



༣༣། །སེམས་སྤྱོད་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་རྣམ་འགྲེལ་  
མཆོ་སྐྱེས་བླ་མ་དགེའུ་པའི་ཞལ་ལུང་།

༼ཨ༽

བྱུང་བདག་པ་པར་སྐལ་བཟང་གིས་གསུངས།  
མཁན་ཨ་ཆོས་གྱིས་ཡི་གེར་ཕབ།

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།

༡༡། གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྤོན་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་  
བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོ་སྤྱེས་  
ལྷ་མ་དགེས་པའི་ཞལ་ལུང་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།  
༼ཨོ།

བྱུང་བདག་པ་ལྔ་པ་སྐུ་སྤྱུང་གིས་གསུངས།  
མཁན་པོ་ཨོ་ཆོས་ཀྱིས་བསྟུས།

ཀུན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།



འགོ་བརྗོད།	1
ཉིན་དང་པོའི་ཆོས་ཁྲིད།	4
༼ཨོ༽ ཐོག་མར་དག་བ་ཁྲད་ཀྱི་དོན།	20
དང་པོ་མཚན་སྒྲིམ་པ།	20
གཉིས་པ་ཕྱག་འཆའ་བ།	44
གསུམ་པ་མཚན་པར་བརྗོད་པ།	46
བཞི་བ་རྩེ་མ་པར་དམ་བཅའ་བ།	63
དང་པོ་ཐོག་ཕྱི་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་བསྟན་པ།	63
གཉིས་པ་རྩེ་མ་པར་དམ་བཅའ་བ་དངོས།	64
ཉིན་གཉིས་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	70
༼ཨུ༽ བར་དུ་དག་བ་གཞུང་གི་དོན།	81
སྒྱི་དོན་ཁོག་འབྲུབས་པ།	81
ཉིན་གསུམ་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	133
ཨོ༽ སེམས་སྦྱོང་དང་པོ།	150
དང་པོ་ལུང་ལས་དཔག་ནས་བསམ་པ།	150
གཉིས་པ་མན་ངག་གི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོམ་པ།	179
ཉིན་བཞི་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	194

ཨ། སེམས་སྒྲུང་གཉིས་པ།	205
དང་པོ་ལུང་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་ནས་བསམ་པ།	205
གཉིས་པ་སྒོ་བྱེད་དེ་ཐབས་ཀྱིས་སྒྲོམ་པ།	216
ཉིན་ལྔ་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	228
ར། སེམས་སྒྲུང་གསུམ་པ།	240
དང་པོ་ལུང་ལས་དཔག་ནས་བསམ་པ།	240
གཉིས་པ་དེའི་དོན་མན་ངག་ལག་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསམ་པ།	256
ཉིན་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	292
ཉིན་བདུན་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	327
ཉིན་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཁྲིད།	373
པ། སེམས་སྒྲུང་བཞི་པ།	384
དང་པོ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྟག་པ།	384
གཉིས་པ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་དངོས།	396
དང་པོ་བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ།	396

## འགོ་བརྗེད།

སྒྲོས་པའི་མཚན་མ་ཡང་ཡེ་མི་མངའ་ན་མ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ལྡན་སྟོང་པའི་དབྱིངས།  
འོད་གསལ་ལྡན་གྲུབ་སྐྱེད་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲུང་བའི་དབྱིལ་འཁོར་རྒྱུ།  
མ་འགགས་སྤྲུགས་རྗེའི་རོལ་པ་ཕན་བདེའི་འོད་སྟོང་གང་འདུལ་འགོ་བའི་དཔལ་དུ་ཆས།  
སྐྱེ་གསུམ་སྟོན་པའི་བདག་ཉིད་རིགས་ཀུན་འདུས་ཞལ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།

མད་བྱུང་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ལྷ་བརྒྱའི་སྟོན་ལྷགས་ཀྱིས།  
བཅུ་གཉིས་མཛད་པའི་འདོད་དགུ་ཡིད་བཞིན་སྟོན།  
ཚོད་ལྡན་འགོ་བའི་དཔལ་དུ་ཉེར་འཛོལ།  
སྟོན་མཆོག་ལྷ་མིའི་སྒྲ་མར་གྲུས་ཕྱག་འཚལ།  
སྲིད་རྩའི་ཀུན་རྟོག་འཛམས་པའི་གཉེན་གཅིག་ཕྱ།  
ཐེག་གསུམ་ནི་བསེལ་དམ་པའི་བདུད་རྩི་དང་།  
ལུང་རྟོགས་ནོར་བུའི་རྒྱན་གྱིས་ལེགས་སྤྲད་པའི།  
བསྟན་པའི་རྩ་ལག་ཆོགས་ཀྱི་དམ་པར་འདུད།  
སྐྱ་ཡི་བཀོད་པ་རབ་འབྱུངས་ཞིང་གི་རྒྱན།  
གསུང་གི་སྒྲུང་བ་ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་ཏེ།  
སྤྲུགས་ཀྱི་མཁའ་པ་ཤེས་བུའི་རྗེས་འགོ་བ།  
སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་པར་ཀླ་རྒྱ་རས་སྟོངས།

སྒོམ་འགོ་སེམས་སྒྲིང་བདུན་གྱི་དོན་ཁྲིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོ་སྒྲིམ་གྲྭ་མ་དགེས་པའི་ཞལ་ལུང་།

---

གཞི་དབྱིངས་མི་འགྱུར་དག་པ་གཉིས་ལྡན་བྱ་རྩོལ་མེད་པའི་གྲོང་ཆེན་པོར།  
རྣམ་བུང་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྷ་རྫོགས་འཛུལ་བུའི་གསེར་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཅན།  
མདོ་སྒྲགས་རབ་འབྱམས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་མ་དྲོས་མཆོ་ཡི་རྒྱབས་སྤེང་འཕྱོ།  
ཐེག་དགུའི་ལེགས་བཤད་ཁ་འབབ་རྣམ་བཞིའི་རྒྱན་མཆོག་སྒྲོལ་མཁས་ངག་གི་དབང་།

རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་དགོངས་པའི་རྩལ་རྫོགས་དགའ་རབ་དཔའ་བོའི་རྣམ་ཐར་སྟེག།  
རིག་པའི་གྲོང་ནས་ཆོས་གཏེར་རབ་བརྗོལ་གིང་རྟ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལ་འབྱུག།  
ཟབ་དོན་སྒྲིང་ཐེག་གདམས་པས་རྣམ་གྲོལ་འབྲས་བུའི་དུས་སྟོན་སྤར་ཡང་བསུས།  
མཁུན་རབ་སྤྲུགས་བཅེའི་འོད་ཟེར་སྒྲོང་ལྡན་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིང་ནས་བྲན།

ཡུན་ཆོགས་རིན་ཆེན་བདུན་གྱི་འབྱོར་པ་ཆེ།  
བསོད་ནམས་སྟོབས་གྱི་འཁོར་བསྐྱུར་ལོངས་སྒྲིང་དེ།  
སྒྲིང་ཐེག་གསང་བའི་མན་ངག་སེམས་སྒྲིང་བདུན།  
ཐར་འདོད་སྐལ་བཟང་སྒྲིང་གི་ཁོར་བུ་ཉིད།

རྒྱལ་དབང་པདྨའི་ཞལ་སྒྲིན་མཚུངས་མེད་རྗེས།  
ལུང་རིགས་མན་ངག་བཅུད་གྱི་ལྷགས་ཆབ་བཅས།  
ལས་ཅན་དག་པའི་འཁོར་ལ་ལེགས་བསྐྱུལ་བའི།  
ཞལ་ལུང་ཉམས་མེད་འགོ་ལ་ཕན་སྤྱིར་དགོད།

དེ་ཡང་གསང་ཆེན་སྲ་འབྱུང་བའི་བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་དུ་དམ་ཚུགས་ཆེན་ཨོ་  
རྒྱན་བསམ་གཏན་ཆོས་སྤིང་གི་ཡང་དབེན་པ་སྒྲུབ་ཐང་ལུང་རྟོགས་པ་སྒྲུབ་པའི་དགའ་ཚལ་དུ།  
མེ་མོ་སྤང་གི་ལེ་འི་ཚུ་སྟོད་ཟླ་བའི་ཆོས་འཁོར་དུས་བབ་ནས་དབུ་བཙུམས་ཏེ། ལས་  
ཅན་དག་པའི་འཁོར་ཆོགས་རྒྱ་མཚོ་ལ། རྒྱལ་དབང་པ་སྒྲུབ་པའི་ཞལ་སྤྱོད། མཁས་  
བཙུན་གྲུབ་པའི་དབང་ལྷན། ཡང་དར་བསྐྱར་པའི་ཤིང་རྩ། དེལ་གྱི་སྤྲད་དུ་མཚན་  
ནས་སྒྲོམ་ན་ལ་བྱུང་བའི་འཁོར་ལེ་འི་མགོན་པོ་སྐུ་བས་རྩེ་པ་སྒྲུབ་པ་བཟང་རིན་པོ་ཆེ་  
མཚོག་གིས། བརྗོད་པ་རབ་སྤངས་སྒྲོ་འདས་ཀ་དག་ཆེན་པོའི་དགོངས་སྒྲོལ་ལས་མ་  
གཡོས་བཞིན་དུ། རྒྱན་གྲུབ་སྐུ་འཕུལ་རྩེ་རྩེའི་རོལ་མོ་འབྱུམས་སུ་གྲྲས་པའི་རང་  
བཞིན་ཉིད། འགག་མེད་ཐུགས་རྩེའི་རོལ་ཅུལ་ཅིར་ཡང་བསྐྱར་བའི་ངོ་མཚར་ལས།  
ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་བདེན་དོན་རབ་གསལ་ཐབས་ཆེན་གསང་བའི་སྐུར་ལམ་ནས་བྱུང་འདུག་  
གི་འབྲས་བུ་ཕངས་མེད་བསྐུལ་བའི་ལེགས་བཤད་ཚངས་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་  
གསུངས་སྟེ།



## ཉིན་དང་པོའི་ཆོས་བྲིན།

ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མདོ་སྤྲུགས་གང་ཞིག་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་ཡང་  
མེད་དུ་མི་རུང་བ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་  
ཆེད་དུ། དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན་ནས། དེའི་ནང་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ལག་  
ལེན་ལ་ཐེབས་པར་བྱས་ནས་འགོད་དགོས་སྒྲུལ་པའི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་སྒོམ་དུ་འགོ་བའི་སྒོ་ནས། ཐམས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲུགས་གྱི་བྱུང་  
ཆོས་ཐུན་མིན་གྱི་ལྟ་སྒྱུར་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་དང་མི་འབྲལ་བར་ཉན་རྒྱུ་འདི་  
ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་རེད། སྒྱིར་འུ་ཅག་བོད་ན་དར་བའི་དམ་ཆོས་འདི་ཐུབ་པའི་མདོ་  
སྤྲུགས་གྱི་ཆོས་ཚུལ་རབ་འབྱམས་སྒྱེས་དུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ཆ་ཆང་བ་ཡིན་ཞིང་།  
འགྱུར་སྤྱི་ཕྱི་ཆོས་བརྒྱུད་གསར་རྙིང་གི་ཆོས་ལམ་ཁྲུགས་པ་ཆང་མ་ཐོག་ཆེན་མདོ་སྤྲུགས་  
གྱི་ཉམས་ལེན་གནད་དུ་བྲིལ་བ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཟང་ན། ཐམས་ཅད་  
ཐོག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་ཁྲུགས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་དང་། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་  
མེད་དང་། གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་བྲིལ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་འདུ་བ་  
ལམ་གནད་དུ་འཛིན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་དགོས། འོན་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་  
སྒྲོབས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་མོས་པ་སྐྱ་ཆོགས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་བསམ་  
པ་ཐད་ཡིན་པས། དང་པོ་ཆོས་སྒྲོར་ཁྲུགས་དུས་ནས་ཐོག་ཆེན་གྱི་རིགས་སད་པ་  
དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མ་ཡིན་པར་ངེས་ཤིང་འདྲོངས་པ་གཞིར་བྱས།  
སྒྲིང་རྩིས་རྒྱུད་གང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་དཀའ་བར་མ་ཟད། རང་དོན་བདེ་བ་རྒྱུད་རྒྱུད་

ཞིག་གི་དོན་ཡིན་ཡང་གི་མདུང་གཉིས་ཀྱི་ཁར་ལྷེབ་དགོས་བྱུང་ན་དེ་ལ་འཆང་ཁ་བྱེད།  
 གྱུང་པམ་ཁ་ཞིག་ཁུར་འདུག་བསམ་ན་མཁམ་སྒོའ་པ་མ་དང་། གྲོགས་དགའ་མཛེས་  
 ཡིན་ཡང་དེའི་མགོ་ལ་བརྟེན་མཁམ། མཐོན་པོ་ལ་ཕྱག་དོག་དམའ་མོ་ལ་ང་  
 རྒྱལ། མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས། བསྟོད་འདུག་བསམ་དུས་ང་རྒྱལ་གྱིས་  
 དེགས་པ་སྦྱིས། སྦྱང་འདུག་བསམ་དུས་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱང་གིས་ཁོག་པ་གང་།  
 བསམ་པ་ངན་པ། གཡོ་སྦྱུའི་ངན་འཕྱལ། སྦྱིད་ན་སྦྱིད་མི་ཐེག་པ་སྦྱུ་མ་རྩེ་ཐོག་  
 ཏུ་བཞག་པ་འདྲ་འདྲ། སྦྱུག་ན་སྦྱུག་མི་ཐེག་རྩེ་མ་སྦྱིད་ཁྱུག་ཏུ་བྲངས་འགོ་བ་སྦྱེ།  
 སོ་སའི་སྦྱེ་བའི་སེམས་ནི་དེ་འདྲའི་ཅེས་རྒྱུ་ཡིན། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལ་མ་  
 ཐུག་གི་བར་དུ་སེམས་ཅན་སེམས་ཀྱི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་སོང་། སེམས་ཀྱང་ཉོན་  
 མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་། ཉོན་མོངས་པ་དེས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ལས་མངོན་  
 པར་འདུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་རྣམས་ཆོགས་ནས་འཁོར་བའི་སྦྱུག་བསྐྱལ་སྦྱ་ཆོགས་པ་འདི་  
 གྱུང་བ་ཡིན་པས། ཆོས་འཆད་དུས་སྒྲ་མས་ཆོག་གཅིག་གིས། མ་ནམ་མཁའ་  
 དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མ་ཡིན་གསུངས་པ། ཁ་ཡིས་རྗེས་སྒྲོས་  
 ཅམ་ཤེས་ངེས་མོད། དོན་ལ་དེ་འདྲ་བསམ་པ་དགའ་བར་སེམས། དེ་ལྟ་ན་སྦྱུབ་  
 པའི་ཆོས་སྒྲོ་རབ་འབྱམས་སྐྱས་ཀྱི་ཐེམ་པ་བཞིན་དུ་གསུངས་ཡོད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ནས། ཆོ་ལུས་འདིའི་ཐོག་ནས་འཁོར་བའི་སྦྱུག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་བ་  
 ཞིག་བྱ་དགོས་ན། ཇི་སྐད་དུ། ཡོད་ན་སངས་རྒྱུ་སྦྱུབ་ལ་དེས་ཆོག་  
 ཅིང་། མེད་ན་སངས་རྒྱུ་སྦྱུབ་ལ་ཐབས་ཆག་པ། ཁངས་རྒྱུ་བསྐྱུབ་པའི་ས་  
 བོན་མ་ཞོར་བ། ཁྱམ་དག་བྱང་རྒྱུ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པར་ཤོག ཁེས་  
 གསུངས་པ་བཞིན་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་གི་ཞོར་བུ་དེ་

རྒྱུད་ལ་མི་སྒྱུད་ཐབས་མེད་ཡིན། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་རང་  
གཞན་གཉིས་ཀའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་ཞེ་སྤྱབ་བསམ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ལམ་དེ་ནས་མ་  
བརྒྱུད་པར་འགྲོ་ས་མེད། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་དུས་དཀའ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་བསྐྱེད་དགོས། སྤྲོ་ནའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ཐེག་  
དམན་ཉན་རང་གི་ལམ་ལ་འཇུག་བསམ་ན་དེ་ནི་སེ་སེ་རེད། དེའི་ཕྱིར་ན་སྒྱོ་སྒྱུང་གི་  
ཆོས་འདི་དང་པོར་གཞན་ཆེ་བས་མ་ཆད། བར་དུ་སྒྱོ་སྒྱུང་གི་ཆོས་དེ་དང་མི་འབྲལ་  
བར་ཉན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཐམས་ཡུང་དེའི་ཐོག་ནས་རང་གཞན་གཏན་བདེའི་ལམ་རྟེན་  
པའི་བཅོམ་སར་བེན་དགོས་ཏེ། སྒྱོ་སྒྱུང་སྒྱོ་སྒྱུང་རང་གི་སྒྱོ་སྒྱུང་ས་ཤིག་ སྒྱོ་སྒྱེག་  
རྣམ་བཞིས་རང་གི་སྒྱོ་སྒྱུང་ན། །ལུས་ངག་དག་བ་སྒྲ་གཅིག་མེད་ན་ཡང་། །ཐར་  
པའི་ལམ་ལས་འགྲོ་ས་གཞན་དུ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། ཐར་པ་ཞེས་པ་  
འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པ་ལ་གསུངས། སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་ཐར་ན་བདེ་བ་  
ཐོབ་པ་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་བདེ་བའི་མཆོག་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པའི་ལམ་སྤྱི་བེན་ནས་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་རིམ་གྱིས་ཐོབ་དགོས་པ་ཡིན་དུས། བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་ཐར་པའི་ལམ་སྤྱི་བེན་ནས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད། དེས་ན་རང་གཞན་བར་གསུམ་ཆོང་མས་ཉིན་མི་ཁོམ་མཆོན་མི་  
དལ་བར་རྒྱུག་རྒྱུག་འདུར་འདུར། ལས་ལས་བཅས་བཅས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་བདེ་བ་  
ཞིག་ཞེ་ཐོབ་བསམ་པར་མ་གཏོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་མི་ཐར་བའི་ཆེད་དུ་ཅི་ལ་ཡིན།  
བདེ་བ་དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཐོབ་དགོས་པའི་ཚུལ་ལ་འདང་རྒྱུ་ན་མིའི་བདེ་སྤྱད་གི་  
ཡོང་སའི་གཞི་རྟེན་དེ་ལུས་སེམས་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་གཙོ་བོ་  
སེམས་ཡིན། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྒྱུད་དེ་དམ་པའི་ཆོས་ལས་མ་གཏོགས་རྟེན་ཐབས་མེད་

ཅིང་། སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྟེན་དེ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཉི་མ་ནང་ནས་ཤར་དུས།  
 ཆོ་འདིར་བདེ་ཕྱི་མར་སྤྱོད། ཆོ་འདིར་སྤྱོད་དེས་ཏེ་ཉེན་མོངས་དུག་ལཱི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 བསྐྱེད་པའི་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ན་ཆ་ཐམས་ཅད་རང་ཞིར་འགོ། ཕྱི་མར་སྤྱོད་  
 དེས་ཏེ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་གང་དག་འཕེར་ཉུལ་ནས། གཞན་པམ་སྤྱོད་རྗེའི་སེམས་  
 ཀྱིས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེམས་བའི་ཕྱིར་དུ། དཔུལ་བའི་མེ་དཔུང་  
 དུ་འགོ་དགོས་ན་འད་དེ་དུས་དག་འཁོར་སྟོ་བཞིན་དང་དུ་སྒྲུངས་ཏེ། དཔེར་ན་ངང་པ་  
 པརྒྱའི་མཚོར་ཞུགས་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པས་སོ། །དེས་ན་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་  
 ཆོས་དང་སེམས་རྒྱུད་འདྲེས། སྤྱོད་འབྲས་མཐོན་དུ་གྱུར་པའི་མི་དེ་ཆོ་འདིར་གནམ་  
 ས་ཁ་རྩེ་བ་ཀྱང་ཡང་བག་ཆ་དང་རེ་དོགས་མེད་ཅིང་། ཕྱི་མར་གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་ལ་  
 སྤྱག་མི་དགོས་པར་དཔུལ་བ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་དཔུལ་སྤྱོད་ཡི་དམ་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་  
 སུ་འཆར་བ་རེད། དེས་ན་བདེ་སྤྱོད་འདོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན། ཕྱི་དངོས་པོའི་  
 འབྱོར་པས་བདེ་སྤྱོད་ཡང་དག་པར་སྤྱོད་མི་ཐུབ། དེ་སྤྱོད་མ་ལུས་ནས་གནའ་རྒྱལ་པོ་  
 ང་ལས་ལུ་ཟེར་བ་དེ་འཛམ་བུ་གླིང་གིས་མི་ཆོད་པར་གླིང་བཞིའི་རྒྱལ་པོར་བྱས་ཀྱང་།  
 དེས་མ་འཆོངས་པར་ལྷ་ཡུལ་དུ་སོང་སྟེ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ཀྱི་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་  
 སུམ་ཅུ་སོ་བདུན་ཀྱི་རིང་ལ་དབང་བསྐྱུར། དེ་དང་གདན་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་འདོད་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཀྱང་། དེས་ཀྱང་མ་འཆོངས་པར་སློང་ན་གཅིག་པོ་  
 པས་འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་དུ་ལྷུང་ནས་ཤི་ལུགས་སྤྱག་པོར་གྱུར་ཏེ་ཤི་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་  
 བུ་རེད། དེས་ན་བདེ་སྤྱོད་དོ་མ་ཆོས་ཀྱི་ནང་ནས་རྟེན་རྒྱུ་ཡོད། འུ་ཅག་གིས་དུས་  
 རྒྱུན་གཏམ་དཔེ་བཀོད་དུས། རྒྱགས་པས་ཆོས་པོ། །སྟོགས་པས་རྒྱ་  
 པོ། །ཟེར་བ་དེ་ལ་གོ་བ་ཞིབ་ཏུ་སྒྲུངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་དེ། མི་སྟོགས་

པ་ལ་འདང་རྒྱག་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔེར་ན། མི་སྟོགས་པའི་ཁ་ལ་མེ་འབར་  
ན། །མཐོ་རྒྱལ་པོའི་མཁར་ལ་སྐྱས་འཇུགས། །ཟེར་བ་རེད། རྒྱལ་པོའི་  
མཁར་ལ་སྐྱས་བཙུགས་ན་སྒྲིབ་པོ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། གྲི་གི་ལྷག་གི་འདྲ་འདུག་  
བསམ་ནས་སྤྱི་འདང་རིང་པོར་མ་བྱས་པ་རེད། རྒྱགས་པས་ཆོས་དྲན་ཟེར་བ་དེ།  
མི་རྒྱགས་པས་ཅི་བྱེད་མེད་པར་ཆོས་དྲན་ཟེར་བའི་གོ་བས་མི་ཆད་པར། དེ་ལ་གོ་བ་  
ཟབ་མོ་ཞིག་ཡོད་དེ། རྒྱུ་ཞེས་ལོངས་སྒྲིབ། དཔལ་འབྱོར་མངའ་ཐང་ཅི་ཙམ་འབྱོར་  
ཞིང་རྒྱས་ནའང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཇེ་ཆེ་མ་གཏོགས་བདེ་བ་མ་རྟོག་ན། བདེ་བ་བཙུག་  
ས་ཆོས་མ་གཏོགས་མེད་པས་ཆོས་བཙུག་བ་རེད་ཅེས་པའི་གོ་བ་རང་ཤུགས་ལ་འབྱུང་བ་  
ཡིན། བྱད་པར་དུ་ཁ་སང་དེ་རིང་སྤྱི་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲིབ་ཐོན་གྱིས་  
ཆའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནང་ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ན། བྱ་བ་དངོས་པོའི་  
ཐོག་ནས་ཤེས་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ཆོས་ཟེར་རྒྱུ་འདི་ནང་གི་བདེ་བ་འཐོབ་  
བྱེད་ཀྱི་གཞི་རྩ་དོམ་དེ་རེད། དེ་ཡིན་ན་ད་རང་གི་བདེ་བའི་རྒྱུ་ཆོས་དེ་ཅི་འདྲར་བྱས་  
ནས་སྒྲིབ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ན། དམ་པའི་ཆོས་ཟེར་བ་དེ་སྤྱབ་པའི་དུས་སུ་སྒྲིབ་  
ནས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ཆོས་ཀྱི་འགོ་འཇུགས་དགོས། སྒྲིབ་ཡག་པོ་ཞིག་འབྱུང་ཡོད་  
དུས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་ཆོག་ལ། སྒྲིབ་ཡག་པོ་ཞིག་མེད་ན་ཅི་འདྲའི་ཉམས་  
ཏྲོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་ཟེར་ནས། སྤྱབ་པའི་ཏྲོགས་ནམ་མཁར་འཕུར་རུས་ཀྱང་ཁོ་  
རང་ལོག་པའི་རིགས་སྤྲགས་འདྲ་སྤྱབ་པ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ཐར་པའི་ལམ་དང་འབྲེལ་  
བ་མ་རེད། དེ་ཅི་རེད་ཟེར་ན་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ་ངོས་འབྱུང་དང་སྒྲིབ་ཇེ་ཡིན་པས་ངོས་  
འབྱུང་དང་སྒྲིབ་ཇེ་མེད་ན་དམ་པ་མིན་པས་བྱུང། དེས་འབྱུང་དང་སྒྲིབ་ཇེ་མེད་ཆད་  
དང་དམ་པ་མིན་པ་གཉིས་ཡིན་བྱུང་མཉམ་ཡིན་ཟེར་རྒྱུ་དེ་འདྲ་རེད། དེས་ན་རང་རེ་

ཆོས་རའི་ནང་དུ་འཛུལ་རྒྱུ་དེ་ནི་ཆོས་ལག་ལེན་བྱས་ནས་ཉན་དགོས་པ་དང་། ཉན་ན་  
 ཕན་ཐོགས་སུ་ལ་ཡོད་ཟེར་བའི་འགྲོ་ཕྱིགས་འདྲ་བ་ཏུ་ལམ་ཤེས་སོང་བ་རེད། གཏམ་  
 ཆོག་གཅིག་མ་གཏོགས་མ་བཤད། ལམ་ལས་གོམ་གསུམ་མ་གཏོགས་མ་སྒྲོམ་རུང་  
 ཁོ་རང་གི་ཚོད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་མེད་པ་ཞིག་ནི་སེམས་ཐོག་ན་མེད་པའི་སྒྲིན་པ་དང་།  
 མགོ་ནད་ཅན་འདྲ་ཡིན་ན་མི་ཤེས་མ་གཏོགས། དུད་འགྲོ་ཟོག་དང་ལ་ཁའི་རི་དྲགས་  
 ཤིག་ཡིན་ཡང་ལ་ཁར་འགྲོ་ན་ལྷོགས་པ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་རྩ་གང་ཡག་ཅིག་ཟ་རྒྱུ་ཨོ་ཆེད་  
 དང་། ལུང་ཁུང་དུ་འགྲོ་ན་སྒྲོམ་པ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་རྩ་རྩལ་གང་བཟུང་རྒྱུ་ཨོ་ལོན་བསམ་  
 པའི་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་ལོས་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོ་མི་ཞིག་ཡིན་དུས་དེ་བས་མཚོག་གི་  
 རིན་ཐང་ཡོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་འཛིན་དགོས། དེ་དགོས་ན་རང་རའི་ལྷ་བ་  
 ཡས་འབབས་ཡིན་ཡང་སྒྲོད་པ་མས་འཛིན་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་ལམ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱབ་དགོས་པ་རེད། དེ་ཅི་འདྲ་རེད་ཟེར་ན། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་  
 འདྲ་ཞིག་གཅེས་མ་ཤེས་པ་དང་གཅེས་མ་ཐུབ་པའི་སྒྲིན་དུ་དང་པོ་ང་རང་ཉིད་གཅེས་  
 ལུགས་ཤེས་པ་སྒྲིང་དགོས། རང་གིས་རང་གཅེས་མི་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་གཞན་ཅི་འདྲ་  
 གཅེས་ཤེས་ཐུབ། རང་གིས་རང་ཉིད་གཅེས་ལོས་ཤེས། རང་གིས་རང་ལ་གཅེས་  
 ནས་ཁོ་རྒྱལ་ཁ་ཡོད་ན་གྱི་མདུང་གི་ཕྱི་ར་ལྟེབ། ཁྱོད་ཕམ་ཁ་ཡོད་ན་དྲིན་ཆེན་པ་མ་  
 ཡིན་རུང་མགོ་སྒྲོར་གཏོང་མི་ཟེར་རམ། དེ་གཅེས་པ་མིན་ན་ཅི་ཡིན། གཅེས་ཆེ་  
 བའི་གནད་མེད་ན་རྒྱུད་བའི་གནད་ཡོད་པ་མ་རེད། རང་འདོད་དེ་གཞན་གྱིས་མ་  
 བསྐྱབས་རང་གིས་མ་སྐྱུངས་ཀྱང་ལོ་བས་ནས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ན། གོང་དུ་བཤད་  
 རྒྱུ་དེ་རང་གིས་རང་གཅེས་མ་ཤེས་པའི་རྒྱུ་མཚན་འགོད་པ་ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 རང་གིས་རང་གཅེས་ན་རང་གནས་སྐབས་ཤིག་ཏུ་བདེ་བར་མ་ཟད་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་བདེ་

ཐབས་ཤིག་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། ལས་ཅི་བྱས་ཀྱིས་བདེ་བ་ཞིག་ཨེ་ཐོབ། སྦྱིད་པོ་  
ཞིག་ཨེ་ཡོང་བསམ་པ་ཡིན་ན། བདེ་ཐབས་སྦྱིད་ཐབས་ཀྱི་རྒྱ་དོམ་ཞིག་སྦྲུབ་ཤེས་  
དགོས་པ་རེད། འགྲོ་ས་ཤར་བྱས་ནས་ཁ་ལུབ་ཏུ་འཁོར་ན་འགྲིག་མེད་པ་བཞིན་དུ།  
རང་བདེ་ཐབས་སྦྱིད་ཐབས་བསམ་ནས་དེའི་རྒྱ་དོམ་བསྦྲུབས་མ་ཤེས་ན་རང་གིས་རང་  
གཅེས་མ་ཤེས་པ་རེད། རང་ཉིད་ཆོ་རིད་བ་དང་ནད་མེད་ན་བཟང་། དེ་བཟང་ན་དེ་  
འབྲུག་པའི་ཐབས་སློག་གཅོད་ལ་སོགས་པ་གཞན་གཞོད་སྤངས་ཤིང་སློག་སྒྲུ་ལ་སོགས་  
པའི་གཞན་པན་སྦྲུབ་དགོས། དེ་སྦྲུབ་ན་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་ཆོ་རིད་ནད་མེད་ཡོང་།  
འོན་ཀྱང་དེ་མ་ཤེས་པས་རང་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་འཆོ་བར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། རྒྱ་  
ལོངས་སྦྱོད་དང་འབྱོར་པ་རྒྱས་ན་ལེགས། དེའི་རྒྱ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་མཆོད་པ་  
འབུལ་བ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་གསོག་དགོས་པ་ལས། དེ་མ་ཤེས་པས་ཆོ་  
འདིར་སྤར་ཁ་བསྐྱམས་ནས་མཆོད་སྦྱིན་མ་ཟད་རང་གིས་བཟའ་གོན་གཉིས་ཀའང་  
ལོངས་པོ་ཞིག་སྦྱོད་མི་ཐུབ། དེའི་ཐོག་རྒྱ་འཕྲོག་ལ་སོགས་པས་གཞན་ནོར་རྟམ་པས་  
ལེན། སྒྲན་གྲགས་རྒྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བསྟོད་བསྐྱབས་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ཚུལ་  
བྲིམས་བསྐྱེད་རྒྱ་པར་ཞོག་སོར་བྱང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་དམ་ཆོག་གང་ཡིན་ཞེ་ལ་བྲན་པ་ཙམ་  
ཡང་མི་བྱེད། དེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཡུན་རིང་པོར་འདད་རྒྱག་ འཁོར་བའི་  
རྒྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པའི་སློབས་པ་སོགས་མེད་ཀྱང་སྦྱིས་བུ་རྒྱུད་དུའི་ལམ་ཆོ་ཕྱི་མ་ལྷ་  
མིའི་ལུས་ཙམ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཞིག་སྦྲུབ་ཤེས་དགོས། མི་ཞིག་ཡིན་ན་འདད་རྒྱག་  
ཅིག་ཡོད་དེས། རྟག་འཛིན་ལ་ཞེན་ཆེ་བས་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བྲན་མི་ཤེས་པར་ཞག་  
གཅིག་འདུག་རྒྱུའི་ཆོ་མེད་ནའང་ལོ་བརྒྱར་འདུག་རྒྱུའི་ལས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་རེད། དེས་  
ན་རང་རེས་འདད་རེ་བརྒྱབ་ན། རང་གི་བསམ་པ་བཞིན་ལོ་བརྒྱ་ཐམ་པར་འདུག་

འཆར་གྱིས། ལོ་སྐུམ་ཅུ་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་དཔེར་བྲངས་ན། ད་སྐུ་མི་ལོ་སྐུམ་ཅུ་  
 སོང་ཤུལ་ན་ལྷག་ཡོད་པའི་ལོ་བདུན་ཅུ་ལ་ཁྱོད་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅིས་ཡོད། གང་  
 ཞིག་འགྲུབ་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཡོད། ལོ་བཅུ་རེ་ཅན་གྱི་ཚན་པ་བདུན་ཡོད་པ་ལས་  
 བཅུ་ཕྱག་དང་པོ་ལ་ཅི་བྱེད་ཅིས་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་བཅུ་ཕྱག་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་  
 སོགས་ལ་ཅི་བསྟུན། གང་ཨོ་འགྲུབ་བཟོ་འཆར་ཡིན། ཐམས་ཤི་རན་དུས་མཐར་  
 ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཅི་འགྲུབ་དགོས། མིའི་ལུས་འདི་ལྷགས་ལས་གྲུབ་པ་དང་  
 ཁྲིམ་སྒྲིག་པ་ཞིག་མ་རེད། འདི་བྲག་གི་རྩ་བུར་ཞིག་རེད། ལོ་བརྒྱ་པོ་མ་ཚད་བར་  
 མི་འཆི་བའི་སྐད་ཆའི་ཐོག་ནས་བཤད་གྱིན་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟའི་ན་ཚེད་ལོ་སྐུམ་ཅུ་འི་  
 ཐོག་ནས་མི་འདུག་སྟེ་ད་སྡོན་ཡང་བསྟན་མ་སོང་། །དང་པོ་བྱིས་པའི་དུས་སྐུ་མི་  
 གཙང་བ་རང་གིས་འདོར་མི་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་ལོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རང་  
 ཁ་རང་གིས་མི་སོས་པའི་བྱིས་པ་ཉམས་རྒྱུད་བསམ་མེད་མི་བྲལ་དུ་མི་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན།  
 ཁ་སང་དེ་རིང་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་རྩོགས། སེམས་ཀྱི་རྣམས་ཤུགས་རྒྱས། བདེན་ཆ་  
 ཡིས་མ་མནར་བར་པོ་ལུ་རེ་འགྲངས་པའི་དབང་གིས་གནས་སྐབས་སྤང་ལུ་རེ་མཐོ་བྲལ་  
 ཡོད་ཀྱང་དེ་ཏྲག་བརྟན་ཅན་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། ལོ་བཞི་བཅུར་སོན་དུས་ནས་ཕུས་མའི་  
 ཆོགས་ལ་ན་བྱུག་འབྱུང་། མིག་དང་ན་བའི་རྣམས་པ་ཐེ་ཞན་དུ་འགྱོ། ལོ་ལྔ་བཅུ་  
 དུག་ཅུར་སོན་དུས་ནད་ན་ཚ་ཐེ་མང་ནད་གྱིས་ཨ་ར་གདོན་གྱིས་ཨུ་རུ་འདོན་གྱིན་གས་  
 སེམས་སྟེ་ལོར་སོང་ནས། གནའ་དུས་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་ཤེད་ཤུགས་ད་ལྟ་མེད་པར་  
 སྒྱར་པ་དང་། རང་ལ་རྣམས་པ་མེད་དུས་བྱིས་ཚད་གིས་གཙོགས་མེད་བྱས་ནས་གྲུ་ཡི་  
 ཁྲུག་ཏུ་ལྷུང་དུས་སྦྱིད་པོ་མེད། དེ་དུས་གསོན་མི་འདོད་པར་གི་རྒྱུའི་སྟོན་ལམ་  
 འདེབས་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་གི་བ་སྦྱིད་ནས་མ་རེད་དེ་གསོན་པ་སྟུག་པས་རེད།



ཆོ་གང་གི་ལས་ཅི་བྱས་གྱི་རྣམ་སྒྲིན་རང་ཉིད་དང་མ་བུལ་བར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས།  
རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྒྲིང་ཐད་རང་གིས་གསོག་པ་གཞན་གྱིས་འབྱེར་རྒྱ་ཡིན་པས། ལར་  
བཟའ་རྒྱ་དང་ཆག་འགོ་རྒྱ་ཅན་ཞིག་མིན་ཆད་ནི་འཇམ་གླིང་གི་རྒྱ་ཁོར་ཡོད་ཆད་པོ་ཐུན་  
མོང་གི་རྒྱ་ཁོར་ཡིན། ཤི་དུས་སུ་གཅིག་གིས་འབྱེར་བྱས་པ་མ་རེད། ཉི་མ་འགའ་  
ཞིག་གི་ཆོ་ངའི་ཡིན་བསམ་ནས་བདག་གིར་བྱས་ཀྱང་། ཡང་ཉི་མ་འགའ་རེ་འདས་  
དུས་གཞན་ཞིག་གིས་ཁོའི་ཡིན་བསམ་ནས་བདག་རྒྱག་རྒྱ་རེད། དེ་ལའང་ཡུན་རིང་  
མི་དབང་བར་གཞན་ཞིག་གིས་བདག་བྱེད་འགོ་བ་རེད། སྒོན་གྱི་མི་དབང་འབྱེར་ཅན་  
འགའ་རེས་རྒྱ་ཁོར་རོ་དང་མཉམ་དུ་བཞག་མཁན་དེ་འདྲའང་ཡོད་དར་སྤྱད་མོད།  
དེའང་ཡུན་རིང་ལོན་ན་ས་ཁར་ཐོན་ནས་གཞན་དང་ཐུན་མོང་གི་རྒྱ་རེད་འགོ།  
དེས་ན་རྒྱ་ཁོར་གྱི་སྤྱིང་པོ་བྲངས་ནས་བསོད་ནམས་གྱི་ཆོགས་བསགས་ན་དེ་ལ་པར་རྒྱབ་  
ཏུ་འབྱེར་ས་ལོན་པ་རེད། ཆོ་གང་གི་འཆར་གཞི་ཞོགས་མེད་པ་དེས་ན། རང་  
གིས་རང་གཅེས་ཤེས་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། ལོ་བརྒྱ་མི་དགོས་ལོ་བཅུ་  
ཡིན་ན། དེ་མ་ཟད་ལོ་གཅིག་ལའང་མི་ཤི་རྒྱུའི་འགན་འཁུར་དགོས་ན་རང་གཞན་སུ་  
ལའང་དེའི་ཆོད་ཐིག་པའི་གདེང་ཆོད་ཡོད་པ་མ་རེད། ན་ནིང་ལུ་ཅག་གི་ཆོས་གཤམ་ན་  
ཡོད་པ་མང་པོ་ཞིག་ད་ལོ་ཆོ་ཕྱི་མར་སོང་ཆར་འདུག ན་ནིང་དེ་ཆོས་ད་ལོར་མེད་  
འདང་ཡོད་མ་རེད། སང་ཐོད་སུ་དང་སུ་མེད་ད་དུང་རང་རེས་མི་ཤེས། ཆོ་འདིའི་  
དོན་དུ་སྒྲོ་སྒྲོ་སྒྲོས་རྒྱུའི་རི་མོ་འདྲ་བ་འདི་ན་ཟད་སོང་ཟེར་རྒྱ་མེད་པར་ལས་བྱ་བ་འདི་ལ་  
བྲེལ་བྱེད་ཆེ་བས། ཡར་མར་ཆོང་མ་ལ་འཐམ་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་ཐམར་སྒྲུག་ལུན་པའི་  
ཁུར་པོ་རེ་རབ་འདྲ་རང་གི་མགོར་སྤངས་ཏེ་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་ལྡན་པ་དེ་ཆུད་ཟོས་  
རེད་སོང་བ་རེད། འདང་དེ་ཆོ་རྒྱག་ན། སྦྱེས་ཐོ་རབ་ཐོ་འབྲིང་ཐོ་ཐ་

གསུམ། །དེ་ལྟར་སྤྱི་མ་གཏོགས་འདྲ་འདྲ་ཡིན། །སློ་སློན་ན་དེ་ན་མཁས་པ་  
 ཡིན། །རྩིས་སྤྱད་པ་འགྱོད་པ་ཡིན། །འགྱོད་པ་ལས་ཀྱི་ཐམ་ཡིན། །ད་རང་  
 རུས་རང་གིས་འཆོལ་གེས་དགོས་པ་ཡིན་ན། །གེས་གེས་གསལ་གསལ་མིག་ཡོད་  
 བཞིན་དུ་ཆུ་ལ་མཆོང་བ་བཞིན་དུ་རེད་འདུག་རྒྱུ་འདི། །ཅུ་བ་ལས་རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་བརྟན་པོར་མེད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རེད། །འུ་ཆོ་སེམས་ཅན་ཟེར་རྒྱུ་དེ་གི་ཆར་ནས་  
 མར་མེ་མནལ་བ་དང་། །རྒྱ་སྐྱམ་པ་ལྟ་བུར་མེད་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་རང་རེད་དེ།  
 །སྟེ་བ་སྤྱི་མ་མེད་རྒྱུ་འི་ཁས་ལེན་མཁན་ཆད་ལྟ་བུ་སྟེགས་རྒྱུ་འཕེན་པ་དང་། །དེའི་  
 སྟོགས་གཏོགས་འགའ་རེ་རེད་མ་གཏོགས་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ནང་པ་ཡིན་མིན་གྱི་ཆོས་  
 ལུགས་མང་ཆེ་བས་སྟེ་བ་སྤྱི་མ་ཁས་ལེན་པ་རེད། །དེ་མི་ལེན་ཀ་མེད་རེད། །རྒྱ་  
 འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྟོགས་ལ་བསམ་སྟོབ་བརྟང་ན་ས་བོན་ལས་སྤྱ་བུ་སྟེ་བ། །དཔྱིད་  
 ཀར་ས་བོན་ས་ལ་བརྟབ་ན་སྟོན་ཁར་ཞིང་ལས་སྤྱ་བུ་འབྲུངས་པ་ལྟ་བུ་ཕྱི་རི་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་  
 འབྲེལ་དང་། །མ་རིག་ལས་འདུ་བྱེད། །དེ་ལས་རྣམ་གཤམ་ནས་སྟེ་བ་ལས་གྲག་གི་  
 འབྲུང་བ་ནང་གི་རྟེན་འབྲེལ་སོགས་གང་ལ་བསམ་སྟོབ་བརྟང་ན་ལས་རྒྱུ་འབྲས་དང་སྟེ་བ་  
 སྤྱི་བྱུང་ངེས་རེད། །མིག་ལག་པས་བཀའ་ནས་ངས་མིག་གིས་མི་རིག་པས་ཡོད་པ་  
 མ་རེད་ཅེས་མི་བརྟོད་པར། །རང་གི་སྦྱིད་སྦྱུག་གི་མདུན་ལམ་རང་གིས་མ་འཆོལ་ན་  
 ཁོག་པའི་ནང་སེམས་མེད་པ་དང་འདྲ་འདྲ་རེད། །དེས་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་  
 ཅི་ཞིག་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། །ཆོ་འདིར་བདེ་ཐབས་སྤྱི་མ་སྦྱིད་ཐབས་ཅི་འདྲ་གིག་སྦྱུང་  
 དགོས་དེ་གེས་པའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱུང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། །དེ་ཡིན་ན་རང་རེ་  
 སོ་སོའི་སྦྱོབ་རྣམས་སྤོངས་པ་མ་རིག་པའི་དབང་དུ་སོང་ནས་མིག་མེད་པའི་ལོང་བ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ཡིན་ལ། །མིག་དང་ལྡན་པ་མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་སང་པ་ནི་སངས་རྒྱས་རེད།

སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ལམ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་ནི་དམ་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་ཟེར་བ་  
ཡིན། སངས་རྒྱུ་མི་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་སོང་བ་མ་ཡིན་ནམ།  
སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་གསུངས་ཡོད་པ་སུས་ཤེས། ད་དུང་ལོག་ལྟ་ཅན་ཞིག་ཡིན་  
ན་སངས་རྒྱུ་ནི་ད་ལྟ་ང་ཆོས་བཤད་པ་འདྲ་ཨེ་ཡིན་ཅི་ཤེས་བསམ་སྲིད་མོད།  
སངས་རྒྱུ་ཁོང་གིས་སྒྲུ་ནར་སོན་ཆོད་མ་པའི་ཆོས་གསུངས་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་  
གདུལ་བྱའི་སྒོ་དང་འཆོམ་པའི་ཆོས་སྒྲེ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་རིམ་པ་མང་པོ་  
གསུངས་ཡོད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་  
ལས་དཔག་ན་ཤེས། ད་སྐབས་ཆོན་རིག་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཏུ་ལམ་ཤེས་ཅིས་  
བྱས་ཡོད་པའི་སྒོག་གྱུར་གྱི་དོན་འགའ་ལ། སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མི་ལོ་  
ཉིས་སྟོང་གི་ཡར་སྔོན་ནས་དེ་བས་གསལ་དེ་བས་ཟབ་ཅིག་བྱས་ནས་གསུངས་སྟེང་།  
དེས་ན་ཆོས་ཆོག་རེ་གོ་ན་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་སྤར་མེད་  
ཀྱི་མིག་གསར་པ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་ཡོང་རྒྱ་ཡོད། མིག་གསར་པ་དེ་གསར་དུ་རྟོག་  
ནས་དོན་གསར་པ་སྔོན་ཆད་མ་རིག་པ་ཞིག་གསར་དུ་རིག་བྱུང་། དེའི་དོན་དེ་ལ་  
བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ན་བསམ་པའི་ཤེས་རབ་ཟེར་བ་སྤར་མ་ཤེས་པ་ཞིག་ཤེས་ཡོང་།  
ཤེས་ཡོང་རྒྱུའི་དོན་དེ་ལག་ལེན་ལ་བསྟར་ནས་སེམས་ཐོག་ལ་སྒྱུར་དུས་སྤར་ཡོད་མ་  
སྟེང་བའི་ནང་གི་བདེ་བ་གསར་རྟོག་ཡོང་རྒྱ་ཡོད། དེའི་མིང་ལ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་རབ་  
ཟེར། དེ་ལ་གོམས་ཆ་བརྟན་དུ་བཅུག་ནས་རྒྱུན་བསྐྱུངས་ཏེ་སྟེང་ན། བར་སྐབས་  
ཤིག་ཏུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་སྤར་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམ་རུས་པ་བྱུང་པར་ཅན་གསར་པ་  
ཞིག་སྒྲེས་ནས། རང་གཞན་བདེ་བའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་ཞིག་རང་ལས་རྟོག་རྒྱ་  
ཡོད། དེའི་ཡོན་ཏན་དེ་ནི་འགངས་ཆེན་ཅ་ཆེན་འཛིག་རྟོག་གྱི་རྒྱ་ནོར་དངོས་པོ་ཞིག་

ལས་ཅུ་བ་དང་དོན་གྲུ་ཆེ། དེ་ཕྱི་རི་རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ཉོ་ཐབས་མེད་པར་ནང་རང་གི་  
 སེམས་ཐོག་ནས་རྟེན་དགོས་པའི་དོན་འགངས་ཆེན་ཞིག་ཡིན། དེའི་དོན་ཅུ་ཆེན་དེ་  
 ཆོས་ཐོས་པར་བརྟེན་ནས་ཤེས་དགོས། མ་ཐོས་ན་ཅི་ཞིག་གོ་ མ་གོ་ན་ཤེས་རྒྱ་  
 དང་། མ་ཤེས་ན་རྒྱ་དུ་ལ་སྒྱུར་རྒྱ་དང་ཕན་འབྲས་ཐོབ་ཡོང་རྒྱ་ཞིག་མེད་དེ། མ་  
 བསྐྱབ་ཁ་རྟོག་འདུག་པ་ལ། །ལོ་བརྒྱ་སོང་ཡང་བཟང་བསྐྱེད་མེད། །ཅེས་  
 གསུངས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ན་ཆོས་ལྷ་དུས་དང་པོ་རང་གིས་རང་ལ་གཅེས་ན་གཅེས་  
 ལུགས་འདི་འདྲ་དགོས་ཚུལ་ཤེས་རྒྱ་དེའི་མིང་ལ་སྐྱེས་བུ་སྒྲོ་རྒྱུང་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་  
 ཟེར་། དེའང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་དེ་འཛིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྷ་བར་  
 བརྟེན། མི་དག་བརྒྱ་སྒྲོང་གི་ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱུངས་ནས་ཟག་བཅས་ཀྱི་དག་བ་  
 བསྐྱབས་ན། ཆོ་ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བར་ལྷ་དང་མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་འགྲོར་  
 གསུངས་ནས་བསྟན་ཡོད། དེ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་རེད་ཅེན། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་པ་དམ་པའི་གོ་འཕང་ལ་བགྱི་བའི་མཇེད་པ་སྤྲོན་ལས་  
 སྒྲོང་བ་ཡིན། དེས་ན་ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་ལྷ་དང་། རྒྱུད་པར་དུ་མིའི་ལུས་རྟེན་  
 ཁམས་དུག་ལྷན་གྱི་རྟེན་འདི་ཉིད་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ན་དེ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལེགས་སྒྱུད་ན། །ལྷ་ཡུལ་བགྲོད་ལ་ཐག་མི་  
 རིང་། །མི་དང་ལྷ་ཡི་རྟེན་བརྟེན་ནས། །འཛིགས་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཟེར། འཛིག་རྟེན་  
 ལས་མ་འདས་པའི་ལམ་དེས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཐར་པ་ཐོབ་མི་རུས། ཐར་པ་མ་  
 ཐོབ་པ་དེ་དཔེར་ན་བུ་མ་ནང་གི་བུང་བ་ལྷ་བུ་རེད། བུ་མ་པའི་ནང་གི་བུང་བ་དེ་བུ་མ་  
 པའི་སྟོད་དུ་འཁོར་ན་བུ་མ་པའི་ནང་རེད་ལ། སྤྲད་དུ་འཁོར་ན་འང་བུ་མ་པའི་ནང་རེད།

དེ་དང་འདྲ་བར་སྐྱབས་རེར་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་ནས་ཟག་བཅས་དགོ་བའི་ལས་གྱིས་  
ཟག་བཅས་གྱི་བདེ་བ་རེ་སྤྱོད་ཡང་དེ་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ།  
གནམ་དོ་གྲོན་དུ་འཕངས་ཀྱང་ལྷགས་ཟད་ན་ཐུར་དུ་མི་ལྷུང་འགོ་སེམས་མེད་པ་ལྟར། ལྷ་  
མིའི་བདེ་འབྲས་ཟད་ན་སྔོན་བསགས་ལས་ངན་གྱིས་བྲིན་དེ་ངན་སོང་གི་གཏིང་རྩོམ་འགོ་  
བའང་ཡོད་པས། དེས་ཀྱང་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་མེད་པས། ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་སྤྱི་བ་  
བསྐྱེད་མི་སྤྱོད་བ་ཞིག་འབྱུང་དགོས་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་  
བསྟན་དགོས། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དེ་ལའང་སྤྱིས་བྱུ་འབྲིང་ནི་ཉན་རང་  
གི་ཐེག་པ་རེད། དེའི་རང་ལམ་གྱི་རྩོད་བྱེད་སྡེ་སྡོད་གསུམ་ལ་འཆད་ཉན་དང་།  
བརྩོད་བྱུ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ཉམས་ལེན། བྱུང་པར་དུ་རེས་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་  
བྲིམས་གྱིས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ལྷ་སྟོམ་སྤྱོད་པའི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་ན་ཉན་ཐོས་སྤྱིས་བྱུ་  
བྱུང་བཞི་ཡ་བརྒྱད་དང་། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་སྟེ། ཁམས་  
གསུམ་གྱི་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་བཅོམ་པས་འཁོར་བར་སྤྱིས་ནས་འཁོར་བའི་སྤྱི་བ་  
བསྐྱེད་སྤྱོད་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་གཅིག་ལྷ་ཐར་འདོད་པའི་རང་འདོད་ཀྱི་སྟོ་  
ཞི་བ་ཕྱོགས་གཅིག་པའི་ཀུན་སྟོང་དེས་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་མི་ཐུབ། དེ་མ་ཐོབ་པས་གཞན་དོན་སྐྱབས་ཆེན་ཞིག་མི་འབྱུང་།  
དེས་ན་རང་འདོད་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྟོ་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷགས་ལ་དུག་ལྟར་འཛུགས་དགོས།  
བྱུང་པར་དུ་རང་ལྷགས་ཀུན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་གྱིས་རང་འདོད་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྟོ་ཕྱོགས་  
དགོས་ཚུལ་ཐུན་མིན་གྱི་རྩལ་འདོན་མཛད་ནས་གསུངས་ཡོད། འུ་ཅག་གིས་འདད་རེ་  
བརྒྱབ་ན་ང་རང་ཉིད་ཐར་ནས་འཁོར་བའི་སྤྱི་བ་བསྐྱེད་སྤྱོད་མ་དགོས་ཀྱང་། ད་དུང་  
དྲིན་ཆེ་བའི་པ་ཡོད། ལུས་སྤྱིན་པའི་མ་ཡོད། ཨ་ཕྱི་ཨ་མས་བྲིས་བཟའ་ཆང་།

མིང་སྲིད་སྤྱོད་ཆུ་རྒྱ་མཐའ་ཡོད། ཆོ་འདྲིའི་ཕ་མ་སྤྱོད་གྲོགས་དང་འདྲ་བའི་ཆོ་སྤྱོད་མའི་ཕ་  
 མ་སྤྱོད་ཆུ་སྤྱོད་ལ་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་ན། སྤྱོད་བའི་ཡ་མཐའ་བཟང་བ་ལས་འདས་  
 པས། ཆོ་འགའ་མའི་ཕ་མ་ལ་གཅིས་དང་ཆོ་འགའ་མའི་ཕ་མ་ལ་མི་གཅིས་ཟེར་རྒྱ་ག་  
 ལ་ཡོད། ན་ནིང་གི་ཨ་མ་དང་དེ་ལོའི་ཨ་མ་གཉིས་དྲིན་ཆེ་རྒྱུད་མེད་ལུགས་འདྲ་འདྲ་  
 རེད། ད་ལྟ་རིག་རྒྱ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་འདད་ཆེ་རྒྱུད་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཨ་མ་རྒྱ་  
 གར་ན་ཡོད་ན་འདད་རྒྱུ་རྒྱ་དང་། རྒྱུད་འདྲིར་ཡོད་ན་འདད་ཆེ་རྒྱ་ཞིག་མེད་པ་དང་  
 གཅིག་པ་རེད། ད་ལྟ་ཆོས་འདད་དེ་འདྲ་ཞིག་བརྒྱབ་ན་རང་གཅིག་ཤུ་ཐར་པས་ཕན་  
 ཐོགས་མེད། མདོར་ན་ཕ་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།  
 དེ་འདྲའི་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་ན་བདེ་དོན་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་པས་ན་ས་མེ་ཆེ་ཐོག་  
 ཤིང་སྤྱོད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པར་སྤྲོད་མི་རྩེ་བའི་ཐབས་  
 ཤིག་ག་ལ་ཡོད། སེམས་ཅན་མིག་གིས་རིག་ན་སྤྲོད་རྩེ་དབང་མེད་དུ་སྤྱོད་བའི་ཆོད་ལ་  
 སྤྱོད་རྒྱ་ཡོད། དེའི་ཆོན་གོང་དུ་བཤད་རྒྱུའི་སྐད་ཆ། ཕ་མར་མ་གྱུར་པ་མེད་པའི་  
 འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཏན་གྱི་བདེ་བ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སར་དགོད་  
 པའི་ཆེད་དུ། དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན་ནས་དེའི་དོན་རྒྱུ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་  
 དགོས་ཟེར་བ་ནི། ཆོག་བཟང་ལ་ཁ་ན་དེ་བཞིན་ཐོད་ཐུག་པ་རེད། དེ་ལྟར་བསམ་  
 སྤྱོད་ཞིག་བཏང་ནས་ཆོས་ལྷ་བའི་དོན་སྤྲོད་ཤེས་དགོས་པར་མ་ཟད། ཆོས་ལྷས་ནས་  
 དེའི་དོན་སྤྱོད་རྒྱ་དེ་བྱ་བ་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། འདི་ནི་སྤྱོད་ཕྱི་རྩོ་  
 གཉིས་ལས་སྤྱོད་རྒྱ་དེ་བྱ་བ་དགོས་བསམ་པའི་སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་མེད་ཅིག་ཡོད་དུས་  
 ཆོས་སྤྱོད་པ་གལ་ཆེ་བའི་གོ་བ་ལོན་པའི་ཏྲགས་ཡིན། སྤྱོད་འཆི་གསེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་  
 ལྟ་བུའི་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་དུས། དང་ཞིང་སྤྱོད་བའི་ངང་ནས་ཉན་དགོས།

འདིར་སྐབས་སུ་བབ་པ་གང་ཞིག་གསལ་པར་བྱ་བ་ནི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤིང་  
ཐོག་གི་སྔོན་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་བདུན་པའི་དོན་བྲིན་འདི་ཡིན། འདིའི་གྲུང་གཞིའི་ཐོག་  
ནས་བཤད་ན། རྫོགས་ཆེན་རང་གི་ཆོས་སྐད་ལྟར་ན་དུས་གསུམ་དུས་མེད་ཀྱི་དག་  
གཞི་རྫོགས་ཀྱི་དུས་ཆེན་པོ་ན། ཐོག་མའི་སངས་རྒྱུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེས་ཆོས་  
དབྱིངས་ཀུན་བྱལ་ཆེན་པོར་བྱང་ཆུབ་ནས་ལྷན་གྲུབ་ཐུགས་རྗེའི་ཕྱལ་སྤྱང་གི་རྣམ་པར་  
འཕྲོ་བ། གཞི་དང་སྤིང་པོ་མེ་ཏོག་གིས་བརྒྱན་པའི་ཞིང་ཁམས་རིགས་ལྷ་གངས་ཆེན་  
མཆོའི་སྐུ་ལུས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལས་ཞིང་ཁམས་མཐའ་ཡས་ལུ་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་  
ཞིག་བཀོད་ལ། ཞིང་ཁམས་སྐྱ་ཆོགས་བཀོད་པའི་སྤྱང་བ་དེའི་ནང་ནས་རྣམ་སྤྱང་  
གངས་ཆེན་མཆོའི་སྐུ་ལུས་ཀྱི་བཀོད་པའི་ཆ་ཤས་མི་མཛེད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་  
སུ། སྔོན་པ་ལྷ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་བྱོན་ནས་སྐུ་དངོས་དང་རྩི་རྩེ་འཆང་གི་སྐུར་བཞེངས་པ་  
སོགས་སྐྱ་ཆོགས་པའི་སྒོ་ནས་གདུལ་བྱའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་རིམ་དང་མཐུན་པའི་  
མདོ་སྤྱགས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་ཟབ་རྒྱས་སྤུན་མེད་དང་སྤུན་མིན་གྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ན།  
དེ་ལ་རང་རེས་གང་འཆད་ཉན་བྱ་རྒྱུའི་ཆོས་འདི། གསང་སྤྱགས་སྤྱ་འགྱུར་བའི་རང་  
ལུགས་ལྟར་ན་ཐོག་རིམ་རྣམ་པ་དགུ་ལས་ཕྱེས་པའི་ཐོག་ཕྱེ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཆོན།  
དེ་ལས་ཀྱང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐོག་གི་སྔོན་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་བདུན་པའི་དོན་  
བྲིན་འདི་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན། འདི་ཉིད་ཇི་ལྟར་འཆད་ཚུལ་ནི་མན་ངག་དང་བསྟན་  
བཅོས་སྤྱིའི་འཆད་ཚུལ་ལྟར་དགོ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་འཆད་པ་ལ། ཐོག་མར་  
དགོ་བ་ཀྱང་གྱི་དོན་དང་། བར་དུ་དགོ་བ་གཞུང་གི་དོན། ཐམས་དགོ་བ་མཐུག་གི་  
དོན་དང་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་འཆད་པ་ཡིན། དང་པོ་ལ་མཆོན་སྒོས་པ་དང་། ཕྱག་  
འཆོལ་བ། མཆོད་པར་བརྗོད་པ། ཐོག་ཕྱེའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་

བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་བཅས་པས་བསྟན་ཡོད། གཉིས་པ་བར་དུ་དག་བ་  
གཞུང་གི་དོན་ལ་ཐོག་མའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སློང་དང་པོ་ཆོས་འཆད་ཉན་གྱི་སློན་དུ་འཆད་ཉན་  
ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་དང་། དངོས་གཞི་སེམས་སྤྱོད་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་དེ་ལུང་གིས་  
རྩིས་སུ་དཔག་ནས་བསྟན་པ་དང་། མན་ངག་གི་སློན་ནས་རྒྱུད་དང་སྦྱར་ཏེ་སློམ་ཚུལ་  
གྱི་བྲིད་རྒྱུད་བདུན་ཡོད། བདུན་པ་དེ་ལའང་ནང་གསེས་གསུམ་དུ་སྦྲེས་ནས་བྲིད་  
རྒྱུ་རྣམ་པ་དགུའི་སྟེང་ནས་མན་ངག་གིས་བཀའ་བའི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་བསྟན་  
ཡོད། གསུམ་པ་ཐ་མར་དག་བ་མཇུག་གི་དོན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ལག་བྲིད་གྱི་སློན་ནས་རིམ་  
གྱིས་རྒྱུད་དུ་ལ་ཞིང་ལས་རུང་དུ་སྦྱར་པའི་སྒྲུལ་ལྡན་ལས་ཅན་གྱི་སློབ་མ་དེ་དག་ རོ་རྩེ་  
ཐོག་པའི་དངོས་གཞི་སློན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་ཞུགས་ཤིང་། འབྲས་བུ་ཆོ་འདིར་  
འཐོབ་པར་བྱ་བའི་རིམ་པ་དེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་གདམས་པ་དང་། མཇུག་ཞལ་གདམས་  
སློན་ལམ་མཛད་བྱུང་དང་བཅས་པས་མཐར་བརྒྱན་ཏེ་བསྟན་པ་ནི་མན་ངག་གི་གཞུང་  
འདིའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །



## ༼ཨོ༽ ཐོག་མར་དགེ་བ་ལྡན་གྱི་དོན།

དང་པོ་མཚན་སྒྲིམ་པ།

དེ་ལས་ཐོག་མར་དགེ་བ་ལྡན་གྱི་དོན་རྣམ་པ་ལྔ་ཙམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཆད་པ་ལས།  
དང་པོ་མཚན་སྒྲིམ་པ་དངོས་ནི། **ཐུན་མོང་གི་སྒྲོ་འགྲོ་སེམས་སྒྲིབ་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་**  
**དོན་བྲིན་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།** ཞེས་བཀོད་ཡོད། སྤྱིར་ན་རྒྱུད་  
ལུང་མན་ངག་གི་སྒྲོར་དེ་འཆད་ཚུལ་མང་སྟེ། སྤྱི་དོན་གྱིས་ཁོག་དབུབ། དཀྱུས་  
གྱིས་ས་བཅད། ཚིག་གིས་འབྲུ་གཞོན། བརྒྱལ་ལན་གྱིས་གཏན་ལ་པབ་ནས་  
བཤད་པ་སོགས་རྒྱུད་གཞུང་སྤྱིའི་འཆད་ཐབས་དང་། ཡང་ལྟ་བ་བརྒྱལ་བརྟག་གིས་  
བཤད་པ་དང་། སྤྱིད་པ་འཇུག་ཐབས་གྱིས་བཤད་པ་སོགས་རྒྱུད་གྱི་དངོས་པོ་བརྩ་  
གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་བཤད་ལུགས་དང་། ཡང་རང་བཞིན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ།  
མ་རྟོགས་འབྲུལ་པའི་སྒྲིབ་ཚུལ་སོགས་ཆོས་ལུས་འཆད་པ་སོགས་མང་ཡང་། འདིར་  
རང་ཅས་རྒྱུད་དོན་མན་ངག་གིས་བཀྲལ་བའི་ལུགས་ལ། དམ་ཆེན་བི་མ་ལའི་བཞེད་  
པ་ལྟར། རབ་ལ་མཚན་བསྟན་འབྲིང་ལ་དབྱེ། །ཐ་མར་འབྲུ་གཞོན་དགོལ་  
བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་མགོ་སྒྲིམ་པ་ཙམ་གྱིས་གོ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་རབ་  
ལ་མཚན་བསྟན། ཅུང་ཟད་ཕྱེ་སྟེ་གོ་བའི་དབང་པོ་འབྲིང་ལ་སྤྱི་དོན་ས་བཅད་གྱི་རྣམ་  
དབྱེ་བསྟན། གཞུང་དོན་སྒྲིམ་ཏེ་བཤད་ན་གོ་བའི་དབང་པོ་ཐ་མ་ལ་ཚིག་ཡིག་འབྲུ་རེ་  
རེའི་དོན་བཀྲལ་ཏེ་རྒྱས་བཤད་བྱས་ནས་འཆད་ཚུལ་ཡོད་ལ། རང་ཅས་དེ་དང་མཐུན་

པར་འཆད་པའི་ཚུལ་ཡིན། ཡང་འདི་ལ་གོ་བ་ལེན་ལུགས་ཡོད་དེ། མཚན་བསྟན་  
 པ་ནི་དབང་པོ་ཚེན་པའི་དོན་ཡིན་ན་ང་ལ་དེ་མི་དགོས་ཞེས་བསམ་པར་མི་བྱ་སྟེ།  
 མཚན་བསྟན་པ་མགོ་སློམ་པས་གོ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་ཚེན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཡང་དེ་ཁོ་  
 བའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དབང་པོ་འབྲིང་དང་ཐམ་གཉིས་ལའང་མགོ་སློམ་  
 པ་ཙམ་གྱིས་གོ་བའི་བག་ཆགས་རྒྱུད་ལ་འཛིག་པའི་དགོས་པའང་ཡོད་པས་  
 སོ། །དབང་པོ་འབྲིང་ལ་སྤྱོད་ན་དང་ས་བཅད་ཀྱི་སློན་ན་དོན་གྱི་གོ་བ་རྟེན་པའི་ཐབས་  
 སུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཡང་། དབང་པོ་ཐམ་ལའང་ཆོག་འབྲུག་ཉེར་གྱི་གོ་དོན་དགོལ་  
 བའི་སྟོན་དུ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ལུས་རྣམ་བཞག་གི་ཚད་ཙམ་ཤེས་ན་སྤྱོད་ཀྱིས་འདྲ་བ་ཏུ་ལམ་གོ་ནས་  
 ཆོག་དོན་གྱི་གོ་བ་རྟེན་པའི་དགོས་པ་ཡོད། དེས་ན་དང་པོ་མཚན་དོན་འབྲེལ་ན།  
 སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་ཆོས་སློམ་ཐབས་དག་གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་སྣ་ཚོགས་པའི་ཁམས་དབང་དང་  
 མོས་པའི་བྱེད་བྱ་དང་བསྟན་ནས་གསུངས་པ་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེན། ཀུན་འབྱུང་འབྲེན་  
 དང་དཀའ་ཐུབ་རིག །དབང་བསྐྱར་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
 ཡ་ཏི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་ལས། རྒྱུད་བའི་རིམ་པ་རྣམས་གསུམ་སྟེ། །དེ་ཡི་སློང་དང་  
 མཐུན་པའི་ཆོས། །རྟོག་པས་སྤྲགས་ལ་ཉན་ཐོས་སོ། །འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་རང་རྒྱལ་  
 ཏི། །རྟོག་འཛུང་ཅན་ལ་བྱང་སེམས་སོ། །འབྲིང་པོ་གསུམ་ལ་བསྟན་པ་  
 བོ། །རབ་ཏུ་དམན་ལ་བྱ་བ་སྟེ། །དམན་པ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པའོ། །རྣམ་ཤེས་  
 ཅན་ལ་རྣལ་འབྱོར་ཉིད། །ཆེན་པོ་རིམ་ལྡན་གསུམ་དག་ལ། །སེམས་ཡིས་པ་ལ་  
 བསྐྱེད་པ་སྟེ། །སེམས་བཅུད་ཅན་ལ་རྫོགས་པའོ། །མཚོག་གསང་རབ་ལ་རྫོགས་  
 པ་ཆེ། །ཞེས་གསུང་པའི་ཐེག་པ་དགུ་པེ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་ལམ་ན་གཞི་ལྟ་བུས་  
 གཏན་ལ་འབབ་ཚུལ། ལམ་སློམ་པས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ། དེའི་འབྲས་བུ་ཇི་

ལྟར་ཐོབ་ཚུལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་བཀའ་རྒྱ་ཆེ། ལུང་གྲངས་མང་། མན་ངག་  
མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོན་པ་གསུངས་ཡོད་ལ། ཇི་ལྟར་གསུང་ཚུལ་ཡང་ནི། གསུང་  
གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོད་སྒྲ་སྒྲད་ཀྱིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་དབྱངས་ཡན་ལག་རྣམ་དག་  
པ། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དབྱངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གདུལ་  
བྱའི་འགྲོ་བ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོད་ཡུལ་དང་མཐུན་པར་སྒྲུའི་རྣམ་པ། གསུང་གི་སྒྲ་  
དབྱངས། ཐུགས་ཀྱི་ཆོའཕྲུལ་མི་ཟད་པའི་སྒྲོན་པ་གསུངས་ཡོད། ཐུབ་བསྟན་  
མདོ་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་གང་ཡིན་ཡང་། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མིན་གྱི་དགོས་ཆོས་  
སྒྲོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་ཐབས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེའང་། མཛོད་  
ལས། ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྟན་པས། །སྒྲོམ་པ་ལ་ནི་རབ་རྩ་  
སྒྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གོ་མ་ལོག་རྟེན་མ་  
འབྲུགས། མགོ་རྩ་མ་ཞོར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་བབས་དང་རིམ་པ་དེ་སྒྲས་  
ཀྱི་གདང་བུ་ལྟར་དུ་རིམ་བཤོད་བྱས་ཏེ། འདི་ནི་དབང་པོ་རྣོ་བརྟུལ་དང་། སྒྲིམ་བུ་  
ཆེ་འབྲིང་ཐུན་མོང་གི་ལམ་ཡིན་པས་ཐུན་མོང་གི་སྒྲོན་འགྲོ་ཞེས་བྱ། སྒྲོན་འགྲོ་སྒྲོན་དུ་  
མ་མོང་ན་དངོས་གཞིའི་ལམ་ལ་འཇུག་ཐབས་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན་མཁར་ཞིག་  
བཙུག་པ་ལ་ཙུག་མང་བརྟན་པོ་ཞིག་བཞག་མེད་ན་དེ་བཙུགས་ནས་མཁར་མཐོན་པོའི་  
མིང་དོན་ལྟན་པ་ཞིག་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། མང་གཞི་མེད་པའི་ཐོག་བཙུགས་  
ཤིག་བར་སྒྲུང་དུ་འཇུག་ཐབས་མེད་པས་སོ། །དེ་དང་འདྲ་བ་དང་པོ་སེམས་སྒྲོང་གིས་  
སྒྲོ་སྒྱུངས་ནས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་གཏོང་འགྲོ་བཞག་སྒྲོད་འཕེར་བ་ཞིག་བྱུང་། དེ་  
ནས་ད་གཟོད་དངོས་གཞིའི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེ་ལྟར་བཟོད་ན་རང་གི་  
སེམས་ནི་རང་ལ་རང་དབང་ཅི་ལ་མེད། རང་གིས་ཅི་བསམ་ན་དེ་ཡིན་བསམ་རྒྱུ་ཡོད་

པ་མ་རེད། གློ་ངན་གོམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ངན་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། བཟང་  
 དགེ་བའི་ལས་ལམ་ཞིག་དང་འཕྲད་ན་བསྒྲིག་དཀའ་བའི་གྲུན་ལ་འགྲོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་  
 ངན་མི་དགེ་བའི་སྒྲིག་ལས་ཤིག་ལ་ཐུག་དུས་འབད་ཚེ་ལ་མི་དགོས་པར་ཚུ་སྒྲུབ་དུ་རྒྱུག་  
 པར་འབྲུབ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རང་སེམས་རང་ལ་རང་དབང་མེད་པས། ངན་གོམས་ཀྱི་  
 བག་ཆགས་ཤོག་གུ་དྲིལ་ལམ་དུ་རྒྱུག་འབྲེལ་ངན་གཤིས་སུ་སོང་ཚར་བས་རེད། དེའི་  
 དབང་གིས་འཁོར་བ་བཅོམ་ཁང་འབྲུབ་པའི་ནང་དུ་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲུ་ཚོགས་སྤྱོད་དགོས་ཐུག་  
 པ་རེད། དེས་ན་ད་རེས་ལས་དང་སྐྱལ་བ་ལྡན་པས་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་རྟེན་ནས་  
 དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་འདི་འབྲུབ་དང་འཕྲད་པ་ཡིན་ན། རང་གཞན་འཁོར་བའི་སྒྲུག་  
 བསྐྱེད་ལས་སྤྱོད་བྱེད་སེམས་སྤྱོད་ཐབས་རྣམས་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་དེས་རང་གློ་འདུལ་  
 སྤྱོད་དགོས་པས་ན། སེམས་སྤྱོད་རྣམས་པ་བདུན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་སྤྱོད་རྣམས་པ་བདུན་དེ་ཇི་ལྟར་གཏན་ལ་པལ་ཡོད་ཅེ་ན། བི་མའི་གསང་བ་སྤྱིང་  
 ཐིག་ལས་ཟངས་ཡིག་ཅན་དུ་གསུངས་ཡོད། ཟངས་ཡིག་ཅན་ལས། གྱེམ་གྱེམ་  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་རྣམས་ཉོན་ཅིག་ རིག་པ་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་སྣང་བ་ལ་གློ་མི་ཐེབས་ཤིང་  
 དབང་པོ་དམན་ལ་སྐྱལ་བ་ཞན་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་འགའ་འབྱུང་  
 སྲིད་པས། དེ་དག་རྣམས་རིག་པ་མཐོང་བར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་འདི་ལ་བསྐྱབ་པར་  
 བྱའོ། །ཞེས་ཆོག་དེ་ཙམ་གྱིས་སེམས་སྤྱོད་བདུན་གྱི་རིམ་པ་དགོས་པ་དང་བཅས་  
 བསྟན་ཡོད། དེ་ལྟར་བི་མའི་དགོངས་དོན་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་སེམས་སྤྱོད་རྣམས་པ་བདུན་  
 དེ་ལྟར་དང་མན་ངག་གཉིས་ཀའི་སྒྲོ་ནས་དོན་མཐོར་མ་འབྲུལ་བར་མངོན་སུམ་བསྟན་  
 དོན་ལག་བྲིད་དུ་བསྟར་པ་ཡིན་པས་དོན་བྲིད་ཅེས་བྱ། འདིའི་མིང་ལ་ཐར་པའི་ཐེམ་  
 སྐས་ཞེས་བཏགས་ཏེ། སྤྱིར་མཚན་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ནི། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱོད་

གྲིས། མིང་དུ་གདགས་པར་མ་མཛད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་མྱོང་ས་པར་  
འགྱུར། །དེ་བས་མགོན་པོ་ཐབས་མཁས་པས། །ཆོས་རྣམས་མིང་དུ་གདགས་  
པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་མིང་མེད་ན་ཆོག་མེད། ཆོག་མེད་ན་ཐ་སྲད་  
མེད། དེ་མེད་པས་འཛིག་རྟེན་པན་ཚུན་བརྟེན་པའི་ཐབས་མེད་པས། སྐད་བརྟེན་  
སྒྲིབ་བྱེད་བཤད་བྱ་འཆད་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་བ་རེད། དེས་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་མགོན་  
པོས་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སློན་ས་ཆོས་རྣམས་མིང་དུ་བཏགས་པར་མཛད་ནས་བདེན་  
གཉིས་གྲིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། མ་འབྲུལ་བའི་ཆོས་ཉིད་  
གྱི་དོན་དེ་བསྟན་ནས་འཁོར་བའི་སྟུག་བསྟུལ་ལས་སྦྱོབ་པ་རེད། མིང་ལའང་འདོད་  
རྒྱལ་དང་རྗེས་སྟུབ་གྱི་སློན་ས་འདོགས་ཚུལ་གཉིས་ཡོད། འདོད་རྒྱལ་གྱི་མིང་ནི་  
གཅན་གཟན་སེང་གོ་ལ་སེང་གོ་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟ་བུ། དེའི་དོན་འབྲེལ་རྒྱ་མེད་ལ།  
མི་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་སེང་གོ་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་འདྲ་  
འབྲེལ་གྱི་སློན་ས་བཏགས་པར་འབྲེལ་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི་བཏགས་མིང་རྗེས་སྟུབ་གྱི་མིང་ཡིན།  
དེས་ན་ཡི་གེ་ལས་ཀ་བ། བུམ་པ། སྒྲུམ་བུ་སོགས་གྱི་མིང་བྱུང་སྟེ་དོན་གྱི་རོ་བོ་  
ཅུ་སྟོན། དེས་ཅོམ་གཞིར་བྱས་ཏེ་དོན་གྱི་བྱུང་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་དང་བརྟེན་བྱུང་བ་  
རེད། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོས་བྲམ་ཟེ་ལ། བྲམ་ཟེ་རྒྱལ་ཅི་ཅུ་ཞིག་ བྲམ་ཟེས་  
མིའི་བདག་པོ་བྲམ་ལུ་ཅུ་  
བརྟེན་བྱུང་པ་ཞེས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དོ། །སྐབས་བབ་བསྟན་བཅོས་གྱི་མཚན་འདོགས་  
ཚུལ་ལའང་། བརྟེན་བྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་འདོགས་ཚུལ། རྟོན་བྱེད་ཆོག་དང་  
འབྲེལ་ནས་བཏགས་པ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། འདིའི་སྐབས་སུ་  
བརྟེན་བྱེད་དང་འབྲེལ་ནས་མཚན་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐས་མེད་ན་ཁང་

ཐོག་ཏུ་འགོ་མི་ཐུབ་པ་བཞིན་དུ། མན་ངག་གི་གཞུང་ལུགས་ཐེམ་སྐྱས་འདི་མེད་ན་  
 ཐར་པའི་ཁང་བཟང་དུ་བགོད་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། འབྲུག་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་  
 རྣམས་སློང་འཇུག་པའི་དོན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱུང་པར་འཛིན་པའི་སློན་ལ་མཚན་དེ་བཏགས་པས།  
 དབང་པོ་རབ་གྱིས་དབུའི་མཚན་མཐོང་བས་གཞུང་དབུ་ཞབས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་  
 རྒྱུད་པ་དང་། འབྲིང་གིས་གང་གི་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་པར་ཤེས་བྱེད་དང་། ཐ་  
 མས་ཀྱང་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་པར་འཛིན་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་ཀྱི་དགོས་པ་དང་ལྷན་པའི་སློན་ལ་མཚན་དེ་  
 ལྷན་གྱི་གཞུང་དེ་ལ་གཙོ་བོར་འབྲུག་པ་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་བཏགས། དེས་ན་ཐུན་  
 མོང་གི་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་སྤྱོད་རྣམས་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་བྱ་བ་  
 བཞུགས་ཞེས་པ་ནི། མཚན་དེ་ལྷན་གྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་མན་ངག་གི་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་  
 འདིའི་ནང་སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་སྤྱོད་ཆ་ཚང་ཞིབ་རྒྱས་སུ་གསལ་བར་བཀོད་ཡོད་ཅེས་པའི་  
 དོན་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ཕྱིས་མགོ་ཡན་ལག་ལྔ་དང་སྦྱར་ནས་བཤད་ན། ཕྱི་མ་པ་པོ་  
 སུས་བཙུམས། འདིའི་བརྗོད་བྱ་གང་། སྤྱོད་ལས་ལྟོགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་  
 ལས་བཏུས། དབུ་ནས་ཞབས་སུ་བསྐྱུས་པའི་དོན་གང་ཡིན། དགོས་པ་གང་གི་  
 ཆེད་དུ་མཛད་ཅེན། དང་པོ་འདི་ཕྱི་མ་པ་པོ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པའམ།  
 མཚན་གཞན་མཁྱེན་བཟེའི་འོད་ཟེར་པད་མ་དབང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རོལ་པའི་དེ་རྩེ་ཞེས་པས་  
 མཛད། ཆོས་ཁྱད་ས་བཙུན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྐབས་འདི་དང་བསྐྱུན་ནས་  
 བསྐྱུན་བཅས་ཕྱི་མ་པ་པོའི་ངོ་མཚར་བའི་རྣམས་ཐར་དང་། བྱེད་པར་དུ་བསྐྱུན་བཅས་  
 ཕྱི་མ་པའི་རྒྱ་ཆོག་མཚན་ལྟུང་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། འུ་ཅག་གིས་དམ་པའི་རྣམས་ཐར་གྱི་  
 ཆ་ཤས་ཅམ་ཐོས་ནས་དད་མོས་སྤྲད་ཅིག་ཅམ་ཞིག་སྤྱོད་ན་ཡང་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་  
 བྱུང་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། དེས་ན་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་རྣམས་ཐར་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྣམས་

ཅོམ་ཞིག་གི་ཟིན་སྒྲིམ་གྱི་ཚུལ་དུ་བཞེད་ན། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པ་ཆོང་  
ནི་ས་ཆ་གང་ནས་འབྲུངས་པའི་སྒྲིམ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་དབུས་གཙང་རུ་བཞི་ཞེས་  
པ། དབུས་ལ་དབུ་རུ་གཡོ་རུ་དང་། གཙང་ལ་གཡས་རུ་དང་རུ་ལག་ཟེར་བའི་ཐ་  
སྐད་ཅིག་སྤར་བོད་བཙན་པོའི་གདུང་རབས་ནའང་ཡོད། ལམ་བོད་ཟེར་བའི་མིང་དེ་སྒོ་  
ཁ་ཞེས་པའི་བཅའི་ཟུར་ཆག་ནས་སྤྱི་བོད་ཅེས་བཞེད་པ་དེ་ད་ལྟ་འཛམ་སྤྱིང་སྒྱི་སྐད་ལ་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་སྤྱི་བོད་སྤྱི་ཞེས་མིང་དེ་ཐོགས་པ་རེད། བོད་ལ་བོད་དང་བོད་ཆེ་  
པོའི་ལྗོངས་ཞེས་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྐད་ཆགས་ཡོད་པ་ལས། བོད་ཆེན་པོའི་ལྗོངས་ནི།  
སྤྱོད་མངའ་རིའི་སྤོང་གསུམ་དང་། བར་དབུས་གཙང་རུ་བཞི། སྤྱོད་མདོ་ཁམས་  
སྤྱང་རྩལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་མིང་དུ་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱོད་དབུས་གཙང་ཆོས་  
ཀྱི་ཆོལ་ཁ། བར་མདོ་སྤྱོད་མིའི་ཆོལ་ཁ། སྤྱོད་མདོ་སྤྱོད་མིའི་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དུ་  
ཡོད་པ་ལས། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤྱིང་འབྲུངས་ས་དབུས་གཙང་ཆོས་ཀྱི་ཆོལ་ཁའི་  
དབུས་གཡོ་གཉིས་ལས་གཡོ་རུ་གྲ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་འབྲུངས། དེའང་གཡོ་རུ་གྲ་ཡི་  
ཕྱོགས་ཀྱི་ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པ་འབྲུངས་པའི་ས་ཕྱོགས། རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་གྲོང་  
ཆེན་པ་དང་སྤྱི་ཆོ་འབྲང་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པའི་ཡབ་ལས་འབྲུངས། ཁོང་གསང་  
སྤྲུགས་སྤྱི་འབྲུར་བའི་བསྟན་པ་དར་བའི་བསྟོན་གནས། སྤྱོད་ན་དོར་སྤོན་དཔལ་གསུམ་  
ཞེས་པའི་སྤྱི་འབྲུར་གདན་ས་རྩལ་གི་ནང་ཆོན་འཕྲོང་རྒྱས་དཔལ་རིའི་གདན་སར་ཆོགས་  
ཞུགས་མཛད། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤྱིང་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་དུས་ནས་སྤྱིང་ཆེ་ཆེ་ཞིང་འཛིན་  
ཆགས་རྒྱུང་བ་སོགས་དང་དོ་རྩལ་པའི་རིགས་སད་པའི་ཉམས་དང་མི་ལམ་དུས་རྒྱུ་དུ་  
འབྱུང་། སྤྱོད་རྒྱུང་བའི་སྐབས་ཤིག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་འདི་སྤྱང་གི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་མི་  
ལམ་ལྟར་རུབ་ནས་ཉམས་དང་མི་ལམ་འབྲེལ་མའི་སྤྱང་བར་སྤྱོད་བ་སྤྱི་མའི་བག་ཆགས་

ཐམས་ཅད་དཔྱད་ནས། རྒྱུ་ལོ་རྩེ་བའི་སྐྱེ་བ་བཞེས་སྐབས་ཀྱི་གསལ་སྒྲུང་ཤར་ཚུལ།  
 རྒྱུ་ཡུང་ཆེན་པོ་འབབ་པའི་འགྲམ་དུ་རྩོད་པོ་བོང་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་ན་རྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་བཅུན་པའི་  
 ཆས་སྤྱོད་ལྷ་སེར་པོ་ཞིག་གྱུན་ནས་ཉམས་འཁུར་གྱི་སྤྱོད་པ་བྱུང་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུངས་པ་དཔྱད་  
 རབས་རང་རྣམ་དུ་གསུངས་ཡོད། ལུ་རྒྱུ་ལུང་བསྟན་ལས། བསྟན་པ་བྱེད་ཟུག་  
 སྐབས་སུ་ངའི་སྒྲུལ་པ། །ཟ་རྩོར་རྒྱལ་པོ་གཙུག་ལག་འཛིན་རྩེས་  
 བཟུང་། །སེམས་ཅན་གང་གི་དོན་བྱེད་མ་འོངས་དུས། །དེ་མཁུ་ཀར་ཅན་རི་  
 རྒྱལ་གྱིང་། །དེ་ནས་ཆོ་འཕོས་ཡིད་གཉིས་ཆ་མ་མཆིས། །ཁྱི་རབས་འབྱུང་འབྱུར་  
 སངས་རྒྱས་བླ་མ་སྟེ། །དེ་ནས་ཆོ་འཕོས་རྒྱལ་ལོ་རྩེ་ཞེས། །དེ་ནས་ཉི་མ་སང་གོ་  
 སྤྱོད་གཏེར་དབང་། །གཤེད་མ་བརྒྱལ་བ་སྒྲོར་ཀྱང་ཉམ་མིང་། །གཏེར་སྟོན་  
 རྒྱུང་པའི་སྐྱེ་བ་བཅུ་གསུམ་ལེན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། །འོང་སྐྱ་གཞོན་དུས་སུ་  
 ཐུན་མོང་རིག་པའི་གནས་ལ་སྟོབ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་མ་དགོས་ཤིང་། སྤྱོད་རྩོད་ལ་མ་ལྟོས་  
 པར་སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་མཉམ་དུ་བྱུང་བ་ཡོད་པས། གཟིགས་པ་ཅོམ་གྱིས་མི་མཆེན་  
 མི་དགོངས་པ་ཞིག་མེད་པར། མི་པལ་པས་ལོ་དང་ཟླ་བས་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་།  
 ད་དུང་སྤྱོད་ནས་ཤེས་ན་ཤེས་རབ་ཅན་དུ་བཅུ་བ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མིན་གྱི་ཤེས་བྱ་ཆང་  
 མ་འོང་གིས་མིང་ཅོམ་མཐོང་བ་དང་། ཟུར་ཅོམ་གཟིགས་པས་ཀྱང་དོན་མཐའ་དག་  
 རྟོགས་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་བཀའ། དགོངས་  
 འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས། ཐར་སྟོན་གྱི་གཞུང་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མི་མཆེན་  
 པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ཀུན་མཆེན་ཞེས་པའི་མཆོན་དང་དོན་མཆོངས་ལ། བྱུང་པར་  
 དུ་དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་མཆིམས་ཡུའི་གསང་ཆེན་མོ་རྟོག་ཐུག་ཏུ་ལོ་གསུམ་སྟོང་པོའི་  
 སྐབས་པ་ལ་གཞོན་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱལ་བ་སྟོང་ཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ལན་



གསུམ་དུ་མངལ་ཞིང་། བད་ཐབས་རྟེན་འབྲེལ་དུ་མའི་སྒྲོན་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས། ཁོང་གི་ལས་འབྲེལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ནས་སང་པ་ཡིན་ཞེས་ཉིད་གྱིས་  
གསུངས་ཡོད། དེའི་སྒྲོན་དུ་གྲུབ་དབང་ཐུགས་མཆོག་རྗེ་ཆེ་དང་། གནས་བརྟན་  
ཀུན་བཟང་འོད་ཟེར་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་འཛིན་གསར་སྣང་གི་མཁས་གྲུབ་མང་པོ་བསྟན།  
མདོ་སྔགས་གྱི་ཆོས་ཚུལ་དབང་ལུང་བྲིན་རྒྱུན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མང་པོའི་བརྒྱུད་པ་  
བཞེས། ཁོང་གི་ཞལ་ནས་བྱི་པར་ཏའི་ཆོས་སྤྱིང་ན་ཞེས་གསུངས་པས། འཕྲོང་  
རྒྱས་དཔལ་རི་ནས་ལོ་གསུམ་གྱི་དམ་བཅའ་སྤྱིང་ནས་མཛད་དེ། དུག་སྒྲོར་འདག་  
སྒྲུང་གྱིས་སྒྲུབ་པ་སྤྱིང་པོར་མཛད་པའི་དུས་སུ། དགོས་མེད་གྱི་ཞེན་ལོག་སྒྲོལ་གས་  
དང་ངེས་འབྱུང་། བཅོས་མིན་གྱི་དད་པ། སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ལ་སོགས་པ་  
ལམ་རྟགས་གྱི་ཡོན་ཏན་འཕེལ་རབས་མང་པོ་ཡོད། ཞོ་རྒྱན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་།  
རིག་འཛིན་འཇམ་དཔལ་གཤེས་གཉེན་སོགས་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ནས་མངལ་ཏེ།  
བད་དོན་སྒྲོས་པ་མེད་པའི་དབང་མང་པོ་བསྐྱར་ནས་མཐར་ཐུག་ཉིད་ལ་ཐིམ་པའི་ཉམས་  
ཡོང་བ་དང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་ཉམས་གྱི་འཛིན་སྤངས་ཞིག ལས་རྒྱུད་དབང་དུ་གྱུར།  
སྤང་བའི་རྩོད་ཐུག་རྒྱུ་ཡིན། ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ཞུགས་གྱི་ངར་ཐོབ། བསྐྱོམས་ནས་སྒྲོ་  
བ་གསུམ་ཙམ་སོང་ཆོ་རུང་ལུས་མེ་དུ་སྒྲོང་བ་ནམ་མཁའ་སྤྱིལ་གྱི་དུ་བཞུགས་པ་དང་།  
དེ་སྐབས་ནས་བཟུང་ལུས་ལ་སྒྲིན་བུ་རྣམས་མི་འབྱུང་། ཞེས་པ་ལྟར་ལུས་གྱི་སྒྲིན་བུ་  
རྣམས་དག་སྤང་བ་བདེན་མེད་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུར་འགོ་བ་ཉམས་སྤང་ལ་ཡང་ཡང་བྱུང་  
པས། མདོ་སྔ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་དང་། རྒྱུ་མ་ངལ་གསའི་མན་དག་སོགས་  
ཉམས་འོག་ཏུ་རྒྱུད་པར་གསུངས། བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་ཉམས་ལེན་གནད་དུ་བསྐྱོན་ནས་  
ལོ་གསུམ་གྱི་ཆོན་ཡི་གེ་མེད་པའི་སྒྲིན་བརྒྱུད་ཅལ་འདོན་གྱིས་བུམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཐུན་

བཞི་ཆག་མེད་མཛད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། སུས་སྦྱོར་བཞིའི་འཕོ་བ་རྫོགས་ནས་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་སྒྲུང་རྒྱུ་ཏུ་རྟུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་གྱི་ཏྲགས་པ་ལ་ཆེར་ཤར། ཅུ་ཁམས་ཡི་  
 གའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བས་མགིན་པ་རྩེ་རྩེའི་སྒྲུའི་དགོར་མཛོད་དུ་གྱུར་ཚུལ་དང་། དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་གྲོང་བརྩེལ་ནས་རིག་ཅུལ་ཆོས་རབ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་  
 འཆར་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཅུལ་འབར། སྟོག་ཐུར་འབྲེས་པས་ལྷོ་བ་སྦྱུལ་པའི་འཁོར་  
 ལོ་རིལ་བ་ཞབས་ཆགས་ཅན་དུ་སོང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྩེ་རྩེའི་ལྷོ་བ་  
 བརྟན་པས་བདེ་སྟོང་གི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྦྱེས། ཡི་དམ་མང་པོའི་བསྟེན་  
 སྦྱུབ་ཀྱིས་སྟོགས་པ་རྩེ་རྩེའི་གསུམ་དུ་གོ་འཕོ་བའི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་གནད་དུ་བསྟུན། དེའི་  
 རང་བཞིན་རྫོགས་རིམ་མཉམ་བཞག་ཆེན་པོ་དང་བསྐྱེད་བའི་སྟོན་པ་བསྟོན་ནམས་དང་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་མཉམ་པོར་རྫོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་འབྲས་བུ་  
 བརྟེས། ལུས་རུས་སྦྱུལ་འཁར་གཞིང་དུ་བཞག་པ་ལྟ་བུལ་སོགས་པ་རྫོགས་པ་ཆེན་  
 པོའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་པའི་ལམ་ཏྲགས་སྒྲིའི་བཞིན་པར་མངོན་དུ་གྱུར། ད་དུང་  
 དེའི་ལུ་མཐུད་ནས་ལྷོ་བཙན་སེང་གོ་དབང་ལྷུག་གི་རྣམ་ཐར་འཁྱེད་ས་ན་ཁོང་འཇའ་ལུས་  
 སུ་ཐེབས་རྒྱུའི་ས་ཆོད་ལ་སྟེབས་ཡོད་པར་ཁོང་གི་གསུང་གིས་ཤེས་ལ། སྐབས་དེ་  
 ཅུམ་ན་ཆོས་སྐྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མས་གྲོང་བྱང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བརྩེ་རིས་སྦྱང་པ།  
 ཁོང་གི་རྟོགས་བརྩོན་ཆུ་ཟླའི་གར་མཁན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་སྐྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་  
 འགོ་མས་གྲོང་བྱང་ལྷོ་ན་ཤིང་ལ་བྱིས་པའི་བཟ་ཏྲོག་ལི་ལྷགས་དཀར་པོའི་རྣམ་པ་ཞིག་  
 གཏད་ནས། དག་པའི་འཁོར་གྱི་སྒྲུང་བ་ལ། །ཁྱེད་ནི་བྱི་སྟོང་ལྷེ་ལུ་བཙན་  
 ཡིན། །མ་དག་གཏུལ་བྱའི་སྒྲུང་བ་ལ། །ཁྱེད་ནི་སེང་གོ་རས་པ་ཡིན། །ཀུན་  
 ཏུ་བཟང་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་གཏེར། །རིག་པ་འཛིན་པའི་གྲོང་ཆུབ་བདུན། །མཁའ་

འགྲོའི་གསང་མཛོད་ཆེན་པོ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བརྟུང་གསུངས་ནས་དམིགས་མེད་དུ་  
ཡལ་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐེག་གི་གྲོང་བྱང་ཐུགས་གྱི་  
སྒྲོམ་བུ་བརྟུང་བསྐྱར་གསང་བའི་གལ་མདོ། སྒྲོམ་བཞོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཆོ་  
དགོངས་གཏེར་དུ་བབ། དེ་ནས་དགྲུང་ལོ་སུམ་ཅུ་ནང་སོན་པའི་ཆོ་བསམ་ཡས་  
མཆིམས་ཕྱི་དང་པོ་ཉང་བན་ཏིང་འཛིན་བཟང་པོའི་སྐྱབ་ཕུག་ཏུ་བཞུགས་ནས་དགའ་བ་  
སྤྱད། བྲག་ཕུག་དེས་ཆར་རྒྱུང་མི་ཁོག་པར་ཕྱི་ནང་བྱུང་མེད་དུ་སྒྱུར་ཀྱང་དེར་སྤིང་  
རུས་གྱིས་སྐྱབ་ཚུགས་བཟུང་སྟེ་བཞུགས་པའི་ཆོ། སྐབས་ཤིག་ན་ཁྱེད་པོ་ཞིག་གིས་  
སྒྲིང་དགའ་པོ་ཞིག་གཡར་བ་དེ་ཉིན་མཚན་གཉིས་གྱི་གོས་གདན་གཉིས་ཀའི་ཆབ་བྱས་ནས་  
མི་ལ་རས་པ་དང་། གྲོང་ཆེན་པའི་རྣམ་ཐར་བསྐྱུངས་ཏེ་སྐྱབ་ལ་དགའ་བུ་མཛོད་  
ཚུལ་དང་། དེར་བཞུགས་སྐབས་དང་པོ་གསོལ་ཆས་ཅུང་གསོལ་སྐྱུ་ཡོད་ཀྱང་བར་  
སྐབས་དེ་ཡང་ཆད་ནས། ཁོང་གི་གསུང་ལས། ང་སྒྲོར་ལ་སོགས་པ་བཅུད་ལྷན་  
གྱི་ཟས་རྣམས་འཇའ་ལུས་འགྲུབ་ཏུ་ཉེ་བ་ན། སྒྲོར་སྤྱིད་པོ་མ་གཏོགས་སྐྱབ་པོ་ཞིག་མ་  
སྒྲིང་ཡང་། ཨོ་རྒྱུན་ཆེན་པོའི་སྐྱབ་གནས་སུ་སྤིང་པོ་དོན་གྱི་བསྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་  
འཇུགས་པ་འདི་བསོད་ནམས་གང་ལས་ཀྱང་ཆེ། ཟས་དགའ་བུ་བཅུད་ལེན་རྒྱུང་པ་  
ལ་བཏེན་ནས་འདུག་དགོས་བྱུང་ཡང་བསྐྱབ་པའི་དམ་བཅའ་མི་ལྷོག་སྐྱམ་པའི་ཞེ་བཅད་  
དག་པོར་སྐྱེས་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་དུས་ཁོང་གིས་མགུར་གསུངས་པ་འདི་ལྟར།  
གནས་དབུན་པའི་བྲག་ཕུག་བསམ་གཏན་གྱི་རྫོང་ཆེན། །འཁོར་འདུ་འཛིན་ཁ་རུལ་  
ཞེན་ཆགས་གྱི་རྩ་བ། །ང་རི་སུལ་འགྲིམ་པ་ཡུལ་མེད་ནི་མ་ལགས། །རྩི་བྱུ་ཐོབ་  
གོང་མའི་ལུལ་ལམ་དུ་འདུག་གོ། །གནས་བདག་འཛིན་གྱིས་ང་བདག་ཞེན་པ་དང་  
གཅིག་ །རྫོང་འཇམ་གྱིས་རྩིག་པའི་ས་མཁའ་དང་གཉིས། །ཐུག་དར་ཅོག་གིས་

བརྒྱན་པའི་གནས་ཁང་དང་གསུམ། །འདི་གསུམ་བསྐྱབ་ན་སྤྱད་པོས་ཀྱང་འབྲུག་  
 ཚོད་ནི་གདའ་སྟེ། །ཚེ་ངེས་མེད་འདི་བསམ་ནས་བྲག་ཕྲག་བཟུང་བ་  
 ལགས། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་ལའི་མགྱར་འདྲ་བ་མང་པོ་གསུངས་ཡོད།  
 ཡང་ཕ་པད་འབྲུང་དང་དགའ་རབ་སྤྱི་སེང་། །རྩེ་མི་ལ་དང་ལོ་རས་དྲགས་པོ་  
 སོགས། །ཁོང་ཕྱག་རྩོགས་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །གནས་བྲག་ཁྱུང་  
 བཟུང་ནས་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། །བདག་དེ་དག་ལ་མིག་ལྟོས་ལྟུང་ལགས། །རྩེ་གྲོང་  
 ཆེན་དང་ཟུར་པ་མེས་དཔོན་གསུམ། །ཁོང་རྩོགས་ཆེན་མཆེད་བཞིའི་རྣམ་ཐར་  
 གྱི། །མི་ཁོ་བོའི་ཡིད་ཁ་སྤོགས་པ་ལས། །འུད་ཆེ་ཚད་ལ་བ་སྤྱི་མི་ལྡང་  
 ཅམ། །སྤྱད་ལྟོས་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་བ་ལགས། །སོགས་དེ་འདྲའི་ཉམས་  
 མགྱར་རྩི་རྩི་ཆོག་ །སྤྱོས་བྲལ་དོ་ཉ་ཟབ་མོ་གསུངས་པ་མི་ལའི་མགྱར་ལས་མ་མང་  
 བ་མི་ཉུང་། དེའི་རྩེས་ཤིག་ན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རྒྱུ་བརྒྱུས་ཀྱིས་ཉམས་ལྷན་གསང་ཆེན་མེ་ཏོག་  
 ཕྲག་གི་མཚོ་རྒྱལ་གསང་ཕྲག་སྟེ། དེང་སང་བསམ་ཡས་མཆིམས་ཕྱར་མཇལ་དུ་  
 ཡོད་པའི་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་གཟིམ་ཕྲག་ཡིན་ཟེར་བ། །གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་  
 བྲག་དམར་གཉེན་ཆང་ན་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཤིག་ན། །པར་བཀའ་ཐང་དུ་གསུངས་པ་  
 ལྟར། །རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་སྲས་མོ་ལྷ་ལྷུ་མ་པད་མ་གསལ་བསྐྱབ་ནས་ནམ་  
 དགུང་གོད་མ་དཀར་མོར་བཀའ་ཏེ་གུ་རུའི་དྲུང་དུ་བྱིན་སྐབས་ཁྱུང་འོང་བའི་ཆོན། །གུ་  
 རུས་རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་ཕྲག་གི་རྩི་རྩེ་འཕངས་པས་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཉིང་རེ་  
 འཛིན་ལས་བཞེངས་ཏེ། །གུ་རུ་དང་རྒྱལ་པོའི་དྲུང་དུ་བྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཡེ་ཤེས་  
 མཚོ་རྒྱལ་གྱི་གཟིམ་ཕྲག་གསང་ཆེན་མེ་ཏོག་ཕྲག་ནི་འདི་རེད་ཅེས་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་  
 སྤྱིང་གིས་ངོས་འཛིན་མཛད་པ་རེད། །ལྷན་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་བརྒྱུས་ཀྱིས་ཉམས་ལྷན་

གསང་ཆེན་མེ་ཏོག་ཕུག་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཆོན།   རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་གྲོང་ཆེན་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་ལན་གསུམ་མངལ་བས་བརྒྱད་གསུམ་དགོངས་པའི་རྟོགས་པ་དབྱེར་མེད་  
གྱུར།   དགོངས་རྒྱུད་རྟོགས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཐུགས་ཡིད་ལ་འཕོས།   ཇི་ལྟར་  
འཕོས་ན།   ཇི་ལྟར་པའི་དགོངས་བརྒྱུད་རྒྱལ་དབང་པད་མ་ཡབ་ཡུམ་དང་རྒྱལ་བ་གྲོང་  
ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཐུགས་ལ་འཕོས་ཏེ།   ཇི་སྟེད་པ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
དབྱེར་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལྟར་བཞེས་ཏེ།   གསུང་རྩི་རྩི་དོ་ཏེ་ལས།   སྒྲ་མ་བཟང་པོ་ཨོ་  
རྒྱུ་ཆོས་རྩེ་ལ་ཞུས་པས།   །བྱིན་རྒྱལས་ཟབ་མོ་དགོངས་རྒྱུད་སྒྲོས་བྲལ་དེ་བབ་  
བྱུང་།   །ལྟ་སྟོམ་ཡེ་བབས་སྐྱེ་གསུམ་ལྟན་གྲུབ་འདི་དགའ་འོ།   །ཉམས་ལེན་བྱར་  
མེད་སྒོ་འདས་ཡེ་གོལ་འདི་སྦྱིད་དོ།   །དག་སྒྲུང་ཟབ་མོ་བྲི་མེད་འད་ཟེར་ལ་ཞུས་  
པས།   །ཐུགས་སྒྲས་བདེ་ཆེན་རྟོགས་གོལ་དུས་མཉམ་ལ་ལོན་བྱུང་།   །སྐད་ཅིག་  
འདུ་རྩི་ལ་བྱེད་འདོད་མ་དགོས་པ་དགའ་འོ།   །ཡི་དམ་བཟང་པོ་པད་མ་སྟིང་ཏིག་ལ་  
ཞུས་པས།   །བསྐྱེད་རིམ་ཟབ་མོ་སྒྲུང་སྟོང་བུང་འཇུག་དང་མངལ་བྱུང་།   །རང་  
སེམས་མངོན་རྟོགས་ལྟ་སྐྱུར་སོང་བ་དེ་དགའ་འོ།   །རྣམ་སྟོན་རིག་འཛིན་ཆོ་འདིར་  
ཐོབ་པ་དེ་སྦྱིད་དོ།   །ལ་སོགས་གསུངས་ཡོད།   དེའི་སྐབས་སུ་གོང་སྟོན་སྐུ་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་སོགས་དངོས་ཡོད་མིའི་སྟོབ་མ་དང་།   ཞིང་སྟོང་ཆོ་རིང་མཆེད་ལྷ་ལ་  
སོགས་པ་གནས་ཡུལ་གྱི་དཔའ་པོ་རྒྱུ་མི་མིན་གྱི་སྟོབ་ཆོགས་འདུས་པར་མ་ཟད།  
བཀའ་སྒྲུང་མ་མོ་དང་མགོན་པོ་སོགས་ཀྱིས་འབྲལ་མེད་ཅི་གསུངས་གྱི་བཀའ་སྒྲུབ་པ་  
མཐོང་ཆོས་ཡིན།   གོང་སྟོན་དཔའ་པོའི་དབང་ཕུག་དང་།   རྒྱུ་ཆོ་རིང་མཆེད་ལྷ་  
སོགས་ཆོས་ཀྱི་རྩེ་ཆེན་རྒྱུང་བ་དང་།   གསང་མཛོད་ཐུགས་ཀྱི་སྟོ་ཆེན་འབྱེད་པའི་ཐེའུ་  
མིག་ལྟ་བུའི་ཐུན་མིན་གྱི་སྟོབ་ཆེན་དུ་གྱུར།   དེའི་མཆོམས་སུ་ཁོང་བྱང་རྒྱལ་ལྟོན་པའི་

ཆེལ་ཆོ་རིང་ལྷོངས་པད་མ་འོད་སྒྲིང་དུ་བཞུགས་སྐྱུ་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས། མི་མིན་  
 རྒྱུ་ཆོས་སྒྲིང་གིས་དུས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེན་ཅིང་བཀྲུར་སྟེ་མཛད་པ་དང་། སྒྲིང་ཆེན་  
 དགོངས་པའི་གསང་མཛོད་ཐང་མར་བདལ་ཞིང་འགགས་མེད་རྩི་རྩི་གསུང་གི་གཏེར་  
 ཆེན་པོ་ཐོལ་བུང་དུ་རྩོལ་བས་མི་བད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཆོས་གཏེར་ཆེན་པོ། སྐྱེ་  
 བསྐྱེན་པའི་མཛོས་རྒྱན་དུ་བཞག་པའི་མཛད་པ་བསྐྱུངས་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་འབྲེལ་  
 དེའི་སྟོན་རྩིས་སུ་རིས་མེད་གསར་ལྷིང་གི་མཁས་གྲུབ་མང་པོས་རྩིས་མ་གང་གི་ཞབས་  
 པད་སྐྱེ་བོས་བྲངས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་སྟོན་མཁའ་འཛུགས་མཁན་གང་མང་བུང་ཞིང་།  
 བྱུང་པར་དུ་བརྒྱུད་པ་འཛིན་པའི་ཐུགས་སྤྲོས་ཀྱི་དུ་ཆེན་ཁམས་པ་འཛིགས་མེད་མི་བཞི་ལ་  
 སོགས་པ་སྟོབ་བརྒྱུད་ནམ་མཁའི་སྐྱར་བྲངས་ལྟར་མང་པོ་བྱོན། བཀའ་གཙམས་  
 བཀའ་ཆེམས་ལ་བསམ་སྟོན་གཏོང་ན། འཛམ་གླིང་མཛོས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་དུག་  
 མཆོག་གཉིས་དང་། ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་སྒྲིང་ཆེན་པའི་གསུང་དང་གཉིས་སུ་མ་  
 མཆིས་པའི་ཤིང་རྟ་རྒྱལ་གཉིས། བྲིད་ཡིག་ཡེ་ཤེས་བྲུ་མ་ལ་སོགས་པ་སྤྲིང་ཐིག་པོད་  
 དགུ་ཆ་ལག་དང་བཅས་པ་དེ་ཆོས་སྐྱུ་རིང་བསྐྱེལ་གྱི་ཡུང་པོ་བསྐྱེན་པའི་བཅས་སུ་བཞག་  
 སྟེ། གངས་ཅན་མཐའ་དབུས་ཀྱིས་གཙམས་པའི་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ། རྩོགས་པ་  
 ཆེན་པོ་སྒྲིང་ཆེན་སྤྲིང་ཐིག་གི་བསྐྱེན་པ་དཀར་འབྲུམས་ཡུག་གཙམ་ཏུ་བདལ་བས་ད་ལྟའི་  
 བར་དུ་མ་ཉམས་པར་བཞུགས་ཡོད་པ་འདི་ཡིན། སྐྱེ་ཆོའི་སྤྲད་ཀྱི་ཆོ་སྟན་གྲགས་  
 རྩོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བྱུང་པས་བོད་མཐའ་དབུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཉེན་དགུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 གཙམ་རྒྱན་དུ་བཀྲུར་ཏེ། འདུ་བ་རྒྱལ་གསུམ་དབྱུར་གྱི་མཆོ་ལྟར་རྒྱས། འབར་བ་  
 རྒྱལ་གསུམ་དུས་མཐའི་མེ་ལྟར་འབར་ཡང་། འདི་སྤང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཐུགས་མ་  
 འཕྲོག་པར་ཐུབ་བསྐྱེན་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་སྤྲིང་པོ་སྤྲུ་འགྱུར་བཀའ་གཏེར་གྱི་བཅའ་ཆོས་མཐའ་

དག་གི་རྒྱུན་སྒྲེལ་བ་དང་། སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་ས་  
ཁྱད་པར་ཅན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞེང་རྒྱ། དག་འདུན་གྱི་  
སྒྲིབ་པ་ན་བཞུགས་པ་ལ་སྐྱེ་འབྱེད་དང་མང་ཇ་མཆོད་འབུལ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། ལྷག་པར་དད་འབུལ་གྱི་དངོས་པོ་དགོར་ནོར་ཐམས་ཅད་  
རྒྱང་འཁྱེར་གྱི་རྣམས་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མཆོད་འབུལ། ཆོགས་འཁོར་སྐྱོང་བཤགས་ལ་  
སོགས་པ་མཛད་པའི་ཐུག་སྒྲིབ་ཀྱི་རབས་སྒྲོབ་མའི་མིག་ལྟོས་དུ་བཞག་པར་མཛད་  
དོ། །མདོར་ན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཕྱི་མོ་སྟོང་བསྟན་རི་མའི་མར་མེ་  
ལྟར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ན། ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ལུང་རྟོགས་བསྟན་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་བྲི་ཆེན་པོ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱི་འགྱིངས་ཏེ། སྤྱི་འགྱུར་རྩི་རྩི་ཐེག་པ་ལ་  
བཀའ་བློན་བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་བསྟན་འཛིན་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིབ་ན་འཕགས་པ་ནི། དེ་རིང་ཁ་  
སང་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན་སྤིང་ལྡ་མཆོད་བཞིར་གནས་པའི་མགོ་སེར་ནག་སྐད་རིགས་མི་  
གཅིག་པ་ཆང་མས་རྫོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐེག་ཟེར་ནས་དོན་གཉེར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་  
འདི་ཡིན། འདིའི་བསྟན་པ་འདི་རི་སྤིང་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན།  
དམ་པ་འདི་ཉིད་སྐྱེ་གཞོན་ལུང་དུས་སུའང་ཟབ་དོན་སྤིང་ཐེག་གི་མན་ངག་ཀྱི་དག་བྲིགས་  
ཆོད་དང་། ལྷན་གྲུབ་ཐོད་གལ་སྒྲོན་དུག་སྒྲིབ་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གོམས་ནས་སྒྲོ་  
ཟད་ཆོས་ཟད་ཆོས་སྐྱེའི་དགོངས་པ་མདོན་དུ་བརྟེན་ནས། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུང་པོ་རྣལ་  
ཐུན་གྱི་སྒྲིགས་མ་ཡང་མི་ལུས་པར་འཇའ་ལུས་འཕྲོ་ཆེན་གྱི་སྐྱུར་བཞེང་རྒྱལ་ཐེ་ཆོམ་མི་  
དགོས་ཀྱང་། སངས་རྒྱུས་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་མཇལ་བ་དགོན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། རྟག་འཛིན་གྱི་བསམ་པ་དོར་  
ནས་སྐྱུར་དུ་དམ་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་ཆོད་དུ་སྐྱེ་སྐྱུང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་བཞིན་

དུ། ཀུན་མཁུན་འཇིགས་མེད་སྒྲིང་པ་ཡང་ས་པོ་རྩ་ཡི་ལོ་དབྱ་བུ་སྒྲིབ་པའི་ཆོས་གསུམ་གྱི་མཚན་ཐུན་དང་པོར་བྱང་སྤོང་ཅོག་པུའི་བཞུགས་སྐྱེད་ས་མཛད་དེ། གདོད་མའི་ནང་དབྱིངས་སུ་གཟུགས་སྐྱེའི་བཀོད་པ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་བསྟན་རབས་སོགས་རྣམ་ཐར་དུ་གསུངས་ཡོད། ཀུན་མཁུན་འཇིགས་སྒྲིང་ཁོང་སྤོན་རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱིའི་སྐྱེས་སུ་འབྱུངས་དུས་སངས་རྒྱུ་འོད་སྤང་གི་མདུན་དུ་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད། དེ་ནས་བདག་ཅག་གི་སྤོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུགས་མེད་གཏི་གཙུང་དུ་འབྱུངས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤོང་བཙན་གྱི་དུས་སུ་དགེ་སྤོང་ཨ་ཀ་མ་ཏིའི་སྤྱི་བ་བཞེས་པ་ནས་མཁན་སྤོབ་ཆོས་གསུམ་གྱི་སྐྱེད་དུས་སུ་བེ་མ་དང་རྒྱལ་སྐྱེས་ལྷ་མེད་ཚུལ་བསྟན་ནས། སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་དུ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཆེན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་པ་ཏེ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས། བྱ་དང་རི་དྲགས་གོང་ཁྲིར་སྤོང་མོ་བ། །གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དེར་མཐུན་དུ། སྤྱོད་ཆོགས་གཟུགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་འདུལ་བར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་གྱི་ཕན་བདེའི་ཆེད་དུ་སྤྱུལ་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་མཛད་ཡོད་པའི་ཚུལ་དེ་འདྲ་རེད། རྒྱལ་བ་གྲོང་ཆེན་པའི་ཡང་སྤྱུལ་ཡིན་པར་དངོས་སུ་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད། མདོར་ན་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་པ་རྒྱབས་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ་ནས། མ་འོངས་པ་བསྐྱེད་པ་བཟང་པོ་འདྲིར་སངས་རྒྱུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཅན་དུ་སངས་རྒྱུ་རྒྱ་ཡིན་པར་ཁོང་གི་ཞལ་ཆེམས་ཤོག་ཤིལ་དང་པོ་སྤྱི་སྤྱི་རན་ལས་མ་འདས་པའི་སྤོན་དུ་བཞག་པ་དེའི་ནང་གསལ་པོར་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་དེའི་ནང་དུ་ཁོང་གི་སྤྱུལ་པ་མང་པོ་ཡོད་གསུངས་ལ། དེའང་སྤྱུལ་པ་སྤྱི་མ་ལྟ་བུས་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་སྤྱི་བ་མི་འོང་བའི་ངེས་པ་མེད་པས་དབང་ཆས་དེ་ཆོ་མ་ཉམས་པར་ཞོགས་དང་། སྤྱི་སྤྱི་དེ་ཕར་རྩད་གཅོད་མི་དགོས་ཞེས་གསུང་ནས་བཀའ་བཅད་མཛད་ཅིང་། དེའི་མཛུགས་བྱང་དུ།



ང་ནི་རྟག་རྟ་ཆོས་ཉིད་ངང་། །ང་ལ་འགྲོ་སྒྲོང་གཉིས་སུ་མེད། །སྦྱོང་འཆིར་བསྟན་པ་  
ཇེས་ཐོབ་ཅམ། །ཡེ་གྲོལ་ཆེན་པོར་རྫོགས་སངས་རྒྱལ། །ཞེས་གསུངས་ནས་  
བཞག་ཡོད། །ཀུན་མཁུན་འཛིགས་སྤྱིང་དགོངས་པ་རྫོགས་ཇེས་སྦྱོང་གཏུང་རིན་པོ་ཆེ་  
ནི། །སྦྱོང་འབྲུག་དང་གཙང་ཕྱོགས་ཀྱི་བུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་  
གདན་བྲངས་དགོས་ཟེར་བ་དང་། དཔལ་རི་འཕྲོངས་རྒྱས་ཀྱི་གྲ་ཆོང་གིས་དཔལ་རི་  
དགོན་དུ་གདན་བྲངས་ནས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་བདག་པོ་བྱེད་དགོས་ཟེར་བ་སོགས་ཁ་མ་  
འཆམས་པ་རེད། །འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་བཅུ་དང་ལྗན་པའི་དོན་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་གཏུང་  
རིལ་པོར་བཞུགས་པ་ནི། །ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་བུ་དངོས་ཡིན་པས་ཕྱོགས་གང་ན་  
བཞུགས་ཀྱང་དེ་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་ཅིང་། །གསོལ་བ་བཏབ་ན་དགོས་དགུ་ཡིད་བཞིན་  
དུ་འབྱུང་བ་ཡིན། །སྦྱོང་གཏུང་རིལ་པོ་མ་ཟད་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོད་ལྗན་གྱི་གཏུང་  
གི་ཆ་ཤས་ཅོམ་ལའང་ཕན་ཡོན་དཔག་རྟ་མེད་པ་ཡོད་པར། །རྒྱུད་སྡེ་མང་པོ་དང་རྒྱན་  
སྟུག་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་སྡེ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། །དེས་ན་དེའི་ཆོ་རྒྱུད་འདིའི་  
འདའ་ཀའི་ཞལ་ཆེམས་སུ་སྦྱོང་གཏུང་ཅི་བྱ་དགོས་སྡེ་ནས་ཕྱག་བྲིས་བཞག་ཡོད་ལ།  
ཕྱག་བྲིས་སུ་ལྟ་དུས་ཁོང་གི་སྦྱོང་གཏུང་དེ་སྦྱོབ་བདུན་པའི་གཏུང་ཡིན་པས་མཆོད་རྟེན་གྱི་  
ནང་དུ་རིལ་པོར་བཞག་ན་ས་བཅུད་ཉམས་པ་གསོ་བ་དང་། །བསྟན་རྒྱུན་ལ་ཕན་  
ཐོགས་འབྱུང་གསུངས་ཡོད་པས་སྦྱོང་གཏུང་རིལ་པོ་ཆོ་རིང་ལྗོངས་སུ་བྲངས་ནས་བཞུགས་  
སུ་གསོལ། །དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཕྱིས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་གི་སྤྱིད། །ཕྱི་ལོ་ལྟར་ན་  
དུས་རབས་ཉི་ལྷུ་པའི་ལོ་རབས་དྲུག་ཅུའི་སྟོར་ལ་མ་ཐུག་གི་བར་དུ་གདན་ས་དེ་དུ་  
བཞུགས་ཏེ། །སྦྱོང་དབུས་གཙང་ཕྱོགས་ཀྱིས་མཆོད་གནས་མངོན། །དུས་འགྱུར་  
ཆེན་པོའི་སྐབས་དགོན་པ་བཞིག་སྟེ་སྦྱོང་གཏུང་འཛིག་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་དུས་སུ།

མཆོད་རྟེན་ནང་གི་སྐུ་གདུང་ཟངས་སྒྲོམ་ཞིག་ཏུ་བརྟུག་ཡོད་པ་དེ་དང་བཅས་བརྩན་མ་  
 གཉིས་ཀྱིས་སྒྲེར་གྱི་ཁང་ཆུང་གི་ཕྱི་ག་པ་ཉིས་རིམ་གྱི་གསེབ་ཏུ་ལོ་ཤས་སྐྱུང་ཐུབ་བྱུང་  
 མོད། དེ་རྗེས་རིག་གསུམ་གྱི་དུས་སུ་དེར་སྐྱུང་མ་ཐུབ་པར་སྐུ་གདུང་གཏོར་བརྒྱག་  
 ཐེབས་སོང་། གཏོར་བརྒྱག་བྱེད་སྐབས་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་ན།  
 ཆང་མས་ཟངས་སྒྲོམ་ཁ་ཕྱེས་པ་དང་མཉམ་དུ་འུར་སྐྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་གྲག དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་གདུང་རིང་བསྐལ་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་འཕུར་སོང་ཞེས་ཆོ་རིང་ལྗོངས་ཀྱི་  
 སྒྲོམ་དཔོན་ཨ་ནེ་བྱང་ཆུབ་སྒྲོལ་མ་ཞེས་པ་ལོ་དགུ་བརྒྱུད་ལོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ན་ནིང་བར་  
 དུ་སྐྱ་ཆོ་བརྟན་སོང་བ། ཁོང་གི་ཞལ་ནས་ང་ལ་གསུངས་པ་ཡིན། དེའི་དུས་སུ་སྐུ་  
 གདུང་རིན་པོ་ཆེ་གཏོར་བརྒྱག་ཤོར་སོང་བ་རེད། དབུ་མྱུང་བཅོམ་སར་ཕྱིས་སུ་ནམ་  
 རྒྱུན་དཔྱིད་ཀའི་དུས་སུ་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་ཡ་མཚན་ཅན་མང་པོ་འབྱུངས་རབས་བཤད་རྒྱ་  
 ཡོད། དེ་དུས་སྐུ་གདུང་གི་ཕྱག་གཡས་པའི་གྲུ་མོ་མན་ཆད་དེ་ལྷག་བསམ་ཅན་འགའ་  
 རེས་བདག་གཉིས་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་བ་རེད། གཙོ་བོ་སྤྱོ་བོ་རྩོ་ལགས་ཟེར་བའི་གད་པོ་  
 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ཡིན། རིག་གསུམ་གྱི་ལོ་བརྒྱའི་གནས་བབས་ཆབས་ཆེན་དེ་མཐུག་  
 གི་ལ་བ་དང་མཉམ་དུ། ང་ཨ་ཙོར་བྱས་ནས་གནས་སྒྲོར་ལ་སོང་ཆོ་ཆེད་དུ་ཆོ་རིང་  
 ལྗོངས་སུ་སོང་བ་ན། ཕྱག་གཡས་པའི་སྐུ་ཤ་ཡོད་ཆད་དང་སྐུ་དུས་པལ་ཆེ་བ་ཞིག་  
 ངའི་ལག་ཏུ་ཡོང་བས་མདོ་ཁམས་སྤྲད་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་དུ་ཐོབ་པ་ཡིན།  
 མང་པོ་ཞིག་འཛིགས་བྲལ་བྱང་ཆུབ་རྩོམ་གདུང་རྟེན་འདི་དང་རྩོ་བོའི་གཟུངས་སུ་ཡོད།  
 པལ་ཆེ་བ་པརྒྱ་ཐང་གི་རྟེན་སྐམ་ནང་དུ་བཞུགས། དུས་བུ་ཞིག་འདི་ཕྱོགས་སུ་གནས་  
 དུས་ཀྱི་འགྲུར་བཅིའོང་མི་ཤེས་བསམ་ནས་དེ་དུས་ཀྱི་མི་ཆང་མའི་བསམ་སྒོ་དང་བསྐྱུན་  
 ནས་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་རེབས། ལོ་ཉི་ཤུའི་སྔོན་དུ་རྒྱ་གར་གློ་ཕྱོགས་སུ་འཛིགས་བྲལ་

བྱང་ཆུབ་རྫོང་མེའི་གདུང་རུས་སྤྱེད་ཀྱང་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱེལ་ཡོད། རྫོགས་ཆེན་ཆོང་གི་  
ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་སྒྲིག་བསྐྱོས་མ་གང་དགས་རྣམས་དེ་ན་ཡོད་པ་ལས་གདུང་རྟེན་དེ་གཉིས་  
བཙོག་པར་མ་བཟད། བསྐྱེལ་ཆོང་ཨེ་ཡོད་བསམ་ནས་སེམས་བྲིལ་སྤྱེད་ཀྱིན་ཡོད།  
སྐབས་སུ་བབ་པའི་བཤད་བྱ་ངོ་མ་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤྱིང་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་  
སྒྲིགས་རྫོང་སུ་རྟེན་ཡོང་པའི་ཞལ་ཆེམས་རྫོང་མ་ཁོང་གི་སྐྱུ་མདུན་གྱི་གསལ་ཙོག་གི་བར་  
སྐབ་དུ་ཤོག་བྲིལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རུ། འོད་སྣང་མཐའ་ཡས་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་  
ལོ། །སྦྱོར་བཞེས་བྱ་སྤྱིང་པའི་འཁོར་ལོ་སྟེ། །རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་རྒྱུན་ལ་རྟག་  
འཁོར་ནས། །ནད་སོགས་སྐྱག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་ཉར་ལེན་ཅན། །འཆི་བཞེས་བྱ་  
དོན་དམ་བདེན་པ་སྟེ། །སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ། །སྦྱོར་འཆི་བར་  
ལག་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བཟོས། །ཡུལ་ལྗེའི་ཤེས་པ་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་  
གྲོང་། །གནས་འདི་རང་བྱུང་རྫོང་མེའི་གཞལ་མེད་ཁང་། །པད་མ་འོད་དང་རང་  
བཞིན་སྦྱེལ་པ་ནི། །ཐུགས་རྫོང་འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་གནས་མཆོག་སྟེ། །མོས་  
གུས་ཅན་དང་འབྲེལ་ཐོག་ཡིད་ཅན་ཀུན། །ཆོས་བྱ་གཅིག་ཏུ་མངོན་འཛུང་རྒྱ་བར་  
ཤོག །ཅེས་གསུང་གི་ཐམའི་ཞལ་ཆེམས་དེ་འདྲ་བཞག་ཡོད། མདོར་ན་མན་ངག་  
གི་བསྟན་བཙུག་འདི་ཉིད་རྩོམ་པ་པོ་འཇམ། །གསང་ཆེན་དགོངས་པའི་གྲོང་སྒྲོམ་ནས་  
འདོན་པ་པོ་སུ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་མའི་གཟུགས་སུ་བྱོན་པ། རྫོགས་པ་ཆེན་  
པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་ཅེས་ཞུ་བའི་ས་གྲགས་གནམ་གྲགས་ཀྱི་ཆོས། རིས་སུ་མ་ཆད་  
པའི་དམ་པའི་སྦྱོར་བུ་མང་པོས་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་མཛད་ཀྱིན་ཡོད་པ་འདི་ཐོག་མའི་  
སྒྲིལ་འབྱེད་ཀྱི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་དེ་ཡིན། འོ་ན་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པ་མ་བྱོན་  
པའི་སྒྲོན་ལ་ཆོས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་དཔ། །ཡང་གསང་སྤྱིང་གི་རྟ་ལ་ཀའམ་སྤྱིང་གི་

ཐོག་ལེ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་ཡོད་ཀྱང་། རྩོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐོག་མི་ཟེར་བའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅི་ཞེ་ན། གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐོག་འདི་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤིང་ཁོང་གི་དགོངས་  
 གཏེར་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ལ་ཁུ་བ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་གོང་དུ་ཁུ་བ་མ་  
 ཐག་པ་ལྟར། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤིང་ཉིད་མཆིམས་ཡུ་དཔལ་གྱི་དཔེན་བྲིད་གསང་  
 ཆེན་མེ་ཏྲོག་ཕུག་ཏུ་ལོ་གསུམ་སྤིང་པའི་བསྐྱབ་པར་གཞོལ་བའི་སྐབས་སུ། ཀུན་  
 མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་ལན་གསུམ་རྩེས་སུ་བཟུང་ནས། བྱི་  
 ལྟར་རྩྱུ་ཆེན་འགོ་འདུལ་བྱི་མེད་རྩེ། །ནང་ལྟར་སེལ་འོ་སྤོབ་དཔོན་མཆྱུ་  
 བྱི། །གསང་བ་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་ཅན་གྲོང་ཆེན་པས། །བད་ཐབས་རྟེན་འབྲེལ་དུ་མའི་  
 དོན་བརྒྱུད་བྱིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དུས་ལན་གཅིག་གི་ཆོ་ན་རིག་འཛིན་  
 འཛིགས་མེད་སྤིང་པ་ཉིད་ཐ་མལ་འབྲུལ་སྤྱང་གི་མི་ལམ་མིས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་འོད་  
 གསལ་འགྲོའོང་དང་བྲལ་བའི་ངང་དུ་མནལ་བའི་སྐབས་ཤིག་ན། ཁོང་གི་ཞལ་ནས།  
 དབང་པོ་ཡུལ་ལྷའི་ཐ་མལ་གྱི་འཛིན་པ་དྲངས་པས་ཡུལ་ཅན་སེམས་ཀྱི་ཏྲོག་པ་འགག་  
 གཟུང་ཡུལ་རང་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པས་ཡུལ་སྤྱང་གི་འཛིན་པ་ཞིག་སྤྱང་ཆའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་མི་ཏྲོག་ཀུན་གཞིའི་ངང་དུ་ལུ་བ་པ་དང་། སྤྱར་ཡང་དེ་ཉིད་ལྷག་མཐོང་གསལ་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཆར་སློལ་ས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། ཀུན་མཁྱེན་དག་གི་  
 དབང་པོ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྐྱུའི་སྤྱང་བརྟན་དངོས་སུ་ཤར་བས།  
 བཛོད་བྱ་དོན་གྱི་དགོངས་བརྒྱུད་འཕོ་བར་གྱུར་ཅིག་འཕོ་བར་གྱུར་ཅིག་རྩོད་བྱེད་  
 ཆོག་གི་བརྒྱུད་པ་རྩོགས་པར་གྱུར་ཅིག་རྩོགས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསུངས་ནས་  
 བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཆོ། ཁོང་གིས་ཕུག་འཆལ་ལོངས་མེད་པར་ཀུན་མཁྱེན་སྤྱི་མའི་  
 ཕུག་གཉིས་ལ་འཇུས་ནས། ས་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མཁྱེན་ཞེས་མོས་གུས་

གྲིས་བརྒྱལ་བ་ཙམ་དུ་གསེལ་བ་ལན་གསུམ་བཅུ་པ་སྟེ། ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོས་སྒྱུན་ཏུ་གྲིས་གཟིགས་ནས། རིགས་ཀྱི་བྲུ་ཁྲིད་ལ་ད་ཅི་སྒོན་ལམ་གཏད་རྒྱུ་  
སྒོན་ནས་དོན་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་འཕེལ་བ་ཡིན་པས་སྐྱབ་པའི་སྟོག་མཁར་ཚུགས་ལ་སྤིང་  
ཐིག་གཉན་པོའི་ཆོས་སྐྱལ་ལྡན་ལ་རྒྱ་ཆེར་སྒོན་ཅིག ཅེས་སྒྲིའི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དེ་འདྲ་ཐོབ་  
པ་དང་། ཡང་ཁོང་གི་གསུང་ལས། སྐྱུ་གསུམ་གྱི་སྤྱང་ཆ་མིག་འཕྲུལ་ལྟ་བུ་  
དབྱིངས་སུ་རུབ་སྟེ། ཀུན་མཁྱེན་བླ་མ་དན་པ་ལ་ཚུགས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་གྲུང་ངོ་  
ཞེས་གསུངས། དེ་ཞལ་གཟིགས་དང་པོའི་སྐྱབས་རེད། ཞལ་གཟིགས་གཉིས་པ་  
ལ། ཡང་གསང་ཆེན་མེ་ཏོག་ཕྱག་ན་བཞུགས་པའི་ཆོ། འོད་གསལ་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱབ་པ་འབྱམས་སུ་གྲུས་ཡོད་པའི་སྤྱང་ངོར། ཀུན་མཁྱེན་སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་  
ཞལ་མཇལ་བ་ན། ཕྱག་དཔེ་སྟེགས་བམ་ཞིག་གནང་ནས། འདིར་ཤིང་རྩ་ཆེན་མོ་  
ན་གཤམ་པའི་རྩལ་དུ་ཡོད་པ་མཐའ་དག་གསལ་བར་ཡོད། ཅེས་དང་། གསང་  
མཛོད་ཆེན་མོའི་བརྒྱའི་ཀྱི་སྒྲོར་སྐྱབས་དེར་གསུངས་པ་ཡིན། དེས་གསུང་གིས་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ནས་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་མཛོད་དགའ་བའི་ཆར་འགྲེལ་བ་བདེན་རྣམ་  
ཤིང་རྩ་རྣམ་གཉིས་བཅས་པ་རྩོམ་པའི་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཐོབ་པོ། །ཞལ་གཟིགས་  
གསུམ་པ་ནི། ཀུན་མཁྱེན་ཆོན་པོས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་པ་ཆོན་པོའི་ཞལ་འཇུག་མདངས་  
སུ་ལེ་བའི་ངང་ནས་ཕྱག་གཉིས་ཁོང་གི་དབུ་ཐོག་ཏུ་བཞག་སྟེ། བཛོད་དུ་མེད་པའི་  
གསུང་གིས་བྱིན་བརྒྱུད་ཅིག་ཙམ་དུ་འཕེལ་ཏེ་འོད་གསལ་དག་པ་རབ་འབྱམས་གྱིས་  
དབང་བསྐྱར་བས། དག་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་ཆ་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པར་གྱུར་པ་ནི།  
ཐུགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ནས་དོན་བརྒྱུད་རྟོགས་པའི་བདག་པོར་རྗེས་སུ་གནང་བ་  
སྟེ་ཞལ་གཟིགས་གསུམ་པ་ཐོབ། དེ་ལྟར་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་

པས་སྒྲ་སྒྲོབ་དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར། བརྒྱད་གསུམ་རིག་འཛིན་གཅིག་ལ་  
 རྫོགས། ཅུ་ཁམས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེད་བས། མཁའ་འགྲོའི་  
 བརྒྱལ་གྲོལ་ཆེན་དགོངས་པའི་གསང་མཛོད་ཀྱི་གཏེར་ཆེན་ཕྱེ་བའི་མན་ངག་གི་གཞུང་  
 མང་པོ་ཞིག་ དེམ་མེད་མེད་ས་པའི་ཐོལ་བསྟོད་ཙམ་མ་ཡིན་པར། རང་རེས་མངོན་  
 ལུས་མིག་གི་བདུད་རྩིར་མཛུལ་དུ་ཡོད་པ། འདི་ལྟ་བུའི་རིན་ཐང་གཞུང་དུ་མེད་པའི་  
 མན་ངག་གསལ་ཆོས་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་ཕྱི་རབས་སྐལ་ལྷན་གྱི་བུ་ལ་གཞག་  
 རྒྱུའི་དགོངས་གཏེར་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ལ། རྒྱུད་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་ཅེས་ལུ་བ་  
 རེད། འོན་ཀྱང་བ་རྒྱུད་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་གསུང་གི་མཛོད་ཆེན་བདུན་དང་།  
 ཤིང་རྟ་རྒྱལ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ལ་རྒྱུད་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་ཅེས་མི་ཟེར་བ་ཅི། རྒྱུད་ཆེན་  
 པའི་ཐུགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དགོངས་དཀྱིལ་དངོས་དེ་དག་མ་ཡིན་ནམ་སྟུང་ན། དེམ་གྱི་ཆ་  
 རས་བཏགས་ན་དེ་ཡང་ཡིན་མོད་ཀྱང་། འཛིན་རྟེན་གྲགས་སྡེའི་ལུགས་ལ་དེ་ལྟར་  
 ཟེར་སྟོལ་མེད། དེ་འདྲ་བཤད་ན་པར་འབྱུང་གནས་དང་། བི་མ་མི་ལྷ། དགའ་  
 རབ་རྫོང་། རྫོང་སེམས་དཔལ། ད་དུང་དེད་ན་རྫོང་འཆང་ལ་ཐུག་འགྲོ་བ་ཡིན་ན།  
 དེའི་སྤྱིང་ཐིག་ཟེར་རྒྱུའི་སྟོལ་ལྷག་པར་ཀུན་ཁྱབ་ལ་མེད། བད་འབྱུང་དང་བི་མའི་  
 བཀའ་སྟོལ་མཁའ་འགྲོ་སྤྱིང་ཐིག་དང་། གསང་བ་སྤྱིང་ཐིག་ ཟབ་པ་པོད་བཞི་  
 དང་། དེའི་ཡང་ཏིག་རྒྱུད་ཆེན་པའི་མཁའ་འགྲོ་ཡང་ཏིག་ རྒྱ་མ་ཡང་ཏིག་  
 ཟབ་མོ་ཡང་ཏིག་རྒྱལ་སྤྱིང་ཐིག་གོང་མ་དང་། དེའི་མན་ངག་གི་ཡང་བརྒྱད་ཀུན་  
 མཁུན་འཛིན་སྤྱིང་ལས་བྱུང་བ་ལ་ནི་སྤྱིང་ཐིག་འོག་མའམ་རྒྱུད་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་ཅེས་ལུ་  
 འདིའི་གོང་འོག་ནི་ཐིག་རིམ་གོང་འོག་ལྟ་བུ་མངོན་རྟེན་མཐོང་མན་གྱི་བྱུང་པར་མ་  
 ཡིན། དུས་རབས་སྔ་ཕྱིའི་དབང་གིས་བཞག་པའི་ཐ་སྟོན་གྱི་ཟེར་སྟོལ་རེད། འདི་

རྣམ་པ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་ལྷ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན། སྤྱིར་དམ་ཆོས་དར་བའི་ཡུལ་རྒྱ་གར་  
འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་གྲུབ་མཐའ་སྡེ་བཞི་དང་མདོ་སྤྲལ་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཙམ་ལས།  
བོད་ན་དར་བའི་ས་དགེ་བཀའ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྲིད་མེད་ཀྱང་། བོད་གངས་རིའི་  
ལྗོངས་འདིར་བསྟན་པ་དར་བའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་འགྲོས་ལ་བསམ་ན། དེམ་བཞིན་  
བཤད་བརྒྱུད་འདེགས་པའི་ཀ་ཆེན། སྤྱབ་བརྒྱུད་འདེན་པའི་ཤིང་རྟ་ཞེས་མཚན་དང་  
དོན་མཐུན་པར་དབྱེ་བ་བྱུང་བས་རང་རང་གི་ཆོས་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་སྲོལ་འབྱེད་དེ་ལ་ཀུན་  
མཁྱེན་དང་། རྒྱལ་བ་སོགས་ལྟ་ཞིང་། དེ་དག་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཆགས་ཐོགས་མེད་  
པའི་གཟིགས་པ་མངའ་བཞེས་པའི་ཆ་ནས་ཀུན་མཁྱེན་དང་། རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མ་  
མེད་པར་གདུལ་བྱའི་ཁམས་ལ་སྤྱང་བར་མཛད་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་དོས་ནས་རྒྱལ་བ་ལྷ་  
རྒྱལ་དེ་འདྲ་དར་བ་རེད། འདི་ན་རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པར་ཀུན་མཁྱེན་ལྷ་བ་  
ཇི་ལྟར་རེད་ཅེ་ན། ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དོན་དམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་།  
ཇི་སྟེང་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་གཞན་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོའི་པ་ལོ་ལྟ་ཕྱིན། ཤེས་  
བྱའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནང་ནས་རྒྱས་པས་ན་ཀུན་མཁྱེན་  
ནོ། །བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་པོ་ལ་རྒྱ་ཆོགས་གསུམ་ཚད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། རབ་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་། འབྲིང་ཡི་དམ་ལྷའི་ཞལ་གཟིགས་པ། ཐ་  
མའང་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་པ་ཞིག་དགོས་ན། རྩོམ་པ་པོ་ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་  
པ་མཁྱེན་བརྩེད་འོད་ཟེར་རམ་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པ་ལ་དེ་ལྟར་བྱའི་རྒྱ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་  
ཚད་ལ། དེས་གཞུང་འདི་རྩོམ་པ་པོ་སྤྱི་ཡིན་དང་ཅི་འདྲ་ཡིན་ཤེས་སོ། །འདིའི་  
བརྗོད་བྱ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཐོག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོག་དབུབ། རྒྱུད་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྤྱི་ཆིངས། ཐོག་མ་སྒྲིབ་འགྲོས་རྒྱུད་སྤྱངས་ནས་རྩ་རྒྱུད་ཐོག་ལའི་བྱེད་བཅིངས་ལ་

བརྟེན་ནས་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས། དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་རྣམ་པར་  
 དག་པས་སྲིད་པའི་མཐའ་ལ་ཆགས་པ་བཀག་པར་མ་བཟད། སླིང་རྗེའི་བསམ་པ་ཚད་  
 མེད་པས་ནི་བའི་མཐའ་ལ་ཞེན་པ་བཀག་ནས་གཉིས་མཐར་མ་ལྷུང་བར། སྲིད་ལ་མི་  
 གནས་ནི་ལ་མི་འབབ་པར་ཐར་པ་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགོ་དགོས་ན། ཐོག་མར་  
 སེམས་ལས་སྲུ་རུང་བར་བྱས་ནས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མིན་གྱི་སྡོན་འགྲོ་བརྒྱུད་ནས།  
 དངོས་གཞིའི་ལམ་འགྲོ་བའི་ཁམས་རྗེ་རྗེ་བཞིའི་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་དེ་བརྟེན་ཐབས་  
 རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ཁྲུང་པར་ཅན་གྱིས་སང་པར་བྱས་ནས། སློབ་མ་རྒྱུད་དག་པ་རབ་  
 འབྱམས་སུ་སློན་པར་བྱེད་པ། གཟུང་འཛིན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། སྐྱེ་  
 འགགས་གནས་གསུམ་མེད་པའི་རོལ་ཅུལ་དུ་ངོ་སློང་། ཅུལ་མེད་ཆོས་སྐྱའི་དགོངས་  
 པ་ལ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པ་འདིའི་བརྗོད་བྱ་རེད། འདི་ཕྱོགས་གང་དུ་གཏོགས་ན། ཐོག་  
 པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཁོག་དབུབ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཐོག་པ་གསུམ་གྱི་བསྟན་དོན་དང་འབྲེལ་  
 བས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པར་མ་བཟད། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐོག་ཆེན་མོ་སྟགས་  
 ཐུན་མོང་གི་ལམ་གྱི་རྒྱ་དགོན་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པས། མཐར་ཐུག་ཆུ་ཕྱན་ཆུ་  
 མཆོར་འདུས་པ་བཞིན་དུ། འོག་མའི་ཐོག་རིམ་བརྒྱུད་པོ་མཐར་འབྲས་རྗེས་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་འབབ་པ་ཡིན་པས། སྲུ་འབྱུར་ཐོག་རིམ་དགུའི་ཕྱི་མོ་ཨ་ཏི་ཡོ་ག་འབྲས་བུའི་  
 ཐོག་པར་སྟོན་པའི་རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་གསུམ་ལས་མན་ངག་གི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་  
 སོ། །ལུང་གང་ལས་བརྟུས་ན། རྗེས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་འབྱམ་ཕྱག་དྲུག་ཅུ་ཅུ་  
 བཞིའི་སླིང་པོ་རྒྱུད་བཅུ་བདུན། དེའི་ཡང་བཅུད་བཀའ་སློལ་རྣམ་གཉིས་དགོངས་  
 འབྲེལ་དང་བཅས་པའི་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཚུལ། དེ་ལས་ཀྱང་བྱི་མའི་གསང་བ་  
 སླིང་ཐོག་གསེར་ཡིག་ཅན་དང་གཡུ་ཡིག་ཅན་ལ་སོགས་ཟབ་པ་པོ་དང་བཞིའི་ནང་བཅས་



ཡིག་ཅན་དང་དེའི་ཡང་ཡིག་སྒྲ་མ་ཡང་ཏིག་གཉིས་ལས་གཅོ་བོ་བདུས་པ་ཞིག་རེད།  
འདི་བཀའ་སློལ་རྣམ་གཉིས་ལ་གཅོ་བོ་བེ་མའི་བཀའ་སློལ་ཡིན། འདིའི་དབུ་ཞབས་  
གྱིས་བསྐྱས་པའི་དོན་ཅི་ཡིན་དང་། ད་དུང་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་དགོས་པ་ཉིང་དགོས་  
དང་བཅས་པ་གོང་གི་བརྗོད་བྱ་བཤད་པའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་རེད། དེའི་ཡན་ཆད་  
བརྗོད་བྱ་དང་དགོས་པ་ཉིང་དགོས་འབྲེལ་བ་སྟེ་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་ཡང་ཤུགས་  
ལས་གོ་ཐུབ། ཐོག་མར་དགོ་བ་ཀླད་གྱི་དོན་ལ་མཆོན་སློལ་པ་ཕྱག་འཆོལ་བ་སོགས་  
ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་མཆོན་སློལ་པ། མཆོན་དོན་འགྲེལ་བ། ཞར་བྱུང་རྩོམ་  
པ་པོའི་རྣམ་ཐར་དང་། ཇི་ལྟར་བརྩམ་པ། རྩོམ་པའི་དགོས་པ་དང་བཅས་པ་  
བཤད་ནས།

## གཉིས་པ་ཕྱག་འཆོལ་བ།

གཉིས་པ་ཕྱག་འཆོལ་བ་ནི། དཔལ་ཀུན་རྩ་བཟང་པོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་  
ལོ། །དཔལ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་ཁ་སྐད་ལྟར་བཤད་ན། གཟི་བྱིན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་  
པའི་གོ་དོན་ཞིག་རེད། སྐབས་འདིར་བརྗོད་སྟངས་ཀྱི་ཐད་ནས་རྟོགས་པ་བདག་གི་  
དཔལ་དང་། ཐུགས་རྗེ་གཞན་གྱི་དཔལ་གཉིས་ཀྱི་སྟངས་ནས་བཤད་ན། རྟོགས་པ་  
བདག་གི་དཔལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཆོས་སྐུ་ཀུན་རྩ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་རང་དོན་ཆོས་སྐུའི་  
གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱས་པ་དབྱིངས་སློལ་པ་དང་བྲལ་བའི་རང་ལས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ།  
ཐུགས་རྗེ་གཞན་གྱི་དཔལ་དུ་གཞན་དོན་གཟུགས་སྐྱར་བཞེངས་ནས་སྲིད་པ་མ་སྟོངས་  
འཁོར་བ་མ་ཞིག་གི་བར་དུ་ཏིག་བྱབ་ལྷན་གྱུབ་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་མཛད་པ་དེ་དང་ལྡན་པས་

དཔལ་དེ་གཉིས་དང་ལྷན་པས་ན་དཔལ། ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་ཞེས་པ་ལ། རང་  
བཞིན་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ། རྒྱུན་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ། སྟོན་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ། རིག་  
པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ། རྟོགས་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་དང་ལྷན་སྟོན་སྟོན་གསུང་ཚུལ་ཡོད་ལ།  
རང་བཞིན་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་རང་  
བཞིན་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་ལམ་གཞི་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ཡིན། རྒྱུན་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ནི་ཆོས་  
ཉིད་རིག་པའི་རོལ་པ་ལས་ཤར་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲུང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་འཆར་གཞི་དེ་  
ལས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ་རིག་པའི་རྒྱུན་དུ་ཤར་བས་རྒྱུན་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་ཞེས་བྱ།  
སྟོན་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ནི་ནང་གསལ་ཆོས་སྒྲུའི་དབྱིལ་འཁོར་དབྱིངས་སུ་འབྱེལ་བ་དེ་  
ལས་ཕྱི་གསལ་ལོངས་སྒྲུའི་ཐུགས་རྗེ་ལས་འགྲོ་འདུལ་སྒྲུའི་རོལ་པ་ཆད་མེད་ཚུ་ཟླ་  
ལྟར་ཤར་བ་དེ་ལ་སྟོན་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་ཞེས་བྱ། རིག་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ནི་འགྲོ་བ་  
ཡོངས་ལ་བྱུང་བའི་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་བདེ་གཤེགས་སྤིང་པོ་གཉུག་མ་དོན་གྱི་འོད་  
གསལ་དེ་ཡིན། རྟོགས་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ནི་ལམ་ལ་སྟོབ་པའི་གང་ཟག་གིས་སྒྲ་  
མའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་རང་གི་དད་པའི་ཉིར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་པ་གཤེས་ཀྱི་གནས་  
ལུགས་རི་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་དེའོ། །གང་ལྟར་ཡང་དུས་གསུམ་དུས་མེད་མཉམ་པ་  
ཆེན་པོ་འཁོར་འདས་ཀུན་ལ་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དག་གི་དུས་ན་བབ་པའི་ཞེས་ཤེས་བྱའི་སྟོ་  
འདོགས་དང་། ངན་ཞེན་འཁོར་བའི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་དང་ལས་གྲོལ་བས་ན།  
ཀུན་བབ་སྟོང་ན་མི་བབ་གཅིག་གྲུང་མེད། རྟོགས་གསུངས་པ་ལྟར་གདོད་མའི་  
མགོན་པོ་འཁོར་འདས་ཤེས་དང་ཤེས་བྱར་གྱུར་པའི་མཁའ་བྱུང་མཁའ་འདོད་རྩི་ཆེ་ཆོགས་  
པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་པ་ཀུན་བབ་དོན་རྩི་ཆེ་ཆོགས་སྟེ། དཔལ་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་ལམ་ཞེས་པའི་ལ་  
ནི་ངས་པར་བཟུང་སྟེ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཕྱག་དེ་ལ་དབྱེན་ཆོས་ཉིད་དོན་གྱི་ཕྱག་

དང་། ཆོས་ཅན་བད་ཡི་ཕུག་གཉིས་སུ་བཤད་དེ། ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་རང་དོ་  
ཤེས་ནས་ཕུག་འཛམ་བྱ་དང་འཛམ་བྱེད་གཉིས་སུ་མེད་པར་རྟོགས་པས་རབ་ལྟ་བ་མངོན་  
སུ་མ་དུ་མངལ་བ་ལ་ཆོས་ཉིད་དོན་གྱི་ཕུག་དང་། ཆོས་ཅན་བད་ཡི་ཕུག་འབྲིང་སྒྲོལ་པ་  
གོམས་པའི་ཉེ་རྒྱ་སྒྲིང་པ། ཐ་མ་མེས་གུས་གྱི་ཕུག་དང་བཅས་པ་ཚང་བའི་སྒྲོལ་ནས་  
གདུལ་བྱ་སྦྱོར་བྱ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་རིམ་དང་མཐུན་པའི་ཕུག་འཛམ་བ་སྒྲོལ་དུ་སོང་ནས།

## གསུམ་པ་མཆོད་པར་བརྟེན་པ།

གསུམ་པ་མཆོད་པར་བརྟེན་པ་ལ། ཐོག་མའི་སངས་རྒྱུ་གཞི་འབྲས་དབྱེར་མེད་  
པའི་བདག་ཉིད་ལ་མཆོད་པར་བརྟེན་པ་དང་། ཞིང་འདིར་གཞི་སྒྲུང་གི་རོལ་པར་སྟོན་  
པ་གསང་སྤྲུགས་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུ་གཞིས་པ་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལ་མཆོད་  
པར་བརྟེན་པ། དེ་ལས་གཞན་ཡང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱུ་གཞི་སྒྲོབ་པ་བསྐྱེད་པ་དམ་  
ཆོས། འབྲེན་པ་དགོ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་སྒྲོབ་  
མ་འཕགས་བོད་གྱི་བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་ཆོག་གས་དང་བཅས་པའི་མཆོད་སྦྱོར་པའི་སྒྲོལ་ནས་  
མཆོད་པར་བརྟེན་པའོ། །དང་པོ་ཐོག་མའི་སངས་རྒྱུ་གཞི་འབྲས་དབྱེར་མེད་པ་ལ་  
མཆོད་པར་བརྟེན་པ་ནི། གང་གི་རང་བཞིན་གྱི་རྩ་རྣམ་དག་རྒྱ་ཆད་སྒྲིགས་སུ་མ་  
ལྟར་ཞིང་། །མ་སྦྱོར་མི་འགག་སྒྲོལ་པ་ཀུན་བྲལ་ཡེ་བབས་གཉུག་མ་བྱང་རྩལ་  
སེམས། །དུས་གསུམ་དུས་མེད་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་འཕྲོ་མེད་འདུས་མ་བྱས་གྱི་  
སྒྱ། །འཁོར་འདས་བདག་མེད་ལྷན་ཆོས་དུག་ལྡན་གདོད་མའི་མགོན་པོ་དེ་ལ་  
འདུད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། འདིས་ནི་གང་མཆོད་པར་བརྟེན་པའི་ཡུལ་ཆོས་

དབྱིངས་སྒྲིམ་བྲལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་ལྟན་གྲུབ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས། སྐྱེད་ཡོན་  
 ཏན་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་བདག་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཐུགས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་གང་གི་  
 རང་བཞིན་ནི། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྱོད་དང་སྒྲིག་སྒྲངས་འབྲིགས་ཤིང་ཐོག་ཟེར་  
 སྒྲོག་འོད་འབྱུག་ན་ཇེ་ངན་དང་། ཉི་མ་ཤར། སྤྱང་ཆར་འབབ། འཇའ་འོད་  
 འབྲིགས་ན་ཇེ་བཟང་ལ་འགོ་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན་དུ། གཤེས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ལ་འཕོ་འགྱུར་དང་བྲི་གང་མེད་པར་གིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་རིག་པ་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཡེ་ནས་འཆིང་གྲོལ་མེད་པའི་ཡེ་གྲོལ་ཆེན་པོ། རྒྱ་གར་ཡང་མ་  
 ཆད། རྩོགས་གང་དུ་མ་ལྟོང་། མ་སྐྱེས་མི་འགག་སྒྲིམ་པ་ཀུན་བྲལ་ཡེ་བབས་  
 གཉུག་མ། །རིག་པ་བྱང་རྩལ་སེམས་མཁའ་མཉམ་གཤོད་ནས་དག་པའི་རང་བཞིན་  
 དེ་ནི་དང་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱས་སྟོང་པས་ན་མ་སྐྱེས། དེ་ལྟ་བུའི་མ་སྐྱེས་པ་དེ་  
 ཉིད་ལ་བར་དུ་གནས་པ་མེད་པར་མ་ཟད། དང་པོ་སྐྱེ་བ་དང་བར་དུ་གནས་པ་མེད་པ་  
 དེ་ལ་ཐུམ་འགག་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད་པས་ན་མི་འགགས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟ་  
 བུའི་སྐྱེ་འགག་ཡོད་མེད་ཏུ་ཆད་ལ་སོགས་སྒྲིམ་བཏགས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ལས་རིང་དུ་འདས་པས་ན། ཁས་ལེན་སྒྲིམ་པ་ཀུན་བྲལ་ཡེ་བབས་རང་བྱུང་གི་རིག་  
 པ་ཡེ་ནས་འཕོ་འགྱུར་ཡོད་མ་སྟོང་བའི་རིག་པ་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས། དུས་གསུམ་དུས་  
 མེད་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྟན་འཕེ་མེད་འདུས་མ་བྱས་པའི་སྐྱེ། །དུས་གསུམ་དུས་མེད་  
 ཅེས་པ་ནི་འདས་པའི་ཆོས་འགགས། མ་འོངས་པའི་ཆོས་མ་སྐྱེས་པ། ད་ལྟའི་  
 ཆོས་སྐྱེད་ཅིག་ཆ་ཤས་ཕྱེས་ན་འདས་མ་འོངས་གཉིས་ལས་གཞན་པ་ཞིག་མི་སྲིད་པ་ཡིན་  
 པས་ན་དུས་གསུམ་གྱི་དུས་ཀྱི་ཆ་ལས་འདས་པའི་དུས་བཞི་པ་ཀ་དག་གི་དུས་ནི།  
 དུས་མེད་མཉམ་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་གསུངས་པས། འདིས་བཞི་ཆ་གསུམ་བྲལ་གྱི་

དགོངས་པ་བསྟན། རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་འཕྲོ་མེད་འདུས་མ་གུས་ཀྱི་སྐྱུ་ཀ་དག་སྟོང་  
གསལ་ཆེན་པོ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་རྟག་པ་དམ་པ། ཞི་སྐྱུ་དཔག་བསམ་ཤིང་ལྟར་  
གསལ་གྱུར་ཅིང་། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཇི་བཞིན་རྣམ་མི་རྟོག་ །ཅེས་པ་དང་།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་བཅོས་རྒྱུད་སྒྲིམ་ལས། ཇི་ལྟར་སྤྲ་བཞིན་ཕྱིས་དེ་  
བཞིན། །འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ནི།  
སྟོང་པའི་ངང་ལས་རིག་པའི་ཉི་ཤར་བས། །རྟུབ་པ་མེད་པའི་གཏེར་ཆེན་དཀྱིལ་  
འཁོར་ནས། །འགྱུར་བ་མེད་པའི་སྐྱུ་ལྟར་ཤར་གྱིས་བྱུང་། །རྟོག་པ་མེད་པའི་ངང་  
དུ་གཉིས་མེད་རོལ། །ཞེས་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་ནང་གསལ་ངེས་པ་ལྟ་ལྟར་  
སྐྱེས་བུའི་བྱང་ལྟ་བུ་དེ་ལས། ཕྱི་གསལ་གཟུགས་སྐྱུའི་བཀོད་པ་རྒྱ་ནང་ཟླ་གཟུགས་  
ཀྱི་དཔེ་བཞིན་དུ། རོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་ཡེ་ཤེས་གསུམ་ལྡན་གྱི་བདག་ཉིད་སྐྱུ་  
གསུམ་འདུ་འབྲེལ་མེད་པའི་འོད་གསལ་བྱུང་འཇུག་གི་སྐྱུ། འཁོར་འདས་བདག་མེད་  
བྱང་ཆོས་དུག་ལྡན་གདོད་མའི་མགོན་པོ་དེ་ལ་འདུད། །འཁོར་འདས་སྤྲང་བཏགས་  
ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཤེས་བུའི་ཆོས་རིས་མེད་མཉམ་པ་ཆེན་པོར་རྫོགས་ཏེ་གཟུང་འཛིན་  
བདག་གི་འཆིང་བ་ལས་ཡེ་ནས་གྲོལ་བས་བདག་མེད། བྱང་ཆོས་དུག་ལྡན་ཏེ་གཞི་  
ལས་འཕགས་པ། རང་རོར་སྤྲང་། བྱེ་བྲག་བྱེད། བྱེད་ཐོག་རྩ་གྲོལ།  
གཞན་ལས་མ་བྱུང་། རང་སར་གནས་པ་སྟེ་དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆོས་དུག་དང་ལྡན་པའི་  
ཀུན་བཟང་གདོད་མའི་མགོན་པོ། བྱུང་བདག་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་འོད་མི་འགྱུར་བ་  
དེ་ལ་འདུད། ཅེས་གཞི་འབྲས་དབྱེར་མེད་པའི་བདག་ཉིད་བྱུང་བདག་དང་པོའི་མགོན་  
པོ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་དེ། ད་ནི་ཞིང་འདིར་གསང་སྤྲགས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་རྣམ་  
པར་བཀོད་པའི་བྱེད་པོ་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་ཀུ་ར་ལ་ཐུན་མེན་

གྱིས་མཆོད་པ་བཟོད་པ་ནི། གང་གི་གཞི་སྒྲུང་རོལ་པ་རྒྱ་རྒྱུ་གས། །སྤྱི་མཆོར་  
བཅུད་དུ་སྒྲིན་པའི་དཔལ་ཡོན་ཅན། །འོད་ལུས་སྐྱུ་འཕྲུལ་བའི་སྐྱུར་བཞེངས་  
པ། །སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་པད་མ་འབྱུང་གནས་མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ནི་  
མཐའ་ཡས་རྩལ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཆོར་མཆོན་དང་སྐྱུ་འབྱུང་པ་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱུང་ཅིང་། གཞི་དབྱིངས་བྱུང་བཅུད་ཆེན་པོར་ཐོག་མའི་སངས་རྒྱུས་འོད་མི་འགྱུར་  
བའི་ངོ་བོར་ནང་གསལ་བྱུང་ཆོས་རྒྱལ་ལྷན་ལས་ཐ་མི་དད་པར་བཞུགས་ནའང་།  
གང་གི་ཕྱི་གསལ་གྱི་གཞི་སྒྲུང་གི་རོལ་པ་གདུལ་བྱའི་རྒྱ་སྒྲིབ་ཅི་སྒྲིབ་པ་རྒྱ་གཟུགས་དེ་  
སྒྲིབ་དུ་འཆར་བ་ལྟར། སྐྱུལ་པའི་རོལ་གར་སྤྱི་པ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོའི་གདུལ་བྱའི་བཅུད་དམ་དཔལ་མགོན་དུ་སྒྲིན་པའི་ངོ་མཆོར་བྱེ་བའི་དཔལ་ཡོན་  
ཅན་གྱི་འཕེ་ཆེན་འངར་ལུས་ཟག་བྲལ་རྩི་རྩི་ངོ་བོ། འཆི་བ་མེད་པ་ཆོ་ལ་མངའ་དབང་  
བཞེས་པ་སྐྱུ་འཕྲུལ་བའི་ཆེན་པོ་ཅིར་ཡང་སྤྱང་བའི་སྐྱུར་བཞེངས་པ། སྐྱུ་འཕྲུལ་བའི་  
ཞེས་པ་ནི། དེས་དོན་སྐྱུ་འཕྲུལ་བའི་སྤྱོད་གསལ་དབྱེར་མེད་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ལས།  
བྱུང་དོན་རྟགས་ཀྱི་སྐྱུ་འཕྲུལ་བའི་གཟུགས་སྐྱུའི་རྣམ་པར་བཞེངས་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་ཞེ་  
ཡིན་སྟེ། སངས་རྒྱུས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུང་གིས་ཟིན་པའི་བསྟན་ལ་སྟོན་པ་གཉིས་པ་  
དང་འབྲེལ། སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པད་མ་འབྱུང་གནས་དད་  
བརྒྱའི་གཙུག་གི་སྐྱུ་བོས་མཆོད་ཅེས་པའོ། །ལུང་གིས་ངེ་ལྟར་ཟིན་ན། ང་ནི་འདི་  
ན་མི་གནས་ནས། །འཕྱོ་བརྒྱུད་དང་བཅུ་གཉིས་ན། །མདངས་ལྷན་བྱི་མེད་མཆོ་  
དཀྱིལ་དུ། །ང་ལས་ལྷག་པའི་སྤྱེས་བུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཐུན་མིན་གྱིས་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པད་མ་འབྱུང་གནས་ལ་མཆོད་པར་  
བཟོད་ནས། སྐྱབས་གནས་མཆོག་གསུམ་དམ་པ་ལ་མཆོད་པ་བཟོད་པ་ལས།

ཐོག་མར་སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་དང་དེའི་སྲས་བསྟན་པའི་བརྒྱུད་འཛིན་དང་བཅས་པ་  
ལ་མཆོད་པ་བརྗོད་པ་ནི། ཀླུ་གཉིས་གཙོ་བོ་མི་ཡི་མེད་གོ་ཤྱུ་འི་རྒྱལ་དང་དེ་ཡི་  
སྲས། །ཤིང་རྩ་གཉིས་སོགས་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་འཛིགས་རྟེན་མིག་གཅིག་ཞིག་  
འཆོ། །སང་མི་བདུན་དང་མར་མེ་མཛད་དཔལ་ཤུག་སྒྲི་ཀུན་མཁུན་ལྷ་པ་  
སོགས། །བསྟན་པའི་གཞི་རྟེན་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་བདག་པོ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་  
དད། །ཅེས་ལྷ་དང་མིའི་རྣམ་འབྲེན་རྒྱུ་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་གམ་གཙོ་བོ་འཛིག་  
རྟེན་ན་སྒྲི་མེད་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་མི་འཛིགས་པའི་ང་རོ་བསྐྱུགས་ཤིང་། སྤངས་  
རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཕྱལ་རྫོགས་པ། དཔེ་རི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མེད་གོ་  
དང་ཆོས་མཚུངས་སྤྱར་ཏེ། མི་ཡི་མེད་གོ་ཤྱུ་འི་རིགས་སུ་འབྱུངས་ཤིང་བདུད་  
བཞིའི་དབྱེ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་དང་། དེའི་སྲས་ཉེ་སྲས་  
བརྒྱུད་དང་གནས་བརྟན་བརྩུག་སོགས་དང་། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་བྲི་མ་  
མེད་པ་མ་ཞོར་མ་འབྱུལ་བར་སྐྱེས་བུའི་ཤེས་རྒྱུད་དུ་འབྲེན་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཆ་  
ནས་འབྲེ་བས་བཏགས་པ་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་དང་། ཐོགས་མེད་རྣམ་གཉིས་  
སོགས་འཛམ་གླིང་མཛོས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་དུག་དང་མཆོག་གཉིས་ཏེ། རྒྱན་དུག་  
མཆོག་གཉིས་ལ་བརྩི་ལུགས་འབྲེ་མིན་ཡོད་ཀྱང་ཡོངས་གྲགས་སུ། འདུལ་བ་བདུད་  
ཅིའི་རྒྱན་ཡོན་ཏན་འོད་དང་ཤྱུ་འོད་གཉིས། ཚད་མའི་རྒྱན་ཕྱོགས་སྤང་དང་ཆོས་  
གྲགས་གཉིས། དབུ་མའི་རྒྱན་ཨ་ལྷ་དེ་བ། མཛོན་པའི་རྒྱན་དབྱིག་གཉིས་ཏེ་རྒྱན་  
དུག་དང་། མཆོག་གཉིས་ནི། ཟབ་མོ་ལྷ་བའི་སྒོལ་འབྱེད་སྒོལ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་  
དང་། རྒྱ་ཆེན་སྒྱུད་པའི་སྒོལ་འབྱེད་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དེ་ཤིང་རྩ་རྣམ་གཉིས་  
སོ། །ད་དུང་དེའི་ཐོག་རྩ་མཛད་བྱུང་གི་སྒོལ་དཔོན་སྐྱབ་གྲགས་དང་ནི་ལྷ་རྣམ་གཉིས་དང་།

འཛིག་རྟེན་མིག་གཅིག་ནི་བ་འཆོ་ཞེས་བོད་ཡུལ་མུན་པའི་གླིང་དུ་བསྟན་པའི་སྒོན་མེའི་  
 སྒྲུང་བ་དང་པོ་སྒྱུན་པ་པོ། དབུ་སེམས་ཟུང་འཇུག་གི་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་འབྱེད་འཛིག་རྟེན་  
 མིག་གཅིག་མཁའ་ཆེན་ནི་བ་འཆོ་དང་། བོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་གི་ཐོག་མ་བོད་མིས་རབ་  
 བྱུང་བྱས་ན་འགྲིག་མིན་ཉམས་སད་ཆོད་ལེན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མི་བདུན་རབ་རྩ་བྱུང་བའི་  
 སད་མི་བདུན་དང་། མར་མེ་མཛད་དཔལ་རྩེ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤ་དང་། ཁ་  
 ཆེའི་པར་ཆེན་ཤྲ་བྱ་བྱ། ཀུན་མཁྱེན་ལྷ་པ་སྟེ་གོང་ས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྒྱལ་དབང་  
 ལྷ་པ་དག་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སོགས་སོ། །བྲིམས་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱུ་འི་ས་བཞིན་  
 དུ། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པས་  
 བསྟན་པའི་གཞི་རྟེན་སོར་བྱང་སྟགས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བདག་  
 པོ་འམ་བསྟན་པའི་སྒོལ་འབྱེད་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་དད་དེ་དད་ཅིང་གུས་པར་བྱེད་  
 གོ། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དེ་ནི་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། ལུང་  
 གི་ཆོས་སྡེ་སྡོད་གསུམ་འདུལ་བ་མདོ་སྡེ་མདོན་པ་གསུམ་དང་། དེའི་བརྗོད་བྱ་རྟོགས་  
 པའི་ཆོས་ཚུལ་བྲིམས་ཏིང་འཛིན་ཤེས་རབ་སྟེ་བསྟན་པ་གསུམ་ཡིན་ན། བྲིམས་ནི་རྒྱ་  
 དང་མི་རྒྱུ་འི་ས་བཞིན་དུ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེ་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རྟེན་གཞི་ཡིན་པས། སྡེ་སྡོད་སོ་སོར་བསྟན་པའི་སྒྲོམ་པ་ནི་ཐསྟན་གྲགས་ཆོད་  
 ལ་བསམ་ན། སོ་ཐར་གྱི་དགོ་བསྟེན་དགོ་ཚུལ་དགོ་སྒྲོང་སྟེ་བསྟན་པ་ཆོགས་གསུམ།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཉེས་སྡོད་སྒྲོམ་པ་དགོ་བ་ཆོས་སྟུང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
 གྱི་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ། སྟགས་ཀྱི་སྒྱུ་གསུང་སྟགས་རྩེ་རྩེ་གསུམ་གྱི་དམ་ཆོག་  
 གསུམ་ལ་བཞག་པ་ཡིན་ན། སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་  
 བསྟན་བྱ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ། མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་བསྟན་དོན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ།



སྒྲེ་སྒྲོང་བཞི་པ་རིག་པ་འཛིན་པའི་སྒྲེ་སྒྲོང་གི་བསྟན་དོན་སྤྲུགས་སྒྲོམ་རྣམས་ཡིན་པས།  
དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་མཐ་སྒྲོམ་པ་གསུམ་གྱི་བསྟན་པ་ནི། ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་  
དང་བསྟན་པའི་རྩ་བ་ཡིན་པས་དེའི་བདག་པོ་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་རྒྱལ་དང་དེ་སྤྲུལ་  
འཕགས་བོད་གྱི་བསྟན་འཛིན་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ལ་ཅིས་མི་དད་དེ། དང་ཞིང་དད་  
ཅེས་མན་ངག་གི་གཞུང་འདི་འཆད་རྩོམ་གྱི་ཐོག་མར་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱུས་དཀོན་མཆོག་  
སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་བཞེད་དེ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པར་  
བཞེད་པ་ནི། གསང་བདག་དཔའ་བོས་རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྤྲུགས་དབང་བསྐྱར་བྱིན་པའི་  
ཐེག་མཆོག་སྟོན་པ་དགའ་རབ་ཤེ། །དམ་པའི་རིགས་ཅན་དྲ་མ་ལུ་དང་ཏཱ་བཙུ་  
བརྒྱད་སྟེགས་བམ་དབང་ཐོབ་རྒྱལ་པོ་ཙམ། །རྣམ་གསུམ་ཡོགའི་དོན་བརྒྱད་བདག་པོ་  
བི་མ་ལ་དང་བི་རོ་ལ་སོགས་ཉི་ཤུ་ལྟ། །ལྷོང་ལཱའི་མཛོད་ནས་ཟབ་རྒྱའི་སྒྲོ་འབྱེད་བཅུ་  
ལྷག་བཅུ་ཡི་ཨ་མཐར་བརྒྱལ་ལ་སྦྱིང་ནས་དད། །ཅེས་གསུངས། བཙུ་ལུ་  
འདས་རྒྱལ་བ་ཤུ་ལྟ་ཐུབ་པ་ཉིད་གང་ཟག་ཏུག་འཛིན་ཅན་གྱི་དོར་སྐྱ་ལྷ་དན་ལས་འདས་  
པའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་གནས་སྐབས་ན། གསང་སྤྲུགས་སྤྱི་མེད་གྱི་བསྟན་པ་ཕྱིས་  
འབྱུང་བ་ལུང་བསྟན་ཏེ། ད་ནི་ལྷ་དན་འདའ་འོག་ཏུ། །ལོ་ནི་བརྒྱད་དང་བཅུ་  
གཉིས་ན། །ལྷ་གནས་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་ཡི། །བསྟན་པའི་སྦྱིང་བོ་དམ་པ་  
ཞིག །འཛམ་གླིང་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་མཚམས་གྱི། །མི་ལས་སྐལ་ལཱ་རིགས་ཅན་  
ཏེ། །རྒྱལ་པོ་ཙམ་གྱུ་བ་ལ། །སྒྲོན་ལྷས་བཟང་བོ་སྤྱང་བར་འགྱུར། །སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ནང་རྒྱུད་ཡོག་གསུམ་གྱི་བསྟན་པ་འདི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་  
འདིར་རིམ་གྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེའང་མ་རྒྱ་ཡོགའི་རྒྱུད་རྣམས་སྟོན་པ་འདས་ནས་  
ལོ་ནི་ཤུ་རྩ་བརྒྱད་ན་རྒྱལ་པོ་ཙམ་བབ་པ་དང་། ལུང་ཨ་རུ་ཡོག་ནི། ཡང་དེའི་

སྐབས་ན་དམ་པའི་རིགས་ཅན་བླ་མ་ལྟ་བུ་རི་མ་ལ་ཡ་ཡི་ཕྱེར་འདུས་ནས། རྟོགས་བཅུའི་  
 སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ། གྲེ་མ་གྱི་རྩ་དྲུག་གྲེ་མ་གྲོང་། །སྟོན་པའི་  
 གསལ་བྱེད་འོད་རླབ་ན། །འཛིག་རྟེན་ལུན་པ་གང་གིས་སེལ། །ཞེས་སོགས་  
 གདུང་ཚིག་ཉེར་གསུམ་བཏོན་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་གསང་  
 བའི་བདག་པོ་ལ་བསྐྱེད་ཏེ། གསང་བའི་བདག་པོས་ཀྱན་འདུས་རིག་པའི་མདོ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པ་དང་། རྩ་བའི་རྟོགས་ཨོ་རྒྱུན་གྱི་ཡུལ་རྩ་ན་གོ་ཤིང་མཚོ་སྤྱིང་དུ་  
 གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དེ་རྩེས་སྤྱུ་པའི་སྐྱེད་གཤམ་རབ་དེ་རྩེ་ལ་གསང་བའི་རྩུད་དང་  
 མན་ངག་གསུངས། བྱེད་པར་དུ་རྟོགས་ཆེན་ཨོ་རྒྱུན་ཡོད་པ་ནི་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་  
 ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་དེ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ལ་བསྐྱེད། དེས་སེམས་དཔའ་དེ་རྩེ་ལ་  
 བསྐྱེད་ནས། དང་པོ་ལྟའི་གནས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་གྱི་པོ་བྱང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་  
 བཟང་དུ་ལྟའི་བྱ་སེམས་ལྟག་ཅན་ལ་རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྤྱུགས་གྱི་དབང་བསྐྱར། མན་  
 ངག་འཕྱུལ་གྱི་ལུང་བཅུ་པོ་ག དབང་བདུན་མན་ངག་ལྟ་བུ་སོགས་པ་གནང་ནས་  
 རྒྱལ་ཚབ་དམ་པར་དབང་བསྐྱར། མད་བྱུང་དམ་པའི་སྤྱིང་པོ་ནི། །ལྟ་གནས་  
 གསུམ་དུ་གྲགས་གྱུར་ཏེ། །ཡང་སྤྱུ་ལ་གང་ཟག་ཐུགས་སྤྱུ་གྱིས། །འཛམ་སྤྱིང་  
 དབུས་སུ་རྒྱུ་པར་ཤོག །ཅེས་བདེན་ཚིག་གིས་སྟོན་ལམ་བཏབ། སྟོན་ལམ་  
 བཏབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་རྩ་ན་གོ་ཤིང་སྤྱིང་དུ་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་རྩ་རྩ་དང་། ཡུམ་  
 སྤྱང་གསལ་འོད་ལྡན་མ་གཉིས་ལ་སྤྱུ་མོ་མོ་ཏྲིག་གསལ་ཞེས་པ་དག་སྤྱིང་མ་འཁོར་  
 བའི་ཆོས་གྱིས་མ་གོས་པར་ཡོད་པ་ལ། གསང་བདག་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ།  
 དགའ་རབ་དེ་རྩེ་འཁྱུངས། ཕྱག་ན་དེ་རྩེ་མདོན་སུམ་དུ་བྱོན་ཏེ་རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྤྱུགས་  
 རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་བསྐྱར། དགའ་རབ་དེ་རྩེ་ཕྱོད་མེད་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་

སར་སྐད་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱས་པོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་ན་གསང་  
བདག་དཔའ་པོས་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་གྱི་ལྷ་གནས་དང་། འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་དུ་  
རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་བྱུགས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ཞིང་སྐད་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཐེག་མཆོག་  
རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྒོན་པ་དགའ་རབ་རྗེ་དང་། དམ་པའི་རིགས་ཅན་བླ་མ་ལྷ་སྟེ།  
སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་སྐྱེ་ལྷ་དན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ནས། མི་ལེ་ཉི་ཤུ་ཅ་  
བརྒྱད་ན་གསང་བདག་ལྷ་གན་རྗེ་རྗེས་གསང་བའི་རྒྱུད་གསུངས་ནས་གདུལ་བྱ་དམ་པའི་  
རིགས་ཅན་བླ་མ་འཕམ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལྷ་སྟེ། ལྷ་གྲགས་ལྷན་མཆོག་སྒྲིང་། ལྷ་  
རྒྱལ་འཛིག་པོ། གནོད་སྒྱུན་སྐར་མདའ་གདོང་། སྒོན་པོ་སྒྲོ་བྲོས་ཐབས་ལྷན་།  
མིའི་རིགས་ལི་རྩྭ་བྱི་མེད་གྲགས་པ་ལྷ་ལ་དམ་པའི་རིགས་ཅན་བླ་མ་ལྷ་ཟེར། ཏུ་  
བཅོ་བརྒྱད་ནི་རྒྱུད་མ་རྒྱ་ཡོ་གའི་ཏུ་སྟེ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་གོ་དགོས། རྒྱུད་མ་རྒྱ་ཡོ་གའི་  
ཏུ་ཆེན་པོ་སྟེ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་འབྲེན་ལུགས་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ལ། ཀུན་  
མཁུན་ཆེན་པོའི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་གསུང་སྤྲུགས་ཡོན་  
ཏན་སྒོན་ལས་ལྷ་པོ་རེ་རེ་ལ་གསུམ་རེ་བཞག་པའི་ལྷ་ཆོན་གསུམ་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་  
སྤྱི་རྒྱུད་གསུམ་བཞག་སྟེ་བཅོ་བརྒྱད་བཅི་བ་སྟེ། དེའང་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱུད་སྤྱང་པོ་རབ་  
འཕོག་ སྤྱི་གསུང་རྒྱུད་སྤྱང་པོ་རྒྱར་འཇུག་ སྤྱི་སྤྲུགས་རྒྱུད་སངས་རྒྱས་མཉམ་  
སྦྱར་ཏེ་སྤྱི་རྒྱུད་གསུམ། གསུང་གི་སྤྱི་རྒྱུད་རི་པོ་བཅེགས་པ། གསུང་གི་གསུང་  
རྒྱུད་པར་དབང་ཆེན། གསུང་གི་སྤྲུགས་རྒྱུད་ཁྱེད་གསང་ཐེག་ལེ་སྟེ་གསུང་རྒྱུད་གསུམ།  
སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུད་ཅེ་མོ་འདུས་པ། སྤྲུགས་ཀྱི་གསུང་རྒྱུད་གཅིག་ལས་འབྲོས་པ།  
སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲུགས་རྒྱུད་གསང་བ་འདུས་པ་སྟེ་སྤྲུགས་རྒྱུད་གསུམ། ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱི་རྒྱུད་  
མེ་རི་འབར་བ། ཡོན་ཏན་གྱི་གསུང་རྒྱུད་ས་མ་ཡ་འབུམ་སྟེ། ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྲུགས་

