང་བ་ཉིད་མ་  
 གཏོགས་པར་ལོགས་ཤིག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པས་གཟུང་བར་སྒྲུང་བ་ཉིད་དུ་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡང་དག་པ་བསལ་བའི་  
 སྤྱིར་ཆོས་ཅན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལོག་པར་བསྐྱབ་པས་འགལ་ལོ། །འདིར་དམ་  
 བཅས་པ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའོ། །འདི་ལ་གཟུགས་ཀྱི་  
 སྒྲོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ངེས་ལྟ་བུ་ན་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། མངོན་སུམ་  
 དང་། བྱུང་དང་། འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡང་དག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་དག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བསལ་བའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 དང་འགལ་ལོ། །དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡོངས་བྱུང་བའི། །ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། །ཞེས་ངེས་སྒྲུས་པ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲོན་འདི་ཡོད་དོ། །ངོ་བོ་ཉིད་ལ་

དམིགས་ཡིན་ན། ། སྟོན་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟོག་ཅན་དང་། ། དམིགས་པ་ཅན་དུ་  
 འགྱུར་བ་དང་། ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྒྲོར་མི་འགྱུར། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པས་སོ་སོ་རང་རིག་པར་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་  
 བྱ་བའི་དམིགས་པ་སྐྱ་རི་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཅུང་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ན་སྟོན་པ་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རྟོག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ནི་  
 རྟོག་པ་མི་མངའ་བར་བཞེད་དོ། ། དམིགས་པ་དེ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ན་དམིགས་པ་ཅན་དུ་ཡང་འགྱུར་བས་དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་  
 མི་འགྱུར་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ནི་དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་བཞེད་དོ། ། དེ་ཉིད་ལ་  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོར་  
 ཡང་མི་འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་སྐྱར་རོ། ། འདི་ལྟ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་པོ་  
 འདི་ནི་སེམས་ཅན་སྟེ། བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་མེད་དོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ལ་ཡང་། སེམས་ཅན་དུ་ནི་དམིགས་པ་དང་། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་མི་འཇིན་ན། ། ཁས་སྒྲངས་པ་དང་གྲགས་པ་ཡིས། ། དམ་བཅས་  
 པ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཁས་སྒྲངས་པས་གཞོད་པར་འགྱུར་  
 བ་ནི་མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 འགྱུར་ངོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་དང་འགལ་བའོ། ། གྲགས་པས་གཞོད་པར་  
 འགྱུར་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་མེད་པར་མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་སྐྱེ་བར་གྲགས་པས་གཞོད་པར་འགྱུར་བའོ།

འདིར་སྤྲུལ་པ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་མེད་པར་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་སྐྱེ་བར་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་ཆི་ལམ་ན་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་ཕྱིར་བཤད་  
 པ། དེ་ལྟར་སྤང་བ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། །ཆི་ལམ་གཟུགས་སོགས་སྒྲོ་བཞིན་དུ། །  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དོན་མེད་པར། །རྣམ་པར་ཤེས་ཞེས་བྱར་མི་རུང་། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཕྱིར་པ་རོལ་པོ་དག་གིས་སྤྲུལ་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དེ་  
 བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་ཕྱིར་ཆི་ལམ་ལ་སོགས་པའི། །  
 རྣམ་ཤེས་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཕྱིར་དཔེ་ཡང་མེད་པ་དང་། །ཡུལ་  
 ལ་སྤྱར་བ་འདེབས་པར་འབྱུང་། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་  
 གཟུང་བ་དང་འཇིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པའི་  
 མིག་གིས་ཆི་ལམ་ན་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་མཐོང་བ་  
 ཡིན་གྱི་མ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཆི་ལམ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དག་ནི་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །སྒྲོན་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 མངོན་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དུན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དཔྱུས་ལོང་གི་  
 མིག་གི་མ་ཐུ་གཏན་ཉམས་པ་ལ་ཡང་ཆེ་རབས་གཞན་ན་མཐོང་བའི་བག་  
 ཆགས་ཀྱི་འཁྱུགས་ཀྱིས་ཆི་ལམ་ན་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཐ་དད་པའི་གཟུགས་  
 དུ་མ་དག་སྤང་བར་འབྱུར་བས་དེའི་ཤེས་པ་དེ་ལ་ཡང་དམིགས་པ་མེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། །འདི་ལྟར་བཟང་སྒྲོང་དཔྱུས་ལོང་དེས་ཆི་ལམ་ན་ཤེས་པ་དང་ལྷན་  
 པའི་མིག་གིས་གཟུགས་དེ་དག་མཐོང་སྟེ། །འདི་མིག་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཤེས་པའི་མིག་གིས་ནི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་  
 ཕྱིར་མི་ལམ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པས་བྲེད་ཅག་གི་སྐྱབ་པ་ལ་དཔེ་མེད་པའི་སྒྲིན་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ། །  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་སེལ་བར་བྲེད་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་  
 སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །བྲེད་འདི་སྐད་ཅེས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་སྒྲེ་སྟེ། རང་དུ་སྒྲུང་བ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་དུ་  
 སྒྲུང་བའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རང་དུ་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན་དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་  
 ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད། །སེམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་འདོད་ན། །ཡུལ་དུ་སྒྲུང་  
 བ་མ་གཏོགས་པར། །སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་གཞན་ཅི་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 འདི་ལྟར་ཁོ་ཐོ་ཅག་གིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བར་སྒྲེས་  
 པ་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་ཐོ་ཉིད་ཡིན་པར་མཐོང་གི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་མ་  
 གཏོགས་པར་རང་དུ་སྒྲུང་བ་གཞན་མ་མཐོང་ངོ། །གལ་ཏེ་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་  
 ཉིད་ལས་གཞན་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་ཐོ་ཉིད་གཉིས་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་  
 གང་ཡིན་སྒྲིན་ཅིག །གང་ཏེ་དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་འདི་སྐད་ཅེས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ལ་རང་དུ་སྒྲུང་བ་དང་། ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ངོ་ཐོ་ཉིད་གཉིས་ཡོད་  
 དེ། རང་གི་ངོ་ཐོར་གནས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ལྟ་བུར་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་  
 ཤེས་ཀྱི་ནོར་བུ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཤེས་ཀྱི་ནོར་བུའི་ངོ་ཐོ་ཉིད་ལས་ནི་  
 རང་གསལ་ལ། སྒྲིན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བར་གཞག་པའི་བྲད་པར་ལས་ནི་

སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བར་མཆོན་དུ་རུང་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 རང་རང་དུ་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་  
 བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་དཔེ་ཉི་བར་གཞག་  
 པ་མི་མཐུན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཞན་ལྟར་སྐྱེས་ཕྱིར་དེ་གཉིས་སྒྲུང་།  
 ཞེས་དང་འབྲེལ་བར་མི་འདོད་དེ། ཉི་བར་གཞག་པས་དེར་སྐྱེ་བ། ཞེས་གྱི་  
 སྒྲུང་ཅིག་མིན་ཕྱིར་རོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞེས་གྱི་ནོར་བུ་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 ཉི་བར་གཞག་པའི་བྱུང་པར་གྲིས་རང་གི་ངོ་བོར་གསལ་བ་ཉིད་ཡོངས་སུ་  
 བཏང་བས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་བདེན་  
 མོད་གྱི། ཞེས་གསལ་བའི་སྒྲུང་ཅིག་མ་སྤྲོ་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འགགས་  
 པར་གྱུར་པས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་འགགས་  
 གཞན་ནི་སྐྱེས་པ་ལ། དེ་ཡི་སྒྲོ་ནི་འབྲུལ་པར་འདོད། ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཞེས་  
 གསལ་བའི་སྒྲུང་ཅིག་མ་དེ་འགགས་པས་ན་ཉི་བར་གཞག་པའི་བྱུང་པར་  
 གྲིས་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེས་པ་ལ་ཞེས་ཡིན་པར་དམིགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནི་འབྲུལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་ནི་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། ཞེས་ཉི་བར་གཞག་པ་དང་བྲལ་བ་ན་སྤྲོ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ནར་སྒྲུང་བ་  
 ལྟར་ཞེས་པའི་རྣམ་པར་ཞེས་བྱའི་རྣམ་པ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་གྱི་རྣམ་པ་ཉི་བར་  
 གཞག་པ་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུ་ནི་ནམ་ཡང་གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་  
 པར་ཞེས་པ་རང་དུ་སྒྲུང་བའི་བདག་ཉིད་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་མེད་ཀྱང་དེ་ཡུལ་  
 གྱི་རྣམ་པས་ཉི་བར་ཁ་བསྐྱུར་བའི་དམིགས་པར་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་

ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་ཤེལ་གྱི་ནོར་བུ་  
 ཉེ་བར་གཞག་པའི་ཚོན་དང་སྤང་པ་ན་དེ་ལྟ་བུར་སྤང་བར་མཚོན་དུ་རུང་ཡང་  
 ཤེལ་གྱི་ནོར་བུ་ཡང་ཉེ་བར་གཞག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ལ་ཉེ་བར་  
 གཞག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་ཤེལ་གྱི་ནོར་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཤེལ་  
 གྱི་ནོར་བུ་ཚོན་ཡིན་པའམ། ཚོན་ཀྱང་ཤེལ་གྱི་ནོར་བུ་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་རྒྱུན་རིམ་ལྟར་ཉེ་  
 བར་གྱུར་པའི་ཡུལ་དུ་སྤང་བར་སྒྲེ་ཡང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ལ། གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དམ། སེམས་ཀྱང་ས་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཉིད་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རང་ལ་  
 བྱེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་དེ་ཤེལ་བཞིན་དུ་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་  
 སོ། །འདིར་སྒྲས་པ། ཡུལ་དུ་སྤང་བ་དེར་རང་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་  
 འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རིམ་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་རྒྱས་  
 པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་ཅིང་ལན་འགའ་ནི་དེའི་རྣམ་པའི་རྒྱས་པར་གནས་སོ། །  
 ལན་འགའ་ནི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་དུ་སྤང་  
 བའི་རྣམ་པར་སྒྲེའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱས་པ་དང་ཡུལ་དུ་སྤང་བ་དེ་  
 གཉིས་ལས་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དེ། རྣམ་



བར་ཤེས་པ་ཉིད་རྒྱས་པ་དང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། འདིར་བཤད་པ། གཉིས་སུ་སྒྲུང་མེད་རྒྱས་པ་ནི། །ཐ་དད་མིན་ཕྱིར་  
 ཡུལ་སྒྲུང་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་མ་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་གས་ཡིན་ལ། རྒྱས་པ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་གཏུན་ཆིགས་ཡིན། ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བདག་  
 ཉིད་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་ཏེ། རང་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གཞན་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དེ་སྐྱེ་བ་ན་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཁོ་ནའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་སྐྱེ་སྟེ། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་དུ་  
 སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འགག་པ་ན་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 རྒྱུན་དང་ལྷན་པའི་རྒྱས་པ་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་  
 པའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་བཞག་ནས་འགག་ཅིང་དེ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་གྱུར་བ་  
 ལས་ཡང་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་སྐྱེ་བར་བྱད་གྱི། རང་དུ་  
 སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱས་པ་གང་གིས་དེ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བ་  
 བཞག་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་པས་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
 རང་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་བརྟགས་པས་ཅི་བྱ། ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་སྟུམ་དུ་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྲུང་བར་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་  
 གཟུགས་དང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ཏེ། གང་ལ་ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བའི་ངང་  
 ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྲུང་བ་སྟེ། ཅིག་ཅར་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཐ་ཆིག་གོ། །གང་ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་བའི་ངང་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་འབྲུང་

བར་འབྱུང་བ་སྟེ། ལྟན་ཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའོ། །དཔེར་ན་གཟུགས་  
 དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གཟུགས་བརྟན་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བཞིན་ཏེ། དེ་ལ་གཟུགས་  
 ལྟ་བུ་ནི་རང་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་ནི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་ན། འདིར་བཤད་པ། སེམས་ནི་རང་དང་གཞན་སྒྲུང་  
 བ། །ལྟན་ཅིག་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་མི་  
 འདོད་དེ། །དེ་ཕྱིར་གཉིས་སུ་སྒྲུང་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་དུ་མི་འབྲུབ་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་བརྟན་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་སྒྲོ་ཡང་  
 འཁྲུལ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་སྒྲུས་པ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་སུ་  
 སྒྲུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཆོད་མ་དང་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཆོད་  
 མ་ནི་འདིས་རྗེས་སུ་དཔོག་པའི་ཕྱིར་ཆོད་མ་སྟེ། རང་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའོ། །འབྲས་བུ་ནི་དེའི་ཡུལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་སྟེ། ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་  
 རོ། །ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ལ་ནི་ཆོད་མ་དང་འབྲས་  
 བུ་དག་འཐད་པར་དཀའོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་ཆོད་མ་འབྲས་  
 ཡོད་ཕྱིར། །གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་འདོད་ཅེ་ན། །གཞན་དུ་འདྲ་དེ་དག་འབྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། །བརྟག་པ་དེ་ཡང་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པར་གཞན་དུ་ཡང་ཆོད་མ་དང་འབྲས་བུ་དེ་དག་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 བརྟག་པ་དེ་ཡང་མི་འདོད་དོ། །དེ་རི་ལྟར་ན་གཞན་དུ་ཆོད་མ་དང་འབྲས་བུ་  
 དག་འབྲུབ་པར་འབྱུང་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་འཛིན་པ་ཡི། །རྣམ་

བར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བཞིན་པས། །གཞལ་བྱ་གང་ཡིན་འཇལ་བྱེད་པ། །དེས་ན་  
 དེ་ནི་ཆོད་མར་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། །འདི་ལ་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་  
 བར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་འཛིན་པར་སྐྱེ་བཞིན་པ་ཉིད་གྲིས་ཡུལ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་སྐྱེ་བཞིན་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ཆོད་མ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། དེ་སྐྱེས་པ་ན་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །དེ་གྲུབ་པ་ནི་  
 འབྲས་བུར་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་སྐྱེས་པ་ན་ཡུལ་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་དེས་མངོན་པར་གྲུབ་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་  
 བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ཆོད་མ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་  
 དེ། དཔེར་ན་ཤིང་ལ་སྟར་ཤིང་གཟས་པ་དང་བཏབ་པའི་རྒྱུན་གྲིས་གཉིས་སུ་  
 གཙོད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དང་། དེ་དུམ་བུ་གཉིས་སུ་ཆད་པར་གྱུར་པ་ཉིད་  
 བཞིན་ནོ། །བསྟན་དུ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །དེ་བཞིན་རྟོག་པ་གང་ཐོབ་པ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་དངོས་པོའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་ལ་  
 དམིགས་པ་རྟོག་པ་དང་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བས།  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བསྟན་དུ་མེད་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་རང་རིག་  
 པའི་རྣམ་པས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་གང་གི་ཕྱིར་དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་  
 བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་སུ་ཁོ་ན་ལ་ཆོད་མ་དང་འབྲས་བུ་གཉི་ག་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་མ་གྲུབ་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་གཉིས་སུ་  
 སྒྲུང་བར་རྟོགས་པ་ནི་དགོས་པ་མེད་དོ། །ཡང་པ་རོལ་པོ་དག་གི་བསམ་པ་

གཞན་བསལ་བའི་སྤྱིར་བཏགས་པ། གལ་ཏེ་སྤྱི་འདོད་བསྐྱབ་བྱ་བ། སྤྱི་དོན་  
 སེམས་ཀྱི་དངོས་ཉིད་དེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་སྤྱིར། དཔེར་ན་  
 དེ་མ་ཐག་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་སྤྱི་རྒྱུ་འདི་ཀྱི་དོན་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་  
 སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཡུལ་ཡིན་སྤྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྱིར་ཞེས་སྒྲུབ་སོ། །  
 དཔེར་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་སྟེ། སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འགགས་པ་རྣམས་ནི་དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ཀྱི་དངོས་  
 པོར་འགྱུར་བས་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱའོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་  
 རྒྱུ་འདི་ཀྱི་དོན་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེས་ན་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་ཡིས། གཏན་ཆིགས་འབྲུལ་  
 པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་ཅི་རེ་ཞིག་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རྒྱུ་འདི་ཀྱི་ཡུལ་ཡང་སེམས་ཀྱི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་སོ་སོ་དག་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རྒྱུ་འདི་ཀྱི་ཡུལ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པར་འགྱུར་བའི་གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་དོ། ། ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་སྒྲུབ་དུ་དེ་  
 ནི་ལུང་གིས་འགྲུབ་སྟེ། འདི་སྟེ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་པ་ནི་སེམས་ཅན་མོ་

ཞེས་གསུངས་པར་སེམས་ན། འདིར་བཤད་པ། དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ལུང་གི་དོན་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མདོ་  
 ལས་སེམས་ཙམ་གསུངས་པ་ནི། །བྱེད་པོ་བོ་དགག་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་གཞན་སྤྱུ་སྟེགས་ཙན་དག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་གྱི་བྱེད་  
 པ་པོ་དང་བ་པོ་ཡོད་པར་བརྟགས་པ་སེལ་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར་སངས་  
 རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཙམ་ཞེས་བསྟན་པ་  
 མཛད་པ་ཡིན་གྱི། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་བསལ་བའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་  
 གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ས་བརྩུ་བའི་མདོ་སྟེ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བྱུག་  
 པ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལུགས་སུ་འབྱུང་  
 བ་དང་། ལུགས་སུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པར་བསྟན་པ་འདི་སྟུམ་དུ་  
 སེམས་ཏེ། མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་བརྩུ་གཉིས་པ་ལས་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་གྱི་ལུང་པོ་འབའ་ཞིག་པ་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཚོར་བ་པོ་དང་བྲལ་བ་འདི་  
 འབྱུང་ཞིང་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཤིང་ལྗོན་པ་མདོན་པར་འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ་སྟུམ་  
 དུ་དེ་ལྟར་ངེས་པས། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་པོ་  
 འདི་ནི་སེམས་ཙམ་སྟེ། སེམས་ཀྱིས་མདོན་པར་འདུས་བྱས་པ་དང་།  
 སེམས་ཀྱིས་བྲིས་པ་ཡིན་གྱི། སེམས་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཟ་  
 བ་པོ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་པ་ཉིད་  
 དུ་མི་འབྱུང་བོ། །འདིར་སྤྲུལ་པ། དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལས་  
 གྲུང་གསུངས་ཏེ། བྱམས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཟུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་

གདགས་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འདི་  
 བྱུང་བརྟགས་པའི་གཟུགས་སོ། །འདི་ནི་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་གཟུགས་  
 སོ། །འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་སོ་ཞེས་བྱ་བས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་བརྟགས་  
 པའི་གཟུགས་གང་ཞེ་ན། གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིང་དང་། འདུ་ཤེས་དང་།  
 གདགས་པ་དང་། ཐ་སྙད་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ། དེ་ནི་རྣམ་སྤྱོད་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་  
 གཟུགས་གང་ཞེ་ན། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ལ་མིང་དང་། འདུ་  
 ཤེས་དང་། གདགས་པ་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པར་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཉིད་དེ། འདི་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་སྤྱོད་པ་  
 ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་སྤྱོད་པ་ཡིན་གྱི། རང་དབང་དུ་འཇུག་པ་ལས་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་གང་ཞེ་ན། ཀུན་བརྟགས་པའི་  
 གཟུགས་དེས་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་གཟུགས་དེ་ལ་རྟག་རྟུ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 པ་ཉིད་དང་། ཆོས་བདག་མེད་པ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་སོགས་  
 པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་རྣམ་སྤྱོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་སྤྱོད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་དོན་གྱིས་སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ་ཞེ་ན། བཤད་པ། གལ་ཏེ་  
 རྣམ་བརྟགས་དོན་སྒྲིང་བས། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ན། །བརྟགས་པ་  
 མ་ཡིན་དོན་ཡོད་ཕྱིར། །ཡུལ་མེད་པར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་དོན་གྱིས་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཡིན་ཡང་དེ་



བཞིན་གཤེགས་པས་སོ་སོ་རང་རིག་པར་བྱ་བའི་ཚས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་  
དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བཞིན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ཡོད་པས་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཡོད་པ་ཁོ་  
ན་ཡིན་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡུལ་གྱིས་སྟོང་པ་ཡིན་པར་མི་  
རིགས་སོ།། །།

དབུ་མའི་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གོ་འབར་བ། བམ་པོ་བཙེ་  
བརྟུང་བ།

གཞན་ཡང་། མི་ལམ་ལ་ཡང་བརྟགས་མིན་པའི། རྩོམ་མ་  
ངས་འགྲུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁམས་གསུམ་པ་ནི་སེམས་ཅམ་སྟེ། གཟུགས་  
ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། མི་ལམ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་འདི་ལྟར། མི་ལམ་ལ་ཡང་བརྟགས་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་ཆ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དེས་ན་ཅི་རེ་ཞིག་མི་ལམ་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མི་ལམ་གྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་བྱུ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱིས་སྟོང་  
པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་རང་གི་ཆ་ལ་དམིགས་པ་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
དོན་གྱིས་མི་སྟོང་པར་འགྱུར་པའི་གཏན་ཆོག་མ་ངས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ།།  
དམིགས་པ་མེད་པ་མི་འདོད་དེ། །དཔེ་ནི་རབ་རྩུ་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་བརྟགས་པའི་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་མི་ལམ་སྤངས་

པ་དེར་ཡང་བརྟགས་པའི་དོན་སེལ་བར་བྱེད་ཀྱི་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 དོན་ཀྱི་ཆ་སེལ་བར་མི་བྱེད་པ་དེས་ཀྱང་སེམས་ཅམ་ཉིད་དུ་མི་འབྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། དམིགས་པ་མེད་པར་མི་འདོད་དེ། དཔེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྟོགས་  
 གཅིག་དང་མི་ལྡན་པར་རབ་རྩ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་ལམ་གྱི་ཞེས་པའི་  
 ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་མི་ལམ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཏན་ལ་  
 དབབ་པར་ན་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་སོ། །འདིར་  
 སྒྲས་པ། ཅི་སྟེ་སྟོ་ཡུལ་རྣམ་པ་གཉིས། །གཅིག་དང་འདུས་པ་ཡིན་སྟམ་ན།  
 རིགས་པས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ན། དེ་ན་གཉི་གར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་པ་རོལ་པོ་དག་ན་རེ་ཅི་སྟེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པར་སྒྲ་བ་དག་སྟོའི་  
 ཡུལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད་དེ། རྩལ་སྤྲ་རབ་གཅིག་སུ་འབའ་ཞིག་ཡུལ་དུ་  
 འདོད་དམ། འོན་ཏེ་རྩལ་སྤྲ་རབ་འདུས་པ་ཡུལ་དུ་འདོད་དོ་སྟམ་ན། གཉི་ག་  
 ཡང་རིགས་པས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ན་འགལ་བའི་ཕྱིར་དེ་ནི་གཉི་གར་མི་  
 རིགས་ཏེ། བཟང་པོ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རིགས་པ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན།  
 དེའི་ཕྱིར་སྒྲས་པ། དེ་ལ་གཟུགས་རྩལ་གཅིག་སུ་ནི། །གཟུགས་སྟོའི་སྟོང་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་སྤང་ཉིད་དུ་མི་འབྱུང་ཕྱིར། །དབང་གཟུགས་སྟོང་ཡུལ་  
 མ་ཡིན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྤྲ་བ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་ནི་  
 རྩལ་སྤྲ་རབ་པོ། །གཅིག་སུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབའ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ།  
 གཟུགས་ཀྱི་རྩལ་གཅིག་སུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་གཟུགས་

གྱི་སྒྲོ་བའི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཚུལ་ཏེ། ཚུལ་ཅན་དང་ཚུལ་  
 བསྐྱུས་པ་ནི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྒྲོ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བྱེད། ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་གཏུག་ཚིགས་ཏེ། དེ་སྒྲོ་བ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་གྱི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་  
 སྒྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆ་ཆོག་ལོ། དེ་སྒྲོ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དེ་སྒྲོ་བ་ལ། སྒྲོ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལྷན་གྱི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མི་  
 འགྱུར་བ་སྟེ། གཏུག་ཚིགས་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོ་བ་སོ། ། དབང་  
 གཟུགས་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་བཞིན། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་སྟེ། དབང་པོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་ལྷན་པ་ཏེ། དེ་ལྷན་པ་གྱི་དོན་པོ་ཉིད་ལྷན་པ་འདོག་གཟུགས་  
 དང་བ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཡང་དེ་སྒྲོ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དཔེར་  
 བ་དེ་གཟུགས་གྱི་སྒྲོ་བའི་ལྷན་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྩལ་སྤྲོ་བ་རབ་ཀྱང་  
 གཟུགས་གྱི་སྒྲོ་བའི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོ་བ་གཟུགས་ནི་དུ་མ་སྟེ། །  
 སེམས་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་མི་འདོད། རྩལ་སྤྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཕྱིར། དཔེར་  
 བ་སྒྲོ་བ་གཉིས་བཞིན་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་སྤྲོ་བ་གྱི་གཟུགས་དུ་མ་དེ་  
 དག་འདུས་པ་དེ་ཡང་སེམས་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། རྩལ་སྤྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འདི་ལྟར་རྩལ་སྤྲོ་བ་གྱི་  
 གཟུགས་འབར་ཞེག་པ་ནི་རྩལ་སྤྲོ་བ་འདོད་ལ། དེ་དག་འདུས་པ་ནི་དམག་  
 དང་ནགས་ཚལ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྩལ་སྤྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་སྒྲོ་བ་  
 བར་འགྱུར་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་སེམས་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷན་པ་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དཔེར་  
 བ་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་མིག་སྒྲོ་བ་གྱིས་ཉམས་པས་སྒྲོ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་

ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། ། འདིར་བཤད་པ། དེ་ལ་གལ་  
 ཏེ་པ་རོལ་པོ། །བསགས་པ་མེད་པའི་གཟུགས་སེམས་ཀྱི། །སྟོང་ཡུལ་མིན་  
 པར་སྐྱབ་བྱེད་ན། །དེར་ནི་བྱབ་པ་ཉིད་སྐྱབ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་  
 པ་རོལ་པོ་དག་བསགས་པ་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་རྩལ་སྤྲ་རབ་གཅིག་སྟེ་  
 སེམས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་སྟོགས་སྤྲ་མ་དེར་  
 བྱབ་པ་ཉིད་ལ་སྐྱབ་པར་འགྱུར་ཏེ། །ཁོ་བོ་ཅག་གྲང་དེ་ལྟར་འདོད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཅི་སྟེ་བསགས་པའི་གཟུགས་ལ་ནི། །གཏན་ཆིགས་མ་བྱབ་ཉིད་འགྱུར་  
 ཏེ། །གཟུགས་གཞན་དག་གི་བསགས་པ་ནི། །དེར་སྤང་སྟོ་ནི་སྟེ་སྤྱིར་རོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་སྟེ་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་རིགས་མ་ཐུན་པ་བསགས་པའི་གཟུགས་  
 སྟོགས་སྤྲ་བྱས་ནས་དེ་ལ་རྣམས་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་སྤྲ་  
 བཟོད་ན་ནི། །དེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མ་བྱབ་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། །འདི་ལྟར་རྩལ་སྤྲ་རབ་རིགས་མ་ཐུན་པའི་  
 གཟུགས་གཞན་དག་གིས་དེ་ལ་བསགས་ཤིང་ཀུན་ནས་སྤྱིར་བ་ན་དེ་ཡུལ་  
 ཀྱི་དངོས་པོར་ཁས་སྤངས་ཤིང་དེར་སྤང་བའི་སྟོ་རྩལ་སྤྲ་རབ་འདུས་པའི་  
 རྣམ་པར་སྟེ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་རིགས་མ་ཐུན་པའི་  
 བསགས་པ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དང་སྤྲ་རབ་གྲང་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྣམས་སྤྲ་  
 འདོད་དེ། །འདི་ལྟར་རྩལ་སྤྲ་རབ་ནི་རྣམས་བརྒྱད་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
 པས། །དེ་ཡང་རྣམས་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ལ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་  
 པ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་གྲང་རྣམས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །འབའ་ཞིག་པ་ནི་རྣམས་སྤྲ་མ་

གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་དམིགས་ཉིད་ཡིན་འདོད་དེ། །དེར་སྒྲུབ་སྒྲོ་ཡི་རྒྱར་  
 འགྱུར་ཕྱིར། །འདོད་ཆགས་བཞིན་ཏེ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །སྒྲོད་དམ་བཅས་ལ་རྗེས་  
 དཔག་གཞོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་རིགས་མཐུན་པ་བསགས་པའི་  
 གཟུགས་དེ་ནི་དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་དེ། ཅེའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་  
 ལྟར་རྩལ་སྤྲ་རབ་བསགས་པ་དེ་ནི་བསགས་པའི་གཟུགས་དེར་སྒྲུབ་བའི་  
 སྒྲོའི་རྒྱའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་དང་གང་དེར་སྒྲུབ་བའི་  
 སྒྲོའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་དེ་དང་དེ་ནི་བསགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 ན་འདོད་ཆགས་ཡུལ་ལ་ཆགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དེ་ནི་བྱད་མེད་ཀྱི་གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་བསགས་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པར་འདོད་པ་བཞིན་ཏེ། དེའི་  
 ཕྱིར་སྒྲོད་ཀྱིས་བསགས་པའི་གཟུགས་ནི་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་དམ་  
 བཅས་པ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་འདིས་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ། །རྣམ་པར་  
 ཞེས་པའི་ཆོགས་ལྗེའི་གནས་དང་། དམིགས་པ་ནི་བསགས་པ་ཡིན་ལོ་  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་དང་ཡང་འགལ་ལོ། །འདིར་སྒྲུབ་པ། སྒྲོ་ནི་དམིགས་  
 པ་མེད་པ་ཁོ་ནར་སྒྲེ་སྟེ། རང་ཏུ་སྒྲུབ་བའི་རྣམ་པར་ཞེས་པའི་ས་བོན་ལས་  
 སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་བཞིན་ལོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་རང་སྒྲོ་  
 དམིགས་མེད་དེ། །རང་གི་ས་བོན་ལས་སྒྲེའི་ཕྱིར། །ཡིད་སྒྲོ་བཞིན་འདོད་  
 བཏགས་མིན་ཕྱིར། །སྒྲོད་ཀྱི་དམིགས་བཅས་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཞེས་པ་ལའང་བཏགས་པ་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་དོན་ཏུ་སྒྲུབ་  
 བའི་ཆ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྒྲོད་ཀྱི་སྒྲོ་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་རོ།

གཞན་ཡང་། དམིགས་པ་མེད་པ་རྗེས་དཔོག་པས། །དེ་ནི་སྒྲིང་མ་ཡིན་  
 འགྱུར། ། འདུས་པ་དམ་ནི་མ་བཅས་པས། །དེ་འགོག་པ་ནི་གཞོད་པ་མེད།  
 །ཅེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པས་སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ན་  
 དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་རྗེས་སུ་དཔོག་པས་སྒྲོར་འདོད་པ་དེ་སྒྲིང་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་པས་སྒྲོ་དེ་ནི་སྒྲིང་མ་ཡིན་པར་བསལ་བའི་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ལོག་པར་བསྐྱབས་པས་དམ་བཅས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ།  
 །སྤྱོད་ཀྱིས་འདུས་པ་ནི་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ལ་ཡང་ཁོ་བོས་ཀྱང་འདུས་པ་དམིགས་པ་ཡིན་པར་དམ་བཅས་ཏེ། འོ་ན་  
 རི་ལྟར་དམ་བཅས་ཤེ་ན། རུལ་སྤྲ་རབ་བསགས་པ་ནི་དམིགས་པ་ཡིན་  
 པར་དམ་བཅས་པས་སྤྱོད་ཀྱིས་འདུས་པ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་འགོག་  
 པ་ནི་ཁོ་བོ་ལ་གཞོད་པ་མེད་དོ། །བསགས་པ་དང་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 གཉིས་ལ་བྱེད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རུལ་སྤྲ་རབ་རིགས་མ་ཐུན་པ་དག་གཞི་  
 གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་ནི་ཆོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱང་པོ་ཆེ་དང་། རྟ་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། སྦྱར་པ་དང་། སེང་ལྷེང་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་  
 གཞི་ཐ་དད་པ་འདུས་པ་ལ་དམག་དང་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་པར་གདགས་  
 པ་ནི་འདུས་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདིར་སྒྲིས་པ། འོ་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གི་དམིགས་པ་  
 བརྟག་པའི་སྐབས་སུ། སྤྱི་རོལ་དོན་ནི་མེད་པར་ཡང་། །རྒྱས་པ་དང་ནི་  
 ཡུལ་གྱི་དངོས། །གཉིས་པོ་པན་ཚུན་རྒྱར་འགྱུར་བས། །ཐོག་མ་མེད་པའི་  
 དུས་ནས་འཇུག། །ཅེས་བྱ་བས་སྤྱོད་ཀྱིས་འདི་བརྟན་པོར་བཞག་ཟེན་ཏོ་ཞེ་ན།



བཤད་པ། ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་དེའི་ཙ་བ་བཞི་པ། རི་ལྷར་དེ་ནི་ལྷོག་པར་  
 འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་འདིས་རྗེས་ནས་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། བྱི་རོལ་  
 གྱི་དོན་ཡོད་པ་ལ་ནི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དེའི་དག་པ་  
 ཚོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཡུལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་གཟུང་  
 བ་དང་། འཇིན་པ་ལྷོག་པའི་བྱིར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བ་རིགས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི། བྱེད་ཡུལ་མེད་པ་ལ་ནི་  
 དང་པོ་ནས་གྲང་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་ལ། བྱིས་གྲང་མེད་པ་བཞིན་དུ་གཟུང་  
 བ་དང་འཇིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེ་བྱིས་རྒྱ་གང་གིས་  
 ལྷོག་ཅིང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད་དོ། ། ཡུལ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་ལམ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་མེད་པས་རྒྱས་པ་དང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་འཇུག་པ་དེ་རི་ལྷར་ལྷོག་  
 པའི་རིགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་བྱོད་འདི་སྒྲུལ་དུ། མི་རྟོག་  
 སྟོ་ནི་སྤང་མིན་ཏེ། ། འཕགས་བྱིར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་བྱིར། །ཞེས་བྱ་བར་  
 སེམས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་གཟུང་བ་དང་  
 འཇིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་སྤངས་སུ་བེན་གྲང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
 སྟོ་ནི་སྤང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པའི་བྱིར་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
 བྱིར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ལྷོག་པར་མི་འགྱུར་བར་སེམས་ན་ལོ། །  
 དེ་ལྟར། དེ་སྐྱེ་ཐར་པ་གལ་ཡོད། །དེ་ཡི་ས་བོན་མ་བཅོམ་བྱིར། །ཞེས་བྱ་

བ་ནི་འདི་སྒྲིང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ས་བོན་འཇུག་པས་ནི་འཁོར་བར་འདོད་  
 ལ། དེ་བཙུག་པས་ནི་ཐར་པར་འདོད་པ་ཡིན་ན་ངེས་པའི་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 དང་བཅས་པའམ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་  
 ཐར་པ་ག་ལ་ཡོད། དེའི་སྤྱིར་སེམས་ཅམ་དུ་སྐྱེ་བ་བྱོལ་ལ་ཐར་པ་ཡང་མི་  
 འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་འདི་སྒྲིང་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་  
 ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ནི་འཆིང་བ་ཡིན་ལ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ནི་  
 ཐར་པ་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འདི་སྒྲིང་། གཉིས་ཀྱི་འདུ་  
 ཤེས་འཇུག་པ་ན། །སྒྲིང་ཆོག་སྒྲིང་བ་རབ་དུ་སྐྱེ། །དེ་ཡི་སྒྲིང་ཆོག་སྒྲིང་  
 གང་དང་། །དེ་རང་ས་བོན་ལས་སྐྱེའི་སྤྱིར་། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གཟུང་བ་དང་  
 འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཇུག་པ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཡུལ་སྒྲིང་ཆོག་སྒྲིང་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིང་བ་རབ་དུ་སྐྱེ་སྟེ། དེའི་རྣམ་པ་སྒྲིང་ཆོག་སྒྲིང་  
 སྒྲིང་བ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་དང་རང་དུ་སྒྲིང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་  
 རང་གི་ས་བོན་ཡུལ་དུ་སྒྲིང་བའི་རྣམ་པ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞ་བ་  
 དེ་ལ་རྒྱས་སུ་ལ་དང་། །རང་བདག་ཉིད་དང་གཞན་ལས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་འགག་ཅིང་བག་ལ་ཞ་བ་ན་ཡང་རྩ་བའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་རྒྱས་པ་སུལ་བའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་ཆ་ལ་དམིགས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་  
 དང་། ཡུལ་དུ་སྒྲིང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་འགག་པ་ལས་ཀྱང་དེ་ལ་ཞ་

བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་བར་སེམས་ན། འདིར་བཞད་པ། དེ་ནི་  
 འདྲིལ་ཏེན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་བ་ཅམ་ལ་བདེན་མོད་ཀྱི། སྐྱོན་འདི་ཡོད་དེ།  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མིང་གིས་ནི། དེ་ལ་བདག་ཏུ་བཏགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བདག་ཏུ་སྐྱ་བ་དག་ཀྱང་ཡུལ་སྐྱ་ཆོག་གས་འབྱེན་པའི་བདག་གཅིག་ཕུ་  
 ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱས་པ་རབ་ཏུ་བསགས་པར་སེམས་པས་སྤྱོད་ཀྱིས་  
 ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅམ་ཀྱི་རྒྱ་ཐབས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ལ་  
 བདག་ཏུ་བཏགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་བདག་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱ་བ་ཡང་  
 ཉམས་སོ། །སྤྱོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བཏགས་པ་ཡང་འཁོར་བ་ལས་  
 སྤྱད་པར་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། འདི་ལ་སེམས་ཅམ་དུ་སྐྱ་  
 བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་འཁོར་བ་དང་ཐར་པའི་སེམས་ཚུལ་ལ་སེམས་པ་ན།  
 གཉིས་ཡོད་སྐྱ་མ་ལྟ་བུ་དང་། །ཟད་ཅན་མ་ཞི་བདག་མེད་དང་། །གཉིས་  
 མེད་མི་ཟད་ཡང་ཡང་དང་། །འཆི་མེད་གོ་འཕང་མཆོག་རྟོགས་ནས། །དེ་ལ་  
 འབྲ་བར་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་ལྟོག་པས། །མི་རྟོག་སྒྲོས་  
 བྱི་དམིགས་བྱེད་པའི། །གྲོལ་བ་སྤྱད་པར་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།  
 གཉིས་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཟུང་བ་དང་འདྲིན་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་  
 པོར་གནས་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྐྱ་མ་ལྟ་བུ་དང་། །ཟད་པ་ཅན་དང་། །མ་ཞི་བ་དང་།  
 བདག་མེད་པར་རྟོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། །སྐྱ་མ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟད་ཅན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་ཟད་པ་ཡོད་པས་ཟད་ཅན་ནོ། །མ་ཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་

དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བས་འཕངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་མེད་ཅེས་  
བྱ་བ་ནི་གཞན་ལ་སྟེགས་བྱེད་པ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་བདག་  
མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་མེད་  
ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་རྣམས་སེམས་  
ལས་ཕྱི་རོལ་ལས་མི་སྣང་བ་དེའི་ཆེ་ན། རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་  
ངེས་པར་གནས་པའི་སེམས་ནི་གཉིས་མེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་མི་ཟད་པ་  
དང་། ཡང་དག་པ་དང་། འཆི་བ་མེད་པ་དང་། གོ་འཕང་མཆོག་ཡིན་པར་  
རྟོགས་ནས་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །མི་ཟད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་ཟད་པ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པའོ། །ཡང་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མི་སྦྱི་བའོ། །འཆི་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
སྦྱི་བ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །གོ་འཕང་མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་  
ནི་མཐར་ཐུག་པའི་གནས་སོ། །རྟོགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་ཡོད་པ་  
དང་། གཉིས་མེད་པ་དག་ཚུ་ལ་དེ་ལྟར་རྟོགས་ནས་སོ། །དེ་ལ་འདྲ་བར་མེད་  
པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་མེད་པ་དེ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་དག་རི་  
ལྟར་འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་ན་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཐར་པའི་གནས་སྐབས་ན་  
ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་ལྡོག་  
པས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལ་གཉིས་པོ་འདྲ་བར་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་རྣམ་པར་ལྡོག་པས་སོ། །མི་ལྡོག་སྒྲོས་ནི་དམིགས་བྱས་པའི། །  
ཞེས་བྱ་བ་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པས་སྒྲི་རི་བཞིན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་  
དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དམིགས་

བར་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལོ། །དེ་ལ། གྲོལ་བ་བྱུང་བར་མེད་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོན་འདིར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་སྐྱེ་བ་དང་དམིགས་པ་  
 དང་བཅས་པ་ཉིད་སྒྲོན་དང་འབྲེལ་བར་ཡོད་པའི་སྤྱིར་སྒྲོན་གྱི་ཤེས་པ་རྣམས་པར་  
 རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ལས་ཐར་པ་བྱུང་བར་མེད་པས་བཅེངས་པ་དང་། ཐར་  
 པ་གཉིས་བྱུང་བར་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། ཡང་ན་སེམས་ཅམ་  
 བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་། །སེམས་ལས་བྱུང་རྣམས་སེམས་ལས་ནི། །ཐ་དད་མེད་  
 པར་ཁས་སྦྱང་བྱ། །ཡང་ན་རྣམ་རིག་ཅམ་མི་འགྱུར། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ན་  
 བྱེད་སེམས་ཅམ་ཉིད་དུ་འདོད་པས་སེམས་ཅམ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་སྤྱིར་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་དམིགས་པ་རྣམས་པ་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཐ་དད་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ལས་ཐ་  
 དད་པ་མེད་པར་ཁས་སྦྱང་བར་བྱའོ། །ཡང་ན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་  
 སེམས་ལས་ཐ་དད་པར་རྟོག་ན་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་མང་བའི་སྤྱིར་  
 རྣམས་པར་རིག་པ་ཅམ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བོ། །ཡང་ན་ཆོར་སོགས་འདུས་པ་  
 ལ། །སེམས་སྤྱ་གདགས་པར་འདོད་པར་གྱིས། །དེས་ན་གཞན་གྱི་རྗེས་སྐྱ་  
 དང་། །རང་གི་གཞུང་ཡང་བཏང་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ན་བྱེད་  
 གྲིས་ཆོར་བ་དང་། སེམས་པ་དང་། རིག་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་འདུས་པ་མདུང་བྱིས་ལྟ་བུ་དང་། ས་དང་རྩ་དང་མེ་དང་རླུང་དང་  
 འདུས་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཟུགས་དང་བྱི་དང་རྩ་དང་རིག་པ་དང་  
 ལྷན་པའི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སེམས་སྤྱ་གདགས་པར་ཁས་སྦྱང་  
 བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེས་ན་བྱེད་གཞན་དབུ་མ་

སྒྲིང་བའི་རྗེས་སུ་སྒྲིང་བ་དང་། རང་གི་གཞུང་ཡང་བཏང་བར་འགྱུར་ཏེ། གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་དུ་ཁོ་ན་ལས་རྒྱུན་ངེ་ལྟ་བུ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་གས་ལྟ་འགྱུར་བ་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཡང་ཁས་སྒྲུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་འདི་སྒྲིང་དུ་འདི་ལ་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་ཉིད་ལ་སེམས་སུ་བརྟགས་ན་སེམས་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞིང་དེས་ན་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བ་དག་གི་གཞི་ཅི་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་བས་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་དག་ལ་ནི་རེ་རེ་ལས་དེ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱུང་བ་དག་གི་གནས་ཉིད་དུ་རིགས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ལྡན་ཁམས། །ས་བོན་གུན་གྱི་གནས་གྱུར་པ། །དེ་ཡོད་པས་ན་འགྲོ་གུན་དང་། །སྤྱང་ན་འདས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བྱུང་ལས། །གལ་ཏེ་སེམས་ནི་རྗེས་འདོད་ན། །ཆོར་སོགས་དེ་བཞིན་སྒྲེ་བའི་སྤྱིར། །དེ་གྲུབ་པས་ན་གཞོད་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དག་སེམས་དང་ལྟན་ཅིག་འགྱུར་བ་ཉིད་ན་བཅིངས་པ་ཡིན་པར་འདོད་ལ། ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་ན་ཤེས་རབ་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་བཅས་པ་སེམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཉིད་དུ་གྲོལ་བར་འདོད་པས་སེམས་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གཞན་དང་། གཞན་དག་ལ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ཏུ་གདགས་པ་ཡིན་གྱི། གང་གིས་



སེམས་འབར་ཞིག་པ་ཡིན་ན་རྫས་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་པན་ཚུན་ཐ་དད་པར་གནས་པ་ནི་མེད་དོ། ། དེའི་ཕྱིར་  
 ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ཉིད་བཅེངས་པའི་རྣམ་པ་དང་། ཐར་པའི་རྣམ་  
 པར་དེ་བཞིན་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཆོག་པ་ལས་འབྱུང་བས་སེམས་དང་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་དག་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ན་བྱེད་  
 སེམས་རྫས་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དེས་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གཞོན་པ་མེད་དོ།  
 གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་སེམས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་རྫས་སྤྱོད་པ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་ན། རི་ལྟར་དེ་ལས་སྤིང་བའི་རྒྱན་དང་ཐར་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། ལྷན་ལ་རྩ་བ་རྣམས་མང་ལས། །ལོ་མ་ལ་སོགས་  
 རྒྱན་འབྱུང་ལྟར། །དེ་བཞིན་སེམས་རྫས་མེད་པ་ལས། །རྒྱན་རྣམས་སྤྱོད་  
 ཆོག་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྲ་བ་ལ། ལྷན་ལ་རྩ་བ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལྷན་  
 ལའི་རྩ་བ་ལ་སྟེ། དེ་ལ་རྩ་བའི་འབྲེལ་བ་གཞན་མེད་པར་ཡང་རྣམས་པ་མང་  
 བོ་དང་ལྷན་པ་ལས་མཆོ་ཅི་ཅེས་དུ་རྒྱ་ཆེ་བ་དག་ལོ་མ་དང་མེ་རྟོག་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱན་གྱིས་ཀྱན་དུ་བྱུང་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་རྫས་སྤྱོད་པ་ལས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འཁོར་བའི་རྒྱན་གྱི་  
 བྱེ་བྲག་ཁམས་དང་། འགྲོ་བ་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་དག་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་རོ། །རྒྱན་གྱི་བྱེ་བྲག་དེ་དག་ཀྱང་། །གཉེན་པོས་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་  
 ཞིང་། །བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྲ་བ་ལ་གཉེན་པོ་ཞེས་བྲ་བ་  
 ནི་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་སྟེ། དེ་སྐྱེས་པ་ན་རྒྱན་རྣམས་སྐྱེ་

བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། བྱེད་རྒྱ་ཟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དག་ཡོད་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །ཡང་ན། ལྷ་པོའི་རྩ་བའི་རྣམ་ཤེས་ལས། །རྒྱན་བཞིན་དུ་ནི་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱོད་ཀྱིས་གང་སྤྲས་པ་དེ་ལ་རྩ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་  
 པར་ཡང་སེམས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་མི་མ་བྱུན་པའི་སྤྱོད་ཀས་ཀྱི་  
 གཉེན་པོ་ཡོད་པས་ནི་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ལ། བྱེད་རྒྱ་གཟུགས་དང་། སྤང་བ་  
 དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ཡོད་ན་ནི་སྐྱེ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལས་སྣ་ཆོག་སྐྱེས་ལ་སོགས། །བཏགས་པ་མི་  
 འདོད་རྣམས་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོངས་སུ་  
 གྱུར་བ་འདི་ལས་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་དང་། ངར་སེམས་པ་དང་། རྣམ་པར་  
 རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པོ་དག་གི་སྣ་ཆོག་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པར་  
 བཏགས་པ་ལྟར་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་མི་འདོད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སེམས་  
 རྣམས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
 ལས་དེ་དག་ཏུ་གདགས་པར་ནི་མི་འདོད་དོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ལ་དམིགས་  
 པས་མི་འགོལ་ཏེ། །སློ་འགག་མེད་པའང་མ་ཡིན་པས། །དེ་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་  
 དོན་དམ་དུའང་། །བདག་ཏུ་སྤྲོད་པ་འབྲེལ་མི་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལ་དེ་ལ་  
 དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་སེམས་སྤང་བ་ཅེས་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས་སོ།  
 །མི་འགོལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲིད་པའི་རྒྱན་ལས་སོ། །སློ་འགག་མེད་པའང་མ་  
 ཡིན་པས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། །སློ་འགག་པར་འགྱུར་བའང་ཡོད་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་

པའི་ཕྱིར་དང་། གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་སེམས་རྣམས་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་ནིང་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་པར་སྒྲིབ་པ་ནི་གུན་རྫོབ་དང་། དོན་དམ་པར་ཡང་བདག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་དང་འབྲས་  
 བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་གྱི། དེ་ལས་བསྒྲོག་པས་བྱེད་སེམས་ཅམ་དུ་སྒྲིབ་པ་དག་  
 ལ་ནི་སྒྱུན་དེ་དག་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །བྱེད་ཀྱིས། དམིགས་པ་ལ་ནི་  
 བརྟེན་བྱས་ནས། །མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྒྱེ། །མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་  
 བྱས་ནས། །མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྒྱེ། །ཞེས་གང་སྒྲས་པ་དེ་ལ་ཡང་ཁོ་  
 བོ་ཅག་མི་དམིགས་པ་གོམས་པར་བྱས་པ་ཉིད་གཞན་དུ་མི་འདོད་དེ། །རི་  
 ལྷ་ཞེ་ན། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྟོང་བ་སྟེ། །རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྒྱེས་  
 ཕྱིར། །རྣམས་སྤྱོད་མེད་ཕྱིར་འཇིག་པའི་ཕྱིར། །སྒྲིབ་པ་བཞིན་གོམས་ཆགས་  
 མེད་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྒྱ་  
 དང་རྒྱུན་དུ་སྒྲིབ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་སྟོང་བ་སྟེ།  
 རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་ཆོགས་ཐ་དད་པ་དག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མ་སྒྱེས་པའི་ཕྱིར་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་རྣམས་སྤྱོད་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས་པས་འཇིག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སྒྲིབ་པ་བཞིན་  
 དུ་དམིགས་སྤྱོད་མེད་པར་གོམས་པར་བྱས་པས་ཆགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །གཞན་ཡང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་ནི། །ཡང་དག་རི་བཞིན་  
 རྟོགས་གྱུར་པ། །དེ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་ཡི་ཆོ། །ལོག་འཇིན་ཅི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་

འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་སྒར་སྒྲུ་མ་བྱུང་བ་ལས་སྐྱེས་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཡོད་པར་བཏགས་པ་ལ་ཕྱིས་འདི་ནི་སྒྲུ་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རྟོགས་པའི་ཆེ་ན། སྐྱེས་བྱའི་སྒོ་ལྡོག་པར་  
 རིགས་ཀྱི་རི་བོང་གི་རྩ་སྒྲོན་དང་ཕྱིས་ཀྱང་གཏན་མེད་པ་ལ་ནི་དེ་ལྟ་བུར་  
 འགྱུར་བ་ནི་མི་རིགས་སོ། ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་  
 ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་ཤེས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ནོ་སྒྲུ་མ་དུ་བཏགས་པ་ལ། ཕྱིས་ཡང་དག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཡང་  
 དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྟོགས་པར་གྱུར་པས་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཤེས་པ་དེའི་ཆེ་ལོག་པར་འཇིན་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ལྡོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ལྡོག་  
 པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་བྲེད་ཀྱིས་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་མ་  
 སྐྱེས་པ་དག་ལ་དང་པོ་ཁོ་ནར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་  
 པར་བཏགས་པས་དོན་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ། གཉིས་སྐྱ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་སྒྲོད་ཡུལ་ན། །གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ག་བྱས་ཀྱང་། །འཇུག་པར་མི་འགྱུར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་གཉིས་སྐྱ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་དག་ཡིན་པ་  
 དེ་དག་བྲེད་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཡིན་པར་འདོད་  
 ཅིང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་དང་འབྲེལ་པ་ཡིན་  
 པར་མི་འདོད་ན། དེ་ལ་བྲེད་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་  
 རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དག་ག་བྱས་ཀྱང་གཉིས་སྐྱ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་

དེ་དག་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བར་མི་རིགས་སོ། ། འོ་ན་ངེ་ལྟ་ཞེ་ན། འཇུག་  
 པར་འགྱུར་བ་ཁོ་ནར་རིགས་ཏེ། སྒྲོན་དང་ཕྱིས་ཀྱང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་ལ་མི་སྟོས་པར་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གལ་  
 ཏེ་འདི་སྐད་ཅེས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་དང་མ་  
 འབྲེལ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་པོ་དག་སྤང་བ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་  
 གིས་རྣམ་གྲངས་གཞན་གྱིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེའི་འོག་ཏུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་སྐྱེས་པ་ན་རང་དང་གཞན་དུ་སྤང་བའི་ཆ་བསལ་བས་ཡུལ་དེ་དང་དེ་  
 ལ་འཇིན་པ་དག་འགག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་དེ་ནི་  
 དགག་པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་གཞན་ཡོངས་སུ་འཇིན་འདོད་ན། །འདམ་རྩལ་འཁྱུ་  
 པར་བྱེད་པ་ལས། །མ་རེག་པར་ནི་བསྐྱངས་ན་བཟང་། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་  
 ཏེ་བྱིད་སྒྲིང་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་པར་འདོད་ན་ནི། དེ་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་ཆ་ཉིད་ཡིན་པར་བཏགས་པས་ཀྱང་ཅི་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་ཆ་ཉིད་ཡིན་པར་རྣམ་པར་བཞག་ནས་ཕྱིས་དེ་དགག་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་ཆ་ཉིད་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་གཞན་ཡོངས་སུ་འཇིན་པར་འདོད་ན་ནི།  
 དེས་ན། འདམ་རྩལ་འཁྱུ་པར་བྱེད་པ་ལས། ། མ་རེག་པར་ནི་བསྐྱངས་པ་  
 བཟང་། །ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་འདི་དོན་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། མི་སྟོན་པ་  
 སྟུན་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་ལམ་གཙང་མ་བོར་ཏེ། མི་གཙང་བའི་འདམ་རྩལ་  
 གྱི་སྤྱང་དུ་ཞུགས་པ་ན་གཞན་དག་གིས་དེ་ལ་བྲིས་པ། ཅིའི་ཕྱིར་བྱིད་ལམ་



བོར་ཏེ་འདམ་རྩལ་ཏུ་ཞུགས། དེས་སྦྱས་པ། ཡང་བཟུ་བར་བྱའོ། །གཞན་  
 གྱིས་སྦྱས་པ། སྒྲིན་པ་གལ་ཏེ་གདོན་མི་བ་བར་བཟུ་བར་བྱ་དགོས་ན་སྦྱ་  
 ནས་འདམ་རྩལ་གྱིས་མ་རེག་པ་ཐག་བསྐངས་ན་ཆེས་བཟང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་བྱེད་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མཆོན་ཉིད་  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྦྱ་ཞིང་འདི་སྐད་ཅེས་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ན་  
 མཆོན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་བརྟགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཐག་པ་ལ་སྦྱལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བརྟགས་པ་བཞིན་ཞེས་གང་སྦྱས་པ་དེ་དག་  
 ལ་ཡང་། ཀྱན་བརྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བརྟགས་ཕྱིར་སྦྱལ་དང་འབར་  
 མི་འདོད། །ཐག་པའི་དངོས་པོར་མ་ངེས་ཕྱིར། །ཡང་ན་གྲགས་པ་གཞོད་  
 པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྟགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བས་ཅི་རེ་  
 ཞེག་སྦྱལ་བཞིན་དུ་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མཆོན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐག་པའི་དངོས་པོ་བཞིན་དུ་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 མཆོན་ཉིད་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐག་པར་ཡང་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་གྲགས་པས་གཞོད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་རྒྱ་དང་ཐག་པ་དང་རྒྱ་དང་ལག་པ་  
 དང་མིའི་རྩོལ་བས་བཀལ་བའི་ཐག་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དོན་དེ་ཉིད་བསྒྲུབ་ཏེ་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འཁྲུལ་མིན་གང་གི་ཕྱིར། །དུ་  
 མའི་ཆ་དེ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ནི་



པ་རོལ་པོ་དག་གིས་བརྟགས་པ་ལྟར་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཐག་པ་ལ་སྒྱུལ་དུ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་དེ་  
 ལ་དུ་མའི་ཆ་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སྒོན་འབྲུལ་པས་ཐག་པ་ལ་འདི་  
 བྱི་སྒྱུལ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་ངེས་པ་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ན་འདི་ནི་ཐག་པ་  
 ཡིན་གྱིས། སྒྱུལ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་ཐག་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་དག་པ་ཉིད་  
 ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་སྒྲེས་པ་ན་ངེས་སྒྱུལ་གྱི་ཆ་བཏང་སྟེ། ཐག་པའི་རང་གི་  
 ངོ་བོའི་ཆ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དཔེ་ལ་འབྲུལ་བ་དང་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ཉིད་གྱི་ཆ་གཉི་ག་ཡོད་པས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ངེས་  
 མཆོན་པའི་དོན་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་པར་མི་འགྱུར་ལ། བྱེད་ནི་ཀྱན་བརྟགས་པའི་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 འབྲུལ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོན་ཆེན་པོ་འདིར་ཡང་འགྱུར་  
 ཏེ། བྱེད་ནི་དངོས་ལ་སྒྱུར་འདེབས་འགྱུར། །རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་ཡུལ་འགོག་  
 ཕྱིར། །གལ་ཏེ་སྒྲ་རི་བཞིན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་སོ་སོ་རང་  
 གིས་རིག་པར་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཅུང་ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་  
 གྱི་བདེན་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་དང་འགལ་ཏེ། མདོ་སྡེ་ལས་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་  
 ཆོས་མེད་པར་དོན་དམ་ཏྟགས་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་འདི་སྟུམ་དུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་མིང་དང་བརྟུལ་ལས་དོན་  
 གྱི་མཆོན་མ་ལ་ཏྟག་པ་ལས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྒྲེ་བར་སེམས་ན།  
 འདིར་བཤད་པ། དེ་མེད་པར་ཡང་ཀྱན་ཉོན་མོངས། ། མིང་ལ་དོན་འཇུག་

ལས་འགྲུང་མིན། ཁྱིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྤྲུལ་མེའེས་པའི་དུད་འགྲོ་ཡང་། ཁྱོན་  
 མོངས་སྒྲེ་བ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་གེ་དང་ངེས་པའི་ཆིག་དང་  
 མིང་དང་བརྟ་སྤྲུལ་མེའེས་པའི་དུད་འགྲོ་རི་དྲགས་དང་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་  
 ཡང་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་ལ་སོགས་པའི་ཁྱོན་མོངས་  
 པ་ཤས་ཆེན་པོ་སྒྲེ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། གང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱོན་མོངས་  
 པ་སྒྲེ་བར་འགྲུར་བའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་དག་ཡོད་པ་  
 ཁོ་ནར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདིར་སྤྲས་པ། གཟུགས་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་  
 བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡུལ་ཡང་དག་པར་ཡོད་དེ་སྤྲུལ་དུ་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 ར་ས། གཟུགས་ཞེས་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ལ་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པར་སྒྲེ་འོ།  
 མངོན་པར་བརྗོད་པ་མེད་པར་མི་སྒྲེ་བས། དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་སྒྲོང་ལ། མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཅམ་ལ་ནི་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་ན། འདིར་བཤད་པ། གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་  
 ངོ་བོས་སྒྲོང་། །གཟུགས་ཞེས་བརྗོད་ལ་སྒྲོས་བཅས་པར། །གཟུགས་སྒྲོ་སྒྲེ་  
 བར་འགྲུར་ཕྱིར་ཞེས། །བརྟགས་པར་བཟོད་པར་མི་འགྲུར་རོ། ཁྱིའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། སྤྲུལ་མེའེས་པའི་དུད་འགྲོ་དག་ལ་ཡང་བས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བར་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། གཟུགས་ནི་སྒྲོང་ཉིད་མི་རིགས་ཏེ། །  
 གཟུགས་མིན་བདག་ཉིད་རྣམ་བཅས་པའི། །དངོས་པོར་སྤང་སྒྲོ་སྒྲེ་དུ་ཡུལ་  
 ཀྱི། །གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་ཡོད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་  
 བརྗོད་པ་ཅམ་ལ་གཟུགས་ཞེས་བྱ་ཞིང་། གཟུགས་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་

སྒྲོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ། ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། །གཟུགས་མ་ཡིན་  
 པའི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་བཅད་པའི་དངོས་པོར་སྒྲུང་བའི་སྒྲོའི་སྒྲོད་ཡུལ་གྱི་  
 གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་གཟུགས་མ་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལས་གཞན་པ་སྟེ། སྒྲོ་དང་བྲི་དང་རོ་དང་རེག་པ་དག་གོ། །  
 གཟུགས་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་  
 གི་བདག་ཉིད་དེ། རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་བྱིན་པ་དང་བྱིན་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དག་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །རྣམ་པར་བཅད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་མ་  
 ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་བཅད་པ་སྟེ། མཚན་ཉིད་ཐ་དད་  
 པའོ། །དེའི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་གི་ཡུལ་ཏེ། །ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་  
 ཀྱི་བདག་ཉིད་རོ། །དེར་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བའོ། །སྒྲོའི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེར་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་དེའོ། །སྒྲོད་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ཏེ།  
 སྒྲོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དབང་པོ་དེ། ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་དེ་ལ་སྒྲོད་ཅིང་  
 འཇུག་པས་སྒྲོད་ཡུལ་ལོ། །དེ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་མངོན་སུམ་  
 ཀྱི་སྒྲོ་ལ་སྒྲུང་བ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དེ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་དེ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར་  
 རི་ལྟར་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཅུམ་དུ་བྱེད་དེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཟུགས་  
 སྒྲོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་དངོས་པོའི་སྒྲི་ནི་མངོན་  
 པར་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མངོན་པར་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྒྲོང་ངོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། མངོན་པར་བརྗོད་བྱ་སྒྲི་ཡིན་ན། །སྒྲི་ནི་  
 ཅི་ཡང་ཡོད་མིན་པས། །དེས་ན་མངོན་བརྗོད་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །སྒྲོང་པ་

འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་བྲེད་ཅག་མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་  
 བ་ནི་སྒྲི་ཡིན་ལ། སྒྲི་ནི་དཔེར་ན་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་རྟ་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
 དག་གིས་བ་ལང་སེལ་བ་ནི་བ་ལང་གི་སྒྲི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུར་འདོད་  
 བ། གཞན་སེལ་བའི་སྒྲི་ནི་ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ནི་དངོས་པོར་  
 གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ།  
 མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མེད་ན་མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མེད་པས་  
 དེས་ན་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བདག་ཉིད་གྱིས་སྒྲིང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་  
 འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་སྒྲི་གང་ཞིག་མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་ཤེ་ན། དེའི་ཕྱིར། བརྗོད་བྱ་སྒྲི་ལྡན་དངོས་པོ་སྟེ། །  
 དེར་སྒྲིང་སྒྲོ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དེ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པས། །བརྗོད་  
 མེད་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིས་ཏེ། མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་  
 བའི་སྒྲི་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་སྟེ། གང་ལ་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྲུད་པར་  
 ལ་མ་སྟོས་པར་གཟུགས་ཉིད་གྱི་སྒྲི་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྒྲི་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་  
 སྟེ། སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། རིང་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །རི་ལྟ་ཞེ་ན། དེར་  
 སྒྲིང་བའི་སྒྲོ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་སྒྲི་དང་ལྡན་པའི་གཟུགས་དེའི་  
 བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པས་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་  
 བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རིགས་ཏེ། བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ། །  
 གལ་ཏེ་སྒྲི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཞན་སེལ་བ་མ་ཡིན་ན། འོ་ན་སྒྲི་ཞེས་བྱ་བ་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། རིགས་མི་མཐུན་པས་སྒྲིང་ཉིད་དེ། །སྒྲོ་མཐུན་

འཇུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། རིགས་མཐུན་པ་ལ་མཐུན་པས་ན། སྤྱི་ཞེས་བྱ་  
 བར་ངེས་པ་ཡིན། ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། སྤྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་རྟ་ལ་  
 སོགས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པས་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བ་ལང་གི་སྤྱི་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ།  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ནི་བ་ལང་དུ་སྒྲོ་མཐུན་པར་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ཡང་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རིགས་མཐུན་པ་སྒྲོག་  
 ཞལ་དང་། མཇུག་མ་དང་། འོག་དང་། ཆིག་པ་དང་། རྩ་དང་ལྷན་པ་འདུས་  
 པའམ་ཐ་དད་པའམ། སྒྲོན་པོ་དང་། སེར་པོ་ལ་སོགས་པར་བཅད་པས་ཐ་  
 དད་པ་ལ་ཡང་སྤྱི་མཐུན་པའི་རྣམ་པ་མཐུན་པས་ན། དབུ་མ་སྤྲ་བ་དག་གིས་  
 སྤྱི་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པར་ངེས་པར་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བ་ལང་མ་ཡིན་  
 པ་རྟ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ། སྒྲོག་ཞལ་ལ་སོགས་པ་  
 འདུས་པའི་ཆོས་སུ་བཏགས་ན་ནི། དེས་ན་སྒྲོག་ཞལ་ལ་སོགས་པ་མ་བཟུང་  
 བར་ཡང་བ་ལང་དུ་བཟུང་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་མ་བཟུང་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དབུ་  
 མ་པ་ལ་རྟ་ལ་སོགས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་བ་ལང་གི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ལ་སྤྱིར་འདོད་པ་ལ་ནི། གཞི་མ་བཟུང་ན་གཟུང་མེད་དེ། །དེ་བཟུང་  
 གཟུང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །གངས་བཞིན་བརྟེན་ན་དངོས་དེ་ནི། །བརྟག་བྱ་  
 བརྗོད་པར་འདོད་གཞན་མིན། ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། རིགས་མི་མཐུན་  
 པས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ནི་རྟ་ལ་སོགས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པས་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་བ་ལང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲོག་ཞལ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་

ཡོད་དོ། །དེ་ནི་རྫོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་གཞི་མ་བཟུང་ན་གཟུང་  
 དུ་མེད་དེ། འོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཞི་བཟུང་ན་གཟུང་དུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གཞི་དེ་བཟུང་ན་བ་ལང་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྱི་དེ་ཡང་གཟུང་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
 གྲངས་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་གྲངས་གཅིག་ཉིད་དང་། གཉིས་ཉིད་དང་། མང་  
 པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དག་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་དེ་བཟུང་ན། བྱམ་  
 པ་གཅིག་དང་། བྱམ་པ་གཉིས་དང་། བྱམ་པ་མང་པོ་ཞེས་གཟུང་དུ་ཡོད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ལ་སོགས་པའི་གྲངས་དག་དངོས་པོ་ལས་ཐ་དད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ལ་དངོས་པོ་མ་བཟུང་བར་ཡང་གཟུང་དུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 འདིར་ཡང་རྫོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་དང་འདུས་པ་བཟུང་ན་བ་ལང་  
 ཉིད་གྲང་གཟུང་དུ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྤྱི་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་  
 པོ་དེ་ནི་སྒྲིང་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་ལ། སྒྲོས་ངེས་  
 པར་བཟུང་བའི་དངོས་པོ་ལ་ཆིག་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དེ་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡང་ཡིན་པར་འདོད་གྱི། བ་ལང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་རྫོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ལས་གཞན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ལས་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གཞན་ཡང་། དབྱེར་མེད་སྤྱིར་ན་  
 གཅིག་པ་དང་། །རྫས་མེད་སྤྱིར་ན་དུ་མར་འཇུག་དེ་ཉམས་ན་ཡང་མི་ཉམས་  
 སྤྱིར། །གཞན་ལའང་དེ་འདོད་མ་ཡིན་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་མི་མཐུན་  
 པས་སྒྲིང་པ་ཉིད་དེ་ནི་རྣམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་པས་དབྱེར་མེད་པའི་སྤྱིར་ན་



གཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །རྩམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་རྩམ་སུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ན་དུ་མར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དུས་གསུམ་དུ་འཇུག་པའི་རྩམ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་གནས་པས་རྩམ་དེ་ཉམས་ན་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་  
 དེས་ན་རྩམ་གཅིག་ཉམས་པ་ན་རྩམ་གཞན་ཡང་དེའི་སྒོ་དེ་འཇུག་པར་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། གཞན་ལ་ཡང་དེའི་སྒོ་དེ་འཇུག་  
 པར་འདོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། །དེ་གཅིག་བྱ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 རི་ལྷ་བཞིན་དུ་མ་དག་ལ་སྤྱི་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། སྒོ་ན་  
 མིན་ཟུངས་མ་ཡིན་པ། མེད་པའི་དངོས་པོས་མ་བསལ་བས། །གཞི་མ་ཐུན་  
 ལྷན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །གཉི་ག་དོན་གཅིག་འཇུག་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་  
 ཏེ། སྒོ་ན་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །ཟུངས་མ་ཡིན་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྒྱ་ལ་སོགས་པའོ། །སྒོ་ན་པོ་མ་ཡིན་པ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་  
 པ་མེད་པའི་དངོས་པོས་སྒོ་ན་པོ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཟུངས་མ་ཡིན་པ་  
 བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་དངོས་པོས་ནི་ཟུངས་ཉིད་ཡོད་པར་གཟུང་རོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་གཟུགས་མ་ཡིན་པ་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་དངོས་  
 པོས་ནི་གཟུགས་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། བ་ལང་མ་ཡིན་པ་རྟ་ལ་སོགས་པ་  
 མེད་པའི་དངོས་པོས་ནི་བ་ལང་ཉིད་ཡིན་པར་བཟུང་སྟེ། དཔེར་ན་སྒོ་ན་པོས་  
 གྲང་ཟུངས་མ་བསལ་ལ་ཟུངས་ལས་གྲང་སྒོ་ན་པོ་མ་བསལ་ཏེ། དེ་གཉིས་  
 ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྩམ་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་མ་བསལ་  
 བར་བརྟེན་པས་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་གཞི་མ་ཐུན་

པ་དང་ཐ་མི་དད་པ་དང་། ཐུན་མོང་བ་ཡོད་པ་དེ་ནི་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྡན་  
 པའོ། །དེའི་དངོས་པོ་ནི་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལྟར་སྒྲོན་  
 པོ་ནི་སྒྲིན་དང་མིག་སྒྲོན་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཡོད་ལ། ཟུངས་ནི་དམར་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་ཡོད་པས་དེ་གཉིས་ནི་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 གྱི། འདི་ལ་ནི་སྒྲོན་པོ་དང་ཟུངས་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་རྩེས་ཀྱི་དོན་གཅིག་ལ་  
 འཇུག་པའི་བྱིར་དེས་ན་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་གཟུགས་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་བཅད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྱི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་ཏེ། དངོས་པོ་སྤང་བའི་སྒྲོའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །དེའི་བྱིར་དེ་ལྟར་རིགས་མི་མ་ཐུན་པས་སྤྱོད་པ་ཉིད་  
 ནི་སྒྱི་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ། །གཞན་སེལ་བ་ནི་སྒྱི་ཉིད་ཡིན་པར་མི་འཐད་པ་ཁོ་  
 བ་སྟེ། ཇི་སྟ་ཞེ་ན། གཞན་སེལ་གཞན་གྱི་སྒྱི་མ་ཡིན། །ཆོས་གཞན་ཡིན་  
 བྱིར་བྱད་པར་བཞིན། །སྒྲོག་ཤལ་ལ་སོགས་སྒྲོ་དབྱེ་མེད། །མེད་ལ་བྱད་  
 པར་མེད་བྱིར་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཞན་སེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་  
 གིས་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་ཐ་དད་པ་བྱེད་པ་སྟེ། ཏྲ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་  
 གིས་བ་ལང་ཉིད་སེལ་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ནི་གཞན་གྱི་སྒྱི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་  
 བྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་གཞན་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །དཔེར་ན་ཇི་སྟ་བྱ་ཞེ་ན། བྱད་  
 པར་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་བ་ལང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གཞན་གྱིས་  
 ཏྲའི་རྫོག་མ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་སེལ་བར་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་དེའི་སྒྱི་མ་  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་ཏྲ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་གིས་བ་

ལང་ཉིད་སེལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་དག་བ་ལང་གི་སྒྲིམ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 སེལ་བ་དེ་སྒྲོག་ཤལ་དང་། མཐུག་མ་དང་། འོག་དང་། མིག་བ་ལ་སོགས་  
 བ་དག་ལ་སྒྲོ་བ་དང་པར་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན།  
 གཞན་སེལ་བ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་པས་མེད་པ་ལ་ནི་བྱེད་པར་མེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །མེད་པ་ཁོ་ནའི་བྱིར། དངོས་མ་བཟུང་བར་དེར་འཇིན་བྱིར། །  
 བརྟག་བྱ་བརྗོད་མིན་ཡིན་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་གཤམ་ཏེ་གཞན་  
 སེལ་བའི་བདག་ཉིད་སྒྲིམ་གང་ཡིན་པ་དེ་དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་བརྗོད་ཅིང་དངོས་པོ་མེད་པར་མི་བརྗོད་ན་ནི་དེས་ན་སྒྲོ་དེས་བརྟག་པར་  
 བྱ་བ་ཉིད་དང་། ཆིག་གིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཞིག་ན། བྱེད་ཅག་དངོས་པོ་མ་བཟུང་བར་ཡང་གཞན་སེལ་བའི་  
 དེ་འཇིན་པའི་བྱིར་གཞན་སེལ་བ་དེ་དངོས་པོ་ལས་གཞན་སེལ་བར་རྟོགས་  
 པས། བརྟག་པར་བྱ་བ་དང་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། དེ་དག་  
 ཡིན་པར་སྒྲུབ་པར་དགའོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་འདི་སྐད་ཅེས་གཞན་སེལ་བ་དེའི་  
 སྒྲོ་ནས་དངོས་པོ་བརྟག་པར་བྱ་བ་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བཤད་པ། དེ་ཡི་སྒྲོ་ནས་གཞན་བརྗོད་ན། དེ་ནི་  
 བརྗོད་བྱ་ཉིད་སོགས་ཉམས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་སེལ་བ་དེའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲི་  
 དང་ལྷན་པའི་དངོས་པོ་ཅིག་ཅར་འཇིན་ན་དངོས་པོ་ཉིད་བརྟག་པར་བྱ་བ་  
 དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་སེལ་བའི་སྒྲི་དེ་ནི་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་། བརྟག་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཉམས་པས་

ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་དམ་བཅས་པ་མ་གྲུབ་པོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ནི་  
གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ན། །དེས་ན་བརྗོད་མེད་ཉིད་མི་རིགས། །དེ་ཕྱིར་རྣམ་  
འབྱོར་སྦྱོད་པ་ཡི། །ཚུལ་གྱིས་སྤྲོ་བ་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་  
སེལ་བ་དེ་དངོས་པོ་ལས་གཞན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་གང་དངོས་པོ་ལས་  
གཞན་པ་དེ་ལ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་ཡང་ཐ་དད་པ་ལ། མངོན་པར་བརྗོད་པ་  
ཡང་ཐ་དད་པར་འགྱུར་བས་དེས་ན་གཞན་སེལ་བ་དེ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་  
ཡིན་པར་མི་རིགས་སོ། །དེ་ལྟར་རི་སྐད་བསྟན་པའི་རིགས་པ་དག་གིས་  
ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་དེའི་ཕྱིར་རྣམ་འབྱོར་སྦྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྲོས་པའི་  
གཞན་སེལ་བ་སྦྱི་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་མ་གྲུབ་པས་དེ་དག་  
གི་གྲུབ་པའི་མཐས་བརྟགས་པ་དེ་དག་ནི་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པས་  
མི་རིགས་སོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བཅ་པོ་བརྩ་  
དབུ་པ།

འདིར་སྤྲོས་པ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཚུལ་ནི་མི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་  
པ་དང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། རི་ལྟ་ཞེ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ། མིང་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོང་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དེ། མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་ཉིད་མ་  
སྦྱེས་པ་ཡིན་ལ། སྦྱེ་བ་མེད་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་མ་འགགས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

མངོན་པར་བརྗོད་པ་དང་ལྷན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གང་  
གིས་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟམ་དུ་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་དེ་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་སྒྲོད་  
ཡུལ་དུ་འགྱུར་དུ་བེན་ན་མེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཁ་ཆིག་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། །  
དེ་བཞིན་དུ། གུན་བརྟགས་དངོས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཞན་གྱི་དབང་ནི་  
ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བས་གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྐྱེས་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་བཤད་པ། དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ། །མངོན་  
བརྗོད་བདག་ཉིད་སྟོང་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྐྱེ་མེད་ཕྱིར། །མ་སྐྱེས་པ་  
དང་མ་འགགས་ཉིད། །གང་ཕྱིར་མངོན་བརྗོད་ལྷན་དངོས་ནི། །དེ་ལྟར་  
བརྗོད་པ་དེ་ལྟར་མེད། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་དངོས་མེད་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་མང་སྐྱེས་དང་། །གཞན་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་སྐྱེས་པ། ། གུན་རྫོབ་  
ཏུ་ནི་གྲུབ་པ་སྐྱབ་། །གཤམ་ཏེ་དོན་དམ་དཔེ་མེད་ཅིང་། །གཏན་ཆིགས་འགལ་  
བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱབ་ན་ནི་  
གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། །ཁོ་བོ་ཅག་གྲང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གུན་རྫོབ་གྱི་  
བདེན་པའི་ཚུལ་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གཤམ་ཏེ་དེ་དོན་དམ་པར་སྐྱབ་ན་ནི་  
དོན་དམ་པར་གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་དཔེ་མེད་དེ། ། དེ་  
ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་  
པའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་ཉིད་  
དུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ། མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་

རྗེས་སུ་དཔོག་པས་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་བསལ་བའི་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 ལོག་པར་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་སྟུམ་དུ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་  
 གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་སྟེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པར་  
 གྱུར་པ་ལས་མ་སྟེས་པའི་སྤྱིར་སྟུམ་མ་བཞིན་ཏེ། དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་  
 པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་དོན་འགལ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར་སེམས་ན།  
 འདིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་གཞན་དབང་ངོ་བོ་ཉིད། །སྟེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ།  
 ཡོད་པར་གྱུར་ལས་མ་སྟེས་ན། །སྟེ་འགག་ལ་སོགས་འགལ་སྟུབ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གི་འདོད་པ་ཉིད་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་  
 ཅག་གྲང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རིས་མ་ཐུན་པའི་བདག་ཉིད་ལས་སྟེས་པ་རྣམས་ནི་  
 རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་མ་སྟེས་པས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་དང་། སྟེ་བ་དང་  
 འགག་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཚུ་ལ་འདི་ནི་ལུང་དང་  
 ཡང་མི་འགལ་ཏེ། ཇི་སྟེ་ཞེ་ན། རྒྱུན་རྣམས་ལས་ནི་གང་སྟེས་པ། །དེ་སྟེ་  
 མེད་པར་སྟུབ་པས་གསུངས། །ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱིར་རོ། །རིགས་པ་གང་གིས་  
 ཞེ་ན། དོན་དམ་དུ་ན་དངོས་ཉིད་ལས། །དེ་ཡི་སྟེ་བ་དགག་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྟེ། གང་རྒྱུན་རྣམས་ལས་སྟེས་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ན་སྟེ་བ་མེད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་སྟུབ་པས་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་ཆོག་གས་ཐ་དད་པའི་  
 དངོས་པོ་དག་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དམིགས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་སྟུར་  
 ཡང་འདི་སྟུང་དུ། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྟེས་པ་དེ་མ་སྟེས། །དེ་ལ་སྟེ་བའི་ངོ་



བོ་ཉིད་མེད་དེ། །གང་ཞིག་རྒྱུན་ལ་སྟོས་པ་དེས་སྟོང་གསུངས། །གང་གིས་  
 སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་།  
 ཆོས་རྣམས་ཡང་དག་ཉིད་མིན་ཕྱིར། །དེ་དག་ཀུན་རྫོབ་སྟོང་དང་འདྲ། །སྟོང་  
 ཆོགས་རང་སྦྱིའི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ། །འགྱུར་བ་ལ་ནི་འགལ་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་  
 ནི་གང་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་ཡང་དག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར།  
 དེ་དག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྟོང་དང་སྟོང་སྟོང་ཆོགས་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་  
 དང་། སྦྱིའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་དང་། བྱམ་པ་དང་། སྒྲུབ་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ཏུ་  
 འགྱུར་བ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་ཡང་དག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དེས་ན་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གཅིག་པ་ཁོ་བོར་གྱུར་པས་སྟོང་སྟོང་ཆོགས་དང་། སྟོང་སྟོང་ཆོགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མི་  
 འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཞུང་ལུགས་གཉི་ག་ལ་གྲགས་  
 པའི་ལུང་ཡང་ཡོད་དེ། གང་ཞེ་ན། མིང་ནི་གང་དང་གང་དག་གིས། །ཆོས་  
 རྣམས་གང་དང་གང་བརྗོད་པ། །དེ་ལ་དེ་ནི་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་  
 ཆོས་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། མིང་ནི་གང་དང་གང་དག་གིས། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རང་དང་སྦྱིའི་བརྗོད་པའི་མིང་དང་། ཡི་གེ་སྟོང་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 དག་གིས་སོ། །ཆོས་རྣམས་གང་དང་གང་བརྗོད་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དག་གི་ཆིག་གི་བརྗོད་པའོ། །དེ་  
 ལ་དེ་ནི་ཡོད་མིན་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་དེ་ལ་མིང་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་

དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ཆོས་རྣམས་ནི་ཡི་གེ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ཡུལ་གྱི་སྐད་དང་། དེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་ཆོག་ས་དག་གིས་  
 དངོས་པོ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་རྣམ་པ་དུ་མར་མངོན་པར་བརྗོད་པ་དཔེར་ན་ཅུ་ལ་  
 པ་ནི་ཡ་དང་། ཨ་པ་དང་། ས་ནི་ལ་དང་། བི་ར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ཏུ་བརྗོད་པ་དེ་ལ་གལ་ཏེ་དེ་སྒྲ་གཅིག་གིས་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ལ་སྒྲ་གཞན་དག་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲ་  
 དེ་དག་གིས་མངོན་པར་བརྗོད་པར་ཡང་མི་རུས་པ་ཞིག་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་  
 དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་གྱི་དོན་དམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་ངོ་ཤེས་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མིང་དུ་འདོགས་པ་དང་། བརྟ་དག་བྱེད་དེ། དེ་དག་གིས་  
 གྲང་དངོས་པོ་དེའི་ཁྱད་པར་ལས་འདི་ནི་བ་ལང་ཡིན་གྱི། ཏྲ་དང་མི་མ་ཡིན་  
 མོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱེད་དོ། །ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ནི་  
 སྒྲིའི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲ་གས་པ་དང་། འོན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡི་གེ་དང་བརྟ་མི་ཤེས་པ་དེ་དག་གིས་གྲང་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་  
 པོ་ངོ་ཤེས་པ་དང་བ་ལང་ལ་སོགས་པས་གྲང་བྱི་དང་མིག་གིས་རང་དང་  
 གཞན་གྱི་བེད་ལ་སོགས་པ་ངོ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དོན་ནི་རྣམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་དུ་མིང་གིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་དེས་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 མངོན་པར་བརྗོད་པར་མི་བྱེད་པ་ནི་ཡུ་བྱ་ཅག་གཉི་ག་ལ་ཡང་འདྲའོ། །ཅི་སྟེ་  
 རྒྱུན་བྱུང་ངོ་བོ་ཡིས། །གཞན་གྱི་དབང་ལས་སྐྱེ་འདོད་ན། །སྐྱེ་བཞིན་ཡང་

དག་ཉིད་མིན་པས། །འདོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་སྟེ་  
གཞན་གྱི་དབང་གི་སྐྱོན་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ངོ་བོས་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཁོ་  
ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པར་ནི་མ་  
ཡིན་པར་འདོད་ན། འདིར་བཤད་པ། འོ་ན་དེ་ལྟར་དེ་གཞན་གྱི་དབང་ལས་  
སྐྱེ་བར་འདོད་ན་སྐྱེ་མ་བཞིན་ཡང་དག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་  
ག་ལ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་ན་བྱེད་ཁོ་བོ་ཅག་གི་འདོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབ་པ་ཇི་སྐད་བསྟན་པ་དེས་ན། གཞན་གྱི་དབང་ཡང་གཟུང་  
མེད་པ། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྐྱེས་འདོད། །ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར། དོན་  
དམ་དུ་ནི་སྐྱེས་པ་ལ། །ལོག་པར་སྒྲུང་བ་མི་རིགས་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
བྱེད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་དབང་ནི་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བལ་བ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། གཟུང་དུ་མེད་པར་སྐྱས་པ་དེ་ཡང་གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
སྐྱེས་བར་གྱུར་ན་ནི་ལོག་པར་སྒྲུང་བར་འགྱུར་བ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
གང་གི་ཕྱིར་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལོག་པར་  
སྒྲུང་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར། །དེར་སྒྲུང་  
བདག་ཉིད་ཡོད་གྱུར་ན། །ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ཡོད་ཕྱིར། །ཆོས་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
སྐྱེ་མ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་དངོས་པོ་འདི་དག་སྐྱེ་དང་སྐྱོན་གཞན་  
གྱི་དབང་གི་བདག་ཉིད་ལས་ཇི་ལྟར་དབང་པོའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དེར་  
སྒྲུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
ཆོས་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྐྱེ་མ་ནི་

སྒྲིམ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྒྲུང་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དམིགས་སུ་  
 མེད་དེ། སྒྲུ་མ་ནི་སྒྲིམ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྒྲིང་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་ཡང་རིགས་པ་དང་  
 ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཉིད་གྱིས་དེ་སྒྲིམ་མེད་ཕྱིར། །མ་སྒྲིམ་པ་དང་མ་  
 འགགས་ཉིད། །ཅེས་གང་སྒྲིམ་པ་དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཆེས་རིགས་པར་སྒྲུང་སྟེ།  
 མ་སྒྲིམ་པ་དང་མ་འགགས་དང་། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཉིད་པའང་། །ཡོད་པ་  
 ཉིད་ལས་མ་སྒྲིམ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དངོས་པོ་འདི་དག་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་རིགས་མ་ཐུན་པའི་བདག་ཉིད་ལས་སྒྲིམ་བ་  
 ཡིན་གྱི། ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སྒྲིམ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱེན་གྱི་ཚོགས་ཐ་དང་  
 པའི་དངོས་པོ་གནས་པའི་དུས་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྩལ་ཐུན་ཅ་མ་ཡང་  
 དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་སྒྲིམ་པ་དང་མ་འགགས་པ་ཉིད་  
 དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དང་། ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་པ་ཉིད་  
 ལས་མ་སྒྲིམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་འདི་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་རྒྱ་དང་  
 རྒྱེན་རིགས་མ་ཐུན་པའི་བདག་ཉིད་ལས་སྒྲུང་བར་དམིགས་པར་སྒྲུང་བ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་ས་དང་། རྩ་དང་། མེ་དང་། རླུང་དང་། གཟུགས་དང་། ཇི་  
 དང་། རོ་དང་། རེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་བརྒྱད་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་  
 དམག་དང་། རྒྱགས་ཆའ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་མ་སྒྲིམ་པ་དང་མ་འགགས་པ་ཉིད་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་  
 དང་། ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་རྩུད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་

བའི་ཆིག་གི་དོན་ཏྲོ། །འདིར་གལ་ཏེ་འདི་སྒྲུལ་དུ་བྱེད་ལ་དངོས་པོ་མེད་པའི་  
 བྱིར་ཆོས་གདགས་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་ན་  
 འདིར་བཤད་པ། གདགས་ལ་སྒྲིན་ཆགས་ཉིད་མེད་དེ། །རྣམ་རིག་ཅམ་དུ་  
 མཚུངས་བྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དང་བདག་གི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བའི་  
 རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་ཡང་ཁོ་བོ་ཅག་དང་བྱེད་དུ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ།  
 བྱི་རོལ་གྱི་དོན་རྣམ་པར་ཤེས་པས་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཀྱིས་མངོན་བར་འདུས་  
 བྱས་པ་རྫས་སུ་མེད་པ་ལ་ཡང་བྱི་ནང་གི་ཆོས་འདོགས་པའི་བྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་  
 གི་སྒྲོགས་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །བྱིད་ཀྱི་སྒྲོགས་ལ་ནི་སྤང་བ་དང་སྤྱོད་བྱེད་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། ཡོངས་ཤེས་སོགས་ཡོད་པ་གང་གིར་འདོད། ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 གལ་ཏེ་སྐྱབ་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པ་སྤང་བ་དང་། སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་ལམ་སྐྱེས་  
 པ་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱེད་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོགས་དག་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་ཆ་ཉིད་གཞན་གྱི་དབང་གི་ཆ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། རོ་བོ་ཉིད་ལ་  
 ནི་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། གནས་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་  
 སྐྱབ་བསྐྱལ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་གང་གི་ཡིན་པར་  
 འདོད་དེ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་  
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་གང་ལ་རྗེ་ལྟར་འགྱུར་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་ཆིག་  
 ཁོང་ནས་བྲང་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྐད་ཅེས་འོན་ཀྱང་ལ་ཡང་རྫས་སུ་མེད་  
 པའི་བྱིར་ཐར་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། དེའི་བྱིར་བཤད་པ། དེ་ནི་

གང་ཕྱིར་རྫས་མེད་ཀྱང་། །རྣམ་རྟོག་བྲལ་བས་ཐར་བར་འགྱུར། །རྫས་ཡོད་  
 ཉིད་ནའང་སྐྱེ་མེད་ཕྱིར། །འདི་ལས་གཞན་དུ་རྟག་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་རྫས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 ཞེས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཡེ་ཞེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་འཕགས་པ་སྐྱེ་བས་ཐར་བར་རིགས་  
 གྱི། རྫས་སུ་ཡོད་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མི་འགྱུར་བ་རྣམས་ལ་མི་རིགས་པས་ཐར་བ་  
 དེ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་རྫས་སུ་མེད་ཀྱང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་  
 བྲལ་བས་ཐར་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་  
 དག་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཡང་། དེ་ལྟ་ནའང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནས་ཐར་བར་རིགས་སོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་ཚུལ་འདི་ལས་གཞན་དུ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་དམིགས་  
 པའི་ཡེ་ཞེས་ཡོད་པར་བརྟགས་པས་ཅི་བྱ་སྟེ། སྒར་ཡང་། ངོ་བོ་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་ཡིན་ན། །སྟོན་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟོག་ཅན་དང་། །དམིགས་པ་ཅན་དུ་  
 འགྱུར་བ་དང་། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྒྲོར་མི་འགྱུར། །ཞེས་བསྟན་ཅིན་པས་  
 དེ་ནི་མི་འདོད་དོ། །འདིར་པ་རོལ་པོས་རང་གི་ཚུལ་ཉེས་པར་སྒྲས་པའི་  
 གནད་དུ་བསྟུན་པས་ཤིན་ཏུ་འཁམས་ནས་གཏུན་ཆིག་རྩལ་མོ་སྒྲས་པ།  
 དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །གདགས་པའང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་བས། །  
 དེ་ནི་མེད་པར་ལྟ་བ་དག །མི་སྐྱེད་བསྟན་པར་བྱ་མིན་དང་། །རང་ཡང་ངན་  
 སོང་གཞོལ་བ་དང་། །གཞན་ཡང་སྤང་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི།



དེ་དག་ན་རེ། ཁོ་བོ་ཅག་ནལ་འབྱོར་སྒྲིབ་པ་བ་ལ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་  
 དུ་ཟིན་ཀྱང་ནམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་ཉིད་རེ་ཞིག་ཡོད་པས་ནམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་ནམ་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ཡང་དམིགས་སུ་ཡོད་ལ།  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སོ་སོ་རང་རིག་  
 པར་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་ཀྱི། དབུ་མ་སྐྱ་བ་ལ་ནི་རེ་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་སྐྱ་མ་  
 ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་འདོགས་པས་འཛིག་ཏེན་པའི་ཆོས་ནམས་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་  
 པ་དང་། དོན་དམ་པར་ཡང་ནམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་མེད་ལ། ནམ་པར་ཤེས་  
 པ་བྱ་བ་ཡང་མེད་པས་ཅི་ཡང་མེད་དེ། དངོས་པོ་ནམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་  
 སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་གདགས་པ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་བས་དེ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་མེད་པར་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་མཐུན་པ་དང་། སུས་ཀྱང་མི་སྦྱང་  
 མི་བརྗོད་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་འགྲོགས་པའི་དངོས་པོས་བཏེན་པར་མི་བྱ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོ་སྒྲོང་དག་བྱེད་ཀྱིས་དེང་  
 ཕྱིན་ཆད་འཛིག་ཏེན་རྒྱང་པན་པ་གསང་ཆོག་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོབས་པ་ཅན་  
 དང་བསྟེན་པར་མི་བྱ་བསྟེན་པར་མི་བྱ། བསྟེན་བཀྱར་མི་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་  
 པས་བྱེད་ནི་དམ་པ་མ་ཡིན་པས་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བ་དེའི་གནས་སུ་  
 ཞིན་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་རང་ཡང་ངན་སོང་ལ་  
 གཞོལ་བ་དང་། ལྟ་བུ་འཛིན་པའི་ཚུ་སྤྱིན་འཛིན་ཁྲི་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལ་  
 མོས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གཞན་ཡང་སྤང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 དེ་ལ་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་བཤད་པ། ཞེ་སྤང་ཤ་རུལ་སྤྲེགས་པ་དེ། །ང་རྒྱལ་མ་

ཁྱེ་སྟོན་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཁོ་ཆིག་དེ་ནི་དཔེར་ན་ལ་རུལ་གྱི་  
 སྒྲེགས་པས་མ་ཁྱ་བ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེ་སྒྲང་གི་ཆིག་གིས་  
 མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་ཉིད་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་  
 གོ། །དེ་ལ་ཞེ་སྒྲང་ཉིད་ལ་རུལ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲེགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་  
 དེ་ཡིན་ནོ། །མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་ཉིད་མ་ཁྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ལ་རུལ་གྱི་  
 སྒྲེགས་པས་མ་ཁྱ་བ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཞེ་སྒྲང་གི་ཆིག་གྱང་  
 ཁྱོད་ཉིད་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི་ཁོ་བོའི་ལྟ་བུ་ནི་སྟོན་  
 ཅི་ཡང་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཞེ་སྒྲང་གི་ལ་རུལ་གྱི་སྒྲེགས་པ་དེས་བདག་  
 ཉིད་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མ་ཁྱ་བ་ཉིད་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་གྱི། དབུ་མ་པ་ལ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་སྟོན་ཡང་དག་པ་མེད་པར་ངེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེའི་བྱིར། ཆོས་  
 རྣམས་སྐྱུ་མ་བཞིན་འདོད་དེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མེད་བྱིར་དང་། །བྱིས་པ་སྒྲོངས་  
 པའི་རྒྱ་བྱིར་དང་། །མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་བྱིར་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་བོས་  
 དངོས་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་མ་སྒྲིས་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཆོས་རྣམས་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རིགས་མ་ཐུན་པ་  
 ལས་འབྱུང་བ་སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་  
 བྱིར་དང་། སྐྱེ་བོ་བྱིས་པ་ལྟ་བུར་སྒྲོངས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། སྟོན་  
 མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར་ཞེས་སྒྲིས་པ་དེའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་གདགས་པ་ཡོད་  
 པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གདགས་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནའི་བྱིར་ཁོ་བོ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲིས་  
 པའི་སྟོན་གྱིས་གནས་མི་ཐོད་དོ། །ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གང་ཡིན་

བ་དེ་ནི་དོན་དམ་བ་ཡིན་པར་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་མཐའ་གཉིས་སྒྲོངས་  
 པའི་ཕྱིར་ཁོ་ལོ་ཅག་མེད་པར་སྟོབ་ཅིང་དང་མཐུན་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ།  
 དེའི་ཕྱིར་སྒྲོང་གི་ཆོག་དེ་ནི་ཞེ་སྒྲུང་གི་ཤ་རུལ་གྱི་སྒྲེགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 སྒྲོང་གི་ཆོས་གྱི་དེ་ཉིད་ནི་ནམ་མཁའ་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་  
 ཉོག་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། རི་སྟོབ་ཞེ་ན། རྣམ་པར་མི་  
 ཉོག་དངོས་པོ་ནི། མཁའ་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་མི་རིགས། །རྣམ་ཉོག་འདུ་  
 ཤེས་སྟོབ་ཆོགས་ཀྱི། །གོ་སྐབས་རབ་དུ་འབྱེད་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་ནམ་  
 མཁའ་ནི་རྣམ་པར་མི་ཉོག་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྒྲོན་པོ་དང་ཡངས་  
 བ་དང་། དག་པ་དང་མ་དག་པ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་ཉོག་པའི་འདུ་ཤེས་  
 སྟོབ་ཆོགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་རབ་དུ་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 དེ་ཉིད་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ཡང་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ལ་  
 སོགས་པར་རྣམ་པར་ཉོག་པའི་འདུ་ཤེས་སྟོབ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོང་ཡུལ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རྣམ་པར་མི་ཉོག་པ་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར་དོ། །གཞན་ཡང་སྒྲོང་ཅག་  
 ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་ལོ་ཉིད་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་  
 གྲགས་པ་དེ་ལ་ཡང་། སྒྲེས་པ་བརྗོད་མེད་ཉིད་མི་རིགས། །དགག་པ་གོང་  
 དུ་བསྟན་ཕྱིར་དོ། །བརྗོད་དུ་མེད་ཉིད་ཡིན་གྱུར་ནའང་། །ཀྱན་རྗོབ་ལ་ནི་  
 དེ་ཉིད་ནོར། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་ལོ་ཉིད་སྒྲེས་པ་ལ་ནི་  
 བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་མི་རིགས་ཏེ། དེའི་དགག་པ་ནི། བརྗོད་བྲ་སྒྲི་ལྷན་  
 དངོས་པོ་སྟེ། །དེར་སྒྲུང་སྟོལ་བྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དེ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཡོད་

