



སྒྲུབ་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་

དབྲེས་ལྷ།



མཛད་པ་པོ།   ལ   རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོ།

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསལ་རྒྱུ་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉུགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་ཁྲིད་སོགས་བརྒྱུད་ནས་  
དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བཅོས་  
བ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་ཆེ་དེབ་  
གངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོག་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐྱོན་བའི་ལམ་སྟོན་  
བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྒྲིལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཅུ་རྒྱ་དང་། ཅུ་  
དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཅོལ་གྱིས་ཁུལ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཅུ་རྒྱ་བཅས།

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཤུལ་ཆོག།

བརྒྱུ་ཁྲིད་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

མཚན་བརྗོད། .....	1
སྒྲིབ་གཞི། .....	9
མཚན་དོན་དང་འགྲུར་བྲག་སོགས་བཤད་པ། .....	15
དགོས་པ་དེ་ལྟར་གྱི་བསྟན་བཅས་དངོས་ལས་སྟན་ངག་གི་ ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤད་པ། .....	22
ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	25
ཆོག་ལྷག་བཤད་པ། .....	34
སྤེལ་མ་བཤད་པ། .....	38

## ཡེ་ཏུ་དང་པོ།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	41
སྒྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	42
རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	44
མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	45
སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	47

ཤིན་ཏུ་གཞིན་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	57
དོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	59
རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	60
བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	62
མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	65
ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ། .....	68
ལེ་ཏུ་དང་པོའི་མཐུག་བསྟུ་བ། .....	70

## ལེ་ཏུ་གཉིས་པ།

དོན་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	73
རང་བཞིན་བརྗེད་པའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	76
དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	79
མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	98
གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	108
གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	121

བསྐྱོར་བའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	129
འགོག་པའི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	130
དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	146
ཕྱོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	151
སྤང་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	158
བསྐྱུས་བཟོད་ཀྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	161
ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	165
རབ་ཉྦག་གི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	168
རྒྱའི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	173
སྤ་མའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	183
ཆའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	185
རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	189
དགའ་བའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	190
ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ། .....	192
གཟི་བཟོད་ཀྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	198

ནམ་གངས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	199
ཀུན་པན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	200
རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	201
བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	202
སྤྱར་བའི་རྒྱ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	205
ཁུང་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	212
མཚུངས་སྤྱར་གྱི་རྒྱ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	215
འགལ་བའི་རྒྱ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	216
སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	220
ཐོལ་བསྟོད་གྱི་རྒྱ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། .....	221
ངེས་བསྟན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	223
ལྟན་གཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	224
ཡོངས་རྗེས་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	227
ཤེས་བརྗོད་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	227
རབ་སྤེལ་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	228

དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། ..... 230

## ཡེ་ཏུ་གསུམ་པ།

སྒྲ་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། ..... 233

བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལས་བྱ་སྒྲ་བ་རྒྱང་པ་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་

བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། ..... 235

བྱ་དཀར་བ་གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། ... 249

མཐའ་ཐོག་སྒྲར་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། ..... 256

ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། ..... 257

འདྲེས་པའི་བྱང་ལྡན་བཤད་པ། ..... 265

ཕྱོག་པའི་བྱང་ལྡན་བཤད་པ། ..... 266

དབྱངས་སོགས་ཡི་གེ་ངེས་པའི་བྱ་དཀར་བའི་སྒྲོར་བཤད་པ། .. 271

གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱན་སྒྲོར་བཤད་པ། ..... 276

སྒྲོན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་བཤད་པ། ..... 291

མཐུག་གི་དོན། ..... 311



༡༡། ལྷན་ངག་མེ་ལོང་གི་དཀའ་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་

དགྱེས་པ་ནི་ལྷ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་

བཀྲུག་ས་ལོ།།

མཆོད་བཟུང་།

[illegible]

སྒྲ་ན་མེད་པའི་གསང་གསུམ་རང་བཞིན་གཞོམ་མེད་རྫོ་རྗེའི་ཁམས་ལས་  
ལེགས་བྱུང་བཟང་ཡས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་དབང་ཕུག་ཉིན་མོར་བྱེད།།

[illegible]

ཆོས་དབྱེངས་ཀུན་གསལ་ཀ་ཤེ་མཛོས་དགའི་བཞིན་རས་ལ་འཆར་ཡེ་  
ཤེས་འོད་རྣོན་འབྱོག་པོར་འཕྲོ་བའི་དཀྱུས་རིང་འདྲེན་བྱེད་ཟུར་མདའ་ཡིས།།

[illegible]

ལྷ་ས་ཅན་ལྷ་སྒྲེས་ཆོག་ས་ལ་རྗེས་ཆགས་བརྩེ་བའི་ཞགས་འོད་རིང་པོར་



རྒྱུང་བས་སྐྱེ་དགུ་ཡོངས་ལ་པན་བདེའི་འདབ་སྟོང་འཇུག་ཆུབས་ཅན།།

[illegible]

མཆན་གྱི་གཟིས་ཀྱང་མཐའ་བྲལ་འཁོར་བའི་དབྱ་སྡེའི་ཐུན་ཆོག་ས་མ་ལུས་  
འཛོམས་མཛད་སྤིད་གསུམ་འདྲེན་པ་ལྷུ་ཀྱ་སེང་གེར་བྱག་འཆལ་ལོ། །

སྤུལ་བྱང་མཁྱེན་པའི་མེ་ལོང་གཙང་མར་གྲངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་སྤང་  
 བརྟན་མ་ལུས་གཅིག་ཅར་འཆར་བའི་རྣམ་དཔྱོད་ཅེ་དགའི་ལྷགས་རྒྱ་ཡིས། །  
 སྤྲ་ཞིབ་ལང་ཆོ་མདོན་པར་རྒྱས་པའི་ཁེངས་ལྡན་ཤེས་བྱ་རི་དྲགས་མིག་ཅན་  
 དགའ་བས་མགྱིན་འབྱུང་ལེགས་བཤད་དགྲེས་དགུར་སྦྱོད་པ་ལས། །ཟབ་  
 གསལ་གཉིས་མེད་བདེ་ཆེན་གྱིས་སྦྱོས་མཆམས་སྤྱིན་གཞོན་རྒྱས་ལན་  
 བརྒྱར་བྱགས་པའི་མཆན་དཔའི་རང་གཟུགས་བཙུ་བྱག་ཉམས་ཀྱི་རྣམ་  
 འགྱུར་ཅན། །འཇུ་མ་ལྡན་ཆེམས་དཀར་ཚུ་འཛིན་དབྱས་ནས་སྒོ་གྲོས་ཆར་  
 གྱིས་སྐལ་བཟང་སྒྱུ་གུ་ཅི་ཡང་སྤྱིན་མཛད་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེས་བདག་  
 སྦྱོངས་ཤིག །ཀེ་ལ་ཤ་ཡི་ཁ་དོག་མདངས་འཕྲོག་རབ་དཀར་གཟུགས་སྒྱུ་  
 མཛེས་སྒྱུ་ཆ་ཤས་ཡོངས་སྒྱུ་གང་བའི་སྒྲོན་མེད་ཟླ་བ་གསར་པ་ཅན། །

མཚན་བཟང་དང་འདྲེས་སྒྲིན་འཁྲིག་སྒྲིབ་སྒྲུབ་འབྲུར་མངོན་མཐོ་འདྲི་སྒྲིག་  
ཉམས་ཀྱིས་སྒྲིབ་གསུམ་ཀྱུན་ལྡན་བཏོན་པ་འཁྲིག་པས་འདར་ཉམས་བྱེད། །  
མཚུ་སྒྲོས་ལྷན་ལ་དམར་པོ་འཇུག་དབྱུས་ཚངས་དབྱངས་རྟེན་སྒྲིབ་མང་  
སྒྲུབ་ལེན་གཙུག་ལག་བྱེ་བའི་ལི་ཤིའི་དྲི་བསྐྱེད་རབ་འབྱུང་བ། །རིན་ཆེན་  
རྒྱན་གྱི་གདུབ་སིལ་སྒྲུབ་འཁྲིལ་སྒྲིན་ལེགས་འབྲུམ་གྱི་སྒྲེམས་པ་ཀྱན་འཁྲིག་  
དབྱངས་ཅན་སྒྲུབ་སྒྲིབ་མཐོན་པར་བཞུགས་ལ་ངག་གི་འདོད་པ་འདྲི་བར་  
མཛོད། །མཁུན་ཡངས་སྒྲུབ་བའི་མ་མ་ལས་འོངས་ཉམས་དང་འབྲུར་བའི་རྒྱན་  
མར་ལེགས་བཀྱག་འདྲིགས་པ་མེད་པར་གདོང་ལྡན་དབྱངས་སྒྲུབ་ཉེར་སྒྲངས་  
པས། །འཕགས་ལྷན་མཁས་སྒྲོམ་དྲིགས་སྒྲུབ་གཉིས་འབྲུང་ཁེངས་པའི་སྒྲོག་  
བཏང་སྒྲོ་གསལ་རི་དྲགས་འདར་ཞིང་འདུད་སྒྲིབ་ལག་པད་སྒྲིབ་ཁར་བུམ་  
བྱེད་ཅིང་། །ཚོས་གྱི་གནས་ལྷགས་སྒྲིན་ལེགས་དགའ་མར་ཆོག་སྒྲོར་བ་  
འོག་རྣམ་བཤའི་གོས་བཟང་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ལ་མཁས་ཀྱན་གཟིགས་མོར་  
མཚར་བྱེད་པའི། །སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མཚོག་སྒྲུབ་དངགས་མཁན་དབང་དཀྱིལ་ཞེས་  
གྲགས་སྒྲུབ་པའི་གདུགས་དཀར་སྒྲིབ་ཅེར་འཁོར་དེའི་ལེགས་བཤའ་བེལ་  
མངར་སྒྲིབ་གི་དབྱེད། །གང་ཞིག་ཐོས་ཅུང་འདོད་པའི་བས་ལ་རྣམ་པར་སྒྲིབ་  
པས་ངོ་མཚར་གཏམ་གྱི་རང་འོད་ཉེར་བཅོམ་སྒྲིབ་ཅུལ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་ལ་  
འབྲུམས་ཆོ། །མེས་པོ་བེ་ཤུ་ཀམ་འི་སོར་ཅེས་རྣམ་པར་འདར་བའི་ཐ་སྒྲུབ་

གཙུག་ལག་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་ལེགས་བཤད་སྒྲུང་བའི་འོད་སྟོང་ཅན། །  
 འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་པའི་བདུད་རྩིས་ལེགས་བྲན་མཆོད་གཞོན་ཅུའི་ཁ་  
 རོག་ལ་འཁྱེད་སྒྲོ་གྲོས་ཅི་བཞོན་ཤིང་རྟ་བདུན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་ནས། །གངས་  
 ཅན་འཆི་མེད་ལམ་དུ་རྒྱ་བས་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ཆར་དུ་དངར་བའི་  
 བྱེད་པོར་ཞོང་དཔང་བརྒྱད་པར་བཅས་པ་ཕྱག་གི་ཡུལ། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་  
 མཁྱེན་པའི་སྟོང་པོ་ཕུལ་བྱུང་བེལ་མངར་མི་ཡི་སྲིད་པའི་ནོར་བུའི་བ་མ་རྟོག་  
 གང་ག། །སློ་ལྡན་སྐལ་བཟང་འཆི་མེད་ཆོགས་གྱིས་ལོངས་སུ་སྦྱུད་བྱར་འོག་  
 མིན་ཞིང་ནས་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྐས་ལས་འོངས་པ། །མཁས་པའི་ང་རོས་རྒྱལ་  
 ངན་སྒྲུང་འགམས་བཙུན་པའི་འོད་གཟེས་ཐུབ་བསྟན་རབ་གསལ་བཟང་པོས་  
 ལུས་ཅན་ཐར་པར་འདྲེན། །དཔལ་སྦྱག་རིང་ལུགས་འཛིན་པའི་གྲགས་འབར་  
 ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མ་བཙོང་ཁ་པ་ཡི་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱོར་ཕྱག་བགྱིའོ། །སྨྲ་ཆད་  
 འཇམ་བུ་ཆུ་བོའི་གསེར་སྦྱངས་དབྱུད་གསུམ་དག་པའི་ཁམས་ལས་ལེགས་  
 བྱལ་རྩིབས་སྟོང་ཅན། །གཙུག་ལག་རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་སྟོན་འགྲོ་ཕྱེ་སྟོད་རྒྱ་  
 མཆོའི་ཡན་ལག་རྣམ་བཞིའི་དབྱང་པ་ཡིས། །རིས་བྲལ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
 མྱིང་བཞི་ཀུན་ལ་སྦྱུན་གྱིས་བྱལ་བའི་འཛིག་རྟོན་རྣམས་ཀྱི་མིག་གཅིག་དུ།  
 །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱོར་བའི་ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་ཆོས་སྦྱོང་  
 བཟང་པོ་རྒྱལ་བྱུར་ཅིག །རྣམ་དཔྱེད་བཙོན་པའི་བྱ་གཟིངས་ལ་བརྟེན་མཐའ་

གྲུ་ས་རིག་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེར་བཟོད་པས། །རྡོ་མཚར་ལེགས་བཤད་ནོར་  
 བུའི་སྤེང་བ་སྙན་འགྱུར་ཆོག་གི་སྤང་བུར་ལེགས་བརྒྱས་ཏེ། །ཆད་པ་མེད་  
 པར་འཛིན་ཅིང་སྦྱིན་མཁས་མང་ཐོས་ཆེ་དབང་དོན་ཀྱན་གྲུབ་པའི་དཔལ། །  
 རྩོགས་རེས་ཆོམ་མིན་ཤེས་བྱ་ཀྱན་རིག་གྲགས་པ་དོན་ལྡན་བོད་ཡུལ་པ་རྩེ་  
 ཏ། །གང་གི་ཞལ་ལུང་བདུད་ཅིའི་ཐེགས་པ་མུ་ཏིག་སྤེང་སྟར་དཀར་འཇམ་  
 ཅན། །དབྱངས་ཅན་ཐུགས་རྗེའི་བ་མ་ཏོག་དང་སྟན་ཅིག་སྟོང་ལ་སིམ་པ་ཡིས།  
 གནས་ལྷ་རིག་པ་ཀྱན་ལ་དབང་བསྐྱར་རྩོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དོ་རྗེའི་སྤེ། །  
 གངས་ཁྲོད་དགོ་དབང་སྟོན་འགོ་པ་ཞེས་གྲགས་སྟན་ལྷ་ཡི་རྩ་ཆེན་ལྷེར། །ཞེ་  
 མ་དོ་མཚར་རྒྱ་མཚོའི་རང་བཞིན་ཀྱན་གསལ་སྒྲེག་མའི་སྒྲེ་རགས་ཀྱིས་  
 གྲང་གཞལ་དུ་མེད་པ་བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་གནས་རྣམས་ཀྱན། །མ་སྦྱང་མཁྱེན་  
 དཔྱོད་བརྩོན་པ་མཚོག་གི་ཀ་ཤེ་མཛེས་དགའི་འགྲམ་པའི་ཆང་གིས་བ་ཀྱ་  
 ལ་ཡི་དོག་པ་ཇི་བཞིན་འབྱེད་མཛད་པས། །སྤྱ་ལའི་ཡུལ་སྟོངས་ཐ་སྙད་མཚུ་  
 ར་བའི་སྤེང་མཛེས་མང་དུ་ཐོས་པའི་དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུའི་འབྲས་བུར་  
 སྟོད་པའི་དགའ་སྟོན་ཆོགས། །སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་ལྷ་མེད་བྱིན་གྱི་འཕགས་  
 ཡུལ་པ་ཏ་ཆེན་རྣམ་པར་ཐར་པ་ས་འདིར་འཕོས་ལ་སྟོང་ནས་དགའ་བས་  
 ཡིད་རབ་སྟོགས། །འོན་ཀྱང་དེད་དུས་སྟོ་གྲོས་ན་ཆོད་ཆས་ཆེར་ཡོལ་བས་  
 རྣམ་དཔྱོད་གོམ་ཁྲོར་ནང་དོན་རྩ་བག་འཁར་བ་ལ་བརྟེན་སྟུན་པོས་གང་། །

མཁས་པར་རྫོམ་ཞིང་གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐ་སྙད་རིག་པའི་བདུད་ཅིའི་  
 བཅུད་ནི་མྱང་བའི་ལྷགས་དེ་གཡོ་བར་མི་མཛད་མུང་དུར་གྱུར། །ཚུལ་དེས་  
 ཞོང་དཔང་བརྒྱད་པའི་བསྟན་པ་ཁྱོད་ཉིད་གཅིག་ལུས་འཛིན་པར་འོས་ཞེས་  
 དབྱངས་ཅན་མ་དེས་ལེགས་བཤད་ལྡེ་མིག་ཁོ་བོར་གཏད། །དེ་སྤྱིར་མཁས་  
 དབང་དཀྱིའི་བསྟན་བཅོས་འཆད་པའི་ཁ་ནི་ལྷག་པའི་ལྷ་ཡིས་རྣམ་པར་སྤྱེ་  
 བས་སྟོབས་པའི་མགྲིན་པ་ཅུང་ཟད་བཏེག། །སྤྱི་ཞིབ་རྟོགས་གཏི་ཆིག་དོན་  
 བརྒྱད་གྱི་ལྷགས་རིས་ཡོངས་བསྐྱོར་བཅོ་དང་གསོ་བ་གཞུང་ལྷགས་བྱེ་བའི་  
 ས་འཛིན་དབང་པོ་ཡངས་པའི་ཅེར། །ཀ་ཅན་བརྟུན་སྤྱོད་རིན་ཆེན་བཅེགས་  
 པའི་ཁང་བཟང་དབུས་སུ་བེ་དརྩ་དང་གོ་ཏའི་ལྷགས་བཟང་སྟན་དངགས་  
 འཛམ་བུའི་གསེར་གྱི་ཁྲི། །བྱིན་རྒྱ་ཏིའི་སྤེབ་སྤྱོད་འཕྲས་བཀོད་སྟེང་ན་རབ་  
 འགྱིང་གོ་ཏི་ལ་སོགས་མངོན་བརྗོད་གོས་མཛེས་རྩ་ར་རྩ་སོགས་སྟོས་གར་  
 བརྒྱན། །དབྱངས་འཆར་དོ་རྩེ་ཅེ་བརྒྱ་འཛིན་པའི་མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་པ་ཆངས་  
 སྤས་བཞད་པའི་དོ་རྩེས་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་པའི་སྤྱ་དབྱངས་ལེན་ལོ་གྱེ། །

སྟན་འགྱུར་འབྲུམ་གྱི་རྒྱུད་མངས་ཁོལ་བའི་ཅེར། །ཉམས་ལྷན་སྟོང་གི་  
 སྤྱ་དབྱངས་ལེན་པ་ཡི། །སྤྱ་འཛིན་དགའ་བདེར་སྤྱོད་པའི་ཚུ་གཏེར་ཆེར། །  
 གངས་མེད་རྒྱན་གྱི་ཟླ་བའི་སྤྱང་བསྟན་འཆར། །ཡིད་འོང་རྒྱང་འཕྱང་འཁྲིགས་  
 པའི་དགའ་ཆལ་ན། །ཅན་སྟོན་པ་གཡུར་དུ་བ་བ་ལ། །ཆེས་ཆེར་སྤྱ་ན་



མངར་བའི་བྱི་བསྐྱང་ཅན། །སེར་བྱས་ཕྱོགས་བཅུར་བསྐྱེད་བ་ཆོས་ཉིད་  
 ཡིན། །དབྱིད་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཆུ་འཛིན་ལང་ལོང་དབྱས། །དབྱར་སྐྱེས་རྩ་  
 གསང་དལ་གྱིས་སྒྲོགས་པའི་ཆོ། །མ་བྱའི་སྒྲོ་གཤོག་ལྷུ་མ་པོར་ལེགས་བྱས་  
 ནས། །སྒྲོས་གར་བསྐྱར་བ་རང་གི་ངང་ཚུལ་ཡིན། །སྒྲོ་གྲོས་དབང་ཕྱོགས་ལྷ་  
 ཡི་ལམ་ཡངས་ནས། །ལུང་དང་རིགས་པའི་སྐྱ་རིངས་མ་ཤར་བར། །རྟོགས་  
 པའི་ཏྲ་ལྷང་ཆུ་བའི་ངང་ཚུལ་ནམས། །ཆུ་འབྲས་མི་ཤེས་དམ་པའི་སྐྱེས་བྱ་  
 མཆར། །ཁེངས་པའི་གདེངས་ཅན་དེགས་པའི་ཕུད་སྐྱ་སྒྲོག །ཉིས་བཤད་  
 དུག་གིས་ཐར་པའི་སྒྲོག་འཕྲོག་ཀྱང་། །ཟང་ཟེང་ནོར་གྱིས་གཞན་མགོ་སྒྲོར་  
 བྱེད་པའི། །དེང་དུས་བསྟན་འཛིན་པལ་ཆར་སྐྱ་དབང་བཞིན། །རྣམ་ཐར་  
 གཤམ་གཅིས་ཉེར་གོས་རྗེས་འབྲང་གི། །སྒྲོ་ཆོགས་ལྷགས་ཀྱ་མེད་པའི་སྐྱང་  
 པོ་ལྷར། །དུག་གསུམ་བརྟུང་བས་སྒྲོས་དེ་ཆུལ་བ་དང་། །དེ་སྐྱས་ཡིན་ན་  
 ཟས་གཙང་སྐྱས་དེ་ནོངས། །མཁའ་དབྱིངས་ཅིག་ངོས་མཇུ་བ་ཅིའི་ཆོན་པིར་  
 གྱིས། །རི་མོ་འཆར་འདོད་གོང་ཆོག་སྒྲེགས་བམ་གྱི། །ངལ་བ་བསྟེན་ནམས་  
 ཆུལ་འཆོས་ལུན་ཁུང་དུ། །རིགས་མཐུན་ལུན་པོའི་སྒྲེགས་ལ་ངལ་སོས་ཤིག།  
 དབང་སྟོན་ལེགས་བཤད་གྱུར་ཀྱམ་གཞོན་ཀུའི་ཆོས། །བྱུང་རིགས་གན་  
 པའི་ངག་ཆལ་སྒྲག་ཆ་དང་། །བསྐྱེས་པའི་སྒྲེགས་བམ་བྱ་རོག་བསད་པའི་  
 ཤ། །གནག་རྗེས་ལུན་གན་བ་ལང་ཁོད་དུ་འབྱིམ། །སྒྲོན་བྱོན་མཁས་མང་དང་

སྒོང་ཨ་གསལ། །རྣམ་བཤད་བདུད་ཅིར་གྱུར་པའི་དལ་འགྲོའི་རྒྱན། །ཅུང་  
 ཟད་འབྲུལ་པའི་རྩྭ་པས་སྒྲགས་པ་རྣམས། །དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་དབྱངས་  
 གྱིས་དྲུངས་པར་བྲ། །དུས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལུས་སྤར་ཆགས་པའི་དབྱིད། །  
 ལེགས་བཤད་མཆུ་ཡི་དབྱར་སྐྱེས་འདབ་བརྒྱ་པ། །ཀྱན་དགའི་མཛའ་བ་  
 སྟེར་བྱིར་འཇུ་མ་པ་ལ། །སྒྲུབ་པོ་དགུན་གྱི་གང་རེག་དེས་ཅི་བྲ། །འདི་ན་  
 ཉམས་འགྱུར་ལྡན་པའི་སྟན་ཆོག་རྒྱད། །དང་པོ་བདུངས་ཆེ་གྲོང་ཆོག་སྟན་  
 དག་ཏུ། །རྩོམ་པའི་བཅད་ལྷག་སྟེལ་སོགས་སྟེགས་བཅ་གྱི། །པལ་པའི་  
 རྩིངས་དེ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཇིག །དྲུངས་དྲུངས་སྟེང་ནས་ལེགས་བཤད་  
 འཆོལ་འདོད་གསལ་གསལ་སྟོ་གྲོས་རྣམ་པར་ཡངས་པའི་སྐལ་བཟང་  
 རྣམས། །ཁྱུག་ཁྱུག་དབང་པོའི་གཞུ་ལྟར་རྣམ་བཤད་ལྟར་ལྟར་སྟན་ཆོག་ཡོན་  
 ཏན་བཅུ་ཆང་དཔྱེའི་གཞུང་། །འགྲིག་འགྲིག་ཆོག་གི་བྲེང་བར་སྟེལ་ནས་སྟོད་  
 སྟོད་མགྱིན་པའི་ལམ་ནས་ལེན་པའི་དགའ་སྟོན་ལ། །ཡང་ཡང་བསམ་གྱིན་  
 སྟོ་དགའི་སེམས་ཀྱིས་ལིང་ལིང་དགའ་བའི་སྟོས་གར་བཅས་ཏེ་དང་དུ་ལོང་།  
 གང་ཞིག་ཁོ་བོའི་རྣམ་དབྱེད་ལ། །སྟོ་ལྡན་སྤར་བུ་ཡིད་སྟོགས་ཏེ། །བཅུ་  
 གཉིས་བྲིམ་གྱི་ཤུལ་ལམ་དེར། །རྒྱ་བའི་བོལ་གྱིས་འོངས་པ་བཞིན། །དེས་  
 ན་ལེགས་བྱས་ནོར་བུ་ཡིས། །ལན་བརྒྱར་བཀྱག་པའི་སྐྱ་འཇིན་སྟོད། །སྟན་  
 དག་རོ་བརྒྱའི་དཔལ་འཇིན་པ། །ལྷགས་སོ་ཤེས་ལྡན་ན་བ་ཉོན། །



སྒྲེང་གཞི།

ཞེས་སྒྲུབ་འགྱུར་འབྲུམ་སྒྲེའི་རྒྱུད་ལས་ཉེ་བར་བྱངས་པའི་ཆིགས་སུ་  
བཅད་པའི་སྒྲུ་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲེང་བས་སྒྲུབ་བསུས་ཏེ། སྐབས་སུ་སྒྲེང་བར་བྱ་  
བ། སྐལ་བ་མཆོག་གི་བདུད་རྩིའི་རོ་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་ལེགས་བྲས་ཀྱི་  
བགོ་སྐལ་ཉེ་བར་ཐོབ་པའི་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་འདྲན་དམ་པ་ཀྱུན་མཁྱེན་  
ཟས་གཙང་སྤྲས་པོའི་རིང་ལུགས་ཤི་མ་མེད་པ་དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་རྗེས་སུ་  
ཉེ་བར་ཁྱུགས་ཏེ། སྤྲ་ན་མེད་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གི་  
དབྱར་སྦྱེས་དཔག་བསམ་གསར་བའི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པར་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་རྣམས་མང་དུ་ཐོས་ཤིང་། བརྫོད་བྱའི་  
དོན་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་བསམ་པར་བྱ་བའི་གནས་ནི། རྗེ་བཙུན་བྲམས་པས།  
རིག་པའི་གནས་ལྟ་དག་ལ་མཁས་པར་མ་བྱས་ན། །འཕགས་མཆོག་གིས་  
ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མི་འཐོབ་སྟེ། །དེ་བས་གཞན་དག་ཙམ་བཅད་རྗེས་  
སུ་བཟུང་ཕྱིར་དང་། །རང་ཉིད་ཀྱུན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྱེད། །ཅེས་  
ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་ཆེ་བ་ལྟར་བཤད་པ་ནི། ཆིག་དོན་འབྲུལ་པ་ཁྱུགས་  
པ་ཙམ་གཙོད་པ་བཟུང་སྦྱོད་དང་གཏན་ཆིགས། གཞན་ལ་པན་ཞིང་རྗེས་སུ་  
འཛིན་པར་བྱེད་པ་བཟོ་དང་གསོ་བ། རང་ཉིད་ཆོས་ཀྱུན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་

ནང་དོན་རིག་པ་སྟེ། ལྷ་པོ་འདི་ནི་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལ། འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་  
མཆོ་པ་ཆེ་ཏེ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་རྗེ་བཙུན་ས་པ་ཆེ་ཏེ། དེ་  
ཡུལ་བརྟུང་སྟོང་ཉོག་གོ་དང་། །འཆོ་བ་སྤྱི་ནང་རིག་ཅེས་བྲ། །གཞན་ལས་  
གཞན་དག་རྣམ་བཤད་པ། །འདི་ཡི་ནང་དུ་འདུས་ཞེས་བཤད། །ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འཕགས་མཆོག་ཅི་སེམས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་  
མི་འགྱུར། །དེ་བས་གཞན་རྣམས་ཞེས་ལོ་ཆེན་འགྱུར་མེད་བདེ་ཆེན་གྱིས་  
འགྱུར་བཅོས་མཛད་པ་ནི་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ་འཕགས་པ་མཆོག་སངས་  
འཕགས་ལ་སྐྱར་ན་སྟོས་ཅི་དགོས། བྱང་སེམས་དང་ཉན་རང་གིས་འཕགས་  
པའི་ལམ་མངོན་དུ་གྱུར་ན་ཡང་། རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་ལེགས་པར་སྐྱར་ས་  
པ་ཞིག་འདོད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་འཕགས་པ་དེ་དག་སྐྱུན་པོ་ཡིན་པར་  
ཐལ་བའི་སྟོན་ཡོང་ཞིང་། དག་ལ་རྣམ་དབྱེ་ཨོྫོང་རྣམས་ལ་ཇོ་སྟེར་བས།  
དག་གི་གཉིས་དང་རྣམས་ཀྱི་གསུམ་ནས་བྱངས་རིམ་འདོད་པ་བསྐྱུ་རུས་  
པས་སོ། །

དེ་ལྟར་གནས་ལྷ་པོ་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཐོག་མར་སྟོབ་བར་བྱ་བ་ནི།

ཐོག་མར་སྐྱེ་ལ་མཁས་པ་ཡིས། །

ཆོག་དོན་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྟེ་བསྟན། །

དེ་ནས་དོན་ལ་མཁས་པ་ཡིས། །

ལྷག་ཆད་འབྲེལ་པ་མེད་པར་བཤད། །

ཅེས་པ་ལྟར། སྒྲུབ་ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་མྱོངས་པས་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་གྲི་  
གཞིར་བཟུང་བའི་སྒྲིང་དུ། སྒྲུབ་དངགས་ཤེས་ན་ཆོག་ཀྱི་ལ་མི་མྱོངས།  
སྒྲིང་སྒྲོར་ཤེས་ན་ཆོག་པ་བཅད་ལ་མི་མྱོངས། མངོན་བརྫོད་ཤེས་ན་མིང་ལ་  
མི་མྱོངས། རྫོས་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་མི་མྱོངས་ཤིང་། དཔང་ལོ།  
འཇམ་ཁ། སྒྲར་ཐང་པ། རིན་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཆེན་ན། སྒྲ་ཐེ་བའི་  
རིག་གནས་ཆུང་བ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་། དཔལ་སྐང་ལོ་རྩ་བས་སྐར་ཅིས་རིག་  
གནས་ཆུང་བ་གཅིག་ཏུ་འདྲེན་པ་ནི། དུས་འཁོར་གྱི་ཅིས་དང་། དབྱངས་  
འཆར་བའི་རྒྱད་ལེ་ཏུ་བརྩམ་པ་གཉིས་ཀྱིས། སྒྲར་བཤད་པའི་རིག་པའི་གནས་  
དེ་དག་དང་མི་འདྲ་བའི་བརྫོད་བྱ་བྱུང་པར་ཅན་གཞན་སྟོན་པས་ན་འདྲེན་  
པར་ཁོ་བོ་འཐད་པར་སེམས་ཤིང་། བདག་གི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་  
ཡང་དེ་ལྟར་བཞེད་དོ།

ཕྱགས་སྒྲ་མ་ལྟར་ན་རིག་གནས་བརྩམ་གཅིག་འདྲེན་པ་ལ་དགུ་  
ལས་མི་འབྱུང་བའི་སྟོན་འདུག་པས། དོན་འདི་ལ་དགོངས་ནས་ལོ་རྩ་བ་  
ཆེན་པོའི་གསུང་ལས། སྐར་ཅིས་སྒྲན་ངག་སྒྲིང་སྒྲོར་དང་། མངོན་བརྫོད་  
རྫོས་གར་འདི་ལྟ་ལ། རིག་གནས་སྒྲ་ཞེས་འཕགས་ཡུལ་ན། བྲགས་པའི་བ་  
དན་ཆུང་ལྟར་སྟོན། ཅེས་གསུངས་སོ། བྲག་རྒྱ་བ་སོགས་གངས་ཁྲོད་ཀྱི་

སྒོམ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས། ཐ་སྙད་རིག་པ་ལ་འདི་རྣམས་ཕྱི་རོལ་པས་ཀྱང་ཐོས་  
 བསམ་དུ་བྱ་བས་ན་སྙིང་པོ་མེད་དོ་སྙམ་ན། ཁྱོད་རང་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སྦྱོར་  
 ལེན་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེའི་ལྷག་མཐོང་གི་ཏེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཞི་གནས་  
 དེ་ལ་གོམས་པའི་ཕྱི་རོལ་པ་དེ་སྙིང་ཅིག་འབྱུང་བས། ཁྱོད་རང་རྣམས་ཀྱི་ཞི་  
 གནས་དེ་ཡང་སྤང་བྱར་མི་འབྱུར་རམ། དེད་ཀྱི་ཞི་གནས་ལ་སྦྱབས་འགོ་དང་  
 སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུ་ན། དེད་ཅག་ཐ་སྙད་  
 མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་སྙད་རིག་པ་ལ་འང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 ཅིས་ཟིན་པའི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགོའི་ཞེས་སྒྲ་ན་ཅི་སྐད་ཟེར།  
 འཇམ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་  
 ཀྱིས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་བསྟན་པར་བཞེད་པ་ལ། ལྷག་  
 ཚད་ལོ་རྩ་བས། རིག་གནས་ཀྱི་ཤེས་ཅུ་འགྲེལ་དུ་དགག་པ་མཛད་པ་ནི།  
 ལོ་རྩ་བ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་དགོས་པ་ཅན་ཀྱི་གསུང་ཡིན་མཆི། དེ་  
 ལྟར་མིན་ན། ས་པཎ་ཀྱིས། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གསུང་རབ་དྲི་མ་མེད། །  
 ཅེས་འབྱུར་བྱང་དུ་མཛད་པས། གསུང་རབ་ཡིན་ཕྱིན་སྡེ་སྡོད་དང་། དེའི་  
 དགོངས་འགྲེལ་གང་རུང་ལས་མ་འདས་ཤིང་། དེ་གང་རུང་ཡིན་ཕྱིན་ཐར་པ་  
 དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་བཟོད་བྱར་མི་བྱེད་པ་མི་སྤྱིད་པས་དོན་  
 མེད་ཀྱི་དགག་པ་མི་མཛད་པ་ཞུ། གཞན་ཡང་དཔང་ལོས། མདོན་པ་ལ་ལྷང་

གི་མངོན་པ་དང་། རིགས་པའི་མངོན་པ་གཉིས་སུ་བཞེད་པས་ཀྱང་། རྗེ་སྒྲ་  
མའི་དགོངས་པའི་རྒྱལ་བསྐྱོར་དུ་འགྲོའོ། །དྲགས་རྒྱུད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱིས་  
སྟག་ཚང་པའི་གསུང་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། རྗེ་སྒྲ་མ་ལ་ཟུར་བ་བར་འདོད་  
པའི་ཆོག་སྐྱོར་བ་བྱེད་པ་ནི། ས་དགའི་མཁས་པ་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལུས་སྟོབས་  
རྫོགས་པའི་སྟག་སེང་ཁ་འཐབ་པའི་བར་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་མ་  
སྐྱེས་ལྟ་བུ་དག་རྒྱ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་འཚང་ཆེ་བས་བག་ཡོད་པར་བྱོས་ཤིག །

དེ་ཡང་ཐ་སྙད་རིག་པ་ལྟའི་ནང་ནས་ཐོག་མར་གང་ལ་སྟོབ་ཅེ་ན། ཟུར་  
མཁར་སྟོ་གོས་རྒྱལ་པོས། རྒྱལ་པོ་ལང་ཆོས་དྲེགས་བྱུར་ཀྱང་། །རྒྱན་མེད་  
པ་ན་སྐྱེ་བོས་སྦྱང་། །དེ་བཞིན་སྟན་ངག་མི་ལྟན་པའི། །བསྟན་བཅོས་མཁས་  
ལ་ཅིས་སུ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ཆོག་སྐྱོར་ཕུན་སུམ་རྫོགས་པའི་སྟན་ངག་  
དང་མི་ལྟན་པའི་གྲོང་ཆོག་ཅ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་བཟང་པོ་ཡོད་པར་རྫོམ་  
པ་ནི། ལུས་ཀྱི་ལང་ཆོ་རྒྱས་ཤིང་མངེས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་རྒྱན་གོས་དང་  
བྲལ་ཏེ་གཅེར་བུར་རྒྱ་བ་ན་འཛིག་ཏེན་ན་འཕྲ་སྟོད་བྱེད་པ་ལྟར། ཆོག་རྣམ་  
པར་ཉམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟན་པར་མཛད་  
པས་ན། སྟོ་ལྟན་དགའ་བའི་ཅེ་དགའ་ཁོང་ནས་གློད་པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་  
བཅོས་འདི་ཉིད་ལ་འཇུག་རིགས་ཏེ། རྟོགས་བརྗོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་བསམ་  
འཁྲི་ཤིང་ལས། མཁས་པ་ཉིད་ནི་མེད་ན་སྟོ་གོས་རྣམ་ཉམས་མི་རྣམས་འཆོ་



བ་དོན་ཡོད་མིན། །མཚུངས་མེད་རྒྱས་པའི་སྟོན་ངག་མེད་ན་མཁས་པ་ཉིད་  
 བྱི་མེ་འུ་ཙོ་འི་སྟོག་དང་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་རྫོང་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཉུང་ཞིང་། བརྫོང་བྱའི་དོན་སྤུན་སུམ་ཆོག་ས་པའི་དཔྱེའི་བསྟན་  
 བཅས་མེ་ལོང་མ་འདི་ཉིད་མཁས་པའི་བཤའ་སྟོལ་ཆེས་མང་བ་ལ་ཡང་།  
 སྐབས་འགར་ཅུང་ཟད་འཁྱལ་པའི་ལམ་དུ་འབྱུན་པའང་སྲིད་པས། དེ་དག་ལ་  
 དབྱེད་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དག་པར་བྱས་པའི་ལེགས་པར་བཤའ་པའི་སྒྲུ་  
 དབྱངས་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པས། དེ་ཡང་ཁོ་བོའི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་  
 པོ་སྟོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་བ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་བྲག་ལེན་དུ། འགྱུར་ནམ་གངས་སྤྱི་  
 མང་བར་འདུག་ཀྱང་སྟོ་བརྟན་བཞི་པའི་འགྱུར་ཉིད་བདེ་བས་གཙོ་བོར་  
 མཛད། དཔང་ལོའི་འགྲེལ་པ་ལ་ཆད་ཐུབ་ཀྱི་གཞིར་བཟུང་། རིན་སྤངས་པའི་  
 འགྲེལ་པ་པལ་ཆར་ལ་བརྟེན། འཇམ་ཁ། སྒྲར་ཐང་པ་སོགས་མཁས་པ་མང་  
 པོའི་ལེགས་བཤའ་ཀྱིས་བྱར་བརྒྱན། འོན་ཀྱང་འགྲེལ་པ་གོང་མ་དེ་དག་གི་  
 བརྫོང་བྱ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། འོང་ལོས་རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་ལ་  
 གསན་པ་ནས་གཟུང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆོས་སྦྱོང་བཟང་པོ་སོགས་  
 མཁས་པ་རྣམས་རིམ་བར་བརྒྱུད་པའི་བཤའ་སྟོལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 རང་ལུགས་ཀྱི་སྟོང་པོར་མཛད་པས། འདིར་ཡང་གསུང་སྟོས་ངེ་མ་མེད་པའི་  
 ལེགས་བཤའ་ལྟར་གྱི་བར་བྱའོ།

མཆན་དོན་དང་འགྲུར་བྱུག་སོགས་བཤད་པ།

འདི་ལ་བཞི། མཆན་གྱི་དོན། འགྲུར་གྱི་བྱུག །གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་ལ་རྒྱ་གར་དུ་སྐད་རིགས་བཞི་ཡོད་པའི་ལེགས་སྐྱར་སྣའི་སྐད་དུ། ཀ་སྒྲི་ཨ་དུ་རྒྱ་སྟེ དེ་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ན། ཀ་བི་ནི་སྟན་དངགས། ཨྲ་དུ་རྒྱ་མི་མེ་ལོང་། དེ་གཉིས་མཆ་མས་སྐྱར་བའོ། །ཡང་ན་ཨྲ་ནི་ཀུན་དང་། དུ་རྒྱ་མི་མཐོང་བ་སྟེ། ཆིག་འགྲུར་བྱས་ནའང་འབྲིག་སྟེ། བསྟན་བཅོས་གྱི་མེ་ལོང་དུ་སྟན་དག་གི་ལུས་སྟོག་རྒྱན་གསུམ་འཆར་བ་དང་། བསྟན་བཅོས་འདིར་སྟོན་བྱུང་གི་སྟན་དག་གི་བརྗོད་བྱ་ཀུན་མཐོང་བར་བཤད་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀ་ལེགས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། འཇམ་དཔལ་དབྱུངས་ཤོང་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་བ་སོགས་ཀྱིས། འགྲུར་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་བསོད་ནམས་སྤེལ་པའི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཀུར་གྱུར་པ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བཀོད་དོ། །

གསུམ་པ་ལ། བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ། བརྩམས་པའི་དགོས་སོགས། དགོས་པ་དེ་ལྡན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དངོས་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་ཤེས་བརྗོད་དང་། ཚུལ་པར་དམ་བཅའ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྟོབ་དཔོན་དཀྲོས། མཆོད་པར་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ནི་དབྱུངས་ཅན་མ་ཡིན་ལ།



མཆོད་པར་བརྗོད་ཚུལ་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པ་གཉིས་ལས། དང་  
 པོ་ལྟར་ན་མི་མཐེད་གྱི་བདག་པོ་ཆངས་པ་དེ་ལ་གདོང་བཞི་ལས། མཆོད་  
 གྱིན། མིད་སྤང་། དེས་བརྗོད། ལྟན་ཆིག་སྟེ་རིག་བྱེད་བཞི་བྱང་བའི་ལྟན་  
 ཆིག་བྱང་བའི་གདོང་དེ་པད་ཆལ་དང་སྤྱར། དང་པོ་ནི། འཆི་མེད་མཐོན་གྱི་  
 འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོམས། གི་ཟེའི་མིང་དུ་བཤད་པས་གི་ཟེའི་བྱ་མོའམ། ཡང་ན་  
 དངོས་བསྟན་གྱི་འདབ་ཆགས་ངང་པའི་བྱ་མོ་ལྟ་བུར་ལུས་ཐམས་ཅད་ཤིན་  
 ཏུ་དཀར་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཞེས་སོ། ། ལྟན་ཆིག་གི་  
 རིག་བྱེད་འབྱུང་བའི་གདོང་དང་སྤྱར་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་། ཆངས་པ་ཚུ་སྤང་  
 གི་གཟུགས་སུ་འཛིག་ཏེན་དུ་བབས་པ་འཛམ་གླིང་གི་སྟོ་སྟོགས་སུ་ཆངས་  
 པའི་མཆོ་ཞེས་འབྲེལ་པ་ལ། ལྷ་ར་ལྷ་སྟེ་ཞེས་པའི་སྤྱ་བྱང་བ་དབྱངས་སམ།  
 དབྱངས་ཅན་ཞེས་པར་འབྱུར་ལ། མོ་རྟགས་ཀྱི་རྒྱུན་མ་བྱེན་པས་དབྱངས་  
 ཅན་ཞེས་པ་ནི་ལྟན་ངག་གི་རིག་བྱེད་ལ་ཡང་འཇུག་པ་དང་། དབྱངས་ཅན་  
 མ་ཉིད་ལྟན་དངགས་ཀྱི་ལྟག་པའི་ལྟ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱིས། ཆིག་སྤྱ་སྟེ་ཐམས་  
 ཅད་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱིས་འབྲེལ་པ་ཡིན་ནོ། །

དབྱངས་ཅན་མས་སྟེ་རོལ་པ་ནམས་རྗེས་སུ་བབྱང་བའི་སྟེར་དུ་  
 ཆངས་པའི་བྱ་མོར་སྤྱལ་པ་ནི། བམ་བེ་ཤང་ཀུས། ཐུགས་རྗེའི་རྣམ་འབྱུལ་  
 མཐའ་ཡས་པ་རོལ་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་སྟེར། ། ཆངས་པའི་བྱ་མོ་མཐོན་མ་

ཁྱོད་སྒྲུབ་གསལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཅན། །ཞེས་བ་ལྟར་རོ།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ཁ་ཞེས་པ།  
གདོང་། ཞལ། སྒྲོ་རྣམས་ལ་འདུག་པས། རྗེ་བཙུན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས་ཀྱི་  
ཆད་མེད་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཞལ་གྱི་སྒྲོའི་མཆེ་བ་ལས་འབྱུངས་ཏེ། བྲམ་  
ཟེ་ཤང་ཀུས་སྒྲུབ་རས་གཟིགས་དབང་ཞལ་གྱི་མཆེ་བའི་རྩེ་ལས་མངོན་  
འབྱུངས་ཤིང་། །ཆངས་པའི་བྱ་མོ་མངེས་མ་ཁྱོད་སྒྲུབ་གསལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་  
ཅན། །ཞེས་བཤད་པས། འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷག་གི་སྤྲུལ་མོ། འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་དང་དབྲེས་དགྱར་སྒྲོད་པའི་ཡུམ་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་ཁྱོད་ནི།  
དབྱུག་པ་ཅན་ཁོ་བོའི་ཡིད་དེ་སྦྱིང་གི་དབྱུས་སུ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་སྟེ་  
བཞུགས་ནས། དག་གི་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་བཛོད་པའོ། །  
དེ་ཡང་རྒྱན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྒྲོ་གཟིག་པོ་འདི་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྱར་  
བ་ཡིན་པས། ལེའུ་གཉིས་པར་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྱར་བ་ལ། དོན་སྒྱར་བ་  
དང་སྒྲ་སྒྱར་བ་གཉིས་ཡོད་པས། འདིར་ཡང་གཉིས་ཀྱི་དོན་སྒྱར་བ་ནི། མངོན་  
བཛོད་སྒྲ་ཆོགས་གསལ་བ་དང་། འདོད་འཇོ་སོགས་ལས་ངང་པ་དེ་ཟེའི་མིང་  
གི་རྣམ་གྲངས་སུ་བཤད་པས་ངང་པ་སྟེ། དེ་ཟེའི་བྱ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ཉིད་  
འདབ་ཆགས་ངང་པའི་བྱ་མོ་མགོན་པའི་དབྱངས་ཅན་མ་སྒྱར་བ་གྲུབ་པོ། །སྒྲ་  
སྒྱར་བ་ནི། ཡིད་ལ་རིང་དུ་རོལ་བར་མཛོད། །ཅེས་སྒྲ་ན་སེ་ཞེས་པ་ཡིད་ཉིད་

དང་མཆོད་ཀྱི་བུ་ལ་སྐྱུར་བས། ལྷ་མོ་ལ་ལྷོས་ན་ཡིད་ལ་དང་། ངང་མོ་ལ་  
ལྷོས་ན་མཆོ་ལ་སྟེ། དུས་རིང་དུ་རོལ་བ་སྟེ་བདག་ལ་བཅེ་བར་མཛོད་ཅེས་  
མཁས་པ་གངས་ཅན་ལོ་རྒྱུ་བ་གསུང་ངོ་།།

དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་གིས། མེ་ལོང་མཆན་གྱིས་གསལ་བ་དེར། ཉང་  
ལྷར་དུ་དབྱངས་ཅན་མ་མདུན་བསྐྱེད་དང་། གསང་བ་ལྷར་དུ་བདག་བསྐྱེད་  
དུ་སྐྱུར་བའི་བཤའ་སྟོལ་མཛད་འདུག་པ། སྤྱིར་ཡང་ནམ་ཉིག་ཆོས་སྐྱུ་དང་།  
གཅིག་ཤེས་ཀྱི་ལོ་དང་། དཀར་པོ་གཅིག་ཐུབ་སོགས་མཁས་པ་ལ་མ་  
གྲགས་པའི་གཏམ་ཁམ་པོ་ཆེ་དེ། གསུང་རབ་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡང་མཛད་  
པ་འདི་བྱིད་རང་བཀའ་རྒྱུད་པ་ནམས་ཀྱི་ཕྱག་སྟོལ་དུ་འདུག་པས། ལྷན་ངག་  
སྤྱི་ནང་ཐུན་མོང་བའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལ། ལོ་བཅ་ནམས་ལ་ཐུགས་  
རྒྱས་མ་མཆིས་པའི་བདག་མདུན་སོགས་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མཛད་པ་  
ལེགས་འདུག་ཅིང་། སྤྱད་ནས་ཀྱང་དོན་རྒྱུ་ཀྱི་དབང་དང་། སྤྱ་རྒྱུ་ཀྱི་རྗེས་  
གནང་གའ་ཆོག་གི་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ངོ་སྟོད་པ་སོགས་མཛད་ན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་བའི་བསྟན་པ་ལ་མཛོད་ས་པར་འགྱུར།

གཉིས་པ་ནི། དང་སྟོང་རྒྱས་པའི་ལྷ་ར་ཏ་དང་། མེ་གཞན་འདུག་གི་བྱ་  
མོའི་སྟོམ་པའི་ཆོས། གྲོགས་མཁར་ཀྱི་རྩ་མ་ཡ་ན། ལྷ་རྒྱུ་ཡའི་སྟོན་རབས་  
ཀྱི་ཆོས། ཉག་མོའི་ཁོལ་བོའི་གཞོན་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་མ་ཤམ་སོགས་

ཀྱིས་མཛད་པའི་སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བཅས་སྒྲུ་མ་ཆོག་ཆོགས་ཆེས་མང་  
བ་རྣམས་ཉུང་དུར་བསྐྱུས་ཤིང་། དེ་དག་གི་ལེགས་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོར་བ་  
དཔེར་བཅོལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉེ་བར་མཆོན་པར་བྱས་པའི་སྤྲིང་དུ། ལྷ་ར་ཏའི་  
སྒྲུར་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་བཅུ་པོ་ཡང་བསྒྲུབ་ཏེ། སྒྲུབ་དག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་  
རྒྱན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ལུན་སྐྱུ་མ་ཆོགས་པ་ཞིག་དམྱེ་བདག་གིས་ནི་སྒྲོ་གོས་  
ཀྱིས་ཇི་ལྟར་རྒྱས་པ་བཞིན་བཤད་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ།།

གཉིས་པ་བརྒྱམས་པའི་དགོས་སོགས་ལ། བརྒྱམས་པའི་ཡོན་ཏན།  
མ་བརྒྱམས་པའི་སྒྲོན། བརྒྱམས་པ་དེ་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་མཆོན། ཅོམ་  
བྱེད་མཁས་མོངས་ཀྱི་བྱད་པར་ཅོམ་པའི་སྒྲོན་སྒྲོང་ཐབས། བསྒྲུབ་བཅས་མི་  
ཤེས་པའི་སྒྲོན། མཁས་པས་ལེགས་པར་དབྱེ་བ་དང་བདུན་ལས། དང་པོ་ནི།  
སྒྲོན་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་མཁས་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ས་སུ་བསྒྲུབ་པ་ཡི་  
བཅོལ་བྱ་སྤེ་བཞིར་བསྐྱུས་ནས་བསྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་ཁིན་གྱི་  
མཐུས། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་དུས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྒྲུབ་དངགས་ལ་མཁས་འདོད་  
ཀྱི་སྦྱེས་བྱ་མཆོག་སྒྲོ་གསལ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་དོར་གྱི་མིག་བྱེ་བས་ཀྱང་འཇིག་  
རྟེན་གྱི་ལུགས་ཀྱི་སྤེ་བཞིའི་དཔལ་སྐྱུ་སྐྱུ་མ་ཆོགས་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་  
དོ།།

གཉིས་པ་ནི། སྒྲུ་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འདི་

ནི། གཤམ་ཏེ་འཁོར་བ་རི་སྤིང་པའི་བར་དུ་མི་གསལ་ན། ལྷ་མི་སྤྱི་འཛིག་ཏེན་  
གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། མི་ཤེས་པའི་སྤྲུག་རུམ་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁེབས་  
པར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། སྤོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ང་ལས་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དཔའ་  
འཛངས་བརྟལ་པོད་པའི་གྲགས་པའི་གཟུགས་བརྟན་ངག་གི་རང་བཞིན་  
ལས་གྲུབ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་ཐོབ་པ་སྟེ་དེང་སང་གི་བར་  
དུ་ཤར་བ་ན། ད་ལྟ་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་ཉི་བར་མི་གནས་ཀྱང་། རང་ཉིད་དངོས་  
སྤྱ་གནས་པ་ལྟ་བུའི་སྟན་གྲགས་ཉམས་པ་མེད་པ་ལ་སྟོས་ཞེས་སྒྲུབ་བྱེད་  
དངོས་སྤྱ་བཀོད་ནས། རྒྱགས་ལ་བསྒྲུབ་བྱ་མ་འོངས་པ་ན་བསྟན་བཅོས་  
ཚུམ་པ་པོ་རང་ཉིད་མི་གནས་ཀྱང་། བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་  
ཐུན་སྤུམ་ཆོགས་པས། ཚུམ་པ་པོའི་མཁས་པའི་གྲགས་པ་མི་ཉམས་པར་  
གནས་ཞེས་པའོ།

བཞི་པ་ནི། སྟན་དངགས་ལ་སྦྱངས་ཤིང་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་མཁས་པས་  
ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་སྦྱར་བའི་སྟན་ངག་ནི། ཆིག་དོན་བཟང་པོ་འཛད་མེད་  
དུ་འབྱུང་བས་ངག་གི་འདོད་པ་འཇོ་བར་བཤའ་ལ། དེ་ཉིད་ལས་བསྒྲུབ་སྟེ་  
ཉིས་པར་སྦྱར་ན་བསྟན་བཅོས་དེ་འདོར་བར་མ་བཟད་སྦྱར་སྦྱོར་བ་པོའི་གང་  
ཟག་བ་ལང་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་དུ་རྗོད་པར་བྱེད་དོ། །དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་པས།



རང་གིས་རང་ལ་བ་ལང་དུ་བརྗོད་པའི་འབྲུག་གོམ་པ་ནི། བསྒྲུབ་བཅས་འདིའི་  
ཆོག་དང་མི་འབྲེལ་བར་འདུག་པས། བྱེད་རང་གི་ཤངས་ལ་མཇུ་བ་མོ་འཇུགས་  
རྒྱ་ཡིན་ནམ།

ལྷ་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དག་  
ལ་སྦྱོན་ཆུང་དུ་ཅམ་ཆོགས་པར་གྱུར་ཀྱང་། ཇི་ཞིག་ལྟར། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤ་  
བས་སྦྱོན་མེད་དོ་ཞེས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན།  
སྦྱེས་བུའི་ལུས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། མིག་གི་བཟླ་ལུགས་ལ་  
ཅུང་ཟད་སྦྱོན་ཆགས་པའམ། ཡན་ལག་ལ་ཆེན་པ་སྤ་མོ་ཅམ་གྱིས་མཆོན་  
པའི་སྦྱོན་ཆུང་དུ་གཅིག་གིས་ནི། གཟུགས་བྱད་དེ་ཉིད་སྐལ་པ་ངན་པར་  
འགྱུར་དོ། །དཔེར་བོ་གཙུག་ལག་མིག་ཉམས་པར་འབྲུག་ཉེར་ན། མིག་ཞར་  
བ་ལྟ་བུ་ལས་འོས་མེད་ཅིང་། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་དེ་མཛེས་པར་ཀྱན་ལ་མ་  
གྲགས་པས། བྱད་གཞི་མེད་པའི་བྱད་ཆོས་སོ།

དུག་པ་ནི། སྦྱེ་བོ་སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བཅས་ལ་མ་སྦྱངས་ཤིང་མི་  
ཤེས་པས་ནི་སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོན་དག་འདིའོ་ཞེས་ཇི་ལྟར་  
དབྱེ་སྟེ་དབྱེ་མི་རུས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་དབྱེ་བས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་  
བ་དམིགས་པའི་སྐྱབས། འོང་བ་དག་ལ་དེའི་རྒྱ་མཆོན་འཆད་རྒྱ་ཡོད་དམ་  
ཅི་སྟེ་མེད་དོ།

བདུན་པ་ནི། སྟོན་གྱི་མཁས་པས་སྐྱེ་དགུ་སྟོ་ལྷན་རྣམས་ལ་ལེགས་  
ཉེས་གྱི་བྱེ་བྲག་རྟོགས་པ་ལ་མདོན་པར་དགོངས་ནས། སྐྱ་དོན་གྱིས་རྣམ་  
པར་བཟ་བའི་ལམ་དང་ལྷན་པའི་སྟན་ཆོག་གིས་ནི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱེད་  
པའི་བྱ་བའི་ཆོག་སྟེ། ཅོམ་པའི་ཐབས་ལ་ངེས་པར་སྦྱར་ཏེ། སྟན་དངགས་གྱི་  
སྟོན་ཡོན་ཤེས་པ་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ལ་རག་ལུས་པ་དེའི་བྱིར།

དགོས་པ་དེ་ལྷན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དངོས་ལས་སྟན་དག་གི་ལུས་གྱི་  
མཆོན་ཉིད་སོགས་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དགོས་པ་དེ་ལྷན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དངོས་བཤད་པ་ལ།  
མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ནི། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་སྟན་  
དངགས་འདི་ནི། སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དེ་རྣམས་གྱིས་ནི། སྟན་དངགས་གྱི་  
ལུས་དང་། དེའི་རྒྱན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་ལྟར་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ལ། ལུས་དང་། རྒྱན་དང་། སྟོན་སེལ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་  
ལ། མཆོན་ཉིད་དབྱེ་བ། སྐད་རིགས་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི་སྟན་  
དངགས་གྱི་ལུས་ནི། རེ་ཞིག་ཅོམ་པ་པོས་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཡི་དོན་སྟན་  
དངགས་རང་ལུགས་ལྟར་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་



བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤངས་བར་སྤེལ་བའོ། །

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱིས།  
དང་པོ་ནི། སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་ལུས་དེ་ལ་ཡང་། ཆོགས་བཅད་འབའ་ཞིག་དང་།  
སྒྲུག་པ་རྒྱང་པ་དང་། དེ་གཉིས་སྤེལ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །

སྐབས་འདིར་འཇམ་མགོན་ས་སྐྱ་པཌྲེ་ཉས་སྟེན་སྟོར་མེ་ཉོག་གི་ཚུན་  
པོར། སྒྲུབ་དངགས་ཀྱི་ལུས་ཆོགས་བཅད་རྒྱང་པ་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་དུ་  
བསྐྱས་པ་དང་། རྒྱན་ཆགས་ལ་རྟུང་པར་བཅད་མ་བཅད་སོགས་ཀྱི་རྣམ་  
གཞག་འགའ་ཞིག་མཛད་པར། མཁས་པའི་དབང་པོ་དབང་སྟོན་ལོ་རྩ་བ་  
དང་། ཟུར་མཁར་སྟོ་གོས་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་དགག་བཞག་ཅུང་ཟད་མཛད་  
པར། རྣམ་ཐང་ལོ་རྩ་བ། རིན་སྤངས་ས་སྟོན་དབང་པོ། མང་ཐོས་སྐྱ་སྐྱབ་རྒྱ་  
མཆོ། མཁན་དག་དབང་ཆོས་གྲགས་པ་སོགས་མཁས་པ་མང་པོས་ས་སྐྱ་  
པའི་བྱགས་ཞེན་གྱིས་ལན་སྟོ་ཆོགས་ཤིག་མཛད་འདུག་ནའང་། རིགས་པ་  
རྣམ་དག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་འདུག་ཅིང་། མཁས་འཇུག་ལས། རྒྱན་ཆགས་  
མ་བཅད་པ་ནི་སྟེན་སྟོར་རྒྱན་ཆགས་དང་འབྲེལ་། ཞེས་པ་ལྟར་ན། སྟེན་སྟོར་  
རྒྱན་ཆགས་དང་འབྲེལ་ན་རྟུང་པས་ངེས་པར་གཙོད་དགོས། རྟུང་པས་བཅད་  
ན། མེ་ཉོག་ཚུན་པོར། རྟུང་པ་དག་གིས་མ་བཅད་ཅིང་། །གང་ལ་ཡི་གེ་སྤེལ་  
ལེགས་ཡོད། །ཅེས་པའི་ཆོག་དང་དངོས་སྤྱུ་འགལ་ཞིང་སྒྲུག་པ་དང་འབྲེལ་བ་

སྒྲེབ་སྦྱོར་གྱི་སྤྲུལ་མི་འབྱུང་སྟེ། རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་སུ་བྱིན་ཇ་ཏི་གང་  
ལ་ཡང་རྒྱུ་པ་མེད་པ་ལ་སྒྲེབ་སྦྱོར་གྱི་རྣམ་གཞག་མ་མཛད་པས་སོ།།

གཞན་ཡང་ཆོག་གས་བཅད་རྒྱུ་པ་བཞི་འེ་རྒྱུ་པ་རེ་ལ་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་  
བདུན་ཡན་ཆད་ཡོད་པ་ལ་རྒྱུ་ཆགས་སམ། རབ་བསགས་སུ་བཤད་པས།  
རྒྱུ་ཆགས་དང་ཆོག་གས་བཅད་སོ་སོར་འཆད་པ་ཡང་མི་རིགས་ལ་ཆོག་གས་  
བཅད་ལ་རྒྱུ་པ་བཞི་མི་དགོས་པའི་ཁུངས་སུ་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་ལས།  
ཆོག་གས་སུ་བཅད་པ་ནི་རྒྱུ་པ་གཅིག་པ་དང་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ་དང་།  
བཞི་པ་དང་། ལྷ་པ་དང་། རྒྱལ་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་དོ། །ཞེས་འདྲེན་པ་ནི་མི་  
རིགས་ཏེ། སྒྲེབ་སྦྱོར་གྱི་ལྷགས་ལ། རྒྱུ་པ་གཅིག་པ་ནི་སྟོ། མཆོག་ །རྒྱལ་  
གྲུལ་ །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། དཔལ་ལྷན། ཤེས་བྲུ། ཀུན་མཁྱེན། ཁྱོད་ནི། གསུམ་པ་  
ནི། ཤེས་བྲའི་གནད། མ་ལུས་པ། རྒྱགས་སུ་ཆུད། རྫོགས་སངས་རྒྱས། བཞི་  
པ་ནི། མཁྱེན་དང་བཅེ་བ། མཚུངས་པ་མེད་པས། འགོ་བ་ཀུན་གྱི། འདྲེན་པ་  
གཅིག་པུ། ལྷ་པ་ནི། རིག་པའི་གནས་རྣམས་ཀུན། རོགས་པ་མེད་པར་མཁྱེན།  
ཞ་ལུ་ལོ་རྩ་བ། བཀའ་བྱིན་མཚུངས་པ་མེད། རྒྱག་པ་ནི། གངས་གྱི་ས་འཛིན་  
དབང་པོ། ཉིན་བྱེད་སྟོང་གིས་འབྱུང་འདྲའི། མཛེས་སྤྱད་ཡིད་འོང་ལྟ་སོ།  
དབྱངས་ཅན་མགྱིན་པར་བཞུགས་ཤིག། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། བྲམ་བེ་ཆུ་

ལ་ཇི་ཙམ་ཞིག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཡིན་ཀྱང་  
དེ་སྒྲེབ་སྦྱོར་ལ་རྒྱས་འགོ་བས་པ་ནི་ཞུ་དཔེ་ལྟམ་ལ་འགོ་བས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
པས་མི་རིགས་སོ། །འོན་ཀྱང་རྗེ་བཙུན་དེ་ཉིད་དང་། ས་ལོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་གཉིས་ལ། དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་དང་། བྱང་པ་སི་ཏུ་དག་གིས། ཟུ་ཉོ་བས་  
རྒྱལ་པོ་ལ་འཐབ་པ་ལྟར་ངན་སྤྲས་ཀྱི་སྒྲེ་སྤྲགས་ཕྱོགས་བཅུར་སྒྲོགས་པ་ལྟ་  
བུ་མིན་ཀྱི། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལྟར་བྱང་པའི་སོ་སོར་དབྱེ་བ་དང་། ཕྱོགས་འདི་  
ལ་འོང་དཔང་ཡབ་སྲས་སྤྲགས་རྒྱས་ཆེ་བར་གདའ་བས། དེའི་རྗེས་སུ་  
འབྲངས་ཀྱི། རྗེ་བཙུན་ས་པཎ་ལ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་གཉིས་སུ་མ་  
མཆིས་པའི་སྤང་བ་ནི་རྒྱན་མི་ཆད་པའོ། །

### ཆིགས་བཅད་ཀྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ་ཆིགས་བཅད་བཤད། ལྷག་པ་བཤད། སྒྲེལ་མ་བཤད་པ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་སྒྲེབ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོ་ནས་གཉིས་སུ་སྒྲེ་བ། རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་  
ནས་བཞིར་སྒྲེ་བ། སྐྱུ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་  
ལ་དངོས་དང་། ཁ་འཕངས་པ། རིགས་པ་དེ་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ནི། སྒྲན་དངགས་ཀྱི་ཆིགས་བཅད་རྒྱང་པ་བཞི་པ་དེ་ཡང་ནི། ཡི་གེ་

བགྲང་བ་བྱིན་དང་། ཕྱི་མོ་བགྲང་བ་རྫོ་ཉི་ཞེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དོ། །གཉིས་  
པ་ནི། སྒྲེབ་སྦྱོར་དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་རིམ་བུ་སྣམ་ན། བྱིན་རྫོ་ཉི་དེ་ཡི་སྦྱོས་  
པ་མཐའ་དག་ནི། རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་དང་། དམར་སེར་དང་། རྒྱལ་བའི་  
སྒྲེབ་གཞུང་རྣམས་སུ་མེད་པར་བསྟན་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། སྒྲེབ་སྦྱོར་  
ཀྱི་རིག་པ་དེ་ནི་སྐབས་འདིར་མི་དགོས་པ་མིན་ཏེ། སྟན་དངགས་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོ་ལྟར་ཟབ་ཅིང་བརྗིང་བ་དག་ནི་བཀལ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་ལྟ་  
བུ་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཞིར་བྱེ་བ་ནི། གྲོལ་བ་ནི། གྲོ་ཀ་གཅིག་  
གིས་བརྗོད་བྱའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་རྗོགས་པར་སྟོན་ཀྱས་པ། རིགས་ནི་  
བསྐྱབས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་གཅིག་ལ་གྲོ་ཀ་དུ་མ་ཡོད་པ་བྱ་བའི་ཆིག་གཅིག་  
གིས་ཐམས་ཅད་གསལ་ཀྱས་པ། བརྗོད་ནི། གཙོད་མཆོམས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་  
ངོས་ནས་གྲོ་ཀ་བྱ་ཆིག་སོགས་མང་ཉུང་ངེས་བཟུང་མེད་ཅིང་། བརྗོད་བྱ་དུ་  
མས་སྤྱག་པ། འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དོན་གཅིག་ལ། གྲོ་ཀ་དུ་  
མ་ཡོད་པ་ལ་བྱ་ཆིག་ཀྱང་དུ་མ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་འདྲ་བའི་ཆིགས་བཅད་རྒྱ་ཆེ་  
བ་ནི། སུལ་བཅེངས་པའི་སྟན་དངགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཏེ། དེའི་ནང་དུ་འདུས་  
པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། དཔེར་བརྗོད་ལོགས་སུ་མ་བརྗོད་དོ། །

སྟོན་གྱི་འབྲེལ་པ་རྣམས་སུ་འདི་བཞི་ལ་དཔེར་བརྗོད། རྗོགས་བརྗོད་

རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ནས་འདྲེན་པར་མཛད་འདུག་ནའང་།  
 འདིར་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་སྤྱིར་དུ་རང་སློབ་ཅུང་ཟད་བསྐྱུན་  
 ཆོ། གྲོལ་བ་ནི། རབ་དཀར་ཚུ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་བ་ལ། །ཆངས་པའི་བྱ་མོ་  
 ཡིད་འཕྲོག་འཛོ་སྤྱོད་ཅན། །རྒྱུད་མང་སྤྱོད་ལས་ངག་གི་དཔལ་སྤྱོད་བ། །དཔག་  
 བསམ་འདོད་འཛོ་སྤྱོད་གི་དབྱིད་དེར་འདུད། །ཅེས་བ་ལྟ་བུ། རིགས་ནི།  
 འཇམ་མཉེན་རབ་དཀར་བརྒྱ་ཡི། །བརྟན་པ་ཅི་ཡང་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །བཞིན་  
 གྱི་ལྷ་བ་གསར་བ་འདི། །གཞན་ཡིད་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་བཞིན། །འཇམ་  
 ཆོན་འབྲུག་འདྲའི་མིག་གི་དཀྱུས། །བྱུར་གྱིས་རིང་པོར་བལྟ་བ་ཡིས། །རྩ་  
 གོང་ལྷན་པོ་ཕྱི་པོ་ལ། །སྤྱོད་དོག་བྱེད་པའི་ཆོས་རྒྱན་མ། །ལྷ་དུམ་སྤྱོད་ར་  
 འཇམ་པའི་ཞལ། །ཆོས་སྤྱོད་ཟེའུ་འབྲུ་གོད་པ་ཅན། །ཏ་རི་ཅན་དན་འི་གོ་  
 བའི། །དགའ་མ་མཐོང་བས་འདོད་འཕེལ་གྱུར། །ཅེས་བཟོད་བྱ་མཛེས་མའི་  
 གདོང་གཅིག་བྱ་ལ་བསྤྱོད་པ་ལ། །འདོད་འཕེལ་གྱུར་ཅེས་པའི་བྱ་ཆོག་ཅིག་  
 གིས་གསལ་བ་ལྟ་བུ། མཛོད་ནི། འི་མ་དང་བལ་རབ་ཏུ་དཀར། །འདོད་པའི་  
 གདུང་བ་འཕྲོག་པར་བྱེད། །མཛེས་པའི་ཆ་ཤས་མ་ལུས་གང་། །བྱུར་མིག་  
 བསེལ་ཟེར་སྤྱོད་པ་ཡིས། །སྤྱོད་གི་ཀྱན་ཅི་ཡང་འཇམ། །ཁ་ཡི་འི་ཞེས་ལྷ་  
 ཤེལ་གྱིས། །རབ་དགའི་ཚུ་སྤྱོད་བརྒྱན་པར་གྱུར། །ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་འདོད་  
 པའི་ཉམས། །རི་དྲགས་མཆོན་མ་རྣམ་པར་དོམ། །ཡིད་འོང་མ་འདི་སྤྱོད་བྱ་



མོ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། འདུས་པ་ནི། ཡིད་འོང་རི་དྲགས་མིག་ཅན་གྱི། །འཇམ་  
ཞིང་མཉན་པའི་ལག་པ་ཡིས། །ཆུ་སྐྱེས་གསར་པའི་འདབ་མ་དག། །སྐྱད་ཅིག་  
ཉིད་ལ་པམ་བྱེད་བཞིན། །སྒྲིམ་པའི་ཆད་བྱུང་རིག་བྱ་ཅན། །འདྲོད་པས་སྒྲིམ་  
པའི་ཡིད་ཅན་གྱི། །ལུས་ལ་རིག་པའི་བདེ་བ་ཡིས། །སྒྲོན་མེད་སྒྲིང་གི་བདུད་  
ཅི་བྱས། །འཇམ་བྱའི་གསེར་སྐྱངས་གདུ་བྱ་ལ། །སྒྲ་ཆོགས་རིན་ཆེན་འབྲས་  
མཛེས་པའི། །འབྲེན་བྱེད་ཡུལ་གྱི་དགའ་སྒྲོན་འདི། །འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོས་  
བསྐྱབ་པར་བྱས། །ཞེས་བརྗོད་བྱ་མཛེས་མའི་ལག་པ་གཅིག་བྱ། བྱ་ཆོག་བྱེད་  
བཞིན། བདུད་ཅིར་བྱས། བསྐྱབ་པར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱའོ།

འདི་སྐོར་ལ་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་པའི་མཆན་ལ་བརྗོད་བྱ་ཅི་ཡང་མི་  
འདུག་པས་རྟོག་དཔྱེད་བྱེད་མ་དགོས་སོ། །གསུམ་པ་སྐྱ་ཆེན་པོའི་མཆན་  
ཉིད་བཤད་པ་ལ། དམ་བཅའ་བ་དང་དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་སྒྲེ་ལེ་བྱ་  
གཉིས་ཡོད་པ་ཡན་ཆད་གྱིས་བཅིངས་པ་ནི་སྒྲོན་དངགས་ཆེན་པོ་སྒྲེ། དེས་  
མཆོན། ཨར་ཤྭ་ས་དང་ཨརྒྱ་དང་ཨརྒྱ་མ་དང་གྲི་རིས་བཅིངས་པའང་སྒྲོན་དག་  
ཆེན་པོར་འཆད་ཅིང་སྒྲོན་དག་ཆེན་པོ་འདིའི་མཆན་ཉིད་ནི་བརྗོད་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ། སྐོ། སྒྲོག་ཅོམ་ཚུལ། རིང་དུ་གནས་ཚུལ། དམིགས་  
བསལ། མཁས་པས་བཞེད་ཚུལ་སོ་སོར་བཤད་པ་དང་དུག། དང་པོ་ནི། སྒྲོན་  
དག་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོན་དུ་ཞེས་པ་བརྗོད་པ། ཕྱག་བྱ་བ། དངོས་པོ་ངེས་པ་

བསྒྲུབ་པ་གསུམ་པོ་གང་རུང་དེ་ཡི་སྒྲོ་ནས་འདུག་གོ། དཔེར་ན། ཞེས་བརྗོད་  
 བྱེད་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ལེགས་བྲན་པའི། །མཆན་དཔེའི་ལང་ཆོ་རྒྱས་པ་ཅན། །  
 འཇམ་མགོན་ཐུབ་པུ་ལྷ་པ་ཡི། །སྒྲོ་བྱོས་མཆོག་དེས་ཞེས་པར་མཛོད། །  
 ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། ལྷ་ལྷོ། རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱི་གདུ་བྱ་དག །སེལ་སེལ་སྒྲོལ་བ་  
 ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། །ཡིད་ལ་དགའ་བའི་དཔལ་སྟེར་བ། །དབྱེད་སྒྲུབ་ཅན་ལྷ་དེར་  
 སྒྲིང་ནས་འདུད། ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། དེས་བསྒྲུབ་ནི། བཅད་ལྷག་སྟེལ་མའི་ལང་  
 ཆོ་དར་ལ་བབ། སྟེ་བཞིའི་གཏམ་གྱི་སྟོག་ཅན་རིག་ལྷན་མ། །སྒྲོ་དོན་གཤམ་  
 ཆོག་ལོར་བའི་རྒྱན་གྱིས་སྒྲུད། །ཉམས་འགྱུར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུ་དབྱེད་སྒྲུབ་མཁྱིན་  
 པར་ལེན། །ཞེས་མེ་ལོང་ལ་སྒྲུར་ན་བརྗོད་བྱ་ཀྱན་བསྐྱེད་ནས་བསྒྲུབ་པ་ལྷ་  
 བྱ།

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྒྲུབ། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒྲོ་བྱུང་  
 བའི་སྒྲེས་རབས་རིག་བྱེད་སོགས་གཏམ་ལས་གྱུར་པའམ། ཡང་ན་དེའི་  
 ཅིག་ལོས་སྟེ་བཞི་ལ་བཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་ལེགས་པ་གཞན་དག་ལ་བསྟེན་པ་  
 གང་རུང་བྱའོ། །སྐབས་འདིར་འཇམ་ཁ། སྒྲུར་ཐར་པ། རོང་པ་སོགས་མཁས་  
 པ་མང་པོ་དང་། དཔལ་དཔལ་པོ་གཙུག་ལག་སོགས་སྒྲོངས་པ་མཁས་པའི་  
 གོ་སར་འབྱེད་པ་མང་པོ་དག་གིས། གཏམ་རྒྱད་དང་སྟེ་བཞི་སོགས་སྒྲུབ་  
 དག་གི་ལུས་སྒྲུ་འཆད་ཅིང་། ལ་ལ་དོན་གྱི་ལུས་དང་། ཆོག་གི་ལུས་ཞེས་



འཕྲོག་པོར་འགྲེལ་པ་སོགས་ནི། རྩ་ཤིང་ལ་སྦྱང་པོར་འདོད་པ་ཁོ་ནར་སྦྱང་  
བས། དེས་ན་གོང་དུ་ལུས་དང་རྒྱན་ཡང་རབ་ཏུ་བསྟན། ཞེས་པས་སློག་  
ཤུགས་ལ་བསྟན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སློག་ལྡན་གྱི་སྦྱེས་བུ་ལུས་མཛེས་པ་ལ་  
རྒྱན་གྱིས་སྦྱས་པ་བཞིན་དུ། སྡེ་བཞི་སོགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་སློག་དང་ལྡན་  
པའི་སྟན་ངག་གི་ལུས་བཅད་ལྷག་སྡེལ་མ་ལ། དོན་རྒྱན་སྦྱ་རྒྱན་གཤམ་ཆེ་ག་གི་  
རྒྱན་གྱིས་ནམ་པར་སྦྱོས་སོ་ཞེས་ཁོ་བོའི་སྦྱོབ་དཔོན་གྱིས། གངས་ཅན་ལོ་  
ཙྰ་བ་འཇམ་དཔལ་རྫོ་རྗེའི་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངོམ་བཤའ་དུ་མཛད་ལ།  
བྱུར་མཁར་སློ་གྲོས་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པར་བཤའ་དོ།

སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་ལུས་ཀྱང་སྦྱར་བཤའ་པའི་ལུས་ལས་ལོགས་སུ་  
མེད་ཅིང་། སྐབས་འདིར་སློག་བཤའ་པ་ཡང་སྟན་ངག་ཐམས་ཅད་ལ་བྲབ་བོ།  
གཉིས་པ་ནི་ཆོས་ནི་མངོན་མཐོངས་ལེགས་བསྐྱབ་པའི་རྒྱ། དོན་རིག་བྱེད་  
མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། ས་གཞི་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སོག་པ་དང་བསྐྱང་བ། འདོད་  
པ་ནི་ལྷ་མིའི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ། ཐར་པ་ནི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སྦྱབ་པས། སྡེ་བཞི་པོ་ནི་སྦྱེས་བུའི་དོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དེའི་དབང་དུ་  
གྱུར་པའི་ཚུལ་བརྗོད་པའི་སྡོན་གྱི་གཙུག་ལག་གི་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་དང་།  
ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཁས་ཤིང་། འགྲོ་བ་ནམས་ཀྱི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་འདྲན་པ་  
དམ་པ་ནམས་ལ་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པ་རྟོགས་བརྗོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་

བསམ་འབྲི་ཤིང་ལྟ་བུ། གྲོང་ཁྱིམ་རྒྱ་མཚོ་ས་རི་གསུམ་ལ་བསྐྱགས་པའི་  
 དཔེར་བཅོམ་ནི། གནམ་སྟོན་ཞུན་མར་འབྲེལ་འབྲེལ་རྒྱ་མཚོ་ལས། །བརྒྱལ་  
 ཏེ་གསེར་དངུལ་རི་ཡི་སྤངས་འདས་ཆེ། །རིན་ཆེན་རྩལ་མང་བཅུགས་པའི་  
 གྲོང་ཁྱིམ་དབུས། །བེད་རྩེ་སེར་པོའི་རྒྱ་ཐིགས་འོད་དུ་འཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་  
 དུས་དང་ཉི་མཱ་འཆར་བ་དང་། །སྤྲེད་ཆལ་ཁུ་ཡི་རོལ་ཅེད་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱགས་  
 པ་ནི། །འབྲས་ལྗན་སྟོན་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་དྲངས་པ་ལ། །ཆ་བེར་འོད་གསལ་  
 གཟི་ཡིས་ཁུ་སྤྲེས་ཆོགས། །འཇུ་མ་པའི་སྤྲེད་ཆལ་དབུས་སུ་འབྲེལ་བའི་  
 མཚོར། །འདོད་ལྗན་སྤྲེ་བོ་ཁྱུས་ཀྱི་ཅེད་འཛོམ་རོལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཆང་  
 འཐུང་བའི་དགའ་སྟོན་དང་། འབྲིགས་པ་ལ་སྤྲེད་པའི་དགའ་སྟོན་དང་། སྤྲེས་  
 པ་དང་བུད་མེད་ལ་བཏབ་ནས་མཚོགས་པ་གསུམ་ནི། རྒྱན་གོས་རྣམ་བཟླ་  
 གྲོགས་དང་ལྗན་ཅིག་པར། །ཆང་གིས་སྤྲེས་ཤིང་སྤྲེས་ལེགས་ཁུ་སྤྲེས་ལ། །  
 ཅེ་དགར་རོལ་ཆེ་འགའ་ཞིག་གཡོན་མ་དང་། །དུས་བཏབ་ལས་འདས་མི་  
 ཟད་འདོད་པས་གདུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བག་མ་གཏོང་ལེན་དང་། གཞོན་ཅུ་  
 སྤྲེ་བ་དང་འཕེལ་བ་གསུམ་ནི། ལུས་སྤྲ་མཆིལ་འབྲང་ལ་ཁྱགས་དབྱེས་དབྱུ་  
 ལ། སྤྲེད་པས་ཀྱུན་དར་བའི་དབྱིད་ཀྱི་བུ། །བཙས་ནས་རིང་པོར་མ་ཐོགས་  
 གཞོན་ཅུ་དེ། །བསོད་ནམས་བཞིན་དུ་ལུས་སྟོབས་བསྤྲེད་ནས་འཕེལ། །ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུ། བྱ་བ་ཚོམ་པའི་གྲོས་དང་། སོ་ཉའི་འགྲོ་འོང་དང་། ཡུལ་ཐག་རིང་

པོར་བགྲོད་པ་གསུམ་ནི། རྒྱལ་གསུང་རྒྱུད་མང་གོས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་རྩིངས།  
 བཞིག་ཆེ་སེམས་ཀྱི་པོ་ཉ་ཐར་བའི་སར། །བཏང་བས་གཏན་གྱི་བདེ་བའི་  
 མཛེལ་ན་མོ། །ཐག་རིང་ཡུལ་ནས་སྐར་མདའ་ལྷ་བུར་འོངས། །ཞེས་པ་ལྷ་བུ།  
 གཡུལ་བཞུགས་པ་དང་། འབྲེན་པ་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་མངའ་ཐང་དར་བའི་ཚུལ་  
 དག་ཀྱང་དཔེར་བརྗོད་ན། གནམ་ས་འགྲུལ་འབྲེའི་སྤྱལ་པའི་དཔའ་བོའི་དབུང་།  
 འཛིགས་རུང་གཡུལ་གྱི་སྦྱོར་བས་དབྱ་སྡེའི་ཆོགས། །སྤྱེ་མར་འཐག་ཆེ་ས་  
 དབང་རྒྱལ་པོ་ཡི། །སྡེ་བཞིའི་མངའ་ཐང་དབུར་གྱི་མཆོ་ལྷར་འཕེལ། །ཞེས་  
 པ་ལྷ་བུའོ།

དེ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་། མདོར་  
 བསྟུས་པ་མིན་པར་སྐབས་དང་འཆོམ་པར་བརྩམ་མོ།

གསུམ་པ་ནི། བརྩམ་བྱའི་སྟན་ངག་དེ་ཡང་སྐྱེག་པ་སོགས་ཉམས་དོད་  
 བས་ཡིད་འགྱུར་ཞིང་ཆོག་སྦྱོར་སྟན་སུམ་ཆོགས་པ་དག་གིས་གཏམས་པ།  
 རྩོམ་ཆུང་བ་ནམས་ངལ་བ་སྤངས། སྐྱེ་ལོན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ་སྟེ་མང་བ་ཡང་མིན་  
 ལ་ཏུང་སྦྱོན་དང་ཡང་བྲལ་བའི་མཉན་པར་འོས་པ་དེ་ཉིད། དབང་པོ་རྩོ་རྩེ་  
 སོགས་བྲིན་དང་། འཕགས་མ་སོགས་རྩོ་ཉིས་ལེགས་པར་མཆོམས་ཀྱང་  
 སྦྱར་ལ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྐྱེད་པ། དཔེར་ན་ཆོག་རྒྱུད་པལ་ཆེར་ཡི་གེ་  
 ཉིར་གཅིག་ཅུ་ཡོད་ན། དེ་དག་གི་མཐའ་རྩོགས་མཆོམས་སུ་བཅོ་ལྷ་དགྲུ་

བདུན་སོགས་སྒྲུབ་འབྲེལ་སྒྲུབ་ཤིང་། དངོས་གཞི་བདུན་བསྒྲིགས་སྒྲུབ་ལ། དབྱུ་  
བཅུ་གཅིག་སོགས་ཡར་འཕེལ་ཞིང་། བཅད་མཐར་སྒྲུག་པ་དང་། སྒྲུག་མཐར་  
བཅད་པས་གཞུང་དབྱེད་མ་ལས་ཐ་དད་པ་སྟེ། བྱེད་ཆོས་དང་ལྡན་པས་  
འཛིག་རྟེན་ན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ལས་མཛེས་སོ།།

བཞི་པ་ནི། དེ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་དག་དམ་པ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་པ་འདི་རྒྱན་  
དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་སྒྲོ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ངོ་མཚར་དུ་འཛིན་པས་བསྐྱེད་པ་འདི་  
བར་དུ་སྒྲུབ་པ་འདི་གྲགས་པ་དང་བཅས་ཏེ་གནས་པར་འགྱུར་རོ།།

ལྷ་པ་ནི་གང་ཞིག་གྲོང་སྡེར་ལ་བསྐྱེད་པ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་འགས་  
དམན་ཡང་། གལ་ཏེ་སྒྲུབ་པ་འདི་ཆོག་དོན་རྣམས་སྒྲུབ་ཆོག་པ་ཀྱིས་ཚུལ་དེ་  
རིག་པ་འདི་མཁས་པ་རྣམས་མགྱུ་བར་བྱེད་རུས་ཤིང་། ལེ་ཏུ་གསུམ་ཡན་དང་  
ལྡན་ཕྱིན། འདིར་ནི་སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པ་འདི་སྒྲོན་མེད་དེ། ཡོན་ཏན་དེ་  
རྣམས་ཆང་ཕྱིན། སྒྲེད་ཆལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་བརྗོད་ཅུ་སྒྲོག་ཏུ་བྱས་པས་ཀྱང་  
རུང་ངོ་། །དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་པས། རིག་པ་དེས་གཞན་མགྱུ་བར་བྱེད་  
ཅེས་འབྲུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འབད་པས་རྒྱག་གོ།

དབྱུག་པ་ལ། ལྷ་མ་ཏེ་བཞེད་པ་དང་། དབྱུག་པ་ཅན་གྱི་བཞེད་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི་ཐོག་མ་རང་སྒྲོགས་ཀྱི་འཛེན་པ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་སྒྲུབ་ལ་དཔའ་  
བ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་བསྐྱེད་པ་ཉི་བར་བཀོད་ནས། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིས་

ནི་པ་རོལ་གྱི་དབྱ་སྡེ་ལ་གཞོན་པ་སྟེ་ཆར་གཅོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བསྟོན་  
པའི་སྟུན་ངག་གི་ལམ་འདི་འཛིག་རྟེན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མཛེས་པ་ཡིན་ནོ།  
གཉིས་པ་ནི། རིགས་མཐོ་བ་དང་། བཙོན་འབྲས་ཆེ་བ་དང་། ཐོས་པ་མང་བ་  
སོགས་ཡོན་ཏན་དུ་མས་པ་རོལ་གྱི་དབྱ་བོ་ལ་ཡང་བསྐྱགས་པར་བྱས་ཤིང་  
བསྟོན་ནས། དེ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་རང་ཅག་གི་འདྲེན་པ་འདི་  
ནི་ཞེས་བསྟོན་པས། པ་རོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་སྟུན་སྟུམ་ཆོགས་པ་ལས་ཀྱང་སྟུན་  
སྟུམ་ཆོགས་པའི་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་བརྗོད་པ་ལ་བདག་དགའ་བ་  
བསྟེན་གྱི། ལྷགས་སྤྲ་མའང་མི་འདོད་པ་ནི་མིན་ནོ།

### ཆིག་ལྷག་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལྷག་པ་བཤད་པ་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་  
པོ་ནི། ཆིག་རྒྱུ་བཞི་སོགས་སྟུ་བཅད་པ་མེད་པའི་ཆིག་གི་རྒྱུན་ནི་ལྷག་པ་  
ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ། མིང་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་དང་། དོན་གྱི་དབྱེ་  
བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི་སྤྲ་མ་ཉིས། ལྷག་པ་ལ་བརྗོད་པ་དག་དང་།  
གཏམ་ཞེས་པ་དེ་ཡི་རབ་དབྱེ་གཉིས་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་དགག་བྱ་སྤྲ་མ་ཉིད་འདོད་པ་རེ་རེ་འགོད་པ། དགག་བྱེད་



དབྱུག་པ་ཅན་གྱི་རིགས་པ་རེ་རེ་འཕངས་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ལ་བྲུ་མ་  
 ཏས། འདྲེན་པ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ལ་བསྟོད་པ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ནི་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། བརྗོད་པ་དེ་ལས་གཞན་གཏམ་ནི་པ་རོལ་གྱི་འདྲེན་  
 པ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་འཕམ། དེ་ལས་གཞན་བྲམ་བེ་ལྟ་བུས་ཀྱང་འདྲེན་པ་ལ་བསྟོད་པ་  
 དེ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན། རྫོས་གར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་སྒྲུབ་དག་གི་རྒྱན་  
 དུ་བསྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་དང་། གཞན་སྒྲོ་དང་ཡིད་བརྟན་ལྡན་པ་གསུམ་བརྗོད་པ་ལ་  
 ཡོད་ཀྱི། གཏམ་ལ་མེད་དོ། །བརྗོད་པ་རང་གིས་རང་ལ་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་པ་  
 ལ་སྐབས་འདིར་སྒྲོན་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། ཡང་དག་པ་སྟེ་རི་ལྟ་བུའི་དོན་ཅན་སྒྲོ་  
 བསྐྱར་མེད་པར་བསྐྱགས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ལསྒྲུབ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 ཨ་ལྷ་ས་དང་། བྱ་མོ་འཕྲོག་པ། གཡུ་ལ། སྒྲུབ་པ། དར་བ་སོགས་དང་། སྒྲུབ་  
 དག་མཁན་གྱི་དགོངས་པས་བྱས་པའི་རྟོགས་རྣམས་བརྗོད་པ་ལ་ཡོད་ཀྱི།  
 གཏམ་ལ་མེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ནི། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ངས་པ་ཡོད་པར་མ་  
 མཐོང་སྟེ། བརྗོད་པ་དེར་ཡང་རྒྱལ་པོ་ལས་གཞན་པ་དག་གིས་བརྗོད་པའི་  
 བྱིར། སན་ཚུན་གཉིས་ཀས་བརྗོད་པར་མཉམ་པ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྗོད་ན་  
 གཏམ་དང་། རང་གིས་བརྗོད་ན་བརྗོད་པ་ཞེས་དབྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད་དེ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་ཞེས་པ་པར་སྒྲུབ་པ་དང་། གཞན་སྒྲོ་ཞེས་པ་སྒྲུབ་



པའི་ལན་དང་། བན་ཚུན་དུ་གཏམ་སྤྲུལ་བ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་གཏན་ལྡན་  
 བ་སྟེ་ངེས་བ་རྟེན་བ་དེ་གསུམ་བཟོད་བ་ལ་ཡོད་ཅིང་གཏམ་ལ་མེད་པས་ཐ་  
 དད་བ་ཡི་རྟགས་ཡིན་པར་སྒྲིན། གཏམ་ལ་དེ་གསུམ་མ་ཆང་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། དེས་ན་རྒྱལ་པོས་སྤྲུལ་པའི་གཏམ་ལ་གཏམ་ལན་འཇལ་མཁན་མེད་  
 བར་འགྱུར་རོ། །སྐབས་འདིའི་བཟོད་བ་དང་གཏམ་ནི་ལྷུག་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་བ་ལ་དེ་ལྟར་འཇུག་གོ་ཞེ་ན། བཟོད་བྱ་ཆོགས་  
 བཅད་ལ་དེ་གསུམ་ཆང་བ་ལྟར། ཞར་གྱི་གཏམ་རྣམ་དག་སྟེ་གཏམ་ཆོགས་  
 བཅད་ལ་ཡང་དེ་གསུམ་ཆང་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་སྟེ་བ་སྦྱོར་འཕགས་མ་  
 སོགས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་བཟོད་བ་ལ་དེ་གསུམ་ཆང་བ་བཞིན། གཏམ་ལ་  
 ཡང་སྟོ་དང་། གཞན་གྱི་སྟོ་དག་ཅིས་མི་འཇུག་སྟེ་འཇུག་རིགས་པའི་བྱིར།  
 རྒྱ་མཆོན་ཡོད་དེ། འཕགས་མས་བཅིངས་པའི་བཟོད་བ་དང་གཏམ་གཉིས་  
 ཀ་ལ་བྱེད་བྱི་མའི་དུག་པ་ལ་ཀ་དང་། གཉིས་ཀའི་བརྒྱད་པ་ལ་ད། མི་མཉམ་  
 བ་ལ་ཇ་སྤངས་པ་སོགས་མཆོན་ཉིད་མཐའ་དག་མཚུངས་པའི་བྱིར། སོགས་  
 ཀྱི་སྤྲུལ་འཕགས་མ་དཔེར་མཆོན་བ་སྟེ་བྱིན་རྒྱ་ཏི་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་དགོས་  
 སོ། །རིན་སྤངས་པས། ལེགས་བཤད་ཉི་མ་གསར་པས་བསྤང་ཞེས་གསུངས་  
 འདུག་ཀྱང་། འགྲེལ་བ་གཞན་ལ་སྟོས་ན་སྦྱ་རེངས་ཅམ་ཤར་བ་ཡིན་མཆོ།  
 ཉི་མ་དངོས་གཞི་ནི་ད་ལམ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ལམ་སྒྲུབ་སྟེ་གཞོན་ནུ་མ་རྟེན་པ་དང་། སོགས་ཀྱིས་ངལ་སོ་བ་  
 དང་། དུས་བཅའ་པ་ལས་མ་ཆོགས་པ་དང་། ཨ་ཤུ་ས་ནི་ཡིད་གཏན་དང་  
 ལྡན་པ་སྟེ། དེ་དག་བརྗོད་པ་ཡོད་ཅིང་གཏམ་ལ་མེད་པའི་དབྱེ་བ་མཐོང་ཡང་།  
 དེས་བསྒྲུབ་དང་ཀུ་ཟུ་ཏ་བཞིན་རིགས་ཐ་དད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་  
 དེའི་སྤྱིར་གཏམ་དང་བརྗོད་པ་ཞེས་པ་ནི། དཔེར་ན་གདོང་ལྡེ་པ་དང་ཁ་ལྡེ་པ་  
 ཞེས་པའི་མིང་གཉིས་དག་གིས་སེང་གའི་རིགས་གཅིག་མཆོན་པས་སོ། །  
 དངོས་སུ་མ་བཤད་པའི་ལྷག་མ་བརྗོད་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱང་ཆད་པའི་  
 རྒྱུན་མེད་དེ། བརྗོད་པ་དང་གཏམ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུ་བར་འགྱུར་བས་  
 སོ། །

གཞན་ཡང་བྲོད་ཀྱིས་བྱ་མོ་འཕྲོག་པ་དང་། གཡུལ་འབྱེད་པ་དང་ནི།  
 མོ་མོ་དུས་བཅའ་པ་ལས་ཡོལ་ཏེ་སྤྱོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་མངའ་ཐང་དར་བ་ལ་  
 སོགས་པ་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་དེ་དག་གི་བྲོད་པར་འབྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་མིན་  
 ཏེ། བརྗོད་བྱ་དེ་རྣམས་སྐྱེས་བཅེངས་པའི་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་གཉིས་ཀ་  
 ལ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་སྒྲུབ་དག་མཁན་གྱི་བསམ་པས་  
 བྱས་པའི་ཏྲགས་དེ་འདྲ་བ་ནི་བརྗོད་པ་ལས་གཞན་དུ་གཏམ་ལ་ཡང་ནི་ཡོད་  
 པར་རྒྱུན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། འདོད་དོན་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་སྒོ་རུ་མཁས་  
 པ་རྣམས་ལ་ཅི་ཡང་མི་འགྱུར་བ་མེད་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྒྲུབ་པ་མཁས་པས་

དུག་བདུད་ཅིར་བསྐྱར་བ་བཞིན་ནོ།།

སྤེལ་མ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སྤེལ་མ་བཤད་པ་ནི། བཅད་ལྷག་སྤེལ་མ་འཛིག་ཏེན་ཀུན་ཏུ་  
དགའ་བ་སོགས་སྐད་རིགས་བཞི་ཀ་འདུས་པའི་རྣམ་གཞག་ཡོད་པ་ནི་ལྗོས་  
གར་ཏེ། དེ་དག་གི་ཚུལ་རྣམས་ནི་ལྷ་ར་ཏ་སོགས་གཞན་ལས་རྒྱས་པར་  
བཤད་དོ། །སྤེལ་མ་ལ་ལྗོས་གར་ཁོ་ནར་མི་སེམས་ཏེ། ལྷག་པ་དང་ཆིགས་  
བཅད་སྤེལ་བའི་རང་བཞིན་གང་ལ། སྐད་གཅིག་ལ་བཏེན་པ་སྐྱེས་རབས་སོ་  
བཞི་པ་ལྷ་བྱ་ལ་ཅ་སྐྱ་ཞེས་པར་མངོན་པར་བརྗོད་དོ།།

གསུམ་པ་སྐད་རིགས་བཤད་པ་ལ། དབྱེ་བ། སོ་སོར་གཏན་ལ་དབབ་  
པ། དེ་དག་གི་བྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་བཤད་པ། གཏམ་སོགས་སྐད་རིགས་  
གྲིས་བཅིངས་ཚུལ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། ལྷ་ར་ཏ་གི་ལུས་བཅད་ལྷག་སྤེལ་  
མའི་རང་བཞིན་དེ་དག་གྱང་། ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རང་  
བཞིན་གྱི་སྐད་དང་། ཟུར་ཆག་གི་སྐད་དང་། དེ་གསུམ་བསྐྱེས་པའི་འདྲེས་མ་  
ཞེས་པ་ལྷ་རྣམ་པ་བཞི་རུ་རྩ་མ་འཁྲ་སོགས་མཁས་པས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་ལེགས་སྐྱར། རང་བཞིན། ཟུར་ཆག་དང་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ནི། ལེགས་སྐྱར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བྱིངས་ལས་གྱི་ཏ་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱབ་པའི་

མིང་དང་ཀུན་བཤམ་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་དང་མིང་ལས་ཆོག་ཏུ་བྱུང་བས།  
སྐད་ནམས་ཀྱི་མཆོག་སྐྱོ་ཏུ་སྒྲུབ་སྐད་ཅེས་བྲང་སྒྲོང་ཆེན་པོ་སྐྱོ་  
གསུང་ངོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྒྱི་དང་། བྱུང་པར་བ། དེའི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ནི། ལེགས་སྒྱུར་དེ་ལས་སྒྱེས་ཤིང་དེ་དང་མཚུངས་པའི་  
ཡུལ་ཅན་ཞེས་གྲགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རིམ་པའི་སྐད་རིགས་དུ་མ་ཞིག་  
ཡོད་ངོ། །

གཉིས་པ་ནི། བཟོ་གནས་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་ཆང་བའི་ཡུལ་འཁོར་  
ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐད་དེ་ནི། ལེགས་སྒྱུར་མ་ཡིན་ཀྱང་། ལེགས་པར་  
བཤམ་པ་མང་དུ་སྒྲུབ་པའི་སྐད་རིན་པོ་ཆེ་དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་  
ཡིན་པ་དང་། སེ་རུ་སྒྲེ་ལེའུས་བཅིངས་པ་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས་མ་ཐ་ན་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་འདྲའི་རིགས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་པར་ཀྱང་  
སྐད་དེ་ལས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱི་སྐད་ནམས་ཀྱི་ནང་ན་མཆོག་ཏུ་  
གྱུར་པར་རིག་གོ། །

གསུམ་པ་ནི། སྐོར་སེན་དབང་པོའི་སྒྲེ་དང་། གོ་ཏུ་ཤར་སྒྲུབ་དང་།  
ལྷ་སྒྲེ་རོལ་བ་དང་། གཞན་ཡང་དེ་འདྲའི་ཡུལ་དབྱེད་འབྱུར་སོགས་ཀྱི་སྐད་  
ནམས་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡི་མིང་གིས་ཐ་སྐད་སྒྲོས་གར་ལ་

སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་བསྟན་ཅིང་སྦྱར་བར་འབྱུང་རོ། །དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་གིས། སྒོ་ར་སེ་ན་ལྷ་ལེན་དུ་འབྲེལ་བའི་ཐ་ཆད་ཀྱི་གཏམ་སྒྲུའོ། །གསུམ་པ་ནི། བ་ཡང་རྩི་ལ་སོགས་པའི་གྲོང་ཆོག་རྣམས་སྟན་ངག་གི་སྐབས་འདི་ལ་བྱར་ཆག་དུ་གནས་ཤིང་། ཀ་ཙན་སོགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལ་ལེགས་སྦྱར་ལས་གཞན་པ་ཀུན་བྱར་ཆག་ཉིད་དུ་བཟོད་དོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གིས་བྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ནི། ལེགས་སྦྱར་འབའ་ཞིག་ལས་བྱས་པ་སྐྱེས་བཅེངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱི་སྐད་འབའ་ཞིག་ལས་བྱས་པ་སྐྱེས་ཤིང་གི་སྐད་འབའ་ཞིག་ལས་བྱས་པ་ཨོ་ས་ར་སོགས་དང་། འདྲེས་མའི་སྐད་འབའ་ཞིག་ལས་བྱས་པ་སྐྱེས་གར་སོགས་སོ།།