རྒྱུ་དཔལ་མཆོག་དང་པོ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱུ་གསུམ། སྤོན་ལས་ཀྱི་སྐྱེ་རྒྱུ་དཔལ་  
 སྤོང་དཀར་པོ། སྤོན་ལས་ཀྱི་གསུང་རྒྱུ་མ་མོ་རྒྱུ་ལུང་། སྤོན་ལས་ཀྱི་ཐུགས་  
 རྒྱུ་ཁྱི་ཏོ་ཏ་མ་འབུམ་སྟེ་སྟེ་སྤོན་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་གསུམ། སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐབས་ཞགས།  
 སྤྱི་རྒྱུ་གསུང་རྒྱུ་ས་མ་ཡ་བཀོད་པ། སྤྱི་རྒྱུ་ཐུགས་རྒྱུ་འཕྲུལ་ཏེ་སྤྱི་རྒྱུ་  
 གསུམ་དང་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །དཔལ་སྤོང་དང་པོ་འགྲེལ་བ་ལྟར། སྤོན་སྤོང་  
 གཏེར་ཆེན་གྱི་བཞེད་པ་ལ་ལྷ་ཆོན་གསུམ་དང་ཁ་སྐོང་དང་བཅས་པ་ལ་བཤད་དེ།  
 ཆོས་ལཱའི་གཞི་དང་ཙུ་བར་གྱུར་པའི་རྒྱུ་སྟེ་ལྷ་དང་། སྐྱུ་བ་པ་ལག་ལེན་དུ་བཏབ་པའི་  
 རྒྱུ་སྟེ་ལྷ། སྤྱི་རྒྱུ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་སྟེ་ལྷ་སྟེ་ལྷ་གསུམ་བཅོ་ལྷ་དང་།  
 དེའི་ཐོག་ཏུ་མ་ཆང་བ་ཁ་སྐོང་བ་སྤྱི་མའི་རྒྱུ་གཉིས། བསྐྱུས་དོན་གྱི་རྒྱུ་གཅིག་དང་  
 བཅོ་བརྒྱད་དུ་བརྩི། དེའང་ཆོས་ལཱའི་གཞི་དང་ཙུ་བར་གྱུར་པའི་རྒྱུ་སྟེ་ལྷ་ནི། སྐྱེ་  
 གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་སྤོན་ལས་ལྷར་སྤྱེས་ནས། སྐྱེ་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་མཉམ་སྤྱོར་  
 དང་། གསུང་རྒྱུ་ཁྲི་གསང་ཐིག་ལེ། ཐུགས་རྒྱུ་གསང་བ་འདུས་པ། ཡོན་  
 ཏན་གྱི་རྒྱུ་དཔལ་མཆོག་དང་པོ། སྤོན་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀླུ་མ་ལའོ། །སྐྱུ་བ་པ་  
 ལག་ལེན་དུ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱུ་སྟེ་ལྷ་ནི། ཏེ་རུ་ཀ་རོལ་པའི་རྒྱུ་དང་། ཏུ་མཆོག་  
 རོལ་པའི་རྒྱུ། གཤིན་རྗེ་རོལ་པའི་རྒྱུ། བདུད་ཅི་རོལ་པའི་རྒྱུ། སུར་པ་  
 བཅུ་གཉིས་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་སྟེ་དང་ལྷ་རེད། སྤྱི་རྒྱུ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་  
 སྟེ་ལྷ་ནི། རི་བོ་བཙུགས་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྣམས་སྟོན་ དམ་ཆོག་བཀོད་པ།  
 ཏིང་འཛིན་ཅེ་གཅིག་ སྤང་ཆེན་རབ་འབོག་གི་རྒྱུ་དེ་ལྷ། དེ་དག་ཏུ་མ་ཆང་བའི་  
 ཁ་སྐོང་ལྷ་བུ་སྤྱི་མའི་རྒྱུ་གཉིས་ནི་ནམ་སྤང་སྐྱེ་འཕྲུལ་བ་བ་དང་། ཐབས་ཞགས་  
 བསྐྱུས་སྤོང་བའི་དོན་བསྐྱུས་སོ། །དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱུས་དོན་ལྷ་བུ་རྟོ་རྟོ་སེམས་

དཔའ་སྐྱེ་འཕྲུལ་དྲུ་བའི་རྒྱུད་གཅིག་སྟེ་བཙེ་བརྒྱུད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མ་རྒྱུ་ཡོག་འདི་ཏུ་སྒྲེ་  
བཙེ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་དབང་ཐོབ་རྒྱལ་པོ་ཇོ་སྟེ། དེ་ཡང་གོང་དུ་ལུས་པ་བཞིན་  
སྟོན་པ་འདས་ནས་མི་ལོ་ཉི་ལུ་རྩ་བརྒྱུད་ན། རྒྱལ་པོ་ཇོ་ལ་མྱིས་ལུས་དོ་མཚར་བ་  
བདུན་སྟངས་ནས། རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁང་པའི་ཡང་ཐོག་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱི་  
སྒྲེགས་བམ་ལ་བེ་རྒྱུ་ལུན་མས་ཡི་གེ་བྲིས་པ་གསང་སྤྲུགས་མ་རྒྱུ་ཡོག་འདི་རྒྱུད་སྟེ་པུ་སྟི་  
མང་པོ་དང་། ཕྱག་ན་རྩི་རྩི་སྐྱེ་སྐྱེ་གང་བ་ཆེད། དེ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་རྩི་  
སེམས་དཔའ་ཞལ་མཐོང་གི་ལེའུ་ཤེས། དེ་དང་ཕྱག་རྩོར་གྱི་སྐྱེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྲི་བ་  
དུག་ལ་བསྐྱབས་པས། རྩི་སེམས་དཔའི་ཞལ་མཇལ་ནས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པས་  
སྒྲེགས་བམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དོན་མ་ལུས་པར་མཁྱེན། དེ་ལས་རིམ་པར་བརྒྱུད་  
ནས་དར་རོ། །དེས་ན་ཏུ་བཙེ་བརྒྱུད་དབང་ཐོབ་རྒྱལ་པོ་ཇོ་ཞེས་གསུངས་  
སོ། །སྐྱེ་མདོ་དགོངས་པ་འདུས་པ་ལས། དོན་དམ་ངེས་པའི་ཐེག་པ་  
ནི། །གསུམ་དུ་ངེས་པར་སྟངས་བ་སྟེ། །ཀུན་འབྱུང་འབྲེན་དང་དཀའ་སྟབ་  
རིགས། །དབང་བསྐྱར་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དེ་གསུམ་ལ་  
གསུམ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་བས་ཐེག་པ་དགའི་ནང་ནས། དབང་བསྐྱར་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པ་  
གསུམ་པོ་ནི། རྒྱུད་མ་རྒྱུ་ཡོག་དང་། ལུང་ཨ་རུ་ཡོག་ མན་ངག་ཨ་ཏི་ཡོག་  
གསུམ་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་གི་པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུ་ཡོག་ནི། དང་པོ་དབང་བཞིས་བསྐྱུས་  
པ་པན་རུས་ཟབ་མེད་དབང་གིས་སྒྲིན་པར་བྱས་ནས། གཞི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་  
ཉིད་སྟངས་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལྷག་པའི་ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོར་རྟོགས་པའི་སྟེང་ནས། ལམ་  
སྒོམ་ཚུལ་པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུ་ཡོག་རང་ཉིད་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་སྟེ་  
གསུམ་དུ་དབྱེ་རུ་ཡོད་ལ། དེའི་བྱུང་པར་ངེ་ལྟར་འབྱེད་ན། ཐབས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་

སྒྲིམ་པ་གཙོ་བོར་སྒྲོན་པ་དང་། རྩོགས་རིམ་གསང་དབང་གི་ཉམས་ལེན་རྒྱུ་གཙོ་  
 བོར་བྱེད་པས། གསལ་སྒྲོང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་པ་རྒྱུད།  
 མཚན་གཞི་ནི། གསང་འདུས་དང་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ལྟ་བུའོ། །བསྐྱེད་རིམ་ཆ་  
 ཅོམ་དང་རྩོགས་རིམ་ཤེར་དབང་གི་ཉམས་ལེན་ཁམས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་གཙོ་  
 བོར་བྱེད་པས་བདེ་སྒྲོང་གི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་རྒྱུད། མཚན་གཞི་ནི་ཡང་དག་  
 དང་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་ལྟ་བུའོ། །བསྐྱེད་རྩོགས་ཟུང་འཇུག་དང་། བྱེད་པར་རྩོགས་  
 རིམ་དབང་བཞི་པའི་ཉམས་ལེན་བདེ་གསལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཆོས་  
 ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ། འོད་གསལ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་མཚན་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་  
 གཙོ་བོ་ཉམས་སུ་ལེན་ཞིང་། སྐྱོད་པ་གསུམ་གྱི་ཉི་རྒྱུས་འབྲས་བུ་ཆོ་འདིར་སྒྲུ་ན་མེད་  
 པ་ཐོབ་པར་མཛད་པ་དེ་མ་རྒྱུ་རང་ལུགས་ཀྱི་གཉིས་མེད་རྒྱུད་དེ། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་  
 གསུམ་རྩལ་འདོན་གྱི་བྱེད་པར་གྱིས་དེ་ལྟར་འཛོག་པ་སྟེ། དཔེར་ན་རྩ་རྒྱུད་སྐྱེད་འབྲུལ་  
 རྩ་བ་དེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བཞག་པ་ལྟ་བུའོ། །ལུང་ཨ་རུ་ཡོག་ནི། སྒྲུང་བའི་  
 ཆ་ཡེ་ནས་དག་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་།  
 དེའི་སྒྲོང་ཆ་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་ཡེ་ཇི་བཞིན་པའི་དགྱིལ་འཁོར། དེའི་དབྱིངས་རིག་སོ་སོ་  
 མ་ཡིན་ཐ་མི་དད་པ་སྒྲས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་སྒྲུང་སྟིད་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་དག་མཉམ་བདེན་པ་ཆེན་པོར་ལྟ་བ། ཕྱི་སྒྲོམ་བཅས་བསྐྱེད་རིམ་སོགས་  
 ལ་མི་ལྟོས་པར་ནང་དེ་རྗེའི་ལུས་ཀྱི་རྩ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པས་རགས་པའི་  
 འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད། འགྱུར་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབུ་མའི་གྲོང་དུ་ཐིམ་པའི་ལྟ་བའི་ཐོག་  
 བས། སྒྲོམ་པ་དབང་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་ནས་གསང་དབང་དང་། ཤེར་  
 དབང་གི་ཉམས་ལེན་རང་ལུས་དང་གཞན་ལུས་ཐབས་ལྷན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གཙོ་བོར་ལམ་

དུ་བྱས་ནས། གོང་ལྟར་ལས་སྒྲིབ་དབུ་མའི་ནང་དུ་བསྐྱེམས་ནས་གཉུག་མ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་ལ་འདུས། སྒྲིབ་པ་ལྷ་བདེའི་རྗེས་ཆགས་ཀྱི་  
ཉམས་ལེན་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས། ཐབས་མཁས་ཟབ་མེད་དབང་གིས་འབྲས་བུ་ཆོ་  
འདིར་འདུན་པ་སེམས་པ་ལ་སོགས་པ་ལམ་ལྔ་དང་། འགྱུར་བ་མ་དེས་པ་ལ་སོགས་  
ས་བཅུ་གཅིག་པོ་ནང་གི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བགྲོད་ནས། སྐྱུ་བཞི་ཡེ་ཤེས་ལྔ་ཡི་  
བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱུ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའོ། །མན་ངག་ཨ་ཏི་ཡོ་  
གཤམ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲེ་ཨ་ཏི་ཡོ་གནི། སེམས་སྒྲོང་མན་ངག་གི་རྒྱུད་སྒྲེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་སེམས་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་རོ་བོ་ཀ་དག རང་བཞིན་སྒྱུན་གྲུབ།  
དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོང་གསལ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེའི་རྩ་ལ་ལས་འཁོར་འདས་སྐྱ་ཆོགས་སུ་  
སྒྲུང་བའི་ཐུགས་རྗེ་ཀུན་བྱུང་ལྟ་བུ་བཞུགས་པ་དེ་ཉིད། བསྐྱེད་རིམ་དང་མཚན་བཅས་  
རྗེས་སེམས་རིམ་གྱི་ཐབས་ལ་མི་ལྟོས་པར་དོན་རྒྱུད་འཕོ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་སེམས་ཉིད་རང་  
རོ་སྒྲོད་པའི་སྒྲུ་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས། བསལ་བཞག་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཐང་  
ཀར་རོས་ཟིན་པ་རིག་པ་འགྱུར་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེའི་ཐོག་ཏུ། སྒྲོམ་པ་ཡེ་བབ་སོར་བཞག་  
རང་བཞིན་འོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་ལ་གནས་པའི་སྒྲོམ་མེད་ཡེངས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྣམ་  
རྟོག་རང་ཤར་རང་གོལ། རྩོལ་སྐྱབ་མི་དགོས་པར་ཐམས་ཅད་རིག་པའི་དབྱིངས་སུ་  
སྒྱུར་ནས། སྒྲིབ་པ་སྤང་སྤང་དགག་སྐྱབ་དང་བལ་བས། འབྲས་བུ་སྐྱུ་གསུམ་གྱི་  
ཡོན་ཏན་མ་བཅོལ་རིག་པའི་གཞི་ལ་རྗེས་སེམས་པ་རིམ་བཞིན་པར་མངོན་དུ་གྱུར་  
པའོ། །བྱུང་པར་མན་ངག་སྒྲེའི་སྐབས་སུ། ཅོག་བཞག་བཞི་དང་། མི་གཡོ་  
གསུམ་ལྡན་གྱིས་ཁྲིགས་ཆོད་ཀྱི་ལྟ་སྒྲོམ་གྱི་གནད་དང་མི་འབྲལ་བས། སྒྲོན་དུག་  
འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེའི་གནད་ལ་བསྐྱུན་ནས་རིག་གདངས་རྩོལ་མེད་མངོན་སུམ་དུ་སྤང་

བས། སྤྱང་བཞི་མཐར་ཕྱིན་ནས་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་འོད་གསལ་གྱི་དབྱིངས་སུ་  
 དེངས་ཏེ་གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་མ་ལྟ་  
 ཡོག་ ལུང་ཨ་ལུ་ཡོག་ མན་ངག་ཨ་ཏི་ཡོག་སྟེ་ཡོག་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ཚིག་  
 བརྒྱུད་ལུང་གི་བརྒྱུད་པར་མ་ཟད་དོན་བརྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་བདག་པོ་བེ་མ་ལ་སྟེ། བེ་  
 མ་ལ་མི་ཏེ་འདི་རྒྱ་གར་པམ་གྲུབ་ལྟ་བུའི་གཙུག་རྒྱུ། འཕགས་བོད་ཀྱི་ན་རྒྱུང་  
 ལྟར་གྲགས་པ། སློབ་དཔོན་རྣམས་སུ་ཏའི་འདས་མེས་བཞག་ཐབས་བཞི་བ་བབས་པས་  
 དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པ། འཕོ་ཆེན་འོད་ལུས་དྲངས་མའི་སྐྱུར་བཞེས་ཏེ་  
 བསྐྱལ་པ་མ་ཞིག་འཁོར་བ་མ་སྟོང་གྱི་བར་དུ་སྐྱུ་ལུས་དེས་འགྲོ་དོན་མཛད་པའི་རྩོགས་པ་  
 ཆེན་པོའི་སློབ་འབྲེད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་དང་། ལོ་ཆེན་བེ་རོ་རྩ་ན་ནི། མཚན་  
 ལ་ལོ་རྩ་བ་ཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་པརྩེ་ཏེ་ཆེན་པོ། བེ་རོ་ཙན་འབྲ་བའི་ལོ་རྩ་བ། །སྐྱུར་  
 ཡང་མ་བྱོན་ཕྱིས་ཀྱང་འབྱོན་རེ་ཀན། །མ་འོངས་རྒྱ་གར་འཕྲལ་སྐྱད་ཤེས་ཙམ་  
 ལ། །ལོ་རྩ་བ་བཞེད་སྤྱད་བེ་རོ་འི་ཆར་མི་ཉེ། །ལོ་རྩ་བ་ཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་པརྩེ་  
 ཏ། །འདི་ཡི་ཆོས་བྱིན་ཡོད་དེ་ཕྱི་རབས་རྣམས། །ཞེས་དང་། བེ་རོ་རང་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཀྱང་། བདག་ནི་ལོ་རྩ་བེ་རོ་ཙན་སྟེ། །དམིགས་མེད་མཁའ་ལྟར་དག་པ་  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །བདེ་ཆེན་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་གྲོང་དཀྱིལ་ནས། །ཡ་མཚན་  
 མད་བྱུང་བདག་གི་ལུས་འདི་རྟེན། །ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟར་སྐྱུ་ལ་པའི་ལོ་རྩ་བ་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་སྤང་ལོ་རྩ་བ་སྟེ། རྩེ་རྒྱལ་པོ་བྲི་སྲོང་ལྷེ་ལུ་བཙན། འབངས་ལོ་ཆེན་བེ་  
 རོ་ཙན། གྲོགས་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཏེ་ལས་ཙན་རྩེ་འབངས་གྲོགས་  
 གསུམ། སྐལ་ལྷན་སྟོང་གི་བུ་དགུ་སོགས་རྩེ་འབངས་ཉི་ལུ་ཙན་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་གསུངས་  
 པས། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་རིང་བརྒྱུད་བཀའ་མའི་བརྒྱུད་པ་གཙོ་བོ་བསྟན། འདི་མན་



ཆད་ཀྱིས་ཉེ་བརྒྱད་གཏེར་གྱི་བརྒྱད་པ་གཙོ་བོ་བསྟན་ཏེ། འབྱུང་བ་ལྗེའི་སྒྲོང་ལྷ་ཟབ་  
གཏེར་གྱི་མི་ཟད་པའི་མཛོད་ཡིན་པས་ན་སྒྲོང་ལྗེའི་མཛོད་དེ། སྒྲོད་བརྒྱད་ཡེ་ནས་དག་  
པ་ས་སངས་རྒྱས་སྟུན་མ་དང་། རྩུ་མ་མ་གྱི་ མེ་གོས་དཀར་མོ། རྒྱུད་དམ་  
ཆོག་སྒྲོལ་མ། རྣམ་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་མ་སྟེ་ཡུམ་ལྗེའི་མཁའ་སྒྲོང་རྣམ་  
པར་དག་པ་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྒྲོན་སྒྲོབ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་  
ཀྱིས་བཀའ་བབ་སྒྲིང་གི་བྱ་དགུ་སོགས་ལ་སྒྲོན་ལམ་གཏད་རྒྱ་བྱས། དབང་བསྐྱར་  
མངའ་གསོལ་ཏེ་དུས་ཐ་མའི་འགོ་བ་འདུལ་བར་བྱིན་ཀྱིས་བསྐྱབས། འབྱུང་ལྗེའི་སྒྲོང་  
ཆེན་པོ་ལྗེའི་དབྱིངས་སུ་གཏེར་དུ་སྤྱོད། གཏེར་བདག་མཁའ་འགོ་བརྒྱུ་གསུམ་ལ་  
གཏད། མ་འོངས་ལས་ཅན་གྱི་བྱ་དང་འཕྲད་པར་ཤོག་ཅེས་གསུངས་ནས།  
གཏེར་རྒྱ། གཏད་རྒྱ་ལ་སོགས་རྒྱ་རིམ་པ་དགུ་དང་བརྒྱ་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་བཏབ་  
ནས་བཞག་པ་ཉིད། སྒྲོན་ལམ་དུས་བབ་ཀྱི་དབང་གིས་བཀའ་བབ་ལུང་བསྟན།  
སྒྲོན་ལམ་དབང་བསྐྱར། མཁའ་འགོ་གཏད་རྒྱའི་བརྒྱད་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱད་པ་  
དུག་ལྷན་གྱི་ཐོག་ནས་གཏེར་སྒྲོན་སྒྲུལ་སྒྲུ་བརྒྱད་པའི་བླ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཟབ་གཏེར་  
ལ་སོགས་པའི་གཏེར་ནས་སྟུན་བྱངས་ཏེ། རྩུ་མ་གཏེར་དང་། ཆོས་གཏེར།  
ཤར་གཏེར་སྒྲིན་པ་འབྲས་བུའི་སྒྲོར། ལྷོ་གཏེར་འདྲིལ་བ་སྒྲོང་པོའི་སྒྲོར། ལུབ་  
གཏེར་གསལ་བ་མེ་ཏོག་གི་སྒྲོར། བྱང་གཏེར་རྒྱས་པ་ཡལ་འདབ་ཀྱི་སྒྲོར།  
དབུས་གཏེར་གྲུབ་པ་རྩ་བའི་སྒྲོར་སོགས་མང་ངོ་། །ཟབ་མོའི་གདམས་པ་ཇི་སྟེད་  
པ། །བཀའ་བཞིས་གདབ་ནས་གཏེར་དུ་སྤྱོད། །དུས་རྟགས་གདུལ་བྱ་འཛོམས་  
པ་ན། །རིམ་བཞིན་བཏོན་ནས་དོན་བྱེད་པ། །སྒྲོན་ལམ་གཏད་རྒྱའི་གཏེར་དུ་  
སྤྱོད། །ཞེས་དང་། ལུ་རུ་ཉིད་ཀྱི་གཏེར་ལུང་དུ་གསལ་བ། ཡུལ་ཆེན་རེ་ལ་

གཏེར་ཆེན་རེ། །ཡུལ་གྱུ་རེ་ལ་གཏེར་ཕྱན་རེ། །དེ་ཡང་ཨོ་རྒྱལ་ཐེ་ཆོབ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གཏེར་ཆེན་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་དང་། གཏེར་ཕྱན་  
 སྟོང་དང་ཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་གཏེར་ཆོས་དང་། བྱུང་པར་དུ་དགོངས་གཏེར་  
 རྣམས་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ཐོག་སྟེད་པར་འཛིན་པའི་གཏེར་སྟོན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བརྒྱད་པའི་བླ་མ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་ལྷན་གྲུས་པས་འདུད་དེ་ཞེས་སོ། །ཆོགས་བཅད་འདིའི་དངོས་  
 བསྟན་གཙོ་བོ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་སྟེ། བཀའ་གཏེར་གྱི་ཆོས་བཀའ་རབ་འབྱམས་ཇི་  
 སྟེད་པ་ལ་མཆོད་པ་བཞེད་པའམ། ཡང་ན་ཆོགས་བཅད་དང་པོ་རྒྱུད་གཉིས་གཙོ་བོ་  
 སོགས་ཀྱིས་མདོ་དང་། ཆོགས་བཅད་གཉིས་པ་གསང་བདག་དཔའ་བོ་སོགས་ཀྱིས་  
 སྤྲུགས། གཉིས་ཀས་ཐུན་མོང་དུ་དེ་འཛིན་གྱི་དགོ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པར་  
 བཞེད་པ་བསྟན་ཏོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་སྟོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ལ་དམིགས་  
 ཀྱིས་བཀའ་རྣམས་མཆོད་པར་བཞེད་པ་ནི། **ཇོད་བྱེད་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་**  
**དང་། །བཞེད་དོན་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད། །ཐུབ་པའི་ལུང་རྟོགས་**  
**བསྟན་པ་གངས་ཅན་འདིར། །གསལ་མཁའ་ཀུན་མཁྱེན་དག་གི་དབང་པོར་**  
**དེས། །གང་ཇོད་པར་བྱེད་པ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས། །དེའང་རྒྱལ་བས་**  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་མཁ་བཞིར་བསྒྲོར་བའི་ཆོས་ཡུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་  
 རྣམས་ཚུར་བསྐྱུ་ན། མདོ་སྡེ་དབྱངས་བསྟན་ལུང་བསྟན་ཆོག་སུ་བཅད། །ཆེད་  
 བཞེད་བྱེད་གཞི་རྟོགས་བཞེད་དེ་ལྟར་བྱུང་། །སྦྱིས་རབས་རྒྱས་དང་མད་བྱུང་གཏན་  
 ལ་དབབ། །ཅེས་དེ་ལྟ་བུའི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་དང་། དེའང་བསྐྱུ་ན་  
 འདུལ་བ་མདོ་སྡེ་མཛོན་པ་སྟེ་སྟེ་སྟོད་གསུམ་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་དེ་དང་། བཞེད་  
 དོན་དངོས་བརྒྱད་གང་རུང་གི་སྟོན་སྒྲུབ་སྤྱད་བཏགས་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་

ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་མེད་པས་བདག་གཉིས་གྱིས་སྒྲོང་པའི་སྒྲོང་པ་ཉིད།  
སྒྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བར་གཏན་ལ་ཐབ་ཅིང་རྟོགས་པའི་རིམ་པའི་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་སྟེ། ཐུབ་པའི་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་གངས་ཅན་བསིལ་  
བའི་ལྗོངས་འདིར་མཁའ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད་མཁས་པ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་  
དག་གི་དབང་པོ་ཉིད་དེས་ཞེས་གསུངས། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་ལ་ཨོ་ཆུན་ཆེན་པོས་དྲི་  
མེད་འོད་ཟེར་དང་། མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གྱིས་རྗེ་ཤེས་པ་བཟླ་བ་ཅིང་ཕལ་ཞེས་  
མཆོན་གསོལ་བ་དང་། ཨ་ཏི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་དང་། སྒྲ་ཐལ་འཁྱུར་ཅུ་བའི་རྒྱད་  
ལས། དེ་འོག་སྒྲོ་གྲོས་མཆོག་གིས་འཛིན། །ཞེས་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་ལུང་གིས་ཟིན་པ་  
དང་། བཀའ་ཆེམས་ཀ་ཁོལ་མ་རུ། སྒྲོ་གྲོས་མིང་ཅན་ཐོགས་མེད་བྱ་བཞིན་  
རྒྱ། །ཞེས་དང་། ཆོད་དུ་བཟློང་པའི་བསྟོད་པ་ནི། །ཁྲོམ་ནས་ཆོས་བཤད་གསུམ་  
ཅུ་རྒྱུན་འད། །རིག་གྲུར་ཅོད་དུས་འབྲུག་སྒྲ་སྒྲོག་པ་འད། །བསྟན་བཅོས་ཅོམ་  
དུས་རི་གཟར་འབབ་ཅུ་འད། །མཉམ་པར་འཛོག་དུས་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་  
འད། །ཞེས་དང་། ཇི་ལྟར་མཆོན་མོ་དྲངས་པའི་ནམ་མཁའ་ལས། །རི་བོང་  
འཛིན་པ་ཤར་བས་ཀུ་ལུ་ཏ། །དགོད་པ་བཞིན་དུ་ཁ་བྱེ་ལྷག་གེར་གསལ། །ཞར་  
ལ་རྒྱ་སྐར་ཆོགས་རྣམས་དམན་པར་གྱུར། །སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་འཇམ་དབྱངས་  
སྒྲུལ་པ་མཆོག་ །ཀུན་མཁྱེན་བྱོན་པས་སྐལ་བ་མཆོག་ཏུ་རྒྱལ། །ཞེས་སོགས་  
བསྟོད་ཡོད་པ་བཞིན། གསང་ཆེན་ཐེག་ཅེ་འི་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བའི་རྒྱལ་  
སྲིད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བ་གངས་རིའི་ལྗོངས་ཀྱི་དགའ་རབ་དཔའ་བོ་གཉིས་པ། གཞན་  
གྱི་དྲིང་ལ་མི་འཛོག་པ་གཅིག་ལུ། དགོངས་པའི་གྲོང་ལས་ཟབ་མོའི་ཆོས་གཏེར་རྟོལ་  
བའི་གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཅེ་འི་ཏོག་ལྟ་ལུ། སྒྲ་ལུས་མི་གཟུགས་སུ་བྱོན་ཀྱང་དགོངས་པ་



སྒྲོན་འགྲོ་སེམས་སྒྲོང་བདུན་གྱི་དོན་བྲིན་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོ་སྒྲིམ་སྒྲོམ་དགྲེས་པའི་ཞལ་ལུང་།

རྒྱ་བྲལ་ལ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ངེས་འབྱུང་ལ། ཐེག་པ་གཅིག་གི་འབྲས་བུ་  
གནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉན་རང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡོག་ཐེག་པ་སོ་སོའི་  
རང་རང་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་རེ་ཐོབ་ཀྱང་། མཐར་  
ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ད་དུང་སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ལ་མ་ཞུགས་པར་མི་ཐོབ་ལ། དེས་  
ན་ཐེག་ཙེ་ཨ་ཏི་ཡོག་རྫོགས་ཆེན་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་འདིའི་བྱད་ཆོས་གཞན་དང་མི་འདྲ་  
བ་ལྷག་པར་གསལ་བ་བསྟན་པའོ། །

## གཉིས་པ་རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་བ་དངོས།

དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་འབྲིད་རྒྱལ་རབ་འབྱམས་གྱི། ཐུན་མོང་སྒྲོན་འགྲོ་སེམས་སྒྲོང་རྣམ་པ་  
བདུན། རྒྱལ་བསྐྱུས་གཉིས་ཀའི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བར། རྩོད་མ་གསུམ་གྱི་  
གཉེར་ཁས་བཤད་པར་བྱ། རྒྱ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་གདུལ་བུའི་  
དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་གྱི་བྱད་པར་གྱིས། དེའི་འབྲིད་རྒྱལ་ཡང་དེ་དང་འཆོམ་པར་སྒྲ་  
ཆོགས་པ་མི་འདྲ་བ་རབ་འབྱམས་མཐའ་ཡས་པར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་སྒྲོན་  
འགྲོ་སྟེ། སྒྲེས་བུ་རྒྱུང་འབྲིང་ཐུན་མོང་གི་ལམ། སྒྲོ་དང་འཆོམ་པར་སེམས་སྒྲོང་  
རྣམ་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིན་འདི་ཉིད། རྒྱལ་བསྐྱུས་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བ་སྟེ།  
ཏ་ཅང་རྒྱལ་ཆེ་བས་སྒྲོ་རྒྱུང་གི་སྒྲོར་མི་ཤོང་བ་དང་། ཏ་ཅང་བསྐྱུས་ཆེ་བས་དོན་མ་  
འདུས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གཉིས་ཀའི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བར། མངོན་  
སུ་མ་རྗེས་དཔག་སོགས་ཀྱི་རྩོད་མ་གསུམ་མམ་ལུང་རིགས་མན་དག་གི་རྩོད་མ་གསུམ་  
གྱིས་གཉེར་ཁ་དང་མ་བྲལ་བའི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་བ་དངོས།

ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་དགོས་པ་ནི། དམ་པས་ཁས་འཆེ་མང་པོ་མི་བྱ་  
 ཞིང་། གཤམ་ཏེ་བཀའ་ལས་ཁས་ནི་སྒྲུངས་གྱུར་ན། འདྲི་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་མི་བཞིན་  
 དུ། ཤི་ཡང་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཚུམ་པོ་གྲོག་གི་  
 ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དང་། ཚུམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དགོས་པ་དང་ལྡན་པར་མ་  
 ཟད། བསྟན་པ་འཛིན་བསྐྱུང་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ་འཆད་ཚུད་ཚུམ་པའི་མཁས་པའི་བསྐྱི་  
 བ་རྣམས་གསུམ་གང་བྱེད་ན། ཐོག་མར་དབུ་བཅུ་མས་ཏེ་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཙམ་ལའང་  
 བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ་མཛད་པ་རེད། དེ་  
 ཡན་ཆོད་ཀྱིས་བཤད་བུའི་ཡན་ལག་བཤད་པ་སོང་ནས། འཆད་བྱ་དངོས་བཤད་པ་ནི་  
 སང་ཉིན་ནས་འཆད་རྒྱ་ཡིན། རང་རེའི་བྲིད་འདི་བྲིད་སྦྱོང་དང་སྒྲུག་མར་བྱས་ནས་  
 ཆོད་ལྡན་དུ་ལག་བྲིད་བྱེད་ཅིས་ཡིན་ལ། འུ་ཅག་ལོ་ཆེ་རྒྱུང་དང་ཁ་རྒྱན་གཞོན་སུ་  
 ཡིན་ཡང་མི་ཆོད་དུས་ཆོད་ཟེར་བའི་རིན་ཐང་ཙན་ཞིག་ཡིན། འདི་ཁོ་རང་སྟོན་ལས་  
 ཀྱིས་ཅི་ཙམ་བསྐྱོས་ཡོད་ན་དེའི་ཕན་ལ་མཐོ་གང་དང་སོར་གང་མེ་རིང་དུ་བསྟན་མི་ཐུབ།  
 རྒྱ་ཡོད་པར་མ་ཟད་དབང་ཡོད་པ། དབང་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཅི་འདྲའི་བྲན་རྒྱ་དང་སྟོན་  
 བློ་དཔོན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ཆོད་དེའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཕྱི་ལ་མི་འཁོར་བར་འགོ་རན།  
 སྒྲུག་བདེན་གྱི་ཡུང་པོ་ཁོ་འཛིག་རན་དུས་དེ་འདྲའི་བཀའ་བཙན་པོ་ཡིན། དེས་ན་ད་  
 རེས་མི་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་མར་སྒྲུབ་བསམ་རྒྱུའི་ཆག་འཆར་གཞི་ཕར་བཞག་ཀྱང་ཆོས་སྒྲུབ་  
 ཡོང་བྱེད་ཡོང་སྟེར་བ་མ་རེད། དུས་ཆོད་ཅེས་པ་ཆོས་སྟོན་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་དེ་  
 འདྲའི་རྩ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས། དེས་ན་ཆོས་ཞུས་ན་ཞུ་ནི་འདྲ། སྦྱོང་ན་སྦྱོང་ནི་འདྲ།  
 ཤེས་ཤག་ཤག་ལོ་བ་ཤག་ཤག་ འདི་འདྲ་ཡིན་སོང་། འདི་དགོས་ཐུབ། ང་ལ་  
 འདི་ཡོད་བསམ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ད་སྟར་ཆོས་གྲུལ་ལ་སོང་ཡང་།

སོང་སྒྱུང་མོད་གོ་མ་བྱུང་ཟེར་ན། བོད་ཀྱིས་བོད་ལ་བོད་སྐད་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་གོ་  
ངས་མོད། གོ་བྱུང་ཟེར་ན་འགག་ལ་ཐུག་དུས་བོད་སྒྱུད་གཏོང་ཆོག་པ་ཞིག་ཤེས་མེད་  
ན་མི་ཐེས་ཁྱི་དེད་གྱི་ཞད་ཡོད་པ་རེད། ད་སྐར་མ་སོང་ཅི་སོང་། ན་ཆོད་ཡར་  
བསགས་ཆོ་ལ་བལྟས་ན་རྒྱུ་ཆོགས་ཟད་དེ་མ་འདང་བས། ནད་ན་ཆས་  
གཟུང་བ་ལ་མ་ཐུག་གི་བར་དུ་སོང་བ་རེད། ད་སྐར་མ་བཤད་ཅི་བཤད། མཆོན་  
གྱི་གཉིད་ཐུན་ཅམ་མ་གཏོགས་ཆང་མར་བཤད་པ་ཡིན། ད་སྐར་མ་ལས་ཅི་ལས།  
འདི་མ་ལས་བསམ་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ལས་ལས་ན། རིག་རྒྱུ་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་འགོ་རན་  
ཁའི་གོ་རྟེན་ཅི་ཡོད་གྱི་དེ་འདྲའི་འདང་རེ་རྒྱག་ན། ད་ལྟ་རང་དབང་རང་ལག་ལ་ཡོད།  
ལུས་འབྱུང་བ་མི་བདེ་ཟེར་ན་བདེ་མོ་རེད། ཡུན་དུ་བསྐྱད་ན་རེ་ཐུག་ཏུ་འགོ་ན་མ་  
གཏོགས་རེ་དགར་འགོ་བ་མ་རེད། ད་ལྟ་ད་རུང་བལྟས་ན་རིག་ ཉན་ན་གོ་  
དབྱུད་ན་ཤེས་པའི་སྐབས་འདིར་རང་གཞན་བར་གསུམ་གྱིས་སྒྲ་བ་གཅིག་གི་དུས་ཆོད་དེ་  
འགོ་བསྐྱུག་ཏུ་མི་ཤོར་བར་བྱ་བ་གལ་ཆེ། ལོ་གཅིག་ལ་སྒྲ་བ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་ན་མི་  
ཆོད་ནང་ནས་ལོ་གསར་ཐངས་མང་པོ་སོང་ཡང་། ད་རེས་སྒྲ་བ་འདི་ཆོ་གཅིག་ལ་མི་  
བརྟེན་པའི་སྒྲ་བ་གཅིག ཆོ་སྒྱི་མའི་ཡུལ་དུ་འགོ་ན་འགོ་རྟེན་ཡོད་པའི་སྒྲ་བ།  
གསོན་འདི་ལ་བསྐྱད་ན་སེམས་གཏད་ས། སྒོ་ཁེལ་ས། སྒྱིད་ན་གོང་ལོན།  
ཐུག་ན་སྒྱི་གོགས་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཕན་ངས་གྱི་དོན་ཞིག་གཉིར་རྒྱུའི་དོན་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་རྒྱུ་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ཏེ་ཆོས་ལམ་དུ་འཛོག་དགོས། ད་སྐར་ཉི་མ་ཡན་ཆད་ཆོས་  
ལ་དད་པ་ཡོད། ད་ཀོན་མཆོག་ལ་སྒོ་ལོག་མ་སྒྱུང་། ད་དུང་ཡང་དེ་ཡིན། ད་  
ཐུག་འཆལ་རྒྱུ་དང་སྒྲོར་བ་བསྒྲོར་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ཅི་ལུས་ཅི་སྒྲོགས་གྱིས་བྱེད་ལུས་ཀྱང་།  
འདོན་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ན་སེམས་དེའི་ཐོག་འདུག་ཟེར་བ་དཀའ་མོ་རེད་མ་གཏོགས་ཁ་གྲངས་

བྱེ་ཆེན་བྱེ་ཆུང་རེ་སོག་རྒྱ་རེད། དེ་ཕན་ཆད་ཆོས་ཟེར་བ་པོ་གཅིག་ན་མི་གོ་ཞིང་།  
 གཉིས་ན་སྒྲིམ་རྒྱལ་ཟེར་ན་དེ་བས་མི་ཤེས། མིག་གིས་བལྟས་ན་བྲ་ལམ་མེ།  
 བཅུ་མ་ན་ནག་འཕུམ་མེར་འགོ་བས། དེ་རང་མགོ་རང་གིས་གཡོག་པ་རེད་མ་བསམ།  
 ཕྱག་སྒྲིའི་བ་བྱེད་པ་བཟང་ཞིང་། འདོན་བཞུས་བརྗོད་བྱེད་ན་ལེགས་མོད། དེ་  
 གཉིས་ལུས་ངག་གི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད། ལུས་ངག་གཉིས་གཡོག་པོ་དང་སེམས་  
 དཔོན་པོ་ཡིན་ཞེས། རང་རེས་དུས་རྒྱུན་དུ་ཟེར་མོད། གཡོག་པོའི་ལས་ཀ་ཆོད་  
 ཆུང་དཔོན་པོའི་ལས་ཀ་ཆོད་ཆེ། གཡོག་པོ་ཞིག་ཉི་མ་བརྒྱུད་རྒྱལ་པ་ལས་དཔོན་ཆེན་  
 པོ་ཞིག་གིས་སྐད་ཆ་ཆོག་གཅིག་གིས་ཆོད་ཆེ། དཔེ་དེ་ལྟ་བུ་ལུས་ངག་གི་དགོ་བ་  
 གཉིས་ལས་སེམས་ཀྱི་དགོ་བ་ཆོད་ཆེ་སྟེ། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སོང་ན་ལུས་ངག་  
 གིས་དཀའ་ལས་རྒྱལ་གིན་འདུག་པ་ནི་དགོ་སྒྲིག་གང་གི་བྲལ་དུ་འགོ་ཅི་ཤེས།  
 བསམ་པ་དགོ་དང་མི་དགོའི་བྱེ་བྲག་ལས། །སོགས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་ན་  
 སུམ་གཅིག་གི་དབུ་ཐོག་ཏུ་མི་གཅིག་གིས་ལྷམ་ཐེད་བཀའ། གཅིག་གིས་དེ་ཕར་  
 བསལ་བས་གཉིས་ཀ་བསམ་པ་དག་པས་དགོ་བར་འགྱུར་བ་ལྟར་རེད། བསམ་པ་མ་  
 དག་ན་ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཆེན་པོ་བྱས་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་མེད་དེ། ལེགས་སྒྲིམ་  
 དང་འཛིགས་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཆོས་གོ་མི་ཆོད་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ད་རེས་ཀྱི་ཆོས་ཁྲིད་  
 འདིའི་སྐབས་འདོན་རྒྱུ་འདྲ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་སྒྲིམ་རྒྱུ་ཡིན། སྒྲིམ་ཤེས་ངེས་ཏེ་སྒྲིམ་ཅི་  
 ལ་མི་ཤེས། ཆོ་མི་རྟག་པ་སྒྲིམ་དགོས། ང་ད་གི་འགོ་བཞིན་ཡོད། སང་ཉིན་  
 གྱི་ཉི་མ་ངའི་མགོ་ཐོག་ལ་འཆར་རྒྱུ་མེད་པར། གཉིན་ཉི་བཟའ་ཆང་གཅེས་པ་སྤྲོད་  
 འདྲ་བ་དེ་ཆང་མ་ད་ནས་བཅོན་བྲལ་བྱས་ཏེ་ཐུག་རྒྱུ་མེད་ལུགས་དེ་ཆོ་སེམས་ཐོག་ལ་  
 བླངས། ལུས་ཐོག་ལ་ད་སྒྲིམ་ཡོད་པར་འདྲ་བརྒྱབ་ནས་དེ་སྒྲིམས། ཡང་མིན་ན་



ངའི་ཨ་ཕ་བྲིན་ཆེན་དང་ཨ་མ་ལོ་ལོ། སྐུན་ཡ་འདང་ཆེན་གཉིས་ལྷན་འདྲ།  
མིང་པོ་གཅེས་པོ། སྤིང་མོ་འདང་ཆེན་མ་སོགས་ཤི་སྤོང་བ་རྣམས་ཞེ་སྒྲིབ་ལོངས་  
དང་། དེ་རྣམས་ཤི་བའི་སྐྱུག་སྤངས། བར་དོའི་འཛིགས་སྐྱུག་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་  
ན། མིག་མཐར་མཆི་མ་འཁོར་རྒྱ་མེད་དམ། དེ་ཆོ་ཤི་ནས་བདེ་འགྲོ་སྤོང་ཡོད་  
མེད་ཨེ་ཤེས། མེད་ན་གཙོ་ཨེ་ཡོད། ཉེ་སྒྲིབ་རྒྱ་རྩ་རྩའི་ལག་ན་འཛིག་རྒྱུའི་སྒྲིབ་  
དམར་ཤར་རེ་བསམ་དཔའི་སྒྲོ་ཁའི་གཡག་རྒྱན་འབྲི་རྒྱན་ཆོང་མ་གནའ་ངའི་པ་སྒྲིབ་བདེ་དེའི་  
སྒྲིབ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཅི་འདྲ་རེད། དེ་མིན་ན་དེ་ཆོ་རང་ཡིན་པར་བྱས་ན་  
ཅི་འདྲ་རེད། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་དེའི་ལས་རྒྱ་འབྲས་སྒྲིབ་དགོས།  
མི་ཤེས་རྒྱ་ཞིག་མེད། ཤེས་ཤག་ཤག་ངས་སྒྲོ་བ། ཨེ་ཤེས་ཨེ་ལྟ་བྱོད་ཆོས་ཤེས།  
མདོར་ན་བྲིན་མགོ་རྩ་ཆོང་མ་ལྷས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དེས་ཆོས་ལྷས་པའི་འབྲས་བུ་འདི་  
སྤོང་བུང་ཞེས་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དེས་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་བྱེད་ཆོས་དང་སྒྲིབ་མ་ལ་རག་  
ལས་པ་དང་། བྱེད་རང་གི་བརྩོན་འགྲུས་ལ་ཐུག་ཡོད་རེད། ཡང་འཁོར་བ་པ་  
རེད། འཁོར་བ་པ་ནི་སོ་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ཡང་། སྒྲིབ་བྱིན་མཁན་པ་ཁ་གསོ་  
རྒྱུ་འགོ་བས་ཀྱིས་བྲེལ་བ་ཆོང་མ་དང་། བྱེད་པར་དུ་བྱེད་མེད་ལུས་མེད་ཉམ་རྒྱུང་  
ཆོང་མས་ཀྱང་དེས་བསྐྱོར་ནས་ཆོས་འབྲེལ་རེ་འཛིག་བསམ་ནའང་ཆོག་རྒྱུར་བྱེད་པ་ཁ་  
སང་ནས་བཤད་པ་ཡིན། ཆོས་ཆོག་རེ་གོ་ནའང་པན་ཡོན་ཆེ། དེའི་རྗེས་སུ་དུས་  
ཆོད་ལྟར་རང་དེས་བྲིན་སྒྲིབ་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ལྷགས་བྲིན་སྒྲིབ་བྱེད་ཚུལ་ལ་བསམ་  
སྒྲོ་གཏོང་དགོས། དེ་རིང་དང་སང་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་ཐོ་དང་དགོང་མོར་གཞི་སྒྲིབ་དང་  
པོ་དང་སྒྲེལ་ཉེ་ཡིག་བརྒྱ་དང་། ཡིག་རྒྱག་བསགས་ནས་རྗོགས་པ་ཆེན་པོའི་བྲིན་  
ལྷས་པའི་སྒྲིབ་དུ་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་བཤགས་སྒྲིབ་དང་དག་ཐབས་ཀྱི་འབད་པར་

བྱེད་དགོས། ང་ནི་དམ་ལྷན་ཡིན་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་སོང་མེད་བསམ་རྒྱུ་ཡོད་པ་  
མ་རེད། རྒྱལ་ཉམས་དང་ཞོར་ཉམས་ལ་སོགས་པ་ཉམས་སྒྲིབ་གོས་སྒྲིབ་ཞིང་། དེ་  
རིང་ཁ་སང་ནི་དམ་ཉམས་གསར་པ་མོད་པའི་དུས་ཚོད་རེད། དེ་མི་དར་བ་ཞིག་གྲང་  
མ་རེད། ཉིན་གྱི་ཁ་གཏང་སྒྲིབ་དང་། སྤྱི་ལོ་ཁ་གཏང་སྒྲིབ་རེད། ཆོས་ཟབ་  
ས་ན་ནག་པོའི་བདུད་རེ་ཡོད་དར་བ་རེད། དེའང་དམ་ཉམས་དང་དམ་ཚིག་གི་སེལ་  
ཟེར་བ་མིའི་ཁོག་ལ་འདྲེ་ཞུགས་ནས་ཆོས་དང་བསྟན་པ་ལ་སེལ་བྱེད་འོང་། དམ་ཚིག་  
ཉམས་ཆགས་ཀྱིས་བསྟན་པ་དང་སྒྲུ་མ་ལ་གཞོན་མོད། གཙོ་བོ་རང་ལ་གཞོན།  
དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་སོང་ན་ཆོག་ས་དང་བསྐྱང་བ་སོགས་ཀྱིས་འཕྲལ་དུ་མ་བཤགས་  
ན། མི་འདོད་སྒྲ་དགུ་རང་ཐོག་ལ་ཡོང་ངེས་རེད། དེས་ན་ཆོས་པ་ཞིག་བྱས་ནས་  
རང་ལེགས་སུ་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་རྒྱུད་གཙང་མ་ཞིག་བྱས། སོར་བྱང་སྤྲུལ་  
གསུམ་གྱི་ཤེལ་སྒྲོ་ཚད་ཞོར་ལ་ཉ་གོ་རྒྱུ་ཡོད། རང་གིས་རང་ལ་ཤེལ་སྒྲོ་ཚད་ཞོར་བྱེད་  
ན་རང་རྒྱུད་ངོས་ཟིན་འོང་། རང་ལེགས་པར་རང་མགུ་དུས་ཚོག་འདུག་ཡོད་རེད།  
དེ་ལ་ལྷ་དང་སྒྲུ་མས་དབྱིངས་ནས་མ་ཁྲེལ་ན་དེས་དོན་ལ་ཆོག་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་  
ཆང་མས་གཉིས་པོ་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་སྟོན་ས་བཤགས་པ་རྣམ་དག་རེ་གྱིས་དང་།  
ཐོག་མེད་ནས་བསམས་པའི་སྤྲིག་སྒྲིབ་ཉམས་ཆགས་བྱང་ན་སྤར་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གསར་  
པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ངེས་པ་དང་། རྒྱུན་བགེགས་བར་ཆད་སེལ་  
བྱེད་རིམ་འགོ་འང་དེ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན། དགོང་མོར་བྲིད་སྦྱོང་གི་མཆུག་ཏུ་དགོ་  
འདུན་པས་གཙོད་ཆར་རེ་གཏོང་རྒྱུ་མི་ཆག་པ་དང་། དེའི་སྐབས་མི་སྦྱུ་པོ་མོ་རྒན་  
གཞོན་ཆང་མ། བྱེད་པར་དུ་སྤྱི་ངན་འཕྲོང་ན་ཡོད་པ། ནད་པ་སྒྲན་གྱིས་ཕན་  
དགའ་བ། རྒྱལ་འགོང་དང་དམ་སྤྱིའི་གཞོད་པ་ཡོད་མཁན་རྣམས་གཙོད་དམིགས་ཀྱི་

གཤམ་དུ་སྒྲོད་དང་བཟང་། ལན་གངས་མང་པོ་སྒྲོད་དང་དེ་བས་བཟང་། ཕྱི་དྲོའི་  
དུས་ཚོད་བཞི་པར་དག་འདུན་པས་གསོལ་ཀ་དང་རྒྱབ་ཆོག་གསུངས་པ་རེད། དེ་དུས་  
ཤི་གསོན་གཉིས་ཀའི་ཆེད་འདོན་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱ་མ་འགྲུབ་པ་རེ་ཡོད་ན་རྒྱབ་ཆོག་གིས་  
དང་། སྦྱར་དག་འདུན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། བྱད་པར་དུ་ད་རེས་དགོན་སྡེ་མང་  
པོའི་གསལ་གསལ་བྲིག་བྲིག་ཉམས་ལེན་པ་མཁན་སྤྱུལ་མང་པོས་དབུ་མཛད་པའི་  
འདུས་པ་འཛོམས་ཡོད་པས་ཆོད་གོ་ལྷག་པར་དུ་ཆེ། དེ་ཆོ་སྤྲུགས་ལ་ཞོག་ཟེར་རྒྱ་དེ་  
ཡིན།

## ཉིན་གཉིས་པའི་ཆོས་བྲིད།

རང་རེ་འདི་ན་ཡོད་པ་ཆང་མ་སེམས་ཅན་སྦྱི་མཐུན་གྱི་སྡེ་རིས་མཐུན་པ་མིའི་ལུས་རྟེན་  
ལ་སྦྱེས། དེའི་ཐོག་ན་ལས་མཉམ་དུ་གསོག་སྟོབས་ཀྱིས་མོས་པ་ཆོས་སྤྲུགས་ལ་  
གཏོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་གཏོང་ན། དེ་སྡེ་ཆོན་མཐུན་པ་ཡིན་ནའང་གང་  
ཟག་སྐྱེར་ངོས་ལ་ཆོ་འདིའི་ཆོ་རིང་ཐུང་དང་། ལས་སྦྱིད་སྤྱུག་བསོད་ནམས་བསམགས་  
ཚུལ་མི་འདྲ་ཞིང་། དེ་མི་འདྲ་བས་སྦྱོབ་ཕྱི་མ་རྣམས་སྦྱོར་སྦྱོང་རྒྱ་ཡང་དེ་དང་མཐུན་  
པར་འདྲ་བ་མ་རེད། དེ་ལྟར་ནའང་རང་རེས་སྒྲོན་ཆད་གྱི་སྦྱོབ་ཡར་སྒྲོན་ཞིག་ལ་ལས་  
ཅི་འདྲ་ཞིག་མཉམ་དུ་བསམགས། སྒྲོན་ལམ་ཅི་འདྲ་ཞིག་མཉམ་དུ་ཐེབས་སོང་བ་ཡིན་  
ན། ད་རེས་རང་ཅག་ཆོས་ར་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཆོས་གཅིག་གིས་མཉམ་དུ་བསྐྱུས་པ་  
འདི། ལས་སྦྱིར་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལ་མ་  
སྤྲུག་གི་བར་དུ་ལུས་ལེན་ལུགས་སྦྱོབ་བ་བརྗེ་རབས་ལ་འདྲང་ཞིག་རྒྱག་ན། མཐོ་བའི་

ཚངས་དང་བརྒྱ་བྱིན། སྟོང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ནས་དམའ་བའི་འོན་ལོང་  
 རྒྱག་པ། འབྲུ་མིན་སྟོག་ཆགས་ངན་སོང་ངན་འགྲོའི་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་རྟེན་སྒྲངས་  
 པ་ཡན་ཆད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་། སྐྱེ་བ་འདི་མ་སྒྲངས་དང་ལས་འདི་མ་བསམས་  
 བསམ་རྒྱུ་ཅི་ཡོད། འོན་ཀྱང་འཁོར་བའི་ནང་ནས་ཐར་བྱེད་གྱི་ལས་བསམས་མ་སྟོང་  
 བས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་ཐར་ལ་ད་དུང་འཁོར་བའི་ནང་དུ་འབྱམས་ཡོད། དེའང་དམ་  
 པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐར་པའི་ལམ་མཁན་ལ་མ་ཐུག་པ་དང་དེས་ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་རྒྱས་མ་  
 གཟུང་བར་གཅིག་པུས་ལྷག་སོང་བར་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བྱོན་  
 སྐབས་ལ་ཁེལ་བ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་དུས་ལ་ཐུག་སྟེང་ན་ཐང་མོད།  
 འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ལས་དང་སྐལ་བ་དམན། བསམས་པ་བསོད་ནམས་རྒྱུང་བའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ལྷགས་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་། གདུལ་བྱ་  
 གཞན་ངོས་ལ་དད་དང་མོས་པ་མེད་པས་འདྲེན་པའི་ཨ་ལོང་མེད་པའི་དབང་གིས།  
 རྣམ་ཡིན་ཡང་དར་ཤུད་འཐེན་པ་ལྟར། བཟང་པོའི་ལས་དང་སྟོན་ལམ་ཐུག་ཐེབས་ས་  
 རྣམ་ཤུད། ངན་པའི་ལས་ངན་རྒྱུ་འབྲས་ལ་སྒྲུང་མ་མི་གཙང་བའི་འདམ་ལ་འཁོར་བ་  
 ལྟར་དུ་འཁོར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས། ད་དུང་ཡང་རྩ་ཡིས་མེ་འཛིན། འདམ་གྱིས་རྩས་  
 འཛིན། མཁའ་འགྲོ་འདྲོད་པའི་རྣམས་འཛིན་གསུངས་པ་ལྟར། བྱ་འདབ་ཆགས་  
 ཟས་ལ་ཆགས་ས་ནས་རྩོད་པས་ལག་རྩིས་འཛིན་པ་དང་འབྲུ་བར། མི་གཙང་བ་ལ་  
 གཙང་བ་དང་། སྐྱུ་བསྐྱེལ་བ་ལ་བདེ་བ། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པ། བདག་  
 མེད་པ་བདག་རྟུ་འཛིན་པས། འཁོར་བའི་ལྷགས་སྟོག་གིས་སྟོམ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།  
 སྐབས་རེར་དམ་པའི་མགོན་དང་མངལ། གདམས་ངག་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩི་རེ་ཐོབ་  
 ཀྱང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ངན་གཤིས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་བས། རང་རྒྱུད་ཡང་

དག་ལམ་གྱི་སྤྱི་རོལ་དུ། །ཐུར་ནས་ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་འབྱུངས་པ་  
མང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུད་ལོག་ལྟས་ལྟ་དན་ནས་ཐང་ཁྲོམ་ཐོས་པའི་  
མིས་མིག་སྒར་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་འབྲུལ་སྤང་ཤར་བ་ལྟར་དུ། དམ་པ་ལ་དམ་པ་  
ཡིན་པར་མ་ཤེས་པས་ལོག་ལྟ་བྱེད། གདམས་ངག་བདུད་རྩི་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པས་  
དང་དུ་མ་བྲངས། ཐན་ཆོས་སྤྱོད་དང་མཚམས་མེད་ཀྱི་ལས་བསགས་པས་དཔྱུལ་བ་  
ཆ་གང་སྤྱོད་ཚུལ་སོགས་བརྩི་ཡོང་རྒྱ་མེད་དེས་ཡིན། ཡང་སྐབས་རེར་ཟག་བཅས་  
ཀྱི་དགོ་བ་སྒྲ་རེ་གཉིས་བསགས་པས་དུད་འགྲོ་ཡིན་ན་དབང་ཡོད་རེ་དང་། མི་ལུས་  
ལྷ་ལུས་བཟང་བ་རེ་ཐོབ་ཡོད་ཤས་ཆེ་ཡང་། གཟེར་འཛོམས་ཀྱི་སྒྲན་འཕུང་བ་བཞིན་  
དེའི་ཆོ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་བ་ཙམ་རེད་མ་གཏོགས་ཡུན་དུ་སྒོ་གཏད་མེད་  
པར། འདི་འདྲའི་ཤ་བྲག་གི་གཟེབ་ལ་རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་ཅིག་གཏད་དེ་ངའམ་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པའི་གཞི་མི་གཅང་བའི་ཡུང་པོ་འདི་ལ་ཞེན་པས། འདི་འབྲལ་རྒྱ་མེད་པའི་  
འབྲུལ་སྤང་། སང་རྒྱ་མེད་པའི་མི་ལམ་ཞིག་ཏུ་སྐྱུར་སོང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་  
རེས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་འདིར་གཅིག་ན་སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་སྒྲོན་མའི་བསྐྱེད་པ་  
དང་འཕྲད། གཉིས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱུ་དངོས་དང་མཇལ་བའི་སྐལ་བ་དང་  
མ་ལྷན་རུང་དེས་བསྟན་པའི་དམ་ཆོས་མ་རུབ། གསུམ་ན་སྤྱོད་པའི་བཤེས་  
གཉེན་སྤང་སྤང་འདོར་ལེན་གྱི་གནས་སྟོན་མཁན་རེ་དང་འཕྲད་པར་མ་ཟད། རང་  
ངོས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཁ་རེ་ཕྱོགས་རྒྱ་འདི་ཆོ་སྐྱེ་བ་སྒྲོན་མར་ཆོགས་  
བསགས་པས་ཡིན་དེས་དང་། བྱད་པར་དུ་རང་རེ་བྱད་ཆོས་ཆེ་བ་དུག་གིས་འཕགས་  
པའི་གསང་སྤྲུགས་སྤྱུ་འགྱུར་བའི་ཆོས་སྒོ། དེའི་ནང་ནས་དམ་ཆོས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ།  
དེ་ཡང་བཤད་བརྒྱུད་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་མ་ཆད། སྒྲན་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་མ་ཉམས་པར།

སྐབས་འདིར་སྒྲན་བརྒྱད་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཚིག་ན་བས་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་བ་  
 ཐོབ་ནས་སྐལ་ལྷན་ཆོ་གཅིག་ལུས་ཅིག་ལ་གྲོལ་བ། དབང་རབ་བརྩོན་འགྲུས་ཅན་  
 ཡིན་ན་ཡོད་པ་སྐབས་ཀྱང་གང་ཟག་མིའི་ལུས་རྟེན་དུ་ཡོད་ཀྱང་དགོངས་པ་སངས་རྒྱས་  
 དང་མཉམ་ཐུབ་པའི་དེ་འདྲའི་དམ་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་དེ། བླ་སྟོབ་དང་  
 མཆེད་གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་དེ་རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་དང་། སྟེས་དབང་སྟབས་ལེགས་ཀྱིས་  
 བྱུང་བ། དཔེར་ན་ཁ་བའི་ནང་གི་བྱ་རྩེས་དེ་བཟུ་གིས་རྟགས་བརྒྱད་ཀྱི་རི་མོར་དོད་པ་  
 ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། སྤར་གསང་སྤགས་ཀྱི་དྲིལ་འཁོར་ཞིག་ཏུ་མཉམ་དུ་ལྷགས།  
 ལས་དང་སྟོན་ལམ་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བས་ད་ལྟེས་ཆོས་ར་གཅིག་གི་ནང་དུ་  
 ཆོས་ཟབ་མོར་མཉམ་དུ་ཡོངས་སྦྱོད་རྒྱ་འདི། དཔེར་ན་ཆོ་གཅིག་གི་དབུལ་པོ་རྒྱ་མེད།  
 ཁ་ཟས་མེད་རྒྱབ་གོས་མེད། རངས་རྒྱ་མི་རག་གོང་སྟོད་དང་། ལུབ་རྒྱ་མི་རག་  
 གོང་སྟོད་སྤང་ནས། ཁ་མི་སོས་ནམ་མི་ལང་བར་ཡོད་དུས་ཁྱིམ་དུ་མ་བསམ་མ་བྱན་  
 ས་ནས་ཉིན་ཞིག་ལ་མ་རྒན་དབུལ་མོས་གསེར་ལོག་ལོག་མི་མགོ་འདྲ་བ་འགའ་རེ་རྟེན་  
 བ། དེའི་མི་དེ་ཡིད་དགའ་བར་གྱུར་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། གསེར་རྩོག་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 རྟེན་ན་ཆོ་གཅིག་གི་དབུལ་བ་སེལ་བ་དང་། དུས་ཉི་མ་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱ་མོར་ཡོངས་  
 སྦྱོད་ཀྱིས་ལྷག་པོ་དུ་གྱུར་ནས། མིས་རྩྱུར་ཨོ་བསྐྱབ་བསམ་མི་དགོས་པར་མ་ཟད་མི་  
 ལ་པར་རོགས་བྱེད་ལུས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་ཡང་། འཛིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་རྒྱ་ལོངས་  
 སྦྱོད་ཅི་འདྲ་ཡོད་པ། རྣམ་ཐོས་སྤྲས་ཀྱི་བང་མཛོད་ཀྱི་བདག་པོ་རེད་སོང་དུང་གི་མི་  
 དགོས་པ་ཞིག་ལ་པན་ཐོགས་མེད་པར་མ་ཟད། གི་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་བྱེད་ལ་དེ་བས་  
 པན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལྟར་བསམ་སྟོག་ཏོང་ཡོང་ན་རྒྱ་ལོངས་སྦྱོད་ཅི་འདྲ་  
 ཡོད་པ་བས་གི་ན་པན་ཐོགས་ཅན་ཀྱི་ཆོས་ཚིག་བཞི་ཞིག་གིས་དགའ་བ་རེད། ཆོས་

ཆོག་བཞི་ཞིག་ལ་གསེར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡང་ཡམས་ཁ་མེད། འཛམ་གླིང་གི་ས་གཞིར་  
གསེར་གྱིས་བཀའ་བ་བྱིན་པ་བས་དགའ་བའི་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་དེ་བསོད་ནམས་གྱི་བགོ་  
སྒྲུལ་ལས་ཐོབ་དུས་དེ་མི་དགོས་ཟེར་ན་སྒྲིབ་པ་བསམ་མེད་རེད། དེ་དོན་གཉེར་ཞིག་  
མ་བྱེད་ན་མཐོང་མཚན་དྲག་ཞན་སུ་ཡིན་ཡང་འགྲོད་པ་རིམ་གྱིས་ཉོས་པ་ཡིན། དེའི་  
ཕྱིར་ན་སྒྲིབ་སངས་རྒྱས་བཙུག་པོའི་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྒྲོབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ཕྱིར་དུ། ཆོས་ཆོག་བཞི་པའི་ཆོག་སུ་བཅད་པའི་དོན་དུ་སྒྲུ་སྒྲོག་  
གཏོང་བའི་སྒྲུས་རབས་རྣམས་ཐར་ཡོད་རྒྱ་བོད་འདྲ་རེད། དཔེ་འཛིན་ན་རིམ་གོ་བྲག་རི་  
མཐོན་པོ་ཤར་རི་གནམ་རྒྱག་གི་གཡང་ས་གཟར་པོ། ཁང་ཅིག་ཅི་ན་སྒྲོང་ཕྲག་མང་  
པོ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ནས་མར་མི་ཞིག་རྩོག་འཁྱོར་ནས་ལྷུང་འགོ་ན་དེའི་བྱིས་ན་ཡོད་པའི་རྒྱ་  
ཅ་ལག་གིས་དགའ་འཇམ། གནམ་ལ་འཕུར་བྱེད་གྱི་གཤོག་པ་ཞིག་གར་བྱུང་མེད་པར་  
འབྱུར་ནས་བར་སྒྲིབ་ཁམས་ལ་འཕུར་རུས་པས་གཡང་ས་མཐོན་པོ་ལ་ཉམ་མིང་བཞིག་  
ལྷུར་ན་དགའ། དེ་དང་འདྲ་བ་གསེན་འདི་ལོག་གི་བྲག་མགོ་ནས་རྩོག་འཁྱོར་བས་  
གསེན་པོའི་སྒྲིབ་བ་ཟད་དེ་ཤི་བར་དེའི་གཡང་སར་སྒྲིབ་འགོ་བ་ན། ལྷུང་དུ་འཕྲེན་བྱེད་  
གྱི་རྩི་ལྷིད་མོ་སྒྲེ་ལ་བཏགས་པ་འདྲ་བའི་ལྷལ་གྱི་ཁོར་རྩེས་ཤིག་གིས་དགའ་དང་།  
བར་སྒྲིབ་ཁམས་ན་གཤོག་པ་ཐོབ་པར་འདྲ་བའི་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཇའ་ལམ་  
གསེར་ཐག་གི་ནང་ནས་བྱུང་འགོ་རྒྱས་དགའ་ས་རེད། རང་རེད་སྒྲིབ་ཉི་མ་ཡན་ཆད་  
སྒྲུག་ལང་ལོང་ནང་ནས་མགོ་འཁོར། རྩ་བྲལ་ཁྲིམ་ནང་ནས་རྒྱུ་ཆག་ནས་མ་རིག་  
ཆོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་། དུས་ཡག་ཉེས། མདུན་ལམ་བཟང་ངན་མགོ་  
མ་ཐོན་པ་རེད། དཔེར་ན་ས་བྱང་ཐང་ཤར་ཤོ་རུབ་བྱང་གང་ཡིན་ངོས་མི་འབྱེད་པའི་  
རྒྱས་མེད་གྱིས་ཆ་ཞིག་ན། ལུན་ནག་ཆར་ནག་གི་ནང་ནས་མགོ་འཁོར་ཏེ་སོང་སོང་

བརྒྱུགས་བརྒྱུགས་ནས་དཀའ་ལས་སྤྱུག་བསྐྱེད་རིག་རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་མཐའ་རྒྱ་མར་  
གཅིག་ལྟ་དུས་ཁ་རྒྱུད་གི་ཡོང་ས་ན་ཕྱིར་ཐོན་ཡོད་ན། དཀའ་ལས་བརྒྱུ་ཆད་པོ་སྤྱུག་  
སྤྱོད་རེད། འབད་པར་བྱས་པ་འཕྲོ་བརྒྱུ་ཏུ་གྱུར། སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བཞོན་མེད་  
རེད་སོང་བ་བཞིན་དུ། ད་སྤྱོན་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཉི་མ་ནས་སྤྱོད་དུས་ཆོད། ཁ་མིག་དབང་  
པོ་གསལ་དུས་ལུས་སྤྱོད་ལུང་བ་མ་རྒྱུད་པའི་སྐབས། ཉིན་གཅིག་གི་ཉི་མ་ལ་  
དཔེར་འཛིན་ན། ཡག་ས་བཟང་སའི་སྤྱོད་ཉི་མ་ལྟ་བུ་དེ་ཤོར་ནས་ཉི་མ་རུབ་རྒྱུའི་  
དུས་ཆོད་ལ་ཐོན་པ་རེད། ད་ཕྱིར་བལྟས་བྱས་ནས་ཕྱོགས་སྤྱོད་ཞིག་བརྒྱུ་ན།  
ལས་ལས་རྒྱུག་རྒྱུག་འདུར་འདུར་གྱིས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ་ཡོད། དགོས་པའི་དོན་འགྲུབ་  
ཨོ་ཆར། མ་ཆར་ན་ད་དུས་ཆོད་ཅི་ཅམ་ཞིག་གིས་འགྲུབ་འོང་། ལར་མ་གཞི་མིང་  
རང་གིས་ང་རང་གི་ཆོ་ཆད་དུས་ཆོད་ཅི་ཡོད་ཤེས་ནས་ཆོད་བཙིས་བྱེད་ཆོད་ཨོ་ཡོད།  
དེ་མེད་ན་མི་ལོང་བ་ཞིག་གིས་མཁར་མཐོན་པོའི་ཡང་ཅེར་རྒྱུག་པ་བཞིན་དུ། མ་  
བསམ་མ་བློན་ས་ནས་ཆག་སྤྱོད་རྒྱུ་བོ་ལག་པའི་མཐིལ་ན་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་མི་  
གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་རང་ལ་འདང་རེ་རྒྱུ་དང་ད་སྤྱོན་ཉི་མ་ཡན་ཆད་ལ་ས་གཞི་འདི་  
ཆགས་ནས་མི་ལོ་དུང་ཕྱུར་མང་པོ་སོང་ཆར་ས་རེད་མོད། དེ་རེད་ཡོད་ན་མིའི་འཛིན་  
རྟེན་འདི་ཆགས་ནས་ད་བར་ས་འདིའི་ཐོག་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་མཐའ་པོ་ཞིག་  
ཡོད་རྒྱུ་རེད། ཆར་མ་འཛིན་རྟེན་ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་ཐོན་རྒྱུ་མེད་པའི་འཇའ་འདྲའི་རྒྱུ་  
དེད་ནས་རྒྱུ་མ་ཐོན་གོང་ནས་གི་བར་དོའི་ལམ་ཆེན་ལ་བུད་སོང་བ་ཤ་སྤྱུག་ཡིན། འུ་  
ཆོའི་མི་ཐོག་སྤྱོན་མ་ལ་འདང་རེ་རྒྱུག་ན། ང་ཆོས་ཤེས་རྒྱུའི་ཨོ་སྤྱོད་ཨོ་མེས་དང་  
དེའི་སྤྱོན་གྱི་མེས་པོ་དང་ཡང་མེས་ཆོས་ཆོས་རེ་གོ་སྤྱོད་ཡོད་རྒྱུ་རེད། དམ་པ་ཆོས་  
ཕྱོགས་ལ་འདང་རྒྱུག་ན་འུ་ཆོའི་མི་ཐོག་ལས་དེ་ཆོའི་མི་ཐོག་སྤྱོད་པ་བཟང་རྒྱུ་རེད།



ང་ཚོས་སྒྲ་བརྒྱད་ཀྱི་གྲལ་ན་གསེལ་བ་འདེབས་ས། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་།  
དགའ་རབ་དོ་རྩེའི་འཕྲོར་འཛིག་འདུག་རྒྱུའི། བྱང་གའི་ནང་གི་འཇའ་འོད་གུར་ཁང་  
ནང་ན་པད་མའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་འགའ་རེ་མི་ཐོག་གོང་མ་ཁོང་ཚོ་དང་མི་ཐོག་  
གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། ཆོས་རང་གིས་མ་བསྐྱབས་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡིན་རུང་དགེ་  
སློང་ལྷས་བྱིན་གསེན་པོས་གས་ནས་དཔྱལ་བར་ལྷུང་དུས། སེམས་ཅན་གྱི་ལས་ཀྱི་  
རྣམ་སྤྲིན་ལ་གཟིགས་ཀྱིན་འདུག་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ། མི་ཐོག་སྒྲིབ་  
མ་ཆོས་འཛིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་བྱ་བ་ལ་འབྱུང་ནས་དག་ལ་སྤང་ཡོད་རྒྱུ་རེད། གཉིན་  
ལ་ཆགས་ཡོད་རྒྱུ་རེད། དག་འདུལ་ཨེ་ཐུབ་དང་གཉིན་སྒྲིབ་ཨེ་ཐུབ་བལྟ་བུལ་བྱས་  
ནས། རང་རྒྱལ་ཞེན་ཆགས། གཞན་ནོར་ལ་རྩོམ་སེམས་བྱས་པས་ཡོད་པ་  
བརྒྱག་གིས་དོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ། མེད་པས་བཅོལ་རྒྱུ་མི་ལོན་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ།  
སྒྲིབ་རྣམ་འཆི་བར་མེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ། བསམ་པ་ཐོག་ཏུ་མི་འགྲོ་བར་མི་འདོད་པ་  
མགོ་ཐོག་ཏུ་བབ་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ། མདོར་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་ཁོན་སྤྱོད་ནས་འགའ་རེ་གི་  
ཤི། འགའ་རེ་གཡང་ལ་ཤོར། དག་ཤོས་པོ་ཤི་དུས་ཉལ་ས་དོན་པོ་བཟེར་ཡང་།  
ཆོས་སྒྲིབ་སོང་མེད་པའི་གཅེར་བུ་ལག་སྒྲིབ་དབུགས་ཆད་ཁར་མིག་སྒྲོར་མཆི་མ་  
འཁྲིགས། བྱང་ལ་སྤྱར་ཤད་བྱས་ནས་འགའ་རེ་གཟེར་ཏེ་བཀའ། མདོར་ན་  
དབུགས་རྟེན་འབྲེལ་པོ་མ་ཆད་བར་དུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་སྒྲིབ་བ་ཡིན་ན།  
སྤྱག་བསྐྱལ་ཁོན་ས་མ་བཟོད་ནས། འུ་ཆོས་ཤུགས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་གཡག་མཆུ་བཅང་ན་  
དེའི་ཕན་ན་ཅི་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་མ་རེད། དབུགས་ཚར་གཅོད་བྱེད་པའི་སྤྱག་སྤངས་ཅི་  
འབྲེལ་ཡོད་ས་རེད་ཁ་སྐྱལ་ག་པས་བཀག་ནས་སྤྱར་ཆ་གཅིག་གཉིས་རེ་སྒྲིབ་དང་ཤེས་རྒྱ་  
ཞིག་ཡོད། དེའི་ཕན་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཅི་འབྲེལ་ཞིག་ཡོད་དང་། ཤི་བར་དོའི་འཕྲང་ན་

ཐོན་དུས་སྐྱུ་བསྐྱེད་ཅི་ཡོད་སྒོམ་གྱི་རེད། འོན་ཀྱང་བཟའ་ཚང་སྒྲིབ། གཉེན་ཉེ་  
 རིང་། རྒྱ་ལོར་རྒྱས། ཐ་ན་ང་ཟེར་ནས་གཅིས་བསྐྱུང་བྱ་རྒྱུའི་ལུས་བཅ་ཤོག་གི་  
 གནས་ཚང་བསྐྱུར་ཏེ། མར་དཀྱིལ་ནས་སྐྱུ་བཏོན་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་ནི་མིག་རིག་ལག་  
 མཐོང་རེད། དཔལ་སྐྱུལ་ཚང་གི་གསུང་ལས། གྲེལགས་ལྟོས་དང་མི་རྟག་སྤྱིན་  
 བོའི་ཁ། །སྤྱལ་བའི་ཁྱོན་འདི་བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱེ། །སྤྱོད་གཞི་ལགས་ཏེ་  
 འཁོར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ན། །སྤྱོད་བཅས་འཇིག་རྟེན་ཟ་བ་པོ་ཡང་འདི། །སྤྱར་ཞིག་  
 བཀོད་ཅིང་བཀོད་པའི་སྤྱོད་ཁམས་བརྒྱ། །ཐོས་པའི་སྒྲུགས་སྐྱད་ཐོས་པ་ཡོད་ལགས་  
 ཀྱང་། །དེས་འབྱུང་རྒྱུ་གིས་བ་སྐྱུ་མི་གཡོ་བ། །རྟག་འཛིན་བདུད་འདིས་ཡིད་  
 དབང་འཕྲོག་པས་ལན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། མི་ཤི་བའི་རྩེས་ན་བཞི་བཅུ་ཞེད་གྲུ་  
 ཁྲལ་སོད་ཅིག་འཆོགས་ནས་དེས་ཆོག་རྒྱ་བྱས་པ་རེད། དང་པོར་དེའི་རྩེས་སུ་འཆི་  
 ཐུབ་སྐྱེམ་པའི་སྐྱུ་ཆེ་ཁྲལ་བྱེད་ཀྱང་། །ཞག་གཅིག་སོང་གཉིས་སོང་གིས་ཞེད་གྲུའི་  
 སྐྱད་ན་ཐོན་དུས་ཤི་བོ་ཇི་བཞེད། རྒྱ་ཕྱིས་རྩེ་ཆེ། ཕྱི་ལོར་ཤི་ཆོགས་འཆོགས་རན་  
 དུས་སྐྱུ་བདེ་དང་སྐྱུ་བདེའི་ཆེད་དུ་མི་གཏོང་བར། ལོར་ལུག་ཆོ་བཤམས་འདི་ནང་ན་ཐོན་  
 འགྲོ་བཞིན་མེད་ན་རབ་རེད་མོད། དེའི་རིན་པ་སྒྲོར་རྟོག་ཆོ་ཤོ་བག་རྒྱན་འཛིག་ཆང་དུ་  
 བ་གཉིས་ཀྱི་རྩེས་སུ་མ་གཏོང་ན་དག་ཤོས་རེད། དུས་ངན་གྱི་སྐྱབས་མི་ཐོག་སྤྱོན་  
 མས་ལྷག་བསམ་དཀར་པོས་སྒོག་གིས་སྐྱུང་བའི་ལྷ་སྐྱུ་རྟེན་གསུམ་ཡིན་ཡང་ཆོང་རྩེས་  
 བྱེད་པའི་དུས་ཆོད། མི་ཐོག་སྤྱོན་མ་ཆོའི་རྟོག་རྩེས་གྲིབ་མ་མི་ཡལ་བར་དང་པོ་སྒོལ་  
 ཉམས་འཛིན་ཁྲལ་བྱེད་ཀྱང་། བར་སྐྱབས་ཤིག་ན་མིང་སྐྱེམ་པོ་ལྷག་ན་ལྷག་པ་དེའང་  
 འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་མི་ཐོག་གཅིག་གཉིས་བརྩེས་དུས་མེད་འགྲོ་ངེས་རེད། དེ་བྱ་སྐྱེམ་  
 ཤི་བའི་རོ་ལ་བལྟས་ན། རྩེས་མ་མི་རྟག་དེ་དང་མི་འབྲ་བ་ཞིག་ལས་མེད་པས།

མི་ཐོག་སྒྲིབ་མ་ལ་ཅི་འདྲ་ཆེས་མར་འོང་ངེས་རེད། དེ་འདྲའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཁོ་ནའི་ནང་  
བར་མེད་དུ་འཁོར་བས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་ཟེར་བ་རེད། ད་དེ་དུས་གྱི་ཐོས་ར་ཡིན་  
ན། དེང་སོང་གི་བཟའ་དཔོན་ཡིན། སང་གནངས་གྱི་ཨ་མུ་ཡིན། ད་དུང་དེ་  
བས་འདུག་ཡུན་རིང་ན་དེའི་ཕྱི་ལོ་ཡང་ལོར་སྒྲིམ་རྒྱན་སྒྲིམ་གོག་བྲིམ་བཟང་རེད་ཡོད་པ་  
རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་ལ་འདང་རེ་རྒྱག་ན་འུ་ཆོས་དེང་སང་གི་ཆོན་རིག་པའི་སྐད་ཆ་  
བཤད་སྐད་སྒྲུབ་བྱེད་ན། མི་ཞེས་པ་དེ་མཐོ་རིམ་གྱི་སྒྲིག་ཆགས་རེད་ཟེར། ཅིའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན། འབྲུ་དང་། བྱ་དང་། ཉ་དང་། གཡག་དང་གྲི་ལ་སོགས་པ་དང་  
མི་འདྲ་བར་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་བའི་རྣམ་རིག་དང་རྣམ་དབྱེད་དེ་རྣམས་ལས་ལྷག་པར་ཡོད་  
པས་རེད་ཅེས་ཟེར། ཟ་རྒྱ་དང་ཉལ་རྒྱ་ཞིག་མ་གཏོགས་མི་ཤེས་ན་དེ་རྣམས་ལས་  
བྱུང་ཆོས་འདི་རེད་ཟེར་ནས་བསྟན་རྒྱུ་མེད་པ་རེད། དུད་འགྲོ་ལའང་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་  
ཡོད། དུད་འགྲོ་སྒྲོགས་ལ་བ་འགའ་རེ་མི་སྐད་ཤེས་མི་ཤེས་ཅམ་རེད་མ་གཏོགས།  
མི་ཐབས་རྟུག་ཅིག་དང་མི་འདྲ་ལས་བསམ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དུད་འགྲོ་ཡིན་ཡང་ངོ་  
འདྲིས་ན་འདྲིས་བཟང་བའི་ཤ་ཟན་སྟག་མོ་ཡིན་ཡང་། ངོ་ཤེས་འདྲིས་ཤིང་འདྲིས་ན་  
དགའ་དགར་བྱེད་ཤེས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད། དེས་མི་ཆད་དུད་འགྲོ་ཡིན་ཡང་མ་འོངས་གྱི་  
འདང་རྒྱག་མེད་པར་མིན་ཚུལ། བྱིའུ་དང་ཨ་བྲ་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་ཆང་བཅའ་  
ལུགས་དང་དགུན་ཁར་བཟའ་རྒྱ་སྟོན་ཁར་ཆགས་ཉར་བྱེད་ཤེས་ལ། མི་སྐྱུག་པོས་དེ་  
ཡང་མི་ཤེས་སྒྲིད་མེད་སྐྱུག་ཟད་འདང་རྒྱག་མེད་པར། ཆང་འམུང་དུད་འཐེན་གྱི་རོ་  
རུལ་བ་དང་འདྲ་བར་ཅི་འདྲ་མེད། མི་ཞིག་ཡིན་དུས་དུད་འགྲོའི་ཡན་ན་སོང་བའི་  
འདང་ཞིག་རྒྱག་ཀྱང་དགོས་ལ་ཕོག་ཀྱང་དགོས། འུ་ཆོ་ད་སྒྲིབ་གྱི་ཆོ་ཆང་དེ་འཛམ་  
སྐྱིད་གི་ཉི་མ་ཤར་རུབ་འདི་ལ་བཙུག་ན། ཁ་སང་དང་དེ་རིང་སོགས་ཉིན་འགའ་ཞིག་

སོང་ན་ཉི་མ་ཆ་རེ་བཟང་ས་ནས་ན་ཚོད་ཡོལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པ་རེད། མོད་པའི་རྒྱས་  
གཉེར་ཇེ་མང་ལ་འགོ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། སང་ཉིན་དང་སང་མོད་རྟོག་མ་འགའ་རེ་  
བརྩིས་ནས་ལོ་གསར་རྟོག་མ་དུ་བྱེད་ལོང་ཡོད་པའམ། གཅིག་ཀྱང་བྱེད་ལོང་ཨི་  
གཏད་མི་ཤེས། མདོར་ན་གི་རན་དུས་དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆད་པ་དང་། སྤིང་གི་  
འཕར་མཚམས་བཞག་ནས་མི་ཆེད་སྒྲོལ་གར་གྱི་འབྲུག་སྟོན་མཐུག་བསྟུ་རན་པ་རེད།  
དེ་ཡིན་ན་གི་དུས་དམ་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་རེ་ས་སྐྱབས་གནས་ཤིག་གནས་ས་གཉིས་ཀྱི་  
བར་ན་བཙལ་ནས་མི་ལོ་དགུ་ལ་སོང་ན་རྟེན་འོང་རྒྱ་ཞིག་མེད་པར་བསམ་སྒྲོ་ཐོངས་དང་།  
རང་གཅིག་ཕུས་མི་ཆད་པར་མར་གྱུར་ནས་མ་འདི་མཐའ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་བདེ་བ་འདོད་ལུགས་གཅིག་པ་དང་། སྐྱབས་བསྐྱེད་མི་འདོད་རྒྱལ་འདྲ་འདྲ་ཡིན།  
རང་ཅིག་ཕུ་བདེ་ན་ཡང་རྗེས་ན་ཡོད་པའི་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བཏང་ན་ཁྲིལ་  
མེད་རེད། རྒྱལ་བ་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་སྒྲོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གསུངས་  
ཡོད་ན། གདུལ་བྱ་སྒྲོ་མཚོག་དམན་མི་འདྲ་བ་འདྲེན་པའི་ཐབས་ལ་དགོངས་ནས་  
གསུངས་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་རང་འདོད་ཡིད་བྱེད་རྒྱུད་པ་ཞིག་གིས་རང་བདེ་  
ཐབས་ཁོ་ན་དོན་དུ་གཉེར་ན་ཐམ་རང་དོན་ཡག་པོ་ཞིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་། དོན་གཉིས་  
ལྷན་གྲུབ་རྟོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་པ་ནི། གཞན་དོན་ཁོ་ན་བསམ་  
པར་མཛད་པའི་དབང་གིས་ཐམས་པར་གཞན་དོན་གཉིས་གྲུབ་ནས་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་  
གནས་པའི་རྟོགས་བྱུང་འབྱུང་པ་རེད། རང་ཉིད་ཡིན་ན་ཆོས་དར་སར་སྐྱེས་ཡོད་པ་  
དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ཆོས་སྒྲོར་ལུགས། དགོ་བསྟེན་ཡན་ཆད་གསང་  
སྐྱུགས་ཀྱི་དབང་སྣ་རེ་ལུས་པ་རྒྱན་ཆད། མདོར་ན་སྒྲོལ་པ་གསུམ་ལ་ལུགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འབྲུག་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་འདྲའི་གཞན་པ་ན་

སྒྲོན་འགོ་སེམས་སྒྲོང་རྒྱུ་གྱི་དོན་བྲིན་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོ་སྒྲིམ་བླ་མ་དགེ་པའི་ཞལ་ལུང་།

---

སྒྲུབ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བས་མ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་དམ་བཅའ་དང་།  
གནས་དུས་སྟོན་འཁོར་ཐམས་ཅད་མ་དག་པའི་སྒྲུང་བ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་དག་པའི་སྒྲུང་  
བར་སྒྲུངས་ནས།     ཆོས་གསལ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་དང་ཀུན་སྒྲོད་དེ་མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་  
ཆོད་མ་དག་ལས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་མི་འབྲལ་བའི་སྒྲོན་ས་  
གསལ་དགོས།     གང་གསལ་པའི་ཆོས་ནི་རྩོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྟོང་ཐེག་གི་ཐུན་མོང་  
སྒྲོན་འགོ་སེམས་སྒྲོང་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིན་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན།  
འདི་ལ་ཐོག་མར་དགོ་བ་ལྟར་གྱི་དོན་དང་།     བར་དུ་དགོ་བ་གཞུང་གི་དོན།     མཐའ་  
མར་དགོ་བ་མཐུག་གི་དོན་དང་གསུམ་ལས།     ཁ་སང་ཡན་ཆད་ཐོག་མར་དགོ་བ་ལྟར་  
གྱི་དོན་སོང་ནས།

## ༼ཨུམ༽ བར་དུ་དགོ་བ་གཞུང་གི་དོན།

### སྤྱི་དོན་ཁོག་འབྲུག་པ།

ད་བར་དུ་དགོ་བ་གཞུང་དོན་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ལ། དེ་ལ་འདིར་བརྒྱུད་པའི་བྱུང་  
པར་དུག་དང་ལྷན་པའི་སློན་ས་མདོ་སྤྲུག་གི་ཆོས་ཚུལ་རབ་འབྲུམ་ས་མཐའ་དག་སྟན་  
ཐོག་གཅིག་ཏུ་འཆད་རུས་པའི་ཐོག་པའི་ཅེ་རྒྱལ་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་  
པའི་ལམ་སྟེགས་ཐུན་མོང་གི་སློན་འགོ་སེམས་སྦྱོང་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ནི།  
ཞེས་པ་འདིས་ཆོས་འཆད་ཉན་ཇི་ལྟར་བགྱིད་པའི་ཐོག་པ་སྤྱི་ཡི་ཁོག་འབྲུག་པ་སྟན་པ་  
རེད། དེ་ལ་འདིར་གསང་ཆེན་སྲ་འགྱུར་བའི་བརྒྱུད་པའི་བྱུང་པར་དུག་དང་ལྷན་པ་སྟེ།  
རྒྱལ་བ་དགོངས་བརྒྱུད་དང་། རིག་འཛིན་བརྒྱུད་དང་། གང་ཟག་སྟན་བརྒྱུད་  
གསུམ་དང་། བཀའ་བབ་ལུང་བསྟན། སློན་ལམ་དབང་བསྐྱར། མཁའ་འགོ་  
གཏད་བྱའི་བརྒྱུད་པ་སྟེ་དུག་དང་། ཡང་ན་བརྒྱུད་པ་དགུ་དང་ལྷན་པའི་སློན་ས་སྟབ་  
བསྟན་མདོ་དང་སྤྲུག་གི་ཆོས་ཚུལ་རབ་འབྲུམ་ཞེས་སྟབ་པའི་ཆོས་སློམ་ལུས་གིང་  
ལུས་པ་མེད་པར་མཐའ་དག་སྟན་ཐོག་གཅིག་སྟེ་གནད་གཅིག་ལ་ཆོང་བའི་གཞུང་གཅིག་  
གིས་འཆད་རུས་པའི་དོན་ནོ། །སྤྱིར་ན་བཀའ་བབ་ཀྱི་ཚུ་བོ་བཞི་དང་ལྷན་པ་སྲ་འགྱུར་  
རྒྱུ་མ་འདི་ལ། སློན་བྱེད་དབང་གི་ཚུ་བོ་བསྐྱར་ཐབས་རོ་སློད་དང་བཅས་པ།  
དགྲུས་བཤད་གཞུང་གི་ཚུ་བོ་འབྲེལ་ཁྲིལ་སྟོང་ཐུན་དང་བཅས་པ། སྟན་བརྒྱུད་  
གདམས་ངག་གི་ཚུ་བོ་གནད་ཡིག་དམར་བྲིད་དང་བཅས་པ། དུག་བཞེས་འཕྲིན་སྟབ་

གྱི་ཚུ་བོ་བསྟན་སྲུང་དྲག་སྲགས་དང་བཅས་པ་ཞེས་བཀའ་བབ་གྱི་ཚུ་བོ་བཞི་གསུངས་  
ཡོད་ན། རིང་བརྒྱད་བཀའ་མ་དང་། ཉེ་བརྒྱད་གཏེར་མའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ཐུན་  
མོང་ལ་སྒྱུར་བརྒྱད་པ་དྲུག་ལྡན་དུ་བཅི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་གཏེར་བརྒྱད་ཁོ་ནའི་  
སྒོས་ཆོས་ལྟར་དུ་བཅི་བའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་འཆད་ན། སྒྱུར་གཏེར་རིགས་ཞེས་པ་  
སྲར་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གྱི་མདུན་ནས་ཆོས་བཀའ་དེ་དང་དེའི་དབང་ཐོབ་ཅིང་།  
དམ་ཆོག་རྣམ་པར་དག་པ་བསྲུངས་པའི་རྒྱ་མཐུན་གྱིས་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་ཡང་  
སྲགས་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པའི་སྟོབས་གྱིས། ཚུལ་བྲིམས་ལྡན་པའི་སྒོན་  
ལམ་ཚུད་མི་འཛོལ་བ་ཡིན་པས། སྒོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་གསང་  
སྲགས་གྱི་ཆོས་སྐལ་དེ་དང་དེ་ལག་ཏུ་འོང་རྒྱ་ཅན་ཞིག་གོ། །དེའང་མི་བརྗེད་པའི་  
མཛུབ་བསྐྱལ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་བརྗེད་རྒྱའི་དོན་དེ་དྲན་པ་དང་འབྲ་བར་བརྟེན་ཡིག་དང་ཤོག་  
མེར་དེ་ཆོ་རིག་པ་དང་། སྲར་དེ་དང་དེའི་དབང་དང་གདམས་ངག་གི་བག་ཆགས་  
གསལ་པོར་སད་འོང་བ་རེད། དཔེར་ན་རང་རེ་ཆོས་དུང་གི་སྤྲ་དེ་ནམ་ཡིན་ཡང་གོ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཆོས་དུང་གི་སྤྲ་དེ་ས་གཞན་དང་དུས་གཞན་དུ་གོ་ཡང་དགོ་  
འདུན་བསྐྱུས་ནས་ཆོས་བྲིན་འཆད་ཅིས་ཡིན་པར་ཞེ་ལ་ལྷང་ངེར་དྲན་པ་བཞིན་དེ་དང་  
ཕྱོགས་འབྲ་བར། དེ་དུས་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོས་གསུངས་པའི་དབང་དང་གདམས་  
ངག་ཚང་མ་ཆད་ལུས་མེད་པར་ཕབ་ནས་བསྐྱུར་ལུས་པ། གཅིག་ན་གཏེར་སྒོན་རང་  
གི་ལས་འཕྲོ་དང་། གཉིས་ན་སྤྲ་མ་དམ་པའི་བྱིན་རྒྱལས་གྱི་ལག་རྗེས་ཡིན།  
བརྒྱད་པ་དྲུག་ཚང་ཚུལ་གྱི་ཐད་ལ་རང་རེས་གཏེར་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། དང་པོ་  
དགོངས་བརྟེན་སྟན་བརྒྱད་གསུམ་ལས་དགོངས་བརྒྱད་ནི། ཆོས་བཀའ་དེ་དང་དེ་ལས་  
ཅན་གྱི་བུ་ལ་ཐོན་པའི་ཆེད་དུ། ལུ་རུས་དགོངས་པ་སྐལ་ལྡན་གྱི་རིག་པ་འཛིན་པ་

གཏེར་འབྱེན་པ་པོ་དེ་ལ་གཏད་ཡོད་པའི་གནད་ཀྱིས།   གཏེར་ཡིག་ལ་དབང་བསྐྱུར་  
ནས་སྤྲུགས་ཀྱི་ཏྲོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐོད་བརྒྱལ་དུ་བསྐྱུར་བ་དེ་གྲུ་རུའི་དགོངས་པ་བརྒྱད་ལ་  
དབབ་པར་ཡིན་པས་ན་དགོངས་བརྒྱད་ཅེས་བྲ།   བད་བརྒྱད་ནི།   བད་ཡིག་ཤོག་  
མེར་ལ་བརྟེན་ནས་དེས་བྲན་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱུན་བྱས་པ་ལྟ་བུས་ཡིད་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་གར་  
ནས་དཔའ་བོ་རྒྱུ་འི་གསང་མཛོད་ལ་སོགས་དང་།   སྟོབས་པའི་གཏེར་གྲོལ་བའི་རྒྱུན་  
ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་མཛོད་སྤུས་དུ་ཁྱུགས་ནས།   མི་ཞོར་བད་  
ལ་བརྟེན་ནས་དོན་འཁྲོལ་བས་ན་བད་བརྒྱད་རེད།   སྟན་བརྒྱད་ནི་གཏེར་ཡིག་དེ་སྤྱུལ་  
སྐྱུ་ཡིན་གསུངས་ཡོད་པས།   དཔའ་བོ་རིག་འཛིན་དང་རྒྱུ་མཁའ་འགོ་མ་ཐམས་ཅད་  
བད་རིས་དེ་ལ་ཁྱུགས་པས།   གཏེར་སྟོན་ཀྱིས་གཏེར་ཡིག་དེ་ཐམས་པ་ཡིན་རྒྱུའི་སྒྲུང་  
བ་ལོག་ནས།   སངས་རྒྱུས་སྤྱུལ་པའི་སྐྱུ་དངོས་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་འོང་དུས་  
ཤོག་མེར་བད་ཡིག་དེའི་རྒྱུན་ཀྱིས་རིག་འཛིན་ལ་བད་བརྒྱད་དང་།   གང་ཟག་ལ་སྟན་  
བརྒྱད་དུ་འཛོག་པར་ལྟོག་ཆ་ཐ་དད་དུ་ཡིན་པ་རེད།   དེའི་ཐོག་ཏུ་བཀའ་བབ་ལུང་  
བསྟན་གྱི་བརྒྱད་པ་ནི།   གཏེར་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་བ་སྟོན་མའི་སྐབས་སུ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་  
ཆོས་གང་དང་གང་གི་བཀའ་བབ་ཀྱི་བདག་པོར་དགོངས་པ་གཏད་ཅིང་དེའི་བཀའ་བབ་  
ཡོད་ན།   བྱིས་སུ་ཆོས་འདིས་འགོ་དོན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འདི་ལྟར་འབྱུང་ཞེས་ས་རྟགས་  
དང་དུས་རྟགས་བཅས་པ་ལུང་བསྟན།   དེའི་བྱིན་རྒྱལས་དེ་ཆོ་འདིར་རྒྱུད་ལ་སྟོན་ནས་  
དེས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་སྐྱེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས།   སྟོན་གྱི་བག་ཆགས་ཆོ་འདིར་  
གསལ་པོར་སད་པའི་ལས་འཕྲོ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བཀའ་བབ་ལུང་བསྟན་གྱི་བརྒྱད་པ་ཞེས་གོ་  
དགོས།   སྟོན་ལམ་དབང་བསྐྱུར་གྱི་བརྒྱད་པ་ནི།   བག་ཆགས་དེ་སད་པའི་བྱིར་  
གཏེར་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་ཆོ་སྟོན་མའི་སྐབས་སུ་གཏེར་སྟོན་ལས་འཕྲོ་ཅན་འདི་དང་འཕྲད་པར་



ཤོག འཕྲད་ནས་འགོ་དོན་དཔག་མེད་འབྱུང་བར་ཤོག ཅེས་གསུངས་ནས་གུ་  
རུས་དགོངས་པ་གཏད་པའི་བདེན་ཆོག་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་  
གཏེར་སྒྲོན་རང་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་འདུན་པ་གཏད་པས་དེ་ཡིན་ནོ། ། ཁྱུག་པ་མཁའ་  
འགོ་གཏད་རྒྱའི་བརྒྱུད་པ་ནི། སྒྲོན་རབས་ཀྱི་དུས་དེ་དྲེང་གི་ནས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་དང་  
མཁའ་འགོ་མ་ཏིང་པའི་འཛིན་གྱི་རྩ་ལ་འབྱོར་བ་རྣམས་ལ་གཏེར་རྩ་ལ་བཞིན་རྒྱུ་ཅིང་འགོ་  
དོན་འབྱུང་བ་དང་། སྐལ་མེད་ལ་གསང་སྒྲོམ་པའི་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཀའ་གཏད་  
པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གདུལ་བྱ་འདིའི་ཆོ་ཕྱི་མར་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་མཐུད་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་གུ་  
རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མཁའ་ཆེན་མཆོད་རྒྱལ་གྱིས་སྐྱབས་སྐྱོར་པའི་དབང་གིས་ཆོས་བདག་  
མཁའ་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤོག་སེར་དང་བདེ་རིས་ཅི་རིགས་པ་རྟེན་འབྲེལ་སྒོ་དུ་མ་ནས་  
བསྐྱེགས་པ་དེ་འབྲེལ་གོ་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་རབ་འབྱམས་  
མཐའ་དག་སྟན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་འཆད་ཅུས་པའི་ཐེག་པའི་ཕྱེ་རྒྱལ་གླེ་མེད་འབྲས་བུའི་ཐེག་  
པའི་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞེས་གསུངས། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་འགྲེལ་  
ན། མངའ་རིས་པ་ཆ་ཆེན་པད་མ་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་རྫོགས་སུ་འབྲངས་ན། རྫོགས་  
པ་ཆེན་པོ་ཡེ་ཤེས་སྒྱི་ཡི་གཟུགས། །ཡོངས་སུ་དག་སྐྱོད་རྗེ་འཆང་ཆེན་  
པོ། །འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་དེ། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
འཕར་བགྲང་ཡས་ཀྱང་། །གསང་ཆེན་སྒྲིན་གྲོ་ལ་ལམ་མཆོག་མ་བསྟན་  
པར། །ཐོབ་པ་མིན་ཞེས་རྫོགས་སངས་རྒྱས་དེས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་  
པ་དེའི་ཆོག་རྒྱུད་དང་པོ་གཉིས་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་གི་ཆོག་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་པར་  
གསུངས་ཡོད། མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། དག་པ་དྲངས་པ་འོད་གསལ་  
བ། །མི་འབྲུགས་འདུས་མ་བྱས་པ་ཉིད། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤིང་པོ་

སྟེ། །ཡེ་ནས་གནས་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་སྤྱང་གཞི་  
བདེ་གཤེགས་སྤྱི་དེ་ལོ་རྒྱུ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་སྤྱོད་གསུམ་རང་ཆས་སུ་  
བཞུགས་པ་དེ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་མ་འབྲས་རུ་ཡོད་པ་དེ་དཔེ་དགུས་མཆོན་པ་ཞིག་ཡིན་ན།  
དེ་གནས་ཚུལ་གྱི་སྤྱོད་ནས་དབྱེ་བར་ཕྱེས་ན་ཆོས་ཉིད་ཆ་ཤས་མེད་པར་ཡིན་པས། དབྱེ་  
བ་འབྱེད་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་དེ་རྒྱུ་ལྡན་གང་ཟག་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། མ་དག་མ་དག་དག་  
པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གོ་རིམ་བཞིན། །སེམས་ཅན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
དང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མ་དག་པ་  
དང་། མ་དག་དག་པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་གི་གནས་སྐབས་གསུམ་ལ་ལྟོས་  
ནས་འཛོག་གོ། །རིགས་སད་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིགས་དང་།  
འཕགས་བཞིའི་གང་ཟག་གི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བར་བསྟན་ཡོད། དེ་ནས་སྤྱོད་བྱེད་ལམ་གྱི་  
རྣམ་པར་ཤར་བ་དེས་སྤྱངས་ནས། སྤྱོད་འབྲས་གང་ཡིན་ན་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུའི་  
མཆོག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེར་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པ། སྤངས་དང་རྫོགས་དང་སེམས་ཆེན་པོ་སྟེ། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་བྱུང་པར་  
དུ་བྱས་པའི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་གཟུགས་རྗེ་རྗེ་འཆང་སྤྱོད་  
གསུམ་ཡེ་ཤེས་ལྡང་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་ཡིན་པས། ཐེག་པ་འདོག་མ་སོ་  
སའི་ལམ་གྱི་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་འཕར་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཤད་ཀྱང་། མཐར་ཐུག་གསང་  
ཆེན་སྤྱོད་གོ་ལ་གྱི་ལམ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཐོབ་པའི་ཐབས་མེད་པས། འདིར་དེ་ལ་  
འཇུག་པའི་ལམ་སྟེགས་ཐུན་མོང་གི་སྤྱོད་འགྲོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱོད་ལམ་ལམ་མམ་  
ལམ་གྱི་སྟེགས་སམ་ལམ་གྱི་འཇུག་སྤྱོད་ཐུན་མོང་གི་སྤྱོད་འགྲོ་ནི་ཞེས་མཆོམས་སྤྱོད་  
རི་རྒྱུད་དུ། བདག་གི་སྤྱོད་ཚུལ་དབང་པད་མའི་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཚབས་ཀུན་མཁྱེན་ཤུན་

**ཡུ་རི་པས།** ཞེས་བདག་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པའི་བླ་མ་འཕྲེང་པོ་གཏེར་ཆེན་  
ཤེས་རབ་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྲལས་སྟོན་ལས། **མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་**  
**ཀུན།** །དོན་རྣམས་སྦྱེས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལམ་དང་ནི། །ཐར་པ་བསྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལ་  
**བརྩོན་པ་ཡི།** །ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀུན་གྱི་བརྟེན་བྱའི་དོན། །སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་  
**ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྟེ།** །ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། ཆོ་ཕྱི་མར་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་གོ་  
འཕང་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྒྱལ་བསྐྱུས་ཐམས་ཅད་ཀུན་ལས། རྒྱ་མི་  
དགེ་བ་སྤྲངས་ཤིང་དགེ་བ་བརྩའི་ལས་ལམ་བསྒྲུབ་པ་དང་། བསྟེན་གནས་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་པ་ལ་སོགས་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་དེ་སྟོང་དམན་སྦྱེས་  
བྱ་རྒྱུ་དེ་ལམ་འཁོར་བའི་ཟག་བཅས་བདེ་བ་ལྟར་སྤྱང་བ་ཙམ་སྒྲུབ་པའི་ལམ་ཡིན་པ་དང་།  
རང་དོན་རྒྱུད་པ་ནི་བདེ་ཙམ་ལ་དམིགས་ནས། ཐར་པ་སྒྲུབ་པའི་ཐེག་དམན་གྱིས་  
འདུལ་བ་དག་གི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་རི་སྟེད་པ་དེ་དག་ཀུན་གྱི་བརྟེན་  
བྱའི་དོན་ནི་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྟེ། རང་དོན་ནི་བདེ་ཙམ་ལ་དམིགས་  
ནས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་གཏིར་བ་དེ་དང་། གོང་གི་སྦྱེས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལམ་གནས་  
སྐབས་མངོན་མཐོའི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཏིར་བ་དེ་གཉིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྟེགས་ཡིན་  
པས། དཔེར་ན་སྐྱུ་ཐེམ་འོག་མར་བརྟེན་ནས་བར་མ་དང་། འོག་མ་དང་བར་མ་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱུ་ཐེམ་གོང་མར་འཛིགས་དགོས་པ་ལྟར། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་  
ངེས་འབྱུང་གི་སྟོང་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་དེ་སྤྱིང་པའི་སྤྲལ་བསྐྱུས་ལས་ཐར་པར་སྟོན་པ་  
དེའང་ལས་དང་པོ་བའི་ལམ་གྱི་འཇུག་དོགས་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ནོ། **ཞེས་གསུངས་**  
**པ་ལྟར་འདི་ཉིད་ས་བཅད་ཀྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་མན་ཆད་ཀྱི་ལམ་དུ་བཞག་ནའང་།**  
ཞེས་སྟོན་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་འདི་ཉིད་ས་བཅད་འཛིག་ཚུལ་གྱི་དབང་

གིས་ཡིན་ལུགས་ཐོག་ཏུ་བསྟན་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་མན་ཆད་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་།  
**དངོས་གཞིར་བསྟན་བྱའི་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཐོག་པའི་མཆོག་རབ་ཡིན་པར་མ་ཟད།** ཅེས་  
འདི་ཉིད་སྟོན་དུ་སོང་བའི་དངོས་གཞི་བསྟན་བྱའི་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཐོག་པའི་མཆོག་རབ་  
ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བགྱི་ཆེད་ཡིན་པར་མ་ཟད། ལྷར་སྒྲུང་སྐྱེས་བྱ་རྒྱུད་འབྲིང་  
གི་ལམ་ཡིན་ཡང་། ཐོག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་ཟིན་ན་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར་བའང་ཡིན་ཏེ། **ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་འཕེན་པ་ལན་རེ་  
རེའི་རྣམ་སྟོབས་ཀྱང་བསམ་གྱི་མི་བྱུང་པ་**ཞེས། སྤྱིར་ན་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
པའི་ཕན་ཡོན་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཏེ། སྤར་བྱང་སྟོམ་གྱི་སྐབས་ན་  
བཤད་པ་ལྷར་བསྟན་ན་ལྷའི་སྟོན་སྲུང་འཆད། མིང་དོན་གནས་འགྱུར་བ་དང་། མི་  
དགའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ། དག་འབྲས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ། ངན་སོང་གི་  
སྟོ་འཕར་གཙོད་པ། རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་དེ་འདྲའི་ཕན་ཡོན་  
ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། འདིའི་དངོས་བསྟན་ལྷར་གསུང་བའི་སེམས་  
བསྐྱེད་གྱི་འཕེན་པ་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེའི་རྣམ་སྟོབས་ཀྱང་བསམ་གྱི་མི་བྱུང་ཅེས་པ།  
དཔེར་ན་དག་སྟོང་ཚུལ་ལྷན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་འཕེན་པར་བཅས་པས་སྒྲུབ་དང་ཁ་ལུད་  
སོགས་ཡི་དྲགས་ལ་བསྟོན་དེའི་སྤྱང་ངོར་ལོངས་སྟོང་དཔག་མེད་ཐོབ་ནས་ཆོམ་པར་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་ཡིན་པས། **དེ་ཉིད་ལ་དཔག་ནས་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱང་པར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་**ཞེས་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་དང་པོ་ནས་ཞུགས་དུས་ནས་ཀྱང་  
ཐོག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་པར་ཅན་ཡོད་པས་འདི་**སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་བཞག་ཀྱང་  
མི་འགལ་ལོ།** །རྣམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྐྱེས་བྱ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་ལམ་ཡིན་ཡང་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་པར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་དབང་དུ་བསམ་ན་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཡང་

ཡིན་ཆོག་པ་ནི། དཔེར་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་ཆོག་ཐེག་དམན་  
ལུགས་ལྟར་བྲངས་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་སོ་ཐར་  
འགྱུར་བ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པ་རེད། འོ་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྒྲོར་ལུགས་ནས་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་འདུག་  
དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་སྟེ་ན། འུ་ཆོས་རང་གིས་རང་ལ་འདང་བརྒྱབ་ན། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཆོས་དར་བའི་ས་ཆར་སྐྱེས་ཡོད་ཅིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོ་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་ཟད་  
མདོ་སྤྱོད་ཀྱིས་གཉིས་ཀའི་ལམ་ལ་ལུགས་ལྟར་བྱེད་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུད་  
ཆོད་དེ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དང་འབྲིང་གི་ལམ་མ་དགོས་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་དུའི་ལམ་སྟེ་ཙམ་ཡང་  
ཟིན་མེད་པར་རང་གིས་རང་ལ་མི་ཤེས་རྒྱ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་དུས་རང་  
གཞན་གཉིས་དོན་དུ་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་གཏན་བདེ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
གྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་མི་རུས་པར་མ་ཟད། རང་དོན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཉན་རང་དག་  
བཅོམ་གྱི་གོ་འཕང་ཡང་སྐྱབ་མི་ཤེས། གནས་སྐབས་ངན་འགོ་མི་ལྟང་ཞིང་ངན་སོང་  
གསུམ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྒྱུར་མི་དགོས་པ་ཙམ་ཞིག་དང་། མི་དང་ལྷའི་གོ་འཕང་རེ་  
བསྐྱབ་པའི་ཐབས་དེ་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་དུའི་ལམ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཡང་ལས་སྒྲུ་མོ་ཞིག་མ་  
ཡིན་པར། སྒོ་གསུམ་གྱི་མི་དགོ་བ་བཅུ་སྤངས་ཤིང་དགོ་བཅུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་  
དགོས་སོ། བསམ་གཟུགས་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་ཤེས་དགོས། དེའི་ཐོག་ན་སྒོན་  
ལམ་དག་པས་མཚམས་སྒྱུར་དགོས། སྒོན་ལམ་དེའང་རང་གར་ངས་སྤྱི་མར་ངན་  
སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་སྒྱུར་བར་ཤོག ང་ཤི་དུས་གནད་གཅོད་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་པར་  
ཤོག་ཟེར་བ་རྒྱུད་པས་མི་ཆོག སྒོན་ལམ་འབྲུབ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་དགོས། དེ་བསོད་  
ནམས་ཡིན། བསོད་ནམས་དེ་སྤྱར་རང་ལ་མེད་པའམ་ཡོད་ཀྱང་ཟད་སོང་བ་ཡིན་རུང་

འདྲ། མདོར་ན་གང་ལྟར་ད་གསར་དུ་མ་གསལ་ག་ན་མེད་པར་འགྱུར་འགོ། བསོད་  
ན་མས་མ་གསོག་པར་སྒོ་ཁ་ཐུར་བསྟན་ཡིན་ན་མཐོང་སྒྲིལ་མིའི་རྟེན་ཅུ་ཡང་འཐོབ་རྒྱུ་  
མེད། དེ་མེད་ན་རང་གིས་མ་འདོད་ཀྱང་འགོ་ས་ངན་སོང་དང་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱུག་བསྐལ་མ་  
གཏོགས་མེད། དེས་ན་སྤྱི་བུ་རྒྱུད་དུ་འཕམ་གྱིས་མདོན་མཐོང་དོན་གཉིད་བྱེད་དགོས་  
ནའང་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་འཛོགས་དགོས། འུ་ཆོས་ཁར་རྩེད་སྤོན་མར་དཔེ་བཞག་སྤྱོད་།  
དཔེར་ན་རང་རེ་རྒྱུད་ས་འཁོར་ནང་དུ་བསྟན་དེ་ག་མེད་དུ་འགོ་ན། ཐོན་དགོས་སར་  
ཐོན་རྒྱུ་བོད་མིགས་ཡུལ་ཡིན་མེད་ཀྱང་། རྒྱུད་ས་འཁོར་འགོ་བ་ལ་འགོ་བྱེད་གྱི་སྒྱུ་མ་  
ཡོད་དགོས། དེ་མེད་ན་རྒྱུད་ས་འཁོར་གྱི་སྒྱུ་ལག་འགྲུལ་རོགས་མི་བྱེད། དེ་དང་  
འདྲ་བ་ཆོས་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་བདེ་འབྲས་ཤིག་འཐོབ་དགོས་ན་དེའི་རྒྱུ་རོམ་བསོད་ན་མས་  
ཡོད་དགོས། རྒྱུད་ས་འཁོར་ལ་སྒྱུ་མ་ཡོད་པ་རྒྱུད་པས་མི་ཆོག་ཁ་ལོ་བ་གང་ལ་འགོ་  
བསམ་ན་དེ་ལ་སྒྱུར་མཁས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་དང་འདྲ་བ་འདུན་པ་དམིགས་  
ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གཏད་དེ་སྤོན་ལམ་དག་པས་མཚམས་སྦྱར་བྱེད་དགོས། རྒྱུད་ས་  
འཁོར་དང་སྒྱུ་མ་དང་ཁ་ལོ་བ་ཡོད་ཀྱང་མི་ཆོག་པར་འགོ་ལམ་དགོས་པ་ལྟར། དེ་དང་  
འདྲ་བ་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་དང་ཆོས་ཅན་རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་གྱི་བདེན་  
སྟོབས་ལ་ངེས་ཤེས་འདྲོང་རྒྱུ་པོ་དེ་ཆོ་མེད་ཐབས་མེད། དེས་ན་སྐྱས་ཐེམ་རིམ་བསྟོད་  
གྱིས་ཁང་པའི་ཁང་ཐོག་ཏུ་ཐོན་དགོས་པ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པས། སློང་མན་པའི་  
རིགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ཐེག་པ་ལ་རིམ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུ་དང་། སློང་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད། གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་  
པར་ཤར་བའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་བོད་གལ་ཆེ་བ་རེད། དཔེར་ན་ཁ་སྐྱམ་གྱིན་ཡོད་  
པའི་མི་ཞིག་གིས་རྒྱ་རིག་པ་དང་གོ་བས་མི་ཕན། རྒྱ་འབྲུང་རྒྱུ་ལོན་དགོས། རྒྱ་དེ་

འབྲུང་རྒྱུ་ལོན་ན་ད་གཟོད་སྒྲོམ་པ་སེལ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མཐོན་པོའི་སྐད་ཆ་ཁ་རྒྱུད་  
པས་བཤད་ན་བེད་མེད། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉམས་ལ་གང་རན་ན་དེ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་  
སྒྲིང་དགོས། ངས་འདོད་པ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་། འོང་རྒྱུ་སྤྱག་བསྐལ་ཁོ་ན་འོང་  
འདུག་པ་དེ། ཅི་ཞིག་གིས་ཉེས་པ་རེད་བསམ་ནས་བསམ་སྒྲེད་ཀྱི་གཏོང་དུས། བདེ་  
སྒྲིང་གྱི་རྒྱུ་ཆོགས་གཉིས་མ་བསགས། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱིག་པ་སྒྲོང་མ་རུས་པའི་  
དབང་གིས་རེད་བསམ་འོང་དུས་འཕྲིགས་ཤིག་ཟ་འོང་ཅིས་རེད། ད་སྒྲོན་ཚོགས་པ་  
ཆེན་པོ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་མི་ལོ་མང་པོ་ཞིག་སོང་རུང་། སྒྲོང་ཉིད་རྗེས་མ་ཐུན་པ་  
ཞིག་ཙམ་རྟོགས་པའི་སྒྲིང་རྟགས་གཤིས་ལ་མ་ཤར་བས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁ་མ་གང་།  
ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཁ་ཞིག་མ་དམའ་བས་སྒྲིང་རྗེ་རྗེ་ཆེར་མ་སོང་། ངས་འབྲུང་བཅོས་མ་  
ཞིག་ཀྱང་མ་སྒྲེབ་ནི་སྒྲོན་འགྲོའི་སྒྲིང་བ་མ་སོང་བས་སེམས་རྒྱུད་ཆོས་ཀྱིས་མ་ཐུལ་ནས།  
ཁ་ཆོད་མཐོན་པོ་རི་རྒྱལ་གྱི་ཕེར་ཡོད་རུང་། དོན་ཆོད་དམའ་མོ་རྒྱ་བོའི་གཞུང་ལ་ཡོད་  
པའི་རྟགས་རེད། དེས་ན་འདིར་སྒྲེས་བུ་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རྣམ་བཞག་  
དང་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་ཀྱིན་ཡོད་རེད། འདི་ས་བཅད་ཀྱི་དབང་གིས་སྒྲེས་བུ་རྒྱུང་  
འབྲིང་གི་ལམ་དུ་བཞག་ཀྱང་དོན་གྱི་དབང་གིས་སྒྲེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་བཞག་ཀྱང་  
འགལ་བ་མེད་པའི་རྒྱུ་མཆོན་ནི་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐུག་པ་རེད། **དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲེས་བུ་**  
**གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་ཆོད་དབང་རིག་འཛིན་སྤྱད་ཡང་སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་སྤངས་**  
**རྟོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྤེལ་བའི་སྤྱད་དུ་ཆོངས་པར་མཚུངས་སྒྲིང་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་པ།**  
ཞེས་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཚུལ་འདི་ཉིད་ནི།  
ཆོད་དབང་རིག་འཛིན་ནམ་འཆི་མེད་ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་བརྟེས་པས་སྒྲེ་འཆི་མེད་པའི་སྒྲོབ་  
དཔོན་པར་འབྲུང་གནས་ཉིད། སྤྱད་ཡང་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་

སྤངས་ཏྟིགས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤེལ་བའི་སྤྱད་དུ་ཚངས་པ་མཚུངས་སྤྱོད་རབ་བྱུང་དུར་སྤྱིག་གི་  
ཆ་ལུགས་ཅན་གྱི་ལྷ་གཙུག་ཀྱི་པམ་ཀླུ་རྩེ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་བྱང་རྩལ་ལམ་གྱི་  
སྤྱོན་མ་ལས་སྤྱུ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བསྟན་པ་ལྷར་ལས། རྩེ་བོ་རྩེ་ཀི་བྱང་  
རྩལ་སེམས་ཀྱི་མངའ་བདག་གསེར་སྤྱིང་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་། རང་གི་སྤྱི་ཤ་  
དངོས་སུ་སྤྱོན་ལུས་པའི་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ཉིད་ཏྟིགས་པ་རྒྱུད་ལ་  
འབྱུངས་པའི་སྤྱི་མ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཏེ་དང་། ཡང་གཞན་གྱི་སྤྱི་བསྟན་དངོས་སུ་ལེན་ལུས་  
པའི་སྤྱི་མ་བྱམས་པའི་ནལ་འབྱོར་པ་སྤྱོད་དེ་གསུམ་སོགས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཡུན་རིང་པོར་  
ཆོས་གསན་ཏེ། བྱང་རྩལ་སེམས་ཀྱིས་སྤྱི་བསྟན་རྒྱུད་གཏམས་པ། ཁོང་བོད་གངས་  
ཅན་གྱི་ལྷོངས་སུ་བྱོན་ནས་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བྱང་གྲོལ་  
གྱི་ལམ་ལ་འགོད་མཛད་ཡོད་ན། སྤྱོད་མའི་གཙོ་བོ་ཀི་རིགས་གསུམ་སེམས་དཔའི་  
སྤྱི་ལ་པ་བྱུང་ག་འབྲོམ་གསུམ་སྤྱོད། བྱུང་ཚུན་འབྲུས་གཡུང་དུང་། རྩེ་ག་ལེགས་  
པའི་ཤེས་རབ། འབྲོམ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་གསུམ་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་སྤྱོན་  
རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་པ་འབྲོམ་སྤྱོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཞུང་གདམས་པ་མན་ངག་གསུམ་གྱི་  
བཀའ་བབ་སྤྱོད། བཀའ་གདམས་གཞུང་དུག་གི་བཤད་སྤོལ་དང་། བདེན་བཞི་  
གདམས་ངག་ཏུ་སྤྱོན་པ་མན་ངག་ཐིག་ལེ་བཅུ་དུག་གི་བཀའ་སྤོལ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་འབྱུང་དར་བ་  
རེད། བཀའ་གདམས་པ་ཡིན་ན་ལྷ་བཞིས་ལུས་བརྒྱན། སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་གྱིས་  
ངག་བརྒྱན། བསྟན་པ་གསུམ་གྱིས་སེམས་བརྒྱན་པའི་བཀའ་གདམས་རིན་པོ་ཆེའི་  
བརྒྱུད་པ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། རྩེ་བོའི་བྱང་རྩལ་ལམ་སྤྱོན་ལ་གཞིར་བབྱུང་ནས་རྩེ་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོས་བྱང་རྩལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་མཛད། འདི་ཐམས་ཅད་མདོ་ལུགས་རང་  
རྒྱུ་གི་ཐོག་ནས་སྤྱི་བསྟན་དང་རྩལ་ཟེར་འབྲེལ་བའི་གདམས་ངག་ སྤྱོད་ཉིད་སྤྱིང་རྩེ་



ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་སྒྲོན་པར་ཤ་སྟག་ཡིན། དེས་ན་སྦྱོར་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་  
པ་དེ་ཆོ་བུང་རྒྱལ་ལམ་སྒྲོན་གྱི་ནང་དུ་བསྟན་པ་རྣམས་སྡེ་འགྱུར་བ་དང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་  
ཞིང་། གུན་མཁྱེན་ཆེན་པོའི་སེམས་ཉིད་ངལ་གསའི་ནང་གི་སྒྲ་བརྒྱུད་དང་ཆོང་མ་  
གཅིག་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་མ་འཐུས་པའི་དོན་གྱི་ཐད་ན་མི་འདྲ་བའི་ས་ཟིན་ཟུར་པ་  
གཞན་ཞིག་མེད་ཅིང་དོ་བོ་ངོ་མ་ལ་འང་ཆོས་སྐད་འདྲ་མིན་ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་འཇུག་སྟེག་  
གི་བྱུང་པར་ཙམ་ཡིན་པ་ལ་དགོངས་ནས་སྦྱོར་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སོགས་སྡེ་  
འགྱུར་པའི་སྟེགས་ལ་གྲགས་རྒྱུད་བ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། རོ་མར་བཤད་ན་གོང་དུ་ཞུས་  
པ་ལྟར་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་ལས་བྱུང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་འགྲོས་དེ་གསར་ཆིང་  
གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ནའང་ཤེས་བྱ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་  
སྒྲོ་སྒྲོས་དབྱུད་བཟོད་པ་ཉིད་དང་སྟེ་བརྟགས་ན་མི་བསྐྱུ་བ་ཞིག་ལ་གསུངས་པ་རེད།  
སྒྲོན་གྱི་ལམ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་རྣམས་ནས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ།  
གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་འཆར་བ། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྟག་རྒྱ་  
ཆེད་པ། ཉེས་སྒྱུད་ཆེན་པོ་རང་འགག་རྒྱ་འགྲོ་བ་སྟེ་ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྷན་པར་སྟོལ་བཏོད་  
པའི་ཕྱིར། མདོ་སྟགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་འཆོང་རྒྱ་བའི་ཐབས་  
ལ་གྲུ་བཞི་ལམ་གྱིས་འགལ་མེད་དུ་འབྱེར་ཤེས་པར་ཙན་དུ་གོ་དགོས་ཏེ། རྩེ་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོས། དང་པོ་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་མང་དུ་བཅུ་། །བར་དུ་གཞུང་ལུགས་  
ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར། །ཐམ་ཉིན་མཆོན་གུན་རྒྱ་ཉམས་སུ་སྒྲུངས། །ཀུན་  
ཀྱང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བསྟོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་གྲུ་བཞི་ལམ་དུ་འབྱེར་ཤེས་པས་ཐུབ་  
པའི་བཀའ་ལུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་དབང་དུ་གོ་དོན་བཀའ་བའི་རུས་པ་རྒྱུད་ལ་

འཛིག་པའི་ཕྱིར་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་དམ་པའི་  
ཆོས་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ནི་ཕྱོད། །ཞེས་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་  
ནི་ཆེན་པོ་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་དཀའ་ཞིང་རྟོགས་པར་དཀའ་བས་སྤྲ་བར་གསུངས་པ་རེད། ཇི་  
ལྟར་ཆོས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན། འཇམ་དཔལ་གང་དེ་བཞིན་གསེགས་པས་གསུངས་པའི་  
བཀའ་ལ་ལ་ནི་བཟང་བར་འདུ་ཤེས། ལ་ལ་ནི་ངན་པར་འདུ་ཤེས་པ་ནི་ཆོས་སྤྱོད་  
པའོ། །ཞེས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་མ་ཤེས་པས་བཟང་ངན་དུ་འདུ་  
ཤེས་ན་ཆོས་སྤྱོད་བ་དང་། ལས་དེ་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིགས་མ་  
ལྟ་ཆེས་ཆེར་བདོ་ཞིང་བྱད་པར་དུ་ལྟ་བའི་སྒྲིགས་མའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས།  
བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་ཉམས་པའི་རྟོགས་མཐོང་བའི་བར་སྐབས་སུ་ཕྱོགས་རེའི་མིག་ཅན་  
འགའ་ཞིག་གིས་བསྟན་པ་རྣམ་དག་ལ་རྟོག་བཏགས་འགལ་འདུའི་ཐུན་ཐོང་གིས་ངི་  
བཅས་སུ་བསྐྱབས་པས་རྒྱུན་བྱས་ཤིན་ཏུ་གསང་བ་ཆེན་པོའི་ཐོག་པ་ལ་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་  
ཅུ་ཡང་མེད་པར་ཞེས། བར་སྐབས་ཤིག་ལ་ལྟ་བུ་རང་བཟོས་བསྐྱད་པའི་ཕྱོགས་  
རེའི་མིག་ཅན་སློ་རྒྱ་རྒྱུང་བ་འགའ་ཞིག་གིས། བསྟན་པ་རྣམ་དག་གསང་ཆེན་འབྲས་  
བུའི་ཐོག་པ་ལའང་། རྟོག་གོ་ཟོལ་མའི་རྟོག་བཏགས་འགལ་འདུ་སྐྱབ་པའི་ཐུན་ཐོང་  
གིས་བསྟན་པ་རྣམ་དག་དེའང་ངི་མ་དང་བཅས་པའི་ངི་བཅས་སུ་བསྐྱབས་པའི་ལོག་ཤེས་  
ཀྱིས་རྒྱུན་བྱས་ནས། ཤིན་ཏུ་གསང་བ་ཆེན་པོ་རྟོགས་ཆེན་ཨ་ཏེའི་ཐོག་པ་ལ་ལམ་གྱི་  
གོ་རིམ་ཅུ་ཡང་མེད་པར་ཐབས་སྤྱོད་པའི་ཕྱོགས་བྱད་དུ་བསང་སྐྱམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་  
སློམ་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། རྒྱུ་མཚན་དང་གོ་རིམ་ཅི་ཡང་མེད་པར་བཅོན་ཐབས་ཉིད་  
དུ་ཏུ་ཤང་གི་ལྟ་བ་དང་འདྲའི་ཟེར་བས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་རྒྱུད་པར་  
བསྟན་པ་གོ་ནས་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གི་སྒྱུན་གྱིས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་ཡང་ཆོས་མ་

ཡིན་པར་འདུ་ཤེས་ཏེ། གསང་སྤྱགས་རྫོགས་ཆེན་གྱི་ཆོས་ལ་གཤེ་ཞིང་སྤང་བས་  
ཆོས་སྒྲོང་གི་ལས་ཀྱིས་ཕྱི་མར་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་ལྟར་བར་བྱེད་པའི་ཉེས་སྒྲོང་ཆེན་པོའི་  
གཡང་ས་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས། འདིའི་ཡན་ཆད་མན་ངག་  
གི་གདམས་པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པའི་དགོས་པའི་རྣམས་གངས་ཕྱེས་ཏེ་བསྟན་ནས།  
འདིའི་མཆོམས་འདི་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་བ་དང་དགོས་པ་ལྡན་པའི་གཞུང་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་  
བྱ་བའི་སྒྲོར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོང་དང་པོ་སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྱོ་  
དང་བཀའ་སྟོབས་བྱ་བར་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་དང་སའི་སྟིང་པོའི་མདོ་སོགས་ལས་རྒྱ་ཆེར་བཤད་  
ཅིང་། ཞེས་དམ་ཆོས་འཆད་ཉན་ཡང་དག་པར་བྱེད་པའི་ཐོག་མའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོ་  
དང་པོ་དེ་གང་ཡིན་ན། སྟོན་པ་དང་དེས་བསྟན་པའི་དམ་ཆོས་ལ་གོ་བའམ། ཡང་  
ན་སྐབས་བབ་གྱི་ཆོས་བཤད་ཅིང་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་སྦྱོབ་དཔོན་དང་། དེས་གསུངས་  
པའི་ཆོས་ལ་གོ་ནའང་ཆོག་གི། མདོར་ན་སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྱོ་དང་བཀའ་སྟོབས་  
བྱ་དགོས་པ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཤེར་ཕྱིན་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་སོགས་དང་། སའི་  
སྟིང་པོའི་མདོ་དང་སོགས་ཁོངས་ནས་མདོ་རྒྱད་མང་པོ་བསྐྱུས་པ་རེད། དེ་དག་ལས་  
རྒྱ་ཆེར་བཤད་ཅིང་། ཇི་ལྟར་བཤད་ན། དེ་སྐད་དུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ཏུཊ་ལས།  
དང་པོར་སྒྲོབ་མས་སྒྲ་མ་ལ། །སྒྲོམ་ཆོས་ལུ་ཆོ་འདི་ལྟར་བྱ། །སྤྱ་བར་ལངས་ལ་  
ཁ་ལག་བཀུས། །ལུས་གྱི་ཆས་རྣམས་ལེགས་པར་གཟབས། །ཞེས་དམ་ཆོས་  
འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་དང་པོ་དགོས་རྒྱ་ནི། ཆོས་འདོད་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོབ་མ་དེས།  
དང་པོ་སྒྲ་མ་བརྟག་ལ་མཁས་པ་དང་། །བར་དུ་སྒྲ་མ་བསྟེན་ལ་མཁས་པ་  
དང་། །ཐམ་དགོངས་སྒྲོད་བསྐྱབ་ལ་མཁས་པ་ཡིས། །སྦྱོས་བྱ་དེ་ནི་ཡང་དག་  
ལམ་དུ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བརྟགས་ནས་བསྟེན་པའི་སྒྲ་མ་དེ་ལ་སོར་བྱང་

སྤྲུག་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་། མདོ་རྒྱུད་མན་ངག་གི་དབང་ལུང་བྲིད་གསུམ་གྱི་  
ཆོས་ལུ་ཆོ་སྤྱོད་ལམ་འདི་ལྟར་བྱ་དགོས་ཏེ། དག་ཚུལ་ཀླ་རི་ཀླ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས།  
ནམ་གྱི་ཆ་སྤྲད་མལ་ནས་ལངས་། །ནམ་ལངས་བར་དུ་ཁ་ཏྲོན་བྱ། །གདོང་དང་  
སོ་ཡི་དྲི་མ་བཀྲས། །རྫོགས་སངས་རྒྱས་ལ་གུས་ཕྱག་འཆོལ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་སྤྲ་བར་ཡར་ལངས་ལ་ཁ་ལག་གཙང་མར་བཀྲས་ཏེ། གསུང་ཆོས་ལུ་དུས་  
སམ་མིན་ན་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་ནམ་དམ་པའི་སྤྱིས་བྱ་མཇལ་བའམ། རང་བྱིས་ན་  
དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བའི་ཆོ་ཁ་ལག་སྤྱོད་གསུམ་གཙང་མར་བྱས་ཏེ།  
མཆོད་རྫས་ཡོན་ཆབ་ལ་སོགས་པར་ཁ་རྒྱངས་ཕྱོག་མི་བཅུག་ནས་བཤམས་དགོས།  
ཁ་ལག་གཙང་མའི་མཆོད་པ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན། ལུས་ཀྱི་ཆས་གོས་དང་རྒྱན་ཆ་  
རྣམས་འཕྱོར་སྤྲེག་དང་། མ་གུས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཆས་གོས་གཙང་མ་  
ལེགས་པར་གཟབ་ཅིང་གཙང་མའི་ཆས་ཀྱིས་སྤྲས་དགོས་ཤིང་། **མཆོད་གྲོགས་དམ་**  
**ཆོག་ལྡན་མི་ལྡན། །སྟགོན་རྣམ་དབྱེ་ལེགས་པར་བྱ། །ཆོས་རར་ཆག་ཆག་བྱི་**  
**དོར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ།** ལྷ་མར་བརྟགས་ནས་བསྟེན་དགོས་པར་མ་ཟད།  
མཆོད་གྲོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་དབང་དང་སྤྱིམ་པ་ལུས་པའི་ཆོ་དམ་ཆོག་  
དང་ལྡན་མི་ལྡན་དང་། འགལ་ཉམས་འདས་རལ་དུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ཡིན་མིན་  
བརྟག་དགོས། དེ་ལྟར་བྱ་ཡིན་ན་ཐབས་ཀྱིས་གཟུར་རྒྱ་ལེགས་པར་ཆོས་མ་ལུས་གོང་  
ནས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པར་དེ་དང་མཉམ་དུ་ཆོས་ལུ་ན། རང་ལ་དེའི་ཉམས་གྲིབ་  
ཀྱིས་འདས་ཉམས་དང་ཞོར་ཉམས་ཀྱིས་ཉེས་པས་གོས་པ་རེད། སྟགོན་ཏེ་བྲ་སྤྲིག་གི་  
རྣམ་དབྱེ་ཅི་འདྲ་དགོས་པའི་སྟོར་རྣམ་པར་བྱེས་ཏེ་ལེགས་པར་བྱ་དགོས། ཀུན་མཁྲེན་  
གྲོང་ཆེན་པས། ཐོག་མེད་དུས་ནས་ཉེ་བར་གོམས་པ་ཡི། །ཡིད་མཁའི་ཉོན་

མོངས་གཏུང་བ་ཞི་བའི་ཕྱིར། །ཞོར་བཟང་རྟག་ཏུ་བཞིན་ཆོས་འཛོལ་བས། །སྒྲིབ་པ་སྤངས་ལ་དགོ་བའི་བཞེས་གཉིན་བསྟེན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། །གནའ་སྒོན་མར་གྲོང་བྱིར་སྒྱིད་པའི་འབྱུང་གནས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། །དེའི་གྲོང་བྱིར་དེར་ཆོང་དཔོན་ཞོར་རབ་ཏུ་བརྟན་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་བུ་ཞོར་བཟང་གིས་ཆོས་སྒྱུབ་པའི་ཆེད་དུ། །ཡུལ་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་བརྟུན་ནས་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་སོང་སོང་ནས། །ཆོས་བཅའ་ཏེ་དཀའ་བ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་སྒྱུད་སྒྱུད་པས། །ལྷག་པའི་ལྷས་ལུང་སྟོན་ཅིང་བྱིན་སྐབས་ཐོབ་པའི་བླ་མ་ལྟ་བུ་ཙམ་བཞི་དང་། །གདམས་པ་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་བླ་མ་ལྟ་བུ་ཙམ་བཞི་སྟེ་བླ་མ་བརྟུན་དང་ཙམ་བརྟུན་བསྟེན་པ་རེད། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་ཏུ་བྱེས་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འཛོལ་དུས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལུས་བཅོངས་ནས། །ཆོང་དཔོན་གྱི་བུ་མོ་འཁོར་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཤིང་རྟར་ཞུགས་ཏེ་ཤར་ཕྱོགས་སྟོས་དང་ལྷན་པའི་གྲོང་བྱིར་སོང་ནས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་འཕགས་ལ་བསྟེན་བཀུར་གྱིས་དཀའ་སྒྱུད་མཛད་པ་བཞིན་དུ། །ཆོས་རར་ཆག་ཆག་གདབ་ཅིང་བྱི་དོར་བྱ་བ་སོགས་ཕྱིན་དུ་ག་ཆོང་བའི་དཀའ་སྒྱུད་བྱེད་དགོས་སོ། །**ཞེས་པ་ལྟར་ལྷས་ལྷས་ཤིང་གོས་གཅོང་མ་གྱོན་ན་ནི་མ་དན་པ་སྟོབ་མ་རེད།** །སྒྲིབ་ལུས་ཁོ་རང་མི་གཅོང་བ་ཡིན་པས་ནི་མ་གཏན་ནས་མི་སྟོབའི་གཅོང་མར་བྱ་རྒྱ་མེད་ཀྱང་། །ཟུར་དེན་གཅིག་ནི་མ་ཐུལ་ལེ་འདུག་ན་མི་གཞན་མི་དགའ་ཞིང་། །དེ་དང་འབྲེལ་བ་བླ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་མི་གཅོང་པའི་ནི་དན་མི་བདུག་པའི་ཆེད་དུ་གཅོང་མར་བྱེད་དགོས། །དགོན་མཆོག་ལ་གཉིས་འཛིན་མེད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་པ་དག་ན་རྒྱུད་དག་པས་དེའི་ཆེད་དུ་དེ་འདྲ་གྱིས་གསུངས་པ་རེད། **མཆོད་དམ་ཆོག་དང་མི་ལྷན་པ་དག་ཕྱིར་བསལ་ཏེ་** །དངོས་སུ་བསྒྲུད་པའམ་ཡང་ན་ **ཐབས་ཀྱིས་སྤངས་པར་བྱས།** །ཆོས་གསུང་སའི་ཆོས་

རར་ཡུལ་དུས་དང་བསྐྱུན་པའི་བྱི་དོར་ཅི་དང་ཅི་དགོས་ན་དེ་ལྟར་བྱ་བ་སོགས་བྱི་དོར་རྣམ་  
པ་གསུམ་དུ་དེས་པར་བྱ་ཞིང་ཞེས་འདིའི་བྱི་དོར་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་རང་ཉིད་ཆོས་ལུ་བ་པོའི་  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་གསུམ་གཙང་མའི་བྱི་དོར་གསུམ་མཁུ། ཡང་ན་གནས་  
དང་གྲོགས་དང་རང་ལུས་གསུམ་ལ་གོ་ནའང་ཆོག། དེ་ལྟ་བུའི་བྱི་དོར་རྣམ་པ་གསུམ་  
དུ་དེས་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་བཞུགས་བྲིས་ཡོལ་ལྷ་ལྷིད་དང་། བྱི་ནང་མཆོད་པ་  
རྒྱས་པར་བཤམ། །བཀོད་པས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་ནི། །དག་གིས་དང་འཕྲེན་  
སྒྲོ་ཐབས་བཅའ། །ཞེས་བྱི་དོར་གཙང་མར་བྱས་པའི་རྗེས་དེ་ནས་ཆོས་འཆད་པ་པོའི་  
སྒྲ་མ་དེ་བཞུགས་སའི་བྲི་དང་། སྒྲ་རེ་དང་ཡོལ་བ་ལྷ་ལྷི་སྟེ་འཕམ་གྱི་རིགས་ཅན་གྱི་  
མིང་རེད། དེ་ནས་བྱི་ནང་གི་མཆོད་པ་ནི། སྦྱིར་མཆོད་པའང་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་  
མིན་གྱི་མཆོད་པ་ཡོད་པ་དང་། བདུད་ཅི་དང་ག་བུར་ལ་སོགས་པ་ཐུན་མོང་ལྟར་དུ་  
རྒྱས་པར་བཤམས། ཐུན་མོང་ལའང་དངོས་འབྱོར་དང་ཡིད་སྦྱུལ། དངོས་འབྱོར་  
ལའང་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་མ་བབྱུང་བ་གཉིས་སོགས་ཡོད། འདི་  
ན་ཐུན་མོང་དངོས་འབྱོར་གྱི་མཆོད་པ་སོགས་བྱས་ན་རེད་ཀྱིན་ཡོད། མེ་ཏོག་སྒྲོས་  
དང་མར་མེ་ཞལ་བས་ཆུ། །སྒྲ་རེ་འཕམ་གྱིང་གདུག་དང་རོལ་མོའི་སྒྲ། །རྒྱལ་  
མཆོན་རྩ་ཡབ་རྩ་རྩ་ལ་སོགས་དང་། །ལུས་དང་ལོངས་སྦྱོང་མཁེ་རྒྱའི་ཡོ་བྱུང་  
ཀྱིས། །འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་སྤྲས་བཅས་མཆོད། །ཞེས་གསུངས་པ་  
བཞིན་དང་། བཀོད་པས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་ནི་ཞེས། ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་  
དང་བྱི་མཆོག་དང་། །ཕྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པ་བྱུང་པར་  
འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ར་དང་བཞུགས་བྲི་མཆོད་པ་སོགས་རྒྱན་དང་བཀོད་པས་

མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། ཐ་མལ་བྲལ་སོད་ལྟར་མ་ཡིན་པར། བྱང་པར་དུ་  
དག་གིས་དང་བ་འདྲེན་ཞིང་སྒོ་བདེ་བག་ཐེབས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་ལྟར་བཅའ་བར་བྱ།  
དེ་ནས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱལ་བའི་སྤྱ། །ཆོས་ཀྱི་དྲུང་ཆེན་ལན་དགུ་པོ། །སྒྲུ་མའི་  
ཕྱོགས་སུ་ཁ་བལྟས་འབྱུང་། །ཀུན་གྱིས་གསོལ་འདེབས་དྲུང་བར་བྱ། །སྒྲུ་མ་  
སྒོས་དང་རོལ་མོས་བསྐྱ། །བདེ་བའི་སྒྲན་ལ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཞེས་དེ་ལྟར་  
ག་སྒྲིག་གི་བྱ་བ་ཆང་མ་ཆགས་སུ་ཚུད་པར་བྱས་ནས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བའི་  
སྤྱ། །ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལ་དཔོན་སྒོ་བ་ཆང་མ་ཚུར་འདུ་ཞིང་ཆོས་ཉན་པ་ལ་བསྐྱལ་  
བའི་སྤྱ་རེད། དེ་ཡང་བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་མཉམ་མེད་ཟས་གཙང་སྤྱས་པོ་མ་ག་རྩ་དོ་  
ཐེག་དན། བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་ཤིང་གི་དྲུང་དུ་སྒོད་ལ་བདུད་བཏུལ། དགུང་ལ་མཉམ་  
པར་བཞག། ཐོ་རངས་མངོན་པར་རྫོགས་པ་སངས་རྒྱས་ནས་ཞག་བདུན་ཕྱག་བདུན་  
ལ་ཆོས་མ་གསུང་། བདུན་ཕྱག་དང་པོ་ལ་སྦྱིལ་གྱུང་མ་བཞིག། གཉིས་པར་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་ལ་གཟིགས། གསུམ་པ་ལ་འཛམ་གླིང་ཉེ་བར་བཅགས། བཞི་པ་ལ་  
སྒྲོང་གསུམ་རིང་དུ་བཅགས། ལྷ་པར་གྱུའི་རྒྱལ་པོ་བཏང་བཟུང་གི་གནས་སུ་  
གཞིགས། དུག་པ་ལ་ཤིང་སྒོལ་རྒྱུའི་ཆལ་དུ་བཞུགས་ཤིང་དེའི་ཆོན། ཟབ་ཞི་  
སྒོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས། །བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་བདག་གིས་  
བརྟེས། །སུ་ལ་བསྐྱན་ན་གོ་བར་མི་འགྱུར་བས། །མི་སྤྱོད་གཅིག་ཡུར་ནགས་ཀྱི་  
ནང་དུ་གནས། །ཞེས་གསུངས་ནས་བཞུགས་པ་ན་ཆོང་པ་ག་གོན་དང་། བཟང་  
པོ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱང་ཅི་ཡུལ་བས་དེ་གསོལ་ས་སྒོད་མ་འབྱོར་བས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
བཞིས་དོའི་ལྷང་བཟེད་བཞི་ཡུལ་བས་དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་རྩ་འཕྲུལ་གྱིས་བསྐྱོམས་ནས་  
ལྷང་བཟེད་གཅིག་ཏུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། དེའི་ནང་གསོལ་བ་ན་གིས་པར་བརྗོད་པ་

ཅོམ་ལས་ཆོས་མ་གསུང་། དེ་ནས་བདུན་ཕྱག་བདུན་པ་ལ་ལྷ་ཆོངས་པས་གསེར་གྱི་  
འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་སྟོང་དང་ལྷན་པ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དུང་དཀར་པོ་གཡས་སུ་  
འབྲིལ་བ་སོགས་ཕུལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས། རིམ་  
པ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་རྣམས་གསུམ་བསྐྱོར་བ་ཡིན་ལ། དང་པོ་ཡུལ་མ་  
ར་ཏ་སྤྱི་དང་སྟོང་ལྷུང་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་གནས་སུ་འཁོར་ལྷ་སྟེ་བཟང་པོ་ལྷ་བརྒྱད་ཁྲི་དང་  
བཅས་པ་ལ་བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། དེ་ནས་བྱ་གོད་ཕུང་པོའི་  
རི་ལ་ཕྱོགས་བཅུའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དང་། གཞན་ཡང་འཁོར་རྣམས་བཞི་དང་ལྷ་  
ལྷ་སོགས་ལ་བཀའ་བར་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། དེ་ནས་ལྷ་ལྷའི་  
གནས་དང་མའི་ཡུལ་གྲོང་ཁྲིར་ཀུ་སུ་ད་གསལ་བྱིན་ལ་སོགས་པར་ལེགས་པ་རྣམས་པར་  
ཕྱེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་རེད། བཀའ་འཁོར་ལོ་རྣམས་པ་གསུམ་དེ་གདུལ་བྱ་  
དབང་པོ་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལ་དང་པོ་འཇུག་པའི་གཞི་དང་། བར་དུ་ཞུགས་པའི་  
ལམ། ཐ་མར་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་གསུམ་ལ་དགོངས་ཏེ། སྟེ་སྟོད་གསུམ་རྫོང་བྱེད་  
དང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་བརྫོད་བྱའི་རྩལ་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། དུས་ཐ་མ་  
སྟོན་པའི་རྒྱལ་ཚབ། བསྟན་པའི་སྟོག་གིང་དུ་བྱོན་པའི་སྤྲ་མའི་མདུན་ནས་ཆོས་ལྷ་  
བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དགོས་དབང་དང་། གུས་གིང་བསྐྱལ་བའི་བསམ་པ་དང་ལྷན་  
པས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བའི་བདུ། ཆོས་ཀྱི་དུང་ཆེན་ལན་ད་གུའམ་དུས་  
རྒྱུན་ལན་གསུམ་འབྲུད་རྒྱའི་ཕྱག་སྟོལ་དང་། ཡང་ཆོགས་པ་སྤྲིག་ཆེན་ལ་དུང་བརྟ་  
ཞེས་དུང་གི་སྟོན་འགོ་དང་ལན་བཞིར་འབྲུད་པ་སོགས་དར་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། དུང་  
ལན་གསུམ་ལ་གསུམ་རེ་འབྲུད་ན་དགུ་རེད་འགོ་གི་མོད། ཆོས་དུང་མཚོད་པའི་རྩལ་  
དུ་སྤྲ་མའི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་བཞུས་ཏེ་འབྲུད་དགོས། དུང་སྤྲ་དེས་བསྐྱལ་ཏེ་དཔོན་སྟོབ་



ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་ཀུན་གྱིས་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་། སེམས་དང་འདྲོད་དང་  
པས་དགའ་ཞིང་དྲུང་བ་དང་། ལུས་གུས་པས་འདུད་པའི་སྒྲོན་སྒྲིལ་མ་ཆོས་པའི་ནང་  
བྱོན་པ་ན་སྒྲིལ་དང་རོལ་མོས་སྒྲོན་བསུ་བྱ། བསུ་བའི་བླ་མ་དེ་བདེ་བའི་སྐྱོན་ལ་  
བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་སྟེ། ཆོས་འཆད་པའི་སྐབས་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདོན་པའི་ཕྱིར་བླ་མ་  
བྲི་ཐོག་ཏུ་བཞུགས་དགོས། དེ་དགོན་འདུན་ལ་བརྟམས་པ་མ་གྱི་ཆོས་ལ་གུས་པའི་ཕྱིར་  
ཕྱག་ལེན་ལྟར་རང་རེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་ཁྲུལ་ཡོད་པ་རེད། **ཅེས་སྐད་ལས་གསུངས་**  
**པ་ལྟར་མདོར་ན་བླ་མ་ལ་ང་རྒྱལ་དང་།** མཉམ་འགྲོགས་ཀྱིས་ཅི་ལོ་གང་བྱུང་**བརྟམས་**  
**སྐབས་སུ་མ་སོང་བར་ཆོས་འཆད་པའི་བླ་མ་དང་སྐབས་ལུལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་**  
**ཐུགས་མཉེས་པའི་མཆོད་པ་བྱ་རོམ་པ་དང་།** **བྲི་སྐྱོན་མཐོན་པོར་བཤམས་པ་སོགས་**  
**བྱ་ཞེས་གསུངས་ཏེ།** བླ་མ་ཐུགས་མཉེས་ན་དགོན་མཆོག་མཉེས་པ་རེད། དགོན་  
མཆོག་གསུམ་གྱི་མཐར་ཐུག་པ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛོད་པ་གཞན་  
དོན་གྱི་ཕྱིན་ལས་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་ཕན་པ་མཛོད་རྒྱ་དེ་ཡིན། ཐུན་མོང་ལྟར་དུ་  
བཤད་ན་བླ་མ་ནི་ཐར་པའི་ལམ་ལ་བྲིད་མཁན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོག་ལས་སྒྲོལ་བའི་དེད་  
དཔོན་ཡིན་པས། དགོན་མཆོག་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཡོད། སེམས་ཅན་ལ་དད་པ་ཡོད་  
ཀྱང་བར་དེ་ན་བླ་མ་མ་བཞུགས་ན་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་ཉི་མ་ལ་ཆ་བྱོད་ཡོད། ལྷ་  
སྐམ་པོ་ལ་མེ་འབར་མ་རག་པ་ཡིན་ཡང་བར་དེ་ན་མེ་ཤེལ་ཞིག་མེད་ན་ལྷ་སྐྱེ་ཉི་མའི་བྱོད་  
ཀྱིས་ཐད་ཀར་མི་འཛིག་ བར་དེ་ན་མེ་ཤེལ་ཡོད་ན་ཉི་མའི་བྱོད་ཀྱི་ལ་མེ་འབར་བ་  
བཞིན་རེད། ཐུན་མིན་ལྟར་དུ་བཤད་ན། བླ་མ་དགོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
རེད། བླ་མའི་སྐྱེད་གོ་འདུན། གསུང་དམ་ཆོས། ཐུགས་སངས་རྒྱས་ཡིན་ན།  
མཆོན་བྱེད་རྟགས་ཀྱི་མཆོག་གསུམ་ལ་འདུན་པས་འགྲོ་བའི་སྐབས་འགྲོ་ཉི་ཆོ་བ་ཙམ་མ་

ཡིན་པར། དད་པ་དང་མེས་གུས་རྣམ་པར་དག་པས་མཛོད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་བྱེད་ན།  
མཛོད་བྱ་དོན་གྱི་མཛོག་གསུམ་ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་དེ་བོ་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཡེ་  
ཤེས་ཆེན་པོའི་དགོངས་རྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་འཕེས་པས། དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སུ་  
མེད་པར་བྱུང་འཇུག་སྐྱུ་བཞིའི་རྒྱལ་སར་མངའ་དབང་འབྱོར་བ་ཡིན་པས་ན། སྒྲ་མ་  
དང་དགོན་མཛོག་མཉེས་པའི་མཛོད་པ་དང་བྲི་སྟོན་མཐོན་པོར་བཤམས་པ་སོགས་བྱ་  
དགོས། འདིའི་སོགས་ཁོངས་ནས་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་སྤྱིན་དུག་ཆོང་བའི་ཞབས་ཏོག་  
བསྟེན་བཀུར་དགོས་པ་ཡང་བསྟན་ཡོད། **ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པའི་དུང་འབྲུད་པའི་ཆོ་ཡང་**  
**སྒྲ་མ་ལ་ཁ་བསྟན་ཏེ་བསམ་པས་མཛོད་པའི་རྩལ་དུ་འགྲོ།** ཞེས་པས་གོང་གི་ལུང་དོན་  
འབྲེལ་བ་རེད། ཆོས་འཆད་པའི་དུས་ལ་བབ་དུས་སྟོབ་དཔོན་དང་སྟོབ་མ་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་སྤྱན་འབྱེན་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པའི་བརྟན་དུང་འབྲུད་པའི་ཆོ་ཡང་ནམ་རྒྱུན་གུས་པའི་  
རྩལ་གྱིས་སྒྲ་མ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྟོགས་མི་དུང་བས་མ་ཆོད། དུང་འབྲུད་པའི་ཆོ་ཡང་སྒྲ་  
མ་ལ་ཁ་གཏད་ནས་གུས་པས་འབྲུད་པའི་རྩལ་གྱིས་འབྲུད་ན། གུས་པའི་གཟུགས་  
དང་སྟོན་པའི་སྒྲ་ཡི་མཛོད་པའི་རྩལ་དུ་འགྲོ། ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པའི་བརྟན་དེ་དུང་གི་སྒྲ་  
ཡིན་དགོས་དོན་ཅི། བརྟན་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ན་མི་ཆོག་གས་སྟུང་ན། རྟེན་འབྲེལ་  
བྱུང་པར་ཅན་གྱི་དགོས་དབང་གིས་དུང་སྒྲས་བསྐྱེད་པ་རེད། དེའང་གོང་དུ་ཞུས་པ་  
ལྟར་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དུང་གཡས་འཁྲིལ་ཡུལ་བས་རྟེན་འབྲེལ་མཛོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྟོབས་  
གྱིས། སངས་རྒྱུས་བཙུང་ལྟན་འདས་གྱིས་ལྷ་ར་ཅུ་སྤྱི་དུང་སྟོང་ལྷུང་བ་རི་དྲུགས་གྱི་  
ནགས་གྱི་གནས་སུ། འཁོར་ལྷ་སྟེ་ལྷ་བརྒྱུད་བྲི་དང་བཅས་པ་ལ་བཀའ་དང་པོ་བདེན་  
བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བདེན་པ་བཞི་ནས་བཅུ་མས་ཏེ་ཆོས་འཁོར་ལན་གསུམ་བསྐྱུགས་བརྟེན་  
དང་བཅས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ན། རྟེན་འབྲེལ་དེའི་དགོས་དབང་གིས་རྗེས་འཇུག་

ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྲུགས་ཆོས་ཚུལ་ཟབ་མོ་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། དུང་སྤྲུལ་བསྐྱུལ་བ་འདི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བས། སེམས་ཅན་རྗེ་དཔལ་པ་མ་རིག་པའི་གཉིད་འཇུག་པོ་ལས་སང་པ་དང་། ཟབ་ཞི་སྤྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་དབྱངས་དེས་ཡིད་ཅན་མཐའ་དག་གནས་སྐབས་དགའ་བ་ནས་མཐར་སྤྲུག་བདེ་བའི་སར་ཕྱིན་པའི་དོན་མཆོན་པར་མ་ཟད། སྤྲུལ་པའི་སྤྲ་དབྱངས་ཀྱིས་སྤྲུལ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་མཉམས་པའི་མཆོད་པ་སྤྲ་དབྱངས་ཀྱི་མཆོད་སྤྲོན་ཡང་འགྱུར་འགྲོ་བ་རེད། ཆོས་རྒྱ་སྤྲོག་པའི་སྤྲ་ཐོས་སེམས་ཅན་ཡང་། །ངན་སོང་རྣམ་གྲོལ་ཉན་པ་སྤྲོས་ཅི་འཆོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ལ་བསྐྱུལ་བའི་དུང་སྤྲ་དེ་ལ་སོགས་པ་རྣེས་ལ་དུ་ཐོས་པའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཐར་དུད་འགོའི་གནས་སུ་སྤྲོས་པའི་འབྲུ་སྤྲོན་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཡང་ངན་སོང་དུ་སྤྲོ་འགྱུར་གྱི་ལས་གསོག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལས་ཐར་པར་བྱེད་པ་གཞིའི་མདོ་སོགས་སུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རྟོགས་སྤྲོད་བ་རྒྱ་མཆོན་ལ་གོམས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤྲོད་ཡུལ་དང་ཐབས་མཁས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཞེས་སེམས་ཅན་གྱི་བྱ་སྤྲོད་ལས་འདས་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མཛད་སྤྲོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྟན་དུང་འབྲུད་པ་ལའང་གནད་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་ནི། ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པས་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ལས། དེ་ཡང་ཐབས་མཁས་སྤྲུགས་རྗེ་དཔལ་མེད་ཅིང་། །མདོ་རྒྱུད་ཡིད་བཞིན་མཛོད་མངའ་འགོ་བ་འདེན། །སྤྲོན་བྲལ་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པའི་སྤྲུལ་མ་ནི། །སྤྲོགས་མའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཀའ་ཆོགས་དང་

ངལ་དུ་བ་ཆེན་པོ་མི་དགོས་པར་དོན་ཆེན་པོ་འབྲུག་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་གིང་།  
 གཞན་པན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་སྐྱོང་ལ་མེད་པར་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མདོ་རྒྱུད་གང་ལའང་མི་  
 མཁྱེན་པ་མེད་པར། ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་ལྟ་བུའི་མཛོད་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བས་འགོ་  
 བའི་ཁ་ལོ་བྱེན་ལ་བསྐྱར་བའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས་ཐར་པའི་ལམ་སྐྱ་འདྲེན་ཐུབ་པ། སྐྱེ་  
 གསུང་ཐུགས་ལ་རི་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་མི་དགོ་བའི་ཉེས་སྦྱོན་དང་བྲལ་ཞིང་། ཡོན་  
 ཏན་གྱིས་གང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་དེ་སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་སངས་  
 རྒྱས་དངོས་བྱོན་མཇལ་བ་དང་བྱུང་པར་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲ་མ་  
 བཟང་ངན་ཟེར་བ་དེ་ཡང་གདུལ་བུའི་བསོད་ནམས་ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས་པས། དེ་  
 རིང་ཁ་སང་གི་དུས་འདིར་དེ་འདྲ་ཙམ་ག་ལ་འོང་སྟེ། འབྲེལ་ཚད་ངན་སོང་དུ་མི་བྱིད་  
 པ་དང་། སྒྲ་མ་དེ་སློབ་མ་ལས་ལྷག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ། ལྷག་བསམ་  
 གཞན་པན་ཙན། དོན་སྦྱོང་དོན་མཐུན་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་མཛོད་སྦྱོང་མངའ་བ།  
 གཞན་གྱིས་མིག་ལྟོས་བྱེད་འོས་པ་ཞིག་ངས་པར་དུ་ཡིན་དགོས། ཆོས་འཆད་པའི་  
 དུས་ལ་བབ་པ་དེའི་ཆོ་ཆོས་འཆད་པའི་སྒྲ་མས་ཀྱང་འཁོར་གྱི་གདུལ་བུའི་སྒོ་དང་བ་འདྲེན་  
 རུས་པའི་སྦྱོང་ལམ་བཟང་པོ་མཐའ་དག་ལ་ངས་པར་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ། རྒྱུད་སྐྱོང་  
 གསལ་ལས། སློབ་མའི་མོས་གུས་ཆེ་ཆུང་དེ། །སྒྲ་མའི་མཛོད་སྦྱོང་ལེགས་ཉེས་  
 ཡིན། །འགོ་ཆག་ཉལ་དང་ཟ་བ་སོགས། །སྦྱོང་ལམ་ཐབས་ལ་ལེགས་པར་  
 བསྐྱབ། །སྤྱིར་སློབ་མ་ཡོངས་དང་བྱུང་པར་དུ་ལས་དང་པོ་བའི་སློབ་མའི་མོས་གུས་  
 ཆེ་ཆུང་ལ་གོ་དགོས་པས། སློབ་མ་སྦྱོང་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་དེའི་རྒྱུན་གྱི་མཛོད་སྦྱོང་  
 ལེགས་ཉེས་ལ་ལྟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མི་ཞིག་ཡིན་ན་སྦྱོང་ལམ་རྣམ་བཞི་ལ་བརྟེན་  
 ཡོད་པ་རེད། ལམ་དུ་འགོ་བ་དང་བསྐྱད་པ་དང་གནས་ཁང་སོགས་སུ་འཆག་པ།

མཚན་མོར་ཉལ་བ། ལུས་འཛོལ་འདྲི་ཆེད་ཟས་ཟ་བ་སོགས་སྒྲིབ་ལམ་རྣམ་བཞི་གང་གི་  
སྐབས་ཡིན་ཡང་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྡན་པས། སྒྲིབ་ཚུལ་གྱི་ཐབས་ལ་བཅས་  
མར་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ལེགས་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྒྲུ་མ་ལ་བཀུར་དགོས། སྒྲོབ་  
མའི་མོས་གུས་ཆེ་རྒྱུ་དེ། །སྒྲུ་མའི་མཛད་སྒྲིབ་བཟང་ངན་ཡིན། །ཞེས་པའི་  
ཤུགས་ལ་འདོན་པ་བསྒྱུར་ཏེ། སྒྲོབ་མ་བྱ་སྒྲིབ་ལེགས་ཉེས་དེ། །སྒྲེ་བོ་གཞན་གྱི་  
མིག་ལྟོས་ཡིན། །ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་གོ་ཆོག་ །འཁོར་སྒྲིབ་པ་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པར་  
རིག་ན་དེའི་ཆོས་བརྒྱུད་དང་། དེའི་སྒྲུ་མའི་འཁོར་དང་སྒྲེ་རིས་ལ་དགའ་ཞིང་དད་པ་  
དང་སྒྲོབ་བསྒྲིབ་པ་རྩེ་མང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་རིམ་མང་ན་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་  
རིགས་དེ་ཅུ་མང་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་འགྲོ། ང་གང་ཟག་སྐྱེར་བ་ཞིག་ལ་སྒྲིབ་སྒྱུག་ཅི་  
ཡོད་བསམ་རྒྱུ་མེད། རེ་རེ་འཛོགས་པ་ཐུན་མོང་བར་འགྱུར་དགོས་ན། རེ་རེ་ནས་  
རྒྱུད་བཟང་ཀུན་སྒྲིབ་ཡག་ ཆོས་དང་མཐུན་ན་དེའི་ཆོས་སྐར་དེ་ཆང་མ་ཆོས་མཐུན་  
ཆོས་ཀྱི་མཆོད་པོ་ལོས་ཡིན་བསམ་པ་དང་། དེའི་དགོན་པ་དེའང་དེ་ལྟ་བུ། དེའི་  
སྒྲེ་རིས་དེའང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་གཞན་དག་དང་བ་འདྲེན་རུས་པ་རེད། དེ་མིན་མིང་  
ལ་དགོན་པ་ཆོས་ར་དང་། བཤད་བྲལ་ཆོས་སྐར་ལ་སོགས་པ་གང་བཏགས་ཀྱང་།  
དོན་ལ་ཆོད་པ་གཡོ་ཅན་དང་བྲམ་པ་བྲམ་མས་གང་ན། བསྟན་ཞབས་ལ་ཐག་པ་  
བཏགས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་སྒྲིབ་ལམ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ལ་ལེགས་  
པར་བསྐྱབ་ཅེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱུད་སྒྲེ་རྒྱུ་མཚོ་ནས་དམ་ཆོག་གི་རྣམ་བཤད་སྒྲོན་  
པའི་སྐབས་སུའང་། ཞེས་གསུང་སྒྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲེ་རྒྱུ་མཚོ་ནས་སུང་བྱ་དམ་  
ཆོག་སྟོག་གི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པའི་སྐབས་སུའང་། དཔོན་གྱིས་ཉམས་ན་སྒྲིབ་  
ཐབས་མེད། །གཉིས་ཀ་ན་རྟ་ཆེན་པོར་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པས་རྩི་རྩེ་སྒྲོབ་

དཔོན་དབང་སྐར་བ་པོ་དཔོན་གྱིས་དམ་ཚིག་ཉམས་པར་གྱུར་ན་སྤྱོད་ཐབས་མེད་པའམ་  
སྤྱོད་དཀའ་བ་དམན་ལ་དགག་པའི་སྐྱ་སྐར་ནས་གསུངས་པ་རེད། དཔོན་གྱི་དམ་  
ཚིག་ཉམས་ན་དཔོན་སློབ་གཉིས་ཀ་ན་རྟ་དམུལ་བ་ཆེན་པོར་འགོ་བར་འགྱུར་ཞེས་  
གསུངས་པས། **སྤྱིར་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གིན་ཏུ་རིགས་པ་འོས་གིང་**  
**འཆོམས་པའི་སྤྱོད་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་།** དེའི་ནང་ནས་ཁྱད་པར་དུ་**ཆོས་སྟོན་པའི་**  
**སྐབས་དང་།** བསྐྱར་སྤྱོད་དང་བྲིད་སྤྱོད་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ལ་**ལ་སོགས་པའི་**  
**སྐབས་སུ་རེད།** ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་པ་**འདི་དག་གི་ཆོ་སྒྲུབ་ཡོར་ཞེས་པ་**ཅི་ཡིན་ཞིབ་  
ཚགས་མ་བྱས་པ་དང་། ཡོམ་ཡུགས་ཏེ་མེ་འཁོར་ནང་དུ་རྒྱུག་བཞིན་ཡུལ་སྤྱོད་ས་ལ་  
བལྟ་བ་ལྟ་བུ་དར་ཅུད་འཐེན་སོང་བ་ལ་ཟེར་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་**ཡོམ་ཡུགས་སུ་མ་**  
**སོང་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ།** སྤྱོད་གསལ་ལས། **དེ་ལྟར་སྤྱོད་ལྡན་སློབ་མ་**  
**ལ། །ཟབ་ཆོས་བསྟན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། །སྤྱོད་ལམ་འདི་ལྟར་བྲ། །པདེ་**  
**བའི་སྟན་ལ་སྦྱིལ་གྲང་བཅས། །**ཞེས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ལྡན་གྱི་སློབ་མ་ལ་སྤྱོད་ལམ་ཟབ་ཅིང་  
རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་འཆད་པའམ་སྟོན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། ཆོས་འཆད་མཁན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་འདི་  
ལྟར་བྲ་དགོས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་བྲི་ལྟ་བུ་བདེ་བའི་སྟན་ལ་འབྲིས་སྟེས་ལྟ་བུ་མ་  
ཡིན་པར་ཞབས་སྦྱིལ་གྲང་བཅའ་བའི་སྟོན་ས་བཞུགས་ཏེ། **རང་ཉིད་ཐེག་པ་གང་སྟོན་**  
**པའི། །དཀྱིལ་འཁོར་གཙོ་བོར་གསལ་བ་ཏུ་བ་ལ། །འགོ་དྲག་སེམས་ཅན་མ་ལུས་**  
**ཀུན། །མདུན་དུ་སྐད་ཅིག་འཁོད་པར་བསམ། །**ཞེས་སྤྱོད་ལམ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་  
བུའི་ཐེག་པ་གང་ཞིག་གི་ཆོས་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། རང་ཉིད་དེའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཀྱི་གཙོ་བོ་སྟེ། དཔེར་ན་མདེ་སྟོན་པའི་ཆོ་རྒྱལ་བ་ཤུག་སོང་གི་ལྟ་བུ། རྒྱུད་སྟོན་  
པའི་ཆོ་རྩེ་འཆང་ལྟ་བུའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོར་གསལ་བ་ཏུ་བ། ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཡིན་

སྒྲིབ་འགྲོ་སེམས་སྒྲིབ་བདུན་གྱི་དོན་ཁྲིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མ་དགུས་པའི་ཞལ་ལུང་།

ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་དྲུག་གིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་  
མདུན་དུ་ཆོས་པའི་ནང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་གྱིས་འཁོད་ཅིང་འདུག་པར་བསམ་ལ།  
རང་རང་སྐྱད་དང་སྒྲོ་འཆོམ་པའི།     །ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྟོན་སེམས་ཀྱང་  
བསྐྱེད།     །ཆོས་སྒྲིབ་དཀར་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལ།     །ལེགས་སྤེལ་བར་ཆད་སྤངས་  
ཤིག་ཅས།     །རང་རང་ལས་གྱི་སྒྲིབ་ལས་བཅོལ།     །ཞེས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་རང་  
རང་གི་སྐྱད་དང་འཆོམ་པ་དང་།     རང་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་དང་མེས་པ་སྣ་  
ཆོགས་པའི་སྒྲོ་དང་འཆོམ་ཞིང་རན་པ་འཐད་པའི་སྟོན་ས།     ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཁྲི་མ་  
མེད་པ་སྟོན་པ་དང་མཉམ་དུ།     སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་པའི་མཆོག་དམ་པ་ལ་  
འགོད་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ།     བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་  
ཀྱང་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་།     བསྐྱེད་པ་སྒྲིབ་པའི་ཆོས་སྒྲིབ་དང་།     བསྐྱེད་པ་ལ་  
དགའ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་མི་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་འཁོར་དང་བཅས་པའི་  
ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་སྤེལ་ཞིང་།     མི་མཐུན་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་  
ཐམས་ཅད་སྤངས་ཤིག་ཅས་དམ་བསྐྱུགས་ཤིང་བཀའ་བསྟོ།     སྒར་རང་རང་གི་ཁས་  
སྤངས་དམ་བཅའ་བའི་ལས་གྱི་སྒྲིབ་ལས་ཡོངས་སུ་བཅོལ་བར་བྱའོ།     །ཆོས་གྲལ་  
དབུས་སུ་སྒྲིབ་པར་གཞག།     །མི་དང་མི་མིན་དཀར་ཕྱོགས་ཀུན།     །མོས་པས་དམ་  
ཆོས་ཉན་པར་བསམ།     །མིག་གིས་སྟོབ་མ་ཀུན་ལ་བཞུ།     །ཞེས་སྒྲ་མའི་མདུན་ན་  
སྟོབ་མ་ཆོས་གྲལ་དུ་འཁོད་དུས་ཆོས་གྲལ་གྱི་དབུས་སམ་དཀྱིལ་དེ་སྒྲིབ་པར་གཞག་  
དགོས།     ལྷ་ཁང་རྒྱུད་ཞིང་སྟོབ་མ་མང་ན་མ་འཆོང་ཐབས་མེད་རེད་མ་གཏོགས།  
བར་མཆོམས་སྒྲིབ་པར་བྱས་ནས་ཁོད་ཡངས་མོ་ཞིག་བྱ་དགོས་གསུངས་པ་རེད།  
ཆོས་ཉན་མཁན་མི་ཡི་སྟོབ་མ་རྒྱུད་པ་མ་གཏོགས་མེད་པར་མི་བསམ་པར།     མི་དང་

མི་མིན་ལྷ་སྤྱི་བྱ་བ་ལ་སོགས་གསུང་པས་ཆོས་གཤམ་དུ་འཁོད་ལ་དང་ཅིང་མོས་པས་དམ་  
པའི་ཆོས་བྱེད་མོ་ཉན་དུ་ཡོད་པར་བསམ་དགོས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་  
གསུངས་དུས་ལྷ་དང་མི་དང་ལྷ་མ་ཡིན་དང་། སྤྱི་བྱ་བ་ཅན་པའི་འཛིག་རྟེན་ཡི་  
རངས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོད་དོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། རང་རེ་ཐམས་པས་ལྷ་སྤྱི་མི་མ་ཡིན་ཀྱིས་མངོན་པར་བསྟོད་ཨོ་  
ཡོད་མི་ཤེས་གྲང་། ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལེགས་བཤད་སྤྱི་མ་མེད་པར་བཤད་ན་  
མངོན་པར་བསྟོད་ཀྱིན་ཡོད་ཏུ་རེད་སྟེ། ཆོས་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་མིག་གིས་  
གཞན་ལ་མི་གཡེང་བར་མདུན་གྱི་སྒྲོབ་མའི་ཆོགས་ཀྱན་ལ་དགའ་བའི་མདངས་ཀྱིས་  
ཞལ་ཕྱོགས་ཏེ་བལྟ་བ་དང་། །ལག་པ་ཆོས་འཆད་མཉམ་གཞག་བྱ། །དག་གི་  
ཆོག་གསལ་གདངས་སྟན་པས། དཔེ་དོན་རྟགས་གསུམ་འབྲེལ་བར་  
བཤད། །དབང་པོ་གང་ལ་འཆོམ་པ་ཡི། །ཆོས་སྒྲོ་ཐེག་པ་རིམ་པར་  
བསྟན། །ཞེས་ལག་གཡས་པས་ཆོས་འཆད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་གཡོན་པས་མཉམ་  
གཞག་བྱ་ཞིང་། བརྗོད་ཚུལ་གྱི་དག་གང་ཞིག་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བཤད་དགོས་ན།  
སྟན་ཞིང་ན་བར་འཛེབས་པ། མངོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། བཟང་ཞིང་སྒྲོབ་བསྐྱེད་  
པ་དེ་དག་གི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་ཞིག་མིན་ན་བཤད་ཐུབ་དགའ་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།  
ལེགས་པའི་སྐད་གདངས་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་། །སྤྱི་དག་དོན་གསལ་སྒྲེབ་  
སྒྲོར་ཉམས་པ་མེད། །སོགས་བཤད་ཚུལ་ཡོད་ལ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ལྷ་ཡི་  
སྐད་དུ་འདས་གསུངས་པ་ཡོད། རེད་དེ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་སྤྱི་མ་མེད་པའི་  
སྤྱི་དོན་མན་དག་གི་བསྟན་བཅོས་འདི་ལྷ་སུ་བཤད་ཅིང་འབྲེལ་བའི་སྐབས་སུ།  
འཆད་པ་པོས་དག་སྒྲིབ་ཀྱིས་མི་བརྗོད་པར། དཔེར་ན་སྟན་དག་བརྩམས་ཏེ་སྟན་པོ་



འདྲ་ཞིག་གིས་ཡོད་བསམ་དུས། གཅིག་པོས་ལྷ་བ་ལྷི་བ་ཏུ་འདོན་སོང་ན་དགོས་དོན་  
མི་འདུག་བསམ་སྐྱེའི་ཇི་བཙོག་ཏུ་གཏོང་འགྲོ་མོད། དེ་འདྲ་མིན་པར་དག་གི་ཆོག་  
གསལ། ཡི་གེ་བརྒྱ་དག་གི་སྒྲ་ཟུར་ཐོན་པ། གདངས་སྒྲན་པ། དལ་བྲེལ་རན་  
པ། དཔལ་སྐྱེལ་ཆོང་གིས། བྲེལ་ཉམས་ཀྱིས་བརྒྱུས་སྒྱུན་མ་ཤོར་བ། དལ་  
ཉམས་ཀྱི་བར་སྒྲོང་མ་ལུས་པ། དལ་ལ་སྐྱུན་རིང་བ་སྒྲ་དག་ཆོག་གསལ་བ་སོགས་  
གསུངས་པ་བཞིན་དུ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོན་ལུས་པའི་དཔེ། དཔེ་དང་མཆུངས་  
པའི་དོན་དང་། དོན་དེ་གོ་ལུས་པའི་རྟགས་དང་གསུམ་པོ་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་  
བཤད་དགོས་པ་ལས། དོན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དཔེ། དཔེ་དོན་མཆུངས་པའི་  
རྟགས་མེད་པར། ཆང་བཟི་བས་འཆོལ་གཏམ་སྒྲ་བརྒྱུད་དུ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མི་  
རུང་སྟེ། དཔེ་དང་དོན་དུ་འགལ་བ། དཔེ་མང་ཁུར་དུ་ལུས་པ་དེ་མི་མཁས་ང་  
སྐྱལ་ཅན་ལ་འབྱུང་གསུངས་པ་རེད། བཤད་སྐྱེད་ཀྱི་དཔེ་གསུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་  
པོ་ཅི་དང་ཅི་ལྟ་བུ་གང་ཟག་སུ་དང་གང་ལ་འཆོལ་ཞིང་འོས་པ། ཐུབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་  
མོ་ཐོག་པའི་རིམ་པ་ལྟར་བསྟན་པར་བྱ། ཐོག་པའི་རིམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་རྣམ་བཞག་  
མཛད་པ་དེ་རེ་ཞིག་དེ་དང་དེའི་རིགས་ཅན་གྱི་གདུལ་བྱ་བྱངས་ནས། མཐར་ཐུག་  
འཇམ་དཔལ་སྐྱེད་ལས། ཐོག་པ་གསུམ་ཀྱིས་ངེས་འབྱུང་ལ། །ཐོག་པ་གཅིག་  
གིས་འབྲས་བུ་གནས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་པའི་མཆོག་རྗེ་རྗེའི་ཐོག་པར་ལ་  
བརྒྱབ་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས། **ཞེས་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་འཆད་ལུགས་ནི་ཐོག་པའི་རིམ་པ་**  
**གང་དང་གང་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོག་འབྲུབས་ཀྱང་ཡིན་ལ།** རྒྱ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་  
ན་ཆོས་འཆད་པའི་སྐབས་ལུས་ཀྱི་སྒྱུད་ལམ་བདེ་བའི་སྟན་ལ་སྐྱེལ་ཀྱང་བཅའ་བ་ལས།  
བག་མེད་པར་ཅི་བྱུང་གང་བྱུང་གིས་འབྲེལ་བུབ་སྟེ་ཕྱིར་བཀམ་ཏེ་འོག་པ་དང་། །ཁ་

བྱུང་ཏུ་ཉལ་བ།      གཞིགས་སྟེན་ཏེ་སྟོ་སྒྲིང་ལ་སྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྲངས་ཏེ།  
ལག་པ་གཡོན་པ་མཉམ་བཞག་དང་གཡས་པ་ཆོས་འཆད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཅས་པ་སྟོན་ཏུ་  
འགྲོ་བས།      སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་འཆད་པའི་ཆོ་ན་རང་ཉིད་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་སྒྱུར་  
གསལ་བ་དང་།      དངོས་གཞིའི་ཆོས་འཆད་པའི་ཆོ་རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་གང་ཇི་ལྟར་  
སྟོན་པའི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བདག་པོར་གསལ་བཏབ་ནས།      བ་མར་གྱུར་པའི་  
ནམ་མཁའ་གར་བྱུང་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣམ་བུར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ས་  
ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ།      ཆོས་འཆད་པར་བྱ་བས་མ་ཏེ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་འཕེན་པ་དོན་  
གཉིས་སམ་ཟུར་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་དུ་འགྲོ་  
བས་གཞིར་བཟུང་།      དེའི་ཆོ་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་དངོས་ཡོད་དང་དངོས་མེད།  
གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་མེད་ཐམས་ཅད་ཆོས་འཆད་པ་པོ་རང་གི་མདུན་དུ་ཆོས་ཉན་  
པའི་ཕྱིར་དུ་གྱུ་ས་ཤིང་དད་པ་དང་བཅས་འཁོད་ཅིང་འདུས་ཡོད་པར་བསམ་ཞིང་།  
ཁྱད་པར་དུ་གང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཆོས་རའི་དབུས་ཀྱིས་གཞི་སྟོང་པར་བཞག་པ་ལ་ལྷ་སྒྱུ་  
དྲི་བ་ལ་སོགས་པ་མི་མ་ཡིན་པ་དཀར་ཕྱོགས་པ་ཀུན་གྲུང་འདུས་ནས་དང་ཞིང་མོས་པས་  
ཆོས་ཉན་པར་བསམ་ཞིང་།      ཆོས་འཆད་ཉན་བགྱིད་པ་ལ་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།  
མཐུན་རྒྱུན་ལོགས་སྟེལ་དང་ཉན་འགོག་གི་ཁ་མགོན་དང་སྟོང་གོགས་མཛད་པའི་འཕྲིན་  
ལས་བཅོལ།      འདོད་ལྷ་སྟེ་བཅས་ཀྱི་གཉེན་པོར་སྟོ་གོས་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་  
ཆོས་འཆད་པའི་སྟོན་དུ་བདུད་ཚར་བཅོད་པའི་སྒྲགས་བཏོན་ན་དཔག་ཆད་བརྒྱ་ཚུན་ཆད་  
དུ་བདུད་དང་བདུད་རིས་ཀྱིས་བར་ཆད་ཀྱིས་གྲགས་ལྷ་བར་མི་རྣམས་པར་བཤད་ཡོད་པས་  
དེ་ལྟར་འདོན་དགོས་གསུངས་སོ།      །འོ་ན་ཆོས་རའི་དབུས་སྟོང་པར་བཞག་ནས་མི་མ་  
ཡིན་དང་དཀར་ཕྱོགས་པ་ཀུན་གྲུང་འདུས་ནས་ཞེས་པ་དང་།      བདུད་ཚར་གཅོད་པའི་