བས། །བརྗོད་མེད་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གོང་དུ་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ཡང་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་ཀུན་རྗོབ་པ་ཡིན་པས་ཀུན་རྗོབ་པ་  
 དེ་ལ་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་ནོར་བར་མི་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ལ་དེ་ཉིད་གཞན་  
 མེད་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་མཐོང་འདོད་ན། བྱམ་ལའང་བྱམ་པ་གཞན་མེད་  
 བས། །ཅི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་མཐོང་མི་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་དོན་དམ་པ་  
 དེ་ལ་དོན་དམ་པའི་དེ་ཉིད་གཉིས་པ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་དོན་དམ་  
 པ་སྟོང་པ་ཉིད་དེས་དེ་ཉིད་མཐོང་བར་འདོད་ན་དེ་ལྟ་ན་བྱམ་པ་ལའང་བྱམ་པ་  
 གཉིས་པ་གཞན་མེད་པས་དེ་མཐོང་བས་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་དེ་ཉིད་  
 མཐོང་བར་བརྟག་པར་མི་འདོད། ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་སྟམ་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་  
 ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ན་ཆུའི་ཁམས་དང་།  
 གསེར་དང་ནམ་མཁའ་དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད་པས་དེ་དག་པས་  
 སེམས་ལ་ཡང་དག་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་སེམས་ན་དེ་ལ་ཁོ་བོས་དགག་པ་  
 བཤད་པར་བྱ་སྟེ། བྱོད་ཀྱི་ཚུལ་སྒྲིན་སྤྱིར་བྱི། །དེ་ནི་ཉོན་མོངས་བྱང་མི་  
 འགྱུར། །གསེར་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི། །རྗེས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུའི་ཁམས་དང་། གསེར་དང་། ནམ་མཁའ་དག་ལས་  
 རྒྱལ་དང་གཡའ་དང་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་དག་ཡོད་ན་དེ་མ་དང་བཅས་པ་  
 དག་ཏུ་སྤང་ལ། རྒྱུན་དེ་དག་མེད་ན་དག་པ་དག་ཏུ་སྤང་ཞིང་ཡང་དེ་མ་ཅན་  
 དུ་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ནས་ཡང་དག་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ན་ལན་འགའ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།  
 ལན་འགའ་དེ་མ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་བས་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ཀྱི་སྒྲིན་དེ་སྤ་  
 བ་ཅམ་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་སྤྲུས་པར་བད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ནི་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བར་མི་འགྱུར་ལ། །གསེར་ལ་སོགས་པ་  
 ནི་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །གསེར་ལ་སོགས་པའི་  
 དཔེ་དེ་དག་གིས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མཆོན་པའི་དོན་མི་འགྱུར་བོ། ། འདི་ལྟར་  
 ན་ནི་རིགས་པ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། །ནམ་མཁའ་རྟག་དུ་རྣམ་དག་  
 གྱེ། །མིག་ནི་དག་དང་མ་དག་པས། །དེ་བཅས་དེ་མེད་མཁའ་འདོད་དང་། །  
 ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་རབ་རིབ་ཅན་  
 དབང་པོ་ཉམས་པས་ནམ་མཁའ་ཀུན་དུ་སྤྲུལ་ཤིང་དང་། སྤང་མ་དང་། སྤང་བྱ་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱ་བ་དག་གིས་དཀྱིགས་པ་མཐོང་ཞིང་། །དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཀྱང་རབ་རིབ་སེལ་བའི་མིག་སྒྲན་བསྒྲན་པས་མིག་དག་པས་ན་ནམ་  
 མཁའ་སྤྲུལ་ཤིང་དང་། སྤང་མ་དང་། སྤང་བྱ་དང་བྲལ་བར་ཀུན་དུ་མཐོང་ཡང་  
 དབང་པོ་ཉམས་པ་དང་མ་ཉམས་པས་ནམ་མཁའ་དེ་མ་དག་པ་དང་དག་པར་  
 མཐོང་བའི་ཆེ་ནམ་མཁའ་ལ་ནི་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉིད་རང་  
 བཞིན་ཀྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཡང་ཀྱིས་པ་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་ཡོངས་སུ་མ་  
 དག་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་མ་དང་བཅས་པར་མཐོང་ཞིང་། །འཕགས་པ་སྟོང་བ་  
 ཉིད་ལ་ལྟ་བའི་མིག་སྒྲན་བསྒྲན་པ་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ནི་དེ་མ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཀྱང་སྒྲོ་དེ་མ་དང་བཅས་པ་དང་། །དེ་མ་



མེད་པས་ཆོས་ཉིད་མ་དག་པ་དང་དག་པར་མཐོང་བའི་ཆེ་ན། ཆོས་ཉིད་ལ་  
 བྱི་འགྱུར་བ་འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། མ་དག་ལ་  
 སོགས་སྒྲོ་འབྲུལ་ཏེ། །བྱེད་པའི་ཆོས་ཡིན་ལས་ཀྱི་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་མ་དག་པ་དང་དག་པར་སྒྲུང་བས་སྒྲོ་འབྲུལ་པ་དེ་ནི་  
 བྱེད་པ་པོ་ལུས་དང་དབང་པོ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོའི་ཆོག་ས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཡིན་གྱི། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ལས་  
 ཀྱི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མ་དག་པ་དང་དག་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཡང་བྱེད་པ་པོ་ལོག་པའི་ཤེས་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་དང་  
 ལྡན་པའི་ཆོས་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
 མ་ཡིན་པས་བྱེད་གྱིས། དེ་ནི་ངེ་བཅས་ངེ་མ་མེད། །ཅེས་སྒྲུས་པ་དེ་ནི་མི་  
 རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ལ་དམིགས་པ་དག་མ་ཡིན། །དེ་ཉིད་དམིགས་  
 བྱར་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ནི་དག་པ་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་དམིགས་ན་ཡེ་ཤེས་དེ་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
 དམིགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དེ། དོན་དམ་པར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཉིད་རྩ་ས་  
 སུ་ཡོད་ཡིན་ན། །སྒྲིམ་ནི་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་འགྱུར། །འཛིག་རྟེན་འདས་པ་  
 རྣམས་མི་རྟོག །དེ་སྒྲོར་མི་འདོད་འཛིག་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་དེ་ཉིད་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་ན་དེ་ལ་སྒྲིམ། ཀྱན་ནས་ཉོན་



མོངས་རྣམ་བྱང་ལས། །གལ་ཏེ་སེམས་ནི་རྩལ་འདོད་ན། །ཚོར་སོགས་དེ་  
 བཞིན་སྐྱེ་བྱེད་ཕྱིར། །དེ་བྱུང་བས་ན་གཞོད་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དག་འདིར་  
 ཡང་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཆེ་ན་ཡང་གང་ཆོས་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དེ་སྐྱེའོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་མི་འདོད་དེ། དེ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་འཇིག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འཇིག་རྟེན་པས་འདས་པའི་སྒྲོ་དེ་རི་ལྟར་འཇིག་པར་  
 མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། རི་སྤྱིད་ཤེས་བྱའི་  
 རྩལ་འཇུག་པ། ། དེ་སྤྱིད་སྒྲོ་ནི་རབ་རིབ་ཅན། །གལ་ཏེ་དེས་སྒྲོན་ཅིར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། རི་སྤྱིད་ཤེས་པ་དམིགས་ཡོད་པ། །དེ་སྤྱིད་ཤེས་བྱའི་རྩལ་  
 འཇུག་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ལ་དམིགས་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྒྲོ་ཡང་རབ་རིབ་ཅན་ཉིད་དུ་ཡིན་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྩལ་སྤྱིད་ཤེས་བྱའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འོ་ན་རི་ལྟར་རིགས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྒྲོ་རབ་རིབ་དང་བཅས་པ་དེ་ཉིད་  
 ཤེས་བྱའི་རྣམ་པའི་རྩལ་སྤྱིད་ཤེས་བྱའི་པས་ནི་འཁོར་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ།  
 དེས་གང་གི་ཆེ་ཤེས་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་བྱུང་བར་ཤེས་པས་  
 དམིགས་པ་མེད་པ་དེའི་ཆེ་ན་ནི། འཁོར་བར་མི་འགྱུར་བས་དེ་ནི་ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་བསམས་སོ། །ཁྱེད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་  
 ཅིག་གཅིག་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འདི་ལྟར་མི་  
 འཐད་དེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ཅིག་ཅར་མིན། །ཤེས་པ་རང་ལ་འཇུག་པ་

ནི། །མེད་ཕྱིར་རལ་གྱི་སོ་བཞིན་དང་། །རང་རིག་འགོག་པར་བྱེད་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་ཤེས་བྱ་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་དུ་མས་ཐ་དད་པ་ཡིན་  
 ཡང་ཆོས་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དེས་སྐད་  
 ཅིག་གཅིག་གིས་དབྱེར་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུན་པར་རུང་གི། །གང་ལ་ཡེ་  
 ཤེས་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་དེས་ཤེས་བྱ་  
 རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་དག་ཅིག་ཅར་ཡོངས་སུ་མཐུན་པར་མི་རུང་སྟེ། ཤེས་པ་  
 རང་ལ་འཇུག་པ་འགལ་བའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 དཔེར་ན་རལ་གྱི་རང་གི་སོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ལ་གཅོད་པར་  
 མི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་ཡེ་ཤེས་སྐད་ཅིག་མ་  
 རོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་སྤྲ་མ་ཡོངས་སུ་  
 ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་ཆོས་ཉིད་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 དེས་པར་མི་འཇིན་པས་རང་རིག་པ་ཡང་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་སྐད་ཅིག་གཅིག་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བོ། །ཁོ་བོ་  
 ཅག་འདོད་པ་ལྟར་ན་དེ་ཡང་འགྱུར་སྟེ། ཇི་སྟེ་ཞེ་ན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 འཕགས་སྒྲོའི་གཟུང་། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བརྗོད་མེད་ཉིད། །སྤར་བཞིན་སྐྱེ་བ་  
 བཀག་པའི་ཕྱིར། །སྐྱེ་མེད་རྣམས་སུ་ཡོད་མིན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པ་འཕགས་པའི་སྒྲོའི་གཟུང་བ་ནི་འཇིན་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 གཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤར་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་བསྟན་པ་

བཞིན་སྐྱེ་བ་བཀག་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་དང་  
 རྒྱུན་རིགས་མ་ཐུན་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བརྫོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ།  
 རོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རོ་བོ་ཉིད་ནི་དོན་དམ་པ་ཡིན་པར་  
 སྐྱར་རོ། །གཞན་ཡང་བྱེད་འདོད་པ་ལྟར། ཡོད་དང་མེད་པའི་དངོས་ཉིད་  
 གྱི། །རོ་བོ་དོན་དམ་ཉིད་ཡིན་ན། །སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་མཐའ་ལས། །  
 གྲོལ་བ་བྱེད་ལ་ངེ་ལྟར་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟར་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་།  
 སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་གཉིས་ལས་གྲོལ་བར་འདོད་པས་ནི་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པའི་མཐའ་གཉིས་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་བྱེད་ནི་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱི་རོ་བོ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དམ་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་པས་དེ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྒྲོ་འདོགས་པའི་མཐའ་  
 ལས་མི་འགྲོལ་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་ལས་མི་  
 འགྲོལ་བས་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་བྱེད་ལ་ངེ་ལྟར་ཡོད། །ཁོ་  
 བོ་འདོད་པ་ལྟར། ཡོད་མིན་དེ་ཉིད་སྐྱེ་མེད་ཕྱིར། །མེད་མིན་དེ་ཡོད་མ་ཡིན་  
 ཕྱིར། །ཡོད་དང་མེད་པ་གཉིས་སྤངས་པས། །དེར་འདོད་དེ་ཕྱིར་གཉིས་སུ་  
 མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པའི་དེ་ཉིད་དུ་དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་དེ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡོད་པ་ཡོད་ན་དེ་ལས་བསྒྲོག་པས་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ན་ཡོད་པ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་བའི་

ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་སྤངས་པས་གཉིས་སུ་མེད་པ་  
 བྱི་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་པས་དེའི་ཕྱིར་གཉིས་སུ་མེད་པ་དེ་བྱི་རིགས་པ་  
 དང་མི་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱོད་འདོད་པ་ལྟར་ན་སྒྲིན་ཆེན་པོ་གཞན་འདིར་  
 ཡང་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིན་པ་དམིགས་མེད་མི་འགྱུར་ཏེ། ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར། །བྱང་ཆུབ་མཉམ་ཉིད་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ཉིད་རང་སྤང་ཐ་  
 དད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་བྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་སྒྲིན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་  
 དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་ལྷུང་ལས། སངས་རྒྱས་ནམ་མཁའི་མཆོན་ཉིད་དེ། །ནམ་  
 མཁའ་ལ་ཡང་མཆོན་ཉིད་མེད། །མཆོན་གཞི་མཆོན་ཉིད་ངེས་གྲོལ་བ། །  
 དམིགས་མེད་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་  
 འགལ་ལོ། ། སྒྲིན་པ་དེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དེ་ཉིད་གཅིག་དང་  
 རབ་ཏུ་སྤང་བའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་གཉིས་ཡོད་ན་  
 ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དེ་རི་སྤྱིད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །  
 གཞན་ཡང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ། །རྒྱས་པ་མ་བཞག་ག་  
 ལས་བྱུང་། །ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་སྤང་བའི་སྒྲོ། །རྒྱས་པ་མ་བཞག་མི་རིགས་  
 བཞིན། ། ཞེས་བྱ་བ་བྱི་བྱིད་ཅག་ཀྱན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱི་ཐོག་མ་མེད་  
 པའི་དུས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་མིག་ལ་སོགས་པ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་

པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་ན་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཡང་ནས་  
 ཡང་དུ་རང་རང་གི་རྒྱས་པ་འཇོག་པར་བྱེད་ཅིང་། རྒྱས་པ་དེ་དག་ཡུལ་དང་  
 དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྣ་ཚོ་གས་པས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་གྱུར་པ་ནི་  
 འཁོར་བ་རི་སྒྲིད་པའི་བར་དུ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་མངོན་པར་  
 གྲུབ་པ་འདོད་ཅེས་གྲགས་པས་དེས་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དེ་ཉིད་མ་མཐོང་བ་ལ་  
 དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་རྣམ་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་ལ་དེ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མ་སྐྱེས་པ་ལ་འགག་པ་ཡང་མེད་ན་མི་འགག་པ་གང་གིས་ཀུན་  
 གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྒྱས་པ་གང་བཞག་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་གྱུར་  
 པས་དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་བའི་སྒོར་འགྱུར་བའི་རྒྱས་པ་གཞོག་པ་ཡང་མེད་  
 ཇོ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་པ་མ་བཞག་པར་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་རྒྱ་  
 མེད་པ་དེ་དག་ག་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་རྣམ་མཁའི་མེ་ཏོག་  
 ཏུ་སྒྲུང་བའི་སྒོ་ལ་རྒྱས་པ་སྐྱེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒོ་རྣམ་ཡང་ཀུན་གཞི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྒྱས་པ་མ་བཞག་པ་དེས་ཕྱིས་ཀྱང་རྣམ་མཁའི་མེ་ཏོག་  
 མཐོང་བའི་སྒོ་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རང་ཚུ་ལ་སྤྲེད་  
 པས་སྤྱོད་ཀྱིས་ནི། །དེ་ཉིད་གཅིག་ཉིད་གཞན་མི་འགྲོ་ལ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 སྤྱོད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་  
 པར་འདོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ཐ་དད་པ་ཉིད་  
 ཀྱང་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་ཡང་རང་གི་ཚུ་ལ་སྤྲེད་པ་ཅུ་ཟད་པས་དེས་  
 ཀྱང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་གཅིག་པ་ཉིད་དང་

གཞན་ཉིད་ལས་མི་འགྲོ་ལ་ལོ། །དབུ་མ་ཤེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྱང་  
 བ་ལ་ནི། རྗེས་མེད་དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེད་ལ་རི་སྐད་སྐྱས་དེ་  
 རིགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་མེད་པ་ཁོ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་དམིགས་སུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དེད་ལ་ནི་སྒར་རི་སྐད་སྐྱས་པའི་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ།  
 ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་རིགས་པ་ཁོ་ནའོ། །ཁོ་བོ་ཅག་འདོད་པ་ལྟར་  
 ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་ཡང་འཐད་དེ། རི་ལྟ་ཞེ་ན། ནམ་མཁའ་འདྲ་  
 བའང་སྐྱེ་མེད་པས། །ཁྱད་པར་མེད་ཕྱིར་མ་གོས་ཕྱིར། །ཤིན་ཏུ་བརྗོད་དུ་  
 མེད་ཉིད་ཀྱང་། །སྒྲོས་ནི་ནམ་གུན་གཟུང་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དམ་  
 པའི་དེ་ཉིད་ནི་ནམ་མཁའ་དང་འདྲ་སྟེ། དེའང་འདི་ལྟར་དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་ལ་  
 ནི་ནམ་པའི་ཁྱད་པར་ལས་སྒྲོ་ཆོགས་ཉིད་དུ་དམིགས་པར་འགྱུར་གྱི། དངོས་  
 པོ་མ་སྐྱེས་པ་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པས་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། །སྒྲོས་པའི་  
 རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་གོས་པ་མེད་པས་མ་གོས་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་དང་  
 འདྲའོ། །དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྒྲོས་  
 གཟུང་བའི་དངོས་པོ་ལ་ནི་མདོན་པར་བརྗོད་པ་འཇུག་པར་འགྱུར་གྱི། དེ་ན་  
 སྒྲོས་ནམ་པ་གུན་ཏུ་གཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཤིན་ཏུ་གཅིག་ཏུ་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་རི་ལྟར་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྐད་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 དེའི་ཕྱིར་བཤད་པ། སྐྱེ་བ་རབ་རིབ་བྲལ་བའི་སྒོ། །འཇིག་རྟེན་འདས་པ་  
 ཡིན་པར་འདོད། །འཇིག་རྟེན་ལས་སྒྲོལ་དོན་ཕྱིར་དང་། །འཇིག་རྟེན་ཤིན་ཏུ་



འདའ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ཉིད་རབ་རིབ་སྟེ། དེ་དང་བྲལ་བའི་སློ་  
གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་སློ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་ལས་སློལ་བའི་དོན་གྱི་  
ཕྱིར་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་ཤིན་ཏུ་འདའ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ་དེ་ནི་འཇིག་  
རྟེན་ལས་གཡོ་བ་དང་བསྐྱོད་པ་དང་འདའ་བའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ནི་མི་རྟོག་དམིགས་  
མེད་དང་། །མཆོན་མ་མེད་ཅིང་དེ་ཡིས་ནི། །རང་གཞན་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཅར་  
དུ། །རྟོག་མེད་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་ཉིད་རྟོགས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སློ་དེ་ནི་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པ་ཁོ་ནས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོན་མ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ལ་མཆོན་  
མར་མི་འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སློ་དེས་ཤེས་པ་རང་གི་ཆོས་ཉིད་དང་ཤེས་བྱ་  
གཞན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཅར་དུ་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
རྟོགས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། །ཁོ་བོ་ཅག་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་མངོན་པར་  
རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པར་རྣམ་པར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཤེས་བྱ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་། ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་  
ནི། །ཆོས་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ། །དེ་ལ་རྟོག་བྱིའི་མཆོན་མ་དག་  
འབྱུང་བ་མེད་པ་སྔ་མ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་  
པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཆོས་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རྟོག་

བའི་ངེ་མའི་མཆན་མ་དག་འབྱུང་བ་མེད་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཚོ་ལ་བའི་  
 ལེབ་ཕར་བསྟན་པ་སྒྲ་མ་བཞིན་ཏེ། རྟོག་པ་ཉིད་ངེ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་བའོ། །དེ་  
 ཉིད་མཆན་མ་དེ་མངོན་རྟོགས་སོ། །དེ་ལ་དེ་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 འབྱུང་བ་མེད་དོ། །འདིར་སྒྲས་པ། མདོ་སྡེ་ལས། དོན་དམ་པ་ནི་རྟོག་ཏུ་  
 མེད་པ་དང་། རྟོག་གའི་སྒྲིང་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པས་མངོན་སུམ་  
 གྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་ཀྱིས་ནི་དོན་དམ་པར་རྟོགས་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པས་རྟོག་གའི་སྒྲིང་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། མཐོ་རིས་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྒྲས་པས་ལུང་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ས་རོལ་པོ་  
 དག་གི་བསམ་པ་དེ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྟོག་གི་ཡི། །  
 སྒྲིང་ཡུལ་མིན་ཕྱིར་རྗེས་དཔག་པས། །དེ་མི་རྟོགས་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཆོས་  
 རྣམས་ཆོས་ཉིད་བརྟག་མིན་ན། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ས་རོལ་པོ་དག་དེ་  
 ལྟར་སེམས་ནའོ། །འདི་ལ་རྗེས་དཔག་སྒྲིན་མེད་པ། ། ལུང་གི་རྗེས་སུ་སྐྱབ་  
 བྱེད་པས། །བརྟགས་པའི་རྣམ་རྟོག་ཚུ་བོ་དག །སྒྲ་ཆོགས་མ་ལུས་བསལ་  
 མཛད་ནས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལ་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་དང་པོར་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པའི་ཤེས་པ་སྒྲིན་མེད་པ་ལུང་གི་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་རང་དང་  
 གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཚུ་  
 བོ་སྒྲ་ཆོགས་མ་ལུས་པ་དག་བསལ་བར་མཛད་ནས་དེའི་འོག་ཏུ། སངས་  
 རྒྱུ་རྣམ་རྟོག་མི་མངའ་བ། །དགོངས་པ་མཁའ་མཉམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །  
 ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ཇི་བཞིན་དུ། །ཆོས་རྣམས་གཞག་པ་ཉིད་རྟོགས་ཤིང་། །

མིང་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་ཉིད། །འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་  
 བྱུང་བ་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཞེས་བྱ་རྣམས་པ་ལྟ་བུ་མི་དམིགས་པ་ནི་ནམ་མཁའ་མཉམ་པའི་སེམས་སོ། །  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཅིག་མའོ། །ཉེ་བར་  
 བརྟགས་ནས་གཟིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །གཟིགས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 སོ། །དེས་ན་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ། །དེ་ཉིད་ཡིན་པར་སྒྲུབ་མི་ལུས། །དེ་  
 ཉིད་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །གང་ཡིན་དེ་ནི་དེས་སྒྲོག་བྱེད། །རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་བརྟགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཤེས་པ་འདིས་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི།  
 རྗེས་སུ་དཔག་པའི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཡང་གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་མི་མཐུན་པའི་  
 ཕྱོགས་རི་ལྟར་བསྒྲོག་པར་བྱ་ཞེ་ན། སྒྲུབ་པ། ལུང་གི་ཁྱད་པར་ཐ་དད་པས།  
 ཐ་དད་གྱུར་པའི་སྒྲོ་ལ་ཅི། །ལུང་གི་དབྱེ་བ་མེད་པ་ལ། །རྟོགས་པར་གྱུར་  
 པས་གཞན་ཅི་ཡོད། །ལུང་ལས་གཞན་པའི་ལུང་ནི་ལུང་གི་ཁྱད་པར་ཏེ།  
 དེ་ནི་ཁོ་ལ་བ་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་རྩ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་སྒྲེ་  
 བར་འགྱུར་བའོ། །གང་དག་ཐ་མི་དད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ལ་ནི་ཐབས་  
 གཞན་གྱིས་བརྟག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ཕྱོགས་དང་གཏན་  
 ཚིགས་དང་དཔེ་དང་ལྡན་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 གང་གི་ཕྱིར། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ནི་སྤང་བྱ་བ། །དམ་བཅས་ཅམ་གྱིས་རི་

ལྟར་འདོད། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་སྤངས་པར། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་སྒྲོ་རི་  
 ལྟར། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་འགོགས་པར་བྱེད་པ་ན་དམ་བཅའ་བ་  
 འབར་ཞིག་གིས་བྱེད་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་  
 བརྟགས་པ་ཞེས་བྲ་བ་མ་སྤངས་ཀྱི་བར་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་དམ་བཅའ་བ་སྤྲོས་ནས་གཏན་ཆོག་གས་བརྗོད་པར་  
 བྱའོ། །དཔེ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་པ་ནི་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཆང་བ་ཡིན་པས་སོ། །ཐུབ་པ་བདེན་  
 པ་གཞིགས་པ་ཡིས། །འདི་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གསུངས། །ཐ་སྙད་ལ་  
 བེ་བརྟེན་ནས་སུ། །དེ་ཉིད་དོན་ནི་རྟོགས་འགྱུར་བྱིར། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 གང་གིས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཀྱན་  
 རྩོལ་ཏུ་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ཞེས་བྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཐ་  
 སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ནི་རིམ་གྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བརྗོད་  
 དུ་མེད་པའི་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་ཀྱན་རྩོལ་གྱི་ཆོས་ལ་  
 མ་བརྟེན་པར་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 དབུ་མ་པའི་ལུགས་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་ཅིང་  
 རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྦྱོན་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་སྤྲོས་པ།  
 དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ། །དམིགས་དང་བཅས་བྱིར་བརྟུན་ཡིན་  
 ཏེ། །མི་ལམ་སོགས་ཡིན་དེ་ཤེས་བྲ། །དེས་ན་དེ་ཉིད་ཡིན་མི་རིགས། །དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ནི་བརྟུན་པ་

ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཚེས་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །ཚེས་དང་ཚེས་ཅན་  
 བསྐྱེམས་པ་ནི་སྤྱོད་གས་སོ། །དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཏན་ཚིགས་ཏེ། གང་དང་གང་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་  
 ནི་བརྟུན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དཔེའོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་བརྟུན་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་དེས་གཟུང་བ་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་བརྟུན་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། གཟུང་དུ་མེད་པ་བརྗོད་མེད་པ། །ཤེས་  
 པའི་སྤྱོད་པ་རྣམས་སྤངས་པ། །ཐུབ་པའི་དབང་པོས་གསུངས་པའི་ཚེས། །དེ་  
 ཡིས་འདི་ལྟར་འདི་ལ་གཞོད། །སྒྲོའི་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཟུང་དུ་མེད་  
 པ་ཉིད་དང་། བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཚེས་  
 ཉིད་དེ་ནི་གཟུང་དུ་མེད་པ་དང་བརྗོད་དུ་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་  
 དུ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་གང་ལ་ཤེས་པ་འཇུག་པ་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་ནས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའི་དོན་དང་རིག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་སྤང་  
 རིགས་ལྷན་པ་ཡི། །དེ་ཉིད་གང་ཞིག་སྤར་བསྟན་པ། །རིགས་པས་ཡོངས་  
 སུ་བརྟགས་ན་ཡང་། །དེ་ལས་ཉམས་པ་མེད་པར་གནས། །གང་རྣལ་འབྱོར་  
 སྤྱོད་པ་བས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ན་  
 དབྱུད་བཅོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་སྤང་བའི་ལྷོན་ཤིང་ཆག །ཁ་ཅིག་རྣམ་  
 ཤེས་རྒྱ་ལ་ཐོགས། །ཡང་དག་མཐའ་ཡི་གཡང་སར་ཡང་། །མ་སྤྱང་རྒྱལ་

བའི་ཐུགས་སྒྲུབ་རེལ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གང་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་  
བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་ལུང་དང་རིགས་པ་དང་ལྡན་པར་བདག་གིས་འདི་སྐད་  
དུ། ཤེས་བྱ་རྣམ་ཀུན་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི། །སྒྲོ་  
ཡང་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་ལ། །དེ་ཉིད་མཉམ་མེད་དེ་མཁྱེན་གསུངས། །ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་གིས་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྟོག་གི་བ་རྣམས་ཀྱི་  
རྗེས་སུ་དབག་པས་ཀྱང་བསྐྱོད་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པར་རབ་  
ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དབུ་མའི་སྙིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། །  
རྣལ་འབྱོར་སྐྱོད་པ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་  
ལྷ་པའོ། །

དབུ་མའི་སྙིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། གངས་ཅན་  
གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བྱུག་པ།

དེ་ནས་ད་ནི་གངས་ཅན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་  
འཇུག་པས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བྱུག་པ་བརྩམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཐུབ་པ་སེར་  
སྐྱས་བསྟན་པའི་དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། །རང་བཞིན་གང་ཞིག་  
རྟོག་པ་མེད། །ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་བསྐྱེད་བདག་ཉིད། །དེ་ལས་སྒྲོག་  
པས་སྒྲེས་བྱ་ཉིད། །འདི་དག་རྟག་ཏུ་གོམས་པར་བྱ། །རང་བཞིན་ནི་ཡོད་དེ་  
སེམས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་མ་སྒྲེས་པ། རྟག་པ། བྱེད་པ་པོས་



ཡོངས་སྤྱད་པར་བྱ་བ་གཅིག་ཕུ་བྱུང་བ་ཡོན་ཏན་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དང་  
 ལྷན་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་མི་གསལ་བ་སྟེ། ཁ་དོག་དང་། ཚད་དང་། དབྱིབས་  
 ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ལྷ་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། མི་ལ་སོགས་པ་  
 འགའ་ཞིག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་། ཅ་བའི་རང་  
 བཞིན་མི་འགྱུར་བ། །ཆེན་པོ་ལ་སོགས་ནམ་པ་བདུན། །རང་བཞིན་འགྱུར་  
 བ་བདེན་ཉིད་དོ། །འགྱུར་བ་ནམ་པ་བཅུ་དྲུག་ཀྱང་། །རང་བཞིན་འགྱུར་  
 བ་མིན་སྟེས་བྱ། །འདི་ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཡིན་ཏེ། །ཅ་བའི་རང་བཞིན་ནི་  
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་བའོ། །གང་གི་ཕྱིར་  
 སྒོ་རབ་དུ་བསྐྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་རང་བཞིན་ནོ། །སྒོ་ཉིད་ནི་ཆེན་པོའོ། །སྒོ་  
 ཡིན་ན་ཡང་གང་གི་ཕྱིར་རང་འཛིན་པ་རབ་དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་  
 ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཅ་བའི་རང་བཞིན་ལས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་འཛིན་པ་ཡང་དེ་ཙམ་ལྷ་རབ་  
 དུ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། །སྒོས་བྲས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་  
 སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཙམ་ནམས་ཀྱང་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དབང་པོ་ནམས་  
 སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །རང་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཡོངས་  
 སུ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་གི་ཆེན་པོ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། དེ་ཙམ་  
 ལྷ་ཞེས་བྱ་བས་རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནམ་པ་བདུན་  
 དང་། ཅ་བའི་རང་བཞིན་ནི་བརྒྱད་པའོ། །དེ་ཙམ་གྲིས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཡང་  
 འགྱུར་བ་བཅུ་དྲུག་སྟེ། འདི་ལྷ་སྟེ། ས་དང་། རྩ་དང་། མེ་དང་། རྩུང་དང་།

ནམ་མཁའ་དང་། རྩ་བ་དང་། བགས་པ་དང་། བྱི་དང་། ལྷ་དང་། ལྷ་དང་།  
 ལག་པ་དང་། རྒྱ་བ་དང་། འཕྲོངས་དང་། མདོ་མས་དང་། ངག་དང་བཅུ་  
 རྩ་པོ་འདི་དག་ནི་ནམ་པར་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་སྲིད་པས་འགྱུར་བའོ།  
 སྐྱེས་བུ་ནི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །འགྱུར་བ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཡང་ན་འདི་ནམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་  
 ཡོན་ཏན་ཆ་མཉམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་མི་གསལ་བའོ། །ཆེན་པོ་ནི་རྟོག་པའི་  
 མཆོན་ཉིད་དང་། དོན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོ།  
 ངར་འཇིན་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་ཤིན་ཏུ་ང་རྒྱལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །སྒྲོ་དང་  
 ཡིད་དང་ངར་འཇིན་པ། ཞེས་བྱ་བ་ནམ་པ་གསུམ་ནི་ནང་གི་བྱེད་པ་པོ་འོ། །  
 ཞི་བ་དང་དྲག་པོ་དང་སྒྲོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེའི་བྱུང་བར་ལས་གྲོལ་བ་  
 ནི་སྐྱེའི་སྐྱེ་སྐྱེའི་དེ་ཅུ་ཉིད་དོ། །འཇམ་པ་དང་རྩ་བ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 དཀར་བ་དང་ནག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། མངར་བ་དང་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་། སྤེ་ཞིམ་པ་དང་། སྤེ་མི་ཞིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་བར་འདུས་པ་ནི།  
 སྐྱེ་དང་རེག་བྱ་དང་རོ་དང་གཟུགས་དང་སྤེའི་དེ་ཅུ་མོ། །སྐྱེའི་མཆོན་ཉིད་  
 ནི་ནམ་མཁའོ། །རེག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་རྒྱུ་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 ནི་མེའོ། །རོའི་མཆོན་ཉིད་ནི་ཆུའོ། །སྤེའི་མཆོན་ཉིད་ནི་སའོ། །རྩ་བ་དང་།  
 བགས་པ་དང་། བྱི་དང་། ལྷ་དང་། ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་ལྷ་ནི་སྐྱེའི་དབང་པོ་སྟེ།  
 རང་རང་གི་དོན་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རམ། སྐྱོ་སྐྱོ་དུ་བཏང་ནས་འཇུག་པའི་  
 ཕྱིར་རམ། སྐྱོར་གྱུར་པ་དེ་ནས་སྐྱེས་བུས་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་

སྒྲོ་འི་དབང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ངག་དང་ལག་པ་དང་རྒྱུ་པ་དང་། འཕྲོངས་དང་།  
མདོ་མས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་སྒྲོན་དུ་སོང་ནས་འབྲུག་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲེས་བྱའི་  
བྱ་བ་ལ་ཉེ་བར་གནས་པའི་སྤྱིར་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ཡིད་ནི་གཉི་  
གའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཏེ། སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་སྤྱིར་སྒྲོ་འི་དབང་  
པོ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་སྤྱིར་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་འོ། །ས་  
ལ་སོགས་པ་ནི་ཞི་བ་དང་བྲག་པོ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོས་དེ་ཙམ་དག་ལས་  
བྱུང་པར་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་བྱུང་པར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་འགྱུར་བ་  
ལས་བྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་ནི་ལྷ་བཙུ་སྟེ། འདི་ལྷ་སྟེ་མགུ་བ་ནི་དགའོ། །བྱུ་བ་  
པ་ནི་བརྒྱུད་དོ། །རྒྱས་པ་ནི་ཉི་ཤུ་བརྒྱུད་དོ། །

སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་ནི་ལྷ་སྟེ། དེ་ལྷར་ན་ལྷ་བཙུ་སྟེ། དེ་ལ་ཆུ་དང་། ཆུ་  
རྒྱུན་དང་། ཆུ་བོ་དང་། ཆར་འབབ་པ་དང་། ལེགས་པར་རྒྱལ་བ་དང་།  
གཞན་མ་ཡིན་པ་དང་། མིག་བཟང་བ་དང་། འོན་ཅན་དང་། ལྷས་མཚོག་  
ཅས་བྱ་བ་ནི་མགུ་བ་དགའ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་མཉེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་  
གོ། དེ་ལ་རང་བཞིན་ལས་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲེས་བྱས་བྱས་པ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྷར་གང་གིས་མཐོང་བ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་དགའ་བ་ཐར་པ་  
ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་ནི་ཆུ་ཞེས་བྱའོ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་  
ལས་འབྲས་བྱ་འཕྲོ་བ་གྱི། སྒྲེས་བྱས་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུ་  
རྒྱུན་ནོ། །དུས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་འཕྲོ་བ་གྱི་སྒྲེས་བྱས་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུ་བོ་འོ། །སྐལ་པས་འབྲས་བྱ་འཕྲོ་བ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆར་

འབར་བའོ། །ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་པའི་སྒྲིན་མཐོང་ནས་གང་ཐར་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོངས་སུ་དགའ་བ་དེ་ནི་ལེགས་པར་རྒྱལ་བའོ། །ཀུན་ཏུ་  
 བསྐྱང་བའི་སྒྲིན་མཐོང་བ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་པའོ། །ཐར་པ་མཐོང་བ་ནི་མིག་  
 བཟང་བའོ། །དབང་པོ་མཐོང་བ་ནི་འོད་ཅན་ལོ། །རྣམ་པར་འཆེ་བ་མཐོང་ན་  
 ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོངས་སུ་དགའ་བ་དེ་ནི་ལུས་མཆོག་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་  
 དག་ནི་མགུ་བ་རྣམ་པ་དགུ་ཡིན་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་ལས་སྐྱེ་བའི་གྲུབ་  
 པ་ནི་བརྒྱད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྒྲོལ་བ་པོ་དང་། ལེགས་པར་སྒྲོལ་བ་པོ་དང་།  
 སྒྲོལ་བའི་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་། མགུ་  
 བར་གྱུར་པ་དང་། ཉམས་དགའ་བ་དང་། མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་གྲུབ་པའོ། །དེ་ལ་ཤེས་པ་གང་དབྱེད་  
 པ་བྱས་ནས་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་སྒྲོལ་བ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་  
 ཤེས་པ་ནི་ལེགས་པར་སྒྲོལ་བ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །བརྗོད་བྱ་དང་རྗོད་བྱེད་སྒྲིན་  
 དུ་སོང་བའི་སྒྲ་མས་བསྟན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་སྒྲོལ་བའི་མཐར་  
 ཕྱིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཁྱང་བ་དང་ཆ་བ་བསྒྲོག་པའི་ཐབས་ཤེས་པ་ནི་དགའ་  
 བའོ། །ནང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་དང་མཁྲིས་པ་དང་། བད་ཀན་ལ་སོགས་  
 པའི་ནད་གང་བདག་ཉིད་དམ་སྒྲ་མ་ལས་སྐྱེས་པའི་བསྒྲོག་པའི་ཐབས་ཤེས་  
 པ་གྲུབ་པ་དེ་ནི་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་དང་པོ་འབྱུང་  
 བ་ལས་གྱུར་པ་མི་དང་། སྒྲོལ་སོང་དང་། རི་དྲགས་དང་། སྐྱལ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱ་མཆན་ལས་བྱུང་ཞིང་སྐྱེས་པས་འཛིག་པ་དང་། འཐབ་ཅོད་དང་།

དེག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་རྣམས་སྒྲོ་མའམ། བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེས་  
 པ་ན། བཅོས་པའི་ཐབས་བྱས་པ་ལས་ཤེས་པ་བྱུང་བ་དེ་ནི་མགྲུ་བར་བྱུར་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་གཡས་སྤྱོད་གས་སུ་འཇུག་པའི་རྒྱས་སམ། །སྐྱེས་པ་  
 དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་བདེ་བ་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཆངས་པར་  
 སྒྲོད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཉམས་དགའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་ལྡང་བ་  
 དང་། བྱག་འཆལ་བ་དང་། སྒྲོ་དང་། ཁ་སྐྱ་བྲེགས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱུབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འདི་དག་ནི་བྱུང་  
 པ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། ། ཡང་དབང་པོ་ལ་གཞོད་པས་འོན་པ་དང་། མངོན་དང་  
 དང་། དཔུས་ལོང་གི་ངོ་བོ་དང་། བཅས་པོ་ཉིད་དང་། སྤེམ་ཞིམ་པ་ཉིད་  
 དང་། བྱམ་པོ་ཉིད་དང་། རྟག་སྐྱམ་ཅན་དང་། མ་ཞིང་དང་། ལག་པ་ཉམས་  
 པ་དང་། སྐྱགས་པ་དང་། ཤེས་པ་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དག་གི་གྲངས་  
 རིམ་ལྟར་བཞིན་དཔགས་པ་དང་། མིག་དང་། ལྟེ་དང་། ལྟ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 དག་དང་། ལག་པ་དང་། རྒྱང་པ་དང་། འཕྲོངས་དང་། མདོམས་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དབང་པོ་ལ་གཞོད་པ་འདི་དག་ནི་རྒྱས་པ་བརྒྱ་གཅིག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱན་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་བོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཆར་པ་  
 འབབ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ལེགས་པར་རྒྱལ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་མ་  
 ཡིན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་དང་། འོད་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 ལུས་མཆོག་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་རང་བཞིན་རྟག་ཏུ་ཡོད་དུ་བྱིན་  
 གྲང་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དགའ་བ་མི་སྐྱེ་བ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་

ནས་འཆེ་བ་མཐོང་ཡང་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དགའ་བ་མི་སྐྱེ་བ་ནི་ལུས་  
 མཆོག་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོལ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། ལེགས་པར་སྒྲོལ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་པ་  
 བརྒྱད་ལ་གཞོན་པ་སྟེ། ཤེས་པ་གང་དབྱེད་པ་བྱས་ནས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་སྒྲོལ་བ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནས། རི་སྤྱིད་གཡོ་སྐྱེ་དང་  
 ལས་སུ་རུང་བ་དང་། སེར་སྒྲུ་ལ་སོགས་པའི་དོན་མི་དམིགས་པ་ན་ཏྲག་ཏུ་  
 དགའ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་སྟེ། འདི་དག་ནི་རྒྱས་པ་  
 མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་རྣམ་པ་ལྔ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ལུན་པ་དང་།  
 རྩོངས་པ་དང་། རྩོངས་པ་ཆེན་པོ་དང་། ཤིན་ཏུ་ལུན་པར་གྱུར་པ་དང་།  
 ཤིན་ཏུ་སྒྲག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། སྤྱིན་ཅི་  
 ལོག་གི་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། གཞན་མ་ཡིན་པ་ལ་གཞན་གྱི་སྒྲོ་  
 དང་། ལེགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལེགས་པར་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པ་དང་། བདེ་  
 བ་མ་ཡིན་པ་ལ་བདེ་བར་མངོན་པར་ང་རྒྱལ་བ་དང་། མི་རྒྱས་པ་ལ་རྒྱས་  
 པར་མངོན་པར་ང་རྒྱལ་བ་དང་། མི་བཟོད་པ་ལ་བཟོད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་  
 ཞེས་བྱའོ། །འདི་དག་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ལྔ་ཡིན་པར་མཆོན་ཉིད་ལྔ་བཅུ་པ་  
 ལས་བསྟན་ཏེ། རང་བཞིན་འགྱུར་བ་ལས་རྒྱུང་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཞིང་དེ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བྱ་ནི་  
 ཞིང་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རང་བཞིན་དང་འགྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད་དང་བཅས་  
 བའོ། །དེ་དག་ནི་བདག་སྟེ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ལས་ཐ་དད་དུ་མ་གྱུར་པ། མ་



སྐྱེས་པ། ཏྲག་པ། མ་བྱས་པ། ཟ་བ་པོ། གཙུ་བོ། བྱེད་པ་མེད་  
 པ། ཡོན་ཏན་གསུམ་ལས་བསྒྲོག་པ་མི་སྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་རྒྱུན་ཉི་བར་རྟེན་  
 རས་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་སྙིང་སྟོབས་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པ་རྩོམ་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་  
 ཅན་སྐྱོད་པའི་བྱིར་ན་ཡུལ་ཅན་ནོ། ། སྐྱེ་བ་དང་ཉམས་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཏྲག་  
 པའོ། །རང་བཞིན་དང་འགྱུར་བ་ལས་གཞན་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏྲགས་མེད་པ།  
 གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆ་ཤས་དང་བྲལ་བ་དང་པོ་དང་ཐ་མ་མེད་པའི་བྱིར་  
 མཐའ་མེད་པ་སྟེ། འདི་དག་ནི་སྐྱེས་བྱའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡང་བྱུ་  
 པའི་མཐའི་མཆོན་ཉིད་ན་བ་ལ་སོགས་པ་འཇུག་པ་ནི་མངོན་སུམ་མོ། །ཐོབ་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་དབང་པོའོ། ། མཐོང་བ་ནི་ཡུལ་ཅན་ནོ། །སྟ་བ་པོ་ནི་སྐྱེས་  
 བྱའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་རྗེས་ལས་གཞན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཆ་ཤས་  
 དང་། ཆ་ཤས་ཅན་དང་། རྒྱ་དང་། འབྲས་བྱ་དག་དང་། མཆོན་ཉིད་དང་།  
 མཆོན་ཉིད་ཅན་དག་ནི་གཅིག་གོ། །བྱེད་པ་ལ་ནི་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་རི་སྐྱད་སྐྱས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་དག་རིམ་གྱིས་གོམས་  
 པར་བྱས་པ་ལས། ཡིད་ལས་སྙིང་སྟོབས་སྐྱེས་པ་ཅན། །སྐྱེས་བྱའི་གཟུགས་  
 བརྟན་འབྱུང་བའམ། ། དེ་བཞིན་ཡོངས་སུ་གྱུར་ནས་ནི། །སྒོ་འཇུག་པ་ཡི་  
 རེས་སུ་བྱེད། །སྙིང་སྟོབས་ནི་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་བསྟན་པའོ། །  
 སྐྱེས་པ་ནི་ལྷག་པར་འཇུག་པ་སྟེ། གང་ལ་སྙིང་སྟོབས་དེ་སྐྱེས་པ་ཡོད་པ་དེ་  
 ནི་ཡིད་ལས་སྙིང་སྟོབས་སྐྱེས་པ་ཅན་ནོ། །ཡིད་གྱིས་དོན་རྟོགས་པར་འཇུག་

བ་ན་རྟོགས་པའི་གཟུགས་བརྟན་སྐྱེས་བྱ་ལ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་ནི་རི་ལྟར་  
 ལྷ་མི་གཡོ་བ་ལ་ལྷ་བའི་གཟུགས་བརྟན་མཐོང་བར་གྱུར་ཀྱང་འབྱུར་བ་ནི་  
 རྣམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་ལས་འབྱུར་བ་མེད་ཀྱང་  
 ལྷོས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་དོན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡང་འབྱུང་བར་འབྱུར་ལ།  
 གྱུར་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་ན་ལྷོས་དོན་རྟོགས་པའི་རྗེས་སུ་  
 ཡང་བྱེད་པས་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ་ཡིན་  
 གྱི་འབྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། ལྷོ་དེས་ཅི་ཞིག་རྟོགས་ནས་སྐྱེས་བྱ་གང་ཞིག་  
 ལྷ་བའི་གཟུགས་བརྟན་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའམ། གང་  
 གི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་སྐྱེས་བྱ་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱེས་བྱ།  
 བདག་ཀྱང་གཞན་ཞིང་རང་བཞིན་གཞན། ། འདི་ལྟར་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡི། །  
 བྱེད་དང་བྱ་བ་ལྡོག་པ་ཡི། ། སྐྱེས་བྱ་གྲོལ་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། ། སྐྱེས་བྱ་  
 བཅིང་བ་གསུམ་གྱིས་བཅིངས་པ་ལས་ཐར་པ་རྣམ་པ་གསུམ་འབྱུང་བ་ནི་  
 ཐར་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མདོར་བསྡུས་པའི་ཆིག་གི་དོན་རྟོ། ། འཆིང་བ་རྣམ་པ་  
 གསུམ་ནི། རང་བཞིན་གྱི་འཆིང་བ་དང་། འབྱུར་བའི་འཆིང་བ་དང་། རོར་  
 གྱི་འཆིང་བ་དང་། ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རོར་གྱི་འཆིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱིམ་པའམ།  
 ཆངས་པར་སྒྲོད་པའམ། རྣགས་ལ་གནས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་རོར་  
 རྟེན་པས་འཆིང་བ་ཡིན་ཏེ། རོར་བརྒྱ་རྟེན་དམ་སྟོང་རྟེན་ཅེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པས་སོ། ། འབྱུར་བའི་འཆིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་  
 བལྟ་བར་འདོད་པས་སྒྲ་དང་། རེག་བྱ་དང་། རོ་དང་། གཟུགས་དང་། ཇི་

རྣམས་ཀྱིས་དབང་པོའི་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འཆིང་བ་ཞེས་བྱའོ། །རང་  
 བཞིན་གྱི་འཆིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟ་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། མི་དང་། ཏུང་  
 འགྲོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་གང་དག་གཞན་དང་གཞན་རྣམ་པ་སྟ་  
 ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏུ་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་བ་སྟེ། བདེ་བ་དང་།  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། རྩོལ་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། ངར་འཛིན་པ་དང་།  
 དེ་ཅུམ་དང་། དབང་པོའི་བྱེད་པར་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འཁོར་བ་ན་ཡུལ་ལ་སྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེས་བྱ་དང་རང་བཞིན་ལ་གཅིག་པ་  
 ཉིད་ཏུ་རྩོལ་པ་ཡོད་ལ། ཤེས་པ་སྤྱུག་པར་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ན་དོན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡོངས་སུ་ངོམས་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཡང་གཞན་  
 ལ་བདག་གྲང་གཞན་ནོ་ཞེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ན་ས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་  
 བ་དང་། མིག་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་རྣམས་སྤྱུག་པར་འགྱུར་བས་རང་  
 བཞིན་ལ་སོགས་པའི་འཆིང་བ་ལས་སྐྱེས་བྱ་ཐར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གངས་ཅན་པ་ཁ་ཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐའི་  
 དབྱེ་བ་དང་། བདག་དང་བདག་གི་མེད་ཉོགས་པའམ། དོན་བྱས་པ་ན་རྗེས་  
 བཟུང་བ། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གྲོལ་ཡིན་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་ཡིན་པར་གངས་  
 ཅན་སྟེ། །འདི་ལས་དང་པོ་སྤྱིད་པ་ན། །རང་བཞིན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་བྱས་  
 སྤྱད་པར་བྱ་བའི་དོན་རྣམ་པ་སྟ་ཆོགས་པ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཏུ་འབྱུག་  
 པར་འགྱུར་རོ། །གྲོལ་བའི་ཏུས་ན་ནི་བདག་གྲང་སྐྱེས་བྱ་འདི་མ་ཡིན་ལ།  
 སྐྱེས་བྱ་འདི་ཡང་བདག་གི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདིའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་སྐྱེས་

པ་ན་ཡུལ་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་རི་སྒྲིང་ཅིག་སྐྱེས་བུ་ལ་སྐྱེན་པར་བྱ་བ་དེ་བདག་གིས་བྱིན་པས་དེས་ན་བདག་གི་དོན་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། སྐྱེས་བུ་ལ་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྗེས་སྤྱོད་བའི་བྱིར་སྐྱེས་བུ་ལས་རང་བཞིན་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གངས་གྱི་འཇུག་པའམ་གངས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་གྲོལ་བར་འདོད་པས་གངས་ཅན་ཏེ། འདི་ལྟ་བུའི་ནམ་པ་དག་དོན་དམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། འདི་ལྟ་བུ་ནི་འདིར་དེ་དག་གིས་ཉེ་བར་སྐྱར་བའི་ཕྱོགས་སུ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་གཞན་གྱིས་ལན་འདེབས་པའི་ཕྱོགས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་གཙུག་པོ་སྐྱེས་བུ་ནི། ཅི་ལྟར་མི་རིགས་ལས་སྐྱར་བསྟན། ། དེ་ཡང་ཡང་འདིར་བཏག་བྱ་སྟེ། །བདག་ནི་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཚོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་དབང་ཕྱག་དགག་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། མདོན་པར་རྟོགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གཙུག་པོ་དང་སྐྱེས་བུ་དག་མདོར་བསྐྱས་ནས་མི་རིགས་པར་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ལ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་འདིར་ནི་དེ་དག་མི་རིགས་པར་རྒྱས་པར་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

གངས་ཅན་གྱི་བྱུ་བ་པའི་མཐའ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། །རྟོགས་པ་ནི་སྐྱེས་བུའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་ཏེ། ཅི་ལྟར་མེད་ཆ་བ་བཞིན་ནོ། །རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་ཡིན། །གང་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྐྱེས་བུའི་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །རིགས་པ་གང་གིས་ཤེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་བྱ་རྟོགས་པས་རྟོགས་པ་ཡིན་ན། ། ཤེས་བྱ་མེད་པས་དེ་ཡང་མེད། །རྟོགས་པ་ཅན་ནམ་རྟོགས་མེད་པ། །འདིར་ནི་བདག་ཏུ་གང་གིས་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བྱ་

བ་དང་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲོ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ལ་སྟོས་ནས་ཡུལ་གྱི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་དེའི་བྱ་བ་དང་། བྱེད་པ་སྟོག་པ་  
 ཡོད་པར་འགྱུར་ན། སྒྲོའི་འཇུག་པ་མེད་པས་ཅི་ཞིག་རྟོགས་ན་བརྟག་པ་ཞེས་  
 བྱ། དེས་ན་ཐར་པའི་དུས་ན་རྟོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཞིག་གམ། རྟོགས་པ་  
 མེད་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་རྟོགས་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཤེས་བྱ་མི་རྟོགས། འོན་ཏེ་རྟོགས་པ་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་ན་ནི་གྲུབ་པའི་  
 མཐའ་ཡང་གཞན་དུ་འགྱུར་ལ། རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡང་ཅི་ལྟར་མེས་ཤིང་བསྐྱེད་ནས། འབར་བ་ཟད་ཅིང་སོལ་བར་  
 གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་མེའི་རང་བཞིན་མི་འདོར་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱེས་བྱ་ཡང་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་ལོག་ཏུ་ཟེན་གྱང་རྟོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 མི་འདོར་རོ་ཞེ་ན། མི་འདྲ་བ་ཉི་བར་བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ། མ་བསྐྱེད་སྐྱེད་  
 པར་མི་རིགས་ཏེ། །བསྐྱེད་པ་མེད་ཕྱིར་དེ་སྟོན་བཞིན། །དེས་ན་སྐྱེད་  
 བྱེད་དཔེ་ཡིས་ནི། །རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་གྲུབ་མ་ཡིན། །ཅི་ལྟར་དུ་བ་དང་  
 འབར་བ་དང་བྲལ་དུ་ཟེན་གྱང་མེས་ཤིང་གི་ཆ་ཉིད་ཀྱི་སོལ་བ་ལ་སྐྱེད་པར་  
 བྱེད་ཀྱི་ཕྱིས་ཐལ་བར་གྱུར་པའི་དུས་ན་ནི་སྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་མི་  
 ཐོབ་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་ཡང་ངི་སྐྱེད་དུ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་དེ་སྐྱེད་དུ་  
 རྟོགས་པ་ཅན་དུ་རིགས་ཀྱི་འདིར་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་གཏན་ལོག་པར་གྱུར་པ་  
 ན་མེ་ནམ་ཐལ་བར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པས། དེས་ན་དཔེའི་སྟོན་དཔེས་བསྟན་པའི་དོན་བསྐྱབ་པར་རུས་པ་མ་

ཡིན་ནོ། །དེའི་སྒྲིང་རེ་ཞིག་གོལ་བའི་དུས་ན་ནི་སྐྱེས་བུ་རྟོགས་པ་དང་ལྡན་  
 བ་མ་ཡིན་ཞིང་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། ། འཁོར་བའི་དུས་ན་ནི།  
 ཞེས་བྱའི་རྣམ་པ་འཛིན་བྱེད་པས། །ཞེས་ལ་རྟོགས་པ་ཞེས་འདོད་དེ། །  
 དངོས་པོ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་སྒྲིང་། །དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་འདི་ལ་བརྟེན། །བྲངས་  
 ཅན་གྱི་བྱུང་བའི་མཐའ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། །དབང་པོ་ཡུལ་དང་ལྡན་ཅིག་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལས་དབང་པོས་དོན་རྟོགས་པའི་རྗེས་སུ་ཡིད་གྱིས་  
 གྲང་རྟོགས་ལ། ཡིད་གྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་ནི་སྒྲོས་གྲང་ངས་པར་རྟོགས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ཞེས་བྱའི་རྣམ་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ལ་རྟོགས་པ་ཞེས་བརྗོད་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྟོགས་པའི་དངོས་པོ་ནི་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་ལ་  
 བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་གོས་ལ་ཆོན་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་ནི་ཉེ་བར་  
 གནས་པ་ཅམ་ལས་པན་པ་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པར་བརྟགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །བརྟགས་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ནི། །སྐྱེས་བུ་འབྱུང་མེད་རང་གི་  
 ཡུལ། །དེ་དང་དེ་ནི་ལྷགས་འདིས་འགལ། །ཞེས་ལས་རྟོགས་པ་གཞན་  
 མིན་པས། །ཅི་ཞིག་གཞན་དུ་བརྟག་པར་བྱ། །ཡོངས་སུ་འབྱུང་བའི་ཆོས་  
 ཅན་གཞན་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ལ་འདིར་ཞེས་པ་ཞེས་བྱ་བར་  
 རིགས་ཀྱི། །སྐྱེས་བུ་ནི་རྟག་པ་ཡོངས་སུ་འབྱུང་བ་མེད་པ་ཡིན་པས་གཞན་  
 ཀྱི་གཟུགས་སུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཚུལ་འདིར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཞེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་  
 ལས་གཞན་པའི་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་པས་ཞེས་པ་ལས་མ་གཏོགས་



བའི་གཞན་པ་སྐྱེས་བུའི་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བརྟགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།  
 གཞན་གྱི་བསམ་པ་ཉི་བར་བཀོད་ཅིང་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྟོགས་པ་  
 སྒྲོ་བྱོས་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་ལྷན་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན། ། དེས་ན་རྟོགས་པ་  
 ཞེས་པ་མིན། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་ལ་དེ་སྟམ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེས་ཏེ། སྐྱེས་བུ་ནི་  
 མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་རྒྱ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་ནི་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་རིགས་སོ། །ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་བུས་པ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་བས་ཞེས་པས་ནི་རྟོགས་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རྟོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་སོ་  
 ཞེས་བྱ་ཞེས་གལ་ཏེ་གཞན་དེ་སྟམ་དུ་སེམས་པར་གྱུར་ན། དེ་ལ་འདི་སྐད་  
 དུ། རྟོགས་ལས་ཞེས་པ་གཞན་ཡིན་པར། །སྒྲོབ་བྱེད་ཅི་ན་དཔེ་ཡང་མེད།  
 ཞེས་པའང་དེ་དངོས་མེད་ཅི་ན། །ཁས་སྒྲངས་པ་ཡིས་གཞོད་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྐྱེས་ཏེ། སྐྱེས་བུའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྟོགས་པ་ཞེས་པ་ལས་  
 གཞན་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དཔེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། དཔེ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་གཞན་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་བོ། །གལ་ཏེ་ཞེས་པ་ལ་རྟོགས་པ་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་  
 ནི་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེས་བུའི་རྟོགས་པ་ཞེས་པ་ལ་མ་  
 ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། མ་སྐྱེས་པ་ནི་རྟོགས་མིན་ཏེ། །མ་སྐྱེས་  
 ཕྱིར་ནི་རིགས་ལྷན་མིན། །སྐྱེས་བུ་ནི་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་  
 གྱི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་དྲ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེས་བུ་ལ་ནི་རེ་ཞིག་རྟོགས་པ་ཡོད་པ་མ་

ཡིན་ལ། རྟོགས་བ་ནི་འདི་ལྟར་ཡོད་པར་སྒྲུང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་གྱི་རྗེས་  
སུ་མ་ཐུན་པར་སྐྱེས་པའི་ཤེས་བ་ཉིད་ནི་དེ་ཡིན་པར་རིགས་ཀྱི་མ་སྐྱེས་པའི་  
སྐྱེས་བུའི་ནི་མ་ཡིན་ནོ།། །།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་བ།

གལ་ཏེ་འདིར་སྐྱམ་དུ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་  
ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་ཤེས་བ་འཇུག་པའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་སྐྱོད་པ་ལ་ཉེ་བར་  
བརྟགས་ནས་རྟོགས་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། སློ་ཡི་འཇུག་  
པའི་བྱེད་པར་ནི། །གང་ཕྱིར་ཤེས་ལ་འཇུག་འདོད་ནའང་། །ཐ་དད་བྱེད་ཅན་  
ཉིད་འགྱུར་གྱི། །དེ་མེད་པས་ན་དེ་ཡང་མེད། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་  
བས་ཐ་དད་པའི་རྣམ་དག་ལ་ནི་འདི་ཅི་འདྲ་བ་དེ་ཡང་འདི་འདྲའོ་ཞེས་བྱེད་  
པར་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་ཏུ་བྱུང་གི། །ཡང་ཤེས་བ་གཅིག་ལ་སློ་དེ་ནི་དངོས་  
ཡིན་ལ། སྐྱེས་བུ་ནི་ཉེ་བར་བརྟགས་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་བ་གཅིག་ལ་  
བྱེད་པར་ཡོད་པར་གང་ལས་ཇི་ལྟར་འགྱུར། གལ་ཏེ་བདག་གི་སློ་གང་  
ཡང་། །ལ་ལར་ཇི་བཞིན་དོན་དུ་འདོད། །ལ་ལར་དེ་ལས་བསྐྱོག་ཉིད་དོ། །  
མཐོ་ལ་མཐོ་ཡི་སློ་བཞིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་མཐོ་ཡོར་རྩོད་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་ལ་  
འབྲུལ་བས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱེས་བུའི་སློ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ། འབྲུལ་བ་  
དང་བྲལ་བར་གྱུར་བ་ན་མཐོ་ཡོར་ཉིད་ཡིན་གྱི་འདི་ནི་སྐྱེས་བུ་མ་ཡིན་ནོ་

ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒོ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་འབྱུང་བས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་ལ།  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་ན་ནི་སྐྱེས་བུ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་དོན་ནི་རྟོགས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ལ་ལར་ཇི་ལྟར་ཇི་བཞིན་  
 དོན། །ཞེ་ན་ཀུན་རྫོབ་བྱུང་བ་སྐྱབ། །ཇི་བཞིན་དོན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཡུལ། །  
 བདག་ཅེས་བྱ་བར་བདག་ཅིག་འདོད། །སེམས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་སྒོ་ལ་བདག་  
 ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱར་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་དུ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཀྱང་འདོད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་མེད་པའི་སྒོས་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་སྐྱབ་ན་ནི་  
 བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཀུན་ལ་བྱུང་སོགས་ཀྱི། །མཆན་ཉིད་ཅན་སྒོ་  
 དོན་བཞིན་ན། །དེ་ཉིད་དུ་འཇགས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འང་། །དཔེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །སྒོ་གང་ལ་རྟག་པ་བྱུང་བ་བྱེད་པ་དང་བྲལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་  
 ནི་དོན་དམ་པའི་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏེ། སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 དཔེར་ན་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེས་བྱས་ན། །དཔེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ།  
 ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འང་སེམས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་སྐྱབ་ཏུ་མེད་པས་སྒོ་  
 དེའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དཔེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་རྣམ་པ་གཉིས་ཀ་  
 ལྟར་ཡང་བདག་གི་སྒོ་བྱུང་བ་མེད་པས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གང་ཡང་རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་དུ་མཐོང་ན་ཐར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 འདོད་པ་དེ་ལ་ཡང་། རྟོགས་པ་མེད་པས་རྟོགས་པ་ནི། །རང་བཞིན་རྟོགས་  
 པ་མེད་པའམ། །གང་གིས་དེ་ཉིད་ཤེས་སྟེ་བས། །གང་ཞིག་གྲོལ་བར་འགྱུར་

བ་ཡིན། །རེ་ཞིག་རང་བཞིན་ནི་རྟོགས་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་  
 མཐོང་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེས་བུ་ཡང་མི་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་ལ་  
 སྤྱིར་གཅིག་ཉིད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལས་ཐ་དད་ཉིད་དུ་མཐོང་བར་གྱུར་ན།  
 འགྱུར་བ་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་སྒྲོ་གཞན་ཡང་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 སྐྱེས་བུ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གཞན་དུ་བརྗོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འགའ་ཞིག་  
 ལ་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་གང་ལ་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆིག་གི་དོན་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་སྐྱེས་བུ་ནི་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྒྲོ་གཞན་དག་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 རང་བཞིན་ནི་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་གཞན་པའི་སྒྲོ་ཡེ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་སྒྲུས་པ། རྟོགས་པས་འཇིན་པར་བྱེད་པ་ན། བདག་ནི་འདི་ལྟར་  
 ཞེས་སོགས་ངས། རྟོགས་པ་མེད་སྤྱིར་གཞན་མི་རིགས། །དེ་མེད་གྱུར་ན་  
 ཡང་ཅི་ཞིག་། གང་ཡང་རེ་ཞིག་རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་དག་ལོངས་སྤྱོད་དང་  
 སྤྱོད་པ་པོའི་ངོ་བོར་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་ཡང་རང་བཞིན་ནི་  
 བདག་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤེས་པར་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་ཏེ། ཤེན་ཏུ་རྟོགས་པ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །ཡང་ཐ་དད་དུ་མཐོང་བ་ན་ནི་སྐྱེས་བུས་འཇིན་པའི་ལྷོག་  
 པ་ཡིན་ཏེ། བདག་གྱང་སྐྱེས་བུས་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེས་བུ་ཡང་བདག་གི་མ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤེས་པ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེས་ན་འདི་ནི་ཤེན་ཏུ་མི་  
 རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཡི་ལྷོག་པའང་རིགས་མིན་ཏེ། །མང་པོ་དག་དང་  
 ཐུན་མོང་སྤྱིར། །ཇི་ལྟར་ཇི་གཅིག་ཤི་གྱུར་གྱང་། །ཆོགས་པ་དག་གི་བྱན་

བཞིན་འདོད། །མོངས་སྒྲིབ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བའི་རང་བཞིན་ནི་དང་པོ་  
 སྒྲིབ་བའི་ཚུ་རོལ་དུ་སྒྲིས་བྱས་ཉེ་བར་སྒྲིབ་པས་བདག་གི་དོན་བྱས་ཟེན་ཏི་  
 ཞེས་སྒྲོག་པར་འགྱུར་བ་ན་རང་བཞིན་ནི་གཅིག་ཅིག་ཡིན་ལ། སྒྲིས་བྱ་ནི་  
 མང་པོ་ཡིན་པས་དེས་ན་འདིར་སྒྲིས་བྱ་གཅིག་ལས་གྲོལ་དུ་ཟེན་གྱང་ཐམས་  
 ཅད་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིས་བྱ་མང་པོས་ཐུན་མོང་དུ་བཅིངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །སྒྲིས་བྱ་གཅིག་གི་བས་དེ་ལ་བཅེ་བ་དང་བྲལ་དུ་ཟེན་གྱང་དེ་ལས་  
 གཞན་པ་འཆོ་བའི་སྒྲིས་བྱ་དག་ལས་གྲོལ་བ་མེད་དོ། །སྒྲིས་བྱ་གྲོལ་བ་ལ་  
 ཡང་སྒྲོན་འདི་ཡོད་དེ། ཐ་དད་ཡུལ་ལ་མ་བསྐྱབས་ཕྱིར། །རི་ལྟར་བདག་  
 གིས་དབྱེ་བ་ལས། །སྒྲིས་བྱའི་ཡིད་ལ་སྙིང་སྟོབས་དག །ལྷག་པས་དེ་ཉིད་  
 མཐོང་བར་འདོད། །གྲངས་ཅན་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་འདི་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དང་  
 ལྷ་མ་ཡིན་དང་། མི་དང་དུད་འགྲོའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོའི་ལུས་རེ་རེ་ལ་  
 ཡང་སྒྲིས་བྱ་གནས་ཤིང་སྒྲིས་བྱ་དེ་ཐམས་ཅད་གྱང་ཐམས་ཅད་ལ་བྲལ་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ལ། སྒྲིས་བྱ་དེ་དག་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ན་སྒྲོགས་གཅིག་  
 ཅུམ་ལས་རི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་སྙིང་སྟོབས་ལྷག་པར་གྱུར་པའི་ཡིད་  
 སྐྱིབ་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ནས་དེ་དག་ལས་སྒྲིས་བྱ་གཅིག་གྲོལ་བར་གྱུར་  
 བ་ན་སྒྲིས་བྱ་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིས་བྱ་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ནི་བཅིངས་ནས་གནས་ལ། གཅིག་ཅིག་གྲོལ་བར་རི་ལྟར་འགྱུར་  
 ཏེ། ཡུལ་ཐ་མི་དད་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དོ། །སྒྲིས་བྱ་གྲོལ་བར་མི་རིགས་  
 པར་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། གཞན་ཡང་། སྐལ་སོགས་པ་རྟོགས་པ་

དང་། །དེ་བཞིན་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་དག །སྒྲིན་ནི་རྗེས་སུ་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར། །མ་མཐོང་ངེས་པ་མེད་པའང་ཡིན། །སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ལ་ན་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འཇུག་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྐྱེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཅིག་པ་ཉིད་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་ལ། །གཅིག་གིས་ཆོས་སྐྱུད་པར་གྱུར་པ་ན་སྐྱེས་བྱ་ཐམས་ཅད་  
 ཆོས་ལ་གནས་པར་འགྱུར་ཞིང་། །གཅིག་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ནམ་  
 མཐོང་བའི་ཐར་པ་ལ་ཡང་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཡུལ་ལ་  
 དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ནམ་མཁའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཐུན་པ་དང་སྒྲུང་བ་  
 གཉིས་སམ། ཆར་འབབ་པ་དང་ཆ་བ་གཉིས་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེས་  
 བྱས་ཐམས་ཅད་དུ་བྲབ་པ་ཡིན་ན་སྒྲིན་འདི་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 ཐམས་ཅད་དུ་བྲབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་  
 བོར་གནས་པར་འགྱུར་ལ། །བདག་རྣམས་ཀྱང་འདྲེས་པར་འགྱུར་རོ། །ལུས་  
 དང་། དབང་པོ་དང་། སྒོ་རྣམས་ཀྱང་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་རོ། །གཅིག་གིས་  
 བྱ་བ་བྱས་པ་དེ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། ། །གཅིག་གིས་བྱ་བ་  
 ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱ་བ་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །  
 བྲམ་བེ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ནི་འདིའོ། །དམངས་རིས་ཀྱི་ལས་ནི་འདིའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །རིགས་བཞི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཡང་མེད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཕ་དང་། བུ་དང་། དབྱ་དང་། ས་མར་གནས་པ་ཉིད་ཀྱང་མེད་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་ཡོད་དོ། །གང་ཡང་སྐྱེས་བྱ་ནི་



སྒོ་འབྲུག་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་པ་དེ་ཡང་མི་འབྲུག་  
 མེ། གང་གི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུ་འབྲུར་ཞེ་ན། །སྐྱེས་བུ་རྟོགས་པ་མེད་པ་  
 དང་། །རྒྱ་མེད་བྲལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱེས་བུ་འབྲུར་ཕྱིར་འོ་མ་བཞིན། །སྐྱེས་  
 བུ་ནི་རྟོགས་པ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། །ཡོངས་སུ་འབྲུར་བའི་ཕྱིར་འོ་མ་བཞིན་ནོ། །  
 །སྐྱེས་བུ་ནི་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །འོ་མ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེས་བུ་ནི་ཐམས་ཅད་  
 ལ་བྲལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །འོ་མ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའོ། །གང་ནམས་སྐྱེས་བུའི་  
 གཟུགས་བརྟན་འབྲུང་བས་གྲོལ་བར་འདོད་པ་དེ་ལ་ཡང་། སེམས་ནི་འབྲུར་  
 བ་མེད་ན་ཡང་། །གཟུགས་བརྟན་གྱི་ནི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །རི་སྐད་སྤྲས་པའི་  
 སྒྲོན་ལྷན་པར། །འབྲུང་སྟེ་གདོང་གི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །རི་ལྷར་གདོང་  
 གི་གཟུགས་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་བརྟན་འབྲུང་བའི་རྒྱར་ཉེ་བར་  
 གནས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་འབྲུར་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། སེམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་  
 ཡང་ཤེས་པས་བལྟས་པའི་དོན་གྱིས་གཟུགས་བརྟན་ཉེ་བར་གནས་པ་ཅུམ་  
 བན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུའི་ངོ་བོར་ཉེ་བར་གནས་ན་ཡང་ཡོངས་སུ་བྱུར་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་པ་རོལ་པོའི་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་  
 གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་རྒྱུའི་ངོ་བོར་བྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་ནི་གདོང་གི་  
 གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་། རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་དང་།  
 བྲལ་པ་མ་ཡིན་པས་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལས་བསྒྲོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 གཟུགས་བརྟན་འབྲུང་བའི་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་དོན་དུ་གནས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
 འདི་ལྷར་ཡང་། སྐྱེས་བུ་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །བདག་དང་གཞན་ཞེས་མི་

རིགས་སོ། །བརྟགས་ན་སྒྲིང་མེད་ཅེ་ན་ཡང་། །གྲོལ་བ་བརྟགས་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། །བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་ལོག་པ་ཡིན་པས་འདིའི་ཡུལ་ཉེ་བར་གནས་པ་མ་  
 ཡིན་ན། ཅི་ཞིག་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །རྟོག་པ་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་  
 ཡང་ངེ་ལྟར་ན། བདག་དང་གཞན་ཞེས་རྟོག་པ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན། །གལ་ཏེ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་དུ་བེན་ན་ཡང་སྒྲོ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བདག་ཏུ་  
 བརྟགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་དང་བརྟགས་པ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 གྲོལ་བ་ཡང་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་དང་བརྟགས་པ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན། གྲོལ་བ་  
 བེ་དངོས་ཉིད་དུ་འདོད་ཀྱི་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རང་  
 བཞིན་ཡང་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེས་བུ་ཡང་མ་ཡིན་པས་གྲོལ་བར་བརྟགས་པ་བེ་  
 ལེགས་པར་མ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འདོད་  
 པས་རེ་ཞིག་དེ་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་ལྟ་གཤམ་ཡོད་  
 ཅེས་བརྗོད་པ་ན་གཞན་གྱིས་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆད་མ་ཉེ་  
 བར་བཀོད་པ་ནི། གཙུ་བོ་ཡོད་དེ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བྱིར་ཡོངས་  
 གྱུར་བྱིར། །བྱ་དང་བྱེད་པའི་ངོ་བོའི་བྱིར། །རུས་བྱིར་སྒྲ་ཆོགས་ངོ་བོའི་  
 བྱིར། །ངེ་སྐྱད་སྐྱས་པ་དེ་བཞིན་ཏེ། །སྒྲིང་ཆག་པ་ཡི་དུམ་སོགས་ལྟར། །  
 དེ་བཞིན་དབྱེ་བ་དེ་དང་ལྟར། །དེས་ན་དབྱེ་བ་རྒྱ་དང་བཅས། །སྒྲིང་སྒྲོབས་  
 དང་། རྩལ་དང་། ལུན་པ་རྣམས་ཆ་མཉམ་པ་མི་གསལ་བ་ནི་གཙུ་བོ་སྒྲ་  
 ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྐྱེམས་པ་ནི་ཕྱོགས་སོ། །སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་

བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཏེ། ཡ་བེ་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་ནོ། །  
 དེ་ལ་སྣ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་རྗེས་སྤྱུ་བྱུ་བ་ལ་ནི་རྗེས་སྤྱུ་  
 འགྲོ་བ་སྟེ། སྣ་ཆོགས་ཀྱན་གྱང་བདེ་བ་དང་། སྤྱུ་བ་སྤྱུ་ལ་དང་གཏི་ཐུག་གི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཡོངས་སྤྱུ་འབྱུར་བ་ནི་མི་འབྱུར་བའི་  
 ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་རང་བཞིན་ལས་ཆེན་པོ་བྱང་བར་འབྱུར་ལ། ཆེན་པོ་  
 ལས་རང་འཇིན་པའི་ངོ་བོར་འབྱུར་རོ། །རང་འཇིན་པ་ལས་དེ་ཙམ་གྱི་རྣམ་  
 པར་རོ། །དེ་ཙམ་ལས་དབང་པོའི་རྣམ་པར་རོ། །དབང་པོ་ལས་འབྱུང་བ་  
 ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་དུ་འབྱུར་རོ། །གཙུག་པོ་ནི་རྩ་བའི་བྱེད་པ་པོ་འོ། །ཆེན་  
 པོ་དང་རང་འཇིན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ་  
 ཡོངས་སྤྱུ་འབྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་རྒྱས་པ་ནི་རང་  
 བཞིན་ནི་སྦྱེས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྣ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་  
 པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་སོ་སོའི་བྱ་བ་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ། །སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཆེན་པོ་  
 དང་། རང་འཇིན་པ་དང་། དེ་ཙམ་དང་། དབང་པོ་དང་། འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་  
 བྱེད་པར་རྣམ་པ་དུ་མ་ཉིད་དོ། །རི་ལྷར་ས་བོན་ལས་སྤྱུ་གྲུ་དང་། སྤོང་བྱ་  
 དང་། ཡལ་ག་དང་། ཡལ་ག་སྤེལ་དང་། ལོ་མ་དང་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་དུ་  
 མ་ཞིག་ཀྱན་དུ་འབྱུང་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ས་བོན་གཅིག་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་གཙུག་པོ་མི་གསལ་བ་གཅིག་ལ་དབྱེ་བ་དུ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་  
 བྱེད་པ་པོ་གཅིག་ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རི་སྐད་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་

སོགས་པ་ནི་བྱ་བ་པ་ངེས་པ་སྟོན་པའི་ཆིག་ཡིན་ཏེ། གང་དང་གང་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། བྱ་བ་དང་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་དང་།  
 རུས་པ་དང་། ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན། སྟོན་ཆགས་པའི་དུམ་བུ་བཞིན་ནོ། ། དུམ་པ་ཆག་པའི་དུམ་  
 བུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ས་ཉིད་འགྲོ་བ་ཡོད་ལ། ཅན་ཅན་གྱི་དུམ་བུ་ལ་ཡང་  
 འི་ཉིད་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ངེས་པའོ། ། ཡོངས་སུ་འགྱུར་  
 བ་ནི་དུམ་པ་གྲོ་དུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་དང་། ཅན་ཅན་དུམ་བུར་  
 གྱུར་པ་ལྟ་བུའོ། ། བྱ་བ་དང་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ནི་དུམ་པ་ནི་གྲོ་དུམ་གྱི་བྱེད་པ་  
 པོ་ཡིན་ལ་ཅན་ཅན་ཡང་དུམ་བུའི་ཡིན་ནོ། ། རུས་པ་ཡང་དུམ་པས་གྲོ་དུམ་  
 རྒྱེད་པ་དང་། ཅན་ཅན་གྱིས་དུམ་བུ་མངོན་པར་སྒྲུབ་པར་རུས་པའོ། ། ཡང་སྣ་  
 ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་དུམ་པའམ། ཅན་ཅན་གྱི་སྒྲིང་པོ་གཅིག་ལས་དུ་མ་དང་དུ་  
 མའི་རྣམས་པ་ཅན་གྱི་གྲོ་དུམ་དང་། ཅན་ཅན་གྱི་དུམ་བུ་ལ་སོགས་པར་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་དུ་བསྒྲུབ་བྱ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་དབྲེ་བ་དེ་དང་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྟེ། འདི་ནི་ཉེ་བར་སྒྲུར་བའི་ཆིག་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དབྲེ་བ་  
 ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་མཐུག་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ལྟ་བུའི་  
 སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཆིག་གི་ཆ་ལྡན་པོ་འདི་ནི་གངས་ཅན་གྱི་ཉེ་བར་བཀོད་པ་  
 ཡིན་ལ། འདི་དག་སུན་དབྱུང་བ་སྒྲས་པ་ནི། དབྲེ་རྣམས་རྒྱ་དང་བཅས་ཉིད་  
 དུ། །སྒྲུབ་བྱེད་ཅེན་གྲུབ་པ་སྒྲུབ། ། ཀུན་ལ་ཆགས་པར་མ་གྲུབ་སྟེ། །འདི་ནི་

གཏན་ཆེགས་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་བསམ་བས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་  
 པའི་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ལས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེན་གྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཐོ་ཅག་གྲང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་  
 རྒྱུན་ལས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། དངོས་པོ་རྒྱ་མེད་པར་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆེགས་ནི་ཡང་སངས་རྒྱས་པ་ལ་  
 གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གཅིག་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་དང་ལྡན་པ་  
 ཡང་འབྱུང་པར་འབྱུར་ན། ཁོ་ཐོ་ཅག་ལ་ནི་རང་བཞིན་དེ་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་  
 ཏེ། མི་གསལ་བའི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་དྲ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏེ། གང་ཞིག་  
 གང་དང་རི་ལྟར་ལྡན་པར་འབྱུར་ཞེས་གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆེགས་ལ་ཡང་སྒྲིན་འདི་ཉིད་ཀྱིས་  
 གཞོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྱི་སྡོན་དུ་སོང་བ་ཡོད་པ་ལ་རྗེས་  
 སུ་འཇུག་པའི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ།  
 སྤྱི་ལ་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྤྱི་གཙོ་བོའི་གནས་སྐབས་བཞིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན་པའོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱི་ནི་སྡོན་  
 དུ་སོང་འདོད་དེ། །སྤྱི་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། །སྤྱི་ཉིད་དམ་ནི་བྱུང་པར་  
 ལ། །སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་དཔེ་ཡང་མེད། །འདིར་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་པ་འདི་ལ་དཔེ་མེད་  
 དེ། གཙོ་བོ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་  
 གནས་པ་གཞན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་དཔེ་བསྟེན་པར་མི་  
 རུས་པ་ཉིད་དམ། གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་ཕྱིད་



ཕྱོགས་སྒྲ་མར་བྱས་ནས། བྱེད་བྱི་མས་ལན་རྫོང་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། ། བྱུན་  
 མོང་ལ་བྱུན་མོང་ཞེས་བྱ་བའི་བྱེད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པས་སྒྲ་མ་བཞིན་ཏེ།  
 གཙུ་བོ་བཞིན་དུ་རྗེས་སྤྱ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་ཁྱོད་  
 སྤྱི་སྤྱོན་དུ་སོང་བའི་སྐབ་པར་རྒྱས་པའི་དཔེ་ཡང་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་མེད་དོ། །  
 སྒྲོད་ཆགས་པའི་དུམ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་ན་བྱེད་པར་མེད་པའི་བྱིར་སྤྱས་པ། ཁྱོད་དཔེ་མེད་  
 དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོག་མ་སྤྱི་ཅིག ། བདག་ཅག་གི་ཕྱོགས་ལ་གཉི་ག་  
 ལ་བྱུབ་པའི་དཔེ་ཡོད་དོ། ། རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེ་ན། བདེ་བ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་བ་  
 དང་། གཉི་སྤྱུག་གི་ངོ་བོའི་ཕྱང་པོ་སྟེ། ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆོར་བའི་ཕྱང་  
 པོ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཡང་བརྫོང་པར་བྱ་བའི་བྱིར། བདེ་ལ་སོགས་  
 པའི་ངོ་བོའི་བྱིར། ། ཆོར་བའི་ཕྱང་པོ་བཞིན་མི་འདོད། ། ཕྱང་པོ་ཡིན་བྱིར་  
 བདེ་སྤྱུག་སོགས། ། སོ་སོར་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། ། བདེ་བའི་ངོ་བོའི་ཕྱང་པོ་  
 བྱི། ། ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆོར་བའི་ཕྱང་པོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆོག་ལ་འདི་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། ཆོར་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། དེ་  
 ལ་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཅི་ཆོར་བ་བདེ་བ་བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་བདེ་བའི་ངོ་བོ་  
 ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆོར་བ་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་བཞིན་དུ་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ངོ་བོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རམ། སྤྱུག་བསྐྱལ་ཡང་  
 མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ངེས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྐབ་ན་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་



འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྤང་པོ་ནི་གཏི་ཐུག་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། སྤང་པོ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཆོར་བའི་སྤང་པོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བས་སོ། །ཆོར་བ་ནི་གཏི་ཐུག་  
 མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་དཔེའི་  
 སྟོན་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདི་སྐད་དུ། གཏི་ཐུག་གྲང་ཆོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་བཞིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། མ་ངེས་པ་ཡི་སྤངས་པས་ན། །དེ་ལྟར་དོན་བྱེད་བདག་ཉིད་ཡིན། །རྒྱ་  
 དང་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཅི་གཏི་ཐུག་ཆོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཏུ་  
 འགྱུར་རམ། །འོན་ཏེ་རྒྱ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། དེས་འདི་  
 ལྟར་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་  
 མ་དོན་པར་འདོད་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྗེས་འགྲོ་  
 སོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་གི། །དམ་བཅས་སྟོན་ཀྱིས་གཞོད་པ་ཡིན། །གཙུག་པོ་  
 ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་ལ། རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་  
 པས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟ་ཞེ་ན། རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྗེས་སུ་དཔོག་པས་རྟག་པ་དང་ཀྱན་ལ་རྒྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 སྤངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་། རྒྱེ་མེད་མཐའ་མེད་ཉིད་སོགས་ཀྱི། །དེ་ཡིས་བྱུང་པར་སྤངས་  
 པས་ན། །གཙུག་པོའི་ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ཡི། །གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་

ཡིན། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ཀྱང་རི་ལྟར་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་དང་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་སྣོད་ཆག་པའི་  
 དུམ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་བཞིན་གཙོ་བོ་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དང་། མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པས་གཙོ་བོ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་དང་། མཐའ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེར་བ་དེས་  
 བ་དེའི་བྱེད་པར་སྤངས་པ་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་ཡང་སྤངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དོན་དང་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཙོ་བོའི་ངོ་བོ་ནི་གཙོ་བོའོ། །ཡོན་  
 ཏན་ནི་སྒྲིང་སྟོབས་དང་རྒྱལ་དང་ཕུན་པ་རྣམས་ཏེ་གཙོ་བོ་ལ་བརྟེན་པ་  
 རྣམས་སོ། །གཙོ་བོའི་ཡོན་ཏན་དེ་རྣམས་ནི་བྱེད་པ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱེད་  
 པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་  
 འདི་རྣམས་ཀྱང་དབྱེ་བ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་འདིར་བརྟག་  
 དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཅི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་འདི་སྣོད་ཆག་པའི་དུམ་བུ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན་དུ་དབྱེ་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ཡང་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་འདི་གཙོ་བོའི་ཡོན་ཏན་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་མ་ངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་  
 རྣམས་ལ་ཡང་ཚུལ་འདི་ཉིད་སྐྱར་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་གཙོ་བོ་ནི་ཡོད་  
 ཏོ་ཞེས་བྱ་བར་དམ་བཅའ་བའི་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན། ཅི་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་གཙོ་བོ་གཅིག་སུ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གཙོ་བོ་ནི་ཆེན་པོའི་  
 རྒྱ་ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་ནི་ངར་འཛིན་པའི་རྒྱ་ཡིན། ངར་འཛིན་པ་ནི་དེ་ཙམ་

གྱིའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རྒྱ་གཅིག་  
 སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལས་ཡིན་ན་ནི་རྒྱ་རྣམས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷ་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་རྒྱ་ཐ་དད་པར་མཐོང་སྟེ། རི་ལྷར་ས་ནི་བུམ་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ་བུམ་པ་ནི་གྲོ་བུམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཅ་རྩན་གྱི་ལྗོན་པ་ནི་སྒྲོང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་ལ་སྒྲོང་པོ་ནི་བུམ་བུའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པས་རྒྱ་གཅིག་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ནི་མེད་དོ། །དེས་ན་  
 རྒྱ་གཅིག་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལས་ཡོད་པ་ཉིད་མི་འབྱུང་བར་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པས་ན་མེད་པ་ཉིད་རབ་དུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས་ཆོས་ཅན་རང་གི་ངོ་བོ་  
 ལས་བསྐྱོག་པ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཐ་དད་རྒྱ་ལས་ཀྱང་། །འབྱུང་  
 བར་འདོད་པའི་དཔེ་ཡོད་མིན། །གཙུག་པོ་ནི་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་རི་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བའི་རིགས་གཅིག་པའི་དངོས་  
 པོའི་དོན་ཉལ་པར་གནས་པའི་ངོ་བོ་ནི་མེད་པས་དཔེ་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡང་འདིར་བདག་གིས་སྒྲོད་ཆག་པའི་བུམ་བུ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་  
 སྒྲུས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། སྒྲོད་ཆག་པའི་བུམ་བུ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་ཉལ་པ་  
 ཡིན་ལ། གཙུག་པོ་ཉིད་ནི་ཉལ་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་རི་ལྷར་དེ་དག་འདྲ་བ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཅི་ལྷར་ཉལ་པ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གཞན་དག་གིས་ཆད་  
 མ་སྒྲུས་པ། ཅ་རྩན་དུམ་བུར་གྱུར་པ་ན། །ཉམས་པ་མིན་པར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །  
 སྒྲོབས་དང་གཟུགས་དང་ཆད་ལ་སོགས། །ཉེ་བར་གནས་ཏེ་བདག་ཉིད་  
 བཞིན། །ཅ་རྩན་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་བཟོན་པར་གནས་བཞིན་དུ། དུམ་བུ་ཞེས་

བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་སོ་སོར་འབྱུང་བར་གྱུར་བ་ན་སྒྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་མི་མངོན་པར་གྱུར་ལ་དུམ་བུ་མངོན་པར་གྱུར་བ་དེའི་དུས་  
 ན་ཡང་ཅན་ལ་ནི་ཉམས་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །སྟོབས་  
 ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། གཟུགས་ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། ཆོད་ཉེ་བར་གནས་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ནི་གཏན་ཆིགས་ཏེ། ཉེ་བར་གནས་པའི་ངོ་བོ་ནི་  
 ཉེ་བར་གནས་པ་ཉིད་དོ། །རིགས་གཅིག་པའི་རྒྱུའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་  
 སུ་མ་སྤངས་པའོ། །དེ་ལ་སྟོབས་ཉེ་བར་གནས་པ་ནི་ཅན་དུམ་བུ་ལ་  
 སོགས་པར་བྱས་སུ་ཟིན་ཀྱང་སྤོང་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་ལ་བྱི་དང་རོ་ཐ་  
 མི་དད་པས་དེ་ལྟར་པན་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །གཟུགས་  
 ཉེ་བར་གནས་པ་ནི་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པར་མཐུན་པའི་གཟུགས་ཉིད་དོ། །  
 ཆོད་ཉེ་བར་གནས་པ་ནི་ཅན་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཆེན་པོ་ལ་དུམ་བུ་མང་པོ་ཉིད་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ལ། རྩེ་དུ་ལ་ནི་དུམ་བུ་ཡང་ཉུང་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 གང་དང་གང་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་ནི་མེད་པར་འགྱུར་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དུམ་བུར་མ་བྱས་པའི་ཅན་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་ནོ། །  
 དེས་ན་རྒྱ་ཐ་དད་པ་ཉིད་ལ་ཡང་བདག་ལ་དཔེ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
 བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཉིད་དུ་དེ། །ཡོད་ན་སྤར་བཞིན་དཔེ་  
 མི་འགྱུར། །གཙོ་བོའི་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་ལ་ཡང་ཡོད་ན་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡོད་པར་གྱུར་ཀྱང་དངོས་པོའི་  
 དོན་མི་གསལ་བ་གཞན་མེད་པས་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་

མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསལ་བའི་ངོ་བོར་དེ་ཡོད་ནའང་། །བྱུང་པའི་མཐའ་ནི་  
 སྤང་བར་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་ཡང་གསལ་བའི་ངོ་བོས་གཙོ་བོ་དེ་བྱེ་བྲག་གི་རྗེས་  
 སྤྱུ་འགྲོ་བར་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། བྱུང་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ལས་  
 གཙོ་བོ་ནི་མི་གསལ་བའོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཅ་རྒྱན་དང་དུམ་  
 བུ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་དང་བྱེད་བདག་ཉིད་ཀྱང་བྱ་བ་  
 དང་བྱེད་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་། བྱ་དང་  
 བྱེད་པ་གཅིག་ཉིད་དུ། །སྐྱབ་ནའང་སྐྱས་པའི་ཚུལ་ཉིད་ཡིན། །རིགས་མཐུན་  
 ཉིད་ལ་གཅིག་ཉིད་དུ། །སྐྱབ་ནའང་བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རིགས་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ལ་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་ནི་བྱུང་  
 བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་གྲུ་  
 དང་། སྒྲོང་བྱ་དང་། སྐབས་དང་། འདབ་མ་དང་། སྟེ་མ་དང་། འབས་བྱ་  
 ལ་སོགས་པ་ནི་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལས་  
 དོན་གཞན་ཉོགས་ན་ཡང་། སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་སྒྲོན་ཀྱན་འབྱུང་། །འདི་ནི་སྤར་  
 ཉིད་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཚོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། བྱེད་  
 པ་དག་གཅིག་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་པ་དང་བྱའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཡང་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་ལ། རྒྱ་དང་། འབས་བྱ་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་། ལས་བསྟན་པ་ཡང་  
 མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་གངས་ཅན་གང་དག་སྟོ་  
 སྤྲ་མ་དག་ནི་འགག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་  
 དེ་ལ་ཡང་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དབྱུད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་རིགས་



གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་པར་གནས་པས་སྒྲོ་སྒྲ་མ་རྣམས་ད་ལྟར་ཡོད་པ་  
 ཉིད་དུ་སྐྱབ་ན་ནི་གྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མི་འགག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ལ་ཡོངས་སུ་གྱུར་ནས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན་ནི་ཡུལ་གཞན་  
 ལ་འབྱུང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་འབྱུང་ན་ནི་འགག་པ་ཡིན་པས་  
 གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་གཞན་དག་ན་རེ་འདིར་བྱུང་པར་སྐྱས་  
 པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བདེ་བ་དང་སྐྱག་  
 བསྐྱལ་དང་། གཏི་ཕྱག་གི་བདག་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གིས་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
 ཡང་། བདེ་དང་སྐྱག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་ཀྱིས། གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་པ་  
 ཉིད་ཡིན། ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། སྒྲར་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་ལ་རེ་ཞིག་སོ་སོར་ཆོར་བ་བདེ་བའི་ངོ་བོའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ནི་  
 ཆོར་བ་བདེ་བ་བཞིན་ཞེས་སྐྱས་པ་དེ་ལ་ཅི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་འདི་ཆོར་བ་བདེ་  
 བ་བཞིན་དུ་བདེ་བའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་འདིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 བ་འདི་ཆོར་བ་སྐྱག་བསྐྱལ་བཞིན་དུ་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་ངོ་བོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་སྒྲེ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་ན་  
 ནི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཀུན་ལ་ཡང་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ན། བདེ་བ་དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་དང་། གཏི་ཕྱག་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་  
 བོའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བས་དཔེ་རྩི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ལྷོགས་གཏི་ག་ལ་གྲགས་  
 པའི་རིགས་མ་ཐུན་པའི་དངོས་པོའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་མེད་པས་དེ་ལ་འཇུག་པ་



ཡང་མ་ཡིན་ལ། གཏུན་ཆོག་གས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་  
 བོ། །བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་  
 གལ་ཏེ་གང་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལས་བྱ་བ་གཞན་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། བྱ་བ་  
 བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཞོ་ནི་སྐྱབ་མ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རྒྱུས་  
 གྱི་ནི་བྱེད་པ་པོ་འདི་ལོ་ཡིན་ལ། འོ་མའི་ནི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཡང་། རང་གི་ངོ་  
 བོ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །ཅི་སྟེ་རང་གི་བྱེད་པ་མ་སྤངས་པའི་རང་  
 གི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་བྱ་བ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དཔེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། འོ་མ་ནི་རང་གི་བྱེད་པ་པོ་འདི་དངོས་པོ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ལོ། །  
 དུས་དབྱེར་མེད་པས་གཞན་མིན་ནའང་། །འགགས་དང་ལུང་དང་འགལ་བ་  
 ཉིད། །བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། དུས་ཉི་ལྔ་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་བྱེད་པ་པོ་དང་དུས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བྱ་བ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།  
 འདིར་རེ་ཞིག་འདིག་ཏེན་གྱི་འགགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདིག་ཏེན་པ་  
 ལ་ནི་ས་བོན་གྱི་དུས་ཀྱང་གཞན་ཡིན་ལ། ལྷ་གྱུ་འདི་དུས་ཀྱང་གཞན་ཡིན་  
 ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་མངལ་ན་གནས་པའི་དུས་ཀྱང་གཞན་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བའི་  
 དུས་ཀྱང་གཞན་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགགས་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །འདིར་  
 སྐྱེས་པ། ཅན་ཅན་མི་མངོན་པས་མེད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅན་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་  
 ཞེས་དུག་པའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡོད་ལ། འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་སྟོན་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ད་ལྟར་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ལོ་ཞེ་  
 བ། འདི་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཅན་ཅན་ངོ་བོ་མི་མངོན་པས། །མེད་པར་

སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དུས་དང་དུག་པས་བསྟན་པའི་བྱིར། །ད་ལྟར་སྐད་ཅིག་  
 བཞིན་ཞེ་ན། །དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲོ་གྱུར་ནས། །རང་གི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོན་སྟེང་  
 གྱང་། །སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་རྣམས་མེད་མིན་ཏེ། །ཁྱེན་དུ་སྐྱ་འབྲེང་བུམ་འབྲ་  
 བཞིན། །འདི་ལྟར་གྲགས་ཏེ་དབང་པོས་ཀུན་ལ། །དག་པོ་གསོད་པར་བྱེད་  
 པའི་མཆོན་ཆ་འཕང་མདུང་བྱིན་པ་དང་། དེས་དེ་སྟོན་སྐྱབ་གསོད་པའི་བྱིར་  
 སྐས་ནས་བཟུང་ངོ་། །ཡང་ཀུན་མཁའ་འཇིགས་བྱེད་སྟེའི་བུ་ནགས་ཀྱི་སྟོན་མོ་  
 ལས་སྐྱེས་པ་སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལན་གསུམ་  
 ཀྱི་བར་དུ་འཐབས་པ་ན་རི་སྟོན་དུ་དེས་ཀུན་པམ་པར་བྱས་པ་ལས་ཀུན་མཁའ་  
 འཕང་མདུང་དེ་སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་གསལ་པའི་བྱིར་འཕངས་  
 པ་དང་། སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་སྐྱལ་གྱི་གཟུགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་  
 གནས་པ་ན་འཕང་མདུང་དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལྗོངས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་  
 གནས་སོ། །ཡང་སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་གྱི་ལའི་གཟུགས་སུ་  
 བསྐྱུར་ནས་གནས་པ་ན། འཕང་མདུང་དེ་ལུག་པའི་གཟུགས་སུ་གྱུར་ནས་  
 ཉེ་བར་གནས་སོ། །སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་མེར་བསྐྱུར་བ་ན་འཕང་  
 མདུང་ཡང་ཆུང་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་དེས་  
 གང་གི་གཟུགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་ཉེ་བར་གནས་པ་ན། འཕང་མདུང་དེ་ཡང་  
 དེའི་གཉེན་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེའི་གཟུགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་ཏེ། ཆུང་མའི་གཟུགས་སུ་གྱུར་ནས་དེས་སྐྱ་ཁྱེན་དུ་འབྲེང་བ་བུམ་པ་  
 ལྟ་བུ་བསལ་པར་གྱུར་པའི་བར་དུ་འབྲེང་བ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་གྱང་

རྣམ་གྲངས་གཞན་དང་གཞན་ཉི་བར་བརྒྱུད་ནས་ཉི་བར་གནས་པ་ན་དེ་དག་  
 ལ་ཡང་། སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་དག་བསྒྲུབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་གྱི་མེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། སྒྲོན་གྱི་འབྲེང་བ་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་འཕང་མདུང་རྗེས་  
 སྒྱུ་འབྲེལ་པར་འབྲུང་བ་བཞིན་དུ་རི་སྤྱིད་ཁྱོད་གཞན་རྣམས་པར་མཐོན་པའི་  
 ཕྱིར་སྒྲོབ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་དུ། སྒྲོན་དེ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་ཅི་ཞིག་  
 ཅེ་ན། གལ་ཏེ་རྒྱས་པའི་ངོ་བོར་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དཔེ་མེད་པ་ཡིན་  
 ལ། གསལ་བའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་  
 ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དོ། །ཉི་བར་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་དོན་ཡང་འདིར་ཅི་ཞིག་ཡིན། ཅི་དེའི་གཟུགས་ཉིད་དུ་ཉི་བར་  
 གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདིར་དེ་དང་ཐ་མི་དད་པའི་གཟུགས་  
 གཅིག་ཡིན། དེས་ཅིར་འགྱུར། དེས་གཟུགས་ཤེ་ན་གཏན་ཆིགས་དོན། །  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ངེས་ཉིད། །དབྱེར་མེད་ངོ་བོ་ཡིན་ན་ཡང་། །གཏན་  
 ཆིགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། །དེའི་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ནགས་ཆའ་ཀྱི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་དུ་གཅིག་པར་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་དུམ་བུ་  
 བཞིན་དུ་གཞན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་  
 འོ། །ཐ་མི་དད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་གང་ཞིག་གང་དང་འདྲ་བར་གྱུར་པ་ཡིན།  
 མི་དེ་ཉིད་དང་མི་དེ་ཉིད་འདྲའོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རུང་བ་སྟེ། བདག་དང་གཞན་  
 ལ་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྣ་སོགས་སྒྱུད་བྱ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །རྟོགས་པ་མེད་ཕྱིར་གལ་ཏེ་འདོད། །ཁྱུད་པར་དག་ནི་མ་བསྟན་