བཞི་པ་ལ་དངོས་དང་། དོགས་སེལ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒོ་ར་བྱང་གི་གཏམ་སོགས་སྐད་རིགས་བཞི་པོ་གང་རུང་ངམ། གཉིས་གསུམ་དང་། ཐམས་ཅད་འདྲེས་པས་བཅེངས་པ་དང་། གཙོ་བོར་ནི་ལེགས་སྦྱར་འབའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བཅེངས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། འག་བའི་སྐད་འབའ་ཞིག་ལས་བྱས་པའང་མེད་པ་མིན་ཏེ། མེད་དུ་བྱང་བའི་དོན་ཅན་བཟོད་བྱ་སྟོན་པ་རྒྱ་ཆེན་ཞེས་པའི་གཏམ་དང་རིན་ཆེན་རབ་སྒྲུང་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འབྱུང་པོའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བཟོད་དོ།།

གཉིས་པ་རྒྱན་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
ལུས་སྒྲིག་པ་དང་། ཉམས་ཀྱི་རོལ་པ་དང་། རྒྱུ་ལག་གི་སྒྲུབས་ལ་སོགས་  
པའི་ཉམས་བཟོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་མིག་གིས་བསྟན་བྱའི་དོན་ཡིན་ལ། དེའི་ཅིག་  
ཞོས་རྒྱུད་མང་དང་ཆངས་དབྱངས་སོགས་ཀྱི་ཉམས་བཟོད་པ་ཡང་། གཙོ་  
བོར་མཉན་པ་སྟེ་རྒྱ་བས་མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ཀྱང་ཡིན་ལ།  
སྒྲུབས་འདིར་ཡང་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་ལུགས་གཉིས་དག་ཏུ་བཟོད་དོ།

## ལེབྱ་དང་པོ།

བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ། བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་དང་། བྱན་མོང་བའི་རྒྱན་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། བྱན་དག་གི་རྒྱ་བཤད་པ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ལྟོ་ཤར་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་ཕན་ཚུན་མི་འདྲ་བའི་  
དབྱེ་བ་སྤྱོད་ཅན་རྣམས་སྟན་དག་གི་ལམ་འདིར་ནི་མང་དུ་ཡོད་དོ། །གཉིས་  
པ་ལ་དམ་བཅའ་བ་དང་། བཤད་ཚུལ་དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། དབྱེ་བ་དེ་ནི་  
འཆད་ཚུལ་ཆེས་མང་ཡང་། འདིར་སྟོ་སྟོགས་བྱིད་རྩ་དང་། ཤར་སྟོགས་གོ་  
ཁྲ་པའི་ལམ་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་ནས་བྱུང་པར་གསལ་བར་བཟོད་དོ། །



གཉིས་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་པ། མཐུག་བསྟུ་བ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ནི། ཡི་གེ་འབྲུག་པ་ལྷ་པ་ལྷ་པ་དང་། འཛིག་ཏེན་ལ་གྲགས་  
པའི་དོན་རབ་དངས་དང་། ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་།  
ཉམས་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྷན་པས་སྟན་པ་དང་། ཡི་གེ་འཇམ་པ་ཤས་ཆེ་  
བས་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། དོན་བརྟག་མི་དགོས་པར་གསལ་བ་དང་། བརྗོད་  
བྱའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཆོག་སྤྱད་མང་ཞིང་སྤྱི་ཡང་དོ་མཉམ་པས་  
བརྗོད་པ་དང་། ལྷང་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་འཛིག་ཏེན་དང་མཐུན་པས་མཛེས་  
པ་དང་། སེམས་ལྷན་གྱི་ཆོས་སེམས་མེད་ལ་བཀོད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཏེ།  
ཡོན་ཏན་བརྩུ་བོ་འདི་ནི་སྟོ་སྟོགས་བྱི་ད་རྟའི་ལམ་གྱི་སྟོག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་  
ལ། འདི་དག་པལ་ཆེར་གོ་སྟོག་པ་ནི་ཤར་སྟོགས་གོ་ཏེ་པའི་ལམ་དག་མཆོན་  
པ་ཡིན་ནོ།

### སྤྱར་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ་སྤྱར་བཤད་པའི་སྤྱར་བ་སོགས་བརྩུ་ལས། དང་པོ་ལ།  
མཆོན་ཉིད། རྟོག་ལྷ། དངོས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སྤྱར་  
བའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྤེ་པའི་དང་པོ། གསུམ་པ། ལྷ་པ་མཐར་གནས་ཀྱི་སྟོག་  
ཆུང་བའི་ཡི་གེ་མཆོག་སྟེ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་སྟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་རེག་

པར། སྒྲེ་པའི་གཉིས་པ། བཞི་པ། རྩོ་པ། ཏྲ་ཀྲ་རྣམས་ལས་བརྒྱམས་པ་ཞིག་  
དགོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ལེ་བྱ་གཉིས་པའི་སྐྱར་བ་དང་མི་འདྲ་བར་སློག་  
ཆེ་ཆུང་ལ་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། ལྷ་ལྷ་རྒྱ། རྩོ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་ལྷ་ལྷ་སྒྲེང་བ། ལོ་ལ་སྒྲེད་པ། ལྷ་  
ལི་ཀ། བྱང་བ། ལི་ལྷ། འཁོར་བ་སྟེ། སྒྲོད་པ་རྩོ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་སྒྲེང་། །སྒྲེད་པས་  
བྱང་བ་འཁོར་བར་བྱེད། །ཅེས་འབྱུང་བ་བཞིན། ཤར་སྤྱོད་གས་གོ་ཏེ་པ་དག་ལ་  
ཡིག་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་བྲིད་ཚུལ་འདིར་འཇུག་པའི་སྒྲོས། སྒྲོད་པ་སྐྱར་བར་  
འདོད་དོ། །བོད་ལ་དཔེར་མཆོན་ན། རབ་དཀར་གངས་རི་ལྷར་དཀར་བ། །  
དཀར་མཛེས་པར་དཀར་པོར་འགྲན། །ལེགས་དཀར་སྒྲེག་མེའི་གདོང་ལྷར་  
དཀར། །སྒྲིན་དཀར་རྗེས་འགྲོ་ལྷག་བསམ་དཀར། །ཞེས་པ་སློག་ཆུང་ཞིང་ཀ་  
ཡིག་ལ་བསྐྱོར་བ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་ནི། ལྷ་ལྷ་རྒྱ། རྩོ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་དྲུ་མ་སྒྲེང་བ།  
ལོ་ལྷེ་ཏྲི་འཁོར་བ་འོ་སྒྲེང་བ། ལྷ་མ་ར། བྱང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཏེ། རྩོ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་  
སྒྲེང་། བྱང་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ཞིང་སྒྲེང་། ཞེས་སྟེ་དང་སྟེ་སློག་སློག་ཆེན་  
པོ་མང་དུ་ཆོག་གས་པའི་འདུས་པ་ལྷ་བྱ་ལ་བསྐྱོར་བའི་སྐྱར་བ་སྐྱེ་བ་བེ་དལྷ་  
བྱེད་དེ། དཔེར་ན། ཆང་ཆིང་ཁོ་ར་ཁོ་ར་ཡུག་གི། །སྒྲུ་མཁེགས་སར་འཁོད་སྐྱེ་  
བོ་འགའ། །ཐགས་མཁན་ཚུལ་མཚུངས་འཐད་འཐད་ཆིག། །ཁ་ནས་མི་ཡོང་  
པ་རོལ་ཆེར། །ཞེས་པ་སློག་ཆེན་གཙོ་བོར་སྐྱར་བ་ལྷ་བྱ། ལྷ་བས་འདིའི་སྐྱེ་

བ་ནི་སྒྲོར་ལྷ་བ་ཡིན་ལ།      སྒྲེབ་སྒྲོར་གྱི་ལྷ་བ་ནི་ཡི་གེ་ལྷ་བ་ཡིན་པས་མི་  
མཆུངས་སོ།།

རབ་དྲངས་གྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རབ་དྲངས་ལ་སྟོབ་དང་། འཤར་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་མཆོན་  
ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རབ་ཏུ་ཆུ་དྲངས་པའི་ནང་གི་རྟེན་  
མཐོང་བ་ལྷ་བ་དང་ལྷན་པ། གྲོང་ཆོག་གིས་མ་བསྐྱངས་པའི་ངོས་ནས་འཛིག་  
ཉིན་ལ་གྲགས་པ་འཤས་ཆེ་བའི་དོན་ཅན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷ་བའི་མཆོན་མ་  
རི་བོང་གི་གཟུགས་ལྷན་ལ་སྟོན་པའི་འོད་གྱིས་མཛེས་པ་རྒྱས་ཞེས་པ།  
དོན་དེ་འབད་མེད་དུ་ཉོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་གོ    །  
དཔེར་ན། དཀར་གསལ་ལྷ་གཞོན་ཅོད་པན་ལེགས་འཆང་ཞིང་། །མགྱིན་པར་  
ཨིན་ཉིལ་གྱི་མདངས་འཕྲོ་བ། །འཛིག་ཉིན་བྱེད་པོ་དུས་ཀྱན་སྐྱབ་མེད་པར། །  
གཟིགས་ཁྱོད་སྐབས་གསུམ་གཙུག་ན་མངོན་པར་མཛེས།    །ཞེས་པ་ལྷ་བ།  
གཉིས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། གོ་ཏ་པ་ནི་  
འཛིག་ཉིན་ལ་ཤིན་ཏུ་གྲགས་ཆེ་བ་མིན་ཡང་ངེས་ཆོག་བཞིན་རྒྱ་ཡོད་པ་  
ཙམ་གྱི་སྒྲིབ་གོ་དཀར་བ་ཞིག་ལའང་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀར་  
བ་མིན་པ་ལ་སྟོན་པོ་དང་།    ཆུ་ལས་སྐྱེས་པ་ལ་ལྷན་པའི་ངེས་ཆོག་ཏུ་བྱས་

ཏེ། དེ་འབྲེལ་བའི་རི་བོང་གིས་མཆོན་པའི་འོད་དཀར་ཅན་ཞེས་སོ། །དཔེར་ན་  
ལང་ཆོ་དར་བའི་འོད་གྱིས་དཀར་ཐུབ་ཐུན། །ཉེར་བཅོམ་བདེ་བའི་དཔལ་  
མངའ་འབྲེན་བྱེད་ཞུགས། །པད་དཀར་མིག་བྱ་ལྷག་མར་བྱས་པའི་སྒྲུབ། །  
འཆི་མེད་རྩེ་ཁྲོད་རྒྱས་མཐུའི་རང་བཞིན་དཔལ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

### མཉམ་པའི་ཡིན་ཏན་བཤད་པ།

གསུམ་པ་མཉམ་པ་ལ་སྟོ་ཤར་གཉིས། དང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་།  
དཔེར་བཅོལ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡི་གའི་སྒྲོར་བ་མཉམ་པ་ནི་སྟོག་ཆུང་བ་  
འཇམ་པ་དང་། མི་མཉམ་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་སྟོག་ཆེ་བ་རྩལ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་  
བུའི་འཇམ་རྩལ་གཉིས་པོ་ནི་བྱེད་སྒྲུབ་མ་ལ་འཇམ་ན་བྱི་མ་ལ་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་  
བཀོད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲུབ་དཀར་དེ་ནི་དེ་འབྲེལ་སྒྲོར་བ་འཇམ་རྩལ་བར་མའི་  
སྟེ་གནས་ལས་བྱུབ་པའི་བར་མ་སྟེ། དེའུ་ལ་ཁལ་བཀལ་ན་དོ་ཡ་མཉམ་པ་  
བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། དབྱིད་ཀ་ཁུ་བྱག་ནམས་སྐད་སྒྲུབ་པའི་ཅ་ཅོ་སྟོག་པར་  
བྱེད་ཅིང་། ཉར་མ་སྟེ་ཆུའི་ཐེགས་མ་རབ་ཏུ་འཐོར་བ་དང་། ཆུ་དངས་ཤིང་  
དངས་པའི་རྒྱན་ཏེ་ཆུའི་ཐེགས་པས་བྲན་པས། མ་ལ་ཡ་རྒྱུད་གི་དེ་དང་མཚུངས་

ཏེ། བདག་གི་འདོད་པ་འཕེལ་བའི་སྤྲད་དུ་འོངས་སོ། །བོད་དཔེར་མི་གསལ་  
 ཡང་། རྒྱ་དཔེར་བྱེད་སྤྲ་མ་ལ་ཀ་ལ་པ་སོགས་འཇམ་པ་དང་། སྤྱི་མར་ཆ་རྟ་  
 རྩ་ཤུ་སོགས་རྩུབ་པ་མང་ངོ། །དཔེར་ན། དཀར་མཛེས་མིག་གི་བདུད་ཅི་  
 དབྱངས་ཅན་ཞལ། །འཛེན་བྱེད་ཡུལ་གྱུར་ཅམ་གྱིས་སློ་གྲོས་རྒྱས། །དགའ་  
 རྟོན་སྤྱ་ཡིས་ས་སྤྱོགས་པ་མཐར་ཁྲབ། །ཤེས་བྱར་ཉོལ་ཉོལ་མ་ཡིན་མཁས་  
 མཁས་བསྐྱབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཟུར་མཁར་སློ་གྲོས་རྒྱལ་པོས། འཇམ་པར་  
 མཉམ་པ་དང་རྩུབ་པར་མཉམ་པ་ཞེས་འགྲེལ་པ་སྤྲ་མ་འགའ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་  
 འབྱངས་ཏེ་འཆད་པ་ནི་གཞུང་དོན་དུ་འཇམ་རྩུབ་མཉམ་པའི་ཐ་སྤྲད་མེད་  
 པས་མི་འབྲེལ་ལོ། །ཟུར་མཁར་བ། དཔལ་སྤང་བ། འབྲུག་པ་བརྒྱ་དཀར་པོ་  
 གསུམ་གྱིས་རྫོག་ཏུགས་མ་བསྐྱལ་ཅམ་དེ་མཛད་ན། གཞན་ནི་སློ་ངའི་  
 མཐེལ་མཇུབ་ལེན་དུ་འདུག་པས། བྱེད་གསུམ་གྱི་བཀའ་རྒྱུད་པ་མི་བྲལ་དུ་  
 རྒྱུད་པ་མཛོད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་དཔེར་བཛོད་དང་། དོན་བསྐྱུ་གཉིས། དང་པོ་  
 ནི་ཅ་རྩན་གྱིས་གོས་པའི་བྱི་ངད་བཟང་པོ་ལྗང་ཞིང་། བསིལ་ཞིང་འཇམ་པ་མ་  
 ལ་ཡའི་རྒྱང་དེས་ནི། བདག་གི་སེམས་ཀྱི་བརྟན་པ་དབང་མེད་དུ་འགོག་པ་  
 རྟེ་སྤྱོགས་ནས། དགའ་མ་བྱུད་མེད་མཆོག་གི་ཁ་ནང་གི་རྒྱང་དང་འགྲན་པ་དེ་  
 ལ་ཅོ་འདྲིའོ། །རྒྱ་དཔེར་རྒྱང་པ་གསུམ་པར་རྩ་མང་དུ་ཆོགས་ཤིང་། གཞན་  
 གསུམ་ལ་སྤྱོག་རྒྱང་བར་ཤས་ཆེ་བའི་སྦྱོར་ལུགས་ལ་འདོད་དེ། དཔེར་ན།

སྒྲོན་ངག་སྒྲུང་བ་སྟེར་མཛད་ཅིང་། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་གཅིག་མ། །ཆངས་  
སྒྲུལ་ཤ་ཤ་རྩ་ར་ཡི། །དྲི་མེད་དཀར་བའི་རྗེས་འགོ་ཅན། །ཞེས་བ་སྟེ་བྱ།  
གཉིས་བ་ནི། ཞེས་བ་མི་མཉམ་བ་བཤད་མ་ཐག་བ་ལ། །ཤར་སྤྱོད་གས་བས་མ་  
བརྟགས་བར་མཉམ་བའི་མཆན་ཉིད་དུ་འཛོག་ཀྱང་། ཆོག་གི་དོན་དང་རྒྱན་  
ཕུན་སྒྲུལ་ཆོག་གས་བ་དག་ལ་སྟོས་ནས་ཉེ་བསམས་ན་ཤར་སྤྱོད་གས་བའི་  
ལུགས་དག་ལ་མི་མཉམ་བའི་སྒྲོན་ངག་གི་ལམ་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ།།

### སྒྲོན་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་བ།

བཞི་བ་སྒྲོན་བ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། མཐུག་བསྟུ་བ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ནི། སྒྲོན་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། ཡིད་འགྱུར་ཐུབ་པའི་ཉམས་དང་  
ལྡན་བའི་ཆོག་དང་ནི་བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་བྱུང་ཅན་  
གནས་བས་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་སྤྱང་ཅི་བཞིན་དུ་གང་གིས་སྤྱང་ཅི་ལ་སྤྱོད་  
བའི་བྱང་བ་ལྟར། གང་གིས་སྤོ་ལྡན་ནམས་དགའ་བར་བྱེད་པའོ། །

གཉིས་བ་ལ། སྤྱི་ཉམས། དོན་གྱི་ཉམས། གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་ཆོག་  
སྤྱང་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྤྱི་  
ཉམས་ཡི་གེ་དང་ཆོག་གང་དང་ཅི་ལ་སྤྱར་ཀྱང་། སྤྱི་མ་དང་སྤྱི་མ་ལ་ཁ་ཡིག་



ཏུ་མཚུངས་པ་ལྷ་བྱས་གང་ཞིག་ཉམས་སུ་ཁྱོད་བ་དེ་ཡིས། བཤད་མ་ཐག་པའི་  
གཟུགས་དང་། སོགས་ཀྱིས་གནས་དང་། བྱི་མོ་དང་། བཙེགས་པའི་ཆོག་ཉི་  
བར་གནས་པ། རྗེས་སུ་འབྲིད་པ་དང་བཅས་པ་སྤྱི་ཉམས་དང་ལྡན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ་སྟོ་བ་དང་། འཁར་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དཔེར་བརྗོད་  
དང་། མཐུག་བསྐྱ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། གང་གི་ཆེ་བླ་ཟེ་དགའ་བའི་རྒྱལ་  
པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིས་རྒྱལ་སྤིད་ཀྱི་དཔལ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་དེ་ནས་བཟུང་  
སྟེ་སྟེ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འདི་ག་ཉིན་འདི་བུ་བྱུང་ངོ། །རྒྱ་དཔེར་ཨེ་  
ཏཱ་དང་། ལ་སྟོ་མ། བྱ་སྟེ་དང་། བྱི་ཡ། བྱི་ཉི་ལྷ་མ་དང་། ས་བོ་ལྷ་བ་ཏ། ཀར་བ་  
བཞི་ལ་རིམ་བཞིན་ཏཱ་ཡིག་ཏུ་མཚུངས་པ་ཡིག་དང་པོ་ཅན་གྱི་ར་ཡིག་ཏུ་  
མཚུངས་པ་བ་ཡིག་དང་པོ་ཅན་གྱི་ར་ཡིག་ཏུ་མཚུངས་པ། བཙེགས་པ་དང་  
པོའི་ར་ཡིག་ཏུ་མཚུངས་པ། སྟེ་གནས་སུ་མཚུངས་པའོ། །དཔེར་ན། རྣམ་  
དཀར་རྣམ་དཔྱོད་རྣམ་མང་རྣམ་ཐར་རྣམས། །མ་ལུས་སུལ་བྱུང་སྒྲ་མེད་  
སྤངས་ཤིང་འཕྱར། །རབ་ཡངས་ངག་དབང་དབྱངས་ཅན་ལྷ་གང་ལ། །ཉག་ཏུ་  
བསྟོད་ཅིང་སྟོབས་ཆེན་ཏུ་སོགས་སྟོབ། །ཅེས་ཀར་བ་དང་པོ་ལ་ར་ལ་ན་སྐར་  
བ། གཉིས་པ་སྟེ་གནས་གསུམ་པ་དབྱངས་གཅིག །བཞི་པ་བཙེགས་པའོ། །  
བླ་སྤྱོད་པའི་བླ་རིང་པོ་ནི་བུ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་བྱིན་ལྷ་ཡིན་པས་ཆངས་པར་  
བསྐྱར་བ་མི་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཞེས་འདི་ཉིད་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ གོ་ཁ་པ་ནི། ཀླང་པ་  
བཞི་ལ་རིགས་མི་མཐུན་པ་འདི་མི་འདོད་དེ། དེ་དག་ཀ་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་གཅིག་  
ལ་བསྐྱོར་བ་དང་ཆིག་ལ་བསྐྱོར་བའི་ཆེ་ཀླང་པ་དང་པོ་ལ་ཅ་ཡིག་དང་།  
གཉིས་པ་ལ་མ་ཡིག་དང་ལྡན་པའི་བ་ཡིག་ལ་བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་  
སྤྱ་འབྲིད་པ་ལ་དགའ་བས། སྒྲོར་བ་པལ་ཆེར་ཡང་རྗེས་སྤྱ་འབྲིད་པ་ཞེས་པ་  
བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ཤར་པ་ལ། མཆན་ཉིད་མདོར་བསྟན་པ། མིང་དང་སྒྲོར་བ་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ། ཞར་བྱང་བྱང་ལྡན་སྟོས་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི།  
ཆིགས་བཅད་ལ་ལྟོས་པའི་ཀླང་པ་རྣམས་དང་། བཅད་ལྷུག་གཉིས་ཀ་ལ་ལྟོས་  
ནས་ཆིག་རྣམས་ལ་དབྱངས་ལ་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་  
གཅིག་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བ་ནི་རྗེས་སྤྱ་འབྲིད་པའོ། །དེ་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྱ་མར་  
བཀོད་པའི་སྤྱ་ཉམས་སྤྱ་སྒྲོར་བ་ནི་ཡི་གེའི་འདུ་བྱེད་ཡིན་ལ། ཡི་གེ་དེ་ཉིད་  
རྟོགས་པ་སྟེ་དྲན་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་སྤྱ་བྱི་ཐག་མི་རིང་བ་ཉིད་དུ་གནས་པ་  
ཞིག་དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་ལ། ཀླང་པ་ལ་བསྐྱོར་བ། ཆིག་ལ་བསྐྱོར་བ། རིང་བར་ཐོས་  
པ། ཤར་པ་ཁོ་ན་འདོད་པའི་རྗེས་བྲིད་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། སྟོན་དུས་ཀྱི་  
མཆན་མོ་ནས་མཁའ་གཡའ་དག་པས་དབྱ་རྒྱ་དུ་སྟོན་པའི་ལྷ་བ་དེ་ནི་

དཀར་མཛེས་སོགས་གྱིས་ཀྱང་ཕྱི་ཉེ་ཕོན་པོར་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་  
 ལས། སྐར་བཏགས་ཆེ་རི་བོང་གི་མཆོན་མ་ཡིན་ཏེ་ལ་དང་མཚུངས་པའམ།  
 ཡང་ན་བྱང་བའི་ཁ་དོག་གི་དཔལ་ནི་ཡང་དག་པར་འཛིན་པས་སྐྱེ་བར་ངེས་  
 སོ། །རྒྱ་དཔེར། ཀླུ་པ་བཞིའི་དང་པོ་རྣམས་སུ། ཅན། ཀྱན། ཡིན། སྐྱ་  
 ཞེས། ན་ཡིག་དང་ལྷན་པའི་ད་ཡིག་ལ་བསྐྱོར་རོ། །དཔེར་ན། རག་གན་  
 གསེར་གྱི་མདོག་ལྷར་རྩུ་བ་འགའ། །རང་འོད་རྣམ་པར་སྤྱོད་པའི་མཐུ་དམན་  
 ཡང་། །རྟ་ལྷར་དམར་རྟོག་པ་འོག་འབྱུང་མཁན། །ར་ལུག་མི་ཡི་གཟུགས་  
 བརྟན་ཅན་འདི་སུ། །ཞེས་པ་བོད་སྐད་ལ་འོས་པ་དང་། ཡང་ཡོན་ཏན་དབྱར་  
 མཆོ་ལྷ་བྱར་རྒྱས་འདོད་རྣམས། །ནན་ཏན་འབད་པ་ཆེན་པོས་མཁས་པར་  
 འབྱུང། །འོན་ཏང་སྤོན་གོམས་བག་ཆགས་སད་པ་ལས། །ནན་ཏར་མ་བྱས་  
 མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཤེས། །ཞེས་རྒྱ་དཔེ་དང་བསྐྱུན་ནས་བོད་སྐད་ལ་འདི་ལྟ་  
 བྱ། ལེའུ་གསུམ་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་ནི་ཡི་གེ་ཆོགས་པ་མཐའ་བརྟན་སོགས་  
 གཟུགས་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅིང་ཆོག་ཀླུ་མའི་ཐོག་མཐའ་བར་གང་ལ་འོང་  
 བ་དེ་ཕྱི་མར་མ་འཆོལ་བ་ཞིག་དགོས་ལ། རེས་བྲིད་ལ་ཀ་ལྷ་བྱ་མཐའ་བརྟན་  
 ལུ་བྱེད་མཆོམས་སྤྱོད་གྱི་ཡི་གེའི་སློག་ཞུགས་མེད་པ་འམ། ལྷོ་བ་ལྷར་  
 དབྱངས་སྒྲ་ཆོགས་སློག་ཏུ་ཞུགས་ཆོག་པ་དང་། །ཤར་བ་ལྷར་མཐའ་བརྟན་  
 སོགས་ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་དབྱེ་བ་འདི་ནི་འོང་དཔང་གི་བརྒྱུད་འཛིན་

རྣམས་མ་གཏོགས་མཁས་པ་པལ་ཆེར་གྱིས་དགོངས་པར་མ་མངོན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། གྱེ་མངོས་མ་རྣམས་མཁའ་ལ་ལྷ་བའི་དབྱེས་འཁོར་དཀར་  
 ཞིང་མངོས་པ་བསེལ་བའི་རེག་བྱ་འདིས། བདག་གི་ཡིད་དབང་མེད་དུ་ཡིད་  
 སྒྲུབས་ཏེ་འདོད་ལྷན་མནན་ཅིང་བཅེ་མེད་དུ་འཛོམས་པར་བཅོན་པ་འདི་ལ་  
 ལྟོས་ལ་ཆགས་པ་སོལ་ཅིག །རྒྱ་དཔེར། ཀླང་པ་བཞི་ལ་རིམ་བཞིན། ལྷ་ཏུར།  
 ལྷ་ཏུར་དང་། བིལ་དང་། མཆོད་དོ། མཆོད་དང་། རྩ་ཡི། ཏུ་ཏྲི། ཞེས་ཅ་དང་། མ་དང་  
 ལྷན་པའི་བ། ན་དང་ལྷན་པའི་མ། ར་དང་ལྷན་པའི་ཡ་ལ་བསྐྱོར་ཞེས་པ་ཡི་གེ་  
 དེ་རྣམས་གྱེ་བར་དུ་ཡི་གེ་མང་པོས་མ་ཆོད་པའི་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བར་ཐོས་པ་  
 དག་ནི་ཆོག་ལ་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་ཁྲིད་དུ་འདོད་དོ། །དཔེར་ན། པ་སངས་ལྟར་  
 དཀར་བསྐྱེད་བཞིན། །མངོས་ལྷན་སྒྱུ་ག་མོ་གར་སྒྲུབས་བསྒྱུར། །རྩ་ཤོན་རྩ་  
 ཡབ་ཐོགས་ནས་འབྱེད། །སྐད་སྒྲུབ་མགྱོན་སྒྲུ་ལེན་ནམ་སྒྲུམ། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 བུའོ།།

གསུམ་པ་ནི། དགའ་མ་ཁྲོད་གྱེ་བཞིན་རས་གྱེ་ཆུ་སྐྱེས་དཀར་པོ་འདི་  
 དང་མཚུངས་པ་ནི་ལྷ་བ་ཉིད་ཅམ་ཡིན་ཞེས་འཛིག་ཏེན་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་  
 པར་འདོད་དོ། །རྒྱ་དཔེར། ལྷ་སྒྲུ་ ལྷ་ཏུར་ལྷ་ཏུར་ཞེས་པའི་མ་གཉིས་གྱེ་བར་དུ་ཡི་  
 གེ་དགུ་ཅམ་གྱིས་ཆོད་པའོ། །དཔེར་ན། ལ་བའི་བེམ་པོ་གྲོན་པ་འགལ། །དོན་  
 མེད་ལ་ལུང་མང་པོར་འབྲུམ། །བྱ་བལ་ཡིན་ཞེས་ལ་ལ་དད། །ཏྲགས་ཆེ་

འབྲུལ་བའི་རང་ཆང་ལ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བཞི་པ་ནི། ཁོ་མོ་བདག་གི་ལུས་ནི་  
མཛེའ་བོ་དང་བྲལ་བའི་དབང་གིས་རིད་པོར་གྱུར་པས། ཡན་ལག་རྣམས་སྤྱ་  
ཞིང་གཏུ་བྱ་རྣམས་ཡངས་འཕྲོལ་དུ་རྒྱག་པ། དེ་བཞིན་ངོ་ཆ་བས་མི་འདོད་  
པའི་ཁོ་བ་དེ་ཡང་སྤྱ་བ་སྟེ་ངོ་ཆ་དང་བྲལ་བ་ལྷ་བྱར། འདོད་པ་ཆགས་པའི་  
མཆོན་ནི་རྣེ་ལ་རྩལ་ན་ཡང་། སྤྱིང་རིང་བའི་མཛེའ་བོ་ངན་པ་དེས་དོར་བས།  
ད་ནི་ལང་ཆོའི་ཁེངས་པ་ཉམས་ཤིང་མི་བཟོད་པའི་ཆགས་པ་དྲག་ཏུ་རྒྱས་ལ་  
འབྲེག་པ་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་འཆར་བའི་ཆོངས་པ་སྐྱེས་ཏེ། ད་ནི་སྟོག་རྣམས་སོད་  
པ་སྟེ་འཆི་བ་ལ་ཐུག་གོ་ཞེས་སོགས་སྒྲུབ་བ་རྩལ་པ་དང་། དེའི་འགལ་ལྷ་  
སྟོད་པ་ཡང་ནི་ཤར་ཕྱོགས་པ་རྣམས་སྟེར་བ་སྟེ་སྒྲུབ་བར་བྱེད་ལ། དེ་འབྲེག་  
བའི་རྗེས་ཁྲིད་དེ་ནི་སྟོ་ཕྱོགས་པ་རྣམས་མི་འདོད་པས་མི་སྒྲུབ་བ་དེའི་ཕྱིར་  
རོ།

འདིའི་རྩལ་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། སྤྱ་རེ་ལྷ་བྱ་རྣམ་བཅད་ཡོད་པ་རྣམས་  
དང་། སྟོད་པ་ཨོ་ཡིག་སྟོག་ཏུ་ཞུགས་པ་དང་། ཅན་གོ་མིའི་ཡི་གེའི་མདོར་  
བཤམ་པའི་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་དང་མི་མཐུན་ཀྱང་། དག་ནས་འདོན་པའི་སྤྱ་  
མཚུངས་པ་ཅམ་བོད་སྐད་ལ་ཡང་རྩལ་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་། ཁྲིད་  
ཀྱི་སྤྱས། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། སྟོད་པ་ནི། གསུང་མཉན་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སྟེ། ཅན་གོ་  
མིའི་ཡི་གེའི་མདོའི་སྟོག་ཆེ་ཆུང་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སུམ་རྟགས་ནས་བཤམ་



པའི་ཕོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དཔྲེའི་གཞུང་དངོས་ལ་བརྟེན་  
 རྣམ་འཆད་རྒྱ་མེད་ཀྱང་བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་ལ་བརྟེན་རྣམ་རྒྱ་དཔེ་དང་འདྲ་  
 མཚུངས་སུ་སྒྲུབ་བ་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་ལེགས་བཤའ་གསར་པའོ། །  
 དཔེར་ན། སྒྲ་སྒྲོག་ཁ་གདངས། མཆེ་བ་གཅིགས། ཏ་ཏ་སྒྲོག་ཅིང་ཐག་པས་  
 བསྐྱམ། མི་སྒྲུབ་གཏམ་ཟེར་སྐད་མེད་ལ། །དགའ་བྱེད་སྒྲེས་བྲུ་ཉམས་རེ་  
 དགལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ཞར་བྱང་བྱང་ལྟ་སྒྲོས་པ་ནི། ཡི་གེ་བསྐྱོར་  
 བ་ཁོ་ན་རྗེས་ཁྲིད་དང་། གཉིས་གསུམ་སོགས་འདྲ་བ་ཆོགས་པས་བསྐྱོར་  
 བའི་སྒྲ་མ་བཀོད་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་སྤྱི་མ་རྣམས་རི་ལྟ་བར་གྱུར་པ་ནི་བྱང་  
 དང་ལྟན་པར་རིག་པར་བྱ་ལ། དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་མིན་པས། དེའི་  
 སྤྱིར་ན་ལེ་ཏུ་དང་པོ་འདིར་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ཀྱི། འདི་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ལེ་ཏུ་  
 གསུམ་པར་བཤའ་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་ཉམས་ནི། བཤའ་མ་ཐག་པའི་སྒྲའི་ཉམས་ཀྱང་སྒྲུབ་  
 པའི་རོ་དང་ལྟན་མོད། འོན་ཀྱང་ངེས་པར་བྱན་མོང་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་རྒྱན་རྣམས་ཀྱི་ལ་ཡང་བལྟ་བ་དང་མཉན་པ་སོགས་དོན་གྱི་ཉམས་  
 ཁུད་པར་ཅན་དག་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་གཙོ་ཆེའོ། །

གསུམ་པ། གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་ཆོག་སྤང་བ་ལ། སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་གིས་བསྐྱེད་པ་མིན་པའི་བརྗོད་

བྱ་དོན་གྱི་ཉམས་དང་ལྷན་པའི་སྟན་ངག་གི་ཁུར་ནི་ཚུལ་འདི་ལ་མཁས་པ་  
པལ་ཆེར་གྱིས་འཛིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ། དོན་གྱི་གྲོང་པ་སྤང་བ། སྤེའི་གྲོང་པ་སྤང་བ། དོན་བསྐྱུ་  
བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ། སྤང་བྱའི་གྲོང་པ་ངོས་བཟུང་བ། སྤང་བྱེད་གྱི་  
ཉམས་ཇི་ལྟར་སྦྱིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། འབྲིག་པའི་བདེ་བ་ཁོ་ནའི་འདོད་པ་  
དང་ལྷན་པའི་སྦྱེ་བོ་བདག་ལ། གཞོན་ཅུ་མ་ཁྱོད་ནི། ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བརྟེན་  
པར་མི་བྱེད་དེ་བྱེད་དགོས་སོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་གྲོང་པའི་ཆིག་དངོས་སུ་  
ཞུགས་པས་དོན་གྱི་བདག་ཉིད་ཉམས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་བྱེད་པས་སྤང་  
དགོས་སོ། །དཔེར་ན། ཡིད་དུ་འོང་པའི་བྱ་མོ་ཁྱོད། །འཁོལ་ཞིང་འཇམ་པའི་  
མན་སྟན་ལ། །བདག་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བྱས་ནས། །འབྲིག་པའི་བདེ་བ་དགའ་  
མགུར་སྦྱོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། གཡོན་མིག་མ་བྱར་གྱིས་བལྟ་བས་བརྟན་པ་འཕྲོག་པར་  
བྱེད་པའི་འདོད་པའི་གཏུམ་པོ་འདི་ནི་ངེས་པར་བདག་ལ་བཅེ་བར་མེད་པར་  
འདོད་པས་གདུང་བར་བྱེད་ནའང་། ཁྱོད་ལ་ཁོ་བ་མེད་པའི་སྟེང་དུ་ཤིན་ཏུ་  
དགའ་བར་བྱེད་པ་འདི་ཉིད་ཅི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། གྲོང་པའི་དོན་ཅན་མིན་  
པར་སྟན་ངག་གི་རོ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། འཕྲོག་བྱེད་བྱར་གྱིས་  
བལྟ་བའི་འོད། །བདག་ཡིད་འདབ་བརྒྱ་ཅི་ཡང་བཞད། །དབང་པོའི་བྱང་བ་ཚུ་

སྒྲེས་ཀྱི། །ཅེད་འཛོར་རོལ་ཅིག་སྒྲིན་ལེགས་མ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་སྐྱའི་གྲོང་པ་སྤང་བ། སྒྲོན་བརྗོད་དང་བཅས་ཏེ་དཔེས་སྒྲིར་  
བསྟན་པ། དབྱེ་བ་སོ་སོར་བཤའ་བ། དམིགས་བསལ་ཁས་ལེན་པ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། རོན་ཅམ་དུ་  
མ་ཟད། སྐྱ་ལའང་གྲོང་པའི་ཆིག་ཉིད་ཞུགས་པ་ཡོད་དེ། དེའི་མཐུས་ནི་སྒྲན་  
ངག་ལེགས་པའི་ཅིག་ཞོས་མི་ལེགས་པར་གྲགས་པས་སྤང་དགོས་སོ། །  
གཉིས་པ་ནི། གྲོང་ཆིག་གི་དཔེ་ནི། དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་སྟེ་འབྲིག་པ་གོ་  
བར་བྱེད་པ་བརྗོད་པ་ལ། རི་ལྟར། ཡུ་ཡིག་དང་། ལ་སོགས་པའི་སྒྲུལ། ཟླ་  
ཡིག་གཉིས་ཆོགས་ན། ཡུ་ཟླ་ཞེས་པ་འབྲིག་པའི་དངོས་མིང་ཡིན་པས་མི་  
མངོས་པ་བཞིན། རྒྱས་པར་འོག་ཏུ་འབྱུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་སོ་སོར་བཤའ་བ་ལ། རྣམ་གྲངས་མདོར་བསྟན་པ།  
དཔེར་བརྗོད་རྒྱས་པར་བཤའ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་ལ་གྲོང་ཆིག་ཞུགས་  
ཚུལ་དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་ཏུ། །ཆིག་གི་མཆམས་སྒྲོར་ཉམས་པའི་དབང་གིས་  
ཞུགས་པ་དང་། །སྤྲར་ཡང་དེར་མ་ཟད་ངག་ཆིག་གཅིག་ལ་གོ་བའི་དོན་ཐ་  
དད་པ་དག་གིས་ཀྱང་ངེས་པར་ལེགས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་  
གྲོང་པའི་ཆིག་རྣམ་པ་གཉིས་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་ལན་མཆམས་སྒྲོར་ལོག་  
པ་དང་། ཆིག་གཅིག་དོན་ཐ་དད་དུ་གོ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡུ་གང་དང་། ཟླ་

བ་ཏུ་ཁྱོད་གྱི་དང་། བྱི་ལྷ་དགའ་མ་ལ་འཇུག་པ་བཞིན། གང་ཁྱོད་གྱི་དགའ་  
མ་ཞེས་འབྱུང་ལ། གཙོད་མཆོམས་ལོག་ན། ལྷ་ཟླ། འབྲིག་པ། བ་ཏུ་ལྷན་  
པས་འབྲིག་པ་དང་ལྷན་པའི་དགའ་མ་ཞེས་གྲོང་ཆེ་ག་ཏུ་འགྲོ་ལོ། །དཔེར་ན།  
གྲུབ་ཆེན་ཉམས་ལེན་བྱེད་འདོད་སྟོ། །ཆུང་ཆུང་ཕྱག་པར་ཉལ་བར་དགའ། །  
ཕྱག་ཆེན་བསྐྱོམས་པས་ཉོན་མོངས་ཀྱི། །འཕེལ་བ་མཐའ་དག་ཞི་བར་བྱེད། །  
ཅེས་པ་ལྟ་བུ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་བཙུན་འབྲུས། བི་ཤར་ཆུ་མ་པར་གནས་པ་  
ལ་འཇུག་པས། གཡུལ་དུ་གཞན་གྱི་དབྱང་ཆོགས་ལ་མཆོན་ཆ་བསྐྱུན་ནས་  
གཞོམ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་བཙུན་འབྲུས་དང་ལྷན་ཞིང་། བརྒྱལ་པོད་པས་  
ནི་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡང་ན་སྐད་དོད་སྤྲ་མ་ཁྱ་  
བ་དང་། བྱི་མ་རྣམ་པར་ངལ་བ་ལ་གོ་བས། གཞན་བྱུང་མེད་ལ་བསྐྱུན་པའི་  
སྐྱེས་བུ་ནི་ཁྱ་བ་དང་ལྷན་པས་རྣམ་པར་ངལ་ལོ་ཞེས་པ་འབྱུང་ངོ། །དཔེར་ན།  
སྤྱོད་གསང་མ་འདིའི་མཆོན་མ་ལ། །ཁྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་འབྲེལ། །  
བརྒྱད་བྲལ་མང་པོ་རབ་ཆོགས་ནས། །དད་གྲུས་གྱིས་འདུད་ཆེ་མེད་བསྟེན། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་མཇུག་བསྐྱུ་བ་ནི། གྲོང་ཆེ་ག་དེ་ལྷ་བུ་སོགས་སྟོ་ཤར་  
གཉིས་ཀའི་ལམ་དག་ལ་ཡང་བསྐྱུགས་པ་མ་ཡིན་པས་ན་སྤང་དགོས་སོ། །  
གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ནི། ཟླ་ག་ནི་མོ་མཆོན་དང་སྐལ་པ། ལ་ཏྲེ་

ལྷན་མ། ཟླ་གི་རྒྱ་སྤྱིང་མོ་ལ་འཇུག་པས། ཞེས་སོགས་ཏེ་སྦྱོར་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བ་གཉིས་བྱུང་ཡང་། རང་གི་སྤྱིང་མོ་ལ་ངོ་ཚ་བའི་གཏམ་མི་སྦྱ་བས། སྤྱིང་མོ་  
 སྐལ་ལྷན་ཞེས་པ་ལས་འོས་མེད་ཅིང་། དེས་ན་དམིགས་བསལ་འདི་ནི་རྣམ་  
 བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀས་ཁས་ལེན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་བདག་གི་  
 སྤྱིང་མོ་མཆོན་ལྷན་འདི། །པ་ལ་ནམ་ཡང་ཉེ་བར་གྱུས། །དྲིན་ལྷན་མ་མ་འདོད་  
 པའི་ཉེན། །རི་སྟེང་བྱ་ཚ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་སྟན་  
 པའི་མཇུག་བསྐྱབ་པ་ནི། ལྷན་བསྟན་པ་དེ་ལྷན་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་སྤྱེ་  
 རས་བཤད་ཅིན་ནོ།།

གིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

ལྷ་པ་གིན་ཏུ་གཞོན་པ་ལ་སྟོ་ཤར་གཉིས། དང་པོ་ལ། དམ་བཅའ་བ།  
 མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དོན་བསྐྱུ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། ད་ནི་གིན་ཏུ་  
 གཞོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷ་པ་པ་མིན་པའི་འཇམ་  
 པའི་ཡི་གེ་མང་བ་ནི། སྟོ་སྟོགས་པའི་ལམ་འདིར་གིན་ཏུ་གཞོན་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་དུ་འདོད་ལ། གང་གི་སྤྱིང་མོ་གེ་ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་སྟེ་འཇམ་པ་འབའ་  
 ཞིག་ནི་མི་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་སྦྱོར་བ་སྟོང་པའི་སྦྱོན་དུ་བཤད་དོ། །གསུམ་པ་  
 ནི། ཆར་སྒྲིན་གྱི་སྤྱིང་པ་ལྷན་པ་དབྱེད་གྱི་དུས་སུ་སྐྱེད་སྟན་པར་སྦྱོག་པའི་



མགྲིན་པ་དང་ལྷན་པ་མ་བྱ་ཡི་ནི་མཇུག་མ་དག་གཏུགས་ཕུབ་པ་ལྟར་སྒྲུམ་  
པོར་བྱས་ནས་གར་བྱེད་དོ།

རྒྱ་དཔེ་ལ། ལུ་ལྷ་ལྷེ་གི་དྲ་སོགས་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བར་གནས་  
པའོ། །དཔེར་ན། སྤང་ཅིའི་རྒྱལ་མཆོན་འདབ་པའི་དབུས། ཟེའུ་འབྱུང་པར་  
ཕུང་ལྷན་པ་ལ། །བྱང་བ་གཞོན་ཏུ་སྟན་པའི་སྒྲ། །ལེན་ཞིང་རོ་བཅུད་ཐུང་བར་  
བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི། ཞེས་པ་དེ་ནི་དོན་རྒྱས་པ་ཟབ་ཅིང་བསྐྱེད་  
བ་ཉིད་མ་ཡིན་ལ། རྒྱན་ཡང་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ཅམ་མ་གཏོགས། ཕུལ་དུ་  
བྱང་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་མིན་པ་སྟེ་མིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཉིད་  
ཀྱི་ཆོག་སྒྱུར་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཡི་གེ་འཇམ་ཞིང་དག་ནས་བརྗོད་བདེ་བའི་ཕྱིར་  
དམ་པ་སྟེ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ན་གནས་སོ།

གཉིས་པ་ལ་འདོད་ཚུལ་དང་། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི་ཤིན་ཏུ་  
གཞོན་པའི་ཆོག་སྒྱུར་དེས་དོན་གསལ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། གཞན་ཤར་  
ཕྱོགས་པ་དག་སྐབས་འགར་འཇམ་པ་སྒྱུར་བ་སྤྲོད་མོད་ཀྱང་། བལ་ཆེར་ནི་  
རྩ་བ་པ་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དག་སྒྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་ལྷ་ལྷེ་དག་ལྷ་རྩ་  
མ་ཉམས་སྤྲོད་སྒྲུབ་བསད་པའི་རྗེས་སུ། འགལ་སྒྲའི་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་  
ཕྱོགས་སྐད་ཅིག་གིས་ཉམས་པར་བྱས་སོ། །འདིར་རྒྱ་དཔེ་ལ་ལྟ་ཡིག་ལྷ་  
ཅམ་ཆོགས་པས་བརྗོད་དཀའ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁོང་ཁྱོས་ཁ་ཡི་སོ་ལྷེ་ཐི་ཐི་

དུ། །བསྐྱེད་ཅིང་ཤེས་ཐོག་ནས་རྒྱལ་བྱེད་ཅིང་། །ཁུ་སྐྱེས་ས་སྤྱོད་ལས་འགོངས་  
པའི་ཉོར་འབྲས་སྟེ། །རྒྱལ་རྒྱུ་འཕྲུལ་འབྲེལ་སྤྱོད་པའི་ཐོང་ཡང་འབྲེལ། །ཅེས་པ་  
ལྟ་བུ།

དོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

དུག་པ་དོན་གསལ་ལ། ལྷོ་ཤར་གཉིས། དང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་།  
དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བཞིན་བྱའི་དོན་གསལ་བས། དོན་དེ་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱིས་བརྟག་མི་དགོས་པར་ཉོགས་ཀྱས་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། འཕྲོག་བྱེད་དེ་ཁྲབ་འཇུག་གིས་ནི་པག་པའི་གཟུགས་  
སྤྱོད་ལ་ནས། ས་གཞི་དག་རྒྱ་མཆོར་བྱེད་བ་ལས་འདོན་པའི་ཆེད་དུ་མཆོའི་  
ནང་དུ་ཁྲགས་ཏེ་སྤྱོད་པ་ན་མིག་པས་སྤྱོད་པ་གཟུགས་རྣམས་བཅད་པའི་ཁྲག་  
གིས་སྤྱོད་པ་ཉོར་དམར་པོར་གྱུར་པ་ལས་ས་གཞི་སྤྱོད་དོ། །ཞེས་པ་རིག་  
བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་རྣམས་འཛིག་ཉོན་ན་གྲགས་ཆུང་ཡང་། རྒྱ་མཐོག་དམར་  
པོར་འགོ་བ་བརྟག་མི་དགོས་པར་གསལ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷོ་བསངས་  
གོ་སྐབས་ཀྱན་ནས་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །ལྷོ་བའི་མ་མ་ལས་འོངས་འོད་རྣོན་  
ཅན། །ཁི་ཤ་ཀམས་ལན་བརྒྱར་བདར་བ་ལ། །ཁེ་རུ་ཀ་ཡི་འདོད་པ་ཡོངས་  
སྤྱོད་ལས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ལ་དཔེར་བཞིན། རོན་བཤད་པ། མཇུག་བསྐྱ་བ་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ནི། བྱམ་འཇུག་གིས་ཕག་པ་ཆེན་པོ་དག་ཏུ་སྒྲུལ་ནས་བྱང་བའི་ས་  
འདི་ཚུ་གཏེར་ཏེ། རྒྱ་མཆོ་དམར་པོ་དག་ལས་བྱང་ངོ་།།

གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པའི་སྒྲུར་བ་འདི་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། བཞིན་བྱ་སྒྲ་མ་  
དང་གཅིག་ཀྱང་། བཞིན་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་སྒྲུར་མི་གསལ་བའི་དབང་གིས། ཚུ་  
དམར་པོ་བྱང་འགོ་སྟེ་སྒྲུའི་ཁྲག་ལས་བྱང་ཡང་དེ་ནི་ཞིབ་ཏུ་བཟླ་དགོས་པ་  
ཉིད་དོ། །དཔེར་ན། འཆི་མེད་བདག་པོའི་ཆོག་ས་ཀྱི་སྒྲ་ཅལ་ལས། །འཇིག་  
རྟེན་མཐོང་བར་བྱེད་པའི་མི་ཟད་འོད། །ལུས་སྤྱ་ཅན་གྱིས་བཟོད་མི་བསྐྱོག་  
པའི་ཐབས། །སྒྲ་ཆོག་ས་ལས་ཀྱི་དུམ་བྱར་ཆ་རུ་བགོས། །ཞེས་པ་སྟེ་བྱ།  
གསུམ་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་ལམ་འདི་སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཡང་།  
རོན་རྟོགས་པའི་སྒྲུལ་པ་བཟང་པོ་དང་མི་ལྡན་ཤིང་། ཚུ་གཏེར་དམར་པོ་ལས་  
བྱང་བའི་གཏན་ཆོག་ས་ནི་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྒྲས་མ་བེན་ཞིང་རིགས་པས་ཀྱང་  
བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པས། དེ་གཉིས་ཀ་ལས་འགོང་བ་འདི་འདྲ་ཤར་ཕྱོགས་པ་རེ་  
རེ་ཅ་མ་མ་གཏོགས། སྟོ་ཤར་པལ་ཆེ་བ་བཞེད་པ་མིན་ནོ།།

རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

བདུན་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་སྟོ་ཤར་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཆོན་ཉིད་དཔེར་

བརྗོད། དོན་བསྐྱུ་བ་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཆོག་སྦྱོར་གང་དུ་དོན་འགའ་ཞིག་  
དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལ། དུལ་དེ་ཉིད་དུ་བྱུང་བར་འཕགས་པ་དང་  
ལྷན་པའི་ཡོན་ཏན་རྟོགས་རྒྱས་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
མཆོན་ཉིད་དུ་བརྗོད་དེ། དེས་ནི་སྒྲུབ་ངག་གི་ལམ་ཀུན་གྱི་མགོན་དང་བཅས་  
པ་སྟེ་མཆོག་ཡིན་ནོ།

ལེ་ལུ་གཉིས་པའི་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་མི་འདྲ་བར་དུལ་གང་ལ་སྦྱར་གྱུར་  
ཆོག་གོ། གཉིས་པ་ནི། སྦྱོར་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བས་ཉན་པའི་མིག་དག་སྦྱོན་  
དུ་རེ་བས་ལན་གཅིག་ཅུ་མ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་སྦྱང་བ་སྟེ་སྟེ་བར་བྱས་ན། ལྷ་  
གཅིག་དེས་གནས་སྐབས་སུ་ཇི་སྟར་འདོད་པའི་དངོས་པོས་ཆོམ་པར་བྱས་  
པའི་མཐུ་དེ་ཡིས། སྦྱར་སྦྱོར་བས་ཆེད་དུ་སྦྱོན་པ་པོ་གཞན་གྱི་གདོང་ལ་བལྟ་  
དགོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། རྟོང་དཔང་རིག་བྱེད་འཆད་པའི་རྣམ་ཐར་  
ཇི། །སྦྱོན་བྱུང་ལོ་རྒྱས་མ་ལ་ཡ་རྒྱུད་གིས། །དངས་བས་དད་པའི་སྦྱ་ལོང་  
གཡོས་པ་ན། །འདྲེན་པ་གཞན་ལ་མཁས་པའི་རེ་བ་སྟོད། །ཅེས་པ་སྟེ་བྱ།  
གསུམ་པ་ནི། ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ངག་གི་སྦྱོར་ལུགས་འདི་ལ་གཏོང་བའི་  
སྦྱོན་པ་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པར་མཆོན་ཞིང་། ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཤུགས་ལ་  
དཔའ་བརྟུལ་སོགས་གཞན་དག་གྱུར་རིགས་པས་མཚུངས་པས་དཔག་པར་  
བྱའོ།

གཉིས་པ་ཤར་པ་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
བསྟོད་ཡུལ་གྱི་བསྐྱབས་པར་འོས་པའི་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་དངོས་པོ་འགའ་  
ཞིག་དངོས་སུ་བརྗོད་པ་ན། རྒྱགས་གྱིས་བྱད་ཆོས་དངོས་པོ་དེ་ནམས་དང་  
ལྡན་པའི་བྱད་གཞི་ཡུལ་དེའི་ཡོན་ཏན་ངོ་མཆར་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པར་  
ཉོགས་ཀྱས་པའི་ངག་དེ་ནི། རྒྱ་ཆེ་བར་ཤར་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཅེ་དགའ་ལ་རོལ་བའི་དུས་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་གཞི་ཚུ་  
སྐྱེས་ཏེ་བསྐྱེད་མཆོ་རྗེ་དང་། གསེར་གྱི་ན་རྒྱན་དང་། གདུ་བུ་ལ་སོགས་  
པའི་མཛེས་པའི་རྒྱན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱགས་ལ། རྒྱན་འདི་  
བཏགས་ནས་རྗེ་དབང་ལྷན་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིན་ལེགས་མ་དེ་བྱད་འཕགས་  
སུ་སྟོན་ཀྱས་པ་བཞིན་ནོ། །དཔེར་ན། སྤང་ལྗོངས་མཁུན་འོག་པག་གྱོན། །  
རབ་དཀར་ཚུ་ཁུར་ལང་ལོང་གཡོ། །འབྲུག་གི་སྤྲ་དབྱངས་དར་དེར་སྒྲོག། །མ་  
བྱ་གཞོན་ཀུ་རྒྱེས་གར་བསྐྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

བརྒྱད་པ་བརྗོད་པ་ལ་སྤྱིར་བསྟན་པ། སོ་སོར་བཤད་པ་གཉིས། དང་  
པོ་ནི། བརྗོད་པ་ནི། འབྲུ་མང་ལ་སོགས་པ་ཀ་ཙན་གྱི་བསྐྱུ་བའི་སྐྱབས་ནས་





ལ་གནས་པའི་སྟོང་གཡོགས་ཀྱི་གོས་དམར་པོ་ལྷ་བ་ལྷ་བ་ཏུ་གཡོ་བ་བཞིན་  
མངེས་སོ། །རྒྱ་དཔེར་ཆོག་སྤྱད་མང་དུ་ཡོད་པས་བརྗེད་ཅིང་བྱེད་སྤྲུལ་ལ་  
སྦྱོར་བ་དགུ་དང་། ཡང་བ་བདུན་འབྱུང་ངོ་། །དཔེར་ན། གཡོན་མིག་དགུ་ལྔ་  
བྱུང་འཕང་སྦྱེས་བྱ་ལ། །རྫོ་མཆོན་ལ་འགོང་མི་བཅད་གདུང་བ་སྦྱེད། །འདོད་པ་  
མི་ལྷན་འཕགས་རྣམས་མི་སྤྱག་མིག་། །སྤྲ་མའི་དབྱེ་བ་མི་མངའ་ངོ་མཆར་ཆེ། །  
ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བཞི་བ་ནི། ཞེས་པའི་ཆོག་སྤྱད་དང་བཅས་པའི་དོ་མི་མཉམ་  
པ་ནི་བརྗེད་པ་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་འདི། ཆོགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་བ་དག་  
སྦྱོར་རོ།

གཉིས་པ་སྟོ་སྟོགས་པ་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗེད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། གཞན་སྟོ་སྟོགས་པ་དག་གཙོ་བོར་ལྷག་པ་ལ་འདོད་ཀྱང་། ཆོགས་  
བཅད་ལ་ཡང་མི་བཞེད་པ་མེད་པས། དེའི་མཆོན་ཉིད་ནི། བྲས་ར་སྦྱོར་ཡང་  
འབྱུགས་པ་མིན་པར་དོ་མཉམ་པས་མངེས་པ་ཡི་ཆོག་སྤྱད་རྣམས་དང་  
བཅས་པ་བརྗེད་པའི་དཔེར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷ་འཛིན་ཏེ་སྤྱོད་ལང་  
ལོང་དུ་གཡོ་བའི་ངོས་ཀྱི་ཕང་བ་ན་ཆགས་པ་སྟེ་གནས་ཤིང་། བྱན་མཆོམས་  
ཀྱི་ཉི་འོད་དམར་པོའི་གོས་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་ལྷན་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི་སྟེད་ལྷན་ཀྱི་  
སྦྱོ་བོ་སྦྱ་ཡི་ཡིད་འདོད་པས་གཟེར་བར་བྱེད་པར་ཅིས་མི་འགྱུར་ཏེ་འགྱུར་  
རོ། །དཔེར་ན། སྦྱོ་མདངས་སེར་པོ་སྦྱ་ཕུར་བཞིན། །སྦྱན་གསུང་བེ་མི་ཇི་ལྷ་

མཐོང་གྲགས། །ཀྱུ་ལ་མ་བྱེན་ལྟ་བུ་ལྡན་སྒྲོ་མ་མ། །ཆོངས་སྒྲུལ་མ་སྒྲུ་སྒྲིད་ན་མཛེས་  
འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མཛེས་པ་འདི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

དགྲུ་པ་མཛེས་པ་འདི་ཡོན་ཏན་ལ། སྒྲོ་ཤར་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཆོན་  
ཉིད། སྒྲོར་གཞི། དཔེར་བཟོད། རོན་བསྐྱུ་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། མཛེས་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་འཛིག་ཏེན་གྲགས་པ་འདི་རོན་དག་ལས་མ་འདས་པར། ལུང་  
མི་ཆེ་བས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒྲོ་ལ་ཤོང་ཞིང་མཛེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། མཛེས་པ་དེ་ཡང་། སྒྲོར་གཞི་སྒྲོན་བྱུང་གི་གཏམ་གྱི་  
མཛོན་པར་བཟོད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱགས་པ་བཟོད་པ་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་ལ་སྦྱར་རོ། །

གསུམ་པ་ལ། གཏམ་ལ་སྦྱར་བ་དང་། བསྐྱགས་པ་ལ་སྦྱར་བ་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། སྒྲོན་གྱི་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་ཤིང་བདེན་པ་གྲུབ་པ་སྒྲིན་བདག་  
གི་བྲིམ་དུ་འོངས་པ་ན། བྲིམ་བདག་གིས་ངོ་མཆར་གྱི་སྤང་པོ་ཅན་ཁྱོད་འདྲ་  
བའི་ཞབས་གྱི་རྩལ་ནི་གཙང་མ་གྱི་གྲུའི་ཚུ་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་  
པར་བཏབ་པ་སྟེ་རེག་པའི་བྲིམ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་ངེས་པར་བྱིན་  
ཆེབས་དང་ལྡན་པའི་བྲིམ་སོ། །དཔེར་ན། ཀུན་ལས་ཆོས་ཀྱུ་ལ་ཚུ་སྒྲིན་ཀྱུ་ལ་

མཆོན་ཅན། །འདྲན་བྱེད་ལས་འོངས་པའི་ཤར་རའི་བྱས། །ལྷག་མར་བཏང་  
བས་སྐབས་གསུམ་པ་ཡི་དབྱས། །ཆེ་བལ་མགྱོན་སྒྲོན་སྒྲོབས་ནི་ཨེ་མ་མཆོད།  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྒྲོན་མེད་ཅིང་མཛེས་པའི་ལྷས་ཅན་མ་བྱོད་ནི་  
འཇམ་ཞིང་མཉེན་པའི་ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་གཡོ་བའི་བྱང་ཐོས་ཀྱི་བར་དག་ཏུ་  
ལང་ཆོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རུ་མ་འདི་དག་གི་གནས་ལུལ་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཆེད་  
པར་འགྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། རྣམ་ཡང་བྱད་པ་མེད་པ་གནས་ལྷ་རིག་  
མཐའ་སྐབས་ལྟར་དུ་གོ་མས་པའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས། །ཇི་སྙེད་ཆེས་བརྒྱུང་ཤེས་  
བྱའི་པ་མཐའ་དེ། །འཇལ་ལ་ངལ་བའི་གནས་གང་སྤིང་ན་སྟ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
བཞི་པ་ནི། ཞེས་པ་བྱིས་དང་རུ་མའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ་ཡི། ལེགས་པར་  
སྐྱར་བ་དེ་དག་འཇིག་རྟེན་ན་སྤིང་པ་ཅམ་ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་  
རྗེས་སུ་ནི་འབྲེང་བ་ཐམས་ཅད་ཏ་ཅང་འུད་མི་ཆེ་བའི་རིགས་པས་འགྱུར་  
ཅིང་། མཁས་སྒྲུན་ཀུན་ལ་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ཤར་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། མཇུག་བསྐྱུ་བ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་འདས་ཤིང་། འུད་ཆེན་པོས་  
བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒོས་བརྗོད་བྱའི་དོན་གང་ཡིན་པ་ལས་ཤིན་ཏུ་ལྷལ་དུ་བྱང་  
བ་བཀོད་པར་གྱུར་པ་དེ་ཡིས་ཤར་སྤྱོད་གས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་  
ཆོམ་པར་གྱུར་ལ། ཅིག་ཤོས་སྟོ་སྤྱོད་གས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།

དཔེར་ན། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། གཏམ་དང་། བསྐྱགས་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 བོ་དམ་པ་ཁྱོད་གྱི་ཞབས་རྒྱལ་ལྷུང་བ་ཡིས། །ཁྱིམ་གྱི་ཉེས་པའི་ཚོགས་དག་  
 བོ་མ་ལུས་པར་བགྱས་པས། དུས་དེང་ནས་གཟུང་སྟེ། བདག་གི་ཁྱིམ་ནི་ལྷའི་  
 ཁྱིམ་སྟེ་གཞུང་མེད་ཁང་བཞིན་དུ་བསྟེན་པར་འོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། དཔེར་ན། དཔལ་མགྱིན་མིག་གི་གཙུག་ལུང་ཅན་མཐོང་  
 ཚོ། །དུས་མཐའི་ཞུགས་ཀྱང་སྒྲོན་མེ་ལྟར་འགོ་ན། །ཡིད་སྤྱབས་རགས་པའི་  
 ལུས་དེ་བསྐྱགས་པ་ལ། །བསྐྱགས་པར་བརྗོད་ནམས་སྟོ་ཆུང་གཏམ་དུ་བྱད།  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། མངོས་མ་ཁྱོད་གྱི་རྒྱ་འབྱར་རི་རབ་ལས་ཀྱང་ཆེ་  
 བ་འདི་ལྟ་བུ་ནམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་འདི། སྤིང་པ་གསུམ་ན་འོང་བའི་  
 སྟོད་མི་འདུག་པས། འཛིག་ཏེན་གྱི་བྱེད་པོ་ཆངས་པ་ཡིས་ངེས་པར་མ་  
 བརྟགས་པར་ནམ་མཁའ་འདི་དག་ནི་ཆུང་དུར་སྤྱལ་ལོ། །དཔེར་ན། དཔང་  
 ལོའི་མཁྱེན་པའི་འདོམ་གྱིས་ཚོས་ཚུལ་ཀྱན། །དཀའ་བའི་དོགས་བྲལ་སྐད་  
 ཅིག་ལ་གཞུང་བས། །གང་སྟོའི་དཔྱོད་ལ་འོས་པའི་ཤེས་བྱ་ཞིག །རྒྱལ་དང་  
 བྱེད་པོས་ལན་བརྒྱར་སྤྱལ་ཀྱང་ཉུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡང་སྟོ་བ་ནམས་  
 བྱད་མེད་གྱི་མིག་བྱར་ན་བའི་བར་དུ་མི་རྫོགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བརྗོད་པས།  
 ལུང་ཆུང་བྱད་ལྷུང་ཡང་འཛིག་ཏེན་ན་གྲགས་པ་ཡིན་ལ། འཤར་པ་ནམས་མིག་  
 བྱར་སྤིང་པ་གསུམ་དུ་མི་རྫོགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བཟུང་། །གསུམ་པ་ནི། བཤད་



མ་ཐག་པ་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ཁྱད་ཆེན་པོ་བཟོད་པས་ན་གོ་ཁ་པ་ལ་མཛེས་པར་  
བཟོད་ལ། འཇུག་པ་སྒྲ་མ་ཁྱད་ཆུང་བ་ནི་གཞན་སྟོ་སྟོགས་པ་ཡི་ལམ་ལ་སྦྱང་  
པོ་ཉིད་དུ་བཤད་དོ།

ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

བརྩ་བ་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། མཇུག་བསྐྱ་བ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སེམས་ལྡན་གཞན་གྱི་ཆོས་དེ་སེམས་མེད་གཞན་  
དག་ལ། འཇིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་བཀོད་ནས། ཆོག་སྦྱོར་  
གང་དུ་བཟོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་དག་པར་འཇིན་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་  
ཞེས་བྱ་བར་བཟོད་དེ། དཔེར་ན། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། སྦྱོར་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
ཉི་མ་ཤར་བ་ན་ཀུ་མུ་ཏ་ནི་ཁ་བྱམ་པ་ལ། མིག་འཇུ་མ་ཞེས་བཏགས་ཤིང་།  
བརྒྱ་དག་ཀྱང་ཁ་བྱེ་བ་ལ་མིག་འབྱེད་ཅེས་སེམས་མེད་ཆུ་སྦྱེས་ལ་སེམས་  
ལྡན་མིག་གི་བྱ་བ་བཀོད་པ་ལས། དེ་ཡི་རྗེད་བྱེད་མིག་འབྱེད་འཇུ་མ་གྱི་སྒྲ་  
དག་སེམས་མེད་ལ་ཐོབ་པོ། །དཔེར་ན། བྱང་བ་སྦྱོར་འགྱུར་སྦྱ་དབྱངས་ལེན་  
པ་ལ། །བརྒྱ་དག་འབས་ལྡེ་མ་ལྡེ་མ་མངོན་པར་གློད། །འདོད་པས་ཉན་པའི་  
འགྲོན་ལ་པན་པའི་ཆེད། །སྟོ་སྟོགས་ཆུང་གིས་ཅན་རྒྱ་བྱི་བྱེད་བྱོས། །ཞེས་པ་སྟོ་

བྱ། གཉིས་པ་ལ་ཆོས་གཅིག་བཀོད་པ། ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 རྒྱ་མཚན་དང་། དཔེར་བཟོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། རིམ་ཏ་དང་ལྷན་ཆ་གཉིས་  
 ཀ་སྒྲུགས་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས། འདིར་དངོས་བསྟན་བྱད་མེད་ལ་སྒྲུར་རྒྱ་  
 ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྒྲིབས་ནས་སྒྲུགས་པ་ལ་སོགས་པ་པལ་བའམ་བཏགས་པ་བ་  
 པར་དང་ཉི་མ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲུར་བ་ལ་བརྟེན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཡིན་  
 ལ། གཞན་དུ་དངོས་བསྟན་ལ་སྒྲུར་ན། གྲོང་པའི་ཆོག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་བརྟེན་  
 པ་སྟེ་མི་མཛེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཉི་མས་འོད་ཟེར་སྒྲུགས་པ་རྣམས་པར་སྒྲུབ་  
 བག་མེད་དུ་འབྱུངས་ནས་གོ་སར་གྱི་རྒྱལ་དམར་པོ་སྒྲུགས་པ་རྣམས་ཁ་ཡི་  
 དག་བྱེད་ཆུང་ཐེགས་མ་རྣམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་སྒྲུག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་  
 བོ། །ཞེས་པའི་ཆུལ་དེ་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ། མི་མཛེས་པ་ནི། ཆུང་མས་ཆང་  
 མང་པོ་འབྱུངས་པས་བཟེ་སྟེ་སྒྲུག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའོ། །འདིར་སྒྲུགས་  
 པའི་ཆོས་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་སྒྲུར་བ་ཡིན་པོ། །དཔེར་ན། དང་སྤྱིང་དཀའ་ཐུབ་  
 བསྟེན་ལ་གཞོན་དོགས་ཏེ། །ཆུ་ལྷང་ཆོགས་རྣམས་སྒྲུ་མེད་གཉིད་ལ་ཡུར། །  
 སྒྲིལ་པོར་བཅིགས་པའི་ལོ་འདབ་གཞོན་རུ་རྣམས། །གཡོ་འགྲུལ་ཅུང་ཟད་  
 མེད་པར་གཉིད་ལ་སོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པ་ལ།  
 འདོད་ཆུལ། དཔེར་བཟོས། དོན་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། དེར་མ་  
 ཟད་གཞི་གཅིག་ལ་གཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པ་དག་ཀྱང་ཉིང་དེ་

འཛིན་ལ་འདོད་དེ། དཔེར་ན། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། འིན་ཏུ་མྱེ་བའི་མངལ་  
 གྱི་ཁུར་ཆེན་པོས་ངལ་ཞིང་། འབྲུག་གི་སྤྱི་ཁུན་པར་བྱེད་པ་སྤྱིན་གྱི་སྤྱེད་བ་  
 འདི་དག་གཡོ་བ་མེད་པའི་སྤྱེད་གི་ནམ་མཁའི་ཕང་བ་དག་ཏུ་ཡང་དག་པར་  
 ཉལ་ལོ། །དཔེར་ན། ལྷ་ལམ་ཆར་གྱིས་བཀྲུས་ནས་ལུས་ངོམ་པར། །མཆོམས་  
 སྤྱིན་གསར་པས་མཆོན་མོར་ཉེ་ཆེ་འབྱུང་། །ཆུ་འཛིན་སྤྱེད་ས་ཏེ་སྤྱིབ་གཡོགས་  
 ཅི་ཡང་བྱེད། །འཇུག་པ་བརྒྱ་པ་ལྷ་སྤྱིར་སྤྱོན་མེ་འདེགས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།  
 གསུམ་པ་ནི། གྲོགས་མོ་འགའ་ཞིག་གི་ཕང་པར་ཉལ་བ་དང་། བུན་བུའི་སྐད་  
 འདོན་པ་དང་། ལུས་མྱེ་བ་ཉིད་དང་། ངལ་བ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་  
 སྤྱོར་འདིར་ནི། བུད་མེད་མངལ་ལྷན་མའི་ཆོས་མང་པོ་རྣམས་གཞན་སྤྱིན་གྱི་  
 སྤྱེད་བ་ལ་བསྟན་ནོ།

### ཡེ་ཏུ་དང་པོའི་མཆོག་བསྟུ་བ།

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་གང་  
 ཡིན་པ་འདི་ནི། སྟན་ངག་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བདོག་པ་ཀུན་ཏེ་གཅེས་པའི་  
 རོར་ཡིན་པས། སྟན་ངག་མཁན་པོ་ཐམས་ཅད་དོན་མཐུན་གྱིས་ཏེ་ཆོང་པའི་  
 ཆོགས་དང་འབྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཏིང་ངེ་འཛིན་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་སྟེ་  
 གཙོ་བོར་བྱེད་དོ། །དཔེར་བོ་གཙུག་ལག་པས། སྤྱི་ཉམས་ཀྱི་སྐབས་ཁ་ཡིག་

མཚུངས་པ་ལྟ་བུའི་བཤའ་བ་དང་འབྲེལ་བ། བོད་སྐད་ལ་ཡི་གེ་མཚུངས་པ་  
 ཞིག་དགོས་སྒྲུབ་ལ། རི་མཚུངས་པ་དང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉོག་  
 བཟོ་མང་དུ་བྱས་འདུག་ཅིང་། མདོར་ན་སྒྲུབ་བ་སོགས་བཅུ་པོ་འདིའི་སྐབས་  
 བལ་ཆེར་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་བཤའ་བ་ཁོ་ནར་འདུག་པས་ངན་སྒྲུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་  
 བཞིན་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཉོག་དཔྱད་བྱེད་ཆོད་མ་ཟེན་པར་བཞག་གོ།

གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ་པ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བཤའ་བ་རྣམས་ནི། མཁས་  
 པ་སོ་སོའི་ཀུན་སྒྲིང་གི་བསམ་པའི་རང་བཞིན་བཏགས་པ་ལས། ལྟོ་ཤར་གྱི་  
 ལམ་ནི་དེ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་སྤྲེ་སྤྲེ་བསྒྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ཕྱ་  
 མོ་རྣམས་ནི་སྒྲུབ་ངག་མཁན་སོ་སོའི་བཤའ་ཚུལ་ལ་གནས་པ་མང་བས་  
 བརྗོད་པར་མི་རུས་སོ། །དཔེར་ན། བྱར་ཤིང་དང་། འོ་མ་དང་། བྱ་རམ་  
 སོགས་ཀྱི་མངར་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པར་ཆེ་བ་དེ་ལྟ་བུ་བསྒྲུབ་དུ་ག་ལ་རུས་མོད་  
 ཀྱི། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ཆོག་མཐའ་དག་དབང་པོ་ཅན་མས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་  
 རུས་ན་བདག་གི་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྒྲུབ་ངག་གི་སྒྲུབ་ལ། བྱར་སྒྲུབ་ཆོག་པའི་སྒྲུབ་མོད་དུ་བྱང་  
 བའི་སྒྲུབ་དེ་ལྟར་གྱི་པན་ཡོན་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་  
 པའི་སྒྲོབས་པ་སྒྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་། ཤེས་བྱའི་གནས་མང་དུ་ཐོས་པ་  
 དང་དེ་དག་གི་ཆོམ་འབྲུལ་བའི་རི་མ་མེད་པ་དང་། རིག་པའི་གནས་སེམས་

པ་དང་བསྐྱོམ་པ་ལ་མངོན་པར་སྒྱུར་བའི་གྲུས་སྒྱུར་དང་རྟག་སྒྱུར་གྱི་བཙུན་  
འགྲུས་མི་དམན་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་ནི་སྟན་ངག་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་རྒྱུ་ལྟོ།།

གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་སྒྱུར་གྱི་བག་ཆགས་སད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྗེས་  
སྒྱུ་འབྲེལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོབས་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་དེ་མེད་པའི་སྒྲུབ་  
ལའང་། རྒྱ་གཉིས་པ་ཐོས་པ་དང་། གསུམ་པ་འབད་པ་དག་གི་སྒྲོན་ས་སྟན་  
ངག་ལ་བརྟེན་ན། དབང་པོ་རྣེ་བརྒྱལ་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཡང་ངེས་པར་རྗེས་སྒྱུ་  
འཛིན་པ་སྟེ་སྟན་ངག་ཤེས་པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་མཁས་པའི་  
གྲགས་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྟག་ཏུ་ནི་སྟོམ་ལས་མེད་པར་ཐོས་བསམ་  
གྱི་རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་ཏེ་སྟན་ཆོག་རིག་བྱེད་དང་། དེའི་ལྷ་དབྱངས་ཅན་  
མ་བསྟེན་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཆོན་གང་གི་ཕྱིར་ན། སྟན་ངག་ཆུང་དུ་ཅམ་ལ་  
ལུས་ངག་གི་ངལ་བ་བྱས་པའི་མི་ཡང་། མཁས་པའི་མདུན་ས་དག་ཏུ་འདུག་  
པ་ལ་དབང་བ་སྟེ། མཁས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྟན་ངག་མེ་  
ལོང་ལས། ལེ་ཁྱུ་དང་པོའི་འབྲེལ་པ་དང་དཔེར་བརྗོད་བཤའ་བེན་ཏོ།།

སྒྲུས་པ། སྟན་ཆོག་རིག་བྱེད་འཆི་མེད་དགའ་ཆལ་དུ། །ཤར་སྟོང་  
ལམ་བཟང་དཔག་བསམ་སྒྲོན་པ་ལས། །དཀའ་གནད་འབྲས་བུར་སྒྲིན་པའི་  
རོ་བརྒྱའི་བཙུད། །རྣམ་བཤའ་ཡོལ་གོར་སྒྱུར་བྱུང་ས་པ་འདིས། །མཛད་  
བྱུང་སྟོ་ཡི་ལང་ཆོ་རྣམ་པར་རྒྱས། །མང་དུ་ཐོས་པའི་མིག་དཔྱད་རྣེས་བར་



འགོང་། །འབད་ཚེལ་མཚུ་ཡི་འདབ་མ་ཅི་ཡང་འཇུ་མ། །ཤེས་ལྡན་ལུས་སྤེལ་  
ཆོགས་རྣམས་ཅི་དགར་སྒྲོད། །སྒྲོན་མཆོན་ཟླ་ཤེལ་གསར་པའི་མཛེས་སྒྲུག་  
དང་། །རབ་སྒྲོན་རྒྱད་མང་འབྱམ་གྱི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱན། །ཉམས་དང་འགྱུར་  
བར་འཆར་བའི་ལེགས་བཤད་འདིས། །བྲེད་པོ་སྒོ་ལྡན་ཕུར་བུར་འབྱུལ་གྱི་  
དོགས། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ།

## ལེབྱ་གཉིས་པ།

དོན་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

ཤེས་བྲའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་ཡངས་པའི་མཛེས་སྒྲུག་ལང་ཆོར་  
ཆགས་པའི་སྒྲུན། །སྤིང་ལས་བཀལ་བའི་དགྲུས་རིང་བུར་གྱིས་གཙུག་ལག་  
ཀྱན་ལ་འཇུག་པའི་རྗེས། །སྒྲོན་འགྱུར་རིག་པའི་དབྱངས་དང་སྒྲོན་ཅིག་འདོད་  
པ་འཇོ་བའི་དག་གི་ལྷ། །ཆངས་སྒྲས་མ་གྱི་མགྱིན་པར་བཞུགས་ལ་དག་གི་  
དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྒྲོལ། །དོ་མཆོར་གཏམ་གྱི་འབྱུག་སྒྲ་མངལ་འཛིན་ཅན།  
གངས་མེད་རྒྱན་གྱི་སྒོ་གཤོག་རབ་བཏུ་བ། །བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་ཉམས་  
འགྱུར་སྒྲོང་གི་གར། །བསྐྱར་ཏེ་དཔྱོད་ལྡན་ཡོངས་ཀྱི་གཟིགས་མོར་ཆེ། །མ་  
རིག་ཆུ་འཛིན་རྒྱར་གྲོལ་མཐའ་གྲས་ཆོས། །སྤྱིས་ཐོབ་པའི་གྱིས་སྒྲོན་ཆོག་

མཁར་གྱིས་པའི། །གནས་ལུགས་དབང་གཞུང་བཟུང་བའི་གྲུང་བྱིས་ནས། །  
ལེགས་བཤའ་དབྱངས་ཅན་རྒྱུད་མང་ཅི་ཡང་སྟོག།

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་གི་རྒྱན་བཤའ་པ་ལ། སྦྱིར་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་ཏུ་  
བཤའ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱན་ངོས་བཟུང་བ། དེའི་རྣམ་གངས་སྟོན་བྱང་  
འདིར་བསྐྱས་ཚུལ་དང་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྡེ་བཞི་སོགས་ཐུན་སུམ་ཆོགས་  
པའི་བརྗོད་བྱའི་སྟོག་དང་ལྡན་པའི་སྟན་ངག་གི་ལུས་བཅད་སྟུག་སྟེལ་མ་  
གསུམ་དང་ལྡན་པ་དེ་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་རང་བཞིན་  
བརྗོད་པ་སོགས་གྱི་སྦྱོར་བ་སྣ་ཆོགས་པ་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྒྱན་དེ་དག་ནི་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་གྱིས་སྤར་བསྟན་  
པར་མ་ཟད། ད་ལྟོང་རྣམ་ཏྲོག་གི་སྟོས་པས་མཐའ་མེད་པའི་བྱིར། དེ་དག་མ་  
ལུས་པའི་སྟོས་པ་ནི་སུས་ཀྱང་འཆད་པར་མི་རུས་མོད། འོན་ཀྱང་རྣམ་ཏྲོག་  
གི་ས་བོན་ཅུ་མ་ནི་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་རྣམ་གངས་མང་  
ཏུ་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ཆོག་དོན་རྣམས་རབ་ཏུ་ཉུང་ཏུར་གསལ་ཞིང་འགྲིལ་བར་  
ལེགས་པར་སྦྱར་བའི་བྱིར་ན། མཁས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ངལ་སོ་བའི་གནས་  
དམ་པ་འདི་ནི་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གི་འོ། །

གཉིས་པ་ལ་མཆོམས་སྦྱོར་དང་བཅས་ཏེ་དམ་བཅའ་བ། བཤའ་ཚུལ་  
དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཤར་སྟོང་ལམ་སྟོལ་ཐ་དད་པ་དག་ནི་རྣམ་པར་

དབྲེ་བའི་དོན་དུ་སྒྲུབ་བ་སོགས་རྒྱན་འགའ་ཞིག་ནི་སྒྲུབ་ཡང་བསྒྲུབ་ཟིན་ལ།  
ཤར་སྟོ་སྒྲུབ་མོང་དག་ཏུ་འདོད་པའི་རྒྱན་གྱི་ནི་རིགས་གཞན་འོག་ནས་  
འབྱུང་བ་དག་རབ་ཏུ་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ་དོན་རྒྱན། སྒྲུབ་རྒྱན། གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན་དང་གསུམ། དང་  
པོ་ལ་མདོར་བསྒྲུབ་པ། རྒྱས་པར་བཤད་པ། རྒྱུ་གར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་  
རྒྱན་དུ་བསྒྲུབ་པ། མཐུག་བསྐྱེད་ཞིང་མ་བཤད་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་བཞི། དང་  
པོ་ནི། རང་བཞིན་བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་བསྐྱོར་  
བ་དང་། །འགོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །སྟོག་པ་ཅན་དང་སྤྲིད་པ་  
ཅན། །བསྐྱེད་དང་སྐྱེལ་བྱུང་རབ་བཏགས་དང་། །རྒྱ་དང་སྤྲོ་མོ་ཆ་དང་རིམ། །  
དགའ་དང་ཉམས་ལྡན་གཟི་བརྗོད་ཅན། །རྣམ་གྲངས་བརྗོད་དང་ཀུན་ཏུ་པན། །  
རྒྱ་ཆེ་བསྐྱོར་དོར་སྒྲུབ་བ་དང་། །བྱེད་པར་མཚུངས་པར་སྐྱོར་བ་དང་། །  
འགལ་དང་སྐྱབས་མིན་བསྐྱོད་པ་དང་། །ཐོལ་བསྐྱོད་ངེས་པར་བསྐྱེད་པ་དང་། །  
སྒྲུབ་ཅིག་བརྗོད་དང་ཡོངས་རྗེས་ཤིས། །རབ་སྐྱེལ་དེ་ནས་དགོངས་པ་ཅན་  
ཏི་རྒྱན་སོ་སྤྱོད་པོ་འདི་དག་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་རྣམས་དག་གི་ནི་མཛེས་པར་  
བྱེད་པའི་རྒྱན་དུ། སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྣམས་ཤམ་སོགས་ཤར་སྟོའི་  
སྒྲུབ་དག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་ཏོ།

རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐོར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ་སྐྱམ་ཅུ་ཅུ་ལས། དང་པོ་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ལ་མཆོན་  
 ཉིད། དཔེར་བརྗོད། རོན་བསྐྱེལ་ཞིང་བསྐྱེལ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བརྗོད་  
 བྱའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉེ་ངོ་བོ་དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་པའི་གནས་  
 སྐབས་སྣ་ཆོག་པ་རྣམས་མེད་པ་ལ་ཡོད་དང་ཡོད་པ་ལ་མེད་པའི་སྒོ་  
 བཀྱར་སྤངས་ཉེ། རྒྱགས་བསྐྱེལ་མ་ཡིན་པར་གནས་ལུགས་ཐམས་ཅད་དངོས་  
 སྐྱེགས་ལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་དང་། རྒྱན་སྐྱམ་ཅུ་  
 ཅུ་ལྷ་པོའི་ནང་ནས་དང་པོའི་རྒྱན་ཡིན་ཅིང་། རྣམ་གྲངས་རིགས་སོགས་ཀྱི་  
 དཔེར་བརྗོད་བཞི་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་བཞི་ལས། དང་པོ་རིགས་ནི། མཚུ་  
 མདོག་ནི་དམར་ཞིང་། དབྱེབས་གྲུག་པ་དང་། གཤོག་པ་འཇམ་ཞིང་རིག་བྱ་  
 གཉིན་པ་དང་། མགྱིན་པ་དཀར་སྒོ་དམར་པའི་ཁ་དོག་གསུམ་གྱི་སྤེང་བ་ཅན་  
 ཆོག་འཇམ་པོར་སྐྱ་བ་དང་ལྗན་པ་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྣམས་ནི་ཙཱ་འདི་  
 དག་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པ་དཔེར་མཆོན་ནས། ཆོས་གང་ལའང་དེའི་  
 གནས་ལུགས་དང་པོར་བརྗོད་པས་རང་དང་འབྲེལ་བའི་རིགས་ཀྱན་ལ་བྱུང་ལ་  
 རིགས་རུས་ཀྱི་རིགས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། དམར་སེར་སྐྱ་མཆོམས་

གསལ་བའི་མདངས་གསལ་ཞིང་། །ན་ཚོད་བཙུ་བྱ་བ་བྲལ་བྱའི་དཔལ་ལྡན་  
པ། །མཐོན་མཐིང་རལ་བའི་ཟུར་ཕྱད་ལྡ་བ་ཅན། །དབྱངས་ཅན་དགའ་མར་  
ཐོབ་བའི་འཇམ་བའི་དཔལ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

གཉིས་བ་བྱ་བ་ནི། བྱེད་པོ་ཕྱག་རོན་བྱ་ཡུལ་རང་གི་དགའ་མ་ལ་ཅེ་  
བར་འདོད་པས་བྱ་བའི་བྱེད་པར་མགྱུན་བའི་ནང་ནས་སྐད་ཅུང་ཟད་མི་  
གསལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུབ་པར་སྒྲོག་ཅིང་ཆགས་པས་སྒྲོས་བའི་མིག་ནི་  
དམར་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྒྲོར་སྒྲོར་དུ་འབྱུལ་བ་ཡི་རྣམ་པས་དགའ་མ་ལ་ཡོངས་སུ་  
བསྒྲོར་ནས་མཚུ་དག་སྒྲོར་བ་སོགས་ཆགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་བྱེད་དོ། །  
དཔེར་ན། བརྟན་བ་སྐྱེད་དེ་མི་སྐྱེས་ཡོངས་བསྐྱབས་པས། །ལེགས་པར་  
སྐྱར་བའི་གཙུག་ལག་རབ་རྟོགས་ཤིང་། །གཞོན་ཀྱ་བདེ་སྐྱོད་རེ་བ་སྒྲོང་བྱེད་  
པའི། །དབང་ཕྱག་གོ་ཆ་སྒྲོ་གསལ་དགའ་བ་བསྐྱེད། །ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

གསུམ་བ་ནི། ཡུལ་དགའ་མ་མངའ་མ་ཡི་ནི་ལུས་ལ་རེག་པའི་རེག་  
བྱའི་ཡོན་ཏན་འདི་ཡིས་ཡུལ་ཅན་རང་གི་ལུས་ལ་སྐྱ་ལོང་རྒྱས་བ་དང་། ཡིད་  
ནི་བདེ་བས་ཆོམ་པར་བྱེད་པ་དང་། འདོད་པས་སྒྲོས་བའི་མིག་དག་ཟུམ་  
པར་བྱེད་ཅིང་འཁྲིག་པ་ལ་འཇུག་པས། ཚོར་བ་བདེ་བ་ཐོབ་པོ། །དེས་མཚོན་  
ཏེ་གཟུགས་སྐྱ་དྲི་རོ་སོགས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡ་ལ་སྐྱོར་བ་ཡིན་ལ། །ཞོང་  
ལོས། མི་འཇིགས་སྟོབས་དང་མ་འདྲེས་ཚོས། །ཞེས་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་



ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱར་བ་འདིས་མི་གཞོན་དམ་སྦྲུལ་ན། ཟག་མེད་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ཐུགས་ཀྱི་རིག་བྱ་ཡིན་ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་  
གསུང་ངོ་། །དཔེར་ན། འཇམ་ཞིང་གཉེན་པའི་ཚུ་སྦྱེས་གདན་ལ་གནས། །འཆི་  
མེད་བདུད་ཅིའི་བདུང་བས་རབ་ཏུ་ངོམས། །ཐིག་ལའི་དབྱིད་གྲུར་སྒྲིག་པོར་  
འདྲེན་བྱེད་ནི། །བཙུ་གཉིས་དག་གིས་བལྟ་བའི་གསེར་མངལ་ཅན། །ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ།

བཞི་པ་ནི། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ལས་འབྱུངས་པར་གྱུར་པའི་  
རྒྱ་མཆོག་གི་རྒྱལ་མཆོན་ལག་ཏུ་འཛིན་པའི་དབང་ཐུག་ལ་གཞན་ལ་མེད་  
པའི་གང་ཟག་གཅིག་གིས་རང་མཆོན་དུ་བདག་ཏུ་བབྱུང་བའི་རྗེས། རྒྱ་མཆོ་  
ལས་བྱུང་བའི་དུག་བཅེགས་པའི་བུམ་པ་མགྱིན་པར་བཞག་པས་མདོག་སྒོ་  
བ་དང་། ལག་ན་བདུད་ཅིའི་སྒོད་ཆངས་པའི་ཐོད་པ་ནི་གནས་པ་དང་། སྦྱི་  
བོར་རྒྱ་མཆོ་ལས་བྱུང་བའི་ཆེན་པོའི་ཅོད་པན་གྱིས་སྦྱས་པ་དང་། སྦྱུ་ཞིང་  
དམར་བའི་རལ་པ་ནམ་མཁའ་ཁེབས་པ་ཅན་ནི་ཆངས་པ་སོགས་གཞན་ལ་  
མེད་པས་བྱུང་པར་པའོ། །དཔེར་ན། ཡིད་འོང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་  
ན། །སྦྱོགས་ཀུན་བལྟ་བའི་འདྲེན་བྱེད་སྒྲོང་གཡོ་ཞིང་། །ཞོ་འཕྱང་རུས་པའི་  
ཅེ་བརྒྱ་སྦྱེས་པ་ན། །འཛིན་མཁས་གྲགས་པའི་ཐུ་བྱུད་ལྷ་ཡི་མགོན། །ཞེས་  
པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་རིགས་དང་། བྱ་བ་དང་། ཡོན་ཏན་

དང་། རྩམ་བཞི་པོ་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ལུགས་བྱང་པོར་བརྗོད་  
པ་འདི་འདྲ་བ་ནི། སྒྲིར་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་སྲིད་གྱི་མངའ་  
ཐང་ལྟར་གཙུག་ཆེ་ཞིང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱང་པོར་བརྗོད་པའི་སྟན་ངག་ལའང་འདི་  
དག་ཉིད་འདོད་དོ།

དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྒྲིར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། སྒྲིན་ཡོན།  
མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲུབ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། མཆོན་བྱེད་གྱི་དཔེ་ལ་  
རི་ལྟར་ཡོད་པ་དག་རི་གཞིག་ཏུ་མཆོན་བྱའི་དཔེ་ཅན་ལ་དེ་ལྟར་ཡོད་པར་  
མཚུངས་པ་གསལ་བར་གང་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དཔེའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་  
སྟེ། དེ་ཡི་སྒྲིས་པ་མཐའ་དག་འདིར་ནི་རབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་  
སུམ་ཅུ་ཅུ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོས་དཔེ་ནི། །དཔེ་ཅན་མངའ་མ་བྱོད་གྱི་  
ལག་པའི་མཐེལ་ནི། དཔེ་དཀར་དམར་གྱི་མདངས་དང་ལྗན་པའི་ཚུ་སྒྲེས་  
བཞིན་དུ་ཀྱན་ཏུ་དམར་བར་ཆོས་མཚུངས་སོ་ཞེས་པས་ཆོས་དཔེ་དངོས་སུ་  
ནི་བསྟན་ཏེ། རྒྱ་མཆོན་མཚུངས་པའི་ཆོས་དམར་པོ་དག་སྒྲས་གསལ་བར་  
བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །དཔེར་ན། དག་དབང་དབྱངས་ཅན་དབྲེས་པའི་ཞལ་གྱི་  
སྒྲོ། །ཡིད་འོང་འཇུ་མ་པའི་དབྱུས་ན་བཞི་བཅུའི་ཆེ་མས། །ཆར་དུ་དངར་འདི་

ཉི་འོད་ཀྱིས་བྱུང་བའི། །གངས་ཀྱི་རི་བོ་ལྷ་བྱུང་དཀར་ཞིང་མངའ་། །ཞེས་པ་  
ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ་དངོས་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་མངའ་ས་མ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་མིག་  
དག་ནི། དཔེ་བརྒྱ་དང་ཕྱུགས་ལ་སྒྲོན་པོ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་  
ཀྱི་ངོ་བོ་ཅམ་དངོས་སུ་བརྗོད་ནས། མཚུངས་ཆོས་གདོང་དང་བརྒྱ་དཀར་  
ཞིང་མངའ་ས་པ་དང་། མིག་དང་ཕྱུགས་མཐིང་ཞིང་དཀྱུས་རིང་བ་སོགས་  
དངོས་སུ་མི་གསལ་བར་ཤུགས་ལ་བསྟན་པས་མཚུངས་ཆོས་གཅིག་ཏུ་  
རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་དཔེ་ཉིད་དོ། །དཔེར་ན། དབྱུངས་ཅན་ལྷ་  
མོའི་དབྱུ་སྐྱའི་བྱར་བྱད་འདི། །སྤྱིན་བལ་འཆི་མེད་ལམ་དང་ཡང་དག་  
མཚུངས། །ལང་ཆོའི་རང་བཞིན་དར་བའི་རུ་འབྱར་བྱང་། །དབྱར་གྱི་ཚུ་  
འཛིན་གསར་པ་གཡོ་བ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་སྒྲོག་པའི་དཔེ་ནི།  
དཔེ་ཅན་མངའ་ས་མ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་དུ། དཔེ་བརྒྱ་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས་པར་  
གྱུར་རོ་ཞེས་པ་དེ་ནི། སྤྱིར་འཛིན་ཉེན་གྲགས་ཆོད་ལ་དཔེས་དཔེ་ཅན་པར་  
འཇལ་དགོས་པ་ལ། དེ་ལས་གོ་སྒྲོག་པའི་སྤྱིར་སྒྲོག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་  
འདོད་དོ། །དཔེར་ན། འཛོ་སྤྱིག་ཉམས་ལྡན་བརྟན་པའི་འཁོར་ལོའི་སྤྱ། །འོད་  
ཀྱི་ཕུང་པོ་མངོན་པར་འཕྲོ་བ་བཞིན། བཅུ་གཉིས་བདག་པོ་འཆར་ལ་མངོན་  
ཕྱོགས་པའི། །མཆོམས་སྤྱིན་གསར་པའི་ཁ་དོག་ཡིད་དུ་འོང་། །ཞེས་པ་ལྷ་

བྱ། བཞི་པ་པན་ཚུན་གྱི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་མངེས་མ་ཁྲོད་གྱི་ཞལ་བཞིན། ཚུ་  
 གྱེས་མངེས་པ་ལྟར། དཔེ་ཚུ་གྱེས་བཞིན་དུ་ཁྲོད་གྱི་ཞལ་ཡང་མངེས་སོ་  
 ཞེས་པ་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་པན་ཚུན་འཇལ་རེས་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་དཀར་  
 མངེས་སོགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཚུངས་པའི་བྱད་འཕགས་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་  
 འདི་ནི་པན་ཚུན་གྱི་དཔེ་ལོ། །དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་འདོད་པའི་སྒྲོས་བྱམ་ཇི་  
 བཞིན་དུ། །ལང་ལོང་གཡོ་བའི་ཚུ་འཛིན་གསར་པ་སྟེ། །སྒྲིན་དཀར་ལྟ་བུར་  
 ཁྲོད་གྱི་ཁུ་འབྱར་ཡང་། །རབ་དཀར་གཡོ་བ་ཡིད་གྱི་དཔལ་དུ་འཛེབས། །  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྷ་པ་རེས་པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་ལྷས་སྤྲ་ཁྲོད་གྱི་ཞལ་ནི། དཔེ་  
 པར་ཉིད་གཅིག་བྱ་དང་མངེས་པ་སོགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་གྱི། དཔེ་ཅན་  
 བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་དབང་གིས་དེའི་དཔེར་འོས་པ་གཞན་ནི་འགའ་  
 ཞིག་སྟེ་གང་དང་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ལོ་ཞེས་པ་སྟེ། འཛིག་ཏེན་ན་མཚུངས་པ་  
 གཞན་སྒྲོག་སྟེ། འདི་ནི་རེས་པ་ཉིད་གྱི་དཔེ་ལོ། །དཔེར་ན། སྒྲུབ་ཆོག་གཞུང་  
 ལུགས་ཀྱི་མཆོ་སྒྲུབ་པ་ལ། །ངག་གི་དཔལ་བྱུང་འོང་སྒྲོན་ལོ་ཙྴ་བ། །མཆོ་བྱུང་  
 སྒྲིང་གར་རོལ་བ་དཀྲོ་དང་། །མཚུངས་གྱི་རིགས་མཐུན་གཞན་ན་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྷག་པ་རེས་མེད་གྱི་དཔེ་ནི། །རེ་ཞིག་དཔེ་ཅན་ལྷས་སྤྲ་  
 ཁྲོད་གྱི་གདོང་ནི། དཔེ་པར་ཡི་རྗེས་སུ་འགོ་བར་མ་ཟད། དཔེ་གཞན་ཡང་།  
 དཔེ་པར་དེ་དང་འདྲ་བ་གལ་ཏེ་ཡོད་ན་གདོང་གི་དཔེ་རེས་བྱེད་པར་འགྱུར་

རོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་གཅིག་ཏུ་མེད་པའི་དཔེ་ལོ། །དཔེར་ན། འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་  
ཀུན་མཁྱེན་ཙོང་ཁ་པ། །ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུབ་དང་མཚུངས་ཀྱི། །གཞན་དུ་  
དེ་འབྲེལ་དང་ཚུལ་ལྡན་པ་དག། །སྤྱི་འདིར་མཆིས་ན་སྤྱོད་ཀྱི་དཔེ་ལྷན་  
རིགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བདུན་པ་བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་སྤྱོད་ཀྱི་གདོང་མཛེས་པ་ཁོ་ན་  
ཡིས། དཔེ་ལྷ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བའི་བྱུང་པར་གཞན་དགའ་  
བ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷ་བ་དང་མཚུངས་སོ་ཞེས་པ་འདི་འབྲ་  
ཡོན་ཏན་གཞན་དག་བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན། ཆོས་རྒྱལ་  
དགོ་དབང་བླ་མ་སྤོང་སྤོང་ལྡན་དང་། །སྙན་པར་སྤྱུ་བའི་དག་གི་དངོས་བྱུབ་དག།  
ཐོབ་པ་ཅམ་གྱིས་མཚུངས་མིན་ལེགས་བྲིས་ཀྱི། །ཕུམ་སུམ་ཆོགས་པའི་  
དང་ཚུལ་ལྡན་འདིས་ཀྱང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྒྱད་པ་སྤྱལ་བྱུང་གི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནི།  
སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་ཉིད་ཁོ་ན་ལས་མཐོང་ཞིང་། དཔེ་ལྷ་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ལས་  
མཐོང་བའི་མཐོང་ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་ཅམ་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་ཐ་དད་དེ།  
གཞན་བྱུང་པར་མེད་ཅེས་བྱུང་ཆེན་པོ་བྱས་པ་འདི་སྤྱལ་བྱུང་གི་དཔེ་སྟེ།  
དངོས་གནས་ལ་གདོང་ལས་སྟག་པའི་བྱུང་པར་ལྷ་བ་ལ་མང་དུ་ཡོད་པས་  
སོ། །དཔེར་ན། སྐད་གཉིས་སྤྱུ་བ་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། །དག་གི་དབང་ཕྱག་



སྒྲུ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ། །འདོད་པའི་ཕྱོས་བྱམ་ལྡན་དང་མི་ལྡན་གྱི། །དབྱེ་བ་  
 ཅ་མ་ལས་གཞན་དུ་ཐ་མི་དད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། དགྲུ་པ་རབ་བཏགས་ནི། དཔེ་  
 ཅན་མཛེས་མ་དེ་ཡི་བཞིན་གྱི་དཔལ། དཔེ་ལྷ་བ་ང་ཉིད་ལ་ཡོད་ཅེས་ལྷ་བ་  
 སྒྲེམས་པར་བྱེད་མི་དགོས་སོ་ཞེས་དཔེ་ལ་བསམ་པ་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲོ་  
 བཏགས་ཏེ། ལྷ་བ་བྲོད་དུ་མ་ཟད་པར་ལ་ཡང་མཛེས་མའི་གདོང་གི་ཡོན་ཏན་  
 དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་འདི་ནི་རབ་བཏགས་གྱི་དཔེའོ། །དཔེར་ན། འཇམ་  
 མཉེན་ཐུ་སྒྲེས་གཞོན་རུའི་ཡལ་འདབ་རྣམས། །དབྱངས་ཅན་སྒྲུ་མོའི་ཕྱག་གི་  
 སོར་མོའི་དཔལ། །སྒྲེམས་པར་མི་འཆལ་ལེགས་བྲིས་རྟེན་མེད་མའི། །ལག་  
 པའི་ཡལ་ག་དེ་ཡི་དག་ལྷ་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བརྟུ་བ་མཛད་བྱུང་གི་དཔེ་ནི།  
 གལ་ཏེ་དཔེ་པར་འགའ་ཞིག་ལ་འདོད་པས་རྣམ་པར་འབྱུང་བའི་མིག་དང་  
 ལྡན་ན། དཔེ་ཅན་སྒྲིན་ལེགས་མ་བྲོད་གྱི་བཞིན་གྱི་དཔལ་འཛིན་ཏེ། ཞེས་  
 དཔེ་མིག་དང་ལྡན་པའི་པར་དགོན་པ་ལྟར་བྱས་ཏེ། དཔེ་ཅན་ངོ་མཆར་བར་  
 སྒྲོན་པ་འདི་ནི་མཛད་བྱུང་གི་དཔེའོ། །དཔེར་ན། ར་ཆོད་དར་བབས་ཡན་ལག་  
 མཆོག་མ་ཡིས། །མི་ཟད་ངག་གི་དངོས་བྱུང་སྒྲེར་རུས་ན། །རྣ་བ་བརྒྱད་པའི་  
 མཆེ་བ་ལས་འོངས་པའི། །ངག་དབང་དབྱངས་ཅན་མ་དེའི་འགྲན་ལྷར་བྱེད། །  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྟུ་གཅིག་པ་སྒྲོངས་པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་ལུས་སྤྲུལ་བྲོད་གྱི་གདོང་