སྒྲུགས་ཀྱིས་འདོད་ལྷ་སྒྲེར་བཅས་དཔག་ཚད་བརྒྱ་ཚུན་དུ་ཉེར་མི་འཇུག་པས། དེ་དག་  
བསྐྱད་པས་གཞོད་བསྐྱལ་མི་སྤུང་ཅིང་དེ་དག་དེ་ལས་པར་བཀར་ཏེ་ཆོས་ར་ནས་ཡུད་པ་  
ཡིན་ན། ཆོས་སྒྲིབ་གཏོང་སའི་སློང་རྗེའི་ཡུལ་དུ་མ་སློམས་པ་ཨེ་རེད་བསམ་ན།  
གོང་དུ་གསུངས་པ་དེ་སྤྱི་བྱུང་གི་སློམས་རིགས་དུག་གི་འགྲོ་བ་སློང་རྗེའི་ཡུལ་དུ་བཏང་  
སློམས་ཚད་མེད་ཀྱིས་སློམས་པར་བྱས་ནས། ཚད་མེད་གཞན་གསུམ་དང་མ་བྲལ་  
བས་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དགོས། དེས་ན་སྤྱིར་ཆོས་འཆད་པའི་ཆ་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་འཕེན་པ་སྒྲོན་དུ་གཏོང་བ་དེ་ཐེག་ཆེན་སྤྱིའི་ལུགས་ཡིན། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོས་སུ་གཏོགས་མི་གཏོགས་དང་། རིགས་དེ་ལས་ཉམས་མི་ཉམས་ཀྱང་  
སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱེད་པ་ཡིན་པར་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་ནས།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་རའི་ནང་དུ་འཁོད་ནས་ཆོས་ཉན་དུ་ཡོད་པར་བསམ་དགོས་  
གསུངས་པ་རེད། དེའི་འོག་ཏུ་གསུངས་པའི་བདུན་རིས་ནག་ཕྱོགས་པ་ལ་སོགས་པ་  
སེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་ཅན་འགའ་ཞིག་ཞི་བས་མི་སྤུལ་བར་དྲག་པོས་འདུལ་  
ཚུལ་དུ་འཇུག། ཡང་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་ཞིང་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་གྱི་  
ཐོག་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་རིང་རྒྱ་བསྐྱེད་དགོས་པ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གནས་སྐབས་  
བསྐྱད་སྤྱིག་སོགས་ཀྱི་མཛད་པའི་ཐོག་ནས་ཐར་པའི་ས་བོན་བསྐྱེད་ནས་མཐར་ཐུག་ཡང་  
དག་ལམ་དུ་འཇུག་པའཇུག། ཡང་ན་དེ་དག་གི་བདུན་སེམས་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ་བས་  
བདུན་གྱི་མཐུ་བཅོམ་པར་མཛད་དེ་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བ་སྟེ། མདོར་ན་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མཛད་པ་དེ་དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ནས། དོན་གཞན་  
གྱི་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་ལེན་དགོས་རྒྱ་རེད་སྟེ། དེས་ན་དེ་ལྟར་ཆོས་དུང་གི་བརྒྱས་  
བསྐྱལ་ནས་དཔོན་སློབ་ཐམས་ཅད་ཆོས་རའི་ནང་འདུས། སྤྱོད་ལམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་

བྱེད། བདུད་ཚོར་བཅོད་ཀྱི་སྤྲུག་པ་ཏོན་པ་སོགས་ཆོས་འཆད་པའི་སྡོན་འགྲོའི་བྱ་བ་  
རྣམས་འབྲུག་ཚར་བ་ན། ངག་བྲུལ་དལ་ཆེ་བ་ལས་དང་པོ་པས་འདོན་པ་ལྟ་བུ།  
མཐོག་མའི་ཆེ་བས་ལྟེ་ཡིས་མི་ཟིན་ཡིད་ལ་མི་བློན་པ་དེ་གཉིས་ཐོན་འོང་དུས་ལྷལ་ལྷིབ་ལ་  
སོགས་ཀྱུར་པས། ཐོས་འཛིན་རྣམས་འོ་ཆོར་མར་གྱུར་ནས་མི་སྟོན་ཞིང་ཉན་མི་འདོད་  
པར་དེ་འདྲ་སྤངས་ལ། ངག་གསལ་དག་སྟོན་པའི་སྤྲུག་དཔེ་དོན་རྟགས་གསུམ་  
འབྲེལ་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུས་བསྟན་པའི་བབས་དང་བསྟན་ནས་གོ་  
རིམ་འབྲེལ་ཆགས་པར་བཤད་པ་མ་གཏོགས་དེས་དོན་གྱི་ཆོག་དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཟབ་མོ་  
དེ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་གསལ་སྤྲུག་གི་གསང་བ་བསྟན་ཅིང་འཆད་པ་དང་། ཏན་གན་གྱི་  
སྦྱོར་པ་སྟེ། གསང་སྤྲུག་གི་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་གི་ནང་  
ནས། ཤེས་པར་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་ལྟ་དང་། སྤྱད་པར་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་ལྟ།  
དང་དུ་སྤང་བའི་དམ་ཆོག་ལྟ། མི་སྤང་བ་ཡི་དམ་ཆོག་ལྟ། བསྟན་པར་བྱ་བའི་  
དམ་ཆོག་ལྟ་སྟེ་ལྟ་ཚན་ལྟ་ཡོད་པའི་ནང་ནས། ཏ་ན་ག་ཁ་མ་བྱོན་ལེན་དང་  
རྟུན། ངག་འབྲུལ་རྣམས་ནི་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ལྟ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མདོར་  
ན་ཏན་གན་ཏེ་སྦྱོར་སྦྱོལ་གྱི་གསང་བ་བཤད་པས། ལས་དང་པོ་བ་དང་། སྦྱོབ་བྱ་  
རྒྱུད་མ་སྟོན་པ་ལ་གསང་བའི་རྒྱུ་འཕྲིག་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་སྒོ་ལས་སུ་མི་  
རུང་བར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར་ན་སྤང་བར་བྱ་ལ། དེ་སྐད་དུ། སྦྱོང་གསལ་ཉི་མ་ལས།  
སྤྲུག་སྦྱོབ་མ་གསོ་བའི་ཆོ། སྦྱོབ་མ་གསང་བུ་དད་ལྡན་དེ། ཐོག་མར་ཐབས་  
ཀྱིས་འཕྲིད་པར་བྱ། འདས་དོན་སྦྱིང་པོ་མ་གོའི་བར། རྒྱུ་འབྲས་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་  
རྣམས་བཤད། ཁྱིམ་དོན་སྦྱོབ་དཔོན་དེ་ཉིད་བཅུ་དང་རང་བཞིན་བརྒྱུད་ལྡན་གྱི་སྤྲུ་མ་  
དམ་པ་དང་། སྤྱད་ཕྱིན་ཐེག་པའི་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་

གཉེན་དེས། སྐལ་ལྷན་སྒྲོང་རུང་གི་སློབ་མ་དེ་གསེའིང་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཆོ།  
སློབ་མ་གསར་བུ་ལས་དང་པོ་བ་དད་པ་དང་ལྷན་པ་དེ་ཉིད། དཔེར་ན་པ་མས་རང་གི་  
གྱིས་པ་དེ་ཐབས་གྱིས་འབྲིད་ནས་གཞོད་པ་ལས་སློབ་པ་བཞིན་དུ། ཐོག་མར་ཐབས་  
གྱིས་སྒོ་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་འབྲིད་མཁས་པར་བྱ་སྟེ། དེའང་ངེས་དོན་  
སྒྲིང་པའི་དོན་རེ་ཞིག་མི་གོ་བའི་ཆོ། རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་གྱི་ཆོས་རྒྱ་མ་འབྲུལ་བ་ལས་  
འབྲས་བུ་མི་འབྲུལ་བར་འབྲུང་བ་ལ་ངེས་པར་འབྲོང་བར་བྱ་བའི་རྒྱ་འབྲས་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་  
རྣམས་བཤད། **སྒྲུང་དང་དཔེ་དང་བསྟན་བཅས་དང་། །མགུར་སྐུ་ལ་སོགས་**  
**འཁོར་བ་ལ། །ཡིད་དབྱུང་དན་སོང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། །སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏྲ་**  
**ལ་སོགས་བཤད།** །ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེའང་ལས་དང་པོ་བ་གསར་བུ་ཆོལ་སྒྲུང་  
དང་དཔེ་སོགས་བཤད་དགོས་གསུངས་ཏེ། སྒྲུང་ལ་བྱུང་བ་སྒྲོན་སོང་གི་ལོ་རྒྱས་  
བཤད་པ་དང་། སྟན་ངག་གི་ཚཱོམ་སྒྲུང་གཉིས་ཡོད། སྒྲོན་སོང་གི་ལོ་རྒྱས་ཇི་མ་ཇི་  
བཞིན་བཤད་པ་ནི། དཔེར་ན་སློབ་དཔོན་གྱི་སྒྲུབ་གྱིས་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་སྒྲོང་བས་རྩ་ཀྱ་  
ཤས་མགུལ་ལ་བརྒྱབ་ནས་འདས་སོང་རབས་དང་། བསྐྱལ་པ་ཆགས་གནས་འཛིག་  
སྒྲོང་སོགས་སྲིད་པ་ཆགས་འཛིག་གི་མི་ཏྲག་པའི་སྒྲུང་གཏམ། རྒྱལ་བུ་རྩི་མེད་ཀུན་  
ལྷན་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ལོར་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་སོགས་སྒྲོན་པའི་སྒྲུས་རབས་དང་  
འབྲེལ་བ་རྣམས་ལྟ་བུ་དང་། སྟན་ངག་གི་ཚཱོམ་སྒྲུང་ནི། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོའི་  
གསུངས་ལས། གྲུ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་གཏམ་དང་། བུ་མོ་བདུན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་  
སོགས་དང་། དཔེ་ཞེས་གསུངས་པའི་དཔེ་ཆོས་ནི་ངང་པའི་བྲིས་ལན་སྒྲིན་གྱི་སྒྲིང་པོ་  
དང་། རི་བོང་གི་རྟོགས་བརྗོད། ཡང་རིག་འཛིན་འཛིགས་སྒྲིང་གི་རི་དྲགས་གྱི་  
གཏམ་ངེས་འབྲུང་གི་ཡུག་ སྒོ་ལྷན་རྒྱ་མ་རའི་གཏམ་ཆོག་སོགས་མི་ཏྲག་པའི་སྒྲུང་

དང་དཔེ་ཆོས་ལ་གསུངས་པ་རེད། བསྟན་བཅོས་ཞེས་པ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་  
སོགས་ལ་གོ་དགོས་པ་ཨེ་ཡིན་ན། སྡོན་བྱོན་གྱི་བླ་མ་དམ་པའི་མགྱུར་སྤྱི་སོགས་  
ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལ་ཞེན་ལོག་དང་། ཡིད་དབྱུང་ཞིང་ངེས་འབྱུང་བསྐྱེད་  
རྒྱས་པའི་ཐབས་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
ཡོན་ཏན་སོགས་བཤད་ནས་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཕན་གངག་དགོས་གསུངས་པ་རེད།  
**བླ་མ་ཉིད་ཀྱང་སྤྱོད་ལམ་གཟབ། །གལ་ཏེ་ཏན་གན་ཟུར་འཕྲིག་ན། །སློབ་ཅུང་དད་**  
**ལོག་རྩ་མི་དྲོས། །དེ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་གཞན་མི་འགོ།** །ཞེས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་  
སློབ་མ་གསར་བ་སྤྱོད་བའི་ཆོ་བླ་མ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྤྱོད་ལམ་གཟབ་པར་བྱ་དགོས།  
གལ་ཏེ་མ་སློན་པའི་སློབ་མས་མཐོང་ཆོས་མི་རུང་བའི་ཏན་གན་གསང་བ་བསྟན་པས་ཟུར་  
འཕྲིག་ན། སློབ་ཅུང་གི་སློབ་མི་བརྟན་པ་དང་། སློབ་མི་རྒྱུད་པས་དད་པ་ལོག་ཤོར་  
ནས། རྩ་མི་དྲོས་ཞེས་རྩ་ཁོག་བཅའ་བས་མི་ཆོག་པར་རྩ་མེ་ལ་བསྐྱེད་ནས་རྩ་སོ་  
བཏང་དགོས། དེ་རྩ་སོ་མ་བཏང་ན་སྤྱི་མེད་པས་རྩ་ཁོག་ཆག་འགོ། དེ་དང་འབྲུག་  
སློབ་མའི་རྒྱུད་སློན་དགོས། སློབ་མའི་རྒྱུད་མ་སློན་པ་དེ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་གཞན་མི་འགོ་  
སྟེ། རྒྱུད་ལོག་ལྟས་ལྟར་ནས་མ་རུངས་པར་བྱུར་སོང་ན་ཆོས་བྱེད་ལོག་ལྟ་ཅན།  
ཆོས་བྱེད་ཆོས་ཀྱིས་མི་སྤུལ་བས་ན་བྱིན་རྒྱབས་གཞན་མི་འགོ་བར་འབྱུང་། ཞེས་  
གསུངས་སོ། །**དེའི་ཕྱིར་རྩུལ་འདི་ལྟ་བུའི་སེམས་སྤྱོད་ལུགས་ནི་ལས་དང་པོ་བསློ་**  
**སྤྱོད་བའི་ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པར་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་ལ།** དེས་སྡོན་འགྲོའི་ཆོས་  
ཀྱིས་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལས་སུ་རུང་བར་བྱ་སྟེ། **དངོས་གཞིའི་ཆོ་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་ནི།**  
**རྒྱུད་སྤྱོད་གསལ་དེ་ཉིད་ལས། རྩ་ཇི་ཆོག་རྟེན་བཀོལ་ལ་བཤད། །རྒྱུད་**  
**དཀྲུགས་པ་རྣམས་བསྐྱེདས་ལ་བཤད། །ལུང་གཙུག་པ་རྣམས་བརྒྱུངས་ལ་**

བཤད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱུད་ཀྱི་དོན་མེད་ཆོག་ཀླད་དེ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཀྱིས་བཤད་པ་  
 དང་། རྒྱུད་འབྲེལ་བས་བཤད་པ་དང་། རྒྱུད་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱིས་བཤད་པ།  
 རྒྱུད་མན་ངག་གིས་བཤད་པ་སྟེ་བཞི་པོ་འམ། ཡང་ན་གང་རུང་གིས་བཀོལ་ལ་བཤད་  
 དགོས། རིགས་ཆད་དང་གཟུ་ལུས་ཅན་ལ་གསང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུད་དཀྱུགས་ཡོད་པ་  
 རྣམས་དཀྱུས་སུ་བསྐྱེབས་པ་འམ་བསྐྱིགས་ཏེ་བཤད་དགོས། གཤམ་སྤྱི་ལུང་  
 གཙུག་པ་རྣམས་ཚུར་བསྐྱེདས་ཤིང་བརྒྱུདས་ལ་ཐད་བྱང་དུ་བཤད། ད་དུང་གཤམ་པ་  
 མདོན་དུ་སྤྱང་ནས་བཤད་པ་སོགས་སྒྲོན་བཞི་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོན་ནས་བཤད་དགོས་  
 སོ། །**ཁྲ་པོར་དགོངས་དང་ལྷེ་མས་པོར་དགོངས། །མ་འོངས་འཇུག་དོན་**  
**དགོངས་པ་དང་། ཁྲ་དོན་ངེས་དོན་སྣིང་པོའི་དོན། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་དོན་**  
**ཆོག་རྣམས། །རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་སྟེལ་བཤད། །ཅེས་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་གསུང་**  
**ཁྲ་པོར་དགོངས་པ་དང་། ལྷེ་མ་པོར་དགོངས་པ་དང་། མ་འོངས་མོས་པས་**  
**འཇུག་པའི་དོན་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་དང་། དགོངས་གཞི་དགོས་པ་དངོས་**  
**ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་ཆང་བའི་བྱང་དོན་དང་། དེ་ལས་ལྷོག་པ་ངེས་དོན་སྣིང་པོའི་**  
**དོན་ཟུང་འཇུག་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རྒྱུད་དོན་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་གྱི་ཆོག་རྣམས། བརྒྱད་**  
**གསུམ་བར་མ་ཆད་པའི་རྒྱུད་དང་། བཀའ་བསྟན་ཆད་མའི་ལུང་དང་། སྤྱམ་དམ་**  
**པའི་མན་ངག་རྣམས་སོ་སོར་སྟེལ་བཤད་དགོས། ལྷན་ནག་མཛུབ་གཡུག་མ་སོང་**  
**བར། །སྒྲོབ་བུའི་རྒྱུད་ལ་ཐེབས་པར་གདབ། །དམུས་ལོང་མིག་སྟེང་བཞིན་**  
**དུ། །ལག་ལེན་སྒྲོང་བས་ཡིད་ཆེས་འཇུག །ཅེས་ལྷན་ནག་གི་ནང་གི་མཛུབ་**  
**གཡུག་གིས་ལག་བརྟེད་ན་བརྟེད་འཕྲོད་པའི་དོན་མི་འགྲུབ་པས། དེ་ལྟ་བུར་མ་སོང་**  
**བར་སྒྲོབ་བུའི་རྒྱུད་ལ་གོ་བརྟེད་འཕྲོད་ངེས་དང་། བན་ཐོགས་ངེས་ཀྱིས་མན་ངག་**

ཐེབས་པར་གདབ་དགོས། དཔུས་ལོང་ལ་དཀར་པོ་སོགས་ཇི་ལྟར་བཤད་རུང་གོ་བར་  
མི་འཕྲོད་ཀྱང་། མིག་ཕྱིས་ནས་བསྟན་ན་ཇི་བཞིན་དུ་གོ་བྱུང་པ་བཞིན་དུ། གོ་བར་  
འཕྲོད་ངེས་ཀྱིས་ལག་ལེན་མྱོང་བའི་སློན་ནས་དམར་བྱིད་བྱས་ཏེ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དུ་འཇུག་  
སྒྲ་མ་རང་ལ་མྱོང་བ་མེད་ན་ཁ་རྒྱུང་པས་བཤད་ན་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཐོགས་དཀའ་བས་ན།  
མྱོང་བའི་སློན་ནས་བཤད་པས་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དུ་འཇུག **ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།**  
ཞེས་པ་འདི་ནས་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་དོན་བཀའ་བ་རེད། གསང་སྤྲུགས་**དྲི་ཇེ་འི་ཆོག་རྒྱུད་**  
**རྣམས་**ཆོག་བརྒྱུད་ཅུ་མ་མ་ཡིན་པར་**དོན་བརྒྱུད་ཀྱི་**བྱིན་རྒྱབས་འཕོས་པས་**དགོངས་པ་**  
མྱོང་བརྗོད་དུ་བྱུང་བ་རིག་ཅུ་ལ་ཇི་སྟེད་མ་བྱེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཀའ་དགོས་ཏེ།  
མདོ་སྟུང་པ་ལས། འཆད་དང་རིག་པ་དག་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་པ་དང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། དགོངས་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་བཀའ་ཡིན་  
པས་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་དགོས། **དེ་ཡང་རྒྱུད་གོང་འོག་བསྐྱོལ་ཏེ་དཀྱུག་པ་རྣམས་**  
**དཀྱུག་སུ་བསྐྱེབས་ཏེ་མུ་ཉིག་བལྟར་ལ་བརྒྱུས་པ་བཞིན་དུ་དཀྱུག་སུ་བསྐྱེབས་ཏེ་བཤད།**  
**ལུང་གཙུག་གི་མི་མངོན་པ་རྣམས་སྤྱལ་གྱི་མདུད་པ་བརྒྱུད་པ་ལྟར་བསྐྱུང་ལ་བཤད།**  
**མན་ངག་གཤམ་པ་ལུགས་ལ་གོ་དགོས་པ་རྣམས་ཉི་མས་སྟན་པ་བསལ་བ་བཞིན་དུ་མངོན་**  
**དུ་སྤྱང་ནས་བྱང་ངེས་ལྷེ་དགོངས་ཀྱི་ལུང་དོན་རིགས་པས་འབྱེད་པ་ལ།** ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་ཕབ་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས། དང་པོ་ཐོས་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཇལ་བྱེད་རིན་ཆེན་ལྷེ་མིག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། གཞལ་བྱ་  
དམ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་ཡིན་ལ།  
དེའི་ནང་ནས་སྐབས་འདིར་བཤད་པའི་བྱང་ངེས་ཀྱི་ཐད་ལ་བསམ་ན། མདོ་སྟེ་གང་  
དག་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྟན་པ་བྱང་དོན། འབྲས་བུ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དུ་



སྟོན་པ་ངེས་དོན་ལ་གོ། མདོར་ན་གཤིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་དེ་སྟོན་པའི་མདོ་  
རྣམས་ངེས་པའི་དོན་དང་དེའི་མདོ་སྟེ། གཤིས་དེ་ལ་འདུག་པའི་ཐབས་སུ་ཐབས་མང་  
པོས་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་འབྲེན་པའི་ཆོས་མ་དག་འབྲུལ་པ་དང་དེའི་དབྱེ་བ་སོགས་སྟོན་པ་  
ཐམས་ཅད་དྲང་དོན་དང་དྲང་བའི་ཆོས་ཞེས་བྱ། དྲང་ངེས་ཀྱི་དོན་འདི་ཆོས་རྣམས་ལ་  
བལྟ་བའི་མེ་ལོང་དང་འབྱེད་པའི་ལྗེ་ལྷ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལྗེ་མ་དགོངས་ཞེས་གསུངས་  
ན་གསུལ་བྱའི་གང་ཟག་དེ་དོན་གང་ལ་དགའ་ཞིང་མོས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡང་དག་པའི་  
ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་དུ། དེ་དང་ཚུལ་མཐུན་ནའང་དོན་མི་མཐུན་པའི་སྟོན་ནས་ཁ་  
དྲངས་ཤིང་ལམ་ལ་གཞུག་པའི་ཐབས་སྟོན་པ་རེད། འདི་ལ་ཞུགས་པ་ལྗེ་མ་པོར་  
དགོངས་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་ལྗེ་མ་པོར་དགོངས་པ། བསྐྱར་བ་ལྗེ་མ་པོར་  
དགོངས་པ། གཉིན་པོ་ལྗེ་མ་པོར་དགོང་པ་སྟེ་རྣམ་པར་བཞིར་གཞུང་རྣམས་ལས་  
གསུངས་ཡོད། ཞུགས་པ་ལྗེ་མ་དགོངས་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ལ་གཟུགས་  
ཡོད་དེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་གོ་ཆོད་ལ་དོན་ལ་གྲུབ་པར་གོ་བས་འདུག་  
པ་ན། འཆད་པ་པོས་སྒྲུང་ཚུལ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་དང་།  
མཆོན་ཉིད་ལྗེ་མ་དགོངས་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཀུན་  
བཏགས་གཞན་དབང་ཡོངས་གྲུབ་གསུམ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུམ་བསྟན་པ་ལྟ་བུ་རེད།  
གཉིན་པོ་ལྗེ་མ་དགོངས་ནི། འགའ་རེས་ཤྲ་ལྷ་ཐུབ་པ་སྐྱེ་བོངས་རྒྱུང་བ་དང་། སྐྱེ་ཆོ་  
སྤང་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་པ་གཞན་ལས་རྒྱུང་བ་དམན་པ་ཞིག་གོ་སྟོན་ནས་བརྟན་པ་  
ལ་དགོངས་ནས། སྟོན་པས་ང་དེའི་ཆོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམ་པ་གཟིགས་སུ་གྱུར་  
ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། དེའི་ཆོ་ཉན་པ་པོས་གཟུགས་སྐྱེ་མཉམ་པར་གོ་ཞིང་།

འཆད་པ་པོས་ཚོགས་ཚོགས་པར་མཉམ་པ་དང་། ཚོས་སྐྱོ་ཐོབ་པར་མཉམ་པ་དང་།  
འགྲོ་དོན་མཛད་པར་མཉམ་པ་གསུམ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་སོ། བསྐྱར་བ་ལྷེམ་  
དགོངས་ནི། ཚོས་འདི་དང་འདི་ནི་གོ་སྐྱོ་བས་ཕྱ་ཆེན་ཞིག་ཅི་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད་བསམ་པ་  
ལ་དགོངས་ནས་དེ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར། ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དགའ་པའི་ཚུལ་དུ་བསྐྱར་བ་  
སྟེ། དཔེར་ན། ས་དང་མ་ནི་གསལ་ད་བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་པོ་གཙང་སྤྱ་ཅན་གཉིས་  
དང་། །ཡུལ་འཁོར་སྒྲོར་བཅས་བཅོམ་པ་ན། །མི་དེ་དག་པ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། །ཞེས་པའི་ཚིག་གི་དོན་དེ་གཞན་དུ་བསྐྱར་ཏེ། འཁོར་བ་འདུ་བྱེད་པས་  
སྟེད་ལེན་གཉིས་པ་མ་གཉིས་དང་། ཀུན་གཞི་བག་ཆགས་སྤྱ་ཚོགས་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་  
པས་རྒྱལ་པོ་དང་། བླ་མ་ཟེ་འཇིག་ལྟ་དང་། མཚོག་འཛིན་གཉིས་གཙང་སྤྱ་ཅན་  
གཉིས་དང་། བྱང་གི་སྤྱོད་མཆོད་གཟུང་འཛིན་དང་བཅས་པ་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ནི་  
ཡུལ་འཁོར་སྒྲོར་དང་བཅས་པའོ། །དེ་དག་བཅོམ་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ཡིན་ཞེས་པ་བསྐྱར་  
ཏེ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་དེས་ལྷེམ་དགོངས་ཀྱི་ལུང་དོན་རིགས་པས་  
འབྱེད་པ་ལ། **སྤྱ་འགྱུར་བཀའ་བབས་ཀྱི་རྒྱ་པོ་བཞི་དང་མདོ་རྒྱ་མེམས་གསུམ་གྱི་**  
**བཤད་པའི་རྒྱན་མཉམས་པ་**ཞེས། སྤྱ་འགྱུར་དང་ཕྱི་འགྱུར་ཟེར་བ་འདི་འགྱུར་སྤྱི་ཕྱི་  
ཁྱད་པར་གྱི་ཐོག་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། དེའང་གསལ་སྤྱགས་བོད་ལ་འགྱུར་སྤྱི་  
ཕྱི་ཕྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་རེད། བཀའ་ཅོག་ཞང་གསུམ་དང་བེ་རོ་ཅན་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་  
བ་ལ་སྤྱ་འགྱུར་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་རྒྱན་ཆད་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ལ་ཕྱི་འགྱུར་  
ཟེར། དེས་ན་སྤྱ་འགྱུར་རྟིང་མ་ཕྱི་འགྱུར་གསལ་མ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་ཐོགས་པ་རེད།  
རྟིང་མའི་ལོ་རྒྱུ་མེས་མཚན་གཏི་དང་། གསལ་མའི་ལོ་རྒྱུ་ཐོག་མ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་  
རེད། སྤྱ་འགྱུར་བས་སྤྱ་འགྱུར་དེ་ཆེ་བ་དུག་གིས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཞེས་

གསུངས་ལ། ཆེ་བ་དྲུག་ནི། སྒྱུན་འབྲེན་ཡོན་བདག་གི་ཆེ་བ། བསྐྱར་ས་  
གནས་གྱི་ཆེ་བ། བསྐྱར་བྱ་ཆོས་གྱི་ཆེ་བ། སྐྱུར་བ་པོ་ལོ་རྩེ་ཆེ་བ། སྐྱུར་བྱེད་  
པ་རྩེ་ཏའི་ཆེ་བ། ལུ་རྟེན་མཆོལ་གྱི་ཆེ་བས་འཕགས་པ་རིང་བོ་མ་ཆོས་གྱི་བཟང་པོས་  
གསལ་བར་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་རེད། བཀའ་བབ་གྱི་ཚུ་བོ་བཞི་ཞེས་པ་ནི།  
སྐྱུར་བཀའ་བབ་ཞེས་པ་དེ་དམ་པའི་ཆོས་སྒྲོ་དམིགས་བསལ་དེ་ལ་གཞན་མཚུངས་བྲལ་  
བའི་ནང་བྱན་ཆུད་དེ། དེ་ཉིད་འཆད་སྟེལ་སྒྲོམ་སྐྱུབ་གྱི་བྱེད་པོར་གྱུར་པ་དང་།  
དེའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་སྐྱུ་རེད་བསམ། དཔེར་ན།  
ཆེ་མཆོག་སྐྱུབ་པ་བཀའ་བརྒྱད་ལ་བཀའ་བབ་གྱི་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལ།  
འཇམ་དཔལ་སྐྱུ་ཡི་བཀའ་བབ་རིག་འཛིན་འཇམ་དཔལ་གཤེས་གཉེན། པར་གསུང་  
གི་བཀའ་བབ་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་སྤྲུགས་གྱི་བཀའ་བབ་སྟོབ་དཔོན་རྩ་  
ཆེན་ཀུ་ར། བདུད་རྩི་ཡོན་ཏན་གྱི་བཀའ་བབ་དྲི་མེད་བཤེས་གཉེན། ཡུར་པ་ཕྱིན་  
ལས་གྱི་བཀའ་བབ་སྤྲ་བྱ་ཏམྟ། རོད་གཏོང་མ་མའི་བཀའ་བབ་རྩ་ན་སྤྲ་བྱ་གྱི་ཏ།  
འཇིག་རྟེན་མཆོད་བསྟོད་གྱི་བཀའ་བབ་གྲུ་བྱ་ཅོམ། དམེད་པ་དག་སྤྲུགས་གྱི་བཀའ་  
བབ་ཤེལ་བྱེད་གསྒྲུ་རྣམས་ཡོད་པ་བཞིན། འདི་ན་བཀའ་བབ་གྱི་ཚུ་བོ་དམིགས་གྱིས་  
བཀའ་འོང་དུས། ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་མ་དང་། རྗེས་སུ་གནང་བའི་  
གཏེར་མ། དྲིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་དག་སྤྲང་མ། དེའང་ཟབ་རྒྱས་གཉིས་གྱི་ཐོག་  
ནས་རྒྱ་ཆེ་བ་བཀའ་དང་། ཟབ་པ་གཏེར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བཙི་རྒྱུ་རེད། བརྒྱད་ཚུལ་  
གྱི་དབང་གིས་རིང་བརྒྱད་བཀའ་མ་དང་ཉེ་བརྒྱད་གཏེར་མ། ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་དག་སྤྲང་  
གི་ཆོས་སྒྲོར་ཞེས་གསུངས་སྟོལ་ཡོད། མདོར་ན་སྤྲ་འགྱུར་བཀའ་གཏེར་གཉིས་ཞེས་  
སྤྲུགས་པ་ཡིན་ན་དེའི་ནང་གི་གཏེར་མ་ལའང་། ས་གཏེར་དང་། ཡང་གཏེར།

དགོངས་གཏེར་སོགས་དང་། བྱེད་པར་སྒྲན་བརྒྱད། དག་སྒྲུང་། རྩེས་བྲན་ཏེ་  
དེ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་འགྱུར་བཀའ་གཏེར་དག་སྒྲུང་གི་ཆོས་ཟེར་བ་རེད། དེ་དག་གི་  
མཚན་གཞི་བཞག་ན། མདོ་སྦྱོ་སེམས་གསུམ་ལྟ་བུ་བཀའ་མ་དང་། གཏེར་མ་ནི་  
སྒྲ་མ་བསྟན་གཉིས་སྒྲོར་གསུམ་ལྟ་བུ་ས་གཏེར། ཅ་གསུམ་བྲིལ་སྦྱབ་ལྟ་བུ་ཡང་  
གཏེར། ཡག་མེད་སྒྲིང་ཐིག་ལྟ་བུ་དགོངས་གཏེར། ཡུར་པ་དུང་ཐིག་ལྟ་བུ་སྒྲན་  
བརྒྱད། སྦྱ་གསུམ་རིགས་འདུས་ལྟ་བུ་དག་སྒྲུང་། ལྷེ་བཙུན་སྒྲིང་ཐིག་ལྟ་བུ་རྩེས་  
བྲན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཚུ་བོ་བཞིའི་ཁོངས་སུ་བསྟུན། གོང་དུ་ཞུས་  
པ་ལྟར་དཀྲུག་བཤད་གཞུང་གི་ཚུ་བོ་འགྲེལ་ཁྲིཀ་སྒྲོང་ཐུན་དང་བཅས་པ། སྒྲིན་བྱེད་  
དབང་བཞིའི་ཚུ་བོ་བསྐྱར་ཐབས་དོ་སྒྲོད་དང་བཅས་པ། སྒྲན་བརྒྱད་གདམས་པའི་ཚུ་  
བོ་གནད་ཡིག་དམར་ཁྲིད་དང་བཅས་པ། ཡུག་བཞེས་སྒྲིན་སྦྱབ་ཀྱི་ཚུ་བོ་བསྟན་སྒྲུང་  
བྲག་སྒྲགས་དང་བཅས་པ་ལ་སྤྱི་འགྱུར་བཀའ་བབ་ཀྱི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི་ཞེས་གསུངས།  
དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་འགྱུར་བཀའ་བབ་ཀྱི་ཚུ་བོ་བཞི་དང་མདོ་སྦྱོ་སེམས་གསུམ་གྱི་བཤད་པའི་  
རྒྱུན་མ་ཉམས་པར་ཀུན་མཁྱེན་དག་གི་དབང་པོའི་མན་དག་གི་བསྟན་བཅས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་  
བུ་ལས་བཤད་དགོས་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། བཀའ་བབ་ཀྱི་ཚུ་བོ་བཞིའི་ནང་  
གསེས་ཀྱི་མདོ་སྦྱོ་སེམས་གསུམ་ཏེ་མདོ་དགོངས་པ་འདུས་པ། རྒྱུད་སྦྱོ་འཕྲུལ་བྱ་བ།  
སེམས་ཕྱོགས་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་སྦྱེ་མདོ་སྦྱོ་སེམས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། རང་རྒྱུད་ཡོ་  
ག་རྣམ་གསུམ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན། ཕྱི་བསྐྱེད་པ་མ་རྒྱ་ཡོ་ག་ལ་རྒྱུད་སྦྱེ་དང་།  
སྦྱབ་སྦྱེ་གཉིས་སུ་བཤད་ཡོད་པ་ལས། རྒྱུད་སྦྱེ་འདྲ་ཡིན་ན་རྒྱལ་སྐྱེས་སེམས་དཔས་  
རིགས་གསུམ་སེམས་དཔའ་ལ་བཤད། རིགས་གསུམ་སེམས་དཔས་ལྟ་བུ་གཞོན་  
བྱིན་ལ་བཤད། སོ་སེའི་འཁོར་འབྲུམ་སྦྱེ་དང་བཅས་པ་གྲོལ་བའི་སར་བཞག་པ་རེད།

སྒྲིམ་ཡང་གསང་བདག་གིས་གནས་རི་བོ་མ་ལ་ཡའི་ཕྱེར་མི་དང་མི་མིན་གྱི་བྲ་མ་ལུ་ལ་  
བཤད་པས། སྒོ་འགྲོ་སྒྲིམ་ཐབས་ལྟར་གྱིས་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲིགས་བམ་ལ་བཀོད་ནས་  
དེ་ནས་མཁའི་གྲོང་དུ་རྒྱས་བཏབ་པ་ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཇི་ཁང་ཐོག་ཏུ་བབ་ནས་དར་བ་རེད།  
སྒྲིབ་སྒྲེ་ནི་འོག་མིན་ན་ཀུན་བཟང་ཆེ་མཆོག་ཏེ་རུ་ཀས་ཆོས་ཉིད་གྱིས་རང་སྒྲིམ་གསུངས་  
པ་ཉིད་རིག་འཛིན་དོན་ཆོས་གྱིས་བསྐྱུས་ནས་སྒྲིགས་བམ་དུ་བཀོད་པ་དེ། མཁའ་  
འགྲོ་མ་ལས་གྱིདབང་མེ་ཆོས་སྤྱི་རྒྱུད་དང་། སྒོ་འགྲོ་རྒྱུད་ཆང་མ་རིན་པོ་ཆའི་སྒོ་འགྲོ་  
བཅུག་ནས་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་བདེ་བྱེད་བཅུགས་པར་གཏོར་དུ་སྒྲིམ་པ་རེད། དུས་ལ་  
བབ་པའི་ཆོ་བྱེད་བྲག་གིས་སྒོ་མ་བུ་རིག་འཛིན་བརྒྱུད་དང་། སྤྱི་རྒྱུད་རིན་ཆེན་ཀུན་  
འདུས་གྱི་སྒོ་མ་བུ་དེ་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོར་གཏད་པ་རེད། དེ་དག་མ་རྒྱ་ཡོག་གི་རྒྱུད་སྒྲེ་  
དང་སྒྲིབ་སྒྲེ་བཤད་པ་རེད། རང་ལུང་ཨ་ལུ་ཡོག་ནི་དམ་པའི་རིགས་ཅན་བྲ་མ་ལུས་  
སྒྲིགས་བཅུའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་གདུང་ཆོག་ཉེར་གསུམ་བཏོན་པའི་ཆོ།  
དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྐྱགས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་བས་གསང་བའི་བདག་པོ་  
དངོས་སུ་བྱོན་ནས་གསུངས་པས་རིམ་པར་དར་བ་རེད། གསང་བ་མན་ངག་ཨ་ཏི་ཡོ་  
ག་ནི། སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་གྱི་ལྷ་ཡུལ་དུ་ལྷ་དེ་བ་བཟང་སྒྲིང་གི་བུ་ལྷ་བུ་སེམས་ལྷག་  
ཅན་ལ། དོན་སེམས་དཔས་དབང་བསྐྱར་མན་ངག་བྱིན། གནས་དེ་ནས་འཕོས་ཏེ་  
འཛམ་བུ་གླིང་དུ་རིག་འཛིན་དགའ་རབ་དོན་ཆེར་འབྱུངས་པ་ལ་གསང་བདག་དཔའ་བོས་  
རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྒྲིགས་གྱིདབང་བསྐྱར། གྲོང་ཆེན་ཉི་མེ་སྒྲིགས་རྒྱུད་གཏད་དེ་རྒྱུད་  
ལུང་མན་ངག་ཀུན་གྱི་བདག་པོར་མངའ་གསོལ། དེ་ནས་ཉི་མ་སྒྲིང་བྱེད་མི་ལོ་ཉི་ལུ་  
ཐམ་པར་བསམ་གཏན་ལ་བཞུགས། སྤྱི་ཉི་གཞིན་ལྷ་བུར་གྱུར་ཏེ་ནམ་མཁའ་བྱ་བྱེད་  
མཛད་དུས། རྒྲིགས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་འབུམ་སྐྱག་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་གདོད་ནས་སྐྱགས་ཐོག་

ཏུ་ཡོད་པར་ཞལ་འདོན་མཛད་པ་དེ་ཉིད། མཁའ་འགྲོ་མས་བསྐྱུས་ཏེ་ཡི་གེར་བཀོད་  
ནས་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིན་ལ་བརྒྱད། དེས་སེམས་གྲོང་མན་ངག་གསུམ་དུ་  
ཕྱེས་ནས་ཕྱི་སང་རྟ་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་སྐྱབ་སོགས་ལ་བརྒྱད། ཕྱི་སང་རྟས་མན་ངག་  
གི་སྤེལ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་ཡང་གསང་བླ་མེད་ཀྱི་སྐྱོར་བཞིར་ཕྱེས་ནས་པད་འབྱུང་དང་།  
བི་མ་ལ། རྒྱུ་ན་སུ་ཏུ་སོགས་ལ་བརྒྱད་དེ་རིམ་བཞིན་བོད་ལ་དར་བ་རེད། དེ་སྤྱིར་  
ཐིག་བཀའ་མ་ལྟར་བཤད་པ་རེད། གཏེར་མའི་དབང་དུ་འཆད་ན། ཕྱི་སང་རྟས་  
ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོར་དང་། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས་དམ་ཆོས་མི་རྣམ་པ་དང་། གདམས་  
ངག་མི་འཆུག་པ། བྱིན་རྒྱབས་མི་ཡལ་བ། བརྒྱད་ཐག་ཉེ་བ་སྤེལ་བཞི་ལ་དགོངས་  
ཏེ། རྒྱུད་ལས་སྐྱབ་ཐབས་དང་། སྐྱབ་ཐབས་ལས་མན་ངག་མན་ངག་ལས་  
ལག་ལེན་ལ་གདབ་སྟོ་མ་འོངས་པ་ན་འདོན་པར་དབང་བའི་ལས་ཅན་སོ་སོ་ལ་སློན་ལམ་  
དབང་བསྐྱུར། གཏད་རྒྱ་ལུང་བསྟན་དང་བཅས་པར་གནད་ནས་མཆོན་བྱ་དོན་གྱི་  
མན་ངག་སྐྱ་གསུམ་རང་བྱུང་གི་སློམ་བུ། མཆོན་བྱེད་ཆོག་གི་གཏད་རྒྱ་སྐྱ་གསུམ་  
ཐུགས་ཀྱི་རྟེན། རྒྱུང་གྲོལ་དམ་ལྡན་དང་བཅས་པ་གཏེར་གནས་འབྲུ་མི་འབྲུ་འབྱུང་  
དེས་རྒྱ་ཡི་བདག་ཉིད་སྤྲས་པ་དེ། འགྲོ་དོན་དུས་ལ་བབ་པ་ན་སློན་ལམ་ལས་ཅན་གྱི་  
སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་པར་གཏེར་ནས་བླངས་ཏེ་སྤེལ་བ་དེ་ལ། སྤྱིར་གཏེར་རིགས་  
བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལས། དེའི་ནང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཐབ་མོ་དགོངས་པའི་གཏེར་  
ཡིན། དངོས་ཉམས་མྱི་ལམ་གསུམ་གྱིས་རབ་འབྲིང་ཐགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྱུང་རྒྱ་  
ཞིག་ཡིན་ན། ང་ཆོའི་བོད་གངས་ལྗན་ས་ལའི་ལྗོངས་ཀྱི་དགའ་རབ་དཔའ་བོ་གཉིས་  
པ་གསང་ཆེན་བསྟན་པའི་ཤིང་རྟ་བ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱུགས་པ་ནི།  
རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་མཛོད་གསང་བའི་གཏེར་ལ་མངའ་བཞུགས། མཁའ་རབ་



མཚམས་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་མཚམས་སོ་སོར་**ཇི་ལྟར་བཤད་པའི་ཚིག་ཐམས་ཅད་དོན་ཐོག་ཏུ་**  
**ཇི་ལྟ་བུའི་བསྐྱེད་པའ།** ཞེས་ཚིག་གིས་ལོ་མས་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་འབྲས་བུ་མི་སྤྱིབ་པར་  
དོན་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟ་བུའི་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པའི་མཁས་པར་བྱ་སྟེ། ཚིག་བརྒྱ་  
བཤད་གྱི་སྤྱིང་པོ། ལོ་མ་བརྒྱ་སྐྱེད་གྱི་མར་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར། **བསྐྱེད་པའི་**  
**དམིགས་གནད་དོ་མའི་ཐོག་ཏུ་ཇི་ལྟ་བུའ།** དེའང་སློབ་བུའི་རྒྱུད་དང་བསྐྱེད་ཏེ་དེའི་  
རྒྱུད་ལ་འབྲས་པའི་བསྐྱེད་པའ། ཚོས་འཆད་པ་པོ་སློབ་དཔོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་འཆད་པའི་  
**སྐྱབས་ཅི་རིགས་པར་གང་ལ་གང་ལོས་སུ་གྲུབ་ཐོབ་**དམ་པ་**གོང་མའི་**དོ་མཚར་པའི་**ལྷ་**  
**པར་ཐར་པ་དང་།** དགོས་པ་མེད་པར་བྱ་རྟེན་སོ་བརྟག་གི་བསྐྱེད་པའི་ལྟ་བུ་དང་།  
འབྲེལ་བ་མེད་པར་འབྲེལ་ཤར་སྒྲོར་བཞག་ནས་སྤྱད་ལུབ་སྒྲོར་འཕངས་པ་དང་འབྲེལ་བ།  
དགོས་འབྲེལ་གཉིས་ཀ་མེད་པར་ཕྱི་རོལ་པའི་གཞུང་བྲམ་ཟེའི་རིག་བྱེད་ལྟ་བུ་རེད།  
དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་ལ་མ་ཡིན་པར་དགོས་པ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་  
ལུས་པ་དང་། འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཀའ་དང་སྐྱབས་  
དོན་ལ་འབྲེལ་བ། དེ་ལྟ་བུའི་དགོས་འབྲེལ་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་སྤྱད་རྒྱུད་དམ་  
གཏམ་རྒྱུད་**དོ་མཚར་བ་**བཤད་པས་སློབ་མ་གཉིད་དང་ཉན་མི་མོས་པའི་**བྱིང་བ་བསང་**  
**ཞིང་།** མཚམས་རེར་**སློབ་བུའི་སྤྱོད་མཚར་**ངན་པ་ཐད་ལ་**འདོན་པ།** དཔེར་ན་གྲོང་  
ཆེན་པའི་གསུང་ལས། རྒྱུ་ལ་ཁམས་འདུས་མེ་ཏོག་གི་ཕྱིང་ལྷན། རྒྱུ་ལ་ཁམས་  
འདུས་ཀ་ཁ་སྐྱེད་ལྟ་བུས་སློབ་མའི་སྤྱོད་མཚར་ཐད་ཀར་འདོན་པ་དང་། དཔེར་ན།  
ཏེ་ལོ་པས་ན་རོལ་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་བྱིན་སྐྱབས་འཕྲོས་པ་སོགས་དང་འབྲེལ་བ། མདོར་  
ན་ཐམས་ལྷོ་ཚོགས་ཀྱིས་སློབ་མའི་རྒྱུད་འདུལ་པའི་མན་ངག་ལ་མཁས་པར་བྱས་པས་  
སུ་ཚུའི་སློབ་པོར་ལས་**སུ་ཚུའི་བྱིང་བ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པའི་ཐུགས་རྟེན་**དང་མཁྱེན་གཉིས་ཀྱི་ཡེ་





ནས་ངེས་པར་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས། ཚིག་གི་སྒྲིམ་པས་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་མི་གོ་བར་མི་  
བྱེད་པར་བསྒྲིམ་བྱའི་དམིགས་པའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་བརྟན་པར་བྱེད་དུ་གཞུག་དགོས་པ་དང་།  
ཡར་བཤད་མར་བཤད་སྤྱིང་པོ་གང་ཡིན་མི་གོ་བ་ཞིག་བྱེད་ཉན་པ་མ་རེད། ཐོས་པ་  
རྒྱུད་པའི་གོ་ཡུལ་བཤད་ཡམ་རྒྱུད་པར་མ་སོང་བར་ཁ་བཤད་ལག་ལེན་མེད་པ་ཞིག་མི་  
བྱེད་པར་བསམ་བྱའི་གོ་བ་དེ་དོན་གྱི་སྤྱིང་ན་ལེན་དུ་གཞུག་གོ། **སྐབས་སུ་རྒྱུད་རྒྱུད་**  
**ལ་སོགས་པ།** **།དོ་མཚར་གཏམ་གྱིས་བྱིང་བ་བསྤིང་།** **།སློབ་བུའི་སྦྱོན་མཚར་**  
**འདོན་པའི་ཕྱིར།** **།སྦོན་གྱི་རྒྱུད་རྒྱུད་ལྡེའུ་རྒྱུད་བརྟེན།** །ཅེས་ཚེས་ཚན་རིང་དགས་  
ནས་སློབ་མ་བྱིང་རྒྱག་འཐེབ་པའམ། ཡང་ན་གོ་དཀའ་བས་སྦྱིད་ལུག་པའི་ཚོ་མི་གོ་  
བ་ན་ངལ་བ་བསོད་དང་། སློབ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱུད་རྒྱུད་ལེགས་པ་སྟན་ཞིང་དོ་  
མཚར་བའི་གཏམ་གྱིས་སློབ་བུའི་བྱིང་བ་བསྤིང་བའམ་སངས་བར་བྱ་བ་དང་སློབ་ར་  
བསྐྱེད་དགོས། སྐབས་དང་སྐབས་སུ་དགོས་པ་ལྡན་དུས། གདམས་པའི་མཚོག་  
མཚར་ལ་རྟོལ་བ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་སློབ་བུའི་སྦྱོན་མཚར་དུངས་ནས་འདོན་པའི་  
ཕྱིར་དུ། དཔལ་སྤྱུལ་ཚར་གིས། སྦྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་མ་རབས་ལད་  
མོ། །སྤྱི་བརྗོད་ཐམས་ཅད་རྟུན་གྱི་འཁོར་ལོ། །འོངས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་སྤྲིག་པའི་  
གཡོ་བཀོལ། །སྤྲིགས་མའི་རང་མཚར་འདི་འདྲ་ལགས་སོ། །ཞེས་སྤྲིགས་མའི་  
རང་མཚར་འདོན་པ་དང་། དམ་སྒྲིམ་འཚོར་ལ་གྲུབ་ཐོབ་སྦྱོད་པ་ཟེར། །ཆགས་  
སྤང་བྱས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་མཆིས་སོ་སྐད། །ལྟན་པོ་འགའ་ཞིག་དེ་ཉིད་བདེན་པར་  
ཅི། །ངན་སྦྱོད་མཁན་ནམས་གཅིག་རྒྱབ་གཅིག་གིས་འཛོ། །ཞེས་དུས་ངན་གྱི་  
རང་རྟགས་ཐད་ལ་འདོན་པ་ལྟར་དང་། སྦོན་གྱི་རྒྱུད་རྒྱུད་ལྡེའུ་ཞེས་རྒྱུད་རྒྱུད་གོང་དུ་  
བཤད་པ་དེ་དང་། ལྡེའུ་ཞེས་པ་བརྟན་ཆིང་ཞིག་རེད། བོན་དང་ལྡེའུ་ཞེས་སྦོན་མོལ་

གོ་རྒྱུ་འདྲ་ཡོད། སྒྲོན་མའི་སྐྱབས་སུ་གཏམ་གྱི་རྒྱས་བཤད་དང་པོར་སྤྱི་དཔ་ཆགས་  
རབས། མགོ་ནག་མའི་བྱུང་རབས། རིགས་དང་རུས་གྱི་མཆེད་ཚུལ་དེ་ཆོ་བཤད་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དག་ཐུབ་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲུབ་བས་སྒོ་སྒྲ་དགོ་བ་ལ་བསྐྱལ་རུས་པའི་ལྟར་  
སྒྲུང་སྟན་དང་དོ་མཚར་བ་དེ་ལྟ་བུ་མཆོམས་སུ་ཤོད་གསུངས་པ་རེད། ལྟེ་འུ་རྒྱུང་ཞེས་  
དོ་མཚར་བའི་གཏམ་སྒྲུང་ཐེར་ནི་ཨོ་ཡིན་ན། **རྩེས་སུ་བསྐྱོ་བ་སྒྲོན་ལམ་**  
**གདབ། ཀྲུ་ལ་བྱུང་སེམས་བཙེ་ལྟན་གཅེས།** །ཞེས་དམ་པའི་ཆོས་འཆད་ཉན་  
གྱི་སྐྱབས་རྩེས་སུ་དགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་བསྐྱོ་བ་དང་། དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་སྒྲོན་  
ལམ་གདབ། བསྐྱོ་བ་ལ་དགོ་བ་སྒྲོན་སོང་དེ་བསྐྱོ་བ་དང་། སྒྲོན་ལམ་ལ་དེ་ལྟར་  
མ་ངས་པ་ནི་བསྐྱོ་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱི་བྱུང་པར་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །སྒྲུབ་  
དངོས་རྩེས་གསུམ་ཀྲུ་ལ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་གིས་ཕྱིས་ཐིན་ཞིང་། བཙེ་བ་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་  
པོ་དང་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིང་ཉིད་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཅན་  
དེ་ཉིད་དང་ལྟན་པར་ཤིན་ཏུ་གཅེས། ཆོས་འཆད་པ་པོ་དེ་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་ཏུ་  
གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྲུ་དབྱུངས་འཛིག་རྟོན་ལ་བསྐྱུག་དུས་གདུལ་  
བྱའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ཐོས་པས་མ་རིག་པའི་ལུན་པ་སངས། ཆོས་སྒྲོ་མང་པོ་དང་  
གཟུངས་དང་སྒྲོབས་པ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་མང་པོ་ཐོབ་རུས་པ་དེ་ལྟར་བཤད་པ་རེད།  
བཤད་པའི་ཆོ་ཆོས་གྱི་ཆོག་གསལ་དག་སྟན་པའི་སྒྲོན་སྒྲོ་དང་སྒྲུད་པའི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་  
དགོས་ན་དེ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ། མདོར་ན་གདུལ་བྱས་གོ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་  
རྒྱ་ཆེར་བཤད་དེ་ཐེ་ཆོམ་སེལ་དགོས། ཆོས་འཆད་པའི་སྐྱབས་སུ་སྒྲོན་བརྟམ་འཕྲོད་  
པ་ན་གོ་ནི་གོ་ཆོག་དོན་ཅོར་བ་དང་། ཆད་ལྷག་ཤོར་བ་སོགས་དང་། དམ་  
བཅའ་སྒྲོན་མ་དང་ཁས་སྒྲུངས་འགལ་བ་དང་། རང་ཆོག་སྤྱི་འགལ་བ་རང་གིས་

རང་ལ་སྲུང་འབྱོར་བྱེད་པ་དང་། གདུལ་བྱའི་སློང་དང་མི་འཛམ་པ་དེ་འབྲུམ་མི་བཤད་  
པར། བརྟགས་ལ་བ། རྩ་བར་སྟོན་པ། ཚོག་དོན་བཀོལ་མཁས་པས་ཐེ་ཚོམ་  
གཅོད་རྒྱས་པ། དཔེ་དོན་ལ་མཁས་པས་ཉན་པ་པེའི་སློང་འབབ་པ། དེ་གདུལ་  
བྱའི་སློང་དང་འཛམ་ཞིང་ཕན་ཐོགས་རྒྱས་པ་དེ་ལྟར་བཤད་དགོས། དེ་ལྟར་ལག་ལེན་  
སྟོན་མཁས་ན། །སློབ་མ་སངས་རྒྱས་བཞོས་ཐོར་ལ། །དམ་པ་ཚོས་གྱི་རི་མོ་  
ཡོད། །སློབ་མ་སྟོད་ལྷན་གྱི་བཅུག །བཞོས་ཐོར་རི་མོ་དེ་ལ་ཐེབས། །སློབ་  
གསུམ་ལྟ་ལྟར་དགོང་གིས་འབྱུང། །དེ་ལྟར་སློབ་དཔོན་ལག་ལེན་གཅེས། །ཞེས་  
གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་བྱའི་ལག་ལེན་ཚོས་སྟོན་པར་མཁས་ན། །སློབ་མ་སངས་རྒྱས་གྱི་  
སྟོན་ལས་གྱིས་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་འབྲས་བུ་དེ་སློབ་མ་ལའང་དེ་བཞིན་དམ་པ་ཚོས་གྱི་རི་མོ་  
དོད་ཡོད་དགོས་ཏེ། །སློབ་མ་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞོས་ཐོར་ལ་དམ་པ་ཚོས་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རི་  
མོ་ཡོད་པ་དེར་སློབ་མ་སྟོད་ལྷན་གྱི་རྒྱུད་ལས་སུ་རུང་བའི་ས་འདག་གི་སྟོན་བཅུག་པ་ན།  
དེ་ལ་སློབ་མའི་ཞོས་ཐོར་ལ་རི་མོ་ཅི་ཡོད་དེ་ཐེབས་ཏེ་སློབ་མའི་སྟགས་རྒྱུད་གྱི་ཡོན་ཏན་བུམ་པ་  
གང་བྱའི་ཚུལ་དུ་འཕོས་ཏེ་སློབ་གསུམ་གྱི་ལྟ་ལྟར་དགོང་གིས་འབྱུང་བར་འབྱུང། དེ་  
ལྟར་སློབ་དཔོན་གྱིས་སློབ་མ་ཚུལ་བཞིན་སློང་པའི་ལག་ལེན་ནི་གིན་ཏུ་གཅེས་  
སོ། །སློབ་སློབ་མས་སློབ་མ་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ལ་རྒྱུད་ཚོད་དང་སློབ་རིམ་བརྟག་དགོས།  
ཇི་ལྟར་བརྟག་ན་རབ་ལ་མཛོན་པར་ཤེས་པས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་བག་ལ་  
ཉལ་བརྟགས་ནས་ཤེས་པས་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཚོས་བསྟན་དགོས། འབྲིང་ཡིན་ན་  
སློབ་མ་དང་འགྲོགས་ནས་བརྟག་ ཐ་མ་ཡིན་ན་སློབ་མ་རང་ཉིད་ལ་བྱིས་ནས་བརྟག་  
དགོས། དེ་ལྟར་མིན་ན་ཚོས་གཅིག་གིས་སློབ་རིགས་ཐ་དད་པའི་རྒྱུད་གྲོལ་དཀའ་སྟེ།  
སློབ་མའི་རྒྱུད་ཚོད་སློབ་མས་མ་ཤེས་ན་སློབ་མའི་ཚོས་གྱིས་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཕན་དཀའ་སྟེ།

ལ་ལའི་སྒྲན་ལ་ལར་ཕན་བྱེད་ཡིན་ཡང་ལ་ལར་གནོད་བྱེད་འགྱུར་བའང་ཡོད།  
དཔེར་ན། བེའུ་ལུ་ལ་ཕན་པའི་འོ་མ་དེ་སྒྲུལ་ལ་སྒྱུད་ན་གནོད་པའི་དུག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་པས་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དེ་གདུལ་བྱའི་སྒོ་  
དང་བསྟུན་ཏེ། མཛོད་ལས། སྒྱུང་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉིན་པོ་ནི། །ཆོས་ཀྱི་ཡུང་པོ་  
མཐུན་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒོ་ཐམའི་རིགས་  
ཅན་ལ་ཉན་རང་གི་ཆོས་དང་། འབྲིང་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ།  
ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་རྣམས་ལ་གསང་སྤགས་དྲི་རྩེའི་ཐེག་པ་བཤད་དགོས། འོན་ཀྱང་  
གང་ཟག་སྒོ་རིམ་སྒྲ་ཆོགས་ཅན་ལ་ཆོས་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་ཐེག་གསུམ་འགལ་མེད་  
གནད་གཅིག་ཏུ་བྱིན་ཏེ། འོག་མ་ནས་ཡར་གོང་མ་ལ་རིམ་པར་འབྲིད་དེ་ཐབས་ཤེས་  
བྱུང་འདུག་ཆོགས་གཉིས་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོ་འབྲལ་མི་རུང་བར་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེ་ལ་  
འདུག་རྒྱ་ཅན་པོ་རེད། བྱུང་པར་དུ་ལས་དང་པོ་བ་ཡིན་ན་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་སྒོ་  
ལྷོག་གི་ཆོས་བསྟན་ནས་འཁོར་བ་ལས་སྒོ་ལྷོག་འདུག་པ་དང་། འཁོར་བ་ལས་སྒོ་  
ལྷོག་པ་ན་དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཆོས་ལ་སོགས་པ་བསྟན་དགོས་ཏེ།  
དཔེར་ན། བྱིས་པ་རྒྱུད་དུ་ལ་དང་པོ་ལུ་འོ་སྟུན། དེ་ནས་ཟས་བྱིན་ཆོད་ཀྱིས་རིམ་  
ཀྱིས་གསོས་པ་བཞིན་དུ་སྒོ་བ་མ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་དགོས། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
ཆོགས་ཀྱིས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲུ་གསུམ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བྱི་མ་སེལ་དགོས་པས། ཆོགས་གཉིས་  
བསགས་པས་ཁམས་ཀྱི་བྱི་མ་དག་ནས་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ལ།  
སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཉན་རང་གི་ཞི་བདེ་ལས་བསྒྲིག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་པ།  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྲིད་པའི་མཐའ་ལས་གོལ་བ་སྟེ། མངོན་རྟོགས་  
རྒྱུན་ལས། ཤེས་པས་སྲིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །སྟོང་རྩེས་ཞི་ལ་མི་གནས་

པ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཞེས་གོང་དུ་གསུངས་པའི་སྒྲ་གོན་ཉེར་བསྒྲེགས་  
སམ་སྒྱུར་བ་བྲ་སྒྲིག་དང་ལག་ལེན་ཆེན་པོ་དཀའ་ཆོགས་ལ་སྒྲག་ནས་མི་འཛོམ་པ་དང་།  
རྒྱུ་དུ་ཅི་མི་སྒྲམ་པར་མི་འཛོག་པར་ཆེ་སྒྲ་མཐའ་དག་ལ་གཟབ་སྟེ་དེ་འདྲ་ཞིག་གིས་ལོས་  
ཆོག་ དེ་འདྲ་བས་རེད་ལོས་ཡོད་སྒྲམ་པ་སོགས་ཆོས་ལ་དབང་བྱ་བའི་རང་བཟེའི་དྲི་  
མས་མ་སྒྲགས་པ་ཉིད་ཆོས་འཆད་པའི་སྔོན་དུ་སོང་ནས་མཐུལ་འབྲུལ་དུ་གཞུག་  
གོ། །དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་འདི་མི་འགའ་རེས་སྤྱིར་བཏང་གི་རིག་གནས་ཤིག་རེད་  
བསམ་གྱིན་ཡོད་རེད། ད་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནའང་ནང་ཆོས་དེ་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་  
རིག་གནས་ཤིག་རེད་ཟེར་བཞིན་འདུག་ཡིན་ན། འགའ་རེས་རིག་གནས་སྤྱིར་བཏང་  
བ་སྒྱུར་བ་ལྟར་དུ་སྒྱུར་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་བསམ་ནས། བྲིད་ཡིག་ནི་དང་སང་མང་པོ་  
རེད། ཡིག་རིགས་དང་སྐད་རིགས་འདྲ་མི་འདྲའི་སྟེང་ན་ཀུན་སྒྲིང་སྒྲ་ཆོགས་པས་  
བསྐྱུར་བ་ནི་མང་། རྫོགས་ཆེན་ཕུག་ཆེན་ལ་སོགས་པ་ཆོས་གང་གི་བྱ་བ་བྱ་བ།  
མིང་གང་གི་ཆེ་ཆེ་གཉན་གཉན་ཆོང་མ། དབང་མེད་ལུང་མེད་བྲིད་མེད་ཀྱིས་བརྒྱུད་  
པ་གཅིག་ཀྱང་མི་དགོས་པར་བལྟས་ནས་ཚུགས་ཀ་བཏོད་དེ་སྒྲོམ་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་།  
གར་སོང་འདིར་སོང་ཅི་ཡོད། དེ་མི་དགོས་ལོ་མང་པོར་ཉམས་སུ་ལེན་འདོག་བྱས་  
ཀྱང་རང་རྒྱུད་སོར་གང་གིས་ཡར་བསྐྱེད་མེད་པ་དེ། གཅིག་ན་དད་པ་དང་ངེས་འབྱུང་  
གིས་མ་འདང་། གཉིས་ན་ཆོས་སྒྲུབ་ལུགས་མགོ་རྩ་མོར་བ། སྔོན་འགོས་རང་  
རྒྱུད་མ་སྒྱུར་བར་དངོས་གཞི་སྒྲོམ་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་སྒྲོམ་གོ་སྒྲོམ་གོར་མ་ཆོད། སྒྲ་མོ་  
ཡོད་ས་དཀའ་མོར་འབྱུར་སོང་བས་མི་ཆོད་ལམ་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པས་ཆོས་ལ་དབང་བྱ་  
ཞེས་ཉམ་སྒྲག་ནི་རེད། ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ན་དབང་ཡོད་བྱས་ནས་མི་ཉན་རྒྱུ་ཅི་ཡོད། ཅི་  
རེད་འགོ་འོང་བསམ་ནས་རང་བཟོ་དང་རང་མེད་ཆེ་བས་རེད། དེ་འདྲ་བ་ནི་ཉེས་པ་ཆེ་

བར་མ་ཟད་བཀའ་ཆད་འབྱུང་ངེས་ཡིན། དེས་ན་བརྒྱུད་པའི་བྱིན་སྒྲུབས་འབྱུང་བ་ལ་  
ཆོས་ཐོབ་དགོས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐྱེས་རབས་སུ་ཆོག་བཞི་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
པ་རེ་རེའི་དོན་དུ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་སྐྱེ་ལུས་མེད་དང་དུ་མཆོང་བ་ལ་སོགས་ཅི་འདྲའི་  
དཀའ་སྤྱད་མཛད་རབས་མང་གི། དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཆོ་འདི་བྱི་གཉིས་དང་རང་གཞན་  
གཉིས་ཀའི་དོན་འབྲུག་ངེས་པ། ད་རེས་མ་གཏོགས་ནམ་ཡིན་ན་འཕྲད་པར་དཀའ་བ་  
དང་། ཐོབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་པས་འདི་ན་ཆོས་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིན་དུ་ཆོས་འཆད་པ་  
པོ་ལ་མཆུལ་འབུལ་ཞིང་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་དགོས་གསུངས་པ་རེད།  
མཆུལ་འབུལ་བའི་བསོད་ནམས་དང་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་བའི་ཕན་ཡོན་བསམ་  
གྲིས་མི་བྲུག་པ་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་སློ་  
ནས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་མཆུལ་འབུལ་དུ་གཞུག་གསུངས་པ་རེད། དེ་རིང་གི་བྲིན་སྒྲིང་  
སྐབས་ཕྱིན་ལྟར་ཡིག་བརྒྱ་དང་ཡིག་དུག་གསོག་པས་ཉམས་ཆག་བཤགས་དགོས།  
རབ་ན་ཡིག་བརྒྱ་དང་ས་ཏྲ་འདོན་པའི་ཆོ་རྩོམ་སེམས་སྒྲོམ་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་པ་བྱ་རྒྱ་  
དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་མདུན་ནས།  
བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་  
སྒྲིག་སྒྲིབ་བཤགས་པ་ཡིན་བསམ་ནས། སྤར་བྲུས་ཀྱི་ལས་ལ་འགྱོད་སེམས།  
ཕྱིན་ཆད་མི་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་དག་པོས་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་བཤགས་པ་བྱེད་དགོས།  
རྟོན་གྱི་སྟོབས་ཟེར་བ་དེ་སྒྲ་མ་གཅིག་དང་སངས་རྒྱས་གཅིག་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར།  
ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དང་། ཡང་ན་སྒྲ་མ་རྩི་སེམས་དཔའ་  
གཅིག་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱན་འདུས་ནོར་བུའི་ལུགས་ལྟར་  
བྲུས་ན་ཆོག་ལ། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཟེར་དུས་ས་ཆེན་པོའི་རྩལ་གངས་

གྲིས་གཞལ་དུ་མེད་པའི་མང་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡིན་པ་ལྟར་བསེད་ནམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
ཆེན་པོ་དང་མང་པོ་ཐོབ་པ་རེད། བཤགས་མཁན་པོ་དང་གཅིག་པུས་ལས་ཉེས་བྱས་པ་  
རྒྱུད་པར་མི་བསམ་པར། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲིས་ཐོག་མེད་ནས་ད་  
བར་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་བསམ་ན་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཟེར་རྒྱུ་བོ་ནམ་  
མཁས་གར་བྱུང་ན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དགེ་བའི་སྟོབས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་བ་ཡིན།  
དེས་ན་བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་རྒྱུ་ནི་ནམ་ཡིན་ན་གཙོ་ཆེ་ལ། དམིགས་  
མེད་དང་འཁོར་གསུམ་དག་པའི་དངོས་གཞི་དང་རྗེས་ཀྱི་བསྡོམ་བ་སྟེ་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་  
གསུམ་ཚད་ན་ཅི་བཤད་དང་། དེ་ཙམ་གྲིས་དངོས་གཞིའི་ལྷ་བའི་ཕྱི་ཡིས་མ་ཟིན་  
ནའང་འདི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་དང་མ་བྲལ་བའི་བསྡོམ་ཡག་པོ་རེ་  
གྲིས། སང་ཉིན་ནས་སྟོན་འགོ་སེམས་སྦྱོང་བདུན་གྱི་བྲིད་རྒྱུད་རེ་རེ་ནས་བྲིད་སྦྱོང་  
བྱེད་དགོས། ལྷན་དང་ཆོས་བྲིད་ནང་ཞུགས་པ་ཚད་མས་དག་གཅད་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ།  
ལྷ་ཁང་ནང་དུ་འཇུག་ནས་སྟོ་ཕྱི་ལ་མ་ཐོན་བར་དག་གཅད་གྲིས། དག་བཅད་བྱས་  
ནས་ལྷ་སྟོམ་སྒྲགས་བསྐྱེད་ན་ཕན་ཡོན་ལྷག་པར་ཆེ། དག་འདི་རྩུན་དང་། སྤྲུམ་  
ཆོག་རྩུབ། དག་འབྲུལ་བཞི་ཀའི་སྟོ་ཡིན་པར་མ་ཟད་མི་དགེ་བ་གཞན་གྱི་སྒྲ་འབྲེན་  
བྱེད་པ་རེད། མདོར་ན་དགེ་བ་སྦྱུབ་དུས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་རྒྱུན་གཅིག་ཏུ་དགེ་  
བའི་ལམ་ལ་ངོ་ལྟོས་ལྷན་ལྷན་ཏུ་བཟང་། ཆོགས་འཁོར་དང་རྒྱབ་ཆོག་སོགས་གང་གི་  
སྐབས་སུའང་དག་གཅད་མཛད་ན་ཡག་པོ་ཡིན། རང་རེའི་ཆོས་རའི་ནང་དུ་གཞུང་  
བཀའ་པོད་ལྟའི་འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་རབ་འབྱུངས་པ་མཁས་  
པའི་དབང་པོ་མང་པོ་ཡོད། ཐོས་པ་སྤྱོད་མེད་དུ་བཙལ་ནས་ལོ་མང་སོང་བ་དང་།  
སྦྱབ་བརྩོན་སྤྲས་པའི་ནལ་འབྱོར་པ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཡོད། ཡང་མོས་པ་ཆོས་སྤྱོད་སྤྲུམ་



བྱས་ནས་དད་པ་དང་དག་སྦྱང་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གདེང་ཡོད་རུང་སྒོས་པ་སྒྲིབ་  
གཉིས་མ་སྒྲིབ་བ་དང་། ཡང་རྒན་ཞུགས་ཡིག་དོ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་  
སོགས་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ། རྒྱུ་ཚོད་འདྲ་དང་མི་འདྲ་ཡོད་པས། ཆང་མའི་རྒྱུ་  
ཚོད་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་འཁྲུགས་བཤད་ཐུབ་དཀའ་བ་རེད། སྦྱར་བཏང་འདིར་གང་  
ལྟར་བཤད་ཀྱང་སྔ་འགྱུར་གྲུབ་དབང་རྩོགས་ཆེན་པའི་རང་ལུགས་འི་མ་མེད་པའི་བྲིད་  
རྒྱུ་མཐུད་པ་ཡིན་པས། གཙོ་ཆེ་བ་སྒྲིབ་ཀྱི་དམ་པ་གོང་མའི་བྱུག་བཞེས་ལ་ལད་མོ་  
མ་བྱས་ཐབས་མེད་འདྲ་རེད། ངས་གཙོ་བོ་ཡོངས་འཛིན་དགོ་པའི་བཤེས་གཉིན་རྣམ་  
པ་གཉིས་བསྟེན་སྒྲིབ་བ་རེད། གཅིག་ནི་མཁན་ཆེན་པད་མ་ཆོ་དབང་ཆང་རེད།  
གཅིག་དེ་འཛིགས་མེད་རྟ་མགིན་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ཆང་རེད། མཁན་ཆེན་པད་མ་ཆོ་  
དབང་ཆང་གིས་གསུངས་དུས་ཆོག་རེའི་འབྲུ་རེ་སྟོག་གི་རྒྱས་འབྲེལ་དང་། དཀའ་  
གནད་ཐམས་ཅད་མཐའ་དད་ཅིང་། ཚུལ་གསུམ་ཆང་པའི་དགག་གཞག་མཛད་དེ་  
དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་གསུང་རྒྱ་བོ་རེད། འཛིགས་  
མེད་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ཆང་གིས་གསུངས་དུས་དོན་གྱི་མདོ་འགག་གནད་དུ་བྲིལ་ཞིང་།  
ཆིངས་ཀྱིས་བཅིངས་ཏེ་དོན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་མཆོམས་མཆོམས་སུ་འགག་བསྐྱམས་ཏེ་  
གསུང་རྒྱ་བོ་རེད། དེ་ཆོ་གཙོ་བོ་མདོ་སྟགས་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་གྱི་བྱད་པར་ཡིན་ས་རེད།  
དེ་ཆོང་ལོ་བཙེ་ལྷ་བཙུ་དུག་གི་སྐབས་ཀྱི་སྐད་ཆ་རྙིང་པ་ཞིག་རེད། ལོ་རྒྱས་ཀྱི་སྟོག་  
བཤད་པ་ཡིན། ད་འཁྲུགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་གི་སྦྱངས་ལྟར་སྟོན་པ་མ་རེད་དེ།  
ལད་མོས་གཞུགས་བརྟན་གྱི་ཚུལ་འདྲར་བྱེད་ན། བྱད་པར་དུ་ལས་དང་པོ་བ་དང་སྒོ་  
བསྟན་ཏེ་ཆོག་རེ་གསལ་འབྲེལ་དང་མན་ངག་ལག་ལེན་ལ་བྲིལ་བའི་ཉམས་བཏོད་ཁུལ་  
ཡོད་ནི་རེད། འོན་ཀྱང་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་འདི་འདྲ་འཆད་པའི་སྐབས་སོ་སོའི་སྒྲིབ་

བོ་མྱོང་ས་པའི་གཞན་དབང་གིས་བཤད་ཉེས་བྱེད་ཡོད་ན་ལྷ་དང་སྤྱད་མ། ཆོས་སྤྱན་  
དང་ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདུན་དུ་བཤགས་པ་དང་། བསམ་པ་དག་པས་ཀུན་ནས་  
སྤྱོད་བའི་དགོ་བའི་ཆ་རེ་མཆིས་སྤྱིད་ན་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བསྡོུ་ཡིན་ནོ།

## ཉིན་གསུམ་པའི་ཆོས་ཁྲིད།

ད་ཡང་ཆོ་བསྐལ་པ་ལན་བརྒྱར་བཙལ་བྱུང་སྟེ་ད་པར་དཀའ་བའི་དགོན་མཆོག་གི་  
སྤང་བ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་  
སྐབས་འདིར། ཇི་སྐད་དུ། འཆི་བ་མ་དྲན་ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་དེས། །འཆི་  
བདག་དུང་ན་ཆོས་གོ་མི་ཆོད་ཀྱི། །སེམས་དང་ཆོས་སུ་འབྲེས་པའི་ནོར་བུ་  
དེ། །རྟག་ཏུ་ཆོས་དོན་སེམས་པའི་ལག་རྒྱུ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པས་འཆི་  
བ་མི་རྟག་ནམ་འོང་མི་ཤེས་པར་སྤྱིང་ནས་མ་དྲན། རྟག་འཛིན་གི་རྒྱ་མེད་པའི་འདུན་  
ནམ། ཡང་ན་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་མི་འཆི་པའི་འདད་ལོག་བརྒྱབ་སྟེ། ཕྱི་ནས་ལྷ་ན་  
ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་ཞིག་བྱེད་པ་དེས་འཆི་བདག་གཤིན་རྒྱུ་མེད་དབང་མེད་དུ་བྲིད་  
པའི་དུས་སུ་ཆོས་ཀྱི་གོ་མི་ཆོད། ཆོས་བྱེད་ན་ཁ་ཆོས་མིན་པའི་དོན་ཆོས། ཆོས་  
དང་སེམས་འབྲེས་པས་ཆོས་ཀྱིས་སེམས་དུལ་ནས་སེམས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་  
ཡིན་ན། དེའི་ཆོས་དེ་ཡོད་ཤིག་ཤིག་ ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་བསམ་དོན་འབྲུག་  
པའི་ནོར་བུ་ཡིན། དེའི་ནོར་བུ་དེ་ལག་ཏུ་ལོན་འོང་ཐབས་ནི། དུས་རྟག་ཏུ་ཆོས་  
ཐོས་པའི་དོན་བསམ་པས་རྒྱུད་ལ་སྦྱར། སྒྲོམ་པས་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བའི་ལག་ལེན་དེ་  
ཉིད་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱེད་ན་རང་དོན་རང་ལ་ཆེ་བ་རེད་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་

སོང་ན་འདི་སྒྲ་འཁོར་བའི་འབྲུལ་སྒྲ་གི་གཉིད་མེ་ཆའི་མི་ལམ་ལྟ་བུ། འབྲུལ་བ་  
བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་འདི་ལ་མགོ་མི་འཁོར་བར་གཏན་དུ་ཕན་པའི་ལྷ་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་  
འབྲུབ་དགོས་ཀྱང་། དེ་རིང་རྒྱབ་གྱིས་དེ་ཉིད། ད་ལའི་ཕར་གྱིས་དེ་ཕོད་བཞག་  
ནས་མ་འོངས་པའི་དུས་ཤིག་ལ་ཡིན་སྟེ་མ་འོངས་པ་ཟད་དུ་མེད་པའི་རྟག་འཛིན་ཁོ་  
ནའི་ངང་ནས་མི་ཆོ་ཤོར་ན་གྱིང་ཁ་ཆེ་བས། དེས་ན་རང་རང་ཁ་ཁ་སོ་སོའི་མི་ཆོ་ན་  
ཆོད་ལ་འདད་རེ་བརྒྱབ། ཆོད་རེ་བྱངས་ཏེ་མི་ཆོའི་བྱ་བའི་དམིགས་ཡུལ་དང་།  
དམིགས་ཡུལ་དེ་འབྲུབ་པའི་འཆར་གཞི། འཆར་གཞི་དེ་གཙོ་བོ་ནས་འབྲུབ་གྱི་དུས་  
ཆོད་གཏན་ཁེལ། གལ་ཏེ་སྒྲིང་བུར་དུ་འགལ་སྟེན་འོངས་ནས་བྱུང་པར་མི་ཆོའི་དུས་  
ཆོད་ཀྱིས་མི་འདད་བའི་སྟེན་ངན་གྱི་ལས་ཀ་འོང་ན་དེ་གཤོང་ལེན་ཅི་འདྲ་བྱེད། འགོག་  
བསྐྱུང་རུས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཅི་འདྲ་དགོས། དེ་ཆོ་འདད་མ་བརྒྱབ་རང་བརྒྱབ་ཅིག་ལ་  
ཐུག་ཡོད་པ་རེད། མདོར་ན་ཅི་བྱས་ཆེས་ནས་འགྱོད་པ་མི་ཤོར་བའི་སྒྲར་འདད་ད་ནས་  
ཕོག་དགོས་གྱི། འགྱོད་པ་ཆེས་ནས་བྱེད་རྒྱ་ནི་བྱ་བ་མ་ཐོན་པའི་ཕོང་ན་གྱི་ལུགས་རེད།  
དོན་ཆེན་བསྐྱུར་ནས་དོན་རྒྱུད་ལ་སྟེགས་སར་ཐུག་དུས་མདོར་ན་བྱ་བ་མ་འབྲུབ་པའི་སྒྲ་ལྟས་  
རེད། དུས་ཆོད་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་དུས་ཆོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་དགོས། ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་  
གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གཞན་ཆེན་རེད། དཔེར་འཛིག་ན། ན་ནིང་གི་བྱོད་རྒྱུད་  
འཇམ་པོས་ད་ལའི་ས་ཁུ་སོས་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་ལ། མདད་དགོང་མི་ལམ་ནང་  
གི་རྒྱན་གོས་བཟང་བས་དེ་རིང་གི་ཞོགས་ལྷགས་ལ་མི་ཕན་པ་དང་འདྲ། ཆོ་འདི་ཕྱི་  
གཉིས་ཀའི་རང་མགོ་ཐོན་བྱེད་རང་ལ་ཡོད་དུས་ཡོད་རེད། གཞན་གྱིས་ངེ་ལྟར་ངན་  
པའི་གལ་དུ་བཞག་རུང་རང་ཉིད་མ་ངན་ན་རེད་ཡོད། མིས་རྒྱ་མ་བརྒྱ་ཐམ་པའི་ལྗོད་  
ཆོད་འདུག་ཟེར་རུང་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་གང་གི་རྒྱ་ཁ་ཐོན་བྱེད་མེད་ན་དོན་ལ་མེད་པ་རེད།

དེས་ན་ཆོ་འདིའི་འདུག་ཚུས་ཀྱི་དོན་དུ་ཇི་ལྟར་བརྟུགས་ཀྱང་མ་བརྟུགས་ཀྱང་ལྟོ་ཕོ་བ་  
གང་གི་བརྟུགས་ཞིག་དང་། རྒྱུ་ལུས་པོ་གང་གི་སྒོན་རྒྱ་ལས་ཡར་ལྷག་ལས་འོང་རྒྱུ་ཅི་  
ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ནི་ལ་ཁའི་རྩ་བའི་ཀྱི་དུད་འགོ་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་ཆོད་ཀྱིས་དུས་  
ཆོད་བུད་འགོ་བཞིན་ཡོད་རེད། དེས་ན་དཀའ་གནད་སྐྱག་དགོས་ས་དོ་མ་ནི།  
མིང་ཙམ་ཡང་གཟུང་དགོས་ན་གཟུང་དཀའ་ཤོས། སྐྱེ་ཙམ་གོ་ན་འང་མི་འདོད་པ་ནི་  
འཆི་བ་རེད། འཆི་བ་དག་དོ་གནས་གི་མདུན་ན་ཐོན་དུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅན་སྐྱག་དགོས། ལྷའི་དབང་པོ་བརྟུགས་ལ་འཁོར་ཉེ་དབང་སོ་གཉིས་  
ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ལྷ་དམག་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བྲངས་དུས་དཔའ་བོ་ཡིན་ཡང་། ཆོ་  
བད་ལས་དབང་རྩོགས་ཏེ་གི་རན་དུས་དཔལ་བའི་སྤྱོད་དོ་ཡན་ཆད་ལ་སྐྱག་དགོས་པ་  
རེད། འཛིག་རྟེན་འདིར་སྤྲང་གི་དབང་ཆོད་མེད་དེ་ཆོད་དེའི་ཁ་འོག་གི་ཉམས་ཚུང་  
ཆང་མ་བྲིམས་ཆད་པ་ལ་སྐྱག་དགོས་པ་རེད། གནའ་གཅིག་གིས་ཟེར་བ་ལྟར།  
ང་ལ་ཐུག་དུས་སྐྱག་འདྲ་ཞིག་རེད་དེ། དག་ལ་ཐུག་དུས་ཐ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར་བ་ལྟར་  
ཡིན། དཔོན་ཇི་ཙམ་ཆེ་ཡང་འཆི་བ་དག་ལ་སྐྱག་མི་དགོས་པ་ཞིག་མེད། དེས་ན་  
འཆི་བ་དག་གི་སྒོན་ལ་ད་ལྟར་ཐོན་ན་སྐྱག་མི་དགོས། འཛིགས་མི་དགོས། སྤྱིང་  
གོ་སར་ཨ་མ་འགོག་མའི་དོན་དུ་དཔལ་ཁམས་ན་བྱོན་པ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཐམས་ཡོད་ན།  
འདི་དང་སྤྱི་མར་ཡོད་པའི་དཔའ་བོ་རེད། དེ་མིན་ན་མིག་བཙུམས་ནས་མ་རིག་པས་  
མེད་སྤང་ཤར་བ་ཙམ་གྱིས་མེད་རྒྱུ་དོ་མའི་གྲལ་དུ་འགོ་རྒྱུ་མ་རེད། བྱོད་ཀྱིས་མ་རིག་  
པས་མེད་པར་ཡིན་ན་ལ་ཕར་རྒྱུ་གི་མི་དང་སྒོག་ཆགས་མེད་པའི་གྲལ་དུ་འགོ་དགོས་ན་  
དེ་མི་འགོ་གི་མོད། དེ་ཡིན་དུས་གསོན་འདིར་སྤྲང་གི་མི་ཆོ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཇི་ཙམ་རིང་  
ཡང་། ལྷ་གནས་གོང་མ་ཞིག་གི་སྤྱད་ཅིག་མ་ཙམ་གྱིས་རང་རེ་འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་

མི་ཆོ་ཚྭ་གསལ་འགོ་བ་རེད། ཆོ་ཕྱི་མའི་འགོ་ལམ་སྐྱེ་བ་རྗེས་མའི་བདེ་སྐྱུག་དེ་ཡུན་རིང་གི་དོན་དག འདད་རྒྱུག་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གལ་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན། ཆོ་འདིར་སྤང་ལྟ་བུ་ཡུན་རྒྱུང་དཀའ་ཆོགས་ཅན་ལ་ཞེན་འདུག་པས་ཕན་ཐོགས་མེད། བདེན་བདེ་རྒྱུང་མ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཏན་ནས་སྒྲིང་དགོས་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད་དགོས། དེའི་ལམ་དེ་ད་སྤར་མ་རྒྱུད་པས་འདི་རྒྱུང་བ་རེད། ད་རེས་དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་རང་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བྱེད། གཏན་བདེ་ཐར་པའི་སྒོ་འབྱེད་བྱེད་གྱི་ལྷེ་མིག་འདྲ་བོ་ལག་ལ་བྱུང་བའི་དུས་འདིར། རྒྱལ་སྐར་མ་བཀྲ་ནི་འདྲ་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་དང་གར་ཡིན་གང་ཡིན་མ་ཤེས་པར། དཔེར་ན། མི་དབུལ་པོའི་ལག་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལག་ཏུ་འོང་ཆོ་ནོར་བུའི་ནོར་ཉམས་མ་ཆོད་ནས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལག་ན་ཡོད་བཞིན་དུ་དབུལ་པོར་ལུས་པ་བཞིན་གྱིང་ཆེན་པོ་དང་། ཁེ་ཆེན་པོའི་གཏན་ཉེས་གཏན་ལེགས་གྱིས་མཆོམས་ལ་ཐོན་པ་རེད། ཆོས་ཐུན་གཅིག་ཉན་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འདི་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱ་ནོར་བས་དགའ་དང་དགའ་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་རྒྱུ་བོ་འདད་ཞིབ་ཏུ་བརྒྱབ་ནས་དེ་འདྲ་ཤེས་པར་གྱིས། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པའི་རྒྱབ་སོན་ཆོས་རའི་ནང་དུ་གཉིད་ལོག་བྱེད་ཞོར། དུས་ཆོད་ལ་ལྟ་ཞོར། མི་དགེ་སྤྲིག་ལས་གཡོ་སྐྱེ་སྒྲོར་མགོ་བཙོན་ཞོར་འདུག་པ་ལས་མ་འདུག་ན་དགའ་བ་རེད། ཉི་མ་གཅིག་གི་ཉིན་ལས་བྲིས་ལས་ཅག་ཅིག་ཅིག་དང་། དོན་རྒྱུང་ཞིག་གི་དོན་དུ་ག་ཤེད་འགོ་རྒྱུ་དང་ཆོས་བྲིད་གཉིས་བརྗེས་ལ་སྐྱུག་དུས། ལས་དང་སྐྱལ་བའི་གཏིང་རྩོལ་དེ་ཞིག་གིས་བྲིད་ནས་ཨ་ཁུ་ཆོས་རྒྱལ་ཆོད་གི་བྲིམས་རའི་ནང་ཐེངས་མ་འགའ་རེ་འགོ་རྒྱུའི་ཐོད་པའི་རི་མོ་སྒྲིག་དཀའ་བའི་རྟགས་རེད། དེ་འདད་རྒྱུག་དང་པོ་རེད། འདད་དང་པོ་བརྒྱབ་ནས་ངོ་མ་ཆོས་གོ་རྒྱུ་གནད་ཆེ། བརྒྱབ་རྒྱུ་དེ་བས་ཀྱང་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་འདུག ཆོ་འདི་ཕྱི་དང་

རང་གཞན་གཉིས་དོན་ལ་དེའི་གལ་ཆེ་བ་དང་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་མེད་པས། འཁོར་བའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་  
དམ་པའི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་གོལ་ནས་གོལ་བའི་ལམ་རྒྱུད་པ་རེད། ཞི་བམིལ་རྟོག་  
པར་མེད་པ་བདུད་ཅི་ལྟ་བུ་ཐོབ་ན་འཕྲལ་དུ་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞི། ཡུགས་  
ཀྱི་གཏན་བདེ་ཐར་པའི་ལམ་མཆོག་ལ་བཅན་སར་ཟིན་འགྲོ་འདུག་བསམ་ནས། ལྷ་  
ཆད་ཀྱིས་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་དང་མཆོ་ལམ་དུ་དར་འཆག་པར་འབྲུ་བའི་བཙོན་པ་དང་དོ་སྣང་  
ཞིག་ཡོད་དུས་ཆོས་བསྐྱབ་ན་འགྲུབ་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་འདང་རྒྱག་གཉིས་པ་ཆོས་  
ལུ་ལུགས་ལུ་སྤྲངས། སྤྱོད་ལུགས་སྤྱོད་སྤྲངས། འགོ་གང་ནས་བཟུང་བས་  
མཚུག་གང་དུ་ཇི་ལྟར་མཐར་ཕྱིན་དུ་གཞུག་པའི་སྤྱོད་ལུགས་ཤེས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེ། དེས་  
ན་སངས་རྒྱས་བཙུག་པོའི་ལུས་ཀྱིས་སྤྱོད་པུ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་ཀྱི་གདུལ་བྱའི་སྤོ་  
སྤོབས་ཀྱི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྤོ་མོ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་  
ཡོད་ན། དེ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ལམ་ལ་བཀྱི་ཤེས་པའི་  
སྤོ་ནས་སྤྱོད་ལམ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་འཇུག་རྒྱུ་ནི་མ་ཞོར་བའི་ལམ་བཟང་གི་འཇུག་དོགས་  
ངོ་མ་ཡིན། དེས་ན་རང་རེས་ཆོས་ནམ་བཤད་ཀྱི་ཐོག་མར་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་  
པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་འོང་བ་རེད། འོང་ན་ཁ་ཟེར་  
རྒྱུ་པ་ཅམ་ཀྱིས་མི་ཆད་པར་དེའི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་འབྱོར་། ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་མ་  
འཛོལ་ནས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ལ་སྤོ་འབྱོར་བ་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་  
དོན་ཆེན་ཞིག་རེད། བྱང་རྒྱུ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སྤོ་འབྱོར་ས། བྱང་  
རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤོ་མ་པ་ཆ་ཆད་བ་རྒྱུ་ལ་འབྱོར་ན་ཅི་བཤད། དེ་ཅམ་ཞིག་མ་  
འབྱོར་ཡང་དེའི་ཆ་ཤས་ཅམ་ཞིག་རྒྱུ་ལ་འབྱོར་ས་ཤིང་བསྐྱེད་ན་ཕན་ཐོགས་དང་ཡོན་

ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ། དཔེར་ན། རིན་པོ་ཆེ་དྲེ་ཤ་ལམ་དེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་  
ཅད་གྱི་མཆོག་ཡིན་པས་དེའི་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཆ་ཆང་ཞིག་རྟེན་ན་དབུལ་  
བ་ཐམས་ཅད་སེལ་ཞིང་། དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་ཐོབ། འོན་ཀྱང་དེའི་ཆ་ཤས་  
དུམ་བུ་ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་གཞན་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཞིང་།  
རྒྱན་བྱུང་པར་ཙན་དུ་འགྱུར་བར་མ་ཟད། རྒྱུད་ནའང་དེའི་མིང་ཡང་མི་འདོར་བའི་ཐོག་  
ནས་དབུལ་བ་ཡང་སེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་འབྱོངས་ཤིང་གདམ་པ་  
ཡོངས་རྫོགས་སྤྲུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་མ་དགོས་དེའི་ཆ་ཤས་ཙམ་ཞིག་གི་དོན་རྒྱུད་ལ་  
འབྱུངས་ན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་མཚན་ཐོབ་པ་དང་། ཉན་རང་གི་དགོ་བ་  
གསེར་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ། དེ་ཐམས་  
ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ལུས་པ། དེ་ཡོད་ན་འཁོར་བའི་དབུལ་བ་རང་ཤུགས་གྱིས་སེལ་  
འགོ་བར་གསུངས་ཡོད། དཔེར་ཉི་མ་ལ་འཛོག་ན། ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ངོ་མ་ལ་  
ལྷན་པས་ཁེབས་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་མི་སྤིང་ལ། དེ་མ་ཟད་ཉི་མའི་འོད་ཤོག་པའི་སྤིང་དེར་  
ལྷན་པས་ཁེབས་པའི་གནས་མེད་པ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་འབྱོངས་ཤིང་  
གདམ་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་སྤྲུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་ན་ཅི་བཤད་ཀྱང་། དེའི་ཆ་ཤས་ཙམ་གྱི་  
དོན་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་ནའང་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་དང་དེས་བྱངས་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་  
སྤོངས་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ལྷན་ནག་ཉེ་མི་  
ལུས། ཡང་དཔེ་གཞན་སྤྲུག་གྱི་ལྷོན་ཤིང་ཞིག་ལ་སྤངས་ན། ལྷན་གྱི་ལྷོན་ཤིང་ཆ་  
ཆང་ཡང་རྫོགས་ལ་ནད་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་སེལ་བའི་མཐུད་དང་ལུས་པ་ཡོད་ན། དེའི་  
འབྲས་བུ་དང་ཡལ་ག་དང་ཅུ་བ་ལོ་མ་སོགས་ཆ་ཤས་རིས་ཀྱང་ནད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱེད་  
སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་འབྱོང་གི་སྒོམ་པ་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱུད་ལ་འབྱོར་ན་

ལྟ་ཅི། དེའི་ནང་ཆ་ཤས་ཙམ་གྱི་དོན་རྒྱུད་ལ་འབྲུངས་ནའང་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱུད་ཁྱི་  
བཞི་སྟོང་གི་ནད་ནི་བའི་སྤྲོན་དམ་པར་འབྱུང་བ་རེད། བྱུང་པར་དེང་སང་དུས་སྤྲིགས་  
མའི་སེམས་ཙན་སྤྲིགས་མ་ལས་ཀྱང་སྤྲིགས་མ་ལྟ་ཆེས་བདོ་བའི་དུས་འདིར་བསམ་རྒྱུ་  
ཉོན་མོངས་མ་གཏོགས་མེད་ལ། ལས་རྒྱ་སྤྲིག་པ་གསོག་རྒྱུ་མ་གཏོགས་མེད།  
རང་ཉིད་མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ལའང་བཟང་དང་རྒྱན་ཡོད་མི་ཉན། མི་གཞན་ལ་མི་  
འདོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་རྒྱུ་མཚན་གོ་ལོག་གི་ཐོག་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད། མི་ལ་  
བཟང་ཁེ་རྒྱན་གསུམ་ཞིག་བྱུང་ན་ཕྱག་དོག་གིས་ཀུན་ནས་སྤོང་པས་སེམས་མི་བདེ་བའི་  
ན་ཚ་སྦྱེས་ནས། དེ་འདྲའི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པས་གཞན་གཞིང་ཁོ་ནར་བྱེད་པའི་སེམས་  
ཙན་དེ་འདྲས་ས་ཕྱོགས་གང་ལའང་བྱུང་ཡོད་ན། དེའི་ས་ཆ་དེར་དཀར་ཕྱོགས་ལ་  
དགའ་བའི་ལྟ་དང་སྤྱང་མ་རྣམས་ཞལ་གཞན་ལ་ཕྱོགས། ནག་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བའི་  
མི་དང་མི་མེན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཞིང་བྱེད་པས་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་མང་པོར་འབྱུང་བ་དེ་འདྲ་  
ཡིན། དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་ལ་ཐོན་དུས་དམ་ཚེས་བསྐྱབ་པའི་བར་ཆད་ལྷག་པར་ཆེ།  
ནག་ཕྱོགས་མི་དང་འདྲེ་བདུད་ཁ་དར་ན། །དཀར་ཕྱོགས་དབྱུགས་དབྱུང་མཛོད་ཅིག་  
པད་མ་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་གསོལ་བ་འདེབས་དགོས་པའི་དུས་སྐབས་རེད། དུས་  
འདི་འདྲའི་སྐབས་ལ་ཐོན་དུས་ལྷག་པར་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་འབྱོང་  
བའི་ཆོས་སྒོ་ལ་ཞུགས་ནས་འབད་པར་བྱས་ན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུན་ངན་གྲོགས་སུ་  
འབྱུང་། ལྟས་ངན་གཡང་དུ་ལེན་པའི་དགོས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། རང་རེས་ཕྱི་མ་  
བདེ་བ་ཙན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤོན་ལམ་འདེབས་ཀྱིན་ཡོད་ཀྱང་། བྱུང་རྒྱུ་  
སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དབྲག་གཉིན་ལ་བསྐྱུར། རྒྱུན་ངན་ཡོད་ཚད་བྱུང་རྒྱུ་བསྐྱབ་པའི་  
གྲོགས་ལ་སྦྱར་ཤེས་དུས་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ལྟ་ནས་ནང་སེམས་ཀྱི་



བདེ་བ་ཅན་རང་གིས་ཀྱང་བྱས་ཆོག་པ་རེད། སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་འདྲ་མ་ཐོབ་ན་ཕྱི་ཡི་  
འབྱོར་པ་བདེ་ཆེན་གྱི་ཞིང་འདྲ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་བདེ་བའི་མིང་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
རེད། དག་ཡང་དག་བའི་བཤེས་ཡིན་བཟོད་པ་ཡི་བསྐྱལ་མ། །གཉེན་ཡང་དག་  
བའི་བཤེས་ཡིན་བྱམས་པ་ཡི་བསྐྱལ་མ། །ཐམས་ཅད་དག་བའི་བཤེས་ཡིན་སྤྲིང་རྩེ་  
ཡི་བསྐྱལ་མ། །སྤྲང་བ་དག་པར་ཤར་ན་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཐམས་ཅད་དག་སྤྲང་གི་གཞི་མ་དང་། ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་  
དུ་ཤར་སོང་དུས། བདེ་བ་ཅན་ཞེས་ཟུར་དུ་བཙུང་མི་དགོས། སྤྱི་དུས་ཡར་རྒྱབ་ན་  
ད་གཟོད་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྲུབ་ཏེ་བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲུག་ཡུན་རིང་པོ་དེ་ཡང་དགོས་པ་མ་  
རེད། ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྲུབ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་དེ་བས་ཟབ་ཅིག་ཡོད་པ་མ་རེད།  
སྒོ་སྒྲིང་སྟན་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་འདི་འདྲ་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ལུས་  
འདོམ་གང་གྲུབ་ཞི་འདི་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིན་པར་མ་ཟད། མི་འབྲུགས་  
པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཀྱང་དེ་ལ་ཟེར། རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ན། ལུས་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་མེད་པུང་ལྟ་བུའང་འབྲུགས་པ་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
དང་། བྱོང་བྱིར་སྒྲིད་པའི་འབྲུང་གནས་ཀྱང་དེ་ལ་ཟེར་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད།  
ཞིང་དག་པ་དང་། དུས་བསྐྱལ་པ་བཟང་དུས་སུ་ཡུན་རིང་ལ་ཆོགས་ཆེན་པོ་བསགས་  
པ་བས་དུས་སྟོགས་མའི་སྐབས་འདིར་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་མ་  
ཟད་ཆོགས་འདུམ་སྒྲ་བས། བྱ་སྒྲ་ལ་ཆོད་ཆེ་བ། དུས་ངན་དུས་བཟང་དུ་སྒྱུར།  
མི་ངན་མི་བཟང་དུ་སྒྱུར་བའི་ཐབས་དང་མན་ངག་བྱང་པར་ཅན་ཞིག་ཀྱང་འདི་ཡིན།  
དེས་དང་པོ་ཆོས་མ་ཐོབ་པའི་སྒྱོན་ཆ་ཤེས། དེ་ནས་དམ་ཆོས་ཐོབ་པའི་ཕན་ཡོན་གོ།  
ད་ཆོས་ཞུ་ལུགས་ཅི་འདྲ་དགོས་ཏེ་ལམ་འདྲ་བོ་གོ་སོང་དུས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་དོན་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན་དགོས་བསམ་སྐྱེའི་བསམ་པ་བྱང་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་  
ཕྱིས་ཟིན་པ་ཞིག་རེད་ཐུབ་པ་རེད། སྤྱིར་ན་སེམས་ཙན་སློག་ལྡན་ཞིག་ཡིན་ཆད་རང་ཅི་  
འདྲ་རོགས་ཡིན་པས། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ཤ་སྤྱག་རེད།  
དེའི་སྟངས་ནས་སློག་མེད་ནས་མཐའ་མེད་དུ་འཁོར་ཞིང་འབྲུམས་པའི་འཁོར་བ་འདི་ལ་སློག་  
མཐའ་མེད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། སེམས་ཙན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་པ་མར་བྱས་མ་སྟོང་  
བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་མ་ཟད། ད་ལྟ་ཆོ་འདིའི་ལུས་འདི་སྦྱུང་པའི་པ་མ་ཇི་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་བྱིན་ཆེན་པོས་སྦྱོང་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་མ་རིག་སྤོངས་པའི་གཞན་  
དབང་དུ་སོང་ནས་པ་མར་ཡིན་པའི་འདང་མ་ཕོག་པས། སྐབས་རེར་དགྲ་ལ་འགྱུར།  
སྐབས་རེར་གཉེན་ལ་འགྱུར་བ་གང་མང་མང་ཡིན། དགྲ་ལ་འགྱུར་དེ་གཞོན་པ་བྱེད་  
པ་དེའང་སྟོན་ཞིག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཕར་གཞོན་པ་བསྐྱེལ་བའི་ལན་ཆགས་ཚུར་འཁོར་  
བས་རྣམས་སྟོན་གྱི་བུ་ལོན་སྤྱད་པའི་དུས་ལ་བབ་འོང་བ་ཡིན་ན། ཡ་རོལ་བོ་སྟོང་ཇེ་འོ་  
ཡུལ་ཡིན། མདོར་ན་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་དང་པོ་བྱང་སྟོམས་ཆད་མེད་ཀྱིས་  
སྟོམས་པར་བྱས། དེ་ནས་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་།  
སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟོང་ཇེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་  
བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བ་ལ་དགའ་བའི་དགའ་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆད་མེད་བཞི་ལ་སྟོ་  
སྟོང་བ་དང་མི་འབྲལ་བའི་དམིགས་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་དུ། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
ཀྱི་ཀུན་སྟོང་དོན་གཉིས་སམ་ཟུར་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ། དེའི་  
སློག་ཏུ་ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲགས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་སྟོང་བཅུད་དག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་  
རོ་གཅིག་པར་བསམ་ནས་ཆོས་འཆད་ཉན་ལ་འཇུག་དགོས་སོ། །སྐབས་སུ་བབ་པ་  
གང་ཞིག་གསན་པར་བྱ་བ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་ཆེན་སྟོང་གི་སློག་ལའི་ཆོས་སྟེ་ལས་བྱུང་

བའི་མན་ངག་གི་གཞུང་། སྟོན་མེད་གི་སྟོན་འགྲོ་སེམས་སྟོང་བདུན་པའི་དོན་བྲིན་ཐར་  
པའི་ཐེམ་སྐྱེས་དེ་ཉིད་བྲིན་པའི་སྐྱབས་ཡིན་ན། འདི་ལ་ཐོག་མར་དགེ་བ་གྲྲུད་གྱི་དོན་  
དང་། བར་དུ་དགེ་བ་གཞུང་གི་དོན། མཐའ་མར་དགེ་བ་མཐུག་གི་དོན་དང་  
གསུམ་གྱི་ཐོག་ཏུ་འཆད་པ་ལས། ཐོག་མར་དགེ་བ་གྲྲུད་གྱི་དོན་སོང་ནས།  
གཉིས་པ་བར་དུ་དགེ་བ་གཞུང་གི་དོན་ལའང་ཐོག་པ་སྦྱིའི་ཁོག་འབུབས་དང་། ཆོས་  
འཆད་ཉན་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་སྐྱོར་སོགས་བཤད་བྲུབ་ནས། ད་དངོས་གྱི་བྲིན་རྒྱུད་བདུན་  
ལས་དང་པོ་རིད། རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་ན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ།  
སྟོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་བདུད་ཅི་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་  
མཐའ་དག་གི་ཡང་ལྷན་ཐོག་པའི་ཅེ་རྒྱལ་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་དོན་དུ་  
གཉེར་བའི་ལམ་ལ་འཐུག་གོ་སྐྱེས་པའི་མོས་པ་མི་ཕྱེད་པས་གཞི་བཟུང་། ཞེས་  
གསུངས་ན། རྣམ་མཁའ་ཞེས་པ་བར་སྒྲུང་སྟོང་པར་གོ་འབྱེད་པའི་ཆ་དེ་ལ་མཐའ་འདི་  
རེད་ཅེས་པ་ཞིག་མེད་པའི་མཐའ་མེད་ཀྱི་རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཟད་པའི་  
མཐའ་མེད་པར་གྲངས་མེད་ཆོད་ལས་འདས་པའི་གིན་ཏུ་མང་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད།  
སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས། འཕྲོ་བྱའི་མཆོག་མཐར་ཐུག་  
པ་སྐྱེ་བཞི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་བདག་ཉིད། སྲིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་འདས་པའི་གོ་  
འཕང་དམ་པ་ལ་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འགོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། འཇིག་  
རྟེན་གྱི་མིག་ལྷ་དང་བཅས་པའི་སྐྱབས་དང་མགོན་དམ་པ་སྟོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
གསུང་གི་བདུད་ཅི་སྟེ། རྒྱལ་བའི་གསུང་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །གསུང་  
གཅིག་སྐྱེ་ལས་དུ་མའི་རྒྱལ་གོ་སྟེ། །གང་ཡང་བརྗོད་པ་རྣོག་པ་མི་མངའ་

བས། །ཟབ་པའི་ཚུལ་དེ་རྒྱ་ཆེར་གྱུར་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྫོང་  
བྱེད་གྱིངག་དག་པ་ཡིན་པས་གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྷན་པའི་གསུང་གི་  
བདུན་ཅི། དེའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་བཟང་ཞིང་ལམ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་གནད་ཡོད་ཆོད་  
ཆོང་བ། དྲུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་དང་བཅས་པ་འདུལ་བའི་གཉིན་པོ། སྡེ་སྡོད་  
གསུམ་མཐ་བཞི་ཞེས་རིག་པ་འཛིན་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཡུང་བརྒྱད་  
ཁྲི་བཞི་སྟོང་མཐའ་དག་གི་སྟིང་པོའི་བཅུད་དམ་ཡང་ཞུན་ཐེག་པའི་ཅེ་རྒྱལ་རང་བཞིན་  
རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་དོན་དྲུག་ཉེར་བའི་ལམ་ལ་སྟེ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་འབྲེལ་  
ཚུལ་གཞན་ཞིག་བྱེད་ན། འཁོར་འདས་སྤྱང་བཀྲགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་བཅོས་གཤིས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ལུགས་དེ། སངས་རྒྱས་བཟང་པོས་  
ཇི་བཟང་ལ་མ་གཏོང་། སེམས་ཅན་ངན་པས་ཇི་སྤྲུག་ལ་མ་གཏོང་བས། སྟོང་བལ་  
སེམས་ལས་འདས་པའི་རིག་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་འདིའི་སྟོང་དུ་མ་རྫོགས་པར་མེད་པར་མ་  
བཅོལ་ཡེ་རྫོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་ན་རྫོགས་པ། དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་  
གནས་ལུགས་རང་གི་གཤིས་ཐོག་ན་སྤྱི་བ་པས་གོས་མ་སྟེང་བ་ལ་ངོ་བོ་ཡེ་དག་གི་སྤངས་  
པ་ཡུན་ཆོགས་དང་། ཡང་ངོ་བོ་སྟོང་ཕྱོགས་ནས་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་དང་བལ་ཞིང་།  
རང་བཞིན་གསལ་བའི་ངོས་ནས་སྟོབས་བརྩུ་མི་འཛིགས་སོགས་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་  
གྲུབ་ཏུ་ཡོད་པར་མཛོན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོང་བུར་འཕྲལ་དག་གི་རྟོགས་པ་ཡུན་ཆོགས། དེ་  
ལྟ་བུའི་གསལ་སྟོང་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྟར་བར་བྱུང་འཇུག་ལྷན་གྲུབ་རྟེན་འབྱུང་གི་རང་བཞིན།  
སྤྱོད་གསུམ་རང་ཆས། ལས་བཞི་ལྷན་གྲུབ། སྟོན་ལས་ཡུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ།  
སྤངས་རྟོགས་སྟོན་ལས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཆེན་པོ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་  
འདི་བཞག་པར་ཐེག་པ་རིམ་དགའི་ཡང་ཅེར་བཞག་གྱུར་། ཡིན་པར་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་

ལས་འབྲས་བུའི་ཐོག་པ་ཡིན་པས་ན། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་  
ལམ་ལ་འཇུག་གོ་སྒྲུམ་པའི་མོས་པ་མི་བྱེད་པས་གཞིར་བཟུང་སྟེ། དམ་ཆོས་རི་ལྟར་  
ཉན་དགོས་པ་དེ་ཡང་། **མདོ་ལས། ལེགས་པར་རབ་རྩ་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བུངས་**  
**ཤིག་དང་ངས་ཁྱོད་ལ་བཤད་པར་བྱའོ།** །ཞེས་པས་ན་བ་མི་གཏད་ཁ་སྐབ་ལྟ་བུའི་  
སྒྲིབ་དང་། ཡིད་ལ་མི་འཛིན་ཞབས་རྟོགས་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ། ཉོན་མོངས་དང་འབྲས་  
དུག་ཅན་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་གསུམ་སྤངས་ཏེ་ཉན་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། ཀུན་མཁྱེན་  
ཆེན་པོས། ཉན་བྱེད་སྒྲོང་གི་སྒྲིབ་དུག་སྤོང་བ་ནི། །དུས་ལ་མ་བབ་རྩ་སོམ་བཏང་  
དང་། །རྩ་བ་མི་གཏད་ཁ་སྐབ་ལྟ་བུ་དང་། །ཐོས་པ་མི་བརྟན་ཞབས་རྟོགས་ལྟ་བུ་  
དང་། །ཉོན་མོངས་དང་འབྲས་དུག་ཅན་ལྟ་བུ་དང་། །ལམ་དུ་མི་འགྲོ་རི་མ་  
སྤྲུགས་འབྲ་དང་། །ཆོག་གི་ང་རྒྱལ་སྒྲོང་དན་གང་འབྲ་བའི། །སྒྲིབ་རྣམས་སྤངས་  
ཏེ་ལེགས་པར་རབ་རྩ་ཉོན། །**ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲོང་གི་སྒྲིབ་གསུམ་དང་དུག་**  
**སྤངས་ཏེ་རང་ཉིད་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་གིས་ཡུན་རིང་དུ་མནར་བས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་**  
**གསུམ་གྱི་ཟུག་རྩ་ཡོད་པའི་ནད་པ་**ཞིག་གི་འདུ་ཤེས་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ཞི་བསིལ་  
འདུས་མ་བྱས་པ་དེས་ནད་དེ་སེལ་བར་བྱེད་པས་ན་**ཆོས་ལ་བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་འདུ་ཤེས།**  
དམ་པའི་ཆོས་མཐར་ཐུག་པ་གང་གི་སྤྲུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་ཞིང་གཏུལ་བུའི་ཉོན་མོངས་  
པའི་ནད་གྱི་ཟུག་རྩ་སེལ་བྱེད་ཆོས་མཆོག་སྒྲན་གྱི་བདུད་ཅི་འགྲོ་ལ་བཅེ་བས་སྒྲོན་པར་  
མཛད་པའི་**སྒྲོན་པ་ལ་སྒྲན་པ་**མཁས་པའི་འདུ་ཤེས། དམ་པའི་ཆོས་**ནན་ཏན་ཉམས་**  
**སུ་ལེན་ཏེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲོར་བ་དེ་ལ་ནད་གསོ་བའི་འདུ་ཤེས།** རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས།  
ནད་ནི་ཤེས་བྱ་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་ཉི་སྤང་བུ་ལ། །བདེར་གནས་ཐོབ་བྱ་སྒྲན་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་  
ལྟར། །སྤྲུག་བསྐྲུལ་རྒྱུ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ལམ། །ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་

རེག་པར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། **དེ་བཞིན་གཤེགས་**  
**པ་ལ་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱོར་པ་དགོན་ཞིང་འབྲེན་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ཡིན་པས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་**  
 མཆུངས་སྐྱེད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས། དེའི་གདུང་འཛོལ་ཅིང་ལུང་རྟོགས་དམ་  
 པའི་**ཆོས་རྩྭ་ལ་**འཆད་ཉན་བྱས་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་**ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་**  
**ཤེས་ཏེ་དེ་ལྟར་འདུ་ཤེས་བྱས་དང་།** གཞན་ཡང་ཉེས་པ་སུམ་བཅུ་ཙ་ཏུ་གསུངས་ལ་  
 ཉན། །གང་ཆོ་ལེགས་པའི་རྩྭ་གྱིས་མཉན་བྱ་བ། །ཞོར་བུའི་འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་  
 གཅེས་པ་དུག །ཉོན་མོངས་བཟོད་སོགས་དཀའ་བའི་སྦྱོད་པ་དུག །ཐོས་མང་  
 གཉེར་སོགས་རྒྱེན་གྱིས་མི་འགྱུར་དུག། །སོགས་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོའི་མན་ངག་  
 མཛོད་ལས་མ་གུས་ལ་སོགས་སྦྱོན་སོ་དུག་དང་བྲལ་ཞིང་། ཞོར་བུའི་འདུ་ཤེས་  
 སོགས་ཡོན་ཏན་ཙ་ཏུ་གསུངས་པར་བྱས་ནས་ཆོས་ཉན་དགོས་པར་གསུངས་པས།  
 དེ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་དུག་དང་ཀུན་སྦྱོང་ཀུན་སྦྱོང་ཡང་དག་པར་ལྟན་པས་ཆོས་ཉན་དགོས་  
 ཏེ། **ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་རྒྱུད་ལས། བདེ་བའི་ས་ལ་སྦྱིལ་གྲུང་བཅའ། །ས་**  
**གཅིག་དག་ལས་གནས་མི་སྟོ། །ཞུ་མོ་ཡོད་ན་མདུན་དུ་བཞག། །སྒྲུ་ལོ་ཡོད་ན་**  
**མདུན་དུ་ཕབ། །ལག་པ་ཐལ་སྒྱུར་མཉམ་བཞག་བཅའ། །ཞེས་ཆོས་ཉན་རྩྭ་ལ་**  
 ལུང་གིས་བསྟན་པ་རེད། ཆོས་སྒྲུབ་པོའི་མདུན་གྱི་དམའ་ཞིང་བདེ་བའི་ས་ལ་འདུག་  
 རྩྭ་ལ། ཀླང་པ་སྦྱིལ་གྲུང་བཅས་ནས་ཡར་ལང་མར་འདུག་མང་པོ་ཞིག་མི་བྱེད་པར་  
 འདུག་ས་གཅིག་པོ་དག་ལ་གནས་པར་བྱ་ཞིང་། གུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་ཞུ་ཕུད་  
 རས་མདུན་དུ་བཞག །ཁྱིམ་ན་གནས་པའི་རིགས་ཅན་སོགས་མགོར་སྒྲུ་ལོ་ཡོད་ན་  
 གུས་པའི་རྩྭ་གྱིས་སྒྲུ་མདུན་དུ་ཕབ། ལག་པ་གཉིས་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བ་དང་། ཡང་  
 ན་ལུས་བྱང་པོར་བསྐངས་ནས་གནས་ཤིང་ལག་པ་མཉམ་བཞག་གི་སྟོན་ས་འདུག་ལ།

ལག་གིས་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་། །མིག་གིས་སྒྲིབ་མའི་ཞལ་ལ་ལྟ། །རྣ་བས་  
སྒྲིབ་མའི་གསུང་ལ་ཉན། །སེམས་ཀྱིས་ཆོག་དོན་གཏན་ལ་འབེབས། །ཞེས་ཆོས་  
ལུ་དུས་ལག་པས་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་། །འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་མི་བྱེད་པར་འདུ་  
བྱེད་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་དགོས། །སྒྲིབ་ཡི་གེ་འབྲི་མཆོད་སོགས་ཆོས་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱ་བ་བཅུ་  
ལས་གཅིག་ཡིན་པས་དུས་རྒྱུན་པར་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། །ཆོས་བྲིད་ཀྱི་སྐབས་  
སུ་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་མི་བྱ། །དེ་མིན་ཡང་སྒྲིག་ཆེན་པོའི་  
སྐབས་སུ་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་ཡག་ནི་མ་རེད། །ཆོས་ཉན་དུས་ཆོས་དེ་ལ་རིག་  
པ་གཏད་དེ་སྒྲོག་སུམ་རྒྱུན་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ཏེ་ཉན་དགོས། །དེས་ན་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་  
སྒྲོང་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། །མིག་གི་དབང་པོས་སྒྲིབ་མའི་ཞལ་ལ་དགའ་ཞིང་དང་བའི་  
སྒྲོན་ས་ལྟ་བུ་ཡང་མ། །ཡང་ན་གུས་པས་མིག་པབ་སྟེ་ཉན་དགོས། །རྣ་བའི་དབང་པོས་  
སྒྲིབ་མའི་གསུང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལ་ཉན། །སེམས་ཀྱིས་སྒྲིབ་མས་གསུངས་པའི་ཆོས་  
ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་ལ་བསམ་པས་དབྱུང་དེ་གཏན་ལ་འབེབས། །**ཐེ་ཆོམ་ཡོད་ན་ལོག་ལ་**  
**ལྟ། །ངག་ཏུ་ལུབ་པའི་ཆོག་རྣམས་སྤང་། །རྟེན་བརྒྱུད་གཞིགས་སྟེས་ཆེ་བཅོས་**  
**དང་། །མ་གནད་བྲིད་སྟན་སྟེགས་སྤང་། །ཞེས་མི་ཤེས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་ཡོད་ན་**  
སྐབས་དང་བརྒྱན་ནས་ལོགས་སམ་ཟུར་དུ་ལུས་ནས་ཐེ་ཆོམ་གཙོད། །ཆོས་ལུ་བའི་ཆེ་  
ངག་འབྲུལ་བཤད་པ་སོགས་ངག་ཏུ་ལུབ་བུའི་ཆོག་རྣམས་ཏེ་གོ་ལ་མི་གོ་པའི་སྐད་ཆ་  
བཤད་པ་སྒྲོང་དགོས། །ཡང་མི་སྒྲིབ་པོ་མོ་སོགས་མི་ཆང་མ་མཉམ་དུ་ཆོག་ས་པའི་ཆེ་  
ཡུན་རིང་མ་འཕྲད་པས་དང་པོ་ཐུག་དུས་ཁྱོད་ཨོ་བའི་དང་ང་བའི་ཟེར་དགོས་ཀྱང་།  
ཆོས་རའི་ནང་ནས་ཁ་གྲག་མི་ཉན། །ཁ་ཡིས་སྐད་ཆ་བཤད་ན་སེམས་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་  
མི་འགྲོ་བ་དང་། །གཞན་ལ་ཆོས་མི་གོ་བའི་འགའ་རྒྱུན་བྱེད་པས་དེས་ན་སྒྲིབ་དེ་དག་

སྤངས་ཏེ་ཉན་དགོས། ཆོས་ཉན་པའི་ཆོ་རྒྱུད་པ་བརྒྱུད་བ་དང་། གཞིགས་སྟེས་ཏེ་  
 ཁེན་ནས་འདུག་པ་དང་། ཆེ་བཅོས་ཏེ་ཆེ་འབྱེད་གི་ཉམས་བཏོད་ནས་འདུག་པ་རྣམས་  
 མི་ཉན། སྤྲུམ་མ་གནད་བཞིན་དུ་བྱི་དང་སྟན་འདིང་བ། སྟེགས་བུའི་སྟེང་དུ་  
 འདུག་པ་སོགས་སྤྲོད་དགོས། འདི་ན་ཡོད་པ་མང་ཆེ་བ་དགོ་འདུན་པ་ཡིན་ཡང་།  
 ག་གས་དང་གན་ལུགས་ཇོ་གན་མ་སོགས་ནད་པ་ཡོད་སྟུ་རེད། འདུག་ན་རྒྱུད་པ་  
 སྤྲུམ་མི་ཐུབ་པ་དེ་ཆོ་ཁག་མེད། ག་ན་གཉིས་ཀ་དབང་མེད་བདུད་ཀྱི་ཆུ་བོ་སྤྲུམ་ཀྱང་  
 འགོག་མི་རུས་པས་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་རེད། སྤྱིར་གན་པོ་གན་མོ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟུ་འདི་གྲ་  
 ལོག་ཇོ་ལོག་སྟེམ་པ་ཡང་ལུ་བྱེད་པ་བས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་དང་མཐུན་ཡིན་ཏེ།  
 བྱིས་བདག་དཔལ་སྟེས་བཅོམ་ལུན་འདས་སྤྱི་བལྟགས་ཡོད་དུས་གས་གིང་འཁོགས་པ་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་སྤྱིག་ལམ་དང་བསྟན་དགོས། འདུལ་བའི་ལས་  
 ཆོག་ལས་སྟོབ་དཔོན་དང་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དྲིས་པའི་ཆོ་བྱིད་ཀྱི་ལུས་ལ་ནད་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་གང་དང་གང་དག་མེད་དམ་ཞེས་དྲིས་པ་དེར་སྟུ་མཚན་ཞིག་ཡོད་ནས་དྲིས་པ་རེད།  
 གཞན་ཡང་སྤྱི་མེར་ཅན་སོགས་མཛོས་པའི་བར་ཆད་མེད། ཁྱེས་གསུངས་ཡོད་པས་  
 བསྟན་པ་ལ་འཕྱ་སྟོད་མི་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མིག་ལ་མཛོས་མོ་དང་བ་འདྲན་པའི་སྟོད་ལ་མ་  
 བསྟན་དགོས་སོ། **ཁི་ན་བ་ལ་མགོ་གཡོགས་དང་། དག་མེད་པ་ལ་མཚོན་**  
**ཐོགས་དང་། ཁ་གས་པ་ལ་དབྱུག་ཐོགས་དང་། ལྟུ་ལ་དང་མི་མཐུན་ཐམས་**  
**ཅད་སྤང་། ཁེས་གསུངས་ཏེ།** བད་ཀྱིས་ན་སྟེ་སྤྲུམ་མས་གནད་བ་མིན་ན་མིན་བ་ལ་  
 མགོ་བོ་གོས་དང་རས་ཀྱིས་གཡོགས་པ་དང་། མཆིམས་ལྷམ་གྱོན་པ་དང་། དག་  
 མེད་བཞིན་དུ་ལག་ན་མཚོན་ཆ་ཐོགས་པ་སྤྲོད་དགོས། དེའང་དག་ཡོད་ན་མཚོན་ཆ་  
 ཐོགས་ནས་དག་གསོད་ཆོག་གསུངས་པ་མ་རེད། བྱང་སེམས་དང་སྤྲུགས་ཇོགས་མ་



ཟད་སྒྲོན་མོང་ཐེག་པའི་ལུགས་ལའང་དགོ་སྒྲོང་གི་ཆོས་བཞི་བྲོ་བ་ལ་སྤྲར་མི་བྲོ་བ་དང་།  
དེག་པ་ལ་སྤྲར་མི་དེག་པ་སོགས་ཡིན་པས། དབྱ་དང་གཙན་གཟན་སོགས་ཀྱིས་འཆོ་  
བ་མེད་པར་རང་གི་གཞོད་པ་སྤྱད་ཆེད་དུ་མ་གུས་པའི་སྒྲོད་ལམ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་དེ་  
ལྟ་བུའི་དགོས་པ་ཡོད་ན་གནང་བ་ཡོད། ལོན་མ་རྒྱས་པ་དང་ལུས་རྒྱུགས་མི་བརྟན་  
པའི་ནད་སོགས་མེད་བཞིན་དུ་ལག་ན་ཆེ་འབྲིང་གིས་ལག་རྟེན་དབྱུག་པ་ཐོགས་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་མིག་ལ་ནད་དང་སྒྲོན་མེད་བཞིན་དུ་ལྟ་ཁང་ནད་དུ་ཤེལ་མིག་ནག་པོ་བྱོན་པ་  
སོགས་རྒྱལ་དང་མི་མཐུན་པའི་སྒྲོད་ལམ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་སྤོང་དགོས། **ཆོག་དོན་**  
**རེ་རེ་གཞིག་འབྲེལ་བ།** **ཆོས་སྒྲོན་མཐུག་གི་དམིགས་པ་ལ།** **ཁན་ཆགས་ཆེན་**  
**པོ་གོང་འོག་མཐུད།** **ཐམས་ལྟར་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲང་།** **ཆོས་བྲིམས་ལུང་བཞིན་**  
**བག་ཡོད་སྤྱད།** ཆོས་སྒྲ་མས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་རེ་རེ་ལའང་  
བསམ་གཞིག་སྟེ་བརྟགས་ཤིང་དབྱད་ནས་འབྲེལ་བར་བྱ་ཞིང་། ཆོས་སྒྲོན་གྱི་  
དམིགས་པའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་ཁན་ཆགས་ཏེ་ཁན་ཏན་ཆེན་པོས་གོང་འོག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་  
འཇུག་རིམ་གྱིས་མཆོམས་སྒྲུར་ཞིང་མཐུད་ནས་ཆ་ཆོང་དོན་འབྲེལ་གནད་དུ་གྱུར་པའི་  
ཐོག་ཏུ། ཆོས་ཀྱི་བྲིམས་གང་སྤང་སྤང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལུང་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་  
བཞིན་དུ་བག་ཡོད་པའི་སྒྲོན་སྤྱད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཞུས་པའི་ལུས་ངག་གི་  
སྒྲོད་ལམ་དེ་ལྟར་དང་། སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡུལ་གཞན་ལ་མི་གཡེང་བར་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་  
དོན་ལ་གཞིལ་བར་མ་ཟད། ཆོས་ཉན་པའི་ཆོ་ཏིང་ངེ་འཛིན་འདི་ལྟར་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ།  
ཆོས་ཞུ་བ་པོ་སྦྱོས་པ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་རྣོན་པོ་སྒྱུ་མདོག་དམར་སེར་ལག་ན་  
ཡུལ་འདི་སྤོང་ན་རལ་གྱི་དང་། པོ་སྒྲི་འཛིན་པ་དང་། བུད་མེད་ཡིན་ན་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་  
མ་སྒྱུ་མདོག་ལྗང་ཁུ་ལག་ན་ཡུལ་འཛིན་པ་དང་། ཆོས་འཆད་པ་པོ་དེ་ཐེག་པ་གང་

དང་གང་ཡིན་ན་དེའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་པར་བསམ་ཞིང་། ཆོས་འཆད་  
པ་པོ་དེའི་ཞལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པ་རང་རང་གི་སྤྱིང་ནང་དུ་སོང་བས། མ་  
རིག་པའི་ལུན་པ་སངས་ནས་སྒྲོའི་པར་རྒྱུས་པར་བསམ་དགོས་པ་རེད། **ཅེས་**  
**གསུངས་པས་ཀུན་སྤྱོད་དང་ཀུན་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་གསལ་བཏབ་སྟེ་གསན་**  
**འཆོལ།** ཞེས་ཀུན་སྤྱོད་བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྷན་པ་དང་།  
ཀུན་སྦྱོང་གོང་དུ་བཤད་པའི་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་ཇི་  
ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་ལེགས་པར་གསལ་བཏབ་སྟེ་གསན་པར་འཆོལ། གང་ཞིག་  
གསན་པར་བྱ་བ་ནི་སྐབས་འདིར་མན་ངག་གི་གཞུང་གཞན་དང་སྐུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་  
འཆད་པ་དང་། མན་ངག་གི་གཞུང་འདི་ཁོལ་བའི་ཚུལ་དུ་འཆད་པའི་ཚུལ་གཉིས་  
ཡོད་པ་ལས། **སྐབས་འདིར་སྤྱིང་ཐིག་ཡ་བཞི་ལ་སོགས་པ་མན་ངག་གི་གཞུང་**  
**གཞན་དང་སྟེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་ན།** ཆོས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་  
**ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་དང་།** དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་**སྟོབ་མའི་**ཁམས་དང་མོས་པ་  
དབང་པོ་དང་བསྟན་ཏེ་དང་བ་འཕྲོན་པར་བཤད་རྗེས་སམ། ཡང་ན་མན་ངག་འདི་ཉིད་  
ཁོལ་བུ་འཆད་པ་གང་ལྟར་ཡང་།

རྩོན་འགྲོ་སེམས་སྤྱོད་དང་པོ་ནི།    བུ་ཡིག་ལས།    འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་  
 རྟག་པར་བསམ་པ་དང་།    ཞེས་པའི་ཚིག་ཅིག་གསུངས་ཡོད་པས།    འདུས་བྱས་ཀྱི་  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པར་མི་རྟག་པའི་ཚོས་ལ་མི་རྟག་པར་བསམ་  
 པ་དང་པོར་འཛོག་པ་རེད།    དང་སྒྲུ་ནི་བྲིད་རྒྱུ་མ་དང་སྒྲེལ་བའི་ཚིག་ཡིན་ལ།

དང་པོ་ལུང་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་ནས་བསམ་པ་ནི།      རང་གཞན་སེམས་ཙན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་དེ་བདེ་བ་ཡིན་ལ།      བདེ་བའི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
 པ་གཏན་གྱི་བདེ་བ།      ནམ་ཡང་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་ནི་ཐར་པའི་མཆོག་  
 རྗེས་སུ་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡིན།      དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་དགོས་ན།  
 དེ་སྐྱབ་པའི་ལུས་རྟེན་ཆང་མ་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་མིའི་ལུས་རྟེན་རེད།      དེའང་  
 དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་ལུས་རྟེན་འདི་ཉིད་ཡིན་ན།      ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་མིའི་  
 ལུས་རྟེན་རྟེན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་སྤྱོད་བྱའོས་པ་དང་།      མི་ལུས་འདི་རིན་ཐང་ཙན་ཞིག་  
 ཡིན་པར་མ་ཤེས་ན་དལ་རྟེན་རྟེན་ཐོས་བྱེད་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་རེད།      དེའི་ཐོག་ནས་  
 དལ་རྟེན་འདི་རིན་ཐང་ཙན་ཞིག་ཡིན་ཡང་།      འདི་རྟག་བརྟན་ཙན་གྱི་སྒོ་གཏད་འཕེར་  
 ས་ཞིག་མིན་པར་ཤེས་དགོས།      དེ་ཤེས་ན་དལ་རྟེན་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་འདིའི་

ཐོག་ནས་དག་བ་སྐྱབ་པའི་བརྩོན་འགྲུས་ཚུལ་ཤེས་དགོས། དེ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་  
པས་ལེ་ལོ་སྒྲིམས་ལས་ཀྱི་དབང་དུ་ཤོར་ནས་དུས་ཚོད་བཟང་པོ་དེ་ཆུང་བོས་སུ་ཤོར་ཉེན་  
ཡོད། དུས་ཚོད་བཟང་པོ་དེ་ཆུང་བོས་སུ་ཤོར་ན་ཐར་པའི་ལམ་སྟེ་ཟིན་དུས་ཤིག་མེད་  
པས། ད་སྡོན་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་སྐྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན། ད་དུང་མཐའ་  
མེད་ཀྱི་བར་དུ་འབྲུལ་རྒྱུ་མི་ཆད་པར་སྐྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་མཐར་ཐིམ་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་  
འབྱུང་བའི་ཉེན་ཁ་དེ་ཚོ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བྱེད་སྤངས་དང་། དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བ་ཅི་འདྲ་  
ཡིན་པ་འདི་ལ་ཐོག་མར་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད། དལ་འབྱོར་རྙེད་པར་དཀའ་ཚུལ་ལ་  
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན། རང་རྒྱུད་རྟེན་གྱི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་། འཕྲལ་བྱུང་རྒྱུན་གྱི་  
མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད། རིས་ཆད་སྒྲོ་ཡི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དེ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཉི་ཤུ་རྩ་  
བཞི་དང་བྲལ་བ། དེའི་ཐོག་ན་མིར་གྱུར། དབང་པོ་ཆོང་། ཡུལ་དབུས་སུ་  
སྐྱེས་པ་སོགས་རང་འབྱོར་ལྷ། སངས་རྒྱས་བྱོན་པ་དང་དེས་ཆོས་གསུངས།  
བསྟན་པ་གནས། དེ་ལ་ཞུགས་པ་སོགས་གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སུམ་  
རྩ་རྩ་བཞི་ཆོང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་རྙེད་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་རྙེད་དཀའ་ཚུལ་ལ་བསམ་ན།  
དེ་སྡོན་སྐྱེ་བ་གངས་མེད་ན་ཆོངས་དབང་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ལུས་ཀྱང་གངས་མེད་གླངས་  
པ་དང་། ངན་སོང་ངན་འགྲོའི་ལུས་རྟེན་ལེན་པ་ཡང་རྩི་ཆོད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།  
དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ནི་ད་རེས་ཅོམ་ཡིན། དཔེར་ན་ཨུ་དུམ་མ་རའི་མེ་རྟོག་  
འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་འདྲ་དང་། དེའི་ཐོག་ཏུ་ཆོས་ལ་དད་པའི་ལུས་འདི་དེ་བས་ཀྱང་  
དཀོན་པས་ཨུ་དུམ་མ་རའི་མེ་རྟོག་ལྟ་བུ་རྙེད་པ་དཀའ་བ་དང་། རྙེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་  
དང་ལྷན་པ་ཡིན་པས། **དེ་ཡང་རང་རེས་སྡོན་གྱི་བསགས་པ་ལུས་དུ་བྱིན་པའི་མཐུ་ཁོ་  
ན་ལ་བརྟེན་ནས།** ཞེས་དེ་ཡང་རང་རེས་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཀྱི་རྟེན་རྙེད་པ་འདི་ནི་

སྒྲོན་གྱི་བསོད་ནམས་བསགས་པ་ལུང་དུ་ཕྱིན་པའི་མཐུ་ཁོན་ལ་བརྟེན་ནས། དཔེ་  
གངས་ངོ་བོ་གང་གི་སྒྲོན་སྟེང་པར་དཀའ་བ་འདི་ཉིད་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། དཔེ་ལྷ་དུམ་  
མ་རའི་མེ་ཏོག་བཞག་པ་རེད། ལྷ་དུམ་མ་རའི་མེ་ཏོག་དེ་ས་གང་ཡིན་ལ་མི་སྐྱེ་བར་  
མཆོ་མ་དྲོས་པའི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རིའི་དགྱིལ་ན་མེ་ཏོག་ལྷ་དུམ་མ་རའི་ཆེལ་ཡོད། དེ་  
ཁོན་ར་སྐྱེ་བ་དང་། དུས་ནམ་ཡིན་ན་མི་སྐྱེ་བར་སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་དུས་  
ཐེངས་རེར་སྐྱེ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ཞིང་དེས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
བསྐྱར་ཆོ་མེ་ཏོག་དེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ལྷ་ངན་འདས་ཆོ་མེ་ཏོག་དེ་  
རྟེན་ནས་ས་ལ་ལྷུང་བར་འགྱུར་བར་ཡིན་པ་དེ་དང་འདྲ་བ་དལ་འབྱོར་ཆེད་བའི་མི་ལུས་  
འདི་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ཡིན་གསུངས། ཡང་དཔེ་གཞན་ལ་འཛིག་ན། རྒྱ་མཆོ་  
ཆེར་གཡེང་བའི་གཉའ་ཤིང་གི་བྲུ་གར་རུས་སྤལ་གྱི་མགིན་རྒྱུད་ཀྱི་དཔེས་བསྟན་པ།  
ཇི་སྟེང་དུ། རྒྱ་མཆོ་ཆེར་གཡེང་གཉའ་ཤིང་གི། བྲུ་གར་རུས་སྤལ་མགིན་རྒྱུད་  
ལྟར། ཁྱི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ། ཁྱེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་མཆོ་ཆེར་  
པོ་མཐའ་དང་མཆོམས་མེད་པའི་ཁར་ཤིང་གཉའ་ཤིང་བྲུ་གར་གཅིག་པུ་ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱུད་  
གིས་བསྐྱོད་པའི་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱབས་ཀྱིས་བདས་ཏེ་གནས་གཅིག་ཏུ་མི་སྐྱོད་པར།  
ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱད་གཡེང་ཞིང་འབྱུམས་ནས་རྒྱུད་དང་རྒྱུས་དེད་དེ་འགྲོ་བ་ཞིག་  
དང་། མཆོའི་གཏིང་ན་རུས་སྤལ་ལོང་བ་ལོ་བརྒྱ་རེའི་མཆོམས་སུ་མཆོ་ཁར་སྐྱེ་ལན་  
རེ་བསྐྱེད་བ་ཞིག་ཡོད་ན། རུས་སྤལ་གྱི་སྐྱེ་དེ་གཉའ་ཤིང་གི་བྲུ་གར་འཕྲད་པར་ཤིན་  
ཏུ་དཀའ་བ་ལྟར་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་དང་། ཡང་གྲུང་ལོགས་ཀྱི་སྤན་མ་ལ་  
དཔེར་འཛིག་པ་ནི། དཔེར་ན་གྲུང་འཇམ་པོ་ཤིལ་འདྲ་བའི་ངོས་སུ་སྤན་མ་སྤར་གང་  
གཏོར་ན། སྤན་མ་རེ་གཉིས་རེ་གྲུང་ལོགས་སུ་འདུག་པ་ཨོ་སྤོད་ན་ཤིན་ཏུ་སྤོད་དཀའ་

བ། དེ་བས་ཀྱང་དལ་འབྱོར་གྱི་ཚེས་ཚང་བའི་ལུས་རྟེན་རྟེན་དཀའ་བ་ཡིན་གསུངས།  
 གངས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་སེམས་ཅན་གྱི་གངས་དང་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་ན། དཔྱུལ་  
 བའི་སེམས་ཅན་དེ་ས་ཚེན་པོའི་རྩལ་གངས་དང་འབྲ་བ་དང་། ཡི་དྲགས་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་  
 རྒྱ་བོ་གར་འི་ལྷ་དུ་གི་བྱེ་མའི་རྩལ་གངས་དང་འབྲ་བ། དུད་འགྲོ་ནི་ཆང་འགག་གི་སྤང་  
 མ་དང་འབྲ། ལྷ་མ་ཡིན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་འཇུབ་པའི་གངས་བཞིན།  
 ལྷ་དང་མའི་ལུས་རྟེན་ནི་སེན་མའི་སྤང་གི་རྩལ་ལྷ་བུའི་མང་ཉུང་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན།  
 སྤྱིར་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་དགོན། བྱུང་པར་དུ་མའི་ལུས་རྟེན་དགོན། དེའི་ནང་  
 བས་དལ་འབྱོར་ཚང་བའི་མི་ལུས་བྱུང་པར་ཅན་དགོན་གསུངས། དེ་རང་རེས་མིག་  
 གིས་བལྟས་ན་ཤེས་རྒྱུ་རིག་རྒྱུ་ཅན་རེད། རང་རེའི་མིག་གིས་འགྲོ་བ་གཞན་ལྷ་དང་  
 དཔྱུལ་བ་སོགས་མི་མཐོང་ཡང་། དུད་འགྲོའི་རིགས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན།  
 བྱིང་གནས་ཁ་འཐོར་གང་ཡིན་ཡང་རིག་འདུག་པ་རེད། ལུང་པ་གཅིག་གི་ནང་དབྱུར་  
 ཁའི་འབྲུའི་གངས་ཀྱི་དེ་མདོ་དབྱུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་མི་གངས་ལས་མང་བ་ཞིག་ཡོད།  
 ས་སྤྱིང་དང་བར་སྤྱང་ས་འོག་ཐམས་ཅད་དེ་འབྲ་ཡིན་པས། དེ་རྒྱུང་པ་ལ་ལྟོས་ན་མའི་  
 ལུས་རྟེན་དགོན་པ་ཡིན་རྒྱུ་རིག་ཡོང་། གནའ་མི་ཞིག་གིས། ལྷ་མ་བྱེད་རང་གིས་  
 མ་མཐོང་བ་རེད་མ་གཏོགས་རྒྱ་ག་གེ་མའི་ཡུལ་དུ་སོང་ན་མི་ལས་གངས་མང་བ་ཞིག་  
 ཡོད་ནི་མ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ལྟར། བོད་ལ་མི་གངས་ཉུང་བས། དེས་ན་ད་ལྟ་  
 གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱང་ཟེར་གྱིན་ཡོད། རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀའི་ཡུལ་གྱི་གྲོང་  
 བྱེད་ཆེ་བ་ཞིག་གི་མི་གངས་བསྐྱེམ་ན་བོད་མི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མི་གངས་ཙམ་ཡོད་ས་  
 རེད། འོན་ཀྱང་མའི་ལུས་རྟེན་དེ་འབྲ་དགོན་པོ་མ་རེད་བསམ་རྒྱུ་མེད་དེ། རྒྱ་  
 དཀར་ནག་ཚང་མའི་མི་གངས་བསྐྱེམ་ན་དུང་ལྷུང་བཅུ་ཁ་ཉི་ལྷུ་ཞིག་ཡོད་མོད། རྒྱ་

མཆོའི་མཆོ་བྲུག་རྒྱུད་རྒྱུད་གྱི་སྒྲིབ་གང་གི་རྒྱ་ཁྱོན་གྱི་རྒྱུར་གནས་དུད་འགོའི་གངས་ལ་  
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན་དེ་ལས་ཚད་རྒྱ་མ་རེད། རང་རེའི་ས་ཆའི་འབྲུག་གི་མ་མང་པའི་  
ལུང་པ་རེ་དང་། མཆོ་འགའ་རེའི་འགྲམ་གྱི་ཚྭ་འབྲུ་འཕུར་བ་དང་། ས་ཆ་འགའ་  
རེའི་ཨ་བུའི་གངས་ལ་བསམ་ན། བདེན་པ་སྒྲ་པའི་གསུང་ལ་བསྒྲ་བ་ཅི་ཡོད་བསམ་  
རྒྱུའི་ངེས་ཤེས་རྟེན་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ངན་འགོའི་སེམས་ཅན་ལ་གངས་གྱིས་མི་  
ཆོད། ཡང་མི་ཡིན་ཆོད་མི་ལུས་དོན་ལྡན་མ་རེད། མི་ལུས་ཡིན་ཆོད་དཔ་འབྱོར་  
གྱི་ཆོས་ཆོང་པ་ཅི་ལ་ཡིན། ཟེར་མི་རུང་རྒྱ་ཨ་རེད་དེ། ཆོས་པ་ཡིན་བསམ་པའི་  
མེར་སྒྲ་སྒྲ་ལྷ་ཡན་ཆོད་གྱི་མི་བྲི་ཆོ་གཅིག་གི་ནང་ན་ཆོས་པ་ངོ་མ་དཔ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སུ་  
རྩ་རྩ་བཞི་ཆོང་ཡོད་པ་མང་པོ་ཨ་ཡོད་ཅི་ཤེས། དེ་དག་འདུན་པ་ལ་བསྐྱར་པ་འདེབས་  
ནི་མ་རེད་དེ། སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་འགལ་རྒྱུན་གྱི་འཆོ་བ་མང་བས་དོན་ལ་དེ་ལྟར་  
ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་དཔེ་དང་གངས་དང་ངོ་བོའི་སྒྲོན་སྒྲོན་ཆེད་པར་དཀའ་བའི་དཔ་འབྱོར་  
**གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པ་ནི་སྐལ་བ་བཟང་སྟེ།** དཔ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་བར་མ་  
ཟད་ཆོ་ལ་ངེས་པ་མེད་ལུགས་དེ་རྣམས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན། འདུལ་བ་ལུང་ལས།  
བསམགས་པ་ཀུན་གྱི་མཐའ་འཛིན་ཅིང་། །མཐོན་པོ་རྣམས་གྱི་མཐའ་ལྷུང་  
འགྱུར། །སྒྲིམ་པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་སྟེ། །འདུས་པའི་མཐའ་ནི་འབྲལ་བ་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་**བསམས་ན་སྒྲོ་བུར་གྱི་རྒྱུན་མི་ཟད་པས་དོན་ལ་ཤིན་པ་**  
**སང་ནངས་པར་ཡར་ལང་དུ་མེད་པར་མལ་དུ་རོལ་གྱུར་སོང་བ་དང་།** མལ་ས་དུར་  
བྲོད་ལ་གྱུར་སོང་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད་གསུངས་པ་རེད། ཆོ་མི་རྟག་པར་བསམ་པའི་སྐབས་  
འདིར། བྱི་སྒྲོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་ལ་བསམ་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཚུལ་ནི། ཀུན་མཁྱེན་  
ཆེན་པོས། སྒྲོད་བཅུད་མི་བརྟན་སྲིད་པ་ཆགས་འཛིག་གི། །མེ་བདུན་རྒྱ་གཅིག་

སྒྲིང་གིས་འཐོར་བའི་དུས། །ཁོར་ཡུག་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིང་དང་རིས་བསྐྱོར་བའི། །ལྷན་  
 པོ་རིན་ཆེན་བཞི་ཡང་མི་རྟག་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་  
 སྐབས། །ངེས་པར་བསམ་སྟེ་སྤྱིང་ནས་ཆོས་མཛོད་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 བསྐྱལ་པ་འདི་དང་པོ་ཆགས་པའི་སྤྱི་རེལ་ན་ནམ་མཁའ་སྤྱོད་པ་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད་པ།  
 དབྱིངས་སྤྱོད་པ་གོ་འབྱེད་པའི་ཁོངས་དེར་སྒྲིང་དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་དང་པོར་ཆགས། དེའི་  
 སྤྱོད་རྒྱུའི་དགྲིལ་འཁོར་ཆགས། དེའི་སྤྱོད་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ཆགས།  
 དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་ཐང་ནས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ལྷ་གནས་  
 གྱི་མཐོང་མན་དང་འབྲ་བ་ཞིག་གྲུང་མཉམ་དུ་ཆགས། དེའི་ནང་ན་ནམ་མཁའི་ཁམས་  
 ནས་ཆར་བབ་པས་རྒྱུའི་ཐང་དུ་གྱུར། རྒྱ་དེ་འབྲུགས་ཤིང་བརྟེན་ཤིང་བརྟེན་པས་  
 ལྷ་བའི་དྲངས་མ་དེ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་སྤྱིང་བཞིའི་ནམ་པར་ཆགས། དབུས་གྱི་  
 རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ནི་རིན་པོ་ཆའི་རང་བཞིན་ཏེ། ཤར་ཤེལ། ལྷོ་བྱི་རྒྱུ། ལུབ་  
 པར་རྒྱ་ག བྱང་གསེར་ལས་གྲུབ་པ། མཐའ་བསྐྱོར་རྒྱ་མཚོམས་ལ་ཐུག་གི་བར་  
 གསེར་གྱི་རི་བདུན། རོལ་པའི་མཚོ་བདུན། དེ་ནས་ཤར་ལུས་འཕགས་པོ།  
 ལྷོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་། ལུབ་བ་ལང་སྤྱོད། བྱང་སྤྱི་མི་སྟན་ཏེ་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་གཡོག་  
 དང་བཅས་པ་ཆགས། སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་བརྒྱད་ནི་མིའི་འགོ་བའི་ཕྱིའི་སྤྱོད་གྱི་འཛིག་  
 རྟེན་ཡིན། དེ་ནས་རི་རབ་གྱི་སྤྱོད་ན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་། ཆོལ་བཞི་  
 དང་ཡོངས་འདུའི་ས་བརྟོལ་གྱི་ལྷོན་ཤིང་གིས་བརྒྱན་པར་བཅས་ཆགས། མཐའི་རྒྱ་  
 མཚོའི་ཁོར་ཡུག་གཉའ་ཤིང་འཛོན་རིའི་ཚད་དང་མཉམ་པའི་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་བ་དང་།  
 ཉི་མ་དང་ཟླ་བས་བརྒྱན་པའི་སྤྱོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་དེ་འབྲ་བར་ཆགས་སོ། །དེ་ལྟར་  
 བསྐྱལ་པ་ཡར་ཆགས་ནས། བར་དུ་གནས་པའི་བསྐྱལ་པ་འདི་འབྲར་གནས་ཏེ།



ཐམ་འཛིག་པའི་བསྐྱལ་པ་ཤར་ཆོ་མེ་བདུན་གྱིས་ཐམས་ཅད་ཆོག་སྟེ་ཐལ་བ་ཡང་མི་ལུས་  
པར་གྱུར་འགྲོ། མེས་ཅིའི་ཕྱིར་འཛིག་འགྲོ་ནི་རེད་ཤད་པོ་རྒན་མོ་རྣམས་གྱིས་བསམ་  
ན་མི་ཤེས་ཏེ། གཞུང་འགའ་རེ་ལས་ཉི་མ་བདུན་འཆར་བ་དང་། ཡང་འགའ་རེར་  
ཉི་མ་གཅིག་ལ་བདུན་གྱི་བྲོད་ཆད་ཡོད་པ་ཞིག་གིས་འཛིག་འགྲོ་གསུངས་ཡོད། དོན་  
ལ་མི་མཛད་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བྱེ་བ་སྤྲག་བརྒྱར་ཉི་མ་བྱེ་བ་སྤྲག་བརྒྱ་པོ་བདུན་འགྱུར་  
དུ་ཇི་ཆར་སོང་ནས་མཐར་འཛིག་འགྲོ། ཆོག་པའི་ཤུལ་ན་ཐལ་བའང་མི་ལྷག་ མེ་  
ཡིས་བདུན་ལོ་རྒྱུ་ཡིས་གཅིག་ །ཅེས་མའི་འཛིག་པ་བདུན་ཆོན་རེའི་མཆོམས་སུ་རྒྱུའི་  
འཛིག་པ་རེ་འབྱུང་བས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་མན་ཆད་རྒྱས་བཤལ། དེ་ལྟར་ཆོན་པ་  
བདུན་རྩོགས་ནས། ཐའི་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། །ཞེས་ཐ་མ་ནི་རྒྱུད་གིས་  
བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་ལྷ་གནས་མན་ཆད་གཏོར་ཏེ། ནམ་མཁའ་སྒྲོང་པ་གཅིག་  
ཏུ་གྱུར་ནས་སྒྲར་བསྐྱལ་པ་མ་ཆགས་པ་དང་འབྲ་འབྲ་རེད་འགྲོ་སྟེ། མདེ་ཏིང་འཛིན་  
རྒྱལ་པོ་ལས། ནམ་ཞིག་འཛིག་རྟེན་ཁམས་འདི་འབྱུང་བ་དང་། །འཛིག་རྟེན་  
ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་འགྱུར་བ་སྟེ། །ཇི་ལྟར་སྒྲོན་བཞིན་ཕྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
ཏེ། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཡིན། ཡང་དཔེ་དེ་དང་འབྲ་བ་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཡང་མི་རྟག་པ་  
ཡིན། དེའང་འབྱུང་གནས་འཛིག་གསུམ་ཀའང་ཕྱིའི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ལུགས་དང་  
འབྲ་བ་རེད། ཇི་ལྟར་ན། སེམས་ཅན་ཞེས་པའི་སེམས་དང་ལུས་ཤིག་མ་གྲུབ་པའི་  
སྒྲ་རོལ་ཏུ། དང་པོ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཡོད་པའི་ངང་  
དེའི་ཐོག་ནས་མ་རིག་པ་དང་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་རྒྱུད་ཆགས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་  
བར་སྐྱད་པར་བྱེད་པའི་ལས་གྱིས་བོན་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཅན་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཐ་

མའི་ས་བོན་ལས་ལུས་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ། མིག་གཉིས་ཉི་ཟླ་གཉིས། ནང་གི་  
དྲངས་མ་དཀར་དམར་སྒྲིམ་ཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་། ཁམས་བཙེ་བརྒྱད་སྒྲིང་བཞི།  
སྒྲིང་ཕྱན་བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་པའི་རྩལ་དུ་ཆགས། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་དེ་རི་བདུན་ཁོར་  
ཡུག་ཆེན་པོ་དང་བརྒྱད། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་བརྟེན་སའི་ཅུ་དབུ་རྒྱུད་རོ་གསུམ་  
ད། སྒོ་གསུམ་དང་དུག་གསུམ་སྒྲིག་གསུམ་གྱི་རྟེན་ཅན་ཁམས་གསུམ། ཅུ་འདབ་  
འཁོར་ལོ་ལྷའམ་དུག་རྣམས་འགོ་བ་ལམ་རྒྱུད་ལྷ་དང་རིགས་དུག་གནས་རིས་སོ་སོ་  
མི་འདྲ་བ་ལྟར་བདེ་སྤྱད་སྒྲིམ་ཆོགས་པ། ནང་གི་སྟོང་ཆེན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གང་  
ཟག་སྒྲེར་གྱི་ལུས་འདི་འདྲ་དང་པོ་འདུས་པས་ན་ཐམར་འབྲལ་བ། དང་པོ་སྒྲིམ་པའི་  
རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཐམར་འཆི་བ། འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་དབང་གིས་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་  
ཡིན་ཏེ། འཆི་བའི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ན་ཕྱི་འབྱུང་བ་བཞི་དེ་ནང་འབྱུང་བཞིར་སྤྱད་པ་དེ་  
མེ་བདུན་དང་རྩ་གཅིག་གིས་འཛིག་པ། ནང་འབྱུང་བཞི་གསང་འབྱུང་བཞིར་སྤྱད་  
དུས་གདོད་མའི་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་པས། ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་  
པས་དང་པོ་ལུས་ཆགས་པའི་སྐབས་དང་འདྲ་བ་ཡིང་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཅན་སོ་  
སོའི་ངོས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་རུ་བ་རྩལ་འདི་ལ་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་ན། ས་དང་ལྷན་པོ་རྒྱ་མཚོ་  
ཉི་མ་བདུན། །འབར་བས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་གྲུང་། །ཐལ་བ་ཡང་  
ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་ཉམས་རྒྱུད་མི་ལྟ་སྒྲོས་ཅི་འཚལ། །ཞེས་  
བཤེས་སྒྲིང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱིད་པ་ཆགས་འཛིག་གི་དཔེ་ལ་བསམ་ན་ཕྱི་སྒྲིང་གྱི་  
འཛིག་རྟེན་བསྐྱེད་པར་གནས་པའང་མཐར་མི་རྟག་དེ་བཞིན་དུ་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་  
ཅན་ལ་བསམ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་མི་རྟག་པ་རེད། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲིང་བཞི་  
སྒྲིང་ཕྱན་བརྒྱད་ལ་མའི་འགོ་བ་ཆགས་པར་བཤད་ན། སྒྲིང་བཞི་པའི་མི་འདི་དང་པོ་

འོད་གསལ་ལྷ་ལས་མཆེད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ལས་ངན་པས་སྤང་བའི་དུད་  
འགྲོ་དང་ཡི་དྲགས་དཔྱལ་བ་རྣམས་ནི། དུད་འགྲོ་བྱིང་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་།  
ཡི་དྲགས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཆགས། དཔྱལ་བ་ཚ་གང་ནི། མཛོད་ལས།  
འདི་འོག་སྒྲོང་ཐག་ཉི་ལྷན། །མནར་མེད་པའོ་དེ་ཙམ་མོ། །ཞེས་གངས་ཉི་མའི་  
འོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཉི་འཁོར་གྱི་རྩ་བའི་གནས་མནར་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་བཞི་ན་ཡོད། དུད་  
འགྲོ་ཁ་འཐོར་དང་། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས། ཉི་ཚོ་བ་རྣམས་མི་ཡུལ་ལ་  
ཡོད་ཚུལ་བཅས་གསུངས། ལྷ་ནི་རི་རབ་ཀྱི་ཕྱེད་རྒྱ་མཚོ་མས་ཡན་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་  
གནས་སུ་རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞིའི་ལྷ་དང་། རི་རབ་ཀྱི་སྤྲོད་ན་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་དང་།  
དེ་སྤྲོད་གི་ནམ་མཁའ་ན་འདོད་ལྷ་གཞན་བཞི་ཀ་དང་། རི་རབ་ཀྱི་ཁོང་གསེང་ན་ལྷ་མ་  
ཡིན་སྒྲིབ་གཅན་དང་། སྐར་ཕྱེད་། མགུལ་ཕྱེད་། ཐག་བཟང་རིས་ཀྱི་གནས་  
རྣམས་ཆགས་ཡོད། འདོད་ལྷ་འི་ཡན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཚངས་རིས་ལ་སོགས་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་དང་། འོད་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་གནས།  
དགེ་རྒྱུད་སོགས་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་གནས། སྤྲིན་མེད་སོགས་བསམ་གཏན་  
བཞི་པའི་སོ་སྒྲིབ་ཀྱི་གནས་གསུམ། དེའི་སྤྲོད་ན་གཙང་རིས་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་དང་།  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྤྲིད་རྩེ་མན་གྱི་ལྷ་རྣམས་ཆགས་ཡོད། མའི་འགྲོ་བའི་དབང་དུ་ཆོ་  
ལོ་དཔག་མེད་ཐུབ་པའི་དུས་དེར། སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་གཟིགས་བྱོན་པ་ནས་ཆོ་ལོ་  
བརྒྱ་པའི་སྐབས་སུ་ཤུ་ལྷ་ཐུབ་པ་བྱོན་པ་ནས། ཆོ་ལོ་བཅུ་པ་ལ་ཐུག་པའི་བར་ཡར་ཐོག་  
རིང་མོ་དང་། དེ་ནས་ཡར་སྐྱེ་དང་མར་འགྲིབ་ཀྱི་བར་ཁྲག་བཙོ་བརྒྱད་ཡོད་ལ།  
དེའི་བར་ལ་སངས་རྒྱས་དགུ་བརྒྱ་དགུ་བཅུ་ཅུ་ལྷ་བྱོན། མ་ཐོག་རིང་མའི་མགོ་  
འཇུགས་དུས། སངས་རྒྱས་མོས་པ་བྱོན་ནས་འགྲོ་བ་འབྲེན་པ་རེད། བསྐྱལ་པ་

འཛིག་དུས་དེར་སེམས་ཅན་གཅིག་གྲང་མི་ལུས་པར་འཛིག་ཟིན། དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་  
ལ་བསམ་ན། མི་མཛེད་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་ད་སྐར་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་  
རྣམ་པར་གཟིགས་དང་། གཙུག་ཏྲར་ཅན། ཐམས་ཅད་སྐྱོབ། འཁོར་བ་འཛིག་  
གསེར་ཐུབ། འོད་སྤྲང་། རྒྱུ་ཐུབ་པ་སྟེ་སངས་རྒྱས་རབ་བདུན་བྱོན། དེ་དག་  
མཚན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་སྟོག་ཉིས། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་སྐྱས་པའི་རྩི་རྩི་སྐྱ་  
ཡིན་ནའང་མེད་པར་འགྱུར་བའི་མི་རྟག་པའི་རྩི་བསྟན་པར་མ་ཟད། རྒྱུའི་བསྟན་  
པ་ལས་གཞན་པ་དེ་དག་གི་བསྟན་པའང་རྩི་བའི་རྩི་ལ་བསམ་སྟོེ་གཏོང་དགོས།  
བཤེས་སྤྱིང་ལས། འགྲོ་བའི་དོན་བྱིར་རྒྱལ་བ་ཉི་མ་འད། །དམ་ཚེས་མཛོད་ཀྱི་ཟླ་  
བ་རུབ་ལ་ལྟོས། །རང་གི་ཡུན་ཚོགས་འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཀུན། །རྟག་པར་  
མེད་པ་ཉིད་དུ་མ་བྱེན་འཚལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། མཐོ་སྤྱིད་པའི་ཕྱེ་མོ་མན་ཆད་  
ནས་དམའ་ན་རྟ་དུལ་ཁམས་ཡན་ཆོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡོད་ཆད་གི་མི་དགོས་པ་ནི་  
གཅིག་གྲང་མེད་ནའང་། **སྐྱེན་མྱོངས་པལ་ནི་འཆི་བ་འོང་མི་འོང་གི་རྟོག་དཔྱོད་ཅམ་**  
**ཡང་མི་བྱེད་པར་སྤྲང་བ་གདོང་འདེད་ཁོ་ནའི་ངང་ལ་ཐུག་སྟེ་འཆི།** ཞེས་དེ་ལྟར་མ་  
ཤེས་པའི་སྐྱེན་ཞིང་མྱོངས་པར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་པལ་པོ་ཆེ་འཆི་བ་རང་ཐོག་ལ།  
ནམ་འོང་དང་འདི་འོང་གི་རྟོག་དཔྱོད་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར། སྤྲང་བ་གདོང་འདེད་དེ་  
ཅི་བྱུང་གང་བྱུང་ཅི་མཐའ་གང་མཐའ་བྱས་ནས་སྐྱུག་འདུག་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ངང་མི་ཆོ་ཟད་པ་  
ལ་ཐུག་སྟེ་དེའི་ངང་ནས་འཆི་བ་ཡིན། **འགའ་ཞིག་འཆི་བ་འོང་སྐྱམ་པ་ཡོད་ཀྱང་མ་**  
**རྣམས་ཀྱི་བར་ལ་དགའ་རབ་ཡོད་པའི་བསམ་པས་རིམ་གྲོ་དང་ཐབས་སྒྲུ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་**  
**བྱི་ཆོས་དང་རེ་དོགས་ཁོ་ན་སྐྱུར་ལེན་ཅིང་ཆོ་འདིའི་འདུན་མ་འབའ་ཞིག་གི་དབང་དུ་འགྲོ།**  
དེའི་ནང་ནས་འགའ་རེས་ནམ་ཞིག་ལ་འཆི་འགྲོ་རྒྱ་རེད། འཆི་རྒྱ་ཡོད་པ་ཤེས་ནས་

འཆི་བ་ཡོང་སྐྱེས་པ་རེ་ཡོད་ཀྱང་རྟག་འཛིན་ཕྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་སྒྲིལ་དང་པོས་ད་དུང་ག་ལ་གི།  
མ་ཁྲིམ་བར་དུ་འདི་འདྲ་སྤྱོད་པོ་འདུག་ཆོག་སྐྱེའི་རེ་བ་བསམ་ནས་དགའ་རབ་ཡོང་སྐྱེར་རེ་  
བས་ལྷ་དང་སྤྱད་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་དེང་པོར་འཆོ་བར་བསྐྱབ་པའི་རིམ་འགྲོ་དང་ཐབས་  
སྒྲིལ་གསལ་པ། ཡང་ལུས་ལ་སྒྲིལ་དང་འཕྲོད་བསྟེན། བྱུང་དང་བསྐྱེད་མཉེ་སོགས་  
རིམ་འགྲོ་དང་ཐབས་སྒྲིལ་གསལ་གྱི་སྒོ་ནས་ཡུན་རིང་འཆོ་བའི་འདད་རྒྱུ་དང་། ཕྱི་  
ཆོས་དང་རེ་དོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཤོར་ཁོ་ནར་ལྷུང་སྒྲངས་གིང་། གཤམ་དོན་ཕྱི་མའི་དོན་ཆེན་  
བསྐྱེད་ནས་ཆོ་འདིའི་འདུན་མ་ཆོ་འདིར་དགའ་ཐབས་བདེ་ཐབས་སྤྱོད་ཐབས་ཆེ་ཐབས་  
བསྐྱབས་ཏེ། ཆོས་བརྒྱུད་བདུན་གྱི་གཡལ་མོ་འབའ་ཞིག་གི་དབང་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོས་  
མང་། ད་ལྟ་མི་ཀུན་སྒྲིབ་ཏེ་མའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཤོམ་ར་དང་རྒྱགས་བྱེད་ལ་སོགས་འོག་  
གའས་བྱེད་ཀྱང་། དེའི་དུས་ན་རང་རེ་ལུས་རྟེན་འདི་འདྲ་མིན་པའི་མགོ་དང་ཁ་ལ་ར་  
ཅོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ནས་ལུས་རྟེན་འདིའི་དུས་པ་ཅོམ་ཡང་ཤུལ་མེད་དུ་མི་བྱེད་པའི་  
གཤེད་ས་ཨོ་འདུག གཤེད་མི་འདུག་ན་དེའི་ཆོ་ཐབས་ནི་གང་ཡང་མེད་དེ། དེ་  
ལྟར་གི་སྐྱེའི་ཕྱོགས་ལ་འདད་མི་རྒྱག་པར་ཆོ་འདིའི་འདུག་རྒྱས་ཁོ་ནར་བྱེད་པས། མི་  
ཀུན་སྒྲིབ་དང་ལོ་རྒྱུད་མཐའ་ཆེས་མའི་ལས་ཀ་དང་བྱ་བ་འདི་བྱེད། འདི་ཆོར་ནས་  
འདི་བྱེད་ཅེས་ཤོམ་ར་དང་། ལོ་རྒྱུད་ཆེས་མའི་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱགས་བྱེད་ལ་སོགས་འདུག་  
རྒྱས་ཀྱི་འོག་གའས་བྱེད་ཀྱང་། མ་འོངས་ལོ་རྒྱུད་ཆེས་མའི་དུས་ན་རང་རེའི་ད་ལྟའི་  
ལུས་རྟེན་འདི་བརྟེན་ཏེ། འདི་འདྲ་མིན་པར་དུང་འགྲོ་ཉམ་ཐག་གམ་ཉི་ཆོ་བའི་དཔྱལ་  
བའི་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ལྷ་བྱུ་མགོ་དང་ཁ་ལ་ར་ཅོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ནས། ལུས་  
རྟེན་འདིའི་རོ་དེ་མེ་ལ་བསྐྱེད་གམ་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་བའམ་བྱ་རྟོད་ཀྱིས་ཐོས་ནས་བྱ་སྐྱེད་ཏུ་  
སྐྱེད་ནས་དུས་པ་ཅོམ་ཡང་ཤུལ་མེད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་གཤེད་ས་ཨོ་འདུག དེ་ལྟར་མི་

འགྱུར་བའི་གདེང་ཚོད་མི་འདུག་ན་དེའི་ཆོ་འཆི་བདག་ག་ཤིན་ཟེའི་པོ་ཉམས་བྲིད་ནས་འགོ་བ་  
དེ་བརྒྱུག་པའི་ཐབས་ནི་གང་ཡང་མེད་དེ། **རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས།**  
**རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ།** དཔེར་ན་ཕྱོགས་བཞི་ནས་རི་སྒྲ་བ། བརྟན་པ། དཔང་མཐོ་བ་  
བཞི་འབྲེལ་ནས་རྩ་དང་། ཤིང་གེལ་པ་དང་། སློག་ཆགས་ཐམས་ཅད་སྤྱེ་མར་  
འཐག་ཅིང་རུབ་རུབ་བྱུང་ན། དེ་ལ་མཁྱེགས་པས་འབྲོས་པ་དང་། སྟོབས་ཀྱིས་  
བརྒྱུག་པ་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ན་བ་དང་། ག་  
བ་དང་། འཆི་བ་དང་། རྟུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བཞི་འབྱུང་སྟེ།  
དེ་ལ་མཁྱེགས་པར་འབྲོས་པ་འཇམ། སྟོབས་ཀྱིས་བརྒྱུག་པ་འཇམ། རོར་གྱིས་བསྐྱ་  
བ་འཇམ། རྩས་དང་། རྒྱགས་དང་། སྒྲན་གྱིས་བརྒྱུག་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཕྱོགས་བཞི་ནས་བྲག་གི་རི་བོ་  
ལྷན་སྒྱུག་པ། སྒྲ་བ་བརྟན་ཅིང་མི་ཤིགས་པ། དཔང་མཐོ་བ་ཅེ་མོ་ནམ་མཁར་  
བྲག་པ་ལྟ་བུ་བཞི་ཡོད་པ་མཉམ་དུ་ལོག་ཅིང་འབྲེལ་ནས་རྩ་དང་། ལྷུ་མ་རིགས་དང་  
ཤིང་གེལ་པ་འཇམ་ལྷོན་ཤིང་ཆེན་པོ་དང་། ཤིང་ཕན་དང་། སློག་ཆགས་ཐམས་ཅད་  
སྤྱེ་མར་འཐག་ཅིང་རི་ཐམས་ཅད་ནང་དུ་རུབ་རུབ་བྱུང་ན་དེ་ལ་མཁྱེགས་པའི་བང་གིས་  
མཁྱེགས་པར་འབྲོས་པ་དང་། སྟོབས་ཆེན་གྱིས་སྟོབས་ཀྱིས་བརྒྱུག་པ་འཇམ། རྒྱ་  
ཆེན་གྱིས་ལློག་བརྟན་སྤྲད་ནས་རོར་གྱིས་བསྐྱ་བ་འཇམ། རྩས་འཕྲུལ་འབྲ་མིན་དང་།  
རིག་སྒྱགས་དང་། སྒྲན་གྱིས་ཅི་བྱེད་ཀྱང་བརྒྱུག་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
དུ་སྤྲིད་པ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདི་ན་རྒྱ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་མཐུན་དུ་  
ཡོད་པའི་འབྱུང་བཞི་འབྲུགས་པའི་ནད་ན་བ་དང་། ལང་ཆོ་རྒྱུད་པའི་ག་བ་དང་།  
ལུས་སློག་འབྲེལ་བའི་འཆི་བ་དང་། ཉམས་ཤིང་ག་བའི་རྟུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འཛིགས་པ་

ཆེན་པོ་བཞི་འབྱུང་སྟེ། འཛིག་པ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དེ་ལ་གོང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ལ་  
མཐུགས་པོར་ཞོན་ནས་མཐུགས་པར་འབྲེས་པ་དང་། སྟོབས་ལུགས་ཀྱིས་བསྒྲིག་པ་  
དང་། རྩུ་ལོར་འགངས་ཆེན་སྤྲད་པས་བསྐྱུ་བའམ། རྩས་འཕྱུལ་དང་།  
སྤྲགས་བསྒྲུབ་དང་། སྤྲན་གྱིས་བསྒྲིག་པར་སྤྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། **།ཞེས་གསུངས་ལ།**  
ད་དུང་འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་དཔེ་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པས།  
ཆོང་འདུས་བཞི་མདོ་མགོན་ཁང་གནས་རྣམས་སུ། །སྤྱོགས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་འདུས་ཤིང་  
འབྱེས་པའི་དཔེས། །འདུས་པ་འབྲེལ་ཞེས་སྤྲིང་ནས་ངེས་པར་བསམ། །ཞེས་པ་  
ལྟར་ཆོང་འདུས་ཆེན་པོ་འམ་ལམ་གྱི་བཞི་མདོའི་མགོན་ཁང་ཆེན་པོ་ན་མི་མང་པོ་སྤྱོགས་  
བཞི་མཆོམས་བརྒྱད་ནས་འོང་བས་མཉམ་དུ་འདུས་ཤིང་གནས་སྐབས་འཛོགས་ཀྱང་།  
འདུས་པ་མི་རྟག་པས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱོགས་སོ་སོར་འབྱེས་འབྲོ་བ་དེ་བཞིན་དུ། ད་ལྟའི་  
སྐབས་འདིར་བདག་དང་གཞན། དག་དང་གཉིན། བར་མའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་  
ལྟན་ཅིག་འཛོམས་ཤིང་འདུས་པ་རྣམས་ལ་རྟག་བརྟན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་  
རྣམས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན། ས་མ་དང་། མཁན་སྒྲོབ། སྤྱོགས་མཆེད།  
ཡུལ་མི་བྲིས་མཆོས་མཛའ་མི་མཛའི་མི་སུ་ཡིན་རུང་མཉམ་པོར་ཡོད་དུས་མི་འཐབ་མི་  
འཁོན་མཐུན་པར་འབྲོགས། འབྲེལ་བའི་དུས་སུ་འདུས་པ་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་བའི་  
ཆོས་ཅན། འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོང་ད་ལྟ་ནས་རིག་སྟེ་འབྲོད་པ་མི་སྐྱེ་བར་བྱ་དགོས་ཞེས་  
གདམས་པ་མཛའ་ཡོད། རང་གི་མི་ཆོ་གང་པོའི་ད་སྔོན་འདུག་པའི་ས་སྤྱོགས།  
སྤྲིད་པའི་གནས་ཁང་གནས་མལ། ཆོ་སྟོད་ཀྱི་གཉིན་ཉི་ཕ་མ། བྲོང་རོགས་བྲིས་  
མཆོས། ཟླ་རོགས་སྤྱོགས་མཆེད། ན་ནིང་ཡོད་རྩུ་རྣམས་ད་ལོ་མེད་པ་དེ་ཆོར་  
འདང་རྒྱག་ན་རྟག་པ་དང་བརྟན་པ་མེད་པར་གཤེས་འདུག་རྩུ་ཅན་ཞིག་ཡིན་རེད། མི་

རྟག་པའི་ཚེམས་ལས། འདུས་པ་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་བས་ན། །གང་ལའང་ཡིད་  
བརྟན་མི་རུང་པས། །སྤྱི་བོ་རྣམས་དང་བདག་ཉིད་ལ། །ཞེན་ཅིང་ཆགས་པ་མེད་  
པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་  
རྟག་བརྟན་མེད་པ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ན་རང་ཅག་རྣམས་ངས་པ་འཆི་སྟེ། བྱ་  
ངན་བསལ་བའི་མདོ་ལས། ཅི་སྟེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས། །མཚན་དང་དཔེ་  
བྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི། །དོ་རྩེ་སྐྱ་ཡང་མི་རྟག་ན། །ཅུ་གིང་སྤྱོད་པོ་ལྟ་བུ་  
ཡི། །ལུས་ཅན་རྣམས་ལྟ་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་གི་ཕྱིར་མི་རྟག་  
པ་ཡིན་ཞེ་ན། སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་མདོན་པར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
གཟུགས་ཀྱིས་མཚན་བཟང་སོ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་པའི། དོ་རྩེའི་  
སྐྱ་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པར་མེད་པ་འགོ་བའི་དཔལ་དུ་བྱོན་པ་དེ་ཡང་མི་རྟག་ཅིང་སྤྱང་ན་  
ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བཞུན་པ་ཡིན་ན། སྤྱོད་པོ་མེད་པ། འབྱུང་བ་བཞི་འདུས་ཀྱི་  
སྤྱག་བདེན་ཉར་ལེན་ཀྱི་ཕྱད་པོ། ཅུ་གིང་གི་སྤྱོད་པོ་ལྟ་བུའི་སོ་སོ་སྤྱོ་བའི་ལུས་ཅན་  
རྣམས་མི་རྟག་པ་འཆི་བར་འབྱུར་བར་ལྟ་སྟོས་ཅི་དགོས་ཞེས་པས། སྤྱི་འཆི་ལ་རང་  
དབང་ཐོབ་པའི་འོ་སྟོལ་ཀྱི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཡང་གཏུལ་བྱ་རྟག་འཛིན་ཅན་གཏུལ་བར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐ་མའི་གཟིམས་ཁྱིལ་མནལ་བས་ཡིད་སྟོ། །འཕགས་པས་འཆི་དང་ན་བ་  
དང་། སྐ་བའི་སྤྱག་བསལ་ཅུད་ནས་སྤངས། །ཞེས་གསུངས་པས། འཆི་  
བདག་གི་བདུད་བཅོམ་པས་སྤྱི་འཆི་རང་མཚན་པ་མི་མངའ་བས་སྤྱི་འཆི་ལ་རང་དབང་  
ཐོབ་པའི་འོ་སྟོལ་ཀྱི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུག་ཐུབ་པ་དེ་དགུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་གཅིག་གི་  
སྐབས་སུ་གཏུལ་བྱ་རྟག་འཛིན་ཅན་མ་ཐུལ་བ་འདུལ་བ་དང་། མི་རྟག་པ་སྟོན་པ།  
སྤྱོ་བ་བསྐུལ་བ། ཆོས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་སྤྱོར་བ་སོགས་དོན་བཅུ་ལ་དགོངས་ནས་བྱུང་ཡུལ་རྩ་



ཆེན་གྱི་ཤིང་སྤྲེལ་ཟུང་གི་དྲུང་དུ་དག་སྒྲིང་དག་གི་དྲི་བའི་ལྷག་མ་བསལ། གདུལ་བྱ་  
ལྷག་མ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་བརྟུལ་ནས། སང་གའི་བྲི་ལ་བཞུགས་ཤིང་སྒྲིའི་སྒྲིང་  
གཡོག་བསལ་ཏེ། དག་སྒྲིང་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྲེལ་སྒྲིམ་ཤིག་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ལྷ་བ་ནི་ཆེད་པར་དཀའ་སྟེ་ཨུ་དུམ་ལྷ་ར་བཞིན་ནོ། །འདུས་  
བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུང་གི་ཐམ་དེ་བཀའ་བསྟུལ་ཏེ་  
སྒྲོ་གཡས་པ་ས་ལ་ཕབ་ནས། སང་གའི་ཉལ་སྤྲུལ་མཛད་དེ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་  
མཛད་དོ། །**དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་བོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་རྒྱལ་སྒོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་**  
**འཕྲུལ་དེ་དག་ཀྱང་ཁྱོད་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་འདི་ལྟར་མཛད་ཅེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཆོས་**  
**འབྱུང་། དེབ་ཐེར། རྣམ་ཐར་སོགས་མཛུབ་མོར་སྒོན་ལས་དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་མ་**  
**བཞུགས་པར་མངོན་སུམ་ཆོད་མས་གྲུབ་པས་སྤྲིང་རྒྱུང་ལྔ་དང་།** རྒྱ་བོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་  
རྒྱལ་སྒོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་འཕྲུལ་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་དེ་དག་ལས།  
སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་ལ་མཆོན་ན། བོད་གངས་ཅན་ལ་བྱོན་ནས་ལྷ་  
འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་བཏགས། གསང་སྤྲགས་བསྟན་པའི་ཆོས་  
འཁོར་བསྐྱོར། མཁན་སྒྲོབ་ཆོས་གསུམ་ཞལ་འཛོམས། མདོ་སྤྲགས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་  
བསིལ་ལྷན་ཁ་བ་དཀར་པོའི་ལྗོངས་འདིར་ཤར་བ་མཛད་དེ། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཡུན་  
དུ་བཞུགས་རྒྱུའི་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་བོད་ཡུལ་གྱི་གདུལ་བྱའི་འགོ་དོན་ཇོགས་ཏེ་སྒྲོ་རུབ་སྤྱི་  
པོའི་ཡུལ་དུ་སྤྱིན་པོ་འདུལ་དུ་བྱོན་པར་དགོངས་ནས། རྟོང་པོ་སྐྱམ་པའི་ཡུར་པ་བཞིན་  
དུ་ནི། །བོད་དུ་མི་བཞུགས་པ་ད་འབྱུང་སྤྱིན་ཡུལ་འགོ། །ལྗོན་ཤིང་ཁ་ནས་བྱ་  
ཆོགས་འཕྱར་བ་བཞིན། །སྐད་ཅིག་མི་སྒྲོད་པ་ད་འབྱུང་སྤྱིན་ཡུལ་འགོ། །ཞེས་  
གསུངས་ཏེ་བཞུགས་ཞུས་ཇི་ལྟར་ཕུལ་ཡང་བཞོལ་མ་ཐུབ་ནས་མང་ཡུལ་གྱང་ཐང་ལ་

ཁར་ཕེབས་བསྐྱལ་གྱི་བྱ་སྒྲིག་བྱས། སྒྲེལ་ལོ་སྒྲེལ་ཟླ་འཛིན་ཆོས་བཙུ་ཉིན་ཆིབས་པ་ཅང་  
 ཤེས་ནག་པོར་སངས་སྤྱོད་གི་སྒྲ་བསྟན། གསེར་སྒྲ་བ་གཡུ་ཐུར་བསྐྱོན་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་  
 བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཆིབས་གོང་ལ་བྱུང་དེ། བསམ་ཡས་ཟུར་མཁར་གྱི་ནེ་ལུ་སིང་དུ་  
 རྒྱལ་སྒྲས་སྒྲུ་ཉིག་བཙན་པོས་གཙོས་པའི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྒྲོན་པོ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲོབ་  
 དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་ཐུང་བྱས་ཆོ། ལུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཆིབས་གོང་ནས་བབ་སྟེ། རྗེའི་  
 མཆོད་རྟེན་གྱི་ཟུར་དུ་བཞུགས་ནས་བོད་འབངས་ཡོངས་ལ་ཆོས་གསུངས་པ། ད་ལྟར་  
 བཞུགས་དང་མ་འོངས་འབྱེན་པ་ཡི། །པད་འབྱུང་ང་ལ་མོས་གུས་བྱེད་པ་  
 རྣམས། །ཐམས་ཅད་ཐུགས་ལ་འདི་བཞིན་གཞག་པར་ཞུ། །དོན་མེད་ལས་ལ་  
 ཐུག་སྐྱུར་མ་འཛུགས་པར། །འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་བདེ་སྦྱིད་ཆོས་མཛོད་ཅིག །སྤྱིག་  
 པ་མི་དགས་ངན་སོང་གསུམ་དུ་སྦྱེ། །དགེ་བ་བྱས་པས་མཐོ་རིས་གནས་སུ་  
 སྦྱེ། །ལུས་ངག་ཐམས་ལ་སྤོང་ཆོས་ཀྱིས་དང་། །ངན་སོང་སྦྱོས་ཀྱང་ང་རང་སྒྱུ་རུ་  
 འོང་། །ང་ཡི་ཆོ་ལ་འདས་གོངས་ཡོད་མ་ཡིན། །དད་ལྡན་མི་རེའི་མདུན་ལ་པད་  
 འབྱུང་རེ། །ཞེས་གསུངས་པས་བོད་ཀྱི་རྗེ་འབངས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུ་དིར་རེ་སོང་བ་  
 དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་སྒྲས་སྒྲུ་ཉིག་བཙན་པོ་ལ་རྗེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལུས་བསྐྱོར་བ་དང་།  
 མཁན་པོ་ཤུ་གྲུ་སྟེ་ལ་སོགས་བོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་ཡོད་ཆོད། བེ་རོ་ཙན་དང་སྐྱེ་ཙན་ལ་  
 སོགས་པ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད། མཐུ་མཁན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་  
 བོད་ཀྱི་སྤྲུགས་ནག་ཐམས་ཅད། སྤྲུགས་པ་རྗེ་རྗེ་བདུད་འཛོམས་ལ་སོགས་པས་སྐྱ་  
 བངས་ཏེ་རྩ་རྩུང་སྤོང་སོགས་ཐམས་ཅད་དང་། ཡོན་བདག་མཁར་ཆེན་རྒྱལ་གྱིས་སྐྱ་  
 བངས་པའི་བོད་ཀྱི་སྦྱོས་པོ་མོ་སེར་སྦྱོར་ཆང་མས་དཔལ་མོ་དཔལ་ཐང་དུ་སྦྱེལ་མ་བྱེད་དུས།  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྒྲོམ་ལུང་གནང་། བོད་སྦྱི་སྦྱོར་ཡོངས་ལ་ཞལ་གདམས་མང་པོ་