པར། །སྐྱད་བྱའོ་ཞེན་གྲུབ་པ་སྐྱབ། །གལ་ཏེ་པ་རོལ་པོ་ན་རེ་རྣ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་འདི་དག་ནི་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། །གང་རྟོགས་  
 པ་དང་བཅས་པ་དེ་ནི་སྐྱོད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་རྟག་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 །བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་ཁས་ལེན་པར་མི་བྱེད་པར་སྐྱོད་པ་པོ་  
 བཅས་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་ན་ནི་གྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། །བདག་གྲང་དེ་བཞིན་དུ་  
 །རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དང་ཡུལ་ཚོགས་པ་ལས་རབ་དུ་བྱུང་བའི་  
 །སེམས་སྐྱོད་པ་པོ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་གཡོ་བ་མེད་  
 །སོགས་ཀྱི། །བྱད་པར་ཅན་ན་རྗེས་འགོ་གང་། །རྟོགས་པར་བདེན་ཡང་རྩོལ་  
 །མེད་ཕྱིར། །བྱེད་པ་པོར་ནི་མི་འདོད་དོ། །ཀྱུན་ལ་བྱུང་བ་རྟག་པ་བཏང་  
 །སྟོམས་སུ་གནས་པའི་སྐྱོད་པ་པོའི་སྐྱེས་བུ་ནི་ཡོད་དེ། །སྐྱོད་པ་པོ་ཡིན་པའི་  
 །ཕྱིར་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེ་ན། །རིགས་མ་ཐུན་པའི་དངོས་པོའི་དོན་གཞན་མེད་  
 །པར་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་རྟོགས་པ་ཡིན་པ་བདེན་  
 །དུ་ཟིན་གྲང་སྐྱོད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། །བྱ་བ་ལ་འཇུག་པ་མེད་  
 །པའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་བཅིངས་པའི་སྐྱེས་བུ་བཞིན་ནམ། །གཉིད་  
 །ལོག་པ་འཕ་ཕྱོས་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདིར་བདག་ཅག་ནི་རྩལ་ནི་  
 །སྐྱོད་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ལ། །དེ་ལྟར་པར་འཇུག་པར་  
 །གྱུར་པ་ན། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
 །དེ་ཉི་བར་གནས་པ་ཅམ་གྱིས་པན་བཏགས་པས་སྐྱེས་བུ་ཡང་བྱ་བ་དང་  
 །བཅས་པ་ཉིད་དུ་ཉི་བར་སྐྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། །སྐྱས་པ། །དངོས་རྣམས་བྱ་བ་

མེད་ཉིད་དུ། །རབ་ཏུ་རྟོགས་ཏེ་གཞལ་བྱའི་ཕྱིར། །སྒྲུབ་པ་ཅི་ལྟར་དེ་དེ་  
 ལྟར། །རྟོགས་ཏེ་བདེ་དང་གཏི་ལྷག་བཞིན། །དངོས་པོ་ཉིད་ནི་བྱ་བ་དང་  
 བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། །གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དང་གང་གཞལ་བྱ་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་བྱ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་བདེ་བ་དང་། །གཏི་ལྷག་བཞིན་ནོ།  
 །གལ་ཏེ་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རྩལ་གྱིས་ཡིན་པས་མ་ངེས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། །བྱ་བ་མེད་པར་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཡང་། །ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་རྒྱུད་ལྷན་  
 ཕྱིར། །རྟོགས་པ་མེད་ཕྱིར་བརྗོད་བྱའི་ཕྱིར། །གཞལ་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་གཏི་ལྷག་  
 བཞིན། །རྩལ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ནི་འདིར་ཆོས་ཅན་ནོ། །བྱ་བ་  
 དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་ཏེ་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བའོ། །གང་དང་གང་  
 རྒྱུད་དང་ལྷན་པ་དང་རྟོགས་པ་མེད་པ་དང་། །བརྗོད་བྱ་ཡིན་པ་དང་། །གཞལ་  
 བྱ་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་གཏི་ལྷག་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བསྐྱུབ་བྱའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདིར་གང་ཁྱོད་  
 གྱིས་སྒྲུབ་འདི་སྐད་དུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་རྣམས་  
 གྱིས་གཙུག་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ངེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པ་དེ་མི་  
 དེགས་ཏེ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་རྣམས་གྱིས་ཐ་དད་  
 པ་ཉིད་དུ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཙུག་པོ་འདི་ཡོན་ཏན་རྣམས་  
 གྲུང་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་མེད་པར་གཙུག་པོ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 །འདི་ལ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་གཏན་ཆིགས་རྣམས། །ཐ་དད་ཉིད་དུ་འདོད་  
 པས་ན། །གཙུག་པོ་འདི་ཡོན་ཏན་ལ་དེ་རྣམས། །མ་ངེས་མ་ཡིན་པ་དེ་བདེན། །



འོན་ཀྱང་སྒྲིན་ཆེན་པོ་འདི་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཏེ། བྱ་དང་བྱེད་པ་སྐྱབ་བཅས་  
 ཕྱིར། །རྒྱ་དང་ལྗན་པར་རྗེས་དཔག་ཉིད། །གཏན་ཆིགས་རྣམས་ཀྱང་ཁྱད་  
 བཅས་པས། །དེ་ལྟར་འགལ་བ་ཉིད་དུ་འབྱུར། །གཙུག་པོ་ནི་ཡོད་དེ། རྗེས་  
 སྤྱི་འགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པ་  
 དེ་ལ་རྗེས་སྤྱི་འགོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་དེ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབས་པ་ན་  
 གཙུག་པོ་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྐྱབ་པར་འབྱུར་ཏེ། དེ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་གཙུག་པོ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་རྗེས་སྤྱི་འགོ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་རི་ལྟར་དབྱེ་བ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་ཡོད་  
 པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དང་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་དང་ལྗན་པ་ཡིན་པ་  
 ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་གཙུག་པོ་ཡང་གསལ་བ་ཉིད་དང་། བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དང་། བྱ་  
 བ་ཉིད་དང་། རྒྱ་དང་ལྗན་པ་ཉིད་དུ་འབྱུར་ལ་དེས་ན་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ལས་བསྐྱོག་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འགལ་བའི་དོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་ཅན་  
 གྱི་མི་མངོན་པར་གྱུར་པས་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱས་པ་དེ་  
 ཡང་འདི་ལྟར་ཅན་ལས་དུམ་བུ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་མ་ཡིན་ལ། །  
 ཅན་དེ་ཉིད་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱས་ཏེ། རི་ལྟ་ཞེ་ན། དེ་  
 མ་བཟུང་བར་མི་འཛིན་པས། །གཟུགས་སོགས་གཞན་མིན་དེ་དངོས་  
 བཞིན། །ཐ་དད་དངོས་ཕྱིར་གཞན་མིན་མིན། །གང་དེ་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་  
 བྱེད་ཕྱིར། །གང་དུམ་བུ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ནི་  
 ཅན་ལ་མ་སྟོས་པར་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་མ་



བཟུང་བ་ཉིད་ཀྱི་དུས་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཟུང་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་ནོ། །མི་མངོན་པར་གྱུར་པའི་ཅན་ཅན་ལས་ཅན་ཅན་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། གང་ཅན་ནི་གཅིག་ཡིན་ལ་དུས་བྱ་ནི་མང་པོ་ཉིད་དུ་འདི་ལྟར་བགྱང་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ལ་ནི་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ཡིན་ལ། རྟོགས་པ་པོ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དེ་དག་གཞན་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་མི་མངོན་མ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་ཡོད་པའང་མི་འདོད་དོ། །གང་གི་སྤྱིར་དུས་བྱ་སྤྱིད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དེས་ན་མི་མངོན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། གང་གི་སྤྱིར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བ་དེས་ན་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་མེད་པའི་སྤྱིར་ན་ཡང་། ད་ལྟར་གྱི་ནི་སྐད་ཅིག་གྱུང་། །རྩམ་སྤྱོད་པར་མ་གྲགས་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་སྤྲུས་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་སྐད་ཅིག་རྩམ་སྤྱོད་པར་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་དུ་བློ་གྱུང་དབུ་མར་སྤྲོ་བ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་རྩམ་སྤྱོད་པར་མ་གྲགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་མའི་དུས་གྱུང་གཞན། བར་གྱི་དུས་གྱུང་གཞན། ཐ་མའི་དུས་གྱུང་གཞན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྩམ་སྤྱོད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདིར་སྤྲུས་པ། སྤྱོད་དང་བཅས་པའི་སྤྱད་བྱ་འདི། །སྤྱད་བྱ་ཡིན་སྤྱིར་མལ་སོགས་བཞིན། །རྟོགས་པ་པོ་ནི་སྤྱོད་པ་ཉིད། ། ཅེས་དེ་ལྟར་གཞན་གྱིས་སྤྲུས་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་ཆས་ལན་སྤྲུས་པ། དེ་ཡི་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་

པོ་ནི་མལ་ཆ་དང་སྟན་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོས་པ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་ཡང་  
 འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བྱུང་བས་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་ལས་བསྒྲིག་པ་སྐྱབ་  
 པའི་ཕྱིར་འགལ་བའི་དོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ཡང་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ངེས་པ་ན། གལ་ཏེ་པ་རོལ་པོ་གང་ཤེས་བྱ་ངེས་པར་  
 རྟོགས་པ་དེ་ནི་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་དེ་ལ་འདི་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
 རྟོགས་པ་ངེས་པར་རྟོགས་ཡིན་ན། །དེ་ནི་གང་གི་ཡིན་པ་སྟོས། །དངོས་པོ་  
 བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ། །གོས་སོགས་ཆོན་དུ་བཙོས་པ་བཞིན། །རྟོགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དངོས་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་ལ་དངོས་པོ་ནི་ངེས་  
 པར་རྒྱས་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཆོན་དུ་གོས་བཙོས་པ་བཞིན་  
 རོ། །བསྐྱར་བ་ནི་བཙོས་པ་སྟེ། འབྲས་ཆན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་  
 ཡང་རྟོགས་པ་ལ་མ་རྟོགས་པའི་རྒྱས་ནི་མི་དམིགས་ན་འདི་གང་གིས་རྟོགས་  
 པ་ཡིན་པར་སྟོས་ཤིག། །གཞན་ཡང་། སྐྱ་སོགས་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བ། །  
 ཡིན་ཡང་ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན། །སྐྱ་སོགས་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། །ཡིན་  
 ནའང་ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན། །དེ་ཞིག་གལ་ཏེ་སྟོས་ངེས་པར་བྱས་པའི་རྗེས་  
 སུ་བྱེད་པར་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཡང་འདི་ལ་མེད་པས་ཇི་ལྟར་ན་འདི་ཤེས་  
 པ་པོར་འགྱུར་བ་ཡིན། །མི་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་མོ་ལ་  
 བྲིས་པའམ། ཤེན་ཏུ་གཉིད་གྱིས་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་བཞིན་ནོ། །ཡང་  
 གལ་ཏེ་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པར་གྱུར་པ་འདི་འགའ་ཞིག་ཡོངས་སུ་འགྱུར་  
 བ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་ནི་ངེས་ན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གདོང་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་ཉག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་  
 དང་ལྷན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉམས་པ་ཡིན་ན་འདི་རིམ་ལྷན་  
 ཞེས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར། འདི་ནི་བྱེད་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་རིམ་ལྷན་བྱེད་པ་  
 པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྒྲོས་ངེས་པར་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅིང་རྗེས་  
 སུ་སྒྲོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བྱའོ་ཞེ་ན། བྱེད་པ་མེད་པ་མ་སྒྲེས་  
 ཕྱིར། །བྱེད་པོ་ཉིད་དུ་རིམ་ལྷན་འདོད། །མ་སྒྲེས་པ་ལ་འདོགས་ན་ཡང་། །  
 སྒྲེས་བྱ་བཏགས་པ་པ་རུ་འགྱུར། །ཉེ་བར་འདོགས་པར་བྱེད་ན་ཡང་བྱེད་  
 པ་པོ་ཉིད་མ་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་  
 སྒྲེས་པའི་ཕྱིར། འདི་འི་ཉེ་བར་གདགས་པ་ཡང་རིམ་ལྷན་འགྱུར་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྒྲེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཉེ་བར་གདགས་པར་འགྱུར་གྱི། རིམ་ལྷན་ཞེས་པ་  
 འདི་ཉེ་བར་གདགས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་བསམས་པའོ། །གལ་ཏེ་ཡང་  
 མེད་མེད་མེད་པ་ཉེ་བར་གདགས་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་ཉེ་བར་གདགས་པར་  
 བྱ་སྟེ། རིམ་ལྷན་རྒྱུ་མོས་གྲོང་བསྐྱེད་ཞེས་མེ་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱེད་པ་རྒྱུ་མོ་  
 ལ་ཉེ་བར་འདོགས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་ལ་ཡོད་པའི་ཞེས་པ་ཡང་སྒྲེས་  
 བྱ་ལ་ཉེ་བར་འདོགས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་འདིར་སྒྲུར་བྱས་ཏེ། སྒྲེས་བྱ་ནི་བྱ་  
 བ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ན་ཡང་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཉེ་བར་འདོགས་ཏེ། ལྷགས་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་མེད་མེད་མེད་པ་ཉེ་བར་འདོགས་པ་བྱེད་པ་བཞིན་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་།  
 བྱེད་པོ་འི་སྒྲ་ཡི་བརྗོད་བྱའི་ཕྱིར། མེ་བཞིན་ཁྱོད་གྱི་སྒྲེས་བྱ་ཡང་། །རྒྱ་  
 བཅས་བྱ་བཅས་སྒྱུད་བྱ་དང་། །བྱ་བ་རབ་དུ་བསྒྲེད་པའང་ཡིན། །མེ་དང་

ཆོས་འདྲ་བར་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་འདི་ལ་ཉི་བར་འདོགས་པར་བྱེད་ན་  
 རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་། བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་། སྤྱད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་དང་། བྱ་བ་ཡིན་པ་ཉིད་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་  
 ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་མེ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་ཡང་འགྱུར་ན་དེ་ལྟ་བུར་  
 བྱི་ཁྱོད་མི་འདོད་དོ། །གཞན་ཡང་། ཀུན་ཁྲབ་མ་ཡིན་རང་བཞིན་ལས། །  
 གཞན་པ་མ་ཡིན་སྐྱེས་བུ་མིན། །དེ་ཡི་རང་དངོས་ཁྱད་པར་ནི། །དེ་ཡིས་  
 འདི་ལྟར་སྒྲོང་བར་འགྱུར། །འདི་ནི་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་གཅིག་  
 གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མེ་བཞིན་ནོ། །རང་བཞིན་ལས་གཞན་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མེ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེས་  
 བུ་ཡིན་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། རྟོགས་པ་ལས་གཞན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་མེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཁྱོད་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུ་ཆོས་  
 ཅན་རང་གི་ངོ་བོ་སྤངས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྤངས་པས་བསྐྱབས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཁས་སྤངས་པ་དེ་ལ། གཞོད་ཕྱིར་དམ་བཅས་སྒྲོན་མེད་  
 ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེས་ན་འདིར་སྒྲོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟ་བུར་  
 ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་དབང་ཕྱུག་རྒྱུར་སྤྲོ་བཞིན། །རྟོགས་པ་ལ་སོགས་སྤངས་པ་  
 ཡིན། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆིག་གི་ལྷག་  
 མའོ། །ཇི་ལྟར་དབང་ཕྱུག་རྒྱུར་སྤྲོ་བ་དག་དབང་ཕྱུག་གཅིག་ཕུ་རྟག་པ། མ་  
 སྐྱེས་པ་ནི་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་སྤྲོ་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། མ་སྐྱེས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པས་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་

མ་ཡིན་པས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱུང་པར་སྤངས་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རང་གི་ཆོག་དང་འགལ་བ་བསྒྲེག་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་  
 གྱི་རྟོགས་པ་གསལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དམ་བཅས་པ་ལ་རང་གི་ཆོག་གིས་  
 གཞོད་པ་བསྒྲེག་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཅུང་ཞིག །བདག་དང་  
 བདག་གི་མིན་རྟོགས་པ། །སྒྲོ་ཡི་རྗེས་སུ་རྟོགས་པ་ཡི། །ལྷ་བ་ལོག་པས་  
 གྲོལ་བར་ནི། །ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེས་བུར་འགྱུར་མི་རིགས། །སྒྲོས་བརྟགས་པའི་  
 རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུས་བདག་གྱུང་འདིའི་མ་ཡིན་ལ། འདི་ཡང་བདག་  
 གི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་གྲག་ལ། བདག་ཅག་གི་ལུགས་ནི་འདི་ལ་རེ་ཞིག་མི་བདེན་པའི་དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་མཐོང་བ་དེ་ལས་གཞན་ཡིན་པས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེས་བུ་ཐ་  
 དད་མཐོང་བ་ཡིས། །ཐར་པ་འཐོབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་གཞན་ཡིན་ཕྱིར་སྐྱུང་  
 བྱ་དང་། །སྐྱེས་བུ་གཞན་ཉིད་མཐོང་བ་བཞིན། །སྐྱུང་པར་བྱ་བ་གཙོ་བོ་དང་  
 སྐྱོད་པ་པོ་སྐྱེས་བུ་དག་གང་གི་ཆོ། །ཐ་དད་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་དེས་ཐར་པ་  
 འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆོགས་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། སྒྲོ་གཞན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་སྐྱུང་པར་བྱ་བའི་བྱུང་མེད་དང་བདག་པོ་གཉིས་གཞན་  
 ཉིད་དུ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བཅ་བོ་ཉི་ཤུ་  
གཅིག་པ།

གཞན་ཡང་། ཇི་ལྟར་ན་མ་རྟོག་བཅས་པའི་སྒྲིང་། །མི་ནི་ཐ་དད་མཐོང་  
བ་ལྟར། །སྒྲིས་བྱ་ཐ་དད་མཐོང་བ་ཡིས། །དེ་བཞིན་གྲོལ་བར་མི་འདོད་དོ།  
ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་བྱད་མེད་དང་། །སྒྲིས་བྱ་ཐ་དད་དུ་མཐོང་བ་ཡང་ཐར་པ་  
མ་ཡིན་པར་གྲགས་ཏེ། ཅིའི་སྒྲིང་ཞེས། །ནམ་པར་རྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་  
བཅས་པའི་སྒྲིང་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་དང་སྒྲིས་བྱ་ཡང་ཐ་དད་པར་  
མཐོང་དུ་བྱིན་གྱང་ཐར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ནམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིང་  
རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་བསམ་སོ། །མ་ལུས་པར་བཟད་པར་གྱུར་པ་ནི་ཐར་པའོ་  
ཞེས་བསྟན་པའི་སྒྲིང་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་དང་བྲལ་བ་འདིའི་ཐ་དད་དུ་མཐོང་བ་  
ཇི་ལྟར་རིགས་པ་ཡིན། །དེས་ན་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་སྒྲུབ་  
བསྟན་པའི་སྒྲིན་ནམས་བསྐྱུས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་པ་ཡིན་པས་  
གཞན་གྱི་གཞུང་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྒྲིང་སྤྲས་པ། དེ་ལྟར་གྲངས་  
ཅན་དེ་ཉིད་ནི། །སྒྲོན་དང་སྒྲི་མར་འགལ་བ་དང་། །རིགས་པ་དང་ནི་མི་ལྟན་  
ལ། །མཁས་པ་ནམས་ཀྱི་སྒྲོ་མི་འཇུག། །གང་གི་སྒྲིང་སྒྲིན་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་  
ནི་རིགས་པ་ཡིན་ལ། །གྲངས་ཅན་གྱིས་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་དམ་པ་དེ་  
ནི་ཤིན་ཏུ་རིགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་སྒྲོན་དང་སྒྲིང་མར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཇི་  
སྐད་སྤྲས་པའི་ལུགས་དེ་ལ་མཁས་པ་ནམས་གཞོལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་



བྱ་བར་སྦྲས་པ། ཅུ་གྲོ་རྩ་ཡི་ས་བོན་གྱི། །ནང་ན་ཡོད་པའི་ཅུ་གྲོ་དང་། །  
བྱད་མེད་སྦྱེས་པ་འགྲོགས་ལ་བྱ། །རྩ་ཡི་ནང་ན་སྦྱ་གནས་དང་། །ཟས་གྱི་  
ནང་ན་ཕྱི་ས་སོགས། །ཤིང་ལ་འབར་ཡོད་མི་མཐོང་ཞེས། །གང་ཞིག་མངོན་  
སུམ་སྤོང་བྱེད་པ། །དེ་ནི་བདེན་སྦྱ་རི་ལྟར་ཡིན། །དེ་ནི་ཡོད་ཀྱང་མི་གསལ་  
བས། །དེས་ན་བྱ་བ་སྡོན་མ་མཐོང་། །ཞེ་ན་མི་གསལ་མེད་མིན་པས། །ཞེ་  
མའོ་བསྟན་བཅོས་ཤིན་ཏུ་ལེགས། །དེ་ལྟར་ས་ན་ཁོ་བོས་སྤར་སྦྲས་པའི་ཁོ་  
བོ་ཅག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་རིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །དབྱ་མའི་སྤྱང་  
པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། གངས་ཅན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་  
པ་སྟེ། ལེ་ཏུ་བྱུག་པའོ། །

དབྱ་མའི་སྤྱང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། བྱེ་བྲག་པའི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བྱུན་པ།

དེ་ནས་ད་ནི་བྱེ་བྲག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་འཇུག་  
པས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བདུན་པ་བཅུམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བྱེ་བྲག་པས་རང་གི་  
གྲུབ་པའི་མཐའ་ཉིད་འདི་ལྟར་མང་དུ་འགོད་པར་བྱེད་དེ། གཞན་དག་ལ་  
བརྟེན་ནས་གོ་མས་པ་ལས་ཐར་པ་ནི་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པས་བདག་ཅག་གི་  
སྦྱེས་བྱ་ནི་བྱེད་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེད་པ་པོ་དང་།  
ཟ་བ་པོ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤར་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་ལས་གཞན་

པའི་བདག་ནི་ཡོད་དེ། དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ། ཏྲག་པ། བྱེད་པ་པོ། ཟ་བ་པོ།  
 བྲབ་པ། བྲ་བ་མེད་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ས་དང་། ལུ་དང་། མེ་དང་། ལྷུང་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དེ་དག་ཀྱང་ཏྲག་པ་སྟེ། གངས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ཡོན་  
 ཏན་བཞི་དང་། ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་། ཡོན་ཏན་  
 གཅིག་དང་ལྡན་པ་ནི་རིག་བྲ་དང་། རོ་དང་། གཟུགས་དང་། རི་དང་།  
 མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །དེ་དག་ནི་མི་རིག་པར་རིགས་མ་ཐུན་པ་ལ་ལྟོས་  
 རྣམས་རང་དང་མ་ཐུན་པ་དང་མ་ཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྲ་བ་ཚོ་མ་པར་བྱེད་དོ། །  
 རྟོགས་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། དུས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་པ། བྲབ་པ། ཏྲག་པ།  
 བྲ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ནི་ཏྲག་པ་བྲ་བ་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་ཆད་  
 པའོ། །སྒྲི་དང་བྲད་པར་དང་། འདུ་བ་ཡང་མ་སྐྱེས་པ། བྲབ་པ། ཏྲག་པ།  
 ཆ་མེད་པ། བྲ་བ་མེད་པ། རྩས་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་ལ་བརྟེན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་ཏྲག་ །ཁ་ཅིག་ནི་མི་ཏྲག་པའོ། །ལས་ནི་  
 མི་ཏྲག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆ་དང་ཆ་ཅན་དང་། ཡོན་ཏན་དང་།  
 ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། བྲ་བ་དང་། བྱེད་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་དང་། མཆོན་  
 ཉིད་ཅན་དག་ནི་གཞན་དང་གཞན་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་དང་དོན་  
 དང་ཡིད་འདུས་པའི་ཤེས་པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མའོ། །གཞན་དག་ན་རེ་  
 བྱེད་པ་པོ་ནི་ཡོད་བྲ་བ་ནི་མེད་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆིག་གི་དོན་དུག་  
 གིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པར་རིག་པར་བྲ་སྟེ། འདི་སྟ་སྟེ། རྩས་དང་། ཡོན་  
 ཏན་དང་། ལས་དང་། སྒྲི་དང་། བྲད་པར་དང་། འདུ་བ་ཞེས་བྲ་བའོ། །དེ་

ལ་རྩལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་དོན་རྣམ་པ་དགུ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ས་དང་། ལྷ་  
 དང་། མེ་དང་། ལྷ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། དུས་དང་། རྒྱུགས་དང་།  
 བདག་དང་། ཡིད་ཅེས་བྱ་བའི་རྩལ་རྣམས་སོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། ཡོན་ཏན་ཉི་ཤུ་  
 ཅུ་བཞི་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆིག་གི་དོན་ཡིན་ལ་དེ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། གཟུགས་དང་།  
 རོ་དང་། སྤི་དང་། རེག་བྱ་དང་། གངས་དང་། བོང་ཆོད་དང་། སོ་སོ་དང་།  
 འདུ་བ་དང་། འབྲལ་བ་དང་། གཞན་ཉིད་དང་། གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་།  
 སྒྲོ་རྣམས་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་དང་། འདོད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་  
 དང་། འབད་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལས་ནི་རྣམ་  
 པ་ལྟ་སྟེ། སྤྱིང་དུ་འབྱེན་པ་དང་། འོག་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། བསྐྱམ་པ་དང་།  
 བརྒྱུད་པ་དང་། འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལས་རྣམས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་གི་  
 སྤྱིར་རྩལ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 འབྱུང་བའི་རྩལ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལས་གཞན་ཞིག་  
 ཡོད་པ་དེ་ནི་སྤྱི་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་དོ། །ཁྱད་ལྷགས་པ་ཡོད་པ་ནི་ཁྱད་པར་  
 ཏེ། རི་ལྷར་དཀར་པོ་དང་། རྣག་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་ལྷར་དེ་བཞིན་དུ་  
 རྩལ་དང་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་འདུ་བ་ནི་  
 རི་ལྷར་འདི་ལ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཡང་དག་པར་སྒྲོས་ཏྲིགས་པར་འབྱུང་བའི་དོན་  
 ཏེ། འདི་དག་ནི་ཆིག་གི་དོན་རྒྱག་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁྱད་པར་མེད་པ་  
 དང་ལྷན་པའི་རྣག་པ་ནི་ཡོད་དེ་རྩལ་དང་ལྷན་པ་བྱ་བ་དང་། བྱེད་པ་དང་།  
 སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་།

ལས་རྣམས་ཀྱི་བྱད་པར་མེད་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྫས་ཀྱིས་ནི་རྫས་གཞན་  
 ཚུལ་པར་བྱེད་ལ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གཞན་ཚུལ་པར་བྱེད་དོ།  
 །ཡང་ལས་ལ་ནི་སྒྲི་མེད་དོ། །ཡང་རྫས་ནི་བྱེད་པ་པོར་ཡང་མི་འགལ་ལ་བྱ་  
 བར་ཡང་མི་འགལ་ལོ། །ཡོན་ཏན་ནི་གཉི་གའི་ལོ། །རྫས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྒྲི་  
 ནི་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་འདུ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་སྟེ་རྫས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད་དོ། །རྫས་ལ་བརྟེན་པ་ཡོད་ཏན་གཞན་དང་མི་ལྡན་པ་འདུ་བ་དང་  
 བྲལ་བ་ན་ཡང་རྒྱ་མེད་པ་སྟོས་པ་མེད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །  
 ཡང་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་རྫས་གཅིག་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་འདུ་བ་དང་བྲལ་  
 བ་ན་ཡང་སྟོས་པ་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་རྫས་ནི་སྒྲིའི་བྱེད་པོའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་ནི་འདུ་བ་དང་བྲལ་བའི་  
 བྱེད་པ་པོར་འབྱུག་པའོ། །རྫས་རྣམས་ནི་རྫས་ཀྱི་བྱ་བ་སྟེ། ཇི་ལྟར་སོར་མོ་  
 གཉིས་བཞིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་ལས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་སྟེ། ཇི་ལྟར་གཟུགས་  
 ལས་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྫས་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་བརྗོད་པར་  
 བྱ་སྟེ། གཟུགས་དང་། རོ་དང་། ཇི་དང་། རེག་བྱ་དང་ལྡན་པ་ནི་སའི་རྫས་  
 སོ། །གཟུགས་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆུ་སྟེ། གཤེར་བ་དང་  
 རྩན་པ་ཉིད་དོ། །མེ་ནི་གཟུགས་དང་རེག་བྱ་དང་ལྡན་པའོ། །རྩུང་ནི་རེག་པ་  
 དང་ལྡན་པ་སྟེ། རྟགས་མི་མཐོང་བའོ། །ནམ་མཁའ་ནི་ཡོན་ཏན་སྤྱད་པ་ལྡན་  
 པའོ། །གཞན་ཡང་གཞན་མ་ཡིན་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་དང་ལྟན་ཅིག་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། དུས་རིང་བ་དང་ལུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དུས་ཀྱི་རྟགས་སོ། །གང་

འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟགས་ཏེ། སྤར་ཉི་མ་དང་ལྷན་པར་  
 གྱུར་བ་དང་། ཕྱིས་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་ལས་ཤར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྟོ་དང་།  
 རུབ་དང་། བྱང་ཞེས་བྱ་བས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱང་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དབང་  
 པོ་དང་། རོན་དང་། ལྷན་ཅིག་གནས་པ་ནི་བདག་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པའི་ངོ་  
 བོ་མེད་པ་དང་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྟགས་སོ། །གཞན་ཡང་འདིར་ཐར་པ་  
 འདོད་པ་དག་སྒྲ་མ་དང་ཉེ་བར་སོང་ནས་ཕྱི་དང་ནང་དག་ལ་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པར་བྱ་སྟེ། ལྷས་དང་དབང་བསྐྱར་བ་དང་། སྤྱང་བར་གནས་པ་དང་།  
 ཆངས་པར་སྟོད་པས་སྒྲ་མའི་བྱིམ་དུ་གནས་པ་དང་། རྟགས་སུ་གནས་པ་  
 དང་། མཆོད་སྦྱིན་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་ཕྱོགས་པ་དང་། རྒྱ་སྐར་དང་། དུས་  
 དེས་པ་ལ་མཐོང་བར་སྟོད་པར་བྱེད་པའི་མི་མཐོང་བ་ནི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ལ།  
 དེའི་དོན་དུ་སྟེན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་ཆོས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལས་བསྒྲིག་པ་ནི་  
 ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ལ་འཇུག་པ་ལས་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་ཆགས་པ་  
 དང་སྤང་བའོ། །དེས་བྱས་པས་འདི་ལྟར་ཡང་སྦྱེ་ཞིང་འཁོར་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་འཇུག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་ཐོག་མ་  
 མེད་པའི་དུས་ནས་བཅིངས་ཞེས་བརྗོད་དོ། །རི་ལྟར་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་ཅི་ཐ་མ་ཡང་མེད་པའི་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐར་པ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པ་ལས་ཐ་མ་ཐར་པར་  
 འགྱུར་ངོ། །ཡང་དེ་ནི་གང་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དག་སྦྱད་པས་ཡང་

དང་ཡང་འཁོར་ཞིང་འཁོར་བ་ཐོ་ཆུན་བརྒྱད་མོའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་གནས་སྟེ་  
 བྱའི་འཁོར་བར་འབྲུག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་མེད་པས་ཡང་འབྲུང་བ་ཉིང་  
 མཆམས་སྒྲོར་བ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐར་བ་ཡིན་ཏེ། མར་མེ་ཤི་བར་གྱུར་  
 པའི་སྒྲིང་བ་བཞིན་ནོ། །ལུས་དང་བཅས་པའི་བདག་ཡིད་དང་སྒྲིང་བར་གྱུར་  
 པ་ནི་འཆོ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་མ་མཐོང་བ་མི་འབྲུང་བས་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་  
 ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་མེད་པ་སྟེ། ཡང་འབྲུང་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་པོའི་  
 ལུས་ལ་སོགས་པ་གཏན་མི་འབྲུང་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་དང་ཆོས་  
 མ་ཡིན་པར་མེད་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། མ་འོངས་པ་མི་འབྲུང་ཞིང་  
 བསགས་པ་འགོག་པ་སྟེ། དེ་ལ་ལུས་དང་། དབང་པོ་དང་། ཡིད་ལས་ཐ་  
 དད་པའི་བདག་མཐོང་བ་ན་དགོ་བ་སྒྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་  
 པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པས་མ་འོངས་པ་ཡང་མི་སྒྲུབ་པ་སྟེ། བསགས་པ་འགོག་  
 པ་ཡང་ལུས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ན་ཆགས་པར་མི་རྩོམ་པའོ།  
 དོན་དམ་པའི་བདག་ངེས་པར་རྟོགས་ཤིང་ཆོག་གི་དོན་དུག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 ངེས་པར་ཤེས་པ་ན་ཆོས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། འདིར། ལུས་  
 དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ནི། །ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ངེ་མེད་པའི། །ཡོངས་སུ་  
 འདའ་བར་དེ་འགྲོ་སྟེ། །ཤིང་ཟད་པ་ཡི་མེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་དམ་ལ་བསྟན་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ངེ་ལྟར་བྱུང་བའི་བདག་ནི་བྱེད་པ་མེད་པ་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་།  
 འོན་ཀྱང་ཡིད་ཀྱིས་བདག་ཅེས་འཛིན་པར་བྱེད་པས་ཡིད་དང་ཀུན་དུ་སྒྲོར་  
 བ་མེད་པ་ནི་ཡང་འབྲུང་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཉེ་བར་འདོགས་སོ་ཞེས་བྱ་



བ་འདི་ལྷ་བྱ་ནི་བྱེ་བྲག་པའི་བྱ་བ་པའི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་  
 མདོར་བསྐྱས་ནས་དེས་འདོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྒྲོ་  
 སོགས་བདག་གི་ཡོན་ཏན་བཅད། །དྲུངས་ནས་ཕྱང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །  
 ཡིད་ལ་བདག་ཅེས་གནས་པ་ནི། །བྱེ་བྲག་པ་ཡིས་ཐར་པར་ཤེས། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྐྱས་ཏེ། སྒྲོ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་བ་དང་། འདོད་པ་དང་།  
 ཞེ་སྤང་བ་དང་། འབད་པ་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཤེས་པ་དང་། འདུས་  
 བྱས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་ཡོན་ཏན་དགུའོ། །དེ་དག་གི་བཅད་པ་ནི་མ་  
 འོངས་པ་ན་མི་འབྱུང་བ་དང་། བསགས་པ་འགོག་པའོ། །དྲུངས་ནས་ཕྱང་  
 བའི་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་གཏན་སྤངས་པ་ནི་དྲུངས་ནས་ཕྱང་བ་  
 རྟེ། ཐམས་ཅད་དུ་ལོག་པའོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་  
 པ་ལས་ལྷོག་པ་གང་གི་ཕྱིར་བརྟགས་པ་ཡིན་པས་རང་ཉིད་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་  
 བའི་ཡུལ་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་པ་ན་ཐར་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཁྱུག་པ་པས་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱས་  
 པར་སྤར་བསྟན་རིམ་པ་ཡིས། །མི་བདེན་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་འཇམ། །དངོས་པོ་  
 ཡོངས་སུ་བཀག་པས་ན། །འདོད་དང་སྤང་སོགས་ཡོན་ཏན་མེད། །སྤར་  
 བསྟན་པའི་རིམ་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལྷ་སྟེ། མ་སྐྱེས་བྱེད་པོར་མི་རྩང་  
 རྟེ། །བྱ་བ་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ། །བྱེད་པོ་ཡིན་ཕྱིར་སྤང་ཅི་རི་རྒྱ། །ནམ་མཁའི་  
 མེ་རྟོག་མིན་པ་བཞིན། །ཞེས་བསྟན་པ་དང་། མ་སྐྱེས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །  
 ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་མ་སྐྱེས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བྱ་བ་མེད་

[illegible]

ཡོན་ཏན་ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཐོས་ཏེ། དེ་བདག་དང་། བདག་ཏུ་འདུ་བར་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་སོ། ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མི་རྟག་  
 པའི་ཕྱིར་རམ། སྒར་དབང་པོ་དང་། ཡུལ་སྐད་ནས་གནས་པའི་དུས་ན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་གཟུགས་ནི་བདག་དང་འདུ་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་ནི་འདིའི་ཡོན་ཏན་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བདེ་  
 དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་སོགས། །དགག་པ་མཐར་ཐུག་ཤེས་པར་བྱ། །བདེ་བ་  
 འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱང་བདག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་  
 དཔེར་ན་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །བདེ་བ་ནི་བདག་དང་འདུ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་  
 རྟག་པའི་ཕྱིར་རམ། སྒར་མེད་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། འདོད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་དགག་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ །གཞན་ཡང་། ཡིད་ནི་རྟག་པ་  
 མིན་པར་འདོད། །བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་བྱམ་པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་གང་སྒྲོ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདག་དང་འདུ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཡིད་  
 ནི་འདིར་རྟག་པ་ཡིན་པས་དེ་དང་འདུ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱང་རྟག་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཆིག་གིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །རྟག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་དེ་དང་འདུ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བར་བསམས་པའོ། །གཞན་ཡང་། འདི་ནི་བདག་གི་བྱེད་པ་མིན། །  
 དངོས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་བདེ་བ་བཞིན། །གང་དང་གང་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་བདག་གི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བདེ་བ་བཞིན་ནོ། །ཡིད་ནི་བྱེད་པ་

ཉིད་དུ་མ་སྐྱེས་པས་འདུ་བ་ཡིན་པར་བདེན་དུ་བློན་ཀྱང་། རོན་མཐོང་བར་  
 གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་རྟོན་མེད་པར་བརྟོན་པ་ཡང་མི་འགྲུབ་པས་དེས་  
 བརྟོན་ཉིད་བརྟོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བདག་ཡོད་པ་ནི་བཀག་བློན་ཀྱང་། །  
 འདིར་ཡང་བརྟག་པར་བྱ་བ་སྟེ། །བརྟོན་ནས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །བདག་  
 མེད་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན། །དབང་ཕྱུག་བཀག་པ་དང་འབྲེལ་བར་བདག་  
 ཀྱང་བཀག་པ་ཡིན་ཡང་། ཡང་ཚུལ་བཞིན་གྱིས་དགག་པར་བྱ་སྟེ། བདག་  
 ནི་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམ་བཅའ་བའོ། །གཏན་ཆིགས་ཅི་ཡོད། སོ་སོའམ་  
 བསྐྱས་པས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བས། རྟོན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་གང་མེད་པ་དེ་ནི་སོ་  
 སོའམ་བསྐྱས་པའི་རྒྱུ་བཟུང་ནས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ནམ་  
 མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་ནོ། །གང་ཡོད་པ་དེ་ནི་སོ་སོའམ་བསྐྱས་པས་རྒྱ་དང་  
 རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་གཟུགས་དང་།  
 སྒྲིང་བ་དང་། ནམ་མཁའ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། དབང་པོ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་སེམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་  
 བདག་ནི་མེད་དེ། གཟུགས་སུ་བྱུང་བ་དང་། ཉམས་སུ་སྒྲིང་བ་དང་། མཆོན་  
 མར་འཛིན་པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། སོ་སོར་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མོག་ཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 དེ་ཡི་སྐྱེ་ནི་ཡོད་པ་ཡང་། །ཁས་ལེན་པ་ཡང་བརྟག་པར་བྱ། །ཕྱང་པོ་འདུས་  
 པའི་རྒྱུ་བཞིན་བྱས་ནས། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་བདག་ཡོད་པས་བདག་གི་སྐྱེ་ཡོད་

བར་ཁས་ལེན་པ་དེ་ཡང་ཁོ་བོས་འདིར་དབྱེད་པར་བྱའོ། ། འདི་ནི་བྲབ་མིན་  
 ཏྲག་པ་མིན། རྟོག་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་དག་གི་  
 བསམ་གཏན་གྱི་མིག་གིས་འདི་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས། རྟོགས་བྱ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ། རྟོགས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པའི་སྤྱི་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་  
 འདི་ནི་བྲབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཏྲག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་ནི་བྲབ་  
 པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ལ་བྲབ་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དཔེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོའི་  
 རོན་གང་རང་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་པ་དེས་གཞན་རི་ལྟར་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་རུས་ཞེས་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་བྲབ་པ་ཡིན་ན་  
 རྒྱལ་སྤྱ་རབ་ཀྱི་ནང་ན་ནམ་མཁའ་ཡོད་དམ་མེད། རྩོགས་དེ་གཉི་ག་ཡང་  
 འཆིང་བའི་ཞགས་པ་དང་བཅས་པ་ཏེ། གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་དང་སྤྱ་རབ་  
 གཉིས་གཅིག་ན་ནི་སྤྱ་རབ་ཀྱི་ཆ་དང་ནམ་མཁའི་ཆའོ་ཞེས་པན་ཚུན་ཐ་དད་  
 པས་གཉི་ག་ཡང་ཆ་ཤས་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། དབྱེ་བར་རུས་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱ་རབ་  
 ཀྱི་ནང་ན་ནམ་མཁའ་མེད་དོ་ཞེ་ན་ནི་སྤྱ་རབ་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ།  
 ནམ་མཁའ་ཡང་ཀུན་ལ་བྲབ་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ནམ་  
 མཁའ་ཀུན་ལ་བྲབ་པ་མ་ཡིན་པའམ། སྤྱ་རབ་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་ཁས་སྦྱང་  
 དགོས་པས། དེས་ན་རྩོགས་གཉི་ག་ཡང་སྦྱོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་བྲབ་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ་

འདིས་ལུས་ལ་སྒྲོར་བར་བྱེད་པ་ན་ཅི་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་སྒྲོར་བར་བྱེད་  
 དམ། འོན་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡིན། དེ་ལ་གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་སྒྲོར་  
 རོ་ཞེན་ནི། ཕྱོགས་ཆ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་བདག་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ཆ་ཤས་  
 དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་བུམ་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་བདག་ཉིད་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན་ཡང་། དེ་ལྟ་ན་ལུས་གཅིག་དང་སྒྲོར་ཞིང་སྤང་བ་  
 ན་ལུས་གཞན་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་མེད་ལ། གུན་ལ་བྲབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གཅིག་དུ་བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སྤྱི་  
 སྒྲོང་བར་ཐལ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་དཔྱུལ་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་བ་སྒྲོང་བར་གྱུར་ལ། མཐོ་རིས་ཀྱི་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲོང་བར་འགྱུར་ཞིང་། གཅིག་  
 བཅིངས་པ་ན་ཡང་གུན་བཅིངས་པར་འགྱུར་ལ། གཅིག་གྲོལ་བ་ན་ཡང་འགྲོ་  
 བ་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །སྒྲིམ་གཞན་ཡང་།  
 སྒྲོ་སྒྲེ་འགྱུར་དང་བཅས་ཞེ་ན། ཁྱིའི་ཕྱིས་བདག་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར། །  
 འོན་ཏེ་འགྱུར་མེད་ཤེས་པ་མིན། །ཤེས་དང་ཤེས་མིན་རིམ་ལྡན་དུ་། །གང་  
 ཡང་བདག་དང་སྒྲོ་འདུ་བར་གྱུར་པ་ན། ཅི་དེའི་ཆེ་ཡོངས་སྤྱི་འགྱུར་བ་འགྱུར་  
 བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་སྒྲོ་འདི་འགྱུར་བར་འགྱུར་  
 བ་ན་ཡོངས་སྤྱི་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་ནི། ཡོངས་སྤྱི་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་འབར་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་  
 འགྱུར་བ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡང་འདི་རིམ་ལྡན་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་



འགྱུར་ཏེ། འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །སྒྲུབ་ཏེ་ག་པ་མེད་  
 པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ། ཕྱིས་ཏེ་ག་པའི་ངོ་བོར་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། སྒྲུབ་གྱི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་བཏང་བའི་ཕྱིར་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཏྲག་ཏུ་ཏྲག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ཏེ་ག་པ་ཡང་ཡིན། མི་ཏེ་ག་པ་ཡང་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ཇི་སྟར་འགྱུར། འདི་སྒྲོ་དང་འདུ་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 ཡང་ཅི་སྒྲོའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན། དེ་ལ་གལ་  
 ཏེ་ཏྲག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདི་སྒྲོའི་ངོ་བོར་གྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒྲོ་  
 དང་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ན་ཡང་བདག་ནི་མི་  
 ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྒྲུབ་གྱི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་སྒྲོ་དང་འདུས་པར་གྱུར་བ་ན་སྒྲོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འདི་ཡང་གྱུར་ན་ནི།  
 བདེ་བ་དང་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་བཞིན་དུ་འདི་  
 ལ་ཡང་མི་ཏྲག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདག་  
 དང་སྒྲོ་འདུས་པ་ནི་ཡོད་དེ། སྒྲོ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་  
 དབྱུག་པ་དང་། དབྱུག་པ་ཅན་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
 འདུས་པ་དགག་པ་བྱས་པས་ན། །དེ་དང་འབྲེལ་པའང་རིགས་པ་མིན། །  
 བདག་གིས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་འདིར་འདུ་བ་དགག་པ་བྱས་པས་འདུ་བ་མེད་  
 པར་གྱུར་ན། དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཇི་སྟར་ཞེ་ན།  
 བདག་ནི་ཏྲག་པ་ཡིན་ལ་སྒྲོ་ནི་མི་ཏྲག་པ་ཡིན་པས་ཏྲག་པ་དང་མི་ཏྲག་པ་དག་  
 མི་འདྲ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་དང་གང་བ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡིན་

ནོ། །སྒྲོ་དང་འདུ་བ་རི་ལྟར་བཀག་པ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོག་གི་དོན་  
 རྣམས་ཀྱང་དགག་པར་འདོད་ནས་སྦྱས་པ། བདེ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་འབད་དང་  
 འདོད། །སྤང་ལ་སོགས་ཀྱང་ཚུལ་འདི་ཡིན། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། ཏྲག་པའི་  
 བདག་ལ་བདེ་མི་བཏན། །རྒྱ་དང་ལྡན་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན། །ཡང་ན་བདག་  
 གི་ཡོན་ཏན་ནི། །བདེ་བ་ཡིན་པར་མ་རྟོགས་ཏེ། །སྒྲོ་དང་ལྡན་ཕྱིར་གཟུགས་  
 ལ་སོགས། །དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་མི་འདོད་བཞིན། །ཡང་ན་འདི་དག་འདུ་བ་  
 ནི། །བདག་ལ་ཡོད་པར་མ་རྟོགས་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྦྱག་  
 བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཡོད་དེ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་གང་དག་ཡོད་པར་གྲགས་པ་དེ། སྦྱི་ཆེན་པོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་  
 འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་གྲག་ན། སྦྱི་ཆེན་པོ་དང་འབྲེལ་པ་དེ་ཅི་བདག་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། རང་གི་ངོ་བོ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། །དེ་  
 ལ། ལྟན་ཅིག་ཡོད་ཆེན་དང་འབྲེལ་བར། །ཡོད་དང་མེད་པ་མི་རིགས་སོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། །ཡོད་ནའང་དེ་སྦྱིར་དོན་མེད་ལ། །མེད་ན་དེ་ཡང་མེད་པར་  
 འབྱུར། །ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་སྦྱི་ཡོད་པ་ཆེན་པོ་  
 དང་འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་འབྱུར་ན། རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པར་བྱུར་པའི་ཕྱིར་བདག་  
 ལ་ནི་ཡོད་པ་ཆེན་པོ་དང་འབྲེལ་པ་མེད་དེ། རི་ལྟར་གྲུབ་ཟེན་པའི་བུམ་པ་  
 ལ་ཡང་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །མེད་ན་ཡང་ཡོད་པ་ཆེན་པོ་དང་  
 འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་མོ་གཤམ་གྱི་  
 བུ་བཞིན་ནོ། །གཤམ་ཏེ་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ཆེན་པོས་གསལ་བར་

བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། ཡོད་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། གསལ་པར་བྱེད་པས་ཆོས་གཞན་ཕྱིར། །དེ་ནི་གསལ་བྱེད་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན། །སྒྲོད་ཀྱི་བདག་ནི་མི་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ན་དེ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཆེན་པོས་གསལ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། འདིར་འདི་  
 སྐད་དུ་སྒྲ་བར་ཡང་རྒྱས་ཏེ། གསལ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་གསལ་བར་བྱ་བར་མི་  
 རྒྱས་ཏེ།མི་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་  
 བཞིན་ནོ། །མངོན་པར་གསལ་བ་ཉིད་ནི་རྒྱུན་ཆེད་ནས་གསལ་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། དཔེར་ན་འཇིམ་པའི་གོང་བྱ་དང་། དབྱུག་པ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། རྩ་  
 མཁན་གྱི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་མངོན་པར་བྱུབ་པའི་  
 བྱམ་པ་ནི་མར་མེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་ཏེ། བྱས་པ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་  
 གསལ་བ་མཐོང་བས་ཆོས་མི་མ་རྒྱན་པ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱུབ་  
 པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཆེན་པོ་ནི་བདག་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གངས་  
 ལ་སོགས་དང་འབྲེལ་པ་ཡང་། འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལན་བཏབ་པོ། །ཇི་སྐད་  
 སྒྲས་པའི་དབྱེད་པའི་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་གངས་ལ་  
 སོགས་པ་དང་སྐྱེས་བུ་སྦྱོར་བར་འགྱུབ་པར་དགའོ། །ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། ཡོད་པའི་  
 གཅིག་ཉིད་དང་སྦྱོར་རམ། འོན་ཏེ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་ཡོད་  
 པའི་གཅིག་ཉིད་གངས་ཀྱི་གཅིག་དང་སྦྱོར་བ་ཡིན་ན་ནི། ཡང་སྦྱོར་བ་དོན་  
 མེད་པར་འགྱུར་ངོ། །འོན་ཏེ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་འདི་ལྟར་མེད་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་སྦྱོར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་པ་

ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཡོད་པ་ཆེན་པོ་དང་གངས་དག་སྒྱུར་བ་མེད་པ་འབར་  
 ཞིག་མ་ཡིན་གྱི། །གཞན་ཆོག་གི་དོན་གྱི་ཆོག་ས་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་རི་  
 ལྟར་རིགས་པར་སོ་སོར་ཚུལ་འདི་ཉིད་གྱིས་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཆོག་གི་ལྷག་མའོ། །ཆོག་གི་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། རྩམ་  
 དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་དང་། སྦྱི་དང་། འདུ་བ་དང་། བྱུང་བར་ལ་  
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཆེན་པོ་དང་འབྲེལ་  
 པར་འགྱུར་རམ། མེད་པ་ཞིག་འགྱུར་། ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ཡང་སྒྱུར་  
 བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །མེད་པ་ཞིག་གོ་ཞེ་ན་ནི་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 ལན་སྒྲིས་མ་ཐག་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་བསམ་པ་སྒྲངས་ནས་སྒྲིས་པ་ནི།  
 གལ་ཏེ་སྦྱི་སོགས་དང་འབྲེལ་པས། སྦྱིས་བྱ་སྦྱི་དང་གཅིག་རྟོགས་པར། །  
 དེ་སོགས་རྒྱུན་དང་མཉམ་ཅུང་གིས། །སྦྱིས་བྱ་འབྱུང་བར་འདོད་ན་ནི། །སྦྱིས་  
 བྱ་སྦྱི་དང་འབྲེལ་པ་ཅུང་གིས་སྦྱི་ཡིན་པར་རྟོགས་ལ་གངས་དང་འབྲེལ་པས་  
 གཅིག་ཉིད་དང་། སྦྱོ་དང་འབྲེལ་པས་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྦྱོ་སྦྱི་བའི་རྒྱ་ཅུང་སྦྱིས་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྲོད་གྱིས་  
 ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལ། གྲོལ་བའི་དུས་  
 ན་ནི། ཡོད་མིན་མེད་མིན་དུ་མ་མིན། །གཅིག་མིན་ཕྱ་མིན་ཆེན་པོ་མིན། །  
 འདི་ནི་རྟག་མིན་མི་རྟག་མིན། །གཞན་མིན་གཞན་མིན་མིན་དེ་ཉིད། །རི་  
 ལྟར་བདག་བཞིན་ཆོག་གི་དོན། །གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་སེང་བ་སྟེ། འབད་  
 ནས་གསུངས་སུ་བེན་གྱང་ནི། །གཟེགས་ཟན་པ་ཡིས་གསལ་བར་བྱས། །

སྒོ་ལ་སོགས་པ་བདག་གི་ཡོན་ཏན་བདེན་པའི་ངོ་མོ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། ཡོད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་རྟག་པར་འགྱུར་ན་བདག་ཡོན་ཏན་དང་མི་ལྷན་པར་གྱུར་པ་  
 དེ་ལ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་། གཅིག་དང་། ཏུ་མ་དང་། སྤ་རབ་དང་།  
 ཆེན་པོ་དང་། རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་དོན་དམ་པར་ཞི་བ་ཡིན་  
 རོ། །བདག་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི་གཞན་ཡང་རྗེས་དང་། ཡོན་ཏན་དང་།  
 ལས་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ལ། མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན། རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་རོ། །རི་ལྷ་ཞེ་ན། འདི་དག་བདག་དང་  
 ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པར་འགྱུར་ན། བདག་  
 དང་བྲལ་བར་གྱུར་པས་རང་གི་ངོ་མོ་གཟུང་ཏུ་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ་ཡོད་པ་  
 དང་། མེད་པ་དང་། གཅིག་དང་། ཏུ་མ་དང་། རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འབད་ནས་གསངས་ཤིང་  
 སྤངས་ཀྱང་། གཞེགས་ཟན་པའི་འདོད་པའི་ལུགས་འདི་ལྟར་སྤངས་པ་འདིས་  
 བདག་ཅག་གི་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། སྟོང་པ་ཉིད་ཏུ་ཤིན་ཏུ་  
 བསྟན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ན། བདག་ཅག་གི་ལུང་ལས་ནི་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ།  
 གཟུགས་ནི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་  
 ཡིན། སྤུག་བསྐྱལ་བ་ཡང་མ་ཡིན། བདག་ཀྱང་མ་ཡིན། བདག་མེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཟུགས་ཉིད་ཀྱང་མེད་ན། ཡང་རྟག་པ་  
 དང་མི་རྟག་པ་ལྟ་ག་ལ་འགྱུར། དེས་ན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་

ཕྱིར། ཁྱོད་གྱི་སྒྲིང་ཆོག་གསུམ་མང་པོ་ཞིག །བརྗོད་དུ་ཟེན་གྱི་སྒྲིང་པ་ཉིད་དེ་  
 ཉིད་རབ་དུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཁོ་པོ་ཅག་གི་འདོད་པ་ཁོ་ན་བསྐྱབས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གྲུབ་པའི་མཐའ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེ་བྲག་པ་  
 ལ་རབ་དུ་གྲུབ་པ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་པ་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། འདི་  
 དག་མཆོན་མར་འཛིན་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་མཐོང་བར་མི་རིགས་སོ། །མཆོན་  
 མ་མི་བདེན་པར་སྐྱེས་པའི། །ངོ་བོ་རྟོག་པར་མི་བདེན་འདོད། །སྒྲོ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་རྣམས་མི་བདེན་པར་སྐྱེས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆད་  
 པ་ཡིན་ལ། ས་ལ་སོགས་པ་ནི་རྟག་པའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དང་ལྡན་པར་འབྱུང་  
 བས་རྟག་པར་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་རྣམ་པ་འདི་གཉི་ག་ཡང་མཆོན་མར་  
 ལྟ་བས་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐར་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་  
 པའོ། །གལ་ཏེ་འདིའི་དོན་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ན་ཡང་སྤྱི་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དངོས་པོའི་དོན་དང་འབྲེལ་པར་གྱུར་པ་ལ་སྤྱི་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་གྱི་དེ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
 བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བདག་ལས་ཐ་དད་གྱུར་པའི་དོན། །དེ་དང་འབྲེལ་པར་མི་  
 འདོད་དེ། །ཡོད་པའི་སྒྲོ་ཕྱིར་སྒྲོ་སྤྱི་ལ། །སྤྱི་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་པ་བཞིན། །  
 བདག་ལས་ཐ་དད་པའི་སྤྱི་ཞེས་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་པས་བདག་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་སྒྲོ་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་གསུམ་སོ། །བདེན་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆོག་གསུམ་ཏེ། གང་དང་གང་བདེན་པའི་སྒྲོ་འབྱུང་བ་དེ་ལ་  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་པ་མ་མཐོང་སྟེ། ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཆེན་པོ་



དེ་ཉིད་ལ་སྒྱི་ཞེས་བྱ་བའི་སྒོ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་གྲངས་སོགས་  
 འབྲེལ་བ་ཡང་། །བདག་གམ་གཞན་པ་ལ་ལ་ལ། །མཁས་པས་ངེ་ལྟར་རིགས་  
 པ་བཞིན། །སྒོ་དེ་མིན་པར་རྟོགས་པར་བྱ། །གང་ཡང་གྲངས་གཅིག་དང་  
 ལྡན་པ་ལས་བདག་གྲང་གཅིག་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡང་དེ་ཉིད་ནི་  
 གཅིག་གྲང་མ་ཡིན་དུ་མ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒོ་དང་ཡང་དག་པར་  
 ལྡན་པ་ལས་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གཞན་ས་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་གྲངས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལས་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཀྱི་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་དུ་  
 མའི་ངོ་བོ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཁས་པས་  
 དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ངེ་ལྟ་ཞེ་ན། གྲངས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་  
 ལས། བདག་དང་ས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་འབྱུང་བར་མི་  
 རིགས་ཏེ་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་གྲངས་དེ་ཉིད་ལ་གྲངས་དང་མཚུངས་  
 པར་ལྡན་པས་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། བདག་གི་སྒོ་དང་སྒྱག་བསྐྱེད་དང་། །བདེ་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་མི་  
 འབྲུལ། །ཡོན་ཏན་ཡིན་ཕྱིར་གྲངས་བཞིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་མེད་བདག་  
 མིན། །སྒོ་དང་བདེ་བ་དང་། སྒྱག་བསྐྱེད་དང་། འདོད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་  
 དང་། འབད་པ་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་དང་། ཤེས་པ་དང་།  
 བྱས་པའི་ཤུགས་ཞེས་བྱ་བ་བདག་གི་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་  
 རོན་དམ་པར་བདག་དང་མི་འབྲུལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་སོ། །ཡོན་ཏན་ཡིན་

བའི་སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །གང་དང་གང་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་  
 དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་བདག་དང་མི་འབྲེལ་ཏེ། དཔེར་ན་གངས་བཞིན་ནོ། །  
 གྲོལ་བར་གྱུར་པ་ན་ཡང་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་གངས་ཀྱི་གཅིག་ལས་གྲོལ་  
 བར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་སྒྲོལ་སོགས་པ་ལས་གྱང་ཐམས་ཅད་དུ་གྲོལ་  
 བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཡོན་ཏན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་བའི་  
 སྒྲིང་རོ། །གང་ཡང་ཡིད་རང་གི་བདག་ལ་གནས་པ་ན་ཐར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་། ཡུལ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་། །གང་ཞིག་རང་གི་  
 བདག་མེད་འགྱུར། །བདག་དང་སྦྱོར་བ་འདོད་པ་ལས། །འཇོག་ནས་ཤེས་པ་  
 ཀྱན་དུ་འབྱུང་། །བདག་གཟུགས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ན་ནི་སྦྱོགས་དང་ཡང་  
 ལྡན་པར་འགྱུར་ལ། སྦྱོགས་དང་ལྡན་པའི་བདག་ཉིད་ཡིད་རང་ཉིད་གནས་  
 པར་གྱུར་ན་སྦྱོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་བདག་ལ་ཅི་ལྟར་ཡིད་རང་ཉིད་ལ་  
 གནས་པར་འགྱུར་ལ། གང་གི་ཆེ་བདག་ཉིད་སྦྱོགས་ཀྱི་རང་གི་གནས་ལ་  
 ཡིད་སྦྱོར་བར་གྱུར་ན་ནི་འཁོར་བའི་དུས་ན་ནི་འཇོག་པ་དང་། ཤེས་པ་འབྱུང་  
 བར་འདོད་ལ། ཐར་པའི་དུས་ན་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་འདོད་པ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོགས་ཆ་དབྱེར་མེད་པ་  
 ཡིན་པའི་སྒྲིང་ན་ཡང་། མ་མཐོང་ངེས་པའང་སྤར་བཞིན་དུ། །ཐལ་འགྱུར་  
 ལན་ཡང་འདི་ལ་ཡིན། །མེད་པའི་སྦྱེ་བ་བཀག་པས་ན། །དེ་ཡི་སྦྱོར་བའང་  
 མི་འདོད་དོ། །མ་མཐོང་བའི་ངེས་པ་ནི་ངེས་པར་ཆོས་ལ་མངོན་པར་སྦྱོར་བ་  
 ན་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤངས་པའོ། །དེ་ནི་སྦྱོགས་ཆ་མེད་པའི་བདག་ལ་མི་

རིགས་སོ། །ཆོས་དང་བདག་གཉིས་སྦྱོར་བར་འགྱུར་ན་ཡང་ཅི་སྟོགས་  
 གཅིག་གིས་སྦྱོར་རམ་འོན་ཏེ་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡིན། དེ་ལ་  
 སྟོགས་གཅིག་གིས་སྦྱོར་རོ་ཞེན་ནི། སྟོགས་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱམ་  
 པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས་སྦྱོར་བ་ཡིན་ན་ནི་གཅིག་ཆོས་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་ན། ཀྱན་གྱང་  
 ཆོས་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་ལ། གཅིག་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་  
 ན་ཐམས་ཅད་གྱང་ཆོས་དང་མི་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་རི་ལྟར་  
 གྱངས་ཅན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་སྒྲིམ་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་  
 སྦྱར་བར་བྱའོ། །མེད་པ་ལ་ནི་སྦྱེ་བ་ཡང་མེད་པར་བདག་གིས་སྦྱར་བསྐྱབས་  
 ཟེན་པས་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཡི་དམ་མ་མཐོང་བའི་སྦྱོན་མེད་པ་རི་ལྟར་བདག་  
 དང་སྦྱོར་བར་འགྱུར། གཞན་ཡང་། ཡིད་དང་བདག་གི་མེད་པ་ལ། རྟེན་  
 དང་བརྟེན་པར་མི་འདོད་དོ། །བདག་དང་ཡིད་ནི་ཡོད་ནའང་། རྟེན་དང་  
 བརྟེན་པར་མི་འདོད་དོ། །རེ་ཞིག་བདག་ནི་མེད་དེ། དམིགས་པར་མ་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡིད་གྱང་མེད་དེ། མ་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་བདག་དང་ཡིད་དག་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་རི་ལྟར་འགྱུར། ཡང་གལ་ཏེ་  
 བདག་དང་ཡིད་ནི་ཡོད་དོ་ཞེན། དེ་ལྟར་ཡང་འདི་དག་རྟག་པ་མེད་པར་མི་  
 འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ངོ་བོ་རི་ལྟར་འགྱུར།  
 དེས་ན་ཐར་པ་རྒྱ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་རྟོག་རྒྱ་མཚན་བཅས་  
 པའི་ཕྱིར། །རྣམ་སོགས་མཐོང་བས་གྲོལ་བར་ནི། །རི་ལྟར་བྱག་པ་མི་

འདོད་པ། །དེ་བཞིན་ཁྱུག་པ་པ་མི་འདོད། །རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
 བ་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་འདའ་བར་འདོད་པ་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་འདོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དེ་ཡང་རྫས་ལ་སོགས་པ་ཆོག་གི་དོན་  
 འཛིན་པར་བྱེད་པས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གང་ཐམས་ཅད་མཐོང་  
 བར་འདོད་པའི་སྤྱབ་པ་ཁྱུག་པ་པ་ཡང་རེ་ཞིག་གོལ་བར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྫས་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པའི་  
 ཕྱིར་ན། ཡང་དེའི་གཞུང་གི་རྫེས་སུ་འབྲང་བ་ཁྱུག་པ་པ་རྣམས་རྫས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གོམས་པར་བྱས་པས་ཐར་པ་གྲུབ་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་པ་ཡིན་  
 ནོ། །གཞན་ཡང་། ས་སོགས་དེ་ཉིད་འབྱུང་བའི་སྒོ། །ཐར་པ་མིན་པར་  
 གཟེགས་ཟན་འདོད། །བྱད་པར་དག་ནི་མི་འཛིན་ཕྱིར། །འཆོ་བའི་དེ་ཉིད་སྒོ་  
 བཞིན་ནོ། །ས་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ས་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཉིད་དེ།  
 རྫས་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། ལས་དང་། འདུ་བ་དང་། སྤྱི་དང་། བྱད་པར་  
 ཞེས་བྱ་བའོ། །ས་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འབྱུང་བའི་སྒོ་ནི་ས་ལ་  
 སོགས་པའི་དེ་ཉིད་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ནི་གོལ་  
 བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་གཟེགས་ཟན་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་སྒོ་ཉིད་  
 དུ་མི་རིགས་པ་དེ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། ། གུན་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་  
 བྱད་པར་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་གུན་དུ་འཛིན་པའི་བྱད་པར་ཏེ། དེའི་ངོ་བོ་ནི་  
 གུན་དུ་འཛིན་པའི་བྱད་པར་ཉིད་དོ། །དེ་ཡི་ཕྱིར། གུན་དུ་འཛིན་པའི་བྱད་

བར་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །གང་དང་གང་ཀྱན་དུ་འཛིན་པའི་བྱེད་པར་ཡིན་པ་དེ་  
 བྱི་གཟེགས་ཟན་ལ་སོགས་པའི་གྲོལ་བ་སྟེ། དེ་བྱི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
 ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་འཆོ་བ་དང་། ཟག་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་། སྐས་པ་མེད་པ་  
 དང་། འཆི་བ་དང་། ལས་དང་། སྒྲིག་པ་དང་། བསོད་ནམས་དང་། ཐར་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན་དགུ་ལ་དམིགས་པ་གཅེར་བྱར་སྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཞིན་ནོ། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མདོར་  
 བསྐྱས་པས་གཟེགས་ཟན་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་སྤང་བའི་བྱིར་སྐྱས་པ། བྱེ་  
 ཟག་པ་ཡི་དེ་ཉིད་ལའང་། །ལྟ་ངན་རབ་རིབ་སྐྱེས་པས་ན། །དེས་ན་རིགས་  
 པ་དང་བྲལ་བྱིར། །སྒྲོ་བྱི་དགའ་བར་མི་བྱའོ། །ལྟ་བ་ངན་པ་ཉིད་རབ་རིབ་  
 ཡིན་པས་ལྟ་ངན་རབ་རིབ་སྟེ། ལུན་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གང་  
 ལ་འདིར་ལྟ་བ་ངན་པའི་རབ་རིབ་ཀྱི་ངང་ཚུ་ལ་ཡོད་པ་དེ་བྱི་བྱེ་བྲལ་བའི་  
 མདོན་པར་འདོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ། རི་སྐད་སྐྱས་པའི་དབྱེད་པའི་རིམ་  
 པས་རིགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཁོ་བོ་ཅག་བདེ་བར་གཤེགས་  
 པའི་བསྟན་པ་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་བྱི་དེ་ལ་དགའ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 དེས་ན་རི་སྐད་དུ། ས་ལས་གཞན་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས། །གང་དག་མ་  
 མཐོང་བ་རིག་ཅེས། །མདོན་སུམ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བྱེད་ན། །སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་ལ་དེ་ཅི་  
 ལྟར། །རི་ལྟར་དཀར་སོགས་ངེས་པ་ལ། །ཅི་ཡིན་ཞེས་ནི་རྟོགས་བྱེད་  
 ཅིང་། །སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྗེས་གཞན་ཅིག་ །ཡོད་ཅེས་རྟོག་པར་བྱེད་པ་གྲག་  
 རྫོངས་པས་འདི་ནི་མི་ཤེས་པས། །རི་སྐད་གཟུགས་ཀྱི་བསགས་པ་ལ། །

བསགས་ཞེས་འདུ་ཤེས་རྒྱས་འབྱུང་བ། །མཐོང་ལ་དེ་དག་ཐེ་ཚོམ་བ། །སོར་  
 མོ་གཉིས་ལས་གཞན་གྱུར་པའི། །སོར་གཉིས་ཞེས་བྱ་གཞན་ཡོད་ན། །དོས་  
 ན་གནས་པ་གཅིག་ཉིད་ལས། །གཞན་པའི་སོར་མོ་གཉིས་མི་དམིགས། །དེ་  
 ཡི་བྱེད་ནི་དེར་ཡོད་པ། །མ་ཡིན་ཡིན་ན་བྱེད་གཉིས་མི་འགྱུར། །སོར་མོ་དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པས། །དེས་ན་བྱེད་སོར་འཇུག་མ་ཡིན། །རྟོན་ནི་གཟུང་བ་  
 མེད་པས་ན། །རྗེས་གཟུང་བར་མི་འདོད་ཅེ་ན། །རྟུལ་གཅིག་རྟུལ་གཉིས་  
 གྱིས་བརྩམས་པས། །འཇིན་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། །གཟུགས་དང་རིགས་  
 གྱིས་བྱུང་འཕགས་པའི། །སྐྱེད་པ་ལས་ནི་གོས་བྱས་པས། །དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་སྒྲ་ཚོགས་ཅན། །གཟུགས་དང་རིས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད། །དེ་བཞིན་སྐྱེད་  
 ག་ཚུ་དང་ཚུ། །སོགས་ལས་གཞན་པའི་ཚོད་མ་མེད། །མཚོན་ལས་གཞན་  
 པ་མདུང་ཡང་མེད། །གསེར་དང་ཤིང་ལས་གཞན་ཁྲི་མེད། །སྟོང་འོག་འབྱུང་  
 དང་གནས་པ་དང་། །ཕྱོགས་གཅིག་གོས་ལ་གནས་པ་ཡིན། །ལྷང་ལས་  
 གཞན་པའི་འགྲོ་བ་དང་། །གནས་པ་ཞེས་བྱ་འགའ་ཡང་མེད། །གང་ཕྱིར་  
 ཡུལ་ཀུན་བརྟེན་པ་ཡི། །ཡུལ་ཅན་ཉམས་པའང་མི་འདོད་དོ། །ཡུལ་རྣམས་  
 འགྲོ་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །བརྒྱུད་བསྐྱུལ་སོགས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །བྱ་བ་  
 བྱེད་པའི་རྩོམ་པ་དང་། །སྤང་ལས་གཞན་པའི་དམའ་བ་ནི། །མིག་འཕྲུལ་  
 མཁན་ལས་གཞན་པ་ཡི། །རབ་རྩ་གྲགས་པ་མི་འགྱུར་གོ། །མི་རྩོམ་ཞེ་ན་  
 གང་རི་ཉྩར། །འདུ་བའི་བྱ་བ་དག་དང་རྒྱུར། །བྱེད་པ་གནས་པར་མི་རིགས་  
 ཉི། །དེ་ཉྩར་ཡོན་ཏན་ལ་ཡང་དོ། །རྩོམ་པའི་རྒྱ་ཕྱིར་མ་ཉམས་ལ། །ཆ་ཤས་



ཀྱིས་ནི་གནས་ན་ཡང་། །བྱ་བ་དང་ནི་མི་འགལ་ཉིད། །གོས་ཀྱི་བྱེད་དང་ཉི་  
བར་གནས། །དེ་བཞིན་མར་མེ་དང་སྒྲོར་བས། །གཟུགས་གཞན་ཉིད་དུ་  
འགྱུར་འདོད་ལྟར། །རྩལ་གཞན་དག་གི་བྱེད་པར་ཀྱིས། །གསལ་བར་བྱེད་  
པ་ཡོད་མིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མིག་གིས་མཐོང་དོན་ལའང་། །རྟོག་གི་ངན་པས་  
ཉམས་པའི་སེམས། །རི་བཞིན་དོན་དུ་མི་མཐོང་ན། །ནང་ལ་རི་ལྟར་སེམས་  
པར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྒྲུར་བསྒྲུན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ནི། རིགས་པ་དང་མི་འགལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དགའ་བ་སྒྱེད་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ནོ། །དབུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས་བྱེ་བྲག་པའི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། ལེ་ཏུ་བདུན་པའོ། །

དབུ་མའི་སྤྱིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རིག་བྱེད་ཀྱི་  
མཐར་རྒྱར་སྒྲུབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པ།

དེ་ནས་ད་ནི་རིག་བྱེད་ཀྱི་མཐར་སྒྲུབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་  
པ་ལ་འཇུག་པས་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པ་བཅུམས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ། རིག་བྱེད་མཐར་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་ནི། །འདུས་བྲས་སྤྱིང་པར་སྒྲུབ་ཡི། །སྤྱི་རོལ་པ་ལ་བདག་རིག་  
དགོན། །བདག་སྤང་ཐར་པ་ག་ལ་ཡོད། ། རིག་པའི་མཐར་སྤྱིན་པ་ནི་རིག་  
བྱེད་མཐར་པ་སྟེ། ཆགས་པ་མེད་པར་ངེས་པར་རིག་པའོ། ། དེ་སྒྲུབ་པའི་ངང་  
ཚུལ་ག་ལ་ཡོད་པའམ། ཚིག་དེ་གང་ལ་ཡོད་པ་ནི་རིག་བྱེད་ཀྱི་མཐར་སྒྲུབ་

བའོ། ། དེ་དག་ནི་འདི་སྐད་སྦྲེལ་། རིག་བྱེད་གྱི་མཐར་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་པ་  
 བྱི་རོལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་བདག་རིག་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་དགོན། བདག་ལ་  
 སྒྲུང་བའི་སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར།  
 གང་གི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའོ་སྟེ་འདུས་པ་སེམས་ཤིང་  
 འདུས་བྱས་སྟོང་པ་རོ་བོ་ཉིད་དང་བྲལ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འཇིག་པ་  
 ཡིན་པས་སྤྱི་ཞིག་བཅིངས་ཤིང་གྲོལ་བར་འགྱུར། བདག་རྟག་པའི་རོ་བོ་ནི་  
 དེའི་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཅིངས་པ་དང་གྲོལ་བར་རིག་པའི་རོ་བོ་ཡིན་པས་  
 དེས་ན་རིག་བྱེད་ལས་གྲགས་པའི་སྦྱེས་བྱ་ནི་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པས། ཟུན་པ་ལས་གཞན་སྦྱེས་བྱས་ནི། །ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ཉི་མའི་  
 འོད། །དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་བདག་དེ་ཉིད། །མཁས་པས་ཤེས་ན་འཆི་མེད་  
 འགྱུར། ། མི་བདེ་བར་གྱུར་ཅིང་མི་བདེ་བར་བྱེད་པས་ན་ཟུན་པ་སྟེ། རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུའི་ཆ་བསགས་པ་ཉིད་གྱི་ཁམས་གསུམ་དུ་སྤྲིད་པའོ། །ཁམས་  
 གསུམ་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས་པའི་ཟུན་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་  
 ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །སའི་དགྱིལ་འཁོར་ལས་ཤིན་ཏུ་  
 འདས་པ་ན་ཟུན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་རོ། །ཟུན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ལས་ཤིན་  
 ཏུ་འདས་པ་ན་སྦྱེས་བྱ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། སྦྱེས་བྱ་དང་སྟོང་ཆེན་པོ་ཉི་མའི་  
 མདོག། །ཟུན་པ་ལས་གཞན་གྱུར་པ་དེ་རིག་ན། །འཆི་བར་མེད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ་བདག་གིས་རྟོགས། །སྦྱེ་མེད་གནས་འགྲོ་བ་ལ་ལམ་གཞན་མེད། །ཅེས་  
 བའོ། །འཇིག་པའི་སྟོན་རོལ་ནས་ཡོད་པའམ་གཉིད་ལོག་པ་ལས་གཞན་

ཡིན་པའི་སྐྱེས་སྐྱེས་བྱུང་མ། སྐྱོང་བར་བྱེད་པའམ། འགོངས་པར་བྱེད་པས་  
 རྒྱུ་སྐྱེས་བྱུངོ། །ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ནི་ཐམས་ཅད་པས་ལྷག་པ་ཡིན་པའི་སྐྱེས་  
 རོ། །ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པས་ཅན་ཡིན་པའི་སྐྱེས་ཉི་མའི་འོད་དོ། །ཉི་མ་ནི་འོད་སྒྲ་  
 ཆོག་པས་ཅན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དཀར་པོ་དང་། སྒྲོན་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་།  
 བ་སྒྲ་དང་། ཡུང་བ་དང་། སྤྱག་རྩོན་དང་། བཙོང་དང་། ཀ་པི་ཇ་ལའི་ཁ་  
 དོག་འཛིན་པའོ། །ཅིའི་སྐྱེས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་འདི་དག་དང་ལྷན་ཞེ་ན། ལྷ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའམ། དབང་སྤྱག་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་ཡང་འདི་  
 ཡིན་པའི་སྐྱེས་རོ། །གང་འདིར་ཉི་མའི་དཀར་པོའི་ངོ་བོར་འདུག་པ་ནི་སྒྲ་  
 བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་མེ་ལྷ་དང་སྒྲ་བ་གཉིས་ལས་ནི་ཆུའི་མདོག་གོ།  
 གང་ནོར་ལྷ་དག་གིས་བརྟེན་པ་ལས་ནི་དེ་དམར་པོའོ། །གང་རུ་ཏ་བདེ་བྱེད་  
 དག་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་ནི་དཀར་ལ་དམར་བའོ། །གང་དབང་པོ་ཡིན་  
 པ་ལས་ནི་དུ་བ་ལྷ་བྱུངོ། །གང་བཤེས་གཉེན་ཡིན་པ་ལས་ནི་ཡུང་གི་མདོག་  
 གོ། །གང་བཤེས་གཉེན་དང་ཆུ་ལྷ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ལས་ནི་རྩལ་དང་ཡུང་  
 གི་མདོག་གོ། །གང་དག་ཀ་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྤྱག་པོར་རོ། །གང་སྒྲ་ཆོག་པས་ཀྱི་ལྷ་  
 ཡིན་པས་ནི་སྤྱར་བའོ། །གང་དབང་སྤྱག་ཡིན་པ་དེ་ལས་ནི་ཆངས་པའི་  
 མདོག་གོ། །ཨ་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་རྟག་ཏུ་འགྲོ་བ་སྟེ། འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་  
 འདིར་འགྲོ་བའམ་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་རྟག་ཏུ་འདིར་འགྲོ་བས་བདག་གོ། །  
 དེ་ཉིད་ནི་ཀུན་ལ་བྱུང་པ་ཡིན་པའི་སྐྱེས་ཆེན་པོའོ། ། དབང་སྤྱག་ནི་འཛིག་  
 རྟེན་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའོ། །དེ་ལྷ་བྱུང་ནས་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་བྱུ་

རྣལ་འབྱོར་པ་གང་གིས་སྒྲིང་མིག་གིས་མཐོང་བ་དེ་ནི་འཆིང་བ་ལས་ཤིན་ཏུ་  
 འདས་ནས་རྒྱ་བ་དང་འཆིང་བ་མེད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྐྱེས་བུ་ནི་ཁ་དོག་  
 སྣ་ཆོག་གས་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་དེ་སྟོན་ཡང་འགྲོ་བར་གྱུར་བའི་དུས་ན་རྣལ་  
 འབྱོར་པའི་མཆོན་མ་འདི་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པོ་དབང་ཕྱུག་གསེར་མདོག་ཏུ། །  
 གང་ཞིག་མཐོང་ཞིང་སྟོན་བ་དེ། །སྒྲིག་དང་བསོད་ནམས་ལས་འདས་ནས། །  
 མཆོག་ཏུ་ཞི་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །གསེར་ནི་ས་ལེ་སྐྱམ་སྟེ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 མདོག་ཅན་གྱི་བདག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དག་པར་བརྟགས་ནས་བསམ་  
 གཏན་གྱི་མིག་གིས་མཐོང་བར་གྱུར་པ་ན་བདག་གིས་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་  
 མཐོང་ངོ་ཞེས་འདི་སྟར་ངེས་པར་བྱའོ། །དེ་སྟོན་བུར་མཐོང་བ་ན་སྒྲིག་པ་དང་  
 བསོད་ནམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དང་། གཉི་གའི་ངོ་བོའི་འཆིང་བ་རྣམས་བཅད་  
 རྣམ་མཆོག་སྟེ། བྱེད་པར་ཅན་ནི་ཞི་བ་སྟེ། ཞི་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་བྱ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ལོག་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་འཇིག་  
 ཉེན་གསུམ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་པ་པོ་རྗེ་སྟར་ཡིན། རིང་ནས་  
 གནས་པ་ཡིན་ན་གང་གི་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ཞེ་ན། རིང་ན་གནས་སུ་ཟེན་གྱང་  
 ཀུན་ལ་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་སྐྱས་པ། བྱུང་གྱུར་བྱུང་དང་འབྱུང་བ་དག་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱེས་བུ་ཡིན་འདོད་དེ། །དེ་ནི་ཕྱི་ནང་རིང་བ་དང་། །དེ་ནི་ཉི་དང་དེ་  
 ལས་བྱེད། །གང་མི་ལ་སོགས་པ་འདས་པར་གྱུར་པ་དང་། ད་སྟོན་བྱུང་བ་  
 མཐོང་བར་གྱུར་པའི་གཟུགས་དང་། གང་ཕྱིས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བུས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་གནས་པའམ། ལམས་

གསུམ་ཐམས་ཅད་ལ་འདིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་པ་ནི་  
 འདིའི་མགོ་བོའོ། །འོག་གི་སྤྱོད་པ་ནི་རྒྱུ་པའོ། །ནམ་མཁའ་ནི་སྤྱོད་པ། །  
 སྤྱོད་པ་རྣམས་ནི་ལག་པའོ། །གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་རྣམས་ནི་སྤྱོད་པ། །རི་བོ་  
 རྣམས་ནི་བྱང་པའོ། །རིའི་སྤྱོད་པ་ནི་རྒྱུ་པའོ། །ཆུ་སྐྱུང་རྣམས་ནི་ཆུའི་བྱ་  
 པའོ། །ནགས་ཆའ་རྣམས་ནི་སྤྱོད་པ་མེད་པའོ། །རྒྱུ་པ་ནི་མཐོ་རིས་ཀྱི་འཛིན་  
 ཏེན་ལོ། །དབྱུང་བ་ནི་ཆང་ས་པའོ། །ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ནི་སྤྱོད་པ་  
 གཉིས་སོ། །ཁྱོད་གཉིས་ནི་འཆི་བདག་གོ། །ཉི་ཟླ་ནི་མིག་གཉིས་སོ། །དབྱུང་ས་  
 འབྱུང་བ་དང་རྒྱུ་པ་ནི་རྒྱུ་པའོ། །རི་བོ་རྣམས་ནི་སྤྱོད་པ། །སྤྱོད་པ་དབྱུང་ས་  
 ཅན་པའོ། །ཞི་ཞེས་བྱ་བའི་ཡི་གེ་དང་། བུ་ལ་ཐ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡི་གེ་ནི་མཆུ་  
 གཉིས་སོ། །མིག་སྤྱོད་པ་དང་བཅུ་མས་པ་ནི་རྒྱུ་པ་སོ། །གཡོན་པའི་སྤྱོད་པ་ནི་  
 བྱང་མེད་པའོ། །གཡས་པའི་སྤྱོད་པ་ནི་སྤྱོད་པའོ། །འཛིན་ཏེན་དང་འཛིན་  
 ཏེན་མ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱུ་པའི་བར་པའོ། །སོར་མོ་རྣམས་ནི་རིའི་བར་པའོ། །བྱུང་  
 མོ་གཉིས་ནི་གསེར་འདབ་གཉིས་སོ། །རྩི་དང་གཉིས་ནི་ཐ་སྐར་གྱི་བྱ་གཉིས་  
 སོ། །རྩི་དང་སྤྱོད་པ་ནི་ཉིན་ཞག་གོ། །མཛེས་ལྡན་ནི་དབང་པོའོ། །དགའ་བའི་རང་  
 བཞིན་ནི་སྤྱོད་པའི་བདག་པོའོ། །རྒྱུ་པ་གཉིས་ནི་བྱང་འཇུག་གོ། །ཁ་དོག་  
 རྣམས་ནི་ཁྱུ་པའོ། །དེ་ནི་སྤྱོད་པ་དང་དང་རིང་བ་དང་ཉི་མ་ནི་གནས་པ་ཡིན་  
 པས་རྒྱུ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་དང་། འོང་བ་དང་སྤྱོད་པ་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །གཡུ་ཏེ་གཉིས་ཉིད་ཡིན་ན་བྱ་བ་དུ་མ་  
 རྣམས་ལ་འཇུག་པ་དང་། མི་ཐད་པར་འབྱུང་བ་ཉིད་ལྷན་བྱ་ཡིན་ཞེས།

དཔེའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དེ། སྲིད་པ་སྣ་ཚོ་གས་དེ་ལས་སྒྲེས། ། དར་གྱི་  
 སྲིན་བུའི་སྒྲུང་པ་བཞིན། ། ཇི་ལྟར་སྲིན་བལ་བྱེད་པའི་སྲིན་བུ་སྲིན་བལ་གྱི་  
 སྣལ་མ་མང་པོ་སྒྲེད་པར་བྱེད་ཀྱང་འགྱུར་བ་ཡང་མེད་ལ། ཟད་པ་ཡང་མེད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲེས་བུས་ཁམས་གསུམ་དུ་སྒྲེད་པར་བྱེད་དུ་བེན་ཀྱང་འགྱུར་  
 བ་ཡང་མེད་ལ། ཟད་པ་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ནི་སྲིད་པ་འབའ་ཞིག་  
 གི་རྒྱར་མ་ཟད་གྱི། སྲིད་པ་དང་བྲལ་བའི་ཡང་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲས་  
 བ། མཁས་པ་དེ་ཡི་ཆར་བེམ་བ། ། ཡང་སྲིད་ལེན་པར་མི་འགྱུར་དོ། ། གང་  
 གི་ཆེ་མཁས་པ་བསམ་གཏན་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་སྒྲོ་བྲོས་གྱི་མིག་གིས་དེ་  
 མཐོང་བར་གྱུར་པ་ན། དེ་ཉིད་དུ་བེམ་པར་འགྱུར་གྱི། དེ་ནི་སྒྲིག་པ་ཐམས་  
 ཅད་སྤངས་པ་ཡིན་པས་ཡང་སྲིད་གྱི་འགྲོ་བར་སྒྲེ་ཞིང་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་སྒྲོད་  
 དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་གང་གི་བྱིར་རྣལ་འབྱོར་པས་སྒྲེས་བུ་མ་  
 མཐོང་ན་བདུད་རྩི་འཐོབ་པ་མ་ཡིན་པས། འདིའི་རྒྱ་སྒྲས་བ། འཆི་བཅས་  
 རྣམས་ལ་བདུད་རྩི་མེད། ། མེ་ལ་གང་བ་ཇི་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་བདུད་རྩི་  
 སྒྲེས་བུ་ཉིད། ། མ་རྟོགས་བདུད་རྩི་ཡོད་མི་རིགས། ། འཆི་བར་འོས་པའམ།  
 འཆི་བ་ཡིན་པས་ན་འཆི་བཅས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་དོ། ། དེ་ནི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱིས་རྟག་དུ་འཆི་བ་ཡིན་པས་བདུད་རྩི་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ།  
 དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་མེད་རང་བཞིན་ཆ་བ་ཉིད་ལ་གང་བའི་ངོ་བོ་  
 མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། ། དེའི་བྱིར་ན་འཆི་བདག་གི་ཡུལ་ལས་མ་འདས་པའི་  
 སྒྲེས་བུ་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པ་འཆི་བ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་རྩི་



འཛོལ་པར་མི་རིགས་སོ། །འདི་ནི་མ་ཐུ་ཆེ་བ་ཉིད་བསྐྱུགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
 གང་ལས་མཆོག་གྱུར་གཞན་མེད་ཕྱིར། །གང་ལས་དམ་པ་གཞན་མེད་ལ། །  
 འདི་ལས་སྤྱ་གྱུར་གཞན་མེད་པས། །སྤྱ་ཆོགས་འདི་དག་རྒྱ་གཅིག་ཉིད། །  
 གང་གི་ཕྱིར་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཉིད་དང་། དམ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་དང་། གཙུ་  
 བོར་གྱུར་པ་ཉིད་དང་། སྤྱ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་འདི་ལས་གཞན་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་  
 བུའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་པས་སྤྱ་ག་པར་གྱུར་པའི་རྣམ་འབྱོར་པ་ཉིད་  
 བསྐྱུག་པ། དེ་ནི་སྤྱ་དང་རགས་དང་ལྷན། །ཡང་ལྷན་གཙུ་བོ་དབང་སྤྱར་བ། །  
 རབ་སྤྱེ་འདོད་པའི་མཐར་ཐུག་གང་། །རྣམ་འབྱོར་རི་ལྟར་འདོད་པར་འགྲོ། །  
 དེ་ནི་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་ཁམས་གསུམ་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱུས་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །དེར་ནི་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །བདག་ཉིད་དུ་ནི་འདུས་པར་  
 མཐོང་། །གཡོ་བ་དང་མི་གཡོ་བའི་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་དེ་ཉིད་  
 གྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བདག་དེ་ཉིད་མཐོང་  
 བ། །གྱིས་དང་མཁས་དང་གདོལ་པ་དང་། །བྲམ་ཟེ་སོགས་རྣམས་མཉམ་པ་  
 ཉིད། །སྤྱིག་དང་བསོད་ནམས་བྱུང་པར་མེད་པར་གྱུར་པས་མཉམ་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བར་སྤྱར་རོ། །གལ་ཏེ་འབའ་ཞིག་འདི་སྐད་དུ། གང་སྤྱེས་བུ་ནི་  
 ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་བ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྤྱ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་  
 འགྲོ་བ་རྣམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱི་ལུས་རྣམས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། རི་  
 ལྟར་ལུས་ཅན་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་དང་། ཐམས་ཅད་དུ་མ་བྱུང་བའི་ངོ་བོར་  
 མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་ལ་ལན་གདབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱེས་པ། བྲམ་པ་འབྱུང་

ཞིང་འཇིག་པ་ལྟར། །ནམ་མཁའ་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་མིན། ། ལུས་ཅན་འབྱུང་  
 ཞིང་འཇིག་པ་ལྟར། །དེ་བདག་ཡིན་པས་བདག་མི་འདོད། །རི་ལྟར་བྱམ་པ་  
 དང་རྩ་སོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ཞིང་འཇིག་པར་འབྱུར་བ་ན་ནམ་མཁའ་ནི་  
 བྱམ་པའི་རང་བཞིན་དུ་འབྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་ཡང་  
 ལུས་ཅན་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པ་ཉམས་སུ་སྤོང་དུ་  
 ཟེན་གྱང་ལུས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ནི་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཐེ་ཆོམ་བ་  
 བ་བསྒྲོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་དཔེ་གྲུབ་པར་སྟོན་པ། བྱམ་པའི་ནམ་  
 མཁའ་བཞིན་དུ་གཅིག །དུ་མའོ་ཞེན་བྱམ་པ་དག །ཆག་ན་དབྱེར་མེད་  
 གཅིག་ཉིད་དུ། །ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་འབྱུར་བ་འདོད། །གང་ཁྲོད་ཀྱི་ནམ་  
 མཁའ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་བྱམ་པ་ཆེ་ཆུང་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་ཐ་དད་  
 པ་ཉིད་དུ་འབྱུར་བ་ལྟར་བདག་གྱང་དེ་དང་འབྲའོ་ཞེན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ།  
 བྱམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་བྱད་པར་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བྱམ་པ་  
 གཅིག་ཆག་པར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་དང་། བྱམ་པ་གཞན་ཆག་པའི་ནམ་  
 མཁའ་བྱད་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཡང་  
 ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བདག་གྱང་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱད་པར་མེད་པ་  
 ཡིན་པས་ལུས་ཐ་དད་ན་ཡང་བདག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་མཉམ་པར་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་བྱམ་པའི་ནམ་མཁའི་དཔེ་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཚུ་ལ་གཞན་  
 ཀྱིས་བདག་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་བྱམ་སོགས་ཐ་དད་  
 གྱང་། །ས་ལ་ཐ་དད་འགའ་ཡང་མེད། །དེ་བཞིན་ལུས་ནི་ཐ་དད་གྱང་། །

བདག་ལ་ཐ་དད་འགའ་ཡང་མེད། །རི་ལྷོ་རྩུ་མ་པ་དང་ཁམ་པོར་ལ་སོགས་  
 པ་རྩུ་མ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་དུ་ཟེན་གྱི། །དེའི་རྒྱུར་གྱུར་པས་ཡིན་པ་ལ་དབྱེ་བ་  
 འགའ་ཡང་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལྷོ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་དུ་  
 ཟེན་གྱི། བདག་ལ་ནི་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །གཞན་ཡང་། རི་ལྷོ་  
 རྩུ་མ་པའི་ནམ་མཁའ་གཅིག་། རྩུ་ལ་དང་དུ་བས་བསྐྱེད་པས་པ་ན། །ཐམས་ཅད་  
 དེ་བཞིན་མ་ཡིན་ལྟར། །བདེ་སོགས་དེ་བཞིན་བདག་ལ་མིན། །གང་སངས་  
 རྒྱས་པས་བདག་ཏུ་སྒྲུབ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་བདག་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཁྱབ་པ་ཡིན་ན་གཅིག་བདེ་བར་གྱུར་པ་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་བདེ་བར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདིར་སྒྲུབ་བར་བྱ་བའི་སྒྲུབ་པ། །ནམ་མཁའ་  
 ནི་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །རྩུ་མ་པ་གཅིག་གི་ནང་གི་ནམ་མཁའ་རྩུ་ལ་  
 དང་དུ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེད་པས་པ་ན་རྩུ་མ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་  
 བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །གཅིག་བསྐྱེད་པས་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་  
 པས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པས་པ་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་སྒྲུབ་  
 བྱ་གཅིག་བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་ན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་  
 གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །གཅིག་སྒྲུག་བསྒྲུལ་བར་གྱུར་པ་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 སྒྲུག་བསྒྲུལ་བར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་རི་ལྷོ་འདི་དག་སོ་  
 སོའི་རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་དང་། །སྒྲུག་བསྒྲུལ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 །སྒྲུབ་པ། བདག་མ་ཤེས་ཤིང་མ་རྟོགས་པས། །མི་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་དང་རྒྱལ་  
 བཞིན། །ལས་རྣམས་སོགས་ཤིང་དགོ་བ་དང་། །མི་དགོའི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་

པ་ཡིན། །རི་སྒྲིང་དུ་འདིས་བདག་མཐོང་བར་མ་གྱུར་ཅིང་བདག་མ་ཤེས་པ་  
དེ་སྒྲིང་དུ། མི་ལམ་གྱི་ནང་དུ་མི་བདེན་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉེ་  
བར་ལོངས་སྟོང་པར་ང་རྒྱལ་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །བདག་ཀུན་ནས་མི་ཤེས་  
པ་ཉིད་ཀྱང་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་བྱས་ནས། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་  
དེའི་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་ལོངས་སྟོང་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་  
གཉིས་པ།

སྐྱེས་བུ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དང་སྟོང་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྒྲིག་པ་དང་།  
བསོད་ནམས་ཉེ་བར་སོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཉེ་བར་སྟོང་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡོད་པའི་སྟོན་ཡོད་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ལུས་ལ་གནས་ཀྱང་མ་ཆགས་དང་། །སྟོང་པར་བྱེད་ཀྱང་  
མི་གོས་ཏེ། །འདོད་བཞིན་སྟོང་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་བཞིན། །སྒྲིག་པས་གཞོད་པར་  
མི་འགྱུར་རོ། །རི་ལྟར་འདིས་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པ་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་  
དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཆགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། ལུས་རྣམས་ལ་སྟོང་དུ་ཟེན་ཀྱང་  
ལུས་གྱིས་ཀྱང་གོས་པ་མེད་དེ། རི་ལྟར་རྒྱལ་པོ་འདོད་པ་བཞིན་དུ་སྟོང་དུ་  
ཟེན་ཀྱང་ཕྱིར་གཞོད་པ་བྱེད་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །འདི་ཡང་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་དབང་ལྷག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིག་པ་སྟོང་དུ་ཟེན་ཀྱང་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུའི་

སྒྲོད་དུ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རི་སྐད་བསྟན་པའི་རིམ་པས། གཅིག་  
 ལུ་ཀུན་བྱུང་ཉལ་པ་སྟེ། ། ཆངས་མཆོག་འཆི་བ་མེད་པའི་གནས། །རྣལ་  
 འབྱོར་པ་ཡིས་གོམས་བྱས་ན། །དེ་ནི་ཡང་སྤྲོད་ལེན་མི་འགྱུར། །ལུས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་ལྷན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ལུ་འོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་བྱུང་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཀུན་བྱུང་ལོ། །ཉམས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཉལ་པའོ། །  
 སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆངས་པའོ། །ལུས་དུ་བྱུང་  
 བ་ཡིན་པས་མཆོག་གོ། །ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པའི་སྤྱིར་འཆི་བ་མེད་པའོ། །  
 དམིགས་པའི་གནས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གནས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་བསམ་  
 གཏན་གྱི་སྦྱོར་བས་དམིགས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །འདི་ལྟར་ངེས་པར་གོམས་  
 པར་བྱས་པ་ན་འདི་ལྟ་བུའི་ཆངས་པ་ཀུན་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། །ངེས་ན་དེའི་  
 ཡང་སྤྲོད་སྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ཉེ་  
 བར་སྦྱོད་པ་ལོག་པར་གྱུར་པའི་བདག་དེའི་མཆོན་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟུགས་པ་  
 བྱི། །དེ་ནི་ཉལ་པར་རྟོག་མེད་པ། །གང་གི་སྦྱོད་ལུས་གང་མི་གྱུར། །སྒྲོ་ནི་  
 དབྱེ་བས་སྟོགས་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ལ་ཆོག་ཏུ་སྦྱོར་བར་བྱེད། །ཆངས་པ་དེ་  
 བྱི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་ཉལ་པའོ། །དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རྟོག་པ་མེད་པའོ། །སྒྲོ་དག་གི་སྦྱོད་ལུས་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཆོག་བརྗོད་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་ལུས་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། །སྒྲོའི་སྦྱོད་ལུས་དུ་མ་གྱུར་པ་  
 ཉིད་དེ་ནི་ཆོག་གི་སྦྱོད་ལུས་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དབྱེ་བས་སྟོགས་པ་

ནི་དབྱེ་བ་ལ་ཉེ་བར་སོང་བའི་སྒྲིལ། དེ་གང་ལ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲིལ་ནི་དབྱེ་བས་  
 འཕྲོགས་པའོ། །དེས་དེ་ལ་ཆངས་པའོ་ཞེས་ཆོག་སྒྲོར་བར་བྱེད་དེ། འདི་  
 ལྟ་སྟེ། བདག་དང་། རྒྱེས་བྱ་དང་། དབང་ཕྱག་དང་། གུན་ལ་བྲབ་པ་དང་།  
 ཏྲག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གུན་དུ་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞན་དག་གིས་ངེ་ལྟར་བདག་གི་དོན་ངེ་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་  
 ཏྲགས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་རོ། །འདིའི་ངོ་བོ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རིག་བྱེད་ལས་རང་བྱུང་བྱེད་པ་མེད་པ་བོང་ཆད་མེད་པ་སྟེ།  
 ལུན་པ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱེས་བྱ་ནི། རྒྱེས་བྱ་བར་སྒོང་ཆེན་པོ་ཉི་མའི་  
 མདོག་ །ལུན་པ་ལས་གཞན་གྱུར་པ་དེ་རིག་ན། །འཆི་བ་མེད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ་བདག་གིས་ཏྲགས། །སྒྲིལ་མེད་གནས་འགྲོ་བ་ལ་ལམ་གཞན་མེད། །ཅེས་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། དེ་ནི་སྤྱུང་སྒྲིལ་གནས་རྣམས་ན་གཅིག་ཕྱ་ནས། །  
 དེ་ནི་རྒྱས་པ་འདི་དག་ཡང་དག་བསགས་པ་ཡིན། །དེ་ནི་གཙོ་བོ་མཆོག་  
 དང་ལྷ་དང་བསྟོན་བྱ་སྟེ། །བདག་ངས་བཟུང་ནས་ཤིན་ཏུ་ཞི་བར་འགྲོ་བར་  
 འགྱུར། །གང་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གཞན་པ་འགའ་ཡང་མེད། །གང་ལས་  
 སྤྱ་དང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་གཞན་འགའ་འང་མེད། །མ་བཟག་བསྐྱེབས་པ་མེད་  
 པར་ལྷ་དེ་གཅིག་ཕྱ་གནས། །རྒྱེས་བྱ་དེ་ཡང་གུན་ལ་བྲབ་ཅིང་རྒྱས། །སྤྱ་  
 བ་བས་ཀྱང་སྤྱ་ཞིང་ཆེ་བས་ཆེ། ། འགྲོ་རྣམས་བདག་གི་ཡོན་ཏྲན་བྲབ་ནས་  
 གནས། །སྤྱ་རན་བྲལ་བས་མཆོད་སྦྱིན་མེད་པར་མཐོང་། །ཁམས་རྣམས་  
 དང་བ་གཙོ་བོའི་ཆེ་བ་ཉིད། །དེ་བཞིན་དུ། ལུས་མེད་པ་ཡི་ལུས་ལ་ནི། །