དང་། དཔེ་རི་བོང་ཅན་གཉིས་ཏེ་ཅང་འདྲ་བས་གང་ཡིན་ཞེས་བརྟགས་ཀྱང་  
 འཁ་མ་བྱེད་པར། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་ལྷ་བར་འབྱུང་བའི་བསམ་པ་ཡིས། ཆགས་  
 པའི་དབང་གིས་བཙོ་ལྷའི་ལྷ་བ་འཁར་བ་འདིའི་ཡང་རྗེས་སུ་སྟེག་གོ། །ཞེས་པ་  
 འདི་ནི་དཔེ་ཅན་དཔེ་རུ་འབྱུང་བས་སྔོངས་པའི་དཔེ་རུ་བཤད་དོ། །དཔེར་ན།  
 འཆི་མེད་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ཕྱིར་ཤུག་ཏེ་ཉོག། །ཀྱན་གསལ་ངོས་སུ་ཐོགས་  
 མེད་རྒྱ་བ་ན། །ཏྲ་བདུན་མཁའ་ལ་འགོ་ཞེས་སྒྲུན་པོ་འགའ། །པད་དཀར་  
 འདབ་མ་འཇུ་མ་ལ་ལྷ་ཕྱིར་རྒྱག། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྟུ་གཉིས་པ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དཔེ་ནི། དཔེ་བྲུང་གཞི་བརྒྱའི་ནང་དུ་བྲུང་  
 ཆོས་ཀྱི་བྱང་བ་འཁོར་བའམ། དཔེ་ཅན་བྲུང་གཞི་མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་  
 བ་ལ་བྲུང་ཆོས་མིག་གཡོ་བ་གང་རུང་ཞིག་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་འདྲ་ཡང་། བདག་  
 གི་སེམས་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྣམ་པར་གཡོ་བ་ལས་གཅིག་ཏུ་ངོས་མ་བེན་ནོ། །  
 ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དཔེ་དོ། །དཔེར་ན། སྤྲ་མཁས་བྲང་སྔོང་ལྷ་ཡི་ལྷ་མ་  
 དེ། །འཛམ་བྱས་མཛེས་པའི་སྤྱིང་འདིར་འོངས་པའམ། །ཡང་ན་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་ཆོས་སྤྱིང་བཟང་། །འཆད་ཚོད་ཚོམ་ལ་བྲེལ་སྒྲུམ་འབྱུང་མོ་ཉུག། །  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྟུ་གསུམ་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དཔེ་ནི། ལྷ་བ་ཁ་སྤྱིངས་པར་  
 བྱེད་པའི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་འདི་དཔེ་བརྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྒྱ་དེ་ནི་ལྷ་བས་ཆར་

གཙོད་ཅིང་བྱམ་པར་བྱེད་ལ། འདི་ཚར་མི་གཙོད་པ་དེའི་ཕྱིར། ལྷ་བས་མི་  
འཛོམས་པའི་དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཉིད་དོ། །ཅེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་  
ལྷ་བས་འཛོམས་མི་འཛོམས་ཀྱི་ངེས་ཚིག་ཡོད་པ་འདི་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་  
དཔེའོ། །དཔེར་ན། བཟའ་སྦྲོད་གཞུང་བརྒྱ་སྟུང་བའི་སྦྲོབ་དཔོན་འདི། །ལྷ་ཆེན་  
སྤྱི་པོ་གདོང་དྲུག་དང་མཚུངས་ཀྱང་། །གངས་ཅན་སྦྲེངས་འདིར་ལེགས་  
སྦྲར་སྦྲོན་པའི་ཕྱིར། །པང་སྦྲོན་ལོ་ཆེན་སྟོ་གྲོས་བརྟན་པར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟ་  
བུ།

བརྟུ་བཞི་པ་སྦྲར་བའི་དཔེ་ནི། འདི་ནི་དོན་སྦྲར་བ་ཡིན་པས། སྦྲོར་  
ལུགས་དཔེ་ཅན་མཛེས་མའི་གདོང་གིས་མཛེས་པའི་སྟོ་ནས་བསིལ་བེར་  
ཅན་ཀྱི་འགྲན་ལྷ་བྱེད་པ་དང་། དཔེ་བརྒྱས་ཉི་མའི་ཕྱོགས་ཡིན་པའི་སྟོ་ནས་  
འགྲན་ལྷ་བྱེད་པ་སྦྲར། དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་ཅན་ལ་མཛེས་པའི་དཔལ་དང་། དཔེ་  
ལ་བྱང་བའི་དཔལ་ལྡན་པ་སྦྲར། དཔེ་ཅན་མཛེས་མའི་ཁ་ལ་ལྷུང་ལའི་ངི་  
དང་། དཔེ་གསར་ཀྱི་ངི་བཟང་པོ་གཉིས་སྦྲར་ནས། དཔེ་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་  
ནི། དཔེ་ཚུ་སྦྲེས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་མཚུངས་པའི་སྦྲ་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་སྟོ་  
ནས་སྦྲོར་རྒྱ་གཉིས་ལས་མི་ཉུང་བ་ནི་སྦྲར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད་དོ། །དཔེར་  
ན། གང་ཞིག་བསྟེན་ན་ལེགས་པའི་དཔལ་སྟེར་ཞིང་། །མི་མཐུན་རྒྱད་པའི་  
ཚོགས་ཀྱི་དབྱར་གྱུར་པ། །སྤིང་འདིར་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་བས་གཙང་སྤྱི། །

ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོར་ཡང་དག་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙེ་ལྷ་པ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ནི། མཚུངས་པར་རྒྱས་ཕྱིན། སྤྲ་གཅིག་  
ལ་གཙོད་མཆོམས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སམ། མིང་གཅིག་ལ་དོན་མི་འདྲ་བ་  
གཉིས་སུ་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
པར་རྒྱས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་སྟེ། རི་ལྟར་ན། དཔེ་ཅན་སྦྱེད་  
མོས་ཆལ་གྱི་སྤང་བ་འདི། དཔེ་བྱ་མོ་བཞིན་དུ་མཛེས་པ་དང་ལྡན་ནོ། །  
མཚུངས་ཆོས་སྤྲ་ལ་སྟེ་སྟོས་དཀར་གྱི་ཤིང་དང་། ཀླ་ན་ན་ནགས་ཏེ། སྦྱེད་  
ཆལ་སྟོས་དཀར་ཤིང་གི་ནགས་ཀྱིས་མཛེས་སོ། །གཙོད་མཆོམས་གཅིག་  
ལ། ས་བཅས་པ། ཨ་ལ་ཀ་ལན་བུ། ལྷ་ན་ན་གདོང་པ། མཚུངས་འདྲ་བས་  
བས། བྱ་མོ་གདོང་ལན་བུ་དང་བཅས་པས་མཛེས་སོ། །ཡང་ན་མིང་གཅིག་  
པ་ལ་དོན་མི་འདྲ་བ། ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་འབྲུག་  
འདུག་མཚུངས་ཀྱང་། རྒྱལ་ལུགས་མི་གཅིག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྟོབས་བཅུ་  
མི་འཛིགས་བཞི་ཡི་རྩ་ལ་རྣམས་ཀྱན། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཀྱན་མཁྱེན་ཉི་  
མའི་གཉེན། །མཁར་ཉལ་གཙོ་བོ་ཐ་གུའི་སྟོ་ཅན་བཞིན། །ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་  
རྒྱལ་བའི་དབང་ཕུག་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འདིའི་སྐབས་འཇམ་ཁ་དང་། བྱ་  
གཞོངས་སྤྲ་སྤྲུབ་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྦྱར་བ་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་བཤད་པ་  
རྣམས་ནི་རྒྱ་མཆོན་མེད་པའི་རྟོག་བཏགས་ཁོ་ནར་འདུག་ཅིང་། སྤྲ་ཐང་པ་

དང་། ཟུར་མཁར་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲུབ་པར་སྒྱུར་བ་ནི་ཉ་ཅང་གུ་དོག་གྲགས་  
ལ་རིན་སྒྲུངས་པས། འོག་གི་སྒྱུར་རྒྱུ་ཀུན་ལའང་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་  
མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་དང་བཅས་དགོས་ཤིང་། འོག་མ་རྣམས་ལ་  
སྒྲུབ་ཚུལ་ཡང་སྒྲུབ་ཚུགས་ཡོད་པས། འདིའི་ཅུང་སྒྲོང་ལ་གསུང་བ་ནི་ཉ་དང་  
ཉུང་མ་བསྐྱེས་པའོ།

དེས་ན་ཁོ་བོ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་  
འདི་ལྟར་སྒྲུབ་ཤི། སྒྱུར་བའི་དཔེ་ལ་ནི་མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ལས་མི་  
ཉུང་བ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། དོན་ལ་སྒྱུར་བ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་མཚུངས་པའི་  
ཡོན་ཏན་གཅིག་གིས་ཆོག་ཅིང་། སྒྲུབ་དོན་གང་ལ་སྒྱུར་ཡང་བྱུང་པར་མེད་  
པས། ལེགས་བཤད་ཀྱི་སོར་མོས་འབྲེལ་བྱེད་མཁན་པོ་རྣམས་སྒྲུགས་ཐུམ་  
ཀྱི་སྒྲོག་ཏུ་ཚུད་པ་ལེགས་པར་བརྟོལ་བ་ཡིན་ནོ།

བརྒྱ་དྲུག་པ་མེད་པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་བརྒྱ་དང་ཟླ་བ་གཉིས་རིམ་བཞིན་  
གོ་སར་གྱི་རྩལ་མང་བ་དང་། རྒྱུ་ཕྱོགས་ལ་མཛད་པས། དེ་དག་ལས་ནི་  
དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་བཞིན་མཚུངས་པ་ལ་ཡང་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་  
པ་དང་བཅས་སོ་ཞེས་པ་མེད་པའི་དཔེ་རུ་འདོད་དོ། །དཔེར་ན། དཔལ་མེད་  
སྒྲུབ་དབྱངས་ཡུལ་གྱིས་རྣམ་པར་སྐྱེལ། །དབྱར་སྒྱེས་རྩ་གསང་དུས་ཀྱི་གཞན་  
དབང་གྱུར། །དེ་དག་ཆོགས་ལས་ཆངས་སྒྲས་ལྟ་མོདེ་གསུང་། །མཚུངས་པ་



ལས་ཀྱང་བྱང་པར་མང་དུ་མཆིས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བཙུ་བདུན་པ་བསྐྱགས་  
 པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་བསྐྱས་ཆངས་པ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཟླ་བ་བདེ་  
 འབྱུང་གི་གཙུག་གིས་འཛིན་ཞེས་བསྐྱགས་ཏེ། དེ་དག་དང་དཔེ་ཅན་མངོས་  
 མ་ཁྱོད་ཀྱི་གཞོང་མཚུངས་ཞེས་པ། དེ་ནི་དཔེ་ལ་བསྐྱགས་པའི་དཔེར་བཞིན་  
 དོ། །དཔེར་ན། མི་བསྐྱུན་སྒྲགས་ལྷའི་ཚོལ་ངན་རབ་འཛོམས་ཤིང་། །སྒྲོ་  
 གསལ་ཆོགས་རྣམས་ཆོས་ཀྱིས་ཆིམ་བྱེད་པའི། །ཐོགས་མེད་སྐྱུ་མཆེད་ཇི་  
 བཞིན་བཙོང་ཁ་པ། །ལྷར་བཅས་སྐྱེ་དགུའི་གཙུག་ན་མངོན་པར་མངོས། །  
 ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

བཙུ་བྱུང་པ་བཞིན་འདོད་ཀྱི་དཔེ་ནི། དཀར་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་  
 ནི། །རེ་རེ་སྒྲོན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཀྱང་། །དཔེ་ཟླ་བ་དང་། དཔེ་ཅན་མངོས་  
 མ་ཁྱོད་ཀྱི་གཞོང་མཚུངས་ཞེས་པ་བཞིན་འདོད་ཚུམ་པ་པོ་བདག་གི་ཡིད་ལ་  
 ཡོད་དོ། །ཞེས་བྱགས་ཀྱི་དཔེའི་ཡོན་ཏན་དང་མཚུངས་པར་གོ་བ་ནི་བཞིན་  
 འདོད་ཀྱི་དཔེ་ཞེས་རིག་གོ། །དཔེར་ན། ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་ཉར་  
 སྒྲོན་པའི། །ཆངས་སྐས་ངག་གི་ལྷ་མོའི་སྒྲོན་འབྱུར་གསུང་། །ཀ་ལ་མིང་ཀའི་  
 དབྱངས་དང་མཚུངས་བཞིན་ལ། །ཇི་ལྷར་གྱུར་ཀྱང་ཡིད་ཀྱི་ངོས་སུ་ཤར། །  
 ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

བཙུ་དགུ་པ་འགལ་བའི་དཔེ་ནི། དཔེ་འདབ་བྱུ་པ་དང་སྒྲོན་ཟླ་གཉིས།

དཔེ་ཅན་མངའ་ས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་གསུམ་པོ་འདི་ནི་མངའ་ས་ཆོས་ལ་བྱད་  
 བར་མེད་ཀྱང་། དེ་གསུམ་གནས་པའམ་རྟེན་ས་ཐ་དད་པའི་ངོས་ནས། བན་  
 ཚུན་རྣམ་པར་འགལ་ཞེས་པ། དེ་ནི། རྒྱགས་ལ་མངའ་ས་པ་སོགས་མཚུངས་  
 བར་བསྟན་པས་འགལ་བའི་དཔེར་བརྗོད་དོ། །དཔེར་ན། སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱག་  
 བྱང་སྤྱོད་མེ་བཞི་སྒྲེས། །ངག་གི་དཔལ་ཐོབ་སྤྱོད་དཔོན་དཀྲོའི་ཞབས། །  
 གནས་ལྷ་རིག་པ་ལོ་ཆེན་སྤྱོད་གོས་བཏན། །འདི་གསུམ་པན་ཚུན་རྣམ་པར་  
 འགལ་བ་ཉིད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉི་ཤུ་པ་དགག་པའི་དཔེ་ནི། འགོག་བྱེད་ངེ་མ་ལྟན་ཞིང་སྤྱོད་པར་གྱུར་  
 བས། དགག་བྱ་དཔེ་སྤྱོད་པ་ལ་ནི། དཔེ་ཅན་མངའ་ས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་  
 འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་པ་དཔེ་དམན་པས་མི་མཚུངས་  
 པ་ལྟར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྒྱགས་ལ་དཀར་བ་སོགས་འདྲ་བར་བསྟན་པ་  
 ཉི་དགག་པའི་དཔེ་ཉིད་དོ། །དཔེར་ན། བ་མའི་རིག་པ་ཆུང་དུས་ཉིངས་བྱེད་  
 ཅིང་། །བྱང་བའི་འཕྱར་ལྡིང་འཕྱལ་ཡང་བྱེ་རོལ་གཟུགས། །མཐོང་མིན་  
 འདམ་སྒྲེས་གཞོན་རྒྱས་དབྱངས་ཅན་མའི། །ཡིད་འོང་ཞལ་གྱི་བྲིམ་དང་ཅི་  
 ཞེག་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉེར་གཅིག་པ་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅན་མངའ་ས་མ་ཁྱོད་གདོང་རི་  
 དྲགས་ཀྱི་མིག་གིས་མཆན་ལ། དཔེ་སྤྱོད་པ་ནི་རི་དྲགས་ཉིད་ཀྱིས་མཆན་པ་དེ་

ལྷ་ན་དཔེ་ཅུང་ཟད་ལྷག་དགོས་རྒྱུ་ཡིན་ཀྱང་། འདི་གཉིས་མཚུངས་པ་ཉིད་  
ལས། དཔེ་བྲད་འཕགས་མིན་ཞེས་དཔེ་ཅན་ལ་ངོ་བསྟོན་གྱི་དཔེའོ། །དཔེར་  
ན། རྒྱལ་བའི་དབུ་སྐྱེས་དབང་སྟོན་མདངས་འཛིན་ཞིང་། །མི་རྒྱ་རྒྱ་ལའི་རྩལ་  
ཅེགས་དབང་སྟོན་དངོས། །འོན་ཀྱང་སྒྲུང་བྲེད་ཡུལ་དུ་མཐོན་མཐིང་འོད། །  
མངོན་པར་མཆོར་ལ་བྲད་པར་ཅི་ཞིག་མཆིས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྲ།

ཉེར་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེ་ནི་འདི་ནི་དཔེ་ཅན་མཛེས་མའི་  
བཞིན་ཉིད་ཡིན་གྱི། དཔེ་བརྒྱ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་ནི་དཔེ་བྲུང་བ་མ་ཡིན་  
གྱི། དཔེ་ཅན་མིག་གོ་ཞེས་པ་དཀར་མཛེས་སོགས་པན་ཚུན་རྣམ་པ་གསལ་  
བར་མཚུངས་པ་ལས། དཔེ་ཅན་དཔེ་རུ་མ་འབྱུང་བར་གནས་ལྷགས་ངེས་  
པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེའོ། །དཔེར་ན། །འདྲི་ལྷ་རྣམ་པར་བཟྱ་འདི་  
དབང་གཞུང་། །མཚུངས་ཀྱང་འཇའ་མིན་འཆི་མེད་ལྷ་ཡི་གོས། །འཁོར་ཏུ་  
སྟོན་འདི་བྲུང་བའི་སྐད་འབྲེལ་། །མ་ཡིན་དབྲངས་ཅན་ཕྱག་གི་རྒྱུད་མང་  
སྒྲ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྲ།

ཉེར་གསུམ་པ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་དཔེ་ནི། དཔེ་རྒྱ་བ་དང་བརྒྱ་དག་གི་  
ནི་མཛེས་པ་ལས་འདས་པའི་དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་ཁྲོད་གྱི་གདོང་ལ་དཔེར་  
འོས་པ་གཞན་མེད་པས། བདག་སྟོང་རང་ཉིད་གྱི་དཔེར་རང་ཉིད་མཚུངས་པར་  
གྱུར་ཞེས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དཔེའོ། །དཔེར་ན། རབ་དཀར་ཚུ་ཤེལ་

དབང་པོའི་དཔྱད་འཁོར་དང་། །ཕྱུགས་འདབ་མས་མཛེས་པའི་ཆ་ཙམ་དུ། །  
མཚུངས་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ་བས་མཚར་བའི་དཔེར། །རང་ཉིད་ལེགས་  
བསྟན་ཆངས་སྤུས་ལུས་སྤྲུལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉེར་བཞི་པ་འབྲུང་མིན་གྱི་དཔེ་ནི། དཔེ་བརྒྱ་མཛེས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཀྱན་  
བྱེད་པོས་སྤྱོད་པས་འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ནི་མི་འབྲུང་ལ། གལ་སྟེ་བྱུང་  
ན་དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་སྤྱོད་གྱི་ཞལ་ནམ་པར་མཛེས་པའི་དཔེའོ་  
ཞེས་པ་དེ་ནི་འབྲུང་མིན་གྱི་དཔེ་ཞེས་རིག་གོ། །དཔེར་ན། མང་ཐོས་ཡོན་ཏན་  
ཁུར་གྱིས་རབ་སྤྱི་བའི། །གནས་སྤྱིའི་མཐར་སོན་རིན་ཆེན་ཆོས་སྦྱོང་བཟང་། །  
མཁས་གྲུབ་བྱེ་བའི་འཆད་ཅོད་ཅོམ་པ་ཡི། །སྟོ་གོས་མཐར་དག་གཅིག་ཏུ་  
གྱུར་པ་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉེར་ལྔ་པ་སྤྱིང་མིན་གྱི་དཔེ་ནི། དཔེ་ལྷ་བའི་གཟུགས་དང་ཅ་རྒྱན་ལས་  
ནི་རིམ་བཞིན་དུ་དང་མེ་མི་འབྲུང་བ་བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་དམ་པ་སྤྱོད་གྱི་  
ཞལ་འདི་ལས་ནི་རྩལ་མའི་ཆོག་མི་འབྲུང་ངོ། །ཞེས་པ་སྤྱིང་པ་མིན་པའི་  
དཔེའོ། །དཔེར་ན། ཀྱན་པན་ཟེར་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པོའི་ཐུན། །དཔག་  
བསམ་ཡོངས་འདུ་ལས་འོངས་ཁྱི་ངན་བཞིན། །ཟུར་སྤྱད་ལྟ་བའི་མཁུན་པ་  
ལས་བཀྲལ་བས། །ཇི་སྟེད་བཏྲན་གཡོའི་ཆོས་དེ་གང་དུ་ཅི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉེར་དྲུག་པ་མང་བའི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཅ་རྒྱན། གངས་ཆུ་དང་ལྷ་བའི་ཟེར།

ཟླ་ཤེལ་སོགས་བཞིན་དུ་མཛེས་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུས་ནི་རེག་པ་ཡང་བསིལ་ལོ་  
 ཞེས་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་གིས། དཔེ་ཅན་གཅིག་གི་སྤྱད་པར་དག་གསལ་བར་  
 གྱེད་པ་མང་བའི་དཔེའོ། །དཔེར་ན། དབྱིག་འཛིན་རྩལ་ཤུན་གངས་དང་ཀུན་  
 གསལ་མཐའ། །བསྐྱལ་པའི་ཆར་རྒྱན་ན་གྱའི་གྲོང་སྤྱོད་གཏིང་། །གསེར་  
 མངལ་ཅན་གྱི་གངས་ཡས་ལེགས་བྱས་ཀྱི། །རྗེས་འགོ་རྣམ་འདྲན་མཁྱེན་  
 བཙེའི་གཏིང་དཔག་དཀའ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

ཉེར་བདུན་པ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེ་ནི། །དཔེ་ཅན་ལུས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ཀྱི་  
 བཞིན་རས་ནི། དཔེ་ཟླ་བའི་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་དབྱིལ་ནས་ཚུར་བཏོན་པ་བཞིན།  
 དཔེ་བརྒྱའི་ནང་ནས་ཚུར་སྤྱང་བ་བཞིན། ཞེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་  
 དཔེའོ། །དཔལ་སྐང་ལོ་ཙྰ་བས། ཨིན་ཏུ་ལས་བྱུགས་པ་བཞིན་ཞེས་པར་  
 བྱུགས་པར་བཤད་པ་ནི་གཞུང་དོན་དང་མ་འབྲེལ་ཞིང་། སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་པལ་  
 ཆེར་ལེགས་པར་བཤད་པར་འདུག་ནའང་། སྐབས་འགར་ཉེས་བཤད་མཛད་  
 པ་བདེན་པར་མཆི་སྟེ། མ་མཛད་ན་སྤྱོད་དང་བྱུར་མཁར་བ་གཉིས་ཀྱིས་པའི་  
 སྤྱོད་དུ་ཕོ་རོག་དཀར་པོ་བྱུང་གིས་དོགས་པའོ། །དཔེར་ན། གངས་ཅན་  
 མཁས་པའི་དབང་པོ་ཞོང་སྟོན་རྗེ། །འཕགས་ཡུལ་པཎ་ཆེན་སྤྱོད་ནས་སྟོན་  
 པ་བཞིན། །སྟོན་མེད་ལེགས་པར་བཤད་པའི་གསུང་གི་ཆོགས། །བྱང་སྟོང་  
 སྤྱར་བུའི་དག་ལས་སྤངས་པ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།



ཉེར་བརྒྱད་པ་སྟེང་བའི་དཔེ་ནི། དཔེ་ཉི་མའི་འོད་གྱིས་ཉི་མའི་དབྱེལ་  
འཁོར་ལ་གཟི་བརྗིད་འཛིན་པ་བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་ཉི་མ་ཡིས་ཉིན་མོ་ལ་སྤང་  
བ་འཛིན། ཡང་དཔེ་ཅན་དེ་དཔེར་བྱས་པ་བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་ཉི་མའི་སྤང་བ་  
དེས་ནམ་མཁའ་ལ་གསལ་བའི་དཔལ་འཛིན། དཔེ་ཅན་དེ་དཔེར་བྱས་པ་  
བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་གཞན་སྡེ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱི་དབང་  
ཕུག་དམ་པའི་དཔལ་འཛིན་ཞེས་སྡེ་མ་སྡེ་མ་དཔེ་དང་། བྱི་མ་བྱི་མ་དཔེ་ཅན་  
དུ་བཀོད་པ་དེ་ནི་སྟེང་བའི་དཔེ་འོ། །དཔེར་ན། སྤྱི་གཅན་གྱིས་ནི་ཉི་མ་  
འཛོམས་པ་བཞིན། །རྟ་ལྔ་ཅན་གྱིས་སྤྱི་བའི་འོད་ལ་བཞིན། །རི་དྲགས་  
མཚན་མས་པད་དཀར་འཛོམས་པ་ལྟར། །དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོས་མི་ཤེས་  
མྱོངས་ཆོགས་འཛོམས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉེར་དགུ་པ་དག་དོན་གྱི་དཔེ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས་དང་པོ་  
ནི། གང་ཡང་དག་གི་དོན་བྱེད་ཅན་རྒྱལ་ལས། གསུམ་པ་དང་གཉིས་པ་གཙོ་  
བོར་གྱུར་པ་ཉིད་གྱིས་གལ་ཏེ་དག་དོན་གྱི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱིས་བྱང་གཞི་བྱང་  
ཆོས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་འཇལ་ནས་དག་དོན་གྱི་དཔེ་སྟེ་དེ་ལ་བཞིན་སྤྱི་  
ནི་གཅིག་དང་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས།  
བཞིན་སྤྱི་གཅིག་པ་ནི། དཔེ་ཅན་གྱི་བྱང་གཞི་མངོས་མ་ཁྱོད་གྱི་གདོང་། བྱང་  
ཆོས་མིག་ནི་མི་བརྟན་པ་སྟེ་གཡོ་ཞིང་། སོ་ཡི་འོད་ཟེར་རབ་རྒྱ་གསལ་བ་

འདི་ནི། དཔེ་བྲད་གཞི་འདམ་སྒྲེས་དང་། བྲད་ཆོས་བྱང་བ་གཡོ་བ་དང་ལྷན་  
པ་དང་ནི། གེ་སར་དག་གིས་མཆོན་བཞིན་མཛེས་སོ། །དཔེ་གསུམ་གྱི་དཔེ་  
ཅན་གསུམ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མངལ་ཞིང་། གིས་ཞེས་གསུམ་པ་དང་། མཛེས་  
ཞེས་གཉིས་པ་དང་། བཞིན་སྐྱ་གཅིག་ཡོད་པའོ། །དཔེར་ན། འཇམ་དགར་  
ཕྱག་སོར་ཅེ་ན་ཤུའྲ་ལའི། །འབྲི་ཤིང་སྟེང་ན་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་ཅན། །གངས་  
རིའི་ཅེ་ན་སྤྲོད་དགར་གཡོ་བ་ལ། །ཉི་འོད་ཀྱིས་བྲབ་བཞིན་དུ་ནམ་པར་  
གསལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་བཞིན་སྐྱ་དུ་མ་ཡོད་པ་ནི། དཔེ་བརྒྱ་ཅན་སྟོང་པོ་བཞིན་དུ།  
དཔེ་ཅན་ལུས་སྤྲ་མ་གཉིས་པོ་བྲད་གཞི་དང་། བྲད་ཆོས་དཔེ་བརྒྱ་བཞིན་དུ་  
དཔེ་ཅན་དེའི་གདོང་པ། དཔེ་བྱང་བས་སྤྲང་ཅེ་སྟོང་པ་བཞིན་དུ་ནི་དཔེ་ཅན་  
བདག་གིས་འཕྱང་ཞིང་འཕྱང་ཞིང་སྟེ་དགའ་མགུར་ཅེས་སོ། །ཞེས་གྱིས་  
གསུང་པ་དང་། འཕྱང་དང་ཅེ་གཉིས་པ་བཞིན་སྐྱ་མང་དུ་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་  
ན། བེ་རྩུར་བཅེགས་པའི་རི་བཞིན་བྱབ་དབང་སྟུ། །གསེར་མདངས་མདོན་  
པར་བཟ་བཞིན་གང་གི་འོད། །རྒྱང་གིས་བསྐྱལ་རུས་མིན་བཞིན་སྤྲོད་གཉིས་  
དགས། །ནམ་ཡང་གཡོ་མེད་སྤངས་དང་རྟོགས་པ་རྫོགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སུམ་ཅུ་པ་ལྷ་བོའི་དངོས་དཔེ་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་  
དང་པོ་ནི། དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་སྟེང་སྤྲ་མ་ལ་ཉི་བར་བཀོད་

ནས། བྱེད་བྱི་མ་ལ་དེའི་ཆོས་མཐུན་གྱི་དཔེ་རབ་ཏུ་བཀོད་པས། དཔེ་དཔེ་  
 ཅན་གཉིས་དོན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཉོགས་པ་ཅན་དེ་ནི་ལྷ་བའི་དངོས་པོའི་དཔེ་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། དཔེ་ཅན་འདིར་རྒྱལ་པོ་རྣམས་  
 ནི་མང་དུ་སྐྱེས་པར་གྱུར་ཡང་། ད་ལྟ་བྱོད་དང་འདྲ་བ་ནི་གཅིག་ཡང་མེད་ལ།  
 དེའི་ལྷ་བོ་སྟེ་དཔེ་ཡོངས་འདྲའི་ཆོས་དག་ལ་དཔག་བསམ་གྱི་རྟེན་འབྲུང་ནི་  
 གཉིས་པ་ངས་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གཅིག་ །ཁོ་ནའོ། །དཔེར་ན། སྒྲོན་  
 མེའི་བསྐྱལ་པར་སངས་རྒྱས་མང་བྱོན་ཡང་། །འཁྲུའི་སྐྱེས་མཆོག་བྱོད་གྱི་  
 དོ་ལྷ་མེད། །ཆོས་བཟང་མདུན་སར་སྐབས་གསུམ་གངས་མེད་དབུས། །ཕུ་  
 ལོ་མ་དག་གཉིས་པ་སྤྱི་ཞིག་མཆིས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སོ་གཅིག་པ་མཚུངས་སྒྱུར་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད།  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེ་ལྷག་པ་གཅིག་གིས་དཔེ་ཅན་དམན་པ་གཅིག་བྱ་  
 བའི་ཆོ་ག་གཅིག་ལ་རབ་ཏུ་བསྐྱུས་ནས། གང་སྤྱོད་པ་དེ་ནི་དཔེ་ཅན་མཚུངས་  
 པར་སྒྲོན་པ་དག་སྒྱུར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད་དེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ནི། དཔེ་  
 ལྷག་པ་ཕུ་ལོ་མ་དག་དེ་དང་། དཔེ་ཅན་དམན་པ་མེའི་བདག་པོ་བྱོད་གཉིས་  
 འདྲ་བའི་རྒྱ་མཆོན། དཔེ་དེ་ཡིས་མཐོ་རིས་བསྐྱུང་བ་དང་། རིགས་ལྡན་ལྟ་  
 མིན་འཛོམས་པ་དང་། དཔེ་ཅན་བྱོད་གྱིས་ས་གཞི་སྒྱུར་བའི་མེལ་ཆེ་བྱེད་  
 ཅིང་། འགལ་ལྷའི་མེའི་བདག་པོ་འཛོམས་པའི་བྱ་བའི་ཆོ་ག་གཅིག་ལ་བསྐྱུས་

པ་སྟེ། དཔེར་ན། བྱ་རམ་ཤིང་པ་ཐེག་གསུམ་གདུལ་བྱ་དང་། །དཔལ་མགིན་  
ལྷ་སྟེགས་ཆོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཛད། །རྒྱལ་བས་མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་  
ལམ་བསྟོན་བཞིན། །ལེགས་ལྡན་གནས་སྐབས་དག་བའི་གཙུག་ལག་འཆད།  
ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

སོ་གཉིས་པ་རྒྱུ་རྒྱན་ནི། དཔེ་ཅན་རྒྱལ་པོ་བྱོད་མཛེས་པའི་རྒྱས་  
དཔེ་ལྷ་བ་དང་། གཟེ་བྱིན་གྱིས་རྒྱས་དཔེ་ཉི་མ་དང་། བརྟན་པའི་རྒྱས་དཔེ་  
རྒྱ་མཆོའི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་དཔེར་བྲན་པར་བྱའོ། །དཔེར་ན།  
ལུས་ཕྱའི་བཞིན་རས་དཀར་བས་བསིལ་སྦྱིན་མཁན། །ཡིད་དུ་འོང་བས་  
མཐོ་ངེས་དབང་མོ་སྟེ། །འཇམ་ཞིང་མཉེན་པས་ཟུངས་ལ་ཡི་འདབ། །མིག་  
དཀྱུས་བཟ་བས་དབང་པོའི་གཞུ་ཡི་ལྷ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་སྟོན་ཡོན་  
ལ། ཡོན་ཏན་དང་། སྟོན་གཉིས། དང་པོ་ལ་མཆོམས་སྐྱར་བ། དཔེར་བཟོད།  
དོན་བསྐྱུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སྟོ་ལྡན་སྟན་ངག་ལ་མི་དགོས་པ་མེད་པ་  
གང་ལ། ངེས་པར་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྟོན་དག་ནི། པོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟགས་ཐ་དད་  
པ་འདྲེས་པ་དང་། གཅིག་ཆིག་དང་མང་ཆིག་སྐྱར་བ་དང་། མིག་དམན་པ་  
དང་ལྷག་པ་ཉིད་ལའང་སྐབས་ཐོབ་གྱིས་སྦྱོར་ཤེས་ན་སྟོན་མེད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་རྟགས་ཆིག་ལ་སྟོན་མེད་པ་དང་། དཔེ་ལ་སྟོན་མེད་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེ་ཅན་མ་ནིང་འདི། དཔེ་བྱེད་མེད་བཞིན་དུ་འགྲོའོ་དཔེ་

ཅན་བྱད་མེད་འདི་དཔེ་སྒྲེས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོམ་། །ཞེས་པ་རྟགས་འབྲེས་པ་དང་།  
 དཔེ་ཅན་བདག་གི་སྒྲོགས་གཅིག་ལུ་འདི་དཔེ་ཆེ་འདི་ཕྱི་མང་པོའི་སྒྲོག་རྣམས་  
 བཞིན་ནོ། །དཔེ་ཅན་རིག་པའི་གནས་ལུ་རྣམས་བསྐྱབས་པ་དཔེ་ཡིད་བཞིན་  
 གྱི་རོར་བུ་གཅིག་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཆོག་མང་ཉུང་སྒྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་ན།  
 འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ནི་སྒྲུབ་ལ་མཆོ་བྱུང་བཞིན། །དབྱངས་ཅན་མ་ནི་མཐུ་  
 སྟོབས་གསང་བདག་ལྟར། །མངོས་མའི་གདོང་ནི་དཔེ་འདབ་ཆོགས་ཀྱན་  
 བཞིན། །མི་བདག་རྣམས་ལྟར་འཆི་མེད་གཙོ་བོ་འདི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་  
 པ་ནི། དཔེ་ས་གཞི་སྒྲོང་བ་བྲོད་བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་ལྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་  
 མངོས་སོ། །ཞེས་དཔེ་དམན་པ་དང་། དཔེ་ཆ་ཟེར་ཅན་གྱི་རུས་པ་ལ། དཔེ་  
 ཅན་མི་བདག་གཟེ་བཟིད་ཀྱིས་འགོང་བར་རུས་སོ། །ཞེས་དཔེ་ལྟག་པ་སྟེ།  
 དཔེར་ན། གཡོན་མ་བྲོད་ཀྱི་མངོས་སྒྲུག་རྣམ་འགྱུར་ལྟར། །ཆངས་པའི་སྒྲས་  
 མོ་འདི་ནི་ཡིད་དུ་འོང་། །དྲི་ཟའི་པི་མང་སྒྲན་ཞིང་འཛེབས་པ་ཡིས། །ཙ་ར་ཀ་  
 ཡི་སྐད་ཀྱི་འབྲན་ཆེ་བྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ནི། །ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་འདི་  
 དག་རྣམ་ཡང་གཏོང་བ་མིན་པ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་སྒྲོན་ལ། མཆོམས་སྒྱུར་  
 བ། དཔེར་བཟོད། མཐུག་བསྐྱབ་དང་། དང་པོ་ནི། རྟགས་ཆོག་དཔེ་དམན་  
 ལྟག་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་འགའ་ཞིག་ལ་ནི་སྒྲན་ངག་རིག་པའི་མཁས་པ་



རྣམས་མི་དགས་པ་ཡོད་དེ། དེ་རི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། གཉིས་པ་ནི། དཔེ་དང་མོ་  
 བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་པོ་རྟགས་ལྷ་བ་དཀར། དཔེ་མང་ཆོག་མཆོ་རྣམས་བཞིན་  
 དུ། དཔེ་ཅན་མཁའ་གཅིག་སྤྱི་ཅི་མ་མེད། དཔེ་དམན་པ་སྤྱི་བཞིན་དུ་དཔེ་ཅན་  
 དཔའ་པོ་རྗེ་ལ་གྲུས། དཔེ་ལྷག་པ་ཉི་མ་བཞིན་དུ་དཔེ་ཅན་མེ་བྲེར་གསལ་  
 ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དཔལ་མེད་བཞིན་འདི་རྒྱལ་བའི་མཆོན་བཟང་ལྷ། །རྒྱ་  
 སྐར་ཆོགས་བཞིན་ཀུན་འཛིན་འདབ་མ་དཀར། །མྱང་པོའི་འགྲོས་ལྟར་རྟ་ལྷང་  
 ལྷག་པར་མགྲོགས། །ཡོངས་འདུ་རི་བཞིན་སེང་ལྷང་རྒྱང་འཕྱང་དགོན། །  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། སྦྱོར་བ་དན་པ་འདི་འདྲ་བ་སྤངས་ཏེ། མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྟན་དག་གི་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡང་དག་པར་འདིར་ནི་  
 བསམ་པར་བྱོས་ཤིག།

མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒོར་བཤད་པ།

བཞི་པ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ལ། གཞུང་གིས་དངོས་སུ་བེན་པ་  
 དུག་ཅུ་ཅ་གསུམ་བཤད། མ་བེན་པ་དག་གི་དབང་སྤྱུག་གི་འགྲེལ་པ་ལས་  
 བཅུ་གཅིག་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་སྡེ་ཆོན་བཞིར་བྱེ་བའི་དང་པོ་ནི།  
 བཞིན་ནི། དམར་སེར་མདངས་ཅན་ཕུན་མཆོམས་ཁ་དོག་བཞིན། །འཇམ་  
 མགོན་ཞལ་བྲིམ་མིག་གི་བདུད་ཅིའི་དབྱིད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ལྟར་ནི། རི་བའི་

རྒྱུད་མང་སྒྲུབ་ལྟར་དབྱངས་ཅན་མའི། །སྒྲུབ་འབྲེལ་གསུང་འདི་ན་བའི་དཔལ་  
དུ་འཛེབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྟ་བུ་ནི། བརྟན་གཡོའི་ཆོས་ཀྱི་དབང་སྒྲུབ་ལྟ་  
མའི་ཕྱག། །བྱ་བའི་ཁྱིའི་ལྟ་བུར་དམར་ཞིང་མཛེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རི་  
ལྟར་སྒྲུབ་ནི། ཀ་ལ་བེད་ཀའི་སྒྲུབ་དབྱངས་རི་ལྟ་བུ། །རི་དྲགས་མིག་ཅན་སྒྲུ་ཡི་  
ཐོས་འཛིན་སྒྲུད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

མཐུན་པ་ནི། རོང་སྟོན་ཞལ་སྟོ་ལས་འོངས་ལེགས་བཤད་ཀྱི། །  
མཁས་མཆོག་ཅུ་གོ་མའི་གསུང་དང་མཐུན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མཚུངས་པ་  
ནི། གསེར་མངལ་བུ་མའི་དབྱ་སྒྲེས་ལན་བུ་འདི། །སྟང་བེལ་བཅེགས་པའི་རི་  
བོའི་མདོག་དང་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཡང་དག་མཚུངས་པ་ནི། ཡོན་  
པོར་ལྟ་བའི་འཛེན་བྱེད་པད་ཆལ་བུ། །བྱང་བའི་འཕུར་ལྗིང་བབྱེད་དང་ཡང་  
དག་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མཉམ་པ་ནི། མཆོ་ལྡན་སྒྲུ་སྟོད་འདོད་པའི་  
ཁྲོས་བུམ་གྱི། །མཛེས་པ་མཁའ་ལ་སྒྲིན་དཀར་གཡོ་དང་མཉམ། །ཞེས་པ་ལྟ་  
བུ་ཡང་དག་གསལ་ནི། རྒྱལ་བས་སྒྲེ་དགའི་རེ་འདོད་སྟོང་བ་ཡིས། །དཔག་  
བསམ་ཡོངས་འདྲའི་རང་བཞིན་ཡང་དག་གསལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེས་པར་  
གསལ་ནི། གཞལ་བར་ཆེས་དཀར་ཆོས་གཟུགས་སྒྲུ་གཉིས་ཀྱིས། །ཆོགས་  
གཉིས་པ་མཐའ་དེས་པར་གསལ་བར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རབ་གསལ་ནི།  
ཡན་ལག་བྱག་ཅུའི་དབྱངས་སྒྲུབ་རབ་གསལ་བས། །གྲངས་མེད་ཆོས་འཁོར་

བསྐྱོར་བའི་ངོ་མཆར་རྟོགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཟུགས་ཀྱི་ཆོ་བོ་ནི། མཐོང་ན་  
མི་མཐུན་མེད་པའི་མཆན་དཔེ་ལྟ། །འཇམ་བུའི་གསེར་སྤངས་རི་ཡི་གཟུགས་  
ཀྱི་ཆོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉེན་པོ་ནི། གཙུག་ན་ཆོ་བའི་རི་མོ་གསུམ་པའི་མདོ་ག།  
ཡི་རྒྱ་རྒྱུ་ལའི་སྤང་པོའི་གཉེན་པོ་བྲས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དག་ཆོ་ནི་དབྱངས་  
ཅན་ཞལ་ཀྱི་དྲི་བསྐྱང་མངར་བ་ཡིས། །མ་ལ་ཡར་སྐྱེས་གང་གི་དག་ཆོ་བྱེད།  
ཅས་པ་ལྟ་བུ།

སོ་སོར་རྟོགས་པ་ནི། དུག་སོར་ཅེ་ཡི་བེ་རྩུར་བེ་ཤང་དང་། །རབ་སྟན་  
ཆངས་པའི་དབྱངས་གཉིས་སོ་སོར་རྟོགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །མགྱིན་པ་ནི་  
དག་གི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ལེགས་འཛོལས། །ཡོངས་འདྲའི་ཤིང་དང་ཡིད་  
བཞིན་ནོར་བུར་འགན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །འདྲ་བ་ནི། དུགས་རྗེའི་མི་ཤེས་  
ཆོངས་པ་འཛོམས་པ་ལ། །མགྱིན་སྟོན་ཅན་ཀྱི་ལག་པའི་ཉག་སྟན་འདྲ། །ཞེས་  
པ་ལྟ་བུ། །ལྟ་བ་ནི། འགྲོ་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་རྗེས་བཅེ་བ། །རྩ་ཡི་བྱ་མེའི་  
རྒྱན་ལ་ལྟ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །བཅས་པ་ནི། ཉེ་རིང་མེད་པར་ཀུན་ཁྲབ་དུགས་  
རྗེ་འདི། །ནམ་མཁའི་ནོར་བུའི་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཅས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
བསྐྱེད་པ་ནི། དུལ་བྱང་ཆུ་ཞེང་གའ་པའི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱིས། །ལེགས་བྲིས་བྱ་  
མེའི་ཆོགས་ཀྱི་མཛེས་པ་བསྐྱེད། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །རིགས་མཐུན་ནི། རབ་དཀར་  
མཉེན་འཇམ་ཆུ་སྐྱེས་དབྱས་བཞུགས་པས། །མེས་པོ་གསེར་མངལ་ཅན་

དང་རིགས་སུ་མཐུན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེས་སུ་སྒྲུབ་ནི། ཡང་ཆོའི་དཔལ་  
ཡོན་དར་ལ་བབ་པ་ཡིས། །མཐོ་རིས་དབང་མོ་དག་གི་རྗེས་སུ་སྒྲུ། །ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ།

སྡེ་ཆོན་གཉིས་པ་ལ། གཟུགས་བརྟན་ནི། རྗེ་བཙུན་བརྟན་པའི་འཁོར་  
ལོའི་སྤང་བྱེད་དབྱས། །ཟུངས་སྡོན་པོའི་འདབ་མའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། སོ་སོར་སྡེབ་ནི། རབ་དམར་གཏམ་གྱི་འབྱུང་གནས་མཆུ་  
སྒོས་དང་། །བརྒྱ་རི་མ་ཀ་གཉིས་སོ་སོར་སྡེབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཟུགས་མཆུངས་པ་ནི། འཛོ་སྐྱེག་འབྱིང་བག་སྐྱུ་ཡི་རྣམ་འབྱུར་  
འདི། །རྡོ་རྗེ་དབྱངས་གྱི་དབང་སྤྱད་གཟུགས་མཆུངས་ཉིད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།  
གཟུགས་མཉམ་པ་ནི། དབུ་སྐྱའི་ཐོར་ཚུགས་ཅུང་ཟད་གཡོན་ཕྱོགས་པ། །དྲི་  
ཟའི་བུ་མོའི་མཐོན་མཐིང་སྐྱའི་གཟུགས་མཉམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཟུགས་  
ཡང་དག་པར་གཞལ་བ་ནི། མི་ཤེས་ཏེ་བ་གཅོད་པའི་རལ་གྱི་ཡིས། །མིག་  
སྟོང་ཅན་གྱི་ལག་ཉལ་ཡང་དག་གཞལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མཆོན་ཉིད་མཐུན་པ་  
ནི། ཤེས་རབ་སྤང་བ་མ་ལུས་སྦྱེད་པ་ལ། །ཆངས་སྤྲས་དབྱངས་ལྡན་མ་དང་  
མཆོན་ཉིད་མཐུན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མཆོན་ཉིད་འདྲ་བ་ནི། ལི་བྲིའི་མདངས་  
གྱི་མརྗེས་པ་འཛིན་པ་ལ། །དབང་ཕྱོགས་སུན་མཆོམས་གསར་པའི་མཆོན་  
ཉིད་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མཆོན་ཉིད་མཆུངས་པ་ནི། ཞལ་བྲིམ་འཇུ་མ་གྱིས་

འགྲོ་བའི་དབྱུགས་དབྱུང་བར། །ཀྱན་མཁེན་ཉི་མའི་རྒྱད་དང་མཆོན་ཉིད་  
མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བྱག་པ་འདིའི་སྒྲོར་ལུགས་འགྲེལ་པ་རྣམས་ལ་མི་  
གསལ་ཡང་། སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲོན་འགྲོ་བ་རྩེ་ཏའི་ལེགས་པར་བཤད་པའོ།

མཐུན་ཕྱོགས་ནི། ལྷ་ཆོགས་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྱད་པ་དང་། །  
མཐུན་ཕྱོགས་མིག་སྒྲུའི་གན་མཛོད་ནོར་གྱིས་དབྱ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། དཔེར་  
བྱས་ནི། སྒྱུ་ཉིད་ལྷ་རྩེས་དར་གྱི་ལྷབ་ལྷབ་གོས། །རྣམ་བཤའི་དཔེ་རུ་རྒྱུད་གི་  
རྒྱལ་མཆོན་བྱས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། །དཔེ་ནི། བྱག་སོར་ཅེན་འདམ་སྒྲེས་  
གཡུར་བ་བའི། །དཔེ་རུ་འབྲི་ཤིང་ཡལ་གར་མེ་ཏོག་ལྡེམ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།  
ཏོག་ནི། མཐའ་བྲལ་སྒྲ་བའི་མ་མའི་གཏིང་དཔག་གིས། །ཆོས་ཀྱན་གཞལ་  
བའི་བྱགས་གྱི་ཆད་ལ་ཏོག །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། དམན་པ་ནི། གང་གི་རིགས་པ་  
སྒྲ་བའི་རྣམ་དབྱེད་ལས། །པན་སེམས་ཞན་པས་ཕྱར་བའི་སྤང་ཚུལ་དམན། །  
ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། རུང་བད་དམན་པ་སོགས་ནི། གང་དང་མཁེན་བཅེ་མཚུངས་  
པའི་དབྱངས་ཅན་ལྷ། །ཁྲིད་ལས་ཉིན་གྱི་སྒྲོན་ས་རུང་བད་དམན། །ཞེས་པ་ལྷ་  
བྱ། རབ་ཏུ་སྒྲ་བ་ནི། ཆོས་ཀྱན་དབྱངས་སུ་ལེན་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་། །བྱར་  
ཕུད་ལྷ་པའི་ཞལ་ལས་རབ་ཏུ་སྒྲ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། སོ་སོར་སྒྲོག་ནི། མཉེན་  
འཇམ་ལྷག་དང་ཆེམས་དཀར་བཞི་བཅུའི་བྲེང་། །པད་འདབ་ལུ་ཏིག་བྱག་  
རིས་སོ་སོར་སྒྲོག །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ།



རིགས་མ་ཐུན་མཉམ་བྱས་སྒྲུ་དག་ནི། འགྲོ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་  
 ཟུར་མིག་གིས། །དབྱངས་ལྡན་སྒྲུང་བྲེད་དག་དང་རིགས་སུ་མ་ཐུན། །ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུ། གང་ཡང་དཔེ་དོན་གཉིས་ཀ་དམན་པ་མིན་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་  
 ཆོས་མ་ཐུན་པ་ནི། སྟོབས་བཙུ་མངའ་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས། །རྒྱན་  
 ཆད་མེད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཆབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ཆོས་ཐུན་མོང་ནི།  
 མཆོག་དམན་སྐྱེས་བུ་ཀུན་གྱི་ཐུན་མོང་དུ། །ལོངས་སུ་སྦྱོང་པའི་ཉི་འོད་  
 གསེར་ལྡན་གཞི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གྲིབ་མ་འབྲུག་པ་ནི། ཆོས་ལྡན་ས་དབང་  
 རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བློན་ས་དང་། །སྡོན་པའི་གྲིབ་མར་འགྲོ་རྣམས་བདེ་བར་  
 འཕོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེ་ཆོན་གསུམ་པ་ནི། གང་གི་གདོང་རི་བོང་གི་མཆོན་  
 མའི་གདོང་པ་ཅན་ཞེས་སོགས་གཞི་མ་ཐུན་དུ་བསྐྱས་པ་དང་། འབྲུ་མང་པོའི་  
 ཆོག་སྤྱད་ནི། རྣམ་མཁའི་མཁྱེན་པ་ཆར་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །དྲི་བའི་སྒྲུ་  
 དབྱངས་གསུང་དང་བྱང་བའི་སྒྲུ། །མཆོམས་སྤྱོད་སྒྲ་གོས་གསེར་གྱི་རི་  
 དབང་དཀྱུས། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་རི་འདོད་རྣམ་པར་སྐྱོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
 འགྲན་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བདེ་བ་ཆེས་སྟོར་བས། །ཀར་ཤི་མཛེས་དགའི་  
 ལུས་ལ་རྣམ་པར་འགྲན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱལ་བ་ནི། འོད་གྱི་ཐུང་པོའི་གཟི་  
 ལྡན་ཞལ་གྱི་བྲིམ། །སྒྲ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་ཏེ་ལྡང་ཅན་ལས་རྒྱལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
 སྤང་བ་ནི། བསེལ་ལྡན་ཁ་བའི་རི་ལ་ཆེས་སྤང་བའི། །རབ་དཀར་མཛོད་སྤྱི་

མངེས་པ་ངོ་མཆར་མད། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། །འཁུ་བ་ནི། རྣམ་དཔྱོད་རྒྱ་གར་  
 མཁས་ལ་འཁུ་བ་ཡི། །ཤོང་སྟོན་འཆད་ཅོད་ཅོམ་པའི་ཚུལ་འདི་དཔལ། །ཞེས་  
 པ་ལྷ་བྱ་མི་མཐུན་སྟོག་པ་ནི། བོད་ཡུལ་ཤེས་ལྡན་ཆོས་སྐྱོང་བཟང་པོ་དང་། །  
 ལྷ་ཡི་སྤྲ་མའི་སྤང་ཚུལ་མི་མཐུན་སྟོག་ །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། །འཐབ་པ་ནི། གཡོན་  
 མིག་མངེས་མའི་སྟེམ་པ་ཚུ་སྐྱེས་གཉིས། །དཀར་ཞིང་མངེས་པའི་ཚུལ་ལ་  
 རྣམ་པར་འཐབ། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། །འཕྱ་བ་ནི། དཔང་སྟོན་སྟོ་གྲོས་བརྟན་པའི་  
 ལེགས་བཤད་གྱིས། །བཀ་ཆེན་དཀྱིའི་གསུང་ལ་རྣམ་པར་འཕྱ། །ཞེས་པ་ལྷ་  
 བྱ། སྤྲ་འབེབས་བྱེད་པ་ནི། །འབྲུག་སྤྲ་མངལ་འཛིན་སྟོ་གཤོག་རབ་རྒྱུང་བས། །  
 རྣམ་བཟང་དབང་པོའི་གཞུ་ཡི་དམའ་ཡང་འབེབས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། སྟོད་པ་ནི།  
 རྩ་མ་ཁ་ཡི་རྩོན་པོའི་ཉག་སྟན་གྱིས། །གྲོང་གསུམ་འཛོམས་པའི་མདའ་ལད་  
 སྟོད་པར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

ཅོ་འདྲི་བ་ནི། །འཛིགས་མེད་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པའི་སྟོང་སྟོབས་གྱིས། །  
 གདོང་ལྡེའི་དབང་པོའི་ཚུལ་ལ་ཅོ་འདྲིར་འོས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། །འགོག་པ་ནི་  
 སི་ཏར་འདོད་སྟོས་སྤྲ་ཡིས་མགྱོན་ནག་གི། །ཆགས་པས་དཀའ་བྱབས་ཉམས་  
 པའི་སྐྱད་གསང་འགོག་ །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། རྟོད་པ་ནི། །ལང་ཀའི་བདག་པོའི་ཡན་  
 ལག་མཆོག་བཅད་པས། །ཁྱབ་འཇུག་ཆངས་མགོ་བྲེགས་པའི་དཔའ་ལ་  
 རྟོད། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། ཐུག་དོག་ནི། ཅིག་ངོས་འབོད་གྲོགས་ཤར་བས་ལྷ་བའི་

གཟུགས། །བརྒྱ་ཐག་རྗེར་བུར་སྒྲར་ལ་ཐག་དྲག་གོ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། མི་བཟོད་  
པ་ནི། །ལང་ཆོ་དར་བའི་སྐད་མེད་སོར་མོ་ཡིས། །དབྱར་སྐྱེས་ལྷག་ཐག་  
གཞོན་ཅུ་མི་བཟོད་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བན་བདེའི་བསེལ་མངར་རབ་བྱེན་པས།     །ལྟོ་ཕྱོགས་དྲི་བཞོན་སྐལ་བཟང་  
 རྣམ་པར་སྟོག། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡི་མངའ་ས་པ་བྱམ་པར་བྱེད་པ་ནི། །ཉེས་  
 པའི་སྒྲིན་དང་དང་བྲལ་བའི་མངའ་ས་ཡིས། །ལུ་སྟེགས་གཏམ་གྱི་མངའ་ས་པ་  
 བྱམ་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་དང་འགྲན་ལས་ཆར་གཙོད་པ་ནི། མཐུན་  
 དང་བཅེ་བ་ནམ་མཁའི་མཐར་སྟེགས་པས།     །ན་གཤི་གྲོང་བྱིར་ཁ་ཞེང་ཆར་  
 བཅད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དང་མཚུངས་ལས་ལྷག་པར་མངའ་ས་པ་ནི།  
 དབྱངས་ཅན་བྱར་མིག་འཕྱལ་འདི་པད་ནང་དུ། །རྐང་དུག་འཕྱར་དང་མཚུངས་  
 ལས་ལྷག་པར་མངའ་ས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡི་རྗེས་སུ་རྐང་པ་འཛོགས་པ་ནི།  
 ལྷན་འགྱུར་དབྱངས་ལ་ཀ་ལ་བིང་ཀའི་སྒྲ། །དྲི་བའི་བི་ཨྲི་རྗེས་སུ་རྐང་པ་འཛོགས།  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡི་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བརྟམ་སྟོད་ཚུལ་ལ་ཡིད་ནི་  
 གསལ་བྱེད་པས། །མ་དུག་པ་དེར་ཉི་མའི་རྒྱས་པ་འཇུག། ཅེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་  
 ཡི་རྗེས་འགོ་རྗེས་སུ་འཆིང་བ་ནི། །ཟླ་གཞོན་ཞགས་པའི་རྗེས་སུ་སྟེགས་པ་ཡི།  
 བདུད་ཅིའི་བེར་གྱི་བདེ་བས་རྗེས་སུ་འཆིང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །དེ་ཡི་ངང་

ཚུལ་དེ་འགོག་པ་ནི། དཔང་ལོ་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་ངང་ཚུལ་གྱིས། །དབུས་  
འགྱུར་པ་ཆེན་མཁས་པའི་གྲགས་སྟན་འགོག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ཡི་  
རྗེས་སུ་བྱེད་ཅེས་པ་ནི། མང་ཐོས་སྐད་གཉིས་སྒྲ་བའི་དབང་པོ་ཁྱོད། །རིག་  
བྱེད་སྒྲ་ལ་ཆངས་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་སྡེ་ཆོན་བཞི་པོ་སྟོམས་  
པའི་སྒྲ་བྲུག་ཅུ་ཙུ་པོ་རྣམས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་ནོ། །མ་ཟེན་པ་  
ངག་གི་དབང་ལྷུག་གི་འགྲེལ་པ་ལས་བཤད་པའི་དང་པོ་ཆ་ནི། འཕྲུག་བྱེད་  
བྱུང་གིས་གཡོ་བའི་ཆ། །བྲུ་མ་ར་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གྲོགས་  
ནི། ཡི་རྒྱ་རྒྱུ་ལའི་འཁྲི་ཤིང་དེ། །ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིན་མའི་གྲོགས་པོ་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་  
བུ། སྟན་ཟླ་ནི། གང་གི་འཇམ་མཉེན་མཚུ་སྟོས་གྱིས། །ཡུལ་དམར་པོའི་  
སྟན་ཟླ་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། མཐོང་བ་ནི། གངས་རིའི་དུམ་བུ་ལྟར་དཀར་  
བར། །སོ་ཡི་སྤང་བ་བདག་གིས་མཐོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཐོས་པ་ནི། བརྒྱ་རྩ་  
ཡི་སྤིང་བུའི་སྐད། །ཁྱོད་ཀྱི་མགྲིན་པའི་དབྱངས་ལས་ཐོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
བར་པ་ནི། རྒྱེ་བ་ལྷ་པའི་རི་མོ་ཡིས། །གང་གི་མགྲིན་པ་གསལ་བར་བར། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེག་པ་ནི། འདྲོད་པའི་སྟོས་བུམ་བུང་གིས་ནི། །བལ་གྱི་སྤང་  
པོའི་སྟར་དེག་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བམ་པ་ནི། སྤྲ་ཞིང་ལྷུ་མ་པའི་སྐད་སྐབས་  
གྱིས། །འཁྲི་ཤིང་གཞོན་ཅུ་པམ་པར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། སྟེག་པ་ནི། ལྷ་  
ཆོགས་ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་གྱིས། །རྣམ་ཐོས་བུ་ཡི་ནོར་ལ་སྟེག། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

འཛོག་པ་ནི། ལུ་སྒྲེས་ཀྱིས་བརྟེན་ཞབས་པད་བྱང་། །ལྷར་བཅས་འགྲོ་བའི་  
སྒྲི་བོར་འཛོག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། སེམས་པ་ནི། དན་པས་དོན་ཀྱན་སྟེར་བྱེད་པ།  
དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོ་ཡིན་པས་སེམས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བྱར་མཁར་བས། སྐབས་འདིར་སྒྲར་ཐང་པ་ལ་དགག་པ་མཛད་པ་ནི་  
མ་དག་པས་དག་པ་སྒྲུན་འབྲིན་པར་འདུག་ཅིང་། སྐབས་འདིའི་འདྲ་བ་ནི། ཟླ་  
བའི་དགྱེལ་འཁོར་དང་དབྱངས་ཅན་མའི་ཞལ་གཉིས་མཚུངས་ཤིང་འདྲ་བ་  
ཡིན་ལ། རབ་བརྟགས་ཀྱི་འདྲ་བ་ནི། མི་འདིས་བྱ་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་པར་  
འདྲ་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་འདྲ་བ་དེ་ཡིན་པས་དེས་མཚོན་ཏེ་ནོར་འཁྱུལ་འབྱུང་  
བའི་གནས་མེད་པས། མཁས་པ་བྱར་མཁར་པ་ཡང་སྐབས་འདིར་འཁྱུལ་ན་  
དིང་སང་གི་སྒྲན་ངག་པ་སྒྲོ་ཆུང་རྣམས་མགོ་བོ་འཁོར་བ་བདེན་མོད། འོན་  
ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མདུད་པ་བཀྲོལ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱོས་ཤིག།

དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་པའི་བཤའ་པ་རྣམས་ནི་པལ་ཆེར་ཉེས་བཤའ་  
ཁོ་ནར་འདུག་པས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་སྒྲོ་  
ལྷན་མི་དགོས་མེད་གང་ལ་ཞེས་པར་གང་ལ་མཁས་རྣམས་མི་དགོས་པའི་  
ཞེས་འདོན་པ་བསྒྱུར། མ་ནིང་འདི་འགྲོ་བྱེད་མེད་བཞིན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
དམིགས་བསལ་སྒྲོན་མེད་པ་རྣམས་སྒྲོན་ཡོད་པར་བསྒྱུབས་ནས། འབྲེལ་པ་  
སྒྲ་མ་རྣམས་མ་དག་ཅེས་ཟེར་བ་འདི། དཔང་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་



འགྲེལ་པ་ཡང་མ་དག་པར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིན་འདུག་པ། རྒྱ་གར་བ་དང་མི་འབྲེ་བའི་  
མཁས་སློན་དབྱེ་བ་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་རྣམས་ཀྱིས་མཛོ་རྟ་བྱི་གསུམ། ཡོལ་  
སྒོར་བྱི་ནང་། མོངས་པའི་འཁོར་བྱི་འདུ་འགོད་སྤྱར་སྒྲངས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་  
ཀྱི་གོང་བུ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་ཅི་བའི་སྟབས་ཀྱིས། བྱིད་ཅག་ཀམ་པའི་  
སྒྲ་ཆེན། ལྷའི་སོ་བ་དར་ཟབ་ཀྱིས་དེལ་བ་རྣམས་ལང་ལ་ཞོར་ཏེ། བྱི་ཀན་ཐོག་  
ཁར་བཞག་ན་གནམ་ཀྱི་སྐར་མར་སྟེག་པའི་དཔེ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་  
སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་བསྟན་པ་བསྟུབ་པ་ལ་བདུད་སྒྲིག་ཅན་བསམ་བཞིན་དུ་  
རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རྟགས་བཟུང་ནས་འོངས་པར་གདོན་མི་ཟེའོ།

### གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒོར་བཤད་པ།

གསུམ་པ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། དཔེ་  
རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་དུ་མཐུག་བསྟུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། དཔེ་དང་དཔེ་  
ཅན་དུ་སྒྲུང་བ་མིན་པར་གྱུར་པ་ཡི་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་དཔེ་ཉིད་དག་  
ནི་གཟུགས་ཅན་དུ་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ། ཉི་ཤུ་ལས། དང་པོ་བསྟུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི། དཔེ་  
ཅན་གྱི་བྱེད་གཞི་དཔུང་པ་ནི། དཔེའི་བྱེད་གཞི་འབྲི་ཞིང་གཟུགས་སུ་བཞག་དུ།

ཁྱད་ཆོས་ལག་པ་དང་སོར་མོ་དག་པར་དང་ཡལ་འདབ་ཀྱི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་ཅིང་། དབྱེར་པའི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་རྣམས་བསྐྱུས་པའོ།  
དཔེར་ན། ཉི་མའི་རྒྱུད་འབྱེད་པ་གཟུགས་སུ་ཀྱན་གསལ་ངོས། །ཐགས་བཟང་  
ཚུ་འཛིན་ཐེང་དཀར་ལེགས་འབྲིགས་ཤིང་། །ཟབ་རྒྱས་དམ་ཆོས་དབྱེར་རྩ་  
སྒྲོགས་པ་ཡིས། །སྐལ་ལྷན་སྒྲོགས་པ་མདོངས་མཐའ་སྒྲོས་གར་བྱེད། །ཅེས་  
པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི། དཔེ་ཅན་ལག་པ། དཔེ་  
འབྲི་ཤིང་གི་གཟུགས་དང་། སོར་མོ་རྣམས་ཡལ་འདབ་དང་། སོར་མོའི་འོད་  
ཟེར་ནི་མེ་ཉོག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པར་གྱུར་པས། དབྱེད་ཀྱི་དཔལ་ལྷར་  
མཛེས་པ་ཁྱོད་ནི། དེད་ལ་བདེ་བ་སྟོར་སྟོར་མདོན་སུམ་དུ་རྒྱུ་ལོ། །ཞེས་ལག་  
པའི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་མ་བསྐྱུས་པའོ། །དེ་ཡང་ཞེས་པ་འདི་ནི་  
མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ།  
དཔེར་ན། འཇམ་དཀར་སྐྱུ་ཡི་མན་ཤེལ་ལྷན་པོ་ལ། །བཙུ་དྲུག་ལང་ཆོའི་རྟ་  
བདུན་གཟེ་མདངས་ཅན། །མཛེས་སྐྱུག་འབྱིང་བའི་བང་རིམ་བཞིས་མཛེས་  
ཤིང་། །མད་བྱུང་མཐེན་པའི་རང་བཞིན་བརྟན་ཅིང་བཟིད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་བསྐྱུས་དང་མ་བསྐྱུས་པ་ནི། དཔེ་ཅན་བཞིན་རས་དང་  
འཇུ་མས་པ་གཉིས། དཔེ་སྒྲུབ་དང་སྒྲུབ་པའི་འོད་ཅེས་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་

པའི་དང་པོའི་རྣམ་དགེ་བླ་པ་བསྐྱུས་ལ་བྱི་མའི་མ་བསྐྱུས་བས་གཟུགས་  
 ཅན་བསྐྱུས་དང་མ་བསྐྱུས་པའོ། །དཔེར་ན། རབ་མཛེས་ལང་ཆོའི་དབྱིད་ཀྱི་  
 དཔལ་མོ་ལས། །དཀར་འཇམ་ཞལ་བྱིས་ལྷན་ལ་འདབ་གཡོ་ཞིང་། །སྙན་  
 འགྱུར་གསུང་གི་བྱང་བའི་སྤྱད་བྱངས་ཅན། །དབྱངས་ཅན་སྤྱི་ཡི་བད་དཀར་  
 སྤོང་བྱ་ལྷུ་མ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ལ། དཔེ་དང་། རོན་བཤའ་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། བྱད་གཞི་དཔེ་ཅན་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་ཞབས་ནི་དཔེ་ཆུ་སྤྱེས་ཀྱི་  
 གཟུགས་སུ་བྱས་ཤིང་། ཞབས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་སོར་མོ་དམར་བ་དང་། སེན་  
 མའི་འོད། བརྒྱའི་བྱད་ཆོས་འདབ་སྤོང་དང་། གེ་སར་ཅན་ཏེ། དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 རྣམས་གཅིག་ཡོད་ལ་གཅིག་མེད་པ་མ་ཡིན་པར། མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་  
 བཀོད་པའི་རྒྱུ་པ་འདི་ནི། ས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་འཛིན་ནོ། །དཔེར་ན།  
 མཉེན་འཇམ་བླ་གི་ཡལ་ག་རབ་རྒྱས་ཅེར། །སོར་མའི་ལྷན་སྤྱན་གཞོན་བྱ་  
 རྣམ་པར་གཡོ། །བེའུར་སྤོན་པོའི་པི་ལང་འདབ་མ་ཅན། །ཆངས་སྤྱེས་སྤྱི་  
 ཡི་ལྷན་འདི་མཛེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

གཉིས་པ་ནི། ཡན་ལག་སོར་མོ་སོགས་ལ་འདབ་མ་སོགས་གཟུགས་  
 སུ་བྱས་པ་དང་། ཡན་ལག་ཅན་རྒྱུ་པ་དང་བརྒྱ་ཉིད་གཟུགས་སུ་བྱས་ནས།  
 དེ་འགོད་ཡུལ་གྱི་འོས། ས་སྤྱོད་གི་ཆངས་གནས་སུ་རྣམ་པར་བཀོད་པ་འདི་

ནི་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །ལྷ་པ་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒོ་བྱར་ཉིད་དུ་ནི། གཏུམ་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཆ་ཤས་ཅན་ནི་གང་གི་ཡང་གཟུགས་སུ་མ་བཞོད་ལ། ཆ་ཤས་མཆུ་དང་། རྩལ་གྱི་ཚུ་ཡི་ཐེགས་པ་གཉིས་པོ་ཡལ་འདབ་གཡོ་བ་དང་ཟུ་ཏིག་གི་དོག་པའི་འོད་ཅན་འཛིན་པའི་གཟུགས་སུ་བཞོད་དོ། །དཔེར་ན། མང་དུ་ཐོས་པའི་རལ་ཁྱར་རབ་སྒྲེ་ཞིང་། །གནས་ལྷ་རིག་པའི་ལུས་སྟོབས་རྣམ་པར་རྒྱས། །མཁས་མང་གངས་རིའི་སྒོ་ལ་འབྱེད་མཛད་པ། །དཔང་ལོ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒོ་ལྷན་དགའ་བ་སྐྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། འདིར་ནི་རྩལ་ཚུ་ཟུ་ཏིག་གི་དོག་པར་བྱས་ཤིང་། མཆུ་ཡང་ཡལ་འདབ་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བྱས་ཀྱི། ཆ་ཤས་ཅན་གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་མ་བྱས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

དུག་པ་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆ་ཤས་ཅན་གདོང་པ་ནི་འདམ་སྐྱེས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཞོད་ལ། ཆ་ཤས་སྒྲིན་མ་འཁྱོག་པ་དང་། རྩལ་གྱི་ཚུ་ཡི་ཐེགས་པ་ནི་ཐག་པ་དང་། ཐིག་དག་ཀྱན་ཏུ་དམར་བ་གསུམ་པོ་འདི་གང་གི་ཡང་གཟུགས་སུ་མ་བཞོད་ཅིང་། རྣམ་འགྱུར་འདིས་སྒྲོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན། འཇམ་དབྱངས་བཞིན་རས་ལི་ཁྲིའི་ཐིག་ལེའི་ངོས། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པའི་སྒྲུན་དགྲུས་དང་། །རི་སྟོད་ལེགས་བཤའ་སྒྲོག་པའི་ཞལ་གྱི་

སྒོ། །འཛུམ་པས་སྐལ་བཟང་སྐྱེ་དགའའི་ངལ་གསོ་སྟེར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་  
པ་ནི། འདིར་ནི་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་སྟེན་མ་སོགས་དག་རྣམ་འགྱུར་མ་བྱས་  
ལ། གདོང་པ་ཉིད་པར་བཞག་པར་བྱས་པ་དེས་ན་འདི་ནི་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་  
གཟུགས་ཅན་ནོ།

བདུན་པ་ཡན་ལག་གཅིག་པའི་གཟུགས་ཅན་ལ། དཔེར་བཞིན་དང་།  
རིགས་འགྲེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་ཁྱོད་གྱི་གདོང་པ་དང་། ཡན་  
ལག་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་མཛེས་མ་སྟེན་པའི་མཁུར་ཆོས་དམར་པོ་གཉིས་  
གཟུགས་སུ་མ་བཞག་ལ། ཡན་ལག་གི་ནང་ནས་མིག་གཅིག་ཕུ་ཟུངས་  
དམར་པོའི་གཟུགས་སུ་བཞག་ཅིང་། འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་འདི་ཡིས་ཡང་  
སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཆགས་པས་དམར་བའི་རང་བཞིན་དུ་བྱས་སོ། །ཡན་ལག་ཅན་  
གདོང་གི་ཡན་ལག་མིག་ཟུངས་དུ་བཞག་པའི་མཛེས་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ཅན་  
སྐྱ་སྟོས་ཏེ་བདག་པོའི་སྐྱ་སྐྱར་བའི་ལྷན་རྒྱུན་གྱི་པའི་ཤུལ་ཡིན་པས། མཆུ་  
གཡོ་བ་སོགས་བྱེད་ལས་གཙོ་ཆེ་བའི་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་དང་མི་འབྲ་  
བའི་བྱེད་པར་རོ། །དཔེར་ན། ཞིང་འདིར་མཆོག་གི་སྐུ་སྐུའི་རྣམ་རྟེན་གྱིས།  
མཆོག་དམན་གདུལ་བྱར་ཆོས་འཁོར་ལེགས་བསྐྱོར་བའི། །སྟན་བཟེད་  
གསུང་གི་དབྱར་གྱི་རྩ་གསང་ཅན། །མདོན་མཐོངས་ལེགས་མ་ལུས་གཅིག་  
ཏུ་སྟོན། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ནི་རྒྱ་མཆན་དེས་ན་འདི་ནི་ཡན་ལག་



གཅིག་པའི་གཟུགས་ཅན་ཏེ། དེ་ལྟར་འདིར་ནི། དཔེར་ན། ཆོས་གང་ཡིན་  
པའི་ཡན་ལག་ལྔ་ཙམ་ཞིག་ཆོག་ས་བཅད་དེ་ལ་གསལ་ཡོད་ན། དེའི་ཁྲོད་  
ནས་གཉིས་ཙམ་ཞིག་གཟུགས་སུ་སྒྱུར་ཞིང་ལྷག་མ་རྣམས་མ་སྒྱུར་ན་ཡན་  
ལག་གཉིས་པའི་གཟུགས་ཅན་སོགས་ཀྱི་མཆོན་ཏེ། ཡན་ལག་གསུམ་པ་  
སོགས་རྣམས་ཀྱང་འབྲུག་ས་ལ་ཏོགས་པར་བྱའོ།།

བྱར་མཁར་བས་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་  
དཀའ་དཀའ་ལྟར་མཛད་ཀྱང་། ཆོག་ས་བཅད་གཅིག་ལ་ཡན་ལག་ལྔ་ཙམ་  
ཞིག་གསལ་ན། ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ཀྱི་སྐབས་ཡན་ལག་ལྔ་ཀ་གཟུགས་  
སུ་བཀོད་དགོས་པས་བྱུང་གཞི་སྒྲུབ་པའི་གནས་མེད་དོ། །བྱར་མཁར་བ་  
སོགས་སྒྲུབ་དག་བསྐྱབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོགས་པ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་འདུག་ལ།  
དེང་སང་མ་བསྐྱབས་པར་ཤེས་ཆོམ་ཀྱི་ཆོག་ས་བཅད་དམ་དུ་མ་སྒྱུར་ཤེས་  
པ་ལ་སྒྲུབ་དག་མཁན་དུ་འཛིན་པའི་རི་བོང་རྩེ་སྒྲུབ་ཆེན་རྣམས་ལ་ཐེ་ཆོམ་  
ཡང་མི་འདུག་གོ།

བརྒྱུད་པ་ལྟར་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི། ལྟར་དང་ཞེས་པས་མིང་བསྟན་  
ནས། དེ་རི་ལྟ་བུ་སྟམ་ན། གདོང་ནི་མེ་ཏོག་འཇུ་མ་ཞིང་འབར་བའི་གཟུགས་  
སུ་བཀོད་གཡོ་བའི་མིག་བྱང་བའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པས། དཔེ་ཅན་གཉིས་  
ལྟར་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་མ་ཟད། དཔེ་མེ་ཏོག་དང་བྱང་བ་དག་འགྲོགས་པས་

ལྷན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི། དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་སྟེང་པའི་འབྲི་ཤིང་ཅིང་།  
 བེ་མང་ཁུ་བྱུག་སྤྱི་སྟེང་། མགོ་སྤྱི་མཐེང་ཁའི་ནམ་མཁའ་ལ། རྫོང་  
 བུའི་རྒྱན་གྱི་འོད་ཚོན་འཕྲོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དགྲུ་པ་མི་ལྷན་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་ནི། མི་ལྷན་ཐ་དད་བྱེད་ཅེས་པའི་མིང་བསྟན་ནས། གདོང་འདི་འཇུ་མ་པ་  
 ཟླ་བ་འོད་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད། ལྷན་པའི་མིག་ནི་ཡུའྲ་ལའི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་ནས། དཔེ་ཟླ་འོད་ལྷན་པ་གཉིས་མི་ལྷན་པས། ལྷན་མིན་ཞེས་པའི་  
 གཟུགས་ཅན་ནི། དཔེར་ན། མཆུ་སྟོས་ལྷ་དུམ་ལྷ་རའི་འདབ་མའི་དབུས། །  
 སྒབ་འཇམ་རོ་འཇིན་སྟོག་དམར་རབ་འབྲུག་ཅིང་། མ་འདྲེས་རྣམ་པར་བཟྱ་  
 བའི་སྤྱན་གྱི་འཇལ། སྤྱིན་མའི་ནགས་སྤྱང་སྤྱག་པོའི་ཁྲོད་ན་གཡོ། ཞེས་པ་  
 ལྟ་བུ། བུ་པ་མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་གཟུགས་སུ་བྱས་པ་དང་ཡན་ལག་རྣམས་  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་པར་འགའ་ཞིག་གཟུགས་སུ་བྱས་ལ། འགའ་  
 ཞིག་གཟུགས་སུ་མ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་པ་མི་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ནི། འདོད་པས་སྟོས་པའི་མཁུར་  
 ཆོས་རབ་ཏུ་དམར་བ་གཟུགས་སུ་མ་བྱས་ལ། སྤྱིན་མ་འབྲི་ཤིང་། འབྲི་ཤིང་  
 གར་བྱེད་པ་དང་། མཛེས་མ་ཁྲོད་ཀྱི་གདོང་ཟླ་བ་དང་། ཟླ་བ་ཡིད་སྤྱབས་ཀྱི་  
 གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས། འདི་ཡིས་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཆགས་པས་གཞོམ་

པར་རྒྱས་སོ། །དཔེར་ན། གསུང་དབྱངས་ན་པར་སྒྲུབ་འཛེབས་ཤིང་། །སྒྲུབ་  
 ཟུང་རྒྱུག་ངང་མོ་དཀར། །དབྱངས་ཅན་གཟུགས་སྐྱེའི་པད་དཀར་གྱིས། །  
 ལེགས་བཤད་སྤང་ཅིའི་བཅུད་བཟང་སྟེར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཅུ་གཅིག་པ་  
 བྱུང་པར་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ཅན་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 འཕྲོག་བྱེད་གྱི་རྒྱུ་པ་ཏྲོག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་སྟེ། རྩ་ཡི་བྱ་མོ་ཆུ་བོ་  
 གོ་གྲུ་ཡི་གོས་ཏེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རས་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས།  
 རྒྱལ་མཚན་དེའི་ཅེར་ཏྲོག་དེ་བཏགས་ནས་ཕྱར་བ་ཡིས། ལྟ་མ་ཡིན་ནམས་  
 ལ་དབྱས་གནོད་པའི་དོགས་པ་མེད་ཅིང་། ལྟ་ནམས་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
 གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག །དཔེར་ན། ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པའི། །མཁྱེན་པའི་རལ་གྱི་མཁའ་ལ་ཕྱར་བ་ན། །གཡུལ་ངོའི་  
 དམག་ཆོགས་འཛིགས་པའི་དོགས་བྲལ་ཞིང་། གངས་ཅན་བྱ་བ་བསྒྲུབ་འཛིན་  
 རྒྱལ་ས་དགའ་བ་སྟེར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། མང་ཐོས་སྒྲུབ་པས། སྐབས་འདིར་  
 གཞུང་དོན་དང་མི་འབྲེལ་བའི་ཏྲོག་གི་བའི་སྒྲོས་བྲས་གྱི་ཆོག་བརྗོད་པ་ནི་  
 སྟོང་པོ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། གང་ཞིག་ཁྱབ་འཇུག་གི་རྒྱུ་པ་ཏྲོག་ཏུ་བཀོད་པའི་བྱུང་  
 པར་གྱི་མཐུས་དགའ་སྟོན་གྱི་ཆོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་གཟུགས་སུ་བྱ་བ་པ་འདི་  
 འདྲ་བ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱུ་པ་གོ་གྲུའི་ཞབས་བསིལ་དང་བཅས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་

ངོ་པོ་བཀོད་པ་འདི་ནི། ལྷ་དགའ་ཡང་ལྷ་མིན་ལ་དོགས་པ་མེད་པའི་བྱང་ཆོས་  
དང་ལྷན་པས་བྱང་པར་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བརྩ་གཉིས་པ་འགལ་བའི་གཟུགས་ཅན། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
དཔེའི་བྱ་བ་བརྒྱ་རྣམས་ནི་མི་འཇུག་པ་སྟེ་མི་བྱམ་ཞིང་། རྣམ་མཁའ་ཡང་མི་  
འགོ་བའི། དཔེ་ཅན་བྱོད་ཀྱི་གདོང་ལྷ་བའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པས། དཔེས་  
མི་བྱེད་པའི་བྱ་བ་བདག་གི་ནི་སྟོག་རྣམས་འཕྲོག་པ་ཉིད་དུ་སྤྲུགས་སྟེ། །  
དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་སྟེད་ལྷན་གཡོན་མིག་མས། །འགོ་བའི་ཉོན་  
མོངས་ཆོགས་རྣམས་མི་སྟོད་ཅིང་། །འབྲིག་པའི་བདེ་བ་སྟེར་བར་མི་བྱེད་  
པར། །ཆགས་བྲལ་ས་དང་ལམ་ལ་འབད་པས་འགོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། ལྷ་བའི་བྱ་བ་བྱམ་འགོ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་མིན་པ་  
དང་། མཆོན་ཆ་སོགས་གཞན་ཀྱི་བྱ་བའི་བྱ་བ་འདིར་ཡང་དག་པར་བསྟན་  
ཏེ་དེའི་ཕྱིར། འགལ་བ་ཞེས་བྱའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །བརྩ་གསུམ་པ་རྒྱུའི་  
གཟུགས་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྒྱལ་པོ་བྱོད་ནི་ཟབ་པ་ཉིད་ཀྱི་  
རྒྱས་ནི་རྒྱ་མཆོའི་གཟུགས་སུ་སྟེ། བརྒྱེད་བའི་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་རི་བོའི་གཟུགས་  
ཡིན་ལ། འཛིག་ཉོན་རྣམས་ལ་འདོད་པ་ནི་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དཔག་བསམ་ཀྱང་  
འཐུང་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་དོ། །དཔེར་ན། ཆངས་སྤྲུལ་མོངས་སུན་སེལ་  
བས་རྒྱ་ཤེལ་དབང་། །ཕན་བདེའི་ཁང་བཟང་ཅེར་བྲིད་ཐེམ་སྐྱས་ཏེ། །ལེགས་

བཤད་དགའ་སྟོན་སྒྲུགས་པས་ངོ་མྱ།      །གཟིགས་པ་དུས་ལས་མི་ཡོལ་རྒྱ་  
མཆོའི་རྒྱབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། འདིར་ནི་ཟབ་པ་ལ་སོགས་པ། བརྗེད་སྟེར་གྱི་རྒྱ་རྣམས་  
དག་གིས། རྒྱ་མཆོ། རི། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དག་གི་ཡང་གཟུགས་སུ་  
བྱེད་པས་ན་འདི་ནི་རྒྱའི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ནོ།      །བཙུ་བཞི་པ་སྐྱར་བའི་  
གཟུགས་ཅན་ནི། །རྩ་ང་ཉི་མ་ནི་མེའི་རྒྱལ་པོ་དང་དང་བའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་  
ཀ་ལ་འཇུག་པས། སྒྲ་མས་ནི་དཔེ་ཅན་གྲོགས་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་ཉེ་བར་  
སྐྱད་པར་འོས་ལ། བྱི་མས་ནི་དཔེ་བརྒྱལ་ཉེ་བར་སྐྱད་པར་འོས་སོ། །ཞེས་  
པ་ནི་སྐྱ་སྐྱར་བ་ཡིན་ལ། དོན་སྐྱར་བ་ནི། འི་ཞེས་པ་གདོང་པ་གཉིས་ཀ་ལ་  
ཡོད་པས། སྒྲ་མ་རྒྱལ་པོ་དང་བྱི་མ་བྱང་བས་དོན་དུ་གཉེར་བར་འོས་སོ། །  
ཞེས་པ་དཔེ་ཅན་གྱི་ཁྱད་གཞི་དཔེའི་ཁྱད་གཞིའི་གཟུགས་སུ་བྱས་ཏེ། ཁྱད་  
ཆོས་འགའ་ཞིག་ལ་སྐྱ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་དོན་སྐྱར་བའི་སྒྲོ་རྣམས་དཔེ་དཔེ་  
ཅན་སོ་སོར་བཀོད་དུ་ཡོད་པ་ནི་སྐྱར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །དཔེར་ན། ཟས་  
གཙང་སྤྲས་ཀྱི་གསུང་གི་རྩིང་བུ་ལ། །གཉིས་སྐྱེས་ཆོགས་ཀྱིས་ལོངས་སུ་  
སྐྱོད་པའི་དབྱིད། །འི་མ་མེད་ཅིང་རབ་གསལ་དྲངས་པ་ཡིས། །ལང་ཆོ་ཅན་  
རྣམས་ཁྱས་ལ་འཇུག་པའི་ཡུལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙུ་སྒྲ་པ་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་



གཉིས། དང་པོ་ནི། གཙུ་བོ་དཔེ་འཁོར་གྱི་ཆེན་པོ། སེམས་པ་དཔེ་ཆེན་གྱི་ཆེན་པོ། གཙུ་བོ་གཉིས་ལ་ཡོད་པའི་ཆེན་པོ་མཐུན་པར་གསལ་བ་ནི་དཔེ་འཁོར་གྱི་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ། །

གཉིས་པ་ནི། །འདོད་པས་སྒྲུབ་པའི་ཀུན་ཏུ་དམར་བའི་མདངས་ཀྱིས་  
བཀའ་པ་ཡི་སེམས་པ་བཞེས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་འདི། གཙུ་བོ་སྒྲུབ་པ་དངོས་ལ་ནི་མཆོངས་  
པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ། མཐུན་པར་མཆོངས་པ་འཁོར་གྱི་ཆེན་པོ་དམར་  
བ་མཐུན་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ་ཀུན་ཏུ་འགྲུབ་པོ། །དཔེ་འཁོར་ནི།  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཡོད་པ་འདྲའི་ཞིང་། །འདོད་པའི་ལོ་འདབ་གཡོ་བའི་  
ཉམས། །བདེ་བའི་གང་བྱ་སྒྲུབ་པ་འདི། །དཔེ་འཁོར་བསམ་སྒྲུབ་པའི་ཆུ་ལ་  
དང་མཆོངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཅུ་དྲུག་པ་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ་གྱི་གཙུ་བོ་ཆེན་པོ། དཔེ་འཁོར་གཉིས། དང་  
པོ་ནི། དངོས་གཙུ་བོ་དཔེ་འཁོར་གྱི་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་འདྲ་བ་ལ། དཔེ་འཁོར་ཆེན་པོ་གཉིས་  
ཆེན་པོ་མཐུན་པར་མཆོངས་པས། །འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཀོད་དེ་མཆོངས་པ་  
ལས་སྒྲུབ་པས་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་གཙུ་བོ་ཆེན་པོ། བཤད་མ་ཐག་པ་ཐེ་  
བའི་རྣམས་པ་གཉིས་འདོད་དེ། དཔེ་འཁོར་ནི། གཉིས་པ་ནི། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དཔེ་  
གཙུ་བོ་ཆེན་པོ་དང་། བདག་གིས་དཔེ་ཆེན་པོ་ལས་པ་ཁྱོད་གདོང་གི་སྒྲུབ་པ་གཉིས་  
མིག་གིས་ཡང་ཡང་འཐུང་བར་མཆོངས་ཀྱང་། དཔེ་འདི་ནི་རྟག་ཏུ་གང་བ་མ་

ཡིན་པར་འཕེལ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་། དཔེ་ཅན་འདི་ནི་རྟག་ཏུ་དབྱེལ་འཁོར་  
རྫོགས་སོ། །དཔེར་ན། རི་དྲགས་ཁྱོད་ནི་བ་བའི་རྒྱུ། །ཚུད་བ་མཆོན་ཆས་  
གཙོད་རྒྱས་ཀྱི། །བདག་ནི་སྤྲོད་ལེགས་འདོད་པའི་རྒྱས། །བཅིངས་འདི་  
གཙོད་པའི་རྒྱས་པ་བྲལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙུ་བདུན་པ་འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི། དཔེ་ཅན་མཛེས་མ་ཁྱོད་  
ཀྱི་གདོང་། དཔེ་རྒྱ་བའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་གདོང་  
རྒྱ་བའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན་བསེལ་བ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་ལ། འདོད་པའི་ཆ་བས་འདི་  
ལྟར་གཞན་དག་གཏུང་བར་བྱེད་པས་རྒྱ་བ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་མིན་ཞེས་པ་དེ་  
ནི་འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །དཔེར་ན། འཕྲུལ་མཆོག་རྣམ་དཀར་མཛེད་  
པའི་རྒྱ་བ་ཡིས། །ཚུ་སྤྲོད་རྒྱལ་མཆོན་སྒྲེ་བཅས་སྤྱངན་ཀྱི། །སྤྲོད་པའི་ཁྱུང་  
བྱར་འཇུག་ན་སྤང་བའི་དཔལ། །སྤྲོད་པའི་གཉིས་སྤྲོས་རྒྱལ་པོ་ཅི་ཞིག་ལགས།  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙུ་བརྒྱད་པ་མཉམ་འཇོག་གི་གཟུགས་ཅན་ནི། རྒྱ་བ་བསེལ་བ་ཡིན་  
ཀྱང་། དཔེ་ཅན་གཏུམ་མོ་ཁྱོད་གདོང་། དཔེ་རྒྱ་བའི་ངོ་བོར་བཀོད་པ་འདིས་  
ཀྱང་། འདོད་པའི་མེས་བཙུ་བ་མེད་པར་བདག་སྤྲོད་པ། རྒྱ་བའི་བྱེད་ལས་མི་  
འོས་པའི་སྤྲོད་དག་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཆགས་འབྲས་ཏ་ཅང་སྤྲོད་ཆེས་པའི་སྤྲོད་  
བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོད་ཞེས། དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀའི་སྤྲོད་མཉམ་པར་སྤྲོད་པ་ནི་

མཉམ་འཛོག་གི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །དཔེར་ན། འོང་སྟོན་མཁུན་པའི་ཉི་ཟེར་  
གྱིས། །འོ་ལ་བའི་སྟོང་ན་ཐུན་པར་འབྱུངས། །ཉེས་བཤད་ཁོ་ནར་ཡིད་གཏང་  
པའི། །ལོག་ལྟའི་སྐལ་དམན་འདིས་ཀྱང་སྟོན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙུང་བྱ་པ་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི། །སྟོང་གདོང་འདམ་  
སྟེས་གྱི་གཟུགས། འདམ་སྟེས་དོར་འཕྲེ་གཟུགས་སུ་བཀོད། གདོང་གི་བྱང་  
ཆོས་སྟེན་མ་འབྲི་ཤིང་གི་གཟུགས་དང་། འབྲི་ཤིང་གར་མཁན་མའི་གཟུགས་  
སུ་བཀོད་ནས། རོལ་སྟེག་གིས་དགའ་བའི་གར་བྱེད་དོ། །ཞེས་དཔེ་འཕར་མ་  
བཀོད་པ་འདི་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །དཔེར་ན། ཀུན་མཁུན་  
གཟུགས་སྟེའི་གངས་རིའི་དགའ་ཆལ་དུ། །མཆོན་བཟང་ཚུ་སྤྱང་མཚུ་ར་  
འབྲིགས་ལས། །བདེ་ལེགས་བསིལ་དང་ཡིད་འོང་དགའ་སྟོན་ཆོགས། །ལས་  
ལྡན་ཆོད་གདུངས་མཐོ་རིས་ལུས་སྤའི་དཔལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཉི་ཤུ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
ཤིན་ཏུ་མངེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་ཅན་གྱི་བྱང་གཞི་གདོང་དང་། བྱང་ཆོས་འདི་  
དག་སྟེ་མིག་དང་། བྱོང་གྱི་སོ་ཡི་འོད་ཟེར་མ་ཡིན་སྟེ་འདི་དཔེའི་བྱང་གཞི་  
པར་དང་། བྱང་ཆོས་བྱང་བ་གེ་སར་འདི་རྣམས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན།  
གཟིགས་མོར་སྟོང་འདི་འབྱུག་སྒྲ་མངལ་འཛིན་གྱི། །ལུས་འདེགས་མ་ཡིན་  
ཚུང་གི་རྒྱལ་མཆོན་སྟེ། །དགའ་བའི་སྟོན་གར་རྣམ་པར་སྦྱར་བ་འདི། །མ་བྱ་

མ་ཡིན་བློ་བཞི་སྒྲེ་མར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གདོང་པ་ལ་  
སོགས་པ་དཔེ་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟོན་བཞིན་བསྒྲེག་སྟེ། དཔེ་བརྒྱ་  
ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་སུ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་མཛེས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་  
ཁྱད་འཕགས་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

གསུམ་པ་དཔེ་རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་བསྐྱུ་བ་ནི། གཟུགས་ཅན་  
དང་དཔེ་རྒྱན་གྱི་རྣམ་ཏོག་གི་སྒྲོས་པ་རྣམས་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་  
ཕྱིར། འདིར་སྒྲོགས་ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པ་རྣམས་སྒྲོ་  
ལྟར་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱའོ།

གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

བཞི་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། མ་བཤད་  
པ་བསྐྱབ་ཚུལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ལྷ་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་སྐྱབས་  
དང་འབྲེལ་བའི་རིགས་དང་། བྱ་བ་ཡོན་ཏན། རྗེས་རྣམས་ལ་ཆིག་གཅིག་ཐོག་  
མཐའ་བར་གསུམ་གང་ལ་གནས་པ་ཡིས། གལ་ཏེ་ཆིག་སྒྲུབ་གྱི་ངག་ཀྱན་  
གསལ་བ་ལ་མན་ན། དེ་ནི་གསལ་བྱེད་དུ་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །རང་  
བཞིན་བརྗོད་པའི་སྐྱབས་ཡལ་འདབ་སོགས་དང་ལྟན་པའི་ཤིང་གི་རིགས་

བརྗོད་པས། མཆོན་ཉིད་དེ་ལྡན་གྱི་རིག་མཐའ་དག་གོ་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། འདིར་  
ནི་རིགས་སོགས་གང་བརྗོད་པའི་གསལ་བྱེད་གྱི་ཆོག་ཐོག་མཐའ་བར་  
གསུམ་གང་ན་ཡོད་པ་དེས་ཆོག་གཞན་གསལ་རྒྱས་པ་ཞིག་དགོས་པས་མི་  
འདྲ་བའི་བྱེད་པར་རོ།

གཉིས་པ་ལ་གནས་གསུམ་གྱི་གསལ་བྱེད། ཐེང་བའི་གསལ་བྱེད།  
གལ་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད། དོན་གཅིག་གི་གསལ་བྱེད། སྐར་བའི་གསལ་  
བྱེད་དང་ལ། དང་པོ་ལ་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་སྒོ་ནས་རིགས་སོགས་བཞི།  
གནས་ངེས་པའི་སྒོ་ནས་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དང་གཉིས། དང་པོ་ལ་བརྒྱད་  
ཡོད་པའི་རིགས་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། ལྟ་ཡི་རྒྱུད་གིས་ཞེས་པ་  
གསལ་བྱེད་དུ་ཐོག་མར་བཀོད་ནས་འོག་མ་མཐའ་དག་གསལ་བ་སྟེ། གང་  
གསལ་ན། དེས་འབྲི་ཤིང་རྣམས་བསྐྱལ་བསྐྱོད་བྱས་པས་འདབ་མ་རྟིང་པ་  
སེར་པོ་རྣམས་ལྷུང་བར་བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་དེས་ལྷས་བསིལ་བར་བྱས་  
པས། ལང་ཆོས་དུད་པའི་ལྷས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡང་མཛའ་བོ་མི་དད་པའི་  
ཁེངས་པ་གསར་དུ་འཛོམས་པར་རྒྱས་སོ། །དཔེར་ན། བེ་ཙྰ་སྤྱ་བའི་མཆུ་  
ལྡན་ཅན། །མ་གད་མདངས་ཀྱི་སྒྲོག་ཤོག་ངོམ། །དཀར་ནག་དམར་བའི་  
མགྲིན་པ་ཅན། །སྤྱེ་བོ་འགའ་ཡི་ཡིད་དུ་འོང། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་བྱ་བ་  
བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། ལུ་གཏེར་བཞིའི་ངོགས་ཀྱི་སྤྱེད་མོས་



ཆལ་དུ་སོ་ཅན་ཏེ་སྒྲུང་པོ་བརྒྱད་རྒྱུ་ལོ། །ཁོར་ཡུག་སྤྱི་ལོ་ལྷགས་ཀྱི་རི་བོའི་  
ཁོངས་སུ་ཡང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀླུ་དཀར་པོ་རྒྱུ་ལོ། །དཔེར་ན།  
སྤྱི་ན་ལོ་རྒྱལ་བས་འགོ་ལ་བདེ། །དབྱངས་ཅན་སྐལ་བཟང་རྣམས་ལ་ངག །  
སྒྲིག་མོས་སྤེད་ཅན་ཆགས་པའི་རོ། །སྤྱི་གིས་ཆ་གདུང་ཅན་ལ་བསེལ། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། ལྷོགས་རྣམས་  
ནི་དབྱར་སྤྱིས་སྤྱིན་ཀྱི་སྤང་བ་འབྲིགས་པ་ཡིས་སྡོ་བསངས་ཉིད་དུ་བྱེད་དོ། །  
ས་གཞི་ཡང་ཅ་སྡོན་གསར་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་སྤང་བས་སྡོ་བསངས་  
ཉིད་དུ་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། དཀར་རོ་མཁའ་ལ་སྒྲ་བའི་གཟུགས། །འདོད་ལྡན་  
ཁྱོད་ན་ན་ཆུང་གདོང་། །མཁས་མང་ཆོགས་པའི་མདུན་ས་ན། །ཆོས་སྦྱོང་  
བཟང་པོའི་རྣམ་དཔྱེད་མཆོག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་རྣམས་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། རྒྱ་བྱའི་བྱ་ལྟ་མིན་  
སྟོབས་ལྡན་ཀྱི་འབྱོར་པ་དག་གང་དུ་མིང་མེད་པར་གཏང་དོ། །གང་གིས་ན་  
གང་ཟག་གཅིག་གིས་རང་མཆོན་དུ་བཟུང་བའི་རྣམས་གཞན་སྡེ་རྣམ་པར་  
གཞོན་པའི་མཐུ་ལ་གནས་པའི་བྱ་ལ་འཇུག་གིས་སོ། །ལྟ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་  
ཆོགས་གཞན་གང་ན་གནས་པ་ཀླན་སྤངས་ཏེ་དར་བར་བྱས་སོ། །གང་གིས་  
ན། རྣམ་པར་གཞོན་པའི་བྱ་ལ་འཇུག་གོ། །དཔེར་ན། རི་དྲགས་ཀྱིས་མཆོན་སྒྲ་

བ་ཡིས། །རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་རྣམ་པར་རྒྱས། །འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཆགས་  
པ་འཕེལ། །གཉིས་སྐྱེས་དུ་མ་དགའ་བ་བསྐྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ཞེས་པ་བཞི་  
པོ་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་བསྟན་ནས། དེ་བཞིན་དུ་བར་དང་ཐ་མ་ཡི་ཡང་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་ཆོག་དག་བདག་གིས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི། དེ་དག་འགའ་ཞིག་འདི་  
ལྟ་སྟེ། ཞེས་མཆམས་སྦྱར་རོ།

ལྷ་པ་རིགས་བརྗོད་པའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི། མཇུག་སྟོ་ཅན་ཞེས་  
བཀོད་ནས་རང་གི་སྤྱི་སྤྱི་ཐམས་ཅད་གསལ་བའོ། །འཁོར་ནི་ཙུ་ལའི་འདབ་མའི་  
པང་པ་ན་གར་བྱེད་དོ། །སྤྱད་བྱངས་ལེན་ནོ། །དགའ་བ་རྒྱས་པའི་མིག་དག་  
ཀྱང་ཚུ་འཛིན་འབྲུག་སྤྱི་ཅན་ལ་ནི་གཏོད་པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། འེས་བྱ་མ་  
ལུས་དྲི་མེད་གཟིགས། །བདུད་བཞི་ལས་རྒྱལ་ལྗོན་གས་སངས་རྒྱས། །ཀུན་ལ་  
ཁྱབ་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །རིས་མེད་འགོ་བ་མ་ལུས་སྦྱབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དུག་པ་བྱ་བ་བརྗོད་པ་བར་གྱིས་གསལ་བྱེད་ནི། དྲི་བཞོན་ནགས་  
སྤྱང་ན་དལ་བུ་ཡང་ཆགས་ལྡན་འགའ་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་གདུང་  
བར་འགྱུར་བར་བྱེད་དོ། །ཁྲོ་བ་དག་ཀྱང་མེ་རུ་འགྱུར་རོ། །ཅན་གྱི་བྲུག་པ་  
ལུས་ལ་སྤྱང་བ་ཡང་། མཆོན་སྤྱང་བ་ལྟར་བྱད་མེད་དང་བྲལ་ཏེ་འབྲམ་པ་  
རྣམས་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན། འེས་ལྡན་རྣམས་ལ་ལེགས་བཤད་དང་། །  
འཕོངས་པ་རྣམས་ལ་བདོག་པ་ཡིས། །དགའ་བར་བྱེད་དོ་འདོད་ལྡན་ལ། །

ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་སྒྲིན་ལེགས་མས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བདུན་པ་རིགས་བརྗོད་པ་ཐ་མའི་གསལ་བྱེད་ནི་མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་དབྱང་ནི་གསལ་བྱེད་ཡིན་པས་རང་གི་སྒྲིན་ན་ཡོད་པ་མཐའ་དག་གསལ་ལོ། །གང་གསལ་ན་དབྱར་གྱི་ཆུ་འཛིན་གྱིས་ནི་ཆར་ཆུ་རབ་ཏུ་གཏོར་བ་དང་། ཁྲིམ་ན་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་གཙུག་ཕུད་ལྡན་པའི་ཆོགས་གར་བྱེད་པ་དང་། སྒོ་ག་གི་ཐག་པ་ཁྲུག་ཁྲུག་ཏུ་གཡོ་བ་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་ཡིད་སྒོགས་ཏེ་འདོད་པ་གཡོ་བར་བྱེད་པས་སོ། །དཔེར་ན། གནག་སྒྲུམ་བྱར་ཕུད་ལྟ་གཡོ་ཞིང་། །ཟུངས་རལ་གྱིས་དབྱང་པ་མཛེས། །མཆ་མས་སྒྲིན་མདངས་འཛིན་ན་ཆོད་གནས། །ངག་གི་མཆོག་སྟེར་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྒྱད་པ་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ཐ་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། བྱས་ཞེས་པ་གསལ་བྱེད་ཏུ་བཀོད་ནས། མཛེས་མ་ཁྲོད་གྱི་རྩ་བ་ལ་ཟུངས་སྒྲུབ་པ་དང་། འདོད་པའི་སྟེང་མངལ་ནི་མེ་ཏོག་གི་ཆལ་ན་རྒྱས་པའི་མདའ་བསྟན་པ་དང་། རྒྱ་དེ་གཉིས་གྱིས་ང་ཡང་ཆགས་སེམས་གྱིས་འཆི་བ་ལ་བྱག་པ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཉམ་དུ་བྱས་སོ། །དཔེར་ན། མཛེས་མའི་འབྲམ་པའི་ཆང་གིས་བ་ཀྱ་ལ། །ཏྲ་ལྗང་འོད་གྱིས་སྒྲུང་ཅིའི་རྒྱལ་མཆན་འཆལ། །ཆོས་སྒྲོང་བཟང་པོས་གནས་ལྟ་རིག་པའི་ཁ། །སྒོ་བཟང་བྲགས་པས་བྱབ་བསྟན་སྒོ་འཕར་འབྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་སྐྱེད་བའི་གསལ་བྱེད་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འཕེལ་

བྱེད་ཅེས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་ལ། དཀར་ཕྱོགས་གྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན།  
 འོད་དཀར་ཅན་དེ་ཡིས་མདའ་ལྷ་པ། མདའ་ལྷ་པ་དེས་ཀྱང་ཆགས་པ། ཆགས་  
 པས་ཀྱང་ན་རྩུང་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱི་དཔལ་ལོ། །གསལ་བྱེད་ཐོག་  
 མཐའ་བར་གསུམ་ལ་མ་དེས་ཤིང་། །དཔེར་ན། ལེགས་ལྷན་དཔྱིད་གྱིས་ཆར་  
 དུས་ལང་ཆོའི་དཔལ། །དབྱར་གྱིས་རྐང་འབྱུང་འདབ་འབྲས་ལྷང་འོན་སྟེལ།  
 དེས་ཀྱང་སྟོན་གྱི་དུས་བསྐྱེད་འབྲས་ལྷན་མས། །གསར་ཆེས་གནམ་ལོའི་  
 དགའ་སྟོན་འགྲུགས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ནི། ཞེས་སོགས་  
 རྐང་པ་སྤྱི་བྱི་གང་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཁའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་མ་  
 སྤྱི་མ་ལ་བྱི་མ་བྱི་མ་སྟོས་པའི་ངག་གི་སྤོང་བ་རབ་ཏུ་ལྷན་པའི་བྱིར། དེ་ནི་  
 སྤོང་བའི་གསལ་བྱེད་དུ་འདོད་དོ།

བརྩུ་པ་འགལ་བའི་གསལ་བྱེད་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྤྱིན་  
 གྱིས་ཞེས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་ལ། རྩུང་གིས་གཙུབས་ཤིང་བསྐྱེད་པའི་ཆར་  
 གྱི་རྩུའི་ཐིགས་པ་ཅན་འདོད་ལྷ་ལུས་མེད་དག་གིས་ནི་འདོད་ཆགས་གྱི་ཨ་  
 པ་ལེ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ལུས་ཆ་བས་གདུངས་པའི་རྩལ་གྱི་ཨ་བ་ལེ་  
 བ་དག་ནི་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བྱེད་པོ་གཅིག་གིས་འཕེལ་སེལ་གྱི་བྱ་བ་  
 གཅིག་ཅར་དུ་བསྟན་པས་འགལ་བའོ། །དཔེར་ན། སྤྱིན་ལེགས་མ་དེས་  
 ཆགས་པ་ཡིས། །གཟིར་བའི་སྤྱག་བསྟེན་བསྐྱེད་པ་དང་། །འབྲིག་པའི་བདེ་

བ་བརྟེན་པ་ཡིས། །འདོད་པར་དགའ་བ་རྒྱས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།  
གཉིས་པ་ནི། །འདིར་ནི་གསལ་བྱེད་སྒྲིན་གྱི་ཆོག་དག་དང་གསལ་བྱ་ཨ་ལ་  
བའི་ཆོག་དག་གིས་སྒྲར་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་བྱ་བ་འགལ་བ་དང་ལྟན་པ་སྟེ།  
རྒྱ་མཚན་དེས་ན་འགལ་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ།

བརྟུ་གཅིག་པ་དོན་གཅིག་གི་གསལ་བྱེད་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་  
ནི། རྒྱ་འཛིན་དག་གི་སྤང་བ་འདིས། ཞེས་པ་ནི་གསལ་བྱེད་ཡིན་ལ། རྣམ་  
མཁའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ནི་གོ་སྐབས་མེད་པར་ཕྱོགས་པ་སྟེ་བསྐྱེགས་སོ། །  
སྐར་མའི་ཆོགས་རྣམས་ནི་བཟུང་བ་སྟེ་མ་གསལ་བར་བྱས་སོ། །དེང་སང་  
ཡང་སྤེད་ལྟར་དག་གི་སྒོག་རྣམས་ལན་པ་སྟེ་འཆི་བ་ལ་བྱག་པས་གདུངས་  
སོ་ཞེས་པ་རྣམ་གངས་གསུམ་བཀོད་ཀྱང་། དོན་ཆགས་པ་འཕེལ་བ་གཅིག་  
བྱ་གསལ་བར་བསྟན་པའོ། །དཔེར་ན། མཚར་སྒྱག་ལང་ཆོ་དར་བབ་སྐྱེད་  
མེད་མས། །བཞིན་གྱི་སྒྲིན་མ་རབ་གཡོ་འདྲན་བྱེད་ཕྱོགས། །དམར་བའི་  
མཚུ་སྒྲོས་གཡོ་ཞིང་སོ་སྤང་ངོམ། །གཞོན་ཀུའི་སྤྱིང་ལ་འདོད་པའི་གདུང་བ་  
བསྐྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། གང་གི་སྤྱིར་རྒྱ་འཛིན་གྱི་སྤང་བ་ཡིས། འདོད་པའི་བྱ་བ་  
གཅིག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་འདིར་རྣམ་གངས་དུ་མ་བཀོད་པའི་སྐྱ་ཡིས་  
ཉི་བར་སྤངས་པ་ཡིས། དེའི་སྤྱིར་དོན་འདོད་པ་གཅིག་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །



བརྩ་གཉིས་པ་སྐྱར་བའི་གསལ་བྱེད་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྒྱ་ཞེས་  
པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་ལ། སྤྲིན་ནི་ནམ་མཁའ་དང་། སྤྲང་པོ་ཆེ་འདི་དག་ས་ལ་  
རྒྱ་བར་བྱེད་བའོ། །དེ་ཡང་སྐྱར་ལུགས་ནི། སྤྲིན་ནི་དྲིའི་གཞོན་པ་རྒྱང་དང་  
ལྡན་པ་ཡིན་ལ། སྤྲང་པོ་ནི་གར་ཆང་གི་དྲིའི་གཞོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཀ་  
མཐོང་ན་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། དཔངས་མཐོ་བ་དང་། ཁ་དོག་སྡོ་བསངས་ཏ་  
མ་ལའི་འོད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་པས་སྐྱར་  
བའོ། །དཔེར་ན། ལེགས་བཤའ་སྤྲ་བའི་མགྱུན་པ་གཟེངས་མཐོ་ཞིང་། །རིག་  
བྱེད་གཞུང་བརྒྱ་འཆད་པའི་སྟོན་པ་ཆེ། །ལྷ་ཡི་སྒྲ་མ་འཆི་མེད་མདུན་ས་དང་།  
ཆོས་སྦྱིང་བཟང་པོ་ཁ་བའི་སྦྱིངས་ཀྱི་རྒྱན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
བཤའ་མ་ཐག་པ་འདི་ནི་ཆོས་དེ་རྣམས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པར་སྤྲིན་དང་སྤྲང་པོ་  
རྣམས་དག་ལ་སྐྱར་བས། རྒྱ་ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་ཉིད་ཀྱིས་  
འབྲེལ་བའི་བྱིར། སྐྱར་བའི་དོན་ཀྱི་གསལ་བྱེད་དོ།

ལྷ་པ་མ་བཤའ་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི། རྣམ་པ་འདི་དག་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས་  
གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྦྱོས་པ་འདིར་མ་བཤའ་པའི་  
ལྟག་མ་རྣམས་ཀྱང་སྤྲ་མ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
རིགས་པས་དཔག་པ་སྟེ་རྟོགས་པར་བྱའོ།

བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་བཤད་པ།

ལྷ་པ་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་ལ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་དང་། སོ་  
སོའི་དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། གསལ་བྱེད་དུ་བཤད་པའི་ཐོག་མཐའ་  
བར་གསུམ་གྱི་གནས་གང་རུང་ཉིད་དུ་དོན་གཅིག་ཆིག་མི་འདྲ་བ་ལ་བསྐྱོར་  
བ་དང་ནི། དོན་མི་གཅིག་ལ་ཆིག་འདྲ་བར་བསྐྱོར་བ་དང་། ཆིག་དོན་གཉིས་  
ཀ་བསྐྱོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རྒྱན་གསུམ་ཡོད་པ་དག་འདོད་དེ་དཔེར་ན།  
གཉིས་པ་སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་ལ། དང་པོ་དོན་བསྐྱོར་བ་ནི་ཀ་དཔྱ། ཀྱ་ཏ་  
རྩོད་དུ་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་ཀྱ་ལྟ། བཞི་པོ་ཆིག་མི་གཅིག་གྱུང་དོན་དུ་མོ་ཉུང་གི་  
ཤིང་ཡིན་པས། ཤིང་གཅིག་ལྷུ་དེ་བསྐྱོར་བ་སྟེ། ཤིང་དེ་རྣམ་པར་རྒྱས། རབ་  
ཏུ་གསལ། རབ་ཏུ་བྱེད། བྱེས་པར་གྱུར། ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྟོབས་བཙུ་  
མངའ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཆེད། །ལུས་མེད་ཐུལ་གྱི་བསྐྱར་ལ་རབ་ཞུགས་  
ཏེ། །མི་འཛིགས་བཞི་ལྡན་གསུང་རབ་ལ་སྦྱངས་ནས། །རྒྱལ་བས་བྱངས་  
མེད་ཆོགས་བསགས་རྗེས་སུ་བསྐྱབས། །ཞེས་པ་སྟེ།

གཉིས་པ། ཆིག་བསྐྱོར་བ་ནི། བྱེད་ཅེས་པ་ཆིག་བསྐྱོར་བ་ཡིན་ལ།  
སྒྲིན་གྱི་ཐོང་བ་དག་གིས་མ་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། ལུ་སྒྲིན་རྒྱལ་མཚན་  
ཅན་གྱིས་ནི་དེང་དུས་ན་ལུང་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འདོད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་དོ། །

དཔེར་ན། འོད་དཀར་ཅན་གྱི་ས་སྒྲོས་འདབ་མ་རྒྱས། །རྒྱལ་བའི་བྱགས་  
 རྗེས་འགོ་བའི་པན་བདེ་རྒྱས། །དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོས་བདག་སྒྲོའི་ཤེས་རབ་  
 རྒྱས། །ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་སྒྲོ་གསལ་དགའ་བ་རྒྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
 གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ནི། ཅེ་བར་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་ཆོག་བསྐྱོར་  
 བ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ནས་དགའ་བ་དང་། དབྱ་རྣམས་ལྷར་སྐྱེས་  
 པས་དགའ་བ་ཡང་རྒྱལ་པོས་དེ་རྣམས་བསད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས་  
 དོན་རྒྱལ་པོ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་གཅིག་ཕུ་ལ་བསྐྱོར་བ་སྟེ། དབྱ་ཀུན་ལས་  
 རྒྱལ་ནས་དེ་རིང་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅུན་མོ་རྣམས་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་བསད་པའི་  
 དབྱ་སྡེ་རྣམས་གཡུལ་ངོར་ཤི་བའི་དབང་གིས་མཐོ་རིས་སུ་སོང་བ་སྟེ་སྐྱེས་  
 ནས་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་གསལ། །གཟུགས་སྤང་བཀོད་པ་སྤྲོ་ཆོགས་གསལ། །དབྱར་རྩ་སྐྱད་  
 གསང་སྒྲོག་པས་བྲེལ། །མ་བྱ་དགའ་བའི་གར་གྱིས་བྲེལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

འགོག་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ།

བྱག་པ་འགོག་པའི་རྒྱན་ལ། མཆོན་ཉིད་དབྱེ་བ་དང་། བཅས་ཉེ་མདོར་  
 བསྟན་པ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་རྒྱས་པར་བཤད་པ། མ་བཤད་པ་ཁ་

འཕངས་སུ་བསྒྲུབ་ཏེ་མཐུག་བསྒྲུབ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། རོན་ལག་ཞིག་  
བསྒྲུབ་པ་སོགས་དགག་བྱར་བྱས་ནས། དེ་བསྒྲུབ་ཏུ་མི་སྟེར་བར་ཐབས་  
བརྗོད་པ་ནི་འགོག་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཡང་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་ལ་  
སྟོས་ནས་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། དེ་ནས་དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་རྒྱས་པར་བྱེ་ན་དགག་  
བྱེད་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་བྱིར། འགོག་བྱེད་ཀྱང་མཐའ་ཡས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་ནི་ཤུ་ཅུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་འདས་པ་འགོག་པ་ལ་དཔེ་  
རོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལུས་མེད་ཀྱི་ནི་མེ་ཏོག་གི་མདའ་ལྔ་འཇམ་ཞིང་ཉུང་  
བ་དེས་འགོ་བ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། ཞེས་པ་མི་སྲིད་ཏེ་མི་བདེན་ནོ་  
སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་སྒྲར་བྱུང་བའི་དགག་བྱེད་དང་། ཡང་ན་ནི། འགོག་བྱེད་  
དངོས་པོ་འདོད་པའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་སྟེ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པོ། །  
དཔེར་ན། ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་ལྔ་སྟེར་བདེན་བཞིའི་ཆོས། །གསུངས་པ་ཅམ་  
གྱིས་གྲོལ་བ་ཡ་མ་རྒྱ། །འོན་ཏང་སྲིད་པ་ཐ་མའི་གང་ཟག་གི། །རང་བཞིན་  
ཚུར་མཐོང་སྐྱེ་བོའི་ཡུལ་ལས་འགོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་  
འདི་ནི་འདོད་སྟེའི་རྒྱས་པའི་རྒྱུའི་སྟོབས་གྱིས་ལུས་མེད་རྒྱལ་བར་མི་  
རིགས་པའི་སྒྲོ་དེ་ལྟར་གྱུར་བའི་དཔེར་བྱིར། འདི་འདྲ་དེ་ནི་བྱུང་བ་  
འགོག་པའོ།

གཉིས་པ་ད་ལྟར་བ་འགོག་པ་ལ། དཔེ་རོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒྲུབ་

པར་སྒྲོག་མ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་ན་བ་ལ་ནི་ཤུའུ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེས། ཤུའུ་ལ་  
འཇུག་ས་བཞིན་པ་ནི་དགག་བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་དེ་ལྷ་བྱ་ལས་འདི་ལ་ནི་  
ཁྱོད་རང་གི་མིག་ཟུར་དག་ཡོངས་རྫོགས་མིན་པར་སེམས་བསམ་ཅི་སྟེ།  
མིག་ཟུར་རིང་པོར་སྒྲོས་ན་དེ་ལས་མཛེས་པ་མེད་དོ། །དཔེར་ན། འཇམས་  
མགོན་ཁྱོད་གྱི་ཕྱག་གཡས་ན། །རལ་གྱི་བཟུང་དེས་དགོས་པ་ཅི། །ཤེན་ཏུ་  
ནོ་ཞིང་ངར་བ་ཡི། །མཁུ་མཆོག་འདི་ལས་ལྷག་པ་གང་། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ་ནི། མཛེས་མ་འགའ་ཞིག་དཀར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཤུའུ་ལ་ན་  
བའི་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་ལ། དེ་འགོག་པའི་ཆེད་དུ་མཛེས་པོ་ཡིས། དེ་ལྷར་མིག་  
ལ་བསྟོད་ནས་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མངོན་གྱུར་འགོག་པའོ། །གསུམ་པ་  
མ་འོངས་པ་འགོག་པ་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཛེས་མོས་བདེན་  
པར་སྒྲོའོ། །གང་སྒྲུ་ན། རྫོ་བོ་སྟེ་བདག་པོ་ཁྱོད་གྱིས་བུད་མེད་གཞན་དང་  
ཅུ་ཕྱུར་སྟེ་འོ་བྱས་པ་ལས། མཆུ་སྒྲོས་ཀྱི་རང་མདངས་འཕོས་པ་ལྷ་བྱ་རྒྱ་  
སྒྲེགས་ཀྱི་མདོག་ལྷར་དམར་བ་དགག་བྱ་དང་འགོག་བྱེད་ཁྱོད་གྱིས་ཆགས་  
པའི་མིག་གིས་བལྟས་ཀྱང་། བདག་སྒྱག་བསྐྱེད་དེས་འཆི་བས་ནམ་ཡང་  
མཐོང་བར་གྱུར་པ་མ་ལགས་སོ། །དཔེར་ན། ཅུ་ལ་འཆོས་སྒྲོམ་ཆེན་ཆེན་  
པོའི་རྩ་བག་གིས། །ཐ་སྙད་གཙུག་ལག་སྐྱོང་བར་མི་བྱེད་པས། །མི་ཤེས་  
ལྷན་པོ་ཆོགས་པའི་གྲལ་ཁྱོད་དུ། །མགོ་སྒྲེས་དཀར་པོའི་ཐོར་ཅོག་འཆིང་



བར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། སྒྲུབ་བྱད་མེད་རང་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཁེངས་པ་དང་ལྡན་མས་  
མཛེལ་བོ་ལ་མ་འདྲད་པའི་དབང་གིས། རྣམ་ཞིག་བདག་པོ་འདི་ཡིས་བྱད་  
མེད་གཞན་དང་འགྲོགས་ན་རང་ལ་གཞོན་པ་དག་བྱུང་དོགས་པ་མ་ཁེངས་པ་  
དེ་དགག་བྱ་དང་། དེ་ལྟར་འགོག་བྱེད་འཆི་བར་སྒྲུབ་པ་འདི་ནི་འབྱུང་འབྱུར་  
འགོག་པའོ།

བཞི་པ་ཆོས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆོགས་ནི་  
འཇམ་པ་ཡིན་པས་ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་འཇམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་  
པ་རྩུན་པ་སྟེ། དགག་བྱ་ཡིན་ལ། འགོག་བྱེད་གལ་ཏེ་བདེན་པར་འཇམ་པ་  
ཡིན་ན། སྒྲོ་བྱར་དུ་བདག་ལ་གདུང་བ་དག་པོ་སྒྲེད་དོ། །དཔེར་ན། སྐབས་  
གསུམ་པ་རྣམས་དགེ་བ་བརྩུང་སྒྲོད་པའི། །སྒྲོན་བྱང་གཏམ་རྩུན་བདེན་ན་ལྟ་  
དབང་གིས། །དྲང་སྒྲོང་གོ་ཏ་མ་ཡི་མཆིས་འབྱང་ལ། །སྒྲུད་པས་མིག་སྒྲོང་  
བྱང་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་  
ལྡན་གྱི་སྒྲེ་བོ་འགའ་ཞིག་རེག་བྱ་འཇམ་པའི་ཆོས་དེ་དང་འགལ་བའི་ཆོས་  
རྩུབ་པོར་སྒྲུབ་པ་འདིར། བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་ནི་འཇམ་པ་དག་འགོག་པ་དེ་ནི་  
ཆོས་འགོག་པའོ།

ལྷ་པ་ཆོས་ཅན་འགོག་པ་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆོས་ཅན་

བྱད་མེད་གྱི་ཉིན་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པས་ལུས་མཐོང་བ་དགག་བྱ། ལུས་དེར་  
 བྱི་བལྟས་པ་ན་འོད་ཅེས་གཡོ་བ་ཉིད་མཐོང་བར་གྱུར་གྱི་ཞེས་པ་འགོག་བྱེད།  
 རྒྱལ་མཆོན་དེས་ན་བྱ་མེད་ལུས་དེ་མཛེས་སམ་མི་མཛེས་པ་ཡིན་ཞེས་རྣམ་  
 ད་བྱེ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འདི་ནི་རྒྱ་ཅི་ལས་སྐྱེས་ཏེ་བྱད་གཞི་མེད་  
 པའི་བྱད་ཆོས་སོ། །དཔེར་ན། འབྲུག་པ་བཙུ་པས་ལྷ་མིན་སྟོབས་ལྷན་དག །  
 ས་འོག་བཅེངས་པའི་རྣམ་འགྱུར་བརྗོད་མི་རུས། །རིག་བྱེད་གཞུང་དུ་བསྟན་  
 པའི་ངོ་མཆར་གཏམ། །ཅུང་ཟད་ཐོས་ལས་ཞིབ་ཏུ་མཐོང་བ་མིན། །ཞེས་པ་ལྷ་  
 བྱ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་མཛེས་མ་འདི་ཉིད་ངོ་མཆར་  
 བར་བརྗོད་པར་འདོད་པས། འོད་ཅེས་མཐོང་ཞེས་པའི་ཆོས་འདི་ཁས་སྦངས་  
 པས། ཆོས་ཅན་མཛེས་མའི་ལུས་མཐོང་བ་འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་ཅན་འགོག་  
 པའོ།

དུག་པ་རྒྱལ་མཆོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འཛིགས་པའི་རྒྱ།  
 རང་གི་ས་སྐྱེས་པ་གཞན་དང་མཐུན་པའི་མཐོང་འགྱོད་དམ་ཉེས་པ་ནི་  
 རྒྱགས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་བདག་པོ་ཁྱོད་གྱི་མིག་དག་དམར་  
 པོར་གྱུར་ཅིང་། །མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ་བ་དང་། སྒྲིན་མ་འཁྱོག་པོ་སྟེ་སྟོ་  
 བར་བྱེད་པ་དེ་ལྷ་ནའང་། ཁྱོ་བའི་རྒྱ་གཞན་དང་འཆམ་པའི་ཉེས་པ་བདག་ལ་  
 མེད་པས་མི་འཛིགས་སོ། །དཔེར་ན། གཟུ་མོར་མི་གནས་སྟེགས་སྟུང་གིས།

འཕྲ་སྒྲོད་གཏམ་གྱི་སྒྲ་སྒྲགས་ཀྱང་། །ཆེ་སྒྲོན་བཟོད་པ་མ་བསྒྲོམས་པའི། །  
མཛོད་འགྲོད་ལུས་སྤྲ་བདག་ལ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་  
མཛོད་མོ་མཁས་པ་ཡི། །འཇིགས་པ་ཡི་ནི་རྒྱུ་ལོ་གཙོ་བོ། རང་གིས་སྤྲད་  
འཛོད་བྱས་པའི་ཉེས་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་འདིར་ནི་རྒྱུ་འགོག་པའོ།།

བདུན་པ་འབྲས་བུ་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འབྲས་བུ་  
ཞི་བ། དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་རང་གི་མཛོད་བོ་དག་ནི་ཐག་རིང་པོ་ན་གནས་  
པ་དང་། རྒྱ་འཇིག་གཡོ་ཞིང་བཟོད་པ་དང་ལྟན་པ་འདི་ནི་འགྲོ་འོང་བྱེད་པ་  
དང་། ཞིང་ནི་རྩ་ལ་ཡང་རྒྱས་པ་མཐོང་བ་གསུམ་པོ་འདི་ཆགས་པ་རྒྱས་ཏེ་  
འཆི་བའི་རྒྱ་ཆོགས་ཀྱང་། བདག་ཞི་བ་མིན་པ་འདི་ཅིག་དཔེར་ན། ཡིད་  
སྤྲུབས་བདག་པོའི་ལུས་སྤྲའི་བཞིན་ངོམ་ཞིང་། །དཀྱུས་རིང་རྣམ་བཟུ་མིག་  
བྱུར་གཡོན་དུ་འབྲོག། །མཆོ་སྒྲོས་འཇུ་མ་ལས་སོ་འབྲེང་སྒྲོན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་  
བའི་བྱགས་ལ་ཉོན་མོངས་མེད་འདི་མཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
འཆི་བ་དེའི་རྒྱ་རྒྱ་འཇིག་བཟོད་པ་སོགས་མི་བྱད་པ་དག་ཉེ་བར་བཀོད་ནས་  
མ་ཞི་བ་བདག །འབྲས་བུ་འཆི་བ་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འབྲས་བུ་འགོག་  
པའོ།།

བརྒྱད་པ་རྗེས་གནང་གིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
འགྲོ་བ་འབྲས་བུ་སྒྲོན་གྱི་དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་གཡོ་ཏེ་གཞེགས་པར་འདོད་

ན་ཕྱོགས་གང་ཡིན་པ་དེར་གཤེགས་པར་མཛོད་ཅིག་དང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐག་  
 རིང་དུ་བགྱོད་བས། མཛའ་མོ་བདག་ལ་ནི་ལྷ་ར་དུ་འཆི་བ་འབྱུང་བས། གདུང་  
 བ་སྟེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡུན་རིང་དུ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བས། ཚུལ་འདི་ལ་ཁྱོད་  
 ནི་དོགས་པ་མི་འཆའ་ལོ། །དཔེར་ན། ཏྲ་ལྷང་ཚུ་ལྷ་འུའི་ས་འཛིན་ལ། །བཀྲལ་  
 བར་འདོད་ན་ཅི་བདེར་འཆའ་། །སྐྱེད་ཆའ་མཛེས་པའི་འདམ་སྐྱེས་རྣམས། །  
 འདབ་མའི་ཆོགས་རྣམས་བྱམ་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། ཞེས་  
 པ་འཆི་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྗེས་གནང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནི་མཛའ་བོའི་  
 བགྱོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྗེས་གནང་གིས་འགོག་པའོ།

དགྲ་པ་དབང་གིས་འགོག་པ་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཡུལ་  
 གཞན་དུ་འགྲོ་བ་ཤྱགས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་དེར་ཕྱིན་ན་ནོར་  
 ནི་མང་པོ་རྙེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ལམ་དུ་ཡང་ནི་བདེ་ཞིང་དགོ་ལ། གཞེས་སུ་  
 ཁོ་མོ་བདག་ཀྱང་སློག་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་མོད། འོན་  
 ཀྱང་མཛའ་བོ་ཁྱོད་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་འཛིག་རྟོན་ན་དབང་ཆེ་བྱེད་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །དཔེར་ན། འོད་དཀར་ཅན་ཁྱོད་སྤིང་གཞན་མཁར་གཤེགས་ན། །  
 ཕྱོགས་དེའི་ལུན་ཆོགས་འཛོམས་ཤིང་ས་སྒྲོས་རྣམས། །རྒྱས་ཤིང་ན་གཏི་  
 གྲོང་ཁྱེར་འཕེལ་བྱེད་ཀྱང་། །དབུས་འགྱུར་བྲམ་ཐེ་དགའ་བའི་དཔལ་དུ་  
 བཞུགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། ནོར་རྙེད་པ་སོགས་མཛའ་བོ་འགྲོ་

བའི་མ་ཐུན་པའི་སྒྲོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ས་དག་ནི་རབ་བཤའ་ནས། མཛེལ་མོ་སྤྱོད་  
 གྱི་དབང་ཉིད་གྱི་སྒྲོ་ནས་ནི་འགྲོ་བ་དེ་འགོག་པ་འདི་འདྲ་བ་དབང་གིས་  
 འགོག་པའོ།

བརྩུ་བ་མ་གྲུས་པས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཛེལ་  
 བོ་སྤྱོད་པས་ལ་འགྲོ་བའི་དོན། རོར་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་སྟོབས་དང་མི་ལྡན་པ་  
 ཉེ། མི་འདོད་པས་སྤྱི་སྤྱིར་འགྲོ་བ་ནི་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་ཁོ་མོ་བདག་ནི་  
 དེད་རང་སྤྱོད་ལྷག་གསོན་རེ་བའི་བསམ་པ་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་བྱང་པོར་  
 རང་གི་གནས་སྐབས་སྒྲོས་པ་ལགས། གཤེགས་སམ་བཞུགས་པ་མཛེལ་བོ་  
 སྤྱོད་རང་གིས་ཤེས་ཞེས་མ་རངས་པའོ། །དཔེར་ན། སྤྱོད་ཉིད་ཤོང་དཔང་  
 ལྷགས་བཟང་རབ་བཟུང་ནས། །མཁས་མང་མཛེས་བྱེད་རྒྱ་གྲུར་མད་བྱང་  
 ཉེ། །འོན་ཀྱང་དྲགས་རྒྱུད་ཀྱན་པོའི་ངང་ཚུལ་དང་། །དཔྱོད་ལྡན་སྒྲོ་གསལ་  
 རྒྱུ་ཐར་ཅི་བདེར་གཟུངས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་སྤྱིར་འདིར་  
 ནི་ཆགས་ལྡན་མས་མ་གྲུས་བཞིན་དུ་གང་འདོད་ངེས་ཞེས་ཆོག་སྒྱུར་ནས་  
 མཛེལ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མ་གྲུས་པས་འགོག་པའོ།

བརྩུ་གཅིག་པ་ཤེས་བརྗོད་གྱིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་  
 ནི། མཛེལ་བོ་གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་བཞུད་ཅེས། འགྲོ་བ་ལྷགས་བསྐྱར་གྱི་  
 དགག་བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་སྤྱོད་གྱི་ལམ་ནི་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་པ་



དང་། བདག་གྲང་ཁྱོད་སོང་བའི་རྒྱུ་དེས་འཆི་བས། གང་དུ་ཁྱོད་ནི་གཤེགས་  
པ་དེར་སྐྱེ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག །དཔེར་ན། རྟེན་བཀྱར་ཆེ་འདིའི་ཆེད་དུ་ཚུལ་  
ཆོས་རྒྱུ། །བརྟེན་པའི་འདོད་པ་རིམ་ལྔ་འབྱུང་བར་ཤོག །སྤྱི་ནས་རྣམ་དཔྱོད་  
ལྡན་པའི་སྒྲོ་གསལ་དག །མང་པོར་ཆོགས་ཆེ་འགྱོད་པར་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་  
པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཤེས་བཟོད་ཀྱི་ལམ་གང་གི་སྒྲོ་ནས་རང་འཆི་  
བའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད་པས། མཛའ་བོའི་བགྱོད་པ་འགོག་པར་  
བྱེད་པ་འདི་ནི་ཤེས་བཟོད་ཀྱིས་འགོག་པའོ།

བཙུ་གཉིས་པ་རྩལ་མོས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
འགྲོ་བ་དག་གྲ། འགོག་བྱེད་གལ་ཏེ་ཁྱོད་འགྲོ་བ་བདེན་པ་ཉིད་ན། ཁྱོད་  
ཀྱིས་བྱུང་མེད་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོལ་ཅིག །དེའི་མཐུས་བདག་ནི་སྒྲོ་ག་  
ལ་གྲགས་འཆོལ་བ་སྟེ་ལྷུ་བས་ནས་དེ་རིང་ཉིད་དུ་འཆི་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
པས་འགོག་པར་འབྱུར་རོ། །དཔེར་ན། སྒྲོ་ག་གྱུར་སེམས་ཉིད་རྗེན་འཆར་དུ།  
རྟོགས་པའི་བོལ་གྱིས་ཆེ་འདི་ཡི། །འཕུལ་ཐབས་མཛོད་ཅིག་སྤྱི་མའི་དུས། །  
མནར་མེད་གནས་དེར་མི་དཔྱོད་འཆལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་  
གི་སྤྱིར་བདག་པོ་མཛའ་བོའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་མས། ཆོག་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་  
སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་གྱིས་མཛའ་བོའི་བགྱོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི་རྩལ་  
མོས་འགོག་པའོ།

བརྩུ་གསུམ་པ་གྲོགས་ཀྱིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
མཛེས་པོའི་འགྲོ་བ་ལྷགས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་གལ་ཏེ་གཤེགས་  
ན་སྒྱུར་དུ་བཞུད་ཅིང་། འགོར་ན་སྤྱི་ནས་ཆུང་མ་གྱི་བས། གཉིན་འདུན་  
རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་འཁྲུག་པའི་ཁ་ནས་བསྐྱེད་པའི་དུ་འབོད་ཀྱི་ཆོ་ངེས།  
འགྲོ་བའི་གོགས་སུ་གྱུར་པ་ཁྱོད་ཀྱི་རྣ་བར་འོང་དོ། །དཔེར་ན། མགྱིན་སྒྲོན་  
ཅན་ཁྱོད་གངས་རིའི་པག །དཀར་ཐུབ་བསྐྱེད་ན་སྒྱུར་དུ་མཛོད། །སྤྲོད་མར་  
ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་འགས། །གཞན་པན་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་པ་མཆི། །ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་སྤྱིར་འདིར་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཆགས་ལྡན་མས་  
འགྲོ་བའི་གྲོགས་ཉིད་བྱེད་པ་ལྟར་གྱི་སྒྲོ་ནས་མཛེས་པོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་  
པར་བྱེད་པ་ནི་གྲོགས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འགོག་པའོ།

བརྩུ་བཞི་པ་འབད་པས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཛེས་  
པོ་འགྲོ་བ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་བཞུད་ཅིས་ཁྱོད་དབྱེས་པའི་ཆོག་བཛོད་  
འདོད་ཀྱང་། ཁོ་མོ་བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་མ་གཤེགས་ཞེས་པ་  
ཁ་ནས་ནི་དབང་མེད་དུ་བྱུང་བར་གྱུར་པ་ལ་བདག་ཅི་བྱེད་དེ་ཐབས་མེད་དོ།  
དཔེར་ན། རབ་ལྗང་དབྱར་སྐྱེས་གཞོན་ནུས་ལེགས་བསྟར་པའི། །ཆར་དུས་  
དགའ་སྟོན་ལྟན་རིང་གནས་འབད་ཀྱང་། །ཆུ་ལྷའི་བུ་ཡི་དབྱིལ་འཁོར་གྱིས་  
མཛེས་པའི། །འབྲས་ལྡན་དུས་ལ་རིང་པའི་ཆོག་འགའ་ཐལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། མི་འདོད་པའི་དངོས་པོ་བཞུད་ཅེས་པ་ལ་འབད་པ་ལྟར་བྱས་  
པའི། འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་འགྲོ་བ་བསྐྱེད་པས། རོན་མེད་པ་ཉི་བར་  
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འབད་པས་འགོག་པའོ།

བཙེ་ལྷ་པ་གཞན་དབང་གིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
འགྲོ་བ་དེ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་ཁོ་མོ་ལ་གྲོས་ངེས་ནས་ཅི་བྱ། བྱོད་ལ་ལྟ་  
བའི་ཆེ་སྐད་ཅིག་ཙམ་གོགས་བྱེད་པའི་རྩི་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡང་སྤོ་བའི་ཤིན་  
ཏུ་སྤྲོད་ཉི་བའི་མཛའ་བོ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་བྱོད་རང་འགྲོ་བའི་གྲོས་སྒྲིམ་  
དང་། བདག་ནི་དེ་ཡིས་འདོད་པ་ལྟར་འདོད་དོ། །དཔེར་ན། གཞན་འཆའི་  
དབང་གིས་སྤྱི་བའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱིས། །མི་བད་ནག་པོར་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུ་ལ།  
གསེར་ཙན་གསོད་པའི་གྲོས་ངེས་དེའི་སྤྲོད་དང་། །མཚུངས་པར་བདག་ཀྱང་  
བཟོད་དོ་བད་དཀར་མིག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་མཛའ་  
བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་མས། མཛའ་བའི་དོན་འདི་ཉི་བར་གསལ་བར་  
བྱས་ནས་མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་གཞན་དབང་གིས་  
འགོག་པའོ།

བཙུ་བྱུག་པ་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འགྲོ་  
བ་དགག་བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་མགོན་པོ་སྟེ་མཛའ་བོ་དང་བྲལ་བ་ཙམ་བཟོད་  
པར་བགྱི་མོད། །དེའི་རྩིས་སུ་བདག་ལ་འདོད་པའི་མདས་བསྐྱེད་མི་བཟོད་

པས། གང་གིས་མིག་ལ་བསྐྱོས་ཤིང་བྱུགས་པ་ཅམ་ལ། འདོད་ལྷས་མི་མཐོང་  
བའི་མིག་སྒྲུབ་གྱི་དངོས་གྲུབ་མཐོང་མིན་ཏེ་མི་སྤང་བའི་རྣམས་ཞིག་སྒྲུབ་ཅིག།  
དཔེར་ན། རི་སྤང་སྤངས་སྤྲོངས་མེ་ཏོག་གིས། །རབ་བཟ་དབྱར་བྱོད་ཡོལ་  
རུང་གི། །སྤྱོགས་ཀྱི་ཆར་སྤྲོན་ལང་ལོང་དབྱས། །འབྱུག་སྤྲོས་སྤྲོག་པ་རྒྱན་དུ་  
སྒྲུབ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། འཆོ་བའི་ཐབས་རྣམས་ནི་དཀའ་བ་དག་ཉི་  
བར་བཀོད་ནས་བདག་པོ་ནི་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་འདི་  
འདྲ་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པར་བརྗོད་དོ།

བཙུ་བདུན་པ་ཁོ་བས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འགྲོ་  
བ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་ཇོ་བོ་བྱོད་གྱི་ཞལ་ནས་མཛའ་བོ་ལ་བརྟེན་བ་མེད་  
པར་མི་འོས་པའི་ཆོག་དང་སྤྱོགས་གཞན་དུ་འགྲོ་ཞེས་པ་ངེས་པར་བྱུང་བས།  
གཉིན་ལ་གདུང་བ་མེད་པའི་མཛའ་བོ་དམན་པ་བྱོད་གྱི་ད་མ་སྤྲོན་ན་ཡང་  
བདག་ལ་ཅི་ཞིག་སྤྲོ་བྱེད་པར་མེད་དོ། །དཔེར་ན། དར་བ་ལང་ཆོའི་དུས་སུ་  
རིག་པའི་གནས། །བསྐྱབ་སྤྱང་དོར་ཏེ་སྒྲོམ་ཆེན་བྱེད་སེམས་ན། །སྤྲོད་ནས་  
ན་ཆོད་ཡོལ་ཆེ་ཐོས་པའི་གྲར། །ཞུགས་ཀྱང་མ་བསྐྱད་པ་དང་བྱེད་པར་ཅི། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། མཛའ་བའི་ཆགས་པ་རྒྱས་པས་དབང་པོ་མ་  
བསྐྱམས་པའི་བདག་ཉིད་མ་དེས་ཁོང་ཁོ་བས་ཆོག་གིས་མཛའ་བོའི་འགྲོ་བ་  
ཚུམ་པ་བསྐྱོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁོ་བས་འགོག་པའོ།

བཙེ་བརྒྱད་པ་མྱ་ངན་གྱིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། །དང་པོ་ནི།  
 ལྷ་ལྷལ་ཟེགས་པར་འོས་པའི་བྱ་བ་དེ་བསྐྱམས་དགོས་པ་ལ་མ་བསྐྱོས་ཤིང་།  
 བྱ་མའི་རྣ་བའི་རྒྱན་བྱེད་དགོས་པ་ལ་མ་བྱས་ལ། དེ་བཟང་བའི་ཕྱིར་དུ་ཆང་  
 ལ་འདེབས་དགོས་པ་ལ་མ་བཏབ་པས། འོས་པ་གསུམ་པོ་ནི་གང་རུང་གིས་  
 སྟོགས་དགོས་པ་དགག་བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་དེ་གསུམ་པོ་གང་ཡང་མ་བྱས་  
 པར་ཁྱོད་ཀྱི་དབང་སྒྲིལ་ཅིང་ཉིད་དུ་ལྷ་ལྷལ་སྟོན་པོ་ཟགས་པར་གྱུར་རྟོ། །དཔེར་  
 ན་འདོད་ཆུང་ཆེད་དུ་བསོད་སྟོམས་དག། སྦྲོང་མིན་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པའི་  
 སྒྲོང་། ཁྱོད་ཡུལ་མི་ཉུལ་སྟོམ་ཆེན་འགལ། སྤང་མདོའི་བྱི་དང་ལྷན་ཅིག་  
 གནས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། དབང་བཙེ་མ་ནས་ལྷ་ལྷལ་རྣམས་  
 ཟེགས་སོ་ཞེས་སྟོང་རྗེ་རྗེ་ལྷ་པ་མྱ་ངན་དང་བཅས་ཤིང་སྐྱས་པ་དེས་འོས་པའི་  
 བྱ་བ་གསུམ་པོ་ལས་བསྐྱོག་པར་བྱས་ནས་མྱ་ངན་འོས་པའི་སྐབས་སྟོན་  
 པས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་མྱ་ངན་གྱིས་འགོག་པའོ།

བཅུ་དགུ་པ་འགྱོད་པས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རང་  
 གཞན་པན་པའི་དོན་འགའ་ཡང་ཆོགས་པར་མ་བྱས་ལ། སྤྱ་ཆད་སོགས་  
 རིག་པའི་གནས་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། དཀའ་ཐུབ་བསམ་གཏན་འགའ་  
 ཡང་མ་བསགས་པས། དོན་གསུམ་པོ་འདི་བྱས་པ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་  
 སྟོམས་ལས་ཀྱི་ངང་ལ་ན་ཆོད་མཐའ་དག་སོང་བ་ལ་འགྱོད་པར་གྱུར་རྟོ། །



དཔེར་ན། མར་མིའི་ཉམས་དང་རྟོགས་པ་མི་ལྡན་ཞིང་། །དཔང་ཤོང་མཁས་  
པའི་གོ་ས་མ་བཞིན་ལ། །སྟོབས་འགྱུར་ཁ་དྲག་དག་གྱང་མེད་པའི་ངང་། །རི་  
ཅེར་མི་ཆེ་དོན་མེད་ངང་ལ་བཟད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་  
འདིར་ནི་ཆེ་སོང་བས་དོན་འགྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་འགོག་པ་ནི་འགྱུར་པ་གཙོ་  
བོར་སྟོན་པར་བྱེད་པས། འདི་ནི་འགྱུར་པས་འགོག་པ་ལོ།

ཉི་ཤུ་པ་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཅི་  
ཤིན་ཏུ་དཀར་བ་འདི་སྟོན་གྱི་ཚུ་འཛིན་ནམ། ཡང་ན་ངང་པའི་ཆོགས་སམ་  
ཞེས་དེ་གཉིས་གང་རུང་དུ་ཐེ་ཆོམ་པ་དངོས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ། འགོག་  
བྱེད་རྒྱུ་གདུབ་གྱི་སྒྲ་འཁྲུལ་བ་འདྲ་བ་ཐོས་པས་དཀར་པོ་དེ་ནི་ཚུ་འཛིན་མ་  
ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། མཐོན་པོའི་ཁྲིར་འཛེགས་འདི་ནི་དཔང་ལོའམ། །ཡང་ན་  
གྲུབ་རིགས་ཀྱན་པོའི་སྒྲ་ཆེན་ཞིག །མཁས་པ་མགྱུ་བའི་ལེགས་བཤད་སྟན་  
པའི་དབྱངས། །སྒྲིག་ཕྱིར་བཀའ་རྒྱུད་འདྲན་པར་རྒྱུ་མ་པ་མིན། །ཞེས་པ་ལྟ་  
བུ། གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་འཛིན་ཆོས་འདི་ངང་པ་ལ་ཡོད་ཅིང་། སྟོན་གྱི་  
རིགས་ལ་མ་རེག་པས། སྟེ་བོ་གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཐེ་  
ཆོམ་འགོག་པ་ལོ། །ཉིར་གཅིག་པ་སྐྱར་བས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་སྒྲ་བ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་དགག་བྱ་  
དང་། འགོག་བྱེད་པ་ལ་ཁྲོད་གདོང་གི་སྒྲ་བ་འདི་ཡོད་བཞིན་ནོ། །སྐྱར་

ལུགས་ནི། དེ་གཉིས་ཀ་ལྷ་བའི་མིག་ལ་བདུད་ཅི་སྟེར་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
པ་དང་། རླ་བས་བརྒྱ་ཆར་གཙོད་ཅིང་། གདོང་གིས་བརྒྱ་ལ་མཛེས་བའི་སྒོ་  
ནས་སྒྲུང་བ་དང་། སྦྱུ་མ་ཞིང་དཀར་བའི་འབྲས་བུ་ཕུན་གསུམ་ཆོག་གས་པ་ཅན་  
རྣམས་ཕུན་མོང་དུ་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན། སྦྱེ་དགུ་གདོངས་ཅན་གཙུག་ན་  
མངོན་འཕགས་ཤིང་། །བདེ་ལེགས་འདོད་དགུའི་དཔལ་གྱིས་ཆིམ་མཛད་  
པའི། །རྒྱལ་བ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཡོད་བཞིན་དུ། །ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་གཞན་  
གྱིས་ཅི་ཞིག་བྲ། །ཞེས་པ་ལྷ་བུ། །གཉིས་པ་ནི། བལ་བ་གདོང་གི་རླ་བ་ལ་  
བརྟེན་པ་གཙོ་བོའི་རླ་བ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་  
དང་ལྡན་པར་བསྟན་པར་བྱས་ནས་གཙོ་བོའི་རླ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་  
པ་དེ་ལྟར་སྦྱར་བས་འགོག་གོ།

ཉེར་གཉིས་པ་དོན་གཞན་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཟེན་རུང་། ད་དུང་  
ཡང་རྒྱལ་ཐབས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ཆིམ་པ་མེད་པ་ལ་ངོ་མཆར་རོ་ཞེས་པ་  
དགག་བྲ། འགོག་བྱེད་འོན་ཀྱང་བསྐྱེད་ཟ་འབར་བ་ལ་བྱུང་ཤིང་ཇི་ཅམ་བཏབ་  
ཀྱང་ཆོག་པ་དག་ནི་རྣམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་མ་མཐོང་ངོ་། །དཔེར་ན། སྤིང་འདིར་  
དུབ་པའི་འགྲོ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་གྱིས། །རིས་སུ་ཆད་མེད་བདེ་ལེགས་སྦྱེལ་བ་  
མཆར། །འོན་ཏང་མཐུན་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་ཆོག་གས་པ་ལ། །འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་

དངོས་པོའི་གཤེས་ལུགས་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་སྤྱིར་  
འདིར་ནི་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་དོན་གཞན་དག་བཀོད་པ་དེ་ཡི་ཆོས་མཚུངས་སྟེག་  
བ་བསྟན་པར་བྱས་ནས། ཡ་མཚན་ཚོས་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་དོན་  
གཞན་འགོག་པའོ།།

ཉེར་གསུམ་པ་རྒྱས་འགོག་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རིས་  
མེད་དུ་སྟེར་བའི་མི་དབང་སྤྱོད་ལ་སྦྱིན་པ་པོ་ཞེས་ནམ་ཡང་མི་བསྟོད་དེ།  
བསྟོད་པ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་གང་གི་སྤྱིར་སྤྱོད་བ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་ལ།  
རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོར་ཁོར་ང་གི་བདོག་པ་ཉིད་དུ་བསམ་པའི་རྒྱས་ལེན་ནོ། །  
དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་མ་དེས་བདག་ཅག་ལ། །ངག་གི་དངོས་གྲུབ་ལེགས་  
བསྐྱེད་ཀྱང་། །སྤྱོད་ནི་ཀུན་གྱི་ཤེས་རབ་ལྟ། །ཡིན་སྤྱིར་བསྟོད་ཆོག་ཅི་སྤྱིར་  
སྒྲུ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དེ་གཏོང་པོད་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་  
སོགས་ལ་དོན་གྱིས་བསྟོད་པའི་སྤྱིར་དུ། དེའི་རྒྱ་རྣམས་སྤྱོད་མོ་བ་ཁོ་ནས་  
ལོངས་སྟོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་རོལ་ལ་བསྟོད་པ་འགོག་པ་ནི་རྒྱས་འགོག་  
པ་ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། ལྷོགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་འགོག་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་ཉོག་པ་གཞན་དག་ཀྱང་དཔག་པར་  
བྱས་སོ།།

དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐོར་བཤད་པ།

བདུན་པ་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་ལ། མཆོན་ཉིད་དབྱེ་བ་དཔེར་  
བརྗོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་སྔོན་དུ་བསྐྱབ་  
བྱར་རབ་དུ་བཀོད་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་མའི་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅན་དངོས་  
པོ་གཞན་དག་འགོད་པ་ནི་དོན་གཞན་བཀོད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། གྲུན་ཁྲབ་ཁྲད་པར་ལ་གནས་དང་། །སྐྱར་བ་ཅན་དང་  
འགལ་བ་ཅན། །མི་འོས་བྱེད་དང་འོས་པའི་བདག་ །འོས་དང་མི་འོས་བསྐྱོག་  
པའོ་སྟེ་འདི་ཡི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་པོ་དེ་སྟེ་སྤྱ་སྤྱ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་གི་སྦྱོར་བ་  
རྣམས་ལ་རབ་དུ་མཆོན་ནོ།

གསུམ་པ་དམ་བཅའ་དང་། དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། བཤད་མ་ཐག་  
པའི་བརྒྱད་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར། དཔེར་  
བརྗོད་ཀྱི་སྤང་བ་བསྟན་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ་བརྒྱད་ལས་དང་པོ་གྲུན་ཁྲབ་ཀྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།  
སྤྱེས་པའི་མཐར་འཇིག་པའི་ངེས་པ་འདི་ལ་ནི་སུ་ཞིག་འགོང་ཞེས་ནས་  
བསྐྱབ་བྱ་སྔོན་དུ་བཀོད་ནས། འཇིག་པའི་ཆོས་དེ་དངོས་པོ་གྲུན་ལ་ཁྲབ་པའི་  
སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅན། ལེགས་ལྡན་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིག་དུ་གྱུར་པའི་ཉི་མ་

དང་སྒྲུབ་པ་ཡང་རྒྱལ་པར་འགྱུར་པ་འདི་ཉིད་ལ་ལྟོས་ཤིག། །གཞན་རྣམས་ལོ་  
 ལྷ་བའི་འགྱུར་འཁུགས་པ་ཡིན་པས་འདིར་ཆིག་རྒྱུ་མཐའ་མ་སྒྲོན་དུ་མཛད་  
 བའི་བཤའ་སྒྲོལ་འདི་གངས་ཆེན་ལོ་ལྷ་བའི་རྒྱུན་ཡིན་ཞེས་པ་སྒྲོབ་དཔོན་  
 མཁས་པ་གསུང་ངོ། །དཔེར་ན། ཐིག་ལེ་མཆོག་མར་ཆགས་པས་ཚངས་པ་  
 ཡིས། །གདོང་བཞི་སྒྲུལ་པ་འདི་ལ་སྒྲུ་ཡིས་དཔོན། །ལམ་དུ་མ་ཞུགས་ལུས་  
 ཅན་ཐ་དག་ནི། །འདོད་པས་གཟེར་བས་འཁོར་བར་སྒྱུང་ལ་ལྟོས། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 བྱ།

གཉིས་པ་བྱུང་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་  
 སྒྲིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཐོབ་པ་མིན་ནམ་སྟེ་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བྱུང་པར་ཅན་གཞན་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཞི་བའི་སྒྲིང་དུ་ཐབས་  
 དུ་མ་མཛད་པ་བཀོད་ནས། སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅན་སེམས་མེད་ཆུ་འཛིན་འདི་  
 དག་གིས་གྱུང་། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆ་བའི་གདུང་བ་ཡོངས་སྒྲུ་འཕྲོག་པར་  
 བྱེད་དོ། །འདིའི་འགྱུར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བྱེད་བྱི་མ་བྱེད་སྒྲུ་མར་བྱས་ན་  
 ལེགས་སོ། །དཔེར་ན། ཉི་མའི་གཉེན་གྱི་ཐུགས་རྗེས་ཡིས། །གདུལ་བྱའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱས། །ལང་ཆོ་དར་བབ་སྒྲིན་ལེགས་མའི། །བཞིན་གྱིས་  
 ཆགས་ལྷན་དགའ་བ་འཕེལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བྱ།

གསུམ་པ་སྐྱུར་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། ལྷོ་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡའི་



རྒྱུང་གིས་ནི་འཛིག་ཏེན་ཐམས་ཅད་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བསྐྱབ་བྱ།  
 བཀོད་ནས། སྐྱབ་བྱེད་དུ་གྱི་ཐུ། ལྟོ་དང་། གཡས་ཕྱོགས་རྗེས་མ་ཐུན་ཡ་རྒྱུན་  
 གྱིན་པས་སྟོའི་རྒྱུང་སོགས་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་པས། དེ་དང་ཡང་དག་པར་  
 ལྡན་པས་ཀྱན་གྱི་སྟོང་ལ་སྐྱུག་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་སྐྱ་གཅིག་གིས་དོན་དུ་མ་  
 ལྟོན་པ་ལ་སྐྱར་རོ། །དཔེར་ན། འགྲོ་བའི་མགོན་དུ་བས་གཙང་སྤྲས། །མཆོན་  
 དཔེའི་གཟེ་གྱིན་སྤྲོ་ན་འབར། །སྤུ་བ་རྩ་རྩ་ས་མངའ་འབངས་གྱི། །རལ་པའི་  
 ཅོད་པན་ཅེ་ན་འགྱུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། མཆོན་མོར་བྱེད་པ་ལྷ་བ་  
 འདི་བྱི་མ་དང་ལྡན་ཡང་། འགྲོ་བ་རྣམས་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་བསྐྱབ་བྱ།  
 སྐྱབ་བྱེད་རུས་པ་ཅན་གཉིས་སྐྱེས་ཏེ་བཅ་བེ་སྣ་ཆད་པ་ལྟ་བུའི་དབང་པོ་ལ་  
 ལྟོན་དང་ལྡན་ཡང་། གཤུལ་བྱ་གཞན་དག་ལ་རིག་པའི་གནས་སྟོན་པའི་སྒོ་  
 རས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་རུས་ཞེས་སྟོན་གྱིས་བྱ་བ་ལེགས་པོ་བསྐྱབ་པས་  
 འགལ་བ་ལྟར་སྟོན་ནོ། །དཔེར་ན། མཛེས་སྐྱུག་འདོང་སྐྱེད་དབྱངས་ཅན་  
 མས། །ཆགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཉེ་བར་སྟེ། །ལང་ཆོ་ཡོལ་པའི་ཤོང་སྟོན་རྗེ། །  
 ཤེས་ལྡན་རྣམས་གྱི་སྟོང་དུ་སྐྱུག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། སྐྱང་ཅི་འཐུང་བའི་བྱང་  
 བའི་མགྱོན་པ་སྟོན་པོ་ལས་བྱང་བའི་སྐྱ་དག་གིས་ཀྱང་ཆགས་པ་འཕེལ་བས།

ནམ་པར་རྩལ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་མི་འོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད་འདོད་ལྡན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མི་འོས་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བ་རྒྱ་མ་ཐུན་གྱི་ལས་ནམས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་  
 འདི་འདྲ་བ་ཞེས་སོ། །དཔེར་ན། སློ་བཟང་གྲགས་པའི་ལེགས་བཤད་བདུད་  
 ཅི་ཡིས། །སྤྱོད་སློམ་གྲན་པོའི་ནད་ཀྱི་ཟུག་རྩ་བསྐྱེད། །ཆེ་རབས་མང་པོར་  
 བྱེད་སྤོང་བསྐྱབས་པའི་ཐབས། །གོམས་པའི་བག་ཆགས་ལྡན་པ་ཀུན་གྱི་  
 གཤེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དུག་པ་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། འདོད་ལྡན་ནམས་ཀྱི་དོར་  
 རྩ་སྐྱེས་ཀྱི་འདབ་མའི་མལ་བསྟན་འཇམ་པ་འདིས་ཀྱང་བདག་གི་ལུས་འདི་  
 གདུང་ཞིང་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་འོས་སམ་ཞེས་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་  
 སྤྱིར་མི་འོས་ཀྱང་སྐྱབས་འདིའི་མཆན་ཉིད་དང་བསྟན་ན། འདོད་པའི་དབང་  
 གིས་འཇམ་པ་ཅམ་གྱིས་ཆགས་པ་སྐྱེས་ནས་ཉོན་མོངས་པས་བསྒྲེག་པའི་  
 བདག་ཉིད་བྱེད་པས་སྒྲིག་བྱ་དང་འདྲ་བར་རིག་པ་མཡིན་ནམ། དཔེར་ན།  
 རྒྱལ་བས་འགྲོ་ལ་ཆོས་བསྟན་པས། །པན་དང་བདེ་བའི་ཆོགས་ཀུན་རྒྱས། །  
 ཏྲ་ལྡང་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པ་ཡིས། །བད་དཀར་འདབ་མ་རྣམ་པར་འཕེལ། །ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུ། ལྷ་སྐྱབ་པས། ལྷ་པ་དང་། དུག་པ་གཉིས་པོའི་འོས་མི་འོས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་རྩལ་པ་མཁན་པོ་ཉིད་ལ་ངེ་ཟེར་ཡང་། ལྷ་པའི་དོན་ནི། དུལ་སྟན་པ་དེས།  
 དུལ་ཅན་ལ་ཆགས་པས་རྩལ་པར་གདུང་བ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱིས་སྤྱོད་སྤེལ་བ་

ཡིན་པས་མི་འོས་པ་ཡིན་ལ། དྲུག་པའི་དོན་ནི། འཇམ་པ་ཙམ་གྱིས་གདུང་  
བ་བསྐྱེད་པ། གདོང་མཛེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཆགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དྲུག་པོ་  
བསྐྱེད་པ་འཛིག་ཏེན་ན་ཆད་མས་གྲུབ་པས་འོས་པ་ཡིན་མོད། སློབ་དཔོན་  
དཀྲོལ་བྱི་ཅི་དགོས། བྱེད་ནམས་གཅིག་ཏུ་མཆར་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་  
སློབ་རྒྱན་ཡིན་སྙམ་པའི་དག་སྤང་དང་། གཉིས་སུ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་སྤྱན་པོ་  
ནམས་དང་མི་འདྲ་བསམ་པའི་མཁས་འཕྲོང་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་རིགས་འདི་ཆོ་  
ལ་དཔགས་ན་དོད་ཆེ་སར་ཡང་དབྱར་ཚུ་ཙམ་མོ།

བདུན་པ་འོས་པ་དང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། བསིལ་  
ཟེར་ཙན་གྱིས་ཆགས་པའི་སློན་ས་ཉམས་པར་བྱེད་པ་འོས་པའི་བསྐྱེད་བྱ།  
དཔྱེད་དུས་ཀྱི་བདག་ནི་ཅི་ལ་གདུང་བ་མི་འོས་པའི་བསྐྱེད་བྱ། སྐྱབ་བྱེད་  
ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན་སྤྲུལ་མ་ནི། སྤྱོད་ཀྱི་བྱི་མ་ཙན་ཡིན་པས། སྤྱོད་པའི་ལས་  
ཀྱང་གཞན་ཉམས་བྱེད་ཡིན་གྱི། སྐྱབ་བྱེད་བྱི་མ་ནི་ནམ་པར་དག་པས་མི་  
འོས་པ་མིན་ནམ། དཔེར་ན། སློག་སལ་མཁས་ལ་དགའ་འོས་ཀྱི། །མྱོངས་  
པའི་སྐྱེ་བོས་ཚུལ་དེ་མིན། །སྙན་པའི་སྤྱུ་ལ་ཐོས་འཛིན་དག །ལྟན་པས་མཉན་  
གྱི་འོས་པས་མིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བརྒྱད་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་ནི། ཀྱུ་མུད་ལྟན་པ་སྐྱབ་བ་བསིལ་ཡང་སྐྱེག་པར་བྱེད་པ་མི་  
འོས་པའི་བསྐྱེད་བྱ། བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཉི་མས་གདུང་བ་ཅིས་མི་བྱེད་དེ་

འོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ། སྐྱབ་བྱེད་རིམ་པ་བཞིན། ཟླ་བས་ཇེས་སུ་བབྱང་བའི་ཀྱ་  
 ཟུ་ཏའི་འདབ་མ་ནམས་རྩལ་ན། ཅིག་ཤོས་ཉི་མས་ཇེས་སུ་བབྱང་བའི་བསྐྱའི་  
 འདབ་མ་ནམས་འཇམ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན། ས་སྐྱའི་བསྐྱར་འཛིན་  
 ཉིས་བཤད་འཆང་བྱེད་ན། །བཀའ་རྒྱུད་སྒྲོམ་ཆེན་སྒྲུབ་གཏམ་ཅིས་མི་བེད། །  
 མང་པོར་ཐོས་ལས་ལེགས་བཤད་འབྱུང་དགོས་ཀྱི། །ཐོས་ཉུང་ཟུ་ཙེར་སྒྲོག་  
 པ་ངང་ཚུལ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

བརྒྱུད་པ་ཕྱོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ། མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན།  
 དབྲེ་བ་དང་བཅས་ཏེ་དཔེར་བརྗོད་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དངོས་སུ་སྐྱ་  
 འཇུག་པའམ། དོན་གྱི་ཤུགས་དང་སྐྱབས་ཐོབ་ལས་ཉོགས་པར་བྱེད་པ་དག་  
 གི་སྒྲོ་ནས། དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱ་མཆན་འགའ་ཞིག་གི་སྒྲོ་  
 ནས་མཚུངས་པར་གྱུར་པ་ལས། བྱེད་པར་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་མཚུངས་པར་  
 ཉོན་པ་དེ་ཡི་དབྲེ་བ་བརྗོད་པ་གང་དེ་ནི་ཕྱོག་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་སྐྱས་བེན་མཚུངས་པའི་ཕྱོག་པ། ཉོགས་པས་མཚུངས་  
 པའི་ཕྱོག་པ། འབྲེད་བྱེད་མཚུངས་པའི་ཕྱོག་པ། རིགས་མཐུན་འབྲེད་པའི་

ལྷོག་པ་ཅན་དང་བཞི། དང་པོ་ལ་ལྷ་ལས། གཅིག་གིས་ལྷོག་པ་ཅན་ལ་དཔེ་  
 རོན་གཉིས། དང་པོ་ནི་མི་འགྱུར་བར་བརྟན་པ་དང་། ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དང་།  
 ལྷ་ལྷན་ཞེས་པ་མཛེས་པ་དང་། ཟབ་པ་དང་། ལན་མྱ་རྒྱལ་ལ་འཇུག་པས།  
 དེ་སོགས་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཀ་ལས་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་རུང་གི་སྒྲོན་ས་དཔེ་  
 ཅན་རྒྱལ་པོ་བྲོད་དང་། དཔེ་རྒྱ་མཆོ་མཚུངས་སོ། །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་བྲོད་  
 གྱི་ལུས་འདི་འདྲ་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་གྱིས་མཛེས་པ་གཅིག་གི་སྒྲོ་  
 རས་དཔེ་དང་མི་འདྲ་བར་ཐ་དད་དོ། །དཔེར་ན། འཆད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཅོ་མ་  
 པའི་ངག་གི་དཔལ། །ཅོད་པའི་སྒྲོབས་པ་མཁས་པའི་གྲགས་སྟན་གྱིས། །  
 དཔང་ལོ་ཅ་རྒྱ་གོ་མའི་མཚུངས་གྱུར་གྱང་། །ཆངས་སྒྲོད་བརྒྱལ་ཞུགས་ལྷན་  
 པས་རྣམ་པར་དབྱེ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ་ནི། གཅིག་ལ་གནས་པའི་ཆོས་ལུས་ཀྱི་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་ཀ་ལ་གནས་པའི་བྲུང་ཆོས་ཐ་དད་དག་རྟོགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར། འདི་ནི་གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་ལྷོག་པ་ཅན་ལ་  
 དཔེ་རོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལྷ་ཡི་ཕུང་པོ་དག་དང་རྒྱལ་པོ་བྲོད་གཉིས། ལྷ་  
 མཆོམས་དང་ཡ་རབས་ཀྱི་སྒྲོད་ལྷ་ལས་མི་འདའ་བ་དང་རིང་ཐུང་དང་  
 མཁྱེན་པའི་གཏིང་དཔག་མི་རྒྱས་པས་ཟབ་པའི་སྒྲོན་ས་མཚུངས། འོན་ཀྱང་  
 ལྷ་འདི་ནི་མིག་སྟན་གྱི་མདོག་དང་མཚུངས་ལ། བྲོད་ནི་གསེར་གྱི་འོད་ཅན་



ནོ་ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ལ་ནག་སེར་གྱི་ཆོས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་སྒྲོ་ནས་  
 ཁྱད་པར་འབྱེད་པའོ། །དཔེར་ན། རི་དྲགས་མིག་ཅན་ལྷ་བ་གཉིས། །དཀར་  
 འཇམ་མཛེས་སྒྲུག་དགའ་བསྐྱེད་པས། །མཚུངས་ཀྱང་སྤྱོད་ནི་ནོར་འཛིན་  
 དང་། །ཀུན་པན་ནམ་མཁའི་ངོས་སུ་རྒྱ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་  
 གི་ཕྱིར་འདིར་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀ་ཡི་འབྱེད་བྱེད་ཡོན་ཏན་ནག་པོ་  
 དང་སེར་པོ་དག་གིས་ཐ་དད་དུ་བསྟན་པ་འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ།།

གསུམ་པ་སྐྱར་བ་ཅན་གྱི་ལྷོག་པ་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་དུས་རྒྱུ་རྩོམ་པ་བསྐྱོག་དགའ་བ་དང་ཚུ་ངན་  
 པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པས། སྤྲ་མ་ནི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་མི་བསྐྱོག་པ་དང་།  
 ཕྱི་མ་ནི་བ་ཚུ་སོགས་ཀྱིས་ངན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་ཉ་ས་ཏུ་སྒྲིང་སྒྲོབས་  
 ཆེན་པོ་དང་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས། སྤྲ་མ་ནི་སྒྲིང་  
 སྒྲོབས་ཆེ་ཞིང་། ཕྱི་མ་ནི་ཚུ་སྒྲིན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། ཉེ་མཆི་གཟེ་བཟིང་  
 དང་མེ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས། སྤྲ་མ་ནི་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་།  
 ཕྱི་མ་ནི་གློད་མ་ཁའི་མེ་དང་བཅས་པས། སྐྱ་སྐྱར་བའི་སྒྲོ་ནས་དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 མཚུངས་ཀྱང་། རྒྱ་མཚོ་དེ་ནི་ཚུའི་བདག་པོ་དང་། སྤྱོད་ནི་སྒྲོ་དང་ལྡན་པའི་  
 མཁའ་པ་ཡིན་པས་དེ་ཡིས་སྤྱོད་གཉིས་ཐ་དད་དོ། །འདི་ལ་སྐྱར་གཞི་གཉིས་  
 ལས་མི་ཉུང་ཞིང་སྤྱོད་པར་སྐྱར་དགོས་སོ། །དཔེར་ན། མེ་སྐྱེས་གནས་

བསྟན་ཡན་ལག་འབྱུང་དང་གདོང་དུག་སྒྲ་བའི་ཅོད་པན་ཅན་དབྱངས་ཅན་མ་  
དང་དབང་ཕུག་གཉིས། །བསྟན་པས་དཔའ་བོ་སེར་སྒྲ་གཉིས། །མཚུངས་  
ཀྱང་མ་ཁོལ་དགོན་མཆོག་ལ། །སྒྲ་བས་འགོ་ཅིག་ཤོས་དེ་ལས་ལྷོག་། ཅེས་པ་  
ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། འདིར་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀ་སྒྲ་སྒྲར་བས་མཚུངས་  
ཆོས་ཀྱིས་ཚུལ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར་སྒྲར་བ་ཅན་ཞེས་བརྒྱུང་བར་མཛོད་ཅིག།

བཞི་པ་འགོག་པ་ཅན་གྱི་ལྷོག་པ་ལ། དམ་བཅའ་དང་། དངོས་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། འགོག་པ་ཅན་ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ལུགས་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་གཡོ་བར་མི་རུས་པས་བརྟན་  
པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་གསུམ། དཔེ་ཅན་རྒྱལ་པོ་  
དང་དཔེ་རྒྱ་མཆོ་ལ་ཡོད་པ་མཚུངས་ཆོས་སུ་བསྟན་མོད་ཀྱང་། རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱི་འགྲན་རྒྱར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ཡིན་པ་དགག་  
བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་དཔེ་ལ་བ་ཚུ་སོགས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་ལྡན་པ་ཚུ་སྟོན་གསུག་  
པ་གནས་པའི་སྟོན་སྟོན་ལྷོག་པའོ། །དཔེར་ན། མི་མཐུན་ལས་སྒྲོ་བ་རེ་བའི་  
འདོད་པ་འདྲོ། །སྟོང་དུ་སྒྲུག་ཅིང་ཀྱན་གྱིས་བསྐྲགས་བཛོད་ཀྱང་། །སྟན་  
འགྱུར་དག་གི་ཆ་ཤས་ཡོངས་གང་བས། །ཆངས་སྒྲས་མ་ལ་ཡོངས་འདུས་  
འགྲན་དུ་ཅི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྷ་པ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ལྷོག་པ་ཅན་ལ། དམ་

བཅའ་དངོས་དང་། བཤད་མ་ཐག་པ་རྣམས་ཀྱི་མཁུག་བསྐྱ་བ་གསུམ། དང་  
པོ་ནི། སྤྱི་མཐོང་རྒྱུ་གཉིས་པ་གཏན་ཆིག་ཅན་དེ་ཡང་བསྐྱར་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ནི། རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་ཡི་ས་གཞི་མཐའ་  
དག་འཛིན་པ་ལ་དཔེ་ཅན་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་དང་དཔེ་སྤྱི་ཆེན་པོ་མཚུངས་མོད་  
ཀྱང་། སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷག་མ་ཅན་ཀྱི་ཁྱོད་ནི་ལག་འགོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུར་པའི་  
ཕྱིར་ན་གཏན་ཆིག་སྤྱིས་མཐོང་རྒྱུ་དཔེ་ཅན་དམན་ནོ། དཔེར་ན། ཅ་སྤྱོད་  
ལོ་འདབ་ཟེའུ་འབྲུ་སོགས། །བཟ་ཡང་བུད་མེད་འབྲུམ་ཆང་གིས། །འབྲེད་  
ཕྱིར་མེ་ཉོག་བ་ཀྱུ་ལ། །བརྒྱ་དག་དང་བྱུད་པར་ཆེ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ནི། དཔེ་དཔེ་ཅན་ལ་སྤྱི་དག་ཐུན་མོང་དུ་འཁུག་པར་མཚུངས་  
པ་ཡི་བྱུད་ཆོས་གཞན་ཀྱིས་མི་འདྲ་བར་ལྟོག་པ་ཅན་ནི་འདྲ་བ་བཤད་ཟིན་  
ཏོ།།

གཉིས་པ་ཉོག་ས་པ་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན་ལ་དམ་བཅའ། དཔེར་  
བཞིན། བྱུད་པར་ཅན་བསྐྱར་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་སྤྱིས་དངོས་སུ་མ་ཟིན་  
ཀྱང་འབྲུག་ས་ལ་ཉོག་ས་པར་གྱུར་པའི་སྤྱོད་ནས་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན་ཡང་  
ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱུ་གཉིས་བསྐྱབ་བོ།།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཉོན་ཀྱི་ལྟོག་པ་ཅན་ནི། དཔེ་ཅན་ཁྱོད་  
ཀྱི་གདོང་པ་ནི་བུད་མེད་ཁྱོད་རང་ལ་བཞེན་པ་དང་། དཔེ་བརྒྱ་ནི་ཆུ་ལས་སྤྱེས་

པའི་ཕྱིར། འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་མཚུངས་པ་དངོས་སུ་  
 ལྡོག་སྟེ་འབྲ་བ་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའོ། །དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་མ་དང་གོང་  
 ཅོ་གཉིས། །སྤྲ་མ་ཆངས་པའི་བྱ་མོ་དང་། །རྒྱ་བཟའ་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་ཡི།  
 སྤྲ་མོ་ཡིན་པའི་བྱང་པར་ཡོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་གཉིས་ཀ་མཚུངས་  
 པའི་སྤྲ་པ་དངོས་སུ་ཟེན་པའི་ལྡོག་པ་ཅན་ནི། དཔེ་ཅན་གྱི་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་  
 དཔེ་བརྒྱ་དཀར་པོ་གཉིས་མཚུངས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱས་པ་དང་དེ་བཟང་པོ་དང་  
 ལྡན་པ་གཉིས་དངོས་སུ་སྤྲ་པ་ཟེན་པ། མཚུངས་པ་ལས་ལྡོག་པའི་འབྲེད་བྲེད་  
 ཀྱི་སྤྱ། བརྒྱ་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར་བ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་ཏུ་གཡོ་  
 བའོ།

འདིར་སྤྲ་མ་ནམས་དང་མི་འབྲ་བར་མཚུངས་ཆོས་དཀར་ཞེས་པ་ལྟ་  
 བྱ་ཐོན་དགོས་པས། དཔེར་ན། ཆགས་པས་སྤྱོས་པའི་མཚུ་སྤྱོས་དང་། །  
 འདབ་བརྒྱ་དམར་པའི་མདངས་འཛིན་ཏེ། །ཚུ་སྤྱེས་འདི་ནི་བྱང་བས་འཛིབ།  
 མཚུ་ནི་མཛའ་བོས་ཅུ་མ་པ་ན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་མཚུངས་ཆོས་མ་  
 ཟེན་ལ་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་སྤྱས་དངོས་སུ་མི་ཟེན་པའི་ལྡོག་པ་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། ཟླ་བ་འདི་དང་དང་པ་འདི་ནི་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་སྤྱ་ནམ་མཁའི་  
 རྒྱན་དང་ཚུའི་རྒྱན་ནོ།

ནམ་མཁའ་འདི་དང་ཚུ་འདི་ནི་འབྲེད་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱི་སྤེང་བ་ཅན་

དང་། གུ་མུད་རྒྱས་པ་ཅན་ནོ། །ཞེས་མཚུངས་ཆོས་ཤུགས་ལ་བསྟན་ཏོ། །  
 དཔེར་ན། སྒོ་ལྗན་ལྷ་ཡི་སྒྲ་མ་དང་། །སྒྲ་བའི་དབང་ཕྱག་ཤོད་སྟོན་གཉིས། །  
 ཕྱར་བྱ་ལེགས་བྲིས་མདུན་སའི་རྒྱན། །ལོ་ཆེན་བོད་ཡུལ་བསྟན་པའི་དབྱིད། །  
 ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ནི། འདིར་ནི་སྒྲ་བ་ངང་པ་དག་དཀར་བ་ཉིད་སོགས་  
 ཤུགས་ལ་རྟོགས་པ་དང་། མཁའ་དང་ཆུ་གཉིས་ནི་དྲངས་ཤིང་དག་པར་ཡང་  
 ཤུགས་ལ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཤུགས་ལ་མཚུངས་པས་དབྱེ་བ་བྱས་  
 སོ། །

གསུམ་པ་ནི། དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་མ་ལ་ནི་རྒྱས་ཞེས་པའི་སྒྲ་དང་ལྗན་  
 པར་དངོས་སུ་མཚུངས་ལ། ཕྱི་མ་ལ་ཤུགས་བསྟན་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་  
 ཐ་དད་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱང་བ་དང་མིག་ལ་སོགས་པ་དཔེ་དཔེ་ཅན་རྣམས་ལ་  
 མཚུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་མཚུངས་པའི་ལྗོག་པ་ཅན་ནོ། །བཞི་པ་རིགས་མཐུན་  
 ལྗོག་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེ་ཅན་ན་ཆུང་ལང་ཆོ་དར་བ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཆགས་པའི་ལྷན་པ་དང་། དཔེ་སྤྱིའི་ལྷན་པ་གཉིས་ཕྱིའི་  
 གཟུགས་བལྟ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ལ་རིགས་མཐུན་ཡང་། སྒྲ་མ་ནི། རིན་  
 བོ་ཆེ་སྒྲུང་བའི་འོད་ཀྱི་སྒྲོག་པར་མི་རུས་ཤིང་། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་མི་བསྒྲོག་  
 པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དེ་ལས་གོ་བསྒྲོག་པས། དཔེ་ཅན་གྱི་སྟོན་སྟོངས་གི་  
 དཔེའི་སྟོན་སེལ་མི་ཐུབ་པའོ། །དཔེར་ན། དེར་གྱིས་རི་མོར་མ་བྱས་ཤིང་། །



དབང་པོའི་གཞུང་སྤྱི་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་པོ། རྒྱལ་དཔྱེད་བཟུང་བའི་གཞིགས་མོ་  
 ཡིས། རྒྱལ་ཁྱེད་མིག་ལ་དགའ་བ་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་ཐུན་པའི་  
 རིགས་ལས་ན་ཚུང་གི་ཐུན་པ་འདིས་གཟུགས་བཟུང་བ་འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 ཐུན་པ་དང་མཚུངས་ཀྱང་། རྒྱ་བས་མི་འཕྲོག་པ་སོགས་གཞན་དག་གིས་ནི་  
 ཐ་དད་པར་བརྟེན་པས་འདི་ནི་རིགས་མ་ཐུན་ལྟོག་པ་ཅན་ནོ། །འདིར་ལྷ་བ་  
 ངང་པ་གཉིས་དཀར་བའི་སྒོ་ནས་མཚུངས་ཆོས་སུ་བསྟན་ཀྱང་། སྤྱི་མི་  
 མཚུངས་པར་ལྟོག་ཡོད་པས་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲིན་ག་ལ་འཇུག། རྒྱ་  
 སྐབ་པ་བྱེད་འདི་སྒྲོར་ལ་སྐྱགས་ཐུམས་པོ་རང་ཞིག་བྱང་འདུག་པ། བྱེད་རང་  
 གིས་སྐྱ་ཆེ་རྗེས་མ་རྩོམ་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་ནས་ལྟ་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་  
 ཟས་གཙང་གི་སྤྱི་པོ་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་གྲ་ཡངས་པོ་ཞིག་མཛད་པ་ལ་  
 སྒྲིན་ལམ་བཟང་པ་འདྲའོ།

སྤྱི་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཞད་པ།

དགྲ་པ་སྤྱི་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོག་ནས། གང་ཞིག་མ་  
 གྲགས་པའི་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་དམ་གྲགས་མ་གྲགས་གཉིས་ཀ་ལ་  
 མ་ལྟོས་པར་གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲིན་པ་དེ་ནི་སྤྱི་པ་ཅན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བཀག་ནས། བྱི་  
 རོལ་གྱི་རྒྱ་རྩུང་ཟད་ཀྱི་འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོན་པའི་སྲིད་པ་ཅན་ནི།  
 ཀ་དཔྱ་སྟེ། བྱ་མཐེང་རིལ་གྱིས་བཟེ་བའི་རྒྱ་ཆང་མ་འབྲུངས་པར་སྟེས་པ་  
 དང་། རི་མ་མེད་པའི་རྒྱ་འབྲིད་དགོས་པར་མ་བྱིས་པར་ནམ་མཁའ་དག་པ་  
 དང་། དངས་པའི་རྒྱ་ཞོར་བུ་ཀུ་ཏ་ཀ་སོགས་ཀྱིས་བྱངས་པར་བྱེད་དགོས་པ་  
 ལ་མ་བྱས་པར། དངས་པའི་རྒྱ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་གྱང་།  
 བཤད་མ་ཐག་པ་གསུམ་པོ་འདི་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་འབྱུང་བས། བྱི་སྟོན་གྱི་དུས་  
 ལ་བབ་པའི་རྒྱ་རྩུང་ཟད་ཀྱི་སྟོན་ས་འབྲས་བུས་འགོ་བའི་ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་  
 བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། སྒྲ་བའི་འབབ་སྟེགས་དང་བྲལ་ཅ་ཅོ་སྟོག། །རྐང་པ་མེད་  
 པར་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་འགོ། །གཞོད་སེམས་མེད་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ལམ་  
 གཙོད། །ཆོན་གྱིས་མ་བསྐྱར་མདོག་སྟོད་བྱར་གྱི་རྒྱ། །ཞེས་པ་སྟེ།

གཉིས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་ནས་ནང་གི་རྒྱ་རྩུང་ཟད་དང་  
 བཅས་པས་འབྲས་བུ་སྟོན་པའི་སྲིད་པ་ཅན་ལ་དངོས་དང་། གཉིས་ཀའི་དོན་  
 བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ནག་པའི་རྒྱ་མིག་སྟོན་མ་བསྐྱས་པར། དཀར་བ་  
 མིན་པར་གནག་པའི་མིག། །སྒྲ་བའི་རྒྱ་མནན་པ་མིན་པར་སྟོན་ན་སྒྲ་བ་དང་།  
 དམར་བའི་རྒྱ་ཆོན་གྱིས་མ་བསྐྱས་པར་མངོས་མ་ཁྲོད་ཀྱི་མཆུ་ནི་དམར་བ་  
 འདིའོ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་ནས་ནང་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་རྩུང་

ཟད་བསྟན་པའོ། །དཔེར་ན། གྲོག་མིན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐོས་པས་སྤྱད། །  
འཆེ་བ་མེད་པར་སྒྲུངས་པའི་ཆོག་གས་ཀྱི་བཅོམ། །འདོད་དང་བྲལ་ཡང་ཡོན་  
ཏན་ཆོག་གས་ཀྱིས་འབྱུང། །དབྱུ་གུས་མ་བསྐྱལ་སྟོན་པའི་སྐད་གསང་ཕྱིར། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་མ་འབྱུངས་པ་དང་མ་བསྐྱལ་པ་དང་  
སོགས་ལས་སྐྱེས་པའི་འབྲས་བུ་ཕྱོས་པ་དང་ནག་པ་ཉིད་སོགས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་  
གི་རྒྱ་གཞན་ཅན་བསྟན་རོ།།

གསུམ་པ་གྲགས་མ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་ཀ་བསྐྱོག་ནས་འབྲས་བུ་  
རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་ལ། དམ་བཅའ། དཔེ་དོན་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ནི། རྒྱ་མེད་པ་དག་ཀྱང་བརྗོད་འདོད་པ་དེ་ལ་སྐྱབས་འདིར་ནི་འགལ་  
བ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཇི་ཞིམ་པའི་རྒྱ་མི་ཤི་སོགས་ཀྱིས་དགོས་པ་མེད་  
པར་ཁ་ཇི་ཞིམ། མཛེས་པའི་རྒྱ་བཅོས་པ་མེད་པར་ལུས་པོ་མཛེས། དགའི་  
རྒྱ་འཁོན་པ་དག་མེད་པར་སྒྲུབ་དག། གྲོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་པན་པ་དག་མེད་  
པར་འདོད་པ་གྲོགས་སོ། །དཔེར་ན། རི་མོར་མ་བྱིས་རི་དྲགས་གཟུགས་  
ཀྱིས་མཛེས། །དག་སྒྲུབ་མིན་ཡང་པརྒྱའི་ཆོག་གས་ཀྱི་འཛོམས། །རྒྱ་མཆོན་  
མེད་པར་རྒྱ་གཉེར་འཕེལ་བར་བྱེད། །སྟོགས་མཁན་བྲལ་ཡང་མཁའ་ལ་དལ་  
མེད་འབྱོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ནི། བསྐྱོས་པ་མེད་སོགས་ཀྱི་ཆོག་གི་སྐྱབས་འདིར། གྲགས་

མ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་དངོས་སུ་རབ་ཏུ་བསྒྲེག་ཅིང་། རྩི་ཞིམ་པ་ཉིད་སོགས་  
འབྲས་བུར་བརྗོད་པ་དེའི་ཕྱིར། དེ་ནི་སྤྱི་དུང་ཅན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་། །སྒྲུབ་སྒྲུབ་པས་ཉོག་  
གོ་པའི་རིགས་པས་འགག་བཞག་སྒྲུབ་ཆོགས་འདུག་པ་ནི་སྤྱི་དུང་པོར་མ་མཐོང་  
ལ། འབྲེལ་པ་སྒྲུབ་པ་ལ་ཆེར་ཡང་སྤྱོད་སྒྲུབ་པའི་མིག་ཏུ་སོང་འདུག་པས། འདིར་  
ནི་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་དོ།

## བསྐྱུས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་བཤད་པ།

བཙུ་བ་བསྐྱུས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ། མཚན་ཉིད། དཔེ་བརྗོད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། བརྗོད་འདོད་དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་བསམ་པར་  
བྱས་ནས། དེ་དང་མཚུངས་པའི་དཔེའི་དངོས་པོ་གཞན་དག་དག་ཏུ་བཀོད་  
པའི་སྒྲོ་ནས། དཔེ་ཅན་དེ་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་  
བསྐྱུས་པ་བརྗོད་པར་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་གཉིས། དང་པོ་ནི། བྱུང་བ་རྣམས་རི་  
ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་བརྒྱ་རྒྱས་པ་ལས་སྤྱང་ཅི་འཕྱང་བར་མ་བཟད། སྤྱང་  
ཅིའི་རྩི་ཞིམ་པོ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། མེ་ཉོག་ཚུང་དུ་ཁ་མ་བྱེ་བ་ལ་མཚུ་  
སྒྲོར་བ་ལ་སྒྲོས་ཞེས་དཔེ་དང་། དེས་དཔེ་ཅན་གང་བསྐྱུ་ན། ཆགས་ལྟར་

འགའ་ཞིག་བྱད་མེད་དར་མ་ལ་འབྲིག་པ་བརྟེན་པའི་དགའ་བའི་ཅེ་དགས་  
བཅིངས་པར་མ་ཟད། དེའི་བྱད་པར་དག་འབྲིག་པ་བརྟེན་མ་རན་པའི་བྱ་མོ་  
ཚུང་དུ་འགའ་ཞིག་དག་ལ་ཡང་འདོད་པ་འཕེལ་བ་སྟེ། མི་ཆངས་པར་སྐྱོད་  
པའི་ཚུལ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ།

ཟུར་མཁར་མེ་ལོང་མའི་མེ་ལོང་དུ་ཀར་ཞེན་གྱིས་སྐར་པ་ཆོས་  
གྲགས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་ཟེར་དཔེར་བཞེད་གྱིས་འདུག་པ་ལ། རང་འོད་འབད་  
ནས་སྒྲོ་མོད་ཀྱང་། །ཟེར་བ་ནི། བརྒྱ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དུ་རྩ་བས་རང་འོད་སྒྲོ་བ་  
སེམས་མེད་རབ་རྟོག་དུ་སོང་བས། མི་ཤེས་པའི་རིགས་གྱིས་ཤེས་མདོག་  
བྱེད་པ་འདི། རང་གི་ནང་ཆ་སྟོན་པར་ཟད་དོ།

དཔེར་བཞེད་ནི། །དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུའི་སྒྲོན་པའི་གྲིབ་སིལ་ལ།  
ལོངས་སུ་སྐྱོད་པའི་དགའ་སྟོན་ཕྱིར་དོར་ནས། །ཆོད་པའི་གདུང་བ་སྐྱབས་  
ཕྱིར་སྒྲུན་པོ་འགའ། །ཤིང་སྐམ་འབྲོག་པོའི་ཡལ་ག་དག་ལ་བརྟེན། །ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ལས།

དང་པོ་ནི། བྱད་པར་ཅན་ཅམ་ཐ་དད་ཅིང་། བྱད་ཆོས་རྣམ་པར་  
མཚུངས་པའང་ཡོད་ལ། ཡང་བྱད་གཞི་ཐ་དད་པ་ལ། བྱད་པར་ལ་ཐ་དད་ཅིང་  
ལ་ལ་ཐ་དད་མིན་པ་དང་། འདི་དག་ལས་གཞན་པ་སྒྲོན་མེད་པའི་བསྐྱུས་  
བཞེད་འདི་དག་ཀྱང་ཡོད་དོ།



གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་བྱད་གཞི་ཐ་དད་ཅིང་བྱད་ཆོས་  
 མཚུངས་པའི་བསྐྱུས་བཟོད་ནི། དཔེ་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲིན་ཤིང་ཆེན་པོ་དང་  
 དཔེ་ཅན་སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་གཉིས་བྱད་གཞི་ཐ་དད་ཅིང་། བྱད་ཆོས་སྐྱུན་མོང་  
 དུ་སྒྲི་འཇུག་བྱང་དུ་ཡོད་པ། གཞན་གྱིས་བསྐྱུལ་མི་རུས་པས་རྩ་བ་བརྟན་པ་  
 དང་། སྡེ་བཞི་དང་ཤིང་ཉླ་གི་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་བཟོད་པ་དང་། སྒྲོང་བ་  
 རྣམས་ཉླ་ཏུ་ཡིད་དགའ་བ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། སན་བདེ་དང་ལོ་མའི་  
 གྲིབ་མ་བར་མ་ཆད་པས་སྐྱུམ་པ་འདི་ནི་བདག་གིས་ཡང་དག་པར་ཐོབ་པོ་  
 ཞེས་དཔེ་ཅན་ལ་བསམས་ནས་དཔེ་དངོས་སུ་བཟོད་པའོ། །དཔེར་ན། ལྷ་  
 བའི་མ་མ་གཏིང་དཔག་ཉླ་གས་དཀའ་ཞིང་། །རེ་འདོད་ཆེས་སྒྲོང་ནོར་བུའི་  
 འབྱུང་གནས་མཆོག། །སྒྲོ་ངལ་མེད་པར་རྒྱ་ཞིང་བསེལ་འཇམ་ཅན། །སྒྲོན་  
 ལྡན་རོ་དང་ལྡན་ཅིག་མི་གནས་མཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་བྱད་གཞི་ཐ་དད་ལ་བྱད་ཆོས་མཚུངས་ཤིང་མི་མཚུངས་  
 པའི་བསྐྱུས་བཟོད་ལ་དངོས་དང་། གཉིས་ཀའི་དོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་དང་། དེའི་བྱད་གཞི་ཐ་དད་ཚུལ་བཤད་མ་ཐག་པ་  
 ལྟར་ལ། བྱད་ཆོས་ཡལ་གའི་ཁྱོན་ནི་མི་རྒྱུང་བ་དང་། མེ་ཉླ་དང་འབྲས་བུ་  
 ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱུན་སྐྱུམ་ཆོགས་པ་གཉིས་ནི་དཔེ་ཁོ་ནའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་ལ།  
 སན་བདེ་དང་ལོ་མའི་གྲིབ་སེལ། གཞན་གྱིས་བསྐྱུལ་བསྒྲོད་མི་རུས་པར་

བརྟན་པར་ལྷན་པ་གཉིས་ནི་མི་དམ་པ་དང་ཤིང་གི་དམ་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཐུན་  
མོང་དུ་འཇུག་ཏུ་རུང་བས། ཤིང་འདི་བདག་གི་སྐལ་བས་རྟེན་དོ་ཞེས་དཔེ་  
ཅན་ལ་བསམས་ནས་དཔེ་དངོས་སུ་བརྗོད་པའོ། །དཔེར་ན། འཇམ་ཞིང་ཡིད་  
འོང་མཛེས་སྤྱག་ཅན། །ཟེའུ་འབྲུ་ཡལ་འདབ་རབ་ལྷེམ་པ། །བརྒྱ་དཀར་པོའི་  
ཆུན་པོ་འདི། །བྱང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དུ་འོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འབྲས་བུ་ནི་སྡེ་  
བཞི་ལ་སྦྱར་ཆོག་པ་དང་། ཡལ་ག་རྒྱལ་པོ་ལ་སྦྱར་བར་འབྲེལ་མི་འབྱུང་  
བས། ལྷ་སྦྱབ་པ་དོན་མེད་ཀྱི་རྟོག་བཏགས་མ་མཛད་ཅིག།

གཉིས་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་སྦྱེས་བྱ་མཆོག་འགའ་  
ཞིག་ལ་བསམས་ནས་སྡོན་པ་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཉི་བར་བརྗོད་ནས་བྱང་པར་  
ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དཔེར་བརྗོད་སྤྲ་མ་ལ་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀ་  
ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་ལ། གཞན་རྗེས་མ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀར་ཡོད་མེད་སྤྲ་ཆོགས་  
སོ།།

གསུམ་པ་སྡོན་མེད་བསྐྱེད་པ་བརྗོད་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེ་  
ཅན་རྒྱལ་པོ་དན་པའི་སྦྱོད་པ་དང་མི་འགྲོགས་ཤིང་། དམ་པའི་སྦྱོད་ཚུལ་  
རང་བཞིན་གྱིས་མངར་བ། ལེགས་བྱས་ཀྱི་གཏེར་འདི་དུས་ཀྱི་པོ་ཉའི་དབང་  
གིས་འཆིའོ། །ཞེས་པ་ལ་བསམས་ནས། དངོས་སུ་དཔེ་བརྗོད་པ་ནི། སྦྱལ་དན་  
པ་འགྲོགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་བ་ཚུ་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་མངར་བའི་

ནང་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲུང་གནས་ཅན། ཚུའི་གཏེར་འདི་ནི་གྲེ་མ་དུས་གྲི་ཡོངས་  
སུ་སྐྱམས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་སྒྲུལ་དང་བ་ཚུ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོ་མི་འབྲུང་  
བས་སྒྲོན་མེད་པའོ། །དཔེར་ན། ལྷ་ཡི་ལམ་ལ་མི་འགྲོ་ཞིང་། ཀྱ་ལུང་རྒྱས་  
པར་མི་བྱེད་པའི། །ཚུ་ཞེས་དབང་པོའི་དབྱེས་འཁོར་འདི། །བདག་གི་སྦྱང་ལ་  
ཅི་ཡང་སྒྲུག། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་མཚོ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲོན་དེ་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཡིས་  
བསམ་བྱའི་མཚུངས་ཆོས་བསྐྱས་པས། རྒྱེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ལྷོག་པ་  
གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། སྒྲ་མའི་ཆོས་སྒྲུལ་སོགས་འཛིག་ཏེན་ན་གྲགས་པ་ནི་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་སྒྲོན་མེད་བསྐྱས་པ་བརྗོད།

### ཕྱལ་བྱང་གི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

བརྒྱ་གཅིག་པ་ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད་གྲིས་མདོར་བསྟན།  
དཔེར་བརྗོད་རྒྱས་པར་བཤད། བརྗོད་པས་མཐུག་བསྐྱབ་དང་གསུམ། དང་  
པོ་ནི། བྱང་པར་གྱི་ནི་སྟེ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པར་བརྗོད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་  
པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཛིག་ཏེན་གྱི་མཚན་ལས་བཀྲལ་བར་གྱུར་བའི་  
ལུང་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་སྐུ་ཕུལ་བྱང་བར་བརྗོད་པ་འདི་རྒྱན་རྣམས་གྱི་དམ་པ་

ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་བྱང་འཕགས་ལྷ་ལྷ་བྱང་  
 ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བྱང་གཞི་མཛེས་མའི་ལུས་དཀར་བའི་སྒྲིང་  
 གི་བྱང་ཆོས། མེ་ཏོག་ཤིན་ཏུ་དཀར་བ་མཆོག་ཀྱི་ཡི་ཐེང་ཆོགས་ཅན་གྱི་ཐོད་  
 བཅེངས་ཤིང་། ཅན་དཀར་པོས་ལུས་ཀྱན་བྱེད་པར་གཤེར་བ། འཁྱིལ་སྒྲིབ་  
 པའི་རས་དུ་ཀྱུ་ལ་དཀར་པོའི་གོས་ཅན། སྒྲིན་དུ་འགོ་བའི་དཀར་བ་འདི་ལ་  
 ཟླ་བའི་འོད་ཀྱིས་མཆོན་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱུང་བཟོད་དོ། །དཔེར་ན།  
 ལེགས་སྐྱུར་ལ་སོགས་བཅུ་ལྷག་རིག་པའི་གནས། །སྐྱེངས་ཤིང་མཐུན་པའི་  
 མཁས་དབང་སྒྲིན་འགོ་བའི། །མད་དུ་བྱང་བའི་རྣམ་དབྱེད་མཆོག་འདི་ལ། །  
 འཇམ་དབྱངས་གཞོན་རུ་དེས་ཀྱང་འགྲན་རུས་མིན། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་  
 པ་ནི། ཟླ་བའི་འོད་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀར་བ་སོགས་ཡིན་པས་ལྷག་པ་ཉིད། དེ་ལས་  
 ཀྱང་བྱང་པར་འཕགས་པ་དང་ལྷན་པར་བཟོད་དོ། །གཉིས་པ་ཐེ་ཆོམ་ལྷ་ལྷ་  
 བྱང་ལ། ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དང་། དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། བཤད་  
 མ་ཐག་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་ལྷ་ལྷ་བྱང་ལ་སོགས་ཀྱང་གསལ་བྱིར་བྱང་  
 ཟད་བསྟན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། དགའ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་དང་། དཔྱི་མགོ་  
 སྟེ་འཆང་ར་ཆགས་པའི་ཉམས་སྐྱེས་པའི་བར་ན་སྒྲིང་པ་ནི་ཡོད་དམ་མེད་  
 ཅེས་བདག་གིས་ནི་ཐེ་ཆོམ་ད་དུང་བསྒྲོག་པར་མ་གྱུར་ཏོ་ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་  
 ན། ཉིན་མཆོན་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ཏུ་ཐོས་བསམ་ལ། །ངལ་མེད་བཙོན་པས་བསྐྱེད་

པའི་ཤེས་ལྡན་ཁྱོད། །འབྱུང་འདུས་ལུས་ནི་འཆོ་བའི་བཟའ་བརྟུང་དག། སྦྱོང་  
པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མེད་འབྱུང་མོ་ཉུག །ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

གསུམ་བ་ངས་བ་སྤུལ་བྱུང་ནི། བེ་ཏ་སྤྱི་ནི་སྤྲད་རྒྱས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་དབྱེ་  
དང་རྒྱ་མའི་བར་ལ་ནི་སྤྲད་བ་ཡོད་ཅེས་ངས་བར་རྒྱས་ཏེ། འོ་མ་འཇིན་པའི་  
ཁུར་གནས་པའི་ཏེན་ཅིག་ངས་བར་དགོས་ལ། སྤྲད་བ་མེད་པའི་སྦྱོང་སང་  
ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་རྣམ་བ་ལ་བཏེན་བ་གཞན་དུ་སྤྲད་བ་མིན་ནོ། །དཔེར་ན།  
གྲོགས་དང་ཅེ་དགར་རོལ་སྤྱིར་འབྱུང་པའི་ཆོ། །རྒྱ་འབྱུར་མིན་པའི་འཇམ་  
ཞིང་གཏེན་བ་ཡིས། །མཛའ་བོའི་སྤྲད་བར་རེག་བྱའི་བདེ་སྟར་བ། །ལུས་སྤྱི་  
རྒྱན་འཆང་ཡུལ་དེར་ངས་བ་རྟེན། །ཅེས་བ་ལྟ་བུ། བཞི་བ་ངོ་མཆར་སྤུལ་  
བྱུང་ནི། ས་སྦྱོང་ཁྱོད་ཀྱི་གྲགས་པའི་སྤང་པོ་འདི་ནི་དཔག་རྒྱས་མིན་ཡང་  
སྤྲད་བ་གསུམ་པོ་འདིར་ནི་ཞོང་བ། ཞེ་མ་ས་འདིའི་ཁོངས་དག་ཤིན་ཏུ་  
ཡངས་སོ། །དཔེར་ན། འཇམ་མགོན་སྤྲུལ་ཀུན་མཁྱེན་ཙོང་ཁ་བའི། །མཁྱེན་  
བཙུན་པ་མཐའ་འཆི་མེད་ལམ་གྱིས་ཀྱང་། གཞལ་རྒྱས་མིན་འདི་བསེལ་ལྡན་  
ཁ་བའི་སྦྱོངས། །ཞོང་བའི་སྦྱོང་ནི་ཞེ་མ་ངོ་མཆར་ཆེ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གཞུང་  
གི་ཆོག་ཟེན་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གྲགས་བ་སྤུལ་བྱུང་ཞེས་འཆད་འདུག་  
ནའང་། རྒྱ་རྒྱུང་བར་མངོན་ལ། འབྲེལ་བ་སྤྲུལ་རྣམས་སྤྱོད་པའི་སྤུལ་བྱུང་  
སོགས་མང་པོར་སྦྱོར་བའི་དཔེར་བརྗོད་མཛད་ཀྱང་། ཆོག་ཆོགས་ཆེ་བ་ཅུམ་



དུ་ཟད་ཅིང་། རྒྱན་འདེས་པ་སྒྲོ་བར་ཤར་ན་དཔེ་རྒྱན་སྐྱམ་ཅུ་སོ་གཉིས་དང་  
སྐྱར་བའི་ཡུལ་བྱང་འོང་བས་མཆོན་ཏེ་བསྟོད་སྦྲད་ཀྱི་རྒྱན་འདེས་པ་ཁྲི་ཕྲག་  
བཀལ་བ་འབྱུང་བའི་བྱིར། སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་དཔོགས་པ་ལས་བརྗོད་པར་མི་  
རུས་སོ། །གསུམ་པ་བསྟོད་པས་མཁུག་བསྐྱབ་བ་ནི། སྐྱར་བ་ཤད་པ་དང་འཆད་  
འབྱུར་གྱི་རྒྱན་ནི་གཞན་པ་དག་ལས་ཀྱང་། སྒྱན་དག་མཁན་དག་གི་དབང་  
པོ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་གྱུར་བ་སྟེ་བསྐྱབས་པ་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ནི་ཡུལ་  
བྱང་གི་རྒྱན་ཞེས་པར་བརྗོད་པ་འདི་གཅིག་ཕུ་ཉིད་ནི་མཆོག་ཏུ་བརྗོད་དོ།

### རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བ་ཤད་པ།

བཅུ་གཉིས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། །དཔེར་བརྗོད། ལོག་  
རྟོག་དགག་པ། རབ་རྟོགས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བ་ཤད་པ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི།  
སེམས་ལྡན་སྒྲོག་ཆགས་དག་གམ། ཅིག་ཤོས་སྒྲོག་མེད་ཀྱི་རྣམ་པར་གཞན་  
དུ་གནས་པའི་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་ལ་དམིགས་ནས། གང་དུ་དངོས་པོ་གཞན་  
ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་སྒྲོ་བཏགས་ནས། རྣམ་པ་གཞན་རབ་ཏུ་རྟོག་པ་ལྟར་སྟོན་  
པ་དེ་ནི་རབ་རྟོག་ཏུ་རིག་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
སེམས་ལྡན་རབ་རྟོག་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི་སྤང་པོ་ཆེ་དག་ནི་ཉི་