གསུངས་ནས། རྗེ་འབངས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ད་འདི་ནས་ཕྱིར་ལོག་སོང་གསུངས་  
དུས། བོད་ཀྱི་རྗེ་འབངས་ཡོན་ཆོད་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་དཔོན་དང་འབྲལ་དགོས་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མི་རེའི་ཁོང་ནས་སྤྱིང་རེ་བཏོན་སོང་བ་ལྟ་བུའི་གདུང་ཡུས་གྱིས་མིག་  
མཆི་མས་གང་ནས། བོད་འབངས་ལྟ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །མི་རེའི་མགོ་ལ་ཉི་རེ་  
རུབ། །གསེར་མེས་གདུངས་འཆོ་སྤྱི་ཡིས་བསྟོ། །མི་རེའི་དཔལ་ནས་མིག་རེ་  
ལྷུང་། །ཅེ་རེ་ལོང་བྲིད་སྤྱི་ཡིས་བྱ། །མི་རེའི་ཁོང་ནས་སྤྱིང་རེ་བཏོན། །སྒྲིབ་  
ཤེས་རོ་ཆོར་སྤྱི་ཡིས་བསྟོ། །ཞེས་སོགས་གདུང་དབྱངས་སྒྲིབ་དག་ལ་སྒྲིབ་ཏོན་ཀྱང་།  
བཤོལ་མ་ཐེབས་པར་གུང་ཐང་ལ་ཁར་ཞག་སར་མཛད་དུས། བམ་མཁའ་སྒྲིབ་དཀར་  
གྱི་ཡུང་པོ་འཇའ་འོད་འབྱིལ་བའི་དགྱིལ་ནས་རྩྱའི་རྒྱལ་པོ་ཅང་ཤེས་ལྟ་ལ་ཉ་ཉ་སྒྲིབ་པོ་རིན་  
པོ་ཆེའི་སྒྲིབ་སྤྱབ་སྤྱས་པ་ཨི་ཉིའི་སྒྲིབ་ཆེན་སྒྲིབ་ཞོར་ལྟ་དང་ལྟ་མོ་མང་པོས་རྒྱལ་སྤྱིད་སྒྲིབ་  
བདུན། བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་མང་པོས་སྒྲིབ་དངས་ཏེ། རིག་འཛིན་དང་མཁའ་  
འགྲོ་མང་པོས་བསུས་ཏེ་བྱོན་ཞོར་ལ། བུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་མགུར་འདི་ལྟར་གསུངས།  
ང་འགྲོ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཡུལ་དུ་འགྲོ། །མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཡུལ་དུ་འགྲོ་ཅོན། །ཞེ་  
སྤང་དགའ་ལ་མི་བྲོ་འོད་གསལ་དྲངས། །དབྱིངས་རིག་མ་བུ་འབྲལ་མེད་འགྲོགས་  
ནས་འགྲོ། །ཞེས་སོགས་དང་། ང་འགྲོ་ལྟོ་རུབ་སྒྲིབ་པོའི་ཡུལ་དུ་  
འགྲོ། །གདོང་དམར་སྒྲིབ་པོ་འདུལ་དུ་འགྲོ་ཅོན། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ལ་  
བཀོད་དུ་འགྲོ། །ང་འགྲོ་བྱངས་མདོག་དཔལ་རིའི་པོ་བྱང་འགྲོ། །བྱངས་མདོག་  
དཔལ་རིའི་པོ་བྱང་འགྲོ་ཅོན། །སྒྲིབ་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་འཇུག་དུ་འགྲོ། །རྗེ་  
འབངས་ཡུན་དུ་སྒྲིབ་ཁམས་བདེ་བར་བཞུགས། །ཐུགས་རྗེ་རྒྱན་ཆད་མེད་དོ་གསེལ་བ་  
ཐོབ། །ཅེས་གསུངས་ཏེ་ཆིབས་པའི་སངས་ལྷེང་གི་ཆིབས་སྒྲིབ་སྤྱི་ལྟའི་ཐོག་ཞབས་

གཉིས་མཉམ་དུ་བཞེངས་ཏེ་ཉམས་ལུང་ཡོང་བ་འདྲར་བྱས་ནས། དེ་མཚམས་སུ་  
 འདོམ་གང་ནམ་མཁའ་འཕགས་ཏེ་བཞུགས་ནས་མེ་འབངས་རྣམས་ལ་ཞལ་ཕྱིར་  
 གཟིགས་ཏེ་ཞལ་གདམས་གསུངས་ནས་མཚུག་ཏུ་འདི་ལྟར། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་  
 དུ། །པར་འབྱུང་གནས་འགོ་བ་ལ། །སྤྱིལ་ཐུང་མི་འཛལ་ལོག་ནས་  
 གྱོན། །འདུ་འབྲལ་མེད་དོ་ཐུགས་མ་ཆད། །ཅེས་དང་། ཉིན་པར་བྱུང་རེས་  
 ཐུགས་མེ་ཆེན་པོ་སྒྲིམས། །མཚན་མོ་བྱུང་རེས་པར་ཉིད་སྒྲིམས། །མི་ཚས་བྱས་  
 པས་ལྷ་ཆོས་མི་འབྱུང་བས། །ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ཐོངས་གྲིག་མེ་འབངས་  
 རྣམས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྩ་མཚན་རིན་པོ་ཆེར་བཅེབས་ཏེ་དཔའ་བོ་སྤྱེ་བཞིས་  
 སྤྱད་ས་ནས་འཇའ་མཚོན་འཁྱིལ་ལེ་བར་སྤང་ལ་ཐེབས་སོང་བ་དང་། མེ་འབངས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཉ་མེ་བྱེ་ཚན་དུ་བོར་བ་ལྟར། གདུང་བའི་ཡུས་དང་བཅས་པས་ཕྱི་ནས་  
 བར་མཇལ་བ་ན། ཉི་ཟེར་གསེབ་ན་བྱ་རོག་ཙམ་དང་། ཐུག་རོན་ཙམ། བྱེ་  
 ཙམ་སོང་ཞིང་མཐར་མེ་རྒྱུད་དུ་སོང་ནས་མ་མཐོང་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ལྟར་གུ་རུ་ཨོ་  
 རྒྱན་པད་འབྱུང་སྤྱིན་ཡུལ་དུ་གྱོན་ནས་བོད་ཡུལ་སྟོང་པ་ལུས་པའི་མི་རྟག་པའི་ངང་རྒྱལ་  
 དེ་འདྲ་ཡོང་མྱོང་བ་རེད། རྒྱ་བོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་རྒྱལ་སྟོན་ཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྟོང་ལྷེ་  
 བཙན་ལ་མཚོན་ན། འཇམ་སྒྲིང་སུམ་གཉིས་མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱས། བོད་དུ་དར་  
 བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདི། ཡབ་མེས་ཐོ་རི་གཉན་བཙན་ཀྱི་སྐུ་དུས་སུ་དབུ་  
 བརྟེས། སྟོང་བཙན་སྐམ་པོའི་དུས་སུ་སྟོལ་བཏོད། ལྷ་གཙིག་ཁྱི་སྟོང་ལྷེ་བཙན་ཀྱི་  
 དུས་སུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉི་མ་ལྟ་བུ་དེ་བོད་ལ་  
 ཤར་བར་མཛད་པ་རེད། ཁོང་དགུང་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་དགུའི་འབྲུག་གི་ལོར་ལོ་གསར་ཀྱི་  
 སྐབས་རྩ་རྒྱུ་ཅེ་དུས་བདུད་སྟོན་ཞེས་གིས་སྟོག་མདའ་བརྒྱབ་པས་བཀོངས་སོང་བ་ཡིན་

མོད། དེ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་སྒོམ་བྱུང་སེམས་གྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་དག་གྲང་མི་རྟག་པའི་  
ཚུལ་བསྟན་ནས། སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་འདི་འདྲ་བྱས་སྒྲིང་ཞེས་ལོ་རྒྱས་  
ཙམ་ལས་ད་ལྟར་གཅིག་གྲང་མི་བཞུགས་པར། མིག་རིག་ལག་སྒྲིང་གི་ཐོག་ནས་མི་  
རྟག་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། ད་དུང་དམ་པའི་སྒྲེས་བུ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་ན། རྗེ་མར་  
པ་ལོ་རྩ་བའི་སྤྲུལ་དར་མ་མདོ་སྤྲེ་སྤྲེ་གཞོན་དུས་རྟག་བྱུང་ནས་བཀོད་སྤྲུལ་པ་དང་། ལྷ་  
ལུམ་པ་རྒྱ་གསལ་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་མ་འཆོ་བའི་ཚུལ་སོགས་དམ་པའི་  
སྒྲེས་བུ་ཡིན་ཡང་མི་རྟག་པའི་ཚུལ་ལས་མི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱས་མང་པོ་ཡོད། རྗེ་  
བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ཡིན་ན་ཁོང་ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། ཡུམ་སྒྲུང་ཆོ་  
དཀར་རྒྱན་གཉིས་གྱི་སྤྲུལ་སྒྲུབ་འབྱུངས། རྒྱུང་དུས་གྱི་མཆོན་ལ་ཐོས་པ་དགའ་ལྷ།  
སྤྲིང་མེ་པེ་ཏ་མགོན་སྤྱིད་དང་བཅས་པ་ཕ་མ་འགོ་འཛིན། རྒྱ་ཁོར་ཁང་གཞིས། རྟ་  
ཁོར་ལུག་གསུམ་བཅས་པ་འཛོམས་པའི་སྤྱིད་པའི་དུས་ཚོད་དེ་ཡུན་སྤུང་། ཐོས་པ་  
དགའ་དགུང་ལོ་བདུན་གྱི་དུས་སུ་ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གྲོངས་སོང་བ་རེད།  
ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གི་ཁའི་ཁ་ཆེམས་ལ། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་གཉིས་  
གཙོས་པའི་ཉེ་འབྲེལ་གྲོང་མི་བྱིམ་མཆོས་ཚང་མ་བོས་ནས། ང་ད་རེས་ནད་འདིའི་  
འོག་ཏུ་མི་ཐར་ཁོ་ཐག་རེད། བུ་ཐོས་པ་དགའ་རྒྱུང་ནི་རེད། འདི་ལག་ཆགས་ནས་  
བྱིམ་སོ་མ་ཟེན་བར་དུ་འདི་མ་སྤྲད་གསུམ་གྱི་སྤྱིད་སྤྲུག་བྱིང་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ནེ་ཨ་ཁང་  
གཙོས་བྱས་པའི་གཉེན་ཉེ་བ་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན། སྤུན་རྟ་ཁོར་ལུག་གསུམ་གྱི་སྒོ་  
ལྷགས་ཡོད། མདའ་ན་འོར་མ་གྲུ་གསུམ་གྱི་ཞིང་ཁ་ཡོད། མཛོད་ན་གསེར་  
དངུལ་དར་གོས། ཐབ་ན་རིག་ཆ་སོགས་མདོར་ན་རྒྱ་ཁོར་རྩལ་གཞན་ལ་སྒོན་མི་  
དགོས་པར་ཡོད། འདི་ཁ་ནས་བོར་མ་གོར། མཐིལ་ནས་ཟགས་མ་གོར་བར་

འདྲིའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ངའི་རྗེས་སུ་སྤོངས། དེ་མིན་པ་ཐོས་པ་དགའ་བྱིས་སེར་བོན་དུས་  
 ལག་ན་ཡོད་པར་གྱིས། བ་ལྷུ་ལ་ལ་འཛིན་དུ་ཞོག ངས་ཤི་དུར་ཁུང་ནང་ནས་  
 ལྷ་འདུག་ནི་ཡིན་ཟེར་ནས། ཡབ་མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྲོངས་སོང་བ་རེད།  
 དེ་ནས་ཕ་འདས་པའི་དགོངས་རྗེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཨ་ཞང་གིས་གཙོས་པའི་ཡུལ་མི་  
 བསམ་ཤེས་རྣམས་གྱིས། རྒྱ་ཁོར་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ད་རྟ་རྟ་རྟོག་གི་བདག་པོ།  
 ཡུག་ས་གྲུང་རལ་གྱི་བདག་པོ་མུང་ཚད་ཀར་རྒྱན་ཡིན་པས། མོ་རང་ལ་བདག་པོར་  
 བྱེད་དུ་རྒྱགས། རོགས་ཅི་དགོས་ཤེད་རྣམས་གྱིས་ཟུར་དུ་འཛོལ་ནས་བྱེད། ལུས་  
 ལྷགས་སྤྱང་རེས་བྱེད་ཟེར་དུས། ཨ་ཁུང་ཨ་ཞེ་གཉིས་གྱིས། ད་མི་དག་བྱས་  
 གྲང་ཉེ་རིང་དུག ཁོང་མ་སྤྲོད་ཚེ་སྤྱག་ཁ་མ་འཛོག རྒྱ་ཁོར་གི་བོའི་ཁ་ཆེམས་  
 བཞིན་ཚགས་ཉར་བྱེད་དགོས་ཟེར་ནས། ཕོ་ཁོར་ཡོད་ཚད་ཨ་ཁུས་བྱེད། མོ་ཁོར་  
 ཡོད་ཚད་ཨ་ཞེས་བྱེད། དེ་མིན་ཚང་མ་བྱེད་བགོས་བྱས་ནས། རྒྱ་ཁབ་དང་སྤྱད་  
 པ་ཅམ་ཡང་མ་ལྷག་པར་འཕྲོག་སོང་། མ་བུ་གསུམ་པོ་གསེར་སྤོང་ནི་ཡིན་ཟེར་  
 ནས། མ་བུ་གསུམ་པོ་ལ་རྒྱ་ཁོར་མ་དབང་བའི་ཐོག་ཏུ་དབྱར་ཞིང་ལས་བྱེད་དུས་ཨ་  
 ཁུའི་གཡོག་ཡིན། དགུན་བལ་ལས་བྱེད་དུས་ཨ་ཞེའི་གཡོག་ཡིན། བྱི་བས་བྱིན།  
 མཛོ་བེད་སྤྱད། ཉིན་མཚན་དལ་མེད། རངས་སྤར་ལངས་དང་རྩབ་བྱིས་ཉལ་བྱས་  
 རས་ལས་ཀ་ཁོ་ནར་བཀོལ། མ་བུ་གསུམ་ཀ་བྱི་གོས་མེད་འབྲུག་གིས་འཆིང་།  
 རང་བས་མེད་ལྷོགས་གྱིས་མཞར། ཀླང་ལག་སེར་ཀ་གས། གཉེན་ཉེ་བས་རིག་  
 ར་མཆི་མ་ཤོར་ནི། སྤང་དག་བོ་ཡིན་ཡང་སྤྱིང་རྗེ་སྤྱི་བའི་ས་མཚམས་ལ་ཐུག་ནི་རེད།  
 དེ་ནས་མི་ལ་ཐོས་པ་དགའ་དགའ་ལོ་བཙུ་ཙམ་ལ་ཐོན་དུས། མ་ཡུམ་གྱིས་ཨ་ཁུ་  
 དང་ཨ་ཞེ་གཙོས་པའི་ཉེ་འབྲེལ་ཚང་མ་བོས་ནས། ད་ནི་བུ་འདི་ལག་ཆགས་འདུག་

བྱིས་སོ་འཛིན་པའི་དུས་ལ་ཐོན་ཅིས་རེད། སྤར་གྱི་རྒྱ་ཁོར་ཚུར་ལ་བྱིན་ཟེར་བ་ན།  
ཨ་ཁུ་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་ཏེ། དེ་ཅི་ཟེར་ནི་རེད་གོ། མི་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་  
གསོན་གང་ང་ཁམས་ལ་སྔོན་དུས་པར་གཡར་སོང་རྒྱུ་དྲ་ཁོར་ལུག་གསུམ། ཁང་  
ས་ཞིང་། གསེར་དངུལ་དར་སྤྲུག་སོགས་མ་གྱི་གོང་ཁོར་བདག་པོ་ངེད་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་  
ནེ་ལ་སྤྱིར་སྤྲད་པ་རེད། བྱིང་མ་བུ་ལ་དབང་བའི་རྒྱ་ཞིག་རིག་མ་སྤྱོད་། ལྷོགས་  
ཤི་ལུག་ཤི་རེད་ལ་ཁང་བྱས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་མ་བཞག་པ་རན་པ་ཡིན། ཟེར་ནས་སྤ་  
ལུ་སོ་བྱས་ནས་གཏམ་མ་ཉན་པར། ཡར་ལངས་ནས་མ་སྤྲད་གསུམ་གྱི་ཆོད་ལ་  
བལྟས་ནས་བརྟུངས་ནི་རེད། རོ་མ་བྱས་ན་ཁང་པ་འདི་འང་ང་ལ་དབང་བ་ཡིན་ཁྱོད་  
མ་བུ་གསུམ་པོ་སྤྱིར་ལ་སོང་ཟེར། དེ་དུས་མུང་ཚ་དཀར་རྒྱན་དུས་ནས་མི་ལ་ཤེས་  
རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མིང་ནས་བོས་ཏེ། བྱིང་གིས་ཤི་དུར་ཁུང་ནས་ལྟས་འདུག་ཟེར་བ་  
ད་ངེད་མ་བུ་གསུམ་གྱི་སྤྱིད་སྤྲུག་ཨེ་རིག་གི་ཟེར་བ་ན། ཨ་ཁུ་གཡུང་དུང་རྒྱལ་  
མཚན་གྱིས། ཁྱོད་ཆང་གི་རྒྱ་ཁོར་ཞིག་ངའི་རྩར་མེད། གལ་ཏེ་ཡོད་ནའང་མི་  
སྤྲད། ཅི་ཀོབ་རྒྱ་ཡོད་ན་ཀོབ་ཤོག་ཅེས་ས་ཆ་འདིའི་ཁ་སྐད་ལྟར་ན་ཅི་སྤྱར་རྒྱ་ཡོད་ན་  
སྤྱར་ཤོག ཅི་བསྤྱར་རྒྱ་ཡོད་ན་བསྤྱར་ཤོག་ཟེར་ནི་རེད། བྱིང་མ་སྤྲད་ཆོས་མང་ན་  
དམག་རྫོངས་ཤོག ཉུང་ན་མཐུ་ཐོངས་ཤིག་ཟེར་ནས། མ་སྤྲད་ཉམས་རྒྱུང་ཆོས་  
བཤད་ས་གཏམ་ས་མ་ལོན་ནི་རེད། ཨ་ཁང་ལ་སོགས་པ་བསམ་པ་དཀར་པོ་འགའ་  
རེ་ཡོད་ཀྱང་ཁས་བྲལ་ཞན་ཤོར་ནས་ཅི་ཡང་མ་པན། དེ་ནས་ཨ་ཁང་དང་། ཐོས་  
པ་དགའ་དང་རྒྱུད་གཉིན་སྤྲིག་བཞག་པའི་མཛོས་སའི་བྱིས་ཆང་གཉིས་གྱིས་ལྷོག་ནས་  
རོགས་རེ་བྱས་ཏེ་ཐོས་པ་དགའ་ལ་ཡི་གེ་ཅུང་སྤྱིང་རྒྱུ་འོ་སྐབས་བྱུང་། མ་བུ་ཆོ་  
ལྷོགས་ཤི་འབྲུགས་ཤིར་མ་ཐེབས་ཅམ་བྱུང་། ལུ་མ་སྤྱིང་མ་ད་དུང་ལུ་མ་ཐུང་ནས་

གཡོག་རྒྱུག ཨ་ཞང་གིས་མ་བུ་གཉིས་ལྟོགས་གྱི་འབྲུགས་གྱིར་མ་ཤོར་ཙམ་གྱིས་  
ནམ་ལྔ་བསྐྱལ་བ་ན། ཉིན་ཞིག་མ་ཡུམ་གྱིས་བུ་ལ་ད་ཁྱེད་ལག་ཆགས་ནས་ན་ཆོད་ལ་  
སོན་པ་རེད། ཁྱོད་རྒྱལ་ལ་བེར་གྱོན། འོག་ལ་རྟ་ཞོན། ཡོབ་ཁྲ་མོ་དག་བོའི་  
མགོ་ཐོག་ཏུ་འཐོག་ནི་ཞིག་ཨེ་ཡོང་བསམ་ཡང་། དེ་གཅིག་འོང་དཀའ་རྒྱ་རེད།  
ཁྱོད་ལ་དེ་འདྲའི་རེ་ཞིག་ཅང་མི་འདུག ཁྱོད་ཀྱི་ཆོད་ལ་བསྐྱས་ན་ངན་གཡེ་ཆེ་རབ་  
འོང་བ་འདྲ་འདུག་པས། མཐུངན་སྒྲགས་གནན་གཏད་སེར་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པར་  
སྤངས་ནས། ཨ་ཁུ་ཨ་ནེ་གཙོས་རང་རེ་མ་སྦྱད་སྒྲུག་གཏད་མཁན་གྱི་དག་ཆོ་མི་  
རབས་དགུ་རྒྱུད་ནས་ཆད་པ་ཞིག་ཨེ་ཐོན་ལྟོས་ཟེར་བ་ན། བུ་ཐོས་པ་དགའ་བས་དྲིན་  
མ་ལེའི་གཏམ་དེ་ཞེ་ལ་བཟུང་སྟེ་མཐུ་བསྐྱབ་ཏུ་འགྲོ་བྱེད་བས་བྱས་ནས། འགྲོ་བའི་ཉིན་  
པར། ཨ་མས་བུ་ལ་སེམས་འཕྲེང་། བུས་ཨ་མ་ལ་སེམས་འཕྲེང་། བུས་  
ཕྱིར་བལྟས་བྱེད་ཞོར་མཆི་མ་ཕྱི་ཞོར་སོང་། ཨ་མས་བུ་མ་རིག་སར་མ་སོང་བར་དུ་  
ལང་ཞིང་བལྟས་པ་དང་། མི་མཐོང་བ་དང་དུ་བཞིན་བྱིམ་དུ་ལོག་ དེ་ཕྱིན་ནས་མ་  
བུ་གཉིས་ཀ་ཆོ་དེ་ལ་འཕྲད་མ་སྤྱོད་ནི་རེད། དེ་ནས་བུ་ཐག་རིང་གི་རོགས་འགའ་རེ་  
དང་འགྲོགས་ནས་སོང་སོང་བ་ན། གཡུང་སྟོན་བློ་རྒྱལ་དང་མངལ་ནས་མཐུ་སྟོབ་  
པར་ཞུས། ཁོང་གིས་གཙང་རོང་གི་གཞུ་བས་ཁུ་ལུང་དུ་སྒྲ་མ་གཞུ་བས་རྒྱུང་པའི་  
མདུན་དུ་མངག་ནས་མཐུ་བསྐྱབས་པས་མཐུ་ལས་སྒྲ་བས་འགྲུབ་ནས། ཞག་བདུན་  
གཉིས་བཅུ་བཞི་ལ་མཐུ་བསྐྱབས་ནས་བཏང་བས། ས་ཡུལ་ན་ཨ་ཁུའི་བུ་ཆེ་བ་ལ་  
མནའ་མ་སྒྲངས་ཏེ་བག་སྟོན་ཐོག་ཏུ། ཨ་ཁུའི་བུ་རྒྱམས་དང་མནའ་མས་ཐོག་བྲངས་  
མ་བུ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དེ་བས་སྤང་མེད་པའི་མི་སུམ་ཅུ་སོ་ལྔ་འཛོམས་ཡོད་པས་སྟོ་བྱར་དུ་  
ཁང་པ་བརྒྱབས་ནས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་བསད་སོང་། ནངས་པར་སྒྲ་མ་ཕྱོན་ནས་མདང་



དགོང་དགའ་སྤང་དམ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་མི་མགོ་སུམ་ཅུ་སོ་ལྔ་དོན་སྤྱིང་དང་བཅས་པ་བྲིར་  
བྱུང་། ད་དུང་གཉིས་ལྷག་འདུག་པས་སྒྲོལ་ལམ་གསུངས་དུས། དེ་གཉིས་སྤྱིང་  
ཆོམ་བདར་བའི་རྟེན་དུ་འཛོག་དགོས་ཞུས་ནས་བཞག་པས་དེ་གཉིས་ཨ་བྲུ་དང་ཨ་ནེ་  
གཉིས་ཡིན། ཡང་སེར་བ་གྲུང་རིམ་གསུམ་ཙམ་ཡོད་པ་ཕབ་པས་དག་ཕྱོགས་གྱི་ཞིང་  
དང་ལོ་ཏྲག་ལེན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་བཟོས་པ་རེད། དེ་ནས་མི་ལ་ཐོས་པ་དགའ་མཐུད་དང་  
སེར་བས་སྤྲིག་ཆེན་བསགས་པ་དེ་ལ་འགྱོད་སེམས་ཆེན་པོ་སྒྲིབ་ཏེ། དེ་ནི་ཆོས་ཡང་  
དག་ཅིག་བསྐྱབ་དགོས་བསམ་ནས། ཆོས་ཤིག་བསྐྱབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་བྲན་རྒྱུ་བསམ་  
རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས། སྒྲུ་མ་རོང་སྟོན་ལྷ་དགའི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ། སྒྲུ་མས་  
བྲོད་དང་ལས་འབྲེལ་མི་འདུག་ བྲོད་འདི་ནས་ལྷོ་བྲག་གོ་བོ་ལུང་བའི་དགོན་པ་ན་  
པར་ཆེན་རྒྱ་རོ་པའི་དངོས་སྒྲོབ། སྒྲིབ་མཆོག་སྒྲུ་རྒྱུར་གྱི་བྱལ་པོ་མར་པ་ལོ་རྩ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྤྲགས་གསར་མའི་གྲུབ་ཐོབ། ས་གསུམ་ན་འབྲན་ཆེ་དང་བྲལ་བ་ཞིག་བཞུགས།  
དེ་དང་བྲོད་རང་ཆོ་སྒྲུ་མ་ནས་ལས་འབྲེལ་འདུག་པས་དེར་སོང་ལ་ཆོས་ཞུས་ཤིག་  
གསུངས་པ་དང་། སྒྲུ་རྒྱུར་མར་པའི་མཆོན་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་སེམས་ལ་སྒྲུ་མི་ཤེས་  
པའི་དགའ་བ་དང་། ལུས་ལ་བ་སྒྱུ་ཀུན་གཡོ་བའི་བདེ་བ། མཆི་མ་འབྲུག་པའི་  
མོས་གུས་ཆོད་མེད་པ་ཞིག་སྒྲིབ་ནས་དེར་སོང་བ་རེད། སང་ཉིན་ཐོས་པ་དགའ་མར་  
པའི་མདུན་དུ་ཐོན་པའི་རུབ་མོར་སྒྲུ་མ་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལ་གཟིམ་ལམ་བྲུད་པར་ཅན་མང་  
པོ་མིས། ཕྱི་ཉིན་སྒྲུ་མས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་འདོན་ཕྱིར་ལམ་ཁར་ཞིང་ཆོ་བའི་རྩལ་  
མཛོད་ནས་བསུ་མ་ལ་ཕེབས་པ་དང་མཇལ་འཕྲད་མཛོད། དེར་རྟེན་འབྲེལ་མཆོག་ཏུ་  
འགྲིགས། སྒྲུ་སྒྲོབ་ཏུ་གྱུར། དེ་ནས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་དགའ་བ་ཆེ་རྒྱུང་མང་  
པོར་སྤྱད། མི་ལའི་གསལ་མཁའ་དགུ་ཐོག་བཞེངས་ཏེ། ཐེངས་རེར་མར་བཞིག

ཐེངས་རེར་ཡར་བཞེངས། དུས་བར་དུ་སྐབས་རེར་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་མཐུད་སེར་  
 བ་བཏང་། དེ་ལའང་སྒྲོ་བ་སྒྲེས། ཆོས་མ་ཐོས་ནས་ཡུན་རིང་པོར་འགོར་ཡང་  
 སྒྲིང་རུས་ཀྱིས་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་དུ། ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་གིས་ཞབས་ཕྱི་  
 བསྐྱབས། ཡིད་ཆད་ཆེན་པོ་ལན་དགུ་ལ་ཕྱི་ཁྱེད་ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱས། ཉིན་  
 ཞིག་སྒྲ་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་ནས་ཐུན་མོང་སོ་ཐར་དང་། ཐུན་མིན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་  
 པ་གནད་། མཚན་ལ་མི་ལ་དེ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་བཏགས། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ནས་གསང་  
 རྒྱགས་ཀྱི་སྒྲིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་གནད་། མཚན་བཞད་པ་དེ་རྗེར་བཏགས། ཟུང་  
 ལུང་མན་ངག་གི་ཉམས་ལེན་ཆ་ཚད་མ་གནད་ནས། མ་འོངས་པ་ན་སྐྱབ་བརྟུང་ཀྱི་  
 བསྟན་པ་འཛིན་པའི་བརྟུང་འཛིན་དུ་དབྱགས་དབྱངས་དང་གཟེངས་བསྟོད་མཛད། དེ་  
 ནས་ཁོང་གིས་སྒྲ་མས་གནད་བའི་མན་ངག་མ་ལུས་བྱག་སྒྲོར་འདག་སྒྱུར་བྱས་ནས་སྒྲོམ་  
 སྐྱབ་མཛད་པས་བྱུབ་པ་ཐོབ། དོལ་ཀྱི་རྩྱུར་སྟོན་དབང་དེ། གཞུང་གི་རྩོག་སྟོན་  
 ཆོས་རྩོད། གཙང་རོང་གི་མེས་སྟོན་ཆོན་པོ། གུང་ཐང་གི་མི་ལ་རས་པ་བཞི་ལ་  
 རང་རང་གི་བཀའ་བབ་སྒྲིན་ལས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་རྟེན་གསུམ་གནད་། མི་ལ་  
 རས་པའི་གཟིམས་ལམ་ལྟར་སྒྲ་མས་བརྗེ་འགྲོལ་མཛད་དེ། བྱང་དུ་ཀ་ཆེན་བཅུགས་  
 པ་དེ། །གུང་ཐང་གི་མི་ལ་རས་པ་ཡིན། །ཀ་ཐོག་ཏུ་ཤོད་པོ་ལྗིད་བ་དེ། །ཁོ་མི་  
 གཞི་ཤོད་དང་འབྲ་བ་ཡིན། །ཤོད་ཅི་སྒྲོ་མཐའ་ནས་རྒྱས་པ་དེ། །སྟན་བརྟུང་ཀྱི་  
 གདམས་ངག་ཐེབས་པ་ཡིན། །ཤོད་ཆང་བྲག་ལ་བཅས་པ་དེ། །ཆོ་སྟོག་བྲག་  
 ལས་སྲ་བ་ཡིན། །ཤོད་དེ་ལ་བྲ་གཅིག་བྱུང་བ་དེ། །འགྲན་ཀྱི་དོ་མེད་ཅིག་འོང་བ་  
 ཡིན། །བྲ་ཐོན་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་གང་བ་དེ། །བཀའ་བརྟུང་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བ་  
 ཡིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ནས་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ལ་དམིགས་བསལ་ཀྱིས་

གཏུམ་མེད་གདམས་ངག་དང་། མི་ཁྱིམ་པའི་དབུ་ལྒྱ། རྒྱ་རོའི་ན་བཟའ་རྣམས་  
 གནང་ནས། གནས་གཡའ་ཁྲོད་དང་གངས་ཁྲོད་འགྲིམས་ལ་ལྷ་བསྐྱོམ་ཉམས་སུ་  
 ལོངས་ཤིག་གསུངས། རྗེ་བཙུན་གྱིས་སྒྲིབ་པའི་བཀའ་བཞིན་དེར་ལོ་མང་བསྐྱབ་པ་  
 མཛད་དེ་བཞུགས། དུས་རྒྱུན་མཆོན་མོར་མི་གཟིམས་ཡང་། ལན་ཅིག་ཐོར་ངས་  
 ཅུང་ཟད་གཟིམས་སོང་བའི་མི་ལམ་ན། ས་ཡུལ་ལ་ཐེབས་ཡོད་པ། ས་ཡུལ་གྱི་  
 ཁང་པ་ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱད་དེ་བོང་ཤོན་གྱི་རྩ་ཆོག་བཞིན་ཞིག་ བད་གི་ཁོར་དམ་ཆོས་  
 དགོན་མཆོག་བཙུགས་པ་དེ་ཐིག་ཆུས་འཛིག་ ཕྱིའི་ཞིང་འོར་མ་གྲུ་གསུམ་དེ་འཇག་སྒྲུ་  
 འཕྱར་རེ། མ་ཤོན་གི། སྤང་མོ་སྤང་འབྱར་ལ་སོང་བ་སོགས་སྒྲིབ་པ་ཅན་གྱི་མི་  
 ལམ་མིས་པས་རྒྱུན་བྱས་ནས་སྒྲིབ་པ་ལ་ས་ཡུལ་དུ་ལན་གཅིག་གཏོང་བའི་གནང་བར་  
 ལུས། ས་ཡུལ་ལ་བྱོན་ཁར་སྒྲིབ་པས་མཁའ་འགྲོ་སྐྱོན་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་གྲོལ་སོགས་  
 གདམས་ངག་མང་པོ་གནང་ནས། སྒྲིབ་པ་འབྲལ་མི་ཐོད་པ་ལྷ་བུའི་ངང་ཕྱིར་བྱོན་  
 རས་ས་ཡུལ་ལ་ཐོན་དུས། སྤར་གྱི་མི་ལམ་ངེ་མ་ངེ་བཞིན་དུ། ཕྱིའི་ས་ཞིང་ས་ཆོད་  
 དུ་གྲུར་ནས་འཇག་སྒྲུས་འཕྱར། ས་ཁང་ལྷ་ཁང་ལྷ་བུ་དེ་ཞིག་ལ་ཁད། བད་དུ་  
 སོང་ནས་བལྟས་པས་དམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་བཙུགས་པ་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་རྟེན་དུ་  
 ཡོད་པ་དེ་ཐིག་ཆུ་ཟག་པ་དང་བྱ་དང་བྱི་བའི་ཆོང་གདན་དུ་གྲུར། གོ་ཁར་སོང་ནས་  
 བལྟས་པས། རྩ་ཉེ་བ་དང་རས་ཆད་ཀྱི་ལྷན་པ། ས་དང་འབྲམ་འབྲེས་ཀྱི་ཡུང་པོ་  
 ལ་སྒྲོམ་མང་པོ་སྒྲེས་འདུག་པ་དེ་ཡར་སྒྲངས་པས་མི་རུས་མང་པོ་སྒྲིབ་པ་ཞིག་ཀྱི་ཡོད་  
 བར་མ་ཡུམ་གྱི་རུས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། ཨ་མ་བྲན་བྲགས་པའི་སྒྲིབ་པ་དང་བཟོད་  
 སྒྲུགས་མེད་པར་བསམ་མི་ཤེས་སྒྲིབ་པ་ཞིག་སྒྲེས་ནས། རྗེ་མི་བསྐྱོད་ཀྱི་ངོ་པོ་  
 སྒྲུགས་རྗེ་ཅན། །སྒྲིབ་པ་མར་པའི་བཀའ་ལུང་བཞིན། །ས་ཡུལ་བདུད་ཀྱི་བཙོན་ར་

རུ། །མི་རྟག་སྒྲུ་མའི་སྒྲོབ་དཔོན་བྱང་། །སྒྲོབ་དཔོན་བཟང་པོ་འདི་ཉིད་  
 ལ། །ངེས་ཤེས་འདྲོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །སྒྲིར་སྒྲུང་ཞིང་སྲིད་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་ཀུན། །མི་རྟག་མི་བརྟན་འགྱུར་ཞིང་འགྲོ། །སྒྲོས་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་སྤིང་  
 པོ་མེད། །སྤིང་པོ་མེད་པའི་བྱ་བྱེད་བས། །སྤིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད་དུ་  
 འགྲོ། །དང་པོ་ཡེ་ཡེ་ཙན་བྱང་མེད། །བྱ་ཡེ་ཙན་པ་ཡང་མེད། །གཉིས་ཀ་  
 འཛོམས་རུང་སྤིང་པོ་མེད། །བྱང་སྤིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད། །བྲག་དཀར་རྟ་སོར་  
 སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། །མ་ཡེ་ཙན་བྱང་མེད། །བྱང་སྤྲེགས་ཆོ་མ་གཞན་  
 གུམ། །གཉིས་ཀ་འཛོམས་རུང་སྤིང་པོ་མེད། །བྱང་སྤིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་  
 བྱེད། །བྲག་དཀར་རྟ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། །སྲིང་མོ་ཡེ་ཙན་ཆོ་མིང་པོ་མེད། །མིང་  
 པོ་སྤྲེགས་ཆོ་སྲིང་མོ་འབྱུང། །གཉིས་ཀ་འཛོམས་རུང་སྤིང་པོ་མེད། །བྱང་སྤིང་  
 པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད། །བྲག་དཀར་རྟ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། །སོགས་སྤྱགས་སྒྲིབ་འདི་  
 མགུར་གསུངས། །ཨ་མའི་རྣམ་ཤེས་ཁོང་གི་སྤྱགས་སེམས་དང་བསྐྱེད། །དེ་  
 བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲུ་མའི་སྤྱགས་ཡེ་ཤེས་དང་བསྐྱེད་ནས། །མ་ཡི་རུས་པ་ལ་སྤྲུས་མགོར་  
 བྱས་ཏེ་སྒྲོ་གསུམ་སྒྲིང་ཅིག་ལ་མ་གཡོང་བར་འོད་གསལ་དུ་གནས་པས། །པ་མ་  
 གཉིས་ཀ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་བདེན་པ་མཐོང་། །ཞག་བདུན་དུ་  
 སོང་བ་དང་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ནས། །མ་ཡི་རུས་པ་སྒྲིང་ཆོག་གི་བཀོད་པ་  
 མཛོང་། །དམ་བཅའ་སྤྱགས་ལ་བརྟན་པོར་བཅངས་ཏེ་བྲག་དཀར་རྟ་སོར་དབུ་མ་ཇོང་དུ་  
 སྒྲུབ་པ་ལ་བྱོན་ནས། །ཉིན་མཚན་མེད་པར་ཉམས་ལེན་མཛོང་རྒྱུའི་སྤྱགས་སྤྱག་བཅད།  
 ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཤར་ན་སྤྲེགས་ནས་ཤི། །སྒྲིང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཞིག་ཤར་ན་  
 མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲིང་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་སྤྱག་ཆོད་ཅིག་གསུངས་ནས། །དེ་ལྟར་བྲག་

དཀར་རྩ་སོར་སྒྲིམ་ཟ་ཆོད་ལ་འཛོཾློན་བྱས་ནས་དཀར་ཐུབ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པ་མཛད་པ་  
རེད། དེའི་སྐབས་སུ་མགྱུར་ནང་དུ། བླ་དཀར་རྩ་སོ་དབུ་མ་རྩོད་། །དབུ་མ་  
རྩོད་གི་རྩོད་ཅེ་ན། །བོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རས་པ་ང་། །སྟོ་གོས་ཆོའདི་སྟོས་བཏང་  
ནས། །རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་ལ། །འོག་ན་སྤྱ་བའི་འབོལ་རྒྱུང་  
བདེ། །སྤང་ན་བལ་པོའི་ཤིང་རས་བདེ། །པུས་འཁྱུད་སྟོམ་ཐག་སྟོར་གཅིག་  
བདེ། །འབྲངས་སྟོག་སྟོམ་པའི་སྐྱུ་ལུས་བདེ། །ལྟ་རྟོག་ཐོངས་པའི་སེམས་ཉིད་  
བདེ། །མི་བདེ་མེད་དེ་བདེ་མོར་གདལ། །སོགས་བདེ་བ་ལྷ་ཡི་མགྱུར་གསུངས་པ་  
དང་། བར་ཆད་བདུད་རིགས་ཀྱི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ཏེ་སྐྱེ་ཆོད་ལ་བྱུང་འབྱུག་དོ་རྩེ་  
འཆང་གི་གོ་འཕང་བརྟེན་པ་དེ་ཡང་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་རེད། དེ་ལྟར་མི་རྟག་པའི་  
རང་གཤིས་ལ་བསམ་ན། རྩེ་བཙུན་མི་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ས་ཡོད་ཅན་བྱུང་  
མེད། །བྱུང་ཡོད་དུས་ས་ཡང་མེད། །གཉིས་ཀ་འཛོམས་ཀྱང་སྟིང་པོ་  
མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་མི་རྟག་འཁོར་བའི་སྐྱུ་བསྐྱལ་འདི་ལ་བསམ་སྟོ་གཏོང་ན་ངོ་  
མས་སྟིང་རྒྱུང་ལྷང་བྱེད་ཅིག་ཡིན། **རང་གི་གཉེན་བཤེས་བར་མའི་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་**  
**ཏེ་རྩོད་ཅིག་ན་ནིང་དང་། །ཁ་སང་རྒྱལ་བ་སྒྲིབ་པ་ཕན་ཆད་ཡོད་པ་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་**  
**རྩ་སོང་སྟེ་རོ་མེད་པར་བྱས་ཟིན་པ་དང་། མིང་ཅམ་གྲུལ་དུ་ལུས་པས་རང་རེ་ཡང་**  
**ངས་པར་འཛི།** ཞེས་རང་གིས་རང་ལ་བསམ་སྟོ་ཞིག་བསྟོར་ན་རང་གི་གཉེན་བཤེས་  
དང་ནི། བར་མའི་འགྲོ་བ་ངོ་ཤེས་མི་ཤེས་པ་བྲངས་མང་པོ་རྩེ་རྩོད་ཅིག་ན་ནིང་ལོ་དང་  
ཁ་སང་རྒྱལ་བ་སྒྲིབ་པ་ཕན་ཆད་ལ་བདེ་བདེ་ཁོད་ཁོད་བྱས་ནས་ཤི་སྤྱང་ཞེ་ལ་མ་ཤར་བར་ཡོད་  
པ་རྣམས། རྟེན་སྟོ་བྱུར་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འཛི་བདག་གཤིན་རྩེའི་ཞགས་པ་ཐེབས་  
ཏེ་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་རྩ་སོང་སྟེ། **རོ་རངས་ཤིང་རྟོག་འདྲ་མེད་པར་བྱས་ཟིན་པ་དང་།**

མིང་ཙམ་ཡང་ཤུལ་དུ་ལུས་པ་ལས་མེད་པར་ཡིན་ན། སྒྲ་མར་ཅི་འོང་རྗེས་མ་ལའང་  
འོང་རྒྱ་དེ་ཡིན་པས་ན། རང་རེ་གསོན་པོར་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཨོ་འཆི་མི་འཆི་ཙམ་  
མིན་པར་ངེས་པར་འཆི་བས་ངེས་ཤེས་པ་ཡིན། ད་ནི་བསྐྱལ་པའི་སྒྲིགས་མ་ལ་ཐུག་  
ཅིང་ཆོ་ཆད་ཇི་བཞིན་ཐུབ་ནའང་དབུགས་ཉི་བྲི་ཆིག་སྟོང་རྒྱ་རིང་ལ་ཞག་གཅིག་གི་མི་ཆོ་  
ཐུང་དུ་སོང་ངོ། །ད་ནི་སྒྲིགས་མ་ལ་བཞུགས་པའི་བསྐྱལ་པའི་དུས་ཀྱི་སྒྲིགས་མ་ལ་ཐུག་  
ཅིང་བྱད་པར་དུ་ཆོའི་སྒྲིགས་མ་ཡིན་པས་ཆོ་ཆད་ཇི་བཞིན་དུ་ཐུབ་པར་དགའ་ཞིང་།  
ཐུབ་ནའང་དབུགས་ཉི་བྲི་ཆིག་སྟོང་རྒྱ་རིང་ལ་ཉིན་ཞག་གཅིག་གིས་མི་ཆོ་ཇི་ཐུང་དུ་སོང་།  
དེ་བཞིན་དུ་ཞག་སུམ་ཅུས་སྒྲ་བ་གཅིག་སྒྲ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་འཛད་པས་ཆོ་བ་དང་པ་  
ལ་དགའ་ཆོགས་གང་ཡང་མེད་དེ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། སྤིང་གསུམ་མི་རྟག་  
སྟོན་ཀའི་སྤྱིན་དང་འདྲ། །འགོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་མཚུངས། །འགོ་  
བའི་ཆོ་འགོ་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་འདྲ་སྟེ། །རི་གཟར་འབབ་ཅུ་བཞིན་དུ་ཐུར་མཁྱོགས་  
འགོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདོད་ཁམས་གཟུགས་ཁམས་གཟུགས་མེད་ཁམས་  
ཀྱི་སྤིང་པ་གསུམ་པོ་མི་རྟག་པ་སྟེ། བརྟན་པ་མེད་པར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན་སྤྱིན་ཀའི་སྤྱོད་སྤྱིན་དང་འདྲ་བ་དང་། འགོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་ནི་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་  
མེད་པས་གར་དང་མིག་འཕྲུལ་ལ་ལྟ་བ་དང་མཚུངས་པ་དང་། སྤིང་གསུམ་འགོ་བའི་  
ཆོ་ཐུར་མཁྱོགས་སུ་བྱེད་འགོ་བ་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་དང་འདྲ་བ་དང་། དཔེ་གཞན་རི་  
གཟར་འབབ་ཅུ་བཞིན་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྤྱོད་པར་ཐུར་མཁྱོགས་སུ་འགོ་ཞེས་རགས་པ་  
རྒྱུན་ཀྱི་མི་རྟག་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱོད་ཅིག་གི་མི་རྟག་པས་ཡིན་ལ། མདོར་ན་སྐྱད་  
ཅིག་སྐྱར་ཆའི་ཡུན་ལ་སྤྱོད་དབང་མེད་པའི་རྩལ་ལ་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སྤྱོད་པའི་  
ལྷ་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། མགོ་ལ་མེ་ཤོར་གྱི་རྩལ་ལྟར་ལེ་ལོ་དང་ཕྱི་བཤོལ་མེད་

པར་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཆོ་བད་པའི་རྩལ་འདི་ལ་གཞན་དཔེ་མང་པོ་  
གསུངས་ཡོད། དཔེར་ན་ཉི་མ་རྩལ་པའི་གྲིབ་སོ་ལྟ་བུ་འགྲིབ་སྟེ། ཉི་མ་དགོང་ཁའི་  
རི་མགོར་རྩལ་པ་ན་གྲིབ་མ་དེ་རྩུར་རྩུར་ཇི་ཉེར་འོང་བ་དང་འདྲ། དེའང་མི་ཆོ་རིང་ཞིག་  
ལ་ཆ་མཆོན་ན། ལོ་སུམ་ཅུ་ཡར་ནང་དུ་སོན་དུས་དགོང་དགྱིལ་གྱི་ཉི་མ་ལྟ་བུ་རེད།  
ད་ལྟར་ལས་ཀ་བསྐྱེད་ཡོང་དུས་སྔ་དྲོ་རེད། དེ་བད་ན་བད་པ་རེད། ཆོ་སྤང་དུ་  
ཞིག་ཡིན་ན་ཉི་མ་སྔ་དྲོ་དང་སྤྱི་དྲོའི་གར་རྩལ་གྱི་བར་བགོད་ཡོང་མེད་པར་ཉི་མ་སྒྲོ་བུར་  
སྒྲིབ་ནག་གིས་ནམ་སྒྲིབ་ཅི་ཤིས་དེ་དང་འདྲ། ཡང་འབྲུའི་བང་མཛོད་ལ་དཔེར་བཞག་  
པ་རེད། དཔེར་ན་འབྲུའི་བང་མཛོད་གང་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྩུར་སྒྲོན་པ་མེད་པར་ཉིན་རེ་  
བཞིན་པར་ལེན་ཁོ་ནར་བྱེད་པས་ཉིན་ཞིག་ལ་བད་འགྲོ་བ་བཞིན་དུ། མི་ཞིག་ལ་ཉིན་  
ཞིག་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་འདུག་ཆོ་ཡོད་ན་ཉིན་རེ་སོང་ན་ཆོ་བད་པར་མ་ཆོད་དབུགས་གཅིག་  
སོང་ན་ཉིས་བྲི་ཆིག་སྟོང་ནང་གི་གཅིག་བད་པ་རེད། ཆོའི་ཆོད་མར་ཇི་ཉུང་མ་  
གཏོགས་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ལྟག་རྒྱ་ཆད་པའི་རྒྱིང་བུ་འབྲིལ་བ་མཐིལ་བཅོལ་ཡོད་  
ན་རིམ་བཞིན་གྲིབ་ལྟར་ཆོའང་ཉིན་རེ་དང་སྐད་ཅིག་རེ་ཞིང་ཁ་དམའ་བཞིན་ཡོད། དེ་  
བཞིན་དུ་བར་སྤང་གི་སྒྲིབ་ཡལ་བ་ལ་དཔེར་འཛོག་ན། བར་སྤང་གི་སྒྲིབ་ལ་ཆོད་  
བརྩུགས་ཏེ་ཡིད་རྟོན་དང་སྒྲོ་བེལ་མི་རུང་སྟེ། ད་ཡོད་ན་ད་ཡལ་འགྲོ་བ་བཞིན་དུ་མི་  
ཆོའང་འདི་ཙམ་གནས་ཞེས་གཏམ་བེལ་བར་མེད་པ་དང་། རི་གཟར་གྱི་བྲབ་རྒྱལ་  
དཔེར་བྲངས་པ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་ལུང་བཞིན་དང་། ཡང་མི་ནག་ཆེན་གཤེད་མའི་དུང་  
ན་སྒྲིབས་པ་ལ་དཔེར་བྲངས་པ་ནི། དཔེར་ན་མི་ནག་ཆེན་བརྩོན་འོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་  
སྟེ་བཅད་ནས་གསལ་རྒྱུའི་ཐག་བཅད་པ་ཞིག་སྟེ་ལྷགས་ཐག ལག་ལྷགས་སྒྲོག་ལ་  
འབྲིད་འགྲོན་གོམ་གང་སོང་ན་མགོ་ཆད་རྒྱར་ཐག་ཇི་ཉེ་བཞིན་དུ། ད་ཆོའི་མི་ཆོའང་

གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས། བཙུན་པ་བོའུ་བརྒྱན་ལ་འཛོག་སྐྱེའི་ཐག་བཅད་ཚར་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ན་སྐྱེག་ས་ཨོ་འདུག རང་རེའང་དེ་དང་འབྲ་བ་གསོད་སྐྱེའི་ཐག་བཅད་ཚར་བ་  
 རེད། སྐྱེས་ནས་གསོད་པ་དང་འཆི་སྐྱེའི་ཐེལ་རྒྱག་པ་དང་འབྲ་འབྲ་རེད། ཞི་  
 ལུགས་དང་འཆི་སྐྱེན་མི་འབྲ་བ། བད་ན་བ། སྒྲོ་བུར་ཡེ་འཛོག་གིས་ཞི་བའམ།  
 རྒྱངས་འཁོར་འགྲིལ་བ། མགོ་ལ་དོ་ཕོགས་པ། གཞན་གྱིས་གསོད་པ། ཟ་  
 ཉེས་དང་འཐུང་ཉེས་གྱིས་ཞི་དགོས་པ་སོགས་མི་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་བཙུན་པ་སྒོག་  
 བྲིམས་གཅད་པ་ཞིག་དང་བྱད་མེད་རེད། ཡང་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེའི་ནང་དུ་འབབ་པ་ལ་  
 དཔེར་བྱེད་ན། རང་རེའི་ས་ན་ཡོད་པའི་མ་རྩ་འབྲུག་སུམ་གྱི་རྒྱ་སོགས་རང་རེས་  
 མཐོང་མི་སྐབ་མ་གཏོགས། གལ་ཏེ་བྱུ་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་རྒྱ་དང་ལྷན་དུ་འགྲོག་སོང་ན་  
 རི་ཚོམ་སོང་ཡང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་འབབ་སྐྱེའི་ཐག་ཇེ་ཉེ་དང་། མཐར་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་  
 མ་གཏོགས་འགྲོ་ས་གཞན་མེད་པ་དང་འབྲ། ཡང་མདོ་ལས་གྲང་ཆེན་གྱིས་མདའ་  
 འཕེན་པ་ལ་དཔེར་བྱས་ནས་གསུངས་ཡོད། དེའང་གྲང་སྟོབས་ཆེན་དང་ཕུལ་ཆེན་  
 གྱིས་མདའ་འཕངས་ན་འཕེན་ལ་བབ་ཆོ་དེའི་ལམ་གྱི་བར་སྐྱང་ལ་སྐྱད་ཅིག་གྲང་མི་སྒྲོད་  
 པ་བཞིན་དུ། མིའི་ཆོའང་ སྐྱད་ཅིག་གྲང་མི་བསྐྱད་པར་ཟད་འགྲོ་བ་རེད། དེས་  
 བརྒྱལ་སྐྱེས་ཞི་བ་ལྷན། ཆོ་འདི་རྒྱ་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་། །སྒོན་པ་གུད་ནས་ཡོང་  
 མེད་པས། །བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ།

## གཉིས་པ་མན་ངག་གི་སྒྲོན་སྒྲོམ་པ།

ད་གཉིས་པ་དོན་དེ་ཉིད་མན་ངག་གི་སྒྲོན་སྒྲོམ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་སྒྲོམ་པ་ནི། ད་སྐར་



ལུང་ལ་སྒྱུར་ནས་གསུངས་པ་རེད། ལུང་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཡོད་པར་གོ་བ་རྒྱུ་  
པས་མི་ཆོག་གི། ད་སྐར་རང་གིས་གོའང་གོ་མི་ཆོད་ཅིང་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་དེ་ནི།  
རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་ནས་མ་བསྐྱེམས་པས་རེད། དེས་ན་དེ་ཉིད་ལ་མན་ངག་ལག་བྲིད་གྱི་སྒྲོ་  
ནས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་བ་ནི། **གང་ཟག་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཅན་ལ་ལུང་ལ་དཔགས་**  
**ནས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེལ་བ་ཉིད་རྣམ་པ་གཙང་ཞིང་རྒྱུད་ལ་འཕྲོད།** ཅེས་གང་ཟག་དབང་པོ་  
རབ་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཅན། ཐོས་པ་རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་མ་ཐོན་ཅན་དེ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་  
ལྟར། ལུང་ལ་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་དེའི་རྒྱུད་ཀྱིས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེལ་བ་ཉིད་རྣམ་པ་གཙང་  
ཞིང་སྐབས་བདེ་བ་དང་རྒྱུད་ལ་འཕྲོད་པ་ཡིན་ཡང་། **ལས་དང་པོ་པ་སྒྱུར་ན་ཆོས་**  
**ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་རྒྱ་མི་ཆེ་བ་དང་།** བྱད་པར་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུག་ཏུ་སྒྱུར་  
**པའི་རིགས་ཅན་ཏེ་མོངས་ཤིང་བྱུན་པ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་མེད་པའི་རིགས་ཅན་ལག་**  
**ཞིག་ལ་དཔེ་ཆོས་དང་།** ཞེས་དཔེ་དང་སྒྱུར་བའི་ཆོས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་སྒྱུར་རྒྱུ་དྲེད་  
ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། **སྒྲོ་སྒྲུབ་ཐབས་ཀྱིས་འདྲིན་ཅིང་འབྲིད་པ་འདི་གནད་ཟབ་**  
**པའི་མན་ངག་ཡིན་པས་ན།** སྒྲིབ་མས་སྒྲོ་བ་མ་སྒྲིབ་པའི་ཆོ་ཐབས་ཅད་དཔེ་ཆོད་གཅིག་  
གི་ཐོག་ཏུ་མི་འཛོག་པར་སྒྲོ་བ་མའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་བསམ་པ་དང་སྒྱུར་ནས་བྲིད་  
དགོས་སོ། །དེ་ཇི་ལྟར་སྒྱུར་ཞིང་མན་ངག་གི་ཐོག་ནས་ཇི་ལྟར་སྒྲོ་མ་ཞེ་ན། ཉན་པ་  
རྒྱུད་པས་མི་ཆོད་ཐུན་བཅད་དེ་སྒྲོ་མ་དགོས། རང་རེས་ཐུན་བཅད་དེ་སྒྲོ་མ་པའི་ཆོ།  
འགོར་སྒྲིབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རེ་འདོན་སྒྲོ་མ་བྱེད། དེ་ནས་འདུག་སྐད་སྐད་ཀྱི་འདུག་  
སྐད་སྐད་བྱ་སྒྲེ། དྲང་སྲོང་ཙོག་ཡུར་དང་ཏ་ལམ་འབྲུབ་པ་ལ། ལག་པ་གཉིས་ཁུ་རྒྱུར་  
བཅངས་ཏེ་འབྲམ་པ་སྒྱུར་ནས་འདུག་ འདི་སྐབས་ཁ་དཔེ་བཤད་པ་ལྟར་དེ་འབྲུ་ཡོད་  
དར་བསམ་རྒྱུ་འབྲུ་མ་ཡིན་པར། རོ་མ་རང་ཉིད་དེ་འབྲུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཐོན་ཡོད་པ་

དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་ཞིག་སྒྲིམ་དགོས། དཔེར་ན་མིག་གིས་རོ་སྤྱར་པོ་ཅན་མཐོང་ན་ཁ་ནས་འགྲམ་ཆུ་ལྔ་དང་བ་ལྟར། སྒྲིམ་དུས་བསྒྲིམ་རྒྱུའི་སྤྱང་བ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོར་སྤྱང་ཐོག་ཏུ་ཡོང་ངེས་སུ་བྱ་དགོས། ཆོས་གང་སྤྱོད་ན་དེ་འདྲ་རེད། རང་ཉམས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་རེད་པར་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་ཚུགས་ཀ་བཏོད་ན་དེ་རང་མགོ་རང་གིས་གཡོག་པ་རེད། དེས་ན་འདི་ལྟར་བསྒྲིམ་དགོས། དེ་ཡང་བདག་ཉིད་ཡིད་ལ་མེད་པ་ཞིག་ལ་ངོ་མི་ཤེས་པའི་ལུང་པ་མཐོང་བ་ཅམ་ན་སྒྲག་ཅིང་འཇིགས་སུ་རུང་བ། ལྟུང་མ་གྱི་ཐང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ། དེའི་ལུང་པ་དེ་ན་མིའི་རྒྱ་འགྲུལ་མི་དགོས་ཇེས་ཅམ་ཡང་རིག་རྒྱ་མེད་པ། ས་ཐོག་གི་མི་མ་དགོས་ན་མ་མཁའི་བྱ་འཕུར་རྒྱ་མེད་པ། རྒྱུད་སྒྲ་བྲག་པོ་སུ་རི་རི་སྒྲོག་པ། རྒྱུད་གི་སྒྲ་དང་འགྲོག་པའི་འཇགས་སྒྲ་བུ་རུ་བྱེད་པ། འདྲེ་ཕུར་པར་བཏགས་ན་མི་བཟུང་ས། ལྷ་གཡལ་སྒྲུབས་བཅས་ན་མི་འབྲི་ས་དེ་འདྲའི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེབས་ནས། ཅི་བྱ་བརྟོལ་མེད་ཅིང་ཡིད་སྒྲོང་སྒྲོང་པོ་འམ་སེམས་སྤྱོད་ལྟང་ལྟང་པོར་གྱུར་ནས་ཡོད་ཅོན། སྤྱོད་པ་དུ་གང་ནས་འོངས་པའི་ཆ་མེད་པའི་སྤྱེ་པོ་ཕོ་མོ་དཀར་ནག་གཉིས་བྱུང་བ་སྟེ། སྤྱེས་པ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་དང་བུད་མེད་ཁ་དོག་ནག་པོ་ཅན་གཉིས་བྱུང་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བྱེད། ས་ཆོགས་དུག་སྒྱུ་མའི་གྲོང་ཁྱེར་བྱ་བ་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུར་མཆིང་བུ་བྱ་བ་ཡོད། དེ་ལེན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོ་ལ་གྱུ་གཟིངས་སུ་ཞུགས་ནས་འགྲོ་དགོས། རང་རེག་སུམ་ལྷན་དུ་འགྲོགས་པར་འདོད་དམ་ཞེས་བྱེད་བན། གཏམ་དེ་རང་གི་སྒྲོ་ལ་བབ་ནས་དེ་མི་ཆོག་རྒྱ་མི་འདུག་པས་ངོ་མ་དེར་འགྲོགས་དགོས་བསམ་ནས། དེ་ལ་རང་ཉིད་སྒྲོ་ཡིད་ཕྱོགས་ཏེ་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་ཇེས་སུ་འབྲངས་ནས་སོང་སོང་བ་ལས། ཅི་ཞིག་ན་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་གནམ་ཐང་ལ་བབ་པ་འདྲ་བ། ཡར་གནམ་ལ་

ལྟ་ན་གནམ་གྱི་མཐོང་དང་མར་རྒྱ་མཆོལ་ལྟ་ན་མཚམས་མི་མངོན་པར་རྒྱ་ཁྲོན་གློས་མི་  
ཆོད་པ། རྒྱ་མཆོལ་འང་མ་ཆེལ་ལེ་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པར་བརྒྱབས་བར་སྤང་ལ་འཕྱོལ།  
མཐོང་ན་འཛིགས་སྒྲག་སྒྲེབ། དེའི་ནང་ན་ཚུ་སྒྲིབ་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་སྒྲེས་རབས་  
སོགས་སུ་འབྱུང་བ་ལྟར་འཛིན་འབྲི་དང་། རལ་གྱི་འོ་ཅན་སོགས་དང་། སྒོག་  
ཆགས་གང་དང་འཕྲད་ན་སྒོག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཉ་བོ་ཆེ་དང་། ཚུ་མི་དང་། ཚུ་  
རྩ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་གདུག་པ་ཅན་སྤར་མིག་གིས་མཐོང་མ་ཕྱིར་བ། རིག་ན་སྒྱི་  
གཡའ་ཞིང་། འཕྲད་ན་སྒོག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་འགའ་རེ་མགོ་ཆེལ་ལུས་རྒྱུང་བ།  
འགའ་རེ་ལུས་ཆེལ་མགོ་བོ་རྒྱུང་བ། འགའ་ཞིག་མགོ་ཆེན་པོ་མགོ་ལུས་ཆོང་མ་ཁ་  
རེད་སོང་བ་སོགས་སྒོག་ཆགས་མགོ་ལུས་མི་མཚུངས་པ་མང་པོས་རྒྱ་མཆོག་ཁོངས་གཏོང་  
གང་བ། རྒྱ་མཆོག་རྒྱུང་ཆེན་གྱིས་བསྐྱུལ་བའི་བརྒྱབས་གྱི་གཉེར་མ་ལ་ཕར་རྒྱུར་འཇུག་  
ལྷོག་བྱེད་པ་ཞིག་གི་ཅུར་སྒྲེབས། དེར་རང་ཉིད་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་གིང་སྒྲག་པས་བྲོས་  
འཆོལ་བ་ན་འཇམ་བྲོས་བསམ་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ཁོར་བུ་དེ་ལོན་དུ་རེ་བའི་འདོད་པས་  
གདུངས་ཏེ་སྒྲག་ཁོར་འཛིགས་ཁོར་དུ་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་གཏོང་བའི་གཟིངས་སུ་ཞུགས་ཏེ་  
སོང་སོང་བ་ན་རྒྱ་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ་བརྒྱལ་བ་ལས་མཆོག་ཆེན་པོ་དེའི་དཀྱིལ་ཙམ་དུ་སྒྲེབས་  
པ་དང་། སྒོ་བྱར་དུ་རྒྱུང་དམར་དྲག་པོ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་ཞིག་ལངས་ནས་རྒྱ་མཆོག་  
རྒྱབས་ཇེ་ཆེར་སོང་བས་དེའི་འཛིགས་སྒྲག་གིས་མ་བཟོད་པར་སྒྱུ་བ་ཞེས་གྲུ་འདོར་བྱེད་  
ཤིན་ཏུ་དུབ་ཅིང་རྩོལ་བར་བརྒྱབ་པ་ལས་མི་སྒྲེས་པོ་མོ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལག་པའི་སྒྱུ་བ་རྒྱུང་  
ཡང་དུས་གཅིག་ལ་ཐུག་སྟེ་མཉམ་པོར་ཆག ཚུའི་བརྒྱབས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱོལ་ལྟ་  
བུས་རེས་འགའ་གྲུ་གཟིངས་སྒྲིད་པའི་ཅེ་མོ་ལ་སྤྱིང་བ་སྒྲམ་བྱེད་པ་དང་། རེས་  
འགའ་རྒྱ་བོ་བར་སྤང་ལ་འཕྱོལ་བྲུ་གཟིངས་རྒྱ་མཆོག་གཏོང་དུ་རྒྱུད་པ་སྒྲམ་བྱེད་པ།

དེའི་ཆོ་སྒོས་པས་ཐར་པ་དང་། གཞན་ལ་ར་མདའ་སྟུན་དང་། རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
 ལག་པ་འཇུག་ནི་མེད། ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆི་བ་དེ་ལས་ཐར་མི་ཞེས་ཟེར་འདུག་  
 རྒྱུའི་འཆི་བ་འཆི་བ་ཟེར་བའི་འཛིགས་པ་ཅན་གྱི་དབང་ཆེན་དེ། དབུགས་པར་ཚུར་  
 འབྱུང་འཇུག་ཙམ་གྱི་ཁོངས་སུ་བཅོན་ཐབས་སུ་སྟེབས། ད་ནི་འཆི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་  
 ཐར་ས་ཡོད་མ་སོང་། **སྟོན་ཆད་འཆི་བ་**དེ་དེ་འབྲེལ་ས་སྤྱོད་མེ་ཞིག་གིས་ཡོང་སྐྱང་ཡེ་  
 མ་དྲན་པས། འཆི་དུས་མི་འཛིགས་པ་དང་དེ་ལ་པན་པའི་ཆོས་བྱས་པའི་གདོང་ཆོད་  
 ནི་རང་ལ་མེད། གཅེས་པའི་བྱ་དང་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ནོར་ཇུས་གཉིན་འདུན་ཡུལ་  
 མི་བྱིས་མཆོས་ཐམས་ཅད་དང་ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་བྲལ་ཞིང་། འཛིགས་སྒྲག་འདི་  
 འབྲས་སྒྲུག་སྒྲུག་པའི་ཉི་མ་བྱུང་དུས་དེ་དག་གིས་པན་པ་ནི་ཉིལ་འབྱུང་ཙམ་ཡང་མེད།  
 ཇི་སྐད་དུ། ཆོ་འདི་སྦྱིད་ཀྱང་དེ་རིང་ཉིན་གུང་ཙམ། །ཕྱི་མའི་སྐྱང་བ་མི་རིང་སང་  
 ཉིན་ཙམ། །བར་དོའི་སྐྱང་བ་དེ་བས་མི་རིང་ཙམ། །ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དམ་པའི་ཆོས་  
 ལ་འབྱུངས། །ཞེས་པ་ལྟར་དྲན་མ་ཐུབ་པས་འདི་འབྲུག་སོང་། ད་དྲན་ཡང་ཕྱིས་  
 དགས་སོང་། དེ་ཅི་བྱེད། **ཨ་ཙོ་འཛིགས་པ་ལ།** དེ་ཅི་བྱེད་ན་དག **ཨ་ཙོ་**  
 མ་ཞེས་སྒྲག་པའི་འཛིགས་པ་ཐོག་ཏུ་བབ་པའི་ཆོག་དང་། **ཀྱི་རུད། ཀྱི་རུད།**  
**ཅེས་སྟེ་སྒྲགས་དང་**དེ་དུ་འབོད་དང་ལྟན་པའི་འོ་དོད་དག་པོ་འདོན་གྱིན་ཡོད་པའི་ཆོ་ན།  
 སྟོ་བར་དུ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྐྱུ་རིན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་མ་ཞེས། བཀའ་ཡི་རིན་གསུང་གི་  
 བདུད་ཅིས་སྦྱོང་བའི་བཀའ་རིན་དང་། སྐྱུ་ཡིས་ཇུས་གནང་བ་དང་སྐྱུ་དངོས་ཀྱིས་  
 སོག་སྟོབ་པ་སོགས་ལ་སྐྱུ་རིན་དང་། ཡང་ན་གསུང་གི་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱུངས་ཤིང་  
 ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་ཕོ་བའང་ཉེན་གཟུགས་སྐྱུ་ལས་བརྒྱད་ནས་བྱུང་བས་ན།  
 སྐབས་འདིར་བཀའ་རིན་དང་སྐྱུ་རིན་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་གོ་ན་ཨེ་ཆོག་སྟེ། དེ་ལྟ་

བུའི་སྒྱུ་འཛིན་ཅན་གྱི་ཙུ་བའི་སྒྲིམ་མ་དེ་ཉིད་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་པདྨ་ཐོད་ཐེང་ཙུལ་གྱི་རྣམ་འགྲུར་  
ཅན་དུ་སྒྱུ་གར་སྒྲུབས་ཡིང་ཡིང་བྱོན་ནས། གྱེ་ཞེས་འབོད་པའི་ཆོག་གིས་ཁྱོད་གྱིས་  
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོག་ཆེན་པོ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་འདི་ལ་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
ནོར་བུ་ལྟ་བུར་མཐོང་སྟེ། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བ་དང་། སྒྲུག་བསྐྱེལ་བ་ལ་བདེ་  
བ། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པ། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་མཁྲིས་ནད་ཅན་  
གྱིས་དུང་ལ་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་ལྟར་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པས་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་ཡིན།  
སྒྲིང་མེད་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཞེན་ལོག་དང་དེས་འབྱུང་མ་སྒྲིམ། འཆི་ཁར་ཕན་པའི་  
ཆོས་ཡེ་ནས་མ་དྲན་པས་ལན་ནས་འདི་བྱུང་བ་རེད། ཁྱོད་རང་གི་ད་ལྟའི་སྒྲུང་བ་  
འབྲུལ་སྒྲུང་གིན་ཏུ་འབྲུག་པའི་ཨ་འཕྲས་མཛོན་ཞེན་ཅན་འདི་ནི་མ་རིག་པ་རྣམ་པ་གསུམ་  
ལས་རྒྱ་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་ངོ། །སྒྱིར་མ་རིག་པ་འདི་ལ་  
རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་རང་ཤར་ལས། དབྱེ་བ་དྲུག་གསུངས་ཏེ། ཙུ་བ་སེམས་  
གྱི་མ་རིག་པ་དང་། འབྲུལ་པ་ཡུལ་གྱི་མ་རིག་པ། འབྲུལ་རྒྱ་གཞི་ཡི་མ་རིག་པ།  
འཛིན་པ་རྟོག་པའི་མ་རིག་པ། བཅོས་པ་ལམ་གྱི་མ་རིག་པ། མ་ཤེས་རྟོངས་པའི་  
མ་རིག་པ་རྣམས་ཡོད་ཀྱང་། དང་པོ་སེམས་ཅན་འབྲུལ་པའི་ཆོག་གི་ལས་གཞི་སྒྲུང་  
ཤར་བ་ན། ཐུགས་རྗེའི་ཙུལ་ཤེས་པ་གསལ་མ་རིག་གི་རྣམ་པ་ཡུལ་དཔྱེད་བྱེད་དུ་ཤར་བ་  
ལ་ལྟོས་ཏེ། རྒྱ་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་མ་རིག་པ་ཞེས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལ་རང་ངོར་  
མ་ཤེས་པ་དེ་དང་། ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་མ་རིག་པ་ནི་རང་ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་ལས་དཔྱེད་  
བྱེད་ཤེས་པ་ཕྱ་མོ་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་རྗེ་ཆེར་སོང་ནས་མ་ཤེས་པའི་ལྷོག་པ་དེ་དང་། ཀུན་  
ཏུ་བརྟགས་པའི་མ་རིག་པ་རང་སྒྲུང་ལ་བདག་གཞན་གཉིས་སུ་རྟོག་པ་གྱུར་པའི་ཆ་དེ་  
གསུམ་རེད། ཆ་ཞེས་ཟེར་དོན་དེ་གསུམ་ཤེས་པ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐད་དང་། རོ་བོ་

གཅིག་ཡིན་པ་དེ་རང་སྒྲིང་ལ་ཤར་བའི་གནས་སྐབས་ན།      གཞི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་  
ཐུགས་རྗེ་གསུམ་གཞི་སྒྲིང་ལྟན་གྲུབ་ཀྱི་འཆར་ཚུལ་གཞི་སྒྲིང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་མ་  
ཤེས་པས་གཞན་ཡིན་པར་བརྟུང་བའི་བྱུང་པར་གྱི་ཐོག་ནས་འབྲུལ་སོང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་  
རེད།      དེས་ན་འདི་དུ་ལྟའི་སྒྲིང་བ་ཙམ་འཐས་མངོན་ཞེན་ཅན་འདི་ནི་རྒྱ་བདག་ཉིད་  
གཅིག་པའི་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་སོ།      **།བསྐྱེད་མཁའ་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཐོ་**  
**མོ་གཉིས་ནི་**རང་ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་དང་མཉམ་དུ་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་བྱུང་བ་ **ལྟན་སྐྱེས་**ཀྱི་  
མ་རིག་པ་དང་།      རང་སྒྲིང་ལ་བདག་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་ཆ་ **ཀུན་ཏུ་བདག་པའི་མ་**  
**རིག་པའོ།**      **།རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནི་འཁོར་བའི་སྐྱུ་གཤེད་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་མཐའ་མེད་**  
**པ་འདིའོ།**      **།བྲུ་གཟིངས་ནི་**གཟུགས་ནི་དབྱུ་བ་རྣམས་པ་འདྲ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
དབྱུ་བ་བརྣམས་པ་ **ལྟ་བུའི་ཟག་བཅས་**ལས་ཉོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ **སྐྱུ་ལུས་**ཀྱི་ལུང་  
པོའོ།      **།སྐྱེ་བོ་ཐོ་མེད་གཉིས་**གྱིས་ལག་ན་གཟུང་བའི་བྲུ་འགྲོ་བྱེད་ཀྱི་ **སྐྱུ་བ་གཉིས་ཐུག་**  
**གིས་ཆག་པ་ནི།**      ཉོན་དང་མཚན་མོ་ལྟེ་བ་བསྟོན་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་ཆོ་བཅར་གྱིས་ཟད་  
ནས་དེ་ལ་ཡར་ཁ་བས་བས་ཐེབས་ཅིས་ཀྱང་མེད་པའོ།      **།ཁྱེ་རིགས་**ཀྱི་བྲུ་      དན་གྱི་  
བས་ཀྱང་མི་ཆོག་གི་ཆར་ནས་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་རྣམ་སྤྲོད་མྱོང་དགོས་ཀྱི།  
གི་ཆར་ནས་སུ་སྟོགས་ཆད་པར་ལྟ་བ་ **གཅེར་བུ་རྒྱུང་འཕེན་པའི་འདོད་པ་བཞིན་ཁྲོན་པ་**  
ཞབས་མེད་པའི་ནང་དུ་རྟོག་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་གར་སོང་འདིར་སོང་མེད་པར་སོང་ན་དེ་  
ཀལ་ཆོག་སྟེ།      ཆད་པར་ལྟ་བའི་སུ་སྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་སྲ་ཕྱི་དང་།      ལས་རྒྱ་  
འབྲས།      ཐར་པ་དང་གྲོལ་བ།      མ་མཐོང་བའི་འགྲོ་བ་མེད་ཟེར་བ་རེད།      དེ་མེད་  
པར་རི་ལྟར་སྐྱབ་ན།      རིགས་པའི་སྒྲོ་གཅིག་དང་།      དཔེ་གསུམ་དང་ཚུལ་བཞིའི་སྒྲོ་  
ནས་སྐྱབ་པ་རེད།      རིགས་པའི་སྒྲོ་གཅིག་ནི།      རང་གི་དབང་པོའི་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་མ་

མཐོང་བའི་ཕྱིར་ན་མེད་པར་འདོད་པ་དང་། དཔེ་གསུམ་ནི། རྒྱ་མེད་པའི་དཔེ།  
སྤང་ལ་ཤ་མང་དོལ་བ་ལྟ་བུ། འབྲས་བུ་མེད་པའི་དཔེ། ཐལ་བ་རྒྱུད་གིས་གཏོར་  
བ་ལྟ་བུ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མེད་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་དཔེ། ཉི་ཤར་རྒྱ་བོ་ཐུར་  
དུ་འབབ་པ་དང་། །སྒྲུ་མ་ཆོར་མ་གཟེང་རིང་ཚོ་བ་དང་། །རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་ལྟ་  
ན་སྤྱག་པ་རྣམས། །སུས་ཀྱང་མ་བྱས་དོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་། །ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
རྒྱལ་བཞི་ནི། ཆོ་སྤྱ་ཕྱི་མེད་ཀྱང་ཕྱིའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་སྤྱག་སོགས་ཡོད་པའི་རྒྱལ་དང་།  
བདག་གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་སྤྱིར་འཕོ་བ་མེད་ཀྱང་གྲོ་བུར་ལུས་བྱུ་བ་དུས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་  
རྒྱལ། ས་སོགས་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་རིག་པ་སྦྱེད་ལུས་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
འདུས་པ་ལས་ཆན་ལས་ཚུལ་བྱེད་ཀྱི་ལུས་པ་ལྟར་གསུངས་པ་གསུངས་པ་དུ་བྱུང་རྒྱལ། ལམ་  
སྒྱུང་དགའ་ཐུབ་ཀྱི་གྲོལ་བ་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་བ་ན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བ་གཅིག་པའི་  
དབྱིངས་སུ་གནས་པའི་རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་རྒྱལ་གཤམ་ན། གྲོལ་བའི་ཆེད་དུ་ངལ་དུ་བ་  
སོགས་ལ་མི་བརྟེན་པའི་རྒྱུད་འཕྲེན་གྱི་གཞུང་བསྟན་པ་དོན་མེད་མིན་པའི་རྒྱལ་ཏེ་བཞིར་  
འདོད་པ་རེད། འདི་ན་དེ་ཆོང་གིས་འདོད་པ་ལྟར། བཟང་མོ་མ་གྱི་བར་དུ་ཅི་བདེར་  
སྒྱུང་། །ཤི་ནས་དེ་ཡི་སྒྱུང་ཡུལ་མིན། །ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན་ན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུད་པའི་སྤྱག་  
རེད། དེ་ཕན་ཆད་མེད་ན་དེ་ཀས་ཆོག་གི་དྲག་ཀྱང་། དེ་མིན་པར་མདོ་སྤྱེ་ལས་  
བརྒྱུ་པ་ལས། ལུས་ཅན་དག་གི་ལས་རྣམས་ནི། །བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཡང་རྒྱུད་མི་  
འཇོམ། །ཆོགས་གྱིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་རྒྱུར་དུ་སྒྲིན་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིས་བུས་བྱས་གྱིང་བསགས་པའི་དགའ་ནག་གི་  
ལས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་མི་བཟ་བ་ཁྱེད་ཞེས་པ་བདེ་རྒྱུད་ཞིག་རེད། སྐབས་འགར་བྲ་བོ་  
ལ་གོ་བ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དགའ་ནག་གི་ལས་གཞི་གཅིག་ཏུ་བསགས་པ་ལ་གོ་

དགོས་པས། དཀར་ནག་གི་ལས་སྒྲུ་ཚོགས་པར་བསགས་པ་ཐམས་ཅད་མ་རྗེས་མ་  
 འདྲེས་པར་གནམ་ཐིག་དྲང་པོ་ཡོ་བྱར་མེད་པར་བཏབ་པ་བཞིན་དུ། རྗེས་བ་དང་  
 འཕྲུགས་པ་མེད་པར་ལས་བྱེད་པ་པོའི་སྤྱོད་དུ་རི་ལྟར་བྱས་པ་དེ་ལྟར་འབབ་པ་ཡིན་  
 གསུངས་ཏེ། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས། ས་སྒྲ་མཐོན་པོར་གཤེགས་པའི་མཁའ་ལྗོངས་  
 གོ། །གྲིབ་མ་རེ་ཞིག་བལྟ་བར་མི་མངོན་ཡང་། །ལུས་ཅན་དག་དང་འདྲ་འབྲལ་  
 སྤངས་པ་བཞིན། །ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་ཆེ་ལྷག་པར་མངོན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་བཞིན། དཔེར་ན་བྱ་འདབ་ཆགས་གཤོག་ཅན་ཞིག་ནམ་མཁའ་མཐོན་པོའི་དབྱིངས་  
 སུ་འཕྱར་སོང་ན། ད་ལྟ་རེ་ཞིག་དེའི་གྲིབ་མ་འདི་ཡིན་ཞེས་ལྷག་པར་མ་མངོན་ནའང་།  
 དེའི་གྲིབ་མ་མེད་པར་སོང་བ་མ་ཡིན་པར་བྱས་ལ་བབ་པ་དང་མཉམ་དུ་གྲིབ་མ་ནག་རིལ་  
 ལེ་མཐོང་ཡོང་བ་བཞིན་དུ། སྤྱིས་བྱས་དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་དེ་མ་  
 ཐག་ཏུ་མ་མངོན་ནའང་། མཐར་རང་གི་ཐོག་ཏུ་མི་བབ་འགོ་ས་གཞན་ཞིག་མེད།  
 དེས་ན་ཤི་རྒྱུའི་མི་ཚད་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་རང་ཐོག་ཏུ་འབབ་རན་པ་ཡིན་  
 པས། དེ་ལ་བསམ་ན་ད་རི་ལྟར་བཞི། ཞེས་གསུངས་པས་དེ་དུས་ཤི་བའི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་མྱོང་རྒྱ་མི་ཚད་ཤི་ནས་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་མྱོང་རྒྱ་ལ་བསམ་ནས་སྤྱར་འཛིགས་  
 ཤིང་སྤྲུག་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཤིན་ཏུ་རི་ཆེར་སོང་ནས། སྤྱོད་པ་དང་ཡོ་རྒྱུན་ཆེན་པོ་  
 དབྱེར་མེད་པ་ལ་ཡིད་བྱེད་ཤེས། སྤྱོད་གཏད་ལིང་བསྐྱར་གྱིས་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
 འདེབས་ཤིང་ཅི་བྱ་དང་འདི་བྱ་གཏོལ་མེད་པར་ཡོད་ཅོན། སྤྱོད་པའི་སྤྲུགས་ཀན་ལོང་  
 ཟེར་དཀར་ལ་འཆོར་བ་བ་ཐག་འཛིངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྱོད་པར་གྱིས་བྱུང་སྟེ། རང་གི་  
 སྤྱོད་གར་བྱུག་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱ་གཞིངས་མགོ་མཇུག་ལྗོན་པ་དང་དུས་མཉམ་སྟེ་ལུས་  
 སེམས་རྒྱུབ་བྱས་བཅའ་རིག་གཉིས་ཁ་བྲལ་ཏེ། དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་གཞལ་



ཡས་ཁང་པར་འདྲ་ལྟོ་བྱེད་དུ་མོ་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར་  
ནས་སངས་རྒྱལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་མཐུན་གྱིས་འཛིགས་པས་མནར་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་ཐར་པའི་སྤྱིང་དུ་འཕྲེན་ཅུས་པའི་སྐྱལ་བ་རང་ཉིད་  
གྱི་རྒྱུད་ལ་བཞག་པར་བསམ་དགོས། དེ་ལྟར་བསམ་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་བྲལ་ལྟོས་  
མེད་གྱིང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པས། དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་རྟོན་མེད་  
ཁ་ཡན་རང་བབ་ཏུ་སྒྲོད་ལ། འཕྲོ་ན་འཕྲོ་བའི་ཐོག་དང་། གནས་ན་གནས་པ་སོ་  
སོའི་ཐོག་ཏུ་བྱུང་བའི་བྱར་དང་བཅས་ཏེ་བཞག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱིར་ཅེ་  
གཅིག་འདུན་པའི་གཞུ་ལ་བྱངས་ཏེ་མི་གཡོ་བར་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ་ནི་གནས་ཡིན་  
ལ། འདིའི་བྲིན་རྒྱུ་འདི་འདྲ་ཡིན་ན། དང་པོ་དམིགས་རྟོན་མཆོན་མ་ཡོད་པའི་  
དམིགས་པ་དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་རང་གིས་དངོས་སུ་ཉམས་སུ་སྒྲིང་བཞིན་ཡོད་པ་ཞིག་སྒྲོམ།  
དེ་ནས་སྒྲིབ་མའི་ཐུགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེད་ཏེ་མི་རྟོག་པའི་ངང་དུ་རྒྱ་མཆོ་  
རྒྱབས་གྱིས་མི་བསྒྲིད་པ་བཞིན་དུ། འཕྲུ་བྱུང་དང་བྲལ་བའི་ངང་དུ་གནས་པ་དེ་ནི་  
གནས་དམིགས་མེད་ཡིན། དེའི་སྤྱིང་དུ་གསལ་སྤྱོད་བཞེད་པ་དང་བྲལ་བའི་ཉམས་  
སྤང་མེད་གྱི་གསལ་ཆ་ཡོད་ན་ནི་ལྷག་ཟུང་འཕྲུག་གི་སྒྲོམ་ཡོད་ཚུལ་རེད། ཡིན་ནའང་  
ལས་དང་པོ་པས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྐབས་སུ་ཐ་མལ་རང་བབས་སུ་སྒྲོད་དེ་འཕྲོ་ན་  
འཕྲོ་བའི་ཐོག་དང་། གནས་ན་གནས་པའི་ཐོག་ཏུ་འདས་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་རྗེས་མི་  
གཅོད། མ་འོངས་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་མདུན་མི་བསྐྱེད། ད་ལྟའི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཅས་  
བཅོས་མི་བྱེད་པར། གཞི་མེད་ཏེ་སངས་རྗེས་པ། ཡངས་ཁྲོལ་ལེ་བའི་ཐོག་ཏུ་  
བཞག་ཐབས་དང་ལྷན་ཏེ་འཛིག་དགོས། འོན་ཀྱང་ལས་དང་པོ་བའི་ཆོ་ན་རྣམ་རྟོག་  
འདི་ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་དབང་དུ་སོང་བས་འབྲུལ་པ་རྒྱུ་འབྱུངས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་

ཡིན་ཡང་། དེ་ལོ་རྒྱུད་སོ་དང་མི་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་མ། ཡང་སྒྲོམ་ཡང་སྒྲོམ་  
ཡུན་མུང་གྲངས་མང་གིས་བསྒྲོམ་ན། སྒྲོམ་གྱི་བརྟན་ཆ་དང་ཞི་གནས་གྱི་གནས་ཆ་  
ཐོན་ཡོང་། ཞི་གནས་སྒྲོམ་གྱི་བྲིད་འདི་ལ་དང་པོ་བརྟན་ཆ་ཐོན་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་རེད།  
དེ་ལོ་བྱ་ར་ཞེས་དེ་ལོ་སོ་བ་ལ་ཟེར། སྒྱིར་ན་དེ་ལོ་ཞེས་པ་དེ་སེམས་མི་གཤམ་  
བར་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་བརྟེན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད། རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་  
སྐབས་སུ་འདྲེན་གྱི་དེ་ལོ་དང་། ཆོས་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ། མ་བཅོས་རང་བབས་གྱི་  
དེ་ལོ་རྣམས་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ལས་དང་པོ་པས་འཕྲོག་ནས་སོ་སོའི་སྒྲིང་དུ་  
རང་བབས་སུ་གཞག་བྱ་འཛིག་བྱེད་གཉིས་དང་བྲེལ་བའི་སྒྲོན་མ་མ་ཡོངས་པར་སྒྲོམ་ས།  
མཉམ་བཞག་དེ་ལས་ལྷང་བའི་རྩེ་ཐོབ་ཐམས་ཅད་སྒྱུ་མ་དང་། སྒྲིག་རྒྱུ་དང་།  
མདང་དགོང་མ་ཉལ་གྱི་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་ངེས་ཤེས་སམ།  
མཉམ་བཞག་གི་རྣམ་པའམ་ངེས་པ་རྒྱུར་རྩེ་ཐོབ་ལ་དངས་ནས། སྒྲིང་ལམ་ལ་  
ཞུགས་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། ཆོས་ཆོས་རེད་འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་རེད་བསམ་ནས་ད་  
ལྟ་ཆོས་རེད་ནང་གི་མི་དེ་དམིན་པར། དག་སེམས་སྒྲིང་ཅིག་མ་དེ་ཆོས་རེད་ནང་དུ་  
བསྐྱར་ནས་རྒྱག་འགྲོ་མི་ཉན། ཆོས་ཞུས་པ་དེ་སྒྲིང་ལམ་དང་འཛོལ་བའི་ནང་དུ་བེད་  
སྒྲིང་གཏོང་བྱ་དགོས་རེད། འུ་ཆོས་ད་ངེས་བྲིད་སྒྲིང་བའི་སྒྲོན་འགྲོ་སེམས་སྒྲིང་  
བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་འདི་ལ་སེམས་སྒྲིང་རྣམ་པ་བདུན་ཡོད། དེའི་བདུན་པ་དེ་ལ་ནང་  
གསེས་གསུམ་དུ་ཕྱེས་ནས་བྲིད་ཀྱང་ཚན་པ་དགུ་ཡོད་པ་རེད། བྲིད་ཀྱང་སྤྲུལ་བྱ་ག་  
པོ་རེ་རེ་ལ་ཉིན་གཉིས་རེ་དང་། ཕྱི་མའི་ནང་གསེས་གསུམ་ལ་ཉིན་གསུམ་བཞི་ཙམ་རེ་  
དུས་ཚོད་དང་བསྒྲིགས་ནས་བྲིད་སྒྲིང་བྱེད་ན། ཆོགས་འཁོར་བཅས་པ་ཟླ་བྲིད་གཅིག་  
ལྷག་གི་འཆར་གཞི་རེད། ཁ་སང་ཡན་གྱི་ཆོས་བྲིད་ཉིན་གཉིས་ལས། ཉིན་དང་པོ་

ལ་ཐོག་མར་དགེ་བ་ལྡན་གྱི་དོན་དང་། གཉིས་པ་ལ་ཆོས་འཆད་ཉན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་  
ཐོག་པ་སྒྱུའི་ཁོག་འབྲུབས། ད་དེ་རིང་དངོས་གཞི་བྲིན་རྒྱུ་དང་པོ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་  
པ་སྒྲོམ་པ་རེད། འདི་ལ་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྩེས་སུ་དཔག་པ་དང་། མན་ངག་ལ་  
བརྟེན་ནས་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་བའི་ས་བཅད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གསུངས་ཡོད་ལ། སྒྲོམ་དུས་  
ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་དཔྱད་སྒྲོམ་དང་འཛིག་སྒྲོམ་གཉིས་བྱས་ནས་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། རང་རེས་  
སྦྱངས་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་དུས། དང་པོ་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ལུང་གི་དོན་ལ་ཆོད་མ་  
གསུམ་གྱིས་དཔྱད་ནས་རེས་ཤེས་འབྲོང་དུ་བཅུག་པ་དང་གོ་བ་སྒྲིམ་འཇུག དེ་ནས་  
མན་ངག་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་དུས་དོན་ངོ་མའི་ཐོག་ནས་གོང་དུ་བཤད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་  
འབྲེལ་ནས་གསུང་རྒྱུ་དེ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་ནས་སྒྲིན་ཡོད་པར་བྱས་ཏེ། དེ་ལྟར་  
དཔྱད་སྒྲོམ་དང་འཛིག་སྒྲོམ་གཉིས་ཀྱི་བྱས་ནས་མཐར་མི་དམིགས་པའི་རང་དུ་བཞག  
རང་རེའི་ཆོས་བྲིན་འདི་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲོབ་བྲིན་མ་རེད། ཁ་ཡང་ཟེར་ཤེས་པ་ཙམ་  
གྱིས་མི་ཆོག་ལ། ལུང་བརྟོན་པ་དང་ཡང་མི་འདྲ། བསྐྱུག་ལུང་གི་སྒྲིན་བས་ཐོས་  
དུས་ལུང་ཐོབ་སོང་ཡང་། འདི་བྲིན་རེད། བྲིན་ནང་གི་འང་ལག་བྲིན་རེད།  
འདི་སེམས་ཐོག་ལུས་ཐོག་གཉིས་ཀྱི་ནས་ཉམས་སུ་བྲངས་ཏེ་རང་རྒྱུད་འདུལ་ཐུབ་པ་  
དང་། སྒྲུར་མེད་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཆོས་ངོ་མ་ཞིག་སྦྱར་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་རེད། དེས་ན་  
རང་རྒྱུད་འདུལ་སྦྱོང་གི་སྒྲོན་འགོ་འདི་ཡག་པོ་རེད་ན་ཆོས་པ་རྣམ་དག་ ཆོས་ཁ་ཆོས་  
མིན་པའི་དོན་ཆོས་བསྐྱབ་པ། ཆོས་བསྐྱབ་ན་སྦྱུབ་གོ་ཆེད་པ་ཞིག་ཨེ་རེད་བསམ་ནས་  
འདི་བཤད་པ་རེད། དཔེར་ན་ཀྱང་དང་ཞལ་བ་རི་མོ་གསུམ་པོ་གཙིག་ལ་གཙིག་བརྟེན་  
ཡིན་པར་མ་ཟད། སྒྲུ་མ་མེད་ན་སྦྱི་མ་ཡོད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཀྱང་མེད་ན་  
ཞལ་བ་གང་ལ་བྱུག དེ་གཉིས་མེད་ན་རི་མོ་གང་ལ་འབྲི། ཡག་པོ་ཞིག་གཏན་

ནས་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ད་སྐར་སྒྲོན་འགོ་མེད་པའི་ཆོས་རེ་བསྐྱབས་ཡོད་  
ན་དེ་ཞལ་བ་མེད་པའི་གྲང་ལ་རི་མོ་བཙོག་པ་འབྲི་བའམ། ཡང་ན་གྲང་དང་ཞལ་བ་  
གཉིས་ཀ་མེད་པའི་རི་མོ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་རེ་བའི་རེ་སྒྲོང་དོན་ལ་མི་གནས་པ་གང་རུང་  
ཞིག་རེད་སོང་བའི་རྟགས་རེད། ཆོས་གོ་ནས་ལོ་ཅི་ཙམ་སོང་ཡང་སེམས་འདི་ལ་  
འགྱུར་བ་ཞིག་འགོ་རྒྱ་མེད་པ་དེ། དེ་འདྲ་ཐབས་མི་མཁས་པ། ཆོས་བསྐྱབ་  
བསམ་ཡང་སྐྱབ་ལུགས་མ་ཤེས་པས་ལན་སོང་བ་རེད། དེ་ཟེར་ན་ས་ཆ་འདྲིའི་མིས་  
བསམ་ན། སུ་གཅིག་གིས་ཆོས་སྐྱབ་ལུགས་མི་སྒྲོབ་པས་ཁ་རྟོག་ཅི་ལ་ཤེས་འོང་  
བསམ་ན་མི་ཤེས་ཏེ། རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཕན་ངེས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲུབ་ལ་གསུངས་རྟོགས་ཞུ་  
དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན་ནད་དུས་རང་གིས་སྒྲན་པ་ཕར་བཙལ་དགོས་པ་བཞིན་དུ།  
ཆོ་འདྲིའི་དོན་རྒྱུད་གང་ལ་རང་གིས་དོན་གཉེར་དང་འབད་པ་མ་བྱས་ན་མི་འགྲུབ་ན།  
འདི་ཕྱིའི་དོན་ཆེན་ལ་རང་གིས་དོན་གཉེར་གྱིས་འབད་པ་མ་བྱས་ན་ཇི་ལྟར་འགྲུབ།  
དེས་ན་རང་གིས་དོན་གཉེར་བྱེད་དགོས། རང་འདི་ཆོས་བྲིད་ནང་སྒྲ་བྲ་སྒྲ་སེར་ལོ་ཆེ་  
རྒྱུད་དང་སྒྲོ་མཆོག་དམན་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་པས། དེ་དང་མཚུངས་པའི་བྲིད་  
སྒྱུང་བྱེད་ཚུལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས། ཐོག་མའི་བྲིད་སྒྱུང་དུག་ཆང་མས་མཉམ་དུ་  
བྱ་རྒྱུ་དང་། བདུན་པའི་བྲིད་རྒྱུད་གནད་ཆེན་བདེ་སྒྲོང་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྱུང་བ།  
གསལ་སྒྲོང་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྱུང་བ། ཆོས་ཉིད་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྱུང་  
གསུམ་ལ་ཐུག་དུས། མི་སྐྱེ་ལོ་ན་མས་ཀྱིས་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དང་སྒྲགས་ནས་  
སིངྒྱུ་གསེག་ དགོ་འདུན་པས་གཏུམ་མོ་དང་ཙུ་རྒྱུད་འཕོ་བ་ནལ་དང་སྒྲགས་ནས་  
སྒྱུང་དགོས། བདེ་སྒྲོང་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་གཏུམ་མོ་  
གསལ་སྒྲོང་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཙུ་རྒྱུད་།

ཆོས་ཉིད་མི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་སྒྲིབ་བ་དང་སྒྲུགས་ནས་འཕོ་བ་སྒྲིབ་། དེ་དུས་དབང་པོ་  
རབ་དང་སྒྲིབ་བ་རབ་རྣམས་ཀྱིས། རབ་ཆོས་སྐྱུའི་འཕོ་བ་དབྱིངས་རིག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱལ་  
སྒྲིབ་། བྲིགས་ཆོད་ཐོད་རྒྱལ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་དེ་ལོའི་དངོས་གཞིའི་བོགས་འདོན་  
ཡང་རེད་འགྲོ་དགོས། དེས་ན་དེས་ཀྱི་ཆོས་བྲིན་འདི་བྲིན་སྒྲིབ་གཙོ་བོར་བྱེད་  
དགོས། རང་ལ་འོང་སྒྲིའི་འབྲེལ་གཞན་ལ་རག་མི་ལས་པར་རང་ཉིད་ལ་རག་ལས་  
པ་རེད། ཐོག་མར་ཐུན་འགོར། སྒྲ་མ་མཁུམ། ལན་གསུམ། སྐྱ་གསུམ་  
བཀའ་བརྒྱུད། རྒྱལ་བ་ཀུན་འདུས། སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་རྣམས་ཆར་  
གསུམ་པའི་འཕྲོར། རྗེ་ འོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་སོགས་གསུངས་ནས་སྒྲ་རྣལ་བསྟུས་  
པ་རེ་ཞེ་དགོས་ལྟོས། དེ་ནས་དེ་རིང་ཡིན་ན། བྱ་ཡིག་ལས་ཞེས་པའི་མན་ཆད་  
ལུང་ལས་དབག་པ་དེ་དལ་མོར་བྱས་ནས་ཆར་གཅིག་འདོན། གཉིས་པ་དེ་ཉིད་མན་  
རག་གི་སྒྲོན་སྐྱེད་ལ་སྒྲོམ་པ་ནི། དེ་ཡང་བདག་ཉིད་ཡིད་ལ་མེད་པ་མན་ཆད་ནིན་  
ཏུ་དལ་མོ་ཆོས་ཁེར་ཟེར་གཉིས་ཟེར་བྱས་ནས་གན་གོན་རྣམས་ཀྱིས་གོ་ལོང་ཉན་ལོང་དང་  
བསམ་ལོང་ཡོད་པར་བྱས་ནས། མཆོམས་མཆོམས་སུ་ཡུན་རྒྱུང་ཟད་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་  
དགོས། འདིའི་སྐྱབས་སུ་ཐུང་ན་གྱི་འདུག་སྟངས་ཏེ། སྐྱག་འདུག་བྱི་མོ་ཅོག་པུའི་  
འདུག་ལུགས། ལག་པ་བྲུ་ཚུར་ལག་མཐིལ་གཉིས་ཀྱིས་འབྲམ་པ་སྒྲོར་ནས།  
ཆོག་གིས་གསལ་བཏབ་ནས་རང་གི་ཐོག་ཏུ་དངོས་སུ་དེ་ལྟར་འབབ་ཡོང་བའི་མྱོང་བ་ཐོན་  
པའི་དམིགས་གཏང་ཅན་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་སྒྲོམ་དགོས། མཐར་ཇོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་  
དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་ཞེས་དང་། འཕྲོ་གནས་སོ་སོའི་ཐོག་ཏུ་བྲན་པའི་  
བྱ་ར་བཞག་གོ་ཞེས་པའི་སྐྱབས་ན་ལུས་འདུག་སྟངས་རྣམ་སྤྱང་ཆོས་བདུན་དང་ལྡན་པར་  
བྱ་དགོས། རྣམ་སྤྱང་ཆོས་བདུན་ནི། ཀང་པ་སྐྱེལ་ཀུང་། ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་

ལག་མཐིལ་གཉིས་ལུས་མགོར་བཀའ། དཔུང་པ་ལྷོད་དེ་རྒྱུང་། སྐལ་ཚིགས་  
 ཡར་མདའ་ལྟར་བྱང་པོར་སྒྲོང་། སྒྲིཙུང་ནང་དུ་དགུག ཁ་ཏུ་ཅང་མི་གདང་ཏུ་  
 ཅང་མི་བཙུམ་པར་མཆུ་སོམ་རེག་གི་བར་དུ་དབུགས་ཁ་ནས་གཏོང་། མིག་ཟིམ་བུའི་  
 རྩལ་གྱིས་མདུན་གྱི་བར་སྒྲུང་ལ་ལྟ། དེ་འདུག་སྒྲུངས་རེད། དེ་དུས་སེམས་གྱིས་  
 ཇི་ལྟར་བསམ་ན། ལས་དང་པོ་པས་འཕྲོ་གནས་སོ་སོའི་ཐོག་ཏུ་བྱ་བའི་བྱ་ར་བཅས་  
 བཞག་ཅེས་གསུངས་ན། རྣམ་རྟོག་ཡུལ་རྗེས་མི་འབྱུང་བར། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 ཐུགས་དང་དབྱེར་མེད་དུ་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་ཞིང་དེའི་ངང་ནས་མོས་གུས་སྒྲོམ་ལ་  
 འཆར་བཞིག་བྱས་ཏེ། མཚན་མ་མེད་པའི་མི་རྟོག་པའི་ངང་དུ་བཞག་པར་བྱ་དགོས།  
 དེ་ལྟར་གཞུང་གི་མན་ངག་ལུགས་ཀྱི་བྲིད་སྒྲོང་དེ་ལན་གསུམ་རེ་ཅམ་ཨོ་འགོ་ལྷོས།  
 ཐུན་དེ་ལས་ལངས་ནས་དགོ་བ་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །ཡང་སང་ཉིན་སྔ་དྲོ་ནས་བཟུང་སྔ་དྲོ་  
 རྣམས་ལ་འབུམ་ལྟའི་བྲིད་སྒྲོང་ཞིག་ཀྱང་བྱ་འཆར་རེད། ཐོར་ཐུན་སྔ་མོར་སོང་ཆར་  
 བའི་དབང་དུ་བཏང་ནས། རྒྱུང་རོ་བསལ་བ་དང་། རྒྱུང་བྱིན་རྒྱབས་སོགས་མི་  
 དགོས། དག་བྱིན་རྒྱབས་ནས་སྔོན་འགོ་དག་འདོན་ཏུ་ཅང་མི་དལ་མི་བྲེལ་བས་  
 གསུངས་ཏེ། སང་ཉིན་སྔ་དྲོ་ནས་སྐབས་འགོ་བསགས་ཏེ་ཐུན་གྱི་མཐའ་ན་མཇུག་  
 ལུང་། སྔོན་འགོའི་བྲིད་སྒྲོང་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ནི། བསགས་སྒྲོང་གཉིས་ཀྱི་གནད་  
 བསྐྱུས་པའི་ཉམས་ལེན་རང་རེའི་ཆོས་བརྒྱུད་འདི་ལ་འབུམ་ལྟ་ཟེར་བཞིག་གསེག་རྒྱུ་  
 ཡོད་པ་དང་། ཇི་ལྟར་གསེག་པའི་རྩལ་གྱིས་པའི་ཆེད་དང་། འབུམ་ལྟ་གསེག་ན་  
 ཡན་ཡོན་ཅི་ཡོད་བསམ་པའི་བྱ་བ་སྐྱུལ་གྱི་ཆེད་དུ་འབུམ་ལྟ་གསེག་རྒྱུའི་མགོ་འཛིག་པ་  
 རེད། ཐུན་ཆར་མ་ལ་དེ་འདའི་བྲིད་སྒྲོང་བྱེད། སྒྲོམ་རྒྱག་རྒྱུ་དང་འཆི་ཆོས་བསྐྱབ་  
 རྒྱུ་དེ་སྒྲ་མ་སྒྲ་བ་མ་གཏོགས་མི་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད། བླ་པོ་གན་མོ་རྣམས་སྒྲོམ་

རྒྱག་པ་ལ་ངོ་ཚད་གོས་པ་མ་རེད། དེ་བས་ཤི་དུས་ཁ་གདང་མིག་བགྲད་འབྲུལ་ནས་  
ཁ་ལ་བརྒྱ་དེ་ཚོ་ངོ་ཚད་བ་རེད། ངོ་ཚད་པའི་ཕན་ལ་ད་རུང་འཛིགས་སྒྲག་ཡོད་པ་རེད།  
སྒྲག་སྤངས་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་པོད་ཞིག་ཡིན་མ་རེད། ད་ནས་བྲ་སྒྲིག་གིས།  
མི་སྒྲག་རྒྱ་རང་གིས་བྱེད་ཆོག་སེམས་ལ་མི་འཛིགས་པའི་གདེང་རེ་ཡོད་ན་གནམ་ས་  
ཁ་རེབ་ཀྱང་མི་སྒྲག་པ་བྱེད་ཆོག་རེད། ཨེ་བྱེད་མི་བྱེད་ད་ལྟ་རང་ལག་རེད། དེ་  
ལྟར་ཐུགས་ལ་ཞོག། །

## ཉིན་བཞི་པའི་ཆོས་བྲིན།

བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་མཉམ་མེད་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འགོ་བ་ཡོངས་  
གྱི་དཔུང་ག་ཉན་དུ་གྱུར་པ་གང་གིས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་ཏེ་ཞི་བ་མུང་འདས་གྱི་གོ་འཕང་དམ་པར་འགོད་པའི་ཆེད་དུ།  
ཆོས་གྱི་པུང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དམ་ཆོས་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་གྱི་གསུང་གི་བདུད་ཅི་  
བཀའ་བསྐྱེད་བ་རེད། ཆོས་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་བཀའ་རྒྱ་ཆེ། གསུང་  
གངས་མང་། མན་ངག་ཐོར་བུའི་ཚུལ་དུ་གསུངས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེའི་  
ནང་དོན་སྤྲོད་བཅུད་བསྐྱེད་ནས་གོ་སྒྲུབ་ཉན་བདེའི་ཐོག་བཤད་ན། ངའམ་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པའི་འབྲུལ་པ་འདི་ཟད་བྱེད་དང་། གཞན་དོན་ལྟར་ལེན་གྱི་བསམ་སྒྲོར་ལ་  
གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཆ་ལག་དང་བཅས་པ་དེ་གཉིས་སུ་འདུལ། དེའང་བདག་  
འཛིན་ཟད་བྱེད་གྱི་ཆོས་དེ་ལས་གཙོ་བོར་བཟུམས་ཏེ། བརྗོད་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཉན་  
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཐེག་པ་གཉིས། རྗོད་བྱེད་གྱི་དབང་དུ་ན་ཉན་རང་གི་

རིགས་ཅན་ལམ་ལ་བགྱི་བའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲེ་སྒྲོད་གསུངས་ཤིང་། གཞན་དོན་ལྟར་  
ལེན་གྱི་བསམ་སྒྲིང་གོམས་བྱེད་གཙོ་བོར་མངོན་དེ། བརྗོད་བྱ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་  
འབྲས་གྱི་ཐེག་པ་དང་། རྗོད་བྱེད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྤྲུགས་གྱི་གསུང་རབ་རྣམས་  
གསུངས་སོ། །དེས་ན་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་རྒྱུན་གཅིག་ཏུ་བཟུང་ནས་བསྟན་པ་དམ་  
ཆོས་ངོ་མ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ཀ་འགལ་མེད་ལམ་གྱི་ལུས་  
གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེ་ཡིན་ན་རང་རེ་བོད་གངས་ཅན་དུ་སྐྱེས་  
པའི་མི་ལ་མཚོན་ན། མང་ཆེ་བ་ཐེག་ཆེན་མདོ་སྤྲུགས་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་ལ་ཞུགས་ཏེ་ཐར་  
པ་དོན་གཉེར་བྱེད་མཁན་ཡིན་པར་མ་ཚད། རང་རེ་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་སྤྲུགས་གྱི་ཆོས་  
ལ་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན། ཐོག་མར་བསམ་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་གྱི་ཀུན་  
སྒྲིང་། རྣམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ།  
མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་རྗོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་  
ཞིག་སྤྲོད་ནས་མེད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གལ་དུ་མི་འགོ། དེས་ན་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་དང་པོ་དེ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་སྒྲིང་གི་གདམས་པ་ལ་ཐུག་  
ཡོད་པའི་བྱིར་ན། དེ་ཉིད་གལ་ཆེན་གཙོགས་སུ་འཛིན་དགོས། དེས་ན་སངས་  
རྒྱུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་སྒྲིང་གི་གདམས་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཀའ་  
བསྟུལ་པ་དེ་ཉིད། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སེ་སེའི་ལྷགས་ལྟར་དུ་ཐུག་ལེན་དུ་འདེབས་ལྷགས་  
ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་ལ་ཕན་པ་ཡོད་རེད་  
ཟེར་ན། ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་ནད་དང་། ནད་དེ་དག་གིས་བསྐྱེད་  
པའི་སྐྱེ་རྒྱ་ན་ན་འཆི་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བཅོམ་སྟེ་མི་གནས་པའི་མྱང་  
འདས་ཞི་བ་དམ་པའི་བདུད་རྩི་མཚོག་ཏུ་ཐོབ་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན་རང་རེས་ལམ་དེ་ལ་



ཞུགས་ཏེ་དམ་པ་གོང་མའི་ཞབས་རྗེས་བསྐྱེད་ཏེ་དེ་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་དགོས་ན།  
དང་པོ་སྔོན་འགྲོའི་ཆོས་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཐོག་ཏུ་མང་གཞི་བཟུང་པོར་ཞོག་དགོས།  
འདི་འདྲ་བྱས་ནས་འདང་རྒྱག་ན། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ།  
རང་རེ་སེམས་ཅན་ཞེས་པ་སེམས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་། སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་  
གཞན་དབང་དུ་སོང་། ཉོན་མོངས་པས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ལས་གསོག་ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་དེ་དག་གིས་རྒྱུན་བྱས་ནས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སྤྱོད་དགུ་སྤྱོད་།  
འདི་མ་སྤྱོད་བསམ་རྒྱུ་མེད་པ། སྤྱོད་རྒྱ་ཟད་པ་མེད་པར་དེ་འདྲ་ཞིག་སྤྱངས་ནས་  
མཐར་འདི་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་པའི་ཚུལ་དེ་ཤེས་དགོས། དེ་ཤེས་ནས་ད་ནི་འཁོར་བའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་མི་སྤྱོད་བ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་བྱེད་དགོས་ན། རྩ་བ་སེམས་ལ་  
ཐུག་ཡོད་དེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་སེམས་ཅན་སེམས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་ནས།  
སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བའི་གཞི་རྩ། རིག་པ་རྒྱུང་སེམས་ཀྱིས་གཡོས་ནས་རྣམ་རྟོག་གི་  
དབང་དུ་ཤོར་སོང་བ་ཡིན་ན། ད་ནི་དབང་མི་ལག་དང་། ཅོ་རྟོག་ཞན་ལག་ལ་མི་  
འཛིག་པར་རང་དབང་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་དགོས་ན་བཙུག་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་ཆོག་ཉུང་དོན་འདུས་ཐོག་ནས། རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་  
འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པས། རང་  
གི་སེམས་དེ་རང་དབང་རང་ལ་ཡོད་པ། འདི་གཞག་སར་འདུག་པ། གཏང་སར་  
འགྲོ་བ། གཏོང་འགྲོ་བཞག་སྤྱོད་གང་བྱེད་ན་ལས་སུ་རུང་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ། སྔོན་  
འགྲོ་དངོས་གཞི་གང་ཞུ་བའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ནའང་། སེམས་བྱིང་གོད་རྣམ་རྟོག་  
གི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་འཇུག་ལས། མི་ཡི་གྲུ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །སྤྱག་

བསྐྱེད་ཆུ་བོ་ཆེ་ལས་སྒྲོལ། །བྲུ་འདི་ཕྱིས་ནས་རྟེན་དཀའ་བས། །མྱོངས་པ་དུས་  
 ལུ་གཉིད་མ་ལོག། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། ད་དེས་རྟེན་དཀའ་བའི་མི་ལུས་རིན་  
 པོ་ཆེ་རྟེན། ཆང་དཀའ་བའི་དལ་འབྱོར་བཅོ་བརྒྱད་ཆང་ཡོད་ན། འདི་རྟག་བརྟན་  
 སྟིང་པོ་ཅན་ཞིག་མིན་པར་མ་ཟད། ད་སྒྲོན་ལས་ལུགས་བཅའ་སྒྲུངས་ལ་བསམ་སྒྲོ་  
 གཏོང་ན། སྒྲིད་འཇུག་གི་ནང་ནས། བདག་གི་སྒྲིད་པ་འདི་འབྲས་ནི། །མི་ཡི་  
 ལུས་ཀྱང་འཐོབ་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནི་ཆར་ནས་སྒྲེ་བ་ཞིག་མི་སྤང་ག་  
 ན་འགོ། ལས་འབྲས་བསྐྱེད་པ་མེད་པར་ཡིན་པས་སྒྲེ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ལེན་བྱེད་དང་།  
 སྒྲེས་ནས་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཞིག་རེད་མི་འདུག་བསམ་ནས། དེས་འབྱུང་དང་སྒྲེ་  
 ཤས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ། ཆོ་མི་རྟག་པ། འཁོར་བའི་ཉེས་  
 དམིགས། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བཅས་ཀྱིས་སྒྲོ་ལྷོག་རྣམ་པ་བཞི་ཡིས་སྒྲོ་  
 སྒྲུངས་ནས་སྒྲོན་འགོ་རྟེན་གྱི་ཆོས་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་དེས་ཤེས་རྟེན་དེས་པར་བྱས། དེ་  
 ནས་དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་དགོས། ད་འགོ་  
 ནས་ཁྱེས་པ་ལྟར། ཐེག་ཆེན་མདོ་སྤྲལས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོ་ལ་གཅིག་ཁྱེས་པ་དུས་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒྲོ་སྒྲུངས་ནས་ཁྱེས་པ་དགོས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནམ་  
 རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་འགྱུར་འགོ། དེ་དང་བྲལ་ན་ཡོན་ཏན་གཞན་ཅི་ཡོད་  
 ཀྱང་ཕན་ཐོག་མེད་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གྲལ་ནས་ལྟར་སྒྲེ་དེའི་གྲལ་དུ་མ་ཐེབ་རེད། དེས་  
 ན་དང་པོ་ཐེག་ཆེན་དུ་རྒྱུད་པ་དེའང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛོམས། ཐ་  
 མ་དེའི་གྲལ་ནས་བྱད་རྒྱུ་དེའང་སེམས་བསྐྱེད་དེ་དང་བྲལ་བ་ལ་སྤྲལ་པ་རེད། འོན་དེ་  
 ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེའི་ཕན་ཡོན་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟེ་ན། དཔེ་རྣམས་གངས་མང་  
 པོ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་དེའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་ལྟར་དུ་སྤྲོ་ན་

མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཛིང་སྐྱབས་བྱེད་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
བོན་ལྟ་བུ་དང་། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དཀར་པོའི་ཕྱོགས་འཕེལ་བར་བྱེད་པས་  
ཞིང་ས་བབ་པོ་ལྟ་བུ། དོན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པས་ཡིད་བཞིན་  
གྱི་རོར་བུ་ལྟ་བུ། བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་ན་བུམ་པ་  
བབ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་གསུངས་པ་དང་། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་བྱེད། ཐོག་ཆེན་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དེ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་ན། སྒྲོན་བསགས་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་མས་བ་  
མོ་འཛུམས་པ་ལྟར་དག་པ་དང་། སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲིབ་  
པ། དེས་མི་ཚད་པར་མངོན་མཐོ་དང་དེས་ལེགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཟད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་  
འབྱེན་པར་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ན། ད་རེས་ངས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་སུ་  
ལེན་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདི་ནི། སྐལ་བ་བབ་པོ་རེད་བསམ་ནས་དེས་ཤེས་ཤུགས་དྲག་ཅིག་  
ཡོད་པའི་ཐོག་ཏུ། ཐོག་མར་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིབ་དགོས། ཀུན་རྫོབ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིབ་ཚུལ་དེ་ཡང་མདོར་བསྟུན། གཞན་དོན་དོན་གཉིས་དང་།  
བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲིབ་གཉིས་ལ་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། སྦྱིང་རྗེས་གཞན་དོན་ལ་  
དམིགས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་པ་གཉིས་ལ་འདུས་ཡོད་  
པས་སོ། །དེས་ན་དང་པོ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཉིས་དམིགས་དང་། གཞན་གཅེས་  
འཛིན་གྱི་ཕན་ཡོན་ཐོས་པར་བྱེད་དགོས་པས། བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ཆེན་པོ་འཆད་ཀྱི་བས། ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་རང་ལ་བདའ་ཞེས་གསུངས་པས།  
རང་རེ་ལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཅིང་མ་བསམ་ནའང་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་དང་། འདོད་པ་  
བསམ་པ་འདྲ་ཞིག་མི་འབྲུབ་པ་ཆང་མ་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་ཐོག་ལ་ལེ་བདར་བྱས་ནས།

དེས་ང་གཅིག་བྱེད་མ་བྱུང་མ་གཏོགས་ང་མ་འདྲ་བ་ཞིག་རེད་སྟེ། དེ་འཆུག་ཅིང་  
 རོར་ནས་དེས་རེད་མ་ཐལ་མ་གཏོགས་ངས་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་བསམ་སྐྱེ་ཐམས་ཅད་  
 རོར་མོང་བ་རེད། ད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན་མཐོ་སྤྱོད་པའི་ཕྱི་མོ་མན་ཆད་དང་དམའ་  
 དམུལ་ཁམས་ཡན་ཆད་ཀྱི་འགོ་བ་རིགས་དྲུག་དང་རྒྱུད་ལྔ་པའི་སེམས་ཅན་གྱིས་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཞིག་སྒྲིང་འདུག་ཡོད་པ་འདྲི། རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་བ་  
 ཞིག་མ་ཡིན་ལ། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛོལ་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན།  
 ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། ལས་ཉོན་དེ་གཉིས་  
 ལས་ཀྱང་ལས་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་གསོག་པས། ཉོན་མོངས་པ་དེ་གཙོ་ཆེ་  
 ལ། ཉོན་མོངས་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་ལུས་ལ་ལུས་དབང་བཞིན་དུ་ཀུན་ལ་བྱུང་བྱེད་ཀྱི་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་མ་རིག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་ན། སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་བ་བདག་འཛིན་འདི་ཡིན་པས། དེས་ན་རྒྱལ་སྤྱུ་ཞིབ་ལྷུས།  
 འཛིག་རྟེན་དག་ན་འཛོལ་བ་ཅི་ཡོད་པ། །འཛིགས་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྐྱེད་ཡོད་སྐྱུར་  
 པ། །དེ་ཀུན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འདི་ལས་བྱུང་། །འདྲེ་ཆེན་དེས་གོ་བདག་ལ་ཅི་  
 ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། བདག་འཛིན་གྱིས་གཙོས་བྱས་པའི་ཉོན་  
 མོངས་འདི་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ལ་འདང་རེ་རྒྱག་ན། གཞོད་བསྐྱེད་པའི་  
 གཞོད་ཆབ་ཆེ་བ་དང་། གཞོད་བསྐྱེད་པའི་དུས་ཚོད་རིང་བ་ལ་བསམ་ན། གཞོད་  
 བྱེད་ཀྱི་དག་པོ་དེ་ཉིད་དང་འགྲིག་དགོས་ན་འགྲིག་ཐབས་མཐུན་ཐབས་མེད་པ་རེད།  
 དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་རྒྱུ་ཆགས་དག་རུ་སྐྱུར་པ། གཞོད་པའི་ཆོགས་མང་པོ་འཕེལ་བའི་  
 རྒྱ་གཅིག་པོ་དེ་བདག་རང་གི་ནང་ན་གནས་བཅས་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་ན། འཁོར་བའི་  
 གནས་འདིར་འཛིགས་པ་མེད་པ་དང་། བདེ་བ་དང་དགའ་བ་འཕྲོག་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ལོ་བ་

མ་རེད། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་རྒྱུ་ཆགས་དགར་གྱུར་པའི། །གཞོད་པའི་ཚོགས་རབ་  
འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཅིག་ལ། །བདག་གི་སྤིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ན། །འཁོར་  
བར་འཇིགས་མེད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། རང་གཅེས་འཛིན་  
བྱེད་པ་འདི་ལས་གཞོད་པ་མང་པོ་ཞིག་མ་འོང་བསམ་རྒྱུ་ཅི་ཡོད། འདིས་གཞན་ཕན་  
སྐྱབ་པའི་གོ་བཀག་པ་རྒྱུ་བ་ལ་བསམ་ན་ཞེ་ནད་འཁོན་འཛིན་དེ་སོད་འགོ་རྒྱ་མེད་པ་  
རེད། འདིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གཞོད་པ་བྱེད་ལུགས་ལ་ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན།  
གཏི་ལུག་མ་རིག་པས་དྲང་བའི་རང་གཅེས་འཛིན་དང་། གཞན་ཡལ་བར་དོར་བའི་  
དགའ་དེས། ལས་དགོ་སྒྲིག་རྒྱ་འབྲས་བྱེད་དུ་བསད་དེ་ལོག་པར་ལྟ་བའི་མཚོན་ཆ་  
བབྱང་ནས། མཐོ་རིས་ཐར་པའི་སྒོག་གཅོད་པས། སྒྲིག་ཆེན་ཤན་པ་འདི་རེད།  
རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དུག་གི་རྒྱལ་པ་བབྱང་ནས། དགོ་བའི་ལོ་ཏྲག་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཚད་  
འཛོམས་པར་བྱེད་པས། དག་རྒྱུ་མ་གཉིས་ཀ་འདི་རེད་འདུག་གསུངས་པ་རེད།  
ཞེ་སྤིང་གི་གཏིང་ནས་སྒྲིག་ཇས་ཁོན་གསོག་ མི་དགོ་བའི་སྒོ་ནས་མི་དང་མི་མིན་གྱི་  
གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་འགྲུགས་བྱེད་གྱི་ལྟས་ངན་འུག་པའི་ཉ་བགད་བྱེད་པ་འདི་རེད།  
ལས་གྱི་ཞིང་ས་ལ་རྣམ་ཤེས་གྱིས་བོན་ཞིག་བཏབ་ནས། བྱེད་པ་དང་ལེན་པ་གཉིས་  
གྱི་རྒྱས་བརྒྱན་བྲིད་ནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་གྱི་སྐྱ་གྱུ་སྐྱེད་ཐོན་བྱེད་  
མཁན། ཞིང་པ་རྒན་པོའི་རྩ་བ་འདི་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེས་  
ན་ངོ་མར་བཤད་ན་སྒོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་དང་རང་རེ་ཆང་མ་སྤིང་པ་འདི་  
ན་སྤྱི་མེད་པར་དུས་མཉམ་དུ་ཡོང་ཡོད་ན། རང་རེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ད་དུང་  
ཡང་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་སྣ་གཅིག་ཀྱང་མ་འགོས་ནས།  
གཅེར་བུ་ལག་སྟོང་དུ་ལུས་པ་ཡང་འདི་ལས་བྱུང་བ་རེད། ཐོག་མེད་ནས་རང་གཅེས་

འཛིན་འདིའི་དབང་དུ་སོང་སྟེ། ཡུལ་འདི་ན་ནད་ན་ཚ་ཞིག་ཡོད་ན་ང་ལ་འགོས་ཨེ་  
 འོང་། སྒོ་བྱི་བཙན་པོ་ཞིག་གསེག་ནས་ཤོར་འོངས་ན་ང་གཟུང་ཨེ་འོང་། འབྲུག་  
 སྤྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་གྲག་ན་ཐོག་བརྒྱབ་ནས་ང་བསཏ་ཨེ་འགོ་བསམ། ང་ཁོ་ནའི་ཉེན་ཁ་  
 བསམ་པར་མི་ཚད་དེའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་མཚན་མོ་མི་ལམ་ནང་ཚུན་ཆད་ང་ཁོ་ན་ར་  
 བསམ་པས། ང་གཡང་སར་སྤྱང་ཡོད་སྤྱང་ཤར་ནས་འཛིགས་སྒྲག་སྒྲིམ། ང་ལ་  
 མི་འདོད་པ་ཡོང་གིན་ཡོད་པ་མིས་ནས་སྤྱག་བསྐྱུལ་བ་སོགས། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུ་  
 བ་ངར་འཛིན་གྱི་དབང་དེ་ལ་ཐུག་ དེ་ཡིན་པས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གླུང་རི་ཐང་པས།  
 ཁོང་གིས་གསོལ་ཇ་བཀོལ་དུས། ཇ་གོང་ནང་དུ་ཇ་རྩུང་བ་ན། བདག་འཛིན་གྱི་  
 མགོ་ལ་ཇ་ཇ་གསུངས་ནས་བརྩུང་དར་བ་རེད་གསུངས་འདུག གཞན་ཡང་ཁོང་གི་  
 ཞལ་ནས། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་ཐམས་ཅད་གཞན་སེམས་ཅན་ལ་སྦྱིན་དགོས།  
 ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཁོང་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། སྤྱོད་དང་བྱུ་  
 ཁ་ཐམས་ཅད་རང་གིས་ལེན་དགོས། གཞོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་རང་  
 གཅེས་འཛིན་གྱི་ཁོངས་ནས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས། དེས་ན་རང་གིས་རང་ལ་སྒོ་  
 སྤྱོད་ན། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་འགོང་པོ་དེ་མགོ་མར་དམའ་ཐབས་ཐོན་འགོ། དེ་  
 སོང་ན་སེམས་རྒྱུད་ཆོས་དང་འདྲེས་པ་ཞིག་ད་གཟོད་ཡོང་ཐུབ་པ་དང་། ཆོས་ལུ་ན་  
 ཆོས་པ་ཞིག་འོང་རྒྱུའི་རེ་བ་འདྲ་བོ་གཞི་ནས་ཡོད་སོང་བ་རེད། དེ་མིན་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 མིང་བཏགས་པ་སོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། དེ་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་ལ་  
 གོགས་དང་། ཁ་སྦྱོར་དང་ཉེན་མོངས་ཡར་འཕེལ་བྱེད་ལ་ལོག་རྒྱུ་རེད། དེས་ནི་  
 ད་ལྟ་གོང་ན་ཐུབ་པའི་ཆོས་སྒོ་བརྒྱད་ཁྱིམ་སྤོང་པོའི་དོན་གྱི་ཚུ་བ་བསྐྱུས་ན། ངའམ་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འབྲུལ་བ་འདི་སེལ་བྱེད་དང་། གཞན་དོན་ལྟར་ལེན་གྱི་སྤྱོད་པ་

ལ་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཆ་ལག་དང་བཅས་པར་འདུས་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན།  
དེས་བདག་འཛིན་འབྲུལ་བས་བཟོས་པའི་ཉེས་དམིགས་སྒྲིལ་ཆ་རིག་ནས། དེའི་  
དབང་གིས་བྱུང་བའི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཉེས་དམིགས་དང་། སྒྲིལ་ཆ་རིག་ནས་དོར་  
བྱ་ཡིན་པར་བཤད་ནས། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཕན་པ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་བསམ་ནས་  
དེ་ཉམས་སུ་ལེན་རིགས་པའི་སྐོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
ཆེན་པོ་འཆད་ཁ་བས། ཀུན་ལ་བཀའ་ངོན་ཆེ་བར་སྒྲོམ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་ལ།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རང་ལམ་ནས་རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་དུས། བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེ་དེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཡོད་  
དགོས་ཤིང་མེད་ཐབས་མེད་པར་ཡིན་ཏེ། གང་ཕྱིར་བཅུ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཏྲོག་ཕུན་  
ཆོག་ལས་འདིའི། །ས་བོན་དང་ནི་སྤེལ་ལ་ཆུ་འབྲུ་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྤྱོད་གནས་  
ལ་སྤྱིན་པ་ལྟ་བུར་འདོད་གྱུར་པ། །ཞེས་སོགས་འདུག་པའི་ལུང་གིས་ཤེས་པས་  
སོ། །དེས་ན་མེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་མེད་ན་ཐབས་མེད་ཀྱི་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་དེ་སེམས་ཅན་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་ཞིག་རེད། སེམས་ཅན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་གཟིར་བ་ལ་དམིགས་  
ནས་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲིབ་དང་། སེམས་ཅན་བདེ་བ་ལྟོང་བཞིན་པ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་  
བྱམས་པ་སྒྲིབ་དགོས། དེ་མ་ཟད་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་སྤོན་སོང་ཅན་གྱི་སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་དོན་  
གཉེར་གྱི་སེམས་དེའང་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་དགོས་ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་  
གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པས།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་བདེ་མ་ལུས་པ་བསྐྱབས་ཤིང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་མཐའ་  
དག་སེལ་བར་འདོད་ཅིང་། དེ་རུས་པ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཉག་གཅིག་རེད།  
དེ་བསམ་ནས་བྱམས་སྤྱིང་རྩེས་བསྐྱེད་ཏེ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཕྲོག་འདོད་ཀྱི་སེམས་

བསྐྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་བཞི་དང་། ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཀྱང་སེམས་  
ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་རེད། སྐྱེས་པ་ཙམ་མ་ཟད་སྐྱེས་པ་དང་གནས་པ་དང་གོང་དུ་  
འཕེལ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་དགོས། གཞན་ཡང་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་  
འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན།  
མིག་གིས་སེམས་ཅན་ལྟ་ན་ཡང་། །འདི་དག་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ །སངས་  
རྒྱས་ཉིད་དུ་འབྱུང་རེ་ཞེས། །དྲང་ཞིང་བྱམས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ལྟ། །ཞེས་གསུངས་  
ཏེ། དཔེར་ན་ཞིང་ས་ཡག་པོར་ས་བོན་བཟང་པོ་ཞིག་བཏབ་ན། སྟོན་ཀའི་དུས་སུ་  
ལོ་ཏྲོག་གང་མང་མང་དང་། གང་བཟང་བཟང་ལེན་རྒྱ་ཡོང་ལ། དེ་ཡོང་བར་  
རིག་ནས་ཞིང་ས་བཟང་པོ་དེར་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་རིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ། སེམས་ཅན་གྱི་  
ཞིང་སར་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དང་། ས་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། བསྐྱེད་  
པའི་དངོས་པོ་བཞིས་ས་བོན་ལེགས་པར་བཏབ་སྟེ། གཅེས་སྤྲས་བྱས་ནས་སྤྱང་རུས་  
ན། དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་འགྲུབ་པ་ཡིན་པས།  
སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ས་དེ་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རང་གཅེས་  
འཛིན་དག་ལྟ་བུ་དེ་བཅོམ་ལ། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་དེ་བསྟེན་ནས།  
མ་དྲིན་ཆེན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཐོག་མར་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུན་དང་།  
བར་དུ་བྱང་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་ལམ་གྱི་གོགས་དང་། མཐའ་མར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པས། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་  
ཁ་ཞེ་གཉིས་མཚུངས་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ཉམས་ལེན་དང་མ་བུལ་བའི་སྒོ་ནས། དམ་  
པའི་ཆོས་འཆད་ཉན་ལ་ཞུགས་དགོས་སོ། །གང་བཤད་པར་བྱ་བ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་  
སྟོང་ཆེན་སྤིང་ཐིག་གི་ཐུན་མོང་སྟོན་འགོ་སེམས་སྒྲུང་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ཐར་པའི་ཐེམ་



སྒྲིབ་འགོ་སེམས་སྦྱོང་བདུན་གྱི་དོན་ཁྲིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོ་སྦྱོར་བླ་མ་དགེ་ལཱ་པའི་ཞལ་ལུང་།

---

སྐྱེས་འདི་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐྱབས་གྱི།    ཐོག་མར་དག་བ་ལྟ་དྲི་དོན་བསྟན་བཅས་  
ཚོམ་པ་ལ་འདུག་པའི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་སོང་ནས།    བར་དུ་དག་བ་གཞུང་གི་དོན་  
ལ་ཆོས་འཆད་ཉན་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་།    ཐེག་པ་དམ་ཆོས་ཇི་ལྟར་འཆད་ཉན་བྱེད་ཚུལ་  
སྤྱིའི་ཁོག་འབྲུགས་བཅས་པ་བཤད་ནས།    ད་སེམས་སྦྱོང་བདུན་གྱི་དོན་དངོས་འཆད་  
བ་ལ་སེམས་སྦྱོང་དང་པོ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་ལ་བསམ་པའི་སྐོར་བཤད་གྲུབ་ནས།

## ཨ། སེམས་སྒྲུང་གཉིས་པ།

### དང་པོ་ལུང་ལས་ཇེས་སུ་དཔག་ནས་བསམ་པ།

ད་ནི་སེམས་སྒྲུང་གཉིས་པ་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་སྒྲུང་བ་བསམ་པ་  
ནི། **།སེམས་སྒྲུང་གཉིས་པ་ནི། བུ་ཡིག་ཡེ་ཤེས་གསལ་སྒྲོན་ལས། བྱས་པ་**  
**ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་སྒྲུང་བ་བསམ་པ་དང་།** ཞེས་ལུང་ཚིག་ཉུང་དུ་ཞིག་  
གིས་བསྟན་པ་རེད། དེའང་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྒྲུང་གིས་གཙོས་བྱས་པའི་ལས་འདུ་  
བྱེད་པ་ཐམས་ཅད། ད་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁུར་དང་། མ་འོངས་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཅ། སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་པ་གསུམ་ཀྱི་རྒྱུར་སྒྲུང་བ་ཉིད། ཇི་བཞིན་  
དུ་བསམ་ནས་རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་བ་འདི་བྲིད་རྒྱུད་གཉིས་པ་རེད། དང་སྐྱུས་བྲིད་རྒྱུད་འོག་  
མ་དང་མཚམས་སྒྱུར་བྱེད་ཡིན་པ་ནི་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་དུ་འདྲ། **།ཞེས་པའི་ལུང་**  
**དེས་བསྟན་པའི་དོན་འདི་ལའང་ལུང་ལས་ཇེས་སུ་དཔག་པ་དང་།** སྒྲོ་བྲིད་དེ་ཐབས་  
ཀྱིས་སྒྲོམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། **དང་པོ་ལུང་ལ་ཇེས་སུ་དཔག་ནས་བསམ་པ་ནི།**  
**མདོ་སྤྱེལ་སྐུ་པ་ལས། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་ནི། །ལས་རྣམས་ཡིན་**  
**པར་ཐུབ་པས་གསུངས། །ལས་རྣམས་ཀྱང་ནི་སྤྱོད་ཚོགས་ལ། །དེ་ཡིས་འགྲོ་འདི་**  
**སྤྱོད་ཚོགས་བྱས། །སྤྱོད་ཚོགས་རྣམས་པར་འབྱུངས་ཤིང་འཇུག། །ལས་ཀྱི་དྲ་བ་འདི་**  
**ཆེན་།** ཞེས་ཁམས་གསུམ་ཀྱི་ལུས་ཅན་རྣམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་རིས་  
དང་བདེ་སྤྱག་མི་འདྲ་ཐ་དད་པ་ནི། སྒྲོན་བསགས་ལས་དཀར་ནག་གཉིས་ལས་བྱུང་

བ་ཡིན་པར་བདེན་པར་སྒྲིབ་པའི་ཐུབ་པས་གསུངས་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས།  
ལས་ལས་འཛིག་རྟེན་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲིམ། །ལས་ནི་སེམས་པ་དང་དེས་བྱས། །ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་རྣམས་ཀྱང་ནི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཚོགས་པ་ཡིན་ལ།  
ལས་འབྲས་ཀྱི་ཞིབ་པའི་རྣམ་བཞག་ངི་བཞིན་པ་ནི། ཀུན་མཁྱེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་མིན་པར་  
རྟོགས་མི་ཐུབ་པ་ཡིན་ལ། སྒྲ་ཚོགས་པའི་ལས་དེ་ཡིས་འགྲོ་བ་འདི་ཡི་རྣམ་གྲངས་  
དང་བདེ་སྤྱད་སྒྲ་ཚོགས་སུ་བྱས་ཏེ། འགྲོ་བ་འདི་གནས་རིས་མཆོག་དམན་ཐད་དཔ་  
ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་སྤྱད་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཚོགས་པ་སྒྲིང་ཞིང་། ལོང་བ་རྒྱས་མེད་ཐང་  
དགྱིལ་དུ་ལུས་པ་ལྟ་བུ་གཏད་སོ་མེད་པར་གནས་མེད་རྟེན་མེད་དུ་རྣམ་པར་འབྱམས་  
གིང་། སྒྲར་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་ལྷགས་རྒྱུད་དུ་འཁོར་ཞིང་  
འཁོར་བར་འཇུག་པར་བྱེད། དེས་ན་ལས་ཀྱི་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་དྲུབ་འདི་ཆེའོ་ཞེས་འདི་  
འཆིང་བྱེད་ཡིན་པས་དྲུབ་འདི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན། **ཞེས་གསུངས་པས་རང་རེ་**  
**རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་བཟང་ངན་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བར་**  
**གདོན་མི་ཟ་ན།** ཞེས་རང་རེ་འཁོར་བ་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་བྱ་  
བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱུལ། གནས་རིས་དང་ལུས་རྟེན་བཟང་ངན་ལེགས་ཉེས་ཐམས་  
ཅད་ནི་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བར་གདོན་མི་ཟ་བའམ་གོར་མ་ཆག་པ་ཐེ་ཚོམ་  
མི་དགོས་པར་ཡིན་ངེས་ན། **དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་དག་འདུལ་**  
**གཉེན་སྒྲིང་སོ་ནམ་ཆོང་ཁི།** ཁེད་གཤམ་ལོ་འདོད་ཆགས་སྤང་ཁོང་སྒོ། གཞན་ལ་ཤ་  
ཆོ་གོས་འདེབས། **ཆེ་ཐབས་དང་སྒྲན་གྲགས་བསྐྱུལ་བ་ལ་སོགས་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཡིད་**  
**བརྟན་དང་སྒྲོ་སྒྲོས་རུང་བ་མི་འདུག** སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྱིད་འདོད་སྤྱད་  
བསྐྱུལ་མི་འདོད་པ་ཤ་གསུག་རེད། འདོད་རྒྱུད་བདེ་སྤྱིད་དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མི་བདེ་བ་

འབྱུང་བའི་རྒྱ། ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་དག་འདུལ་གཉེན་སྒྲིང་གསུངས་ཏེ། སྐད་ཅིག་གིས་ནི་འཛའ་འགྱུར་ཞིང་། །སྐད་ཅིག་གིས་ནི་དག་རུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་གནས་སྐབས་རྒྱུན་ཅུང་ཞིག་གི་དོན་གྱིས་དག་རུ་འགྱུར། དེ་ལ་ཞེ་སྤང་སྦྱེས། དེ་འདུལ་ཁུལ་བྱེད། རྒྱུན་ལས་ལན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས། ད་ལྟ་གནས་སྐབས་གཉེན་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་ཞེན་ནས་སྒྲིང་། ཞིང་ལ་སོ་ནམ། ཆོང་ཁེ་སྦྱེད། འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁེ་དྲག་ལོ་འདོད། གཉེན་དང་དག་ལ་ཆགས་སྤང་། དུས་རྒྱུན་དུ་རྒྱུད་འཆིག་པར་བྱེད་པའི་ཁོང་ཁྱོད། འཇིག་རྟེན་འདི་སྤང་ལ་འབྲུལ་ནས་རང་ཉིད་ལུན་པའི་སྤྱིང་དུ་འཕྱུན་འགོ་བར་མི་ཤེས་པས་ད་དུང་གཞན་ལ་ལམ་སྟོན་དང་སྒོ་སྤྲོ་བཀོད་པ། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་འཁོར་བར་འབྱམས་བྱེད་ཀྱི་གཙུག་གིས་འདེབས། སུ་གང་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ཡར་མཐོ་ཐབས་ཆེ་ཐབས་དང་། བཟང་དང་འཇིག་གི་ཟེར་ཐབས། སྒྲན་བྲགས་ཆེ་འབྲུབ་རྒྱུང་འབྲུབ་ཀྱིས་བསྐྱུབ་པ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་བྱེ་མའི་ཁང་བུ་ལྟར། ཡིད་རྟོན་དང་སྒོ་སྤྲོས་དང་། རང་གཞན་གཉིས་པན་གྱི་བྱ་བ་ཞིག་དེའི་ཁོངས་ན་མི་འདུག་ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ལོར་ཇེས་ཀྱིས་སྦྱབ་ཆོག་བསམ་ནས། བསགས་དང་བརྒྱག་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་བཟོད་པར་བྱས་ཏེ། **ཡོ་བྱད་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བསགས་ཀྱང་།** ལོར་ནི་ཡུང་ཁོལ་མཐའ་ཡས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ། །གསུངས་པ་ལྟར། **དག་རྒྱུན་གྱི་འདོད་པ་བསྐྱུབ་པ་ཡོད་དེ།** དག་རྒྱུན་མ་ལ་ལག་གཡུག་བྱས་པ་ལྟ་བུ་རེད་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། **ཞིམ་དུ་རེ་བའི་ཟ་འདོད་ཀྱིས་ཟས་སྒྲིམ་ཟོས་ཀྱང་ནད་རོ་བསྐྱངས་ཤིང་**སོག་གཅོད་ཀྱི་གཤེད་མར་ནང་ནས་གྱུར་ཏེ་**འཆི་བའི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པ་དང་།** ལྷོར་གཉེན་གྱི་དྲངས་མ་ཡིན་ཡང་སྤྱི་དྲོར་དག་ཡི་ཅེ་མོར་གྱུར་པ་སོགས། **པན་དུ་རེ་ནས་**

གཉེན་བཤེས་མཛེས་གཙུག་ས་སྤྲུལ་གྲང་། དེའི་སྒྲོང་དུ་མི་སྒྲོང་པར་དུས་ངན་སྒྲེ་  
བའི་སྒྲོའི་འགྱུར་བཀའ་ནི་ནམ་ལྔ་སྒྲོན་ཁའི་སྒྲོ་སྒྲོན་ལྟར་ཡིན་པས་ཡུན་རིང་མི་དགོས་པར།  
ཡང་དགྲ་ཡི་དྲངས་མར་གྱུར་པ་དང་། གཞན་ལ་གཞོན་པ་ལ་སོགས་པ་མ་བྱས་གྲང་།  
དོན་མེད་ལ་ཕར་ཡག་པོ་བྱས་གྲང་ཚུར་ངན་བྱེད་པས་མཛེན་གློག་བརྒྱད་གསུམ་ནས་ངན་  
སྤྱུས་ཞེ་གཙུག་པོའི་ཆོག་བཤད་པ་དང་། སྒྲོན་ནས་བརྗོད་དེ་འཕྲུ་བའི་ཆོག་དང་།  
སྤར་མི་ཞིག་གིས། མི་ལ་མ་དགའ་ན་དེ་ཐུབ་བྱེད་ལ་སྒྲོང་འདེབས་རྒྱ་ལས་ལྷག་མི་  
འདུག་ཅེས་ལབ་པ་ལྟ་བུ། མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་ ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ལ་མེད་ཟེར་བ་  
སོགས་བསྐྱར་འདེབས་དང་། སྒྲོན་མེད་གྲང་ཡོད་པར་བརྗོད་པ་སྒྲོ་འདོགས་པ།  
དངོས་སུ་མ་བརྗོད་གྲང་དོན་གྱིས་རྩུར་ཟས་ཤེས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པ་སོགས་སྤར་ཚུལ་ཐམས་  
ཅད་སྤྱུག་བསྐྲུལ་གྱི་རང་བཞིན་དང་། འཕྲུལ་དང་ཡུན་དུ་སྤྱུག་བསྐྲུལ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་  
ཁོན་ར་འདུག་པས་ན། ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་བསྐྱུབ་དགོས་ན་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་སྒྲོས་ཐོང་བ་  
ཞིག་མ་རེད་ན། ལྟར་སྤར་གི་དགོ་སྒྲོར་གང་བྱས་གྲང་དམ་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་འགྲུབ་  
པའི་གོ་ཆོད་ཡོད་པ་མ་རེད། རྩོམ་ཞིང་འདའ་ཁར། རྣལ་འབྱོར་པས་བྲིད་འདས་  
ཆར་དུས། ཁོ་བོས་སྒྲོམ་རྒྱུག་འདུག་ཨེ་རེད་ལྟས་པས། རྩོམ་སྒྲོམ་བྱེད་  
པའང་ཆོས་རེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ཅི་ཡིན་རྒྱ་མ་རེད་བསམ་ནས། འོ་ན་ཆོས་  
འཆད་པར་བྱེད་ཨེ་རེད་ལྟས་དུས། རྩོམ་སྤར་ལྟར་གསུངས། འོ་ན་ཅི་བྱེད་ལྟས་  
པས། རྩོམ་སྤར་བྲིད་རྣམས་ཀྱིས་འབྲོམ་སྒྲོན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་འདི་སྒྲོས་ཐོང་ཞེས་  
གསུངས་པ་རེད། ཟླ་བ་ཞིག་གིས་རྩ་སྤྲོད་ལ་གླིང་སྒྲོར་བྱེད་བཞིན་པ་ན་འབྲོམ་སྒྲོན་  
དང་མཛེས་ཆོ། འབྲོམ་སྒྲོན་གྱིས། སྒྲོར་བ་བྱེད་པའང་སྒྲོ་བ་དགའ་སྟེ། དེ་  
བས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་ན་མི་དགའ་མཁའེས་གསུངས། ཁོང་གིས་སྒྲོར་བ་བྱེད་པ་ལས་མདོ་

འདོན་པ་དགའ་འམ་སྐྱམ་ནས་མདོ་འདོན་པའི་ཆོ། ཡང་འབྲོམ་གྱིས། མདོ་འདོན་  
པའང་སློབ་དགའ་སྟེ། དེ་བས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་ན་མི་དགའ་མཁུ་གསུངས། ཟླ་  
བས་དེ་བས་སློམ་རྒྱག་ན་དགའ་འདུག་བསམ་ནས། མིག་ཟིམ་ཟིམ་བྱས་ནས་སློམ་  
རྒྱག་ཆོ། འབྲོམ་གྱིས་དེ་བས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་ན་མི་དགའ་མཁུ་གསུངས་པས། ཟླ་  
བས་ཐབས་མ་རྟོག་ནས་དགོ་བཤེས་ཚང་ལ། འོ་ན་ཆོས་ཇི་ལྟར་བྱེད་དེས་ཆོ། དགོ་  
བཤེས་གྱིས། ཆོ་འདི་སློབ་ཐོང་། ཆོ་འདི་སློབ་ཐོང་ཞེས། ཤིན་ཏུ་དོན་དང་ལྡན་  
པ་ལ། །ཆོག་གཅིག་ལན་གཉིས་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལན་གཉིས་སུ་ནན་  
ཏན་གྱིས་བསྐྱར་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་འདི་ལྟེ་གཉིས་དོན་གྱི་དམ་ཆོས་  
ནམ་དག་དེ་སྐྱབ་ལུགས་མ་ཤེས་པས། **ད་སྔ་ཕན་ཚད་དེ་ལྟར་མ་གོ་བའམ་མ་ཤེས་པ་**  
**འདི་མཚང་རེ་ཆེ་བའམ་སྤྱོད་རེ་ཆེ།** ད་ཁ་ནང་དུ་བསྐྱོར་ནས་ལེགས་པར་བསམ་ན།  
འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་མི་འགྱུར། །དེ་དེ་བཞག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར། །ཞེས་པ་  
ལྟར་ཁ་སང་ཕན་ཚད་གྱི་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡིད་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་ཙམ་ལས་ཇེས་སུ་མི་  
**འབྲང་བས་མདང་གི་ཆི་ལམ་དང་འབྲ།** མདང་གི་ཆི་ལམ་ནང་དུ་བྱ་བྱེད་བར་ཆིས་པ་  
དེ་རིང་སྐྱབ་མྱོང་བ་མེད་ལ། མདང་ཆི་ལམ་དུ་ཁོར་བུ་རྟོག་པར་ཆིས་པ་དེ་རིང་བེད་  
སྤྱད་དུ་མེད། **དེ་རིང་གི་སྒྲུང་བ་**དང་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་**དོ་རྒྱུ་གྱི་ཆི་ལམ་དང་**  
**མཚུངས་ཏེ།** སང་ཉིན་མེད་པར་གར་སོང་ཆ་མེད་རེད། **སང་ཕན་ཚད་གྱི་མ་**  
འོངས་པའི་བྱ་བཞག་ལ་བསམ་ན། གནང་གཞེས་ཉིན་དང་། ལྷ་བ་ཇེས་མ།  
ལོ་ཇེས་མ། ཆོ་སྤྱད་སོགས་གྱི་བྱ་བྱེད་ནམས་ཀྱང་སང་རྒྱུ་གྱི་ཆི་ལམ་དང་འབྲ་བ་  
ཞིག་ཡིན་པ་ལས། **རྟག་ལྟར་པ་**དང་ཡིད་རྟོན་ཁེལ་བ་ཞིག་ཇི་ལྟར་བརྟགས་ནའང་མི་  
འདུག་ཀྱང་། མེད་ལ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་འབྲུལ་པའི་རྟགས། །ཞེས་པ་ལྟར་དོན་

མེད་དོན་དུ་འབྱུལ་བའི་མདོན་ཞེན་གྱི་སྒྲུང་བ་ཨ་འཐམས་པས་ན། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་  
གཉིན་ལ་ཆགས། དག་ལ་སྒྲུང་། ལུས་ངག་གི་འཐབ་ཚད་དང་། སྒྲན་མི་  
སྒྲན་བསྟོད་སྒྲན་གཤེ་བསྒྲུར་གྱི་ཆོག་ རྒྱུ་ལོར་ལ་གསོག་འཛིག་ རང་གཞན་གྱི་  
བདེ་སྐྱེ་གྱིས་གཞིས་དང་སྤེ་རིས་ལ་ཁ་འཛིན་གྱི་ལོག་པའི་སྟོང་པས་དུས་འདའ་བ་འདི་  
རང་རེ་སོ་སོའི་སྒྱུ་པོ་རྣམས་ནི་སྒྲོན་གྱི་གོང་བུར་འདུག་ འཛིག་རྟེན་ཆོའདྲིའི་སྒྲུང་བ་  
འདི་ཀུན་གྱིས་པ་མིག་འཕྱུལ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་ལྟར་བསྐྱུ་བྱིད་སྐྱུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་འདུག་  
པར་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་བབྱུང་ནས་ད་སྒྲོན་གྱི་བར་དུ་རྟག་  
བརྟན་ཐེར་ཟུག་རྒྱ་ལྟ་བུ་དེ་འགྲོད་པའི་གཞི་མ་ཞིག་རེད་འདུག་པས་ང་རེ་འགྲོད་ཅེས་  
གསུངས་ལ། དེའང་དཔེར་ན། སྒྲོན་གྱ་བ་ཞིག་ལ་གྲོགས་པོ་དེ་ཤིས་སྐྱུ་མ་མཁའ་  
ཞིག་ཡོད། ཉིན་ཞིག་གྱ་བ་དེ་ཁོམ་སྐབས་ཤིག་ཁེལ་ཏེ། སྐྱུ་མ་མཁའ་གྱི་ཁྱིམ་དུ་  
སོང་ནས། སྐྱུ་མ་མཁའ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་སྐྱུ་མའི་ལྟ་མོ་ཞིག་ཨོ་བསྟན་ཟེར།  
སྐྱུ་མ་མཁའ་ཀྱིས། སྐྱུ་མའི་ལྟ་མོ་སོ་ཅི་མི་བསྟན། དེ་བས་ཁྱོད་རང་གིས་ང་  
འཐུང་ཟེར་ནས་ང་ཐོར་བ་གང་སྐྱགས་ཏེ་གྱ་བའི་མདུན་ཅོག་ཐོག་རྒྱ་བཞག་ནས། ཁོང་  
གཉིས་ཀྱིས་སྐྱད་ཆ་བཤད། དེ་ནས་བར་ཞིག་ན་སྐྱུ་མ་མཁའ་སྒྲོར་སོང་ནས་ཅུང་མ་  
འགོར་བར་ཕྱིར་ཡོང་དུས། གྱ་བ་ལ། དེ་རིང་དོད་ཆོང་གི་སྒྲོ་ཁར་རྟ་ཡག་པོ་ཞིག་  
བཙོང་རྒྱ་བྲིད་འདུག་ཟེར་བས། གྱ་བ་དེ་ཁོ་རང་རྟ་ལ་ཤིན་རྒྱུ་དགའ་བས། རྟ་ག་རེ་  
ཟེར་ནས་སྒྲོར་བུད་དེ་བལྟས་པས། སྐྱུ་མ་མཁའ་ཆོང་གི་སྒྲོ་ཁར་རྟ་སྒྲོ་ནག་གཡུ་  
འབྲུག་འབྱེལ་འདྲ། དོང་ཁར་ཉི་ཁྲའི་རི་མོ་དོད་ཡོད་པ། ཐང་གའི་ནང་གི་རི་མོ་ལ་  
མ་བལྟས་ན་དཔེར་འཛིག་ས་མི་ལོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཁོས་སེམས་དེ་ལ་ཤོར་  
ནས། འདི་འདྲའི་བྱོལ་སོང་མ་འདྲ་བ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་ཡོད་སྲིད་པ་ལ།

འདི་ལག་ན་མ་ལོན་ཐབས་མེད་ཡིན་བསམ་ནས། ཡ་རྟ་བདག་གོང་ཅི་དགོས་ཟེར་བ་  
ན། རྟ་བདག་གིས་དང་པོ་གོང་མི་བཤད། ཁྱོད་ཀྱིས་རྟ་ཅི་འདྲ་གོ་མ་ཚད་ཀྱིས་ཟེར་  
ནས་སྐབ་མདའ་ལག་རྟུ་གཏད་པ་ན། སྐབ་ཅི་བསམ་འདི་བྲན་མེད་པར་མཆོང་ཐེངས་  
གཅིག་གིས་རྟ་གོང་བུད་པ་དང་། རྟ་དེ་ནམ་མཁའི་བྱ་དང་འདྲ་བ། རྒྱག་འཕུར་  
མཆོང་ནས་སོང་བས་མཐོན་པའི་གངས་དང་རྩ་ལ་བྱུར། དམའ་མའི་ལུང་དང་ཐང་  
ལ་བྱུར། ལ་ལུང་པ་དང་ཐང་ཆེན་པོ་བཅི་ཚོད་མེད་པ་ཞིག་བཅད་ནས། བར་  
སྐབས་ཤིག་ལ་ས་མཐའ་གནས་མཐའ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་ས་རྒྱས་མེད། ས་ཡུལ་  
ཟེར་རྒྱ་དེ་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་ད་མིག་གིས་མ་མཐོང་ཐལ་བསམ་པའི་ས་ཞིག་ལ་བྱུར་སོང་  
ནས། བྱུར་བྱུར་རྒྱག་རྒྱག་གི་ཐམས། སྐབ་སྐག་ནི་འདྲ། མགོ་ན། ཞེ་ཁ་  
ལོག་ མགོ་ཡུ་འཁོར། མིག་སྒར་དཀར་ལམ་དམར་ལམ་འཆར་ཏེ་ག་ཤེད་དུ་  
ལྷང་ནས་བརྒྱལ་སོང་འདུག ཅུང་ཟད་ན་བརྒྱལ་སངས་ནས་གཅིག་བཞུས་པས་རྟ་མ་  
དགོས་རྟ་སྐྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་བྱང་ཐང་རྒྱ་མོ་ཞིག་རྟུ་འཕངས་ཡོད་འདུག དེ་ནས་  
ཡར་ལངས་ནས་འགོ་བསམ་ཡང་གར་འགོ་དང་འདིར་འགོ་མེད་པ། ཕྱོགས་ཤར་ལྷོ་  
རུབ་བྱང་ངོས་མི་ཐེན་ས་ལ་ཐོན་འདུག དེ་ནས་ས་འགོ་རྩོ་འགོ་བྱས་ནས་ཉིན་མཚན་  
འགའ་རེར་སོང་སོང་ནས། ཉིན་ཞིག་ལ་རི་ལུང་པ་ཡོད་སའི་ས་ཕྱོགས་མི་རྒྱ་འབྲུལ་  
ཡོད་ས་རེད་བསམ་པ་ཞིག་རྟུ་སྐྱེབས་སོང་། ད་དུང་སྐྱག་རུས་བྱས་ནས་སོང་སོང་བ་  
ན། རྩི་བོ་འགའ་རེ་དང་འཕྲད་ནས་སྐད་ཆ་དྲིས་ཀྱང་ཡུལ་ལུང་ས་ཐག་རིང་བ་སྐད་  
བརྗེ་མ་འཕྲོད། ཁ་བརྗེ་ལག་བརྗེ་བྱས་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱིད། རིམ་བཞིན་  
འདྲིས་པས་སྐད་བརྗེ་འཕྲོད་དེ། སེར་གོས་ཤིག་ཀྱང་ཁྱོད་པས་ཡུལ་དེ་ཡང་ཆོས་དད་  
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ན་ཨ་མཚོད་བྱས་ཏེ་ཆོས་འདོན་འཕྱག་ནས་དུས་ཚོད་ཡུན་རིང་



སོང་། དེ་ཁོས་འདོན་ཡོན་རེ་བསགས་ནས་རྒྱ་ཅུང་བསགས་པ་དང་། དེ་དང་  
མཉམ་དུ་ཆོང་བརྒྱབ་ནས་རྒྱ་ཆེན་ལ་གྱུར་སོང་། ད་དུང་འདོད་རྣམ་ངེ་ཆེར་གྱུར།  
དེ་ནས་རྒྱ་མིན་སེར་མིན་དུ་གྱུར་ནས་ཨ་མཆོད་ཀྱང་འདོན་མ་མོས། དོན་ནང་ཉམས་  
ལ་རྒྱ་ཆབ་སེར་གོ་གཉིས་ཀ་མི་ཆོད་རུང་། ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་རྒྱ་གོ་སེར་གོ་གཉིས་ཀ་  
ཆོད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་ནས། ཕྱི་ལོ་ཡང་ལོ་ཡུན་རིང་མ་འགོར་བར་ཟླ་ལོག་ཏེ།  
ཁོ་རང་ལ་འང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། བྱིས་ཆང་ཡང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་གཉིན་  
བསྐྱེད་པས་པས་འཁོར་བ་ཆེན་པོར་ཆགས་སོང་། སྤྲ་ནག་མཆོ་འདྲ་ཡུག་ བྱི་ནག་  
དོམ་འདྲ་བསྐྱོར། རྟོན་ལུག་གསུམ་གྱིས་སྒྲོར་གང་སྟེ། སྤྲས་མཐར་ཀི་བཏབ་ན་  
མི་གོ་བའི་བྱིས་ཆང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་བྱིས་བདག་གྱུར། རྒྱབ་ན་བོ་ལུ་འཁུར་རྒྱ་དང་།  
འོག་ན་རྟ་བཞོན་རྒྱ་ཡོད་པ། མི་ཕྱེད་ལ་ཁ་ཡ་དང་། རྩ་ཕྱེད་ལ་ལྷམ་མི་ཕུད་པ་  
ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་འཆོབ་བསྐྱེད་བ་ན། ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་ལོས་སྒྲིད་  
བསམ་རྒྱ་འདྲ་འདྲ། དོན་ནང་ཉམས་ལ་བལྟས་ན་དཀའ་ལས་དཀའ་ཆོགས་ཉིན་རེ་  
བཞིན་ངེ་ཆེ། སྤར་ཟླ་རྒྱུང་ཡིན་དུས་ཀྱི་ཁ་འཕང་མགོ་འཕང་དེ་མེད་པར་སོང་། དེ་  
ནས་བཟའ་འཛིངས་ནང་འཁོན་ངེ་ཆེ་ངེ་མང་། ཉི་མ་འདིའི་ཉིན་པར་སྒྲིད་འདི་རིག་སོང་  
བསམ་རྒྱ་འདྲ་ཅང་མེད་པར། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་སྒྲིད་མེད་སྟུག་གིས་མི་ཆོན་ཆོད་  
བསྐྱེད་བསྐྱེད་ནས། བར་སྐབས་ཤིག་ན་བྱིས་པ་སྤྲང་ཡུག་གསུམ་གྱིས་མཐར་བསྐྱོར།  
རྒྱ་མི་རྟག་ཅུ་མགོ་འདྲི་ཟིལ་བ་ཡིན་ནི་རེད། རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྒྲིད་དེ་མར་ངེ་ཉམས།  
དབང་ཐང་རྒྱུང་རྟ་དེ་ངེ་རྒྱད། ལོ་ན་ཆོད་ཀྱང་ངེ་ཆེ་ལ་ཐོན་ནས། བར་གཅིག་ཁ་མ་  
སོས། ནམ་མ་ལངས། ཏ་དོམ་བུ་ལོན་བྲངས་ནས་ཁ་ཨོ་སོས་བལྟ་དགོས་པའི་  
ས་མཆོམས་ཤིག་ལ་ཐོན། དེ་དུས་སྤར་འཁོར་བ་ཐོག་མར་བཟུང་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་

དཔྱེད་དབང་ཐང་ཡང་མེད་པས། སྐད་པོ་མདོག་སྤྱག་འདྲ་འདྲ་རེད། སྐད་མོ་ཁ་  
 བཅོན་ཆེན་འདྲ་འདྲ། སྤྱང་སྤྱག་ཆོ་ཡང་མགོ་རྒྱས་བུད་སོང་ནས། བྱི་དེད་པ་ལམ་  
 ཏུ་འགོ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར། བྱི་མ་གོ་ཁ་གསུམ་ནས་ཐལ་བ་འཕྱུར། སྐད་མོ་  
 ཁ་བཅོན་ཆེན་། སྐད་པོ་འི་གནས་རྩིས་ཅི་སྤྱག་འདི་སྤྱག་མེད་པ། སྤྱང་དག་པོས་  
 བལྟས་ན་ཡང་བ། གཉིན་ཉི་ཤེས་བལྟས་ན་ཡིད་ལྷན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལྟའི་  
 ལྟོགས་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཆོད་དོ་ཆོད་བྱས་ནས། བར་གཅིག་ཅི་བྱེད་ལ་དང་འདི་བྱེད་ཀྱི་  
 ཐུར་མེད་པས། སྐད་པོས་རི་དྲགས་འདྲ་ཨེ་སོད་བལྟས། རྩོན་གཡོག་བྱས་ནས་  
 རྩོན་བདའ་རུ་སོང་བ་ན། དང་པོ་རི་གཉིས་རེ་སོད་ཀྱང་། རྩེས་མར་ལོ་ན་མཐོ་ནི་  
 རེད་རྐང་པས་མ་བཟོད་པར་རྩོན་རྩེས་མ་ཆོད་ནས་རྩོན་ཡང་མ་སོད་ནས། འཕྱི་བ་  
 བདའ་ཁ་བྱས་ཀྱང་། འཕྱི་བ་ཁོ་རང་གིས་འདི་འདྲ་ཟེར་བ་རེད་ཟེར་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད།  
 མི་དྲག་ཤོས་ཀྱིས་ཁོ་མི་གསོད། མི་སྤྱག་པོས་ཁོ་མི་སོད་ཟེར་ནི་རེད་ཅན་པོ། འཕྱི་  
 མགོར་བརྟུང་རྒྱུ་འདྲ་ལས་བོ་སྤྱོད་མི་ཞིག་གིས་མ་ཡིན་པས། ད་ནི་སྐད་པོ་བྱིས་བཟའ་  
 ཆང་ནང་གི་སྤར་གྱི་གོ་ས་ཤོམ་ར་ག་ན་ཡོད། དེ་མེད་ནས་མ་ཆོད་བཟའ་ཆེ་རྒྱུ་  
 གཉིས་ཀའི་མི་གཡོག་ལ་ལྷུང་བས། ཁ་དན་ཆོག་གྱིང་རག་པ། སྤྱོད་བྱིས་རྒྱ་  
 བོད་ཡན་ཞིག་ལ་ལྷུང་སོང་བ་རེད། ཡང་ཉིན་ཞིག་ཐང་ཀའི་རི་མགོར་གཅིག་ཨེ་སོད་  
 བལྟར་སོང་བ་ན། དེ་ཉིན་རྟགས་ཤིག་ལོས་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ལུ་མ་ཞིག་སོད་པས་  
 དགའ་དྲགས་ནས། བྱི་བྱོར་རྒྱོ་རོ་རྒྱབ་ན་ཁུར། བོ་ལུ་ཡོག་གིས་ལག་རྟེན་བྱས་  
 ནས་ཕུས་ཆོགས་ལྟེན་ཞོར་ཡུལ་ལ་གཏད་དེ་བབ་ཡོང་ནས་བྱིས་ཆང་རིག་ས་ཞིག་ཏུ་  
 སྤྱོད་པས་པ་ན། བྱིས་པ་རྒྱུང་བ་དེ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དེས་རིག་སྟེ། དེ་རིང་ཨ་པས་ཆེན་  
 པོ་ཞིག་འབྱེར་འདུག་བསམ་ནས། ཨ་པ་ཟེར་ནས་འབོད་ཞོར་ཨ་པ་བསུ་བར་རྒྱག་

འོང་བ་དང་། ཉིན་སྲིབ་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་ལུང་གཞུང་ན་ཆུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེའི་  
ཟམ་ཐོག་ན་བྱིས་པ་དེག་འཆའ་སྟེ་ཆུ་ནང་ལུང་ནས་ཤི་སོང་། དེའི་སྐབས་སུ་བྱིས་པ་  
ཆེ་བ་བྱིས་མོ་གཉིས་རྒྱག་ཡོང་སྟེ་ལག་སྟེལ་བྱས་ནས་ཆུ་ནང་མཆོང་ནས་བྱིས་པ་རྒྱང་བ་  
ཨོ་ལོན་བལྟ་བུལ་བྱས་པས་གསུམ་ཀ་རྒྱས་བྱེར་སོང་བ་དང་། མ་རྒྱན་གྱིས་དེ་རིག་  
པ་དང་ཕོས་ཆེ་རྒྱ་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་བཏབ་ནས་བསམ་སློེ་ཞིག་ཀྱང་མ་གཏོང་བར་ཆུ་  
ནང་ལྷེབ་སོང་བ་ན། རྒྱ་པོ་འགྲོ་ས་རི་ན་མེད། འདུག་ས་ཡུལ་ན་མེད་པར།  
རྒྱག་ཆེན་མེད་པ་ཤི་ཤི་མ་དོ། རྒྱག་སློེ་རྒྱག་ས་འདོན་ནས་བསྐྱོད་ཡོད་པ་ན། རྒྱ་དོ་  
ཤེས་པ་ཅན་ཞིག་གིས་བྱུང་དེ་ནས་དགོས་མེད་གི་ད་ཡར་ལོངས་ཟེར་བ་ཞིག་རྣ་ལམ་དུ་གོ་  
ནས་གཅིག་བལྟ་དུས། སྤར་གྱི་སྒྱུ་མ་མཁའ་ཆང་གི་སྒྲོ་ཁན་དབྱུག་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་  
རུད་ཀྱིན་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་། བན་རྒྱན་སེམས་ཐོག་རྒྱུར་ཐོན་ནས་དོ་ཆོ་བ་དང་  
སེམས་རྒྱག་ནི་མཉམ་དུ། ཅི་རྒྱག་འདི་རྒྱག་མེད་པར་ཡར་ལངས་ནས་བྱིས་ནང་དུ་  
སོང་དུས། ད་དུང་ཅོག་ཅིའི་སྟངས་གི་ཇ་ཐོར་བ་གང་གི་རྒྱངས་པ་ཡང་ཡལ་མེད་པ་རེད།  
འཁོར་བའི་འབྲུལ་སྤང་ཟེར་བ་དེ་དང་འབྲ་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤང་བ་  
འདི་ཀུན་བསྐྱུ་བྱིན་སྐྱུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་འདུག་པ་ལ་རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱས་ཏུ་བལྟ་བ་ ང་རེ་  
འགྲོད་ཅེས་གསུངས་སོ། **།ད་ནི་སང་པན་ཆད་ཀྱི་བསམ་མཁོ་གང་ཡང་མི་གཏོང་བར་**  
**བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་སྒྲོན་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ་སྐམ་དུ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བསམ་མོ།** །འཁོར་  
བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལ་མ་རྒྱག་གི་བར་དུ་བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན། ང་རང་གི་  
དོན་དུ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བའི་ལས་མང་པོ་ཞིག་  
བསམགས་པས་འཁོར་བའི་གནས་སུ་ངན་སོང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱག་བསྐྱུལ་འདི་དག་བྱུང་  
བ་རེད། དེས་ན་སྒྲོད་འཇུག་ལས། ཡིད་བྲོད་རང་དོན་བྱེད་འདོད་

པས། །བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། །ངལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་  
བུས། །ཁྱོད་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས། ད་དེ་  
འདྲར་བྱས་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་བདག་འཛིན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས། གཞོད་བྱེད་  
ཀྱི་དགྲ་པོ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ནང་དུ་འཕེན་མཁན་སུ་རེད་ཟེར་ན། བདག་འཛིན་འདི་ཡིན།  
དེས་ན་བདག་འཛིན་འདི་ལ་དགྲར་བཟུང་ནས་འདིའི་སྐྱོན་ཡོད་ཚད་ལྡང་ལ་ཡུང་དགོས།  
འདིས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་དེ། འདིས་  
མཐོལ་ཕྱག་དོག དམའ་ལ་བརྟམ་བཅོས། མཉམ་ལ་འགྲན་སེམས། འཁོར་  
བའི་ནང་ནས་ཐར་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་པ་དང་། མི་དང་མི་མིན་གྱི་གཞོད་པ་ཐམས་  
ཅད་འདིའི་ཁྱད་སྤངས་ནས་བྱུང་བ་རེད། མདོར་ན་མི་འདོད་པ་ཡོད་ཚད་འདིས་ལན་པ་  
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། འདི་འདུལ་བར་ཅི་ཐུབ་གང་ཐུབ་ལ་འབད་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་ཤར་བོ་བས། ད་རེས་ཆོ་ཐུང་འདི་  
ལ་འགོང་པོ་འདི་ཅི་ཐུབ་ཅིག་བྱ་དགོས། ཞེས་དང་། དགོ་བཤེས་འབེན་གྱིས་ཀྱང་།  
ད་རེས་སེམས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་མཁར་སློན་གཉེན་པོའི་མདུང་ཞིག་བཟུང་ནས་འདུག་པ་  
ལས་གཞན་ཅི། ཁོ་སྤྱིམ་ན་ང་ཡང་སྤྱིམ། ཁོ་ལྟོད་ན་ང་ཡང་ལྟོད་ཅེས་གསུངས་  
སོ། །དེས་ན་བདག་འཛིན་དགྲ་རུ་བཟུང་ནས་གཞན་གཅེས་འཛིན་ལ་གློ་སྤྱོད་དགོས།  
དེས་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱུར་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ལུང་ལས་དཔག་ནས་བསམ་  
པ་སོང་ངོ། །

## གཉིས་པ་སྒྲོ་བྱིད་དེ་ཐབས་ཀྱིས་སྒྲོམ་པ།

གཉིས་པ་མན་ངག་གི་ལུགས་ལ་སྒྲོ་མ་བྱངས་གྲོལ་བ་དེ་ཉིད་བྱིད་དེ་ཐབས་ཀྱིས་རང་  
རྒྱུད་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཐུན་ནང་སྒྲོམ་པ་ནི། ཡང་རང་ཉིད་ས་ཆ་གང་ནས་ཕྱིན་ཆ་མེད་རྒྱུས་  
མེད་པའི་ལུང་བ་ཐག་རིང་པོ་གང་ཡིན་དོ་མི་འཆོལ་བ་སྟེ་དོ་མི་ཤེས་པའི་ས་ཆ་རྒྱུས་མེད་  
ཞིག་ཏུ་སྒྲེབས་པར་སྒྲོམ། མདུན་གང་ལ་གཏད་ནས་གར་འགྲོའི་གཏད་སོ་མེད་པ།  
རྒྱབ་གང་ལ་གཏད་ནས་གང་ནས་འོང་ཆ་མི་འཆོལ་བར་ཐོམ་ཐོམ་དུ་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་  
པར་ཡོད་ཅན། སྒྲོ་བྱར་དུ་གར་ཡོང་འདི་ཡོང་མི་ཤེས་ཤིང་དོ་མི་ཤེས་པའི་ཕོ་སྒྲིམ་  
གཞོན་ཏུ་བརྒྱུད་ཐོན་བྱུང་ནས། དེ་དག་ན་ལེ། བདག་ཙག་ནི་ཀུན་གཞི་མུན་པའི་  
གླིང་བྱ་བའི་ས་ཆ་ནས་འོངས། འདི་ནས་ཕར་ལ་ལོ་རྒྱུ་མང་པོ་བརྒྱལ་བའི་ས་ཆ་ན།  
ཡུལ་རིན་པོ་ཆེའི་གླིང་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད། གླིང་དེ་ན་ནོར་བུའི་རིགས་བྱེད་སྒྲ་ཆོགས་  
བསམ་ཀྱིས་མི་ཁྲབ་པ་མཆིས་ལ། དེ་དག་ལེན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ལམ་དུ་དཀར་ཆོགས་  
ལ་མི་འཛོམས་པར་ངལ་བ་ཁྱད་དུ་བསམད་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། ཁྱོད་ཙག་ཀྱང་དེ་  
ལྟར་འགྲོ་བར་མི་བཀྱིའམ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་གོ་བས་སྒྲོ་འགྱུར་ཏེ། ཕོ་སྒྲིམ་བརྒྱུད་པོ་དེ་  
དག་དང་བསྐྱོངས་ནས་བསྐྱོད་དེ་སོང་བ་ན། སྐབས་རེས་འགའ་ནི་གང་ངར་ཤུགས་  
དྲག་ལྡན་པའི་རྒྱིང་ར་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་འགམས། ཡང་རེས་འགའ་ནི་སྟག་གཟིག་དོམ་  
དྲིད་ལ་སོགས་པ་གཅན་གཟན་གཏུག་པ་ཅན་གྱིས་ད་ཟ་འགྲོ་སྒྲམ་པའི་འཕྲང་ལ་བཤར།  
ཡང་རེས་འགའ་ནི་རྩ་བོ་ཆེན་པོའི་དབང་ལ་བཤམས། དཀར་ཆོགས་འཁྲུགས་  
གསུམ་པོ་བསྐྱུན་ནས་རྒྱ་སྟོང་སྟོང་པར་དཀྱིས། མཆིལ་མས་སྒྲོམ་སེལ། རྒྱུ་མས་  
སྒྲེ་རགས་བྱས། མི་ཆེ་རིང་པོ་ལ་དུས་ཀྱི་ཚད་བཙུགས་ནས། ཉིན་གཅིག་འདུག་

པའི་ཆོ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་རུང་། ལོ་བརྒྱ་འདུག་རྒྱུའི་ལས་ཀ་ཡུན་རིང་གི་འདང་  
བརྒྱབ་སྟེ་ཉིན་མཚན་བར་མེད་དུ། བདས་བ་མོས་ལྷམ་བྱས། ལུབ་སྐར་རྒྱན་གྱིས་  
ཞུབས་ནས། ལོ་དང་རྒྱ་བ་མཐུད་དེ་སོང་སོང་བས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་གིན་ཏུ་ཐང་  
ཆད་པའི་ངང་ལ་ཕྱིན་ཕྱིན་པ་ལས། ཅི་ཞིག་ན་མི་ཆོ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ཟད། སྤྱད་  
ཁ་སྤྱོད་ཡང་དཀར་པོར་སོང་སྟེ་ཆོ་སྟོད་གཞོན་སོ་དཀར་གྱི་དུས་ནས་བཟུང་ཆོ་སྤྱད་གོན་སྤྱོད་  
དཀར་གྱི་བར་དུ་སོང་སོང་བའི་སྐབས་ཤིག་ན། དང་པོ་བསམ་པའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་  
འདོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་སྟེ་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱིང་ནས་ནོར་བུའི་བྱེ་བྲག་བསམ་གྱིས་མི་  
ཁྲབ་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་ཐོབ་ནས། ད་ནི་ལོན་རྒྱུའི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་  
ལོན་སོང་བསམ་ནས་དགའ་སྤྱོད་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་བཅས་ཏེ་རང་གི་ཡུལ་དུ་ཕྱིར་  
ལྷོག་ནས་ཡོང་ཅོང་། ཞག་གསུམ་གྱིས་རང་གི་པ་ཡུལ་སྤེབས་རྒྱུའི་སའི་ཆ་མིང་ལ་  
འདུབ་རྣམ་བཞིའི་ཐང་ཞེས་བྱ་བ་དེར་ཞག་རྩྭ་གསུམ་ནས་འདུག་པའི་ཆོན་། སྤྱོད་བྱར་  
དུ་ཇག་པ་གིན་ཏུ་མི་བསྐྱུན་མ་རུངས་པ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྐྱུན་བདུན་དང་ཐང་དེ།  
མི་ཆོ་ཆད་ལ་བརྩམས། སྤོག་ལ་བཅོས་ཏེ་ཡུན་རིང་པོས་དཀར་བས་བཅའ་བའི་ནོར་  
བུ་རྣམས་སྤོགས། ཐ་ན་ལུས་ལ་གྱོན་ཞིང་འཇག་པའི་ལྷག་སྤྱོད་ཀྱི་གོས་ཀྱང་ནི་  
བཟུས། ཀྱང་ལག་སོགས་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལྷགས་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་དམ་པོས་  
བཅིངས་ཏེ་དབང་མེད་དུ་བྱས། མདའ་མདུང་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པ་མཚོན་ཆའི་རིགས་  
གིན་ཏུ་ནོན་པོ་ཐོགས་ནས་ཆོག་རྩལ་བརྒྱུད་པོ་མི་སྟན་པའི་ངག་གིས། ལས་ངན་སྤྱོད་  
ལ་སྤྱོད་མ་ཟེར་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་ཞིག་ཡོད་ན་འབོད་རན་པས་གསོལ་བ་ཐོབ། ཡི་  
དམ་ཞེས་པ་དངོས་གྲུབ་ཅན་ཞིག་ཡོད་ན་ད་ལྟགས་ཇི་བསྐྱུལ། མཁའ་འགྲོ་དང་ཆོས་  
སྤྱོད་ཟེར་བའི་འཕྲིན་ལས་ལྷུང་མགྱོགས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ད་ར་མདའ་སྤྱོད་།

རྒྱལ་རྟེན་དང་དཔུང་གཉེན་ཡོད་ན་དེ་འོང་རན། རྒྱལ་པོ་དང་རེ་ས་མགོན་དཔུང་གཉེན་  
དེ་དག་གང་ཡང་མེད་ན་འཆི་བ་ཟེར་བའི་སྒྲུབ་ཆེ་དེ་སྒྲོམ། དེ་རང་ཐོག་ལ་བབ་པ་  
རེད། ཆོ་འདི་ཕྱི་ཟེར་བའི་ས་མཆོམས་གི་གསོན་བྱེ་མའི་ལ་ཁར་ད་སྤྱེབས་པ་ཡིན་ནོ།  
ད་དེའི་ཕན་ལ་འགྲོ་ས་འདུག་ས་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བའི་སྒྲུ་མི་སྟན་པ་  
དེ་ཐོས་པས་སྤྱིང་ཅེ་ལུ་མམ་ཆོ་ཤར་གྱིས་སོང་། ཡུལ་མ་ཞེས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མགོ་  
ཐོག་ལ་བབ་ནས་ལུགས་བྲག་གི་རྩུང་ན་རྒྱུང་བའི་ཆོག་སྒྲུས་ནས། བདག་གིས་མི་ཆོ་  
ཁོན་ཆོད་བཅུགས་ནས་ཁྲག་དང་རྩལ་རྒྱུའི་ཐོག་པ་བསགས་ཏེ་དགའ་བ་དེ་ཅོམ་ཞིག་བྱས་  
པ། ཡུལ་གྲེལ་གསོག་པ་མཛོ་ཕོའི་ཁམ་གང་། རྒྱུ་ལོར་ཡོད་ཆོད་ཐོག་ནས་དོན་མེད་  
དུ་སོང་བས་མ་ཆོག་དེ་ནི་རིན་ཆེན་སྒོག་དང་བྲལ་བ་ལ་ཐུག། བདག་མེད་ཀྱི་ལུང་པ་  
ས་སྟོང་རྒྱས་མེད་འདི་ལྟ་བུར་གཤེད་མ་གདུག་རྩུབ་ཅན་འདི་ལྟ་བུ་དང་འཕྲད་དུས།  
རི་སོང་སྒྲག་གིས་འབྱེར་དུས། འཕོད་ས་ཡུལ་སྒྲོན་གནམ་ཟེར་བ་ལྟར། རྒྱལ་པོ་དང་  
མགོན་དང་དཔུང་གཉེན་རེ་ས་ནི་མེད། ཅི་བྱེད་དང་འདི་བྱེད་མེད་སར་ཐུག། སྤར་  
དགའ་བ་སྤྱད་པའི་ལས་བྱས་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཕན་པ་ཡོད་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་།  
ཆོ་ཆོད་ཡུན་རིང་དུ་འཛོག་འདུག་རྒྱུའི་ཆོ་བདེ་ལོང་མེད་པར་འཆི་བ་གི་ཐོག་དམར་པོ་མགོ་  
ལ་ལུང་བ་ལྟར། སྒོ་བུར་བཅོན་ཐབས་སྤུང་འི་མགོ་ལ་སྤྱེབས་ནས་གངལ། ཡུལ་  
མ་ཞེས་སྐྱེ་གཡའ་བའི་ཆོག་དང་། བྱེད་ཤ་ཐོན་པའི་མིག་བབྲད་ནས། །སྤྱོགས་  
བཞིར་རྒྱལ་པོ་དག་འཆོལ་བར་བྱེད། །སྤྱོགས་བཞིར་རྒྱལ་པོ་མེད་མཐོང་ནས་  
ནི། །དེ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཡི་མུག་ཟུར། །ཞེས་པ་ལྟར། འཛིགས་པ་ལ་ཞེས་ཉམ་  
ཐག་གི་ང་རོ་དང་། ཀྱི་རྩུད་ཀྱི་རྩུད་ཅེས་སྤྱོད་སྤྱུགས་དང་འོ་དོད་བྲག་པོ་འཕོད་ཀྱིན་ཡོད་  
པའི་ཆོ། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་འཇའ་འོད་གུར་ཁང་ན་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་ཉིད། ལམ་