ཀུན་དུ་གནས་མེད་གནས་པ་ནི། །ཆེན་པོར་གཙོ་བོའི་བདག་ཉིད་དེ། །  
 ཞེས་ནས་མཁས་པ་མྱ་ངན་མེད། །དེ་བཞིན་དུ། གཡོ་བ་དེ་ཡིན་མི་གཡོ་  
 དེ། །རིང་བ་དེ་ཡིན་ཉི་བ་དེ། །ནང་ཡང་དེ་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །གཉི་ག་དེ་  
 ཡིན་ཕྱི་རོལ་ཉིད། །དེ་བཞིན་དུ། དར་གྱི་སྤྱོད་བྱའི་སྒྲུལ་མ་བཞིན། །ཆུ་  
 ཞེལ་ཁོར་བྱའི་ཆུ་བཞིན་དུ། །བྱ་གྲོ་ཡན་ལག་ཟུག་ཆུ་བཞིན། །དེ་ནི་ལུས་  
 ཅན་ཀུན་གྱི་ཆུ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རིག་བྱེད་གྱི་ལུང་ལས་མཐོང་  
 བའི་ཆོད་མས་སྦྱེས་བྱ་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཞན་  
 གྱིས་ཉམས་པར་བྱ་བར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིག་བྱེད་གྱི་མཐའ་སྦྱོར་བ་  
 རྣམས་གྱིས་བཀོད་པའི་ཕྱོགས་སྒྲུལ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལན་བརྗོད་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པས་སྦྱས་པ། ཕྱོགས་སྒྲུལ་བ་མ་ཡིན་པས། །  
 འདིར་ནི་འདི་ཡང་འདི་ལྟར་དབྱེད། །ཕྱོགས་ལ་ཆགས་པས་བསྐྱེབས་པའི་  
 སྒྲོས། །རི་ལྟར་བདེན་པའང་རྟོགས་མི་འབྱུང། །འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིག་  
 བྱེད་གྱི་མཐའ་སྦྱོར་བ་རྣམས་གྱིས་བཀོད་པའི་ཕྱོགས་སྒྲུལ་མར་རོ། །འདི་ཡང་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྦྱ་ནི་སྒྲུལ་བསྟན་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་དབྱེད་པ་བྱས་པ་ཡང་ཉི་  
 བར་བསྟན་བའི་དོན་ཏོ། །འདི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་གྱིས་  
 དངོས་པོའི་ཆོག་དབྱེད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་བརྟག་པར་བྱ། འདི་ལྟར་དབྱེད་  
 པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །སྤྱི་ཞིག་དབྱེད་པར་བྱེད་ཅེ་ན། གང་དག་  
 རང་དང་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་རིགས་སམ་མི་རིགས་པ་དབྱེད་པ་བྱས་ནས་  
 རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། ཁོང་ཁོ་བ་མི་འབྱུང་བའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་

གི་ཕྱིར་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བས་དྲི་མ་ཅན་དུ་བྱས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ནི་སྒྲིན་མེད་  
 པའི་ཆོག་དག་ལ་ཡང་ཡིད་ཆེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་ཕྱོགས་ལ་  
 ཆགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཆོལ་བའི་རབ་  
 ཏུ་བྱེད་པ་དང་། གངས་ཅན་དང་བྱེ་བྲག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བརྟག་པའི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་ནས། བདག་ཡོད་པ་ནི་བཀག་པས་ན། །འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡང་དེ་བཞིན་  
 ཏེ། །དེས་ན་དེ་མཐོང་གྲོལ་བ་ནི། །མི་བདེན་པར་ནི་རབ་བརྟགས་ཉིད། །  
 བདག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་བསྐྱབ་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ། རི་སྐད་དུ་སྒར་  
 བསྟན་པའི་རིགས་པས་ཡོད་པར་ཡང་མ་གྲུབ་ན། བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་  
 མཐོང་བས་ཡང་དག་པར་གྲོལ་བར་ལྟ་རི་ལྟར་འགྱུར། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 རི་བོང་གི་རྩ་ནི་དམིགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་དེ་མཐོང་བས་  
 གྲང་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིས་བྱར་བལྟ་བ་ལ་སྒྲིན་ཆེན་པོ་འདི་  
 ཡང་ཡོད་དེ། བྱོལ་སོང་རྣམས་ལ་འཇིག་ཆོགས་ལྟ། །ལྟན་ཅིག་སྒྲིས་ཡོད་  
 ཞི་མ་གྱུར། །ཀྱན་ཉོན་མོངས་ཀྱན་རྩ་བའི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་  
 སྟེལ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་བར་གྱུར་པས་ན་འཇིག་པ་ཡིན་ལ་བསགས་པ་ན་  
 ཆོགས་ཏེ། དེ་ནི་འཇིག་པ་ཡང་ཡིན་ལ། ཆོགས་པ་ཡང་ཡིན་པས་འཇིག་  
 ཆོགས་སོ། །དེ་ལ་གང་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་སྟེ། ཉེ་  
 བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལྟ་པོ་ལ་བདག་དང་བདག་གིར་འཇིན་པའོ། །དེ་ནི་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཏུ་འཇིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱོས་  
 པའི་བ་ལང་ལ་སོགས་པ་དུད་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་དག་གི་སྒྲོད་པ་དང་

བྲལ་བ། དེར་རྟོགས་པར་མི་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཞི་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་སྒྲོའི་བརྗོད་པ་དང་ལྷན་པའི་མི་རྣམས་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་དུ་  
 མའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡོད་པ་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པ་དང་བཅས་པས་གཞན་དག་  
 གྲང་འཇོན་དུ་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་ངེ་ལྟར་ཞི་བ་སྐྱབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་  
 འདི་ནི་རིགས་པའི་ཚུལ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ནོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གྲུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་ཏུ་ང་རྒྱལ་བ་དང་།  
 བདག་ཏུ་མོངས་པ་དང་། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་དང་། བདག་ལ་ཆགས་པ་ལ་  
 སོགས་པས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱས་པ་ཡོད་པ་ལས་འདིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ནི་བྱེད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་འཕེལ་བར་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་  
 ལ་ངེ་ལྟར་ཐར་པ་ཡོད་པར་འགྱུར། འདིག་ཆོགས་ལྟ་ལ་ཞེན་པ་ཡི། ། བདག་  
 འཇོན་བདག་གིར་འཇོན་པ་དག ། གང་ལས་འཁོར་བ་འབྱུང་འགྱུར་བ། ། དེ་  
 ཉིད་གྲོལ་བ་ཡིན་པར་སྤྲ། ། བདག་གཟུགས་ཡིན། བདག་གཟུགས་དང་  
 ལྷན། གཟུགས་བདག་གི་ཡིན། གཟུགས་ལ་བདག་གནས། བདག་ཆོར་བ་  
 ཡིན། བདག་ཆོར་བ་དང་ལྷན། ཆོར་བ་བདག་གི་ཡིན། ཆོར་བ་ལ་བདག་  
 གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རིའི་རྩེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་  
 བ་རྣམ་པར་བཅོམ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཐམས་ཅད་  
 རིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བ་ཅན་བདག་དང་བདག་  
 གིར་འཇོན་པའི་གདོན་ཀྱིས་བྱིན་པས་སེམས་བརྒྱམས་པར་གྱུར་པ་ཁྱོད་  
 ཀྱིས་ནི། གང་ལས་འཁོར་བ་མངོན་པར་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཉིད་གྲོལ་

བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། དེ་ནི་འདི་ལྟར་རབ་ཏུ་འབར་བར་གྱུར་པའི་མེ་  
 ལ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱུང་གིང་གིན་ཏུ་མང་བ་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ།  
 འདིར་གཞན་གྱིས་སྒྲུབ་པ། གང་གང་གི་ཞི་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་  
 ཡང་ཚུ་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་ཞི་བའི་རྒྱར་ཡང་འགྱུར་རྟེ། རི་ལྟར་ཆང་གིན་ཏུ་  
 བསྐྱེད་པས་སྒྲིལ་པར་གྱུར་པ་ལ་ཡང་སྒྲིལ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་བསྐྱེད་ན།  
 བན་པར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཐབས་ལ་མི་མཁས་པས་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་  
 བསྐྱེད་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ལ། རྣམ་འབྱོར་གྱི་  
 ལུགས་འབའ་ཞིག་གིས་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་དེ་ཉིད་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཞི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྒྲིལ་པར་གྱུར་  
 ལ་སྒྲིལ་འགྱུར་བཞིན། །དེ་ལྟ་བ་ཡིས་ཞི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་མ་ཁྱའི་ནད་  
 ལྟར་ལ། །ཁ་ཟས་ཟོས་པས་པན་པར་འགྱུར། །གང་ལ་གང་གིས་གཞོད་པར་  
 གྱུར་པ་དེས། དེ་ཉིད་ཞི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ངེས་པར་གྱུར་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་མ་ཁྱ་བའི་སྒྲིན་དང་བཅས་  
 པར་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཡང་ཁ་ཟས་ཟོས་པས་པན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དུག་  
 ལ་ཡང་དུག་ཉིད་པན་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དུག་གིས་དུག་ཞི་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནོར་བུ་དང་། སྒྲགས་  
 དང་སྒྲན་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོར་བ་དང་ལྟན་ན། དེས་པ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ལམ་  
 གོམས་པར་བྱས་ན་ལེགས་པ་ཡིན་གྱི། བདག་ཏུ་ལྟ་བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་། རིག་བྱེད་སྒྲ་བས་བདག་དེ་ནི། །རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད་བྱེད་

དེ། །ལུས་ཞེས་བྱ་བ་བཅིངས་བདག་དང་། །མཆོག་ན་གནས་པ་གྲོལ་བའི་  
 བདག་ །མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་བདག་གི་ཡུལ། །བདག་སྟོང་ཇི་བཞིན་དོན་མ་  
 ཡིན། །བདག་ནི་འདི་ཞེས་མཆོག་འཛིན་ཕྱིར། །ལུས་ལ་བདག་གི་སྟོང་བཞིན་  
 རོ། །མཆོག་གི་གནས་ན་གནས་པས་མཆོག་ན་གནས་པའོ། །གང་ཞེ་ན་  
 བདག་གོ། །ཡུལ་དེ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེའི་ཡུལ་ཅན་དེ་གང་ཞེ་ན་སྟོང་འོ། །  
 དེ་ནི་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 བདག་ནི་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་དེ་ལ་རྒྱ་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཅི་ལྟ་བུར་ཞེ་ན།  
 ལུས་དང་། དབང་པོ་དང་། ཡུལ་བདག་གི་སྟོང་བུང་བ་བཞིན་ནོ། །ལུས་  
 དང་ཡུལ་གྱི་སྟོང་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པར་  
 འབྱུང་བར་འབྱུར་ཏེ། མངོན་སུམ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མཆོག་ན་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དུས་རིང་པོར་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་  
 གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འདི་ལ་བདག་ཅེས་ཡོངས་སུ་རྟོག་གོ་ཞེ་ན། ཡོངས་སུ་  
 བརྟགས་པས་ཞེས་བྱ་བས་ནི་དོན་ཅི་ཡང་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་སྒྲུས་  
 པ། ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཡོད་ན་ཡང་། །སྟོང་གིས་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་  
 བྱེད། །གཟུགས་དང་སྒྲ་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ། །སྟོང་ཞེ་ན་དེ་མི་རིགས། །  
 རྒྱ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་གི་སྟེས་བྱ་ཡོངས་སུ་  
 བརྟགས་པ་དེ་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་སྟོང་དག་ནི། །  
 བྱེད་པོ་བདག་ནི་མེད་ཀྱང་སྟེ། །རྟེན་ལ་སྟོས་པའི་སྟེ་ཡིན་ཕྱིར། །མེ་ཤེལ་

གྱི་ནི་མེ་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ལ་སློ་སྟེ། གང་མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། ། དེ་ནི་བྱེད་པ་པོ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པ་ནི། རྒྱུན་ལ་ལྟོས་  
 པའི་སློ་སྟེ། འདིའི་སྐྱེ་བ་ནི་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པའི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེའི་ངོ་བོ་ནི་  
 རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པའི་སྐྱེ་བ་ཉིད་དོ། །དེས་ན་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པའི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་ནོར་བུ་མེ་ཤེལ་ནི་ཉིན་པར་བྱེད་པའི་འོད་གྱིས་རེག་པ་  
 དང་། བ་ཡང་གི་སྐྱེ་བ་སྐྱམ་པོའི་སྤེལ་པའི་རྒྱུན་ཉི་བར་གནས་པ་ལ་བརྟན་ནས་  
 བྱེད་པ་པོ་བདག་གིས་མ་བྱས་ཀྱང་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་མེའི་ཕྱང་པོ་  
 བསྐྱེད་ནས་རྩ་དང་ཤིང་དང་འཁྲི་ཤིང་མང་པོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་སླེག་པ་དང་།  
 བཙོ་བ་དང་། བསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་བྱེད་དོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་དང་། དབང་པོ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པའི་ཚོགས་པ་ལ་བརྟན་ནས་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་བྱེད་  
 པ་པོ་བདག་གིས་མ་བསྐྱེད་ཀྱང་། ལྟ་བ་དང་། མཉན་པ་དང་། བསྐྱམས་པ་  
 དང་། ལྟངས་བ་དང་། རེག་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་  
 རྣམས་བྱེད་ན་ཡུལ་དང་། དབང་པོ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་མ་གཏོགས་  
 པའི་བདག་བཏགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། གཞན་ཡང་། གང་ཡང་ཡི་གེའི་  
 བདག་ཉིད་སྤྱ། །དེ་ཡི་བྱེད་པོ་བདག་མི་འདོད། །མཉན་བྱའི་ཕྱིར་དང་སྤྱ་  
 ཡིན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་བྲག་ཅ་རི་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་གནས་དང་བྱེད་པ་  
 དང་། །རྩོལ་བ་ལས་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཡི་གེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྱ་ཁའི་སྒོ་



ནས་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་བདག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཅ་  
 བའི་དབང་པོས་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའམ། སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་ནགས་  
 བསྐྱེགས་པའི་མེའི་སྐྱ་དང་། རྒྱུ་ཆེན་པོས་བསྐྱོད་པའི་ནགས་ཆའ་གྱི་  
 སྐྱའམ། རྒྱ་མཆོ་འབྲུགས་པའམ། རིའི་འབབ་ཚུ་བྲག་པོས་དོ་ཆེན་པོ་བསྐྱོད་  
 པའི་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་རི་ངོས་སམ། བྲག་སྐྱིབས་དང་ཉེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱན་  
 དུ་བྱུང་བའི་སྐྱ་བརྟན་ནི་བདག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་ནི་  
 ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་གཞན། །འོང་བ་དང་ནི་འགྲོ་བ་དང་། །ལག་པ་རྒྱུང་བ་གཡོ་  
 བ་ནི། །མཆོན་ཉིད་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་བཀག། །གང་ཅུང་ཞིག་ལུས་ལས་  
 ཡང་དག་པར་འབྱུང་བའི་འོང་བ་དང་། འགྲོ་བ་དང་། ལག་པ་དང་། རྒྱུང་  
 པའི་གཡོ་བ་དང་། བཅོ་སྐྱེག་དང་། འདུག་པ་དང་། ཉལ་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 བྱ་བ་ལ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བརྟག་པ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 རི་ལྷ་ཞེ་ན། རི་ལྷར་རི་དང་བྲག་གི་གསེབ་ནས་ཚུ་བོའི་རྒྱན་བྱུང་ནས་ཡུལ་  
 དུ་མ་བྱུང་བར་བྱེད་ཅིང་རྒྱས་པར་འབྱུང་བ་ན། བདག་མེད་དུ་ཟེན་གྱིང་ཚུ་  
 འོང་ངོ་ཞེས་ཆིག་ཏུ་རྗོད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ཁྱོན་ཆེན་པོར་གནས་པའི་  
 རྒྱུགས་གཅིག་ནས་མེ་མཆེད་པ་ན་མེ་བྱུང་ངོ་ཞེས་ཆིག་ཏུ་བརྗོད་པར་  
 ཉམས་སུ་སྒྱུང་བ་ལྷར་དེ་བཞིན་དུ་འདུན་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་འབད་པས་བསྐྱེད་  
 པའི་རྒྱུང་བ་འདེགས་པ་དང་འཛོག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་བྱ་བ་དང་ལྷན་  
 པའི་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་འདུས་པ་ལ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་  
 དང་། བྱམས་མའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་ཞིང་འོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་བརྗོད་པ་

ཐོབ་པོ། ། ཡང་བདག་མེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཤིང་གི་འཁྲལ་འཁོར་གྱི་གཟུགས་  
 ལག་པ་གཉིས་ལ་མདའ་དང་གཞུ་ཐོགས་ནས་འཕེན་པ་དང་། ཚུའི་རྒྱན་པན་  
 ཚུན་བརྒྱུ་པའི་དབང་གིས་བལ་བ་ཇ་ཐག་པ་ལྟར་བསྐྱེལ་བར་གྱུར་པ་དང་།  
 ཇ་པོའི་ནང་དུ་ཚུ་དང་འབྲས་སྒྲུགས་ཤིང་མེ་བཏང་ནས་སྐྱེ་བས་དགྲུགས་པ་  
 ལས་འབྲས་ཆན་ཆོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་བྲག་ཅ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་ལུས་དང་དབང་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་ནི་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་བཅད་ནས་ཀྱན་ཤེས་ལས། །ཀྱན་ཤེས་དན་པ་ཉིད་  
 ལས་དན། །སོ་སོར་རྣམ་པར་རབ་ཤེས་ལས། །ཤེས་རབ་ཉམས་སྲུ་མྱོང་ལ་  
 ཆོར། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་  
 རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་ཤིང་དང་། མྱོང་ཁྱེར་དང་།  
 རི་དང་། རྒྱེས་བྱ་དང་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སྲུ་གཙོད་  
 པའི་འདུ་ཤེས་ལས་འདུ་ཤེས་འབྱུང་ལ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དྲུག་  
 གིས་ཉམས་སྲུ་མྱོང་བའི་ཡུལ་དན་པ་ལས་ནི་དན་པའོ། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 རང་དང་སྒྱུ་འཛིན་མཆན་ཉིད་སོ་སོའི་ཆར་རབ་ཏུ་འབྱེད་པའི་རྣམ་པ་རབ་ཀྱི་  
 མཐར་ཕྱིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་པོ། །བདེ་བ་དང་། རྒྱུག་  
 བསྐྱེད་དང་། རྒྱུག་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་  
 ཉམས་སྲུ་མྱོང་བ་ལས་ནི་ཆོར་བ་སྟེ། འདུ་ཤེས་དང་། དན་པ་དང་། ཤེས་  
 རབ་དང་། ཆོར་བ་ལ་སོགས་ པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་གི་བྱ་བ་  
 གཞན་ཞིག་ངོ་བོ་ཉིད་དེས་པར་གཟུང་བར་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་མཁའི་མེ་རྟོག་

བཞིན་དུ་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གཟུང་བར་བྱའོ། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་རྣམ་  
 བར་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་དང་། དངོས་པོའི་བྱད་པར་སོ་  
 སོར་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཆོར་བ་  
 དང་། འདུན་པ་དང་། རེག་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་སོགས་པ་དང་། མོས་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་བསྟན་པར་མ་གཏོགས་  
 པའི་སྐྱེས་བྱའི་བྱ་བ་ནི་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ལ། འདི་དག་  
 ལས་མ་གཏོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་འགའ་ཡང་ཉེ་བར་མི་དམིགས་པས།  
 དེས་ན་གང་གི་སྤྱིར་འདི་དག་གི་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ཉིད་ནི་འགྱུར་པ་མ་ཡིན་  
 འོ། །འདི་སྐད་སྒྲིབ་པར་ཡང་རུས་ཏེ། བདག་ནི་བདེན་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན་འོ། །གལ་ཏེ་  
 འདིར་སྐྱས་ལ། སྐྱེས་བྱ་ཁོ་ནས་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། ལྟོམ་པ་  
 དང་། བྱུང་བ་དང་། ལྟོམ་སེམས་པ་དང་། གུན་དུ་ཤེས་པ་དང་། རྟོན་པ་  
 དང་། གུན་ནས་ཆོར་བ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ནི་བྱེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་སྐྱའི་བསྟན་  
 བཅོས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་དང་། ལས་དང་། བྱེད་པ་  
 དང་། ཡང་དག་པར་སྦྱིན་པ་དང་། གང་ལས་འོངས་པ་དང་། དབང་དུ་བྱ་  
 བའི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱེད་པ་མ་ལུས་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་རང་དབང་ཅན་  
 གྱི་བྱེད་པ་པོ་སྟེ་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཡོད་པ་ལས་དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པའི་བྱད་  
 པར་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་སྐྱེས་བྱ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ལ། དེའི་མིག་ལ་

སོགས་པ་ནི་བྱེད་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་དག་ནས་སྐར་ཁུང་མང་པོ་  
 བཏོད་པའི་ཁང་པ་ན་གནས་པའི་སྐྱེས་བུ་བཞིན་དུ་སྒོ་གང་དང་ཉེ་བར་གནས་  
 པའི་ཡུལ་ལ་རྗེས་སུ་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྷར་བོར་བས་གཙོད་  
 པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་བོར་བ་ཁོ་ནས་གཙོད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་  
 །ཀྱང་བྱེད་པ་བོར་བས་ལྷས་བྱིན་གྱིས་གཙོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་དུ་  
 མིག་གིས་མཐོང་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མིག་ཁོ་ནས་མཐོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འོན་ཀྱང་བྱེད་པ་དེས་སྐྱེས་བུས་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣ་བས་ཐོས་  
 པའི་སྒྲོར་གྱུར་པ་ནས་སྐྱེས་བུས་ཐོས་པ་ཡིན་གྱིས། རྣ་བ་ཁོ་ན་ནི་མ་ཡིན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷར་ན་ཚུལ་འདི་ལྷར་བྱ་བ་འབྱུང་  
 པ་ཡིན་ཏེ་འདིས་མཐོང་བས་ན་མིག་གོ། །འདིས་ཐོས་པས་ན་རྣ་བའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནས་རི་སྤིད་དུ། །འདིས་སྤྱོད་བས་ན་ཆོར་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་འོ་ཞེ་  
 བ། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་སོགས་བྱེད་པར་སྤྲོ་ཞེ་བ། །བྱེད་པ་ཉིད་  
 དུ་སྤྱུང་བ་འཕམ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པོ་ཉིད། །གཙོད་བྱེད་བཞིན་དུ་  
 རིགས་ལྡན་མིན། །ཅི་ལྷར་རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་ཞེ་བ། བྱེད་པ་པོ་ལ་རྒྱུན་  
 ལྡན་གྱི། །གང་ཕྱིར་བྱེད་པ་ལ་མིན་པས། །དེས་ན་གཏན་ཆིགས་མ་བྱུང་  
 པ་འཕམ། །མ་དེས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འབྱུང། །མིག་ནི་རང་ཉིད་གྱིས་ལྷ་བ་ཡིན་  
 གྱི། །ཡང་གཞན་གྱི་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཉན་པས་ན་རྣ་བ། སྒྲོམ་པས་ན་  
 སྒྲ། སྤང་བས་ན་སྟེ། རིག་པར་བྱེད་པས་ན་རིག་པ། སྒྲམ་དུ་སེམས་པས་  
 ན་ཡིད། ཀུན་ཤེས་པས་ན་འདུ་ཤེས། དཔུང་བར་བྱེད་པས་ན་དཔུང་བ། སོ་

སོར་ཤེས་པས་ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱིར་ན་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་  
 པར་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆོག་གས་འདི་དག་གི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། ། ཡང་ན་མི་མཐུན་པ་ལ་ཡང་ཞུགས་པའི་བྱིར་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ནོ། ། མིག་ཁོ་ནས་མཐོང་བ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་བྱེད་པ་ངེས་བདག་གིས་  
 མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པར་བསྟན་པའི་བྱིར་ངི་ལྟར་  
 རྩོམ་བས་གཙོད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་གཞན་གྱིས་སྒྲུས་པ་དེ་ལ་ཁོ་བོས་  
 ལན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མིག་ཁོ་ནས་མཐོང་བ་ཡིན་གྱི་བདག་གིས་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོར་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངི་ལྟར་སྒྲུས་བྱིན་གྱིས་གཙོད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། ། དེས་ན་སྒྲུས་པ། ཤེས་པ་སོགས་པ་བྱེད་པོ་ཉིད། བྱེད་  
 པོའི་སྒྲུ་ཡིས་བརྗོད་པའི་བྱིར། ལྟས་བྱིན་གྱིས་ནི་གཙོད་དོ་ཞེས། ངི་ལྟར་  
 བྱེད་པོར་མཐོང་བ་བཞིན། །གལ་ཏེ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་གཙོད་པ་མ་ཡིན་གྱི་  
 རལ་གྱིས་གཙོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འདི་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མི་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་གི་བྱིར་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དང་། ཆོགས་པ་  
 ལས་འདིར་བྱ་བ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་པོ། །དེ་ལ་རེས་འགའ་ནི་བྱེད་  
 པ་པོ་གཙོ་བོར་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། ལྟས་བྱིན་གྱིས་གཙོད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ།  
 ། རེས་འགའ་ནི་བྱེད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། རལ་གྱིས་བཅད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། གཙོད་པའི་བྱ་བ་ནི་གཉི་ག་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་  
 མེད་པར་བྱེད་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། བྱེད་པ་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོས་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་པས་འདི་དག་གཉི་ག་ཡང་ལས་ལ་མ་སྟོས་པར་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་

ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་པ་འཕྲོལ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རྒྱུན་ཆོག་གས་པ་  
 ལས་དངོས་པོ་མངོན་པར་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། འདི་ལ་གཙུག་པོ་ནི་  
 འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 སྒྲིམ་བྱ་ནི་ཉི་བར་མི་དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆོག་གས་པར་གཏོགས་  
 པ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་པ་པོར་བསྟན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བར་སྒྲིམ་བ།  
 འདུས་བྱས་སྤང་པོ་བྱེད་བྲལ་ཉིད། ། འདི་ལ་བྱེད་པོར་བརྗོད་བྱ་སྟེ། །བྱེད་  
 པ་ཡིན་སྤྱིར་མར་མེ་ཡིས། །གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་བཞིན། །འདུས་  
 བྱས་ཀྱི་ཆའི་ཆོག་གས་པ་ནི་བྱ་བ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་དུ་ཟེན་གྱང་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་  
 དུ་ཡོད་དེ། བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་མར་མེ་བྱེད་པ་པོར་མཐོང་བ་  
 བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་སྒྱུ་མ་དང་། སྒྲོང་བྱ་དང་། སྒྲོང་དང་། མའི་རྒྱུན་ལས་  
 མངོན་པར་བྱུང་བའི་མར་མེ་ནི་བྱ་བ་དང་བྲལ་དུ་ཟེན་གྱང་གསལ་བར་བྱེད་  
 པས་ན་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་པ་ཡང་འཕྲོལ་བོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ལུས་  
 དང་། དག་དང་། ཡིད་འདུས་པའི་ཆ་འདི་དག་གྱང་བྱ་བ་དང་བྲལ་དུ་ཟེན་  
 གྱང་། ལུས་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུན་ཆོག་གས་པའི་དབང་  
 གིས་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོང་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་གཞན་  
 ཀྱིས་སྒྲིམ་བ། བདག་ཉིད་ནི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། གཙུག་པོའི་བྱེད་པ་པོ་དེ་ལ་  
 ལྟོས་པ་ཉིད་གྱང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། མར་མེ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་རྒྱ་མཐོང་གྱིས་ས་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱུན་མང་པོ་ཉི་བར་གནས་གྱང་རྒྱ་མཐོང་ཉིད་བྱེད་པ་པོར་གྱུར་པ་



ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་གཙུག་གཅིག་གྱེད་པོ་མིན། །གང་  
 བྱིར་གཅིག་གིས་བྱམ་མི་བྱེད། །དེས་ན་མར་མེ་སོགས་བྱེད་པོ། །གངགས་  
 བ་བར་ནི་མི་འདོད་དོ། །ཀྱུན་རྫོབ་ཉིད་དུ་ནི་རྒྱུན་རྣམས་ཆོགས་པར་བྱེད་པ་  
 པོ་ཡིན་པར་སྟོན་པ། དབྱུང་པས་ཀྱང་རྟོགས་ཤིང་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡང་ཡིན་  
 བོ། །དོན་དམ་པར་ནི་གཙུག་བོའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་འགའ་ཡང་མི་  
 འགྲུབ་སྟེ། གང་གི་བྱིར་རྒྱ་གཅིག་གིས་བྱམ་པ་མངོན་པར་སྒྲུབ་པར་རྒྱས་པ་  
 མ་ཡིན་གྱི། འཇིག་པའི་གོང་བྱ་དང་། དབྱུག་པ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། སྐྱད་  
 པ་དང་། ལྷ་དང་། རྩ་མཁན་གྱི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་མང་པོ་ཆོགས་  
 པ་ལས་བྱམ་པ་རབ་ཏུ་འགྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་པོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་གཅིག་བྱ་  
 བྱ་བ་དང་། རྩ་མ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
 ཆོགས་པ་དུ་མ་ལ་སྟོན་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་ཅེས་བྱ་བར་སྒྱར་རོ། །མར་མེ་ལ་སོགས་པ་དང་། མིག་ལ་སོགས་པ་  
 ནི་བཏགས་པ་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། གཙུག་བོའི་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་གཙུག་བོའི་བྱེད་པ་པོ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །གལ་  
 ཏེ་ཡང་འདི་སྐད་དུ། འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས། སྐད་  
 ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་ནི་བྱེད་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱས་པའི་  
 རྒྱགས་ཀྱིས་རྒྱུན་ལ་བཅིངས་པ་དང་གྲོལ་བ་མི་འཐད་པས་བདག་ཁོ་ན་  
 བཅིངས་པ་དང་གྲོལ་བ་དང་། གནས་པའི་རྟོན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེ་  
 བ། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་སོ་སོར་འཇིག་ཅིང་རང་

དབང་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་  
 ནས་ཚུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་དུ་གནས་པའི།      འདོད་ཆགས་སོགས་ཀྱི་དབང་  
 ལྷག་སེམས། །གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་མངོན་ཞེན་པའི། །ཐར་པ་མི་མཐུན་  
 རྟོགས་ཀྱིས་སྟོགས། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བཅིངས་པ་ཡིན། །ཁྱོད་ཀྱིས་  
 བཏགས་པའི་བདག་ནི་མེད་དུ་བློན་གྱང་།      སེམས་ཉིད་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
 དང་།      ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་སྤང་བ་དང་འབྲལ་བར་འདུན་པའི་ཡོངས་  
 སུ་གདུང་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ལྷགས་སྟོག་གིས་སྤིང་བ་གསུམ་གྱི་བཙོན་  
 རར་ཡང་དག་པར་བསྐྱམས་པས་རང་དབང་མེད་པར་གྱུར་བ།      ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་སྒྲིང་བ་མེད་པས་ཐར་པའི་ལམ་མི་ཤེས་པ་ནི་བཅིངས་པ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
 བྱའོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི།      སེམས་ལས་བྱུང་བས་བསྐྱང་བ་ལ། །ལག་པ་ལ་  
 སོགས་ཆོགས་པ་ནི།      །སེམས་བཅས་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། །གཏོང་བ་  
 ལ་སོགས་སེམས་འབྱུང་བ། །ཡོད་པ་གཏོང་པོ་ལ་སོགས་བརྗོད། །མགོ་  
 དང་། མིག་དང་། ཁ་དང་། ལག་པ་དང་། རྒྱ་པ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མངོན་པར་གྱུར་པ་ཉིད་འདོད་པ་དང་།      སེར་སྒྲ་དང་།  
 ལྷག་དོག་གི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་བ།      བྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་  
 ཀྱིས་དངོས་པོ་གཏོང་བའི་སེམས་འབྱུང་བར་གྱུར་པ་ལ་སྦྱིན་བདག་ཅེས་  
 རྗོད་པར་བྱེད་ལ།      ཆགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་སྟོ་ཅན་འབྱུང་བ་  
 དང་།      འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་འདུས་པ་ལ་ནི་འཛིན་ཆགས་ཅན་ཞེས་བེར་  
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་གི་སྟོག་གཙོད་པ་དང་།      མ་བྱིན་པ་ལེན་པར་

ལ་སོགས་པ་ལས་ལྷོག་པ་ལ་སོགས་པས་ལེགས་པར་བསྐྱམས་པའི་ལུས་  
དང་། དག་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ཕུང་པོའི་རྒྱུན་ནི་ཚུལ་བྱིས་དང་  
ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
སྦྱར་བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོར་བ་དང་། གཏོང་  
བ་དང་། མངོན་པར་ལྷན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །རིག་པ་སྦྱེས་པས་མ་རིག་  
སོགས། །ུན་སྦྱོར་ལྷོག་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། །ཆགས་སོགས་འཆིང་བ་ལས་  
གྲོལ་བ། །གྲོལ་བ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཕུང་པོའི་རྒྱུན་ཉིད་ཐོས་པ་དང་།  
བསམས་པ་དང་། བསྐྱེམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུང་བས་གྲོལ་  
བའི་ལམ་བསྐྱབས་ནས་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་  
རིག་པ་དང་། ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་རྣམས་བཅད་པ་ནི་གྲོལ་བ་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲུས་བསྟན་པར་རིགས་པ་ཡིན་ལ། གང་སྦྱེ་བ་དང་། འགག་  
པའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོགས་སྐྱད་ཅིག་མ་  
སྒྲ་མ་ལས་བྱུང་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཕྱི་མ་འབྱུང་  
བར་འགྱུར་བ་ནི་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པར་རིགས་སོ། །ཡང་ཟུ་  
སྟེགས་ཅན་གཞན་གྱི་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི། རྣམ་མཁའ་འདྲ་བའི་བདག་  
ལ་ནི། །འདི་དག་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པར་དཀའ། །གལ་ཏེ་བདག་ལ་ལྷག་  
ཆགས་ན། །རྣམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བདག་འདོད་ཀྱི། །ཁ་བ་དང་། བ་མོ་འབབ་  
པ་དང་། རྒྱང་ཤིན་ཏུ་དག་པོ་ལང་བ་དང་། མེ་ཆེན་པོ་འབར་བར་གྱུར་པ་  
དང་། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཤིན་ཏུ་ཆ་བ་འབབ་པ་དང་། ལྷོགས་བཞི་ནས་ལངས་

པའི་རྒྱང་ཆེན་པོས་དགྲུགས་པའི་སྒྲིན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆེན་པོས་ཁེབས་པར་གྱུར་  
 ཅིང་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་འབྲུག་གི་སྒྲི་ཆེན་པོ་སྒྲོགས་པ་དང་། སྒྲོག་གི་  
 ཆོགས་གྱི་སྤེང་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་གཞོན་པ་དང་། གྱུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ། རི་སྐད་བསྟན་པའི་གཞོན་པ་དེ་  
 དག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་བ་ཡང་སྤར་གྱི་མཆོན་ཉིད་ལས་མཆོན་ཉིད་གཞན་  
 དུ་གྱུར་པ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཞག་གྱུང་སྒྲོན་དང་སྤྱི་མའི་དུས་སུ་  
 བྱུང་བར་ཡོད་པར་མི་སྐྱེ་བས། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། ང་རྒྱལ་  
 སྐྱེ་བར་གྱུར་པ་ན་ཡང་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཉོན་མོངས་པ་ཞི་བར་  
 གྱུར་པ་ན་ཡང་སྐད་ཅིག་མ་སྤྲ་མ་ལས་རང་བཞིན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་མེད་  
 བས་བཅིངས་པ་དང་། གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྲུལ་དང་བཅས་  
 བས་གྱུང་བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉེན་དུ་ཡང་འདི་ནི་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཐོག་མ་  
 མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཏུ་འཇིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་མངོན་པར་ཞེན་  
 པའི་དབང་གིས་བྱོད་བདག་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པར་བྱེད་ན་ནམ་མཁའི་མེ་  
 རྟོག་གྱུང་འདི་ལྟ་བུའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་དེ་ཡང་བདག་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་། དཔེའི་ཆོས་མཚུངས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་པའོ། །གཞན་ཡང་། གང་  
 སྤྱིར་བདག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །ཤེས་པའི་ངོ་བོར་འདོད་ན་ནི། །བྱེད་པ་  
 ལ་སོགས་སྒྲོས་པའི་སྤྱིར། །དེ་ནི་གཅིག་ཏུ་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་བདག་

འདི་སྒྲན་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་  
 པ་རྣམས་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན། ཡང་གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འདི་  
 ཤེས་པ་ཉིད་མི་དམིགས་སོ་ཞེ་ན། བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་པ་ཉིད་  
 མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱུང་པའི་མཐའ་དང་  
 འགལ་བ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་། བདག་སོགས་ཤེས་བྱ་ཡོད་  
 པས་ན། ཤེས་པ་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རོན་བྱས་ཟིན་པའི་མར་མེ་ཡང་། །  
 རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྐྱེ་བར་མཐོང་། །གལ་ཏེ་རོན་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་ནས་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར་མཐོང་བར་འདོད་  
 པའི་རོན་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཟུང་བའི་མར་མེས་དངོས་པོ་མཐོང་བར་  
 གྱུར་ཟིན་ནས་ཕྱིས་འཇུག་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་མི་འདྲ་བ་ཉི་བར་  
 བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་མར་མེ་ནི་རོན་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་ནས། སྐྱུ་མ་དང་།  
 སྦྱིང་པོ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡོད་ན་ལྟོག་  
 པར་མི་འགྱུར་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་རོན་བྱ་བ་བྱས་སུ་ཟིན་ཀྱང་བདག་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་གྲོལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བར་མཐོང་བས་ལྟོག་པར་མེ་འགྱུར་ཏེ།  
 འདི་ནི་མར་མེ་བཞིན་དུ་གྲོལ་བའི་དུས་ན་ཡང་འཇུག་པ་མེད་པར་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཤེས་པའི་མིག་གིས་སྐྱེས་བྱ་མཐོང་བར་གྱུར་ན་ཡང་  
 གྲོལ་བ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། ཅི་སྲིད་ཡིད་ལ་ཤེས་འབྱུང་བ།  
 དེ་སྲིད་ས་བོན་སོགས་འགྱུར་ཏེ། ཅི་སྲིད་སྐྱ་ནི་ཡོད་གྱུར་པ། དེ་སྲིད་སྐྱ་  
 བརྟན་འབྱུང་བ་བཞིན། བྱེད་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་ནི། །འཁོར་བ་ཇི་ལྟར་

ཤེས་པ་ཡིན། །ཀུན་དུ་བྱུང་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། །གང་ལས་ཇི་ལྟར་  
 བཅིངས་དང་གྲོལ། །ཇི་ལྟར་ཇི་སྲིད་དུ་སྐྱེ་འདུག་པ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་སྐྱེ་  
 བརྟན་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ། སྐྱེ་འདུག་པར་གྱུར་པ་མེད་ན་ནི། སྐྱེ་  
 བརྟན་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་མེད་པར་གྱུར་ན་  
 ཤེས་པ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དུས་ཇི་སྲིད་དུ་སེམས་དང་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་བདག་ལ་དམིགས་ནས་འདུག་པར་གྱུར་པ་དེ་སྲིད་དུ་ས་བོན་  
 ཡང་སོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྲིད་ཞེ་ན། འཁོར་བའི་ཞེས་བྱ་བར་  
 འབྲེལ་ཏོ། །གཞན་ཡང་སྐྱེས་བྱ་གྲོལ་བའི་དུས་ན་ནི་བྱེད་པ་ལ་སྟོས་པ་དང་  
 བྲལ་བའི་སྲིད། ཅི་ལྟར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། གཞན་ཡང་སྐྱེས་བྱ་འདི་ནི་  
 དུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྟག་པ། གཅིག་སྤྱིད་ཡིན་པའི་སྲིད་ནམ་མཁའ་དང་  
 འདྲ་བ་འདི་ལ་ཇི་ལྟར་བཅིངས་པ་དང་གྲོལ་བར་རིགས་པར་འགྱུར། གཞན་  
 ཡང་། སྐྱེས་བྱ་ནི་དངོས་པོའི་དོན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲང་ཐར་མིན་ཏེ། །ཐར་དང་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བའི་  
 སྲིད། །བདག་ལས་དེ་ནི་གཞན་མིན་སྲིད། །ཇི་ལྟར་མེ་དང་ཆ་བ་བཞིན། །  
 ཇི་ལྟར་མེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟོད་པའི་ཆ་བ་ནི། མེ་མེད་པར་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་  
 སྟོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟོད་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཡང་ཐར་  
 པའི་དུས་ན་ཡང་ཐར་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ཉམས་དང་  
 མ་སྐྱེས་པ་ཡི་སྟོ། །བྱེད་པ་མེད་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན། །གང་པོས་གཙོད་པར་བྱེད་  
 པ་ཡང་། །སྟ་རེ་མེད་པར་ཇི་ལྟར་རིགས། །གང་གི་སྲིད་འདིའི་མིག་ལ་



སོགས་པའི་སྒྲོ་དངོས་པོ་མ་མཐོང་བས་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་དང་། སྐྱེས་པ་  
 ཡང་ཉམས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་འདི་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། ཇི་ལྟར་  
 གང་པོ་ཞེས་བྱ་བས་ཤིང་གཙོད་པ་ན་བྱེད་པ་སྟ་རེ་ལ་མ་སྟོས་པར་གཙོད་པ་  
 པོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟན་པར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གལ་ཏེ་ཇི་ལྟར་མེས་  
 སྟེན་པ་ཡིན་ན་ཡང་སྐྱེས་བྱས་མེས་སྟེན་ཅེས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཤེས་པས་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ཡང་སྐྱེས་བྱས་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཤེས་པས་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། མེ་ཡིས་སྟེན་ཅེས་སྐྱས་པ་ན།  
 མེ་ཡིས་བསྟེན་གས་གྱི་བྱེད་པས་མིན། །དེ་བཞིན་སྒྲོ་ཡིས་རིགས་སྐྱས་པས། །  
 ཤེས་པར་རིག་གི་སྐྱེས་བྱས་མིན། །འདི་ལྟར་ངས་པར་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ།  
 མེས་བསྟེན་གས་ཞེས་བ་འདིར་མེ་ཉིད་གྱིས་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ལྟ་སྟོན་གྱིས་  
 ཡིན། དེ་ལ་སྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མེ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། སྟེན་པ་པོ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོས་རིག་ཅེས་སྐྱས་པས་སྒྲོ་ཉིད་གྱིས་རིག་པ་ཡིན་  
 གྱི། སྐྱེས་བྱས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དཔེ་མེའི་དཔེས་བསྟན་པའི་དོན་  
 སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདིར་སྐྱས་པ། ཇི་ལྟར་རྩ་མཁན་ལ་རྩ་མ་མི་  
 བྱེད་པའི་དུས་ན་ཡང་རྩ་མཁན་ཞེས་རྫོང་པར་བྱེད་ལ། ཇི་ལྟར་མེས་ཤིང་མི་  
 སྟེན་པའི་དུས་ན་ཡང་སྟེན་བྱེད་ཅེས་རྫོང་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་  
 ཡང་བྱེད་པ་ལ་མི་སྟོས་གྱང་། ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྫོང་པར་བྱའོ་  
 ཞེ་ན། འདི་ལ་བརྫོང་པར་བྱ་སྟེ། རྩ་མཁན་བཞིན་དུ་དེ་མི་གྲུབ། །དེ་ཡི་ངོ་  
 བོ་མེད་པའི་ཕྱིར། །སྟེན་བྱེད་བཞིན་དུ་འང་འགྲུབ་མི་འདོད། ། །བསྟེན་བྱ་

མེད་པས་མེ་མེད་སྒྲིབ། །དུས་གང་གི་ཆེ་འདིས་རྩ་མའི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་པར་  
 གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་རྩ་མཁན་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་གྱི། འདིས་རྩ་མ་བྱེད་པར་  
 འགྱུར་གྱི་འདིས་རྩ་མ་བྱས་པའི་སྒྲིབ་རྩ་མཁན་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་ནི་ཉེ་བར་  
 བཏགས་པ་ཡིན་གྱི། རྩ་མཁན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 གང་གི་ཆེ་མེས་ཤིང་སྟེག་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་སྟེག་བྱེད་ཅེས་བཏགས་པ་  
 ལེགས་པ་ཡིན་གྱི། བསྟེག་པར་བྱ་བ་ཐལ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་བ་ན།  
 མེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་མེད་པས་སྟེག་བྱེད་ཡིན་པར་མི་འགྲུབ་པ་ལྟར། དེ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲིས་བྱ་ཡང་གང་གི་ཆེ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་  
 ཤེས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་པར་རིགས་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་མི་ཤེས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་པར་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས། གལ་ཏེ་མི་ཤེས་  
 བྱེད་པོ་དང་། །ཟ་བོ་བྲོད་གྱིས་ཤེས་ཅི་ལྟར། །མཁའ་འབྲུག་གི་མེད་པ་  
 ཡང་། །ལུང་འབའ་ཞིག་གིས་བཏགས་ཅི་བྱ། །གལ་ཏེ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་འདིའི་བྱེད་པ་ཉེ་བར་གནས་པ་ན་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་དང་པོ་སྤྲིད་པའི་སྒྲོ་ན་ལོ་ན་བྱེད་པ་སྒྲིས་པ་  
 མེད་པས་མི་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྩོ་ལས་བརྟོས་པའི་གཟུགས་  
 སམ་རི་མོར་བྲིས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་པས་སྤྲིད་པ་རྣམས་པ་དུ་  
 མའི་ངོ་བོའི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པ་རྣམས་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་རྩི་ལྟར་ཡིན།  
 སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཟ་བ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ།

ཡུལ་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་སྦྱང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་། རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་  
 པ་ཡིན་པར་བྲོད་ཀྱིས་སྦྱས་པས་བྱེད་པ་པོ་དང་བ་བ་པོ་ཉིད་གསལ་བ་ཡིན་  
 རོ། །གལ་ཏེ་བདག་གི་ལུང་ལས་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རིགས་པ་དང་  
 བྲལ་བའི་ལུང་འབའ་ཞིག་ཅམ་ནི་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ཅམ་གྱི་མངོན་  
 པར་འདོད་པའི་དོན་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་ཤེས་པའམ་ཤེས་དངོས་མིན།  
 འདི་ནི་དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར། །དངོས་མེད་བདག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ། །  
 འདི་ནི་མོ་གཤམ་བྱ་བ་ཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་མི་ཤེས་པ་ཡང་མ་ཡིན། ཤེས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་འདི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་  
 རོ། །དེས་ན་གང་དངོས་པོ་མེད་པ་དེ་བདག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མོ་  
 གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ནི་མི་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་འཇམ་  
 ཤེས་པའི་ངོ་བོར་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་ལུས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་གཅིག་གི་བྱ་  
 ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པ་ཡང་། གང་ལ་གཞོད་དང་པན་པ་ལས། །གང་ལ་  
 གཞོད་པ་བདེ་མི་འབྱུང་། །དེ་དེའི་བདག་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། །རྣམ་མཁའ་དེ་བ་  
 འཁར་མ་བཞིན། །གལ་ཏེ་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པར་སྦྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ལུས་  
 ལ་གཞོད་པར་གྱུར་པ་ན། བདག་ལ་ཡང་གཞོད་པ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ལ། མཐོ་  
 རིས་ལ་སོགས་པར་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ན་ཡང་འདི་ལ་པན་པར་འགྱུར་  
 བ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་ན།

གང་གིས་སྤྱིར་འདི་ནི་རྟག་པ་མི་འགྱུར་བའི་ངོ་བོ་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བདེ་བ་  
 དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་གཞོན་པ་མ་ཡིན་ན། འདི་རི་ལྟར་ན་བདག་གིས་  
 བདག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་རུང་། རི་ལྟར་ན་མ་ཁའ་ནི་དེ་བཤམ་མའི་  
 བདག་ཡིན་པར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཉི་ཆེའི་བདག་གང་གྲོལ་བར་ནི།  
 བསམ་གཏན་ཤེས་སོགས་གྱིས་འདོད་ན། །བདག་མེད་དོན་ལ་འབད་པ་  
 ཡིས། །ཤེ་བ་མི་འཆི་རི་ལྟར་འགྱུར། །སྤྱིར་ནས་ཉི་ཆེའི་བདག་འདི་འཆི་  
 བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་དེས་ན་འཆི་བ་མེད་པར་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་མངོན་པར་སྒྲུར་བར་བྱེད་ཅིང་། བདག་མཆོག་གི་དོན་  
 ཏུ་འབད་པ་བྱས་ཀྱང་དེ་མི་འགྱུར་སྟེ། འཆི་བའི་ངོ་བོ་ལས་འགྱུར་བ་མེད་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རི་ལྟར་འཆི་བ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་ལས་  
 ཉམས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འཆི་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་བཏང་ནས་འཆི་བ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲོན་ཆམས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཉི་ཆེ་བའི་བདག་དང་།  
 བདག་དམ་པ་གཉིས་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་འདི་  
 ལྟར་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཉི་ཆེའི་བདག་ནི་བདག་ལས་གཞན། །ཞེ་ན་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱེས་བྱ་ཡིན། །དེ་ནི་ཉི་ཆེ་གཉིས་བདག་དང་། །སྤྱིར་ཞེས་དམ་བཅས་  
 ཉམས་པ་ཡིན། །བདག་ལས་ཉི་ཆེའི་བདག་དེ་ནི། །གཞན་མིན་ཞེ་ན་འང་  
 དམ་བཅས་ཉམས། །གང་ཡང་བདག་གི་བདེ་སྤྱུག་སོགས། །འགྲོ་བས་མི་  
 ཤེས་གཙོ་བོ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་སྐྱུལ་བར་བྱེད། བ་རོལ་པོ་ལ་འདི་ལྟར་ཡང་བརྗོད་བར་  
བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྤ་མིན་འདི་ཆེ་མིན། །ཆེན་པོ་ཡིན་ན་སྤ་བ་མིན། །གཅིག་  
ཀྱང་མ་ཡིན་གཟུགས་ཀྱི་ཆོས། །ངེ་ལྟར་གཟུགས་མེད་བདག་གི་ཡིན། །  
གཟུགས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འདིར་སྤ་བ་དང་། ཆེན་པོ་དང་། གཅིག་  
དང་དུ་མ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཡིན་ན། ཡང་ངོ་  
བོ་མེད་པའི་སྐྱེས་བྱུ་ལ་ནི་འདི་ལྟར་གལ་ཏེ་སྤ་བ་ཡིན་ན་ནི་ཆེན་པོ་ངེ་ལྟར་  
ཡིན། འོན་ཏེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན་ཡང་སྤ་བ་ངེ་ལྟར་ཡིན། གལ་ཏེ་གཅིག་པ་ཡིན་  
ན་ནི་དུ་མར་ངེ་ལྟར་འབྱུང་། །འོན་ཏེ་དུ་མ་ཡིན་ན་ཡང་གཅིག་ཏུ་ངེ་ལྟར་  
འབྱུང་། དེས་ན་རང་གི་ཆོག་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་པ་རོལ་པོས་  
སྤང་པོ་ཆེ་དཔེར་ཉེ་བར་འགོད་བར་བྱེད་དེ། དམུས་ལོང་མང་པོ་ཞིག་སྤང་  
པོ་ཆེ་རང་གི་ངོ་བོས་ཤེས་པར་འདོད་ནས་འདུས་པ་ལས། གང་སྤུ་ལ་རེག་  
པ་དེ་དག་གིས་ནི་སྤང་པོ་ཆེ་འི་གཞོལ་མདའ་འདྲ་བ་ཞིག་གོ་ཞེས་བྱ་བར་  
ཤེས་སོ། །གང་རྒྱུད་པ་ལ་རེག་པ་དེ་དག་གིས་ནི་གཏུན་ཤིང་འདྲ་བ་ཞིག་  
ཏུ་འོ། །གང་རྣ་བ་ལ་རེག་པ་དེ་དག་གིས་ནི་ཞི་བ་མ་དང་འདྲ་བར་རོ། །གང་  
དང་གང་གིས་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ལ་རེག་པར་གྱུར་པ་དེས་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཞིག་  
ཏུ་སྤང་པོ་ཆེ་རྟོགས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་ལ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་མཐོང་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པ་དུ་མ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དེ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཀྱན་ལ་  
བྱུང་བར་རོ། །གཞན་དག་གིས་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆད་ཅམ་དུ་འོ། །ཡང་གཞན་  
དག་གིས་སྤ་བར་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅམ་ཡིན་ནོ་སྤུལ་དུ་སེམས་ཏེ། སྤང་པོ་འི་རང་གི་

ངོ་མོ་བཞིན་དུ་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་བཞིན་དུ་དུ་  
 མ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གཅིག་ཉིད་དུ་མའི་ངོ་མོ་  
 རུ། །སྤང་པོའི་དཔེ་འདི་མི་རིགས་ཏེ། །སྤྱི་སྤང་དུ་མི་འདོད་ཕྱིར། །སྤྱི་  
 ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་ཉིད་མིན། །གང་སྤང་པོ་དེའི་སྤྱི་སྤྱི་ཉིད་ཡིན།  
 ཀྱང་པ་ནི་ཀྱང་པ་ཉིད་ཡིན། རྣ་བ་ནི་རྣ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་སྤང་པོ་ཉིད་མེད་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཅིག་གི་ངོ་མོ་ཉིད་མེད་དེ་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་ཉིད་ལ་  
 གཅིག་གི་ངོ་མོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གང་ཡང་བདག་ནི་ཉི་  
 སོགས་མདོག་ །ཡིན་ན་མདོག་བྲལ་ངེ་ལྟར་ཡིན། །བདག་དེ་དུ་མའི་ངོ་མོ་  
 ཡི། །དཔེར་ན་པ་ལ་ཤ་མི་འདོད། །གཟུགས་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཁ་  
 དོག་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཉི་མ་བཞིན་དུ་ཁ་དོག་དུ་མ་ཅན་དུ་ངེ་ལྟར་འགྱུར་  
 གལ་ཏེ་ཡང་ཤིང་པ་ལ་ཤ་བཞིན་དུ་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ངེ་ལྟར་པ་ལ་ཤ་རྩ་བ་དང་། སྤྱིང་པོ་དང་། ཡལ་ག་དང་། ཡལ་ག་སྤྱི་  
 མོ་དང་། དེའི་ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་ཡང་དུ་མའི་ངོ་མོ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་བདེན་ཏེ། གང་གི་  
 ཕྱིར། གཅིག་སྤྱི་པ་ལ་ཤ་མེད་དེ། །ཀྱན་དུ་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་དང་། །ངེ་  
 ལྟར་ལ་སོགས་དུ་མར། །རྒྱུ་ལ་སོགས་པས་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །པ་ལ་  
 ཤིང་ཕྱོད་ཤིང་ནི་གཞོན་རུ་དང་། བར་མ་དང་། ཐ་མའི་གནས་སྐབས་སུ་  
 འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དང་། མེ་དང་། རྒྱང་དང་། རྒྱ་རེ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་བྱེད་པར་རུས་པ་ཡིན་ལ།



བདག་ནི་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་རྒྱུ་སྒྲིམ་གྱིས་ཀྱང་དབྱེ་  
 བར་མི་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་པ་ལ་ཤེས་དང་དཔེ་བསྟན་པའི་དོན་  
 ཏུ་འགྱུར་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་མང་པོ་གཞན་འདི་ཡང་ཡོད་དེ།  
 གཙོ་བོ་ཉིད་དང་དམ་པ་ཉིད། །དེ་ལས་གཞན་ལ་སྟོས་ནས་འདོད། །གཅིག་  
 ཉིད་ཡིན་ན་ཚུལ་འདི་ཉིད། །ཡོད་པར་རི་ལྟར་འདོད་པར་བྱ། །འདི་ནི་གཙོ་  
 བོ་ཡིན། འདི་ཡང་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། །འདི་དག་གམ། འདི་རྒྱུ་སྒྲིམ་གཙོ་བོར་  
 མ་གྱུར་པ་དག་ལས་ཤིན་ཏུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
 རིགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་ཏུ་དམན་པར་གྱུར་པ་མང་པོ་དག་ལས་མཆོག་  
 ཏུ་གྱུར་པ་ལ་དམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཞན་དག་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ་དང་། དམ་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ལ་སྟོས་ནས། བདག་དེ་གཙོ་བོ་འཕྲ། དམ་པར་འགྱུར་བར་  
 འགྱུར་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་ཐ་མི་དད་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།  
 འདི་གཞན་གང་ལ་སྟོས་ནས་གཙོ་བོ་ཉིད་དང་དམ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར།  
 ཡང་འདི་རྗེས་ཉིད་དང་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་རི་ལྟར་  
 རིགས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་དེ་རྗེས་ཡིན་ན། རྗེས་ཡིན་སྤྱིར་ན་ཀྱན་བྱུང་  
 མིན། །བྱུང་པ་བཞིན་ཏུ་རྟག་མི་འགྱུར། །དེས་ན་འགྲོ་བ་རྒྱས་ཅི་ལྟར། །  
 བཀོད་པར་བྱས་ན་རྗེས་ཡིན་ཏེ། །རི་སྤྱིར་སྤྱིར་པར་བྱ་བར་རོ། །རྗེས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད་ནི་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བྱུང་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ཀྱན་ལ་  
 མ་བྱུང་པ་ལ་ཡང་མཐོང་ལ། དེས་ན་གལ་ཏེ་བདག་རྗེས་ཡིན་ན་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་དང་། ཀྱན་ལ་བྱུང་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྗེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱུང་

པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་བྱང་བར་འགྱུར་བ་དང་བྱང་བ་དང་།  
 འགྱུར་བར་འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 སྐྱེས་པ་དེ་ལ་ཡང་། རྩམ་ནི་རྟོན་དུ་རིགས་འགྱུར་ན། །བདག་ནི་རྩམ་སྲུ་མི་  
 རིགས་ཏེ། །ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་ངེ་ལྟ་བུ། །དེ་བཞིན་མ་སྐྱེས་ཕྱིར་རྩམ་  
 མེད། །རྩམ་ཉིད་ཡོད་ན་རྟོན་དང་བརྟན་པའི་ངོ་བོར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་  
 ལྟར་ཆུ་སྟེང་ལ་ཤིང་ཐོག་ཤིང་ལ་བྱ་ཆང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །བདག་ནི་རྩམ་  
 སྲུ་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་སྟེ། མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་ནོ། །  
 གང་གི་ཕྱིར་བདག་རྩམ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པས་དེས་ན་འདིར། །ཐམས་ཅད་བྱང་  
 བྱུར་བྱང་བ་དང་། །འགྱུར་འགྱུར་བདག་མེད་ངེ་ལྟར་མཐོང་། །རྟོན་མ་གྲུབ་  
 བ་བརྟན་པ་གང་ལ་སྦྱོར་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་བསམས་པའོ། །རྩམ་སྲུ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །བདག་མེད་བདག་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། །ངེ་ལྟར་  
 དངོས་མེད་ངོ་བོ་བཞིན། །བདག་མེད་པའི་རྩམ་བདག་གི་བདག་ཉིད་དུ་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ནམ་མཁའ་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་  
 མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །བྱིས་སོགས་བྲད་པར་མེད་མ་ཡིན། །རྟོན་  
 མེད་པ་དང་དཔེ་མེད་ཕྱིར། །བདག་གཅིག་ཡིན་ན་དུ་མ་ཡི། །སྦྱོན་རྣམས་  
 འགྱུར་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གང་སྐྱས་པ། བྱིས་པ་དང་། མཁས་པ་དང་།  
 གཞོལ་པ་དང་། བྲམ་ཟེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་  
 ཡང་དམ་པའི་བདག་ཉིད་མ་གྲུབ་ན་གང་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བྲད་  
 པར་མེད་པ་དེའི་རྟོན་གང་ཞིག་ཡིན། རྟག་པ་ཀུན་ལ་བྲབ་པ་གཅིག་བྱ་ལས་

རིགས་མ་ཐུན་པའི་དངོས་པོའི་དོན་གཞན་མེད་པས། འདི་ལ་དཔེ་མེད་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བར་མེད་པ་ཉིད་མི་འགྲུབ་པོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་བསམས་པའོ། །བདག་གཅིག་ཕྱི་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སྒྲིན་མང་པོ་  
 དང་ལྷན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིན་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། ཅི་ཏའི་བདག་དེ་མི་  
 ཏའི་བྱེད། །མི་ཏའི་བདག་གི་འང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཅི་ཏའི་ཐ་དད་མིན་དངོས་  
 སྤྱིར། །ཡང་ན་ཡུལ་ལ་དབྱེ་མེད་སྤྱིར། །ཅི་ཏའི་ལུས་ཀྱི་ནང་ན་ཡོད་པའི་  
 བདག་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཡོད་པའི་མིག་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ནས་ལྟ་བར་  
 དེ་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་ལུས་ལ་ཡོད་པ་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་རོལ་  
 པོས་འདོད་པ་ཡིན་ལ། བདག་ནི་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རི་ལྟར་ཅི་ཏའི་  
 རང་གི་བྱེད་པ་རྣམས་ནས་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། མི་ཏའི་བྱེད་པ་རྣམས་ནས་  
 ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། རོ་བོ་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཏེ། གཟུགས་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །བདག་གི་  
 ཡུལ་ལ་བྱ་བ་མེད་པ་ཡིན་པས་མི་ཏའི་བདག་གི་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་པ་ན་ཡང་ཅི་  
 ཏའི་བདག་ཀྱང་གནས་པ་ཡིན་ལ། རི་ལྟར་དེ་རང་གི་བྱེད་པ་ནས་མཐོང་བ་  
 དེ་བཞིན་དུ། གཞན་གྱི་བྱེད་པ་ནས་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་བར་རིགས་ན་དེ་  
 ལྟར་མཐོང་བ་ནི་མེད་པས་དེས་ན་འདི་དག་གཅིག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་། བདེ་དང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྒྲིད་པ་དང་། །དེ་གྲོལ་བས་ཀྱང་གྲོལ་བ་  
 དང་། །དེ་བཅིངས་པས་ཀྱང་བཅིངས་པ་དང་། །དེ་སྐྱུག་པས་ཀྱང་སྐྱུག་ཉིད་  
 འགྱུར། །བདག་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅི་ཏའི་བདག་བདེ་བར་གྱུར་

པ་ན་མེ་ཏའི་བདག་ཀྱང་བདེ་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཅི་ཏའི་བདག་གྲོལ་བ་ན་མི་  
 ཏའི་བདག་ཀྱང་གྲོལ་བར་འགྱུར། མི་ཏའི་བདག་བཅིངས་པར་གྱུར་པ་ན་ཅི་  
 ཏའི་བདག་ཀྱང་བཅིངས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། །ཅི་ཏའི་བདག་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་ན་མི་ཏའི་བདག་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི་ཉེན་ཉིད་དང་། བྱིས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་  
 བར་མེད་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་བདག་གིས་བཏགས་སུ་བེན་ཀྱང་གཞོད་པ་ནི་  
 ཅི་ཡང་མེད་དེ། ཇི་ལྟར་བདག་གིས་སྤྱོད་གས་གཉི་ག་ལ་གྲགས་པའི་བྱམ་པའི་  
 རྣམ་མཁའ་དཔེར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱམ་པའི་  
 རྣམ་མཁའ་དཔེར་བསྟན་པ། ཀུན་ལ་དེ་ནི་འབྱུང་བ་ཡིན། །བདེ་དང་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ལ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། གང་  
 ཕྱིར་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཉིད་དུ། ཁྱོད་ཀྱི་དེ་ནི་མ་གྲུབ་སྟེ། །ནམ་མཁའི་དཔེ་  
 བསྟན་པ་དེ་ནི་ཞིན་ཏུ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར། རྣམ་ཀྱི་ངོ་བོས་  
 གང་སྟོང་པ། །དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ནམ་མཁའ་ཡིན། །དེ་ལ་འགྲོ་ལྟན་འགྲོ་བ་དང་།  
 དེ་ནི་སྐབས་འདོད་སྐབས་ཅན་ནོ། །མདོ་སྟེ་པའི་ལྟ་བའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 རྣམ་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཅམ་ནམ་མཁའོ་  
 ཞེས་བདག་གཅིག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཁས་སྦངས་པ་ཡིན་པས་གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི་  
 རྣམ་ཀྱང་མ་ཡིན། ཏྲག་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་དང་ལྟན་པ་  
 རྣམས་དེ་ལ་འགྲོ་བ་དང་འོང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ཡང་འཇུག་པར་བྱེད་ལ།  
 དེ་ཉིད་ལ་སྐབས་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྐབས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་

དེས་ན་ནམ་མཁའ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་འདིའི་མདོའི་དོན་ནི་འདི་  
 ཡིན་ཏེ། རྫོགས་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམས་ཀྱི་དངོས་པོ་རི་དང་ཤིང་ལ་སོགས་  
 པར་གནས་པ་དེ་ལ་ནི་ནམ་མཁའ་ཞེས་འདོགས་པར་མི་བྱེད་ལ། གནས་  
 གང་རྫོགས་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམས་མེད་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་ནམ་མཁའ་ཞེས་  
 བྱ་བ་རྣམས་མེད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་དངོས་པོ་ནི་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡང་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་དེ་ནི་རྣམས་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ་སྟོས་པ་དང་བཅས་  
 པ་ཡིན་པས་སྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་ཡང་ཐུང་དུ་དང་  
 རིང་པོ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།  
 དེའི་སྤྱིར་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ན་ནམ་མཁའ་ནི་མེད་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ཞིག་རྣམས་སུ་ཡོད་ཅིང་གནས་པའི་  
 རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ངོ་བོ་ནི་བརྟེན་པར་གྱུར་པའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ཤིན་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་  
 ཡིན་ན། ཅིའི་སྤྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དེ་རྒྱུད་གི་རྟེན་ཡིན་  
 པར་བརྟེན། རི་ལྟ་ཞེ་ན། གོ་ཏ་མ་ས་ཅི་ལ་བརྟེན་ཏེ་གནས་ཞེས་གསོལ་བ་  
 དང་། བྲམ་ཟེ་ས་ནི་རྩ་ལ་བརྟེན་ཏེ་གནས་སོ། །རྩ་ཅི་ལ་བརྟེན་རྩ་ནི་རྒྱུད་ལ་  
 བརྟེན་ཏོ། །རྒྱུད་ཅི་ལ་བརྟེན་རྒྱུད་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་བ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ངེས་པར་བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། གོ་  
 ཏ་མ་ནམ་མཁའ་ཅི་ལ་བརྟེན་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། བྲམ་ཟེ་ཤིན་ཏུ་འདའ་བར་  
 བྱེད་དེ་བྲིས་པའི་མཐའ་རྫོགས་པར་བྱས་པར་དགའོ། །ནམ་མཁའ་ནི་

གཟུགས་མེད་པ། བསྟན་དུ་མེད་པ། རྟོགས་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཅི་ཞིག་ལ་  
 བརྟེན་པར་འགྱུར། འོན་ཀྱང་སྒྲིང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་མཁའ་ཞེས་འདོགས་  
 པར་བྱེད་དེ། དེའི་སྒྲིང་གཟུགས་མེད་པ། བསྟན་དུ་མེད་པ། རྟོགས་པ་མེད་  
 པ་ཉིད་དང་། རྟེན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྒྲིང་ནམ་མཁའ་ནི་རྫས་མེད་པ་ཉིད་  
 དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ།       སྒྲིང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་  
 བཏགས་པ་ཙམ་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ནམ་མཁའ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་རྫས་ནི་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྒྲིང་འདི་ནི་  
 ཏྲག་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བ་དང་གཅིག་ཕུ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་བདག་  
 གི་དཔེར་བསྟན་པ་དང་ཆོས་མ་ཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་འདི་  
 རྟོག་གཞན་ལ་མ་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ནམ་མཁའ་སྐྱེ་བ་མེད་མིན། །  
 སྐབས་སྐྱིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཡོད་གཏན་ཆིགས་སྐྱས་པ་ཡིས། །  
 གཏན་ཆིགས་འདི་ཡང་མ་གྱུར་ཉིད། །ནམ་མཁའ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་  
 ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། སྐབས་སྐྱིན་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་འབྲས་བུ་ཅན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱབས་འདོད་ལ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ནམ་  
 མཁའ་ན་རྫས་ཡོད་པ་དང་ལྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིང་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ནམ་  
 མཁའ་ནི་ཡོད་དེ།       སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྒྲིང་རམ།  
 སྐབས་སྐྱིན་པར་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་པའི་སྒྲིང་རོ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་དང་།  
 སྐབས་སྐྱིན་པར་བྱེད་པ་མེད་དོ། །ནམ་མཁའ་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་



ཉིད་དང་སྐབས་སྒྱིན་པར་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་སྒྱིར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་སྐད་སྐྱེས་པའི་གཏན་ཆིགས་འདི་དག་ནི་གཞན་ལ་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 རྣམ་མཁའ་ནི་རྩ་སྐུ་གྱི་དངོས་པོ་དང་བྲལ་བ་ཅི་མ་ཉིད་ཡིན་པར་ཁོ་བོས་ཁས་  
 གཞིར་བཟུང་བའི་སྒྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་དངོས་པོ་རྟག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བའི་  
 བདག་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་རྣམ་མཁའ་དང་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་སྐྱེས་པ་དེ་ལ། དེ་ལས་གཞན་དུ་རྟོག་གཏེར་གཞི་བཞུགས་པ་ཉི་ལྔ་དགོད་པའི་  
 སྒོ་ནས་སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་སྐྱེས་པ། རྒྱ་ལས་ཉི་ལྔ་མ་བྱུང་བ། རྣམ་མཁའ་  
 དངོས་པོར་མི་འདོད་དོ། །དེ་ནི་གཅིག་གྲངས་ཡིན་ཏེ། མོ་གཤམ་གྱི་ནི་བྱ་  
 བཞིན་ནོ། རྣམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ནི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་  
 ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །རྒྱ་ལས་ཉི་ལྔ་མ་བྱུང་བའི་སྒྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །འབྲུང་བར་འགྱུར་བས་ན་དངོས་པོ་སྟེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་  
 ལས་བསྐྱེད་ནས་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། རྣམ་མཁའ་ནི་སྐྱེད་པར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་འགའ་ལས་གྲངས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པས། རྒྱ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་  
 པ་འདི་དངོས་པོར་ལྷ་གཤམ་འགྱུར་ཏེ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །དེ་ནི་པ་  
 དང་མའི་ཁུ་བ་དང་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་རི་ལྷར་དེ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ལྷར་རྣམ་མཁའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། དེ་ནི་གཅིག་བྱ་གྱུར་  
 ལ་བྱུང་བར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྲངས་ཅིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
 གང་ཡང་རི་ལྷར་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་དུ་ཟིན་གྲངས་ཉིད་  
 ཡིན་པ་ལ་ནི་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་དེ་

ལ་ལན་འདི་ཡིན་ཏེ། བུམ་སོགས་གཟུགས་ཀྱི་ས་རྣམས་ནི། ས་ཡི་རིགས་  
 སུ་གཅིག་ན་ཡང་། །ས་སོགས་གཞན་དང་གཞན་ཡིན་ལྟར། །དེས་ན་བདག་  
 རི་གཅིག་མ་ཡིན། །སའི་རིགས་སུ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་བུམ་པ་དང་རྩ་བོ་ལ་སོགས་པའི་བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ཡང་སར་གཅིག་པ་བཞིན་དུ་འདི་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་འགྱུར་  
 བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་དུ་མ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ན་བདག་རི་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་བོ། །གང་ཡང་། བདག་མ་ཤེས་ཤིང་  
 མ་རྟོགས་པས། །མི་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་ང་རྒྱལ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲིས་པ་དེ་ཡང་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱེད་  
 པར་འགྱུར་རམ། མི་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞེས་དེ་ལ་ཡང་།  
 ཤེས་ཉིད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས། །ཤེས་འདི་ང་རྒྱལ་མི་རིགས་སོ། །མི་ཤེས་  
 ཉིད་ནའང་ལོག་མེད་པས། མི་ཤེས་ང་རྒྱལ་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིས་  
 ཏེ། རེ་ཞིག་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་མིག་དང་ལྟན་པའི་སྒྲིས་བྱ་བཞིན་  
 དུ། དོན་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རིགས་པ་ཡིན་པས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མེད་པ་ཡིན་  
 བོ། །མི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་དཔྱད་ལོང་བཞིན་དུ་ཅི་ཡང་ཤེས་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་མེད་པ་ཡིན་ན་ཅི་ལྟར་ལོངས་སྤྱོད་  
 པར་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱེད་པར་འགྱུར། །གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ། ལུས་ལ་  
 གནས་ཀྱང་མ་ཆགས་དང་། །སྤྱོད་པར་བྱེད་ཀྱང་མི་གོས་ཏེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཡང་། རྣམ་མཁའ་བཞིན་དུ་འགྱུར་མེད་

ཕྱིར། །དེ་བཞིན་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །བདག་ནི་བྱེད་པོར་མི་རིགས་  
ལ། །ཟ་བ་པོར་ཡང་མི་རིགས་སོ། །འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་བྱེད་  
པ་པོ་དང་ཟ་བ་པོར་རིགས་ཏེ། ཆུན་པ་ལ་སོགས་པ་རྟག་ཏུ་བྱ་བ་དེ་ལ་  
ཞུགས་ཤིང་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་དུས་ན་ཡང་ཟས་ལ་  
སོགས་པ་ལ་ཆགས་པས་ཟ་བ་པོ་ཉིད་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གང་དག་  
སྒྲོན་དང་བྱི་མའི་དུས་ན་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་རང་གི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པར་  
ཡང་མི་བྱེད་ལ། ཡུལ་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཟ་  
བ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་དེ་ལ་སྒྲོ་ཡིད་ཆེས་པ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གོ་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་  
གསུམ་པ།

གཞན་ཡང་། བྱེད་པོ་བདག་ཡིན་མི་གོས་པ། །བྱེད་པོའི་འབྲས་བུ་  
འདོད་ཅི་ལྟར། །མི་དབང་སྒྲིག་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། །རྒྱལ་པོའི་དཔེ་ནི་མི་  
རིགས་སོ། །བྱེད་པ་པོའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པའི་མཆན་མ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་  
འདི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུས་གོས་པར་འགྱུར་བའོ། །  
འབྲས་བུ་རྗེས་སུ་སྒྲོད་པར་འགྱུར་བ་མེད་ན། བྱེད་པ་པོའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
དོན་མེད་པ་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་ཟ་བ་པོ་ཉིད་དང་ཡང་ལྷན་པར་མི་འགྱུར་བས་  
བྱེད་པ་པོ་ཉིད་སྐྱབ་པར་ཤིན་ཏུ་དགའོ། །འདིའི་དཔེ་རྒྱལ་པོས་བསྟན་པ་

ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིག་པས་རྗེས་སུ་གོས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། སྒོག་བཅོད་པ་དང་། མ་  
 གྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། བརྟུན་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་མི་དགེ་བ་བྱས་པས་  
 རྒྱལ་པོ་ཡང་སྒྲིག་པའི་སྐྱལ་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །གང་གི་  
 ཕྱིར་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པར་ལྷུང་བས་འཇིགས་པ་ཡོད་པས་འདི་ནི་ཆོས་  
 ལ་མཐུན་པར་སྦྱད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། ཡང་གལ་ཏེ་  
 འདི་ལ་སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པས་མི་གོས་པ་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་རྗེ་ལྟར་འདོད་པ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲིང་གྲང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ན་ནི་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་མིའི་བདག་པོ་ཡང་སྒྲིག་དང་བཅས་པར་འགྱུར་བ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་ཡང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བྱ་མི་སྤྱོད་བར་མི་  
 རིགས་ཏེ། དགེ་བ་དང་། མི་དགེ་བའི་འབྲས་བྱ་རྣམས་བདག་གིས་སྤྱོད་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་མི་རྟག་པ་དང་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིན་  
 ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞིང་པ་ལ་རྒྱན་མོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །  
 གང་ཡང་སྤྱོད་ཀྱིས་འདི་སྐད་དུ། །གཅིག་ཕུ་ཀུན་བྱུང་རྟག་པ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱས་པ་དེ་ཡང་མི་བདེན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། ཕྱི་རོལ་ལ་ནི་མ་  
 ལྟོས་པར། །གཅིག་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མི་རིགས། །གཅིག་ཉིད་དང་ལྡན་པས་ཤེ་  
 བ། དེ་ནི་དེ་དང་ལྡན་མ་ཡིན། །གཉིས་མེད་པའི་གཅིག་ཕུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེ་  
 ལྟར་སྐྱེ་བོ་དབུལ་པོའི་མང་པོའི་ནང་ན་མིའི་བདག་པོ་ནི་གཅིག་ཕུ་འོ་ཞེས་ཕྱི་  
 རོལ་གྱི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་ལྟོས་ནས། མིའི་བདག་པོ་གཅིག་ཕུ་ཡིན་པར་རྫོང་།

བར་བྱེད་ལ། ཡང་བདག་ནི་ནང་དང་སྤྱི་རོལ་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ཉིད་གནས་པ་  
 ཡིན་པས་གང་ལ་སྟོས་ནས་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར། གལ་ཏེ་ཡང་གངས་  
 གཅིག་ཉིད་དང་ལྷན་པས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བདག་ལས་གཞན་པའི་  
 གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་ངེ་ལྟར་དེ་དེ་དང་ལྷན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། སོར་སོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སོར་སོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཅེ་སོ་ལ་རེག་པར་མི་རུས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ཡང་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དུ་མ་ཉིད་དུ་བཏགས་  
 པ་ཡིན་ལ་དེ་བསལ་བའི་སྟོན་ནས་བདག་གཅིག་སུ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །  
 ཞེ་ན། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་མི་རིགས་ཏེ། །དུ་མ་ཉིད་དུ་བཏགས་པ་དག །  
 བསལ་བ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། །ངེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཀུན་རྫོབ་བྱིས། །དེས་  
 ན་གཅིག་དེ་དོན་དམ་མིན། །གཅིག་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་མེད་པས་གཅིག་  
 ཅེས་བྱ་བ་དེ་བཏགས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། གང་བཏགས་པ་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 དོན་དམ་པར་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། བཏགས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་། ཏྲག་དང་གཅིག་སོགས་ངོ་བོ་ཡིས། །དོན་དམ་དེ་ཡོད་  
 ཡིན་ཞེ་ན། །གཅིག་སོགས་སྐྱ་དང་སྒོ་འཇུག་པ། །དོན་ཡོད་ན་ནི་སྒྲིན་མེད་  
 འགྱུར། །སྐྱ་གང་དག་གིས་ཏྲག་པ་ཉིད་དང་། གཅིག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པར་  
 རྗོད་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒོ་གང་དང་གང་གིས་ཏྲག་པ་ཉིད་དང་། གཅིག་པ་ཉིད་  
 དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱ་དེ་དག་དང་སྒོ་དེ་དག་འཇུག་པ་ནི་དེ་དག་མེད་  
 པར་འགྱུར་ན། དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་ནི་མེད་པས་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྒོ་དང་རྟོགས་པར་བྱ་བ་གཉིས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིས།

ལྷགས་འདི་ནི་སྒྲིན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ལ་སོགས་པར་རྣམ་རྟོག་  
 བ། །འདི་ནི་ཅི་ལྟར་མི་རྟོག་ཉིད། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་ལ། །ཆོག་  
 འཇུག་པ་ནི་མ་བཞག་གོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོས་འདི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ངོ་བོར་རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་ཀྱི། །ཡང་འདི་ཉིད་ནི་གང་ལ་ཡང་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་མེད་དོ། །དེས་ན་འདི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་མི་བདེན་ཏེ་སྒྲོ་དང་བདག་ལ་ཐ་དད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །  
 གང་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འཇུག་པ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བདག་གྱང་འཇུག་པ་ཡོད་  
 པས་དེས་ན། འདི་ལྟར་སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་མིན་དང་། །ངག་གི་སྒྲིད་ཡུལ་མིན་ངི་  
 ལྟར། །བརྗོད་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པ་ཡང་། །སྒྲར་བསྟན་རིགས་པས་བརྟུན་  
 པ་ཉིད། །སྒྲོས་ཏེ་བར་མཆོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཤའི་གོང་བྱ་ལ་ལྷས་བྱིན་ཞེས་ངག་  
 བརྗོད་པར་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་  
 སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་ངག་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཡང་  
 ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བརྗོད་པ་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་  
 འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་སྒྲར་སྒྲས་པའི་རིགས་པས་མི་བདེན་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པས་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་པ་  
 རྣམས་གྱང་ངག་དང་སྒྲོའི་སྒྲིད་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ནི་དོན་དམ་པའོ་ཞེས་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདེན་ན་འོན་ཀྱང་རིགས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
 ཞེས་བྱ་ཡེ་ནས་མ་གྲུབ་པས། །སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་དུ་མི་རིགས་སོ། །སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་  
 ལས་ལོག་པས་ན། །ངག་གི་ཡུལ་ལས་ལོག་པའང་ཡིན། །ཀུན་རྗོབ་དུ་རྣམ་



བར་ཤེས་པ་དྲུག་གི་ཡུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཡོངས་སུ་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་དུ་ནི་ཡོངས་སུ་བཏགས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གྲུབ་པར་གྱུར་པ་  
 མེད་པས་ཡུལ་དེ་ལ་སྒྲོ་ཡང་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་སྒྲོའི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་  
 གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྒྲོའི་སྒྲོད་ཡུལ་ལས་ལོག་པར་གྱུར་པས་ཏེན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ངག་ཀྱང་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེས་འདི་ལྟར་དོན་དམ་པ་ཉིད་  
 དུ་ངག་གི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་མི་  
 བརྟན་པའི། །ལྷགས་འདི་དགོ་བར་ཤེས་ནས་ནི། །དེ་ཕྱིར་ལྷ་སྟེགས་འདོད་  
 སྒྲེས་ཏེ། །དེ་ལ་བདག་གིར་བྱས་པ་ཡིན། །བརྒྱ་ལ་རེས་འགའ་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པ་འཇིག་ཏེན་དུ་བྱུང་བར་གྱུར་ཅིང་། དེས་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 གསུང་རབ་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱང་རབ་དུ་བསྟན་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་  
 པ་ཡང་བསྟན་པ་ན་དེའི་ལྷགས་དེ་ལ་ལྷ་སྟེགས་པ་རྣམས་འདོད་པ་སྒྲེ་བར་  
 གྱུར་ནས་རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ཤིང་ལྷགས་འདི་ནི་ཁོ་ལོ་  
 ཅག་གི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བདག་གིར་ཡང་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་སྒྲོན་དང་ཕྱི་མར་ཡང་  
 འགལ་བའི་སྒྲོན་དང་བཅས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་འདྲེས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པ་ཡིན་པར་མཆོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན། སྒྲོན་དང་ཕྱི་མར་འགལ་བ་  
 ཡི། །དེ་ཡི་ལྷགས་ལ་སྤྱི་ཞིག་དང་། །ཤིན་ཏུ་རིགས་མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར། །  
 ལྷགས་ལས་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་བཞིན། །ཇི་ལྟར་འགའ་ཞིག་ལྷགས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་ཕྱི་  
 བདར་བྱས་ཀྱང་དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་ཕྱི་བ་དང་བདར་བ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་

བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤིན་ཏུ་མི་འདྲ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་ནོར་བུ་རིན་པོ་  
 ཆེ་རྟོག་པ་ལ་མཁས་པ་སྲུ་ཞིག་དེ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་  
 འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་བདག་དང་། རྟག་པ་དང་། གུན་ལ་བྲབ་པ་དང་། གཅིག་  
 ལ་ལས་བསྐྱོག་པ་བདག་མེད་པ་མི་རྟག་པ་གུན་ལ་མ་བྲབ་པ་དུ་མའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོག་པ་ལ་མཁས་པ་སྲུ་ཞིག་དེ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད། དེས་ན་འདི་ནི་རི་དགས་ཀྱི་རྩ་མ་བསྟན་ནས་རྟའི་ཤ་འཆོང་བར་  
 བྱེད་པ་དང་འདྲའོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དབུ་མར་སྤྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་བདག་དང་  
 བཅས་པ་ཉིད་དང་། བདག་མེད་པ་ཉིད་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། སྐྱེ་བ་དང་། སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་མེད་  
 པར་སྤྲས་པས་འགལ་བ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་ལན་བརྗོད་པ། འདི་ལྟར་འདི་ནི་ལྷགས་འདི་ལ། ། ཁ་ཅིག་དག་ནི་  
 བྲང་ཕྱིར་དང་། །ལྷག་མ་འཇིན་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །སྤྲོ་ཆོགས་དག་ཏུ་  
 བསྟན་པ་ཡིན། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པའི་ལྟ་བས་སེམས་  
 ཉམས་པར་བྱས་པ་མེད་པར་སྤྲོ་བ། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་འཇིན་པ་རྣམས་  
 བསྐྱོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བདག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་དག་འདྲེན་པར་མཛད་པ་དང་། བདག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་བདག་  
 ཏུ་འཇིན་པ་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་ཅིང་འཇིག་པ་རྣམས་བསྐྱོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 བདག་མེད་དོ་ཞེས་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། གུན་རྗོབ་ཏུ་དེ་དག་ཏུ་

འཛིན་པ་སྤང་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་པར་ནི་བདག་གྲང་མ་ཡིན་  
 བདག་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་དང་  
 ལྷན་པ་རྣམས་ལ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུང་  
 རབ་རྣམ་པ་དུ་མར་བསྟན་པ་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ནས་བསྟན་པ་སྟེ་འགལ་བ་མེད་དོ། །དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་  
 རྣམས་ནི་མ་སྐྱེས་ཉིད། །རང་བཞིན་བཙེམ་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། །འདི་ལ་  
 ཉམས་པ་མེད་པས་ན། །བདག་ཅེས་གྲང་ནི་བཟོད་པ་ཡིན། །བདག་དང་  
 གཞན་དང་གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་  
 པས་དངོས་པོ་རྣམས་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་བདག་གིས་སྤར་བསྐྱབས་ཟིན་པ་དེ་  
 ཉིད་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཙེམ་མ་མ་ཡིན་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་པས་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཐ་  
 དད་དངོས་གྲང་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། །དོ་བོ་གཅིག་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡིན། །ཀུན་  
 ཁྲབ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཕྱིར། །རྟག་པའང་དེ་ཡིན་མི་ཉམས་ཕྱིར། །དེ་  
 ནི་མ་སྐྱེས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་བདག་ཡིན་ནོ། །ཡུང་པོ་དང་། ཁམས་  
 དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཐ་དད་དུ་ཟིན་གྲང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡིན་  
 ནོ། ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་  
 པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པའོ། །འདི་ནི་མ་སྐྱེས་པས་ཉམས་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟག་པའོ། །མ་སྐྱེས་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་མེད་ཉིད། །དེ་ཉིད་  
 ཕྱིར་ན་གཤེ་མེད། །འཕོ་བ་མེད་ཕྱིར་འདི་འཕོ་མེད། ། རབ་མཐར་ཐུག་

ཕྱིར་མཆོག་ཉིད་ཡིན། །མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་བ་མེད་པའོ། སྐྱེ་བ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རྒྱ་བ་དང་འཆི་བ་མེད་པས་རྒྱ་ཤི་མེད་པའོ། །མ་སྐྱེས་  
 པ་ནི་འཕོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་འཕོ་བ་མེད་པའོ། །དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མཆོག་དུ་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་མཆོག་ཅེས་བྱ་  
 བར་འདོད་དོ། །གཟུགས་དང་སྤྱད་དང་བྱི་སོགས་མིན། །ས་དང་མེ་དང་ཚུ་  
 རྒྱུང་མིན། །ནམ་མཁའ་ལྷ་བ་ཉི་མ་མིན། །ཡིད་དང་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 མིན། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དངོས་པོ་  
 མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་ཡུལ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །  
 སྤྱ་བ་དང་གཤེར་བ་དང་། ཆ་བ་དང་། གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བའི་མཆོན་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །རྩ་ས་སྤྱ་མེད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འགའ་ལ་ཡང་གོ་འབྱེད་པ་མེད་པ་དང་། སྤྱང་བའི་རང་  
 བཞིན་ཡང་མ་ཡིན་པས་ནམ་མཁའ་དང་རི་བོང་ཅན་དང་ཉི་མ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་པར་བྱེད་པས་ན་ཡིད་དང་དངོས་པོ་རབ་ཏུ་ཤེས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་ན་ཤེས་པ་སྟེ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་  
 མཐོ་རིས་དང་། བྱང་གྲོལ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་ནོ། །ཡང་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་ཡོད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་རང་  
 བཞིན་ཕྱིར། །ཉམས་པ་མེད་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་མིན། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་  
 མེད་ཕྱིར། །དག་པ་འདི་ཡིན་ནི་ཉིད་འདི། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །ཀུན་གྲང་

ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། ཡང་དེ་ནི་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ། །རྩལ་སྐྱེས་པ་མེད་པས་ཉིན་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་འདི་ནི་  
 དག་པ་སྟེ་དྲི་མ་མེད་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་ཞི་བ་སྟེ་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་  
 འདས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་བཏགས་པས་སྒྲོ་བཏགས་ནས། །བརྗོད་བྱ་ཡང་  
 དག་བརྗོད་བྱ་མིན། །ཡེ་ནས་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་སྤྱིར། །འདི་ནི་དྲི་མ་མེད་  
 ཅེས་བསྟན། །ཡང་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ན་ཡང་  
 བཏགས་པས་སྒྲོ་བཏགས་ནས་དེ་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་  
 དང་འགག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་གཞན་  
 དག་གིས་ཉོགས་པར་བྱ་བའི་དོན་ཏུ་ཆིག་ཏུ་རྗོད་པར་བྱེད་དོ། །གསལ་  
 པོར་གྱུར་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་ཀྱན་གྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་  
 དྲི་མ་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གང་ཞིག་འདི་ལྟར་མངོན་འདོད་པ། །ཁྱོད་  
 ཀྱིས་བདག་ཀྱང་ཡིན་ན་ནི། །མིང་སོགས་ཆོས་མང་འབྲ་བ་ལ། །སྒྲོན་མེད་  
 རིགས་པ་དང་བཅས་ཡིན། །གང་སྐྱེ་བ་མེད་པར་སྤྱི་འཇམ་ཉིད་ཇི་སྐད་  
 བསྟན་པའི་རིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏུ་སྒྲོན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཏུ་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ཀྱང་འདོད་ན་ནི་མིང་ཅ་མ་ལ་ཚུད་པར་བྱེད་དེ། ཁྱོད་ནི་  
 བདག་མཆོག་ཅེས་ཟེར་ལ་ཁོ་པོ་ཅག་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞེས་ཟེར་བས་འདི་ལ་  
 འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེས་ན། བདག་མེད་ཉིད་ཀྱིས་འཇིགས་པ་རྣམས། །  
 འཇིགས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལ་གནས་ཏེ། །ནམ་མཁས་འཇིགས་པར་གྱུར་པ་དག །

གཞན་པའི་གནས་འགའ་མེད་པ་བཞིན། །རི་ལྷ་རྒྱུན་པོ་འགའ་ཞིག་ནམ་  
 མཁས་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་ན་ཡང་། །དེ་ལས་གཞན་པའི་གནས་མ་མཐོང་  
 བས་ནམ་མཁའ་དེ་ཉིད་ལ་གནས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ཀྱང་བདག་  
 མེད་པས་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་ན་ཡང་བདག་མེད་པ་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ཅིང་  
 གནས་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྟེན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་འཇིག་  
 རྟེན་གཉིན་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ཉིད་བདུད་རྩི་མཆོག་འདི་ལ། །འདི་ནི་འགའ་  
 ཡང་བཀག་མེད་པས། །ལེགས་པར་འོངས་སོ་ངོམས་པར་བྱིས། །དེ་བཞིན་  
 ག་ལེགས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་རོ་བྱང་བའི་སྤྱིར་འདིར་འོངས་པ་ལེགས་ཀྱི།  
 ཆོས་བདུད་རྩིའི་རོས་ཆེ་མ་པར་བྱིས་ཤིག། །སྤྱི་གནས་དང་། །ན་ཆོད་དང་།  
 །རིགས་དང་། །ཡུལ་དང་། །དུས་ཀྱི་སྒྲིན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་སྤངས་པར་  
 མཛད་པའི་ཐུགས་ཅན་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་བཞིན་ཀྱི་དོན་རིག་པའི་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རབ་འདི་ལ་བཀག་པ་མེད་དོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་བདུད་  
 རྩི་སྟེ། །ངོམས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཞན་  
 མེད་པས་མཆོག་སྟེ་དམ་པའོ། །ཡང་དག་ལྷ་ལ་སྤྱིབ་མེད་པའི། །བདག་ནི་  
 བྱེད་པོ་བཅོ་ལྔ་གས། །རྟེན་མེད་བརྒྱན་པའི་འཇིན་པ་ནི། །དེས་ན་སྤང་བ་ཁོ་  
 རར་བྱིས། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བདུད་རྩི་འདི་ལ་དགའ་བར་བྱེད་ན་  
 དེ་ལྷ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་བྱེད་པ་པོ་དང་། །བ་བ་པོ་ཉིད་དུ་རྟེན་མེད་  
 པར་བརྒྱན་པའི་འཇིན་པ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བའི་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་  
 འདི་དེས་པར་ཐོང་ཤིག། །གལ་ཏེ་ཁོ་པོ་ཅག་གི་བདག་དང་བྱེད་ཀྱི་བདག་



མེད་པ་གཉིས་འདྲ་བར་གྱུར་ན་དེས་སྤྱོད་དང་བདག་ཅག་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་  
 མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། དངོས་རྣམས་  
 རང་བཞིན་སྐྱེ་མེད་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་དུ་ན་སྐྱེ་མེད་འདོད། རོ་བོ་ཉིད་གྲིས་སྐྱེ་  
 མེད་ཉིད། །འདི་ཡི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྟན། །དངོས་མེད་ཉིད་ནི་བདག་མེད་པ། །  
 དེ་ནི་བདག་མིན་འགལ་བ་ཉིད། །བདག་མེད་བདག་ཏུ་འགྱུར་ཞེ་ན། །བ་  
 ལང་མིན་པའང་བ་ལང་འགྱུར། །རྒྱ་དང་རྒྱེན་དང་མཐུན་པར་སྐྱེས་པ་ཡིན་  
 ན་ཡང་། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྲིས་མ་སྐྱེས་པར་ཁས་སྦྱངས་ནས་  
 མ་སྐྱེས་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་པས་  
 རང་བཞིན་གྲིས་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དོ། །བདག་ནི་རང་བཞིན་དང་དོན་ཐ་དད་པ་  
 མ་ཡིན་པའོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་དང་བྲལ་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་བདག་མེད་པའོ། །  
 བདག་མེད་པའི་རོ་བོ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་བདག་མེད་པ་ཡིན་  
 པས་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འགལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་བདག་  
 ཡིན་ན་ནི་བདག་མེད་པ་རི་ལྟར་ཡིན། ། འོན་ཏེ་བདག་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་  
 བདག་རི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་རྟའི་རོ་བོ་བ་ལང་གི་རོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ལྟར། དེ་  
 བཞིན་དུ་བདག་མེད་པ་འདི་བདག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར།  
 དངོས་པོ་འདི་རོ་བོ་མེད་འདི་ནི། །རི་ལྟར་བྱེད་པོ་བ་པོར་རིགས། །གང་ཕྱིར་  
 མོ་གཤམ་དག་གི་བྱ། །བྱེད་པོ་བ་པོར་མ་ཡིན་བཞིན། །བྱེད་པ་པོ་དང་། བ་  
 བ་པོར་ཡང་དེ་ནི་རིགས་ཏེ། རང་བཞིན་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དཔེར་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་ལ་སྐྱེ་རི་ལྟར། །དེ་ལས་

ཉམས་པར་འགྱུར་ཅི་ལྟར། །མཁའ་ལ་མེ་རྟོག་མེད་པ་ལ། །རི་ལྟར་སྐྱེ་འཇིག་  
 བརྟགས་པ་བཞིན། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུར་བདག་མེད་པའི་བདག་ལ་འགྲོ་བ་མ་  
 ལུས་པ་སྐྱེ་ཞིང་འགག་པ་རི་ལྟར་འགྱུར། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རི་  
 ལྟར་རྣམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན། །སྐྱེ་བ་དང་། འགག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ཡུལ་དག་ལ། །རི་སྤྱིད་སྒྲོའི་ནི་འཇུག་གྱུར་བ། །  
 སྒྲོ་ཡིས་བརྟགས་པས་སྒྲོ་བརྟགས་ཕྱིར། །དེ་སྤྱིད་གཅིག་ལ་སོགས་པར་  
 འདོད། །དངོས་པོ་ཉིད་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟེ། ཡུལ་དེ་  
 ལ་དུས་རི་སྤྱིད་དུ་སྒྲོ་འཇུག་པར་གྱུར་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་  
 རྟོག་པ་འགྱུར་བར་འགྱུར་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཅིག་ཉིད་མེད་དུ་ཟེན་གྱང་  
 སྒྲོས་བརྟགས་པས་སྒྲོ་བརྟགས་རྣམས་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་བརྗོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པ་ལས། །གང་ཆེ་སྒྲོ་ནི་ལོག་གྱུར་  
 བ། །དེ་ཆེ་སྒྲོ་ནི་ཡུལ་མེད་ཕྱིར། །སྒྲོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བ་ཉིད། །ངོ་བོ་དང་  
 བཅས་པ་འམ་ངོ་བོ་མེད་པར་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་དག་  
 གཉི་ག་ཡང་མེད་པའི་བདག་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་  
 ལས་གང་གི་ཆེ་སྒྲོ་ལོག་པར་གྱུར་ཅིང་། །སྒྲོའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་  
 གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་དེ་ནི་དེ་ཁོ་  
 བ་ཉིད་དེ། ཐམས་ཅད་དུ་གང་གིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་ཉེ་བར་ཞི་  
 བར་གྱུར་པ་ཡིན་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དག་དང་སྒྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པའི་དེ་ཁོ་  
 བ་ཉིད་ནི་དེ་ཁོ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་ཀྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀུན་དུ་བརྟགས་པའི་

བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒར་བསྟན་པའི་སྒྲིན་རྣམས་ཡོད་པར་འགྱུར་  
བ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱུ་མེད་པ་བྱིན་ནས་ཉལ་བའི་བྱེད་མེད་བཞིན་ནམ། ལྷན་  
པོ་ཐ་མར་གྱུར་པ་ཞིག་ལ་བ་ལང་གི་ཤན་པས་དབང་པོ་བཅོལ་བ་བཞིན་ནོ། །  
དེ་ལྟ་བུ་ན་རི་སྐད་བསྟན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་གཞོད་པ་མེད་པར་གནས་པ་  
ཡིན་ནོ། །དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རིག་བྱེད་ཀྱི་  
མཐའ་རྒྱ་རྒྱ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་དབྱེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་དབུ་པ།

དེ་ནས་ད་ནི་དབྱེད་པ་ཅན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་  
འཇུག་པས་ལེ་ཏུ་དབུ་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་མ་པར་བྱ་སྟེ། རོ་ཆ་མེད་པ་  
ཁ་ཅིག་ནི། །བྱང་གྲོལ་ལེགས་ལམ་བསམ་གཏན་དང་། །ཤེས་ལ་སྐྱར་  
འདེབས་བྱ་བ་ཅུ་མ། །བདག་གིས་དེ་ནི་ཐོབ་པར་སེམས། །རིག་བྱེད་ཀྱི་  
མཐའ་རྒྱ་བ་ཉིད་ལས་གཞན་པ་དབྱེད་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བས་རིག་བྱེད་ལ་གང་  
སྒྲིང་བ་ནི་རང་བྱུང་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཏགས་ནས་  
ཐར་པ་འཛོལ་བའི་ལམ་བཟང་པོ་གང་ཡིན་པ་དང་། བསམ་གཏན་དང་།  
ཤེས་པ་དང་། གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་འགལ་བས་སྐྱར་པ་འདེབས་

ཞིང་མཆོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པ་བྱ་བ་འབའ་ཞིག་བྱང་གྲོལ་འཐོབ་པར་འགྱུར་  
 རོ་སྦྱུང་དུ་སེམས་ཞིང་བསྐྱུས་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ངོ་  
 ཚ་དང་བུལ་བར་བྱས་ནས་བྱས་པའི་ཤྱགས་བཞི་བཅུ་ཙམ་བརྒྱད་གྱིས་བཅ་  
 ཟེ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྒྱས་པར་བཟོད་དོ། །དེ་ལ་དང་པོ་མངལ་ཉི་བར་  
 སྒྲངས་པའི་དུས་སུ་མངལ་གྱི་སྒྲ་བ་དང་པོ་ལ་ཨོ་ཁུབ་འཇུག་མངའ་ཡིན་ནོ། །  
 ཏུ་སྦྱས་གཟུགས་སྦྱངས་སོ། །ཆངས་པས་ས་གཙོད་པར་བྱེད་དོ། །སྦྱོ་  
 དགྲའི་བདག་པོས་ནི་མངལ་སྦྱངས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་རྣམས་ཀྱན་གྱིས་  
 མངལ་དུ་འགོད་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་རྣམས་ཉིད་གྱིས་སྦྱོང་ཞིང་འཆོ་བར་བྱེད་  
 དོ། །དེ་རྣམས་དང་ལྷ་ཐ་སྐྱར་གྱིས་མངལ་རྫོགས་པར་སྦྱར་བར་བྱེད་དོ། །སྒྲ་  
 བ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་ནི་སྦྱོས་བྱའི་ཆ་བྱད་དུ་བྱས་པས་སོ། །སྒྲ་བ་  
 དུག་པ་ལ་ནི་གཙུག་ཏྲར་དབྱེ་བ་བྱས་སོ། །སྦྱོས་པའི་དུས་ན་ཆོ་ག་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱངས་པ་དང་། སྦྱོས་མ་ཐག་ཏུ་མར་དང་སྒྲང་ཅི་སྒྲངས་པ་དང་། ཉི་མ་  
 བཅུ་པ་ལ་མིང་བཏགས་པ་དང་། སྒྲ་བ་བཞི་པ་ལ་ཉི་མ་བསྟན་པ་དང་། དུག་  
 པ་ལ་བས་བྱིན་པ་དང་། ལོ་གཅིག་གམ་སྒྲ་བ་གསུམ་ནས་གཙུག་ཕྱད་  
 བཅིངས་པ་དང་། མངལ་དུ་ཁྱགས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། ལོ་བརྒྱད་ན་སྟ་གོན་  
 དུ་གནས་ཞིང་བརྟུལ་ཁྱགས་ལྷ་དང་ཉི་བའི་བརྟུལ་ཁྱགས་ལྷ་སྒྲངས་པ་དང་།  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་བརྟུལ་ཁྱགས་ལྷ་མཉན་པ་དང་། ཨ་པོ་ཉི་ལྔ་དང་། མེ་ལ་  
 བྱ་བ་རྣམས་དང་། བཟའ་བ་རྣམས་དང་། སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་  
 པ་དང་། དུས་གསུམ་དུ་འཐོར་འཐུང་བྱ་བ་དང་། བསྐྱུས་པ་དང་། མཆོད་

སྦྱིན་དང་། ཉེ་རིག་དང་། རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་། གཞུག་པ་དང་། རིག་བྱེད་  
 རྫོགས་པར་བསྐྱགས་པ་དང་། བག་མ་སྦངས་པ་དང་། བཞི་པ་བྱས་པ་དང་།  
 སྦྱིན་སྦྱིག་དང་། མེ་བསྐྱུངས་པ་དང་། མེ་ལ་སྦྱིན་སྦྱིག་བྱེད་པ་བསྟན་པ་  
 དང་། རྒྱ་བ་གཅིག་ལོན་ནས་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་པ་དང་། གྲོལ་སོང་བཅིངས་  
 པ་དང་། རྒྱ་བ་བཞི་པའི་ཉི་མ་སྒྲོག་པའི་དང་པོ་ལ་ཉེར་གནས་གྱི་ལས་དང་།  
 བརྒྱད་པ་གསུམ་པ་བྱས་པ་སྟེ། ལོ་མ་དང་། འོ་མ་དང་། །༩།དང་། རྩར་  
 བས་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་བྲམ་ཟེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
 རྟུགས་བཞི་བཅུ་ཅ་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་དང་། བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་  
 བཞིན་དུ་འབྱུང་དང་། གྲོལ་སོང་དང་། མར་དང་། རྒྱུང་མ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 ལས་རྣམས་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ལམ་ལས་གཞན་གྱིས་གྲོལ་བ་འཐོབ་  
 པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུང་ལས་འབྱུང་ངོ་། ། རིག་བྱེད་ལས་བསྟན་  
 པའི་སོ་བ་དང་། གྲོལ་སོང་དང་། མར་ལ་སོགས་པས་མཆོད་སྦྱིན་བྱ་བ་  
 དང་། རྟུགས་བྱའི་དགྱིལ་དུ་རྒྱུང་མ་སྦང་ཞིང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ལས་གཞན་  
 པའི་ཐར་པ་འཐོབ་པའི་ཐབས་ནི་མེད་དོ། །རི་ལྷར་ཤེས་ཤེས། རིག་བྱེད་གྱི་  
 ལུང་གི་ལུགས་ཆད་མར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རིག་བྱེད་ལས་ནི་དཀར་མོ་དང་  
 འབྲུ་རྣམས་གྱིས་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་པར་འགྱུར་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་གང་ལ་ལོ་  
 གསུམ་ཐུབ་པའི་སོ་བ་བྱིམ་ན་སྤྲས་ནས་ཡོད་པའམ། དེ་བས་ལྷག་པར་ཡོད་  
 པ་ནི་ལས་བྱེད་རྣམས་གྱི་འཆོ་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་ཉི་མའི་  
 མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པར་འོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོན་ཏོ། །གྲོལ་སོང་བཅིངས་པ་

ཡང་བསྟན་ཏེ། བར་གྱི་དུས་ལ་བབ་པ་ནི། །བྱོལ་སོང་དུག་གམ་བདུན་སྒྱར་  
 གྲ། །རྟ་ཡིས་གཙང་མའི་ཆོག་ཡིན་ནོ། །ཅུང་ལ་བྱོལ་སོང་གསུམ་གྱི་སོ། །  
 རེ་རེ་ལ་ཡང་གོང་གི་མི། །བྱོལ་སོང་བཅུ་དྲུག་བཅུ་དྲུག་སྒྱིན། །ཆོ་ག་བཞིན་  
 དུ་མཆོད་སྒྲོང་གཟུགས། །བར་དུ་བཅུ་དང་བདུན་སྒྱིན་གྲ། །ཞེས་བསྟན་  
 ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབྱིད་ནི་ཀ་པེ་ང་ལ་གསལ་པར་བྱ་ཞིང་། སོ་ག་ཀ་ར་  
 གསལ་པར་བྲ། །དབྱར་ནི་ཏི་ཏི་རི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྒྱེས་བྱ་  
 ཡང་བྱོལ་སོང་ཉིད་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ཤིང་སྒྲིས་པ། བམ་བེ་ལ་ནི་བམ་  
 བེ་བསད། །རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་ནི་རྒྱལ་རིགས་བསད། །མ་རུ་དག་ལ་རྩེ་རིགས་  
 ཏེ། །དཀར་ཐུབ་དག་ལ་དམངས་རིགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 ལོ་གསུམ་ལོན་པའི་མར་དག་ནི། །མཆོད་སྒྱིན་བྱ་བར་འོས་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་ནི་རྩེད་པར་མ་གྱུར་ན། །བ་དཀར་མར་གྱི་དོན་དུ་བཞོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྒྱུང་མ་སྒྲངས་པའི་འབྲེལ་སྒྲིས་པ། གོ་ཏམ་བྱད་  
 མེད་མེ་ཉིད་ཡིན། །དེ་ཡི་ཉིར་གནས་ཐབ་ཁུང་ཡིན། །དེར་རྒྱེས་སྒྱུ་ནི་དུ་བ་  
 ཡིན། །དེའི་ནང་ཞུགས་པ་སོལ་བའོ། །དེ་ཡི་ཁུ་བ་མེ་སྟག་ཡིན། །དེ་སྟ་  
 བྱ་ཡི་མེ་འདི་ལ། །རྒྱེས་བྱ་སྟ་ཡི་ས་བོན་བསྟེག། །སྒྱིན་སྟེག་དེ་ལས་རྒྱེས་བྱ་  
 འབྱུང་། །དེ་ལས་འཆོ་བར་འབྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་བཟུལ་གྱིས་བྱེད་པའི་དུས་སུ་ཁྱོས་རྒྱུང་མ་ལ་འདི་སྐད་སྒྲི་བར་བྱ་  
 རྟེ། །ཁྱོད་ཀྱི་ཉེ་གནས་སྒྲང་རྩིས་བྱུག་པར་བྲ། །འདི་ནི་རྒྱེད་གྱུའི་བདག་པོ་  
 ཁ་གཉིས་པ། །གང་ཕྱིར་རྒྱེས་བྱ་རྣམས་ནི་འབྱུང་འབྱུར་ཕྱིར། །ཀྱུན་གྱིས་



མཐོང་བྱ་མིན་ནོ་ལྷ་མོ་ཁྱོད་སྤྲུལ། དེ་བཞིན་དུ་བྱ་མའི་ཉེར་གནས་སྤང་ཅིས་  
 བྱུགས་ནས། དེ་ནི་ལྷེ་ཡིས་སྤང་བ་བྱ་སྟེ། སྐྱེ་དགུའི་བདག་པོའི་ཞལ་གཉིས་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་པོ་མཆོན་དབང་སྤྱུག་ཆེན་པོས་དེའི་ནང་དུ་  
 བསྐྱབས་པ་ལས་བདུད་ཅི་འབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ན་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་  
 པས་སྐྱེ་དགུའི་བདག་པོའི་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་འདི་ནི་བདུད་ཅིའི་ཚུ་  
 ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷ་བྱ་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་བྲམ་ཟེ་ཡིན་ནོ། །དེ་བྲམ་ཟེ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བྲམ་ཟེ་ཡིན་ནོ། །གང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་སྐྱེས་པ་དེ་ནི་དམངས་རིགས་  
 སོ། །དེ་ནི་དམངས་རིགས་སོ། །དེ་ནི་དམངས་རིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་དུང་གི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྲན་སྤྲེའི་ཅེ་མོར་སྒྲན་ཞིང་། རུས་  
 སྤལ་གྱི་མཁྱིམ་པས་མོ་མཆོན་གྱི་སྒོ་བསྐྱས་ལ། དེ་ནས་འབྲིག་པ་སྐྱོད་པའི་  
 མལ་དུ་ཁྱིད་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་བསྐྱལ་ཏེ། བསང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་བྱའོ།  
 དེ་ན་པན་ཚུན་འབྲིག་པའི་རུས་སུ་འདི་སྐད་སྤྲོས་སྟེ། མེ་ནི་བསྐྱེག་བྱ་སྟེ་  
 འདྲིགས་པས་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྐྱེག་པར་བྱེད་  
 པས་སྤྲོ་ཆོགས་རིག་པར་བྱེད་པའི་མཆོད་སྦྱིན་འདི་ནི་མཛེས་པར་བྱས་སོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཅེ་མོར་བྱེད་པར་བྱེད་པས་མེའམ། ཡུད་ལ་སྐྱོད་པ་ཡིན་  
 པས་མེའོ། །སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི་ལེགས་པའི་དོན་  
 དུ་ལྷའི་བྲང་སྒོང་ལའོ། །མི་རྣམས་རིག་པར་བྱེད་པ་མེ་ལ་མཆོད་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལ་མེ་ནི་བསྐྱེག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལོ་སྟོང་གི་བར་དུ་ཀྱ་དུའི་མཆོད་  
 སྦྱིན་བྱས་པ་ཡང་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེག་པར་བྱེད་པས་ན་སྐྱེག་པར་བྱེད་

པའོ། །སྒྲ་ཚལ་ས་དེ་ནི་དག་པའོ། །རྣམ་པར་རིག་ཅིང་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱན་ཏུ་རིག་པར་འབྱུང་བར་འབྱུར་བས་སྒྲ་ཚལ་ས་རིག་པར་བྱེད་དོ། །  
 དེ་ནི་སྒྲ་ཚལ་ས་རིག་པར་བྱེད་པ་སྟེ། སྟེག་པར་བྱེད་པའི་མེ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་  
 སྐབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱ་བའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མཆོད་སྦྱིན་འདི་ནི་མཆོད་  
 སྦྱིན་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུག་ཅིག་གི་དོན་དུའོ། །དེ་ལ་སྦྱིན་པའི་མིང་ཅན་ནི་བདུན་  
 ཏེ། དེ་ཡང་ཕྱི་རོ་ཐ་མ་དང་། སྒྲོ་དང་པོ་ལ་གཏོར་མ་གཏང་བ་དང་། སྒྲོད་  
 གྱི་ནང་དུ་བཙོ་བ་དང་། བརྒྱད་པ་ལ་གཞོད་པ་དང་བསྟེན་རྫས་བདུན་མཆོད་  
 སྦྱིན་གྱི་དུས་སུ་བཞག་པ་དང་། མེ་ལ་སོགས་པ་གང་མེར་བསྟེན་པར་བྱ་བ་  
 རྣམས་དང་། ཉི་ཤུའི་དུས་སུ་མཆོད་སྦྱིན་དང་། ལྷ་བ་བཞི་པ་འདས་པའི་  
 དུས་ཀྱི་ཉི་མ་ལྟོག་པའི་དུས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་། བྱོལ་སོང་བཅིང་བའི་བར་དང་།  
 སྐྱད་པ་ལ་བརྒྱས་པའི་རྟོར་བྱ་དང་། ལྷ་བ་ལ་གནས་པ་བདུན་དང་། མེ་ལ་  
 བསྟེན་པར་བྱ་བ་དང་། མེ་ལ་བསྟེན་པ་ལས་ལྡང་བ་དང་། འབའ་ཅ་དཔེ་  
 ལ་དགོས་པ་བཙུ་བྱ་དང་། རུབ་མོའི་ཐུན་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 མཆོད་སྦྱིན་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུག་ཅིག་པ་འདིའི་དོན་དུའོ། །མཛེས་པར་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་མཛེས་པ་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་སྟེ་མཛེས་པར་བྱེད་པའོ། །ཏྲ་  
 རུང་གི་བྱེད་པ་པོ་ནི་མའི་སྟ་ཡིན་པས་དེའི་བདག་པོ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱ་  
 བ་ཡིན་པས། མཆོད་སྦྱིན་འདི་ནི་ལེགས་བྱའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱའོ། །ཡང་དེ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲས་པ་རྩ་ནི་བཞིའོ། །འདིའི་རྒྱང་པ་ནི་གསུམ་མོ། །མགོ་བོ་ནི་  
 གཉིས་མོ། །ལག་པ་ནི་བདུན་མོ། །དེ་འདིར་གསུམ་ནས་བཅིངས་ལ་བྱུ་

མཆོག་འདི་ན་ང་རོ་འདོན་ཏི་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རྩ་བཞི་ནི་རིག་བྱེད་བཞི་སྟེ།  
 སྙན་དངགས་དང་། མཆོད་སྦྱིན་དང་། སྤྱིད་སྦྱང་དང་། དེས་བརྗོད་ཅེས་  
 བྱའོ། །དེ་ལ་རྩ་དང་པོ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་འདི་ལྟར་སྙན་དངགས་མང་པོས་མེ་  
 ལ་བསྟོད་པ་དང་པོར་མཆོད་སྦྱིན་ལ་པན་ནོ། །ལྟའི་ནང་ན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
 བ་བསྐྱེད་སྦྱིན་གྱི་གནས་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་སྟེ། གསུང་རབ་འདི་དག་གི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ལོ་མ་ཅན་དང་ཤིང་  
 །ལྷན་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་རིགས་རྣམས་ལ་  
 མངོན་པར་ཞུགས་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་ལས་ཏེ། དེ་ནི་འདི་སྐད་  
 དུ་མཆོད་སྦྱིན་ལ་སྦྱོང་འདོད་དོ། །སྦྱོང་འཕེལ་བར་བྱའོ། །འབྱུང་བ་ལ་  
 གནས་ཤིང་འཇུག་པ་པོ་ལ་གནས་པའི་རིགས་གྲིས་སྦྱོང་གྲིས་ཉི་མ་འཐོབ་  
 བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། ཇི་ལྟ་ལ་དང་། ཀན་ལྟ་དང་། ཉི་མ་  
 བྱེད་པ་དང་། ཀ་ཐ་དང་། ཀ་ལ་བ་དང་། ཉི་ཉི་རི་ལ་སོགས་པ་གསུང་རབ་  
 འདིའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ། །མཆོད་སྦྱིན་འདུས་བྲས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱི་རྩ་  
 གསུམ་པ་ལ་མངོན་པར་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ནི་སྟེ་བ་སྦྱོར་སྦྱར་ལེན་པ་སྟེ།  
 རིམས་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མེ་ཚུར་སྦྱོན་སྟེག་རྣམས་བྱིན་གྲིས་  
 བརྒྱབས་པ་གསོལ་ཅིག །སྟེག་པར་བྱེད་པའི་འདོད་པ་རྣམས་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གྲང་སྤྲུལ་དང་། སང་རྒྱ་ཡི་དང་གོ་  
 ཐུམ་དང་། ན་ར་ཡ་ནི་ལ་སོགས་པ་གསུང་རབ་འདིའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ། །  
 ལས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྩ་བཞི་པ་ལ་མངོན་པར་བྱེད་དོ། །དེས་བརྗོད་

གྱི་མཁན་པོ་ན་རེ། ལྷ་མོ་མཛེས་མ་བདག་ལ་མངོན་པར་བརྟེ་བར་གྱིས། །  
 ལྷ་ཡི་ལྷ་ཡིས་འཛིགས་པར་མེད་པར་གྱིས། །བདག་གི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 རབ་ཏུ་སྐྱབས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་མའི་ལས་ཞི་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་མངོན་སྲོད་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་  
 བྱི་གཅིག་ཡིན་ནོ། །འདིའི་རྒྱུ་པ་གསུམ་ནི་དུས་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནོར་  
 ལྷ་ནི་བརྒྱད་དེ་ཡི་གོ་བརྒྱད་སྟུར་ལེན་པར་བྱེད་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཐོ་རངས་  
 དུས་སུ་ཐོད་པ་བརྒྱད་དུ་ཁུར་བ་བརྒྱད་བརྒྱད་བཞག་པ་དང་། མཆོད་པ་  
 བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དག་པོ་ནི་བཅུ་གཅིག་སྟེ་ཡི་གོ་བཅུ་གཅིག་  
 པའི་གསུམ་སྟགས་ཀྱི་སྟེན་སྲོར་དང་། གསུམ་སྟགས་ཀྱི་དབྱངས་དང་།  
 ཐོད་པ་བཅུ་གཅིག་གིས་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་དུས་སུ་མཆོད་དོ། །ཉི་མ་བཅུ་གཉིས་  
 ཏེ་ཇ་ག་ཏི་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེན་སྲོར་ཡི་གོ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཇ་ག་ཏིའི་དབྱངས་  
 དང་། ཐོད་པ་བཅུ་གཉིས་དང་བཅས་པས་ཕུན་གསུམ་པའི་དུས་སུ་མཆོད་  
 དོ། །ཡང་ན་སྦྱིན་སྟེན་བྱས་པའི་མེའམ། བྱོང་པའི་མེའམ། ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 མེ་ནི་རྒྱུ་པ་གསུམ་ཞེས་བྱའོ། །མགོ་བོ་གཉིས་ནི་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པ་དང་  
 དེའི་ཆུང་མའོ། །མཆོད་སྦྱིན་མེད་པ་ནི་གང་ཆུང་མ་མེད་པའོ། །རྗེ་འུ་རིགས་  
 ཀྱི་བྱ་བ་བཅུ་དྲུག་མེ་དང་ལྷ་བ་ལ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆུང་མས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་ལ་  
 སྦྱིན་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་མགོ་བོ་གཉིས་ནི་ཡི་གོ་ཨོ་དང་དབྱངས་ཀྱི་སྟེན་  
 སྲོར་ཞེས་བྱའོ། །ལག་པ་བདུན་ཀྱི་སྟེན་སྲོར་བདུན་ཏེ། དེ་ལ་ཡི་གོ་དྲུག་  
 པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྟེན་སྲོར་ནི་དུས་དྲུག་གོ། །ལྷ་སྟེན་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེན་སྲོར་

ཡི་གེ་བདུན་པ་ནི་བྲང་སྒྲོང་བདུན་ཡིན་ནོ། ། ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་ནི་རྗེས་སུ་  
 བསྐྲུགས་པ་ཞེས་བྲ་བའི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཏེ་ཞོར་ལྷ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། ། ཡི་གེ་དགུ་  
 བའི་སྒྲེབ་སྒྲོར་གྱི་ཏ་ཏེ་ཞེས་བྲ་བའི་གཟའ་དགུ་ཡིན་ནོ། ། ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་  
 སྒྲེབ་སྒྲོར་སྒྲེང་བ་ཞེས་བྲ་བའི་སྒྲོགས་བརྒྱ་ཡིན་ནོ། ། ཡི་གེ་བརྒྱ་གཅིག་པའི་  
 སྒྲེབ་སྒྲོར་གསུམ་བསྐྲུགས་ཞེས་བྲ་བའི་བྲག་པོ་བརྒྱ་གཅིག་ཡིན་ནོ། ། ཡི་  
 གེ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ང་ག་ཏེ་ཞེས་བྲ་བའི་ཉི་མ་བརྒྱ་གཉིས་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་དག་ནི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ལག་པའོ། ། གསུམ་ནས་བཅེངས་ཞེས་བྲ་བའི་  
 སྒྲིང་ཁ་དང་། མགྱིན་པ་དང་། མགོ་བོ་གནས་ཏེ། དག་ཁྱུ་མཆོག་གི་ཡི་གེ་  
 ཡོ་འདིའོ། ། འདི་ག་ཏེན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པས་ཁྱུ་མཆོག་གོ། ། དར་རོ་  
 འདོན་ཞེས་བྲ་བའི་ནང་དུ་སྒྲ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྲ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། ། ཆེན་པོ་ཞེས་  
 བྲ་ནི་ཁྱབ་འཇུག་དང་བདེ་བྱེད་དང་། ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་  
 དབང་ལྷག་ཡིན་ལ། དེ་དག་པས་ཀྱང་ལྷག་པར་གྱུར་པས་ན་ཆེན་པོའོ། །  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པ་དང་མངའ་བདག་ཏུ་གྱུར་པས་ན་ལྷ་ཆེན་པོའོ། ། འདི་ག་ཏེན་  
 འདི་འི་འཆི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྲ་བའི་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་གནས་  
 པའི་མཐར་ཐུག་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་ནས་གནས་ཞེས་བྲ་བའི་ཐ་  
 ཆིག་གོ། ། དེ་ལྷ་བྱའི་རིག་བྱེད་ལས་བསྟན་པའི་འབྲུ་དང་། ཁྱོལ་སོང་དང་།  
 མར་དང་། རྩུང་མ་དང་འབྲེལ་པའི་བྲ་བ་དག་གི་འབྲས་བྱ་ནི་འཆི་བ་ལས་  
 ཐར་པ་དང་། སྒྲིག་པ་ལས་ཐར་པ་དང་། བྲམ་ཟེ་བསད་པ་ལས་ཐར་པ་སྟེ།  
 གང་ཏྱི་དག་པའི་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་པའོ། ། དེ་ལས་གཞན་པ་ཁྱོལ་སོང་



བཅིང་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་འཛིག་རྟོན་མངོན་པར་རྒྱལ་བར་འབྱུང་བའོ། །  
 དེ་ལ་མཐོ་རིས་འདོད་པས་མེ་ལ་སྒྱུན་སྒྲེག་མཆོད་སྒྱུན་བྱའོ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ།  
 མེ་ལ་སྒྱུན་སྒྲེག་ཅེས་སྒྲོས་པས་ནི་འབྱུང་དང་མར་གྱིས་མཆོད་པ་དང་། རྒྱུང་  
 མ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །བྱོལ་སོང་བཅིངས་པས་ནི་སྒྲེས་  
 བྱས་དག་པ་དང་། རྟ་ཡིས་དག་པ་དང་། བ་ལང་གི་ཆ་བྱད་དང་། མེ་ལ་  
 མཆོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོས་འོས་པ་དང་། རྒྱུང་བ་བ་དང་། བསྐྱེད་ཀྱང་པོ་ལ་  
 སོགས་པའི་མཆོད་སྒྱུན་བྱ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་དེར་སྒྲས་  
 ལ། མེ་བྱོད་ཀྱི་ཟས་ནི་བདུན་ནོ། །སྒྲེ་ནི་བདུན་ནོ། །བྲང་སྒྲོང་ནི་བདུན་ནོ།  
 །བྲིམ་ནི་བདུན་ནོ། །ཉིན་ཞག་བདུན་དུ་ལན་བདུན་དུ་བྱོད་མཆོད་དོ། །སྒྲེ་  
 གནས་བདུན་དུ་བྱོད་མར་གྱིས་ཆིམ་པར་བྱའོ་སྒྲུ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། མེ་བྱོད་  
 ཀྱི་ཟས་ནི་བདུན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བེལ་བ་དང་། བ་ལ་ཤ་དང་། ཨ་ཤུང་ཐ་  
 དང་། ལུ་དུམ་བུ་ར་དང་། ཨ་ཁྱ་དང་། འི་མི་དང་། མེང་ལྡེང་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྒྲེག་རྩལ་བདུན་བསྟན་པའོ། །སྒྲེ་བདུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲེབ་སྒྲོར་བདུན་ཏེ།  
 ག་ཡ་ཏི་དང་། ཨ་ཕྱི་དང་། ལུ་རུ་བ་དང་། འབྲི་ཏི་ཏི་དང་། སང་ག་ཏི་དང་།  
 ཏི་བ་དང་། ར་ག་ཏི་ཞེས་བྱའོ། །བྲང་སྒྲོང་བདུན་ནི་དབང་པོ་དང་། གསལ་  
 བ་དང་། སྒྲེ་ཅན་དང་། བདེན་ལྡན་མ་དང་། གསེར་ཅན་དང་། རྒྱུགས་ཅན་  
 དང་། ཀ་ལྷུ་ན་དང་། ས་ལ་ག་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཡང་ན་འབྲི་ཀྱ་དང་། ཨང་གི་  
 ར་ས་དང་། ལུ་ལ་སྒྲུ་དང་། ལུ་ལ་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཉིན་ཞག་  
 བདུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཨང་རྒྱུ་དང་། སྒྱུན་སྒྲེག་དང་། མེ་བསྟན་པ་དང་།



བྱམས་པ་རྒྱུད་ལྟ་དང་། མཉམ་སྒྲོལ་དང་། ཆངས་པ་དང་། མཐོང་སྟོན་ཞེས་  
བྱའོ། །ལན་བདུན་དུ་བྱོད་མཆོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་  
སྤྱིན་སྤྱིག་བྱ་བ་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་ནང་དུ་བཙོ་བ་དང་། འདོད་པ་བརྒྱད་དང་།  
དབང་དུ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱས་ལན་བདུན་དུ་མཆོད་པའོ། །སྤྱོད་གནས་བདུན་ནི་  
ས་དང་། རྩོད་དང་། ཞིང་དང་། ལྷགས་དང་། ལྷགས་གཟར་དང་། ལྷ་དང་།  
པརྒྱ་དང་། པརྒྱའི་འདབ་མ་ཞེས་བྱའོ། །བྱོད་མར་གྱིས་ཆིམ་པར་བྱའོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་མར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷ་སྟེ། མཆོད་སྤྱིན་གྱི་མེ་ལ་ལྷ་དང་རེག་པར་བྱེད་  
པ་སྟེ། བདེན་པས་བྱོད་ལ་དབང་བསྐྱར་བའོ། །རོ་རྣམས་གྱིས་བྱོད་ལ་  
ལྷགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ས་གནས་བདུན་དུ་བྱོད་མར་གྱིས་ཆིམ་པར་བྱའོ་  
ཞེས་རིག་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ལས་རབ་ཏུ་བྱགས་སོ།། དེ་ཡང་རི་ལྷོད། བསངས་  
སོགས་བྱས་ནས་དུར་བྱོད་པར། །སྤྱིགས་ལས་བསྟན་པའི་ཆོ་ག་ཅན། །ད་  
ནི་བསྟན་བཙོས་འདིར་དབང་བར། །ཤེས་པར་བྱ་ཡི་གཞན་འགའ་འང་མིན།  
།ཞེས་བསྟན་པས་གང་གྲངས་ཅན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་དང་། གཅེར་བྱ་བ་  
དང་། མེད་པར་སྤྱོད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སེར་སྤྱོད་  
དང་། གཟེགས་ཅན་དང་། གཅེར་བྱ་དང་། འཛིག་རྟེན་འདི་པ་དང་། སངས་  
རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཆོད་མར་གྱུར་པའི་སྤྱོད་བྱ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བསྟན་པ་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར། ཆགས་སོགས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉམས་  
པའི་སྤྱིར། །སྤྱོད་བྱའི་ཆོ་ག་ནི་བརྟུན་ཉིད་ཡིན། །རིག་བྱེད་སྤྱོད་བྱས་མ་  
བྱས་སྤྱིར། །དེས་ན་ཆོད་མར་གསུང་བར་བྱ། །སྤྱོད་བྱ་རྣམས་ནི་འདོད་

ཆགས་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། མ་རིག་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རོན་གཞན་དུ་རྣམ་པར་གནས་ལ་གཞན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 བ་ཆུ་ཁྲུང་འདྲིའི་འབྲེལ་ན་འབྲས་བུ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེན་པར་ཡང་  
 འགྱུར་ལ་བརྒྱ་ལ་ནི་བདེན་པར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུང་བཞིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུའི་ཆོག་ཆད་མ་མ་ཡིན་ན། ཆད་མར་གྱུར་པ་གང་ཞིག་ཡིན་  
 ཞེ་ན། རང་བྱུང་བའི་རིག་བྱེད་ཆད་མར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུས་མ་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་སྐྱེས་བུས་མ་བྱས་པ་ཉིད་རིམ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེད་པོ་  
 མི་བླན་པར་འདོད་ཕྱིར། །རིག་བྱེད་སྐྱེས་བུས་མ་བྱས་ལ། །བརྒྱད་ནས་  
 འོངས་པ་མ་ཆད་ཕྱིར། །དེས་ན་ལུང་ཡིན་དེ་མེད་ན། །མ་རུ་དང་ཇ་ག་ཉ་བ་  
 ལ་ཀ་ལ་དང་འབྲེལ་ས་དང་། ཨ་ལ་སོགས་པའི་ཐུབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རིག་  
 བྱེད་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རིག་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་  
 དང་ལུགས་མཐར་གྱི་ཐུབ་པ་སྤྲ་མའི་རྒྱད་ལས་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་ཤིང་།  
 བརྒྱད་ནས་འོངས་པ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལུང་ཞེས་བྱ་  
 བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདས་ཤིང་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་མེད་པ་སྟེ། རིག་  
 བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་ལུང་དེ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ན་ཡང་མཐོ་རིས་ནི་ཡོད་དོ། །  
 ཐར་པ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་ལུང་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་སོ། །སྟོན་མེད་པའི་ཆོས་  
 ཀྱང་རྟགས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དབང་པོའི་ཡུལ་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ན་ཡང་། རིག་བྱེད་གྱི་ལུང་ཉིད་གྱི་  
 ཆོས་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། རིག་བྱེད་ལས་

གཞན་དུ་ནི་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རིག་བྱེད་ཁོ་ན་ཆད་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གང་སངས་རྒྱས་པ་དང་བྱེད་བྱ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་  
 མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར། སྐྱེ་རྟག་དབྱངས་ཀྱིས་གསལ་བར་བྱེད། །དོན་དང་འབྲེལ་པ་རྟག་  
 པ་ཉིད། །དོན་ལ་རྟོགས་པ་དང་ལྷན་ལ། །རྟོགས་པ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །  
 སྐྱེ་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ལ། །དེ་ཡང་གནས་དང་བྱེད་པ་དང་། འབད་པ་  
 ལས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བའི་དབྱངས་ཀྱིས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་  
 བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་སྐྱེ་བཟོད་མ་ཐག་ཏུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ན་ཡང་། དེ་ལྷན་ཡང་གང་དོན་དང་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་བ་ལང་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་  
 རོག་དང་། སྒྲོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་དོན་དང་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་ལ་དོན་དུ་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱ་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་ཉིད་ལས་དོན་དུ་  
 ངེས་པར་འཛིན་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་གྱི་སྐྱེ་མེད་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ན་སྐྱེ་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་རིགས་པ་ཉིད་དང་ཆད་མས་ཀྱང་  
 ཡིན་ཏེ། ལན་ཅིག་འཇུག་ཕྱིར་གོམས་པའི་ཕྱིར། །ཕྱིས་ཀྱང་ཤེས་ཕྱིར་དེ་  
 བཞིན་དུ། །མཉན་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་སྐྱེ་ཉིད་བཞིན། །སྐྱེ་རྟག་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ། །སྒྲོག་ཤལ་དང་རྩ་མ་དང་རོག་དང་མིག་པ་དང་། རྩ་དང་ལྷན་པའི་རིལ་  
 བོ་ལ་ལན་ཅིག་བ་ལང་ཞེས་བཟོད་པ་ན་ཡིད་ཆེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 གྱི་བཟོད་པ་གཉིས་པ་ལ་སྒྲོས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གང་གི་ཕྱིར་རིག་

བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་ཤིང་འདྲིས་པར་བྱས་པ་  
 ལས་བརྗེད་པ་མེད་པ་འབྱོར་བས་དོན་དང་བཅས་པར་རྟག་ཏུ་སེམས་ལ་  
 གནས་པའི་སྤྱིར་དང་། སྒྲོན་མིང་དང་འབྲེལ་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དེ་ཡང་  
 སྤང་ཅིང་མཐོང་བར་གྱུར་པ་ན། ལྷ་སྤྱིན་དེ་ཉིད་འདི་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཤེས་པ་  
 འབྱུང་བའི་སྤྱིར་དང་། རྟག་ཏུ་ན་བའི་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི།  
 དབང་པོ་གཞན་གྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ལ་སྤྱི་ནི་  
 ཆོས་ཅན་ལོ། །རྟག་པ་ཉིད་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྟོམས་  
 པ་ནི་སྤྱོད་པ་སོ། །ལན་ཅིག་གིས་འཇུག་པ་དང་གོམས་པ་དང་། ཡང་ཤེས་  
 པ་འབྱུང་བ་དང་། མཉན་པ་བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་བཞི་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །  
 སྤྱི་ཉིད་བཞིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ཐ་དད་དུ་ཆད་ཅིང་གནས་  
 པའི་བ་ལང་སྒྲོན་པོ་དང་། སེར་པོ་ལ་སོགས་པར་དབྱེ་བ་ཡོད་ཀྱང་བ་ལང་  
 ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་མོང་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་  
 ལ། བ་ལང་གི་རྩལ་ནི་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་  
 རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། རྟག་ཏུ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཡང་  
 རྟག་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗེད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྷ་བྱ་ནི་རིག་བྱེད་གྱི་  
 ལུང་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་ཡང་སངས་རྒྱས་པས་ལུང་གི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་སོ་ཞེས་བཏགས་པ་དེ་ནི་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གང་གི་སྤྱིར། མངོན་སུམ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། །སྤྱི་ལས་བྱུང་དང་ཉིར་  
 འཇུག་བཅས། །དོན་གྱིས་གོ་དང་དངོས་མེད་པའི། །གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་

བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་དག་འདི་སྐད་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱས་ཏེ། འདི་ནི་  
 རྗེས་དཔག་ལས་ཐ་དད། །ཚད་མ་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་དེ་བཞིན། ། ཡང་ན་  
 གཅིག་དང་དུ་མའི་ཡུལ། །རྟོགས་པར་གྱུར་པ་རི་བཞིན་ནོ། །ལུང་ནི་རྗེས་  
 སྐད་དཔག་པ་ལས་གཞན་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་  
 མ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་མངོན་སུམ་ནི་དངོས་པོའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་གཅིག་གི་དོན་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། རྗེས་སྐད་དཔག་པ་  
 ནི་སྐྱེའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་དུ་མའི་དོན་རྟོགས་པ་  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལུང་ཡང་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་གི་དོན་དང་མཐོ་རིས་  
 ལ་སོགས་པ་དུ་མའི་དོན་ཡང་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར།  
 ལུང་ནི་རྗེས་སྐད་དཔག་པ་ལས་དོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་གཅིག་གི་དོན་རྟོགས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སྐད་དཔག་པ་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་དུ་མའི་དོན་རྟོགས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྟགས་  
 དང་འབྲེལ་པ་མ་མཐོང་བའི། །དངོས་དོན་སྟོ་ཡི་རྒྱ་ཕྱིར་རམ། །ཡང་ན་ཐ་  
 དད་སྟོ་བསྐྱེད་པའི། །རྒྱར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །མ་མཐོང་བ་ཡང་དེ་  
 ཡིན་ལ། །རྟགས་ཀྱང་དེ་ཡིན་པས་རྟགས་མ་མཐོང་བའོ། །དེ་དང་འབྲེལ་པ་  
 གང་ལ་མ་མཐོང་བ་དེ་ནི་རྟགས་དང་འབྲེལ་བ་མ་མཐོང་བ་སྟེ། གང་གི་ཞེ་ན།  
 མཐོ་རིས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་དོན་གྱིའོ། །གང་ལ་རྟགས་དང་འབྲེལ་  
 པའི་དངོས་པོའི་དོན་མ་མཐོང་བའི་སྟོ་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྟགས་དང་འབྲེལ་བའི་  
 དངོས་པོའི་དོན་མ་མཐོང་བའི་སྟོ་ཅན་ནོ། །དེའི་རྒྱུའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་འབྲེལ་པ་མ་མཐོང་བའི། །དངོས་དོན་སྒྲོ་ཡི་རྒྱ་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བའོ། །སྒྲོ་གང་ལ་ཐ་དད་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི། ཐ་དད་  
 པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་དག་སྒྲེ་  
 བའི་རྒྱ་རྒྱར་པ་ནི། ཐ་དད་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་དག་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་རྒྱར་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཐ་དད་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བའི་རྒྱར་རྒྱར་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལུང་ནི་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་ལས་གཞན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །སྒྲོན་མེད་པ་ཡང་བྱ་བས་གསལ། །ཐར་པའང་བྱ་བ་སྦྱབ་པར་བྱེད། །  
 མཁས་གང་ལྟ་བའི་བརྟུང་སོགས་ཀྱིས། །མཐར་བྱེད་པ་ལས་ངེས་པར་  
 རྒྱལ། །སྒྲོན་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །དེ་ཡང་  
 མཆོད་སྦྱོན་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བས་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །སྒྲོན་མེད་པ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པའི་བྱ་བ་དེ་ནི་ཐར་པ་སྦྱབ་པར་རྒྱར་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གང་  
 གི་ཕྱིར་ལྟ་བ་བརྟུང་བ་ལ་སོགས་པས་ཉེ་བར་མཆོན་པའི་བྱ་བ་དེ་དག་ཉིད་  
 ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་མཐར་བྱེད་པ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཞིང་འཆི་བ་མེད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར་ལྟ་བ་འབྱུངས་སོ། །འཆི་བ་མེད་པར་རྒྱར་ཏོ། །སྒྲེ་  
 བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་རྒྱར་ཏོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་རིག་བྱེད་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་སྦྱས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་དེ་ལྟ་བུར་རིག་བྱེད་ལ་སྦྱས་  
 པ་རྣམས་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དང་སྟོང་ལྟས་བསྟན་དམ་པས་འདོད། །ལམ་སྒྲིང་  
 བཟང་པོའི་རིག་དོན་འདི། །ཕྱི་རོལ་དམངས་རིགས་བུད་མེད་གཟུགས། །  
 འཛིན་པས་རིགས་ལྡན་གསུམ་འདི་སྤངས། ། ། ལྟ་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་



རྣམས་དང་། གཞན་དང་། འབའ་ཤིས་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསྟེན་པ་དང་། དམ་པ་སྟེ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པར་གྱུར་པ་འདི་ནི།  
 དུས་རིང་པོ་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་པས་སྟོང་པོའོ། །བཟོད་པར་བྱ་བས་ན་ལམ་  
 མོ། །དགའ་བ་བསྐྱེད་པས་ན་བཟང་པོའོ། །རིགས་པས་འཐད་པས་ན་རིགས་  
 པ་དང་ལྷན་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་བྱུང་མེད་ཀྱི་  
 གཟུགས་འཛིན་པ་དམངས་རིགས་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བས་ལམ་གསུམ་  
 པོ་དེ་སྟོང་བར་བྱེད་དོ། །སྟོན་དངགས་དང་། མཆོད་སྦྱོར་དང་། སྤྱི་སྦྱང་  
 ཞེས་བྱ་བ་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་གསུམ་ཡིན་པ་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཅན་  
 ཀྱི་དོན་ཡང་བསྐྱས་ཤིང་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་རྩ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ལ་གང་ཡོད་གཞན་ལ་ཡོད། །འདི་ལ་གང་མེད་འགའ་  
 ལའང་མེད། །ཆོས་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་ཡང་། །དེ་ཉིད་གཞན་ནའང་མཐོང་  
 བ་མིན། །གང་ཅུང་ཞིག་ཆོས་དང་འདོད་པ་དང་། དོན་དང་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་བཞི་པོར་བརྗོད་པ་རིག་བྱེད་འདི་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཉིད་གྲུབ་པའི་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། གང་ཡང་རིག་བྱེད་ལ་མེད་པ་དེ་ནི་མྱ་  
 རྟེན་གས་གཞན་གང་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཆོས་དང་། འདོད་  
 པ་དང་། དོན་དང་། ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་པོའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ནི་རིག་བྱེད་  
 འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གཏན་ཆིགས་སྤྱོད་བས་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱིས། །ལམ་གསུམ་པོ་ནི་སྟོན་འབྱེན་ཏེ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་གཙོར་  
 གྱུར་བྱིང་། །རང་གི་ལུགས་ནི་གསལ་བྱེད་གང་། །ལམ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བར་

གྲགས་པ་སྟེ། གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་སྟན་དབྱང་བར་མི་བྱ་སྟེ། རི་ལྷ་ཞེ་ན།  
 སྒྲིང་དང་ཤེས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས། ། ཡན་ལག་དང་བཅས་རིག་གསོ་བ། །གནང་  
 བས་བྱབ་པ་བཞི་པོ་ནི། །གཏན་ཆིགས་དག་གིས་གཞིག་མི་བྱ། །ཞེས་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞན་དག་ལྷགས་འདི་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་ལམ་  
 གསུམ་པོ་དེ་སྟན་འདོན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་བྱབ་པའི་མཐའ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ནི་མདོན་སྟུམ་དུ་མཐོང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །འོང་བ་རྐང་པའི་ཆོད་དཔགས་ཀྱིས། །ཉམ་ངའི་ལམ་དུ་རྒྱག་པ་  
 ལྟར། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་གཙོ་ར་འདྲིན་རྣམས། །ལྷང་བར་དཀའ་བ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །མིག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་རྣམས་རྐང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནོམ་ཞིང་གཡང་  
 སའི་ལམ་ནས་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་སྟེ་བ་རྣམས་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ཏེ། དེ་དག་ནི་ངན་འགྲོར་ལྷང་བ་ལས་  
 བརྒྱུག་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་ཁོ་པོ་ཅག་ནི་གཏན་ཆིགས་སྟེ་  
 བ་ཆད་མར་མི་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་  
 ཆིགས་སྟེ་བ་ཆད་མར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་འགའ་ཡང་ཀྱན་  
 མཐེན་མེད། །གང་ཕྱིར་འདི་ནི་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་མཐེན་པར་  
 སངས་རྒྱས་ལ། །བཏགས་ན་འདྲིག་རྟེན་གྱས་བྱའི་ཕྱིར། །དེང་སོང་འདི་ན་  
 ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་མེད་དེ། དམིགས་པར་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་  
 བྱ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་སངས་རྒྱས་ལ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 བཏགས་པ་ནི་དང་པོར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདྲིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཡིད་

ཆེས་པ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་ཡིན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་  
 རི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་ན་བདག་ལ་དད་པར་གྱུར་  
 རས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་ནས་བསྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་གསུང་ཡང་ཆད་མ་མིན། །བྱས་པའི་ཕྱིར་ན་གཞན་  
 བཞིན་ནོ། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་མཁྱེན་མིན། །སྐྱེས་བུ་ཡིན་ཕྱིར་  
 གཞན་བཞིན་ནོ། །བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཆད་པར་སྟོབ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཆོག་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡང་ཆད་མ་མིན་པ་  
 ཉིད་དོ། །སྐྱེས་བུ་ཉིད་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་པོའི་བུ་གཞན་དག་  
 བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་རི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་རི་  
 ཆོག་གི་དོན་ཏོ། །གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་གསུང་ནི་ཆད་མ་མིན། །ལྟ་བ་  
 གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་ཕྱིར། །རི་ལྟར་གང་སྐྱས་དེ་དེ་ལྟར། །གཅེར་བྱར་  
 གྱུར་པའི་ལྟ་བ་བཞིན། །སངས་རྒྱས་གསུང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །  
 དེ་ཆད་མ་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྟོམས་  
 པ་ནི་ཕྱོགས་སོ། །ལྟ་བ་གསུམ་སུན་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་  
 ཆོགས་ཏེ། །གསུམ་ལ་ལྟ་བ་ནི་ལྟ་བ་གསུམ་སྟེ། གྲུབ་པའི་མཐའ་གསུམ་  
 མོ། །དེ་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་ནི་ལྟ་བ་གསུམ་སུན་འབྱེན་པའོ། །གང་དང་  
 གང་ལ་ལྟ་བ་རྣམས་པ་གསུམ་སུན་འབྱེན་པ་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཆད་མ་མིན་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གཅེར་བྱར་རྒྱ་བའི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་  
 ཏེ། རྫོངས་པ་འཇིན་པ་མེད་པ་ཡང་མི་མཐུན་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་

ཡང་འདི་སྐད་གྲག་གོ། །མཆོད་འོས་ཀྱིས་རང་གི་འཁོར་འདུས་ཤིང་ཆོག་གས་  
 བ་ན་གངས་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལུ་སྟེགས་བྱེད་རྣམས་ལ་རང་གི་སྒྲོས་  
 བཏགས་པའི་བྱུང་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་བྱིན་ཟེན་པ་དང་། དེ་ནས་ཀྱིས་  
 ཆངས་པར་ཡང་བྱིན་པར་འགྱུར་བ་ན་དེས་དེ་ལ་སྦྱས་པ། ཆངས་པ་ཆེན་པོ་  
 བདེ་བར་བྱོན། །ཤིན་ཏུ་འབྱེ་བར་འདིར་འོངས་སོ། །བསྟན་བཅོས་ཐམས་  
 ཅད་བྱིན་ཟེན་པས། །ཁྱོད་ནི་རིག་བྱེད་འདི་ལོང་ཅིག །ཅེས་སྦྱ་བ་དང་།  
 བྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བས་ཉམས་པར་གྱུར་པའི་སྒྲོ་ཅན་གང་དག་སྦྱིན་བདག་  
 རྣམས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བྱིན་ཅི་ལོག་ལ་དགོད་པར་བྱེད་དེ། བཅ་ཟེ་ལ་ནི་སྦྱིན་  
 མི་བྱ། །ར་གསོད་མི་བཟད་ལས་བྱེད་ཅིང་། །ཁྱུས་བྱས་བྱུགས་ནས་བྱིམ་  
 བཞིན་དུ། །དེ་ཡི་ཟས་ཀྱིས་རྒྱགས་གྱུར་ནས། །སྒྲིག་པ་མང་པོ་དག་བྱས་  
 པས། །སྦྱིན་བདག་སྒྲིག་དེས་གོས་པར་བྱེད། །རི་ལྟར་རྒྱན་མ་ཟན་བྱིན་  
 པས། །དེས་མ་བརྒྱས་ཀྱང་འཆིང་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྦྱིན་བདག་འཆིང་བ་  
 རྟེ། །སྒྲིག་པ་བྱེད་ལ་ཟན་བྱིན་བྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་པ་  
 མེད་པར་སྦྱ་བར་བྱེད་ཅིང་། ལྟ་བ་གསུམ་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་  
 བྱ་ནི་སྦྱོགས་གཉི་ག་ལ་གྲགས་པའི་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟ་བྱ་ནི་  
 དཔྱོད་པ་ཅན་ཀྱིས་ཉེ་བར་བཀོད་པའི་སྦྱོགས་སྣ་མ་བཞིན་ལོ། །འདིའི་ལན་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སྦྱས་པ། སྒྲ་དོན་རིགས་པ་ཤེས་པ་ཡིས། །སྦྱོགས་  
 ལུ་ལྟར་བའི་དུག་སྦྱངས་ནས། །ཡང་དག་ཅི་བཞིན་ཆོལ་བྱེད་ན། །འདི་ལ་  
 འདི་ལྟར་དབྱེད་པར་བྱ། །གང་གི་བྱིར་རང་གི་ལྟ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་

ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་ངེས་དོན་ངེས་པར་འཇིན་པར་མི་རུས་  
 བས་དེས་ན་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བའི་དུག་མེད་པར་བྱས་ལ། སྒྲིའི་དོན་ཤེས་པ་  
 དང་རིགས་པ་ཤེས་པས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་དོན་དབྱུང་པར་བྱའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པས་བདག་ཉིད་ལ་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།  
 འདིའི་དབྱུང་པར་བྱ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བརྒྱད་ནས་འོངས་པས་མ་ཆད་ལ།  
 ལྷུང་ཉིད་ཡིན་པས་ལྷུང་ཞེ་ན། །ཀུན་གྱི་ལྷུང་ཡང་འགྲུབ་འགྲུར་བས། །ངེས་  
 པར་གང་གི་དེ་ཉིད་གཟུང་། །མཛད་ནས་རབ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན་པས་ན་བརྒྱད་  
 ནས་འོངས་པ་སྟེ། རང་གི་སྟོན་པའི་ཆོག་རྣམས་སུ་མའི་རྒྱུད་ལས་བྱི་མའི་  
 རྒྱུད་ལ་སྟེལ་བའོ། །དེ་མ་ཆད་པ་ནི་བར་དུ་མེད་པར་མ་གྱུར་པ་སྟེ། ལྷུང་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་རྩ་བའི་རྩ་བ་བརྒྱད་ཅུར་  
 འགྲུར་ལ། དེའི་ཐ་དད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་པ་དང་། འཇིན་པ་མེད་པ་  
 དང་། འཆོ་བ་དང་། ལོ་མ་ཅན་དང་། གཙང་སྤྱོད་ཅན་དང་། འབྲུག་པ་  
 དང་། འབྲུག་སེམས་པ་པ་དང་། དབྱི་གྲུ་གསུམ་པ་དང་། ཀོ་ལྷགས་  
 དུམ་བུ་ཅན་དང་། མཉམ་པར་སྦྱོད་པ་དང་། ལྷ་མཆོག་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
 མཆོག་སྦྱིན་ཅན་དང་། །གདུང་བ་ཅན་དང་། ལག་པ་གདུང་བ་ཅན་དང་།  
 རྒྱལ་པོར་སྤྱོད་པ་དང་། ཀུན་པོར་སྤྱོད་པ་དང་། མེ་ལོ་ཨ་ཏ་རི་དང་། རིགས་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། བཅིངས་ནས་འདུག་པ་དང་། འཁོར་ལོ་སྦྱོང་བ་  
 དང་། རི་ལ་གནས་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་བསོད་སྟོམས་ཅན་དང་། སྤང་པོའི་  
 རྒྱལ་མཆོན་ཅན་དང་། སྟོག་ཅན་དང་། བད་ཅན་དང་། ཏྲ་འདུལ་བ་དང་།

ཀ་ལན་ད་ཀ་པ་དང་། སྒྲིང་གཙང་མ་ཅན་དང་། སྒྲིང་མོས་རྒྱ་བ་དང་། ཡན་  
 ལག་ཐམས་ཅད་རལ་ཀའི་ནང་དུ་གཏུམས་པ་དང་། སྒྲིན་མ་ལྷག་པ་ཅན་  
 དང་། གསེར་ཅན་དང་། གྲུབ་པར་སྐྱ་བ་དང་། དབང་པོ་ཆེར་པོ་དང་། ཞ་  
 ཉི་ཅན་དང་། རྣམ་མཁའ་འབྱུང་དང་། ཤིང་རྩ་མང་པོ་ཅན་དང་། རོན་ཐམས་  
 ཅད་པ་དང་། བསམ་གཏན་ལ་དགའ་བ་དང་། ཆོས་ཅན་པ་དང་། ཟས་གྲང་  
 མོ་ཅན་དང་། སྤག་པའི་གོས་ཅན་དང་། སྤུ་བ་གཅིག་པ་དང་། བྱང་སྤྱོད་ཀྱི་  
 འགྲུལ་ན་གནས་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲུལ་ན་གནས་པ་དང་། དུང་གི་  
 སྐྱ་ཅན་དང་། ལྷ་རྩེན་སྤྱིན་མའི་བྱ་དང་། ལྷས་ལ་གཞོད་པ་མེད་པ་དང་།  
 ཀྱན་དུ་གཞོད་པ་མེད་པ་དང་། སྐྱ་ཆོག་མ་ལྷ་བ་དང་། ཀ་ཀན་འདའ་བ་དང་།  
 གཙོད་པ་དང་། ལྷའི་གྲོང་པ་དང་། གོས་མེད་པ་དང་། ས་ཁུངས་ན་གནས་  
 པ་པ་དང་། ལྷ་བ་སྤྱེད་པ་པ་དང་། ཆོས་སེམས་པ་པ་དང་། མ་ལ་གྲུས་པ་པ་  
 དང་། ས་ལ་གྲུས་པ་པ་དང་། ལྷ་བ་ཤར་བ་པ་དང་། ཉི་མ་ཤར་བ་པ་དང་། ལག་  
 པར་ཟ་བ་པ་དང་། སྒྲིང་གིས་འཛོལ་བ་དང་། འདས་པར་གྱུར་པ་དང་། འདས་  
 པར་མ་གྱུར་པ་དང་། བྱང་པོ་གསུམ་པ་དང་། གཉིས་པ་དང་། གསུམ་གྱིས་  
 འཛོལ་བ་དང་། འཇུག་པ་དང་། གྲངས་ཅན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཅན་དང་། འུག་པ་  
 པ་དང་། རྣགས་ན་གནས་པ་དང་། བེའི་ཁན་ས་བ་དང་། བ་ལ་ཁི་བྱ་བ་  
 དང་། ཆངས་པར་སྒྲིད་པ་དང་། སྒྲིད་པ་པོ་དང་། སྤྱགས་བདག་པ་དང་།  
 གོ་རྩ་མ་པ་དང་། ཞིབ་མ་ཅན་དང་། ཤིན་རྩ་ཁྲུས་བྱས་པ་དང་། མཆོད་འུའི་  
 འགྲུལ་ན་གནས་པ་དང་། འཛོལ་བ་པ་དང་། འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་དང་། ཐོག་



མ་པ་དང་། འཛོར་བྱེད་པ་དང་། བ་ར་རྒྱུ་པ་དང་། བ་ཤེའི་གྲངས་ཅན་པ་  
 དང་། བ་ཏན་ཇ་ལ་པ་དང་། ལྷ་མཆོད་པ་པ་དང་། གཞན་ལ་མི་འདུད་པ་དང་།  
 གོས་ཀྱི་དུམ་བུ་ཅན་དང་། འུག་པའི་གཞོག་པ་ཅན་དང་། ལན་གསུམ་དུ་  
 ཟུར་འབྲུག་པ་དང་། འགལ་བར་མི་བྱེད་པ་དང་། མེས་པོ་ཅན་དང་། མཁའ་  
 ལྷིང་བ་དང་། བྱིས་ཀྱི་ར་བ་ན་གནས་པ་པ་དང་། མཆོག་གི་མཆོག་པ་དང་།  
 གཅེར་བུ་གཉིན་གྱི་བུ་པ་དང་། འགོངས་བྱེད་པ་དང་། དགོ་སྦྱོང་བ་དང་།  
 ཀ་ཏ་ཡའི་བུ་དང་། ལྷག་སྦྱོང་གྱི་བུ་དང་། བ་ལང་གི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་  
 དང་། རི་དགས་ཀྱི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་། ཏྲི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་།  
 བྱིའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་། གསོལ་བ་མི་འདེབས་པའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་  
 དང་། ཞིབ་པོའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་། མེའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་།  
 གཞོན་ཀྱའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཅན་དང་། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་ཟུང་ན་ལས་འདས་  
 པར་སྤྲོ་བ་དང་། ཟུ་ལས་སྦྱིས་པའི་བྲེང་བ་ཅན་དང་། སེའི་གཏུན་རླུང་ཅན་  
 དང་། རྫོ་འཐག་པ་པ་དང་། ཡང་དག་པར་ཁྱུས་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་ཡང་  
 དག་པར་ལྟ་བ་དང་། སྦྱིས་ནས་དག་པ་དང་། ལས་ཀྱིས་དག་པ་པ་དང་། ཟུ་  
 ལ་གྱི་འཇུ་ལ་བྱེད་པ་དང་། དགོན་པ་པ་དང་། ས་དང་། ཟུ་དང་། མེ་དང་།  
 ཟུང་དང་། རྣམ་མཁའ་ལ་སེམས་ཡོད་པར་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བ་སུམ་  
 བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཙུ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བརྒྱད་ནས་འོངས་པ་རྒྱན་ཆད་པ་  
 མེད་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་གི་དམ་ཆོག་ལས་གྲགས་པའི་ལྷང་གི་  
 བསྐྱུགས་པ་བརྗོད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་དཔའ་བས་ཤོལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་

ན་ལུང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གྲུབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་དག་  
 ཐམས་ཅད་གྲུབ་ཏུ་བྱེད་མོད། སེར་སྒྲིམ་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ནི་འགལ་བ་  
 ཡང་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་གང་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་དེ་འགྲུབ་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལུང་གཞན་ཐོས་པར་གྱུར་པས་སྒྲོ་གཞན་བསྐྱེད་པར་གྱུར་  
 པའི་རྟོག་བ་རྣམས་འདི་ནི་རིགས་པའོ། །འདི་ནི་མི་རིགས་པའོ་ཞེས་ཅོད་པ་  
 འགྱུར་བར་འགྱུར་བས། གལ་ཏེ་རིགས་པས་རྟག་བཟོད་པའི། །ཆིག་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ལུང་ཡིན། །རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་དབྱུང་པར་བྱ། །ཕྱི་ནས་དེ་ཡིས་གང་  
 བསྟན་པའོ། །བརྒྱད་ནས་འོངས་པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་བདེན་དུ་བེན་ཀྱང་སྟོན་  
 པ་རང་གི་ཆིག་རིགས་པས་བརྟག་བཟོད་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཆིག་དེ་  
 ཉིད་རེ་ཞིག་འདི་ལྟར་སྟོན་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་རིགས་པ་གང་གིས་འདི་ལྟ་  
 བུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་བརྟགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། ཕྱི་ནས་ནི་དེའི་ཆིག་དོན་  
 ཅུང་ཞིག་དང་བཅས་པར་བསྟན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་། ཅི་བརྟག་བཟོད་པ་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་ཞེས་དབྱུང་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་མི་མཁས་པ་  
 འགའ་ཞིག་ནོར་བུ་མཆིང་བུ་ལ། ཡང་དག་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་  
 སེམས་པ་ལ། དེ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེད་པ་དང་བདར་  
 བ་ལ་སོགས་པ་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར། མཆིང་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ་བཞིན་  
 ཞེས་བསྐྱེད་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཡང་ལུང་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅིང་རྟོག་པ་  
 ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཡང་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་དང་བདར་དང་བཟོད་པའི་  
 གསེར་བཟང་པོ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་ནི་ལུང་ཡིན་ནོ་ཞེས་

བྱ་བའོ། །འདྲིའི་རིགས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་དེ་ཡི་གཉེན་པོའི་ཕྱིར། །  
 ཡེ་ཤེས་གྲོལ་བ་ཞེས་འདོད་དེ། །ནད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །སྒྲོན་  
 ཀྱིས་ནད་ལས་གྲོལ་བ་ཉིད། །ཡེ་ཤེས་ནི་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲུབ་  
 པའི་མཐའ་ཀྱན་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་མི་ཤེས་པའི་  
 མི་མ་ཐུན་པར་གྱུར་པ་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་  
 སོ། །རི་ལྟ་བུར་ཞེ་ན། །ནད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་ཀྱིས་ནད་ལས་གྲོལ་  
 བར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། བྱ་བས་གྲོལ་བ་  
 འཐོབ་པ་མིན། །བྱ་བ་ཡིན་ཕྱིར་ཞིང་ལས་བཞིན། །སྒྲོ་མ་ཡིན་ཕྱིར་བརྗོད་  
 བྱའི་ཕྱིར། །ཅུང་ཟད་དུས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་ཡང་། །འབྱུང་དང་། བྱོལ་སོང་དང་།  
 མར་དང་། ལྷང་མའི་འབྲེལ་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གྲོལ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐོང་གཤེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། སྒྲེས་བྱའི་ཆིག་གི་སྒྲོན་བཅས་ཕྱིར། །ཆོད་མ་  
 མིན་པར་འདོད་ཅེ་ན། །གསེར་རྟོག་ཤེས་སོགས་ཆིག་རྣམས་ཀྱི། །གཏན་  
 ཆིགས་ཉིད་ནི་མ་ངེས་འགྱུར། །འདྲིག་རྟེན་ན་སྒྲེས་བྱ་གང་དག་གི་ཆིག་ལ་  
 ཐེ་ཆོམ་ཟ་བར་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད་དེ། །རི་ལྟར་ལྟ་རྟོགས་འདྲི་ན་འབྲས་བྱ་  
 ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་ལ། །བརྒྱ་ལ་ནི་ཡོད་ཀྱང་སྲིད། །བརྒྱ་ལ་ནི་མེད་ཀྱང་སྲིད་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་གང་དག་གི་ཆིག་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བར་མི་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད་  
 དེ། །འདྲིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོད་མར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་  
 གསེར་ལ་སོགས་པ་རྟོག་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་

བ་ཉིད་ཡིན་པར་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། སྐྱེས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅི་ཚུ་  
 གླུང་གི་འབྲེལ་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲིང་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུའི་ཆིག་  
 ཆད་མ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གསེར་རྟོག་ཤེས་པའི་སྐྱེས་  
 བུ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་བཞིན་དུ་འདིའི་ཆིག་ཆད་མར་གྱུར་པ་ཉིད་གཅིག་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུ་སྐྱོན་  
 གྱིས་ཉམས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེས་བུའི་ཆིག་བརྒྱན་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ནི་བདག་མི་སྒྲིའི། ། འོན་ཀྱང་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ནམོ། །རིག་བྱེད་ནི་  
 འདིར་བྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་  
 སྟེ། འོན་ཏེ་བྱས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། །རིག་བྱེད་ཆད་མར་སྒྲུབ་ཅེ་ན། །གཏན་  
 ཆིགས་སྤྱན་མོང་མིན་ཉིད་དང་། །མ་གྲུབ་པ་ཡི་དོན་ཡང་ཡིན། །རིག་བྱེད་  
 ནི་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །རི་ལྟ་ཞེས་བྲིས་ན་དཔེ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གཏན་ཆིགས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སངས་  
 རྒྱུ་པ་ལ་ནི་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་གྲགས་  
 པས་དེ་གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྷང་  
 ལས་ཀྱང་། སྙན་དངགས་རི་ལ་སྙན་རིག་བྱས། །སྲིད་སྤྱང་རི་ལ་སྲིད་རིག་  
 བྱས། །སྐལ་ལྡན་གྱིས་ནི་ཕུག་རོན་ཅན། །ངེས་བརྗོད་ཨ་རྒྱུ་ར་སས་བྱས། །  
 ཞེས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ། རྗེས་སུ་བསྟན་ཡིན་སྐྱོན་མེད་དོ། །ཞེ་  
 ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འང་མ་བྱས། །སྐྱོན་གྱི་སངས་རྒྱུ་རྗོགས་སངས་རྒྱུ།  
 །རི་ལྟ་རྟོགས་དེ་གསལ་བྱས་ཡིན། །གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་

རིག་བྱེད་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱེད་འདོད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་འདི་ཡང་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས། བསྟན་པ་དེ་དག་ཉིད་ཡི་གེ་མང་ཅུང་མེད་  
པས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་ཡང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཀྱི་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་ཆད་མ་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་བཞི་པ།

བྱས་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་དཔག་པས། །སྒྲོགས་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་  
གཞོད། །བྱེད་པོ་མི་བླ་མ་གྲུབ་པས། །གཏན་ཆིགས་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ཉིད། །  
རིག་བྱེད་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རི་  
སྐད་སྒྲ་བར་ཡང་མི་བྱས་ཏེ། རིག་བྱེད་ནི་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། གངས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་རིག་བྱེད་  
མ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་མི་བླ་མའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་  
དགོན་པ་སྒྲོང་པ་ན་ཡོད་པའི་ཁྲོན་པ་བཞིན་དུ། བྱེད་པ་པོ་མི་བླ་མ་དུ་ཟེན་  
ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་བདག་དང་གཞན་ལ་དོན་མ་གྲུབ་པ་  
ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱི་བྱེད་པོ་  
སྒྲོན། སྒྲགས་དང་བཅས་པར་བྱུང་བྱུང་པས། །བྱེད་པོས་བྱས་ཀྱང་མ་བྱས་  
པར། །བྱེད་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་སྒྲོན་འདོད་པས། །གལ་ཏེ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་

སྒྲགས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་སྐྱེ་དགྲའི་བདག་པོ་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲགས་དང་ལྟན་  
 ཅིག་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དེས་བྱས་སུ་བྱེད་ཀྱང་མ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དེ་དང་ལྟན་ཅིག་བྱུང་བཅས་ཕྱིར། །སྐྱེ་བ་བྱན་པས་སྒྲས་པ་བཞིན། །  
 བསྟན་བཅོས་བྱེད་པོ་དང་བཅས་ན། །འདི་ལྟར་ཅི་ཕྱིར་སྒྲ་མི་བྱེད། །སྒྲགས་  
 རྒྱུ་མ་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་སྐྱེ་དགྲའི་བདག་པོ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་  
 འདི་འདིའི་བྱེད་པ་པོར་མི་འགྱུར། །རི་ལྟར་སྐྱེ་བ་བྱན་པ་ཅུང་ཞིག་སྒྲ་བ་དང་  
 བཅས་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་པ་ན་དེ་ལ་སྐྱེ་བ་བྱན་པས་བྱས་པ་ཞེས་རྗོད་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་སྐྱེ་དགྲའི་བདག་པོ་སྒྲགས་བརྗོད་པ་དང་  
 བཅས་པར་སྐྱེ་བར་གྱུར་པས་དེ་བྱས་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་མ་བྱས་པ་ཞེས་རི་  
 ལྟར་བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །རྟོགས་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་ཕྱིར་རམ། །དེ་  
 བཞིན་ཡེ་གའི་ལྷགས་ལྟན་ཕྱིར། །རིག་བྱེད་ཆོག་རྣམས་གཟུང་བྱ་མིན། །  
 བྱེད་པོ་སྐྱེས་བྱ་མིན་ནམ་ཅི། །རིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ནི་སྐྱེས་བྱས་བྱས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡི་གས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡི་གས་རྗེས་  
 སུ་པན་འདོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡི་གའི་ལྷགས་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་གངས་  
 ཅན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏེ། རི་ལྟར་འདིར། ལྷེ་བའི་ཕྱོགས་ན་གནས་པའི་  
 སྒོག་གི་རྒྱང་སྒྲིང་དུ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ན་སྒྲིང་ག་དང་། མགྱིན་པ་དང་།  
 མགོ་བོ་དང་། མཆོག་མ་དང་། སྒྲའི་ཅེ་མོ་དང་། སོ་དང་། མཆུ་ལ་སོགས་  
 པའི་གནས་རྣམས་ལ་བྱག་པར་གྱུར་པ་དང་། བྱེད་པ་དང་། འབད་པའི་རྒྱུན་  
 ཆོགས་པར་གྱུར་པས་ཀ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་བསྐྱེད་ནས། བདག་



དང་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཡི་གེའི་ཆ་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་  
 རིག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་གྲང་འབད་པས་བསྐྱེད་ནས་ཡི་གེའི་ཆ་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་སྐྱེས་བུའི་ཆོག་ཡི་གེར་སྐྱབ་པ་ལ་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་གྲང་ཡི་གེར་མངོན་པར་བྱུང་བ་ལ་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་རི་ལྟར་གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་  
 རྣམས་ཡི་གེ་བརྗོད་པའི་རིམ་གྱིས་འདོན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རིག་བྱེད་  
 ཀྱི་ཆོག་གྲང་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་སྐྱེས་བུས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན། གནས་དང་། བྱེད་པ་དང་། འབད་པ་ལ་སོགས་པ་གང་  
 དག་གིས་ཡི་གེ་མངོན་པར་བསྐྱབས་པ་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་ནས་མ་སྐྱེས་  
 པའི་ཡི་གེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རིག་བྱེད་ནི་སྐྱེས་བུས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་མ་བྱུང་ལ། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་འགལ་བ་དང་བྲགས་པས་གྲང་  
 གཞོད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ན་ནི་སྐྱེ་དགྲའི་འབད་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཡི་  
 གེ་མངོན་པར་འགྱུར་བ་མཐོང་གི། སྟོབ་བུ་དུ་ནམ་མཁའ་འཕེལ་ལ་སོགས་  
 པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན། རིག་བྱེད་སྐྱེས་བུས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྟགས་པ་ཅུ་མ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། ། འདིས་གྲང་རིག་བྱེད་ཆོག་  
 རྣམས་ནི། །སྐྱེས་བུས་བྱས་པ་ཡིན་པར་འདོད། །བརྗོད་འདོད་དོན་གྱི་སྟོ་  
 སྐྱེ་བའི། །རྒྱ་ཕྱིར་འདོད་པ་སྐྱོད་པ་བཞིན། །བརྗོད་པར་འདོད་པ་ནི་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པའི་དོན་ཏོ། །དེ་ལ་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་གྱི་སྟོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་  
 ནི་བརྗོད་འདོད་དོན་གྱི་སྟོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ནི་བརྗོད་པར་

འདོད་པའི་དོན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ན། བརྗོད་འདོད་དོན་གྱི་  
 སྒྲོ་སྒྲེ་བའི། །རྒྱ་ཕྱིར་ཞེས་བྲ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་འདོད་པ་དང་། བརྗོད་པ་དང་།  
 འགྲོ་བ་དང་། འོང་བ་ལ་སོགས་པ་བསམས་ཤིང་འདོད་པ་ནི་དོན་ཞེས་བྲ་སྟེ།  
 དེ་ལྟ་བུའི་གཏུན་ཆིགས་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་  
 ས་མཁའ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཆུ་དང་། ས་དང་ནམ་མཁའི་དོན་མདོན་པར་བརྗོད་  
 པ་ཅན་གྱི་ཆིག་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱང་བརྗོད་པའི་  
 དོན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་དཔེར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་རི་ལྟར་ན་འདི་སྒྲིས་བྱས་བྱས་པ་མ་ཡིན།  
 ཡང་བསྟན་བཅོས་པལ་ཆེར་ནི་སྒྲིས་བྱ་དམ་པས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དག་བའི་  
 ཆོས་ཀྱན་དུ་སྦྱད་པའི་ཕྱིར། བྱད་པར་དུ་སྒྲིས་བྱ་མི་བཟད་པས་བྱས་པ།  
 རིག་བྱེད་འདི་ནི་གཞལ་བྲ་སྟེ། །འབྱུང་པོ་འཆེ་དང་ཆང་འཐུང་བརྟུན། །སྒྲི་  
 ཕྱིར་མ་གཤི་བསྟན་བཅོས་བཞིན། །མ་ག་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་  
 བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། བར་སིག་ལ་སོགས་སྒྲ་སྒྲོའི་གནས་ན་གནས་པ་དེ་  
 དག་གི་བྱབ་པའི་མཐའ་ནི་འདི་ལྟར་གྲགས་ཏེ་ས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གྲོག་མ་ལ་སོགས་པ་བསད་པ་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 བ་ལང་བསད་ན་དུ་བཅེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོ་རིས་སུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལྷགས་གྱི་སྒྲིང་བསྐྱེགས་པས་བདུགས་ན་གནས་མཐོན་པོ་  
 གོང་མའི་ནམ་མཁའ་སྒྲི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྲ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ནི་གཏུན་དང་། མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བྱ་དང་གཡོས་ཟིན་  
 པའི་ཟས་དང་། ལྷས་བྲ་བའི་འབབ་སྟེགས་དང་། ལམ་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་

བ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་པས་མ་དང་། སྤིང་མོ་དང་། བྱ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བགྱོད་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུ་བར་བྱེད་  
 པའི་མ་གཞི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དེ་དང་རིག་བྱེད་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ།  
 གང་གི་ཕྱིར་རིག་བྱེད་པས་སྒྲུས་པ། རིག་བྱེད་འཆེ་བ་གང་བསྟན་པ། །  
 བསྟན་བཅོས་གཞན་དུ་སྦྱང་གྱུར་གྱང་། །དེས་ནི་སྤྲིག་བྱས་མི་འགྱུར་བར། །  
 གཞན་དུ་སྦྱེ་བ་དག་གིས་བསྟན་ཏི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྱང་ཅིས་  
 བསྒྲུ་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བ་ལང་ཡང་གསལ་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་མེ་ལ་སྦྱེས་བྱ་དང་། ཏྲ་དང་། བ་ལང་དང་། ར་རྣམས་བསྐྱེག་  
 ཅིང་གསལ་པར་བྱའོ། ། ཡང་ན་འདི་དག་དབྱུགས་བསྐྱབས་ལ་གསལ་པར་  
 བྱ་སྟེ། སེམས་པ་མེད་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་མེས་བསྐྱོར་བའི་དཀྱིལ་དུ་ཆ་  
 བས་གདུང་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡང་ན་ཏྲ་དག་གི་མཆོད་སྦྱིན་ལ་ཏྲ་རེ་  
 རེ་ལ་ཁབ་ལྷ་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་བཅུ་གས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཟུག་གཟེར་དང་ལྷན་པར་  
 བྱས་ནས་སྦྱིན་སྐྱེག་བྱའོ་ཞེས་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཡོད་པ་དང་། བགྱོད་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་བགྱོད་པར་བྱ་བ་ཡང་རྗེས་སུ་གནང་ངོ་ཞེས་བ་ལང་གི་  
 བརྒྱལ་ཞུགས་ཅན་གྱི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་བསྟན་ཏི། བཅའ་ཟེ་བ་ལང་གི་མཆོད་  
 སྦྱིན་བྱས་ནས་ལོ་གཅིག་གི་བར་དུ་བ་ལང་གི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ་གནས་པར་  
 བྱ་སྟེ། བ་ལང་བཞིན་དུ་ཆུ་བརྒྱང་ཞིང་རྩ་ཡང་བཅད་པར་བྱ་ལ། མ་ལ་ཡང་  
 བཞོན་པར་བྱ། མའི་སྦྱོན་ལྷ་ལ་ཡང་བཞོན་པར་བྱ། རང་གི་རིགས་ལ་ཡང་  
 བཞོན་པར་བྱ་སྟེ། གང་དང་གང་དུ་ཞུགས་ཤིང་འདུག་པ་དེར་རྟེན་པ་དེ་དང་

དེ་ལ་སྐྱད་ཅིང་བ་ལང་བཞིན་དུ་སྐྱད་ན་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་ལ་ཕན་པའི་ཡལ་ག་  
 ལས་ཀྱང་བ་ལང་གི་ཆོས་བཞིན་དུ་རྐང་ལག་བཞི་བཅུགས་ཤིང་གཞོང་ཐུར་  
 དུ་ལྟར་བཅུག་ལ། དེའི་མོ་མཆན་ལ་བསྐྱམས་ལ། བྲམ་ཟེའི་གཞོང་གིས་  
 རྣམ་མཁའ་ལ་བསྟུ་བར་བྱའོ། ། ཅིའི་སྤྱིར་འདི་སྐད་དུ་བསྟན་ཞེ་ན། ལམ་  
 ཡངས་པ་འདི་ནི་ལྟར་འགྲོ་བའི་ལམ་སྟེ། གང་བྱ་དང་ལྟན་པ་དེ་འདི་ནས་སོང་  
 རྣམ་སྤྱང་ན་མེད་པར་འགྲོ་བའི་སྤྱིར་རོ། ། ཁྱོལ་སོང་ནི་ལོ་ཁྲན་གཞོན་མི་  
 ལྟའོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེས་ཀྱང་མ་ལ་ཡང་འབྲིག་པ་སྐྱད་པར་བྱའོ་ཞེས་བསྟན་  
 པས་འདོད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་ལ་མི་བདེན་པའི་ཆོག་ཀྱང་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ལ། རོ་ཆ་དང་ཡང་ཤིན་ཏུ་བྲལ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
 ཡང་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པས་འབྲིག་པ་མངོན་པར་འདོད་ན་གཞོན་རུ་མ་དང་  
 བསྐྱབ་བར་བྱ་སྟེ། ཐུར་དུ་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིང་མཉམ་དུ་བསྐྱབས་ལ་དེ་  
 ཉིད་དུ་གཞག་གོ། །ཐག་ཏུ་བྱུ་མཆོག་བཞིན་དུ་བྱའོ། །གང་བྱད་མེད་ཁྲན་པ་  
 ལ་སྐྱད་ན་ནི་དེ་ནས་གཞོན་རུ་མ་ལ་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པས་འབྲིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 ཇི་ལྟར་ས་ཀྱ་ནི་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ན་ཀྱ་ཙེ་འདོན་ཞིང་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་  
 དེ་ཡང་ཀྱ་ཙེ་འདོན་པར་བྱེད་རྟེན་པར་བྱེད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་སྐར་ཇི་  
 ལྟར་བསྟན་པ་ལྟར་ས་བོན་སྒྲགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བདག་པོས་ཡང་སྒྲས་  
 པ། གང་ལས་སྦྱེས་བྱའི་ས་བོན་འབྱུང་བ་འདི་ལ་ཁྱོད་དགའ་བར་གྱིས་  
 ཤིག། །འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །གང་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་གནས་པའི་ཁྱོད་

གྱི་ཉེར་གནས་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་ནང་དུ་ངའི་ཕོ་མཆོན་འདིས་བརྟེན་པར་བྱའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བསྟན་པ་དང་ཆང་བཏུང་བར་ཡང་བསྟན་ཏེ། རོར་བུ་སྐྱེད་པ་ལ་  
 བསྐྱས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་བར་ཏེ་ཀའི་དུམ་བུ་ལས་ཆང་འདི་འཐུངས་ཀྱང་  
 ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ནི་སྦྱེད་གྲུའི་བདག་པོས་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་འདི་ལྟ་བུར་རིག་ནས་ཆང་འཐུང་བ་ནི་སྦྱེད་གྲུའི་བདག་པོས་  
 སྟོབས་བསྐྱེད་པར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ་དང་བསྐྱུ་བར་ཡང་  
 འཐུང་སྟེ། དཔར་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་པའི་འཁོར་ལོ་ལས། ཉི་མ་བདུན་དུ་  
 སྟོགས་ན་དམངས་རིགས་ཀྱི། ཉི་མ་བཅུ་གཉིས་པ་ལ་རྗེ་འུ་རིགས་ཀྱི། ལྷ་  
 བྱེད་ཡིན་ན་རྒྱལ་རིགས་དག་གིའོ། སྟོག་ལ་ཐུག་ན་ལན་གཉིས་སྦྱེ་བའོ། །  
 གང་དག་སྟོག་ནི་གཟུང་བའི་ཕྱིར། སྟོག་པའི་ལས་དག་བྱེད་པ་སྟེ། །དེ་ནི་  
 ཆོས་འདོད་མིན་ཞེས་བྱ། །རྒྱུད་དུས་ཆོས་འདི་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཆངས་པས་བྲམ་ཟེའི་དོན་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་ཡིན་པར་འདོད་ལ། བྲམ་ཟེའི་སྟོབས་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པས་  
 དམངས་རིགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་བྲམ་ཟེ་  
 རང་གི་རྩ་ས་རང་གིས་སྦྱོད་ཅིང་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་། བརྟེན་དུ་སྦྱ་བ་ཡང་འདི་ལྟར་འཐུང་སྟེ། བྱོད་ཀྱི་མས་ཀྱང་རྗེས་སུ་  
 གནང་། བས་ཀྱང་རྗེས་སུ་གནང་། སྟན་ལྷས་ཀྱང་རྗེས་སུ་གནང་། མངལ་  
 གཅིག་པས་ཀྱང་རྗེས་སུ་གནང་། རིགས་གཅིག་པས་ཀྱང་རྗེས་སུ་གནང་  
 ཞིང་། དེ་དག་གིས་འདི་ལྟར་འདོད་པ་ཡིན་པ་ལ་བྱོད་ནི་མཐོ་རིས་སུ་འགྲོ་



བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྤྲ་བར་བྱེད་ཀྱང་། བྱོལ་སོང་རྣམས་ནི་སེམས་ཀྱན་དུ་  
 མོངས་པ་ཡིན་པས་གནང་བ་སྟེར་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། རང་གི་དགོ་  
 བའི་ལས་བྱས་པ་མེད་པར་མཐོ་རིས་སུ་འགྲོ་བ་ཡང་མེད་དོ། །མཆོད་སྦྱིན་  
 དེ་ཉིད་དུ་བྱོལ་སོང་ལ་འདི་སྐད་ཀྱང་རྫོང་པར་བྱེད་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་སློག་གི་རྒྱུ་  
 དུ་གྱུར་པ་ཡིན། ཁྱུ་རྒྱུར་ཡིན། རུས་པ་ནི་སར་ཡིན། ཡིད་ནི་ཟླ་བར་  
 ཡིན། མིག་ནི་ཉི་མར་ཡིན། ལྷ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ནམ་མཁར་ཡིན་ལོ་ནམ་  
 མཁར་ཡིན་ལོ་ཞེས་སྤྲ་བར་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིན་སློག་མཁན་པོས་  
 ཏྲ་གསོད་པར་བྱེད་པ་ན་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྲུགས་བརྫོང་ཅིང་སྤྲ་བར་བྱེད་དོ། །  
 ཁྱོད་འདིར་གསོད་ཅིང་འཆིང་བ་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ལྟ་བུའི་སྦྱོང་པ་དང་བྲལ་  
 བ་ལྟའི་གནས་སུ་སྦྱོན་བྱས་པའི་ལས་བཟང་པོས་སྒྲིང་དུ་སྤྲུག་པ་དང་གྲོགས་  
 རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་མཆོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་གནས་ཉི་མས་སྦྱིན་པར་  
 བྱེད་དོ་ཞེས་རྣམ་པར་འཆེ་བར་བྱེད་བཞིན་དུ་ཡང་ཁྱོད་འཆི་བར་མི་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་བརྟུན་དུ་སྤྲ་བར་བྱེད་དེ། བྱོལ་སོང་ཉོན་མོངས་དེས་དེའི་དོན་ཡང་  
 གོ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ཆོ་ག་ལས་འདི་སྐད་སྤྲས་  
 ཏེ། འདིར་བདག་གིས་མེ་ལ་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་སོ། །སློག་གི་མཐར་ཐུག་པ་  
 རྣམས་འདོད་འཇོའི་བའམ་ལྟའི་བུ་མོར་འགྱུར་རོ། །བཅིངས་པ་མཐར་ཐུག་  
 པ་རྣམས་གཅིག་གཟུ། བཅུ་འམ། བརྒྱ་འམ། སྟོང་འམ། ཁྲི་འམ། འབྲུམ་  
 མམ། བྱེ་བའམ། དུང་སྤྱར་འམ། ས་འདི་འམ། མཐོ་རིས་ལ་དབང་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་སྤྲ་ཡང་སྦྱིན་སློག་བྱས་པའི་སློག་མཐར་ཐུག་པ་དེ་རྣམས་



འདོད་འཇོའི་བར་འགྱུར་བའམ། ལྷའི་བྱ་མོར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་  
པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དེ་ལས་འབྲི་ཤིང་ཉི་མ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོས་བརྒྱུང་  
བ་ན་རིག་བྱེད་བསྐྱགས་ན་དེ་ཉན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲ་བར་བྱེད་ལ། རྫོ་ལ་ནི་  
རྫོ་བའི་དབང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་ཅི་སྤྱིང་བར་བྱེད་པ་  
དང་། བག་སྒྲ་བྱེད་པ་དང་། མངལ་ཉི་བར་ལེན་པ་དང་། བྱ་བཅས་པ་དང་།  
མཆོད་སྦྱིན་གྱི་དུས་སུ་བརྗོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་འབྲས་  
བྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བརྒྱན་དུ་སྦྲས་པ་  
ཡིན་ནོ། །རིག་བྱེད་ལས་སྦྲས་པ་པལ་ཆེར་ནི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་དག་ཀྱལ་  
བ་མང་དུ་བརྗོད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ལྟ་ཆངས་པས་ནི་སྤྱོད་བསྐྱེད་དོ།  
ཐ་སྐར་གྱི་བྱ་ནི་དབྱང་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་ནི་ལག་པ་དག་གོ། །མེ་ལྟ་མཆོད་  
པའི་ཁས་ནི་སྤྱོད་སྒྲངས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་བུའི་སྦྱིན་  
བདག་བསྐྱུ་བ་འབའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་བཅོས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་ཆངས་པས་  
ཅི་ལྟར་དེའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་། ཅི་ལྟར་དེ་དང་ཉི་  
བར་འོང་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་  
སྒྱུར་ལེན་པར་བྱེད་དེ། འདི་ལྟར་ཆངས་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེར་གཙང་བར་བྱེད་དེ།  
སྟེ། ཉེ་ཉེ་ཉེ། ཉོ་ཉོ་ཉོ། ལྷ་ལྷ་ལྷ། ཡི་ཉི་ཡི། གཙོ་བོ་མིན་པ་ལུས་ཀྱན་  
དུ་སྒྲ་ཆོགས་སྟེ། ཉོ་ཉོ་ཉོ། ཡ་ལྷ། ཡ་ལྷ། ཡ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ། ལྷ་  
ལྷ་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དོན་མེད་པའི་ཆིག་ཉི་ཆེ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་ཉུས་དག་གི་མཆོད་སྦྱིན་ལས། མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པས་ཆུང་མ་ལ་

འདི་སྐད་དུ། རྒྱུ་ས་བྱ་གཞན་ལ་པར་ཞོན་ཞིང་འགྲོ་བ། ཁྱིད་ཅེས་གཤེ་བར་  
 བྱེད་ཅིང་ཁྱོས་ནས་རྟེན་པོ་མཆོན་དེའི་མར་འཇུག་ས་ཤིང་སྐྱོན་འབྱེན་པར་  
 བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་བདག་གིས་འདི་ལྟར་ཐོས་ཏེ། མཆོད་སྦྱིན་ཤིང་ཤུན་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེ་ལ་ཡང་རིག་བྱེད་སྦྱ་བར་བྱེད་པའི་བྲམ་བེ་མོ་དང་ཅོད་པ་  
 ལས་དེ་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་དེས་དེ་དང་འབྲིག་པ་སྦྱུད་པ་ལས། ཨ་  
 །ཤད་ཐའི་འབྲས་བྱ་བ་སྦྱེས་ཏེ། དེ་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ཞེས་གྲག་  
 བོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡ་སྐྱེན་འུ་བོའི་སྤིང་གི་བར་དུ་བྲང་སྟོང་པར་ཤེད་ཆུ་ལ་  
 ཁྱིམ་ས་ཉམས་ནས་ཉ་པའི་བྱ་མོ་སྟོབས་ཀྱིས་སྤངས་ནས་འདོད་པ་སྦྱུད་པ་  
 ལས་བྲང་སྟོང་འབྲས་སྦྱེས་སོ། །དེ་རིམ་གྱིས་གོ་ཤི་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ས་  
 ཅན་མ་དང་འདོད་པ་སྦྱུད་པ་ལས་བྲང་སྟོང་ནི་ཙོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱེས་སོ། །དེའི་  
 ཀླང་པའི་རྟིང་པས་དེའི་མགོ་ལ་བརྒྱབ་པ་དང་། དེས་སྦྱས་པ། མཛེས་ཁྱིད་  
 གྲག་དོག་གིས་བསྐྱམས་ནས། །རོ་སྦྱད་སྦྱིད་ཁུར་རྒྱང་པ་ཡིས། །བདག་གི་  
 མགོ་བོར་བརྒྱབ་པ་ནི། །ཨེ་མའོ་བདག་ནི་རྗེས་སུ་བཟུང་། །གང་དག་  
 འདོད་པས་སྟོམ་གྱུར་ནས། །སྦྱད་མཛེས་མདངས་ལྡན་མ་ཁྱིད་ལ། །གཞོལ་  
 ནས་རྒྱང་པས་བརྒྱབ་གྱུར་པས། །བདག་གིས་ཅི་ཞིག་ཐོབ་མ་གྱུར། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གྲག་པར་ཐོས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 འདོད་པ་ལ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་ལ་འཆུམས་པས་རིག་བྱེད་གཅིག་དུམ་བུ་  
 བཞིར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲག་བོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་རི་ལྟར་ན་རིག་བྱེད་སྦྱེས་  
 བྱ་དམ་པ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པ་མ་ཡིན། །འདི་ལྟར་བརྗོད་པར་ཡང་བྱ་སྟེ།

རིག་བྱེད་ནི་ཚོས་རྟོགས་པ་ལ་ཚད་མར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཆེ་བ་དང་།  
 ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚང་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚིག་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རྗོན་པ་དང་། བར་  
 སིག་ལ་སོགས་པ་འཆེ་བ་ཡོངས་སུ་སྤྲོ་བའི་ཚིག་བཞིན་ནོ། །དབུས་ཀྱི་  
 མཚོད་སྒྲིན་གྱི་ས་ལ་སོགས་པར་བྱོལ་སོང་བས་ད་པས་ཚོས་བསྐྱབ་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཞོད་སེམས་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་ནས་གསོད་  
 བར་བྱེད་པའི་སེམས་བཞིན་ནོ། །རིག་བྱེད་ནི་ཚོས་རྟོགས་པ་ལ་ཚད་མར་  
 གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བཟོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་བཟོད་  
 བར་བྱ་བར་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་མེད་པ་པ་དང་། བར་སིག་གི་བསྟན་  
 བཅོས་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་འདོད་པ་དང་གཞོད་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྲོས་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་རིག་  
 བྱེད་ལས་བསྟན་པའི་འཆེ་བ་ནི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྤྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་ཕྱིར། དུག་ཉེ་བར་ལོངས་སྐྱོད་པར་བྱེད་  
 པ་བཞིན་ནམ། བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིན་པ་བཞིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། ཚད་མ་གཉིས་ཉེ་བར་དགོད་པར་བྱས་པ་དེ་ལ་སློབ་དཔོན་གྱིས་ལན་  
 སྤྲོས་པ། གལ་ཏེ་གཞོད་སེམས་མི་འདོད་པའི། །འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་འདོད་  
 པའི་འབྱེན། །སྤངས་ཀྱིས་གཟུང་ཕྱིར་དུག་སྐྱོད་བཞིན། །བསྟན་བཅོས་  
 འབྱུང་ཕྱིར་སྒྲིན་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྤྲིག་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་ཡིན་ན་ཡང་སྤྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་དུག་ཐོས་པ་ན་ནད་ལ་

ཕན་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་དང་གང་བསྟན་བཅས་ལས་  
 འགྱུར་བ་དེ་ནི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་སྟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྦྱིན་པ་དང་  
 ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏེ། འོངས་སྦྱོད་དང་མཐོ་རིས་ལ་སོགས་  
 པ་འཐོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདི་ཡང་སྦྱོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། སྒྲགས་སོགས་སྤྱེ་མས་བཀུག་པ་ཡིས། །བགྲོད་མིན་ལ་ཡང་བགྲོད་བྱ་  
 གང་། །སྒར་བསྟན་ཆང་བརྟུང་བྱི་མ་ཡང་། །དེ་ནས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། །  
 ཆང་མའི་སྦྱོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོག་གི་ལྷག་མའོ། །སྒྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་  
 བརྟུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དུག་ལ་ཉེ་བར་འོངས་སྦྱོད་པ་བཞིན་དུ་ཅི་འཆེ་བ་  
 འདི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདིར་སྒྲགས་དང་  
 སྤྱེ་མ་ལ་སོགས་པས་བཀུག་པའི་མ་དང་སྤྱིང་མོ་ལ་སོགས་པ་བཀུག་པ་ལ་  
 འཁྲིག་པ་སྦྱུད་པ་བྱས་པ་བཞིན་དུ་འཆེ་བ་འདི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་  
 པ་ཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བསྟན་བཅས་ལས་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར་འཆེ་བ་འདི་སྦྱིན་པ་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་སྟེར་བ་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདིར་ཆང་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་སྟེར་  
 བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་དུས་སུ་  
 ནི་ཆང་བརྟུང་བར་རྗེས་སུ་གནང་ལ། ཡང་དེ་ཉིད་ཞིན་ཏུ་དགག་པ་བྱས་པ་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན། སྒོ་སྒྲོན་མ་སོང་བྱ་བ་ཡིས། །དུག་ཐོས་ན་  
 ཡང་འཆི་བྱེད་ལ། །ལས་ནི་སྒོ་སྒྲོན་མ་སོང་ལ། །འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་མ་  
 བསྟན་ཏོ། །དུག་ནི་ཐོས་པ་ཅུ་མ་ཉིད་ཀྱིས། །བྱ་བ་མེད་ཀྱང་འཆི་བ་བྱེད་པ་

ཡིན་གྱི་སྒྲོར་བ་དང་བཅས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལས་ནི་དེ་ལྟ་  
བྱ་ཉིད་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་བྱིར་ན་དུག་གི་དཔེ། །མ་ཐུན་པ་མིན་  
པས་རིགས་ལྷན་མིན། །དེས་ན་སྒྲགས་ཀྱིས་སྒྲགས་གསོད་པ། །རིགས་པ་  
མིན་པར་རྟོགས་པར་བྱ། །གཞན་ཡང་། ཆེ་ཡི་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་བྱིར། །  
སྒྲགས་ཀྱིས་གཟུང་བར་འདོད་པ་ཡིས། །འབྲས་བུ་འབྱེན་པར་མི་འདོད་དེ།  
དུག་མཆོན་བསྟན་བཅོས་སྒྲོར་བ་བཞིན། །སྒྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་  
ཡང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པར་ཁོ་ལོ་ཅག་འདོད་དེ། ཆེ་འི་བར་དུ་  
གཙོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གང་དང་གང་ཆེ་འི་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་  
དེ་དང་དེ་ནི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དུག་དང་  
མཆོན་གྱི་སྒྲོར་བས་འཆེ་བ་བྱས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རང་གི་  
ལུགས་ལས་བསྟན་ཞེ་ན། །འཁོར་བ་སྒྲོལ་བྱེད་པའི་ཡང་འགྲུག། །ཐུན་མོང་  
གཏན་ཆིགས་སྒྲ་ཞེ་ན། །གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན། །བསྟན་བཅོས་ལས་  
འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འདིར་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་རང་གི་བསྟན་  
བཅོས་ལས་བསྟན་པ་ལ་བྱའམ། འོན་ཏེ་འདིར་བསྟན་བཅོས་སྒྲི་ལ་འབྱུང་བ་  
ཡིན། དེ་ལ་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ཆད་མར་བྱས་ནས་ཡིན་ན་ནི་འཁོར་བ་  
གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་རིག་བྱེད་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
འཁོར་བ་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་པོ་ཡང་མཐའ་འཁོབ་དཔེན་པར་སོང་ནས་འབྱ་  
དང་། གྲོག་སྒྱར་དང་། བྱེ་མ་ལེབ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་གསོད་ཅིང་། འདི་  
སྟར་ཆོ་ག་འདིས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲ་བར་གྲག་གོ། །



བསྟན་བཅོས་བྱན་མོང་དུ་བྱས་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་རྟོག་པར་བྱེད་ན་ནི་  
 སངས་རྒྱས་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་འདི་མ་གྲུབ་སྟེ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་  
 བསྟན་བཅོས་ལས་ནི་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་འཆེ་བ་དང་མཚུངས་པར་  
 ལྡན་པ་ལས་ཀྱང་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པ་མེད་དོ། །  
 རི་ལྟར་གཞན་དག་གིས་སྤྲས་པ། །གང་ཡང་སྤྲགས་ཀྱིས་མ་བཟུང་བའི། །  
 བསོད་ནམས་ཅུང་ཞིག་ཅི་བྱས་པ། །དེ་ཀྱན་འབྲས་བུ་མེད་འགྱུར་བའམ། །  
 མི་འདོད་པ་ཡི་འབྲས་ཤེ་ན། །སྤྲགས་ཀྱིས་གཞན་ནི་གསོད་པ་གང་། །དེ་  
 ཡང་སྒྲོན་མེད་ཐལ་བར་འགྱུར། །དབང་དུ་བྱེད་པའི་སྤྲགས་གང་གིས། །  
 གཞན་གྱི་བྱད་མེད་བསྟན་པ་དང་། །སྤྲགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཆེ་འགྱུར་  
 གང་། །གལ་ཏེ་གསོད་པར་མི་འདོད་ན། །གཞན་གྱི་ཁོར་ནི་རྒྱ་བྱེད་པ། །དེ་  
 ཡང་སྒྲོན་བཅས་མ་ཡིན་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤྲགས་སྒྲོན་སོང་བའི་ལས། །དེར་  
 ནི་དགོར་འདོད་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེ་ན་ལུང་ནི་འདྲ་བ་ལ། །གཏན་ཆིགས་  
 བྱད་པར་སྤྲ་དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་སྟོག་ཆགས་སྤྲགས་བཏབ་པས། །གང་  
 ཡང་བཅིང་བ་མ་བྱས་ལ། །གཡོ་བ་མེད་པར་བྱ་ཞེ་ན། །དེ་ལྟར་ཡང་བྱད་  
 པར་མེད། །གང་ཕྱིར་སྟོ་ཀྱན་བསུབས་ནས་ནི། །བཟུང་ནས་རྒྱས་མེད་བྱོལ་  
 སོང་དག། །མཆོན་ཆ་རྟོན་པོས་གསོད་པ་ལ། །དེ་ལ་སྤྲགས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་  
 བྱ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདི་སྐད་དུ། །རང་ཉིད་རང་བྱུང་གྱུར་པ་ཡིས། །མཆོད་  
 སྒྲིན་དོན་དུ་བྱོལ་སོང་བསྐྱེད། །དེས་ན་དེ་ལ་དགོས་པའི་ཕྱིར། །མཆོད་  
 སྒྲིན་ཆོས་ཡིན་འདི་ལྟར་དཔེར། །བྲམ་ཟེའི་དོན་དུ་འཆེ་བྱེད་པ། །འདི་ལྟར་