མའི་གྲང་ལ་ཉི་མའི་ཚ་བས་གདུངས་པ་ཡིས། བསེལ་བའི་ཆེད་དུ་བད་མཚོར་  
འཇུག་པ་ལ། ཉི་མས་གདུངས་པའི་ལན་དུ། དེའི་སྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་བརྒྱ་  
རྒྱུ་མས་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲུབ་ཞེས་སྟོབ་བཏགས་སོ། །དཔེར་ན།  
དབྱངས་ཅན་ཐོར་ཚུགས་རྒྱུ་མ་པར་གཡོ་བའི་ཅེ། །ཟླ་ཆོས་གསར་བས་རབ་  
ཏུ་ལེགས་བརྒྱན་པ། །དམར་སྟོགས་རྫོགས་པ་གསུམ་པའི་སྟོབ་སངས་དུས།  
སྒྲུབ་པོའི་སྒྲུབ་པ་སེལ་བར་དགོངས་སམ་སྒྲུབ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། ལག་ལྡན་ཁྱུས་དང་བཏུང་བ་དང་བད་ཅ་བའི་སྟོབ་ཚུར་  
འཇུག་པ་ལ། དེ་ནི་འཁོར་ལན་སྟེན་པའི་སྟོབ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་དག་མཁན་  
གྱིས་རབ་བཏགས་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་སེམས་མེད་རབ་རྟོགས་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
ལུས་ཕྱས་མཛེས་པའི་སྟོབ་དུ་ལྷུང་ལ་རྟོག་དུ་འཇུགས་པ་ལ་འདི་ནི་མིག་  
བདག་གི་དཀྱུས་རིང་བ་དག་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་རྟོག་པའི་རྒྱན་གྱི་  
ཐོལ་དུ་འོངས་སོ་ཞེས། དེའི་ལན་དུ་བྱོད་གྱི་མིག་གི་ཟུར་རིང་པོར་སྟོབ་ནས་  
རྟོག་པ་ཡི་ལྷུང་ལ་ལ་འགོང་བ་འབྲུལ། །དཔེར་ན། འཇུག་འོད་ལུས་ཕྱས་འབྲེལ་  
བག་གིས། །འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་སྟོད་པར། །བ་སྟེང་ཆོགས་རྒྱུ་མས་ཉེར་  
ལངས་ཏེ། །མགོ་བོ་བཏགས་ནས་བལྟ་བ་བཞིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། མིག་ཟུར་ཆར་ནི་སྟེང་པར་གྱུར་པ་ལ་བཏགས་ནས།

མིག་གི་འོད་ཀྱིས་ཟུངས་ལ་རེག་པ་མིན་ཡང་། སྙན་ངག་མཁན་གྱི་དེ་ལྟར་  
རབ་ཏུ་བཏགས་ཏེ་བརྗོད་དོ།

གསུམ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རབ་རྟོག་ནི། སེམས་མེད་མཆོན་མོ་ཐུན་  
པ་ཐེབས་པ་དེས། སེམས་ལྡན་གྱི་བྱ་བ་རང་གི་ལུས་ལ་ཐུན་པ་འབྱུག་  
པ་བཞིན་ནོ། །སེམས་མེད་ནམ་མཁའ་འདིས་ནི་སེམས་ལྡན་གྱི་བྱ་བ་མིག་  
སྙན་གྱི་ཆར་པ་འབེབས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་དང་། ཡར་ངོའི་སྤྱིས་རབ་  
རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །དཔེར་ན། ཟླ་གཞོན་ཤར་  
བས་ཀྱི་ཐུང་ཏ། །དགའ་བས་ཡང་ཡང་འཇུ་མ་པ་བཞིན། །བྱང་བས་བཅུད་  
ནམས་སྤྱིར་དོགས་ནས། །གེ་སར་སྤྱག་ནས་འདར་བ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ་ལུང་དང་འགལ་བ། རིགས་པ་དང་  
འགལ་བ། མཇུག་བསྐྱུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྤྱི་  
ཡིས་འགའ་ཞིག་ལ་དཔེ་རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་འབྲུལ་པ་སྦྱེད་ཀྱང་མི་རིགས་ཏེ་  
འབྱུག་པ་བཞིན་སོགས་གྱི་བྱིངས་སྤྱོད་ལ་ཅ་རྒྱ་པ་ལྟར་ན་ལེགས། ཀ་ལྷ་པ་  
ལྟར་ན་ཀུན་བཤད་གྱི་ཕ་རྟ་མ་ནའི་གཅིག་ཆིག་ཏེ་བྱིན་ཤུལ་ཏེ་ངའི་མཐའ་  
ཡིན་ལ། དཔེ་ལ་དེ་པན་གྱི་རྒྱུན་སྤེར་དགོས་པས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྲུ་ཏི་  
སོགས་གྱི་ཡིད་ཆེས་གྱི་གསུང་ལས་འདའ་མི་རིག་པས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་ཉིད་དག་ནི་མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་

སྒྲུབ་དགོས་པས་ན། འབྲུག་པ་དང་ནི་ཕུན་པ་གཉིས་ལ་དཔེ་དོན་གྱི་མཚུངས་  
 ཚོས་འདི་ཞེས་མངོན་དུ་མཐོང་བར་གྱུར་ཏམ་ཅི་སྟེ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འབྲུག་  
 པ་ཉིད་དཔེར་བརྗོད་འདོད་ན། འབྲུག་ཅེས་པ་བྱ་བ་ལས་གཞན་པ་ཅི་སྟེ། ཕུན་  
 པ་དང་ཐ་མི་དད་དོ། །འབྲུག་པ་དེ་ཉིད་མཚུངས་ཚོས་དང་། ཚོས་ཅན་དཔེ་  
 ཡང་ཡིན་ཞེས་པ་མ་སྒྲིལ་བ་སྤྲུལ་གྱི་འཆད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བྱེད་པ་  
 དཔེ་ཡིན་ན། ཏི་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོགས་ལ་འབྲུག་ཅེས་པ་ནི་དབང་དང་བྲལ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་བྱ་བ་འབྲུག་པ་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱབ་མི་རུས་པས་ན། གཞན་  
 གྱི་དཔེ་དོན་མཚུངས་ཚོས་སྤྱོད་བའི་རེ་སྟེས་སྤྱོད་པའི་འགྱུར་རོ། །གང་  
 གིས་འབྲུག་པ་འདི་དང་ནི་ཕུན་པ་མཚུངས་ཞེས་སྒྲུབ་ཡང་། ལུས་ལ་ཞེས་  
 པ་ལས་ཀྱི་ཆོག་དཔེ་དོན་མ་འབྲེལ་ཏེ། དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་སོགས་ཀྱི་མཚུངས་  
 ཚོས་སྟེ་སྒྲིལ་ཏེ་མེད་དོ། །དཔེར་ན་ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བ་བཞིན། ཞེས་པས་  
 དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ནས་མངོན་ཚོས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ་དེ་བཞིན་དུ་  
 འབྲུག་པ་འདི་ལ་ཡང་ནི་འབྲུག་པ་ལས་གཞན་པའི་མཚུངས་ཚོས་ཞིག་  
 རྟོགས་དགོས་པ་ལ་དེ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་པས་དཔེ་མ་གྲུབ་པོ།

གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་འབྲུག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་དཔེ་  
 བྱ་བ་ཕུན་པ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱང་ལས་སྤྱི་བར་སྤྱར་བའི་དོན་ཏོ། །སྤྱིས་  
 བྱ་མཁས་པས་དེ་སྟར་རབ་བཏགས་ཞེས་འདོད་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་ནི། ལྷ་མ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ། མིན་ནམ་ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲ་ཡིས་རབ་བཏགས་གསལ་བར་བྱེད། བཞིན་གྱི་སྒྲ་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲ། ཞེས་པ་རྣམས་གྱི་དཔེར་བཟོད་རིམ་པ་བཞིན། དབྱངས་ཅན་བེཊར་  
 རྒྱུད་མང་བརྟུངས་པ་ན། །དབྱར་ར་སྒྲིངས་ཏེ་སྤྱོན་གོས་གྱོན་ནམ་སྣམ། །རི་  
 དྲགས་མིག་ཅན་བཞིན་གྱི་མཛེས་སྤྱད་གིས། །ཆུ་ཤེལ་དབང་པོ་སྤྱིང་གཞན་  
 བོས་གྱི་དོགས། །སྤྲེ་སྤྲིད་པག་བྱས་རྫོགས་ལྷན་བོས་པ་ན། །ང་ལས་རུ་དེ་  
 སྒྲར་ཡང་འོངས་པར་ངས། །འོང་སྟོན་རིག་བྱེད་འཆད་པའི་རྣམ་དཔྱོད་འདི།  
 བསྟན་ཆེ་ཕུར་བུ་ས་འདིར་འོངས་པ་འདྲ། །དབྱངས་ཅན་ཞལ་བྱིས་དཀར་  
 ཞིང་འཇུ་མ་པ་ཡིས། །བསྒྲའི་ཆོགས་རྣམས་དགའ་ནས་གོད་མིན་ནམ། །ཞེས་  
 པ་ལྷ་བྲ། ལེ་ཏུ་དང་པོའི་མཛེས་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐབས་སུ། ལག་པ་ལྷ་བུ་ཕུ་དུང་  
 གི་ནང་དུ་འཇུག་བཞིན་པའི་ལག་པ་ཞིག་ལ། ལག་པ་འདི་ཆེས་བྲགས་ནས་  
 ཕུ་དུང་གི་ནང་དུ་མ་འོང་ངོ་ཞེས་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཕུལ་བུང་གི་སྐབས་  
 སུ་ལག་པ་འདི་གང་གིས་ཀྱང་གཞལ་མ་རུས་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།  
 ཕུ་དུང་འདིར་ཆུད་པ་ཡ་མཆན་ནོ་ཞེས་པ་ཞིག་དགོས་པས་བྱུང་པར་ཆེ་  
 ཞིང་། ལེ་ཏུ་དང་པོའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་རབ་ཏྟག་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་མེད་ཅིང་།  
 འདིར་ཡང་ཡོད་པས་སྒྲོ་གསར་བ་རྣམས་མགོ་བོ་མགལ་མེ་ལྷར་འཁོར་མི་  
 དགོས་སོ།



# རྒྱུ་ལྡན་གྱི་སྒྲོལ་བཤད་པ།

བརྒྱ་གསུམ་པ་རྒྱུ་ལྡན་ལ། མཚམས་སྦྱར་དང་། དངོས་གཉིས། དང་  
པོ་ནི། རྒྱུ་ལྡན་འདི་ནི་ཆོག་རྣམས་དག་གི་རྒྱུ་གྱི་མཚོག་གོ། །གཉིས་པ་ལ་  
མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། འཇུག་བསྟུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། རྒྱ་ལ་ནི།  
བྱེད་པོ་གང་གིས་ལས་དང་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པས་འབྲས་བྱ་བ་སྦྱེད་པའི་ཚུ་ལ་  
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ནི་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་། རུ་བའི་རྟགས་ལས་མེ་ཡོད་པར་  
རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་དག་ལ་རྣམ་པ་རུ་མ་དཔེར་བརྗོད་ན་  
གཉིས་པ་ལ་དངོས་པོའི་རྒྱ། དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚར་བའི་རྒྱ་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ལ་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་དང་པོ་ལ་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
རྒྱ་དང་། ལས་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས། དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྦྱེད་བྱེད་འབྲུག་  
པའི་རྒྱ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས།

དང་པོ་ནི། ཅན་གྱི་སྒྲོལ་བ་གསར་བ་ཡི་ཡལ་འདབ་སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་  
ཡའི་རྒྱང་གིས་ནི་སྦྱོད་པར་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་བྱི་ཞིམ་པའི་བསེར་བྱ་འདི་  
སྦྱེད་བྱེད་དེ་རྒྱ་ཡིན་ལ། བསྦྱེད་བྱ་འབྲས་བྱ་ནི། རྒྱང་འདི་ཕོག་པའི་སྦྱེ་བོ་  
ཀུན་སྒར་མེད་གསར་རུ་ཡོད་ཀྱི་དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དེའོ། །དཔེར་ན།  
དག་གི་དབང་སྟུག་དབྱངས་ཅན་མའམ། །མད་བྱུང་སྟུགས་ཇེ་ཆེན་པོ་དེས། །

བདག་ལ་འཆད་ཅོད་ཅོམ་པ་ཡི། །སྒོ་གྲོས་སྒྲུང་བ་ཅི་ཡང་འཕེལ། །ཞེས་པ་ལྷ་  
བྱ། གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བ་ཀུན་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་འོས་པའི་རྒྱ། རྒྱུང་དང་བྱི་  
བསིལ་བའི་རང་བཞིན་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་འདི་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་  
རབ་བསྟན་ཏེ། དགའ་བ་དེ་ལས་ལྷོག་པ་དག་ཀྱང་འཆད་པར་འགྱུར་པས། དེ་  
དང་མཚུངས་སོ།།

གཉིས་པ་ཉམས་བྱེད་འབྲུག་པའི་རྒྱ་ལ། དཔེ་དོན་ཞུང་བྱང་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ནི། མ་ལ་ཡ་ཡིས་ཚུ་རྒྱན་ལ་རེག་ཅིང་བདར་བས་བསིལ་བ་དང་།  
ཅ་རྒྱན་གྱི་ནགས་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱི་ཞིམ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འོངས་པའི་རྒྱུང་ནི་  
སྐྱེད་བྱེད་དང་སྐྱེད་བྱ་མགོན་པོ་ཉམས་བྱེད་མེད་དག་དང་བྲལ་ནས་རིང་པོར་  
སོང་བ་ལ་ཕོགས་པས་ཚུང་མ་བྱན་ནས་དགའ་བ་ཉམས་ཏེ་འཆི་བ་བྱེད་པའི་  
བྱིར་ཉེ་བར་གནས་སོ། །ཞེས་དོན་བྱིལ་ན་རྒྱ་གཅིག་གིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་  
ལྷགས་གོ་ལྷོག་པའོ། །དཔེར་ན། སྒྲ་དབྱངས་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མའོ། །ལྷ་ལ་  
བྱང་མཁུན་བཅེ་རུས་པ་ཡིས། །མེ་ཏོག་མདའ་ཅན་དབྱང་ཆོགས་ཀྱི། །སྒོ་  
གྲོས་སྒྲུང་བ་དན་པར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་བྱང་བའི་རྒྱུང་གི་རྒྱས་ནི་འབྲས་བུ་བྱེད་མེད་དང་  
བྲལ་བའི་སྐྱེ་བོ་ཆགས་པ་རིམ་པས་འཕེལ་བ་ལས་བྱང་བར་གྱུར་པ་ཡིད་  
འོང་མ་ལ་སྐྱེད་པ་འཕེལ་བས་དགའ་བ་ཉམས་པ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པར་རུས་

སོ།།

གསུམ་པ་ནི། དཔེར་ན། དབྱིད་ཀ་ས་བོན་བཏབ་པའི་རྒྱུ། སྒྲོན་ཀ་  
 སྒར་མེད་གྱི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་འབྲུབ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 ལྷམ་བུ་དཀར་པོ་དེ་འབྱུར་བ། འབྱུར་བྱེད་རམས་གྱིས་འབྲས་བུ་གནས་  
 སྐབས་གཞན་སྒྲོན་པོར་སོང་བ་ནི་རྣམ་འབྱུར་ཏེ། འབྱུར་བྱེད་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ལ་ལྷོས་པའི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །ཐོབ་པའི་ལས་པལ་ཆེར་ནི་བྱ་བ་ལ་ལྷོས་པའི་རྒྱ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རས་ཁལ་གཅིག་ལྟ་བུའི་ཡོན་དེ་འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱ་  
 ཡིན་ལ། ཐོབ་བྱེད་བརྒྱད་སྟོང་པ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་པར། དེ་སྟོག་པའི་བྱ་བ་དེ་  
 ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་སྒྲོར་འགྲེལ་བ་པལ་ཆེར་ལ་མི་གསལ་ཞིང་། འགའ་  
 ཞིག་ཏུ་རྟོག་བཏགས་གྱིས་ལོག་པར་འབྱན་པ་ཡང་སྤང་མོད། འདིར་ནི་སྟོབ་  
 དཔོན་མཁས་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་དོན་ཉི་མ་ལྟ་བུར་གསལ་བར་  
 བྱས་པས། ལེགས་པར་བཤད་དཀགས་པའི་སྒྲོན་གྱིས་སྟག་ལུང་མཁས་པས་  
 མི་ཟིན་པའི་དཔེ་ལྟར། སྤྲ་ཆེན་རྣམས་ཐུགས་རྒྱལ་བཞེངས་པར་གྱུར་ན་བཟོད་  
 པར་གསོལ་ལོ།།

གཉིས་པ་ལས་གྱི་རྒྱ་ལ། དམ་བཅའ་བ། རྣམ་འབྱུར་གྱི་རྒྱ། ཐོབ་བྱའི་  
 རྒྱ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དག་ནི་བསྟན་ཟིན་པ་དེ་  
 ལྟར། ལྟག་མ་གཉིས་པོ་ཡི་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ནི་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བཀོད་པར་

བྱས་ནས་དེ་རྗེས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལོ་  
 འདབ་གསར་དུ་འབྱུངས་པའི་ནགས་ཆེན་དང་། འདབ་བརྒྱ་རབ་དུ་རྒྱས་  
 པའི་རྗེས་བྱ་དང་། རྒྱ་བ་རྒྱས་པ་རྣམས་ནི་འགྲུར་བྱ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་མཐོང་  
 བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་མེད་དང་བྲལ་བས་ཉིན་པ་རྣམས་ལ་འགྲུར་བར་བྱེད་  
 མཁན་འདོད་པ་ཡིས་འགྲུར་བྱ་དེ་རྣམས་མགོན་པོས་ལྷ་བའི་དུག་དུ་བྱས་པ་  
 ཉེ་བསྐྱར་བ་ལྷ་བྱའོ། །དཔེར་ན། སོར་མོའི་འཕྲུལ་གྱིས་ལེགས་གྲུབ་པའི། །  
 ཐབས་སུ་བྱས་པའི་ལྷ་བ་དཀར། །ལི་ཁྲིས་གོས་ཤིང་བས་སྒྲེབས་པས། །དག་  
 སྦྱོང་མཆོག་གི་སྒྲ་གོས་མཛེས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་ནི། སྦྱེ་བོ་ལང་ཆོ་  
 ཅན་དེས་བྱ་མོ་མཛེས་མ་རང་གི་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་བྱ་དང་། བྱ་མོ་དེའི་གྲོགས་  
 མོ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་གཞན་དང་མཐུན་པ་ལ་ཞེ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཡང་། འཕྲུལ་  
 མཛེས་བའི་གནས་སུ་བཀོད་པ་ཉེ་སྦྱོང་གཏམ་ལྷར་བྱས་ནས། མཛེས་བོ་ལ་  
 ཁེངས་པ་གོམས་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་བ་བྱ་མོས་རིག་སྟེ། སྦྱོན་མ་འཁྱོག་ཅིང་  
 མིག་གཡོན་དུ་ལོག་པ་དང་། སྦྱོང་ཆོག་གི་མཆུ་ནི་གཡོ་ཞིང་ཁོ་བའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ལྷ་བ་བྱེད་པ་ནི་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། དབང་ཕྱག་གོ་ཆས་  
 དཀར་སྦྱང་གྱིས། །གཞོན་ཏུ་གདོང་དུག་ལེགས་བསྐྱབ་པས། །ལེགས་སྦྱར་  
 གནས་ལ་ལྷ་བའི་སྒོ། །དཀར་བ་མེད་པར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ།  
 གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཕྱི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་

རྒྱ་ནི། ཉི་མ་རྒྱལ་པར་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་བ་ཡང་གསལ་ཞིང་མངའ་ལ། འདབ་  
 ཆགས་རྣམས་ནི་སོ་སོའི་གནས་སུ་ཉལ་བར་སོང་ངོ། ། །ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་  
 བཟོད་པ་གང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ཤེས་བྱ་མཆོན་མོའི་དུས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་གོ་བར་བྱེད་པ་ལེགས་པར་བསྒྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །དཔེར་ན། ལྷོན་ཤིང་ལོ་  
 འདབ་གསེར་གྱི་མདངས་འཛིན་ཞིང་། །གང་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་རབ་སྒྲིན་  
 ཁུར་གྱིས་སྒྲི། །ཁུ་སྒྲུའི་བྱ་ཡི་དབྱེལ་འཁོར་མངོན་པར་གསལ། །ཉལ་འགྲོའི་  
 རྒྱུན་རྣམས་ནད་སེལ་བདུད་ཅིར་གྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནང་ཤེས་  
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ལྷ་བའི་འོད་ཀྱིས་ཀྱང་མི་བསྒྲོག་ཅིང་། ཅན་ལྷན་གྱི་ཁུ་ཡིས་ཀྱང་  
 བཟོད་པར་མི་རྒྱས་པའི་གྲོགས་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་དོད་ཀྱི་གདུང་བ་འཛིན་  
 པ་འདི་ཉིད་ནང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ཤེས་བྱ་ནི་གྲོགས་སྤྱིར་དུ་སྒྲུག་པ་ལ་  
 ཡིད་འདོད་པས་གཟེར་བ་གོ་བའོ། །ཞེས་པའི་སྒྲུར་བ་རྣམས་ལ་ཡིད་དུ་འོང་  
 བ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དག་མཆོན་ནོ། །དཔེར་ན། ཤེས་བྱའི་གཞུང་གི་  
 དཀའ་བའི་གནས་རྣམས་དག །མཐོང་ཆེ་འཇུག་དང་བཅས་ཏེ་སྒྲུག་པར་སྒྲུ། །  
 ཡོན་ཏན་དེགས་པས་འགྱུང་བ་མང་ཆོགས་ཆོ། །འཛིགས་པ་མེད་པར་ཆོས་  
 ཀྱི་འབྲེལ་འགྱུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་དམ་བཅའ། དཔེར་བཟོད་གཉིས། དང་  
 པོ་ནི། དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱས་མཁས་པ་ཡིད་འཕྲོག་པས། འགའ་ཞིག་རབ་ཏུ་



བསྟེན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ལྷོག་པར་བྱེད་པ་རྒྱ་  
 མེད་པས་འབྲས་བུ་མེད་པ་བསྐྱེད་པ། རོན་བསྐྱ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་  
 བཞི་ལས། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། རིག་པའི་གནས་རྣམས་ནི་མ་བསྐྱབས་  
 བས་གོམས་པ་མེད་པ་དང་། ལྷོ་ལྷན་རྣམས་དང་མ་འགྲོགས་པས་དེ་དག་  
 ལས་ལེགས་བཞད་ཐོས་པ་མེད་པ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་ནི་མི་སྟོམས་པས་  
 བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པ་མེད་པ་གསུམ་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན་ལ། འབྲས་བུ་ནི་དེ་  
 འདྲ་བའི་མི་རྣམས་རབ་ཏུ་གདུང་བ་སྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན། ཕྱག་  
 ཆེན་བསྐྱོམ་པའི་གྲལ་དུ་མ་སྤང་ཅིང་། །སྤྲ་ཆེན་མང་པོའི་རྣམ་ཐར་མ་སྦྱངས་  
 ལ། །རྟོག་གི་ཅམ་ལ་མི་ཆེ་མ་སྤྲིལ་བས། །ཤོང་དབང་མཁས་པའི་གོ་ས་ཁོ་  
 བོས་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། འདོད་  
 པའི་གཏམ་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཡིད་ལྷོས་པ་སོང་བ་སྟེ་ཞིག་པ་དང་། ལང་ཆོ་  
 རྒྱས་པ་ཡིས་ནི་ཆགས་པ་རིམས་ནད་ལྟ་བུར་འཕེལ་བ་དག་ཉམས་པ་སྟེ་  
 ཞིག་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་ལྷོངས་པ་ཟད་པ་སྟེ་ཞིག་ཅིང་། སྤེད་པ་འཕོས་པ་སྟེ་  
 ཞིག་པ་ནི་རྒྱ་ཞིག་པ་ཡིན་ལ། འབྲས་བུ་ནི་ན་ཆོད་རྒྱས་པས་བསོད་ནམས་  
 གྱི་གནས་དགོ་བ་ལ་ཡིད་དགའ་བར་བྱས་སོ། །དཔེར་ན། ཆེ་རབས་གཞན་  
 དུ་སྦྱངས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗེད། །རྡོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཚུལ་ཡང་རྣམ་པར་འགྱིབས། །  
 ཞེས་རབ་མཐའ་དག་མངལ་གྱི་སྤྲིབ་པས་སྤགས། །ཐོག་རྩུན་སྤྲུན་པོའི་རང་

འཆང་སྒྲོན་ལ་འབད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་པན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ནགས་ཆལ་འདི་དག་གི་སྒྲོན་  
ཡོན་ནི་བྲིས་ལ་མེད་ལ། བྲིས་བྱི་སྒྲོན་ཡོན་ཡང་ནགས་ཆལ་ལ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པ་དེ་རྒྱ་དང་། བདག་ཉིད་ནི་ནགས་  
ཆལ་ན་ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་ནགས་ཆལ་ལ་བྲིས་བྱི་སྒྲོན་དེ་མེད་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་  
དགའ་བ་དེ་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཚུ་སྤང་འདི་དག་བྱུང་མེད་མ་  
ཡིན་པ་དང་རི་དྲགས་འདི་དག་བྱུ་ཆ་མ་ཡིན་པས། པན་ཚུན་གཅིག་ལ་  
གཅིག་མེད་བྱི་རྒྱས་འབྲས་བུ་བྱུང་མེད་དང་བྱུ་ཆའི་སྒྲོན་མེད་པའི་དགའ་བ་  
དེའོ། །དཔེར་ན། ཟླ་བ་འདི་ནི་ལུས་སྤའི་གདོང་མ་ཡིན། །རི་བོང་མཆོན་མ་  
སྒྲེག་མའི་འདྲེན་བྱེད་མིན། །བསིལ་བའི་ཟེར་འདི་རྩལ་བྱི་ཐིགས་པ་མིན། །  
དེ་ཕྱིར་བྲམ་ཟེ་དག་ནི་ཡིད་རབ་དགལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་སྤངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་ཤེན་ཏུ་  
མ་བརྟགས་པའི་སྒྲོད་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་རྣམས་བྱི་  
སྒྲོན་ནི་སྤངས་ནས་མེད་པས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཏྲག་ཏུ་འཕེལ་བའོ། །དཔེར་ན། བག་མེད་སྒྲོད་པའི་རྣམ་ཐར་དང་། །  
ཚྲོངས་པའི་ངང་ཚུལ་རིང་སྤངས་པས། །དབྱངས་ཅན་མ་དེས་རྗེས་བཟུང་  
ནས། །འཆད་ཚྱོད་ཚྱོམ་པའི་སྒྲོབས་པ་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་རྒྱུ་མེད་

པ་ལས་འབྲས་བྱ་མེད་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། སྐྱེད་མོས་ཆལ་གྱི་ས་ཏྭ་ཀ་  
ར་རྣམས་སྙེམ་མ་འབྲུངས་མིན་ན་ཞེས། སྙེམ་མ་འབྲུངས་ཡོད་པ་ལ་དངོས་  
མེད་ཀྱི་དགག་ཆིག་ཉིས་བཅེགས་སུ་བྱས་ནས། དགག་པ་དངོས་པོ་མེད་པ་  
དེ་རྒྱ་དང་། འབྲས་བྱ་མགོན་པོ་རྣམས་ཐག་རིང་པོར་སོང་བའི་བྱེད་མེད་སྙེ་  
དེ་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤི་མ་ཟེན་པས་མ་འོངས་པ་དངོས་མེད་དེ་བསྐྱེད་  
པས། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷགས་ལྟར་ཉིལ་དང་བཅས་པའི་ཁྱོར་ཚུ་སྦྱིན་བྱར་  
འགྱུར་རོ།

སྙིང་པོར་དེལ་ན་ལྷས་བྱིན་དེ་སངས་རྒྱས་ལ་མི་དད་པའི་ལོག་ལྟ་  
མེད་ན་འཕགས་ལམ་འཐོབ་པོ། །ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དེ་ཕ་དེ་རྒྱལ་ལ་མི་  
དད་པའི། ལོག་ལྟ་མེད་ན་ཟས་གཙང་སྤས་པོ་ཡིས། །ལེགས་གསུངས་ཆོས་  
སྦྱོང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དག །རྒྱུད་ལ་མངོན་གྱུར་འཕགས་པའི་ས་ཡང་འཐོབ། །  
ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། དཔེར་ན་རིག་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་དངོས་པོ་  
ཡིན་ལ། མ་གོམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དངོས་མེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཅིང་། རྒྱ་མེད་པ་  
དེས་འབྲས་བྱ་ཡོད་པ་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་དག་ལ་འདིར་སྤར་མེད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོར་གྱུར་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་མཆར་བའི་རྒྱ་ལ་རྣམ་གྲངས་མདོར་བསྟན་པ། དཔེར་བརྗོད་

རྒྱལ་པོ་པ་ལྟ་བུ་གཉིས།    དང་པོ་ནི།    མཚར་བའི་རྒྱ་ནམས་ལ་རྒྱ་རིང་  
 པོས་རིང་བའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་དང་།    རྒྱ་འབྲས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་དང་།  
 དེ་བཞིན་ཏུ་འབྲས་བུ་འཛིན་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རྒྱ་སྐྱེས་པ་དང་།    རྒྱ་རིགས་པ་  
 མིན་པས།    འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ།    རྒྱ་རིགས་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་  
 ཅེས་པ་སོགས་གངས་མེད་དོ།།

གཉིས་པ་ལ་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པ་དང་། དངོས་གཉིས་དང་པོ་ནི། ལྷན་  
དག་སྦྱོར་བའི་ལམ་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་ནམས་ལ་རྒྱར་བཏགས་པའི་  
འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་མངེས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། དེའི་དཔེར་བརྗོད་ཇི་  
སྟར་ན། དཔེར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་རིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་ནི། ལུས་ཅན་མ་བྲོད་ཀྱི་  
 མིག་གི་བྱར་ཞེས་པ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལུས་མེད་དག་གི་མཆོན་ཆ་  
 ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་བྱར་མིག་གང་དེ་གཞན་ལྷས་བྱིན་ལ་རབ་ཏུ་འཕངས་  
 པས། དེ་འབྲས་བྱ་ཆགས་པས་སྒྲིས་པར་མ་བྱད། དེ་ཡིས་ཆེད་དུ་མ་གཉེར་  
 བའི་རིང་པོར་གནས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་བདག་གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ་ལོ། །དཔེར་  
 བ། འཇམ་དབྱངས་ས་ལོ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། །དགས་རྒྱུད་བྱབ་  
 མཐའ་དམིགས་སྤྱག་བཀག་པ་ཡིས། །ཆེད་དུ་གཉེར་མིན་ནི་བྱེད་ཤངས་པ་  
 དང་། །གཙོད་ཡུལ་པ་སོགས་རྒྱ་པོའི་དག་སྒྲིས་ཞིག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་ལྷན་ཅིག་པ་ནི། སྐྱེས་བུ་འགའ་ཞིག་ལུས་སྐྱེས་ཏེ་  
འདོད་པས་དྲག་ཏུ་སྐྱོས་པ་རྒྱ་འབྲས་བུ་གདོང་དམར་ཞིང་རྒྱོད་པ་དང་། མིག་  
འབྲུ་ཚུགས་སུ་ལྷ་བ་སོགས་རྣམ་འབྲུལ་སྣ་ཆོགས་པ་དང་། བུ་མོ་ཡོངས་སུ་  
རྒྱབ་པ་སྟེ་ལང་ཆོ་མ་སྒྲིན་པ་ལས་ཡོལ་བ་རྒྱ་དང་། བུད་མེད་ན་ཆོད་དར་  
བའི་འདོད་པ་བསྟེན་རན་པ་སྐྱེས་པ་དེ་རྣམས་འབྲས་བུ་ལྷན་ཅིག་ཉིད་ཏུ་  
འབྱུང་ངོ་། དཔེར་ན། རུལ་བུ་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ། ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཤར་བ་དང་། །ལྷན་ཅིག་པར་དཀར་པོ་ཡི། །འདབ་མའི་ཆོགས་རྣམས་རྒྱས་  
པར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་འབྲས་བུ་སྣ་བའི་རྒྱ་ནི། རི་དྲགས་མིག་  
ཅན་གྱི་ཆགས་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་རྒྱས་པར་གྱུར་  
པའི་འབྲས་བུ་སྣ་རྟེན་གྱི་བཟུང་བའི་རྗེས་སུ། སྣོ་བཏགས་ཀྱི་རྒྱ་བདུད་  
ཅིའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འཕྲོས་པའི་ལྷ་བ་ཡི་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱེས་ནས་ཤར་  
བས་སོ། །དཔེར་ན། ལང་ཆོ་དར་བབས་འདོད་ལྷན་གཞོན་རུ་དག་སྒྲིན་ལེགས་  
ལུས་སྤར་དཀྱེས་དགྱུར་རབ་སྤྱད་ནས། །སྤང་ནས་མངོས་ཤིང་སྤྱག་པའི་རྣམ་  
འགྱུར་ལ། །མི་བད་ཆགས་སྐྱོས་དྲག་པོ་ཅི་ཡང་འཕེལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་ནི།      ལྷ་གཅིག་ཁྱོད་གྱི་ཞབས་གཉིས་པོ་  
དམར་བའི་ཉི་མ་གཞོན་རྒྱ་ལ་རིག་པ་རྒྱ་དང་།      འབྲས་བུ་མི་རིགས་པ་རྒྱ་ལ་  
པོ་རྣམས་གྱི་ལག་པའི་བརྒྱ་བུ་པར་བྱེད་པ་ཅི། དཔེར་ན། བྱི་རོལ་གཟུགས་



སྒྲུབ་མཐའ་དག་ཀྱན། །གསལ་བར་མཐོང་བྱེད་ཏྲ་བདུན་པ། །ཤར་བས་འབྱུང་  
 བོ་བྱ་ཡི་ཆོགས། །མཐོང་བའི་གོ་སྐབས་བྲལ་འདི་མཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྟ་  
 པ་རིགས་པའི་རྒྱ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་སེན་ལྷ་བ་ཡི་འོད་ཟེར་ཀྱུན་དེ་  
 མ་མེད་པ་རྣམས་རྒྱ་དང་། འབྲས་བུ་རིགས་པ་ས་སྐྱོང་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་ཡི་  
 པར་ལྷ་ལྷུ་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་པོ། དཔེར་ན། དག་གི་རང་བཞིན་མཐའ་དག་  
 གྲུབ་པའི་དབྱིད། །ཟད་མེད་ཀྱན་ལ་འཛོལ་བའི་ལེགས་བཤམ་གཏེར། །ཆངས་  
 ལས་ལྟ་མོ་ཡུན་དུ་ཉར་བསྟེན་པས། །སྒྲུབ་དག་གཞུང་བརྒྱ་སྐྱོབ་པའི་དགའ་  
 ལྟོ་ཐོབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་བཞིན་སྤྱི་མ་གཉིས་རྩ་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་  
 གཟུགས་རྒྱན་འདྲེས་ཀྱང་སྐྱོན་མེད་པས། འགྲེལ་པ་པལ་ཆེར་ལ་དེ་ལྟར་  
 སྒྲུབ་མོད། ཁོ་བོས་གཟུགས་ཅན་དང་མ་འདྲེས་པའི་ངོས། གཞུང་གི་དགོངས་  
 པར་འགྲོ་བའི་དཔེར་བཞིན་བཀྱིས་པ་ནི། མཛོན་ཤེས་དང་གྲུབ་ཏྲགས་སོགས་  
 མི་འདུག་ཀྱང་། ཤེས་བྱ་འདི་ཆོ་བསྐབས་ནས་ཤེས་པའི་ལག་ཏྲགས་ཡིན་ནོ།  
 གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། ཞེས་པ་རྒྱ་ཡི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་  
 བེ་རྣམ་པ་གསུམ་འདི་འདྲ་བ་དག་ཏུ་བསྐྱུན་ནོ།

ཕྱ་མོའི་རྒྱན་བཤམ་པ།

བརྩ་བཞི་པ་ཕྱ་མོའི་རྒྱན་ལ། མཆོམས་སྒྱུར། མཆོན་ཉིད། དཔེར་

བརྗོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སྤྲོ་མོ་ནི་རྒྱན་གྱི་མཆོག་གོ། གཉིས་པ་ནི། སྤྲོ་  
མཛོན་དུ་བཏང་བའི་སྤྲོ་ནས། དོན་བཟང་ཐབས་བྱར་གྱིས་ཐོན་པ་དང་། སྤྲོ་  
མཛོན་དུ་མ་བཏང་བར་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་ནང་མཆོན་པའི་དོན་སྤྲོ་  
ཞིང་ཉོགས་དཀའ་བའི་སྤྲོ། སྤྲོ་མོ་ཞེས་པར་བརྗོད་དོ།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། །དང་པོ་བྱར་གྱི་སྤྲོ་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། སྤྲོས་བྱ་ཞིག་བྱད་མེད་ཅིག་ལ་སེམས་ཆགས་ནས། རྣམ་ཞིག་ལུ་  
ཅག་གཉིས་འགྲོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མི་མང་པོའི་ཆོགས་སུ་བརྗོད་པར་  
མི་བཟོད་པས། མཛའ་བོའི་ཆགས་པ་དེ་བྱད་མེད་གྱིས་རིག་ནས་ཅེ་དགའ་  
རོལ་བའི་ཆེད་དུ། རྒྱན་གྱིས་པརྫོང་ཁ་མཛུབ་མོས་བྱམ་པར་བྱས་ནས་མཆོན་  
མོ་འགྲོགས་པར་བྱར་གྱིས་བཟང་བསྟན་ནོ། །དཔེར་ན། དབང་སྤྱོད་ལ་འཛིན་  
མའི་ཅེ་མོ་ནས། །ཁུ་ཤེལ་དབང་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དག །ཤར་ཆེ་རིག་བྱེད་  
སྤྲོ་བ་འགའ། །ལག་པའི་སོར་མོ་སྟོང་ཁར་སྤྱོད། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
ལུས་སྤྲོས་ཏེ་འདོད་པ་དག་གིས་གཟིར་བ་ཡི་མཛའ་བོའི་དབུགས་དབྱུང་  
བར་འདོད་པ་ཡིས་ན། ཉིན་མོའི་སྤང་བ་མེད་པའི་བཟར་པརྫ་ཁ་བྱམ་པར་  
བྱས་པ་ལས། འདིར་ནི་མཆོན་མོ་འགྲོགས་པར་བསྟན་ནོ།

གཉིས་པ་རྣམ་པའི་སྤྲོ་མོ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི་སྤྲོ་གར་བྱེད་  
པའི་ཆོགས་ཀྱི་མདུན་སར་སྤྲོས་བྱ་ཞིག་གི་མིག་བྱད་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་

གཏད་པ་སྟེ། མི་གཡང་བར་བསྐྱས་པས་ཆད་དུ་མ་གཉིས་ཀྱང་རང་ཤུགས་  
གྱིས་སྒྲུབ་པ་པོ་དེའི་གདོང་པ་ཚུ་སྦྱེས་འདྲ་བ་མདོག་དམར་ཞིང་། རུལ་གྱི་  
ཐིགས་པ་གསལ་བ་དང་། སྒྲུ་ལོང་རྒྱས་པའི་མཛེས་པ་ཅི་ཡང་འབྱུང་བར་  
གྱུར་བའི་རྣམ་པའི་སྤྲོ་མོས་བྱད་མེད་དེ་ལ་ཆགས་པ་དེ་སྟོན་ནོ། །དཔེར་ན།  
མི་བསྐྱེད་སྒྲགས་བསྐྱེད་མུ་སྟེགས་གྱིས། །ཡུན་དུ་གཤེ་ཡང་ཉི་མའི་གཉིན། །  
ཐགས་བཟང་ཆེ་མས་དཀར་བཞི་བཅུ་དག །ལུས་ཅན་མིག་གི་ཉིར་འཆོར་  
གསལ། །ཞེས་པ་སྟེ། གཉིས་པ་ནི། འདིར་ཡང་རང་བཞིན་གྱི་སྦྱས་མ་  
བཟོད་པར་འཁྲིག་པ་ལ་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འདོད་པ་དག །དམར་བ་  
སོགས་རྣམ་འགྱུར་ལས་བྱད་མེད་གྱིས་ངེས་པར་ཉོགས་ཏེ་སྟོན་ཅིག་ཏུ་  
གནས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་ནི་སྤྲོ་མོ་ཉིད་ལས་བཀལ་བ་མ་ཡིན་ནོ།།

བསྐྱས་བཟོད་ནི་དཔེ་ཅན་ལ་བསམ་ནས་དེ་ལ་སྦྱར་དུ་རུང་བའི་དཔེ་  
ཁོ་ན་བཟོད་པའི་སྟོན་སྟེན་དོན་དེ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་ཆིག་མེད་པར་  
བརྟེན་ཐབས་སམ་ལུས་ཀྱི་མདངས་ཅམ་གྱིས་དོན་གོ་རྒྱས་པ་ཞིག་དགོས་  
པས་མི་འདྲོ།།

ཆའི་རྒྱན་བཤད་པ།

བཙོ་ལྔ་པ་ཆའི་རྒྱན་ལ། མཆམས་སྦྱར་བ། མཆན་ཉིད་དང་བཅས་ཏེ་

དམ་བཅའ་བ། དཔེར་བརྗོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཆ་ནི་རྒྱན་གྱི་མཆོག་གོ།  
གཉིས་པ་ནི་ཆ་ནི་ཆ་ཡིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བ་སྤྱོད་  
དགོས་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་བྱ་དང་། དེ་དངོས་པོ་གཞན་དུ་ཁ་བསྐྱར་བའི་ཐོལ་  
གྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས། དེའི་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འདི་  
ཡི་ནི་རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ལ། དངོས་པོ་གསལ་བ་ཐོལ་གྱིས་སྤེད་པའི་ཆ་དང་། ཐོལ་  
གྱིས་སྤོད་ཅིང་བསྤོད་པའི་ཆ་གཉིས། དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་འོས་  
པའི་ཆ་རྒྱན་ནི། རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་སྤྱོད་མོས་ཆལ་དུ་འགོ་བ་ལ་སྤྱོད་བོ་འགའ་  
ཞིག་ཆགས་པས་སྤོས་ཏེ། བདག་ཉིད་ཀྱི་ལུས་སྤྱོད་རྒྱས་པ་དེ། ཆགས་པ་ལ་  
སྤྱོད་རྒྱས་པ་འོས་པ་དང་། དེ་བུ་མོ་སྤྱོད་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རིག་པར་བྱུང་  
བ་ལས་རང་ཉིད་བཅོམ་དོགས་པས་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་ལ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་མ་དགའ་  
ཆལ་འདི་བསེལ་བའི་རྒྱང་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། ཞེས་རྒྱང་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྤྱོད་རྒྱས་པར་ཐོལ་གྱིས་སྤོས་པས། སྤྱོད་རྒྱས་པ་དེ་བསྐྱེད་བྱ་  
དང་སྐྱེད་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འོས་སོ། །དཔེར་ན། ལྷན་ངག་གཞུང་བརྒྱ་སྤྱོད་བའི་  
ཆེད། །དབྱངས་ཅན་བསྐྱོམ་པའི་ཉིང་འཛིན་ལ། །གནས་ཆེ་སྤྱོད་དུ་སངས་  
རྒྱས་དག །ཐོབ་སྤྱིར་ཀ་དག་ངང་ལ་ཡུར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་མི་འོས་པའི་ཆའི་རྒྱན་ལ་དངོས་དང་གཉིས་ཀའི་དོན་བསྤྱོད་

བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཅི་ལྟར་བྱ་མོ་མཛེས་མ་མཐོང་བ་ཉིད་ན། སྒྲེས་བྱ་  
བདག་གི་སེམས་ལ། ཆགས་པས་མཆི་མ་བྱུང་བ་ནི་བསྐྱེབ་བྱ་དང་། དགའ་  
བ་ལ་མཆི་མ་བྱུང་བ་མི་འོས་པ་ཡིན་ལ། སྐྱེབ་བྱེད་ནི་རྒྱུད་གིས་གཙུབས་  
ཤིང་བསྐྱོད་པའི་མེ་ཉོག་གི་རྩལ་གྱིས་བདག་གི་མིག་ཏུ་ཆད་པས་སྐྱུན་བྱུང་  
ངོ། །དཔེར་ན། ལྷ་བ་མཐོང་བས་སྙིང་གོགས་དྲན་པའི་ལུས། །ཆགས་པའི་  
དབང་གིས་བྱོད་ནི་འཕེལ་བ་ལ། །མཆོད་པའི་རྟེན་ལ་བྱུག་དང་བསྐྱོར་བ་སོགས།  
ངལ་བརྒྱས་འབད་པས་ལུས་ནི་རྩལ་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
ཞེས་པའི་རྒྱན་འདི་སྐྱེབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབས་སུ་ནི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་  
ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒྲུབ་དག་  
མཁན་ཁ་ཅིག་ཆ་ལ་སྟེ་ཐོལ་ཆིག་གིས་བསྐྱོད་པ་ལྟར་བྱས་ནས་སྦྲད་པའམ་  
སྦྲད་པ་ལྟར་བྱས་ནས་བསྐྱོད་པར་བྱས་པ་ལ་ཆ་ཞེས་བཞིན་དོ། །གཉིས་པ་ལ་  
གཉིས་ལས་དང་པོ་སྦྲད་པའི་ཆ་ལ། དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལྟ་ཅིག་མ་  
རུངས་པའི་སྐྱོན་བཞིན་འདོད་པ་བསྐྱེབ་བྱ་སྐྱེབ་བྱེད་རྒྱལ་པོ་གང་འདིའི་ཡིད་  
གཡུལ་གྱི་དགའ་སྟོན་ལ་ཆགས་ལྟར་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་བས་ཀྱང་ཆགས་  
ཤིང་གཟི་བཞིན་དང་ལྟན་པ་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན་འདི་མཛེས་པར་  
བྱོད་ཀྱི་བདག་པོར་འོས་སོ། །དཔེར་ན། ཟང་ཟིང་ནོར་དང་སྟོབས་རྣམས་



ཐབས་ཀྱིས་བསྟུ། །འཁོར་རྣམས་ལྟོ་གོས་ཀྱིས་ཆིམ་ལུས་སེམས་དག། །ངལ་  
 མེད་སྟེར་བས་སྒྲ་མ་ཆེན་པོ་འདི། །བྱེད་ཀྱིས་འདི་ཕྱིར་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་པར་  
 རིགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། བ་རོལ་འཛོམས་པ་སོགས་བཙོན་  
 འགྲུས་བྱད་པར་འཕགས་པ་ལྟར་རང་བསྟོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱིས། སྐྱབས་  
 འདིར། རོན་གཡུལ་འབྲུག་ལ་དགའ་བ་སོགས་སྦྱད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་སྐྱབས་  
 པའི་ཤྱགས་ལ་འདོད་པའི་ཡོངས་སྟོད་ལ་རྒྱན་དུ་སྟོད་པར་འདོད་པའི་བྱ་  
 མའི་བསམ་པ་དེ་ལ་དགའ་བ་དག་ན་བསྒྲག་པར་རུས་སོ། །གཉིས་པ་བསྟོད་  
 པའི་ཆ་ལ་དཔེ་རོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཛའ་མའི་གཞོད་པ་རབ་དུ་གཞིལ་  
 བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ། བདག་པོ་གང་གིས་དག་འཇམ་ཞིང་སྟན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་  
 སྐྱབ་པར་བྱས་ཀྱང་རོན་སྐྱེ་བོ་འདི་ནི་གཡོ་ཅན་བཅེ་བ་མེད་པ་ཡིན་པས། དེ་  
 ཡིས་གྲོགས་མོ་བདག་གི་གཏན་གྲོགས་ཅི་ལ་བྱ་སྟེ་མི་བྱའོ། །ཞེས་འབྲུལ་  
 ངན་པ་ལྟར་སྦྱད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱིས། རོན་འཇམ་པ་སོགས་བསྟོད་པ་སྐྱབས་  
 པའི་ཤྱགས་ལ་ལེགས་པར་གོ་བའོ། །དཔེར་ན། འཁོར་རྣམས་ཐོས་ཕྱིར་ཉིན་  
 མཆོན་ལུས་སེམས་བྱེལ། །ཉིང་འཛིན་བསྒྲས་བཟོད་དགའ་སྦྱད་བྲག་པོར་  
 སྟོར། །སྒྲོམ་གསུམ་འགལ་ལ་ཆད་འབེབས་ཟང་བེད་དགོར། །མི་སྟེར་ཡོངས་  
 འཛིན་ངན་པ་འདི་འབྲས་ཅི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་འདི་ལ་འདུད་  
 པར་མ་བྱེད་ཅེས་གྲོགས་མོས་ཁེངས་པ་རབ་དུ་བསྟན་ཀྱང་། མཛའ་མོ་ཆགས་

པའི་ཕྱིར་ཁེངས་པ་བྱེད་མ་རྒྱས་པ་ནས། སྒྲོན་བཟོད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། ཡོན་  
ཏན་གང་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་བཞིན་སོགས་ཀྱང་བསྒྲུབ་ནོ།

དེ་མ་ལ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

བཙུ་བྲུག་པ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཟོད་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་རབ་ཏུ་བསྒྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲེལ་  
པར་འོས་པ་ཕྱིས་རིམ་པ་བཞིན་རྗེས་སུ་སྒྲོན་པ་ལ་གྲངས་དང་གོ་རིམ་མ་  
འཁྲུགས་པ་བཞིན་ཞེས་པ་གྲངས་བཞིན་ནམ། རིམ་པ་ཅན་ཞེས་རབ་ཏུ་  
བཟོད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། ལྷས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆུར་ནི་རབ་ཏུ་ཞུགས་པའི་མཛེས་མ་  
ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཅན་འཇུ་མ་བག་དང་གཅིག་། མིག་དཀྱུས་དང་གཉིས། གདོང་  
མཛེས་པ་དང་གསུམ་པོ་ནི། དཔེ་ཀྱ་ལྷ་ཏ་དང་གཅིག་ལྷུང་ལ་དང་གཉིས།  
བརྒྱ་གསུམ་པོ་ཡིས་འབྲེན་པའི་ཆོག་རྒྱས་པ་ཅན་བརྒྱས་པར་ངེས་སོ་ཞེས་  
གཟུགས་ཅན་མ་ལ་འབོད་པའོ། །དཔེར་ན། ཆོས་སྒྲིང་བཟང་པོའི་མཁྱེན་པ་  
དང་། །བཙེ་ཆེན་མཐུ་སྟོབས་འཇུ་དཔལ་དབྱངས། །འཛིག་ཉིན་དབང་ཕྱག་  
གསང་བདག་གི། །ཡོན་ཏན་བསྐྱས་པར་གོར་མ་ཆག་། ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བརྒྱས་

སོ་ཞེས་པ་དཔེ་གསལ་བྱེད་དང་། དེས་སོ་ཞེས་པ་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་  
ཡིན་པས་དེ་གཉིས་གང་རུང་དུ་འབྱུང་བར་དོགས་ན་དཔེ་ཅན་གྱི་ཆོས་དུ་མ་  
མཚུངས་པ་ལ་དཔེ་ལ་རིམ་པས་མ་འཛོལ་བར་སྒྲུབ་བ་དེ་དཔེ་དང་། རབ་  
རྟོག་དུ་མ་ཟད་རྒྱན་གཞན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཆང་ཡང་མཆོ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་  
གིས་རིམ་པ་ཅན་དུ་ཤེས་དགོས་སོ།།

### དགའ་བའི་རྒྱན་བཤད་པ།

བཙུ་བདུན་པ་དགའ་བའི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། དགའ་བའི་རྒྱན་ནི་མཆོག་དུ་སྟེ་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཉམས་  
དང་ལྡན་པའི་སྒྲོན་ས་དེ་ལྟར་བཞིན་དོ།།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བ་ལ། དཔེ་དོན་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བེ་དུ་རས་གོ་བེ་ཅེ་སྟེ་བྱེད་འཇུག་བསྐྱབས་པས།  
ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་མཉེས་པར་བྱས་པའི་མཐུས། བྱེད་འཇུག་བྱིས་དུ་འོངས་པས།  
དེས་སྐྱེ་མཐོང་ཞིང་གསུང་ཐོས་པའི་དེང་དུས་བདག་དགའ་བ་བྱེད་པར་ཅན་  
བྱེད་འཇུག་ལས་དངོས་སུ་ཐོབ་སྟེ་སྐྱེས་པ་གང་ཡིན་པའི་དགའ་བ་འདི་ནི།  
སྤར་ཡང་བྱེད་འཇུག་ཁྱོད་རང་དུས་ཀྱིས་འོངས་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ། ལྷ་

གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ཀུན་ལ་རྗེས་བཅེ་ཤེས་བྱའི་ཚོགས། །  
 ཐམས་ཅད་གཞིགས་པའི་ཉི་མའི་གཉིན། །མགྱུར་ལས་བྱུང་བའི་དྲུག་ཅུའི་  
 དབྱངས། །ཐོས་པས་སྒྲོན་མེད་དགའ་བ་སྦྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
 བེ་དུ་རས་དེ་འདྲ་བའི་དགའ་བ་ལྟ་གཞན་ལས་མིན་ཞེས་རིགས་པར་སྦྱས་  
 ཚོ། བྱུང་འཇུག་དེ་ལ་གྲུས་པ་ཅ་མ་གྱིས་ནི་རབ་ཏུ་བསྟན་བྱའི་སྣ་འཕྲོག་བྱེད་  
 བེ་དུ་ར་ལ་ཤིན་ཏུ་དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི་  
 ཟླ་བ་དང་། ཉི་མ་དང་། རྒྱུང་དང་། ས་དང་། མཁའ། སྦྱིན་སྲེག་བྱེད་པ་དང་།  
 མེ་དང་། ལྷ་ཞེས་པའི་གཟུགས་བརྟན་པོ་རྣམས་དབང་ཕྱུག་གི་སྦྱལ་པ་ཡིན་  
 པས། དེ་རྣམས་ལས་རབ་ཏུ་འདས་ནས་ཏེ། ལྷ་དབང་ཕྱུག་ཁྱོད་དངོས་སུ་  
 རེད་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བལྟ་བར་ཅི་སྟེ་མི་རུས་པས། སྦྱལ་པའམ་གཟུགས་  
 བརྟན་ཅ་མ་མཐོང་བ་ལ་དགའ་བ་བྱེད་པར་ཅན་སྦྱེས་པའོ། །དཔེར་ན། མཚོག་  
 སྦྱེད་གྱིས་བསྦྱས་གནག་རྩི་ཡིས། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྒོ་དྲུང་དུ། །རི་མོར་  
 གྱིས་པའི་བ་ལང་ཚོགས། །མཐོང་བས་དགའ་བ་ཅི་ཡང་བསྦྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་  
 བུ།

གཉིས་པ་ནི་རྩ་གྱུར་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ་  
 ཞེས་བྱ་བས། བཤད་མ་ཐག་པའི་སྦྱལ་པ་བརྟན་པོ་དེ་མངོན་གསུམ་དུ་མཐོང་

བར་བྱས་པ་ཡིས་ལྷ་དབང་ལྷག་ཁྱོད་ནི་རྟག་ཏུ་མཐོང་ངོ་ཞེས་དགའ་བ་རབ་  
ཏུ་གསལ་བར་བྱས་པ་གང་དེ་ཡང་ཞིན་ཏུ་དགའ་བའི་རྒྱན་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
པར་བྱའོ། །འདིའི་དོན་འཇམ་ཁ་དང་རིན་སྤངས་པ་གཉིས་ཀྱི་ལོག་པར་དཀྲལ་  
འདུག་གོ།

ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ།

བཙེ་བརྒྱད་ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོམས་སྦྱར་བ། དཔེར་བརྗོད།  
དོགས་སྦྱོང་གིས་མཐུག་བསྐྱ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཉམས་ལྡན་ནི་ཡིད་  
དུ་འོང་བར་བརྗོད་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའོ།

གཉིས་པ་ལ་བརྒྱད་ལས། དང་པོ་དགའ་བའི་འགྱུར་བ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་  
ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཨ་བརྟེ་ཞེས་བྱ་བའི་བཙུན་མོ་སྦྱོན་པོ་རྣམས་  
ཀྱིས་སྐྱོག་ཏུ་སྤྲས་ནས་ཞེའོ་ཞེས་བརྗོད་པས། ཟུང་ཡ་ན་ཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་  
དེ་སྤྱག་བསྐྱལ་ནས། བདག་གིས་ནི་བཙུན་མོ་སྦྱེ་བ་འདི་ཉིད་ལ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་  
པར་མི་འགྱུར་བས། བཙུན་མོ་ཞི་བ་ཞེས་པ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་  
ཡིན་པས་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གང་དང་འགྲོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
བདག་འཆི་བར་འདོད་དོ། །ཞེས་སྦྱ་བ་ལ། སྤྲ་བཙུན་མོ་འཆོའོ་ཞེས་གཏད་  
པས་ཞི་ཟིན་པར་ཐག་ཆོད་པ་ལ་སྤྲ་ལོག་རྒྱ་བྱང་བས། རང་དུ་ཡིད་དགའ་



བའི་ཉམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་ལས་ཡུལ་སྒྲིག་པ་སོགས་དངོས་  
 རྟགས་གང་རུང་ལ་བསྟོད་པའོ། །དཔེར་ན། མི་བཟོད་གང་བའི་རེག་པ་སྟེར་  
 བའི་དགུན། །མཐར་བྱེད་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོ་ལས་འོངས་པའི། །ཆར་སྒྲིན་  
 ལང་ལོང་འཐིགས་ཤིང་དབྱར་སྒྲིས་སྒྲུབ། །ཐོས་པས་མ་བྱ་དགའ་བའི་གར་  
 གྲིས་བྲེལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྒར་དགའ་བའི་དཔེར་བརྗོད་ཉིད་  
 བེ་བསྟན་ཟེན་ཏེ། དགའ་བ་སྒྲིག་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བའི་དཔེར་བརྗོད་པ་བཤད་  
 མ་ཐག་པ་འདིའོ། །ཉམས་སུ་འགྱུར་ལུགས་ནི། ནང་བསམ་པའི་འགྱུར་བ་  
 བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་མང་པོ་དག་དང་ལྡན་པ་ལ་བརྟན་ནས་ཕྱི་རོལ་  
 ཏུ་གར་གྱི་ཉམས་བརྒྱད་གསལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
 འོངས་སྟོད་ཀྱི་འབྲོར་པ་དེ་ཙམ་གཞི་སྟོག་ཏུ་བྱས་ནས་དེགས་པས་ཕྱི་རོལ་  
 ཏུ་སྒྲིག་ཅིང་གཡོ་བ་དངོས་རྟགས་ལ་སྟོན་པ་འདི་ནི་དགའ་བ་སྒྲིག་པའི་  
 ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་གོ། །དེས་མཆོན། མཁས་པ་ཡོན་ཏན། བྱད་མེད་  
 མཆར་སྟུག་། སྒྲིས་པ་དཔལ་ཅལ་སོགས་ཀྱང་ངོ་། །

གཉིས་པ་བྲག་ལྷལ་གྱི་ཉམས་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བདག་  
 འདིགས་སྒྲེའི་མདུན་ནས་ཚུར་རྒྱལ་པོ་བརྟན་དགའ་ཞེས་བྱ་བ་གང་གིས་ཁོ་  
 བོའི་ནག་མོའི་སྒྲན་ནས་གཟུང་སྟེ། བྱད་ཅིང་བྲངས་བར་གྱུར་པ་ལ། འདིགས་  
 ཉེ་སྟེང་ན་ནས། ད་སྒྲིག་ཅན་འདི་བདག་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་

ཡང་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་ཅི་སྟེ་གསོད་དོ། །ཞེས་ནང་ཁྲོས་པས་སྤྱི་དག་ལྟལ་  
 གྱི་ཉམས་བསྟན་ནོ། །དཔེར་ན། ལོག་པར་འཁུ་བའི་ས་སྐྱའི་དཔོན་ཆེན་  
 སོགས། །གཞོམ་སྤྱིར་པག་མོ་གྲུ་བའི་སྡེ་སྤྱིད་ཀྱི། །དབྱང་ཆོགས་གོ་གོན་ནོ་  
 བའི་མཆོན་ཐོགས་ཏེ། །སོད་རྒྱུ་བ་སྤྱི་ཡིས་གནམ་ས་རལ་སྟམ་བགྱིས། །  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་འཛིགས་སྡེས་དབྱ་བརྟན་དཀའ་དག་ལ་བལྟ་  
 བའི་ནང་གི་སེམས་ཁྲོ་བ་མཆོག་གི་མཐའ་འཛིགས་པས་སྤྱི་དག་པོའི་ཉམས་  
 གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འདི་ནི་དག་ལྟལ་གྱི་རོ་དང་ལྟན་པའི་ཆོག་གོ། །  
 གསུམ་པ་དཔའ་བའི་ཉམས་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྒྱ་མཆོར་བཅས་  
 བའི་ས་ལས་མ་རྒྱལ་ཞིང་། རྣམ་པ་མང་པོའི་མཆོད་སྦྱིན་ཡང་མ་བྱས་ལ།  
 སློང་མོ་བ་རྣམས་ལ་རོར་རྣམས་མ་བྱིན་པར། བདག་ས་སློང་དུ་རི་ལྟ་བུར་  
 གྱུར་ཅེས་དཀའ་བ་མེད་པར་རྒྱལ་པོར་གྱུར་སྟམ་པའི་ནང་གི་ང་རྒྱལ་གྱིས་  
 སྤྱི་རོལ་ཏུ་དཔའ་བའི་ཉམས་བསྟན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བཟོད་དཀའི་ལམ་དུ་  
 དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་གིས། །འཕགས་ལྟལ་མ་བསྐྱོར་གངས་མེད་པཱེ་ཏ། ། ཉེ་  
 བར་བསྟན་མིན་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས། །སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱག་ཆོས་སློང་  
 བཟང་པོའི་ཞབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་དཀའ་བ་མེད་པར་  
 རྒྱལ་སྤྱིད་ཐོབ་པའི་སྤྱི་བ་བྱད་འཕགས་ནང་དུ་ཐོབ་པ་བདག །སྤྱི་རོལ་ཏུ་

དཔའ་བའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ལ་གནས་པས་ཉམས་ལྡན་ཉིད་དུ་ནི་རྟོགས་  
 བར་རྒྱས་པ་ལ་ཆིག་འདི་དག་ནི་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་སྙིང་རྗེའི་ཉམས་  
 ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལང་ཆོ་རྒྱས་པས་ལུས་འཇམ་པ་གང་ལ་  
 བསྐྱ་ཡི་མལ་སྒྲན་བྱས་པ་དག་ཀྱང་རེག་བྱ་རྩ་བ་པའི་ཉམས་བྱེད་པའི་སྒྲིན་  
 ལེགས་མ་སྟེ། རང་གི་བདག་པོ་ཞི་བ་ན། དུལ་དེར་ཆུང་མའང་གསོན་པོར་  
 མེར་སླེག་པའི་སྒྲོལ་ཡོད་པས། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲ་མོ་དེ་ནི་ད་རོ་ཁང་དག་ཏུ་  
 བསླེག་བྱ་དང་ལྡན་པར་ངེ་སྒྲར་ཉལ་ལོ་ཞེས་སྒྲུག་བསྐྱལ་དག་པོ་སྒྲོང་བའམ་  
 སྒྲོང་འགྱུར་དེ་ལ་ནང་དུ་མི་བཟོད་པ་སྒྲེས་པས། བྱི་རོལ་ཏུ་སྙིང་རྗེ་བའི་ཉམས་  
 བཟོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྩང་བད་བསྐྱབས་ཀྱང་རབ་མོངས་ཐོས་དང་བལ། །  
 ཟས་ནོར་ཅམ་གྱིས་སྒྲན་པོའི་འཁོར་ཆོགས་སྒྲུད། །གཞན་གྱི་འབྲེན་པར་  
 རྫོམ་དེའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས། །ལོག་ལམ་དུ་འབྱུང་བྱལ་རྣམས་སྒྲུགས་རྗེས་  
 གཟིགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་ནང་དུ་སྙིང་རྗེ་རྒྱས་པ་ཡི་རྒྱན་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་  
 བཤད་དོ། །ལྔ་པ་མི་སྒྲུག་པའི་ཉམས་ལ་སྒྲག་མ་རྣམས་འཆད་པ་དམ་བཅའ་  
 བ་དང་། དངོས་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྒྲར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཡང་།  
 དམ་པ་དང་། བཞད་གད་དང་། མད་བྱང་དང་། འཛིགས་རུང་རྣམས་འཆད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་མས་ལུས་ལ་བརྒྱན་པའི་སྒྲིན་པོ་རྣམས་མགོ་མེད་པའི་རོ་

དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྤྲོད་པོ་དེ་དག་ལག་པ་གཉིས་སྐྱར་ནས་བྲིད་རང་གི་དབྱེ་  
 ཁག་རྣམས་འབྲུང་ཞིང་འབྲུང་ཞིང་གར་བྲེད་དོ། །ཞེས་ནང་སྐྱབས་བྱོ་བས་བྱི་  
 མི་སྐྱབས་པའི་ཉམས་བརྗོད་པའོ། །དཔེར་ན། མི་གཙང་གང་བའི་ལྷན་ལྷན་ལ།  
 སྒྲིང་བྱས་བལྟག་ཅིང་ལུས་ལ་གོས། །ལས་འབྲས་མི་ཤེས་བྱ་བཏང་འགའ། །  
 འཇུལ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་གཅི་བ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། དུག་པ་བཞད་གད་ཀྱི་  
 ཉམས་ནི། དཔེར་ན། འཐབ་མའི་ཆེ་སྒྲིང་ཆུང་ཞིག་ལ་སྒྲོ་ཤེད་ཅན་ཞེས་གོ་  
 སྒྲིང་ནས་འབོད་པ་ལྷར་བྱད་མེད་གཅིག་སྐྱེས་པ་དང་། ཉི་མོ་ལྷ་བྱ་སྐྱད་པས་  
 རྫོད་ཀྱིས་རྒྱན་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྣམས་རྙིངས་པ་ལ་གྲོགས་མ་མེ་ཏོག་མ་རྙིངས་མ་  
 ཞེས་བོས་ནས། བྲིད་ཀྱི་རུ་མའི་ངོས་ལ་གྲོགས་ཀྱིས་འཇུས་པའི་སེན་རྗེས་  
 གསར་པ་ཆགས་པ་འདི་སྒྲིང་གཡོགས་ཀྱི་ནི་སྐྱབས་པར་མཛོད་ཅིག །ཅེས་  
 བྲེད་ཏུ་རྫོད་བྱོ་བས་བྱི་རོལ་ཏུ་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་སོ། །དཔེར་ན། འཁོར་  
 བར་ཡིད་འབྲུང་བྱ་བ་གཏང་བའི་ཚུལ། །དུག་གསུམ་སྒྲིན་ལྷར་སྐྱབས་པའི་སྒྲོམ་  
 ཆེན་བྲིད། །མིག་ཟུར་ཉ་མའི་བཞིན་ལ་ནན་ཏན་དུ། །བལྟ་ཆེ་བྲིམ་བདག་  
 འགའ་ཞིག་གད་མོ་བྱོ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

བདུན་པ་མད་བྱང་གི་ཉམས་ནི། སྒྲིན་མེད་པའི་དགའ་ཆལ་འདིའི་སྒྲིན་  
 པ་འདི་རྣམས་འདབ་མ་གསར་པ་གོས་བཟང་པོ་ལྷར་སྐྱབས་པ་དང་། མེ་ཏོག་  
 གི་དོ་ཤལ་མཛེས་པ་ལ་སོགས་པས་བརྒྱན་པ་དང་། ཡལ་འདབ་ཁང་པ་

བཟང་པོ་ལྷ་བྱུང་བྱུང་པ་འདི་ནི་ངོ་མཆར་རོ་ཞེས། གོས། རྒྱུ་ཁང་པ་གསུམ་  
པོ་ལྷ་རྩེ་མཆར་བའི་རོ་ནང་དུ་བྱུང་བས། བྱི་རོལ་ཏུ་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་ཉམས་  
གསལ་བའོ། །དཔེར་ན། སྒོ་བྱུང་བདག་ཡིད་མི་ཤེས་སྒྲོངས་པ་དང་། །བྲལ་  
བའི་སྒོ་གོས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ། །དབྱངས་ཅན་མགྱིན་པར་ཆགས་པའི་  
རྣམ་དཔྱོད་འདི། །ཞེ་མ་ངོ་མཆར་ལས་ཀྱང་ངོ་མཆར་མཛད། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱུ།

བརྒྱད་པ་འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་ནི། ཅེ་མོ་དག་ལ་མེ་གནས་པ་སྟེ་  
འབར་བའི་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ནི་ལག་གི་རྩི་རྩེ་གང་ཡིན་པ་འདིས་ནི་ལྷ་མ་ཡིན་  
རྣམས་ཐལ་བར་བཏང་བའི་གྲགས་པས། རྩི་རྩེ་དེ་བཙན་པ་ན་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་བྱུང་  
མཛད་རྣམས་མངལ་ན་བྱུ་ཡོད་པ་ནི་ལྷ་བར་བྱེད་དོ། །ཅེས་ནང་དུ་ཡིད་སྒྲུག་  
པའི་རོས་བྱི་རོལ་ཏུ་འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་སོ། །དཔེར་ན། ས་ལོས་སྒྲོག་  
བྱེད་རིག་པས་བཅོམ་པ་ཡི། །གྲགས་པ་གངས་ཅན་སྒྲོངས་འདིར་འབར་བ་  
ན། །བཀའ་རྒྱུད་པ་རྣམས་བཅོད་མཛད་ཆེར་སྤངས་ཤིང་། །འགའ་ཞིག་རི་  
སྒྲོངས་ཉལ་ཡང་སྤྱང་ཁ་སྤྲིགས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱུ། གསུམ་པ་ནི། ལེ་ཏུ་དང་  
པོའི་སྒྲུབ་པ་ནི། བྱོང་པ་ཉིད་མིན་པའི་ཆོག་སྒྱུར་ལས་སྒྱེས་པའི་བརྩོད་བྱ་ཡི་  
ནི་ཉམས་དག་བསྒྲུབ་ལ། འདིར་ནི་སྒྲིག་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་བརྒྱུད་ལ་དབང་  
བར་བྱས་ཏེ། ཆོག་རྣམས་ཀྱང་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བཤམ་དོ། །



གཟི་བརླིང་གི་རྒྱན་བཤད་པ།

བརྩ་དགུ་པ་གཟི་བརླིང་གི་རྒྱན་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། རོན་  
བསྐྱ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ང་རྒྱལ་སྐྱེས་པས་གཟི་བརླིང་གི་ཆོག་བཞིན་  
པ་སྟེ། བཤད་ཟིན་གཉིས་པོ་དེ་དང་གསུམ་པོ་འདི་གར་ཉམས་ལ་བྱུང་པར་དུ་  
འཕགས་པ་དང་ལྡན་རོ། །གཉིས་པ་ནི་འགའ་ཞིག་དཔེར་བའི་དྲེགས་པས་  
བདག་ནི་གསོད་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་རོ་ཞེས། བྱེད་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་འཛིགས་  
པར་མ་བྱེད་ཅིག །བདག་གི་རལ་གྱི་ལ་བྱིར་བྱོགས་པ་སྟེ་བྱོས་འགོ་བ་རྣམས་  
ནམ་ཡང་གསོད་ཅིང་གཞོམ་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་རོ། །ཞེས་ང་རྒྱལ་བས་  
གཞན་དག་ཉམས་ཆུང་ཆུང་ལྟར་སྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁོ་པོའི་མདུན་སར་སྐྱོན་  
ཚོངས་བྱོད་ཅག་རྣམས། །ཁྱོལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ལྷགས་པ་ཤིན་ཏུ་ལེགས། །  
མཁས་ལ་དོགས་གནས་བྲལ་བའི་གཏམ་འགའ་ཡིས། །ཉིན་མཆོན་མེད་པར་  
འཕྱང་མོ་ཉུག་ཏུ་འཇུག། ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། ཅེས་པ་སྐྱེས་བུ་དྲེགས་  
ལྡན་འགའ་ཞིག་གིས་གཡུལ་དུ་གཞན་དག་ནི་གསོད་པ་བཀག་པར་བྱས་  
ནས་ཅི་བདེར་གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་གཟི་བརླིང་དང་ལྡན་པར་ཤེས་  
པར་བྱའོ།

ནམ་གངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ།

ཉི་ཤུ་པ་ནམ་གངས་བརྗོད་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། འདོད་  
པའི་དོན་བསྐྱབ་བྱེད་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པར། དེ་ཉིད་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དུ་དངོས་པོའི་ནམ་པ་གཞན་དག་བརྗོད་པ་གང་གི་སྒྲོ་ནས་དོན་དེ་ནི་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནམ་གངས་བརྗོད་པར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། འགོལ་ས་  
ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་ཞིག་དང་བྱ་མོ་ཞིག་འབྲིག་པའི་བྱ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་ཏེ་  
གནས་པའི་སར། གཞན་ཞིག་འོངས་པས་སྐྱབ་བྱ་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་ཚུལ་  
འགྲུབ་ཕྱིར་འབྱོར་བ་ཡིན་ཡང་། ནམ་གངས་གཞན་ས་ཏ་ཀཱ་རའི་སྟེ་མ་ནམས་  
གཞན་བྱ་རོག་གིས་གསུམ་པ་གསོས་པར་གྲགས་པའི། ཁུ་བྱག་འདིས་བ་  
བར་བྱེད་པས་དེ་ན་བདག་གིས་བརྗོད་པར་བགྱི་བས། བྱེད་གཉིས་དལ་  
ཀྱིས་འདུག་པར་མཛོད་ཅིག་། དཔེར་ན། ཕྱག་ན་བརྒྱའི་སྐྱ་བརྟན་ལ། །ཅ་རྩ་གོ་  
མི་བྱོད་ཉིད་ཀྱིས། །མཆོད་པ་མཛོད་ཅིག་ཟླ་གྲགས་དག །ཅུང་བད་ཕྱི་རུ་  
སྟོངས་རྒྱུའོ། །ཞེས་པ་ཉླ་བྱ། གཉིས་པ་ནི། སྟོགས་མོ་སྐྱེས་སྐྱན་འཕྲད་པར་  
བྱས་ནས་དེ་དག་འདུས་པར་དགའ་བ་ཡི་དགའ་སྟོན་བསྐྱབ་ཏུ་ཞུགས་པར་  
འདོད་པས། ཐབས་ལ་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་དེ་ནས་སོང་བར་གྱུར་ཏོ། །འདི་  
བསྐྱུས་བརྗོད་སྤྱི་མོ་ཆ་གསུམ་དང་འདྲེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དང་པོ་ནི་དཔེ་

ཅན་ལ་བསམ་ནས་དཔེས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་བརྟམ་དང་རྣམ་  
འགྱུར་གྱིས་ཉོགས་དགོས། གསུམ་པ་ནི་ཆའི་སྐབས་བསྐྱིབ་བྱའི་རང་བཞིན་  
དང་མ་ཐུན་ཞིང་མཚུངས་པར་སྐྱིབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་བཀོད་དགོས་ལ།  
འདིར་བསྐྱིབ་བྱའི་དངོས་པོའི་དོན་དེ་དང་མ་འབྲེལ་ཞིང་མི་མཚུངས་པའི་  
སྐྱིབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་གཅིག་རྣམ་གྲངས་སུ་བཀོད་པས་མི་འདྲའོ།

### ཀྱན་པན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

ཉེར་གཅིག་པ་ཀྱན་པན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཚུམ་པ་ལས་བསོད་ནམས་གྱིས་  
སྐལ་བ་ཡི་ནི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
གང་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་ནི་ཀྱན་ཏུ་པན་པར་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་འབྲིག་པའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་སྤེད་  
ལྡན་འགའ་ཞིག་རང་གི་དགའ་མ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་གཞོམ་པའི་སྤྱིར་དུ།  
དེ་ཡི་ནི་རྐང་པ་དག་ལ་ཕྱག་འཆའ་བར་བྱས་ཀྱང་དེ་ཁེངས་པའི་ཆོ། འབྲུབ་  
བྱེད་རྒྱུ་གཞན་བདག་ལ་པན་པའི་སྤྱིར་སྟོན་གྱི་བསོད་ནམས་གྱི་སྐལ་བ་  
ཡིས། སྟོ་བར་དུ་འབྲུག་གི་སྐྱ་ནི་སྐྱགས་པར་གྱུར་པས། དགའ་མ་ཆགས་པ་

འཕེལ་ཏེ་མཛའ་བོ་ལ་བདུད་པར་གྱུར་ཏོ། བེས་པན་པར་བྱེད་པོ་རྒྱུན་གཞན་  
འབྲུག་རྒྱ་ཡིས་མཛའ་བོའི་དོན་འབྲུག་པ་ལ་པན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྟོན་གྱི་  
འབྲས་བུ་སྦྱོང་ལ་ཡིད་གྱི་སྒྲོ། །ཉེ་བར་བརྟག་པའི་ཞིང་པ་རྣམས་གྱི་སེམས། །  
སོས་ཐན་འཛོམས་པར་འདོད་ཆེ་ཆར་གྱི་རྒྱུ། །ལན་གཅིག་མིན་པར་ཆལ་  
ཆེལ་འབབ་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་སྟེ་བྱ།

ལྷ་ཆེ་བའི་ལྷན་བཤད་པ།

ཉེར་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། འོན་བསྐྱུ་  
བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉིད་དུ་  
གྱུར་པ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ཡི་རྒྱན་དུ་མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་  
བ་ནི། །རྩ་ཕ་ཁ་སྟེ་སྟོན་པོའི་རྒྱལ་པོའི་མགོ་བོ་ཡང་གཙོད་པར་རྒྱས་པའི་བྱ་  
བའི་ཁུར་ཆེན་པོ་ཡང་གང་ཞེག་བཟོད་པའི་རྩ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྟ་བུ་པའི་  
བྱ་རྩ་མ་ཁ་དེས་རང་གི་ཡབ་སྐུ་མ་ཡི་བཀའ་ལས་འདའ་བར་རྒྱས་པར་མ་  
གྱུར་བའོ། །དཔེར་ན། སྤ་ཞིབ་དབྱུང་ཆེ་འཇམ་དབྱངས་གཞོན་རྒྱ་ཡིས། །སྤྱི་  
ཞོལ་མཛད་ཀྱང་དགག་པར་ལེགས་རྒྱས་པའི། །སྟོ་བཟང་གྲགས་པས་འབྲུལ་

ལྷན་བསྟན་པ་འགའ། །རྒྱལ་བའི་རྗེས་སུ་བྱུགས་དགོངས་ལྷག་མ་བཞག །  
 ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་འགྱུར་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་གཞན་ལ་འབྱུང་བར་  
 དགའ་བའི་སྲིན་པོའི་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་ནི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ལས་བྱུབ་  
 པའི་རྩིག་པ་ལ་འཕྲོས་པའི་རྒྱལ་པོའི་གཟུགས་བརྟན་བརྒྱ་ཐག་དུ་མ་ཁོར་  
 དུག་དུ་བསྐྱོར་བར་གྱུར་པས་ལང་ཀའི་དབང་ལྷག་དག་གི་གཟུགས་དང་  
 གཟུགས་བརྟན་གཉིས་པལ་ཆར་གྱིས་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་པ་ལས། དགའ་བའི་  
 གནད་གཟུགས་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ནི་ཨ་རྩ་ནའི་བུ་སྤྱེའུ་ཏ་ལུ་མརྩ་  
 ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ས་སྤང་དབང་པོའི་སྤང་འབྱུང་ཞིང་། །རིན་ཆེན་བཅེགས་  
 པའི་ཁང་བཟང་དབུས། །ཁོར་བུའི་ཆོགས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི། །མིག་སྤྱོད་  
 ཅན་དེ་སྤྱི་འདིར་བརྒྱུད། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་ནི། དཔེར་བརྗོད་སྣ་མར་  
 བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དང་། འདིར་ནི་མདོན་པར་འགྱུར་བ་རྒྱ་ཆེ་  
 ཞིང་བརྗོད་བ་སྟེ། རྒྱ་ཆེན་པོ་གཉིས་པོ་འདི་དག་གྲང་གསལ་བར་རབ་དུ་  
 མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ཟིན་པ་ཡིན་ནོ། །

བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་བཞད་པ།

ཉེར་གསུམ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དོན་  
 བསྐྱུ་བ་མདོར་བསྟན། དང་པོ་ནི། བྱང་ཆོས་སོགས་འགའ་ཞིག་གནས་ཚུལ་



དངོས་དེ་མ་ཡིན་ཞེས་བསྟོན་བྱས་ནས་དོན་གཞན་ཅུང་ཟད་ཁས་སྦངས་ཏེ་  
 སྟོན་པ་ནི་བསྟོན་དོར་དག་གོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཆོས་ལ་  
 བསྟོན་པ་ནི། འདོད་པའི་ལྷ་དག་གི་བྱ་བ་སྤྱོད་པ་གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
 བ་ལ་ནི་སྟོས་ནས། དེའི་བྱ་བ་ར་གྱི་ཆོས་མདའ་ལྷ་པོ་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་ལྷན་  
 སྟོང་ཕྱག་ཅིག་ཡོད་དོ། །ཞེས་བསྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཆོས་སྟོང་བཟང་པོ་  
 བསེལ་ལྷན་སྟོངས་འདི་ཡི། །གངས་མེད་མཁས་པའི་རྒྱན་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དབང་གཞན་གྱི་རྣམ་དཔྱོད་སྒྲོགས་པའི་ཆོག་ས། །འཕྲོག་པའི་ཆོས་རྒྱན་  
 ཉིད་དུ་ངེས་པ་ལགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་བསྟོན་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བསྟོན་བྱ་  
 ཡུལ་ཅན་དང་། ཟླ་འོད་དང་། ལྷ་སྒྲོགས་ཀྱི་དྲིའི་གཞོན་པ་དལ་བྱས་ལྷང་བ་  
 འདི་རྣམས་གནས་སྐབས་གྲགས་ཆོད་ལྟར་གཞན་གྱི་དོར་ནི་བསེལ་མོད།  
 ཅེས་ཁས་སྦངས་ནས། བསྟོན་བྱེད་ཡུལ་ཅན་ཆགས་ལྷན་གྱི་དོར་ནི་མེའི་  
 རང་བཞིན་སྒྲོ་བ་ལྟར་ཆའོ་ཞེས་ཡུལ་ལ་བསྟོན་པའོ། །དཔེར་ན། །ཏ་ལུ་  
 མརྒྱས་འཕངས་པའི་རི། །དཀར་ཞེས་པལ་ཆེར་དེལ་སྒྲོག་གྲང་། །དབང་ཤེས་  
 འབྲུལ་ལྷན་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་རྒྱ་རྒྱུ་ལའི་མདོག་ཏུ་མདོན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
 གཉིས་པ་ནི། འདོད་ལྷན་གྱིས་སེམས་རྣལ་དུ་གནས་པ་གཞན་དག་ལ། བྱོད་  
 ཅན་སོགས་བསེལ་བར་ཁས་སྦངས་པ་དེ་བསེལ་བ་མིན་པ་འདྲ་ཞེས་

བསྟོན་ལུགས་ཡུལ་ཅན་བདག་ཉིད་ལ་སྟོན་ནས་ཆ་བ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་པའོ།

གསུམ་པ་རང་བཞིན་ལ་བསྟོན་པ་ལ་དཔེ་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བདུད་  
ཅི་ཟགས་པའི་འོད་ཟེར་ཅན་སྒྲ་བ་ཞེས་པར་འཇིག་རྟེན་ན་བདག་ཅག་འདོད་  
ཀྱང་དོན་གྱིས་འདོད་ལྡན་བདག་ཉིད་སྟོན་འཕྲོག་པས་འདི་ནི་བདུད་ཅི་ལས་  
གཞན་དུག་ཟགས་པས་ཟེར་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །ཅ་བར་ཆགས་ལྡན་ལ་སྦྱར་  
འདུག་ཀྱང་། རྒྱན་ངོས་འཇིན་སོགས་ལ་དེའི་པར་བཀའ་མི་དགོས་ཏེ། འདི་  
རང་བཞིན་ཁོ་ན་ལ་སྦྱར་བས། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཙུག་གཏོར་རང་  
བཞིན་སྟོན་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བསྟོན་ནས། མཐེང་བྱགས་པ་ལྟ་བུ།  
ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡིད་འོང་མཛའ་མའི་བཞིན་རས་ཏེ། །རང་བཞིན་  
དཀར་བའི་མདོག་ཉིད་དུ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་ག་བུར་གྱི། །ཁུ་བ་དག་གི་བྱུག་  
པའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་སྒྲ་བ་བདུད་ཅི་ཟགས་པའི་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྒྲ་བ་ཉིད་སྟོན་ནས་དོན་གཞན་འདོད་པས་གཟེར་བའི་དུག་ཏུ་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། བསྟོན་དོན་གྱི་དཔེ་ནི་སྤར་བཤའ་མ་ཐག་པ་ཉིད་དུ་  
དཔེར་བརྗོད་ནམས་ལ་རབ་ཏུ་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །འདི་ཡིས་བསྟོན་དོར་གྱི་དབྱེ་བ་  
ནམས་མཆོན་བྱ་དག་ལས་རྒྱ་ཆེན་མཆོན་རུས་པ་སྟོ་གྲོས་གྱིས་དཔོག་གོ།

སྐྱུར་བའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོལ་བཤད་པ།

ཉེར་བཞི་པ་སྐྱུར་བའི་རྒྱན་ལ་མཆན་ཉིད། གཙེད་མཆམས་ལ་བརྟེན་  
པའི་དབྱེ་བ། བཤད་ཅིན་ཅན་པའི་ཚུལ། སྐྱུར་ཡང་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་དང་བཞི།  
དང་པོ་ནི། སྐྱུར་བ་ནི་ཆིག་གི་གཟུགས་གཅིག་པ་དང་ལྡན་པ་ལས། སྐྱུ་དོན་  
གང་རུང་མཚུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དངོས་པོ་པན་ཚུན་སྐྱུར་གཞི་སྐྱུར་ཆོས་དུ་  
མར་སྟོན་པའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ཡི་  
ཆིག་གཙེད་མཆམས་ཐ་དད་མིན་པའི་སྐྱུར་བ་དང་། གཙེད་མཆམས་ཐ་དད་  
ཅིང་ཆིག་འདྲ་བའི་སྐྱུར་བ་རྣམ་པ་གཉིས་སོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ། ཆིག་ཐ་དད་མིན་པའི་སྐྱུར་བ་ནི།  
ཁྱུ་ད་ཡ་འཆར་བ་དང་དར་བ་ལ་འདུག་པས། སྐྱུར་གཞི་རྒྱལ་པོ་དང་སྐྱུ་བ་  
གཉིས་ལ། སྐྱུར་ཆོས་རྒྱལ་སྤིད་དར་བ་སྐྱུ་བ་འཆར་བ་ལ་གནས་པས་མཛེས་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་མིའི་དབྱེལ་འཁོར་དང་། སྐྱུ་བ་ཉ་གང་བའི་  
དབྱེལ་འཁོར་ལ་ཆགས། རྒྱལ་པོ་འདི་མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་། སྐྱུ་བ་གཉིས་སྐྱེས་  
རྒྱལ་པོ། མི་དུ་ཀ་རལ་ཞེས་པ། འཇམ་པའི་དབྱུ་དང་འཇམ་པའི་འོད་གཉིས་ཀ་  
ལ་འདུག་པས། རྒྱལ་པོ་འཇམ་པའི་དབྱུ་ཁལ་ལེན་ཞིང་། སྐྱུ་བ་འཇམ་པའི་

འོད་གྲིས་མི་གདུང་བ་སྟེ། སྐྱར་ཆོས་དྲུག་པོ་སྐྱེ་ཆོག་གཅིག་ཅིང་གཅོད་མཆོམས་  
 ཐ་མི་དད་པས་སྐྱར་བའི་སྐྱར་གཞི་གཉིས་པོ་འདིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡིད་ནི་  
 རབ་ཏུ་འཕྲོག་པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། སྐྱར་གཞི་དབྱངས་ཅན་མ་དང་སྒྲ་བའོ་  
 མཛེས་ཤིང་ཡིད་འོང་ཤིན་ཏུ་དཀར། །གདུང་བ་སེལ་ཞིང་བདེ་བ་སྐྱེད། །  
 བདུད་ཅི་འེ་ཆོགས་རྣམས་ཅི་ཡང་སྟོ། །དགའ་བའི་སྒྲོས་གཅོད་མཆོམས་  
 གཅིག་གར་འཕེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་ལ་སྐྱར་ཆོས་གཉིས་ལས་  
 གཅོད་མཆོམས་གཅིག་མི་ཅུང་ཞིང་སྐྱེ་དོན། གཅོད་མཆོམས་གཅིག་ལ་བྱུང་  
 མེད་དོ།

གཉིས་པ་ཐ་དད་གཅོད་མཆོམས་གཅིག་ །ཆོག་འདྲའི་སྐྱར་བ་ནི། རྒྱ་  
 དཔེར། དགག་པའི་ནུ་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་མི་གནས་ཞེས་པའི་དོན་དང་། རྒྱ་ཏ་  
 བོ་རྒྱལ་རིགས་དང་། རྒྱ་ཏ་རྒྱ་སྐར་ལ་འཇུག་པ་སོགས་མཆོམས་སྐྱོར་  
 སྤལ་མ་སྤལ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས། རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་ལ་མི་གནས་  
 ཤིང་། རྒྱལ་པོ་མི་དག་བའི་སྟོན་གྱི་འབྱུང་གནས་དང་སྟོངས་ནས་སྟོན་མང་  
 པོ་དག་གིས་སྐྱེ་བོ་བདག་ཅག་དགའ་བ་མེད་པར་འདི་ལྟར་ཅིས་མ་མནར་ཏེ་  
 མནར་རོ། །ཞེས་གཅོད་མཆོམས་གཅིག་དང་། ཡང་རྒྱ་སྐར་གྱི་ལམ་ནམ་  
 མཁའ་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ་མཆོན་མའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་སྟོངས་ནས་སྟོན་ལ་  
 རྒྱ་བ་འདི་ཡིས་ནི་སྟོན་ལྡན་བདག་ལ་འདི་ལྟར་དགའ་བ་མེད་པར་འདོད་པས་

ཅེས་མ་མནར་ཏེ་མནར་རོ། །དེ་དུས་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཡོལ་མེད་ཆུབས།  
 གཅོད་མཆམས། །ལེགས་པའི་ནོར་བུ་མང་འབྱུང་ཁུངས། །རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་  
 མཐའ་ཉིད་མིན་པའི། །གཅིག་གོ། །འདི་བོད་གཏམ་འདི་ཚོང་པའི་ཁ་ལས་  
 སློག་སྐད་ལ་མཚོན་ན། །གང་ལ་ཡང་མ་སྒྱུར་བའི་ཞོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཅིལ་བུ་  
 དོན་གཉིས་ལ་འབྱར་འགོ་བ་ཞིག་དགོས་པས། དཔེར་ན། དུས་རྣམས་ཀྱི་  
 ལས་ཡོལ་མེད་ཅིང་། །ལེགས་པ་མང་དུ་འབྱུང་བའི་ཁུངས། །གཏིང་མཐའ་  
 རྣམ་ཡང་ཉིད་མིན་པའི། །གཏམ་འདི་སྒྲེ་བོའི་ཁ་ལས་སློག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།  
 དཀའ་གནས་འདི་ལ་འཇམ་ཁ། རིན་སྒྲུངས། དཔལ་སྐང་དུས་ལས་ཡོལ་མེད་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ། བ་གསུམ་ཡང་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་ཁུངས་དཔེར་  
 བཅོང་། །མཁུན་པའི་གཏིང་མཐའ་ཉིད་མིན་པའི། །གཏམ་འདི་སློ་ལྡན་ཁ་ལས་  
 སློག་ །འཁྱལ་པའི་ལམ་དུ་འབྱུང་ཞིང་། །ཟུར་མཁར་བས་སྒྲུའི་གྲོང་ཆིག་གི་  
 དཔེར་བཅོང་འདྲ་བ་ཞིག་མ་གཏོགས་མ་བྱུང་འདུག་པས། །མཁས་པ་དེ་  
 རྣམས་འཁྱལ་ཕྱིན། །འབྲི་སྟག་འབྲུག་གསུམ་གྱི་འགྲེལ་པ་དང་དཔེར་བཅོང་  
 ཡོད་ཟེར་བ་ས་སྟོགས་དེ་ནས་ཅ་རྒྱན་འཁྱུངས་དོགས་མ་དགོས་འདིར་  
 ལེགས་པར་བཤད་པ་ནི་སློབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་མིང་དང་དོན་མཐུན་  
 པའི་པརྟེ་ཏ་སློན་འགོ་བའི་དྲིན་ལས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། དཔེ་དང་། གཟུགས་  
 ཅན་དང་། །འགོག་པ་དང་ལྡོག་པ་ཅན་སོགས་ཀྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་



ཅན་སྐྱར་བ་རྣམས་གོང་དུ་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །བཞི་པ་ལ་དམ་བཅའ་བ། མདོར་  
བསྟན་རྒྱས་བཤད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སྐར་མ་བརྗོད་པ་གཞན་འགའ་  
ཞིག་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། འགའ་ཞིག་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན། །གཞན་པ་བྱ་བ་འགའ་  
མིན་ཡོད། །འགའ་བའི་ལས་ཅན་བདག་ཀྱང་གཞན། །སྐྱར་བ་ངེས་པ་ཅན་  
ཡང་ཡོད། །ངེས་པ་འགོག་པའི་གཟུགས་བརྗོད་དང་། །འགའ་མེད་འགའ་བ་  
ཅན་ཡང་སྟེ། །ཞེས་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་ནི་དཔེར་བརྗོད་དག་  
ལས་གསལ་བར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་ལ་བདུན་ལས། དང་པོ་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན་པའི་སྐྱར་བ་ནི་  
སྐྱར་གཞི་མངོས་མའི་མིག་དང་། པོ་ཉ་མོ་ཡིན་ལ་སྐྱར་ཆོས་མིག་བྱར་དང་  
གཏམ་གཉིས་ཀ་འཁྲོག་ཅིང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་ཆགས་  
པའི་ཉམས་གསལ་བར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་གསུམ་པོ་སྟེ། མངོས་མས་བསྐྱལ་  
བ་ཡིན་བྱབ་མཉམ་དང་མིག་བྱར་དང་པོ་ཉ་གཉིས་ཀས་མཛའ་བོ་འགྲུགས་  
པས་བྱ་བ་ཐ་མི་དད་དོ། །དཔེར་ན། འབྲེན་བྱེད་ཡུལ་དུ་སྟག་པར་མངོས། །  
ཡང་ཡང་བསྟན་ཀྱང་ངོམས་པ་མེད། །དཀར་འཇམ་ལུས་སྤེལ་ལག་པ་དང་། །  
རྒྱ་མ་ཡིས་ཀྱང་བདེ་བ་གཡོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་བྱ་བ་འགའ་བ་མིན་པའི་སྐྱར་བ་ནི། སྐྱར་ཆོས་ཡིད་དུ་འོང་

བ་དང་། ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དག་འཇམ་ཞིང་སྤྲོས་པའི་གདངས་  
 སྒྲུབ་པ་ཅན་གསུམ་པོ་ཡིན་ལ། སྦྱར་གཞི་ནི། དཔེ་ཁྱ་བྱུག་དཔེ་ཅན་དཀར་  
 མིན་ནག་པའི་མིག་ཅན་གྱི་མཛེས་མ་སྟེ། དཔེའི་སྒྲ་ཐོས་བྱ་ནི་ཐོས་པར་གྱུར་  
 བས། ཆགས་པ་འཕེལ་ནས་དཔེ་ཅན་འབྱུང་བྱ་དག་ལ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་བྱ་  
 བ་མི་འགལ་བ། གཞན་ལ་མཆོན་ན། ཡིད་དུ་འོང་བ་སོགས་རྣམ་འགྱུར་དང་།  
 རྒྱུད་མང་གཉིས་ཀ་ལ་སྦྱར་ནས་རྒྱུད་མང་གི་སྒྲ་བསྦྱར་བྱ་བསྦྱར་བས། གར་  
 མཁན་གར་ཅེ་བྱ་ཅེ། ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡིད་ལ་ཀུན་དགའི་དཔལ་སྟེར་  
 བའི། །དཀར་མཛེས་ལང་ཆོ་ངོམས་པ་ཅན། །ཟླ་འོད་ལུས་ལ་སོག་གྱུར་ཏེ། །  
 སྟོན་ལེགས་མ་ལ་ཚུས་ན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་འགལ་བའི་ལས་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ་ནི། ཚུ་མ་ནི་རུབ་སྤྲོགས་  
 དང་། བྱུད་མེད་གྱི་མཆོན་མ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱེད་བས། སྒྲ་མ་ལ་སྟོས་ནས་ཉི་མ་  
 རུབ་རི་དང་། བྱི་མ་ལ་སྟོས་ནས་འདོད་པ་འབྲིག་པ་ལ་སྦྱར་བ་སྦྱར་གཞི་  
 དང་། སྦྱར་ཆོས་འཕེལ་བ་ཡིས་དམར་བ་ནི་ཐུན་མཆོམས་གྱི་འོད་དང་། འདོད་  
 པའི་རྣམ་པ་བྱི་རོལ་ཏུ་རབ་ཏུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ལ་སྦྱར་ནས། བྱ་བ་  
 འགལ་བ་ཆ་བེར་ཅན་ནི་རུབ་པར་གྱུར་ལ། ལུས་སྦྱེས་འདོད་པ་དག་ནི་རྣམ་  
 པར་རྒྱས་སོ། །དཔེར་ན། གནག་སྦྱུམ་མགོ་སྦྱེས་རྣམ་པར་གཡོ། །ཟླ་བས་  
 བརྒྱན་ཅིང་མཁྱེན་པའི་དཔལ། །མགྱིན་སྟོན་དག་གིས་མཆོད་སྦྱིན་དང་། །

ཆངས་པའི་སྤྲུལ་གྱིས་དགོ་ལ་སྦྱོར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བཞི་པ་ལ་ངེས་པ་ཅན་  
 གྱི་སྦྱར་བ་ནི། སྦྱར་གཞི་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་སྦྱར་ཆོས་ནི་སྦྱོ་ཤིན་པ་ལ་གྱི་ཉིད་  
 དང་ཁྱོ་བ། འབྲེག་པོ་ཉིད་ནི་གཞུ་དང་གཡོ་ཅན་གཉིས། ལྷ་ཆ་ཁ་མདའ་དང་  
 སྦྱོང་བ་པོ་གཉིས་ལ་འབྲུག་པ་ལས། མི་བདག་འདི་ཡི་སྦྱ་དེ་རྣམས་གྱི། གཞུ་  
 མདའ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་གནས་པ་ཡིན་པས་ཅིག་ཞོས་ནི་མིན་པའི་བྱིར་ངེས་  
 པ་ཅན་ནོ། །དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁྱོད་དགྱེས་དགྱུར་སྦྱོད་འདི་ཡང་དག་པའི། །  
 སྦྱོད་ཚུལ་ཡིན་གྱི་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་མིན། །ཐབས་མཁས་དུ་མས་  
 བསྦྱར་འདི་དགོ་བ་ལ། །ཡིན་གྱི་མི་དགའི་སྤྱེགས་ལ་གཞོལ་བྱིར་མིན། །  
 ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། ལྷ་པ་ངེས་པ་འགོག་པའི་སྦྱར་བ་ནི། ཁྱད་གཞི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
 གྱིས་ས་གཞི་བསྐྱུང་བ་ལ། སྦྱར་ཆོས་ས་འདིར་རྩ་བ་པའི་ཆེར་མ་ནི་བརྒྱའི་  
 ཡུ་བ་ཉིད་ལ་མཐོང་ངོ། །ཞེས་གཞི་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པའི་ངེས་པ་སྦྱར་  
 བས། འོན་ཀྱང་གཅིག་སྤྱེད་པ་མ་ངེས་ཏེ། ཆགས་ཅན་འབྲིགས་པ་ལ་སྦྱོད་  
 པའི་ཆེ་དགའ་མ་ལ་འབྲུད་པར་གྱུར་པ་ན་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལའང་མཐོང་ངོ། །  
 ཞེས་བརྒྱའི་ཡུ་བ་ལ་བ་སྦྱ་དང་། ལུས་ཀྱིས་བ་སྦྱ་ལྡང་བ་གཉིས་པོ་དོན་སྦྱར་  
 བ་ཡིན་ལ། ཅིག་ཞོས་ཀྱིས་ཡུ་བའི་བ་སྦྱ་ཁོ་ན་འགོག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཀུན་  
 དགའི་དཔལ་སྟེར་ཚུ་ཞེས་དབང་། །དགའ་བྱེད་ཀུ་མུད་ཏ་ཉིད་ཅུ། །འོན་  
 ཀྱང་བྲམ་བེ་མང་པོ་ཞིག །དགའ་བའི་རྣམ་པ་ཅི་ཡང་སྟོན། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

དུག་པ་འགལ་མེད་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ནི། །ས་འཛིན་དཔེ་ཅན་རྒྱལ་པོ་དང་། དཔེ་རི་  
གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་མི་འགལ་བའི་སྒྱུར་གཞི་ཡིན་ལ། སྒྱུར་ཆོས་མི་  
འགལ་བ་ཀ་ཏྲ་ཀ་མང་བ་ནི། དཔེ་ལ་རི་སྒྲན་དཔེ་ཅན་ལ་རྒྱལ་སྒྲན་དཔེ་ཅན་  
མ་འགྱུར་ཞིང་དཔེ་འགྱུར་བ་ཞིག་དགོས་པས། གཟི་བརྗེད་ལྡན་པ་ནི་དཔེ་  
ཅན་སྒྲ་མ་དང་། དཔེ་ཉི་མ་ལ་མི་འགལ་བའི་བྲད་གཞི་བྲད་ཆོས་ངེས་པར་  
དར་བ་ནི་དཔེ་ཅན་ལ་རྒྱལ་སྒྲིད་དང་། དཔེ་ལ་འོད་ཟེར། སྒྱེད་གྲུའི་བདག་པོ་  
བྱང་བ་ནི་དཔེ་ཅན་སྒྲ་མ་དང་། དཔེ་ཆངས་པ། སྒྱུར་ཆོས་རིག་བྱེད་ལ་  
མཁས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པ། སྒྱུར་གཞི་རྗེ་བོ་དཔེ་ཅན་ལ་སྒྲ་མ་དང་། དཔེ་  
སྒྲིན་དུག་གི་བྱ། སྒྱུར་ཆོས་རྒྱས་པ་འཛིན་པ་དཔེ་ཅན་ལ་བརྟུལ་པོད་པའི་  
རྒྱས་པ་དང་། དཔེ་ལ་མདུང་ཐུང་འཛིན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དཔེ་ཅན་གྱི་སྒྱུར་  
གཞི་སངས་རྒྱས། ལྷ་ཡི་ལྷ་བརྒྱ་བྱེན་མཆོག་སྒྱུན་སྟོང་ལྡན་སྒྱུར་ཆོས། །ཀྱན་  
ལས་དབང་ཕྱག་ནུམ་རྒྱལ་པ་རོལ་འཛོམས། །གསུང་གི་དབང་ཕྱག་དབྱངས་  
ཅན་མ་ཡིད་དུ་འོང་སྒྱུར་ཆོས། །གཉིས་སྒྲིས་ལྷ་བ། རྒྱལ་པོས་བདུད་ཅི་སྟེར་  
སྒྱུར་ཆོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྒྱུར་གཞི་སྒྱུར་ཆོས་གཉིས་ཀ་མི་འགལ་བའོ།