སྤང་འཇིགས་པའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་པའི་ཚོ། །བསང་འབྱེར་ཇག་པ་ཚུམ་པོས་ཉེན་པ་  
ན། །ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞོ་རྒྱན་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡི་  
དགོངས་པ་ལྟན། །ཚོར་མི་རྟོག་རྣམས་སེམས་བརྒྱག་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར།  
བསང་པ་དང་། དབྱེ་བ་དང་། བསྐྱད་པ་དང་། རྩོམ་པ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ལྟན་གྱི་  
རྣམ་པར་བྱོན་ནས་འོད་ཟེར་སྤྱོད་བསྐྱུས་པས་མི་རྟོག་ཇག་པའི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱང་པོར་  
པོར་ཕྱིར་བསྐྱད་པར་མཛད་རྩེས། གྱེ་ཞེས་པའི་སྟན་པའི་གསུང་དབྱངས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་  
ནས། ལས་ངན་གྱི་སེམས་ཅན་ཁྱོད་ཀྱིས་དག་འདུལ་གཉེན་སྤྱོད་། ཚོང་སོ་ཞོ་མ།  
མོར་གསོག་འཇོག་སོགས་འཁོར་བའི་བྱ་བ་བཅོན་དུག་ཁོང་དུ་སོང་ན་སོག་གཅོད་པ་ལྟ་བུ་  
ཐར་པའི་སོག་འཕྲོག་བྱེད་ལ་རོ་བརྒྱ་དང་ལྟན་པའི་བདུད་རྩི་ལྟ་བུར་བརྩིས་ནས་ཆགས་  
པས་ལན། སྤར་རོ་མ་ཤེས་པའི་ཁྱོད་མགོ་གཡོག་ནས་བྲིད་མཁན་གྱི་ཐོ་སྤྱོས་བརྒྱད་  
པོ་ནི། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་རྒྱུང་སེམས་ཀྱི་བཞེན་པ་རྟ་ལོང་བ་དང་འབྲ་བ་དེས་  
རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱུས་ཏེ་དེའི་གདང་ཕྱིར་འཆར་ཞིང་འཕྲོ་བའི་འབྲུལ་བའི་སྤང་བ་  
བསྐྱེད་པ་ཡིན། རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་གི་ནོར་བུར་ལོན་པ་ནི་མི་བརྟན་ཚོ་འདིའི་ཟག་བཅས་  
ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་རྩི་ལས་ལྟ་བུ་དོན་ལ་མེད་པའི་འབྲུལ་སྤང་བརྟག་མི་སྤུབ་པ་ཡིན། རྒྱ་  
སྤོང་སྤོང་པར་དཀྱིས་ནས་དཀའ་བ་སྤྱོ་ཚོགས་སྤྱད་པ་ནི། རོ་ཐང་ལ་ཡོད་པ་ཐང་ལ་  
སྤངས་པ་བཞིན། རང་སྤྱུག་རང་ལ་གཏད་དེ་སྤྱུག་བསྐྱུལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤོང་དུ་དང་དུ་  
སྤངས་པས་བསྐྱུ་བའི་གཞི་རོ་མ་དེ་བསྐྱུབ་པ་ཡིན། སྤྱད་པ་ཁ་སྤྱོ་ནག་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལོ་  
ཟླའི་འཕྲང་བ་བར་མེད་དུ་བསྐྱངས་ནས་དཀར་པོར་མདོག་འབྱུར་སྟེ་གཞོན་སོ་དཀར་ཅན་  
དེ་རྟན་མགོ་དཀར་ཅན་གྱི་བཅོལ་རྟན་དུ་འབྱུར་བ་ནི། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྤྱུག་  
བསྐྱུལ་གྱི་ལས་ལ་གཡོང་ཞིང་སྤྱུག་བསྐྱུལ་བདེ་བར་འཛིན་པ་ལ་འབྲུལ་བཞིན་པའི་རང་



དུ་མི་ཆོ་ཡེང་མ་ལམ་ལ་དོན་མེད་དུ་འཛད་པ་ཡིན། རྒྱུང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུ་བའི་  
ནད་གྱི་འདུ་བ་རྣམ་བཞིའི་ཐང་དུ་ཇག་པ་མ་རུངས་པས་སྒོག་ལ་རྒྱོལ་བ་ནི། བཞི་བརྒྱ་  
ཅུ་བཞིའི་ནད་གྱིས་གཙོས་ཏེ་མནར་བས་འཆི་བདག་ངོམ་གནག་ག་གིན་ཟླེའི་སྐྱེས་བུ་སྒོ་  
བུར་དུ་ཐོན་ནས་དབང་མེད་དུ་སྒོག་འཕྲོག་ཅིང་གཏོར་བ་ཡིན། འདོད་པའི་དབང་དུ་  
སོང་ནས་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྒྲིབ་བ་ལུང་ལས་བྱུང་བ་ལ་བསམ་ན། སྒྲིབ་སངས་རྒྱས་  
བཙུག་ལྷན་འདས་སྐྱབས་ལུགས་པའི་ཆོ། དག་སྒྲིབ་མ་ཡུལ་ལའི་མདོག་ཅེས་པ་དག་  
བཙུག་མ་ཞིག་ཡིད། ཁོང་གིས་དག་སྒྲིབ་མ་གསར་བུ་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ལས་མ་  
གྲོལ་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་གསུངས་པའི་ཆོ། ཁོང་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་དག་བཙུག་མ་ཐོབ་པའི་  
སྒྲིབ་གྱི་བྱུང་བ་ཆོ་འདིའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་བཟྃད་པ་རེད། དེའང་ཁོང་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་  
རིགས་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་བྱིས་དུ་སྐྱེས། བར་སོན་པ་ན། ཀུན་ཏུ་རྒྱ་རིགས་མཐོན་  
པོ་རྒྱ་ཞེས་ལོངས་སྒྲིབ་ཡོད་མཁན། རིག་བྱེད་ལ་མཁས་པ་ཞིག་ལ་བག་མར་བྱིན་  
པས། བུ་གཅིག་སྐྱེས་ཤིང་ཡང་ལུས་ལ་བུ་གཅིག་འཁོར་ནས་བྱིས་ཐབས་དང་ལྷན་དུ་  
བུ་བཙུག་བྱིར་པ་མའི་བྱིས་དུ་ལོག་སྐབས། ས་མའི་བྱིས་ཡོད་ས་ཐག་རིང་པོ་ཡིན་  
པས་དེའི་དགོང་མོ་ལམ་བྱེད་ཙམ་དུ་བྱིན་ནས་ས་སྒྲིབ་ཞིག་ཏུ་ཞག་སར་བྱས། ཁོང་  
ཤིང་སྒྲིབ་ཞིག་གི་ཅུར་ཉལ་ནས་ནམ་བྱེད་ཙམ་ལ་བུ་བཙུག་པ་ན། ཁྱོལ་ལ་བོས་ཀྱང་  
ལན་མ་སྟེར། བྱི་ཉིན་ནམ་ལངས་དུས་བལྟས་པ་ན། ཁྱོལ་དུག་སྐྱེལ་གྱིས་བཟུང་  
སྟེ་དུག་གིས་ཐིན་ནས་གི་ཆར་འདུག དེའི་སྐབས་ན་མྱུང་ན་གྱིས་དཀ་མེད་དུ་བརྒྱལ་  
སོང་། རེ་ཞིག་བུ་ཆེ་བ་དེས་པའི་རོལ་འཐམས་ཏེ་དུས་པས་རྒྱེན་བྱས་ནས་སད་བྱུང་བ་  
དང་། གཞན་ཅི་བྱེད་མེད་པར་ས་མའི་བྱིས་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཏད་དེ། བུ་ཆེ་བ་རྒྱབ་  
ལ་འཁྱུར། རྒྱུང་བ་པང་དུ་བཟུང་ནས་དུ་བཞིན་ས་སྒྲིབ་ཞིག་ལ་སོང་སོང་ནས་རྒྱ་ཆེན་

པོ་ཞིག་དང་ཐུག་པ་ན། ལུས་བྱངས་ཞན་པས་བྱ་གཉིས་ཀ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་མ་ལྷོག་པས།  
བུ་ཆེ་བ་དེ་ཚུར་ཁར་བཞག་ནས། དང་པོ་བུ་ཆུང་བ་པར་ཁར་བསྐྱལ་ནས་ཚུར་འོང་  
དུས། ལུས་ཨ་མ་ཞེས་བོས་ནས་རྒྱག་ཡོང་བས་ཚུར་ལྷུང་སོང་། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་  
ཤུགས་ཅི་ཡོད་བསྐྱེད་ནས་དེད་ཀྱང་མ་ཟིན་པས་ཨ་མ་ཞེས་བོས་བཞིན་རྒྱས་ཁྱེད་སོང་།  
དེ་ནས་བུ་ཆུང་བ་ལ་ཕྱི་བལྟས་ཤིག་བྱེད་དུས་སྤྱང་གི་ཞིག་གིས་ཟ་འགྲོ་བར་རིག་ཏེ་  
མ་སྟོགས་པར་རྒྱབ་སྐྱེད་ཏེ་དེར་འཕྲོལ་པ་ན་སྤྱང་གི་བྲོས་ཆར་ཡང་བྱའི་ཁྱག་ཐིག་ཅམ་ཞིག་  
མ་གཏོགས་ལྟག་མ་མེད་པར་བྲོས་ཟིན། ཡང་སྤྱག་གིས་བྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་སོང་།  
སྤྱག་གིས་ཤི་རྒྱ་མེད་པས་ཡང་སོས་ནས་གཅིག་ཏུ་ཁྱེད་དུ་སོང་སོང་ནས་པ་ཡུལ་དང་  
ཐག་མི་རིང་བའི་སར་སྟེབས་པ་དང་། སྤྱོགས་ཀྱི་ཉི་རིང་འདུན་པ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་  
འཕྲད། མི་དེས་ཁྱོད་འདི་འདྲ་སྤྱག་མོ་ཅི་རེད་སོང་ཞེས་དྲིས། མོས་དུ་བཞིན་ལོ་  
རྒྱས་རྒྱས་པར་བཤད་པས། མི་དེའང་དུར་ཤོར་བ་དང་། མོས་དེ་ལ་ངའི་པ་མ་  
གཉིས་བདེའམ་ཞེས་དྲིས་པས། མི་དེས་ཁྱོད་ཀྱི་པ་མའི་བྱིམ་མེས་ཆོག་ནས་ཤི་ཆར།  
ཁྱོད་འགྲོ་ས་ཞིག་ཡོད་མ་སོང་ཟེར་བས། ཡང་མོ་དར་ཅིག་བྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་ནས་  
ཡར་སོས་པ་དང་ཉི་རིང་དེའི་བྱིམ་དུ་སོང་ནས་བསྐྱད། དེ་ཆང་གི་རང་གི་བུ་མོ་བཞིན་  
ཅི་བྲག་གིས་ཡག་པོར་བྱེད་བཞིན་དུས་ཆོད་གང་འཆོམས་ཤིག་འདས་ནས། དམུས་  
རྒྱ་མེད་པའི་བན་རྒན། །ན་ནིང་ཤི་སར་ད་ལོ། །ཡང་གཞན་ཞིག་ལ་མནའ་མ་  
སོང་བས། དེ་ཆང་གི་མི་དེ་ཆང་འཕྱང་མཁན་དན་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཉིན་ཞིག་  
གཞན་ཞིག་གི་བྱིམ་དུ་ཆང་བརྒྱག་རྒན་ཞིག་འཕྱང་ནས་ར་བཟི་ཞིང་དགོང་མོ་ནམ་མཁུ་  
ཅམ་ལ་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་སྟོ་བརྒྱང་བ་ན། མོ་ལ་བུ་ཞིག་སྐྱེས་ནས་དེ་མ་ཐག་སྟོ་ཕྱིར་འགྲོ་  
མ་ཐུབ་པས། ཁོས་སྟོ་གཏོར་ཏེ་ནང་དུ་ཡོང་དུས། མོས་ལོ་རྒྱས་བཤད་ཀྱང་ཁོས་

མ་ཉན་པར་སྒྲོ་ཐོག་སྒྲོ་ལངས་ནས། མོ་བརྟུང་བྲུ་བསད། བྲུ་རོ་མར་ཁུའི་ནང་དུ་  
བརྩོས་ནས་མོ་ལ་ཟ་རུ་བཅུག་པས། མོས་ང་ཅི་འདྲའི་ལས་ངན་བསོད་ནམས་མེད་པ་  
ཞིག་མེད་བསམ་ཞིང་། མི་དེ་བསྐྱར་ཏེ་བློས་པས་ལྷ་ར་ཏ་སིར་སོང་ནས་གྲོང་བྱི་  
ཕྱི་རོལ་གྱི་སྤོང་ཞིག་གི་དྲུང་དུ་གཅིག་པུར་འདུག་པ་ན། ཡང་དེ་ན་བྱིམ་ཆང་ཞིག་  
བག་མ་གསར་པ་སྒོ་བྱར་དུ་ཤི་ནས། བྱི་པོ་དེས་དེའི་རོ་དུར་ལ་སྤྲས་ནས་དུ་བཞིན་  
འགོ་བ་དང་འཕྲད། དེ་གཉིས་སྐད་ཆ་པར་བཤད་ཚུར་བཤད་བྱས་ཤིང་དེ་ཆང་གི་བྱིམ་  
དུ་སོང་ནས། མི་སྡྲག་སྡྲག་རེད། ལས་གར་ཟད་རེད། འཇིག་རྟེན་གྲང་ང་  
ཁམས་ན་ལས་ཐབས་གཞན་མེད་ནས་དེ་ཆང་གི་བྱིམ་བདག་མོ་བྱས་ཀྱང་། ཡུན་མི་  
རིང་བར་མི་དེ་ལ་ནད་ཅིག་ཐོག་ནས་སྤོན་དཔྱད་སོགས་ཅི་བྱས་ཀྱང་མ་ཕན་པས་ཤི་སོང་།  
ས་ཆ་དེའི་ལུགས་ལ་སྤྱོས་པ་ཤི་དུས་ཚུང་མ་དེའི་རོ་དང་མཉམ་དུ་ས་འོག་སྤྲ་དགོས་པའི་  
དར་སྒོལ་ཡོད་པས། མོ་གསོན་པོ་རོ་དང་མཉམ་དུ་སྤྲས་པ་ན། དེ་ལྟ་བུར་རྒྱན་པ་  
མང་པོ་འཐོན་ཡོང་བས་མོ་བྲིན་ནས་དུར་རྒྱན་གྱི་དམག་དཔོན་གྱི་ཚུང་མར་བྱས། དུར་  
རྒྱན་པ་རྣམས་ནས་ཡིན་ན་དུར་རྒྱན་དུ་འགོ་བ་ན། ཉིན་ཞིག་དུར་རྒྱན་དཔོན་པོ་རྒྱལ་པོ་  
ཆང་གིས་བཟུང་བར་མ་ཟད་བསད་ནས་དེའི་རོ་དང་མཉམ་པར་དུར་དུ་སྤྲས་ནས་ཞག་  
གསུམ་སོང་བ་ན། ད་ཤི་རྒྱུ་རེད་ཤི་ན་ཤི་བསམ་ནས། ཤི་མ་གསོན་དུ་བསྐྱད་ཡོད་  
པའི་སྐབས་ན། སྤྱང་གི་ཞིག་གིས་དུར་བསལ་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཐར་པ་ན། བསམ་  
སྒོ་གཏོང་དུས་ལུས་འདིའི་ཐོག་ན་མྱོང་བའི་སྤྲག་བསྐྱལ་བཙྰ་གངས་མེད་པ་ཞིག་མྱུངས་  
སོང་། ཤི་ན་ཤི་རྒྱུ་མེད་པར་ཤི་ཁར་ཡར་ཐར་ཡོང་། ད་ནི་འཁོར་བའི་སྤྲག་བསྐྱལ་  
དང་འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་ལ་དཔྱུས་སོང་བ་ཡིན། སྔོན་ཆད་གོ་མྱོང་བ་ཞིག་ལ་  
ཤུགས་སྤྲུལ་པོ་ཞིག་མངོན་པར་བྱང་ཚུབ་བརྟེན་ནས་སྤྲག་བསྐྱལ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་སྤངས་

པ་ཞིག་ཡོད་ལ། མཚན་སངས་རྒྱས་དང་། དེས་མི་མཐུན་པ་གང་ཡང་མེད་པས་  
 ཀུན་མཐུན་ཡང་ལུ་ཞེས་གོ་སྟེང་། ད་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་བསམ་ནས།  
 རྒྱལ་བུ་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཚལ་སངས་རྒྱས་བཞུགས་ཡོད་པ་དེར་སོང་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་མངལ་བ་ན། འཁོར་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་གྱི་དབུས་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་སྐར་  
 ཚོགས་གྱི་དཀྱིལ་ན་ཉ་གང་གི་ཁྲ་བ་ཤར་བ་བཞིན། སྐྱ་གཟི་བརྩིད་དང་ལྡན་པ།  
 མཐོང་ན་མི་མཐུན་པར་མེད་པ། དང་བ་ལྟག་པར་འདྲེན་པ་ཞིག་མཛད་ནས་བཞུགས་  
 ཡོད་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པར་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
 གཟིགས་ནས། འཁོར་གྱི་དབུས་ནས་མའི་མདུན་དུ་བྱོན་པ་དང་། མོ་སྟོན་མོ་  
 ལག་པ་དང་ཁ་སར་གཏད་དེ་བསྟེན་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་  
 བུད་མེད་འདི་ལ་གོས་སྟོན་ཅིག་གསུངས་པས། ཀུན་དགའ་བོས་གོས་ཤིག་གནང་།  
 དེ་ནས་མོས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། བདག་ལས་ངན་པ་ལ་ཐུགས་  
 བརྩེ་བས་དགོངས་ཏེ་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས། བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 ཀྱིས་ཀུན་དགའ་བོ་ལ་འདི་སྐྱེ་དགུ་བདག་མོ་ལ་གཏད་དེ་རབ་ཏུ་བྱུངས་ཤིག་གསུངས་  
 པས། སྐྱེ་དགུ་བདག་མོའི་བྱང་དུ་སོང་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པ་རྩོགས།  
 ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གྱོན། དེའི་མདུན་ནས་བདེན་བཞིའི་ཚོས་ཞུས། བརྩོན་  
 འགྲུས་རྩོམ་པས་ད་ལྟ་འདི་བཞིན་དུ་དག་བཅོམ་ཐོབ་ནས་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པས། དག་སྟོང་མ་གསར་བུ་རྣམས་ངོ་མཚར་  
 སྟེས་ནས། ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་འདྲའི་སྐྱུག་བསྟེན་མང་པོ་སྟེང་ཡང་། མཐར་སངས་  
 རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་མངལ་ནས་འདི་འདྲའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་སྟོན་ལས་ཅི་ཞིག་  
 བཀྲིས་པས་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པས། དག་སྟོང་མ་ཙུང་ལའི་མདོག་གིས་སྤར་གྱི་ལས་

བསགས་ལུགས་དང་ལས་འབྲས་བསྐྱེད་མེད་སྒྲིབ་ཚུལ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་ཏེ་  
གསུངས་པས། དགེ་སྒྲིབ་མ་གསར་བྱ་ཆང་མ་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་  
ལོག། ཐར་བའི་ཆོས་ལ་སྤོབ་སྤིང་ནས་སྐྱེས་ཏེ་བཙོན་འགྲུས་བཅུ་མས་ཏེ་སྒྲོམ་པས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་ཐོབ། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོད་པ་མཐར་བཀྲལ་བ་རེད།  
དེའི་ཚུལ་བཙོན་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མཁྱེན་ནས། དགེ་སྒྲིབ་མ་ཡུལ་འཛིན་མདོག་གིས་  
ཆོས་ལེགས་པར་བསྟན་ཏེ་ཞེས་ལེགས་སེའི་དབྱུགས་དབྱུང་གནང་ངོ་། །ད་འཁོར་  
བའི་གནས་འདིར་འབྱུངས་ནས་ལས་ལས་བྱས་བྱས་ཐམས་ཅད་དེ་འབྲའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
འབྲས་གཉིས་ཁོན་རེད། ལས་སྤྱ་མའི་སྤྱིག་པའི་འབྲས་བྱ་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟོད་པ་  
ཞིག་སྒྲིབ་བཞིན་དུ། ཡང་སྤྱི་མའི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་བས་ཆེ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱང་  
བའི་རྒྱ་ལས་ངན་གྱིས་བོན་དེ་པར་འདེབས་པ། དགེ་སྒྲིབ་མ་ཡུལ་འཛིན་མདོག་གི་ཆོ་  
སྒྲིབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱིགས་མཆུངས་འདྲ་བ་ཁོན་ཡིན། ཁ་སོ་དཀར་ནས་མགོ་སྐྱུ་མ་  
དཀར་གྱི་བར་དུ་དེ་འདྲ་ཤ་སྟག་སྒྲིབ་བས། འདུ་བ་རྣམ་བཞིའི་ཐང་ལ་མ་སྤྱིན་གྱི་བར་  
དུ་སྒྲིབ་རྒྱ་དེ་འདི་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ན། ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེས། གྱི་  
ཁྱིད་འདྲ་བའི་ལས་ངན། ཁྱིད་ཀྱིས་སྤྱིད་པ་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཞེན་ནས་དོན་  
མེད་འབྲུལ་བའི་བྱ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བྱས་ཀྱང་དོན་ཆེན་འགག་ལ་ཐུག། སྒྲོ་བུར་འཆི་  
བདག་གི་ཞགས་ནག་སྒྲིལ་ཐེབས་པ་ན་སྐབས་མེད་མགོན་བྲལ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ཡིན་  
ཞེས་གསུངས་པ་ཐོས་པས། བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་བཏང་ནས་སྤྱར་བྱས་གྱི་ལས་ལ་  
ལྷག་པར་འགྱོད་པ་སྐྱེས། ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ཅི་བསྐྱབ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཁོན་འི་  
རང་བཞིན་དུ་ཤེས་ནས། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་ཐུར་ཚུགས་སུ་ཞེས་པ་སྤང་ལ་  
བེ་ཐུར་བཏབ་པ་འདོན་མི་ཐུབ་པ་ལྟར་འདེབས་པའི་སྤྱང་བ་ཤར་བན། ལུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་

དང་ཅ་བའི་སྒྲིམ་དབྱེར་མེད་པའི་སྐྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བུ་ཞིག་ལྷང་བ་  
 རང་གི་སྒྲིང་གར་ཟུག་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བསྒྲུ་འོད་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ལ་སྐྱེས་ནས།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པར་སྐྱར་པར་བསམ་ལ་མཐར་འཛིག་  
 སྒྲོམ་གྱི་ངང་དུ་ཤེས་པ་རང་བབས་སུ་བཞག་ལ་ངལ་གསོ་བར་བྱའོ། །འཆི་བ་མི་རྟག་  
 པ་ཡང་ཡང་བསྒྲོམ་ན་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དོན་མེད་གྱི་བྱ་བས་མི་ཆོ་ཆུད་ཟོས་སུ་མི་བྱེད།  
 དེས་ན་སྤྲང་པོ་ཆེའི་རྗེས་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་ལ་སོང་ན་གཡང་སར་འཆོར་བའི་ཉེན་ཁ་  
 མེད་པ་བཞིན་དུ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པ་འདི་འདྲུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་ཏུ་གསུངས་  
 ཤིང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསྒྲོམས་ནས་ངེས་འབྱུང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆད་རིམ་ལྷ་ལྷན་  
 པའི་དཔེ་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུའི་སྒྲིང་ལ་མདས་ཟིན་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་  
 དགོས་ཏེ། སྒྲིང་ལ་མདས་ཟིན་ན་གསོན་པོར་རེ་བ་མེད་ཅིང་གི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་པའི་རྒྱ་  
 མེད་ལ། ཡང་ཐར་མེད་གྱི་གཡང་ས་མཐོན་པོ་ནས་ལྷང་བ་ལྷ་བུ་ཞིག་དགོས།  
 གཡང་གཟར་ནས་རྟེག་འཆའ་སྟེ་ལྷང་ན་ཐར་འོང་བསམ་རྒྱུ་ཞིག་མེད་པ་གཞི་བཞག་རེད།  
 ཡང་སྐྱེལ་མས་བསྐྱས་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་དགོས། སྐྱེལ་མར་བྱེད་བྱུང་གིས་ཇག་ཆོང་དུ་  
 བྱིད་ནས་ཇག་པའི་དཀྱིལ་དུ་ཆུད་ན་འོང་རྒྱུ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་པ་བཞིན་དང་།  
 ཡང་རྒྱ་མཆོའི་གླིང་དུ་གཟིངས་ཞིག་པ་དང་། རྒྱ་བོ་ཆེན་པོར་གྲུ་རྟེན་པ་ལྷ་བུ་དགོས་ཏེ་  
 དེ་དག་ལ་ད་དུང་ཨོ་ཐར་བསམ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། ཉེས་ཅན་ལ་སྟོག་གི་  
 ཆད་པ་པོག་ནས་གསོད་མཁན་ཤན་པའི་ལག་ཏུ་ཐོན་པ་ལྷ་བུ་ཡིན། དེ་ལྷ་ལྷན་པ་  
 ལ་ཡིན་རྒྱུའི་ངེས་ཤེས་དེ་ལྷར་དུ་ཡོད་ན། འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ལ་འཛིགས་སྐྱག་  
 སྐྱེས་ཤིང་། ནམ་འཆི་ཆ་མེད་དང་འཆི་ཆོ་དམ་པའི་ཆོས་མིན་པ་གཞན་གྱིས་མི་པན་  
 པར་ཤེས། འཛིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་སྒྲོམ་བཏང་ནས་སྒྲོ་གསུམ་ཆོས་ལ་བཀོལ་བྱུང་

པ་སོགས་ནི་མི་རྟག་པ་བསྐྱེམས་ནས་ངེས་འབྱུང་དང་ཞེན་ལོག་སྐྱེས་པའི་ཚད་རེད།  
དེ་ལྟར་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་སྐྱེས་དགོས། དེ་ལྟར་མི་རྟག་པ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ན་ཕན་ཐོགས་  
ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རྒྱལ་བ་སྒྲོང་ཆེན་པས། དགོ་ལ་རབ་བརྩོན་ཆོ་འདི་འབྲུལ་བར་  
ཤེས། །ཚོགས་གཉིས་རབ་རྫོགས་གྲགས་ལྡན་ལྡས་གཟིགས་ཤིང་། །བདེ་བ་ཆོ་  
ཡི་དུས་བྱེད་མཐོང་སྤྱོད་འགྲོ། །ལྷུང་དུ་འཆི་མེད་བདུད་ཚིའི་གོ་འཕང་ཐོབ། །ཅིས་  
གསུངས་པས། རོ་མ་མི་རྟག་པ་རྒྱུད་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་གོམས་ན། འཁོར་བ་ལ་སྐྱེ་  
ཤས་དང་ངེས་འབྱུང་སེམས་གཏིང་ནས་སྐྱེས་པས་ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་ལ་ཞེན་ལོག་རྒྱུད་  
ལ་མི་སྐྱེ་བའི་དབང་མེད། དེ་སྐྱེས་ན་སྤར་མེད་གྱི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས།  
རྟག་འཛིན་གྱི་སྒོ་ལོག་ དབྲ་གཉེན་ལ་ཆགས་སྤང་མི་ཆེ། དུས་རྟག་ཏུ་དགོ་བ་ལ་  
བརྩོན། ཆོ་འདི་འབྲུལ་སྤང་དུ་ཡིན་པར་ཤེས། ཚོགས་གཉིས་ལྷུང་དུ་མཉམ་པོར་  
རྫོགས། སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་གྱིས་དགོངས་ཤིང་གཟིགས་པ་དང་།  
ཆོ་འདིར་དགའ་ཞིང་སྒྲོ་བ་དང་བཅས་པའི་ངང་ནས་བདེ་བར་གནས། བྱི་མར་གནས་  
སྐབས་མཐོང་སྤྱོད་དང་མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་བདེ་ནས་བདེ་  
བའི་སར་འགྲོ་བྱུང་པ་སོགས་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །མདོ་རྒྱུང་འདས་ལས། ཞིང་ཆོ་བ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་སྟོན་གྱི་ལོ་རྟག་ལེན་པ་མཆོག་ཡིན། རྗེས་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་  
ནས་བྱུ་མཆོག་གི་རྗེས་མཆོག་ཡིན། འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་མི་རྟག་པ་སྐྱེམ་  
པ་མཆོག་ཡིན་ཞེས་དང་། མཆོག་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། འབྲས་བུ་ཁམས་  
གསུམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས། ཁམས་  
གསུམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལས་བསྐྱེད་ན་ཐར་པ་མ་གཏོགས་འགྲོ་ས་མེད་ཅིང་། ད་དུང་  
འདུལ་བ་ལུང་ལས། དགོ་སྤོང་བརྒྱལ་གདུགས་ཚོད་ཡོན་དང་བཅས་པ་བྱིན་པ་བས།

འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་བྲན་པ་མཆོག་གོ་ཞེས་གསུངས་པས་ན། དེ་  
 ལྟ་བུའི་ཕན་ཡོན་དང་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པར་བྲན་ནས། འགོ་འཆག་ཉལ་  
 འདུག་གི་སྒྲིང་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བྲན་དགོས། འགོ་ན་ལམ་མི་རྟག་  
 སྒྲིང་ན་གནས་མི་རྟག་ ཉལ་ན་གནས་མལ་མི་རྟག་ བཟའ་བཏུང་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་  
 ཅད་དེ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་ སེམས་ཀྱིས་བྲན་པའི་རྣམ་རྟོག་མི་རྟག་ ཁ་ནས་བཤད་  
 པའི་བརྗོད་པའི་ངག་མི་རྟག་ བྱ་བའི་ལས་ཀ་རྣམས་དེ་བས་ཀྱང་མི་རྟག་ མདོར་ན་  
 རྟག་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་བསམ་ནས། མདོ་སྤྱོད་ལས་བརྒྱུ་པས། རྟག་ཏུ་སྒྲིང་  
 ཡུལ་ཐམས་ཅད་དུ། །འཆི་བདག་རྗེས་སུ་བྲན་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར་བསྒྲུལ་  
 དགོས། དེ་ལྟར་བསྒྲུལ་ནས་ཐུན་གྱི་མཛུགས་ཏུ་གོང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲུལ་མ་དང་ཨོ་  
 རྒྱན་པ་དང་འབྱུང་གི་སྤྱད་པ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་འབྱེས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་འབྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པར་འགྱུར་བར་བསམ་སྟེ་མ་བཅོས་པའི་ངང་དུ་མཉམ་  
 པར་འཛིན། དེའི་མཉམ་བཞག་དེ་ལས་ལངས་ནས་གོང་དུ་བསྒྲུལ་རྒྱུའི་འདུས་པ་  
 ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པར་བསམ་པ་དང་། བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་  
 བསམ་ནས། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་བདེན་པས་དངོས་སུ་གཞི་དེ། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པས་བརྒྱུད་ནས་གཞི་དེ་  
 དེ་ཀུན་འབྱུང་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སྒྲིང་པ་  
 འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་དང་ལྷན་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་པ་འདུན་པ་  
 དང་འབྲེལ་བ། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག་  
 སྟམ་པ་སྒྲོན་པ་དང་འབྲེལ་བ། བདེ་བ་དང་ལྷན་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་ངས་བྱའོ་  
 སྟམ་པ་དམ་བཅའ་དང་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་གསུམ། དེའི་སྤྱོད་དུ་སེམས་ཅན་



ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ། བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་བླ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
བྱེད་མཁའ་སྒྲུབ་པ་གསེལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བ་སྟེ་འབྲེལ་བ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཉམས་  
ལེན་གྱི་གནད་དང་མི་འབྲལ་བའི་སྒོ་ནས། དགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་བསྐྱེད་ནས་སྒྲུག་  
མཆོས་སྒྱུང་ལམ་ལ་འཇུག་དགོས། སྒྲུག་མཆོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདྲུང་བྱེད་དེར་གྱི་  
གནས་མི་བརྟེན་པའི་བྲན་པ་སྒོ་སྐྱེད་ལྟ་བུ་དང་། སྒོ་གསུམ་ལ་ཡང་ཡང་བརྟག་པར་  
བྱེད་པའི་ཤེས་བཞིན་བྱ་རབ་ལྟ་བུ། སྤང་བྱེད་གི་གནས་ལ་གཟེབ་པ་ལྟར་ལེན་པ་བག་  
ཡོད་བག་མ་གསར་པ་ལྟ་བུའི་རང་རྩལ་གསུམ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱེད་དགོས། དེ་  
ལྟར་རང་གིས་རང་ཉིད་ལམ་ལ་བཞག་ནས། རང་རྩུང་རང་གིས་བརྟགས་དབྱེད་བྱས་  
ནས་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། བྲངས་རེ་བཞིན་དུ་དམ་བཅའ།  
སྒྲུག་རེ་བཞིན་དུ་བརྟགས་དབྱེད་གཏོང་ན། རང་ཉིད་ཉེས་པ་ལས་ལྷོག་ནས་ལེགས་  
པའི་ལམ་ལ་བསྐྱེད་སྐབས་པར་མ་བཟད། འབྲེལ་ཚད་ལ་ཕན་རེ་ཐོགས་རྒྱུའི་ས་ཆོད་ལ་  
འཐོལ་སྒྲ་བ་ཡིན་ནོ།

## ཉིན་ལྷ་བའི་ཆོས་ཁྲིད།

ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་གྲོང་ཆེན་པས། ཅིས་ཀྱང་དགོས་མེད་བསམ་  
པའི་ཆོས་དུག་ནི། །ལམ་སྐྱ་མ་ཟིན་གང་བྱས་དགོས་པ་མེད། །དགོ་བ་མ་  
བསྐྱེད་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད། །ཆོས་ལ་མ་སྐྱེད་ཆོ་རིད་དགོས་པ་  
མེད། །ཆོས་མིན་གཞན་གྱིས་ཕན་བརྟགས་དགོས་པ་མེད། །ཆོགས་གཉིས་མ་  
བསགས་ཡོད་བྱེད་དགོས་པ་མེད། །བྱེད་རྒྱུ་མ་བསྐྱེད་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་

མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སློལ་ཞུགས། དམ་  
 ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་འདིར། འཛིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་འདི་  
 སྒྲུང་འཁོར་བའི་སོ་ཆོས་ལ་དགོས་མེད་སྟིང་ནས་བྲན་ཏེ། དེས་འབྱུང་གིས་སློ་སྒྲ་  
 བསྐྱེད་ཏེ་ཆོས་ལ་ཕྱི་བཀྱེད་མེད་པ་ཞིག་དགོས། དེས་ན་ཀུན་མཁུའི་རྒྱལ་བ་གྲོང་  
 ཆེན་པས། ལམ་སྐྱ་མ་ཟིན་གང་བྱས་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་ད་དེས་  
 དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་རྟེན་བཟང་ཆེད་པའི་དོན་སློའི། ཐར་པའི་ལམ་སྐྱ་ཟིན་པ་ཞིག་མ་  
 རེད་ན་དེ་མིན་ཆོ་སྟིང་བྱེད། དཔའ་སྟེང་བྱེད། ལོངས་སྟོང་གི་འབྱོར་པ་རྒྱས་བྱེད།  
 ཕྱི་མར་མངོན་མཐོའི་རྟེན་ཙམ་ཐོབ་བྱེད་སོགས་གྱིས་ཅི་ཡང་དགོས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་  
 པ་རེད། དགོ་བ་མ་བསྐྱབ་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་པས་དཀར་པོ་དགོ་བའི་  
 ལས་གྱིས་རང་གཞན་ཐར་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གཞན་ཕན་ཞིག་མ་འབྲུབ་ན་གཞན་ཅི་  
 འབྲུབ་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། ཆོས་ལ་མ་སྟོང་ཆོ་རིང་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་  
 མཐོ་རིས་མའི་ལུས་དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་རྟེན་བཟང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོབ་དུས། རྟེན་  
 འདིའི་སྟིང་པོ་མ་ལེན། དགོས་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་མ་བསྐྱབས། ཡང་དག་པའི་  
 དོན་ཞིག་མ་འབྲུབ་ན། རྣམ་གཡེང་དོན་མེད་གྱིས་དུས་གོན་པའི་སྤྱད་ཆོ་འདི་ལྟར་རིང་  
 ཡང་དགོས་པ་མེད། ཆོས་མིན་གཞན་གྱིས་ཕན་བདགས་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་  
 གཞན་ལ་ཕན་བདགས་ན་རང་གཞན་གཉིས་ལ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཕན་གྱི་དམ་ཆོས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ཞིག་གིས་ཕན་གདགས་ན་དོན་ལ་གནས་པའི་ཕན་བདགས་པ་ཡིན་མ་གཏོགས།  
 ཟང་ཟིང་གི་རྒྱ་ཁོར། ཆོ་འདིའི་སྟན་གྲགས་མངའ་ཐང་རྒྱས་ཐབས་སོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་  
 འབྲུབ་ན་འང་མི་ཕན་པར་མ་ཟད་གཞོད་པའི་གཞི་མར་ཡིན་པས་ཕན་མི་ཐོགས་པ་དང་།  
 ཆོགས་གཉིས་མ་བསགས་ཡོ་བྱེད་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་པས་གནས་སྐབས་དང་

མཐར་ཐུག་གི་དགོ་ལེགས་སྒྲུབ་ཐབས་ངོ་མ་བསེད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་གཉིས་  
བསགས་པའི་མོར་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས། འཛིག་རྟེན་པལ་པའི་ཡོ་བྱད་ཆགས་ཞེན་  
སྲིད་པའི་འཆིང་ཐག་ཡིན་པས་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་མ་བསྐྱབས་ཅིས་  
ཀྱང་དགོས་པ་མེད། །ཅེས་མཛོར་ན་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་  
བསྐྱབས་ནས་མཐར་ཐུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཏན་གྱི་བདེ་བ་སྒྲུབ་མེད་པ་ལ་འགོད་  
པའི་རྒྱལ་མཆོག་གྱི་སྒྱུད་པ་དེ་མ་གཏོགས་པར། སྤྱིང་མེད་ཆོས་ལྟར་བཅོས་པའི་ཆོས་  
མིན་ལྟར་སྒྲུབ་གི་བྱ་སྒྱུད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་པན་ཏེ་ཅི་ཡང་དགོས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་པས།  
དེ་ལྟ་བུ་དགོས་མེད་དུག་གི་སྒྲིགས་ལ་མགོ་མི་འཁོར་བར། ལོང་མེད་མི་ཆོའི་དུས་  
ཆོད་མུང་དུ་འདི་ལ་འབྱུང་མེད་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་རྒྱུ་གནད་གིན་ཏུ་ཆེ་  
ལ། དེས་ན་འདི་ན་ཡང་བསྐྱར་ལས་དང་པོ་བའི་གང་ཟག གསར་དུ་ཆོས་སྒྲོར་  
ཞུགས་པ་ཞིག་གི་ཆོད་དང་བསྐྱར་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་མ་ཤེས་ཐབས་  
མེད་གྱི་གནད་འགའ་རེ་ཞུན། སྒྱིར་ན་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཞེས་པ་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་  
ཡོད་པས། ཤེས་བྱ་རྣམ་མཁའི་གཟའ་སྐྱར་འདྲ། །བསྐྱབ་དགོས་གནས་ལ་ཟད་  
པ་མེད། ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཚུར་  
བསྐྱུན། འཁོར་བ་དང་སྤྱང་ན་འདས་པ་གཉིས་གྱི་ནད་དུ་འདུས་ལ། དེའི་ནད་  
ནས་འཁོར་བ་ཞེས་པ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། འཁོར་བའི་རང་བཞིན་སྟོང་ཉིད།  
རྣམ་པ་འབྱུང་བར་སོང་བ། མཆོན་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་ཤར་བ་ཡིན། བྱང་ན་  
ལས་འདས་པ་ནི། དེ་ཡང་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པ། རྣམ་པ་མ་  
འབྱུང་བ། མཆོན་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་ན་  
འཁོར་བའི་གནས་སུ་འབྱུང་བར་འབྱུངས་རྒྱུའི་འབྱུང་མཁའ་སུ་ཞིག་འབྱུང་ན།

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འབྲུལ། འབྲུལ་ལུགས་ཀྱི་ཐང་ནས་གཞི་གང་  
 ལས་འབྲུལ་ན། གཞི་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་ནས་འབྲུལ། རྩུ་ཅི་ཞིག་གིས་འབྲུལ་ན།  
 རྩུ་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་འབྲུལ། རྩུ་མ་ཇི་ལྟར་འབྲུལ་ན། འགོ་བ་རིགས་དུག་  
 གི་སྒྲིང་ཡུལ་དུ་འབྲུལ། འབྲུལ་བའི་དཔེ་འཛོག་ན། གཉིད་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུ་  
 འབྲུལ། དུས་ཇི་ཅམ་དུ་འབྲུལ་ན། དུས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་འབྲུལ་སོང་བ།  
 འབྲུལ་བ་དེའི་སྒྲིན་ཆ་ཅི་ཡོད་ན། འབྲུལ་བ་དེའི་དབང་གིས་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཁོ་ན་སྒྲིང་  
 དགོས་པ་ནི་འབྲུལ་བ་དེའི་སྒྲིན་རེད། འབྲུལ་བ་དེ་མ་འབྲུལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་ནམ་  
 འགྱུར་ན། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་རྩལ་དམ་པ་ཐོབ་དུས་འབྲུལ་བ་ཡེ་ཤེས་སུ་འགྱུར་བ་  
 རེད། འབྲུལ་བ་དེ་རང་སངས་སུ་འགོ་རྒྱུར་ཨོ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པས་འཁོར་  
 བ་མཐའ་མེད་ཡིན་པར་ཀུན་ལ་གྲགས་ཤིང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་  
 འཁོར་བ་འདི་འབྲུལ་བ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱུལ་དེ་འདྲ་ཆེ་བ། འབྲུལ་བའི་དུས་  
 ཡུན་རིང་བ་ཐོག་མེད་དང་མཐའ་མེད་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏོང་ན། གོང་དུ་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་ལུང་དངས་པ་བཞིན་དུ་དགོས་མེད་དུག་གིས་སྒྲོ་སྒྲ་བསྐྱུང་རྒྱུ་དེ་ཞེ་ལ་བཟུང་  
 སྟེ། ད་རེས་སྒྲ་མེད་བྱང་རྩལ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལམ་གང་དུག་ལ་འབད་རན་པའི་དུས་  
 ཆོད་མ་སྐྱེ་མ་ཕྱི་བར་རང་གཞན་སུ་ལ་བལྟས་ན་དེ་ལྟར་རེད་ཡོད། སྒྲ་མེད་བྱང་རྩལ་  
 དམ་པ་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་འབད་དགོས། འགོ་གང་ནས་བཟུང་། སྟེད་པ་ཇི་  
 ལྟར་བསྐྱུང་། མཐའ་ཇི་ལྟར་ཡུད་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ན། སྒྲ་མེད་བྱང་རྩལ་སྒྲུབ་  
 པའི་རྒྱ་དང་གཅིག་ སྒྲུབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྟེན་དང་གཉིས། བསྐྱུབ་པ་སྟིང་པོ་ལ་  
 སྒྲུལ་བར་བྱེད་པའི་རྟེན་དང་གསུམ། དེ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་དང་བཞི། གྲུབ་པའི་  
 འབྲས་བུ་དང་ལྷ། གྲུབ་ནས་མཛད་པ་ཕྱིན་ལས་དང་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པར་བྱ་བ་

ཞིག་ཡིན་ལ། གཞི་རྒྱ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་ཡིན། སྐྱབ་པ་པོའི་གང་ཟག་དེ་ཉིད་  
ལ་གཞི་རྒྱ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྲུབ་པ་མི་  
འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་གོ་ནས་ཀྱིས་བོམ་ཞིང་ལ་བཏབ་ནས་སྤྲིན་པའི་རྒྱུན་དང་འཕྲད་ན་  
སྤྱི་རྒྱ་ཡོད་ལ། རྩོམ་འོག་ཏུ་སྤྲས་ན་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །སྐྱབ་པའི་  
རྟེན་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་རེད། རྟེན་དེས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་སྤྱིང་  
པོར་བྱེད་དགོས། སྐྱབ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་ན་དེ་ལ་སྐྱལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཞིག་དགོས།  
དེའི་རྒྱུན་ཡང་དག་པ་ནི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་རེད། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡོད་པ་  
ཙམ་གྱིས་མི་ཡན་པར། དེའི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་སྤང་འཇུག་ལྷོག་གི་གནས་  
ཤེས་པར་དགོས་པས་ན། སྐྱབ་པའི་ཐབས་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བསྟན་པའི་  
གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ལག་ལེན་འདེབས་པ་ལ་བརྟེན་དགོས། ཐབས་དེའི་གདམས་  
ངག་དེས་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུའི་མཆོག་གང་ཡིན་ན། རྣམ་མཁྱེན་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡིན། འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་ནས་མཛད་པ་འཕྲིན་  
ལས་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་བཅས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་  
ལམ་ཤེས་བུ་སྤྱིའི་རྣམ་བཞག་མདོར་ཙམ་ཞིག་ཆོག་འགའ་རེའི་སྤྱིང་ནས་གོ་སོང་བ་རེད།  
འོ་ན་བླ་མེད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞེས་པ། སྐྱབ་ཞི་ཡེ་ཤེས་ལཱའི་བདག་  
ཉིད་ཅན། དེ་ལ་སྟོབས་བརྩུ་མི་འཇིགས་ལ་སོགས་ཡོན་ཏན་སུ་མ་ཅུ་སོ་གཉིས།  
མཆོན་བཟང་གི་ཡོན་ཏན་སུ་མ་ཅུ་སོ་གཉིས་སྟེ་བྲལ་སྤྲིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དུག་ཅུ་ཙུ་བཞི་ཆང་  
བ། སྤང་བུ་ལྷག་མར་མ་ལུས་པ་སྤངས་ཤིང་རྟོགས་བུ་ལྷག་མར་མ་ལུས་པ་རྟོགས་  
སོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། །དེའི་གོ་འཕང་དེ་རང་རེ་ལྟ་བུའི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བའི་གང་ཟག་མ་  
དག་འཁོར་བའི་གནས་སུ་འབྱམས་པ་ཞིག་གིས་འཐོབ་ལུས་པ་ཞིག་ཨེ་ཡིན། ཡིན་

མིན་རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འབད་པས་སྐྱབ་ན་སེམས་ཅན་གྱིས་  
སངས་རྒྱས་འཕྲོ་བ་རྣམས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བུ་པར་ཡན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་དཔེ་བྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་མངོན་སུམ་མཐོང་རྒྱ་  
དང་རིག་རྒྱུ་མེད་པའི་ལྷོག་གྱུར་དང་ཤིན་ཏུ་ལྷོག་གྱུར་གྱི་རིགས་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་  
པའི་བཀའ་ལུང་ཚད་མ་དང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པ་ཚད་མས་གཞལ་དགོས་ན།  
དེ་ལ་ལུང་ཅི་འདྲ་ཡོད་ཅེ་ན། མདོ་བྱུང་འདས་རྒྱུད་བ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱི་དཔེ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། མདོ་བྱུང་འདས་  
ཆེ་བ་ལས། དཔེར་ན་འོ་མ་ལ་མར་གྱིས་བྱུང་པར་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱི་དཔེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པར་གནས་སོ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ད་དུང་དེའི་སྐོར་གྱི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུང་ཤིན་ཏུ་  
མང་པོ་ཡོད། འོ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་དཔེ་ཅན་ཡིན་པའི་  
རིགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱུད་ཁྲ་མ་ལས། རྩོགས་སངས་སྐྱུ་ནི་འཕྲོ་  
ཕྱིར་དང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། །རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་སེམས་ཅན་  
ཀུན། །ཏྲག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་དཔེ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས། ཆོས་སྐྱུ་སྟོང་  
ཉིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དབྱེར་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་  
གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་དཔེ་ཅན་དུ་སྐྱབ་པ་རེད། དེས་ན་སེམས་ཅན་ལ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་རིགས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས། སྤྱི་དཔེ་པར་དཀར་པོ་ལས། སེམས་ཅན་ལྟ་  
ངན་ལས་འདའ་བའི་སྐྱལ་བ་མེད་པ་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་ཏེ་ཐར་མེ་ཏོག་  
རྒྱུ་གཅིག་ནམ་མཁའ་འཕྲོར་ན་ཡང་། དེ་ལྟ་ངན་ལས་འདས་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་

ཡིན། ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་པའི་  
རིགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། རིགས་དེ་ལ་རྣམ་གྲངས་ཇི་  
ལྟར་ཡོད་ཅེན། སྒྱུར་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དེ་ལ། རིགས་ཆད་དང་། མ་ངེས་  
པའི་རིགས་དང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་རིགས་ཅན་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་ཡོད། འོན་རིགས་ཆད་ཡོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
རིགས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པས། སེམས་ཅན་ལ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོས་མ་  
བྱུང་བ་ཡོད་དམ་སྟེ་ན། རིགས་ཆད་ཅེས་པ་ནི་འཁོར་བའི་གནས་སུ་ཡུན་རིང་དུ་  
འབྱུངས་པ་ལ་དགོངས་ནས། དམན་ལ་དགག་སྒྱུ་སྒྱུར་བ་རེད། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ནི་གོང་དུ་བྲངས་པའི་ལུང་ལས། སེམས་ཅན་སྤྱང་ན་ལས་འདའ་སྐལ་མེད་པ་  
ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་ནས་ཐར་མེ་ཏྲོག་རྒྱུ་གཅིག་ནམ་མཁའ་འཐོར་ན་དེ་  
སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་པས་ཤེས་རུས་ལ། རིགས་ཆད་  
གསུངས་སའི་སེམས་ཅན་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། འཁོར་བའི་སྒྲོམ་རིག་ན་སྒྲོབ་དང་  
ངེས་འབྱུང་མི་སྒྲོབ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་ན་དད་པ་སྒྲེ་རྒྱ་མེད་པ།  
དེའི་རྒྱུད་ལ་བྲིལ་དང་ངོ་ཚ་མེད་པ། སྤྱིང་ཇེ་མེད་པ། སྤྱིག་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་  
འགྲོད་པ་མེད་པ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ལ་དགོངས་ཏེ་གནས་སྐབས་སུ་རིགས་ཆད་  
ཅས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་གྲུལ་དུ་རང་ཉིད་ཐེ་ཡོད་མེད་བརྟགས་པ་དང་། མེད་  
ན་གཉེན་ཉེ་རིང་བུ་ཚ་རྒྱུད་སོགས་དེའི་གྲུལ་དུ་ལྷུང་ཕྱིས་བྱེད་ན། རང་ངེས་རོགས་ཆེ་  
ཐོན་རྒྱུད་ཐོན་གྱིས་སྒྲོབ་ཞེ་སྒྲུབ་བལྟ་དགོས། དེ་ལྟར་མོ་རྒྱུ་ནང་ལྷུང་བ་ལྟར་ལ་ལ་  
སྒྲོབ་ཐབས་མེད་པའང་ཡོད་སྤྱིད་པ་རེད། མ་ངེས་པའི་རིགས་ཞེས་པ་གནས་སྐབས་  
རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་གཞན་དང་གཞན་དུ་བསྒྱུར་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། ཉན་རང་གི་རིགས་

དེ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་འཛིགས་གིང་སྤྱག་ནས་ངེས་འབྱུང་གིས་བསྐྱེད་  
ནས་སྤང་འདས་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པ།   སེམས་ཅན་གཞན་དོན་ལ་མི་བརྩོན་པར་  
རང་ཉིད་ནི་བདེ་ལ་དགའ་བའི་རིགས་ལ་གསུངས་པ་རེད།   ད་དུང་རང་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་རིགས་འདྲ་ཡིན་ན།   དེའི་སྤྲོད་དུང་རྒྱལ་ཅུང་ཟད་ཆེ་བ།   སློབ་དཔོན་གསང་  
བའི་སློན་ས་བསྟན་པ།   རང་གཅིག་ཤུ་དཔེན་པར་གནས་པ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་པར་  
གསུངས།   ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་དེ་དག་རང་རང་གི་ཐེག་པར་ཞུགས་ནས་རང་རང་  
གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ནའང་མཐར་ཐུག་གི་སྤང་ན་འདས་པ་ངོ་མ་མིན་ཡང་།   ཁོ་རང་ཆོལ་  
སྤང་ན་ལས་འདས་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་པ་རེད།   འོན་མཐར་ཐུག་གི་སྤང་ན་  
ལས་འདས་པ་ངོ་མ་ཐོབ་བྱེད་མིན་པའི་ལམ་ཞིག་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ངེ་  
ལྟར་བསྟན་པ་ཡིན་སྟེ་ན།   དེ་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།  
དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན།   དཔེར་ན་འཇོམ་བུ་གླིང་འདི་ནས་ཆོང་པ་རྣམས་རྒྱ་མཚོའི་གླིང་  
དུ་ཁོར་བུ་ལེན་པར་འགྲོ་བ་ན།   དེའི་ནང་ནས་སེམས་སྒྲིབས་རྒྱུ་བ་རྣམས་དཀའ་ཞིང་  
དུབ་ནས་ཁོར་བུ་ལེན་པའི་དུས་ཤིག་མི་སྲིད་སྟེ་ནས་སེམས་ཆད་དེ་སྒྲིང་པར་བྱས་ནས་  
ཕྱིར་ལོག་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ཆོ།   དེད་དཔོན་སྤྱ་བྲིད་བྱེད་མཁན་དེ་རྩུ་འཕྲུལ་  
དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྤྱུལ་ནས་ངལ་གསོར་འཇུག་པ་  
བཞིན་དུ།   སེམས་ཅན་སྤིང་སྒྲིབས་རྒྱུ་དུ་ཅན་རྣམས་སྤྱག་ནས་སངས་རྒྱས་འཕྲོབ་  
པའི་ལམ་ལ་རེ་ཞིག་འཇུག་མི་རྒྱས་པ་རྣམས་ལ་ཉན་རང་གི་ལམ་འདི་གཉིས་བསྟན་པ་  
རེད།   ངལ་སོས་ནས་དུས་ལ་བབ་པའི་ཆོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྤྱི་སྤང་བ་བསྟན།  
གསུང་གིས་དབུགས་དབྱུང་།   ཐུགས་ཀྱིས་འོད་ཟེར་བཀྲེས་ནས་ཉན་རང་དེ་དག་ཟག་  
མེད་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སད་པར་བྱས་ཏེ།   གཞོན་བྱང་རྒྱུ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་



ནས་བསྐྱལ་པ་དཔག་མེད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིང་པ་སྒྱུད་ནས་སངས་རྒྱས་པ་  
ཡིན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེན། འདི་ལ་དབྱེ་བ། རོ་  
བོ། རྣམ་གྲངས། གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་རྒྱ་མཚན། དེའི་རྣམ་  
པ། དེའི་རྟགས་ཏེ་དོན་རྣམ་པ་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་ན། དང་པོ་དབྱེ་བ་ནི།  
རིགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཡོད། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཙམ་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་  
སྒྲོན་དགེ་བའི་ལས་ལ་གོམས་པར་བྱས་པ་དེ་གཉིས་རིམ་བཞིན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་  
དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིན། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ་ནི། རིགས་དང་།  
ས་བོན། ཁམས། རང་བཞིན་ལ་སོགས་གང་ཟེར་ན་ཆོག་ འདི་རིགས་གཞན་  
ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཉན་རང་གི་རིགས་ནི་རིགས་དམན་པ་  
ཡིན་ཏེ། ཉོན་སྒྲིབ་བྱང་བ་ཙམ་དང་དེ་ལས་ཅུང་དྲག་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཅུང་ཟད་ཙམ་སྤངས་  
པ་སྟེ་རིགས་དེ་གཉིས་ནི་རྣམ་དག་ཙམ་པོ་བའི་རྟེན་ཡིན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་དེས་  
སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་བྱང་བའི་རྣམ་དག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པས་ན་བྱུང་པར་དུ་འཕགས།  
རིགས་ཐམས་ཅད་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ལམ་དེ་  
ནས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན། རིགས་ཀྱི་རྣམ་  
པའི་ཐོག་ཏུ་བཤད་ན་ནི། རིགས་སད་པ་དང་། རིགས་མ་སད་པ་གཉིས། དེ་  
ལ་རིགས་སད་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཡང་དག་འགྲུབ་པའི་རྟགས་དམིགས་པ་དང་། མ་སད་  
པ་ནི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་པའི་རྟགས་མི་དམིགས་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་པ་རེད། རིགས་དེ་  
ཡོད་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་ཅི་ཡོད་ན། གཉེན་པོ་ལ་མ་ལྟོས་པར་རིགས་དེ་ཡོད་

པའི་གང་ཟག་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་དང་དག་གི་སྒྲ་བ་འཇམ་པོ་དང་།  
སེམས་གཡོ་སྒྲུ་རྒྱུ་དང་བ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་ཤིང་བརྟེ་བ་དང་། བྱད་པར་  
དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤིང་ཆེ་ཆེ་བ། ཆོས་སྤྱིར་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི།  
མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྒྲོར་བའི་སྒྲོན་དུ་སྤིང་ཆེ་དང་། །མོས་པ་དང་ནི་བཟོད་པ་  
དང་། །དགོ་ལ་ཡང་དག་སྒྲིང་པ་ནི། །རིགས་ཀྱི་རྟགས་སུ་ཡང་དག་  
བཤད། །ཅེས་གསུངས། སེམས་ཅན་ལ་སྤིང་ཆེ་མེད། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་མེད། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པ་རྣམས་སངས་  
རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་མི་དགོས་འདི་ནས་གསུངས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
རིགས་ཅན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་དཀའ་སྟེ། རྒྱ་རྒྱལ་ལས་ནི་རྒྱ་བཞིན་དང་། །དུ་བ་ལས་  
ནི་མེར་ཤེས་ལྟར། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལྟོ་ལྟོ་ཀྱི། །རིགས་ནི་མཚན་མ་དག་  
ལས་ཤེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །མདོར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཡོད་  
པ་ནི་གང་ཟག་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཉེ་རྒྱུ་དང་། གཞན་རྣམས་ནི་རིང་རྒྱུ་དང་ཤིན་ཏུ་རིང་  
རྒྱུ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟོ་ལྟོ་འདས་ཐབས་མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་  
ལྟོ་ལྟོ་པ་དེས་དམ་ཆོས་བདུད་རྩི་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་སྒྲོ་བར་མཛད་དེ། བསྟན་  
དོན་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་མང་པོ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་རྩྱུར་བསྟུན། མཐོ་རིས་དང་ཐར་  
པ་བསྟུབ་པའི་ཐབས་རྩལ་གཉིས་སུ་འདུས། ཐར་པ་དེའང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད། དེས་  
ན་སྤང་བྱ་སྤྱོད་པ་རེ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྤངས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྤྱོད་པ་རེ་ཙམ་མ་ཡིན་  
པར་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་གནད་མ་ཚད་བར་མེད་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་།  
བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ལུང་དང་རིགས་པས་གྲུབ་པ་རེད།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་འད་རྒྱུ་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཐེག་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་  
ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གྱིས་པར་སྦྱོན་གྱི་ཐེག་པ་དང་། སྤྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་གཉིས་  
སྤྲགས་སུ་གསུངས། དེ་གཉིས་སྒྱུར་བ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྒྱུང་པ་སྒྱུ་ཚུལ་གྱི་དབང་  
གིས་གསུངས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒྲོ་བསམ་པའི་དོས་ནས་བྱུང་  
པར་མེད། དེ་མེད་པའི་སྒྲོ་བས་གྱིས་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྒྲོམ་བཟུང་གི་སྐབས་ན།  
བྱུང་རྒྱུ་སེམས་ནི་བྲིས་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་རང་རེས་རྗེས་སྒྲོས་བྱེད་པ་རེད། ཉན་རང་གི་གནས་སྐབས་སུ་དེས་  
འབྱུང་གི་བསམ་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་སོགས་ཅི་འདྲ་མཛོན་རྟོགས་སེམས་  
འཕྲོག་བྱེད་མང་པོ་ཡོད་ན་འད་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་མེད་པའི་དབང་གིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
མིང་དོན་མེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་སྒྲོམ་རྒྱུ། སྤྲགས་བསྐྱེད་རྒྱུ། དམ་ཆོས་  
འཆད་ཉན་སྒྲོམ་བསྐྱུ་བ་གང་གི་སྐབས་ཡིན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་འཇུག་དོགས་  
གཅིག་པུ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྤྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཙ་བ་ཙན་ཞིག་  
ཡིན་པས། རང་རེས་ཆོས་འཆད་ཉན་གྱི་སྐབས་སུ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དང་མ་འབྲལ་  
བའི་སྒྲོ་ནས་འཆད་ཉན་བྱེད་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཙན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་  
ཆོས་འཆད་ཉན་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པའི་གྲུལ་དུ་འགྲོ་བ་རེད། དེའི་ཙ་བ་སྤྲིང་རྗེ་ཟེར་བ་  
དེའང་། རྩོམ་རྗེས། རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྤྲག་བསྐྱུ་ལྱིས། །གང་ཞིག་  
གཞན་གྱི་སྤྲག་བསྐྱུ་ལྱུ་ན། །ཡང་དག་ཟད་པར་ལྱུ་ནས་འདོད། །ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་སྤྲག་བསྐྱུ་ལྱུ་རང་ཉམས་དང་སྤྲུལ་ནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ན་རྒྱུ་  
བའི་པ་མ་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཙན་ལ་བསམ་  
ནས། སྤྲིང་རྗེ་ལྷགས་དྲག་པོ་དེས་བསྐྱུ་ཏེ་སེམས་ཙན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་

ཆུ་མཚོ་གཏིང་རིང་འདི་ལས་འདོན་པའི་ཆེད་དུ་ཕར་ཕྱིན་དུག་དང་བསྐྱབ་བའི་དངོས་པོ་  
བཞིའི་སྒྲིང་པ་ལ་བརྩོན་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་གནད་དང་ཆུ་མཚོ་ཤེས་པའི་སྒྲོན་ས་  
རང་རེས་དམ་ཚེས་འཆད་ཉན་འདིའི་སྐབས་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིང་  
རྩེ་ཤས་མི་བཟོད་པ་ཞིག་གིས་བསྐྱལ་ནས། སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐར་པ་  
ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན། དེའི་དོན་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་སྐྱབ་དགོས་བསམ་ནས། བསམ་པ་དོན་གཉིས་ཆང་བ་དང་། ཀུན་སྒྲིང་  
ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དམ་ཚེས་འཆད་ཉན་ལ་ཞུགས་དགོས། སྐབས་  
སྤྱབ་པ་རྩོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྒྲོན་འགྲོ་སེམས་སྒྲིང་བདུན་གྱི་མན་ངག་ཐར་  
པའི་ཐེམས་སྐས་འདི་འཆད་བཞིན་པའི་སྐབས་སྤྱབ་པ་ལ། འདིར་ལག་བྲིད་བྱས་ནས་  
འཆད་བཞིན་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་ལ་བསམ་པ་དང་། བྱས་  
པ་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱུར་བསམ་པ་གཉིས་སོང་ནས།

## ༢།   སེམས་སྒྲིང་གསུམ་པ།

### དང་པོ་ལུང་ལས་དཔག་ནས་བསམ་པ།

དེ་རིང་བྲིན་རྒྱུ་གསུམ་པ་འཆད་པ་ནི།   སེམས་སྒྲིང་གསུམ་པ་ནི།   བུ་ཡིག་  
ཡེ་ཤེས་གསལ་སྒྲོན་ལས།   རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱེའིང་།   ལས་  
སུ་དགོན་མཆོག་མཆོད་ཅིང་དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་བསྐྱེད་པ་དང་།   ཞེས་ཆོག་ལུ་  
གཉིས་གྱིས་བསྟན་པ་རེད།   སྤྱིར་མཐོ་རིས་ལུ་དང་མི་དང་ལུ་མ་ཡིན་དང་།   སྤྱིར་  
རིས་དཔུལ་བ་དང་།   ཡི་དྲུགས་དང་དུད་འགོ་སྤྱི་མཐོ་རིས་གསུམ་དང་ངན་སོང་  
གསུམ་སྤྱི་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་དང་།   ཡང་སྐབས་གཞན་དུ་ལུ་མ་ཡིན་རིས་  
གཞན་དུ་བསྐྱེས་ནས་འགོ་བ་རྒྱུད་ལྷུང་གསུངས་པའང་ཡོད་ལ།   མདོར་ན་དེ་ལུ་བུའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྤྱིར་རྗེ་ལྷུགས་དྲུག་  
པོ་བཟོད་དུ་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་ཅིང་།   སྤྱིར་རྗེ་བ་ཅམ་མ་ཟད་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་  
དོན་དུ་སྒྲིབ་བ་ལུས་ངག་གི་སྒྲོམས།   དུས་མཆོད་མི་བཅས་རང་གཞན་སྐབས་འགོར་  
འགོད།   ཁྱེས་གསུངས་པ་ལྟར།   ལས་སུ་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་  
མཆོད་ཅིང་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་དང་།   ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་  
ལམ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་པ་དང་།   ཞེས་པས་ཏེ་རྒྱུ་མཆོན་བཀོད་པའི་ཆོག་བསྟན་  
པ་རེད།   གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་བྲིན་རྒྱུ་དང་པོ་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་དང་།  
བྲིན་རྒྱུ་གཉིས་པ་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་དོན་

སྤྱི་ལོ་བཙམ་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་ཆོས་བྱེད་ལུགས་ཀྱི་གནད་འགག་མ་གོ་ན། འདོད་  
ཁམས་པའི་འབྱུང་ལུས་ཤིང་ཁྱེད་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཁམས་ཀྱི་ཟས་དང་།  
ལྷག་སྤྱོད་ཀྱི་གོས་ལ་མ་བརྟེན་ཐབས་མེད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཁ་གཤམ་ནས་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་  
རྒྱུ་དུ་མིང་བཏགས་པའི་ཟས་གོས་ལོངས་སྤྱོད་ཅི་ཙམ་འབྱོར་ཡང་སྤྱི་པའི་ཕུན་ཚོགས་  
ལ་ཆོག་མི་ཤེས་པ། དེས་པ་བདོག་མང་ཇི་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱུལ་བ། འདོད་པ་རྒྱུང་  
ནམས་དེ་ལྟར་མ་ལགས་ཏེ། །སྤྱོད་ཆོག་ནམས་ལ་མགོ་བོ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ལས་  
བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་དེ་སྟེད་དོ། །ཞེས་སོགས་བཤེས་སྤྱིངས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་།  
མི་འདོད་ཆོན་ལ་སེམས་ཁ་གང་རྒྱུ་མེད་པར། **གཅིག་ཡོད་ན་དེའི་སྤྱོད་པ་ཡ་གཅིག་**  
**དགོས།** བརྒྱ་ཡོད་ན་སྤྱོད་། སྤྱོད་ཡོད་ན་བྲི་ཞིག་ སྤྱོད་རྒྱུ་མི་ཆད་གཞག་རྒྱུ་  
སོགས་མི་དགོས་པའི་ཆད་ལ་ཐོན་རྒྱུ་དང་། ཁ་གང་རྒྱུ་ཞིག་མེད་ལ། **སྤྱོད་ན་**  
**ལང་ཤོར་གྱིས་ཡོ་བྱུང་སྤྱོད་ཆོགས་པ་**དཀའ་སྤྱད་ངལ་དུ་བ་ལོག་འཆོག་ཡོ་སྤྱོད་ལ་སོགས་  
པའི་ཐབས་དུ་མས་རྩོལ་སྤྱོད་ལ་རེམ་ཞིང་འབད། རྟོད་པ་དང་། བདེ་བ་དང་།  
གྲགས་པ་དང་། བསྟོད་པ་སྟེ་འདོད་པ་བཞི་དང་། དེའི་ལྷོག་ལྷོགས་མ་རྟོད་པ་  
དང་། སྤྱག་བསྐྱུལ་དང་། གྲགས་པ་ངན་པ། སྤྱད་པ་སྟེ་མི་འདོད་པ་བཞི་སྟེ་  
འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཅས་བྱ་བ་དེ་ལ་འདོར་ལེན་ཁོ་ནས་མི་ཆོ་འཛད་པ་མང་བས།  
བཤེས་སྤྱིངས་ལས། རོར་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཆོག་ཤེས་པ། །རབ་མཆོག་  
ལགས་པར་ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་གསུངས། །ཀུན་ཏུ་ཆོག་ཤེས་མཛོད་ཅིག་ཆོག་མཁུན་  
ན། །རོར་མི་བདོག་ཀྱང་ཡང་དག་འབྱོར་བ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་  
བུའི་ཆོག་ཤེས་བསྟན་ཏེ། རོར་ལ་ཆོག་མི་ཤེས་པས་ཆོས་བརྒྱད་ཁོ་ནས་མི་ཆོ་འཛད་ན་  
སྤྱོད་ཆེ་བར་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། **དེའི་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་ལ་**

བསམ་ཞིང་སྒྲོ་ཐོག་ལ་ལེན་ནས་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་ཁ་ཅོམ་མིན་པའི་སྤྱག་  
བསྐལ་དང་བལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་མེ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །སྒྲིང་མེ་སྒྲོམ་དུས་ཐོག་མར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་གཤམ། སྒྲིན་དྲན། སྒྲིན་ལན་གཟོ་འདོད་དེ་རྣམས་ངེས་  
པར་དུ་གཤམ་དགོས། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ན་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་  
སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་མཆོག་ན། རང་གི་པ་མ་བྱ་ཚ་རྣམས་ལ་ག་ཚ་སྒྲིང་མེ་སྒྲེ་བའི་སྒྲིང་མེ་  
རྒྱུ་རྒྱུ་གི་གཞི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་གཅན་གཟན་གཏུམ་པོ་རྣམས་ལ་འང་  
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། རོ་མ་བཤད་ན་སྒྲིང་མེ་ཟེར་ན་ཆགས་སེམས་ཤིག་རེད། ད་ལྟ་  
རང་གི་པ་མ་བྱ་ཚ་ལ་ཡོད་རྒྱུའི་ག་ཚ་སྒྲིང་མེ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་དང་།  
དེའང་སྤྱོད་སེམས་མེད་པར་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་  
ན་དེ་ལ་སྒྲིང་མེ་ཆེན་པོ་ཟེར། སྒྲིང་མེ་དེ་འབྱོངས་པའི་ཚད་ནི། སྤྱག་བསྐལ་ཅན་གྱི་  
སེམས་ཅན་མིག་གིས་མཐོང་ན་སྒྲིང་མེའི་ཤུགས་ཀྱིས་མིག་ནས་མཆི་མ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད་  
ན་དེ་ལ་བརྩེ་ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་རོ་མ་བཤད་ན་མི་འགྲུབ་རྒྱ་དང་མི་ཡོང་བ་  
ཞིག་མ་རེད། ཇི་ལྟར་ཡིན་ན། མི་རེ་ལ་པ་མ་རེ་ཡོད་པ་དང་། པ་མ་དེ་རྣམས་  
ལ་འང་པ་མ་ཡོད་ན། རང་རེའི་སྒྲེ་བ་ལ་ཡ་མཐའ་མེད་ན། པ་མའི་ཡ་མཐའ་ཡང་  
སྤྱག་མེད་རེད། སྒྲེ་བ་རེ་ལ་པ་མ་རེ་ཡོད་པས། སྒྲེ་བ་བརྩེ་ཚོད་མེད་པ་བཞིན་དུ་པ་  
མ་ལ་འང་བརྩེ་ཚོད་མེད་པར་ཡིན་རྒྱུ་འདི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་མིན་ན་ཡང་རང་  
གི་རིགས་པས་དཔྱད་ན་འགྲུབ་རྒྱ་དང་། ཡིན་ངེས་པར་ཡོད་ཤིག་ཤིག་ཅིག་རེད།  
དེ་ཡིན་ན་སྒྲེ་བ་ཕྱི་མ་ཤར་དུས་དེ་དུས་ཀྱི་པ་མ་དེ་མ་གཏོགས་ད་ལྟའི་སྐབས་ཀྱི་པ་མ་  
བརྩེད་ཚར་བས་རོ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཡང་དེའི་རྩིས་མར་དེ་བརྩེད། དེའི་རྩིས་མར་  
ཡང་དེ་བརྩེད་ཚར་བ་རེད། དེས་ན་པ་མ་ཡིན་ལུགས་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཅིང་། སྒྲིན་

གྲིས་བསྐྱེད་ལུགས་ལའང་འདྲ་འདྲ་རེད། ལས་གྲིས་འབྲེལ་ལུགས་གཅིག་རེད།  
དཔེར་ན་ཁ་སང་གི་པ་མ་དང་དེ་རིང་གི་པ་མ་གཉིས་ཁྱད་པར་མེད་པ་བཞིན་དུ། སྐྱེ་བ་  
སྡོན་རྗེས་ཚང་མའི་པ་མ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཡིན་པར་བསམ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ན་དྲིན་ཆེ་བ་ལོས་ཤེས། ལུས་  
སྟོག་བསྐྱེད་པའི་དྲིན་དང་། འཇིག་རྟེན་བསྐྱེད་པའི་དྲིན་དང་། ཆོས་ལ་གཏད་པའི་  
དྲིན། སེམས་ཅན་མེད་ན་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་ཐབས་མེད་པས་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་པའི་དྲིན་  
ལ་སྟོགས་པ་དྲིན་མང་དུ་ཡོད། དེ་དྲན་དུས་ཁྲེལ་མེད་ཐ་ཆད་པ་ཞིག་མིན་ན་སེམས་  
ཅན་པ་མ་ལ་དྲིན་ལན་སྤྲད་རྒྱ་མི་དྲན་ཐབས་མེད་ཡིན་པས། དྲིན་ལན་ཆོས་གྲིས་  
གསལ་དགོས། དེས་ན་ཐོག་མར་གལ་ཆེ་བ་སྟིང་རྩེ། བར་དུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་  
སྟིང་རྩེ། མཐའ་མའང་སྟིང་རྩེའི་དམིགས་པ་ཆད་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་  
པ་ཞིག་འགྲུབ་དགོས་པ་ཡིན་ན། སྟིང་རྩེ་ངེས་པར་དུ་བསྐྱེད་དགོས། སྟིང་རྩེ་  
བསྐྱེད་དགོས་ན་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་དྲན་དགོས་པ་ཡིན་པས་ན། **དེའང་དེའི་ཚུལ་**  
**མདོ་དྲན་པ་ཉིར་བཞག་ལས། འཁོར་བ་ཁབ་གྱི་ཕྱེ་ཅོམ་ལ། །བདེ་བ་ནམ་ཡང་**  
**ཡོད་མ་ཡིན། །**ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་འགོ་བ་  
རིགས་དུག་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆ་ཤ་ཞིང་རྒྱུད་བའི་ཁབ་གྱི་ཕྱེ་ཅོམ་ལ་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་  
པའི་གནས་སྐབས་དུས་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ།  
བདེ་བ་རྒྱུད་རྒྱུད་རེ་ལོས་ཡོད། ལྷ་མིའི་བདེ་བ་བདེ་བ་མ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ན། དེ་ལ་  
བདེ་བའི་མིང་ཅོམ་ལས་དོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་།  
འགྱུར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅུང་ཟད་རྒྱུད་བའི་གནས་སྐབས་ལ་བདེ་བ་ཞེས། བདེ་བ་  
གཏན་ནས་རིག་མ་སྒྲིང་བ་ལ་བདེ་བའི་མིང་བཏགས་ཀྱང་། དོན་ལ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱད་



བསྐྱེད་ཀྱིས་ནམ་ཡང་མི་སྟོང་སྟེ། མཛོད་རྒྱུ་ལས། གྱིས་པ་ལག་མཐིལ་འདྲ་བ་  
ཡིས། །འདུ་བྱེད་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐྱུ་མི་རྟོགས། །འཕགས་པ་མིག་དང་འདྲ་བ་  
ནི། །དེ་ཡིས་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཀྱང་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པས། དཔེར་ན་སྐྱུ་  
ཉག་གཅིག་ལག་མཐིལ་དུ་བཞག་ན་མི་གོ་ཡང་། མིག་ཏུ་སོང་ན་ན་ཆ་ཆེར་བསྐྱེད་པ་  
དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་པར་མི་ཤེས་པའི་འདུ་  
བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འཕགས་པ་རྣམས་གྱིས་གཟིགས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་  
པར་གསུངས། **ཞེས་འཁོར་བའི་གནས་རིས་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཁོན་ལས་**  
**བདེ་བ་ཡོད་པར་མ་གསུངས་**ཞེས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྒྱིར་བསམ་པ་བསྟན་ནས།  
ད་བྱེད་ཐག་ཏུ་བཤད་པ་ནི། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་  
དུད་འགྲོ་སྟེ་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བའི་མི་བཟད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་པ་ནི།  
**སྒོམ་དཔོན་ཞི་བ་ལྷས། དཔྱུལ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བྱས་ན། །འདོད་པ་**  
**རྣམས་ལ་མཆོན་དང་ནི། །དུག་དང་མེ་དང་གཡང་ས་དང་། །དག་རྣམས་གྱིས་**  
**ཀྱང་དཔེར་མི་ཤོད། །**ཅེས་དཔྱུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་སོགས་ངན་སོང་གི་གནས་རིས་  
གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་བར་བྱས་ན། སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་དག་འབྱུང་བའི་གཞི་  
འདོད་པའི་ཡུལ་བསྐྱེད་བྱིད་ཀྱི་རྒྱུ་རྣམས་ལ། མཆོན་ཆ་གདུག་པའི་དབལ་དང་།  
ཟོས་མ་ཐག་ཏུ་གི་འགྲོ་བའི་དུག་ ཆོག་ཅིང་སྟེག་པར་བྱེད་པའི་མེ་དོང་དུ་སྒྱུར་ན་ཐལ་  
བ་ཅུམ་ཡང་མི་ལུས་པ་དང་། གཡང་ས་གཟར་མོ་དང་། འཐབ་ནས་སྟོག་གཅིང་  
པར་བྱེད་པའི་དག་མ་རུངས་པ་རྣམས་གྱིས་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་ཉེས་  
དམིགས་ཀྱི་ཆ་ཅུམ་ཡང་གཞལ་དུ་མེད་ཅིང་དཔེར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། **ཅེས་པ་ལྷར་**  
**འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བ་བདེན་པར་སྐྱེ་**

བས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས། ཁ་ནང་དུ་བསྐྱོར་ནས་འདང་རྒྱལ་ན་རང་ཉིད་ཀྱང་གི་  
བའི་འོག་ཏུ་མར་མེ་གི་བའམ་རྩ་ཡུང་མེས་བསྐྱེགས་པ་ལྟར་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་སྤྱོད་མི་  
དགོས་པར་སྤུལ་མེད་དུ་སོང་ན་དེ་གས་ཆོག་ཀྱང་། བདག་འཛིན་དང་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱ་  
རྒྱུན་ཆོང་ན་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲུང་གི་ཆོས་ལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པས། **སྤྱོད་ཞིག་མི་འདོད་**  
**ཀྱང་ལེན་དགོས།** **སྤྱོད་ལེན་པ་དེའང་ཡང་ན་བདེ་འགོ་དང་རན་འགོ་གང་རུང་ཞིག་**  
**ཏུ་ལེན་དགོས།** **བདེ་འགོ་ལྟ་དང་མིར་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་**རྣམ་དཀར་གྱི་དགོ་བ་ཡིན་ན།  
ཕྱི་མར་གང་སྤྱོད་ལྟའི་ལས་ལ་ལྟོས་ཟེར་བ་ལྟར། **སྤྲོན་ཆད་རང་གིས་སྤྱོད་བདེ་སིང་རེ་**  
**བའམ་བདེ་ཤག་ཤག་བྱས་ཆོག་པའི་རིགས་ཕྱི་མ་བདེ་འགོ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ནི་དགོ་སྤྱིག་**  
**བསགས་ལུགས་ལ་བསམ་ན་ཆེར་མི་གདལ།** སྤྱིང་རྩེ་པར་དཀར་པོ་ལས། ལྟའི་  
རྒྱལ་སྤྱིད་ནི་སྤྱིག་བསྐྱུ་ལ་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ལགས་སོ། །མིའི་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱང་སྤྱིག་  
བསྐྱུ་ལ་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་ལགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ལྟ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་དེ་རྣམས་  
བསོད་ནམས་ཅན་ཡིན་ཡང་། གི་ནས་རན་སོང་གི་སྤྱིག་བསྐྱུ་ལ་སྤྱོད་དགོས་ན།  
རང་རེ་སེམས་ཅན་པལ་པ་བསོད་ནམས་དམན་པ། ལྟ་མིའི་བདེ་བའི་ལུས་རྟེན་ཅམ་  
ཡང་ལེན་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱང་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་འདིར་དམ་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་མ་  
འབྲུབ་ན་ཕྱི་མ་འགོ་ས་གཅིག་མ་གཏོགས་ཅི་ཡོད་བསམ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡིན། དེར་མ་ཟད་  
**ཆོ་རབས་སྤྱི་མ་རྣམས་སྤྱོད་དགོ་བའི་ཆོས་བསོད་ནམས་ཆེར་མ་བསགས་པར།** སྤྱི་  
མར་ཅི་བྱས་ད་ལྟའི་ལུས་ལ་ལྟོས། ཞེས་པ་ལྟར། ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་མི་བདེ་བ་  
དང་མི་སྤྲོན་པ་སོགས་མི་འདོད་ཁོ་ནས་མནར་བའི་སྤྱོད་བ་**རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བྱས་ད་ལྟ་**  
**སྤྱོད་པ་གདའ་མོད།** སྤྱོད་གསུམ་གྱི་མི་དགོ་བའི་ལས་ནི་རང་གིས་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་ན་  
རང་གིས་ཤེས་རྒྱ་ཅན་ཐོན་ཅིང་མེད་ཞོར་ཅམ་དུའང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བསགས་

ཆར་བས། དེའི་འབྲས་བུས་ངན་འགྲོའི་གནས་སུ་ཆ་གང་བཀའ་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པའི་  
སྤྱག་བསྐུལ་སྤྱོད་དགོས་པ་བྱུང་ན་ཆོ་འདི་ག་ལ་བྱུང་བ་དང་། ལུས་ཉིན་ཕྱི་མ་ལ་བྱུང་  
བ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་རྩལ་ཙམ་མེད་དེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ཡིན་པས། དེ་  
རིང་མི་བདེ་བ་དང་སང་ཉིན་མི་བདེ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་  
འདི་འདྲ་བྱས་ནས་དམ་པའི་གདམས་ངག་གི་མེ་ལོང་ཆེན་པོ་ཞིག་མཛུན་ཐད་དུ་བཞག་  
ནས། རང་གིས་ད་སྒྲོན་ལས་ལས་བྱས་བྱས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རི་མོ་དེའི་ནང་དུ་འཆར་  
བཅུག་ན། འོ་ཐར་རྒྱུད་དང་འགྲོ་ས་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག་བསམ་རྒྱུ་དེ་མི་ཤེས་  
མི་གསལ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ད་དུང་མི་ཤེས་བྱུང་བྱས་ནས་ཡིན་  
མདོག་མདོག་བྱེད་པ་ནི་རང་མགོ་རང་གིས་གཡོག་པ་འདི་སྤོན་པའི་ནང་གི་སྤོན་པ་རེད།  
མིག་བཙུམས་ནས་རྒྱ་ནང་མཆོང་བ་དང་གཅིག་རེད། ད་ལུ་ཆོས་ཆོས་བཤད་དང་ཆོས་  
སྒྲུབ་ཟེར་ན་མ་འོངས་ཕྱི་མའི་འདུན་ལམ་གྱི་གྲོས་འགོ་ཞིག་གཤེས་པ་རེད། དེ་ཡིན་ན་  
རང་རེས་པར་བཤད་རྒྱུར་བཤད་བྱས་ནས་བསམ་སྒྲེའི་གཏོང་ན། ད་དུང་མ་སྒྲུལ་ཕྱི་  
རེད། གསོན་གང་ང་ཁམས་ལ་ཡོད་པས། ཁ་གང་ལ་འཁོར་ན་ཆོག་རྒྱ་ཞིག་རེད།  
ཆོ་ཕྱི་མའི་སྤྱོད་པ་ལེན་ཆར་དུས་མི་དགོས། བར་དོའི་སྐབས་ཡིན་ན་དཀའ་མོ་ཡིན་པ་  
རེད། ཉམས་ལེན་གནད་ཀྱི་གོམས་སྤྱོད་ཅན་རེ་མིན་ན། ཆོས་ཉིད་བར་དོའི་  
སྐབས་ན་སྤྱོད་པ་ཟེར་གསུམ་གྱི་སྤྱང་བ་དང་། ཞི་བྲོའི་ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པར་དུས་གོལ་  
སྤྱང་པར་དཀའ་མོ་རེད། ཆོས་ཉིད་བར་དོའི་སྤྱང་བ་བཀྲལ་ནས་སྤྱིད་པ་བར་དོར་སྤྱག་  
ནས་སྒྲོན་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་འབྲུལ་སྤྱང་འཛིགས་སྤྱག་གི་སྤྱང་བ་ཤར་དུས།  
དག་ཞིང་ལ་འདུན་པ་གཏད་རྒྱུ་བྱེད་ཟེར་ན་དཀའ་མོ་ཡིན། དེར་མ་ཟད་ཤི་དོར་ཕྱིན་  
རྒྱུ་འདྲ་དཀའ་མོ་རེད། རང་རེད་ལྷ་གང་ང་ཁམས་ན་ཡོད་ནི་རེད། བསམ་ལོང་

བསྐྱབ་ལོང་རེ་གཏང་ཀྱང་། འདི་འདྲ་བསམ་སྒྲོ་རེ་གཏོང་ན་ད་སྤར་གི་སོང་བའི་གི་བོ་  
དེ་ནམས་ཀྱིས་ད་སྐབས་ཅི་འདྲ་མྱོང་བཞིན་མེད་ན། འགའ་རེ་ལ་དག་བའི་ར་མདའ་རེ་  
གཏོང་ན་ཅི་འདྲའི་གོ་ཚད་ཀྱིན་ཡོད་ན་བསམ་སྐྱུ་འདྲ་ཡིན་ནི་རེད། སྒོན་གུ་རུ་ཉི་ཟླ་  
འོད་ཟེར་མཚམས་ལ་བཞུགས་ཡོད་སྐབས། ཡུལ་དེ་ན་ནད་ཡམས་ཀྱིས་མི་མང་པོ་  
གི་སོང་། དེའི་དུས་སུ་ཁོང་གི་པ་གཅིག་མ་གཅིག་ཡིན་པའི་རུ་བོ་རྩུང་བ་ཁེ་རུ་མ་དོ་རྩེ་  
རྒྱལ་མཚན་ཞེས་པ་ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་ཐོག་ཁོ་རང་གི་བུ་མོ་དང་པ་བུ་གཉིས་མཉམ་དུ་  
གི་སོང་ནས་སྐྱབ་གསུམ་ཙམ་སོང་བ་ན། གུ་རུ་ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་ཁོང་གཅིག་པུ་  
མཚམས་ལ་བཞུགས་ཡོད་དུས་གིག་ལ་རུ་བོ་དྲན་པས་རྒྱུན་བྱས་ནས། ཐུགས་སྒྲུ་  
བས་རུ་བོ་གཙོས་པའི་སེམས་ཙན་དེ་དག་གང་ན་ཡོད་བསམ་ནས་སྐྱེ་གནས་དྲན་པ་དང་  
མཐོང་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་ཐུགས་གཏང་པས། བར་དོའི་སྤྱིད་པའི་སེམས་ཙན་གྱི་  
གཤམ་དུ་བྱོན་སོང་ནས་བར་དོའི་སེམས་ཙན་གྲངས་མེད་གཟིགས་པ་དང་། བར་  
སྐབས་གིག་ན་ཁོང་གི་ཨ་མ་དེ་སྤར་བས་གཞོན་ཞིག་བྱས་ཏེ་གར་འོང་འདྲིར་འོང་མ་གོ་བར་  
བྱོན་ཡོང་ནས། དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་དེང་སང་སྤྱག་གིན་ཡོད་རེད། དག་ཡོད་དོགས་  
པས་ང་ཁོ་ལ་ལྟ་རུ་སོང་བ་ཡིན། ཁོས་ཉམ་ཐག་གི་སྐད་ཆ་མང་པོ་མང་པོར་བཤད་  
ཀྱང་། ངས་སེམས་གསོ་བྱས་ཡོད། དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གནས་ཁང་བཟང་པོ་  
ཞིག་མ་རྟེན་ནས་སྤྱག་ཡོད། གནས་ཁང་ངན་པ་སྤྱིག་ཙན་གྱི་བྱིམ་དུ་ངས་མ་བཏང་  
ནས་བར་ཆད་མེད་པའི་སྤྱང་སྒྲོབ་བྱས་ཡོད། བྱིད་དེ་ན་པར་སོང་དང་ད་ལྟ་བྱིད་  
གཉིས་ཐུག་འོང་སྐད་ཆ་གོ་ཅས་ཟེར་ནས། ཨ་མ་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་གི་པ་རོལ་ལ་སོང་  
ནས་མེད་པར་གྱུར་སོང་། དོན་ལ་ཡི་དམ་ཁོས་མ་ནག་མོ་དེ་ཉིད་བྱམས་བཙེ་ཙན་གྱི་  
ཨ་མའི་གཟུགས་སུ་བརྟུན་ནས་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མགོན་སྐབས་སུ་བྱོན་པ་ཡིན།

དེ་ནས་གུ་རུ་ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་ཐུགས་དགའ་སྒྲོ་འདྲེས་མའི་དང་ནས་པར་བྱོན་པ་ན།  
ཅིབས་ལམ་ཕྱ་མོ་ཞིག་ཏུ་དེ་མེ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཤིང་བྲ་མ་བྲུར་བོ་ཞིག་འབྲུར་ནས་སྤྱག་  
སྒྲུ་དུ་རྟ་རིང་མོ་ཞིག་སྤངས། སྐབས་རེར་རུ་ལུ་རེ་འཐེན་བཞིན་འོང་བ་དང་འཕྲད།  
བར་དོའི་སེམས་ཅན་དེ་ལུས་རགས་པ་མེད་པས། རྟེན་མེད་གནས་མེད་ཁོ་ཤོག་སྐམ་  
པོ་རྒྱང་གིས་འབྲེར་བ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པས། འབྲུལ་རྟེན་འདྲ་བའི་སྤྲང་བ་ཤིང་བྲ་མ་  
སྐམ་པོ་ཞིག་འབྲུར་བའི་སྤྲང་བ་ཡོད་པ་དང་འཕྲད་པ་ན། གུ་རུ་ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་གྱིས་  
འདི་གསོན་པོ་ཡིན་སྤྲང་འདྲ་བར་ཤར་ཡང་། འདི་གི་ནས་སྒྲིབ་གསུམ་ཙམ་སོང་ཆར།  
ད་དུང་འདི་འདྲའི་གནས་མེད་རྟེན་མེད་དུ་འབྱམས་ཡོད་པར་དགོངས་ཤིང་ཐུགས་སྒྲོ་  
བས། རེ་ཞིག་གསུང་དག་ཞལ་ནས་མ་འཐོན་པར་ལུས་པ་དང་། དེ་མེ་རྒྱལ་  
མཚན་ཕུ་བོ་དང་འཕྲད་པས་དགའ་བ་སྒྲིབ། ཡང་འདི་བར་དོ་ཡིན་བསམ་ནས་  
སེམས་སྒྲོ་བ་སྒྲིབ། དེ་ནས་ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲིད་ད་བར་གང་དུ་སོང་། དག་  
ཞིང་ཞིག་ཏུ་འདུན་པ་གཏང་པའམ་ཡང་ན་མི་ལུས་ཆོས་ལྡན་ཞིག་གི་སྒྲོ་བ་མི་སྤང་བར་  
འདི་འདྲ་འབྱམས་པས་ཅི་བྱ་གསུངས་པ་དང་། དེ་མེ་རྒྱལ་མཚན་ན་རེ། ད་མ་  
སོང་ས་དང་མ་འབྱམས་ས་ཞིག་མེད། ད་རོགས་ངོ་ཤེས་མི་ཤེས་འབྲུམ་ཆོ་མང་པོ་  
དང་འགྲོགས་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། སྐབས་ཤིག་ལ་རོགས་འབྲུམ་ཆོ་བརྩ་བདུན་དང་  
བཅས་སྟེ་འགྲོ་དུས་སྟོ་བྱུར་དུ་ཆ་གཉིས་ཙམ་ཞིག་དོང་མོ་ཆེར་བྱུང་སོང་། ཆ་གཅིག་  
དག་ཆར་དང་རྒྱང་འཕྱེད་གྱིས་དེད་པས་སྤྱག་ནས་ནགས་གསེབ་དང་ས་ཕུག་གང་བྲུང་  
སོགས་གང་བྱུང་དུ་གབ་སོང་། ད་ཨ་མས་གོས་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་སེར་དག་དང་  
རྒྱང་འཕྱེད་འཕྲད་ུང་གཞོད་པ་སྤྱག་པོ་མ་བྱུང་། ད་སྤར་དོང་མོ་ཆེའི་ནང་དུ་འང་མ་  
སོང་། ཨ་བྲུ་ཁམས་པ་སོགས་ངོ་ཤེས་པ་མང་པོ་དོང་མོ་ཆེ་ནང་དུ་བྲིད་སོང་། ད་

ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་མྱོང་ཆོད་ཡོད། ད་དུང་པ་ཡུལ་གཅིག་པའི་མི་འགའ་ཤེས་མིང་ནས་  
 བཟུང་ནས་དེ་དག་གིས། སྒྲ་མ་ཉི་ཁྲམ་སྤྱིག་ཅན་གྱི་བྲིམ་ལ་མ་འགྲོ་གྲིབ་འོང་བེར་  
 ཡང་། ད་བར་བྲིམ་གཙང་མར་མ་རྟེན། འདུག་ཡུན་རིང་ན་དོང་མོ་ཆེན་མཐིལ་དུ་  
 འཐེན་ཉེན་ཡོད། ད་སྤྱོད་བྱེད་དང་མཉམ་པོར་འགྲོགས་པས་ཕན་པ་ཡིན་གྱི། ད་  
 སྤྱིག་ཅན་གྱི་བྲིམ་ཡིན་ཡང་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལེན་ན་དགའ་བེར་ནས་སོང་། ངན་སོང་  
 གསུམ་ལ་མ་སོང་ཡང་སྤྱིག་ཅན་གཅིག་གི་བྲིམ་དུ་ད་ཙམ་སྐྱེ་ཆོད་ཡིན་བེར་ནས།  
 ཡང་གཏམ་བཤད་འཕྲོ་ལ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷང་ལྷང་འཐེན་ཏེ་ལས་རྒྱུད་གིས་དེད་ནས་སོང་།  
 བྲིམ་བྲིམ་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་བྲིམ། །དཀོན་དཀོན་ས་སྤྱང་འདི་ན་  
 དཀོན། །བཙོག་བཙོག་སྤྱིག་ཅན་བྲིམ་རེ་བཙོག། །སྐྱིད་སྐྱིད་མི་ཡུལ་འདི་ན་  
 སྐྱིད། །སྤྱག་སྤྱག་བར་དོའི་འཕྲང་རེ་སྤྱག། །ཐུང་ཐུང་མི་ཆོ་འདི་འབྲ་  
 ཐུང་། །རྩུང་རྩུང་རང་དབང་འདི་འབྲ་རྩུང་། །ཞེས་སྐྱོ་གས་ལྷང་ལྷང་འཐེན་བཞིན་  
 ཤིང་ཁུར་འབྱེར་ནས་འཕྲང་ལ་སོང་བ་ན། ཡང་གུ་རུ་ཉི་ཁྲའོད་བེར་གྱིས་དེད་ནས་  
 བོས་པས་ཁོ་དེར་སྤྱོད་བེར་ནས། ཡང་བྲིས་པ། བྲོད་ད་རུང་པ་ཡུལ་གྱི་མི་ཤི་བ་  
 རྣམས་དང་འཕྲད་ཨེ་བྱུང་། སྐད་ཆ་ཞིབ་པར་ཤོད་བེར་དུས། ཁོས་ཐུག་རྒྱུ་མང་པོ་  
 ཐུག་ཀྱང་། ལ་ལ་ནི་ཡུད་ཙམ་ན་བྲལ་སོང་། ལ་ལ་ནི་ཉིན་རེ་ཙམ་མཉམ་པོར་  
 བྱུང་། བྱེད་ལ་དབང་ཞུས་པའི་མི་བཞི་ལྔ་ཞིག་དང་ཞག་བཅུ་ཙམ་ལ་མཉམ་པོར་བྱུང་།  
 ཉོས་བཅུན་མ་ནི་རི་ཞིག་ལ་འཛོགས་སོང་། སྐྱིད་སྤྱག་ནི་ཅི་འབྲ་བྱུང་ཆ་མེད།  
 གཞན་ཐམས་ཅད་སྐྱོ་བྱུང་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་པར་གཅིག་ཟག་གཉིས་ཟག་ལ་སོང་།  
 ཡིན་ཡང་བར་དོའི་ཆོས་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་འདི་བས་དགའ་ཞིག་མི་  
 འདུག འདི་གསེན་པོའི་དུས་སུ་ན་བར་འཇག ཡིད་ལ་བྱུང་དགོས་འདུག ང་

ཆོ་བར་དོ་སྒོས་གྲོལ་ན་བར་སྒོས་སྒྲིང་བ་རྣམས་ཀྱང་གནས་བཟང་ངན་འདམ་ཤེས།  
དེད་རྣམས་འགའ་རེས་བར་དོའི་སྒོན་ལམ་རྣམས་བྲལ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་ནས་མགུར་  
མར་འཐེན་པས། མི་འབྱུང་ཆོ་མང་པོ་དུ་སྒྲིབ་དེར་གྱིས་བྱུང་། བྲིད་རྣམས་ཅི་ལ་དུ་  
བ་ཡིན་དྲིས་པས། བྲིད་རྣམ་པ་རེ་དགའ། དེ་འདྲའི་སྒོན་ལམ་ཡག་པོ་ཤེས་པས་  
གནས་ཁང་འདམ་ཤེས། མཉམ་པོར་འགྲོགས་རྒྱ་འདུག་པས་བྲིད་རྣམས་ལ་སྒོན་པ་  
ཡིན། དེད་རྣམས་ཡིད་ལུག་སྒྲིས་ནས་དུ་བ་ཡིན་ཟེར། ངས་བར་དོ་སྒོས་གྲོལ་  
མགོ་འཇུག་ཆོང་ལ་ཁད་ཅམ་མི་དེ་རྣམས་ལ་བཤད་རྒྱ་བྱུང་བས། མི་དེ་རྣམས་ན་རེ།  
བྲིད་རྣམས་ཆོས་ཉིད་བར་དོའི་སྒྲིབས་སུ་འོད་ལམ་ཡག་པོ་དེ་འདྲ་བ་གཅིག་ལ་མི་འགྲོ་  
བར་ད་དུང་འདྲིར་བསྐྱད་པ་ཅི་ཡིན་ཟེར། ང་ཆོས་ཉིད་བར་དོའི་སྒྲིབ་འོད་ཟེར་གསུམ་  
ཟིལ་ཆེ་བས་སྒྲིག་ནས་བརྒྱལ་སོང་། འོད་ལམ་དང་གནས་ལུགས་ཀྱང་མི་སྣང་།  
ངོ་ཤེས་ལ་ཁད་མི་ཤེས་པས་རེད། ངས་གསོན་པོའི་དུས་སུ་བར་དོའི་ངོ་སྒྲོད་ལན་  
གཉིས་ཐོབ་པས། ཆོས་ཉིད་བར་དོ་ངོས་ཟིན་ལ་ཁད་ཡལ་ནས་འགྲོ། ལན་གསུམ་  
ཐོབ་ནས་ངོས་ཟིན་ངས་འདུག་སྟེ། ལན་གཉིས་ལས་མ་ཐོབ་པས་ད་དུང་ངོས་མ་ཟིན་  
པ་ཡིན། ད་ཆོས་ལྡན་གྱི་བུ་ཞིག་སྒྲིས་ན་དགའ་བས་གནས་བཟང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་ཀྱང་  
ཆེད་པར་དགའ་ཟེར་འཕྲོ་ལ། བྲིམ་བྲིམ་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་བྲིམ། །དཀོན་  
དཀོན་ས་སྟངས་འདི་དུ་དཀོན། །བཙོག་བཙོག་སྒྲིག་ཅན་བྲིམ་རེ་བཙོག། །མང་མང་  
ངན་སོང་མངལ་སྒྲོ་མང་། །སྒྲོ་སྒྲོ་བར་དོའི་འཕྲང་ལ་སྒྲོ། །ཞེས་ལྷང་ལྷང་འདོན་  
ཞིང་། ཡང་ཤིང་དེ་འཁྱུར་ནས་འཕྲང་བརྒྱད་དེ་ཡུད་དེ་ཡུད་དེ་འགྲོ་བ་དང་། ཡང་  
ཉི་ཁྲིས་པོས་ཤིང་། ལག་ནས་བཟུང་སྟེ། བྲིད་སྒྲོ་མི་དགོས། ངས་བྲིད་ལ་  
སྒྲིག་བསྐྱལ་བར་མི་འཇུག། བྲིད་གྱིས་བར་དོའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲིན་གྱིས།

དམ་པ་ཉི་ཟླ་འདྲ་བེར་གྱིས་ནངས་རེ་བཞིན་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་དང་བཏགས་གྲོལ་འདོན་  
གྱིན་ཡོད་ཉན་དུ་འགྲོ་བེར་ནས་བྲིད་ལ་ཤོག། དམ་ནངས་རེ་བཞིན་མ་ཆག་པར་ཐོས་  
གྲོལ་དང་བཏགས་གྲོལ་འདོན། བརྒྱ་ཅུ་དང་ཅུ་གཏོར་བར་དོ་ཅུ་སྟེན། བསྡོམ་  
སྟོན་ལམ་བཏབ་གྱིན་ཡོད་གསུངས། ཁོ་ན་རེ། བྲེད་གྱིས་བར་དོའི་སྟོན་ལམ་  
ནངས་རེ་བཞིན་བཏོན་པས་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་འདྲིན་ཆེ། སྟོན་ལམ་དེ་དག་གིས་བར་  
དོའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་འདུག། ང་དང་བོད་ཀྱི་སྤྲུགས་པ་གསུམ་བར་  
དོའི་སེམས་ཅན་ནང་དབང་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཁོང་གསུམ་ནི་ཐོས་གྲོལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
མཁན་ཡིན་ཟེར། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་དབང་མང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕན་ཡོན་རེད་བསམ་པ་  
བྱུང་། ང་ནི་མི་ཡུལ་ལ་སྡོད་ཡུན་བྱུང་བས་ད་རུང་མི་ལུས་གཙང་མ་ཞིག་ཨེ་ཆེད་  
བསམ་ནས་སྒྲིག་ཡོད། ཨ་མས་གནས་ཚང་གཙང་མ་ཞིག་མ་ཆེད་བར་དོང་མེ་ཆེར་  
མི་གཏོང་བེར། གནས་ཁང་གཙང་མ་ནི་བར་དོའི་སྐྱབས་འདིར་དཔེར་ན་མི་ཡུལ་དུ་  
ཡོད་བཞིན་ནོར་བུ་བས་ཀྱང་དཀོན་པར་སྒྲུང་དོ། །ད་ནི་ཉུག་དཀའ་བ་བེར་བཞིན།  
ཡང་འཇིགས་འཇིགས་དོང་མོ་ཆེ་རེ་འཇིགས། །སྒྲི་སྒྲི་བར་དོའི་འཕྲང་རེ་  
སྒྲི། །ལྷིད་ལྷིད་ཤིང་ཁུར་འདི་རེ་ལྷིད། །ཁུད་བུད་བར་དོར་ཉུག་རེ་བུད། །ཁྱིམ་  
ཁྱིམ་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་ཁྱིམ། །དཀོན་དཀོན་ས་སྟེང་འདི་རུ་དཀོན། །བེར་  
ནས་ཤིན་ཏུ་སྒྲི་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲི་སྒྲི་འཐེན་བཞིན་སོང་བ་ན། ཉི་ཟླ་འདྲ་བེར་མཆི་མ་  
ཤོར་ཏེ། ཡང་བོས་ནས་ཁྱོད་མ་འགོ་དང་། དས་ཁྱོད་ལ་བཤད་རྒྱ་གཅིག་ཡོད་  
བྱས་པས། ངལ་སྟེགས་ཤིག་གི་ཐོག་ཏུ་ཤིང་ཁུར་ཐོག་ནས་ཏུ་བྱ་བེར་ཞིང་སྒྲིག་  
བསྐྱད་པ་ལ། ད་ཁྱོད་སྤྲུག་མི་དགོས། དས་གྲུས་ལར་ནི་ཁྱོད་པོ་བྱང་གཅིག་  
བཞེངས་ཡོད། དེའི་དགོ་ཅ་ཁྱོད་ལ་བསྡོ། དགོ་བཤེས་དང་དགོ་འདུན་ལ་མ་ཁྱི་



གསུང་དུ་འཇུག་པ་དང་། མ་ཁིའི་རྒྱུན་འཇུག་ས་ཡོད་པ་བྲིན་ལ་བསྟོའོ། །ང་རང་གི་དགོ་སྒྱུར་བྱས་ཚད་བྲིན་ལ་བསྟོའོ། །ཤུལ་དུ་མ་སྤྲད་རྣམས་ལ་མ་ཁི་བགང་བ་སོགས། གཞན་ཡང་དགོ་རྩ་ཅི་འབྲུབ་གྱིས་བྱས་ཡོད། བྲིན་ད་ལྟ་བར་དོའི་ལུས་ཡིན་པས་འདུན་པ་ཅེ་གཅིག་སེམས་ལ་བབུང་ན་འདུན་པ་གར་གཏད་དུ་འགོ་ཆོག་པར་གསུངས་ཡོད་པས། བྲིན་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེའི་དུང་དུ་འདུན་པ་དྲག་པོར་གཏོད་ལ། སྒོམ་ལམ་བཏབ་ནས་རིག་འཛིན་གྱི་ཆོག་གས་བྲལ་དུ་སོང་ན་མི་དགའ་མ་ཟེར་བས། ཡང་ཁོས་མི་ཡུལ་དུ་འདུག་ཡུན་སྤང་བས་ཞེ་མ་ཆོམ། བྲིན་སྒྱུན་ཡ་རྣམས་གྱིད་ནི་གྱིས་སྒྲིག་པ་རྒྱུད་ཡང་དེ་དུས་ཆོས་ཤིག་མ་བྱས་པས་འགྱོད་པ་ཆེ། ས་མ་སྒྱུན་ཡ་བྲིན་རྣམས་དང་འགོག་ས་ལོང་མ་བྱུང་བས་ཞེ་འགྱོད་ཆེ། ད་དེ་འདྲ་གར་བཅོལ་གྱང་མི་རྟེན། ཡོད་པ་དེ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས། ད་མེད་པ་གཅིག་བཅོལ་དགོས་པས་སྒྲུག་པ་ལ། ད་དུང་མི་ལུས་ཆོས་ལྡན་ཞིག་རྟེན་རྒྱ་སྒྲུག་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་མིག་ནས་མཆི་མ་ཤར་ཤར་དུ་བྱུང་། འོན་ཏེ་གྱི་བུ་མོ་བྲ་རྩ་རེ་གར་སོང་། འཕྲད་ཨོ་བྱུང་དྲིས་པས། རླབ་སྒྲོན་མ་ལ་ཁྲོམ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་དགྱིལ་དུ་ཡུད་ཅམ་གཅིག་འཕྲད་བྱུང་། དེ་ནས་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སོང་། དེ་ནས་མ་འཕྲད་ཟེར་ནས་བུ་མོ་དྲན་པས་མིག་ནས་མཆི་མ་བཏོན་ཅིང་། སྒྲོ་སྒྲུ་བྲངས་བཞིན་ཤིང་ཁུར་འཁུར་ནས་འཕྲང་དེར་སོང་ནས། སྒྲིད་སྒྲིད་མི་ཡུལ་མཐིལ་རེ་སྒྲིད། །སྒྲུག་སྒྲུག་བར་དོའི་འཕྲང་རེ་སྒྲུག། སྤང་སྤང་མི་ཆོ་འདི་ལས་སྤང་། །སྒྲོ་སྒྲོ་འགོག་ས་ལོང་མེད་པར་སྒྲོ། །རྒྱུད་རྒྱུད་རང་དབང་འདི་ལས་རྒྱུད་། །ཟེར་བཞིན་སོང་བ་དང་། ཡང་ཁོས་ཏེ་ཁྲོས་སྒྲུག་དང་འདི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། བྲིན་གྱིས་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་དུང་དུ་མཇལ་ས་ཨོ་སོང་བྱས་པས། མ་སོང་། དོང་མོ་ཆེའི་ནང་དུ་བབ་ན་མཇལ་བར་

ཡིན་ཡང་། འགྲོ་མ་ཐོང་། ང་ནི་ཨ་མས་བསྐྱེད་ས་པ་རེད། གཞན་སྤྱང་མི་  
མེད་པ་རྣམས་རང་དབང་མེད་པར་འབྲིད་སོང་བེད་ནས་འགྲོ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་།  
འཛིགས་འཛིགས་དོང་ལུན་ནག་པོ་འཛིགས། །མཁྱོགས་མཁྱོགས་ལས་སྤྱང་ནག་པོ་  
མཁྱོགས། །ཆོ་ཆོ་ལས་ཀྱི་མེ་རེ་ཆོ། །འབྱམས་འབྱམས་གྲོགས་མེད་གཅིག་ཤུར་  
འབྱམས། །ལུས་ལུས་ཐམས་ཅད་ཤུལ་དུ་ལུས། །སྤྱི་སྤྱི་ལས་ངན་སྤྲིག་སྤྲིབ་  
སྤྱི། །ཟེར་ནས་ཡང་གིང་ཁུར་བོ་ཡང་བསིགས་བྱས་ནས། ཏུ་ཤུ་ཟེར་ཏེ་སེམས་  
པམ་པའི་ཚུལ་བྱས་ཏེ་སོང་། བྱོད་དེ་འབྲས་བུ་ལ་མ་བྱེད། བྱོད་མི་ལུས་  
བཟང་པོའི་གནས་ཆེད་པ་དང་། སྤྱི་མར་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དང་། ང་རང་སྤྱན་  
རྣམས་དང་ཡང་བྱོད་སྤྱི་བ་སྤྱི་མར་འཕྲད་པའི་སྤོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ངས་བཏབ་  
བོ། །སྤྱག་མི་དགོས། བྱོད་གཅིག་ཤུ་མིན། རེད་རྣམས་ཀྱང་འདི་འབྲས་  
མོས་བྱས་ནས་ལུས་ཐོག་ཏུ་སྤྱོད་དགོས། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་འོང་། བྱོད་རང་  
སེམས་པམ་མི་དགོས། རོ་བོ་སྤྲགས་ཇེ་ཆེན་པོ་དང་ཨ་མས་རོགས་བྱེད་པ་དེ་ཡི་དམ་  
རོ་ཇེ་ཕག་མོ་ཡིན། བྱོད་རང་གིས་དབང་ཐོབ་པ་དང་ཁྱོས་མའི་ཕྱིན་ལས་ཤེས་པའི་  
ཕྱིན་རྒྱལས་འཇུག་པ་རེད། བྱོད་རང་གསོལ་བ་ཐོབ་གསུངས་པ་ན། ཁོ་ན་རེ།  
སྤྱིར་བར་དེ་སྤྱག་དྲགས་པས་དེ་སྐད་སྤྱི་སྤྲིགས་འདོན་པ་ཡིན། བར་དོའི་སེམས་ཅན་  
གཞན་དང་བར་དོ་བ་པལ་ཆེར་ལས་ང་རང་སྤྱིད་པ་ཡིན། བྱོད་ཀྱིས་སྤྱི་བདུན་རིལ་བུ་  
དང་བཏགས་གྲོལ་སྤྲགས་མ་སྤྲིག་པ་དེས་ར་རང་ལ་གིན་ཏུ་ཕན་པར་མ་བཟད། བར་  
དོའི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་འང་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག ད་རུང་ཡང་ངའི་རུས་པ་  
སྐམ་པོར་ཆོ་ཆོ་ཐོབ། བཏགས་གྲོལ་དང་སྤྱི་བདུན་རིལ་བུ་སྤྲགས་ནས་མེར་བསྡེག་  
པར་མཛོད། ན་ར་ཀ་སྐོང་བཤགས་འདི་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་སྤྱང་བས་འབད་འབྱུང་ཐོན་

ཞེས་ཟེར། ཡང་ལངས་ནས་ཁོ་ཤོག་སྐམ་པོ་རྒྱུ་གིས་འབྱེར་བ་བཞིན་འདུག་དབང་  
མེད་པར་སོང་ཐལ་གསུངས་པ་རེད། དེས་ན་གུ་རུ་ཉི་ཁྱེ་འོད་ཟེར་གྱི་མཆོད་ཡ་སྒྲགས་  
པ་ཆོས་ལྡན་དེ་འདྲ་བས་བར་དོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་འཇིགས་སྤྱག་དེ་འདྲ་སྤྱོད་བས་མི་ཆོད།  
དཔུལ་བའི་དོང་མེ་ཆེའི་ནང་དུ་ལྷུང་བར་དེ་འདྲའི་སྤྱག་སྤངས་ཤིག་དགོས་ན། རང་རེ་  
དཔུལ་བར་འགོ་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་ཆང་མ་བསྐྱབས་ནས་འགོ་ཆོག་ཆོག་བྱས་ཡོད་ན་མིག་  
བརྩམ་ལོང་དང་བར་དོའི་སྤང་བ་ཤར་ལོང་མེད་པར་འདི་ནས་གསུངས་པའི་དཔུལ་  
ཁམས་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྤྱེས་སོང་ན་ངེ་ལྟར་བྱེད། རང་མ་སྤྱེ་རུང་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་  
གྱི་བུ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་མི་མང་ནང་འཕྲད་ཙམ་བྱས་ནས་དེ་སྤྱིན་ཆད་མ་ཐུག་པ་བཞིན་དུ།  
རང་རེའི་སྤྱན་སྤྱིང་མོ། ས་ཁུ་བོ། མ་ཁང་པོ། སྤྱིང་དང་འདྲ་བའི་གཅེས་དམར་  
མ་འདིང་ཆོན་དེ་ཆོད་དང་འདྲ་བར་རིག་རྒྱ་མེད་པ་རེད། དཔུལ་བའི་དོང་མེ་ཆེའི་ནང་  
དུ་ལྷུང་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་ན་ཅི་འདྲ་བྱེད། རོ་མ་དེ་འདྲའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
སྤྱོད་བ་དེ་ཆོ་རང་གཞན་གཉིས་ཀས་ཤེས་ཤེས་ཁ་བསམ་སྒོ་མ་གཏོང་ན། དུད་འགོ་  
ལས་སྤྱག་པ་ཞིག་ཨེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་དུད་འགོ་ལས་ཀྱང་སྤྱག་རེད། དཔུལ་བ་ན་  
ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་མེད་དག་དག་མ་རེད། ས་མ་བྱེད་མ་སྤྱོད་བའི་  
སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། བྲིད་འདི་ཆོ་ལུས་ནས་དེའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་དགོས།  
**འདི་ལྟར་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི་**ཞེས་འདི་མན་གྱིས་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་  
དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་རེད། **བཤེས་སྤྱོད་ལས། དཔུལ་བ་**  
**བྲིས་པ་མཐོང་དང་ཐོས་པ་དང་།** **ཁྲན་དང་བསྐྱགས་སམ་གཟུགས་སུ་བཞུགས་པས་**  
**ཀྱང་།** **སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱེ་བར་འགྱུར་ན་མི་བཟོད་པའི།** **རྣམ་སྤྱོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ན་**  
**སྒོམ་ཅི་དགོས།** **ཞེས་དཔུལ་བ་རི་མོ་བྲིས་པ་མཐོང་བ་དང་།** **གཞན་ལས་ཐོས་པ་**

དང་། དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བཤད་པ་དྲན་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་བསྐྱེལ་པ་  
 དང་། འཛིམ་པ་སོགས་ལས་དཔྱུལ་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བཀྲིས་པས་  
 གྲང་། སེམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་འཛིགས་སྤྱག་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། དཔྱུལ་  
 ཁམས་དངོས་སུ་སྒྲེས་ནས་མི་བཟོད་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དྲག་པོ་དངོས་སུ་  
 ཉམས་སུ་སྒྲིང་ན་འཛིགས་སྤྱག་ཡོད་པར་སྒྲེས་ཅི་དགོས། **ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་**  
**ཆ་གང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སོགས་རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་མ་བསམ་ན། གཞན་གྱི་སྤྱག་**  
**བསྐྱེལ་ལ་ལྟ་མོ་བལྟ་བལྟ་བུས་རང་རྒྱུད་ལ་མི་སྒྲི།** ཞེས་གསུངས་པས། བྲིད་  
 འདི་ཆོ་ལྷ་དུས་ཉན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་འདྲ་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཕན་ཏེ། ད་  
 སྐར་ཡང་གོ་སྒྲིང་། ད་ཡང་ལན་བརྒྱ་གོ་ཡང་ཕན་ཐོགས་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་  
 བསྐྱེལ་རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་ལ་ངོ་མ་སྒྲིང་བར་བསམ་ཏེ་དཔྱུལ་བ་སྒྲེས་ནས་ཆ་གང་། ཡི་  
 དྲགས་སྒྲེས་ནས་བཤེས་སྒྲོམ་སོགས་དངོས་སུ་སྒྲིང་བར་བསམ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་  
 མ་བསམ་པར་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ལྟ་མོ་བལྟ་བལྟ་བུས་རང་རྒྱུད་ལ་ངོས་འབྱུང་  
 དང་སྒྲིང་མེད་བསམ་པ་ཡང་དག་མི་སྒྲི་གསུངས་པ་རེད། འདི་ན་གསུང་རྒྱ་ནི་ངོས་  
 འབྱུང་རྣམ་དག་དང་བུམས་སྒྲིང་མེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཆེད་དུ་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་  
 རང་གི་ལུས་ཐོག་ལ་ཉམས་སུ་སྒྲིང་བར་བསམ་པ་རེད། **ལས་དང་པོ་བས་**བྲུང་པར་དུ་  
 སྒོ་ལྷོག་རྣམ་བཞིས་སྒོ་མ་སྒྲིང་བར་བུམས་དང་སྒྲིང་མེ་རྒྱུད་ལ་མེད་པའི་དཔྱ་ཤོད་ཅིག་  
 གིས་རང་མཐུན་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲིང་བ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བཞིན་པ་ལ་  
 སྒྲིང་མེ་ཡང་སྒྲིབ་པར་དགའ་བ་ཡིན་པས་ན། ད་ངོས་བྲིད་འདི་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་  
 བསྐྱེལ་དེ་རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་ལ་བྱུང་བར་བསམ་པའི་སྒོ་ནང་དུ་ལགས་ནས་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ།  
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་འདས་མེས་ལས་གྲང་། **རིགས་དྲུག་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒོ་ལ་**

**གླངས།** །ཞེས་སྔོན་འགོའི་བྲིན་སྤྱོད་གི་སྐབས་སམ་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
རིགས་དྲུག་གི་པ་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གློ་ལ་གླངས་ནས་  
རང་གི་རྒྱད་ཐོག་དངོས་སུ་སྤྱོད་བར་བསམ། **ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།** །དེའི་  
ཡན་གྱིས་ལུང་ལས་དཔག་ནས་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་དན་སོང་དང་དེའི་ནང་དམུལ་  
བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱད་ཐོག་ལ་གླངས་ཏེ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་སྤྱོད་དང་མུང་འགྱུར་གྱི་སེམས་  
ཅན་ལ་སྤྱིང་ཇེ་བསྐྱེད་ཚུལ་བསྟན་ཏོ།།

## གཉིས་པ་དེའི་དོན་མན་ངག་ལག་བྲིན་གྱི་སྒོ་ནས་བསམ་པ།

དེའི་དོན་མན་ངག་ལག་བྲིན་གྱི་སྒོ་ནས་བསམ་པ་ནི། བསམ་གཏན་གྱི་ཆོར་མ་  
མེད་པའི་གནས་དབེན་པར་སོང་སྟེ། འདུག་སྤངས་སྦྱིལ་ཀྱང་མཉམ་བཞག་གམ་བྱང་  
སྤོང་ཙོག་ཡུར་ལྟ་བུའི་མྱ་ངན་གྱི་འདུག་སྤངས་བྱས་ནས། བརྒྱད་པའི་གསོལ་  
འདེབས་སོགས་བཏོན། དངོས་གཞི་ཐུན་གྱི་སྐབས་སུ་བསྒོམ་ཚུལ་དངོས་ནི།  
གང་ནས་ཡོང་དང་གང་ན་ཕྱིན་ཆ་མེད་པར་གངས་རི་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་ས་སམ་བར་གསེབ།  
ཞབས་ཐམས་ཅད་འབྲུགས་རོམ་གྱི་སྤྱག་གིས་གང་ལ། སྤྱོད་དང་བར་སྤྱང་ན་ཆར་  
རྒྱང་གིན་ཏུ་མི་བཟད་པས་ཐུན་པ་ནག་པོས་ནོག་ནོག་པོར་བྱེད་པ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་པས།  
གིན་ཏུ་བྱང་ཞིང་འབྲུག་པའི་སྤྱང་བ་འདྲ་ཞིག་ཤར་ཏེ་འདི་འདྲ་མ་བྱང་བར་ཅུང་ཤོ་ན་  
བསམ་ནས་ཆོབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བསམ་པ་ཤར་བན། བསམ་ཡོང་བྲན་ཡོང་མེད་  
པར་སྐད་ཅིག་ལ་མྱི་ལམ་འབྲུལ་བ་ལྟར་ཆོད་ཐུལ་དུ་སྦྱེས་ཏེ་འོག་ཐམས་ཅད་མེ་ཕྱེ་ལྟ་བ་  
ལྟ་བ་ཏུ་འབར་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་གྱིས་གཞི། ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གང་ལ་

བལྟས་ན་ལྷགས་བསྐྱེགས་ཀྱི་ར་བས་བསྐྱོར་བ།   སྒྲིང་འོག་ཕྱོགས་མཚམས་ཐམས་  
ཅད་གོ་མཚམས་དང་བར་མཚམས་མེད་པར་མེ་བྱེད་མར་ལྷབ་ལྷབ་འབར་བས་ཁེངས་  
ཤིང་།   མེ་རི་དང་མེ་དོང་འབར་ཞིང་འབྲུགས་པའི་སྒྲིང་དུ་གྱུར།   དེའི་ཡན་ཚ་  
དཔྱལ་གྱི་གནས་བརྒྱད་པོ་དྲག་ཞན་མ་གཏོགས་ཏེ་ལམ་འབྲ་བ་ཡིན།   སྒྱིར་དཔྱལ་  
བའི་གནས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་བསམ་པའི་སྐབས་འདིར།   དཔྱལ་བའི་དབྱེ་བ།  
གནས།   སྒྲུག་བསྐྱེད།   ཆོ་ཚད་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་བཤད་ན།   དཔྱལ་བ་ལ་ཆོ་  
དཔྱལ་བརྒྱད་དང་།   གྲང་དཔྱལ་བརྒྱད།   ཉེ་འཁོར་དང་ཉེ་ཆོ་གཉིས་ཏེ་བཅོ་བརྒྱད་  
ཡོད།   ཆོ་དཔྱལ་གྱི་གནས་ནི།   མཛོད་ལས།   འདི་འོག་སྒྲིང་ཕྱག་ཉི་ལྷ་  
ན།   ཁན་པ་མེད་པའོ་དེ་ཙམ་མོ།   ཁྱེད་ལྷ་སྒྲིང་ན་དཔྱལ་བ་བདུན།   ཁེས་  
གསུངས་པ་དང་།   ལྷས་བྱིན་དངོས་སུ་ས་གས་ཏེ་ས་འོག་གི་དཔྱལ་བར་ལྷུང་སོང་  
ཞེས་པ་དང་མཐུན་ཞིང་།   ཡང་སྤྲིག་ཅན་གང་དུ་ཆོ་འཕྲོས་པ་དེ་ཉིད་དུ་དཔྱལ་བའི་སྒྲིང་  
བ་འཆར་ཞེས་གསུངས་པ་འདྲ་ཡོད།   ལས་སྒྲིང་ཡིན་པའི་ཆོ་ནས་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་  
གནད་འབྲ་བས་འགལ་བ་མེད།   ཁན་པ་མེད་དེ་འོག་མར་བྱས་ནས་དེའི་སྒྲིང་ན་རབ་རྩ་  
ཆོ་བ་དང་།   ཆོ་བ།   དུ་འབོད་ཆེན་པོ།   དུ་འབོད།   བསྐྱེད་འཛོམས།  
ཐིག་ནག   ཡང་སོས་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་གསུངས།   སྒྲུག་བསྐྱེད་  
སྒྲིང་ཚུལ་ནི།   དཔྱལ་བ་སེ་སེའི་མིང་འཇུག་པའི་བྱེད་པར་གྱི་སྒྲོ་ནས་གསུངས་པ་རེད།  
ཆོ་ཚད་ནི།   ཡང་སོས་ལ་སོགས་དྲུག་རིམ་བཞིན།   འདོད་ལྷའི་ཆོ་དང་ཉིན་ཞག་  
མཉམ།   ཁྱེད་ས་ན་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཆོ།   འདོད་པའི་ལྷ་དང་འབྲ་བ་  
ཡིན།   ཁེས་པ་ལྟར་རོ།   འདི་ན་དང་པོ་ཡང་སོས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་གསུངས་པ་ནི།  
ཆོ་དཔྱལ་ཡང་སོས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲིང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤར་ཞེ་སྤང་གི་དབང་

གིས་སྒོམ་གཅིད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་ཐོག་ཏུ་བབ་པས།      རང་དང་རང་འབྲ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་དེ་དག་ཞེས་པ་གི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་མཆོན་ཆ་ལག་ཏུ་བྱུང་ནས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་  
གཅིག་ལ་མཆོན་ཆ་སྒྲུ་ཆོག་པ་བརྟེན་པའི་ལྟ་བུ་ལས།      ལུས་ཚལ་པ་བརྒྱ་སྟོང་དུ་སོང་  
བས་དེའི་ཆོ་ན་ཆོ་མ་བཟོད་པར་རེས་འགའ་བྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་ཞིང་།      དཔྱལ་བའི་  
སེམས་ཅན་གྱིས་ཤི་བ་བདེ་བར་བཅིས་པ་རེད།      ཤི་བ་སྐྱམ་བྱེད་པའི་ཆོ་ན་རྣམས་ལའི་  
དཀྱིལ་ནས།      ཡང་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་སྒྲིབ་ལྟར་གྱུར་བས་རྒྱུ་བྱས་  
སམ།      ཡང་འགའ་ཞིག་ཏུ་རྒྱུང་བསིལ་བུ་གྱུར་བས་རྒྱུ་བྱས་པའང་གསུངས་ཡོད།  
ཡང་སྒྲར་གྱུར་སོས་ཏེ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟོད་པ་ཉིན་མཆོན་བར་མེད་ཁོར་ཡུག་ཏུ་  
སྒྲིང་ངོ།      །འདིའི་མཆན་དུ།      ཡང་སོས་ཀྱི་ཆོ་ཆད་མི་ལོ་བྱེ་བ་ཕྲག་འབུམ་དུག་གི་  
ཉིས་སྟོང་གསུངས་ཡོད་པ་འདི།      འདོད་ལྷའི་ཆོ་དང་སྒྲགས་ན།      མིའི་ལོ་ལྷ་བརྒྱལ་  
རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ཞག་གཅིག      རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱལ་  
སོས་ཀྱི་ཞག་གཅིག་ཏུ་བཅིས་པའི་རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱལ།      བསྐྱུས་འཛོམས་སྟོང་།      ཐིག་  
ནག་ཉིས་སྟོང་།      རུ་འབོད་བཞི་སྟོང་།      རུ་འབོད་ཆེན་པོ་བརྒྱད་སྟོང་།      ཆ་བའི་  
ཆིག་གི་དུག་སྟོང་དང་།      རབ་ཏུ་ཆ་བ་བསྐྱུས་པ་བྱེད།      མནར་མེད་ཀྱི་བར་བསྐྱུས་  
གཅིག་གསུངས་པ་རྣམས་མི་ལོ་དང་བསྐྱིགས་ན་ཡང་སོས་ཀྱི་ཆོ་བྱེ་བ་ཕྲག་འབུམ་དུག་གི་  
ཉིས་སྟོང་གསུངས་པ་རེད།      བཞེས་སྒྲིང་ལས།      འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མཐུད་ཐུང་  
སུམ་བརྒྱ་ཡིས།      །རབ་ཏུ་དུག་བཏབ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གང་ལགས་པ།      །དེས་ནི་  
དཔྱལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་རྒྱུད་དུ་ལའང་།      །འོལ་ཡང་མི་བཞི་ཆར་ཡང་མི་ཐོད་  
ངོ།      །ཞེས་མིའི་ནང་འདི་ན་ལུས་ལ་ཉིན་གཅིག་རངས་པོར་མཐུད་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས།  
དུས་གཅིག་ལ་ལྷགས་དུག་པོས་བརྒྱབ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱིས།      ཆ་དཔྱལ་བའི་ནང་

ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་ཤོས་ཡང་སོས་སམ་ཉི་ཆོ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཡང་། དེའི་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ཞིག་གི་བརྒྱ་སྒྲིང་གི་ཆར་ཡང་འབྲུག་མི་རྣམས་པར་གསུངས། ཆོ་  
 དམུལ་གྱི་གནས་གཉིས་པ་དམུལ་བ་ཐིག་ནག་ནི། དམུལ་བ་དེའི་དམུལ་སྤྱང་  
 འཛིགས་སྤྱང་བ་མགོ་བརྒྱན་སྒྲ་ཆོགས་ཅན་ཁ་ནས་རྒྱབ་སོད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲིག་པ་དེ་དག་གིས།  
 དམུལ་བའི་སེམས་ཅན་དེའི་རང་ལུས་ལ་ཐིག་ནག་པོ་བཞི་དང་བརྒྱད། བཅུ་དྲུག་སོ་  
 གཉིས་སོགས་བཏབ་སྟེ། **སོག་ལེ་རྣོན་པོ་མེ་འབར་བས་གཤགས།** སྒྲ་རེ་རྣོན་  
 པོས་གཞོགས། ཡང་མ་འབྱར་བ་ན་སྤར་བཞིན་ཐིག་བཏབ་ནས་གཤགས་པས་ཆོ་ཆད་  
 མ་ཆད་གི་བར་དུ་ཉིན་མཚན་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་མཉམ་བས་དེའི་ན་ཆོ་ཤིན་ཏུ་མ་བཟོད་ནས་  
 འོ་དོད་འཕོད་ཅིང་འཕྲོས་པའི་སྤྱང་བ་ཤར་རོ། །ཆོ་ཆད་ནི་ཡིག་ཆུང་ནང་དུ། མི་ལོ་  
 གྱེ་བ་ཕྱག་ས་ལ་ཉིས་འབུམ་དགུ་བྲི་དྲུག་སྒྲིང་བཅུ་གཉིས་གསུང་འདུག དེ་ནས་ཆོ་  
 དམུལ་བའི་གནས་གསུམ་པ་བསྐྱེད་འཛིམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིམ་སྟེ། འདིའི་ཆོ་ཆད་  
 ནི་མི་ལོ་གྱེ་བ་ཕྱག་གསུམ་འབུམ་ཕྱག་དྲུག་བྲི་བརྒྱད་སྒྲིང་ཙ་གཅིག་གསུངས། **རིམ་**  
 ཐམས་ཅད་གནས་འབྱུར་ཏེ་སྤྱང་ཆེན་དང་སེང་གོ་སྤྱག་གཟིག་ར་ལུག་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་  
 དང་སྒོག་ཆགས་ཀྱི་གདོང་དབྱིབས་དེ་ཐམས་ཅད་འབྱུལ་ཞིང་རྒྱུག་པ་དང་རྩྱུང་ཁ་བཞེ་  
 བའི་བར་དུ་རྩྱུང་དེ། དམུལ་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་རིམ་དེ་དག་གི་བར་དུ་གཅིར་  
 ནས་སྒྲིང་ལྷགས་བཅར་བ་ལྟར་བཅོར་བས་བསྐྱེད་བྱུག་རྩྱུན་ཆད་ནས་ཁྲག་གི་རྩྱུན་ཆི་ལི་  
 ལི་འབབ། ཡང་རིམ་ཁྲུ་ཞིང་རྩྱུང་གང་མོ་ལྷང་བའི་སྤྱང་བས་ལུས་སྤར་ལྟར་སོས་  
 པ་དང་། ཡང་རིམ་འཕྲི་བར་དུ་བཅར་བ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་གཏུན་ཆེན་པོའི་ནང་ཐོ་  
 ལུམ་མེ་འབར་བས་རྩྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིང་བས་ན་ཆོ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་  
 བཟོད་པར་དེ་ནས་འཕྲོས་པའི་སྤྱང་བ་ཤར་རོ། །ཆོ་བའི་དམུལ་བ་བཞི་པ་དུ་འཕོད་ནི།



ཆོ་ཆད་མི་ལོ་བྱེ་བ་ཕྱག་ས་ཡ་གཉིས་དང་བྱེ་བ་ཕྱག་དགུ་འབུམ་བཞི་བྲི་སྟོང་བྱེ་བ་བདུན།  
ལྷགས་གྱི་ཁང་པ་མེ་འབར་བའི་ནང་དུ་སྦྲེབས་པ་དང་། དང་པོ་འགྲོ་སའི་སྒྲིཞིག་ཡོད་  
པའི་སྒྲུང་བ་ཤར་བ་དེ་སྒྲོ་དབྱེར་མེད་དུ་འགྲིག་སོང་ནས། ལྷགས་བྲིམ་སྒྲོ་མེད་དེའི་  
ཕྱོགས་མཚམས་ཐམས་ཅད་ནས་མེ་འབར་བས་ལུས་རྩལ་ཕྱན་ལྷ་བུར་བསྐྱེག་  
གོ། །བསྐྱེགས་ནས་ཤི་ན་དག་ཀྱང་ཤི་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་སྒར་བཞིན་སྟོང་། དནི་  
སྒྲོ་མེད་ལྷགས་བྲིམ་ཡང་བའི་ནང་དུ་ཚུད་པས་འཕྲོས་ས་ཡང་མི་འདུག་སྐྱམ་ནས་དུ་སྐྱད་  
ལྷང་ལྷང་འཕོད་པའི་ཆོ། དཔྱུལ་བའི་གནས་ལྷ་པ་དུ་འཕོད་ཆེན་པོའི་སྐད་ཀྱིས་དེ་རོ་འབྲིན་པའི་  
ཆོ་ཆད་མི་ལོ་བྱེ་བ་ཕྱག་ས་ཡ་གསུམ་དང་བྱེ་བ་ཕྱག་ལྷ་འབུམ་ལྷ་བྲི་གཉིས་སྟོང་དུ་གཙུག་  
དུ་ག་ཡིན། ལྷགས་ཁང་སྒྲོ་མེད་དེ་ལ་སྒྲར་ཡང་ལྷགས་ཁང་རིམ་པ་གཅིག་གིས་  
གཏུམས་པའི་ལྷགས་ཁང་ཉིས་རིམ་གྱི་ནང་དུ་ཚུད་པས། དནི་ལྷགས་ཁང་ནང་མ་  
ནས་ཐོན་ཀྱང་ཕྱི་མ་ནས་མི་ཐོན་སྐྱམ་པའི་དུ་འཕོད་ཆེན་པོའི་སྐད་ཀྱིས་དེ་རོ་འབྲིན་པའི་  
སྐྱེག་བསྐྱེལ་སྒར་མ་དུ་འཕོད་ལས་ཉིས་འཁྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་སྟོང་ཞིང་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་  
གོ། །ཆོ་དཔྱུལ་གྱི་གནས་དུ་ག་པ་ཆོ་བ་ནི། ཆོ་ཆད་མི་ལོ་བྱེ་བ་ཕྱག་ས་ཡ་བརྒྱད་  
དང་བཞི་འབུམ་བྱེ་བ་ཕྱག་བྲི་དུ་ག་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་འོ། །ལྷགས་གྱི་གསལ་ཤིང་  
དང་ལྷགས་གྱི་མཆོན་ཆ་ཅེ་གཅིག་པ་ཆོར་མ་ཅན་མེ་འབར་བས་འཕྲོངས་གྱི་གཤམ་ལམ་  
ནས་སྦྱི་པོའི་བར་ཏལ་མར་ཐལ་ལེར་ཐོགས་མེད་དུ་ཕུག་སྒྲེ་མིག་དང་རྣ་བ་སོགས་དབང་  
པོའི་སྒྲོ་ཐམས་ཅད་ནས་མེ་ལྷེ་དམར་ལྷབ་ལྷབ་འབར་བ་དང་། ཡང་ལྷགས་གྱི་ས་  
གཞི་མེ་འབར་བའི་སྟོང་ལུས་རྒྱུངས་ནས་པགས་པ་བལྟས་ཏེ་ཕུར་བས་བཏབ་ཐོ་བས་  
བརྒྱུད་བ་སོགས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད། ཡང་རེས་འགའ་ལུས་རིལ་པོ་ཁྲི་ཆུ་ཁོལ་མའི་  
ནང་དུ་བཅོས་ནས་ཤི་རུས་སོ་སོར་སོང་ནས་སྒྱུ་ཁྲོལ་གྱིས་སོ་སོ་འབྲལ་བའི་སྐྱེག་བསྐྱེལ་

སྤྱོད་ཡང་ད་དུང་ཡང་གི་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་ཡང་སྤྱོད་ངོ། །ཡང་ཚ་དཔུལ་བདུན་པ་  
རབ་རྩ་ཚ་བའི་དཔུལ་བ་ནི། ཆོ་ཚད་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་ཕྱེད་དེ་མིའི་ལོ་གངས་ཀྱིས་  
གཞལ་བའི་ཡུལ་ལས་འདས་ཞེས་གསུངས། ལྷགས་ཀྱི་གསལ་གྱིང་དང་མཚོན་ཆ་  
ཅེ་གསུམ་གྱི་དབུས་མ་སྤྱི་བོ་དང་ལོགས་གཉིས་པོ་ཕྱག་པ་གཡས་གཡོན་དུ་ཏལ་མར་  
ཐལ་ལེར་ཕུག་པ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་ཁྱོ་རྒྱ་ཁོལ་མ་སྤྱད་པས་ནད་ཁོལ་ཐམས་ཅད་ཚིག་  
ནས་བུ་ག་དགུ་ནས་དུ་བ་འབུལ། ལྷགས་སྟེག་ལེབ་མོ་དམར་འབར་བས་ལུས་ལ་  
སྒྲུབ་བུ་ལྟར་དགྱི་བས་འཚིག་ཅིང་གཞིབ་པ་དང་། རྟོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་སྟེང་  
འོག་གི་མེ་དང་ནད་ནས་སྒྲོ་སྟོང་ལ་མེ་འབར་བ་སྟེ་མིའི་ཡུང་པོ་བཅུ་གཅིག་གིས་སྟེག་པར་  
གསུངས། ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་ལུམ་མེ་འབར་བ་དང་ཁྱོ་རྒྱ་ཁོལ་མ་ཁ་ནད་དབང་མེད་དུ་  
བྱུག་པ་དང་། ཁྱོ་རྒྱ་ཁོལ་མའི་ནད་དུ་ཤ་རྩེན་ལ་བཅོས་པས་ཤ་ལྷགས་རྒྱམས་འཐོར་  
ཏེ་ཀོང་རུས་ལྟར་སྒྲུ་ཁོལ་གྱིས་འགོ་བ། ཡང་ཤ་སྒྲར་བཞིན་སོས་ནས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་  
བའི་གནས་སུ་སྟེས་ནས་སྒྲུ་མའི་སྟེག་བསྐྱལ་ལས་བརྒྱ་འབྱུར་གྱིས་ཆེ་བས་བྱུག་རྩ་མ་  
བཟོད་པར། དག་ནས་མི་བཟོད་པའི་སྒྲུ་ཨར་དང་། ལུ་བྱུང་དང་། ཀྱི་རྩ་དྲུག་གི་  
སྒྲུ་བྱུག་པོས་འབོད་ཅིང་དེ་ནས་འཕྲོས་པའི་སྒྲུང་བ་ཤར་རོ། །དེ་ནས་མནར་མེད་པའི་  
དཔུལ་བ་ནི། དཔུལ་བ་གོང་མ་རྒྱམས་ལས་བདུན་འབྱུར་གྱི་སྟེག་བསྐྱལ་ཆེ་བས་དེ་  
ལས་མནར་རྒྱ་མེད་པས་མནར་མེད་ཅེས་བྲ། ཆོ་ཚད་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་གཅིག་ཡིན།  
འདིའི་མཚན་ལས། འཛིག་རྟེན་ཆགས་གནས་འཛིག་སྟོངས་ཏེ་བསྐྱལ་རྒྱུང་བཞིར་  
བར་བསྐྱལ་གཅིག་སྟེ་དེའི་ཆོ་ཚད་ཀྱི་ཡུན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་འདུག ལྷགས་ཀྱི་  
ཁང་པ་མེ་འབར་བ་གནས་འཕང་དང་རྒྱ་ཁྱོན་དཔག་ཚད་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནད་  
དུ། རྟོགས་མཚམས་དང་སྒྲུ་མེད་པར་རབ་རྩ་ཚ་བའི་མེ་འབར་བས་ལུས་དང་།

མེད་ད་གཉིས་སུ་མེད་པར་བསྟེན་ཅིང་དུ་བའི་སྐད་ལྟར་ལྟར་ཐོས་པ་ཙམ་ལས་ལུས་ཀྱི་  
དངོས་པོ་འདི་ཞེས་མི་མངོན་པའི་སྟུག་བསྟུལ། རང་གི་ཁང་པ་དཔག་ཆད་སྟོང་ཕྱག་  
མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་དུ་བྲོ་ཆུ་དང་བཅས་ཞུན་ཁོལ་མ་སྟུགས་ནས་དེའི་ནང་དུ་བཅུད་ཅིང་།  
སྟེགས་བཞིར་མེ་འབར་བས་ཤ་རུས་ཐམས་ཅད་བསྟེན་ནས་ད་སྟུལ་བའི་སེམས་ཙན་འོ་  
དོད་འབོད་པ་ཙམ་ལས་ལུས་མི་མངོན་པར་སྟུག་བསྟུལ་བཟོད་བརྒྱག་མེད་པ་དང་།  
ལྷགས་ཁང་མེ་འབར་བའི་ནང་དུ་ད་སྟུལ་བའི་ལས་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཐོ་བས་རྟུང་།  
དབང་སྟུག་གཞོག་གཏུན་ནང་བརྟུང་། སོག་ལེས་གཤག་མདུང་ཅེ་གསུམ་  
ཀྱིས་ཕུག་ལྷགས་ལེབ་དམར་འབར་གྱིས་ད་གྱིས། ལྷུ་ལྷུ་རོལ་བརྒྱུངས་ནས་  
ལྷགས་ཀྱི་ཐོང་གཤོལ་གྱིས་ཆོ་བ་སོགས་ཀྱིས་གོང་མའི་སྟུག་བསྟུལ་བསྟོམས་པས་མི་  
ཆོད་བདུན་འགྱུར་གྱིས་མནར་བའི་སྟུག་བསྟུལ་བཟོད་སྟུག་མེད་པར་སྟོང་ཞིང་། ཉམ་  
ཐག་པའི་འོ་དོད་དང་ཨ་ཙམ། ཨ་ར་། ཨུ་ལུ། ཀྱི་རྟུང་ཀྱི་རྟུང་ཞེས་འོ་དོད་  
དང་སྟེ་སྟུགས་དབང་པོ་རང་གིས་འདོན་གྱིན་ཡོད་པར་སྟོམས། རང་གི་ལུས་ཐོག་ཏུ་  
སྟོང་བ་དང་རང་གི་གཉེན་ཉེ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྟོང་བར་བསྟོམ་དགོས། སྟུག་  
བསྟུལ་དཔག་པོ་དེ་ལྟར་སྟོང་བཞིན་པའི་སྐབས་ན། སྟུག་མདུན་གྱི་ནམ་མཁམ།  
བསམ་ལྟན་ལས། སྟུ་ལུས་གཡར་པོ་ཞིག་པའི་བར་དོ་རུ། །འབྲུལ་སྟང་ཉིང་  
འབྲུལ་སྟུག་བསྟུལ་ཉེས་པ་ན། །ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས། །ཨོ་རྒྱན་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དོ་བོ་སྟེ། །སྟུག་བསྟུལ་འབྲུལ་བ་ཅད་  
ནས་ཞི་བར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཨོ་རྒྱན་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་སྐད་ཅིག་ལ་  
དངོས་སུ་བྱོན་ནས། ལས་ངན་པའི་སེམས་ཙན་ཉམ་ཐག་ལ་ཕྱགས་ཇེས་སྟུན་གྱིས་  
གཟིགས་ནས། ཀྱི་མ་ལས་ངན་པའི་སེམས་ཙན་ཞེས་བོས་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱ་ཞེ

སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའི་སྲོག་གཅིད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་ཤི་ཆེ་བས་གསལ།  
ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་པ་མ་སློབ་དཔོན་དག་བཅོམ་པ་སོགས་ལ་  
ཁོང་ཁྱོད་དག་པོར་བྱས་པས་ལས་དེའི་རྣམ་སྤྲིན་འབྲས་བུ་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་དང་  
དེ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་བ་ཡིན། ད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤང་བྱས་མི་དག་བའི་ལས་རྣམས་ལ་འབྱོར་པ་  
དག་པོས་བཤགས། རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་དཔུལ་གནས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་སྤྱོད་མེད་དག་པོ་སྤོམ་ས། དཔུལ་བའི་སེམས་ཅན་སོགས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡང་རང་གིས་ལེན་པའི་སྤྱོད་སྤོམ་བསྐྱེད་ཅིང་པ་རོལ་པོ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་  
བྱེད་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་འདི་ལས་ཐར་པ་སྤྱིད་དེ་ཞེས། ཡོ་རྒྱུན་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་མདུན་  
གྱི་ནམ་མཁའ་བྱོན་ནས་ཞལ་གདམས་དེ་ལྟར་གསུངས་པར་སྤོམ་ས། དག་བའི་ར་  
མདའ་དང་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་རྩས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཡིན་པས། སྤོན་གཤིན་  
མེའི་གཤེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱལ་བའི་སྤོ་གྲོས་ཞེས་ཡོད་པའི་ཨ་མ་ཐགས་འཐག་བཞིན་པ་  
ལས་བབ་ལོང་མེད་པར་སྤོ་བྱུར་དུ་ཤི་སོང་བ་རེད། དེ་ཁོང་གིས་བསམ་པར་དེད་མ་བུ་  
གཉིས་ཤི་ཁར་སྤྲད་ཆ་ཆོག་གཅིག་གྲུང་བཤད་ལོང་མ་གཏང་རུང་། ཐགས་བྲི་ལས་  
བབ་ལོང་མ་འཇུག་པ་འདི་གཤིན་མེད་དབང་ཆེ་ཆོད་མེད་པས་རེད་བསམ་ནས། ཁོང་  
རྣལ་འབྱོར་པ་རེད་བསྐྱེད་མྱོགས་ཀྱི་གདེང་ཡོད་པས། མའི་རོ་རྩར་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་  
རིམ་བསྐྱོམས་ཏེ་གཤིན་མེའི་ཡུལ་དུ་གཙང་རིས་གྱི་དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ་ཙ་ལྟ་སྤྱང་སྤྱིད་  
ཀྱི་ལྷ་མ་སྤིན་སྤེ་བསྐྱེད་གཤིན་མེ་ཡ་མན་ཏ་ཀའི་དམག་དང་བཅས་པ་མངགས་ནས།  
གཤིན་མེ་དང་འཐབ་པའི་བར་དེ་ནས་མ་ཁང་པ་ནག་པོ་ཞིག་གི་ནང་བཙུད་ཡོད་པ་བྲོས་  
པས་མི་ཡུལ་དུ་ཐར་ནས་སྤང་གི་རོལ་རྣམས་ཤེས་ཞུགས་ནས་སྤང་བཞིན་བྱུང་བ་རེད་ཟེར་  
བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དང་། སྤོན་བདག་ཅག་གི་སྤོན་པ་སྤྲུལ་པ་སྤོབ་པ་ལམ་གྱི་

གནས་སྐབས་སུ་དཔྱལ་བའི་གནས་སུ་བྱུང་པ་གླིང་བྱ་བར་སྦྱེས་ནས་དཔྱལ་བའི་གིང་རྩ་  
འཛེན་པ་ལ། གྲོགས་ཀ་མ་རུ་པ་ཞེས་པ་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཅན་ལུས་སྟོབས་ཆུང་དུ་  
ཞིག་ཡོད་པས་གིང་རྩ་འཛེན་པས་མ་འཛོངས་ནས་དཔྱལ་སྐབས་སྤྱོད་ཏེ་མགོ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་  
ཐོ་ལུམ་བསྐྱུན་པས་གྲོགས་པོ་ལ་སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་པར་སྦྱེས་ནས། འདིའི་གིང་རྩའི་  
ཐག་པ་ཡང་བདག་གི་གཉའ་བར་ཐོགས་ཤིག་ཅེས་ཟེར་ནས་བདེ་སྤྱག་བརྩེ་བར་ཐུགས་  
བསྐྱེད་པས་ན། དཔྱལ་སྐབས་ན་རེ། སེམས་ཅན་རང་རང་གིས་བསམགས་པའི་ལས་  
ཀྱི་རྣམ་སྤྱོད་ལ་རང་རང་གིས་སྦྱོང་བར་སྦྱེས་ཅི་བྱ་ཞེས་ཟེར་ནས་དབུ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོབས་  
བརྒྱབ་ནས་བསྒྲིགས་པས། སྐྱེད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་ཆོ་འཕོས་ནས་ལྷ་གནས་སུ་མ་ཅུ་རྩ་  
གསུམ་དུ་སྦྱེས་ཏེ། ཐུགས་བསྐྱེད་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ལས་གྲོ་ལ་  
ལོ། །དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྤིག་པ་རྣམས། །སྐྱེད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངས་  
པར་སྤོག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་བདག་བས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་ཐུགས་  
བསྐྱེད་དེའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤིག་པ་དག་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་གྲོ་ལ་ལོ་ཞེས་  
ཨོ་ཆུན་ཆེན་པོས་གཏམ་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་གསུངས་པ་ཐོས་པས། རང་ཉིད་ཀྱང་  
གཉིད་སད་པ་ལྟར་རང་འབྲུ་བའི་ལས་ངན་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་པ་མར་  
ལྷུང་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། འདི་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ལས་ཐར་ན་དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྤྱོད་ནས་བདག་ད་དུང་དཔྱལ་བ་འདི་གར་གནས་དགོས་  
ནའང་བཟོད་པར་བྱའོ་སྟེ་མ་པའི་སེམས་སྤྱིང་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་མ་  
ཐག་ཏུ། ཨོ་ཆུན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་ལྷགས་ཀྱི་དབྱིབས་ལྟ་  
བུ་ཞིག་སྐྱེད་ཀྱིས་འོད་ཟེར་བྱུང་སྟེ། རང་ལ་ཕོག་མ་ཐག་ཨོ་ཆུན་ཆེན་པོ་དེ་དང་  
གཉིས་སུ་མེད་པར་སངས་རྒྱས། རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་མ་འབད་ལྷན་གྱིས་བྱུང་

པས་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། ཏྲག་བྱལ་ལྷན་གྲུབ་མི་བཅད་རྒྱུ་གྱི་འཁོར་ལོའི་བདག་ཉིད་ནུས་  
མཐུའི་ཕྱིན་ལས་ཙན་དུ་བྱུང་ནས། རང་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྤར་ལྷར་འོད་ཟེར་སྒྲོས་  
པས་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཙན་ཐམས་ཙན་ལ་ཕོག་པས་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཙན་དེ་དག་སྐད་  
ཅིག་ལ་དཔྱལ་གནས་ནས་འདྲོངས་ཏེ་དཔྱལ་བའི་གནས་སྒྲོངས་པར་བསམ་  
མོ། །ཞར་ལ་འཕྲོས་དོན་གྱི་ཚུལ་དུ་དཔྱལ་བ་དེ་དག་གི་ཆོ་ཆད་བཤད་པ་ནི། ལྷན་  
མོང་གི་མདོ་སྒྲེན་པ་ཉེར་བཞག་དང་། ལས་རྣམ་འབྱེད། མདོན་པ་མཛོད་ལ་  
སོགས་ལས་བགྲང་བུ་དེས་ཙན་དུ་གསུངས་ནའང་། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྷར་གཉིན་པོ་  
སྟོབས་ཆེན་གྱིས་མ་ཟིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་ལྷར་ཡིན་ཡང་། འདིར་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོར་གཉིན་པོས་ཟིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་དེས་པ་མེད་པར་བཤད་པ་སྟེ། ཀུན་  
མཁྱེན་ཆེན་པོས་གིང་རྟ་ཆེན་པོར། ཐེག་པ་ལྷན་མོང་བའི་མདོ་དང་རྒྱད་དང་བསྟན་  
བཅོས་རྣམས་སུ་རང་རང་གི་ལས་སྒྲུབ་མཐུག་གིས་ཆོ་འཕྲོ་བ་ཙམ་ལས། གནས་རིས་  
དེར་ལྟང་བ་རྣམས་ཆོ་ཆད་གཅིག་རྟེན་དེས་པར་མ་གསུངས་ཏེ། གཉིན་པོ་བྲག་པོ་རྒྱད་  
ལ་སྒྲིམ་པ་ལ་སོགས་པས་སྒྲོ་བྱར་དུ་འང་འཕྲོ་བ་དང་། རྗེ་མེ་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་བརྟམས་པ་  
ལ་སོགས་པས་བསྐྱལ་ཆེན་དུ་མར་གནས་དགོས་པར་བཤད་པས་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པས་སྒྲེབ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གཉིན་པོ་སྟོབས་ཆེན་རྒྱད་ལ་སྒྲིམ་པ་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས་  
དམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་དང་འབྲེལ་ནས་ཐབས་བྱུང་པར་ཙན་གྱིས་བཙན་ཐབས་སུ་འཕྲོ་བ་རྣམས་  
བསྟན་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་སྒྲོ་བྱར་དུ་འཕྲོ་བ་དང་། རྗེ་མེ་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་བརྟམས་པ་དང་།  
དམ་པའི་ཆོས་སྤང་བ་ལ་སོགས་པས་གོང་གི་ལྷན་མོང་གི་ཆོ་ཆད་ལས་ཇེ་རིང་དུ་སོང་ནས་  
བསྐྱལ་ཆེན་དུ་མར་ཡར་ལྷག་གནས་དགོས་པར་བཤད་པ་ཐམས་ཙན་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པས་  
སྒྲེབ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྒྲོད་འཕྲུག་ལས། སེམས་ཙན་དཔྱལ་

བའི་མཆོན་ཆ་རྣམས། །སུ་ཞིག་གིས་ནི་ཆེད་དུ་བྱས། །ལྷགས་སྒྲིག་ས་གཞི་སུ་  
ཡིས་བྱས། །མེ་ཆོགས་དེ་དག་ཅི་ལས་བྱུང་། །དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
ནི། །སྒྲིག་སེམས་ཡིན་པར་བྱས་པས་གསུངས། །**ཞེས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་**  
**ཅན་གྱིས་རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སྒྲོང་རྒྱ་དེ་ལས་སྣང་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དང་།**  
**གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་བྱད་པ་གྲི་ཏ་དང་། མཛེའ་བོའི་བུ་མོའི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་**  
**སོགས་པས་ཀྱང་ཤེས་སོ།** །ཞེས་གསུངས་ན། མཛེའ་བོའི་བུ་མོའི་གཏམ་རྒྱུད་  
སྒྲོན་འགྲོ་ཀུན་བཟང་བླ་མའི་ཞལ་ལུང་དུ་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་ཏེ། སྒྲོན་རྒྱ་གར་ན་  
བྲིས་བདག་མཛེའ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་པ་ལ་བུ་སྐྱེས་ཆོད་ཤི་བ་དང་། ཡང་བུ་གཅིག་  
སྐྱེས་པ་ན་རྒྱུད་སྲི་ཆད་པའི་ཆེད་དུ་ཁོ་ལ་བུ་མོ་ཞེས་བཏགས་པ་ན། ཐམས་ཅད་གྱི་  
མཛེའ་བོའི་བུ་མོ་ཞེས་འབོད། ས་རྒན་དེད་དཔོན་མཛེའ་བོ་རྒྱུན་དུ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་དུ་  
འོར་བུ་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་སྐབས་ཤིག་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་བྱུ་གཟིངས་ཞིག་ནས་ཤི་  
སོང་བ་རེད། རྒྱ་གར་ན་པའི་རིགས་ཀྱི་ལས་ཀ་གང་ཡིན་ན་བུས་ཀྱང་དེ་བྱུད་གོས་ན།  
མཛེའ་བོའི་བུ་མོ་ཆེར་སྐྱེས་ནས་མ་ལ་པའི་རིགས་ཀྱི་ལས་གང་ཡིན་དྲིས་པས། མས་  
དང་པོར་བཤད་ན་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་འགྲོ་ནས་མགོ་ཐོན་དཀའ་བར་བསམ་སྟེ། བྲོད་  
འབྲུ་ཆོང་བའི་རིགས་ཡིན་བྱས་པས། བུས་འབྲུ་ཆོང་བྱས་ནས་ཉིན་རེར་ཀརླ་པ་ཆ་ཅི་  
ལོན་གྱིས་མ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱས། འབྲུ་ཆོང་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བྲོད་འབྲུ་ཆོང་  
གི་རིགས་མ་ཡིན་ཟེར་བས། ཡང་མར་དྲིས་པས། མས་སྒྲོས་ཆོང་གི་རིགས་ཡིན་  
སྒྲིམ་པས། སྤར་ལྟར་བྱེད་པས་ཡང་དེ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པས་ན། མས་རིན་པོ་  
ཆའི་འཆོང་བྱས་པའི་རིགས་ཡིན་ཟེར་བས། དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཀརླ་པ་ཆ་ལོན་པས་  
སྤར་ལྟར་མ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱས། དེར་ཆོང་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་མཆོན་ནས་འོར་བུ་ལེན་

པའི་རིགས་ཡིན་པས་རང་གི་རིགས་ཀྱི་ལས་གྱིས་ཤིག་ཟེར་བས། ཁོས་མ་ལ་ང་ཞོར་  
བྱ་ལེན་པའི་རིགས་ཡིན་འདུག་པས། རྒྱ་མཚོར་ཞོར་བྱ་ལེན་དུ་འགོ་དགོས་ཟེར་བ་ན།  
མས་ཁྱོད་ཞོར་བྱ་ལེན་པའི་རིགས་ཡིན་ཡང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་དང་ཙ་མེས་ལ་སོགས་པ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཞོར་བྱ་ལེན་དུ་སོང་ནས་ཤི་བ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱང་སོང་ན་ཤི་  
འགོ་བས་མི་ཉན་ཟེར་ཡང་། ཁོས་མ་ཉན་ནས་འགོ་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་ཚང་མར་བྱས་ནས།  
འགོ་ཁར་མས་གོས་ཀྱི་མཐའ་ན་བབུང་སྟེ་དུས་ནས་མ་གཏོང་བ་ན། བྱ་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲིག་  
ནས་ང་རྒྱ་མཚོར་འགོ་བ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་བཀྲ་མི་ཤིས་པར་བྱས་ཟེར་ནས། མ་ཡིས་  
མགོར་རྟོག་པས་བསྐྱོན་ནས་སོང་བ་ན། སོང་སོང་ནས་གྲུ་གཟིངས་ཞིག་ནས་རོགས་  
ཚང་མ་ཤི་བ་དང་། མཛའ་བོའི་བྱ་མོས་ཤིང་ལེབ་ཅིག་ལ་འཇུས་ནས་མཚོ་གླིང་ཞིག་  
ཏུ་ཐོན་པ་དང་། དེར་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲོང་། རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་པར་མཛེས་  
སྒྲུག་གི་ལྷ་མོ་བཞེས་སྟེ་ལེན་བསྟེན་བཀྱར་བྱས། ཡང་འགོ་བ་ན། ཁྱོད་ལྷོ་ཕྱོགས་  
སུ་མ་འགོ་ཉིས་པ་ཆེན་པོར་འབྱུང་ཉིས་ཡོད་ཟེར་ཡང་། མ་ཉན་པར་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་  
པ་ན། དགའ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་གྲོང་ན་མཛེས་སྒྲུག་གི་ལྷ་མོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་སྤར་ལྷར་  
བསྟེན་བཀྱར་བྱས་ནས། ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་མ་འགོ་ཟེར་ཡང་ལས་ཀྱིས་དེད་ནས་ཡང་ལྷོ་  
ཕྱོགས་སུ་སོང་བ་ན། ར་རོ་ཞེས་པའི་གྲོང་དང་། གླ་མ་ཚངས་པའི་མཁར་ཞེས་པ་  
སྤར་ལས་མཛེས་པར་རིམ་བཞིན་དུ་སོང་ནས་མཛེས་སྒྲུག་གི་ལྷ་མོ་བརྒྱུད་དང་སོ་  
གཉིས་ཀྱིས་བསྟེན་བཀྱར་ཐོབ་ནས་འདིར་སྤྱོད་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཅིས་ཀྱང་མ་འགོ་ཟེར་ཡང་།  
ཡང་ལས་དབང་གིས་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་སོང་བ་ན། ལྷུགས་མཁར་ནག་པོ་གནམ་ལ་ཐུག་  
པ་ཞིག་གི་སྒྲོར་མི་ནག་པོ་མིག་དམར་པོ་ཅན་ཞིག་འདུག་པ་ལ་སྐད་ཆ་བྲིས་ཀྱང་དེས་ཁ་  
མ་གྲག ཡང་བལྟས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་འདུག་པར་མཐོང་བས། འཇིགས་ཤིང་



སྒྲིག་ནས་སྒྲེ་སྒྲིགས་སུ་མ་འགྲོ་ཉིས་པ་འོང་བའ་འདི་རེད་འདུག་བསམ་བཞིན་མཁའ་  
དེའི་ནང་དུ་སྒྲིན་ནས་བསྐྱས་པས། མི་ཞིག་གི་མགོར་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འཁོར་ཏེ་  
ལྷན་པ་སྐྱུ་ཐལ་ལ་གཏོར་གྱིན་འདུག་པ་ལ། བྲིན་གྱིས་ལས་ཅི་བྱས་ནས་འདི་འདྲར་  
ལྷུང་བྱས་པས། དེས་ངས་མའི་མགོར་རྟོག་པས་བརྟེན་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྒྲིན་གྱིས་  
འདི་བྱུང་བ་རེད། བྲིན་སྒྲིབ་མ་ཆངས་པའི་མཁའ་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་མི་སྦྱོང་བར་འདི་ན་ཅི་བྱེད་  
དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ཁོས་ང་ཡང་ལས་དབང་གིས་བྲིན་འོང་བ་རེད་སྒྲུལ་པ་  
དང་། རྣམ་མཁའ་ནས་གང་བཅིངས་པ་དེ་ཉིད་གྲོལ་བར་ལྷུང་ཅིག་གང་གྲོལ་བ་  
དེ་ཉིད་འཆིང་བར་ལྷུང་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲུག་པ་ན། དེ་མ་ཐག་འཁོར་ལོ་ཁོང་གི་དབུ་  
ཐོག་ཏུ་འཁོར་ནས་སྐྱུག་བསྐྱལ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་སྦྱོང་། དེའི་སྒྲིབ་གྱིས་ཁོང་གིས་  
རང་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྣང་རྗེ་དྲག་པོར་སྦྱོས་ཏེ། འཁོར་བའི་གནས་  
འདི་ནང་འདྲ་བ་མའི་མགོར་རྟོག་པས་བསྐྱུན་ཞིང་དེའི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྦྱོང་བ་དུ་  
མར་ཡོད་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཀྱང་བདག་ལ་སྒྲིན་ནས་བདག་ཁོ་  
ནས་སྦྱོང་བར་ཤོག་ཅིག སེམས་ཅན་གཞན་དག་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་བ་ནས་ཆོ་རབས་  
ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱུག་བསྐྱལ་འདི་འདྲ་བ་མི་སྦྱོང་བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་བསམ་པ་དང་། དེ་  
མ་ཐག་ཏུ་འཁོར་ལོ་རྣམ་མཁའ་འཕགས་ཏེ། ཁོང་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་གྲོལ་ཏེ་གིང་ཏ་  
ལ་བདུན་སྟིད་ཀྱི་སྦྱོང་ན་བདེ་ཆམ་མེར་འདུག་པ་རེད། དེད་དཔོན་མཛའ་བའི་བྲུ་མོ་  
འདི་བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱས་ཤྲུག་ཐུབ་པའི་སྦྱོས་རབས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།  
སྒྲོན་བདག་གཞན་བརྟེན་བ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ལྟར་སྦྱོང་བ་རེད། **དེ་ནས་གྲང་**  
**དཔྱལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བསམ་པ་ནི།** གྲང་དཔྱལ་བརྒྱད་ནི་ཆུ་བྱར་ཅན། ཆུ་བྱར་  
རྟོལ་བ་ཅན། སོ་ཐམ་ཐམ་པ། ཨ་ཆུ་ཟེར་བ། ཀྱི་རུད་འདོན་པ། ཨྱུའུ་

ལྟར་གས་པ། བརྒྱ་ལྟར་གས་པ། བརྒྱ་ལྟར་ཆེ་གས་པ་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །ཡང་  
རང་ཉིད་གང་ནས་ཡོང་དང་གང་ན་ཕྱིན་ཆ་མེད་པའི་ས་གནི་ཐམས་ཅད་བྱེ་ཚན་གྱི་རང་  
བཞིན་ལ་བསིལ་བའི་རེག་བྱ་བསིར་བུའི་རྒྱུང་ཙམ་ཡང་མི་འགྲུལ་ཞིང་། ཉི་མའི་ཚ་  
གདུང་གིས་ཤིན་ཏུ་གདུང་ནས་དུབ་པའི་ལུང་པ་ཞིག་ཏུ་སྟེབས། ཤེས་པ་མི་གསལ་  
སྤང་བ་མི་དང་བ་ལུང་མ་བསྟན་དུ་ཐོམ་ཐོམ་འགྲོ་ཞིང་། འདི་འདྲ་ཞིག་མ་ཆ་ན་འདི་  
ལས་ཚུང་ཞིག་བསིལ་བ་ཞིག་ཡོད་ན་སྟམ་ཞིང་བསམ་པས་རྒྱེན་བྱས། ཚ་གདུང་གི་  
སྤང་བ་འགགས་ནས་སྐད་ཅིག་ལ་གང་དཔུལ་བརྒྱད་དུ་སྟེ་བར་སྟོམ་སྟེ། གང་  
དཔུལ་གང་དུ་ཡོད་པའི་ངོས་འཛིན་ནི། འཇམ་གླིང་འདིའི་འོག་གི་དཔུལ་བ་ཆེན་པོ་ཆ་  
དཔུལ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐད་ཀ་ན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཁྱོད་ལུགས་ཀྱིས་  
ལུས་དང་སྤྱི་འགྱུར་བ་དང་མཐུན་པར་མིང་བཏགས་པ་སྟེ། དེའང་གང་བའི་ཉེས་  
པས་ཉམ་ཐག་པས་མི་བཟོད་ནས་ལུས་འགྱུར་བས་མིང་བཏགས་པ་དང་པོ་གཉིས།  
གང་བའི་ཉེས་པས་མི་བཟོད་པས་འོ་དོད་འབོད་པ་སྤྱི་འགྱུར་བ་ལས་མིང་བཏགས་པ་བར་  
པ་གསུམ་དང་། གང་བས་ཤིན་ཏུ་གདུང་བའི་ཉེས་པས་ལུས་ཤིན་ཏུ་འགྱུར་བས་མིང་  
བཏགས་པ་ཕྱི་མ་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད་རེད། འདི་ན་དང་པོ་གང་དཔུལ་སྤྱིའི་གནས་  
བསྟན་པ་ནི། གང་དཔུལ་གྱི་ས་གནི་ཐམས་ཅད་ཁ་བ་དང་འབྲུགས་རོམ་གྱི་རང་  
བཞིན་བུ་ཡུག་འཛུབ་པ། ས་ཆ་འགག་དོག་ཅིང་ཉམས་མི་དགའ་བའི་ཙྰང་རྩྰང་དང་  
སྤང་ཁྱོདས་སོགས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་ཆ་མེད་པའི་ངམ་གྲོག་ཕྱོགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
ཏ་ཙྰང་འཐས་ཤིང་སྤྱི་བའི་འབྲུག་རོམ་གྱིས་གང་བ། མཐའ་སྐྱོར་ཐམས་ཅད་དུ་གངས་  
རི་ཆེན་པོས་བསྐྱོར་ཞིང་། རྒྱུང་དག་པོ་ལྟར་ནས་སྟེང་ན་ཁ་བ་བུ་ཡུག་འཛུབས་པ།  
ཉི་མའི་སྤང་བ་མེད་པར་ཐུན་པ་ནག་ཐུམ་ཐུམ་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུང་ནག་གི་ངར་སྤྱུལ་ཏུ་ཏུ་

སྒྲིག་པའི་ནང་དུ། གང་དཔྱུལ་བའི་གནས་དང་པོ་ཚུ་བྱར་ཅན་གྱི་དཔྱུལ་བ་ཁ་བའི་བུ་  
ཡུག་དང་གང་བའི་རེག་བྱས་དེའི་ལུས་ལ་བཏབ་པས། སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་ལུས་  
ལ་ཚུ་བྱར་མཐེ་དོག་ཅམ་བུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་བཟོད་པ་འཆར་ཞིང་ག་ལྷགས་  
ཐམས་ཅད་འབྱུགས་ཤིང་འབྱུམས་ནས་སྤྱི་གཡའ་བ། བག་ཆོ་བ། ཉམ་ང་བའི་  
རྣམ་པའི་སྤྱི་བུང་བྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་བཟོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་ལས་སམ་  
དེའི་ཐོག་ན་ད་དུང་ཚུ་བྱར་དེ་དག་བདོལ་ནས་མར་སོང་ནས་རྣག་ཁྲག་ཆི་ཡི་ཡི་འཇག་པ་  
ཚུ་བྱར་དོལ་བ་ཅན་དང་དེ་གཉིས་ནི་ལུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལས་མིང་བཏགས་པ་རེད། ད་  
དུང་སྤྱི་མ་དེ་བས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཇི་ཆེར་སོང་སྟེ་འབྱུགས་ནས་ཨ་ཚུ་ཞེས་སྐད་ཀྱི་གདངས་  
ཆེན་པོས་བྲག་པོར་འདོན་པ་དང་། ད་དུང་སྤྱི་བས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཇི་ཆེར་སོང་བས་  
སྐད་ཀྱི་བྱུངས་ཀྱང་ཆག་སྟེ་ཀྱི་རྩད་ཅེས་རྟེན་གྱི་ཡུགས་ནས་འདོན་པ་དང་། ད་དུང་དེ་  
བས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཇི་ཆེར་འཕེལ་བས་ཁ་ནས་ཉམ་ཐག་པའི་སྤྱི་སྐད་ཀྱང་མ་ཐོན་པར་  
སོ་ཐམ་ཐམ་བྱེད་པ་དང་། དེ་གསུམ་ནི་སྤྱི་ངན་ཉམ་ཐག་གི་སྤྱི་བྱུང་པར་གྱིས་མིང་  
བཏགས་པའོ། །དེ་ལ་རྒྱུད་ཆེན་པོའི་གང་འབྱུག་གི་ངར་གྱིས་བཏབ་པས་ལུས་ཀྱི་ཁ་  
དོག་ཀྱང་འགྱུར་ཏེ་སྒོ་ནག་ལྷང་གི་སོང་ཞིང་མེ་ཏོག་ཨུཏྲལ་གྱི་ཁ་དོག་དང་འདབ་མ་ལྷར་  
སེར་ཁ་ཐོ་ཆོལ་པ་བྲུག་བརྒྱད་དུ་གསལ་པ་དང་། ད་དུང་གང་བྲུག་གིས་པགས་པ་  
རྣམས་ཀྱང་བལྟས་ཏེ་ཤུད་དམར་རྩ་རེ་པར་ལྷར་ཁ་དོག་དམར་པོ་དང་ཆོལ་པ་བརྩར་གསལ་  
པ་དང་། སྤྱི་ཡང་སེར་ཁ་དེ་བས་ཀྱང་མང་དུ་སོང་སྟེ་པར་ལྷར་ཆེར་གསལ་ནས་སྤྱི་མ་  
རྣམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་བརྒྱུ་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་སྤོང་ཞིང་། ཕྱི་མ་དེ་གསུམ་གང་  
བའི་ཉེས་པས་ལུས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་སྒོ་ནས་མིང་བཏགས་པ་རེད། གང་དཔྱུལ་གྱི་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་དེ་ཡང་གོང་ཁྲིར་མག་རྩའི་འབྲུ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་བྲེ་བོ་ཆེའི་ཁལ་བརྒྱད་ཅུ་ཤོང་བའི་

ཏིལ་གྱི་བང་བནས་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱའི་མཚམས་སུ་ཏིལ་རྟོག་རེ་ཕྱིར་ཕྱུང་བས་དེ་བྱང་པའི་ཆོ་  
ཁུ་བྱར་ཙན་གྱི་ཆོ་ཆོད་དུ་བཤད་པ་སོགས་ཏེ། མཛོད་ལས། ཏིལ་སྤྱངས་ནང་ནས་  
ལོ་བརྒྱ་ཞིང་། ཏིལ་གཅིག་ཕྱུང་བས་བྱང་གྱུར་པ། ཁུ་བྱར་ཙན་གྱི་ཆོ་ཆོད་  
དོ། །གཞན་གྱི་ཆོ་ནི་ཉི་ཤུར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་དེའི་དོན་ནི་སྟོན་བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྟོང་རྣམས་ལ། འདི་ན་ཡུལ་མ་ག་རྩ་ཏིལ་གཞིང་ན་འབྱུའི་  
རིགས་ཁལ་བརྒྱད་ཅུ་ཤོང་བའི་ནང་དུ་ཡུལ་གོ་ས་ལའི་ཏིལ་ཞིབ་པ་ཁ་གང་བར་སྒྲགས་  
ནས། ལོ་བརྒྱ་རེའི་མཚམས་ན་ཏིལ་རེ་ཕྱིར་འཕངས་པ་དེ་ནམ་བྱ་ན་ཁུ་བྱར་ཙན་གྱི་  
ཆོ་བྱང་པ་དང་། འོག་མ་རྣམས་ཉི་ཤུའི་འགྱུར་རེ་རིང་བར་བཤད་པ་སོགས་གོ་ནས་  
ཤིན་རྒྱུ་ཡིད་ལུག་ཅིང་སྦྱིད་ལུག་པའམ་ཡི་ཆད་པར་བསྒྲོམ། ད་འདི་ལས་ཐར་པའི་  
དུས་ཤིག་མི་སྲིད་སྐྱམ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཡིད་ལུག་ཅིང་སྦྱིད་ལུག་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྐབས་ཤིག་  
ན། སྤར་ཡང་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་རོ་བོ་བཀའ་དྲིན་སུམ་ལྡན་གྱི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་  
རྣམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་བྱེད་མའི་ཆ་ལུགས་སུ་བྱོན་ནས། བུ་ཞེས་བོས་པ་དང་  
དབྱེས་པའི་མདངས། བརྟེ་བའི་སྒྱུན་གྱིས་གཟིགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་སྟོན་རང་གི་  
བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སོགས་ལས་སུ་ཤེས་པར་གྱིས་  
ལ། ལས་དེ་སྟོང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱང་པའི་དགའ་བསྒྲོམས། དེ་དང་མཉམ་དུ་གཞན་  
སེམས་ཙན་མང་པོ་གང་དཔྱལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྟོང་བ་ལ་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྦྱིང་རྩེ་དག་པའི་  
བསམ་པས་རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེའི་སྟེང་ན་ད་དུང་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསྒྲོན་མར་  
ལོང་ལ། བདག་གཞན་བརྩེ་བ་དང་བདག་བས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བྱུང་པར་  
ཙན་བསྟེན་ཅིག ཅེས་པའི་གདམས་ངག་དེ་ལྟ་བུའི་གསུང་བོས་པ་ཙམ་གྱིས།  
བདག་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་གང་དཔྱལ་གྱི་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་སྦྱིང་རེ་རྩེ།

དེ་དག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་སྒྲིབ་འདོད་མེད་ཀྱང་མི་སྒྲིབ་ཐབས་  
མེད་པར་སྒྲིབ་པའི་དབང་གིས་སྤྱར་ལས་ངན་བསགས་ཟིན་པས། **བདག་གིས་**  
**སེམས་ཙན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱང་བྱའི་སྐྱལ་བ་སྒྲིབ་ནས་འདི་བས་སྤྱག་**  
**བསྐྱེད་འབུམ་འཁྱར་གྱིས་ཆེ་བ་བྱུང་ཡང་**སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བདག་གཅིག་  
དུས་སྒྲིབ་ཆོག་པས་ན་བཟོད་པར་བྱའོ། **།སེམས་ཙན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་**  
**ལས་ཐར་བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་པའི་**དག་སེམས་བྱུང་པར་ཙན་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ་ལས་ངན་  
ཐམས་ཅད་ཉི་མས་བ་མོ་བཞུ་བ་བཞིན་སྐྱད་ཅིག་ལ་ཟད་དེ། **ཨོྭ་ཆུན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་**  
**ཀར་ཡེར་གྱིས་འཕྲོས་ནས་**མ་དག་འགྲོ་བ་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པར་གྱུར་པར་  
བསམ་ལ། དཔུང་སྒྲོམ་མཐར་འཛོག་སྒྲོམ་འདི་ལྟར་བྱ་སྟེ། **བདེ་སྤྱག་གང་ཤར་གྱི་**  
**རང་ངོ་ལ་**ཅེར་གྱིས་ལྷ་ཞིང་ཤེས་པ་མ་བཅོས་རང་བབས་ཤེས་པ་བཟོ་མེད་གྱིས་རྣལ་དུ་  
དབབ་པོ། །དེ་ཡན་གྱིས་དཔྱལ་བ་ཆ་གང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་པ་རེད།  
ཤེས་པ་བཟོ་མེད་དུ་བདེ་སྤྱག་གང་ཤར་གྱི་ངོ་ལ་བལྟས་པས་ན། **སེམས་ལ་སེམས་མ་**  
**མཆིས་པར་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བའོ།** **།ཞེས་གསུངས་པའི་སེམས་ཀྱི་**  
**ཆོས་ཉིད་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཉེ་བ་རེད།**  
**ཞབས་དཀར་ཆོགས་དུག་རང་གྲོལ་གྱིས།** **སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རིག་རིག་འཇུ་འཇུ་**  
**པོ།** **།བདས་ན་མི་ཟིན་ཡལ་ཡལ་བུན་བུན་པོ།** **།བཞག་ན་མི་ཟིན་ཚུབ་ཚུབ་ཡེར་**  
**ཡེར་པོ།** **།འདི་ཞེས་མཆོན་མེད་སྟོང་པ་ཕྱང་ཆད་པོ།** **།བདེ་སྤྱག་སྐྱ་ཆོགས་སྒྲིབ་**  
**མཁན་རང་གི་སེམས།** **།ཞེས་དང་།** **།གཞན་ཡང་།** **སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་**  
**དྲི་མེད་ཤེས་གོང་བཞིན།** **།ངོ་བོ་སྟོང་པ་རང་བཞིན་གསལ་བ་དང་།** **།ཐུགས་རྩེ་**  
**འགག་པ་མེད་པར་ས་ལེར་གནས།** **།འཁོར་བའི་སྒྲོན་གྱིས་ཅི་ཡང་མ་གོས་**