ཆོས་མིན་མིན་པ་བཞིན། །ཞེན་འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ལ་  
 སོང་རྣམས་གཙུག་ཀྱང་། །འབྲས་བུ་མི་འདོད་མིན་དེ་ཡི། །དོན་ཕྱིར་ཞེན་  
 བཅ་ཟེའི་ཕྱིར། །ཅི་ལྟར་འདོད་པས་འཆེ་བྱེད་བཞིན། །མཆོད་སྦྱིན་དེའི་  
 དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་དོན་ཏེ། དེའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་དེའི་དོན་ཉིད་དོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་དེའི་དོན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུའི་དོན་དུ་ལོ། །དེ་ལྟར་པ་རོལ་པོས་  
 སྦྲས་པའི་ཆོད་མ་ལ་གྲོལ་བའི་རྟོག་གོས་གཞོད་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྦྲས་པ།  
 གྱོལ་སོང་སྦྱད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་དེ། །སྦྱད་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་བྱད་མེད་བཞིན། །  
 དེ་ཕྱིར་མཆོད་སྦྱིན་གྱིན་མ་བྱུང་། །གྱོལ་སོང་གཏན་ཆིགས་མ་བྱུང་ཕྱིར། །  
 གྱོལ་སོང་རྣམས་ནི་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ཕྱིར་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
 འདིར་དགོ་བའི་ལས་བྲས་པའི་སྦྱོད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཉི་བར་བསགས་  
 པའི་དབང་གིས་འོ་མ་དང་མར་དང་། བལ་ལ་སོག་པ་ཉི་བར་སྦྱོད་པའི་དོན་  
 དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། སྦྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་སྦྱད་བྱ་  
 སྟེ། དེའི་ངོ་བོ་ནི་སྦྱད་བྱ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་སྦྱད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱད་མེད་ལ་འབྱུང་བ་དང་། ཅེ་བ་དང་། དེག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་ཉི་བར་འོངས་སྦྱད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི། གསལ་པའི་ཕྱིར་  
 ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གྱོལ་སོང་རྣམས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་མཆོད་  
 སྦྱིན་གྱི་དོན་དུ་ཡིན་པར་མ་བྱུང་པས་དེའི་དོན་དུ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་གཞན་ལ་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དབྱས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་གནས་  
 སུ་བསལ་ན་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྒྲགས་

གྱིས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་ནས་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བའི་ཆོ་ག་བཞིན་དུ་  
 བྱས་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ཡང་ལན། དབུས་གྱི་མཆོད་སྦྱིན་གནས་  
 བསད་ནའང་། མ་འཁྲུལ་བསམས་བཞིན་བསད་པའི་སྦྱིར། །སྦྱི་མར་བྱེད་པ་  
 མི་འདོད་པའི། །འབྲས་བུར་འགྱུར་ཏེ་གཞན་བཞིན་ནོ། །དབུས་གྱི་མཆོད་  
 སྦྱིན་གྱི་གནས་སུ་གང་བསད་པ་དེ་མ་བསད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པ་དེ་ལ་  
 ཡང་བྱེད་པ་པོ་ལ་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 སྦྱོགས་སོ། །བསམས་བཞིན་དུ་མ་འཁྲུལ་བར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆོགས་  
 ཏེ། མ་བསམས་པར་ཡོངས་པས་བསད་ཀྱང་སྦོག་བཅད་པར་མི་འགྱུར་ལ།  
 སྦོལ་སོང་གསད་པར་འདོད་པ་ལས་མི་བསད་པར་འགྱུར་ན་ཡང་འཁྲུལ་པ་  
 ཡིན་པའི་སྦྱིར་མི་བསད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་དེའི་སྦྱིར་བྱེད་པར་གཉིས་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དབུས་གྱི་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་གནས་སུ་ཡང་སྤང་བར་བྱ་  
 བའི་སྦྱིར་བྱ་གསོད་པ་དང་། ལུག་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པའི་མི་འདོད་  
 པའི་འབྲས་བུ་ནི་དཔེ་སྟེ། སྦྱེ་བ་གཞན་ལ་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་  
 བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་རི་ལྟར་ངེས་བརྗོད་བྱེད་པ་དགོན་པ་ན་འདི་ལྟར་  
 འདོད་པར་བྱེད་དེ། མ་མཐོང་བའི་མཆོད་སྦྱིན་བཅོ་བརྒྱད་བསྟན་པ་ནི་  
 ཉམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་གང་ལས་འདི་ལ་བརྟེན་ཅིང་  
 མངོན་པར་དགའ་བ་དེ་ནི་ཀ་བ་དང་འཆི་བ་ཡང་འབྱུང་ཞིང་སྤྱང་བར་འགྱུར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་གསུམ་ལྟན་གྱི་དུས་ན་སྣ་ཆོགས་ཟང་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོད་  
 སྦྱིན་ལ་བྱང་སྦོང་རྣམས་ཅོད་པར་གྱུར་པ་ན། དེར་ཨ་ཁྱད་ཐའི་འབྲས་བུ་བ་

བ་ལ་སོགས་པས་སྒྲུས་པ། བྱེལ་སོང་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་སྦྱོན་བྱའོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །སྒྲུ་ཡེགས་ལ་སོགས་པས་སྒྲུས་པ། བྱེལ་སོང་གསལ་པར་མི་བྱའོ་  
 ཞེས་ཟེར་རྟེ། འདིར་སྒྲུས་པ། གོ་བེལ་མཆོད་སྦྱོན་ཤིང་ཤུན་ཅན། །འབེ་  
 འཁ་པ་ན་ཤེས་བྱ་དག །སྒྲོན་འདིར་བྱེལ་སོང་གསལ་བྱ་བར། །འདི་དག་  
 གིས་ནི་ཉི་བར་བཏགས། །དེར་ནི་གཉིས་སྦྱེས་མང་ཐོས་ཀྱིས། །འདི་སྐད་  
 ཟེར་བ་ཆོས་མིན་ཞེས། །དེ་ཡི་གཞུང་དེ་རབ་ཏུ་བཀག། །དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ཚོད་  
 པར་གྱུར། །དེ་ན་ཨེ་རྩ་བྱང་སྒོང་རྒྱལ། །གཅིག་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དཔང་པོ་  
 བྱས། །དེ་ཡིས་བདེན་པར་སྒྲུས་པ་དང་། འག་ཟ་འདོད་རྣམས་ཁྲིམ་གྱུར་རྟེ།  
 གཉིས་སྦྱེས་པ་དེ་བསད་ནས་ཐོས། །ད་དུང་ས་གེ་ཏའི་ཡུལ་ན། །ཨེ་རྩ་  
 གཏུབས་པ་ཞེས་བྱར་སྒྲོགས། །གཉིས་སྦྱེས་གང་གིས་ཨེ་རྩའི་འག །མ་ཐོས་  
 པ་དེ་སྐད་སྒྱུར་ན། །གྲལ་དུ་བསྒྲེན་པར་མ་གྱུར་རྟེ། །ད་དུང་གྲལ་མེད་པ་  
 ཞེས་བརྗོད། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་དབང་པོ་ནི། །རྒྱལ་པོའི་བྱང་སྒོང་འབའ་  
 ལུ་བྱིས། །ཨེ་རྩ་བསད་པས་འཇིགས་སྒྲུག་ནས། །དེ་ཡིས་བརྩུན་གྱི་ཆིག་  
 གཅིག་སྒྲུས། །དེ་ནི་ལུས་དེ་ས་གས་པར། །འཇུག་དུས་ཆོས་སྒྲུ་བ་དག་  
 གིས། །སྒྲུས་པ་འདིར་ནི་བདེན་པར་སྒྲོས། །ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་གྱུར་ཏ་  
 རེ། །ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་ཉམས་བྱེད་ཅིང་། །ཆོས་མིན་ཕྱོགས་དག་རྒྱལ་  
 བྱེད་པའི། །བརྩུན་གྱི་ཆིག་དེ་སྒྲུས་པས་ན། །རྒྱལ་དེ་ས་གས་ནང་དུ་སོང་།  
 བརྩུན་གྱི་དབང་པོའི་བྲམ་ཟེ་ལ། །པན་གདགས་པར་ནི་བྱ་བའི་ཕྱིར། །ཀྱན་  
 ཀྱིས་ངེས་པར་མཆོད་སྦྱོན་དུས། །ས་ལ་རྒྱན་དག་སྦྱང་བར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་

བ་འབྱུང་སྟེ དེའི་ཕྱིར་ན། མཆོད་སྦྱིན་ལ་ནི་བསད་པ་ཡང་། །མི་འདོད་པ་  
 ཡི་འབྲས་བུ་འབྱུང་། །བསམས་བཞིན་དུ་ནི་སྟོག་འཆད་པའི། །སྦྱག་བསྐྱེད་  
 བསྐྱེད་ཕྱིར་གཞན་བཞིན་ནོ། །གསད་པར་བྱའོ་ཞེས་ངེས་པར་བསམ་པ་  
 བྱས་ནས། །སྟོག་འཆད་པའི་སྦྱག་བསྐྱེད་འདི་ལ་ཡོད་པས་སྟོག་འཆད་པའི་  
 སྦྱག་བསྐྱེད་ལོ། །དེ་བསྐྱེད་པ་ནི་རྒྱ་སྟེ། སྟོག་འཆད་པའི་སྦྱག་བསྐྱེད་  
 བསྐྱེད་པའི་ལོ། །དཔེར་ན་འཐབ་མོ་དང་། གཡུལ་ངོར་མཆོན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 ནས་བསད་པ་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པ་ལྟར་མཆོད་སྦྱིན་ལ་  
 བསད་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་  
 པར་འདོད་ཅེ་ན། སྤྲས་པ། བྱ་བ་རྗེ་ལྟར་བྱས་པ་ལས། །དེ་འབྲེལ་འབྲས་བུ་  
 ལུས་ལ་མཐོང་། །བྱེད་པོ་དེ་འབྲེལ་མ་མཐོང་ཡང་། །བསད་པ་ཡིན་ཕྱིར་  
 གཞན་བཞིན་ནོ། །གང་ལ་སྟོག་དང་བྲལ་བའི་སྦྱག་བསྐྱེད་ལུས་འདི་ཉིད་ལ་  
 སྦྱག་བསྐྱེད་དུ་གྱུར་པ་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྗེ་ལྟར་མཆོད་སྦྱིན་ལ་བྱས་པ་  
 ཡིན་ཡང་མི་དགོ་བའི་ལས་ཉི་བར་བསགས་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པ་ཐོབ་པར་  
 གྱུར་པ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོག་དང་བྲལ་བའི་སྦྱག་བསྐྱེད་གྱི་བདག་ཉིད་  
 གྱི་འབྲས་བུ་སྦྱེ་བ་གཞན་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོར་མཛོན་པར་འབྱུང་པར་འབྱུར་  
 ཏེ། དཔེར་ན་བྲམ་ཟེའི་སྟོག་བཅད་ཅིང་བསད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 འདིར་བྲང་སྟོང་སྦྱེད་བྱེད་གྱི་ཡལ་ག་ལས་སྤྲས་པ། སྟོན་དུས་གཉིས་ལྟན་  
 འཛིག་ཉེན་འདི། །ཐམས་ཅད་འཆེ་བ་མེད་པར་གནས། །དེས་ན་དོན་ལ་  
 བསྐྱུ་གྱུར་པས། །བྱོལ་སོང་དག་ནི་བསད་པ་ཉིད། །ཆོས་ལྟན་ཨེ་རྟ་བསད་

བྱས་ཤིང་། །སྒྲོན་གྱི་རིག་བྱེད་ཐོར་ནས་ནི། །རྗེས་གྱི་དོན་དུ་རིག་བྱེད་  
 གྲང་། །རིགས་ལས་གཞན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད། །འཇིག་རྟེན་འཇུག་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར། །མ་ཁྲབ་རིགས་པ་མི་ལྷན་པ། །བྱིམ་པའི་དངོས་པོ་ལ་དགའ་  
 བས། །ཆགས་དང་འདོད་པའི་དབང་དུ་གྱུར། །བསམ་གཏན་བྱེད་པ་མི་  
 རུས་ཕྱིར། །དགོན་པར་གནས་པའི་ཆོ་ག་སྤངས། །དེ་ལས་འགའ་ཞིག་  
 དགའ་ཐུབ་སྟེ། །དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་མེ་ལ་བརྟེན། །གཞན་པ་དག་ནི་མཆོད་  
 གྱིན་ཅོམ། །བདག་གྲང་མཆོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྐྱུལ། །སྒྲིག་ཅན་སྟོངས་པ་  
 འབྲས་བུ་འདོད། །ཐོས་མང་དག་ལ་སྟོད་བྱེད་ཅིང་། །ཆགས་པས་སྟོངས་པ་  
 དག་ལ་བརྟེན། །ལས་ངན་ཆོས་སུ་འདུ་ཤེས་ཤིང་། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་བྱ་  
 བ་ཅོམ། །རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་བདག་མི་འདོད། །ཆོངས་པ་ནས་བཅུམས་དཔྱལ་  
 བའི་བར། །སྟོག་ཆགས་ཀྱན་ལ་སྟོག་པངས་ན། །གཞན་གྱི་དེ་ནི་བཅད་  
 བྱས་པས། །རི་ལྷ་བྱར་ན་བདེ་བར་གྱུར། །འབྱུང་པོ་རྣམས་ནི་བདེ་འདོད་  
 ལ། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ནི་སྐྱག་བསྐྱེད་ལྷན། །གང་ལ་མང་དུ་གཞོད་བྱས་ན། །  
 དེ་བདེའི་སྟོད་དུ་རི་ལྷར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲིས་པ་འབྱུང་བ་དང་། །སྟོས་འགྱུར་  
 བརྟུང་སོགས་གྲང་བཤད་པ། །རི་ལྷར་བསྟན་བཞིན་སྤང་བྱ་སྟེ། །དེས་ན་  
 །སྟོས་འགྱུར་བསྟེན་མི་བྱ། །སྟོས་པར་འགྱུར་ཕྱིར་སྟོས་སོགས་བཞིན། །  
 མཆོད་གྱིན་ལ་ཆང་འཐུང་བ་ཡང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 །སྟོས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོངས་པ་སྟོས་ཆང་ལ་དགའ་བ་  
 བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མཆོད་གྱིན་ནས། །གཞན་དུ་ཡང་རུང་བ་ཐམས་ཅད་



དུ་མྱོས་པར་འགྱུར་བ་བསྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མྱོས་པར་འགྱུར་བ་  
 བསྐྱེད་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ད་དུ་རའམ་ཨ་ག་ཏའི་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་མྱོས་པར་འགྱུར་བ་ནི་  
 མཆོད་སྦྱོན་དུས་སུ་སྦྱོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མཆོད་སྦྱོན་སྒྲགས་ཀྱིས་  
 ཡོངས་བཟུང་བའི། །མྱོས་འགྱུར་སྦྱོན་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། མྱོས་ཕྱིར་དཔེར་ན་  
 གཞན་བཞིན་ཏེ། །སྒྲགས་ཀྱིས་བཏབ་པས་མཐོང་བ་བཞིན། །མཆོད་སྦྱོན་  
 གྱི་དུས་ཀྱི་སྒྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་མྱོས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་སྦྱོན་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མྱོས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱས་པ་དང་མ་བྲལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་དེའི་བྲི་དང་རོ་དང་མྱོས་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་  
 གྱུར་ན་ནི་འཕྱང་བར་ཡང་སུ་ཡང་འདོད་པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། བྲི་དང་  
 རོ་ལ་མཛོན་པར་ཆགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེར་དེ་དག་འཕྱང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།  
 དེའི་ཕྱིར་ན་ཆང་ལ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྒྲགས་བཞུས་ནས་མྱོས་  
 པར་འགྱུར་བ་འཕྱང་བ་བཞིན་དུ་སྦྱོན་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མྱོས་པར་  
 བྱེད་པ་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ། རིག་བྱེད་ཀྱི་ལུང་  
 མེད་ན་སྦྱོན་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྟགས་མ་མཐོང་བ་རྣམས་རྟོགས་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་འདིར། རྟགས་ནི་མཐོང་བ་མེད་ཅེས་ཏེ། །  
 གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་སོགས་མི་ངས། །ཞེ་ན་རྟགས་ལས་རྗེས་དཔག་དེས། །  
 ངས་པས་ངས་པ་མིན་ནམ་ཅི། །འདི་ན་ལ་ལ་ནི་རྟགས་དང་འབྲེལ་བ་ངས་  
 པར་མཐོང་བ་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་གཟུགས་དང་། སྤྲ་དང་།



རི་དང་། རོ་དང་། རེག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ལ་ལ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པས་  
 ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་དུ་བ་ལས་མེ་ཡོད་པ་ཉིད་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཟླ་བ་དང་།  
 ཉི་མ་དང་། སྐར་མ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ལས་དེ་ལས་གཞན་པའི་མཐོ་  
 རིས་ཀྱང་ཡོད་པར་ཤེས་ལ། བདེ་བ་ཉིད་དང་། སྐྱག་བསྐྱེད་ཉིད་དང་།  
 རིགས་དམན་པ་དང་། རིགས་མཆོག་དང་། སྐྱག་པོ་དང་། དབུལ་པོ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྐྱེ་བོ་མཐོང་བ་ལས་སྒྲོན་མེད་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་སྟེ། དུལ་  
 ལ་ཆགས་པ་སྤངས་པ་ལས་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་མཐོང་ལ་  
 དུལ་ལ་ཆགས་པ་དང་བཅས་པར་གྱུར་པའི་སྤྱེ་མ་ལེབ་དང་། སྤང་མ་དང་།  
 སྤང་པོ་དང་། འདོད་པ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་མཐོང་བ་ལས་  
 ངན་འགོ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་དཔག་ཅིང་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་བདེན་པར་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་ནས་མཐོ་  
 རིས་དང་ཐར་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡང་བདེན་པར་འགྱུར་  
 བས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་བྲལ་བའི་ལྷང་འབའ་ཞིག་གིས་ནི་མཐོ་རིས་དང་  
 སྒྲོན་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་གཏན་ལ་དབབ་པར་མི་རྒྱས་སོ། །  
 དེས་ན་འདི་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཐོ་རིས་ལ་སོགས་པ་གཏན་  
 ལ་ལེབས་པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་ན། རིག་བྱེད་བཏགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།  
 གང་ཡང་སྒར་སྒྲ་རྟག་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པ་བྱས་པ་དེ་  
 སུན་དབྱང་བའི་ཕྱིར་སྤྲས་པ། ལན་ཅིག་འཇུག་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་འདིར། །མར་

མེའང་ལན་ཅིག་ཉིད་འཇུག་པས། །གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །  
 སྒྲ་ཡི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱང་བརྟུན། །མར་མེ་ཡང་རབ་ཏུ་འབར་བ་དང་པོ་ཉིད་  
 གྱིས་མཐོང་བར་འདོད་པའི་དོན་མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི། དེ་འབར་བ་གཉིས་  
 བ་ལ་ལྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལན་ཅིག་འཇུག་པ་ཡིན་པས་ཅི་མར་མེ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲ་འདི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ལན་ཅིག་  
 འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་ཉིད་བཞིན་དུ་རྟག་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་སྒྲ་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱིས་ཉེ་བར་བཀོད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སུན་  
 དབྱུང་བ་བྱས་ནས་རང་གི་ཆད་མ་ཉེ་བར་འགོད་པར་བྱེད་པ་ནི། ཡོད་ཕྱིར་  
 སྒྲ་ནི་མི་རྟག་སྟེ། །ཅི་ཕྱིར་བྱ་བ་བཞིན་མི་གཟུང་། །ཡང་ན་ལུས་ཀྱི་གཡོ་བ་  
 བཞིན། །སྒྲོ་ཡི་རྒྱ་ཕྱིར་ཉམས་པར་འགྱུར། །སྒྲ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་ནི་ཆོས་སོ། །ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཏེ། གང་དང་  
 གང་ཡོད་པ་དེ་ནི་མི་རྟག་སྟེ། དཔེར་ན་འགྲོ་བ་དང་བཙོ་སྒྲག་ལ་སོགས་པའི་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་སྒྲ་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དང་གང་སྒྲོའི་རྒྱར་གྱུར་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྒར་སྒྲིང་དུ་འབྲིན་པ་དང་འོག་ཏུ་གཞོན་པ་དང་།  
 བརྒྱུད་པ་དང་བསྐྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་གཡོ་བ་བཞིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་སྒར་བསྐྱར་པ་དག་གི། །གོ་མས་ཕྱིར་ཕྱིས་ཤེས་ཞེས་པ་ཡང་། །གཏན་  
 ཆིགས་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ཉིད། །གོ་མས་དང་ཕྱིས་ཀྱང་ཤེས་པ་ནི། །རྟག་

མིན་ནམ་ཡང་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ཡང་དང་ཡང་གོམས་པར་བྱས་ཀྱང་སྒྲིན་  
 བརྗོད་པ་ཉིད་ན་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་དང་པོ་བརྗོད་  
 པའི་སྒྲོ་འགག་པར་འགྱུར་བ་ན་སྒྲི་མཆེད་དུག་ལ་རྒྱས་པ་བཞག་ནས་འགག་  
 པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱས་པ་དེ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ཐོབ་ནས་ཡི་གེ་གཉིས་པ་  
 བརྗོད་པའི་སྒྲོ་མངོན་པར་སྒྱུབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རི་སྤྱོད་དོན་  
 རྗོགས་ཀྱི་བར་དུ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་པན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་པ་  
 མེད་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ག་ལ་འགྱུར། ཡི་གེ་  
 རེ་རེ་ལ་ཡང་ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མ་ལ་སོགས་པའི་དུས་མང་པོ་ཉིད་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ལ། རྣ་བའི་དབང་པོ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་པས་སྒྲི་མ་ལུས་  
 པ་ངེས་པར་འཇིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྒྲི་ཉིད་ཀྱང་རེ་ཞིག་བསྒྱུབ་  
 པར་དཀའ་ན་སྒྲི་དེ་ལ་གོམས་པ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད་པར་འགྱུར། ཕྱིས་ཤེས་པའི་  
 ཤེས་པ་ཡང་སྒྲོ་སྒྲི་མ་འགགས་པར་གྱུར་པ་དང་། སྒྲོ་ཕྱི་མ་སྒྱེད་པར་འགྱུར་  
 བ་དེ་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་ཤེས་པ་ཡང་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། སྒྲི་ཉིད་རྟག་པ་ཉིད་མ་གྲུབ། །སྒྲི་ཉིད་དཔེ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། །མངོན་  
 པར་གསལ་བྱེད་པ་ཡང་བཀག། །འདི་ནི་ངག་གིས་གསལ་བྱེད་མིན། །སྒྲི་  
 རྟག་པ་ཉིད་གྲུབ་ན་ནི་སྒྲི་ཉིད་རྟག་པར་འགྱུར་ན་གང་གི་ཕྱིར་སྒྲི་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་དུ་བསྒྱུབས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲི་ཉིད་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཡིན་ན། རི་  
 ལྟར་ན་དཔེ་ཉིད་དུ་ཉི་བར་དགོད་པར་བྱ། ཀན་དང་། མཆུ་སྒྱུར་བ་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། གནས་དང་། བྱེད་པ་དང་། འབད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་པས་

སྐྱ་བྱས་པ་ཡིན་པར་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་སྐྱ་ནི་མངོན་པར་  
 གསལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། གལ་ཏེ་སྐྱ་དེ་མཉན་བྱ་ན། །ངག་གིས་གསལ་བར་རི་ལྟར་འདོད། །  
 རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའང་བརྟུན་ཉིད་པས། །འདི་ཉིད་སྐྱ་རུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །གལ་  
 ཏེ་སྐྱ་འི་རང་གི་ངོ་བོ་ན་བའི་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་སྐྱ་དེ་  
 ཡང་དབྱངས་ཡིན་པས་དེས་ན་དབྱངས་གཞན་གྱིས་ཡང་རི་ལྟར་གསལ་  
 བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །སྐྱ་དང་དོན་དག་ཏྲག་ཏུ་འབྲེལ་པ་ཡོད་པས་སྐྱས་དོན་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་མི་བདེན་ཏེ། བསྐྱལ་པ་དང་  
 པོ་ལ་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཆོག་པས་ནས་འདི་ལ་ནི་བ་ལང་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། །འདི་ལ་ནི་མི་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། བ་ལང་ཞེས་  
 བྱ་བའི་སྐྱ་ལ་སྒྲོག་ཤལ་དང་རྩ་ལ་སོགས་པས་ཉེ་བར་མཆོན་པའི་རིལ་པོ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། མི་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ལ་ཡང་མགོ་དང་རྒྱུ་དང་ལག་  
 པས་ཉེ་བར་མཆོན་པའི་ལུས་ཉེ་བར་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་  
 ལྟར་སྐྱ་དང་དོན་འབྲེལ་པ་ཡོད་ནས་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་ན་  
 བརྗོད་ལས་ཡིན་པས་གང་ལས་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་སྐྱ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཡིན་ན་བརྗོད་ཉིད་སྐྱ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
 ལྟར་བརྗོད་ལས་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི་སྐྱ་ལས་མ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་བརྗོད་ནི་  
 མེད་པ་ན། རྟོག་པ་ཡོད་པར་མི་རིགས་སོ། །བསྐྱལ་པ་དང་པོ་བའི་སེམས་  
 ཅན་གང་དག་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ན་བརྗོད་ཤེས་པ་ནི་མེད་ན་དེ་རྣམས་གྱིས་བ་

ལང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྤྱི་དོན་རྟོགས་པར་ངི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འཁོར་བ་  
 ཐོག་མ་མེད་པ་ལྟར། །བརྗོད་ཡང་ཇེས་སུ་འཇུག་པ་ཉིད། །དེ་ལྟར་བྱུང་རྟོགས་  
 པ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོག་གི་ལྷག་མའོ། ། ཇི་ལྟར་འཁོར་བ་ལ་  
 ཐོག་མ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་བརྗོད་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། སྤྱི་བའི་བསྐྱལ་བའི་  
 དུས་ན་མི་རྣམས་འདི་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་ཐམས་ཅད་འོད་གསལ་གྱི་སྤྱི་  
 རང་དུ་སྦྱེས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡང་ས་འདི་ཆགས་པར་གྱུར་པ་ན་ལྟ་དེ་དག་  
 འདིར་བབས་ནས་རོ་ལ་ཆགས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་དག་འཕགས་པའི་སྐད་  
 གྲིས་སྤྱོད་པར་བྱེད་ཅིང་བསྐྱལ་བ་དང་ཕོ་ལ་བ་ལང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 མིང་དུ་གྲགས་པ་ཡང་དང་ཡང་བརྗོད་བྱས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་དང་ཕོ་བརྗོད་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ། འདི་ནི་ཇེས་དཔག་ལས་ཐ་  
 དད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིས་བ་དེ་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཇེས་སུ་  
 དཔག་པའི་ཆད་མ་ཉིད། །དེ་བདག་ཉིད་ལས་ཐ་དད་མིན། །དེས་ན་ཆད་མ་  
 ཡིན་ཕྱིར་ཞེས། །བྱ་བའི་གཏན་ཆོགས་འདི་མ་ངས། །ཇེས་སུ་དཔག་པ་  
 མེད་པར་ལུང་ཅ་མ་གྱིས་བསྐྱལ་བྱ་འགྱུར་པ་ནི་མེད་དེ། རང་གི་ངོ་བོ་ལས་ཐ་  
 མི་དད་པའི་ཕྱིར་དང་། དུ་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆད་མ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་  
 འདི་ཅི་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་བཞིན་དུ་ཇེས་སུ་དཔག་པ་ལུང་ལས་ཐ་དད་  
 པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ཆད་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཇེས་སུ་  
 དཔག་པའི་ཆད་མའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་དུ་ཐ་མི་དད་པར་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་  
 ན་ཞེས་བྱ་བའོ། །གཞན་ཡང་། ཐ་དད་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཚོ། །རྒྱུད་ཉིད་དུ་

ནི་ཁྱོད་ཀྱི་དེ། །མ་གྲུབ་ཐ་དད་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། །གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་ཉིད་  
 ཏུ་འགྱུར། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་ལུང་ལས་ཐ་དད་པའི་སྒྲིང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་  
 སྒྲེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་  
 བཅས་ན་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་རུས་པར་འགྱུར་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་བྲལ་  
 བའི་ལུང་གིས་ཡིན་པར་ནི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 མགོན་པོར་སྐྱབ་པ་དང་། འདོད་བཞིན་འཇུག་པ་དང་། ཐབས་ཀྱིས་རྒྱལ་བར་  
 སྐྱབ་པའི་བསྟན་བཅོས་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ལུང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་  
 ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གྲགས་པས་ཐ་དད་པའི་  
 ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་  
 གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་འདི་སྐད་ཏུ་གཅིག་དང་ཏུ་མའི་དོན་གྱི་ཡུལ་  
 རྟོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་ལུང་ལས་གཞན་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཆད་མ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་ཡང་། ཏུ་མའི་དོན་དངོས་ཐ་  
 དད་ཕྱིར། །དོན་གཅིག་མིན་པ་རྟོགས་པའི་རྒྱ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་ཡང་  
 འདོད་པས། །དེ་ཕྱིར་སྐྱབ་བྱུང་ལས་གཞན་མིན། །སྐྱབ་གང་གིས་བྱུང་གྲོལ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ན་དོན་གཅིག་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་ལ། མཐོང་ངེས་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ན་ནི་དོན་ཏུ་མ་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པར་མ་ཡིན་པས་སྐྱབ་  
 ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྟོགས་དང་འབྲེལ་པ་མ་མཐོང་བས། །མཐོང་བའི་



འོན་ལས་རྗེས་དཔག་ཉིད། །གང་ཕྱིར་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་པར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་  
 དེ་མ་ཐག་ཏུ་མིན། །མཐོ་རིས་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་མཐོང་བ་མེད་ན་ཡང་  
 མཐོང་བའི་འོན་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གང་ལ་ཞེ་ན། མཐོ་རིས་ནི་ཡོད་དོ་ཐར་པ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པས་བསྟན་པའི་ལུང་གང་ཡིན་པ་ལའོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
 མིན། །མཐོ་རིས་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་མཐོང་བ་མེད་ན་ཡང་མཐོང་བའི་  
 འོན་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །གང་  
 ལ་ཞེ་ན། མཐོ་རིས་ནི་ཡོད་དོ་ཐར་པ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་  
 པས་བསྟན་པའི་ལུང་གང་ཡིན་པ་ལའོ། །དེ་ལས་འདི་སྐད་དུ་འདུས་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེས་ན་རྗེས་  
 སུ་དཔག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པ་ཡང་ཡོད་པར་རྟོགས་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་གྱི་ལུང་ཅམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་ལུང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རྗེས་དཔག་སྐྱ་བྱང་  
 ཐ་དད་མིན། །སྐྱོག་གྱུར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། །འབྲེལ་པ་བྲན་ལ་སྟོས་  
 བཅས་ཕྱིར། །དེ་ལྟར་རྗེས་དཔོག་རང་ཉིད་བཞིན། །སྐྱ་ལས་བྱང་བས་ན་སྐྱ་  
 བྱང་སྟེ། ལུང་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་དེ་ཡང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་དང་ཡལ་ག་དང་  
 བཅས་པའི་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་འོན་སྐྱ་ཐོས་པ་ཉིད་ན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་  
 ནི་གང་ཤིང་ལ་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་དང་བཅས་པའི་འབྲེལ་པ་སྐྱར་མཐོང་བ་  
 ལས་བྲན་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་དེ་ནི་སྐྱར་གྱི་འབྲེལ་པ་ལ་སྟོས་པ་

ཞེས་བྱ་སྟེ། འབྲེལ་པ་དྲན་པ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་རང་ཉིད་མེ་དང་ཉི་བར་གནས་སུ་ཟེན་གྱང་དུ་བ་དང་མེར་འབྲེལ་པ་མཐོང་  
 བ་དྲན་པ་ལ་སྟོས་པ་བཞིན་ནོ། །སྟོན་མེད་བྱ་བས་གསལ་མི་བྱེད། །སྐྱ་ཡི་  
 གསལ་བྱེད་བཀག་པ་བཞིན། །གསལ་བར་བྱས་པའི་བྱམ་པ་ལྟར། །སྟོན་  
 མེད་པ་ཡང་མི་རྟག་འདོད། །ཆོས་གྱང་མཆོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བས་  
 བསྐྱབས་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་གསལ་བར་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་སྐྱ་དང་མེས་གསལ་བར་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྟག་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ནི་བྱ་བས་གསལ་བར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་བྱས་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཐུན་པའི་ནང་ན་གནས་པའི་བྱམ་པ་མར་མེས་གསལ་  
 བར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་དུ་སྟ་  
 གཞུག་ན་དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྟོན་མེད་པ་དེ་བྱམ་པ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། དེའི་ཕྱིར་འདོད་པ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ལྷ་བའི་བརྟུང་  
 སོགས་བྱ་བའི་འབྲས། །རྟག་པ་མིན་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །བྱ་བའི་འབྲས་བྱ་  
 ཡིན་ཕྱིར་དཔེར། །འདོད་པའི་རྒྱ་བྱང་འབྲས་བྱ་བཞིན། །ལྷ་བའི་བརྟུང་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་གང་དག་ཡིན་པའི་འབྲས་བྱ་དེ་ནི་བདུད་ཅི་ཉིད་དང་།  
 རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མངོན་པར་འདོད་དུ་ཟེན་གྱང་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 བྱ་བའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དང་གང་བྱ་བའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པ་  
 དེ་ནི་མི་རྟག་སྟེ། དཔེར་ན་འདོད་པའི་སེམས་པའི་རྗེས་སོགས་ལ་སྦྱེས་པའི་  
 ཡུལ་གྱི་བདེ་བའི་འབྲས་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ། ལྷ་བའི་བརྟུང་

སོགས་བྱ་བ་ཡིས། །ཐར་བ་འཐོབ་པར་མི་རིགས་ཏེ། །བྱ་བ་ཡིན་ཕྱིར་འདོད་  
 པ་ཡི། །རྒྱ་མཆན་བྱ་བ་མི་འདོད་ལྟར། །ཟླ་བའི་བརྟུང་བ་དང་བྱོལ་སོང་གི་  
 མཆོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་མི་འདའ་བ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཐར་བ་འཐོབ་པར་བྱེད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བྱ་བ་ཡིན་པར་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་འདོད་པ་སྦྱོད་པའི་རྒྱ་ཐེབས་པར་སྦྱ་བ་དང་།  
 གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྦྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་བྱ་བ་བཞིན་  
 བོ། །དེ་ཕྱིར་ལམ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས། །མཐར་བྱེད་ལས་རྒྱལ་འགྱུར་མ་  
 ཡིན། །སྒྲོ་ཡིས་སྦྱོད་པའི་རྒྱས་མེད་པ། །གཞན་རྗེས་འབྲང་བས་འདི་ལ་  
 བརྟེན། །རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཤེས་པའི་ལམ་གང་མཐོང་བའི་ལམ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པར་  
 མཐར་བྱེད་པ་ལས་རྒྱལ་བར་འགྱུར་གྱི། །གང་དག་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
 ཞིང་སྒྲོས་སྦྱོད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་ཡང་དག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ལམ་དེས་རི་ལྟར་མཐར་བྱེད་པ་ལས་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན།  
 དེའི་ཕྱིར་ན་གང་ཟླ་བའི་བརྟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བས་མཐར་བྱེད་པ་ལས་  
 རྒྱལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་སྦྱས་པ་དེ་བདེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ཡང་། འཆི་མེད་ཉིད་ནི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ཉེར་ཞི་རིག་བྱེད་ཡོད་ཅེ་ན། །མེད་  
 དེ་འདི་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་བཏགས། །རིགས་ལས་བྱུང་  
 བའི་དོན་གསུམ་པོ། །ཤེས་བརྗོད་བསྟོད་དང་ཆོ་ག་དག །གང་ཕྱིར་དོན་ནི་  
 གསུམ་པོ་འདིས། །ཐར་བ་ནམ་ཡང་འཐོབ་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སྙིང་པོ་ཉིད་

ཡིན་པས། །རིག་བྱེད་ཆད་མར་འདོད་ཅེ་ན། །མི་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལྟ་  
 སོགས། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཆད་མ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དང་སྒྲིང་ལྟས་  
 བསྟན་དམ་པས་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པས་སྤྲ་མའི་ལན་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲས་པ། ལྟའི་སྤྲ་མ་ཕྱར་བྱས་བསྟན་པའི་རྒྱུད་ལས་  
 རིག་བྱེད་སྤྱན་དབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། སྤྲས་པ། རྩས་ཀྱི་དོན་  
 དུ་ལྟ་གསོལ་མཆོད་བྱེད་པས་སྟ་གོན་ལ་གནས་པ་དང་། གཏོར་མ་བསྟན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་སྟ་སྟ་གོན་དུ་ཉེ་བར་  
 གནས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྲུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་མཐོ་རིས་སུ་བྱ་གོ་ཆེན་  
 པོ་བྱུང་བར་གྱུར་ནས་གང་གི་ཕྱིར་འདིར་གཏོར་མའི་ཆ་ཤས་དང་། ལྷར་  
 བའི་བྱེད་དུ་མ་དང་། བསང་གཏོར་གྱི་རྒྱུད་དང་། ར་ཤ་དང་། འབྲས་མ་ཆག་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱིའི་ཚུལ་བཟུང་ནས་སྟ་རྟམས་འདིར་བབས་ཤིང་བར་  
 འབྱུར་བ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡང་སྤྲས་པ། སྤྱོན་ཅན་  
 གཙང་སྤྱོན་ཅན་མང་འདུས་ནས་འཆོ་བའི་ཕྱིར། །སྟ་ཡི་སྟ་གོན་ལ་སོགས་  
 འགའ་ཞིག་བརྩམས་གྱུར་ནས། །ཕྱུགས་བསང་སྒྲིང་པོར་གྱུར་རྟམས་བསྟན་  
 པ་རྟམས་ཀྱིས་ཐོས། །རྩ་དང་མིག་པ་པགས་པ་ཅན་འདི་ཀ་ལ་སྟེ། །བྱིམ་  
 མེད་མ་དང་མཆོད་སྤྱོན་ཤིང་ཤུན་ཅན། །མགྱིན་པ་སྤྱད་པས་བཅིངས་དང་  
 འདྲེག་མཁན་དང་། །རྗེ་འུ་རིགས་གཉིས་དང་མཆིལ་སྟམ་མཁན་པོ་དང་། །  
 དུག་གི་རིག་བྱེད་འདི་ནི་བརྟགས་པ་ཡིན། །གནས་སྐྱབས་ཆོས་ཅན་གང་  
 དག་དང་། །གཞན་ཡང་རིགས་ཀྱི་ཆོས་ཅན་དག །ཁོར་ཅན་རྟམས་ཀྱི་ཁོར་

ཆོགས་ལ། །བྱ་གྲོལ་བཞིན་དུ་བྱུངས་ནས་འབྱེན། །མེ་ལ་སྦྱིན་སྟེག་ལ་  
 སོགས་ལས། ། གྱིས་པའི་ཅེད་མོ་བཞིན་མཆོན་ཆ། །མེ་ཡི་སྦྱིན་སྟེག་  
 གསུམ་རིག་འདོན། །དབྱུ་གྲུ་གསུམ་ཅན་ཐལ་བས་བསྐྱ། །སྒྲོ་དང་ཚུལ་བས་  
 དམན་རྣམས་ཀྱིས། །འཆོ་བྱིར་བྱས་ཞེས་ཕྱར་བྱ་སྒྲ། །དེ་བཞིན་དུ་གྲོང་  
 བྱིར་གྱི་ནང་དུ་ཚུལ་བཅས་པའི་རྒྱན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་གཏན་ཆོགས་  
 གྱི་ཐོ་བས་མགོ་པོ་ནས་སྐྱེ་བ་པར་བྱའོ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་བས་དེ་ལྟ་བས་ན་  
 ལྟའི་བྱང་སྒོང་གིས་བསྟེན་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་གསུམ་  
 པོ་ནི་སྟོན་བྱེད་པ། །ཆངས་པ་བྱུང་འདྲུག་བདེ་བྱེད་རྣམས། །ཉོན་མོངས་  
 བདག་ཉིད་སྦྱོད་མཐོང་བས། །གང་བྱིར་གསུམ་འདི་སྤང་བའི་རིགས། །ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱིབ་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྷན་པའི་  
 གསུང་ནི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི། །གང་ཡང་གཏོན་གྱིས་  
 ཟེན་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཆོག་གི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། །ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་  
 པས་བྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བ་གསུམ་པོ་ཉིད་ནི་སྤང་བར་རིགས་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་གྱི་མི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཆངས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་བཅས་པའི་རང་བཞིན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། །རིག་བྱེད་ལས་འདི་ལྟར་འབྱུང་  
 འོ། །རི་ལྟར་སྤིང་བ་གསུམ་པོ་ནི། །མེས་པོས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་གྲགས། །  
 ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་སྤངས་ཏེ། །འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཉན་བྱ་  
 མིན། །ལྟ་མོ་འདོད་དགའ་དང་འདུས་ནས། །འདོད་པའི་བདེ་བ་ཉམས་སྦྱོང་



སྟེ། །གཞོན་ནུ་ས་ནད་འདོད་དགའ་ལས། །འཇིག་རྟེན་བྱེད་པ་དེས་བསྐྱེད་  
 ཏོ། །མེས་པོ་དེས་ནི་དགའ་བྱེད་མ། །དེ་ལ་བྱིན་ནས་འདི་སྐད་སྒྲུས། །  
 སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱིས་བུད་མེད་སྦྱོང། །བུད་མེད་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེས་བུ་ལ། །  
 ཞེས་བསྟན་པ་ཡོད་པས་དེའི་བྱིར། །འདོད་པ་མེད་ན་ངེ་ལྟར་འདི། །འདོད་  
 དགའ་མ་ལ་སྦྱོང་བར་བྱེད། ། དེ་བཞིན་འདོད་བྲལ་ལྟ་མོ་ལ། །འགྲོ་གཙུག་  
 སྟོབས་ཀྱི་ཅི་བྱིར་སྦྱོང། །འདི་ནི་སྐྱེས་དགའི་བདག་ལས་སྐྱེས། །དེ་ནི་རང་  
 བྱང་བུ་ཡིན་ན། །རང་བྱང་ཆ་མོ་འདོད་ལྟར་ལ། །སྦྱང་བར་བྱུར་བ་ཡིན་  
 ནམ་ཅི། །དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལྟར་གྲག་སྟེ། སྐྱེ་དགའི་བདག་པོ་གསལ་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཆངས་པའི་ཁ་ནས་སྐྱེས་སོ། །དེས་མཆོད་སྦྱིན་ཅིག་བྱེད་པའི་དུས་སུ་  
 ཆངས་པ་སྦྱུན་བྲངས་པ་དང་དེ་མ་འོངས་སོ། །དེ་ནས་སྐྱེ་དགའི་བདག་པོས་  
 རང་གི་བུ་མོ་གཞོན་ནུ་མ་རྣམས་པོ་ཉར་བཏང་ངོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་ལ་ལས་  
 ནི་ལག་པ་ནས་བྲངས། ལ་ལས་ནི་ཅོ་རྟོ་ནས་བྲངས་ཏེ་ཆངས་པ་མཆོད་སྦྱིན་  
 གྱི་གནས་སུ་བྱིར་ངོ། །དེ་གཞོན་ནུ་མ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་དང་རེག་པར་བྱུར་  
 པ་ན་འདོད་པས་སེམས་སྦྱོས་པར་བྱུར་ནས་ཁུ་བ་བྱང་ངོ། །དེ་མཆོད་སྦྱིན་  
 བྱེད་པོའི་སྟེག་གཟར་གྱིས་སྦྲངས་ནས་བསྟེག་བྱ་བཞིན་དུ་མེའི་ནང་དུ་  
 སྦྱགས་སོ། །དེ་ནས་འབར་བའི་བྲེང་བས་ཀྱན་ནས་འཁོར་བཞིན་དུ་ཐུབ་པ་  
 རན་སྦྱོང་དང་། ཡུལ་རས་སྐྱེས་པར་བྱུར་ཏོ། ། དེའི་ལྷག་མ་དུ་བའི་ནང་དུ་  
 ལུས་པ་ལས་ཨ་ཏི་བྱང་ངོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེས་ན་འདིར་ཡང་སྐྱེ་དགའི་བདག་  
 པོ་ལས་སྐྱེས་པ་རང་གི་ཆ་མོ་ལ་འདོད་པའི་སེམས་སྐྱེས་ནས་བྱང་བའི་ཁུ་བ་



ལྷ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་མེད་ནང་དུ་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་  
 ལྷགས་པར་བྱེད་པས་སྒྲོན་པའི་སྒྲོད་པ་དང་འདྲ་བ་ཆངས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་སྤྲས་པ། རིགས་ལས་དང་སྒོང་སྒྲེ་བསྟན་པ། །འདི་  
 ལྷར་བྱང་འདི་བརྟག་མི་བྱ། །གཉིས་སྒྲེས་རྣམས་ཀྱིས་གསང་བ་གང་། །ཀུན་  
 ལ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མིན། །རང་བྱུང་གི་ནི་སྒྲོད་པ་འདི། །འབྲུལ་པར་གྱུར་པ་  
 འདི་ལ་སྒྲོས། །ཆ་མོ་མཐོང་དང་རེག་པ་ལས། །བྱོལ་སོང་བཞིན་དུ་གང་  
 ཆགས་ནས། །ལུས་ནི་འབྱུང་བར་གྱུར་པ་ལས། །མི་གཙང་ཤོར་བར་གྱུར་  
 པ་འདི། །མི་ནི་སེམས་དང་ལྷན་པ་འགའ། །མ་སྒྲེས་ཡིན་ན་འདི་བྱེད་དམ། །  
 བྱི་དང་བོང་བྱ་དག་གི་ནི། །སྒྲོད་པ་འཕགས་པས་སྤྲད་པ་ལ། །རང་བྱུང་  
 སྒྲོད་པས་དེས་ན་དེ། །དེ་དག་དང་ནི་བྱད་ཅི་ཡོད། །དེ་བཞིན་དུ་ཉ་ལའི་རྒྱང་  
 པ་དང་ཉ་ཉ་ཞེས་ཟེར་བ་གསལ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲེ་བོ་བརྒྱ་སྒོང་དུ་མའི་  
 ཚོགས་གསོད་པར་བྱེད་པའི་གཤེན་རྗེ་བསྐྱེད་པ་དང་། འཕེལ་བྱེད་དང་།  
 ར་ལུ་ཅི་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་། མགྱོན་བརྒྱ་གསལ་པའི་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་  
 གྲང་རིག་བྱེད་ལས་བསྟན་པས་ཆངས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་དྲག་པོ་དང་ལྷན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །བྲལ་འཇུག་དང་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་ཡིན་པར་ཕྱིས་སྒྲོན་པར་འགྱུར་བས་འདིར་མ་བསྟན་ཏོ། ། ས་རོལ་  
 ཀྱི་བསམ་པ་ཁས་སྒྲངས་ནས་སྤྲས་པ། །ཤེས་ལྷན་ཤེས་པས་སྤྲིག་པ་དག །  
 སྤྲིག་སྤྲེ་མེ་ཡིས་ཤིང་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མཐུ་ཡི་བྱད་པར་གྱིས། །རན་འགོ་  
 དེ་ནི་འགོ་ཞེ་ན། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ། གལ་ཏེ་རྣྗོངས་པ་ལོང་བ་དང་འདྲ་བ་དག་

ནི་སྒྲིག་པ་ཆུང་དུས་ཀྱང་ངན་འགྱོར་འགྱོ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་སྒྲིང་བ་སྒྲིམ་ཤིང་ཤེས་རབ་གྱི་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ལྡན་པས་ནི་  
 སྒྲིག་པ་མ་ལུས་པར་སྒྲིག་པ་ཡིན་པས་དེས་སྒྲིག་པས་གོས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། འདི་ལ། གང་གིས་ཉོན་མོངས་སྒྲིག་བྱས་པའི། །མཁས་པ་ཤེས་དེ་ཤེས་  
 ལྡན་ན། །དེ་ནི་སྒྲིག་པ་བྱེད་མི་འགྱུར། །དེའི་རྒྱ་ཤེས་ལྡན་ལ་མེད་ཕྱིར། །  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་  
 ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སོག་པར་མི་བྱེད་ཅིང་། ཉོན་  
 མོངས་པ་བསགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཞི་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་  
 དང་ལྡན་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིག་པའི་ལས་མི་བྱེད་  
 དེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་ཅེས་བྱ་བའི་སྒྲིག་པའི་རྒྱ་  
 རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ཆགས་སམ། ཞེ་སྤང་ངམ། གཏི་ཐུག་གིས་  
 ནི་སྒྲིག་པའི་ལས་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་  
 ཚོས་མི་མཐོང་། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་  
 ལ་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་བྱེད་ནི་གཅིག་ཏུ་མི་དགོ་བའི་ལམ་ལ་  
 ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་བར་བྱེད་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱིས། །རྣལ་འབྱོར་གྲུབ་  
 ལ་མི་གོས་ཞེས། །སྤྲོ་ཞིང་ཡང་དག་ལམ་ཉམས་ལ། །གཞན་དག་གི་ཡང་  
 ཉམས་པར་བྱེད། །གྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་གྲུབ་པའོ། །དེ་ལ་ནི་མི་དགོ་བའི་ལས་བྲམ་ཟེ་བསད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ལྷུང་བར་བྱེད་པ་བྱས་ཀྱང་གོས་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་

བ་གྲག་སྟེ། དེ་སྐད་ཟེར་བ་དེ་དག་ནི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་  
བ་དང་། གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། གཞན་སེམས་  
ཅན་མང་པོ་དེའི་གཞུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བའི་དགོན་པ་  
ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པར་བྱེད་བ་ཡིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ།

གལ་ཏེ་དེ་རྣམས་ལ་སྡིག་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་  
དབང་ཕྱུག་གིས་ཆངས་པ་བསང་བའི་སྡིག་པ་ལྷོ་བ་དང་། ཉི་མ་དང་། བྱད་  
མེད་དང་། ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཆ་དགོད་པར་བྱེད་བ་ཡིན། ཉི་མ་  
དང་། ལྷོ་བ་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར། རྟ་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཟད་བྱེད་ལེན་པར་བྱེད། དེས་  
ན་ཆངས་པ་དང་། འབྲུག་དང་། དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་ཤེས་པ་  
དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། ཆངས་ལ་སོགས་པས་དེ་ཉིད་  
དོན། །སྟོ་ཡིས་མཐོང་བར་མི་འདོད་དེ། །ཆངས་པ་དང་ནི་ཅེ་གསུམ་ཅན། །  
ཐིག་ལེ་མཆོག་མར་ཀུན་ཆགས་ཕྱིར། །ཐིག་ལེ་མཆོག་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ལྷ་  
མོ་ལ། དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཀུན་དུ་ཆགས་ནས་གདོང་བཞི་མངོན་པར་སྒྲུལ་  
བ་དང་ཆངས་པ་ཡང་ཀུན་དུ་ཆགས་པར་གྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་གདོང་ལྔ་བསྐྱེད་  
དེ། གདོང་དེ་དག་གིས་བལྟས་ཀྱང་ངོམས་པར་མ་གྱུར་ཏི་ཞེས་གྲག་གོ། །  
གཞན་ཡང་ལྷ་ག་མ་ཐ་ནའི་གཞུང་ལས། ལྷ་ཆེན་པོས་ལོ་བརྒྱ་ཆང་བར་ལྷ་

མ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྲིག་པའི་སྒྲོར་བ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ལྷ་ཤིང་ནི་ནགས་ཚལ་དུ་ཞུགས་པ་ན། ཐུབ་པའི་བུ་མོ་མཐོང་བ་ན་འདོད་  
 པས་སྟོས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས་མཆན་མ་འགྲེང་བར་གྱུར་ཏོ། ། དང་སྟོང་དེ་  
 ཁྲིས་པར་གྱུར་པས་ལྷུང་བར་བྱས་སོ། །འདི་སྐད་ཀྱང་སྤྲས་ཏེ། དུར་ཁོང་ན་  
 ནི་གང་གནས་ཤིང་། །འབྱུང་པོའི་ཆོགས་དང་ལྷན་ཅིག་དགལ། །འདི་འདྲ་བ་  
 ཡང་ལྷ་ཡིན་ན། །ཤ་ཟ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད། །ཆངས་པར་སྒྲོད་དང་འགལ་བ་  
 ཡིན། །གཟུགས་སུ་འདི་ནི་མཐོང་བཞིན་དུ། །ཆོངས་པ་མི་ཤེས་པ་དག་  
 ལ། །ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་ཡིན་ཞེས་སྤྲ། །འདི་ག་ཏེན་ཀུན་གྱི་མངོན་སུམ་  
 དུ། །དཀའ་ཐུབ་མཆན་མ་འགྲེང་གྱུར་པ། །མཁས་པ་གཉིན་དང་བཅས་  
 རྣམས་ཀྱིས། །འདི་འདྲ་མཐོང་བ་མི་འདོད་དོ། །ཉིས་ན་ཆངས་པར་སྒྲོད་  
 མིན་པའི། །བྲིམ་པའི་ཆ་ལུགས་ཉིད་རུང་གི། །ཆངས་པར་སྒྲོད་པར་ཁས་  
 འཆེ་བའི། །བདེ་བྱེད་མཐོང་བར་མི་འདོད་དོ། །མཆན་མ་ལྷུང་བ་དེ་ལ་ནི། །  
 བྲི་དང་སྟེང་སོགས་ལོངས་སྒྲོད་མཆོག། །དེ་བཞིན་བདེ་བྱེད་ལ་མ་ཡིན། །  
 འགལ་བ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ཡིན། །གང་གི་མིང་ཐོས་སྒྲེ་བོའི་ཆོགས། །ཤིན་  
 ཏུ་ངོ་མཆར་འགྱུར་བ་ཡི། །གང་ལས་མི་གཙང་ཆོགས་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་ལྷ་  
 ཡིན་ཇི་ལྷར་འདོད། །ཤིན་ཏུ་ངོ་ཆ་མེད་གྱུར་པས། །མཆན་མའི་ཅེ་ནས་  
 དབང་བསྐྱར་བས། །གང་གིས་བདག་ཉིད་ཅོ་འདྲི་བ། །དེ་ལས་ལྷག་པ་ཅི་  
 ཞིག་བྱ། །ཞེས་བྱའོ། །འདོད་ཆགས་དག་པོ་ཅན་ཡིན་པར་སྤྲས་ནས་ཞེ་སྤང་  
 དག་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་སྤྲས་པ། །དང་པོར་ཁྲོ་མེས་མ་བསྐྱེགས་

ནས། །ཁྲོང་ཁྲེར་སྤུམ་བཅེགས་ཅི་ལྟར་བསྐྱེད་ནས། །ཉི་རྒྱལ་སོ་ལྷུང་ཅི་ལྟ་  
བྱ། །ཉི་སྐལ་མིག་ལྷུང་ཅི་ལྟ་བྱ། །ཁྲོ་བོའི་མེས་ནི་དང་པོར་རེ་ཞིག་ཁྲོ་བ་ཅན་  
ཉིད་སྐྱེག་པར་བྱེད་དེ། །འདི་ལྟར་དབང་ལྷུག་ཆེན་པོའི་ཐིག་ལེ་མཆོག་མ་  
ཞོར་བ་ལས་ལྷུང་བའི་ཁྲོ་བའི་མེས་བསྐྱེད་ཤིང་བསྐྱེན་པར་དཀའ་བར་གྱུར་  
ནས་ལྷ་མ་ཡིན་དུ་འབར་བའི་སྤང་བ་ཅན་དུག་གིས་བསྐྱོར་ནས་གནས་པའི་  
ཁྲོང་ཁྲེར་སྤུམ་ཅེག་གི་སྤྲང་དུ་མེད་མཆོན་འཕངས་ནས་བསྐྱེད་པར་གྱུར་ཏེ།  
ཡང་སྐྱེ་དགུའི་བདག་པོ་གསལ་བ་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པའི་དུས་སྤྱི་ལྷ་ཐམས་  
ཅད་ཆོགས་པ་ན་དེ་ཐོད་པའི་སྤང་བས་མགོ་བརྒྱན་ཅིང་ཐལ་བས་ལུས་  
བསྐྱས། །ལག་པ་ན་ཐོད་པ་ཐོགས་ཏེ་སྦྱོན་པའི་བརྟལ་ཁྱུགས་འཛིན་བཞིན་དུ་  
ཤིན་ཏུ་འཕྱི་བ་ན་འོངས་སོ། ། དེ་མཐོང་ནས་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉི་མས་གད་  
མོ་བྱས་སོ། །བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉི་མས་མིག་བཙུམ་བྱས་སོ། །དེས་ན་  
བདེ་བྱེད་ཁྲོ་བོའི་མེས་ཆོག་ནས་རྒྱལ་གྱི་ནི་སོ་རྣམས་ལྷུང་བར་བྱས་སོ། །  
བཟང་པོའི་ནི་མིག་ལྷུང་བར་བྱས་སོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །གཏི་ལྷུག་དག་པོ་ཅན་  
ཡང་ཡིན་ཏེ། ཆངས་བསད་ཆང་འཕྱངས་འདོད་པ་ཅན། །དབང་ལྷུག་དེ་ནི་  
མཐོང་ཞེ་ན། །དེ་ཡི་ལམ་གྱི་རྗེས་འབྱང་བ། །རི་ལྟར་དེ་ཉིད་མི་མཐོང་  
འགྱུར། །ཚྭ་ས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་  
ལྷུག་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ངོ་། །དབང་ལྷུག་ཆེན་པོ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་  
མ་ཡིན་ཏེ། ཆངས་པ་བསད་པ་དང་། ཆང་འཕྱངས་པ་དང་། འདོད་པ་  
བསྐྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྗོན་པ་དང་། ཆང་འཆོང་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྤང་

འཆོང་མ་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲིས་བྱ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་ལ་  
 ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་  
 ལམ་ནས་འཇུག་པ་ལ་ལྟ་གྲོལ་བ་ཡོད་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་རོ། །  
 བྱུང་འཇུག་ཡིན་ན་སྒྲིག་གཅན་དང་། །ཅ་རུ་ར་དང་དབྱུལ་ལ་སོགས། །སྒྲིང་  
 རྩེ་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །ཁོར་སློག་སྤལ་བ་ངེ་ལྟ་བུ། །གལ་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོག་གི་ལྟག་མའོ། །ལྷགས་འདིས་  
 རོན་དམ་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་རོན་དམ་པ་མཐོང་ན་ནི་  
 འདི་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་བ་དང་ལྟན་པར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 གཞན་ནོར་ཆུང་མ་མ་བྱེན་ལེན། །ཆང་སྟེང་སློག་ནི་གཅོད་པ་དག །དེ་ཉིད་  
 མཐོང་བར་འོས་གྱུར་ན། །རི་བྲགས་རྒྱན་མོ་ཤིན་ཏུ་འང་ཡིན། །གལ་ཏེ་སློག་  
 གཅོད་པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་གྱི་ནོར་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་ལ་  
 སྟེང་པ་དང་། གཞན་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་སྒྲིབ་བ་དང་། གཞན་གྱི་ཆུང་མ་  
 ལ་ཉལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
 བ་ནི་རི་བྲགས་པ་དང་། རྒྱན་མོ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་པ་ལ་ཞུགས་པ་  
 རྣམས་ཤིན་ཏུ་གྲོལ་བར་ཡང་འགྱུར་ལ། གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཆོད་པར་འགྱུར་  
 བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟར་ནི་མི་འདོད་དོ། །གཞན་གྱིས་བསམ་པ་སྒྲིས་པ། སྒྲིང་བྱ་  
 བསྐྱུང་ལ་གསལ་བའི་ཕྱིར། །ལྟ་མིན་ལྟ་ཡི་ཆེར་མ་དག །བསམ་ཀྱང་སྒྲིན་  
 ནི་ཡོད་མིན་ཏེ། །དེ་ནི་ཆོས་བསྐྱུང་ཕྱིར་ཞེ་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། མི་ཡང་  
 ལྟའི་དབྱང་ཡིན་ལ་ལྟས་ཀྱང་མི་རྣམས་དཔལ་དང་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་།



ཆེ་འི་མཐར་ཐུག་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་ཅིང་རྗེས་སུ་འཇིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ལྷ་མ་ཡིན་ནི་ལྷ་འི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་བསད་ཀྱང་  
 ཆོས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་  
 ལ། གལ་ཏེ་དེ་ནི་ཆོས་བསྐྱུང་པར། །འདོད་པ་ཡིན་ན་ཅི་ཡི་ཕྱིར། །གཞན་  
 རོར་བྱུང་མེད་ཀྱི་བ་དང་། །གཡོ་སྐྱེ་ལ་འཇུག་སྟོང་མི་བྱེད། །གང་འདི་ལྷ་ར་  
 ལྷ་མ་ཡིན་བསད་པ་ལྷ་ལྷ་འི་ངན་འགྲོར་བོར་གྱུར་ཅིང་སྐྱེ་དགུ་ལ་གཞོད་པ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཆོས་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་རྒྱལ་པོ་དཔུལ་བ་བའི་བྱུང་  
 མེད་སྟོང་ཐུག་བཅུ་དྲུག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་བྱིས་པ་སྐྱོང་གི་  
 གསེར་མདོག་མ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲེ་པམ་བྱེད་གྱི་རོར་བྱ་ས་མན་ཏ་  
 ཀ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་དང་། གཡོ་དང་སྐྱེ་ཡིས་པན་པ་བྱེད་པའི་ལྷ་མ་ཡིན་  
 གྱི་རྒྱལ་པོ་གཏོར་མ་བསྐྱུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པ་འདི་  
 ལྷ་བྱ་ཅིའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་སྟོང་བར་མི་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་ན་འདི་ནི་ཆོས་འདོད་  
 བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཞན་གྱི་བྱུང་མེད་དང་རོར་འཕྲོག་པར་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཆགས་པས་ཟེལ་གྱིས་མནན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ།  
 ཏ་མ་གྱིན་དང་སུན་ད་དང་། ཉེ་བའི་སུན་ད་དང་། ཉི་ར་རྩ་ཀ་ཞི་བྱ་དང་། ཀང་  
 ས་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་མ་ཡིན་བསད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་སྤང་གིས་ཟེལ་གྱིས་མནན་  
 བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གཏོར་མ་བསྐྱུས་པ་དང་། གོས་ངན་གྱིས་མགྲོན་དུ་བོས་  
 པ་དང་། བསེལ་བྱེད་མ་ཕྱོགས་པ་ལ་སོགས་པ་རིག་བྱེད་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་  
 ཀུན་དུ་ཚོངས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །འདི་སྐད་སྐྱེ་བར་ཡང་རུས་པ་ཡིན་ཏེ།

སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱད་མེད་སྒྲིང་ཐག་  
 བཅུ་བྱག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་པོ་ངན་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའམ།  
 ཐུགས་རྗེ་མོ་དང་ལྟན་ཅིག་ཀྱན་དུ་ཆགས་ཤིང་འདོད་པས་རྩེ་བ་ཉམས་སུ་  
 བྱོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བ་ཡང་རྗེ་གཞན་བཞིན་ནོ། །སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱ་ནི་ཞེ་  
 སྒྲིང་དང་བཅས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་ཏུ་སློག་གཙོད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྩོན་པ་དང་། བྱ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱ་ནི་  
 གཏི་ཐུག་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་བ་བཞིའི་བར་དུ་གཉིད་ལོག་པའི་ཕྱིར་  
 སྤལ་བ་དང་སྤྱལ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འགྲོ་བའི་དེ་ཉིད་དེའི་རང་བཞིན།  
 རང་བཞིན་ཡིན་ཕྱིར་དོང་ཆེ་བཞིན། །འགྲོ་བ་མི་ཏྲག་པར་མཐོང་ན། །དེ་ནི་  
 རི་ལྟར་ཏྲག་པར་འདོད། །གལ་ཏེ་འགྲོ་ལས་དེ་བཞིན་ཏེ། །ས་དང་རྩ་མཁན་  
 བཞིན་ཞེ་ན། །རྩ་མཁན་དང་ནི་ས་བཞིན་དུ། །མི་ཏྲག་པར་ནི་མཆོན་པར་  
 བྱ། །སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱ་ནི་ཆོས་འདོད་པ་མ་ཡིན་པར་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ན་རི་ལྟར་ན་ཆོས་སྒྲིང་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་  
 མིན་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་ན། །དེ་བྱེད་པར་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། །གང་ལ་སློག་  
 ཏུ་གྱུར་པའི་སྒྲོན། །མི་ཤེས་ཕྱིར་ན་བྱས་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་འདི་ཆོས་འབའ་  
 ཞེག་ཁོ་ན་ལ་དགའ་བར་གྱུར་པ་ཞེག་ཡིན་ན་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་བྱེད་དུ་  
 འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ལ། རང་ཡང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 ཡང་ན་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་མ་ཤེས་པས་མ་འོངས་པའི་སྒྲོན་  
 མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དེ་བསྐྱེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། བ་མཁའ་

བའི་སྒྲེས་བྱ་བཞིན་དུ་འདི་མྱོངས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། ། གཞན་ཡང་ཅི་འདིའི་  
 འཛིག་ཏེན་སྒྲོང་བ་ཡང་པ་དང་། མ་དང་། བྱ་དང་། གྲོགས་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 བཅེ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྒྲིང་རྗེས་ཡིན། དེས་ཅིར་འགྱུར།  
 སྐྱེད་པས་འཛིག་ཏེན་སྒྲོང་ཞེ་ན། །སྐྱེད་པའི་བྲན་དུ་རི་ལྟར་འོས། །སྒྲིང་རྗེས་  
 ཞེ་ན་འཛིག་ཏེན་ནམས། །སྐྱེ་མས་མྱོངས་པར་ཅི་ཕྱིར་བྱེད། །འཛིག་ཏེན་  
 འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱེད་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་སྐྱེད་པའི་  
 དབང་དུ་སོང་བ་ནི་སྐྱེད་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྲན་དུ་གྱུར་  
 པ་དེས། འཛིག་ཏེན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ཅིང་བྱས། །ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་རྗེས་འཛིག་ཏེན་སྒྲོང་བ་ཡིན་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་། ཁྱ་བ་དང་།  
 ར་བ་དང་། འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མས་མྱོངས་པར་བྱེད་པ་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། སྐྱེ་དང་འཆི་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅན། །སྐྱ་མ་ཡིན་  
 ལའང་ཅིས་མི་བཅེ། །ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །དགྲ་ཡི་འདུ་  
 ཞེས་མི་རིགས་སོ། །གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བར་གྱུར་པ་  
 ནི་སྒྲིང་རྗེ་སྟེ། མཉམ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྐྱེ་བ་  
 དང་། ཁྱ་བ་དང་། ར་བ་དང་། འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅན་དུ་འབྲ་  
 བར་འགྱུར་ལ། ལ་ལ་ལ་ནི་བཞེས་གྱི་འདུ་ཞེས། ལ་ལ་ལ་ནི་དགྲའི་འདུ་  
 ཞེས་མི་མཉམ་པར་སྐྱོད་པ་ཉིད་མཐོང་བས་སྒྲིང་རྗེ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་ཁྱབ་འཇུག་ནི་ཆགས་པ་དང་། ཞེ་སྒྲིང་འབའ་ཞིག་ཅན་ཡིན་པར་  
 ཞེས་པར་བྱའི་བཅེ་བ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྒྲིང་བཅེ་བ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་

ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། རང་ཉིད་འགྲོ་བའི་བྱེད་པོ་ཡིན། །སྐྱེ་འཇིག་དག་གི་གཙོ་  
 བོ་ནི། །པན་པར་བྱེད་ལ་བཅེ་བ་ལྟར། །པན་བྱེད་ལ་བཅེ་དེ་ཅི་ལྟར། །གལ་  
 ཏེ་འགྲོ་གཙོ་འདི་ཡིན་པས། །འདི་ལས་ལྷག་པའི་མཆོག་མེད་ན། །ཅིའི་སྤྱིར་  
 མདངས་ལྡན་མ་བཅས་པས། །ཐུབ་པ་གོས་ངན་ཁུར་བར་བྱེད། །ཡང་ན་དེ་  
 ཡི་སྦྱོད་མཐོང་ནས། །སྐྱེ་དགུ་བྱེད་པོ་ཞེས་བྱའི་སྒོ། །རང་གིས་བྱས་སམ་  
 སྒོ་བ་ཡིན་ནའང་། །ཁུར་བར་བྱེད་པའི་སྒོ་ཅི་ཡིན། །མཆོད་འོས་དཀའ་ཐུབ་  
 ལྷག་ཅེ་ན། །དཀའ་ཐུབ་གཙོ་བོ་དེ་མ་ཡིན། །དམོད་པས་འཇིགས་པ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། །བྱེད་པོ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་སོགས་འདྲེས་  
 པའི། །འཕྲོག་བྱེད་སྦྱོད་པ་འདི་ཅི་ཡིན། །འཕགས་མིན་སྦྱོད་པ་འདི་ལྡན་  
 པ། །དེ་ནི་རི་ལྟར་སྐྱེ་མཆོག་ཡིན། །རི་ལྟར་བསྟན་པའི་རིམ་པས་གང་ལ་  
 འདོད་ཆགས་དང་། །ཞེ་སྤང་དང་། །གཏི་ཐུག་གིས་རི་མ་ཅན་དུ་བྱས་པའི་  
 སྦྱོད་པ་ཡོད་པ་དེ་རི་ལྟར་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པ་ཡིན། །སྐྱེ་བོ་བཟང་པོ་མ་  
 ཡིན་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅིང་དམན་པའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་རྒྱ་གང་  
 གིས་ན་སྐྱེས་བྱའི་མཆོག་ཡིན་པར་འདོད་པར་བྱེད། །འགྲོ་བ་མཉམ་མེད་  
 འཕྲོག་བྱེད་ལ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་སྟོབས་ཡོད་ན། །ཅི་སྤྱིར་ཤུགས་ཅན་ནག་པོ་  
 ཡིས། །འཇིགས་ནས་ཐུག་ཏུ་ཞུགས་ཞེས་གྲག། །ཤུགས་ཅན་ནག་པོས་  
 འཇིགས་སྐྱག་ནས། །རྒྱལ་པོའི་བླ་སྤྱོད་ལུ་ཅུ་ཀུའི། །ཁྲི་ཡི་འོག་ཏུ་ཞུགས་  
 གྱུར་པར། །ནག་པོར་གྱུར་པ་མིན་ནམ་ཅི། །གྲོང་ཁྲེར་མང་པོར་གནས་པ་  
 ན། །ཁུང་ནས་རྒྱན་མོ་བཞིན་འགྲོས་པ། །གལ་ཏེ་སྤྱིད་གསུམ་དེ་བསྐྱེད་ན། །

ལྷ་མ་ཡིན་ལ་ཅི་ཕྱིར་འདིགས། །གང་ཆེ་གས་བྱེད་མདས་ཕོག་ནས། །འདི་  
 བེ་འཆི་བར་འགྱུར་བའི་ཆོ། །དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་ཤེས་པ་དང་། །དེ་ཡི་སྒྲོབས་  
 གྲང་གང་དུ་སོང་། །སྐྱུ་དང་གཡོ་ཡིས་སྒྲོངས་བྱས་ཏེ། །ངན་པའི་ལས་ལ་  
 སྐྱར་བྱས་ནས། །སྒྲུ་མ་གཉིན་བསད་འདིགས་པ་ཡིས། །སྤྱིད་སྐྱབ་ཏུ་གྱུར་  
 རི་ལྷ་བྱ། །དག་ཆོགས་ཟད་པར་བྱ་བ་ལ། །ངེས་པར་རང་ལ་རྒྱས་མེད་  
 པས། །གང་ཕྱིར་སྤྱིང་རྗེ་མེད་པས་གཞན། །བསྐྱལ་བའི་དོན་དུ་སོང་བར་  
 གྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། །གཞན་ཡང་འདིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་  
 བསེལ་བྱེད་མ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་མ་ར་ན་ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་བྱེད། །ཀྱན་  
 ལ་བྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་བྱབ་འཇུག་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བྱབ་  
 འཇུག་གསོད་པར་བྱེད། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་བསེལ་བྱེད་  
 མ་སའི་ནང་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་འདིས་ཅིའི་ཕྱིར་ཤེས་པར་མ་གྱུར། །ཡང་  
 ན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རྗེ་མོའི་དོན་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་  
 པར་མེད་པའི་ཕྱིར་གྱིས་པ་ཆུང་དུའི་རྗེ་མོ་དང་འབྲ་བར་རྗེ་མོ་འདི་  
 མཆོན་པར་བྱའོ། །ལྷ་མ་ཡིན་གཏོར་མ་ཡང་བྱབ་འཇུག་ཉིད་ཡིན། །བྱབ་  
 འཇུག་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་པ་ཡང་རི་ལྷ་བྱ། །དེ་ནི་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་སྐྱེད་གྱུ་  
 འདི་ཀྱན་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །མཆོད་གནས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གྲང་ཡིན་ཏེ། །གང་  
 འདི་དང་ཐུད་ནས་གཏོར་མས་ས་ཆེན་པོ་སྐྱིན་པ་བྱས་པ་ས་བཅིངས་པ་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་པས་སོ། །གང་གི་ཆེ་ས་འདི་ཆུའི་ནང་དུ་རྒྱབ་པར་གྱུར་པ་ན་  
 ཕག་གི་གཟུགས་སུ་གྱུར་ནས་བཏེགས་པའི་ཆེ་གང་དུ་གནས་ནས་བཏེག་པ་



ཡང་སྒྲོས་ཤིག། །ས་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་ས་གཏིང་དུ་རུབ་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །གཏིང་དུ་རུབ་པོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་ལ་བརྟེན་པར་ཅི་ལྟར་འགྱུར། དེས་  
 ན་ཚུ་ལ་འདི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱ་གཅན་ཡང་འདིས་མ་བསྐྱེད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་ཀྱི། བསྐྱེད་ནས་མགོ་བཅད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད།  
 འདིས་བདག་ཅག་གི་བདུད་ཅི་སྒྲོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཀྱང་ཤེས་པར་  
 ཅིའི་ཕྱིར་མ་གྱུར། དགས་འདིགས་ནས་མཆོན་ཆ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་གཞོན་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་བསྐྱེད་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ། གང་གི་ཆེ་འདིགས་པ་  
 མེད་དོ་ཞེ་ན་ཡང་མཆོན་ཆ་བཟུང་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ་གཞན་གསལ་པའི་ཕྱིར་  
 མཆོན་ཆ་འཛིན་པ་ཡིན་པས་རྩོན་པ་དང་གདོལ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་  
 ཤིན་ཏུ་ཆོས་དང་མི་ལྡན་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གིས་བསྐྱེད་  
 པས་བསལ་ཀྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། བྱ་ལ་སོགས་པ་བསལ་  
 པ་ལྟར་མ་ངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གྲུས་པར་གྱུར་པ་ནི་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་འདོད་པ་དེ་ཡང་དེའི་ཚུང་མ་དགས་བྱེད་པར་  
 གྱུར་པ་དང་། དེའི་རྒྱད་རྒྱན་ཆད་པར་གྱུར་པ་ཡང་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན། རང་ཡང་  
 ལྟ་མ་ཡིན་ཀྱས་བྱེད་ཀྱི་མདངས་རྒྱབ་ནས་ཤི་བར་གྱུར་པ་ཡང་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན།  
 དེས་ན། གང་ཡང་ཅུང་ཞིག་དབང་ལྷག་ལྡན། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་གནས་ཡིན་  
 བ། དེ་ནི་ཀུན་ལ་བྱུང་ཉིད་མིན། །དེས་ན་གཞུང་འདི་དོར་བར་གྱིས། །འོག་  
 ཏུ་ཞུགས་ནས་ས་བཏེག་པ། །བྱུང་པ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་བྱང་། །འོན་ཏེ་འདི་  
 དེར་མ་གནས་ནའང་། །བྱུང་པར་སྐྱ་བར་མི་མཛེས་སོ། །འོག་ཏུ་ཞུགས་ནས་



ས་འཛིན་པར། །རྒྱས་ན་བྱང་སྒྲོང་དཔོན་པ་ཡིས། །རང་རིགས་ས་འོག་འགྲོ་  
 གྱུར་པ། །འཛིན་པར་མི་བྱེད་རི་ལྟ་བུ། །དེ་ལ་གྲུས་པ་མི་ཉམས་ཞེས། །གང་  
 ལ་དེ་ལྟའི་སྒྲོ་ཡོད་ན། །དེ་ལ་གྲུས་པའི་བྱེད་མེད་དག། །ཅོ་གཟུང་དགས་  
 བྱེད་རི་ལྟ་བུ། །དེ་འབར་ཤིག་གྱང་མ་ཡིན་གྱི། །བཤེས་དང་གཉིན་དང་བྱ་  
 རྣམས་དང་། །དེ་ལ་གྲུས་པར་མཐོང་བ་གཞན། །ཀྱན་གྱང་ཉམས་པར་གྱུར་  
 པ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྒྲུས་པ། །འདི་ལྟ་བུ་དག་ནི་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་གྱི་བྱུང་བའི་མཐའ་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱུང་འབྱུག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་  
 གཉིས་ཡིན་ཏེ། །ལྟ་རྒྱས་གྱི་ངོ་བོ་དང་། །ས་སྟེང་གི་ངོ་བོ་ཅན་ནོ། །དེ་ལ་ལྟ་  
 རྒྱས་ནི་ཞི་བ་གཅིག་ལྟའོ། །ས་སྟེང་གི་ནི་ཞི་བ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་པ་བཅུ་ཡིན་  
 ལ། །དེ་འདིར་འོངས་ནས་གདུག་པ་ཅན་འདུལ་བའི་བྱ་བ་བསྟན་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ཏེ། །གང་ཡང་། །ཉ་དང་རུས་སྒྲུལ་པག་པ་དང་། །སེང་མགོ་ཅན་མི་མིའུ་བྱང་  
 དང་། །ར་མོ་ར་མ་བྱུང་འབྱུག་དང་། །སངས་རྒྱས་ཀལ་ཀའི་ཅན་འདི་བཅུ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུས་པ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་བསམ་པ་  
 བསྟན་པ། །འགྲོག་བྱེད་འདི་ཡི་དངོས་གཞན་ཞིག། །ཞི་བར་གལ་ཏེ་རྟོག་བྱེད་  
 ལ། །གང་མཐོང་དུལ་གང་ཡང་སྤིད་དུ། །འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་གང་ཡིན་པ། །  
 །འདི་ཡི་ཡོད་མིན་མེད་མ་ཡིན། །ཡོད་མིན་མེད་པ་མིན་པའང་མིན། །དེས་  
 ར་མེད་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱེད། །ཡོད་མེད་མིན་བྱེད་དེ་ནི་མཆོག། །ཅེས་བྱ་བ་  
 རྟེ། །ལྟ་རྒྱས་གྱི་ངོ་བོ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་མིག་གིས་མཐོང་བར་བྱ་བ་ཡིན་  
 ནོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་མཐོང་ན་ཡང་འཁོར་བར་ལུས་མངོན་

བར་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་གྱི། འོན་ཀྱང་འཆི་བ་མེད་པ་ལ་ཐིམ་པར་འགྱུར་  
 རོ། །འདི་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དམ་མེད་པ་ཉིད་དམ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 ཡང་བསྟན་པར་མི་རུས་སོ། ། དེའི་སྤྱིར་ན་དེ་ནི་མཆོག་སྒྲན་མེད་པ་དམ་པ་  
 གཙོ་བོ་ཞེས་བྱའོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་འདི་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ།  
 ཅི་ཉ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་ལྷ་རྩས་གྱི་ངོ་བོ་དེ་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནམ།  
 འོན་ཏེ་མ་ཡིན། དེ་ལ་གཞན་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ནི་མི་འགྲུབ་བོ། །རྩི་ལྷ་ཞེ་ན།  
 ཉ་སོགས་ངོ་བོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། །གཞན་ཡིན་ན་ཡང་འཆི་མེད་མིན། །གཞན་  
 མིན་ཉིད་ནའང་གཞན་མིན་སྤྱིར། །དེ་ནི་ཞི་མིན་གཞན་བཞིན་ནོ། །ལྷ་རྩས་  
 གྱི་ངོ་བོ་ནི་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ལ། ཉ་ལ་སོགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ནི་ཡོད་པའི་གཟུགས་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་ན་འདི་ལས་གཞན་ཉིད་  
 ཡིན་པར་འདོད་དུ་བློ་བྱང་། དེ་ལྷ་ན་ཡང་འཆི་བ་མེད་པར་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་  
 བར་བསྟན་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་ན་  
 ཡང་རྩི་ལྷར་ཉ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཞི་བ་མ་ཡིན་པ་དང་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ལྷ་རྩས་ཀྱང་མ་ཞི་བ་ཉིད་དང་། མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་སྦྱོན་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཅིག་ནི་ཞི་བདག་ཉིད། །  
 ཡིན་ནའང་གཅིག་ནི་མ་ཞི་ན། །བྱད་མེད་འཕྱོན་མའང་བསྐྱབས་པར་འོས། །  
 ལུས་གྱི་བྱེད་ནི་འདོད་པའི་སྤྱིར། །གལ་ཏེ་འདི་ལྷ་རྩས་གྱི་ངོ་བོ་ནི་ཞི་བ་ཡིན་  
 ལ། ཉ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཞི་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུས་ན། འདི་དག་གང་

ཞེ་ན། མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་དེས་ན་བདག་གི་ལུས་བྱེད་ནི་གཞན་ལ་མི་  
 འགྲོ་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། བྱེད་ནི་གཞན་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྤྱོད་བའི་བྱེད་མེད་འཕྱོན་མ་ཡང་བསྐྱུགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ། འདི་  
 ལྟ་བུའི་ལུགས་ནི་མི་སྤྱིད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །སེང་གའི་མགོ་ཅན་གྱི་མི་ལ་  
 སོགས་པའི་རྗེས་སུ་དཔགས་ན། ལྷ་རྩལ་གྱི་ངོ་བོ་ཡང་མ་ཞི་བ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ། ཡོད་སོགས་སྤྱོད་ཡིས་བརྗོད་མིན་བྱིར། །  
 མཆོག་ཅེས་བྱ་བའང་རིགས་པ་མིན། །ཡོད་ན་མཆོག་ཏུ་རིགས་འགྱུར་ལ། །  
 རྒྱ་ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་ཡོད་པ་ལ་ནི་རྒྱལ་པོ་བཞིན་དུ་  
 གཙོ་བོ་ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་ལ། དེ་ཉིད་ནི་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་རིགས་གྱི། མེད་པར་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 མཆོག་ཉིད་དང་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་སྤྱོད་ལྷ་རྩལ་གྱི་ངོ་བོ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 མཆོག་ཉིད་ཅེས་གྲུང་བརྗོད་པ་འདི་ལྟར་འགལ་བ་ཉིད་གྲུང་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པར་སྤངས་པ་ཡིན། །གཞན་ཉིད་ཡིན་པའང་སྤྱོད་མ་  
 བཞིན། །རྒྱ་ཡང་མ་ཡིན་གཞན་ཡང་མིན། །འཆི་མེད་མ་ཡིན་སྐྱེ་བའང་  
 མིན། །དབང་ལྷན་རྒྱ་ཡིན་པ་སྤངས་རབ་ཏུ་བཀག་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་བ་འདྲུག་རྒྱ་  
 ཡིན་པར་འདོད་པ་ཡང་དགག་པ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་གང་གི་ཡང་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་དུ་གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་  
 པས་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པ་ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འཆི་བ་མེད་པ་ཡང་མ་

ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་པར་གྱུར་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ལས་འཆི་བ་ཞེས་བྱ་བར་  
 འགྱུར་གྱི་འཆི་བ་མེད་པ་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་པ་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་པས་འཆི་བ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་འཆི་བ་  
 མེད་པར་འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་པས་འཆི་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་པའོ། །གཞན་  
 ཡང་ཅི་འདི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དངོས་པོ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ།  
 གལ་ཏེ་འཆི་མེད་དངོས་མིན་ན། །འདི་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ་སོགས་བཞིན། །  
 གལ་ཏེ་འཆི་མེད་དངོས་མིན་ན། །དེ་མེད་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན། །འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་བས་དངོས་པོ་སྟེ། །སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །  
 གང་སྐྱེ་བར་གྱུར་བ་དེ་ནི་ངེས་པར་ཉམས་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། རོ་དང་།  
 གཟུགས་དང་། རྩི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་འདི་ཡང་ཉམས་པར་གྱུར་བ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་འདི་སྟར་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་གམ། མོ་གཤམ་གྱི་  
 བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་མེད་པར་གྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་ནི་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པའི་སྒྲིབ་རོ། །གཅིག་ཏུ་  
 མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་པའི་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྒྲིབ་རོ། །དེའི་སྒྲིབ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡོད་མིན་  
 མེད་མིན་མི་རིགས་ཏེ། །མེ་ལ་གང་དང་ངོ་བོ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་རྩི་  
 སྟར་མེད་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་མེད་ན་འང་རྩི་སྟར་ཡོད་པ་ཡིན། །རྩི་སྟར་མེ་ནི་  
 གང་བ་དང་ངོ་བོ་གཉི་གའི་ངོ་བོ་ཡིན་པར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་འཆི་

བ་མེད་པ་དེ། ། བརྗོད་མེད་ཡིན་པར་ངེ་ལྟར་རིགས། ། ཡོད་ན་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་  
 བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་ཡང་འཆི་བ་མེད་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་པ་འདྲུག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གཤམ་ཏེ་  
 ཡང་འཆི་བ་མེད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་འདི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་འདི་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ན། རྒྱར་སྒྲུབ་དག་གིས་སྒྲུབ་པའི་  
 བདག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དང་འདི་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བརྗོད་དུ་  
 མེད་ཉིད་བདག་དང་ནི། ། འདྲ་ན་མེད་མིན་བཀག་པ་ཉིད། ། རིག་བྱེད་སྒྲུབ་  
 བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པར་གང་བདག་གི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་  
 དགག་པར་བྱས་པས་དེ་འདིར་ཡང་རྟོགས་པར་བྱའོ། ། དེའི་ཕྱིར་ན་འདིའི་  
 བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། གཤམ་ཏེ་ཡང་། འཆི་བ་  
 མེད་ཕྱིར་འཆི་མེད་ཅེས། ། འཆི་མེད་མེད་ཕྱིར་འཆི་མེད་མིན། ། གཤམ་ཏེ་འདི་  
 སྐད་དུ། འཆི་བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་འཆི་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 བྱམ་པའམ་མི་ཡང་རྩང་འཆི་བ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་  
 པས་དཔེ་མེད་པར་བསྒྲུབ་བྱ་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གཤམ་ཏེ་ཡང་འདི་སྐད་དུ།  
 ཉ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་འཆི་བ་མཐོང་བས་འཆི་བར་འགྱུར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 དེས་ན་དཔེ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་འཆི་བ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པས་མི་འཆི་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྟར་བས་ན་འཆི་བ་མེད་པར་བསྟན་  
 པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། སྒྲིབ་ནམས་སྒྲུབ་བྱེད་གསལ་པ་ཡི། ། དེ་ཡི་དངོས་

པོ་གཞན་ཞིག་སྟེ། །དེ་ལ་དམིགས་ན་རི་ལྷ་བྱ། །གྲོལ་འདོད་གྲོལ་བར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། །གང་བྲོད་གྱི་ངག་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་  
 སྤང་བར་བྱ་བའི་སྒྲིང་ལྷ་རྩལ་གྱི་ངོ་བོར་བཏགས་པར་གྱུར་པ་དེ་ཡང་བཤད་  
 མ་ཐག་པའི་རིགས་པས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་པར་དཀའ་ན། རི་ལྷ་རྩལ་དེ་ལ་  
 དམིགས་ན་གྲོལ་བར་འདོད་པ་རྣམས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལ་རྣལ་  
 འབྱོར་གྱི་ཆོ་ག་ཉི་བར་བསྟན་པ་ཡོད་པས་གྲོལ་བ་འགྱུར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 བ་རོལ་པོས་སྒྲུས་པ། ཆངས་པ་དང་ནི་ནོར་ལྷ་ཡིས། །སྒྲུར་སྒྲངས་གསང་  
 བ་ཨོ་ཞེས་བྱ། །ཆངས་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ནི། །ཡོད་དེ་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་  
 ཡིན། །དེ་ནི་ཆང་གསུམ་གསལ་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ཞིན་ཏུ་སྤྲོ་བར་  
 བསྟན། །དང་པོའི་རྒྱ་ནི་ཡི་གེ་ཨ། །ངག་དང་སྒྲིང་སྒྲོབས་ས་མེ་བསྐྱས། །  
 ལས་དང་ནམ་མཁའ་ཉིད་དག་གྱང་། །ཡིད་བརྟུལ་སྒྲིང་སྒྲོབས་ལྷུ་དང་ལྷན། །  
 བྲེད་པོའི་ཡི་གེ་མའི་མིང་ཅན། །སློག་དང་ལུན་པ་གསུམ་ས་ཡིན། །འགྲོ་བ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱད་པར་བྲེད། །གཉིད་ཆེན་ཞིན་ཏུ་ལོག་པའི་རྒྱུ་ལོ། །འཕོ་དང་  
 བསམ་གཏན་རྒྱང་འབྱུང་འཇུག། །གཟུང་བར་བྱ་དང་རྟག་པ་དག། །ཉིང་  
 འཛིན་ཞེས་བྱ་རྣལ་འབྱོར་གྱི། །ཡན་ལག་བྲུག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཡིན། །དབང་པོ་  
 ཀུན་གྱི་ཤེས་པ་ནི། །ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་བྲེད་པ་རྣམས། །ཡང་དག་བསྐྱས་  
 ལ་སློག་ལྷན་ནི། །ཡིད་ལ་བསམ་གཏན་བྱ་བ་སྟེ། །གནས་དག་ཏུ་ནི་སྤང་  
 ཞིང་བྱ། །ཞེས་བྱ་བའོ། །གཞན་གྱི་བསམ་པ་སློགས་སྤྲུལ་མ་འདི་ལྷ་བྱ་ཡང་ཉི་  
 བར་དགོད་པར་བྱ་སྟེ། དབང་པོ་དག་དང་དབང་དོན་དག། །རུས་སྤལ་ཡན་



ལག་བཞིན་བསྐྱུས་ལ། །དུན་པས་ཡི་གེ་ཚི་བརྗོད་ན། །དེ་གྲུས་སྒྲེས་བྱ་  
 གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་  
 དབང་པོའི་དོན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་རུས་སྤལ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལྟར་རབ་ཏུ་སྒྲོག་ཅིང་བསྐྱུས་ནས་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཡི་གེ་  
 ཚི་ཆོད་གསུམ་དང་ལྷན་པ་ཡིད་ལ་བསམས་ན་བྱུང་འདྲུག་ལ་གྲུས་པ་དེ་  
 གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དེ་ལ་འདི་སྐད་དུ། འཕྲོག་བྱེད་གྲུས་པས་གྲོལ་བར་  
 བྱི། །འཕྲོག་བྱེད་མཐོང་བས་མི་རིགས་ཉིད། །རྣམ་རྟོག་མཆོན་མ་དང་བཅས་  
 བྱིར། །དཔེར་ན་འཕྲོག་བྱེད་མཐོང་བ་བཞིན། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་ཅིང་  
 མཆོན་མ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་ནི་སེམས་ཞི་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་རིགས་  
 གྱི། གང་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་  
 འདིག་རྟོན་པའི་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་མེད་པ་དེ་གོམས་པར་བྱས་སུ་བྱིན་ཀྱང་  
 ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་འཕྲོག་བྱེད་ལ་གྲུས་པ་རྣམས་འཕྲོག་བྱེད་འཕྲོག་པར་  
 མཐོང་བས་གྲོལ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཆོན་མ་  
 དང་བཅས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་འཕྲོག་བྱེད་དེ་རལ་པ་གཟིངས་ཤིང་བཞིག་  
 པ་དང་ལྷན་པའི་སེང་གེ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་  
 པའི་སྒོ་དག་ནི་བརྟན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདིར་སྒྲུས་པ། གྲོལ་བྱིར་རྣལ་  
 འབྱོར་ལྷན་པ་ཡི། །མི་རྟོག་སྒོ་ཡང་མི་འདོད་དེ། །མཆོན་མར་འདིན་བྱིར་  
 རྟོན་ཡིན་ན། །ཡོངས་སུ་བཏགས་པ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །གལ་ཏེ་རྣལ་འབྱོར་

པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ཡང་ཅི་ཞིག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པར་རྟོག་ན་ནི་  
 དེ་ཡང་རེ་ཞིག་དམིགས་པའི་མཆན་མ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གྲོལ་བར་  
 མི་འགྱུར་ན་གང་ཡང་སྒྲོ་གང་ཞིག་དངོས་པོའི་མཆན་མར་འཇིན་པའི་རྟོག་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྟན་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། བདེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 མཆན་མར་འཇིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་  
 རོ། །གཞན་ཡང་། ཆགས་སོགས་ཀྱན་དུ་སྦྱོད་པའི་ཕྱིར། །ཆངས་སོགས་  
 རྣམས་ནི་སྤྱགས་རྩི་བཞིན། །དེ་ཉིད་རིག་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །རྒྱ་ལ་མཁས་  
 པ་མ་ཡིན་རོ། །དོན་དམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པ་འདོད་ཆགས་  
 དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་རྣམས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་གྲོལ་བར་སྟོག་ལ་  
 འགྱུར། །དེས་ན་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ།  
 འདོད་ཆགས་ཟད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐར་པའི་རྒྱ་ཡིན་རོ། ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་ལ་  
 ཆོངས་པ་ནི་བྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་མ་ཡིན་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་  
 ཉིད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པ་ཡིན་རོ། ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆངས་པ་དང་། བྱ་འཇུག་དང་། དབང་སྤྱག་ཆེན་པོ་ནི་དོན་དམ་པ་རིག་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཀྱན་དུ་སྦྱོད་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།  
 རི་བྱགས་པ་དང་རྫོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་བཞིན་རོ། །གཞན་ཡང་།  
 བདེན་པའི་ཆོས་ནི་བརྟན་པའམ། །རང་ཉིད་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིས། །ཆོས་  
 ནི་བསྐྱང་བར་འགྱུར་ཡིན་ན། །དེ་ལ་འདི་ནི་གཏི་ག་མེད། །ཆོས་བསྐྱང་བ་  
 ནི་རང་ཉིད་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་པར་གྱུར་པའམ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་

ལམ་ཉི་བར་བསྟན་པས་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱང་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ན། རི་ལྷར་གཞན་དག་ཡང་དག་པའི་སྐྱབ་པ་ལ་  
 འགོད་པར་རུས་པར་འགྱུར། དེའི་སྤྱིར་ན་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་  
 ལ་ནི་ཆོས་བསྐྱེད་བ་རྣམས་པ་གཉི་ག་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་འདི་དག་ནི་  
 རང་ཉིད་ཀྱང་ཆོས་བདེན་པ་ལ་ཞུགས་པ་མ་ཡིན་ལ། ཆོས་བདེན་པ་ཉི་བར་  
 སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱུན་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ། །སྤྱི་ལ་  
 རང་བདག་ཐ་དད་པ། །གང་གི་ཆོག་ལ་བདེན་པའམ། །མི་བདེན་པར་ནི་  
 བརྟག་པར་བྱ། །འདི་ལ་རེ་ཞིག་ཆངས་པ་ནི་འདི་སྟམ་དུ་སེམས་ཏེ། འཇིག་  
 ཉེན་རྒྱ་བ་དང་མི་རྒྱ་བ་འདི་དག་ནི་བདག་གིས་བསྐྱེད་དོ་སྟམ་དུ་སེམས་སོ།  
 དེའི་གཞུང་གི་རྗེས་སུ་འབྱེད་བ་དག་འདི་སྐད་ཀྱང་སྤྱི་སྟེ། འདི་བསྐྱལ་པ་  
 གཞན་ལ་ནི་སྐལ་ལྷན་ཞེས་བྱ། དང་པོ་ལ་ནི་རང་བྱུང་ཞེས་བྱ། གཉིས་པ་  
 ལ་ནི་ཆངས་པ་ཞེས་བྱ། གསུམ་པ་ལ་ནི་སྤྱི་དགའའི་བདག་པོ་ཞེས་བྱ། བཞི་  
 པ་ལ་ནི་བསྐྱེད་སྤྱི་གནས་ཅན་ཞེས་བྱ། ལྷ་པ་ལ་ནི་གདོང་བཞི་པ་ཞེས་བྱ།  
 དུག་པ་ལ་ནི་མེས་པོ་ཞེས་བྱ། བདུན་པ་ལ་ནི་གསེར་གྱི་སྟོང་པོ་ཅན་ཞེས་  
 བྱའོ། །སྤྱི་དགའའི་བདག་པོ་བྱུང་ནས་ནི་འཇིག་ཉེན་གྱི་མ་བརྒྱད་བསྐྱེད་དོ། །  
 དེ་ནས་ཉི་མའི་མས་ནི་ལྷ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་དོ། །སྤྱིར་བྱེད་མའི་མས་ནི་ལྷ་  
 མ་ཡིན་བསྐྱེད་དོ། །མའི་མས་ནི་མི་རྣམས་སོ། །སྤྱིའི་མས་ནི་སྤྱི་རྣམས་སོ། །  
 རྣམ་མཁའ་སྤྱི་གི་མས་ནི་རྣམ་མཁའ་སྤྱི་རྣམས་སོ། །ཆངས་པའི་ཁ་ནས་  
 ནི་བྲམ་བེ་རྣམས་བསྐྱེད་དོ། །དབྱུང་པ་ལས་ནི་རྒྱལ་རིགས་སོ། །བརྒྱ་དག་