བདུན་པ། འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་བྲད་གཞི་དང་  
བྲད་ཆོས་སོགས་སྒྲ་མ་དང་འབྲེལ་བ་ལ། སྒྱུར་ཆོས་འགལ་བ་ཞིག་དགོས་  
པས། རྒྱལ་པོ་དང་བྲབ་འཇུག་གཉིས་རང་གི་གོ་འཕང་དང་རྒྱལ་སྒྲིད་ལས་

ཉམས་མེད་ཡིན་ཡང་། ལྷ་མ་ནི་སྤང་སོགས་མི་གསོད་པས་ཆོས་གཙོད་མིན་  
ལ་ཕྱི་མ་ནི་ལྷོག་གོ། རྒྱལ་པོ་དང་ལྷ་པ་གཉིས་རྗེ་ཡིན་ཡང་། ལྷ་མ་ནི་ནག་  
ཕྱོགས་ཀྱིས་བད་མི་ཤེས་ལ། ཕྱི་མ་ནི་ལྷོག་གོ། རྒྱལ་པོ་དང་དབང་ཕྱག་  
གཉིས། བདེ་བྱེད་ཡིན་ཡང་། ལྷ་མ་ལ་ལག་འགྲེའི་རྒྱན་མེད་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དེ་  
ལས་ལྷོག་གོ། རྒྱལ་པོ་དང་ལྷ་ཉིད་ལྷ་ཡིན་ཡང་། ལྷ་མ་ནི་རྣམ་སང་དེ་གཉིད་  
མེད་པ་མིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དེ་ལས་ལྷོག་གོ། དཔེར་ན། དེ་མང་སྤྱོད་ཀྱང་གར་  
མཁན་མིན། རྒྱུག་ལྷ་ཆོས་ཀྱང་མགྱོན་པ་དཀར། རྩུང་མིག་གཡོ་ཡང་  
འདོད་པ་སྤངས། ལང་ཆོ་དར་ཡང་འཇའ་ལུས་སྤྱ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

ཉེར་ལྷ་པ་བྱད་པར་བརྗོད་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། མ་བཤད་  
མ་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། གཞན་ལས་ལྷག་པའི་བྱད་པར་རབ་ཏུ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར་དུ། རྒྱ་ལག་ཞེས་ལ་ཡོན་ཏན་དང་། རིགས་དང་། བྱ་བ་  
སོགས་གང་དུ་མ་ཆང་བ་ཉིད་བསྟན་པ་དེ་ནི་བྱད་པར་བརྗོད་པར་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་ནི། མེ་  
ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་མཆོན་ཆ་མདའ་ལྷ་པོ་དེ་རྩུབ་པ་དང་རྩོད་པའི་ཡོན་ཏན་



གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་སྟེ་མ་ཚང་བ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་། རྒྱ་མདའ་འདི་ཡིས་ནི་  
 ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་ཚང་བ་དང་མཉམ་པའི་འབྲས་བུ་ས་གསུམ་དག་ལས་  
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། འགྲོ་ལ་དངོས་སུ་དམ་ཆོས་ཀྱི། །  
 གསུང་དབྱང་སྒྲོག་དང་སྒྲུབ་གཟུགས་ཀྱིས། །རྣམ་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་མི་ལྟན་  
 ཡང་། །གདུལ་བྱ་རྗེས་འཇིན་སྤང་བརྟན་སྒྲུ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་རིགས་  
 མ་ཚང་བ་ནི། མཛེས་མ་འདི་དག་ལྟ་ཡི་བྱ་མོའི་རིགས་ཀྱང་མིན་ལ། རི་བའི་  
 རིགས་ལས་བྱུང་བའང་མིན་པ་དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི། རྒྱ་མཛེས་པ་འདི་ཡིས་རིགས་  
 ཚང་བ་དང་མཉམ་པའི་འབྲས་བུ་ཚངས་པ་ཡང་དཀའ་ཐུབ་གཞོམ་པ་བསྐྱབ་  
 པར་རུས་སོ། །དཔེར་ན། བསྐྱའི་རྗེང་བུར་མ་སྒྲེས་ཤིང་། །རྐང་འཐུང་རིགས་  
 ལས་འབྱུངས་མིན་པའི། །ཡིད་འོང་སྤྲ་ལྡེམ་རི་བཟང་ཅན། །རི་དྲགས་མིག་  
 ཅན་ལུས་འདི་མཚར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་བྱ་བ་མ་ཚང་བ་ནི། ཁོ་གཉེར་དག་ནི་བསྐྱས་པའི་བྱ་བ་མ་  
 བྱས་ཤིང་། སོ་ཡི་གཡོགས་ཀྱང་བསྐྱོད་པའི་བྱ་བ་མ་བྱས་ལ། མིག་ཀྱང་  
 དམར་པོར་གྱུར་པའི་བྱ་བ་མ་བྱས་ཀྱང་། བྱས་པ་དང་མཉམ་པའི་རྒྱ་བྱམས་  
 པས་འབྲས་བུ་དབྱའི་རིགས་རྣམས་ནི་ཉམས་པར་བྱས་སོ། །དཔེར་ན།  
 མཛེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཆགས་པའི་གཏམ་ལ་སོགས། །སྟོང་གོས་བཞིན་དུ་  
 མང་པོ་མི་སྤྲ་ཡང་། །ལྟན་ཅིག་གནས་པ་ཅམ་གྱིས་བདག་ཡིད་ལ། །ཀྱན་

དགའ་བསྐྱེད་པའི་མཛའ་བོ་དམ་པ་འདི། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

བཞི་པ་རྣམས་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་ནི། །ཞིང་རྟ་དང་སྤང་པོའང་མེད་  
ཅིང་། རྟ་དང་རྟ་ཐང་གི་རྣམས་མེད་པར་ཡང་། །ཡོད་པ་དང་མཉམ་པའི་རྒྱ་  
བྱུང་མིག་ཉིད་ཀྱིས། །འབྲས་བུ་འགོ་བ་གསུམ་པོ་དག་ལས་བྱུང་མེད་རྣམས་  
རྒྱལ་ལོ། །དཔེར་ན། །ལེགས་སྐྱར་སྟོན་པའི་སྒྲེགས་བམ་དང་། །གཞུ་ལྷགས་  
སྐྱུག་སོགས་མེད་པར། །གཞིང་དྲུག་ཞལ་བྱིས་མཐོང་ཅམ་གྱིས། །སྤྲེལ་ཁས་  
དབང་སྐྱུག་གོ་ཆའི་ཞབས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། །ལྷ་པ་རྒྱའི་བྱུང་པར་ལ་དཔེ་དོན་  
གཉིས། །དང་པོ་ནི། །ཉི་མའི་ཞིང་རྟ་ལ་འཁོར་ལོ་གཅིག་ལས་མེད་པ་དང་། །ཁ་  
ལོ་བ་བྱང་སྤྱོད་འགོ་སྤྱོད་གི་བྱ་རྒྱ་ལ་ཆག་ཅིང་ཉམས་པ་དང་། །རྟ་མི་མཉམ་པ་  
བདུན་དང་བཅས་པས་དགོས་དོན་བསྐྱབ་པ་ལ་པན་འདོགས་པའི་རྒྱུ་  
རྣམས་མ་ཆང་བ་དང་། །སྟོན་ཅན་ཡིན་ཀྱང་། །དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱའི་བྱུང་པར་ཉི་མ་  
རང་ཉིད་གཟི་བརྒྱུད་ཅན་ཡིན་པས། །འབྲས་བུ་འགོ་བ་གསུམ་པོ་བེལ་གྱིས་  
མནན་ནོ། །དཔེར་ན། །གཞུགས་མཛེས་གསུང་དབྱངས་སྟན་པ་དང་། །ཐུགས་  
ཀྱི་ཞེས་བྱ་ཀྱན་མཁྱེན་སོགས། །མིན་ཡང་དགོས་འདོད་འབྱུང་ཁུངས་ཅན། །  
ཡིད་བཞིན་ནོར་འདིས་ཅི་འདོད་སྟེ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། །གཉིས་པ་ནི། །གཟི་  
བྱིན་ཅན་ཞེས་པའི་བྱུང་པར་ལས། །འདིར་ནི་རྒྱའི་བྱུང་པར་བརྒྱུད་དོ། །  
གསུམ་པ་ནི། །བཤད་མ་ཐག་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་དཔེར་བརྒྱུད་གཞན་གྱིས་

དབྲེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱའོ།

མཚུངས་སྒྲོར་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

ཉེར་དྲུག་པ་མཚུངས་སྒྲོར་གྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། བཞིན་འདོད་བསྟོད་ཡུལ་ལ་ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་སུ་མིང་ངམ་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་པར་བྱས་ནས་བསྟོད་ཅིང་། འགའ་ཞིག་ནི་སྦྱད་པའི་དོན་དུ་ངན་པར་སྒྲར་བཞིན་སྒྲགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྲོར་བར་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བསྟོད་པའི་མཚུངས་སྒྲོར་ནི། གཤེན་རྩི་དང་། ལུས་ངན་དང་། ལུ་ལྟ་དང་། མིག་སྟོང་པ་སྟེ། རྩོགས་བཞིའི་བདག་པོ་རྣམས་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱང་འཛིག་ཉེན་སྒྲོང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཡུལ་གཞན་དུ་མེད་པར་རྣམ་པར་འཛིན་པ་ལ་མཚུངས་སོ། །དཔེར་ན། འོད་དཀར་ཅན་དང་པ་ཕ་སངས། །ཆུ་སྐྱེས་འདབ་མ་དབྱངས་ཅན་ཞལ། །རབ་དུ་དཀར་ཞིང་འཇམ་པ་ཡི། །གྲགས་སྟན་སྒྲོ་ལྷན་ཁ་ལས་སྒྲོག །ཅེས་པ་སྟེ། གཉིས་པ་སྦྱད་པའི་མཚུངས་སྒྲོར་ནི། རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་དང་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་དང་། སྒྲོག་གི་ཅེ་དགའ་རོལ་བ་དག་དང་ནི། སྒྲིན་གྱི་འདུ་འགོད་ཚུལ་པ་

ནམས་རང་བཞིན་གྱིས་ན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་གནས་ཤིང་འཇིག་གོ་  
ཞེས་སྒྲོན་མཚུངས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱི་མདོག་བཟ་བའི་སྤང་ཀན་དང་། རྩོས་  
དང་བྲལ་བའི་ཚུལ་འཆོས་མཁན། །ར་གན་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་འགལ། །  
མིག་སྤར་མཛེས་ཀྱང་དོན་གྱིས་དབེན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

འགལ་བའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

ཉེར་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དོན་བསྐྱ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། འགལ་ཟླ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་སྤང་དུ་ནི་གང་དུ་དངོས་པོའི་  
བྱེད་པར་དང་། ཆོས་དང་། བྱ་བ་སོགས་འགལ་བ་ནམས་ཡང་དག་པར་སྟན་  
ཅིག་དུ་འགྲོགས་པ་རབ་དུ་བསྟན་པ་དེ་ནི་འགལ་བར་བཤད་དེ། དཔེར་ན།  
གཉིས་པ་ལ་དུག་ལས། དང་པོ་གཞི་ཐ་དད་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ་ནི། རྒྱ་རྒྱུ་  
ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ཅིང་ཚུ་འཇིན་ནམས་དྲངས་པ་དེ་ཤྲགས་འབྱུང་དུ་  
བྱས་ནས། གཞི་ངང་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་མ་བྱ་གཉིས་ཐ་དད་ཅིང་། བྱ་བ་ངང་པ་  
ནམས་དག་ནི་སྤྱོད་པའི་གདངས་སྟན་གྱི་ཅ་ཅོ་འཕེལ་ལ། མ་བྱ་ནམས་གྱི་སྤྱ་  
དག་ནི་ཡིད་འོང་ཉིད་དང་བྲལ་བས་ཉམས་ཞེས། འཕེལ་ཉམས་གྱི་བྱ་བ་  
འགལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། རབ་མཛེས་སྤྱ་སྤྱག་ནམ་བཟ་བའི། །མ་བྱ་དགའ་བའི་

གར་སྒྱུར་ཆོ། །མཛེལ་མོ་དང་བྲལ་འགྲོན་པོ་འགལ། །ཆགས་པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
 དག་པོས་གཟིར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་པ་གཞི་གཅིག་གི་བྱེད་པ་འགལ་བ་  
 རི། གཞི་དབྱར་སྒྱེས་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་དག་གིས་རི། བྱ་བ་ནམ་མཁའ་ཡུལ་མི་  
 དགའ་བ་ངན་པ་ལྟ་བུར་སྒྱེད་ཅིང་། ཡང་བསིལ་བས་ཆགས་པ་འཕེལ་བ་  
 ཡིས་ཀྱང་། འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་མཛེལ་མོ་ལ་དགའ་བས་ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པར་  
 གྱུར་རྟོ། །དཔེར་ན། སྒྱུ་མས་སྒྲུལ་པའི་རྟ་སྦང་གི་ །རོལ་གར་དག་གིས་རྒྱས་  
 ལྡན་ནམས། །བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་སྒྱེ་པལ་ནམས། །གཟིགས་མོར་མཆར་  
 བའི་ཡ་མཆན་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་གཞི་གཅིག་གི་ཆོས་དུ་མ་  
 འགལ་བ་རི། གཞི་བྱད་མེད་གཅིག་ཕྱུ་ལ་སྐྱེད་པ་སྤྲ་ཞིང་རོ་སྐྱད་སྟོམ་པ་དང་།  
 མཚུ་དམར་ཞིང་མིག་ནི་དཀར་བ་མིན་པ་སྟེ་ནག་པ་དང་། སྟེ་བ་དམར་ཞིང་  
 རུ་མ་མཐོ་བའི་བྱད་མེད་ལུས་ཀྱིས་འདོད་ལྡན་སྒྲུ་དག་མ་བཅོམ་སྟེ་བཅོམ་  
 མོ། །དཔེར་ན། མགོ་སྒྱེས་དཀར་ཞིང་བཞིན་རས་ནག །ཐོས་པས་རབ་སྒྲུག་  
 རོར་གྱིས་དབྱལ། །ཡོན་ཏན་གྱིས་མཛེས་རྒྱན་གོས་རུལ། །ཤེས་བྱ་ཤེས་  
 ཀྱང་བྱིན་སྟོ་ཆུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་རྩས་འགལ་བ་རི། གཞི་བྱད་མེད་གཅིག་ཕྱུ་ལ་རྩས་པར་སྒྲུའི་རྩ་  
 བ་ལྟར་མཉེན་པའི་ལག་པ། ཚུ་ཤིང་ལྟར་མཁའ་བའི་བརྒྱ་བརྒྱ་ལྟར་དཀར་  
 བའི་གདོང་དང་། ལྷན་ལ་ལྟར་ནག་པའི་མིག་ལྡན་ལུས་ཅན་མ་ཁྲོད་ཀྱི་གཟུགས་



ཀྱིས། བདག་ཅག་ནམས་གདུང་བར་བྱས་མིན་ནམ་སྟེ་བྱས་སོ། །དཔེར་ན། །  
 བསྐྱེད་བཞིན་ལ་བྱང་བའི་དབྱ་སྒྲ་ཅན། །བྱི་རུའི་མཆུ་སྒྲོས་ལྷ་ཏིག་ཆེམས་ཀྱི་  
 འབྲེང་། །ལྷ་ལྷ་པ་དང་རལ་གྱི་འཛིན་པ་ཡི། །འཇམ་དཀར་གཞོན་བྱ་དེ་ནི་ལྷ་ག་  
 བའི་ལྷ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

ལྷ་པ་གཞི་གཅིག་གི་ལས་འགལ་བ་ནི། གཞི་རྒྱང་གིས་རབ་ཏུ་བསྐྱོད་  
 བའི་སྐྱེད་མོས་ཆལ་གྱི་རྩ་ཏ་དང་ཅ་རྩ་ཀའི་མེ་ཏོག་གི་རུལ། བྱ་བ་འགལ་བ་  
 རུལ་གྱིས་མིག་ལ་རེག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལ་མིན་ཞེས་པ་བཀའ་ན་  
 ཡང་འགོན་པོ་ཡིས་དེ་མཐོང་བ་ན་ཆགས་པས་མིག་ལས་མཆི་མ་ཟགས་  
 བར་བྱེད། ཅེས་མ་བྱས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་འབྲུབ་པར་སྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་  
 བ། ལུས་ཅན་མཐའ་དག་བདེ་བ་ལ། །སྦྱོར་བའི་ཟས་གཙང་སྤས་པོ་ཡི། །འཆེ་  
 བ་མེད་ཀྱང་བདུད་ཀྱི་སྟེ། །མི་ཟད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་ལ་སྤྱར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

རྒྱག་པ་སྦྱར་བའི་འགལ་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཨ་རྩ་ན་དཀར་བ་དང་སྤྱིད་  
 སྦྱབ་གཉིས་ལ་འཇུག་པས་མཆོན་ཏེ་སྦྱ་གཅིག་གིས་དོན་གཉིས་སྟོན་པས།  
 བོད་སྐད་ལ་བརྗོད་བྱ་མི་འདྲ་བའི་ལོ་ལོ་ཀ་གཉིས་སུ་འབྱུང་བའི་དང་པོའི་  
 དོན་ནི། སྟོན་པར་སྦྱོག་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ནག་པའི་མཐའ་དཀར་བ་དེའི་རྗེས་  
 སུ་དམར་བ་ཡང་ཆགས་པའི་ཉམས་ཅན། དཀྱུས་རིང་པོ་ན་བའི་བར་དག་ལ་  
 བརྟེན་པ་འདི་ནི་ཀུན་དགའ་ཞིང་ཡིད་བརྟན་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་ལ། སུ་ཡི་ཡིད་

བཏོན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་རྣམ་དུ་མི་གནས་པར་བྱེད་པ་ནི་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པའི་དོན་ནི། རྒྱལ་མོ་སྒྲུབ་པ་སློག་མ་བྱོལ་གྱི་མིག །བདག་པོ་  
སྲིད་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་པས་ལྟ་བར་བྱེད་ཀྱང་། རབ་དཀར་སྲིབ་གཉིས་ཟླ་མ་  
མེད་བདག་པོའི་རྣམ་བཤས་མཁའ་བཙུན་བཙུག་པོ་སྒྲིག་ས་བཙུར་འཕྲོད་གྲན་ན་བ་ཅན་  
ཐུགས་རྗེའི་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་འབས་པས། དག་ལ་མོངས་ཐུན་སློག་དང་བྲལ་  
བ་བྱས། འདོད་པ་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་སྤྱི་ཡིས་ཀྱང་ཡིད་བཏོན་ཉིད་དུ་  
མི་འགྱུར་ལོ། །དཔེར་ན། རབ་དུ་དཀར་ཞིང་ཟླ་མ་མེད། །རྣམ་བཤས་འོད་ཟེར་  
སྒྲིག་ས་བཙུར་འཕྲོད། །བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་འབས་པ་ཡིས། །དུ་མའི་སློག་དང་  
བྲལ་བར་བྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གོང་དུ་རྗེས་འགལ་བའི་སྒྲུབ་ས་མཚུངས་པ་  
གསལ་རབ་དཀར་རྒྱལ་གྱི་ཟླ་མ་མེད་བྱེད་གྱི་འབྲུ་རྣམ་མཛེས་འོད་དཀར་  
སྒྲིག་ས་བཙུར་འཕྲོད། མང་གི་ཆོག་སྤྱད། བསིལ་ཟེར་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་འབས་  
པས། འདྲ་བ་ཅུ་ལ། བརྒྱའི་སློག་བྲལ་བར་བྱས། ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་གདོང་ཅན་  
ཞེས་པའི་བདག་པོའི་སྒྲུབ་ཡོད་པས། འདིར་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བརྒྱ་དང་ལྷ་  
ཤིང་སོགས་རྗེས་མང་པོ་སྤྱངས་པས་མི་འདྲོ། །གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་རྒྱུན་  
གྱི་རྣམ་པ་འདི་རྣམས་ནི་རྣམ་གངས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཉིད་དུ་རབ་དུ་ཉོག་ས་  
པར་བྱའོ། །

སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ།

ཉེར་བརྒྱད་པ་སྐབས་མིན་བསྟོད་པ་ལ་མཆོན་ཉིད།     |དཔེར་བརྗོད།  
དོན་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི་བསྟོད་པར་སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་ཡུལ་  
ཞིག་ལ་རྒྱན་གྱིས་རང་ཉིད་ཡིད་འབྱུང་བའི་འདོད་པའི་དབང་གིས་བསྐྲགས་  
པ་ནི་སྐབས་མིན་སྟོད་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། མི་ཞིག་རྒྱལ་པོ་ངན་པའི་མཛད་སྟོད་གྱིས་ཡིད་འབྱུང་  
བའི་རྒྱན་གྱིས་བསྟོད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ།     རི་དྲགས་རྣམས་ནི་གཞན་ལ་  
བརྟེན་པའི་རེ་ལྟོས་མི་དགོས་ཤིང་། འབད་མེད་དུ་རྟོད་པར་སྤྲོ་བའི་ནོར། ཅུ་  
དང་ཅའི་མུ་གུ་སོགས་གྱིས་ནགས་རྣམས་སུ་བདེ་བར་འཛོལ་བ་ནི་དགའོ།     |  
དཔེར་ན། དཔོན་གྱིས་བཀའ་བསྟོན་རང་ཉམས་ཆགས་སྤང་སོགས། |གཡེང་  
མེད་སོ་ནམ་ཁྲལ་དང་ཁྱུ་ལག་གིས། |མནར་མིན་ལྟོ་གོས་སྤྲོང་བས་ཅི་བདེར་  
འཛོལ། |དེ་རིང་ཆོའི་སྤང་སེམས་བདེ་ཉམས་ལ། |ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་  
རྒྱལ་པོ་ངན་པའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་ཡིད་སྟོབ་དང་  
ལྡན་པ་ཡིས་སྐབས་སུ་མ་བབ་པ་ཉིད་དུ་འདིར་རི་དྲགས་འདི་དག་གི་སྟོད་  
ཚུལ་ལ་བསྐྲགས་སོ།།

ཐོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་ལ།

ཉེར་དགུ་པ་ཐོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད།     དཔེར་བརྗོད་དོན་  
བསྐྱུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཡུལ་གང་ལ་སྦྲད་པ་བཞིན་བྱས་ནས།  
དོན་བསྟོད་པའི་ཡུལ་སྦྱེད་པའི་སྒྲོན་ས་ནམ་པ་སྒྲོན་ལྟར་སྦྲད་ཡང་།     རོ་བོ་  
ཡོན་ཏན་ཉིད་གང་དུ་ཉེ་བར་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་འདི་ནི་ཐོལ་གྱི་བསྟོད་པར་  
བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས།     དང་པོ་མཐུ་ཡུན་སུམ་ཆོག་གས་པའི་ཐོལ་  
བསྟོད་ནི། རྩ་མ་ཏ་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་པ་ཡིས་ཀྱང་། འབྱུང་པོ་འཛིན་མ་སྟེ་  
ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་པས།     ས་དེ་ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
ཉིད་གཅིག་ཡུས་བཟུང་བ་མིན་པས་ཀྱང་། ཚུལ་འདི་ལ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ནི་རྒྱག་  
པ་སྟེ་ཁེངས་པ་མཛད་མི་རིགས་སོ།     །ཞེས་རྒྱལ་པོ་དེ་ས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བ་  
དང་། རྩ་མ་ན་དང་མཚུངས་པར་ཐོལ་གྱིས་བསྟོད་པའོ། །དཔེར་ན། རྒྱ་ཞང་  
མ་བསྐྱབས་ཐལ་སྟེ་བ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་།     །བོན་མང་སྐད་ཅིག་ཁོང་ཁྲག་སྐྱག་  
མཛད་ན།     །བྱང་བདག་རིག་འཛིན་ཁྱོད་གྱིས་ཆེད་གཉེར་དུ།     །བསྐྱབས་  
མཐུས་དག་པོ་གཞོམ་ལ་ཅི་ཞིག་སྟེ་མས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་དཔའ་བ་ཡུན་ཆོག་གས་ཀྱི་ཐོལ་བསྟོད་ནི།     ཐོབ་བྱའི་ཡུལ་ས་  
གཞི་ཞེས་པ་བྱེད་པ་པོ་བསྟོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡ་རབས་ཅན་ལ་སྦྲད་པའི་

རྣམ་པས་བསྟོད་པའི་ཚུལ། རྟོན་གྱི་སྒྲེས་བྲུ་བྲུ་འདུག་གིས་བདག་ཏུ་བཟུང་  
བའི་ས་གཞི་ལས་བཅད་ནས། དཔལ་འདི་ནི་ཁྱོད་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྟོད་པར་  
འདུག་མོད། རྒྱལ་པོ་བྲུ་རམ་གཤེད་པའི་བརྒྱད་པ་ཁྱོད་གྱིས་མ་བྱེན་པར་ལེན་  
པ་འདི་ནི་རིགས་སམ་ཅི་ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། མི་དགའི་མིང་ཅམ་ལྷག་མར་  
བྲུ་བ་ཡི། །རྫོགས་ལྷན་ས་སྟོད་ང་ལས་བྲུ་ཁྱོད་གྱིས། །ལྷ་དབང་མངའ་  
འབངས་དུ་མ་མ་བྱེན་པར། །ལེན་པ་དག་བཅུའི་བྲིམས་ལ་རྣམ་པར་གཞོད། །  
ཅེས་པ་ལྷ་བྲུ།

གསུམ་པ་སྟོབས་ཕུན་ཆོག་གས་གྱི་ཐོལ་བསྟོད་ནི། དུལ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
གྱི་བཅུན་མོ་དང་ས་གཞི་ཡིན་ལ། ལག་འགྲོ་ནི་སྟུ་དང་། ཁྱོལ་སོང་དང་། སྟེ་  
བོ་ངན་པ་རྣམས་ལ་འདུག་པས། སྐྱ་གཅིག་གིས་ཆོས་གཉིས་སུ་འགྱུར་པར་  
བཀོད་ནས། ལག་འགྲོའི་ཡོངས་སྟོད་དག་ལ་ཆགས་པས། ཅིའི་སྦྲད་དུ་རྒྱལ་  
པོ་ཁྱོད་གྱིས་ང་རྒྱལ་བ་ལས། མཆོག་གི་མཐའ་སྟེ་ཅེ་མོར་འཛེགས་པར་གྱུར་  
པ་ནི་མི་རིགས་སོ་ཞེས་སྟུར་གཞི་བཅུན་མོ་དང་ས་གཞིའི་བདག་ཡིན་པ་ལ་  
སྦྲད་པ་ལྟར་བྲས་ནས། དོན་བཅུན་མོས་ལག་འགྲོ་སྟེ་སྟུའི་ནོར་བུ་ལ་སྟོད་པ་  
དང་ས་གཞི་ནི་སྟུའི་ཡོངས་སྟོད་རྒྱ་མཆོ་ལ་ཆགས་པས་སྟོབས་དང་ཡོངས་  
སྟོད་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པར་བསྟན་ནོ། །དཔེར་ན། གཞུང་མང་འཛིན་དང་  
ལེགས་སྟོར་སྟོབ་དཔོན་བསྟན། །ཉིན་མཆོན་ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་དཀའ་སྟུད་



བྲེལ། །དལ་མེད་རང་ཉིད་མནར་བའི་མཁས་གྲགས་ཀྱི། །རྣམ་དཔྱོད་དེ་ཡང་  
དགོས་པ་ལྷག་པོ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་  
དཔེར་བཟོད་ཀྱིས་ཉེ་བར་མཆོན་པ་ལས་སྦྱར་བ་ཅན་དང་། གཞན་དག་གི་  
ཡང་ཐོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་གྲངས་རྣམས་ནི་རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དག་  
མཐའ་དང་བྲལ་བས་སློ་གྲོས་ཀྱིས་དཔོག་གོ།

### ངེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

སུམ་ཅུ་པ་ངེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ངེས་པ་བསྟན་བྱའི་དོན་ལས་ངེས་པ་སྟོན་བྱེད་གཞན་གྱི་  
འཇུག་པ་ཡིས་བསྟན་བྱ་སྟོན་བྱེད་དེ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་  
འགལ། མཆོག་པན་པ་དང་། མཆོག་མིན་གཞོད་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེ་  
ནི་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མཆོག་གི་ངེས་བསྟན་ནི། ཐོག་མར་  
ངེས་པ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། བརྒྱ་རྣམས་ལ་དཔལ་  
སྟེར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བཀོད་ནས། ཅིའི་སྦྱད་དུ་ན། དགོ་བ་ལུན་སུམ་ཆོག་ས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དག་གིས་འགོ་བ་རྣམས་གྲོགས་པོ་ལྟར་རྗེས་སུ་འཇིན་

པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན། རབ་དངས་རྟོག་པ་བྲལ་བའི་རྗེ་བླ་ཡ། །  
གཟུགས་བསྟན་འགོག་པ་མེད་པ་ལེགས་འཆར་བས། །རི་ལྷ་རི་སྟོང་ཤེས་  
བྱའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱལ་བའི་བྱགས་ལ་གསལ་བར་འཆར་དེ་སྟོན། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་མཆོག་མིན་གྱི་ངེས་བསྟན་ནི། ངེས་པ་སྟོན་བྱེད་ཟླ་བའི་འོད་  
ཟེར་གྱིས་རེག་པ་ན་ཐུན་པའི་སྤང་བ་རུབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བཀོད་ནས།  
གང་གི་སྦྲད་དུ་ན། རྒྱལ་པོ་ངན་པ་རྟོག་དཔྱེད་མེད་པ་རྣམས་གྱིས་རང་གི་སྟོ་  
དང་ཅུང་ཟད་འགལ་བ་རྣམས་ལ་འབྲལ་དུ་གསོད་པ་སོགས་ངན་པའི་མཐར་  
གྱུར་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ངེས་པ་བསྟན་རྒྱུ་ལོ། །དཔེར་ན། དབང་སྟོགས་  
རི་ལས་ཏྲ་ལྷང་ཅན། །འཁར་ཆེ་སྟོན་བྱའི་མེ་འོད་དག །ཉམས་པས་སྦྱིན་ཐང་  
དག་པོ་ཡིས། །དབྱར་སྦྱེས་གཞོན་རུ་འཛོམས་པ་སྟོན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་  
གཉིས་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ལ་འབྲལ་གཞི་སྦྱེ་ཡང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ལ་  
སྦྱབ་བྱེད་རུས་པ་ཅན་རྗེས་སུ་བཀོད་ལ། འདིར་སྟོན་དུ་བཀོད་པས་འབྲལ་  
བའི་གནས་མེད་དོ།

ལྷན་གཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ།

སོ་གཅིག་པ་ལྷན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད།

མཐུག་བསྐྱབ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་གང་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལས་  
 རྣམས་ལྟན་ཅིག་གིས་བརྗོད་པ་ནི་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་ལོ། །གཉིས་པ་  
 ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ནི། བྱད་མེད་བྱན་  
 གྲགས་པས་མི་བཟོད་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཞིག་གཉིད་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས། དེ་  
 ནི་མཚན་མའི་ཆ་འདི་དག་རྣམས་རྗོགས་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་བུ་འདི། བདག་གི་  
 དབྱུགས་ལྷགས་རིང་འདོན་པ་དང་ལྟན་དུ་མི་བྱད་དོ། །ཞེས་རིང་བའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་། ཟླ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྟན་པའི་མཚན་མོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེས་སེང་སེང་བ་  
 འདི། མཛའ་མོ་བྱན་པའི་བདག་གི་ལུས་སྐྱེས་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
 དཀར་རོ་ཞེས་དཀར་བའི་ཡོན་ཏན་དཔེར་ན། འཇམ་མགོན་ཕྱག་གི་གྲི་དང་  
 ལྟན་ཅིག་ཏུ། ཁོ་བོའི་འཆད་ཚུད་ཚུམ་པའི་རིག་པ་ནོ། །དབྱངས་ཅན་ཕྱག་  
 སོར་ཅེ་ཡི་རྒྱུད་མང་དང་། ལྟན་ཅིག་བདག་གི་མཁས་པའི་གྲགས་པ་སྟོན། །  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདིར་རིན་སྤངས་པས་ཉེས་པར་བཤད་བཞིན་དུ། ལྟོར་ཐང་  
 པས་ལེགས་པར་བཤད་པ་ལ་སུན་འབྲིན་པ་ནི། མ་དག་པས་དག་པ་ལ་འབྲུ་  
 བའོ།

གཉིས་པ་བྱ་བ་ཐ་དད་པའི་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ནི། འགྲོན་པོ་བྱད་མེད་  
 དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆགས་པའི་སྤོངས་པ་རྒྱས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། བྱ་བ་  
 ཐ་དད་པ་ཤིང་རྩ་ཏའི་དོག་པ་སྟེ་སྟེ་མ་རྣམས་རྒྱས་སོ། །དེ་དག་མཛའ་མོ་

བློན་པས་མཆི་མ་ཞོར་བ་དང་མཉམ་དུ། བྱ་བ་ཐ་དད་པ་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུད་དག་  
ཀྱང་འབབ་པོ། །དཔེར་ན། སློན་ལེགས་དཀར་བའི་བཞིན་རས་ཀྱིས། །འདོད་  
ལྷན་ཆགས་པ་འཕེལ་བ་དང་། །ལྷན་ཅིག་ཁོ་བོའི་སློ་གྲོས་ཀྱང་། །དབྱངས་  
ཅན་ལྷ་མོའི་དྲིན་ལས་རྒྱས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རིན་སྤངས་པས་འདི་ལ་རྒྱ་  
འབྲས་ལྷན་ཅིག་པ་གསུངས་ན། རྒྱ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་དེ་དང་མི་འདྲ་བའི་  
དབྱེ་བ་དགོས་པས་འཛོག་རྒྱ་མི་རྙེད་ལ་བྲིད་གྱི་ལེགས་པར་བཤད་པ་འདི་  
ལ་སྐབས་འགར་ཅིང་རྟགས་མ་མཛད་ཅིག།

གསུམ་པ་བྱ་བ་གཅིག་པའི་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ་ནི། ལུ་བྱག་སྐད་སྟན་  
པར་སློག་པའི་སྐལ་བཟང་དང་ནགས་ཀྱི་སྤྱང་ནི་དེ་བཟང་བའི་བྱ་བ་དང་།  
དབྱིད་དུས་ལ་བབ་པའི་ཉིན་གྱི་བྱ་བ་གསུམ་པོ་འདིས་སྐྱེ་བོའི་ཡིད་ཀྱན་ཏུ་  
དགའ་བ་རྣམས་ལྷན་ཅིག་དག་ཏུ་འཕེལ་བར་གྱུར་རྟོ། །དཔེར་ན། རབ་དཀར་  
ཟླ་བའི་དབྱེལ་འཁོར་དང་། རི་དྲགས་མིག་ཅན་མིག་གི་དཀྱུས། །པར་དཀར་  
པོའི་ཚུན་པོ་ཡིས། །ལྷན་ཅིག་མིག་ལ་མཛེས་པ་སྟེར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར། སྤར་  
ཐང་པས་འདི་ལ་རྫས་བཟོད་པར་འཆད་པ་ནི་འབྲུལ་པའི་རང་འཆང་ངོ་། །  
གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ་ཡི་དཔེར་བཟོད་དགའ་ཞིག་འདིར་  
བྱས་པ་སྟེ་བཤད་ཟིན་རྟོ།།

ཡོངས་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་བཤད་པ།

སོ་གཉིས་པ་ཡོངས་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་ལ་མཆོན་ཉིད། དམ་བཅད། དཔེར་  
བརྗོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡོན་ཏན་དང་ལས་ལ་སོགས་  
པ་དེ་རྣམས་པན་ཚུན་བསྒྲོལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
དག་ནི་དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡོངས་སུ་རྒྱུ་པའི་རང་བཞིན་ཡང་  
ངེས་པར་བསྒྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་བྱའོ།

གསུམ་པ་ནི་དག་ལྔའི་ས་སྤྱོད་རྣམས་ལ་དཔེར་བོ་བྱེད་ཀྱིས་པར་  
མཆོན་བསྒྲུབ་པ་དང་། འཆི་བ་སྟེར་བར་བྱེད་པ་ནི། བྱེད་ཀྱི་ལག་པ་ཡིན་ལ།  
ཚུར་དེ་དག་གི་གྲགས་པའི་ཀྱ་ཐུད་ཏ་དཀར་པོ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱབས་པ་དག་  
ལག་པས་སྤོགས་སོ་ཞེས་གྲགས་པ་དང་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷོ་  
ལྷན་ཐོན་མིས་རིན་ཆེན་ཀུན་ལ། །སྤྲེལ་ཁས་ལེགས་བྱིན་རེ་བ་ཡོངས་  
བསྐྱང་བས། །བདེ་སྤྱོད་རིག་པའི་ཆོག་གི་སྤྱོད་ལ། །མི་དམན་སྤྱོད་གྲོས་  
མཆོག་དེ་རྣམ་པར་གང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་བཤད་པ།

སོ་གསུམ་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། ཞར་



བྱུང་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཡུལ་མངོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་བསྐྱུང་  
བའི་བསྐྱབ་པ་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་སྟོན་པ་ནི་ཤེས་བཞིན་ཅེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་  
ན་གཉིས་པ་ནི། ངག་དང་ཡིད་གྱི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲིབ་བ་  
དམ་པས་སྟོན་ལ་སྐྱུངས་ཤིག་ཅེས་པ་འབྲུབ་རྒྱུའི་དོན་ལ་སྟོན་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་བྱུང་བ་ཅིན་གྱི་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོན་པ་  
སོགས་མང་ལ་མཐར་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཤེས་བཞིན་གྱི་སྒྲ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་  
སོ། །དཔེར་ན། ངག་གི་འདོད་པ་འབད་མེད་དུ། །འཇོ་བའི་དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོ་  
དེས། །སྟོ་གྲོས་རྒྱས་པའི་དངོས་བྱུང་ཀྱང་། །སྟོལ་བའི་བཟླ་ཤེས་དགའ་སྟོན་  
ཤིག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ནི། ཐུན་མོང་མིན་པའི་དཔེའི་སྐབས་སུ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་  
རྒྱན་དང་། བཙུ་གཉིས་པར་ཐེ་ཆོམ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤའ་པས་དེ་དག་ནི་དཔེ་  
རྣམས་ཉིད་ལས་བསྟན་ཅིན་ལ། དཔེའི་གཟུགས་ཅན་དག་ཀྱང་གཟུགས་ཅན་  
བཙོ་ལྷ་པའི་སྐབས་སུ་བཤའ་པས་འདིར་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་ངེས་པར་  
བསྐྱབས་ཅིན་ཅིང་། རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་འདི་ཡང་ནི་སྒྲ་བཤའ་པའི་རབ་རྟོག་  
གི་དབྱེ་བ་ཉིད་ལ་འདུས་སོ། །

རབ་སྟེལ་གྱི་རྒྱན་བཤའ་པ།

སོ་བཞི་པ་རབ་སྟེལ་གྱི་རྒྱན་ལ། མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ། དཔེར་བཞིན།

ཞར་བྱང་རྒྱན་སྤྱི་འཛིན་གསལ་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། ཐ་དང་པའི་རྒྱན་  
གསུམ་པན་ཆད་རྣམས་བསྐྱེས་པ་ནི་སྤྱི་ལ་མ་དག་ཏུ་བརྗོད་པ་སྤྱི་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཡན་ལག་སྐྱབ་བྱེད་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་དང་ཡན་  
ལག་ཅན་བསྐྱབ་བྱེད་པན་གདགས་པར་བྱེད་པ་སོགས་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་  
པོའི་སྐབས་ཐོབ་སྐྱར་ནས་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱན་སོ་བཞི་པ་གང་ཡིན་རྣམས་གཅིག་  
ལ་གཅིག་སྒྲིམ་ཀྱི་རབ་སྤྱི་ལ་དང་། ཡང་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱན་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་  
རང་རང་གི་དབང་ཐོབ་པའམ། སྐྱབས་མཚུངས་པའི་རབ་སྤྱི་ལ་ཀྱི་རྒྱན་ཉིད་  
ཅེས་པ་ལུགས་གཉིས་སྤྱི་ལ་མ་ཡི་རྒྱན་དག་ནི་མཆོན་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་  
ནི། མངོས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་ཀྱི་དཔལ་མངོས་པ་ཡན་ལག་དང་། ཡན་ལག་  
ཅན་པར་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད་པ་སྤྱི། དཔེ་རྒྱན་དང་། སྐྱབ་བྱེད་རུས་པ་  
ཅན་མངོས་པའི་ཟུ་འབྲུའི་མངོད་དང་། འདོད་པའི་ལྷག་མའི་ཡུ་བ་ལུན་  
སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་པས་འགྲན་རུས་སོ་ཞེས་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་།  
གདོང་འདི་ལ་འགྲན་རུས་པ་ལ་བྱ་དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །ཞེས་  
པར་ལ་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱོད་པ་སྤྱི། རྒྱན་གསུམ་ཆང་ངོ། །ཕྱག་ལེན་ལ་དཔེར་  
བརྗོད་གཉིས་མངོད་སྤྱི་ལ་ཡོད་པས། དང་པོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བཞེན་ཀྱི་རབ་  
སྤྱི་ནི། དབྱངས་ཅན་མངོས་སྐྱེ་བའི་དབྱེས་འཁོར་ནི། ཉི་འོད་ཀྱིས་  
འབྱུང་གངས་རིའི་མདངས་ལ་འགྲན། །དེ་ལ་སྤྱག་དོག་དཔལ་མོ་ལྷ་ཡུལ་དུ། །

བློས་པས་རྒྱན་གྱི་མེ་ཉེག་འཇུ་མ་ཞིང་གོད། །གཉིས་པ་སྟོབས་མཚུངས་ནི། །  
གངས་རིའི་སྐྱུན་རྒྱ་དབྱངས་ཅན་ཞལ། །སྐྱུན་བྱར་ལྷུང་ལ་འགྲོ་ལ་གཡོ། །བྱེད་  
པོས་ནམ་མཁའ་བཞུ་བའི་ཆུ། །དབུ་སྐྱེས་འདི་ལ་བྱུགས་སམ་སྐྱམ། །ཞེས་པ་  
ལྟ་བུ།

བཞི་པ་ནི། སྤར་བཤད་པའི་རྒྱན་རྣམས་ཀྱི་རིགས་ནི་རང་བཞིན་  
གྱིས་བརྗོད་པ་དང་། འབྲོག་པོར་བརྗོད་པ་ཞེས་ངག་གི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་  
གཉིས་ལས། འབྲོག་པོར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉམས་འགྱུར་སྣ་ཆོགས་  
སྤར་བས་ཆོག་སྒྱུར་གྱི་དཔལ་རྒྱས་པར་བྱེད་ལ། སལ་ཆེར་ཞེས་པའི་སྤྲས་  
རང་བཞིན་བྱང་པོར་བརྗོད་པ་ལ་མ་ཡིན་ནོ།

### དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

སོ་ལྷ་པ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། ཆོས་  
བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། སྐྱུན་ངག་མཁན་པོའི་བསམ་པ་  
སྐྱུན་ངག་གི་རྒྱན་འགྱུར་པར་བྱེད་པའི་རྟོགས་པ་ཚུམ་པ་ནི་དགོངས་པ་སྟེ།  
སྐྱུན་ངག་འགོ་བཅམས་ནས་བྱུབ་པར་མ་བྱུར་གྱི་བར་དུ་བསམ་པ་གང་  
གནས་པ་ནི་རྒྱན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ལ། རབ་དུ་སྒྱུར་བའི་བཅད་ལྷུག་སྟེལ་མའི་  
ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེར་ན། མེ་ལོང་དང་

མཚུངས་མེ་ལོང་གཞུང་ལྷགས་ལས། །མཁས་པའི་གསུང་བཞིན་མཁས་  
 པའི་གོ་འཕང་དག། མངོན་འགྱུར་སྤྱིར་ན་མངོན་འགྱུར་ང་རྒྱལ་དག། སྤངས་  
 ཏེ་ལོག་ཏོག་སྤངས་ནས་འདི་བརྩམས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། །  
 དངོས་པོ་སྒྲུབ་པར་བཟོད་པ་ཡི་ཚིག་རྣམས་ཀྱན་པར་ཚུན་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་ལ་པན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲེལ་ཆགས་པ་དང་དོན་དང་བྲལ་བའི་  
 བྱད་པར་རྣམས་མ་བྱས་པར་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཁོ་ན་བཀོད་པ་དང་། བསྟོད་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་མཆོག་དམན་དང་བསྒྲུབ་ནས་བསྐྱགས་པ་བཟོད་ཤེས་པ་  
 དང་། དངོས་སུ་བཟོད་པའི་རིམ་པའི་སྟོབས་ཀྱི་ཤུགས་ལས་བཟོད་བྱའི་  
 དངོས་པོ་ནི་ཟབ་མོ་དག་ཀྱང་གསལ་བ། དཔེར་ན་སྐྱེས་རབས་ཀྱི་སྤེང་བ་  
 བཟོད་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་ངོ་མཆར་བྱད་པར་ཅན་གོ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 ཚོས་བཞི་པོ་དེ་དང་ལྡན་པའི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་སྤངས་པའི་དགོངས་  
 པའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར། དེ་དག་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་རིག་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་སྒྲོས་གར་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བསྒྲུབ་པ་ནི། གང་  
 ཡང་མཆོམས་སྦྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ལྔ་དང་འཇུག་པའི་ཡན་ལག་བཅུ་དྲུག་  
 དང་། རྒྱན་བྱེད་པ་སོགས་མཆོན་ཉིད་སུམ་ཅུ་ཅ་དྲུག་དང་། སྒྲེག་པའི་ཡན་  
 ལག་སོགས་ལྷུང་གཞན་དག་ཏུ་བཟོད་པ་འདི་ཡང་རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་དབྱུག་པ་  
 ཅན་བདག་ཅག་འདོད་དོ།

བཞི་པ་མཐུག་བསྐྱེད་ཆེ་མ་བཤད་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི། སྟོན་གྱི་སྟོན་  
 ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མཐའ་ཡས་པ་དག་འདིར་  
 རབ་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་རྒྱན་སྐྱེས་ཅུ་ཙུལ་ལྟེ་ཆད་དུ་གྱུར་པ་བསྟན་པ་ཡིས། རང་  
 བཞིན་དང་འབྲོག་པོའི་རྒྱན་རྣམས་དག་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་སྤྱོད། །  
 དེའི་མཐུས་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་ཡོངས་སུ་གནས་པ་ཡི་ཤིན་ཏུ་  
 སྤྲ་བའི་བྱད་པར་རྣམས་ནི་སྤར་བཤད་པའི་རྒྱན་རྣམས་ལ་གོམས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་དབྱེ་བར་བྱས་སོ། །སྟོན་ངག་མེ་ལོང་ལས། ལེ་བྱ་གཉིས་པའི་འབྲེལ་པ་  
 དང་དཔེར་བརྗོད་བཤད་ཟིན་ཏོ།།

སྐྱེས་པ། བཅད་ལྷག་སྤེལ་མའི་ལང་ཆོ་དར་བབས་མ། །རོ་མཆར་རྒྱན་  
 གྱི་གདུ་བུ་འབྲོལ་བ་ཅན། །དོན་བཟང་མིག་དཀྱུས་རྣམ་དཔྱོད་འཛེན་བྱེད་  
 ལས། །འགོངས་ཆེ་ཤེས་ལྡན་ཀུན་གྱི་བརྟན་པ་སྒྲིགས། །ཉམས་དང་འགྱུར་  
 བའི་མཉེན་ལྷག་སོར་མའི་ཅེར། །སྟོན་ཆོག་འབྱུང་དུ་ཆགས་པའི་པེ་ཕང་  
 རྒྱད། །བརྟུངས་ཆེ་ཆངས་པའི་བུ་མོ་གར་མཁན་མ། །ཁོ་བོའི་མགྱིན་པའི་  
 བད་མཆོར་རྫོས་གར་སྐྱུར། །འབྲུལ་པའི་རྟུལ་བྲུལ་ལེགས་བཤད་དངས་  
 པའི་དབྱིད། །དོན་རྒྱན་བེ་རྟུར་འབྲེལ་བའི་ཨྲད་རྒྱར། །ཁེངས་ལྡན་ཤེས་བྱ་  
 སྤྱིན་ལེགས་མ་དེའི་བཞིན། །འགོག་མེད་ཤར་བའི་རོ་མཆར་འདི་མད་བྱང་། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ།།



# ལེབ་གསུམ་པ།

## སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲོལ་བ་གད་པ།

རབ་དཀར་ལྷ་བ་འབྲུམ་སྤྱག་ཁུན་མ་འབྲེལ་བའི་ཁམས་ལས་ལེགས་  
པར་གྲུབ་པའི་ཡང་ཆོའི་དབྱིད། །ལྷ་བས་མི་ངོམས་མཆན་དཔེའི་དཔལ་དང་  
ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པའི་མཛེས་སྤྱག་འཛོ་སྤྱེག་རོལ་བ་ཅན། །མཁུན་བཙེའི་  
སྤྱན་དཀྱུས་སྤིད་འདིའི་ཁོངས་ལས་བཀལ་བར་སྦྲོས་དེས་ཉེ་བར་བཀྱག་  
པའི་སྦྲོ་གྲོས་ཀྱི། །སྤང་བ་དམ་པ་མཛེད་མི་ཤེས་པའི་བང་མཛོད་དེ་ནི་ཁོ་བོའི་  
སྐལ་བར་སྦྲེལ་ཅིག་ཀྱི། །མད་བྱུང་ངོ་མཆར་མཆར་སྤྱག་མཛེས་པའི་དཔལ།  
དཔལ་མོའི་སྦྲེམས་འཕྲོག་འཕྲོག་བྱེད་རལ་པའི་རྒྱ། །རྒྱ་མཆོག་རྣམ་  
དཔྱོད་དཔྱོད་ལྷན་དགའ་བའི་དབང། །དབང་སྤྱག་བརྒྱད་ཀྱན་ཀྱན་ནས་གྲུབ་  
པའི་མཆོག་ །མཆོག་ཏུ་རྣམ་པར་ཡངས་པའི་ཞལ་གྱི་ལུང། །ལུང་རིགས་  
གཏེར་མཛོད་ལེགས་བཤད་ཀྱན་གྱི་སྒྲོ། །སྒྲོ་འཕར་བརྒྱ་སྤྱག་འབྱེད་པའི་  
ངག་གི་ལྷ། །ལྷ་སྤྱས་ལྷ་བ་སྦྲོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་དེས། །འཇུ་མ་འཇུ་མ་ཞལ་སྦྲོར་  
ཆགས་པའི་སྤྱན་ཆོག་རྒྱ། །སྤྱག་སྤྱག་འབད་བ་མེད་པར་སྦྲེལ་བ་གང། །  
ཡང་ཡང་བསམ་ཤིང་གོམས་པར་བྱས་པ་ཡིས། །མཁུན་མཁུན་མང་པོར་  
ཆོགས་པའི་ཡང་ཆེ་ཐོབ། །རིག་གནས་རྒྱ་མཆོར་ཆགས་པའི་འདབ་བརྒྱའི་

མཆུ། །འཇུ་མ་དབུས་གཙུག་ལག་ཟེའུ་འབྱུང་བྱེད་འཇིན་པའི། །སྒྲོན་མེད་  
གསུམ་པའི་ལེགས་བཤམ་དཀར་བའི་གནས། །བདུད་རྩི་ཐེགས་པ་སྐལ་  
བཟང་མགྱོན་པར་བྱེན།

གཉིས་པ་སྐྱ་རྒྱན་བཤམ་པ་ལ། ཟུང་ལྡན་གྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ། བྱ་  
དཀར་བའི་བྱེད་པར་གཞན་བརྗོད་པ་དབྱངས་སོགས་ཡི་གེ་ངེས་པའི་བྱ་  
དཀར་བཤམ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤམ་གཉིས། དང་  
པོ་མཆོན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆོག་སྒྲོར་གང་དུ་ཡི་གེ་གཞན་  
གྱིས་བར་མ་ཆོད་པ་དང་། བར་ཆོད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གང་རུང་ཡིན་ལ།  
རྒྱ་སྐད་ལ་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་དུ་མ་ཆོགས་པ་ལན་གཉིས་སུ་བསྒྲོར་  
བ་དང་། བོད་སྐད་ལ་མཆོན་ན། མཐའ་ཉིན། འཕུལ་བྱེད། འབྲེང་བྱ་ན་རོ། ཡ་  
བཏགས། ར་བཏགས། བཅེགས་མ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཀ་ལྟ་བུ་ལ་  
དབྱངས་ཨ་བྱང་སྒྲོག་ཏུ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་བསྒྲོར་བ་ནི་ཟུང་ལྡན་  
ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡང་རྒྱང་པ་ཡི་དང་པོ་དང་བར་དང་མཐའ་ན་ཡོད་  
པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་དེ་བཞིན་དུ་གཉིས། གསུམ།  
བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱང་པ་ཡི་ཟུང་ལྡན་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི། ཐོག་  
མ་ལ་ཡོད་ལ་བར་མཐའ་ལ་མེད་པ་དང་། བར་དུ་ཡོད་ལ་མཐའ་ཐོག་གཉིས་

དོར་བ་དང་། བར་དང་ཐོག་མ་གཉིས་ལ་མེད་ཅིང་ཐ་མར་ཡོད་པ་དང་། དང་  
པོར་ཡོད་ཅིང་། བྱི་མ་གཉིས་མེད་པ་དང་། དེ་ལས་སྒྲོག་པ་དང་། ཐོག་མཐའ་  
གཉིས་ལ་ཡོད་ལ་བར་དུ་མེད་པ་དང་། གུན་ལ་ཡོད་པ་སྟེ། ནང་གསེས་གུན་  
ཏུ་དབྱེ་བ་ལས་བྱེས་པའི་བྱང་ལྡན་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ཞིན་ཏུ་མང་ངོ་།།

བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལས་བྱ་སྒྲ་བ་རྒྱུ་བ་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་

བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བ་གད་པ།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། བྱ་དཀར་སྒྲ་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་འཆད་  
པར་དམ་བཅའ་བ། རྒྱས་བཤད་དངོས་དང་གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ལ་བྱ་སྒྲ་བ་  
དང་དཀར་བའི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ལ་བྱ་སྒྲ་རྒྱུ་བའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་བྱ་དཀར་  
གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྡན་གུན་ཏུ་  
བྱང་ལྡན། བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྡན་སྒྲོག་པའི་བྱང་ལྡན་དང་དྲུག །དང་པོ་ལ།  
དཔེར་བཞིན། དོན་བསྐྱུ་གཉིས། དང་པོ་ལ་བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྡན་དུ་ཆོད་  
པའི་བྱང་ལྡན། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་དཔེར་  
བཞིན། དོན་བསྐྱུ་གཉིས། དང་པོ་ལ་བཙུ་ལས་རྒྱུ་བ་དང་པོའི་ཐོག་མ་ལ་  
ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ནི། གྲོགས་མོ་བྱོད་མཇུག་བའི་སྐྱེ་བོ་ལ་མི་འདུད་པའི་

ཁེངས་པ་འདི་དང་འགྲོགས་པར་མ་བྱེད་པར། ལྷ་ར་དུས་ལས་ཡོལ་ཏེ་བསྐྱུས་  
པ་དེ་གསོ་བའི་བྱིར། གྲོགས་ཀྱི་མགྱོན་པ་ནས་འབྱུང་ལ་དེ་ཉིད་ངོ་ཆ་དང་  
ལྷན་པར་གྱིས་ཞིག།

གཞུང་དོན་གྱི་འབྲུ་གཉེར་བ་ཅམ་མ་གཏོགས། རྒྱ་དཔེའི་བྱང་ལྷན་  
བོད་སྐད་ལ་ཞིག་པས་དོན་མི་སྟོན་ཅིང་། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ནེ་ན་ལྷ་ནེ་ན་ཞེས་  
བྱང་ལྷན་བར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་ལ། དེས་མཆོན་འོག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་རྒྱ་  
དཔེར་ཞིན་ཏུ་གསལ་བས་དེ་ཉིད་བོད་ལ་མཆོན་པར་བྱག་ལེན་ལྷར་བརྗོད་  
པ་ནི་ཉེ་བར་མཁོ་བས། དཔེར་ན། འཇུ་མ་འཇུ་མ་ཞེས་ཀྱི་སྒོ་ལས་ལེགས་  
འཕྲོས་པའི། འོད་ཟེར་འབྲུམ་སྤག་བཀྱེ་བས་ལེགས་བྲིས་ཀྱི། མངོན་པའི་ང་  
རྒྱལ་བཙུམ་སྟེ་བདེན་པ་དག། མཐོང་མཛད་བས་གཙང་སྤས་ཀྱིས་འགྲོ་འདི་  
སྒྲོངས། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། རྟེན་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ངང་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དེགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིན་གྱི་སྤྱ་ཡིས་སྤྱོས་བྱེད་འདོད་  
ལྷས་ནི་དགའ་མ་དང་བཅས་ནས་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཁེངས་པ་དང་བྲལ་བའི་  
སྐད་དུ་ཡོད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། དཔེར་ན། ངོ་མཆར་མཆན་དཔེའི་སྤང་  
བ་མི་བཟད་པའི། མཛེས་མཛེས་ལང་ཆོ་གཅིག་ཏུ་རབ་བསྐྱུས་པ། འཛེན་  
བྱེད་སྤྱ་ན་མེད་པའི་དགའ་སྟོན་ཅན། ངག་དབང་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་བྱག་གི་  
ཡུལ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་རྟེན་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་

གཏེར་བཞིའི་སྐྱེ་རགས་ཅན་གྱིས་ས་ཡི་ལག་གི་དབྱ་ཁལ་འཛིན་སྟུང་ལ་  
 མཁས་པ་བྱོད་ཉིད་རྒྱལ་པོར་ཐོབ་ནས།      ད་ལྟ་ནི་སྐྱེ་དགུ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་  
 བཟང་པོ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཏོ།    །དཔེར་ན།    ཐུན་མཚམས་ལང་ཚོ་གསར་  
 པའི་རྗེས་འགོ་བའི།    །འཛོ་སྐྱེག་གཟུགས་སྐྱའི་ཕྱག་གི་མཐེབ་སྤོན་གྱིས།    །  
 ལྡེམ་ལྡེམ་ལྷུང་ལ་བཟུང་བའི་ཅེ་མོ་ན།    །ཤེར་ཕྱིན་སྐྱེགས་བམ་ངོ་མཚར་ཅི་  
 ཡང་བཟ།    །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།    བཞི་པ་རྒྱང་པ་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི།  
 རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་དགུ་རྣམས་རྒྱང་ཐང་།    ཤེར་ཏ།    སྤང་པོ།    ཏྲ་དང་བལ་བས།  
 འགའ་ཞིག་སྐྱོ་སྤྱོད་ནགས་དང་།      གཞན་དག་ནི་ཤེ་ནས་ལྟ་རྣམས་དག་གི་  
 གནས་སུ་སོང་ངོ་།    །དཔེར་ན།    རབ་འབྱམས་ཤེས་བྱའི་ཀུན་གསལ་བཞིན་  
 རས་ལ།    །བདའ་སྟོང་རྣམ་པར་བཟ་བའི་མིག་དགུས་ཅན།    །སྟོ་གསལ་འདོད་  
 ལྡན་བཏྲན་པ་འཕྲོག་བྱེད་པས།    །མཁས་མཁས་ཀུན་གྱི་ཆེ་བལ་ཤོད་སྟོན་རྗེ།  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ།    ལྟ་བ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི།    ལྷ་སྐྱེས་གདོང་  
 ལྡན་མ་བྱོད་ཀྱི་མིག་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི།    དབྱིད་དུས་  
 ཀྱི་བྱང་བའི་རྣམ་འབྱུང་གྱིས་ཅོ་འདྲི་བར་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྟོས་ཤིག།    །དཔེར་  
 ན།    ཡང་ཡང་བཙུན་པའི་རྒྱང་གིས་བསྐྱེད་བ་ཡིས།    །ངལ་ངལ་འཕགས་ལུལ་  
 བཏ་ཆེན་བསྟན་པའི་ཕྱིར།    །སྤྲིང་སྤྲིང་བས་དྲི་བསྐྱེད་མངར་བས་ཡོངས་བཟོད་  
 པ།    །དཔང་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་རྟོ་ལྡན་སུ་མི་དད།    །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།    དུག་པ་དང་པོ་



དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི་བཟུང་བར་དཀའ་བའི་སྒྲུང་པོའམ་ཏྲ་  
 སོགས་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་ཡི་ཆོགས་དག་མེད་ཀྱང་། གང་གི་ཕྱིར་འདོད་  
 པའི་ལྷ་མེ་ཏྲོག་གི་མདའ་ལ་བརྟན་པ་ཙམ་གྱིས། བདག་ཅག་འདོད་པས་འཆི་  
 བ་ལྷ་བུའི་མཐར་བྱས་པ་དེའི་ཕྱིར། བྱོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ནི་མཆར་  
 རོ། །དཔེར་ན། དཀའ་དཀའི་གནད་ཀྱི་སྒྲུབས་ཆེར་འབྱུངས་པའི། །ལེགས་  
 སྦྱར་ཆུ་གཏེར་ཆེན་པོའི་པ་མཐའ་དག །བརྟན་བརྟན་སློ་ཡི་བྱ་རྩིངས་ལ་  
 བརྟན་ནས། །རབ་བགྱོད་ལོ་ཆེན་ཆོས་སྦྱང་བཟང་པོའི་ཞབས། །ཞེས་པ་ལྷ་  
 བུ། བདུན་པ་དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། གཡུལ་དུ་ནོ་བའི་  
 མཆོན་ཆས་པ་རོལ་འཛོམས་པས་དཔའ་བའི་མཛེས་པ་ཡིས་མི་བདག་བྱོད་  
 འབྲུག་པས། རོར་འཛིན་འདི་ནི་ཚུད་དུས་ལས་རྒྱལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རོར་འཛིན་  
 ཀྱི་སྦྱེ་བོ་ཀུན་རྫོགས་ལྡན་གྱིས་ཆིམ་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར་རོ། །དཔེར་  
 བ། དཀར་དཀར་ལྷག་བསམ་གངས་ཀྱི་རི་བོ་ལས། །འཕྲུན་ལས་རྩ་ལྷུ་ཡི་བྱ་  
 མོའི་རྒྱན། །ཐུབ་བསྟན་པད་དཀར་མིག་གི་དགའ་སྟོན་དུ། །ལེགས་ལེགས་  
 སྤེལ་བའི་དུས་སྟོན་སྒྲན་མེད། །ཅེས་པ་ལྷ་བུ། བརྒྱད་པ་གཉིས་པ་དང་  
 གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ས་ཏྲ་ཀླ་རའི་མེ་ཏྲོག་གསར་པ་འདིས་  
 བདག་ཉིད་མཆོག་ཏུ་སྤེད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་ཁུ་བྱག་ཕྱོས་  
 པ་དག་གི་སྦྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་འདོད་པ་འཕེལ་ལོ། །དཔེར་ན། དེག་

གནས་རྒྱ་མཚོའི་སྤེང་བ་ལེགས་བཟུང་བའི། །སྒྲོན་སྒྲོན་གྲགས་པའི་གདུགས་  
 དཀར་སྤིང་ཅེ་ན། །ཁོར་ཁོར་གཡོ་བའི་ཚུལ་ལ་ལྟའི་སྒྲ་མ། །རང་མིན་གཉིས་  
 པ་ཡོད་སྒྲུམ་རྣམ་པར་ལྟ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དགྲུ་པ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་  
 ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། བདག་གས་ཀྱང་མཛེས་མ་ཁྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་  
 དང་མ་བུལ་བས། ཚུལ་འདི་ལ་འདོད་པ་མ་བསྟེན་ན། རེ་བ་དེ་འདྲ་བ་ཡི་ངང་  
 ལ་གནས་སྐབས་ལུས་ནི་འཛིག་པར་བྱེད་པས། ཅེ་དགའི་ཆེད་དུ་བྱུང་མེད་  
 ལ་འཛིག་རྒྱས་ཇི་ལྟར་མིན་པ་སྟེ་རྒྱས་སོ། །དཔེར་ན། རྣམ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 བང་མཛོད་རབ་དབང་བའི། །མང་མང་ཐོས་པའི་ངག་གི་འདོད་པ་འཛོ། །  
 ཆངས་སྤྲས་མགྱིན་པར་བརྒྱན་པའི་སྐད་གཉིས་པ། །ཕྱག་ཕྱག་ཤུགས་ལ་ལ་  
 འཁུ་སྒྲུམ་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྒྱུ་པ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ཡལ་འདབ་  
 གསར་པས་མཛེས་པ་ཡི་སྟོན་པས་གྲོགས་སུ་བྱངས་པའི་གཞོན་ནུ་རྣམས་  
 གདོང་མཛེས་པ་བརྒྱར་མདོན་དུ་སྒྲོགས་པའི་བྱང་བ་ཡིས་མཐོང་བས། འདི་  
 རྣམས་ཤིང་གི་གྲོགས་སུ་མི་འོས་ཀྱི། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་ལོ་ཞེས་  
 མིག་ནས་གཟུང་སྟེ་འགྲུགས་པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། ཐོར་ཚུགས་རབ་ཏུ་  
 ལྷེམ་པའི་ནམ་མཁའ་ལ། །རབ་དཀར་སྒྲ་བ་ཆེས་པས་རྣམ་པར་མཛེས། །  
 ཏུར་ཏུར་མིག་ནས་འབར་བའི་མེ་དབྱུང་གིས། །བྱལ་བྱལ་མདའ་ལྷ་པ་ཡི་

རགས་ལུས་བསྐྱེད་ཀྱི། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བཙུ་གཉིས་པ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གསུམ་  
 གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། འདོད་པས་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་ཞད་ནི་ཁྱུས་ཀྱི་ཕྱིར་རབ་  
 ཏུ་འཇུག་པ་ན་རྗེས་གི་ཚུ་ལ་གནས་པའི་མདོག་དཀར་བ་ཡི་ངང་མའི་འདི་ཡི་  
 ཅ་ཅོ་སྒྲོགས་པ་ཡིས། བདག་ནི་འདོད་པས་མཐར་བྱེད་གཤེན་རྗེས་ཟས་སུ་  
 བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། དངས་དངས་གསལ་བའི་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས། །ཕལ་  
 ཕལ་ཤར་བའི་ཤེས་བྱའི་གཟུགས་བརྟན་གྱིས། །དྲངས་དྲངས་སྒྲོ་གསལ་  
 གཞོན་ཀྱི་འཛེན་བྱེད་ལ། །སྤྲ་ན་མེད་པའི་དགའ་སྟོན་ཅི་ཡང་རྒྱས། །ཞེས་  
 པ་ལྷ་བྱ། བཙུ་གཉིས་པ་སྤྲ་མ་གཉིས་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ཇི་  
 མ་དང་བྲལ་བའི་སྒྲ་བའི་ཆ་ཤས་དག་དང་སྟོན་ཅིག་ཏུ་འོངས་པའི་མ་ལ་ཡའི་  
 རྒྱང་འདིས་བདག་ཡིད་དགའ་བར་མི་བྱེད་དེ་དེས་བསྐྱེད་པའི་འདོད་པ་འདི་  
 ནི་མི་བྱེད་པའི་དུག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལོ། །དཔེར་ན། སྟན་སྟན་གི་ཕང་བསྐྱར་  
 བའི་དྲི་བའི་སྒྲ། །ལྷང་ལྷང་སྒྲ་འཛིན་བྱ་གར་ཐོས་པ་ཡིས། །འདོད་ལྡན་སྐྱེ་བའི་  
 སྟོང་ལ་དགའ་འཕེལ་བ། །ཆིལ་ཆིལ་དབྱར་གྱི་ཚུ་སྒྲུང་དག་ལ་འབྲུག། །ཞེས་  
 པ་ལྷ་བྱ།

བཙུ་གསུམ་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་དང་། དང་པོའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི།  
 བདག་ལ་བརྟན་པ་སྟེ་མཛའ་བར་མི་འདོད་པའི་ཁེངས་པ་ཅན་མ། ཇོ་ཤལ་  
 དང་སྟན་ཞིང་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་མ་ལུས་མེད་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཅན་མཛའ་

ལྷ་པ་ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་པས་གདུངས་ཏེ་ལུས་སྤྲ་བར་གྱུར་པ་བདག་གི་སྟོགས་  
བྱས་ནས་བདེ་བ་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག། །དཔེར་ན། དགའ་དགའི་ཐོབ་བྱ་  
མཐར་ཐུག་རྒྱལ་བའི་ལམ། །སྤྱིང་སྟོབས་ལྷན་པའི་བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པ། །  
གསལ་གསལ་ཤི་ཡི་མིག་གིས་མི་མཐོང་ཞིང་། །ངལ་ངལ་རྐང་པས་བསྐྱོད་  
ཀྱང་སྟེབ་པ་མིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྩ་བཞི་པ་སྤྱི་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་  
གདོང་གིས། །ཤེས་ལྷན་བདག་ལས་རྒྱལ་བ་སྟེ་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆུ་ཡི་རྒྱན་  
ཅ་མ་དུ་གྱུར་ཅིང་། བྱང་བ་གཡོ་བས་རྩང་ཟད་སྒྲིག་པ་ཅན། །འདབ་ལྷན་བརྒྱ་  
གཏམ་མེད་མ་ལས་བདག་གི་དགའ་མ་ཁྱོད་ཅི་ལྟར་མི་རྒྱལ་ཏེ་རྒྱལ་ལོ། །  
དཔེར་ན། ཀུན་མཁྱེན་ཙོང་ཁ་པ་ཡི་རིང་ལུགས་ལ། །འབྲུལ་འབྲུལ་ངེ་མ་  
སྤངས་པའི་དམ་བཅའ་ཡིས། །ཡང་ཡང་རྒྱལ་བར་འདོད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས། །  
འཛོལ་འཛོལ་སྟན་ལ་ཉལ་ཏེ་གཉིད་ལོག་གོ། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཅོམ་ལྷ་པ་བཞི་གའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། བ་ཏ་ལའི་མེ་  
ཏོག་ལྟར་དམར་བའི་གོས་ཅན་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་བར་གྱུར་པའི་རྒྱབ་  
སྟོགས་ཆུ་ལྟ་མ་བཞིན་དུ་དགའ་མ་ཁྱོད་མཛེས་སོ། །དེ་ལས་ཀྱང་ག་སྐར་  
སོགས་ཀྱི་ངེ་བཟང་པོ་གནས་པས་བདག་གི་དགའ་མ་འདི་ལྟག་ཅིང་དགའ་  
བར་བྱས་སོ། །དཔེར་ན། མཐོ་མཐོའི་སྟན་ལ་འདུག་པ་ཅ་མ་ཉིད་དང་། །ཆེ་ཆེ་

རིགས་རྩལ་ཙམ་གྱིས་རྟེན་གསལ་བ་དང་། །ཡང་ཡང་སྐྱེ་བ་བརྒྱད་པ་མ་ཡིན་  
ཡང་། །འགྲིག་འགྲིག་ཤེས་བྱ་འཆད་ན་དཔལ་སྐྱང་བ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་  
བ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་རྒྱང་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ཡི་བྱང་ལྡན་བར་ཆད་  
མེད་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་ཙམ་བསྟན་ནོ།

གཉིས་པ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ་དམ་བཅའ། དཔེར་བརྗོད། དོན་བསྐྱུ་  
བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི་དེ་ནི་ཡི་གེ་དང་ཆོག་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་པ་  
ཡི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འགའ་ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་བཅུ་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་ཆོད་པ་ནི། ས་ཏྲ་ཀླ་ར་ལས་  
འབྱུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ལོ་འདབ་ཡིད་འོང་བྱི་བཟང་དང་ལྡན་པ་ཡིས་དབྱིད་དུས་  
ཀྱི་རི་དྲགས་ཨུ་ཡའི་མིག་ཅན་བྱད་མེད་ཀྱིས་རང་གི་མཛའ་བོ་ལ་མི་འདུད་  
པའི་ཁེངས་པའི་མིང་ངམ་སྒྲ་ཡི་ལྷག་མར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་དཔེར། མ་རྩུ་རེ་ཏ་བྱི་  
ཤི་ལྷ་ནི་མ་རྩུ་རེ་ཏ་སྐྱུ་གཞི་ན་ཞེས། མ་རྩུ་རེ་ཏ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་  
གཞན་གྱིས་ཆོད་པས་མཆོན་ཏེ། འོག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་གསལ་བས། བོད་  
སྐད་ལ་མཆོན་ན། ལྷོ་གྲོས་མཛོན་པར་རྒྱས་པའི་རྣམ་དབྱིད་ཀྱིས། །ལྷོ་གྲོས་  
ཆེན་པོར་གྲགས་པའི་བཟང་རྩུ་མཁན། །པལ་ཆེར་ཁེངས་པ་སྟོགས་པའི་  
གྲགས་པའི་དབྱངས། །སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོར་གྲགས་པ་ཞེ་མ་མཆར། །ཞེས་པ་ལྷ་  
བྱ།



གཉིས་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། དགའ་མའི་  
ལག་པ་བརྒྱ་དམར་པོ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་དམར་བ་དེས་རྒྱད་མང་ལ་བསྒྱུན་པའི་  
རྣམ་འཕྲུལ་དེ་ལ་སྤྲལ་དོག་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ནས། རྣ་བའི་ལྷན་ལ་གྱིས་  
མཛའ་བོའི་གདོང་ལའང་བསྒྱུན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བས་འགྲམ་པ་སྒྱུར་ནས་  
བསྐྱད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རབ་གསལ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། །རི་  
དྲགས་གཟུགས་གྱིས་རྣམ་པར་བཟླ་བ་དེ། །རབ་མོངས་སྟེ་བོ་འགའ་ཞིག་  
སྟེན་ལེགས་མའི། །བཞིན་རས་ར་རིའི་རི་མས་འོགས་ཞེས་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། །རྒྱང་གིས་གར་  
བསྒྱུར་ཏེ་བསྒྱུན་པའི་སྟེན་གྱི་སྤོང་བ་མཐའ་དག་ཏུ་བྱུང་བ་ལས་རྩ་ནི་འཕྲོར་  
བར་བྱེད་ལ། དེ་རྗེས་མཐུག་སྟོ་ལྟར་པ་དག་མཐུག་མ་རབ་ཏུ་བསྐྱང་བའི་  
གར་དག་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། དཀར་འཇམ་ཡིད་འོང་བརྒྱ་དག །དག་དབང་  
དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོ་ཡི། །ཞབས་བྱང་རྣམ་པར་བཏེག་པ་ལ། །དཀར་བའི་སྟོ་  
ཡིས་རྣམ་པར་སྒྲུལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། འདོད་ལྡན་མ་  
དག་ཁྱོད་གྱི་ཡིད་ནི་མཛའ་བོ་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་ཚེད་པར་གྱུར་ཀྱང་།  
རང་ཉིད་གྱི་འདོད་པ་སྟེས་པ་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་སྟེད་དེ། རྒྱུ་ཀ་ལི་  
ཀླུ་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ་བ་མཐོང་བ་ན་ཆགས་པས་གནས་སྐབས་ཅི་ལ་རེག་པར་

གྲུར་ཏམ་སྟེ། མི་འཆི་བའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །དཔེར་ན། མཚན་དཔེའི་ལང་ཆོ་  
རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡིས། །སྒྲིག་མོ་གཞན་གྱིས་བསྐྱུན་དུ་མ་མཆིས་པའི། །སྒྲིག་  
ལྷན་གསེར་མངལ་ཅན་གྱི་བྱ་མོ་ཡི། །ཞབས་བྱང་སྤྱི་བོའི་གཙུག་ན་རྒྱལ་  
གྲུར་ཅིག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ཅེ་དགའི་རི་ཡི་ཅེ་  
ལས་འོངས་པའི་སྒྲ་ཤེལ་གྱི་ཐང་འདི་ལ་ནི། མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་མཛེས་  
པ་ཡི་གཙུག་ཕུད་ཅན་འདི་རབ་ཏུ་འཛེགས་ནས་གར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན།  
བྱར་ཕུད་མཐོན་མཐིང་མགོ་སྐྱེས་རབ་ལྡེམ་ཤིང་། ལུས་དཀར་འཁོར་ལོའི་  
ཡན་ལག་ལ་འཁྱུ་བ། །མཛེས་སྤྱད་ཆ་ཤས་རྫོགས་པའི་སྒྲིན་ལེགས་མ། །  
ལུས་མེད་མདའ་ཡི་སྐྱུན་སྒྲ་མ་ཡིན་ནམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དུག་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། གང་ཞིག་ལྷག་མ་ཅན་  
སོགས་སྤྱལ་མཆོག་གི་སྟེང་ན་གནས་ཤིང་། རྒྱབ་འདུག་པག་པས་བབྱང་  
བའི་ས་འདི་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོགས་གཞན་ལས་རབ་ཏུ་སྦྱངས་ནས། ད་ལྟ་མི་  
བདག་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་བབྱང་དོ། །དཔེར་ན། ཤེས་བྱའི་དོན་ཀྱན་ལྟ་བུ་ལ།  
སྤྲ་ན་མེད་པའི་རྣམ་དཔྱེད་ཅན། །ངག་དབང་དབྱངས་ཅན་མགྱིན་འཁྱུད་པའི།  
ངག་གི་དབང་སྤྱད་སྒྲོ་བོས་བརྟན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བདུན་པ་སྤྲ་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། གཡུལ་དུ་རོལ་གྱི་

དགྲ་ཡི་སྤང་པོ་རྣམས། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱི་ལག་པ་མཐར་བྱེད་གཤེན་རྩེ་འབྲ་བ་  
ཡིས་མཆོན་བསྐྱུན་པས་ཁྲག་ནི་རབ་ཏུ་བགས་པ་ཐུན་མཆོམས་དག་གི་སྤྱིན་  
བཞིན་མཛེས་སོ། །དཔེར་ན། དམར་སེར་ལི་བྲིའི་མདངས་འཛིན་ཞིང་། །  
དམར་བའི་མཚུ་སྒྲོས་རྣམ་པར་གཡོ། །དམར་འོད་ཆགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་  
ཅན། །ཡིད་སྐྱབས་དགྲ་དེ་རྣམ་པར་བཅོམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྒྱད་པ་གཉིས་པ་བོར་བའི་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱང་  
གིས་རི་ཡི་འབྲི་ཤིང་རྣམས་གུམས་པ་བཞིན་དུ་དཔའ་བས་གཞན་གྱི་སྤེའི་  
བཅོམ་པས། འགའ་ཞིག་ནི་མཐར་གཤེད་དུ་སོང་བ་བཞིན། དབྱང་གི་རྒྱལ་  
ཚུབ་གྱིས་ནམ་མཁའ་བྲབ་པར་གྱུར་རོ། །དཔེར་ན། སྒོ་གསལ་བྱེ་བའི་  
གཙུག་ན་རབ་འབྱིང་ཞིང་། །མཁས་མང་རྒྱ་མཆོའི་མགོ་བོས་ལེགས་པར་  
བཏུད། །སྒོ་ཆེན་ཀུན་གྱང་ཁྱོགས་ལ་འཕྱང་འགྱུར་པའི། །སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་  
ཐུབ་བསྐྱུན་སྒྲ་ན་མཐོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དགུ་པ་རྒྱང་པ་སྤྱི་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། ལེགས་ལྡན་  
བསོད་ནམས་གྱི་བགོ་སྐྱལ་ཚུ་འཛིན་གསར་པའི་འོད་ཆགས་ཤིང་། ལྷ་མིན་  
དག་གི་རིགས་རྣམས་ཉམས་པར་བྱེད་པ། སྤྱིན་ལྡན་སྤང་པོ་ཆེའི་མཆོག་  
འདུལ་ཞིང་འཛོམས་པའི་སྤང་རྩེ་བྲབ་འཇུག་དེས་བྲིད་ལ་རྟག་ཏུ་སྤངས་ཤིག།  
དཔེར་ན། ཀུན་གསལ་ལུས་སྤེའི་བཞིན་རས་ལམ་ཡངས་པོར། །དབང་པོའི་

གཞུ་ཡི་མིག་དགྱུས་རྣམ་པར་བཟ། །དབང་ཕྱག་གཙུག་གི་ཟླ་ཆེས་ལྷ་བུའི་  
སོས། །དབང་པོ་མིག་སྟོང་སྤྱལ་ནས་ལྷ་མིན་ནམ། །ཞེས་པ་ལྷ་བུ།

བརྩ་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། བྱོད་ཀྱི་མགོའི་སྐྱ་བུང་བ་དང་  
འབྲེལ་བ་། གདོང་ནི་བརྒྱར་ཕྱག་དོག་བྱེད་པའི་དཀར་བ། ལྷ་མོ་དཔལ་མོ་  
བཞིན་དུ་སྐྱེ་བོ་མཐའ་དག་རབ་དུ་སྤྱོས་པར་བྱེད་མ་བྱོད་ཀྱིས། སྐྱེས་བོ་སྤྱ་  
ཞེག་འདོད་སྤྱོས་ཀྱི་གངས་སྤྱ་ཅི་བར་མི་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་  
གསང་གསུམ་མ་ལུས་པ། །རྒྱལ་སྤྱས་གཞོན་ནུའི་གཟུགས་སྤྱ་ལེགས་ཤར་  
བ། །རྒྱལ་སྤྱན་མང་པོའི་གཙུག་ན་འགྱུང་བའི་ཕྱིར། །རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཙན་  
སྤྱམ་པོ་བོད་ཀྱི་རྗེ། །ཞེས་པ་ལྷ་བུ།

བརྩ་གཅིག་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་ཅིང་བྱེད་སྤྱ་ཕྱི་རིགས་མི་  
གཅིག་པ་ནི། རྒྱ་ཆེ་བའི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་དང་ལྷན་ཞིང་རྒྱགས་པའི་མིག་  
ཁོར་ཁོར་དུ་ལྷ་བ་དང་། རྩ་རྩ་སྟེ་ཆང་ར་ཆུང་བ་མ་ཡིན་པས་མཛའ་བོ་ནི་  
དགའ་བ་དང་ལྷན་པ་བྱ་བར་བཟོད་རུས་སོ། །དཔེར་ན། རབ་བསིལ་དལ་  
གྱིས་འབབ་པའི་ཆུ་སྐྱང་འབྲམ། །རབ་སྤྱན་སྤྱ་དེ་ན་བར་ཐོས་པའི་མོད། །བག་  
ཐེབས་ནགས་ཆལ་བྱ་བའི་དབེན་གནས་སྤྱ། །བག་ཡོད་གཏན་བདེ་བསྐྱབ་  
སྤྱམ་བུང་མོ་ཉུག །ཅེས་པ་ལྷ་བུ།

བརྩ་གཉིས་པ་མི་མཉམ་པ་གཉིས་དང་མཉམ་པ་གཉིས་འབྲེལ་བའི་ཐོག་

མ་ལ་ཡོད་པ་ནི་གཞན་གསེས་ཁུ་བྱུག་ནམས་ཀྱི་སྐད་སྒྲགས་པ་དང་། མངེས་  
མ་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་སྐད་དང་ནི། ལྷ་ཡི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་ཀྱང་བདག་གི་  
ཡིད་སློག་སོ་ཞེས་པོ་ཉ་མོ་ལ་བོས་སོ། །དཔེར་ན། དཀར་འཇམ་ལྷ་བའི་  
གཟུགས་ལ་རབ་འཁུ་བ། །མངེས་སྒྲུག་ལང་ཆོ་ནམ་པར་རྒྱས་པ་ཅན། །  
དཀར་གསལ་བཞིན་རས་ངོམ་ཆེ་ཁེངས་ལྷན་ཅན། །མངེས་ལྷན་ཡོངས་ཀྱི་  
བརྟན་པ་ནམ་པར་སློགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཙུ་གསུམ་པ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་བར་པ་གཉིས་འདྲ་བའི་ཐོག་མ་  
ལ་ཡོད་པ་ནི་སྐད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་ཞིང་། འདོད་པས་རྩལ་ཟགས་པ་ཡིས་གདོང་  
གི་ལྷ་བ་ཡང་བཀྱས་ནས་རབ་ཏུ་མངེས་པར་གྱུར་བ། ཆང་འཕྱངས་པས་ངོ་  
ཆ་བཅོམ་པའི་བྱད་མེད་ནམས་ཀྱིས་སྐྱེས་པའི་ལུས་ལ་འཛིགས་ཤིང་འཁྱུད་  
པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། སྐྱ་རྒྱན་སྒྲུབ་ཆོག་སྐྱ་བ་ལ། །འཛིགས་པ་མེད་པའི་  
སློབས་པ་མཆོག། །འཛིགས་བྲལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཐོབ་ཆོ། །སྐྱ་རྒྱན་ཅོམ་ལ་  
འཆོ་བྱུང་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱུང་ལྷན་གྱི་རབ་  
ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་ཡང་བསྐྱུ་བ་ཅིན་ཏོ།

གསུམ་པ་ཆོད་ལ་མ་ཆོད་པའི་བྱུང་ལྷན་དམ་བཅའ་དཔེར་བརྗོད་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། བར་མ་ཆོད་དང་ཆོད་པ་གཉིས་སྤེལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་



གྱི་རྣམ་རྟོག་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
 བྱེད་སྒྲ་མ་གཉིས་དང་བྱེད་བྱི་མ་གཉིས་འདྲ་ཞིང་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། ཀ་  
 ལི་ཀ་སྟེ། མེ་རྟོག་གཞོན་རུ་བྱུང་དུ་འབྱུང་བའི་ཡལ་ག་དང་ལྡན་པ་ཅན་གྱི་སྒྲ་  
 ལའི་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་དེ་ལ་ལྟ་བར་མི་རུས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ། བ་ཀྱ་  
 ལ་ཆགས་པའི་བྱང་བ་ལ་ཡང་ལྟ་མི་རུས་པ་དང་མཚུངས་པར་གྲོགས་མོ་  
 ཁྱོད་གྱི་པར་གཞོན་རུ་དང་། ལྷ་བྱེད་དཀར་པོ་ཅན་ལ་ཡང་ལྟ་མི་རུས་ཏེ།  
 ཆགས་པ་ཏ་ཅང་རྒྱས་པས་སོ། །དཔེར་ན། ཆེལ་ཆེལ་རྒྱབས་བྱེད་གཡོ་བའི་  
 རྒྱ་མཆོ་ཡི། །ཆེལ་ཆེལ་རྒྱབས་ཆེ་ལས་བཟོད་པའི་ཐབས། །བརྟན་བརྟན་  
 བྱ་རྫིངས་ཆགས་སུ་ཚུད་པ་ལ། །བརྟན་བརྟན་སྒོ་དང་ལྡན་པའི་དེད་དཔོན་  
 གནས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་བར་པ་གཉིས་འདྲ་  
 བ་ནི། སྒྲིན་ནག་ཆེན་པོ་མཁའ་ལ་ལྡན་པའི་དུས་སུ། ལྷ་བ་དང་རྒྱ་སྐར་ཀྱན་  
 མི་མཆོན་པ་སྟེ་མི་སྣང་བར་གྱུར་བ་དང་། མ་བྱ་སྐད་གསང་མཐོན་པོར་  
 དགའ་བ་སྒྲོག་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་འདོད་ལྡན་བདག་འདྲ་སུ་ཡིས་བལྟ་བར་  
 མི་རུས་ཏེ། ཆགས་པས་འཆི་བར་དོགས་པས་སོ། །དཔེར་ན། ལྷེམ་ལྷེམ་  
 བད་དཀར་སྒྲོང་བུ་གཡོ་བའི་ཅེར། །འབྲོག་འབྲོག་མངོན་པར་འཕྱལ་བའི་  
 སྐད་པ་དང་། །འབྲོག་འབྲོག་བྱུང་དུ་ལྟ་བའི་ལྷ་ལྷུང་སྒྲིན། །ལྷེམ་ལྷེམ་ཐོར་  
 ཚུགས་ཅེན་ལྷ་ཆེས་དཀར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་བཞི་ཀ་ལ་འདྲ་བ་ནི། ཐུན་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་བའི་  
 རིང་བ་ཡི་མཚན་མོ་གཤེན་རྗེ་འདྲ་བ་འདིས་བདག་ཤི་བར་གྱིས་ཤིག །རྒྱ་  
 མཚན་དགའ་མ་སྤྱོད་གས་གང་དག་ལ་བདག་སོང་ཡང་བྲལ་བས། འདོད་པས་  
 སྤྱོད་གཤེན་འགྲོ་བས་ན། མཛེས་མོ་དེ་ནི་འགྲོགས་པའི་སྤྱོད་མེད་པར་བདག་  
 བཅོམ་མོ། །དཔེར་ན། འགྲིག་འགྲིག་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྤྱོད་མེད་པར། །  
 འགྲིག་འགྲིག་རྒྱན་གྱིས་གཞན་མགོ་སྐྱོར་བྱེད་པ། །འགྲིག་འགྲིག་སོ་སྤང་  
 སྤྱོད་པའི་གཡོ་བྲལ་ཅན། །འགྲིག་འགྲིག་བྲག་རི་བཙེགས་ལྟར་དོན་གྱིས་  
 སྤྱོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། ཞེས་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་བྱང་  
 ལྡན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ལུགས་འདི་ནི་བཤད་མ་ཐག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། འདི་  
 ལྟ་ཁོ་ན་ལྟར་བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གཞན་པ་འོག་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་  
 སྤྱོད་གྲོས་གྱིས་གཞལ་བར་བྱའོ།

བྱ་དཀའ་བ་གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བྱ་དཀའ་གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། དམ་  
 བཅའ། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། གཞུང་ཏ་ཅང་སྤྱོད་པས་བྱང་བཟང་  
 འདིགས་པའི་སྤྱིར། བྱང་ལྡན་གྱི་དབྱེ་བ་མཐའ་དག་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དེ།  
 སྤྱིར་བྱ་སྤྱོད་བྱང་བཟང་ཅམ་བསྟན་ཅིང་། ད་ནི་དེ་ལ་བྱ་དཀའ་བ་མངོན་པར་

འདོད་པ་གང་འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་རྒྱུ་བཞིའི་  
 དབྱས་ན་ཡོད་པ། མཐའ་ན་ཡོད་པ། བར་མཐའ་གཉིས་ན་ཡོད་པ། ཐོག་བར་  
 གཉིས་ན་ཡོད་པ། ཐོག་མཐའ་གཉིས་ན་ཡོད་པ། གནས་གསུམ་ཀ་ལ་ཡོད་པ་  
 དང་བྱག །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། སྒོ་བརྟན་པ་དང་  
 དབང་པོ་རབ་ཏུ་བསྐྱམས་པ་ཁྱོད་ནི་སྒོ་བ་བཙོན་གྱི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་  
 པའི་བྱིར་མི་དགོ་བས་མི་ཉམས་པ་དེའི་བྱིར་གཡོ་སྒྱུ་མེད་པ་ཁྱོད་གྱི་བདེ་བ་  
 འཛིག་པར་མི་འགྱུར་བ་འདི་སྟོན་དུ་མ་ཟད། བདེ་བ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡོན་  
 ཏན་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན། གང་ཞིག་འཕྲོག་བྱེད་འཕྲོག་བྱེད་ལ་  
 སོགས་པའི། །ཁེངས་པ་འཕྲོག་བྱེད་འཕྲོག་བྱེད་མཁྱེན་བཙུའི་གཏེར། །  
 གངས་རིའི་འཕྲོག་བྱེད་འཕྲོག་བྱེད་རི་བཞིན་དུ། །གཞན་སྟོབས་འཕྲོག་བྱེད་  
 འཕྲོག་བྱེད་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །ཞེས་པ་སྟོན།

གཉིས་པ་ཆོད་པ་ཁོ་ན་ནི། རྒྱལ་པོའི་མདུན་སར་ལྷ་ཡི་སྟེ་བྲམ་བེ་རྣམས་  
 དག་གིས་ཞལ་ཆང་གིས་མ་བཙོམ་པར། རྒྱལ་པོའི་གཏོང་བ་སོགས་ནོར་  
 གྱིས་མཛེས་པ་རབ་ཏུ་བསྟོན་པའི་རྒྱས། ཁྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་གསལ་བ་  
 ལ་ཡིད་ཆགས་པའི་སྒྱེ་དབྱ་བདག་ལ་གྲགས་པའི་ཕུང་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་  
 མ་ཟད། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་ནི་གྲགས་པ་མི་འགོ་བ་མིན་ནོ། །དཔེར་ན།  
 ལེགས་བྱས་ཕུལ་བྱང་གངས་རི་ལས་འོངས་སྟོབས་འབྱོར་ཕུལ་བྱང་གསྐྱའི་

རྒྱུ། །གསེར་སྤྱངས་སྤུལ་བྱང་འཁོར་ལོ་ལས་བྱུང་ཐོགས་མེད་སྤུལ་བྱང་  
བསྐྱར་བའི་ཤུགས། །སྟོབས་འབྱོར་སྤུལ་བྱང་སྤྱན་གྱིས་ལེགས་བྱུང་རྫོགས་  
ལྡན་སྤུལ་བྱང་མགོན་དུ་འགྲུགས། །སྡེ་བཞིའི་སྤུལ་བྱང་སྟོ་འཕར་བརྒྱ་འབྱེད་  
ས་སྟོད་སྤུལ་བྱང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དམ་པའི་སྟོད་པ་ལ་བག་མེད་  
ཀྱི་ཚུལ་དང་མི་ལྡན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་མ་གང་ཞིག་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
འབྲིག་པའི་དགའ་བས་བྱུང་བར་དུ་སྟོས་མ་དེ་ཡིས་ནི་སྐབས་འདིར་ནི་འོད་  
ལྡན་གྱི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་རྣམས་གཟུང་བར་འོས་ཀྱི། བདག་ལ་ནི་རྒྱན་  
གཞན་གྱིས་མཛེས་ལྡན་དུ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་མེད་དོ།  
།དཔེར་ན། འོར་ལྡན་དབྱས་ན་དུ་རི་བླ་སྟོན། །མཁས་པའི་དབྱས་ན་  
ཚོངས་པ་བཞིན་དུ་སྟོན། །སྒྲུན་པོའི་དབྱས་ན་མཁས་པའི་ངང་ཚུལ་སྟོན། །སོ་  
ཅན་དབྱས་ན་འདབ་ཆགས་གཤོག་པ་སྟོན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ཆོད་  
ལ་མ་ཆོད་པ་ནི། མགོན་པོ་ཁྱོད་ལྟ་བུས་གཞན་ལ་དུད་པའི་རོ་ནི་མ་མཐོང་  
བས་མི་མཐུན་ཏེ། དམན་པ་ཉིད་དང་མཆོག་ཉིད་དག་ནི་ངེས་པ་འགའ་བས།  
གང་ཞིག་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཁྱོད་ལ་མགོ་བོས་འདུད་ཅིང་། དམན་པ་  
ནི་དེ་དག་ཁོ་ན་འདུད་པའི་རོ་དེ་མཆོག་ཏུ་ངོམ་གིང་བྱན་དུ་རྒྱུའོ། །དཔེར་ན།  
མིག་སྒྲན་མདངས་ལྡན་དབྱ་སྐྱ་འབྲིག་ལྡེམ་ལྡེམ། །སྒྲུ་མཆོག་ཏོག་གི་རྒྱལ་

མཆོན་སྤྲེལ་སྤྲེལ། རྩོམ་ལྷན་ཉག་སྤྲེལ་འཕངས་པ་དང་སྤྲེལ་སྤྲེལ། རྒྱལ་  
ཆེན་ལྷ་མིའི་དབྱང་ཆོག་ས་འདར་སྤྲེལ་སྤྲེལ། རྩོམ་པ་ལྷ་བྱ།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོད་པ་ནི། རོལ་པའི་འཇུག་དཀར་  
དག་དང་། དག་འཇུག་པོར་སྤྲེལ་བ་དང་། མི་བྱར་ཆུང་དུས་ལྷ་བ་དང་། ལུས་སྤྲེ་  
བའི་ཆུ་ལ་གྱིས་འགོ་བ་དང་། ཆགས་པས་ཀྱན་ཏུ་སྤྲེལ་བ་དང་། རྩོམ་ཆོད་  
ར་རྒྱས་པ་དག་སྤྲེལ་བ་དེས་འདོད་པ་བསྐྱུན་པ་དེས་ན་བདག་ནི་ཆགས་པས་  
འཆོ་བ་དམན་པར་གྱུར་ཏོ། །དཔེར་ན། གསལ་བྱེད་ཉི་མས་བསྐྱེད་རྒྱས་པར་  
བྱེད། མཛེས་བྱེད་རྒྱན་གྱིས་སྤྲེལ་བྱ་མཛེས་པར་བྱེད། བཅོམ་བྱེད་སྤྲེལ་  
གྱིས་ནད་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད། བསེལ་བྱེད་ཆུང་གིས་ཆ་གདུང་སེལ་བར་  
བྱེད། རྩོམ་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། དཔལ་ལྷན་ཀྱན་ལ་  
བྱེད་པས་མི་ཤོང་བ། མི་གཡོ་བས་བརྟན་པ་དང་ལྷན་པ་གང་གི་བདག་ཉིད་  
ཅན་ནི། འཆི་མེད་གྱི་ལམ་དང་མཉམ་པས་ཆོད་དང་ལྷན་པ། རབ་ཏུ་དུད་  
པའི་འགོ་བ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ། གཞན་གྱིས་མཆོད་པའི་གནས་དང་ལྷན་པ།  
ཆོད་གཟུང་མེད་པའི་མིང་ཅན་དང་ས་ཆེན་འདི་གོམ་པས་འཇུག་པར་བྱེད་  
པའི་མཛོན་མཐོའི་ཕུང་པོ་ཆོད་མེད་པ། འཇུག་པ་བརྟུ་སོགས་རྣམ་གྲངས་  
མང་པོར་བཀོད་པའི་བྱེད་འཇུག་ལ་ཕྱག་མཛོད་ཅིག །དཔེར་ན། མགུལ་བར་  
ཁོལ་ཁོལ་གདུ་བྱའི་སྤྲོ་སྤྲོག་དབྱངས་ཅན་མས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་སྤྲོ་ཁོལ་



ཁྲོལ། །བསྐྱབས་ཆེ་ཁྲོལ་ཁྲོལ་སྐྱད་སྒྲུབ་འབྲེལ་པའི་ཁུ་བྱུག་ཆོགས་རྣམས་  
 ལྷགས་ཏེ་སྐྱད་ཁྲོལ་ཁྲོལ། །སྐྱར་བས་ཁྲོལ་ཁྲོལ་རྒྱུ་གདུབ་ལྷན་པའི་ངང་པ་  
 འཕྱར་ལྗོངས་མཆོ་མཐའ་དབྱངས་ཁྲོལ་ཁྲོལ། །མཐོང་བ་ཁྲོལ་ཁྲོལ་རྒྱུ་ལེན་  
 པའི་སྒྲིན་ལེགས་མ་རྣམས་འགྱུར་ཁུག་གདངས་ཁྲོལ་ཁྲོལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།  
 བཞི་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོད་པ་ནི། བཅུད་དེ་འབྲིག་པའི་བྱ་བ་ལ་  
 ལྷགས་ཏེ། བྱང་གི་རུ་མས་དགའ་བར་བྱེད་ཅིང་། སྒྲིང་པོར་གྱུར་བའི་བཅུད་  
 མང་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་ལང་ཆོ་ཅན། བཞད་ཀྱི་རྗེས་མཚུངས་སྐྱད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྷན་  
 འི་ལ་རྒྱུང་འདྲ་བ་ཅན་མ་དེས་ནི་རོ་བཙའ་བའི་བཅུད་ལེན་ལ་སྒྲིང་པོ་མེད་  
 པར་རིག་པར་བྱས་སོ། །དཔེར་ན། དག་དབང་ལྷ་མོས་དག་གི་དཔལ། །དག་  
 གི་འདོད་འཇོ་དག་རྣམས་ལ། །དག་དབང་མ་ལྟར་དག་སྒྲོལ་བས། །དག་  
 འདོད་ཆོགས་རྣམས་དག་གིས་བསྟོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་མི་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་དང་། མཉམ་པ་གཉིས་ཀྱི་  
 ཐོག་བར་ན་ཡོད་པའི་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རབ་ཏུ་བརྟན་ཞིང་། སྒོ་གྲོས་  
 རྒྱས་པ། ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་པ་ལེགས་པར་བརྟག་པ་འདི་ཡིས་ནི་ཚུལ་  
 ལེགས་པ་མེད་པར་དགོ་བའི་ཐབས་ལ་མིག་ལོང་བ་རྣམས་ཀྱི་མ་རུངས་པ་  
 རྣམ་པར་བྱུང་ཞིག །གཞན་ཡང་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱད་ཏུ་བཞོན་པ་  
 ཡོངས་སུ་ཉོན་མོངས་པ་མི་འགྲོ་ཞིང་། རྒྱལ་བའི་ཐོག་པར་འགྲོ་བ་དག་གི་