ཏེ། །སེམས་ཉིད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ངེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །འོན་ཀྱང་ལས་དང་པོ་བས་རྣམ་རྟོག་ཤར་མཁན་ཁོ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་ལྟ་དུས།  
 བལྟ་བུ་དང་ལྟ་མཁན་ཐ་དད་མེད་པར་ཅི་ཟེར་འདི་ཟེར་མེད་པའི་སར་ཐོན་པ་ན་སྒྲིབ་ཆེད་  
 དང་བལྟ་བ་དེའི་གཤིས་ཐོག་ཏུ་མ་བཅོས་རྣལ་དུ་དབབ་ལ་རང་བབས་སུ་བཞག་  
 གོ། །དེ་ནས་ངན་སོང་གི་གནས་གཉིས་པ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་བསམ་པ་ནི།  
 བཤེས་པའི་སྒྲིང་ཡིག་ལས། ཡི་དྲགས་ན་ཡང་འདོད་པས་ཐོངས་པ་  
 ཡིས། །བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱུ་ཆགས་མི་འཆོས་ལ། །བཀྲེས་སྒྲོམ་གང་རྩོ་  
 ངལ་དང་འཛིགས་པ་ཡིས། །བསྐྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྐྱེན་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་  
 སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་ཆེན་པོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉམ་ང་བས་མི་ཆད་པར། ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་  
 ནའང་གཙོ་བོ་སེར་སྤྱིའི་དབང་གིས་ཟས་སྒྲོམ་མི་རྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་འདོད་པས་ཐོངས་  
 པས་བསྐྱེད་པའི་བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་། འཛིགས་སྤྱག་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་ཆགས་སུ་འབྲལ་  
 དུ་མི་འཆོས་པའམ་བཅོས་བསྐྱར་མེད་ལ། བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་དགུན་གང་། སོགས་  
 རྩོ་བ་དང་། ཟས་སྒྲོམ་འཆོལ་བས་ངལ་ཞིང་དུ་བ། གཞན་མཆོན་ཆ་སོགས་པ་  
 སོགས་མཐོང་བས་འཛིགས་སྤྱག་ལ་སོགས་པ་ཡིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་བཟད་པ་  
 རྣམས་པ་དཀའ་བ་དེ་འདྲ་བ་བསྐྱེན་པར་ཤེས་པར་འཆོལ། །ཞེས་ཡི་དྲགས་ལ་འོག་ཏུ་  
 འཆད་འགྱུར་ལྟར་རིགས་གསུམ་དུ་ཡོད་པར་བཤད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རགས་རིམ་ཅོམ་སྒོ་  
 ལ་སྒྲུང་བ་ནི། ཡི་དྲགས་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། མཁའ་ལ་རྒྱ་བ་གཉིས་དང་།  
 ཡང་ཕྱིའི་སྒྲིབ་པ་ཅན་དང་། ནང་གི་སྒྲིབ་པ་ཅན། སྒྲོམ་ཁུར་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན་རྣམས་  
 སུ་ཡོད་པ་དང་། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་འོག་གི་དཔག་ཆད་ལྟ་བུ་  
 ཅོམ་ན་ཡོད་པར་གསུངས། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གཤིན་ཆེའི་ཡུལ་དུ་གནས་པ་དང་།

ཁ་འཐོར་འཐོས་པའི་ཡི་དྲགས་མྱུང་མ་གྱི་ཐང་སོགས་ལ་ཡོད་རབས་བཤད་པར་མ་དེས་  
པའང་ཡོད། ཆོ་ཆད་མིའི་སྒྲིབ་གཅིག་ལ་ཡི་དྲགས་གྱི་ཉིན་ཞག་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་པའི་  
རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱུད་སྤྱད་བསྐྱེད་མྱོང་བ་ཡིན་པར་གསུངས། ཀུན་མཁུན་ཆེན་པོས།  
ཕྱི་ཡི་སྒྲིབ་ཅན་བཟང་དགུ་མཐོང་ནའང་བསྐྱམས། །ནང་གི་སྒྲིབ་ཅན་སྒྲོ་སྤྲིང་མེ་འབར་  
ཞིང་། །སྒྲིབ་མཐུན་སྒྲིབ་ཅན་ཟས་སྒྲོམ་ཡིད་ལ་བཏགས། །ཞེས་གསུངས་པས།  
ཕྱིའི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི། ཡང་རང་ཉིད་ཟས་ཞིམ་གོས་བཟང་དང་དངོས་པོལ་ཆགས་སྟེང་  
ཞེན་པའི་དབང་གིས་བསོད་ནམས་གསལ་པའི་ཞིང་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་དང་འཕྲད་ཀྱང་  
སྤར་མོ་སྒྲོམ། སེམས་འཁུམས་ནས་མཆོད་པ་དང་བཀྱར་སྟོན་ལྷ་བྱུ་ལ་སེར་སྒྲུབ་  
པའི་བསམ་པས་རྒྱུན་ལྷན་ནས་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་ཡི་དྲགས་ཕྱིའི་སྒྲིབ་པ་ཅན་དུ་སྒྲེབ་བསྐྱོམས་  
ཏེ། ཕྱིའི་སྒྲིབ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཇི་ལྟར་ཡིན་ན། རྒྱུད་རིང་ལ་བལྟས་པ་ན།  
སྒྲོམ་གྱི་འཕྲས་བྱུང་དང་། རྒྱུ་ལྷན་ཡིད་དུ་འོང་བ་སོགས་མཐོང་བ་ན་དེ་ལ་འོངས་  
སྒྲིབ་པའི་བསམ་པས་ཐག་རིང་པོར་དཀའ་ཆོགས་ངལ་དུ་བ་ལ་མ་འཛོམས་པར་ཐང་ཆད་  
ཆད་དུ་ཕྱིན་ནས་དུང་དུ་སྒྲེབས་པ་ན། སྒྲེ་པོ་མཆོན་ཆ་སོགས་པ་མང་པོས་བསྐྱུང་བ་  
དང་། གཞན་གྱིས་འོངས་སྒྲིབ་དུ་མི་འཇུག་པ་དང་། དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱི་ས་  
ལ་སོགས་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བར་སོང་ནས་གིན་ཏུ་སྒྲེངས་གིང་བགྲུས་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་བཟོད་མི་ཐོད་པ་མྱོང་བ་དང་། ཡང་ནང་གི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི། གཞན་གྱིས་  
བསྐྱུང་བ་སོགས་མེད་ཀྱང་སྒྲིབ་གནས་དང་གྲོང་བྱིར་ས་མདོག་སོགས་སེར་སྒྲུ་དང་།  
རྒྱ་དང་ཕྱི་གིང་སོགས་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་མྱུང་ན་གྱི་གནས་དེར།  
བཟའ་བའི་ཟས་དང་བཏུང་བའི་སྒྲོམ་ཞེས་ལོ་སྒྲིབ་པར་དུ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་པས་སྤྱད་  
བསྐྱེད་བ་དང་། སྒྲོམ་ནས་ཁོག་པའི་ནང་དུ་མེ་འབར་ནས་ནང་ཁོལ་སྒྲོ་སྤྲིང་ཐམས་

ཅད་སྟེག་པ་དང་། ཁ་ནས་མེ་ལྷེ་དང་དུ་བ་འཐུལ་བ་དང་། སྤྱི་མཐུན་དུ་ལྟོག་སྒྲོམ་  
གྱིས་མི་བཟོད་པ་དང་། རྩེ་སྒྲ་ཙམ་ཡང་མི་གོ་ཞིང་། ཐོས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྒྲིང་  
དབང་མེད་པ་དང་། **གལ་ཏེ་ཟས་སྒྲོམ་གྱི་རིགས་ཉུང་དུ་སྒྲན་ཙམ་རེ་རྟེན་ཀྱང་ཁ་ཁབ་**  
**མིག་ཙམ་གྱི་ནད་དུ་མི་ཤོང་།** ཁ་ཅིག་ཁ་ནི་ཁབ་གྱི་མིག་ཙམ་ལ། །ལྟོ་བ་རི་ཡི་  
གཏོས་ཙམ་བགྲེས་པས་ཉན། །མི་གཙང་གྱི་ནད་བོར་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་། །འཚལ་  
བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟར་དགོ་སྒྲིང་དང་བྲམ་ཟེ་སོགས་གྱི་  
སྒྲབ་ལུང་དང་མི་གཙང་བ་དོར་བ་སོགས་ཅུང་ཟད་ཐོབ་ཀྱང་། ཁ་ཁབ་མིག་ཙམ་གྱི་  
ནད་དུ་མི་ཤོང་། **ཅུང་ཟད་ཤོང་ཡང་མགྲིན་པ་རྩ་རྩ་ཙམ་གྱི་སྒྲབས་ལ་མི་ཐར།**  
**ཐར་ཀྱང་ལྟོ་བ་རི་རབ་ཙམ་པ་མི་ཁེངས་ཤིང་ཡན་ལག་འཇག་མ་ཙམ་གྱིས་ལུས་མི་ཐེག་**  
**པ་སོགས་གྱི་སྒྲག་བསྐལ་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པར་སྒྲིང་།** ཡང་ཟས་སྒྲོམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཙན་  
ནམ་སྒྲོས་ཁུར་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཙན་གོ་དོན་འདྲ་མེད་དེ། འདི་ལ་མེ་ལྷེའི་སྤོང་བ་ཙན་དང་།  
ལྷན་ལྷན་ཟ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་གསུངས་པ་འདྲ་ཡོད་དེ། མེ་ལྷེའི་སྤོང་བ་ཙན་ནི།  
**ཟས་སྒྲོམ་ལྟོ་བའི་ནད་དུ་རྩྭ་དཔ་དང་།** དེ་དག་ཀྱང་མེ་འབར་ནས་ལུས་འཚོག་པ་  
དང་། ལྷན་ལྷན་ཟ་བ་ནི། **རང་ག་རང་གིས་ཟ་བ་དང་།** བཤད་གཅི་སོགས་མི་  
གཙང་བ་ཟ་བས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པའོ། །བཤེས་སྤྱིང་ལས། འདི་དག་རྣམས་ལ་  
སོས་ཀའི་དུས་སུ་ནི། །སྒྲིབ་འདྲ་ཚ་ལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གྲང་། །ལྷོན་ཤིང་འབྲས་  
དུ་མེད་འགྱུར་འདི་དག་གིས། །བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཡང་བསྐྱམས་པར་  
གྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡི་དྲགས་སྒྲིང་རིས་འདི་དག་སོས་ཀའོད་དང་  
**ལྷན་པའི་ཚོ་སྒྲིབ་འི་རིག་བྱ་ག་བྱར་ལྟར་བསིལ་ཞིང་གྲང་བ་དེ་ཡང་ཚ་བ་འགྱུར།**  
**དགུན་གྲང་བའི་ངར་དང་ལྷན་པའི་ཚོ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཡང་བསིལ་ཞིང་གྲང་བར་གྱུར་**



ནས། ཚ་དུས་ཚ་ཆེ། གང་དུས་གང་ཆེ་བས་ཚ་གང་ཡོད་མི་སྟོམས། ལྷོན་  
ཤིང་ཡལ་ག་རྒྱས་ཤིང་འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྒྲིན་པ་རྣམས་དང་། ཡན་  
ལག་བརྒྱད་ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཁྱུང་ཡིད་འོང་གི་རིགས་འདི་དག་གིས་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་  
བསྐྱམས་ཏེ། རྒྱ་མེད་པའི་དོ་སྤྲེག་གིས་གང་བའི་ཚ་བའི་ཐང་། ངམ་གྲོག་ཉམས་  
མི་དགའ་བའི་སྤང་བར་འཆར་བ་སོགས་མདོར་ན་བཤེས་སྟོམ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་མྱོང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལུན་སྤང་དུས་མི་ཚོག་པར་མི་ལོ་ཚིག་བྲི་ལྟ་  
སྟོང་སྟོང་དགོས་པར་ཤེས་པས་ཡི་སྤྱད་ཅིང་སྤྱིད་ལུག་པར་སྟོམས། སྤར་རྒྱ་གར་གྱི་  
ཡུལ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་ཆོང་དཔོན་ཞིག་ལ་སྐར་མ་རྒྱ་སྤྲད་ལ་སྤྱེས་པའི་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་  
སྤྱེས་དུས་གྱི་རྒྱ་སྐར་གྱི་མིང་གིས་བཏགས་པས་རྒྱ་སྤྲད་ཅེས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།  
བུ་རྒྱ་སྤྲད་སྤྱེས་ནས་ནར་སོན་པ་ན་པ་ཆོང་དཔོན་གི་ནས་ཁྱིམ་གྱི་བདག་པོར་གྱུར། དེ་  
ནས་པའི་རིགས་གྱི་ལས་ཀ་ཆོང་གིས་འཆོ་བའི་སྐབས་ཤིག་ན། སངས་རྒྱས་བཙུང་  
ལྷན་འདས་མངལ་བས་དད་པ་སྤྱེས་ནས་བཙུང་ལྷན་འདས་ཀྱི་བལྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་  
བསམ་ཡང་། མས་མོ་མ་ཤི་བར་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་མི་འདུག་ང་ཤི་ནས་ཁྱོད་རང་གིས་  
ཤེས་ཟེར་བས། རབ་ཏུ་བྱུང་ཐབས་མ་བྱུང་། རྒྱ་ལོར་ལོན་ཆོད་མ་ལ་སྤྲད་ནས།  
ཨ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་རྣམས་དག་སྒྲིབ་དང་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་ལུལ། དབུལ་  
པོངས་དང་ཉམ་ཐག་ལ་སྤྱིན་པ་ཐོང་ཞེས་ཟེར་ཡང་། མ་རྒན་རྒྱལ་ཆགས་དང་སེར་སྒྲ་  
ཆེན་པོ་ཙན་ཞིག་ཡིན་པས། རྒྱ་ལོར་ཆོང་མ་བསྐྱུངས་ནས་མཆོད་སྤྱིན་མི་བྱེད་པར་མ་  
ཟད་དག་སྒྲིབ་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ལ་ཁྱོད་རྣམས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་བརྒྱུད་ས་ནས་བསྐྱུང་བས་  
ཡི་དྲགས་དང་འདྲ་བོ་ཞེས་ངན་སྤྱེས་བྱས་པ། ད་དུང་མོས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དག་སྒྲིབ་  
དང་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ལ་བསོད་སྟོམས་འབུལ་ཡོད་ཅེས་བུ་མགོ་བསྐྱོར་བ་དང་། རམ་

ཞིག་ན་མ་ཁྱོན་གི་ནས་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་པ་ན། བྱས་མའི་དགོ་ཅུར་མཆོད་སྦྱོན་བྱས་  
ཤིང་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒོ་སྐྱེས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་  
རབ་ཏུ་བྱུང་། ལམ་ལ་བཙོན་པས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་  
ཏེ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་ནས། ཁམས་གསུམ་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ། གསེར་དང་བོད་བ་མཉམ། ནམ་མཁའ་དང་ལག་མཐེལ་མཉམ་པ་ཞིག་  
གྱུར་པ་ན། དེས་ཚུགས་གསྐྱེའི་འགྲམ་དུ་ལོ་མའི་སྦྱིལ་པོར་བྱས་ནས་བཞུགས་པ་ན།  
མ་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་པ། ལུས་སྒྲིང་དུ་མ་མེས་ཆོག་པ་དང་འདྲ་བ། ཁ་ཁབ་མིག་  
སྟོབ་རི་རབ་ནས་རྒྱུ་ལག་རྩ་འཇག་དང་འདྲ་བས་ལུས་མི་ཐེག་པ་ཁ་ནས་མེ་འབར་།  
སྒྲ་ནས་དུ་བ་འཐུལ་བ་གོང་དུ་བཤད་པ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་ནས། ང་ཁྱོད་ཀྱི་མ་ཡིན།  
ང་སྐྱོམ་པས་ཚུ་ཞིག་བྱིན་ཟེར་བ་ན། དག་བཅོམ་པ་ཚུ་སྤང་གིས་སྤྱོད་མི་ཡུལ་དུ་ཡོད་  
དུས་ངས་སྤྱོད་ལ་ཁོར་མང་པོར་བྱིན་ནས་མཆོད་སྦྱོན་གིས་ཞེས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ།  
སྤྱོད་འདི་འདྲའི་ལུས་ངན་པ་སྤངས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་སྒྲས་པ་དང་། ཡི་དྲགས་ཀྱིས་ང་  
སེར་སྒྲ་ཆེ་བས་སྦྱོན་པ་བྱེད་མ་རུས་པས་འདི་འདྲའི་ལུས་སུ་གྱུར། ཁོར་ནམས་  
བསྐྱུངས་ནས་ཡོད། དེ་ནམས་སྤངས་ལ་སངས་རྒྱས་འཁོར་བཅས་ལ་མཆོད་པ་གིས།  
དགོ་བ་ང་ལ་བསྟོན་སྟུག་བསྟུལ་འདི་ལས་ཐར་རྒྱ་ཨོ་ཡོད་ན་ཟེར་བ་དང་། ཚུ་སྤང་  
གིས་འོན་སང་ཉིན་བཅོམ་ལྡན་འདས་འཁོར་བཅས་གདུགས་ཆོད་ལ་གདན་འདྲེན་ལུ་རྒྱ་  
ཡིན། དེ་དུས་སྤྱོད་ཤོག་ཅེས་སྒྲས་པ་ལ། ཡི་དྲགས་མོས་ང་ངོ་ཚན་སང་ཉིན་  
ཡོང་མི་ཐུབ་ཟེར། བྱས་སྤྱོད་གིས་ལས་ངན་བསག་པ་ལ་ངོ་མི་ཚན་ད་ལུས་ངན་  
སྤངས་ནས་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་ལ་ངེ་ཅི་ཆ། ཤོག་ཅེས་པས་འོང་བ་ན། དེ་ལྟར་ལུས་  
མི་སྟུག་པར་བྱས་ནས་ཡོང་བས་ཐམས་ཅད་སྐྱོབ་རྒྱས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞལ་

རས་ལ་བལྟས་པ་ན། རྒྱ་སྒྲིབ་ཀྱིས་དགེ་སྒྲིབ་གི་དགེ་འདུན་ལ་ཞལ་ཟས་ཕུལ་ནས་ཡི་  
དྲགས་མེད་ཕྱིར་དུ་ཡོན་བསྐྱོད་བར་ཞུས་པས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། སྒྱིན་པ་  
འདི་ཡི་བསོད་ནམས་གང། །དེ་དག་ཡི་དྲགས་སྒྱིབ་ཆེན་པོ་ལོ། །ཡི་དྲགས་འཇིག་  
རྟེན་རབ་འཇིགས་ནས། །དེ་ལས་སྒྱུར་དུ་ཐར་སྒྱུར་ཅིག །ཅེས་སོགས་སྒྱིན་པའི་  
རབས་དང་ཆོས་མང་པོ་གསུངས་པས་ཡི་དྲགས་མོ་ཡང་ཡིད་དགའ། དེ་ནས་གི་  
འཕོས་ཏེ་ཡི་དྲགས་རྩ་འཕྲུལ་ཆེན་པོ་མ་ཞེས་པ་སྒྱེས་པ་ན། རྒྱ་སྒྲིབ་ཀྱིས་དེ་ནི་ཁྱོད་ལ་  
མཐུ་རུས་པ་ཡོད་པས་སྒྱིན་པ་ཐོང་ལ་བསོད་ནམས་གསོག་པར་གྱིས་ཟེར་བ་ལ།  
མོས་ང་དང་པོ་ནས་སྒྱིན་པ་ལ་མི་དགའ་བས་སྒྱིན་པ་བྱེད་མི་རུས་ཟེར་བ་དང་། བུ་རྒྱ་  
སྒྲིབ་ཀྱིས་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་དེའི་ལག་ནས་རས་ཡུག་གཅིག་ལེན་ཐུབ་སྟེ་དགེ་འདུན་  
ལ་ཕུལ་ནས། དགེ་སྒྲིབ་ཞིག་གིས་ཉེས་ནས་གོས་ཀྱི་རྩང་ལ་བཀལ་བ། ཡི་  
དྲགས་མོ་ནམ་གུང་ཡོང་ནས་ཕྱིར་བརྟུ་སོང་བ་ན། དགེ་སྒྲིབ་དེས་དེ་ལྟར་རྒྱ་སྒྲིབ་ལ་  
ཟེར་བས། སྒྲར་ཡང་སྒྲངས་ནས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་བརྟུས་སོང་  
བ་དང་། ཐངས་གསུམ་པའི་ཆོ་དགེ་སྒྲིབ་དེས་རས་དེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དུམ་བུར་གཤགས་  
ནས་སྒྲིགས་བཅུའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྟོན་ལ་བསྐྱུད་པས་དེ་སྒྱིན་མ་བརྟུ་བ་རེད། དེ་ལྟར་  
སེར་སྒྲ་ཉེས་པ་ཆེ་བར་མ་ཟད། རྒྱ་མཐུན་གྱི་དབང་གིས་སེར་སྒྲ་འཇུག་གོགས་སྒྲིབ་མི་  
ཐུབ་ནས་སྒྲིག་བསྐྱུལ་སྒྲིབ་བ་རེད། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྒྲིག་བསྐྱུལ་  
བསྐྱོམས་ནས། དེ་ལྟར་སྐྱོམ་བཞིན་པའི་སྐབས་ན། **སྒྲར་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་རྩ་**  
**བའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་ཆ་བྱད་ཅན་དུ་བྱོན་ནས།** གྱེ་ཞེས་བོས་ནས།  
**ཁྱོད་ཀྱིས་སེར་སྒྲའི་སྒྲོ་ནས་བསལ་ནས་པའི་སྒྲིག་བསྐྱུལ་རང་ཐོག་ཏུ་ཞོར་བ་དང་འཕྲུགས་པ་**  
**མེད་པར་བབ་པ་ལ།** སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ལས་ལ་སངས་རྒྱས་བརྟུ་བྱོན་ཡང་མཐུ་

རྒྱལ་ཅེས་པ་ལྟར། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་ལས་འཕྲོག་ཏུ་མེད་པས་སྤྱོད་  
 པར་དགའ། རྒྱལ་བ་ཤུ་ལྔ་པས་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱོད་པོ་ལ་གསུངས་པ་  
 ལྟར། རང་གིས་བྱས་པའི་ལས་བདག་གིར་བྱོས་ལ་ལས་ངན་སྤྱོད་སྟོབས་ཀྱིས་བྱང་  
 པའི་དགའ་བ་སྒྲོམས། རང་འབྲ་བའི་སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་སེར་སྤྱི་ལས་ཀྱི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་མེད་པས་མ་པས། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་རང་གིས་ལེན་ནས། གཞན་གྱིས་མ་སྤྱོད་ན་ངས་སྤྱོད་ན་སྤྱོད་སྒྲུལ་  
 པས་རང་གི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཁ་སྤྱོད་ལ་ལེན་པའི་སྤྱོད་སྟོབས་བསྐྱེད་ལ་བྱམས་སྤྱོད་མེ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་བསྟེན་ཅིག ཅེས་གསུངས་པ་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཨ་ཙ་  
 མ། བདག་འབྲ་བའི་སེམས་ཅན་རང་གཅེས་འཛིན་ཁོན་བྱས་པའི་ལས་ངན་གྱིས་ད་  
 ལྟ་ཡན་ཆད་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྱུངས་ཤིང་སྤྱུག་བསྐྱལ་འདི་ལྟ་བུ་བྱུངས་དང་སྤྱོད་  
 བཞིན་པ་རེད། ལས་ངན་བསགས་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བར་འབྲ་བའི་བདག་དང་  
 རིགས་མཐུན་པའི་ཡི་དྲགས་ཆུ་པོ་གཞུང་གི་བྱེ་མའི་གངས་ཇི་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་གངས་  
 དང་ལྡན་པ་བགྱང་དུ་མེད་པ་དག་ལ་འད་སྤྱུག་བསྐྱལ་འདི་ཁོན་ལྟར་ཡོད་པས་ཤིན་ཏུ་  
 སྤྱོད་མེ། ད་ནི་རང་གི་སྤྱུག་བསྐྱལ་བཟོད་པར་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་ཡང་དང་དུ་སྤྱང་བར་བྱ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱིམ་ནས་སྤྱོད་ས་པར་ཤོག་  
 ཅིག་བསམ་པའི་མོད་ལ། སྤྱོད་མེ་དང་སེམས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་དེའི་མཐུ་ཆེན་པོས་  
 ལས་ངན་སྤྱོད་ཅིག་ལ་བྱང་དེ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་  
 སངས་རྒྱལ། སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བཞིན་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱང་བདག་གི་སྤྱུགས་  
 ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས་བྱངས་པར་བསམ་ལ་འཕྲོག་ནས་ཀྱི་མཁན་པོ་ལ་བརྟག་གོ། །དེ་  
 ལྟར་དབྱེད་སྒྲོམ་དང་འཛོག་སྒྲོམ་སྟེལ་མར་བྱེད་དགོས། གོང་དུ་བདེ་སྤྱུག་གང་ཤར་

གྱི་དོར་ལྷོས་ཞེས་དང་། འདིར་འཕྲོག་ནས་གྱི་མཁན་པོ་ལ་བརྟག་གོ་ཞེས་པས་འཁོར་  
འདས་གྱི་རྩ་བ་སེམས་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། སེམས་ཉིད་གྱི་རྩ་ལ་སེམས་རྣམ་རྟོག་ཏུ་གར་  
བ་འདི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་སོགས་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་རེད་དང་། མ་གྲུབ་པ་རེད།  
ཡོད་པ་རེད་དང་། མེད་པ་རེད། ཡོད་པ་ཞིག་མིན་ན་ཤེས་དོན་གསལ་དོན་མེད།  
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འདི་ཞེས་བསྟན་རྒྱ་རིག་རྒྱ་ཨེ་ཡོད། ཡོད་པ་འང་མ་ཡིན་མེད་  
པ་འང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་པར་ཐག་ཆོད་ན། ཡོད་པ་མ་ཡིན་རྒྱལ་བས་འདི་མ་  
གཟིགས། །མེད་པ་མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་གཞི། །འགལ་འདུ་མ་ཡིན་  
བརྗོད་བྱའི་ཡུལ་ལས་འདས། །རྟོགས་ཆེན་གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་  
ཤོག །ཅེས་པའི་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་རེད། འདི་དང་པོ་གང་ནས་བྱུང་། བར་དུ་གང་  
ན་གནས། ཐམ་གང་དུ་འགྲོ་ཞེས་བརྟག་ན། འདི་དང་པོ་གང་ནས་བྱུང་དང་འདི་  
ནས་བྱུང་ཞེས་མི་རྟོག་པ་འདི་དང་པོ་མ་སྦྱོས་པ་རེད། སེམས་ཉིད་གྱི་དོ་བོ་མ་སྦྱོས་པ་  
ཡིན་པས། དང་པོ་སྦྱོ་བ་ཞིག་དང་། བར་དུ་གནས་པ། ཐམ་འགྲོ་བ་གང་ན་  
ཡོད། དང་པོ་སྦྱོས་པ་དང་། བར་དུ་གནས་པ། ཐམ་འགག་པ་མེད་པས་སྦྱོ་  
འགག་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བ་གཏན་ལ་ཕབ། བར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་ལ་མིང་ནམ་  
མཁའ་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟར་སེམས་ཉིད་སྒྲིབ་པ་ལ་མིང་སེམས་ཞེས་བཏགས་པ་རེད།  
དེ་ལྟར་བྱ་དབྱུང་དེ་མཐུག་ཏུ་མི་རྟོག་པའི་ངང་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་དགོས། འདིའི་བྲིན་  
རྒྱ་དེ་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྦྱིང་རྒྱུ་ཞིང་། ལས་སུ་དགོན་མཆོག་མཆོད་  
ཅིང་དཀར་པོ་དགོ་བའི་ལས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་པའི་བྲིན་རེད། འདིའི་བྲིན་རྒྱ་དེ་ཤིན་  
ཏུ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། ད་སྒྲིབ་ཉི་མ་ཡན་ཆད་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མ་ཤེས་པར་མི་  
བདེ་བ་ལ་བདེ་བ་དང་། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་བབྱུང་ནས། སྤྱང་མ་མི་གཙང་

བའི་འདམ་ལ་ཆགས་པ་ལྟར་དང་། རང་གིས་རང་བསྐྱེམ་རང་གིས་རང་བཅིངས་  
 རས་སྒྲིན་བྱ་རང་གིས་ཁ་རྒྱུས་བསྐྱེམ་པ་བཞིན་འབྲུལ་སྤྲང་འཁོར་བའི་ལྷགས་སྒྲོག་གིས་  
 སྐྱེམ་པ་དང་། ཉ་བའི་ནང་དུ་རྩྱུང་པ་ལྟར་ཐར་མེད་འཁོར་བའི་བྲ་བ་ཆེན་པོ་འདིའི་  
 རང་དུ་རྩྱུང་པ་འདི་ནི། དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་སོགས་ངན་སོང་གི་གནས་སུ་སྐྱེ་འགྲོ་བ་  
 དང་། སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཅི་ཡིན་གཏན་ནས་མི་ཤེས་པ་དང་གོ་མ་སྒྲིང་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན།  
 བོད་ཀྱི་མི་ཞིག་ཡིན་དུས་མང་ཆེ་བ་སུ་སྒྲུགས་ཆད་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་རེ་བཟུང་སྟེ་ཆོ་སྤྱི་  
 དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་ཟེར་ནས་ལྟ་ལོག་འཛིན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅི་ཡིན་རྒྱ་མ་རེད་དེ།  
 ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ངས་ཤེས་བརྟན་པོ་ཞིག་སྐྱེས་མ་ཐུབ་དང་།  
 བྱུང་པར་དུ་མི་སྐྱེ་པོ་མོ་རྣམས་ཡིན་ན་ཐོས་རྒྱ་ཉུང་། རིགས་པའི་གནད་ལ་སྦྱངས་  
 རས་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་བསྟན་མ་སྒྲིང་བས། རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་སྒྲོ་ནས་གནད་ཀྱི་གོ་  
 བ་མ་ལོན་པས་རེད། མི་སྐྱེ་པོ་མོ་ཆོ་རྒྱུད་པ་མ་རེད། རང་གཞན་སུ་ཡིན་ན་དེ་རིང་  
 སང་ཉིན་ཙམ་ལས། ཆོ་སྤྱི་མ་མི་དགོས་ཆོ་འདིའི་ཆོ་མཁྱུག་གི་འདད་ཡག་པོ་མ་ཕོག་  
 རས། ཅི་རེད་གང་རེད། ཅི་བྱུང་གང་བྱུང་། རང་རེ་འཆོ་བ་བརྟེན་སའི་རྟ་ཐོག་  
 རྣམས་དང་སྒྲོགས་འབྲས་བར་འདད་རྒྱག་མ་བྱས་པའི་སྒྲིན་ཆ་རེད། དེ་འབྲའི་མིང་ལ་  
 ཤེས་རབ་དང་རྣམ་དཔྱོད་མེད་པ་དང་། ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་ཟེར་རྒྱ་དེ་ཡིན།  
 འོན་ཀྱང་ད་སྔར་མ་ཤེས་འབྲུལ་པའི་དབང་དུ་སོང་ཡང་། ད་བསམ་སྒྲོ་རིག་པ་གཏན་  
 ལ་ཕབ་ཟེར་བ་ལྟར། ད་དུང་གསོན་འདི་ངོགས་རེད། རང་དབང་རང་ལག་རེད།  
 རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་སྐྱབ་ཆོག་ཆོག་གི་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་རེད། དམ་པའི་ཆོས་  
 ཁ་ལ་འཛིག་ ཁོག་ལ་བཅུད་པ་མིན་ཆད་བྱེད་རྒྱ་འདི་གནད་ས་ཆོས་འཁོར་ཆེན་པོའི་  
 ཟུར་ལ་སྐྱེས་པའི་བེད་དང་། སྒྲིན་བསོད་ནམས་བསམགས་པའི་འབྲས་བྱ་རེད།

དེས་ན་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་སྒྲེབ་འདི་ཆེད་དུ། རིགས་དྲུག་གི་སེམས་  
ཅན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་ཐོག་ལ་ལེན་ནས་བསྒྲོམ་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། ས་ཆ་ཞིག་གི་  
གནས་ཚུལ་གོ་བ་དང་དང་དོ་མ་དེར་ཐོན་པ་གཉིས་ཞིག་ཏིང་ན་བག་ཆགས་འཛོག་ལུགས་  
མི་འབྲ་གི་ཡིན་ན། བྲམ་རྩུ་འཕྲུལ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་བཤད་པས་གོ་བ་འཇགས་མི་  
འཇགས་བྱེད་པ་བས། སྒྲོབ་མ་རྣམས་དཔྱུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་སུ་གཅིག་  
བྲིན་སོང་ན་དགའ་ས་རེད། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གཙུང་དགའ་བོ་ལ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་  
བདེ་སྤྱིད་དང་དཔྱུལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ལྟར་རེད་འགྲོ་ས་ཡོད་མོད། འོན་  
ཀྱང་བྲམ་མ་ལ་དེའི་རུས་པ་མེད་དུས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་འདི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
ནས་བཤད་ན་མ་གཏོགས་ཐབས་མེད་སོང་བ་རེད། རང་རེས་སྒྲོམ་རྗེས་སུ་དཔག་ན།  
དཔྱིད་ཀར་ཞིང་ལ་ས་བོན་བཏབ་ན་སྟོན་ཀར་ལོ་ཏྲིག་དེའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ལྟར། དེའི་  
སྤྱུགས་ལ་བསམ་སྒྲོག་ཏིང་ན་ལས་རྒྱུ་འབྲས་དགེ་སྤྱི་གི་འབྲས་བུ་བདེ་སྤྱུག་སྤྱིར་རྒྱུ་བོ་  
འདི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་ཉ་ལམ་མི་གོ་རྒྱུ་མེད་པ་རེད། བསམ་ཤེས་ཉམས་སུ་བྲལ་ན་  
མངོན་སུམ་རིག་པ་དང་ཉ་ལམ་འབྲ་བོ་རེད། འདིའི་བྲིན་རྒྱུ་འདི་མང་པོ་འདར་རེད།  
ཆོག་སུམ་བགོས་ཏེ་ཆོས་བྲིན་ཉིན་གསུམ་བྲིན་ནས་བྲིན་སྒྲིང་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས། དང་  
པོ་དཔྱུལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་པའི་ཆོ། བྲིན་ཡིག་ནང་བཞིན་དུ་དཔྱུལ་བའི་  
གནས་རེ་རེ་བཏོན་ནས་དེ་བཞིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་གི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་དངོས་སུ་  
སྤྱིར་བར་སྒྲོམ་ས། རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མ་ཉེ་འབྲེལ་གི་བོ་སྒྲོན་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིར་བ་མིག་  
གིས་མངོན་སུ་མཐོང་བ་ལྟར་དཔྱུལ་གནས་ཆོང་མ་སྒྲོམ་ཆོར་དུས། མདུན་གྱི་ནམ་  
མཁའ་དང་གི་ཕྱ་བའི་བྲམ་མ་དང་དབྱེར་མེད་པར་ཨོ་རྒྱན་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་སྐྱེད་དངོས་སུ་  
སྒྲོན་ནས། གདམས་དག་གསུངས་ཆོར་བ་དང་མཉམ་དུ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་སྤྱུགས་དང་

རང་གི་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་གྱི་མཐུན་པ་  
 དང་ལྷན་པར་བསམ། ཡང་རང་གི་སྤྲུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་དཔྱལ་བའི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་དངས་ནས་དཔྱལ་གནས་དོང་ནས་སྤྲུག་  
 པར་སྒྲོམས། རོ་མ་དངོས་གཞི་རིག་རོ་འཕྲོད་ཅིང་དེ་ལ་གོམས་པ་རྒྱུན་སྒྲིང་བའི་  
 རྟོགས་པ་མཆོག་ལྷན་ཞིག་ཡིན་ན། འགོ་དུག་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་  
 དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྗེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་ན། ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་དངོས་སུ་ཕན་ཐོགས་  
 ཏེ་དཔྱལ་གནས་དོང་ནས་སྤྲུག་པུས་པ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ཡང་མོས་པ་རྣམ་པར་དག་  
 པ་དད་དང་སྒྲིང་རྗེའི་ངང་ནས། བླ་མ་དང་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དབྱེར་མེད་གྱི་སྤྲུགས་ལ་  
 མཉམ་པར་བཞག་ནས་ངན་འགྲོའི་གནས་དོང་ནས་སྤྲུགས་ཏེ་སེམས་ཅན་དེ་དག་དག་  
 ཞིང་དུ་བྲིད་པར་སྒྲོམ་ན་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད། མ་འོངས་པ་ན་  
 དེ་དང་དེར་འགྱུར་བའི་རྟོན་འབྲེལ་འགྲིག་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། རྟོན་འབྲེལ་ལུས་ལ་སྒྲིག་  
 ན་རྟོགས་པ་སེམས་ལ་འཆར་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་ཆོས་བྲིད་མེད་པའི་ཉིན་  
 གསུམ་གྱི་སྤྱོད་འབྲུམ་ལྡེའི་ནང་གི་དོར་སེམས་སྒྲོམ་བསྐྱས་ཡིག་བརྒྱ་གསེག་དགོས།  
 དེའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་འབྲེལ་བའི་དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཅིས་ཟིན་ན་སྒྲིག་པ་དག་  
 སྟོབས་ལྷག་པར་ཆེ། རྟོན་གྱི་སྟོབས་དེ་བླ་མ་རྟོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཀུན་འདུས་ལོར་བུའི་  
 ལུགས་སུ་བསྒྲོམ་ན་སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན། འབྲུམ་ལྡེ་ཞེས་པ་  
 བསགས་སྤྱང་གཉིས་ཏེ། ཆོགས་བསགས་དང་སྒྲིབ་སྒྲིང་གི་ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་རེད།  
 ཆོགས་རྟོགས་སྒྲིབ་པ་དག་ན་ཐར་པའི་མཆོག་ཐོབ། སྒྲིབ་པ་དག་ན་རྟོགས་པ་ངང་  
 གིས་འཆར། ཞེས་གསུངས། དེ་དུས་དེས་གཞན་དོན་འགྲུབ་ལ། གཞན་དོན་



སྦྱུབ་རྣམས་པ་དེས་རང་དོན་ཞོར་ལ་འབྲུག་ཅིང་ཚགས་སུ་རྩྭ་དྲ་ཚར་བ་རེད། དེས་ན་རང་  
རེས་དེ་རིང་ཕྱི་རྩོད་གང་དཔྱལ་གྱི་སྦྱག་བསྐྱེལ་སྒྲོམ། སང་ཉིན་ཕྱི་རྩོད་དང་དགོང་མོར་  
ཡི་དྲགས་གྱི་སྦྱག་བསྐྱེལ་སྒྲོམ། མཐར་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོའི་སྦྱགས་དང་རང་སེམས་  
དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེལ། ཡི་དྲགས་སུ་སྦྱོས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དག་ཞིང་དུ་བྱང་  
བར་སྒྲོམས། ཐུན་ཐམས་ཅད་གྱི་མཐར་དམིགས་མེད་གྱི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག  
མཉམ་པར་བཞག་ཟེར་ན་སེམས་རྣམ་རྟོག་གི་བླ་སྒྲུབས་གྱི་དབང་དུ་མི་ཤོར་བར།  
དྲངས་པའི་རྒྱ་མཆོད་མི་གཡོ་བ་བཞིན་དགོས། མཉམ་ཟེར་ན་སེམས་སྦྱོགས་སུ་མ་ལྟར་  
བར་ཞོག་ཅེས་པའི་དོན་རེད། མཉམ་བཞག་གི་ཆོག་གི་ཐོག་ལ་བསམ་ན། སེམས་  
འཛིག་ཐབས་དང་འཛིག་ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་ཆོག  
ད་རེས་གྱི་བྲིན་འདི་ལ་སྒྲོམ་རྒྱག་དགོས། སྒྲོམ་མི་ཤེས་རྒྱ་ཅི་ཡོད། ངས་སྒྲོབ་  
ཅེས་གོང་དུ་བཤད་ཐྱོང་ལ། སྒྲོམ་རྒྱག་དུས་ལུས་རྣམས་སྤང་ཆོས་བདུན་བྱ་དགོས།  
སྒྲོམ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱག་ན་ལུས་ལ་ཅི་འབྲེལ་བ་ཡོད་བསམ་ན། སེམས་ལུས་ལ་  
གནས་ཡོད། སེམས་ཆོས་ཅན་དང་། དེའི་ཆོས་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཡིན། དེའི་ཡེ་  
ཤེས་དེ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་ལྟན། རོ་བོ་སྟོང་པ། རང་བཞིན་གསལ་བ། ཐུགས་  
རྩི་འགག་མེད་དེ་སྟོང་གསལ་འགག་མེད་གསུམ་པེ་རེད། གཉུག་མ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་  
གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཟེར་ན། མ་བཅོས་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སེམས་གྱི་ཆོས་ཉིད་གང་  
ཡིན་པ་དེ། སྒྲིང་ཅི་ཏྲ་རིན་པོ་ཆེ་བྱུང་བརྒྱུད་པ་ན་དྲངས་མ་ལྟ་འདུས་གྱི་ཐིག་ལའི་ནང་  
དུ་བཞུགས་ཡོད། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཁམས་དུག་ལྟན་གྱི་མིའི་ལུས་དེ་སྦྱགས་རྩིགས་  
ཆེན་སྒྲོམ་པའི་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན། འོ་ན་ལུས་འཛིགས་པའི་ཆོ་ཡེ་ཤེས་ཅི་རེད་  
འགྲོ་བསམ་ན། འདི་ལུས་གནས་ལུས་ལས་མ་སྦྱོས་པའི་ཡེ་ཤེས། ཆ་མེད་ཀུན་

འགྲོ་ཀུན་ལ་བྱབ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན།   འདི་ལ་རྒྱུད་གཞན་ལས་མཁའ་བྱབ་  
མཁའ་འཛིན་རྩི་ཞེས་གསུངས་ཡོད།   དོན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ།   འཛིག་བྲལ་མེད་པ་  
རྩི་རྩི་ལྟ་བུ།   སྒྲིམ་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་ཞིང་དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ།  
གནས་ཚུལ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་།   སྒྲིང་ཚུལ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་  
ཉིད་དུ་བཞུགས་པ།   ཆོས་ཉིད་དེའི་རྩལ་དང་རོལ་པ་ལས་སྒྲིང་གསུམ་སྒྲིང་བའི་སེམས་  
ཀྱི་རྣམ་རྟོག་འདི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱལ་དུས་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱལ་བྱུང་བ་བཞིན་དུ།   འབྲུལ་  
སྒྲིང་ཤར་བ་རེད།   ད་སྒྲིམ་བརྒྱབ་ནས་འབྲུལ་བ་དེ་མ་འབྲུལ་བའི་གཞིའི་སྟེང་དུ་ཕྱིར་  
ལྷོག་དགོས་དུས་དེའི་རྟེན་གཞི་རྩུ་རྒྱུད་ཐོག་ལེ་རྣམས་གནད་དུ་བསྐྱལ་དགོས་པས་ལུས་  
གྲུབ་པའི་གཞི་རྩུ་རྒྱུད་ཐོག་ལེ་རྣམས་ཡིན་ན།   ལུས་ཀྱི་འདུག་སྟངས་གཙོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་  
མཚོན་དེས་རེད།   འདུག་སྟངས་རེ་རེའི་ཐད་ཀྱིས་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་འཆར་ཚུལ་ཀྱི་  
དགོས་གནད་ཆེན་པོར་ཡོད་པ་རེད།   འདུག་སྟངས་དེའི་སྟེང་དུ་ད་རེས་ཀྱི་སྐབས་མི་  
དམིགས་ངང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་གསུངས་ན།   མི་དམིགས་པའི་ཉིང་ངོ་འཛིན་འདི་  
ལ་གོམས་རིམ་བཞིན་དུ་གཡོ་ཐོབ་གོམས་བརྟན་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཉམས་རྣམས་ཡོད་པ་  
ལས།   གཡོ་བའི་ཉམས་རིམ་གཟར་ཀྱི་རྒྱ་ལྟ་བུ།   ཐོབ་པའི་ཉམས་ལུང་ལུང་  
དོགས་མའི་རྒྱ་ལྟ་བུ།   གོམས་པའི་ཉམས་དལ་འབབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆེན་ལྟ་བུ།   བརྟན་པའི་  
ཉམས་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གི་མི་གཡོ་བ་ལྟ་བུ།   མཐར་ཕྱིན་པའི་ཉམས་རིམ་གཡོ་འགྲུལ་  
མེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།   གཙོ་བོ་ཞི་གནས་ཕྱོགས་ནས་བཞག་ཐབས་བཤད་ན་དེ་ལྟ་དང་།  
གཙོ་བོ་ལྷག་མཐོང་གི་ཕྱོགས་ནས་བཞག་ན་རྩོགས་ཆེན་ཀྱི་སྐབས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན།   ཅོག་  
བཞག་བཞི་དང་མི་གཡོ་གསུམ་ལྷན་ཀྱི་དགོངས་པའི་གནད་དང་བསྐྱལ་པའི་ལམ་ཆོད་  
བོད་རྟགས་དང་བཅས་པ།   ངོ་ཤེས་རྩལ་རྩོགས་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཐབ་ཅིང་

རྒྱུ་པའི་ཐོག་ནས་མན་ངག་གི་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་དེ་ལྟར་དུ་གསུངས་ཡོད། ཞི་  
ལྷག་འདི་གཉིས་བཤད་པ་ཐ་སྟོན་གྱི་ཆོག་གི་ཐོག་ནས་གཉིས་བྱས་ནས་བཤད་ཡོད་ཀྱང་།  
ཡིན་པ་མཆོད་བྱ་དོན་གྱི་དགོངས་པ་ཆོས་ཉིད་འཕོ་འགྱུར་དང་བྲལ་བའི་གནས་ལུགས་  
རྟོགས་པ་གཅིག་པུ་དེ་ལ། བརྟམ་མི་རྟོག་བའི་ཆེད་དུ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ནས་གསུངས་པ་  
ཙམ་ཞིག་རེད། དེས་ན་མི་དམིགས་པ་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་འདི་ལ་གང་ཟག་རང་  
རང་གི་རྟོགས་ཆེད་ལྟར་མ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་གཅིག་འབྲེལ་ཡིན་པ་མ་རེད། ཞི་  
གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་ཆོག་ཙམ་མ་གྱི་ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་ནས་ཡ་གྱི་ཐེག་ཕྱིའི་རྟོགས་  
ཆེན་བར་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་སྒྲིམ་ཐུན་དོན་འཕགས་ཀྱིས་དོན་གྱི་ཐོག་  
ནས་གོང་མ་གོང་མ་ལ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་འཕགས་ཆོས་རྣམས་འབྱོར་གྱི་སྒོ་བྱུང་  
གྱིས་བྱུང་པར་བ་རེ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདིའི་སྐབས་ན།  
འདས་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་རྗེས་སུ་མི་འབྱུང་། མ་འོངས་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་མདུན་མི་བསྐྱུ་  
ད་ལྟའི་རྣམ་རྟོག་གི་འཕྲོལ་མི་མཐུད་ནས། དེ་ལ་ཡང་ལས་དང་ཡང་བཅས་མི་བྱེད་པ་  
དང་། རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་དད་པ།  
སེམས་ཅན་སྦྱིད་དང་བྱུང་པར་དུ་ངན་སོང་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲིང་རྗེ་སྦྱེ་བ། དད་དང་  
དེས་འབྱུང་སྤྲིང་རྗེ་རྣམས་བསྒྲོམ་གྱི་ངོ་བོ་ཤར་བ་ནས་དམིགས་གཏད་གྱི་མཆོན་མ་མེད་  
པའི་ཐོག་ཏུ་འཛོག་དགོས་ལ། སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་འདི་ད་སྒྲོན་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་  
བདག་རྒྱག་མ་སྒྲིང་བས་རྟོག་ཆོད་ཆོག་ཟུང་བྱེད་དུས་འཛོག་ནི་རེད། ངན་པ་རང་ལམ་  
དང་། ཐོག་གུ་རྒྱུ་ལ་ལམ་ཡིན་ནི་རེད། འོན་ཀྱང་ག་ལེ་ག་ལེར་བྱས་ནས་ཐབས་  
དང་མན་ངག་གིས་བཅོས་ནས་ལམ་དུ་གཞག་རྒྱ་ཡོད་རེད། འདི་ལྟར་དམིགས་མེད་  
གྱི་ངང་དུ་གཞག་ན་ཡང་རྣམ་རྟོག་གི་རྟོག་ཐབས་འཚུབས་ནས་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་བའོ་ལ།

འོན་ཀྱང་རྣམ་ཏྲིག་ལ་སྤྱོད་དུ་བལྟ་མི་དགོས། དེ་ལྟར་གཏན་ནས་མེད་ན་གི་སོང་བ་  
 རེད། རྣམ་ཏྲིག་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱེད་རེད། མཆོ་མིན་པའི་རྩ་རྒྱལ་གི་མེད་པ་ལྟར་  
 ཆོས་ཅན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་མ་དྲུང་སོང་དུས་ཆོས་ཉིད་མ་བཅོས་གཡོ་མེད་ཁོ་རང་ལས་  
 གཞན་མེད་ལ། དེ་གཉིས་བར་དུ་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། དར་གཅིག་  
 དམིགས་མེད་ཀྱི་རང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་ནས། ཡང་མཐར་འབྲེལ་བ་བཞི་ལྟར་གྱི་  
 སློན་ས་བསྐྱོད་སློན་ལམ་ཞེ་སྟག་པ་ནས་བྱ་དགོས། འབྲེལ་བ་བཞི་ལྟར་ནམ་ཡིན་ན་  
 བཤད་འདུག་པ་དེ་རེད། སེམས་ཅན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྒྲུག་  
 བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། འབྲེལ་བར་ཤོག བྲལ་བ་ཞིག་བདག་གིས་བྱ་  
 སྐྱམ་པ་འདུན་པ་དང་འབྲེལ་བ། སློན་པ་དང་འབྲེལ་བ། དམ་བཅའ་དང་འབྲེལ་  
 བ། དེའི་སྤྱོད་དུ་དེ་ལྟར་བྲལ་བ་དཀོན་མཆོག་གིས་སྤྲུགས་རྗེས་གཟིགས་སྐྱམ་པ་  
 གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བ་སྟེ་འབྲེལ་བ་བཞི་རེད། དེ་དག་ཆོད་རྒྱུ་ནི་ད་རེས་མིན་  
 ཡང་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་དགོས། འདི་ན་ཉི་མ་ཆ་རེར་འཛོགས་རྒྱུ་འདི་ལོ་གཅིག་  
 གི་ནང་ལ་ཆོས་འདི་མ་གཏོགས་མི་དགོས་ཟེར་བ་མ་རེད། ཆོ་གཅིག་ལ་དུས་དང་རྣམ་  
 པ་ཀུན་ཏུ་དེ་ལྟར་བཅོན་པས་དག་སྦྱོར་གྱིས་དང་། འབྲས་བུ་ཕན་ཐོག་ཅན་ཞིག་ཁྱེད་  
 རང་ལ་སློན་རྒྱུ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བའི་བཟུང་། དེ་རིང་གི་དྲོས་ཇ་འབྱུང་རྒྱས་སང་ཉིན་གྱི་  
 དྲོས་ཇ་འབྱུང་མི་དགོས་པ་ལ་མི་ཕན་གྱི། སང་ཉིན་ཡང་དེ་ལྟར་འབྱུང་དགོས། དེ་  
 ལོས་དགོས་ལུས་འཛོལ་བྱེད་རེད། དེ་བཞིན་དུ་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་སྟོག་འཛིན་བྱེད་  
 དམ་པའི་ཆོས་རེད། ཐར་པའི་སྟོག་དེ་རྒྱུན་ཆད་འཇུག་མི་ཉན། དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་  
 བསྐྱབ་རྒྱུ་མེད་ན། མི་ཆེའི་འཛོལ་པའི་ནང་ན་དེའི་དྲག་མེད་པ་དེ་མེད་སོང་བ་རེད།  
 དེ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་དེ་རིང་ཁ་རྩུང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་རང་རེ་ལས་བརྒྱ་

འགྱུར་སྒྲིབ་འགྱུར་གྱིས་མཁས་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མགོ་སེར་ནག་ཅན་ཆོང་མས་འདི་དོན་  
གཉིར་བྱས་ནས་ཨེ་ཤེས་ལྟ་བཞིན་ཡོད་རེད། ཆོས་སྐྱབ་དུས་ཆོས་དེ་དུས་རྒྱུན་གྱི་  
བསམ་པ་དང་སྒྲིབ་པའི་འཆོལ་དང་བསྐྱེད་ཤེས་དགོས། ཆོས་དང་རྒྱུན་གྱི་བསམ་སྒྲིབ་  
ཁ་འབྲལ་མི་ཉན། དེ་བཤད་སྤངས་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ཆོས་དང་  
རང་རྒྱུད་འབྲེས་དགོས། དེ་མ་འབྲེས་པར་ཆོས་དང་རང་རྒྱུད་ལ་ཕར་ནང་རྒྱུར་ནང་  
རེད་སོང་ན། ད་ཡ་ཟེར་དུས་ཆོས་ཀྱིས་ཕན་ཐོགས་མེད་པར། དཔེར་ན་སྒྲིབ་གྱི་  
ལག་གི་མཆོན་ཆ་ལྟག་སོང་ན་དག་དང་ཐུག་དུས་ལག་ཡུམ་ཡིན་པ་ལྟར། དག་  
འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་གསུམ་གྱིས་སྒྲིབ་གར་བྲིན་གཡག་ལུ་སྒྲིབ་མ། གར་  
བསྐྱད་བདག་པོའི་བོང་ལུ། སྒྲིབ་རྒྱུ་འོང་རྒྱུ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། གར་གྱིས་  
སྒྱུ་གུའི་ལམ་དང་། གར་བསྐྱད་བདག་པོའི་དབང་རེད། སྒྲིབ་རྒྱུ་དར་རྒྱུ་གཅིག་མ་  
གཏོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་སྤར་འབྲལ་པ་ལྟར་ད་རུང་འཁོར་བའི་མཐའ་མཐོང་  
དཀའ། མི་ཆོའི་རྒྱུན་གྱི་འཆོལ་འཛིན་ནང་ན་ཆོས་བསྐྱབ་རྒྱུ་མེད་དུས། ཟས་ཨ་ར་སྒྲིབ་  
གསུམ་ཐོད་མི་ཐུག་ཟེར་ནི་པོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་རེད། ཆོས་མེད་གྱི་མི་དང་དུད་འགྲོ་རྒྱ་  
ཟས་གཉིས་གཅིག་རེད། སེམས་ད་དུང་རང་རེའི་སྒྲིབ་ཐོག་ཆོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དེ་ཆོའི་སྒྲིབ་  
ན་མི་ཤེས། རྒྱ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱགས་སོང་དུས། བཟེ་རེ་ཐུག་དོག་གི་སྤང་བ་  
དག་ལངས་སོགས་ཀྱིས་རང་སྤྱད་རང་གིས་ཉོས་པ་སོགས་དེ་ཆོ་ལ་ཡོད་ས་མེད་གི།  
དུད་འགྲོ་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་གིས་དེ་འབྲེལ་སྤང་བ་རྣམ་རྟོག་ཤེས་ས་མ་རེད། མདོར་ན་  
ཆོས་ཡོད་པའི་བྲིམ་ཆོང་སྒྲིབ་ལ། ཆོས་ཤེས་པའི་བྲིམ་ཆོང་དེ་བས་སྒྲིབ། དམ་པ་  
ལྟ་ཆོས་འདི་སྒྲིབ་གྱི་གོང་ནོན་ཡིན་ཏེ། འདིའི་དོན་ལག་པོ་ཞིག་ཤེས། དེ་ལ་ལག་  
ལེན་ཐེབས་ན་ལས་བྱ་བའི་ཆོད་ཐིག་པ་རེད། འདོད་རྒྱུང་ཆོག་ཤེས་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་ཅིག་

ས་སྒྲིང་ན་མེད། སྒྲུག་གི་སྒྲོ་གྲོགས་ཡིན་ཏེ། སྒྲུག་བསྐལ་བ་དེ་སྒྲིང་ལ་བསྒྱུར་  
ཤེས་པས་རེད། དེ་འདྲ་དེ་ལྟས་ངན་གཡང་ལ་འགྱུར། རྒྱུན་ངན་གྲོགས་ལ་  
འགྱུར། ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་རྒྱུན་ལ་འགྱུར་འགོ་བ་རེད། ད་རེས་འུ་ཚེས་ཉི་མ་  
ཆ་རེར་སྒོན་འགོ་འབུམ་ལྔ་གསེག་རྒྱ་བོ་འདི་འདྲའི་དུས་ཚོད་ཐུང་དུ་ཞིག་ལ་འབུམ་ལྔ་  
སེག་འགོ་བ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་འབུམ་ལྔ་ཞེས་པ་ཚོགས་གསལ་གླིང་སྒྲིང་གི་ཆེད་དུ་  
གསེག་རྒྱ་ཡོད་པ། གསེག་ན་ཇི་ལྟར་གསེག་དགོས། བྲ་པས་ལྟ་ཅི་མི་སྒྲུ་ཤོ་མོ་  
སེགས་སུ་ཡིན་ཡང་གསེག་ལོ་རབས་ཚོག་རབས་ཀྱི་གསལ་བརྟུན་པ་ཡིན།  
རང་རེས་ཁྱུག་ལུང་གྲོག་གི་མི་དེར་ཚིག་གཅིག་གཉིས་རེ་བཤད་པས་མི་གོ་ ཡིག་ངོ་  
ཞིག་བསྟན་ན་འདྲ་དེ་སྒྲོ་དོན་ཐམས་ཅད་གོ་བརྟུན་དཀའ་བས། ཨ་ནས་ཡང་དུ་  
ཐབས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་པན་རེ་ཨོ་ཐོགས་ལྟ་ཁུལ་བྱེད་རྒྱ་བོ། ཚེས་རེ་  
བཤད་པ་དང་ཚེས་སྐར་རེ་གཟུང་བའི་དམིགས་ཡུལ་རེད། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟན་  
འདས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཅིག་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛེད་པ་བསྒྲུབ་དགོས། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་མཛེད་པ་སེམས་ཅན་ལ་པན་ཐོགས་པ་དེ་རེད། དོན་གྱི་པན་ཐོགས་ངོ་མ་ནི་  
དམ་པའི་ཚེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྒྲུབ་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན་དམ་པའི་ཚེས་འཛིན་པ་དང་  
བསྟན་པས་སེམས་ཅན་ལ་པན་པ་བསྒྲུབ་པ་ནི། ལྷ་ཀྱའི་རྗེས་འཇུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འོས་  
འགན་རེད། འོན་ཀྱང་ལྷ་ཀྱའི་རྗེས་འཇུག་མ་ཟད་བདག་ཅག་གི་སྒོན་པ་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་  
རང་ཉིད་དངོས་སུ་བྱོན་ཀྱང་ཚེས་བསྟན་རྒྱུའི་པན་ན་མཛེད་རྒྱ་མེད་པས་སེམས་ཅན་རང་  
ཉིད་ལ་འདྲ་ཐུག་ཡོད་པས་ཐར་པའི་ལམ་དུ་ངེས་པར་འཇུག་དགོས་ཏེ། ངས་ནི་བྱིད་ལ་  
ཐར་པའི་ཐབས་བསྟན་གྱི། །ཐར་རང་ལ་རག་ལས་བརྩོན་པར་གྱིས། །ཞེས་  
གསུངས་པས་སོ། །མདོར་ན་ཚེས་ཚིག་རེ་གོ་ན་དེའི་དོན་ཞེ་ལ་ཞོག གནད་སྤྲོད་

པོ་རང་གི་སེམས་ལ་ངེས་སུ་འཇུག་དགོས། ད་བཤད་དུས་ཉ་ལམ་གོ་རྒྱུ་རེད།  
མི་སྐད་གྱིས་མི་ལ་བཤད་པ་རེད། དེའི་འཕྲོར་མི་བརྗེད་པའི་གཟུངས་དང་སྒྲོབས་པ་  
ལ་དབང་མ་འབྱོར་བས་ཆོག་མང་ཆེ་བ་མི་འགོར་བར་བརྗེད་འགོ། མི་བརྗེད་པའི་  
གཟུངས་སྒྲོབས་དེ་མེད་པས་སེམས་ཅན་ཕལ་པ་ཟེར། འོན་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་  
དགོངས་དོན་ལོན་དུས་རྟོན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས། ལུང་དང་རྟོགས་པའི་ཆོས་གོ་བ་དེ་  
རྒྱ་མི་འཛའ་བར་རང་གི་རྒྱུད་ལ་དེའི་དོན་སྦྱར་དགོས་རྒྱུ་ནི། ཆོག་ལ་མི་རྟོན་དོན་ལ་  
རྟོན། རྣམ་ཤེས་ལ་མི་རྟོན་ལེ་ཤེས་ལ་རྟོན་པ་ལ་སོགས་ཡིན་དུས། དེའི་དོན་གྱི་  
སྒྲིང་པོ་གནད་དོ་མ་དེ་ཨེ་ཟེན་བལྟ་དགོས། མདོར་ན་ཆོས་ཆོག་རེ་གོ་ན་དོན་དོ་མ་པོ་  
ཅི་བཤད་གྱིན་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་པར་གྱིས་ལ། ཡི་གེ་ཤེས་པ་རྣམས་གྱིས་བྲིད་ཡིག་ལ་  
ཞིབ་ལྟ་གྱིས། ཆར་མང་པོ་ལྟོས། ཆོས་བྲིད་ལྟ་དུས་མ་མཐའ་བསྐྱར་སྒྲིང་ཆར་  
བཅུ་རེ་དགོས་དར་ནི་རེད། མཁས་པའི་གསུང་དང་དམ་པའི་མན་ངག་ལ་ཆར་མང་  
པོར་བལྟས་ན་དེ་ལྟར་དུ་གོ་རྒྱུ་ཡོད་ཅིང་དེའི་ཆོད་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱང་འཇུག་པ་རེད།  
ཡི་གེ་མི་ཤེས་པ་ཆོས་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་འདོན་བཅུག་ནས་རྟོན། བང་པན་རྩོན་འདིའི་  
ཐད་ལ་བགོ་སྐྱེད་གྱིས། སྐད་ཆ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་གྱིས་དང་རང་གཞན་ཆང་མ་ལ་ཕན་  
ཐོགས་ཡོད། དེ་རིང་གནམ་ངོ་ཡག་ན་ཡག མ་ཡག་ན་མ་ཡག ཉི་མ་ངོ་ན་  
ངོ། མ་ངོ་ན་མ་ངོ། ཆགས་སྤང་དགའ་སྦྱག་གི་སྐད་ཆ་ཁོ་ན་མ་བཤད་མ་  
གཏོགས། རང་གི་རྣམ་ཤེས་སྤང་ལ་བག་ཆགས་ངན་པ་འཛོག་བྱེད་རེད། རྟོན་  
མོངས་དུག་ལྲས་འབྲུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ན་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྒྲ་  
ནས་འབྲུབ་ཆར་ཤག་ཤག་རེད། དེ་འབྲུབ་རྒྱུ་མེད་པས་དེས་དམུས་ནས། རང་  
རེས་དེ་མིན་པའི་ལམ་ཞིག་བཙལ་ཏེ་ལྷགས་ན། ད་རུང་ཁ་ཤར་ལ་འཁོར་ནས་འགོ་ས་

ལུབ་ཏུ་བྱེད་ན། རང་ལམ་རང་གིས་བཀག་པ་འདྲ་རེད་ཞིག་འགོ། འགའ་རེས་  
 ཀུན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་ཚར་འགའ་རེ་བལྟས་ཡོད་ཚོད་ཡིན། དེ་དང་བྲིད་ཡིག་  
 འདི་ཚོ་དང་ཀུན་ལ་ལྟོས། འདིའི་དོན་ཚུ་ཚོད་རེ་གཉིས་ལ་བསྒྲོམ་རྒྱུ་འདི་ནི་ཕྱིན་ཆད་  
 རང་གིས་ནམ་ཡིན་ན་འདི་འདྲ་བསྒྲོམ་ཟེར་བརྟེན་དེ། ཆོས་བསྐྱབས་ཡོད་བསམ་  
 ནའང་ལས་འབྲས་ལ་འཛུལ་མི་ཤེས། སྒྲོམ་རྒྱལ་ཡོད་བསམ་ནའང་སྤྱིང་རྩེ་སོར་གང་  
 ཡང་རྩེ་ཆེར་མ་སོང་བ་ཆོས། སྤྱིང་ཉིད་སྤྱིང་རྩེའི་སྤྱིང་པོ་ཡིན་པས། སྤྱིང་རྩེ་ནར་མ་  
 འཕར་དུས་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་མེད་པ་དང་། འདི་སྒྲོམ་རྒྱུས་ད་དུང་འདངས་མེད་པའི་  
 རྟགས་རེད། ད་ལོ་འདི་བཤད་རྒྱུ་ནི་རང་གཞན་ཚད་མའི་སྒྲན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།  
 འདིའི་སྒྲན་འདི་དུས་ཐོག་ཏུ་འཕྲོད་དགོས་བསམ་ནས་བཤད་པ་ཡིན། དངོས་གཞི་  
 གནད་ཆེ་ཡང་། སྒྲོན་འགྲོའི་མང་གཞི་མེད་ན་གྲུང་མེད་པའི་རི་མོ། བྱང་གཞི་  
 མེད་པའི་བྱང་ཆོས་གཏོད་ས་དུ་འགྲོ་བས། དེ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དུ་འདི་གལ་ཆེར་  
 ནན་བཤད་བྱེད་པ་ཡིན། སྒྲོན་འགྲོའི་བྲིད་ཡིག་འདི་ནམས་ཡུན་དུ་ལྟོས། རྒྱུན་དུ་  
 རང་གི་སེམས་ལ་སྒྱུར་དང་། རང་ལ་ཡོང་སྒོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རང་གི་སེམས་  
 ལ་འོང་རྒྱུ་ཡོད། སེམས་བདེ་ན་ལུས་བདེ། ལུས་བདེ་ན་རང་དང་ཁོར་ཡུག་གི་མི་  
 ནམས་ཀྱང་སྤྱིད་པ་རེད། ཆོས་པ་ཆོ་འདིར་སྤྱིད་ལ་ཕྱི་མ་དེ་བས་སྤྱིད། མདོར་ན་  
 སྤྱིད་པའི་ལམ་གྱི་སྒྲེར་ཅི་ཐོན་གྱིས་ཟེར་རྒྱུ་བོ་བསམ་བཟང་གི་ཁ་ཏ། ཆོས་བཤད་པའི་  
 སྤྱིང་པོ་དེ་ཡིན། དེ་རིང་ཆོས་མཚམས་ང་རང་ཆོས་འཕྲོག་ནས་ཀྱི་མཁན་པོ་ལ་བརྟག་  
 གོ་གསུངས་ས་འདི་ནས་འཛུགས་



## ཉིན་སྟག་པའི་ཆོས་བྲིན།

ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན།     སྟག་བསྐལ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་  
དུས་རྟག་ཏུ་མནར་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད།     གཏན་བདེ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་པར་བགྱི།     དེའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན་  
ཞིང་དེའི་དོན་ཉམས་སྤྲུང་བར་བྱ་བསམ་པའི་ཀུན་སྒྲིང་གི་སྒྲོན་ས་ཆོས་ཉན་དགོས་པ་ནི།  
ཐེག་ཆེན་མདོ་སྟགས་གྱི་ཆོས་གང་བཤད་པའི་འགོར།     ཆོས་བཤད་པའི་ཚུགས་ཀ་  
སྒྲོན་མཁན་ཡིད་ཆེད་གྱིས་རྒྱུན་འདོན་ཁ་ལ་བྱང་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན།     ཁ་དང་དོན་  
མཚུངས་པར་བཤད་པ་ལག་ལེན་ལ་སྒྱུར་བ་དེ།     ཆོས་ཉན་བཤད་སྒྲོམ་གསུམ་གང་གི་  
སྐབས་ཡིན་ན་གཞན་ཆེན་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་གྱི།     ཁ་བཤད་དོན་ལ་མ་གནས་  
པར་བཤད་ཡམ་ཆོག་གི་ལོ་མ་ཞིག་གིས་ཆོས་འཆད་ཉན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་ལ་འགོ་  
བྲལ་ཅིང་།     དེས་ན་གཞན་སེམས་ཅན་གྱི་སྟག་བསྐལ་སྒྲིང་བ་དེ་དང་པོ་རང་རྒྱུད་ལ་  
རྒྱུར་ཏེ་བསམ་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེ།     རགས་པའི་སྟག་བསྐལ་རན་སོང་གི་སྟག་བསྐལ་  
དང་།     སྤྱི་བའི་སྟག་བསྐལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ན་རྒྱུ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བའི་འདུ་བྱེད་གྱི་སྟག་བསྐལ་ལ་བསམ་སྟེ།  
འཁོར་བའི་སྟག་བསྐལ་གྱིས་ཡིད་འབྱུང་སྒྲིང་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་རང་ཉིད་ལ་སྒྲིང་དགོས།  
དེ་སྒྲིང་བར་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉི་དུ་མཛོལ་བཤེས་ནས་མགོ་བཟུང་སྟེ།     དག་  
གཉེན་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བར་མ་ནས་རིམ་གྱིས་དགའི་བར་དུ་ཆང་མ་སྒྲོམས་པར་  
བསྒྲོམ་དགོས།     བསམ་སྟེ་ཞིབ་པར་གཏོང་ན།     རྒྱ་མེད་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་མི་སྲིད་  
པས།     དཔེར་ན་མེ་མེད་པའི་དུ་བ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དུ།     དངོས་པོ་གང་དང་གང་

ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེས་ན་རང་རེའི་  
ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་འདི་གང་ལས་བྱུང་ན། འདི་ཆོ་རབས་སྤྲུལ་མའི་སྐབས་  
ཀྱི་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་དང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། སྐྱེ་བ་  
ཆོ་རབས་རེ་ལ་དེའི་སྤྲུལ་རེ་ཡོད། དེའི་ཡང་སྤྲུལ་སོགས་ཡར་དེད་ནས་དཔྱད་པ་ཞིག་  
བྱེད་ན། སྐྱེ་གི་ཁ་བརྒྱད་པའི་འཁོར་བ་འདི་ལ་ཐོག་མའི་ཡ་མཐའ་ཞིག་འཛིག་རྒྱ་མི་  
ལོན། དེས་ན་དེའི་སྐྱེ་བ་རེ་རེ་ལ་པ་མ་རེ་རེ་པ་མ་ཆེར་ལོས་ཡོད། དེ་དང་མཚུངས་  
པའི་དེའི་སྤྲུལ་རྒྱ་མཛོལ་བཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡར་མཐའ་འདིའི་མཚམས་ནས་མེད་པར་  
རེད་ཅེས་པ་ཞིག་རྟེན་རྒྱ་མེད་དེ། ཐོག་མེད་ཀྱི་དུས་ནས་མ་བུའི་བཙེ་སེམས་གོམས་  
པའི་སྟོབས་ཀྱིས། དཔེར་ན་ཁར་བྱང་བའི་འདོན་པ་དེ་ཡི་གོ་ལ་ཡང་ལྷ་མི་དགོས་པར་  
འདོན་ཤིང་པ་བཞིན་དུ། འཛིག་རྟེན་རྒྱ་པོའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཕྱགས་ཐོག་སོགས་རེད་  
དེ། རང་གི་བྱ་ལ་བཙེ་སེམས་དང་བྱམས་པས་གསོ་སྦྱང་སོགས་སུས་ཀྱང་སྟོབ་མི་  
དགོས་པར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཤིང་པའི་ཕྱིར། དེས་ན། སྐྱེས་རབས་ལས། སྒོ་  
ཡི་མཐུ་སྟོབས་རྣམས་པ་མེད་པ་དང་། །དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱ་པོའི་རང་བཞིན་  
ཅན། །བྱུང་མ་ཐག་ཏུ་སུས་ཀྱང་མ་བསྐྱབ་པར། །ཁ་བས་གཞན་ལ་བཅོལ་བར་  
བྱེད་པ་འདིས། །སྐྱེ་བ་གཞན་ལ་གོམས་པ་བྱས་པར་གྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་དཔག་མེད་བགང་དུ་མེད་པ་ལ་པ་མར་བྱེད་པ་ནི། ཆོ་  
འདིའི་པ་མ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱང་པས་བྱེད་འདུག་པ་ཞིག་མ་རེད། རྣམ་མཁའི་མཐའ་  
དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རེ་རེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་འདི་འཁོར་  
མཚམས་མེད་པར་བསྐྱོར་འདུག་པ་ལྟར། པ་མ་བུ་རྒྱུད་རིས་བསྐྱོར་ནས་འཁོར་གྱིན་  
ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡོད་པ་རྒྱལ་བའི་ལུང་གིས་མདོ་སྡེ་དགོན་མཚོག་སྤྱིན་དང་།

དག་ལུལ་ཅན་གྱིས་ཞུས་མདོ་སོགས་ལས་ཞིབ་པར་གསུངས་ཡོད། རིགས་པས་  
བརྟགས་ཤིང་དཔྱད་ན་འདྲ་། བ་མར་གྱུར་པ་ཙུ་ཚོད་མེད་པར་ལྟར་དག་གཉིན་བར་  
མར་གྱུར་པ་འདྲ་དེ་ལྟར་མང་པོ་ཡིན་ལ། དེའདྲ་སྒྲིབ་གྱི་ལས་བསལས་སྒྲོབས་གྱི་བྱུང་  
པར་གྱིས་དེ་ལྟར་འདྲ་མི་འདྲར་རེད་འགྲོ་བ་རེད། རང་རེའི་དེ་ལྟར་སྐབས་གྱི་སྒྲིབ་ཚུལ་  
དོ་མར་ཆ་བཞག་སྟེ། སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་མཆོན་ན། སྐབས་རེར་ཆགས་པའི་  
དབང་གིས་གཉིན་བྱེད་པ་དང་། སྐབས་རེར་ཞེ་སྒྲིབ་གིས་དག་རེད་འགྲོ་བའདྲ་ཡོད་པ་  
རེད། ལས་སྒྲིབ་ཆོགས་དེ་ལོ་དང་ཟླ་བ་རེ་རེའི་ནང་དུ་གོ་རིམ་མ་དེས་པར་གསོག་རྒྱ་  
འདི་སྒྲིབ་བས་གྲུབ་པ་ལ་བསམ་ན། དེ་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་སེམས་ཅན་གཅིག་  
ལ་མཆོན་ན་སྐབས་རེར་དག་། སྐབས་རེར་གཉིན། སྐབས་རེར་བར་མ་ལ་སོགས་  
བྱས་པ་གངས་གྱིས་མི་ཆོད། བརྟགས་ཤིང་དཔྱད་ན་དེ་འདྲ་རེད། འོན་ཀྱང་གཉིན་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ན་སྒྲིབ་བཅུ་བའི་མཐར་ཐུག་པ་དེ་མ་རྒྱུན་ཡིན་པའི་གནད་གྱིས།  
གཙོ་བོ་མར་ཤེས་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་འོང་བསྐྱབ་རྒྱ་འདི་  
ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱི་ལུགས་སྟོལ་རེད། རང་རེས་ཆོས་རྣམས་བཤད་ལ་མ་རྣམ་  
མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་ཟེར་དགོས་པ་དང་། མན་  
དག་རྒྱ་འབྲས་བདུན་ལྟར་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་དུས། མར་ཤེས་པ་དང་པོར་འཛོག་  
དགོས་ན། ཆོད་མེད་པ་བཞི་བཤད་དུས་བཏང་སྒྲོམས་ཆོད་མེད་མགོར་བཞག་སྟེ་རྩ་  
བའི་མ་རྣམས་བཟུང་སྟེ་བསྒྲོམ་དགོས་པ་རེད། ད་རང་རེས་བཤད་རྒྱུའི་ནང་དོན་དོ་མ་ཅི་  
ཟེར་གྱིན་ཡོད་བསམ་ན། ཁ་ཡིས་མ་རྒྱུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཟེར་བ་ཙམ་གྱིས་མི་  
ཆོག་པར། དང་པོ་སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུ་བ་བསྐྱེད་རང་ཐོག་ལ་བླངས་ནས་ཡིད་འབྱུང་  
དེས་བྱས། དེ་ནས་དེ་སྒྲིབ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་གྱི་མར་ཡིན་ལུགས་

དེ་ལུང་དང་རིགས་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་གྱིས་ཁ་ལ་ཉན་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་ཤེས་པ་ན། སླིང་རྗེས་གཞན་དོན་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་པ་དེ་འབྱུང་བ་རེད།  
འོན་ཀྱང་དེ་རྒྱུ་དང་པས་མི་ཕན་པར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྗེས་སྒྲིང་བསྐྱབ་ལུགས་དེ་མ་ཤེས་ན་  
མ་ལག་རྒྱུ་མའི་བྱ་ཆུས་འཁྱེར་བ་བཞིན་ཡིན། མ་ལག་རྒྱུ་ཞིག་གི་བྱ་ཆུས་འཁྱེར་  
སོང་ན་བྱ་ལ་སླིང་རྗེ་ཡོད་ཀྱང་སློབ་པའི་རུས་པ་མེད། དེ་བས་པ་དཔའ་བཞིག་གི་བྱ་  
གཡུལ་ས་ན་ལྷག་ཡོད་ན་རང་གར་མི་འཛོག་པ་ལྟར་དགོས། ཁ་སང་རང་རེས་གཞི་  
བདེ་གཤེགས་སླིང་པོ་ཡོད་པས་སོ་སོས་འབད་ན་སངས་རྒྱས་རྒྱ་ཡོད་ཚུལ་བཤད་ནས།  
དེ་རིང་རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལ་འདད་ཞིག་རྒྱག་ན། སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སླིང་པོ་ཙན་ཡིན། འབད་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་འཕྲོལ་ན།  
འོན་དུལ་བ་ཡི་དྲགས་ལ་སོགས་འགོ་བ་གཞན་ལྷ་པོའི་རྟེན་ལ་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་རུས་  
པ་ཨེ་རེད་ཟེར་ན། དེ་རུས་པ་མ་རེད། མི་ལུས་དལ་འབྱོར་གཉིས་ལྷན་དང་།  
སེམས་དད་པ་དང་མ་བྲལ་བ་གསུམ་ནི་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ལ་བཟང་  
ནི་རེད། དལ་བ་བརྒྱད་ནི་མི་ཁྲིམ་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བ། མདོ་བྲན་པ་ཉིར་བཞག་  
ལས། དུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་དང་། །སྒྲིལ་ཆེ་རིང་ལྷ་དང་ནི། །ལོག་  
ལྷ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲིང་པ། །ལྷག་པ་འདི་དག་མི་ཁྲིམ་བརྒྱད། །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། དུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ལ་སོགས་འགོ་བ་རིགས་བཞི་ལ་དལ་བ་མེད་པ་  
དང་། མིའི་མི་ཁྲིམ་པ་བཞི་ལ་ཆོས་སྐྱབ་པའི་མཐུན་རྟེན་མི་ཆང་བའི་ཕྱིར་ན་དེ་བརྒྱད་  
དང་བྲལ་བའི་དལ་བ་བརྒྱད། དེའི་སླིང་ན་རང་འབྱོར་ལྷ་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་  
འབྱོར་པ་བཅུ་སྟེ་དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་ཡོད་ན། སྐྱེས་བུའི་དོན་སྐྱབ་ཐོབ་  
པར་གྱུར་པ་ལ། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་བསྐྱབ་ན། །ཕྱིས་ནས་ཡང་དག་

འབྱོར་པ་ག་ལ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་ལ་མ་དོན་  
མཐོ་དང་དེས་ལེགས་སྒྲུབ་པའི་མཐུ་སྟོབས་རུས་པ་ཡོད་པས་ན་སྒྲིམ་བུ་ཞེས་བྱ་ལ།  
འོན་ཀྱང་སྒྲིམ་བུའི་རུས་པ་དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་གཅིག་འདྲ་འབའ་ཞིག་མིན། རུས་པ་ཆེ་  
ཆུང་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པས། སྒྲིམ་བུ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཞེས་བཏགས་པ་  
རེད། བྱང་ཆུབ་ལམ་སྒྲོན་ལས། ཆུང་དུ་འབྱིང་དང་མཆོག་གྱུར་པས། །སྒྲིམ་  
བུ་གསུམ་དུ་ཞེས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞིབ་ལྗས། སྒྲིམ་བུའི་དོན་  
སྒྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །ཞེས་གསུངས་ན། རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་གྱིད་དཔ་ཡོད་  
ནས་དམ་པའི་ཆོས་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་སྒྲིམ་བུ་ཞིག་ལ། དོན་ཅི་ཞིག་བསྒྲུབ་པའི་རུས་  
པ་ཡོད་ན། སྒྲིམ་བུ་ཆུང་དུ་ཞིག་ལ་རང་ཉིད་ངན་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བར་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲིམ་བུ་འབྱིང་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ཉིད་འཁོར་བ་  
ལས་གྲོལ་ནས་ཞིབ་དེའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་པ་ཡོད། སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་པ་དེ་ཆོང་མ་ཡོད་པ་  
རེད། དེས་ན་སྒྲོབ་དཔོན་ཅོ་མོ་མིས། སེམས་གྱི་སྟོབས་ཆེན་མི་ཡིས་རྟེན་པ་  
གང་ཡིན་པའི། །ལམ་དེ་ལྷ་དང་ལྷ་ཡིས་མི་རྟེན་ལྷ་མིན་དང་། །མཁའ་གླིང་རིག་  
འཛིན་མིའམ་ཅི་དང་ལྟོ་འཕྲེས་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་ལྷ་ལ་སོགས་  
འགྲོ་བ་གཞན་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་འཕགས་ཆོས་ཅི་ཡོད་ཟེར་ན། དལ་འབྱོར་  
གྱི་མི་ལུས་འདིས་མི་དགོ་བ་སྒྲིང་བྱས་པ་དང་། དགོ་བ་སྒྲུབ་ཆོག་པ། འཁོར་བའི་  
རྒྱ་མཆོད་ལས་བརྒྱལ་རུས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་ལ་བགྲོད་རུས་པ། རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་རུས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི་  
ཉིད་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ལྷག་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

སྒྲིམ་བུའི་དོན་སྒྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་བསྒྲུབས་  
ན། །ཕྱིས་ནས་ཡང་དག་འབྱོར་པ་ག་ལ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་ན།  
དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་རྟེན་དཀའ། རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདི་འཇིག་  
པ་སྒྲ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིམ་བུའི་ཆོ་སྲོག་འདི་མར་ཟད་ན་མ་གཏོགས། ཡར་ཁ་སྒྲོན་  
བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། འཆི་རྒྱུ་མང་། འཆོ་བའི་རྒྱུ་ཉུང་། འཆོ་  
རྒྱུ་ཡོད་པ་དེའང་འཆི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བ་མང་བས་ན། སྒྲིང་འཇུག་ལས། དེ་རིང་  
ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས། །བདེ་བར་འདུག་པ་རིགས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རེད།  
བརྒྱ་ལམ་རེས་འགའ་ན་སྒྲུབས་ལེགས་སྒྲིམ་དབང་གིས་རྟེན་པའི་མིའི་ལུས་ཤིག་རྟེན་ཆོ་  
རང་གཞན་ལ་ཕན་པ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་སྒྲུབ་མ་རུས་ན། ཕྱིན་ཆད་ནམ་ཡིན་ན་རྟེན་  
དཀའ་བ་རེད། རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཨོ་འབྱུང་བསམ་པ་ནི་རེ་སྟོང་རེད། དེས་ན།  
མི་ཡི་གྲུ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །སྒྲུག་བསྐྱལ་རྒྱ་བོ་ཆེ་ལས་སྒྲོལ། །གྲུ་འདི་ཕྱིས་ནས་  
རྟེན་དཀའ་བས། །མྱོངས་པ་དུས་སུ་གཉིད་མ་ལོག། །ཅེས་ལུས་འདི་ལ་གྲུ་ཡི་འདུ་  
ཤེས་བཞག་ནས། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ན་ཐར་ཐབས་བྱེད་དགོས། ལུས་  
འདི་ལ་འོག་རྟེན་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་འཕྲང་ལས་ཅི་ཐར་བྱེད་  
དགོས། ལུས་འདི་ལ་གཡོག་པའི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་དག་བའི་ལས་ལ་བཀོལ་  
དགོས། དེ་མ་ཤེས་ན་མྱོངས་པའི་གདོན་གྱིས་ཐེན་ནས། ད་ཡིན་ཟེར་དུས་གཉིད་  
དུ་ཤོར་ནས་དུས་སྐབས་བཟང་པོ་རྒྱུད་ཐོས་སུ་ཤོར་བའི་རྟེན་ཁ་འདི་ན་ཡོད་ཅེས་གསུངས་  
པ་རེད། དེས་ན་དལ་རྟེན་གྱི་ལུས་འདི་བེད་སྒྲིང་ནས་ཐར་པའི་ས་ལ་བགྱོད་དགོས་ན།  
ལམ་གང་ནས་བརྒྱུད། སྒྲིར་དག་བའི་ལས་ལས། །བྱེད་པར་དུ་དམ་ཆོས་བྱང་  
རྒྱབ་བསྒྲུབ་པའི་འགོ་གང་ནས་བཟུང་དགོས་ཤི་ན། འགོ་དང་པོ་དད་པ་ཡོད་དགོས།

དད་པ་མེད་ན་དཀར་པོའི་ཆོས་ཤིག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་རྒྱུ་མེད་དེ། འཕགས་པ་ཆོས་བརྩུ་པའི་  
མདོ་ལས། དད་པ་མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ། །དཀར་པོའི་ཆོས་རྣམས་མི་འབྱུང་  
སྟེ། །ས་བོན་མེ་ཡིས་ཆོག་པ་ལ། །ལྷ་བུ་སྒྲོན་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱུད་སྒྲུ་མ་ལས། རང་བྱུང་ཉིད་གྱི་དོན་དམ་ནི། །དད་པ་ཉིད་  
གྱིས་རྟོགས་བྱ་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དད་པ་མེད་ན་ཡོན་ཏན་གཞན་ཅི་འདྲ་  
མང་ཡང་མི་ཕན་ཏེ། དཔེར་ན་གཟུགས་མངོས་ཀྱང་མིག་མེད་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན།  
དེས་ན་དད་པ་ཞེས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། དད་པ་ལ་ངེ་བའི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་ན། དང་  
འདོད་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་དང་གསུམ་ཡོད། དེ་ལ་དང་བའི་དད་པ་ནི། ཡུལ་  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། ལམ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱུས་  
དགོན་མཆོག་ ལམ་དུ་གྱུར་པ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ ལམ་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་དག་  
འདུན་དགོན་མཆོག་རྣམས་ལ་མོས་ཤིང་གུས་ནས་སེམས་དང་བར་བྱ་བ་ལ་དང་བའི་དད་  
པ་ཞེས་བྱ། འདོད་པའི་དད་པ་ཞེས་པ་སྒྲུ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་ཡོན་ཏན་བྱང་  
པར་ཅན་དུ་རིག་ནས་དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་གུས་པ་དང་ལྡན་པས་ལམ་ལ་སྟོབ་འདོད་པ་ལྟ་བུ་  
རེད། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ནི། ལས་དང་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་མི་བསྐྱུ་བར་ཡིད་  
ཆེས་པའི་ཐོག་ཏུ། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་  
ཡོད་པ་ཞིག་རེད། རིན་ཆེན་ཕྱེང་བ་ལས། འདུན་དང་ཞེ་སྤང་འཇིགས་པ་  
དང་། །མྱོངས་པས་གང་ཞིག་ཆོས་མི་འདའ། །དེ་ནི་དད་པ་ཅན་ཞེས་  
བྱ། །ངས་པར་ལེགས་པའི་སྦྱོང་མཆོག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ལྟ་  
བུའི་དད་པ་ཞེ་གཏིང་ནས་ཡོད་ན། འདུན་པས་ཆོས་ལས་མི་འདའ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
གང་ཟག་དད་པ་ཅན་དེ་ལ་རྒྱ་ལོར་རྩས་དང་རྒྱལ་སྤིད་སོགས་བྱིན་ནས་ཆོས་ལ་དད་པ་མ་

བྱེད་ཟེར་ནའང་འདུན་པ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པ་དང་། ཞེ་སྤང་གིས་ཆོས་ལས་མི་འདའ་བ་  
ཡིན་སྟེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་གིས་ད་སྡོན་གནོད་པ་མང་པོ་བྱས་ཤིང་ད་  
དུང་ཡང་གནོད་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱལ་རྒྱུ་ལྟེན་གྱིས་བྱེད་ནའང་ཆོས་མི་གཏོང་། གཞན་ཅི་  
ལ་ཐུག་ཀྱང་ཆོས་མི་གཏོང་བ་དང་། འཇིགས་པས་ཆོས་ལས་མི་འདའ་བ་ནི།  
དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་མ་གཏོང་ན། གསོད་དུང་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་  
ནས་ཅི་འདྲའི་སྐྱུག་གཏད། ཅི་འདྲའི་སྒྲིགས་མེ་བྱེད། ཉིན་རེ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་ལུས་  
ཐོག་ན་ཤ་ལིང་མ་རེ་གཙོད་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་ནའང་ཆོས་ལས་མི་འདའ་ཞིང་ཆོས་མི་གཏོང་།  
མྱོངས་པས་ཆོས་ལས་མི་འདའ་བ་ནི། འགའ་ཞིག་ཁོ་རང་མྱོངས་པ་ཡིན་པའི་དབང་  
གིས་རྒྱ་བདེན་པ་མ་རེད་འབྲས་བུ་མི་བདེན། དཀོན་མཆོག་བདེན་པ་མ་རེད།  
ཆོས་བྱ་རྒྱུ་དཀའ་ལས་རེད། མྱོངས་དད་རེད། བསྐྱར་ཞོག་ཟེར་ནའང་མི་ལྷོག་  
པས་ཆོས་ལས་མི་འདའ། དེ་འདྲ་བ་ཞིག་རེད་ན་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ཅན་ཞེས་  
ཟེར་ཆོག དེ་ལྟ་བུའི་དད་པ་ཅན་དེ་ངས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པའི་སྡོད་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན། ད་དུང་དད་པ་ཡོད་ན་ཕན་ཐོགས་གཞན་  
ཡོད་པའི་དཔེ་ཅི་ལྟར་ཡིན་ན། དད་པ་ཞིང་ས་གཤིན་པོ་དང་འདྲ་ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལྷ་གུ་དེ་དེའི་ཞིང་ནས་འབྱུངས། དད་པ་རྒྱ་མཚོའི་གཟིངས་དང་འདྲ་སྟེ།  
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཕ་རོལ་ཏུ་འགོ་བ་དད་པའི་གཟིངས་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་དགོས།  
དད་པ་དག་ཇག་ཤོད་པོ་ཡོད་སའི་སྐྱེལ་མ་བཟང་པོ་དང་འདྲ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་  
དག་ལས་སྐྱོབ་ཐུབ་པ་དང་། དད་པ་རྟ་མཆོག་དང་འདྲ་སྟེ། ཐར་པའི་གླིང་དུ་བྱིད།  
དད་པ་དེ་མོར་བུ་དང་འདྲ་སྟེ། འདོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ། ཇི་སྐད་དུ།  
དད་པ་མོར་དང་གཏོར་དང་རྐང་པའི་མཆོག །དད་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་ལ་དགའ་བར་



བྱེད། །དད་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་འབྲ་དགོས་འདོད་སྟེ། །ཞེས་པ་ལྟར་དད་པ་ལ་དེ་  
འབྲའི་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ལ། དད་པ་འཕགས་པའི་ནོར་བདུན་གྱི་ནང་  
གི་དང་པོ་རེད། དད་པ་མེད་ན་གོང་དུ་ལུང་ལས་བཤད་པ་ལྟར། ས་བོན་མེས་  
ཆོག་པ་ཞིག་ཞིང་ལ་བཏབ་ཀྱང་ལོ་ཏྲིག་སྒྱུ་གུ་སྒྲིན་པོ་མི་འབྱུང་བ་ལྟར་དུ། དད་མེད་  
མི་ལ་དཀར་པོའི་ཆོས་མི་འབྱུང་། དེ་མེད་པས་བདེ་བའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་མེད།  
ད་ལྟར་མི་ལུས་ཤིག་ཐོབ་ནས་ཆོ་འདི་ལ་ནོར་ལོངས་སྒྲིད་ཀྱིས་ཐོངས་པ་མེད་ནའང་།  
ཆོར་བས་སྒྲིལ་མའི་སྒྲིན་འབྲས་རུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་པའི་འཕྲོམ་ཡིན། དེ་ཟད་ནས་ཡོད་པ་  
མ་རེད། དེས་ན་དད་པ་མེད་པ་མཆོད་གཏིང་གི་ཕ་བོང་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཐར་པའི་  
སྐུ་སར་ཐོན་དུས་མེད། ལག་རྒྱུ་གསེར་སྒྲིང་དུ་ཐོན་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དགོས་  
འདོད་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ལག་པ་མེད། ལོང་བ་ལྟ་ཁང་དུ་ཕྱིན་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་  
སྒྲུང་བ་མཐོང་མི་སྟི། དེ་འབྲའི་སྒྲིན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་མང་པོར་གསུངས་  
ཡོད། དད་པ་ཡོད་པ་ཅོམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། དེ་ཡར་འཕེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས།  
དམ་པར་བསྟན་དང་དགོ་གོགས་མདོ་རྒྱད་བལྟ། །འཆི་བ་བསམ་དང་ལས་འབྲས་  
ཡིད་ཆེས་བྱ། །ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་སྒྲར་བས་བརྩོན་པ་སྟེ། །དེ་ལས་དད་པ་གོང་  
འཕེལ་ཉིད་དུ་འགྲུབ། །ཅེས་ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་གྲོལ་ཆེན་པས་གསུངས་ཡོད།  
དེས་ན་སྒྲིལ་མ་དམ་པ་བསྟན། དགོ་བའི་གོགས་པོ་དང་འགོགས། མདོ་རྒྱད་ཟབ་  
མོར་བལྟ། འཆི་བ་ཡངས་མེད་དུ་བསམ། ལས་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་ལ་ཡིད་ཆེས་  
བྱེད་པས་དད་པ་ཡར་འཕེལ་བར་བྱེད་དགོས། དད་པ་མར་འགྲིབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི།  
སྒྲིལ་མ་མཆེད་གོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ལ་ཏྲིག་པ་དང་། ཐ་མལ་གཤིས་ངན་གྱི་གོགས་དང་  
འགོགས་པ་དང་། བྱེད་པར་དུ་སྒྲིག་པའི་གོགས་པོ་དང་འགོགས་པ། དེའི་ཐོག་ཏུ་

ལེ་ལེ་ཆེ་བ། ཆོག་ཤེས་མེད་པར་འདོད་ཡོན་ལ་ཞེན་པ་ནམས་ཀྱི་ཁོངས་ནས་འབྱུང་བ་  
རེད། དེ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་འཁོར་བའི་འབྲུལ་སྤང་གིས་ཡིད་སུན་ནས་མཁྲིས་ནད་  
ཅན་གྱིས་སྦྱུམ་ཟས་མཐོང་བ་ལྟར་དང་། སྒྲ་མ་དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པ་བྱ་རུང་མ་ལ་  
གདུང་བ་ལྟ་བུ། ཐོས་བསམ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་སྒྲིམ་པས་ཚུ་འཐུང་བ་ལྟ་བུ།  
བསྐྱབ་པ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དབུལ་པོས་གསེར་རིལ་ཆེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་ཡོད། བྱད་པར་དུ་དགོ་སྦྱོར་ཉམས་ལེན་གྱི་བཙོན་འགྲུས་ཆོང་པ་གསེར་  
སྒྲིང་དུ་ཐོན་པ་ལྟ་བུ། ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དད་པ་འདོད་ཆེན་ཆོང་འདུས་ལ་ཐོན་པ་ལྟ་  
བུ་སྟེ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་རང་གིས་ཆོང་བར་ལོན་དགོས་བསམ་ནས་དེ་འདྲའི་  
འབད་པར་བྱེད་དགོས། མདོར་ན་རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་འདིའི་ཐོག་ནས་རང་རྒྱུད་  
ཆོས་ཀྱིས་ཐུལ་ཏེ་ཆོས་དང་གང་ཟག་ཡ་མ་འཛོལ་བ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེ།  
བསམ་སྒྲོ་དེ་འདྲ་བཏང་ནས་སྐབས་སུ་བབ་པ་གང་ཞིག་འཆད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་རྫོགས་  
པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་ཆོས་སྡེ་ལས་ཐུན་མོང་གི་སྡེན་འགོ་སེམས་སྤྱོད་རྣམ་པ་  
བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་པ་འདི་ཉིད་འཆད་པའི་སྐབས་ནས།  
སེམས་སྤྱོད་གསུམ་པ་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྩེ་བྱ་ཞིང་། ལས་སུ་དཀོན་  
མཆོག་མཆོད་ཅིང་དཀར་པོ་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པ་འཆད་པ་ལས། གོང་དུ་ཆོ་དམུལ་  
དང་གང་དམུལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་པ་སོང་ནས། དེ་འཕྲོ་རིམ་བཞིན་འཆད་པ་ལ།  
དེ་ཡང་གོང་གི་ཆོ་དམུལ་དང་གང་དམུལ་ལས་གཞན་ཉི་ཆོ་ཉེ་འཁོར་ནི། ཇི་སྐད་དུ།  
འདུལ་བ་ལུང་ལས། དེ་ནས་མོའུ་འགལ་གྱི་བུས་རྒྱ་མཆོའི་མཐར་ཕྱིན་པ་ལས།  
ཉི་ཆོ་བའི་སེམས་ཅན་དམུལ་བ་གཏུན་ལྟ་བུ་དང་། དུགས་མ་ལྟ་བུ་དང་། རྩོན་  
གིང་ལྟ་བུ་རབ་རྩ་མང་པོ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་གདུངས་བར་མཐོང་སྟེ། ཞེས་རྩེ་འབྲུལ་

ཕྱིན་འགོ་སེམས་སྤྱོད་བདུན་གྱི་དོན་ཁྲིད་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་མཆོག་གྱིས་སྤྲུལ་པ་དགྲེས་པའི་ཞལ་ལུང་།

ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་འཕགས་པ་མེད་འགལ་གྱི་བུས་སྐྱེ་མཆོའི་མཐར་ཕྱིན་ནས་གཟིགས་  
པ་ལས། ཉི་ཆོ་བའི་དཔྱལ་བའི་གནས་ལ་ངེས་པ་མེད་པར། རྒྱ་དང་རི་བོ། ལྷ་  
ངམ་གྱི་ཐང་། ས་འོག་སོགས་ལ་གནས་ཡོད་པས། ཉི་ཆོ་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བ་གཟིགས་ཚུལ་འབྱུང་གིས་སོགས་བརྒྱད་སའི་གཏུན་དང་། གད་དར་བྱེད་པའི་  
ལྷགས་མ་ལྟ་བུ། ལྷོན་ཤིང་དང་། རྒྱ་མཆོ་དང་། རི་བོ་དང་། བར་སྒྲུང་།  
ཁང་པ། བྲག་རི། སྒོ་དང་ཀ་བ། ཐབ་ཀ་དང་ཐག་པ་སོགས་ལ་རང་གི་ལུས་  
སྤྱུ་ཞེན་ནས་ཡོད་པས་ན། དེ་ལྟ་བུ་རབ་རྒྱ་མང་པོ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱིས་གདུངས་བར་  
མཐོང་སྟེ། **ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་ཉི་ཆོ་བ་དང་། ཉེ་འཁོར་བ་ནི། ཆ་གང་**  
**གཉིས་ཀའི་དཔྱལ་བ་བརྒྱད་ཚན་གཉིས་ཀྱིས་ཁེངས་སར་ཡོད་པས། སོ་སའི་གནས་**  
**ནི་ཐོག་མཆོག་མཛོད་དུ། ཉི་ཆོ་བ་ནི། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་སྒྲ་ཚོགས་ན་ངེས་པ་མེད་པར་**  
**ཡོད་ལ། ཉེ་འཁོར་བ་ནི། བརྒྱད་ཚན་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་ན་ཡོད་དོ།** ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ཉི་ཆོ་བ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་སྒྲ་ཚོགས་ན་མེད་  
འགལ་གྱི་བུས་གཟིགས་པ་ལྟར་གནས་ལུས་ངེས་པ་མེད་པར་ཡོད་ལ། ཉེ་འཁོར་བ་  
ནི་ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད་དང་གང་བའི་དཔྱལ་བ་བརྒྱད་དེ་བརྒྱད་ཚན་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་ན་ཡོད་  
དོ། **ཞེས་ཉི་ཆོ་དང་ཉེ་འཁོར་གཉིས་རིགས་གཅིག་གིས་བསྐྱེས་ནས་གསུངས་པ་དང་།**  
**དེའི་ནང་ནས་ཉེ་འཁོར་བ་ནི། དཔྱལ་བ་མནར་མེད་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་བཞི་ན་ཡོད་དེ།**  
**མཛོད་ལས། བརྒྱད་པོ་ཀུན་ལ་ལྷག་བཅུ་དུག །དེ་དག་གི་ནི་ངོས་བཞི་**  
**ན། །མེ་མ་མུར་དང་རོ་མུགས་འདམ། །སྤྱ་གྱི་ལམ་སོགས་རྒྱ་བོ་ཡིན། །ཞེས་**  
**གསུངས་པ་ལྟར། མེ་མ་མུར། རོ་མུགས་འདམ། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་**  
**ཆལ། ཐལ་ཚན་གྱི་རྒྱ་བོ་རབ་མེད་དེ་རྣམས་རེད། མཚམས་རེར་ལྷགས་ཀྱི་ཤལ་**

མ་ལིའི་སྤྱོད་པོ་ཡང་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་མེ་མ་མུར་ནི་མེ་མ་མུར་ཕུས་ལུབ་  
ཙམ། དཔུལ་བའི་སེམས་ཙན་རྣམས་ཀྱིས་གནས་རེ་བཙལ་ཞིང་འགོ་བ་ན་མེ་མ་མུར་  
དང་ཐུག་ནས། ཀླང་པ་སར་བཞག་པ་ན་མེ་མ་མུར་དུ་ལུབ་ནས་ཤུས་པ་གསལ་པ་རྒྱས་  
པ་ཚང་མ་ཚིག་ནས་ཞིག་འགོ་བ་དང་། ཡང་རྒྱང་པ་ཡར་བཏེགས་པ་ན་སྤར་བཞིན་  
སོས་པ་དང་། ཡང་ས་ལ་འཛིག་པ་ན་ཚིག་འགོ་བ། དེ་མིན་པར་འགོ་ས་གཞན་  
མེད་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་ཉེ་འཁོར་དང་པོ་རེད། དེ་ནས་ཡང་  
སོང་བ་ན། རོ་སྤྱགས་ཀྱི་འདམ་དང་འཕྲད་པས། རོ་སྤྱ་ཚིགས་སུ་ལ་ཞིང་སྤྱགས་  
པའི་འདམ་དུ་ལུབ་ནས། སྤིན་ཏུ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་རྩོམ་ཙན་མང་པོས་ཤུ་བོས་ཏེ་སུས་པ་  
ལ་ཐུག་གི་བར་འབྱིག་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་བ་ཉེ་འཁོར་ལྷག་པ་གཉིས་པ་  
རེད། དེ་ནས་ཡང་སོང་ནས་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་དང་། སྤྱ་གྱིས་གཏམ་  
པའི་ལམ་པོ་ཆེ་དང་བྱི་སྤེལ་སོ་སྤྱགས་ཀྱི་མཆེ་བ་ཙན་གྱི་གཞོད་པ། ལྷགས་ཀྱི་ཤལ་མ་  
ལིའི་སྤྱོད་པོའི་མཚམས་བཞིན་བྱ་བྱ་ཏེ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཙན་གྱི་གཞོད་པ་ནི་ཉེ་འཁོར་ལྷག་  
པ་གསུམ་པ་དང་། ཡང་སོང་ནས་ཐལ་ཚན་གྱི་ཆུ་བོར་བ་མེད་དེ། སྤྱོད་འཇུག་  
ལས། ཆུ་བོར་བ་མེད་མེ་དོང་འབྲ་ནང་བྱིང་བ་དག །ཤུ་ཀུན་ཞིག་སྤྱར་སུས་གོང་  
མེ་ཏོག་ཀུན་དའི་མདོག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། །དེ་དག་ལས་ཐར་ཏེ་ཕ་  
རོལ་ཕྱིན་པ་ན་སྤྱིས་བུ་གོ་མཚོན་ཙན་མང་པོས་བཀག་ནས་ཡོད་པ་ཉེ་འཁོར་ལྷག་པ་བཞི་  
པ་རེད། གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཡི་དྲགས་ལའང་། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས།  
**ཡི་དྲགས་བྱིངས་མཁའ་རྒྱ་བའི་བྱིངས་གནས་པ།** །**ཞེས་པའི་ཡི་དྲགས་བྱིངས་ལ་**  
གནས་པ་དང་། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་**བྱིངས་ལ་གནས་པ་ནི།**  
**ཕྱིའི་སྤྱིབ་པ་ཙན་སོགས་སྤར་མར་བཤད་པའི་གསུམ་པོ་ཡིན་ལ།** མཁའ་ལ་རྒྱ་བའམ་

ཐུན་ཆོགས་པ་ནི། ཤིང་རྩ་ཙ་བར། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་འདྲེ་རྣམས་  
དང་། །གནོད་སྦྱིན་སྦྱིན་པོ་བཙན་དང་རྒྱལ་པོ་སོགས། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་  
བསྟན་པ་ལྟར། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་མཚན་མོར་རྒྱ་ཞིང་ཆོ་རྒྱ་མདངས་འཕྲོག་  
པར་བྱེད་པའི་འདྲེ་དང་། མ་མེ་ཐེའུ་རང་། གནོད་སྦྱིན་དང་སྦྱིན་པོའི་རིགས།  
བཙན་དང་རྒྱལ་པོ་དང་། སོགས་པས་བསྟུས་པ། ལས་ཀྱི་རྩ་འཕྲུལ་ཐོགས་མེད་  
ཀུན་ཏུ་རྒྱ། །གནོད་པ་སྒྲ་ཆོགས་མངོན་པར་སྒྲུབ་པ་སྟེ། །ནད་གཏོང་མདངས་  
འཕྲོག་ཆོ་ལ་བར་དུ་གཙོད། །ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཡོད་པ་རྣམས་རེད།  
འགའ་རེས་ངས་འདྲེ་རིག་ འདྲེས་གནོད་བྱུང་བེར་བའི་རིག་འདུག་རྒྱ་དེ་ཆོ་མཁའ་ལ་  
རྒྱ་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་རེད། དཔེར་ན་གནོད་སྦྱིན་དང་བཙན་དང་རྒྱལ་པོ་དང་།  
ཤི་འདྲེ་ཐེའུ་རང་སོགས་ལས་ཀྱི་རྩ་འཕྲུལ་དང་ལྷན་པ། ཀུན་ཏུ་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱ་བ་  
འདི་རྣམས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་འགྲོ་བས་བསྟུས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། དུས་རྟག་ཏུ་འབྲུལ་  
སྒྲུང་དང་འཇིགས་སྒྲུག་ཁོན་སྦྱོད་པའི་སྒྲུག་བསྐལ་དཔག་མེད་སྤྱིང་བ་དང་། བསམ་  
པ་ནག་པོས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་ལ་བརྩོན་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱིང་ཉེས་དང་དགའ་སའི་  
མི་སར་སོང་ན། སྤར་འཆི་བའི་གནད་གཙོད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐལ་དེ་ལ་འཕྲོས་ཤིང་འགོས་  
ནས་གནོད་བྱེད་ཨེ་བྱུབ་བལྟ་བ་དང་། འགའ་རེས་གནོད་པ་བྱེད་མ་བསམ་ནའང་།  
རང་ལྷགས་ཀྱིས་གནོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཡང་དུས་གཏན་དུ་ནད་དེའི་སྒྲུག་བསྐལ་  
དེས་མནར་ཞིང་ནད་དེ་ལས་ཐར་པའི་ཆེད་དུ་ཆོ་རྒྱ་མདངས་འཕྲོག་ སྟོག་གཙོད་  
དབུགས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། རྩ་འཕྲུལ་གྱིས་སོང་ནའང་སྒྲགས་པ་རུས་མཐུཅན་གྱིས་  
ལམ་བཀག་ནས་མི་ཐར་པ་དང་། མནན་སྟེག་འཕངས་གསུམ་བྱེད་པས་ས་འོག་མུན་  
པའི་གནས་ན་བསྐལ་པ་མ་སྤྱོད་གི་བར་དུ་འདུག་དགོས་པ་དང་། དྲག་པོའི་སྦྱིན་སྟེག་

གིས་མེན་དང་བསྐྱེད་པ་དང་། དྲག་པོའི་ཐུན་རྫས་གྱིས་བྲབ་པ་ན་མགོ་བོ་ཚལ་པ་བརྒྱ་  
དང་ལུས་དུམ་བུ་སྤོང་དུ་བཀའ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་སྤོན་གྱི་དགོ་  
བ་ཕྱ་མོས་འབྲས་བུ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྱོར་བ་ཕྱན་བུ་རེ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡུན་རིང་  
པོས་གདུང་བ་ལྟ་བུ་དེ་འདྲའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོད་དོ། །**ཞེས་སྤྱོད་མ་དབང་པོ་རྣམས་པོ་ལ་**  
**སྤྱོད་ནས་འཆད་ན་དགོ་བ་གསུམ་གྱི་དོན་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་ལྟར་གསུངས་པར་བྱ་ཞིང་།**  
**གཞན་དུ་ནི་དཀྱུས་སུ་བཤད་པས་དོན་འགྲུབ་པོ།** །**ཞེས་གསུངས་ན།** རང་རེའི་  
ནང་ན་འདྲ་མི་འདྲ་ཚད་མ་ཡོད་ཀྱང་། མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཤད་  
པའི་ཉམས་ཡིན་དེ་ཡན་གྱིས་དཔྱུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་པ་སོང་ནས།  
དེ་ནས་ངན་སོང་གི་གནས་གསུམ་པ་དུང་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་ཞིང་སྤྱོད་བཞི་  
བཤེས་སྤྱོད་ལས། དུང་འགྲོའི་སྤྱེ་གནས་ན་ཡང་གསེད་པ་དང་། །བཅིང་དང་  
བརྟེན་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲ་ཚོགས་པ། །**ཞི་གྱུར་དགོ་བ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་**  
**ནི། །གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་གིན་ཏུ་མི་བཟད་པ།** །**ཞེས་དུང་འགྲོའི་གནས་སུ་སྤྱེས་**  
པའི་སེམས་ཅན་ནའང་རང་དབང་མེད་པར་གཞན་གྱིས་གསེད་པ་དང་། །ལུས་བཅིང་  
བ་དང་བརྟེན་པ་བཀོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་མི་དང་མི་མིན་གྱི་གཞོད་པ་མཐའ་ཡས་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་པ་སྒྲ་ཚོགས་པ་སྤྱོད་བཅས་གཏོགས། །ལུས་བདེ་སེམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཞི་  
བར་གྱུར་པའི་དགོ་བའམ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་འབྱོར་པ་སྤངས་པའམ། །**ཞི་གྱུར་ངེས་**  
**ལེགས་ཀྱི་རྒྱ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་བའི་སྤོད་དུ་མི་རུང་བའི་དུང་འགྲོ་རྣམས་ལ་ནི།**  
**འུ་བྲག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་གཅིག་གིས་གཅིག་གསེད་པ་དང་།** །**གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་ཟ་**  
**བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ།** །**ཞེས་དུང་འགྲོ་ལ་དབྱེ་ན་**  
**ཀྱང་མང་དང་། ཀྱང་མེད་། ཀྱང་གཉིས་ཀྱང་བཞི་སོགས་རིགས་མཐའ་ཡས་པ་**

ཞིག་ཡོད་ཀྱང་བྱིངས་གནས་དང་ཁ་འཐོར་བ་སྟེ། རྣམ་གྲངས་གཉིས་སྤྱུ་སྟེ་ལས་  
བཤད་ལ། དུད་འགྲོའི་གནས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི། བྱིངས་གནས་དེ་གཙོ་བོ་ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེན་པོ་དང་ཚུ་དང་ཐང་ནགས་སོགས་ན་གནས་པ་དང་། ཁ་འཐོར་ནི་ལྷ་དང་མིའི་  
གནས་ནའང་ཡོད། དུད་འགྲོའི་རིགས་སུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་གི་སྤྱུ་  
བསྐྱེད་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱི་མཐུན་དུ་སྐྱེད་ས་པའི་སྤྱུ་བསྐྱེད་སྟེན་ཞིང་གཏི་  
སྤྱུ་པ་དང་། དེའི་སྟེང་ན་གཅིག་ལ་གཅིག་བྲལ་བའི་སྤྱུ་བསྐྱེད་དང་གཅིག་ལ་གཅིག་  
གིས་འཆོ་བའི་སྤྱུ་བསྐྱེད་ལ། ཆ་གང་བཀའ་སྒྲིམ་དཔྱེད་བ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་སྤྱུ་  
བསྐྱེད་ལ། རྟ་དང་འཆོ་བ་སོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད། ཁ་འཐོར་བ་མིའི་ཡུལ་ན་  
ཡོད་པ་རྣམས་ནི་རྩོད་པ་དང་ཉ་པ་ལ་སོགས་པས་གསོད་པ་སོགས་ཤ་དང་རུས་པ་ལྷགས་  
པ་སྤྱི་ལ་སོགས་པའི་དོན་དུ་སྟོག་མི་འཚམས་པ། མིས་བཀོལ་ཞིང་བེད་སྤྱོད་བྱས་  
ནས་རྟ་ཁེལ་མ་འབྱིར་ལུག་སོགས་བཤས་རར་ཕབ་ནས་གསོད་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་པས་  
མནར་གཅོད་གཏོང་བ། གྲུ་ལ་སོགས་པ་དུད་འགྲོའི་རིགས་གྱུར་སྤྱིད་སྤྱུ་དོ་མི་  
མཉམ་པར་སྤྱོད་པའི་ལྷ་སྤྱོད་པ་ལ། རྣམ་མཁའ་ལྷིང་དང་རིགས་སྤྱུགས་ཀྱི་  
རུས་པས་གཞོད་པ་ཡོད། དུད་འགྲོའི་ཆོ་ཆད་ལ་བསམ་ན་མ་ངེས་པ་རེད། འགའ་  
རེ་ཡུད་ཅུམ་གནས་ནས་ཤི་བ་དང་། འགའ་རེ་ཉིན་རེར་གནས་པ། གྲུ་སོགས་  
འགའ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་གནས་པའང་ཡོད་པར་གསུངས། དེ་དག་ལུང་ལས་དཔག་  
ནས། དེ་ལྟ་བུའི་དུད་འགྲོའི་སྤྱུ་བསྐྱེད་བསམས་ཤིང་སྒྲོལ་སྒྲུངས་པ་ནི། འདི་  
ལག་བྲིད་ཀྱི་སྒྲོལ་བསྒྲོལ་རྒྱ་རེད། ཡང་སྤྱན་ནང་རང་ཉིད་གཏི་སྤྱུ་སྤྱན་པ་ལྟ་བུའི་  
ཉོན་མོངས་པས་སྤྱན་བྱས་ཏེ་སྒྲིབ་ཅིག་ཉིད་ལ་ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་བྱིངས་ན་  
གནས་པའི་དུད་འགྲོ་ཉ་དང་། དུད་དང་ཚུ་སྤྱིན་ལ་སོགས་པ་ཆེ་བ་རི་ལྟ་བུ་དང་།

ཆུང་བ་ཁབ་ཅེ་དང་རྩལ་ཕྱན་ལྟ་བུས་གང་ནས་གོ་མཚམས་མེད་པར་ཆང་ལག་གི་སྤང་  
མ་ལྟར་ལྷིག་ལྷིག་ཡོད་པའི་ནང་དུ་སྐྱེས་པར་སྒོམ། སྐབས་རེས་ལག་འཇུག་ཅིང་ཆུ་  
སྤོང་དང་ཆུ་ཉ་ཉ་བོ་ཆེ་སོགས་ཆེ་བར་གྱུར་པའི་ལུས་སྤངས་པའི་ཆོ་དྲང་ལ་སོགས་པ་ཆུང་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་ཏལ་མར་ཐུགས་ནས་སྤིང་ལ་མདའ་ཕོག་པ་ལྟ་བུའི་ན་ཆ་དང་སྤྱག་  
བསྐྱལ་མྱོང་བ། རེས་ལག་འཇུག་ཅིང་ཉ་ཉ་འབྲུ་སོགས་ཆུང་བར་གྱུར་པའི་ཆོ་དྲང་འགྲོ་ཆེ་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུར་མིད་དུ་ཐོས་ནས་ལུས་ལྷགས་ཀྱི་པར་བུ་བཅུག་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
མྱོང་བ། མྱིང་འདི་དང་མྱིང་གཞན་གྱི་ཕྱི་མཐའི་ལྷགས་རི་གཉིས་ཀྱི་གོ་དབར་ཉི་ཁྲའི་  
སྤང་བ་མེད་པའི་ལྷན་ནག་གི་ཁྲོད་ན་སྐྱེས་པ་དང་། ད་ལྟ་རང་རེའི་མཐོང་སྤང་གི་ས་  
སྤང་རིལ་པོ་འདིའི་མར་བྱང་སྒྲེ་ས་ཐག་ཉེ་སའི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱན་ལན་དང་། བོ་ཁྲེས་  
སོགས་ན་སོང་དུས་དགུན་ཁ་ཉི་མ་ཤར་རྒྱ་མེད་པས་དམུས་འགྲོ་གི་ཡིན་ན། ད་ལྟར་  
ཚན་རིག་གིས་སྒྲོག་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་སྤང་སྒྲོག་མེད་དུས་ཅི་འདྲ་སྤྱག་ན། དེ་དང་  
འདྲ་བའི་ཉི་ཁྲའི་སྤང་བ་མེད་པའི་ལྷན་ནག་རང་གི་ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་ཙམ་ཡང་མི་  
མཐོང་བའི་ཁྲོད་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་བ་ལ་བསམ་ན་དུ་ཐོབ་དང་། ཁ་འཐོར་བའི་དུད་འགྲོ་  
ལ་བསམ་ན། བྱ་དང་རི་དྲགས་འབྲུ་སྤང་གཙན་གཟན་ལ་སོགས་ཏེ་བདག་རྩ་མ་  
བཟུང་བ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཚ་གང་བཤེས་སྒོམ་གཅིག་གི་ས་གཅིག་ཟ་  
བས། དོན་ཅུབ་དང་ད་ལྟ་སེ་གོ་ལ་གཏོག་པའི་ཡུན་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་ཆོ་འདི་ཕྱི་ཤི་གསེན་  
གྱི་མཚམས་སྤྱོད་ཅིང་། མི་ལ་སོགས་པ་མིག་གིས་མཐོང་ཆོད་ལ་ཁོག་པ་འཕྲལ་  
ནས་སྒྲོག་ཅུ་དམར་པོ་ལ་གྱི་བཞག་པའི་སྒྲོག་གཅོད་གྱི་གཤེད་མ་ཁོད་ལག་ཙན་དུ་མཐོང་  
ནས་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་དོགས་པར་འཆར་བས། འཛིགས་སྤྱག་གི་སྤང་བ་ཁོ་ནས་ལྟོ་  
ཁམ་རེ་བའི་རིང་ལ་བག་མི་ཐེབས་པར་མགོ་བོ་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱུད་དུ་གསོད་



མ་ཁན་ཞིག་གིས་སྒོག་སྒོག་རྒྱ་ཕབ་པའི་དོགས་པས་བྱ་རར་གཡེང་བ་དང་། རྒྱ་པར་  
དུ་རྩོན་པ་དང་། ཉ་པ་དང་། བྱ་གཤོར་བ་དག་གིས་བཅེ་བ་མེད་པར་རྒྱ་དང་སྤྱི་  
དང་མེ་མའདའ་སོགས་གསོད་ཐབས་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་འཛིགས་པ་དུ་མས་སྐད་ཅིག་ལ་  
གསོད་པ་དང་། མིས་བདག་རྒྱ་བཟུང་བའི་དུད་འགྲོ་གཡུང་དྲགས་རྩོམ་དང་།  
ར་ལུག་བ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོག་གཡོགས་ཏེ་སྒབ་  
བསྐྱོན། རྒྱབ་ལ་སྤྱོད་བསྐྱད་དེ་བཞོན་ནས་རྒྱུང་རིང་པོར་མནར་བ་དང་། བཤའ་  
ཐོག་བཤའ་ལུག་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་རྒྱུང་ལག་ཐག་པས་བཀྱིག་ལུས་གནམ་ས་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱི་  
དབུག་ནང་དབུགས་ཆད་ལ་མ་ཆད་ཀྱི་སྐབས་ན། བྱང་རྩོན་མེད་ཁ་གྱི་རྩོན་པོས་  
གཤགས་ནས་ལྟོར་ལག་བཏང་སྟེ་ཁོག་པའི་ནང་དུ་ལག་པ་བཏང་ནས་སྒོག་དབུགས་ཀྱི་  
རྒྱ་བ་གཙོད་པ་དང་། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ལྷ་ཏིག་གི་ཆེད་ཉ་ཕྱིས་དང་། མཆེ་བ་  
དང་རུས་པའི་དོན་དུ་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དང་། བགས་པའི་དོན་དུ་སྒྲག་དང་གཟིག་སྒྲམ་ལ་  
སོགས་པ་དང་། སྤྱི་དོན་དུ་རི་དྲགས་གཙོད་སོགས་དང་། ཤ་ཁྲག་གི་དོན་དུ་  
རྒྱུང་འབྱོར་གྱི་གནའ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྒྲ་ཅིའི་དོན་དུ་སྒྲ་བ་གསོད་པ་དང་།  
འགའ་རེ་གསོད་པའི་ཞོར་དུ་འགའ་རེ་གི་བ་དང་། རྒྱ་མཆོའི་རྒྱ་གནས་སོགས་ཟས་ཀྱི་  
དོན་དུ་གསོད་པ་སོགས། མདོར་ན་རང་ཉིད་སྤྱོད་རྒྱ་དེ་གསོད་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པ་འབྲ་  
ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བོད་ན་མཛོ་གཡག་སོགས་གཞན་དག་སྤྱོད་འཕྲིགས་པ་དང་།  
མིས་མོ་བ་དང་། བྱ་གཙོད་པ་དང་། བརྟེན་པ་དང་། གསོན་ཁྲག་འབྱིན་པ་  
དང་། བལ་སོགས་ཁལ་ལྷི་མོ་སྒྲིག་ཆོད་འགའ་ཏེ་ཐག་རིང་དེད་པ་དང་། དུད་  
འགྲོ་གིན་རྒྱ་རྒྱུ་མོངས་ཅན་གྱི་མ་གཏོགས་མི་བ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མིག་གིས་མཐོང་ཆོད་  
རང་གིས་གསོད་ཐུབ་ཆོད་གསོད་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་དང་། རང་རེ་མི་ཡིན་ནའང་གསོད་

དགའ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱགས་རྒྱགས་མཚར་མཚར་གྱིས་བྱ་རི་དྲགས་གསོད་པ་དང་།  
ལར་ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་སེམས་ཅན་སློག་མ་བཅད་ན། མི་འདིས་ཤ་མ་བོས་ན་འང་ཟས་  
གཞན་གྱིས་སློག་འཆོ་ཐུབ་པ་རེད། མིས་ཅི་ཡིན་ན་ཟ་ཤེས་ལ་ཐབས་སྒྲིག་ཤེས་པ་  
རེད། ད་དུང་སྒྲིག་ཟས་ཤིང་འདིས་ནད་སྒྲ་ཆོགས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཅི་ཅམ་བོས་ན་དེ་  
ཅམ་དུ་སྐྱེད་པ་འཕེལ་ནས་ཟ་དུན་པ་རེད། སྒྲིག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བར་གཅིག་བཤམས་  
ཤིང་མ་གཏོགས་ཤི་ཤིང་ཉན་ཡོད་ནི་མ་རེད། དེའི་ཐོག་ན་ངོམས་པ་མེད་པར་བོས་ཤིང་  
བོས་ན་བད་ཀན་རྒྱས་ནས་ཤིང་ཆོ་བ་ཕག་འདྲ་རེད། ལྟོ་ཆོལ་དུད། ཐོ་བ་ལྷུག  
གཏི་ལུག་འཕེལ། གཏི་ལུག་གིས་བསྐྱེད་པའི་ནད་སྒྲ་ཐམས་ཅད་ཡར་ལྗང་།  
སྒྲིག་གི་དེང་སང་རྒྱངས་འཁོར་ཡོད་ནི་རེད་མ་གཏོགས་ཐན་རྟ་ཡིས་མི་སྒྲིགས་པར་དེ་  
འདྲ་རེད་ནི་རེད། སྐས་སོང་དུས་རང་གཡོག་རང་གིས་མི་ཕེར་བ་ཡོད་པ་རེད།  
དེས་ན་ཤིང་བཟའ་རྒྱུ་འདི་གཏན་ནས་སྤོང་ཐུབ་ན་ཤིན་ཏུ་ཡག་པོ་རེད། རྩོ་སེར་ལོ་ཉུང་  
ཆོའི་ནང་ན་ཤིང་སྤོང་མཁན་མང་ཐལ། ལྷ་སྐྱལ་རྣམ་པའི་ནང་ན་ཤིང་གཅད་ནི་མང་གི།  
ཁ་སང་ཁ་ཉིན་སོགས་ལ་གྲུ་བ་ལོ་རྒྱུད་གི་ནང་ན་ཤིང་གཅད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ཐལ།  
དེ་རྣམས་ལ་ནམ་ཡིན་ན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ད་ངོ་མ་བཤད་ན་བཤམས་མི་  
བཤམ་རྒྱུ་སྤེམ་མང་ཆོགས་ནས་མགོ་འཛུགས་རྒྱུ་ཅན་རེད་ལ། ཤིང་མི་བཟུང་གོན་པའི་  
ལྷ་གྲུ་ནས་མགོ་བཙུགས་ནས་ཆང་མས་ཤིང་རྩོ་རྩོགས་མ་བྱས་ན་བཤམས་བཤམ་མཁན་མེད་  
ནས་དུད་འགོར་སྐྱེས་པའི་ཕ་མ་ཕལ་ཆེར་གྱི་སློག་མགོ་ཐོན་འགོ་གི། གནའ་སྤྱ་མོར་  
གྲུ་བའི་ནང་ན་པགས་པའི་གོས་མི་གྱོན་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ། དཔལ་སྐྱལ་ཆང་  
གིས་ཕྱིང་ཕྱག་མན་བཟུང་བའི་པགས་གོས་མི་གྱོན་པའི་དབང་གིས་རེད། རྩ་རྒྱུ་ཁ་ན་འང་  
ཕྱིང་ཕྱག་མན་བཟུང་མཁན་མང་པོ་ཡོད། དེ་དུས་ས་མཐོ་སྤང་ན་ཅི་འདྲའི་སྤྱིང་རུས་མཛོད་

འདུག་མ་གཏོགས། དེང་སང་ཡིན་ན་པགས་པ་མིན་ནའང་སྤྱི་ཡོད་དོན་པོ་གྱོན་རྒྱ་  
ལོན་གྱི། ད་དུང་གཙང་སྤྱི་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱི་མི་འགོས་པས་པགས་རིགས་མིན་པ་  
གྱོན་ན་ཡག་ས་རེད། གཙན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་གྱོན་རྒྱུའི་ལམ་ལུགས་འདི་ཆོ་  
རྒྱན་དུ་མེད་ན་ཡག་ས་ཡོད་གྱི། གྱི་རུ་འདི་ཆོ་སློག་ཆགས་རེད་མི་ཟེར་རམ། དེ་  
འདྲ་ཡིན་ན་གྱི་རུ་བཏགས་རྒྱ་མེད་ན་སློག་ཆགས་འགའ་རེའི་སློག་མགོ་ཐོན་འགྲོ་ནི་ཨེ་མི་  
ཡིན། ཡང་སློག་ལྡན་འགའ་རེ་གི་ནས་གིང་དང་རྩྭ་རེད་སོང་བ་རྣམས་ནི་སྤྲིག་པ་  
ཡོད་མེད་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཁོང་བཞུགས་ཡོད་ན་བཀའ་འདྲི་མ་ཞུས་ན་མི་ཤེས་རྒྱུ་འདྲ་  
འདུག་ཡིན་ན། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྣམས་ལ་འད་བྱེ་ཆོན་དང་། བམ་མཁའ་ལྗིང་གི་  
འཛིགས་པ་དང་། མི་དང་དྲང་སྲོང་གི་རིགས་སྤྲགས་སྤྱོད་ཆོགས་གྱིས་གཟིར་བ་དང་།  
རྒྱ་གྲོགས་གཅིག་གིས་གཅིག་སྦྲངས་ཏེ་མཉམ་པའི་ཁྱུང་མི་རྩྭ་ཅིང་གྲོགས་མེད་པ་དང་།  
སྤྱི་མཐུན་དུ་དུད་འགྲོ་ཡོད་ཆོད་ལ་སྒྲོངས་པ་དང་གདུག་རྩུབ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲག་  
བསྐྱལ་བརྗོད་གྱིས་མི་ལོང་བ་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཆོ་ཆོད་མ་ངེས་པར་སྒྲོང་བ་  
སོགས་དུད་འགྲོའི་སྤྱོད་གནས་སུ་སྤྱོས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སྤྲག་  
བསྐྱལ་འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། །སྤྲག་བསྐྱལ་ཉིད་ལ་མཛོན་པར་  
རྒྱག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་མི་ཤེས་པ་སྤོན་ཞིང་གཏི་ལྷག་པའི་  
རང་བཞིན་ཅན་ཏེ། དེ་དག་རང་ཡིན་པ་དང་དེ་དག་གི་སྤྲག་བསྐྱལ་རེ་རེ་ནས་རང་  
གིས་སྒྲོང་བར་བསམ་སྟེ། །ཁ་དག་བཤད་པ་དང་ཐད་ནས་ལྟད་མོར་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མ་  
ཡིན་པར་དེ་རང་ཡིན་ཞིང་དེའི་སྤྲག་བསྐྱལ་སྒྲོང་གིན་ཡོད་པར་བསམ་ནས་སྒྲོམ་དགོས།  
དེ་ལྟར་འཁོར་བ་དྲན་པ་ཅུང་ལ་སྤྲགས་ལོག་གི་འགྲོ་བར་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཏེ། ཀུན་  
མཁྱེན་གྱིས། འདི་དག་བསམ་ན་སྤྱི་ལ་སོང་འཛིག་རྟེན་ལས། །ཐར་འདོད་རྣམས་

ཀྱིས་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །མངོན་མཐོངས་ལེགས་ལམ་བཟང་སྟོན་བཏོད་  
ལ། །ཉིན་མཚན་བརྩོན་པས་དགེ་ལ་གཞོལ་བར་མཛོད། །ཅེས་འཁོར་བའི་གནས་  
སྤྱོད་བྱེ་བྲག་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་སྟེ་དེ་རང་ཐོག་ལ་བླངས་ནས། དགེ་བ་  
ལ་སོགས་པ་ལེགས་པའི་ཆོས་ལས་བྱོལ་ནས་སོང་བ་དུད་འགྲོའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ལས་  
དུས་གཏན་དུ་ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས། རང་གཞན་གྱི་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། མངོན་པར་མཐོབ་ལྷ་དང་བྱུང་པར་མིའི་རྟེན་དང་། དེས་པར་  
ལེགས་པ་ཐར་པའི་ལམ་བཟང་དེ་བགྲོད་པའི་སྟོན་བཏོད་ལ། །ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་  
བརྩོན་པ་དག་པོས་རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་ལས་ལ་གཞོལ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གདམས་  
དག་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གྲུང་ཆོག་གི་གོ་དོན་སེམས་ལ་བཞག་ནས། དུད་  
འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐར་ཆགས་སུ་རེ་རེ་བཞིན་རང་ཐོག་ལ་བླངས་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་དམིགས་པ་བྱས་ཟིན་པའི་མཐར་རང་ཉིད་སྤྱལ་ལྷ་བུའི་གྲུ་ཞིག་ཏུ་  
སྦྱེས་པར་བསམ་ནས། རྣམ་མཁའ་གྲིང་བྱ་བྱུང་གཏུམ་པོ་ཞིག་གིས་སྒོ་བྱར་དུ་བར་  
སྒྲུང་ལ་བྱེད་ནས་ད་ནི་དབྱུགས་རྟེན་ཅམ་དེ་རྣམ་ཆད་འགྲོ་བར་མི་ཤེས་པར་དབྱུགས་ཕྱི་  
ནང་གང་གི་མཚམས་གྲུང་ཆོ་འདི་ཕྱིའི་སོ་མཚམས་སུ་སྦྱབས་ཡོད་པར་བསྐྱོམས་ནས།  
ཨ་རེ་འཛིགས། རྟོལ་ལན་རྩོགས་མི་ཐུབ་པའི་སྟོབས་ལྡན་གྱི་འདབ་ཆགས་འཛིགས་  
པ་ཅན་འདི་ལྷ་བུས་བདག་ཉིད་གསོན་ཟས་སུ་བྱེད་པ་ཨ་ཙོ། ཨ་ཙོ། འཛིགས་པ་  
ལ། འཛིགས་པ་ལ། གྱི་རུད། གྱི་རུད་ཅེས་འཛིགས་སྒྲག་གི་སྟེ་སྤྱགས་བསྐྱར་  
བསྐྱོས་དང་བཅས་དུན་པ་འཐོར་བཅོམ་གྱི་འཛིགས་སྒྲག་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རོ་རང་གིས་  
ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ན། སྒྲར་སྟེང་གི་རྣམ་མཁའ་ལ་ཅུ་བའི་བླ་མ་དེ་ཉིད་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་  
པོའི་རྣམ་པའི་ཆ་ལུགས་སུ་བྱོན་ནས། གྱེ་ཞེས་པོས་ནས་ལས་ངན་གྱི་སེམས་ཅན་

བྲིད་གྱིས་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་འཛིགས་སྤྱད་སྒྲིབ་དགོས་པའང་ཅུ་བ་རང་ལ་  
སྤྱད་སྤྱོ། འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་ང་མེད་ལ་ངར་བཟུང་། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་  
ཏུ་འཛིན་པས་བདག་གཅེས་འཛིན་ཁོན་ལྟར་སྤངས་པས་ཡན། དཀི་སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་  
པས་ཀུན་ནས་བསྤངས་ཏེ་བདག་བསམ་གཞན་གཅེས་གྱི་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལྷང་  
པར་ཙན་སྒྲོམ་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཙན་གྱི་གནས་འདི་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིན་  
ཏེ། སྒྲིབ་བསྐྱེད་པའི་བདག་པོ་ཤུགས་མེད་གོས་སྒྲིབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྤྱབས་སུ་བྱང་  
རྩལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཆོ། མཛའ་བའི་བུ་མེའི་སྤྱི་བར་སྤྱེས་ནས་རྒྱ་མཆོའི་  
སྤྱིང་དུ་འགྲོ་བ་ལ་མས་བསྐྱེད་ཀྱང་མ་ཉན་པར་མའི་མགོ་ལ་འགོངས་ནས་རྒྱ་མཆོར་  
འོར་བུ་ལེན་དུ་ཕྱིན་པས་གྲུག་ཟིངས་ཞིག་གིས་ལེབ་གཅིག་ལ་འཇུག་པས། མཆོ་  
སྤྱིང་ཞིག་ཏུ་ཐོན། དེ་ནས་རིམ་པར་ཕྱིན་པའི་ཅི་ཞིག་ན་ལྷགས་གྱི་ཁང་བ་ཞིག་ཏུ་མི་  
ཞིག་གི་མགོ་ལ་ལྷགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་ནས་ཀྱང་པའི་དགྱིལ་དུ་འབྱུགས་གྱིན་འབྱུག་  
ཅི་བྱས་པ་ཡིན་དྲིས་པས་མའི་མགོ་ལ་འགོངས་པའི་རྣམ་སྤྱིན་ཡིན་ཟེར། འོན་ང་ཡང་  
ལས་གྱིས་འདིར་བྲིད་པ་ཡིན་སྟེ་མ་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ནས་སྤྱི་བྱང་སྤྱོ་བཅིངས་པ་  
གང་ཡིན་པ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། བྲོལ་བ་གང་ཡིན་པ་བཅིངས་པ་འགྱུར་རོ་ཟེར་ནས་  
འཁོར་ལོ་རང་གི་མགོ་ཐོག་ཏུ་བྱང་སྤྱོ་བསྒྲོར་བས་བཟེད་ཐབས་མེད་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བྱང་  
རོ། །དེའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་འབྲའི་སེམས་ཙན་རྣམས་ལ་སྤྱིང་རྗེ་དག་པོ་སྤྱེས། འདི་  
ལྟ་བུའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྒྲིབ་པའི་སེམས་ཙན་མང་པོ་ཡོད་པས་སྤྱིང་རེ་རྗེ། དེ་དག་གི་  
སྤྱིག་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་བདག་ལ་འབྱུང་བར་ཤོག་ཅིག་སྟེ་མ་དུ་དགོངས་པ་དང་། དེ་  
མ་ཐག་འཁོར་ལོ་ནས་མཁའ་ལ་འཕུར་ཏེ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་ལོ། །ཞེས་སྒྲིབ་མ་  
ཞིག་ལ་བཤད་པ་ལྟར་རེད། རྒྱལ་བས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་བརྒྱུད་བྲི་བཞི་སྤྱིང་གསུངས་པ་

ཐམས་ཅད་གང་གི་དོན་དུ་གསུངས་ན། དངོས་སམ་བརྒྱད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྒྲིང་ཉིད་སྒྲིང་རྗེའི་སྒྲིང་པོ་ཅན་དེ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་རེད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་དང་བྲལ་ན་གཞན་ཆོས་ཟབ་མོ་ཅི་བསྐྱབས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་འཕྲོབ་  
པའི་དངོས་རྒྱུར་འགྱུར་བའི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། བསྐྱེད་རྫོགས་དང་གསང་  
སྤྲུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདིས་ཟིན་ན་ཆོ་འདི་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་འཕྲོབ་པའི་རྒྱུར་འགྲོ་བུས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་བྲལ་ན་ལྷ་སྒྲོམ་  
སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཅི་འདྲ་བྱེད་ཀྱང་ལྷ་སྤྲུགས་པའི་ལམ་དང་ཁྱད་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད།  
ལྷ་སྤྲུགས་པ་ལའང་ལྷ་སྒྲོམ་རྒྱ་དང་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚ་རྒྱུད་སྒྲོམ་པ། རྒྱ་འབྲས་  
སྤང་སྤང་བྱེད་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་འདི་གཉིས་མེད་པས་  
འཁོར་བའི་ནང་ནས་ཐར་མི་བྱུང་པ་རེད། བདག་བས་གཞན་གཅེས་སྒྲོམ་དུས་བདག་  
ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་གང་བྱུང་ན་བཟོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡོང་མི་  
འདོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་བདག་ལ་སྒྲིན་པར་ཤོག བདག་  
གི་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རྫོགས་པར་ཤོག་ཅིག་  
བསམ་པར་མ་ཟད། དངོས་སུ་འདྲ་དེ་འདྲ་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་  
བདག་བས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་བསམ་པ་འདི་ལྷས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་རང་འདྲའི་  
སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དོ། །དེ་དག་གི་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་ཁྱེད་རང་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་འདིའི་སྒྲོན་མར་ལོང་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམས་ཤིག་  
ཅེས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་དེ་སྐད་གསུངས་པའི་གསུང་རྩོམ་པ་ཙམ་གྱིས་རང་འདྲའི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིང་རྗེ་དག་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་། བདེ་སྤྲུག་གཏོང་ལེན་གྱི་སྒྲིང་སྤྲོ་བས་  
བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་ལས་ངན་སྐད་ཅིག་ལ་ཟད། འཛིགས་ཤིང་སྤྲུག་པ་ལ་མྱི་ལམ་གྱི་

སྒྲིབ་བ་ལྟར་བདེན་མེད་དུ་ཡལ་ནས་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་།  
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་དང་མན་ངག་བྱུང་པར་ཅན་འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་གཙུག་པོ་  
དད་པ་དང་དག་སྒྲིབ་ཡོད་པ་གཤམ་ཆེ། རིག་འཛིན་མཁའ་སྒྲིབ་བྱུང་བའི་སྒྱུར་ལམ་  
ཞེས་པ་འཆི་རན་ཁར། སྒྱི་ནང་སྒྲོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་  
གསལ་རྒྱས་ན་རབ་རེད། མ་རྒྱས་ཀྱང་རང་ཉིད་རྟོག་རྒྱལ་འབྱོར་མར་གསལ་བ་དེ་སྒྱི་  
གཙུག་གི་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐུགས་ཀར་ཐིམ་པར་བསམ་ནས་ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་དུ་  
མཉམ་པར་བཞག་རྒྱས་ན་ངན་སོང་དུ་མི་འགོ་བ་དང་། བར་དོའི་སྐབས་ན་གྲུ་རུ་རིན་  
པོ་ཆེ་གྲོན་ནས་དབང་བསྐྱར་གདམས་པ་གནང་ངོ་སྒྲིབ་ནས་གྲོལ་འགོ་བ་དང་།  
ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་བསྐྱེད་ཀྱང་ཀའ་མོ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུའི་འདད་རྒྱུ་མི་ཉན། མོད་པའི་  
སྒྲུ་ཅེ་ནས་མར་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་པར་ཐོག་ཏུ་ལྷུང་བའི་ཡུན་ཙམ་ལ་ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་  
ལ་མཉམ་པར་བཞག་རྒྱས་ན་བསྐྱལ་བ་གཅིག་གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དག་པར་གསུངས་ཡོད་པས།  
སྒྲོམ་དགོས་ས་ཨོ་རེད། དེ་ལྟར་བྱུ་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་  
ནས། དུད་འགྲོའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འོད་ཟེར་སྒྲོམ་པས་དེ་དག་  
གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་བྱ་བྱུ་ལ་འུར་རྟོག་འཕངས་པ་ལྟར་རིག་འཛིན་རྣམ་པ་བཞིའི་གལ་དུ་  
དངས་བར་བསམ་ལ། ཞེས་རིག་འཛིན་རྣམ་པ་བཞི་ནི་སྒྲིབ་བསྐྱེད་རྟོགས་ཀྱི་སྐབས་  
ཞིག་ཏུ་བཤད་ཐོང་ཡང་། རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་དང་། ཆོ་དབང་རིག་འཛིན།  
ཐུག་ཆེན་རིག་འཛིན། ལྷན་བྱུང་རིག་འཛིན་ཏེ་བཞི་རེད། བཀའ་སྡེ་ཟུར་པའི་  
ལུགས་ལྟར་ན། རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་ནི། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ལུས་རྟེན་རགས་པ་དང་མ་  
བལ་ཞིང་སེམས་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་སྐྱར་སྒྲིན་པ། ལུས་རྒྱ་དེ་དང་བལ་མ་ཐག་ཏུ་ཐུག་ཆེན་  
རིག་འཛིན་དུ་སྒྱུར་ངེས་པ་སྟེ་ཆོས་གསུམ་ལྷན་གྱི་མཐོང་ལམ་པ་ཡིན། འདི་ལ་རྣམ་

སྒྲིན་གྱི་ལུས་རྒྱས་འཆིང་བའི་ཆ་ནས་རྣམ་སྒྲིན་དང་། སེམས་ལྷ་སྒྲུབ་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
པའི་ཆ་ནས་རིག་འཛིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་ནི་ལུས་ཟག་མེད་  
དུ་གྱུར་པའི་མཐོང་ལམ་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། ཡང་ན་རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་དང་ཡང་  
ན་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་ནས་ཕྱག་ཆེན་དུ་བསྐྱུར་དགོས། མཐོང་ལམ་གྱི་རྟེན་གཅིག་ལ་  
རིག་འཛིན་གཉིས་མཉམ་དུ་ཐོབ་པའི་རྣམ་བཞག་ཡོད་པ་མ་རེད། འདིའི་སྐབས་ནས་  
གསུངས་པའི་ཟག་མེད་ཅེས་པའི་ཟག་པ་དེ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ།  
ལུས་གྱི་ཟག་པ། །ཁམས་གྱི་ཟག་པ། སྐྱེ་གནས་གྱི་ཟག་པ་བཞི་ཡིན་ལ། ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་གི་སྒྲོ་འདོགས་ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ། ལུས་རང་དབང་མེད་པར་འདོར་བ་  
ལུས་གྱི་ཟག་པ། །ཁམས་མི་བདེ་བ་རང་དབང་མེད་པར་འབྱུང་བ་ཁམས་གྱི་ཟག་པ།  
ལས་གྱི་དབང་གིས་རང་དབང་མེད་པར་ལུས་ལེན་པ་སྐྱེ་གནས་གྱི་ཟག་པ། དེའི་ནང་  
ནས་དང་པོ་ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ་དེ་ཙུ་བ་དང་། གཞན་གསུམ་པོ་དེའི་ཡན་ལག་  
རེད། དེས་ན་སྐབས་འདིའི་བཤད་བྱ་རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་དང་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་  
གཉིས་ཀའང་། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཚན་ཉིད་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཙུ་བའི་ཟག་པ་  
ཟད་པའི་སྤངས་རྟོགས་གྱི་ཆ་ནས་བྱུང་པར་མེད། འོན་ཀྱང་དབང་པོ་རྣེས་ཀྱི་དབང་  
གིས་རགས་པའི་ལུས་དེ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་མེས་སྒྲིབ་རུས་མི་རུས་སམ། གོང་ནས་བཤད་  
པའི་ཡན་ལག་གི་ཟག་པ་གསུམ་ཟད་མ་ཟད་གྱིས་ཕྱེ་བ་རེད། ལམ་རྒྱུད་ལས།  
རུས་པ་ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་པའི། །མཐོང་ལམ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པས། འདི་གཉིས་དབང་པོ་རྣེས་ཀྱིས་བྱུང་པར་ཡིན་པས་གོང་དུ་བཤད་པ་  
ལྟར་གང་ཟག་གཅིག་གིས་རིག་འཛིན་དེ་གཉིས་ཀ་བཟོད་མི་དགོས་ཏེ་མཐོང་ལམ་ལན་  
གཉིས་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པས་སོ། །ཕྱག་ཆེན་རིག་འཛིན་དེ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་གྱི་



སྐབས་ལས་ཀྱང་གསལ་བརྟན་དག་གསུམ་གྱིས་བྱང་པར་འཕགས་ནས། མངོན་  
ཤེས་ཡོད་པས་ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་དང་མཉམ་པར་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་རུས་པ་དང་། འདི་  
སྒོམ་ལམ་ས་དགའའི་སྐབས་ལ་འཛིག་པ་རེད། ལྷན་གྲུབ་རིག་འཛིན་ནི་མཐའ་ལམ་ས་  
བཅུའི་བྱང་པར་གྱི་ལམ་ལ་གནས་པ། སངས་རྒྱས་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྤྱོད་དང་གནས་  
རྒྱལ་མཐུན་པའི་ལུས་ཅན་ཡིན་པ་དང་། རྟོགས་པ་དང་སྤོང་ལས་ཀྱི་ཐད་ན་སངས་  
རྒྱས་ཉིད་དང་སྤྱོད་ས་མཆུངས་པ་ཞིག་ཡིན། དུག་ཆེན་རིག་འཛིན་དང་ལྷན་གྲུབ་རིག་  
འཛིན་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱིབ་པ་ཕྱ་མོ་སྤོང་བར་གསུངས་པ་ནི་ཤེས་སྤྱིབ་ཕྱ་མོ་ཡིན་  
དགོས་པ་རེད། ཉོན་སྤྱིབ་ཀྱན་བཏགས་ལྷན་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་བར་མཐོང་ལམ་ནས་སྤོང་བར་  
གསུངས་པ་རེད། རིག་འཛིན་རྣམ་པ་བཞིའི་བཤོད་རྒྱལ་ལ། གང་ཟག་དབང་པོ་  
ལྟོ་རྒྱལ་སྤོང་ཆེ་རྒྱུད་གིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རིམ་བཤོད་དགོས་པའི་རེས་པ་མེད། ཐོད་  
ཆལ་བའང་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད། ཀྱན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་ཀྱི་རང་ལུགས་དཀའ་  
བའི་གནད་ཐམས་ཅད་ཀྱན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཞིབ་པར་གཟིགས་ན་མཁྱེན་  
ཐུབ། དེ་ལྟ་བུའི་རིག་འཛིན་རྣམ་པ་བཞིའི་བྲལ་དུ་བྱངས་པར་བསམ་ལ་**རྟོག་པའི་སྤྱན་**  
**ཐག་བཅད་ནས་བྲན་ཤེས་ཁ་ཡན་དུ་སྤྱོད་པར་བྱའོ།** །ཞེས་གསུངས་ན་རྟོག་པའི་སྤྱན་  
ཐག་བཅད་ནས་སམ་རྣམ་རྟོག་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་ལྷན་པ་དོར་ནས་རང་བབས་སྤྱོད་པ་བྲལ་བའི་  
རང་དུ་སྤྱོད་པར་བྱའོ། །དེ་རིང་གི་བྲིན་རྒྱུད་འདི་བྲིན་རྒྱུད་གསུམ་པ་རིགས་དུག་གི་  
སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྩེ་བྱེད། ལས་སུ་དཀོན་མཆོག་མཆོད་ཅིང་དཀར་པོ་དགེ་བའི་  
ལས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་པའི་ནང་གི་ཁར་རྩང་ཁེ་ཉིན་ཆ་དམུལ་བརྒྱད་དང་གང་དམུལ་བརྒྱད།  
ཡི་དྲུག་དང་བཅས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བྲན་ནས་སྤྱིང་རྩེའི་སེམས་དང་བཅས་པ་བསྐྱོམས་  
ཤིང་། དེ་རིང་ཉེ་འཁོར་ལྷག་པ་བཅུ་དྲུག་ཉི་ཆོ་བ་དང་བཅས་པའི་དམུལ་བའི་གནས་

གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནམས་དང་། དེའི་སྒྲིང་དུ་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ། དེ་ལ་ཡང་  
བྱིངས་ན་གནས་པ་དང་ཁ་འཐོར་བའི་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
སེམས་ཐོག་ཏུ་ལེན་པ་དང་། ལུས་ཐོག་ཏུ་སྒྲིང་གིན་ཡོད་པར་བསམ་ནས་སེམས་ཅན་  
དེ་དག་ལ་སླིང་རྗེ་ཤས་མི་བཟོད་པ་སྦྱེས་ཏེ། མཐར་ཐུག་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྤྱགས་  
དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྒྲེས་ནས་མི་དམིགས་པའི་ཏིང་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་  
བཞག་པ་དང་། ངན་འགྲོའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དུ་འགྱུར་བའི་  
སློན་ལམ་འདེབས་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས། དེ་རིང་ཕྱི་རོ་དང་དགོང་མོར་ཉེ་འཁོར་བ་  
སློམ་ས། སང་ཉིན་སྤྱི་ཤོར་ཡང་རྩོམ་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་དང་ཕྱི་རོ་དང་དགོང་མོར་  
དུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེམས་ལ་ལེན་རྒྱུའི་ཁྲིད་སྒྲིང་དེ་ལྟར་བྱེད། འདི་ན་རྟོག་པའི་  
སྤྱན་ཐག་བཅད་ནས་བྱ་ཤེས་ཁ་ཡན་དུ་སློང་པར་བྱའོ། །ཞེས་སྤྱན་པ་ཞེས་པ་ལུན་པ་  
ལ་གོ་བས། རིག་པ་རྗེན་ལ་བུད་པའི་ལྷག་མཐོང་གི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་བཤད་ཡོང་  
དུས། ཉམས་ཞེན་གྱི་ལུན་པ་དང་བྲལ་བ། འབྲས་སྒྲེའུ་ལ་དཔེར་བཞག་ནས་  
གསུངས་པ་དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གི་ལུན་པ་མེད་  
པར། ཆོས་ཉིད་མ་བཅོས་པའི་ངང་དུ་སློང་དེ། ཁ་ཡན་ཞེས་པ་ཁོ་རང་རི་ལྟར་ཡིན་  
ན་དེ་ལྟའི་ངང་དུ་ཞོག་གསུངས་པ་རེད། འདི་ལས་དང་པོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་སེམས་  
བཞག་ཐབས་དང་། ཉམས་སྒྲིང་ཅན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཐབས་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་  
ཀ་ལ་སྤྱར་ཆོག་སྟུམ། ཡང་ན་སྤྱན་ཐག་གསུངས་རྒྱུའི་ཆོག་འདི་འགྲེལ་སྤངས་གཞན་  
ཞིག་བྱས་ན་འང་འགལ་བ་མི་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐགས་འཐགས་པའི་ཆོ་རྒྱ་སྤྱན་གཉིས་  
དགོས་པའི་ནང་གི་སྤྱན་གྱི་ཐག་པ་དེ་བཅད་ན། དེའི་རྩོམ་གཞིའམ་ སློ་གཞི་  
མེད་པས་བྱ་བའི་རྒྱན་ཆད་པ་བཞིན་དུ་རེད་ཟེར་ན་འང་མི་ཆོག་པར་མེད་པས་འགྲེལ་ལོག་

དོ་མ་ཞིག་མ་རེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གཅིག་ལ་དོན་སོ་སོར་འཇལ་བ་  
ཡོད་པ་རེད། རིག་འཛིན་འཇིགས་མེད་སྤྱིང་པའི་གསུང་འདི་ཚོ་རྒྱལ་བའི་གསུང་དང་  
གཉིས་སུ་མེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གོང་ཁྱེར་གྱི་སྒྲོན་སྒྲིབ་པ་སངས་པ་  
ཞེས་གཅིག་གསུང་དུས། འགའ་རེས་དུག་གིས་སྒྲིབ་པ་ལས་སངས་པ་གོ་བ་དང་།  
འགའ་རེས་འདུག་ལུགས་མ་རེད་པས་སྒྲིབ་པ་ལས་སངས་པ་གོ་བ་དང་། འགའ་  
རེས་རིགས་སྤྲུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་ལས་སངས་པ་གོ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དང་། བད་པ་  
རྣམས་ཀྱིས། རིན་ཆེན་སྒོག་དང་མ་བུལ་ན། །སྒྱུ་མའི་རོར་རྩེ་བཙལ་བས་  
ཆོག །བད་གཡོག་རྣམས་ཀྱིས། སྤྲ་མ་དེ་ལ་བན་ཏན་ཏོ། །སྤྱི་མཆོའི་འགྱུར་ཆ་  
ཡང་མེད། །སྒྲན་པ་རྣམས་ཀྱིས། སྒྲན་པའི་མཆོག་ནི་སྤྱིང་རྩེ་སྟེ། །བད་པ་དེ་  
སོས་སྒྲན་པའི་བྱིན། །ཞེས་པ་གོ་སོང་བ་རེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་  
གཅིག་གི་སྒྲུ་ལ་སེམས་ཅན་མང་པོའི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་ལ་སོ་སོར་གོ་རྒྱུའི་  
སྒྲུང་བ་དེ། གསུང་མཆོག་དམ་པའི་རང་བཞིན་སྒྲ་སྒྲིབ་དུ་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོ་ཡིན། མདོར་ན་འདིའི་སྐབས་ཀྱི་གོ་བ་རྟོག་པའི་སྒྲན་ཐག་བཅད་པའམ།  
སེམས་རྣམ་རྟོག་གི་འབྲུལ་བའི་རྒྱན་བཅད་དེ། དཔེ་ཐོག་ཏུ་དཔེར་བཞག་ན། དེ་  
ཁང་གི་རྒྱན་ཐག་བཅད་ན་སྒྲ་འབྲུང་བ་མཆོམས་འཛིག་པ་བཞིན་དུ། མ་འབྲུལ་རང་  
སར་གནས་པའི་བྲན་ཤེས་ཁ་ཡན་དུ་སྒྲོད་ཅིས་བྲན་པ་དང་མ་བུལ་བའི་ཡུལ་མེད་རང་  
གསལ་གྱི་ཤེས་པ་བཙུགས་སྤྲད་མེད་པར་ཁ་ཡན་དུ་རང་བབས་སུ་སྒྲོད་དེ་ཞོག་དང་།  
དཔེར་ན་རྒྱུ་མ་བསྐྱུལ་ན་དྲངས་པ་བཞིན་དུ། མ་འབྲུལ་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལྷངས་ལ་བྱད་  
ཡོང་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། འདི་ཚོ་ཕར་བལྟས་ན་གོ་བ་དེ་སོ་འདྲ་རེད། སྒྲོམ་  
བཤད་ཡོམ་ཡུག་གསུང་རྒྱ་ལྟ་བུ། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་མཁྱོགས་པ་མཆོང་འགྲོ་ན་ཆོག་།

ཀྱང་། ཚིག་རེར་དོན་རེའི་གོ་དོན་ཞིབ་མོར་བྱེད་ན། རྗེ་མཆོག་གསུང་གི་ཚིག་བརྒྱུད་  
 ཞིང་དོན་ཟབ་པ་ཡིན་པས། འདི་ནས་དྲན་ཤེས་ཁ་ཡན་དུ་སྒྲིང་ཅེས་པའི་དྲན་དང་ཤེས་  
 བཞིན་གཉི་ག་དང་། ཁ་ཡན་དུ་སྒྲིང་གསུང་པའི་ཚིག་ས་འདི་ཚོས་དབུ་ཕྱག་རྒྱུག་ས་  
 གསུམ་གྱི་ལྟ་བ་དང་། བྱུང་པར་དུ་རྒྱུག་ས་ཆེན་སེམས་ཕྱོགས་གྱི་མན་ངག་གི་སྤྱིང་  
 དོན་ཆང་བར་བསྐྱུས་པར་མ་ཟད། འདི་ཕུན་མོང་དང་ཕུན་མིན་གྱི་གང་ཟག་དབང་པོ་  
 རྗེ་རྒྱལ་ཆང་མ་དང་འཕྲོད་པའི་གོ་བ་ལེན་སྤངས་བྱ་རྒྱུར་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱེས་བུ་  
 གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ཆ་ཆང་གནད་གྱི་སྤྱིང་དོན་བསྐྱུས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་ལྟར་  
 མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཡིན་ནའང་། འབྲུལ་བ་རྒྱ་  
 འབྲུམས་སུ་མི་གཏོང་བར་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱ་རས་འཛོལ་གོས། དྲན་པ་  
 དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་གསུམ་དང་མ་བུལ་ན་གང་ལྟར་ཡང་ཉེན་སྒྲོལ་ཆེན་པོའི་གཡང་  
 སར་མི་ལྟུང་། གནའ་སྤྱི་མེ་ཞིག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་འཕགས་རྒྱལ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་  
 ནད་ཡམས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ནད་དེ་ཆད་མ་སྐྱབ་པ་དང་།  
 ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་རབ་སྒྲུང་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཁོའི་མངའ་འབངས་ནད་ངན་  
 ན་བས་སེམས་ཁོང་དུ་ཆུད་ནས་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་འདུག་འདུག་ནས། ཉིན་  
 ཞིག་རྒྱལ་པོས་ནད་འདི་དྲག་ཐབས་བྱེད་དགོས་ཀྱི། ཐབས་སུ་ལ་ཡོད་ན་ང་ལ་བརྗོད་  
 དང་བརྗོད་པ་ཅི་དགོས་སྟེར་ཟེར་བ་ན། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སྤྱོད་བཞགས་པའི་སྐབས་  
 ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མངོན་པར་ཤེས་པས་དགོངས་ཏེ། ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་  
 འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ནའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པར་གཟིགས་ནས། ཀ་ཏུ་ན་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་  
 པོ་འཁོར་བཅས་ལ་སེམས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ནས་ཁོང་  
 གིས་གདུལ་དགོས་པ་དགོངས་ནས། འཁོར་དང་བཅས་པ་ཡུལ་འཕགས་རྒྱལ་དུ་

བྱོན་པ་ན། གྲོང་ཁྱིམ་དུ་ཞུགས་མ་ཐག་པར་ནད་ཀྱི་སྤྱེད་ཀ་རང་ནི་རུ་སོང་ནས་མེད་  
པར་གྱུར་པ་ན། གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་སློང་སྤྱང་བ་སོགས་ཡུལ་གྱི་མི་འགའ་རེས། རྒྱལ་པོ་  
ལ་དེ་རིང་གྲོང་ཁྱིམ་དུ་སྤྱར་མེད་པའི་དགོ་སྒྲིབ་འགའ་ཞིག་བྱོན་བྱུང་ལ། བྱོན་པ་ན་  
ནད་ཀྱི་སྤྱེད་ཀ་མེད་པར་གྱུར་སོང་ཞེས་སྟན་ཅུ་ཡུལ་བ་ན། རྒྱལ་པོས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་  
པས་དེ་རྣམས་ལ་བསྟེན་བཀུར་གྱིས་ཞེས་ཟེར་བ་ན། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་རྒྱལ་པའི་  
བྲམ་ཟེ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་འོངས་ནས། དེད་རྣམས་ཀྱིས་ནད་ནི་བར་བྱས་པས་ནད་སྤྱེད་  
ཀ་དྲག་སོང་། ད་སྤྱར་ཏུ་བཀུར་སྟེ་གྱིས་དང་ཚང་མ་མེད་པར་བྱ་འོང་ཟེར། དགོ་  
སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་གསུངས་ལ་བྱོན་རན་པ་ན། རྒྱལ་པོ་ལ་ནད་མེད་  
པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསུངས་ནས་བྱོན་སོང་ངོ་། རྒྱལ་པོས་སྟོན་པོ་རྣམས་ལ་ནད་  
མེད་པ་འདི་དགོ་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་ལ། བྲམ་ཟེ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར། ནད་དྲག་ཐབས་ངོ་མ་བྱེད་མཁན་སུ་  
ཡིན་ཤེས་དགོས་པས། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་སང་ཉིན་སྟོགས་གཉིས་ཀ་གཏན་དྲངས་  
ནས་ཚང་མ་ས་མི་གཙང་བ་སྤང་པའི་བཀུགས་ས་ན་འདུག་བཅུག་ལ། ཟས་དེ་བས་  
ངན་མེད་པ་ཞིག་བྱོན་ལ་ཅི་ཟེར་ལྟོས་ཟེར་བ་ན། སྟོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་བྱས་  
པས། སློང་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཟས་ཀྱིས་ཚིམ་མམ་སོགས་  
དྲིས་པས། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཁོང་སྟོབས། ཅི་འདྲའི་རྒྱལ་པོ་ཐུག་ཅིང་། ཚོས་མིན་  
གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་དགའ་བ། དེད་མཆོད་གནས་རྣམས་ལ་མི་གཙང་བའི་སར་ཟས་  
ངན་པ་དེ་འདྲ་སྟོན་ཞེས་ཟེར་ནས་སོང་། དགོ་སྒྲིབ་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་དྲིས་པས།  
དགོ་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་པོས་ནི་བྱོན། ལེན་པ་པོས་བྲངས་ཏེ་ཟོས། སྒྲིབ་བ་  
རྣམས་ཚིམས་ཏེ་ཉིན་གཅིག་གི་བསོད་སྟོམས་རེད་སོང་ཞེས་གསུངས་ནས་བྱོན་པ་དང་།

འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་གནས་ཚུལ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུས། རྒྱལ་པོས་ཡང་ཁྱེད་རྣམས་  
ཀྱིས་སང་ཉིན་དེ་རྣམས་ས་ཆ་གཙང་མ་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་ཟས་གང་ཞིམ་བྱིན་ལ་ཅི་  
ཟེར་ལྟོས་ཟེར་བ་ན། དེ་ལྟར་བྱེད་པས་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་ནས་རྒྱལ་པོས་སྤྱི་  
པོ་ནས་དབང་བསྐྱར་བ་ཟེར་རྒྱུ་པོ་དེ་འདྲ་མིན་ན་ཅི་འདྲ་ཡིན། ཞིམ་ལ་ཆོམ་སོང་ཟེར་  
བ་དང་། དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་སྤར་བཞིན། སྤྱིན་པ་པོས་བྱིན། ལེན་པ་པོས་  
ནི་བྲངས་ཏེ་ཟོས། སྤོང་བ་རྣམས་ནི་ཆོམས་ཉིན་གཅིག་གི་བསོད་སྟོམས་རེད་སོང་  
ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོས་ད་དུང་བརྟག་དཔྱད་བྱ་  
དགོས་ཟེར་ནས་ཡུན་རིང་བརྟགས་པས། ཡོན་གནས་བཟང་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནང་  
པའི་ཤུགས་དགོ་སྤོང་རྣམས་རེད་ཕྱི་རོལ་པའི་བྲམ་ཟེ་རྣམས་རེད་མི་འདུག་བསམ་ནས།  
འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ནའི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ་ཕུག་འཛེལ་ནས་སང་ཉིན་ཁྱེད་འཁོར་བཅས་རྒྱལ་  
པོ་བདག་གིས་གདུགས་ཆོད་ལ་སྤྱོད་འདྲེན་ན་ཕེབས་པར་མཛོད་ཞུས་པས། འཕགས་  
པས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སོ། །ཕྱི་ཉིན་རྒྱལ་པོས་བྲ་སྤྱིག་གི་བཀོད་པ་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོར་  
བྲས་ཏེ་གདན་དངས་པ་ན། ཕྱོགས་གཅིག་ན་སྤྱུ་གར་བྱེད། ཕྱོགས་གཅིག་ན་རོལ་  
མོ་སྤྱོད་ཆོགས་འདུད་བཀོལ་བྲས་ནས་གསོལ་སྟོན་དངས་པ་ན། དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་  
དབང་པོའི་སྟོ་བསྐྱམ་བཞིན་གུང་ཆོགས་གསོལ་ཟིན་པ་དང་རྒྱལ་པོས་འཕགས་པ་ལ་  
ཞུས་ཏེ་འཕགས་པ་རྣམས། གར་འབྲབ་པ་མཛོས་སམ། སྤྱུ་བྲངས་པ་རྣམས་སྟན་  
ནམ། ཞེས་དྲིས་པས་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱུ་གར་མཛོད་ཐོས་མཁན་  
རྣམས་ལ་དྲིས་གསུངས་པ་ན། རྒྱལ་པོས་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱུ་གར་མ་མཛོད་  
མ་ཐོས་པ་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པས། དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་དབང་པོའི་སྟོ་བསྐྱམ་པས་  
མཛོད་ཐོས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས་པར། རྒྱལ་པོས་དེ་ཙམ་བདེན་དུ་མ་བཟུང་བ་ལ།

འོན་སྒོག་ཆད་བཅད་ནས་གསོད་རན་པའི་བཙོན་པ་ཨེ་ཡོད་ངེས་པས། རྒྱལ་པོས་  
ཡོད་ཟེར། འོན་དེ་ལ་ཏིལ་མར་གྱི་མར་ཁུས་བཀའ་བའི་སྒྲོད་ལག་ཏུ་གཏོད་ལ།  
ཤན་པ་རལ་གྱི་ཐོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྲིད་དེ་གོང་བྱིར་ལ་སྒྲོར་བར་བྱེད་བཅུག་ནས།  
མར་ཁུ་འདིའི་ནང་ན་ཐིགས་པ་ཞིག་བོར་ན་རལ་གྱིས་མགོ་བོ་བཅད་ནས་གསོད་རྒྱུ་ཡིན་  
ཞེས་སྒྲིགས་མེད་ཞོར་དང་། ཡང་དེའི་ཟུར་ནས་སྤྱ་གར་བྱེད་བཅུག་ནས་དེ་ལ་ངེས་  
དང་ཏུ་གོ་འོང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱལ་པོས་དེ་ལྟར་བྱས་པས། བཙོན་པ་  
རྣམས་ལ་གར་འབྲབ་པ་མཛོས་སམ། སྤྱ་བྲངས་པ་སྒྲན་ནམ་ཞེས་ངེས་པ་ན།  
བཙོན་པས་ངས་མ་མཐོང་མ་ཐོས་པས་ཤེས་མ་སོང་། བྲིད་ཀྱིས་མཐོང་ཐོས་ཅན་  
རྣམས་ལ་ངེས་འཆོལ་ཞུས་པ་ན། རྒྱལ་པོས་བྲིད་ཀྱིས་ངེས་ལྟར་མ་གོ་བ་ཡིན་ངེས་པས།  
བཙོན་པས་ངས་མར་ཁུ་ཐིགས་པ་གཅིག་བོར་ན་སྒོག་གཅོད་པ་ཡིན་ན། སྒོག་གཅོད་  
པའི་འཛིགས་པས་སྤྱག་ནས་དེ་ཁོ་ན་ལ་སེམས་གཏད་པས་སྤྱ་གར་རྣམས་མཐོང་ཐོས་མ་  
བྱུང་ཟེར་བ་ན། རྒྱལ་པོས་ཅི་ཡང་མི་སྤྲོ་བ་ན། འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ན་ཆེན་པོས།  
མི་འདིས་མི་ཆོ་འདི་ཁོ་ནའི་སྒོག་ཐངས་གཅིག་གཅོད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་སྤྱག་ནས་འདི་  
ལྟར་བག་ཡོད་པར་བྱེད་ན། དེད་བསྐབ་པ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོར་བས་མང་པོའི་  
སྤྱག་བསྐལ་སྤྱི་དང་། བྲིད་པར་སྒོག་གི་འཛིགས་པས་སྤྱག་ནས་བག་ཡོད་པར་བྱས་  
པས་སྤྱ་གར་མཐོང་ཐོས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས་པར། རྒྱལ་པོ་ཡོད་ལྷག་པར་ཆས་  
ནས། འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ན་འཁོར་བཅས་བསོད་སྒྲོམས་ཀྱིས་ཆོམས་པར་བྱས།  
འཕགས་པ་ལས་ཆོས་ཉན་ཞིང་འཕགས་པའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབས་པས་ཡུལ་དེར་དེའི་  
ཕྱིན་ཆད་ཆོས་དར་ཞིང་། ནད་ཡམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་ཆད་དེ་བདེ་སྦྱིད་དང་ལྷན་པར་  
སྤྱར་ཏོ། །དེའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པ་འདུལ་བ་ལུང་ན་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཆོས་བྲིད་བྲན་

ཤེས་ཁ་ཡན་དུ་སྒྲིང་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་མཚམས་སུ་འཛིག་རྒྱུ་ཡིན། སང་གནངས་  
 ཉིན་ནས་བདེ་འགོ་ལའང་བདེ་བ་མེད་པར་བསམ་པ་ནས་འཆད་རྒྱུར་བྱེད། དན་པ་  
 དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་བརྟེན་ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བྱུར་ནས་བཤད་པ་དང་། དན་ཤེས་  
 ཁ་ཡན་དུ་སྒྲིང་ཅེས་པ་གཉིས་དོན་ཁ་ཁ་རེད། ད་རང་རེས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤངས་  
 ཤིང་སྒྲིང་དང་། མན་ངག་གི་གཞུང་ནས་ཐོན་ཞིང་ཐོན་ན་དམ་པའི་ཆོས་དང་རང་རྒྱུད་  
 གཉིས་ར་སྒྲིང་ཐོད་གཏུག་ཡོད་ན། ལས་ཚད་བྱས་ཚད་ཚད་མ་ནི་རེད་མེད་རྒྱུར་ཁོ་ན་  
 རེད། ལས་འདོད་རྒྱ་སེམས་ལ་བབ་རྒྱ། བྱང་ཆ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་ཉན་པའི་  
 སྒྲིག་པ་དང་། སྒྲིག་པའི་སྒྲོགས་གཏོགས་ཁོ་ན་རེད། ལས་ན་མི་འདོད་རྒྱུའི་  
 དཀའ་ལས་ཅན་གྱི་སྒྲོགས་མང་པོ་ནི་དགོ་བའི་སྒྲོགས་རེད་བསམ་མཁན་ཡོད་སྲིད་པ་རེད།  
 མི་བསོད་རྒྱུང་འགའ་རེས་གང་རེད་ན་རེད། ཅི་བྱས་ཀྱང་བདེ་འགོ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་ལས་དེ་  
 འབྲུབ་ས་མ་རེད། གང་རེད་ན་རེད། བྲ་སྒྲིག་ཅན་དཔུལ་བར་འགོ་ཁ་ལ།  
 གྱིའུ་འཇུ་མ་མ་རེ་རེའི་ཕན་གཞོད་མེད་བསམ་པའི་སྒྲིང་མེད་སྒྲུག་ཟད་ཡོད་སྲིད་པ་རེད།  
 དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆད་རེད། དེ་ལ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ཁར་ཉུ་ཡུ་འདར་ཟེར་བ་རེད།  
 འདིའི་སྐབས་སུ་སྒྲོན་པ་མཁས་པས་ནད་པའི་ནད་ཀྱི་ཆ་གང་རོས་བབྱང་ནས་ནད་པ་ལ་  
 ཕན་པའི་དབྱུང་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། སྒྲ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་  
 ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ལམ་སྟོན་གསལ་འདེབས་བྱེད་དགོས། ཇི་ལྟར་བྱེད་ན། བྱོད་ད་  
 སྤར་ལས་ལས་དང་བྱས་བྱས་དེ་དང་དམ་པའི་ཆོས་གཉིས་ར་སྒྲིང་ནས་མཚང་ངན་པ་  
 ཞིག་ལྟང་ལ་ཡུད་དེ། ད་སྤར་བྱས་ཚད་སྒྲིག་པ་ཤ་སྟག་རེད། དགོས་པ་མི་འདུག་  
 བསམ་སྟེ་རང་རྒྱུས་ལོན་ནས་རང་ལ་ཉ་ལས་རྒྱ་དེ་ནི་ཆོས་སྒྲིང་བའི་གྲུབ་འབྲས་རེད།  
 སྤ་དང་བསྐྱར་ན་ཡར་ཐོན་གོམ་པ་གང་མདུན་དུ་སྒྲོབ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་ད་རན་རྒྱ་



ཞིག་ཡོད། སོ་སོའི་སྒྲུབ་པའི་འབྲུལ་བའི་བྱ་རིམ་ནང་ནས་སྒྲིག་པ་གསེག་ལོས་ཡོད།  
དེ་མེད་ན་སོ་སྒྲིམ་ཅི་ལ་ཟེར། དེ་འབྲའི་ལས་ཉེས་མེད་པར་སྒྲོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་  
ཀུན་ལྡན་གྱི་སྒྲིག་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་ལོས་ཡིན། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་  
ཞེས་ཅི་ལ་བཏགས། ད་སྒྲོན་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ལས་ངན་པ་བསགས་ཆེ་  
བས། དེའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ལ་བྱང་ཆ་ཆེ་སོང་བས། མ་བསྐྱབ་ན་འང་མི་དགོ་སྒྲིག་ལས་  
བྱེད་ཤེས་པ། དཀར་པོ་དགོ་བའི་ལས་བསགས་སྒྲོབས་རྒྱུད་བས་དེ་བྱེད་དུས་དཀར་  
སྒྲུང་གར་བ། སེམས་ཁོ་རང་དེ་སྒྲོན་གང་ལ་གོམས་ན་དེ་སྒྲུ་མོ་དང་། མ་གོམས་  
ཆོད་དཀར་སྒྲུང་གར་བ་རེད་མ་གཏོགས། དཀར་མོ་དང་མི་འདོད་རྒྱ་ཡོད་ཆོད་དགོ་བ་  
དང་། འདོད་རྒྱ་བསམ་རྒྱ་དགའ་རྒྱ་ཆོད་མ་སྒྲིག་པ་མ་རེད། གོམས་ན་དཀར་མོ་  
སྒྲུ་མོར་བསྐྱར་ཆོག་པ་རེད། ད་ལྟར་དགའ་སའང་རྗེས་མར་མི་དགའ་བར་བསྐྱར་ཆོག་  
པ་རེད། ཆོག་ས་ཨོ་རེད་སོམས་དང་། དཔེར་ན་ཟས་ཞིམ་པོ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཟ་མ་  
དང་འབྲུ་བ་རོ་བརྒྱ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། ཞིམ་པོ་དེ་སྤྱི་ཡིན་ན་བཟའ་བསམ་ཞིང་།  
དེ་ཟོས་ན་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཆེ་རུ་འགྲོ་མི་བསམ་པར། འདོད་ཡོན་ལ་བཙིས་ནས་བདེ་སྦྱིད་  
གྱི་མཐུན་སྦྱེན་ཞིག་ལ་བསམ་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཟ་ཉེས་བྱས་ན་དུག་དུ་འགྱུར་ནས་  
གཟེར་ཆོན་ས་འགའ་ལ་ཁད་ཅིག་རེད་ཡོད་ན། དེའི་ཁ་ཟས་དེ་སྦྱིན་ཆད་ཟ་མི་དགོས་  
ཞེ་ལ་བྲན་ན་སྤྱག་ཐོ་བ་ཞིག་རེད་འགོ། དེ་དང་འབྲུ་བ་འདོད་ཡོན་གྱི་བསྐྱུ་བྱིད།  
ཉོན་མོངས་དུག་ལྡན་དུག་གསུམ་གྱི་སྦྱེན་དུ་གྱུར་པ་འདི་ཆོས་མ་བརྟགས་མ་དཔུང་པའི་སྒོ་  
ངོར་འཕྲལ་དུ་ཉམས་དགའ་བ་ཙམ་རེ་བྱེད་ཀྱང་། དུགས་སུ་སྒྲོན་ཆེ་བས་དེའི་སྤྱོད་ཀྱིས་  
བྲན་ཡོད་ན་དཔུས་འགོ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲའི་གོམས་པ་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱར་ན་  
བར་སྐྱབས་ཤིག་ན་དཀར་པོ་དགོ་བའི་ལས་བསྐྱབ་རྒྱ་སྒྲུ་མོ་དང་། མོས་རྒྱ་ཅན་དང་

སྒྲིང་པོ་རེད་ལ། མི་དག་སྒྲིག་པའི་ལས་སྒྲིག་ལ་ཞེ་ཁ་ལོག་ དེ་བྱེད་མི་འདོད་  
 པར་འགྱུར་རྒྱ་ཡོད་རེད། དེ་དུས་སྒྲོ་སྒྲིང་གིས་གོ་ཞིག་ཆོད་དེ། དེས་འབྱུང་རྒྱུད་  
 ལ་སྒྲིམ། ཐར་པའི་ལམ་སྒྲེ་བློ་ལ་ཉེ་འོང་ཕྱིས་རེད། ཅུང་ཟད་རེ་ལོས་དཀའ།  
 ཆོ་འདིའི་དོན་རྒྱུད་བསྐྱབ་པ་ལ་ཅི་འདྲའི་དཀའ་ལས་རྒྱག་དགོས་འདུག ཆོ་རབས་  
 གཏན་གྱི་དོན་ཆེན། དེ་མི་ཆོད་རང་གཞན་གཉིས་དོན་མཉམ་དུ་འགྲུབ་རྒྱུའི་བྱ་བ་ཆེན་  
 པོ་ལ་འབད་ན་བརྩོན་པ་བསྐྱེད་ལོས་དགོས། ཆོས་ངོ་མ་འགྲུབ་རྒྱུ་དེ་བྱ་རེ་བ་ཅན་ཞིག་  
 མིན་ན་འགྲུབ་དཀའ་བ་རེད། འདི་ན་ཡོད་པའི་མི་སྒྲུ་པོ་མོ་རྣམས་བྱ་བ་བཟང་འདད་རྒྱག་  
 ཅན་རེད་ཀྱང་རེད་དེ། རེད་ཟེར་ན་ཆོག་རྒྱ་ཅན་པོ་ཡིན་ནི་རེད། ས་སྒྲིང་མི་ཡིས་  
 གང་ན་ཆོས་ཞེན་སྤྱོད་མི་ཆ་རེ་དོག་རེ་རེད། འདིའི་ས་ཆ་འབྲེག་རུ་སྒྲེ་པ་ལ་མཚོན་ན་  
 རུ་གསར་ཆོ་བ་ཕྱིས་ན་མོ་དུད་སྒྲིང་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་གི་ན་ནིང་ཞིག་ལ་ཟེར་མ་  
 ཐལ་ན། བྱིས་ཆོང་རེ་ལ་ཆ་སྒྲོམས་བཟའ་བ་མི་གྲངས་བཞི་རེ་བཅུ་སྒྱག་དང་།  
 མི་གྲངས་སྒྲིང་ཕྱག་རྒྱུག་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་རེད། དེའི་ནང་ན་འདིར་ཡོད་ཆོད་ཆོང་མར་  
 བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན་ཆོ་འདི་ཕྱིའི་རང་གཞན་གཉིས་དོན་གྱི་འདད་རྒྱག་ཡོད་མཁན་གྱི་མི་  
 བཟང་པོ་ཆོང་མ་ལྷང་ལ་བུད་ནི་རེད་བསམ་གི། ཆོས་བཤད་དུས་འཁོར་བའི་སྒྱུག་  
 བསྐྱེད་དང་ལས་ངན་གསལ་ལུགས། དེའི་འབྲས་བུ་ཆོང་མ་བཤད་དུས་སྒྱུག་རབས་  
 ཐར་བས་ཁོ་ན་བཤད་གྱིན་ཡོད་པ་འདྲ་རེད་མ་བསམ་དང་། སྒྲིང་སྒྱུག་གཉིས་ཀའི་ས་  
 མཚམས་གྱི་སྒྱུག་ཟད་ལ་ཉེ་ནས་སྒྲིང་གྱི་སྒྲེ་མོར་འཛིན་གྲལས་རེད། སྒྲིང་མ་སྒྱུག་གི་  
 འགོ་བཟུང་ནས་སྒྱུག་མཐའ་རིང་ལམ་ལ་སྒྲོག་རྒྱུ་པོ་འཁོར་བའི་བྱ་བ་དང་། འབད་  
 བརྩོན་དང་སྒྲིང་རུས་ཀྱིས་འགོ་བཟུང་ནས་སྒྲིང་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ལམ་སྒྲེ་འཛིན་པ་ནི་  
 དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་འདི་ཡིན། འདི་བསོད་ནམས་ཅན་དང་སྒྲིང་རུས་ཅན་ཞིག་