ལས་ནི་རྗེ་འུ་རིགས་སོ། །ཀར་པའི་མཐེལ་དག་ལས་ནི་དམངས་རིགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བརྗོད་པར་བྱེད་དོ། །ཁྱབ་འཇུག་དག་ནི་འདི་སྐད་དུ་  
 བརྗོད་པར་བྱེད་དེ་སྐལ་ལྷན་ཞོར་ལྟ་འདི་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐམས་ཅད་  
 གཟིགས་པ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཐར་པ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་  
 འདོད་པའི་ལྟ་དང་། ཡང་དག་པ་འདྲེན་པར་བྱེད་པ་དང་། མི་འགག་པ་དང་།  
 ཞོར་གྱི་ལྟ་དང་། སྟོབས་བཟངས་དང་། འཆི་མེད་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་ནི་  
 གཙོ་བོ་གནས་པར་བྱེད་ལ། ཀུན་གྱི་བདག་ཉིད་དང་། ཀུན་ལ་ཞུགས་པ་  
 དང་། ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཡིན་པར་སྒྲིལ་། དེ་རང་ཉིད་ཀྱང་  
 འདི་སྐད་དུ། ང་ནི་མེ་ཆུ་རྒྱུ་ཡང་ཡིན། །བཟའ་བཏུང་སྦྱེ་དགའི་བདག་  
 པོའང་ང་། །ང་ནི་བུ་མ་ཟེའི་ལུས་སུ་གནས། །སྦྱོད་པ་པོ་ཡིན་སྦྱིན་པོའང་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུའོ། །དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་  
 ཞེས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་སྒྲིལ་། ས་དང་། ཆུ་དང་། རྒྱུ་དང་། མེ་དང་། མཆོད་  
 སྦྱིན་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། ལྷ་བ་དང་། ཉི་མ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱུད་པོ་འདི་  
 དག་གི་གཟུགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པར་བྱས་ནས་གནས་  
 སོ་ཞེས་འདོད་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་མན་ངག་ཉིད་ལས་འདི་སྐད་ཀྱང་སྒྲིལ་།  
 ལྷ་ཞིང་རྟག་ལ་ལུས་བྲལ་བྱེད་མེད་ཀུན་ཁྱབ་བྱེད་པའོ། །གོམས་བྱེད་བསམ་  
 གཏན་རྣམས་འབྱོར་གོམས་རྣམས་དེ་མེད་སྒྲོ་ཡི་ཡུལ། །ལྷ་ཉི་མ་དང་ས་ཆུ་  
 རྒྱུ་དང་མཆོད་སྦྱིན་བདག་པོའི་དངོས། །དབང་ཕྱུག་གྲུབ་པའི་ཞི་བའི་བདེ་  
 བ་འདོད་པ་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་གསུམ་

ཆར་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱས་པ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མང་དུ་སྒྲིབ་  
 བར་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་གང་གི་ནི་བདེན་པ་ཡིན་ཞིང་གང་གི་ནི་མ་ཡིན། གང་  
 གི་ནི་སྐྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞིང་གང་གི་ནི་མ་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 དེ་གཅིག་ཕྱིར་སྐྱོན་མེད་ཅེ་ན། །ཆངས་པ་ཆངས་བསད་ཅི་ལྟ་བུ། །གཅིག་  
 ཉིད་རབ་ཏུ་བཀག་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་ཉིད་ཡིན་པར་མི་རིགས་སོ། ། འདི་  
 དག་གི་དངོས་པོ་ནི་གཅིག་ཡིན་ལ། ཆངས་པ་དང་། བྱ་འཇུག་དང་།  
 དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འདིའི་  
 རོ་པོ་ཐ་དད་པ་མེད་ན་གསལ་བས་མཆོད་སྦྱོན་གྱུ་བ་པའི་དུས་སུ་དབང་ཕྱུག་  
 ཆེན་པོས་རྒྱལ་གྱི་སོ་ཕྱང་བ་དང་། སྐལ་བ་ཅན་གྱི་མིག་ལྱུང་བར་བྱས་པ་ན་  
 ལྟའི་ཆོག་གས་ཐམས་ཅད་ཁྲོས་པར་གྱུར་ནས་སྒྲིམ་པ། རང་བཞིན་ངན་པ་འདི་  
 གང་ལས་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དང་། ཆངས་པས་གདོང་གཅིག་  
 སྒྲིལ་ནས་འདིའི་སྐྱེ་བ་ངས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དང་། དབང་ཕྱུག་  
 ཆེན་པོ་ཁྲོས་པར་གྱུར་ནས་ཆངས་པའི་མགོ་དེ་སེན་མོས་བཅད་དོ་ཞེས་  
 གྲགས་པ་ཇི་ལྟར་ན་ཆངས་པས་ཆངས་པ་གསོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། རང་གི་  
 བདག་ཉིད་བསད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིག་པ་དག་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་དུས་རིང་པོར་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱོད་པར་བྱེད། དེས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་  
 ཞེས་པ་ཆོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གཅིག་པ་ཉིད་དང་  
 ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་བཀག་པ་ཡིན་པས་ཆངས་པ་དང་། བྱ་འཇུག་དང་།  
 དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་པ་

མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། བདག་ལས་དབྱེ་བ་མི་རིགས་པས། གསུམ་ཉིད་  
 དུ་ཡང་ཇི་ལྟར་འགྱུར། གལ་ཏེ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཆ་གསུམ་གྱི་  
 དབྱེ་བས་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། འདི་ནི་ཆངས་པས་བསྐྱེད་པའོ། །འདི་ནི་བྲབ་  
 འཇུག་གིས་བསྐྱེད་པའོ། །འདི་ནི་དབང་ལྷག་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པའོ། ཞེས་བྱ་  
 བར་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་ངོ་བོ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་  
 པར་འདོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་ཡང་བདག་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་རིགས་པར་  
 མི་འགྱུར་པོ། །གང་ཡང་གསུམ་པོ་འདི་རྣམས་ཉིད་ཀྱན་ལ་ཞུགས་པ་དང་།  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེད་པ་པོ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་  
 རོ། །གཞན་ཡང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ལ་ཆོངས་རྣམས་ལ། །དེ་ཞིའི་གཏམ་  
 ཡང་ག་ལ་ཡོད། །གང་ཡང་འདི་ལྟར་རེ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་པོ། །  
 འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་རྒྱུའོ། །འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉི་བར་ཞི་བའོ། །  
 འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉི་བར་ཞི་བའི་ལམ་མོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་གྱུར་ན།  
 དེ་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཞི་བའི་རྒྱ་སྟོན་པར་བྱེད་པར་བྱས་ཀྱི། གང་དག་འདི་  
 ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱང་། འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་མི་ཤེས་པར་  
 གྱུར་པ་དེས་ཇི་ལྟར་གཞན་དག་ལ་གྲོལ་བའི་ལམ་ཉི་བར་སྟོན་པར་འགྱུར།  
 རང་གིས་ལམ་མཛོན་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པས་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་ལམ་ཉི་  
 བར་སྟོན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཇི་ལྟར་དེ་རྣམས་རྒྱ་ལ་ཆོངས་པ་ཡིན་  
 པར་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱ་ཞེ་ན། རིགས་ལས་རྣམས་འབྱོར་བསྟན་པ་ནི། །



དེ་བསྟན་པ་ལས་ཉམས་པའི་བྱིར། ། ཆོས་བསྐྱང་བར་ནི་རྒྱས་པ་ཡི། ། རེ་  
 ཞིག་ཆོས་བདེན་སྤྲི་མི་རྒྱས། ། གང་རིག་བྱེད་ལས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་དེ་ནི་ཐར་པའི་རྒྱ་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ། དེས་ན་འདི་དག་ནི་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་གྱི་  
 ཆོས་སྤྲི་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པས་ཆོས་སྐྱང་བར་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྐྱབ་པ་ལས་ནི་ཉམས་པའི་བྱིར། ། གཞན་དག་ཞི་བར་འབྲིང་མི་རྒྱས། ། རི་  
 ལྟར་གཡང་སར་རང་ལྟར་བ། ། གཞན་དག་འདྲེན་པར་མི་རྒྱས་སོ། ། སྐྱབ་པ་  
 ལས་ཉམས་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ལམ་མངོན་པར་མི་ཤེས་  
 པའི་བྱིར་ཏེ། རི་ལྟར་འགའ་ཞིག་རང་ཉིད་གཡང་སར་ལྟར་བར་གྱུར་ན་  
 གཞན་དག་གའོན་པར་མི་རྒྱས་པ་ལྟར་དེ་བཞེན་དུ་རང་ཉིད་འཁོར་བའི་  
 གཡང་སར་ལྟར་བར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དག་གའོན་པར་རྒྱས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། ། རི་སྐྱད་བཤའ་པའི་རིམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། རྟོག་པའི་བྱ་བས་བཏགས་  
 པ་ཡི། ། ལོག་པའི་གཏན་ཆོག་གསུམ་པོ་ལ། ། རིགས་སམ་མི་རིགས་  
 དབྱུད་ནས་ནི། ། གསུམ་པོ་འདི་ནི་གཏང་བའི་རིགས། ། བྱབ་པའི་མཐའ་ཀྱན་  
 དང་འགལ་བའི་རྟོག་པའི་བྱ་བས་ཉེ་བར་བསགས་པའི་འབྲུ་དང་། བྱོལ་སོང་  
 དང་། མར་དང་། རྩུང་མའི་འབྲེལ་པའི་ལས་ལ་སོགས་པ་ཅན་གསུམ་པོ་ནི་  
 ཐར་པའི་རྒྱ་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པས། རི་སྐྱད་བསྟན་པའི་རིམ་  
 པས་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པའི་བྱིར་ལམ་གསུམ་  
 པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཏང་བར་རིགས་སོ་ཞེས་སྤྲིས་སོ། ། གཞན་ཡང་། ལྷ་

ཆོགས་བྱེད་པ་བདེ་བྱེད་སོགས། །རིགས་པ་མིན་པར་སྒྲས་སོ། །བྱེད་  
 པོ་ཡིན་པར་བདེན་ཉིད་ན། །འདི་དག་གིས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱས། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་  
 ཞེས་པ་ཆོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པར་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་དགག་པར་བྱས་པ་དེ་ལ་བརྟམས་ནས་ཡང་གལ་ཏེ་བྱེད་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ན།  
 དངོས་པོ་ཅི་ཞིག་དེ་དག་གི་བྱས་པར་སྒྲ་དགོས་སོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་བདག་  
 ནི་མ་སྐྱེས་ཕྱིར། །དེ་ཡི་བྱས་པར་མི་འདོད་དོ། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་དེས་  
 མ་སྐྱེད། །དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་ངི་ལྟར་བཞིན། །རེ་ཞིག་བདག་ནི་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་པས་དེ་ནི་དབང་ཕྱག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཡང་དེའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་འདོད་པས་དབང་  
 ཕྱག་གིས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་ད་ལྟར་གྱི་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་  
 པའི་རྒྱས་མི་ལ་སོགས་པ་ཉིད་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། མ་བྱས་པའི་ཆོས་དང་  
 ཆོས་མ་ཡིན་པ་མི་དམིགས་པ་ལྟར་སྟོན་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་ཡང་།  
 གལ་ཏེ་འདི་དག་བྱེད་པོས་ཡིན། །ལས་ཀྱི་བྱ་བའི་མ་ཡིན་ན། །ལས་དང་  
 བྱ་བ་དེ་དག་གིས། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། །བདེ་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་  
 ཉེར་དམིགས་པའི། །ལུས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་འཇུག་པས། །དེས་ན་ལུས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱི་ལུས། །དབང་ཕྱག་སོགས་ཀྱིས་བྱས་མི་རིགས། །ལུས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་བྱས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན་བདེ་བ་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བར་བྱ་བའི་

ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ལུས་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ཡང་དང་པོ་སྤྱིད་པའི་དུས་ན་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དབང་ཕྱུག་གིས་  
 བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་སྤྱིན་ཆད་ཀྱི་འབྱུག་པ་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ། བསྐྱལ་པ་དང་པོའི་ལུས་ཅན་ལུས། །སྤྱིན་བྱས་མ་  
 མཐོང་རྒྱ་ཅན་ཏེ། །བདེ་སོགས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །དཔེར་ན་ད་ལྟར་  
 ལུས་བཞིན་ནོ། །བསྐྱལ་པ་དང་པོ་བའི་ལུས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ལུས་བྱུང་བར་  
 གྱུར་པ་ཡང་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཉིད་ནས་དེ་དག་གིས་སྤྱིན་བྱས་པའི་  
 ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ད་ལྟར་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོས་དང་ཆོས་མ་  
 ཡིན་པ་ལྟར་བསྐྱལ་པ་དང་པོ་བའི་ལུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན་པས་དབང་ཕྱུག་  
 གིས་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་གི་དབང་  
 ཕྱུག་ཤེ་ཡང་བསོད་ནམས་བྱས་ཤེ་ན། ཤེ་ཡང་བསོད་ནམས་གཞན་དབང་  
 ཕྱིར། །དབང་ཕྱུག་དབང་ཕྱུག་མིན་པར་འགྱུར། །འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་གང་ཅུང་ཞིག་ཅི་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་  
 བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ལས། སྤྱིན་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་དང་། བསམ་  
 གཏན་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱོད་དང་། མཐོ་རིས་དང་། བྱང་གྲོལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་གི་དབང་ཕྱུག་ཀྱང་  
 བསོད་ནམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་པར་འདོད་ན། བསོད་ནམས་ཀྱི་གཞན་  
 དབང་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དབང་ཕྱུག་ཉིད་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་

ཡང་། གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་གི་དབང་ཕྱུག ། མྱོ་བྱར་གྱུར་པར་འདོད་ན་ནི། །  
 དེས་ན་གཞན་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །དབང་ཕྱུག་དབང་ཕྱུག་མིན་པར་  
 འགྱུར། །འདིའི་དབང་ཕྱུག་ཉིད་ནི་རང་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། བསོད་ནམས་ཀྱིས་  
 བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། །འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། བསོད་ནམས་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་།  
 དབང་ཕྱུག་ཤེས་དངོས་ཡིན་ཞེ་ན། །དེས་ན་དེས་བྱས་འགྲོ་བ་རྣམས། །རྒྱ་  
 ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །ཀུན་གྱང་སེམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར། །འཇིག་  
 རྟེན་ན་ནི་འབྲས་བུ་རྒྱ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པར་འབྱུང་བ་མཐོང་སྟེ། སེམས་  
 མེད་པའི་ནས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ནི་སེམས་མེད་པའི་སྤྱ་གུ་ལ་སོགས་  
 པ་འབྱུང་ལ། སེམས་དང་བཅས་པའི་མི་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ནི་སེམས་  
 དང་བཅས་པའི་ལྷས་ཅན་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་ཤེས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཞིག་ཡིན་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཐུན་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེས་ན་  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་དབང་ཕྱུག་རྒྱ་ཡིན་ན། །འགྲོ་བ་སྤྱ་སོགས་ལྡན་པར་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ན། རི་ལྟར་  
 དབང་ཕྱུག་སྤྱ་བ་དང་། མཚོད་པར་བྱས་པ་དང་། ཡང་བ་དང་། བདག་པོར་  
 གྱུར་པ་དང་། དབང་དུ་གྱུར་པ་དང་། གར་ཡང་ཕྱིན་པ་དང་། འདོད་དགུར་  
 ལྡན་པ་དང་། དགའ་མགུར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བར་རིགས་

ན། འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་དབང་ཕྱག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །དེས་ན་འདི་ལྟར་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་དབང་ཕྱག་མ་ཡིན་ལོ་  
 ཞེས་ཞེས་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་འདི་ལྟར། ལས་བྱེད་དབང་ཕྱག་ཡིན་ཞེ་  
 ན། །དེ་ཡང་དཔྱལ་བ་དག་ཏུ་འཆོད། །དེ་མིན་གཞན་དག་འཆོད་ན་ནི། །  
 བྱས་ཉམས་མ་བྱས་སྤང་པར་འགྱུར། །གང་འདི་ལྟར་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་  
 བའི་ལས་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་བྱེད་པ་དེའི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱག་ཡིན་ནམ། འོན་  
 ཏེ་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ན་ནི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དཔྱལ་བའི་མེ་འབར་བའི་སྤང་བ་ལ་སོགས་བདག་ཏུ་སྒྲིག་པར་གྱུར་པ་ན་རི་  
 ལྟར་དབང་ཕྱག་ལས་ཉམས་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན། འོན་ཏེ་སྒྲིག་པ་བྱས་སུ་  
 ཟེན་གྱང་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། ལས་བྱས་པ་རྣམས་ཚུད་ཟོས་པར་  
 གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །དབང་ཕྱག་གིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱིས་དེ་རྣམས་  
 དཔྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་བྱས་  
 པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པ་དང་སྤང་བའི་སྐྱོན་ཏུ་  
 འགྱུར་ངོ། །ཐར་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་ལྷན་ཕྱིར། །  
 ཏྲག་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་གལ་ཞི། །མེ་ནི་འབར་བར་གྱུར་པ་ཡི། །ཆ་བ་མ་ཞི་  
 མཐོང་བ་བཞིན། །སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱག་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཏྲག་  
 པ་ཡིན་པས་ཏྲག་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ངོ། །སྐྱག་བསྐྱེད་  
 མེད་པ་ནི་ཐར་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ཏྲག་པས་ནམ་ཡང་གཞན་ཏུ་བྱ་བར་མི་རུས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་པོ་དང་དབང་ཕྱག་ཏྲག་ཏུ་ཡོད་

ན་དེ་ཞི་བར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་འབར་བའི་སྒྲིང་བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱོར་  
 བའི་མེ་ཡོད་ན་དེའི་ཆ་བ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གཅིག་ཕུ་སྣ་ཆོགས་མིན་ཞེ་ན། །འབྲས་བུ་སྣ་ཆོགས་ངེ་ལྟ་བུ། །འདོད་པས་  
 སྣ་ཆོགས་ཡིན་ཞེ་ནའང་། །གཅིག་ཕུ་སྣ་ཆོགས་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་  
 དབང་ཕུག་ནི་གཅིག་ཉིད་ཡིན་གྱི་སྣ་ཆོགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འབྲས་བུ་  
 རྣམས་ཀྱང་དངོས་པོ་གཅིག་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི་སྣ་ཆོགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་འདོད་པའི་དབང་གིས་སྣ་ཆོགས་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ན་ཡང་སྤར་ནི་  
 གཞན་འདོད་པར་བྱེད་ལ། སྤྲིས་ཀྱང་གཞན་འདོད་པར་བྱེད་པས་དབང་ཕུག་  
 འདིའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བོ། །གཞན་ཡང་། ཏྲག་པ་ཆ་མེད་སྤར་བ་  
 དང་། འགྲོ་བའི་བྱེད་པོ་གཅིག་པོ་ཉིད། །ཀྱན་ལ་ཁྲབ་པ་ཡིན་ནོ་ལོ། །འདི་  
 ལས་མཆར་བ་གཞན་ཅི་ཡོད། །རྒྱ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་གང་གི་  
 ཡང་རྒྱར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྲིར་འདིའི་ཏྲག་  
 པ་ཉིད་ཉམས་སོ། །ཆ་ཤས་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྲིར་དང་སྤར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྲིར་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྲིར་ཀྱན་ལ་ཁྲབ་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་ཆོག་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ངོ་  
 མཆར་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མི་འགྱུར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་  
 ཅེད་མོའི་དོན་དུ་སྣ་ཆོགས་འདི་སྤྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། ཡང་འགྱུར་བ་  
 ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་དགའ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 གང་འདི་ལྟ་བུའི་དགའ་བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྲིར་འདིའི་



དབང་ཕྱག་ཉིད་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ།      །སྒྲིང་རྗེ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བོ་  
 གདུག་པ་ཅན་དང་ཁྱད་པར་མེད་པར་བཟུང་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱས་པ།  
 ཕན་ཚུན་བ་བས་འཇིགས་པ་ཡི།      །བདེ་བ་རྟེན་དཀའི་དུད་འགོ་དང་།      །ཞིབ་  
 ཏུ་འཐག་ཅིང་གཅོད་འཁེགས་པ་འི།      །སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་གཟེར་དཔྱལ་བ་  
 དང་།      །མི་རྣམས་སྐྱེ་ག་ནད་དག་དང་།      །སྐྱག་བསྐྱལ་བྱག་རྩའི་མ་གཏོད་  
 རས།      །དགའ་འགྱུར་གང་ཡིན་དག་པོ་ཞེས།      །མིང་དོན་ལྷན་པ་དེ་ཕྱག་  
 འཆ་ལ།      །ཅེད་མོ་ཡིན་ཡང་བདག་དང་གཞན་བདེ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་བྱ་བར་  
 རིགས་ན།      ཅེད་མོ་གང་ཞིག་བདག་འབའ་ཞིག་བདེའི་གཞན་རྣམས་ལ་ཤིན་  
 ཏུ་གཞོད་པར་གྱུར་པ་སྐྱེ་བོ་སྒྲིག་པ་ཅན་གྱི་སྦྱོད་པ་དང་མཐུན་པར་ཞུགས་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ།      ཏུད་འགོ་རྣམས་གཅིག་ལ་གཅིག་བ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་བྱེད་པས་སྒོག་གི་དོར་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་པར་གྱུར་པ་  
 དང་།      དཔྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཞིབ་ཏུ་འཐག་པ་དང་།      གཅད་པ་དང་།      དབྱག་  
 པ་དང་།      བཙོ་བ་དང་།      བསྐྱེག་པ་དང་།      གསལ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་།      མི་  
 རྣམས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་དང་།      ག་བ་དང་།      ར་བ་དང་།      འཆི་བ་དང་།      བྱ་ངན་དང་།  
 སྐྱེ་སྐྱགས་འདོན་པ་དང་།      སྐྱག་བསྐྱལ་བ་དང་།      ཡིད་མི་བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 པས་སྐྱག་བསྐྱལ་བ་མཐོང་བ་ན་དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེས་ན་  
 སྐྱག་བསྐྱལ་བ་སྐྱེད་པའི་དོན་གྱིས་བྲག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།      དེ་ནི་དོན་དང་རྗེས་  
 སུ་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་མིང་དོན་དང་ལྷན་པ་བྲག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།      སྒྲིང་རྗེ་མེད་  
 པ་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ་ཞེས་

བསྒྲིང་བའོ། །གལ་ཏེ་ཅི་བྱོད་ཅི་འདོད་པ་སྒྲིམ་ཤིག། །འཇིན་པ་ཅན་གང་  
 རོར་ལྡན་དང་། །གཞན་གྱི་འཆོ་བཅས་དག་བ་ཅན། །ཆོས་མིན་ཅན་འགའ་  
 མཐོང་ནས་ལྡན། །དབང་ཕྱག་སྒྲིད་པར་གསལ་བ་ཡིན། །ཡོན་ཏན་རོར་  
 ལྡན་ཆེ་མུང་དང་། །ངན་པར་སྒྲིད་ནམས་ཆེ་རིང་དང་། །གཏོང་ལྡན་དབུལ་  
 པོ་མཐོང་བས་ན། །དབང་ཕྱག་གིས་བྱས་གསལ་བ་ཡིན། །གཏོང་བ་ལ་  
 གོམས་པའི་དག་བ་ཅན་ནི་རོར་འཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་རོར་དང་ལྡན་པར་  
 གྱུར་ནས་ཀྱང་གཏོང་བའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། །གཞན་དུ་  
 འཇིན་པ་ཅན་ལ་རོར་དང་ལྡན་པར་མཐོང་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་དག་བ་དང་ལྡན་  
 པ་ནི་གཞན་གྱི་གདོང་ལ་བལྟ་བར་མི་འགྱུར་བར་རིགས་ལ། །དག་བ་ཅན་  
 མ་ཡིན་ན་ནི་གོ་འཕང་མཐོན་པོ་འཐོབ་པར་མི་རིགས་ན། །ཆོས་དང་ལྡན་པ་  
 ནི་གཞན་གྱི་སྒྲིང་མོ་ལ་སྒྲིགས་པས་འཆོ་བ་མཐོང་ལ། །ཆོས་དང་མི་ལྡན་པ་  
 ནི་གོ་འཕང་མཐོན་པོ་ལ་གནས་པ་མཐོང་ངོ། །ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆེ་  
 རིང་ལ། །ངན་པར་སྒྲིད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་ཆེ་མུང་བ་དང་། །གཏོང་བ་དང་  
 ལྡན་པ་ནི་འབྱོར་བ་དང་ལྡན་པར་རིགས་ན། །འདི་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་མཐོང་སྟེ། །དེའི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་ངེས་པ་ཁོ་ནར་འདི་དག་ནི་དབང་  
 ཕྱག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། །འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
 རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་དུ་སེམས་ཏེ། །གང་གི་སྤྱིར། །ཁ་ཅིག་  
 སངས་རྒྱས་པ་ཡང་བདེ། །དེ་ལ་གྱུས་པ་ཁ་ཅིག་སྤྱུག། །དབང་ཕྱག་བཀས་  
 ནི་བསོད་ནམས་ཅན། །དག་ཀྱང་ཅི་སྤྱིར་སྤྲིག་མི་བྱེད། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་

གྱི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་པ་ལ་ཡང་བདེ་བ་  
 དང་ལྷན་པ་མཐོང་ལ། དེ་ལ་གྲུས་པ་ཡང་ཕྱུག་བསྐྱེད་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་ན་ཁ་ཅིག་སྒྲིག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྒྲོད་པ་ལོང་  
 བ་དང་། འོན་པ་དང་། རྟ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མཐོང་ན་དེ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་  
 བསོད་ནམས་ཀྱི་སྒྲོད་དུ་མ་གྱུར། གང་ཡང་གཟུགས་བཟང་བ་དང་། སྒྲོབས་  
 དང་ལྷན་པ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྒྲོད་པ་ཡང་སྒྲོང་ན་དེ་  
 དག་ཅིའི་ཕྱིར་དབང་ཕྱུག་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་པ་སྒྲོད་པར་མི་འགྱུར།  
 དེས་ན་འདི་ལྟར་ནི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །སྣ་ཚོགས་ལས་ལས་མི་ཤེས་པས། །  
 དེ་རྒྱ་ཉིད་དུ་སྒྲིབ་པ་ཡིན། །འགྲོ་བ་སྣ་ཚོགས་འདི་དག་གི་རྒྱ་ནི་དགོ་བ་དང་།  
 མི་དགོ་བའི་ལས་ཉིད་ཡིན་པས་དེས་ན་སྣ་ཚོགས་འདི་དག་ནི་ལས་ཀྱིས་  
 བྱས་པ་ཡིན་ལ། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་ཤེས་པ་  
 དག་གིས་སྒྲོ་འདོགས་ཤིང་རྫོད་པར་བྱེད་ཀྱང་ངི་སྐད་བསྟན་པའི་རིམ་པས་  
 བསྐྱབ་པར་ནི་དགའོ། །འདིའི་སྒྲེ་བ་པོ་དང་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དགག་པ་བྱས་  
 པས་ཆངས་པ་དང་ནག་པོ་ཡང་འབྲ་བར་དབྱད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཅི་  
 ལྟར་ཞེ་ན། སྣ་ཚོགས་བྱེད་པར་ཆངས་པ་ནི། །མི་རིགས་སྒྲོན་དུ་བསྟན་པ་  
 བཞིན། །ཆངས་པ་བྱེད་པོར་བདེན་ན་ཡང་། །དེ་ཡིས་ཅི་ཞིག་བྱས་པར་  
 འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ། སྣ་ཚོགས་བྱེད་པོ་ཁྱབ་འཇུག་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཤི་བའི་རྒྱུད་ལས་བསྟན་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་རྣལ་  
 འབྱོར་ཡང་མི་རིགས་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སྒྲིབ་པ། དང་པོར་སེམས་

ནི་མཉམ་གཞག་པས། །སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་རྣམས་ལེགས་བསྐྱམས་ལ། །ཡིད་ལ་ཞི་  
 བ་གཞག་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་ཡི་གེ་ཨོ་བསྒྲོམས་ཏེ། །སྒྲིང་ལ་གཟུགས་ཀྱི་  
 གཟུང་བྱས་པ། །ས་སོགས་གཟུགས་ལ་གོམས་པར་བྱ། །བདེ་བྱེད་མཉེས་  
 ན་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས། །གྲོལ་འགྱུར་བེད་བ་འདི་མི་བདེན། །འདི་ལ་རྣལ་  
 འབྱོར་པས་དང་པོར་མཉམ་པར་གཞག་པའི་སེམས་སུ་བྱས་ལ། །སྒྲོའི་སྒྲོ་  
 དབང་པོ་ཐམས་ཅད་བསྐྱམས་ཏེ། །སྤྱ་བ་རྟག་པ་ཆ་ཤེས་མེད་པ་ཞི་བ་ལ་  
 དམིགས་པར་བྱ་སྟེ། །ཆད་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་ཡི་གེ་ཨོ་བརྗོད་ཅིང་། །ས་  
 ལ་སོགས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་གཟུང་བར་བྱ་ཞིང་  
 སེམས་ལ་བཟུང་ན། །བསམ་གཏན་གྱི་མིག་གིས་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་མཐོང་  
 བར་འགྱུར་ཞིང་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་འདོད་པ་དེ་ཡང་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར། །རི་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་འབྱུང་བ། །དེ་  
 ཉིད་གྲོལ་བར་མ་རིགས་ཏེ། །ཡིད་ཤེས་འབྱུང་ཞིང་རི་ལྟར་སྤྱར། །གྲོལ་བར་  
 མ་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །རི་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་  
 དབང་ལྷག་མཐོང་དུ་བེན་གྱང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་  
 སོ། །ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །རི་  
 ལྟར་སྤྱར་བསམ་གཏན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་སྐྱེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དཔེའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། །དབང་ལྷག་ལ་གྱུས་གྲོལ་འགྱུར་བར། །མི་རིགས་  
 བདེ་བྱེད་མཐོང་བ་ཡང་། །དམིགས་ལ་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དཔེར་  
 ན་མཐོ་ཡོར་མཐོང་བ་བཞིན། །རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དབང་ལྷག་ལ་

བརྟེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་མཐོང་བས་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་  
 རིགས་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེ་ལྟར་  
 ཞིང་དང་རྫོང་རང་བཞིན་གྱི་མཐོ་ཡོར་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 ལྷག་བསྐལ་རྒྱ་ནི་དབང་ལྷག་ན། །དེ་ནི་རྟག་ཕྱིར་བཅོས་སུ་མེད། །དེས་ན་  
 ལྷག་བསྐལ་མཐར་འགྲོ་བར། །དབང་ལྷག་ནམ་ཡང་འགྱུར་མ་ཡིན། །གལ་  
 ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྷག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་དང་། དབང་ལྷག་ཡིན་ན་དེ་རྟག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་ཡོད་ཀྱི་བར་དུ་ལྷག་བསྐལ་  
 འགག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དབང་ལྷག་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་  
 ལྷག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་སྤངས་པ་མེད་པས་དབང་ལྷག་རྒྱར་སྤྲོ་བའི་གཞུང་ལ་  
 རྣམ་ཡང་ལྷག་བསྐལ་གྱི་མཐར་འགྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་ལྷག་  
 མཐོང་དགག་བྱས་ཕྱིར། །ཆངས་པ་བྲབ་འཇུག་བདག་སྤྲེལ། །མི་རིགས་  
 ཕྱིར་ན་དབང་ལྷག་སོགས། །བཏགས་ལ་སྒྲོ་ནི་དགའ་མི་བྱེད། །ཆངས་པ་  
 རྒྱར་སྤྲོ་བས་ཆངས་པ་མཐོང་བས་གྲོལ་བར་འདོད་ལ། །བྲབ་འཇུག་པས་ནི་  
 བྲབ་འཇུག་མཐོང་བས་སོ། །བདག་ཏུ་སྤྲོ་བས་ནི་སྐྱེས་བུ་མཐོང་བ་སྟེ།  
 ཐམས་ཅད་དབང་ལྷག་རབ་ཏུ་བཀག་པ་དང་འདྲ་བར་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་གྲུབ་པའི་མཐའ་སྒྲོན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ཆངས་པ་  
 དང་། བྲབ་འཇུག་དང་། དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་དང་། དེ་དག་གིས་ཉེ་བར་  
 བརྟེན་ཅིང་བསྟན་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལ་ཡང་དགའ་བར་མི་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རིགས་བཞིའི་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མི་རིགས་ལ།

རྒྱས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལས་དེའི་དབྱེ་བའི་ཆོག་འབྱུང་བ་ཡང་མི་  
 རིགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་རིགས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དབྱུང་བདག་པོ་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་དང་དབྱུང་བ་དང་བརྒྱ་དང་། རྒྱ་དང་ལས་  
 སྤྱིས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་པ་ན་སའི་ཤིང་གི་སྤྱོད་པོ་དང་། ཡལ་ག་  
 དང་། ཅ་བ་དང་། ཡལ་ག་སྤུ་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་པ་ན་སའི་འབྲས་  
 བུ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ།

གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་བྲམ་ཟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིའི་སྤྱི་བ་ལས་གཞན་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་གཞན་མ་ཡིན། མིའི་སྤྱི་བ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་བྱི་  
 དང་ཕག་བཞིན་དུ་འབྱུང་རོ། །གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་དམངས་རིགས་ཀྱང་བྲམ་  
 ཟེའི་མིའི་རིགས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བྲམ་ཟེ་བཞིན་ནོ། །  
 བྲམ་ཟེ་ཡང་དམངས་རིགས་ཀྱི་མིའི་རིགས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པས་  
 དམངས་རིགས་སོ་ཞེ་ན། །གཞན་ཡང་ཁ་ནི་རྟག་ཏུ་མི་གཙང་བ་འཛག་པ་  
 ཡིན་ལ། ལག་པ་དང་། བརྒྱ་དང་རྒྱ་དང་པ་ནི་གཙང་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བྲམ་  
 ཟེ་ནི་ཁ་ལས་སྤྱིས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན་ཡང་མི་གཙང་བ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུག་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྲམ་ཟེའི་རིགས་ནི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་བྲམ་ཟེ་སོ་  
 ཡང་ཁ་ནས་སྤྱིས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ན་ནི་སྤྱིར་སོ་དང་འབྲེག་པ་སྤྱོད་པར་མི་



རིགས་སོ། ། གལ་ཏེ་ཁ་ནས་སྐྱེས་སོ་ཞེ་ན། མངལ་གཞན་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 ཕྱིར། ད་ལྟར་འདི་དག་གི་བྲམ་ཟེ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། ། མངལ་ནས་སྐྱེས་པ་ནི་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་ལ་ཁ་ནས་སྐྱེས་པ་ནི་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་བྲམ་ཟེ་ནི་འགའ་  
 ཡང་ཁ་ནས་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ། ། གཞན་ཡང་འཆོ་བ་བྲམ་ཟེ་ཡིན་  
 བས། འོན་ཏེ་ལུས་ཡིན། དེ་ལ་འཆོ་བ་བྲམ་ཟེ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་སྒོག་ཆགས་  
 ཀྱན་ཡང་བྲམ་ཟེ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ལ། སྤྱིད་པ་གཞན་དུ་འཕོ་བར་  
 གྱུར་པ་ན་ཡང་བྲམ་ཟེ་ལ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་ན། འདི་  
 སྐད་དུ། དམངས་རིགས་ཀྱིས་ནི་ཡོན་སྤངས་ན། ། བྲམ་ཟེ་བོང་བྱར་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར། ། བོང་བྱའི་སྐྱེ་བ་བཅུ་གཉིས་ལེན། ། སྐྱེ་བ་དུག་ཅུར་པག་ཏུ་འགྱུར། །  
 ཁྱི་ཡི་སྐྱེ་བ་བདུན་ཅུ་ལེན། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་སྤོང་ཤེད་ཀྱིས་  
 བསྟན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། སྤོང་ཁྱེར་བཅུ་བའི་བྲན་བཅུ་དང་། ལྷ་ངམ་གྱི་  
 ནི་རིགས་དགས་བཅུ། ། མདར་རྒྱ་ཆེ་ལ་གྱི་དྲུང་བ་དག། ། བྲམ་ཟེས་དེ་མ་  
 བསམས་སམ་ཅི། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དུད་འགྲོ་ལ་ཡང་རིགས་  
 བཞི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། གང་ཡང་ཁྱི་དཀར་པོ་ནི་བྲམ་ཟེ་འོ། ། རྒྱ་པོ་ནི་དམངས་  
 རིགས་སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་འདི་དག་ནི་མཁས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་བཞད་གད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། འོན་ཏེ་རིགས་བྲམ་ཟེ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 ལས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྟང་བར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ།  
 གང་གིས་བྲམ་ཟེ་ཉིད་ཐོབ་ནས། ། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་བྱེད་པ། ། དེ་  
 ནི་བྲམ་ཟེ་ཉིད་ཐོབ་ནས། ། དམངས་རིགས་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། ། ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྲམ་བེའི་བའི་རོ་བསྐྱེགས་པ་ཡང་བྲམ་  
 བེ་གསོད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། ། ལས་ངན་བྱས་པས་བྲམ་བེ་  
 དམངས་རིགས་སུ་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ལས་བཟང་པོ་བྱས་པའི་དམངས་  
 རིགས་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་བྲམ་བེར་མི་འགྱུར། གལ་ཏེ་པ་དང་མ་དག་པ་ཉིད་  
 དང་། བྲམ་བེའི་ལས་ལ་གནས་པ་ཉིད་ནི་བྲམ་བེ་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི།  
 དམངས་རིགས་ནི་སྐྱེ་གནས་ངན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྲམ་བེའི་  
 ལས་ལ་གནས་སུ་བེན་ཀྱང་བྲམ་བེ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དུས་ཆེན་  
 ཞིན་ཏུ་མང་པོ་འདས། །བྱད་མེད་སེམས་ནི་ཞིན་ཏུ་གཡོ། །དེ་ཕྱིར་བྲམ་བེ་  
 ཞེས་བྱའི་རིགས། །འགའ་ཡང་གང་ལའང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བས་  
 རིགས་དག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་བསྐྱབ་པར་ཞིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ། འདིར་བྱད་མེད་  
 རྣམས་ནི་སྐྱེས་བྱ་གཞན་དང་ཉལ་ན་ཡང་སྐྱོན་དུ་བཅི་བ་མ་ཡིན་པས་  
 དམངས་རིགས་དང་། རྗེ་བྱ་རིགས་དང་། རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེས་པ་  
 དང་། གཞན་ཡང་བྲམ་བེའི་རིགས་ཡིན་ཡང་ཡུལ་འཁོར་འཛིན་ལ་སོགས་  
 པ་རྒྱལ་རིགས་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དང་། རྒྱས་པ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་བཞེས་གཉིན་  
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་བྲམ་བེ་མོ་མ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་བྲམ་བེའི་གཙོ་བོ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རིགས་ནི་བྲམ་བེའི་རྒྱ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་སྐྱས་  
 པ། རྩལ་དང་རྩལ་གྱི་སྒྲེ་དག་དང་། །དེ་བཞིན་ཐོས་པའི་རྩ་ཆེན་དག །བྲང་  
 སྲོང་ཆེན་པོ་གོ་ཏེ་མ། །བྲན་སོང་ཉལ་བའི་མངལ་ནས་སྐྱེས། །གཞུང་ནི་  
 རྩོམ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཀུན་བྲམ་བེའི་བྲང་སྲོང་ཡང་། །ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་ཀུན་

ཡིས། །གདོལ་བ་མོ་དང་ཉལ་ལས་སྐྱེས། །ཉ་བ་ཡི་ནི་བྱ་མོ་ལ། །པ་ནི་  
 མཆོག་འགྲོ་ཞེས་བྱ་བས། །ཉལ་ལས་བྱང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་སྐྱེས། །དེ་ཡང་  
 བྱམ་ཟེ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །བྱམ་ཟེ་དེ་བྱང་སྤྱོད་འཇིག་རྟེན་གྲགས། །ཐོས་མང་  
 རིགས་བྱེད་འདོད་བྱེད་པ། །བྱང་སྤྱོད་རྩ་ཞེས་བྱ་བའི་མ། །དུད་འགྲོར་སྐྱེས་  
 པའི་རི་དྲགས་ཡིན། །སྒྲོམ་དང་དེ་བཞིན་རས་བལ་ཅན། །དམངས་རིགས་  
 བྱ་ཡིན་བྱམ་ཟེར་གྲགས། །ཁྲ་བའི་བརྟུང་བ་མང་འཁྱུངས་ནས། །འཇིག་རྟེན་  
 བྱང་སྤྱོད་ཆེན་པོར་གྲགས། །འཇིག་རྟེན་དུ་ནི་གྲགས་གྱུར་པ། །བྱམ་ཟེ་ལྷམ་  
 བྱ་ཞེས་བྱ་བ། །ཐོས་མང་དེ་ཡང་གདོལ་བའི་རིགས། །ལྷང་མ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལས་སྐྱེས། །བྱར་ཤིང་བྱ་མོ་ལས་སྐྱེས་པའི། །བྱང་སྤྱོད་བྱང་སྤྱོད་ཀ་རྒྱ་  
 ཡང་། །ཀ་རྒྱ་ཡ་ཡི་རིགས་བཅས་པ། །སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞེས་རྗོད་པར་བྱེད། །  
 བྱང་སྤྱོད་ཀ་པི་ཇ་ལ་ཡང་། །བྱང་སྤྱོད་དབང་བྱེད་ཆེན་པོ་ཡིས། །གདོལ་བ་  
 བྱང་བ་མོ་ལ་ནི། །ཉལ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞེས་ཐོས། །ཨ་ག་སྟ་དང་དབང་  
 བྱེད་ནི། །བྱམ་པའི་ནང་ནས་སྐྱེས་ཞེས་ཐོས། །བྱམ་པའང་བྱམ་པའི་ནང་  
 ནས་སྐྱེས། །དེ་བཞིན་གཙང་སྐྱེས་ཆུ་ལས་སྐྱེས། །བརྒྱའི་འདབ་ལས་ཤེས་  
 རབ་སྐྱུར། །ཀ་བརྒྱ་ནི་ཐལ་བ་ལས། །མགོ་ལ་ཐོད་པ་ཅན་ཉིད་ནི། །ཐོད་པ་  
 ལས་ནི་སྐྱེས་ཞེས་ཟེར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །གལ་ཏེ་ཡང་དཀའ་ཐུབ་དང་།  
 ཐོས་པ་དང་། །སྐྱེ་གནས་ཉིད་ཀྱིས་བྱམ་ཟེ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། །དཀའ་ཐུབ་དང་།  
 ཐོས་པ་ཉམས་པ་རྣམས་བྱམ་ཟེ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར། །དམངས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་དང་། །ཐོས་པ་བྱེད་པ་དགག་

[illegible]

འབབ་སྟེགས། །འོད་གྲིས་སྒྲོང་དང་བརྒྱུའི་སྒྲོང་། ། །ཁམས་གསུམ་དག་ནི་  
 ཐམས་ཅད་ན། །ཀྱ་རུའི་ཞིང་ནི་རབ་ཏུ་བསྟེགས། །ཀྱ་རུའི་ཞིང་གི་རྩལ་  
 དག་ནི། །རྒྱུ་གིས་སྤྱོད་བས་རེག་གྱུར་ནའང་། །ཉེས་པར་བྱས་པའི་ལས་  
 ཅན་ཡང་། །འགྲོ་བ་མཆོག་ཏུ་སྤྱོད་བར་བྱེད། །གང་ལག་ལྷ་བའི་སྐལ་ཅན་  
 དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་དབྱངས་ཅན་དང་། །ཕག་ཅན་དང་ནི་འདབ་མ་ཅན། །  
 སིན་དུ་རྒྱ་མཚོར་འདྲེ་བ་དག ། །ལྷས་ས་འདི་རྣམས་གང་གི་སྤྱིར། །དག་  
 པར་འདོད་ནས་ལྷས་བྱེད་པ། །སྤྱིག་པ་དག་པའི་བདག་ཉིད་དེ། །དེས་པར་  
 མཐོ་རིས་འགྲོ་བར་འགྱུར། །རིག་པ་གང་དག་གིས་ཤེ་ན། ། །འདག་འཆལ་  
 དག་གིས་བསྐྱོས་པའི་གོས། །དྲི་མ་མེད་པར་འགྱུར་བ་བཞིན། །ལྷས་ཅན་  
 མཆོད་སྦྱིན་གྲིས་བསྐྱོས་ནས། །འབབ་སྟེགས་བཀྲས་པའང་དེ་བཞིན་དག །  
 ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་ནི་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །འདི་ནི་སྤྱིག་པ་དག་མི་འགྱུར། །མ་རིག་པ་དང་མ་མཐོང་  
 སྤྱིར། །མ་བསྐྱོས་སྤྱིར་དང་བག་ཆགས་སྤྱིར། །དམ་པའི་ཤེས་དང་དག་བ་  
 བཞིན། །སྤྱིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་རོ། །དེ་ལྟས་དག་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །མི་རེག་པ་དང་། མི་མཐོང་བ་དང་། བསྐྱོར་  
 མེད་པ་དང་། །བག་ཆགས་སུ་གནས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་ནི་གཏན་  
 ཆེགས་ཏེ། །གང་རེག་པར་བྱ་བར་རྒྱས་པ་དང་གང་འདི་ནི་འདི་ནའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་བ་དང་། །གང་ལ་བསྐྱོ་བར་བྱ་བར་རྒྱས་པ་དེ་ནི་  
 གོས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་བྱ་བར་རུང་ན་སྤྱིག་པ་ནི་གཟུང་དུ་

མེད་པ་བཟླ་མེད་པ་བསྒྲོར་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་རི་ལྟར་ན་དག་པར་འགྱུར།  
 འོན་ཀྱང་མི་དགོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་བག་ཆགས་བཞག་པ་ལས་སྒྲིག་པ་ཡོད་  
 པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རི་ལྟར་ལུས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་བླན་པའི་  
 ཤེས་པ་དང་། བསོད་ནམས་ཚུས་བཟུར་མེད་པ་ལྟར་སྒྲིག་པ་ཡང་དེ་བཞིན་  
 རོ། །ཡང་ན། བད་སྒྲིང་རྒྱུད་རྒྱུད་སོགས་ཀྱི། །ཚུས་ནི་སྒྲིག་པ་དག་མི་  
 འགྱུར། །རེག་བྱའི་ཕྱིར་རམ་བསྒྲོ་བྱའི་ཕྱིར། །བྲིམ་གྱི་ངན་སྦྱགས་ཚུ་བཞིན་  
 རོ། །བསྒྲིང་སྒྲིང་པོའི་འབབ་སྟེགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་བསྒྲིང་སྒྲིང་པོ་ཉིད་དོ། །རྒྱུ་  
 པ་ལས་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ནི་རྒྱུ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་དེ། རྒྱུ་རྒྱུ་ངོ་། །དེས་  
 སྒྲིག་པ་དག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རེག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རམ་རྒྱན་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་རེག་ཏུ་ཡོད་པ་དང་རྒྱན་པར་བྱེད་པ་དེས་སྒྲིག་པ་ཡང་  
 དག་པར་བྱེད་ཀྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་བྲིམ་གྱི་ངན་སྦྱགས་ཚུ་བཞིན་རོ། །  
 གཞན་ཡང་། རང་བཞིན་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་ལས། །ཆུར་ཁྱགས་སོགས་  
 ཀྱིས་ཟད་གྱུར་ན། །འབབ་སྟེགས་སོགས་སུ་སྒྲུས་བྱས་ནམས། །སྦྱག་  
 བསྐྱེལ་མི་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ཕྱིར། །སྒྲོན་མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བྱ་ལ་  
 སྦྱོད་པའི་ལོང་བ་དང་། འོན་པ་དང་། འ་བོ་དང་། བྱམ་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་གལ་ཏེ་འབབ་སྟེགས་ཀྱི་ཚུ་ལ་སྒྲུས་བྱས་ཤིང་། དབང་བསྐྱར་བས་  
 སྒྲིག་པ་མ་ལུས་པར་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར་ན་ནི། ཚུའི་ནང་དུ་ཁྱགས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལོང་བ་དང་། འོན་པ་དང་། འ་བོ་དང་། བྱམ་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས། །སྒྲུས་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཕྱིན་ཆད་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར་



སྒྲུག་བསྐྱལ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ལས་རྣམས་ཟད་པའང་མ་ཡིན་པས།།  
 སྒྲིག་པ་ཟད་པ་འགའ་ཡང་མེད། །ནང་གི་བདག་ཉིད་མི་འགག་ཅེས། །བསྟན་  
 པ་ཡོད་པས་དེ་ཡང་བརྟུན། །གང་ཡང་འགའ་ཞིག་ཉིན་རེ་སྒྲིག་པའི་ལས་  
 བྱེད་ཅིང་། སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་འབབ་སྟེགས་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་རྣམས་སྤྲུམ་བྱས་ཤིང་དབང་བསྐྱར་བས་ཡོངས་སྤྲུམ་ཟད་པར་འགྱུར་  
 བ་ནི་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེས་ན་འགའ་ཡང་  
 ངན་སོང་དུ་སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་ཡང་འདི་ལྟར་བྱང་སྤོང་རྒྱས་  
 པས། བདག་ནི་ཆུ་བོ་དམ་པ་སྦྱིན་འབབ་སྟེགས། །བདེན་ཆུའི་སྦྱིན་པ་ཆུ་  
 རོགས་དཀའ་ཐུབ་ཆུབས། །དེ་བཞིན་བྱེད་དང་བཅས་པས་དེར་ཁྱུས་བྲ། །  
 རང་གི་བདག་ཉིད་ཆུ་ཡིས་དག་མ་ཡིན། །ལུས་དང་ངག་དང་ལས་རྣམས་  
 བློ། །གང་གིས་གསུམ་པོ་མ་དག་པ། །རྒྱ་མཚོ་གསུམ་དུ་ཁྱུས་བྲས་ཀྱང་། །  
 དེ་ནི་བྲི་མ་མེད་ཉིད་ཡིན། །དབང་པོའི་སྒྲོ་ནི་རབ་བསྐྱམས་ནས། །མཉམ་  
 པར་གཞག་པས་གར་གནས་པ། །དེ་ཡིས་ཀྱ་རུའི་ཞིང་དག་དང་། །ནེ་མི་ཤ་  
 དང་པད་སྙིང་སྟེ། །འདོད་དང་ཁོ་དང་སྤོངས་པ་ལས། །གང་ཞིག་རྒྱལ་བ་དེ་  
 དག་དཔལ། །འབབ་སྟེགས་གང་དུ་ཁྱུས་བྲེད་པ། །སྤྱོད་མཛད་དེ་ཡིས་ཅི་  
 ཞིག་བགྱ། །ཆུ་ཡིས་བངས་པར་གྱུར་པ་ལ། །ཁྱུས་བྲས་པ་ཞེས་མི་བྲ་ཡི། །  
 བྱི་ནང་བཅས་པར་དག་པ་ཡིས། །དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་དེ་ཁྱུས་བྲས། །རྟལ་  
 དང་འདམ་དང་བྲི་མ་སོགས། །ཟག་པ་རྣམས་ནི་ཆུ་ཉིད་ཀྱིས། །དག་པར་  
 བགྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལགས། །ཆོས་བྱའི་འབྲས་བུ་ཆུ་ཡིས་མིན། །གང་གྲུར་

བུ་སྐྱུ་ནས་དག་པ་ཡི། །ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་འཇུག་པ། །ཁྱད་པར་སྤྲོ་མོ་  
 ཅམ་ཡང་ནི། །འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་མ་མཐོང་ངོ། །འདོད་པ་མཆོད་སྦྱིན་ཆེན་  
 པོ་མཆོད་བྱས་ནས། །མི་དབང་འབབ་སྟེགས་རྟག་ཏུ་ཁྱུས་བྱས་ཀྱང་། །ཁྱོ་  
 དང་འདོད་དག་དེ་བཞིན་མང་འཕེལ་ནས། །གང་ཕྱིར་མི་གསོད་ལ་སོགས་  
 སྟེགས་དག་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ངེ་མའི་རྒྱ་ནི་ཡོད་ཀྱུར་པ། །དེ་སྤྱིད་མཆོད་སྦྱིན་  
 འབབ་སྟེགས་ཆུས་མི་འདག །མར་མེ་སྒྲིང་པོ་འབར་བ་ཡོད་པ་ན། །འོད་  
 རྣམས་ཆུ་ཡིས་སྐྱགས་ཀྱང་མི་ཉམས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 བསྟེན་པ་ཡོད་པས་བྱེད་རང་གི་དམ་ཆོག་ལས་འབབ་སྟེགས་སུ་ཁྱུས་བྱས་  
 པས་སྟེགས་པ་ཡོངས་སུ་ཟད་པ་ཡིན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཆུས་ཁྱུས་བྱས་  
 པས་སྟེགས་པ་ཟད་པར་འགྱུར་ངོ་ཞེས་སྒྲིབ་པ་འདི་མཛེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་  
 ཡང་འདི་སྐད་དུ། བྲམ་ཟེ་དག་གིས་སྟེགས་པ་བྱས་པ་དག་གི་སྟེགས་པ་སྤངས་  
 རྣམ་བསོད་རྣམས་ཀྱི་ཆ་འགོད་པར་བྱེད་ངོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ཡང་རིགས་པ་  
 འདིས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་གཞན་ལས་ནི་རྒྱུད་གཞན་དུ། །སྟེགས་པ་  
 འཕོ་བ་མིན་པར་བཟུང་། །ལུས་ཅན་མིན་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་། །ཞེ་སྤང་  
 གཏི་ཟུག་མི་འཕོ་བཞིན། །དངོས་དང་ལྡན་པའི་རྣམས་ལ་ནི། །རྒྱུད་གཞན་  
 ལས་རྒྱུད་གཞན་ལ་འཕོ་བ་མཐོང་སྟེ། །ཇི་ལྟར་བྱ་བཞིན་ནོ། །སྟེགས་པ་ནི་  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པས། །ཇི་ལྟར་གཞན་གྱི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་གཞན་  
 འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། །གཞན་གྱི་ཞེ་སྤང་གིས་གཞན་ཞེ་  
 སྤང་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། །གཞན་གྱི་གཏི་ཟུག་གིས་གཞན་གཏི་ཟུག་

ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་བཤེས་ཤིང་སྒྲོམ་པ་གཞན་ལ་མི་གཞོན་པ་  
 དང་། གཞན་ཆོས་པས་གཞན་ཆོས་པར་མི་འགྱུར་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་  
 གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱིས་འགོད་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཆེ་བསོད་ནམས་སྦངས་པ་ནི། །མི་རིགས་ཞེས་ནི་  
 དེས་པར་བྱ། །སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡི། །དཔེར་ན་བདེ་དང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་བཞིན། །གསེར་དང་གོས་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཉིད་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་ནི་སྦྱིན་པ་དང་། སྦང་བར་རིགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་སྒྲིག་པ་  
 དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་  
 བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དག་སྦྱིན་པ་དང་སྦང་བར་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དག་སྦྱིན་པ་དང་སྦང་བར་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན་  
 ན་ནི་བདག་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱེད་བར་གྱུར་པ་ན་རང་གི་བྲན་ལ་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་བྱིན་ནས་དེ་དག་གི་བདེ་བ་ལེན་པར་འགྱུར་ལ།  
 སྙིང་རྗེ་ཅན་དག་གྲང་སྦྱེ་དགུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅན་དག་ལ་རང་གི་བདེ་བ་བྱིན་  
 ནས། དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལེན་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མེད་དོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དག་ལེན་པ་དང་  
 སྦྱིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལུང་རྒྱས་བྱེད་ལས་གྲང་འདི་སྐད་དུ། འདིར་  
 ནི་དགོ་དང་མི་དགོ་བའི། །རང་གིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ནི། །ཆུད་ཟ་བར་  
 ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲིག་སྦངས་མདུང་གི་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 ནོ། །གཞན་ཡང་། འབར་སོགས་ནང་དུ་མཚོངས་པ་ཉིད། །ཚངས་པའི་

འཇིག་རྟེན་སོགས་འགྲོ་བར། །བསྟན་པའི་ལུགས་ངན་གསུམ་ལས་མཐོང་། །  
 དེ་ཕྱིར་སྤང་བར་རིགས་པ་ཡིན། །མེར་འཇུག་པ་དང་། གཡང་སར་མཆོང་  
 བ་དང་། སྤང་བར་གནས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བས་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་  
 དང་། དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་དང་། ཆོགས་བདག་དང་། བྱ་བ་འཇུག་ལ་སོགས་  
 པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་བདེན་པར་བསྟན་པ་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པོ་འདི་ནི་གཏང་བར་རིགས་པ་ཁོ་ནའོ། །རི་  
 ལྟར་ཞེ་ན། རིགས་པ་དང་མི་ལྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མེར་མཆོང་ལ་སོགས་  
 ཆངས་པ་ཡིས། །འཇིག་རྟེན་སོགས་ཐོབ་རྒྱ་མ་ཡིན། །སློག་ལ་གཞོད་པར་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར། །སྤྱེ་མ་ལེབ་སོགས་མཐོང་བ་བཞིན། །གང་དགེ་བའི་སེམས་  
 དང་བྲལ་བའི་མེར་འཇུག་པ་དང་། གཡང་སར་མཆོང་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ནི་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལ་སོགས་པ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སློག་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་སྤྱེ་མ་ལེབ་དང་སྤྱེ་བྱི་  
 དང་། སྤང་མ་ལ་སོགས་པ་མེར་མཆོང་པ་དང་། ཞེ་ན་ཡ་དང་སྤྱེ་བྱི་ལ་  
 སོགས་པ་གཡང་སར་མཆོང་བ་དང་། རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་བྱ་བོ་ཆེ་ཞིག་ནས།  
 སྤྱེ་བོ་ཞི་བར་གྱུར་པ་དང་། ལམ་དུ་ལམ་བརྒྱགས་མ་ལུས་པར་བཟད་ནས་  
 འགྲོན་པོ་བཀའ་བས་ཉེན་པས་སློག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་རྣམས་མཐོ་རིས་  
 ལྷ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། བཟའ་དང་བརྟུང་བ་  
 སྤངས་པ་ཡིས། །མཐོ་རིས་འཐོབ་པར་མི་འདོད་དེ། །བཀའ་དང་སློམ་པའི་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །བས་མ་བོས་པས་གདུངས་པ་བཞིན། །བས་དང་སློམ་མ་

རྩོས་པས་མཐོ་རིས་འཕྲོ་བ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པས་གདུངས་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཁྲོས་པའམ་ནད་དམ། མ་རྙེད་པའི་དབང་གིས་ཟས་མ་  
 རྩོས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ཟས་མ་རྩོས་སོགས་བསོད་ནམས་  
 འབྱུང་། །སྤངས་ཕྱིར་སྤྲིག་སྤངས་བཞིན་ཞེ་ན། །བདེན་སོགས་སྤངས་པས་  
 གཏན་ཆིགས་འདི། །མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འབྱུང་། །ཟས་མ་རྩོས་པས་  
 བསོད་ནམས་འཕྲོ་བ་པར་འབྱུང་ཏེ། སྤངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྲིག་པ་ལས་  
 ལོག་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྤྲི་བ་དེ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་སྤངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདེན་པ་དང་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་སྤངས་པ་བཞིན་དུ་བསོད་  
 ནམས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྤངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤངས་པ་བཞིན་དུ་ཟས་སྤངས་པ་ཡང་  
 བསོད་ནམས་སུ་འབྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྤངས་པས་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་འདི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ཟས་སྤངས་བསོད་  
 ནམས་མི་འབྱུང་ཏེ། །བྱ་བ་དེ་ལ་སྤྲིག་མེད་ཕྱིར། །དགོ་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 ཡི། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤངས་པ་བཞིན། །བྱ་བ་གང་ཞིག་སྤྱད་པ་ལས་སྤྲིག་  
 པ་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་སྤངས་པ་ནི་བསོད་ནམས་སུ་འབྱུང་བར་  
 རིགས་ན་ཟས་ལ་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་ནི་འཛིག་ཏེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོག་འཛིན་  
 ཅིང་བསོད་ནམས་སྤྱེ་བའི་སྒྲོར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་དེ་སྤྱད་པས་ཆོས་  
 མ་ཡིན་པར་འབྱུང་ན་ནི་འཛིག་ཏེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་  
 དང་ལྷན་པར་འབྱུང་ན་དེ་ལྟར་ནི་མ་གཤགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཟས་ལ་སྤྱོད་པའི་

བྱ་བ་ལ་ཡང་སྒྲིག་པ་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ལ།      ཟས་ལ་མི་སྦྱོད་པའི་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་ཡང་བསོད་ནམས་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ངོ། ། འདིས་ནི་གདུང་བ་  
 ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱང་ལུས་གདུང་བར་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་  
 ཏུ་བད་པའི་ཕྱིར་མཐོ་རིས་དང་བྱང་གོལ་ལ་སོགས་པ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་ཀྱང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ། རྒྱས་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ལུང་ལས་འདི་  
 ལྟར་སྒྲིལ་ཞིག་ལ་ཡང་ཡོད་པས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། ལུབ་  
 གཅིག་ལམ་ནི་ལུབ་གསུམ་མམ། །བདུན་དུ་འམ་ནི་ཉིན་གཅིག་ཉིད། ། གང་  
 ཞིག་སྦྱང་བར་གནས་པ་ཡི། །སྦྱོ་བོ་དེ་ནི་མཐོ་རིས་འགོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་སྒྲིལ་ནས་ཡང་། ལྷ་བྱེད་དམ་ནི་ལྷ་གཅིག་ཏུ། །སྦྱང་བར་སྦྱད་པར་  
 མི་བྱ་སྟེ། །ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །དཀའ་ཐུབ་མ་ཡིན་ཆོས་ལྟན་  
 མིན། །འགའ་ཞིག་བརྟུལ་ཞུགས་སྦྱང་བར་གནས། །ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་  
 པ་སྟེ། །ནང་གི་བདག་ཉིད་སྤྱད་བསྐྱེད་ཕྱིར། ། དེས་ནི་མཐོ་རིས་རྟོགས་མི་  
 འགྱུར། །རྟག་ཏུ་ལུས་ནི་རྒྱས་པ་དང་། །སེམས་དང་དབང་པོ་གསལ་བ་  
 ཡིས། །སྤྱ་བའི་ཆོས་རྣམས་རྟོགས་འགྱུར་གྱི། །ཞོད་དང་ཞུམ་པས་མ་ཡིན་  
 རོ། །ཞེས་བསྟན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། དགུན་གྱི་དུས་སུ་ཆུ་ཡི་ནང་དུ་  
 གནས། །ཆ་བའི་དུས་སུ་གདུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེན་བྱ། །དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ལྷ་གའ་  
 མེད་པར་གནས། །བམ་ཟེ་དེ་ནི་དཀའ་ཐུབ་བྲག་པོ་སྦྱོད། །ཅེས་བྱ་བ་སྒྲིལ་  
 རས། ཡང་། བམ་ཟེ་མེ་བཞིའི་དཀྱིལ་གནས་ནས། །ལྟ་བུ་ཉི་མས་གདུང་བ་  
 ཡི། །གདུང་བ་དེ་ནི་མདུང་གི་བྱ། །ལྟ་བུ་དཀའ་ཐུབ་མ་ཡིན་གྱི། །བཤེས་



དང་ཆགས་པའི་མེ་དག་དང་། །ཁྱོད་དང་འདོད་པའི་ཕྱ་ངན་དག །ལྷ་པོ་འདི་  
 ལས་གང་རྒྱལ་བ། །དེ་ནི་གདུང་བ་ལྷ་ཅན་འདོད། །རྟག་ཏུ་འདོད་དང་ཁྱོ་  
 ལས་རྒྱལ། །བདེ་ལྷན་དབང་པོ་བསྐྱམས་པ་དག །འདི་ནི་མཁས་པའི་དགའ་  
 ཐུབ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་གདུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འཆེ་མེད་བདེན་པའི་ཆོག་དང་  
 ལྷན། །ཁྱོ་མེད་དུལ་ལ་བྲང་བ་དག །འདི་ནི་དགའ་ཐུབ་མཆོག་ཡིན་གྱི། །  
 ལུས་སྐྱམ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུག་བསྐྱལ་རང་བཞིན་དགའ་ཐུབ་གང་། །  
 སྒྲུག་བསྐྱལ་སྒྲུག་བསྐྱལ་བརྒྱད་མར་འཇུག །ཞེས་པའི་རང་བཞིན་དགའ་  
 ཐུབ་གང་། །བདེ་བས་བདེ་བ་བརྒྱད་མར་འཇུག ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 འབྱུང་བས་དེ་ལྟ་བུའི་རང་གི་བྱུང་བའི་མཐའ་དང་ཡང་འགལ་བར་སྦྱང་བར་  
 གནས་པ་ལ་སོགས་པས་ལུས་གདུང་བར་བྱེད་པའི་བདེན་པ་བརྟགས་པས་  
 ཅི་ཞིག་བྱ། གཞན་ཡང་རྒྱས་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ལུང་ལས་སྤྱི་ཕྱི་འགལ་བ་  
 མང་དུ་མཐོང་སྟེ། བྱ་མེད་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་ནི། །བཟང་པོ་ཡེ་མེད་རྒྱས་བྱེད་  
 གྱི། །ཅི་ལྟར་གླིང་ལམ་ཅན་གྱིས་ནི། །ཀླས་ཀར་བསུས་ནས་སྦྱས་པ་  
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱས་ནས་ཡང་། གཞོན་རུ་ཆངས་པར་  
 སྦྱོད་བྱེད་པ། །དགའ་ཐུབ་སྦྱོད་པ་སྤངས་པ་སྟེ། །བྲང་སྦྱོང་དེ་ནི་མཐོ་རིས་  
 གཞོན། །ཆངས་སྦྱོད་འབྲས་བྱ་དམ་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་དུ། །དེས་པར་བཅེ་  
 མེད་དགའ་བོ་ཡིས། །གཡུལ་ངོར་འགྲོས་པ་མེད་པར་ནི། །གཡུལ་ལ་མངོན་  
 བྱེད་སྒྲུག་སྒྲུག་ན། །ཞི་ན་མཐོ་རིས་འགྲོ་བར་འབྱུང། །ཞེས་བྱ་བ་སྦྱས་  
 ནས། ཡང་སྦྱས་པ། གང་ཡང་རང་སེམས་གདུག་པ་ཡིས། །གཞན་ལ་འཆེ་

དེ་རྒྱས་བྱེད་ཀྱི། །དཔག་པོ་དཔག་པོའི་ལས་ཅན་ཏེ། །ཤེན་ཏུ་སྦྱང་པའི་དཔྱལ་  
 བར་འགྲོ། །རང་ལ་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པ། །དེ་ནི་གཞན་ལ་མི་བྱ་སྟེ། །འདིར་  
 བྱི་ཆོས་རྣམས་བསྐྱུས་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་འདོད་པས་འཇུག་པར་བྱ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་སྒྲུས་པ་ན། །འདིར་སྒྲུས་པ།  
 སངས་རྒྱས་པ་ནི་འདི་ལྟར་བདག་ཉིད་ཆོས་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ་སྟེ་ལྟམ་དུ་  
 སེམས་ཤིང་གཞན་ལ་ཁ་ཟེར་ཞིང་དཔོན་པར་བྱེད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཤ་བ་ལ་  
 འབད་པ་ཆེར་བྱེད་པར་གྲགས་ལ། །སེམས་ཅན་སྟོག་མ་བཅད་པར་ནི་ཤ་  
 རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བས་དེས་ན་སྒྲིང་རྗེ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །རི་  
 དྲགས་ཀྱི་རྩོན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་བརྟུན་པར་བྱ་སྟེ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་བཙེམས་ལྡན་འདས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་གཅིག་པ་ལྟར་དགོངས་པ། །རུས་པ་དང་། །རྐང་  
 པའི་གཏིང་ནས་བཅེ་བ་མངའ་བ་དེས་རི་ལྟར་ན་ཤ་བར་རྗེས་སུ་གནང་བ་  
 ཡིན། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལས། །བཙེམས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མ་གནང་བ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། །སྤང་པོའི་རྩ་ལ་དང་། །སྒྲིན་ཆེན་པོ་དང་། །ལང་ཀར་གཤེགས་  
 པ་དང་། །སོར་མོའི་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས། །ཤ་བ་བ་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བཀག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པའི་གཞུང་ལས་ནི། །མཐའ་  
 གསུམ་དག་པའི་ཤ་གང་དག །ཟས་ཀྱང་སྒྲིག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ། །དྲངས་མ་  
 སོགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །སྤྱོད་མོའི་ཟས་ལ་སྒྲིག་མེད་བཞིན། །ཞེས་  
 འབྱུང་སྟེ། །འདི་ལྟར་བདག་གི་ཆེད་དུ་སྟོག་ཆགས་བསད་པར་རང་གིས་

མཐོང་བ་ཡང་མེད། རྩོས་པ་ཡང་མེད། དོགས་པ་ཡང་མེད་པ་ནི་སྒྲིག་པའི་  
 སེམས་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས་ནད་ལ་སོགས་པ་ནི་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་ཤ་ཟོས་ཀྱང་སྒྲིག་དུ་འགྱུར་བར་བརྟག་པ་མི་བྱ་སྟེ། དྲངས་མ་དང་།  
 གཅིན་དང་། དན་སྐྱགས་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཇི་ལྟར་སྒྲོང་  
 མོས་རྙེད་པའི་བས་ནི་སྒྲོང་མོའི་བས་ཏེ། དེ་ཟོས་པའི་སྒྲིག་དུ་མི་འགྱུར་  
 བཞིན་ནོ། ། གཞན་ཡང་། གང་ཡང་ཤ་ནི་ཟོས་པ་ཡིས། །སྒྲིག་པའི་རྒྱར་ནི་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། །བཀའ་པ་བསྒྲོག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། །མ་སྒྲངས་བྱིན་པའི་  
 བས་བཞིན་ནོ། །ཤ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ཟོས་པས་སྒྲིག་པའི་རྒྱར་  
 མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་སོ། །བཀའ་པ་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཞི་བར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བས་ཀྱི་དུས་སུ་མ་སྒྲངས་པར་རྙེད་པའི་བས་  
 སྐྱོམ་བཞིན་ནོ། །ཤ་ནི་མི་བཟའ་བ་ཡིན་ཕྱིར། །མི་བཟའེན་ལུས་ལ་  
 གཏོགས། །ས་བོན་དང་ནི་བརྟན་བྱེད་པ། །མི་གཙང་མི་གཙང་སྤྱན་བྱ་  
 བཞིན། །ཤ་ནི་བཟའ་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དེ། །ཕྱི་ས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་  
 བ་རང་གི་ལུས་འདི་ཡང་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་དང་། སེན་མོ་  
 དང་། བ་སྐྱ་དང་། བགས་པ་དང་། ཕྱི་ཤུན་དང་། ཤ་དང་། རྒྱས་པ་དང་།  
 ཁྲག་དང་། རུས་པ་དང་། རྒྱང་དང་། མཁལ་མ་དང་། སྒྲིང་དང་། སྒྲོ་བ་  
 སྒོལ་དང་། མཆིན་པ་དང་། མཆེར་པ་དང་། སྒྲོ་བ་དང་། རྒྱ་མ་དང་།  
 བཞག་དང་། རྩང་ག་དང་། གཅིན་དང་། ཕྱི་ས་དང་། མཆིལ་མ་དང་།  
 རུལ་དང་། ཆིལ་དང་། ལུད་པ་དང་། མཆི་མ་དང་། རྟག་དང་། མཁྲིས་པ་

དང་། མཆིལ་སྒྲུབས་དང་། ཞག་དང་། ལུ་སེར་དང་། ཇི་མ་དང་། སྒྲུང་པ་  
 དང་། སྒྲུང་རྒྱས་དང་། མིག་རྟག་དང་། རྟ་སྒྲུབས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 མི་གཙང་བའི་རྩལ་སྒྲུབ་ཅུ་ཅ་དུག་གིས་གང་བའི་མའི་སྒྲིང་དབུ་ནས་ཏྲ་  
 མི་གཙང་བ་ཟག་པ་ཐག་དང་ཁུ་བ་མི་གཙང་བའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བ། མི་  
 གཙང་བའི་ཁུ་བས་ཉེ་བར་བསྟན་ཅིང་། བྱི་ས་དང་ངན་སྒྲུགས་ཀྱི་དྲངས་  
 མས་གཏོགས་ནས། མངལ་གྱི་ནང་ནས་བྱུང་བའི་ལུས་འདི་ནི་མི་གཙང་  
 བའི་ནང་ན་གནས་པའི་སྤྱིན་བྱ་དང་འདྲ་བར་ཤིན་ཏུ་མི་གཙང་བ་ཡིན་ན་ཤ་  
 རྩོས་པས་མི་གཙང་བ་སྟག་པ་ཅི་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། དེས་ན་འདི་ནི་ཅི་ཡང་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་སྒྲིང་བོ་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པ་ཡིན་དུ་ཟེན་གྱང་  
 ཉ་ལ་སོགས་པའི་ཤ་ནི་བཟང་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཁུ་བ་དང་ཐག་ལས་བྱུང་བ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། བ་ལང་དང་བོང་བྱའི་ཤ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བརྗོད་པར་  
 བྱ་བ་ནི། ཁུ་བ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར། ཉ་ཤ་སོགས་ནི་དམང་ཅེ་ན། །  
 མར་དང་འོ་སོགས་རྒྱ་ཡིན་པས། །འདི་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། །ཁུ་བ་དང་  
 ཐག་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཅི་བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་ཤ་བཞིན་དུ་ཉ་  
 ཤ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བཟང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ཁུ་  
 བ་དང་ཐག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། མར་དང་འོ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་བཟང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་བས་གཏན་ཆིགས་མ་  
 ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ཟ་བ་པོ་མེད་ན་གསོད་པ་པོ་ཡང་མེད་  
 པར་འགྱུར་བས་དེས་ན་སྟོག་གཙོད་པ་ནི་ཟ་བ་པོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འཆོ་བར་

བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤེས་ཕྱིར་གསོད་དུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེ་  
 བ། དེ་ལ། ཤེས་སྒྲོག་གཙོད་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཤེས་ཕྱིར་རྒྱ་མཚན་ཕྱིར་ཞེ་བ།  
 བགས་སོགས་ཐོགས་པས་གཏན་ཆོགས་ནི། མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 འགྱུར། ། གང་བགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐོགས་པའི་དཀའ་ཐུབ་མེད་ན་ཤར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་གསོད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། ཤེས་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཤེས་ཕྱིར་གསོད་པར་འཇུག་པ་པོ་བཞིན་དུ་ཤེས་སྒྲོག་གཙོད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བགས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་འཆང་བ་བཞིན་དུ་སྒྲོག་གཙོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེས་  
 བྱ་བས་གཏན་ཆོགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། རྒྱ་མཚན་ཅམ་གྱིས་ཉོགས་  
 པར་བྱེད་ན་སྒྲོན་མང་པོ་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར།  
 འཇལ་དང་སྤང་ལ་གཡོ་བྱེད་དང་། ཉོ་བར་འདོད་པ་མི་དག་མཉམ། འཆོ་  
 བྱེད་ནོར་ནི་ཉིད་པ་དེའི། གང་ཡང་སྤྲིག་པ་དག་ལས་ནི། སྒྲོན་ནི་གཉིས་  
 གྱིས་ལྟག་པ་རུ། ཉོ་བ་པོ་ལས་འབྱུང་བར་འདོད། ཤེ་བཞིན་བྱུང་མེད་  
 བདག་པོ་བཞིན། འདོད་པའི་ཁ་ཟས་སྦྱིན་བྱེད་དང་། སྐལ་བ་ལྷན་པའི་  
 བྱུང་མེད་དང་། གང་དག་ཆོས་དེ་སྒྲོན་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་མེད་ལ་དམོད་  
 པ་དག སྒྲོན་ཆོགས་འཛོམས་ཕྱིར་ཉི་ཉི་རི། དབྱ་གསོས་ལས་ཀྱང་ངེས་  
 པར་ནི། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཀྱུན་དགའ་ར་བ་ཁོན་པ་རྗེད། །  
 དེ་ནི་ལུས་ཅན་ཤི་གྱུར་ན། བྱེད་པའི་སྒྲེ་མཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེ་ལ་སྒྲོན་  
 འདི་ཡོད་པར་འགྱུར། གསལ་བྱ་ཡོད་པས་གསོད་ཡོད་ཀྱི། གང་ཕྱིར་མེད་

ན་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གསལ་བྱ་གསོད་པ་གཉིས། །སྒྲིག་པ་མཉམ་པར་  
 འཛོལ་པར་འགྱུར། །མཐོང་དང་ཐོས་དང་བསྐྱམས་པ་དང་། །རེག་དང་བྱན་  
 པ་ཉིད་དང་ནི། །ལ་ལ་བྱས་ནའང་ཆོས་མིན་འབྲེལ། །འདི་ལྟ་བུར་ནི་འགྱུར་  
 བ་ཡིན། །གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཉི་མ་དང་། །སྒྲེ་བའི་རྒྱ་ནི་པ་དག་དང་། །  
 སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་མི་བདག་དང་། །དེ་རྣམས་སྒྲིག་པའི་བྱེད་པོ་ཉིད། །གོས་  
 བྱེད་པ་ཡི་ལྟར་བྱས་ནས། །ཟས་ཀྱི་བྱ་བའང་མི་རིགས་ཏེ། །གང་ཕྱིར་སྒྲོན་  
 བྱི་གཉིས་འབྱུང་བ། །མ་ཐོས་པ་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཐོས་ལས་སློག་ཆགས་སྒྲེ་  
 འགྱུར་ཞིང་། །དེ་དག་ཐུར་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །སྒྲེས་པ་ཉམས་འགྱུར་མ་  
 ཐོས་ན། །མ་སྒྲེས་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་རྒྱ་མཆོན་གྱི། །  
 སྒྲོན་དེ་ཁྱོད་ནི་མི་འདོད་ན། །གཞན་གྱིས་བསལ་པར་གྱུར་པ་ཡང་། །སྒྲིག་  
 དེ་སྒྲོད་པ་གལ་འོང་། །གང་ཕྱིར་མི་སྒྲིག་གནང་མི་སྒྲིན། །དེས་ན་སྒྲིག་དེ་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ལ་སོགས་རྗེས་གནང་བ། །སྒྲོན་མེད་པར་ནི་གཟུང་  
 བར་བྱ། །གཞན་ཡང་། ལ་བ་བའི་སྒྲོན་བཅས་མིན། །དེ་ཆེ་སློག་ཆགས་  
 གཞོད་མིན་ཕྱིར། །ལྷ་ཏིག་མ་བྱའི་སྒྲོ་སོགས་དང་། །འབྲས་དང་ཆུ་ཡི་  
 དགོས་པ་བཞིན། །སློག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ནས་ལ་ཐོས་ན་  
 སྒྲོན་དང་བཅས་པར་འགྱུར་གྱི། ལ་བ་བའི་དུས་ན་སློག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་  
 ལ་ལ་སེམས་མེད་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་ན་སྒྲིག་པར་ལྟ་གལ་  
 འགྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་ཉ་ཕྱིས་དང་། ཉ་དང་། སྤང་པོ་ཆེའི་ལྷ་ཏིག་གི་འབྲས་བྱ་  
 རྣམས་དང་། མ་བྱའི་སྒྲོ་དང་། གཡག་རྩ་དང་། སོ་དང་། རུས་པ་དང་།



བགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཉི་བར་ལོངས་སྟོང་པར་བྱེད་པའི་དུས་ན།  
 སྟོག་ཆགས་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་མེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། ལྷ་  
 ལ་སོགས་པ་ལོངས་སྟོང་པའི་དུས་ན་གང་ལ་ཡང་གཞོན་པ་མེད་པ་ལྟར་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཤ་བར་བྱེད་ཀྱང་དེའི་ཆེ་གཞོན་པ་མེད་པས་སྟོན་མེད་དེ། སྟོན་  
 ཡོད་ན་ནི་ཤི་བའི་རོ་སྟེག་པ་ཡང་སྟེག་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། ། གལ་ཏེ་ཡང་  
 འདིར་དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཤ་ནི་བཟའ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་སྟེ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །ཤ་བློས་ན་ནི་སྟོབས་སྟེ་བར་འགྱུར་  
 ལ། སྟོབས་ལས་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལ། འདོད་ཆགས་ཀྱན་རྟོག་ལས་བྱུང་བྱིར། །ཤ་བློས་དེ་ཡི་རྒྱ་མ་  
 ཡིན། །དེ་མ་བློས་ལའང་དེ་འབྱུང་སྟེ། །རྩ་བ་ན་བ་ལང་ལ་སོགས་བཞིན། །  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ལྷག་རྣམས་  
 རྩ་བར་གྱུར་པ་ལས་འབྱུང་གི་ཤ་བློས་པ་ལས་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར། ཀྱན་  
 རྟོག་ལས་ནི་འདོད་སྟེས་པས། །འདོད་པའི་རྩ་བར་ཤེས་ཀྱིས་ཏེ། །ཁྱེད་ནི་  
 ཀྱན་རྟོག་མ་བྱེད་དང་། །དེས་ན་ཁྱོད་ལ་འབྱུང་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཅི་བ་ལང་དང་། བོང་བུ་ལ་སོགས་པ་རྩ་བ་  
 དེ་དག་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་གཞོན་པར་གྱུར་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཅི་ཤ་བ་པ་ཡིན་ནམ། དེས་ན་མཐའ་གསུམ་དག་པའི་ཤ་  
 བློས། སྟོན་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། ཇི་ལྟར། མཐོང་  
 དང་བློས་དང་དོགས་པ་ཡིས། །གང་གི་ཆེད་དུ་བྱས་ཤེས་པའི། །ཤ་དེ་དེ་

ཡིས་བཟའ་མི་བྲ། ། དེ་ལས་གཞན་གང་ཡིན་དེས་བཟའ། །རོ་ཆགས་ཆོལ་  
 དང་གསོད་པ་དང་། །སྒྲིང་རྗེ་མེད་པའི་བསམ་སྤངས་ནས། །འཕྱི་ཐོས་པར་  
 གྱུར་ན་ཡང་། །སྒྲིན་བཅས་མ་ཡིན་ཟས་མཆོག་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ལམ་གསུམ་པོ་དེ་སྤངས་པའི་རྒྱ་གཞན་ཡང་  
 སྤྲས་པ། སེམས་མེད་པ་ཡི་བསྟན་པ་ལའང་། །སེམས་ནི་ཡོད་པར་རྟོགས་  
 བྱེད་པའི། །ཉེས་བསྟན་གསུམ་ལ་མཐོང་བས་ན། །གསུམ་པོ་འདི་ནི་སྤང་  
 བའི་རིགས། ། ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སྒྲིན་ཤིང་རྣམས་ནི་སེམས་དང་བཅས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གསུམ་པོ་དེ་ལས་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་རྒྱན་འབྱུང་དང་ཏ་བུ་འ་  
 ལ་སོགས་པའི་འབྲི་ཤིང་རྣམས་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་ཅིང་རྒྱས་པར་འབྱུར་བ་  
 མཐོང་བ་དང་། སྒྲིན་སྤྱལ་མགོ་དང་ཉི་མའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཉི་མ་རྗེས་སུ་འབྱོ་བའི་རྗེས་སུ་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བས་ན་མིག་གི་དབང་  
 པོ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་ལ། སྒྲིན་ཤིང་རྣམས་ཀྱང་སྒྲིན་  
 མ་ཐུག་པོ་ལས་སྤྱ་འབྱུང་བར་གྱུར་པ་ན་ཆུ་ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་རྩོམ་པས་ན་རྣ་བའི་དབང་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། མ་  
 ཏུ་ལུང་གའི་ཤིང་གི་རྩ་བར་བྲི་རོ་རུལ་པ་གཞག་པ་ན་འབྲས་བུ་མང་དུ་  
 འབྱུང་བར་འབྱུར་བས་སྤེའི་དབང་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་རུ་རའི་ཤིང་  
 ལ་འོ་མ་སྤྱགས་པ་ན་འབྲས་བུ་མངར་བོར་འབྱུང་བར་འབྱུར་བས་སྤེའི་དབང་  
 པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །རིག་ན་འཁུམ་པའི་འོ་མ་ཅན་ལ་གང་གི་ཆེ་རིག་པར་

གྲུར་པ་ན་འདི་ལྟར་འཁུམ་པས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་  
གི་ཕྱིར་འདོད་པས་སྤྱོད་ཤིང་སྐྱེག་པར་གྲུར་པའི་ལང་ཆོ་ལ་བབ་པའི་བྱད་  
མེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་ཁུ་བས་བསྐྱེས་ཤིང་རྒྱུ་དང་ལྷན་པས་  
ཆེད་དུ་བཅུ་མཁས་ཏེ། ཤིང་ལྷ་ངན་མེད་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བ་ལ་  
བརྒྱབ་ན་འདོད་པ་དང་ལྷན་པའི་བྱད་མེད་རིགས་ལས་ཉམས་པ་དང་། སྒྲོད་  
པ་ན་བདེ་བ་དང་ངོ་ཆ་བ་དུས་གཅིག་སྐྱེ་བ་ལྟར་ལྷ་ངན་མེད་ཀྱི་ཤིང་ཡང་དེ་  
རྒྱུ་ལས་རིག་པ་ན་བདེ་བ་དང་ངོ་ཆ་བ་དང་ལྷན་པ་བཞིན་དུ་མེ་ཏོག་དང་  
འབྲས་བུ་རྒྱས་པར་འབྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལང་ཆོ་ལ་བབ་པའི་བྱད་  
མེད་ཀྱི་ཁ་བྱར་ཆང་གིས་བཀང་ནས་མེ་ཏོག་མི་འབྱུང་བའི་བ་ཀྱུ་ལའི་ཤིང་  
ལ་གཏོར་ནས་བགད་ན་མེ་ཏོག་རྣམས་གད་མོ་བྱེད་ཅིང་འབྱུང་སྟེ། ཤིང་  
རྣམས་ཀྱང་དུས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་འབྱིན་  
པར་བྱེད་པས་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་  
སེམས་མེད་པའི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སེམས་ཡོད་པར་རྟོག་ཅིང་ངེས་  
པར་འཇིན་པའི་རིག་བྱེད་གསུམ་པོ་འདི་སྤང་བའི་རིགས་སོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན།  
དབང་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་  
མེད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་སེམས་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་དམིགས་པ་  
ལྟ་བུའི་འཁུལ་པ་འབྱུང་སྟེ། རི་ལྟར་མིག་མེད་ཀྱང་ངོ་ཁབ་ལེན་དང་། ལྷགས་  
ཉེ་བར་གྲུར་པ་ལས་ལྷགས་འབྱུར་བར་འབྱུར་བ་དང་། ཁར་བའི་སྒྲོད་ལ་རྒྱ་  
བ་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་གཞན་གྲག་པ་ན་དེ་ལས་སྤྱོད་བརྟན་འབྱུང་བ་

དང་། དུག་ལ་སྒྲ་དང་། ལྷེ་མེད་ཀྱང་ཁག་ངེའི་རྗེས་སུ་རབ་དུ་རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་ཞིང་ཆ་དང་ཕྱད་པ་ལས་སྒྲ་བ་འབྱུང་བ་དང་། རིལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་མེད་ཀྱང་སྒྲའི་རྒྱན་འབྱུང་བ་དང་། གྱི་བའི་དུག་གིས་  
 དུས་ཚོད་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་ནམ་ཞོད་བྱུང་བའི་ཆེ་རྒྱས་ཤིང་ལྡང་བ་ལྟར། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱན་འབྱུང་དང་ཏ་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་མེད་  
 ཀྱང་རྒྱུད་གི་ཁམས་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་ལས་འབྲི་ཤིང་སྟེང་དུ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་བ་མ་འབར་བ་བཞིན་ནོ། །སྒྲན་སྒྲལ་མགོ་དང་སུ་གར་ཅ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡང་རྒྱའི་ཁམས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་ལ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཐོག་  
 པར་གྱུར་པ་ན་ནང་གི་རྒྱ་སྐམས་པ་ན་ལུས་དང་འདབ་མ་རྒྱས་པ་དེ་ཉི་མ་ལ་  
 མངོན་དུ་སྟོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བགས་པ་རྫོན་པ་སྐམས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །རྒྱ་ཤིང་དང་མ་དུ་ལུང་ག་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་དང་།  
 ལྷ་ངན་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མེ་ཏོག་ནི་རྒྱེན་དུ་མ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་  
 འབྲས་བུ་ཡིན་པས་མཐུད་སྐྱུད་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རི་  
 ལྟར་རིམས་ཉིན་གསུམ་པས་བཏབ་པ་ལ་བྱན་མཆོམས་རྣམས་སུ་ཕག་ཆག་  
 པའི་དུམ་བུ་རེ་བྱིན་པ་ཉིན་གསུམ་དུ་བྱས་ན་ནི་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་རེག་པས་འཁུམ་པའི་ལོ་མ་ཅན་དང་། ཉི་མར་གྱུར་པའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱང་མེ་ལ་སོགས་པར་རེག་པར་  
 བགས་པ་དང་། སྐྱ་དང་། མགོས་བཤུད་པའི་བལ་གོས་དང་། རྩའི་ཕིར་ལ་  
 བ་ལང་གི་ལྷེ་བ་སྐམ་པོའི་སྤེམ་བཏབ་པས་ཚོན་ཅིས་བསྐྱུ་བར་བདེ་བ་དང་།

འབྲུལ་འཁོར་དང་། རྒྱ་སྐར་དང་། འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མ་ངེས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དུས་གཅིག་ཏུ་འབྲུང་བའི་ཚུ་བྱར་གྱི་ཐེང་བ་ལ་སོགས་པས་  
 གྲང་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མེ་ཏོག་འཕྲོག་གི་ལྷ་བསྐྱོད་པར་གྱུར་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །སྐྱུ་རུ་རའི་ཤིང་གི་རོ་ཐུང་བ་མེད་ཀྱང་། རྟེན་ལ་འོ་མས་རྒྱས་པར་  
 གྱུར་ན་འབྲས་བུ་མངར་པོར་འབྲུང་བ་བཞིན་ནོ། །སྒྲིའི་དབང་པོ་མེད་ཀྱང་ངི་  
 ཞེས་པོ་འབྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཚ་དང་ལེ་ལི་ཏ་སྐྱར་བ་ལས་འབྲུང་བ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་དུས་སྐྱེ་བ་ཉིད་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ཀྱི་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་བདག་པོར་གྱུར་པས་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
 ལྷོན་ཤིང་སེམས་དང་བཅས་པ་མིན། །སྐྱེ་གནས་བཞི་ནི་མ་བསྐྱས་ཕྱིར། །  
 དཀྱིལ་དུ་བཅད་ཀྱང་བཟོད་པའི་ཕྱིར། །ཕག་དུམ་བཞིན་དུ་བེམ་པོ་ཡིན། །  
 ལྷོན་ཤིང་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་ལ་སེམས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་  
 ཆོས་སོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྟོམས་པ་ནི་སྤྱོད་སོ། །སྐྱེ་གནས་བཞིས་  
 མ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དཀྱིལ་དུ་བཅད་ཀྱང་མི་བཟོད་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ནི་གཏན་ཆིགས་ཏེ་སྤྱོད་ཆགས་རྣམས་ནི་སྒྲོ་ང་  
 ལས་སྐྱེ་བ་དང་། མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་དང་། རུས་ཏེ་སྐྱེ་བ་དང་། རྫོང་གཤེར་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་གནས་བཞི་ལས་སྐྱེ་ཞིང་འབྲུང་བར་མཐོང་ན་  
 ལྷོན་ཤིང་ནི་སྐྱེ་གནས་འདི་དག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གལ་ཏེ་བརྟེན་  
 རས་སྐྱེ་དུ་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེ་གནས་ལྷ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལྷོན་ཤིང་ལ་སོགས་  
 པ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱེད་པ་བརྟགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་བཞིན་

དུ་འདི་ཡང་བརྟགས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་སློབ་པ་མ་གྲུབ་པོ། །  
 བརྟོལ་ནས་སྒྲིང་དུ་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་གནས་ཅན་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་། སྒྲོན་ཤིང་ལ་  
 སོགས་པ་དག་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་ནི་གང་སློབ་དང་བཅས་པ་དེ་ནི་ཚོར་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཤིན་ཏུ་གཡོ་  
 ཞིང་མི་བཟོད་པ་ཡིན་ན་སྒྲོན་ཤིང་དེ་དག་ནི་དགྲིལ་དུ་བཅད་ཀྱང་གཡོ་བ་  
 མེད་དེ། ཚོར་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་དང་གང་དུ་སྐྱེ་གནས་བཞིས་མ་  
 བསྐྱས་ཤིང་། གང་དང་གང་དགྲིལ་དུ་བཅད་པ་ན་གཡོ་འགྲུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་  
 སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། བེམ་པོ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པར་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་ཡིན་པས་དཔེར་ན་པག་དུམ་བཞིན་ཞེས་བྱའོ། །དགྲིལ་ཞེས་སྒྲོས་པ་ནི་  
 ཉེ་ཏུ་སྐྱུལ་དང་ལུང་གི་མཐུག་མ་དང་། ལྟ་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་ལུས་བཅད་པ་  
 སྤང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ཚུལ་གཞན་གྱིས་གཞན་གྱི་བསམ་པ་ཉི་བར་དགོད་  
 པ་ནི། གཡལ་ཉེ་སློབ་ཆགས་རྐང་བརྒྱ་ལྟར། རེག་ན་འཁུམ་པར་འགྱུར་བས་  
 བ། །ས་མ་ག་དང་ཐལ་སྐྱར་ནི། །སེམས་དང་བཅས་པར་འདོད་ཅེ་ན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྒྲན་ས་མ་ག་དང་ཐལ་སྐྱར་ནི་སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རེག་ན་འཁུམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སློབ་ཆགས་རྐང་བརྒྱ་བཞིན་  
 བོ། །རྐང་པ་བརྒྱ་ཞེས་བྱ་བའི་སློབ་ཆགས་ཡོད་དེ། དེ་ལ་རེག་མ་ཐག་ཏུ་  
 འཁྲིལ་བར་འགྱུར་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲན་ས་མ་ག་དང་ཐལ་སྐྱར་ལ་ཡང་  
 ཉི་མའི་འོད་གྱིས་ཕོག་ན་རྒྱས་ལ་རེག་ན་འཁུམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་དེའི་  
 སྤྱིར། སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མེ་ཡིས་རེག་པའི་སྐྱ་སོགས་



དང་། །སྐྱེ་ལ་མཆོལ་བྱེས་སྒྲུགས་པ་ཡི། །བྱང་པར་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །  
 འདི་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། །སྐྱེ་ནི་སེམས་དང་བཅས་པའི་ལྷན་ལས་སྐྱེས་  
 པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལྟ་ན་ཡང་སེམས་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་བདེ་བ་  
 དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་མེས་རེག་པར་གྱུར་  
 པ་ན་ཡང་འཁུམ་པར་འགྱུར་ལ། མཆོལ་གྱི་བྱེ་མས་ཁྲབ་པར་བྱས་པ་ན་  
 ཡང་འཁུམ་པར་འགྱུར་དུ་བྱིན་ཀྱང་། འཁུམ་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱ་རྣམས་སེམས་  
 དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ནི་ངེས་པར་བྱ་བར་མི་བྱས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱོན་ཐལ་སྐྱར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱུད་གི་ཁམས་ལྟག་པར་ཡོད་པ་  
 ལས་འཁུམ་པ་དང་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་རེག་པས་  
 པརྒྱ་ལ་སོགས་པའི་མེ་ཏྲོག་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་དབྱུང་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་འཁུམ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྒོག་ཆགས་རྒྱུ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་དུ་ལྡོན་ཤིང་རྣམས་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་  
 རམ། འོན་ཏེ་མེས་རེག་པ་ན་སྐྱེ་འཁུམ་པ་བཞིན་དུ་ཤིང་རྣམས་སེམས་མེད་  
 པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་གཏན་ཆོག་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ལྡོན་ཤིང་རྣམས་ནི་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཆེའི་དབྱེ་བ་  
 དང་ནད་གསོ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བའི་མན་ངག་ཉི་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 སེམས་མེད་པ་རྣམས་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་གསོ་བའི་ཐབས་གང་དུ་ཡང་མ་  
 མཐོང་ལ། ལྡོན་ཤིང་རྣམས་ལ་ནི་གཙང་གཙང་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་  
 ཡོད་པས་དེའི་ཕྱིར། སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། མེ་བཞིན་ནོ་ཞེས། འདི་

སྐད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྟན་གསོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་དང་བཅས་པའི་  
 ལུས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་མེད་པ་རྣམས་ལ་དེ་མ་གྲུབ་པས་  
 གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བའི་འགྱུར་བ་ལྟོག་པ་  
 ཉིད་ཅམ་འདིར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ལ། དེ་དག་གྱུང་སེམས་དང་བཅས་  
 པ་ལྟ་བུར་མཐོང་བའི་ཆང་དང་། སྒྲ་ཅི་དང་། མཆོན་ཆ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ། གསོ་བ་ཡོད་པས་ཤིང་རྣམས་  
 ནི་སེམས་དང་བཅས་པར་མི་འགྱུབ་སྟེ། ཆང་ལ་སོགས་པ་ཉམས་པ་དག །  
 ལྟོག་པ་ཡོད་པས་ཐེ་ཆོམ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ཆང་དག་རྒྱས་པ་  
 ཉམས་པར་གྱུར་པ་ལས་ཡང་འདུས་བྱས་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་རྒྱས་པ་དང་  
 ལྟན་པར་འགྱུར་བའམ། གསེར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱུང་ངེ་མ་དང་ལྟན་ཅིག་  
 འབྱུང་བས་ངེ་མ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་། འདུས་བྱས་པ་ལས་ཡང་དག་པར་  
 གྱུར་ཅིང་ལྷ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བས་གསོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདིས་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་གསོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མི་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གསོ་བ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་ཉམས་པར་གྱུར་པའི་ཆང་ལྟོག་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་འདི་ལྟར་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཕྱོགས་སྤྲ་མ་བས་ཉེ་བར་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་གཞན་སྤྲས་  
 བ། མཐུན་པ་ལས་སྤྱེ་འཕེལ་འགྱུར་དང་། །སྤང་སེམས་དུས་ལྟན་སྤྱེ་བའི་  
 ཕྱིར། །དེ་བཞིན་གཉིད་ལོག་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར། །སེམས་ཡོད་ཏེ་སོགས་བཞིན་

དུ་འདོད། །རི་ལྷ་རྩ་ལས་རྩ་སྒྲིའི་བ་ལང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ནས་  
 གྱི་ས་བོན་ལས་ནས་གྱི་ལྷ་གྱ་འབྱུང་གི། །འབྲས་ཁར་བའི་ལྷ་གྱ་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ། །འདི་ལྷ་གྱ་ནི་མ་ལྷན་པ་ལས་སྒྲི་བའོ། །རི་ལྷ་རྩ་ཏེ་ཏུ་དང་། །གཞོན་ཏུ་  
 དང་། །ཆམ་པོའི་གནས་སྐབས་གྱི་དབྱེ་བས་རྩ་དག་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲོན་ཤིང་ཡང་ལྷ་གྱ་དང་། །སྒྲོང་བྱ་དང་། །སྒྲོང་པོ་དང་། །ཡལ་ག་  
 དང་། །ལོ་མ་དང་། །མེ་ཏོག་དང་། །འབྲས་བྱ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 །འདི་ལྷ་གྱ་ནི་འཕེལ་བའོ། ། །གཞོན་པར་བྱ་བའི་བསམ་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་ནི་  
 །སྒྲོང་སེམས་ཉིད་དེ། །དུག་གི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱིས་སྒོག་འཛོམས་  
 །པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་སྒྲོང་བའི་སེམས་ཡོད་དོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །རི་ལྷ་རྩ་བ་ལང་དང་རྩ་ལ་སོགས་པ་ནི་དབྱིད་གྱི་དུས་ལ་སོགས་པ་  
 །དག་ལས་སྒྲི་བར་འགྱུར་ལ། །ཁྱི་ནི་སྒྲོན་གྱི་དུས་སུ་སྒྲི་བ་ལྷ་རྩ་དེ་བཞིན་དུ་  
 །སྒྲོན་ཤིང་ཡང་དབྱིད་དང་དབྱར་གྱི་དུས་དང་ལྷན་པ་ལས་སྒྲི་བའོ། །སྒྲོན་  
 །ཤིང་གི་ཆེའི་དབྱེ་བ་ལས་འདི་ལྷ་རྩ་། །གཉིད་ལོག་པའམ། །སྒོས་པའི་དུས་སུ་  
 །བསྐྱེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། །དགུན་གྱི་དུས་སུ་ནི་གཉིད་ལོག་གོ། །དབྱར་གྱི་  
 །དུས་སུ་ནི་སྒྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། །རི་ལྷ་རྩ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་གཉིད་ལོག་པ་བཞིན་ནོ་  
 །ཞེ་ན། །འདིའི་ལན་ནི། །སྒོག་པ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ལྷ་གྱ་  
 །སོགས་གྱིས། །ཤིང་རྣམས་སེམས་དང་བཅས་པར་ནི། །འདི་ལྷ་རྩ་མ་ངེས་  
 །པ་ཉིད་ཡིན། །འདི་ལྷ་རྩ་མ་ལྷན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེར་ན་སྒྲི་ཉི་  
 །བར་དགོད་དེ། །སྒྲི་བྱེགས་པ་ན་སྒྲི་ཉིད་ལས་ཡང་སྒྲི་བར་འགྱུར་ཡང་དེ་

སེམས་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཡང་  
 འདི་ལྟར་སྒྲིང་དང་། སེན་མོ་དང་། སེན་འདབ་པའི་ཆད་དང་། ཀུ་སྒྲན་དའི་  
 འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་དང་། བེ་རྒྱུ་དང་། གསེར་གྱི་སྒྱ་གུ་དང་། གྲོག་  
 མཁར་གྱི་ས་དང་། ལྷོག་པ་དང་། བྱ་རུ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
 བྱི་དཔེ་སྟེ། འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་ཡང་  
 སེམས་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ལྷོག་པ་ཡང་སེམས་  
 དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ།  
 དེ་ལ་ཐ་དད་པའི་སེམས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རིན་པོ་ཆེ་དང་གསེར་གྱི་  
 སྒྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཚུ་འཇིན་གྱི་སྒྲ་སྒྲོགས་པའི་དུས་སུ་སྟེ་བར་  
 འགྱུར་བ་ནི་དུས་སུ་སྟེ་བའི་དཔེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྟོན་ཤིང་རྣམས་དགུན་གྱི་  
 དུས་སུ་གཉིད་ལོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་མེད་ཁམས་ཉམས་ཤིང་  
 ཡོངས་སུ་སྦྲིན་པར་གྱུར་པ་ལས་ལོ་མ་དང་འབྲས་བུ་བསགས་པ་ལྷགས་  
 པར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་དེའི་ནང་གི་ཁུ་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྐྱམས་  
 ཤིང་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་གནས་དང་ས་གཞན་དག་ཀྱང་ཉི་  
 མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་སྐྱམས་ཤིང་གདུངས་པ་ལས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
 པར་འགྱུར་དོ། །དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ནི་ཚུ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་གྱུར་པས་སྐྱམ་  
 པར་མི་འགྱུར་ཞིང་རང་དང་གཞན་གྱིས་འཕེལ་བ་ཉིད་གྱིས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ།  
 གང་ཡང་འབྲས་ཁར་མའི་ས་བོན་དང་། བྱར་ཤིང་གི་སྒྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་སོས་ཀའི་དུས་ཚུ་དང་བཅས་པ་ལ་བསྐྱུན་ན་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་

ཡང་དེ་དག་གཉིད་ལོག་པའམ། སྒྲོ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་  
 འཁུམས་ཤིང་མི་བསྐྱེད་པ་གཉིད་ལོག་པར་འདོད་པ་དེ་ཡང་ནས་ལ་སོགས་  
 པའི་ལོ་ཉོག་སྒྲིན་པ་དང་། སྒྲིན་ཡིད་བདེ་དང་། བ་སྒྲི་དང་། འབྲི་ཏ་ཀ་ར་  
 ལ་སོགས་པ་ནི་དབྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་མེ་ཉོག་རྒྱས་པར་འགྱུར་ལ། བེལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་འཕེལ་བ་དང་། སྐྱར་ཅི་ཆེན་པོ་དང་། ས་བོན་གྱི་སྣོད་ལ་སོགས་  
 པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་དགུན་གྱི་དུས་སུ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ནགས་དང་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤིང་གི་སྐྱ་བྱ་དང་། ཡལ་ག་  
 དང་། ལོ་མ་དང་། མེ་ཉོག་དང་། འབྲས་བུ་ཡང་དུས་དེར་སྒྲིན་པར་འགྱུར་  
 བས་ཅི་ཁ་ཅིག་ནི་གཉིད་ལོག་པ་ཁ་ཅིག་ནི་གཉིད་མ་ལོག་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། ཡང་དེ་ལ་མ་ཐུན་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་ཅི་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་སེམས་མེད་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ཏ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་སེམས་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཕེལ་  
 བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་སྟོག་པ་དང་། བྱ་རུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 དང་མི་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བས་བ་ལང་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་  
 མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པོ། །  
 གཞན་ཡང་། འདི་དག་ལ་ནི་སེམས་མེད་བྱིར། །སྤང་སེམས་ཞེས་བྱའང་མ་  
 གྲུབ་ཉིད། །གཏན་ཆིགས་དོན་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། །སྟོག་པ་སོགས་ཀྱིས་མ་  
 ངེས་ཉིད། །སེམས་དང་ལྷན་ན་ནི་གཉིད་ལོག་པ་དང་། སྤང་བའི་སེམས་

ཀྱང་འབྱུང་བར་རིགས་ཀྱི་སེམས་མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་སྒྲིང་  
 བའི་སེམས་དང་གཉིད་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་གཉིས་ནི་གཞན་  
 ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཡེ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ལོ་མ་འཁུམ་པ་དང་། མེ་རྟོག་དང་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་སེམས་མེད་པའི་འབྱུང་བ་གཞན་དག་  
 ལ་ཡང་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁ་བ་དང་། ཟླ་བ་དང་། ཉི་མ་དང་། རིན་  
 པོ་ཆེ་དང་། རྫོ་ཁབ་ལེན་དང་། ཉེ་བར་གྲུབ་པ་ལས་རྩ་དང་། ལོ་མ་དང་།  
 ལྷ་ཤེལ་དང་། མེ་ཤེལ་དང་། ལྷ་ལས་འཁུམ་པ་དང་། རྒྱས་པ་དང་། ལྷ་  
 དང་། མེ་འབྱུང་བ་དང་། ལྷགས་གཡོ་བར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ་།  
 མ་ཐུན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་གཞན་གསུམ་ནི་མཛེ་  
 ནད་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ལྷས་ཀྱི་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ཏུ་བྱུང་བའི་མཛེ་ནད་ཉིད་ལྷས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཞན་ཅད་ཏུ་རིམ་གྱིས་  
 སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཟ་འབྲུག་ལ་ཟ་འབྲུག་ཉིད་འབྱུང་བ་མ་ཐུན་པ་ལས་  
 སྐྱེ་བ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་ཆིགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཅི་མ་ཐུན་པ་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཤིང་རྣམས་སེམས་དང་  
 བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མཛེ་ནད་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 མེད་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་  
 ཀླུ་ལ་སོགས་པ་དང་པོ་ནི་ཆུང་དུན་དུ་སྐྱང་ལ། ཕྱིས་དེ་བས་ཆེར་འགྱུར་  
 ཞིང་ཉི་མ་གཞན་དག་ལ་དེ་བས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་འགྱུར་བས་དེ་བས་ན་  
 འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་འདི་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་



ཏེ། འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཅི་བ་ལང་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་སེམས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 སྟོན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དབྱར་དང་། དབྱིད་ཀྱི་དུས་ཚམས་ལ་མཁྲིས་པ་དང་།  
 རྒྱུ་དང་། བད་ཀན་ཚམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བས་ཅི་རུས་སུ་སྐྱེ་བ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་མཁྲིས་པ་དང་། རྒྱུ་དང་། བད་ཀན་བཞིན་དུ་སེམས་མེད་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་རྟ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་བཅས་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་པ་ཤིང་  
 ཚམས་ལ་སེམས་མེད་པར་འདོད་ན་འདི་ཚམས་གང་ལས་ནི་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། ཅི་ལྟར་ན་ཁ་ཅིག་ནི་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁ་ཅིག་ནི་ཕན་  
 པ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཡིན། ཇི་ལྟར་ན་དུས་སུ་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ། སེམས་ཅན་ཚམས་ཀྱི་ལས་དབང་གིས། །  
 ཅ་བས་འབྱུང་བ་དུས་སུ་སྐྱེ། །དཔྱལ་བ་དང་ནི་མཐོ་ངེས་ཀྱིས། །མཆོན་  
 དང་དཔག་བསམ་ཤིང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་  
 མ་ལུས་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་བདག་པོར་གྱུར་བ་ཉིད་ལས་ཀྱན་དུ་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འབྱུང་བར་དུ་དཔྱལ་བ་ཚམས་ཀྱིས་ལས་ངན་པ་བྱས་པ་  
 བདག་པོར་གྱུར་པ་ལས། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ་དང་། ཤལ་མ་རིའི་  
 སྟོང་པོ་ལ་སོགས་པས་གཅོད་པ་དང་། འཕྱིགས་པ་དང་། གཤེགས་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །མཐོ་ངེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་

བཟང་པོ་བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་ནི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལས་གོས་དང་། ཟས་  
དང་། ཉེ་བར་སྤྱད་པ་དང་། བདེ་བའི་འབྱོར་བ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་མིའི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཡང་ཆེར་མ་དང་དུག་གི་ཤིང་ལ་  
སོགས་པ་འཆོ་བ་ལ་གནོད་པར་བྱེད་པ་དག་ཀྱང་སྡིག་པའི་ལས་བདག་པོར་  
ཀྱུར་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། ཅམ་པ་ཀ་དང་། ཨ་ཤོ་ཀ་དང་། བརྒྱ་དང་།  
ཁྱུང་ལ་དང་། ཨ་མ་དང་། བ་ན་ས་དང་། ན་ལི་གེ་ར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
སེམས་མེད་ཀྱང་དགོ་བའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་པན་པ་དང་། བདེ་བ་སྦྱིན་པར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གསེར་དང་། དངུལ་དང་། ཤེལ་དང་། བེལ་ལ་སོགས་  
པའི་རིན་པོ་ཆེ་བཞིན་ནོ། །འདི་དག་གི་དུས་སྟུ་སྟེ་བ་ཉིད་ཀྱང་ལས་ཉིད་  
ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་རིམ་བ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་ལོངས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེས་ན་འདི་དག་ལ་སེམས་མེད་པས་ཉེ་བར་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་ལ་  
སྦྱོན་མེད་དོ། །ཡང་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་འབྲས་ཆན་  
དང་། བྱེ་མ་དང་། མེ་ཏོག་དང་། འབྲས་བུ་དང་། ལོ་མ་ལ་སོགས་པ་བློས་  
ན་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ཤ་བློས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། ཉིལ་གྱི་ཉིལ་མར་  
དང་། བྱར་ཤིང་གི་ཁུ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུངས་ན་ཡང་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་ལྷས་  
ལས་བྱུང་བའི་ཁྲག་འབྱུངས་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་ཀྱང་སྡིག་པ་ཆེན་པོ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། འཆོ་བ་མེད་  
པ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ །ཅེས་བསྟན་པ་འབྱུང་བས། དེས་ན་ཁ་ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་  
རྟག་ཏུ་སྟོང་པ་ན་འཆོ་བ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱང་ག་

ལ་ཡོད་དེ། འཁོར་བ་ལས་ཇི་ལྟར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཐར་བ་འདོད་པ་  
 རྣམས་ཟས་མ་ཐོས་ན་ནི་འཆི་བར་འགྱུར་ལ། ཐོས་ན་ནི་སློག་ཆགས་ལ་  
 གཞོད་པར་འགྱུར་བས་ཆོས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྒྲོན་ཤིང་ལ་  
 སེམས་ཡོད་པར་རྟོག་པ་འདིས་ནི་བདག་ཉིད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ཡང་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་དག་གིས་འདི་སྐད་དུ། ཆེ་དང་བློད་དང་རྣམ་  
 ཞེས་དང་། །གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་སོ་སོའི་ཞིང་། །ཆོས་འདི་གང་ལ་དམིགས་  
 གྱུར་པ། །དེ་ལ་འཆོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །བློད་མེད་གཡོ་བ་མེད་ཉིད་དང་། །ཐོས་  
 ལ་སོགས་པར་མི་འགྱུར་དང་། །སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་མེད་ནི། །སེམས་  
 ཅན་མ་ཡིན་བསྟན་པ་ཉིད། །དགེ་བ་དང་ནི་མི་དགེའི་ལས། །སེམས་ཡོད་  
 རྣམས་ལ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི། །བསྟན་པ་རྣམས་ལ་དེ་མེད་པས། །དེས་ན་  
 ཤིང་རྣམས་སེམས་མེད་ཡིན། །འདོད་དང་ཞེ་སྤང་དང་བྲལ་ཞིང་། །ལྷུས་ལ་  
 ངལ་བ་མེད་པ་དང་། །རིགས་དང་མི་རིགས་ལས་གྲོལ་བས། །དེས་ན་ཤིང་  
 ལ་སེམས་པ་མེད། །སློག་ནི་འབྱུང་འཇུག་གེ་བཅུམས་སོགས། །ལྷུས་ཀྱི་  
 ཕྱི་རོལ་བྱ་བ་རྣམས། །བསྟན་པ་རྣམས་ལ་མ་མཐོང་བས། །དེ་ནས་ཤིང་ལ་  
 སེམས་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ། བཅ་པོ་ཉི་ཤུ་བདུན་  
པ་སྟེ་ཐ་མའོ། །

ཡང་དབྱེད་པ་པའི་རྒྱལ་བ་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྦྲས་པ། ལམ་  
གསུམ་རྩེ་བཞིན་དོན་ལྡན་ཡིན། །ཆངས་པས་བསྟན་ཕྱིར་སྦྲས་དབྱེད་བཞིན།  
འདས་དང་མ་འོངས་མཐུན་པ་པོ། །དེས་བསྟན་པ་བསྐྱབས་བྱ་ཡིན་ཞེ་ན།  
ལམ་གསུམ་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དོན་རྩེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་  
ཆོས་སོ། །ཆངས་པས་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་  
མཐུན་པའི་ཐུབ་པས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ནི་གཏན་ཆིགས་ཏེ།  
གང་དང་གང་ཆངས་པས་བསྟན་པའམ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་མཐུན་  
པས་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་དོན་རྩེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྦྲས་  
དབྱེད་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདི་ལྟར། ཆངས་  
སྦྲས་ཞེས་བྱའི་གཏན་ཆིགས་དག་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་ཀྱིས་སྦྲས་པ་ནི། །ཉེས་  
པར་བརྟགས་པར་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར། །དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་ངེས། །  
སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་ན་སྐྱེད་བྱེད་དེ། འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་སྐྱེད་པ་པོའོ། །  
གང་དག་ལ་སྐྱེད་པ་པོ་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་ནི་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་ཏེ། མཆོད་  
སྦྱིན་དང་། བྱོལ་སོང་བསད་པ་དང་། དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཉི་ཞེད་བཙོང་བ་  
རྣམས་སོ། །ཉེས་པར་བརྟགས་པ་ནི་མི་ཤེས་པས་སོ། །སྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྲས་པ་ནི། རི་སྐྱད་བསྟན་པའི་རིགས་པས་བདག་གིས་

བསྐྱབས་པའོ། །དེས་ན་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་ཀྱིས་སྐྱས་པ་ནི་ཉེས་པར་བརྟགས་  
 པར་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེས་ན་ཆངས་པས་བསྟན་པའི་  
 སྤྱིར། །ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོག་གས་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཆངས་  
 པས་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྐྱོན་དབྱེད་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཅི་ལམ་  
 གསུམ་པོ་འདི་བདེན་པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་  
 པས་སྐྱས་པ། ཉེས་པར་བརྟགས་པས་བསྐྱབས་པ་བཞིན་དུ་དོན་རིམ་ལྟར་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡང་སྐྱོན་  
 དབྱེད་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱིས་བསྟན་བཞིན་དུ་དོན་རིམ་ལྟར་  
 དུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱ་བར་བྱེད་ན་དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
 འགའ་ཞིག་དོན་བཞིན་མཐོང་བ་ཡིས། །ཀྱང་དུ་དོན་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། །  
 གནག་རྩི་སྟོན་པའི་ཆོག་རྣམས་ནི། །ཀྱང་དུ་རིམ་བཞིན་དོན་མིན་བཞིན། །དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ནི་རིམ་ལྟར་བཞིན་གྱི་དོན་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཚུལ་འདི་རིགས་ཀྱི། ཆངས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པར་  
 སྐར་རབ་དུ་བསྐྱབས་པས་དེའི་ཆོག་ནི་ལ་ལ་ནི་དོན་རིམ་ལྟར་བཞིན་དུ་འབྱུང་  
 ལ་ལ་ལ་དོན་རིམ་ལྟར་བཞིན་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རི་ལྟར་བ་ལང་  
 རིའི་ཆོག་རྣམས་སམ། སྟོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་རྣམས་ལ་ལ་ནི་དོན་རིམ་  
 ལྟར་བཞིན་ཡིན་ལ་ལ་ལ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་འདས་པ་དང་  
 མ་འོངས་པ་ཤེས་པས་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་། འདས་  
 དང་མ་འོངས་ཤེས་པ་ཉིད། །ཡི་དྲགས་ལ་སོགས་ལ་ཡང་ཡོད། །དེ་ཡིས་

སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་མིན། །དེ་བྱིར་གཏན་ཆིགས་དབྱེད་བྱ་ཡིན། །ཡི་དྲགས་  
 དང་། སྒྲིན་པོ་དང་། གཞོད་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདས་པ་  
 དང་མ་འོངས་པ་ཅུང་ཞིག་ཤེས་པ་ཡིན་གྱི། ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་  
 སྒྲོད་ཀྱིས་ཤི་བའི་རོ་ཤེས་པ་དང་། ལྷ་དང་། གྲོག་མ་ལ་སོགས་པས་ཆར་  
 འབབ་པ་ཤེས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་ཨ་ཏེ་དང་། རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐབ་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གང་འགའ་ཞིག་ཤེས་པ་ཡིན་གྱི། ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །དེའི་བྱིར་དེ་དག་གིས་སྒྲིམ་པ། ཐམས་ཅད་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་  
 ཡིན་པས་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཤེས་པའི་  
 སྐབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆིག་བཞིན་དུ། ལམ་གསུམ་པོ་འདི་དོན་རྩི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ཤེས་པའི་ཡི་དྲགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆིག་བཞིན་དུ་དོན་རྩི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་  
 བའོ། །གཞན་ཡང་། ཆོས་སོགས་འདི་ལ་གང་ཡོད་པ། །དེ་ཉིད་གཞན་  
 ལའང་ཡོད་ཅེས་པ། །རེས་འགའ་སྒྲིན་བྱའི་ཡི་གའི་ཚུལ། །ལེགས་བཤད་  
 འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན། །གསུམ་པོ་འདི་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཆོས་  
 འབའ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ངོ་། །འགའ་ཞིག་ལ་རེས་འགའ་ཆོས་ཀྱི་ཆ་  
 མཐོང་བ་ནི་སྒྲིན་བྱའི་ཡི་གའི་ཚུལ་འདི་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིན་  
 བྱས་ཤིང་ལ་ཐོས་པ་དང་། ལ་ལར་ཡི་གེ་འདྲ་བའི་རི་མོ་འབྱུང་ཡང་རེ་ཞིག་  
 དེ་ལ་ཡི་གེ་ཤེས་པའི་རིགས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རི་  
 ལྟར་མི་གཙང་ལྷུང་པོའི་ནང་། །རིན་ཆེན་འགའ་ཞིག་མཐོང་གྱུར་པ། །རབ་



ཏུ་སྒྲེ་དང་དེ་ཡི་མཐུ། །ཤེས་དང་ལྷན་པས་དེ་ཤེས་གྱུར། །རི་ལྷར། མི་  
གཙང་བའི་ཕྱང་པོ་འགའ་ཞིག་གི་དཀྱིལ་དུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་པར་མཐོང་བ་ན་  
རིན་པོ་ཆེ་བརྟག་པ་ལ་མཁས་པས་དེ་མཐོང་ན་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་རིན་པོ་  
ཆེའི་རི་དེ་ལས་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། མི་གཙང་བའི་ཕྱང་པོ་འདི་ལས་བྱུང་བ་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་ཤེས་ལ་མཐུ་ཡང་ཤེས་ཏེ། འདིའི་མཐུས་ནད་ལ་  
སོགས་པ་ཞི་བ་དང་། དུག་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་མཐུ་ཡང་འདི་ལ་ཡོད་དོ་  
སྟེ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ལེགས་བཤད་འགའ་ཞིག་གསུམ་པ་ལ། །རབ་ཏུ་  
མཐོང་བའང་དེ་དང་འདྲ། །བྱིམ་སྤང་མི་གཙང་ཕྱང་པོ་ལས། །རིན་ཆེན་  
འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒོ་ག་ཆགས་ལ་འཆོ་བ་དང་། ཆང་འབྱུང་བ་དང་།  
བརྟུན་དུ་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་དུ་མ་དང་ལྷན་པའི་མི་གཙང་བའི་ཕྱང་པོ་  
དང་འདྲ་བ་ལྟ་བ་གསུམ་པོའི་ནང་ན། རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དང་འདྲ་བ་ཆོས་རིན་  
པོ་ཆེ་འགའ་ཞིག་མཐོང་དུ་བྱིན་གྱང་། རིན་པོ་ཆེ་བརྟག་པ་ལ་མཁས་པ་འདྲ་  
བ་རྣམས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ཤེས་པ་འབྱུང་སྟེ། འདི་ལས་ནི་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་  
ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི། །གཞན་དུ་ན་སངས་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
གཞུང་ལས་བརྟུས་ནས་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲེ་བོ་ཐ་མལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་སྦྱད་པའི་གྲོང་བར་གྱི་སྤང་ན་མི་གཙང་བའི་ཕྱང་པོ་ཡོད་  
པ་ལས་བེ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
ལྟར་ན་བོང་བུའི་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས་མི་གཙང་བའི་བྱི་འབྱུང་བ་ལྟར་སྦྱ་  
སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་

པ་གཙོར་བཟུང་ནས། ལམ་གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་  
 དཔུས་ལོང་གཡང་སར་ལྷུང་བར་དཀའ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་འདྲའོ་ཞེས་ཟེར་བ་  
 དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། སྒྲོན་མེད་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 ཡིས། །རིགས་སམ་མི་རིགས་མ་དབྱེད་པར། །སྒྲོ་ནི་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་  
 པའི་ཕྱིར། །ལུང་གཞན་དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ། །སྒྲོ་བ་མ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་  
 དེ། ལུང་གཞན་མཐོང་ན་འདི་ལྟར་ཡིན་ནམ། མ་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའི་  
 སྒྲོ་ཅན་དང་། ལུང་གཅིག་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་ཤིང་ཞེན་པར་གྱུར་ནས་གཞན་  
 ལ་སེམས་གྱིས་སྒྲུང་བར་གྱུར་ཅིང་སྒྲིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྒྲོ་ཅན་དང་།  
 ལུང་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་པ་ཡིན་ནམ། རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་དཔྱེད་པར་  
 མི་རྒྱས་པའི་རྟོགས་པ་དང་བལ་བའི་སྒྲོ་ཅན་ནོ། །དེ་ལ་ལུང་གཞན་གྱིས་ཐེ་  
 ཆོམ་བསྐྱེད་པའམ། སྒྲིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞེན་པར་གྱུར་པའི་སྒྲོ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་  
 དག་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པར་རིགས་སམ། མི་རིགས་ཞེས་དཔྱེད་པར་  
 རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་སྒྲུང་ཆེན་བཀལ་འདོད་པ། །གཟིངས་དག་  
 ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་གཏང་བྱ་ཡིན་ན་ཡང་། །རྗེས་སུ་དཔག་  
 པར་གཟུང་བར་རིགས། །རི་ལྟར་ཆུ་སྒྲུང་ཆེན་པོ་ཀལ་བར་འདོད་པ་རྣམས་  
 གཟིངས་དང་། གྲུ་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པ་རོལ་ཏུ་འགོ་ཞིང་དེར་སྒྲིན་  
 པ་དང་བོར་ནས་འགོ་བར་བྱེད་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱའི་ཆུ་བོ་ཀལ་  
 བར་འདོད་པས་གྲུང་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་གཟིངས་འདི་ཡོངས་སུ་གཟུང་ལ་  
 ཤེས་བྱ་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་དང་། དེ་ཡང་གཏང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་

བས་ན་གཏང་བར་བྱ་བ་དེ།      སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཡང་འདི་ནི་རེ་ཞིག་  
གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།      དེ་མེད་པར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་སློབ་མ་གཉིས་བསྐྱགས་པས་བསྟན་ནས། དབྱེད་  
བ་མེད་པའི་སློབ་ཅན་གྱི་སློབ་མ་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་བྱིར་སྤྲུལ་པ། སྤྱི་ཙམ་རྗེས་  
སྤྱི་འབྲང་བྱེད་ཅིང་། །སོང་བའི་རྗེས་སྤྱི་འགོ་བྱེད་པའི། །དཔུས་ལོང་བཞིན་  
དུ་དབྱེལ་འཁོར་འདིར།      །བྱིས་པ་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཡིན།      །རྗེ་ལྟར་  
དཔུས་ལོང་རང་གིས་མཐོང་བ་མེད་པར་གྱུར་པ་དེ་གཞན་གྱིས་སྤྱི་བྱས་པ་  
ཙམ་གྱིས་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་བ་དེ་དག་ནི།      གཡང་སའི་གནས་དག་ལས་ཀླུ་  
བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་བྱས་  
པའི་ལུང་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་བར་བྱེད་པ་དག་གྲང་སྤིང་  
པ་གསུམ་གྱི་འགོ་བའི་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
ན་སྤྱི་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་བ་ན་ལྟར་བར་འགྱུར་བར་སྤྱི་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
བྱིར་སྤྲུལ་པ། བརྟེན་པ་མེད་པའི་དཔུས་ལོང་དག །ཉམ་ངའི་གནས་སྤྱི་འགོ་  
བྱེད་ལྟར། །སྤྱི་ཙམ་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ནམས། །ལྟར་བར་དཀའ་བ་མ་ཡིན་  
ནོ། །རྗེ་ལྟར་དཔུས་ལོང་དབྱུག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་མེད་ཅིང་། མིག་དང་  
ལྟན་པས་ཉེ་བར་བསྟན་པ་མེད་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་  
ནས།      ཉམ་ང་བའི་ལམ་དུ་འགོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ལྟར་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་  
ལ།      རྟེན་དང་བཅས་པ་ལེགས་པར་བསྟན་པའི་ལམ་བདེ་བ་ནས་འགོ་བ་ནི་  
ལྟར་བའི་སྤྱི་ལ་པ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ།      །དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་གའི་ཤེས་པ་རྗེས་

སྤྱད་པ་ག་པའི་མིག་གིས་གང་དངོས་པོའི་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་  
 དེས་པར་བརྩུང་བ་དེ་ནི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་ལ་དམིགས་  
 པར་མི་བྱེད་པར་འཁོར་བ་ལས་དེས་པར་འབྱུང་བར་འདོད་པས་མི་ཤེས་པ་  
 བརྟགས་པའི་ལུང་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་སྤྱད་པའི་དཔྱད་པའི་ལོང་དང་འབྲ་བ་ནི་  
 འཁོར་བར་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་གང་དག་དེས་  
 པར་བརྟགས་པའི་ལམ་བདེ་བ་ཉིད་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནས།  
 རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་དེ་ནི་འཁོར་བའི་གཡང་  
 སར་ལྷུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྤྱི་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སྤྱད་པ་ཉིད་ནི་  
 ལྷུང་བར་སྤྱི་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྗེས་སྤྱད་པ་གཙོ་བོར་འདྲིན་རྣམས། །  
 ལྷུང་བར་དགའ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གང་སྤྱིས་པ་དེ་ནི་ལེགས་པར་སྤྱིས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་རིག་བྱེད་ཉིད་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་གྱི། ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པའི་སྤྱིས་བྱ་ཉིད་ནི་སྤོང་བར་བྱེད་ཅིང་སྤང་བའི་སེམས་གྱིས་  
 འདི་སྐད་དུ། འདི་ན་གང་ཡང་ཀུན་མཐུན་མེད། །གང་ཕྱིར་འདི་ནི་མ་མཐོང་  
 ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་བ་དེའི་ལན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཀུན་མཐུན་  
 ཞེས་བྱའི་སྤྱི་འདི་ཡང་། །ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་རྗེ་བཞིན་ཡིན། །སེང་གའི་སྤྱི་  
 ཡང་ལ་ལ་བདེན། །ཁ་ཅིག་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་ཉིད། །གང་ཡང་མཛེས་མི་  
 དང་། སེར་སྤྱི་དང་། གཞེགས་ཟན་ལ་སོགས་པ་ཐུབ་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ལ་པན་པའི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཤེས་

པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱ་  
 ཉེ་བར་འདོགས་པས་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐུབ་པ་སེར་སྐྱ་ཀུན་མཁྱེན་  
 ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་དག་ནི་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱས་བརྗོད་པ་ཡིན་པར་ངེས་པར་གཟུང་བར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ལ། འདིར་མ་མཐོང་དུ་བློ་བྱང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་མཁྱེན་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་པན་པ་མཛད་པ་ནི། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ངེས་པར་  
 གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། ཇི་ལྟར་སོན་མོ་དང་། མཆེ་བ་རྣེ་བ་དང་། རལ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་མེད་ཀྱང་དཔའ་བ་དང་། རྩལ་མོད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་དང་  
 ལྷན་པའི་སྐྱས་བྱ་ལ་སེང་གོ་ཞེས་ཉེ་བར་འདོགས་ཏེ། བྲམ་བེ་ལ་ཡང་སེང་  
 གོ་ཞེས་བེར་རོ། །མ་མཐོང་དུ་བློ་བྱང་སེང་གོ་ཞེས་ཉེ་བར་བཏགས་པའི་སྐྱ་  
 ལས་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ངེས་པར་རལ་བ་བརྒྱ་བཤེག་ཅིང་གཡེངས་པ་  
 ལྟེན་མོ་རྣེན་པོ་དང་ལྷན་པ། མཆེ་བ་རྣེན་པོ་གཅིགས་པ། ཇི་དྲགས་ལ་  
 སོགས་པ་གཞན་སྐྱག་པར་བྱེད་པའི་ང་རོ་ཅན་སེང་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་དངོས་  
 སུ་བསྟན་པར་བྱ་བ་གཞན་ཞིག་ཡོད་དོ་སྙམ་དུ་སེམས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ད་  
 ལྟར་མ་མཐོང་བས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 འདི་སྐད་དུ། སངས་རྒྱས་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱས་བྱ་  
 ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་སྐྱས་བྱ་གཞན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བེར་བ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་བྱས་པ་

ཡིན་པའི་སྒྲིང་སྒྲིས་བྱ་གཞན་གྱི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་།  
 ཆོས་དང་སྐྱལ་པའི་སྐྱེད་གཞི། །ང་ལ་མི་ཉིད་དུ་མ་གྱུབ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 བའང་མ་གྱུབ་སྟེ། །དེས་ན་མ་དེས་པ་ཉིད་ཡིན། །སྒྲིས་བྱའི་མཆོན་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པ་ལ་སྒྲིས་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེད་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཁམས་དང་།  
 འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་གནས་གྱི་རྣམ་པ་གང་དུ་ཡང་མ་གཏོགས་པའི་སྒྲིང་དང་།  
 གཟུགས་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིང་བྱད་མེད་དང་། སྒྲིས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
 བར་རྟོག་པ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པས་རེ་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེལ་ནི་སྒྲིས་བྱ་ཞེས་བྱ་  
 བ་མེད་དོ། །འོངས་སྒྲོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེལ་ཡང་རྟོན་གནས་གྱུར་པ་འཇིག་  
 རྟོན་ལས་འདས་པ་སྒྲོག་པ་མེད་པའི་བྱང་པོ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲིང་། ཁམས་དང་།  
 འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་གནས་རྣམས་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པའི་སྒྲིང་དང་། འོག་  
 མིན་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྒྲིང་དང་། སྒྲིས་པ་དང་བྱད་མེད་གྱི་དབང་  
 པོ་མི་མངའ་བའི་སྒྲིང་སྒྲིས་བྱ་མེད་དོ། །དེའི་བྱིན་རྒྱལས་གྱིས་འཇུག་པ་  
 འདིར་འཁྱུངས་པའི་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེལ་ཡང་གཟུགས་དང་། སྒྲ་དང་། རོ་དང་།  
 རེག་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེ་མཆེད་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་སྐྱེ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱེལ་  
 པའི་སྒྲིས་བྱ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པར་གྲགས་པས་དེ་ཡང་སྒྲིས་བྱ་  
 ཉིད་ཡིན་པར་མ་གྱུབ་པའི་སྒྲིང་སྒྲིས་བྱ་ཡིན་པའི་སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་  
 ཆིགས་མ་གྱུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྒྲིས་བྱའི་དཔེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱས་སྟོང་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཙུག་ལྡན་འདས་བསྐྱེལ་པ་གྲངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་  
 ཆོགས་བསགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ། ལྡན་གྱིས་



གྲུབ་པར་འཇུག་པ།      རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ཐོག་  
 མཐའ་མེད་པ།      ཉོན་མོངས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པར་  
 བྱངས་ནས་སྦྱང་བ།      ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་  
 ཡང་གང་དག་ཕྱི་རོལ་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་།      སྒྲོབ་པ་དང་།      མི་  
 སྒྲོབ་པ་དང་།      རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཉིན་པར་བྱེད་པའི་  
 འོད་ཟེར་གྱིས་ཟེལ་གྱིས་མནན་པའི་སྲིན་དུ་མེ་བྲེར་གྱི་འོད་བཞིན་དུ་མངོས་  
 པ་མ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་ཐ་མལ་པའི་སྐྱེས་བྱ་ངན་པའི་ཤེས་པ་འདྲ་བ་ལྟ་ག་ལ་  
 ཡིན།      དེས་ན་སྐྱེས་བྱའི་ཤེས་པ་བཞིན།      །ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 བོ།      །གཞན་ཡང་།      གལ་ཏེ་རི་ལྷར་བྲེད་བཅོམ་ལྷན།      །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 མིན་པར་འདོད།      །བདེ་བྱེད་བྲུབ་འཇུག་སོགས་དག་གི་      །ཤེས་པ་དེ་ལྟར་  
 མིན་ཞེ་ན།      །གལ་ཏེ་བྲོད་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་འདི་སྙམ་དུ་ཆངས་པ་དང་།      དབང་ཕྱག་  
 ཆེན་པོ་དང་།      མེད་མེད་ཀྱི་བྱ་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་སྦྱད་  
 པར་ཡང་བྱེད་ལ།      དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་འཆགས་པ་དང་།  
 གནས་པ་དང་།      འཇིག་པ་ཡང་ཤེས་ལ།      གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་  
 བོ།      །ཡང་སངས་རྒྱས་ནི་དེ་དག་ལ་སྤང་ཞིང་དེ་དག་གིས་བྱས་པའི་སྐྱེད་པ་  
 དང་།      སྦྱད་པ་དང་།      མི་མཐུན་པའི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་པར་བརྗོད་པར་ཡང་བྱེད་ལ།      མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡང་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་མེད་པའི་  
 རྟོགས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ།      དེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིན་

བར་ལྟ་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རི་ལྟར་དེ་དག་  
 གིས་ཤེས་ལྟར། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དེ་བདེན་ན། །རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་  
 མཐོང་བ་ལྟར། །དྲི་མེད་མིག་གིས་མི་མཐོང་བ་ཞིན། །རི་ལྟར་དགོ་བ་དང་མི་  
 དགོ་བའི་ལས་ཡང་དག་པར་བསགས་པ་ལས་འཇིག་རྟེན་སྣ་ཚོ་གས་འདིར་  
 རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། འཇིན་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ལས་ནི་  
 ཐར་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མཁྱེན་ནས་ཁོ་ལོ་ཅག་གི་བཙམ་ལྡན་  
 འདས་གྱིས་ཞི་བ་དང་། བྱུང་འཇུག་དང་། ཚངས་པས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱད་  
 པ་ཡིན་པར་བཏགས་པ་ནི་སྤྱན་ཅི་ལོག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཛད་ནས་  
 དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་མི་མཛད་དེ། རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་བཏགས་པའི་སྐྱ་  
 ་ཤད་འཇིངས་པ་དང་། སྤང་མ་དང་། བྱང་བ་དང་། རྩ་བ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་དངོས་པོ་མཐོང་བ་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པའི་མིག་ཅན་གྱིས་ནི་མཐོང་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་ཁོ་ནས་རབ་རིབ་ཅན་དེ་དག་ལ་རི་  
 ལྟར་ན། འདི་དག་ནི་སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་པ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་མཐོང་ཞིང་  
 འཇིན་པ་འདི་དག་དང་བྲལ་ནས་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐོང་བ་དང་ལྡན་པར་  
 འགྱུར་སྟམ་དུ་དགོངས་སོ། །ཡང་ན་འདི་ལྟར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །ཚོག་  
 ་ཤེས་ཉིད་དུ་འདོད་ན་ནི། །གང་སྤྱིར་མཛེ་མི་ནི་སོགས་གྱི། །གཏན་ཚིགས་  
 འདི་ནི་མ་ངེས་ཉིད། །གལ་ཏེ་ཚངས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྤྱན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་འདིས་སངས་རྒྱས་ནི་བརྟུན་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་  
 བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐ་མལ་པའི་སྐྱེས་བུ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྐྱ་ན་ཡང་། མཛེའི་མི་

ནི་ལ་སོགས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པས་མ་དེས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐ་མལ་པའི་སྐྱེས་བུ་བཞིན་དུ་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མཛེའི་མི་ནི་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བུ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།  
 །གཞན་ཡང་། ཕུང་ཞིག་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱན་མི་ཤེས། །ཞེ་ན་སྤྱབ་པས་གང་མ་  
 མཐེན། །མཐོ་རིས་བྱང་གྲོལ་ལམ་ཞེ་ན། །བསྟན་པ་འདི་ལས་བསྟན་པ་  
 ཉིད། །གལ་ཏེ་དོན་ཕུང་བད་ཅིག་ཤེས་པ་ལ་མི་ཤེས་པའོ་ཞེས་བཏགས་པ་  
 ཡིན་པ་ཕུང་ཞིག་ཤེས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེས་ཅི་ཞིག་མ་  
 མཐེན། གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་དང་བྱང་གྲོལ་གྱི་ལམ་མ་ཤེས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
 འདི་ལྟར་མཐེན་པ་ཁོ་ན་སྟེ། སྒྲིག་པ་ལས་ལྷོག་པར་བྱེད་ཅིང་དགོ་བ་ལ་  
 འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ནི་ལྟ་དང་མི་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དག་དང་། ཡང་དག་  
 པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཡང་དག་པའི་འཆོ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་  
 བ་དང་། ཡང་དག་པའི་བླན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་  
 བའི་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ནི་བྱང་གྲོལ་འཛོལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པར་མཐེན་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །བསྟན་དུ་ཟིན་ཀྱང་མི་རིགས་ཞེས། །  
 གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོས་འབྱུང་ན། །མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། །དེ་ཡི་ལན་  
 ཡང་སྒྲས་ཟིན་ཏོ། །ལམ་བསྟན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་  
 བ་ཡང་ལོག་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གང་ན། དེའི་ལན་ཡང་མཛེའི་མི་ནི་

ལ་སོགས་པ་དག་གིས་མ་ངས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བསྟན་ཟིན་པ་ཡིན་ཏེ། དབུ་  
 མའི་བསྟན་བཅོས་མ་ལུས་པ་ལས་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་དབྱེད་པ་  
 བྱས་པ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱི་གཞུང་ཁོན་ཉེས་པར་སྒྲས་པ་ཡིན་གྱི། ཁོ་ཐོ་ཅག་  
 གི་གཞུང་ནི་མ་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། ། བསྟན་བཅོས་སློ་སྒྲིའི་  
 ཕྱོགས་བྱས་ཀྱང་། །གཏན་ལ་དབབ་པར་འབྲུག་པ་ཡིན། །དཔྱོད་པ་ཅན་  
 སོགས་མ་ངས་ཉིད། །བྱས་པའི་སྤྱི་ལོ་སྒྲིལ་དང་ལྡན། །སངས་རྒྱས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ལ། །སངས་རྒྱས་པའི་ཤེས་པ་  
 ཡང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱང་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བྱས་པའི་སྤྱི་ལོ་འཇིག་རྟེན་འདི་པའི་བསྟན་བཅོས་  
 དང་། །སློ་དང་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། །འདི་ལ་ཡང་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ།  
 །བྱས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱི་ལོ། །ཅི་འཇིག་རྟེན་པའི་བསྟན་བཅོས་བཞིན་དུ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། །འོན་ཏེ་དཔྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་  
 །སྤྱི་ལོ་དཔྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སློ་བཞིན་དུ་དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ།  
 །འོན་ཏེ་འདི་པ་ལ་སོགས་པའི་སློ་བཞིན་དུ་དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 །གཅིག་ཡིན་ནམ། །གཞན་ཡང་བྱས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱི་ལོ་དཔྱོད་པའི་ཆིག་བཞིན་  
 །དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡང་དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ། །འོན་ཏེ་  
 །འཇིག་རྟེན་འདི་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་བཞིན་དུ་དོན་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་མ་ཡིན་  
 །པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོགས་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་

ཕྱོགས་གཉི་ག་ཡང་བྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོག་གས་  
 སྒྲོན་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ལྟ་བ་གསུམ་སུན་འབྱེན་པའི་  
 ཕྱིར། གཅེར་བྱར་རྒྱ་བའི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡང་ཆོད་  
 མ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཡང་ལན། གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་པར་འདྲ་  
 བས། །གཅེར་བྱར་རྒྱར་ལྟར་བདག་འདོད་པས། །བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 མེད་ཕྱིར། །དཔེ་ནི་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་པར་འདྲ་  
 བའི་ངོ་བོ་ནི་འདྲ་བ་ཉིད་དེ། གཅེར་བྱ་རྒྱ་བ་དང་། ཁོ་བོ་ཅག་གོ། །རི་ལྟར་  
 ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ལྟ་བ་གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཅེར་  
 བྱར་རྒྱ་བའི་ལྟ་བ་ཡང་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ལྟ་བ་གསུམ་པོ་  
 སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། གཅེར་བྱར་རྒྱ་བའི་ལྟ་བ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་  
 ཆོད་མར་མི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་སྐྱེ་འབལ་བ་དང་། ལུས་གདུང་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བ་ངན་པ་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ནི་ལྟ་བ་  
 གསུམ་པོ་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 འདིས་གཅེར་བྱར་རྒྱ་བའི་ལྟ་བ་ཡང་འདྲ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་ཡོད་  
 པར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། དཔེ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྒྲར་བསྟན་པའི་ཆོད་མ་  
 རྣམས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་དཔྱོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེ་ལྷ་དབུ་པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་བར་  
བསྟན་པ་སྟེ་ལེ་ལུ་བཅུ་པ།

གལ་ཏེ་འདིར་གཅེར་བྱར་རྒྱ་བ་རྣམས་ཉེ་བར་སྟགས་ནས་འདི་སྐད་  
དུ། གང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེས། ཁོ་བོ་ཅག་གི་གཞུང་སྲུན་འབྱིན་  
བར་རུས་གྱི། འདི་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
པའི་དངོས་པོ་བཅུ་བཞི་ལུང་མ་བསྟན་པ་དང་འཁོར་བའི་ཐོག་མའི་མཐའ་མ་  
ཤེས་པ་དང་། ཤེན་ཏུ་མཛེས་མ་བསད་པ་མ་རིག་པ་དང་། བྲམ་ཟེའི་བྱ་མོ་  
མཛེས་མས་སྐྱར་པ་བཏབ་པ་དང་། གྲོང་བྱིར་པ་ཏ་ལ་བྱ་ཏུ་ཉམས་པར་  
འགྱུར་བ་ལུང་མ་བསྟན་པ་དང་། ཟླ་བ་གསུམ་དུ་ནས་ཐོས་པ་དང་། ལྷུང་  
བཟེད་བཀྱས་པ་བཞིན་དུ་ལོག་པ་དང་། རྡོ་རི་འབྲུལ་འཁོར་འཕངས་པ་དང་།  
ཁོར་སྐྱོང་བྱང་དུ་འོངས་པ་དང་། ལྷས་བྱིན་རབ་ཏུ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་།  
རྒྱ་སྐར་བཟང་པོ་བསྟེན་བཀྱར་བར་འཛོག་པ་དང་། ལྷག་སྐྱོད་དང་། ལ་བ་  
ཅན་དང་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཤིང་གི་ལུང་པོའི་མདོ་  
སྟེ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དང་། སེང་ལྷེང་གི་ཆལ་པ་བྱུག་པའི་ལས་གྱི་རྣམ་པར་  
སྟེན་པ་ཁྲོང་བ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སྲུན་འབྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཐམས་ཅད་མ་བསྟན་པའི་བྱིར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མལ་པའི་  
སྟེས་བྱ་བཞིན་ནོ། །ཞེ་ན། གཅེར་བྱར་རྒྱ་བས་བྱུང་བ་ལ། ། ཀུན་མ་བསྟན་  
པས་ཀུན་མཁྱེན་མིན། །ཞེས་སྒྲས་བྱ་མཆོག་སོགས་མ་དེས། །བརྗོད་དུ་



མེད་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་  
 མེད་པར་དགག་པའི་དོན་དུ་རྟོག་ན་ནི་དེ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་  
 པ་ནི་ཐམས་ཅད་མེད་པའོ། །དེ་ཤེས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་པས་གྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཐ་མལ་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡང་ཐམས་ཅད་མེད་པར་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བས་དམ་བཅས་  
 པའི་ཕྱོགས་གཅིག་གཏན་ཆིགས་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 དཔེ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ཡིན་ན་ནི་  
 ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ། གང་གིས་དེ་  
 ཤེས་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། གང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 ཡིན་པ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའོ། །གང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡིན་པ་དེ་  
 ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གི་དོན་འདྲུག་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་  
 ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་གསུང་པས་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་ཅེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་ངོ་བོ་སྟེ། དེ་  
 འདིས་མཐུན་ཅིང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་མི་ཤེས་པའི་  
 གཉིད་རིང་དུ་སྤངས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་སོ། །གང་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 མི་ཤེས་པའི་གཉིད་རིང་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་མཐོང་ནས་མིང་དུ་  
 འདྲུག་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་དཔའ་བོ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་ཡིན་ན། བྱ་མཆོག་

ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་དམན་པའི་དོན་ཉིད་དུ་  
 དགག་པ་ཡིན་ན་ནི་ཐམས་ཅད་མི་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཞིག་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཡིན་པས། གང་ཁྱོད་ཀྱིས་ལུང་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་ནམས་  
 རྟོགས་སྒྲ་མར་བྱས་པ་དེ་ཡང་འདིས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལ་རེ་ཞིག་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེས་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་བཅུ་  
 བཞི་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཉན་པ་པོའི་སྐྱེ་བོ་སྒྲོ་དམན་པ་ནམས་  
 ལ་བསྟན་པར་མི་རིགས་པས་མ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་བསྟན་པར་མི་  
 རིགས་ཤེས། གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནོངས་པ་པན་ཚུན་འབྱུང་ངོ་  
 ཞེས་བརྗོད་ན་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་བྱེད་སོ་སོའི་  
 སྐྱེ་བོ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་འབྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བརྗོད་ན་ནི་  
 མར་མེ་ཤི་བར་གྱུར་པ་བཞིན་དུ་རྒྱན་ཆད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་  
 བ་འབྲས་བྱ་མེད་པར་འབྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་འབྱུང་བ་ཡང་ཡིན་མི་འབྱུང་བ་  
 ཡང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་ནི་མེ་ལ་གང་བ་དང་ངོ་བ་གཉིས་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲོན་  
 ཡོད་པར་འབྱུར་རོ། །འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གྲུབ་ན་དེ་བཞག་པའི་  
 མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་འབྱུང་བར་འབྱུར་ལ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་རོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་གྲུབ་ན་ཡང་དེ་བཞག་པར་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་  
 འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་གཉི་ག་ཡང་མ་གྲུབ་པས་གཉི་ག་ཡང་མ་བསྟན་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་ནི་གང་དུ་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་མཛད་ཟིན་པ་དེར་ནི་ཟུང་ན་ལས་འདས་

པར་སྟོན་ཏེ། གང་ཤིང་བད་པའི་མེ་ཤི་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གང་  
 དུ་གདུལ་བྱའི་བྱ་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱུན་པར་གཟིགས་པ་དེར་ནི་ཆོས་ཉིད་  
 ལས་ཐོབ་པའི་སྐྱབས་སྐྱུན་ནས་འབར་བར་འགྱུར་ཏེ། བྱད་ཤིང་མང་པོ་སྤངས་  
 བ་ལས་མེ་འབར་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་བཙུམས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནོངས་པན་ཆད་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་གཉི་ག་ཡང་མ་གསུངས་ལ། འབྱུང་བ་དང་མི་འབྱུང་བ་གཅིག་པ་  
 དུས་གཅིག་ཏུ་མ་ཡིན་པས་འབྱུང་བ་དང་། མི་འབྱུང་བ་གཉི་ག་མ་གསུངས་  
 ལ། གཉི་ག་མ་གྲུབ་པས་དགག་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཉི་ག་མ་ཡིན་པ་  
 ཡང་མ་གསུངས་སོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་དག་གིས་  
 འཇིག་རྟེན་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་མཐའི་ཀྱང་མ་གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར་སྤང་པོའི་རྒྱུ་སྤྲུལ་མ་འགགས་པས་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཇིག་  
 རྟེན་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཕྱིར་དེའི་རྒྱུ་ལས། སྤང་པོའི་རྒྱུ་  
 གཞན་འབྱུང་བས་འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །རྟག་པ་ཡང་ཡིན།  
 མི་རྟག་པ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་རྟག་པ་ཡོད་ན་ནི་དེ་དགག་པའི་ཕྱིར། མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་  
 ཡང་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། གང་ཞིག་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་ན་ཡང་དེ་རབ་ཏུ་  
 དགག་པའི་ཕྱིར། མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བར་འགྱུར་ན། རྟག་  
 པ་དང་། མི་རྟག་པ་དག་མ་གྲུབ་པས་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་རྟག་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། ། འཇིག་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤང་པོ་སྤྲུལ་

རྒྱུན་གནས་པ་ལ་བྱ་ལ།      གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ན་ནི་  
 སྤང་པོ་སྤྲ་མ་ནི་འགགས།      སྤང་པོ་སྤྲ་མ་ནི་མི་འབྱུང་བས་རྒྱུན་འཆད་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར།      འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།      །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་  
 མཐའ་དང་མི་ལྡན་ན་ནི་སྤང་པོ་འདི་མ་ཉམས་བཞིན་དུ་སྤང་པོ་གཞན་ལེན་  
 པར་འགྱུར་རོ།      །དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་  
 པར་མི་འགྱུར་རོ།      །མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་མཐའ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འགའ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ།      །མཐའ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 མཐའ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་ནི་རབ་རྒྱ་གྲགས་པས་དེ་དག་དགག་པ་ཡང་  
 མེད་པའི་སྤྱིར།      འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན།      མཐའ་མེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ།      །མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སློག་དེ་ལུས་དེའི་ཞེས་གྲང་  
 མ་གསུངས་ཏེ།      གལ་ཏེ་སློག་གང་ཡིན་པ་དེ་ལུས་གྲང་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་  
 ལུས་ཉམས་པར་གྱུར་པ་ན་སློག་གྲང་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ།      །གལ་ཏེ་སློག་  
 གྲང་གཞན་ལ་ལུས་གྲང་གཞན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ལུས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཡང་  
 སློག་དམིགས་པར་འགྱུར་རོ།      །ལུས་དང་སློག་འདུས་པར་གྱུར་པ་ལས་སྤང་  
 པོ་སྤྲ་པོ་འདི་ལས་སེམས་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་སྟོས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 མཁྱེན་བཞིན་དུ་མི་གསུང་བར་བཞུགས་པ་ཡིན་ནོ།      །གཞན་ཡང་གཅེར་  
 བྱར་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པ་ཁྱུ་མཆོག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་གྲང་སྤྲ་བར་མི་རུས་པ་རྣམས་མ་སྤྲས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།      གསེར་དང་  
 སོར་གདུབ་ནི་གཞན་ཡང་མ་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།      །དེ་

བཞིན་དུ་གང་ཟག་ནི་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 གཅིག་ཏུ་བརྗོད་པ་མ་གྲས་པས་དེས་ན་མ་དེས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཅི་ཐམས་  
 ཅད་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བྱུ་མཆོག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
 པ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྒྲིམ་བྱ་ཐ་མལ་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་དཔྱོད་པ་  
 དང་ལྷན་པའི་སྒོ་ཅན་ཞིག་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་ཅི་ཅིག་པ་ཉིད་བྲིམ་ཡིན་ནམ།  
 འོན་ཏེ་ཅིག་པ་ལས་གཞན་ཞིག་བྲིམ་ཡིན་ཅིག་པ་ལ་བྲིམ་ཡོད་དམ། བྲིམ་  
 ལ་ཅིག་པ་ཡོད་ཅེས་དྲིས་པ་ལས། དེ་སྒོས་དཔྱོད་པ་ན་གལ་ཏེ་ཅིག་པ་ཉིད་  
 བྲིམ་ཡིན་ན་ནི་སྒྲིག་མ་དང་སྤྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ།  
 འོན་ཏེ་ཅིག་པ་ལས། བྲིམ་གཞན་ཡིན་ན་ནི་ཅིག་པ་ལ་མ་སྒོས་པར་བྲིམ་  
 དམིགས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །བྲིམ་དང་ཅིག་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་ནི་ཅིག་པ་  
 ལ་བྲིམ་ཡོད་ཅིང་བྲིམ་པ་ལ་ཡང་ཅིག་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ཐ་དད་པ་ནི་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེས་དེ་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་པས་རེ་ཞིག་མི་སྤྱོ་  
 བར་འདུག་ཀྱང་ཤེས་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། ཇི་སྐད་བསྟན་པའི་རིམ་པས། ཉན་པ་པོ་སྒོ་  
 དམན་པ་རྣམས་ལ་བསྟན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས། ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པའི་དངོས་པོ་རྣམས་མཐུན་བཞིན་དུ་མ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར།  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་མ་གྲུབ་པོ། །གཞན་ཡང་། འཁོར་  
 བའི་ཐོག་མ་མ་རིག་ཅིང་། །རྒྱ་ཡང་རབ་ཏུ་མ་ཤེས་ལ། །དེའི་ཕྱིར་མ་རིག་

རིག་མེད་ཕྱིར། །དེ་ནི་ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་ནོ། །འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་  
 རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བཙུམ་ལྷན་འདས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་འཁོར་བ་དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་ངི་དང་། རོ་དང་། རེག་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 སེར་སྐྱུ་དང་། གཟེགས་ཟན་དང་། མཛེའི་མི་ནི་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་པར་རྫོམ་པ་དག་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་ཅི་ནམ་མཁའ་འདི་  
 ངི་ཞེས་བའམ། ངི་མི་ཞེས་བའམ། མངར་བའམ། སྐྱར་བའམ། འཇམ་  
 བའམ། རྩལ་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་བཞིན་དུ་བོང་བུ་དང་། ར་མོ་དང་། ཉའི་  
 ར་རྣམས་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་དབྱེབས་རི་ལྟ་བུ་ཡིན། ཅུ་གོ་རྟ་དང་། ལྷ་དུམ་བླ་  
 ར་དང་། ནམ་མཁའ་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གི་ངི་ནི་གང་ཡིན། མདའ་རྒྱ་དང་།  
 ཀྱ་ཤ་དང་། ཀ་ཤ་དང་། བི་འུ་ལ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་ངོ་ནི་རི་ལྟ་བུ། རུས་  
 སྤལ་དང་། སྤལ་གྱི་སྤྱ་དང་། ངི་བའི་བོང་བྱེད་ཀྱི་བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་རེག་  
 པ་ནི་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་ངེས་པ་ན་དེ་དག་གལ་ཏེ་འདི་དག་གི་དངོས་པོ་ནི་  
 མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན་ཡང་དེ་ལ་དེ་དག་ཤེས་པ་མེད་པར་ནི་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་འདི་ལྟར་  
 དེ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་བྱལ་བས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 ཉིད་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྟོན། གང་  
 མེད་པ་ཡང་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པའོ། །ཅི་སྟོང་སྤྲ་ལ་བྱ་ནི་འཕྱེའམ། བྱ་ནི་  
 སྤྲ་ལ་སྟོང་ནི་འཕྱེའམ། ཅི་ས་བོན་ནི་སྤྲ་ལ་སྤྲ་བྱ་འཕྱེའམ། སྤྲ་བྱ་སྤྲ་ལ་ས་



བོན་འཕྱིམ། འོན་ཏེ་དུས་གཅིག་ཏུ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཐོ་  
 ཚུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡང་སྤྲ་མ་དང་བྱི་མ་མེད་པར་འཛིག་ཏེན་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་  
 ཞིང་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པར་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་འཁོར་བ་ཡང་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བའི་ཐོག་མ་མ་ཞེས་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་  
 ཞིན་དུ་མཛེས་མ་བསད་པ་མ་ཞེས་པས་སྐྱབས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གལ་  
 ཏེ་ཐུབ་པའི་མཐུས་རུས་ན། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མྱ་ངན་འདལ། །མུ་  
 སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་ཞག་བདུན་ན། །ཁོར་དང་ཕྲག་དོག་དག་གི་ཕྱིར། །  
 མཛེས་མ་བདག་གིས་བསད་དོ་ཞེས། །རང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བསྟན་པ་ཡིན། །  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་པ་ན་ནི་མ་བདུན་པ་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་ནས་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
 སེམས་ཅན་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་པ་ཡིན་གྱི། མ་མཐེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞིན་ཏུ་མཛེས་མ་བསད་པ་མཐེན་པས་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་མ་  
 ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཐག་པ་ཆད་གྱུར་ན། །ཞིང་ག་ཞོངས་ས་ལ་ལྷུང་  
 བ་ནི། །རྒྱལ་བཅས་སྐྱེ་བོའི་འཁོར་མཐོང་ནས། །དེ་དག་ངོ་མཆར་ཆེ་བར་  
 གྱུར། །མདོན་དུ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །སློབ་པས་གཞན་དུ་དེ་མ་  
 བསྐྱུར། །སྤྲ་ལ་ཅན་གྲོང་ཞུགས་པ་ནི། །སེམས་ཅན་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད། །  
 གང་ཕྱིར་བདུད་ལས་རྒྱལ་ཟིན་པས། །བདུད་གྱི་ལས་ནི་དེ་ན་མེད། །ཉན་  
 ཐོས་ཆོགས་བཅས་དཔའ་བོ་ནི། །དེར་ནི་བསོད་སྟོམས་ཆད་གྱུར་པས། །

སེམས་ནི་ཞུམ་པར་མ་མཐོང་ཆོ། །མང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་གྱུར། །དེ་བས་  
ན་གང་དུ་ལྷུང་བཟེད་བགྱས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱིར་ལོག་པ་ནི་མ་ཡོངས་པའི་དུས་  
རྗེས་སུ་བསྐྱང་བའི་སྤྱིར་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། བསོད་སྟོམས་པ་གང་  
དག་གོང་དུ་བསོད་སྟོམས་ལ་ཞུགས་པ་ན་བསོད་སྟོམས་མ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
པའི་ཆེ་དེ་འདི་སྟམ་དུ་སེམས་པར་བྱེད་དེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ལེགས་  
པར་བསགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་རི་ལྷོ་ལྷུང་བཟེད་  
བགྱས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱིར་ལོག་ན་ཡང་བདག་ལྟ་བུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་  
བ་ལྟ་ཅི་ཞིག་ཡིན་སྟམ་དུ་སེམས་སོ། །བདུད་ལ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་བར་ཆད་བྱ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་མཛད་པ་ཉིད་དུ་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། དེར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པས་ཆོས་སྟོན་ཆད་  
པར་གྱུར་པ་ན་བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་རིས་ཀྱི་ལྷ་དང་ལྷའི་བྱ་གཞན་དག་གིས་  
ཀྱང་། འདི་དག་གི་སེམས་ཞུམ་པའམ། ཉམས་པའམ། ཡིད་མི་བདེ་བར་  
མ་གྱུར་ཏམ་ཞེས་སེམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་བལྟས་པས་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་དེ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཡིད་མི་བདེ་བའམ།  
དམན་པར་མ་གྱུར་པས་ལྷའི་བྱ་སྟོང་ཕྱག་བདུན་ཅུས་སེམས་རབ་ཏུ་དང་  
བས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ། ཆོས་བསྟན་པ་ཐོས་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་མིག་  
དག་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། ། ཟླ་བ་གསུམ་དུ་ནས་གསོལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པས་བྱིས་བདག་དང་། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་ང་མགོན་དུ་བོས་ནས་

ཕྱིས་བལྟ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 བས་མཁྱེན་བཞིན་དུ་དེར་གཤེགས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཏྲ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་  
 གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་སྒྲོང་གི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པ་དེ་  
 དག་ལ་ལྷ་བ་གསུམ་དུ་ཏྲ་ཆས་གསོལ་བ་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་པ་སྒྲིག་པའི་སྒྲོགས་པོའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་སྒྲིག་པའི་  
 ལས་བྱས་ཤིང་། དེས་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 ཏྲ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་གི་ནང་ན་ཏྲ་ཅང་ཤེས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཉི་མའི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་བསམས་བཞིན་དུ་  
 ཏྲ་དེ་དག་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཏྲ་  
 ཅང་ཤེས་དེའི་མཐུས་ཏྲ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱང་སྒྲོན་གྱི་སྐྱེ་བ་བྱན་  
 བར་གྱུར་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་མངོན་དུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་ཡང་དེ་དག་ཡོངས་སུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར་དེར་གཤེགས་པ་ཡིན་ལ། ཏྲ་ལྟ་  
 བུ་པོ་དེ་དག་བྱང་རིམ་གྱིས་དུས་བྱས་པར་གྱུར་པ་ན། དགའ་ལྷན་གྱི་ལྟ་  
 རྣམས་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པར་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིང་། ལྟར་གྱུར་ནས་ཡང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མཆོད་པ་བྱས་ཤིང་། ཆོས་ཐོས་ནས། ལྷ་ན་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཏྲ་དེ་དག་གི་ཏྲ་རྩི་  
 ཡང་རང་སངས་རྒྱས་སུ་ལུང་བསྟན་ཏོ། །སྒྲང་ཆེན་དུ་ལ་བར་བྱ་ཕྱིར་དང་། །  
 འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་གདུལ་བའི་ཕྱིར། །བཅོམ་ལྷན་གྲོང་ཁྱེར་གཤེགས་པ་  
 ཡིན། །ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྷན་མི་མཁྱེན་མིན། །ལྷས་བྱིན་གྱིས་ནི་སྒྲོགས་

འཕངས་པ། །དེ་ཡང་འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་ཏེ། །གཞན་གྱི་གཞོན་ལས་གྲོལ་བ་  
 ཡི། །ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན། །སྐྱེས་བུ་ཕྲ་བ་བྱ་བ་རྟེན་པའི་དོ། །  
 ཆེན་པོ་འཕངས་པར་གྱུར་བ་ནི། །གཞོན་སྒྲིན་གིས་པས་དེ་མཐོང་ནས། །  
 རང་གི་ལུས་ལ་བཟེད་པ་ཡིན། །སྟ་དང་སྟ་མིན་ནམས་དང་ནི། །སྟོང་ཕྱག་  
 དག་ནི་བྱ་སྒྲིང་གིས། །དད་པའི་དབང་པོ་སོགས་ཐོབ་ནས། །སྲིད་པ་ལས་  
 བྱི་གྲོལ་བར་འགྱུར། །སྟས་སྒྲིན་བྲིམ་ན་གནས་ན་ནི། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་  
 བའི་སྟོབས་ལྡན་ཞིང་། །འཁོར་དང་སྟོབས་ནི་ཐོབ་གྱུར་ནས། །བསྟན་པ་  
 འདི་ནི་ཉམས་པར་བྱེད། །སྟོང་ན་འདི་ནི་རབ་བྱུང་ན། །ང་ལ་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་  
 ཅུས། །དེ་སྟར་སྟོན་པས་གཟིགས་ནས་ནི། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་མ་བཞེས་གོ། །  
 ཆོ་འབྲུལ་དག་ནི་མཐོང་འགྱུར་ཞིང་། །ཆོས་ནི་ཐོས་པར་གྱུར་ནས་འདི། །  
 བསོད་ནམས་སོགས་པར་གཟིགས་གྱུར་ནས། །རྒྱ་སྐར་བཟང་པོ་བཞག་པ་  
 ཡིན། །སྟག་སྒྲིང་ཤི་བར་གྱུར་པ་ཡང་། །བཙམ་ལྡན་འདས་གིས་མཁྱེན་པ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པལ་ཆེར་གྱི་སྟོན་པ་ཡིན་པར་  
 འདོད་ལ། །ཡང་དག་པའི་སྟོན་པ་ནི་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། །གང་གི་ཕྱིར་རངས་བྱེད་  
 གྱི་བུ་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྒྲེ་མཆེད་དུ་བསྐྱལ་བ་སྟོང་ཕྱག་  
 བྱུང་ཅུ་ཙམ་བཞིར་གནས་ནས་དེ་ནས་འཕོས་ནས་འདིར་གནས་ཤིང་བསམ་  
 གཏན་བྱེད་པ་ན་གྱི་བའི་སྐྱས་གཞོན་པར་གྱུར་པས། །ཞེ་སྤང་སྐྱེས་པར་གྱུར་  
 ཅིང་། འདོད་པས་གྱི་ལར་སྐྱེས་ནས་སྟོག་ཆགས་མང་པོ་གསོད་པར་བྱེད་  
 ཅིང་གྱི་ལར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བདག་ཉིད་སྟ་ན་མེད་པའི་སྟོན་པ་ཡིན་

པར་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བའི་ཆོས་  
 བདུད་ཅི་ནི་མཁས་པ་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཡིན་པས་ངེ་ལྟར་ཉིད་  
 པའི་ཆོས་བདུད་ཅི་བགོ་བཤའ་མཛད་ཅིང་བྱས་པ་མཁྱེན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ངེ་  
 ལྟར་དེར་འདུས་ཤིང་འཆོག་པ་པའི་ལྷ་དང་གྲུ་ལ་སོགས་པས་ཤེས་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་ལྷག་སྤྱོད་དང་། རིང་ཕུར་རྗེས་སྲུ་བྱན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལོ། ། ལྷ་  
 དག་གིས་ཀྱང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྐབས་གནང་བས་བྱུགས་ལ་བལྟས་  
 བས། དེ་དག་ནི་ཤི་ནས་ཞག་བདུན་དང་ཉི་མ་གསུམ་ལོན་ལོ་ཞེས་གསོལ་བ་  
 ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུགས་ནི་སྲུས་ཀྱང་ཤེས་པར་  
 མི་རྒྱས་སོ། །ལྷ་སྤྱེ་དང་། བཟང་པོའི་སྤྱེ་གང་ན་ཡོད་ཅེས་མེད་པ་འདི་ཡང་  
 འདི་དག་ལས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ནི་ཆོས་ཟབ་མོ་འདིའི་སྤྱོད་མ་ཡིན་ལོ་  
 སྟམ་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིན་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ཡིན་ལ། ལྷ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་བྱུགས་ཤེས་ནས། ལྷ་དག་གིས་སྐྱས་པ་ན། ལྷ་དག་དང་སེམས་  
 ཅན་གཞན་མང་པོ་དག་གིས་ཀྱང་ངེས་པར་དེ་ལྟར་འཛིན་པར་བྱེད་པས་དེ་  
 ལྟ་བུའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཡིན་གྱི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མི་མཁྱེན་པ་  
 མ་ཡིན་ལོ། །ཤིང་གི་ཕུང་པོ་ལྷ་བུའི་མདོ་སྤྱེ་བསྟན་པ་ཡང་བསམ་པ་ངན་པ་  
 ཅན་གྱི་དགོ་སྤྱོད་དུ་ག་ཅུ་དང་། ཆེ་བཟང་པའི་དགོ་སྤྱོད་དུ་ག་ཅུ་དང་། འདོད་  
 ཆགས་ཤིན་ཏུ་དུག་པའི་དགོ་སྤྱོད་དུ་ག་ཅུ་ངན་སོང་དུ་སྦྱེ་བར་གཞིགས་ནས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་མཛད་དེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་



པ་ཐོས་ནས་ཞི་འཕྲོས་ནས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་འགྲོ་བར་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་བསྟན་པ་ཡང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་  
 གྱི། མི་མཁྱེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷ་ཞེ་ན། མཉན་ཡོད་འདི་ཉིད་དུ་སྐྱེས་  
 བུ་སྲིད་པ་ཐ་མ་ཉི་ཤུ་ཞིག་དབྱར་གྱུར་པ་ཉི་ཤུས་གསོད་པར་འདོད་པར་གྱུར་  
 ལ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་  
 སྐྱེན་སྲར་ལྷགས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མི་བཞི་བཅུ་  
 པོ་དེ་དག་གཏུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པ་དང་དེའི་དུས་སུ་སྐྱེ་བོའི་ཆོགས་ཆེན་  
 པོ་འདུས་པ་ལ་པན་པར་ཡང་གཟིགས་ནས། སེང་ལྗེང་གི་ཆལ་པ་དེ་ཡང་  
 བསྟན་ནས་བཀའ་སྩལ་བ། སེང་ལྗེང་གི་ཆལ་པ་འདི་ངའི་ཞབས་ལ་འཇུགས་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་མྱོང་གལ་གྱི་བུ་ཆེན་པོས་གསོལ་བ། བདག་གིས་  
 འདི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཞན་དུ་བསྐྱུར་བར་བཀྱིའོ་ཞེས་སེང་ལྗེང་གི་  
 ཆལ་པ་ལ་འཇུས་པ་དང་། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་འདིར་རབ་ཏུ་གཡོས་པར་གྱུར་ཅིང་སྟོང་དུ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཀྱང་དེའི་  
 སྐྱའི་ཅེ་མོ་བརྒྱར་གཤགས་པ་ཅུ་ཡང་བསྐྱོད་པར་མ་རུས་སོ། །དེ་ནས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་གདན་ལ་བཞུགས་བཞིན་དུ་ཕྱག་གཡས་པས་  
 ཞབས་བབྱང་ནས་སེང་ལྗེང་གི་ཆལ་པ་དེའི་སྟོང་དུ་བཞག་གོ། །དེས་རྗེ་རྗེའི་  
 སྟོང་པོ་ལྷ་བུ་ཕྱག་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀུན་དགའ་  
 བོ་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ཀུན་དགའ་བོ་ངས་སྟོན་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་ཆོང་བ་ཞིག་  
 མཏུང་གིས་བརྒྱབ་ནས་བསད་དེ། ལས་དེའི་ལྷག་མ་འདི་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐད་



ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་བ་དང་། དེ་ནས་གསོད་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་  
 རྣམས་འདི་སྟམ་དུ་སེམས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་རྗེ་ཉིད་ལ་ཡང་རེ་ཞིག་འདི་ལྟར་ལས་  
 རྣམས་སྒྲིན་པར་འགྱུར་ན། ཅིའི་སྤྱིར་ན་བདག་ཅག་ལ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་  
 སྟམ་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདུན་དུ་ཉེས་པ་བཤུགས་  
 བ་བྱས་ཏེ། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདག་ཅག་ངེས་པར་སྟོག་གཙོད་པའི་  
 ལས་ལས་ཐར་བ་མཛད་དོ་ཞེས་གསོལ་ཏེ། དེ་ནས་དེ་རྣམས་ལ་བཙུག་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བསྟན་པ་མཛད་པས་སྐྱེས་བུ་བཞི་བཅུ་པོ་གང་  
 ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་གྱུར་ཏོ། ། སྟོག་  
 ཆགས་སྟོང་ཕྱག་སྐུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་ནི་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པོ།  
 མིང་དང་རིགས་ལ་སོགས་པས་མ་བསྟན་ཀྱང་བསམ་པ་ངན་པ་སེམས་པ་སྤྱོད་  
 བ་ངན་པ་སྤྱོད་པ། བྱ་བ་ངན་པ་བྱེད་པའི་བྱིས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱོན་  
 འབྱེན་པ་ཡིན་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ནད་པ་ལ་ནད་ངེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རྒྱས་པར་  
 ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་ལས་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་གྱུབ་པར་བསྟན་པ་སྟེ་ལེ་ལྷ་བཅུ་པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འབྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། བསྟོད་པ་དང་  
མཆོན་བསྟན་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པ།

བསྟན་བཅོས་བྱེད་པས་དོན་བྱས་བ་བྱས་ཟིན་ན་བསྟན་བཅོས་ཡོངས་  
སྤྲོད་གས་པར་སྟོན་པ་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་པ། ཐ་སྟོད་ལ་ཡང་ཆོངས་གྱུར་  
པ། །ལྟ་བའི་སྤང་འབྲུགས་འགྲོ་རྣམས་ལས། །གཉིས་མེད་དེ་ཉིད་ནམ་མཁའ་  
འདྲ། །སྐལ་ལྷན་སེམས་ཅན་བགྱི་བྱིར་དང་། །འཇིག་རྟེན་གཉིས་ལ་པན་  
གདགས་བྱིར། །གང་གིས་འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་ནི། །འཇིག་རྟེན་འདས་ཀྱང་  
སྟོན་མཛད་པ། །འཇིག་རྟེན་རིག་པ་དེ་ལ་འདུད། །ཐ་སྟོད་དེ་ནི་ཐ་སྟོད་དུ་  
བྱེད་པ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་པོ། །དེ་ལ་ཡང་ཆོངས་པ་ནི་འགྲོ་བ་  
རྣམས་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། ལྟ་བ་ངན་པ་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་སྤང་བའི་བྱ་བས་ཀུན་  
ནས་འབྲུགས་པའི་བྱིར་རོ། །ལྟ་བ་ངན་པ་དུག་བཅུ་ཅ་གཉིས་པོ་དེ་དག་གང་  
ཡིན་ཞེ་ན། མདོ་སྟེ་ཆོངས་པའི་བྱ་བ་ལས་གསུངས་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྟོན་གྱི་  
མཐའ་ལ་རྟོག་པའི་ལུ་སྟེགས་ནི་བཙོ་བརྒྱད་དེ། དེ་རྣམས་ལས་བཞི་ནི་རྟག་  
པར་སྤྲོ་བའོ། །བཞི་ནི་གཞན་འགའ་ཞིག་རྟག་པར་སྤྲོ་བའོ། །བཞི་ནི་མཐའ་  
དང་ལྷན་པ་དང་མཐའ་དང་མི་ལྷན་པར་སྤྲོ་བའོ། །བཞི་ནི་དག་གི་རྣམ་པར་  
གཡོང་པ་ཅན་ནོ། །གཉིས་ནི་རྒྱ་མེད་པར་འབྱུང་བར་སྤྲོ་བ་སྟེ་དེ་ལྟར་བཙོ་  
བརྒྱད་དོ། །སྟེ་མའི་མཐའ་ལ་རྟོག་པ་ནི་བཞི་བཅུ་ཅ་བཞི་སྟེ། དེ་རྣམས་  
ལས་བཅུ་དུག་ནི་འདུ་ཤེས་དང་ལྷན་པར་སྤྲོ་བའོ། །བརྒྱད་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་

བར་སྐྱ་བའོ། །བརྒྱད་ནི་འདུ་ཤེས་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་པར་སྐྱ་བའོ། །ལྷ་ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་སྤྱད་ན་ལས་འདའ་བར་སྐྱ་  
 བའོ། །བདུན་ནི་ཆད་པར་སྐྱ་བ་སྟེ་དེ་ལྟར་བཞི་བཅུ་ཅ་བཞི་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
 ཏྲག་པར་སྐྱ་བ་བཞི་ནི། འདི་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་དགེ་སྦྱོང་དང་བྲམ་བེ་  
 འབའ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གོམས་  
 བར་བྱས་པ་ལས། སྒྲོ་དམན་པ་དང་། འཇིག་པ་དང་། ཆགས་པའི་བསྐྱལ་  
 བ་སྐྱམ་ཅུ་རྗེས་སྤྱད་ན་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་སྤྱི་རོལ་ལ་ཤེས་པ་མི་འཇུག་པ་  
 ཡང་ཡོད་དོ། །སྒྲོ་འབྲིང་པོ་འགའ་ཞིག་ནི་འཇིག་པ་དང་ཆགས་པའི་བསྐྱལ་  
 བ་དུག་ཅུ་རྗེས་སྤྱད་ན་པ་ཡོད་དོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་སྒྲོ་རྟོན་པོ་དག་གིས་ནི་  
 བསྐྱལ་པ་དགུ་བཅུ་རྗེས་སྤྱད་ན་པ་ཡང་ཡོད་ལ་དེའི་པ་རོལ་ན་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 བ་མེད་དོ། །ཡང་གཞན་དག་ལྟའི་མིག་གིས་སེམས་ཅན་འཆི་འཕོ་བ་དང་།  
 སྤྱི་བ་མཐོང་བ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་ནི་རྒྱ་བཞི་པོ་འདིས་འདི་སྐྱམ་དུ་  
 སེམས་ཏེ། སེམས་ཅན་འདི་དག་ཁོ་ན་འཁོར་བར་རྒྱུག་ཅིང་འཁོར་གྱི།  
 སེམས་ཅན་གཞན་ནི་མེད་པས་ཉུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་མང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེས་ན་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་ནི་ཏྲག་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྐྱམ་དུ་ཤེས་སོ་ཞེས་སྐྱ་  
 བ་དག་གོ། །འགའ་ཞིག་ཏྲག་པར་སྐྱ་བ་བཞི་ནི་འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ཆགས་  
 བར་གྱུར་པ་ན་ཆེ་བྱད་པ་དང་། ལས་བྱད་པ་དང་། བསོད་ནམས་བྱད་པའི་  
 སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲ་ལས་ཤི་འཕོས་ནས་ཆངས་པའི་  
 གཞལ་ཡས་ཁང་སྦྱང་བར་སྐྱེས་པ་ན་དེ་བོང་ཆོད་དང་གཟུགས་དང་སྒྲོབས་

དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ཞིང་ཆེ་རིང་རིང་དུ་གནས་པས་དེ་དུས་རིང་པོར་གནས་  
 ཞིང་འདས་པ་ན། ཨེ་མའོ་འདིར་སེམས་ཅན་གཞན་ཞིག་སྐྱེས་པར་གྱུར་ན་  
 ཅི་མ་རུང་སྦྲུལ་པའི་དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་ཆེ་དང་ལས་དང་  
 བསོད་ནམས་ཟད་པའི་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་འོད་གསལ་ནས་ཞི་འཕོས་  
 ནས་ཆངས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་སྟོང་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་འདི་  
 སྦྲུལ་དུ་སེམས་ཏེ། བདག་ཅག་ནི་ཆངས་པ་འདིས་སྦྱལ་ལོ་སྦྲུལ་ལོ། །ཆངས་  
 པ་ཡང་འདི་སྦྲུལ་དུ་བདག་གིས་འདི་དག་བསྐྱེད་དོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་སོ། །དེ་  
 ནས་འགའ་ཞིག་ཞི་འཕོས་ནས་འདིར་སྐྱེས་པར་གྱུར་ལ། བྱིས་སྤངས་ནས་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་སེམས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་བ་རྗེས་  
 སུ་བློ་ལོ། །དེ་དག་འདི་སྦྲུལ་དུ་གང་སྦྱལ་པར་བྱེད་པའི་ཆངས་པ་དེ་ནི་རྟག་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ལ། ཡང་བདག་ཅག་ནི་དེས་སྦྱལ་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་སྦྲུལ་  
 དུ་སེམས་ལ། ཆངས་པ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲིག་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། གང་ས་དང་། ཅུ་དང་། མེ་དང་། རྒྱུད་གི་ཁམས་རྣམས་  
 དང་། གང་ཡང་མིག་དང་རྣ་བ་དང་སྒྲ་དང་སྤྱེ་དང་། ལུས་ཞེས་བྱ་བའི་དབང་  
 པོའི་ཆོས་འདི་རྣམས་ནི་མི་རྟག་པ་མི་བརྟན་པ་ཐེར་ཟུག་པ་མ་ཡིན་པའོ། །  
 གང་སེམས་དང་། ཡིད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་འདི་རྣམས་  
 ནི་རྟག་པ་བརྟན་པ་ཐེར་ཟུག་པའོ་ཞེས་སྟོན་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནས་འགའ་ཞིག་  
 ནི་ཞི་འཕོས་ནས་འདིར་སྐྱེས་ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་སེམས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 ཀྱིས་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་གནས་རྗེས་སུ་བློ་ལོ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ཉིད་

ཀྱིས་ཚངས་པའི་སྡིག་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་དེ་ས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐེར་ཟུག་པ་མ་  
 ཡིན་ལ། སེམས་དང་། ཡིད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཐེར་ཟུག་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཅེད་མོས་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ལྟ་ཡོང་དེ་དེ་དག་ག་ཞ་དང་། ཅེད་མོའི་དགའ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་གནས་པར་གྱུར་  
 པ་ན་དེ་དག་གི་བླ་བ་དང་ཤེས་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་ནས་ལུས་ཤི་འཕོས་  
 པར་གྱུར་ཏེ། འདིར་སྐྱེས་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བླ་བ་དང་གྱུར་ནས་འདི་ལྟར་གང་དག་ག་ཞ་དང་།  
 ཅེད་མོའི་དགའ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་དགའ་བ་དེ་དག་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཁོ་  
 བོ་ཅག་ནི་དུས་རིང་པོར་ག་ཞ་དང་། ཅེད་མོའི་དགའ་བ་ལ་གནས་པས་དེ་  
 རྣམ་ཤི་འཕོས་པ་ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་  
 ཡིད་ཀྱི་སྤང་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ལྟ་ཡོང་དོ། །དེ་དག་དུས་རིང་པོར་གཅིག་  
 ལ་གཅིག་པན་ཚུན་ལྟ་ཞིང་ཡིད་ཀྱི་སྤང་བས་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །དེ་རྣམ་ལུས་  
 ཤི་འཕོས་པར་གྱུར་ཅིང་། འདིར་སྐྱེས་པར་གྱུར་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་  
 སེམས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བླ་བ་དང་  
 གྱུར་པ་དང་། འདི་སྐད་དུ། གང་པན་ཚུན་ཡིད་སྤང་བར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྟག་  
 པའོ། །ཡང་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་པན་ཚུན་ཡིད་སྤང་བར་བྱས་པས་དེ་རྣམ་ཤི་འཕོས་  
 པ་ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐེར་འོ། །མཐའ་དང་ལྷན་པ་དང་མཐའ་  
 དང་མི་ལྷན་པར་སྤྲོ་བ་བཞི་ནི་འདི་ན་དགོ་སྦྱོང་ངམ། བཅ་ཐེ་དང་འགའ་ཞིག་  
 བདག་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐའ་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་པ་ན་ཤེས་པ་རྒྱུང་བ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། གང་པན་ཆད་ཤེས་པ་མི་འཇུག་པ་དེ་ལ་མཐའ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རབ་  
 ཏུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་སེམས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་གྱིས་སྤྱིང་དང་།  
 འོག་དང་། ཐད་ཀར་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐའ་མཐོང་བར་མ་གྱུར་པ་ན།  
 འཇིག་རྟེན་ནི་མཐའ་དང་མི་ལྡན་པའོ་ཞེས་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་མིའི་  
 འཇིག་རྟེན་ནི་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ནི་མཐའ་  
 དང་མི་ལྡན་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་འཇིག་རྟེན་ནི་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན།  
 མཐའ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་དོ། །ཡང་དགེ་སྤྱོད་དང་བྲམ་  
 ཟེ་རྟོག་གི་དང་ལྡན་པ། དཔྱེད་པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་འགའ་ཞིག་ནི་དེས་  
 རྟོག་གི་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་སྒྲོས་འདི་ལྟར་དཔྱེད་དེ། གང་རེ་ཞིག་འཇིག་  
 རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡང་མི་བདེན་པ་ཡིན་  
 ལ། ད་ལྟ་གང་ཡང་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་མི་ལྡན་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་མི་བདེན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ནི་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་མཐའ་  
 དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཆད་གཞལ་བར་  
 མི་རྒྱས་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། འདི་ལྟར་ཆངས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ནས་ལྡང་བའི་བར་ལ་མཐའ་ཡོད་པས་དེས་ན་མཐའ་མེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དག་གི་རྣམ་པར་གཤམ་བ་ཅན་བཞི་ནི་འདིར་  
 འགའ་ཞིག་ལ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཅི་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ།  
 མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་དྲི་བ་དྲིས་པ་ན། དེ་རྟགས་ཀྱི་དོགས་པའི་འཇིགས་  
 པས་རྟགས་ན་མི་རུང་ངོ་སྤྲུལ་ནས་ཆོག་གིས་གཤམ་བར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་བུ་



ཡང་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཡང་མ་ཡིན་གཞན་ཡང་མ་ཡིན་འདི་ཡང་མ་ཡིན་  
 དེ་ཡང་མ་ཡིན་འདི་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་བར་གྱེད་དེ། དེ་བཞིན་  
 དུ་ཅི་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་ངེས་པ་ན། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་  
 འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་ནི་བདག་གི་མངོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་ལ།  
 འོན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་ཡང་། ལྷའི་མིག་དང་ལྷན་པ་  
 འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་རིག་པ་དག་ཡོད་པས། དེས་བདག་རྟུགས་པར་བྱས་  
 པར་འོང་དོ་ཞེས་བརྟུན་སྒྲུབ་ན་འཇིགས་པས་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གིས་གཡེང་བར་གྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་  
 ལ་འདི་ལྟར་དག་འམ་ཞེས་ངེས་པ་ན་བདག་གིས་ངེས་པར་དག་བ་ནི་འདི་ལྟ་  
 བྱའོ་ཞེས་ཡང་དག་པ་རྒྱུ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་ལ། བདག་གིས་ངེས་  
 པར་ཤེས་ཤིང་མཐོང་ཡང་དག་བ་ནི་འདི་ལྟ་བྱའོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་ན་ཡང་  
 བདག་དེ་ལ་ཕན་འདོགས་པར་འགྱུར་ལ། ཤེས་ཤིང་མཐོང་ལ་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་ན་ཡང་བདག་དེས་ཆར་གཙོད་པར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་ན་ཕན་  
 འདོགས་པ་དང་། ཆར་གཙོད་པའི་འཇིགས་པས་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཆོག་གིས་གང་ཟག་གཡེང་བར་གྱེད་དོ། ། དེ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་  
 ཤིན་ཏུ་ཁྱམ་ཞིང་སྤོངས་པར་གྱུར་པ་དེ་ལ་དེ་ངེས་པ་ན་མཐུན་པས་ལན་  
 འདེབས་པར་མི་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་  
 ཡང་མ་ཡིན། གཞན་དུ་ཡང་མ་ཡིན་གཞན་དུ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཆོག་གིས་རྣམ་པར་གཡེང་བར་གྱེད་པའོ། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་

བར་སྒྲ་བ་གཉིས་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་སྣ་ཡོད་དེ།  
 དེ་དག་ལ་ནི་འདུ་ཤེས་འབྱུང་བར་གྱུར་པ་ཙམ་གྱིས་ལྷས་འཆི་འཕོ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ལས་ཁ་ཅིག་འདིར་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་  
 སེམས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བློ་བར་  
 གྱུར་ལ། འདི་སྐད་དུ་བདག་སྟོན་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་  
 བདག་ནི་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་རྟོག་གི་པར་གྱུར་པ་ཁ་ཅིག་ནི་རྟོག་གི་དང་བཅས་པའི་  
 རིམ་གྱིས་རང་གིས་མཐོང་བ་དང་། རང་གི་སྟོབས་པས་བདག་དང་འཇིག་  
 ཉིན་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྟོན་གྱི་  
 མཐའ་ལ་རྟོག་པ་བཙུང་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་འདུ་  
 ཤེས་སུ་སྒྲ་བ་བཙུ་བྱུག་ནི་བདག་དང་འཇིག་ཉིན་ནི་གཟུགས་ཅན་འདུ་ཤེས་  
 དང་ལྡན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་ནི་གཟུགས་མེད་པ་འདུ་ཤེས་དང་ལྡན་  
 པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་དང་འདུ་ཤེས་ནི་གཟུགས་ཅན་ཡང་ཡིན་  
 གཟུགས་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་དང་འདུ་ཤེས་ནི་  
 གཟུགས་ཅན་ཡང་མ་ཡིན། གཟུགས་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 ཉིད་བདེན་གྱི་གཞན་ནི་སྔོངས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་  
 མཐའ་དང་ལྡན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་མཐའ་དང་མི་  
 ལྡན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་མཐའ་དང་མི་ལྡན་པའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་མཐའ་

དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་མཐའ་  
 དང་ལྷན་པ་ཡང་མིན་མཐའ་དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་མིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་  
 བདེན་གྱི་གཞན་ནི་བརྟུན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བདག་འདུ་ཤེས་  
 ཅན་ནི་གཅིག་ཏུ་བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཅིག་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། བདེ་བ་ཡང་ཡིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདེ་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་བདེན་གྱི་གཞན་  
 ནི་གཉི་ཟུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་གཅིག་ཕྱའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་དུ་མའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་  
 མཐའ་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་ཅན་ནི་ཆད་མེད་པའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་རྣམས་ཉིད་ནི་བདེན་གྱི་གཞན་ནི་གཉི་ཟུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 འདུ་ཤེས་མེད་པར་སྒྲིབ་བ་བརྒྱད་ནི་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་འདུ་ཤེས་མེད་པ་  
 གཟུགས་ཅན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། གཟུགས་ཅན་ཡང་ཡིན་གཟུགས་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 བདག་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ཅན་ཡང་མ་ཡིན། གཟུགས་མེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་མཐའ་དང་ལྷན་པ་དང་། བདག་མཐའ་  
 དང་མི་ལྷན་པ་དང་མཐའ་དང་ལྷན་པ་ཡང་ཡིན་མཐའ་དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་  
 ཡིན་པ་དང་། བདག་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་མཐའ་དང་ལྷན་པ་ཡང་མ་ཡིན།  
 མཐའ་དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་བདེན་གྱི་གཞན་ནི་  
 གཉི་ཟུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྒྲིབ་

བརྒྱུད་ནི་བདག་གཟུགས་ཅན་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་གཟུགས་  
 ཅན་ཡང་ཡིན་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཟུགས་  
 ཅན་ཡང་མ་ཡིན་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་མཐའ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པ་དང་། བདག་  
 འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་ནི་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་དག་ཉིད་བདེན་གྱི་གཞན་ནི་གཏི་ལྷག་གོ་ཞེས་བྱའོ། ། མཐོང་བའི་  
 ཆོས་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་སྤྲོད་པ་ལྟེན་ནི། འདི་ན་དག་སྤྱོད་ངམ་བྲམ་བེ་  
 འགའ་ཞིག་འདི་སྐད་དུ། གང་གི་ཆེ་བདག་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟ་མཆོངས་  
 བར་ཐོབ་ཅིང་མཆོངས་པར་སྤྱོད་ལ་མཆོངས་པར་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིང་།  
 ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་བདག་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་མྱ་ངན་ལས་  
 འདའ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་འདི་སྐད་སྤྲོད་ཏེ། འདི་  
 ཡང་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་འདི་བས་  
 མཆོག་ཏུ་གྱུ་རྟོམ་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་དེ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་བདག་  
 འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་པ་སྒྲིག་པ་མི་དག་བའི་ཆོས་རྣམས་ལས་དབེན་པ།  
 རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ། དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་  
 དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་བསམ་གཏན་དང་པོ་མངོན་པར་བསྐྱབས་ནས་  
 གནས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་རེ་ཞིག་བདག་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་

བ་དང་། བཞི་བ་མངོན་པར་བསྐྱབས་ནས་གནས་པ་ནི་རེ་ཞིག་བདག་མཐོང་  
 བའི་ཆོས་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 ཆད་པར་སྤྱོད་པ་བདུན་ནི་འདི་ན་འགའ་ཞིག་བདག་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་  
 ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་ཅན་ཏེ། བ་དང་མ་ལས་བྱུང་བ་ཆད་ཅིང་ཉམས་  
 བར་འབྱུར་བ་དེ་ཅ་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་བདག་ནི་ཡང་དག་པར་ཆད་པར་  
 འབྱུར་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་གཞན་དག་ནི་གང་གི་ཆེ་བདག་འདོད་  
 བ་ན་སྤྱོད་པའི་ལྷན་ལུས་ཁམ་གྱི་ཟས་ཀྱིས་མཆོ་བར་གྱུར་ཅིང་། རྣམ་པར་  
 འཇིག་པར་འབྱུར་བའི་སྤྱིར་བདག་ནི་ཡང་དག་པར་ཆད་པར་འབྱུར་བ་ཡིན་  
 ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་གཞན་དག་ནི་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལྷན་ལུས་ཡན་  
 ལག་དང་། ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། དབང་པོ་མ་ཆང་བ་  
 མེད་པ། རྣམ་པར་འཇིག་པར་འབྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་ཡང་དག་པར་ཆད་  
 བར་འབྱུར་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། དེ་ལས་གཞན་པ་དག་ནི་གང་གི་ཆེ་  
 བདག་གཟུགས་མེད། འདུ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྤྱི་  
 མཆེད་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་དང་། འདུ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་  
 སྤྱི་མཆེད་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་དང་། འདུ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་  
 སྤྱི་མཆེད་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིང་། རྣམ་པར་འཇིག་པར་གྱུར་པ་ནི་བདག་ཡང་  
 དག་པར་ཆད་པར་འབྱུར་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་གཞན་གྱི་སྤྱིས་པ།  
 འདི་ཡང་ཡང་དག་པར་ཆད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གང་ཡང་  
 བདག་གཟུགས་མེད་པ། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྤྱི་མཆེད་ཐོབ་

པར་གྱུར་ཅིང་། རྣམ་པར་འཇིག་པར་གྱུར་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་ཡང་དག་  
 པར་ཆད་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། འདི་དག་ནི་ལྟ་བ་ངན་པའི་སྤང་  
 བ་བྱུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ག་ཞེགས་པ་ནི་དེ་དག་བདེན་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མཐུན་ནས་དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 འཇིག་རྟེན་ནི་དེ་དག་ལ་འཇིན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤྲོད་ས་པར་གྱུར་པའོ། །  
 ཞིན་ཏུ་སྤྲོད་ས་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ཉིད་དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་  
 གཉིས་ལས་གྲོལ་བ། རྣམ་མཁའ་དང་འབྲ་བ་གོས་པ་མེད་པའི་དོན་དམ་པའི་  
 སྤྲོད་ཏུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་བགྱི་བར་བཞེད་པས་འཇིག་རྟེན་འདི་ལྟ་  
 བ་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་ཕན་པ་བདེ་བ་སྦྱིད་  
 པས་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ལ་ཕན་གདགས་པའི་སྤྱིར་རྟེ། དེའི་དོན་ཏུ་སྟེ། གང་  
 གིས་ལྟ་བ་ངན་པར་སྦྱང་བའི་འཇིག་རྟེན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་ལ། འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་ཡོངས་སུ་མཐུན་པས་ཁམས་གསུམ་ལས་ཞིན་ཏུ་  
 འདས་ཀྱང་སྟོན་པར་མཛད་པའོ། །འཇིག་པར་འགྱུར་པའི་དོན་གྱིས་ན་གང་  
 གིས་དེ་ལྟར་མཐུན་པ་དེ་ལ་འདུད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུག་འཆལ་བའོ། །དེ་ལྟར་  
 བསྟན་པའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་མཆན་བརྗོད་པའི་སྟོན་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པར་བསྟན་པ། དེ་ལྟར་འདི་ནི་དབུ་མ་ཡི། །སྒྲིང་པོ་མདོར་བསྐྱུས་བྱས་པ་  
 ཡིན། །སྟོན་མདོ་སྟེ་དུ་མ་ཡི། །གཟུགས་བརྟན་བལྟ་བའི་མེ་ལོང་ཡིན། །  
 དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་རིམ་པས་སོ། །མཐའ་གཉིས་



རྣམ་པར་སྤངས་པས་དབྱུང་དང་འབྲས་ན་དབྱུང་མ་སྟེ། དབྱུང་ཉིད་དབྱུང་  
མའོ་ཞེས་རང་གི་དོན་དེ་ལ་པན་པ་བརྗོད་པའོ། །དབྱུང་མའི་ལམ་དེ་སྟོན་པར་  
བྱེད་ཅིང་། སློགས་པར་བྱེད་པས་ཀ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྐད་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲ་  
ལས་དབྱུང་མའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་བའམ། དབྱུང་མ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གང་  
ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དབྱུང་མའོ། །ཡང་ན་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གིས་བརྗོད་པ་ཡིན་  
པས་དབྱུང་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དབྱུང་མའི་བྱུང་པའི་མཐའོ། །འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
བཤད་མ་ཐག་པའི་རྫོགས་པའི་བསྟན་བཅོས་སོ། །མདོར་བསྡུས་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི། ཆོག་གི་རིམ་པ་རྒྱས་པ་སྤངས་པའོ། །སྟོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་པོའི་  
དོན་སྒྲུབ་པ་བྱེད་པའོ། །བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་བཀོད་པ་སྟེ། བདག་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་དཔྱེད་པར་བྱེད་པས་སོ། །དེས་ན་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པའི་  
སློབ་དཔོན་བདག་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །སློབ་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སློབ་ནི་རིགས་  
པ་དང་མི་རིགས་པ་དཔྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། གང་དག་ལ་དེ་ཡོད་  
པ་ནི་སློབ་ལྷན་ནོ། །མདོ་སྟེ་དུ་མའི་གཟུགས་བརྒྱན་ལྟ་བུའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུངས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་མ་ལུས་  
པའི་ཡང་དག་པའི་དོན་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རང་གི་དོ་བོ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པས། འི་མ་  
མེད་པའི་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ལྟར་དབྱུང་མའི་སྟོང་པོའི་བསྟན་བཅོས་འདིའི་  
སྟོན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་  
སྟེ་མ་ལུས་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་བསྟན་བཅས་འདི།     |ཡང་དག་བཀྲོལ་ནས་དགོ་  
བ་ནི།     |ཅུང་ཞིག་བདག་གིས་གང་ཐོབ་དེས།     |འགྲོ་ནམས་བྱང་ཆུབ་སྒྲོང་  
གྱུར་ཅིག་དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས།     བསྒྲོང་པ་དང་  
མཚན་བསྟན་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ།།     ||

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་འགྲེལ་པ་རྟོག་གི་འབར་བ།  
སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་བྱས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།།     ||

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་རྟོག་གི་འབར་བ་འདི།     |མཁས་བཙུན་ཤེས་རབ་འོད་  
གསལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱར།     |དེ་ཡི་བསོད་ནམས་ཅུང་ཞིག་གང་ཐོབ་དེས།།  
སྟོན་པ་སྟོ་གསལ་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་དང་།     |འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་མ་  
ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།     |ལོག་རྟོག་ལྟ་བུའི་དྲི་མ་ཀྱན་སྤངས་ནས།     |འགྲོ་ཀྱན་  
བྱང་ཆུབ་འཆང་རྒྱ་ལྱུར་ཐོབ་ཤོག     |གཟིགས་པ་ནམས་ཀྱིས་མི་བཅད་མི་  
བསྒྲིང་ཞུ།     |ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཞིར།     |རྒྱར་གར་གྱི་  
མཁན་པོ་དྲི་པི་ཀ་ར་ཤྲི་རྩེ་ནའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་དང་།     ལོ་རྒྱ་བ་དགོ་སྒྲོང་ཆུ་ལ་  
ཁྲིམས་རྒྱལ་བས་བསྐྱར་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ།།

ཡིག་འོར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འགྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཞེ་བཅས་ཞུ་ཆོག

ལྷ་རྒྱལ་བྱང་།     marjamson618@gmail.com