དགོ་བའི་ཐབས་ཚུལ་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཐོབ་པ་རྣམས་ཐོབ་པ་དག་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐྱེད་པར་མཛོད་ཅིག། །དཔེར་ན། མཛེས་མཛེས་མིག་ཟུར་གཡོ་བ་  
རྣམས་མཛེས་མཛེས། །མཛེས་མཛེས་ལང་ཆོ་ངོམ་ཡུལ་མཛེས་མཛེས་  
རྣམས། །མཛེས་མཛེས་སྒྲིག་མའི་གམ་དུ་ཚུལ་མཛེས་མཛེས། །མཛེས་  
མཛེས་དེས་ཀྱང་འདོད་ལྡན་མཛེས་མཛེས་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོད་པ་ནི། མཚུངས་མེད་མྱེ་བའི་མཆོན་  
ཆ་དང་ལྡན་པའི་གཡུལ་དུ་བྱུང་བ་འདྲུག་གི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་པའི་དཔལ་  
བོ་བྱ་ཡི་སྐྱས་ལྟ་མ་ཡིན་ས་སྐྱེས་ཀྱང་ནི་འགྲོས་པར་བྱེད་ན། ཉི་མ་བཞིན་དུ་  
བཟོད་པར་དཀའ་བའི་དྲག་པོ་འགྲོག་བྱེད་འདིའི་མདུན་འཛིགས་རུང་དུ་ནི་  
གཡུལ་ལ་དབྱ་རྣམས་བཞུགས་པས་ལུག་གསོད་པ་དང་མཚུངས་པར་རིག་གོ།  
དཔེར་ན། དཀར་མཛེས་ཆ་ཤས་རྫོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དཀར། །དཀར་  
མདངས་འོད་ཟེར་ཆོགས་ཀྱི་ཀྱ་ལུང་དཀར། །དཀར་འཇུག་འདབ་མ་རྒྱས་ཆེ་  
པར་དཀར། །དཀར་བའི་འདབ་མ་རྩམ་ཆེ་མཆོན་མོ་དཀར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། མཆོན་མོ་རིང་བ་ཆད་མེད་པའི་  
ཐུན་དང་ལྡན་པ། ལུས་རིད་པས་དཔལ་མེད་ལ། གྲོགས་མེད་པས་སྐྱག་  
བསྐྱལ་ཆད་མེད་ཅིང་། མཐར་ནི་བགྲོད་བྱ་འབྲིག་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་མིན་  
པས་ཆེ་བད་པའི་ནད་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བཙུ་བྱག་ཆ་ཡི་རང་བཞིན་ལྷ་བ་

ལས་ནད་འཕེལ་བ་ཅན། མཛེལ་པོ་དང་བྲལ་བའི་ནད་ཀྱིས་གཟིར་བ། སྐལ་  
ལྷན་མ་ནི་སྒྲིང་རྗེའི་རང་བཞིན་དུ་སོམས་ལ་འབྲལ་མེད་མཛོད་ཅིག །དཔེར་  
ན། ལྷང་ལྷང་སྤང་སྤྲོངས་འོག་པག་རྣམས་ལྷང་ལྷང་། །ལྷང་ལྷང་རྒྱང་འཕྱང་  
ལོ་འདབ་མདོག་ལྷང་ལྷང་། །ལྷང་ལྷང་ནི་ཙཱ་མོ་གཞོག་སྒྲིབ་ལྷང་ལྷང་། །  
ལྷང་ལྷང་མ་གད་ཁུ་བས་བྱུགས་ལྷང་ལྷང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དུག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆོད་པ་ནི། གཞན་དོན་ངལ་མེད་སྤྱིང་  
ཀྱི་སྒྲོ་ལ་མཉམ་ཉིད་ལས་སྒྲོག་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་སྤྲོ་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་  
སྤྲོ་མི་མཐུན་པའི་སྤྱིར་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ལ་གདུང་བ་མེད་པར་དོན་ཐོབ་པ་དང་།  
སྤྱིས་བྱ་མཆོག་གི་རྗེས་སྤྲོ་མཐུན་པ་ཉིད་དང་། སྤྱིང་འགྱུར་ལ་དགའ་བ་དང་  
འདོད་པ་མེད་པ་མེད་པའི་བྱང་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་ཞི་བདེ་དག་ལས་  
རྒྱལ་ལོ། །དཔེར་ན། སྒྲོ་གྲོས་རབ་རྒྱས་སྒྲོ་གསལ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ། །སྒྲོ་རིག་  
འཇམ་དབྱེངས་སྒྲོ་ལྟར་ཐོགས་མེད་སྒྲོ། །སྒྲོ་ལྷན་ཀྱན་སྒྲོ་ཆེན་རངས་པའི་  
སྒྲོ། །སྒྲོ་མཆོག་དམ་པ་སྒྲོ་གྲོས་བཏྱན་པའི་སྒྲོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ཆོད་ལ་མ་ཆོད་པ་ནི། དུས་ཀྱི་དུས་ཆེན་པོ་དབང་ཕྱག་ནི་  
མགྱེན་ནག་ངོ་ནག །ཁུ་མཆོག་ནག་པོའི་རྒྱལ་མཆོན་ཉིད་དག་འཛིན་པ་ནི།  
སྒྲོ་སྒྲོག་སྒྲུ་དབྱེངས་དག་གི་སྒྲོག་བྱེད་བྱང་བའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། དབྱར་  
དུས་ཀྱི་སྤྱིན་ནག་ལྟར་གནག་པ་དང་། འཆི་བདག་གི་དུས་ཀྱིས་མི་གཟུང་ལ།

དུས་གསུམ་དང་ཉི་མེད་ལ་སོགས་པའི་དུས་བརྒྱད་དུ་འཆར་བ། ཆ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དབང་ལུག་ཁྱོད་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་གྱིས་མཛེས་པ་གངས་རིའི་ཕག་  
 ཏུ་དཀར་ཐུབ་ལས་བསྐྱོག་པའི་བྱ་བ་དཀར་བས་འཆོ་བའི་བྱད་མེད་སྤྱིའི་  
 ལན་བྱའི་སྤང་བས་མགོ་བོ་ནག་པ་ཅན་བསྟེན་པར་མཛོད་ཅིག །དཔེར་ན།  
 དཀར་དཀར་གངས་ཀྱི་རི་བོ་ཇི་བཞིན་དཀར་དཀར་རི་བོང་ཅན་དཀར་  
 དཀར། །དཀར་དཀར་པར་ལྗང་ཅ་བ་ལྷ་བྱ་དཀར་དཀར་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་  
 དཀར་དཀར། །དཀར་དཀར་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་ཇི་ལྟར་དཀར་དཀར་ལུས་སྤྱིའི་  
 གདོང་དཀར་དཀར། །དཀར་དཀར་དཔལ་མའི་ལོགས་སྤྱིའི་ལྷ་བྱ་དཀར་  
 དཀར་ཚུ་འཛིན་སྤང་དཀར་དཀར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བའི་བྱང་ལྡན་ལ། དམ་བཅའ། དཔེར་  
 བཛོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཀླང་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་ནི་རབ་ཏུ་སྤྱར་བ་བྱང་  
 ལྡན་གྱི་གནས་སྐབས་འདིར་བཛོད་པའི་ཁོངས་སུ་འདུ་མོད་ཀྱང་། རང་དབང་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་རང་སྤྱི་ཐུབ་པས་འདིར་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། མཛའ་བོ་ཆགས་པས་སྤྱོས་པས་ཉེ་བར་གནས་ཀྱང་།

བྱད་མེད་དེས་བདག་ཉིད་ལ་མ་སྐྱར་བས་བདག་གིས་ལན་ལེན་སྒྲུམ་པའི་  
ཁོང་ཁོ་བ་ཡི་སྒྲིག་པའི་རོ་དང་སྐྱར་ཏེ། ལུས་མེད་འདོད་པ་དག་གིས་གདུངས་  
པར་གྱུར་ཡང་། བདག་ནི་མཛའ་མོ་འདི་ཉིད་གདུང་བའི་སྦྲད་དུ་བྲིམ་དུ་མ་  
སྦྲད་དོ། །དཔེར་ན། སྒྲན་དག་རྒྱ་མཚོ་འཆད་ལ་མཁས་པའི་དཔལ། །དཔལ་  
ལྡན་དཔལ་བོའི་ཁེངས་འཕྲོག་ཕྱར་བུ་ཡང་། །ཡང་ཡང་འདུད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
ནམ་མཁའི་ངོས། །ངོས་གྱིས་ཡང་ཡང་འོང་བ་གཟེགས་ལགས་སམ། །ཞེས་  
པ་ལྟ་བུ།

### ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ།

བཞི་པ་ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་ལ། ཀླང་པ་བཞུས་པ། ཆིགས་བཅད་བཞུས་  
པ། བྱང་ལྡན་ཆེན་པོ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་སྦྱར་བསྒྲན་པ། སོ་སོར་བཤད་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆིགས་བཅད་སྐྱེད་ཀླང་པ་གཉིས་བཞུས་པ་ནི་ཡང་  
དག་སྐྱར་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་དབྱེ་ན། དང་པོ་གསུམ་པ་དང་། གཉིས་པ་བཞི་  
པ། དང་པོ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་བཞི་པ། དང་པོ་བཞི་པ་དང་གཉིས་པ་  
གསུམ་པར་བཞུ་བ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །ཀླང་པ་བཞུས་པ་ལའང་། དུ་མ་སྟེ་  
མང་པོའི་བདག་ཉིད་ཡོད་དེ། སྐྱེད་དང་ཀླང་པ་བཞུས་པ་དེ་དག་གི་དཔེར་  
བརྗོད་གསལ་བར་བྱའོ།



གཉིས་པ་ལ། བྱེད་བཞུས་ཡང་དག་སྒྲུབ་བ་དང་། གཞན་ཀང་པ་  
 བཞུས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་གསུམ་པ་དང་གཉིས་པ་  
 བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། སྐྱེས་བུ་བརྟན་པ་གང་ཞིག་སྙིང་སྟོབས་ཅན་དེས་ཀྱང་  
 ཁེངས་པ་རབ་ཏུ་སྤང་བྱར་བྱས་ན། སྤང་བྱ་ཁེངས་པ་དེས་མཛེས་པོ་བྱིད་  
 གྱིས་ཀྱང་མཆོག་ཏུ་འབད་པ་ཡིས་སྤྲོད་བའི་ཡིད་བརྟན་བྱའོ་འབད་མེད་མ།  
 རྒྱ་དཔེར། རྒྱ་སྤྲེལ་ལྷ་པ་བཟོ་ཞེས་པ་མི་མཉམ་པ་གཉིས་ལ་ཡོད་པས་  
 མཆོན་ཏེ་ཞིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །དཔེར་ན། གསེར་སྤྱངས་གསེར་རི་གཙོ་མའི་  
 འོད་རབ་རྣམ་འབར་བ། །ཞོར་འཛིན་ས་གཞི་མགོ་བོའི་ཐོད་དུ་རྣམ་པར་  
 མཛེས། །གསེར་སྤྱངས་ཅོད་པན་གཙོ་མའི་འོད་རབ་རྣམ་འབར་བ། །ཞོར་  
 འཛིན་རྣམ་སྤྲེལ་མགོ་བོའི་ཐོད་དུ་རྣམ་པར་མཛེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་  
 དང་པོ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། བྱིད་ཀྱི་དབྱེད་གི་  
 བཏོད་པ་ཁྱབ་བདག་སྟེ་ཁྱབ་འཇུག་ལྟ་བུའི་གཟི་བྱིན་གྱིས་མཆོན་ཆ་ཡང་  
 ཡང་རབ་ཏུ་སྤྱར་ཞིང་བསྐྱུན་པས། དག་པོ་མཛེས་པ་མེད་པ་ཡིས་བད་དོ། །  
 དེས་མི་རྣམས་དཔའ་བའི་ཚུལ་དང་ང་རྒྱལ་ཉམས་པར་བྱས་ནས་གདུངས་  
 ཞིང་གྱི་མ་རོ་རྣམས་བྱས་ཐོས་ཞིང་རྣམ་པར་བཅོམ་ལོ། །དཔེར་ན། ཐོར་  
 ཚུགས་ཟླ་དབྱངས་ཅན་ལྟ་ཆོས་ཀྱིས་མཛེས་པ། །ཐོར་ཚུགས་དབང་ལྷག་ཟླ་  
 ཆོས་ཀྱིས་མཛེས་པ། །ཞེས་ལྟར་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བའི་དཔལ། །ཞེས་ལྟར་

རྣམས་ཀྱི་དགའ་བའི་དཔལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་དང་པོ་བཞི་དང་  
གཉིས་པ་གསུམ་པར་བཞུས་པ་ནི། འབྲུག་གི་སྤྱི་ཡིས་སྤྱིན་བཟོད་ཅིང་ཆར་  
བབས་པ་ན་དབྱར་སྤྱེས་སྤལ་པ་དང་ཆ་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་མཛེས་པ་ཉིད་དུ་  
ཉེ་བར་གྱུར་ལ། རྒྱུད་གི་ཆོགས་སྤྱག་པོ་དང་བྲལ་བས་ཚུར་སློག་ངང་པའི་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་སྒྲུབ་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་རོ། །དཔེར་ན། དཀར་  
འཇམ་ཅན་ལྷ་བ་ཀྱིས་དགའ་བྱེད་པ། །སྒྲུབ་པའི་སྤྱི་དབྱངས་བྲམ་བེ་སློག་  
མཁས་ཅན། །སྒྲུབ་པའི་སྤྱི་དབྱངས་བྱུང་བ་སློག་མཁས་ཅན། །དཀར་འཇམ་  
ཅན་པར་ཀྱིས་དགའ་བྱེད་པ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་གཞན་རྒྱུད་པ་བཞུས་  
པ་ལ། ལན་གཅིག་བཞུས་པ། ལན་གཉིས་བཞུས་པ། ལན་གསུམ་བཞུས་པ།  
དོན་བསྐྱུ་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ལ་དྲུག་ལས། དང་པོ་དང་པར་པོ་གཉིས་པར་  
བཞུས་པ་ནི། འདོད་པས་གདུངས་ཀྱང་སློག་འཆོ་བའི་དབང་ཕྱག་མཛེས་པོ་  
ཡིས། ཁོ་མོ་ལ་འདུད་ཀྱང་བདག་ནི་ངོ་ཆ་དམན་ཞིང་། ཁེངས་པ་ངེས་པར་  
གྱུབ་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་བཅེ་བ་སྤངས་པའི་བདག་ཉིད་མས་ཡིད་ཀྱིས་  
མཛེས་བོའི་བྲང་ལ་རང་གི་འོ་མ་འཛིན་པའི་ཁུར་གཉིས་པོ་ཉེ་བར་གཏད་ནས་  
ཀུན་ཏུ་འཁྱུད་པར་མ་བྱས་པས་འགྱོད་དོ། །དཔེར་ན། གནས་ལྷ་རིག་པའི་  
དབང་ཕྱག་ཆེ། །གནས་ལྷ་རིག་པའི་དབང་ཕྱག་ཆེ། །འོང་དབང་མཁས་པའི་  
རྣམ་དབྱེད་ལ། །གངས་ཅན་སྤྱོདས་འདིར་སྤྱི་ཡིས་འགྲན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་དང་པོ་གསུམ་པར་བཞུས་པ་ནི། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་སར་  
 རྟོག་མེད་བུད་མེད་རྒྱན་གྱིས་རྣམ་པར་མངའ་ས་པ་གནས་པའི་ས་དེར། རྒྱལ་  
 པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པད་ཅ་བེ་མ་མེད་པ་ལྟར་མངའ་ས་ཤིང་། རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་  
 ཕྱིས་གྲོང་ཁྲིའ་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པས་བརྒྱན་པའི་  
 བུད་མེད་དག་དང་རྣམ་པར་ཅེ་ཞིང་སྤྱོད་དོ། །དཔེར་ན། རྣམ་པར་བཟ་ཤིང་  
 འབྲུག་པ་ཡི། །སྟོག་སྟོང་ཅན་དེ་མཁའ་ལ་རྒྱ། །རྣམ་པར་བཟ་ཤིང་འབྲུད་པ་  
 ཡི། །མ་བྱ་ས་ལ་གར་གྱིས་རོལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་དང་པོ་བཞི་པར་  
 བཞུས་པ་ནི། ལྷ་པར་སྤྲོ་བ་དང་། ལུས་སྤྱེས་དུད་པ་དང་། ལུ་མ་གཉིས་མཐོ་  
 ཞིང་ལང་ཆོ་དར་བབ་མས། ཁྱོད་ལས་གཞན་པའི་སྤྱེས་བུ་སུ་ཞིག་འདོད་  
 བས་མ་བཅོམ་པ་དེའི་ཕྱིར། འབྲུང་པོ་ལུས་ལྷན་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་  
 འདོད་པའི་སྤྱོན་ལས་གྲོལ་བ་ཁྱོད་གཅིག་བུ་ཡིན་པས་སོགས་ཞེས་བྲང་བ་  
 ལ་ནི་མིང་གཞན་མེད་པས་ཉེ་བར་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ཆ་གདུང་  
 རྣམ་པར་འཕྲོག་མཁས་པ། །དཔལ་གྱི་ཚུ་འཛིན་གཞོན་ལུ་མ། །མ་ལ་ཡ་ཡི་  
 རྒྱང་གིས་གྲང་། །ཆ་གདུང་རྣམ་པར་འཕྲོག་མཁས་པ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཞི་  
 པ་གཉིས་པ་གསུམ་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དམག་དཔུང་ཁྲབ་  
 འབྲུག་ལྟ་བུ་གོ་བསྟོས་ཤིང་མཆོན་རྟོན་པོ་ལྷན་པ། དཔའ་བོའི་ཆོགས་དག་  
 གིས་སྟོགས་རྣམས་སུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གྲགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་པར། ཏྲ

སྒྲུབ་གི་མིག་པའི་རྩལ་དག་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་གཡུལ་གྱི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོ་ནས།  
 དགྲའི་རིགས་ལུས་བྲལ་ཞིང་གཟེ་བཟིང་མེད་ལ། རྒྱགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་  
 རོ། །དཔེར་ན། །རྣམ་འཛེན་ཤྲུག་འཛེན་དབང་པོ་ཡིས། །པན་པའི་འདོད་པ་འཇོ་བར་  
 མཛད། །པན་པའི་འདོད་པ་འཇོ་བར་མཛད། །ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོས་  
 གྲུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལྷ་པ་གཉིས་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། དཔྱད་ལྟར་བདག་  
 ལས་པན་པའི་ཆོག་གཅིག་ཉན་པར་མཛོད་ཅིག །རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱི་དཔལ་ལྷན་  
 པའི་ལག་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ལག་འགྲོ་སྒྲུ་ཡིས་གྲུང་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་  
 འཛིན་པ་དེའི་ཕྱིར། ས་གཞི་འཛིན་པ་རང་གི་ལག་པ་ཁོ་ནར་རིགས་ནས་  
 རྒྱགས་པ་རྒྱས་པར་ཡོངས་སུ་མ་བྱེད་ཅིག །དཔེར་ན། །ཤེས་རབ་རྣམ་པར་  
 རྒྱས་མཛད་པ། །དག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། ། མི་ཤེས་སྒྲུན་པ་  
 ཞི་མཛད་པའི། །དག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

རྒྱག་པ་གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། འདོད་པའི་མེ་གང་ཁེངས་པ་  
 རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ལས། ཏུས་སྐྱད་ཅིག་མ་རེ་དང་མཉམ་ཏུ་རྒྱས་པས་བསྐྱའི་  
 མིག་ཅན་ཁྱོད་རང་གི་མཛའ་བོ་ལ་ལྟ་བའི་རོ་ལ་ཞེན་མེད་ཁྱོད་གྱིས་བདེ་བ་  
 དེ་དག་ནི་ཀྱན་ནས་ལྷག་མེད་ཏུ་ཉམས་པ་ཉིད་ཏུ་ཅིས་མི་བྱེད་དེ་བྱེད་དོ། །  
 དཔེར་ན། ཕྱི་རོལ་རིག་སྒྲའི་སྒྲོན་པ་དང་། །ནང་པའི་ལུགས་འཛིན་གཉིས་གྱི་  
 ལྷ། །གདོང་བཞིའི་ཆངས་པ་མཆེ་བ་ལས་འབྱུངས་པ། །གདོང་བཞིའི་སྒྲུན་

རས་གཟིགས་མཆེ་བ་ལས་འབྱུངས་པ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ལན་གཉིས་  
བཞེས་པ་ལ་གསུམ་ལས། འདྲ་པོ། རོག་མ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པར་བཞེས་  
པ་ནི། གཞན་ལ་མ་དུད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ནི་འཛིག་བཏེན་གྱི་བདག་པོར་  
གྱུར་ཆོ། བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་ཡིས་མཐུ་ལྡན་རིན་ཆེན་ལྷ་པོ་བརྒྱ་བྱེན་དག་  
གིས་བརྟུང་བ་དེའི་སྤྱིར་གསར་པའི་བརྟུང་བ་བདུད་ཅི་དང་ལྡན་པའི་མཆོད་  
སྦྱིན་ནི། དུས་ཀྱི་གངས་ངེས་པ་ཉིད་དུ་ཆད་པར་མ་གྱུར་རྟོ།། དཔེར་ན། དཀར་  
ཞིང་ནི་བཟང་དགའ་བ་སྦྱེད། འདྲ་པོ་ཞིང་ནི་བཟང་དགའ་བ་སྦྱེད། འདྲ་པོ་ཞིང་  
ནི་བཟང་དགའ་བ་སྦྱེད། འདྲུངས་ཅན་པར་སྦྱ་བ་མཛེས། ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ། དང་པོ་ནི་གསུམ་པ་དང་། བཞི་པར་བཞེས་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་  
ཁྱོད་ཀྱི་དབྱུང་གི་སྤང་པོ་རྣམས་ནི། སྤང་པོ་གཞན་དང་གཞན་དག་མང་པོའི་  
སྟོབས་དང་ལྡན་ཞིང་། ང་རྒྱལ་ཀྱི་སྦྱ་སྦྱོག་པ། རབ་ཏུ་རྒྱུད་དེ་བཟོད་པ་ཡི་  
ཐང་ལ་རྒྱལ་བསྐྱབས་པ་ཡིས་ནམ་མཁའ་འགོག་པར་བྱེད་ཅིང་། གཡུལ་ཀྱི་  
སྟོབས་དང་ལྡན་པས་མཆོག་ཏུ་གཞན་ཀྱི་སྤང་པོ་རྣམས་གསལ་སྤྱིར་རྒྱུག་གོ། །  
དཔེར་ན། ཁ་དོག་རྣམ་པར་སྦྱ་བ་ཅན། འཛེན་བྱེད་དག་གི་དགའ་སྟོན་  
དེ། ཁ་དོག་འཇའ་རྣམ་པར་བཟ་བ་ཅན། ཁ་དོག་རྣམ་པར་ལུས་སྤེའི་མིག་  
བཟ་བ་ཅན། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ། གཉིས་པ་གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞེས་  
པ་ནི། སྦྱིན་ལེགས་ཁྱོད་ལྷ་བྱ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པས། སྦྱིད་པ་འདིར་ནི་



ཆགས་སྒྲུབ་རྣམས་པ་གཉིས། མི་མཉམ་པ་དང་། གྲུན་ལ་པན་པ་མེད་ཅིང་།  
གཞོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་མི་བདེན་པ་ལོག་པ་གྱུར་པ། སྒྲུབ་བྱེད་མི་མཉམ་  
པ། རྩོན་སྒྲུབ་ལེན་པ་དང་། གཡོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཞོན་དང་མཚུངས་ལ་ངོ་ཆ་མེད་  
པའི་བྱེད་མེད་ཁྱོད་ལ་བདག་མི་དད་དོ། །དཔེར་ན། རྩོན་པར་སྒྲུབ་ཞིང་རབ་  
བརྩེད་པ། མགྱོན་པར་སྒྲོག་པའི་དབྱངས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་སྒྲུབ་པོ། །  
མགྱོན་པར་སྒྲོག་པའི་དབྱངས་ཅི་ཟེའི་སྒྲུབ་པོ། །མགྱོན་པར་སྒྲོག་པའི་དབྱངས་  
ཀ་ལ་པིར་སྒྲུབ་པོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་ལན་གསུམ་བཞུས་པ་ནི་དབྱ་ཡི་མཛེས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་  
ཅིང་། རྒྱལ་པོའི་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཚུར་བཏུད་པ། སྒྲེས་མཆོག་ཟུ་མས་སྒྲུབ་པར་  
བྱེད་པའི་ལྟ་ལ། རྩོན་དབང་ཕྱག་གི་དཔལ་མེད་པ་མིན་པ། སྒྲིང་སྒྲོབས་ཀྱི་  
གོ་ཆ་བགོས་ཞིང་། ཟུ་མས་བཏུད་པས་གཙུག་ན་ལྷ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་  
གྲུན་གྱིས་མཆོད་ཡུལ་ཐོབ་པའི་དམ་པ་ཉེས་པའི་རྩལ་མེད་པ། མ་མཛེས་པ་  
མིན་པའི་གཙོ་བོ་ཁྱོད་དོ། །དཔེར་ན། འོད་ཀྱི་ཐུགས་རྩེའི་འོད་རྣམ་པར་རྒྱས་  
པར་བྱེད། །འོད་ཀྱིས་རྣམ་ཉི་མའི་འོད་པར་རྒྱས་པར་བྱེད། །འོད་ཀྱིས་རྣམ་  
པར་ལྷ་བའི་འོད་རྒྱས་པར་བྱེད། །འོད་སྒྲོན་མའི་འོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་རྒྱས་  
པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བཞི་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། །དེ་ལྟར་རྒྱུང་པ་ལན་གཅིག་  
དང་། གཉིས་དང་གསུམ་བཞུས་པ་ཡང་བསྒྲུབ་ཟེན་ཏོ།

གཉིས་པ་ཆིགས་བཅད་བཞུས་པ་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆིགས་བཅད་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་དོན་ནི། ཆིགས་བཅད་  
 གཉིས་བཞུས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ཆིགས་བཅད་འབྲ་བ་གཉིས་  
 བེ། ལྷམ་ཞིང་རྒྱས་བའི་ལག་པ་ཅན་གྲོགས་མིན་པ་དག་རབ་ཏུ་འཛོམས་པར་  
 བྱེད་པ་རྣམ་འབྲེན་བྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་འདིས་སའི་དཔལ་མི་མཚུངས་པ་སྟེ་དོ་  
 ལྷ་བལ་བས་འཛིགས་པ་མེད་དོ། །ཡང་བྱོད་ཀྱི་དག་ནི་ཁོ་རང་གི་འབྲེན་པ་  
 དག་དང་བལ་བར་གྱུར་ཅིང་ལག་པ་སྟེག་རྣམས་སྟོང་བ་ལ་སྟེག་ཁང་དུ་ཉེ་བར་  
 གྱུར་པ་དང་། རང་གི་གྲོགས་ཀྱིས་སྟོས་བཏང་ཞིང་དག་ཡིས་ནི་མཚུངས་པ་  
 མེད་པའི་ས་མཐོ་རིས་འདི་མངོན་པར་བསྟེན་དུ་འཇུག་གོ། །རྒྱ་དཔེར་ཆིག་  
 གཟུགས་གཅིག་པའི་ལོ་ལོ་ཀ་གཉིས་སོ། །དཔེར་ན། མིག་ལ་དཔལ་སྟེར་  
 མཛེས་པའི་སྒྱ། །རྣ་བར་སྟན་པའི་དབྱངས་སྟོག་མཁན། །ཡིད་ལ་དགའ་བ་  
 སྟེད་བྱེད་པའི། །ལྷ་བའི་སྟན་ལྷ་དབྱངས་ཅན་ཨེ་མ་མཆར། །མིག་ལ་དཔལ་  
 སྟེར་མཛེས་པའི་སྒྱ། །རྣ་བར་སྟན་པའི་དབྱངས་སྟོག་མཁན། །ཡིད་ལ་དགའ་  
 བ་སྟེད་བྱེད་པའི། །ལྷ་བའི་སྟན་ལྷ་སྟེག་མོ་ཨེ་མ་མཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་བྱང་ལྷན་ཆེན་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད་ཅོད་སྟོང་དང་བཅས་ཏེ་  
 བཤད་པ་དང་། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཀླང་པ་བཞི་རྣམ་པ་གཅིག་  
 པ་གང་བྱང་ལྷན་ཆེན་པོར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལའང་ལན་གསུམ་བཞུས་

པར་མཐོང་མོད་དེ། དེས་ནའང་བྱང་ལྡན་སྒྲུབ་མའི་བྱ་བ་དང་མི་འདྲ་བ་གཅིག་  
བར་མ་ཆོད་ལ་ཡི་གེ་གཞན་མེད་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། མཉམ་མེད་དཔལ་ལྡན་མཚུངས་མེད་མ་ཁེངས་པ་དང་  
ལྡན་ཡང་ངལ་བ་ཅམ་སྟེ། དེ་དག་དང་ནི་མཛའ་བོ་བོར་བའི་ཁེངས་པ་མཉམ་  
པ་ཉིད་དུ་ལྡན་པ་སྟེ། ཚུལ་མིན་པ་དེ་དག་དོར་བའི་སྟོང་ཚུལ་ཆོད་ལྡན་འདི་  
དང་འགྲོགས་སུ་ཆུག་ཅིག །དཔེར་ན། འི་མེད་རྒྱལ་བའི་བྱགས་རབ་གསལ་  
འི་མེད་དབྱངས་ཅན་སྒྲུབ་གསལ། འི་མེད་ནམ་མཁའ་རབ་གསལ་འི་མེད་  
དྲངས་མཆོ་གསལ། འི་མེད་ལྷ་བ་རབ་གསལ་འི་མེད་མན་ཤེལ་གསལ། འི་  
མེད་འཕགས་ཆེན་རབ་གསལ་འི་མེད་མེ་ལོང་གསལ། །ཞེས་པ་སྟེ་བྱ།

འདྲེས་པའི་བྱང་ལྡན་བཤད་པ།

ལྷ་པ་འདྲེས་པའི་བྱང་ལྡན་ནི། འཛིན་མ་འཛིན་པའི་སྒྲུབ་ལྷག་མ་ཅན་  
དང་མཚུངས་པ་དེ་རྣམ་པར་འཛིན་པ་འཛིན་མ་སྟེ་ས་ལ་སྟོང་པ་རྣམས་ཀྱི་  
དབྱ་སྒྲེའི་ལག་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་མི་དམན་པས་འབྲལ་ལ་འཛོམས་པར་  
སྒྱུར་བ་དང་ལྡན་པ་སྟོང་ལ་མཆོད་པའི་ཁུར་ནི་བརྟན་པ་ཡི། ས་གཞི་དག་ནི་  
རིམ་པས་བསྐྱང་བར་བཅོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། མཛའ་བཟང་མཆོག་

གིས་མཆོག་དམན་འགོ་འདྲེན་མཛད།      །མཛད་བཟང་སྤེལ་མཁས་མཁས་  
མཆོག་དབུས་ན་བཅུན། །བཅུན་བཅུན་ཟས་གཙང་རིགས་འབྱུངས་ཐམས་ཅད་  
མཐུན། །མཐུན་བཅེའི་དཔལ་གྱུར་དཔལ་ལྷན་ཤུགས་ལོ་གཙོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

### ལྷོག་པའི་བྱང་ལྷན་བཤད་པ།

དུག་པ་ལྷོག་པའི་བྱང་ལྷན་ལ།      མཆོན་ཉིད་དང་དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་རྒྱུད་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་བྱེད་པ་དང་། ཆོགས་  
བཅད་རངས་པོ་ལྷོག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཏེ།      འོ་ལོ་ག་གཅིག་ལྷགས་ལས་  
ལྷོག་པས་བསྐྱོར་བ་གསུམ་ནི་བྱང་ལྷན་ལྷགས་ལས་ལྷོག་པས་ན་ལྷགས་  
ལས་ལྷོག་པ་ཞེས་བཤད་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
རྒྱུད་པ་ལྷོག་པ་ནི། གང་ལ་འབད་པ་བྱས་ཀྱང་དུས་བཟུང་པ་ལས་ཡོལ་བས་  
ཆགས་གདུངས་ཀྱིས་བདག་ལུས་སྤྱོད་མོ་ཉིད་དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་པར་  
མཛད་མོད། ད་ནི་མཛའ་བོ་སྤྱོད་ལ་རེ་འདོད་མེད་པས་བྱེད་མེད་ཀྱི་ལྷ་བེམ་  
པོའི་རང་བཞིན་ཅན་བསྐྱོད་ནས་འོངས་པ་སྤྱོད་རང་གང་འདོད་དུ་གྲོ་བར་  
གྱུར་ཅིག་རྒྱ་དཔེར།      ལྷ་མ་རྒྱ་ཤ་གི་རྒྱ་ལྷ་སྤྱ་སྤྱ་ལྷ་རྒྱ་ཤ་ལྷ་མ་ལྷ། ཞེས་  
པས་མཆོན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཡོད་ལ། དཔེར་ན། དཀར་མོ་ལྷ་མཆོག་

མཛེས་པ་ལྟན། །ལྟན་པ་མཛེས་མཆོག་ལྟ་མོ་དཀར། །ལེགས་ལྟན་བདེ་བ་  
 སྟེར་གྱི་དཔལ། །དཔལ་གྱི་སྟེར་བ་བདེ་ལྟན་ལེགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་  
 པ་ཆོག་པ་བཅད་བྱེད་ལྟོག་པ་ནི། རྒྱ་དེ་སྟེ། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟན་པ་བདག་  
 རང་གི་སྟོ་མི་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད་པ་སྟེ་སྟོས་པ་མིན་ལ། སེམས་དུལ་བ་  
 འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་འདོད་པའི་སྟ་ཡི་རང་དབང་དུ་གདུང་བ་དག་གྲང་  
 མེད་དོ། །དཔེར་ན། རབ་སྤ་ལུས་ལྟན་རིང་དཀྱུས་མིག་། གདོང་པའི་མཛེས་  
 པ་འདོད་པའི་རྟོག་། རྟོག་པའི་འདོད་པ་མཛེས་པའི་གདོང་། །མིག་དཀྱུས་རིང་  
 ལྟན་ལུས་སྤ་རབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ཆོག་པ་བཅད་རངས་པོ་ལྟོག་པ་  
 བྱི། ཀྱན་གྱི་ཡིད་དུ་འགྲོ་ཞིང་། བདུད་འདོད་ལྟས་སྦྱོང་བ་གཞན་ཡིད་སྦྱུལ་  
 བའི་ལྷག་མི་དམན་པ། གང་ཞིག་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྦྱེ་བོ་འདོད་པ་འཛོམས་  
 བ་པ་གང་ལ་བདག་ཡིད་སོང་བ་སྦྱེ་བོ་བརྒྱའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྦྱད་འཆོང་  
 མ་དེ་ལ་བྱོན་ཞེས་སྦྱས་སོ། །སྟོན་གྱི་འོད་ཟེར་འདི་ཡིས་ནི་གཟེར་བར་གྱུར་  
 ཅིང་། ཆོད་པས་བརྟན་མི་ཤེས་པ་དེ་ཡིས་ནི་ཉིན་མོའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་པ་  
 མིན་པས་ཞེས་དོན་གྱིས་བུད་མེད་ལ་སྦྱར་ནས། བྱ་ངན་དང་བྲལ་སྦྱད་  
 ཁེངས་པ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་བོད་སྐད་ལས་བསྦྱར་བས་ཤོ་ལོ་ཀ་མི་འདྲ་བ་  
 གཉིས་སོ། །དཔེར་ན། རྒྱས་མཛེས་གསལ་བ་སྟེ་ཤེས་མཆོག་། མཛེས་ལྟན་  
 གཙོ་མོའི་བུ་སྦྱག་སྟེང་། །གཡོན་མིག་བྱར་མཛེས་དཀར་སྟེང་སྦྱར། །ལུས་



མེད་སྐྱེད་སྤྱ་མདའ་རྫོང་། །ངར་རྫོང་མདའ་སྤྱ་སྐྱེད་མེད་ལུས། །སྤྱན་རྒྱུ་དཀར་  
མཛེས་ཟུར་མིག་གཡོན། །སྤྱིང་སྤྱག་བྱ་མོའི་གཙོ་ལྷན་མཛེས། །མཆོག་  
ཤེས་རྒྱ་བ་གསལ་མཛེས་རྒྱས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གཉིས་པ་བྱ་དཀར་བའི་བྱ་དཀར་གཞན་བསྟན་པ་ལས། བ་ལང་གཅིན་  
གྱི་བྱ་དཀར་བ་དང་། འཁོར་བའི་བྱ་དཀར་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད་  
དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་གཅིག་  
གི་སྟེ་རེ་རེ་བར་དུ་ཆོད་ཅིང་། སྟེང་མ་དགུས་སུ་བསྐྱགས་པ་དང་། འོག་ནས་  
འཕར་ཏེ་བསྐྱགས་པ་གཉིས་གཟུགས་གཅིག་པ་དེ་ནི་བྱ་དཀར་བ་དེ་ཉིད་དུ་  
རིག་ཅིང་བ་ལང་གཅིན་ཞེས་སྤྱས་ཏེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ནི། ཆང་གིས་  
སྤྱོས་པ་འདྲ་བའི་མིག་ལྷན་ཟུར་མིག་གི་མཆོན་གྱིས་འདོད་པའི་ལྷ་འདི་རྒྱལ་  
བར་གྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་གྲང་དགའ་མ་གྲོགས་སུ་བྱགས་པའི་སྤྲིག་པ་  
ཟད་ན་འདོད་པའི་ལྷ་ལ་ནི་ཐལ་མོ་སྤྱོར་རོ། །དཔེར་ན།

དུས་	གསུམ་	རྒྱལ་	མཆོག་	དགའ་	ཉིད་	དཔལ་
དུས་	ཀུན་	རྒྱལ་	སྤྱས་	བདག་	པ་	དཔལ་
འཇམ	དབྱངས་	སྤྱ་	མ་	རབ་	ཏུ་	མཁས་
འཇམ	མགོན་	སྤྱ་	ན་	རབ་	མཛེས་	མཁས་

གཉིས་པ་འཁོར་བའི་བྱ་དཀའ་ལ་སྤེད་འཁོར། ཀུན་འཁོར། གཞུང་  
ལས་དངོས་སྤྱ་མ་ཐོན་པ་བེད་རྩ་ཁ་ཆེའི་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་འཁོར་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི་གལ་ཏེ་ཆོགས་སྤྱ་  
བཅད་པ་གཅིག་གི་སྤེད་སྤྱ་མ་དང་པོ་དཀྱུས་དང་འཐུར་དུ་བསྐྱགས་པ་འདྲ་  
ཞིང་། སྤྱི་མ་སྒྲིག་ནས་དཀྱུས་དང་འཐུར་ལ་འདྲ་བར་འཁོར་ན་སྤེད་དུ་འཁོར་  
བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། མ་དུད་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་འདོད་ལྷ་ཁྱོད་དར་  
བའི་སྤྱིར་སྤྱེ་ནི། ཁེངས་ལྡན་མ། མ་ཡིན་མིན་པ་སྟེ་ཡིན་ལ་ཡང་ན་འཁོར་བའི་  
འཇིགས་པ་ལས་དབག་མེད་བསྐྱབས་པས་ན། བདག་ཅག་འདོད་ཆགས་  
སྤྱིག་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །མ་ནོ་སྟ་བ་ཏ་སྟ་ཁི་ཀོ་ཞེས་པ་རི་མིག་ལ་བཀོད་པ་  
སྟེ། དཔེར་ན།

ངག་	དབང་	དབྱངས་	དགའ་	རྒྱས་	རབ་	རིག་	མོ་
དབང་	ཐུག་	ཅན་	ལྡན་	གསལ་	ཡངས་	བ་	རིག་
དབྱངས་	ཅན་	ལྡན་	མཆོག་	དབྱེད་	རྣམ་	ཡངས་	རབ་
དགའ་	ལྡན་	མཆོག་	འཕེལ་	ལྡན་	དབྱེད་	གསལ་	རྒྱས་

གཉིས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་  
 ཀུན་ཏུ་འཁོར་བ་ནི། སྤེད་སྤྲེལ་མའི་དང་པོ་དེ་སྤྲོད་ནས་དགྲུས་དང་འཕུར། འོག་  
 ནས་གྲེན་དང་ཡར་རྒྱུག་པས་སྒྲོར་མོར་འཁོར་བ་སྟེ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཞེས་  
 བར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཟླ་བ་ཤར་བ་དང་འདོད་པའི་ནད་ཡུན་རིང་པས་  
 གདུང་བ་དག་ཅིས་མིན་ཏེ་གང་ཡང་རྒྱ་མཆོན་དགའ་མ་འདི་བདུད་འདོད་  
 ལྟའི་རྒྱར་མ་སྤྲོད་བ་ཞེས་སྟེ། བཟོད་པ་འབྲིག་པ་དང་། དེའི་གཏམ་གྱི་སྤྲོད་དག་  
 དེ་ལ་སྤྲོད་པའི་དཔལ་རྣམས་བརྒྱུག་ཅིང་མེད་པ། ཁེངས་པའི་བསམ་པ་  
 སྟོབས་དང་ལྡན་པ། གཡོ་སྤྲེལ་གནས་པའི་མཛའ་མོ་འདི། སྤེད་ལྡན་འཆི་  
 བའི་སྤྲོད་དུ་འོ།

རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ཞེས་པ་བརྒྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་ན།

ཆེ་	དབང་	དོན་	འབྲུག་	འབྲུག་	དོན་	དབང་	ཆེ་
དབང་	ཕྱག་	ལེགས་	དོན་	དོན་	ལེགས་	ཕྱག་	དབང་
དོན་	ཀུན་	ལ་	དབང་	དབང་	ལ་	ཀུན་	དོན་
འབྲུག་	དོན་	དབང་	ཆེ་	ཆེ་	དབང་	དོན་	འབྲུག་

གསུམ་པ་ནི། བེ་དརྩ་དང་ཁ་ཆེའི་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་འཁོར་ཆེན་མོ་འདི་  
 ཉིད། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་ཕྱག་ལེན། རྒྱ་དཔེར་དང་མཐུན་པར་བོད་དུ་

བཀའ་པ་ཡིན་པས་འཁོར་ལོ་སྒྲོར་མོ་འདི་བེ་དརྩ་དང་བྱ་བཞི་འདི་ཁ་ཆེའི་  
 ལུགས་ཡིན་ཞེས་གྲངས་ཆེན་ལོ་རྩ་བ་དང་མཁས་སྒྲུང་རྩི་རྩ་ཇ་མ་ཐུན་  
 བར་གསུང་ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་སྒྲོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་བ་ཐུགས་  
 ཅིས་ཆེ་ཞིང་དིང་སང་གི་ཀུན་འཁོར་པལ་ཆེར་རྒྱ་དཔེ་དང་མི་མ་ཐུན་གསུང་  
 རོ། །དཔེར་ན།

དབྱངས་སོགས་ཡི་གེ་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་བའི་སྒྲོར་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དབྱངས་སོགས་ཡི་གེ་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་ལ། མཆན་ཉིད།  
 དཔེར་བཅོམ། དོན་བསྐྱུ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཨ་ལྟ་བུ་དབྱངས་ངེས་པ་  
 དང་། ཨ་ཀུ་ཏ་ལྟ་བུ་མགོན་པ་ལས་བྱུང་བས་གནས་ངེས་པ་དང་། ཀ་སོགས་  
 ཡི་གེ་ངེས་པ་རྣམས་ངེས་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་འདི་བྱ་དཀའ་བ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ཡང་ཡི་གེ་གསུམ་པོ་འདི་བཞིར་ངེས་པ་དང་། ལ་སོགས་པས་གསུམ།  
 གཉིས། གཅིག་ཏུ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་འདི་དཀའ་བ་སྟེ། གཞན་དག་དབྱངས་  
 གནས། ཡི་གེ་རྣམ་ལུ་སོགས་ངེས་པ་ནི་བྱ་སྒྲུབ་དག་ཏུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་དབྱངས་ངེས་པ། གནས་ངེས་པ། ཡི་གེ་ངེས་པ་དང་  
 གསུམ། དང་པོ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རིག་བྱེད་ཀྱི་བརྟུལ་  
 ཞུགས་ཇོགས་པའི་མཐར་ལུ་བ་དང་བར་མའི་དབྱངས་སྒྲུབ་པའི་སྒྱ་དང་།

འདོད་བྱ་གསར་དུ་རྟེན་པའི་དགའ་བ་ནི། ཡམས་ནད་དང་། འཛིགས་སྐྱབ་གི་  
 རྒྱ་སྟེ། རྒྱ་མཆོན། འཁོར་བ་འདི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་དགའ་བདེ་  
 འབྲ་ཡང་། དོན་ཆོངས་པའི་སྒོས་འབྲམས་པས་ནད་ལྟར་སྤང་བྱ་ཡིན་པས།  
 ད་ནི་གཏན་བདེ་དགོ་བའི་ཡུལ་ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་སེམས་འདོད་ཅེ་གཅིག་པ་  
 ཟུང་ཞིག །རྒྱ་དཔེར། ཞུ་སྒྲ། གྲི་རྒྱ། རྟོ་གོ་རྟེ་ཡེ། ཞེས་པ་བྱེད་སྤྱེ་བྱེ་བཞི་པོའི་  
 མགོར་ཡོད་པས་མཆོན་ཏེ། ཞིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །དཔེར་ན། དཔལ་ལྷན་རྒྱལ་  
 བ་ཐམས་ཅད་ལ། །གསོལ་ཐོབ་མཆོད་ཡོན་རོལ་མོ་འབྲོལ། །དུས་ཀྱན་ལུས་  
 བརྟུང་གུས་འདུད་ལྷ། །དབྱེས་སྤྱོད་དགོ་ལེགས་ཆེས་ཆེར་འཕེལ། །ཞེས་པ་  
 ལྟ་བུ། གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། ས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཞིང་བརྟན་པ་བྱུབ་པར་  
 བྱེད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཀུ་རུ་  
 བས། གཡུལ་དུ་རང་གི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བོ་རྣམས་ནི་འཐབ་འཛིངས་ཆེ་བར་  
 བཀག་ཅིང་། རྒྱལ་པོའི་གཟི་བརྟེན་སྤེ་བས་འདར་བར་བྱས་སོ། །དཔེར་ན།  
 སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་གྱི་ཉིང་འཛིན་ནི། ག་ཙ་ན་ཡང་རབ་གསལ་བ། །དཔེ་མེད་  
 བཞེས་གཉིན་དེ་སྤེལ་ངེས། །དེ་བྱིར་སྤྱིང་ནས་དང་བས་དད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།  
 གསུམ་པ་གཉིས་སུ་ངེས་པ་ནི། དཔལ་དང་གཟི་བརྟེན་དོ་ཆ་བྲགས་པ་དང་།  
 སྒོ་བྲོས་དང་། ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་ཆོག་དང་དགའ་བ་གཉིས་ཀྱི་འཕེལ་བ་སྟེ།  
 ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་གཉིས་པོ་གང་ཡོད་པ་འདི་གཉིས་སྤྱིའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་



ལ་ཡང་མེད་དོ། །དཔེར་ན། རབ་གསལ་དངས་པ་རྒྱ་བ་ལ། །དཀར་འཇམ་  
མཚན་མས་རྣམ་པར་བརྒྱན། །ཉོན་མོངས་སྟོག་མཚོ་ལོང་ལོང་ཁོད། །མོངས་  
འགྲོའི་སྐྱོན་ཚོགས་འཛོམས་མཛོད་གོ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་དབྱངས་གཅིག་ཏུ་ངས་པ་ནི། རྒྱ་དང་ནད་རིང་ཅེས་མིན་གང་།  
དགའ་མ་བདུད་ཀྱི་རྒྱར་མ་ལྟར། །བཟོད་བརྗོད་སྒྲུ་མེད་དཔལ་མེད་མ། །  
སྟོབས་ལྡན་རྒྱ་གནས་འཆི་སྦྱད་དུ་ལོ། །ཞེས་པའི་དོན་གོང་དུ་བཟོལ་བེན།  
དཔེར་ན། དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་གང་། །གདན་ས་འགྲན་རྒྱ་བལ་བ་ན། །  
ངག་དབང་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཞལ་ནས། །དཀར་གནད་གཞལ་བྱར་རབ་  
འབྱམས་གཤམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་གནས་ངས་པ་ལ་བཞི་ལས། དང་  
པོ་གནས་བཞིར་ངས་པ་ནི་འཛེན་བྱེད་ཀྱན་དགའ་སྐྱེད་པར་བྱེད་མ། རྒྱ་སྐར་  
ཚོགས་རྣམས་དག་གི་གནས་སྤྱོད་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་འདི་ལ་ལྷས་ཅན་མ་  
ཁོད་ཀྱིས་ལན་གཅིག་མིག་གཉིས་པོ་བྱེད་པ་སྟེ་ལྟ་བར་མཛོད་ཅིག །རྒྱ་  
དཔེར། ལྷ་ཇ་ཏ་ཏ་རྣམས་རིམ་བཞིན་མགྱོན་ཀན་སོ་སྤྱི་པོ་རྣམས་ལས་སྐྱེས་  
པས་མཚོན་ཏེ། གསལ་ལོ། །དཔེར་ན། དད་བརྟན་ལ་ལས་ས་ལ་གསེར། །  
གང་གང་རྒྱ་ངོས་གསྐྱེ་ཁར། །བྱེ་མ་སྤྱངས་པའི་ཕུང་ཕུར་འབྱུལ། །ཆ་བ་ཆོ་བ་  
ཅུ་བ་ཅུ་བ་ཡང་ཡང་མཛད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་གནས་གསུམ་དུ་ངས་  
པ་ནི། ལང་ཚོ་མ་རུ་འབྱར་སྤྱག་པོར་རྒྱས་པ་ཁོད་ཀྱི་གདོང་གི་སྒྲ་ཡི་ལན་

བུའི་འབྲི་ཤིང་བུང་བ་ལྟར་སྡོམ་ཞིང་། འབྲེན་བྱེད་པ་རྒྱའི་གཟུགས་རྟན་ཅན།  
 ལུས་ལྷ་བ་ལྟར་མཛེས་པས་འདོད་ལྡན་སྤྲུང་ག་མ་བཅོམ་སྟེ་བཅོམ་མོ། །  
 དཔེར་ན། མི་པམ་དཔའ་བོས་པ་མ་བུར། །འབྲུལ་ཕུགས་པན་བདེ་བུང་བུང་  
 སྤངས། །ཀང་ཀ་ཀྲ་ཀ་ཏ་ཏ་སྒྲོག། །ཏབ་ཏྲོབ་ལ་ལུང་ལ་ལ་འཐས། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 བྱ།

གསུམ་པ་གནས་གཉིས་སྤྲུངས་པ་ནི། ཏག་ཏུ་སྒྲིག་པ་མེད་ཅིང་ཀུན་  
 དགའ་བསྐྱེད་པའི་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལང་ཆོས་ལུས་དུད་པའི་མཛེས་  
 མ་དང་ཡང་དག་པར་འགྲོགས་ནས་ཆགས་པ་སྤྲུང་བས། ཁྱོད་རང་གི་བཙུན་  
 མོ་ཕྱག་དོག་གི་དབང་གིས་འདོད་པ་ལུས་མེད་ཀྱིས་འགོངས་ཏེ། འཆི་བའི་  
 འཛིགས་པ་དུ་མས་རེག་པར་གྱུར་པ་འདི་ལ་བཅུ་བར་མཛོད་ཅིག །དཔེར་  
 ན། བ་མོ་བབས་པས་སྤྲུང་བུང་སྤངས། །བ་ཕུགས་མང་པོ་བྱ་མིར་འཐུན། །ཏ་  
 ཏ་སྒྲོག་མཁས་ཀྱ་སྒྲས་འགོངས། །ང་རྒྱལ་སྒྲོག་ངར་ངར་སྒྲོད། །ཅེས་པ་  
 ལྟ་བུ། བཞི་པ་གནས་གཅིག་ཏུ་ངས་པ་ནི། ཏ་ཏ་ཞེས་སྤྲུའི་མི་སྒྲོག་ཅིང་།  
 མཁའ་འགྲོ་ཉི་མས་མཆོན་པའི་རི་རབ་ཀྱི་ཅེར་འགྲོ་བ། དབང་པོ་མིག་སོགས་  
 འཁྱོག་པོ་དང་ལྡན་པ་སྟེ་བོ་ངན་པའི་སྒྲོད་ཚུལ་ལ་མ་ཆགས་པ་ཅན་ཁྱོད་  
 འཁྱོག་ཅིང་འགྲོ་བ་དང་། སྐད་སྟན་པ་ལྷུང་ལྷུང་དུ་སྒྲོག་པས་གསྐྱའི་ཚུར་ནི་  
 འཇུག་བཞིན་པས་སྒྲིག་པ་བྱ་རོག་ལྟར་ནག་པ་འཛོམས་པས་མཐོ་རིས་སྤྲུ་

འགྲོའོ། །དཔེར་ན། དུང་དུང་གསོལ་ཐོབ་ལྷ་ལ་སྟེ། །ས་ལ་ལུས་བརྟུང་གཏམ་  
རྣམས་སྟེར། །ལ་ལ་དད་དད་ལྟར་དུ་འདུད། །མདོངས་ལྡན་རྟ་ལ་ཐུར་ཐག་  
ཐོགས། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

གསུམ་བ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ངེས་བ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་བཞིར་  
ངེས་བ་ནི། གྱེ་གྱེ་སྐྱ་སྒྲན་བར་སྟོག་བ་རུ་རུའི་བྲང་འཛོམས་བའི་སྟེག་ཅན་ཤ་  
བ་རི་བ་སྟོང་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆར་ཡང་ཡང་འགྲོ་བ་གྱི་བ་ཅན་ནད་ཅན་གྱི་སར་  
མ་འོང་ཞིག །བདག་གི་མར་གྱུར་བའི་རི་དྲགས་ལགའོད་བ་བྱེད་བ་པོ་དང་།  
ཐར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཐུད་མི་རིགས་པ། དཔེར་ན་བྱ་རོག་མ་བྱའི་  
སྐར་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མི་སྟིད་དོ། །རྒྱ་དཔེར། ར་ག་ཀ་མ་བཞིར་ངེས་བས་  
ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །དཔེར་ན། སོ་སོས་བསུན་བསུན་ས་ས་སར། །དབྱེས་  
དབྱེ་གུས་གུས་དགའ་སྐྱ་སྟོག་ལོ་ལེགས་ལ་ལར་ལས་ལ་ལུས། །མཐོ་མཐོ་  
ཐད་ཐད་ཐང་ཐང་འཐུད། །ཅེས་བ་གསུམ་དུ་ངེས་བ་ནི། ལྷ་རྣམས་དགའ་བར་  
བྱེད་བའི་ལྷ་རིག་བྱེད་ལ་སྟོང་བ་འགོག་བ་པོས། ལྷ་མིན་རྣམས་དགའ་བར་  
བྱེད་བའི་གཙོ་བོ་རྣམས་བཙོམ་བ་ན་ཨ་ལ་ལ་ཞེས་དགའ་བའི་སྐྱ་ཡིས་མཐོ་  
རིས་རྣམས་གང་བར་གྱུར་ཏོ། །དཔེར་ན། གང་གི་སྐྱ་བརྒྱ་སྐྱ་སྟོག་གང་། །གང་  
གྲ་གབ་གྱུར་གོང་གི་གམ། ལས་ལམ་ལ་ལུས་ལ་ལས་ལན། །ཏང་ཏང་ཏིང་  
ཏིང་སྟེ་བྱའི་གཏམ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་གཉིས་སུ་ངེས་པ་ནི། མཁས་པ་ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་ཀྱན་ལ་  
འགྲོ་བའི་སྟོབས་དང་ལྡན་ཞིང་། གྱིན་པ་ལེགས་པས་མངའ་ས་པ་ཅན། ཆང་གི་  
རོ་སྤྱང་བའི་ངང་ཚུལ་དང་ལྡན་པ། གཞོལ་འཛིན་ཏེ་སྟོབས་བཟང་ཞེས་པ་དེ་  
ནི་བཞད་དཀར་གྱི་སྟན་སྒྲ་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་རུ་བྱས་ལ་སོང་ངོ་། །དཔེར་ན།  
རོང་རོང་རོང་རི་རུ་རུའི་རྒྱ། །རང་རང་རེ་རེ་རིང་རིང་རུང་། །ཞོང་ཞོང་ཤང་  
ཤང་ཞེབ་ཞེབ་གཞེབ། །ཤ་ཤ་ཤུབ་ཤུབ་ཤུལ་ཤམ་ཞེས། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

བཞེ་པ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ནི། བདག་གི་དག་འདི་ཡིས་བདག་ཅག་  
རྣམས་ཀྱི་བཞིན་རས། བྱོད་ཀྱི་བཞིན་རྩམ་པ་གཞེན་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་ངེས་  
པར་མ་བཅོམ་པ་མིན་པ་སྟེ་བཅོམ་མོད། བརྟལ་ཤོད་མི་དམན་པ་འདི་དང་  
བདག་ཅག་གི་སྟོག་འཐབ་པ་ལ་སྦྱར་བ་ནི། རྩེ་བོ་བྱོད་སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་མིན་ལ།  
རྒྱ་མཆོན་སྒྲིག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། སྒྲ་སྒྲིག་སྒྲ་སྒྲིག་སྒྲ་བརྒྱ་སྒྲིག།  
དགྲེས་དགྲེས་གུས་གུས་མགོ་གུག་གུག །གྲོལ་གྲོལ་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲོར་སྒྲོར་  
འགྲོ། །རྒྱད་རྒྱད་སྦྱུའི་སྒྲར་གར་བསྒྲར་དགོ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་ནི། དེ་  
ལྷར་བྱ་དཀར་བའི་ལམ་ལ་ཡང་རིམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱན་ཏུ་བསྟན་བྱེད་ནོ།

གབ་ཆིག་གི་རྒྱན་སྒྲོར་བཞད་པ།

གསུམ་པ་གབ་ཆིག་གི་རྒྱན་ལ་དམ་བཅའ་བ། དགོས་པ་བརྗོད་པ།

དངོས་དང་། གཤམ་ཆིག་ལྟར་སྒྲུབ་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་བཞི། དང་པོ་  
 བེ། གཤམ་ཆིག་གི་རྣམ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡི་ལུགས་ཀྱང་འདི་རབ་ཏུ་བསྒྲུབ་  
 པར་བྱའོ། གཉིས་པ་བེ། ཅེད་མོ་སོགས་ཀྱི་མདུན་སར་བཞག་གད་ཀྱི་ཆེད་  
 དང་། དེར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ཆོགས་སུ་གསང་གཏམ་ཆིག་ཏུ་སྒྲུབ་དང་། བ་  
 རོལ་པོ་དེ་མི་ཤེས་པར་ཀུན་ཏུ་སྤོངས་པར་བྱེད་པ་ལ་གཤམ་ཆིག་དག་ནི་ཉི་  
 བར་མཁོ་ཞིང་ལྡན་ནོ།།

གསུམ་པ་ལ་དངོས་དང་། མཐུག་བསྐྱབ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བཅུ་  
 རྟུག་ལས། དང་པོ་ཀུན་ཏུ་ཆོགས་པ་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
 དང་པོ་བེ། རྣམ་དབྱེད་དང་མཚམས་སྦྱོར་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཆིག་མཚམས་  
 སྦྱར་བས་སྒྲུབ་འདེས་ཏེ་དོན་སྤྲས་པ་ནི་ཀུན་ཏུ་ཆོགས་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ།།

གཉིས་པ་བེ། བདག་གི་སྐད་དོད་ཨ་སྐད་ལ་རྣམ་དབྱེད་གསུམ་པའི་རྒྱ་  
 བྱེན་ནས་བསྐྱབས་པས་མེ་ཞེས་པ། དེའི་པ་རོལ་ཏུ་གཞོད་པའི་སྐད་དོད་ཨ་  
 གས་ལ་སི་བྱེན་ནས་བྱིས། དེའི་པ་རོལ་ཏུ་རོལ་སྐད་དོད་རས། དེ་ནས་རིམ་  
 པ་བཞིན་ཨེ་ཨ་ཡ་དང་། ས་རྣམ་བཅད་དང་། ཨ་དང་སྒྲུབ་ལྡན་གྱི་བར་ཏུ་ཨ་  
 དང་། མཚམས་སྦྱོར་རྣམས་བྱས་པས། མ་ཡུ་གོ་རལ་ཞེས་པ་འབྲུབ་ལ། བསྐྱེབ་  
 བྱ་འདིའི་སྐྱབ་བྱེད་ནི། མ་ཡུ་དག་གི་ཤོ་བ་ལང་། རས་རོ་བྱོ་བ་སྟེ། དེར་  
 འཁྲུལ་བའོ། །དེ་ཡང་བདག་གི་གཞོད་པའི་རོ་བྱོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྤངས་



པའི་ཞེས་པ་ཅུང་ཟད་མེད་པ་ལ་ཅི་འཕྲོད་དུ་དུས་ཀྱི་ཉུང་མིག་དཔར་མ་ཁྱོད་  
 གྱིས་ཁྱོ་བའི་གནས་ཡོད་པ་མིན་པར་དུ་བ་འདི་ཡིས་ཅི་བྱེད། དཔེར། བརྗོད་  
 རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་ལས། ལྷ་མ་ནི། དུ་རྩ་ཀར་དུ་ལྷ་བྱ། ལྷ་ལ་འདི་མ་  
 ལུས་སྟོན་པ་ཡི། །ས་འཛིན་པ་ཀྱི་མལ་འཆར་བའི། །འབྲི་སྟག་ཀར་གསུམ་  
 རྣམ་པར་ཐར། །དུར་ངན་པ་དང་ལྷ་ཀར་འབྱུང་གནས་ལྟུང་ལ། གསུམ་པ་  
 བྱིན་པའི་དུ་ལྷ་ཁྱོད་ཀྱིས་བེ་འཛིག་པ་དང་ལྷ་སྟོར་བ་ཡིན་ལ། སྒྲིབ་བྱེད་དུ་  
 དུར་སྟོབས། ལྷ་འཛིན་པ། ཀར་བྱེད་པ། དུ་ལྷ་ཁྱོད་ཀྱིས། བེ་འབྱོར་པ། ལྷ་  
 སྟོར་བའོ། བྱི་མ་ནི། ཆོག་རྒྱུ་དང་པོར་དཀར་ནག་དཔར། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། བྱི་  
 མ་ལ་གདོང་སེམས་ལྷ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་ལུས་སྟོན་བཞིན་རས་ཆེས་ཆེར་ནག །  
 ཡིད་སྟབས་གོགས་མིན་པ་ཡིན་པ། །སྒྲིབ་བྱའི་གཟུགས་ལ་ཆ་བསེལ་  
 ཆོགས། ཉིན་མཆོན་མེད་པར་འབར་མི་འབར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་སྒྲིབ་  
 བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་  
 གཞན་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲིབ་སྟོབས་ལྷན་མཛེས་པར་བརྗོད་རྒྱས་པ་ལྷ་བྱ་དག་  
 གིས་དོན་དེ་གཞན་ནས་གང་དུ་མི་མཛེས་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་དུ་འབྱུང་བས་སྒྲིབ་བཞི་  
 སྒྲིབ་བྱེད་ཉིད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། ཀུལ་ནི་གོང་ཁྱེར་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་བའི་ལུས་ཀྱི་བྱེད་མེད་  
 ཞིན་དུ་མཛེས་པ་ལ་འཇུག་ལ། གཞན་བྱ་དེའི་གཞན་བྱེད། གཉའ་བ་སྒྲུར་བའི་

བྱད་མེད་ལ་ཡང་གྲགས་པས། དེ་འབྲེལ་མཛེས་མ་གྲོགས་སུ་བསྟེན་པ་བྱོང་  
 གྱི་ནི། དགའ་བ་ཇི་ལྟ་བུ། འཕེལ་བར་གྱུར་བ་དེ་ནི་བྱད་པར་འཕགས་ཏེ། རྒྱ་  
 མཚན། མཛེས་མོ་འདི་འཆི་མེད་བྱ་མོ་ལ་ཅོ་འདྲི་ཞིང་མཚུངས་པས་ན་མི་མོ་  
 ལ་སྦྱོང་པས་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲ་དོན་གང་རུང་བ་འདྲ་རྒྱ་ཡོད་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་ནོར་འགོ་བ་ཞིག་དགོས་པས། དཔེར་ན། བྱོད་མཐོང་ལུས་ནི་གཙུག་  
 བྱད་ཅན། །བཏུན་པའི་ཡིད་ནི་གཡོན་ལ་གནས། །ངག་གི་རྒྱུང་པ་འཐེང་པོར་  
 འགོ། །མེ་ཏོག་མདའ་ནི་སྤྱིད་ན་མང། །ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མ་བྱ་གཡོན་  
 རྒྱུང་པ་འཐེང་པ་འདྲོད་ལྟའི་མདའ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་ནི། མི་ཡོན་པོ་ཆིག་རིང་  
 བྱད་སྒྲ་ཆོགས་ལུས་སྤྱ་རྒྱུས་སོ།།

གསུམ་པ་རིམ་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། སྦྱོར་བའི་གོ་རིམ་ས་ཤིན་ཏུ་འབྲུགས་པ་ཡིས་དོན་ལ་སྤོངས་པར་  
 བྱེད་པ་དེ་ནི་རིམ་པ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། གཉིས་པ་ནི། མཚུས་ལྷུ་བར་འོ་བྱེད་དོ།།  
 གང་ལ་ན་བསྒྲ་ཅན་གྱི་འོ། །གང་གིས་ན་ཞལ་ལས་སྒྲ་སྟེན་པར་སྦྱོག་པར་བྱེད་  
 པའི་ངང་པས་ཆེར་མ་རྒྱབ་མོ་ཅན་གྱི་རྒྱུང་པ་ལ་ལུས་ནི་འདར་བར་བྱེད་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་སོ། །ཞེས་བྱེད་བྱི་མའི་མཇུག་བྱེད་སྤྱ་མའི་མགོ་དང་། བྱེད་བྱི་མའི་  
 དང་པོའི་མཇུག་བྱེད་སྤྱ་མའི་རྗེས་མའི་མགོར་འོང་བས་སྒྲོར་མོར་འཁོར་  
 འགོ་བས་གོང་འོག་འཆོལ་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། རྒྱུས་ཀྱིས་འགོ་སྒྲོ་

རབ་ཏུ་བསྐྱེད། །དཀར་གྱུར་རབ་ནག་གྲོལ་མྱོངས་བཞིན། །ངན་པ་ལེགས་  
ལྷན་ཤེས་རབ་ཅན། །དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་སྤྲུགས་རྩེ་དེ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སྒྲོར་  
མོར་འཁོར་བའོ། །བཞི་པ་རབ་བཅོམ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། གོང་དུ་སྐྱོདོན་གང་རུང་སྐྱུར་བ་གང་ལས་དོན་རྟོགས་པར་དཀའ་  
བ་ཡི་ཆོག་གི་སྤང་བ་དེ་ནི་རབ་བཅོམ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་ལ་ཁ་འཕངས་ནས། འདི་  
སྤྱི་ཞིག་ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། གང་མ་ང་ཅན་གྱི་ཆོག་རེ་བྱུང་ཆེ་རྒྱན་འདི་ཉིད་ལ་  
རྣམ་པ་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། བུ་མོ་ཁྱོད་གྱི་རྒྱུ་པ་མཛེས་པ་  
ལ་རྒྱུ་གདུབ་རྒྱས་པ་སྐྱ་སྒྲན་པ་སྒྲོག་པ། མཛོན་སྤྱི་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འདིར།  
ཆགས་པའི་དབང་གིས་བདག་གི་སྒོག་ནི་བརྟན་པ་མ་ཡིན་རོ། །རྒྱ་དཔེར།  
དཀའ་ཡང་བོད་སྐད་དུ་ཞིག་པ་ཡིན་ལ། ཏ་ཏ་མི་སྒྲོག་མཁའ་འགྲོས་མཆོན།  
ཞེས་སོགས་གྱི་དོན་དངོས་གཞི་གོང་དུ་བཤད་བཞིན་པ་ལྷ་རྒྱུ་དང་དེ་རབ་ཏུ་  
བཅོམ་ལྷགས་ནི། སྒྲན་གྲགས་མཐོ་རིས་ལ་འགྲོ་བ་དང་། མཁའ་འགྲོས་  
མཆོན་པའི་རིང་འགྲོ་ཞེས་པ་དང་། སྤྲིག་པ་དང་བྱ་རོག་གཉིས་ནག་པར་  
མཚུངས་ཆོས་བྱས་ནས། བྱ་རོག་འཛོམས་ཞེས་དཔེ་དངོས་ལ་ཁ་འཕངས་  
པ་ལྷ་བྱ་སྤྲེ། དཔེར་ན། དོན་སྐྱ་རུས་བྲལ་སྤེ་རྒྱུང་ཞིང་། །རྣམ་འབྲེག་གཞན་ལ་  
སེམས་པའི་ཡིད། །ཉེ་བར་གནས་རྣམས་རབ་བཅོམ་ནས། །ཁུང་བུར་ཉལ་  
བའི་སྤྱལ་དེ་སྤྲ། །ཞེས་གསུངས་བྱ་རི་ཁྱོད་པ་བོག་པོ་དང་གསུངས་བྱེད་སྤྱལ་ལོ།

ལྷ་པ་མ་སྒྲུབ་གཟུགས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་ད། གཉིས། དང་པོ་  
 རི། དངོས་པོ་གཞན་དུ་པལ་བ་སྟེ་བཏགས་པའི་དོན་བཀོད་པའི་ཆིག་དག་  
 གིས་དོན་གོ་བར་སྟེ་བས་པ་དག་ནི་མ་སྒྲུབ་པའི་གཟུགས་ཏེ། བསྐྱུས་བརྗོད་  
 ལ་བྱུང་གཞི་ཆོས་མཚུངས་མི་མཚུངས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ལ། འདི་ནི་  
 དོན་མ་སྒྲུབ་པ་བསྐྱུས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཅམ་མོ། །གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་སོར་མོ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཅེ་ཁ་དོག་དམར་བའི་གཞོན་རུ་མ་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་ཡིན་ལ། གཤམ་  
 བྱེད་ནི་གང་གི་ཡལ་འདབ་ལ་མེ་ཏོག་དམར་པོའི་དོག་པ་ཅན། འབྲི་ཤིང་  
 ཡལ་འདབ་ལྷ་པ་ཅན་ནི་སྐྱེད་མོས་ཆལ་འདི་བདག་གིས་མཐོང་ངོ། །དཔེར་  
 བ། མ་མེད་སྟོང་བྱ་ཡལ་ག་བྱུང་། །ལོ་འདབ་སེར་པོས་མངོན་པར་སྒྲུབས། །  
 མངར་བའི་རོ་དང་ཞིམ་པའི་འབྲས། །ལྷན་པའི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ཤིང་མཐོང་། །  
 ཞེས་གཤམ་བྱ་དག་སྟོང་དང་གཤམ་བྱེད་ཤིང་ངོ། །

དུག་པ་རྩལ་མོ་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 མཆན་ཉིད་ཀྱི་བཤའ་བྱར་ཡོད་ཅམ་གྱི་སྐྱེའི་ངེས་ཆིག་དང་ལྷན་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་  
 ད་ནི་དེ་དག་བཟོད་པ་འདུག་གོ་ཞེས་པ་སྟེ་བྱེད་ཆིག་རྩལ་མོ་ངེས་པར་  
 དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་ཆང་མ་རྣམས་སོ་སོའི་ཁང་པར་བྱ་བས་  
 དལ་བྱར་རྒྱ་ཞིང་ཆང་གིས་བཟེ་སྟེ་གན་མོ་ལྷར་གྱུར་པ་ལ། གཤམ་བྱེད་ལ་ངི་  
 བཟང་གི་རྩིང་བྱེད་ཆིག་བསྐྱུས་རྒྱ་ཡོད་ཅམ་མ་གཏོགས་འདིག་ཉེན་ན་

མི་གྲགས་པས། ལྷ་རྣམས་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་རུ། སོ་སའི་འོད་གྱིས་དལ་བྱར་རྒྱ་  
 ཞིང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་དྲི་བཟང་གི་རྩིང་བྱར་འབྲས་བྱས་པས་འདོད་པས་  
 སྤྱོད་པར་བྱས་པ་དེ་རྣམས། ད་ནི་ཀན་མོ་གཞིན་ནོ། །ཞེས་རྩལ་ཅིང་གཞུང་པ་  
 རྩེ། དཔེར་ན། རྩལ་ཞེས་ཤིང་རྩལ་བཞེན་པ། །སྤྱོད་ལྷན་མང་པོ་ཁར་  
 གནས་པའི། །ལྷོ་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁེངས་ན་ཡང་། །ནམ་ཞིག་ཞིག་ཆེ་གཞན་  
 ཀྱིས་རྩེ། །ཞེས་གཞན་གྱིས་རྩེ་བ་ནི་རྩལ་མའི་ཆིག་ཡིན་ལ། གཞུང་བྱ་བརྒྱ་  
 དང་། གཞུང་བྱེད་རྩལ་ཞིན་ནོ། །གཞུང་ཆིག་གི་དངོས་པོ་པན་རྩལ་སྤྱོད་པའི་  
 སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པོ་གང་ཡིན་ཡང་པན་རྩལ་གཉིས་ཀ་ལ་འབྱར་འགྲོ་བ་ཞིག་  
 དགོས་ལ། འདིར་ནི་གཞུང་བྱེད་དེ་འཛིག་ཞེན་ན་མ་གྲགས་ཤིང་། དེས་ཆིག་  
 སྤྱོད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཅུ་མོ། །བདུན་པ་གངས་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་  
 གཉིས། དང་པོ་ནི། གང་དུ་གངས་ཀྱིས་ཀྱན་ཏུ་མོངས་པར་བྱེད་པ་ནི་གངས་  
 ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། གསུམ་པ་ནི། གཞུང་བྱེད་མའི་བདག་པོ་ཀུན་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཞེས་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ལ། གཞུང་བྱེད་ནི་གསལ་བྱེད་ཀ་ཅ་སྤྱོད་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་  
 རྣམ་པར་བརྒྱན་པ་ཡི་གྲོང་ཁྱེར་ཉ་སྤྱོད་དབྱས་ན་ཡོད་པ་འགའ་ཞིག་དང་།  
 གྲོང་གང་ཞིག་དེ་ན་ཀུན་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཞེས་མའི་བདག་པོ་ཡི་གེ་བརྒྱད་ཆོགས་  
 པའི་མིང་ཅན་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན། ཐུབ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དབྱས་བཞུགས་སྤྱོད་  
 ལྷན་སྤྱོད། །ལྷ་པའི་གསུམ་ལྷ་མཐར་གནས་དྲོ་བ་ཅན། །མཆོ་ཡི་རྩེ་མོ་མཐར་



གནས་སྤྱིར་ཡང་རོལ། །ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་རྣམ་པར་སྟེར། །ཞེས་  
པ་གཤམ་བྱ་བླ་མ་ཁ་དེ་སྤྱི་དང་གཤམ་བྱེད་སྟེ་པ་རྣམས་སོ།།

བརྒྱད་པ་རབ་བཏགས་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་གཉིས་དང་པོ་ནི།  
གང་དུ་བཞིན་བྱའི་ངག་དོན་དེ་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲུབ་བ་དེ་ནི་རབ་བཏགས་  
ཉིད་དོ། །ལེ་ཏུ་གཉིས་པའི་རབ་བཏགས་ནི་བྱེ་ཏུ་སྐྱད་སྒྲོག་པ་ལ་སངས་  
རྒྱུ་ལ་བསྟོད་པ་བྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་བསྐྱེད་བྱ་དགོ་སྟོང་  
དང་སྐྱེ་བྱེད་ངང་པ་ལྟ་བུ་ལ། གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་རུང་གི་ཆོས་ཤིག་བཞོད་  
ནས་དགོ་སྟོང་ལས་གཞན་ངང་པར་སྒྲོ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི།  
གཤམ་བྱ་དབུལ་པོ་ཞིག་ནོར་སྟོང་བའི་ཆེ། ཆོག་རྣམས་ལྡབ་ལྡིབ་ཏུ་རབ་ཏུ་  
འབྱུལ་བ་དང་། མགོ་བོ་དུད་ཅིང་ཞུམ་པ་དང་། མིག་དམན་པས་ལྟ་བ་དང་།  
ཡིད་སྐྱག་པས་ལུས་ཀྱང་འདར་བ་དང་ལྡན་པ་བདག་ལ་ནི་ཕྱག་པོ་རྗེས་སུ་  
མི་བཅེ་འཇམ། ཞེས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་གཤམ་བྱེད་ནི། མཛེས་མ་ལ་རྒྱན་མོ་ཞེས་  
བཞད་གད་ཀྱིས། བདག་ཆགས་པས་ཆོག་འབྱུལ། རོ་ཆས་མགོ་ཞུམ། འདོད་  
པས་ལུས་འདར་བ་ལ་མི་བཅེ་འཇམ། བྱིན་ཞེས་པ་ཕྱག་པོ་དང་རྒྱན་མོ་གཉིས་  
ཀ་ལ་འཇུག་གོ། དཔེར་ན། གང་ཞིག་མཐོང་ཆེ་དགའ་བས་འཇུམ། །སྟོན་ཅིང་  
ལུས་ཀྱང་ལྡེམ་ལྡེམ་དུ། །འདར་ཞིང་རྣམ་པར་གཡོ་བ་དག །རྒྱུ་པར་གྱིས་  
ཤིག་དཀར་འཇམ་ཅན། །ཞེས་གཤམ་བྱ་སྒྲོ་བ་ཀྱུ་མ། གཤམ་བྱེད་གཞོན་རུ་དང་

ལུས་སྤྲོ།

དགྲ་པ་མིང་དུ་འདུས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་  
 བོ། གང་དུ་མིང་སྤྱན་མོང་བ་དག་ལ་སྣ་ཆོག་ས་པའི་དོན་དུ་མས་སྤྱིབས་པ་  
 དཀའ་བས་བཏགས་པ་དེ་ནི་མིང་དུ་འདུས་པ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་  
 ས་ལྡན་ནི་རྒྱལ་པོ་འགའ་ཞིག་དང་། རྩ་ཇ་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་། ས་རྒྱ་ཏ་ན་སྟེ་འདི་  
 བོ། བྱལ་འདུག་དང་བཅས་པའི་གསུམ་པོ་འདིར་འབྱུང་བ་འདྲ་བ་ལ། ས་ལྡན་  
 ཞེས་པར་སྤྱོད་པས་མིའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། བྱལ་འདུག་གྲང་མ་ཡིན་  
 བོ། །མིག་མི་བརྟན་མ་ཞེས་པས་གང་འགའ་པར་བྱ་ན། དོན་ཤིང་གི་རྒྱལ་པོ་  
 དེ་སྤྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་མཆོན་གོང་གི་སྤྱོད་གསུམ་པོ་འདི་རིམ་པ་བཞིན་དུ།  
 ཤིང་དང་། ཤིང་གི་རྒྱལ་པོ་དང་། མ་རྒྱས་པ་མིན་པ་གསུམ་ལ་འདུག་གོ། །  
 དཔེར་ན། སྟོ་ལྡན་ཀུན་པན་མཆོ་ལས་སྤྱེས། །འཆི་མེད་གཙོ་བོ་རོལ་མོ་  
 མཁན། །ཉམས་འགྱུར་གར་གྱིས་རྣམ་བྱེལ་བས། །འདོད་པའི་དངོས་པོ་སྟོལ་  
 ཅིག་གྱེ། །ཞེས་གཤམ་བྱ་དབྱངས་ཅན་མ་དང་། གཤམ་བྱེད་ག་བྱར། ཟླ་བ། པརྒྱ།  
 བརྒྱ་བྱིན། སྤེ་བ། གར་མཁན་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པའོ། །བརྒྱ་བ་སྤྱིབ་པ་ལ་  
 མཆོན་ཉིད་དཔེར་བརྗོད་གཉིས། །དང་པོ་ནི། ཆོག་ས་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པའི་  
 ཆོས་གཞན་ལ་རིག་པས་དེ་ཉིད་གོ་ཞིང་དོན་གཞན་བཤད་བྱའི་ཆོས་དེ་སྤྱིབ་  
 པས་ན་སྤྱིབ་པ་ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་རྩལ་བྱལ་དབྱལ་པོའི་མི་ནི་གཏང་བར་བྱས་  
ནས། རོར་དང་ལྷན་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སར་བགྲོད་པ་གང་ཞིག །སྒྲུ་ཆོགས་  
པའི་སྒྲོགས་ཏེ་ཐབས་ས་ཚུལ་བརྒྱ་ཐུག་གིས་འཛིག་ཏེན་འགྲུགས་པར་བྱེད་  
པ་ཁྱོད་ནི། བཟུང་ཞིང་བཞེས་པར་དཀའ་བ་སྤྲད་འཆོང་མ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱེད་  
ནི་གོང་གི་བྱེད་པར་དེ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡང་ཡོད་པས་དེར་གོ་བ་ལྟ་བུའོ། །དཔེར་  
ན། སྒྲིང་སྒྲོབས་ཆེན་པོས་མི་མཐུན་བཅོམ། །སྒྲུ་ཆོགས་ཐབས་ཀྱིས་ཀྱུན་  
ལས་རྒྱལ། །གང་འཆོམ་སྒྲུལ་པ་སྒྲོན་མཁས་ཁྱོད། །པད་དཀར་མིག་ཏུ་མངོན་  
པར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་དང་གཤམ་བྱེད་ཁྱེད་འཇུག་གོ།  
བཟུ་གཅིག་པ་མཐུན་པའི་སྒྲུ་ལ་མཆོན་ནིད། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
སྒྲུ་སྒྲུར་བའི་རྣམ་གངས་བཀོད་པ་ཡིས་དོན་རྒྱུགས་དཀའ་བ་བསྒྲུབ་པ་དག་  
ནི་མཐུན་པའི་སྒྲུའོ།

གཉིས་པ་ནི། ཡ་རྒྱ་ར་མཆུ་དང་། ས་མིན་པ་གཉིས་ལ་འཇུག །ཕྱ་བྲ་  
ལ་བྱ་བྱ་དང་། སྒྲིའི་མིང་ཅན་ལས་རྒྱལ་བ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ལས། གཤམ་བྱ་  
མངོས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མཆུ་བྱ་བྱ་ལྷར་དམར་བ་དེ་ཡིས་དིང་སང་བདག་མཆོག་  
ཏུ་ནི་སྤེད་པ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་དོ་སྒྲུ་སྒྲོགས་མ་གཤམ་བྱེད་ས་མིན་པ་མིང་  
མཐུན་པ་གང་དང་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་སྒྲིའི་མིང་ཅན་ལས་རྒྱལ་ལོ། །འདི་ལ་ངེས་  
པར་སྒྲུ་སྒྲུར་དགོས་ཤིང་། དཔེར་ན། རྣམ་པར་གསལ་བྱེད་སྒྲུ་མེད་འོད། །

གཞན་དག་དགའ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད། །བརྗེད་ཅིང་ལྷན་ཆགས་གཟི་འབར་  
བ། །བདུད་ལས་རྒྱལ་ཁྱོད་དགེ་བར་མཛོད། །རྣམ་པར་གསལ་བ་སོགས་  
སངས་རྒྱས་དང་ཉི་མ་གཉིས་ཀའི་ཡོན་ཏན་ལ་འཇུག་ཅིང་། བདུད་ལས་  
རྒྱལ་བ་གཉིས་ཀའི་སྐར་མཚུངས་པས་གབ་བོ།

བརྒྱ་གཉིས་པ་ཚྗངས་པའི་གབ་ཆིག་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། ཆིག་སྒྱུར་གང་ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་བརྗོད་དོན་བསྟན་  
ཀྱང་། ཆིག་དེ་ཉིད་གྲིས་འབྲུལ་རྒྱ་བྱས་ནས་ཚྗངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་ཚྗངས་  
པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། གབ་བྱ་འདོད་ལྷན་དག་ནི་མལ་སྟན་ལ་ཁོ་བས།  
རྒྱབ་བསྟན་ནས་ཕྱིར་སྒྲིག་སྟེ་ཉལ་བར་གྱུར་ལ། ཆགས་པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
དུ་གཉིད་ཉལ་ཏེ། དལ་བྱ་ཡིས་པོ་མོ་དག་ཁ་སྐྱད་དེ་སྒྱུར་རོ། །གབ་བྱེད་ནི་པོ་  
མོ་པན་ཚུན་ཁྲོས་པ་དང་། རྒྱབ་གཏད་པ་དང་། ཆགས་པས་ཕྱིར་ལོག་ཏུ་རི་  
ལྟར་ཉལ་སྟམ་པ་དང་། རྒྱབ་གཏད་ན་ཁ་རི་ལྟར་སྒྱུར་སྟམ་ཚྗངས་པ་སྟེ།  
འགལ་རྒྱན་དང་འབྲལོ། །དཔེར་ན། ལྷེ་ཡི་རྒྱང་གིས་ཆ་གདུང་སྐྱེད། །འཇམ་  
པའི་སྟན་གྲིས་ལྷས་ནི་རྩལ། །རྐང་ཆག་སྐྱ་རེངས་ཐོགས་མེད་འགོ། །སྒྲིན་  
ལེགས་མཐོང་བས་ལུན་པ་ཐེབས། །རྒྱང་གིས་ཆ་བ་སྐྱེད་མི་ཐུབ་པས་ཅི་  
ཡིན་ནམ་སྟམ་པ་ལྟ་བུའོ།

བརྒྱ་གསུམ་པ་ཡོངས་སྒོགས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་གཉིས།

དང་པོ་ནི། གང་ལ་ཆོག་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲིབ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི། བསྐྱོར་ཐག་  
རིང་པོ་བྱས་ནས། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་རྟེན་ནས་སྒྲིབ་པོ་བ་དེ་ནི་ཡོངས་སྒྲོགས་  
ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་ཉི་མས་ཆོག་པ་རྣམས་སྒྲིབ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་ལ།  
གཤམ་བྱེད་བྱ་རྒྱལ་ནི་མཁའ་ལྗེ་ཡིན་ཞིང་། དེས་སྒྲོན་རྒྱ་མཚོ་ལས་བྱུང་བའི་  
བདུད་ཅི་སྒྲོགས་པས་རྒྱལ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཟས་བདུད་ཅི་བ་བའི་བརྒྱ་བྱིན།  
བརྒྱ་བྱིན་ལས་སྒྲེས་པ་ནི་སྤྲོད་སྒྲུབ། དེའི་དབྱ་ཀུ་ཀླ། དེའི་སྒྲུབ་མ་ཉི་མ། དེའི་  
འོད་གྱིས་བཅོམ་པའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས། ཁ་བ་འཛོམས་པ་ནི་མེ། དེའི་སྒྲོགས་མིན་  
པ་ནི་ཆར། དེ་འཛིན་པ་ཡི་སྒྲིབ་གྱིས་བྱུང་བའི་མཁའ་ལ་མངོན་པར་དགའོ། །  
དཔེར་ན། སྒྲོབས་ལྡན་གསོད་སྒྲེས་དག་གི་དབྱ་ལྟར་བསྒྲེན་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་  
བོ་དུག །ཁྱུང་ཞོན་བྱ་ཡི་དམག་ཆོགས་རྣམས། །རབ་ཏུ་བཀའ་བསྐྱུས་ཐལ་  
བར་བརྒྱག། །ཅེས་སྒྲོབས་ལྡན་གསོད་པ་པོ་ནི་བྱུང་འདུག །དེ་ལས་སྒྲེས་པ་  
ནི་འདོད་ལྟ། དེའི་དབྱ་ནི་དབང་ལྷག་དེ་ལྟར་བསྒྲེན་པ་ནི་སྒྲིབ་པོ་ལ། དེའི་  
གཙོ་བོ་ནི་ལྷ་སྒྲོགས་སྒྲོན་པ་དུག་གོ །ཁྱུང་ཞོན་ནི་བྱུང་འདུག་དེའི་བྱ་ནི་  
བདུད། དེའི་དམག་ཆོགས་འཛོམས་མཁན་ནི་ཟས་གཙང་སྒྲུབ། དེའི་བཀའ་  
བསྐྱུ་བ་པོ་ལྷག་ན་དོ་རྗེས་བཅོམ་པའོ། །བཏུ་བའི་པ་གཅིག་སྒྲིབས་ལ་མཚན་  
ཉིད། དཔེར་བཟོད་གཉིས། དང་པོ་ནི། གང་དུ་རྟེན་ནི་གསལ་བར་བྱས་ཏེ་



བརྟེན་པ་སྤྲས་པ་ནི་གཅིག་སྤྱི་བས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་ནམ་ཡང་  
མཆོན་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་རེག་པའི་བདེ་བ་མ་སྤྱོད་  
ཡང་། མི་མ་ཡིན་པ་དྲི་བ་འགའ་ཞིག་གི་ལག་པའི་མིང་ཅན་གྱི་ཤིང་ཨེ་རེ་རྩ་  
ལ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ལོ། ཞེས་བརྟེན་པ་ལག་པའི་ཚུ་ཤིང་དོ། །དེ་  
གཤམ་བྱེད་ནི་རྟེན་དྲི་བ་དང་མི་མ་ཡིན་གསལ་བར་བྱས་སོ། །གཞན་ལ་མཆོན་  
ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱག་འདི་སྟོན་ཤིང་ལ་ལང་ལིང་དུ་གཡོ་བ་འདྲ་ཞེས་བརྟེན་  
པ་ཡལ་ག་སྤྲས་ནས་རྟེན་སྟོན་ཤིང་བརྟེན་པའོ། །དཔེར་ན། རྒྱུ་འབྱུང་གསར་  
པའི་འབྲི་ཤིང་ལ། །ལོ་འདབ་ཁུར་གྱིས་རྣམ་དུད་པ། །རིན་ཆེན་གདུ་བྱས་  
སྤྲས་པ་ཡི། །སོར་མོས་མཆོན་པ་འགའ་ལྟར་མཛེས། །ཞེས་པ་རྟེན་ལག་པ་  
སྤྲས་ནས་བརྟེན་པ་སོར་མོ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུའོ།

བཙེ་ལྷ་པ་གཉིས་ཀ་སྤྱི་བས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྟེན་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། ཆོག་སྦྱོར་གང་དུ་རྟེན་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་  
གཉིས་ཀ་ལ་སྤྱི་བས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་སྤྱིས་བྱ་སྤྱི་ཞིག་སྤྱོད་དང་  
མགོ་བོ་གང་འགྲོགས་པ་ཡི་དུས་སྤྱི་སྤྱོད་པ་ལོད་པ་སོགས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉི་  
བར་ནི་ཐོབ་སྟེ་བསྐྱབས་ཤིང་། གཤམ་ཉི་ཁ་ཟས་ཀྱི་དུས་དག་ཏུ། གཤམ་ཉི་དེའི་  
ནང་དུ་སྤྱི་ཉི་ཉག་མ་རེ་རེ་ཅ་མ་སོང་བ་མཐོང་ན་འདོར་པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན།  
ས་འཛིན་པང་བར་གཏི་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་རོའི། །བཅུད་ཆགས་སྤྱད་འབྲིན་

འགའ་ཞིག་ལྡེམ་ལྡེམ་ལ། །གནས་ཏེ་འབྲས་བུར་འདོད་པ་དེ་དོན་དག །གལ་  
ཏེ་གྲུབ་ན་བཀམ་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །རྟེན་ཆུ་ཤིང་དང་བརྟེན་པ་བྱེད་པ་གཉིས་  
ཀ་སྤྲས་པའོ།།

བཙུང་བྱ་པ་ཡོངས་འདྲེས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་དོན་བསྐྱུ་བ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། གང་ལ་སྤར་བ་ཤད་པའི་མཆན་ཉིད་བཅོ་ལྔ་པོ་སྤྲ་  
ཆོག་ས་འདྲེས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པ་ཞེས་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ནི། གཤམ་བྱ་ཏེ་བ། ཡ་མཐར་གནས། ག་ཀ་སྟེ། ར་ཅ་སྟེ།  
ཆ་པ་སྟེ། ཇ་ཇ་སྟེ། བཅས་པའི་སྐད་དོད་ས་དང་། ཡི་གའི་སྐད་དོད་ལྷ་ན་  
མཆོམས་སྐྱར་བའི་ན་ཏ་སྟེ་སྟེ། སྟེ་འདི་གལ་ཏེ་མ་རྒྱལ་བ་སྟེ་མ་ཤེས་ན། ལྷ་  
ཏ་ཀ་སྟེ་ཡི་གའི་སྟེ་མོ་ཅ་མ་ཡང་ཤེས་པ་མེད་པ་དེད་ཀྱི་བྱ་འདིའི་སྟེ་རོལ་  
རིག་བྱེད་ཏྲག་པ་རང་བྱུང་སོགས་ཀྱི་ཆུ་ལ་ཤེས་ཀྱང་སྤྱོད་པའོ། །དེའི་གཤམ་  
བྱེད་ནི། ཏ་ཡ་ཏ་དང་། ག་ར་སྤང་པོ། ཆ་ཇ་དཔའ་བོ་སྟེ་དབྱུང་བྱ་ཆུང་། སེ་ན་  
སྟེ་སྟེ། དེ་དག་ལས་མ་རྒྱལ་ན། མ་ཏི་ཀ་མ་མེད་པའི་བྱ་འདི་ཡི་གའི་ཤེས་ཀྱང་  
སྤྱོད་པའོ། །དཔེར་ན། མིག་གི་ཁང་པར་མདའ་ཡི་མེ་འབར་ཆོ། །གཉིས་སྐྱེས་  
ལ་ལ་སྤྲ་བ་མཐོང་བ་བཞིན། །གཟུགས་མེད་ནམས་ནི་དགའ་ཞིང་སྐྱུ་ག་  
བསྐྱལ་བྱེད། །ཁམས་གསུམ་དབང་སྐྱད་བཅེ་ཞིང་དགའ་བ་བསྐྱོམ། །ཞེས་  
མིག་གཉིས་དང་མདའ་ལྔ་སོགས་གཤམ་ཆོག་བདུན་པ་དང་། གཉིས་སྐྱེས་ནི་

མང་པོ་ལ་འབྱུང་འགོ་བས་གཉིས་པ་སྤྱི་བྱེད་དང་། གཟུགས་མེད་ནི་འདྲེ་དང་  
འདོད་ལྟ། ཁམས་གསུམ་དབང་སྤྱད་ནི་ལྷ་མོ་ཀྱ་རུ་ཀྱལྱེ་དང་དབང་ཕྱག་  
གཉིས་ལ་ངེས་ཆིག་གི་སྤྱི་བ་འད་རུང་ཅ་མ་ཡོད་ཅིང་། ཕྱག་བསྐྱེད་ཕེས་  
རྩ་བ་མེད་ཆིག་ཡོད་པས་ཕྱག་པ་རྩ་བ་མོས་འགོག་པ་དང་གསུམ་ཆང་ལ།  
གཤམ་བྱ་མཛེས་མའི་མིག་འདོད་པའི་མདངས་དམར་བ་དང་། ཆགས་ཅན་  
རབ་བྱུང་ནག་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བའི་འདྲེ། ལྷ་མོ་རིག་བྱེད་མ། གཤམ་བྱེད་དབང་  
ཕྱག་གི་མིག་གི་མེད་མདུལ། བམ་ཟེ་བྱུང་འཇུག་གོ།

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། བའད་མ་ཐག་པ་དེ་ནི་མིང་དུ་འདུས་པ་  
བསྐྱེས་ཤིང་བསྐྱེས་པ་ཡི་ནི་གཟུགས་དང་ལྡན་པ། དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་ནི་གཤམ་  
ཆིག་གཞན་གྱི་ཡང་རྒྱན་འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་མཇུག་བསྐྱུ་བ་ནི། བའད་མ་ཐག་པ་འདི་རྣམས་གཤམ་ཆིག་  
བཅུ་དྲུག་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ལྟར་  
བའད་དོ།

བཞི་པ་གཤམ་ཆིག་ལྟར་སྤྱང་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། གཤམ་ཆིག་ངན་  
པ་གཞན་དག་བཅུ་བཞི་པོ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་  
བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། སྐབས་འདིར་ངན་པའི་མཆན་ཉིད་མེད་པ་གང་ཞིག་དེ་འདོད་  
པས། སྤྱི་བྱེད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་བྱ་བ་མིན་པར་རིག་ནས། སྤྱང་ཡང་དེ་མེད་

བདག་ཅག་གིས་ལེགས་པ་ཁོ་ན་བཙུ་བྱུག་བརྗོད་པར་བྱས་སོ།།

སྒྲིན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སྒྲིན་སེལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་མདོར་བསྟན།      རྒྱས་  
བཤད་གཉིས། དང་པོ་ནི། རོན་ཉམས་རོན་འགལ་རོན་གཅིག་པ། །ཐེ་ཆོམ་  
ཅན་དང་རིམ་པ་ཉམས། །སྒྲིན་ཉམས་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་དང་། །སྒྲེབ་  
སྒྲོར་ཉམས་དང་མཆམས་སྒྲོར་བྲལ། །དགུ་པོ་དེའི་སྒྲིང་དུ། ཡུལ་དང་། དུས་  
དང་། སྒྱ་རྩ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་དང་། ལུང་དང་རིག་པ་དག་  
དང་འགལ་བ་སྒྲེ་བྱུག་པོ་འདི་གཅིག་ཏུ་སྒྲོམས་པའི་སྒྲིན་བཙུ་པོ་དེ་དག་སྒྲན་  
ངག་ལ་སྒྲན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྤངས་པར་བྱའོ།།

གཞན་ཡང་དམ་བཅའ། གཏན་ཆིགས། དཔེ་ཉམས་པ་ཞེས་པ་གསུམ་  
པོ་འདི་ཡང་སྒྲིན་མ་ཡིན་ནམ།      རོན་ཀྱང་འདིར་མི་འཆད་པ་ནི་རྟོག་པར་  
གྲགས་ཀྱང་སྒྲོགས་འདིར་མ་གྲགས་པས་པལ་ཆེར་དབྱད་པར་དཀའ་བ་ཉིད་  
ཀྱི་ཕྱིར་སྒྱར་བ་དེ་ཡིས་ནི་འབྲས་བུ་ཅི་བྱ་སྒྲེ་དགོས་པ་མེད་དོ།།

གཉིས་པ་ལ་བཙུ་ལས། དང་པོ་རོན་ཉམས་པ་ལ་མཆམ་ཉིད། དཔེར་  
བརྗོད། དམིགས་བསལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་ཆོགས་

པ་ལ་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་གང་དེ་ནི་ཉམས་པ་ཞེས་པར་འདོད་ལ།  
དེ་ཡང་སྟོས་པས་སྟོན་པ་དང་། གྱིས་པ་བསམ་མེད་གྱིས་བརྗོད་པ་ལས་  
གཞན་དུ་ན་དེ་དག་སྟོན་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། མི་འདི་ནི་རྒྱ་མཆོ་འབྱུང་བར་བྱེད་དེ། གྱིས་པ་བདག་ནི་  
དེ་རིང་རྒྱས་པས་གཟེར་ལ། སྟོན་པ་འདི་ཡང་འབྱུག་གི་སྤྱོད་རབ་ཏུ་སྟོན་པར་  
བྱེད་དེ། །འཕྲོགས་བྱེད་ནི་སྤང་པོ་ཆེ་ས་སྤང་དག་ལ་དགའོ། དཔེར་ན། ཟླ་བ་  
འདི་ནི་འེན་ཏུ་དམར། །ཉི་མའི་འོད་གྱིས་བསིལ་བར་བྱས། །ཁོ་བོ་ཉལ་ནས་  
རྒྱན་དུ་འགོ། །ན་ཆུང་ལ་འབྱུང་ཆངས་པར་སྟོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་  
ནི། འདི་ལྟ་བུ་སེམས་ནལ་དུ་མི་གནས་པས་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ལ་སྦྱང་  
བར་བྱ་བ་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དག་མཁན་པོ་སུ་  
ཞིག་གིས་སྟོར་ཏེ་མ་སྟོར་རོ། །གཉིས་པ་དོན་འགལ་བ་ལ་མཆོན་ཉིད།  
དཔེར་བརྗོད། དམིགས་བསམ་ལ་གསུམ། དང་པོ་ནི། དག་གཅིག་ནི་རབ་ཏུ་  
སྤྱར་བ་ཡིས་དག་སྤྱ་མ་དང་བྱི་མ་གཅིག་གིས་གཅིག་གི་རུས་པ་གཞན་  
འཛོམས་པ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་འདི་ནི་དོན་འགལ་ཞེས་པར་  
རབ་ཏུ་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། དག་རིགས་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། ལྷ་ཆོགས་  
པའི་བྱ་བའི་ཁུར་ལྡན་འདི་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག་འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བཅེ་བ་ཅན་



ཁྱོད་ལ་དག་ནི་སྤྱ་ཡང་མེད་དོ། །དཔེར་ན། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་བཅོམ་བ་ཡི།  
 གནས་བརྟན་དག་བཅོམ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི། །རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་འདི་ལ། །ལོག་  
 གཡེམ་སྒྱུད་པར་མ་མཛད་ཅིག། །ཅེས་བ་ལྟ་བུ། གསུམ་བ་ལ་འགའ་ཞིག་  
 འདོད་ཚུལ་དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། མངོན་པར་ཆགས་བ་དང་  
 ལྡན་པའི་སེམས་ལ་ནི་སྤྱ་ཅོར་སྤྱ་བའི་སྐབས་དེ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པས་ན་  
 ཆགས་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་བཞིན་པ་གང་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་དག་ཀྱང་  
 མངོན་པར་བཞིན་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞན་གྱི་བྱུང་མེད་ལ་སྐྱེད་  
 པ་འགའ་ཞིག། །ཚུལ་དེ་ནི་འཕགས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ག་ལ་མི་རིག་པས།  
 མངོས་མ་དེ་ཡི་སའི་སྤྱི་བ་བྱེད་གཡོ་བ་དང་། བདག་གིས་ནི་ནམ་ཞིག་འཕྱང་  
 བར་འགྱུར་རམ། དཔེར་ན། ཏ་ཅང་ཆགས་སྤྱོད་དག་པོ་ཡིས། །སྤྱོད་ཏེ་  
 སྐབས་མེད་གནས་ཁང་དུ། སྤྱད་དེ་སྤྱི་བོ་གཞན་ཅི་སྤྱོད་ས། །ཀྱུ་མཁྱེན་རྒྱལ་  
 བས་ག་ལ་གཟིགས། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གསུམ་བ་དོན་གཅིག་པ་ལ་མཚན་ཉིད།  
 དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བཞིན་བྱའི་དོན་ཉིད་  
 དམ། བཞིན་བྱེད་ཀྱི་སྤྱ་གང་ལ་ཡང་བྱུང་པར་མེད་པར་སྤར་བཞིན་པ། གལ་  
 ཏེ་སྤར་ཡང་རབ་ཏུ་སྤྱིགས་པ། དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་དེ། དཔེར་ན།  
 གཉིས་པ་ནི། འདོད་པའི་སྐྱེད་པ་ལ་སྐྱེད་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་བྱ་མོ་རྣམས་  
 གྱི་ཆགས་པའི་རྒྱ་ནི་དེ་རྣམས་སྤྱི་ལན་བྱའི་འོད་ཟེར་ནག་པོ་ཅན་དང་། ཚུ་