མིན་ན་སྐྱབ་མི་ཐུབ་ལ། དེའི་བསོད་ནམས་མེད་ན་དེར་མི་ཁེལ། རོ་མ་བཤད་ན་  
ཆོས་སྐྱུ་ན་བས་གོ། ཆོས་རར་དོག་པས་བརྗེས་ན་ངན་སོང་ངན་འགྲོའི་སྒོ་ཁྲིགས་པར་  
མི་ཆད་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་དུ་འགྱུར། འོན་ཀྱང་ད་དུང་དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོམས་པར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་ཐར་པའི་མཆོག་རྗེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆོ་ལུས་འདིའི་ཐོག་  
ལ་བསྐྱབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་འཕེན་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་འདིར་ཡོད་  
གྱི་མི་སྐྱུ་ཕོ་མོ་ཆོས་དགའ་བཞིན་སྒོ་བཞིན་དུ་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་སྒོ་བས་པ་དང་སེམས་  
ལྷགས་སྒོ་སྒྲུང་ཡར་བསྐྱེད་དང་། དམ་པའི་ཆོས་འདི་བསྐྱབ་པའི་དོན་དུ་དབུགས་ཤིག་  
ཅི་སྒྲངས་དང་གོམ་པ་ཅི་སྒོ་ཆང་མ་གོ་ཆེན་པོར་ཆོད་པ་རེད། ཆོས་བསྐྱབ་སྐྱུ་དེ་ཉིད་  
གཅིག་གིས་ཆར་སྐྱབ་མ་བྱེད་ཀྱང་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་ཐོག་ཏུ་བྱ་སྒྲིད་བསམ་པ་དང་བཅས་པ་  
ཆོས་དང་འབྲས་པ་རེ་ཞེ་ཐོན་ལྟོས་དང་། ཐོན་སྐྱུ་ངེས་པར་ཡོད་རེད། དེ་དུས་སྐྱེ་  
བ་བརྗེ་ལེན་གྱི་འཆི་བ་ཐོག་ཏུ་བབ་ཆོ་གོས་ཤིག་བརྗེ་བ་དང་། དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་  
ངང་པ་པར་འཛིན་མཆོག་ཅིག་ནས་མཆོག་གཞན་ཞིག་ཏུ་ལྷགས་པའི་དགའ་སྒོ་ཙམ་མ་གཏོགས།  
འཆི་བ་ལ་ཤི་སྐྱུག་གི་ཉམ་ང་བའི་འཛིགས་སྐྱུག་དང་སྐྱུག་བསྐྱུ་མེད་པར། དེ་དུས་  
རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་འགྲུབ་འོང་། དེས་ན་སྐྱུ་སེར་སུ་ཡིན་  
ཡང་རང་གི་དགོ་ཤོན་དེ་རང་གིས་བྱས་ནས། རང་གིས་རང་ལམ་དུ་འཛོག་དགོས།  
གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བྲན་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་པ་རྣམས་བརྟེན་ནས་ཆོས་སྐྱབ་སྐྱུ་གལ་  
ཆེན་གནད་གྱི་དོན་སྤྲིང་ཡིན་ནོ། །

## ཉིན་བདུན་པའི་ཆོས་བྲིད།

ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུགས་ལ་བཅངས་ཏེ་དམ་པའི་  
ཆོས་གསལ་པར་བྱ་དགོས། དེའང་ནམ་མཁའི་མཐའ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་དྲིན་ཆེན་གྱི་ཕ་མ་ཤ་སྟག་ཡིན་ན། དེ་དག་གི་དྲིན་དྲན་ནས་དྲིན་ལན་གསལ་པ་ལ།  
དེ་ནམས་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ལ་འགོད་དགོས། དེའི་ཆེད་དུ་རྫོགས་བྱུང་སྐབ་དགོས་ལ།  
ཡིན་ཡང་རྫོགས་པའི་བྱུང་ཚུབ་ཆེན་པོ། སྦྱོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན།  
སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན། རོན་གཉིས་ཡུན་ཚོགས། རྟག་བྱུང་ལྟན་བྱུང་གི་འཕྲིན་  
ལས་ལ་མངའ་དབང་འབྱོར་བའི་གོ་འཕང་དམ་པ་དེ་མ་ཐོབ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་འཁོར་བ་ལས་སྦྱོལ་ཟེར་རྒྱ་སྦྱོན་པ་ཙམ་རེད། ཁ་བཤད་དོན་ལ་གནས་པ་དང་།  
མདའ་འཕངས་འབེན་ལ་གཙར་བ་ཞིག་མི་འོང་གི་བསམ་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་རྫོགས་པའི་བྱུང་ཚུབ་ཆེན་པོའི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ། ད་རེས་གྱི་ལུས་རྟོན་  
འདིའི་ཐོག་ཏུ་རྫོགས་པའི་བྱུང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་དམ་པ་བསྐྱུབ་ཐུབ་དགོས་བསམ་རྒྱུའི་  
སེམས་ལྷགས་དེ་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་འབྲལ་མི་རུང་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་དང་པོ་  
འདིའི་ཐད་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཡིན་པའི་ངོས་ལ་བསམ་སྟེ་ཞིག་གཏོང་ན།  
ད་ལྟའི་མ་ཡི་དྲིན་དྲན་དགོས། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཆོ་རབས་སྤྱི་མའི་མ་ནམས་ཀྱང་མར་  
ཡིན་པའི་ངོས་ནས་བྱུང་མེད། འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཟེར་དུས་དགའ་དེའི་  
ནང་འདུ་ཡོད་པས། དག་ལའང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་སྟོབས་ཤིག་ད་དུང་མི་འདུག་  
བྱུང་པར་དུ་ཆོ་འདིའི་གནོད་བྱེད་གྱི་དག་བེད་ལ་ཨ་མ་དེ་དང་བྱུང་མེད་བྱེད་དགོས་ཟེར་ན་  
དེ་གཅིག་དཀའ་མེད་བསམ་ན་མི་ཤེས་ཏེ། འོན་ཀྱང་དེ་བསམ་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད།

འདི་ལན་པ་དག་བོས་ལན་པ་མ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱིས་ལན་པ་རེད། ད་ལྟའི་སྐབས་  
སུའང་། གཞོད་བྱེད་དག་བོའི་ཚུལ་དུ་སྒྲུང་བ་འདི་རྣམས་ལ་མཆོན་ན། སྒྲར་རང་  
ཉིད་ཀྱིས་ཕར་གཞོད་པར་བྱས་པ་དེའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ལེ་ལན་རྣམས་ཚུར་རང་ཐོག་ལ་འཁོར་  
ཡོང་བ་རེད། དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ན་སྒྲོན་ཐོག་མེད་ནས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་  
འདིས་ཉར་ལེན་བྱས་ནས་གཞན་གཞོད་ཁོལ་བྱས་པའི་ལས་དེས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་སྒྲིལ་བྱེད་  
པའི་དབང་གིས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞོད་བྱེད་པ་རོལ་པོ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བསམ་པ་  
ངན་པ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ནས་བསྐངས་ཏེ། སྒྲོར་བ་དྲག་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སོང་བ་མང་པོ་  
ཞིག་གིས་རྒྱར་བྱས་ནས། སྒྲོར་ན་འཁོར་བ་མཐའ་མེད། བྱེད་བྲག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་  
འགྲོའི་གནས་སུ་དེ་དག་ཕར་དེ་འདྲ་འཕེན་པ་རེད། དེར་འཕེན་པའི་བྱོད་ཅུ་ལེ་ལན་  
ཕྱགས་དེད་ན་རང་ལ་ཐུག་འདུག་ཡོད། བྱེད་པར་དུ་ད་ལྟའི་སྐབས་རང་རེ་ཐོག་པ་ཆེན་  
པོའི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས། ཐོག་ཆེན་མདོ་སྐབས་ཀྱི་སྒྲུར་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་སྐུ་བ་པའི་  
སྐབས་འདིར། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་སྒྲོ་ཆོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་འདྲ་མི་འདྲ་བསྐྱལ་  
ནས། ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པ་འདིས། འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་  
མང་པོ་ཞིག་དེ་རྣམས་ལ་སྒྲིང་དུ་བཅུག་སོང་བསམ་ནས་སྤྲིང་རྩི་སྒྲོམ་དགོས། སྤྲིང་རྩི་  
སྒྲོམ་པས་མི་ཆོད་བྲིན་བསམ་དགོས། དེ་དག་གི་བྲིན་བསམ་པའི་དུས་སུ་ཆོ་རབས་སྒྲུ་  
མའི་མར་ཡིན་པའི་བྲིན་རྒྱུད་པ་ཞིག་གིས་མི་ཆོད་པར། གཞོད་བྱེད་མེད་ན་བཟོད་པ་སུ་  
ལ་སྒྲོམ། དེ་དག་གི་བེད་ཀྱིས་ཡོངས་ལ་སྒྲོམས་པའི་གཞན་ཕན་གྱི་ཅུ་བ་ཚུགས།  
བྱེད་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་རེད་སོང་བས། རོ་མ་དོན་དམ་དོན་ལ་བསྒྲོར་  
ན་སངས་རྒྱས་ལག་ལ་གཏད་པའི་བྲིན་ཆེན་དེ་ད་ལྟའི་དག་པོ་འདི་རྣམས་ཡིན། དེས་  
ན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆད་ཁ་བའི་ཞལ་ནས། དག་འམ་འོན་ཏེ་མཛའ་ཡང་

རུང་། ཉེན་མེད་སྒྲིང་བའི་ཡུལ་ནམས་ལ། །དགོ་བཤེས་ཡིན་པར་སྐྱེས་མཐོང་  
 བ། །མི་དེ་གང་ན་གནས་ཀྱང་བདེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་འདྲ་བསམ་  
 གྲོ་གཏོང་ཤེས་ན། བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་དང་གཞན་པན་གྱི་སེམས་ཟེར་བ་ཟུར་ཞིག་ན་  
 བཅོལ་འདུག་དགོས་པ་མ་རེད། དཔའ་ལུས་ལ་ཡོད་ན་མཚོན་ཆ་ཐང་ལ་འབྱམས་  
 ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར་རེད། མི་གཅིག་ལ་ཆོས་གཅིག་ཡོད་ན་ཆོས་གཅིག་པོས་གོ་ཆོད་པ་  
 ཟེར་རྒྱུ་བོད་ཅེད། སྤང་རི་ཐང་པ་ཆོང་གིས། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དེ་སེམས་ཅན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིང་བས་ན། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཡུམ་དེ་སེམས་ཅན་རེད།  
 ཡུམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཏེ་མངལ་ཆོག་གསུངས་ཡོད། དབྱ་གཉེན་བར་མའི་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་སྤྲང་རྒྱལ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཐམས་ཅད་དྲིན་ཆེན་གྱི་མ་གྲན་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིང་རྗེ་དྲག་པོ་ཤས་མི་བཟོད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས། དམ་པའི་  
 ཆོས་གསལ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་སྤྱོད་དང་ཀུན་སྤྱོད་ནམ་པར་དག་པར་  
 བྱས་ནས་གསལ་དགོས། དམ་པའི་ཆོས་གསལ་བསམ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ཏེ་སྤྱོད་  
 མེད་བྱང་རྒྱལ་བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་དགོས་པའི་ཐད་ནས་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས།  
 རྒྱུ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ། རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན། རྟེན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 ཞེས་བཤད་ཡོད་ན། རྒྱུ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་དང་། རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་གྱི་  
 སྐྱོར་སྐྱོར་མའི་ཆོས་ཁྲིད་ཀྱི་ཞོར་ལ་བཤད་ནས། རྟེན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
 རྒྱལ་གྱི་ཐང་ལ་བསམ་གྲོ་གཏོང་ན། རྟེན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་  
 སྤྱིར་ཐོབ་ཡོད་ནའང་། རྟེན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མ་བསྐྱལ་ན། སྤར་ནས་  
 ད་བར་བྱ་བ་ངན་གོམས་ཤུགས་དྲག་པས་རྒྱུན་ཐུར་ལ་རྒྱག་པ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དུས།  
 བྱང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཁ་ལོ་བྱེན་ལ་བསྐྱར་ནས་འཇུག་དགལ། རྒྱུ་

མཚན་དེས་ན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
པའི་ཚུལ་འདི་ལ་དོན་ཚན་ལྗེའི་སློན་ས་བཤད་ན། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
དགོས་པའི་འཐད་པ་དང་། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་དབྱེ་བ། དག་བའི་བཤེས་  
གཉེན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ། བསྟེན་པའི་ཕན་  
ཡོན་དེ་ལྗེའི་ས་བཤད་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་རྣམ་པའགག་ཅིག་ཡིད་ངོར་ངེས་སྒྱུ་ཡོད་  
པས། དང་པོ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས་པའི་འཐད་པ་འདི་ལ། ལུང་  
དང་རིགས་པ་དཔེ་དང་གསུམ་ལས། ལུང་ནི། འཕགས་པ་སྤྱད་པ་ལས། སླ་  
མ་མཁས་པ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་བསྟེན་པར་བྱ། ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་  
ལས་འབྱུང་། །ཞེས་སོགས་མདོ་རྒྱུད་དུ་མར་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས་  
ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་པ་ནི། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྤྱུ་  
པའི་གང་ཟག་དེས། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་གཅིག་  
དུས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཚོགས་གསག་ཐབས་དང་ལམ་བཟོད་ཚུལ་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་ཚུལ་མི་  
ཤེས་པའི་ཕྱིར། དཔེ་ནི་གསུམ་ཡོད་དེ། ལམ་སྟོན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི།  
ལམ་རྒྱས་མེད་ལ་འགྲོ་ཆོ་རྒྱས་ཡོད་ཀྱི་ལམ་མཁན་ལྟ་བུ་མེད། དཔེར་ན་ལམ་རྒྱས་  
མེད་ཞིག་ལ་འགྲོ་ཆོ་ལམ་མཁན་རྒྱས་ཡོད་ཅིག་མེད་ན། ལམ་ནོར་དོགས་དང་།  
གོལ་དོགས། འབྱར་དོགས་དང་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། ལམ་མཁན་སྣ་བྲིད་བཟང་  
པོ་ལམ་རྒྱས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོགས་པ་མི་དགོས་པར་གོམས་པ་གང་སྟོན་  
འཕྲོ་བརྒྱག་དང་། དཀའ་ལས། སྒྲོང་ལོག་མི་འགྲོ་བར་སྟེབ་དགོས་སར་སྟེབས་  
འགྲོ་བ་དེ་བཞིན་དུ། སླ་མེད་བྱང་ཚུབ་སྤྱུ་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ཏེ་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སར་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་ལ། ལམ་མཁན་དང་འདྲ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དག་བའི་

བཤེས་གཉིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་མེད་ན། གཞུང་གདམས་དག་ཅུ་ཆེན་དང་ཡིག་ཆ་ཅི་  
 འདྲ་ཞིག་བཟུང་ལུ་བྱེད་ཀྱང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་ལུགས། གོ་བཤྲ་སྤྲད་ལུགས་དང་  
 དེའི་གོ་བ་ལེན་ཕྱོགས་སུ་སྒྲེགས་ཀྱི་ལམ་དང་ཞོར་དོགས་ཡོད། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་ལ་  
 གོ་ལ་དོགས་ཡོད། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྱར་དོགས་ཡོད་ན། ལམ་མཁན་  
 ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཞིག་ཡོད་ན། ཞོར་དོགས་དང་། གོ་ལ་དོགས།  
 འབྱར་དོགས་གསུམ་པོ་མི་དགོས་པར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཏུ་  
 ཕྱིན་ཐུབ་པ་རེད། དཔེ་དང་པོ་རེད། དཔེ་གཉིས་པ་ནི། དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་  
 དེ་འཛིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སྐྱེལ་མ་དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། འཛིགས་  
 པ་ཅན་གྱི་ས་ཕྱོགས་སུ་དབྱ་ཇག་པ། གཙན་གཙན་གཏུམ་པོ་སོགས་ཀྱིས་འཛོལ་ཡོད་  
 པས། སྐྱེལ་མ་དཔའ་བོ་ཞིག་མེད་ན་ལུས་སློག་དང་རྒྱ་ཁྲོར་ལ་ཉན་ཁ་འོང་ན།  
 སྐྱེལ་མ་བཙན་པོ་དང་འགྲོགས་ན་ཉར་འཛོལ་མེད་པར་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ས་ཕྱོགས་ལ་ཐོན་  
 འགྲོ་བ་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ཏེ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་བསགས་ནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་བ་ལ།  
 སྐྱེལ་མ་དཔའ་བོ་དང་འདྲ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་མེད་ན། དབྱ་ཇག་གཙན་  
 གཙན་དང་འདྲ་བའི་ནང་ནམ་ཉོག་དང་ཉོན་མོངས། ཕྱི་བདུད་དང་ལོག་འདྲེན་གྱིས་  
 དགེ་བའི་ཞོར་འཕྲོག་བདེ་འགྲོའི་སློག་གཙོད་པའི་ཉན་ཁ་དང་དོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་།  
 སྐྱེལ་མ་བཟང་པོ་དང་འདྲ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཡོད་ན་དགེ་བའི་ཞོར་མི་ཤོར།  
 བདེ་འགྲོའི་སློག་མི་ཆད་ནས་འཛོལ་པོ་བདེ་མོས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གྲོང་དུ་ཕྱིན་  
 ཐུབ་པ་རེད། དེ་དཔེ་གཉིས་པ་རེད། དཔེ་གསུམ་པ་ནི། དགེ་བའི་བཤེས་  
 གཉིན་ནི་རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་ལས་སྐྱེལ་བའི་མཉན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། མཉན་པ་ཞེས་པ་གྲུའི་



ཁ་ལོ་བ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་རྩ་བོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་ན། ག་ཟིངས་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག། གྲུ་པ་མེད་ན་གྲུ་ག་ཟིངས་འགྲོ་ཁ་མི་ཉན། གྲུ་པ་མེད་བཞིན་དུ་གྲུ་འགྲོ་ཁྲུལ་བྱས་ན་རྩ་བོ་འབྱེད་བའམ་རྩ་བོ་ནང་དུ་གཏིབ་འགྲོ། མཉན་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩ་བོ་པ་རོལ་ཏུ་ཐོན་ཐུབ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་ན། མཉན་པ་མཁམས་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མེད་ན། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གྲུར་ཞུགས་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འབྱེད་ནས་དབང་མེད་དུ་དེད་འགྲོ་ལ། མཉན་པ་མཁམས་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡོད་ན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་སྐམས་སར་ཕྱིན་ཐུབ་པ་རེད། དེ་དཔེ་གསུམ་པ་རེད། དཔེ་དེ་གསུམ་དང་འབྲ་བའི་དོན་བསྟུན། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་ལམ་མཁན་ལྟ་བུ་དང་། སྦྱེལ་མ་ལྟ་བུ་དང་། མཉན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། གཉིས་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། སོ་སེའི་སྦྱེ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན། སྦྱེལ་སྦྱུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ལོངས་སྦྱུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་བཞི་རེད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་བསྟེན་ན། རང་གི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྟུན་ནས་བསྟེན་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་སོ་སྦྱེས་ཡིན་པ་དང་དེའི་ནང་ནས་ལས་དང་པོ་བ་ཡིན་པའི་སྐབས་ན། སངས་རྒྱུས་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་རུས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། གཙོ་ཆེར་སོ་སེའི་སྦྱེ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས། དེ་ནས་རང་ཉིད་ལས་སྦྱིབ་ཅུང་ཟད་དག་ནས་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་རུས་ཤིང་། ཆོག་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་དུས་སངས་རྒྱུས་སྦྱེལ་པའི་སྦྱུ་དང་། ས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་ཆོ་ལོངས་སྦྱོང་རྫོགས་པའི་སྦྱུ་

བསྟན་ཅུས་པ་རེད། རང་རེ་ལྟ་བུ་ལས་དང་པོ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་ལུན་ཁང་ན་ཡོད་པ་  
 ཞིག་གིས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གོང་མ་རྣམས་བསྟན་མི་ཅུས་པར་མ་ཟད་ཞལ་ཙམ་ཡང་  
 མངལ་བ་དགའ་ལ། དེས་ན་དང་པོ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ཚུལ་ཙན་  
 མངལ་ནས་དེའི་གསུང་གི་སྟོན་མེས་ལམ་རིག་ཏུ་བརྟག་ནས། དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་གོང་མ་རྣམས་དང་མངལ་བའི་སྐལ་བ་རིམ་གྱིས་ཐོབ་པས། དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་བཀའ་བློ་ཆེ་ཤོས་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་རིགས་ཙན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཡིན།  
 དེས་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་དབྱེ་བ་སོང་ནས། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་དག་གི་  
 མཚན་ཉིད་བཤད་ན། སངས་རྒྱས་ནི་སྤངས་པ་ཕུན་ཚོགས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་སྤངས་  
 པ་དང་། རྟོགས་པ་ཕུན་ཚོགས་མཁྱེན་གཉིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མངའ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ།  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་ས་བརྩའི་  
 བྱང་པར་གྱིས་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅི་རིགས་པར་མངའ་བ་དང་། དེའི་ནང་ནས་  
 ས་བརྩུད་པ་ཡན་ཆད་ལ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཆོ་དང་སེམས་དང་ཡོ་བྱང་དང་།  
 ལས་དང་སྐྱེ་བ་མོས་པ་དང་། །སྟོན་ལམ་ལྟ་འཕུལ་ཡེ་ཤེས་དང་། །ཆོས་ལ་  
 དབང་བ་དབང་བརྩམས། །ཞེས་པའི་སྟོམ་ལྟར། དབང་བརྩུ་ལ་མངའ་བརྟེན་པ་སྟེ།  
 ཆོ་ལ་དབང་བ་ནི་སྐྱེ་ཆོ་གཏོང་བ་དང་འདོད་ན་ངི་སྲིད་འདོད་པ་ལྟར་དུ་གནས་པ་ལ་དབང་  
 བ་དང་། སེམས་ལ་དབང་བ་ནི་ངི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་  
 འཛིག་ཅུས་པ་དང་། ཡོ་བྱང་ལ་དབང་བས་སེམས་ཙན་རྣམས་ལ་ཡོ་བྱང་རིན་པོ་ཆེ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཆར་ལྟར་འབེབ་ཅུས་པ་དང་། ལས་ལ་དབང་བ་ནི་འགྲོ་བ་སོ་སོའི་ས་  
 དང་འགྲོ་བའི་སྐྱེ་གནས་དང་། རྒྱུང་འགྱུར་གྱི་ལས་ལ་སོགས་པ་གཞན་དང་གཞན་དུ་  
 བསྐྱར་བ་དང་། སྐྱེ་བ་ལ་དབང་བས་བསམ་གཏན་ལ་གནས་ཤིང་མ་ཉམས་བཞིན་དུ་

འདོད་ཁམས་སུ་སྒྱུ་རུས་ཤིང་། དེའི་སྒྱོན་གྱིས་མི་གོས་པ་ལྟ་བུ་གནས་གང་དང་གང་  
དུ་ཅི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་སྒྱུ་རུས་པ་དང་། མོས་པ་ལ་དབང་བས་ས་རྒྱ་བསྐྱར་བ།  
རྒྱ་མེར་བསྐྱར་བ། མེ་རྒྱུད་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་གང་འདོད་བསྐྱར་རུས་པ་དང་།  
སྒྱོན་ལམ་ལ་དབང་བས་ཇི་ལྟར་མོས་པ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཡུན་སུམ་ཆོགས་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྱོན་ལམ་བཏབ་པ་འབྲུག་པ་དང་། རྩ་འཕྲུལ་ལ་དབང་བ་ནི་རྩ་  
འཕྲུལ་གང་དང་གང་འདོད་ན་དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་མེད་པར་སྒྱོན་རུས་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་  
ལ་དབང་བ་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མངའ་དབང་འབྱོར་  
བ་དང་། ཆོས་ལ་དབང་བ་ནི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་  
རྣམས་གདུལ་བྱའི་མོས་པ་ལྟར་འཆད་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་རྣམས་སོ། །དགོ་བའི་  
བཤེས་གཉིན་སོ་སོའི་སྒྱུ་བོ་དེ་འང་མཚན་ཉིད་བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། མང་  
ཐོས་རྟོགས་ལྡན་སྤིང་བཅེ་མི་འཇིགས་ལྡན། །བཟོད་དང་མི་སྒྱུ་ཆོག་གི་བྱ་བ་  
ལྡན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྩལ་བྲིམས་དང་ལྡན་པ་  
དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། རྟོགས་པ་དང་ལྡན་པ།  
སེམས་ཅན་ལ་རྗེས་སུ་བཅུ་བ་ཅན། འཁོར་བའི་ནང་དུ་མི་འཇིགས་པ་དང་ལྡན་པ།  
བཟོད་པ་དང་ལྡན་པ། ཡིད་མི་སྒྱུ་བ། ཆོག་གི་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་དགོས་པར་བྱང་  
ས་ལས་གསུངས་བའི་ཕྱིར་དང་། །ཡང་མཚན་ཉིད་བཞི་ལྡན་དུ་གསུངས་ཏེ།  
མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། རྒྱ་ཆེ་ཐེ་ཆོམ་སྤོང་བ་དང་། །གཟུང་འོས་དེ་ཉིད་གཉིས་སྒྱོན་  
པ། །འདི་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡི། །སྒྱོན་པ་ཡུན་ཆོགས་ཡིན་ཞེས་  
བྱ། །ཞེས་མང་དུ་ཐོས་པས་སྒྱོན་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཤེས་རབ་ཆེ་བས་གཞན་གྱི་ཐེ་  
ཆོམ་གཅོད་པ་ལ་མཁས་པ། སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཆོག་གཟུང་

འོས་པ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱུང་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེ་ཁོན་ཉིད་སྟོན་པ་དང་བཞི་  
 དང་ལྔ་ན་པ་དང་། ཡང་གཉིས་སུ་གསུངས་པའང་ཡོད་དེ། སྒྲིང་འཇུག་ལས།  
 རྟག་པར་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི། བེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁས་པ་དང་། བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་། སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ངོ། ཞེས་  
 བེག་ཆེན་གྱི་དོན་ལ་མཁས་པ་དང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་  
 སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་ཞིག་དགོས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་སྒྲིང་ན་གསང་  
 རྟགས་ཀྱི་བླ་མ་དོན་སྟོན་དཔོན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། གཞན་དང་གཞན་དུ་བཤད་དང་  
 འཆད་འགྱུར་ལྟར་ངོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེད་ནས་དེ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 བསྟན་ལུགས་དང་། བསྐྱབ་པ་ནན་ཏན་གྱི་སྟོན་པ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་སྟོར་རྣམས་གང་  
 བཤད་བྱའི་མན་ངག་གི་གཞུང་འདིའི་བྲིད་རྒྱུ་ཇི་སྟེ་མ་རྣམས་སུ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་  
 རེད། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མདུན་ནས་ཆོས་ལྷ་སྐྱངས་ཀྱི་ཐད་ནས་སྒྲིང་དངོས་  
 འཇུག་གསུམ་ཚང་བར་བྱས་ནས་ལུ་དགོས་ཏེ། སྒྲིང་བ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་ལྔ་ན་  
 ཞིང་། དངོས་གཞི་རང་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས། ཆོས་ལ་སྒྲུན་གྱི་འདུ་ཤེས།  
 དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྒྲུན་པ་མཁས་པའི་འདུ་ཤེས། ཆོས་ནན་ཏན་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པ་ལ་ནད་ཉེ་བར་འཛོལ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་ལུ་དགོས། འཇུག་ཅེས་པ་ཞུགས་  
 པའི་དོན་ཡིན་ན། སྒྲིང་ཁ་སྐྱབ་དང་། ཞབས་བརྩོལ་དང་དུག་ཅན་ལྟ་བུའི་སྟོན་  
 གསུམ་སྐྱངས་ནས་ཆོས་ཉན་པ་ལ་འཇུག་དགོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་གསུང་སྟོལ་ཡང་ཡོད།  
 དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡང་དག་  
 པས་ཟིན་པའི་གང་ཟག་དེ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་། སྟོག་པའི་གྲོགས་པོའི་དབང་དུ་མི་  
 འགྲོ། བེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་ སོ་སོའི་སྒྲིང་བའི་ས་ལས་ཡོངས་སུ་

འདའ་བ་དང་། མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ས་ལས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་།  
གཞན་ཡང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་  
སྒྱུར་དུ་སྒྲིབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཆང་རྒྱ་བ་དེ་འདྲ་ཡིན་པར་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མདོ་ལས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེང་སང་དུས་སློགས་མའི་  
གནས་སྐབས་འདིར་བཤེས་གཉེན་གོང་མ་གསུམ་མི་དགོས། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་དགེ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའང་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྟར་དགོན། འོན་ཀྱང་  
གཏན་ནས་མེད་ཀྱང་ཟེར་ཤེས་མ་རེད། གཅིག་ན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་གནས་ཆོད་  
མ་རྫོགས། གཉིས་ན་གདུལ་བྱ་ཡོད་ན་འདུལ་བྱེད་རྒྱུ་མི་ཆད་པ་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་མཐུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་པར་དུ་རྩ་བོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་མདོ་  
ལས། མྱ་ངན་མ་བྱེད་ཀུན་དགའ་བོ། །སླེ་སྒྲགས་མ་འདོན་ཀུན་དགའ་  
བོ། །ངན་ཕྱི་མའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཉིད་སྤུལ་ནས། །ཁྱོད་  
ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སློགས་མའི་དུས་འདིར་  
ཆོས་འཆད་རྩོད་རྩོམ་པའི་བྱ་བ་རང་གཞན་སུས་བྱེད་ཀྱང་། དོན་བཞིན་དུ་ཆོས་སྟོན་  
ཅིང་ཆོས་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱ་སྒྲིབ་བས་དགེ་སྦོང་ཆོས་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་པ་དོན་དང་ལྡན་  
པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལས། ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་  
པར། ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ཆོས་བརྟེན་པའི་རག་ལས་དཔོག་ཅེས་རྟགས་ལྟར་སྤྲང་མིན་  
པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་རེད། དུས་མཐར་ཆོས་རྩ་སུས་དྲུང་ན་དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་  
ལས་ཡིན་པས་ན། དེ་ལ་རྒྱལ་བ་དངོས་ལྟ་བུའི་དད་པ་དང་དང་བ་བསྐྱེད་ན་ཕན་ཡོན་  
དང་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཡོད་དེ། ཇི་ལྟར་བདེ་གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་གིང་ལས་  
ཀྱང་། །བགྱིས་པ་ཅི་འདྲའང་རུང་སྟེ་མཁས་པས་མཆོད། །དེ་བཞིན་བདག་གི་

སྒྲིང་ག་འདི་ངན་ཡང་། །དམ་ཚེས་བརྗོད་ལ་བཞེན་སྤྲོད་སྤྲོད་མི་བཞི། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རེད། །ཁྱད་པར་དུ་གསང་སྤྲུགས་རྩོགས་ཆེན་གྱི་སྐབས་འདིར།  
ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་གྲོང་ཆེན་པས། །དཀོན་མཆོག་བཞི་པ་སྐྱ་མ་སངས་རྒྱས་  
ཏེ། །དཀྱིལ་འཁོར་དབང་ཕྱག་ཏེ་རུ་ཀ་དཔལ་ཉིད། །སྒྲིགས་དུས་འགྲོ་བ་གདུལ་  
དཀའི་དོན་མཛད་པས། །གདུལ་བྱའི་ངོར་ནི་སངས་རྒྱས་ཀུན་བས་ལྷག །དངོས་  
གྲུབ་ཅ་བ་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་ལ། །སློབ་གསུམ་ཐོལ་མེད་གཙང་མའི་སྤྱི་བོས་  
བསྟེན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ནི་ད་ལྟའི་སེམས་ཅན་ལ་དངོས་སུ་མི་སྤྲོད་ནའང་། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱིན་  
ལས་པ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤྲོད་བར་མ་ཟད་དེས་ཚེས་བསྟན་ཏེ་ཐར་པའི་ས་བོན་  
འདེབས་པས་ན། །བཀུར་སྟོེ་ཕུ་དུད་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་། །དེ་མཆོད་པའི་མཆོག་  
བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲིང་ལ་མེད་པར་ནན་ཏན་ལྟར་སྤྲོད་སྤྲོད་ན་པན་བདེ་བརྒྱ་ཕྱག་མེད་ལ་འབྱུང་བ་  
ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ཡིན་པ་རེད། །དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྐབས་སུ་བབ་པ་  
གང་ཞིག་གསན་པར་བྱ་བ་ནི། །རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྲིང་ཐིག་གི་ཆོས་སྤྲེའི་ནང་  
ཆོན། །ཐུན་མོང་གི་སྤོན་འགྲོ་སེམས་སྒྲིང་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ལས། །སེམས་སྒྲིང་  
གསུམ་པ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲིང་རྩེ་བསྐྱེད་ཅིང་། །ལས་སུ་དཀོན་མཆོག་  
མཆོད་ཅིང་དཀར་པོ་དག་བའི་ལས་བྱེད་པའི་སྒྲོར་ནས་ཁར་རྩང་ཡན་ཆད་ངན་སོང་  
གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་བཤད་པ་སོང་ནས། །དེ་རིང་མཐོང་སྤྲོད་ནའང་བདེ་བ་མེད་པའི་  
རྒྱལ་བཤད་པ་ནི། **དེ་ནས་བདེ་འགྲོ་མཐོང་སྤྲོད་ཀྱི་གནས་གསུམ་ནའང་བདེ་བ་མེད་**  
**པར་བསམ་ཞིང་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི། འོ་ན་ངན་སོང་གསུམ་དུ་སྐྱེས་ན་སྤྱག་བསྐལ་**  
**དྲུག་པོ་འབའ་ཞིག་གིས་མནར་བ་ལས་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་སྤྲད་ཅིག་ཙམ་མེད་པར་གོང་དུ་**

བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། ལྷ་མི་སོགས་བདེ་འགྲོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
མེད་པའི་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་གོ་སྦྱོར་ན་མ་ཡིན་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་དུ། མཐོང་རིས་ན་  
ཡང་བདེ་ཆེན་དེ་དག་གི། །འཆི་འཕོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་ནི་དེ་བས་ཆེ། །ཞེས་མཐོ་  
རིས་འདོད་པའི་ལྷ་ཡུལ་ན་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་བསྐྱར་ན། འདོད་ཡོན་ལ་  
སྒྱུད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མེད་ཀྱང་།  
ལྷ་འཆི་འཕོ་ལྟར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་རང་གི་བདེ་བ་དེ་བས་  
ཆེ། ཞེས་འཕོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུངས་པ་དང་། ལྷ་ཡི་འཛིག་རྟེན་དག་ནས་  
འཕོས་པ་ལ། །གལ་ཏེ་དགོ་བའི་ལྷག་མ་འགའ་མེད་ན། །དེ་ནས་དབང་མེད་དུང་  
འགོ་ཡི་དྲགས་དང་། །དཔྱལ་བར་གནས་པ་གང་ཡང་རུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་ན། སྤྱར་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་བསགས་པའི་དབང་  
གིས་ལྷ་ཡི་འཛིག་རྟེན་འདོད་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཁམས་སུ་སྦྱེས་པ་རྣམས་ལ།  
གལ་ཏེ་དགོ་བའི་ལས་ཟད་དེ་ལྷག་མ་འགའ་ཡང་མེད་པར་གྱུར་ན། གནས་མདའ་  
ཁྲེན་ལ་འཕངས་ཀྱང་ཤུགས་ཟད་ན་ཐུར་དུ་སྒྱུར་བ་ལྟར། ལྷ་ཡུལ་ཉམས་དགའ་བའི་  
གནས་དེ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་ངན་སོང་གི་གནས་དུང་འགོ་དང་ཡི་དྲགས་དང་  
དཔྱལ་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་གང་ཡང་རུང་བར་སྦྱེས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་དྲག་པོ་  
ཉམས་སུ་སྒྱུར་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ལྟར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསྟན་པ་དང་། མདོ་  
དན་པ་ཉེར་གཞག་ལས། མི་དག་འཆོ་བ་ཐུང་བས་ཉམས། །ལྷ་དག་བག་མེད་པ་  
ཡིས་ཉམས། །ལྷ་མིན་འཐབ་ཅིང་ཕྱིད་པས་ཉམས། །འཁོར་བ་ཁབ་ཀྱི་ཕྱི་ཙམ་  
ལ། །བདེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་སྤྱིང་བཞིར་སྦྱེས་པའི་མི་སྤྱི་དང་ཁྱད་  
པར་དུ་འཛིན་བུ་སྤྱིང་པའི་མི་དག་ནི་སློག་འཆོ་བའི་ཆོ་ཐུང་བས་ཉམས་ཤིང་རྒྱད་པ་དང་།

ལྷ་དག་འདོད་ཡོན་དང་སྒྲིམས་འཇུག་གི་རོལ་ཞེན་པའི་བདེ་བ་དང་། དགའ་བས་  
གཡེང་བའི་བག་མེད་པ་ཡིས་ཉམས། ལྷ་མ་ཡིན་ནམས་ནི་རྟག་ཏུ་སྤྲུག་དོག་དང་ཁོང་  
སྒྲིམ་རྒྱུ་འཆིག་པས་འཐབ་ཅིང་རྩོད་པས་ཉམས་ཤིང་རྒྱུད་པར་སྒྱུར་པས། །ཁམས་  
གསུམ་འཁོར་བ་འདི་ན་ཁབ་གྱི་ཕྱེ་མོ་ཙམ་གྱི་བདེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན། **ཞེས་**  
བདེ་འགྲོ་སྤྱི་ལ་བདེ་བ་མེད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟར་  
དང་། རྩེ་བྲག་མིའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་བཤད་པ་ནི། **མཐོ་རིས་མིའི་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་ཀྱང་**  
སྤྱུག་བསྐྱལ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས། དར་ལ་བབ་པ་རྒྱ་  
བའི་ཆད་པས་འཆོ། །འདུ་བ་རྣལ་མར་གནས་པ་ན་བས་དཀྱུག །ཡུན་ཆོགས་རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་རྒྱུད་པས་འཛོམས། །འཆི་བས་སློག་ལ་རྒྱོལ་བ་སྒྱུར་བར་  
འོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་དང་བརྒྱུད་གྱི་རང་བཞིན་ཏེ།  
**སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ནི།** སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱ་མ་ཉིད་མ་སངས་བར་སྤྱི་མ་འབྱུང་  
བའི་བཅེགས་མར་འབྱུང་བ་པ་ནི་བའི་ཐོག་ཏུ་མ་ཡང་འདས་པ་དང་། རྟོལ་དགས་  
དེད་པའི་ཐོག་ཏུ་བྲག་ཅེས་པ་བསད་ཤོར་པ་ལྟ་བུ། འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཕལ་ཆེར་  
སྤྱུག་བསྐྱལ་བཅེགས་མར་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་སྤྱུག་རྒྱུན་མི་ཆད་པ་ཟད་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་  
སྤྱོད་བ་རེད། **འལྱར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ནི།** ད་ལྟ་བདེ་བ་ལྟར་ཡོད་འཕྲོ་ཁོན་སྐད་  
ཅིག་ཙམ་ལ་མ་བསམ་ས་ནས་སྒྲོ་བུར་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་དུག་དང་འབྲེས་པའི་ཁ་ཟས་ཐོས་  
པའམ། **ཅུང་མའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་བརྒྱལ་བས་རྒྱ་ནང་བྱིང་སྟེ་སྐད་ཅིག་ལ་སློག་འདོར་ནས་**  
**ནི་བ་ལྟ་བུ།** འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཕར་བལྟས་ན་བདེ་སྤྱིད་སྟོན་གསུམ་ཡོད་པ་  
ལྟར་སྤྲང་ཡང་། རོ་མ་ཞིབ་པར་བརྟགས་ན་བདེ་སྤྱིད་མེད་པར་མ་ཟད། མཐར་  
སྤྱུག་བསྐྱལ་ཁོན་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་པར་གསུངས། **ཁུབ་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱུག་**



**བསྐྱེད་ཀྱི།** རང་རེས་ད་ལྟ་བུ་བར་རྒྱུ་མ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དོན་ངོ་མར་ལྟར་མི་  
མཛེན་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ཏེ། **ཟས་ཟེས།** **གོས་གྲོན།** རྒྱན་དང་གནས་  
ཁང་སྟོན་མོ་ལོངས་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་པའི་རྒྱ་ཁོན་ས་བསྐྱེད་པ་མ་གཏོགས་མེད་པས་  
ན། འབྲས་བུ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཁོན་འབྱུང་བ་ཡིན། ཟས་ཟེས་དང་། གོས་གྲོན་  
ཉེས། **སྒྲིབ་ལམ་མ་གཟབ་པའི་ཉེས་པས་ཤིན་ཏུ་**སྒྲུག་བསྐྱེད་དོས་བྲག་པའི་ནད་ལ་  
སོགས་པ་**མྱོང་བའམ།** **མི་བཙན་པོ་ལ་རྒྱོད་པར་བྱས་པས་**ཕྱིས་གཞིན་པའི་ལན་འདུ་  
**བྱེད་པ་འགོག་ཏུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།** **ཅ་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་གསུམ།** དེ་རྒྱུད་དུ་  
འདུལ་བ་ལུང་ལས། འཁོར་བ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཅན་ཡུང་པོ། །སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲུག་  
བསྐྱེད་འདུ་བྱེད་དང་། །འཁྱུར་བ་ཉིད་གསུམ་བརྒྱུད་རྣམས་ཀྱིས། །མི་རྣམས་  
ཤིན་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལོ། །**ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་**འཁོར་བའི་གནས་གང་དུ་སྒྲེས་ཀྱང་  
སྒྲུག་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་ཡུང་པོ་ལས་མ་འདས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་གྱི་  
སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་། འཁྱུར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་། རྒྱབ་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྒྲུག་  
བསྐྱེད་ཏེ་**ཅ་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ།** གཞན་ཡང་འཆད་  
འཁྱུར་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྣ་ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་  
རྣམས་ཤིན་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལོ། །**ཞེས་དང་།** དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་  
ལས། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་ཡང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་བ་ཡང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་  
ནོ། །ན་བ་ཡང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལོ། །འཆི་བ་ཡང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལོ། །སྒྲུག་པ་དང་  
བྲལ་བའང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །མི་སྒྲུག་པ་དང་འཕྲད་པའང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་  
ནོ། །གང་འདོད་པ་བཙུང་ཀྱང་མ་རྟེན་པའང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་སྤང་  
དགའ་བའང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །**ཞེས་རྣམ་པ་བརྒྱུད་དེ་ལྟར་གསུངས་ནས་དེ་ལྟ་**

བུདྲི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་མིའི་འགོ་བ་ནམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལེ་ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་དུ། ཅུ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་དུ་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེལ་བརྒྱད་བཤད་  
པའི་**སྤྱི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི།** མའི་མངལ་ན་གནས་པའི་ཆོ་བཅོམ་ཁང་དོག་མོར་  
གནས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བཅས་པའི་ཆོ་ལྷགས་ཀྱི་འཇུར་མིག་དུ་བྲངས་པ་ལྟ་བུ།  
རྒྱུ་གྱི་ལྷུས་མ་བཤུས་དུས་གསེན་པའི་ལུས་ཀྱི་ཕགས་པ་བཤུས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་། **རྒྱས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཉམས།** དབང་པོ་  
རྣམ་ལྟ་བུ་དང་། བཀྲག་དང་གཟི་མདངས་ཉམས། ངག་གི་སྒྲིབ་ཆེད་ཁ་མི་འགྲོས་  
ནས་གཏམ་ལྟ་བུ་ལྷིབ་ཏུ་གྱུར། མིས་ཆོག་ལ་མི་བཅི། སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཤོར།  
རྒྱས་སེམས་སྤྱོད་ལོར་ལོག། རྒྱལ་ཆོག་སྤྲད་མར་གྱུར། ཤི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་  
སེམས་མི་བདེ། ཆོ་མཐའི་ཉི་མ་དེ་འཆི་བ་སྤྱག་ནས་འདུག་པ་སོགས་ཤི་མ་རན་གོང་  
ན་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ཏུ་ཤི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲིང་དགོས་པ་དང་། **ན་བའི་**  
**སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི།** ལུས་འབྱུང་བཞི་རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུ་བ་ཆ་མ་སྟོམས་པས།  
ཆོ་བའི་ནད་མེ་འབར་བ་འདྲ། གང་བའི་ནད་ཆུ་ཁོལ་པ་འདྲ་བ་སོགས་ནད་སྤྱོད་ཆོགས་  
ཀྱིས་མནར་བས། ཤིན་ཤི་རྒྱུ་མེད། དག་ན་དག་རྒྱུ་མེད། མལ་ས་སྐྱམ་རྒྱེན་  
འདྲེས། ཉིན་གྱི་ཉི་མ་ཆོད་རུང་། མཆོན་གྱི་ནམ་མི་ཆོད། གཏར་བསྐྱེག་  
གཤག་གཅོད་ཆོང་མ་བསྐྱེན་རུང་། གཉེན་ཉི་ཤེས་ཆོང་མས་བསྐྱེངས་ཀྱང་།  
སྟོག་དམར་པོ་རྒྱུང་ནད་གི་མར་མེ་འདྲ་བ་ཤི་གསེན་སྤྱིང་མའི་སར་ཐོན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
དེ་བྲིམས་ཀྱིས་ཆད་པ་དྲག་པོས་མནར་བ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གང་ཆོ་  
གཤིན་རྗེའི་གཡུལ་ངོར་ཕམ་པ་དེ། །སྐྱབས་དང་དཔུང་གཉེན་བྲལ་བའི་གཡལ་སར་  
རྒྱག། །འཆོ་བའི་མདངས་དང་དབང་པོ་རྣམ་པར་སྤངས། །སྤྲོད་དང་སྤྲོན་པ་དག་

ཀྱང་དེ་ལ་འབྲེམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་མཐར་འཛིབ་འཁྱུག་བསྐྱེད་ལ་  
ཡོད་པ་རེད། འཛི་རྟགས་ལུས་ལ་ཚང་དུས་དབྱེས་པར་འཕེན་པ་རྒྱུར་མི་འདུ།  
ཤ་ཚ་སྤོང་རྗེའི་གཉེན་ཉེས་བསྐྱོར་ཀྱང་། །ཞག་གཅིག་རྒྱ་ཚོད་གཅིག་ཀྱང་གསོན་པོ་མི་  
ཡུལ་དུ་འདུག་པའི་དབང་མེད། འཛི་བདག་ག་ཤིན་རྗེའི་ཞགས་ནག་སྐྱོར་ཐེབས།  
འབྱུང་བཞིའི་ཐུམ་རིམ་ཤར། འབྱུལ་སྒྲུང་མིག་སྒྲར་བབ་ནས། གསོན་མི་ཡུལ་  
བསྐྱུར་ནས་འཇིགས་པའི་སྒྲ་བཞི་དང་། ཡང་བའི་གཡང་ས་གསུམ་ལ་སོགས་པར་  
འགྲོ་བའི་འཛི་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཐོག་ཏུ་ཡོང་བ་མི་དགོས་དུན་ན་འཇིགས་ཤིང་སྐྱུག་པའི་  
གནས་ཡིན་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་ན་འཛིའི་བདུད་ཀྱི་རྒྱ་ཐོ་ཆེན་པོ་བཞི་མ་ཟད།  
**དགྲ་མི་སྐྱུག་པ་དང་འཕྲད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཏེ།** དགྲ་མི་སྐྱུག་པ་ཞེས་པ་མཐོང་དུ་མི་  
འདོད་པ་འཇིགས་ཤིང་ཡང་བ་དང་འཕྲད་ཅིང་གཞོད་འཆོག་ཀྱི་པ་དང་། ཆོ་སྒྲོན་ལས་  
ཀྱི་ལན་ཆགས་ཀྱིས་འགའ་རེ་ཕར་ཕན་བཏགས་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུར་གཞོད་བསྐྱེད་བའི་  
དགྲ་འང་ཡོད། ཕན་ཆེན་མ་བཏགས་གཞོད་ཆེན་ག་ལ་བསྐྱེད། །ཞེས་པ་ལྟར་  
དང་། ཡང་སྒྲོས་དེ་རིང་ཁར་རྩེད་གི་དུས་ཚོད་ལ་དེ་འདྲ་ཡིན། འདིས་ང་ལ་འདི་  
འདྲའི་གཞོད་སེམས་ཤིག་བྱེད་འདུག ངས་འདི་ལ་ཕན་ཅི་བཏགས་ཡོད་བསམ་པ་  
གཏོང་དུས། འོ་དེ་ལོས་ཡིན་དེ་དུས་དེར་སྐྱུག་སྐྱུག་དུས་ངས་དེ་ལ་ཕན་ཞིག་བཏགས་  
ཡོད་བསམ་རྒྱུ་ཅན་པོ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་འགའ་རེ་ལས་ཀྱིས་དབང་གིས་ཕ་རོལ་པོ་  
དགྲར་ལོག་པ། མདོར་ན་རིག་ན་མི་དགའ་གོ་ན་མི་འདོད་པའི་མི་དང་འཕྲད།  
རྩེད་བཅོམ་འཕྲོག་གསུམ་སྤོང་། གཏམ་ངན་ན་སྐྱུག་གོ། དགྲ་ནག་པོ་འབོད་པའི་  
རྒྱ་ལོར་ཀྱིས་གཡལ་མོས་དགྲ་ཇག་རྒྱན་གསུམ་བཀྲལ་ནས། གསོག་བསྐྱུང་བསྐྱེད་  
པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྒྲ་ཆོགས་སྤོང་བས་ལུས་མི་བདེ་སེམས་མི་སྐྱིད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མི་འདོད་

པ་དང་འཕྲད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། **གཉིན་བུམས་པ་དང་བུམ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་**  
ལས་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་གཉིན་གྲོགས། **གཅེས་ཤ་དམར་ཐང་ཡོད་པ།** ཉིན་གཅིག་  
དང་ཡང་ཁ་ཁ་དབྱེ་མི་སྤྱབ་པ། **ཞག་རེ་སོང་ཡང་སེམས་མི་བདེ་བ་དེ་ཚོ་འཛིག་རྟེན་**  
**འདི་དང་གཏན་བུམ་རེད་རྒྱ།** **གྲོགས་མཐུན་པོ་ཡུན་རིང་འགྲོགས་ལོང་མེད་པ་དང་།**  
**པ་མ་བུ་རྒྱུད་དང་བུམ་བ།** **བུ་རྒྱུད་པ་མ་དང་བུམ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སོགས་བཤད་**  
**ཚོད་མེད་པ་དེ་འབྲ་ཡོད་པ་རེད།** **འདོད་པ་ཐོག་རྩ་མ་ཁེལ་བས་ཐོངས་པའི་སྤྱག་**  
**བསྐྱེད།** **མིའི་བསམ་ཐོག་རྩ་རྟ་ཡིས་མ་བརྩིས།** **མ་བསམ་པ་ཐོག་རྩ་ཁེལ་བ།**  
**ལས་བསམ་པས་མ་རེད།** **གསལ་པས་རེད།** **ཡར་མཐོ་གང་ཨོ་མཐོ་བསམ་ས་**  
**ནས་མར་འདོམ་གང་ལྷུང་ཤོར་བ།** **རྒྱ་ཨོ་ལོན་བསམ་ཡང་མ་ལོན།** **གྲོགས་ཨོ་**  
**ཁྲག་བསམ་ཡང་མ་ཁྲག།** **ཐོབ་ཨོ་མཐོ་བསམ་ཡང་མ་མཐོ།** **ད་རུང་དེའི་ཐོག་རྩ་**  
**གྲོང་ཆེན་པོ་རག་རྒྱ།** **ཐང་གི་དོ་ལེན་ས་ནས་རུམ་ནང་གི་གྲོ་ལྷུང་ཤོར་བ་ལ་སོགས་པ།**  
**མདོར་ན་འདོད་པ་ཐོག་རྩ་མི་ཁེལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་།** **ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལྷས་**  
**སྤྱག་བསྐྱེད་གཏན་རྩ་འཛིན་པ་སྟེ།** **གཟུགས་འབྱུང་འདུས་གྱི་ཕུང་པོར་མི་རྟག་པ་ཐོག་**  
**རྩ་བབ་པ་དང་།** **ཚོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་རྟག་རྩ་གཟིར་བ།** **འདུ་ཤེས་འབྲུལ་**  
**པའི་རང་བཞིན་ལ་བདེ་དུས་མེད་པ།** **འདུ་བྱེད་ལས་ངན་གྱི་བྱེད་རྩོལ་ཟད་རྒྱ་མེད་པ་**  
**ཞིག་སྤོང་བ།** **རྣམ་ཤེས་ཡུལ་དོན་གཉིས་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་ལས་ཉོན་ཀུན་འབྱུང་གིས་**  
**སྤྱིད་པ་སྤྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་སྟེ།** **དེ་ལྟར་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལྷས་སྤྱག་**  
**བསྐྱེད་གཏན་རྩ་འཛིན་པ་སྟེ།** **དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམ་པ་བརྒྱུད་གྱིས་དུས་རྟག་རྩ་**  
**མནར་བས་ན་མིའི་འགོ་བ་ནི་ཤིན་རྩ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལོ།** **འདིའི་ཕྱིར་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་**  
**པོས།** **དེ་ལྟར་མི་ཡི་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དག་ནའང་།** **སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་**

**ཕྱིར་བདེ་བ་མེད། །དེ་ལས་ཐར་ཕྱིར་ལེགས་པའི་ཆོས་བསམ་སྟེ། །འཁོར་བའི་**  
**གནས་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་འཆོལ་ལོ། །**ཞེས་དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་མིའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་མཐའ་དག་གང་ལ་བསམ། གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་སྟུག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་  
གཉིས་ལ་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་སྒྱུད་པས་ན་བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ། སྟུག་བསྐྱལ་ཅན་  
གྱི་གནས་དེ་ལས་ཐར་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡང་དག་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་  
གསུམ་བྱས་ཏེ། འཁོར་བའི་གནས་བཙོན་ར་ལྟ་བུ་འདི་ལས་སྤྱར་དུ་ཐར་པའི་ཐབས་  
ལ་འབད་འཆོལ་ལོ། **ཞེས་གསུངས་སོ། །**དེའི་ཡན་ཆད་གྱིས་མིའི་སྟུག་བསྐྱལ་  
བསྟན་པ་སོང་སྟེ། ལྷའི་སྟུག་བསྐྱལ་བསྟན་པ་ནི། མི་ལ་སྟུག་བསྐྱལ་མང་པོར་  
ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདོད་ལྷའི་གནས་ན་འད་སྟུག་བསྐྱལ་ཆད་མེད་པ་ཡོད་དེ། ལྷ་  
གནས་དེ་དག་གང་དུ་ཡོད་ཅེན། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཆགས་སྐྱངས་བཤད་ཚུལ་ལ་  
འདྲ་མིན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། རང་ལུགས་གྲོང་ཆེན་པའི་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ལྟར་  
འཆད་ན། དེའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དབྱས་སུ་བྱས་པ་ལ། དེའི་ཕྱོགས་བཞི་ན་གཉའ་  
ཤིང་འཛིན་རི་དང་གཤོལ་མདའ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་གསེར་གྱི་རི་བདུན་གྱིས་གྲུ་བཞིར་  
བྱས་ནས་བསྒྲོར་བ་དང་། དེ་དག་གི་བར་ཐམས་ཅད་ན་བསིལ་དང་ཞིམ་དང་ཡང་བ་  
སོགས་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་རྒྱས་གང་བའི་རོལ་པའི་མཆོག་བདུན་དང་། ཕྱི་རོལ་ན་  
བ་རྩ་ཅན་གྱིས་མཆོས་གང་བ། ཕྱོགས་བཞིར་སྤྱིང་བཞི་ཆགས་ཏེ། སྤྱིང་བཞི་ནི་  
མིའི་གནས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཡིན་ལ། ཤར་ལུས་འཕགས་པོའི་སྤྱིང་གི་དབྱིབས་ནི་ཟླ་  
གམ་ལྟ་བུ་སྤྱིང་ཕྱན་དང་བཅས་པ་དང་། ལྷོ་འཛོམ་བུའི་སྤྱིང་ནི་སོག་ཁའི་དབྱིབས་  
དང་འདྲ་བ་སྤྱིང་གཡོག་གཉིས་དང་བཅས་པ། ལུབ་བ་སྤྱང་སྒྱུད་དབྱིབས་ཟླམ་པོ་སྤྱིང་  
གཡོག་གཉིས་དང་བཅས་པ། བྱང་སྤྱི་མི་སྟན་དབྱིབས་གྲུ་བཞི་སྤྱིང་གཡོག་གཉིས་

དང་བཅས་པ་ཆགས། འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་གངས་ཏི་སེའི་འོག་གི་དཔག་ཚད་ཉིས་ཁྲི་ན་  
 དུམ་ལ་བ་མནར་མེད་པ་དང་། ཚད་མུལ་གཞན་བདུན་པོ་དེའི་སྤྱིང་ན་ཅེག་མར་  
 ཆགས་པར་གསུངས། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྩ་བའི་གནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་འོག་གི་དཔག་  
 ཚད་ལྔ་བརྒྱ་ན་ཡོད་པ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་ནི་ལྷ་དང་མིའི་གནས་ནའང་ཡོད་པར་  
 གསུངས། དུད་འགྲོ་བྱིང་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་། ཁ་འཐོར་ལྷ་མིའི་ཡུལ་  
 ནའང་ཡོད། མཐོ་རིས་ལྷ་མི་གཉིས་ལས་ལྷ་ཡུལ་ལ། འདོད་ཁམས་དང་།  
 གཟུགས་ཁམས་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་གསུམ་གྱི་ལྷའི་གནས་ཡོད་པ་ལས།  
 འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷར་གཏོགས་པ་ནི་འདོད་ལྷ་རིགས་དྲུག་སྟེ། དེ་ལ་ས་ལ་བརྟེན་པའི་  
 ལྷ་གནས་གཉིས་དང་། རྣམ་མཁའ་བརྟེན་པའི་ལྷ་གནས་བཞི་སྟེ་དྲུག་ཡོད། ས་  
 གཞིར་བརྟེན་པ་གཉིས་ནི། རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་ནི་རི་རབ་ཀྱི་བད་རིམ་དང་། ཉི་  
 རྩ་སྐར་མའི་སྤྱིང་ན་ཡོད། སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་རི་རབ་ཀྱི་རྩེ་མོར་ཆགས་པ་དང་།  
 དེའི་སྤྱིང་གི་རྣམ་མཁའ་ན་གྲེན་ལ་རིམ་བཞིན་ས་གཞི་དང་མ་འབྲེལ་བ་འཐབ་བྲལ།  
 དགའ་ལྷན། འཕྲུལ་དགའ། གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་རྣམས་ཡོད། རི་རབ་  
 ཀྱི་རྩ་མཚམས་ཡན་གྱི་ཁོང་གསེང་ན་ལྷ་མ་ཡིན་སྐྱ་གཅན་དང་། སྐར་ཕྱིང་།  
 མགུལ་ཕྱིང་། ཐགས་བཟང་རིས་རྣམས་ཆགས་ཡོད། འདོད་ཁམས་ཀྱི་གྲེན་དུ་  
 འཕགས་པའི་སྤྱིང་གི་རྣམ་མཁའ་ན་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་གནས་ཆགས་པའི་དང་པོ།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཚངས་རིས་དང་། ཚངས་པ་མདུན་ན་འདོན། ཚངས་ཆེན་  
 དང་གསུམ། གཉིས་པའི་འོད་རླུང་དང་། ཚད་མེད་འོད་དང་། འོད་གསལ་  
 གསུམ། གསུམ་པའི་དགོ་རླུང་དང་། ཚད་མེད་དགོ་དང་། དགོ་རྒྱས་གསུམ།  
 བཞི་པའི་སྤྱིན་མེད་དང་། བསོད་རྣམས་སྤྱེས་དང་། འབྲས་བུ་ཆེ་བ་སྟེ་སོ་སྟེས་ཀྱི་

གནས་གསུམ་དང་། དེའི་གོང་ན་མི་ཆེ་བ་དང་། མི་གདུང་བ། བྱ་ལོ་སྒྲིང་བ།  
བ། ཤིན་རྒྱ་སྒྲིང་བ། འོག་མིན་ཏེ་འཕགས་པའི་གནས་གཙང་ལྔ་ཆགས་ཡོད།  
དེ་དག་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་རེད། དེ་ནས་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་  
ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་མེད་སྒྱེ་མཆེད་སུ་བཞི་ཡང་ཡོད། གནས་དེ་རྣམས་ལ་བཤད་  
ཚུལ་འདྲ་མིན་གྱི་མཐའ་དབྱུང་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཅང་མང་བར་འགྱུར་བས་མི་  
བཤད། གཙང་མའི་གནས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའི་ཡང་རོལ་ན་འོག་མིན་  
ཆེན་པོ་འཇམ། དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་དང་། འོག་མིན་རྣམ་མཛེས་ཞེས་ཀྱང་བྱ་བའི་ས་  
བཅུ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་བཞུགས་པའི་གནས་རྣམས་ཆགས་ཡོད།  
གཟུགས་མེད་པའི་རིས་བཞི་ལ་རིག་པ་ཏིང་ལེ་འཛིན་གྱི་ལུས་མ་གཏོགས་དེའི་གནས་དེར་  
ཕྱ་རགས་གྱི་མངོན་སྒྲིང་གི་གཟུགས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་པས་ན་གཟུགས་མེད་ཅེས་བྱ།  
འོ་ན་གཟུགས་ཁམས་ཞེས་པ་བསམ་གཏན་གྱི་ལྷ་ཁོན་སྒྱུར་དོན་ཅི་ཡིན། འདོད་ལྷ་  
ལའང་གཟུགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟེ་ན། གཟུགས་སུ་གྲུབ་པ་ཅོམ་འདྲའང་།  
དག་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོག་བསམ་གཏན་གྱི་གཟུགས་འོད་  
གསལ་དྲངས་པ། སྒྲིང་བ་འོད་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་པས་ན་གཟུགས་ཁམས་དང་།  
འདོད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་སྒྱེས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་གཟུགས་དང་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དམན་ལ་དགག་  
སྒྱུའི་དབང་གིས་འདོད་ལྷ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྒྱུར་བ་རེད། འདིར་འཁོར་བའི་སྒྱུག་  
བསྐྱལ་གསུངས་པ་ན། མཐོང་རིས་ལྷ་གནས་སུ་སྒྱུག་བསྐྱལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར།  
མཆན། འོག་གི་ཨ་རྒྱུ་འདི་རྣམས་ནི་མིའི་ལོ་གངས་ཏེ། ལྷ་གནས་སོ་སོའི་ཞག་རེ་  
ཡིན་ལ། དེའི་ལོ་སྒྱུར་འགྱུར་གྱིས་བརྩིས་ནས་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ལ་  
ཡང་སོས་ཀྱི་ཞག་གཅིག་སུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་པ་ནས་རིམ་པར་སྒྲིང་དང་། ཉིས་

སྒྲིང་དང་། བཞི་སྒྲིང་དང་། བརྒྱད་སྒྲིང་དང་། བྲི་བྲུག་སྒྲིང་རྣམས་ཐོག་ནས་  
དང་། བསྐྱུས་འཛུལ་དང་། དུ་འབོད་དང་། དུ་འབོད་ཆེན་པོ་དང་། ཆ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་ཞག་རེ་ཡིན་ལ། རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་མནར་མེད་པ་ནི་གཞལ་བྱ་དེས་མ་  
ཡིན་ཏེ་གོང་དུ་བཤད། ཨ་རྒྱུ་འདི་རྣམས་མིའི་ལོ་གྲངས་དང་བསྐྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་གནས་  
རྣམས་ཀྱི་ཞག་རེར་བྱས་པའི་དེའི་ལོ་རྒྱུ་འགྱུར་གྱིས་བརྩིས་པའི་ལོ་གྲངས་རྣམས་ནི་དེ་  
དག་གི་ཆེད་ཆོད་ཡིན། འདོད་པའི་ལྷ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་(༠༥༤)། སུམ་ཅུ་ཅུ་  
གསུམ་(༡༠༠༥༤)། ལྷ་ལྷུག་པོ་མོ་མཉམ་དུ་མཆོ་མ་ལྟར་སྐྱེས་པས་མཆོ་མ་འམ་འཐབ་  
བྲལ་(༡༠༠༥༤)། དགའ་ལྷན་(༢༠༠༥༤)། འཕྲུལ་དགའ་(༡༠༠༥༤)། གཞན་  
འཕྲུལ་དབང་བྱེད་(༡༦༠༠)ཀྱི་བར་དེ་དག་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་སྣ་ཆོགས་ལོངས་སུ་སྦྱོད་  
པས་བདེ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་། དོན་ལ་འགྱུར་བ་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཁོ་  
ནས་མནར་བ་ཡིན་པས་ན་འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡོད་། འདོད་ཡོན་ལ་བརྟེ་ཞིང་  
དགའ་བས་གཡེངས་སྟེ་སྦྱིད་པའི་སྐབས་ན་ལྷ་མིན་དང་གཡུལ་འགྱེད་དེ་གི་མས་དང་།  
མིན་ཡང་རྒྱལ་སྒོན་དང་རིགས་གཟུགས་སོགས་མཐོང་མན་མེད་པར་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་  
ཅན་དང་འདྲ་བ་མིན་པས། འོད་དང་གཟི་མདངས་སྟོབས་རྩལ་ཆེ་རུང་སོགས་ལ་  
བརྟེན་ནས་གཞན་གྱིས་དཔའ་སྒྲོང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། བཅའ་ཞིག་འོག་ཏུ་  
ལྟོང་བ་དང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཡིན་པས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱུང་བ་ཡོད་པ་དང་། འཆི་བའི་ཆོ་ལྷའི་ཞག་བདུན་གྱི་སྟོན་ནས་ལུས་ཀྱི་མདོག་མི་  
སྐྱུག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་མེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། འཆི་ལྟས་ཆོང་  
བས་རང་ཉིད་ཡི་སྐྱུག་ཅིང་ཉམས་མི་དགའ་བ་དང་། ལྷ་རྒྱུ་པོ་འམ་གྲོགས་པོས་སྒྲིང་  
ཞིང་རྩར་མི་འོང་བས་སེམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཕྲུགས་པ་དང་། བྱི་མ་གང་དུ་སྐྱེས་པའི་



གནས་འོག་མ་རྣམས་ལྷ་ཡི་མིག་གིས་མཐོང་བས་ཕལ་ཆེ་བར་ངན་སོང་གི་གནས་སུ་སྒྱེ་  
བ་སོགས་སུ་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ལ་སྒྲུག་སྤྱི་བརྒྱལ་བ་ན། ལྷ་  
པ་མཐའ་མ། མཛའ་བཤེས་ལ་སོགས་པས་ཉེ་བར་མི་བཅར་ཞིང་རྒྱུད་རིང་པོ་ནས་བོས་  
ཏེ། འདི་ནས་ཆོ་འཕེས་ཏེ་འཛམ་བུའི་གླིང་དུ་ལས་གྱིས་པའི་མི་རྣམས་གྱིན་དུ་སྒྱེ་  
བར་སོག་ཅིག འཛམ་གླིང་མིའི་རྟེན་དེར་ཡང་དགོ་བཅུར་སྤྱད་ནས་ཕྱིས་ཀྱང་ལྷ་ཡི་  
གནས་རིས་འདིར་སྒྱེ་བར་སོག་ཅིག ཅེས་ཡིད་གྱི་སྒྲོལ་པ་ཁར་བཏོན་ཅིང་། གྲེས་  
ཕྱག་གི་ཚུལ་དུ་ལྷ་ཡུལ་ནས་འབྲལ་རན་ཁར་མེ་ཏོག་གཏོར་ནས་རྒྱུད་རིང་པོར་འབྲེལ་བ་  
དེ་ལྷ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷ་ཡི་ཞག་བདུན་དུ་སྒྲིབ་པས་ཉམ་མག། སུམ་ཅུ་ཙུ་ག་སུམ་ལ་  
མཆོད་ན་ཞག་རེར་མིའི་ལོ་བརྒྱ་རེ། ལྷ་ཡི་ཞག་བདུན་ལ་མི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་སྟེ། དེ་  
ལྷ་བུ་སོགས་ཡུན་རིང་པོ་ལ་དེ་འབྲའི་འཕེ་ལྷུང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིབ་བ་དང་། གོང་མ་  
རྣམས་དེ་བས་རིང་བ་ཡིན། འོ་སྒྲོལ་ཏེ་ང་ཆོའི་མི་རྣམས་འཆི་བའི་ཆོ་མཛའ་གོགས་  
གཉེན་བཤེས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ནད་པ་དེའི་མལ་སའི་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་དེའི་འདོད་པ་ལྟར་  
ཡར་བརྒྱག་མར་ཕབ། གོས་བརྩེ་བ་སོགས་ཐབས་དུ་མས་རེ་བ་སྒྲོང་ཅི་ཐུབ་བྱེད་  
ནའང་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིང་ཡི་སྤྱག་ན། ལྷ་དག་དེ་འབྲ་དུས་ཡུན་རིང་པོ་མི་ལོ་  
བདུན་བརྒྱ་སོགས་སུ་རང་གཅིག་ཤུར་གནས་ནས་འཆི་འཕེའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིབ་ན་ལྷ་ཅི་  
སྒྲོལ། གཞན་ཡང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཆོངས་རིས་ནས་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་  
འབྲས་བུ་ཆེན་པོའི་བར་ཏེ། གཞུགས་ཁམས་བསམ་གཏན་གྱི་ལྷ་རྣམས་སྒྲོན་མི་གཡོ་  
བའི་དགོ་བས་གཟི་བྱན་གྱི་དཔལ་དང་ལྷན་པ་དེ་དག་ཀྱང་ལས་ཟད་ནས་འཆི་བའི་ཆོ་  
ད་ལྷ་ཡི་བདེ་བ་དེ་ཉིད་འཕྱར་ནས་སྤྱིད་པ་སྤྱི་མར་འཕྲུག་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་དེ།  
འཕགས་པ་ཀླ་སྒྲུབ་གྱིས། ཆོངས་རིས་ལ་སོགས་བསམ་གཏན་ལྷན་གྲུབ་

ཀུན། །འོད་དང་ཁ་དོག་གཟི་བུ་ཤིང་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །བདག་རྟོག་བག་ལ་ཉལ་  
བ་མ་གཟིགས་ནས། །ཤི་ནས་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་ཆ་མེད་དམ། །ཞེས་ཚངས་རིས་  
ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་བས་བསམ་གཏན་གྱི་གནས་སུ་བསམ་  
གཏན་གྱི་འབྲས་བུ་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཀྱང་། །འོད་དང་ཁ་དོག་  
དཔལ་དང་གཟི་བུ་ཤིང་མཐའ་ཡས་ཀྱང་བདག་རྟོག་འཁོར་བའི་རྩ་བ་བག་ལ་ཉལ་བ་ཡོད་  
པར་མ་གཟིགས་ནས། །བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འཁོར་རྩ་མ་བཅོམ་  
པས་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ཞིང་མཐོ་རིས་འཕེན་པའི་དགོ་བའི་ཤུགས་ཟད་པས་ཤི་ནས་  
དཔྱལ་བར་མི་སྐྱེ་བའི་ཆ་མེད་པའམ་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་  
བཞིན་དུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་མེད་སྐྱེ་མཆོད་སུ་བཞིན་འཛིག་  
རྟོན་པའི་ལམ་ཡིན་པས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པའི་ཉི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
སྟོངས་འཇུག་གི་བསམ་གཏན་གྱི་དབང་གིས། །འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་  
བསམ་གཏན་ནམ་སྟོངས་འཇུག་ཉི་ཆོ་བར་འབྱུངས། །ཅི་ཞིག་ན་ཆོ་ཆོད་ཟད་དེ་འཆི་  
འཕོས་ནས་སྤྱིད་པ་སྤྱི་མའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་སྤྱོད་ཐབས་མེད་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་ནམ་  
མཁའ་ལ་འཕྱར་བའི་འདབ་ཆགས་ཡར་ཅི་ཙམ་མཐོ་བར་འཕྱར་ཏེ་གནམ་འཕང་བསྐྱོད་  
ཀྱང་མཐར་ངེས་པར་ས་ལ་བབ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། །ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཏེ་  
གནས་ངེས་མེད་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་ངེས་མེད་སྤྱོད་ན། །འཛིག་རྟོན་པའི་གནས་སྐབས་  
ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྦྱོར་གྱི་མཆོད་རེ་ཆེ་སྟེ། །སྒོ་བ་སྤྱིང་  
ལས། །སྤྱག་བསྐྱལ་མེ་ཆོགས་ཡུང་པོས་འཛིགས་པའི་འཛིག་རྟོན་འདིར། །སྐྱེ་བོ་  
བདེ་སྐྱུ་མ་འདོན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱེད་པ་གང་། །དེ་ནི་གཤིན་མེད་ཁ་ཡངས་འབྱེད་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ། །དེ་ནི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ལྟོན་གྱི་ས་པོན་ཡིན། །ཞེས་མེ་དོང་ཐལ་བས་

གཡེགས་པ་ལྟར་གྱི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་མེ་མུར་ལྟ་བུས་བསྐྱེད་པུང་སྟེ་དབལ་  
ཚ་བའི་མེ་ཆོགས་གྱིས་འཛིགས་ཤིང་ཉམ་ང་བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར། སྒྱུ་པོ་  
རྣམས་འདི་སྤང་ལྟ་མིའི་བདེ་བས་བདེའོ་སྤྱོད་པ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་རགས་པ་ཕྱིར་  
བཅོས་པ་ཅམ་བདེ་བ་མེད་པ་ལ་བདེ་བའོ་སྤྱོད་ནས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱེད་པ་གང་དག་  
འདོད་ཡོན་གྱིས་གཡེང་བ་དེ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་མཆེ་བ་རྣོན་པོས་ཟ་བར་བྱེད་པའི་  
ལས་གྱི་གཤིན་རྗེའི་ཁ་ཡངས་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་ནས་གི་བ་སྤྱག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་  
ལྟར་བདེ་བ་མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་རྫོམ་ནས་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པ་དེ་ནི་སྒྱུ་བ་ཕྱི་མའི་ཡང་སྤྱང་  
ཉེ་བར་ལེན་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་བའི་སྒྲོན་ཤིང་གི་ས་བོན་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །**ཞེས་**  
**གསུངས་སོ།** །དེའི་ཡན་གྱིས་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྟན་ནས། ད་ནི་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་བསྟན་པ་ནི། **གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་ལྟ་མིན་རྣམས་ལ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་**  
**བས་ཀྱང་དབལ་ཚ་སྟེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། ལྟ་མིན་དག་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་**  
**ལྟ་ཡི། །དབལ་ལ་སྤང་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ། །དེ་དག་སྒྲོད་དང་ལྟན་ནའང་**  
**འགོ་བ་ཡི། །སྤྱིབ་པས་བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་ལུས་དང་རྩ་**  
**འཕྱུལ་ལོངས་སྒྲིབ་རྣམས་ལྟ་དང་ཕྱོགས་འདྲའང་། རིས་དང་སྤྱལ་བ་མི་འདྲ་བས་ན་**  
**ལྟ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་ལ། ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་གནས་དག་ཏུ་སྤྱེས་པའི་འགོ་བ་དེ་དག་རྣམས་ནི་**  
**རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱག་དོག་ཆེ་བས་ལྟ་ཡི་དབལ་དང་འབྱོར་པ་ལ་སྤང་ཞིང་། སྤྱག་དོག་**  
**གི་རྒྱང་འཆུབ་ཞེ་སྤང་གི་མེ་འབར་བ་སོགས་གྱིས་ཡིད་མི་བདེ་བས་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་**  
**ཆེ་བ་དང་། མཐོང་རིས་སུ་སྤྱེས་པའི་ལྟ་མ་ཡིན་དེ་དག་ངན་སོང་གི་འགོ་བ་ལ་ལྟོས་ན་**  
**སྒྲོད་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནའང་། རང་སའི་འགོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་རྣམ་སྤྱོན་གྱི་སྤྱིབ་པ་**  
**ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། ལས་གྱི་སྤྱིབ་པ་དང་བདེན་འཛིན་མ་རིག་འཕྱག་པོས་སྤྱིབ་པས་**

བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །**ཞེས་**གསུངས་ན། ལྷ་མ་ཡིན་དེ་དག་གི་གནས་ནི་  
 རི་རབ་ཀྱི་ཆུ་མཚམས་མན་ན་ཡོད་ལ། ཆོས་བཟང་ལྷའི་འདུན་ས་ལ་སོགས་པ་  
 གནས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ན། གཙོ་བོ་ཉི་བའི་དབང་པོ་སོག་ཉིས་དང་། ལྷའི་དབང་  
 པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་བཅས་པ་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ཡོད་པས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ཞེས་པའི་ལྷ་  
 ཡུལ་ནི། རི་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་ན་ལྷའི་གོང་ཁྱེད་ལྷ་ན་སྤྱུག་པའི་དབུས་ན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་  
 ཁང་བཟང་ཡོད་ལ། བོ་བྱང་དེ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པ། རིན་པོ་ཆེའི་  
 རྩ་བ་དང་ཆུན་འཕྲང་གིས་བརྒྱན་པ། སྤྱི་རོལ་ན་སྤྱོད་མོས་ཆལ་དང་ཁྲུས་ཀྱི་རྩིང་བུ་  
 དང་པར་སྒྲུབ་བརྒྱན་པ། རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ཐེམ་སྒྲུབ་དང་ལན་ཀན་དང་།  
 འདོད་འབྱུང་དཔག་བསམ་གིང་གིས་བརྒྱན་པའི་དཔལ་དང་ལྡན་པ། གོང་ཁྱེད་ལྷ་ན་  
 སྤྱུག་པའི་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་གིང་བལ་ཀྱི་འདབ་མ་ལྟར་འཇམ་པ། ཆོན་སྣ་བརྒྱ་ཅ་  
 གཅིག་གི་ཁ་དོག་ཅན། མཐའ་ན་གསེར་གྱི་ར་བས་བསྐྱོར་བ། རོར་བུ་སྣ་ཆོགས་  
 ཀྱི་སྒོ་རྒྱན་ཡོད་པ། སྤྱིའི་སྒོ་ཆེན་གྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ན་སྒོ་དགུ་བརྒྱ་དགུ་བཅུ་གོ་  
 དགུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་རེ་ལ་ལྷའི་སྤྱང་མ་གོ་མཚོན་ཅན་ལྷ་བརྒྱ་རེས་སྤྱང་བ། ཕྱོགས་  
 ཀྱི་ལམ་སྤྱང་ཐམས་ཅད་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པ། ལམ་འགྲམ་ཐམས་ཅད་  
 ན་རྩིང་བུ་སྤྱང་ཙཱི་ཆུ་གསེར་ཅན་ཡོད་པ། ཡུལ་དང་པར་དཀར་པོ་སོགས་ཁྱི་ཞིམ་  
 ཅན་གྱི་མེ་ཏྲོག་གིས་ཁེབས་པ། མཚམས་དང་མཚམས་སུ་དཔག་བསམ་གྱི་ལྷོན་གིང་  
 སྤང་བ་ལྟར་བསྒྲིག་པ། དེ་རྣམས་ལ་མེ་ཏྲོག་དང་གོས་སོགས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་  
 འདོད་པ་འབྱུང་བ། ལྷའི་བྱ་སྐད་སྒྲན་པར་སྒྲོག་པ་དང་ལྡན་པ། གོང་ཁྱེད་ལྷ་ན་  
 སྤྱུག་དའི་གར་ཕྱོགས་ན་གིང་རྩ་སྣ་ཆོགས་པའི་སྤྱོད་མོས་ཆལ་ཡོད་ཅིང་། དེར་འདོད་  
 པའི་ཡོན་ཏན་སྣ་ཆོགས་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ་དང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ན་རྩུབ་འགྱུར་ཆལ་

ཡོད། ལྷ་རང་བཞིན་གྱིས་ངང་རྒྱད་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ཡིན་པས་ཁོང་ཁྱོད་མེད་ཀྱང་།  
ལྷ་དང་ལྷ་མིན་འཐབ་པའི་ཆོ་རྒྱལ་འགྱུར་གྱི་ཆོལ་དེར་སོང་ནས་དེ་ན་ཡོད་པའི་རྒྱུ་འབྱུང་བ་  
ན་ཁོང་ཁྱོད་པའི་རྣམ་པ་སྦྱོས་པ་དང་། ལྷོན་གིང་དེ་དག་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་གོ་ཆ་སྤྲོ་བ་  
མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱག་པ་དང་མཆོན་ཆ་སྒྲ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། ལུབ་ན་འབྲེས་མའི་  
ཆོལ་དང་། བྱང་ན་དགའ་བའི་ཆོལ་ཡོད། དགའ་བའི་ཆོལ་དེའི་དབུས་ན་བསྐྱལ་  
བཟང་སངས་རྒྱས་སྤོང་གི་བཞུགས་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལྷོན་པའི་ནང་ན་ཡོད་པའི་འོད་ཟེར་དེ་ལ་  
ལྷའི་དབང་པོ་མ་གཏོགས་ལྷ་ཕྱན་གཞན་གྱིས་བལྟ་མི་བཟོད་པ་དང་། ལྷའི་དབང་  
པོས་དེའི་ནང་བལྟ་བ་ན། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་རབས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་དང་། གཡུལ་དུ་  
ཞུགས་དུས་གཞོད་པས་རྗེ་དང་མི་རྗེའི་མཆོན་མ་སོགས་མེ་ལོང་ན་གཟུགས་བརྒྱན་ཤར་བ་  
ལྟར་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། ཁྱོད་ཁྱེད་ལྷ་ན་སྤྱུག་གི་བྱང་ཤར་མཆོམས་སུ་  
རི་རབ་ཀྱི་ས་གཞི་ཡར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་གིང་ཡོངས་འདུའི་ས་བརྟེན་ཞེས་པ་སྦྱོས་  
ཡོད་ལ། གིང་དེའི་རྩ་བ་དཔག་ཆོད་ལྷ་བརྒྱ་ཐུར་དུ་ཟུག་ཅིང་སྤོང་དུ་ཡར་དཔག་ཆོད་  
ལྷ་བརྒྱ་སྦྱོས་པ། དཔག་བསམ་གྱི་ལྷོན་གིང་དེ་ལས་གང་འདོད་ཐམས་ཅད་ཡོད་ལ་  
བསམ་པ་ཅོམ་གྱིས་འབྱུང་བ། དེའི་རྩ་བ་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་དུ་ཟུག་ཅིང་། སྤོང་པོ་  
དང་། ཡལ་ག་དང་། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ལྷའི་ཡུལ་དུ་རྒྱས་པ་ལ། ལྷ་  
རྣམས་ཀྱི་ཅི་དགར་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ་ལ་ལྷ་མ་ཡིན་དེ་ལ་ཕྱག་དོག་བྱེད་པ། དེའི་རྒྱུ་  
གྱིས་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་འཐབ་ཅིང་རྩོད་པ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་ལ། དེས་ན་ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་  
གྱིས་སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་པའི་སྤྱིད་པ་དང་འབྱོར་པ་མཐོང་ནས། ཁོང་ཁྱོད་དང་ཕྱག་དོག་  
གི་མེས་གདུང་ནས་ལྷ་དང་འཐབ་པའི་ཆོ་གཡུལ་ངོར། ལྷའི་དམག་གིས་ལྷའི་སྤང་པོ་  
ཆོ་རབ་བརྟན་གྱི་མགོ་བོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་ལ་ཉེ་དབང་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས། དབུས་ཀྱི་

མགོ་བོ་ལ་ལྟའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ཞོན་ནས་ལྟའི་དམག་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པས་  
 བསྐྱོར་ཏེ། ཀེ་བསོ་ཆ་སྤྲོད་བཅས་ཏེ་གཟི་བྱིན་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ཞིག་བྱེད་པ་དང་།  
 ལྷ་རྣམས་སྟོན་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ལྷ་མ་ཡིན་ལས་ལུས་མི་འབྲེང་བདུན་གྱིས་མཐོ་ཞིང་  
 ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་དམའ་ལ། ལྷ་རྣམས་རྩུ་འཕུལ་ཡོད་པས་རི་ཆེན་པོ་སོགས་འཕེན་  
 ཞིང་། ལྷ་རྣམས་མགོ་བོ་བཅད་པ་མ་གཏོགས་གང་ལ་ཕོག་ན་ལྟའི་འཆི་གསོས་བདུན་  
 ཕྱིས་གསོ་བས་མི་འཆི། ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་མི་དང་འདྲ་བར་གནད་སར་ཕོག་ན་གི་བ་  
 དང་། གཡུལ་འབྲུག་བྱེད་པ་ན་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ལག་གི་རྩི་དང་། ལྟའི་མདའ་པོ་ཆེ་  
 དང་། མཚོན་ཆའི་འཁོར་ལོ་དང་མདུང་ཐུང་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་ཆ་སྤྲོད་ཆོག་པས་  
 ལྷ་མ་ཡིན་དེ་དག་གི་མགོ་དང་ཡན་ལག་གཙོ་བོ་ཅིང་སྟོན་འགག་ ལྟའི་སྤང་པོ་ཆེ་ཀུན་  
 སྐྱོང་གི་སྤྱོད་ལ་མཚོན་ཆའི་འཁོར་ལོ་བཏགས་ནས་མངག་པའི་ཆོ་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དམག་  
 འབུམ་ཕྱག་རེ་ཅམ་མཉམ་དུ་གསོད་པ་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་བསད་པའི་རོ་རི་རབ་  
 ཀྱི་རོས་ནས་ཐབ་འགྲིལ་བ་ན་རོལ་མཚོའི་ནང་དུ་ལྷུང་བས། རོལ་མཚོ་འང་དམར་པོ་  
 བྲག་གི་ཁ་དོག་ཏུ་ཉིན་མང་པོར་བསྐྱུར་བ་སོགས་ཡོད་པ། གཡུལ་སར་ལུས་ཤིན་ཏུ་  
 ལྗང་པ་དང་། འཆི་བ་ལ་ཐུག་པའི་ཐུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པས་མནར་  
 རོ། །ལྷ་མ་ཡིན་ལ་ནང་གསེས་དབྱེ་ན། ཆོ་དཔལ་ལྟའི་རིགས་དང་། སྟོབས་  
 ལྷན་གཞོད་སྦྱིན་གྱི་རིགས། རྩུབ་འབྱུར་བདུན་གྱི་རིགས། གསོད་བྱེད་སྦྱིན་པའི་  
 རིགས། གདུག་པ་ལྟའི་རིགས་དང་ལྷ་ཡོད་པ་ལས། ཆོ་དཔལ་ལྟའི་རིགས་ནི་  
 དཔལ་དང་སྐྱལ་བ་བཟང་བ། ངང་ཚུལ་འཇམ་ཞིང་དཀར་ཆོས་ལ་དད་པ་དང་།  
 སྟོབས་ལྷན་གཞོད་སྦྱིན་གྱི་རིགས་ནི་ནོར་དང་ལོངས་སྟོད་དང་། མཐུ་དང་རྩུ་ལྷུལ་  
 ཆེ་བ། རྩུབ་འབྱུར་བདུན་གྱི་རིགས་ནི་ནག་པོའི་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བ། གསོད་བྱེད་

སྒྲིབ་པའི་རིགས་ནི་སེམས་ཅན་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་པ་ལ་དགའ་བ་དང་། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་  
ཡི་དྲུགས་དང་སྒྲིབ་མཚུངས་པ། གདུག་པ་སྒྲུབ་པའི་རིགས་ནི། ལུས་དང་ལོངས་  
སྒྲིབ་བདེ་སྒྲུག་བྱེད་མར་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་ཞིང་མྱོངས་པ་སྒྲུ་དང་འབྲ་བ་ཡིན། འགྲོ་བ་  
ལམ་རྒྱུད་ལྲར་བཤད་པའི་ཆོ་བསྟན་བཅོས་འགའ་དེའི་ནང་ལྷ་མ་ཡིན་ལྷ་དང་དུད་འགོར་  
བསྟུ་བའང་ཡོད། མདོར་ན་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲིབ་བྱང་ཕྱག་དོག་  
དང་གདུག་རྩ་བ་ཆེ་ཞིང་། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཆོ་དཔལ་ལྷའི་རིགས་སོགས་གཤམ་ཏེ་སྒྲོ་  
གསལ་བ་དང་ལྷན་པ་དག་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་གཙོ་བོ་རྣམ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་དབང་གིས།  
ཉན་ཐོས་རང་གི་ལམ་གྱི་མཐོང་ལམ་མི་ཐོབ་པས་བདེན་པ་མི་མཐོང་ཞེས་ཐེག་དམན་གྱི་  
གཞུང་དུ་བཤད་དེ། ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་རྣམ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཆེ་བས་རྟེན་དེ་ལ་བདེན་པ་  
མི་མཐོང་ཞེས་གསུངས་ལ། འོན་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུགས་སུ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་  
པར་མདོ་སྡེ་དགོན་མཆོག་བཙུགས་པ་ལས་གསུངས་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས་ལུང་འཕྲེན་  
མཛད་མོད། དགོན་མཆོག་བཙུགས་པའི་ལུང་ལས་ནི། དེའི་ཆོ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་  
བྱངས་འདི་བཤད་པ་ན། ལྷ་དང་སྒྲུ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་དང་། རམ་མཁའ་ལྲིང་དང་།  
མིའམ་ཅི་དང་། ལྷོ་འཕྲེ་ཆེན་པོ་བབྱང་བ་ལས་འདས་པ་དག་གིས་ཆོས་རྣམས་ལ་  
ཆོས་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་མེད་ཅིང་བྲི་མ་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པོ། །ཞེས་གསུངས། ཇི་ལྟར་  
ཡང་དེར་སྒྲུ་བའི་སྲིད་པ་སྦྱོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་ནི། ཀུན་མཁྱེན་གྱིས།  
ལྷ་མིན་པ་དག་གིན་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ན། །དེ་བས་དགོ་ལས་ཞི་བའི་འགྲོ་བ་  
དག །སྒྲུབ་བཅིང་དུ་དམ་པའི་ཆོས་མཛོད་ཅིག །ཅིས་འགྲོ་བའི་གནས་གཞན་དང་  
འབྲ་བར་ལྷ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲུ་བ་སྒྲུངས་པའི་སེམས་ཅན་དག་གིན་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་བ་ཡིན་  
པས་ན། དེ་བས་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་ཞི་བའི་བདེ་བར་འདོད་པའི་འགྲོ་བ་དག་གིས།

ལེ་ལོ་དང་རྣམ་གཤམ་གྱི་དབང་དུ་མ་ཤོར་བར་སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ཞིག་  
 སྐྱབ་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཡན་གྱིས་འགྲོ་བ་རིགས་ཀྱི་གི་  
 སྐྱབ་བསྐྱལ་སོ་སོར་བཤད་ཟིན་ནས། མདོར་བསྟུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་དང་རྣམ་པའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་མཐའ་མེད་ཅིང་དོས་ཀྱི་པ་  
 གནས་རིས་གཅིག་ནས་ཐར་ཀྱང་གཞན་གཅིག་ཏུ་འཛུང་བ་དཔེ་བཞག་ན་ཟོ་རྩའི་ལྷན་  
 མོའམ། ཟོ་རྩའི་འལྷན་མོ་ཟེར་ན་གནའ་སྐྱེ་མོར་གད་ལོག་ནས་གད་ལོག་ཏུ་རྩེན་  
 བྱེད་ཟོ་བ་མང་པོ་སྤྱལ་ཏེ་སྤྱང་ལོག་བརྩེ་ནས་འཁོར་བ་ལ་ཟེར། བུམ་ནང་གི་  
 བུང་བ་བཞིན་མཐོང་མན་གང་དུ་སོང་ཡང་སྐྱབ་བསྐྱལ་ལས་མི་འདའ་བར་སྐྱབ་བསྐྱལ་  
 ཁོ་ནའི་རང་བཞིན་ཅན་ཏེ། སློབ་སྦྱང་ལས། གང་ཞིག་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་རྟག་  
 ཏུ་འཁོར་གྱུར་པའི། ཁང་དུ་ཞུགས་ནས་བསྟོ་བཙམ་ལ་བདེར་སེམས་པ། དེ་ནི་  
 དེས་པར་དབང་མེད་རིམ་གྱིས་བརྒྱ་ཕྱག་ཏུ། །འགྲོ་བ་མཉམ་དང་མི་མཉམ་ཀུན་ཏུ་  
 འབྱུང་པར་འགྱུར། །ཞེས་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་རིགས་ཀྱི་གི་  
 གི་འཁོར་ལོ་དུས་རྟག་ཏུ་བར་མེད་དུ་འཁོར་བར་འགྱུར་བའི་ནང་དུ་ཞུགས་ནས།  
 གནས་སྐབས་སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་ཆོར་བ་རགས་པ་ཞི་ནས་བསྟོ་བཙམ་གནས་པ་ཙམ་ལ་བདེ་  
 བ་ཡིན་པར་སེམས་པ་དེ་ནི། དེས་པར་ལས་ཉོན་གྱིས་དབང་མེད་པ་ཡིན་པས་རིམ་  
 གྱིས་ལན་གངས་བརྒྱ་ཕྱག་དག་ཏུ་འགྲོ་བའི་རིགས་དང་ལུས་རྟེན་སྣ་ཆོགས་མཉམ་དང་  
 མི་མཉམ་སྟེ་འབྲ་དང་མི་འབྲ་བར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 སོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་དེ་དུས་རྒྱུན་རིང་ལ་རྣམ་པ་དོས་ཀྱི་པར་ཡིན་  
 པས་ན། དེ་ལས་ཐར་པ་སྐྱབ་བསྐྱལ་པའི་རྟེན་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་རྟེན་  
 ན་དོན་ཆེ་བས། དེ་སྤྱང་ལོག་དང་རྩེད་ཟོས་སུ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་པ་སྟེ། །སློབ་



དཔོན་པངས། ཡང་ཡང་རྟེན་དཀར་ཡུ་རུམ་མ་ར་འདྲ། རྟེན་ན་དོན་ཆེན་ཡིད་  
བཞིན་ནོར་ལས་ལྷག། ཅེས་དང། ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པོས། དལ་འབྱོར་  
འདི་ནི་ཐོབ་པ་བརྒྱ་ལམ་ཙམ། །དེ་བས་ཆོས་དང་མཇལ་བ་ཉིན་སྐར་ཙམ། །ཞེས་  
དང་། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། མི་ཡི་ལུས་དང་བསྟན་དང་མཇལ་བ་  
ནི། །ཡང་ཡང་མི་རྟེན་ད་རེས་ཙམ་ལགས་ཤིང་། །འདི་ན་དོན་ཆེན་སྒྲིབ་པའི་  
གནས་ཡོད་པའི། །རྩལ་འདི་སེམས་ལ་མི་ལུས་སྤྱིང་པོ་འོངས། །ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། །**འོ་ན་ངན་འགྲོའི་གནས་དང་རིགས་དྲུག་སྟན་མོང་གི་སྟུག་བསྟུལ་**  
**གསུངས་ན་འདི་ལ་ངན་མོང་དང་ངན་འགྲོ། འོག་པར་ལྟར་བ་ཞེས་གསུངས་ས་ཡོད་**  
**ན་རེ་རེ་བཞིན་རིམ་པར་** ཆོས་ངན་པར་སྒྱུད་ཅིང་ཡང་བའི་གནས་ངན་པར་སོང་བས་  
ན་ངན་སོང་དང་། སྟུག་བསྟུལ་དྲག་པོ་ཡུན་རིང་པོར་བར་མེད་དུ་སྒྱུང་བས་ན་ངན་  
འགྲོའི་གནས་དང་། གནས་རིས་འོག་མར་གནས་ཤིང་གཡང་ས་ཆེ་ཞིང་ཉམ་ང་བ།  
འོག་པའི་ལས་ཀྱིས་འོག་པའི་ལམ་དུ་བྲིན་ཅིང་འོག་པར་ལྟར་བས་ན་འོག་པར་ལྟར་བ་  
ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ངན་འགྲོའི་གནས་དང་རིགས་དྲུག་སྟན་མོང་གི་  
**སྟུག་བསྟུལ་ཐམས་ཅད།** སངས་རྒྱལ་མཁྱེན་པ་དང་སྟུགས་རྗེ་ཅན་ཡིན་ཞིང་།  
ཕྱིན་ལས་ཆད་མེད་པ་མངའ་བས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲོབ་པས་ན་དྲག་གི་ཨའུ་ཅི་མོད་སྟུམ་  
ན། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་ལས། ངས་ནི་རྫོད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་  
བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་བརྩོན་པར་གྱིས། །ཞེས་སྟོན་པ་སངས་  
རྒྱལ་ངས་ནི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པ་བྲིན་རྣམས་ལ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས། ལམ་  
དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩི་ནི་བ་བསིལ་བར་གྱུར་པ་བསྟན་ཟིན་པ་ཡིན་གྱི། དམ་པའི་  
ཆོས་རྩལ་བཞིན་ཉམས་སུ་སྒྲུང་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་པས། ཨོ་ཐར་མི་ཐར་རང་ལ་

རག་ལས་ཤིང་རང་ལག་ཡོད་པས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བྲལ་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་དགོས་ན་བརྩོན་  
པར་གྱིས་ཤིག། **།ཅེས་གསུངས་པས་རང་ཅག་དུས་སྟོན་གས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས་**  
**སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་སློ་སྤྱོད་ས་པའི་ཕྱིར།** བདེ་བར་གཤེགས་པས་གང་ཟག་སོ་སོའི་  
སློ་རིགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་བསྟན་ནས་ཐབས་དུ་མའི་སློ་ནས་ཐར་པའི་ལམ་བསྟན་པ་  
ཅམ་ལས། **འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ལས་ཐར་པ་ནི་རང་གི་བརྩོན་པ་ཁོ་ན་ལ་རག་**  
**ལས་པ་ཡིན་པས།** དཔེར་ན་གཉིད་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་ལམ་སྤྱུས་ཀྱང་དགག་མི་  
**རུས་པ་བཞིན་ནོ།** །མི་སྐྱུ་ཤོ་མོ་སོགས་གྱིས་ཤི་དུས་སྤྱོད་མས་འདྲེན་འགོ་བསམ་ནས།  
རང་ངོས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟུབ་ན། སྤྱོད་མས་འཁྱེད་མཐོང་དུ་རྩོ་  
བཞག་ནས་འཕངས་པ་ལྟར་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཕེན་རུས་པ་མ་རེད། སྤྱོད་མ་  
དང་སངས་རྒྱུས་ལ་རུས་པ་མེད་པ་མ་རེད། དད་པ་ཡོད་གསོལ་བ་བཏབ་ན་བྱིན་  
རྒྱལ་འབྱུང་ཡང་། རང་ཉིད་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་འབད་པ་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཡོད་  
དགོས། བྱིད་པར་དུ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་མེད་ན་དགའ་བ་རེད། དེ་དག་ཡོད་ན་  
སྤྱོད་མ་དགོན་མཆོག་གི་སྤྱགས་མེ་དང་བྱིན་རྒྱལ་ས། ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་སྟོབས་གྱིས་  
འདྲེན་སྐབ་པ་རེད། **གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མིན་པར་སངས་རྒྱུས་གྱིས་འདྲེན་བཞག་ན་ཆོག་པ་**  
**རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་ན།** སངས་རྒྱུས་སྤྱགས་མེ་ཅན་དེ་དག་གཅིག་གི་སྤྱགས་མེའི་འོད་  
ཟེར་གྱིས་ཀྱང་སྤྱིད་པ་འདི་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱོད་ལ་ནས་སྤྱོད་ས་པར་མཛད་ཟིན་ངེས་  
སོ། །རྒྱུ་མཚན་དེ་བས་ན་འོ་སྟོལ་མཐའ་མེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་འཁོར་བའི་དོར་དུ་  
ནི་སྤྱོད་། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་ཞེན་པའི་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྟོན་དོམ་པོས་ནི་  
བཅིངས། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚོན་གདུག་པའི་དབལ་གྱིས་ནི་བསྟན།  
རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་རྒྱུན་བཞིན་དུ་བར་མེད་དུ་འཁོར་བས།

ད་ལྟའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སྒྲིང་ཅིང་སྤྱིད་པ་ཕྱི་མའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདྲེན་པ་ལས་འོས་མེད་པ་  
འདིར་ལེགས་པར་བསམས་ནས། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་  
ལ་སྤྱིང་རྗེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསྐྱེད། སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་པ་དེ་རང་དེའི་ཁ་སྐྱད་ལྟར་བཤད་  
ན་སེམས་ཀྱི་བསམ་མ་སྒྲོ་གཏོང་ལུགས་བྱུང་པར་བ་ཞིག་རེད། སེམས་ཡོད་པའི་སེམས་  
ཅན་མང་ནའང་སྒྱིར་བཏང་བཤད་ན་སྤྱིང་རྗེའི་རྣམ་པ་འདོན་སྟབས་པ་འུ་ཆོ་འགྲོ་བ་མི་འདི་  
ཡིན། དེ་ཡིན་ན་སྤྱིང་རྗེ་ཟེར་བ་འདི་རྒྱ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཅུ་བ་ཆེ་ཤོས་དང་།  
རིན་ཐང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་པའི་རིན་ཐང་ཅན་དེ་མི་སུའི་རྒྱུད་ན་ཡོད་  
ན་དེའི་མི་དེའང་རིན་ཐང་ཅན་ཡིན། སྤྱིང་རྗེ་དེ་ཡང་བསམ་པ་བཟང་པོས་ཀུན་ནས་  
སྒྲོང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། སྤྱིང་རྗེ་སྐྱེལ་ཡོད་ན་དེས་གཞན་ཕན་ཞིག་བསྐྱབ་སྟབས་པ་རེད།  
རང་རེ་རྣམས་ལའང་བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་ཀུན་སྒྲོང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་རང་ཉིད་བདེ་  
སྦྱིད་འདོད་སྒྲོ་གང་བ་ཞིག་འོང་བས་མི་ཆོད་པར། རང་གི་ཁོར་ཡུག་གི་མི་ཡིན་ནའང་  
དེའི་ལུགས་རྒྱུན་གྱིས་འཆོ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་སྒྲོང་སྟབས་འགྲོ་བ་རེད། དེ་འདྲའི་སྤྱིང་རྗེ་  
དང་ཕན་སེམས་དེ་ཡར་རྒྱས་དང་བྱུང་གཤལ་དུ་སོང་ན། དེ་བས་བྱུང་ཆེ་བའི་ཡུལ་  
གྲུ་མང་པོ་དང་སྤྱིང་ཆེན་གཞན་གྱི་མི་དང་། སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེའི་རྒྱུན་  
གྱིས་བསྐྱུན་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཆོར་སྣང་དེ་སྒྲོང་སྟབས་པ་རེད། བྱུང་པར་དུ་དེང་སང་གི་  
ཡུལ་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ན། རང་རེ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་འདི་ལ་ཕྱི་ལུས་  
ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲོང་བར་མ་ཟད། ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་  
སྐྱེས་སྦྱང་ནས་འཕྲད་འདུག་གིན་ཡོད་པ་རེད། བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་རྒྱུན་གྱིས་  
འོང་བའི་དཀའ་ངལ་སྐྱོག་ཐབས་མེད་རུང་། བྱུང་པར་དུ་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་  
སྐབས་འདི་དང་བསྐྱུན་ནས་མི་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་སྐྱོན་མ་མང་པོ་ཞིག་ནང་རང་གི་

སེམས་ཀྱིས་བཟོས་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་མ་ཆོང་བའི་སྟབས་  
ཀྱིས་སྟུག་བསྐྱེད་རང་གིས་མ་གཏོགས་མི་རིག་པའི་མང་པོ་སྒྲིང་འདུག་གིན་ཡོད་རེད།  
དེའི་སྟུག་བསྐྱེད་དང་དཀའ་ངལ་དེ་ཆོ་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། སྟུག་  
བསྐྱེད་དང་དཀའ་ངལ་དེ་དག་བསལ་ན་རང་གིས་སེལ་ཐུབ་རྒྱུ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།  
ཆོས་བཤད་དུས་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་ཐུག་ཅིས་པ་ལྟར། སེམས་འདིས་  
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ལུགས་མ་རེད་པས་ཉེས་སོང་དུས་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ན་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
སྟུག་བསྐྱེད་འགོ་ནས་མི་དྲངས་པ་ཞིག་རང་གིས་རང་ལ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་རེད། དེས་ན་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་བརྟུང་དང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱུར་བཅོས། སེམས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ཡང་དག་ཅིག་  
ཡོད་པར་བྱེད་དགོས། ད་སྐར་རང་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡང་དག་པར་ཡོད་ན་ཐུན་སུམ་ཇེ་  
ཆོགས་སུ་གཏོང་། མེད་ན་ད་སེམས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡོད་པར་བསྐྱེད་  
དགོས། རྒྱ་ཅ་ལག་མཁོ་ཆ་སྟོད་རྩམ་ཉར་སྟོད་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ན་ཡག་པོ་  
སྟབས་བདེ། སྟུག་དག་བེད་ཆོད་པ་ཡིན་དགོས། ལུས་ངག་གཉིས་གཡོག་པོ་  
རེད། དེ་ལ་དེ་འདྲར་དགོས་ན་སེམས་དཔོན་པོ་འདྲ་བོ་རེད། དེ་ལ་རིན་ཐང་དང་  
སྟུག་ཆད་ཅུང་ཟད་ཡོད་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་དེ་མེད་ན་ཆར་སོང་བ་རེད། བྱི་  
ཡག་ནང་བཅོག་ལ་རིན་ཐང་ཞིག་གང་ན་ཡོད་ཁྱི་ལུད་དར་བཏུམ་ཟེར་རེད། ཁྱི་ལུད་  
དར་བཏུམ་ལ་མི་གཙང་བའི་དྲི་ངན་ཡོད་པས། འགོས་ཨེ་འོང་བསམ་ནས་དོགས་  
དགོས་ས་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བསམ་པ་བཟང་པོའི་རྩ་བ་ཅན་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཞིག་  
ཡོད་ན་གཞན་ཕན་རང་ལུགས་ཀྱིས་ཡོང་། གཞན་ཕན་ཀྱི་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་གཞན་  
ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་སེམས་ཁྲུང་ཞིག་མི་སྟེ་ཐབས་མེད་ཡིན་ན། དེ་དུས་རང་གཅེས་  
འཛིན་འདི་ཇེ་རྒྱུང་ལ་མི་འགོ་བའི་དབང་མེད། མི་འདོད་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་

གྱི་རྩ་བ་དེད་ན། ང་བསམ་རྒྱུ་འི་རང་གཅེས་འཛིན་བྱེད་པ་འདིའི་ཁོངས་ནས་འབྱུང་བ་  
རེད། ང་ཐད་དུ་བཞག་ནས་གཞན་དང་སྤྱི་གནད་ཆེ་ས་རེད་ཅིག་བལྟས་ན། ང་  
ཞེས་གཅིག་པུ་ཞིག་རེད། གཞན་ཞེས་པ་མཐའ་ཡས་པ་མང་པོ་རེད། ང་གཅིག་  
པུའི་དོན་དུ་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྤྱག་བསྡུལ་སྒྲིང་འཇུག་གམ། ཡང་ན་གཞན་མང་པོའི་  
དོན་དུ་ང་གཅིག་པུ་ཅི་རེད་ན་རེད་བསམ་པ་དེ་གཉིས་གདམ་ཁ་བྱེད་རྒྱུ་རེད། བྱུང་པར་  
དུ་སེམས་ཅན་ཞེས་པ་ཆོ་སྡུ་མའི་པ་མ་མཛའ་བཤེས་ཡིན་པ་ལ་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་ན་སྤྱིང་རྩེ་  
མི་སྤྱེ་ཐབས་མེད་རེད། རང་གི་ཆོ་འདིའི་གཉིན་ཉེ་མཛའ་དང་མཐུན་གྲོགས་ལ་གཅེས་  
ཤིང་ཆགས་ཞེན་བྱེད་པ་དེ། སྤྱིང་བཅེ་ཆུང་དུ་ཆགས་ཞེན་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་རེད།  
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་སྤྱིང་རྩེ་དོ་མ་ཞིག་སྤྱེ་བར་བྱེད་པ་ལ། སྤྱིང་རྩེའི་ཡུལ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། སྤྱག་བསྡུལ་མཐའ་དག་བྲལ་འདོད་པ་ཞིག་དགོས།  
དེ་ལ་ད་གཟོད་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མིང་ཐོགས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱིང་རྩེ་དེ་རྒྱུན་གཞན་  
ཀྱིས་བསྒྲིག་ཏུ་མེད་པར་བཟོད་བསྐྱེན་ཅན་ཚུགས་སྤྱབ་པའི་སྤྱིང་རྩེ། སྐབས་རེར་སྤྱིང་  
རྩེ་སྤྱེ་བ་ལྟ་བུ་རེས་འགའ་བ་མ་ཡིན་པར་སྤྱིང་རྩེ་བརྟན་པོ། སྤྱིང་རྩེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
དགོས་ན། དེ་སྤྱིང་སའི་དགོ་ཤོན་མཆོག་ཏུ་སྤྱུར་པ་དེ་གང་ཡིན་ན་དག་ཡིན་ཏེ།  
གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། ཁོང་སྤྱོ་སྤྱེ་ཡུལ་མེད་ན་བཟོད་པ་སྤུལ་སྒྲོམ། བ་མས་  
སྒྲོབ་མི་ཤེས་པའི་བཟང་ཡོན་ཏན་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་བ་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་  
སྤྱིང་རྩེ་དེ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་དོ་མ། ཐར་ལམ་མ་ལོར་བའི་འཇུག་དོགས། རང་གཞན་  
བདེ་ལ་འགོད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་དེ་ཡིན་པར་མ་ཟད། གནས་སྐབས་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་  
ནའང་། སྤྱིང་རྩེ་མེད་པའི་སྤྱིན་པོ་འདྲ་ཤ་སྤྱག་དང་མཉམ་དུ་གཤིབ་ན། སྤྱུལ་ཆོང་  
ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། བདེ་བ་སྐྱེད་ཅིག་ཅུམ་ཡང་མི་ཐོབ། མདོར་ན་བྱུང་

ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞིག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲོད་ཅེ་བསྒྲོམ་  
དགོས། སངས་རྒྱལ་བཙུང་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་  
གོ་འཕང་མངོན་དུ་མཛད་པའི་རྒྱུ་ལྡན་སྤྲོད་ཅེ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལོ་ཏྲོག་ལ་ཐོག་མར་  
ས་བོན། བར་དུ་རྒྱ། ཐ་མར་སྤྲོན་པ་གལ་ཆེ་བ་ལྟར་དུ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ལོ་  
ཏྲོག་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བ་སྤྲོད་ཅེ་ཡིན་པ་དེས་ན་དཔལ་ལྡན་ཟླ་བས།  
གང་ཕྱིར་བཅུ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཏྲོག་ཕུན་ཚོགས་འདི། །ས་བོན་དང་ནི་སྤྲོལ་ལ་རྒྱ་འདྲ་  
ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྒྲིང་གནས་ལ་སྤྲོན་པ་ལྟ་བུར་འདོད་ལྟར་པས། །དེ་ཕྱིར་  
བདག་གིས་ཐོག་མར་སྤྲོད་ཅེར་བསྟོད་པར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཆོས་  
ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཆོས་རབ་ཏུ་མང་པོ་ལ་  
བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། །ཆོས་གཅིག་རབ་ཏུ་གཟུང་ཞིང་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བགྱིད་ན་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེའི་ལག་མཐིལ་དུ་མཆིས་པ་ལགས་སོ། ཆོས་  
གཅིག་གང་ཞེ་ན་སྤྲོད་ཅེ་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་དང་། རྣམ་སྤྲང་མངོན་བྱང་ལས།  
གསང་བའི་བདག་པོ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྤྲོད་ཅེའི་ཙུ་བ་ཅན་  
ནོ། །ཞེས་དང་། དཔལ་ས་ར་ཏྲ་པས། སྤྲོད་ཅེ་དང་བྲལ་སྤྲོད་པ་ཉིད་ལྷགས་  
གང་། །དེས་ནི་ལམ་མཆོག་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེས་  
ན་སྤྲོད་ཅེ་ཅན་གྱི་མི་གཞན་ཕན་མ་གཏོགས་མི་བསམ་པ་དེ་བརྒྱ་བརྒྱའི་ནང་ན་རེ་རེ་ཙམ་  
ཡིན་པས། མིའི་ནང་ན་ལོ་རྒྱུད་འདྲ་བ་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ཡིན་པ་རེད། དེས་  
ན་རང་གི་རང་ལ་དེ་འདྲའི་རིན་ཐང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱས་སྟེ། སྤྲོད་ཅེ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
བསྐྱེད། **སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐར་པའི་ལམ་ལ་བགྱི་བའི་ཆེད་དུ་ཉི་མ་དེ་རིང་**  
**ནས་བརྒྱུད་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཐམས་དུ་**

མའི་སྒྲོན་མ་མཆོད་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་བསམ་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་སྒྲེབ་ཡན་ཆད་ལ་  
སྒྲོབས་བཞི་ཆོང་བའི་གཉིན་པོ་ཤུགས་དྲག་པོས་གཙུག་ནས་བཤགས་སྒྲོམ་བྱ་དགོས་ཏེ།  
འདུལ་བ་ལུང་ལས། སྒྲིག་པ་རྒྱུད་དུ་དག་ལ་ཡང་། །མི་གཞོད་སྒྲུལ་དུ་བརྒྱས་མི་  
བྱ། །མེ་སྒྲག་ཕྱ་མོ་དག་གིས་ཀྱང་། །རྩ་ལུང་རི་ཙམ་སྒྲེག་པར་  
བྱེད། །གསུངས་ན་སྒྲིག་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་རེར་འདི་རྒྱུད་རྒྱུད་རེད་འདིས་མི་གཞོད་  
བསམ་ནས་བརྒྱས་པར་མི་བྱ་སྟེ། དཔེ་མེ་རྟག་ཕྱ་མོ་རྒྱུད་དུས་ལྟ་རི་གཉིན་པོ་སྒྲིག་  
འགྲོ་བ་བཞིན་ནོ། །ཅེས་གསུངས་ལ། དགེ་བ་སྤར་བསགས་འདུན་པ་དྲག་པོས་  
སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ནས་ཡར་མང་པོར་སྒྲེལ་བ་དང་། དགེ་བ་གསར་པ་གསེག་  
པ་ལ་སྒྲོད་མ་ནས་འཇུག་སྟེ། ཉི་མ་རེ་རེའི་དུས་ཆོད་ལའང་དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་བ་  
ལ་འབད་དགོས། ད་ལྟའི་སྐབས་ན་དགེ་བ་སྐྱབ་མ་ཐུབ་ན་ངན་སོང་ངན་འགྲོའི་  
གནས་སུ་སྒྲེས་དུས། གཅིག་ན་རང་དབང་མེད་པ་དང་། གཉིས་ན་རང་རྒྱུད་ལས་  
སུ་མི་རུང་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སུ་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་པའི་སྐབས་བཙལ་ཀྱང་མི་  
ཆེད་པས་ན། ད་ལྟ་རང་དབང་ཡོད་པ་སོགས་ཆོས་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྒྲིབ་ཆོང་དུས་དད་  
པ་དང་རེས་འབྱུང་སོགས་དགེ་བའི་བསམ་པ་ཆ་ཤས་ཕྱ་མོ་རྒྱུན་ཆད་ནས་གསལ་བྱེད་ཅིང་།  
དུན་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྡན་པས་དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་འབའ་ཞིག་གིས་མི་ཆོའི་དུས་  
ཆོད་འདའ་བར་བྱེད་དགོས། ཡང་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་བདག་ཤེས་རབ་རྒྱུད་  
བས་ཐོས་བསམ་མི་རུས་སྐྱད་པ་སྟེ་མི་རུས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་  
གིས་བདག་ཡོངས་སྒྲོད་ཀྱི་འབྱོར་པ་དམན་པས་ཟག་བཙས་ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་སྒྲིབ་མི་  
འབྱུབ་སྐྱད་པ་དང་། གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་བདག་ན་སོ་རྣམས་པས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་  
མི་ཡོང་སྐྱད་པ་སོགས་སྒྲིབ་ཞིང་སེམས་པའང་ལུས་ངག་དང་ཡོངས་སྒྲོད་ཀྱིས་མི་འབྱོར་བ་

མིན་གྱི། གཙོ་བོར་སེམས་ཁོ་ནས་མ་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། བརྩོན་འགྲུས་དང་སྟོབས་  
པ་བསྐྱེད་ན་དུང་འགྲོའི་སྤྱོད་གནས་སུ་སྤྱོད་པས་ཀྱང་ཐར་པ་བསྐྱབ་རྒྱས་པར་གསུངས་ན་སྤྱོད་  
ཤེས་དོན་གོ་བའི་མི་ཡིས་བསྐྱབ་རྒྱས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ། ལྷན་དེ་མས་སྤྱོད་འཇུག་ལས།  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཞེས། སྤྱིད་ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །འདི་ལྟར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ནི། །བདེན་པར་གསུངས་པས་བདེན་འདི་གསུངས། །ཞེས་  
རང་གིས་རང་ལ་བརྟུན་ཏེ་བདག་འདྲ་བའི་དམན་པས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཐོབ་  
ཅེས་སྤྱིད་ལུག་པ་དང་ཡིད་ཆད་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བརྟུན་གྱི་ཚིག་མི་མངའ་བས་བདེན་པ་འབའ་ཞིག་གསུངས་པའི་  
བསྐྱབ་མེད་པ་ཡིན་པས། དེས་བདེན་པའི་ཚིག་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དེ། ལག་  
བཟང་གིས་ལུས་པ་ལས། གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་ལྟར་ཡང་དག་  
པར་རྗེས་སུ་སྟོབ་སྟེ། གང་དག་མེད་གོ་དང་། སྟག་དང་། བྱི་དང་། ཅེ་  
སྤྱང་དང་། བྱ་གོད་དང་སྤྱང་སྤྱང་དང་བྱ་རོག་དང་ལྷག་པ་དང་། སྟོན་བྱ་དང་།  
སྤྱང་མ་དང་སྤྱང་བྱ་དང་། ཤ་སྤྱང་དུ་གྱུར་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
འཛོད་རྒྱ་བར་འགྱུར་ན། བདག་མིར་འགྱུར་བཞིན་དུ་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་  
པའི་བརྩོན་འགྲུས་ཉམས་པར་བྱེད་སྟེ་སྟེ་མོ། །ཞེས་དང་། དགོན་མཚོག་སྟོན་ལས་  
ཀྱང་གསུངས་པ་དེས་ན། སྤྱང་བྱ་ཤ་སྤྱང་བྱ་དང་། །དེ་བཞིན་སྟོན་བྱར་གང་  
གྱུར་པས། །དེས་ཀྱང་བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དཀའ་བ་སྤྱོད་མེད་  
ཐོབ། །ཅེས་སྟོག་ཆགས་དམན་པའི་མཐར་ཐུག་པ་སྤྱང་བྱ་དང་ཤ་སྤྱང་བྱ་དང་། །  
དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་བྱར་གང་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བརྩོན་པའི་སྟོབས་  
ཤུགས་བསྐྱེད་ན། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཅེས་པ་ཐོབ་དཀའ་བ་སྤྱོད་མེད་པ་དེ་ཐོབ་བོ་



ཞེས་གསུངས་ན། །བདག་ལྟའི་རིགས་ཀྱིས་མིར་སྤྱེས་ལ། །ཕན་དང་གཞོད་པ་དོ་  
ཤེས་ནས། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་མ་བཏང་ན། །བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་  
ཐོབ། །ཅིས་བདག་ཅག་ལྟ་བུ་རིགས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་རུ་སྤྱེས་ཤིང་། བསམ་པའི་  
བྱང་པར་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོད་པའི་འཇུག་ལྷོག་གི་གནས་དོ་ཤེས་པས།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཞུགས་ནས་བརྩོན་པ་ལྟར་ལེན་ནས་དེ་ཉིད་མ་བཏང་ན། སྒྲིབ་  
བུ་བསྐྱེད་ཡན་གྱིས་ཐོབ་ན་མིར་གྱུར་པ་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་ཐོབ་སྟེ་ཐོབ་  
བོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། གཤམ་ཏེ་སེམས་ཅན་མིར་  
གྱུར་པ། །ཚད་མེད་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དེའི་  
ཕྱིར། །ཞུས་པ་དང་དུ་སྒྲུང་མི་བྱ། །གཤམ་ཏེ་སེམས་ཅན་མིར་གྱུར་པ་བདག་ཅག་  
ལྟ་བུ་ཚད་མེད་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་ཚོགས་བསལ་གསུངས་ཏེ་རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་བདག་ལྟ་བུས་ཐོབ་པ་མི་ལུས་ཞེས་ཞུས་པ་  
དང་དུ་སྒྲུང་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་སེམས་སྟོབས་ཆེན་པོས་བརྩོན་པ་བསྤྱེད་ཅིག་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་དགོ་བའི་ལས་ཇི་སྟེད་པ་ལའང་ངས་ད་སྔོན་ཆེ་  
ཚད་རྒྱུད་མིན་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད། དེས་ཆོག་རྒྱ་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་ཚོད་དང་།  
ཅིས་གངས་བརྒྱབ་ནས་ངས་གངས་ཀ་མང་པོ་འདི་འདྲ་བསྐྱབས་ཡོད་དེས་ཆོག་གོ་སྟེ་  
པ་ལྟ་བུའི་ཅིས་གངས་ཀྱིས་བྲིགས་སུ་བཅད་པར་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱོད་པོ་བཤོད་པ་ལས།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་དགོ་བའི་རྩ་བ་གཅིག་ལ་ཆགས་པར་མ་བྱེད་ཅིག ཆོས་ཀྱི་སྟོ་  
གཅིག་དང་། སྤྱོད་པ་གཅིག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ཆོག་པར་མ་འཛིན་ཅིག ཅེས་  
ཐོག་ཆེན་གྱི་རིགས་དང་ལྷན་པས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། བྱོད་ཀྱིས་དགོ་བའི་རྩ་  
བ་ལྷན་འཛུལ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་གཅིག་ལ་ཆགས་པའམ་ཆོག་ཤེས་པར་མ་བྱེད་ཅིག

ཆོས་ཀྱི་སྒྲོག་ཅིག་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲོན་པ་སྣ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་དེ་  
གཅིག་པུས་ཆོག་པར་མ་འདྲིན་ཅིག དེ་ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔས་ནི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཚད་མེད་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་  
རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་མི་ངོམས་པ་ལྟར་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཚད་  
མེད་པས་མི་ངོམས་པར་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས། ད་  
ལྟོ་སྒྲོལ་གྱི་དགེ་བའི་ཙམ་ཞིག་འབད་ཀྱང་དེ་ཉིད་སྒྲིག་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་དང་གཏན་  
ནས་མ་འདྲེས་པའང་རྣམ་པར་བརྟགས་ཤིང་དབྱུད་ན་འོང་མི་ཐང་བའི་བྱིར་དང་།  
གལ་ཏེ་སྒྲིག་པ་མ་འདྲེས་པའི་དགེ་བ་རེ་རེ་ཙམ་སྐབས་རེར་སྤྱད་ན་འང་ཡིད་ཅན་རྣམ་  
མོངས་པའི་སེམས་ཅན་ཡལ་ཆེར་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་མོངས་པའི་དྲི་མས་མ་དག་པས་སྒྱུར་བ་  
སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ་དང་། དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་དམ་པ། རྗེས་བསྐྱེད་དམ་  
པ་སྟེ་སྒྱུར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གྱིས་ཐིན་པའི་དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་དགེ་བའི་རྩ་  
བ་གསལ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ལ། སྒྱུར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ནི་དམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན་  
ལ། སྒྱུར་ཐོག་ཆེན་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་གཉིས་འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཁས་  
ཡིན་མིན་གྱིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཐོག་པ་གཉིས་སུ་ཐད་དཔ་པ་རེད། དེའི་ཁྱད་པར་དེ་བསམ་  
སྒྱུར་གཉིས་ལས་སྒྱུར་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོན་པ་སྐྱབས་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་པ་རེད་  
མ་གཏོགས། འདུག་སྒྲོ་བསམ་པའི་ངོས་ནས་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་  
ཐོག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་ངོགས་བསྐྱོད་པ་གཅིག་པུའི་ལམ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
ཆེ་དེ་རེད། དེའི་རྩ་བ་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་ཡིན་ན།  
ཐོག་པ་ཆེན་པོ་ནི་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་རེད། དེས་ན་སྤྱིར་རྗེའི་ཡུལ་  
ནས་མཁའ་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་མ་རྟན་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་

མེད་ནས་མཐའ་མེད་གྱི་བར་དུ་ལས་དང་ཉོན་མེད་ས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་ནས།  
སྤྱག་བསྐལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་སྒྲིང་བ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་དེ་དང་བྲལ་འདོད་པའི་སླིང་རྩེ་  
ཤས་མི་བཟོད་པར་སྒྱེས་པ་དེ་སླིང་རྩེས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་། དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་དམ་པ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འགོད་པར་  
བགྱི་ཞེས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྩོགས་བྱང་ལ་དམིགས་པ་སྟེ། དམིགས་པ་དེ་གཉིས་དང་  
མ་བྲལ་བའི་སེམས་དེ་སྒྱུར་བ་སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ་རེད། སླིང་རྩེ་དང་ལྷན་  
སེམས་ཅན་རྩོགས་བྱང་ལ་འགོད་འདོད་རེ་རེ་རྒྱང་པ་སྒྲོམ་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། དོ་  
ཏ་མཛོད་ལས། སླིང་རྩེ་དང་བྲལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཞུགས་གང་། །དེས་ནི་ལམ་  
མཆོག་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། འོན་ཏེ་སླིང་རྩེ་འབའ་ཞིག་  
བསྒྲོམས་ན་ཡང་། །འཁོར་བ་འདི་ལས་ཐར་པ་ཐོབ་མི་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་  
པས་ན། སྒྱུར་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེའི་རྩེས་ཐོག་ཏུ་དེ་དང་མ་བྲལ་བའི་ངང་ནས་  
དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་སྒྲོམ་དགོས། དེ་ཇི་ལྟར་སྒྲོམ་ན། འདི་ལྟར་སྒྲུང་བའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྱུ་མ་དང་། མི་ལམ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་གཟུགས་བརྟན་བྲག་ཆ་སྤྱལ་  
པ་སོགས་བདེན་མེད་གྱི་དཔེ་བརྒྱད་དང་འབྲ་བར་གསུངས་པ་རེད། དེའང་མེད་བཞིན་  
དུ་སྒྲུང་བ་མངོན་ཞེན་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ། བདེན་འཛིན་ལོག་  
ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་མི་ལམ་ལྟ་བུ། སྒྲུང་ཡང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པ་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ།  
འབྲུལ་རྟོག་གི་རང་གཟུགས་སུ་ཤར་བ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ། བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ན་  
ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པས་བྲག་ཅར་ལྟ་བུ། གཉིས་སྒྲུང་འབྲུལ་ཤེས་སུ་འཆར་བ་སྤྱལ་པ་ལྟ་བུ་  
ཡིན་པས་ན། ཅུ་བ་ཤེས་རབ་ལས། ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་  
པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་

འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྐྱེམས་  
ནས་དངོས་གཞི་དམིགས་པ་མེད་པ་ནི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་མཚན་ཉིད་པ་ཞིག་  
ཡོད་དགོས་ན། ཟུང་པར་ལས་དང་པོ་པས་ཞིག་ནས་འཛོག་སྒྲིམ་མི་རྟོག་པའི་ངང་དུ་  
འཛོག་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་ཕྱེས་ནས་སྒྲིམ་པ་  
དེ་སྒྲིན་དུ་འགོ་བའི་ཐོག་ནས། ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་སྒྲིང་བདེན་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་  
ལམ། གནས་སྒྲིང་ཐ་མི་དད་པ། སྒྲིང་བ་མ་ཡིན་སྒྲིང་བའི་ཆོས་ལས་འདས་པ།  
སྒྲིང་པ་མ་ཡིན་སྒྲིང་པའི་ཆོས་ལས་འདས་པའི། རྟོགས་ཆེན་བྱ་བལ་ལྷན་བྱུང་གྱི་  
དགོངས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་མཚན་  
ཉིད་པ་དང་། རྗེས་མཐུན་པ་གང་རུང་རང་གི་སྒྲིའོ་ཆོད་དང་བསྐྱེད་པར་བསྐྱེམས་ནས།  
རྗེས་བསྐྱེད་དམ་པ་ནི། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས། བདག་ཏུ་ལྟ་བས་འདར་བའི་རྣམ་  
དཀར་ཡང་། །སྲིད་པ་ལན་གཅིག་མཐོང་བའི་ཆོད་དེ། །བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པའི་གསེར་  
འབྱར་རྩིས་ཐེབས་པ། །འདི་ནི་སྒྲིན་པ་གཞན་གྱི་ལྷགས་ལ་མེད། །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། དག་ཅུ་ཆེ་ཆུང་ཅི་བསགས་ན་སྒྲིན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱེད་དགོས།  
དེའང་གང་བསྐྱེད་བྱེད་བྱེད་ལྟལ་དང་བཅས་པ་འཁོར་གསུམ་དམིགས་མཐའ་དང་  
བྲལ་བའི་བདག་མེད་གྱི་ལྟ་བས་རྩིས་ཟིན་པའི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བསྐྱེས་  
པའི་དག་ཅུ་དེ་དག་འབྲས་ལན་གཅིག་སྒྲིངས་ནས་ཟད་འགོ། བྱང་ཆུབ་ཡོངས་བསྐྱེས་  
གྱི་དག་ཅུ་དེ་བཟའ་ཤིང་བཟང་པོའི་འབྲས་བུ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་མི་ཟད་པར་འཕེལ་བ་  
ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ན་དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་དག་པའི་རྩ་བ་གསོག་པ་ཤིན་ཏུ་  
དཀོན་ལ། དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བ་དཀའ་བས་དེ་གསུམ་དང་མ་འབྲེལ་བ་དེའི་  
ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་དག་ཅུ་དེ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དག་ཅུ་སངས་རྒྱུས་

ཐོབ་པའི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་བ་ནི་མཐོ་རིས་  
སྒྲིབ་པའི་དགེ་འབྲས་ཅན་ཡིན་པས། འབྲས་བུ་ལན་གཅིག་སྒྲིབ་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་  
བའི་ཚུ་གིང་གི་འབྲས་བུ་དང་འབྲས་བུ་དག་ནི། དབུས་གྱི་རི་བོ་མཆོག་རབ་ཙམ་གྱི་ཆེན་  
པོ་ཡོད་པར་རྫོམ་ཡང་། ད་ལྟ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུད་གིས་གཏོར་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བའི་  
སྒྲོན་ཀའི་སྒྲིབ་དང་འབྲས་བུ་སྟེ། སྒྲིབ་ཏུ་སྒྲིབ་པོ་མེད་པའི་ཡ་མ་བཟུང་ཡིན་པས།  
ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་བྱུང་རྒྱུ་གི་སེམས་དང་། ཟབ་མོ་སྒྲིབ་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་འབྲེལ་  
ན་དགེ་བ་གང་ཞིག་བྱུང་པར་ཅན་འགྱུར་བར་ཡིན་པས་ན། ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུམ་  
ཙམ་གྱི་བསམ་པ་དང་སྒྲིབ་པ་ཡང་དགེ་བའི་ལས་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བར་བྱ་དགོས་  
སོ། །ཞེས་བྱུང་རྒྱུ་འཇུག་པའི་བསྐྱུལ་བྱ་པ་རེལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་དངོས་སུ་སྒྲུབ་བ་  
དང་། ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་གསང་སྤྲགས་གྱི་ལམ་དང་འབྲེལ་ནས་རང་གཞན་གཉིས་  
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོག་ལས་སྒྲོལ་ལུས་པའི་བྱུང་རྒྱུ་དམ་པ་མཛོན་དུ་བྱེད་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་པ་རེད། དེ་རིང་གི་ཆོས་མཆོམས་འདིར་འཛོགས། དེ་རིང་གི་བྲིན་ཐེངས་  
འདི་བྲིན་རྒྱུད་གསུམ་པའི་ནང་གི་མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་ན་འང་བདེ་བ་མེད་པ་དང་།  
ལས་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་སྒྲིབ་ཀྱི་བྲིན་རེད། གོང་གི་བྲིན་ཐེངས་དང་པོ་ལ་དཔུལ་བ་དང་  
ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱུལ་ལ་བསམ་པ་དང་། བྲིན་ཐེངས་གཉིས་པ་ཉི་ཆོ་བ་དང་ཉི་  
འཁོར་དང་དུད་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱུལ་ལ་བསམ་པ། བྲིན་ཐེངས་གསུམ་པ་ལ་མཐོ་རིས་  
གསུམ་ན་བདེ་བ་མེད་པར་བསམ་པ་རེད། མཐོ་རིས་རྣམ་གསུམ་ན་ངན་སོང་གསུམ་  
དང་འབྲས་བུའི་སྤྱད་བསྐྱུལ་དོས་དྲག་པ་མ་རེད་དེ། འོན་ཀྱང་བདེ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད།  
བདེ་བ་མིན་ཆོད་སྤྱད་བསྐྱུལ་རེད། བཏང་སྒྲོམས་རེད་བསམ་པ་ཡང་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་  
སྤྱད་བསྐྱུལ་གྱིས་མ་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན། འཁོར་བའི་གནས་ན་སྤྱད་བསྐྱུལ་གསུམ་

གྲིས་མི་མནར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐབས་རེར་སྤྱག་བསྐལ་གསུམ་གྲིས་དུས་  
གཅིག་ཏུ་མནར་བས་མི་ཆོད་པར། ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་དང་འདྲ་འདུག་བསམ་  
པ་ལུས་ཐོག་ཏུ་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་དང་བསྐྱར་ན་སྤྱག་  
བསྐལ་རགས་པའི་ཚོར་བ་ཅུང་ཟད་ཆུང་བས་ན་མཐོ་རིས་ཞེས་བྱ། མཐོ་རིས་ཀྱི་  
གནས་ན་དུས་རྟག་ཏུ་མཐོན་ཆོག་ཀྱང་། བཅོན་དུག་ཁོག་ཏུ་སོང་ན་གཟེར་རྒྱག་རན་  
པ་འདྲ་བ་ཡིན་པས། ད་ལྟ་མཐོ་རིས་ན་ཡོད་ཀྱང་དབྱགས་གཅིག་གི་རྒྱུ་ལུགས་ཀྲིས་  
སྤང་རིས་སུ་ལྷུང་ནས་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་སྒྲིང་རན་འདུག་ཡོད་པ་རེད། ཤེས་བྱ་  
གང་ཞིག་སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་རེད། འཁོར་  
བ་ཞེས་པ་འཁོར་བ་པོ་དེ་རེད། སྤྱིར་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཟུང་པར་དུ་  
མཐོ་རིས་རྣམ་གསུམ་ལ་བདེ་བ་མེད་པ་དེ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་དེ་རིང་སང་ཉིན་གཉིས་ཀ་  
ལ་བྲིད་སྒྲིང་གྲིས། རང་རེས་ཆོས་སྤྱན་རེ་ལ་བྲིད་སྒྲིང་ཐངས་ལྷ་རེ་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལས།  
སྤྱན་གཅིག་འབུམ་ལྷའི་བྲིད་སྒྲིང་རེད། བཞི་ལས་གཉིས་ལ་མིའི་སྤྱག་བསྐལ་བསམ་  
པ་དང་། གཉིས་ལ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་བསམ་ཏེ་མཐར་དམིགས་མེད་ཀྱི་  
ངང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་དགེ་བ་བསྒྲོ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་ཕྱི་ངོ་དང་དགོང་མོ་  
གཉིས་ལ་མིའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། སང་ཉིན་སྤྱི་ངོར་དོར་སེམས་སྒྲིང་བསྐྱེས། ཕྱི་  
ངོ་དགོང་མོར་ལྷ་མིན་དང་ལྷའི་སྤྱག་བསྐལ་བསམ་པར་བྲིད་སྒྲིང་གྲིས། ད་རེས་འདི་  
ན་ས་ཆ་ཐག་རིང་གྲུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་གཅིག་གིས་  
བསྐྱེས་པའི་ཆོས་བྲལ་འདིའི་ནང་ན་མཉམ་དུ་ཚོགས་པ་ཡིན་ན། ས་ཆ་གར་སོང་ཟེར་ན་  
འདིར་སོང་དང་། དོན་གཅི་ཆོད་ཟེར་ན་འདི་ཆོད། ཆོས་ལུས་ནས་རང་རྒྱུད་སྤར་  
དང་མི་འདྲ་བའི་ཡར་སྐྱེད་ཅིག་ཡོད་དགོས་པ་རེད། ད་སྤར་ཉི་མ་ཡན་ཆད་ཆོས་ཁ་

ནས་བཤད་རྒྱ་དང་རྣ་བས་ཉན་པ་རྒྱུད་པ་ཞིག་རེད་སོང་བ་ཡིན་པས། ད་རེས་སེམས་  
ལ་བསམ་རྒྱ་ཞིག་དང་ཡིད་ལ་བསྐྱོམ་རྒྱ་ཞིག་བྱས་ནས་རང་རྒྱུད་ཆོས་ཀྱིས་སྤུལ།  
སེམས་དང་ཆོས་གཉིས་འབྲེས། གདམས་ངག་ལག་ལེན་ལ་ཐེབས། ཉམས་ལེན་  
གནད་ཐོག་ཏུ་ཁེལ་བའི་དམ་པ་གོང་མས་མཛད་པའི་ཕྱག་ལེན་གྱི་མེས་སུ་ཞུགས་པ་ཡིན་  
ན། ས་ཆ་བསྐྱོས་པོར་ནས་སྤངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་རེད་རུང་། སྤུངས་བྱ་ཆོས་ནང་དུ་  
འཕངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས། སྤུངས་བྱ་ཆོས་ནང་བཙོན་ཆོན་ཁ་རྒྱགས་ལྷགས་ཀྱིས་  
བྱད་པར་རེ་ལོས་ཡོད་མ་གཏོགས། ཅི་སྤྱག་ན་སྤར་དང་མི་འབྲ་བའི་མདོག་ཅིག་  
འགྱུར་ཡོད་དེས་པ་རེད། བསམ་པ་བཟང་པོ་ལ་ཁ་སྒྲོན་ཞིག་ལོན། སྤྱིང་མེས་  
བྲངས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤིག་སྐྱེས་སྤུལ་ཡོད་ན། སྒྲོར་མོ་བྲི་ཆོ་འབྲུམ་ཆོ་དང་  
དུང་ཕྱར་ཆ་རེའི་ཆོང་པོ་ག་པ་དང་། བྲིམ་ལས་ཅིག་ཅིག་རེ་འགྲུབ་པ་དང་། ངས་  
ཁ་གངས་ཅི་འབྲ་མང་པོ་བཏོན་ཡོད་ཟེར་བ་རྣམས་དང་རིན་ཐང་མི་འབྲ་བར། ཡོང་སྒོ་  
དང་ལོན་སྒོ་དེ་བས་ཆེ་མེད་པ་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་ལ་འཆོངས་པ་ཞིག་རེད་སོང་བ་ཡིན།  
དེ་ཙམ་ཞིག་མིན་ནའང་རྟག་འཛིན་ཇི་ཆུང་། བདག་འཛིན་ཇི་སྟོང་། དད་དང་སྤྱིང་  
ཇི་སྤར་དང་མི་འབྲ་བར། རྒྱུད་ཇི་འཇམ་དུ་སོང་ནས། འདི་སྤར་དང་མི་འབྲ་བ་རེད་  
འདུག་བསམ་རྒྱུ་འི་ཆོས་བསྐྱུབ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཀྱིས་གཞན་ལ་མིག་ལྟོས་ཤིག་ཡོང་  
དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཆོས་ཞུས་པས་གོ་མི་ཆོད་པས་སྤྱིང་ལོག་རེད་པར་མ་  
ཟད། ད་དུང་སྤུལ་མ་ལེགས་ན་ངན་པ་ཆོས་རྒྱས་ཅན་རེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཅི་  
མ་ཟེར། རང་གཞན་སུས་ཀྱང་འགྲུབ་འགྲུབ་ནི་མ་རེད་ཟེར་ནས། བདུད་ཀྱི་  
གསང་ཆོག་ཁ་ནས་སྒྲོག་མཁན་ཆོས་དྲེད་ཆོས་ཀྱིས་མི་སྤུལ། ཆོ་སྤྱི་མའི་རི་མགོ་རིག་  
མ་རན་བར་དུ་འདང་རྒྱག་མི་ཤེས་མཁན་གྱི་ཀླད་ལོག་ལ་འགྱུར་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད།

དེས་ན་ད་རེས་དབེན་པའི་གནས་སུ་ཡོང་ན་འདི་སེམས་གཞི་བསམ་གཏན་བསྒྲུབ་ས།  
 སེམས་ཀྱི་ངལ་གསོ་ས་རེད། དམ་པའི་ཆོས་ཤིག་འཆད་རྒྱ་འདི་སེམས་ཀྱི་བདུད་ཅི་  
 སེམས་ཁམས་བཟང་པོའི་ཕྱོགས་ལ་སྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་སྒྲན་ཡིན། རང་རེས་སེམས་ཅན་  
 ཟེར་ནས་མིང་བཏགས་ས་དང་། ང་ཟེར་ནས་བདག་ཏུ་འཛིན་ས་འདྲ་བོ་ལུས་ངག་  
 ཡིད་གསུམ་འདི་ལ་མཛུབ་མོ་བཅུག་གིན་ཡོད་པ་རེད། རང་རེ་འཛིག་རྟེན་མིའི་ལུས་  
 རྟེན་འདི་མཐོ་རིས་རྣམ་གསུམ་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་ཡང་། མཐོ་རིས་དམའ་རིས་གང་  
 ཟེར་ཡང་འཁོར་བ་སྟག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་རྒྱུད་ཡོད་པས་ན། སྟག་བསྐལ་  
 ཁོན་སྒྲིང་བས་དཀའ་ནས་ཐང་ཆད་དེ་འདུག་ཡོད་པ་འདི་བཞིན་རེད། ད་ངལ་གསོས་  
 རས་དེའི་སྟག་བསྐལ་དེ་རྒྱུད་ཐབས་བྱེད་དགོས་ན། ལུས་ངག་གཉིས་ཀྱི་ངལ་ཞིག་  
 སོས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ངལ་གསོ་མ་སྟབ་ན། ལུས་ངག་གཉིས་ངལ་སོས་རུང་མི་སྤྱིད་པ་  
 རང་རེས་ཉམས་སུ་སྒྲིང་རྒྱ་འདི་ཡིན་རེད། དེས་ན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་འདིས་ཐོག་  
 མེད་ནས་ད་ཡི་བར་ངལ་གསོ་ལོང་མེད་པར་ཆུ་རྒྱག་པ་ལྟ་བུ། བར་མཚམས་ཤིག་  
 གཏན་ནས་མེད་པར་དོན་མེད་སྟག་བསྐལ་གྱི་བསྐྱབས་ནང་ནས་བུད་སྟབ་ཡོད་པ་མ་རེད།  
 མ་བསམ་ཐབས་མེད་གཅིག་རྗེས་གཉིས་སྟེབས་རྣམ་རྟོག་འབྲུལ་སྤངས་སྟག་བསྐལ་ཁོན་འི་  
 ངང་ནས། རང་སེམས་སོས་ངལ་བ་ཞིག་ཡོང་སྒྲིང་བ་མ་རེད། རྩོད་ན་གོམས་  
 ཤོག་གུ་དྲིལ་ལམ་དུ་རྒྱག་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིན་དེ་རིག་ནས། ད་རེས་དབེན་པའི་གནས་  
 འདིར་ཐོན་ན། ལུས་དང་ངག་དབེན་པས་མི་ཆད་པར་གཙོ་བོ་སེམས་དབེན་གྱི་ཐོག་ཏུ་  
 སེམས་འདི་ལ་ངལ་ཞིག་གསོ་འཇུག་དགོས་པ་རེད། འདི་ལྟར་འདང་བརྒྱབ་ན།  
 ཕྱིའི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐོག་ན་བདེ་བ་ཞིག་ཨོ་རྟེན་བལྟ་བ་འདི། དཔེར་ན་ཟ་  
 འཕྲུག་ཅན་གྱི་རྒྱབ་འཕྲུག་པའི་བདེ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དོན་ངོ་མ་བཤད་ན་ཟ་འཕྲུག་



འཕྲུག་ན་བདེ་བ་ཡིན་པ་མ་རེད། ཟ་འཕྲུག་མེད་ན་བདེ་བ་རེད། ཟ་འཕྲུག་གི་ནད་  
མེད་ནས་རིམས་ནད་བྱུང་བའི་བདེ་བ་ལྟ་བུའི་རང་གི་སེམས་ངལ་གསོ་ནས་བདེ་བ་རྟེན་  
དགོས། སེམས་འདི་རྒྱ་མཆོལ་དཔེར་བཞག་ན་རྒྱ་མཆོག་གིས་པ་མེད་ན་དྲངས་མོ་ཡིན་  
ཞིང་། རྒྱ་མཆོག་དྲངས་མོའི་ནད་གཟའ་སྐར་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ཡག་པོ་འཆར་བ་རེད།  
དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་རང་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོག་དྲངས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བསྐྱུར་ཐུབ་ན་མངོན་  
ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་འཆར་ཐུབ་པ་རེད། དེས་ན་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
མཆོག་དེ་སྒྲིལ་རྟེན་མ་སྒྲིལ་བ་སེམས་ངལ་སོས་ནས། སྒྱིར་རྣམ་རྟོག་སྒྲ་ཆོགས།  
བྱུང་པར་དུ་རྣམ་རྟོག་ངན་པའི་རྗེས་སུ་མ་འབྲངས་ན་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་སེམས་ཀྱི་ནད་ན་  
རྟེན་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། རང་སེམས་ལ་རང་དབང་བསྐྱུར་ཏེ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྒྲིལ་བའི་སྒོ་  
ངན་དེ་རིམ་གྱིས་ལམ་ལ་བཞག་ན། གོམས་ཤིང་གོམས་ན་རྗེ་སྤྱར་སོང་ནས་རང་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་རང་གིས་སྤང་དོར་བྱེད་ཤེས་པའི་དེ་འབྲའི་རྣམ་དབྱེད་ཀྱི་སྒོ་རང་  
ཉམས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་རྒྱས་ཡོད་པའི་ས་ཆོད་ལ་མགྲོག་པར་འཕྱོར་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད།  
སྒོ་གསུམ་གྱི་གཙོ་བོ་སེམས་འདི་ལ་བདག་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་རྒྱག་མ་སྒྲིལ་ན། རྒྱ་  
རྒྱུན་ཐུར་དུ་རྒྱག་པ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ངན་པའི་རྗེས་སུ་དེད་དེ་རྩ་རོང་བྲག་འཕྲང་ཐམས་ཅད་  
ལ་རྒྱག་དགོས་བྱུང་ན། གཡོག་པོ་ལུས་ངག་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་བཟོད་པ་  
ཞིག་སྒྲིལ་དགོས་པ་འདི་དེ་ལ་ཐུག་པ་རེད། དེས་ན་ད་རེས་དམ་པའི་ཆོས་དང་སྤྱུ་མའི་  
མན་ངག་གིས་མིག་གསར་པ་ཞིག་གསར་དུ་བྱེས་ནས། འདིའི་གནད་ཁ་སྒྲིལ་ཡོན་ལྷན་  
ནད་གསང་གསུམ་པོ་མཐོང་བ་ཞིག་རེད་ན། རང་གིས་རང་ལ་མ་གཅེས་ན་སུས་  
གཅེས་འོང་། ཐར་པའི་སྒྲིལ་ལ་འབྲིད་མཁན་ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར་དེའི་རྩ་མར་  
བབུང་སྟེ། ལོང་བས་བ་རྩ་ལ་བབུང་བ་བཞིན་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་བྱེད་རན་པ་རེད།

ངས་འདི་ནས་མཐའ་མཐུག་ལ་ཐར་ལམ་རྣམ་དག་སྒྲུབ་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་ཤེས་  
 དགོས་སྟུ། མ་ཤེས་ཐབས་མེད་ཀྱི་མན་ངག་གི་ཆིངས་ལྷ་ཞོར་ལ་བཞད་ན། ལས་  
 དང་པོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་བྱུང་། ཕྱི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོ་འཁོར་བ་ཞེན་  
 ལོག་གི་ངེས་འབྱུང་དང་གཅིག རང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོ་གཞན་དོན་དོན་  
 གཉིར་གྱི་སེམས་དང་གཉིས། གསང་བ་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོ་སྒྲང་སྲིད་  
 རྣམ་དག་གི་དག་སྒྲུང་དང་གསུམ། དེའི་ཐོག་ལ་སྒྲ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་དང་  
 བཞི། ཆོས་གཅིག་གིས་བསྐྱུས་པའི་མཆེད་གྲོགས་ལ་བཅུ་གདུང་ཡོད་དགོས་པ་དང་  
 ལྷ་སྟེ། ཐར་འདོད་ཀྱི་གང་ཟག་སྒྲི་དང་། བྱང་པར་དུ་གསང་སྒྲགས་རྫོགས་ཆེན་  
 ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་མ་སྒྲིང་ཐབས་མེད། མི་ཤེས་སུ་མི་རུང་བར་རྒྱུད་  
 ལ་སྒྲིང་དགོས་སྟུ་ཅན་ཡིན་ལ། དེའང་ཚུར་བསྐྱུ་ན་སྒྲིང་རྗེས་བྱངས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་ལ་འདུས་པ་རེད། མདོར་ན་ད་ལྟོ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ། མཚན་  
 ལྡན་གྱི་སྒྲ་མ་དང་མཇལ། གདམས་ངག་གི་བདུད་ཅི་ཐོབ་སྟེ། སངས་རྒྱུས་ལས་  
 ཀྱང་འཕྲད་པར་དཀའ་བའི་གསང་སྒྲགས་རྫོགས་ཐོག་པ་དང་འཕྲད་པའི་སྐབས་འདིར།  
 བསྐྱུ་ཅན་གྱི་མཚོར་ངང་པ་རྒྱུ་བ་དང་། འི་ཞིམ་ཅན་གྱི་ཆལ་དུ་བྱུང་བ་རྒྱུ་བ་བཞིན་དུ།  
 དགའ་སྒྲོ་དང་བཅས་ཏེ་ཕྱིར་བཤེད་མི་བྱེད་པར་འཇུག་རན་པ་རེད་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

## ཉིན་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་བྲིད།

འོ་ན་མཁའ་ཁྱབ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་མར་གྱུར་རིགས་དྲུག་གི་འགྲོ་བ་དུས་རྟག་  
 ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱུ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་གཅིག་མིན་ན་གཅིག་གིས་མནར་བའི་ཉམས་རྒྱུང་

སྒྲིབ་རྗེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད། རྫོགས་བྱུང་བླ་ན་མེད་པ་རྣམ་མཁུན་  
སྒྲིབས་བཅུ་མངའ་བའི་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་དགོས། དེའི་ཆེད་དུ་དམུས་  
ལོང་གི་ལམ་སྟོན། ལུན་ནག་གི་སྒྲོན་མེ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བྱེད་གྱི་  
དམ་པའི་ཆོས་གྱི་བདུན་ཚི་དེ་ཉིད་འདི་ལྟར་ལོངས་སྒྲིབ་པའི་སྐྱེལ་བཟང་མངོན་དུ་གྱུར་པ་  
འདི། དབུལ་པོའི་ལག་རྒྱ་རྩེར་བུ་ལན་གཅིག་ཐོབ་པ་དང་འབྲ་བས་ན། འདི་ཡལ་  
བར་མི་འདོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བའི་སྒྲོན་ས། ཆོས་ཇི་  
ལྟར་གསན་པའི་ཀུན་སྒྲིབ་ཀྱང་དམ་ཆོས་རྣ་བས་ཉོན། ཡིད་ལ་བཟུང་། བླ་མ་  
གྲུས་པས་བསྟོན། དགོངས་བརྒྱུད་ལོན་པར་བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བསམ་སྒྲིབ་ཡང་དག་  
དང་བཅས་ཏེ་གསན་དགོས། འཁོར་བའི་གནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅན་འདི་ལས་ཐར་  
དགོས་ན། དེའི་ནང་ནས་ཐར་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་བཙུང་དགོས། དེས་ན་འཁོར་  
བའི་ནང་དུ་ཐར་པའི་ཐབས་སྟོན་བྱེད། འཕྲལ་དང་ཡུན་གྱི་ཕན་བདེའི་ལེགས་ཆོགས་  
མ་ལུས་པ་འབྲུབ་པ་ནི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ཆབ་དེ་ཉིད་རེད།  
རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱང་བདེ་བ་ནས་བདེ་བའི་སར་གཤེགས་པའི་སྐབས་སུ་ལམ་དེ་ལ་མ་བརྟེན་  
པར་ཐབས་གཞན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་མདོ་རྒྱུད་དང་  
ལུང་མན་ངག་ནི་གདམས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་རྒྱུར་པ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ལ་གཞིར་  
བཟུང་སྟེ། གདུལ་བྱའི་གང་ཟག་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲིབ་པོར་བྲིལ་ནས་རང་གཞན་  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་དགོས་པས་ན། ཐར་པའི་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྒྲིབ་  
པོ་སེམས་ཅན་རང་རང་ལ་ཡེ་ནས་ཡོད་པ་དེ་དང་། རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་དེས་ཐོབ་  
ཡོད་པ་འདིའི་སྟངས། རྟེན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟོན་ཐབས་ཤེས་པ་རྒྱུད་པས་མི་  
ཆོད་པར། དམ་ཆོས་འཆད་ཉན་ལ་ཞུགས་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། ཐབས་དེའི་

གདམས་ངག་གིས་ཟིན་རྒྱུ་ལྟོང་དེར་འདང་རྒྱག་བྱ་ས་གལ་ཆེན་ཞིག་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་  
 རེད། དེ་ཡིན་པའི་རྩ་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཞི་བདེ་གཤེགས་སྣང་པོ་ནི་སྤྲིན་བྱ་  
 པར་ཡན་ཆད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ད་རེས་མིན་ཡང་ཐོག་  
 མེད་ནས་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་རེད། རྟེན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་རེ་ཡང་ཐོབ་པ་དང་།  
 རྒྱུན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རེ་བསྟན་མྱོང་ཤས་ཆེ་ཡང་། ད་རུང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་མ་  
 དགོས་རང་རྒྱུན་སོར་གང་གིས་ཇེ་བཟང་དུ་མ་སོང་བར་ཡོད་པ་འདི། སྒྲིན་ཆ་ཅི་ཞིག་  
 གིས་ཉེས་པ་ཡིན་རྒྱུ་བཅད་ན། སངས་རྒྱས་མི་ཐོབ་ཅིང་། ཐོབ་ཏུ་མི་འཇུག་པའི་  
 གོགས་བཞི་ཡོད་པའི་འཕྲང་འགག་བསལ་མ་ཐུབ་པའི་སྒྲིན་ཡིན། དེའང་ཐབས་སྒྲ་  
 མའི་གདམས་ངག་གིས་མ་ཟིན་པའི་སྒྲིན་ཆའི་ཕན་ན་འགོ་ས་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ན་  
 གོགས་བཞི་པོ་དེ་ཐོག་མར་ཤེས་དགོས། གོགས་བཞི་པོ་དེ་དག་གང་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ཆོ་འདིའི་སྒྲིང་ཡུལ་ཆགས་པ་དང་། སྲིད་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ལ་མ་  
 ཆགས་ཀྱང་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་གསུམ། སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་དགོས་  
 བསམ་ཡང་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ངོ་མི་ཤེས་པ་དང་བཞི་རེད། དེའི་གོགས་བཞི་པོ་དེ་  
 སེལ་དགོས་ན། ཐབས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཟིན་པས་མི་ཆད་དེའི་གདམས་  
 ངག་དེ་ཉམས་སུ་སྤངས་ན། གོང་གི་གོགས་བཞི་པོ་སེལ་ནས་འཕྲང་འགག་གི་སྒྲི་  
 བསལ་ཐུབ། དེ་སེལ་སོང་དུས་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་བདེ་སྐྱུར་གྱི་སྒྲི་  
 ནས་བགྲོད་ཐུབ་པ་རེད། དེ་ཡིན་ན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་གདམས་ངག་དེ་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན་ན། གང་ཟག་སོ་སོའི་ཁམས་དབང་མོས་པ་དང་བསྐྱུན་པའི་སྒྲིས་བྱ་གསུམ་གྱི་  
 ལམ་རིམ་གདམས་ངག་རྒྱ་ཆེ་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་།  
 རྒྱུར་བསྐྱུན་རྣམ་པ་བཞིའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་པ་རེད། དེའང་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པར་

གདམས་པ་དང་གཅིག་ལེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ལས་འབྲས་དང་བཅས་པ་སྒྲོམ་  
པར་གདམས་པ་གཉིས། བྱམས་སྤྱིང་ཇི་སྒྲོམ་པར་གདམས་པ་གསུམ། བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གདམས་པ་དང་བཞིའི་ཁོངས་སུ་འདུས་ལ། བཞི་པོ་  
དེ་གོང་གི་གཞུགས་བཞེད་གཉིས་པོ་དང་སྦྱར་ན། མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་ན་ཆོ་འདིའི་སྒྲིབ་ཡུལ་  
ལ་ཆགས་པའི་གཉིས་པོར་འགྲོ་བ་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ལས་འབྲས་དང་  
བཅས་པ་སྒྲོམ་ན་སྤྱིང་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་གཉིས་པོར་འགྲོ་བ་དང་། བྱམས་  
སྤྱིང་ཇི་སྒྲོམ་ན་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་གཉིས་པོར་འགྲོ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གདམས་པ་དེ་སངས་རྒྱུ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་མི་ཤེས་པའི་  
གཉིས་པོར་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་པར་དུ་སྐྱབས་འགྲོ་ནས་འགོ་བཟུང་སྟེ་བདག་མེད་  
རྣམ་གཉིས་སྒྲོམ་པ་མན་ཆད་དུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགའ་རེ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་དང་། འགའ་རེ་དམིགས་པ།  
འགའ་རེ་ཆོག་འགའ་རེ་བསྐྱབ་བྱ། འགའ་རེ་འབྲས་སུ་སྟེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ནང་དུ་མ་འདུས་པ་མེད་པར་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་སོགས་ལས་  
གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་གདམས་ངག་ཚང་མ་དེ་དག་བའི་བཤེས་གཉིས་ལས་འབྱུང་  
ཞིང་། དག་བའི་བཤེས་གཉིས་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ན་སངས་  
རྒྱུ་བཙུན་པོའི་ལྷན་འདས་ཀྱིས། དག་བའི་བཤེས་གཉིས་ནི་དག་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
འབྱུང་གནས་ཡིན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི་དག་བའི་བཤེས་གཉིས་ཀྱི་གདམས་ངག་  
ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཞེས་སོགས། སྒྲིབ་པོ་བཞེད་པ་སོགས་ལས་ལན་གཅིག་མ་ཡིན་  
པར་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་རང་རེས་ཆོ་འདིའི་སྒྲིབ་ཡུལ་ལ་ཆགས་པའི་གཉིས་པོ་མི་  
རྟག་པ་སྒྲོམ་པའི་ཆུལ་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡང་གཏོང་ཞིག་བྱེད་ན། བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས།

དག་སྒྲིང་དག་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་ན།  
 འདི་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པ་རེད་བསམ་ན། མི་རྟག་པའི་མཐའ་བཞིས་བསྐྱས་པ་སྟེ། སྒྲི་  
 མཐའ་འཆི། འདུས་མཐའ་འབྲལ། བསགས་མཐའ་འཛད། མཐོ་མཐའ་ལྗང་  
 བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་མི་རྟག་པའི་མཐའ་བཞི་གསུངས་པ་རེད། འདིའི་སྒྲོམ་  
 ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། བྱི་སྒྲོང་གི་འཛིག་རྟེན་མི་རྟག་པར་རགས་པ་  
 རྒྱན་གྱི་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྲ་བ་སྐྱད་ཅིག་གི་མི་རྟག་པ་དང་། བྱང་བཅུད་གྱི་སེམས་  
 ཅན་མི་རྟག་པར་རང་མི་རྟག་དང་། གཞན་མི་རྟག་པ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་བྲིད་ཚུལ་འདི་  
 རྣམས་རེད། དེ་རྣམས་སྒྲོམ་པའི་ཐབས་ལག་བྲིད་དང་བཅས་པ་གོང་དུ་སོང་བ་དང་།  
 སྲིད་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
 བསམ་པ་ཡིན་ན། སྤྱག་བསྐྱལ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་གྱི་རང་  
 བཞིན་བསམ་པ་དེ་ཡང་གོང་དུ་སོང་མ་ཐག་པ་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་བཞག་  
 འོག་ཏུ་འབྱུང་མ་རག་པ་ཡིན་པས་འདི་དག་སྒྲོམ་པ་འདིས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་  
 འཛིགས་ཤིང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པས། སྲིད་པའི་བདེ་བ་ལ་མི་ཆགས་པར་  
 མ་ཟད་དེ་ལས་ངས་པར་འབྱུང་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྒྲུམ་ནས། དེའི་  
 ཐོག་ནས་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་མ་  
 རེད། དེ་སེལ་བྱེད་འགོ་ཀུན་ལ་བྱམས་སྤྱིང་ཇི་སྒྲོམ་དགོས། དེ་ཡིན་ན་ངས་འདི་  
 རྣམ་བྱམས་སྤྱིང་ཇིའི་སྒྲོར་འདི་ཐུགས་གསོས་ཤིག་ལུ་ན། ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་  
 པའི་གཉེན་པོར་བྱམས་སྤྱིང་ཇི་བསྒྲོམ་དགོས་གསུངས་དུས་ལས་དང་པོ་རྣམས་གྱིས་ཞི་  
 བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་ཞེས་པ་ཅི་ཡིན་སྟེ་ན། བདག་རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ཐྱངས་ལས་  
 འདས་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱག་ལ་བསམ་སྒྲོ་མི་གཏོང་བར་

སྒྲིབ་གཏོང་བ་དེ་རེད། དེ་ཐེག་པ་དམན་པའི་ལུགས་རེད། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་  
ཟུགས་ཏེ། མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ལ་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འགོད་དགོས་དུས་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་འདི་དང་འབྲེལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།  
དེས་ན་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲོམ་ཚུལ་བཤད་པ་ལ། བྱམས་སྒྲིང་རྩེའི་དབྱེ་བ་དང་།  
དམིགས་ཡུལ། རྣམ་པ། སྒྲོམ་ཐབས། དེ་འབྱོངས་པའི་ཚད། ཡོན་ཏན་  
དང་བཅས་པ་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་དགོས། བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་གཉིས་ལས་དང་པོ་  
བྱམས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་དང་། ཆོས་ལ་  
དམིགས་པའི་བྱམས་པ། དམིགས་པ་མེད་པའི་བྱམས་པ་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ལས།  
སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་ནི། དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་། ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་ནི། སྒྲིབ་པ་  
ཕྱིན་དུག་ལ་འཕྲག་བཞིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་  
པའི་བྱམས་པ་ནི། མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་མངའ་  
བར་གསུངས་ཡོད། དེ་དག་བྱང་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་སམ་སྟུམ། ལས་དང་  
པོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་འདི་གལ་ཆེ་བས་ན།  
འདིའི་དམིགས་ཡུལ་དང་རྣམ་པའི་སྒྲོ་ནི། དམིགས་པའི་ཡུལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད།  
རྣམ་པའི་སྒྲོ་བ་དེ་བ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ། འདི་སྒྲོམ་ཐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཤད་  
ན། ཕ་བ་འིན་འིན་པ་ལ་རག་ལས་པས་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་འདིའི་འིན་ཆེན་མ་ནས་  
འགོ་བཟུང་སྟེ་བསྒྲོམ་དགོས། འིན་ཇི་ལྟར་ཆེན། ལུས་བསྐྱེད་པའི་འིན། སྒོག་  
ཕྱིན་པའི་འིན། དཀའ་བ་སྐྱེད་པའི་འིན། འཇིག་རྟེན་བསྟན་པའི་འིན་དང་བཞི་ཡོད།  
དེའི་འིན་དེ་ལན་རེ་དང་ལན་གཉིས་ཆེ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར། བསམ་ཡུལ་འདས་པ་

ཐེངས་བརྒྱ་སྟོང་གི་ཚེས་གཞལ་ནས་བཙི་འོང་རྒྱ་མེད་པའི་ཚེ་རབས་མང་པོ་ན་མར་བྱས་  
པས་མི་ཚད་པར་རིན་དེ་འདྲ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མར་  
བྱས་ཤིང་རིན་ཆེ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན། དེས་ན་ནམ་མཁའི་གར་བྱུང་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བར་འདོད་པའི་སྟོ། ད་ལྟའི་མ་འདི་ལ་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་  
དགོས་པ་རེད། དེ་སྐྱེས་ན་དེའི་མིང་ལ་བྱམས་པ་ཟེར། བྱམས་པའི་ཤུགས་ཀྱི་  
མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུག་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱུ་ལྡང་བ་ཞིག་རེད་ན་དེ་བྱམས་པ་ཆེན་  
པོ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེས་ཡོད་ན་བྱམས་པ་ཚད་མེད་རེད་  
འགྲོ། དེ་བསྐྱེམས་ནས་འབྱུངས་པའི་ཚད་ནི། རང་ཉིད་ལ་བདེ་བ་འདོད་པའི་སྟོ་  
ཞིག་ཡོད་རྒྱུའི་འདིའི་ཚབ་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པ་དེ་རེད་སོང་དུས་  
འབྱུངས་པའི་ཚད་རེད། བྱམས་པ་བསྐྱེམ་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ན། ཟླ་བ་སྟོན་  
མའི་མདོ་ལས། མཚོད་པ་ཚད་མེད་རྣམ་མང་ངེ་སྟེད་པ། ཞིང་ནི་བྱེ་བ་བྲག་ཁྱིམ་  
གཏམ་སྟེད་དུ། སྐྱེས་བུ་མཆོག་ལ་མཚོད་པ་དེ་བྱས་པས། བྱམས་པའི་སེམས་  
དང་གངས་ལ་ཆར་མི་ཤོད། ཁེས་གསུངས་སོ། སྟིང་རྩེ་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ལ་ཡང་  
དབྱེ་བ་དང་། དམིགས་ཡུལ། རྣམ་པ། སྟོམ་ཐབས་སོགས་དུག་གི་སྟོན་ས་  
བཤད་ན། སྟིང་རྩེའི་དབྱེ་བ་ལའང་། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྟིང་རྩེ་སོགས་  
གསུམ་ཡོད་པ་ལས། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྟིང་རྩེ་ནི། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིང་བ་ལ་དེ་དང་བྲལ་  
འདོད་ཀྱི་སྟིང་རྩེ་སྟོམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱིས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་  
སྟོ་གོམས་ནས། རྒྱ་འབྲས་རྣམ་བཞག་ཤེས་པས་ཏྲག་འཛིན་གྱི་སྟོ་ལྟོག་དུས།  
སེམས་ཅན་གཞན་དག་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་འབྲས་མི་ཤེས་པས་རིལ་པོ་དང་ཏྲག་པར་འཛིན་



ནས་འབྲུལ་ཡོད་པ་ལ་སྤྱིང་ཟླ་བ་འདི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་ཟླ་རེད། རང་ཉིད་  
གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ན། དེ་ལྟར་མ་  
རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་དངོས་འཛིན་ཅན་ལ་ལྷག་པར་སྤྱིང་ཟླ་བ་ནི་དམིགས་པ་མེད་  
པའི་སྤྱིང་ཟླ་རེད། སྤྱིང་ཟླའི་དམིགས་པའི་ཡུལ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་འབྲས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་  
འདོད་པའི་སྒྲོ་ཞིག་རེད། འདི་སྒྲོམ་ཐབས་ནི། དང་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་འདིའི་མ་དང་  
ངན་སོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱུར་ཏེ་བསྒྲོམས་ནས། མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་  
ལྟར་དུ་སྒྲོམ་དགོས། དཔེར་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་དྲིན་ཆེན་མ་རྒྱན་འདི། སྤྱུན་འདི་ན་  
ལྷགས་སྒྲེག་དམར་ལིང་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་བཞག་ནས་གཞོགས་ཁ་ཡ་སོག་ལེས་དུས།  
གཞོགས་ཁ་ཡ་སྟ་རེས་གསེས། གསོན་སྤྱིང་དམར་པོ་ལེན་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ན་  
སྤྱིང་ལོས་ཟླ། ལྟ་དགོས་ན་ལྟ་མི་ཐུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་དགུན་ཟླ་གསུམ་གྱི་གང་ངར་  
གངས་འབྲུགས་ཁ་བ་བུ་ཡུག་གི་ནང་དུ་གོས་མེད་གཅེར་བུར་བཞག་ནས། འབྲུགས་  
ཤིང་ཕྱིད་པས་མི་ཆོད་འཁེངས། འཁེངས་པས་མི་ཆོད་གས་ནས། གསོན་ཤི་  
རྒྱག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ན་སྤྱིང་ཟླ་མེ་མེ་ཡོད་གི་དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་ན། ད་ལྟ་དཔྱལ་བར་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་རྣམས་སྤྱིང་བཞིན་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་རེ་རྣམས་ཀྱི་དྲིན་ཆེན་  
ཀྱི་མ་ཤ་སྤྱུག་ཡིན། དེས་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་བཅས་པ་བྲལ་  
བར་འདོད་པའི་སྤྱིང་ཟླ་རེད། ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་དྲིན་མོ་ཆེའི་མ་དེ་བཟའ་རྒྱ་མེད་པས་  
ལྟོག་བདུང་རྒྱ་མེད་པས་སྒྲོམ། ཆོ་བས་གཟིར། གང་བས་ཉེན། ལུས་ཁོ་  
ཤོག་སྒྲུམ་པོ་རྒྱུད་གིས་འབྱེར་བ་ལྟ་བུའི་ཡི་དྲགས། ལྟ་བུ་ཁ་ལུང་ལ་རེ་ནས་རྒྱག་  
འདུག་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་དངོས་སུ་མཐོང་ཡོད་ན་བཟོད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིང་ཟླ་རེས་པ་

ཡིན་པས། ཆོ་འདིའི་མ་གྲུབ་དེ་མ་དེན་སྒྲིམ་མེད་ཟེར་ཅི་ཤེས་དང་། མིན་རུང་ད་  
ལྟར་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་དུ་སྒྲིམ་ནས་བཀའ་སྒྲིམ་སྒྲིང་ཆོད་པོ་མ་མིན་པ་གཅིག་ཀྱང་  
ཡོད་མ་རེད། ཡང་མ་གྲན་བྱིན་ཆེན་མ་དེ་རང་རེས་མ་འབྲི་སྒྲོ་བློ་ཅིག་ལ་གཏད་པ་  
བཞིན་དུ་སྒྲུག་བཀོལ་བཀོལ་ནས། བེད་སྒྲུད་སྒྲུད་ཀྱི་མཐར་ཀླང་ལག་ཐག་པས་  
བཅིངས། མཆུ་ཐག་གུས་སྒྲེམ། བྲང་གྲིས་གཤགས་ནས་གསོན་པོར་གསོད་འགྲོ་  
བཞིན་ཡོད་ན། ཡང་མ་གྲན་བྱིན་ཆེན་མ་དེ། ལ་ཁའི་རི་དྲགས་ཤིག་གི་ལུས་  
བྲངས་ནས་ས་རི་ཡན་གྱི་ཅ་ཆུ་བདག་མེད་ལོངས་སྒྲོད་མི་བཅུག་པར། སྒོག་ཐོག་ལ་  
བབ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར་དུ། ད་ལྟར་དུད་འགྲོའི་ལུས་བྲང་ཆོད་པོ་པ་མ་བྱིན་ཆེན་  
ཡིན་ལུགས་གཅིག་པ་རེད། ངན་སོང་གསུམ་མིན་ནའང་མཐོ་རིས་གསུམ་ན་ཡོད་  
པའི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཡང་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་གཟར་མེད་ཁར་ལྟུང་ལ་ཁད་དང་།  
ལྟུང་ལྟུང་ཉག་གཅིག་ཡིན་ཏེ་སྒྲིག་པ་མི་དགོ་བ་སྒྲོང་མི་ཤེས་པར་མ་བཟད་དེ་ལ་དོགས་ཟོན་  
ཅམ་ཡང་བྱེད་མི་ཤེས་པ་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བྲིན་མེད། བདེ་  
འདོད་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཁོན་བསྐྱེད་ནས་མེ་ཆེ་ཐོག་ཏུ་ཤིང་བསྐྱན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་  
སྒྲིང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་རྗེ་བསམ་ནས། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་  
བཅས་པ་བྲལ་འདོད་དེ་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲོམ་ཐབས་རེད། དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྗེ་བསྒྲོམས་ནས་  
འབྱོངས་པའི་ཆོད་ནི། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་གདོས་ཐག་ཆད་དེ། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ། ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྒྲིང་  
ནས་སྒྲིམ་ནས། སེམས་ཅན་མིག་གིས་མཐོང་དུས་མིག་ནས་མཆི་མ་ལྟུང་རུས་པ་  
ཞིག་རེད་དུས་འབྱོངས་ཆོད་རེད། དེ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་རེད། དེའི་སྒྲིང་རྗེ་སེམས་ཅན་  
ཡོངས་ལ་སྒྲོམ་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད་ན་སྒྲིང་རྗེ་ཆོད་མེད་ཅེས་བྲ། སྒྲིང་རྗེ་སྒྲོམ་པའི་ཡོན་

ཏན་ནི། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་འཁོར་  
ལོ་རིན་པོ་ཆེ་གང་ན་ཡོད་ན་དེར་དཔུང་གི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྲིང་ཇི་ཆེན་པོ་གང་ན་ཡོད་ན་དེ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཡོད། ཅེས་དང་། ཡང་མདོ་ལས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་  
སྤྲིང་ཇི་ཆེན་པོའི་ཙུ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་འདྲའི་ཕན་  
ཡོན་ཆེན་པོ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་མངའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བྱམས་པ་བསྐྱོམས་  
ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། སྤྲིང་ཇི་བསྐྱོམས་པས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆོ། རང་  
གཅིག་དུ་ཞི་བདེ་ཐོབ་པ་ལ་མི་སྒྲོབས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་  
སྐྱབ་པ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་པས་ན། ཞི་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་  
བྱམས་སྤྲིང་ཇི་དེ་ལྟར་སྐྱོམ་པ་དེ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཙུ་བ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན།  
གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་བྱམས་སྤྲིང་ཇི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱོམ་པ་འདི་ཡིན། འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ལས་བཟང་ངན་སྒྲ་ཚོགས་  
པར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལས་དེ་གང་ལས་བྱུང་ན་ཆགས་སྤང་སོགས་ཉོན་  
མོངས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེའི་ཙུ་བ་གང་ལ་ཐུག་ན། ང་ལྟོག་འོང་། ང་  
འབྱུགས་འོང་། ང་ན་འོང་། ང་ཉི་འོང་། ང་ལ་ཟས་དགོས། གོས་དགོས།  
ད་རུང་རྒྱ་དགོས། ང་ལ་གཉེན་ཉེ་རིང་དགོས་བསམ་ནས་མི་དགོས་དགུ་དགོས་ཀྱི་  
འདོད་ཆེན། ང་བདག་གི་འགོང་པོ་ངའམ་བདག་ཏུ་གཟུང་བ་འདི་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད།  
ཆོས་འགྲུབ་དང་མི་འགྲུབ་དང་ཐར་པའི་ལམ་སྟེ་ཟིན་མིན་ནི་བདག་འཛིན་གྱི་དགྲ་ཆེན་ནང་  
ན་ཡོད་པ་འདི་འདུལ་རུས་མི་རུས་ལ་རག་ལས་པ་རེད། བདག་འཛིན་ནམ་འདུལ་ཐུབ་

ན་དེ་དུས་སངས་རྒྱས་པ་རེད། དེ་རིང་འདུལ་ན་དེ་རིང་སངས་རྒྱས། སང་ཉིན་  
འདུལ་ན་སང་ཉིན་སངས་རྒྱས། བཀའ་མདོ་རྒྱད་ལུང་མན་ངག་ཐམས་ཅད་བདག་  
འཛིན་འདུལ་བའི་གཉེན་པོར་བསྟན་པ་མ་སོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་དེའི་  
ནང་ན་ཉི་མ་གཅིག་གིས་མུན་ནག་ཐམས་ཅད་སེལ་བྱེད། སྤྲོན་ཨ་རུ་གཅིག་གིས་ནད་  
ཐམས་ཅད་འཛུམས་འགོ་བྱེད། གྲི་རྩོན་པོ་གཅིག་གིས་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་གཅོད་  
བྱེད། ཡིད་བཞིན་གྱི་རོར་བུ་གཅིག་གིས་འདོད་པའི་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱོང་བ། སུ་  
དཔའ་བོ་གཅིག་གིས་དབྱ་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཐུབ་པ་ནི་གང་ཡིན་ན། བྱམས་སླིང་རྗེ་  
དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་ཀ་ཡིན། སྤོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་མགྲིན་དབྱངས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་གསུངས་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་པར་མ་ཟད།  
ལམ་དེ་ལ་མ་བརྟེན་པའི་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་བྱོན་སྤྱོད་ཡོད་  
པ་མ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་སླིང་རྗེ་བྱང་པར་ཅན་སྐྱེས་པའི་ཐོག་ཏུ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་འབྱོར་བར་མཛད་རྒྱུའི་དམ་ཆོས་བྱང་ཆུབ་སྤྲུལ་པའི་ལམ་གནད་  
ཐམས་ཅད། རྒྱུད་ལ་ངེས་པར་མཛད་དེ། སྐབས་སུ་བབ་པ་གང་ཞིག་གསན་པར་  
བྱ་བ་རྩོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐིག་གི་ཆོས་སྡེ་ལས། ཐུན་མོང་གི་སྤོན་འགོ་སེམས་  
སྤྱོད་བདུན་གྱི་དོན་བྲིད་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་འདི་འཆད་པ་ལ། བྲིད་རྒྱུད་གསུམ་པ་ཡན་  
ཆད་བྲིད་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ལག་བྲིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སོང་བྱུང་ནས།

## པ། སེམས་སྒྲིང་བཞི་པ།

### དང་པོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྟག་པ།

དེ་རིང་སེམས་སྒྲིང་བཞི་པ་འཆད་པ་ནི། འདི་ལ་ས་བཅད་གསུམ་དུ་དབྱེར་ཡོད།  
དང་པོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྟག་པ་དེ་རེད། དེ་ལ་སྒྲུ་མའི་མཚན་ཉིད་བཤད་པའི་  
ཞོར་ལ་སློབ་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་བསྟན་པ་དང་། དེ་ནས་དངོས་གཞི་སྒྲུ་མ་བསྟན་  
ཚུལ། དེ་ལ་བསམ་པས་བསྟན་ཚུལ་དང་། སྒྲིང་བའི་བསྟན་ཚུལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་  
བའི་སློན་ས་གསུངས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་ནི། བུ་ཡིག་ལས། སྒྲུ་མའི་  
གདམས་ངག་ཅིག་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ་ཞིང་། ཐབས་གང་གི་སློན་ས་ཀྱང་ཐོབ་  
པར་བྱ་དགོས་སྒྲུ་མ་པ་དང་། ཞེས་པའི་ལུང་དེས་བསྟན་པ་རེད། གོང་དུ་བཤད་པ་  
ལྟར་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྤིང་པོ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་རུང་གི་ས་བོན་ཡོད། རྟེན་མི་ལུས་  
རིན་ཆེན་རྟེན་དཀར་བའང་རྟེན། རྟེན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མངལ་རྒྱ་ཡོད་པའི་དུས་  
སྐབས་སུ་ཁེལ་ཡང་། དེ་རྒྱང་པས་ཕན་པ་མེད་པས། སྒྲུ་མའི་མདུན་ནས་  
གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྒྲང་རྒྱ་ཞིག་འཐོབ་པར་བྱ་  
ཞིང་། ཐབས་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱང་དཀའ་བ་དང་ལེན། ངལ་བ་བྱུང་  
བསད་ཐུབ་པའི་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་དགོས། ངལ་བ་བྱུང་བསད་ཀྱི་སློན་ས་  
ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ་དགོས་སྒྲུ་མ་པ་དང་། ཞེས་པས་བསྟན། དེ་ལྟར་སྒྲུར་བཤད་མ་  
ཐག་པའི་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་རིགས་དུག་གི་གནས་གང་དུ་སྒྲུས་ཤིང་འཁོར་ཀྱང་།

འཁོར་བ་འདི་ནི་མེད་འོངས་དང་། སྤྱིན་པོའི་སྤྱིང་། དུག་སྤྱུལ་གདུག་པའི་ཚད་ལྟ་  
བུ་ཡིན་པས་ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ལས་བདེ་བ་མེད་ཚུལ། ཡོ་རྒྱུན་ཆེན་པོས།  
འཁོར་བ་འདི་ལ་ཁབ་ཀྱི་ཕྱེ་ཙམ་ཡང་། །བདེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན་ཞེས་  
གསུང་། །གསུངས་པ་ལྟར་བདེ་བ་ཁབ་ཀྱི་ཕྱེ་མོ་དང་སྤྱིའི་ཉམ་མ་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་  
པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། གསུང་རབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་། སྤྱི་མའི་ཞལ་རྒྱུན་གང་  
ཡིན་ཡང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་དམ་ཆོས་ཤིག་མ་མཉན་མ་བལྟ་ན་མ་གཏོགས། གོ་བ་  
དང་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་འདྲའི་གོ་བ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་  
འདྲའི་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བ་དེ་ལ་ཡིད་སྤྱུག་པར་བྱས་པ་གཅིག་བྱས་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་དེ་ལས་ཐར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པས་མི་ཆད་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་དེ་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་ཁོན་ལྟར་ལེན་དགོས། སྤྱུག་  
བསྐྱེད་དེ་མི་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་ཕན་པའི་ཐབས་དེ་གང་ཡིན་ན། གསལ་རྒྱལ་ལ་  
གདམས་པའི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་མཛད་དེ། མཐའ་བཞིས་  
བསྐྱས་པའི་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་སྤྱི་དང་། བྱད་པར་དུ་འཆི་བ་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་དེའི་ཆོ།  
དེའི་དུས་ན་དམ་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་རེ་སའི་མགོན་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་  
པའི་སྦྱབས་མེད་དོ། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཉམ་ཐག་མགོན་མེད་དུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ།  
ཉམ་ཐག་གི་རེ་སའི་མགོན་དང་། སྤྱོ་གཏད་བྱེད་ཆོག་པའི་མི་བསྐྱེད་སྦྱབས་དང་།  
རེ་ལྟོས་འཆར་སའི་རྟེན་དང་། ཡིད་བརྟན་ཕེར་ཤིང་གདུང་བ་སེལ་བའི་ངལ་གསེའི་  
སྤྱིང་དང་། ར་མདའ་སྤྱན་ཆོག་ཆོག་གི་དབུང་གཉིན་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་དེ་ཡང་ཡི་གེ་ནག་འདོན་གྱིས་སྤྱོག་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་ཕན་པ་ཡོང་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དཔེར་ན་འོ་མ་ལས་མར་དང་། མེ་ལས་དུ་བ་འབྱུང་བ་ལྟར་ལམ་གྱི་ཕ་བ་

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁོན་བསྟེན་ནས་སྤྱིད་པོ་ལེན་པར་བྱ་སྟེ། རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོག་ཅན་པོ། རྒྱ་ཆེ་ཆེ་བས་པ་མཐའ་  
ཞིག་མི་མདོན། གཏིང་ཟབ་ཟབ་ཀྱིས་འོག་ཏུ་སྤྱག་རྒྱ་མེད་པ། ལྷགས་བྲག་བྲག་  
གིས་ལས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་བས་ཀྱིས་གང་སར་འཕེན་འདུག་པ་ཡིན་ན། ཡར་སྤྱིད་པའི་ཕྱི་མོ་  
དེ་མཆོག་ཁ་ཐོག་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ན། མར་མནར་མེད་ཀྱི་ས་གཞི་རྒྱ་མཆོག་གཏིང་ན་  
ཟུག་ཡོད་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་སྣ་ཆོགས་པའི་ཚུ་སྤྱིན་གདུག་པ་ཅན་གྱི་གཞོན་  
པ་ཡོད་པ། ཅི་འདྲ་བྱས་ཀྱང་ཐར་དཀའ་བའི་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོག་འདིའི་ནང་དུ་འཁོར་  
ཞིང་འབྱུངས་ཡོད་ན། སྒྲུ་མ་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་གྲུ་དང་། དེད་དཔོན་སྒྲུ་མའི་ཁ་ལོ་  
བ་དང་བཅས་པ་བཞུགས་པའི་སྐབས་འདིར། ད་ལྟོ་ཀྱི་ལུས་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ན་ཆོས་  
ཀྱི་གྲུ་ཆེན་ལ་ཞུགས། སྒྲུ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་དེད་དཔོན་མ་བསྟེན་ན།  
སྤྱིན་ཆད་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་གནས་ནས་ཐར་དཀའ་བས། ཡོད་ན་ད་ལྟོ་ལྟོ་  
མེད་ན་ད་ལྟོ་ལྟོ་། ཤི་བ་ཤེས་ཤེས་ཁ་དང་། མ་ཁྱིམ་ལ་འཆོས་འཆོས་ཁ་ཟེར་བ་  
ལྟར། ད་ལྟོ་ཀྱི་སྐབས་འདི་དང་བསྟུན་ནས་སྤྱིད་པའི་མཆོག་ལས་སྒྲོལ་སྒྲུབ་པའི་བྱ་བ་  
ཞིག་སྒྲུབ་དགོས་བསམ་ནས། སྒྲུ་མ་དམ་པ་ཞིག་བསྟེན་རྒྱ་ནི་ཐར་ལམ་འདོད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གཙུག་པའི་མན་ངག་རེད། དེས་ན་ཡར་ཐར་ལམ་ལ་འགྲོ་ས་  
དང་། མར་ངན་སོང་ལ་ལྷུང་ས། བར་དུ་གནས་གཞན་དུ་འབྱུངས་ས། རང་  
འདི་ཁ་བཤད་ལྟར་ལམ་རྒྱ་གམ་འདྲ་བའི་བཞི་མདོར་ཐོན་ཡོད་ན། ད་ལམ་སྟོན་གྱིས་  
མཁན་བཟང་པོ་ཞིག་གདམ་མ་ཤེས་ཤིང་། བསྟེན་མ་ཤེས་དུས་བྱ་བ་ཆེན་པོའི་ཡག་  
ཉེས་རེད། ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ཞིག་འཕྲུག་ཟེར་བ་འདྲ་ག་ན་ཡིན། ཆོ་རབས་སྐྱེ་བ་མང་  
པོའི་གཏན་གྱི་བྱ་བ་ཉེས་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་ན། སྒྲུ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་

བསྟན་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། བཤེས་གཉིན་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ནི།  
མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉིན་དུལ་བ་ནི་བ་ཉེ་ནི་བ། །ཡོན་ཏན་ལྷག་པར་  
བརྩོན་བཅས་ལུང་གིས་ལྷུག། དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྤྲུལ་ལས་ལྷན། །བརྩེ་བའི་  
བདག་ཉིད་སྒྲོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཞེས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་དང་། དེའི་  
སྤྱང་ནས་བྱུང་པར་གསལ་སྤྲུགས་སྟོན་པའི་བླ་མའི་མཚན་ཉིད་ནི། དེ་ཉིད་བཅུ་དང་  
རང་བཞིན་བརྒྱན་ལྷན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་དང་། དེའི་ནང་ནས་རྫོགས་ཆེན་སྟོན་  
པའི་བླ་མ་ཡིན་ན། ཆོས་སྐུ་རང་གནས་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་སྤྱོད་པ་དང་། བོགས་འདོན་  
ཉམས་རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ། ཆོ་འདོར་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་  
རོལ་སྐྱེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། མདོ་རྒྱད་པ་ལས། བླ་མ་མཁས་པ་རྣམས་  
ལ་རྟག་ཏུ་བསྟན་བྱ་སྟེ། ཅི་ཕྱིར་ཞེན་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་འབྱུང་། །ནད་  
པའི་ཆོགས་ཀྱིས་གསོ་ཕྱིར་སྤྲན་པ་བསྟན་པ་ལྟར། །གཡེལ་བ་མེད་པར་དགེ་བའི་  
བཤེས་གཉིན་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་བླ་མ་མཁས་པ་  
རྣམས་ལ་ཐར་པ་འདོད་པ་དག་གིས་རྟག་ཏུ་བསྟན་ཅིང་བཀྱར་བར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ།  
རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། རང་རྒྱུད་ལ་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བླ་མ་མཁས་  
པ་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ནད་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་ནད་གསོ་བའི་ཕྱིར་སྤྲན་པ་  
མཁས་པ་བསྟན་པ་ལྟར། དུས་ལས་ཡོལ་བ་འཇམ་གཡེལ་བ་མེད་པར་དགེ་བའི་བཤེས་  
སམ་གཉིན་དུ་གྱུར་བའི་དཔལ་མགོན་བླ་མ་དམ་པ་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
ལ། ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པས། དེ་ཡང་ཐབས་མཁས་སྤྲུགས་རྗེ་དཔག་མེད་  
ཅིང་། །མདོ་རྒྱད་ཡིད་བཞིན་མཛོད་མངའ་འགོ་བ་འདེན། །སྟོན་བལ་ཡོན་ཏན་  
རྫོགས་པའི་བླ་མ་ནི། །སྟིགས་མའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་



མཚུངས། །རབ་དང་སྤྱི་ཞུ་གུས་པས་སྤྱི་བོས་བསྟེན། །ཞེས་གསུངས་སྟེ། དེ་  
ཡང་ཆོགས་རྒྱུ་དུས་དོན་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་ཤིང་། ཐུགས་རྗེ་སྒྱུ་  
ངལ་མེད་པས་གཞན་ལ་ཕན་པ་དཔག་མེད་མཛད་པ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མདོ་  
རྒྱུད་མང་དུ་ཐོས་པའི་སྤྱན་ངི་མ་མེད་པའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་གྱིས་གཏམས་པའི་ཐུགས་  
མཛད་མངའ་བས་འབྲེལ་ཆད་ཀྱི་འགྲོ་བ་ཐར་ལམ་ལ་འབྲེན་པ། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ལ་  
ཉེས་པའི་སྒྱོན་གྱི་ངི་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་། ཡིད་བཞིན་རེ་སྒྲོང་གི་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མ་དེ་ལྟ་བུ་ནི། སྤྱི་གསུང་མའི་དུས་འདིར་སངས་རྒྱས་དངོས་  
སྤྱོད་པ་དང་མཚུངས་ཕྱིར། རབ་དུ་དང་པ་ཐང་སྟོང་མེད་པར་སྒྲོ་གསུམ་གུས་པའི་  
རྒྱལ་གྱིས་བསྟེན་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་ལ་བསྟེན་བྱས་མ་དམ་པའི་  
མཚན་ཉིད་ནི། རིན་པོ་ཆེ་ཡུང་པོའི་མདོར། ཐུམས་པས་གསོལ་པ། དག་བའི་  
བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པར་བསྟེན་པར་བགྱི། ཞེས་ཞུས་པ་ན།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བཀའ་བསྩལ་པ། ཐར་ལམ་ལ་བྲིད་པའི་དག་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ནི། ཐེག་པའི་རྣམ་གངས་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒྲོའི་ཆོས་ཅི་དང་ཅི་སྟོན་པ་ཐམས་  
ཅད། དོན་དུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་དོན་དམ་  
པའི་བདེན་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་མ་འབྲལ་བ་འབའ་ཞིག་རང་གིས་  
རྟོགས་ཤིང་སེམས་ཏེ། གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་སྟོན་  
པར་བྱེད་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལམ་རྒྱུད་པོ་ནས་འབྲིད་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་སོགས་པ་མདོ་རྒྱུད་མང་པོ་ནས་སྒྲ་མའི་  
མཚན་ཉིད་མང་དུ་གསུངས་པ་དེ་གཞིར་བཞག་ནས། མདོ་སྡེ་རྒྱལ་ལས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ལམ་གཞན་ལུ་སྤྱི་གསུང་སོགས་ཀྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ལྷག་པའི་

བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱད་ལེགས་པར་དུལ་བ། སྤྱིར་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་  
ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་ཤིང་ཐོགས་པ་མེད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་རྩ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མང་པོ་ལ་  
ཐོས་བསམ་མཛད་པས་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོག་དོན་མཁྱེན་ཅིང་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་དང་།  
ཁྱད་པར་དུ་ལྟ་སྤྱོད་ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་དགོངས་སྤྱོད་མངའ་བས་དམན་དང་ལོག་པའི་གྲུབ་  
མཐའ་ལས་གྲོལ་བ། གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་ལ་  
གཟིགས་ནས། དེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་བསྟན་པ་ལ་མཁས་ཤིང་བསྟན་པའི་ལམ་  
སྲོལ་དུ་འཛུང་མཁས་པ། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་མཁས་པས་བདུད་དང་  
གོལ་ས་གཅོད་པ་ལ་ལྷག་པར་མཁས་པ། སྤྱོགས་ཤེད་གཞུང་ལ་ཐལ་རྒྱག་མ་ཡིན་  
ཤེས་བྱ་སྤྱི་ཚད་མཁྱེན་པའི་སྒྲོ་བྲོས་ཀྱིས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ། **སྤྱོགས་རེ་**  
**ཅོམ་མ་ཡིན་པར་མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་ཐོས་པ་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་**  
**ཟད་པ་མེད་པར་མངའ་བ།** ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས། སྤྱོམ་གསུམ་གནང་བཀའ་  
གཙུང་མའི་ས་གཞི་ལ། ཁྱོས་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྒྱུད་བརྒྱན། ཁྱེ་སྤྱོད་  
སྤྱགས་རྒྱུད་རྒྱ་མཚོའི་ཆོག་ར་མཁས་པ། ཁྱུངས་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་བྱི་མེད་འབྲས་བུས་  
ཐུག། ཁྱེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། **དེ་ཁོན་ཉིད་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་**  
**བསྐྱབ་པ་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ལས་ཆེས་ལྷག་པར་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་**  
**དགོས་ཏེ།** དམན་པར་བསྟེན་པས་མི་རྣམས་ཉམས་འགྱུར་ཞིང་། ཐད་ཀར་བབ་  
པར་བསྟེན་པས་སོ་ན་གནས། ཁག་ཅོ་བོར་བསྟེན་པས་དམ་པ་ཐོབ་འགྱུར་  
ཞིང་། དེ་སྤྱིར་བདག་ལམ་མཚོག་གྱུར་བསྟེན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
སྒྲོབ་མ་ཚོགས་ལམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྒྲ་མ་སྤྱོར་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་། སྒྲོབ་མ་སྤྱོར་  
ལམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྒྲ་མ་མཐོང་ལམ་ལ་གནས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པས། སྒྲོབ་

མ་རྣམས་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་བྱད་པར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ། དེ་ལས་གཞན་དུ་ན།  
བྱད་པར་རང་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་བཅས་མིན། །བྱད་ཆུབ་སེམས་བྲལ་གྲགས་པའི་  
མཐུས་བསྟེན་ན། །ལོང་བའི་དེད་དཔོན་ལོར་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། །ཟོལ་འགྲོགས་སུན་  
པའི་སྒྲག་ཏུ་འབྱམ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་  
བའི་མདོ་རྒྱད་གྱི་ལུང་དོན་ཐམས་ཅད་རྣམ་དཔྱད་གྱི་རིག་པས་བཀྲལ་ནས་དགོངས་དོན་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འབྱེད་པ་ལ་སྦྱོར་སྒྲིབ་གི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་མཐུ་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་  
གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་མངའ་བས་ན། གདུལ་བྱའི་རྣ་བར་སྟན་ལ་  
འཛེབས་ཤིང་ཆོག་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པས་དོན་དམ་པ་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་བཀྲི་ཞིང་  
བཀོད་པར་མཁས་པ་སྟེ། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ལས། ཐེག་  
པའི་རིམ་པ་ལ་མཁས་པས་ས་ལམ་གང་མོས་ལ་འགོད་པ། མས་འཛེག་ལམ་རིམ་  
ལ་མཁས་པས་སྒོ་དམན་དགེ་སྦྱོར་ལ་འཛུང་པ། ཐར་ལམ་གྱི་དམར་བྲིད་ཟབ་མོས་  
རང་གནས་གྱི་ཆོས་སྐྱུ་རང་ངོ་ཅེར་མཐོང་དུ་སྦྱོད་པ། ཅུལ་སྦྱོང་གི་བོགས་འདོན་ཟབ་  
མོས་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་བསྐྱེད་པ། མཐར་ཕྱིན་རྟོགས་པ་མངའ་བས་གདུལ་བྱར་  
ཡིན་ལུགས་གྱི་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པ། ཐབས་ལམ་ཟབ་མོ་མངའ་བས་གང་ཡང་ལམ་  
དུ་སྦྱོར་བ། སྒྲ་ཆོགས་གདམས་པ་མང་བས་ཤེས་རྒྱུད་འགྲོལ་བར་མཁས་པ།  
མཐོང་ཐོས་སྦྱོང་བ་ཆེ་བས་བདུད་དང་གོལ་ས་གཅོད་པར་མཁས་པ། ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པ་བཞིན་སྟོབ་མ་དོན་དམ་པའི་ལམ་ལ་བཀྲི་བ་ལ་མཁས་པས། ཆོས་སྟོན་  
པ་དེ་རྟོན་པ་དང་བཀྲུ་སྟོན་སོགས་འཛིག་རྟོན་ཆོས་བརྒྱད་ལ་མི་གཟིགས་ཤིང་དེ་བསྐྱུབ་  
པའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར། སྦྱོང་འཇུག་ལས། བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་མུག་  
པས། །རང་གི་བདེ་བ་དགྲ་ལྟར་འཛོམས། །སྦྱག་བསྐྱེལ་འདོར་འདོད་སེམས་

ཡོད་ཀྱང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱུ་ལ་མངོན་པར་རྒྱག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་  
 དབང་མེད་ལས་ཀྱི་རྒྱུད་ལྷགས་སྒྲོག་དཀའ་བས་བསྐྱོད་ནས། །འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་  
 གི་རྒྱད་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་གདུང་བས་དུས་རྟག་རྟ་བདེ་བས་མེད་ས་ཤིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་  
 སྐྱོད་པ། གཞན་སྤྱུས་ཀྱང་སྐྱོབ་དཀའ་བའི་**འགྲོ་བ་ཉམས་རྒྱུད་ལ་**ལྷག་པར་**བཙེ་བའི་**  
**སྒྲིང་རྗེ་ཅན།** དཔེར་ན་མས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བཙེ་འང་ན་བའི་བྱ་ལ་ལྷག་པར་བཙེ་བ་  
 ལྟ་བུ་དང་། སླ་མ་རང་ཡང་ཆོས་བཞིན་དུ་སྐྱོད་ལ་གཞན་ཡང་དེ་ལ་སྐྱོར་བ།  
**གཞན་དོན་བསྐྱབ་པ་སྐྱོད་པ་མེད་པའི་བཙོན་འགྲུས་ཅན།** གདུལ་བྱ་སྒྲོ་མྱོངས་པ་ཐོས་  
 པའི་བག་ཆགས་མེད་པ་ལ་ལན་གཅིག་བཤད་པས་མི་གོ་བ་ཚོར་**ཡང་ཡང་འཆད་པ་ལ་**  
**སྐྱོང་ལ་མེད་པ།** དུས་ངན་གྱི་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ཕར་ལ་ཆོས་བཤད་ནས་ཐར་པའི་ལམ་  
 སྟོན་ནས་ཕན་བཏགས་ན། ཚུར་ལ་གཤེ་ཞིང་བསྐྱར་བ་འདེབས་པ་སོགས་**ལོག་སྒྲུབ་**  
 ལ་བཟོད་པས། ས་གཞི་ལྟ་བུ་ཅི་ཡང་འཁྱུར་བ་**ཟོད་པའི་སྒྲིང་སྟོབས་ཅན་གྱི་སླ་མ་དམ་**  
**པ་ཞིག་བསྟེན་དགོས་**གསུངས་པ་རེད། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས་ཀྱང་། མཐའ་དག་  
 ཡོན་ཏན་འབྱོར་བའི་སླ་མ་ནི། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེ་འི་  
 །ཁམས། །གདུལ་བྱའི་ཡུལ་ལ་སྐྱེས་བྱའི་གཟུགས་ཀྱིས་བྱོན། །དངོས་གྲུབ་ཀུན་  
 གྱི་ཅ་བ་སླ་ན་མེད། །ཅེས་གསུངས་ན། སླ་མ་བཏགས་ནས་བསྟེན་པ་ནི་གལ་ཆེན་  
 རང་གི་དོན་ཆེན་རེད། སྟོན་བསྐྱེལ་པ་ཡར་ལྷན་གྱི་སྐྱབས་ན་འཕགས་པའི་སླ་མ་གྲུབ་  
 པ་ཐོབ་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མང་པོ་བྱོན། དེའི་དུས་སྤྱ་གདུལ་བྱ་ཡང་བསོད་  
 རམས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ལ། ད་ནི་བསྟེན་པ་སྒྲིགས་མའི་སྐབས་རེད། མཐའ་དག་  
 ཡོན་ཏན་རྗེ་གསལ་པའི་སླ་མ་དགོན་ཞིང་། གལ་ཏེ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུད་སྤྱུས་རྒྱུ་ལ་གྱིས་  
 བཞུགས་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན། སེམས་ཅན་མྱོངས་པ་གྲགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་མང་བ་

ཡིན་པས། ལྷར་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་གླེ་མ་དན་པ་དང་འཕྲད་སེང་ན་གཞན་སྦྱེས་བུ་དམ་  
པའི་རྒྱུད་དུ་འགྲོར་མི་འདུག དེའི་ཟུར་ན་བསྐྱད་ཀྱང་ཡོན་ཏན་སྦྱེ་སྦྱུ་མེད་པ་དེ་འདྲ་  
ཡོད། སྒྲོབ་པ་སོ་སོའི་སྦྱེ་བོ་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སར་འབྲིད་པའི་ལམ་མཁན་ཡིན་  
པས། གླེ་མ་བརྟག་པ་ལས་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། གླེ་མ་དེ་ལ་ནང་  
གསེས་སུ་དབྱེན། སྦྱི་མདོ་དགོངས་པ་འདུས་པ་ལས། སྦྱི་སྦྱོ་འདོགས་གཙོད་པ་  
ལ་མཁས་པའི་གླེ་མ། རང་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་གདམས་པ་སྟོན་པ་རིན་ཅན་གྱི་གླེ་མ།  
གསང་བ་སེམས་ཉིད་སྦྱེ་བ་མེད་པར་སྟོན་པ་ཅུ་བའི་གླེ་མ། རང་བཞིན་གཞིའི་གླེ་མ།  
དག་པ་རང་སེམས་ཀྱི་གླེ་མ། སྒྲུང་བ་བཅའི་གླེ་མ། གང་ཟག་བརྒྱུད་པའི་གླེ་མ་  
རྣམས་ལ་འདུས་པའོ། །ཞེས་མདོ་རྒྱུད་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀའ་  
བའི་གནས་ལ་སྦྱོ་འདོགས་གཙོད་པ་ལ་གཞན་རིང་མི་འཛོག་པར་མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་  
ལ་བཀའ་བབ་པ་མཁས་པའི་གླེ་མ། །ནང་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་གདེང་དང་ལྷན་པས།  
གསང་སྤྲགས་ཀྱི་དབང་དང་དམ་ཆོག་གི་བྱིན་བརྒྱུད་འཕོ་བར་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་  
སྟོན་པ་ལ་རིན་ཅན་གྱི་གླེ་མ། གསང་བ་སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་དག་པ་སྦྱེ་བ་མེད་པ་  
ཆོས་སྒྱའི་རང་ཞལ་མདོན་སུམ་རྩེན་ཅར་ཏུ་སྟོན་ལུས་པ་ལ་ཅུ་བའི་གླེ་མ། ཀུན་མཁྱེན་  
ཆེན་པོས། རིམ་བརྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་ལྷན་པའི་གླེ་མ་ནི། །གོང་མ་མཉེས་བྱས་བྱུབ་  
ཐོབ་བརྒྱུད་པ་འདྲིན། །ཐུགས་མཛོད་ལོན་པས་སྟན་བརྒྱུད་གདམས་པ་  
ལྷན། །ཐུག་བཞེས་མཐོང་བས་དོན་གཉིས་སྦྱུབ་ལ་མཁས། །བསྦྱུབ་ལ་བཙོན་  
པས་དངོས་བྱུབ་སྦྱིན་ཆོགས་བརྟེས། །གཞན་སྒྲུང་བསྦྱར་ལུས་ཐར་པའི་ལམ་སྒྲ་  
འདྲིན། མདོ་རྒྱུད་བཀའ་བབ་དམ་ཆོག་གཙོད་གྱུར་པ། །དེ་འདྲའི་མཁས་བྱུབ་  
དཔལ་མགོན་སྦྱི་བོས་བསྟེན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། རང་བཞིན་གཞིའི་གླེ་

མ་ནི། སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་རང་བྱུང་བྱུང་རྒྱུ་གི་སེམས། ཡེ་  
 རྩོགས་ལྷན་གྲུབ་འདུས་མ་བྱས་པ་སྐྱེ་གསུམ་འདུ་འབྲལ་མེད་པ། རོ་བོ་ཡེ་ནས་དག་  
 པ་ཆོས་སྐྱེ་གཞི་གནས་གི་རིག་པ་དེ་ཡིན། དག་པ་རང་སེམས་གི་སྒྲ་མ་ནི། སྒྲ་  
 མའི་མན་དག་དང་བརྒྱད་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ལ་བརྟེན་ནས། དགོངས་བརྒྱད་རྩོགས་  
 པའི་པ་ཕོགས་ཐོབ་སྟེ་བསལ་བཞག་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་དག་གསལ་རང་གནས་གི་ཡེ་  
 ཤེས་རོ་འཕྲོད་དེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་དེ་རེད།  
 སྒྲ་བ་བཟླའི་སྒྲ་མ་ནི། གང་སྒྲ་ཡེ་ཤེས་གི་རོལ་པ། གང་ཤར་ཆོས་སྐྱུའི་རང་  
 རྩལ་དུ་ཤེས་པ་དེ་ཡིན། གང་ཟག་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ནི། གང་འདུལ་གཟུགས་  
 སྐྱུའི་རྩལ་དུ་སྒྲ་བ། རྣམ་པ་མིའི་ཐོལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱོན་པའི་དམ་པ་གོང་མ་རིམ་  
 རྣམ་རིམ་བརྒྱད་བར་མ་ཆད་པར་བྱོན་པ་དེ་རྣམས་ཡིན་པ་རེད། སྒྲ་མ་དེ་རྣམས་སུ་  
 འདུས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། འདི་ལ་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་སྒྲ་མ་གཉིས་སུ་སྟེ་བ་  
 ལས་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་ཡིན་པའང་གོ་དགོས། །དེས་སྒྲ་མའི་  
 མཚན་ཉིད་མཚན་གཞི་དབྱེ་བ་དང་། སྒྲ་མ་བསྟེན་པའི་དགོས་པ་དང་བཅས་པ་བསྟན་  
 རས། འདིའི་ཤུགས་བསྟན་དུ་གོ་དགོས་རྒྱ་ནི། སྒྲ་མ་མ་བསྟེན་པའི་སྟོན་ཅི་ཡོད་  
 ནི། སྒྲ་མ་བསྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ལས་ལྷོག་ནས། ཐར་པའི་ལམ་སྟེ་མི་ཟིན་པ་དང་།  
 ཡོན་ཏན་གི་ཚོགས་མི་འབྱུང་བ། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གི་ནང་དུ་རྒྱུད་པ། དེའི་  
 སྟེང་ན་སྟོན་ཅན་གི་སྒྲ་མ་དང་གྲོགས་ངན་འགྲོགས་ན་ཉེས་པ་མང་པོ་འགོ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 གཏི་མུག་ཤས་ཆེ་བ་དང་འགྲོགས་ན་ཤེས་རབ་འགྲིབ་པ་དང་། ཞེ་སྤང་ཤས་ཆེ་བ་  
 དང་འགྲོགས་ན་གདུག་རྩུབ་ཇེ་ཆེ། འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་དང་འགྲོགས་ན་འདོད་  
 སྤང་ཆེ་བ། ཞེ་ལོན་ཁོན་ལྷ་བའི་མི་ལྷོ་བའི་སྒྲ་མ་དང་འགྲོགས་ན་ལོག་འཚོའི་ཉེས་པ་

སོགས་འགྲོ་བས་སོ། །མདོར་ན་སྒྲིབ་དོར་མ་ཞོར་བའི་སྒྲོན་སྒྲ་མ་བསྟེན་རྒྱ་གལ་ཆེ་  
 བ་རེད། སྒྲ་མ་བརྟག་སྒྲིབ་སྒྲ་མའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པའི་ཞར་ལ་སྒྲོབ་མའི་མཚན་ཉིད་  
 གྲུང་བསྟན་པ་ནི། རྒྱུད་གྲོང་གསལ་ལས། སྒྲོད་དང་མི་ལྟན་སྒྲོབ་མ་  
 ནི། །ཤེས་རྒྱུད་ཁ་གསལ་གདོང་ལྟས་ཆེ། །ཁ་མཁས་ལག་དམ་གཡོ་སྒྱུ་  
 ཆེ། །སྒྲ་མའི་གསུང་བཅག་དྲིན་ལ་ཚུད། །ཡོན་ཏན་མི་མཐོང་སྒྲོན་ལ་  
 རྟོག། །རིགས་རྒྱུད་དང་རྒྱུད་དན་པ་དང་། །བཀའ་དྲིན་བྱུང་གསོད་དང་ལ་  
 བསྟོད། །དོན་དམ་དམ་ཚིག་ཉམས་ལེན་འཆལ། །སྒྲོབ་མ་མ་བརྟག་སྒྲོབ་དཔོན་  
 དག། །ཞེས་དམ་ཚིག་ཟབ་མོ་བསྟན་པའི་སྒྲོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པའི་སྒྲོབ་མ་  
 ནི། དད་པ་དང་ཤེས་རབ་རྒྱུད་ཞིང་གཡོ་སྒྱུ་དང་ཁ་གསལ་ཆེ་བ། གསལ་འགྲོག་  
 ཨ་གསལ་ཆེ་བ་དང་ངོས་ལྷོག་ཅན་གྱི་གདོང་ལྟས་ཆེ་བ། མཆོད་པ་དང་མཆུལ་  
 རྟོགས་ལ་སེར་སྒྲ་ཆེ་ཞིང་ལག་པ་དམ་པོ། དོན་ལ་མི་གནས་པའི་ཁ་མཁས་པ།  
 གཡོ་སྒྱུ་ཆེ་བ། སྒྲ་མའི་བཀའ་ལ་མི་བཙེན་ས་གསུང་བཅག་ སྒྲ་མས་གསོལ་རས་  
 རེ་གནང་ན་ཉི་མ་འགའ་རེར་དད་པ་སྒྲེབ་སོགས་དྲིན་ལ་ཚུད་པ། སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་མི་  
 མཐོང་ཞིང་དང་པོ་ནས་སྒྲ་མའི་སྒྲོན་ལ་རྟོག་ཅིང་འཆོལ་བ་དང་། རིགས་རྒྱུད་དང་དང་  
 རྒྱུད་དན་པ། མི་གཞི་དན་པའི་ཐོལ་སྒྲུང་ཐག་ལུ། །སྒྲ་མ་སྒྲོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ་ལྟར་  
 བསྟེན་ནས། །སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་མི་བྲན་པར་བྱུང་  
 གསོད་བྱེད་ཅིང་དང་ཉིད་ལ་བསྟོད་པ་ལ་དགའ་བ་དང་། དོན་དམ་དུ་དམ་ཚིག་རྒྱུད་  
 ཐོས་དང་ཉམས་ལེན་གནད་འཆལ་བ་སྟེ། དམ་ཚིག་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་དང་པོ་ནས་མི་  
 བསམ་པ་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་སྒྲོབ་མ་མ་བརྟགས་པར་ཉར་ན་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དག་ཡིན།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟགས་པའམ་སྒྲོབ་མའི་རྒྱུད་བརྟགས་པར་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བས་བསྟེན་

བྱ་སྤྱོད་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ནི། འོད་གསལ་གྱི་རྒྱུད་རིག་པ་རང་ཤར་ལས།  
 དད་པའི་སྤྱོད་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་ཆེ། །ཤེས་རབ་ཆེ་ཞིང་འཛིན་ཆགས་མེད། །ཡུ་  
 དུད་ཆེ་ཞིང་གསང་སྤྲགས་སྤྱོད། །རྟོག་མེད་སེམས་ལ་གཡེང་བ་མེད། །དམ་  
 ཚིག་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་ལ་བཙོན། །ཞེས་ཆོས་དང་སྤྱོད་པ་ལ་དད་པའི་སྤྱོད་པ་ཆེ་བ་དང་།  
 དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྤྱོད་པའི་བཙོན་འགྲུས་ཆེ་བ། ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཆེ་  
 ཞིང་སྤྱོད་པ། འདི་སྤྱོད་སྤྱོད་མའི་དངོས་པོ་ལ་འཛིན་ཆགས་མེད་པ། སྤྱོད་པ་གུས་  
 བཀྱར་ཡུ་དུད་ཆེ་ཞིང་གསང་སྤྲགས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ། ཡིད་སེམས་ཉེ་བར་མ་ཞི་  
 བའི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པ་མེད་པས་སེམས་ལ་གཡེང་བ་མེད་པ། སྤྱོད་པ་  
 དང་དམ་ཚིག་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་པའི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་བཙོན་པ་དེ་འདྲ་  
 དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཁོན་ལས། དེ་ལས་ལྷོག་པ་གཞན་དུ་སྤྱོད་པ་བསྐྱབ་རུང་  
 བ་མ་ཡིན་ལ། གོང་དུ་བཤད་པའི་བཟང་པོའི་ཆ་རྒྱུན་ལྡན་པའི་དེ་ལྟ་བུའི་དཔོན་སྤྱོད་  
 མ་འཛོལ་བར་བྱུང་དུ་འབྲེལ་ན། དཔེར་ན་གཤོག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་འདབ་ཆགས་  
 མཁའ་ལ་འཕྱར་བ་ལ་ཆོགས་མེད་པ་བཞིན་དུ། བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པ་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་  
 དཀའ་ལས་མེད་པས་སྤྱོད་པས་ཀྱང་གདམས་ངག་སྦྱིན་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་བྲག་གི་  
 མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་བསྟེན་ཅིང་། སྤྱོད་པ་རང་ཉིད་ལའང་མཚན་ཉིད་བསྟེན་པའི་  
 ལུང་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པའི་སྦྱོན་གང་དང་གང་ཆེ་བ་དེ། ངོས་ཅོར་གྱིས་བཟུང་ནས་  
 དེ་དང་དེར་གཉིན་པོས་རྒྱུད་བསྐྱམས་ཇེས་སུ་སྤྱོད་པ་ཡང་དག་པའི་མཚན་ཉིད་ཆང་བར་  
 བྱ་དགོས།



## གཉིས་པ་བཤེས་གཉིན་བསྟན་ཚུལ་དངོས།

དང་པོ་བསམ་པས་བསྟན་ཚུལ།

བཤེས་གཉིན་བསྟན་པ་དངོས་ལ་བསམ་པས་བསྟན་པའི་ཚུལ་དང་། སྒྲུང་བས་  
བསྟན་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུ་མ་བསམ་པས་བསྟན་པའི་ཚུལ་ནི། དགོན་མཆོག་ཏ་  
ལའི་གཟུངས་ལས། དད་པ་སྒྲོན་འགྲོ་མ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱེད་ཞིང་འཕེལ་བར་བྱེད། །དོགས་པ་སེལ་ཞིང་ཆུ་བོ་རྣམས་ལས་  
སྒྲོལ། །དད་པ་བདེ་ལེགས་གོང་ཁྱེར་མཆོན་བྱེད་ཡིན། །དད་པ་རྣོག་པ་མེད་ཅིང་  
སེམས་དང་བྱེད། །ང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཞིང་གུས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། །དད་པ་ནོར་དང་  
གཏེར་དང་རྐང་པའི་མཆོག། །ལག་པ་བཞིན་དུ་དག་སྤྱད་རྩ་བ་ཡིན། །ཞེས་དད་  
པ་ནི་དཀར་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོན་འགྲོ་ཡིན་པས། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པ་  
པོ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་དཀར་པོའི་ཆོས་དང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དད་པས་  
སྒྲུར་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པར་མ་ཟད་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པ་  
ཤིང་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ཡོད་ན་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དོགས་  
པ་སེལ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆུ་བོ་རྣམས་ལས་སྒྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། འདོད་  
པའི་དད་པ་སོགས་ནི་མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་ལེགས་ལྷན་པའི་གོང་ཁྱེར་མཆོན་  
བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ལྟ་བུ་ཡིན། དང་བའི་དད་པ་སོགས་ཡོད་ན་སེམས་ལ་ར་རིའི་བྱི་མས་རྣོག་  
པ་མེད་ཅིང་དག་སེམས་དང་བར་བྱེད། ང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཤིང་གུས་པའི་རྩ་བ་འདྲ་དད་  
པ་ཡིན། དད་པ་ནི་འཕགས་པའི་ནོར་དང་ཡོན་ཏན་མི་ཟད་པ་འབྱུང་བའི་གཏེར་དང་།  
ཐར་ལམ་དུ་འགྲོ་བའི་རྐང་པའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན། དད་པ་ནི་ལག་པ་བཞིན་དུ་

བསོད་ནམས་བསམགས་ཏེ་དགོ་བ་མཐའ་དག་སྤྱད་པའི་ཙུ་བ་ཡིན་ནོ། །**ཞེས་གསུངས་**  
**པ་ལྟར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་བརྟགས་ཤིང་བསྟེན་པ་དེ་ལ།** **མཉམ་འགྲོགས་བདུང་**  
**ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་མ་ཡིན་པར་ཞེ་ཐག་པ་ནས་མི་ཐྱེད་པའམ་མི་ལྷོག་པའི་དད་པ་དང་ལྡན་པ་**  
**འཕགས་པ་རྟག་ཏུ་དུས་བྱུང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཚོས་འཕགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་**  
**ཞིག་ངེས་པར་དགོས།** སྟོན་ཆད་བསྐྱལ་པ་བཟང་། དུས་ཚོད་ཡར་ལྡན་གྱི་སྐབས་  
སུ། སློབ་མའང་བྱུབ་བརྟེས་གྱི་སྐྱེས་བུ་མང་པོར་བྱོན་ཞིང་། སྟོབ་མའང་སྟོན་སྤྱོད་  
ལས་འཕྲོ་ཡོད་པའི་སྟོད་ལྡན་མང་ལ། སྟོད་གྱི་བྱུང་པར་གྱིས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་  
ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཁས་བྱུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་མང་པོར་བྱོན་སྤྱོད་བ་རེད།  
སློབ་མའི་ཐུགས་རྗེ་དང་དགོངས་བརྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་སྟོབ་མའི་མོས་གུས་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱིས་  
བུམ་པ་གང་བྱེ་ཡི་རྩལ་དུ་གྱུར་སོང་བའང་མང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་རིང་ཁ་ཅུང་དུས་  
སྟེགས་མ་རེད། བྱུང་པར་ལྟ་བའི་སྟེགས་མའང་ཁེལ་ཡོད་པས། སྟོན་མའི་དུས་  
ལྟར་རྒྱ་རྒྱུ་རྟེན་འབྲེལ་འཛོགས་པ་དཀའ། དེས་ན་དད་པ་ཡོད་དགོས། དད་པ་  
སྟོན་འགོ་མ་ལྟར་ཡིན། དད་པ་དགོ་ཙུ་བ་བྱེད་གྱི་ལག་པ་ཡིན་གསུངས་པ་དང་།  
དད་པ་མེད་ན་ཆོས་ཀྱི་ཙུ་བ་རུལ་གསུངས་ཡོད། དད་པ་ཡོད་དགོས་རྒྱ་ཅི་བཤད་དེ།  
དེས་མི་ཆོད་པར་དེའི་སྤྱོད་དུ་ཤེས་རབ་ཡོད་དགོས། ཤེས་རབ་མེད་ན་ཆོས་ཀྱི་གནད་  
བྱུང་པར་ཅན་ཤེས་ཤིང་རྟོགས་ཐུབ་པ་མ་རེད། ཐོས་པ་ཡོད་དགོས། ཐོས་པ་མེད་  
ན་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་མི་ཤེས། ཆོས་ཀྱི་ནང་དོན་མ་ཤེས་ན་གོ་རྒྱུ་ཤེས་རྒྱ་  
ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ཐོག་ཏུ་སྤྱིང་རྗེ་ཡོད་དགོས། སྤྱིང་རྗེ་མེད་ན་ཐོག་ཆེན་གྱི་  
ཆོས་གལ་དུ་མི་རྟོན། ད་རུང་སྟོན་དམ་ཆོག་བསུང་དགོས། སྟོན་དམ་ཆོག་མེད་  
ན་སྟོན་དུག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལྟར་ཡིན་པས་ན་སྟོན་དམ་ཆོག་རྣམ་པར་དག་རྒྱ་གལ་ཆེ།

སྒྲིབ་དམ་ཆོག་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཅུ་བ་དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་ལྡན་པའི་སྒྲོན་སྒྲོ་གསུམ་  
ཞི་བ་ཡིན་དགོས། སྒྲོ་གསུམ་ཉི་བར་མ་ཞི་བ་ལ་ཉེས་ལུང་གི་ཆར་པ་འབབ་པ་རེད།  
ཡང་ཁོག་ཡངས་དགྲེལ་ཆེ་ཡིན་དགོས། ཁོག་དོག་ངང་ཐུང་། རྒྱུ་ཀ་མེ་ཐོག་ཏུ་  
གཞག་པ་འདྲ་ཞིག་གིས་མཆེད་གྲོགས་དང་། ཉེ་འཁོར་དང་ཁོར་ཡུག་གི་མི་ཆང་མ་  
ལ་སུན་པ་སྟར་ནས་འགྲིགས་དགའ་བ་རེད། གཏོང་མོད་དང་ལྡན་དགོས། དེ་  
མེད་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་འགགས་འགྲོ། ཐམས་ཅད་ལ་དག་སྒྲུང་ཡོད་དགོས།  
དེ་མེད་ན་སྒྲུང་བ་དགྲར་ལངས་ནས་རིག་ཆད་མ་དག་པའི་སྒྲུང་བ་ཁོན་ཤར་ཡོང་བ་རེད།  
བྲེལ་དང་ངོ་ཆ་ཡོད་དགོས། དེ་མེད་ན་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་མི་རུས།  
གཞན་སྒྲོན་ཁོན་མི་བཅའ་བར་རང་སྒྲོན་རང་གིས་བརྟགས་ཏེ། དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ནས་ཆོས་ལམ་ཡང་དག་ཅིག་ལ་ཞུགས་སྐྱེལ་ནས་འདི་ནི་རྟེན་པ་ཆེན་པོ།  
རྟེན་པར་དགའ་བའི་གྲོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁ་ནང་ཡོང་བ་རེད། རང་ཉིད་ལ་སྒྲོབ་མའི་  
མཆོད་ཉིད་ཞིག་མ་ཆང་ན་སྟོད་ངན་ནང་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆུ་མི་ཆགས་པས། ང་ལ་འདི་  
དང་འདིའི་ཐད་ནས་ཆང་མི་འདུག་བསམ་ནས་རང་མཆོང་རང་ལ་རྒྱེལ་དགོས། སྒྲོན་  
སྒྲོན་གྱི་སྒྲེས་བུ་དམ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིབ་མ་ཇི་ལྟར་བསྟེན་ནས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་  
པར་ཅན་རང་རྒྱུད་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྲེས་འདུག། སྐབས་དང་སྐབས་སུ་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་  
བལྟ་སྐྱེད་ཆོག་ལ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་  
པ་རེད། ཆོང་དཔོན་གྱི་བུ་ཉོར་བཟང་གིས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་  
བསྟེན་པའི་རྣམ་ཐར་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ། དུས་རྟག་ཏུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་  
ངོ་ལ་ལྟ་བ་བུ་མཛངས་པ་ལྟ་བུ། སྒྲིབ་མས་བཀའ་བརྒྱུན་བྱེད་ན་མི་ཁྲོ་བ་ཁྲི་ལྟ་བུ།  
འགྲོ་འོང་གིས་མི་སྒྲོ་བ་བྱ་ལྟ་བུ། བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་ཟམ་པ་ལྟ་བུ།

ཆོས་དང་སྒྲུ་མའི་ཕྱིར་དུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲུ་ཆོག་པ་བཟུང་བའི་འོག་རྟོལ་བུ། ང་  
རྒྱལ་སྒྲོལ་བ་ཕྱག་པ་དར་བ་ལྟ་བུ། དྲེགས་པ་སྒྲོལ་བ་བྱུ་མཆོག་གི་རུ་བཅད་པ་ལྟ་བུའི་  
སེམས་ལ་བརྟེན་ཏེ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན་པ་ལྟར་དུ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཟིན་པའི་གང་ཟག་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བར་མི་  
འགྱུར་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེས་ན་ན་རོས་ཏེ་ལོ་དང་། མི་ལས་མར་པ་བསྟེན་  
རྒྱལ་སོགས་ལ་ལྟོས་དང་ཤེས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དེ་རྣམས་ནི་གཤམ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་  
རེད། ལས་དག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མ་དག་པ་ལའང་དག་པར་སྒྲུང་ཡང་། **འ་སྒྲེལ་**  
**ལས་མ་དག་པའི་དབང་གིས་**དག་པ་ཡིན་ཡང་མ་དག་པར་སྒྲུང་བ། དཔེར་ན་རབ་  
རིབ་ཅན་གྱིས་མཁའ་ལ་སྒྲུ་ཤད་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ། **སྒྲུ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལའང་**  
**དེ་དག་གིས་བྱང་པེས་ལྷེ་མ་དགོངས་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ།** ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་བཤད་  
པའི་ཆོ་བྱང་པེས་ལྷེ་མ་དགོངས་བཞིའི་སྒྲོན་པ་བཤད་ཀྱིན་ཡོད་རེད། བཀའི་དོན་  
ཐམས་ཅད་སྒྲུ་ཐད་བྱང་པོའི་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་མིན་ལ། ཡང་མཐའ་གཅིག་སྒྲུ་ཇི་  
བཞིན་པ་ལས་འགལ་བ་ཤ་སྟག་ཏུ་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་མ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཆོན་  
ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་དེ་སྒྲུ་ཆོག་གི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་  
ཞིག་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མ་ཡིན་པས་རེད། བྱང་པར་དུ་སྤྱག་པ་གི་གནས་སྐབས་ན།  
གདུལ་བུའི་དབང་པོའི་བྱང་པར་གྱིས་མོས་པ་སྒྲོལ་བ་ཅུ་ལ་དགོངས་པ་དང་།  
རྟོགས་གོམས་མཐར་ཕྱིན་པའི་གང་ཟག་ལ་གནང་བའི་བྱང་པར་མ་ཕྱེས་ན། ལྷེ་མ་པོ་  
དགོངས་པ་ལ་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པར་བཟུང་ན་ངན་སོང་དུ་འཕྲུལ་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་བ་རེད།  
དེས་ན་སྒྲུ་གཅིག་ལ་དངོས་བསྟན་དང་། དགོངས་པ་སྒྲུང་སྒྲུངས་ཀྱིས་ཆ་གཉིས་སུ་ཕྱེ་  
ན་དོན་གྱི་གནད་ལ་འགལ་བ་མི་འདུ། འདིར་བྱང་པེས་གསུང་རྒྱ་བྱང་དོན་ནི།

གཞུང་དེའི་ཚིག་དངོས་ཟིན་གྱི་དོན་དེ་ལས་དོན་གཞན་པ་ཞིག་དང་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་དོན་  
དང་། ཚིག་དངོས་ཟིན་ལ་བསྟན་པ་དེ་ལས་གཞན་དུ་དོན་འདྲན་རྒྱ་མེད་པ་ངས་དོན་  
རེད། ལྷེམ་དགོངས་ལ་དགོངས་དང་དགོངས་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན།  
བསྟན་དོན་གཅིག་ཡིན་ནའང་གདུལ་བྱའི་དབང་པོའི་བྱུང་པར་གྱིས་དབང་ཕྱོད་གྱི་དབང་  
དུ་བྱས་ནས་དོན་དེ་ལ་འགལ་བའི་སྐྱེས་གསུངས་པ་དགོངས་བཤད་དང་། དབང་  
རྒྱལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྐྱེས་ཐད་དང་དུ་བཤད་པ་དགོངས་མིན་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་དང་  
ངས་ལྷེམ་དགོངས་རྣམ་པ་བཞིའི་སྒྲོན་མཛད་པ་སྐྱ་ཚོགས་བསྟན་པའི་གནད་མ་གོ་  
བས། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་གསང་བ་དེ་གིན་ཏུ་སྐྱས་པ་ཡིན་པས། རང་གི་སྒྲིབ་  
པས་ལྟ་མི་མངོན་པས་སྒྲོན་ཡོན་འདྲེས་མར་སྤང་བ་སྲིད་པས། བྱུང་པར་དུ་ཐུགས་  
ལམ་དུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་རྩལ་བརྟེས་ནས་རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་དང་། ཟུང་འཇུག་  
གི་སྒྲིབ་པ་སོགས་གྱི་རང་བཞིན་དེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་སྒྲོས་ཐད་ཀར་བརྟག་གེས་རྒྱ་ཙན་ཞིག་  
མིན། དཔེར་ན་བྲམ་ཟེ་སྐྱ་གཙན་འཛིན་དང་། སྤ་བ་རི་པ། བིན་ས། ལ་བ་  
པ། ཏི་ལུ་པ། ཡིན་རྒྱུ་ཏི་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་མཛད་པ་ལྟ་བུ་རེད། ལྟར་  
སྤང་ལ་སྒྲོན་ཡོན་འདྲེས་མར་སྤང་བ་སྲིད་པས་དེའི་ཆོ་ཐེ་ཚོམ་དང་ལོག་ལྟ་ཙན་ལ་སྒྲོན་དུ་  
ཤར་བའི་སྒྲོ་དེ་རང་ཉིད་གྱིས་དགག་དགོས། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དངོས་སུ་གེས་རྒྱ་  
ནི། ལས་དག་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་མཐུན་པ་ཞིག་མིན་ན་མཐོང་དཀའ་བ་རེད། རང་སྒོ་  
འབྲུལ་རྟོག་གིས་སྒྲོན་དུ་ཤར་བ་དེ་དགག་ཅུས་ན་ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་ངམ་ངམ་  
ཤུགས་གྱིས་འོང་བ་ལས་འོས་མེད། མཛད་སྒྲོད་གང་ཡང་ལོག་པར་མི་ལྟ་  
སྟེ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་དབང་ཐུག་པལ་མོ་ཆེ། །གདོལ་པ་གཡུང་པོ་སྤྲིག་  
སྒྲོད་པལ་པའི་རྩལ། །ཉམས་པ་ལས་ཀྱང་གིན་ཏུ་ཉམས་པ་ཡོད། །ཅིས་གསུངས་

ཤིང་། བྱུང་པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་སྒྲོབས་པ་བསམ་གྱིས་མི་  
 བྱུང་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། བྱུང་པའི་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་རྣམས་  
 གྱིས་རང་སའི་སྡེ་སྒྲོང་གི་ལམ་ནས་གནང་བཀལ་ལ་སྦྱ་ངེ་བཞིན་པ་འདུག་པའི་ཚུལ་དེ་  
 རང་རེ་སོ་སོའི་སྦྱོ་བོས་བཟུང་བ་མི་རུས་པར་མ་བཟད། དེ་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་སྟག་མཆོང་  
 སར་ཤ་ལུ་མ་མཆོང་ན་སྐད་པ་ཡུད་བྱེད་རེད། རང་གི་ཉམས་ཏྲོགས་གྱིས་དེ་རྣམ་པའི་  
 རྗེས་མ་བཟོན་པར་ཕྱིའི་སྒྲོང་པ་དེ་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་འདུག་ཁུལ་བྱས་ན་མི་རུང་། མ་བྱས་  
 དུག་ཟེས་ན་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་འདྲ་སྟོག་ཆགས་གཞན་གྱིས་ཟེས་ན་རྒྱུ་དུ་མི་འགྲོ་བར་མ་བཟད་  
 སྟོག་གཅོད་པའི་རྒྱ་ཡིན། དཔེར་ན་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་བྲམ་བེ་ཆེན་པོ་སྦྱ་གཙན་  
 འཛིན་བྲམ་བེ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་བྲམ་བེའི་རིགས་ལས་ཉམས་པ་དང་། གནས་བརྟན་གྱི་  
 སྒྲོང་པ་ལས་ཉམས་ཏེ་སྦྱུག་མཁན་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྲོང་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། ཏེ་ལོ་  
 པས་ཉ་ག་སོན་བསྟེན་མཛད་པ་དང་། སྐབས་འགར་ཏིལ་བརྟུང་བ། སྐབས་  
 འགར་སྒྲོ་ཁུལ་བྱེད་པ་སོགས་དང་། ལ་བ་པས་གཏི་མུག་ཆོས་སུ་སྦྱ་བ་སོགས་དེ་འདྲ་  
 སྒྲོང་པ་ལ་བཟུང་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། **དེའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྒྲུ་མ་དེའི་མཛད་པ་**དེ་རང་གར་  
 གྱི་མིས་བཟུང་ན་ **སྒྲོན་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་**དད་ལོག་འགོག་ཕྱིར། **ཆོད་དུ་གཉེར་**  
**ནས་གཉེན་པོའི་གསལ་འདེབས་བྱ་བ་ནི།** **སྒྲུ་མ་དེའི་མཛད་པ་ལེགས་ཉེས།**  
**གསུང་བཟོས་བཀའ་མོལ་གནང་ལུགས།** ཐན་ན་བཟའ་བཞེས་ལུགས་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་  
 མཆོམས་སུ་ཡང་འདི་ལྟར་མ་ལེགས་སྒྲུ་མ་པའི་བསམ་པ་ཞིག་རྟུར་གྱིས་ཤར་བྱུང་ན།  
 རྣམ་ཏྲོག་དེ་ཤར་མ་ཐག་རྒྱ་རྣམ་ཏྲོག་དན་པ་དེ་ལ་བདག་པོར་བརྒྱབ་ནས་བདག་འཛིན་  
 དང་ལུ་མཐུད་ནས་དེའི་རྗེས་གཅོད་མི་བྱ་བར་འདི་ལྟར་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། **བདག་ལྟ་**  
**བྱའི་ལས་ངན་གྱི་སེམས་ཅན་**རང་གི་ནོར་བ་རང་གིས་མི་ཤེས་ན། **འདི་ལྟ་བུའི་དམ་**

པའི་སྒྲ་མ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མཛད་སྒྲིབ་འདི་རེད་མ་སོང་བསམ་པ་ནི་རང་གར་ཡིན་ཏེ།  
ཁོང་ལ་དེ་འདྲའི་ཉེས་སྒྲིབ་ཡོང་བ་མི་སྲིད། རང་ཉིད་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་དག་  
པར་གོམས་པའི་ལས་ཉོན་གྱི་མཐུས་སྒྲིབ་དུ་ཤར་བར་ཡིན་འདུག གང་ཟག་རྒྱང་  
ཁམས་ཅན་ལ་ཟུར་དུ་ཡོད་ཆོད་གཞོད་པ་ཅན་དུ་མཐོང་བ་དང་། རྒྱང་ནད་ལས་གྲོལ་  
སོང་ན་རང་གི་རྣམ་རྟེན་ལ་རང་ཁྱེལ་ཡོང་བ་མངོན་སུམ་རེད། ཐང་སྒྲོམ་བོས་པའི་  
གན་མོའི་མིག་སྒར་ནས་མཁའ་ནས་སྒྲ་ཤད་འཛིག་པ་དང་། མཁྲིས་ནད་གིས་  
གདུངས་པའི་མོའི་མིག་ཤེས་ལ་དུང་གི་ཁ་དོག་ཀྱང་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་དང་ཁྱད་པར་ག་ལ་  
ཡོད། སྒྲིབ་བྱ་དམ་པ་ཟབ་མོའི་སློབ་ཆེན་གྱི་དགོངས་པའི་གདིང་སོ་སོའི་སྒྲིབ་སྒྲ་བོས་དཔེ་ག་  
ག་ལ་རུས། ཐུགས་ལ་འབྲུལ་བ་མི་སྲིད་པས། འགྲོ་བ་འདུལ་ཕྱིར་གང་འདུལ་གྱི་  
མཛད་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ངེས། དམ་པའི་སྒྲིབ་བྱའི་མཛད་སྒྲིབ་འཛིག་རྟེན་གྱི་  
རྣམ་བཞག་དང་འགལ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་ལོས་ཡིན། འཛིག་རྟེན་དང་མི་མཐུན་པ་དེ་  
སྒྲིབ་བྱ་དམ་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་རེད། ཡང་ན་སློབ་མའི་སྒྲིབ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་དུ་ལྟར་སྒྲུང་  
མི་དགོ་བ་ལྟར་མཛད་པའི་སྒྲིབ་པ་ཀྱང་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་  
ལུས་ངག་གི་མི་དགོ་བ་བདུན་ཀྱང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ལ་གནད་བའི་སྒྲིབ་པ་ཡོད་  
པས། དགོངས་པ་གང་ལ་གཏད་ཡོད་སུས་ཤེས། མ་དད་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱ་མི་  
ཉན་བསམ་ནས་སྒྲིབ་ཅིག་ཐང་ཅིག་མ་འགོར་བར་དུས་ཐོག་ཏུ་བཤགས་པར་བྱེད་དགོས།  
ཐན་མི་ལམ་དུ་འདུག་མའི་མཛད་པ་ལ་དད་ལོག་བྱེད་པར་མིས་ན་གཉིད་སད་མ་ཐག་ཏུ་  
བཤགས་པར་བྱེད་དགོས། རང་རེ་ཆགས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྗེས་པར་བྱེད་པ་  
ལ་སོགས་པ་འདོད་པའི་མདའ་ལྷན་སྒྲིབ་ལྷན་སྒྲིབ་རང་དབང་མེད་པར་གྱུར་པའི་འགྲོ་བ་  
དག་གི་སྒྲིབ་ཚུལ་དང་བསྐྱུན་གྱིན་རིམ་གྱིས་ཁ་བྱང་བའི་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་ཚུལ་དུ།

སྐབས་རེར་ལྟར་སྒྲོང་མ་དག་པའི་མཛད་པ་དེ་དག་ཆེད་དུ་མ་བསྟན་པའི་ངེས་པ་ཡང་མེད་  
པས་ཅི་ཆ། **སྒྲོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་རྩོགས་ཀྱི་འབྲེན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལའང་དགོ་**  
**སྒྲོང་ལེགས་**པའི་སྐར་མ་མདོ་སྤེ་བཅུ་གཉིས་སྒོ་ལ་འདོན་ཐུབ་ཅིང་། བསམ་གཏན་  
དང་པོའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་དེས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཁོའི་  
སེམས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས། བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་འབྲེན་  
དམ་པ་ལ། འོད་འདོམ་གང་ཡོད་པ་ལས་ཁོ་རང་དང་འབྲ་འབྲ་ཡིན་ཞེས་བསྐྱར་བ་  
བཏབ་པས་མཐར་ཡི་དྲགས་སུ་སྒྲེས་པ་དང་། **ལྷས་བྱིན་**གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་  
པ་ཐམས་ཅད་གཡོ་སྒྱུ་རེད་ཟེར་ནས་བསྐྱར་བ་བཏབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
སྐུ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་འབྱིན་པ་སོགས་མཚམས་མེད་ཀྱི་ལས་བྱས་པས།  
གསོན་པོར་ས་ཁ་གས་ནས་དཔྱལ་ཁམས་སུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། **ལུ་སྟེགས་ཀྱི་སྒྲོན་**  
**པ་སྤེ་དུག་**གིས་ཆོ་འབྲལ་ཆེན་པོས་ཆོམ་ལ་མ་ཐབ་བར་དུ་གོ་ཏ་མས་བཤད་ཆོད་མགོ་  
གཡོག་རེད་ཟེར་ནས་བསྐྱར་བ་བཏབ་འདུག དེ་དག་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་དེ་ལྟ་  
བུའི་སྒྲོན་ཀྱི་གོང་བུར་མཐོང་བ་དང་། **སྒྲོན་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་མཁན་སྒོའ་རྒྱལ་སྒོན་བུང་**  
**རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ལའང་།** བོན་དང་སྤྲིག་སྒོན་མ་རུངས་པ་དེ་དག་གིས་ཉེས་  
པའི་གོང་བུར་མཐོང་བ་དང་། དཔེར་ན་པཎ་ཆེན་བི་མ་མི་ཏུ་ལ་ལུ་སྟེགས་སྤྲ་མ་མཁན་  
རེད་ཟེར་ནས་ཡུན་རིང་རྒྱལ་པོ་དང་མངལ་འབྲད་བྱེད་མ་བཅུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
ཕྱི་རོལ་ན་ཡིན་ན་མཚན་ལ་ལོ་རྒྱུ་བཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་པརྩི་ཏ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་།  
བཅུན་མོ་དམར་རྒྱན་བཟའ་དང་བོན་སྒོན་རྣམས་ཀྱིས་འོ་བརྒྱལ་གཏད་ནས་རྒྱལ་མོ་ཆོ་  
བའི་རོང་དུ་སྤྲུགས་པ་རེད། ཕྱི་རོལ་ན་བྱོན་རན་ཁར། ལོ་བརྒྱད་ལོན་ནས་ལོ་རྒྱུ་  
བསྐྱབ་པའི་མཐའ་འདིར་མཆིས། །བཙེ་ལྷ་མན་ཆད་སྐད་སྒྲ་སྒྲོང་དང་དུག་བརྒྱ



སྦྱངས། །རྒྱ་གར་གསང་མཛོད་བརྟེན་ནས་དམ་ཆོས་བོད་དུ་བསྐྱུར། །བོད་ཀྱི་  
ལུན་སེལ་བྲི་གདུགས་འདྲ་བ་སྤྲུགས། །གོ་རྟོགས་སྒྲིབ་བདེ་འབྲེད་ཆོད་འབྲེད་པའི་དུས་  
ཤིག་མཆིས། །བཙེ་ལྷ་ལེན་ནས་ལྷ་བཙུ་ཙ་བདུན་མ་ལེན་བར། །འགྲོ་བ་མི་འདོད་  
ཕྱིར་དུ་རྒྱ་གར་ཡུལ་ཀུན་འགྲིམས། །བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་དཀར་པོར་  
ཡོངས་བསྐྱུར་ཏེ། །ཡུང་པོ་ཡེན་ཏན་བརྒྱན་པའི་བོད་ཀྱི་བརྗེ་སྤྲུགས། །བོད་སྤྲུག་  
རྒྱ་གར་འཁོར་ཆོད་འབྲེད་པའི་དུས་ཤིག་མཆི། །ཞེས་སོགས་དང་དཀའ་བ་བཙུ་དུག་  
སྤྱད་པའི་མགྱུར་གསུངས་མཐར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། །བྲི་སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་ཡིན་  
ཡང་དབང་མེད་པར་གཏོང་དགོས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མ་དག་པའི་མིག་གིས་ལྟ་  
ཉེས་བྱས་པ་རེད། **འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་**ལོ་བཙུ་གཉིས་བར་དུ་**མི་ཕམ་མགོན་**  
**པོ་བསྐྱུབ་**ཀྱང་ཞལ་མ་མཇལ་བར། །སྐབས་ཤིག་སྤྱི་བ་པ་ཙུང་སྤེལ་པས་**བྲི་མོ་ཁོག་**  
**སྤྱད་འབུས་གཡེང་བར་གཞིགས་པ་དང་དེ་ལ་**སླིང་རྩེ་སྤྲེས་པས་ཞལ་མཇལ་བ་དང་**ཁྱང་**  
**པར་མེད། ཡབ་སྐུས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས་བདེ་བར་གསེགས་པས་བདུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་**  
**སྤྲུལ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛོད་པར་ཡང་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན།** །སེམས་ཅན་སློ་  
རིག་སྒྲོངས་པས་བསྐྱིབས་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་བདུད་དུ་མཛོང་བའང་གདུལ་བྱ་རང་གི་  
སྤྱད་བ་མ་དག་པ་ཁོ་ན་ལས་ཡུལ་དམ་པ་དེ་དག་ལ་སྦྱོན་ཡེན་ནས་མེད་པར་རང་གིས་ཞེ་  
གཏིང་ནས་ངེས་ཤིས་བསྐྱེད་པར་བྱས་ནས། །སློ་འདུས་བྱས་ཡིན་ཕྱིར་གདུལ་དུ་རུང་  
བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་རང་གི་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་ཉེར་ལེན་དང་རྒྱེན་གྱིས་  
ཡང་ཡང་བཙོས་ནས། །དང་པོ་རང་ཉིད་ལ་སློབ་མའི་མཆོན་ཉིད་སྤྱོགས་གཅིག་མ་  
གཏོགས་མེད་ནའང་རྗེས་སུ་རང་གིས་ཆང་བར་བྱེད་ཆོག། དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་རྒྱ་  
མཆོན་དང་བཙས་པ་**བསམས་ནས་**ཡུལ་དམ་པ་ལ་**སྦྱོན་དུ་ལྟ་མཁན་གྱི་**མ་དག་པའི་ཀུན་

རྟོག་ངན་པ་དེ་གཉིས་པོས་**ཟིལ་གྱིས་གཞོན་དགོས་ཏེ།** སྡོན་བོད་ཡུལ་དུ་འཕགས་པ་  
སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱུལ་པ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་ཟེར་ཏེ་ཡི་ཡུལ་ནས་དགོ་ཚུལ་གཉིས་  
ཆེད་དུ་མཇུག་བར་ཡོང་བ་དང་། རྒྱལ་པོས་མི་མང་པོ་ལ་སློག་སྤྲིམས་གཙོད་པར་  
མཐོང་བས། སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བར་རིག་ནས་དགོ་ཚུལ་གཉིས་དད་  
ལོག་སྐྱེས་ནས་ཕྱིར་བྲོས་པ་ན། རྒྱལ་པོས་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་མཁྱེན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
རྒྱུད་རྒྱུད་གསོན་འགོ་བར་དགོངས་ནས་བང་ཆེན་གཏོང་བས་ཕྱིར་བཀུག་སྟེ། ངས་  
བོད་དམུ་མོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་འདུལ་ཕྱིར་སྤྱུལ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་མ་གཏོགས་དོན་ལ་  
སེམས་ཅན་གཅིག་གི་བ་སྤྱུལ་གཞོད་པ་བྱ་མ་མྱོང་གསུངས་ཤིང་། སྤྱུལ་པ་བཞིགས་  
པས་དགོ་ཚུལ་གཉིས་དད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སློམ་ལུང་ཕོགས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། **རྒྱུད་དོན་མདོར་བསྟུས་ལས།** **སྒྲ་མའི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་**  
**ལ། །སངས་རྒྱས་མཛད་པ་ཉིད་དུ་བསམ། །གལ་ཏེ་གཟིམས་སམ་བཞེངས་པ་**  
**ནི། །འོད་གསལ་སྤྱུ་མར་སྤྲང་བར་བལྟ། །**ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་འགྱུར་  
བ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཀུན་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་སྤྱོད་རེད། དེ་སྒྲ་མ་ལ་མ་བརྟེན་  
པར་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་འབྱུང་ཐབས་མེད། མཆོན་ཉིད་ལྡན་པའི་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་  
དམ་པ་ལ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཕྱག་འཆོལ་ཞིང་བསྟུགས་པ་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་  
པ་རེད། དེས་ན་སྒྲ་མའི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟར་སྤྲང་དུ་སྐྱོན་ཡོན་བཟང་ངན་གང་  
སྤྲང་ཡང་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་དེའི་མཛད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བསམ་དགོས།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་གང་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་ཀྱི་འགྲོ་དོན་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་  
ཡིན་པ་དེས་ན་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་དངོས་ཀྱིས་འདུལ་དགོས་པའི་གདུལ་བྱ་ལ་དབྱེ་བ་གཙུག་  
ཏོར་དང་ཞབས་ལ་འཁོར་ལོ་ཅན་ཀྱི་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་དེའི་དོན་མཛད་པ་

དང་། ཡང་དག་བཅོམ་པ་དང་། ཉན་རང་འཕགས་པ་ཕྱིར་མི་འོང་ལ་སོགས་  
དང་། ས་གནས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། པརྟེ་ཏའི་ཚུལ་གྱིས་འདུལ་  
དགོས་དུས་དེ་དང་དེར་སྤུལ་ནས། བཀའི་བསྟུ་བར་མཛད་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་  
ཚུམ་པ་སོགས་ཀྱིས་དོན་མཛད་པ་རེད། ཡང་དེང་སང་སྟིགས་མ་ལུ་ལ་ཐུག་དུས་  
སྟིགས་མའི་སེམས་ཅན་ལ་དེ་དང་བསྟུན་ནས། དེ་དག་ལ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་རང་རང་གི་མོས་པ་དང་མཐུན་པའི་རྣམ་པར་འབྲུལ་  
ནས། མིའི་གཟུགས་སུ་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་སྒྲུང་བས་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་མཛད་པ་ཡིན་པས། གྲྭ་མའི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པ་ཡིན་ཡང་།  
རྣམ་པའི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིང་བའམ་ལྷག་ནས་འདུལ་སྐྱལ་མེད་པའི་  
སེམས་ཅན་གྱི་ཏུ་ཉོན་མོངས་པ་རང་རེ་ལྟ་བུ་ལ་ཕན་པ་ལྟར་ལེན་པའི་བཀའ་ངིན་ཅན་  
ཡིན་པས། བདག་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་ངིན་གྱིས་སྒྲིང་བས་ན་  
སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ལྷག་ན་ཆོག་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡིན་པས་གྲྭ་མའི་ཅི་མཛད་  
པ་ཐམས་ཅད་ལེགས་པ་ཞིག་མ་གཏོགས་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། གལ་ཏེ་  
གཟིམས་སམ་བཞེངས་པ་ན། འོད་གསལ་སྒྱུ་མར་སྒྲུང་བར་བལྟ། གསུངས་ན་  
གལ་ཏེ་གྲྭ་མ་གཟིམས་ན་མི་ལམ་འོད་གསལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། བཞེངས་ན་  
ཉིན་སྒྲུང་སྒྱུ་མའི་རོལ་པར་སྒྲུང་གིན་ཡོད་པར་བལྟ་བར་བྱ་དགོས། **ཕུག་དང་བསྐྱོར་**  
**བཀའ་མཛད་ཀྱང་། །སངས་རྒྱས་རོལ་པ་ཉིད་དུ་སྟོན། །གར་དང་རྣམ་འབྱུར་**  
**བཞད་པ་ན། །སངས་རྒྱས་དགོངས་པའི་མཛད་པ་ཅན། །ཞེས་གྲྭ་མས་ཕུག་དང་**  
**བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པ་དགེ་སྦྱོར་གྱི་རྣམ་པ་གང་མཛད་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་ཅི་མཛད་**  
**ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རོལ་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་རེད་བསམ། སྐབས་རེར་སྒྲུངས་**

སྒྲུབས་སྒྲ་ཚོགས་པའི་གར་དང་རྣམ་འགྱུར་སྒྲ་དང་བཞད་པ་དང་སྒྲ་ཅིད་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་  
མཛད་ན། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལས་གཡོ་བ་མེད་བཞིན་དུ་དགོངས་  
སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མཛད་སྤྱོད་གཞན་དང་གཞན་དུ་མཛད་པ་ཅན་དུ་བཟུང་གོས། ཁྱོ་  
དང་ཆགས་པ་ཅིར་སྟོན་ཡང་། །སངས་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་ཉིད་དུ་བསམས། །མི་བརྒྱ་  
དུས་གཅིག་བསད་ན་ཡང་། །སངས་རྒྱུ་འགྲོ་ལ་ཡན་མཛད་ཉིད། །སྐབས་རེར་  
སྒྲ་མའི་ཐུགས་སྤྱོད་དང་སྐབས་རེར་ཆགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཅིར་སྟོན་ཡང་། སངས་  
རྒྱུ་ཀྱི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་དགོངས་སྤྱོད་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་བྱང་ཆུབ་ཉིད་དུ་  
སྤྱོད་བར་མཛད་པའི་དགོས་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་དགོས། རྣལ་འབྱོར་གྱི་  
དབང་ཕུག་གྲུབ་ཆེན་བི་ཤ་པ་ཞེས་བྱ་བ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།  
གྲུབ་ཆེན་དེ་རྒྱ་གར་གླེ་ཕྱོགས་སོ་མ་པུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་ན་བཞུགས་དུས་དགེ་འདུན་  
ཉིས་སྟོད་གི་གྲུལ་དུ་བཞུགས་པའི་དགེ་སློང་དཔལ་ལྷན་ཆོས་སྤྱོད་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།  
ཁོང་གི་བདེ་མཆོག་གི་དབང་ལུས་ནས་མི་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་རྩྭ་ཤག་མོ་བསྐྱབས་ཏེ།  
བསྐྱེན་པ་འབུམ་ཕྱག་བརྒྱ་ལན་བདུན་དུ་བཞུས་ཀྱང་མི་ལམ་བཟང་པོའི་རྟགས་ཅོམ་ཡང་  
མ་བྱུང་བས་ཐུགས་ཆད་ཡིད་མུག་ནས་འདོན་རྒྱ་བསྐྱར་ཏེ་སྤོང་བ་བདག་ཏུ་མ་བརྒྱབ་པར་  
འཕངས་པ་ན། རུབ་གཅིག་ཚོགས་གྲུལ་དུ་སྤོང་བ་ལྷག་སོང་སྐྱམ་པའི་ཐུགས་རྟོག་  
ཤར་དུས། མཁའ་འགྲོ་མས་སྤོང་བ་ལག་ཏུ་བཞག་ནས། རིགས་ཀྱི་བུ་ཁྱེད་ཡིད་  
མ་ཆད། དས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཀྱི། ཁྱེད་གྱིས་རྣམ་རྟོག་གི་མཚན་མ་སྤངས་ལ་  
སྐྱབ་པ་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པས། ཡང་ཁོང་གིས་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་སུ་སྐྱབ་པས་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སྟེ། གྲུབ་ཐོབ་ཅེས་བྱ་བའི་ཐམས་མའི་སྤྱོད་ཡུལ་  
ལས་འདས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས། སར་ལྟར་སྤང་ལ་ཁོང་གི་མཛད་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཤ་

ཆང་ཁོ་ན་གསོལ་བ། བར་སྐབས་ཤིག་ན་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་འབྲིས་ནས་བབ་ཡོད་  
པའི་ཡུག་རོལ་ཆང་མ་བསད་ནས་ཤ་གསོལ་བས། དེའི་ཡུག་རོལ་པལ་ཆར་ཟད་སོང་  
བ་ན། དག་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡུག་རོལ་འདི་རྣམས་སུས་ཐོས་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཕྱད་  
གཙོད་པས་གྲ་ཁང་རྣམས་བཤེར་བ་ན། བི་ཐ་པ་བཞུགས་སའི་གྲ་ཁང་གི་སྐར་ཁུང་  
ནང་དུ་བལྟས་པས། ཁོང་གིས་ཡུག་རོལ་གྱི་ཤ་དང་ཆང་གསོལ་བ་གཟིགས་པས།  
དག་འདུན་གྱིས་གཞི་བརྟུངས་ནས་གནས་དབྱུང་གཏོང་བར་ཚུལ་པ་ན། ཁོང་གིས་  
ཆོས་གོས་དང་ལྷུང་བཟེད་ལྟ་ཁང་ནང་གི་རྟེན་ལ་ཡུལ་ཏེ་ ཡུག་གསུམ་འཆོལ་ནས་ལྟ་  
ཁང་ལ་ཐད་ཀར་ཐོགས་མེད་དུ་བྱོན་ནས་སྤྱི་རོལ་དུ་འཐོན་པ་དང་། ལྟ་ཁང་གི་ཟུར་ན་  
མཆོ་ཆོན་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་གཏད་དེ་བྱོན་པ་ན། དག་སྒྲོང་ཞིག་གིས་བྱིད་ལམ་གང་དུ་  
བརྟུད་ནས་བྱོན་གྲབས་ཡིན། མདུན་དུ་ཡོད་པ་འདི་མཆོ་རེད་ཟེར་བ་ན། བྱིད་  
རྣམས་ཀྱིས་ང་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ང་རང་གར་འགོ་འདིར་འགོ་ཅི་ཡོད་གསུངས་ནས།  
མཆོ་རེ་སྟེང་དུ་ཐད་ཀར་ཆུའི་ནང་དུ་མ་ལུབ་པར་ཐང་ལ་རྒྱ་བ་བཞིན་དུ་བྱོན་སོང་བ་དང་།  
ད་དུང་མཆོ་རེ་ནང་ཞབས་བཞག་ས་རེ་ན་མེ་ཏོག་པར་རེ་སྐྱེས་པས་ཀུན་གྱིས་རོ་མཆར་  
སྐྱེས་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་པར་འཛིན་ཞབས་ཞེས་པའི་མཆོན་དུ་གྲགས། དེ་ནས་སོ་མ་ཡུ་རིའི་  
མི་རྣམས་ཀྱིས་འགྱོད་པ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ནས། དེ་སྐྱེས་བུ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་འདུག་  
པས། བསྐྱད་པས་མ་ཉན་ཟེར་ཞིང་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་ཞབས་ལ་ཡུག་འཆོལ་ནས་འགྱོད་  
བཤགས་བྱས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིད་ཀྱིས་ཡུག་རོལ་ཅིའི་ཕྱིར་གསོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་  
པ་ན། ཁོང་གིས་ངས་ཡུག་རོལ་རྣམས་མ་བསད། ཡུག་རོལ་རྣམས་དེ་ན་ཡོད་  
གསུངས་པས། སྤར་གྱི་ཞབས་འབྲིང་བས་གཟིམ་ཁང་ནང་དུ་ཡུག་རོལ་གྱི་སྒྲོ་དང་  
གཤོག་པ་ཐར་ཐོར་ཡོད་པ་རྣམས་འབྱེར་ཡོང་བ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སེལ་གོ་ཞིག་

གདབ་དུས་ཡུག་རོན་ནམས་གསོན་པོར་གྱུར་ནས་ལུང་དྲིར་རེ་འཕྲུར་སོང་བ་དང་།  
 ཡང་འོན་ཀྱང་གྲིས་ཆང་ཅིའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་ཡིན་ཞུས་པ་ན། ཁོང་གིས་ངས་ཆང་  
 འཕྲུང་མ་ཐོང་། ཆང་ཆང་མ་རྒྱུ་མ་ནང་དུ་ཡོད་གསུངས་པ་ན། རྒྱུ་མ་དུ་བལྟས་  
 པས་ཆང་གི་རྒྱུ་མ་ནང་འོ་མས་གང་ནས་ཡོད་པར་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་རེད།  
 དེ་ནས་ཁོང་གིས་དགོ་སྤོང་གི་རྟགས་སྤངས་ནས་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྤོང་པས་གང་ས་གང་  
 ལ་ངེས་མེད་དུ་བྱོན་ནས་ཉིན་ཞིག་ཚུ་བོ་གསྐྱའི་འགྲམ་དུ་བྱིན་པ་ན། ཚུའི་ལྷ་མོ་རྣམས་  
 ལ་ང་ལ་བཟའ་རྒྱ་འཕྲུང་རྒྱ་རེ་བྱིན་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། དེ་རྣམས་གྲིས་མ་སྟེར་བས་  
 སྤོབ་དཔོན་ཐུགས་སྤོབ་པའི་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱུ་མ་སྤྲིགས་མཛུབ་མཛད་པས་ཚུ་ཡར་བཙད་མར་  
 བཙད་བྱས་ཏེ་དེའི་བར་ནས་ག་ལེར་བྱོན་སོང་བ་རེད། དེ་ནས་གོང་ཁྱེར་ཞིག་གི་ནང་དུ་  
 ཐོན་པས། ཆང་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཛུལ་ནས་ཆང་ཆོང་མ་ལ་ཆང་འཁྱེར་ཤོག་ཟེར་  
 བས་ན། ཆང་ཆོང་མས་ཆང་རིན་བྱིན་ཟེར་བས། རིན་ད་ལྟར་སྤྲད་རྒྱ་མེད་ཀྱང་  
 རྩེས་སུ་སྤྲད་འོང་ཟེར། ཆང་ཆོང་མས་འོན་གཏའ་མ་ཅི་འཛོག་ཟེར་བ་ན། གཏའ་  
 མ་ཅི་མི་ཤེས་ཏེ་ཉི་མ་མ་རུབ་རྩྱུ་སྤྲད་འོང་ཟེར་ནས། ཟ་མ་དང་ཆང་མང་པོ་གསོལ་  
 ནས་བཞུགས་པ་ན། ཞག་མ་ཕྱེད་གསུམ་གྱི་ཆོད་རེད་ཀྱང་ཉི་མ་འགོ་རྒྱ་མེད་པ་དང་།  
 ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུག་ཞིང་ཏ་ལས་ནས་འདི་ཅི་ཡིན། སུའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན་ཟེར་ནས་  
 དྲིས་ཀྱང་། འདི་ཡིན་གྱི་ལན་སྟེར་མཁན་མ་བྱུང་། དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཕྱི་ལམ་ན་  
 ཉི་མའི་ལྷ་མོ་ཡོང་ནས། ཉི་མ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་གིས་ཆང་རིན་སྤྲད་རྒྱ་མེད་པས་ཉི་  
 མ་གཏའ་མར་འཛོག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་ནས་ལུང་བསྟན་པ་ན། རྒྱལ་པོས་ཆང་  
 ཁང་དུ་བཙལ་བ་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་རྟེན་པ་ན། རྒྱལ་པོས་ཆང་རིན་སྤྲད་ཆོག་པས་ཉི་མ་  
 གཏོང་བར་ཞུ་ཞུས་པས། བི་ཐམས་ཉི་མ་དུས་རྒྱུན་ལྟར་བཏང་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་

བྱོན་སོང་བ་ན། ཡུལ་དེ་ནི་མུ་སྟེགས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡོད་ས་ཞིག་ཡིན། ཡུལ་  
དེའི་མི་རྣམས་གྱིས་བྱིད་མི་གསར་བ་ཞིག་དེ་རིང་འདིར་ཐོན་པ་ཡིན་པས། ལྷ་དབང་  
ཕུག་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་རྟེན་ལ་ཕུག་འཆོལ་ཞིག་ཟེར་བ་ལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་ང་རང་ཕུ་བོ་  
རེད། དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་རུ་བོ་རེད། ཕུ་བོས་རུ་བོ་ལ་ཕུག་འཆོལ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་  
པ་ཨི་རེད་གསུངས་ནས་ཕུག་མ་འཆོལ། དེ་ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོས་གོ་བ་ན། ལྷ་  
དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་ལ་འདྲ་ཕུག་མི་འཆོལ་བ་དེ་སྲུ་རེད། མི་དེ་སོད་ཤོག་ཟེར་བ་ན།  
སློབ་དཔོན་གྱིས་ངས་འདི་ལ་ཕུག་འཆོལ་ན་ཆོག་གྱུང་ཁོ་ལ་སྒྲིག་པ་ཡོད་པས་མ་འཆོལ་  
བ་ཡིན་གསུངས་པ་ན། རྒྱལ་པོས་བྱིད་གྱིས་ཕུག་འཆོལ་དང་ལྷ་ཆེན་ལ་ཕུག་འཆོལ་  
བའི་སྒྲིག་པ་ངས་འཁུར་ཟེར། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཕུག་འཆོལ་བ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་  
སྐྱེ་རྟེན་ཕྱིད་ཆོལ་དུ་གསུངས་ནས། བར་སྒྲུང་ནས་སྐྱེ་རྟེན་པོ་ཞིག་གྲག་པ་ན། ཡུལ་མི་  
ཐམས་ཅད་སྐྱག་ནས་སློབ་དཔོན་ལ་ཕུག་འཆོལ་གུས་འདུད་བྱས་ནས། ཉི་མ་དེ་རིང་  
ནས་བཟུང་བྱིད་གྱི་བཀའ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཟེར། སློབ་དཔོན་གྱིས་འོ་ན་ངས་ཅི་ཟེར་བ་སྐྱབ་  
རྒྱུའི་ཁས་ལེན་དགོས་གསུངས་པ་ན་དེ་ལྟར་ཁས་བླངས་ནས། དེ་ཕྱིན་གྱིས་ལྷ་མ་རྒྱ་  
དེ་ལ་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་སློབ་དཔོན་ལ་ཕུལ་བས་དེས་ནང་བའི་དགོ་འདུན་གྱི་  
འཆོ་བའི་མཐུན་ཆུན་སྒྲུབ་བ་རེད། དེ་ནས་དེ་བ་གོ་ཤིང་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱོན། ཡུལ་  
དེ་ན་མི་རྣམས་ལས་སྤྲ་མེན་མ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལ། སྤྲ་མེན་མ་ཞེས་པ་འདྲེ་མའི་དོན་  
རེད། མི་འད་ཡིན་པ་ལ་ག་ཟ་འདྲེའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། སྤྲ་  
མེན་མ་ཞིག་ཉིན་པར་ལམ་ཁར་འདུག་སྟེ་སྤྲ་མེན་གྱི་སྒྲགས་བརྒྱས་ནས་མི་རྣམས་ལ་  
སྒྲགས་བཏབ་པ་ན། སློབ་དཔོན་ལམ་དེ་ནས་བརྒྱུད་དེ་གཙུག་ལག་ཁང་རྫིང་པ་ཞིག་  
ཏུ་གཟིམ་ཡོད་པ་ན། དེའི་རྗེས་སུ་བྲམ་ཟེའི་ཕུ་གུ་ཞིག་ཡོང་བ་དང་། དེ་ལ་སྤྲ་མེན་

མས་སྒྲགས་བཏབ་པ་ན། བྲམ་ཟེའི་བུ་ཞིག་གིས་གྲོང་ཁྱིམ་དེ་ནས་ཟས་སྟོན་གྲང་ཉལ་  
 ས་ཞིག་གཏན་ནས་མ་སྟོན་པར་སོང་བ་ན། རྒྱལ་འབྱོར་མ་ཞིག་གིས་ཡུལ་འདི་ན་སྒྲ་  
 མེན་མ་མང་པོ་ཡོད་པས་དེ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྲུ་ལ་ཡིན་ན་བར་ཆད་བྱེད་པ་རེད། བྲོད་  
 གཙུག་ལག་ཁང་ཡ་དེའི་ནང་དུ་སོང་ནས་སྟོན་ན་བཟང་ཟེར་བ་དང་། བྲམ་ཟེའི་སྲུ་གུ་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱིན་པ་ལ། སྟོབ་དཔོན་བི་ཤ་པས་སྒྲགས་བཏབ་ནས་བྱིན་སྒྲུབས་  
 མཛད། དེ་རུབ་སྒྲ་མེན་མ་རྒྱམས་ཚོགས་ནས་སྤིང་མོ་མ་རྒྱམས་དོ་རུབ་མཚོད་པའི་  
 རྒྱས་ཅི་ཡོད་ཟེར་བ་ན། སྒྲ་མེན་མ་གཅིག་ན་རེ། མཚོད་པའི་ཡོ་བྱད་གཞན་ཚང་མ་  
 ཡོད་ཀྱང་ག་ཆེན་མེད་ཟེར་བ་ན། གཅིག་ན་རེ། ངས་ག་ཆེན་གཉིས་བཀྲུག་ཡོད་  
 ཟེར། གཙོ་མོ་ན་རེ་འོན་དེ་འབྱེར་ཤོག་ཟེར། དེས་ཇི་ལྟར་བཀྲུག་གྲང་བྲམ་ཟེའི་སྲུ་  
 གུ་འགྲུགས་མ་རུས་པ་དང་། ཡང་སྒྲགས་བཏབ་པས་སྟོབ་དཔོན་བི་ཤ་པ་ཤིང་སྟོང་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྟོང་ན་བཞུགས་ཡོད་པ་ཤིང་དང་བཅས་པ་བཀྲུག་ཡོང་བ་ན། སྒྲ་མེན་  
 མ་རྒྱམས་ཀྱིས་འདི་རེ་ཞིག་མཛོད་ཁང་དུ་ཞོགས་དང་། དེ་ནས་ཚོགས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 ཟེར་ནས་མཛོད་ཁང་དུ་བཞག་པ་ན། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མཛོད་ཁང་དུ་ཆང་ཚང་མ་  
 གསོལ་ནས་བཞུགས། སྒྲ་མེན་མ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྟོབ་དཔོན་གསོད་དགོས་བསམ་ནས།  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གད་རྒྱུད་གི་སྒྲ་སྟོག་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་བྲོ་བའི་གད་མོ་བྱས་  
 པས་སྒྲ་མེན་མ་རྒྱམས་བརྒྱལ་ནས་སྒྲ་འཁྲུམས་སོང་། སྒྲ་མེན་མ་ཐམས་ཅད་དཀོན་  
 མཚོག་གསུམ་གྱི་སྒྲུབས་འོག་ཏུ་འཛུལ་རྒྱུའི་ཁས་སྒྲུངས། བི་ཤ་པ་ལ་དད་པའི་  
 སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ། ས་དེའི་སྒྲ་མེན་མ་ཐམས་ཅད་དམ་  
 ལ་བཏགས་སོ། །སྟོབ་དཔོན་ལམ་དུ་བྱོན་པའི་ལམ་ཁ་ཞིག་ན་ལྷ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་  
 དང་ལྷ་མོ་ཨུ་མ་དེ་བས་གྲོང་ཁྱིམ་དཔག་ཚད་བྱེད་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཡོད་པར་སྒྲུལ་ནས་སྟོབ་



དཔོན་གདན་བླངས། སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་གྱི་ལྷ་གནས་ལ་སོགས་པའི་ཞལ་བས་ཐམས་  
ཅད་སྒླངས་ནས་མཆོད་པར་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་རེད། རྣལ་འབྱོར་པ་གྲུབ་ཆེན་  
གྱི་ནང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་སྤྱི་ཚུལ་ལ་བལྟས་ནས་ངོས་ཟིན་རྒྱ་ཚན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་  
རེད། སྒྲུ་མས་མི་བརྒྱ་དུས་གཅིག་ལ་བསད་ན་ཡང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་འགྲོ་ལ་  
ཕན་པར་མཛད་པའི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་མ་འདས་པར་བསམ་དགོས། རང་གར་  
སེམས་ཅན་གསལ་ཤེས་པས་མི་ཕན། སྤྱི་ཚན་ཤན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གསོད་ཤེས།  
རྟོགས་པས་བསྐྱེད་ལུས་ན། ཐུགས་རྗེས་འབྲེན་ལུས་དགོས་པ་རེད། བསད་པ་  
གསོ་ལུས་པ་ཞིག་དགོས། གྲུབ་ཆེན་གྲུབ་པ་རིམ་པས་རྩོན་བདས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཏེ་ལོ་  
པས་ཉ་བསད་པ། ས་ར་ཉ་པ་སྒྱུག་མཁན་མོ་དང་འགྲོགས་པ་དང་། ཡིན་ཐུ་ཏིས་  
འདོད་ཡོན་ལ་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ང་གཅིག་ཡིན་ཅན་པོ་  
ཞིག་གིས་བྱེད་པས་ས་ཆོད་མི་དགོས་ངན་པའི་ནང་གི་ངན་པ། གཙང་ན་གྲིབ་ཀྱིས་  
འོན་པ་ཅན་པོ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་མ་རེད། **བཙུན་མོ་བརྒྱ་དང་རོལ་ན་ཡང་། །བདེ་**  
**ཆེན་པོ་ཤེས་ཐུག་རྒྱ་ཆེ། །འདོད་པ་འདུན་པ་ཅིར་སྤྲང་ཡང་། །སངས་རྒྱུས་འདོད་**  
**པ་བྲལ་བ་ཡིན། །**ཞེས་བཙུན་མོ་བརྒྱ་དང་ལྷན་ཅིག་རོལ་ན་ཡང་། བདེ་ཆེན་ལྷན་  
ཅིག་སྒྲིམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐབས་ལམ་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲུར་ལམ་ཡིན་པར་བསམ།  
འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་ལ་སོགས་སྤྲང་ཚུལ་ཅི་དང་ཅིར་སྤྲང་ཡང་། སངས་རྒྱུས་འདོད་  
པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཞིང་གདུལ་བྱ་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་དགོས་དབང་ཡིན་པར་བསམ་  
དགོས་ཏེ། དམ་པའི་སྒྲིམ་བྱ་སངས་རྒྱུས་དང་ས་གནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་  
རྣམས་ཐུགས་ལ་འབྲུལ་བ་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར་ན་མཛད་སྒྲིབ་ལ་ཉེས་སྒྲིབ་ཅིག་འབྱུང་བ་མི་  
སྤིང་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་དོན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་ནས་གཞན་དོན་གདུལ་བྱ་སྒྲིབ་པའི་

སྐབས་ཡིན་པས། མཛད་པའི་རྣམ་གངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནི་བ་དྲག་པོ་གིན་ཏུ་རྒྱས་པ་  
 དང་དབང་སྟུང་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཅི་དང་ཅིར་སྟོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་འདུལ་བ་དང་གདུལ་བུ་  
 སྒྲོང་བའི་ཐབས་ཡིན་པས་སོ། །ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་སྤྲོ་མ་མ་གཏོགས་སུ་ཡང་མེད་  
 པས་ན་རྟེན་འབྲེལ་འགོ་ནས་འཆུག་འཇུག་མི་ཉེས། བསྐལ་པ་འབུམ་ཕྱག་མང་པོ་ན་  
 རྟེན་པར་དཀའ་བའི་སྤྲོ་མ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཟབ་མོ། སྟོང་ལྷན་གྱི་སྟོབ་མ་བཅས་  
 ཀུན་འཛོམས་རེད་ཡོང་དུས་བདུད་སྤྲིག་ཙན་མི་དགའ་ཞིང་དེ་ལ་བར་ཆད་ཅིག་ཅིས་དྲག་  
 བསམ་ནས། བལྟར་མི་མངོན་པའི་ཐོག་ནས་དཔོན་སྟོབ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་དབྱེན་ཞིག་  
 བྱེད་ན་ཨོ་དགའ། ཡང་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་སྦྲེན་འཆོ་བའི་ཆ་སྦྲེན་ཞིག་མི་འདད་བར་བྱེད་ན་  
 ཨོ་དགའ། བུ་ཚ་པ་མ་མཛའ་གོགས་ཀྱི་ཞེན་པ་མི་ཆོད་པར་བྱེད་ན་ཨོ་དགའ།  
 དུས་ལ་མ་བབ་པའི་འགྲོ་དོན་དང་། སླིང་རྩེ་དབྱར་ལང་གི་རྣམ་རྟོག་མང་པོ་འཆར་དུ་  
 འཇུག་པ་ལ་སོགས་པའི་བདུད། རང་དང་ཁོར་ཡུག་གི་མིའི་ཁོག་ཏུ་ཞུགས་ནས་བར་  
 ཆད་མང་པོར་རྩྭ་པ་རེད། དེ་དུས་ལྷག་པར་དུ་སྤྲོ་མ་དང་ཆོས་ལ་མོས་གུས་བྱས་  
 ནས་དཀའ་སྟུང་བཅོད་པའི་སླིང་སྟོབས་ཀྱི་གོ་ཆ་བགོ་དགོས། དཔེར་ན་ཁོར་བུ་རིན་པོ་  
 ཆེ་འདོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་ཞིག་རྟེན་ན་དེ་ལ་གཅེས་སྤྲོས་བྱས་ནས་བོར་བ་  
 དང་བསྐྱུ་ཏུ་མི་འཇུག་པ་ལྟར། ཆོས་དང་སྤྲོ་མ་ལ་མོས་གུས་ཀྱི་སྟོན་སྦྲེན་བསྐྱུངས་ཏེ་  
 རང་ཉིད་དེ་དང་འབྲེལ་དུ་འཇུག་མི་ཉན། **ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་མཛད་པ་**  
**སྟེ།** **ཁྱི་མཛད་མཐོང་བ་ལེགས་པའི་ལམ།** **ཁྱི་གསུང་ཐོས་པ་དམ་པའི་**  
**ཆོས།** **ཁྱི་དགོངས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་དཔལ།** **ཁྱེས་སྤྲོ་མའི་སྤྲོས་ཁྱི་མཛད་**  
**ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་།** **ཁྱི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་**  
**བའི་མོས་གུས་རང་ལ་ཡོད་ན་དེ་ཉིད་ཐམས་ཅད་ལེགས་པའི་ལམ་མ་ཁོར་ཡིན་ལ།**

ཞལ་ནས་ཅི་གསུང་ཞིང་གང་ཐོས་པ་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བཀྱི་བའི་ཐབས་ཡིན།  
ཐུགས་ལ་ཅི་དགོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་ལོང་གཙང་མའི་ངོར་  
ཇི་སྟེང་མཁྱེན་པའི་གཟུགས་བརྟན་མ་འདྲེས་པ་གཟིགས་པའི་དཔལ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིབ་  
འབྲུལ་པ་སྲིད་མཐར་ཡང་། །འབྲུང་བ་མེད་གྱིག་ལ་ཏེ་ན། །མཐོང་སྒྲུང་འབྲུལ་  
པ་ལྟར་སྒྲུང་ཆོ། །རང་སྒྲུང་བསམ་པ་མ་དག་པས། །མིག་སྒྱུན་ཙན་གྱིས་གངས་  
ཉིད་ལ། །རྒྱན་དུ་ནག་པོ་མི་སྲིད་ཀྱང་། །ནག་པོར་དངོས་སུ་མཐོང་དང་  
མཆུངས། །མཁྱིས་ནད་ཙན་གྱིས་དུང་ཉིད་ལ། །རྒྱན་དུ་དཀར་པོ་ཉིད་ཡིན་  
ཡང་། །ཤར་པོར་མཐོང་བ་ཉིད་དང་མཆུངས། །སྒྲིབ་མ་སངས་རྒྱུ་ཡིན་ན་སངས་  
རྒྱུ་འབྲུལ་བ་ཀུན་དང་བུལ་བས་སྲིད་པའི་མཐར་ཡང་འབྲུལ་བ་འབྲུང་བ་མེད་ཅིང་།  
གལ་ཏེ་མཐོང་ན་ཡང་རང་གི་མཐོང་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲུང་བ་ལ་སྒྱུན་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
རང་སྒྲུང་འབྲུལ་པ་དེ་རང་གི་བསམ་པ་མ་དག་པས་སྒྲུང་བ་བསྐྱེད་པར་ཡིན་པས་  
སོ། །དཔེར་ན་མིག་སྒྱུན་ཙན་གྱིས་གངས་རི་དཀར་པོ་ཉིད་ཡིན་པ་ལ། །རྒྱན་དུ་  
ནག་པོའི་ཁ་དོག་ཡོད་པར་མི་སྲིད་ཀྱང་། །ནག་པོ་ཉིད་དུ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་།  
མཁྱིས་ནད་ཙན་གྱིས་དུང་དཀར་པོ་ལ་བལྟས་ཀྱང་དུང་ཤར་པོར་མཐོང་བ་དང་ཉིད་དང་  
མཆུངས་སོ། །ལོག་སྟེང་ཙན་གྱིས་རྒྱ་ཉིད་ལ། །ཁྱུག་རྒྱག་མཆོན་ཆ་མེད་ན་  
ཡང་། །རྒྱག་ཁྱུག་མཆོན་ཆར་མཐོང་དང་མཆུངས། །སྒྲིབ་ལ་སྒྱུན་མེད་ཀྱང་  
འབྲུལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ནི་རང་གི་སྒྲོ་མིག་མ་དག་པ་ཡིན་ཏེ། །ལོག་སྟེང་ཙན་ལ་ལོག་  
པའི་སྒྲུང་བ་འཆར་ལུགས་གྱི་དཔེར་གཞན་འཛོག་ན། །དོན་ངོ་མ་རྒྱལ་ཁྱུག་རྒྱག་དང་  
མཆོན་ཆ་མེད་ཀྱང་། །ལས་ངན་འབྲུལ་པའི་ལོག་ཤེས་གྱི་དབང་གིས་སེམས་ཙན་ཡི་  
དྲགས་དང་། །ལྷ་མ་ཡིན་སོགས་གྱིས་རྒྱ་ཉིད་ལ་རྒྱག་ཁྱུག་དང་མཆོན་ཆ་སོགས་སུ་

མཐོང་བ་དང་མཚུངས་སོ། །ཁམས་གསུམ་འདི་ན་བསོད་ནམས་དང་རྟེན་པ་ཆེན་པོ་  
 མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་དང་ཆོས་ལམ་ཞུགས་པ་ཡིན། དེ་ལོས་  
 ཡིན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པས་སོ། དེ་སྤྱི་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་  
 ཡིན་པས་ན། ཆོས་དང་སྤྱི་མ་མཇུག་པ་དེ་ཆོངས་དབང་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བ་  
 ཐོབ་པས་ཀྱང་དེ་སྤྱི་མ་མཆིས་པ་ཡིན་པས། འདོད་ཁམས་འདི་ནས་སེམས་ཅན་  
 གཅིག་སངས་རྒྱས་ན། བདུད་སྤྲིག་ཅན་གྱི་སྤྱང་བ་ལ་ཁོ་རང་གི་སྤྱེ་རིས་ལས་གཅིག་  
 ཉུང་སོང་བས་མ་ནས་སྤྱང་ན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེས་ན་རང་རེར་ནམ་གྲོ་ལས་སུ་མ་རུང་  
 བར་གྱུར་ནས་སྤྱི་མ་ལ་དད་གུས་བྱེད་པ་སོགས་ལ་ཐང་སྟོན་བྱུང་ན། དེ་བདུད་སྤྲིག་  
 ཅན་གྱི་མདའ་སྟོང་ལ་ཟུག་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་སྤོང་དགོས། **དེ་ཕྱིར་སྤྱི་མའི་རྣམ་**  
**ཐར་ལ། །ལོག་ལྟ་སྤྱི་མ་ན་ཐར་ལམ་འགག། །འགོ་འདུལ་ཐབས་མཁས་སྤྱོད་པས་**  
**ཏེ། །བདུད་ཐབས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་**  
 ན་སྤྱི་མའི་རྣམ་ཐར་དང་མཇོན་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ། ལོག་ལྟ་སྤྱི་མ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐར་  
 པའི་ལམ་འགག་པར་བྱེད་ལ། སྤྱི་མས་ཞི་རྒྱས་དབང་དག་གི་ལྟར་སྤྱང་མཛེས་དང་  
 མི་མཛེས་གང་མཇོན་ཀྱང་འགོ་བ་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཆེད་དུ་མཇོན་པ་  
 ཡིན་པས། ཅི་མཇོན་ཐམས་ཅད་བདུད་ཐབས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །**ཞེས་**  
**གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤྱང་རྒྱུ་ལ་ཇི་ལྟར་སྤྱང་ཡང་ངེས་པའི་དོན་དུ་སྤྱི་མ་དམ་པ་དེ་**  
**ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་སྤྱོད་མོ་ཙམ་ཡང་ཡོན་མེད་མེད་པར་འགྱུར་བར་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་**  
**རྒྱུགས་པ་ཞིག་སྤྱི་མ་ཕྱིན་ཆད། ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཡར་ངོའི་སྤྱི་མ་ལྟར་**  
**འཕེལ་བ་བཞིན་དུ་ངམ་ངམ་གྲགས་ལ་འབྱུང་བའི། སྤྱོད་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་། སྤྱི་**  
**དབང་ཅེ་ནས་འགའ་ཞིག་ལྟར་གྱུར་ན། །ལྟར་བར་མི་འགྱུར་སྤྱི་མ་ཡང་ལྟར་བར་**

འགྱུར། བླ་མའི་དྲིན་གྱིས་ཕན་པའི་ལུང་ཐོབ་ན། བྲོལ་བར་མི་འགྱུར་སྐྱམ་ཡང་  
བྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དཔེར་ན་རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་འབྲུ་བའི་རི་མཐོན་པོ་  
གཡང་གཟར་ཞིག་གི་ཅེ་ནས་འགའ་ཞིག་ལྷུང་བར་གྱུར་ན། ལྷུང་བར་མི་འགྱུར་སྐྱམ་  
ཡང་དོན་ལ་ལྷུང་བར་འགྱུར་ངེས་པར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། བླ་མའི་དྲིན་གྱིས་ཕན་པའི་  
གདམས་ངག་ཟབ་མའི་ལུང་ཐོབ་ན། ང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཡོད་མ་སོང་བས་མ་ཞིང་  
རང་རྒྱུད་བྲོལ་བར་མི་འགྱུར་སྐྱམ་ཡང་སྒྲར་དང་མི་འབྲུ་བའི་རང་རྒྱུད་བྲོལ་བར་འགྱུར་  
ངེས་པར་ཡིན་ནོ། །མི་ཕན་བསམ་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་རེད། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས། ཇི་ལྟར་མ་ལ་ཡ་ཡི་ནགས་གྲུང་དུ། རྣམ་པར་  
འབྱུངས་པའི་སྒྲིང་དུ་མ་ཕལ་པ་ཡང་། ཡལ་འདབ་བརྒྱན་པའི་ཚུན་དྲིས་བསུང་  
ལྟར། །གང་ལ་བརྟེན་པ་དེ་ཡི་རྗེས་སུ་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་རི་མ་ལ་ཡ་ཡི་ཚན་དན་སྐྱོང་སྒྲིང་སྒྲིང་གི་ནགས་ཚལ་དུ་གིང་དུ་མ་ཕལ་བ་ཞིག་  
འཕངས་ན། ཚན་དན་གྱི་དྲི་བསུང་ཞིམ་པོ་དེ་ལ་འགོས་ནས་ཚན་དན་དང་ཞོར་འདུག་  
པ་ཞིག་རེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་དམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་དང་འགོགས་པ་དང་  
དམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་བསྟེན་ན། ཇི་ལྟར་སོ་སོའི་སྒྲིམ་བུ་ལ་དུལ་བ་མ་རུངས་པ་གིང་  
ཕལ་པ་ཆོར་མ་ཅན་དང་འབྲུ་བ་ཡིན་ནའང་། དེ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་དྲི་བསུང་འགོས་ཏེ་  
ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་རེ་སྒྲིམ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། བྲམ་ཟེའི་བྱེད་མི་ཐུང་སོར་མའི་ཕྱང་བ་  
ཅན་གྱིས་མི་དགུ་བརྒྱ་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་བས་ད་ནས་མཐར་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་ཁ་སྟོང་བའི་  
ཆེད་དུ་རང་གི་མ་བས་ད་གྲབ་བྱས་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་འཕྲད་པས་ཁོས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིམ་ལ་ཐོབ་ཕུངས་པའི་ཆོ། སྒོན་པས་དམ་པའི་ཆོས་བསྟན་པ་  
ཐོས་པས་རྒྱུད་འགྱུར་ཏེ། ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

དེས་ན་རང་ལེགས་སུ་འདོད་པའི་སྒྲེ་པོ་སེམས་ལྡན་ཞིག་ཡིན་ན། དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉིན་སྤྱི་དང་། བྱད་པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་ཟབ་མོའི་  
 དམ་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་འདིར། མཚན་ཉིད་ཀུན་ལྡན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉིན་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་བརྟག་ཐབས་ཀྱིས་བརྟགས་ཟིན་ནས། ཞེ་སྤྲོད་ནས་  
 གུས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲ་མས་བཀའ་བཀྲོན་  
 རྒྱལ་པོ་ཇི་ལྟར་གནང་ཡང་། ཆོས་བཤད་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་པས་གདུལ་བྱ་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཕན་པའི་མཛད་ཚུལ་ཐབས་གཞན་ཞིག་རེད་བསམ་རྒྱུ་དང་། དུག་  
 འབེབ་གནང་སྟེ་རྩེ་དུང་བཙོག་མཛད་ཀྱང་བགལ་ས་དང་བར་ཆད་ཞི་ཕྱིར་བྱིན་གྱིས་སྐབས་  
 པའི་ཐབས་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། སྒྲུབ་ཆེན་ན་རོ་པས་ཏེ་ལོ་པ་བསྟེན་དུས།  
 ན་རོ་པ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གྲོང་དུ་བསོད་སྟོམས་ཁོན་བསྐྱངས་ནས་སྒྲ་མ་ལ་ཡུལ།  
 དེའི་ཆོན་ཆོས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་གསུངས་པར་མ་ཟད། བྱོད་པ་ཡུལ་གང་ཡིན།  
 མིང་ཅི་ཟེར་ཅོམ་ཡང་འདྲི་མ་སྤྱོད་ཞིང་། སྟོབ་མའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྤྱོད་ཕྱིར་དཀའ་བ་མང་  
 པོ་སྤྱད་བཅུག་སྟེ། ཁང་ཅིག་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་མཆོང་བཅུག་པ་དང་། སྒྲུག་མ་  
 བཤགས་ནས་ཤིག་གསེབ་རྒྱ་རྩངས་པ་སོགས་སྒྲུག་འདྲ་མི་འདྲ་སྤྱོད་བཅུག་ནའང་། ད་  
 རུང་ཡིད་མ་ཆད་པར་དད་ལོག་མ་ཤོར་ནས་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སྤྱང་གི་དད་པ་  
 བཞག་སྟེ་ཞབས་འབྲིང་བྱས། སྐབས་ཤིག་ལ་བྱོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ང་མ་ཡིན། ངའི་སྟོབ་  
 མ་བྱོད་མ་ཡིན་ལ་སོགས་གསུངས་ནས་གཤེ་བ་མང་པོར་མཛད་ཀྱང་། ན་རོ་པ་སྒྲ་མ་  
 ལ་དད་པ་དང་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པའི་སྟོན་ལྟོག་མ་སྤྱོད་། སྐབས་ཤིག་ལ་བྱིམ་བདག་  
 ཆེན་པོ་ཆང་ཞིག་གིས་སྟོན་མོ་བྱེད་སར་བསོད་སྟོམས་མཛད་དེ། བཟའ་བཏུང་ཆོད་  
 མའི་རིགས་མང་པོ་དང་བྱད་པར་དུ་སྟོ་མའི་ཆོད་མ་ཞིམ་པོ་ཞིག་ལོན་པ་སྒྲ་མར་ཡུལ་བས།

དེ་ཉིན་པར་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་དང་མི་འདྲ་བ་ཐུགས་དགེས་ནས། མིང་ལ་བུ་ཞེས་བོས་ནས།  
སྒྲིབ་གྱིས་འདི་འདྲའི་ཟ་མ་ཞིམ་པོ་གང་ནས་རྒྱུ་དུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ན། ན་རོ་པ་  
ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ཙམ་གྱི་དགའ་བ་སྒྲིབ་ཏེ། ངས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཞུས་ཀྱང་  
སུ་ཡིན་ཙམ་གསུངས་མ་སྒྲིབ་ན། དེ་རིང་བུ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཅི་འདྲའི་མི་སྲིད་པའི་  
བདེ་སྒྲིབ་ཅིག་རེད་བསམ་པ་དང་། ཏེ་ལོ་པས་བུ་མཆོག་ན་རོ་པ་ད་དུང་འབྲེལ་ཞོག་  
གསུངས་པས། ཡང་སོང་བ་ན་དེ་བཞིན་གསུངས་པས། དེ་འདྲ་ལན་བཞིའི་བར་  
དུ་སོང་སྟེ་བསྐྱངས་ནས་སྒྲུ་མར་འབུལ་ཡང་ད་དུང་སོང་གསུངས་པ་ན། ད་འགྲོ་ན་རོ་  
ཆ་ཞིང་མ་འགྲོ་ན་སྒྲུ་མ་ཐུགས་མི་དགེས་པར་འགྱུར་རོ་སྒྲུ་མ་བཞིན་ཡང་སོང་བ་ན། དེ་  
ཆང་ལས་ཀ་གེལ་བའི་སྐྱབས་དང་བསྐྱུན་ནས་ཆོད་མ་སྒྲོད་དང་བཅས་པ་བརྟུན་པ་ན།  
བདག་པོ་ཆང་གིས་བརྟུངས་ནས་རོ་དང་འདྲ་བར་བྱས། སྒྲུ་མས་ཨེ་ན་དྲིས་པས།  
ན་བས་མི་ཆོད་རོ་འདྲ་རེད་ཐལ་ཞེས་ཞུས། དེའི་ཐོག་ནས་སྒྲུ་མ་ཏེ་ལོ་པ་ཐུགས་མཉེས་  
པས་ཐུགས་ལ་བཏགས་ཏེ་གདམས་ངག་བསྐྱུན་པས་སྒྲུ་བ་དུག་ལ་བསྐྱུབ་པས་དངོས་  
བྱུང་བཞེས་པ་རེད། **ལུང་གི་དབྱེ་བར།** **མདོར་ན་སྒྲུ་ཡིས་དུང་བཙོག་གསུང་གི་**  
**བཀའ་བཀྲོན་གནང་བ་དང་།** **དཔག་སྐྱགས་བསྐྱེས་པས་འདུལ་བ་དང་།** **གཡུལ་**  
**སྒྲོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཆོན་ཆ་བསྐྱུན་ནས་ཐུགས་པ་དང་བརྟེན་པ་སོགས་ཞི་དྲག་གི་མཛོད་**  
**པ་ཅི་ལྟར་མཛོད་ཀྱང་།** **སྒོ་བ་མ་རང་ཉིད་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོན་གྱི་དྲི་མ་སེལ་བའི་ཐབས་ཡིན་གྱི་**  
**བསམ་ནས།** **སྒྲུ་མའི་མཛོད་པ་དེ་ལ་མ་གུས་པ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ།** **སྒྲུ་མའི་སྒྲུ་**  
**གསུང་ཐུགས་ཀྱི་མཛོད་པ་ནི།** **ཅི་ལྟར་མཛོད་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན་**  
**པས་དེའི་སྒྲུ་འབྲུལ་གར་གྱི་ཆོ་འབྲུལ་རོལ་པ་སྒྲུ་ཆོགས་སུ་མཛོད་པ་ལས།** **གཞན་དུ་**  
**མ་དག་པ་ཅི་ཡང་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསམ་པར་མི་བྱ།** **མ་གུས་པ་དང་མ་དག་པར་**

བསམ་པར་བྱས་ན། གྲོགས་ཁ་རུ་ཡོང་བ་ལྟེ་ཡིས་འཕུལ་ཏེ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ལ་  
 རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་པ་ཡིན་པས། སྒྲ་མ་ལ་མོས་གུས་ལོག་ན་གང་ཟག་ཉམས་པ་ཅན་དུ་  
 གྱུར་པས་ཉམས་པའི་ཆད་པ་བདུད་གྱིས་འཛིན་ཅིང་། ཆོ་འདིར་བསམ་པའི་དོན་མི་  
 འགྲུབ་ནད་མང་ཆོ་སྒྲུང་ཞིང་། ཕྱི་མར་ངན་འགྲོར་ལྟུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
 སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒོ་དང་ལྡན་པ་གང་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་བསམ་པར་བྱ་སྟེ་བདག་གི་སྒྲ་  
 མ་འདི་ནི་དོན་དུ་སྒྲིན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་རྫོགས། སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་། རང་རེ་དུས་སྤྲིགས་མའི་གདུལ་བྱའི་  
 སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་དང་སྐལ་བ་དམན་པས། སྒྲ་མ་འདིའི་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་སྤང་བ་  
 ཇི་བཞིན་པ་ནི། རང་རྩོམ་ལས་མ་དག་པས་སྤང་དབང་མ་མཆིས་པའམ་སྤང་བའི་  
 སྐལ་བ་མེད་པས་ཐམས་ཀྱི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། རིག་འཛིན་འདུས་རྒྱུད་ལས།  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྤྲུལ། །གང་གིས་གདུལ་བྱ་དེ་ཉིད་ལ། །དེ་དང་  
 མཐུན་པའི་གཟུགས་སྟོན་ཏེ། །ཞེས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་རྣམས་  
 དང་། དེ་ཡི་སྤྲུལ་ས་ལ་གནས་པའི་རིག་འཛིན་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 གྱིས་གང་དང་གང་གིས་འདུལ་བའི་གདུལ་བྱ་དེ་ཉིད་ལ། དེ་དང་དེར་མཐུན་པའི་  
 འདུལ་བྱེད་གྱི་གཟུགས་སྟོན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའང་འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཆོས་  
 གྱི་སྐྱེ་ནང་གསལ་གཞོན་རྩ་བུམ་པའི་སྐྱེ་ཀུན་གཞིའི་སྟེང་ནས་ཁྱད་ཆོས་དུག་གི་འཕགས་  
 པའི་གདོད་མའི་མགོན་པོ་དེ་ནི་སོགས་གྱི་ཆོག་འདི་རྣམས། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཀ་དག་  
 འབྲེགས་ཆེད་གྱི་དགོངས་པ་དང་བསྐྱིགས་ནས་འགྲེལ་དགོས་པ་ཞིག་རེད དེ་ལྟ་བུའི་  
 སྒྲ་མ་དེ་ཡང་འདི་ལྟར། དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པར་དག་པ་གྲུབ་བསལ་མེད་པའི་  
 ཆོས་ཉིད་ལ། སྒྲོ་བུར་གྱི་བྱི་མ་དག་པར་བྱས་ནས་ཟད་དང་མི་སྐྱེ་བའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་



པའི་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་རང་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ། ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་སྒྲེ་  
ཆོན་ཉེར་གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱེ་དེ་ཉིད། རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ།  
ལུང་ལས་མ་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས། རང་གསལ་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བའི་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་  
ཤེས་རིག་པའི་ངོ་བོ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་གཞོན་ལུ་བུམ་པའི་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་ན།  
དེ་ལྟ་བུའི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་སྐྱེ་འཆི་བཤེས་སྤྱད་དང་བལ་བས་གཞོན་ལུ། ཕྱི་  
གསལ་དུ་མི་མངོན་པར་གཏིང་གསལ་གྱི་ཚུལ་དུ་གནས་པའོ། རང་གསལ་ཤིན་ཏུ་  
ཕྱ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དོན་དམ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཐ་སྐད་སྒྱུར་ཏེ་བུམ་སྐྱེ་  
གསུངས་པ་ཉིད། ཀུན་གཞིའི་བྱི་མ་དག་ཅིང་གཞིའི་གནས་ལུགས་ལུང་མ་བསྟན་  
ལས་བྱུང་ཆོས་དྲུག་གིས་འཕགས་པའི་གདོད་མའི་རང་དབྱིངས་གཞོན་ལུ་བུམ་པའི་སྐྱུར་  
བྲགས་པ་འདི། དེས་གསང་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུའི་འཆད་ཚུལ་སྟན་མེད་མ་  
ཡིན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན། ཀུན་གཞི་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཟད་པའི་ཆ་ནས་དབྱེ་བའི་བྱུང་  
བར་འདི་དགོངས་འབྲེལ་མ་ཁན་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་ཤེས་པའི་གསང་བའི་དཀའ་གནད་  
ཅིག་ཡིན། ཀུན་གཞི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་གཞི་དེའི་སྟེང་ནས་གཞི་ལས་འཕགས་པ།  
རང་ངོར་སྤང་། བྱེ་བྲག་བྱེད། བྱེད་ཐོག་ཏུ་གོལ་བ་སོགས་བྱུང་ཆོས་དྲུག་གིས་  
འཕགས་པའི་ཀུན་བཟང་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཆོས་སྐྱེ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ནི། སྤྱི་བ་པ་  
ཀུན་སྤངས་རྟོགས་པ་ལུལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐོང་བ་  
ལས། འཆིང་བ་ཀུན་ལྡན་གྱི་སོ་སྐྱེས་ལྟ་ཅི། ས་བཅུའི་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་གཞན་གྱིས་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མ་སྤྱར་པ་སྟེ། རྒྱོད་དང་སྐྱམ་བྱེད་དཔེ་དང་  
འགལ་བའི་ཕྱིར། །ས་བཅུའི་དབང་ལྷག་གི་ཡང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །ལོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་སྐྱེ་ནི། གནས་དེས་པ་འོག་མིན་སྟག་པོ་བཀོད་པར།

འཁོར་ངེས་པ་ས་བཅུའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་འབའ་ཞིག་ལ། ཆོས་ངེས་པ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོ་ཁོན། སྟོན་པ་ངེས་པ་རྣམ་པར་སྤྱང་མཛད་སོགས་རིགས་ལྔའི་སངས་རྒྱལ་  
 གྱིས། དུས་ངེས་པ་རྟག་པ་རྒྱུན་གྱི་འཁོར་ལོ་སྟེ་ངེས་པ་ལྟ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་  
 རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་ ཁ་སྤྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་ རང་  
 བཞིན་མེད་པའི་ཡན་ལག་ སྤྱིང་རྗེས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ཡན་ལག་ རྒྱུན་མི་ཆད་  
 པའི་ཡན་ལག་ འགོག་པ་མེད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་ཁ་སྤྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྔ་དེ་ནི་  
 རྒྱུན་མཛད་མ་ཡིན་པའི་གདུལ་བྱ་ས་བཅུའི་དབང་ལྷན་ཁོན་ལས་གཞན་ལ་མི་སྤྱང་།  
 སངས་རྒྱལ་སྤྱལ་པའི་སྒྱ། རི་སྐད་དུ། གནས་དང་གནས་མིན་རྣམ་སྤྱོན་  
 ཁམས། ཁོས་དང་དབང་པོ་བསམ་གཏན་དང་། ལམ་དང་སྡོན་གནས་འཆི་  
 འཕོ་དང་། ཟག་པ་ཟད་མཁྱེན་སྟོབས་བཅུའོ། ཁེས་དང་། རྟོགས་དང་  
 སྤངས་པ་ལམ་དང་གོགས། སྟོན་ལ་མི་འཇིགས་རྣམ་པ་བཞི། ཁེས་པ་ལྟར་  
 སྟོབས་བཅུ་དང་མི་འཇིགས་པ་བཞི། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད། བསྐྱེད་བ་མེད་ལ་  
 སོགས་པའི་ཕུལ་མངའ་བ་དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཉན་རང་གི་སྟོན་པར་གྱུར་ཡང་། ཆོས་ལོངས་  
 སྤྱལ་གསུམ་དེ་དག་ལས་དངོས་སུ་ཆོས་ལྷ་བའི་བཀའ་འདྲིན་ལོ་དེ་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས་  
 ལོངས་ཤིང་དབུལ། དེའང་སངས་རྒྱལ་སྤྱལ་གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་དེ་དག་གི་ཐུགས་རྗེ་ལ་  
 ཉེ་རིང་དང་ཕྱོགས་རིས་མངའ་ནས་རང་རེ་སྟོགས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཆེད་དུ་ཐུགས་  
 སྟོས་གཏོང་བའམ་དོར་བ་མ་ཡིན་ཡང་། ཉི་མ་ལ་ཉེ་རིང་དང་ཕྱོགས་རིས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་  
 མེད་ཡང་ཐུག་ཐུག་ཁ་བྱང་བསྟན་ལ་ཉི་མའི་སྤྱང་བ་མི་འཆར་བ་བཞིན་དུ། དུས་  
 སྟོགས་མའི་སེམས་ཅན་རང་ཉིད་ལས་དང་སྐལ་བ་དམན་པས་སངས་རྒྱལ་སྤྱལ་གསུམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་དེ་དག་གི་སྒྱུ་མཛལ་བ་དང་། གསུང་ཐོས་པའི་སྤྱོད་དུ་མ་གྱུར་པས་ད་ལྟ་

ཕན་ཆད་མཐའ་མེད་གྱི་འཁོར་བ་མེད་འོ་བས། སྒྲིབ་མེད་སྒྲིབ་། སྦྱལ་གྱི་ཆོང་།  
རྒྱལ་པོའི་བཙོན་དོང་ལྟ་བུར་ལྟུང་བ་འདི་ཙམ་དུ་ཟད། དེ་ལྟར་ན་འདང་། མེད་  
པའི་ནང་གི་བསོད་ནམས། ད་ཅེས་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་བཤེས་གཉིན་དམ་པ་  
མཆོད་ཉིད་དང་ལྡན་པ་འདི་ལྟ་བུ་མཇུག་བ་ནི། བསོད་ནམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་སྒྲུལ་བ་  
བཟང་བ་ཡིན། བསྟན་པའི་གནས་ཆོད་ལྔ་བརྒྱ་ཕྱག་བཙུ་ཡིན་པ་ལས་རང་རེ་ལྔ་བརྒྱ་  
ཐམ་ཅོད་ལྡན་སྒྲིགས་མ་ལྔ་བདེའི་སྒྲུབས་ལ་ཁེལ་བའི་སེམས་ཙན་རྣམས་གྱི་དོན་དུ།  
རྒྱ་བོ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས། ལྷ་དན་མ་བྱེད་ཀྱན་དགའ་བོ། །སྒྲེ་སྒྲགས་མ་འདོན་  
ཀྱན་དགའ་བོ། །ང་ཉིད་ཕྱི་མའི་དུས་གྱི་ཆོ། །དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཉིད་སྦྱལ་  
ནས། །སྒྲོད་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རེ་  
སྒྲིགས་མའི་སེམས་ཙན་འདུལ་བའི་ཆེད་དུ་སངས་རྒྱས་དེ་དག་ཀྱན་གྱིས་མཐུན་པར་སྦྲང་  
བ་སོ་སོའི་སྒྲེ་བའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་རྩལ་དུ་སྦྱལ་ནས་གདུལ་བྱ་འདུལ་བར་མདོ་རྒྱུད་མང་པོ་  
ནས་གསུངས་ཏེ། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོས། གླ་མ་སངས་རྒྱས་གླ་མ་ཆོས། །དེ་  
བཞིན་གླ་མ་དགོ་འདུན་ཏེ། །ཀྱན་གྱི་བྱེད་པོ་གླ་མ་ཡིན། །གླ་མ་དཔལ་ཆེན་ཉེ་རུ་  
ཀ །ཞེས་དང་། སངས་རྒྱས་མཉམ་སྦྱོར་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགོ་  
འདུན་དང་། །གླ་མ་ཡང་ནི་བཞི་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། རྒྱུད་གཞན་ལས།  
སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྒྲས། །གང་གི་གདུལ་བྱ་དེ་ཉིད་ལ། །དེ་དང་  
མཐུན་པའི་གཟུགས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པས་ན། བདག་  
གི་བསོད་ནམས་གྱི་བགོ་སྒྲུལ་དུ་བྱོན་པའི་གླ་མ་དམ་པ་འདི་ཡང་ཅེས་པའི་དོན་དུ་ཐམས་  
བ་མ་ཡིན་པར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གྱི་སྦྱལ་པ་ཡིན་པར་གྲུབ་ལ། རང་ཅོས་ནས་  
སངས་རྒྱས་མཇུག་བ་དང་མི་གཉིས་པའི་དཔོན་གྱི་གདམས་པ་བསྟན་པས་ན་བཀའ་བྲིན་

སངས་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ མཚན་དཔེས་སྤྲོས་པའི་སངས་རྒྱལ་དངོས་སུ་མངལ་  
 ཡང་། ངས་ནི་ཁྱོད་ལ་ཐར་པའི་ཐབས་བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་  
 པར་གྱིས། །ཞེས་པ་ལྟར། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩི་  
 བསྟན་ནས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལ་བགྱི་བ་ཉིད་ལས་ལྷག་པ་ནི་  
 མཛད་རྒྱ་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྟོན་པ་མཁའས་པའི་འདུ་ཤེས་  
 ལ་སོགས་པས་ལེགས་པར་བསྟན་དགོས། སྤྱིར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟན་  
 ལུགས་ལ། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྤྱིང་གིས། ཡང་དག་དོན་ལ་སྦྱོར་བའི་དད་པ་  
 དང་། །ལྟར་སྤང་ཆོ་འདི་བསྐྱབ་པའི་འདོད་པ་དང་། །གཉིས་ཀར་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་གཟུ་ལུམ་ཅན། །གསུམ་དུ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་བརྟག་པར་  
 གཅེས། །གསུངས་ཡོད་རེད། དད་པས་འཇུག་པའི་ཚུལ། འདོད་པས་འཇུག་  
 པའི་ཚུལ། ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་འཇུག་པའི་ཚུལ་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དང་  
 པོ་དད་པས་འཇུག་ལུགས་ནི། ཆོས་དང་སྒྲ་མ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཤེས་  
 བས། དད་དང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་པས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་  
 རྣམ་དག་ཏུ་བྱས་ནས་མཐར་ཐུག་རང་གཞན་གཉིས་དོན་འབྲུབ་པ་རེད། འདོད་པས་  
 འཇུག་པའི་གང་ཟག་གིས། ཆོ་འདི་བདེ་སྦྱིད་སྟོན་གསུམ་གྱི་ཆེད་དུ་འཇུག་པ་རེད།  
 ཆོས་དང་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཅུང་ལས་ཀུན་སྒྲོང་ཆགས་སྤང་ལས་མ་འདས་པ།  
 ཀུན་གྱི་མཐོང་སྤང་ཡག་བྱེད་དང་། སྤོན་ལས་མངའ་ཐང་རྒྱས་བྱེད། དབང་དང་  
 ལུང་དེ་ཆོ་ཐོབ་སོང་ན་རྗེས་མར་མཁོ་ཡོང་བསམ་པ། ས་རོལ་དག་རྒྱས་འབྲུན་མི་  
 རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྦྱིད་པོ་སོས་དལ་ཉལ་རྒྱུའི་དོན། །ཁ་སོས་བྱེད། ཉལ་  
 ཉལ་ཁར་བབའ་རྒྱ་ལོན་ཕྱིར་སོགས། མདོར་ན་ཆགས་སྤང་དང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་སོགས་

ཆོ་འདི་ཁོ་ན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཀུན་སྒྲིབ་དུག་ཅན། དེས་འབྱུང་དང་གཞན་པམ་གྱི་  
བསམ་པས་མ་ཟིན་པར་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར། ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་  
འཇུག་པ་ནི། གོང་གི་དེ་གཉིས་ཀའི་སྒྲོགས་སུ་མ་གཏོགས་པར། ཅི་དྲན་འདི་དྲན་  
གྱི་དམིགས་ཡུལ་མེད་པ། ཁྱི་ལྗེ་མིའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱེའུའི་  
མཉམ་བཞག་དང་། རྟེན་ཅོའི་འདོན་པ་ལྟར་པན་ཅི་ཐོགས་འདི་ཐོགས་མེད་པར་རང་  
གར་འཇུག་པའང་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆོས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། འདོད་  
པས་འཇུག་པ་དང་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པར། དད་པས་འཇུག་པའི་  
སྒྲོན་ས་བཤེས་གཉེན་ལེགས་པར་བསྟེན་པའི་དོན། དེས་གསུངས་པའི་ཆོས་དང་མན་  
ངག་བཞིན་རང་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་རུས་ན། མངོན་མཐོང་དང་དེས་ལེགས་གྱི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་པར་ཐེམ་ཆོས། ཆོ་འདིའི་ཟས་གོས་གྱི་ན་ཕན་ཆོགས་ཉུང་དུ་ངན་དོན་ཅམ་  
སྦྱིན་པའི་ཡོན་གྱི་བདག་པོའམ་སྒྲིབ་དཔོན་ག་གོ་མོད་དང་། དབྲུག་དོན་སོགས་ལས་སྦྱོབ་  
པ་དག་ལའང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་ཕྱི་དགོས་ན། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་  
མཁན་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ལོས་ཕྱི། ས་ཆ་འགའ་རེའི་ཁ་སྒོལ་ཡག་པོ་དང་གུས་  
ཞབས་འདྲ་ཡིན་ས་རེད་མོད། མི་འགའ་རེ་ལ་ཇ་ཕོར་གང་སྤྱག་ནའང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་  
ཟེར་ནས་ལྷེའང་གནར་འདུག་ཀྱང་། དེ་བཀའ་དྲིན་ཨོ་ཆེ་མི་ཤེས་ཏེ། བཀའ་དྲིན་  
ཆེ་དེས་པར་ངན་སོང་དང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ཆོས་བསྟན་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ།  
དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་པན་ཐོགས་ཚུང་དུ་ལའང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་ཕྱི་ན། གལ་ཏེ་སྒྲིབ་  
མས་ཆོས་མ་བསྟན་ན། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲིབ་བ་ཡིན་པར་མ་ཟད་  
མཐའ་མེད་དུ་འང་སྒྲིབ་དེས་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་ལས་ངན་གསོག་བཞིན་ཡོད་པས་སོ།  
དེས་ན་སྒྲིབ་མས་ཆོས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་ས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་གྲིང་།

གཏན་གྱི་བདེ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པར་མཛད་པའི་བཀའ་  
དྲིན་ནི། ལུང་བ་རྟོགས་ཀྱིས་བཀའ་། མདུན་ཅོག་གསེར་དངུལ་གྱིས་བཀའ་བས་  
མི་ཚད། དབང་ཆེན་གསེར་གྱིས་གཞི་འདིར་འཛམ་བུའི་རྒྱ་བོའི་གསེར་གྱིས་བཀའ་  
ནས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡུལ་ཡང་བཀའ་དྲིན་གཞལ་བར་གཤམ་ལ་རྩས་ཏེ་ཆ་  
ཅོམ་ཡང་གཞལ་བར་མི་རྩས་སོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་བཀའ་  
དྲིན་ཆེ་ཡང་། གཏུལ་བྱ་རང་ངོས་ནས་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲ་མ་དམ་པ་དེ་  
བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞིང་ལྷག་གོ་སྒྲམ་པའི་དད་གུས་དང་མོས་པ་སྦྱིང་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་  
བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་སྤྱོད་ལས། དེ་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་  
བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་དང་། མ་རྒྱུད་གྲོང་གསལ་ལས། བད་གདོན་ནི་  
བྱེད་སྒྲན་པའི་མཆོག་ །དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་རིན་པོ་ཆེ། །ཐམས་ཅད་དབང་དུ་  
རྒྱུད་བྱེད་ཅི། །འགྲོ་བ་མ་ལུས་སྦྱོལ་བའི་གྲ། །ཞེས་སྒྲ་མ་དམ་པ་འདི་འཁོར་བའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ནད་གདོན་ནི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་པའི་མཆོག་ཡིན། ཡིད་ལ་བསམ་  
པའི་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན། འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་  
དབང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་། དབང་དུ་བསྐྱེད་ནས་དད་ཅིང་གུས་པས་ཐར་པའི་ལམ་དང་མི་  
འབྲལ་བ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་འབྱུང་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན། འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་སྦྱོལ་བའི་གྲ་ཡང་ཡིན། ཕྱིན་ལས་ཀུན་གྱི་མངའ་བདག་  
མཆོག་ །ཐོག་མར་སྒྲ་མ་གལ་ཆེའོ། །གང་ཟག་འཁོར་བར་ཞེན་པ་  
རྣམས། །ཞེན་པ་བསྐྱོག་ཐབས་སྒྲ་མ་གཏོ། །ཞེས་ནི་རྒྱུ་དབང་དྲག་གི་ཕྱིན་ལས་  
ཀུན་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའམ་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མི་ཟད་རྒྱན་གྱི་འཁོར་  
ལོའི་མངའ་བདག་མཆོག་ཡིན་པས་ན། བདེ་བར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཐོག་མར་

སྒྲིབ་མ་ཚུལ་བཞིན་བསྟན་པ་གལ་ཆེད། གང་ཟག་སྒོ་རྩལ་བ་འགའ་ཞིག་འཁོར་བར་  
ཞེན་པ་ཨ་འཐས་པ་རྣམས་ཀྱང་། འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པ་ལྡོག་པའི་ཐབས་ལ་སྒྲིབ་  
བསྟན་པ་གིན་ཏུ་གཙོ། གང་ཟག་དམ་ཆོས་མ་དྲན་ཞིང་། །དགོ་སྒྲིག་དོ་མི་ཤེས་པ་  
རྣམས། །ཆོས་སྟོན་དགོ་སྒྲིག་དོས་སྟོན་ཕྱིར། །སྒྲིབ་མ་དམ་པ་གིན་ཏུ་  
གཅེས། །ཞེས་ཆོ་འདི་སྤང་ལ་ཞེན་ཆེ་བའི་གང་ཟག་འགའ་ཤེས་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་  
པ་གནད་ཆེ་བར་མ་ཤེས་པས་ཆོས་སྐྱབ་པ་མ་དྲན་ཞིང་། དགོ་སྒྲིག་དོ་མི་ཤེས་པའི་  
སྒྲིབ་པོ་ཆོས་མེད་རྣམས་ལ་དགོ་སྒྲིག་སྤང་དོར་གྱི་དམ་པའི་ཆོས་སྟོན་པའི་སྟོན་ས།  
དགོ་བ་འདི་ཤེད། དེ་སྐྱབ་ན་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཐོབ། སྒྲིག་པ་འདི་ཤེད་དེ་བྱེད་ན་  
སྐྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་ཤེད། ཅེས་དགོ་སྒྲིག་རྒྱ་འབྲས་དོས་འཛིན་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་  
ཕྱིར་དུ། ཆོ་འདི་ཕྱི་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་དུ་སྒྲིབ་མ་དམ་པ་བསྟན་པ་གི་གིན་ཏུ་  
གཅེས་པ་ཡིན། སྟོམ་སྟེས་གོགས་གྱིས་ཐུམས་པ་ལ། །གོགས་སེལ་འབྲས་བུ་  
འབྱུང་བ་ཡང་། །སྒྲིབ་མ་དག་གི་དྲིན་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་རྣལ་འབྱོར་པ་སྟོམ་  
བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སྟོམ་ལས་  
སྟེས་པའི་གོགས་གོལ་ཤོར་ཞོར་གསུམ་ལ་སོགས་པ་སྟོམ་སྟོན་གྱིས་འཐུམས་པ་ལ།  
གོགས་སེལ་གྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡང་དག་  
འབྱུང་བ་ཡང་། སྒྲིབ་མ་མེད་ན་འབྱུང་ཐབས་མེད་པས་སྒྲིབ་མ་དག་གི་དྲིན་ལས་ལམ་གྱི་  
གོགས་སེལ་དེ་བྱུང་བ་ཤེད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་  
རྣམས་ཀུན། །སྒྲིབ་མའི་ཞལ་ལས་འབྱོན་པ་ཡིན། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སྒྲིབ་མ་དམ་པ་བསྟན་ལས་བྱུང་། །ཞེས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྟོན་  
ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི་ཆོས་སམ་མདོ་སྐྱགས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཐེག་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན།

རྒྱལ་བས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མའི་ཞལ་གྱི་བུམ་པ་ལས་འབྱོན་པ་ཡིན་ཞེས་  
 གསུངས་པ་རེད། རྗེ་མར་པས་ན་རོ་པ་བསྟེན་ནས་སྒྲ་མའི་སྐྱེ་མདུན་དུ་བཞུགས་ཆོ།  
 མར་པ་ན་རོ་འི་དུང་དུ་གཟིམ་ཡོད་པའི་ཐོ་རངས་ཤིག་ལ། བཏ་ཆེན་ན་རོ་པས་མདུན་  
 གྱི་ནམ་མཁའ་ཡི་དམ་དགུས་པ་རྗེ་རྗེའི་དགྱིལ་འཁོར་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་ཞིག་  
 སྤྱལ་ནས། མར་སྟོན་ཆོས་གྱི་སྒྲོ་གྲོས་ཞེས་བོས་ནས། མ་ཉལ་ཡར་བཞེངས་དང་།  
 ནམ་མཁའ་བྱེད་གྱི་ཡི་དམ་དགུས་པ་རྗེ་རྗེའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་བྱོན་ཡོད་པས།  
 བྱེད་གྱིས་ཡི་དམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལས། ང་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་  
 དང་། མར་པས་དང་བོ་ཡི་དམ་དགུས་པ་རྗེ་རྗེའི་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ་ན། ན་རོ་འི་ཞལ་  
 ནས། སྒྲ་མ་མེད་པའི་གོང་རོལ་ན། །སངས་རྒྱས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་  
 མེད། །བསྐལ་པ་སྟོང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །སྒྲ་མ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྱུང་། །ཡི་དམ་སྒྲ་མའི་སྤྱལ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ནས་ཡི་དམ་དགུས་པ་རྗེ་  
 རྗེའི་དགྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་སྤྲུགས་ཀྱང་ཐིམ་སོང་བ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་དེའི་དབང་  
 གིས་བྱེད་གྱི་སྤྲུལ་བརྒྱུད་དེ་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་སྐལ་  
 གྱིས་ཡིན་ཞེས་གསུངས། དུས་གསུམ་གྱི་བྱོན་དང་འབྱོན་འགྱུར་གྱི་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སྒྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་ལེགས་པར་བསྟེན་པ་  
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན། **ཞེས་གསུངས་ལ།** རྒྱ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྒྲ་མ་  
 དམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ལྡན་མིན་ཡང་ཡང་ཞིབ་མཐོང་བརྟགས་ནས་བདུན་གྱི་སྤྱལ་པ་དང་།  
 ཟོལ་ཟོག་བསྐྱེད་པ་མཁའ། རང་གིས་མི་ཤེས་གཞན་ལ་སྟོབ། །རང་རྒྱུད་མ་སྟོན་  
 གཞན་སྟོན་འདོད། །ཐོས་རྒྱུད་དྲིས་ལ་ལན་མི་ཐེབས། །སྟོབ་དཔེན་མ་བརྟག་  
 སྟོབ་མའི་བདུད། །ཅེས་དང་། དཔལ་སྤྱལ་ཆོང་གིས། རང་འདོད་ཕྱག་བཅུག་



གཞན་པན་ཁ་ལ་རེ། །རང་ངོ་མ་འཕྲོད་ངོ་སྤྲོད་རོ་ལ་འདེབས། །རང་དོན་མ་  
འགྲུབ་གཞན་པན་བསྐྱུས་མཐོང་ནས། །ད་ནི་འགྲོ་དོན་གཡང་ལ་བསྐྱུར་སྤྲོད་  
འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་འདྲ་བའི་དོན་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་མ་དམ་པ་མཚན་ཉིད་  
དང་ལྡན་པ་ཞིག་དང་མཇལ་བའི་རྗེས་ཐོག་ཏུ་ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་གི་མོས་གུས་སྦྱེ་བ་  
ནི། གྲགས་སྐྱམ་འུར་བསྟོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་མ་ཡིན་པར་ཞེན་སྦྱེས་པའི་དད་པ་  
དང་། མོས་གུས་བཅས་མིན་ཡོད་པ་དེ་བྱིན་རྒྱལ་ཞུགས་པའི་རྟགས་སུ་ངས་ལ།  
ཆོས་འདོད་གཞན་སེམས་བསྐྱུ་བའི་བསམ་སྦྱོར་ཅན། །དད་པ་མེད་པའི་ཕྱག་གིས་  
ཐལ་འཕྱུར་སྤྲོད་། །མོས་གུས་མེད་པའི་ཁམས་འདྲི་བསྐྱེད་ཞུ་གསོལ། །ངན་སྤྲོད་  
རྟོག་པའི་མིག་གིས་བྱ་ར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། མོས་གུས་རྩུན་མས་  
ལུགས་མི་སྦྱབ་པས། སྒྲ་མའི་མཛད་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་རེད་མི་རེད་ཅེས་དང་། སྤྲོད་  
ལམ་མ་དག་པ་བག་ཅམ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་དད་པ་ལྷོག་པའི་ཕྱིར་ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་  
དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་སྤོབ་མ་འགའ་རེས་སྒྲ་མས་ཟང་ཟིང་གི་གནད་སྒྲིབ་བྱེད་ན་  
དད་པ་ལྷག་པར་ཆེ་བ་དང་། གནད་སྒྲིབ་ལུས་སོང་བ་སོགས་བྱུང་བ་ན། ང་ལས་  
ཆེ་གོ་མོ་ལུགས་གཅིགས་ཆེ་བར་འདུག་བསམ་ནས་དད་པ་ལྷོག་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་  
རེད། དེ་ལྟ་བུ་ནི་དད་པ་ངོ་མ་དང་བརྟན་པོ་མིན་པའི་རྟགས་རེད། ཟང་ཟིང་ཅམ་  
གྱིས་ཆོམ་པ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་། །བཅོས་མའི་དད་པ་ས་དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྷོག་  
ངོམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་དད་པ་དེ་དབྱར་དགུན་སྟོན་དབྱིད་དུས་ཀྱི་འགྱུར་ལྷོག་བཞིན་  
ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་དད་པ་མ་ཡིན། དེས་ན་བཅོས་མིན་གྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་ནི་བྱིན་  
རྒྱལ་ཞུགས་པའི་རྟགས་སུ་ངས་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡན་ཆད་གྱིས་བཤེས་གཉིན་  
བསྟན་ཚུལ་དེ་ལ་བསམ་པའི་བསྟན་ཚུལ་དང་། སྦྱོར་བའི་བསྟན་ཚུལ་གཉིས་ལས་

བསམ་པའི་བསྟན་ཚུལ་སོང་བ་རེད། དེ་རིང་ཚུ་ཚོ་དྲུག་གིས་འདི་ནས་འཛོག་རྒྱ་བྱེད།  
 སྒྱུར་འདིའི་བྲིད་རྒྱུ་ལ་འདི་སྒྲུ་མའི་གདམས་ངག་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ་ཞིང་ཐབས་  
 གང་གིས་སྒྲོ་ནས་སྒྲུ་མ་བསྟན་ཚུལ་བསམ་པའི་བྲིད་རྒྱུ་རེད། འདི་རང་རེས་ཆོས་  
 ཐུན་གཉིས་བྱས་ནས་བྲིད་ཀྱིན་ཡོད་རེད། འདིའི་ས་བཅད་དང་པོ་འདི་ལ་སྒྲུ་མ་བསྟན་  
 པའི་དགོས་པ་དང་། སྒྲུ་མ་བརྟག་ཐབས་དང་བསམ་པས་བསྟན་ཚུལ་བཤད་པ་རེད།  
 གཉིས་པ་སྒྱུར་བའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་ཚུལ་སང་ཉིན་ནས་བཤད་རྒྱ་རེད། འདིའི་བྲིད་སྒྲུང་  
 ལ། བྲིད་རྒྱུ་སྒྲོ་མའི་ནང་དུ་འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པས་རིགས་དྲུག་གི་  
 སྒྲུག་བསྐྱེད་གང་དུ་སྒྲུམ་ཀྱང་བདེ་སྒྱུད་མེད་པར་ཉ་གོ་སོང་དུས། འཁོར་བ་དེའི་ནང་  
 ནས་ཐར་པའི་ཐབས་གང་དགའ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཐར་ཐབས་ཨེ་ཡོད། མེད་ན་  
 གང་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་དགོས། དམ་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་  
 པའི་ཕན་ལས་ཐབས་གཞན་མེད་པ་ཁ་བཤད་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་དོན་གྱིས་སེམས་ཐོག་ཏུ་  
 གླངས་ནས། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་ཐབས་ལ་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ལས་དགའ་ཞིག་  
 མི་འདུག ཆོ་ཕྱི་མ་ལ་ལོས་དགའ་སྟེ། ཆོ་འདི་ལའང་རེ་ས་སྒྲུབས་གནས་དམ་  
 པའི་ཆོས་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་མི་འདུག་བསམ། ད་ཆོས་དེ་ཅི་འདྲ་ཐོབ་དགོས། རང་  
 གིས་ཡིག་རིགས་ཤིག་བལྟ་ན་ཨེ་ཆོག དེས་མ་ཆོག་ན། མར་འབྱུང་ས་འོ་མ་  
 དང་། དུ་བ་འབྱུང་ས་མེ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་འབྱུང་ས་སྒྲུ་མ་རེད་འདུག སྒྲུ་མའི་  
 མདུན་ནས་ཆོས་ཐོབ་སྟེ་བྱིན་སྒྲུབས་རྒྱུ་ལ་ཞུགས་དགོས་པ་རེད། དེ་བསམ་ཤེས་  
 ཡོང་དུས། ད་སྒྲུ་མ་ཟེར་རྒྱ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན། མིང་ལ་སྒྲུ་མ་ཐོགས་ཚད་དང་།  
 ན་བཟའ་དམར་པོ་ཁྱོད་ཚད་ཀྱིས་ཆོག་དང་། དེ་ལ་ཆ་རྒྱུན་གྱི་ཚད་མང་པོ་ཞིག་འོང་  
 རྒྱ་ཡོད་ཅེས་དེའི་འདད་རྒྱུ་ཅིང་། དེ་ནས་སྒྲུ་མ་བརྟགས་ནས་སྒྲུ་མ་གདམ།

གདམ་རྒྱ་ལོན་པའི་དགའ་མེད།   གདམ་ཞོར་སོང་བའི་སྐྱུག་མེད་ཟེར་ནི་རེད།  
ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་ངོ་མ་གཉིས་ཞོར་དོགས་ཆེ།   དེ་རྣམས་མན་ངག་གི་ཐོག་ནས་ཉམས་  
སུ་ལེན་པའི་ཞོར་ལ་སློབ་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད།   རང་ཉིད་ལ་དམ་པའི་  
ཆོས་ལྟ་བུའི་སློབ་མའི་ཆ་ཚད་ཆོང་ཨེ་ཡོད།   མེད་ན་ཅི་འདྲ་བྱས་ནས་ཆོང་དུ་འཇུག་  
དགོས།   དེ་ཆོ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས།   བྲིད་སྒྱུར་ཟེར་ན་སེམས་ཀྱིས་སློབ་སྒྱུར་བྱ་  
ཆུང་ཞིག་རེད།   སེམས་ཀྱི་སྒྱུར་བརྟེན་ཞིག་རེད་ཟེར་ན་མི་ཚོག་རྒྱ་མི་འདུག   དེ་  
རིང་གི་བྲིད་སྒྱུར་ནང་སྒྲ་མ་བརྟག་ལུགས་ཀྱིས་མི་ཚད་པར་བརྟགས་ཆོར་ནས་བསམ་  
བས་བསྟན་ལུགས་ཀྱང་ཡོད།   དེ་རིང་ཕྱི་ངོའི་བྲིད་ལ་སྒྲ་མ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་དང་།  
སྒྲ་མ་བརྟག་པའི་སྒྲོར་བྲིད་སྒྱུར་བྱ་རྒྱ་རེད།   བྲིད་དཔོན་གྱིས་ས་བཅད་ལྟར་ལེ་ཆོན་རེ་  
རེ་བཞིན་དུ་ཆོག་གཅིག་རེ་གཉིས་རེ་གསུངས་ནས་མཚམས་དང་མཚམས་སུ་སློབ་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་དེའི་དོན་བསམ་ནས་སྒྲོམ་པའི་ཆུང་ལྟར་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས།   ཡང་  
ལེ་ཆོན་རེ་གསུངས་ཤིང་སྒྲོམ།   དེ་འདྲར་བྱས་ནས་ལན་གྲངས་འགའ་རེ་དུས་ཆོད་  
ཐུང་ཐུང་བྱེད།   དོ་དགོང་ཡང་དེ་འདྲ་ཡིན།   སང་ཉིན་ཉིན་གྱང་དང་།   ཕྱི་ངོ་  
དང་།   དགོང་མོར་བསམ་པའི་སྒྲོན་སྒྲ་མ་བསྟན་ལུགས་ལ་བྲིད་སྒྱུར་བྱ་དགོས།  
འདིའི་བྲིད་རྟེན་བཞི་པ་འདི་ལ་ཆོས་ཐུན་གཉིས་བྱས་ཡོད།   ཉིན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་ངོ་ལ་  
འབྲུམ་ལཱའི་བྲིད་སྒྱུར་ནང་གི་མཆུལ་གསེག་རྒྱ་ཡིན།   མཆུལ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
མཆུལ་འཁྱེར་ཤོག   བྲིད་དཔོན་གྱིས་ངེ་ལྟར་བྱེད་ན་དེ་ལྟར་དུ་གྱིས།   རྗེས་མར་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་མཆུལ་ཆ་ཆོང་གསལ་དུས་གསེག་ཤེས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པ་རེད།  
མཇུག་གི་རྒྱ་ས་ལིའི་ཆོགས་བསགས་ཆོར་གཅིག་བཏོན་ན་ཆོག་གི།   །མཆུལ་དེ་  
ཆོགས་བསགས་པའི་སྒྲོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན།   རྟོར་སེམས་བསྒྲོམ་བསྐྱས་དང་

མཆུལ་གཉིས་བསགས་སྒྲིང་གཉིས་ཀྱི་གནད་འདུས་ས་རེད། ཡན་ལག་བདུན་པ་དང་  
 འབྲུམ་ལཱའི་གནད་ཆང་མ་བསགས་སྒྲིང་གཉིས་སུ་འདུས་པ་ཡིན། སྒྲིབ་པ་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲུངས་ནས་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཆར་དུས་སངས་རྒྱས་སོང་བ་རེད།  
 དེས་ན་བསགས་སྒྲིང་གཉིས་གནད་ཆེ་བས་འདི་གཉིས་ཡར་ལྷག་གསོག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་  
 ཡོད་པར་བྱས་པ་ཡིན། འདིའི་ཐུན་གྱི་རྩེས་སུ་དམིགས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་མཉམ་པར་  
 བཞག་དགོས། མཉམ་བཞག་དེ་ལས་ལངས་པའི་རྩེས་ཐོབ་ཏུ་བསྡོམ་དང་། སྒྲོན་  
 ལམ་ཡག་པོར་བྱ་རྒྱུ་འདིའི་སྐབས་མ་ཟད་རྒྱུན་གྱི་སྒྲིང་ལམ་ལའང་འཇགས་བཅུག་  
 དགོས་པ་རེད། མཉམ་བཞག་དང་རྩེས་ཐོབ་ཟེར་ན། སེམས་གཞན་ལ་མི་གཡོ་  
 བར་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲུང་བཅས་སྒྲུང་མེད་དང་། མཚན་བཅས་མཚན་མེད་གང་གི་ཐོག་  
 ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་ན་དེའི་ངོ་བོའི་ཐོག་གཡོ་མེད་དུ་འདུག་པ་མཉམ་བཞག་རེད།  
 མཉམ་བཞག་དེ་ལས་ལངས་པའི་བྱ་ཉལ་འགྲོ་འཆག་གི་སྒྲིང་ལམ་གྱི་ཚོ། འདི་ལྟར་  
 སྒྲུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུ་དྲན་པའི་རྩི་བོ་དང་མ་བྲལ་བར།  
 མཉམ་བཞག་གི་ཉམས་ལེན་དེ་མ་བརྟེན་པ་དེ་ལ་རྩེས་ཐོབ་ཟེར། སེམས་དྲན་ཤེས་  
 དང་བྲལ་ཏེ་འབྲུལ་འབྲུམས་སུ་སོང་ནས་དུས་རྒྱུན་ལྟར་གྱུར་ན་རྩེས་ཐོབ་རྒྱ་ཡན་པ་ཟེར་  
 རེད། མཉམ་རྩེས་ཐོབ་པ་དང་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པས་སྒྲིང་ལམ་མཛད་པ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་བྱུང་ཆོས་ཡིན། སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་མཉམ་རྩེས་ཀྱི་བྱུང་  
 བར་ཅམ་རེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྒྲིང་ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མ་འབྲུལ་བ་ཟེར་  
 རྒྱུ་དེ་གཅིག་དཀའ་ནི་རེད། འོན་ཀྱང་རྒྱུན་དུ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་བསྟེན་པ་དེ་སྒྲུ་སེར་  
 ལ་མ་ལྟོས་པར་ཆོས་པ་སུ་ཡིན་རུང་བརྟེན་མི་ཉན། བག་ཡོད་པ་ནི་ཆོག་ཉུང་ཡང་དོན་  
 རྒྱུ་ཆེའོ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲེལ་ཡོད་པ་གཉིས་བག་ཡོད་ཀྱི་

གྲོགས་རེད། རང་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིག་ལྟར་གི་ལས་མི་བྱེད་པ་དེ་ངོ་ཚ་  
ཤེས་པ། གཞན་གྱིས་ཁྲིལ་གྱིས་དོགས་ནས་མི་དགོ་བ་བསྐྱུང་རྒྱ་དེ་ཁྲིལ་ཡོད་པ་རེད།  
ཁྲིལ་ངོ་ཚ་གཉིས་ཤེས་དུས་གཅིག་ལོ་ནི་རེད། རང་གི་འབྲུལ་བར་རང་གིས་བརྟགས་  
ཏེ་རང་གི་འགོ་འཛིན་རང་གིས་བྱེད་དགོས། ཆོས་ཤིག་ཞུས་ནས་དེར་བརྟེན་ནས་འགོ་  
ངོ་འདུག་ངོ་ཞིག་མ་ཤེས་ན་མི་ཞིག་བྱས་ནས་འགོ་བྲུལ་བྱེད་པ་དེ། རུང་མ་གཉིས་  
མེད་པ་མ་གཏོགས་དུད་འགོ་དང་བྱུད་པར་ཆེན་པོ་མེད་པས་མི་ཆད། སྒོག་མ་ཆད་  
པའི་རོ་དང་། དབུགས་མ་ཆད་པའི་བེམ་པོ་རེད་ཟེར་ན་ཆོག་རྒྱ་ཅན་རེད་སོང་བ་རེད།  
དེས་ན་སྒྱི་ནམ་ཁླའི་འགྱུར་ལྷོག་ བད་ལུང་པོའི་དར་རྒྱུད། ཉོན་མཆོན་སྐད་ཅིག་གི་  
འགྱུར་བ། གན་རབས་གཞོན་རབས་ཆང་མ་མི་རྟག་ནས། སྒྲ་རབས་འདས་པའི་  
སྒྲོགས་སུ་བུད་སོང་བ་ལ་འདད་རེ་བརྒྱབ། ཁ་རང་ཉིད་ལ་བསྐྱོར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་  
སྒོག་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ལ་སྒོ་སྒྲ་སྐྱུང་རྒྱ་འདི་ནི། ཁླ་མ་སེར་མོ་མན་ཆད་གོང་ནང་  
གི་བྲིས་པ་མོ་མོ་ཡན་ཆད་རང་རོགས་ཆང་མ་ཐམས་ཅད་ལ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།  
འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་དང་། རང་འདོད་ཡིད་བྱེད། བདེན་འཛིན་རྣམས་མ་ལོག་  
ན་གང་གི་མིང་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་པ་དང་ཐད་དེ་པའི་བྱུད་པར་འབྱེད་ཆོས་གཞན་མེད་པས་  
ན་ཐམས་པ་ཡིན་ནི་རེད། ཁ་ནས་ཆོས་སྐད་རྟ་འདྲ་བ་མང་པོ་བཤད་ཤེས་ཀྱང་ཁ་དང་  
དོན་འཛོལ་ན། གང་ཟག་ལ་བྲི་མ་གཏོགས་མི་རི་བ་རེད། སུ་ཡིན་ཡང་སྒོ་སྒྲོང་  
དང་པོར་ཞོག་རྒྱ་དེ་གཞན་ཆེ། སྒོག་པ་ཐོས་བསམ་པ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་དུ་སྒོ་སྒྲོང་ཉམས་  
ལེན་བྱེད་དགོས་རེད། སྒོ་སྒྲོང་རྒྱུད་ལ་མེད་ན་གོ་ལྟ་སྐྱམ་པོས་ས་མི་ཆད། ཐོས་པ་  
ཁ་སྒྱུར་བལྟས་ལ་ཤོར་ནས། རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་མགོ་མི་མོན་པར་དཔེ་སྒོག་གཞན་  
སྒྲོན་འཆོལ་བྱེད་ཀྱི་ཐུར་མར་གྱུར་སོང་དུས། འདྲེ་རྒྱལ་འགོང་སླིང་ལ་ཞུགས་ནས།

འགོན་མི་བདེ། འདུག་ན་མི་སྤྱིད་པར་རེད་རྒྱུ་ཡོད་ནི་རེད། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་  
 སྤྱིད་གི་གསུང་ལས། ཐོས་བསམ་ཆེ་བས་མི་ཆོག་གི། །སྒྲོམ་པས་རང་རྒྱུད་མ་  
 གོལ་ན། །འཆི་ཁ་ལག་སྤྱོད་ཡོད་ཉེ་བས། །སྒྲོན་ཆེན་གྱི་ལད་མོ་མ་མཛད་  
 ཡང་། །ཞེས་དང་། ཆོག་མཐའ་ཤེས་བྱས་གནས་བ་ངར་འཛིན་གྱི་ཅོང་  
 རོ། །དོན་མཐའ་རྟོགས་པས་གཅོད་པ་གྲུབ་ཐོབ་གྱི་བཤུལ་ལས། །བྱར་མེད་རྒྱལ་  
 པོ་སྤྱིད་ཉལ་ཤུགས་འབྱུང་གི་ངང་དུ། །ངའི་སྤྱོད་གོགས་འོད་གསལ་སྤུབས་འཇུག་ལ་  
 སེབས་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དཔེ་ཆ་བ་མིན་ནའང་གྲུབ་བླ་མ་སེར་མོ་བ་  
 ཡིན་དུས་སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱོད་ལོན་པས། སྒྲོན་པས་བསྟན་པའི་  
 ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་རྒྱུད་བ་ཡིན་དགོས། སེམས་  
 བྱིས་ན་ལུས་ཏེ་བྱད་མ་རུས་ན་ལུས་རབ་བྱུང་བྱས་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱིའི་མི་ལམ་གྱི་  
 བྱང་ལྟར་སྤྱང་མཇུག་སྐར་ཁུང་ན་ཐོགས་པའི་དཔེ་ཡོད་པ་རེད། ད་སྒྲོན་ཆོས་བརྒྱད་  
 གྱིས་བསྟུས་ནས་ཆུད་ཐོས་སུ་སོང་བ་གངས་གྱིས་ཅི་ཆོད། ལོག་འཆོའི་འབྱོར་བས་  
 རྒྱགས་པའི་ངན་དཔེ་ལ་ལྟ་མི་ཉན། བྱི་མར་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཡིན། སྤྱོད་བསོད་  
 བྱེད་པོ་གཡོ་ཅན། རང་སེམས་བྱིས་པ་མགོ་སྤྱོད་ཡིན་ནི་རེད། བྱ་བཞག་ཅེད་  
 མའི་དགག་སྤྱོད་ཡིན་ནི་རེད། བོར་དང་འདོད་ཡོན་གྱིས་ཆུ་ནང་འཕེན་འཕེན་སུས་  
 འཕེན། དེ་འདྲ་ཡིན་པས་ན་རབ་བྱུང་ཟེར་རྒྱུ་ཅི་ཡོད། སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་རུང་  
 གི་སྒྲོམ་པ་ཞུ་ནི་ཆང་མས་གཞི་རྒྱལ་བྱིས་ནས་པར་དག་པས་གཞིར་བཟུང་། སྤྱོན་  
 སོགས་དགེ་བའི་གོགས་བྱེད། སྒྲོན་ལམ་རྣམ་པར་དག་པས་མཆོམས་སྤྱོད་ཏེ་ཆོས་  
 ལམ་ངོ་མ་ལ་ཞུགས་ནས་ཆོས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་སྤྱོད་རྒྱུ་འཇུག་མི་ཉན། རང་  
 སྤྱོད་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་རེད། དེ་མ་འགྲུབ་དུས་ཆོས་པའི་མིང་ཡོད་ཀྱང་དོན་མ་

ཡོད་ནི་རེད། དེ་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་སྒྲིབ་གིས། བྱིས་ཆུང་སྤངས་ནས་  
བསྟན་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་ཀྱང་། །བྱིས་ཆེན་བཟུང་ནས་བྱ་བ་མཐའ་ཡས་  
ཤིག་ །བསགས་དང་བསྐྱང་དང་སྤེལ་བའི་འབྲུགས་པ་ཡང་། །སྤང་ནས་མུན་  
པའི་སྒྲོར་འབྲུན་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པ་འདི་  
དང་པོ་ཆོས་ལམ་འཕྲུག་པའི་རྒྱ། བར་དུ་དམ་ཆོས་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱུ། ཐ་མ་  
འཆི་བ་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཉམས་སྤོང་གི་གྲོགས་ཡིན་པས། དེ་འདྲ་བྱེད་ན།  
གང་ཟག་གཅིག་གི་མི་ཆེད་ཆད་དང་སྤྱར་ན། དང་པོ་ཐོས་བསམ་ཆོལ། དེ་དང་  
མཉམ་དུ་ཐོས་དོན་བསམ། ཐ་མ་བསམ་དོན་བསྒྲེལ་ནས་ཆོས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱར་རྒྱུ་  
ནི་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ཡིན་ཡང་། ཏུང་རྟག་འཛིན་ཆེ་སོང་ན། བྱ་བའི་ལྷུས་ཐིངས་  
ཟེར་རྒྱ་དཀར་མོ་ཡིན་ཏེ། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་སྤྱུག་བདེན་གྱི་ཡུང་པོ་འདི་ལ་ཡུན་  
རིང་གི་སྒོ་གཏད་མེད། དེས་ན་དང་པོ་ནས་སྒྲོ་སྤྱོད་དང་མ་འབྲལ་བའི་སྒོ་ནས་ཐོས་  
བསམ་བྱེད་དགོས། སོ་དཀར་གཞོན་པའི་མི་ཆོ་ཡད་ཡུད་ལ་ལངས་སོང་། །དབུ་  
དཀར་རྒྱན་པའི་འཆོ་ཕྱིས་སྤྱུག་ལོང་ནི་མི་གདའ། །དེ་ནི་མི་ཆེད་ཉི་མ་རུབ་རི་ལ་  
ལངས་སོང་། །དའི་ལམ་སྒྲ་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་རྗེ་ཡིས་མཛོད་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། རང་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སྐབས་ན། ཡར་དེའི་ཁ་ལ་མི་ཉན། མར་  
དེའི་ངོ་སྤྱང་མི་བྱེད། རང་ཐག་རང་གིས་བཅད། སྤྱ་ཐག་མགོ་ལ་བརྒྱབ་ནས་  
དབེན་རི་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་ས་ལ་སྒྲོག་རྒྱུ་ནི། དམ་པ་གོང་མའི་རྗེས་འཕྲུག་གི་བྱ་བ་མ་  
ནོར་བར་རེད་ལ། ཟང་ཟིང་འདྲ་འཛིན་ནང་ན་ད་སྤྱར་འདི་ལ་མ་སྤྱུག་གི་བར་དུ་ཆོས་  
བརྒྱུད་གྱི་ལག་གཡོག་བྱས་ནས་མི་ཆོ་བུད་སོང་བ་ཡིན་ན། ད་དབང་ཐང་རྒྱུད་ཏྲ་ཐུར་  
རྒྱུད་ལ་སྤྱུག་དུས་སྤྱ་ན་མེད་པའི་ཡར་བསྐྱེད་ཅིག་རྒྱབ་ཟེར་ན་དཀར་རྒྱུ་རེད། གཞན་

དབང་ཆོས་ལྟར་བཅོས་པའི་བྱ་བ་སྤྱོད་པོ་མེད་པར་རིག་སོང་ནི་རེད། གཅིག་ངོ་ལོན་ན་  
 བརྒྱ་ངོ་ལོན་ནི་མ་རེད། བརྒྱ་ངོ་ལོན་ན་སྤྱོད་ངོ་ལོན་ནི་མ་རེད། ལོན་ཀྱང་དེ་ལ་  
 སྤྱོད་པོ་མེད། བྱ་བྱེད་བྱིས་པའི་ཕྱེད་མོ་རེད། ལོ་འགའ་རེ་ལོན་དུས་འདས་འགྲོ་ནི་  
 རེད། དེ་བས་ཆོ་གཅིག་ཡུན་ལ་ཕན་པའི་དམ་ཆོས་གདམས་ངག་སིལ་བྱ་བཞག་རྒྱ་རེ་  
 ལོན་ན་དེ་དག་གི་བདེ་སྤྱོད་ལ་རོ་མུངས་ནས་འདུག་རྟེན་ཡོད་དུས་འདུག་དགོས་ཏེ།  
 སྤྱོད་དུས་གནད་དུ་སྤྲོད་པར་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱིས། །གདམས་ངག་ཟབ་དགུའི་བདུད་ཅིའི་  
 ཁོ་བོས་སྟེར། །ཆོ་དང་སྒྲུབ་པ་མཉམ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག །འགྲིགས་ན་ཕྱི་མའི་  
 འགྲོ་ས་པར་སྒྲུབ་སྟོན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི། བྱིས་ན་གནས་  
 པའི་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་རྣམས་ཡིན་ན་ཡང་། ཆོ་སྒྲུབ་མའི་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་བཟའ་ཆང་  
 གི་ཁ་གསོ་རྒྱབ་འགོ་བས་འདི་དང་འབྲེལ་གཏོང་རྒྱ་མེད་རུང་། རྒྱན་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་  
 བྱས་ཀྱང་ཆོས་ལ་སྤྱོད། །གསུངས་པས་ཆོས་བསྒྲུབ་ཐབས་ཡོད་ནི་རེད། སེམས་  
 ཀྱིས་ཆོས་མ་བསྒྲུབས་ན་གནས་རི་ཁྲོད་ཅིག་བསྟན་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་རི་དྲགས་དང་འབྲ་  
 འབྲར་རེད། རི་ཁྲོད་བྲག་ཕྱག་ཅིག་ན་འདུག་ཁུལ་བྱས་ན་འང་། ལྷོ་འཛམ་བུ་སྤྱོད་  
 ལ་ཁ་པར་ཀྱིས་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད། རྒྱ་བོད་རྟོར་གསུམ་གྱི་སྐད་ཆ་དེ་དབེན་གནས་  
 རི་ཁྲོད་དུ་ཡར་བྱིད་སོང་དུས། བྲག་སྤོང་བསམ་མཛོ་བྲལ་བའི་ངང་ལ་གཅིག་གཞག་  
 མི་དགོས། ཡུལ་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་རྣམ་རྟོག་ཆགས་སྤང་དགའ་སྤྱད་གི་ཚུལ་མིན་  
 ཡིད་བྱེད་དེའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ནས། འཕྱུང་བ་གཅིག་བསྐྱང་དུས་དེ་ལུས་དབེན་འབྲ་  
 ཡིན་ན་མ་གཏོགས། ངག་དབེན་སེམས་དབེན་གཉིས་ཀ་མེད་དུས། བར་སྐབས་  
 ཤིག་ན་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་གིས་མི་བརྟན་ནས། ལུས་ཀྱང་དབང་མེད་དུ་བྱུང་འགྲོ་  
 ནི་རེད་ཡིན་ན། བྱིས་པ་ཕོ་མོ་ཆོས་བསམ་སྒོ་གཏོང་དང་། ཆོ་འདི་ནི་འགྲོ་བའི་



ཆོས་ཅན། འབྱོར་པ་འདི་ནི་རྒྱད་པའི་མཐའ་ཅན། ལང་ཆོ་འདི་ནི་མི་རྟག་པའི་རང་  
བཞིན། གཉེན་གྲོགས་ཐམས་ཅད་འབྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས། བཟོ་ཆ་ཆོད་  
གཏན་ལ་མི་ཐེབས་པ་ཞིག་གིས། ཐོར་ཆག་ནང་དུ་སྒྲིང་བཞིའི་བཀོད་པ་བྲིས་ཏེ།  
སྒྲོ་སྒྲོ་སྒྲོས་བརྒྱའི་རི་མོ་འདི་ནས་ཟད་པ་མེད་པའི་སྒྲོ་སྒྲོ་མང་པོ་ཞིག་བྲན་གྱིན་འདུག་པ་  
བས། བསམ་པའི་སྒྲིང་དུ་གོམ་པ་སྒྲོ་མ་ཁན་ཉུང་ནི་རེད། རང་སེམས་ལ་སྒྲུག་  
བཀོལ་བྱེད། བར་དོ་ལ་འབྱམས་ཡུན་ཇེ་རིང་དུ་འགོ་བྱེད་རེད་འགོ་ནི་རེད།  
གནས་གཏན་འཕོ། ཡུལ་གཏན་བརྗེར་བྱས་ནས་དུ་བ་ག་ཤེད་ལ་བགལ་ཏེ། ཁ་  
སྒྲིར་ལ་འཁོར་རྒྱ་མེད་པའི་ས་ཆ་ལ་འགོ་དུས། ཆོ་སྒྲིམ་འི་རྟ་གོ་རོགས་གསུམ་ད་ལྟ་  
ནས་འདང་ཞིག་མ་རྒྱག་ན། ད་རུང་མི་སྒྲོན་བསམ་ནས་ལོང་ཡོད་ཀྱི་མི་ཆོ་རིང་པོའི་  
ཆོད་ཤིང་བཞག་ནས་འདུག་པར་བྱེད་པ་ཅོམ་གྱིས། ཆོ་ཅི་ཡོད་སུས་ཤེས། ཡང་  
དགོས་སྒྲིགས་མའི་དུས་ཀྱི་ཆོ་ལ་ངེས་པ་མེད། ལོ་ཉུང་བ་ཅོམ་གྱིས་སྒྲོན་མ་ཡིན་དང་  
རྗེས་མ་ཡིན་ཆོད་ཐིག་ནི་མ་རེད། གས་གན་ནད་པ་གཅིག་གི་ཆོ་ལ་ལོ་རྒྱུད་ནད་མེད་  
ཅི་འདྲ་མེད་པར་རེད་འགོ་གི། སྒྲོན་ལ་རྩ་མ་ཆག་དང་ལུང་ཐག་ཆད་ཤེས་ནི་མ་རེད།  
དེས་ན་ལོ་གན་གཞོན་ཆོང་མས་ཆོས་བསྐྱབ། ཆོས་དག་ཤོས་སེམས་ཀྱིས་སྐྱབ་རྒྱ་  
རེད། དེའི་འཕྲོར་ལུས་ངག་གཉིས་རེད། དེའི་འཕྲོར་རྒྱ་ལོར་དངོས་པོ་རེད།  
དག་ཤོས་དེ་སྐྱབ་མ་ཤེས། འབྲིང་བ་དེ་སྐྱབ་མ་རུས། ཐམ་དེ་སྐྱབ་མ་བྲ་དུས།  
ཐམར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་གཅེར་བུར་ལྷུང་བྱལས་རེད། ཁ་ལག་གཅིང་མའི་མཆོད་པ།  
བསམ་པ་དགར་པོའི་སྒྲོན་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕུག་དང་སྒྲོར་བ། འདོན་བཞུས་  
བརྗོད་རེ་རྒྱན་དུ་མ་གཅད། དེ་རྣམས་དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་བ་རྗེས་མཐུན་  
པ་ཡོད་ན་དེའང་གཅིག་ལོ་གི་འདུག་ནི་རེད། དེ་རིམ་གྱིས་ནར་འཕར་ནས་བསྐྱེད་

བརྒྱབ་རྒྱུ་ཡོད། ཆོས་པ་རབ་ལ་ཉིན་བསྐྱེད་ཟེར་ནི་རེད། ཉིན་རེ་དང་ཉིན་རེ་མི་འདྲ་  
 བའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་ཞེ་ལ་འཇགས་ནས། ཉམས་ལེན་རེ་རེ་ཤེས་རེད་རྒྱུ་ཡོད་ནི་རེད།  
 ཆོས་པ་འབྲིང་ལ་སྒྲ་བསྐྱེད་ཟེར་ནི་རེད། སྒྲ་བ་ཨ་ལོང་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་དུ་དྲན་ནངས་དོ་  
 རུབ་བྱས་ནས་ཆོས་ནང་བཙོན་དོ་འདྲ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་བརྒྱན་ཞིག་བབ་རྒྱུ་ལོས་ཡོད།  
 ཨ་ལ་ཕྱིད་མོ་ཡིན། ཡུན་རིང་ན་གཅིག་འདྲ་ནི་མ་རེད། ཐམ་ཡིན་ན་ལོ་བསྐྱེད་  
 ཟེར་ནི་རེད། ན་ནིང་དང་ད་ལོ་མི་འདྲ་བའི་རང་རྒྱུད་ཆོས་དང་འདྲེས། ཉོན་མོངས་  
 པའི་མགོ་རེ་ནོན། རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གཏིང་གིས་ཡོད། སྤྱིང་རྩེ་སྤྲར་དང་མི་  
 འདྲ་བའི་རེ་ཆེ། བཤད་ཚད་པོ་གཞན་སྒྲོན། བསམ་ཚད་པོ་ངན་སེམས་མིན་པ་  
 ཅམ་དེ་འདྲ་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཉོན་མོངས་མགོ་ནོན། རྒྱུ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་  
 འོང་རེད། དེ་འདྲ་ཅམ་གྱི་ཕན་ཐོགས་ཀྱང་མེད་པར། ཆོས་གོ་ནས་ལོ་དུ་རེད་ཀྱང་  
 དེ་དང་འདྲ་བ། ད་རུང་རང་རྒྱུད་སྤྲ་ལས་རྩལ་པར་འདྲ་བ་དང་། ཆོས་ཀུན་འདོན་  
 གྱིན་ཆགས་སྤྲང་རེ་ཆེ། དོ་ཙོང་གཞི་འབྲུང་གི་ནད་པ་རེ་བྱུང་ན། གང་ལྟར་ལས་  
 གྱི་སྒྲིབ་པ་མཐུག་པའི་རྟགས་རེད། སྒྲིབ་སྒྲོང་གིས་ད་རུང་ཆོག་མེད་ནི་རེད།  
 དམན་ལ་དགག་སྒྲ་སྒྱུར་བའི་རིགས་ཆད་ཅན་པོའི་ནང་དུ་སོ་ལྟུང་ཨོ་འགོ་ན་སྟེ། ཆོས་  
 སྒྲ་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཐར་པ་མ་ཐོབ་རུང་མ་ཐོབ་རིས་ཀྱི་རྟེན་རེ་རྟེན་ནས་སྒྲིབ་རིམ་བརྒྱུད་  
 གྱིས་སྟུག་པོ་མི་རེད་ན་ཅི་ཤེས། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ང་བྱིམ་པ་རེད། ང་མི་སྒྲུ་  
 རེད། ང་བྱུད་མེད་རེད་མ་བསམ། ཆོས་བདག་མེད་སྤྱིང་རུས་སུ་ཆེ་རེད།  
 སུས་སྒྲོང་ན་དེས་ཆོས་ཤེས་ལ། སུས་དགོ་བ་བསྒྲུབ་ན་དེས་བསོད་ནམས་ཐོབ་ནི་རེད།  
 དང་པོ་ཕྱག་སྒྲོར་སྒྲིབ་སྒྲོང་། གཟུངས་སྟགས་བསྒྲས་པ་ལ་སོགས་པ་གཙོ་བོ་ལུས་  
 ངག་དང་རྒྱུ་རྩས་གྱིས་དམིགས་བཅས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་བསམགས། དེ་ནས་

བར་སྐབས་ཤིག་ན་དོན་གྱི་གོ་བ་རེ་ཆེད་ནས་ངས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་ཐོག་  
ནས་དམིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་རེ་བསགས་ཤེས་པ་ཞིག་རེད་ན། གཞི་བདེན་  
གཉིས་བྱུང་འཇུག་ཡིན་པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས། ལམ་ཚོགས་གཉིས་བྱུང་འཇུག་ལ་བརྟེན་  
ནས། འབྲས་བུ་སྐྱུ་གཉིས་བྱུང་འཇུག་འཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། མདོར་ན་མཐོང་མན་  
དག་ཞན་སྐྱུ་སེར་སུ་ཡིན་ན་ཆོས་པ་ཟེར་དུས་སྐྱིད་པོ་ཡིན་ནི་རེད། སྐྱིད་དང་སྒྲོ་སྒྲུང་  
གིས་སེམས་གང་འདུག་ཆོག་སྟེ། ཆོ་འདི་ལ་སྐྱིད་ནི་རེད། གློ་སྒྲ་སྒྲུང་མ་དགོན་  
མཆོག་ལ་གཏད་ན། སྐྱིད་ན་སྒྲུང་མ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ། ཐུག་ན་ཆོ་སྒྲོན་གྱི་  
ལས་འབྲས་ཡིན་པར་ཤེས་ནས། སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་གཞིར་བབྱུང་།  
ཐོག་ཆེན་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཚོགས་བསགས་ཐབས། སྐྱིབ་པ་སྒྲིབ་ཐབས་འབྲ་  
མི་འབྲ་ཤེས་ནི་རེད། ལག་པ་ཡ་གཅིག་ཅི་བཀྲ་ག ཁ་ནང་དབུགས་ཤིག་ཅི་ལེན་  
རང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་བསེད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་རྫོགས་བྱེད་ལ་འགྱུར་ཐབས་  
བྱས་པ་རེད། ཆོ་སྤྱི་མ་དེ་བས་ཀྱང་སྐྱིད་ནི་རེད། འགྲོ་སྤྲུག་པའི་ཞིང་མཆོག་ཏུ།  
ལམ་སྒྲུ་སྒྲུ་དང་སྒྲུ་མས་འབྲེན། དབང་གདམས་དག་གི་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་ན་སྐལ་  
ལུན་རྟོ་རྟེན་མཆེད་ལུ་མ་ཆོམ་བུ་གཅིག་ཏུ་བྱ་བྱ་བྱུ་འཕུར་བ་ལྟར་འགྲོ་ཆོག་པར་མ་ཟད།  
དག་སྐྱབ་སྤྱིག་སྒྲིབ་རེ་གྱིས། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བཞི་པོ་རེ་སྐྱབས་དང་བྱིམ་  
བཟའ་ཆོང་གང་པོ་བདེ་བ་ཅན་དུ་མཉམ་དུ་འགྲོ་ནས། ལུ་ལ་དུ་ཉི་དུ་གྲ་སྒྲིབ་ལ་ཕན་  
བཏགས་ཆོག་རྒྱུ་དེ་འབྲ་ཡོད་ནི་རེད། ཆོས་ལམ་ལ་ཞུགས་མི་ཤེས་པ་ཅི་འབྲ་མེད།  
བསམ་གློ་གཏོང་ན། གཡས་རྩ་གཡོན་སྒྲོར་བྱིམ་མཆོས་དུ་རོགས། གོང་དང་སྒྲེ་  
ཤོག ཤོག་ཁ་ཡར་མར་གྱི་ནང་ན་ཅི་འབྲ་མི་མང་། དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིབ་  
རྗེ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཕན་ཆེ་ཐོགས་རྒྱུང་ཐོགས་ཀྱིས་མི་རེ་རེ་ཡིན་ཡང་ཆོས་སྒྲོར་གཟུང་

རྒྱས་ན་དེ་ཡང་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་རེད།    མི་ལྷ་མི་དང་།    ལུང་པ་ལྷ་ལུང་རེད་ན།  
བོད་གངས་ལྷོངས་ཆོས་ལྷན་གྱི་ཡུལ་གྲ།    འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་  
ཞིང་རེད་ཟེར་ན་ངོ་མི་ཚ་ཙམ་དང་།    ས་ཡུལ་ལུང་རེ་ན་འདི་བཞིན་དུ་ཡག་བསྟན་ན།  
རེ་རེ་ཆོགས་པའི་སྤྱན་མེད་གིས་སྤྱག་རྒྱག་རྒྱས་ཆོ།    མ་འོངས་པར་འགོ་བ་མིའི་རིགས་  
ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་སྤྱེ་བྲིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཐོན་ནས།    དམ་ཆོས་དཀར་འཇམ་ཡུག་གཅིག་ཏུ་  
གདུལ་རྒྱུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་སྟོན་ལམ་རྒྱ་ཚུང་ཉན་ནི་མ་རེད།