འཛིན་དང་། སྒྲིག་དང་ལྡན་པ་དང་། འབྲུག་སྐྱ་ཟབ་མོ་སྒྲིག་པ་འདི་དག་གོ། །  
 ཞེས་སྐད་པ་དང་སྐད་བྱེད་དོན་གཅིག་ལ། རྒྱ་འཛིན་སོགས་ཀྱང་སྒྲིན་དུ་དོན་  
 གཅིག་པས་དགོས་པ་མེད་པར་ལྡན་པ་འོ། །དཔེར་ན། ཉོན་མོངས་སྒྲིག་པ་  
 སྒྲིབ་པ་ཀུན། །མ་ལུས་ཞི་བར་བྱ་བའི་བྱིར། །རྒྱལ་བས་ཆོས་འཆད་ཆོས་  
 འཁོར་བསྐྱོར། །བཀའ་ཡི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་གསུང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་  
 ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྗེས་སུ་བཅེ་སོགས་བྱུང་  
 བར་ལས། གལ་ཏེ་དགའ་བས་གཏམ་འགའ་ཞིག་བཞིན་པར་འདོད་ན་ནི་ཡང་  
 ཡང་བཞིན་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་དེ་འདི་ནི་རྒྱན་དུ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། འདོད་པས་བཀའ་པ་མིན་པ་སྟེ་རྒྱ་མཆོན་མེད་པར་འཁོན་པ་ཡིས་བྱུང་  
 མེད་མཆོག་འདི་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡན་ལག་ཀུན་མཛེས་པ་འདི་བཅོམ་  
 པར་གྱུར་ཏོ། །དག་སྙན་ཅིང་འཇམ་པར་སྒྲིག་མ་འདི་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ། །  
 དཔེར་ན། ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཛའ་བོ་ཁྱོད། །སྦྱིད་པའི་གནས་ཁང་འདི་རུ་  
 ཞོག། །ཞིམ་པའི་ཁ་ཟས་ཟ་བྱིར་འདོང་། །སྦྱིང་གོས་ལྷག་པར་སྦྱ་བྱིར་  
 གཤེགས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། །བཞི་པ་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན།  
 དམིགས་བསལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། དེས་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་སྦྱར་བའི་  
 ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་མི་དགོས་པ་ལ་དེ་སྦྱིད་པར་  
 བྱེད་ན་ནི་འདི་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཞེས་རབ་ཏུ་བཞིན་དོ། །གཉིས་པ་ནི། འབྲིག་པའི་

རེ་འདོད་གི་དགའ་བས་བལྟ་བ་ཡིས་རོ་ལ་མིག་ཟུར་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་  
གྲོགས་མོ་དག། །འདི་འདྲ་བས་ཁྲིས་ན་ཡོད་ན་བལྟ་བར་བཟོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
རྒྱུ་ན་འདུག་པའི་མ་མ་འདིས་ཀྱང་ངོ་།།

རྒྱ་དཔེར་ཨ་ར་རྟ་ཅེས་པ་ཉི་བ་དང་རིང་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འདུག་པས་ཐེ་  
ཆོམ་དུ་འགྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ཀྱན་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་མཆོག་གང་གིས།།  
འགྲོ་ལ་པན་བྱེར་གོ་ཡི་སྒྲ། །གསུངས་པ་འདི་ཡི་དོན་དུ་ནི། །འགྱུར་རམ་ཡང་  
ན་མི་འགྱུར་ངོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད་  
བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། འདི་འདྲ་བའི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྦྲད་དུ་ནི་གལ་ཏེ།  
འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་བ་ན། དེ་ནི་རྒྱན་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། དེ་ལ་སྒྲོན་མེད་པ་འདི་  
ལྟ་སྟེ། གཉིས་པ་ནི། མ་སྦྲད་པ་དེ་ནི་ལུས་སྦྱེས་ཏེ་འདོད་པའམ་ཆ་བའི་  
འཇིགས་པས་གཟིར་ཞིང་སྒྲོར་བ་རྩ་བ་མོ་ཡིས་དུས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བཟུང་  
བར་མཐོང་སྟེ། ད་ནི་བདག་ཅག་ཁྲོད་ལ་འདོད་པའི་རེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །  
དཔེར་ན། འཇམ་དབྱངས་གྲུབ་བམ་དབྱངས་ཅན་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་  
སྦྱེས་བུ་ཁྲོད། སྒྲན་ཆོག་གཞུང་བརྒྱ་སྦྱ་བ་ལ། མད་བྱང་སྒོ་གྲོས་ཅན་དེར་  
སྒོན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། འདོད་པས་གཟིར་རམ་ཆ་བས་གདུངས་  
ཞེས་པ་ངས་མེད་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་པའི་ཆོག་གིས་ཅེད་འཇོས་ཀྱལ་ཀའི་སྒོ་ནས་  
མཛའ་བོ་སྦྱེས་པ་དེའི་ཡིད་འཁྲུགས་པར་བྱ་བའི་བྱེར་དུ་པོ་ཉ་མོས་སྦྱས་སོ།།

ལྷ་པ་རིམ་པ་ཉམས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཅོམ་དུ། དམིགས་བསལ་  
 དང་གསུམ། དང་པོ་ནི་བཤའ་བྱའི་དོན་མང་པོ་དག་སྤྲུམ་མར་མདོར་བསྟན་  
 ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ཡོན་ཏན་གྱི་དོན་རྣམས་གོ་རིམས་མ་འབྲུགས་པར་སྦྱར་  
 དགོས་པ་ལ། གལ་ཏེ་གོ་རིམས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པར་མ་བྱས་ནས། རིམ་  
 པ་ཉམས་པར་མདོར་བཅོམ་དུ་བའི་སྦྱོན་དུ་དེ་དག་ནི། བཤའ་དེ། དཔེར་ན།  
 གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པའི་རྒྱ་ཁྲབ་འདུག །སྤྱལ་པའི་རྒྱ་  
 ཆངས་པ། འཇིག་པའི་རྒྱ་དབང་ཕྱག་ཅེས་མདོར་བསྟན་ནས་རྒྱས་བཤའ་གྱི་  
 སྐབས་སུ། མ་སྦྱོས་པ་བདེ་འབྱུང་དང་། སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱ་དང་ཆུ་སྦྱོས་ཀྱི་སྦྱེ་  
 གནས་ཅན་གྱིས་བྱེད་རྣམས་ལ་སྤངས་ཤིག་ཅེས་གོ་རིམས་འཆོལ་བའོ། །  
 དཔེར་ན། ཁ་དོག་ཨི་རྩ་རྩེ་ལ་སུ་ཤར། །གངས་རིའི་མདངས་དང་ལྗན་པའི་  
 ལྷག་པའི་ལྷ། །ཕྱག་ན་པར་འཇམ་མགོན་གསང་བདག་གིས། །དུས་རྣམས་  
 ཀུན་ཏུ་དག་ལེགས་སྤུངས་དུ་གསོལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ལ་མཆོན་ཉིད་  
 དཔེར་བཅོམ་དུ་གཉིས། དང་པོ་ནི། བཅོམ་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་  
 རྒྱར་གོ་རིམས། འབྲུགས་པའི་སྦྱོར་བ་གང་ཡང་གལ་ཏེ་འབད་པར་བྱས་  
 ནས་རིམ་པ་སྦྱོས་ཀྱང་སྦྱོན་མེན་པར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱ་སྦྱེ། དཔེར་ན།  
 གཉིས་པ་ནི། གཉིན་དང་བྲལ་བས་གཏོང་བ་དང་། ཤི་སྦྱེ་ལུས་གཏོང་བ་དང་།  
 ཡུལ་དང་བྲལ་ནས་གཏོང་བ་ཞེས་པ་གསུམ་པོ་ལ་དང་པོ་དང་ཐ་མ་གཉིས་

དང་བྲལ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རིང་བ་ཡིན་ལ། བར་མ་ལུས་དང་  
བྲལ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་གི་གདུང་བ་སྟེ་ཡུན་ཐུང་ངོ་། །དཔེར་ན། བད་དཀར་མེ་  
ཉོག་བ་ཀྱ་ལ། །ཀྱ་ཐུ་ཏ་ཡི་ཚུ་སྟེས་གསུམ། །དང་མཐའ་ཉི་ལྔས་ཁ་འབྱེད་  
ཀྱང་། །བར་བ་ཁ་ཡི་ཆང་གིས་སོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

སྤྱག་བ་སྐྱ་ཉམས་བ་ལ་མཆོན་ཉིད་དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་  
དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བཞིན་དོན་གྱི་མཆོན་བྱ་ལ་ནམ་དབྱེ་དང་རྒྱུན་གྱི་  
མཆོན་ཉིད་གྱི་ལམ་ལ་མཆོན་ན། དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་ནི་མཆོག་  
མིན་པ་མི་མཁས་པ་དག་འདོད་པ་ནི་སྐྱ་ཉམས་བ་ཡིན་ཏེ། མཆོག་གི་མཁས་  
པ་ནམས་དག་འདོད་པ་འདི་ནི་སྒྲུབ་ལྟར་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲུབ་མ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་བ་ནི། ས་གཞི་རྒྱ་མཆོའི་སྐྱ་རགས་ཅན་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱི་  
དབྱེད་བས་སྤངས་ཤིག་ །ཅེས་རྒྱ་དཔེར། རྒྱལ་ཆེན་གྱི་སྐད་དོད་མ་རྩ་རྩ་ཇ་  
ན་ཞེས་ལས་འཛིན་གྱི་བསྐྱེད་བ་ཡོད་པས་དེའི་མཐུ། ཅ་རྩ་པའི་མདོ་ལས་  
ཆོག་སྤྱད་གྱི་མཐའོ། །ཞེས་སྒྲུབ་བཏང་ནས། ས་ཁི་དང་། ཨ་ཉར་དང་། རྩ་  
ཇ་རྩ་རྩ་ས་གྱི་ཅ་ཅོ། །ཞེས་བས་ཅ་ཅོའི་རྒྱུན་གྱིས། ཅ་དབྱེད་དོན་དང་། ཅི་  
རྩ་ན། ཨ་ཁ། ཨ་ཉ། ར་ཀྱ་ལྟ། ར་ཉ། ར་ཉ། རྩ་ཉ། ཀ་ཉ་ཀྱ་རང་ཁྱུན་ལས་སོ་ཞེས་པའི་  
ཁྱད་དོན་གྱིས་ཅེ་ཕྱིས་ཨ་བེཞག་། ཁྱའི་ཨ་ཅ་ལེ་སོགས་པ་ལ་ངོས་མཐའི་ཨ་ཅ་  
ཕྱིས་ཤིང་དབྱེད་མེད་དབྱེད་ལ་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་བས། རྩ་ཇ་ཞེས་



འབྱུང་དགོས་པ་ལ་འདིར་དེ་མེད་པར་རྩ་ཐོག་ཞེས་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བྱ་ག་  
 པའི་ཆབ་ལ་བཞི་པ་བྱིན་པའི་སྒྲིན་གྱིས། རྒྱལ་ཆེན་བྱོད་ལ་དབྱུང་བས་  
 བསྐྱེད་པ་ཞེས་འབྲེལ་མེད་གྱི་ཆོག་འབྱུང་བས་མཆོན་ཏེ། རྒྱ་དཔེར། རྒྱུ་  
 དང་རྣམ་དབྱེ་ནོར་བའི་དཔེར་བརྗོད་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །སྒྲིན་འདི་ཤིན་ཏུ་  
 སྤང་བའི་གནས་ཡིན་ཀྱང་། ད་ནི་དུས་དབང་གིས་མང་པོ་འབྱུང་བར་ངེས་ཏེ་  
 ཀར་ལུགས་གྱི་བྱུང་བ་སི་ཏོ་བར་ཁ་ཁལ་ཕོག་ནས། མཆོམས་སྒྲིར་ལྷ་པའི་  
 འབྲེལ་པ་བརྗོད་བྱ་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་བཅུམས། དེའི་མཐུག་ཏུ་ལོ་རྒྱུ་བ་  
 བརྟན་པ་མིང་ལེ་བྱ་ག་པ་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་མ་སྤྱོད་བ་དེ་ལ་སྒྲོ་བརྟན་ལྷ་པ་  
 ཞེས་པ་བསྐྱེད་པ་བརྗོད་བྱེད་པ་སོགས་སྒྲིན་པའི་སྤང་ཚུལ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་  
 རོ། །ཞེས་པ་སྤར་བ་ཤད་པ་དེ་ནི། ཆོག་འདི་ལ་ནི་ཉམས་འགྱུར་ཡོད་པ་མི་  
 རུས་པ་ན་ཤེས་འདོད་མེད་དོ། །དཔེར་ན། འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་བ་  
 རྣམས། །གཏན་བདེ་ཐོབ་ལས་ཕྱག་བཅུལ་ཏེ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་བྱིན་  
 བརྟན་པས་ནས། །འདོད་པའི་དོན་ཀྱན་གྱུ་བ་པར་གྱུར། །ཅེས་གཏན་བདེ་ཐོབ་  
 བྱིར་དང་། སངས་རྒྱས་གྱིས་ལྷ་བྱ་དགོས་པ་ལ་མ་བྱུང་ཞིང་། སྤྱོད་ལྷ་  
 ཡང་། སྤྱོད་ལ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་དེ་དགོས་རྒྱུ་ལ། ལྷ་པའི་དེས་བྱིན་པ་དང་།  
 བུལ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་ལྷ་བྱ་དགོས་རྒྱུ་ལ། བདུན་པའི་སྤྱོད་བྱིན་པས་  
 འབྲེལ་ལོ། །

གསུམ་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་དང་། སྒྲུབ་བྱེད་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལྷ་ཡི་  
 རི་ལས་ཉེ་བར་བརྟུན་པའི་རྒྱུད་གིས་རྩ་ཏའི་རྒྱུད་ལ་ཉེ་ཡལ་འདབ་  
 རྣམས་པར་རོལ་ཞིང་ཅེ་བ་ལྟར་བསྐྱོད་པ་ཡིས་སྒྲུབ་གྲུ་མཛེས་པ་དང་ལྷན་  
 པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཞེས་སོགས་ཀ་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་བཙུགས་བདག་ཉིད་  
 ཆེན་པོ་རྣམ་ལ་ལྟ་བ་ལ་གཡེལ་བའི་སེམས་དང་ལྷན་པ་འགའ་ཞིག་ལ། རི་ལ་  
 ཞེས་པ་རྣམ་དབྱེད་བདུན་པ་ཐོབ་མོད་སྒྲུབ་པ་འབྱུང་བའི་སྒྲུབ་ཉམས་པ་བཞིན་དུ་  
 སྒྲུབ་མོད་གྱི། མིང་ལེ་བཞི་པར་གཉིས་ཐོབ་པ་ལ་པ་རོལ་སྟེར་བར་བཞག་  
 པས་སྐྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེལ་བཟང་འདི་ནམ་ཡང་གཏོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དཔེར་ན། རྒྱལ་བས་བྱུགས་རྗེ་ཆེར་འཕེལ་བས། །འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མ་  
 ལུས་ཞི། །པན་བདེའི་འབྲི་ཤིང་སྒྲུབ་དེ། །དབྱར་གྱི་མཆོ་ལྟར་འཕེལ་བར་  
 གྱུར། །རྒྱལ་བའི་ཞེས་སྤྱད་པ་ཐོབ་པ་འདྲ་ཡང་བྱེད་ཆོག་བྱས་ན་ལེགས་སོ། །

བདུན་པ་ངལ་སོ་ཉམས་པ་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དམིགས་  
 བསལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། ཆོགས་བཅད་རྣམས་ལ་ངལ་སོ་ངེས་པའི་  
 གནས། ཐེབ་སྐྱོར་གྱི་ཆོག་གི་གཙོད་མཆོམས་ངལ་སོ་བར་རིག་དགོས་ལ།  
 དེ་ཉམས་གཙོད་མཆོམས་མིང་མ་རྗོགས་པར་ངལ་སོ་བ་ནི་ཉམས་པ་སྟེ།  
 ཉན་པ་པོ་དག་དགའ་བ་མིན་པ་སྐྱེད་དེ། དཔེར་ན། གཉིས་པ་ནི། བྱད་མེད་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་གར་སོགས་སྐྱོན་པའི་རོ་དང་

ཉམས་མེད་པ་ལ། སྐབས་འདིར་སྐྱེས་བུའི་མཆོག་རྣམས་ནད་འགྲོགས་པའི་  
 མིའི་དབང་པོ་ཉི་མའི་རིགས་རྒྱད་ལས་བྱུང་བ་འདིས་ལྷ་བར་བྱེད་དོ། །ལ་  
 སོགས་པ་སྡེ་བ་སྦྱོར་ཉམས་པ་ནི་སྦྱོར་ནོ། །རྒྱ་དཔེར། སྤྱི་ཆུང་སྤྱི་ཆུང་། བརྗོད་  
 པའི་སྐད་དོད་གྲི་ཉི་མ་རྫོགས་པར་ངལ་སོས་པས་ངལ་སོ་ནོར་བ་སོགས་  
 ཞིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །དཔེར་ན། མཆོག་རྣམས་འདྲེན་སངས་རྒྱས་པ་དག །  
 ལུས་ཅན་ཀུན་བཅེ་ལྷན་མ་མ། །གང་དེ་ཡིས་བདག་ལ་པན་འདོགས། །སྦྱར་  
 སྦྱོལ་ཞིག་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

གསུམ་པ་ལ་དངོས་དང་། སྐྱབ་བྱེད་གཉིས། དང་པོ་ནི། གཙུག་ལག་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྤང་དོར་མ་ཚང་བ་མེད་པར་ལུང་ཉིད་  
 ཀྱི་སྒོ་ནས་ལྷ་བར་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ཡང་མི་བདག་འདི་ཡི་དབང་དུ་གྱུར་  
 པའི་ས་འཛིན་ཀུན་སྤང་བར་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་ལྷར་མིང་གི་དབུས་སུ་ངལ་སོ་  
 སྦྱོར་བ་ལྷར་ཡོད་ཀྱང་སྦྱོར་མེད་དོ། །རྒྱ་དཔེར། ཀླུ་བྱ་ཞེས་པའི་ལྷ་ནི་རྣམ་  
 དབྱེའི་ཤུགས་ལས་རིང་པོར་གྱུར་ལ། རི་ནི་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་པས། དབུས་སུ་  
 ངལ་སོ་བྱུང་བ་ལ་སྦྱོར་མེད་ཅིང་། ཡ་བཏགས་བྱུང་བ་ནི་མཆོམས་སྦྱོར་གྱི་  
 ལྷ་བས་སོ། །དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་སྦོས་ཅི་དགོས། །འཇམ་དབྱངས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་སྦོ་གྲོས་ཀུན། །འབད་པ་མེད་པར་སྦྱལ་བ་ཡིས། །རྣམ་པར་དཔྱོད་  
 འདི་དེ་མེད་བྱུང་། །ཞེས་འཇམ་དབྱངས་དང་གིས་གཉིས་ཀྱི་བར་བཅད་པ་

དང་། དེ་མཇུག་ཅེས་སྒྲེལ་བ་ལ་སྒྲོན་མེད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། རི་ལྟར་རྣམ་  
 དབྱེའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཆིག་གི་མཐའ་ཕྱིས་པར་བྱས་པ་ལ་ལྟག་མ་ཆིག་ཉིད་དུ་  
 དེས་པ་དེ་བཞིན་དུ། མཆམས་སྒྲོར་རྣམ་འབྱུང་གི་མཐའ་ཡང་ཆིག་ཉིད་ཅེས་  
 བེ་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དེ་ན་བར་རྩལ་པས་སྒྲོན་ངག་མཁན་རྣམས་  
 མི་སྒྲོར་ཏེ། རྒྱལ་པོ་དེའི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཏྲོག་གི་ཚུ་འཛིན་བསྐྱལ་ཞེས་པ་  
 འདིའོ། །རྒྱ་དཔེར། ཏྲོག་གི་སྐད་དོད་ཀེ་ཏུའི་ཀེ་ནི་རྒྱ་པ་དང་པོའི་མཐའ་བྱང་  
 བ་བདུན་པའི་ཆིག་ཡིན་ཡང་མི་སྒྲོན་པས་སྤང་བར་བྱའོ། །

བརྒྱད་པ་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཉམས་པ་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བཟོད་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། གང་དུ་ཡི་གེ་ཆད་ལྟག་ཤོར་བས་རིང་བྱང་དང་སྒྲེལ་ཡང་སྒྲེབ་སྒྲོར་  
 ལས་བཤའ་བ་རི་ལྟར་བཞིན་མི་གནས་པ་དེ་ནི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་  
 ཉོ། སྒྲོན་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤང་པའི་གནས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་  
 པོ་ཆད་ལྟག་དཔེར་བཟོད་ནི། རྩ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས་རེག་ཅེས་པ་  
 རྒྱ་དཔེར་ཡི་གེ་རྒྱ་པ་བདུན་ལས་མེད་པས་ཉུང་བ་ཉིད་དང་། ས་ཏ་ཀུ་རའི་  
 ལོ་འདབ་གསར་པ་རྣམས་སྐྱམ་ཞིང་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཡི་གེ་དགུ་ཡོད་པས་  
 ལྟག་པའོ། །དཔེར་ན། གྱེ་མ་བོད་ཀན་སྒྲོན་པོ་རྣམས། །ཐ་ག་པ་འབྲེལ་སྒྲེལ་  
 རྣམས་ལ་དགའ། །ཤེས་བྱ་ཤེས་པའི་སྒྲོ་ལྟར་རྣམས་ལ། །པག་གོད་ལྟ་བུར་  
 གཟུར་བར་བྱེད་པ་དེའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ལྷེ་ཡང་གི་དཔེར་བཞིན་ནི། འདོད་པའི་མདའ་རྒྱུ་པོ་དེ་དག་  
 རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་རྣམས་ལ་རྣམ་པར་འཕངས། ཞེས་པ་དབང་པོ་དོ་རྗེའི་  
 ཐོག་མ་ཏ་ཡིན་པས་དེའི་ལྷེ་ཡང་དང་མ་མཐུན་པས་རི་བཞིན་མིན་ལ།  
 མཛེས་མའི་མིག་ཅན་དག་ལ་སྤྱོད་བྱེད་འདོད་ལྷེའི་མདའ་རྒྱུ་པོ་ལྷེ་ཞེས་  
 པ་ཡང་། ཉེ་དབང་དོ་རྗེའི་ཐོག་མར་ཇ་ཡོད་པས་དེ་དང་མཐུན་པས་རི་བཞིན་  
 མིན་ནོ། །དཔེར་ན། མཐུ་གཙུག་གཙུག་ལྷུ་རྒྱུ་མཉེས་ལྷུ་ཀར་ཅེས་མཐུ་  
 མཐུ་ཤི་ལྷུ་ཡན་མཐུ་ལྷུ་ལ། ཞེས་པ་བཅའ་བེ་སྤྱུ་གུ་ཅེན་གྱི་སྤེལ་སྤྱོད་འདི་  
 ལ། ལྷ་ཏ་ལ་ག་ཐོབ་ཀྱང་། འདིར་ལྷུ་ཤི་ལྷུ་རྒྱུ་རྣམས་ཡང་བ། རྒྱགས་རྗེ་ཆེན་  
 པོའི་མཁའ་དབྱིངས་ལས། སྤྱོད་བྱེད་ཉེན་བྱེད་སྤྱོད་མཛད་པ། ལྷ་མཆོག་  
 འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་ནི། དུས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་སྤྱུ་འཇམ་ལོ། དགོས་པ་  
 ལ་ལྷེ་བ་དང་། ཉི་མ་ལྷེ་བ་དགོས་པར་ཡང་བ་ལྷ་བྱའོ།

དགྲ་བ་མཆམས་སྤྱོད་ཉམས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན།  
 དམིགས་བསལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། བསྐྱུས་པའི་ཆོག་མཆམས་སྤྱོད་བ་  
 བཞིན་པར་མི་འདོད་ཅེས། ཆོག་གཅིག་གམ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་མཆམས་  
 སྤྱོད་ཐོབ་ཀྱང་མེད་པའི་རིགས་གང་ཞིག དཔེར་ན། ར་མ་ལྷུ་ཞེས་པ་ལྷ་  
 བྱ་རྣམ་བཅད་དང་ཨེ་ཨེ་ཡའི་ཡ་ཤིས་ལྷུ་ལ་སོགས་དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱ་  
 མཆོན་མེད་པ་ལ་མཆམས་མི་སྤྱོད་བ་དེ་ནི་མཆམས་སྤྱོད་བལ་བ་ཞེས་



བསྒྲུབ་པོ།

གཉིས་པ་ནི། མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་སློབ་སྤྱོད་པ་ལ་ཡང་། རྒྱུད་གིས་  
དལ་བྱར་རྒྱ་བ་ཡིས་ནི་འདོད་པ་འཕེལ་ཏེ་འབྲིག་པ་བསྒྲུབ་པ་ནི། བྱད་མེད་  
ཀྱི་འབྲེལ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་རྩལ་གྱི་རྩལ་རྒྱས་པ་ནི་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་  
དཔེར། ཅ་ར་ཏུ། ཨ་རྒྱ་རྒྱ་གཉིས་མཆམས་མ་སྒྱར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷ་  
བའི་དཀྱིལ་འཁོར་རི་བཞིན་དུ། །རབ་གསལ་མ་ཏི་ཨྲ་ཀ་ཤ། །རི་བཞིན་  
མཐའ་ཡས་པ་ནི། །སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ཡི་རིན་ལས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི།  
མཆམ་མོ་འདི་ལ་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་དོད་ཀྱི་མགོ་འུ་དང་། ཆོ་གས་བཅད་སྒྲུབ་  
པའི་གཤམ་གྱི་པི་གཉིས་པོ་མཆམས་མི་སྒྱོར་བ་ནི་ཤད་ཉིས་བཅེགས་ཀྱིས་  
ཆོད་པས། འདི་འདྲ་མཁས་པས་ཉམས་པའི་སྒྱོན་དུ་རིག་པར་མི་བྱེད་དོ། །  
དཔེར་ན། མཁས་དབང་ཅ་རྒྱ་གོ་མི་ཡི། །འཆད་ཅོད་ཅོམ་པའི་བེ་རྩ་ར་ཨ་ཏི་  
ཤ་ཡི་ངོ་མཆར་ནི། ཆེ་ཞེས་ཀྱན་གྱིས་སྒྲེང་བར་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྩུ་བ་ཡུལ་འགལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྱོན་ལ། འགལ་བ་དུག་གི་མཆམ་  
ཉིད་མདོར་བསྒྲུབ། སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་རྒྱས་པར་བཤད། གནས་སྐབས་  
འགལ་ཡང་སྒྱོན་མེད་དུ་བསྒྲུབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། རི་དང་། བྱགས་  
དང་། ཡུལ་འཁོར་ལ་སོགས་ཡུལ་དང་། ཉིན་མཆམ་དང་། དབྱར་སོགས་  
དུས་དུག་ལ་སོགས་དུས་དང་། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དོན་ལྡན་ལ་བརྟེན་པ་

ཡི་གར་དང་སྐྱ་སོགས་སྐྱ་རྩལ་ཏེ་འབྱུང་པོ་སེམས་ཅན་རྒྱ་བ་དང་། མི་རྒྱ་བ་  
 བེམ་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིང་ཅན་ནོ། །རིག་པ་  
 གཏན་ཆོགས་རིག་པ་རྟོག་གཏེ་བདག་ཉིད་དང་། ཐོས་པ་རིག་བྱེད་དང་བཅས་  
 བ་གསུངས་པ་ལུང་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཆོན་དེས་ན་སྒྲན་ངག་མཁན་པོ་མིང་  
 ཞེས་རྫོམ་གྱི་བག་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་ལས། རྩལ་དང་ལྡན་པས་  
 ཡུལ་དུས་དང་མི་འགལ་བ་དང་དེར་ཇི་ལྟར་གྲགས་པ་བཞིན་སྦྱོར་གྱི།  
 གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་མིན་པར་གལ་ཏེ་སྦྱོར་བ་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་པ་ན་  
 འདིར་ནི་ཡུལ་སོགས་འགལ་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་དྲུག་ལས། དང་པོ་ཡུལ་འགལ་བ་ནི་ག་བྱར་རྒྱང་འབྲང་  
 ལ་རིག་པའི་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་གི་དྲི་བཟང་པོ་ཅན་ཞེས་བ། རི་དེ་ན་ག་བྱར་གྱི་  
 ཞིང་མེད་པས་འགལ་ལོ། །ཀ་ལི་རྒྱ་ཡི་ནགས་སུ་སྦྱེས་པའི་སྤང་པོ་འདི་དག་  
 རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཞེས་བ་ནི། རི་དེའི་སྤང་པོ་རྣམས་སྟ་བུའི་རིགས་ཡིན་  
 པས་འགལ་ལོ། །ཙཱ་ལའི་ཡུལ་གྱི་ཆུ་སྤང་ཀ་ལེ་རིའི་འབྲམ་ངོགས་ཀྱི་སའི་ཨ་  
 ཀ་རུ་ནག་པོ་ནི་སྟོན་པོ་ཞེས་བ། ཆུ་དེའི་འབྲམ་ན་ཨ་ག་རུ་མེད་པས་འགལ་  
 ལོ། །ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགལ་བ་ཡི་ཆོག་གི་འཇུག་པ་འདི་འདྲ་བ་མང་ངོ་། །  
 དཔེར་ན། ཀེ་ལ་ཤ་རྩེར་འབྱིང་བའི་སྟག་མོ་དེས། །ང་རོ་ཅམ་གྱིས་རི་དྲགས་  
 མ་ལུས་འདར། །སྤྲ་ལའི་སྦྱོངས་ཀྱི་སྦྱེད་ཆལ་ན་འཁྱུངས་པའི། །རྣམ་རྒྱལ་

གསེར་མདོག་ནད་ཀྱན་འཛོམས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་དུས་  
 དང་འགལ་བ་ནི། མེ་ཏོག་པར་ཅན་ནི་མཆན་མོ་རྒྱས་ཤིང་། ཉིན་པར་ཀྱ་ཟུ་  
 ཏ་ལྟར་པ་དག་གསལ་ལོ། །ཤིང་ནི་ཅུ་ལ་ནི་དབྱིད་ཀྱི་དུས་ཟུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་  
 ལོ། །སོ་ཀ་དག་ནི་ནམ་མཁའ་དངས་པ་ལ་སྒྲིན་གྱིས་གཏབས་སོ། །ངང་པའི་  
 སྒྲིན་ནི་དབྱར་མི་སྒྲུབ་པ་ལ་དེ་ཉིན་པར་འོས་སོ། །སྒྲིན་ནི་མ་བྱ་མི་དགའ་བ་ལ་  
 དགའ་བས་སྒྲིས་པ་སྟེ། དབྱུན་སྟོང་རྒྱང་དང་སྒྲིན་པ་ལྡང་བ་ལ་ཉི་མ་དྲི་མ་  
 མེད་དོ། །དབྱུན་བསེལ་བའི་དུས་ཅན་དན་གྱིས་དགོས་པ་མེད་པ་ལ་དེ་  
 བསྐྱུགས་པར་འོས་སོ། །ཞེས་པ་འདི་འདྲ་དུས་དང་ནི་འགལ་བའི་ལྷགས་  
 དག་བསྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ཟླ་གཞོན་ཟེར་གྱིས་སྟེ་བའི་པར་ལ། །ཅེ་  
 དགའ་ཁོང་ནས་སྟོང་པའི་བྱང་བ་ལྷིང་། །དབྱུན་དུས་འདབ་མ་རྒྱས་པའི་ལྷན་  
 ལ། །མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རྩ་བའི་རྒྱན་དུ་འཛེབས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་སྒྲུ་  
 ཅུ་ལ་དང་འགལ་བ་ལ་དམ་བཅའ། དཔེར་བཞིན། དོན་བསྐྱུ་བ་དང་གསུམ།  
 དང་པོ་ནི། སྒྲུ་ཅུ་ལ་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ་ཅུང་ཟད་བསྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ།  
 དཔེར་ན། གཉིས་པ་ནི། དཔའ་བ་དང་སྒྲིག་པ་དག་གི་དངོས་པོའི་ཉམས་ཀྱི་  
 རྒྱར་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བརྟན་པ་ནི་སྟོང་དགའ་ཡིན་པ་ལ་དེ་ཁྱོ་བ་  
 དང་ཡ་མཆན་པ་ཡིན་ཞེས་པའོ། །དཔེར་ན། འབོད་གྲོགས་མགྱིན་གཙོད་རྩ་  
 མ་ཏ། །མི་སྐྱུག་ཁྱོ་བའི་ཉམས་དག་གིས། །ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་འཇུ་མ་དང་

བཅས། །ཅེ་བའི་སྒྲོས་གར་དག་གིས་བྲེལ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྲུ། གསུམ་པ་ནི། བྲང་  
སྒོང་སོགས་དབྱངས་བདུན་རྫོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཆང་པའམ་གང་རུང་  
དམན་པ་དང་། ཐ་དད་པའི་ལམ་སྟེ་ཡུལ་དང་མཐུན་པར་རབ་ཏུ་འཇུག་གོ། །  
འདི་ལྟར་སྐྱུ་རྩ་ལ་བྲུག་ཅུ་རྩ་བཞིར་འགལ་བའི་ཚུལ་ལེགས་པར་རྟོགས་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་རྩ་ལ་བྲུག་ཅུ་རྩ་བཞི་ཡོངས་སུ་བཅད་པར་ལེ་ཏུ་བཞི་པ་  
ཞིག་སྟོབ་དཔོན་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པ་ཡོད་པར་གྲགས་པ་ལས། དེར་ནི་དེ་  
ཡི་རང་བཞིན་གསལ་བར་འགྱུར་རོ།།

བཞི་པ་འཛིག་རྟོན་དང་འགལ་བ་ནི། །སྒྲང་པོ་དག་ལ་ནི་རལ་པ་མེད་  
པར་དེ་གཡོ་བ་དང་། རྩ་ལ་ར་ནི་མེད་པར་དེ་རྫོ་བ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲང་པོ་མེད་  
པའི་ཚུ་ཤིང་ཨེ་རུ་ལ་སྒྲང་པོ་ལྟའོ། །སྒྲང་པོ་ལྟ་བའི་སེང་ལྷེང་སྟོན་པ་ལ་  
སྒྲང་པོ་མེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་འཛིག་རྟོན་གྱི་ལུགས་ཉིད་དང་འགལ་བས་  
ཀུན་གྱིས་སྤང་དོ། །དཔེར་ན། དབྱར་གྱི་ཆར་སྟོན་སྐྱུག་པོ་ལས། །བྲུང་བའི་  
ཆ་སྟེག་མེ་ལྟེ་ཡིས། །བསྟེགས་པའི་དུད་སྟོན་འབྲུལ་བ་ཡིས། །ས་གཞི་  
ཐམས་ཅད་ལྷེམ་ལྷེམ་གཡོ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྲུ།

ལྷ་པ་རིག་པ་དང་འགལ་བ་ལ། དམ་བཅའ། དཔེར་བརྗོད། མཇུག་  
བསྐྱུ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། རིག་པ་ཞེས་བྲུ་བ་ནི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་རིག་པ་  
སྟེ། དེ་དང་འགལ་བ་བསྟན་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བདེ་བར་གཤེགས་པས་  
 འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་འཇིག་པར་ནི་གསུངས་པ་བདེན་མོད། །དེ་ལྟ་ནའང་  
 ཅ་གོ་རའི་མིག་ཅན་མ་དེ་ནི་བདག་གི་སྤྱིང་ལ་ད་དུང་ཉག་པར་གནས་སོ། །  
 དཔེར་ན། དུག་གསུམ་ངན་པའི་ཁ་ལོ་པས། །འགྲོ་རྣམས་ངན་འགྲོར་འབྱེད་  
 བྱེད་ཀྱང་། །མཛེས་མོ་འདི་ལ་སྤྱད་པ་ཡིས། །མཛོན་མཐོའི་ས་ལ་འགྲོ་བར་  
 དེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སེར་སྤྱིའི་སྒྲོབ་མ་གངས་ཅན་པ་རྣམས་  
 གྱིས་སྤར་ནས་དངོས་པོར་གནས་པ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་  
 ཞེས་ཉེ་བར་བརྗོད་པ་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དངོས་པོ་རྣམས་སྤར་མེད་པ་ཉིད་  
 ནི་བདག་ཅག་གི་སྤྱིས་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བར་མཐོང་བ་གང་གི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན།  
 འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོ་ཆངས་པ་ནི། །ཡིན་ཞེས་སྒྲ་བ་རྩུན་པ་སྟེ། །མེས་པོའི་སྤྱོན་  
 རས་སྤྱིད་པ་འདི། །བྱུབ་པ་བདག་གིས་དེས་པར་མཐོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར་  
 གསུམ་པ་ནི། རིག་པ་དག་དང་འགལ་བ་ཡི་ལུགས་ནི་ཀུན་ཏུ་བསྟན་པར་  
 བྱས་ཐེན་ནོ།།

དུག་པ་ལུང་དང་འགལ་བ་ལ་དམ་བཅའ། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་  
 པོ་ནི། དེ་རྣམས་ལུང་དང་འགལ་བ་ཡི། འཇུག་པ་དང་ནི་བསྟན་པར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། མེ་མ་བཞག་ཀྱང་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་པ་ལུང་དང་འགལ་ཚུལ།  
 ཆོ་ག་མ་བྱས་ཀྱང་རིག་བྱེད་ལྷག་པ་ལུང་དང་འགལ་ཚུལ་གཉིས་ལས། དང་



པོ་ནི། རང་བཅས་དུས་ཀྱི་མེད་རྒྱན་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་རང་གི་བྱ་  
སྐྱེས་པར་གྱུར་པའི་ཆེ་བླ་མ་བེ་རང་གི་སྤྱོད་པ་མ་ཉམས་པས་བརྒྱན་པ་འདི་  
དག་ནི་བེ་ལྷ་ན་རྩེ་ཉེ་མེད་མཆོད་སྦྱིན་སྦྲར་སྦྱབ་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་མ་  
བཞག་ཀྱང་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པ་ལུང་དང་འགལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱན་དུ་  
སྟོག་ཆགས་དུ་མ་དག །བསད་པའི་ཤ་ཁྲག་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །རྙིང་བཀྱར་  
ཆེད་དུ་བླ་མ་བེ་ཡིས། །གཙང་སྤྱིའི་སྤྱོད་པ་འཛིན་པར་བྱེད། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་ནི། དེག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ལས། བྱ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་སྤྱོད་ལ་ཆོ་  
ག་བྱས་ནས། རྗེས་སུ་དེག་བྱེད་སྒྲག་དགོས་པར། འདིར་ནི་ཆོ་ག་མ་བྱས་  
ཀྱང་། རྒྱ་མའི་གནས་སྐབས་དག་ལས་སྤྱིད་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་དེག་བྱེད་  
བཟུགས་སོ། །དཔེར་ན། རང་བཞིན་དག་པའི་ཤེལ་དག་ནི་དབྱི་བ་སོགས་  
འདུ་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལུང་དང་འགལ་ལོ། །  
དཔེར་ན། གཙུག་ལག་ཡོན་ཏན་མ་བསྐྱབ་པའི། །དེ་ཉིད་གཞན་ལ་འཆད་ཅིང་  
སྟོན། །དབང་བྱིད་གདམས་པ་མ་ཐོབ་པར། །སྟོབ་མ་སྦྱིན་གྲོལ་ལམ་ལ་  
འགོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་གནས་སྐབས་འགའ་ཞིག་དུ་འགལ་སྦྱོན་  
མེད་པར་བསྟན་པ་ལ། སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་བཤད་པ་གཉིས། དང་  
པོ་ནི། སྤར་བཤད་པའི་སྦྱོན་ནི་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་རེས་འགའ་སྟན་དག་  
མཁན་མཁས་པས་སྦྱོན་གྱི་གངས་ལས་རབ་དུ་འདས་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་ལམ་

ནི་རྣམ་པར་འཛིན་ནི། །གཉིས་པ་ལ་རྒྱག་ལས། དང་པོ་ཡུལ་དང་འགལ་ཡང་  
 སྒྲོན་མེད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ཡིས་ནི། དེ་ཡི་སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་སྒྲུབ་  
 རྣམས་ཀྱི་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོན་པ་ཡལ་འདབ་ཀྱི་གོས་དམར་པོ་དང་ལྗན་པ་  
 དག་གི་གནས་སུ་གྱུར་དོ། །དཔེར་ན། བོད་ཡུལ་ཆོང་འདུས་འགྱུར་མོའི་སྐྱེད་  
 ཆལ་དུ། །སྒྲུབ་རྒྱལ་གཡུ་ཐོག་མགོན་པོའི་ལེགས་བྲས་ཀྱིས། །རྣམ་རྒྱལ་  
 གསེར་མདོག་ཕྱར་བྱར་སྤངས་པ་ཡིས། །ལྟ་ན་རྒྱག་གི་གྲོང་ཁྱིམ་བཞིན་དུ་  
 མཛེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་དུས་དང་འགལ་ཡང་སྒྲོན་མེད་པ་ནི། རྒྱལ་  
 པོ་འཆི་བའི་འཛིགས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ལྟས་ངན་པའི་ཆོ། དུས་གཅིག་  
 ཏུ་ཀ་དམ་པ་ཡི་མེ་ཏོག་རྒྱལ་དང་འགྲོགས་ལ། འདབ་མ་བདུན་པ་ལས་  
 འབྱུངས་པའི་མེ་ཏོག་རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་། དག་པོ་ཡི་སྤྱང་དག་རྒྱ་  
 བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཀ་དམ་པ་དང་འདབ་བདུན་པ་གཉིས་གཅིག་དབྱར་དང་  
 གཅིག་སྒྲོན་གྱི་དུས་མ་གཏོགས་མི་འབྱུང་བས་སྤྱིར་འགལ་ཡང་། རྒྱལ་པོ་  
 འཆི་བའི་ལྟས་ངན་ལ་སྒྲོན་མེད་དོ། །དཔེར་ན། ཅ་སྤྱང་ལས་སུ་རུང་བའི་རྣལ་  
 འགྱོར་པས། །དགུན་དུས་གང་བའི་རེག་བྱ་ཀུན་བཅོམ་ནས། །ས་གཞི་རི་  
 སྤངས་རྩོས་པས་སྤང་སྤྱོདས་ཀུན། །མ་ཆད་གཞོན་བུའི་འོག་པག་གྲོན་སྒྲུམ་  
 བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་སྤྱི་ཅལ་དང་འགལ་ཡང་སྒྲོན་མེད་པ་ནི། ཁྱོགས་ཀྱིས་

བཏེག་ནས་གཡོ་ཞིང་རབ་ཏུ་བསྐྱལ་བས་ཡིད་སྐྱབ་པར་གྱུར་ཏེ། དེའི་སྙེང་  
ནས་ཁས་སྒྲུབ་ཅོད་པའི་སྐྱེ་བོ་བྱད་མེད་རྣམས་སྒྱུར་བས་སྒྲུབ་སྟབས་མི་  
མཉམ་པས་སྦྱིར་མི་སྟོན་ཡང་འདོད་ལྡན་འགའ་ཞིག་ལ་ནི་སྟོན་པས་ཆགས་  
པ་དག་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། འདོད་པས་སྦྱོས་པའི་ཚ་གདུང་  
གིས། །ལུས་སྤའི་རྒྱན་གྱི་མེ་ཏོག་རྣམས། །སྙིགས་ཀྱང་གར་གྱི་ལྡེམ་ལྡེམ་  
ལ། །ཆགས་ལྡན་མངེས་པའི་སྤང་བ་འཆར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཞི་བ་འཇིག་  
ཏེན་དང་འགལ་ཡང་སྦྱོན་མེད་པ་ནི། ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་བསིལ་བ་ཡིན་  
ཡང་། རང་གི་བྱད་མེད་དང་བྲལ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་ཡིད་འཁྲུགས་པ་འདི་  
རྣམས་ཆ་བའི་བསྐྱེད་བྱ་འཇིན་པར་འདོད་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་བཙི་བར་  
བྱེད་དོ། །དཔེར་ན། ད་རྒྱུར་ཡིས་ཆེར་སྦྱོས་པ། །འགའ་ཞིག་ཀྱན་གསལ་  
འགྲམ་པ་ལ། །རྒྱ་ཤེལ་དབང་པོའི་དགྱེལ་འཁོར་ནི། །དུ་མ་ཤར་བའི་ལྷད་མོ་  
མཐོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་རིག་པ་དང་འགལ་ཡང་སྒྲིན་མེད་པ་ནི།      དབང་ཕྱག་ནི་ཉི་མ་  
སོགས་གསལ་བས་གཞལ་བྱ་ཡིན་ཡང་།    འགའ་ཞིག་ཏུ་མི་སྤང་བས་གཞལ་  
བྱ་མིན་ལ།    ས་སོགས་ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་།    རང་གི་ངོ་བོ་ཆ་ལྡན་མིན་ལ།    རང་  
གི་གཟུགས་ཏྲག་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་སྤྱལ་བ་སྤྲ་ཆོགས་  
བས་གཅིག་ཉིད་མིན་པ།    སྤྲ་ཆོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་བྲིད་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། དཔེར་ན། བརྒྱ་ཕྱག་ལོ་ལྷན་བཅུ་དྲུག་ངང་ཚུལ་འཆང་། །འགོ་ཀྱན་ལ་  
བཙེ་འདོད་ལྷ་འཛོམས་ལ་བཙོན། །ཉོན་མོངས་བཙོམ་ཀྱང་དབྱངས་ཅན་ལྷ་  
མོ་ལ། །ཆགས་པའི་ཉམས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །ཞེས་བ་  
ལྷ་བྱ།

དྲུག་པ་ལུང་དང་འགལ་ཡང་སྒྲོན་མེད་པ་ནི། སྒྲུ་སེང་གི་བྱ་ལྷ་པོ་དག་  
གི་ནི་ཚུང་མ་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ལེན་གྱི་བྱ་མོ་རྩོ་སྤྱི་དེ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་བྱད་མེད་  
འཆོལ་བའི་སྒྲོན་གྱིས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
བ་འདི་འབྲེལ་ཡིས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དེ་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུའོ། །སྒྲེས་བ་ལྷ་  
ཙམ་དང་འགྲོགས་པའི་བྱད་མེད་ལ་འཆོལ་བའི་སྒྲོན་མེད་པ་ནི་སྒྲིར་འགལ་  
ཡང་། །བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་གྱི་ལུང་ནས་བཤའ་བའི་སྒྲོན་མེད་དོ། །  
དཔེར་ན། སོ་སོ་སྒྲེ་བོའི་ས་ནས་སྐད་ཅིག་ལ། །གསང་སྒྲགས་ཐབས་ལམ་  
ཟབ་མའི་མན་ངག་གིས། །མཆོག་གི་དང་པོའི་ལམ་བཟང་ཐོབ་པ་འདི། །རྒྱད་  
སྟེ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུའི་དགོངས་པའོ། །ཞེས་བ་ལྷ་བྱ།

### མཇུག་གི་དོན།

བཞི་པ་འཇུག་གི་དོན་ལ། དངོས་དང་། བན་ཡོན། ཚུམ་བ་པོ་སྒྱུར་

བྱེད་བཤད་པ་གསུམ། དང་པོ་ནི། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དང་བརྫོང་བྱེད་དོན་གྱི་  
 རྒྱན་ནི་རྣམ་པར་བཟུ་བ་དང་། ཆོག་ས་ཆུང་བ་བྱ་སྐྱ་བ་དང་ཆོག་ས་ཆེ་བ་བྱ་བ་  
 དཀའ་བ་དག་གི་ལམ་མ་རྟོར་བ་དང་། སྐྱ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོན་  
 ཀྱི་ཚུལ་དེ་ལྟར་གོང་དུ་མདོར་བསྡུས་ནས་རབ་ཏུ་བསྟན་ཟིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། སྐྱ་དག་གི་རིག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་དམྱེ་བདག་གིས་བསྟན་  
 པའི་ལམ་འདིར་ནི་སྐྱ་དག་གི་སྤང་སྤང་གི་སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དག་རབ་ཏུ་  
 རྟོགས་པའི་སློ་གྲོས་ཅན་སྐལ་བ་བཟང་པོའི་དབང་ཕྱུག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱ་དག་  
 གི་ཆོག་དང་མདོན་པར་འགྲོགས་པར་བྱས་ན་ལེགས་ཆོག་ས་འབྱུང་བའི་  
 དཔེ། ཆང་མིག་མ་སྟེ་མིག་ཟེམ་བྱར་ལྟ་བུའི་མངོས་མ་དག་དང་ལང་ཆོ་དར་  
 ལ་བབ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་པ་དང་དགྲེས་དགྲར་ཅེ་བཞིན་པའི་ཡིད་ལ་དགའ་བ།  
 ལུས་ལ་བདེ་བ་དང་། འཕྲལ་ཡུན་ཀུན་ཏུ་དགོ་བའི་སྐྱ་པའི་གྲགས་པ་ཕུལ་  
 དུ་བྱུང་བའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྐྱ་དག་  
 མེ་ལོང་ལས། ལེའུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་པ་དང་དཔེར་བརྫོང་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གསུམ་པ་ནི། འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྐྱ་དག་མཁན་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་  
 གི་རྟོར་བུ་སློབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་ཤར་སྟོང་ལམ་གྱི་སྤང་  
 པོ་མཐའ་དག་བསྡུས་པའི་སྐྱ་དག་གི་བསྟན་བཅོས་མེ་ལོང་གི་གཞུང་འདི།  
 འཇམ་དབྱངས་གོང་མའི་ཉི་ཤེ་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པ་སྤྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་



དང་། དེའི་ཉེ་གནས་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ལ་དབང་སྐྱུར་བའི་དཔོན་ཆེན་ཤྲུག་  
 བཟང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་མ་ཐུན་པའི་རྒྱུན་སྐྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས། དཔལ་ས་སྐྱའི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ། གནས་ལཱ་རིག་པའི་པ་རྩེ་ཏ་ལ་སྒྲིལ་ཀ་ར་དང་། འཛིག་རྟེན་  
 གྱི་མིག་གཅིག་ཕྱུ་ལོ་རྩ་བ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཤོང་ལོ་རྩེ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་  
 གཉིས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྐྱུར་ཅིང་། དེའི་རྩེས་སུ་དབང་སྟོན་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ལོ་རྩ་བ་སློ་གྲོས་བརྟན་པའི་ཞལ་སྤྱ་ནས་ཀྱིས་གོ་དཀའ་བའི་ཆ་  
 ཞལ་སུ་གྱུར་པ་དང་། རོན་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་འགྱུར་བཅོས་མཛད་པ་ཡིན་ལ།  
 དུས་ཕྱིས་རང་ཅག་ཐ་སྙད་མཁན་པོ་རྣམས་ལ་བཀའ་བློན་མཆུངས་པ་མེད་  
 པ་མ་རྩུ་པ་རྩེ་ཏ་ཆེན་པོ་ཆོས་སྐྱོང་བཟང་པོས་ཀྱང་འགྱུར་བཅོས་མཛད་ཅིང་།  
 སྟེ་ཐང་ལོ་རྩ་བ་སློ་གྲོས་བརྟན་པ་བཞི་པས་ཀྱང་ལེགས་པར་འགྱུར་བདེ་བར་  
 བཅོས་པ་ཡིན་ནོ།།

སྐྱུས་པ། སྟོན་ལེགས་བྱེ་བའི་སྟེམས་པ་ཡོངས་འཕྲོག་མཆོན་དཔའི་  
 རོ་མཆར་མཛེས་མའི་ལང་ཆོར་གྲུབ་པའི་སྤྱང་བ་སྟེར་མཁས་དཔལ། །མཉེན་  
 ལྷག་སོར་རྩེས་བསྐྱལ་པའི་རྒྱུད་ལས་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དབྱངས་སུ་  
 མཆར་བའི་ཆངས་པའི་གསུང་གི་དཔེ་སྟོན་ཅན། །ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་དཔལ་  
 ཀྱི་རྩེ་དགའ་ཁོང་ནས་སྟོན་ཀྱང་ཆགས་པའི་ཉམས་ཀྱི་འཛོ་སྐྱེག་གར་མཁན་  
 ཀུན་དགའི་དབྱིད། །སྤྱོད་པའི་དབང་ལྷག་ངག་གི་མཆོད་སྦྱིན་འདོད་དགྱུར་

སྒྲུལ་བའི་སྒྲོན་མེད་དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུ་གསར་པ་དབྱངས་ཅན་ལྟ། །  
 གང་གིས་རྗེས་བཟུང་ཕྱལ་བྱང་མཁུན་དཔྱོད་ཅི་བྲལ་མེ་ལོང་གཙང་མའི་  
 རོས། །མད་བྱང་གཏམ་སོགས་བརྗོད་དོན་སློག་ལྡན་བཅད་ལྷག་སྒྲེལ་མའི་སྤ་  
 ལྷེམ་ལུས། །སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་རྒྱན་གྱིས་ལེགས་སྤྱད་ཉམས་འགྱུར་སྤྱོད་གི་  
 གར་བསྐྱར་བའི། །ཤེས་ལྡན་གཟེགས་མོར་འཆར་དུ་དངར་བའི་བྱེད་པོ་  
 དེའི་གཙུག་ལག་མཆོག། །དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་ནོར་བུས་ལེགས་བྱངས་  
 རིག་གནས་རྒྱ་མཚོར་འབྲེལ་བའི་ཆབ། །རྣམ་དཔྱོད་གསེར་གྱི་སྒྲོགས་ལས་  
 བཅུས་པའི་ལེགས་བཤད་རིན་ཆེན་སྤང་འཛིན་ལ། །འཇམ་དབྱངས་གཞོན་  
 རུ་དབྱེས་པས་མགྱོན་འབྱུང་སྒྲོན་ཆོག་འབྱུང་གནས་དབང་གི་རྒྱལ། །ཤེས་  
 བྱ་ཀུན་ལ་འཛིགས་མེད་རྡོ་རྗེ་མཁས་དབང་སྒྲོན་འགྲོ་བཏ་ཆེན་དེའི། །གསུང་  
 རྒྱན་དབྱངས་གྱི་རྒྱལ་མའི་ཕི་ཕང་སྤྱ། །འཆད་མཁས་སོར་མོས་ལེགས་  
 བསྐྱལ་ན་བའི་དབྱིད། །ལེགས་བཤད་དགའ་སྒྲོན་འཛོ་བའི་བདུད་ཅིའི་  
 བཅུད། །ཐོས་བརྗོད་ཤེས་རབ་ཡོལ་གོར་འཕྱར་བ་ལས། །གྲངས་མེད་རིག་  
 གནས་སྒྲོན་པས་ཉར་དུད་དབྱས། །སྒྲོན་འགྱུར་བྱེ་བའི་འབྲས་བུ་གཡུར་བ་  
 བའི། །མི་བཟད་གཏེར་གྱི་ལེགས་བཤད་རོ་བརྒྱའི་དཔལ། །བསྐྱར་བཅོས་  
 ཡོངས་འདུའི་དབང་པོ་ཆེ་འདི་གྲུབ། །རྗོད་བྱེད་ཅམ་གྱི་དབྱ་བའི་དོ་ཤལ་  
 དང་། །ཉེས་བཤད་ཚུ་སྤྱོད་གདུག་པས་མ་གཅེས་པའི། །དགའ་གནས་ཞིབ་

མོར་འགྲེལ་བ་ཡོལ་མེད་རྒྱབས།      |སྒྲོན་ངག་འོར་བུའི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་  
 གཅིག་ལ།      |ཆིག་ཉུང་དོན་རྒྱས་རྒྱད་ལས་ཉེར་བྱངས་པའི།      |དཀྲིའི་བཞེད་  
 དོན་རྫོགས་པར་སྒྲུངས་པའི་སྒྲུ། |སྐལ་བཟང་ན་བར་འཛེབས་པའི་དགའ་སྟོན་  
 འདི།      |དབྱངས་ཅན་མགྲིན་པར་ཆགས་ལས་གཞན་དུ་ཅི།      |བརྟན་གཡོའི་  
 ཆོས་ཀྱིས་རང་བཞིན་ཡངས་པའི་སྒྲུ།      |གཙུག་ལག་ག་བུར་འཛག་པའི་ཀྱན་  
 དགའི་དབྱིད།      |སྒྲོན་འབྱུང་སྒྲུང་བའི་བསིལ་ཟེར་འབྲུམ་འཕྲོ་བས།      |རྒྱལ་  
 བསྒྲོན་ཀྱན་ད་ཁོང་ནས་འཇུག་པ་བཞིན།      |འབྲུལ་པའི་རང་འཛང་ངོམ་པའི་  
 སྲིད་སྒྲུབ་མགོ།      |དབྱུང་གསུམ་དག་པའི་མཆོན་ཀྱིས་ཉེར་བྲེགས་པས།      |  
 དགག་སྒྲུབ་བྲི་ངའི་རོ་དེས་པད་དཀར་མིག།      |གཉིས་པ་སྤྱ་ལའི་ལྷོངས་སྤྱ་  
 འོངས་མིན་ནམ།      |མང་ཐོས་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་ནམ་དཔྱོད་མིག།      |ཤེས་བྱ་  
 ཀྱན་ལ་འཇུག་པའི་དཀྱུས་རིང་ལ།      |རྗེས་ཆགས་རྒྱལ་གསུང་ཡན་ལག་བརྟ་  
 གཉིས་མ།      |མཛའ་བའི་སྐལ་བཟང་གཏོང་མིན་དམ་དུ་འབྱུང།      |མཐའ་མེད་  
 ཁེངས་པའི་རོ་ལྡན་སྲིད་ཞིའི་དངོས།      |སྒྲོ་དོན་རྒྱད་དུ་འབྲེན་ལ་དབྱངས་ཅན་  
 མ། |ཁྲོད་དང་ཐ་དད་དབྱེ་བ་མ་རུས་ཞེས། |ཕུར་བུས་དབང་པོའི་མདུན་སར་  
 གཏམ་དུ་སྒྲེང།      |འོང་དཔང་རྟོག་བྲལ་འོང་ལོའི་དབྱངས་ཅན་མགྲུལ་རྒྱན་  
 དཔང་ལོ་གཞུང་དོན་གསལ་བ།      |ཞ་ལུ་བའི་གནད་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུ། |གསུང་གི་  
 གཞུའི་རྒྱན། |ཐོས་བརྟོན་དུབ་ཀྱིས་འབྲེན་ཞིང་སྒྲུག་མཁས་པའི། |དུར་སྒྲིག་

འཛིན་པའི་ཇ་རྩ་མཆིས་ཞེས། །ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ལྷ་ཕྱིར་མཁའ་ལ་ལྷགས། །འཇམ་  
ཁ་སྒྲུང་ཐང་པ་རིན་སྒྲུངས་པ་དཔལ་སྒྲུང་པ་བྱར་མཁར་པ་སྒྲུ་སྒྲུབ་པ། །  
མཁས་མང་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བའི་མ་ལ་ཡར། །ལེགས་བཤའ་ཅན་ལྷོན་པའི་  
སྒྲུང་བ་ལ། །འབྲུལ་བའི་བྲང་འགྲོའི་ལྷ་གཉིས་རྒྱུང་བ་དག། །སྒྲུབ་དང་སྒྲུན་  
འབྲིན་དྲི་ཡིས་བསལ་བར་བྱས། །མེ་ཉོག་མདའ་ཅན་བཤེས་གཉིན་རྩ་བག་  
གིས། །དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་པའི་མཆན་དང་། །འབྲི་སྒྲུག་ཀར་འབྲུག་བཞིའི་  
འགྲེལ་བ་དཔེར་བརྗོད་སོགས། །ཕྱ་ཅོར་དུག་མདས་བཤའ་སྒྲུབ་རིགས་པའི་  
ཆོགས། །འཛོམས་པའི་དམ་བཅའ་བསད་པའི་དམར་བའི་བྲག། །མཆོམས་  
སྒྲིན་ངེ་བཞིན་སྒྲུབ་བསྒྲུན་མཁའ་ལ་མཛེས། །མོངས་རྒྱལ་ཆང་གིས་ཆེར་  
སྒྲིས་ཚུལ་འཆོས་ཀྱི། །འཁར་བ་ལ་བཞེན་རྣམ་དཔྱོད་གོམ་འཁྱོར་བས། །  
གཟེག་ཤུན་མགྲིན་བཟང་གོས་སྒྲུ་ཉར་སྒྲུབས་པའི། །བཤེས་གཉིན་དེ་རྣམས་  
སྒྲུ་བཅད་ངལ་སོ་མཛོད། །བ་ལང་ཆོག་ལྷན་ཉོག་གའི་ཨེ་རུར། །ཉམས་དང་  
འགྱུར་བའི་རོ་བཅུད་ཆེས་མངར་བའི། །སྒྲུན་ངག་འབྲས་བྱ་རེ་བའི་གཞུང་  
ལུགས་པ། །མཁའ་དབྱིངས་ལྷན་ལ་ཕོན་པོ་ཕོད་དུ་འཆིང་། །གཉི་སྒྲུག་ཁུང་  
བྱར་སེམས་གནས་བདེ་བའི་རོར། །རྗེས་ཆགས་ཉོན་མོངས་དུག་གིས་ཐར་  
པའི་སྒོག། །གཙོད་པའི་རྩྭ་གཏམ་ཕུད་སྒྲོག་སྒྲོམ་ཆེན་ཀྱི། །རྣ་བར་ལེགས་  
བཤའ་འདི་འདྲ་ཆེར་མའི་གྲོགས། །དཀའ་གནད་ཀྱན་གསལ་འཕྲེན་བྱེད་

ལས་འོངས་མེས། བཤེན་བསོད་གྲགས་པ་དང་སྒྲོམ་སྒྲེན་མཁའ་རྒྱལ་  
 མཆན་སོགས་རང་སྤྱོད་པ་མང་པོ་དང་། རྗེ་དྲུང་མི་བསྐྱོད་པ་ཆོས་རྗེ་གོ་  
 རམས་པ། ཏྲན་གཤམ་པོ་ཆོས་རྣམ་རྒྱལ་སོགས། ཆོག་ས་བཅད་དམ་དུམ་  
 སྦྱོར་ལ་སྒྲུབ་དག་པར། །ཁེངས་ལྡན་འདོད་ལྟ་བུ་སྤྲེགས་དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ། །གསེར་  
 མདོག་ཅན་མཁའ་པོ་ལྷུང་འདམ་པ། འབྲུག་པ་སངས་རྒྱུ་བ་སྒྲེ་བ་མདར་བ་  
 སོགས། །རྩུང་བད་སྦྱངས་པའི་སྒྲོན་གྱི་ལྷ་རྣམས་འདར། །ཆོག་སྦྱོར་རྫོང་  
 བྱེད་བཟ་བའི་དབང་པོའི་གཞུ། །དོན་གྱི་སྦྱང་པོར་དབྱུང་ཆེ་སྦྱང་པའི་  
 གཟུགས། །གནད་འགག་གཟུང་དུ་མེད་པའི་ལྷ་མོ་ལ། །བྲིས་པའི་སྒྲོ་ཅན་  
 གནས་སྤྱིང་ཆོས་རྗེ་དང་སྒྲེ་བ་མདར་པས་བརྩམས་པའི་འགྲེལ་པ། བཤེན་  
 །ལྷ་མཆོག་གི་དཔེར་བརྗོད། དོན་མེད་ངལ་བས་མནར། །དེ་སྦྱིར་དབྱངས་  
 གྱི་རྒྱལ་མོ་རིག་པའི་འབྲུལ། །མཐའ་དག་མགྱོན་པར་ཆགས་པའི་བང་མཛོད་  
 ལས། །དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་སྒྲུ་དབྱངས་ལོར་བྱའི་དབྱ། །ཤེས་ལྡན་རྣ་  
 བར་འདོད་པ་ཅི་ཡང་འདོ། །རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་འཁོར་ལོ་ཡིས། །  
 འཁྲུལ་པའི་དྲི་མ་བདར་བའི་དབྱིལ་འཁོར་ཅན། །དོན་བཟང་རིག་པའི་ཆ་བཟུང་  
 འབྲུམ་འཕྲོ་བ། །ཁོ་བོའི་རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་མཁའ་ལ་ཤར། །དེ་ལྟའི་མངར་  
 བའི་ཁྱད་པར་སྤྲོ་མོའི་དུལ། །སྦྱང་ཅིར་འབྲེལ་བའི་སྤྲེགས་བམ་འདབ་བརྒྱ་  
 བ། །རྣམ་པར་བཞད་ལ་ཤེས་ལྡན་རྣང་དུག་ཆོགས། །ཀྱུན་ཡིད་འགྲུགས་



པའི་སྙན་འགྲུར་སྒྲུར་ལོང་ཞིག། །གྲགས་སྤྲ་ཆེན་པལ་ཆེད།སྒྲུམ་ཆེན་པོར་  
 འགྲིང་བའི་སྟོབས་ལྡན་དབྱང་། །རབ་སྤོངས་ནོར་འཛིན་འོག་ཏུ་ཉེར་བཏང་  
 ནས། །ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི། །གདུགས་དཀར་སྤྲིད་  
 ཅེའི་བར་དུ་འཁོར་འདིར་སྟོས། །འཇམ་དབྱངས་དབྱངས་ཅན་ལྷ་ཡིས་རྗེས་  
 བཟུང་ཞིང་། །མཁས་དབང་དབང་པོའི་དཔེ་ལྷ་ཉེར་བསྟན་པས། །སྙན་ཆོག་  
 ཆོག་གི་སྟོས་པ་ནམ་མཁའི་མཐའ། །མི་འཇོན་འཇོན་པ་མེད་པའི་གཏེར་  
 བཞིན་སྟེལ། །ཕུར་བུའི་སྟོ་ལྡན་སྟོ་གྲོས་རྣམ་པར་ཡངས། །ཤེས་བྱ་ཀུན་  
 གཟིགས་ཀུན་མཁྱེན་ལོ་རྩ་བ། །ཆེ་དབང་དོན་གྲུབ་དོན་གྱི་པརྩེ་ཏ། །རིགས་  
 ཆོས་རྒྱད་འཛིན་རྒྱད་ལྡན་ངག་གི་སྟེ། །མང་མང་མཐའ་མེད་རིག་པའི་  
 གནས་རྣམས་ཀུན། །ཆེལ་ཆེལ་རྒྱབས་སྤོང་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །མངར་  
 མངར་ཆོག་གི་སྤོང་བར་ལེགས་བརྒྱས་ནས། །གསལ་གསལ་སྟོ་ཡི་ནོར་  
 འཛིན་ཁྱོན་ཀུན་བཀའ། །རྫོང་བྱེད་ལུས་ཀྱི་མཛེས་མཛེས་དར་བབ་མད། །  
 ལྷ་ཆོགས་སྙན་པའི་ཁྱོལ་ཁྱོལ་རྒྱན་སྤྲད་ནས། །དོན་བཟང་ཉམས་ཀྱི་ལྷུ་མ་  
 ལྷུ་མ་གར་བསྐྱར་བས། །ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཡང་ཡང་སྟེལ་བའི་མཆོག་ །བྱང་  
 བའི་མདངས་འཛིན་དབྱ་སྒྲ་འཁྱོག་ལྷུ་མ་ལྷུ་མ། །ཡིད་འོང་ལྷ་བ་ཆེས་པ་དཀར་  
 གསལ་གསལ། །རིན་ཆེན་རྩ་ཕྱན་རྣ་བས་འོད་འཛེར་འཛེར། །དབྱངས་ཅན་  
 ལྷ་མོ་དབྱེས་པའི་ཞལ་འཇུ་མ་འཇུ་མ། །འཇུ་མ་བག་ཉམས་ཀྱིས་སྟེག་པའི་སྒྲ་

འཕྲུལ་གར། །གར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཁོ་བོའི་མགྱིན་པའི་པད་མཆོའི་དཔེ། །དཔེ་ལ་  
འཁོར་གང་བའི་ལྷ་སྒྲུབ་མཛེས་བཞེན་དུ། །དུ་མར་སྒྲུབ་པའི་ལྷ་སྒྲུབ་གར་དེ་  
མཛེས་བྱུང་། །བཙུན་པའི་དཔེ་དཔྱད་ཀྱི་མངལ་ལས་སྒྲུབ། །ཤེས་རབ་དབྱེད་ཀྱི་  
རྒྱལ་མོ་དར། །ལེགས་བཤམ་འབྲེལ་བྱའི་ཁུར་གྱིས་དུད། །རིག་པའི་བྱི་  
བསྐྱེད་ཆེས་ཆེར་རྒྱས། །ལྷ་གི་ལོ་འདབ་པར་སྐྱེད་ཅན། །མི་འཛིག་དམ་  
བཅའ་རྩ་བ་བཟླ། །རག་གི་དོན་ཀྱན་འབད་མཛེས་དུ། །སྒྲུབ་གྱིས་བྱུབ་པའི་  
དཔག་བསམ་དབང་། །སྒྲོ་གྲོས་ཀྱན་གསལ་ཡངས་པ་ལ། །སྒྲུབ་མཁས་བཙུ་  
གཉིས་བདག་པོའི་དཔལ། །སྒྲུབ་བཟང་པད་དཀར་གཞོན་ནུའི་ཆོག་ས། །  
དགའ་སྒྲོན་སྒྲོན་པའི་གཉིན་གཅིག་བྱ། །རྒྱ་ཆེན་ནམ་དཔྱད་ལྷ་གསལ་གྱུ་ཡིས།  
མཆོ་བྱུང་ལྷ་མོ་འགྲུགས་བྱེད་པའི། །འཛིགས་པ་མཛེས་པའི་སྒྲོན་སྒྲོབས་གྱིས།  
མ་མཛེས་གོ་ཆ་བཙུན་པོ་གྱོན། །བྱུབ་པའི་བསྒྲུབ་ལ་འཆད་ཅོད་དང་། ཅོམ་པའི་  
ལང་ཆོ་དར་བའི་ཁ། །སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་ཡི་རབ་བྱེད་བས། །ཀྱན་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་  
བའི་སྒྲུབ། །མང་ཐོས་གསེར་གྱི་ཅིབས་སྒྲོན་གིས། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་  
སྒྲུབ་པའི་དཔལ། །འདོད་པ་མཛེས་པར་སྒྲུབ་བྱུབ་པའི། །རྒྱུགས་སྒྲུབ་དགའ་སྒྲོན་  
དཔལ་དེ་དར། །དེ་སྒྲུབ་དག་ཆོག་སྒྲུབ་ལྷ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་གཞོན་གྱིས། །མི་མཐུན་  
རྒྱད་པའི་ཆུ་འཛིན་མཐར་བསྐྱེད་ནས། །བསྒྲུབ་དང་འགྲོ་བའི་ཉེར་འཆོའི་རྒྱ་  
སྒྲུབ་ཅན། །པན་བདེའི་སྒྲུབ་བས་སྒྲིད་འདི་ལེགས་བྱུབ་ཅིང་། །ལྷ་བྱུང་སྒྲོ་

གྲོས་ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་མཆོག་གང་གི། །ལུང་དང་རྟོགས་པའི་  
འདོད་དགུར་སྦྱོད་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཡི། །གྲགས་སྟོན་སྦྱོགས་ཀྱི་རྣ་ལུང་  
རབ་མཛེས་ཀྱན་མཁུན་བཙུང་ཁ་པའི། །ཆོས་དང་སྤྲིད་ཀྱི་དཔལ་ཀྱན་སྤྲིད་  
མཐར་འཁེལ་ཞིང་དར་བ་དང་། །བཙུ་སྤྲུག་རིག་པའི་གསེར་གྱི་བྲིར་འབྱེང་  
ཆོས་ཀྱན་ལྷ་བའི་མིག་སྟོང་ཅན། །རྫོང་ར་རིག་པའི་ཅེ་བརྒྱ་འཛིན་མཁས་  
ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ལྷ། །མཁས་མང་འཆི་བ་མེད་པའི་དབང་ཕྱག་  
ཞོང་དཔང་བརྒྱད་པའི་བསྟན་པ་ཡི། །ལེགས་བཤམ་བདུད་ཅིས་ཀྱན་ནས་  
འཆོ་བའི་དགའ་སྟོན་མཆོག་ཏུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

དེ་ལྟར་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་སྤྲིན་མེད་པའི་སྟོན་ངག་  
མེ་ལོང་འདི་ཉིད། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཞོང་སྟོན་ལོ་རྒྱ་བས་བསྐྱར་བ་ནས་  
བཟུང་། སྦྱོགས་དུས་ཀྱི་ཀྱན་མཁུན་གཉིས་པ་ཞ་ལུ་ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་ཆོས་  
སྟོང་བཟང་པོའི་བར་དུ་དར་རྒྱས་ཆེ་ཞིང་། དེ་ནས་ཀྱང་འཛིག་རྟོན་གྱི་མིག་  
གཅིག་ཕུ་དེའི་དྲིན་གྱི་སྒོ་གསལ་མང་པོར་འཁེལ་བའི་རྒྱད་ལས་མཆོག་ཏུ་  
གྱུར་པ། སྤང་གན་འོད་ཟེར་རྒྱལ་མཆོན་དང་། གངས་ཆེན་འཇམ་དཔལ་རྩོ་རྩེ་  
གཉིས་ཀྱི་ལེགས་བཤམ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ཐོབ་པ་སྟོན་འགོ་བརྟེན་ཏེ་རིག་  
གནས་རྒྱ་མཆོའི་སྤང་བ་འཛིན་པ་ཙམ་མ་གཏོགས། ཚུལ་བཞིན་སྤངས་  
པས་ཤེས་པའི་མཁས་པ་ཉུང་བར་གྱུར་ཅིང་། བྱད་པར་དེང་དུས་གཞུང་གི་

གནད་ཕྱོགས་ཅམ་མ་རིག་པར། སྒྲོལ་གྱི་མཁས་པའི་སྒྲོལ་ཆོག་དཔེར་སྒྲུང་སྒྲོལ་  
 ར་ཆོག་སྒྲོལ་བཅད་དམ་དུ་སྒྲོལ་བ་ལ་སྒྲོལ་དག་ཤེས་པར་སྒྲོལ་བ་སོགས་  
 གཞུང་ལུགས་ཐ་སྐད་རིག་པ་གང་ལ་ཡང་མ་བསྐྱབས་པར་ཤེས་པའི་ཀུན་  
 མཁྱེན་དང་པཱེ་ཏ། ལམ་གྱི་གནད་ཅུང་ཟད་མ་བསྒྲོལ་སྒྲོལ་པར་ཐོབ་པའི་གྲུབ་  
 ཆེན་དང་སྒྲུལ་སྒྲུ། ཁ་ཟས་འདི་ཅམ་གྱིས་སྒྲོལ་བ་ཁེངས་མི་ཁེངས་གྱི་ཆོད་ཀྱང་  
 མི་ཐེངས་པར་དུས་གསུམ་ཉོག་སྒྲོལ་པའི་མངོན་ཤེས་སོགས་རྒྱ་མེད་པར་  
 འབྲས་བུ་སྒྲེད་པའི་སྒྲོལ་ཚུལ་ཅི་མང་ཞིག་གངས་ཅན་འདིར་མཆིས་ཀྱང་། ཁོ་  
 བོ་ནི་འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲོལ་པ་ནི་མའི་གཉེན་གྱིས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོ་སྒྲོལ་  
 དུ་མར་བཀའ་སྒྲུལ་བ་ལ་ངས་པ་རྟེན་པའི་དབང་གིས་ན། ཆོག་སྒྲོལ་བཅད་ཅམ་  
 ཅོམ་ཤེས་པའི་སྒྲོལ་ཅམ་གཏད་པར། སྒྲོལ་འགྲོ་བའ་ཆེན་གྱི་རིགས་ཆོས་གྱི་  
 རྒྱུད་འཛིན་སྐད་གཉིས་སྒྲོལ་བའི་དཔྱོད་ལྡན་འཇམ་དབྱེད་དབང་རྒྱལ་དོ་རྒྱུ་  
 ལ་ལམ་རྣམ་པར་དགྱེ་བ་རྣམས་ལ་བཟུང་། སྒྲོལ་བཅུ་སྒྲོལ་བའི་བར་གྱི་  
 གཞུང་དོན་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་དཀའ་གནད་དང་བཅས་པ་ནན་ཏན་དུ་  
 ཐོས་ཤིང་། དཔེར་བཞིན་གྱི་ཅོམ་རྒྱགས་སོགས་ཞིབ་མོར་བྲས་ཏེ་ཁོང་དུ་  
 རྒྱུད་པར་བཏེན། སྒྲོལ་དཔོན་མཁས་པ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ལེགས་སོ་དང་བཅས།  
 འགྲོལ་པ་ཞིག་བརྩམས་ན་ལེགས་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་ཞིང་། སོ་བུར་གཞུགས་  
 གསུམ་སྒྲུགས་པའི་རྒྱལ་པོར་གྲགས་པའི་བུར་གྱི་རིགས་སྒྲུགས་འཆང་པའི་

རྒྱུད་དུ་བྱུང་ཞིང་། གསང་སྤྲུག་ས་གསང་རྩིང་དང་ཐ་སྙད་རིག་པ་སོགས་ལ་  
 རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་སྤང་བ་མཆོག་ཏུ་ཡངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་སྤྲུག་རམ་པ་  
 དཔལ་འབྱོར་འཕྲིན་ལས་རབ་རྒྱས། རང་གི་གམ་དུ་ཉེ་བར་བཅར་པའི་  
 ཕྱོགས་འདི་ལ་མོས་པ་གྲོང་སྤྲད་པ་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོ། གསོ་རིག་སྤྲུ་བ་སྒོ་  
 བཟང་གཞན་པན་དབང་པོ། ཡིག་རིགས་བཅུ་ཕྲག་ཤེས་པའི་སོར་མའི་འདུ་  
 བྱེད་པ་ངག་དབང་དགེ་ལེགས། སའི་ཆངས་པ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
 པོའི་མདུན་དུ་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་ཅན་དཀའ་བཅུ་བ་ཤེས་རབ་རྒྱ་  
 མཆོ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བ་དང་། སྤྲ་མ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་ཞལ་མི་  
 གཉིས་པ་གང་གི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལ་སྒྲོན་ཆད་ཞང་ཞུང་པ་ཆོས་  
 དབང་གྲགས་པ་དང་དབྱངས་ཅན་བཞད་པའི་དོ་རྗེ་དགེ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོ་  
 སོགས་དུ་མ་བྱོན་ཡང་། དེང་དུས་ཕྱོགས་འདི་ལ་ལུགས་ཀྱི་དབང་པོ་རྒྱུང་བ་  
 ཉིན་སྐར་ལྟར་གྱུར་པ་ནས། གཞན་ཕྱོགས་པ་འགས་ཐ་སྙད་མི་ཤེས་ཞེས་ཁ་  
 ཟེར་བ་འགོག་པ་དང་། འོང་དབང་བརྒྱུད་པའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་པོར་  
 གནས་པའི་ཆེད་དུ་ལྷག་བསམ་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ། གཞུང་དོན་རྫོགས་  
 པར་བཀྲལ། གྲོལ་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད། ཅེས་པ་ནས་སྐྱ་སེང་བུ་ལྷ་  
 དག་གི་ནི། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་དཔེར་བརྗོད་མཐའ་དག་རང་སྒོས་བསྐྱུན། གོ་  
 སྤྲུ་བ་རྣམས་ཆོག་ཏུ་དང་དཀའ་གནས་ཀྱན་ཞིབ་མོར་བཀྲོལ་བའི་སྟན་



ངག་མེ་ལོང་གི་དགའ་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་སྒྲུ་དབྱངས་ཞེས་པ་  
 འདི་ཡང་། གནམ་སྒྲོམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་པག་མོ་གྲུ་པའི་སྒྲོན་པོ། འཕགས་  
 ཡུལ་པའི་རྒྱལ་རིགས་སྤྱ་ལ་པ་ཆེན་པོ་བ་ཏྲོར་གྱི་རིགས་ལས་བྱུང་ཞིང་།  
 དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་འཇམ་མགོན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཙྰང་  
 ཁ་པ་ཆེན་པོའི་རིང་ལུགས་པ་ངག་གི་དབང་ལྷག་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་འཛིགས་  
 མེད་གོ་ཆ་ཐུབ་བསྟན་ལང་ཆོའི་སྤྲེའམ་སྐད་གཉིས་སྒྲུ་པའི་སྟན་ངག་མཁན་  
 ཆངས་སྤྱས་བཞད་པའི་དོ་རྩེ་གདོང་དུག་དགའ་བའི་བཤེས་གཉིན་དུ་འབོད་  
 པས། རྒྱལ་བ་ཐམས་གཙང་གི་སྤྱས་པོ་དུག་པོ་ཞེས་པ་ལྷགས་སྤྲེལ་ལ་སྒྲུ་བསྟམས་  
 ནས་ཉིས་སྟོང་དུག་རྒྱ་དུག་ཏུ་སྒྲེབ་ཅིང་། རང་ལོ་སོ་གཅིག་པ། འཕགས་  
 ཡུལ་བ་ཨྲ་ཇི་ཏ། རྩོགས་འདིར་ཐམས་ཅད་འདུལ་དུ་གྲགས་པ། རྒྱ་ནག་གི་  
 རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཉིང་ཏ་ཞེས་མེ་པག་ཚུ་ཞེས་གྱི་དབང་པོ་སྒྲིན་དུག་གིས་ཉ་བའི་  
 དགའ་རྩོགས་གྱི་དགའ་བ་གསུམ་པ། དུས་འཁོར་བའི་ཡ་ཎའི་དབྱངས་ཏ་  
 གསལ་བྱེད་ཇི་འཆར་ཞིང་། ཁམས་ནམ་མཁའ། སྟོང་སྟོབས་གྱི་སྟོང་སྟོབས་  
 གསལ་ཆེན་པོའི་བྱ་མོ་དབྱངས་འཆར་བའི་དམར་རྩོགས་གྱི་དགའ་བ་  
 གསུམ་པ། དབྱངས་ཨ་གསལ་བྱེད་མ་ཁམས་ས། འདོད་ཡོན་དྲི་འཆར་བའི་  
 ཆོས་ལ་ཆོས་སྤྲེ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྱངས་གྱི་གཟིམ་ཁང་ལྷགས་  
 གཉིས་གྱི་མདུན་ས་དགའ་ལྷན་རྩོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་

པོ་བྱང་དུ་དབུ་བཅུགས། མོ་དེ་ཁའི་མགོ་ཟླ་བའི་དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་  
གཉིས་པའི་ཆེས་ཀྱི་ཏྭ་ལ་གཞུང་དུས་སྒྲོར་ལ་རྩོགས་པར་གྲུབ་པའི་  
མཐུས། གནས་ལྷ་རིག་པའི་བསྟན་པ་ཕྱོགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་དར་བའི་ལེགས་  
ཆོགས་སིངྒར་སྟེ།

ནམ་སྐར་སྟེ། འཇད་པ་མེད་པ་རྒྱལ་ཀྱན་མཁྱེན་པའི་ཕྱང་པོར་  
སྐྱངས་པའི་ནོར། །མངོས་སྟུག་དྲི་བའི་བྱ་མའི་གཟུགས་སུ་གྲུབ་པའི་ལང་ཆོ་  
ཅན། །རྒྱད་མང་འབྲུལ་ལས་བྱས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ཡི་དབྱངས་སྟན་པོ། །གདུ་  
བུའི་སྒྲ་དང་སྟན་ཅིག་སྒྲོགས་ཤིག་ངག་དབང་སྟག་པའི་སྟེ། །ཤེས་བུའི་རང་  
བཞིན་པ་མཐའ་བྲལ་བའི་མཁའ། །མཐའ་སྐྱས་ཆོག་གི་སྒྲོར་བའི་གཤོག་  
རྒྱབས་ཀྱིས། །འཇམ་པའི་བྱེད་པོ་མཁས་དབང་དཀྱི་ཡི། །དོ་མཆར་གཞུང་  
བརྒྱའི་རྩེར་སོན་མེ་ལོང་མ། །ཚུལ་འདིའི་གཞུང་དོན་འཆད་དང་རྒྱན་གསུམ་  
ཆོག །སྒྲ་བའི་དབང་སྟུག་ཤོང་པར་ལོ་རྩ་བའི། །དྲི་མེད་བརྒྱད་པ་འཛིན་པའི་  
འཛིག་རྟེན་མིག །པལ་ཆར་དུས་ཀྱི་བསྐྱལ་བས་ཆེས་ཆེར་ནོངས། །མཁས་  
པའི་ངག་སྒྲོས་རྒྱ་དང་གྲོང་པའི་ཆོག །རྣམ་པར་བཅད་ལ་སྟན་ངག་པར་རྩོམ་  
དང་། །མཁྱེན་པའི་རྩ་འཁོར་གྲོལ་བའི་སྒྲོ་བཏགས་ཅན། །སྤྱིང་མེད་རྩ་ཤིང་ལྟ་  
བུའི་སྒྲེ་བོས་གང་། །འོན་ཀྱང་དེད་དུས་གཙུག་ལག་བྱེ་བའི་སྒྲོ། །འབྱེད་ལ་  
འཇམ་དབྱངས་སྒྲོན་གྲོ་ལོ་རྩ་བ། །འཛིག་རྟེན་མེས་པོ་རྣ་བ་བརྒྱད་པ་ཡིས། །

བསམས་བཞིན་སྒྲུལ་པར་ངེས་ལས་གཞན་དུ་ཅི། །གང་དེའི་བློ་ལས་མི་  
 འཇིགས་སྒྲོ་བས་པ་མཆོག། །དག་བའི་སྒྲོ་གྲོས་མི་དམན་ཡངས་པ་ལས། །  
 དཀར་བའི་གནད་གྲིས་མདུད་ཀྱན་འགྲོལ་བྱེད་པའི། །མཁས་ནམས་དགའ་  
 བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་འདི་བསྐྱུན། །སྒྲུབ་འགྲུར་ཆ་ཤས་རྫོགས་པའི་ཕུསྟ་ག། །  
 སྒྲོན་མེད་ལྷ་བ་འདྲན་པའི་ཆོ་ག་མཁན། །མི་བད་པར་གྱི་རྒྱུད་གི་ཤིང་རྟ་  
 ཡིས། །ཤེས་ལྡན་སྤྱིང་བཞིའི་ལུན་པ་ཅིག་ཅར་སེལ། །གཟིགས་མོར་ཆར་དུ་  
 དངར་བྱེད་ཡི་གེའི་གཟུགས། །སོར་མོའི་འཕྲུལ་ལྡན་སྒྲོ་བཟང་མཆོག་གྱུར་  
 དང་། །བསོད་ནམས་བསམ་འགྲུབ་སྤྲིན་གྲུབ་བསྐྱུན་པ་ནམས། །བི་ཤ་གམ་  
 ས་འདིར་འོངས་པ་བཞིན། །ཚུལ་འདིར་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་འབད་པ་  
 ཡིས། །ནམ་དཀར་དག་བའི་འབྲས་བུའི་བཀྲ་ཤིས་དུང་། །མ་སྤྲད་གཡས་སུ་  
 འབྲེལ་བའི་པན་བདེའི་སྒྲུ། །སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོའི་བར་དུ་སྒྲོག་གྱུར་ཅིག། །བསོད་  
 ནམས་ལྷ་གཏེར་འབྲེལ་བའི་རྫིང་ཆེན་པོར། །ཆེ་དཔལ་འབྱོར་པའི་གཉིས་  
 སྤྱེས་ལུས་དཀར་ཅམ། །བདེ་བའི་སྒྲུབ་འགྲུར་སྒྲུ་དབྱངས་སྒྲོག་བཞིན་དུ། །  
 སྤྱིད་པའི་ཕུར་ལྡིང་རྩེ་འཛོར་རོལ་གྱུར་ཅིག། །དག་པ་དོན་དམ་འགྲུར་མེད་རྟོ་  
 རྫེའི་ཁམས། །སྒྲུབ་གྲུབ་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་གར་མཁན་མ། །བྱང་  
 འཇུག་སྐྱབ་བཞིའི་དཔལ་དེ་མཛོན་འགྲུར་ནས། །དོན་གཉིས་འབྲས་བུར་  
 མོངས་སུ་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག། །

འཕགས་ཡུལ་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་བའི་དབང་ཕྱག་དཔྱེའི་  
 ལེགས་བཤད་མེ་ལོང་གི་དཀར་འགྲེལ་འདི་ཚུམ་པ་ལ། རོག་མར་རང་གིས་  
 ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་སྤྱད་བྱས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས། རྒྱ་གར་ཚུ་བོ་  
 གཞུ་ཚུན་ཆད་དུ་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་ཡང་འགན་ལྷ་མེད་པའི་མཁས་པ་  
 ཆེན་པོ། སྟོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་བ་རིག་གནས་རྒྱ་མཆོའི་ཕྱེང་བ་འཛིན་པ་ཆེ་དབང་  
 རོན་གྲུབ་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲས་འཇམ་དབྱངས་དབང་རྒྱལ་ནོ་རྗེའི་དྲུང་དུ་རིག་  
 གནས་འདི་ལ་སྤྱདས་སྐབས། གོ་དོན་དང་ཚུམ་རྒྱགས་ལ་བསྐྱགས་བཞེད་  
 འདི་ལྟར་མཛད་དོ། །ཟ་ཏྱར་རྒྱལ་རིགས་ཡོངས་འདྲའི་འབྲི་ཤིང་ཅེར། །  
 འཛིག་ཏེན་དབང་ཕྱག་དབྱེས་པའི་མེ་ཏྱག་དཀར། །ཡོངས་འཛིན་ལྷ་དང་  
 བཅས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་དུ། །བསྐྱགས་འོས་འདི་ནི་ངོ་མཆར་ཨེ་མ་ལུལ།  
 །གང་གི་མཁྱེན་བཟང་སྟོན་ཀྱི་བ་གམ་ཅེར། །སྟོན་ཆིག་ཉམས་ཀྱི་འབྲུག་སྤྱོད་  
 བཞད་པའི་ཆོ། །བདག་ལུས་ཅ་རྩན་ནགས་ཀྱི་ཁང་བྱ་ན། །སེམས་ཀྱི་མདོངས་  
 མཐའ་དགའ་བའི་གར་གྱིས་བྲེལ། །འོང་པང་སྤྱ་མའི་ལེགས་བཤད་བདུད་  
 ཅིའི་རྒྱན། །མ་ལུས་ལུགས་ཀྱི་བུམ་པར་ལེགས་བསྐྱས་ནས། །སྟོགས་ལ་  
 འགྲོ་ལ་ཨ་ཉི་ཉི་ཅུའི་ཚུ། །རིགས་མེད་འགྲུད་པའི་སྟོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་བ། །དེ་  
 རིགས་ག་བྱར་འབྲུལ་བའི་ནགས་སྤྱང་ནས། །རིག་གནས་དྲི་ཡིས་དབེན་པ་  
 བལ་བའི་ཤིང་། །སྟོམ་ལས་ལོ་མའི་ཁུར་གྱིས་དུད་པ་དེའི། །ལག་པའི་ཡལ་

འདབ་འཇུག་ཞིང་འདི་སྐད་ལྟ། །གང་ཆེ་སྒྲུབ་ཆོག་ཅུ་དུས་རའི་བྲེང་། །མཁས་  
མང་རྣམ་དཔྱོད་ཡངས་པའི་སྐྱ་རྒྱ་དུ། །གསལ་བར་འགོད་པའི་མཁུན་ལྷན་  
དགེ་དབང་ཡང་། །ཁེངས་པ་ཉམས་ཏེ་མཐོ་རིས་བྲོས་སམ་སྒྲུམ། །ཞེས་སོ།།

དཀའ་འགྲེལ་འདི་བརྩམས་ཟིན་སྤེལ་བའ་ཆེན་སྒྲོན་འགྲོ་ཡབ་སྐུ་གི་བྱང་  
དུ་ཚུམ་ཕུད་དང་ཁྱས་དག་ལ་བསྐངས་པའི་ཆོ། སྐྱ་མདུན་ཆེན་མོས་ལན་དུ་འཕྱིན་  
ཡིག་འདི་ལྟར་རོ། །མདོ་སྤྲུགས་སྡེ་སྡོད་གཙུག་ལག་གི་འབྱོར་བ་མ་ཆང་བ་མེད་  
ཅིང་མདོན་པར་འབྱོར་བའི་མིའི་ཉི་མ། མཁུན་རབ་ཞོར་བུ་འབྱུང་སྤྲུག་གིས་  
གཏམས་པའི་ས་ཕུ་བ། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་འོད་སྣང་སྤྲུག་པར་གསལ་བའི་ལྷ་བ། མཁས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་གི་ཅོད་པན། ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཞབས་ཀྱི་  
པརྒྱུད། གན་བུའི་སོར་བཙུ་སྟོང་ཁར་བཀོད་ནས་ཁྱ་བ། བྱང་ཕྱོགས་གངས་རིའི་  
སྒྲོངས་འདི་ན། ཐ་སྙད་གཙུག་ལག་བརྩུན་ཀྱི་འབྲུལ་གཏམ་དབྱངས་སུ་ལེན་པར་  
སྒྲིན་ཀྱི་རྩ་གསངས་སྒྲོག་མཁན་ཤེན་ཏུ་མང་ཡང་། ལེགས་བཤད་འཆི་མེད་ལྟའི་རྩ་  
སྒྲ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། སྐྱ་བྱེད་ཉི་མས་ཀྱན་ཕུད་བུམ་པ་ལྟར་གྱིས་འཆད་ཅོད་ཚུམ་  
པའི་མཛད་བཟང་ཁོར་མོར་བསྐྱོར་བའི་སྐབས་ནས། བཀའ་དམ་ཡིད་ཀྱི་གསོས་  
སྒྲུབ་དུ་གྱུར་བ་སྤྱི་བྱེད་ཐེབས་པས་དངོས་མཛལ་གྱི་དགའ་སྒྲོས་གྱུར་ལགས། སྒྲོན་  
མེད་པའི་སྒྲུབ་དག་གི་འགྲེལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་གི་ཞོར་བུར་གྱུར་ངེས། ལུམ་  
བུ་དང་ཐོལ་སྒྱུར་སྤངས་པའི་འབྲེན་བྱེད་ནས་བདུད་ཅིའི་རྒྱུན་ཡང་འཇག་པ་འདི་



ཁར་གྱུར་པ། སྒྲན་རྒྱུ་ཀ་འདི་ལ་ལྷགས་ནན་ཐར་གསུམ་གྱིས་དབྱུང་བརྒྱུར་བྱས། སྒོ་  
ནས་རྩུང་ཟེད་མི་གསལ་བ་རྣམས་ལ་པར་ལོ། གྲུང་ཐར་བདེ་སྒོའི་འགྲེལ་པ་སོགས་  
ཆོད་ཐུབ་ལ། བདག་གཉིས་ཀས་ཞིབ་བལྟས་བྱས། བློ་བྱའི་མིག་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
ཡང་། བབ་ཐེག་པོ་རང་མི་ཡོང་འདུག་པས། ཞོ་ལོས་བསྐྱབས། བློ་བྱས་སེམས་  
གཞན་ལ་མ་ཡོངས་པར་ཉན་ནས། དོགས་པ་ཡོང་འདྲ་སྒྲུལ་པ་ཐམས་ཅད་ལ། སྒོ་བ་  
དཔོན་མཁས་པ་རྩོད་བྱལ་ཡོངས་ལ་གྲགས་པའི་གསུང་རྒྱན་ཟབ་མོ་མ་བརྗེད་པ་  
རྣམས་ཤོག་ཟེར་ལ་ཡིག་ཆུང་དུ་བཀོད་པ་ལྟར། མཁྱེན་རབ་རྗེ་རྗེ་པ་ལམ་གྱིས་  
ཐུགས་གཞིག་འཇུག་པ་གནང་ཆ་དང་། ལྷ་དག་གྱུབ་ནས་འགྲུང་ཅམ་སོང་ཡང་།  
སྒྲག་ཆོང་ལོ་རྩེ་དུས་འཁོར་སྤྱི་དོན་ལ་མཆན་ཞིབ་གྲགས་ལྷ་དག་བྱེད་པ་འདི་  
ཁས། ད་བར་འགྲུངས་པ་ལ་དགོངས་ཁྲེལ་མི་འཇུག་པ་དང་། སྤྱིང་པོའི་ལྷ་མཆོད།  
ད་ལམ་སྒྲན་ཆིག་གི་འགྲེལ་པ་འདི་པར་དུ་རྒྱོ་བ་གནང་ཆོ། དིག་གནས་ཀྱི་བསྒྲན་པ་  
ལ་པན་པ་གཞལ་དུ་མ་མཆིས་པ་འབྱུང་བ་ལྟར། དམ་པ་བྱེད་ཀྱིས་ཆབ་ཤོག་ནས་  
བཟུངས་གསུང་རྩོམ་ཐམས་ཅད་པར་ལ་བཀོད་པ་མཁྱེན་མཁྱེན། བསྒྲན་པ་དིན་པོ་  
ཆེར་པན་ངེས་ལགས། སྤྱིང་པོའི་ལོ་ཆོགས་དལ་འགྲོའི་རྒྱན་ལྟར་དང་། བློ་བྱ་  
ལྷ་པའི་མཐར་གཏུགས་འདུག་པས། འདི་ཕྱི་ཐམས་ཅད་དུ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་  
རྗེས་སུ་འཛིན་པ་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན། ལྷ་ཡིག་རྟེན་བཟླ་ཤིས་ཁ་བཏགས་ལ་རྒྱ་  
མཛེས། རྟོར་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་དགའ་བ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཟང་ལ་

ཐུལ་བའི་བྱ་ཡིག། སྤུང་གི་འཕྲིན་ཡིག་འདི་ལྟར་རོ།།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་གཟུགས་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་གཟེགས་པའི་  
 ཞབས་བྱེད་དུ། ཟུ་བ། སྤྱི་དགྲིལ་འཁོར་གསེར་གྱི་རི་དབང་གུར་གུམ་གྱི་ཆར་  
 བས་བཀྲས་པ་ལྟར་བཏན་ཞིང་། བརྗེད་ཆགས་པར་བཞུགས་པའི་རིང་ནས། ཉམས་  
 དང་འགྱུར་བས་ཡོངས་སུ་སྐྱེག་པའི་ཐུགས་དམ་སྙན་ཚིག་གི་སྤྱི་བ་དང་། མ་བྱའི་  
 མགྱོན་པའི་ཁ་དོག་ལ་འགྲན་པའི་གོས་བཟང་། ལྷ་རྩེ་སྤྱི་བའི་གྲོགས་པོ་དང་ཆབས་  
 ཅིག་པར། དེ་ཆེད་ཞལ་ལུང་དང་མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་སྤྱི་མ་མཆིས་པ་  
 རྣམས་སྤྱི་བའི་ཅོད་པན་དུ་འབྱོར་ཞིང་། ཉེ་བར་ཡང་། ཐུགས་དམ་ཞིབ་འཁོད་བཀྲ་  
 ཞེས་པའི་དར་དང་བཅས་ཐུག་རྒྱུ་དེ་ལ་ཁ་མ་ཉམས་པར་བྱུང་སྤྱི་བའི་རྒྱན་དུ་ཐོབ་  
 པས། བདག་སེམས་ཀྱི་གཉིས་སྤྱི་སྤྱི་གཞོན་ཀྱང་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་སྤྱི་དགའ་  
 ལ་རིག་པར་གྱུར་ལགས། ཆེད་ཞུས། སྤྱི་བ་པོ་ཆེན་པོའི་འགྲེལ་བ་ཆེད་གཏུག་  
 དུ་སྤྱི་ཡང་། ཏ་ཅང་ཚིག་སྤྱི་བསྐྱུས་གྲགས་ཞིང་། གཞན་མ་གངས་རིའི་སྤྱི་བས་  
 འདིར་སྤྱི་བ་ལ་སྤྱི་བ་པོ་ཆེ་བ་ནི་ཉེས་བཤད་ཐུན་པའི་ལམ་དུ་འབྱུངས་པ་ཁོ་ན་  
 ལས། གཞན་དུ་མ་མཐོང་ལགས་ཀྱང་། ད་ལམ་དེ་ཆེད་དགོངས་དོན་བསྤྱི་བའི་ཆལ་  
 རྣམས་དུས་གཅིག་དུ་སྤྱི་བ་ལ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཉེ་མ་མཆོག་འདི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་  
 འོད་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་ཞིན་པར་ཤར་བས། བདག་སོགས་རིག་གནས་པའི་བྱེད་བ་རྣམས་  
 གཏམ་སྤྱི་བའི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བས་བཏུར་སྤྱི་བ་པོ་ཆེན་པོ་ལ་ཆས་པར་གྱུར་ལགས་ཞིང་།

བཀའ་ཚིམ་གསར་གནང་ལ། ལགས་བྱང་དང་ཐུན་མོང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཞེས་ཏུ་གྲུབ་  
 བསྟུན། ཅུང་ཟད་ཐེ་ཆོམ་པ་ཅམ་གྱི་རིགས་ལ་ཞོག་ཟེར་དང་བཅས་སྟག་ཆང་པའི་  
 དུས་འཁོར་སྤྱི་དོན་ཞལ་བཤུས་གྲུབ་པར་ཁྱེས་དག་དེང་སང་བྱེད་ཅིས་གྱི་འཕྲལ་  
 ཉིད་དུ་འབྱལ་ཅིས་ལགས་ནའང་། ད་ལམ་སྤེབས་སུ་འབྱལ་རྒྱུ་མ་བྱུང་བར། རྣམ་  
 དབྱིངས་དམ་པ་མི་ཁྲིལ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན་ཞིང་། སྤྲད་ནས་དུས་འཁོར་གྱི་སྤྱི་དོན་  
 འབྱལ་བ་དང་བཅས། སྤྱི་ཞབས་སུ་འཕྲལ་ཉིད་རྫོང་སྟར་ཁྱེད་གོས་འདུག་པ། ཞེས་  
 ཁྱེས་ནང་སོ་གྲོང་སྤྲད་ནས་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱལ་བ་ལྟར། དབྱིངས་བཞུགས་མཁྱེན་  
 རོས་ཐེབས་འོས་ཀྱང་གསྐྱེད་རྒྱུན་ལྟར་མཁྱེན་མཁྱེན་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་ལཱ་འདེགས་ཉེན་བཟ་  
 ཞེས་པའི་ལྷ་རྩལ་གངས་རིའི་མདངས་ལྡན་ལ་རྒྱུ་མཛེས་དང་བཅས་ཉེ་བར་ཁྱེད་གོ།  
 དེ་ལྟར་ཅུང་ཟད་ཐེ་ཆོམ་པ་རྣམས་གྱི་རིགས་ལ་ཞོག་ཟེར་འདུག་པར་དབྱེད་པ་བྱེད་  
 དགོས་རྣམས་ཁོ་བོ་ཞུ་གས་གོང་མ་ཆེན་པོའི་བྱང་དུ་བཞུགས་པ་སོགས་གྱིས་  
 གཞུང་ཉེ་འགྲངས་པ་ལས་སྤྲུལ་ཡང་ལོ་བཞི་བཅུ་པ་མེ་མོ་སྤྱི་ལུང་ལོར་ཁྱེས་དག་  
 བར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

འཕྲལ་དེབ་སྤྲིག་པ་པོ། སེར་སྤྲད་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས།