

། བསྟན་འགྱུར།

ཆེད་མ་གྲན་ལས་བརྒྱས་པའི་འབྲེལ་བ།



མཛད་པ་ལོ། མཐོབ་དཔོན་ཕྱོགས་གྱི་ལྷན་ལོ།

མདོན་སྐྱུལ་གྱི་ལེ་འུ་སྟེ་དང་པོ། .....	1
རང་དོན་གྱི་རྗེས་སྐྱེད་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་གཉིས་པ། .....	40
གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སྐྱེད་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་གསུལ་པ། .....	79
དཔེ་དང་དཔེ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་བཞི་པ། .....	136
གཞན་སེལ་བཟླ་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་ལྔ་པ། .....	155
ལྟག་ཆོད་བཟླ་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་དྲུག་པ། .....	191

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉ་གས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མྱོད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སློབ་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟག་སྟེ་ལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

# ༡༡། །ཆད་མ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་ འབྲེལ་བ།

སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ།

མངོན་སུམ་གྱི་ལེའུ་སྟེ་དང་པོ།

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བ་སྐ་ཏ་ས་སུལྟོ་ཡ་བྱིན། བོད་སྐད་དུ།  
ཆད་མ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་འབྲེལ་བ། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
ཆད་མར་གྱུར་པ་འགྲོ་ལ་པན་པར་བཞེད། །སྟོན་པ་བདེ་གཤེགས་  
སྟོབ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ནས། །ཆད་མར་སྐྱབ་སྒྱུར་རང་གི་གཞུང་ཀུན་ལས། །  
བརྟམ་ཏེ་སྐྱ་ཆོགས་འཕྱོར་རྣམས་འདིར་གཅིག་བྲ། །  
འདིར་ཡང་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་དང་པོར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པས་ཆད་མར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བསྟོད་པ་  
བརྗོད་པ་ནི་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པར་བྲ་བའི་དོན་དུའོ། །  
དེ་ལ་རྒྱ་ནི་བསམ་པ་དང་སྒྱུར་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའོ། །བསམ་པ་  
ནི་འགྲོ་བ་ལ་པན་པར་བཞེད་པའོ། །སྒྱུར་བ་ནི་འགྲོ་བ་ལ་བསྐྱར་བ་སྟོན་པའོ།  
འབྲས་བུ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའོ། །རང་དོན་ཕུན་  
སུམ་ཆོགས་པ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། དོན་གསུམ་ཉི་བར་  
སྒྲུང་བར་བྲའོ། །རབ་ཏུ་མངེས་པའི་དོན་ནི་སྐྱེས་བུ་གཟུགས་ལེགས་པ་  
བཞིན་ནོ། །སྒྱུར་མི་སྟོག་པའི་དོན་ནི་རིམས་ནད་ལེགས་པར་བྲང་བ་བཞིན་

ནོ། །མ་ལུས་པའི་དོན་ནི་བྱམ་པ་ལེགས་པར་གང་བ་བཞིན་ནོ། །དོན་གསུམ་  
པོ་དེ་ཡང་སྤྱི་རོལ་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། སྒྲོབ་པ་དང་། མི་  
སྒྲོབ་པ་རྣམས་ལས་རང་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་བྱུང་པར་དུ་བྱ་བའི་སྤྱིར་  
རོ། །གཞན་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ནི་སྒྲོལ་བའི་དོན་གྱིས་ན་སྒྲོབ་པ་ཉིད་  
དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་སྟོན་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ནས། ཚད་མ་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་རང་གི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རིག་པའི་སྒྲོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
ལས་འདིར་གཅིག་ཏུ་བརྟུས་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་བརྩམ་པར་  
བྱའོ། །

གཞན་གྱི་ཚད་མ་དགག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། རང་གི་ཚད་མའི་  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། གང་གི་སྤྱིར་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པ་ནི་  
ཚད་མ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་པས། འདི་ལ་ཡང་ལོག་པར་རྟོགས་པ་མང་  
བས་ནའོ། །དེ་ལ། མངོན་སུམ་གྱི་ལེ་བྱ་སྟེ་དང་པོ། མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་  
སུ་དཔག་ཚད་མ་གཉིས་ཁོ་ནའོ། །གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མཆོན་ཉིད་གཉིས་  
གཞལ་བྱ། །རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དག་ལས་གཞན་པའི་མཆོན་ཉིད་  
གཞལ་བར་བྱ་བ་གཞན་ནི་མེད་དོ། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནི་  
མངོན་སུམ་ལ། སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའོ་ཞེས་  
ཞེས་པའོ། །གལ་ཏེ་འདི་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པས་ཁ་དོག་  
ལ་སོགས་པ་འཛིན་པ་དང་། ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པ་འཛིན་པ་དེ་རི་ལྟར་ཞེ་ན།  
དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ནི་ཡོད་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་གཞལ་བྱ་དེའི་རབ་སྤྱོར་བས།



དེ་ལ་རབ་སྐྱོར་ཆད་མ་གཞན་མ་ཡིན། །རང་དང་སྤྱི་ལོ་མཆན་ཉིད་ཐ་  
དད་དུ་མ་བྱས་པ་དང་ཁ་དོག་ཉིད་དག་ལས་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་བརྒྱུད་ནས་  
སྤྱི་ལོ་མཆན་ཉིད་ནི་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་གོ་ཞེས་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་  
སོགས་པར་ཡིད་གྱིས་རབ་དུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་དོ། །

དེའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆད་མ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཡང་ཤེས་པ་འང་མ་ཡིན་  
ཏེ། །གང་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་དོན་དེ་ཉིད་སོ་སོར་ངོ་ཤེས་པ་ཡོད་མོད།  
དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཆད་མ་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཞེས། ཟུག་པ་མེད་  
འགྱུར། གལ་ཏེ་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཆད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ནི་ཆད་  
མ་ཟུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དན་སོགས་བཞིན། དན་པ་ནི་དན་པ་ཉིད་དོ།  
དཔེར་ན་དན་པ་དང་། འདོད་པ་དང་། ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་སྤྱར་རྟོགས་པའི་  
དོན་ལ་ཆད་མ་གཞན་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ། མངོན་སུམ་རྟོག་དང་  
བྲལ་བའོ། །ཤེས་པ་གང་ལ་རྟོག་པ་མེད་པ་དེ་མངོན་སུམ་མོ། །རྟོག་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཞེས། མིང་དང་རིགས་སོགས་སུ་སྐྱོར་བའོ། །

འདོད་ཀྱི་ལ་བའི་སྐྱ་རྣམས་ལ་མིང་གི་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་དོན་རྫོང་  
པར་བྱེད་དེ། ལྟ་སྦྱོར་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རིགས་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་ལ་ཅི་སྟེ་བ་ལང་  
ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་སྐྱ་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཏེ་དཀར་པོ་ཞེས་  
བྱ་བ་དང་། བྱ་བའི་སྐྱ་རྣམས་ལ་བྱ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཏེ་འཆོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
རྩ་གྲུག་གྱི་སྐྱ་རྣམས་ལ་རྩ་གྲུག་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཏེ། དཔྱུག་པ་ཅན་རྩ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
བུའོ།

འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་འབྲེལ་བ་བྱུང་བར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྒྲུ་འབའ་ཞིག་གིས་དོན་རྣམས་  
 བྱུང་བར་དུ་བྱས་ཤིང་བརྗོད་དོ་ཞེས་འདོད་དོ། །གང་ལ་རྟོག་པ་དེ་དག་མེད་  
 པ་དེ་མངོན་སུམ་མོ། །

ཅི་གང་གི་སྤྱིར་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས། སྐྱེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའོ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་ཅི་ནས་ཡིན་ཞེ་  
 བ། ཐུན་མོང་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ལྟེ་སྤྱིར། །དེ་ཡི་ཐ་སྙད་དབང་པོ་ལས། །ཡུལ་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་ཡུལ་ནི་རྒྱུ་གཞན་གྱི་ཡིད་  
 གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ཡང་ཐུན་མོང་ཡིན་ནོ། །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་ཐ་  
 སྙད་བྱེད་པ་ཡང་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་རྩེ་སྒྲན་གྱི་སྒྲུ་གྲུ་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ།  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་མངོན་སུམ་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བར་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་མངོན་པ་ལས་ཀྱང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པས་  
 སྟོན་པོ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་པོའོ་སྟུམ་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་ལ་དོན་དུ་འདུ་ཤེས་  
 གྱི་དོན་ལ་ཆོས་སུ་འདུ་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་  
 གཅིག་དུ་མི་རྟོག་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་དེ་འདུས་པ་ལ་དམིགས་པ་རི་  
 ལྟར་ཡིན། གང་ཡང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་སོ་སོ་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་གྱི། རྩས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཀྱང་རི་ལྟར་གསུངས་ཤིང་། དེར་དོན་དུ་མས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར། །རང་དོན་  
 སྤྱི་ཡི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །དེ་རྩས་དུ་མས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ན་རང་གི་

སྐྱེ་མཆེད་ལ་སྐྱེ་འོ་སྐྱོད་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་གྱི།      ཐ་དད་པ་ལ་ཐ་མི་དད་  
བར་རྟོགས་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དོན་འདི་ཉིད་སྒྲས་པ།    དུ་མའི་ངོ་བོའི་ཆོས་ཅན་ནི། །དབང་པོ་ལས་  
རྟོགས་སྤྱིད་མ་ཡིན། །རང་རང་རིག་བྱ་ཐ་སྟོད་གྱིས། །བསྟན་བྱ་མིན་ན་  
དབང་པོའི་ཡུལ། །

དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་དབང་པོ་ལྔ་ལས་སྐྱེས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་  
རྟོག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་གཞན་གྱི་འདོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་བྱད་པར་  
བྱས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་རྟོག་པ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ། །

ཡིད་ཀྱང་དོན་དང་ཆགས་ལ་སོགས། །རང་རིག་རྟོག་པ་མེད་པ་ཡིན། །  
ཡིད་ཀྱང་ཡུལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་ཤིང་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་  
རྣམ་པས་འཇུག་པ་སྟེ། རྟོག་པ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ། །འདོད་ཆགས་དང་།  
ཞེ་སྤང་དང་། གཉི་ལྷག་དང་། བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་ནི་  
དབང་པོ་ལ་མི་སྟོས་པའི་སྤྱིར། རང་རིག་པའི་མངོན་སུམ་མོ། །

དེ་བཞིན་དུ། རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཡིས། །བསྟན་དོན་ཐ་དད་  
ཅམ་ཞིག་མཐོང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུང་ལས་རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་དང་མ་འདྲེས་པའི་དོན་ཅམ་མཐོང་བ་ནི་མངོན་སུམ་མོ། །རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་  
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་རང་རིག་པ་མངོན་སུམ་ཡིན་ན་རྟོག་པའི་ཤེས་  
པ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདེན་ཏེ། རྟོག་པ་འང་རང་རིག་  
ཉིད་དུ་འདོད། །དོན་ལ་མ་ཡིན་དེ་རྟོག་སྤྱིར། །དེ་ཡུལ་ལ་ནི་འདོད་ཆགས་



ལ་སོགས་པ་ཉིད་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ཡང་རང་རིག་གོ་ཞེས་བྱ་  
བའི་སྒྲོན་ནི་མེད་དོ། །དེ་དག་ནི་མངོན་སུམ་མོ། །

འབྲེལ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཡིད་ཤེས་དང་། །རྗེས་དཔག་རྗེས་སུ་དཔག་  
ལས་བྱུང་། །བྱུང་དང་མངོན་འདོད་ཅེས་བྱ་བ། །མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲུང་རབ་  
རིབ་བཅས། །རེ་ཞིག་འབྲེལ་པའི་ཤེས་པ་ནི་སྒྲིག་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཚུ་ལ་  
སོགས་པར་རྟོག་པའི་སྤྱིར་མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་  
ནི་དོན་བཞིན་སྒྲོ་འདོགས་པས་ན་དེའི་ངོ་བོར་བརྟགས་ནས་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་  
མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་  
པའི་ཤེས་པ་ནི་སྤྱིར་ཉམས་སུ་སྒྲོང་སྒྲོང་བ་ལ་རྟོག་པའི་སྤྱིར་མངོན་སུམ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

འདིར་ཡང་། བྱ་དང་བཅས་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་། ཚད་མའི་འབྲས་  
བུ་ཉིད་དུ་འདོད། །འདི་ལ་སྤྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་དུ་ཚད་མ་ལས་འབྲས་  
བུ་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་མེད་ཀྱི། །འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་  
ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྦྱེས་པ་དང་བྱ་བ་དང་བཅས་པར་རྟོགས་པ་དེ་ཉིད་  
སྒྲུངས་ནས། ཚད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་སྟེ། །བྱ་བ་མེད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །  
དཔེར་ན་འབྲས་བུ་རྒྱ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྦྱེས་པ་ལ་རྒྱའི་གཟུགས་  
འཛིན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །བྱ་བ་མེད་པར་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་  
ཡང་ཡིན་ནོ། །

རང་རིག་ལ་ཡང་འདིར་འབྲས་བུ། །ཤེས་པ་ནི་སྒྲུང་བ་གཉིས་ལས་

སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་སྣང་བ་དང་ཡུལ་གྱི་སྣང་བའོ། །སྣང་བ་དེ་གཉིས་ལས་གང་  
དང་རིག་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུར་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ལས་  
དོན་ངེས། །གང་གི་ཆེ་ཤེས་པ་དོན་གྱི་ཡུལ་དང་བཅས་པའི་དེའི་ཆོ། དེ་  
དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་རང་རིག་པ་འདོད་པའམ་མི་འདོད་པའི་དོན་རྟོགས་  
པར་བྱེད་དོ། །

གང་གི་ཆེ་སྤྱི་ངོལ་གྱི་དོན་འབའ་ཞིག་གཞལ་བྱར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ནི།  
ཡུལ་གྱི་སྣང་བ་འདི་ཉིད་འདི། །ཆད་མ་དེའི་ཆེ་ནི་ཤེས་པ་རང་རིག་པ་ཡིན་  
ཡང་ལྟོས་པ་མེད་པའི་རང་གི་ངོ་བོའི་དོན་གྱིས་སྣང་བ་འདི་ཆད་མའོ། །གང་  
གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དོན་དེ་ཡིས་འཇལ་བར་བྱེད། །རི་ལྟ་རི་ལྟར་དོན་གྱི་རྣམ་པ་  
དཀར་པོ་དང་དཀར་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཤེས་པ་ལ་སྣང་བ་ན་དེ་  
དང་དེའི་ངོ་བོ་ཡུལ་དང་བཅས་པར་འཇལ་བར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་རྣམ་པ་དུ་མ་  
རིག་པའི་ཤེས་པ་ཉི་བར་སྦངས་པ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་ཉིད་དུ་  
ཉི་བར་འདོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བྱ་བ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས་  
ནའོ། །

དེ་ཉིད་སྦྱས་པ། གང་ཆེ་རྣམ་པ་དེ་གཞལ་བྱ། །ཆད་མ་དང་དེའི་  
འབྲས་བུ་ནི། །འཇིན་རྣམ་རིགས་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར། །དེ་གསུམ་ཐ་དད་དུ་མ་  
བྱས། །ཅི་སྟེ་ཤེས་པ་ཚུལ་གཉིས་སོ། །ཞེས་རི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་ཞེ་ན།  
ཡུལ་ཤེས་པ་དང་དེའི་ཤེས་པའོ། །དབྱེ་བས་སྟོ་ཡི་ཚུལ་གཉིས་ནི། །ཡུལ་ནི་  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་གང་གིས་དེ་ཤེས་པ་ནི་དོན་དང་རང་སྣང་བའོ། །

ཡུལ་ཤེས་པ་ནི་གང་ཡུལ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱོན་པའི་ཤེས་པ་སྟེ། ཤེས་པ་སྟེ་  
སྒྲུང་བ་དང་། རང་སྒྲུང་བའོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། གཤམ་ཏེ་གཟུགས་ཉིད་རང་  
ཤེས་པའམ་རང་གི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་ནི་ཞེས་པ་ཡང་ཡུལ་ཤེས་པ་དང་ཁྱད་  
པར་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱིས་རྗེས་ལ་སྦྱེ་བའི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་སྒྲུང་རིང་དུ་  
འདས་པའི་ཡུལ་སྒྲུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་ཡུལ་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཤེས་པ་ལ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པར་གྲུབ་པོ། །

དུས་སྤྱིས་བླན་པ་ལས་ཀྱང་སྟེ། ཚུལ་གཉིས་ཉིད་ངོ་ཞེས་འབྲེལ་ཏོ། །  
གང་གི་སྤྱིར་ཡུལ་གཞན་དུ་ཤེས་པ་ལ་ཡང་དུས་སྤྱིས་སྤྱོད་བའི་བླན་པ་སྦྱེ་སྟེ།  
དེའི་སྤྱིར་ཡང་ཤེས་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །རང་རིག་པ་  
ཉིད་དུ་ཡང་ངོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འདིར་མ་སྤྱོད་བ་མེད་སྤྱིར་རོ། །ཉམས་  
སུ་མ་སྤྱོད་བར་དོན་མཐོང་བའི་བླན་པ་ནི་མེད་དོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་  
བླན་པ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཡང་ཤེས་པ་  
གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་སྤྱིར།  
ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཉམས་སྤྱོད་ན། །སྤྱུག་མེད། སྤྱུག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བར་བྱེད་ནའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་ལའང་བླན་  
པ་སྟེ། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཤེས་པ་དེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་ན། དེ་ལ་  
ཡང་སྤྱིས་ཀྱི་བླན་པ་མཐོང་དགོས་པས་སོ། །

དེས་ན་དེ་ལ་ཡང་ཤེས་གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན་ནི་སྤྱུག་  
པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་ཡུལ་གཞན་ལ་འཕོ་བ། །མེད་འགྱུར་དེ་

ཡང་མཐོང་བ་ཉིད། །དེའི་སྒྲིབ་གཏོན་མི་བ་བར་རང་རིག་པའི་ཤེས་པ་ཁས་  
སྒྲུབ་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་གནས་པར་གྱུ་བ། དེ་ལྟར་ན་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་རྗེས་སུ་གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་མངོན་སུམ་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ།  
ཅོད་སྐྱབ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མ་ཡིན། །དེས་པར་སྟོང་པོ་མེད་པར་དགོངས། །  
གཞན་དུ་ཆ་ཤས་སུ་གསུང་འགྱུར། །དེས་ན་ཁོ་བོས་བརྟག་པར་བྱའོ། །ཅོད་  
པ་བསྐྱབ་པ་ནི་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྒྲིབ་ཅོད་  
པ་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་ནི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྟོང་པོ་མེད་པར་དགོངས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་  
མ་ཡིན་ན་ཆ་ཤས་ཅན་དུ་མཛད་པར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཆད་མ་ལ་སོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བརྟག་པར་  
བྱའོ། །དོན་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྣམ་ཤེས། །མངོན་སུམ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་  
འདིར། །ཀྱན་ལ་དོན་འདི་ཞེས་བརྗོད་ན། །གང་དེ་དེ་འབའ་ཞིག་ལས་མིན། །  
གལ་ཏེ་ལ་དེ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་རྒྱན་ཀྱན་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་ནི་ཤེས་པ་གང་  
ཡུལ་གང་ལ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱའི། དེ་འབའ་ཞིག་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
དམིགས་པའི་རྒྱན་འབའ་ཞིག་ལས་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་གཞི་ལས་སྐྱེ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་པའི་མཐའ་ལས་  
འབྱུང་བའི་སྒྲིབ་རོ། །དམིགས་པའོ་ཞེ་ན་ཟུན་སོགས་ཀྱི། །ཤེས་པའང་གཞན་  
ལ་སྟོས་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དོན་དེ་ལས་ཞེས་པ་འདིས་ཡུལ་ཙམ་ཡིན་ན་ནི་  
ཟུན་པ་དང་། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་མངོན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་

ཤེས་པ་ཡང་དམིགས་པར་བྱ་བ་གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཏེ། དུད་པ་ལ་སོགས་པ་  
དམིགས་ནས་མེ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་དོན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བྱང་  
ན། ཅི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་དམིགས་ནས་སྐྱེ་བ་  
ཡིན་ནམ། དེ་སྟེ་གཞན་དུ་སྒྲུང་དུ་བེན་ཀྱང་ངེ་ལྟར་ཡོད་པའི་དེ་རྒྱར་འགྱུར་  
བ་ཡིན་གྱང་། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཤམ་ཏེ་ངེ་ལྟར་དེ་ལས་ཤེས་པ་  
སྐྱེ་ན་ནི་དེ་ལྟར་ན་བསགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྟ་སྟོན་ཀུན་རྫོབ་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོན་སྟོན་ལ་སོགས་  
པར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་ལ་དོན་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ན་ནི་ཚོགས་ལ་དེ་དག་ལ་ཁས་སྒྲུངས་པ་  
བདེན་ཡང་ཡོད་པའི་རྗེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉིད་ཐོབ་སྟེ། དེ་ཉིད་རྗེས་ལ་སོགས་  
པ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བས་ན་རྗེས་དང་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཡང་འཐོབ་པོ། །  
དེ་སྟེ་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་རྒྱར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ལྟར་རྗེས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐལ་བའི་  
ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་  
གང་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་སྟེ་དེ་ནི་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་སོ་སོ་  
ལ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོ་བ་དེ་དག་འདུས་པ་རྒྱ་ཡིན་ཡང་དེ་  
འདུས་པར་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཁས་མ་སྒྲུངས་སོ། །

དེ་ཉིད་སྒྲུས་པ། ངེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ཡོད་མིན། །དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་དོན་དམ་  
དུ། །སེམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལྟར་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་ཐ་སྙད་དུ་མ་བྱས། །དམིགས་



བ་ལ་སོགས་བ་ཡང་དམིགས་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་  
ནི་དོན་དམ་བར་ཡོད་པས་སོ། །གཞན་དུ་ན་ཡོད་བ་མ་ཡིན་བ་སྒྲ་བ་གཉིས་  
བ་ལ་སོགས་བར་སྒྲ་བ་ཡང་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་བར་སྒྲ་བའི་ཤེས་བའི་  
རྒྱར་འགྱུར་རོ། །

དོན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་དབེན་བ་ཡང་། །བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན།ཤེས་བ་ཐམས་  
ཅད་དོན་གྱི་ཚུལ་དང་བྲལ་ན་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། །

ཡུལ་འདིའི་ཡང་། །སྤྱི་ཡི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་བར་བྱ། །དེས་ན་ཐ་སྙད་  
དུ་མི་བྱ། །རྣམ་པར་ཤེས་བ་ལྟ་རྣམས་གྱི་ཡུལ་དེའི་ཚུལ་གྱིས་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་  
བ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོའི་ཚུལ་གྱིས་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིའི་ངོ་  
བོའི་ཚུལ་ལས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་བ་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་རྣམ་  
པར་ཤེས་བ་ལྟ་རྣམས་གྱི་ཡུལ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
ཚུད་བ་སྐྱབ་བ་ལའོ། །རིགས་བ་ཅན་རྣམས་ནི་དབང་པོ་དང་དོན་སྤང་བ་  
ལས་སྦྱེས་བའི་ཤེས་བ་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་བ་མ་ཡིན་བ་འབྲུལ་བ་མེད་བ་ཞེན་  
བའི་བདག་ཉིད་ནི་མངོན་སུམ་མོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

འདི་ཡང་རིགས་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །བྱད་པར་འདི་དག་ནི་མི་གཤམོ། །  
གང་གི་སྤྱིར། དབང་པོ་ལས་བྱུང་དོན་སྟོ་ལས། །ཐ་སྙད་ལ་སོགས་སྤིད་མ་  
ཡིན། །འབྲུལ་བ་སྤིད་བའི་ཡུལ་ལ་ནི་བྱད་པར་དུ་བྱ་གང་ན། ཐ་སྙད་དུ་བྱ་  
བའི་ཡུལ་ལ་ནི་རྗེས་སུ་དབག་བ་ལས་ཡིན་གྱི། དབང་པོའི་སྟོ་ནི་ཐ་སྙད་གྱི་  
ཡུལ་ཉིད་དུ་སྤིད་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་མ་འབྲུལ་པའི་བྱང་པར་བསྟན་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དབང་  
པོའི་སྒོ་བ་སྟངས་དུ་བྱ་བར་མི་རྣམས་པ་དེའི་ཕྱིར་བྱང་པར་དུ་བྱ་བ་ཆོག་པ་མི་བྱ་  
བ་ཉིད་དོ། །འབྲུལ་པའི་བྱང་པར་ཉིད་ཀྱང་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲུལ་པ་ནི་  
ཡིད་ལ་སྟེ། དེ་འབྲུལ་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེན་པ་ནི་ངེས་པ་  
སྟེ། དེ་སྦྱི་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་བྲི་ལ་སོགས་པ་ལ་རྟོག་པར་མི་བྱེད།  
མི་མཐོང་བ་དེ་བས་མི་སྲིད་དོ། །ཅི་སྟེ་དོན་ངེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་  
པའི་ལྟོག་འཆམས་སུ་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་བྱང་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཆོག་པ་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་ཡང་དབང་པོའི་སྒོ་བ་མས་ཅད་རང་  
རང་གི་དོན་ཅམ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།།

དེ་དག་གིས་ནི་བཤད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་ཡང་སོ་སོར་བརྗོད་དོ།  
གང་སྒྲས་པ་ཞེན་པའི་བདག་ཉིད་ཅེས་པ་ལ་ཞེན་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་ན་དེ་  
དབང་པོའི་སྒོ་ལ་མི་སྲིད་དེ། དོན་ངེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ཉིད་དངོས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བསྟངས་དུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་  
པ་སྒྲོས་པ་ལ་ནི་ཤེས་པ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན། མ་ཡིན་ཏེ་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ།  
དེ་ལ་དབང་པོ་དང་དོན་དུ་སྤང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པའི་  
རང་གི་ངོ་བོ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་རྣམ་ཅོམ་  
པར་མི་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་མ་  
ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏུ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་ནས་སྒྲེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་འདོད་ན་ནི། བར་དང་བཅས་པ་  
འཛིན་པ་དང་། །ཤེས་པ་ལྷག་པའང་མི་ཐོབ་འགྱུར། །རི་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་  
ཡུལ་དང་དབང་པོ་བར་མེད་པ་སྟེ་བར་དང་བཅས་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་  
མཐོང་མེད་ཀྱི། དབང་པོ་ལྷག་པར་འཛིན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་  
རོལ་དུ་འབྱུག་པའི་སྤྱིར་འཐད་པ་ཉིད་དོ། །དབང་པོ་གཉིས་ཀྱི་རྟོན་ལས་སྤྱི་  
རོལ་དུ་འབྱུག་པ་སྟེ། དེས་ན་ཡུལ་ཏེ་བར་དང་བཅས་པ་ལྷག་པར་འཛིན་པ་  
ཡང་འཐད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར།  
རྟོན་ལས་དབང་པོ་སྤྱིར་མིན་པར། །བྱུང་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོག་གི་ལྷག་མའོ། །  
དབང་པོ་ནི་རྟོན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་ལ་གནས་པ་སྟེ། དེར་གསོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
རབ་ཏུ་སྒྲུབ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་དབང་པོ་ཁོ་ན་བར་དུ་ཆོད་པའི་དོན་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །  
དབང་པོ་སྤྱི་རོལ་དུ་འཕོ་བ་བདེན་དུ་ཆུག་ན་ཡང་། ཡུལ་ལ་འཛིན་པར་རྒྱས་  
མ་ཡིན། །གཞན་དུ་ན་བརྟེན་པ་བསྐྱེད་སྤྱད་ཀྱང་ཡུལ་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ། །  
དེའི་སྤྱིར་མིག་དང་ན་བ་དག་གིས་ནང་རྟོན་གྱི་གནས་ཁོ་ན་འཐོབ་སྟེ། ཡུལ་  
གྱི་སྤྱིར་ཅིག་མ་དག་ལས་བར་དང་བཅས་པ་དང་ལྷག་པར་འཛིན་པར་ཡང་  
རིགས་པ་མིན་ནོ། །བདེ་སོགས་གཞལ་བྱ་མིན་པའམ། །འམ་ཞེས་སྟོས་པ་  
ནི་འམ་གྱི་སྒྲུ་ལས་ཆོད་མ་གཞན་འཐོབ་པར་འགྱུར་བའོ། །གང་འདི་སྟར་  
རྟགས་པ་སོགས་པ་མེད་པར་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་  
འདོད་པ་དང་། །ཞེ་སྤང་དང་འབད་ཚོལ་རྣམས་ལ་འཛིན་པ་དེ་ཆོད་མ་མ་ཡིན་

བས་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གཞལ་བྱ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་པའམ། དེར་  
འམ་ཞེས་སྒྲོས་པས་ཚད་མ་གཞན་ཉིད་མཆོན་པར་འགྱུར་བའོ། །

དབང་པོ་གཞན་ཡོད་ཡིད་དབང་པོ། །ཡང་ན་ཡིད་ཁོ་ན་དབང་པོ་ཉིད་  
དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དང་ཕྱད་པ་ལས་སྐྱེས་པ་མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་འོ། །བཀག་པ་མེད་ཕྱིར་འཐོབ་ཅེ་ན། །ཅི་སྟེ་ཡང་གཞན་  
ཀྱི་འདོད་པ་མ་བཀག་པ་རུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ཉིད་བཀག་པ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་འཐོབ་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། གཞན་ཀྱི་འདོད་པ་ལ་ནི་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་  
ཡོད་ལ་རག་ན་དེ་ལྟ་ན་ནི། དབང་པོ་གཞན་ཀྱི་སྐྱ་དོན་མེད། །གལ་ཏེ་གཞན་  
ཀྱིས་སྐྱས་པའི་ཡིད་ལ་བཀག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དབང་པོ་ཡིན་ན་དེས་རྣ་བ་  
ལ་སོགས་དབང་པོར་བརྗོད་དོ་ཞེས་བསྟན་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
བཀག་པ་མེད་པ་ཉིད་ལས་དེ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དོན་དེས་འབྲས་བུ་ཡོད་མིན་པས། །ཤེས་པའི་ཡང་ནི་ཚད་ཉིད་ལས། །  
དོན་གཞན་འབྲས་བུ་སྐྱ་བར་འགྱུར། །ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་  
ཚད་མ་སྟེ། ཚད་མ་དེ་སྐྱེས་ཀྱི་རྗེས་ལ་དོན་ལྷག་ཏུ་རྟོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཚད་  
མ་ཡིན་ཏེ། གང་སྐྱི་ལ་སོགས་པ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཚད་མ་  
ཡིན་ལ། གང་རྗེས་ལ་སོགས་པ་བྱད་པར་དུ་བྱ་བའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཡི་བྱད་པར་ལ་མིན་ཐ་དད་ཕྱིར། །ཐ་དད་པ་ནི་བྱད་པར་དུ་  
བྱེད་པ་བྱད་པར་དུ་བྱ་བ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ལ་ཡུལ་གཞན་ལ་ཚད་མར་འགྱུར་

ཞིང་གཞན་ལ་འབྲས་བུ་འགྲུར་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
སེང་ལྷེང་གི་ཡུལ་བཅད་ཅིང་གཤམ་པས་པ་ལ་ཤ་ཆོད་པ་ནི་མ་མཐོང་ངོ་།  
རི་སྟེ་བྱང་པར་དུ་བྱ་བའི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེའི་ཡུལ་ནིང་ཀྱང་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྲུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་ན་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འགྲུར་ཏེ། བྱང་པར་དུ་བྱ་  
བའི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ནིང་གིས་དེའི་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་  
སྤྱིར་གང་ལ་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡོད་པར་བརྗོད་པ་དེ་ནིང་དེའི་འབྲས་བུ་ནིང་དུ་  
རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་དེ་ལ་ཡོད་མིན། དེ་ལ་ཡང་བྱང་པར་དུ་བྱེད་པ་  
ལྷག་པར་རྟོགས་པ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་མེད་ལ་ཆོད་མ་ཡང་མེད་ངོ། །  
གཉིས་ཤེ་ན། ཅི་སྟེ་ཡང་བྱང་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ནིང་ཆོད་མ་དང་  
གཞལ་བྱ་གཉིས་ཀར་ཡང་འགྲུར་ཏེ། དཔེར་ན་བདག་གིས་བདག་ཁོང་དུ་  
ཆུད་པར་བྱེད་ཅ་མ་ན། གཞལ་བར་བྱ་བ་ཡང་འགྲུར་ཞིང་འཛིན་པ་པོ་ཡང་  
ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་བྱང་པར་བྱ་ལའང་འགྲུར། །

དེ་ལྟ་ན་ནི་བྱང་པར་དུ་བྱ་བའི་ཤེས་པ་ལའང་ཆོད་མ་དང་གཞལ་བྱ་  
གཉིས་ཀ་ཐོབ་པར་འགྲུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་པ་དང་ཤེས་བྱ་དོན་གཞན་  
ཡིན་ཡང་ཆོད་མ་དང་གཞལ་བྱ་ནིང་དུ་འགྲུར་བ་སྟེ། རང་གིས་བདག་ཁོང་  
དུ་ཆུད་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པ་དེ་ནིང་དངོས་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་  
འགྲུར་བ་ཡིན་ནོ། །བྱང་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་བདག་དང་མཆོངས་སོ་  
ཞེས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱིས་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །



དེ་ལྟར་ན་ནི་ཤེས་བྱ་ཁོང་དུ་ཆུད་ཀྱང་གང་མ་རྟོགས་པ་དང་ཐེ་ཚོམ་བྱ་  
བ་དང་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ལས་ལོག་པ་དེ་འབྲས་བུར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་  
མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར། མ་རྟོགས་ལ་སོགས་ཀུན་ལ་མིན། །རེ་ཞིག་  
ཐམས་ཅད་དུ་མ་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་དེ་དག་ནི་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་གཟུགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་པ་སྐྱེ་བས་སོ། །མ་  
རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་ཡང་། ལོག་པ་འབྲས་བུར་ཡོད་མ་  
ཡིན། །ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ལ་བྱ་ན། ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཞུང་བྱར་འགྱུར་བ་ནི་མི་  
དཔྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་རིགས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མངོན་སྲུང་  
ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ཀྱི་མངོན་ལས་རེ་ཞིག་གང་འབྲེལ་པ་འབའ་ཞིག་ལས་  
གྲུབ་པ་དེ་རྗེས་ལ་མངོན་སྲུང་མོ་ཞེས་སོ། །བདག་དང་དབང་པོ་དོན་དུ་སྤང་  
པ་ལས་གང་གྲུབ་པ་དེ་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །ཁ་ཅིག་ནི་ཚད་མ་ལས་དོན་  
གཞན་དུ་འདོད་དེ། སྤུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དབང་པོ་དང་  
དོན་དུ་སྤང་པ་ཚད་མར་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དག་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་བདག་དང་ཡིད་དུ་སྤང་པ་ཚད་མའི་ཞེས་བེད་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་གང་  
འདི་སྐད་ཐེ་ཚོམ་དང་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཤེས་པ་དག་ལས་གྲུབ་པ་ནི་  
མངོན་སྲུང་དང་རྟོགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་དག་གོ་ཞེས་བཤའ་བ་དང་འགལ་ལོ།  
བཞི་པོ་སྤང་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་དང་། གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལས་

སྐྱེས་པ་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི་བརྟག་པ་སྟོན་དུ་  
འགྲོ་བ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ལ། མངོན་སུམ་ནི་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཅམ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་རོ།  
ཡུལ་ལ་ལྟ་བུ་ཅམ་ཞེས་པ་ནི་བཞི་པོ་སྤང་བ་ལས་སྐྱེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་བརྟག་  
ཅིང་དཔྱོད་པ་གང་ལ་སྤིང། །དབང་པོ་དང་དོན་དུ་སྤང་བ་ཚད་མར་སྦྱ་བས་  
ནི་ལྟག་པར་བསྟན་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དབང་པོ་དང་དོན་དུ་སྤང་བ་  
ཚད་མར་སྦྱ་བའི་ལྟར་ན་ནི་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་ཞེས་པར་འདོད་པའི་ཆེ་དོན་  
མཐའ་དག་འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དང་སྤང་བའི་  
སྒྲིབ་རོ། །བདག་དང་ཡིད་དུ་སྤང་བར་སྦྱ་བ་ལ་ཡང་ཡུལ་ཐ་དད་ལ་ཡུལ་  
གཞན་ལ་ཚད་མར་འགྱུར་ཞིང་གཞན་ལ་འབྲས་བུར་འགྱུར་བ་ནི་མེད་དོ་  
ཞེས་སྒྲུབ་སྦྱས་ཟིན་ཏོ། །

གཞན་ཡང་། སྒྱིའི་བྱང་པར་ལ་སྟོས་པ་དང་། །རྗེས་དང་ཡོན་ཏན་དང་  
ལས་ལ་སྟོས་པ་མངོན་སུམ་ཞེས་ནི་སྒྲུབ་བར་མི་བྱ་སྟེ། །གང་གི་སྒྲིབ་དབང་  
པོ་དང་ཡུལ་དུ་སྤང་བ་ལས་སྐྱེས་པ་ནི། ཡུལ་ལ་ལྟ་བུ་པའི་དོན་ཅན་སྒྲིབ། །བྱང་  
པར་རྣམས་དང་སྒྲུབ་མི་བྱ། །དབང་པོའི་སྟོ་རྣམས་ནི་རང་གི་དོན་ཅམ་འཛིན་  
པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། །བྱང་པར་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྒྱུར་བ་ནི་མི་  
འཐད་དོ། །འདི་ནི་འདིའི་སྒྱི་ཡིན་ཞིང་རྗེས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་འབྲེལ་  
པའི་ཞེས་དང་གི་དོན་གཉིས་ངེས་པར་བཟུང་ནས་དེ་བཞིན་དུ་བརྟག་པར་  
བྱའོ། །དེ་ཡང་བྱན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་འདི་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྟོས་བྱང་  
པར་དུ་བྱས་ལ་འཐད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ངེ་མངར་རོ་ཞེས་འཛིན་པ་

ཡང་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། བྱང་  
བར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱང་བར་དུ་བྱ་བ་དག་དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་རྫས་གཅིག་པས་དབང་པོ་དུ་མའི་གཟུང་བྱ་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་གཅིག་མིན་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་དུ་མར་  
འགྱུར་རོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་དབང་པོ་དུ་མས་གཟུང་བར་བྱ་  
བའི་གཅིག་ཉིད་གང་དུ་མཐོང་རོ། །

གཅིག་མིན་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་གཅིག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དབང་  
པོ་དུ་མའི་གཟུང་བྱ་ཡིན་ཀྱང་ཐ་དད་པར་འདོད་ན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
ཡང་རྫས་བཞིན་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །མཐོང་ཞེ་ན། དེ་དག་གལ་ཏེ་  
འདི་ལྟར་དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱང་ཡུལ་རྫས་ལ་ཤེས་པ་ཐ་མི་དད་པ་ནི་མ་མཐོང་  
བ་ཁོ་ན་སྟེ། ཡོད་པ་ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་ཉིད་དག་ལྟ་བུའོ། །དེ་བས་གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་ལ་གཅིག་ཉིད་དང་དུ་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་བོ་ཞེ་ན།  
ཤེས་པ་ཐ་མི་དད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་མཐོང་ན། འོན་ཀྱང་དེ་དབང་པོ་ལས་མིན།  
དེ་དབང་པོ་འི་སྒྲོན་ས་དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དབང་གཞན་དོན་མེད་འགྱུར་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡང་དབང་པོ་གཞན་གྱིས་འཛིན་རྒྱས་པར་  
འདོད་ན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དབང་པོ་དུ་མ་བརྟགས་པ་དོན་མེད་  
པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར་དབང་པོ་གཅིག་གིས་འཛིན་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་

མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དབང་པོས་ནི་རང་ཡུལ་ཐ་དད་ཀྱང་འཛིན་  
རུས། རང་གི་ཡུལ་ལ་ནི་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་པ་དང་། གངས་ལ་  
སོགས་པའི་ཐ་དད་པ་ལ་ཡང་འཛིན་པར་རུས་པ་ལ་སྟོན་གྱིས་ནི་ཐ་དད་པར་  
དབང་པོ་འཛིན་རུས་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་གངས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་ལ་འཛིན་པ་ནི་དབང་པོ་གཞན་  
གྱི་ཡུལ་ལ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་ནི་གཟུགས་  
ལས་ཐ་དད་པའི་རེག་བྱ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་མིག་གིས་གང་ཚུག་བཟུང་། གང་དག་  
གལ་ཏེ་རེག་པའི་རྒྱས་མིག་གིས་འཛིན་ན་ནི་དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཡང་  
མིག་གི་རང་གི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །གསལ་བར་ཁས་སྐྱངས་པའི་སྤྱིར་ཐ་དད་  
ཀྱང་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རེག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མིག་གིས་  
འཛིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་། ཐ་དད་པ་ཉིད་ནི་དབང་པོ་དུ་  
མས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། ཅིས་ན་དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཡུལ་  
མི་འཛིན། གང་ཡང་དོན་ཐ་མི་དད་པ་ལ་ཡང་དབང་པོ་དུ་མས་འཛིན་པར་  
འགྱུར། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་ལ་ཡང་། དབང་པོ་ཀུན་གྱིས་འཛིན་  
པར་འགྱུར། དེ་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་ཡང་དབང་པོ་གཅིག་གི་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཉེས་  
པ་དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་རང་རང་  
གི་བྱེ་བྲག་ངེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་དབང་པོའི་སྟོན་སྟོན་པོ་  
ལ་མི་འཁྱུལ་ལོ་ཞེ་ན། ཅི་ཡང་དེ་དག་གི་ངེས་པ་ཉིད་དེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་། གང་

ལ་གཟུགས་ཉིད་མེད་པ་དེ་མིག་གིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་  
རེག་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་ཡུལ་ལ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནམ།  
དེ་ལྟ་ན་ནི་མིག་གི་རེག་བྱ་ཚོགས་པ་ལའང་འཇུག། །རྗེས་སོགས་ལ་མིན།  
རྗེས་དང་གྲངས་ལ་སོགས་པ་དང་ལས་རྣམས་ལ་གཟུགས་ཉིད་དང་རེག་བྱ་  
ཉིད་མེད་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

མིག་དང་རེག་པ་དག་གིས་དེ་དག་འཇིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
དེ་ལྟ་ན་ནི་གང་ལ་གཟུགས་ཉིད་ཡོད་པ་དེ་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་  
བས་ན་རེག་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བར་  
ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
རྗེས་ལ་སོགས་པ་ལ་ངེས་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་མདོ་དང་  
ཡང་འགལ་ཏེ། དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་འབྱུང་ལོ་ཞེས་གཟུགས་ཉིད་ལ་སོགས་  
པ་ནི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེད་པས་མི་འབྱུང་བར་བརྗོད་ཀྱི། གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་རེགས་པ་དང་ཡང་མི་  
འཚམ་སྟེ། དབང་པོ་གཞན་གྱི་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་བརྟགས་ནས་གཟུང་  
བ་ནི་གཟུང་བ་མ་ཡིན་ན། གཟུང་བས་སྟོང་པ་དེ་ཇི་ལྟར་གཟུགས་ཉིད་ལ་  
སོགས་པས་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་པར་འཇིན་པ་མེད་པའོ་ཞེ་ན།  
དེའི་སྤྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ཡུལ་ལ་ངེས་པ་ཉིད་ནི་སྒྱུར་བར་  
མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་རྗེས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐ་མི་དད་པར་  
འཇིན་པ་མི་མཐོང་བ་དེ་ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། གཞན་གྱི་ཡུལ། མིག་ནི་རེག་པར་བྱ་



བ་དག་ལས་ཐ་དད་པའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་སྟེ། གཞན་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་  
 རྒྱ་བའི་སྤྱིའི་ཡུལ་ལ་ཐ་མི་དད་དུ་འཛིན་པའི་བླན་པའི་ཤེས་པ་སྦྱེས་པ་ཡིན་  
 གྱི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒོ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར་དབང་པོ་རང་རང་གིས་ཡུལ་ཐ་  
 དད་ལ་དམིགས་ཤིང་དོན་གཞན་རྣམས་པར་གཅད་པའི་ཡུལ་ལ་ཐ་མི་དད་གྱི་  
 སྒོ་སྦྱེས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་གྱི་ཡོད་པ་ཉིད་དང་ཡོན་  
 ཏན་ཉིད་དག་ལས་སྦྱེས་པའི་མངོན་སུམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉི་བར་མ་མཆོན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །

མངོན་སུམ་གྱིས་གཟུང་ངོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་དེ་དག་ནི་རྟོག་གོ་ངན་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། ཡུལ་དེ་མཚུངས་པར་འདོད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་  
 བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་ནི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་  
 མཚུངས་བར་ཁས་སྒྲུང་པར་བྱ་སྟེ། དེ་མི་འཛིན་པ་ནི་དེའི་སྒོ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ་ཞེན་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ནི། མི་འདོད་པ་ལའང་ཐལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
 གཉིས་ཀ་དབང་པོའི་གཟུང་བྱ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པ་ཡིན་ན་ནི། རྣམ་དང་ཡོན་  
 ཏན་དང་ལས་དག་རྣམས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡོད་པ་ཉིད་བཞིན་རྣམས་  
 དབང་པོ་ཐམས་ཅད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམས་གཅིག་དང་ལྷན་པའི་  
 སྤྱིར་རྣམས་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམས་ལ་ཁྱུགས་པའི་ཡོད་པ་ནི་རྣམས་  
 གཅིག་པོ་དེ་དང་ལྷན་པར་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་

སྤྱིར་ཡོད་པ་དང་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་ལ་རྩལ་ལ་  
སོགས་པ་དགག་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐད་དུ་ཡང་། ལས་དང་ཡོན་  
ཏན་ལ་ཡོད་སྤྱིར། །ཡོད་པ་ལས་མིན་ཡོན་ཏན་མིན། །ཞེས་བརྗོད་དོ། །  
གལ་ཏེ་ཡང་རྩལ་ལ་ཞུགས་པ་རྩལ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་ཞུགས་པ་  
རྩལ་གཅིག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་རྩལ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཆེ་  
མིག་གིས་མངོན་སུམ་གྱིས་མི་འདྲེའོ་ཞེས་འཛིན་པ་དེའི་ཆེ་རེག་བྱ་ཡང་  
གཟུང་བྱར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡོད་པ་ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་ཉིད་བཞིན་  
དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱི་གཟུང་བྱ་ཉིད་ཡིན་ཡང་རྩལ་ཐ་མི་དད་དོ་ཞེས་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་  
གཞན་ཉིད་དུ་སྒྲིབ་བ་ཡིན་ན་ནི། མ་ངེས་དབང་པོ་གཅིག་གི་གཟུང་བྱ་ལ་ཡང་  
རྩལ་དང་ཡོན་ཏན་དང་ལས་ཀྱི་ཐ་དད་དང་། སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་  
མཐོང་སྟེ། དབང་པོ་ཐ་དད་མེད་ཀྱང་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་དུ་འཛིན་  
པ་མཐོང་དོ། །གང་ཞིག་གང་མེད་ཀྱང་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་དབང་པོ་ཐ་དད་ནི་གཞན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གཞན་དུ་  
བརྗོད། དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པས་ནི་དུ་མ་ཉིད་  
དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། དབང་པོ་གཅིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ཏུ་  
མ་ཡིན་ན་གང་ལས་མ་ངེས་པར་འགྱུར། དབང་པོ་ཐ་དད་ཀྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་  
པ་ཁོ་ནས་དུ་མ་ཉིད་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དུ་མ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་

པའི་སྤྱིར་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་ཐ་དད་མེད་ཀྱང་ཞེས་གང་བཟོད་  
པ་འདིས། ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་བྱར་བཟོད་མ་ཡིན། །དབང་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
ཐ་དད་ལས་དུ་མར་བཟོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གང་དབང་པོ་ཐ་དད་པ་དེ་དུ་མ་  
ཁོ་ནའོ་ཞེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོ་ཐ་དད་ཀྱང་གཞན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་ནི་མི་  
འགོགས་སོ། །གཞན་ཡང་སྟོ་དབང་ཐ་དད་ལས་ཐ་དད། །གང་ལ་གཅིག་  
ཡིན་གཞན་དུ་ན། །དབང་པོ་ཡང་ཐ་དད་སྟོ་ཡང་ཐ་དད་པ་ལས་གཞན་ཉིད་  
དུ་མི་བཟོད་པར་འགྱུར་རོ། །

དབང་པོ་ཡང་ཐ་དད་སྟོ་ཡང་ཐ་དད་པ་དེ་ལ་ནི་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པའི་གོ་སྐབས་མེད་དོ། །དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་  
སུམ་གྱིས་ཤེས་པ་སྟེ་བ་ལ་ཡང་གསལ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་  
ནི་རང་གི་ཏེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོ་ནས་གཞི་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུང་པ་ཉིད་  
བཟོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཐམས་ཅད་དུ་ཐུང་པ་ལས་ཤེས་པ་སྟེ་བ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རིགས་པ་ཅན་གྱིས་མངོན་སུམ་བརྟགས་པར་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་  
དུ་བཟོད་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་སྤྱིར་བྱེ་བྲག་པའི་མངོན་སུམ་ནི་སྐྱབ་པར་དགའོ། །སེར་སྐྱ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་འཇུག་པ་མངོན་སུམ་དུ་འདོད་དོ། །རྣ་བ་  
དང་པགས་པ་དང་མིག་དང་ལྗེ་དང་སྒྲ་རྣམས་ཡིད་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། སྐྱ་དང་རིག་བྱ་དང་གཟུགས་དང་རོ་དང་བྱི་ད་  
ལྟར་བ་རྣམས་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའོ་ཞེས་

སོ། །དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ཡང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་པ་མེད་པའམ། དེ་དག་གིས་ནི་དབང་པོ་གཞན་གྱི་གཟུང་བྱ་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་པོ་འདོད་པ་ཡིན་ལ་ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིབ་པ་ཙམ་གྱིས་ཐ་དད་ལས་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཐ་དད་ཅེས་འདོད་དེ། སྐྱ་གཅིག་ཕྱ་ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་ཐ་དད་ཀྱིས་སྤྱད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དབང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་འཛིན་པར་ཁས་སྦྲང་བར་བྱའོ། །

ཡང་ན་དབང་གཅིག་འགྱུར། ཅི་སྟེ་དེར་ཡོན་ཏན་གསུམ་ཐ་མི་དད་པས་རིགས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར་ན་སྐྱ་ཐ་དད་འཛིན་པ་བཞིན་རེག་པ་ལ་སོགས་པའང་འཛིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དབང་པོ་གཅིག་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱའི་རིགས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་སྐྱ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ནི་རེག་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་སྒྲིང་སྟོབས་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ཀྱིས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐ་དད་ཀྱི་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ཐ་དད་པ་ཇི་ལྟར་མེད། སྐྱའི་རིགས་ཐ་མི་དད་པར་མཚུངས་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། རེག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལས་ཐ་དད་པ་སྟེ། རིགས་མཐུན་པའི་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ན་བ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་རེག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་ཇི་སྐད་ཏུ་བརྗོད་པའི་སྟོན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་རེག་བྱ་ནི་མིག་གི་མཐུན་པའི་ཡུལ་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། གང་ཕྱིར་དབྱིབས་ནི་

གཉིས་ཀྱི་གཟུང་བྱར་རི་བོ་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ལ་མིག་དང་རིག་བྱ་  
 དག་གི་ཤེས་པ་མཐོང་བའི་སྒྲིབ་རང་གི་ཡུལ་དེ་ཁོ་ནར་འཇུག་གོ་ཞེས་པ་ནི་  
 རྣམ་པར་གསལ་ཏེ། དབྱིབས་ཀྱིས་བྱས་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་འདོད་པའི་  
 ལྟར་ན་ནི་སྒྲིབ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣ་བ་ལ་སོགས་པས་མི་འཇིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 གང་གི་སྒྲིབ་ཞེ་ན། དབྱིབས་ནི་གསུམ་གྱི་སྟོད་ཡུལ་མིན། །དབྱིབས་ནི་རྣ་  
 བ་དང་སྒྲིབ་དང་སྟེ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས། མཐོང་བཞིན་  
 པའི་སྒྲིབ་དང་བྱི་དང་རོ་རྣམས་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཡུལ་  
 གཅིག་ལ་དབྱིབས་མང་པོ་འཐོབ་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། དབང་པོ་གཅིག་གི་  
 ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་གི་རིགས་དུ་མ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ཡུལ་  
 གཅིག་ཏུ་དབྱིབས་དུ་མ་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །དབྱིབས་རྣམས་ལ་ཁྱད་  
 པར་མེད་པར་མཚུངས་པའི་སྒྲིབ་གསེར་ལ་སོགས་པའི་སྟོགས་རྣམས་དང་  
 རྒྱན་རྣམས་ཀྱི་ཐ་དད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དབྱིབས་མཚུངས་པར་  
 ཡོད་པའི་སྒྲིབ་གསེར་དང་སྒྲིབ་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་མཚུངས་  
 པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རང་རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ཡང་མི་འགྱུར། ཅི་དབང་  
 པོའི་འཇུག་པས་རིགས་རང་ཅམ་འཇིན་པར་བྱེད་དམ། བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་རིགས་འཇིན་པར་བྱེད། གལ་ཏེ་རིགས་རང་ཅམ་  
 འཇིན་ན་ནི་དོན་གྱི་རང་བཞིན་འཇིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེས་ནི་དབྱིབས་  
 ཅམ་འཇིན་པ་ཡིན་པས་ན་སྒྲིབ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་



རང་བཞིན་མ་ངེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དབྱིབས་ཙམ་འཛིན་པ་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་དབྱིབས་ཙམ་  
གྱི་སྒྲུང་བ་ཅུང་ཟད་ལ་དམིགས་ཀྱི་དོན་ཡུལ་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མི་དམིགས་  
པས་སོ།། སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཀྱང་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་པི་ཐང་གི་སྐྱ་དང་ཇའི་སྐྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཀྱང་མི་  
འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དབྱིབས་གཞན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་འཛིན་  
ནོ་ཞེན་ཡང་། ཡིད་བཞིན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡིན། །རང་གི་དོན་ཁྱད་པར་  
ཅན་དུ་བྱེད་ན་ཡང་ཁྱད་པར་དེ་འཛིན་པ་ན་ཡིད་གྱི་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་རང་  
གི་ཡུལ་ལ་རྟོག་པ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་དབྱིབས་འཛིན་ནི།  
དེ་ལྟ་ན་ཡང་གནས་སྐབས་དེའི་ཡིད་གྱི་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
ཉིད་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སོ་སོར་འཛིན་པར་  
བྱེད་དམ། སྒྲོམ་པ་ཡང་འཛིན་པར་འགྱུར་གང་། དེ་ལ་རེ་ཞིག་སོ་སོར་ནི་  
མི་འཛིན་ཏེ། རང་གི་ཡུལ་ལ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་འཇུག་པ་  
ནི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་གཟུང་བར་བྱ་བ་ལ་ཡིན་གྱི། སྦྱང་སྦྱོབས་ལ་སོགས་པ་  
ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱང་སྦྱོབས་ལ་སོགས་པ་དང་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་རང་  
བཞིན་སོ་སོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་རྣམས་རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
འཇུག་པའི་གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་མིན་ཞེན། སྦྱང་སྦྱོབས་ལ་  
སོགས་པ་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གཟུང་

བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འབྲས་མིན་པ་ལས། གལ་ཏེ་སྟོང་སྟོབས་ལ་སོགས་  
 པ་སྐྱེ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་ཐ་མི་དད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་  
 བྱ་མ་ཡིན་ལ། སྟོང་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །སྟོང་སྟོབས་སྐྱའི་རང་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་གཞག་པར་  
 བྱས་ནས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་འགལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །སྟོང་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་པན་ཚུན་ཐ་མི་དད་དེ་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་ནི་ཐ་མི་དད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བྱ་དག་ཏུ་འདོད་པ་ལ་གཞོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འཕྲ་ཞེས་  
 བརྟག་པའི་སྐྱའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། གཞན་ཉིད་མིན་ན་གཟུང་བྱ་མིན། །གལ་ཏེ་ཡང་བདེ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ནི་སོ་སོར་  
 གཟུང་བར་བྱ་བར་མི་འགྱུར་ལ། རྒྱལ་མ་རབ་ཀྱང་གཟུང་བར་བྱ་བར་མི་  
 འགྱུར་ཞིང་དེ་ལ་ཅམ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དོ། །གང་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པའི་  
 དབང་པོའི་ཡུལ་དེ་ཐམས་ཅད་དབང་པོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །  
 འབྲས་བྱ་ཉིད་ལ་སོགས་པར་འཇིན་པ་ནི་སྐྱའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་སོ་སོར་ནི་མི་འཇིན་ཏོ། །ཅི་སྟེ་སྟོམ་  
 པ་ལ་འཇིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ་སྐྱ་  
 ཆོགས་རྣམ་པར་རོ། །སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་པའི་གཟུང་བྱ་ལ་ཐ་མི་དད་པའི་  
 རྣམ་པར་འཇིན་པ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་

ཡོངས་སུ་བཅད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐ་མི་དད་པར་འཛིན་པ་ཡང་མཐོང་ངོ། །བདེ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱང་མཚུངས་པར་འགྱུར། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
ཡུལ་ཉིད་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །དབང་པོ་རྣམས་རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གཞན་ལ་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དབང་པོ་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
མ་ཡིན་ཏེ་རང་རང་གི་དབྱིབས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་འཛིན་ནོ་ཞེས་  
བཟོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་སྐད་དུ་ནི་བཟོད་ན་རིགས་པར་ནི་མི་བཟོད་དེ། གང་གི་  
སྤྱིར་དུ་མར་འཛིན་སྤྱིར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་གཅིག་ལ་ཡང་དབྱིབས་ཐ་དད་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་དུ་མར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཀྱི་དབྱིབས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་  
ཞུགས་ནས་འཛིན་པ་ནི་མ་མཐོང་ངོ། །དེར་དབྱིབས་ཀྱི་ཐ་དད་ལས་རིགས་  
ཀྱི་ཐ་དད་འདོད་ན་ནི་དེ་ཉིད་དབང་པོ་བྱག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་གངས་ཅན་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་མི་འདོད་དོ། །སྒྲོན་ཀྱི་སེར་སྒྱུ་  
པའི་ལུགས་ལ་འདས་པར་སྒྲུ་བ་གངས་ཅན་སྤང་བར་བྱེད་པའི་མ་རུམ་པ་ན་  
རེ་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་གསུམ་པ་ལས་ཐ་མི་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་གཞན་  
ཉིད་ལས་ནི་མ་ཡིན་པས་རེག་བྱ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་གསུམ་པོ་དབང་  
པོ་ཐ་དད་གཞན་ཀྱིས་གཟུང་བར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་བདེ་བ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཐ་དད་ཡོད་པས་དབང་པོ་རྣམས་རང་རང་གི་ཡུལ་  
དབང་བྱེད་པར་བཟོད་དོ། །རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་

ཐ་མི་དད་པའི་རང་གི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པ་ཡིན་པས་དབང་པོ་རྣམས་སྟག་པ་མེད་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གལ་ཏེ་རིགས་ཀྱི་ཐ་དད་ལས་ཀྱང་  
 བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དབང་པོ་རྣམས་པ་དང་ལྡན་པར་བྱའོ་ཞེས་སྟོན་མ་  
 རྣམས་ལས་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་ན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་སྟག་པར་དུ་ཁོ་  
 བོས་སྦྱ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དེ། དེ་དེའི་ངོ་བོར་ཐམས་ཅད་ནི། །གཙོ་བོར་རྩལ་  
 སྟན་སོ་སོར་ཡོད། །བདེ་བ་དང་སྟག་པ་སྟལ་དང་གཉི་ཟུག་དང་སྦྱ་དང་རེག་  
 བྱ་དང་བྱ་བ་དག་གིས་ཐ་དད་ཀྱི་རིགས་ལས་ཐ་དད་པའི་གཙོ་བོ་རྩལ་སྟ་  
 རབ་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་ཡོད་པོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རབ་ཏུ་སྦྱོར་བའི་  
 བྱེ་བྲག་ལས། །འབྲས་བུའི་ངོ་བོར་མཆོན་པར་བྱེད། །དེ་འདི་ལྟར་ཡང་དག་  
 པར་རབ་ཏུ་སྦྱོར་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་རང་གི་རིགས་ལས་མ་འདས་པར་འབྲས་  
 བུའི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་རོ། །རྩལ་སྟན་  
 གསུམ་པོའི་རང་བཞིན་དུ། །གཅིག་དེའི་ངོ་བོར་གང་གིས་འགོ། །གལ་ཏེ་སྦྱ་  
 ལ་སྦྱོའོ་ཞེས་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཐ་མི་དད་ཀྱི་སྟོ་དེ་དོན་དུ་  
 མའི་རང་བཞིན་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པར་ནི་མི་རིགས་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།  
 རིགས་མི་མ་སྟན་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །རབ་ཏུ་སྦྱོར་བར་འདོད་མ་ཡིན། །གསུམ་  
 པོ་སྦྱར་བ་ལས་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གངས་ཅན་རྣམས་  
 ཀྱི་རིགས་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །སྦྱ་གཅིག་བརྗོད་པ་ནི་ཡོད་པ་ལ་  
 རག་ལས་ན་དངོས་པོ་གཅིག་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་གསུམ་པོའི་  
 རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་བའི་སྦྱ་དང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པར་གང་བརྗོད་པ་ཤེས་



པར་འདོད་པའི་རང་བཞིན་ཏེ་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 ཚུལ་གཉིས་ཤེས་པར་མི་འདོད་ན། །འབྲས་བུ་གཅིག་གི་ངོ་བོར་འགྱུར། །  
 གལ་ཏེ་ན་བས་སྐྱ་ཉན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་  
 ལྟོས་པར་གཞན་ལས་བྱུང་བར་དུ་གྱུར་པ་འདི་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དེ་དེ་ཉིད་  
 ཁོ་ནས་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་མ་སྟེ། །དབང་པོའི་ཡུལ་ནི་  
 བྱུང་བར་ཅན། །སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་མ་ཡོད་པ་ལས་རང་  
 བཞིན་གང་ལ་སྒོ་འཇུག་པ་དེ་དབང་པོའི་དོན་ཏེ། དེ་ཉིད་དབང་པོའི་ཡུལ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་སྟེ། དེག་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་  
 མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རེ་རེ་  
 དངོས་པོ་ལ། །གངས་ཅན་ལུགས་ལས་བྱུང་བར་འཕགས། །སྒྲོན་གྲགས་  
 པའི་གངས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་ཤིང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་  
 བདེན་པ་ཁོ་ན་སྟེ། རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ཅམ་གྱི་རྒྱ་ལས་  
 འབྲས་བུ་སྟེ་བར་བརྟགས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་ནི་རིགས་མི་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་  
 མི་ཚུམ་མོ་ཞེས་མངོས་པར་འགྱུར་གྱི། གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཉིད་  
 ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ད་ལྟར་བའི་སྐྱ་ཅམ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་  
 དབང་པོའི་འཇུག་པ་མངོན་སུམ་དུ་འདོད་པ་དེ་ལྟ་ནི་ཡུལ་གཅིག་མ་ཡིན།  
 གཞལ་བར་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཆད་མ་ཡིན་པ་བསལ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །འཇུག་པ་དེ་ཆད་མར་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོའི་



འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་སྔོང་བར་བྱེད་པའི་ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ལ་ནི་རྟགས་ལ་  
 སོགས་པ་མེད་པས། ཚད་མར་མ་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 རོ། །དེར་འཇུག་པའི་ཡང་དག་པར་སྔོང་བ་ཚད་མ་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུ་  
 བར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཉེས་པ་དེ་ནི་མེད་དེ། དེར་ཞུགས་པའི་ཉམས་སུ་  
 སྔོང་བ་ནི་བྱ་བ་སྟེ། འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གང་རི་སྐད་དུ་བྱ་  
 བ་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་འཇུག་པའི་བྱེ་བྲག་གོ་ཞེས་བཟོད་དོ། །དེའི་སྒྲིབ་དབང་  
 པོའི་ཤེས་པ་ནི་སྒྲིབ་པ་ལ་མངོན་སུམ་སྟེ། དབང་པོའི་འཇུག་པ་དང་  
 བར་དུ་མ་ཚད་པ་ཡིན་ནོ། །

བྱ་བ་པོ་ཞེ་ན། བྱ་བ་མིན་ཉམས་སུ་མ་སྔོང་སྒྲིབ། བར་མ་ཚད་པའི་  
 ཡིད་ནི་དབང་པོའི་འཇུག་པ་འདྲིན་པར་བྱེད་པའི་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །སྒྲིབ་ཉམས་སུ་མ་སྔོང་བའི་སྒྲིབ་རོ། །ཅིག་ཅར་གཉིས་ཀ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། ཅིག་ཅར་བ་ཡིན་ན་ཡང་དབང་པོས་ཤེས་པ་དང་། དེ་ཉམས་སུ་  
 སྔོང་བར་བྱེད་པའི་ཡིད་གཉིས་ཀ་བསལ་བར་ཁས་སྦངས་པར་འགྱུར་རོ། །  
 དེ་ལྟ་ན་ནི་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་  
 ཚད་མའི་དབང་པོ་ཉམས་སུ་སྔོང་བའི་ཡིད་དེ་ནི་ཚད་མར་མ་བཟོད་དེ་དེས་  
 ནི་དེའི་གནས་སྐབས་ལ་ཞུགས་པ་པོ་ཡང་ཚད་མར་མ་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་  
 སྒྲུངས་པར་འགྱུར་རོ། །རང་རིག་ཏུ་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་  
 མེད་དོ། །

བྱ་བ་ཤེས་བྱ་བ་ནི་ལོང་བའི་གོམ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ཡོད་པ་ལྟ་ན་ནི་

དན་པ་འདི་མངོན་སུམ་འཛིན་པའི་བྱེ་བྲག་གོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 ན་ཡང་བར་མ་ཚེད་པའི་དབང་པོའི་ཡུལ་འཛིན་ན་ནི་དན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ཡིད་ཀྱི་ཉམས་སུ་མ་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་  
 ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་མེད་དོ། །དན་པ་ཉམས་པའམ། དན་པ་ཡིན་ནའང་  
 གཞན་མཐོང་འགྱུར། །དབང་པོའི་འཇུག་པ་ཅམ་ཞིག་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་ཉམས་  
 སུ་མ་སྤྱོད་བའམ། དན་པ་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འམ་ཞེས་པའི་སྐྱ་རྣམས་  
 རྣམ་པར་བརྟག་པའི་དོན་ཏོ། །དེ་ལྟར་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་  
 ལ་དབང་པོའི་འཇུག་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྤྱེས་པ་ཡིད་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་  
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གང་ཇི་སྐད་དུ་དོན་གཅིག་གིས་དབང་པོ་གཉིས་  
 བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ནི་བརྟག་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་  
 ཉམས་པ་ཉིད་དོ། །ཉིས་པ་དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དན་པའི་ཡིད་ཀྱིས་  
 ཏུ་འཛིན་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ལྟན་ཅིག་ཁོ་ནར་སྤྱི་བ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ལྟན་ཅིག་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་ལ་ཅི་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་དབང་པོ་དང་ཡིད་དག་  
 གིས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འཛིན་པར་བྱེད་དམ་ཞེས་འཛིན་ལུགས་ལ་བཞུགས་ཏེ། གང་  
 གི་ཆེ་ལ་ལར་དུས་གཅིག་ཏུ་དབང་དང་ལྟན་པའི་ཡིད་འབྱུང་ངོ་ཞེས་སྤར་  
 བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་། དན་པ་ལྟག་པར་བརྗོད་ཕྱིར་ན། །  
 རྣམ་བསམ། གལ་ཏེ་དན་པ་ལྟག་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱི་རོལ་གྱི་  
 དོན་ལ་ཡིད་དང་ལྟན་ཅིག་བཀག་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་གང་ཇི་སྐད་དུ་  
 འདི་ལྟར་དབང་པོས་གཟུང་གི། །རྗེས་ལ་ཡིད་ཀྱིས་འཛིན་པར་བྱེད་དེ། དེ་

ལྟར་ཡིད་གྱིས་བཟུང་ནས་དབང་པོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་དེ་རྣམས་པར་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་  
རོལ་གྱི་དོན་ལ་བློ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡིད་སྒྲིབ་རོལ་གྱི་དོན་  
ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་། དབང་གཞན་དོན་མེད་འགྱུར། དབང་  
པོ་གཞན་རྣམས་སྒྲིབ་རོལ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིབ་  
བྱའི་དོན་ཡིད་གྱིས་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་རོ། །དེའི་སྒྲིབ་དེ་ལྟར་ཡུལ་གྱི་རང་  
བཞིན་ངེས་པར་གཟུང་བར་མི་རུས་པའི་སྒྲིབ་གངས་ཅན་གྱི་མངོན་སུམ་  
ཆད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱོད་པ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྤང་  
ནས་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་བྱའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་དེ་མངོན་སུམ་མོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །

དེ་ལ། ཡོད་པའི་གསལ་བྱ་མེད་པ་སྟེ། །སྤང་ཅེས་པ་ལས་དེ་རིག་བྱ།  
ཡང་དག་པར་སྤང་པ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་དང་ཡིན་པར་ངེས་པའི་སྒྲིབ་མེད་པ་  
བསལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཡོད་པ་སྒྲོས་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་དུ་  
སྤང་པ་བསྟན་ཞེ་ན། ཅི་སྟེ་ཡང་། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཡང་དག་པར་  
སྤང་ནས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་གང་གིས་སྒྲོར་ཞིང་ཡང་དག་པར་སྤང་  
པར་བྱེད་ཅེས་དོགས་ན། ལན་དུ་སྤང་པར་གཟུང་བར་བྱས་པ་སྟེ། དེའི་དོན་  
དུ་ཡོད་པ་སྒྲོས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་དབང་པོའི་བྱེད་པར་དུ་བརྗོད་གྱིས།  
དབང་པོ་བྱེད་པར་ཅན་དུ་བྱ་བའི་དོན་དུ་སོ་སོར་སྒྱུར་བ་བརྗོད་པར་རིགས་  
སོ། །

ཅི་སྟེ་ཡང་འདིར་བདག་ལ་སོགས་པ་དང་ཡིད་ལ་སོགས་པ་དང་ཡང་  
 སྒྲོར་ཞིང་སྤང་བ་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་སྒྲིའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་ཙམ་དང་སྤང་བ་རུང་། །མ་ཡིན་མིན་ཏེ་  
 གང་གིས་བཟོད། །སྒྲིས་བྱ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིར་ཡོད་པ་ཙམ་དང་སྤང་བ་ཉིད་  
 བེ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། དེའི་སྒྲིར་མེད་པ་ལ་ནི་མི་འཇུག་སྟེ། གང་ཡང་སྒྲིག་རྒྱ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་སྤང་བ་དེ་དང་ཡང་འགའ་  
 ཞིག་ཏུ་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ཡུལ་བྱུང་པར་ཙན་དང་ཉི་མའི་གདུང་བ་དང་།  
 འབྱུང་བའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་ཡོད་པ་ཙམ་ཁོ་ན་སྟེ། དེ་མིག་གི་སྒྲོ་དང་སྤང་  
 བས་དོན་མེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱ་བ་ལས། རིམ་གྱིས་འབྲུལ་  
 པའི་ཤེས་པ་འབྱུང་སྟེ། དེའི་སྒྲིར་དེ་དག་དགག་པར་ཡོད་པ་སྒྲོས་པ་རིགས་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡོད་སྤང་དམ་པར་འདོད། །དབང་པོ་མཛེས་པར་བཟོད་  
 པ་ཡིན། །གང་ཡང་འདི་ལྟར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། གང་དུ་དབང་པོ་གང་ཞིག་  
 དམ་པར་བྱུང་བ་དེ་ནི་གཞན་ལ་མི་འཇུག་སྟེ། དེས་ན་དེ་དང་ཡང་དག་པར་  
 སྤང་བའོ། །ཡང་ན་གང་དབང་པོ་རབ་ཏུ་མཛེས་པ་དང་སྤང་བས་བཟོད་པའོ་  
 ཞེ་ན། དམ་པར་བྱུང་དང་མཛེས་པ་སྟེ། །མིག་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་ཞིན་ལས་  
 གྲང་། །དེ་བྱུང་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆིག་ཁ་བསྐྱང་བའི་དོན་དུ་འོ། །

རྒྱལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་གྲང་དབང་པོ་དམ་པར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་  
 སྟེ་དོན་ཙམ་འབའ་ཞིག་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོའི་རབ་ཏུ་མཛེས་པ་  
 ཡང་། མིག་སྒྲན་དང་རྒྱང་པ་བྱུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གྲང་ཡིན་པས་དེ་

དང་རབ་ཏུ་སྐྱར་བ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་དེ་ལྟར་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་འགྲོ་བའི་སྐྱེ་ལས་བ་ཡང་མཆོན་གྱི་གཞན་ལ་འགྲོ་བའི་  
 བྱ་བ་ཡོད་ཀྱང་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། རོན་ཁོ་ནས་དམ་པར་གྲུབ་ཅིང་  
 མཆོན་པར་བྱེད་གྱི་གཞན་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་མངའ་ས་  
 པ་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། བཀལ་བ་འདི་ནི་མི་བཟད་པ་སྟེ། གཤམ་  
 ལས་དེ་ལྟར་བརྟགས་གངས་ན། །སྐྱེ་དེ་དབང་པོའི་ཡུལ་ལ་མིན། །འགྲོ་བའི་  
 སྐྱེ་ནི་བ་ཡང་ཁོ་ན་ལ་གཤམ་པས་འགྲོ་བའི་སྐྱེ་ལ་མཆོན་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་  
 དམ་པ་དང་རབ་ཏུ་མངའ་ས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཡོད་པའི་སྐྱས་དབང་པོ་ལ་  
 གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ལས་དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་ཡང་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་ཏུ་རོན་དང་སྤང་གང་ན། །གཟུགས་སྐྱ་བར་དུ་  
 ཆོད་པ་དང་། །ཆེན་པོའང་འཛིན་པར་མཐོང་བས་ན། །བར་དུ་མ་ཆོད་པ་ལ་  
 གཞོད། །འདི་ལྟར་ཐམས་ཅད་དུ་དབང་པོས་རོན་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་རག་  
 ན། གང་འདི་གཟུགས་དང་སྐྱ་དག་ལས་ནི་བར་དུ་ཆོད་བཞིན་པ་ལ་འཛིན་  
 ཞིང་། དབང་པོའི་ཆོད་ལས་ལྟག་པ་ལ་ཡང་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་  
 གཉིས་ཀར་ཡང་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དབང་པོ་ནི་དྲི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་  
 བར་དུ་མ་ཆོད་པ་ན་འཛིན་པར་ནི་མ་མཐོང་ངོ། །སྟོ་ཡི་རྒྱ་ཡི་ཆོགས་པ་རུ། །  
 བརྗོད་པ་ཐོར་ནས་གང་ལས་དེ། །ཆོད་མ། འགྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱིས་ནི་  
 རོན་གཞན་འབྲས་བུར་སྐྱ་སྟེ། ཆོད་མའི་འབྲས་བུ་སྟོའི་སྟེ་བ་ལས་གཞན་དུ་  
 མ་མཐོང་བ་གང་ལས་སྟོ་སྟེ་བར་གྲུབ་པ་དེ་མངོན་སུམ་མོ་ཞེས་འདོད་དོ། །



དེ་ལ་བརྗོད་པ་དེ་ལ་ཡང་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པའི་བདག་ལ་  
སོགས་པ་དང་སྦྱོར་བ་དང་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དག་པོར་ནས་སྒྲོ་ལ་རྒྱ་  
གཞན་ནི་མེད་ན་གང་གིས་མངོན་སུམ་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྲས། ཅི་སྟེ་དོན་  
ཡིན་པའམ། ཅི་སྟེ་ཡང་དོན་ཁོ་ན་མངོན་སུམ་གྱི་རྒྱའི་ཚོགས་པར་རྗོད་པར་  
བྱེད་པ་དེ་ལྟ་ན། སྒྲོ་ཡི་སྦྱེ་བ་ཞེས་ཅིས་བསྒྲན། །འདི་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དང་  
ཡང་དག་པར་སྤང་བ་སྦྱེས་བྱའི་དབང་པོ་རྣམས་མངོན་སུམ་མོ་ཞེས་བཤད་  
པས་ཚོག་མོད། སྒྲོ་དང་སྦྱེ་བ་བསྒྲན་པས་ཅི་ཞིག་བྲ། གང་ལས་བྱུང་བ་དེ་  
ཞེས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ལས་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། དོན་དང་དབང་པོའི་ཡིད་སྦྱེས་བྲ། །སྦྱོར་དང་འདུ་བྱེད་  
པ་ལས་གཞན། །མངོན་སུམ་གྱི་ནི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད་པའི། །ཚོགས་པ་བརྗོད་པ་དེ་  
རི་ལྷ། །ཚོགས་པ་དེ་དག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །གང་དབང་པོ་དང་དོན་དུ་སྤང་པར་བརྟག་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
མངོན་སུམ་ཞེས་བྲ་བ་དེ་གཉིས་ལ་གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་དག་པར་འདུ་  
བ་ཡང་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། འདི་སོ་སོར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའོ་ཞེས་  
མི་བརྟག་གོ། །གལ་ཏེ་ཡང་བརྗོད་པ། བ་ལང་ཉིད་འདི་རྟ་ཉིད་འདིའོ་ཞེས་  
གང་ལས་ངས་པར་འབྱུང་བ་དེ་མངོན་སུམ་མོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར། སྤང་ཉིད་ཡོད་སྦྱོར་ལས་དོན་ནི། །བ་སྤང་ཉིད་  
སོགས་སུ་འཇལ་བྱེད། །དབང་པོའི་སྒྲོ་ལ་དོན་རྣམས་དང་། །སྦྱོར་བའི་རྣམས་  
པ་ཡོད་མ་ཡིན། །བ་ལང་ཉིད་ཅམ་ལ་ལྷ་བ་སྟེ། བྱིད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་དབང་

པོའི་སྟོང་ལ་དེ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་  
སྐྱོར་བར་ནི་མི་བྱེད་ལ། མ་སྐྱོར་བར་བ་ལང་ལ་སོགས་པ་ངེས་པར་ཡང་མི་  
རིགས་སོ། །དེའི་སྒྱུར་བྱེད་པར་དུ་བྱ་བ་དང་བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བརྟེན་  
པར་བྱ་བ་དང་། རྟོན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
ཡིད་གྱིས་ཉི་བར་འདོགས་པར་བྱེད་གྱིས་དབང་པོའི་སྟོང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་  
སྒྱུར་ཞེ་ན། རང་རང་རིག་པར་བྱ་བའི་དོན། །བསྟན་བྱ་མིན་ཚུལ་དབང་པོའི་  
ཡུལ། །ཆོས་དུ་མ་ཡོད་དུ་བྱེན་ཀྱང་དབང་པོའི་ཡུལ་ནི་གང་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་དབང་པོ་ལ་སྒྲུང་བ་སྟེ་འཛོལ་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་ལ།  
རང་གི་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་དེའི་བདག་སོ་སོར་རིག་པར་བྱེད་དེ་ཤེས་  
པའི་རང་གི་ཆ་ཤས་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་བདག་ཉིད་གྱིས་བརྟོན་པར་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་ནི་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། བརྟོན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་  
སྒྱུའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཡང་སྒྱུའི་རྣམ་པའི་ཚུལ་ནས་ཀྱང་དོན་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དབང་  
པོའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་། དོན་མིན་ཤེས་པ་འང་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །མངོན་སུམ་སྟོང་  
རུ་གནས་པར་འགྱུར། །མངོན་སུམ་གྱི་སྒྱུ་ནི་གསུམ་ལ་འཇུག་སྟེ། ཆད་མ་  
དང་། ཤེས་པ་དང་། ཡུལ་རྣམས་ལ་འོ། །དེ་ཡང་ཆད་མ་ལ་ནི་དངོས་སུ་  
ཡིན་ལ་ཅིག་ཤོས་གཉིས་པོ་ལ་ནི་བརྟགས་ནས་སོ། །དེ་ལ་ཡུལ་ལ་ནི་མངོན་  
སུམ་གྱིས་གཞལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་མངོན་སུམ་ཞེས་གདགས་སོ། །

ཤེས་པ་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཚད་མ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མངོན་  
 སུམ་དུ་གདགས་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་  
 སྤྱིའི་རྣམ་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་ནི་དབང་པོ་ལ་མི་སྟོས་པར་ཐ་མི་དད་དུ་ཉི་  
 བར་བརྟག་ཅིང་འཇུག་པར་བྱེད་དེ། །དབང་པོའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དོན་གྱི་ཤེས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཡོད་པའི་ཤེས་པས་དབང་པོ་གཞན་  
 གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལ་ཡང་རྒྱ་བར་བྱེད་ན་ནི་དབང་པོ་དུ་མ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་སྒྲུབ་བརྗོད་ཅིན་ཏོ། །དེའི་སྤྱིར་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་  
 གི་ངོ་བོ་ཉིད་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་གང་ལས་སྒོ་སྒྲེས་པ་དེ་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ནི་མི་  
 རིགས་སོ། །ཅི་སྟེ་སྒོ་ཡི་སྒྲེ་བ་འདོད། །སྒོའི་སྒྲེ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་  
 མངོན་སུམ་མོ་ཞེས་ཐོས་ཏེ། དེའི་ཆེ་དོགས་པ་བསྐྱུ་ནས་ལན་བརྗོད་བ།  
 དོན་གཞན་འབྲས་བྱར་སྒྲུབ་པ་ཡིས། །དོན་གཞན་ཐོབ་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །  
 རི་ལྟར་བྱས་ན་ཞེ་ན། དོན་གྱི་སྒོ་ཤར་འབྲས་ཡིན་ན། །དེ་ལས་གཞན་འབྲས་  
 མེད་པས་སོ། །ལྷག་པར་རྟོགས་ཤིང་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་ནི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ལ།  
 ཚད་མ་ནི་སྒོ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པས་སྒོ་ཚད་མ་ཉིད་ལས་འབྲས་བྱ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །སྒོ་ཡི་སྒྲེ་བ་གཞན་ཡིན་ནོ། །འཕྲོ་འདུ་རང་གི་རྒྱ་ལས་ཏེ། །  
 ཚད་མ་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་ལས། །བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྒོ། །རང་གི་རྒྱ་ལས་  
 སྒྲེས་པའི་འབྲས་བྱའི་ཆོས་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་དང་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ་

གལ་ཏེ་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་དེ་ལས་དབང་པོའི་སྟོ་སྟེ་བར་འདོད་ན་ནི་འཕྲོད་པ་  
འདུ་བ་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་ནི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འགའ་ཞིག་ཏུ་  
ཡང་སྟེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཉིས་ཀའི་ལྟར་ཡང་ཆད་མ་དེ་སྤྱིར་བར་  
མི་བྱའོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་མིན་འདི་དོན་མེད། །གལ་ཏེ་སྟོ་དང་སྟེ་བ་གཞན་ཉིད་  
མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར་ན་སྟོ་ཉིད་མངོན་སུམ་སྟེ། དེ་བས་ན་སྟེ་བ་སྟོས་པ་དོན་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སྟེས་བྱ་རྣམ་པར་གྱུར་ནས་སྟོ། །བསྟེད་ན་མི་རྟག་པ་  
དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྟོ་བསྟེད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྟེས་བྱ་སྤྱིར་གྱི་གནས་  
སྐབས་ལས་རྣམ་པར་འགྱུར་ཏེ་གཞལ་བྱ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་  
ན་ནི་དེ་ལྟར་ན་སྟེས་བྱ་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་མི་འདོད་པ་ཐོབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་བདག་དེ་མི་འགྱུར་ན། །དེ་ལ་ཆད་མ་ཞེས་མི་སྤྱིར། །སྟེས་བྱ་  
ལ་འགྱུར་བ་མེད་ན་ནི་ཆད་མ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་དང་འདི་ལ་བྱད་  
པར་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་ལས་སྟེས་པའི་སྟོ་ཆད་མར་བྱེད་པ་ནི་མི་འཐད་པ་ཉིད་  
དོ། །

དེ་ལྟར་ན་གཞན་དག་གིས་འདོད་པའི་མངོན་སུམ་ནི་བསྐྱབ་པར་  
དགའོ། །ཆད་མ་ཀུན་ལས་བདུས་པ་ལས་མངོན་སུམ་གྱི་ལེའུ་སྟེ་དང་པོའོ།

རང་དོན་གྱི་རྗེས་སྤྱད་པའི་ལེ་བླ་སྟེ་གཉིས་པ།

རྗེས་སྤྱད་པའི་རྣམས་གཉིས་ཏེ། རང་གི་དོན་དང་། གཞན་གྱི་དོན་ནི། །དེ་  
ལྟར་རང་དོན་ནི། ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་བའོ། །འཆད་པར་  
འགྱུར་བའི་མཚན་ཉིད་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་རྗེས་སྤྱད་པའི་བར་བྱ་བའི་  
དོན་མཐོང་བ་དེ་ནི་རང་གི་དོན་རྗེས་སྤྱད་པའི་གོ །

འདི་ཡང་འབྲས་བུ་སྤྲར་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་མངོན་སུམ་ལས་རྟོག་པ་  
གཉིས་ཉིད་ལས་འབྲས་བུར་བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཡང་གཞན་ཏེ་  
གཉིས་ཀ་ཡང་རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ན་འདི་གཉིས་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་  
ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ཡུལ་དང་ནི། རོ་བོ་མཚུངས་མིན་དེ་གཉིས་ཀྱི། །མངོན་  
སུམ་དང་རྗེས་སྤྱད་པའི་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་ཐ་དད་པ་སྟེ། དེའི་རྣམ་པ་དང་  
བྱེ་བྲག་གི་སྒྲོན་ས་སོ། །རང་གི་རོ་བོ་ཡང་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཏེ་ཅིའི་  
སྤྱིར་རྗེས་སྤྱད་པའི་ཁོ་ན་གཉིས་སྤྱད་བྱེ་ཞེ་ན། འདིའི་སྤྱིར་ཏེ། རང་གི་  
མཚན་ཉིད་བསྟན་བྱ་ཡིན། གཟུང་ཐ་དད་སྤྱིར། །མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སྤྱད་  
པའི་དག་ནི་རང་གི་རོ་བོ་བཞིན་དུ་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡང་ཐ་དད་པ་ཡིན་  
ནོ། །གཞན་ཏེ་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་ལ་ཐ་སྟོད་དུ་བྱེད་ན་སྤྱིར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་  
རྗེས་སྤྱད་པའི་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཏེ་ལ་ལར་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་ལ་རྗེས་  
སྤྱད་པའི་འཇུག་པ་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་གཟུགས་ལས་རེག་བྱ་བཞིན་ནོ་  
ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ནི་མཐོང་ན་དོན་དེ་ལ་མངོན་སུམ་བཞིན་དུ་རྗེས་སྤྱད་པའི་



ཞུགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལས་གཞན། དེ་ལས་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 སྟོན་མཐོང་བ་ཞུགས་པའི་རྒྱ་ལས་རེག་བྱ་རྗེས་སྲུང་པོག་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་  
 གཟུགས་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་གྱི་རྣམ་པ་དང་བྲལ་ནས་གཟུགས་གྱི་སྤྱི་ལ་  
 རེག་བྱའི་སྤྱིའི་རྗེས་སྲུང་པོག་པ་ཡིན་ནོ། །མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་རེག་  
 པར་བྱ་བའི་བྱེ་བྲག་ནི་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆད་མ་གཉིས་གྱི་  
 སྤྱོད་ཡུལ་གཅིག་པར་གྱུར་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་  
 མཐོང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་  
 རི་ལྟར་མངོན་སུམ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེར་ཡང་། མཐོང་སོགས་ཉིད་སྟོན་སུམ་བསྟན་པ། །རང་གི་ངོ་བོ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན། །མཐོང་ངོ་། །ཐོས་སོ། །ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱི་  
 སྤྱིའི་སྟོན་སུམ་དོན་དེ་རྣམས་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོན་སུམ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མཐོང་བར་འགྱུར་བའི་དོན་  
 ལ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་སྟོན་པོ་རི་ལྟ་བར་ཤེས་སོ། །འདི་སྟོན་པོ་འོ་  
 ཞེས་རྗོད་པར་བྱེད་དོ། །དེར་ཡང་། མིང་ལས་ཤེས་སྤྱིར་རྣམ་པ་གཞན། །  
 བསྟན་བྱ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པ་གཉིས། །གང་གི་སྤྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་  
 སྟོན་པོ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་དོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ཐོབ་པར་བྱས་སོ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་  
 ཞེས་བརྗོད་དོ། །

རང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་བྱ་མིན། །ཞེས་བྱས་པས་ན་རྟོགས་པར་བྱ་  
བའི་དོན་གྱི་བདག་ཉིད་མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་སྤྱི་ཇེས་སུ་དཔག་པའི་  
ཡུལ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་བཟོད་པས་མངོན་པར་བཟོད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་  
ཇེས་དཔག་ཐམས་ཅད་སྤྱིའི་ཡུལ་ཅན་ནོ་ཞེས་ནི་བཟོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཅིའི་  
སྤྱིར་ཞེ་ན། སྤྱི་མ་ཡིན་ལའང་མཐོང་བའི་སྤྱིར། །སྤྱི་མ་ཡིན་ལའང་ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་མཐོང་བའི་རྒྱང་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་རེག་བྱ་ལ་སོགས་པས་ཇེས་  
སུ་དཔོག་པའོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་རེག་བྱ་ནི་རེག་བྱ་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱི་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བཟོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་མིན་མཚོན་བྱ་སྤྱི་ཡིན་  
སྤྱིར། །རྒྱང་ལ་སོགས་པ་དེ་ཇེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་  
རེག་བྱ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་ཀྱི་རྟོན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་མཚོན་པའི་སྤྱིར་  
རམ། ཡང་ན་རྒྱང་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་བྱུང་པར་ཅན་དུ་ཇེས་སུ་དཔག་  
པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། གང་གི་སྤྱིར་ཇེས་ཉིད་ཅམ་གྱི་སྤྱི་དེ་ལ་རེག་བྱ་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་རྟོན་ཇེས་ཉིད་དུ་མཚོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
ཀུན་གྱི་ཇེས་ཐོགས་ལས། །བྱུང་སྟེ་འདི་ལྟར་ཀུན་གྱི་ཇེས་ཐོགས་ལས་རྒྱང་  
ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཇེས་སུ་དཔག་པར་བྱུང་བའོ། །

དེ་སྐད་དུ་ཡང་རེག་བྱ་ནི་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པར་མ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་  
དང་། ལྟོག་པ་ཡང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྒྱང་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་བྱུང་  
ན་ནི་མི་ལྟོག་པ་ཡང་སྤྱིར་དེ། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེ་བྲག་དང་འབྲེལ་བ་ལས་ཡོན་

ཏན་གྱི་སྤྱི་བོར་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་རྩས་གྱི་བྱེ་བྲག་རྗེས་སྐྱོད་པོ་ག་པར་བྱེད་ལ། རེག་ན་ཡོད་པར་ནི་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །ས་ལ་སོགས་པ་ལས་ལོག་པ་དང་ཡང་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེ་བྲག་མ་མཐོང་ཞིང་མ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་མཐོང་བ་ལས་ལོག་པར་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ།

དེ་ལྟར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བ་ལུས་ཅན་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཙམ་ལས། ཡིད་གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྐྱོད་པོ་ག་པའི་སྤྱིར་རེག་བྱ་ལོག་པར་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྤྱིར་མཐོང་བ་རྣམས་ལས་མཐོང་བའི་སྤྱིར་དང་། མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལས་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རེག་བྱ་ནི་མཐོང་བ་རྣམས་ཁོ་ནའོ། །དེ་རྣམས་ནི་དུ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འདི་གང་གི་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་དུ་ནི་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་བཀག་ནས་རྒྱང་རྗེས་སྐྱོད་པོ་ག་པའི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། ཡིད་ཆེས་ཆོག་གི་སྦྱབ་བྱེད་གྱིས། །དེ་ལས་གཞན་ལ་འགོགས་པར་བྱེད། །འདིས་ཀྱང་སྟེ། གང་འདི་རྩས་གྱི་སྤྱི་རྗེས་སྐྱོད་པའི་ནས་དེ་ལ་ཡོད་པར་རྗེས་སྐྱོད་པོ་བོར་ནས། ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་གི་ཆད་མས་རྩས་གཞན་ལ་ཡོད་པ་བཀག་ནས་རྒྱང་ལ་ཡོད་པ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པས་ན་ཡང་དེ་ཉིད་གྱི་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་རྣམས་གྱི་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རྒྱང་ལ་སོགས་པ་ལུང་ལས་གྲུབ་པ་ཙམ་དུ་ནི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐ་མི་དད་དུ་གྲུབ་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་ལུང་དང་རྗེས་སྐྱོད་པའི་དག་གིས་ཐ་མི་དད་དུ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སྐྱོད་པའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་

ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི། མ་ཡིན་ཐ་དད་ཀྱང་སྤིང་བྱིར། །  
རབ་དུ་གྲགས་པའི་དབང་གིས་དཔེ་ནི་བསྟན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་གིས་  
ཇེས་སུ་དཔག་པ་ལས་སྐྱ་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་གྲགས་པའི་  
བྱིར་དཔེ་བསྟན་པར་མི་བྱ་བ་ཡིན་ན་ནི་དཔེར་ན་དུད་པ་ལས་མེ་ཇེས་སུ་  
དཔོག་པ་ལྟ་བུ་དེར་དོན་ཡོད་པའི་ཇེས་སུ་དཔོག་པ་ཡང་སྐྱར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །གཞན་དག་ནི་དོན་གྱི་སྐྱ་ལ་ཐ་མི་དད་ཀྱི། སྐྱས་ཉེ་བར་བརྟགས་  
པ་སྟེ་དོན་དེ་ཉིད་ཇེས་སུ་དཔོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་པར་རོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྐྱས་ཐ་མི་དད་དུ་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་ལས་དོན་ཇེས་སུ་  
དཔོག་གོ་ཞེས་ངེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ། ཞིང་གི་སྐྱའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གཞན་  
མ་ཡིན་པས་ཇེས་ཀྱི་སྐྱ་དོན་དེ་ཉིད་གོ་བུ་ཟེན་ཀྱང་ཚུལ་གཞན་གྱི་སྟོན་ས་  
ཇེས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ལས་བསྐྱོག་པ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཞིང་གི་སྐྱས་  
ཇེས་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་གོ་བར་བྱེད་དུ་ཟེན་མོད་ཀྱིས་ཀྱང་དོན་ལས་  
ཡིན་གྱི་སྐྱ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། སྟོན་དུ་ནི་མི་  
འགྱུར་ལ་རག་ལ། ཞིང་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལས་གཞན་པའི་སྐྱ་ཉིད་ཆད་  
མར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱ་བ་བརྗོད་པའི་སྐྱས་ཀྱང་དོན་གྱི་ཚུལ་དེ་ཉིད་གོ་  
བར་བྱེད་དོ། །གང་དག་དག་ཁོ་ན་སྐྱ་ཡིན་ཏེ། ཆིག་ནི་དེ་ཉིད་པར་བྱེད་པའི་  
རྒྱ་མ་ཡིན་ལ། སྐྱ་དེའི་ངོ་བོ་ཅམ་ལས་དོན་ཉིགས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱད་  
པར་ཅན་གཞན་ཅམ་ཉེ་བར་སྒྲངས་ནས་ཇེས་སུ་དཔག་པ་ལས་སྐྱ་ཐ་དད་དུ་



བརྗོད་ཅེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ལ་བསམ་པ་ནི་སྐྱ་དང་བྲལ་བའི་རྟགས་དེ་རྗེས་སྲུ་  
 དཔག་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱ་ཡང་ཡུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་འབྲེལ་  
 བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀ་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ།  
 མཐོང་བའི་དོན་དང་མ་མཐོང་བའི་དོན་ནོ། །དེ་ལ་མཐོང་བའི་དོན་ལ་ནི་མི་  
 གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །མ་མཐོང་བའི་དོན་ལ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཙམ་འབའ་  
 ཞིག་སྟེ། དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མཐོ་  
 རིས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱས་དོན་ཙམ་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ན་རི་ལྟར་རྗེས་སྲུ་  
 དཔག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། ཡིད་ཆེས་ཆོག་ཀྱང་མི་སྐྱ་བར། །མཚུངས་  
 ཕྱིར་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཉིད། །ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་ཉིད་བཟུང་ནས་ཀྱང་མི་  
 བསྐྱ་བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་དོ། །

དེ་སྐད་དུ་ཡང་། མིང་གི་ལས་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་མངོན་སུམ་སོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་དག་གིས་ནི་ཕྱོགས་དང་གཙུ་བོ་ལ་སོགས་  
 པའི་རང་བཞིན་ལ་ཡང་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་དགག་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་རྗེས་  
 སྲུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་གསུམ་པའི་  
 རྟགས་ཞེས་གང་བརྗོད་པ་དེ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྗེས་དཔག་བྱ་དང་དེ་མཐུན་  
 ལ། །ཡོད་དང་མེད་ཉིད་ལ་མེད་པའོ། །རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་  
 བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ཙན་ནོ། །དེ་ལ་མངོན་སུམ་མམ་རྗེས་སྲུ་དཔག་  
 པས་མཐོང་གི་རྗེས་ལ་དེའི་རིགས་དང་མཐུན་པ་ལ་ཡང་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་  
 ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དམ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཡོད་པར་གྱུབ་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་



ན། དེ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་གཟུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
དང་མཐུན་པ་ལ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པར་མི་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མེད་  
པ་ཉིད་ལས་མེད་པ་ཞེས་པས་ནི་སྦྲར་ཡང་དེ་ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་  
སྟེ། མེད་པ་ཉིད་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་འགལ་བ་  
ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིགས་དང་མཐུན་  
པ་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་གིས་ནི་གང་  
ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་རྟགས་ཅན་རྟགས་སོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
ཅི་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་སྟོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར།  
འདི་རུ་ཤེས་པའང་ཐོབ་པ་ཉིད། མ་བརྗོད་པ་དེ་རི་ལྟར་ཐོབ་ཅེ་ན། ཤེས་  
བྱེད་སྐྱབས་ཀྱི་དབང་བྱས་ཕྱིར། །འདིར་གཏན་ཆིགས་ནི་ཤེས་པར་བྱེད་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་རྟོག་པ་པོ་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་ལྟོས་  
ནས་རྟགས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི། བྱེད་པ་པོ་བཞིན་དུ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ཚུལ་གསུམ་གྱུ་བ་ན་རྟགས་སུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཚུལ་རེ་རེ་དང་གཉིས་གཉིས་པ། །རྟགས་དོན་མིན་པར་དོན་གྱིས་  
བྱས། །དེ་ལ་ཚུལ་རེ་རེ་བ་ནི་གང་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཡོད་དོ། །དེ་  
དང་མཐུན་པ་ལ་ནི་མེད། །དེ་མེད་པ་ལ་ནི་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་དང་  
མཐུན་པ་ལ་ཡོད། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ནི་མེད། །དེ་མེད་པ་ལ་ནི་  
སེམས་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་མེད་པ་ལ་མེད། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་  
བ་ལ་ཡང་མེད། །དེ་དང་མཐུན་པ་ལ་ཡང་མེད་པའོ། །ཚུལ་གཉིས་པ་ནི་འདི་

ལྷར་རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཡོད། དེ་དང་མཐུན་པ་ལ་ཡང་ཡོད། དེ་  
མེད་པ་ལ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཡོད་དོ།  
དེ་མེད་པ་ལ་མེད། དེ་དང་མཐུན་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་དང་  
མཐུན་པ་ལ་ཡོད། དེ་མེད་པ་ལ་མེད། རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཡང་  
མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་གིས་ནི་རྟགས་ལྷར་སྒྲུང་བ་རྣམ་པ་བྱུག་ཏུ་  
བསྐྱབས་པར་དོན་གྱིས་གོ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །དཔེར་ན། སྒྲ་རྟག་བྱས་  
པའི་སྤྱིར་ལུས་ཅན། །སྤྱིར་དང་གཞལ་བྱ་མིན་སྤྱིར་རོ། །ལུས་ཅན་མིན་  
སྤྱིར་མཉན་བྱའི་སྤྱིར། །མིག་གིས་གཟུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་ །ཅེས་པ་ལྟ་  
བུའོ།

འདི་ལ། ཁ་ཅིག་གཏན་ཆིགས་མི་འབྲུལ་བས། །ཆོས་གཞན་དཔག་  
པར་བྱ་བར་འདོད། །ཁ་ཅིག་ནི་གང་གི་སྤྱིར་མེ་དང་དུད་པ་ནི་ལྷན་ཅིག་རྒྱ་  
བ་མཐོང་གི་མེ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་ས་སྟོགས་དང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་མེ་  
ཁོ་ན་དུད་པས་རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་བྱ་བའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཆོས་དང་ཆོས་  
ཅན་དག་གྲུབ་སྤྱིར། །འབྲེལ་བ་དཔག་བྱར་ཁ་ཅིག་འདོད། །གཞན་དག་ན་  
རེ་གང་གི་སྤྱིར་མེ་དང་ས་སྟོགས་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་གྲུབ་པ་ཉིད་དེ།  
དེའི་སྤྱིར་མེ་དང་ས་སྟོགས་དག་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་དུད་པས་རྗེས་སྲུ་  
དཔག་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རེ་ཞིག་དེ་སྤྱི་མ་ལ་ལན་བརྗོད་པ། །ཆོས་ལ་  
གཏན་ཆིགས་གྲུབ་ན་ནི། །དེ་ཡིས་དེ་ལས་གཞན་ཅི་དཔག་ །གལ་ཏེ་ཆོས་  
གཞན་མེ་ལ་གཏན་ཆིགས་དུད་པ་དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ལྷན་ཡང་དུད་

བས་ཅི་ཞིག་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ། རོན་གང་མེ་དང་དུད་པ་དག་གིས་  
 འབྲེལ་བ་བྱས་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་ལ། །དཔག་བྱར་  
 ཅི་ཡི་སྒྱུར་མི་འདོད། །གལ་ཏེ་མེ་དང་འབྲེལ་བའི་ས་སྒྲོགས་སུ་དུད་པ་  
 དམིགས་པ་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལྟ་ན་མེ་དང་ལྟན་པའི་ས་སྒྲོགས་  
 དེ་ཉིད་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱའོ་ཞེས་ཅིའི་སྒྱུར་མི་འདོད། དེར་མེ་ཡོད་པར་  
 མི་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་འབྲེལ་བ་དཔག་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་བ་  
 དེ་ལ་བརྗོད་པ་དང་། འབྲེལ་བ་འང་གཉིས་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ན་དུད་པ་  
 ཡོད་པ་དེ་ན་མེ་ཡོད་དོ་ཞེས་འདི་ལྟར་ཐ་སྙད་བྱེད་ཀྱི་མེའམ་དུད་པའི་འབྲེལ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། དེ་བཞིན་དུག་པའི་སྒྲ་རུ་  
 འགྱུར། །འབྲེལ་བ་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ལྟ་ན་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་  
 མེས་མེ་འདི་འབྲེལ་བ་ཞེས་དུག་པའི་སྒྲ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི། འདི་ན་ནི་མེའོ་  
 ཞེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྒྱུར་འབྲེལ་བ་ནི་མེ་འདི་ལའོ་ཞེས་དང་པོའི་  
 སྒྲས་བརྗོད་དོ། །

རང་གི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་ནི། །བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །གཞན་མ་  
 བརྗོད་པ་ནི་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་། རོན་  
 སྒོས་སྒྱུར། མེ་འདི་ལ་ཞེས་སྒྲས་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་བར་བརྗོད་པར་འགྱུར་  
 བའི་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒྲར་བརྗོད་པའི་འཐད་པས་དེ་ནི་དུད་པས་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་དོ། །གཏན་ཆོགས་འདི་དང་འབྲེལ་བ་མིན། །  
 གང་གི་སྒྱུར་དུད་པ་ལས་མ་གཏོགས་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་ཉིད་

ནི་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མེ་ཉིད་ལའོ། །ཉེས་པ་དེ་དག་ནི་  
མེད་དེ། གང་གི་སྤྱིར་མེ་དུད་པ་དང་ལྡན་པའི་ས་སྟོགས་དང་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཡང་དེ་རྗེས་སྲུང་བཀའ་བྱར་  
བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་པ་ལ་ཡང་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྣམ་གཞག་དེ་ནི་སྤང་  
བ་སྟེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཏྲགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ནི། །ཆོས་ལས་གཞན་  
དུ་སྟོན་པར་བྱེད། །དེར་གྲུབ་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡི། །ཆོས་ཅན་གོ་བར་བྱ་བ་  
ཡིན། །གང་མེ་དང་དུད་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་དེ་གཞན་དུ་བསྟན་  
པར་བྱས་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་དུད་པ་དེ་འབའ་ཞིག་ཙམ་མཐོང་ཡང་གང་ན་  
དུད་པ་ཡོད་པ་དེ་ན་མེ་ཡོད་དོ། །མེ་དང་ལྡན་པར་གྲུབ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །  
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ས་སྟོགས་གཞན་དུ་བསྐྱབ་བྱ་དང་དུད་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་  
བྱེ་བྲག་དུ་བསྟན་པར་མི་རུས་སོ། །གཞི་བྱ་མོང་བ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་སྟེ་  
གང་ན་དུད་པ་ཡོད་པ་དེ་ན་མེ་ཡོད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེའི་སྤྱིར་གཏན་ཆོགས་ཆོས་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྲེལ་པར་བསྟན་པ་  
དེ་ལྟར་འཐད་པ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཙམ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ལ་འབྲེལ་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཏྲགས་ཀྱི་རྗེས་སྲུང་བསྟན་བའི། །ཆོས་ལ་དབྱེད་པ་  
གཞན་ཡང་འཇུག། ཏྲགས་དང་ཆོས་དང་ཆོས་ལ་མི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་  
པ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་གྲུབ་པ་དེའི། ཆོས་དོན་  
དུ་མ་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཏྲོགས་མིན། །གང་དང་  
འབྲེལ་པ་ཡོངས་བཅད་ནས། །ཆོས་གཞན་དང་བྲལ་ཐོབ་པར་བྱེད། །དཔེར་



ན་མེ་ལ་འབར་བ་དང་ནྟོ་བ་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་དུད་པས་བྱེ་བྲག་དེ་  
གོ་བར་མི་བྱེད་དེ་འཁྱུལ་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གང་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་མེ་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་  
ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་རྗེས་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་  
པ་ལས་ལོག་པ་ཙམ་འབར་ཞིག་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མེས་མེ་ཡིན་  
པ་ལས་ལོག་པའི་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཙམ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་  
ཡང་མེ་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མ་མཐོང་བ་ཉིད་གཞན་ལ་ནི་མཐོང་བ་ཡིན་  
ནོ། །ཡོན་ཏན་དེ་དང་དེ་བསྐྱུང་སོགས། །དེ་ཡི་བྱེ་བྲག་གི་རིམ་བས། །རྗེས་  
མིན་ལ་སོགས་རྣམ་བཅད་ནས། །ཟུངས་ལ་སོགས་རེ་རེ་རྟོགས། །དེ་ལ་ཡོན་  
ཏན་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་སའི་རྗེས་མ་  
ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། །དེ་བསྐྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ང་བའི་སྤྱི་ལས་ལོག་པ་  
དང་། །དེ་བསྐྱུང་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཟུངས་ལ་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལོག་  
པ་རེ་རེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི། །གལ་ཏེ་མཐོང་བ་  
བཞིན་གཏན་ཚིགས། །སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་ནོ། །ཐམས་ཅད་རྟོགས་  
པར་མི་འགྱུར་རམ། །ཡང་ན་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡང་  
དཔེར་ན་མེ་ལ་དུད་པ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་བྱིས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་འཇུག་པར་བྱེད་ན་  
ནི་ནམ་ཡང་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དཔེར་ན་མེ་མཐའ་དག་ལ་མ་མཐོང་བ་  
བཞིན་དུ་མེ་འདི་ཡང་མི་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་  
བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་ན་ནི་གསལ་བ་དང་ནྟོ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་



རྣམས་ཀྱང་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མེ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་པར་བཀག་  
སྟེ་སྤྱི་ལོ་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་ན་ནི་དེའི་སྤྱིར་སྐྱབ་པའི་སྒོ་ནས་འཇུག་  
པ་ལ་ཡང་ཚུལ་དེ་ཉིད་བལྟའོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་གི་ཚུལ་གྱིས་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྤྱི་ལས་ཡིན་གྱང་ན། །དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར། །  
རྟོན་རྣམས་མ་མཐོང་བ་ཡི་སྤྱིར། །ཐ་དད་མིན་གཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར། །རེ་  
ཞིག་མེ་ལས་གཞན་པའི་མེ་ཉིད་ཅེས་པའི་སྤྱི་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་དུ་  
ཆུག་ན་ཡང་དེ་མཐོང་བ་ནི་མི་སྤྱིད་དོ། །རྟོན་མཐའ་དག་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་  
དུ་མ་རྣམས་ལས་གཉིས་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱུན་མོང་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །གང་དག་སྤྱི་མཐོང་ཞིང་གཟུང་བ་པོ་ཡང་རྟོན་མ་བཟུང་བ་པོ་དང་  
མཚུངས་ཤིང་འདྲ་བར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་རྟོན་གཅིག་བཟུང་བས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་གཟུང་བ་ཡིན་ན་ནི།  
དེ་ཡང་རྟོན་བཞིན་དུ་དུ་མར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟར་ཡང་རྗེས་སྲུ་དཔག་པར་  
བྱ་བ་ནི་ཆ་ཤས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཅུང་ལས་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། ཆ་ཤས་འདི་ལྟ་བུའི་  
ཚུལ་ནས། རྟགས་ཅན་ལ་ནི་མི་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་དུ་མ་ནའང་།  
ཅིག་ཤོས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །དུད་པ་ནི་ཆ་ཤས་འབའ་ཞིག་མེ་ལས་མི་  
འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །དུད་པ་ཉིད་དང་སྐྱ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཐོབ་  
པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། རྗེས་ཉིད་ལ་སོགས་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲུལ་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །ཡང་བརྗོད་པ་རྟགས་ཅན་གང་རྗེས་འབྲེལ་བ་ཡི། རྟགས་ཅན་དེ་  
འདིར་རྟོགས་བྱ་ཡིན། །བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་དག་ཉིད་ལས་

འབྲེལ་བྱེད་རོ། །རྟགས་ཅན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་དོན། །རྟགས་བྱ་རྟགས་  
 ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་ །མ་ཡིན་དེ་ལ་རྟགས་པ་པོའི། །རྟགས་པ་རབ་ཏུ་འབྲེལ་བའི་  
 བྱེད། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱིས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །ཅི་སྟེ་  
 འབྲེལ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་འཕྲོད་པ་བཞིན་དུ་གཉིས་ཀ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་  
 པའི་བྱེད་རྟགས་ཅན་གྱི་ཆོས་རྟགས་ལ་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །འབྲེལ་བ་གཉིས་ལས་གནས་མོད་ཀྱང་། །རྟགས་དང་རྟགས་  
 ཅན་སྟོབས་གཅིག་པ། །རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཞིན་ཡིན་གྱི། །ཡང་དག་འཕྲོད་  
 པ་བཞིན་མ་ཡིན། །འབྲེལ་བ་གཉིས་ལ་གནས་པར་བདེན་མོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 འབྲེལ་བ་ཅམ་གྱིས་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཆོས་སུ་འགྱུར་བའམ། བརྟེན་པ་  
 རྟེན་ཅན་གྱི་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་བ་ནི་གང་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྟགས་རྟགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བའམ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཞན་དུ་རྟགས་  
 དང་རྟགས་ཅན་འགྱུར་བ་ནི་གང་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པར་  
 འཕྲོད་པ་ན་རི་ལྟར་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གཉིས་པ་དང་ཡང་སྟེ།  
 དེའི་བྱེད་དེ་དང་འདི་ནི་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར། །རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཡོད་པ་ཉིད། །ཅིག་ཤོས་རྟགས་ཅན་  
 ཉིད་ལ་ཡོད། །རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་དག་འབྲེལ་བའི། །རྗེས་དཔག་བརྗོད་  
 བས་གནས་པ་ཡིན། །དེའི་བྱེད་ན་རྟགས་ཅན་ནི་རྟགས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་བརྗོད་དོ། །གང་མེ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པའི་དུ་བའི་རྗེས་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། །གསལ་བ་དང་ནོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་བ་མ་

ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟགས་རྟགས་ཅན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་  
གཞན་དུ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་གང་དུ་བ་ཉིད་བཞིན་དུ་བའི་སྐྱེ་བོ་ལ་  
སོགས་པ་ཡང་གོ་བར་བྱེད་པ་མིན་ཞིང་རྗེས་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ལྟར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་དུ་འབྲེལ་བའི་ངེས་པར་  
བཟུང་བ་ནི་སྤྱིར་ཅི་ལོག་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་རྟགས་ཡིན་ཡང་  
རྟགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་དཔེར་ན་བྱས་པ་ཉིད་དང་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་ཞེ་  
ན། རྟགས་ཀྱི་ཁྲབ་པའང་འདོད་པ་སྟེ། དེ་ཡི་ཆ་ནས་རྟགས་ཅན་ཡིན། །  
ཁྲབ་བྱེད་ཆ་ནས་དེ་གོ་བྱེད། །མ་ཡིན་བ་ལང་རྩ་ཅན་བཞིན། །གང་ཅུང་ཟད་  
ཅམ་ནས་རྟགས་རྟགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་ཡོད་མོད་ཀྱིས་ཀྱང་། དེས་དེ་ལ་  
ཁྲབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟགས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
རྩ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་བ་ལང་ལ་ཁྲབ་ཀྱང་དེས་བ་ལང་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་  
ཀྱི་ཁྲབ་བྱེད་དེ་ཉིད་བ་ལང་གིས་གོ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།  
སོ་སོར་བཀག་པའི་མི་འབྲུལ་བ། །གང་སྤྱིར་འབྲེལ་པ་ལ་སྟོན་ཡིན། །དེ་  
སྤྱིར་རྟགས་ཀྱི་རྟགས་ཅན་ལ། །ཁྱད་པ་བདེན་ཡང་བྱེད་པོ་མིན། །བྱས་པས་  
མི་རྟག་པ་ལ་ཁྲབ་ཏུ་བྱིན་ཀྱང་རྟག་པ་ཉིད་བཀག་ནས་གོ་བར་བྱེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་མི་རྟག་པས་བྱས་པ་ལ་ཁྲབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བྱས་པ་བཀག་  
ནས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པའི་དོན་ལ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྲབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
བྱས་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པས་བྱས་པ་ལ་མ་བྱས་

བ་བཀག་ནས་གོ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཡང་བརྗོད་པ། བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་ལ། །བྱབ་ཀྱིས་མ་བྱས་  
 བ་ཡིས་མིན། །རྟག་པ་མེད་ལ་བྱབ་པའི་བྱིར། །མ་བྱབ་པ་ཡི་དོན་གྱིས་  
 ལྟོན། །རྩ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་བ་ལང་ལ། །བྱབ་པར་རྩ་ཅན་མིན་པ་བརྟེན། །སྒྲུང་  
 ལ་རྩ་ཅན་གྱིས་བྱབ་བཞིན། །བ་ལང་གི་དོན་རྟེན་གྱི་བྱེད་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་  
 བ་ངེས་པར་བསྟན་ཏོ། །ཚེད་པ་སྐྱབ་པ་ནས་ནི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་དོན་  
 མཐོང་བ་དེ་རིགས་པ་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ལ། མེད་ན་  
 མི་འབྱུང་བ་མཐོང་བའི། །རང་གི་རྣམ་པ་ཅམ་མཐོང་ན། །གལ་ཏེ་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བའི། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་དེ་འབའ་ཞིག་ཅམ་མཐོང་བར་འདོད་པ་  
 ཡིན་ན་ནི་དེ། རིག་ཅེས་མི་བརྗོད། ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་བྱིས་བཅུག་པའོ། །  
 ཅི་སྟེ་ཡང་དེ་རིག་ཅེས་བྱ་བ་འདིས། གཞན་ཉིད་དུ། བརྗོད་ན་ངེ་ལྟར་བྱར་  
 གང་ལ། གལ་ཏེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་དོན་གཞན་དུ་མཐོང་བར་འདོད་པ་ལྟ་  
 བ་ནི། འདི་མཐོང་ཞེས་ངེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ། གང་ལ་དོན་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
 ཞེ་ན། ཅི་སྟེ་ཡང་ལྟག་མ་དོན་ཞེས་པས་བསྐྱབ་བྱའི་སྐབས་སུ་བབ་པས་ན་  
 དོན་གང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་མཐོང་བ་དེ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ། མེད་པ་མི་  
 འབྱུང་བ་ཉིད་རིག་པའི་ཞེས་འདོད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར། མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 ཞེས་ཅི་དགོས། །འདི་ལྟར་སྒྲར་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་སྟོས་པས་བྱིས་ཀྱང་  
 ཡོད་པ་ཉིད་དེ། མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ནི་དོན་མཐོང་ཞེས་པས་རིག་ཅིང་



དེ་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དུད་སོགས་མེ་སོགས་ལ་མཐོང་  
ལས། །གཞན་པའི་དཔག་བྱ་དེ་རིག་གང་། །རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཉིད་དཔེར་  
བརྗོད་པའི་མེ་ལ་སོགས་པ་ལ་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ལས་གཞན་པའི་  
དཔག་པར་བྱ་བའི་དོན་གང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བས་དེ་རིག་ཅེས་ཇི་ལྟར་རྗོད་  
པར་བྱེད། ཆོས་དོན་དུ་མ་ཡོད་པ་ལ། །དེ་རིག་པ་ཞེས་ཇི་ལྟར་བརྗོད། །  
ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་མ་ཡོད་པ་ལ་དུ་བས་གོ་བར་བྱ་བའི་ཆ་ནི་གང་ཡིན། དུ་བ་  
ཡང་གང་གི་ཆ་ནས་གསལ་བར་བྱེད་ཅེས་ནི་མ་བསྟན་ཏོ། །རིགས་པ་ཅན་  
རྣམས་ན་རེ་དེ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
སྤྲ་མ་དང་ལྡན་པ་དང་། ལྟག་མ་དང་ལྡན་པ་དང་། སྦྱར་མཐོང་བ་ཅན་ནི་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་མངོན་སུམ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
གི་སྤྱིར། འབྲེལ་པ་དབང་པོའི་གཟུང་བྱ་མིན། །རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་གྱི་  
འབྲེལ་པ་ནི་དབང་པོའི་ཞེས་པའི་ཡུལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་རྟགས་དང་རྟགས་  
ཅན་མངོན་སུམ་པའང་མ་ཡིན་ན་དེ་མངོན་སུམ་དུ་སོང་བ་ཅན་ནི་རྗེས་སྲུ་  
དཔག་པའོ་ཞེས་གང་གིས་འགྱུར། ཇི་ལྟར་ན་རྗོད་པར་བྱེད། སྤྲ་མ་དང་ལྡན་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་སྤྲ་མ་དང་མཚུངས་པས་ན་སྤྲ་མ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་ལྟ་བུའི་  
སྦྱར་འགྱུར་བའོ། །འདི་ལ་སྤྲ་མའི་ཆོས་ཡོད་པས་ན་དེ་དང་ལྡན་པའོ་ཞེས་  
ལྡན་པའི་སྦྱར་འགྱུར་གང་ན། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། ཐམས་ཅད་སྤྱིད་སྤྱིར་སྟེ་  
བྱར་མིན། །ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པས་འབྲེལ་པ་འདྲིན་པ་



ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་བཞིན་དུ་སྤྱིས་ཀྱང་རྟགས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་  
འཛིན་པར་བྱེད་དོ། དེའི་གཅིག་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུའི་ཞེས་ནི་བརྗོད་པར་  
མི་བྱའོ། །

འབྲེལ་བ་གཞན་ལས་ཀྱང་འདི་སྟོན་མ་ལྟར་ན་ཞེས་འཛིན་ལ། དེས་  
མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་དང་། མ་མཐོང་བའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་ལ་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་  
སྒྲུབ་བར་མི་བྱའོ། །འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་ན་ལྟན་པ་མིན། །ལྟན་པར་བྱེད་པ་ནི་  
རིགས་ན། །སྒྲུབ་འདི་རུ་ཡོད་དོ་ཞེས་འབྲས་བུ་སྒྲུབ་པ་དང་ལྟན་པར་བྱེད་ན་  
ནི་ཡུལ་དེ་ཤེས་པ་ཡང་སྒྲུབ་པ་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་ལ། རྒྱུ་ལ་འབྲས་བུ་ཤེས་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ནི་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་ཆོད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་ཡོད་ན་བདེན་  
དུ་ཆུག་ན་ཡང་གོགས་སྤིད་པའི་སྤྱིར་དང་། རྒྱུ་གཞན་མ་ཆོགས་པ་སྤིད་  
པའི་སྤྱིར་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བ་སྤིད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་སྒྲུབ་  
དང་ལྟན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟག་ལྟན་ལ་ཡང་ལྟ་བུར་རམ། །ལྟག་  
མ་ལྟ་བུར་ཞེས་ཡང་གལ་ཉི་དེ་ལྟ་བུར་བྱེད་ན་ནི་མངོན་སུམ་སྤྱི་མ་དང་ཡུལ་  
མཚུངས་པའི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་ལྟག་མ་ལྟ་བུ་ཞེས་འགྱུར་ལ། དེ་ཡང་འབྲེལ་  
པའི་སྤྱིར་ཆོད་མ་མ་ཡིན་ཉེ། གཟུགས་མཚུངས་པ་ཅམ་གྱིས་རོ་མཚུངས་  
པར་འགྱུར་བའི་ངེས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ལྟག་མ་ལྟ་བུའི་  
ཞེས་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲུབ་བར་མི་བྱའོ། །འབྲེལ་གཞན་ལས་ཀྱང་རྟགས་མི་  
འགྱུར། །ལྟག་མ་དང་ལྟན་ལས་འགྱུར་མིན། །གང་རྒྱུ་ལྟག་མ་དང་ལྟན་པས་  
ལྟག་མ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཤེས་པ་ཡང་ལྟག་མ་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་

ལ། དེ་ལྟར་ཡང་འབྲས་བུ་མ་བཟུང་བ་མེད་ན་མི་འབྲུང་བའི་འབྲེལ་བ་བཟུང་  
ནས་རྒྱ་རྗེས་སྲུང་པ་ལ་མེད་པར་འབྲུར་ན་དེ་ཡང་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སྲུང་པ་  
པར་ཡང་འབྲུར་རོ། །སྤར་རི་ལྟ་བུར་བཞེད་པའི་རྗེས་སྲུང་པ་རྣམས་ལ་ཡང་  
འབྲེལ་བ་རྟགས་པར་མི་འབྲུར་ཞིང་། །འབྲེལ་གཞན་ལས་ཀྱང་རྟགས་མི་  
འབྲུར། །ཞེས་བཞེད་པར་བྱ་སྟེ། བྱི་མ་ལ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །རྒྱ་ཉིད་ལ་  
སོགས་པའི་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱིས་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་རྗེས་སྲུང་པ་པར་ཐལ་བར་འབྲུར་རོ། །འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་  
ཅུ་གྱི་སྒྲོ་ནས་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཟུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
ལྟར་ན་སྤར་མ་དང་ལྟན་པ་དང་ལྟག་མ་དང་ལྟན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
བྱིར་མཐོང་བ་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་ལོ། །དེ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཉིད་ལས་  
ཡུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལས་འཇལ་བར་བཞེད་པས་ནའོ། །

རྗེས་སྲུང་གི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོད་མའི་གཞལ་བྱ་ལ། འབྲས་  
བུ་གཞན་མ་ཉིད་མི་ཐོབ། །འབྲས་བུ་མེད་པར་ཆོད་མར་འགྲོ་བ་ཡང་རིགས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
རྟགས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཆོད་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་སྤར་དུ་རྟགས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཆོད་མ་  
ལ་རྗེས་སྲུང་གི་ཤེས་པ་ཆོད་མའི་འབྲས་བུ་འོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཡུལ་ཐ་དད་ལས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ཡུལ་གཞན་ལ་

ཚད་མར་འགྱུར་ཞིང་གཞན་ལ་འབྲས་བུར་འགྱུར་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་སྒྲུབ་བཟོད་ཟིན་ཏོ། །

རྟགས་ཀྱི་ཞེས་པ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་ན་ནི། རྣམ་པར་དབྱེ་བའང་  
འགྲུབ་མི་འགྱུར། །གང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་སྒྲ་མ་ལྟན་པ་དང་སྟག་མ་དང་  
ལྟན་པའོ་ཞེས་རྟགས་ཅན་ཀྱི་དབྱེ་བས་དེ་དག་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
རྟགས་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་རོ། །གང་ཡང་སྒྲ་མ་དང་ལྟན་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་  
པ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། དུས་གསུམ་ལ་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་རོ་ཞེས་  
པའི་ངེས་པར་བཟུང་བ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་དཔག་ཐམས་  
ཅད་དུས་གསུམ་ཀྱི་ཡུལ་ལ་འཇུག་སྟེ། དུས་གསུམ་པ་ཅན་ནོ་ཞེས་བཟོད་  
པའི་སྒྲིབ་རོ། །དེ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་པའི་ཕྱོགས་ལ་ནི་འབྲེལ་པ་བསྟན་པ་མེད་པའི་  
སྒྲིབ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རྗེས་དཔག་  
ཀྱང་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ན་རེ་འདི་ནི་འདིའི་འབྲས་བུ་དང་  
རྒྱ་དང་འབྲེལ་པ་དང་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་དང་འགལ་བ་ཅན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
དེ་དག་ནི་རྟགས་ལས་བྱུང་བའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་སྒྲུབ། རྒྱ་ལས་  
འབྲས་བུ་བྱུབ་པ་མེད། །རིགས་པ་ཅན་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དགག་པའི་སྐབས་སུ་  
སྒྲ་མ་དང་ལྟན་པ་དང་སྒྲིབ་མ་དང་ལྟན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་རྒྱས་འབྲས་བུ་  
རྗེས་སུ་དཔོག་པའི་གཏན་ཚིགས་མེད་དོ་ཞེས་བཟོད་དོ། །འབྲེལ་པ་ནི་རྣམ་  
པ་གཉིས་ཏེ་ལྟན་པ་དང་འདུ་བའོ། །དེ་ཡང་མེད་དུ་བ་དང་བ་ལང་དང་རྩ་  
ལྟ་བུའོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག །ལྟན་པའི་རྟགས་པ་བྱུབ་པ་མེད། །ལྟན་པ་

མདོན་པར་མ་ཞེས་ཀྱང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཅམ་གྱི་དྲན་པ་ལས་  
 ཀྱང་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །མི་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་འབྲེལ་པ་མ་བཟུང་ན་ནི་  
 གཞུལ་བྱ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་དེའི་ཞེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཡང་ལྟན་  
 པ་བར་གྱི་མེ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་ན་ནི་མེ་ཡང་དུ་བའི་ཞེས་པའི་རྒྱར་  
 ཐལ་བར་འབྱུར་ཏེ། ལྟན་པ་ནི། གཉིས་དང་ལྟན་སྤྱིར། གཉིས་ཀ་ཡང་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འབྱུར་རོ། །ལྷགས་གོང་དང་སོལ་མེའི་  
 གནས་སྐབས་སྲུང་དུ་དཔ་མེད་པའི་མེ་ཡང་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བས་གཅིག་ནི་གཏན་ཆིགས་སྲུ་མི་འབྱུར་ཏེ། ཐེ་  
 ཆོམ་ཅན་ནི་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ཡོད་  
 པས་ན་དེ་ལས་མེའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་མི་འབྱུར་རོ། །

མེ་དུ་བ་དང་གདོན་མི་བ་བར་ལྟན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། དུ་བ་ནི་གདོན་  
 མི་བ་བར་མེ་དང་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཐ་དད་མིན།  
 སྤྱིར་ཞེས་པ་ནི་ཆིག་གི་ལྷག་མའོ། །ལྟན་པ་ནི་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་  
 གཅིག་ལ་ངེ་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་གཉིས་པ་ལ་ཡང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་པར་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་ཅིག་གི་འབྲེལ་པ་མ་བཟུང་ན་ནི་རྒྱ་  
 འངལ་བར་བྱེད་པ་མི་འཐད་ན་ཡང་འདིའི་འབྲེལ་པ་ཉིད་གང་ལས་རྣམ་པར་  
 དཔྱོད། གང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པའི་ལྟན་ན་ནི་འདིར་གཉིས་ཀ་ནི་  
 མ་ཡིན་གྱི་གདོན་མི་བ་བར་གཅིག་ཁོ་ན་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །



མེ་དང་ལྡན་པའི་དུ་བ་ནི། །ཆ་འགའ་ཞིག་ལས་མ་ཡིན་པས། །དུ་བའི་ཐམས་  
 ཅད་གོ་བྱེད་དམ། །མེ་ཡི་བསལ་བའམ་གོ་བྱར་འགྱུར། །ལྡན་པའི་འབྲེལ་བ་  
 ལྟར་ན་ནི། །མེའི་རྩོ་བ་དང་གསལ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ཀྱང་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་ཡང་དུ་བའི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ཙམ་བཟུང་བའི་བདག་ཉིད་དེ་  
 བས་ཀྱང་མེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་རྩ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་  
 པོ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ལྡན་པ་ལ་སྒྲིན་ཡོད་པ། དེ་  
 བཞིན་དུ་བ་ལ་སོགས་པའང་། དེ་ལ་ཡང་བ་ལང་རྒྱ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ཡང་  
 བ་སེར་ཟལ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཀྱང་རྩ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ས་གོ་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་ལ་འདུ་བ་མི་འཐད་པར་བརྗོད་  
 ཏོ། །འགལ་བ་ཡང་ནི་སྤིད་པའི་བྱིར་རོ། །རི་ལྟར་སྤིད་པ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ་  
 གྱེ། གང་དུ་མངོན་དུ་མ་གྱུར་པའི་འབྱུང་བ་ཡང་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་དུ་  
 བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་བྱེ་བྲག་དང་སྤྱི་ས་  
 བན་ཚུན་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་གྱེ། དེ་ཆ་འགའ་ཞིག་གི་སྒོ་  
 བས་འགལ་བ་ནི་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་བརྗོད་པ། རྟགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞན་  
 རྟགས་མིན་ཞིང་། །བྱེ་བྲག་རྣམས་ཀྱང་རྟགས་ཅན་མིན། །གཞན་ཀྱི་ལྟར་ན་  
 ཐམས་ཅད་ནས། །གོ་བྱ་གོ་བྱེད་དུ་ཡང་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པའོ། །ལྡན་པ་རྩེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན་ནི་དཔག་  
 པར་བྱ་བ་ལྡན་པ་ཙམ་རྟོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་དུ་ན་རྟགས་



ལ་རྟགས་ཅན་ཞེས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདུ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་འདིར་དུད་པས་མེད་ཡོད་པ་ཙམ་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
སྐྱབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ལ་དུད་པ་ཡོད་པའི་ས་སྟོགས་དེར་མེད་པ་ལྡན་ནོ་  
ཞེས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འདིར་ཞེས་པ་དོན་མེད་པར་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མེས་ཀྱང་དུད་པ་འམ་མེད་ཆོ་བ་ལ་སོགས་  
པ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ནི་དམ་བཅའ་བའི་  
སྟོགས་གཅིག་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་གདོན་མི་བ་བར་  
རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ལྡན་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
བ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །ཡུལ་དང་དུས་ལ་ལྟོས་སུ་ཆུག། དེ་ནི་ཡུལ་ལ་ལྟོས་ཀྱང་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྤར་ས་སྟོགས་སུ་མེ་མེད་ན་དུད་པ་མི་  
འབྱུང་བར་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དུས་ལ་ལྟོས་པའི་སྟོགས་ལ་ཡང་། །  
གཙུབ་ཤིང་གཙུབས་པའི་གནས་སྐབས་ན། །རི་སྤྱིད་དུ་མེ་མེད་གྱི་དུས་དེ་  
སྤྱིད་དུ་དུད་པ་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་དུད་པས་མེད་པོག་པའི་  
རྒྱར་ལྡན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདུ་བ་ཡང་བ་ལང་གི་རྩ་ཡོད་པར་དཔོག་  
པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོན་སུམ་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འབྲེལ་བ་ཡོད་དུ་  
བྱེད་ཀྱང་། རྒྱ་ནི་ཁོང་དུ་ཆུད་མི་འགྱུར། །འབྲེལ་བ་མ་དམིགས་པར་མདོན་  
པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་མི་འདོད་དོ། །འདུ་བ་ཡོད་དུ་བྱེད་ཀྱང་རྟོགས་པ་  
ནི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ཁོ་ན་

རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འབྲས་བུ་དང་  
འབྲས་བུ་གཞན་དང་། རྒྱ་དང་རྒྱ་གཞན་ནོ། །དེར་ཡང་དཔེར་ན་གཟུགས་  
རེག་བྱ་ལྟ་བུ་དང་ལག་པ་དང་། རྒྱ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་  
དེ་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །འབྲེལ་བ་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ཆུང་མི་  
འགྱུར། དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་ནི་གང་དུ་ཡང་མཛོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་ཏོ། །

དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་རྟོགས་པ་ནི་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ལས་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་གཟུགས་ཀྱིས་རེག་བྱ་  
བཞིན། །རེག་བྱས་ཀྱང་གཟུགས་གསལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འབྲེལ་བ་  
ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་ཉིད་ལ་ནི་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པས་གཅིག་ལས་འབྲུལ་པར་བརྗོད་པ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་  
རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གང་དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་  
བ་ནི་གཉིས་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ། གཞན་ཡང་སྤྲིད་ཕྱིར་གཉིས་མ་  
ཡིན། །རྒྱ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལས། །འབྲས་བུ་འདི་དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བའི་  
རྟོགས་པ་ནི་མཐོང་བ་ཉིད་དེ། དཔེར་ན་མ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མ་གྱུར་  
པ་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་ནི་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཉིད་དོ་ཞེས་ངས་པར་བརྒྱུད་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འགལ་བ་  
ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། མཛོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ལས་མ་གྱུར་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་  
བུ་ལ་སོགས་པའོ་ཞེས་པ་འདི་ཡང་ཐམས་ཅད་དུ། གང་ཞིག་འགལ་བ་དེ་  
རྟོགས་ཡིན། །སྤྲིན་དང་རྒྱུང་གི་སྦྱོར་བ་དང་ཆར་འབབ་པ་ནི་འགལ་ལ་རག་

ན་འདིར་ཆར་འབབ་པ་ནི་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་དེ་མེད་པ་ཡིན་  
ནོ། ཆར་མི་འབབ་པ་དང་སྒྲིན་དང་རླུང་གི་སྒྲོར་བ་ནི་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་རྟགས་ནི་རྟགས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མཛོན་  
དུ་མ་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་པ་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་  
དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་མེད་སྤྱིར་རྟགས་སྒྲོ་མི་ན། །  
རྟགས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་ནི་རྟགས་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཏ་ཅང་  
ཐལ་བར་འགྱུར་བས་ན་འབྲེལ་པའི་དོན་དུ་མདོ་ལས་འདི་ནི་འདིའི་ཞེས་སྒྲོས་  
སོ། །འདི་ནི་རྟགས་ཉིད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། རྟགས་  
ལས་བྱུང་བའི་བསྟན་པའི་སྤྱིར། །དཔག་པར་བྱ་བའི་ཤེས་པ་ཡང་འབྲས་  
བྱར་མི་འགྱུར་ཞིང་རྟགས་བརྗོད་པའི་བྲན་པ་ཅམ་ལས་ཀྱང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལས་བསྟན་པས་ན་བྲན་པ་ལ་ལྟོས་  
པའི་རྟགས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ལས་བྱུང་བའོ་ཞེས་ཡིན་གྱི་དེ་རྟགས་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱར་བྱས་ནས་རྟགས་སྲུང་བརྗོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་  
དེའི་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་ལ་རྟགས་ཀྱི་སྒྲུ་མང་དུ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བས་  
སོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་འདིར། ཐམས་ཅད་རྟགས་སྲུང་  
བརྗོད་མ་ཡིན། །འདིར་བྱེད་པ་པོ་དང་ཐམས་ཅད་ནི་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
ལྟར་རྗེས་སྲུང་པ་ནི་དེ་བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་  
འདིར་བདག་དང་སྤྲད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །

རྟགས་ཀྱི་ཤེས་པ་རྗེས་དཔག་གི་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་བླ་པས་བར་དུ་  
 ཚད་པའི་སྒྱིར་རོ། །དེས་ན་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་  
 ཡང་རྟགས་ནི་རྟགས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྒྱིར་ཞེས་གང་བརྗོད་  
 པ་དེ་ལ་གང་གི་སྒྱིར། བླ་པ་འབྲེལ་བ་ཅན་དུ་འགྲུབ། །འབྲེལ་བ་ཅན་ཀྱི་  
 རྟགས་པས་ནི་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་གང་གི་སྒྱིར། །མ་གྲུབ་  
 པའི་རྟགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འབྲེལ་བ་གཅིག་ཉིད་  
 ལས་རྗེས་དཔག་གི་རྒྱར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ནི་བསྟན་བཅས་ནས་  
 བརྗོད་པ་ཉིད་དེ། འབྲས་བུ་ལ་སོགས་མདོར་མ་མཆོན། །གང་དག་བསྟན་  
 བཅས་སུ་རྒྱ་ཉིད་དང་། འབྲས་བུ་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྱིར་  
 ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལ་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་སྒྱིར་ཞེས་པ་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་དང་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་སུ་བརྗོད་ཀྱི། མདོར་མཆོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་དག་རྣམས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་སྤིང་བ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་མི་སྤིང་དེ་འདི་གང་གསལ་བར་བྱ་བ་དང་གསལ་བར་  
 བྱེད་པ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོའོ་ཞེ་ན། གང་འདི་ལྟར་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་ཅམ་རྒྱར་འདོད་པ་དེའི་ལྟར་ན་ནི། ཐ་མ་གསལ་བྱེད་དུ་  
 མི་འགྱུར། །རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་མ་ལྟན་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་གསལ་  
 བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་ལས་ཐ་དད་པའི་སྒྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་། དོན་མེད་གཞན་ལས་ཀྱང་དེ་གྲུབ། །འབྲེལ་བ་གཞན་  
 ཀྱིས་ཀྱང་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱེད་དོ། །གང་གི་སྒྱིར་འདི་འདིའི་གསལ་



བར་བྱེད་པའི་ཞེས་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེའི་རྗེས་  
 སྲུང་པོག་པའི་རྒྱ་འདི་དོན་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རེ་ཞིག་གྱེ་བྲག་  
 པའི་རྗེས་སྲུང་པ་ལ་མེད་ཀྱི་སྐྱབ་པར་དགའོ། །གངས་ཅན་པ་རྣམས་ནི་རེ་ཞིག་  
 འབྲེལ་པ་མངོན་སུམ་པ་གཅིག་ལས་ལྷག་པར་བྱུང་པ་ནི་རྗེས་སྲུང་པ་ལ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་འབྲེལ་པ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་ཏེ། དེ་རྣམས་གང་ཡང་རུང་  
 བའི་མངོན་སུམ་པ་གཅིག་གིས་ལྷག་པའི་དོན་མངོན་སུམ་པ་མ་ཡིན་པ་ངེས་  
 པར་བྱུང་པའི་གཏན་ཚིགས་དེ་ནི་རྗེས་སྲུང་པ་ལ་མེད་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལོ། །

རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་པ་རུང་བའི་མ་ངེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དོན་རིམ་ལྟ་བུ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་བའི་བྱིར་བྱིས་ཀྱི་ཚུལ་པ་འཇུག་སྟེ། མངོན་  
 སུམ་གྱི་སྦྱི་ཅམ་ལས་ངེས་པར་མ་བཟུང་བའི་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་བསྟན་པ་ལས་  
 བྱེ་བྲག་གི་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟ་བུ་འདོད་པ་  
 ལྟར་ན་ཡང་མངོན་སུམ་པ་གཅིག་ལས་ཞེས་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གི་བྱིར་མངོན་སུམ་ནི། རང་དོན་ཅམ་ལས་ལྟ་བུའི་བྱིར། །བ་ལང་ལ་སོགས་  
 པའི་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀ་ལའང་རྣ་བ་ལ་སོགས་པ་འཇུག་པ་ནི་མེད་དོ། །  
 ཅི་སྟེ་ཡང་འདོད་དོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་འཇུག་པ་ཐམས་  
 ཅད་ནི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་རིམ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་  
 དེ་ཉིད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་ཐ་དད་དུ་མི་བྱ་བ་འབྲུལ་པ་  
 མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རིམ་བཞིན་བཟོད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མངོན་  
 སུམ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་མངོན་སུམ་ཞེས་བཟོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་མངོན་སུམ་པ་



གཅིག་ལས་ཞེས་འདིར་མངོན་སུམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་གྱི་འཇུག་པ་ལ་མངོན་  
 སུམ་མོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ན་དེའི་ཡུལ་ཡང་མངོན་སུམ་པར་འགྱུར་  
 བས་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་ནི་  
 རང་དོན་ལ་ལྟ་བའི་སྤྱིར་གཤམ་ཏེ་མངོན་སུམ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀའི་ཡུལ་  
 ཅན་དུ་འགྱུར་ན་ནི། དེ་ལྟ་ན་ཡིད་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡང་དེའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་  
 མངོན་སུམ་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡུལ་གཞན་ལ་ཚད་མ་ལ། ཡུལ་གཞན་  
 ལ་འབྲས་བུ་འགྱུར་བ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་སྤར་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །

ཡུལ་གཞན་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།།  
 དེ་ནས་འདི་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་ཅན་མངོན་སུམ་པ་གཅིག་ཅེས་པ་རྣམ་པ་གང་  
 གི་སྒོ་ནས་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཤམ་ཏེ་ཁོར་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ་ཞེ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཁོར་ཅན་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཁོར་ནི་ཁོར་བདག་  
 དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཡོད་པས་སོ། །ཁོར་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་  
 བའི་བྲན་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གཤམ་ཏེ་གཞན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་  
 བརྗོད་དོ། །གཤམ་ཏེ་རྟགས་འཛིན་པར་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་  
 འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་མི་འཛིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་  
 ཡོད་པའི་རྟགས་ལ་དུད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་བཟུང་ནས་བྱིས་དེ་མེ་ལ་  
 སོགས་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་བྲན་པར་བྱེད་དོ། །རི་རྒྱུད་དུ་བརྗོད་པའི་  
 ཁོར་དང་ཁོར་ཅན་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་བ་གཅིག་ལས་ལྷག་པ་གྲུབ་པ་ནི་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པའོ་ཞེས་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་མ་ཤེས་

པར་དེ་རྟོགས་སྟེ། །ཁོར་དང་ཁོར་ཅན་ལ་སོགས་པ་མ་ཤེས་པར་མེད་ན་  
མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དམིགས་པ་ལས་ངེས་པའི་སྟེར་རོ། །

འབྲེལ་བ་འཛིན་པ་ནི་རྗེས་སྲུང་པོག་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་སྲ་  
མ་ཉིད་དེའི་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྟེར་རོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ཁོར་  
དང་ཁོར་ཅན་ལ་ངེས་པར་སྟོས་སོ་ཞེས་པའི་མི་འབྲེལ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེའི་སྟེར་འབྲེལ་བ་ལས་རྗེས་སྲུང་པོགས་སོ། །འབྲེལ་བ་དམིགས་  
ནས་ཡང་མི་འབྲེལ་བ་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་རྗེས་སྲུང་པོག་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་སྟེར་རོ། །འབྲེལ་བ་རྗེས་  
སྲུང་པོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཙམ་གྱི་རྣམ་པས་རྗེས་སྲུང་  
དཔག་པར་བྱ་བ་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྟགས་ལ་ཤེས་པར་  
བྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྟེར་རོ། །

འདིར་ཡང་མེས་དུད་པ་རྗེས་སྲུང་པོག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
འབྲེལ་བ་བྱེད་པར་མེད་པའི་སྟེར་རོ། །བྱེད་པར་མེད་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅན་དུ་  
འབྲེལ་པར་རོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་མེ་དང་དུད་པ་དག་ལ་ནི་འབྲེལ་  
པའི་སྟོན་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྟེར་རོ། དེ་ནི་གཉིས་གནས་མིན་  
སྟེར་རོ། དུད་པ་ཉིད་ནི་མེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། མེ་ནི་དུ་བ་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་འབྲེལ་  
བ་དེ་དག་ནི་ཡོད་དུ་ཆུག་ཀྱང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་  
ཀྱི་དངོས་པོ་ནི་མ་འབྲེལ་བ་ཉིད་དེ། ཅིའི་སྟེར་ཞེ་ན། དེ་ལ་རྟགས་དང་རྟགས་

ཅན་མེད། །གང་གཞི་ད་བྱ་གཞི་ད་བྱེད་ནི་སྒྲུལ་དང་ནེ་ལུ་ལེ་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེ་དག་  
ལ་ནི་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་སྒྲུལ་རྒྱལ་བ་དང་  
ནེ་ལུ་ལེ་མམ་པ་དག་ལ་ནི་འགལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཡང་རིག་  
པར་བྱའོ། །གང་ཡང་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུའི་འབྲེལ་བ་ནི་དེ་དག་  
ཉིད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་བཟུང་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་གང་གི་ཆེ་ཐ་དད་པ་དང་རྗེས་  
སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྟགས་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་འབྲེལ་བ་གང་ལས་ཡིན།  
རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་ནོ་ཞེ་ན། དབྱུང་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱེད་  
པར་བྱེད་པས་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གསལ་བར་བྱ་བ་དང་གསལ་བར་བྱེད་  
པས་ཡིན་གང་། གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་ལྟར་ན་ནི་འདི་ལྟར་རྗེས་འགྲོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། སོ་སོར་མི་བརྗོད་ཐ་དད་ལས། །རྒྱ་ཅན་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། རྒྱ་  
ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཐ་དད་པ་ལས་སྟོན་པའི་གཏན་ཆིགས་  
ཉིད་ཀྱི་སོ་སོར་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །

ཉེས་པ་དེ་ནི་མེད་དོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གཞན་མིན་ཕྱིར། །རྗེས་སུ་  
འགྲོ་བ་གཞན་ཐ་དད་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གཞན་མིན་ནམ་ལྟ་  
མིན། །གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གཞན་ཐ་དད་ཉིད་ལས་སྟོན་པར་མི་བརྗོད་ན།  
ནམ་པ་ལྟ་དུ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་དོ། །གཙོ་  
བོའི་ཆ་ནས་བརྒྱ་ལམ་ནའང་། །སྐྱེད་བྱེད་ཉིད་དུ་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཐ་དད་ན་  
ཡང་སྐྱེ་བྱེད་མིན། །དེ་ལས་ཀུན་དུ་འཐོབ་འགྱུར་མིན། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་  
དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོའི་འབྲེལ་བ་ནི་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་

ཆ་ནས་མ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་ནི་ཡོད་པ་ཙམ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་ངོ། །གཙུག་པོ་ལ་སོགས་ཀྱི་གཅིག་སོགས། །ཐ་དད་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་  
 འགྲོ་ཉིད། །ལ་སོགས་གང་ལས་ཡོངས་སྲུ་འཛིན། །དེ་ཡི་སྤྱིར་འདི་གསལ་  
 བྱེད་མིན། །གང་གི་སྤྱིར་ཐ་དད་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སྲུ་འགྲོ་བ་བོར་ཆོད་ལ་  
 སོགས་པས་གཙུག་པོ་དང་སྤྱིས་སྤྱི་རྟོགས་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་ཉིད་གཙུག་ཕྱུང་  
 ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབས་པས་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་གཙུག་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་གྱི། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་དངོས་  
 པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་གཙུག་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དང་རྗེས་སྲུ་  
 འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྗེས་སྲུ་བསྐྱབས་ན་ནི། དེ་བཞིན་ནོར་དང་ནོར་ཅན་  
 ལ། །མཆོན་ནས་གསལ་བྱེད་མ་ཡིན་ཉིད། །འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་མཆོན་  
 སྤྱིར། །འབྲེལ་མེད་ཉིད་དུ་ཡང་དག་བཟོད། །འབྲེལ་བ་ཅིག་ཤོས་ལ་ནི་ཆ་  
 འགའ་ཞིག་ལས་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་དུ་འགྱུར་གྱི་གང་ནོར་དང་ནོར་ཅན་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། །འདི་ལྟར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་པན་ཚུན་  
 གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་འགྱུར་བས་ན་ནོ། །ནོར་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆ་གང་གི་  
 སྟོན་སྲུ་ཀྱང་གསལ་བྱེད་ཉིད་མ་མཐོང་ངོ། །དེའི་སྤྱིར་འབྲེལ་བ་གཞན་ཉིད་  
 ལས་དོན་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། ནོར་དང་ནོར་ཅན་ལ་སོགས་ཙམ། །རྟགས་ཅན་འཛིན་  
 པ་ཡིན་ན་ནི། །འབྲེལ་བ་ལས་གཞན་ཤེས་པས་ན། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིན་  
 པར་འགྱུར། །ནོར་གྱི་ཆ་ནས་ནོར་ཅན་ཉིད་ཙམ་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་རྟགས་



ཅན་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནི་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་ས་འཛིན་པ་བོར་ནས་རྟགས་  
གཞན་ལས་ཞོར་གྱི་དོན་བརྗོད་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་ཤིན་ཏུ་  
འདས་ན་ཡང་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ནས་རྟགས་ཅན་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་ཐལ་འགྱུར་སེམས་པས་ཚིག་གོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་གཙོ་བོ་དང་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱེད་པར་  
བྱེད་པ་པོའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་འོ། །  
གལ་ཏེ་གཅིག་ཡིན་ནམ་བདུན་མིན། །གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་  
ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ཞོར་དང་ཞོར་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་པ་ལས་དེ་དག་ནམ་  
པ་བདུན་དུ་དབྱེ་བར་མི་བྱའོ། །

དེའི་གཅིག་ཁོ་ན་གསལ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་དུ་ཆུག་ན། ཅིག་  
ཞོས་ནམས་ནི་གསལ་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་ཀྱི་དངོས་པོ་  
ལས་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འབྲེལ་བ་གཞན་ཉི་བར་དམིགས་པ་ཉིད་འདིར་  
འདིའི་གསལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་  
པའི་རྒྱ་གཞན་ནི་དོན་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲར་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་ཀྱི་  
དངོས་པོའི་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་  
བྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ནི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ནའོ། །རྒྱ་ཅན་ཉིད་  
ཅས་པ་ནི་གསལ་བར་བྱ་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
གང་ཡང་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བའི་དངོས་པོའི་འབྲེལ་བ་ནི་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་  
རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཞེས་པ་ལའང་། གལ་ཏེ་གཅིག་ཡིན་ནམ་བདུན་མིན། །



ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལན་གདབ་པོ། །གང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་དེ་གཅིག་བྱ་མེད་  
ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ཁོར་དང་ཁོར་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བ་  
མ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལས་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པར་འབྱུང་རོ། །ལྟན་ཅིག་རྒྱ་  
བའི་དངོས་པོ་ལས་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པའི་རྗེས་སྲུང་པ་སྤིང་དོ་ཞེས་པ་ནི་  
མ་ཡིན་ཏེ། དེས་དབང་པོ་ལས་འདས་པའི་དོན་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད། དེའི་  
སྤྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་པ་ནི་རྗེས་སྲུང་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་  
རྗེས་སྲུང་པ་པོ་ནམ་པ་གཉིས་ཏེ། གྲེ་བྲག་མཐོང་བ་དང་དང་སྤྱི་མཐོང་  
བའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ་རེ་ཞིག་གྲེ་བྲག་མཐོང་བ་ནི་རྗེས་སྲུང་པ་ཉིད་  
དུ་མི་འདོད་དོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་བྲན་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱིར་  
ཉམས་སྲུང་བའི་བྲན་པ་གཞག་ནས་ཤེས་པ་གཞན་ལ་དེ་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པ་ནི་རྗེས་སྲུང་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱིར་མཐོང་བ་ནི་ནམ་པ་གཉིས་པོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་རེ་རེ་འཕྲེང་གཉིས་ཀ་  
ཡང་བྱུང་སྟེ། དེས་པར་གཟུང་བ་རིགས་པ་མིན། །རི་ལྟ་བུར་ཞེས་པར་  
གཟུང་བར་བྱ་བ་གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་སྤྱིར་མཐོང་བ་ཁོན་ནམ་པ་གཉིས་སོ་ཞེས་  
པ་དེ་ལྟ་ན་ནི། འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་དག་ལས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་རྗེས་སྲུང་པོ་ག་  
པ་མེད་པར་འབྱུང་རོ། །ཅི་སྟེ་སྤྱིར་མཐོང་བ་ནམ་པ་གཉིས་ཁོན་ཡིན་ན་ནི་  
ཁོར་དང་ཁོར་ཅན་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་དང་། གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་  
འབྲེལ་པ་ཅན་དེ་ནམས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་རྗེས་སྲུང་པར་མི་འབྱུང་རོ། །དེ་  
དག་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དང་པོ་མ་ཡིན་ཞིང་གྲེ་བྲག་འཛིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་སྐད་དུ། ཡང་སྒྲུས་པ། འབྲེལ་བ་བདུན་དུ་བསྟན་པ་དང་། །རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་གཉིས་ཉིད་དང་། །དེ་སྒྲོན་སོང་བའི་རྗེས་དཔག་གསུམ། །འདི་  
 དག་གང་གི་ཁོངས་སུ་བསྟུ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཞོར་བདག་ནི་བྱེད་པ་སོ་  
 ཡིན་ཞིང་ཞོར་ནི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་གཟུང་བར་བྱ་བ་དང་འཛིན་པར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་གཞན་མེད་པར་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་ཤེས་པར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནི་ཕན་འདོགས་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་གཉིས་སོ་ཞེས་ངེས་པར་བཟུང་བ་དེ་དག་ངེས་པར་  
 གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། འབྲས་བུ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྤྱིར་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པ་  
 གཉིས་སོ་ཞེས་པའི་ཆིག་གི་འབྲས་བུ་ཅི་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་གཞན་ལ་ཡང་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ན་ནི་རྣམ་པ་མང་སོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གང་ཡང་  
 རི་སྐད་དུ་སྒྲ་མ་དང་ལྟན་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་འབྲུལ་པ་ཅན་ནོ་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་ཅན་རྣམས་ལ་འབྲུལ་པ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྒྱ་ལ་ནི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤྱིད་ལ་  
 འབྲས་བུ་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་འབྲུལ་པས་ན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་ཉིད་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉི་བར་བརྟགས་ནས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་གལ་ཏེ་འབྲུལ་ན་ནི། དེ་རྟགས་མིན། ཅིའི་  
 སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལས་ནི་དོན་དའི་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་

ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་འདིར་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཉི་བར་གདགས་པ་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་ལ་འབྲས་བུའི་ཤེས་པ་དེ་འབྲུང་བ་སྤྱིར་གྲང་  
 ཏགས་འབྲུལ་པར་ངོ་ཤེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འབྲུལ་པར་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་ཆེ་དེར་དོན་རྗེ་  
 ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་ཉེས་པ་འབྲུང་བ་དེའི་ཆེ་ནི་དེའི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཤེས་པ་དང་མི་ལྡན་པས་ཡང་འབྲུལ་  
 པར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ལ། རག་ལས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར་ན། འབྲེལ་པ་  
 གཞན་དག་འོས་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ན་ནི་གང་མི་འབྲུལ་བ་ལ་ལྟོས་པ་དེ་ཉིད་  
 མེད་ན་མི་འབྲུང་བ་ཉིད་དེ། དེ་རྗེས་སྲུ་དཔག་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་  
 འབྲེལ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་དཔྱེད་པ་ཅན་གྱི་ལྷག་མ་དང་ལྡན་  
 པ་ཉིད་ནི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་སྟེ་གཞན་དུ་གཏན་ཆོག་གས་ཉིད་ལ་རྗེས་སྲུ་དཔག་  
 པར་ཉི་བར་བཏགས་ནས་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་དུ་དེའི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་  
 ཐམས་ཅད་ལ། དཔྱེད་དང་བཅས་པར་བརྗོད་པར་བྱ། །མདོན་སུམ་གྱིས་  
 སྤྱི་ཅུ་བ་བཟུང་ཡང་འདི་ལ་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་མི་ངས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ན་ལྷག་  
 མ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ན་རྣམ་པར་དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་  
 པའང་དཔྱེད་པ་དང་བཅས་སྤྱིར། །ཏགས་ཡོད་པར་གྲུབ་པ་འདི་ལ་ཅི་འདི་  
 ལས་འགྱུར་རམ་འོན་ཏེ་མི་འགྱུར་ཞེས་རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་ཆུ་ཁྲུང་གང་བས་ན་མི་འབྲུལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་  
 དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཡང་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་

ན་མི་འབྱུང་བ་ལས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ངེས་པར་བཟུང་བ་  
བྱས་པས་གང་སྤྱི་མཐོང་བའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དེ་དག་ནི་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པ་  
དབང་པོའི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་རྣམས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་  
ན། དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར། གཞན་པ་ལས་ཀྱང་རབ་ཏུ་  
བྱུང་། །གང་གི་ཆེ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ནས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་  
གཙོ་བོ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་བྱེ་བྲག་མཐོང་  
བ་ལ་ཡང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མཐོང་བའི་སྤྱིར་ངེས་པར་བཟུང་བ་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། གཙུག་ཕུད་ཅན་དོན་གཅིག་རྟོགས་དེས། །ལྷག་མ་དང་  
ལྷན་པའི་རྗེས་དཔག་གི་ཡན་ལག་ལས་དེའི་གཙོ་བོ་གཅིག་ཡོད་པ་ཉིད་ཁོང་  
དུ་ཆུད་པ་ནི་འཐད་པ་སྟེ། དེའི་དངོས་པོ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
དེའི་ཡང་ཐ་དད་པ་ལས་རྟོགས་པར་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྗེས་  
སུ་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཐ་དད་པ་ཉིད་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐ་  
དད་ཐ་སྟོད་ཡོད་མིན་པའམ། །ཅི་སྟེ་ཐ་དད་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་རྗེས་  
འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཙོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་  
ལྷག་མ་དང་ལྷན་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་གོ་བར་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་  
དོ།

དེ་ལྟར་ནི་རྣམ་པར་ལྷན་པ་རྣམ་ལྔ་བརྗོད་པར་མི་བྱ་ཞིང་གཙུག་ཕུད་  
ཅན་གྱི་དོན་བརྒྱ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། སྤྱིས་བུའི་རྣམ་ཀུན་རྟོགས་



མི་འགྱུར། །སྤྱི་ལོ་ཡོད་པ་ཉིད་དམ། མང་པོ་ཉིད་དམ། ཐ་དད་པ་འམ།  
ཐ་མི་དད་པ་ཡང་རུང་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སྲུང་པ་ས་གོ་བར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། །སྤྱི་ལོ་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུ་ན་གངས་ཅན་པ་  
ནམས་ཀྱི་རྗེས་སྲུང་པ་རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་ནོ། །དཔྱད་པ་ནམས་ཀྱི་ནི་  
རྗེས་སྲུང་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་སུམ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། དེ་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་མདོར་མ་མཆོན་ནོ། །འབྲེལ་པ་  
བྱེད་པས་ནི་དག་བྱེད་མཁན་གྱི་བསམ་པ་རྗེས་སྲུང་བློས་ནས་ནམ་པར་བྱེད་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ། མངོན་སུམ་སྟོན་འགྲོ་ཅན་ཡིན་སྤྱིར། །རྗེས་སྲུང་པ་སོགས་  
མདོར་མ་མཆོན། །ཞེ་ན་དཔྱད་འདོད་ཞེ་སྤང་དང་། །ཅུ་ལ་བ་ལ་སོགས་ཆད་  
མར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་དེ་ཉིད་ཆད་མ་ཉིད་དུ་  
ཞེས་ཟེན་པས་དག་བྱེད་མཁན་གྱི་རྗེས་སྲུང་པ་སོགས་པ་མ་བརྗོད་པ་དེ་  
ལྟ་ན་ནི་མངོན་སུམ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔྱད་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཡང་ཆད་མ་གཞན་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །འབྲེལ་པ་བྱེད་པས་གཞན་གཞུང་ལས་  
བཏོན་ཏེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུན་ནས་ནི། །རྗེས་སྲུང་པ་སོགས་བསྐྱུན་པ་སྟེ། །  
མངོན་སུམ་སྟོན་འགྲོ་ཅན་མ་ཡིན། །མངོན་སུམ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་ནི་  
འབྲེལ་པ་འམ་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་སུམ་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་ན་  
འབྲེལ་པ་ཅན་ནམ་གཉིས་ཀ་ལྟར་ན་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ལྡན་སོགས་  
ཡུལ་ལ་དབང་སྟོ་མེད། །ཡུལ་ལ་འང་དེ་དག་ཡོད་མ་ཡིན། །དབང་པོ་ནི་ཐུན་



མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་ནོ་ཞེས་སྒྲུང་བཟོད་ཟིན་ཏོ། ། འབྲེལ་བ་ནི་དུ་མ་  
ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ན་དེ་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་མེད་པའི་དབང་པོའི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་  
འགྱུར། འབྲེལ་བ་ཅན་ཡང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་བཟུང་ན་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་  
པ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་མཁོ་བར་འགྱུར་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
ནོ། ། འབྲེལ་བ་བྱེད་པས་ནི་པལ་ཆེར་བྱེ་བྲག་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་རྫོང་  
པར་བྱེད་པ་སྟེ། མཐོང་བའི་སྤྱི་དང་མ་མཐོང་བའི་ལ་སོགས་པར་བྱེད་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལ་འདུ་བ་དང་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་དང་འགལ་བ་དང་དེ་དང་ལྡན་  
པ་རྣམས་ནི་མངོན་སུམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་ལྡན་པ་དང་བཅས་པའི་  
འབྲེལ་བ་ཅན་མངོན་སུམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་  
ལྟར་ཁས་ལེན་པ་ལ་བཟོད་པ། ལྡན་པ་རྗེས་སུ་དཔག་གིས་རྟགས་མིན། ། ལྡན་  
པ་ནི་མེ་དང་དུ་བ་དག་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ཀའི་རྒྱར་བྱུང་  
པར་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནས་གོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
བཟོད་ཟིན་ཏོ། །

ལྡན་པ་ཅན་ནི་རང་ངོ་བོས། ། ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱེད་མ་ཡིན། ། འབྲེལ་  
བ་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་འགལ་ཞིག་དུ་ཡང་པན་མི་  
འདོགས་སོ། ། གཞན་མིན་མངོན་སུམ་ཡང་མ་ཡིན། ། ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་དེས་  
རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་པན་མི་འདོགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་ལ་ཡང་ངོ་  
ཞེས་སྒྲུང་བཟོད་ཟིན་ཏོ། །

རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་དང་རྗེས་སྲུ་བསྟན་པ་དང་ཉི་བར་གཞུང་བ་རྣམས་  
ལ་ནི་འདིར་དགག་པ་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར། གང་དུ་རྗེས་  
དཔག་ལ་སོགས་འདི། །བཀག་པ་དེ་བཞིན་དེ་ཡང་བཀག། །འདིར་རང་གི་  
འདོད་པ་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ལ་སོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསྐྱབས་པ་མེད་དོ། །  
འབྲེལ་པ་གཞན་མ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདིར་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་ནི་བྱེ་བྲག་  
པའི་འདོད་པ་ཁ་ཅིག་ལས་སོ། །དེས་ན་དེ་བཀག་པ་བཞིན་དུ་འདི་ཡང་  
བཀག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དོན་གྱི་གོ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འགག་པར་བརྗོད་  
པར་བྱ་སྟེ། དོན་གོ་རྣམས་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ། །དེས་པ་དང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
མ་དེས་པའོ། །དེ་ལ་གང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་ཏེ། རྗེས་དཔག་གང་དུ་མཐའ་  
གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཅན་གྱི་གོ་བ་ནི་དཔེར་ན་དེ་འཆོད་པ་ལས་སྣོད་དང་ཉེན་ལ་  
སོགས་པའི་དོན་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ནི་འཆོད་པའི་རྟགས་ཉིད་ལས་ཁོང་  
དུ་ཆུད་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཅིག་ཤོས་བརྒྱན། མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་དེས་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་དོན་གྱིས་  
གོ་བས་ནི་ཆད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་  
ན་ཅོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལས་ཅོལ་བ་ལས་མ་  
བྱུང་བའི་སྤྱིར་རྟག་ཅེས་པ་མ་དེས་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གང་འདི་སྐད་དུ་  
ནག་པ་བྲིམ་ན་མེད་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་ན་ཡོད་པར་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ནི་  
དངོས་པོ་མེད་པའི་ཆད་མ་ཉིད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ། ནག་པ་བྲིམ་ན་མེད་  
པ་ལས། །སྤྱི་ན་ཡོད་པ་མཆོན་པ་མིན། །བྲིམ་གྱི་སྤྱི་ཡི་དོན་ལས་འདིར། །

སྒྲིན་ཡོད་པར་རབ་ཏུ་རྟོགས། །ནག་པ་སྒྲིམ་ན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ལ་སྒྲིམ་  
 ཀྱི་སྒྲུའི་སྒྲོར་བ་ཉིད་ལས་ནག་པ་སྒྲི་རོལ་ན་ཡོད་པར་དོན་གྱིས་གོ་བ་ཡིན་  
 ཀྱི། མེད་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྒྲིམ་དང་སྒྲི་རོལ་གཉིས་ཀ་ན་མེད་  
 ན་ནི་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཅམ་ཉིད་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྒྲི་རོལ་དོན་  
 ཀྱི་གོ་བ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཚད་མ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིན་པོའི་  
 སྒྲོགས་མ་གྲུབ་པ་ལས། །སྒྲོགས་གྲུབ་པ་རུ་བརྗོད་པ་ཡིན། །གང་དུ་གངས་  
 ཅན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་སྒྲོགས་བཀག་ནས་རང་གི་སྒྲོགས་བསྐྱབ་པར་  
 འདོད་པ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་སེལ་བ་འདི་ཡང་སེལ་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ངེས་པར་བསྟན་ཏོ། །

ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ལས་རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ་  
 ལེ་ཏུ་གཉིས་པའོ། །

གཞན་དོན་ཆེས་སྤྲོ་དཔག་པ་ནི། །རང་གི་མཐོང་དོན་རབ་གསལ་  
བྱེད། །དེ་ལྟར་རང་གི་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་  
སྐྱེས་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་ནས་  
ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་བརྗོད་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཆེས་སྤྲོ་དཔག་པ་སྟེ།  
རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་བརྟགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འདིར་ཡང་ཚུལ་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་མ་སྤྲོས་ན་ཡང་མ་ཚང་བ་  
བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཆེས་སྤྲོ་དཔག་པར་བྱ་བ་སྟོན་པ་ནི། དམ་  
བཅའ་བ་བྱ་སྟེ། རྟག་གའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སྤྲོ་དཔག་གྱི་དོན་གྱི་ཆེས་སྤྲོ་  
དཔག་པ། དགོད་པ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་ཟི་བར་བྱའོ། །

ཁོ་ལོ་ཅག་ནི། དེ་ལ་དཔག་བྱ་བསྟན་པ་ནི། །རྟགས་གྱི་དོན་གྱི་ཡུལ་  
དུ་འདོད། །ཡན་ལག་རྣམས་ནས་གང་ཆེས་སྤྲོ་དཔག་པར་བྱ་བ་བསྟན་པ་དེ་  
ནི་ཁོ་ལོ་ཅག་གི་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་མི་འདོད་དེ། དེ་ཉིད་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་རྟགས་གྱི་དོན་དུ་ཡུལ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དེ་ནི་དེས་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་། རང་གི་ངོ་མོ་དང་ཉིད་ལྡན། །རང་དང་འདོད་འགྱུར། རང་  
གི་ངོ་མོ་ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ངོ་མོ་ཡིན་གྱི་བྱབ་པ་ལས་  
སྐྱབ་པའི་ངོ་མོས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟགས་མ་བྱབ་པ་དང་། དཔེ་



ལྟར་སྒྲུབ་བ་དག་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྒྲུབས་པར་བརྗོད་པ་སྟེ། དེ་དག་སྒྲུབ་པར་  
འོས་པའི་ངོ་མོར་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །རང་དང་འདོད་འགྱུར་ཞེས་སྟོས་པ་  
འདིས་ནི་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ལ་སྟོས་ནས་ཁས་སྒྲུབས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ཡང་མ་བསལ་བའོ། །མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་  
ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟེན་ལའོ། །གང་སྒྲུབ་པར་འདོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱད་  
པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ཅན་དེ་ལ་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་འགལ་བའི་  
མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། ལུང་དང་། གྲགས་པ་རྣམས་ཏེ།  
ཆོས་གཞན་གྱིས་མ་བསལ་བའོ། །དེ་ལྟར་ན་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་  
མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་  
སྒྲུ་མཉན་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བྱམ་པ་རྟག་གོ། །ཆོད་མས་གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་  
སྒྲུབ་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དམ་བཅའ་བ་ཅམ་དང་འགལ་བ་དང་།  
གང་ཡང་རྒྱང་མོང་མ་ཡིན་སྱེར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་  
སྒྲུབ་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་སྒྱུར་བ་ནི་རི་བོང་ཅན་ནི་ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་  
ཡོད་པའི་སྱེར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་དག་གིས་ནི་ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་མོ་  
བསལ་བའི་སྟོ་ཅམ་ཅིག་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཕྱོགས་འདིས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་གི་རང་གི་ངོ་མོ་  
བསལ་བ་ཡང་མཆོན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་དཔེར་ན་ཡན་ལག་  
ཅན་ནི་ཡན་ལག་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུང་མཐོ་དམན་གྱི་བྱེ་བྲག་མ་  
བརྒྱུང་བའི་སྱེར་རོ། །ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་དག་ནི་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ།

མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་གྱི་རྗེས་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་རྗེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
བའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་ཀའི་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱེ་བྲག་ནི། དཔེར་ན་སྤྱི་བའི་དོན་  
ཐམས་ཅད་བརྟུན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱི་བ་ཡོད་མོད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱིས་པ་  
དང་སྤྱི་བའི་བདག་ཉིད་བརྟུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་ལྟ་ན་ནི་དེའི་སྤྱི་བའི་  
བདག་ཉིད་དང་ཡང་བརྟུན་པ་ཉིད་གཉིས་ཀ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བསལ་  
བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུ་ནི་གཉིས་ཀའི་རང་གི་ངོ་བོ་བསལ་ཏོ། །ཅི་སྟེ་སྤྱི་བའི་བདག་  
ཉིད་ཀྱི་བརྟུན་པ་ཉིད་བསལ་བ་མ་ཡིན་ནི་ཞེས། དེ་ལྟ་བུ་ནི་གཉིས་ཀའི་བྱེ་  
བྲག་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །རིགས་པ་ཅན་རྣམས་ན་རེ། བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་ཞེས་  
པ་འདི་ལ། བྱབ་པ་མེད་པར་དོན་གྱིས་བྱས། །བསྐྱབ་བྱ་སྟོས་པས་ནི་བྱབ་  
པ་ལོག་པ་ཅམ་དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་པར་  
གནས་སོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་རྟགས་དང་དཔེ། །མ་གྲུབ་པ་ཡང་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར།  
དཔེར་ན་སྤྱི་རྟག་སྟེ། རེག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྟོ་བཞིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་  
ཡང་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དམ་བཅའ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལ་ཡང་ཅི་ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནམ། ཅི་སྟེ་ཆོས་ཅན་ཡིན་ནམ།  
དེ་སྟེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེས། བསྐྱབ་  
བྱ་ཆོས་ཡིན་ཆོས་མ་སྟན་མེད། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཅམ་

བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་མ་ཐུན་ཞེས་ནི་སྐྱར་དུ་མི་བརྒྱབ་  
 རྟེ། མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་མ་ཐུན་པའི་དངོས་པོ་ཅན་གྱི་དཔེ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱའི་རྟགས་དོན་མེད། །ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་  
 ལྟ་ན་ནི་སྐྱ་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆོག་གས་དགོད་  
 པར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན་ནི་སྐྱོན་ཡང་གཉིས་ཀའོ། །འདི་ལ་  
 ཡང་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱན་པ་ཉིད་དམ་བཅའ་བའོ་ཞེས་ངེས་པ་གོང་དུ་སྐྱོར་བའམ་  
 བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱན་པ་དམ་བཅའ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་བཟུང་བར་འོག་ཏུ་  
 སྐྱོར་གང་། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། གོང་དུ་ངོས་བཟུང་དོན་མེད་འགྱུར། །  
 ཅིག་ལོས་ལྟར་ན་འདོད་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱན་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་  
 ངེས་བཟུང་གོང་དུ་སྐྱོར་ན་ནི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བསྐྱན་པའི་རྟགས་ལ་སོགས་པ་  
 འཕངས་ཟེན་པའི་སྤྱིར་གོང་དུ་ངེས་བཟུང་བྱས་པ་ལས་དོན་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་  
 བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱན་པ་དམ་བཅའ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་ངེས་བཟུང་འོག་ཏུ་སྐྱོར་ན་ནི་  
 རྟགས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་པའི་དོན་དུ་བསྐྱན་པ་ཡང་དམ་བཅའ་བར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་དམ་བཅའ་བ་རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་ནོ། །

དེ་བཞིན་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་ལའང་། །དེ་བཞིན་ཏེ་རིགས་པ་ཅན་  
 རྣམས་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཚོད་པ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་། རྟགས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་དང་། དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་བརྗོད་པར་ཡང་དམ་བཅའ་བར་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི། ཕྱོགས་ལྷག་སྤྱིར་ན་  
 སྤིད་མ་ཡིན། །ཚོད་པ་བསྐྱབ་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱར་བརྗོད་པ་ཅམ་དམ་བཅའ་

འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ལྟར་སྟོགས་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ། །སྟོགས་དེ་ཅི་ཞིག་  
 རྣམ་པར་དབྱུང་པའི་འདོད་པ་དོན་ཏེ། དེ་སྟོགས་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བྱ་ཅམ་དེ་  
 ཏྲགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པར་བརྗོད་པ་ཡང་དམ་བཅའ་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་པའི་སྟོན་ནི་མེད་དོ་ཞེ་ན་སྟོན་ངེ་ལྟར་ན་མེད་དེ་དེ་ལ་ཡང་། རྣམ་པར་  
 དབྱུང་པའི་འདོད་པ་འདི། །མི་འདོད་པ་ལས་ལོག་པ་ཅམ། །དེ་ནི་མི་འདོད་  
 པ་ལོག་པ་ཅམ་ཡིན་པར་བས་སོ། །དེས་ན་ངེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱའི་བྱེ་བྲག་གོ་  
 བར་བྱེད། །རྣམ་པར་དབྱུང་པའི་འདོད་པ་ནི་འདི་ཏྲགས་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་  
 ཞེས་མིང་གི་གཟུང་བྱ་ལ་ཡང་དབྱུང་པར་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་དེ་ཡང་དམ་བཅའ་  
 བར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱ་གཟུགས་བརྟན་དང་བཅས་པ་བསྟན་ཏོ། །

རིགས་པ་ཅན་རྣམས་ན་རེ་དམ་བཅའ་བ་གཏན་ཆིགས་དང་འགལ་བ་  
 དང་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་དམ་བཅའ་བའི་སྟོན་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་སྤྱི་ཏྲག་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མི་ཏྲག་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །དམ་བཅའ་གཏན་ཆིགས་དང་འགལ་བ། །དམ་བཅའི་སྟོན་ཞེས་  
 རིགས་པ་མིན། །འདིར་ནི་དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆིགས་སྲུང་འགལ་ལོ་  
 ཞེས་པ་གཉིས་ཀ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ངེ་ལྟར་ཞེ་ན། ལེགས་པར་མ་  
 བསྐྱབས་པ་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ནི་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེས་བརྗོད། །གང་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་སྟོར་བ་འདི་དམ་བཅའ་བ་དང་འགལ་བར་བརྗོད་པ་ནི་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེའི་སྟོར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་པས་  
 བཤོ། །དེར་ནི་འདི་ལྟར་སྟོར་བ་བྱས་ནས་མངེས་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱི་ཏྲག་སྟེ་



ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པས་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་ཞེས་དོན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་ཚོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེས་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་  
 ལས་གཏན་ཚིགས་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །རྟག་ཉིད་འཇལ་གྱིས་འདིར་  
 བསྐྱབ་བྱ། །མ་ཡིན། ཉི་བར་འཇལ་བས་ནི་འདིར་སྐྱ་ལ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་  
 བས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་རྟགས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་མ་  
 གྲུབ་པ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་སྐྱ་ཡང་འདུས་པའི་སྤྱིར་རམ། དམ་  
 བཅའ་བའི་སྒྲོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་  
 ཅེས་པ་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱས་སྐྱ་དང་བཅས་སྟེ་བརྗོད་ན་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་སྐྱ་ཡང་འདུས་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་མེད་  
 དོ། །རི་ལྟར་མེད་དེ། གང་གི་ཆེ་འདི་སྒྲོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐམས་  
 ཅད་མ་ཡིན་པའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་གཞན་ལ་ཡང་སྒྲོགས་གཅིག་ཡིན་པ་ཉིད་  
 དོ། །ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པ་མི་  
 འདོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དམ་བཅའ་བའི་སྒྲོན་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 ཏེ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟག་པ་ཉིད་བསལ་བའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། སྐྱ་ལ་ཡོད་པ་  
 ཉིད་སེལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྐྱ་ལ་ཡོད་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་  
 པས་ནི་ཚོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེའི་སྒྲོར་བ་ཉིད་དུ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཅི་སྟེ་སྐྱ་  
 དང་བྲལ་བ་ཐམས་ཅད་དེ་སྐྱ་ཉིད་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་དམ་  
 བཅའ་བའི་དོན་ཀྱི་སྒྲོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མ་གྲུབ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མི་  
 རྟག་སྟེ་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །སྐྱ་ཞེས་པ་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཉིད་

ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཞེས་པའི་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱང་དོ། །ཅི་སྟེ་འདུས་པ་ནམས་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་པ་  
ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་སྟེ་འདུས་  
བྱས་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱི་  
ཕྱོགས་གཅིག་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་བ་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན། འདིར་འདུས་པ་  
དང་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི་དམ་བཅའ་བའི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་མེད་  
པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིབ་དོ། །འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་མིག་ལ་སོགས་པ་དང་།  
འདུས་བྱས་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ཡང་སྐྱེད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
འགྱུར་བའི་རྒྱས་པ་ནི་མེད་དོ། །དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱི་ཆོས་ནི་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་སྟེ་མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་རིགས་གྱི་སྐྱེ་ལ་ནི་སྐྱེ་  
གཞན་མེད་པའི་སྒྲིབ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་གཏན་  
ཆིགས་གྱི་སྒྲིབ་ཡིན་ནོ། །དཔེའི་སྒྲིབ་ཡང་དམ་བཅའ་བའི་སྒྲིབ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཅོད་པ་སྐྱབ་པར་ནི་འདི་འགལ་བའི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཉིད་གྱི་  
ཁོངས་སུ་བསྟུས་ཏེ། མཆན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ལས་ནི། །འགལ་བ་དང་ལྡན་མིན།  
དེར་ནི་འགལ་བ་ནམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟན་ཏེ། དམ་བཅའ་བའི་དོན་དང་འགལ་  
བ་དང་། གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བའོ། །དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་འདིར་མི་སྲིད་  
དོ། །དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་འགལ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་ནས། ད་ནི་གཏན་ཆིགས་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ།

དེ་ལ། གང་ཞིག་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟགས། །དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་པལ་ཆེ་བས།།  
 དེས་ན་གཏན་ཆོག་སོགས་དོན་གྱི། །སྒྲོན་དུ་བྱས་པར་དེ་བསྟན་བྱ། །  
 མ་སྟུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་མེད་རྣམ་གཉིས། །ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཡང་རྣམ་  
 གསུམ། །མི་མ་སྟུན་ཕྱོགས་ལ་འང་སོ་སོར་ནི། །ཡོད་མེད་གཉིས་ཀའི་བྱེ་  
 བྱག་བྱིར། །གང་གི་བྱིར་འདིར་ཕྱོགས་ཆོས་རྣམ་པ་དགྲུང་བསྟན་པ་དེའི་  
 བྱིར་དེ་ཉིད་སྒྲུང་བརྟག་པར་བྱའོ། །དེ་ཞིག་ཅི་སྟེ་འདིར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་སུ་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། རི་ལྟར་ནི་མི་འགྱུར། གང་གི་བྱིར་ཆོས་ཅན་ནི་གྲུབ་ཟིན་པའི་  
 བྱིར་སྐྱབ་པར་མི་འདོད་པས་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གང་གི་བྱིར། བསྐྱས་པ་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ཁ་ཡར་བ། །དངོས་སུ་ཡིན་  
 ཡང་དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ །ཡིན་བྱིར་བསྐྱབ་བྱར་རྟགས་ནས་བརྗོད། །བསྐྱས་  
 པའི་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ནི་སྒྲུང་བ་འད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱས་པའི་ཡན་ལག་གི་དོན་ཆོས་ཅམ་དང་  
 ཆོས་ཅན་ཁ་ཡར་བ་ལ་ནི་ཉེ་བར་བརྟགས་ནས་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །དེའི་  
 ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དཔེར་ན་རས་ཡུག་ཆོག་གོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་ཆོས་དེ་ལས། །ཐ་སྙད་ཡིན་  
 བྱིར་གཉིས་ཀ་ལའམ། །གང་ཡང་རུང་བ་ལ་བསྒྲོག་པའམ། །ཐེ་ཆོམ་ཆོས་  
 གྲུབ་འདོད་མ་ཡིན། །འདིར་གཉིས་ཀ་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྲུབ་པ་ནི། དོན་གྱི་  
 རྟགས་ཀྱིས་གཏན་ཆོག་ཉིད་དུ་མི་འདོད་དེ། དཔེར་ན་སྒྲི་མི་རྟག་སྟེ།  
 མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གང་ཡང་རུང་བ་ལ་སྟེ་

གཅིག་ཏུ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཡང་གྲུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་མངོན་པར་གསལ་བར་སྒྲུབ་ལ་བྱས་པ་ཉིད་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་ཀའམ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་དཔེར་ན་དུད་བ་ཉིད་ཐེ་ཆོམ་བྲ་བ་ལས་མེ་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆོས་གྲུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པའི་སྤྱིར་བདག་ཁྱད་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ལའང་སྟོགས་གྱི་ཆོས་ཉིད་དུ། །མི་འདོད་ཐམས་ཅད་སུན་འབྱེན་དུ་འང་། །འདི་ལྟར་ཅིག་ཤོས་སྲུག་གཉིས་ཀར་རབ་ཏུ་གྲུབ་ན་ནི། །སུན་འབྱེན་པའམ་གྲུབ་པ་ཡིན། །གང་ཞིག་གཉིས་ཀ་ལ་རབ་ཏུ་གྲུབ་པའི་སྟོགས་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ནི་དཔེར་ན་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་ནི་སུན་འབྱེན་པའོ། །སྒྲུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་རྒྱུན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ནི་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན། །སུན་འབྱེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེར་གང་གིས་རྟོགས་པ་བསྐྱེད། །གཞན་གྱིས་སྒྲུབ་ཡང་བསྒྲུབས་ན་འདོད། །གལ་ཏེ་སྟོགས་གྱི་ཆོས་ཉིད་དུ་བསྒྲུབས་ན་དེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཡིན་ཞིང་ཅི་སྟེ་སྟོགས་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བསྒྲུབས་ན་དེ་སུན་འབྱེན་པ་ཡིན་འོ། །

སྟོགས་གྱི་ཆོས་གྱི་སྒྲུབ་པ་ཉིད་ནི། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ཅན་གྱིས་སྒྲུབ་མིན། །ཆོས་དེས་ཆོས་ཀྱང་མ་ཡིན་གྱི། །འདི་ལྟར་ཆོས་གྱི་ཆོས་སྒྲུབ་ཅིང་། །སྒྲུབ་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་ཡང་དེ་བཞིན། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་གང་དག་འདི་སྐད་དུ་དུད་པས་མེ་སྒྲུབ་པ་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཅན་སྒྲུབ་པའོ་ཞེས་བེད་རོ། །དེ་ཡང་



རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་མེད་ཡོད་པ་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ལའོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་དེར་དུད་པ་དང་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་བྱར་  
 བྱེད་ན་ནི་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གཏན་ཚིགས་སུ་འགྱུར་རོ།  
 རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་དུ་བ་ལ་མེ་མཐོང་བར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྒྲིབ་རོ། །དེའི་སྒྲིབ་འདི་  
 ལའོ་ཞེས་གདོན་མི་བར་ས་ཕྱོགས་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆོས་ཅན་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ནས་ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་  
 ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་  
 ཅན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་གང་དག་  
 མེས་རེག་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བེད་རོ། །དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལའོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་རིགས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། དུ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མེ་མ་མཐོང་བའི་སྒྲིབ་རོ། །ས་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ཡང་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ས་  
 ཕྱོགས་བརྟགས་པ་དོན་མེད་དོ། །དམ་བཅའ་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་གི་གཏན་  
 ཚིགས་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་བྱེ་བྲག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་དང་། སྒྲིབ་གཏན་  
 ཚིགས་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་རོ་ཞེ་ན། མེད་བྱེ་བྲག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་པར་བྱས་པའི་དུ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱའོ།  
 དེར་ས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ཅིའི་སྒྲིབ་ཞེ་སྒྲུང་། མེད་བྱེ་བྲག་ལ་གང་གིས་

ན་ངོ་སྤྱད་བར་གྱི། གང་དག་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་མི་བསྐྱབ་ཅིང་ཆོས་ཅན་ཡང་  
མི་སྐྱབ་པོ་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི། དཔེར་ན་གཙོ་བོ་གཅིག་ཡོད་དེ་ཐ་དད་ནམས་དང་  
རྗེས་འགོ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེར་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་རྒྱ་གཅིག་  
པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། འདི་ལྟར་གྱོ་དུམ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་གཅིག་  
པ་ཉིད་དུ་དཔེར་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །

དེའི་སྤྱིར་ཆོས་གཞན་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།  
སྐྱབ་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་ཡང་དེ་བཞིན། །དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་གཞན་པོ་  
དེས་བྱད་པར་དུ་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱར་བ་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་དེ་  
ལྟ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆོས་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་བར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱིས་སྦྱོར་བའི་དོགས་པ་  
བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་སྒྲས་པ། དམ་བཅའ་རྟགས་ཀྱི་ངག་གིས་གང་། །མི་འདོད་པ་  
ལ་ཐལ་བ་ཅོམ། །དེ་ནི་ལེན་ཞེས་ཤེས་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡི་སྟོན་ས་སྦྱོར་སྤྱིར་རོ། །  
དཔེར་ན་སྒྲ་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལས་རྟག་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་  
རམ། རྟག་ཏུ་དམིགས་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་  
དེ་ཡང་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ། གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་འགོ་གང་། །  
མེད་ལ་མེད་པར་བརྗོད་པར་བྱ། །དེར་ནི་ལྟ་བའི་མཐའ་ཅན་དཔེ། །འདི་ལྟ་  
སྟེ་དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པ་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་འམ། རྟག་སྟེ་མ་  
བྱས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ལ་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དུ་ནི་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་གྱི། དཔེའི་མཆོད་ན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ན། རྟགས་ནི་ཉི་

བར་སྐྱར་ལས་འདོད། །འདིར་སྒྲིག་ཀྱི་ཚུལ་ནི་ཉི་ལེ་བར་སྐྱར་བ་ལས་བསྐྱར་  
བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ཡང་། སྐྱབས་སོ་ཞེས་པའམ་མ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །

གང་དུ་བསལ་འོངས་ཀྱིས་བརྗོད་ན། གཏན་ཚིགས་མེད་པར་འགྱུར་  
བ་ནི། །དཔེ་གཉིས་ལས་དེ་བྱུང་བྱིར་རོ། །གང་ཡང་བསལ་ཏེ་འོངས་པས་  
བརྗོད་ན་ནི་གཏན་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་  
བསལ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ལ་མེད་པས་ན་ཐ་དད་དུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་མེད་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་ཐ་དད་དམིགས་  
པར་འགྱུར་ན་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱིན་ཅི་ལོག་  
དུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་མི་འདོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གང་  
གི་བྱིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གཅིག་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ནི་མཐོང་ཞིང་དེ་མེད་པ་  
ལ་མ་མཐོང་བ་དེས་ན་གཅིག་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ནོ། །དེ་ཁས་མི་ལེན་ཡང་  
རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
ཉིད་རྗེས་སུ་འགྲོ་བར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ནམ་ལྟར་ལས་གཞན་མིན། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ་ཞེས་པ་དང་། འདི་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད།  
ཡང་འདིར་ཐལ་བ་གཞན་བརྗོད་པ་གཙོ་བོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོངས་  
སྟོན་པ་པོ་དང་འོངས་སྐྱད་པར་བྱ་བ་དག་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཉིད་དུ་  
ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ་ཞེས་པ་དང་། རྗེས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་

ཏན་ནམས་ཀྱང་རྗེས་སྲུང་མ། །རྗེས་རྗེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 གྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རི་ལྟར་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་ཡིན་འདི་ནི་བསལ་ཏེ་  
 འོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་གྱིར། ཐལ་འགྱུར་སྟོགས་ཆོས་ཅན་མིན་གྱིར།  
 །ཁས་སྦངས་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལས། །དེ་བཞིན་རྟགས་དང་དམ་བཅའ་ཡི། །  
 སྟོན་བརྗོད་སྲུང་འབྲིན་དུ་ཤེས་བྱ། །འདིར་གཙོ་བོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་  
 ཆིགས་ཡོན་ཏན་ནམས་གྱི་རྗེས་སྲུང་གོ་བ་སྐྱབ་པའི་གྱིར་འབྲས་བྱ་གཅིག་པ་  
 ཉིད་གཏན་ཆིགས་སྲུང་བརྗོད་དོ། །འདིས་ཁས་སྦངས་པ་ནི་གང་མ་མཐོང་  
 བའི་སྟོ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྗེས་སྲུང་གོ་བ་ཉིད་  
 བཞིན་དུ་བྱས་ནས་འོངས་སྟོད་པ་ཐོ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་གྱིར་མ་  
 དེས་པའོ། །ཁས་མི་ལོན་ཡང་འོངས་སྟོད་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཡོན་ཏན་མ་  
 ཡིན་པའི་གྱིར་རྩ་བའི་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རྗེས་ཀྱང་རྗེས་  
 ཉིད་དུ་ལྟན་པ་ལས་ཡིན་ཞིང་དེ་མེད་པ་ཁས་སྦངས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམས་  
 ཀྱང་རྗེས་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ལྟན་པ་ཡོད་པས་ནའོ་ཞེས་ལྟན་པས་བསལ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། ལྟན་པའི་འདུ་བ་གཅིག་པའི་གྱིར་རམ། ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བའི་  
 གྱིར་རོ། །ཅི་དེ་དག་ཀྱང་རྗེས་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྗེས་ཉིད་ཀྱང་  
 ལྟན་པའམ་ལྟན་པ་ཡང་རྗེས་ཉིད་དུ་ཁས་སྦང་བར་བྱ་སྟེ། རྗེས་མ་ཡིན་པ་  
 ཡང་རྗེས་བཞིན་དུ་རྗེས་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དམ་བཅའ་བའི་སྟོན་ཡིན་  
 ཏེ། རྗེས་རྗེས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསལ་བའི་གྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་ཡོན་  
 ཏན་ནམས་ཀྱང་རྗེས་དང་ལྟན་པའི་གྱིར་རྗེས་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ན་མ་



ངེས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་སྐད་དུ་སྤྱོད་བར་མི་རྒྱས་ཏེ་རྩལ་ཉིད་དང་  
ལྡན་པའི་གཞན་རྩལ་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་འདི་དམ་བཅའ་བ་ཉིད་དུ་རིགས་སོ། །རྩལ་གྱི་མཚན་  
ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ལས་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་ཐལ་  
བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཐལ་འགྱུར་གྲུབ་པས་ཆོག་གོ། །ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་  
གཏན་ཆིགས་སམ་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྤྲང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་རྣམ་པར་  
སྤྱེ་བ་ནི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་མེད་རྣམ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །  
དེ་ལ་ཡོད་པ་གྲུབ་པ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིས་ཕྱོགས་པ་དང་  
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཚུངས་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དེ་  
ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སོ། །ཐ་དད་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཅེས། །བྱས་ནས་གཞན་ལ་  
སྟོན་པར་བྱེད། །མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཅེས་སོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར།  
མཐུན་ཕྱོགས་ཞེས་པ་ཕྱོགས་ལས་ཏེ། གལ་ཏེ་ཐ་དད་མེད་པ་དེ་ཉིད་ལ་  
མཐུན་ཕྱོགས་ཞེས་བརྗོད་ན་ནི་འདི་ལ་ཡང་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལའོ་ཞེས་བྱ་  
བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདི་ལ་དབྱེ་བ་མ་བརྗོད་ཅེ་ན། ཐ་དད་ཡོད་  
དུ་ཆུག་མོད། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ནི་བསྐྱབ་བྱ་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར། འདི་ལ་འང་ཐ་དད་ཅེས་མི་འདོད། །དེའི་སྤྱིར་མཐུན་  
པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཅེས་པ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་  
གང་ཡིན་ཞེ་ན་རྣམ་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། བསོད་  
ནམས་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །



ཡོད་པ་བཀག་པ་ཙམ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལ་རེ་ཞིག ། དེ་གཞན་དང་ནི་དེ་ལགལ་ཏེ། །མི་མཐུན་སྟོགས་རྣམས་  
 གཉིས་པ་ཡང་། །རྟགས་མེད་པས་ནི་ལགལ་བ་སྟེ། །རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ལས་  
 འགྱུར་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཡང་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་ཏེ།  
 མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཡོད་པ་དེས་ན་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 འདི་ལྟར་གང་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པའི་བྱས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དེ་ནི་  
 མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་དུ་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་ལགལ་བ་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་  
 ཡིན་མོད་ཀྱིས་གང་དེས་གང་དེ་ལ་མེད་པ་ཉིད་རྣམ་པར་དབྱེད་ནས་བསྐྱེད་  
 བྱ་གོ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདི་ནི་མེད་ཅོ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་པས། གང་  
 རེག་མེད་པར་མེད་ཅོ་བ་ལས་གོ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་ཅོ་རེག་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 གང་རེག་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །མཐུན་སྟོགས་ལ་མེད་མིན་  
 པ་ཉིད། །མཆོན་ཉིད་གཅིག་ཉིད་ཡིན་མོད་གང་། །དོན་དུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་  
 རིགས། །གང་འདི་ལྟར་མཐུན་པའི་སྟོགས་སུ་མེད་པ་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་  
 མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་གཏན་ཆིགས་ཡིན་པས་ན་བྱས་པ་ཉིད་ནི། རི་  
 ལྟར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་ཡང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །

འདི་ལྟར་དེ་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་མ་ཡིན་

བ་ཡང་བདག་མེད་པ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་འདི་ནི་སྤྱི་ལས་ཐེ་ཚོམ་  
 ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བྱས་པ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་ཡང་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་  
 བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏུ་ཐེ་ཚོམ་ཏུ་འགྱུར་བ་  
 རི་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་ལས་རྗེས་འགོ་སྒྲུབ་པོ་མིན། །སྤྱི་ཐམས་ཅད་ཐེ་ཚོམ་གྱི་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱམ་པ་ནི་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་བྱམ་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་  
 མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །བྱས་པ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་མེད་པར་  
 མཐོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཏུ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་བཅད་པ་ལས་གཏན་ཆོགས་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་ཀྱི་  
 ཆོས་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་ཏུ་དབྱེ་སྟེ། མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་དང་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀར་རོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ།  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་ཉིད་སྒྲར་བཞུགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་དེ་དག་རེ་  
 རེ་ལ་ཡང་གསུམ་གསུམ་ཏུ་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ། གང་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་  
 ཡོད་པ་དེ་ཉིད་མི་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་། ཡོད་  
 མེད་གཉིས་ཀར་རོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་མེད་པ་དང་གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་དེ་ཉིད་དོ། །གང་གི་ཆེ་འདི་ལྟར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ནམ་མཁའ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཡོད་པར་ཁས་མི་ལེན་པ་དེའི་ཆེ་མི་མ་ཐུན་པའི་  
 སྤྱོད་ཀྱི་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཅེས་དེ་དང་མ་འབྲེལ་བར་རི་ལྟར་བརྗོད་ཅེ་ན། དེའི་  
 ཆེ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་ཉིད་དེ་དེ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་འཇུག་པ་མེད་  
 པས་སྒྲོན་དེ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་དགུ་པོ་དེ་དག་གི་དཔེར་

བརྗོད་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དགུ་པོ་འདི་ཡང་མིག་དགུ་ལ་  
 རིམ་པ་བཞིན་གྲིས་ནས་སྐྱེད་གིས་གྱེན་མཐུར་ལ་མཐུན་སྟོགས་གྱི་གསུམ་  
 མོ། །འབྲེད་ལ་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་གྱི་གསུམ་མོ། སྟོགས་བཞིས་རང་  
 བཞིན་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐྱ་རྟག་སྟེ། གཞལ་  
 བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་རོ། །མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་རྩོལ་  
 བ་ལས་བྱུང་བའོ། །བྱས་པའི་སྤྱིར་རྟག་པའོ། །རྟག་སྟེ་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །རྟག་སྟེ་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་རྩོལ་བ་  
 ལས་བྱུང་བའོ། །རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པའོ། །རྟག་སྟེ། རེག་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་གི་བསྐྱུ་བའི་  
 ཆོགས་སྲུ་བཅད་པ་ནི། གཞལ་བྱ་བྱས་དང་མི་རྟག་དང་། །བྱས་དང་མཉན་  
 བྱ་རྩོལ་ལས་བྱུང་། །མི་རྟག་རྩོལ་བྱུང་རེག་བྱ་མིན། །དེ་དགུ་རྟག་པ་ལ་  
 སོགས་ལའོ། །དེ་ལྟར་དབྱེ་བ་རྣམས་གཏན་ཆོགས་དང་འགལ་བ་དང་། མ་  
 དེས་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེར་གང་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་གཉིས། །  
 དེ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་སྟེ། །དེ་རྟགས། གཉིས་ཁོ་ན་གཏན་ཆོགས་ཏེ། གང་  
 ཞིག་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དེ་བསྐྱུ་བ་བྱ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་སྟེ། གང་  
 ཡང་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མེད་དེ། གཉིས་བསྐྱུ་བ་བྱ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཉིད་  
 ནི་དང་པོ་དང་ཐ་མ་གསུམ་པའོ། །

དབུས་ན་མོའི་འདི་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི། འགལ་བ་སྟེ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 བྱུ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་འགལ་བ་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་

གཉིས་པོ་ནི། མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལ་མེད་པ་སྟེ། གཉིས་པ་གསུམ་པོའི་ཤར་  
དང་། ལུ་བ་ན་མེད་འགལ་བ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། གང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་  
པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའོ། །དཔེར་ན་ཐ་དད་རྣམས་ཀྱི་འདུས་པ་ཉིད་གཞན་གྱི་  
དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ལ་འདུས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ནི་དུ་མའི་དོན་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟགས་གཉིས་  
པོ་ནི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་དགུ་པོ་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གཞན་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་རྣམས་མ་ངས་པའོ། །

ལྷག་མ་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་པོ་ནི་གཏན་ཆིགས་སམ། འགལ་བ་ཉིད་དུ་མ་  
ངས་པ་སྟེ། ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱའོ་ཞེས་པའི་ཐ་ཆིག་གོ། །གཏན་ཆིགས་ལ་སོགས་  
པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་། བརྗོད་པར་འདོད་པའི་གྲངས་གཅིག་ཉིད། །  
རེགས་དང་རྫས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་ལྷག་མའོ། །གང་  
ཡང་གྲངས་གཅིག་ཅེས་པ་ནི་འདིར་གང་རགས་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་བརྗོད་པར་འདོད་པ་སྟེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འགལ་  
བ་དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྤྱིར། །གལ་ཏེ་གང་སྤྱིར་འགལ་བ་མཚན་ཉིད་གཉིས་སུ་  
བརྗོད་པ་དག་ལས་གྲངས་གཅིག་པར་ནི་མཐོང་བ་ཉིད་དེ། དཔེར་ན་སྐྱ་ལ་  
བྱས་པ་ཉིད་དང་། མཉན་བྱ་དག་ལ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་བ་  
བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་ཐེ་ཆོམ་རྟགས་ཉིད་ལས། །གཅིག་རྟེན་པར་  
མཐོང་མ་ཡིན། །དཔེར་ན་སྐྱ་ལ་མིག་གི་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་མདོན་  
སུམ་པ་ཉིད་དག་ལས་སྐྱ་ནི་རྫས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་



ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་བཏོན་པར་འདོད་པ་གཅིག་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
ལྟར་བཏོན་པར་འདོད་པ་གཅིག་ཉིད་ལས་ཐེ་ཚོམ་དང་ངེས་པ་གཉིས་དག་ཏུ་  
ནི་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲིན་དེ་ནི་མེད་དེ། གང་གི་སྤྱིར། །མཚན་ཉིད་གཉིས་  
དང་ལྡན་པ་ནི། །གཉིས་གཉིས་སྲུང་འདོད་རེ་རེ་མིན། །འདིར་ནི་ཐེ་ཚོམ་དང་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་དེ་གཉིས་ཀའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པར་འཐད་གྱི་ཁ་ཡར་  
དུ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། འགལ་བ་མི་འབྲུལ་  
བ་ཅན་ནོ། །རེ་ཞིག་གཅིག་ལ་ནི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ནས་ཐེ་ཚོམ་  
གྱི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་འཐད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལྟར་ནི་མིག་གི་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
དག་དང་ལྡན་པའི་གཏན་ཆིགས་གྱི་མཚན་ཉིད་ཇི་སྐད་བཏོན་པ་ལྟར་ཡིན་  
གྱི་ཁ་ཡར་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་འགལ་བ་མེད་པ་རེ་རེ་  
ཞིག་གཏན་ཆིགས་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་རིགས་གྱི། འདི་དཔེར་ན་བྱས་པའི་  
སྤྱིར་མི་རྟག་གོ། །ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དུ་  
མ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་པར་སྐྱེ་ཞེ་ན། དུ་མ་ཡིན་ཡང་མི་འགལ་ན། །ཤིན་ཏུ་  
བར་ཡང་གཅིག་ལ་འཇུག། །འདིར་ནི་དུ་མ་ཡིན་ཡང་དོན་གཅིག་བྱེད་པའི་  
སྤྱིར་གཅིག་ཉིད་དོ་ཞེས་པ་འགལ་བ་མེད་དེ། དཔེར་ན་དོན་གཅིག་བཏོན་  
པར་འདོད་པ་པོ་རྣམས་ན་རེ་འདི་ལ་ནི་ཁོ་པོ་ཅག་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བཏོན་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གང་དུ་འདི་ལྟར་གཉིས་གྱི་དོན་དུ་མ་བྱེད་པར་



གྲུར་པ་ནི་དཔེར་ན་བྱས་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་གོ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་བདག་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ནི་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་བཞིན་ཐེ་  
 ཚོམ་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་རེ་རེས་  
 གྲུང་དོན་དུ་མ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་སྤྱིར་བཞིན་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་འབྲུག་པ་ཤིན་  
 ཏུ་ཡང་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་གང་དུ་འདི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་དུ་མ་གཏན་ཚིགས་  
 ཐ་དད་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་དཔེར་ན་ཡན་ལག་ལས་ཡན་ལག་ཅན་  
 གཞན་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཚོམ་དང་གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་པན་ཚུན་དུ་བརྟེན་པ་ལ་ལྟོས་ནས་གཉིས་ཀ་ལ་ཞུགས་པའི་  
 གཞན་ཉིད་གཏན་ཚིགས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེད་ན་ནི་གཏན་  
 ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་ན་ཉིས་པ་མེད་  
 དོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཡིན་ན། འོ་ན་མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཚོས་དང་ཅིག་ཤོས་དེས་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་  
 སྤྱིར་དེ་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཏེ། དེ་དང་ལྡན་པ་དེས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གང་མཐའ་གཅིག་ལས་གྲུང་མ་ལོག་པ་སྟེ། ཐུན་མོང་དུ་རྣམ་པར་མ་  
 བཅད་པའི་གཏན་ཚིགས་དེ་ནི་དེ་དག་ཉིད་ལའོ་ཞེས་གཉིས་ཀ་དང་མི་  
 འགལ་བས་ན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཉིད་དོ། །གང་འདིར་གཉིས་ཀའི་ཆ་  
 ལ་ངེས་པ་སྟེ་གཏན་ཚིགས་དེ་གཞན་ལས་ལོག་པའོ་ཞེས་པ་འདི་བྱེད་པར་

རོ། །གལ་ཏེ་གང་གི་ཆེ་སྒྲ་རྟག་པར་ཁས་ལེན་པ་དེའི་ཆེ་འདི་གཏན་ཆིགས་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འདི་ལ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་སྲུ་ནམ་ཡང་མི་སྟོན་ནའོ། །གཉིས་ཀ་  
 དམིགས་པའི་དོན་ལྟར་ན་ནི་འགལ་བའི་དོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐེ་ཆོམ་གྱི་  
 གཏན་ཆིགས་སོ། །

འདི་ཡང་དེ་ཉིད་ངེས་པ་ནི་རྗེས་སྲུ་ཆོལ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་མདོན་སྲུམ་  
 དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདིའི་བསྐྱུ་བའི་ཆིགས་སྲུ་བཅད་པ་ནི། གང་དག་  
 ཟུན་མོང་མིན་པ་དང་། །སྤྱི་དང་འགལ་བ་མིན་འབྲུལ་པའི། །ཆོས་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ལ། །ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་པའི་རྟགས་རྣམས་ཡིན། །སྤྱོད་ཀྱི་  
 ཆོས་དང་ལྡན་གང་ལ། །ཤེས་འདོད་བསྐྱོད་པས་གཞོད་པ་དང་། །ཐེ་ཆོམ་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་ལས་གཞན། །གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་ཡོད་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་  
 འདི་ལྟར་འདོད་པ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་འགལ་བ་དེ་བསྐྱོད་པའི་གཏན་  
 ཆིགས་སོ་ཞེས་ངེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གཞན་མ་ཡིན་པའི་དོན་  
 བྱེད་པ་ཉིད་གང་ཡིན་ན་གང་གི་སྤྱིར་མི་འགྱུར་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་གཞན་  
 ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་  
 སྤྱིར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་པ་ལ་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་འགྱུར་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟགས་  
 ཉིད་དུ་སྐྱུ་བ་པའི་གཏན་ཆིགས་མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 གལ་བ་འདི་ནི་མི་བཟད་པར་བཀོད་པ་སྟེ། དེ་ལ་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་  
 ཆིགས་དང་ལྡན་པ་གཅིག་གཟུང་བའི་སྤྱིར་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་

དུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་གཅིག་པོ་དེ་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་བྱེ་བྲག་གིས་  
གཉིས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་མིག་གི་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་།  
མངོན་སུམ་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་  
ལས་ཐ་དད་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་ཐེ་ཚོམ་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བརྟག་པར་མི་  
བྱའོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཁྲད་པར་ཅན་ལས་བསྐྱོག་པ་བསྐྱབ་  
པའི་སྤྱིར་དེ་ནི་འགལ་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་འདུས་པ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་  
ལ་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་ནུམས་གྱི་དོན་བྱེད་པར་སྐྱབ་འདོད་པ་འདི་ནི་གཞན་  
འདུས་པ་ཉིད་གྱི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །དེའི་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་མངོན་  
སུམ་མཐ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་བྱུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡོད་པར་མ་བྱུབ་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་མ་ཡིན་ཏེ་ཁྲད་པར་ཅན་བསྐྱོག་པའི་གཏན་ཆིགས་  
འདི་ཉིད་གྱིས་གཞན་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་ཉིད་ལས་ཐ་དད་དུ་བྱེ་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ལ་གཞོད་པ་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོའི་  
བྱེ་བྲག་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་འགལ་བར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་  
ན་ཅོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་སྐྱུ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མཉན་བྱ་མ་  
ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཁྲད་པར་དུ་བྱས་པའི་  
ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་གམ་  
གཉིས་ཀ་ཡང་རུང་སྟེ། རང་གི་ངོ་བོ་བྱེ་བྲག་ལས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་

སྤྱིར་འགལ་བ་ཉིད་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀའི་དཔེར་བརྗོད་བསྟན་པར་  
བྱ་སྟེ། སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་བརྟུན་གྱི་དོན་ཅན་ཏེ། མཆོན་བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
མི་ལམ་གྱི་བྱ་བའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་བཞིན་ནོ་ཞེ་བྱ་བ་ལ། གང་དེ་བཞིན་  
དུ་སྤྱི་བ་ཡོད་ན་ནི་སྤྱི་བ་དང་སྤྱི་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་བརྟུན་གྱི་དོན་ཅན་  
ཉིད་ཡིན་པས་ན་སྤྱིར་བསྟོམས་པའི་དོན་ལ་སྤྱིར་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
ན་དེའི་རང་གི་དོ་བོ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྤྱི་བ་ཉིད་བརྟུན་གྱི་དོན་  
ཅན་མ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་བརྗོད་པ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་རང་དོ་ལམ། །དེ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཡིན་  
ཡང་རུང་། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱིར་། །དེ་ལ་གཞོད་པས་འགལ་བ་  
ཡིན། །གང་དུ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས། །ནང་ལ་འདུས་བསགས་ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་  
བཞིན་གཞན་དོན་ཅན་མ་ཡིན། །ཞེས་དོགས་པ་བསུ་སྟེ། གསུངས་པ་དེ་ལ་  
འདུས་པ་ཉིད་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་གཏན་ཆིགས་  
སུ་བཀོད་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་བཀག་པ་སྟེ། དེ་  
ལྟར་ན་ནི་གཉིས་ཀ་མ་ཐུན་སྟོགས་ལ་མི་འབྲུབ་པོ། །འགལ་ལྔའི་སྟོགས་ལ་  
ནི་གཞན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་པས་ན་འགལ་བ་སྤྱི་མ་ཉིད་  
ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་སོ། །དེ་ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དེ་དག་ཉིད་དུ་དོན་  
གཞན་གྱི་སྟོན་ས་བརྗོད་པ། ཐུན་མོང་དང་ནི་བྱེད་པར་གྱི། །ཆོས་དང་  
བསྟུན་བྱ་ལ་གཉིས་སོ། །གང་བསྟུན་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་བྱེད་དེ་ནི་གསུམ་ཉིད་  
ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དང་། བྱེད་པར་དང་། གཉིས་ཀའི་ཆ་ཤས་རྣམས་སོ། །རྣམ་



བ་དགུ་ཉིད་དུ་སྒྲེ་བ་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལས་ཡིན་པར་བཟླ་བར་བྱའོ།  
 དེ་ལ་དང་པོ་གཉིས་ཐེ་ཆོམ། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་རང་གི་སྒྲེ་བྲག་ཐ་དང་  
 བ་ལ་སྒྲི་དང་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཅན་གྱི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིད་པར་  
 བྱེད་དེ། དཔེར་ན་སྒྲ་རྟག་པའམ་མི་རྟག་པར་གྲུབ་པ་ལ་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ།  
 ལྟག་མ་ལྟོས་ནས་གསུམ་དུ་སྒྲེ། །བསྐྱབ་བྱ་ལ་ལྟོས་ནས་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་  
 བྱི་ཡང་དག་པ་དང་། ལོག་པར་རྟོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་  
 དུ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཡང་རྒྱ་གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དང་པོ་གཉིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
 ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་བ་ནི་འདི་ལྟར་དེ་དག་གཉིས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྗེས་སུ་  
 རྟགས་དང་མ་རྟགས་ལས། །ལྟོག་དང་རྗེས་འགོ་གྲུབ་མིན་ཕྱིར། །སྒྲོགས་  
 དུ་མ་དག་ལས་གཅིག་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ཅིག་ལོས་སྐྱབ་  
 པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ལྟོག་པ་དག་  
 ལས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཆ་ཤས་གཅིག་དང་ཡང་མ་བྲལ་བ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ནི་གཅིག་ལ་ངེས་པར་རྟགས་པ་དང་། ལོག་པའང་  
 མིན་པ་རྟགས་སུ་འགྱུར། །འདི་ལྟར་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་  
 རྟགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་རྗེས་སུ་རྟགས་པ་དང་ལོག་པ་དག་ནི་གཉིས་ཀའི་  
 གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་སྲིད་དུ་ནི་འགྱུར་ལ། །གཉིས་  
 ཀར་འགྱུར་བ་སྲིད་མ་ཡིན། །ཡོད་པ་གཉིས་པ་མིན་པའང་མིན། །གང་དོན་  
 གཅིག་ལ་རྟག་པར་ཡང་འགྱུར་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བ་ནི་མི་སྲིད་དོ། །དེ་



བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་དོན་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ངེ་ལྟར་ན་གཉིས་ཀའི་ཆ་སྟེ་འགལ་བའི་དོན་དུ་མ་  
 ལ་འཇུག་ཅིང་ཐམས་ཅད་གྱི་རྗེས་སྲུང་འཇུག་པ་སྟེ་ཤེས་བྱེད་གྱི་རྟགས་སྲུ་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། །དོན་གཞན་རྣམ་པར་བཅད་པའི་སློན་ས་ཡིན་གྱི་དེའི་བྱང་  
 བར་བཟུང་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དེ་ནི། གང་དུ་མེད་དེ་རྣམ་གཅོད་  
 དུ། །བྱུང་དོན་དོན་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱེད། །གཅིག་དེ་གཞན་ལ་གཉིས་སྲུ་  
 འཇུག །གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་ནི་གང་ལ་མེད་པ་དེ་ལས་རྣམ་པར་གཅོད་དོ། །

དེའི་སློན་ས་བསྐྱབ་བྱའི་རིགས་མཐའ་དག་གམ་སྟོགས་གཅིག་ལ་  
 ཞུགས་ནས་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆིགས་སྲུ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 ཅོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཟུང་ལའི་ངེ་བསྐྱང་  
 བ་ཉིད་ལས་ངེ་ཉིད་དང་། ཡོན་ཏན་ཉིད་དང་། བརྟེན་པ་ཉིད་དང་། ཡོན་  
 ཏན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། ངེ་ཉིད་ལ་སོགས་  
 པ་མེད་པ་ལ་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཞུགས་པ་  
 བཞིན་བྱུང་ན། །དཀར་གཟུགས་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པ་ལས། །རིམ་པ་བཞིན་  
 དུ་བརྒྱུག་རིམ་ལ། །གསུམ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གཅིག་  
 གི་ཆིག་ཏུ་སློས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་མ་བསྐྱབས་པ་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་ཅན་  
 ཡིན་པས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་སྟེ་འདི་  
 ལྟར་སྟེ་རྟག་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་མཉན་བྱ་ཉིད་དང་བྱས་པ་ཉིད་གྱི་སྐྱ་ལ་ཅི་

འདི་རྟག་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏུན་ཚིགས་  
 སུ་འབྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །ཅི་སྟེ་གཅིག་གི་ཚིག་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། །གཅིག་  
 ཉིད་དུ་གོ་བར་བྱའོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། འགལ་བ་རྣམས་གཅིག་ལ་བརྗོད་པར་  
 མི་འདོད་པས་སོ། །བྱས་པ་ཉིད་དང་བཅུ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བ་ཉིད་ནི་  
 གཉིས་པོ་གཅིག་ལ་གཏུན་ཚིགས་ཉིད་དུ་འབྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་  
 བསྐྱང་བའི་རྣམ་པ་དང་བྱ་བ་བས་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདུས་པ་ལས་མཐོ་  
 ཡོར་དུ་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བསྒྲོག་པ་ལ། །འགལ་བ། དེ་ཉིད་གཉིས་ཀའི་ཆར་  
 རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འཇུག་སྟེ། དེ་རྣམ་པར་བཅད་སྟེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་  
 གཞན་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྱིར་བསྒྲོག་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་གཏུན་  
 ཚིགས་དེ་དག་ཉིད་ལས་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་  
 ལ་ཡང་རྟག་པ་བཀག་པའི་སྟོ་ཉིད་ནས་བསྒྲོག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་ན་མེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་གང་བའི་རེག་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟར་  
 འགལ་བར་འབྱུར་ཞེ་ན། རི་ལྟར་ན་མི་འབྱུར་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་གང་བའི་  
 རེག་པ་བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་ངོ་བར་མི་འབྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ངོ་  
 བར་མི་བསྐྱབ་ཏུ་ཆུག་ན་ཡང་གང་རེག་མ་ཡིན་པ་ནི་འབྱུར་པ་ཉིད་དོ། །དེ་  
 ལྟར་ན་ནི་གང་གི་ཆེ་མེས་ངོ་རེག་མ་ཡིན་པའི་འགལ་བ་བསྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ངོ་  
 བའི་རེག་པ་གྲུབ་པར་བརྗོད་པས་དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་གང་རེག་མ་ཡིན་  
 པར་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་འགལ་བར་བརྗོད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་བྱས་པ་

ཉིད་ནི་ཚྱལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་མ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀ་དང་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་  
 ལ། །ཐ་མི་དད་ཐམས་ཅད་ལས་མ་ལོག་པར་ཞུགས་པས་མི་རྟག་པ་ཉིད་  
 ཇེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཤེས་པས་ནི་རྟག་པ་བཀག་པ་ལ་མི་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། གལ་ཏེ་གང་ཞིག་གང་ལ་ཞུགས་པ་དེ་ནི་ཇེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཤེས་པའི་  
 གྲེ་བྲག་དེ་རྣམ་པར་གཞིག་པའི་སྒོ་ནས་བྱེད་པར་བྱས་ན་ནི་དེ་ལྟར་འགྱུར་  
 རོ། །གང་དུ་ཞུགས་པ་ནི། དེའི་གྲེ་བྲག་ལ་སྒྲོངས་པའོ། །དཔེར་ན་བྱས་པ་  
 ཉིད་ཚྱལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། མ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ཞུགས་པའི་བྱིར་  
 གཉིས་ཀར་སྐྱལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་བྱས་པའི་བྱིར་  
 ཚྱལ་བ་ལས་བྱུང་བའོ་ཞེས་སྐྱབ་པའམ། ཡང་ན་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཚྱལ་བ་  
 ལས་མ་བྱུང་ངོ་ཞེས་སྐྱབ་ཀྱང་རུང་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ཚྱལ་བ་ལས་བྱུང་བ་  
 ཉིད་ལས་ཡོན་ཏན་ནམ་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ཡང་ངོ་། །གལ་ཏེ་དེ་  
 ལྟར་ནི་བྱས་པའི་བྱིར་མི་རྟག་གོ། །བདག་མེད་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་  
 གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མི་  
 རྟག་པ་དང་བྲལ་བའི་བདག་མེད་པ་ལ་བྱས་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ནི་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་པན་ཚུན་ལོག་པ་ཉིད་ལས་འདིའི་བྱུང་པར་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །དེའི་བྱིར་སྐྱལ་བྱས་པ་ཉིད་མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར་དང་། དེ་མེད་པ་ལ་མ་མཐོང་བའི་བྱིར་སྐྱིར་ཡང་  
 དེས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ། །པན་ཚུན་ལོག་པ་ལ་ཞུགས་ན་ནི་ཐེ་ཆོམ་  
 གྱི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ། །རྟག་པ་བཀག་པ་སྤངས་པའི་མི་རྟག་པ་ཉིད་

གཞན་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་རིགས་མ་ཐུན་མཐའ་དག་ལས་ལོག་པ་  
 དེའི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཤེས་པ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་རིགས་ཀྱི།  
 འདིར་གོར་མ་ཆགས་པར་མ་ཐུན་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ལ་ཡོད་པའོ་ཞེས་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་ཞིང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །གཏན་  
 ཆིགས་ལ་ནི་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཐོར་ནས་གཞན་དུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་  
 བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་གཅིག་ལྟ་བུའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་དག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱི་  
 སྒྲུབ་བྱས་པ་ལས་རང་གིས་ཀུན་ནས་སྦྲོང་བའི་ཤེས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར་  
 ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་བཞིན་ཅོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་གོ་བར་བྱེད་དོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་དང་པོ་གཉིས་ཡིན་པས་གཅིག་ཉིད་འཛིན་པའི་བྱ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། །  
 དེར་ཡང་ནི་ཆོས་གཞན་བསྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ངེས་པ་ཡིན་གྱི། དེར་  
 ནི་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པར་བསྐྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

སྒྱི་དང་བྲུད་པར་གྱི་ཆོས་དག་ནི་རྣམ་པར་མ་བཅད་པའི་གཏན་  
 ཆིགས་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་ཉིད་ཆོས་གཞན་ངེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆིགས་  
 ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀའི་ཆ་ནི་གཞན་ལས་རྣམ་པར་བཅད་ནས་གང་ན་ཐེ་ཆོམ་  
 ཡོད་པ་དེ་ན་གཞན་དང་ལྡན་ན་ངེས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
 འབྲེལ་བ་དང་བྱ་བ་བསམ་པ་ལས་མཐོ་ཡོར་དུ་རྟགས་པ་མཐོང་བ་ནི་ཁ་ཡར་བ་  
 ལས་ངེས་པར་མི་རྒྱས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རང་གིས་ཀུན་ནས་  
 སྦྲོང་བ་དང་བྱས་པ་དག་ལས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱ་བ་རྣམས་ལའོ། །



དེའི་སྤྱིར་འདིར་གཅིག་ཉིད་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་གང་ཞུགས་པ་ཉིད་ལ་  
 ལྟོས་ནས་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དེ། །དཔེར་ན་ཅི་སྐྱེ་འདི་བྱས་པའི་སྤྱིར་  
 བྱམ་པ་བཞིན་རྩིས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། །ཡང་ན་སྟོག་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་ཞེས་འགྱུར་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནམ་ཞེས་  
 སྟོར་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱས་པ་ཉིད་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་  
 པ་རྟག་པ་ཉིད་ལས་རྣམ་པར་བཅད་ནས་མི་རྟག་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་  
 ཆིགས་སྲུ་འགྱུར་རོ། །

དོན་གཞན་རྣམ་པར་བཅད་པའི་གཏན་ཆིགས་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སྲུ་  
 གྱུར་པའི་དེ་ལ་ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ལ་  
 ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འདི་རྟག་པ་མ་ཡིན་ལ་མི་རྟག་པའོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་རང་རང་གི་  
 ཆིག་བརྗོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་ཡང་མེད་པར་དགག་པ་ལས་ཁྱད་  
 བར་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བྱུང་བྱ་བ་རྟག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་སྐྱར་བ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རྟག་པ་ཞེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་  
 ན་སྐྱེ་རྟག་སྟེ་རེག་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་  
 འདི་ལ་ནི་ཐེ་ཚོམ་ལ་ལྟོས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ལ་སྤྱི་མ་ནི་བསྐྱོག་པ་ལ་ལྟོས་  
 ནས་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་རྟག་པར་ཁས་མི་ལེན་པ་དེའི་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱིས་  
 ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཤིན་ཏུ་མཐར་གནས་པ་བཞག་སྟེ། འདིའི་  
 དུས་ན་ཡོད་བཞིན་པའི་སྟོན་དང་སྤྱི་མཐར་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་རྟག་པ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ལྷུས་ཕྱུས་ཅན་མ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་ལྟོས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་པ་འདི་ཅི་ལྟར་རྣམ་པར་གཙོད་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ཡང་གང་ལ་ལྟོས་པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་  
 ཆིགས་དེ་གཞན་ལས་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཉིས་ཀ་ལ་  
 ཟུགས་པ་ཉིད་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལས་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་ཐེ་ཚོམ་དུ་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱི་རབ་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ལ་ཆོས་གཞན་ལྷུས་ཅན་  
 ལས་རྣམ་པར་བཅད་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་སྐྱེ་ལྷུས་ཕྱུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱ་བ་དང་བྲལ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། བྱ་བ་དང་བཅས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ལོག་པའི་རྟགས་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་ཀའི་  
 ཆ་ལ་ལྟོས་ནས་ཡང་དག་པ་དང་། ལོག་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་  
 སོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆིགས་དེའི་གཟུགས་བརྟན་དང་བཅས་  
 པ་བརྗོད་དོ། །

ད་ནི་གཞན་གྱི་འདོད་པ་ལ་དབྱུད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཅོད་པ་  
 སྐྱབ་པ་ནི། དེ་མཐུན་མེད་ལ་མེད་པ་ཡི། །ཆོས་ཅན་རྟགས་ཤེས་པ་དེ་ལ། །  
 དེ་མཐུན་མེད་མེད་པ་པ་ཉིད། །ཅེས་སྦྱོར་ཐུན་མོང་མིན་རྟགས་འགྱུར། །  
 གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་དེ་དང་མཐུན་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་གཟུང་བ་འདི་

བྱེད་པའི་ལྷ་ར་ན་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གཏན་  
 ཚིགས་སྲུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་རྟག་པ་ཉིད་མེད་པའི་བྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་མཐོང་བས་སོ། །མེད་པ་ཉིད་ལས་ངེས་པར་གཟུང་། །བྱ་བ་  
 མཉམ་འབའ་ཞིག་རྟགས་སྲུ་འགྱུར། །དེ་དང་མཐུན་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ལ་མེད་  
 པའོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་བྱ་བ་མཉམ་སོ་སོར་ཡོད་པའམ་ཡིན་པས། མཉན་པར་  
 བྱ་བ་ཉིད་རྟགས་སྲུ་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་ནི་མེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་མེད་པ་ཁོ་ན་  
 ལ་མེད་པའོ་ཞེས་ངེས་པར་གཟུང་བ་དེའི་སྤྱིར་བྱ་བ་མཉམ་སོར་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 གཏན་ཚིགས་སྲུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་བྱས་པ་ཁོ་ན་མི་རྟག་པ་གོ་བྱེད་དུ་འགྱུར་  
 གྱི་ཚོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་མི་རྟག་པ་དང་  
 བྱ་བ་མཉམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པ་ཡང་མི་རྟག་པ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
 མཐུན་ཉིད་ཅེས་འདོད་མ་ཡིན། །ཅི་སྟེ་དེ་དང་མཐུན་པ་ཉིད། །ཅེས་ངེས་  
 པར་གཟུང་བར་བྱེད་ན་དེ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བར་བྱས་  
 པས་ན་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་སྲ་མ་གཉིས་སོ་མེད་པ་ནི་བདེན་མོད་ཀྱི། འོན་  
 ཀྱང་དེ་ལྷན་ནི་ཚོས་གང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིགས་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་མེད་  
 པར་མི་འབྱུང་བ་ནི་འགལ་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ལའང་རྣམ་པ་  
 དུ་མ་མཐོང་། །གཏན་ཚིགས་གཅིག་ལའང་དུ་མ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བར་མཐོང་  
 རྟེ། དཔེར་ན་བྱས་པ་ཉིད་ནི་མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་  
 ན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ངེས་པར་གཟུང་བ་གསུམ་ག་སྟོན་ཅན་ཡིན་  
 ནོ། །ཡང་དེ་དང་མཐུན་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཁས་སྐྱངས་

ནས་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་རེ་ཞིག་འདིར་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་མཚན་  
 ཉིད་ཇོད་པར་བྱེད་དམ། ཡང་ན་ཡང་དག་པའི་དོན་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན།  
 དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་ཞེ་ན། གཏན་ཆིགས་  
 བཟོད་པས་རྒྱས་མ་ཡིན། །འདིས་ནི་བཅུལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་  
 བསྐྱབ་བྱ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་སོ། །ཅི་སྟེ། ཡང་  
 དག་དོན་བཞིན་ན། ཅི་སྟེ་འདི་ཡང་དག་པའི་དོན་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་མཚན་  
 ཉིད་ཇོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་། རྣམ་པ་གང་གིས་གང་ལ་ཞེས་མ་  
 བཟོད། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཡིན་ན་རྣམ་པ་གང་  
 གིས་ན་ངེ་ལྟར་བདག་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། གང་དུ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་དོ། །  
 ཞེས་པར་བྱེད་ལས་འདས་པ་བཞིན། །དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མཐོང་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བཟུང་བའི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་པར་བྱ་བའི་དོན་ཞེས་པར་བྱེད་པ་ནི་མེད་དོ། །མིག་  
 གིས་གཟུང་བྱ་ཉིད་སོགས་སྒྲ། །མི་རྟག་རྟགས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །གལ་  
 ཏེ་དེའི་བདག་ཉིད་བཟུང་ནས་མཚན་ཉིད་ཇོད་པར་བྱེད་ན་ནི་མིག་གིས་  
 གཟུང་བྱ་ཉིད་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་སུ་  
 འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་གང་ཞིག་མ་བསྟན་པའི་དེ་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བཟོད་དོ་ཞེ་ན། མ་བསྟན་པ་ཞེས་བཟོད་པས་དེ། །ངེ་ལྟར་གང་ལ་ཞེས་མ་  
 བཟོད། །དེ་ལྟར་དུ་བཟོད་པས་ནི་གང་གིས་ངེ་ལྟར་མ་བཟོད་པ་དེ་གང་ལ་



གཏན་ཆོག་སྲུ་མི་འགྱུར་ཞེས་མ་སྦྱས་སོ། །ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བས་བསྐྱབ་བྱ་  
 ལ། །ཅི་སྟེ་འདི་ལྟར་དེ་དང་མ་སྦྱར་བ་མེད་ན་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་སྲུ་  
 བསྐྱབ་བར་བྱ་བ་ལ་གང་མ་བསྦྱར་བ་དེའི་ཞེས་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་མིན་དཔེ་  
 གཉིས་ལས་འགྱུར་བས། །དེ་དང་མ་སྦྱར་བ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་ཉིད་དང་།  
 ཆོས་མ་སྦྱར་བ་ལས་ཆོས་མི་མ་སྦྱར་བ་ཉིད་ཅན་གྱིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཉི་བར་  
 བསྐྱས་ནས་དཔེ་གཉིས་ཀྱིས་གོ་བར་བྱེད་དོ། །རི་ལྟར་བརྗོད་པ་རི་ལྟ་བུ་  
 དག་གིས་ན་དཔེས་འབྲེལ་བ་དེས་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ།  
 གང་ཞེག་གང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་མ་བསྦྱར་བ་དེ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ་དབྱེད་  
 བར་བྱ་སྟེ། མི་རྟག་ཉིད་སོགས་མཐོང་བ་སྟེ། །བསྐྱབ་བྱར་གཞན་དག་འདོད་  
 དམ་ཅི། །གལ་ཏེ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆོག་སྲུ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཏུ་སྟོན་  
 བར་བྱེད་ན་གཞན་ཅི་མ་བྱུག། གང་བྱུག་པ་དེའི་དོན་ཏུ་ཡང་དཔེར་རྗོད་བར་  
 བྱེད་དམ། བསྐྱབ་བྱ་གཞན་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་གང་མ་  
 བསྦྱར་བ་དེ་ཞེས་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

རིགས་པ་ཅན་རྣམས་ན་རེ་ཆོས་མ་སྦྱར་བ་ལས་དཔེ་བརྗོད་པ་དེ་  
 བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སོ་ཞེས་པ་འདི་ལ། གལ་ཏེ་ཆོས་མ་སྦྱར་སྐྱབ་  
 བྱེད་ན། །ཆ་ཤས་ངག་མིན། གལ་ཏེ་ཆོས་མ་སྦྱར་བ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
 པའི་གཏན་ཆོག་སྲུ་མི་ཡན་ལག་ནི་གཏན་ཆོག་སྲུ་མི་ཡན་ནོ་ཞེས་འཛོལ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཐ་དད་ཏུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྟན་ཅིག་ཏུ་བརྗོད་པར་  
 འདོད་པས་ནི་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་ཐ་མི་དད་ཏུ་འཇུག་པ་རྣམས་ཉིད་ཀྱིར་

འགྱུར་ཏེ་དམག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དོན་གྱི་དམ་བཅའ་ལ་སོགས་པས་  
ཐ་མི་དང་དུ་འབྲུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་། ལྷ་པ་མིན། འདིར་ལྷ་པ་ནི་མི་འཐོབ་སྟེ། ཆོས་མཐུན་  
པའི་དཔེར་བརྗོད་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཉིད་དེ་ལས་  
གྱུར་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་ཐ་  
དད་དུ་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡང་མ་མཐོང་བས་སོ། ། དག་ཅེས། གཤམ་ཏེ་འདི་  
སྙམ་དུ་གང་ཆོས་མཐུན་པ་ལས་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་དག་དང་པན་ཚུན་བརྒྱད་  
པའི་སྒྲོན་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
སྙམ་ནི་དེ། བྱད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེ་  
བརྗོད་པའི་དག་དང་ཤེས་པ་དང་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་བྱད་པར་ཅན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཤམ་ཏེ་མི་བྱ་སྟེ། འདི་སྙམ།  
སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་མི་སྤྱིད་པས། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་ཅེས་པའི་དག་ལས་ཤེས་པ་  
དང་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་སྟོན་པ་དེ་དག་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན། ཡང་ཅི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་དངོས་ལས་འདོད་དམ། ཡང་ན་བརྒྱད་  
པ་ལས་བྱུང་འདོད། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཉིས་ཀ་གཞན་དུ་འཐོབ་  
པར་འགྱུར། །གཤམ་ཏེ་དངོས་ལས་ཡིན་ན་ནི་གང་ཉན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བྲན་  
པ་དེ་ཁོ་ན་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །གཤམ་ཏེ་བརྒྱད་པ་ལས་ཡིན་ན་ཡང་  
གང་ཆོས་མཐུན་པའི་ཉན་པའི་ཤེས་པ་དེ་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །གཤམ་  
ཏེ་པན་ཚུན་བརྒྱད་ནས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་དེ་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ཡང་ཉན་

པའི་ཤེས་པ་ལ་ནི་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། ཆོས་མཐུན་གཏན་  
 ཆིགས་དེ་མ་ཡིན། །ངག་དེ་ནི་ཆོས་མཐུན་པ་ལས་དཔེར་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་དེ་ལ་འང་སྟོན་གཉིས་སྤྱིར། །ཆོས་མཐུན་པ་  
 ལས་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་ཡང་དངོས་ལས་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་བརྒྱད་ནས་ཡིན་  
 ཞེས་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་གཉིས་ཀ་ལྟར་ན་ཡང་དེ་ནི་དངོས་དང་བརྒྱད་པ་  
 ལས་དེ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་བརྒྱད་པ་ལས་ཡིན་ན་ཡང་གང་  
 ཉན་པའི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ཉིད་  
 དོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྐབས་སུ་བབ་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་  
 བསྟན་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་དེ་གང་ཡིན། གནས་སྐབས་ལ་  
 ཡང་གཞན་མི་སྲིད། །གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོགས་ལ་ཡང་གང་ཆོས་མཐུན་པ་  
 ལས་དཔེར་བརྗོད་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །ཆོས་  
 མཐུན་པའི་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་ལ་ཡང་སྲིད་དོ། །སྲིད་  
 དུ་ཆུག་ཆོས་མཐུན་པའི་སྟོས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཡན་ལག་སྤྱི་མ་བསྟན་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཉེས་པ་དེ་ནི་མེད་དོ། །  
 དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་རང་  
 གི་མཆན་ཉིད་བསྟན་པས་གཞོད་པས་ནའོ། །རང་རང་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་  
 གཞོད་སྤྱིར། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྲིད་མ་ཡིན། །ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅིག་  
 ལ་གཞོད་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་རྟོག་བསྐྱས་པ་ལ་ཡང་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་ཐེ་ཆོས་དུ་

འགྱུར་རོ། །དེ་ཕྱིར་དྲུག་པར། ཆོས་མ་ཐུན་པའི་དཔེར་བརྗོད་པ་གཏན་  
 ཆིགས་སུ་ཞེས་དྲུག་པར་འགྱུར་རྟེ། དཔེར་ན་གཞན་ལ་ཆོས་དེའི་གཏན་  
 ཆིགས་སོ་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། ཐེ་ཆོམ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པར་  
 འགྱུར་གྱི་སྒྲོན་མེད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་རྟེ། གང་གི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཡང་། བྱད་  
 པར་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

དྲུག་པར་བྱས་ནས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་སྒྲོས་པ་ལྟག་པར་འགྱུར་རོ།  
 གལ་ཏེ་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་དོན་དེ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་མ་ཐུན་པའི་དག་ཐམས་  
 ཅད་ནི་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དག་ཀུན་མི་འདོད་ཞེ་ན་གང་། །འདོད་  
 དེ་བྱད་པར་ཅན་དུ་གྱིས། །གལ་ཏེ་ཆོས་མ་ཐུན་དག་ཐམས་ཅད་གཏན་  
 ཆིགས་མ་ཡིན་ན་ཡང་གང་ཆོས་མ་ཐུན་པའི་དག་དེ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་མ་  
 ཡིན་ནམ། དོན་གང་དག་གི་བྱད་པར་གྱིས་དེ་བྱད་པར་དུ་མི་བྱེད། གལ་ཏེ་  
 འདི་ལྟར་བྱད་པར་གྱི་སྐྱ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དོན་དུ་རྟོགས་པའི་དོན་ལ་  
 འགྱུར་རྟེ། དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆིགས་སུ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལྟར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་རྟེ། གང་གི་ཕྱིར། དགོས་པ་མེད་པར་དངོས་ཀྱི་  
 བོ། །སྒྲོ་དོན་འདས་པར་འདོད་མ་ཡིན། །རྒྱ་མཚན་མེད་པར་དངོས་ཀྱི་སྐྱའི་  
 དོན་ལ་འདས་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོས་མ་ཐུན་པ་ཉིད་བྱད་  
 པར་དུ་བྱའོ། །དོན་སྐྱབ་བྱད་པར་དུ་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱད་པར་དུ་  
 མ་བྱས་པ་ནི་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མི་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་བྱད་པར་དུ་བྱ་བའོ། །ཅི་སྟེ་  
 བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་སྒྲོས་པ་དེ་ཉིད་དེ་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་



ནོ་ཞེ་ན། དེ་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ན་མ་གངས་ཅམ་  
 ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས་ན་བསྐྱབ་  
 བྱའི་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པར་ནི་གོ་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཆོས་མི་  
 མ་ཐུན་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལས་བསྐྱོག་པ་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པར་བཟུང་ངོ། །ཡང་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་པ་འདི་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་གཏན་  
 ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ནམས་ཏེ་གང་ཆོས་མ་ཐུན་པ་དེ་ནི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་  
 སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆིགས་ཉིད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ལྟ་བུའི་བྱད་པར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྦྱར་བཏང་བ་ལ། དམིགས་  
 བསལ་ཡོད་པར་སྟོན་མ་ཡིན། །གང་འབྲུལ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་མ་ཐུན་  
 པ་དང་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་ནི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཡིན་གྱི་དེ་གཏན་  
 ཆིགས་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་གྱིས་བསལ་བའི་  
 ཡུལ་ལ་སྦྱར་བཏང་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་བྱར་ངོ། །

སྒྲུབ་དམིགས་གྱིས་བསལ་བ་བཞོད་པ་ལ་བྱིས་སྦྱར་བཏང་བ་བརྟག་  
 པར་བྱ་བའམ། །དམིགས་གྱིས་བསལ་བའི་ཡུལ་ལ་སྦྱར་བཏང་བ་དགོད་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། དེར་སྒྲུབ་གིས་སྟོང་ཆོས་གཞན་དང་། །  
 མཚུངས་ཏེ་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་  
 བས་སྟོང་བས་ཆོས་མ་ཐུན་པ་དང་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ན་  
 སྐྱེ་ཏག་སྟེ། མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་བྱར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དཔེ་དང་ཆོས་མ་ཐུན་པ་དེ་  
 དག་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ནམས་ལ་མི་སྟོན་དོ། །དེ་ནི་སྒྲུབ་སྦྱོར་བའི་

བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་མི་མ་སྐྱན་པ་དང་ཚོས་གཞན་ཉིད་དུ་འང་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་ཏྲག་སྟེ། བཅུ་ལ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་སྟོག་ལ་སོགས་  
 པ་བཞིན་ཞེས་པ་ཚོས་མི་མ་སྐྱན་པ་ཡང་ངོ་། །ཚོས་མ་སྐྱན་པ་དང་ཚོས་མི་  
 མ་སྐྱན་པ་དེ་དག་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་རྣམས་ལ་མི་སྤྱིད་ངོ་། །གཞན་  
 དག་ནི་བསྐྱབ་བྱར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་སྤྲ་མས་བྱུང་པར་དུ་བྱེད་ངོ་། །དེ་  
 སྐད་དུ་བརྗོད་པ་ནི། གང་ཚོས་མ་སྐྱན་པ་ལས་དཔེར་བརྗོད་པ་སྟོན་པ་དེ་  
 བསྐྱབ་བྱར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ནོ། །གང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཚོས་  
 མ་སྐྱན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་ཟེར་ངོ་། །དེ་དག་གི་ལྟར་  
 ན་ཡང་དུག་པ་ཉིད་དུ་རིག་པའི་ཚུལ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་།  
 གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་བས་སྟོང་པ་ཡང་གཏན་ཚིགས་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་ངོ་། །གཏན་ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ། །

བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཚོས་གཏན་ཚིགས་སོ་ཞེས་རྗོད་  
 པར་བྱེད་ངོ་། །འདིར་ཡང་གལ་ཏེ་དེ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་དང་  
 མངོན་པར་འབྲེལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེས་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ལ་དེ་དང་ལྡན་པའི་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་འགྱུར་ངོ་། །དེ་ལ་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྱི་འཇམ་ཡང་ན་ཚོས་སུ།  
 དེ་སྟེ་ཚོས་ཅན་ཉིད་ལས་འགྱུར་གང་། གལ་ཏེ་སྤྱི་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་ན། སྤྱི་ཉིད་  
 ཚོས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །འདིར་སྐྱ་མི་ཏྲག་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ལ་མི་ཏྲག་  
 པའི་ཚོས་ཉིད་དོ་ཞེས་འདིའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་ངོ་། །སྤྱིའི་  
 ཚོས་གཞན་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དུ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏྲ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་

བ་འདི་ལ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་སྦྱི་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་སོ་ཞེས་བྱས་ན་གཏན་  
 ཆིགས་སྲུང་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཆོས་ཡིན་ན་ནི་དེའི་བྱས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 མི་སྤྱིད་དོ། །དེ་སྟེ་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 མི་རྟག་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། སྦྱི་དོན་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་ཞེས་སམ། སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་སམ།  
 སྐྱ་མི་རྟག་གོ་ཞེས་པའི་སྦྱི་འི་དོན་དེ་དག་ནི་ནམ་པར་བཅད་པའི་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་སྦྱི་འི་དོན་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་མིན། །དེ་དག་བསྐྱབ་བྱར་མི་སྤྱིད་དེ། །སྦྱོན་  
 དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱི་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་སྤར་བརྗོད་པའི་སྦྱོན་ཉིད་དོ། །

དེས་ན་སྦྱི་ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་བསྐྱབ་བྱར་འབྲེལ་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ལ་སྦྱི་འམ་ཆོས་ཅན་ནམ་གཞན་ལ་ཡང་གང་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་  
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཆོས་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་བསྐྱབ་བྱས་ཁས་སྦྱང་བར་བྱའོ། །  
 དེ་ནས་སྦྱི་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པའོ་ཞེས་གང་དེའི་ཆོས་དེ་གཏན་ཆིགས་སྲུང་  
 འགྱུར་རོ། །དེའི་ཡང་ཐུན་མོང་པའི་དང་བྱད་པར་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྡན་པའི་  
 ཆོས་སྲུང་འགྱུར་ཏེ། བྱད་པར་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྡན་པའི། །ཆོས་འཛོལ། བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་བརྟུང་བར་བྱེད་པ་ནི་  
 གང་ཡང་མེད་དོ། །དོན་གྱི་ཆོས་ཅན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ནི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་སོ་ཞེས་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་དེའི་ཆོས་  
 འཛོལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱ་རྟག་སྟེ། མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་

ཞེས་པ་ཡང་གཏན་ཚིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །

བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ་ཞེན་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་ལ་གཉིས་སུ་འཇུག་གོ་ཞེས་པ་འདིས་སྤྲོན་  
 མོང་དུ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་  
 ཏྲག་པ་ཙམ་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ཡིན་ན་སྐྱ་གཞན་གྱི་འང་དེ་དང་ལྡན་  
 བ་ལ་བྱམ་པ་སོགས་པའི་ཆོས་གཏན་ཚིགས་སུ་བརྗོད་པར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་  
 མིག་གིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་གཏན་ཚིགས་སུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་མ་དེས་པ་མ་དེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཏེ།  
 འབྲུལ་པའི་གཏན་ཚིགས་དེ་ཡང་གཏན་ཚིགས་སུ་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན་  
 ཏྲག་སྟེ། ལུས་ཙན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་དང་ལྡན་པར་རྟོགས་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་འབྲེལ་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ཆོས་  
 མ་སྤྲོན་པའི་དེ་དང་ལྡན་པ་ནི་འབྲུལ་བའོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་  
 དེ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་དང་མ་སྤྲོན་པ་ཆོས་མ་སྤྲོན་པ་ཡིན་པས་ཆོས་གཞན་  
 སྤངས་པར་འགྱུར་ཏེ། མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་། འབྲུལ་པ་ཙན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་  
 དག་མ་འབྲུལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དེས་པར་བཟུང་བ་སྤྲོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤྲེལ་ལ་ནི་ངེ་སྐད་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །མཁའ་སོགས་  
 ཡོད་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཡི། །སྒྲོར་བའང་འགོད་པར་མི་བྱེད་འགྱུར། །དེ་ལ་ནི་  
 དམ་བཅས་པ་དང་ལྡན་པའམ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་སུ་གྲུབ་  
 པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཙན་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་སྒྲོར་བ་



ཡང་མ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བས་ན་གཏན་ཆིགས་སྲུ་མི་འཐད་པ་ཉིད་དོ། །  
 སེར་སྐྱུ་བ་རྣམས་ན་རེ་གཞན་ལ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་ལྡན་པ་  
 དང་བསལ་ཏེ་འོངས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་  
 ལ་རྣམ་པར་ལྡན་པའི་ངག་གི་དངོས་པོའི་ཡུལ་རྣམ་པ་ལྟ་སྟེ། དམ་བཅའ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། དེ་ཡང་རྣམ་པར་ལྡན་པ་དང་  
 བསལ་ཏེ་འོངས་པའི་སྒྲིབ་བ་དག་ལ་གཞན་པར་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་པ་ཉིད་དུ་  
 སྦྱད་པར་བྱའོ། །ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ནི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
 པར་ལྡན་པ་དང་བསལ་ཏེ་འོངས་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་གཙོ་བོ་ཡོད་དེ་བསལ་བ་རྣམས་དང་རྗེས་སྲུ་འགྲོ་བ་  
 མཐོང་བའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལ། གལ་ཏེ་འདིར་གཙོ་བོའི་ཡོད་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དེ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོད་མའི་ཡུལ་མ་ཞེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱིའི་  
 མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ལ་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བསྟན་ཟེན་ཏོ། །

བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་སྐྱབ་བྱེད་འགྱུར། །བསྐྱབ་བྱར་གྱུར་པའི་ཆོས་  
 སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་རིགས་ཏེ། ཐ་དད་དུ་གྱུར་པ་མེད་པས་སོ། །དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་ན་ནི་སྟེག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པས་ཀྱང་སྐྱ་མི་ཏྲག་པར་  
 གྲུབ་པར་གྱིས་ཤིག །གཞན་ཡང་། རྒྱས་པའི་ངག་ཡིན། ངག་རབ་ཏུ་རྒྱས་  
 པ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་སྲུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ནི་བསྐྱས་པའི་ངག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡང་། བརྗོད་མ་ཡིན། གང་

བསྐྱུས་པའི་དག་དེ་ཡང་གཏན་ཚིགས་སུ་བཟོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་དུ་  
 བྱི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེར་མ་བསྐྱུས་པའི་བྱེད་པར་བྱི་  
 གོ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་ཡང་གལ་ཏེ་གང་ལ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ལ་སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནི། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར། གཙུ་བོ་རྗེས་  
 འགོ་དང་ལྡན་མིན། །འཁོར་གི་ཤུན་ལྷགས་ལ་སོགས་པ་ལ་རིགས་གཅིག་པ་  
 དང་ལྡན་པའི་གཙུ་བོ་ལོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རིག་པར་བྱའོ། །ཡོད་དུ་  
 ཚུགས་པ་ཡང་མ་བསྐྱུས་པ་ལ་བྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དོན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 བཟོད་པར་བྱ་བའི་ཆ་ཤས་ཉིད་ལ་བྱི་དག་གི་ཆ་ཤས་ཉིད་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་བཟོད་པར་བྱ་བ་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གང་དག་དེ་སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་དཔེ་ཡིན་ནོ་ཞེས། དེ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 སྟོན་དང་བཅས་པ་བྱི་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར། དག་ཀྱང་། དག་ཡིན་ཡང་བྱི་  
 དཔེ་ལ་བྱི་དེ་ཉིད་སྟོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དག་གིས་འཁོར་གི་ཤུན་ལྷགས་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་གཙུ་བོ་ལོད་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་བསྐྱུས་པར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །

གཞན་ཡང་ཉེ་བར་འཇལ་མི་རིགས། །དག་གི་དཔེ་ལ་ཉེ་བར་འཇལ་  
 པར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དག་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་བའི་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཙུ་བོ་ལོད་པ་ཉིད་དུ་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་ཆ་ཤས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲེལ་བ་

མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཚོད་པའི་སྒྲིའི་ཕྱོགས་ནི་འབྲེལ་པ་ཙམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་  
གཅིག་པ་ཉིད་ཐ་དད་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱས་ནས་སོ། །དེ་  
ལ་ཡང་དང་པོ་ཉིད། དམ་བཅའི་དོན་དང་འགལ་བར་འགྱུར། །རྒྱ་གཅིག་པ་  
རྣམས་ཐ་དད་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ནི་ཤིང་གི་ཤུན་ལྷགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་  
ཉིད་ལ་རྒྱ་དུ་མ་ཉིད་ཁས་སྒྲངས་པའི་བྱིར་དམ་བཅའ་བ་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
ཁས་མ་སྒྲངས་ན་ཡང་དཔེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་  
ནོ།

ཅི་སྟེ་ཡོད་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཙན་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་  
གཅིག་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཉིད་ཀྱི་འོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཚོད་  
པ་མེད་བྱིར། ཚོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཡང་འབྲས་བུའི་རྒྱ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཚོད་པ་མེད་པ་ནི་མི་རིགས་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་དུ་ནི་གཅིག་  
ཉིད་མ་ཡིན་ཞིང་། ཡོད་ཙམ་མིན། ཡོད་པ་ཙམ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བརྗོད་དོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་ཆེས་སྲུང་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཐ་དད་ཤིང་ཤུན་ལས་སོགས་བཞིན། །གལ་ཏེ་དེའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་  
གཅིག་པ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱའོ་ཞེ་ན་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་རྣམས་ལ་རིགས་  
གཅིག་པ་ཉིད་དང་ཆེས་སྲུང་འགྲོ་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཆེས་འགྲོ་ཐམས་ཅད་  
སྐྱབ་ཅེ་ན། །མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། མི་ཉག་པ་ཉིད་དང་།  
འབྲས་བུ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཆེས་སྲུང་སོང་བའི་བྱིར་དང་། རྣམ་པར་ལྡན་པ་  
གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་མ་འབྲེལ་བའི་བྱིར་རོ། །གཏན་ཆོགས་ལ་ཡང་སྟོན་

གདུག་པ་ཅན་མ་གྲུབ་པ་དང་འགལ་བ་དང་མ་ངེས་པ་རྣམས་ཉིད་ཡོད་དེ།  
 རེག་ཞིག་མ་གྲུབ་པ་ནི་རིགས་གཅིག་དང་ཇེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ།  
 མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ཐ་དད་རྣམས་འབྲས་བུ་གཅིག་པ་དེའི་སྤྱིར། རིགས་  
 གཅིག་ཇེས་སུ་འགྲོ་བ་ཅན་དེ་ལྟར་ཡང་མཐོང་སྟེ། གཞན་དུ་འབྲས་བུ་གཅིག་  
 པ་ཉིད། །མེད་པར་ཡང་འབྲས་བུ་གཅིག་པ་ཉིད་སྟོང་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཇེས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན། སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ཐ་མི་དད་  
 པའི་འབྲས་བུ་དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་ཡོད་པ་དེའི་སྤྱིར་འདི་མ་ངེས་སོ། །དེ་ལྟར་གཞན་ཡང་། ཉེ་  
 བར་ལེན་པའང་དེར་འགྱུར། །ཉེ་བར་ལེན་པར་གྱུར་པ་ལ་ཡང་རྒྱའི་འབྲས་  
 བུ་ཡིན་པས་དེའི་རིགས་སུ་ཇེས་སུ་དཔག་པའི་རིགས་ཏེ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
 སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་དུ་ཆུག་ན་ཡང་སྐྱེས་བུ་ལ་  
 ཡང་ཡོན་ཏན་གསུམ་ཇེས་སུ་དཔག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དེ་ནི་མཐར་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་སྤྱི་རོལ་གྱི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་པ་ལ་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 འབྲས་བུ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། དེ་ནི། སྤྱི་མིན་  
 གཉིས་ཀར་སྒྲོན་ཡོད་སྤྱིར། །སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་དེ་ནི་ན་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་འཇུག་པ་ཐ་མི་དད་པའམ་ཐ་དད་དུ་འཇིག་གྲང་རུང་སྟེ་སྒྲོན་ཅན་  
 ནོ། །གལ་ཏེ་ཐ་མི་དད་དུ་འཇིག་ན་ནི་རང་རང་གི་ཡུལ་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
 ལ་གཞོད་དོ། །དེ་སྟེ་ཐ་དད་ན་ནི་རིགས་གཅིག་ཇེས་སུ་དཔོག་པ་ལ་གཞོད་



དོ། །དེ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྤྲོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོ་ནི་འདུས་པ་ལས་བཏགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལ་སོགས་པར་བཏགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ངེས་པར་བརྩུང་བའམ། ངེས་པར་མ་བརྩུང་ཡང་རུང་གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཇེས་སྤྲོད་པ་དེ་ལས་གཅིག་ཁོ་ན་རིགས་ཀྱི་ཇེས་སྤྲོ་འགྲོ་བའོ་ཞེས་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱེད་ན་ནི། དེ་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་གཞོད་དོ། །ཅི་སྟེ་ངེས་པར་གཟུང་བར་མི་བྱེད་ན་ནི་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་གཞན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀ་ཡང་ངེས་པར་གཟུང་བར་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་རེ་རེ་བསལ་ཏེ་འོངས་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་དག་ནི་རེ་ཞིག་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །ཇེས་སྤྲོ་འགྲོ་བ། ཁས་སྦངས་ན་ཡང་འགལ་བ་ཉིད། །ཐ་དད་པ་རྣམས་དང་ཇེས་སྤྲོ་འགྲོ་བའི་རིགས་གཅིག་ཉིད་ཁས་སྦངས་ཀྱང་གཏན་ཆོགས་ལ་འགལ་བའི་སྤྲོ་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར་དུ་མ་སྤྲོ་དུ་སོང་བ་ཅན་ཉིད་རིགས་གཅིག་དང་ལྟན་པར་ནི་མ་མཐོང་རོ། །དེ་ལ་ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་གཅིག་ཉིད་གྲུབ་པ་ནི་མེད་ལ། དེ་ཤིང་གི་ཤུན་ལྷགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོ་དུ་སོང་བ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁས་སྦངས་པའི་གཏན་ཆོགས་ལ་འགལ་བའི་སྤྲོ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ནི་མ་བཟད་ཀྱི་འདི་ལྟར། མ་ངེས་པར་ཡང་འགྱུར། །ཁས་སྦངས་ཀྱང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་ཤིང་ཤུན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོ་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་ལ་ངེས་པའི་

སྒྲོན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ནི་ཤིང་ལྷན་དང་གྲོ་མོ་དང་ཁམ་སོར་དང་རྒྱན་ལ་  
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་ལྡན་པ་དང་དུ་མ་  
 སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་སྒྲོན་  
 གསུམ་ཀའོ། །ཡང་གང་གི་སྤྱིར་གཅིག་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་ཐ་དད་པ་  
 རྣམས་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་དེའི་སྤྱིར། དཔེ་ནི། བསྐྱབ་བྱས་འཕངས་  
 འགྱུར། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་གཙོ་བོ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་ཁས་སྤྲང་པར་མི་  
 བྱ་སྟེ། ཤིང་གི་ལྷན་ལས་སོགས་པའི་སྒྲོན་དུ་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སོང་  
 བར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །དེ་ཡོད་མིན། དཔེ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་  
 ལྷན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་དག་ནི་བསྐྱབ་  
 བར་བྱ་བ་ནི་གཅིག་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡན་  
 ལག་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ལྡན་པ་ཡང་འབྲེལ་བ་ཉིད་དུ་རིགས་སོ་ཞེས་  
 རིག་པར་བྱའོ། །ཀུན་གྱི་རྗེས་ཐོག་མ་ལས་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་འགྲུབ་བོ་  
 ཞེས་པ་ལ་གཞན་གྱི་འདོད་པ་སོ་སོར་བཀག་ནས་རང་གི་ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་  
 གཟུང་བའི་བྱ་བ་ནི་བསལ་ཏེ་འོངས་པའོ་ཞེས་གྲག་གོ། །སོ་སོར་འགོགས་  
 པའི་ཐབས་ནི་གཉིས་ཏེ། དཔེ་དང་འགལ་བ་དང་། ཁས་སྤྲངས་པ་དང་འགལ་  
 བ་ཞེས་སོ། །

དེ་ལ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་རང་གི་ཕྱོགས། གྲུབ་  
 མིན། གཞན་ཕྱོགས་བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་རང་གི་ཕྱོགས་གྲུབ་པ་ནི་མཐོང་  
 རོ། །འདི་ལྟར་འདིར་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྐྱེ་ཏུག་གོ་ཞེས་པ་ནི་མ་

ངེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཙམ་གྱིས་གཞན་གྱི་སྟོགས་མ་གྲུབ་པར་བྱས་  
མོད་ཀྱི། གྲུབ་མིན་ཏེ་རང་གི་སྟོགས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཙམ་གྱི་སྐྱ་མི་  
ཏྟག་པ་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་མ་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་  
དུ་ཚུ་སྤྱང་གང་བ་ལ་གངས་ཁུ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚུ་མཆན་སོ་སོར་བཀག་  
པས་ཆར་འབབ་པའི་ཚུ་མཆན་ཅན་དུ་རྟོགས་པ་འདི་ནི་བཀག་པ་ཙམ་ལས་  
མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱད་པར་ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་གངས་  
ཁུ་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་བཀག་པས་ཚུ་སྤྱང་གང་བ་ཉིད་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཆར་འབབ་པའི་འབྲུལ་པ་སོ་སོར་བཀག་པ་ཙམ་གྱིས་ཐོག་ལ་  
སོགས་པའི་ཚུ་མཆན་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །འདི་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
གཞན་གྱི་སྟོགས་འགོགས་པའི་ཐབས་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ལ། །འགོགས་པའི་གཏན་ཆོགས་གཉིས་མ་ཡིན། །འགོགས་པ་ནི་ཐབས་  
གཉིས་འབར་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ལྟར་ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་  
སྒྲོན་བསྟན་པ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་བསལ་ཏེ་འོངས་པའི་  
མཆན་ཉིད་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོར་བ་གཉིས་ཀྱང་རིགས་མ་ཡིན། །རི་  
ལྟར་བྱས་ནས་ཤེ་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཇེས་སུ་འགྲོ་བ་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་ནི་  
གལ་ཏེ་མེད་པ་གཏན་ནས་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་གནས་མེད་པའི་སྤྱིར་ཐ་དད་དུ་ཐལ་  
བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་སྐྱེ་གནས་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བ་ཙན་རྣམས་ཐ་  
མི་དད་པ་ཉིད་དུ་དམིགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།

།རིགས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མ་དམིགས་པ་ཡང་དེ་ལས་བསྒྲོག་པ་ཉིད་  
ལ་སྒྲོ་འདོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་སྐྱེ་གནས་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ཅན་  
གྱི་ཐ་མི་དད་ནི་འགལ་ཡང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེ་གནས་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་རིགས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་སྤྱོད་  
ཅི་ལོག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཐ་དད་མ་བསྟན་པས་རིགས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཉེས་པ་མེད་དེ། སྐྱེ་གནས་མེད་པའི་  
སྤྱིར་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་སྐད་དུ་བརྗོད་  
ན་རིགས་པར་ནི་མ་བརྗོད་དེ་ཐ་དད་རྣམས་ལ་རིགས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གང་། ཐལ་བ་བརྗོད་པ་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
ཏེ་གཅིག་ཉིད་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་འགོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་  
ཏེ། དེའི་ཡང་མ་བསྟན་པས་ན་བསྒྲོག་པ་ཐོབ་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །གཅིག་  
ཉིད་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ཡང་སྐྱེ་གནས་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བ་རྣམས་ལ་  
མ་མཐོང་བས་ན་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཉིད་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་  
རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་དག་ཀྱང་ཐ་མི་དད་དུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཐ་དད་དུ་སྐྱར་  
བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཏན་ཚིགས་མ་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་  
བསྒྲོག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱ་བསྒྲོག་པ་ལ་ནི་  
རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་ཐ་མི་དད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་གཅིག་



སོང་བ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལས་བསྒྲིག་པ་ཐ་དད་དུ་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་། རྗེས་ཐོག་མ་ནི་བསྒྲིག་པ་ལ། །དེ་ལྟར་  
 དུ་གྱུར་ན་ཡང་རིགས་གཅིག་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྡོན་དུ་གཅིག་སོང་བ་ཅན་  
 ཉིད་དུ་རྗེས་སྤྲོ་བ་པ་ལ་ཐོག་མ་ལས་མེད་པ་སྡོན་དུ་སོང་བ་ཅན་ལ་  
 སོགས་པ་ཉིད་ནི་ཐ་དད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྗེས་ཐོག་མ་ལས་གཅིག་ཏུ་  
 སོང་བ་ཅན་དུ་རྗེས་སྤྲོ་བ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་ཐ་དད་དུ་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །བརྗོད་པ་དེ་ནི་ཐ་དད་རྣམས་རིགས་གཅིག་གི་རྗེས་སྤྲོ་བ་  
 བ་ཅན་དུ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་འདི་རྣམ་པར་ལྡན་པ་ལས་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་བ་ཡང་འདི་ལྟར་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་བསལ་བ་ཉིད་  
 གཅིག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ན་སྐྱེ་གནས་མེད་པའི་སྤྱིར་ཐ་དད་དུ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། རིགས་གཅིག་པ་ཅན་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 དོན་ཏོ། །

འདི་ལྟར་རིགས་གཅིག་དང་རྗེས་སྤྲོ་བ་རྣམས་གཅིག་སྡོན་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་མཐོང་གི། །མེད་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་མ་ཡིན་ན།  
 དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པའི་སྡོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་  
 ཐོག་མ་ལས་བསལ་ཏེ་འོངས་པར་སྦྲ་བ་ཡང་། གཅིག་བསལ་བ་ལ་འདི་མི་  
 རིགས། །དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱོར་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་རྗེས་  
 ཐོག་མས་གཙོ་བོ་ལས་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། རྣམ་ལྡན་བཞིན་དུ་ལྟ་ཉིད་མིན། །བསལ་ཏེ་འོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་ཉིད་

ནི་སྦྱར་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རྗེས་ཐོག་མའི་མཚན་ཉིད་ལས་འབྲེལ་  
བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་བཀག་པས་  
ཀུན་གྱི་རྗེས་ཐོག་མ་ལས་གཅིག་ཉིད་བསལ་ཏེ་འོངས་པའོ་ཞེས་སྦྱར་བར་  
བྱའོ། །ཀློལ་བ་རེ་རེ་བཀག་པ་ལས། །གལ་ཏེ་རྗེས་ཐོག་མར་འདོད་ན། །  
ཀློལ་བའི་ལན་ལ་མཐའ་མེད་ཉིད། །བསལ་འོངས་རྣམས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར།  
ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆིགས་སུ་བཅད་པའོ། །

དེའི་སྦྱར་སྦྱོར་བའི་མཚན་ཉིད་མདོན་པར་མ་འབྲེལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
དག་གིས་ནི་གངས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་མི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་  
མ་བཅད་ཀྱི། རྣམ་པར་ལྡན་པ་དང་བསལ་ཏེ་འོངས་པ་ཡང་ངོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །  
གཏན་ཆིགས་བརྗོད་ནས་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྦྱང་བ་དབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་  
ལ་རེ་ཞིག་ཅོད་པ་སྐྱབ་པ་ནས། མ་གྲུབ་པ་དང་མ་ངེས་དང་། །འགལ་བའི་  
དོན་ནི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྦྱང་བའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནི་དཔེར་ནི་བརྗོད་ན་མཚན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མིག་གི་  
གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྦྱར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་གྲུབ་པ་དང་། ལུས་ཅན་མ་  
ཡིན་པའི་སྦྱར་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ངེས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་  
པོ་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་འགལ་བ་གཅིག་དང་། གངས་  
ཅན་པའི་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་སྦྱེ་བའི་སྦྱར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
འགལ་བ་གཉིས་པའོ། །

དེ་ལ་ཡང་། མ་གྲུབ་དབྱེ་བ་བརྗོད་མ་ཡིན། །དེ་ནི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་

རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་ནམ་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་མ་བསྟན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འབྲུལ་པ་ལ་ཡང་བརྗོད་མ་ཡིན། །དབྱེ་བ་མ་བརྗོད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་ཐུན་མོང་མིན་པའང་ཡོད། །འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་  
 ཡང་། །ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བརྗོད་དོ། །འགལ་བ་གཅིག་ནི་  
 མཚུངས་པ་རུ་བརྗོད་དོ། །བྱེ་བྲག་པའི་སྤྱི་དབང་པོ་ལས་བྱུང་བ་རྟག་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་འདི་  
 མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་འགལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ནི་མ་གྲུབ་ཐུན་མོང་  
 མིན། །འགལ་བ་གཉིས་པ་ནི། མ་གྲུབ་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ། གང་  
 གི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་སྤྱིར་སྤྱེས་པ་ལས་སྤྱེ་ཞིང་འབྱུང་བ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱིར་སྤྱེས་པ་ལས་ཡོད་པར་སྒྲུབ་པ་ནི་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིར་  
 སྤྱེས་པ་ལས་སྤྱེ་ཞིང་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

ཁས་སྒྲངས་ན་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་འགལ་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། །བརྗོད་པ་མི་བསྒྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །བརྗོད་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་།  
 འདོད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱང་མ་བརྗོད། །དེ་བས་ན་ཉུང་བར་སྤྱང་སྟེ། དེ་དག་  
 ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྒྲུབ་པར་ཡང་མི་རུས་ལ་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྤྱང་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་རུས་ཏེ། །བརྗོད་པ་དང་གཞོད་པར་བྱེད་  
 པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རིགས་པ་ཅན་ནམས་ནི་འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པ་དང་། འགལ་བ་དང་  
 སྒྲུབས་དང་མཚུངས་པ་དང་། བསྒྲུབ་བྱ་དང་མཚུངས་པ་དང་། དུས་ལས་

འདས་པ་རྣམས་ནི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་བའི་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ངེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བྱུང་པར་  
ཡོད་མིན། གང་ལ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གཞན་ལས་བྱུང་པར་རམ།  
སྐབས་སུ་བབས་པ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིའི་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཡོད་པ་ནི་  
གཉིས་ཀའི་ཡོན་ཏན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཅི་སྟེ་འདི་ལྟར་སྒྲི་འདི་ནི་སྐྱ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་འགོགས་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིར་དང་། གང་དེ་ནི་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིགས་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
འགོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་ན་ཡང་བྱུང་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལྟར་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པ་དང་། དེ་དང་འགལ་བ་  
ལ་ཡང་འབྲུག་པར་དོན་གྱིས་གོ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་  
འབྲུལ་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུང་བཟོད་དོ། །བྱུང་པའི་མཐའ་ཁས་སྒྲངས་  
ན་ནི་དེ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པས་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་བྱེ་བྲག་པའི་  
ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིར་ཚྭ་མ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རྩལ་སྤྲ་རབ་རྣམས་  
བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་ལ་བྱུང་པའི་མཐའ་  
དང་འགལ་བས་བཟོད་པར་བྱ་བ་ནི་སྐྱབ་པའི་སྒྲིར་ཏུ་འགྱུར་རོ། །འགལ་བ་  
གཞན་ཡང་འཐོབ་སྟེ། གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བཟད་ཀྱི་  
འདི་ལ་ནི་ལུས་ཅན་ཡིན་པའི་སྒྲིར་ཞེས་བྱ་བ་མ་བྱུང་པའི་དོན་ལ་གཏན་  
ཚིགས་ཀྱི་སྒྲིར་དང་ཚྭ་མ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དམ་བཅའ་བའི་སྒྲིར་  
ཡང་ཡིན་ཏེ། སྒྲུང་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་འགལ་བའི་སྒྲིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་དེ་མ་



གྲུབ་པ་ཉིད་དང་འགལ་བ་ཉིད་གཉིས་ཀར་འགྱུར་ན་ནི། དམ་བཅའ་བའི་སྐྱོན་  
 དང་འགལ་བ་ཉིད་དག་ཡིན་ཏེ།      སྐྱོར་བ་ལ་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་དུ་  
 འགལ་བར་འགྱུར་ལ་དེ་ཡང་ཅིག་ཞེས་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་ལ་རག་མོད། གལ་ཏེ་བྱེད་པ་པོའི་སྐྱོར་  
 བ་བཞིན་དུ་འདིའི་ཆོས་གཞན་འགལ་བ་ཉིད་གྱིས་སྐྱོན་བར་བྱེད་ན་ནི་དེར་  
 ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དམ་བཅའ་བའི་སྐྱོན་ཡང་། དེ་  
 བཞིན་མིན། དེར་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལས་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཉིད་བཞག་ནས་  
 རྟོགས་དང་འགལ་བའི་སྐྱོན་གཞན་ཉིད་གཅིག་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་དོ། །བྱེད་པ་  
 པོ་ལ་ཆོས་གཞན་རང་དབང་ཅན་དང་གཞན་དབང་ལ་སོགས་པ་ལས་ཡིན་  
 བས་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ཅིག་ཞེས་གྱི་སྐྱོར་བ་ནི་དཔེར་ན་མདའ་  
 བསྐྱུན་ནོ་འདིའི་བསྐྱུན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གང་འདི་ལ་གྲངས་ཅན་གྱིས་  
 ནི་འདི་སྐད་དུ་བརྗོད་དོ། །གཙུག་པོ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་པ་ཅན་མ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ཡང་བསལ་བ་ནི་གཙུག་པོ་ལས་གཞན་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 ཐ་དད་ལས་གཞན་ཉིད་དུ་རྗོད་པར་བྱེད་ན་ནི་འགལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་འོན་  
 ། གྲང་། དེ་བཞིན་མིན། དེ་ནི་ཁོ་ན་ཞིག་སྐྱབ་པའི་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 བརྗོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་  
 ཞེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་སྐབས་སུ་བབ་པ་དེ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་  
 སྤྱིར་ཉེ་བར་འགོད་པ་ནི་སྐབས་དང་མཚུངས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བདག་ནི་རྟག་

བ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་ཡང་ལུས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལས་བདག་སྤྱོད་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར། མ་ངས་པར་འབྱུང། གང་གི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་རྟག་པ་ནམ་  
མཁའ་ལ་སོགས་པ་དང་། མི་རྟག་པ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ལུས་  
ལས་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མཐོང་བ་དེའི་སྤྱིར་ཅི་འདི་རྟག་པ་ཡིན་ནམ།  
འོན་ཏེ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་དཔྱོད་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་འདི་མ་ངས་པ་  
ལས་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱ་དང་བྱད་པར་མེད་པས་སྐྱབ་པའི་  
སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱ་རྟག་སྟེ་རེག་པར་བྱ་བ་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྒོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་ཡང་སྐྱ་ལ་རེག་པར་  
བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་གཏན་ཆིགས་བྱུབ་པའི་སྤྱིར། མ་བྱུབ་མིན། གང་དེར་  
གཏན་ཆིགས་མ་བྱུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ལས་བསྐྱབ་བྱ་དང་བྱད་པར་  
མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་འབྱུང། འོན་ཀྱང་འདིར་དཔེ་  
བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་འབྱུང་དོ། །གཞན་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་དེ། དཔེ་  
གང་ལ་བསྐྱབ་བྱས་བྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་གཏན་ཆིགས་དེ་བསྐྱབ་བྱ་དང་  
བྱད་པར་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡང་དག་པར་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་ནི་གཞི་  
མཐུན་པ་རྣམས་འབྲུ་མང་པོ་པའོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་འཛོལ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།  
ཁས་སྒྲུངས་ནས་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་མ་བྱུབ་པ་སྟེ། འདི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བྱད་  
པར་མེད་པའི་དཔེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་ངག་འདུས་པ་ལ་ཡིན་  
ནོ། །དེའི་སྤྱིར་མ་བྱུབ་པ་འབའ་ཞིག་མ་ཡིན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་

ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཞེ་ན། ཆོས་གང་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ་ཉི་བར་བསྟན་  
བ་དེ་ཆོས་ཅན་ལ་མ་གྲུབ་པའམ། །རྟོལ་བ་དང་ཅིག་ཤོས་ལས་མ་གྲུབ་  
པའམ། ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་ཡང་ངོ། །དུས་ལས་རྒྱར་ནས་བརྗོད་པ་ནི་དུས་ལས་  
འདས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མི་ཏག་སྟེ། བུ་མ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་  
གཏན་ཆིགས་མ་བརྗོད་དོ་ཞེས་སྤྱིས་བ་དང་བྱས་པའི་སྤྱིར་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
སྟེ་བྱའོ། །འདི་ཡང་མ་ཆང་བ་བརྗོད་པའམ། དེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་སྤྱིས་  
རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཡང་རུང་སྤྱིས་གཉིས་ཀ་ཡང་གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་  
བར་མི་སྦྱར་ངོ། །ཅིའི་སྤྱིར་མ་ཆང་བ་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་རེ་  
ཞིག་མ་ཆང་བ་བརྗོད་པ་སྟར་ན་ནི་དེ་ཏུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མ་ཆང་བ་ཡིན་  
པས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་སྤྱིས་རྗོད་པར་བྱེད་ན་ནི་དེ་སྟར་  
གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་འཐད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཀྱི་  
གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆིགས་ཀྱི་གནས་སྲུང་ཡོད་  
བཞིན་པ་དེ་གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་བའི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འདི་  
གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །

བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་སྟར་སྟང་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། མ་གྲུབ་  
པ་དང་། མ་བསྟན་པ་དང་། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐེ་ཆོམ་ཟའོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
གཏན་ཆིགས་ལས་སོ་ཞེས་ཟེར་ངོ། །མ་གྲུབ་པ་ནི་རེ་ཞིག་གཏན་ཆིགས་  
སྟར་སྟང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་སྟར་དཔེ་ལ་མེད་པའམ། མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཉིད་

ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དུའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལམ་ཞེས་རྣམ་  
 བར་ཏྲག་པའི་སྒྲིམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་དཔེ་ལ་རབ་ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་  
 ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་གྱུབ་པར་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་དོན་དུ་འགལ་བར་འགྱུར། གྱུབ་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ལས་  
 བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ནི་འབྲེལ་པའི་དུས་ན་རབ་ཏུ་གྱུབ་པའོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མེད་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །  
 རྩ་ཅན་ཉིད་ནི་གྱུབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གྱུབ་པར་བྱས་ནས་དེ་ལ་དཔེར་བརྗོད་  
 བ། གལ་ཏེ་རྩ་ཅན་ཡིན་ན་ནི་རྟེན་ལ་ལང་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ།  
 ཅི་སྟེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་གཏན་ཆིགས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ་ཡིད་  
 གཉིས་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ནི་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཞིག་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཅམ་ནི་མི་རྟོགས་  
 སོ། །དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཅམ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ནི་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་རྩ་ཅན་ལས་ནི་རྟེན་ཡིན་གྱི། ཤེས་པ་སྐྱེའི། དེའི་ཤེས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་བརྗོད་པ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 དོགས་པ་ཅན་གྱི་གཏན་ཆིགས་ནི་ཐེ་ཆོམ་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །མ་ཆང་  
 བརྗོད་པ་ཡིན། །རྩ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བ་ལང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ཉིད་ཐེ་  
 ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ལྟར་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡང་སྟེ་  
 དཔེར་ན་རྩ་ཅན་ལ་རྣ་བས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་



བ་སྟེ་ཡུལ་དུ་མ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་སོ། །གལ་ཏེ་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀ་ལ་  
མཐོང་བའི་སྤྱི་དེ་སྤྱི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་བ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་མི་རིགས་  
ཏེ་གང་བསྐྱོག་པ་མེད་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྤྱང་བའོ། །རྗེས་གཅིག་དང་ལྟན་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱི་དེ་ཐེ་ཆོམ་དུ་མི་འགྱུར་ཆུག་ན་ས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཡིན་  
ནོ། །འདི་ཐམས་ཅད་ལས་ལོག་པ་མི་སྤྱིད་པའི་སྤྱི་དེ་དོ། །དེའི་སྤྱི་དེ་རྣམ་པ་  
ཀུན་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་གཞན་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་མི་བཟོད་  
དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་འགལ་བ་དང་མ་ངེས་པའི་མཐའ་ཅན་དུ་མ་བཟོད་དོ། །རི་  
སྐད་དུ་ས་ལ་སོགས་པ་འདུས་ནས་ལུས་པོ་བཅུམས་པར་བཟོད་པ་ལ་ཅི་  
རང་རང་གི་རིགས་སུ་འཕྲུལ་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། ལྷའི་རྟགས་དམིགས་  
པའི་སྤྱི་དེ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་གྱི་ཅོམ་པ་བཀག་པའི་སྤྱི་དེ་འོ་ཞེས་སོ། །  
ཐེ་ཆོམ་གྱི་མདོ་དེ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་གོ་ཞེས་བཟོད་དོ། །

འདིར་ཡང་སྤྱི་དེ་མདོན་སུམ་པ་ལས་ཡང་ཟུང་ལའི་དཀར་པོ་ལས་  
ཡོན་ཏན་ཉིད་དང་བཏེན་པ་ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཉིད་རྣམས་ལ་ངེས་པར་  
མཐོང་གི་ཐེ་ཆོམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱི་དེ་གང་རྣམ་པར་གཅོད་པ་མ་ཡིན་  
པའི་གཏན་ཆིགས་གྱི་སྤྱི་དེ་མདོན་སུམ་པ་ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་བཟོད་ཞེས་བཟོད་  
པར་མི་བྱ་སྟེ་དེ་ནི་ཉུང་བ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ཡོད་པའི་གཏན་ཆིགས་མེད་  
པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ནི་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ལ། གང་བསྐྱབ་བྱ་  
ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་དང་བཟོད་པར་མ་བྱས་པས་ན་དེ་ལྟར་ཉུང་བར་བཟོད་པ་

ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་སྐྱ་ལ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མིག་གིས་  
གཟུང་བྱ་མ་བསྟན་ན་ནི་ཡུལ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་མེ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱེ་བྲག་པའི་གཏན་  
ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་ནི་སྐྱབ་པར་དགའོ། །གཏན་ཆིགས་གཟུགས་བརྟན་དང་  
བཅས་པ་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །

ཆད་མ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པ་ལས་གཞན་ཀྱི་དོན་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་  
པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །

དཔེ་དང་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་བརྟག་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཞི་བ།

ཚུ་ལ་གསུམ་རྟགས་ཤེས་བརྗོད་པ་ལས། །ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་སུ་ལེགས་  
གནས་པའི། །ལྷག་མ་ཚུ་ལ་གཉིས་སུ་གྲགས་པ། །དཔེ་ཡིས་རབ་ཏུ་སྟོན་  
པར་བྱེད། །རྟོག་གའི་བསྟན་བཅས་རྣམས་སུ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཅམ་  
གཏན་ཆིགས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲགས་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་བྱས་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་པས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་གོ་བར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །མཆོན་ཉིད་ལྷག་མ་  
ནི་སྒྱུར་བ་ལ་མ་བརྗོད་པས་དེའི་དོན་དུ་དཔེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བསྐྱབ་བྱའི་  
རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་རྟགས། །བསྐྱབ་བྱ་མེད་ན་མེད་ཉིད་གང་། །ཆོས་མཐུན་  
ཅིག་ཤོས་དང་བཅས་གཉིས། །དཔེ་ལ་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་  
བ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོའོ། །གང་ཞེས་པ་ནི་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཆོས་མཐུན་པ་

ནི་རེ་ཞིག་སྒྲུ་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་གང་  
ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་མི་རྟག་པར་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མཐོང་བ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ལ་ཡང་རྟག་པ་ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བར་ནམ་  
མཁའ་ལ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་འདིར་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
པར་བརྟེན་པར་བྱའོ། །

ཆོས་མཐུན་པར་གཤོན་མི་བླ་བར་གང་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་མི་རྟག་  
གོ་ཞེས་བསྟན་ན་ནི་ཆོས་མི་མཐུན་པས་ཀྱང་གཤོན་མི་བླ་བར་བསྐྱབ་བྱ་མེད་  
པ་ལ་མེད་པར་སྟོན་པར་འགྱུར་ཏེ། གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་  
ལ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་དགག་ཅིང་དགག་པ་དང་། །དེ་  
བཞིན་མཆོན་ཉིད་མེད་ལ་ཡང་། །དེ་ལྟར་སྒྲུ་མ་ནི་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་  
ཡིན་ལ་སྤྱི་མ་ནི་མེད་དགག་གི་དགག་པ་ཡིན་པར་བརྟེན་དོ། །དེ་ལྟར་ནི་  
རྟག་པ་ཆོས་མ་སྒྲངས་པར་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
ཏེ་ཡང་ཅི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྟན་པའི་གཏན་ཆིགས་གཅིག་བརྟེན་པས་གཉིས་པ་  
བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་རྒྱ་གང་གིས་ན་ཡིན་ཏེ། གཏན་  
ཆིགས་མེད་པར་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་  
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་ནི། བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ལ་མེད་པར་བསྟན་  
པར་རུས་ཀྱི་བསྐྱོག་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་བུམ་པ་དཔེར་  
བརྟེན་པ་དེ་ལྟར་ནི་ངེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྟན་པ་དེ་ལྟར་  
བསྐྱབ་བྱ་གཏན་ཆིགས་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་པར་

མི་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱམ་པ་ནི་གང་བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཅན་གྱིས་  
བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ངག་གི་དོན་  
བསྟན་པ་ནི་ངེས་པར་བསྟན་པའི་དོན་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། མ་བྱས་པ་ལ་རྟག་པའམ། འཇིག་པ་ལས་འཛིན་འབྲས་  
ཉིད་དུ། །འདིར་ནི་རྗེས་སུ་བརྗོད་བྱས་ནས། །མ་ཁྱབ་འདོད་མིན་མཚུངས་  
རྗེས་འགོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་མཐུན་པའི་སྒྲོན་ས་གང་མ་བྱས་པ་དེ་རྟག་གོ་ཞེས་  
བརྗོད་ན་ནི་མ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དམ་མ་བཅས་པའི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་སྒྲོན་ས་གང་མི་རྟག་པ་དེ་བྱས་  
པའི་ཞེས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་མི་རྟག་པ་བྱས་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །མ་ཁྱབ་པའི་རྩིས་བཤུས་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་སྒྲོན་  
དེ་དག་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། །སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་རྟག་པ་ཉིད་དང་། བཅུ་མ་  
ཐག་ཏུ་འབྱུང་བར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲོན་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་སྒྲོན་དེ་  
ཡོད་དུ་ཆུག་མོད། །གལ་ཏེ་བསྐྱབ་བྱའི་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྟགས་ཁྱབ་པར་མི་  
སྒྲོན་ན་ནི་མི་རྟག་པ་ལས་གཞན་པ་ལ་ཡང་སྲིད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་  
བྱ་མེད་པ་ལ་མེད་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་སྟེ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་  
ཅ་མ་ཡིན་ན་ནི་བྱམ་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱང་རྩིས་བཤུས་བྱུང་བ་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་ན། དེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་སྟོས་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་ཏེ་ཞེས་  
ནི་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །ཁྱབ་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་  
བོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །



འདིའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་དོན་གྱི་ཤུགས་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་  
ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེའི་  
སྒྲུབ་བའི་མི་བྱའོ། །གང་གི་ཆེ་དཔེ་གཉིས་ཀ་སྒྲུབ་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ནི་  
མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འབ་པ་ནི་བསྐྱབ་  
བྱ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་འདི་སྐད་དུ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པའི་ཏྲགས་ཆོས་མཐུན་པ་དང་བཅས་པ་སྟོན་ཏེ་ཞེས་བརྗོད་པར་མི་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་གཏན་ཆིགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་འགྲོགས་  
པའི་དོན་དུ་འགྱུར་གྱི་དོན་འགོག་པའི་དོན་དུ་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། །མཐུན་པའི་  
སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་གཉིས་ཀ་ཞེས་སྐས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདིར་ནི་གཏན་  
ཆིགས་ལྷག་མ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། སྟོགས་གྱི་ཆོས་ནི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་  
གྱིས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་ནི་གདོན་མི་བ་བར་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཁོ་ན་  
ལ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་  
ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཅེས་པས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མཐུན་པའི་སྟོགས་མེད་པ་  
ཉིད་བཀག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་དོན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་  
མེད་པ་ཉིད་ལ་མེད་པ་ཡིན་གྱི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་བདག་མེད་པ་ལ་  
སྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་  
ཁོ་ན་མེད་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་བསྐྱབ་  
བྱ་གོ་བར་བྱེད་ན་ནི་རག་ན་གཏན་ཆིགས་དུ་མ་འགལ་བ་དང་མི་འགལ་བ་  
སྟེ། ཡོད་བཞིན་པའི་འགལ་བ་དང་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དུ་འཆད་པ་དེ་དག་

ཉིད་གང་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཆོས་མ་སྟུན་པའི་དཔེ་བཟོད་པའི་མ་ངེས་པ་  
ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་རྟག་པ་ལ་མེད་པ་ཡང་ཡོད་པའི་དངོས་  
པོ་ལས་སོ་ཞེས་བསྟན་པར་བྱའི་གཞན་པ་དང་འགལ་བ་ཉིད་མེད་པའི་  
དངོས་པོ་ལས་སོ་ཞེས་བའི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ནས་རྩོལ་བ་ལས་མི་  
འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། མི་རྟག་པ་ཉིད་རྗེས་སུ་  
འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པ་མེད་པས་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་བསྟན་པར་  
བྱའོ། །ཆོས་མི་མ་སྟུན་པའི་དཔེ་ནི་རྟག་པ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་པ་  
ཉིད་གཏན་ཆིགས་སུ་བསྟན་ཀྱི་བསྐྱོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མ་བྱས་པའི་སྤྱིར་  
རྟག་གོ་ཞེས་མ་ཡིན་དུ་ཆུག། །འདིར་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་རྟག་པ་ཉིད་དུ་  
དམ་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ནི་གཉིན་  
པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་འགལ་བ་དང་མ་ངེས་པ་གཉིས་ཀ་བཟོད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་  
བཟོད་པར་མི་བྱའོ། །རེ་རེར་བཟོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
བས་སོ། །དེ་ལྟ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོར་བ་རྗེས་སུ་བབྱུང་ནས་བཟོད་ཀྱི།  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རི་ལྟར་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་  
ཏེ། མ་ངེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་སོ། །ཅི་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་  
དཔེའི་ཆིག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གཞན་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞེ་ན།  
གཏན་ཆིགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་གཉིས་ཉིད་ངོ་ཞེས་བཟོད་དོ། །དེ་ལྟ་མ་  
ཡིན་ན། སྟུན་མོང་དང་ནི་བྱུང་པར་ཉིད། །འགལ་བའང་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་

འགྲུལ། །རེ་རེར་གཉིས་ཀ་མ་བཟོད་ན། །དེས་ན་དཔེར་བཟོད་གཉིས་སུ་བྲ།  
གལ་ཏེ་ཆོས་མ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཟློང་པར་བྱེད་ན་དེ་མེད་པ་ལ་འང་འགྲུར་རོ་ཞེས་  
སྤྱོད་མོང་བ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་སུ་དོགས་པ་སྦྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་མ་སྤྱོད་  
པ་ཉིད་ཟློང་པར་བྱེད་ན་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིགས་ལ་ཡང་མེད་པས་སྤྱོད་  
མོང་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་རོ། །ཅི་སྟེ་གཉིས་ཀ་ཟློང་པར་མི་བྱེད་ན་ནི་དེ་ལ་  
མ་སྤྱོད་པའི་སྟོགས་ལ་མི་འགྲུར་ལ། རིགས་མི་མ་སྤྱོད་པའི་སྟོགས་ལ་འགྲུར་  
བའི་སྤྱིར་འགལ་བར་འགྲུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་གདོན་མི་བ་བར་གཉིན་པོའི་  
སྟོགས་ཀྱིས་འགལ་བ་དང་མ་དེས་པ་གཉིས་ཀ་བཟོད་པར་བྱའོ། །འབའ་  
ཞེག་ཏུ་ཅུང་ཟད་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་འགྲུར་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་  
བཟོད་པས་ཀྱང་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགྲུར་ཏེ། སྤྱི་བཞིན་དུ་དོན་གཉིས་རྟོགས་པའི་  
སྤྱིར་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་གིས་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དོན་གྱི་ཤུགས་  
ཀྱིས་གཉིས་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་ལ་ཡང་རིགས་པ་དེ་ཉིད་བཟློའོ། །གང་རྗེས་སུ་  
དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཏྲགས་འདི་དེས་པར་གཟུང་བར་བྱས་ནས་གཞན་ལ་  
དེའི་རིགས་ཡོད་པ་བྱན་པར་བྱས་ཏེ། མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་  
ཉིད་ཀྱིས་དེས་པར་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། རང་གི་དེས་པ་  
བཞིན་གཞན་ལ། །དེས་པ་བསྦྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིས། །སྟོགས་ཆོས་ཉིད་  
དང་འབྲལ་བ་དང་། །བསྐྱབ་བྱ་བཟོད་བྱ་གཞན་རྣམས་སྤངས། །འདི་ལྟར་  
སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་དོན་དུ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་ཡིན་ནོ། །དེ་

རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་དང་། མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་དོན་  
དུ་དཔེའི་ཆིག་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་བསྟན་པའི་དོན་དུ་ཕྱོགས་  
ཀྱི་ཆིག་བརྗོད་དོ། །འདི་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་གཞན་ནི་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་གཞན་གྱི་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཉེ་བར་  
སྐྱར་བ་དང་མཐུག་བསྐྱར་བ་དག་ནི་འདིར་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་  
དཔེའི་ཆིག་གྱང་ལོག་པར་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཏྲགས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟན་  
པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འདི་ཡང་ཉེ་བར་སྐྱར་བ་བཞིན་དུ་མི་བརྗོད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་ནི་ཏྲགས་ལས་ལོག་པ་རུ། །  
བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་སྤྱིར། ཉེར་  
འཇལ་བཞིན་དུ་དོན་མེད་མིན། །མཚན་ཉིད་གསུམ་པའི་ཏྲགས་ལ་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་བརྗོད་པ་དེས་ན་གཏན་ཆིགས་  
ཀྱི་ལྷག་མ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་དཔེའི་ཆིག་དོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ནི། ཏྲགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར། །གལ་ཏེ་དཔེར་  
བརྗོད་གཉིས་ཡིན་ན། །དཔེ་ནི་ལོགས་གཅིག་ཉིད་དུ་གྱིས། །གལ་ཏེ་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱི་ཆིག་གིས་ཕྱོགས་ཉིད་ཅུ་མ་བརྗོད་ནས་གཏན་ཆིགས་ལྷག་མ་  
གྲུབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་དཔེའི་ཡན་ལག་གྱིས་ཤིག །དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
ལོགས་ཡིན་འདིག་ཏེན་དང་མཚུངས་འགྱུར། །དེ་ལྟར་ནི་འདིག་ཏེན་པའི་  
བཞིན་དཔེ་གཏན་ཆིགས་དང་མ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་རོ། །



དེ་དག་གིས་ནི་དཔེ་བརྗོད་ལ། །ཆོས་མ་ཐུན་འབའ་ཞིག་རྗོད་པར་  
བྱེད། །འཇིག་རྟེན་པས་ནི་སྦྱོར་བའི་དཔེ་བརྗོད་ལ་ཆོས་མ་ཐུན་པ་འབའ་  
ཞིག་སྟོན་པར་བྱེད་དེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
བྱེད་ཉིད་སྤངས་ནས། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་སོ། །ཞེས་ངེ་སྤྱད་  
དུ་བརྗོད་པ་དེ་སྦྱོར་བ་ལ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཉེར་འཇལ་ཅམ་པོར་འགྱུར། །  
དེ་ལྟར་སྦྱོར་བས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དུ་མ་སྟོས་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཉེ་  
བར་འཇལ་བ་ཅམ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་བྱམ་པ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་མི་  
རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ཡང་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་དུ་རྗོད་པར་  
བྱེད་དོ་ཞེ་ན་དེ་མ་ཡིན་ཏེ་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་  
གཏན་ཆིགས་ཉིད་བསྐྱབ་པར་མི་རུས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལ་ཡང་། ཉེར་  
འཇལ་ལྟོག་པ་མིན་ཆེད་དུ། །ཆོས་མི་མ་ཐུན་པའི་སྦྱོར་བ་དེས། །མི་མ་ཐུན་  
སྟོགས་ལས་སྟབས་གཅིག་སྟོན། །དེ་ལ་ཡང་རྟག་པར་མ་བྱས་པར་མཐོང་  
ཞེས་འཇིག་རྟེན་པས་མ་བྱས་པ་ཉིད་དང་། རྟག་པ་ཉིད་དག་སྟབས་གཅིག་  
དུ་བསྐྱབ་པར་སྟོན་པར་བྱེད་པོར་འགྱུར་དོ། །བསྐྱོག་པས་ནི་རྟག་པ་དང་ཉེ་  
བར་འཇལ་བ་བསྐྱོག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱི་དོན་ལས་ལོགས་ཤིག་དུ་དཔེ་རྗོད་པར་བྱེད་ན་ནི་ཉེ་བར་འཇལ་  
བ་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་པར་འགྱུར་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་གཏན་  
ཆིགས་མ་སྟོས་ཀྱང་འཇལ་བ་སྟོས་པ་དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་སུ་འཇིན་

པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་། ལྷོག་པ་རྣམ་པར་བརྗོད་  
པ་ན། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་སམ། །དེ་ཡི་བྱད་པར་ཡིན་ཡང་  
རུང་། །མཚུངས་སྟོན་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་  
འཇལ་བར་བྱེད་ན་ནི་ཇི་ལྟར་བྱམ་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱ་  
ཡང་རོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ཡང་བྱམ་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་ཡང་བརྗོད་  
པར་འགྱུར་རོ། །

སྒྲུའི་ངེས་པར་བསྟན་པ་མ་གྲུབ་ཡང་རོ། །ཅི་སྟེ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
བཞིན་མི་རྟག་པ་ཡིན་གྱི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟག་པའོ་ཞེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཅམ་ཉེ་བར་འཇལ་བར་བྱེད་དེ། དེས་ན་ནམ་མཁའ་  
ལ་སོགས་པ་ལས་བྱས་པ་ཉིད་ལོག་པར་ཉེ་བར་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་  
མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་སྟེ་བསྐྱབ་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཉེ་བར་འཇལ་བར་བྱེད་པའི་ལྟ་ན། མི་  
རྟག་སྟེ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱམ་བྱ་ལ་སོགས་  
པ་ལས་ལོག་པའི་བྱས་པ་ཉིད་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །བསྐྱབ་བྱ་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ནི་མ་ཡིན་ལ། དམ་བཅས་པའི་དོན་དང་ཡང་འབྲེལ་  
བ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཉིད་ཅམ་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ཉེ་བར་འཇལ་བའི་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་ཡང་  
གཏན་ཆིགས་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེ་ནི་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱི་དོན་ལས་ལོགས་ཤིག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་།  
ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཅམ་གཏན་ཆིགས། །ཡིན་ན་འབྲེལ་བ་ཅན་ཡང་འགྱུར།

གཏན་ཆོག་ས་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡང་གཏན་ཆོག་ས་སྤྱུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་ཀ་བརྗོད་  
ལ་མི་འགྱུར་ཞེས། །འདི་སྟུང་དུ་ཡང་ཆོས་མཐུན་པ་འབའ་ཞིག་གི་དཔེ་རྗོད་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ལས་འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་གོ་སྐབས་ཡོད་དེ་མི་མཐུན་པའི་  
སྤྱོད་ས་ལ་ཡང་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཆོས་མི་མཐུན་པ་འབའ་ཞིག་རྗོད་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་གཉིས་  
ཀ་བརྗོད་པ་དེ་ལ་ནི་གང་ཡང་མི་སྤྱིད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དེ།  
དགྲ་ཡི་ནང་ནས་གཉིས་སྤྱིད་དོ། །སྤྱོད་ས་ཀྱི་ཆོས་དགྲ་ལས་དང་པོ་དང་ཐ་  
མ་གསུམ་པ་གཡས་སྤྱོད་ས་ན་མའི་དཔེ་གཉིས་ཀ་བརྗོད་ཀྱང་འབྲུལ་པ་ཅན་  
དུ་ཡོད་པར་སྤྱིད་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་བསྟན་ཏོ། །

གཏན་ཆོག་ས་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་ཀ་མེད། །མི་མཐུན་སྤྱོད་ས་ལས་མེད་  
མ་བྱས། །རྗེས་འགོ་སྤྱིན་ལོག་རྣམ་པ་གཉིས། །ལྟར་སྒྲུབ་རྗེས་འགོ་མེད་  
པའང་ཡིན། །དེ་ལ་གཏན་ཆོག་ས་མེད་པ་སྐྱེ་ཏུ་སྟེ། དེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་རྟུལ་སྤྱ་རབ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ནི་  
ལས་བཞིན་ནོ། །གཉིས་ཀ་མེད་པ་ནི་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། །མི་མཐུན་པའི་  
སྤྱོད་ས་ལ་ཞུགས་པ་ནི་དཔེར་ན་གང་མི་ཏུག་པ་དེ་དེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
མཐོང་བའི་ལས་བཞིན་རྟུལ་སྤྱ་རབ་བཞིན་ནམ་མཁའ་བཞིན་ཞེས་པ་ལྟ་  
བུའོ།

དེ་དག་གིས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་ནི་འབྲེལ་ན་དེའི་ཆོས་སྤྱུ་  
གྲུབ་པ་སོ་སོར་བརྗོད་དོ། །ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ཏུག་པ་ལ་ཁས་མི་ལེན་

བ་ལའོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པ་དེ་དག་གིས་ནི་གང་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་  
བརྗོད་དོ། །གཏན་ཆོགས་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དེའི་མི་མཐུན་  
པའི་ཕྱོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཡོད་པར་བསྐྱན་པར་བྱ་སྟེ། ཅུལ་བ་ལས་བྱུང་  
བས་མི་རྟག་པ་ཉིད་རྟག་པས་ཅུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་སྟེ། བུམ་པ་དང་ནམ་  
མཁའ་བཞིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རི་རྒྱུད་དུ། གཅིག་ལ་རབ་ཏུ་གྲུབ་ན་  
གཉིས་ཀའི་དཔེའོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་དག་གིས་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་  
གཉིས་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་སྤྱན་ཅི་ལོག་དེས་དཔེ་ལྟར་སྤང་བའོ་ཞེས་བརྗོད་  
དོ། །

འདིར་ཡང་། རྟགས་མེད་སོགས་དང་དཔེ་མེད་དང་། །རྗེས་འགོ་སྤྱན་  
ཅི་ལོག་ལ་སོགས། །འབྲེལ་པར་མ་བསྐྱན་པ་ཡི་སྤྱིར། །ཉིར་འཇལ་འབྲེལ་  
བ་ཅན་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཅོད་པ་  
བསྐྱབ་པ་ན་དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ངས་པར་སྟོན་པ་ནི་དཔེ་སྟེ། གང་གི་བུམ་པ་  
བཞིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་གིས་འབྲེལ་པ་མི་སྟོན་པ་ནི། གང་  
ཅུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་  
བུམ་པ་བཞིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། བསྐྱན་པར་བྱ་བ་དཔེ་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་ཅམ་གྱིས་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་མ་བསྐྱན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་། དེ་དག་གི་ཞེས་བརྗོད་མི་བྱ། །དེའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། བན་  
ཚུན་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་མིན་སྤྱིར། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་ཉིད་དེ་གཉིས་



ཀ་ལ་ཡོད་ན་ནི་དེ་ལྟར་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་གོ་ཞེས་པ་བཞེན་  
དུ་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་  
གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་  
པར་བྱའོ། །ཆོས་མཐུན་ཙམ་གྱིས་སྟན་ཅིག་ཏུ། །རྒྱ་བར་སྟོན་པ་ཡང་མ་  
ཡིན། །མི་རྟག་པ་ལ་བརྟན་པ་ཙམ་ཉིད་གྱིས་གཏན་ཆིགས་གྱི་མི་འབྲུལ་བ་  
བསྟན་པར་རུས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་གྱིས་གཞན་ཡང་བརྗོད་ཅེ་ན། འདི་  
ལྟར་གང་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་དེ་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་དོན་གྱི་ཤུགས་  
གྱིས་རྟག་པ་ལ་མེད་ངོ་ཞེས་མཆོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་སྟན་ནི་ཡང་། དེ་  
ལྟར་མི་མཐུན་སྟོགས་དེ་བརྗོད་མི་བྱ། །དོན་གྱིས་གོ་ན་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བྱུབ་པ་  
ཉིད་ཡིན་ན། གཏན་ཆིགས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དག་གི་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཡིད་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་  
པ་དེ། །མི་མཐུན་སྟོགས་གྱིས་བསྟན་པ་ན། །བསྐྱབ་བྱ་མ་བཟུང་འགའ་ཡོད་  
མིན། །འདི་ལྟར་རྟག་པ་ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་ངོ་ཞེས་སྐྱབ་པའི་སྟོན་ས་  
བསྟན་པ་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་བྱུབ་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མ་དོར་རོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གཞན་ནི་དེ་ཡིས་སྐྱབ་པའི་སྤྱིར། །དམ་བཅའ་མ་  
ཡིན་པ་ཉིད་ནི། །དེས་དེ་རྟག་པ་ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཉིད་གྱིས་བསྐྱབས་  
པའི་སྤྱིར་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་མི་རྟག་པ་སྐྱབ་པ་འདིས་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱས་  
པ་མེད་དོ། །སྐྱབ་པ་བསྟན་པ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་། །མི་འདོད་པ་ཡི་རྟག་པ་འཐོབ། །

གཤམ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཏྲག་པ་ཉིད་དང་། ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་དག་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་ས་སྒྲོན་པར་བྱེད་ན་ནི་དེས་གདོན་མི་བ་བར་  
ཏྲག་པ་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །

ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་དང་ཏྲག་པ་དག་པན་ཚུན་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
བར་ཡང་འབྱུར་རོ། ། རི་ལྟར་ཏྲག་པ་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་  
བཞིན་དུ་ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཏྲག་པའོ་ཞེས་དེ་ལྟར་ཡང་འབྱུར་ཏེ། དེ་  
དང་མི་མ་བྱུན་པའི་ཕྱོགས་དག་པན་ཚུན་འབྲེལ་བར་རབ་དུ་བསྐྱན་པའི་བྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དང་མི་མ་བྱུན་པའི་ཕྱོགས་དག་དུ་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་བྱིར་གཉིས་ཀ་  
ལ་ནི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེའི་བྱིར་དེ་དང་མི་མ་བྱུན་པའི་  
ཕྱོགས་དག་གིས་འབྲེལ་བ་ཞེས་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །འདི་སྐད་དུ། མེ་ཉིད་  
དང་བུམ་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་མ་བྱུབ་པའི་དོན་ཉིད་ནི་དཔེ་ཞེས་པའོ་ཞེས་  
བརྗོད་པ་ལ། འདིར་འབྲེལ་བ་ཅམ་བརྗོད་པའི་དཔེ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངེས་པར་  
བསྐྱན་པ་སྐྱབ་པའི་དོན་དུ་ཡིན་པ་དེས་ན་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་སྐད་དུ་གང་ཏྲག་པ་དེ་རེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
བྱ་སྟེ། འདི་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །རེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། མེད་  
ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་བསྐྱན་པར་ནི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་པ་ཉིད་ནི་  
དཔེའི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱན་བྱིན་ཏོ། །གཅིག་ཉིད་མ་བྱུབ་པའི་དོན་ནི་

དཔེའི་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁོ་བོས་བསྟན་ཟེན་རྟོ། །རིགས་པ་ཅན་རྣམས་  
ན་རེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་མཐུན་པ་ལས་ཆོས་དེ་རྟོགས་པའི་དཔེ་  
དཔེར་བརྗོད་པ་དང་། དེ་བརྗོད་པ་ལས་དེ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ལས་སོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །དེ་ཡང་གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་ལས་དཔེ་ལོགས་ཤིག་པ་ཡིན་ན་  
ནི་དཔེ་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པར་བརྗོད་པར་མི་བྱ་བར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ན་མི་རྟག་པ་སྟེ། རམ་མཁའ་བཞིན་  
ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དཔེར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
དང་མི་མཐུན་པ་དང་། ཆོས་དང་མཐུན་པ་ནི་ཡོད་པ་དང་མཉན་བྱ་ཉིད་དག་  
ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་དཔེས་སྟོན་དུ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་ན་ནི་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་བའི་ཆོས་དང་མཐུན་པ་དང་། ཆོས་དང་མི་མཐུན་པར་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ།  
གོ་བྱེད་དུ་དེ་མཐོང་མ་ཡིན། །སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་ཐོགས་སུ་མ་སྟོས་  
པའི་དཔེས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་གོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཆོས་དེ་  
རྟོགས་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་ལོ། །རི་སྟེ་ཆོས་དེ་རྟོགས་པ་ཉིད་གཏན་  
ཆིགས་ལ་སོགས་པ་ལས་སྤྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱེད་ན་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་། གཉིས་  
ཀ་སྟོས་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །གང་འདི་ཆོས་དེ་རྟོགས་པའི་དཔེ་དག་གོ་ཞེས་  
གཉིས་ཀ་སྟོས་པ་འདི་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རི་ལྟར་ན་  
དོན་མེད་པའོ་ཞེ་ན་ཆོས་དེ་རྟོགས་པ་ཉིད་གྱིས་ནི་ཆོས་མཐུན་པ་དང་ལྟན་  
པའི་དོན་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་དང་དེ་བརྗོད་པའི་ཆོས་དང་ལྟན་པ་ཉིད་འཐོབ་སྟེ།

དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་ཏེ་རྟོགས་པ་ཉིད་ནི་མེད་དོ། །དཔེ་སྒྲོས་པ་ཡང་  
 གྲུབ་པའི་ཚོས་དེ་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་པ་ནི་དོན་གང་ལ་འཇིག་རྟོན་པས་  
 བཏགས་པའི་སྒྲོ་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །རེ་ཞིག་ཚོས་དེ་རྟོགས་པ་  
 ཉིད་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་གྲངས་ཀྱི་སྤྱིར་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཚོས་རྟོགས་པ་ཉིད་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པས་ན་དེ་ཐོབ་པར་  
 རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཡང་གཅིག་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཚོས་དང་མ་ཐུན་པའམ། ཚོས་དང་མི་མ་ཐུན་པ་ལས་ཀྱང་དེ་  
 ཉིད་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་དེ་རྟོགས་པ་ཉིད་ནི་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཡང་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཚོས་དང་མ་ཐུན་པ་ལས་ཚོས་དེའི་  
 ཞེས་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཅན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
 ཡང་གཉིས་ཀ་ལས་ཚོས་ཅན་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པ་སྒྲོས་པ་ལས་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཚོས་དང་ལྡན་པའི་དཔེ་ལས་དོན་ཡིན་ན་ནི་གཉིས་ཀའི་ཚོས་དང་ལྡན་པས་  
 ཀྱང་ངག་གི་མཐུག་བསྐྱུས་པ་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་རྟོགས་པར་མི་  
 རུས་སོ་ཞེས་སྤར་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །

འདིར་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་འཇལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཚོས་ཐུག་པ་མེད་པའོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེ་སྒྲོས་པའི་འབྲས་བུ་གྲུབ་  
 པའི་ཚོས་སྐྱབ་པའི་དོན་དུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གཞན་ལས་  
 གྲུབ་སྤྱིར་འབྲས་བུ་བསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གྲུབ་སོ། །



གཞན་དུ་ན་འདིར་ཆོས་མ་སྒྲུབ་པའི་དཔེར་བརྗོད་ལས་གང་གྲུབ་པ་དེ་འབྲས་  
བྱ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ནི་ཆོས་དེ་རྟོགས་པ་ཉིད་དཔེའི་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་བརྗོད་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་ཡང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་སྒྱུར་མི་བྱ། །རང་གི་སྒྲས་ནི་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་མ་སྒྲུབ་པ་དང་། ཆོས་དང་མི་མ་སྒྲུབ་པ་ཡང་སྟེ།  
དེ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །གང་ལ་གང་གིས་གང་གི་  
གང་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་སྒྱུར་བར་མི་བྱ་ཞེ་ན། གང་ཆོས་  
མ་སྒྲུབ་པའི་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ། དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་བྱས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པས་ཆོས་དང་མ་སྒྲུབ་པར་སྒྱུར་  
བར་མི་བྱའོ། །བྱམ་པས་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་དང་  
མ་སྒྲུབ་པ་བྱམ་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་དང་བྱེད་  
པ་པོའི་འབྲས་པ་ལས་ཡིན་གྱི། ཆོས་གཞན་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱབ་  
བྱའི་ཆོས་དང་མ་སྒྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོག་གཉིས་པོ་ཡང་དོན་གྱི་དཔེ་  
བརྗོད་དུ་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ངག་གི་ཆ་ཤས་ཉིད་ཉམས་པ་ཡིན་པས་དཔེར་  
བརྗོད་ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་བརྗོད་པ་ལ་སྟོས་ནས་ནི། །དེ་བཞིན་  
ནོ་ཞེས་ཉར་སྒྱུར་བ། །བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ཞེས། །ཉེ་བར་སྒྱུར་བ་  
རིགས་མ་ཡིན། །འདི་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱས་པའི་སྒྱུའི་ཉེ་བར་སྒྱུར་  
བའམ་དེའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྒྱུ་ནི་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བསྒྲུབ་པར་མི་བྱས་པའི་ཕྱིར་དོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་ལ་རེ་ཞིག་བྱས་པ་ནི་བྱམ་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་  
སྒྲུར་གྱི། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུར་མ་བྱས་པའོ། །མི་སྒྲུར་རོ་ཞེ་ན།  
དེ་ནི། སྤྱི་ཉིད་གཏན་ཚིགས་ཉིད་དུ་བཟོད། །སྤྱི་ནི་བྱས་པའི་བྱེར་ཞེས་བྱ་  
བ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བཟོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིའོ་ཞེས་འབྲེལ་པའི་བྱེར་རོ། །དཔེ་  
དང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་གཅིག་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་  
པ་ཉིད་བྱུབ་པ་ཞེས་བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་ཉི་བར་མི་སྒྲུར་རོ། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཁྱད་པར་མེད་པའི་སྤྱི་ཉིད་ལན་དུ་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
བྱས་པ་ཉིད་དུ་བྱུབ་པ་ལ་བྱས་པ་འདི་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི་སྒྲུལ་བྱ་ལ་  
སོགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱེ་བྲག་ཉི་བར་སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་བྱེར། བྱེ་བྲག་རང་ལ་བརྟེན་རྗེས་འབྲང་། །  
རང་ལ་བརྟེན་པར་ངས་པ་ནི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་  
མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་སྐྱུ་མ་ཡིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་བྱེར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཉི་  
བར་སྐྱར་བ་མེད་དོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པའི་ཉི་བར་སྐྱར་བ་ནི་ནམ་མཁའ་  
བཞིན་དུ་མ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལ་གལ་ཏེ་དགག་པ་གཉིས་ཀས་བྱས་པ་ཉིད་འགོགས་པ་ཅ་མ་དུ་  
བཟོད་པ་ཡིན་ན་ནི། གཏན་ཚིགས་དེའི་དོན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བྱས་  
པ་ནི་མི་འགོགས་གྱི་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བའི་རྟག་པ་འགོགས་པའི་དོན་དུ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་བྱེར། གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་  
དང་ལྟན་མ་ཡིན། །གཏན་ཚིགས་ཉིད་དུ་མ་བཟོད་པའི་བྱས་པའི་སྤྱི་བཟོད་

པ་ཡིན་ཏེ། དང་གི་སྒྲ་སྒྲོས་པས་བྱས་པ་ཉིད་ཡོད་པས་ན་གཉེན་པོའི་སྟོགས་  
 གི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་གང་དེ་དགག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཆོས་མི་  
 མ་ཐུན་པ་ཉི་བར་སྒྱུར་བར་བྱེད་དེ་མ་བྱས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྟག་པ་ཉིད་  
 དགག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཡང་ཉི་བར་སྒྱུར་བར་མི་བརྗོད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 གཉེན་པོའི་སྟོགས་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་མ་ཐུན་པའི་སྒྲོ་ནས་བྱས་པ་  
 ཉིད་གིས་མི་རྟག་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་མེད་དོ། །དེའི་གཉེན་པོའི་སྟོགས་རྟག་  
 པ་ཉིད་དང་ལྟན་པར་ཡོད་པ་གང་གིས་འགོགས་པར་བྱེད། ཅི་སྟེ་ཡང་མ་  
 བྱུང་བའི་སྤྱིར་རྟག་པ་ཉིད་ལ་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་ཙམ་གྱིས་རྟག་པ་ཉིད་  
 འགོགས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་ཡང་། བྱད་པར་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་དེར་འགྱུར། །གལ་  
 ཏེ་ཆོས་མ་ཐུན་པ་མ་བརྗོད་པར་བྱད་པར་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་སྟེ་དེ་ཆོས་དེའི་  
 གཉེན་པོའི་སྟོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་འགོགས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དཔེར་ན་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྒྲ་མི་རྟག་གོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་མི་རྟོག་པ་ལ་མཉན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་  
 ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་བ་མི་རྟག་པ་ཉིད་བཀག་པའི་སྤྱིར། མི་འདོད་པའི་རྟག་པ་ཉིད་  
 བྱུང་བར་འགྱུར་དོ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་བྱུང་བར་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་འདིར་ཡང་  
 རྟག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་སྟོག་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་ཆོས་མ་ཐུན་པས་ནི་འདི་ལ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་མ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་དེ་ཉིད་  
 རྟག་པ་མ་ཡིན་པས་ནའོ། །མ་བྱས་པ་ཉིད་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་

མ་ཡིན་ཏེ། གང་དེ་མེད་པ་ལས་རྟག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་  
གཏན་ཚིགས་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་  
པ་ཉིད་འགོགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་འདི་ངག་གི་དོན་ལ་སྟོས་ནས་  
ཉེ་བར་སྐྱར་བར་རིགས་ཏེ་གང་གི་སྤྱིར་མ་བྱས་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་  
རྟག་པ་ནི་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །མི་རྟག་  
པ་ལ་ཡང་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་སྐྱར་བར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མཐུག་བསྐྱུ་བ་  
ལ་ནི་སྤྱིར་ཀྱི་ཚིག་མི་བརྗོད་པ་ཉིད་དེ་དེ་ལ་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་  
པར་མི་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ནི་གཉིས་ཀ་རབ་དུ་གྲུབ་པ་དཔེའོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །

དེ་ལ་ཡང་། མཁའ་དཔེར་བརྗོད་པའི་སྒྲོར་བའམ། །ངག་གི་སྤྱོད་ཀྱིས་  
གཅིག་ཉིད་ཀྱང་མིན། །གཉིས་རབ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཤམ་ཏེ་དམ་བཅའ་  
དང་གཏན་ཚིགས་དག་ནམ་མཁའ་ལ་གྲུབ་པ་དེའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
ཞེ་ན་ནི་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་དཔེར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་བསྐྱུ་བ་པར་བྱ་བའི་  
ཚོས་དེ་གང་ལ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན་ནི། དེ་ལྟར་ཡང་ངག་གི་ཆ་ཤས་ཉིད་  
མི་འཐད་དེ། རྗེས་འགྲོ་རྗོད་པར་མི་བྱེད་པ། །དེ་ནི་དཔེ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་  
ཡིན། །གང་དུ་གཏན་ཚིགས་དང་བསྐྱུ་བ་བྱའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མི་སྟོན་པ་དེ་  
ནི་དཔེ་ལྟར་སྤྲང་བའོ། །གཉིས་ཀའི་དཔེ་ནི་སྤྱི་མ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྐྱར་བར་  
བྱའོ། །སྐྱུ་བ་བྱེད་ཉེ་བར་སྐྱར་དོན་ནི། །རང་རྒྱུད་ཡིན་ཡང་དོན་མེད་འགྱུར།



གལ་ཏེ་དཔེ་རང་གི་རྒྱད་གྱི་ཡིན་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་  
གཅིག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་མི་  
སྤིང་པ་ཉི་བར་སྐྱར་བའི་དོན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སྒར་རི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་  
ནོ། །

ཆད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ལས་དཔེ་དང་དཔེ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་བརྟགས་  
པའི་ལེའུ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

གཞན་སེལ་བརྟག་པའི་ལེའུ་སྟེ་ལྷ་པ།

ཆད་མ་གཉིས་སུ་བརྗོད་པ་ལ་ཁ་ཅིག་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་ཆད་མ་  
ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །དེ་ལ། སྐྱེ་ལས་བྱུང་བ་རྗེས་དཔག་ལས། །ཆད་མ་གཞན་  
མིན་འདི་ལྟར་ཏེ། །རང་གི་དོན་ལ་བྱ་སོགས་བཞིན། །གཞན་སེལ་སྒོ་ནས་  
སྟོན་པར་བྱེད། །སྐྱེ་ནི་ཡུལ་གང་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་ཉིད་རབ་  
ཏུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཆ་ནས་དེའི་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་དོན་  
གཞན་རྣམ་པར་བཅད་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །

དེའི་བྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་ལ་  
དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་རིགས་གྱི་སྐྱེ་རང་རང་གི་ཐ་དད་པ་ལས་ཡིན་ཏེ། སྐྱས་  
པ་རྣམས་ལ་ནི་ངེས་པའི་དོན་དུ་བྱུང་པར་གྱི་སྐྱེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཛེར་ཏེ། །དེ་  
ལ་ལན་བརྗོད་པ། ཐ་དད་རྣམས་གྱི་རིགས་སྐྱེ་མེད། །རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཞེས་

བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ཞིག་རིགས་ཀྱི་སྒྲུ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྗེས་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་རྗོད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐའ་ཡོད་མིན་གྱིར། མཐའ་མེད་  
ཅས་བྱ་བ་ནི། ཐ་དད་པ་རྣམས་སྒྲ་དང་འབྲེལ་བར་བྱེད་མི་རུས་ལ། འབྲེལ་  
བར་མ་བྱས་པའི་སྒྲས་དོན་བརྗོད་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་རང་གི་ངོ་  
བོ་ཙམ་ཞིག་རྟོགས་པར་བྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

གཞན་ཡང་། འབྲེལ་བའི་གྱིར། རི་ལྟར་རྗེས་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲ་འཇུག་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་འཇུག་པས་འབྲེལ་བའི་གྱིར་ཐེ་  
ཚོམ་དུ་འགྱུར་གྱི། རྗོད་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འགའ་ཞིག་ནི་འདི་སྒྲམ་  
དུ་སེམས་ཏེ། རིགས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་མཇུག་དེ་དང་ལྡན་པ་ཙམ་ལ་ནི། འབྲེལ་  
བར་སྒྲ་བ་ཡིན་པའི་གྱིར་དང་། མི་འབྲེལ་བའི་གྱིར་རོ་ཞེས། །དེ་དག་གྱུར་།  
རིགས་སམ་ལྡན་སྒྲ་ཐ་དད་གྱི། །དེ་ལ་སོ་སོར་རྗོད་བྱེད་མིན། །དེ་ལྟར་ནི་  
རྗེས་ཡོད་དོ་ཡོན་ཏན་ཡོད་དོ་ལས་ཡོད་དོ་ཞེས་ཐ་དད་པའི་དོན་གྱི་རྗེས་ལ་  
སོགས་པའི་སྒྲས་གཞི་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ན། དེ་ལྟར་ཡང་མཐོང་བ་  
ན་ཡོད་པའཇུག། དེ་དང་ལྡན་པ་ལ་རྗེས་སམ་ཡོན་ཏན་ལ་ནི་མི་སྤིད་དོ། །  
འདི་ལྟར་རྗེས་ཀྱི་འོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

ཡང་བརྗོད་པ། ཡོན་ཏན་དང་ནི་ཡོན་ཏན་ཙན། །བརྗོད་པའི་རྣམ་དགེ་  
ཐ་དད་དུ། །དེས་གྱིར་གཞི་དང་མཐུན་པ་ཡི། །རྗེས་དང་སྒྲ་དག་རབ་ཏུ་  
གྱུབ། །འབྲེལ་བ་ནི་འདིར་འབྲེལ་ཙན་གྱི། །ཚོས་ཀྱི་འཕངས་པར་བརྗོད་བྱ་  
སྟེ། །དེ་ལྟས་ངས་བྱས་ནས་བརྗོད་གྱི། །དངོས་པོ་གཞན་གྱིས་སྒྱུར་མི་བྱ། །

འབྲེལ་པ་ནི་གཞོན་མི་ཟ་བར་འབྲེལ་པར་འགྱུར་བའི་ངེས་པ་མེད་དེ་ཁ་  
 བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་གཞན་གྱི་གོགས་བྱེད་པ་སྟེན་དོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 འབྲེལ་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་ཀྱིས་འབྲེལ་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རང་གི་  
 ཆོས་ཀྱི་ནི་འབྲེལ་པའི་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེའོ་ཞེས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 མཆོན་པས་ན། འདི་ཡི་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་ཡིས་ནི། །བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་མི་  
 འཐད། །ལ་ལ་དགའ་ནི་བྱེད་པར་གྱི་སྐྱ་རྣམས་དང་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་དང་། འབྲེལ་པར་སྐྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། མི་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་རིགས་དང་  
 ཐུན་པ་ཅམ་བརྗོད་པར་བྱེའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ། རང་དབང་མེད་སྤྱིར་དེ་  
 ཐུན་མིན། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཅམ་ཡོད་པའི་སྐྱས་བྱེད་པར་  
 དུ་བྱས་ནས་རྣམས་ཞེས་བརྗོད་གྱི། དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་པས་ངེས་བྱམ་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་མི་དབེན་པའི་སྤྱིར་དེ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཉིད་ལ་གཞི་  
 མ་ཐུན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་པ་དང་མ་བྱས་པ་དག་ལ་ནི་གཞི་མ་ཐུན་  
 པ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་དཀར་པོ་དང་སྐྱ་ལྟ་བུ་རང་གི་ཡོན་ཏན་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པར་དུ་བྱས་ནས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡོད་  
 པས་རྣམས་ལ་མངར་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་འཐེན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདིར་  
 ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་། ཉེ་བར་བརྟགས་སྤྱིར། སྐྱ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་འམ་རིགས་  
 སུ་བརྗོད་པ་དེ་ལ་འཇུག་ཅིང་དེ་དང་ཐུན་པར་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གང་ཞིག་གང་ལ་ཉེ་བར་བརྟགས་པའི་དོན་དེ་ནི་ཡང་དག་པའི་དོན་མ་ཡིན་

ནོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །འདྲ་བ་ཡང་། མི་སྲིད་ཕྱིར། དེ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡོན་  
 ཏན་གྱིས་འདྲ་བ་ལ་ཡང་ཤེས་པ་འཕོ་བའི་འདྲ་བ་ཡང་མི་སྲིད་ལ། ཡོན་ཏན་  
 གྱིས་ཕན་བཏགས་པའི་འདྲ་བ་ཡང་མི་སྲིད་པའི་སྐྱར་རོ། །རི་ལྟར་ཤེས་པ་  
 འཕོ་བ་མི་སྲིད་ཅེ་ན། ཉེ་བར་བཏགས་པ་ནི། འཕངས་ལ་རྒྱལ་པོར་བཏགས་  
 པ་བཞིན། །སྒོ་ཡི་ཚུལ་ལ་ཐ་དད་སྐྱར་རོ། །དཔེར་ན་གང་མི་དེ་ནི་ང་རང་ངོ་  
 ཞེས་བྲན་ལ་རང་གི་སྒྲུབ་བརྗོད་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་བྲན་པོ་ལ་སྒོ་མཚུངས་པར་  
 སྐྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རིགས་ཀྱི་སྒྲུབ་དེ་དང་ལྡན་པ་ལ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཡང་།  
 རིམ་གྱིས་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ནི། །ཀུན་ད་དུང་སོགས་དཀར་པོ་བཞིན། །གང་  
 ལ་ཤེས་པ་མཚུངས་པ་ཉིད་ལ་ནི་རིམ་གྱིས་བརྗོད་པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་  
 མེ་ཏོག་ཀུན་ད་དང་མེ་ཏོག་ཀུ་ལུ་ཏ་དང་། དུང་གི་དཀར་པོའི་ཞེས་བྱ་བ་  
 བཞིན་ནོ། །ཅིག་ཅར་བ་ཡང་རིགས་དེ་དང་ལྡན་པའི་ལྟ་བུ་སྟེ། ཤེས་པ་འཕོ་  
 བའི་བྲན་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་གྱིས་ཕན་བཏགས་དངོས་ལ། །  
 སྒོ་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་གྱིས་  
 ཕན་བཏགས་པ་ལས་ཡོན་ཏན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་  
 ཡིན་ན་ནི་རྗེས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ཡོན་ཏན་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ལ་མི་ལྟོས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཤེས་དམར་པོའི་སྒོའི་དངོས་པོ་ནི་ཉེན་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྣམ་པར་མ་སྦྱངས་པ་རྣམས་ལ་ཐ་དད་པའི་སྒོ་མེད་པའི་སྐྱར་རོ། །

གཞན་ཡང་། འདྲེས་པའི་ཚུལ་ནས་ཐམས་ཅད་དུ། །ལོག་པའི་ཤེས་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །སྒྲུབ་དང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་དོན་དང་འདྲེས་པའི་ཚུལ་



ནས་ནི་རྣམ་པར་བསྐྱད་པ་སྟེ། དེའི་སྒྲིབ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་  
 དོན་ངེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། སྒྲིབ་སོགས་མང་པོ་ཉིད་  
 དང་ནི། །ཅིག་ཅར་འཇིན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། །པན་འདོགས་པ་ནི་འགལ་  
 བར་འགྱུར། །གང་ཡང་མང་པོ་འཇིན་པར་འགྱུར་བ་ནི་དཀར་པོ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་ཡོན་ཏན་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་། ས་ལས་བྱུང་བ་དང་། རྩ་ས་  
 དང་། ཁ་བ་དང་། མངར་བ་དང་། རི་ཞིམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེའི་  
 ཆེ་ཡོན་ཏན་གྱིས་པན་འདོགས་པ་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཆེ་ཡོན་ཏན་  
 གྱི་ཚུལ་ནས་རྩ་ས་དང་གཅིག་འགྱུར་བར་ནི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་བར་  
 མེད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །ཡུལ་གཅིག་པ་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚུལ་ནས་ཉམས་  
 སུ་སྒྲོང་བར་ཡང་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་ཅིག་ཏུ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 དངོས་པོ་རྟོགས་སོ་ཞེས་པ་དེ་ལ། གཟེ་ཡི་ཁ་པོ་ཐམས་ཅད་མཐོང་། །ཅི་སྟེ་  
 ཐམས་ཅད་བྱམ་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་ཞེས་པས་ནི་ཅིག་ཅར་དུ་དུས་གཅིག་སོ་  
 སོར་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ན་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་  
 ལ་ནི་གཟུང་བ་མེད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །གཟེའི་ཁ་པོ་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ནི་དངོས་  
 པོ་ཐམས་ཅད་ནི་ཅིག་ཅར་དུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ཐ་དད་རྣམས་ལ་ཡང་། །དེ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲིབ་དེ་མཚུངས། །  
 རིགས་རང་ངོ་ཐོའམ་དེ་ལྡན་གྱི། །ངོ་ཐོ་གང་ལས་སྒྲིབ་མི་བྱ། །ཐ་དད་པའི་  
 ངོ་ཐོ་ལ་ཡང་གཞོན་མི་བྱ་བར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། རིགས་ཀྱི་ངོ་ཐོ་ཐ་དད་དུ་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། དངོས་ཀྱི་རིགས་དག་ལ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་

བཏགས་པའི་ཞེས་དེ་དང་ལྡན་པ་ལ་བཟློང་བ་བཞིན་དུ་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་  
བཟློང་པར་བྱའོ། །

བཟློང་པར་བྱ་བའི་རིགས་དག་ལ་ཡང་སྒྲིའི་རང་གི་ངོ་བོ་སྒྲོ་བཏགས་  
ནས་རྩས་སུ་བཟློང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྲིད་པས་རིགས་དང་ལྡན་པ་དང་རིགས་  
ཀྱི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པས་བཟློང་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་སྒྲིན་ངི་ལྟར་  
སྲིད་པ་ལྟར་བཟློང་པར་བྱའོ། །དེ་ལྡན་ཐ་དད་ཉིད་བཟློང་ན། །དེ་ཡང་སྒྲར་ཉིད་  
བསལ་བེན་ཏོ། །རིགས་ཀྱི་སྒྲ་རུའོ། །བསལ་ཞེས་པ་ནི། སྒྲར་ཐ་དད་རྣམས་  
ཀྱི་རིགས་སྒྲ་མེད་ཚོད་པར་བྱེད་ཅེས་དེ་དང་རིགས་དང་ལྡན་པ་ལ་ཡང་  
བཟློང་བ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་རིགས་ནི་རིགས་དང་ལྡན་པ་ཙམ་གྱིས་ཚོད་  
པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་ཐ་དད་པའི་ངོ་བོར་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟློང་དོ་ཞེ་ན།  
གལ་ཏེ་དེ་ལྟར། དེ་ལྡན་ཙམ་ཡང་འབྲེལ་བའམ། །ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་རྣམ་  
པར་དབྱད། །དེ་ལྡན་ཙམ་ཞེས་པ་ལ་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡང་དངོས་པོའི་རྒྱན་  
ནས་འབྲེལ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་རོ། །ངི་ལྟར་དུ་བཟློང་པའི་བསྐྱུ་བ་དང་།  
བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་པན་པ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་པར་མངོན་པར་བཟློང་དེ།  
གཞན་ལ་བྲགས་པའི་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་འབྲུལ་བ་མེད་པར་འབྲེལ་བ་དག་  
ལས་སོ། །ཞེས་པ་དེ་ལ་ཡང་། རིགས་སམ་ལྡན་སྒྲས་ཐ་དད་ཀྱི། །དོན་ལ་  
སོ་སོར་ཚོད་བྱེད་མིན། །ཞེས་བཟློང་བེན་ཏོ། །

བུམ་པ་སོགས་ཀྱི་དེ་ལྡན་དོན། །སྒྲུམ་བུ་སོགས་པ་འཇུག་མིན་ན། །  
སྒྲི་ཡི་དོན་དེ་ངི་ལྟ་བུ། །བུམ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲི་དེ་ཡང་གང་སྒྲི་དང་ལྡན་པའི་

བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་འཇུག་པ་ཡིན་ནམ། དེ་དག་གི་སྒྲི་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེས་སྒྲུར་བར་བྱའོ། །ཅི་སྟེ་སྒྲི་དང་ལྡན་པ་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེའི་སྒྲི་ཉིད་དུ་སྒྲོ་བརྟགས་པའི་དོན་ཅི་ཡིན། འདི་ལྟར་ཡོད་པའི་སྒྲི་ནི་སྒྲི་བརྗོད་པའི་ཚིག་གོ་ཞེས་དམ་བཅའ་བ་ལ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་སྒྲིར་དེ་ལ་འཇུག་པས་ནི་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ།།

དེའི་སྒྲིར་གཞོན་མི་བླ་བར་སྒྲིའི་དོན་ཁས་སྒྲུབ་བར་བྱ་ན། དེ་ཡང་དོན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྒྲིར། སྒྲི་དོན་འབའ་ཞིག་པ་དང་མཚུངས། །དེ་དང་ལྡན་པའི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོད་པའི་སྒྲིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྒྲིར་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡོད་པ་དང་སྒྲོར་བ་ནི་སྒྲར་ཅུང་བད་ཀྱང་བྱུང་བ་མེད་དོ། །དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་འདོད། །སྒྲི་ཐ་དད་ནམས་ལ་ནི་ཐ་མི་དད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཞན་མ་མཐོང་དོ། །དེའི་སྒྲིར་དེ་ཡང་སྒྲི་དུ་སྒྲུར་བར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡོད་པའི་སྒྲི་ལས་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་རྗེས་ལ་འཇུག་པ་ནི་ཞིན་དུ་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་འདོད་པ་ཡིན་ལ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱད་པར་དུ་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གཅིག་ལ་འང་སྒྲོ་སོགས་བཞིན། །འབྲེལ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན། སྒྲོན་པོའི་སྒྲི་ནི་ཞིན་དུ་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་གཞན་གྱིས་དེ་དང་ལྡན་པར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲོན་པོ་ཉིད་དང་འབྲེལ་པ་ནི་སྒྲིའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

གཞན་ཡང་སྤྱི་དེ་ཁས་སྒྲངས་ཀྱང་། །རིགས་ལ་རིགས་མེད་པས་དེ་མིན། །  
 ཁས་སྒྲངས་སྤྱི་ཟེན་ཡང་སྤྱི་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྤྱི་པོའི་སྤྱི་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་  
 གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་སྤྱི་པོའི་ཡོན་ཏན་དག་ལ་རིགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གང་བྱམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་ལྡན་པ་དེའི་བྱད་པར་ཉི་བར་  
 སྒྲངས་པའི་བྱེར་རྩལ་ལ་འཇུག་པའི་བྱམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་  
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱེར་འདི་ཡང་བརྟག་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ནི་སྒྲུབ་  
 བཅོལ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཡང་དོན་གྱིས་འཕངས་པའི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་བྱད་པར་འདོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དེ་དང་  
 ལྡན་པའི་དོན་ནི་གཞོན་མི་ཟ་བར་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་  
 གྱིས་འཕངས་པའང་མ་དེས་པའོ། །དོན་གྱིས་འཕངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
 གང་ལ་དོན་གྱི་འབྲེལ་གྱིས་དེས་པར་སྦྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཉིན་པར་མི་ཟའོ་  
 ཞེས་པ་ལས་རྒྱབ་མོ་ཟ་བར་དེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་ནི་ཡོད་ཅེས་བཅོལ་  
 པས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་དེས་པའི་བྱེར་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ཡིན་པས་དོན་  
 གྱིས་འཕངས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱེར་རིགས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐད་འབྲེལ་  
 པའི་སྤྱི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་ཅོད་པར་བྱེད་པ་ལན་འགའ་ཡང་སྒྲུབ་བར་མི་  
 བྱའོ། །

དེས་ན་སྒྲུབ་ལའང་གཞན་སེལ་བྱས། །དེའི་བྱེར་སྒྲུབ་བཅོལ་པ་ལྟར་  
 བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ཡང་གཞན་སེལ་བའི་སྒྲོན་ས་རང་གི་དོན་  
 ལྟན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་གནས་སོ། །ཡང་བཅོལ་བ། བཅོལ་པར་བྱ་བ་མང་



མོད་ཀྱང་། །སྒྲ་ཡིས་རྣམ་ཀྱན་རྟོག་མ་ཡིན། །རང་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་  
 རོན། །རྣམ་གཅོད་དག་གི་འབྲས་བུ་ཡིན། །སྒྲས་ཀྱང་ཆོས་གང་དུ་མ་ཡི། །  
 རོན་ལ་འདུག་པ་མ་ཡིན་གྱི། །སྒྱར་བྱ་དེ་ཉིད་ལ་དེ་སྒྲའི། །ཡོན་ཏན་ཉིད་  
 སོགས་ཀྱིས་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གལ་ཏེ་གཞན་སེལ་བ་ཙམ་སྒྲའི་རོན་ཡིན་ན་རི་ལྟར་ཟུངས་སྟོན་པོ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ལ་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་། བྱད་  
 པར་དུ་བྱ་བའི་དངོས་པོར་རི་ལྟར་ན་འགྱུར། རི་ལྟར་མི་འགྱུར། རི་ལྟར་སྒྱི་  
 ཐ་དད་པ་ནི་བྱད་པར་གྱི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་སེལ་བ་ཡིན་པས་ནའོ་ཞེ་ན།  
 ཉེས་པ་དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེལ་བ་ཐ་དད་རོན་བྱེད་ཀྱི་བྱེད། །རང་  
 རོན་ཐ་དད་རྟོགས་ལ་ཚོངས། །གཅིག་ལ་ཐ་དད་འབྲས་མེད་བྱེད། །བྱད་  
 པར་བྱེད་དང་བྱད་པར་བྱ། །ཟུངས་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ལ་བརྟེན་ན་  
 ཡང་གཞན་སེལ་བའི་དབྱེ་བས་རང་གི་རོན་གྱི་བྱད་པར་བསལ་བར་བྱ་བའི་  
 བྱེད་འབྲེང་བ་དང་བྱ་བས་པ་དག་བཞིན་དུ་གཞན་སེལ་བའི་རང་གི་རོན་  
 གཅིག་ལ་བསྐྱུས་ནས་གཞི་མ་ཐུན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་སོ་སོ་བ་དེ་དག་རང་རང་གི་བྱེ་བྲག་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཅན་  
 དུ་འདུག་པ་རྣམས་སྒྲ་གཞན་དང་ལྟན་པས་བསལ་བར་བྱེད་པ་མིན་པའི་བྱེད་  
 དང་། དེ་ལྟ་བུ་སྤྱིད་པའི་ཡང་བྱེད་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱད་པར་དུ་བྱ་  
 བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཞི་གཅིག་ལ་དེ་སྟོན་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ལ།  
 ཟུངས་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རི་ལྟར་ན་དེ་སྟོན་པོ་ཡང་ཡིན།

ཟུངས་ཡང་ཡིན་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་སྒོ་བ་པོ་རྒྱུད་པ་ཡིན། །  
 ཟུངས་རྒྱུད་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། །བསྐྱུས་པ་བརྗོད་བྱ་ཡིན་སྟེ་རོ། །སྒོ་བ་པོ་  
 དང་ཟུངས་འདི་སྐྱ་དག་ལས་ནི་དེ་མཐའ་དག་ལ་སྐྱར་བར་བྱ་བའི་ཁ་ཡར་བ་  
 དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཁ་ཡར་བ་ནི། ཁ་དོག་བཞིན་དུ་དོན་མི་འབྱུང་། རི་  
 ལྟར་ནི་འདི་སྐྱ་དང་། ལའི་སྐྱ་དག་ནི་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་ནི་ལ་བརྗོད་པ་ལ་དོན་  
 མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཡང་དོ། །གལ་ཏེ་ཁ་དོག་བརྗོད་པ་ལ་ནི་དང་ལ་  
 ཡིས་ཅུང་ཞིག་ཀྱང་དོན་གྱི་རྟོག་པ་མི་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟག་  
 པ་སྤང་བ་སྟེ། ཁ་དོག་གི་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་། །མིན་ནའང་ཚིག་གཉིས་ལ་དེ་  
 ཡིས། །བརྗོད་བྱ་རྟོགས་ན་དེ་ལ་ཡང་། །ཡན་གར་བ་དེ་རྟོགས་པ་ཡིན། རི་  
 ལྟར་ནི་འདི་སྐྱ་དང་ལའི་སྐྱ་དག་ནི་ལའི་སྐྱས་སྟོང་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཟུངས་དང་  
 སྒོ་བ་པོ་འདི་སྐྱ་དག་ཀྱང་འདུས་པའི་སྐྱས་སྟོང་སྟེ། རི་སྐྱད་དུ་ནི་དང་ལའི་སྐྱ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་དོན་གྱི་རྟོག་པ་མི་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་པ་བཞིན་མོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
 ཡང་རིགས་སྒོ་བ་པོ་ནི་སྐྱའི་བརྗོད་བྱའི་ཞེས་ཡན་གར་བ་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ།  
 ཡོན་ཏན་དེའི་བརྗོད་བྱ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ན་ནི་རྗེས་ལྡན་པའི་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་  
 པས་ཁ་དོག་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་བཞིན་དུ་འདུས་པ་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་དེ་གོ་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སྐྱ་ཐ་དད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་ནི་དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་  
 དོན་ཐ་དད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྟེར་གཞན་སེལ་བའི་སྐྱའི་དོན་  
 ལ་གཞི་མཐུན་པ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་འཐད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་སྐྱའི་དོན་མི་འཐད་དོ། །

ཅེའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལ་ནི་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དོན་དག་  
 ཉེན་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་ལས། ཐ་མི་དད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་  
 ཐ་མི་དད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། སན་ཚུན་གཅིག་པར་ཐལ་འགྱུར་སྤྱིར།  
 འདུས་པ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་འདུས་པ་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་དེ་  
 ལྟར་ན་ཟུངས་དང་སྟོན་པའི་དོན་དག་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་གཅིག་ལས་  
 གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་གྲང་སན་ཚུན་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ།།

གཞན་ཡང་། འདུས་པ་དུ་མར་ཐལ་བར་འགྱུར། །འདུས་པ་ནི་དུ་མ་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དུ་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །  
 འདིའི་སྤྱིར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲངས་སུ་བེན་གྲང་  
 འདུས་པ་དང་། ཟུངས་སྟོན་པའི་དོན་དག་ལ་གཞི་མ་ཐུན་པ་མི་སྤྱིར་དེ།  
 འདི་ལྟར། གཅིག་ལ་འཇུག་པ་དག་ལ་ནི། །སྤྱི་དག་རང་དོན་སྟོང་མ་ཡིན། །  
 གང་ཡན་གར་བ་དག་སྟོན་པོ་དང་། ཟུངས་འདི་སྤྱི་དག་གི་དོན་ཡིན་ན་ནི་རང་  
 དང་འདུས་པ་དག་ལ་ཡང་དེ་དག་ནི་དེ་ཉིད་དོ་ཞེས་གང་ལས་གཞི་མ་ཐུན་  
 བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་ཉེས་པ་དེ་དག་ནི་མེད་དེ། སྤྱིའི་ཁོངས་སུ་བྱེ་བྲག་  
 འདུས་པའི་སྤྱིར་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་ངོ་བོ་མཚུངས་པ་དག་ནི་  
 སྤྱིའི་དོན་ལས་ཡིན་པས་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་དང་ལྡན་པ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་  
 གཉིས་ཀའི་སྤྱིའི་སྤྱིར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་གཉིས་ཀ་ཡང་གཞི་མ་ཐུན་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། འདུས་པའི་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་

ལ་རེ་ཞིག་སྒྲོན་པོའི་སྐྱས་ཐ་མི་དང་དུ་བརྗོད་ཀྱི། རིགས་ནི་མ་ཡིན་པས་  
 རྗེས་དང་རིགས་སྒྲོན་པོའི་སྐྱའི་སྒྲིས་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ན་གང་ལས་བྱེ་  
 བྲག་དང་རྗེས་དང་རིགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པར་བརྟག། །གལ་ཏེ་རྗེས་  
 སྒྲོན་པོ་བཞིན་དུ་སྒྲིས་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་དེ་ནི་ཡོད་དུ་ཚུགས་ལ་བ་  
 དང་ལྷན་པ་དག་ཀྱང་ཁོངས་སུ་འདུས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བར་  
 ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། སྤྱིར་བརྗོད་སྤྱིར། དེང་ལྟར་པར་  
 བརྗོད་པ་ལ་ནི་སྤྱིར་ཉིད་དུ། རང་དབང་མེད་སྤྱིར་དེ་ལྟར་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པས་མ་གྲུབ་པར་བརྗོད་དོ། །གང་རི་སྐད་དུ། སྤྱིའི་ཁོངས་སུ་བྱེ་  
 བྲག་འདུས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 ལས་ཤེ་ན། ཐེ་ཚོམ་བྱ་སྤྱིར། སྤྱིའི་སྐྱ་ལས་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱ་རྣམས་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
 བྱ་བར་མཐོང་ན་ནི་གང་ལས་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བ་དེས་བརྗོད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །འགྱུར་དུ་ཚུགས་ཡང་དོན་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱ་ལས་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་རྟོགས་པ་  
 ལ་ནི་འཁྲུལ་བའི་སྤྱིར་གང་ཡང་འདི་སྐད་དུ་བྱེ་བྲག་གི་ཁོངས་སུ་སྤྱི་འདུས་  
 པའི་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་གང་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལས་བརྗོད་པར་བྱ་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་རོ། །

འདི་ལྟར། གཞན་སེལ་མིན། འདི་ལྟར་སྒྲོན་པོའི་སྐྱ་དང་མེ་ཏོག་ཀུན་  
 ལ་སོགས་པ་བཞིན་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་གཞན་སེལ་བ་མ་ཡིན་རོ། །དེའི་  
 སྤྱིར་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཁས་སྒྲངས་ཀྱང་བརྗོད་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཡིན་རོ། ། གལ་ཏེ་གཉིས་ཀ་ཡང་བྱེ་



བྲག་གི་དོན་དུ་ཡིན་ན་ནི་རྣམ་གངས་པའི་སྐྱར་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་ལས་རྣམ་གངས་སུ་འགྱུར་བས་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་གངས་ཀྱི་སྐྱ་ནི་མ་རྟོགས་པ་དང་། དོན་དུ་མ་ལ་ཡིན་གྱི་སྐྱར་གྱི་དོན་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་སྐྱར་རྣམ་གངས་གཞན་སྐྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་ཉིད་དེ། གང་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྐྱ་དེས་དོན་དེ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་ཅིག་ཅར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཉིད་ཀྱིས་ཟུངས་པའི་དོན་རྟོགས་པས་ན་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་རེ་ཞིག་ཐ་མི་དད་པའི་སྟོགས་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་པའོ། །དེ་ལྟར་ཐ་མི་དད་པ་ལ་བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པ་ལ་ཡང་སྟེ། ཐ་དད་པས་ཀྱང་འདུས་པ་རྣམས་ལས་འདུས་པ་གཞན་ཉིད་གཅིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་ལ་དེའི་དེ་དག་རྣམས་ལའང་། དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ལུས་པར་སྟོགས་གཅིག་ནས་འཇུག་པ་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །ཁས་སྦངས་ཀྱང་། ཐ་དད་ན་ཡང་གཉིས་ཀ་མེད། །དེ་ལ་ཡང་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དོན་དག་གམ། སྐྱ་དག་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་གང་། དོན་དུ་འགྱུར་བ་ལྟར་ན་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་རྗེས་དག་གམ། དེ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་གང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱ་ལས་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་རྗེས་དག་གམ། དེ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་གང་ངོ་ཞེས་བརྟག་ཅིང་དབྱད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ། དོན་གྱིས་རྗེས་དང་ཡོན་ཏན་དག །གལ་ཏེ་དོན་གཅིག་ལ་

འཇུག་ན། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཡོད་མིན། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་སྒྲོན་པོ་  
 དང་སྒྲོན་པོ་ཟུངས་ལའི་རིགས་དག་རྣམས་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་གཞི་  
 མ་ཐུན་པ་དང་བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱེད་པར་དུ་བྱ་བ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཡོན་ཏན་སྒྲོན་པོ་ཟུངས་ལའི་རིགས་དང་ལྡན་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ལ། ཟུངས་ལའི་རིགས་ཡོན་ཏན་སྒྲོན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །  
 དེ་ལྡན་གཉིས་དང་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་གི་ཆེ་ཡོན་ཏན་སྒྲོན་པོ་དང་།  
 ཟུངས་ལའི་རིགས་སྤྱིའི་དོན་ལ་ལྡན་པ་དེའི་ཆེ་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་ལ་འཇུག་པའི་རྣམས་དག་ལ་ཡང་བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་བྱེད་  
 པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་འཕྲུལ་གཉིས་ཀ་གཅིག་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་  
 དང་བྱེ་བྲག་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་དོན་ལ་གཉིས་  
 སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །དོན་ལ་གཉིས་ཇི་ལྟ་བུ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རིགས་དང་ནི།  
 ཡོན་ཏན་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་པར་འགྱུར། །ཞིན་ཏུ་ཐ་དད་ན་ནི་རིགས་དང་ཡོན་  
 ཏན་ནི་སྤྱི་བརྗོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་དག་  
 གི་གཞི་མ་ཐུན་པ་ལ་ཡང་འབྲེལ་བ་མ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱི་དག་ལ་  
 ཡང་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་རིགས་དང་  
 ཡོན་ཏན་ཅམ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྡན་བརྗོད་པ་ཉིད་ལ་ནི། །མཚུངས་  
 མི་མཚུངས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་རིགས་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱི་དག་  
 རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པར་གཅིག་ལ་བརྗོད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཏེན་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གང་གི་སྤྱིར་བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་ཐ་དད་པའི་རྣམས་བརྗོད་པ་དེའི་སྤྱིར་མི་

མཚུངས་པར་འགྱུར་དོ། །

དེའི་སྤྱིར་ངེས་པ་མེད་པ་ལ་གཞི་མ་ཐུན་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ།  
 མཚུངས་སྤྱིར་བཟོད་པར་མི་འདོད་ཅེས། །གལ་ཏེ་འདི་སྟུང་དུ་རེ་ཞིག་ཉི་  
 བར་སྤངས་པའི་གཞི་མ་ཐུན་པར་མཚུངས་པར་འགྱུར་བས་བཟོད་པར་མི་  
 འདོད་པ་ནི་འབྲེལ་པར་བྱས་པ་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །གང་ལ་སྟོ་མཚུངས་པའི་  
 རྒྱ་ཡོད་པ་ཉིད་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡིན་པར་བཟོད་གྱི། དེ་ལ་གཞན་མེ་ཏོག་ཁ་  
 ཟུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་ནི་ཡོད་དུ་ཟེན་གྲང་བཟོད་པར་མི་འདོད་དོ་  
 ཞེ་ན། འདི་ནི་མི་ཟད་པར་བརྟལ་བ་སྟེ། གཉི་ག་རྣམ་པར་བསལ་བ་རྗེས་སུ་  
 བཟུང་ན་ནི་ངི་སྤྱིད་དུ་དོན་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྐྱའི་བྱ་བ་ཡོད་པས་ན་དེ་ཙམ་  
 བཟོད་པར་འདོད་པར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །འབྲེལ་པ་ཅན་དུ་བྱས་པ་ལ་ནི་བཟོད་  
 པར་འདོད་པའི་ཁྱད་པར་མ་ཡིན་པ་ལ་ངི་ལྟར་དངོས་པོར་བཟོད་པར་བྱ།  
 གཞན་ཡང་། བ་ལང་རྟ་སོགས་ལ་ཡང་མཚུངས། །བ་ལང་དང་རྟ་ལ་སོགས་  
 བ་ཡང་བ་ལང་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པས་འབྲེལ་པར་བྱས་པ་ཁྱད་པར་  
 མེད་པར་འགྱུར་ན། དེ་ལ་ནི་སྤྱི་བཟོད་པར་མི་འདོད་ལ། དེའི་དངོས་པོར་  
 བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་ཟུང་ལ་དང་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་བ་  
 ལང་དང་རྟ་དག་གྲང་གཞི་མ་ཐུན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ།  
 དེར་བྱེ་བྲག་རྩ་མ་བྱས་ཤེ་ན། གལ་ཏེ་འདི་སྟུང་དུ་བ་ལང་དང་རྟ་ལ་སོགས་  
 བ་ལ་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྩ་བྱས་ཏེ་ཡོད་པར་མ་བཟོད་དོ། །རང་རང་གི་  
 བསལ་བའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་དེར་བྱས་པ་དེ་དག་དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་

ཡིན་པར་ངེ་ལྟར་ན་བརྗོད་པར་མི་འདོད། རོན་དེ་ཟུངས་དང་སྒོན་པོ་བཞིན་  
 རོ་ཞེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཞི་མ་ཐུན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ནི། དུ་མར་བྱས་པ་འདུས་པར་འགྱུར། །  
 དངོས་པོ་གཅིག་ལ་སྦྱི་དུ་མས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྦྱིར་དབྱེ་བས་དུ་མ་  
 འདུས་པར་འགྱུར་ན་དེ་ལྟར་ན་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །

གཞན་ཡང་། མཚུངས་པ་ནི་བ་ལང་དང་རྟ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རྟེན་  
 མཚུངས་པ་དང་མི་མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་མ་བརྗོད་པའི་སྦྱིར། བ་ལང་ཉིད་ཀྱི་  
 ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལ་ཡང་  
 མཚུངས་པར་བརྗོད་པ་ནི་གཞི་མ་ཐུན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །  
 འདོད་པ་ཡང་མེད། གང་ལ་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ཟུངས་ལ་དང་  
 རྫས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཡང་མི་འཐོབ་པར་འགྱུར་ངོ་། །

གལ་ཏེ་སྦྱི་ཐ་དད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྦྱིར་བ་ལང་དང་།  
 རྟ་དག་ལ་གཞི་མ་ཐུན་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལྟར་ཟུངས་ལའི་ཡང་ཡོད་པ་  
 དང་རྫས་ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
 ཡང་། ཡོན་ཏན་རྫས་དག་གསལ་མི་འགྱུར། ། ཡོན་ཏན་དང་རྫས་དག་ནི་  
 དབྱེ་བས་མ་ཡིན་པའི་སྦྱིར་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་སྦྱི་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ངོ་། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རང་དང་སྦྱིའི་  
 མཚན་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྦྱིར་རྫས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་དད་ལ་ནི་  
 དབྱེ་བས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཐ་དད་



ལ་ཡང་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཁས་སྦངས་པའི་སྤྱིར་ཏེ་ལྷ་ལྷ་ལའི་དངོས་པོ་བཞིན་  
ནོ། །གལ་ཏེ་གང་དག་སྤྱི་ཐ་དད་པ་མངོན་པར་གསལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
རོ་ཞེས་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་བ་ལང་ཉིད་དང་ཏྲི་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་  
ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

འདི་ལ་ཅི་ཞིག་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རེ་ཞིག་བ་ལང་ལ་སོགས་  
པའི་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྦྱར་བྱས་པ་དེ་དག་གི་སྦྱ་འདོད་རྒྱལ་བ་ལ་རང་རང་  
གི་སྦྱས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དེ་དག་བྱུང་པར་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ། ཐ་དད་རྗོད་བྱེད་  
ཐ་དད་ལས། །ཞེ་ན་རང་ལས་བྱུང་མེད་སྟེ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་  
ཀྱི་སྦྱ་ཅམ་ཐ་དད་པ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བྱུང་པར་མེད་  
པའི་དངོས་པོ་ལ་ནི་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྦྱས་ཐ་དད་དུ་ཉི་བར་འདོགས་སོ་ཞེ་  
ན། བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། བྱེ་བྲག་ནི་སྤྱི་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །བ་ལང་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པར་མེད་པས་འགྱུར་བས་ནའོ། །གལ་  
ཏེ་ནག་པ་ལ་སོགས་པའི་བཞིན་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཐ་དད་པས་སོ་ཞེ་ན། མ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་དབྱུང་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། གཅིག་ལ་ཡང་སྦྱའི་རྣམ་གྲངས་  
དུ་མ་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྦྱ་དག་རང་ལས་བྱུང་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་འགྱུར་ཏེ། སྦྱ་ལ་ཡང་བ་ལང་ལ་སོགས་པ་དང་རང་ལས་བྱེ་བྲག་དུ་  
གྱུར་པ་ནི་མེད་ཀྱང་། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ལས་བྱེ་བྲག་དུ་བྱས་པར་བཟད་ན་དེ་ལ་ནི་  
དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་བརྟག་གོ། །གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ཉིད་བ་ལང་གི་སྦྱ་ལ་

སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མངོན་སུམ་ལ་བྱེ་བྲག་ཡོད་དུ་བྱིན་  
 གྲུང་དེ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དང་ལྟན་ཅིག་མ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་མེད་ས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་སྣང་གྲུང་དོན་རྗོད་པར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་བས་ན་སྤྱི་ལས་སྤྱོད་རྣམས་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པ་  
 ལྟེ། རང་རང་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རི་སྐད་  
 དུ། མགོ་བོ་དང་རྒྱབ་དང་གསུམ་པ་དང་ལག་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱེ་བྲག་དེ་  
 དག་ལས་སོ་ཞེས་བེད་རོ། །དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ཡང་། གསལ་བྱེད་གསལ་བ་  
 ཐ་དད་ལ། །པན་ཚུན་བརྟེན་པ་འཕྲོག་པར་འགྱུར། །པན་ཚུན་བརྟེན་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བཤད་པ་དེ་དག་འཕྲོག་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། རྩས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅི་  
 ཞིག་རང་གི་ཅི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །

སྤྱི་རི་རང་བཞིན་ཅི་ཞིག་རང་གི་རྩས་ཀྱི་གསལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་བྱུས་པའོ། །གཞན་ཡང་། རང་བཞིན་དུ་མ་དང་གཅིག་གི་ །པན་ཚུན་  
 གསལ་བ་མང་པོར་འགྱུར། །གསལ་བ་མང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མང་པོ་རྣམས་  
 ཀྱི་གསལ་བ་དང་། མང་པོ་རྣམས་ཀྱི་གསལ་བ་སྟེ། རྩས་ནི་ཡོད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སྤྱི་དུ་མའི་གསལ་བར་བྱེད་པའོ་ཞེས་སྤྱི་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་  
 མར་བྱ་བ་དང་། ས་ལས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྩས་དུ་མས་ཡོད་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་མར་བྱ་བའོ། །  
 འདི་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོན་ཏན་དང་འབྲེལ་བ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་དང་།

རུས་པ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་དང་། རྫོང་པར་བྱེད་པ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ཡིན་  
ཡང་། ཁས་སྒྲངས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་  
བརྗོད་པ། ཡོན་ཏན་རུས་པ་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི། །དབྱེ་བས་ཐ་དད་རབ་ཏུ་བརྟག།  
གཅིག་མང་པོ་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར། །དུ་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་གཞི་མ་ཐུན་  
པ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱད་པར་བྱེད་དང་བྱད་པར་དུ། །བྱེད་རང་  
དབང་མིན་སྒར་བརྗོད། །དེ་ལྟར་དེ་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་པ་ལ་བྱད་པར་བྱེད་  
པ་དང་བྱད་པར་བྱ་བ་ཉིད་མི་སྤྱིད་དོ། །དེ་ནི་སྒར་ཉིད་དུ་བརྗོད་ཟེན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་བས་ན་དོན་གཞན་སེལ་བའི་སྤྱིར་དོན་ཉིད་ལ་གཞི་མ་ཐུན་པ་  
དང་། བྱད་པར་བྱེད་པ་དང་། བྱད་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་འཐད་པ་ཡིན་ཀྱི་དེ་  
ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་། གཞན་ཉིད་དུ་མིན་སྤྱི་དང་ནི། །ཐ་  
དད་རྣམ་གངས་བརྗོད་བསྐྱལ་ཡིན། །མཚུངས་སུ་ཟེན་གང་གཞན་ཉིད་དུ་ནི་  
མ་ཡིན་ཀྱི་སྤྱི་དང་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་བྱ་བའི་རྣམ་གངས་  
ཀྱི་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་གཞན་སེལ་བའི་སྤྱི་སྟེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འགལ་བ་  
མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རེ་ཞིག་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་ནི་ཅིག་ཅར་དུ་སྤྱོར་བར་  
བྱེད་པའི་སྤྱིར་གཞན་སེལ་བར་མཚུངས་པ་ཡིན་ཀྱི་རང་གི་དོན་སོ་སོར་  
སྤོང་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱིའི་སྤྱིས་གང་རང་གི་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་དོན་གཞན་སེལ་བ་ནི། ཐ་  
དད་ཀྱི་སྤྱི་ཆེད་ཆེར་མི་འཛིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྤྱིར་རོ།

འདི་ལྟར་ཤིང་ཤ་བ་ནི་བ་ལ་ཤ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་  
ལ་སོགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་ནི་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་སྤྱི་དོན་གཞན་  
སྤོང་བ་ལ་ལན་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་འདུ་རང་གི་འདོད་པའི་  
དོན་གྱི་ཡུལ་ཉི་བར་འགོད་པར་བྱེད་པ་ན་ཁྲད་པར་དུ་བྱེད་པ་རྣམས། ཁྲད་  
པར་དུ་བྱ་བའི་སྤྱི་ལ་ངེ་ལྟར་ན་མི་ལྟོས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ། འགལ་མེད་  
བྱིར་ན། ཚོགས་སྤྱི་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་དོན་ལ་གཞན་སེལ་བ་སྤྱིར་ཡང་མི་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཚོགས་པ་ཡང་། དེ་བཞིན་དོན་གཞན་བརྗོད་པར་  
བྱེད། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་དང་ཁྲད་པར་གྱི་སྤྱི་དག་གི་རང་གི་དོན་ལ་སྤྱི་ལ་  
འབྲུག་པར་བྱེད་པས་ན་གཉིས་སམ་མང་པོ་ཡང་རུང་སྟེ། །དེས་ཁྲད་པར་དུ་  
བྱས་པའི་དོན་གཞན་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་ངེ་སྤྱི་  
དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་བརྗོད་པ། །དེ་ཅུ་འདོད་པའི་བྱིར་ཐ་དང་། །རང་དང་སྤྱི་ཡིས་  
བར་མ་ཡིན། །མ་བཟུང་ན་ནི་དོན་གཅིག་ལ། །འདི་དག་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པར་  
མཚུངས། །དུས་མ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྤྱི། །བཟུང་ན་ཐ་དད་ཀྱིས་མི་འབྲུལ། །  
ཁྲད་པར་བྱེད་དང་ཁྲད་པར་དུ། །བྱ་བ་དེ་དག་ཉིད་མཚུངས་མིན། །ཞེས་བྱ་  
བ་བསྐྱེད་པའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །ཅི་ཡང་རྒྱ་གང་གིས་ན་ཐ་དད་པའི་  
སྤྱི་དོན་གཞན་སེལ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། ཐ་དད་ཐ་དད་གཞན་རྣམས་དང་། །  
འགལ་བའི་བྱིར་ན་སེལ་བར་བྱེད། །ཐ་དད་པའི་དོན་གྱི་སྤྱི་ནི་རང་དང་སྤྱི་འདུ་  
དོན་དབང་དུ་བྱེད་པའི་བྱིར་རྒྱལ་པོའི་བྱ་བཞིན་པན་ཚུན་དུ་འགལ་བ་ཉིད་



ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་དོན་གཞན་གྱིས་བཟོད་པར་མི་རུས་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་  
ཤིང་ཤ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ཤིང་ཤ་པའི་སྐྱ་ཤིང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྦྱར་བས་  
སེང་ལྗང་ལ་སོགས་པའི་ཤིང་རྣམས་པར་སྦྱད་ནས་རང་གི་ཡུལ་དུ་ཉི་བར་  
འཛོག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཅིག་ཤོས་ལ་ཡང་སྟེ། དེ་བཞིན་  
དུ་རེ་ཞིག་ཐ་དད་པའི་སྐྱ་ལ་རྩས་གཅིག་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་བྱེད་  
པར་དུ་གཞན་གྱི་སྤྱིར་དོན་སེལ་བར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བྱམ་པ་ལ་  
སོགས་པ་དང་མ་འབྲེལ་པའི་སྤྱི་གཞན་ཐ་དད་པའི་དོན་ལ་ཅི་ལྟར་སེལ་བར་  
བྱེད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར། སྤྱི་གཞན་ཐ་དད་དོན་རྣམས་ཀྱི། །རང་དང་སྤྱི་དག་  
འགལ་བ་ཡིན། །ཤིང་གི་སྐྱས་ནི་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ས་ལས་བྱུང་བ་  
དབང་དུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དེས་སྤང་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལ་གྲོགས་པོའི་སྐྱ་བཞིན་རྗེས་  
སུ་ཡི་རང་བར་བྱེད་དོ། །དོན་ལ་ཡང་དེ་དེས་སྤངས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ།  
དེ་དག་གིས་ནི་སྤྱི་གཞན་གྱི་ཐ་དད་པ་རྣམས་དང་། ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་དང་། དེའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། འབྲེལ་བ་  
ཅན་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཡང་གྲོགས་པོ་དང་གྲོགས་པོའི་སྐྱ་བཞིན་  
དང་། སེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་སུ་བྱེད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
དེ་ལ་ཡང་། དེ་དེའི་དངོས་སུ་བསེལ་བྱིན་ན། ཤིང་ཤ་པའི་སྐྱས་བྱམ་པ་ལ་  
སོགས་པ་དངོས་སུ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། སྤྱི་  
ནི་མཚུངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དངོས་སུ་སེལ་བར་བྱེད་ན་ནི། ཤིང་

གི་སྒྲུང་དང་དོན་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་བྱུང་པར་གཞན་རྣམས་  
 བོ། །དེ་ཡིས་སེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཇི་ལྟར་ཤིང་གི་སྒྲུས་པ་ལ་ཤ་ལ་  
 སོགས་པ་སེལ་བར་མི་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤིང་ཤ་པའི་སྒྲུས་ཀྱང་སེལ་བར་  
 མི་བྱེད་དེ། དེས་མཚུངས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཉེས་པ་མེད་དེ་  
 ཉུང་དུ་དང་མང་པོར་སེལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་དད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཤིང་དང་ཤིང་ཤ་པའི་སྒྲུང་གཞི་  
 ཤིང་ཉིད་དང་ཤིང་ཤ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱེ་བྲག་དུ་བྱས་པའི་དངོས་པོ་རྫོང་པར་  
 བྱེད་པའི་བྱིར། ཤིན་དུ་ཐ་དད་པའི་དོན་རྫོང་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདི་  
 ལ་ཡང་དོན་མ་འདྲེས་པར་བྱ་བ་འབྱུང་སྟེ། ཉུང་དུ་དང་མང་པོར་སེལ་བ་  
 ཞེས་པ་ནི་དོན་ལ་ཡང་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བྱུང་པར་གཞན་གྱི་དོན་སེལ་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནི་གང་འདི་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་གཞན་གྱིས་གཞི་  
 མ་ཐུན་པ་སྟེ། རོ་མངར་བ་ལ་སྦྱུམ་པ་དང་། བསེལ་བ་དང་། ལྷུ་བ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་པ་དེ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་བྱིར།  
 གང་ཞིག་གཞི་མ་ཐུན་གྱུར་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་དང་ནི་ཡོན་ཏན་གཞན། །དེ་  
 རྩམ་གཅིག་ལ་འདྲུག་པའི་བྱིར། །གཞི་ཡི་མི་འགལ་བར་བྱས་ཉིད། །རྩམ་  
 ཡོད་པ་ལ་ནི། རོ་མངར་བ་ལ་སྦྱུམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཉེ་བར་  
 འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །

དོན་གཅིག་ལ་འཕྲོད་པ་འདྲུ་བའི་བྱིར་ཞེས་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །མ་མཐོང་བྱིར་ཡང་སེལ་བ་ཡིན། །གང་གི་བྱིར་ཐ་དད་ཀྱི་སྒྲུ་ཐ་

དད་པའི་དོན་གཞན་ལ་མཐོང་བ་དེའི་ཕྱིར་ཡང་སེལ་བ་ཉིད་དོ། །ཅི་སྟེ་གང་གི་ཕྱིར་ན་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ། དངོས་པོའི་དོན་ལ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ང་རྒྱལ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་འདྲིན་པའི་འདུག་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི། རང་ཐ་དད་ལ་སྦྱི་སེལ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མ་མཐོང་བ་ལས་སེལ་བར་བྱེད་ན་སྦྱིའི་སྦྱ་ཡང་རང་རང་གི་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་གཞན་སེལ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་མིན་རིགས་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །མཐོང་ཞེས་པ་ནི་སྐབས་ལ་སོགས་པ་སྦྱིའི་སྦྱ་ལས་བྱེ་བྲག་སྟོང་བར་རོ། །དེ་ལྟ་དེ་སྒྲུང་ལ་ཐེ་ཆོམ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནི་སྦྱིའི་སྦྱ་དེ་བྱེ་བྲག་གི་སྒྲུང་བ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་སྒྲུང་དམིགས་པ་ཡིན་ན་ནི་རེ་ཞིག་འགྲུང་བ་ལ་ཡང་། ཐེ་ཆོམ་བ་བར་རིགས་ཤེ་ན། འདི་སྟུམ་དུ་གལ་ཏེ་སྐབས་ལ་སོགས་པ་དང་དོན་དག་ལྟན་ཅིག་དམིགས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་ན་ཐེ་ཆོམ་བ་ཞེ་ན། དེས་པར་ཡན་གར་བ་ལ་ཞེས་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྟན་པའི་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ནི་དོན་ལ་སོགས་པ་དང་ལྟན་པར་དེས་པ་ལ་དུས་ཕྱིས་ཡན་གར་བ་ལས་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡན་གར་བ་ཐ་དད་པ་མེད་དེ། འདི་ལྟར་སྦྱིའི་སྦྱ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་རྣམས་ལ་ཡན་གར་བ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ནི་རི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་སྦྱ་ཐ་དད་རྣམས་ཀྱི་རྗོད་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། ཉན་པ་པོ་ལ་ལྟོས་པ་མཐོང་། །ཉན་པ་པོ་གང་དག་སྦྱི་གཞན་བསལ་ནས། ཡན་གར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཅི་ཤིང་འདི་ས་ལས་

བྱུང་བའམ། འོན་ཏེ་འབྱུང་བ་ལྔ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་ས་ལས་བྱུང་  
བའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ངས་པའི་ལྟར་ན་ནི་དེའི་ཤིང་ལ་ས་ལས་  
བྱུང་བའི་སྐྱ་སྐྱར་རོ་ཞེས་པའི་ཐེ་ཚོམ་གང་ལས་ཡིན་ཞེས་དེའི་ངས་པའོ་  
ཞེས་པ་འདི་འབའ་ཞིག་ལས་ཐེ་ཚོམ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ས་ལས་འབྱུང་  
བ་འབའ་ཞིག་ཐོས་སོ་ཞེས་པ་ཡོད་ན་སྤྲོད་དོ། །ཡན་གར་བའི་སྐྱར་བའོ་  
ཞེས་པའི་ཉེས་པ་ནི་མེད་དོ། །ཇི་ལྟར་དོན་གཞན་སེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱི་  
ཡང་། སྐྱ་གཞན་རྣམ་པར་དབྱུང་ནས་ནི། །སྐྱའི་སྐྱི་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།  
ཇི་ལྟར་བྱས་པས་མ་བྱས་པ་རྣམ་པར་བསལ་བའི་སྐྱའི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་  
པ་གོ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་སྐྱ་གཞན་རྣམ་པར་དབྱུང་བའི་སྐྱའི་སྐྱི་ས་རྗོད་  
པར་བྱེད་དོ། །དོན་ལ་སྐྱར་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་། དོན་གང་  
ལ་གཅིག་ཐེ་ཚོམ་བ། །གང་དུ་ཨ་ཁྲ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱའི་དོན་ཤིང་རྟའི་  
གཞོལ་མདའ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་སྐྱ་གཅིག་  
ཉིད། དུ་མ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ན་ཡང་། དེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་སྐྱ་ལ་སོགས་  
པར་ཐེ་ཚོམ་བ་རུ་ཆུག་ན་ཡང་དེ་ལ་ཉན་པ་པོས་སྐྱི་ལ་ཡང་སྐྱའི་བྱེ་བྲག་བལྟ་  
བར་བྱའོ། །

ཡང་ཇི་ལྟར་ན་སྐྱས་དོན་གཞན་བསལ་ནས། རང་གི་དོན་བརྗོད་དེ།  
སྐྱོན་སྒྲུ་མ་རྣམས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟར། སྐྱ་ཡིས་དོན་གཞན་མ་  
མཐོང་ཡང་། །རང་དོན་ཆ་ཤས་སྐྱོན་པའི་བྱིར། །སྐྱ་ཡིས་འབྲེལ་བ་ཤིན་ཏུ་  
སྒྲ། །འབྲེལ་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་ནི་སྐྱས་



དོན་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་ས་དེ་དག་དང་འབྲ་བ་དང་། མི་འབྲ་བ་དག་ལ་འཇུག་པ་  
 དང་མི་འཇུག་པའོ། །དེ་ལ་འབྲ་བ་ལ་ནི་གདོན་མི་བ་བར་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་  
 འཇུག་པར་མ་བརྗོད་དོ། །མཐའ་མེད་པའི་དོན་ཁ་ཅིག་ནི་མི་བརྗོད་པ་སྲིད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །མི་འབྲ་བ་ལས་ན་དོན་ཡོད་དུ་བྱེན་ཀྱང་མཐའ་མེད་པ་ལ་  
 འཇུག་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་བརྗོད་པ་ནི་མ་མཐོང་བ་ཙམ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་དག་ལས་གཞན་ལ་མ་  
 མཐོང་བའི་སྤྱིར་དེ་རྣམ་པར་སྦྱད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་རང་གི་དོན་རྗོད་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སྒྲོན་ས་ཀྱང་  
 དངོས་པོ་གཅིག་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་ལ་ཤིང་ཤ་པ་ལ་སོགས་པར་སྦྱང་བ་ཐེ་  
 ཚོམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཚོམ་དེ་བཞིན་དུ་ས་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྗེས་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་སྦྱང་བ་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། ། །གང་དུ་  
 ཤིང་གི་སྐྱ་ས་ལས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་མ་མཐོང་བ་དེའི་སྤྱིར་  
 ལྟོག་པ་ཉིད་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པའོ། །

ཡང་བརྗོད་པ། ཤིང་དང་ས་ལས་བྱུང་དང་རྗེས། །ཡོད་དང་གཞལ་  
 བྱ་རིམ་བརྒྱུག་པས། །གཞི་གསུམ་གཉིས་གཅིག་ཐེ་ཚོམ་དུ། །འགྱུར་གཞན་  
 དེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ས་གཞན་ནས་སྐྱའམ་རྟགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དོན་  
 བརྗོད་པའི་ཆ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དོན་དུ་མ་ཉིད་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 དུ་རབ་ཏུ་སྦྱོར་བ་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རང་གི་དོན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡང་མ་

ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་པར་བརྗོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་ཉེས་  
 བ་སྒྲུ་མ་མེད་དོ། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན་འདི་ལྟར། གཞན་ལ་  
 ཁྱབ་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་དོན་ནི་ཐ་དད་མིན། །སྤྱིའི་སྤྱས་ནི་གང་  
 དོན་གཞན་རྣམས་པར་གསལ་བར་བྱས་པ་རང་གི་བྱེ་བྲག་དེ་མི་འཕེན་པས་ན་  
 ཐ་དད་པའི་སྤྱོད་དང་གཞི་མ་ཐུན་པ་དང་ལྟན་ཅིག་པར་འཐད་དོ། །དེས་ན་  
 འདིའི་ཐ་དད་པའི་དོན་དང་སྤྱོད་ཐ་དད་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ནི་མ་ཐུན་པའི་  
 སྤྱོད་དང་དོན་གཞན་སེལ་བའི་དོན་གཉིས་ཀ་སྤྱིའི་བརྗོད་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རང་  
 གི་དོན་ལ་མི་འཁྱུལ་བ་སྟེ། ཡན་གར་བ་ནི་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཉེས་པ་བྱི་མ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཞེ་ན། དངོས་འཇུག་ཐ་དད་  
 མིན་ཕྱིར་ཡང་། །དོན་གཞན་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤྱས་རང་རང་གིས་ཐ་དད་པ་  
 རྣམས་ལ་འཇུག་པ་ནི་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་དང་གཞན་གྱི་དབང་གིས་རང་གི་  
 རང་གིས་ཐ་དད་པ་མི་འཕེན་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཐ་དད་ཐུག་པ་མེད་ཕྱིར་  
 དང་། །ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྗོད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པས་  
 སྤྱིའི་ཉེས་པ་ཡང་མེད་དོ། །དོན་གཞན་སེལ་བ་ཅུ་མ་ནི་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདིར་སྤྱིའི་  
 བྱེ་བྲག་གཞན་དང་ལྟན་པ་བཅུ་ལ་བར་མི་བྱ་སྟེ། དངོས་སུ་དོན་གཞན་  
 འགོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱར་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་དོན་གཞན་སེལ་བ་ཉིད་སྤྱིའི་དོན་ཡིན་ན་མངེས་སོ། །གང་ལས་ཤེ་ན།  
 རིགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རྣམས་པར་གནས། །རིགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཞེས་པ་ནི་

གཅིག་ཉིད་དང་། རྟག་པ་ཉིད་དང་། སོ་སོ་བ་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོན་ཉིད་བརྟག་པར་བྱ། འདི་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མི་  
དད་པའི་སྤྱིར་དང་། རྟོན་རྣམ་པར་མ་ཆད་པའི་སྤྱིར་དང་། རོན་མ་ལུས་པ་  
རྟོགས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་བརྗོད་པའི་ཉེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
དང་། ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་གཞན་བསྐྱོད་ག་  
པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཉིད་བརྗོད་དོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན། གང་ལས་གཞན་སེལ་ངེས་ཤིང་། གལ་ཏེ་  
གཟུགས་ཀྱི་སྤྱི་རོ་ལ་སོགས་པ་སེལ་གྱི། ཁ་དོག་གིས་ལྟག་པར་མ་བརྗོད་  
པའི་སྤྱིར་ལྟག་མ་སེལ་དུ་ཟིན་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པ་དེ་རི་ལྟར་བྱེད་པ་  
ཡིན། གང་དག་ཐ་མི་དད་པའི་གཟུགས་ཉིད་འདོད་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་དེ་དག་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་པོ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་རོ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པས་སོ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་དེ་ནི་མེད་དེ་འདི་ལྟར། འཇིག་རྟོན་གྲགས་པའི་  
རྗེས་མི་བཅ་ལ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། སོ་སོའི་སྤྱི་བོའི་མིང་ལ་  
མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱ་ཞིང་འཇིག་རྟོན་པའི་མིང་ལ་ཡང་མངོན་པར་མི་  
རྒྱུག་གོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྤྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ནི་རྒྱ་མཆོན་ལས་  
བྱུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་བཤད་པ་ལས་བྱུང་བ་འཇིག་རྟོན་པའི་ཐ་སྙད་དུ་  
ཡིན་གྱི། ཡང་དག་པའི་དོན་ཉིད་དུ་ཚོལ་བར་མི་བྱེད་དོ། །འཇིག་རྟོན་པ་  
བཞིན་དུ་གོ་བར་བྱ་སྟེ། འཇིག་རྟོན་པ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱོད་པོ་ལ་སོགས་  
པ་ལས་བྱུང་གྱི། རོ་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གཟུགས་ཉིད་ལ་

མཚུངས་འགྱུར། གང་ཡང་ཞིན་ཏུ་ཐ་དད་པའི་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་འཇུག་  
 པའི་གཟུགས་ཉིད་དེ་རོ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཅིས་མ་ཡིན། རོ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 མི་འཇུག་ན་ནི་དེར་སེར་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མི་འཇུག་གོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་  
 རྒྱ་ཡོད་དེ། མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་ནི་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དང་ཐ་མི་  
 དད་ཅིང་རོ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེད་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་པ་ལས་སོ་ཞེ་  
 བ། དེ་ལྟ་ན་ནི། མིག་གཟུང་བྱ་ཉིད་བྱ་བར་བྱས། །མིག་གི་གཟུང་བྱར་  
 གཟུང་བ་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ནི་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནས་སྒྲོན་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་འགྱུར་གྱི། རིགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནས་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་ཐ་མི་དད་ན་ནི་ཅིས་ན་གཟུགས་ཉིད་  
 ཡིན། ཅི་སྟེ་གཟུགས་ཉིད་དང་འབྲེལ་པའི་རྒྱ་མཚན་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་  
 བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་ལ་བྱ་བར་བྱས་པས་འདྲ་  
 བའམ་གཟུགས་ཉིད་ཀྱི་མངོན་པར་གསལ་བ་འཛོལ་པར་འགྱུར་རོ། །མིག་  
 གི་གཟུང་བྱ་སྟེ་ཉིད་ཀྱང་རུང་སྟེ། གལ་ཏེ་ངས་པ་ཡིན་ཞེས་གདོན་མི་བ་  
 བར་དངོས་པོ་པ་ཉིད་ཉིན་དུ་བྱོ། །རྫས་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །  
 རྫས་དང་གངས་དང་བོང་ཚོད་ལ་སོགས་པ་ཡང་མིག་གི་གཟུང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པས་དེ་དག་ལའང་གཟུགས་ཉིད་ཡོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་། དཀར་མིན་སོགས་ལ་བྱུང་མེད་འགྱུར། །མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་དུ་  
 བྱུང་པར་མེད་པ་ཡིན་པས་སྒྲོན་པོ་དང་སེར་པོ་དང་། ཆེས་སྒྲོ་བ་དང་། ཆེས་  
 ཞིན་ཏུ་སྒྲོ་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་མེད་པར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་གདོན་མི་



ཟ་བར་མིག་གི་གཟུང་བྱ་ཉིད་མེད་པར། སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
ཐ་དད་པ་ལ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲ་འདིག་ཏེན་ལ་གྲགས་པ་ཁས་སྦྱང་བར་བྱ་  
བའི་རོ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞན་སེལ་བ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དོན་གཞན་ལས་  
ལོག་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྒྲིའི་དོན་རྫོང་པར་བྱེད་པ་དེའི་ལྟར་ན་ནི། རྗེས་འགྲོ་  
འབའ་ཞིག་ལས་བྱུང་འགྱུར། །སྒྲིའི་དོན་རྫོང་པར་བྱེད་པའི་ལྟ་ན་ནི་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་བ་དང་ལྟོག་པ་དག་ལས་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་གཞན་གཉིས་ཀ་  
ངེས་པར་བཟུང་བས་རྫོང་པར་བྱེད་པ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ལྟོག་པའི་ཕྱོགས་ལ་ནི་དོན་རྫོང་པར་བྱེད་པ་དཔེར་ན་ཆེས་ཤིན་ཏུ་བྱེད་པར་  
བྱེད་པ་དང་ལས་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྒྲིའི་དོན་གཞན་སེལ་བ་ཅམ་ཡིན་ན་ནི་  
ལྟོག་པ་འབའ་ཞིག་རྫོང་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་རྗེས་  
སུ་འགྲོ་བ་མི་འདོད་ན་ནི་དེ་ལྟར་འགྱུར་ན་དངོས་པོའི་ཕྱོགས་ནས་ནི། བྱུང་  
བ་དངོས་སུ་འདོད་མ་ཡིན། །དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ཐ་དད་པའམ་ཐ་མི་དད་  
པར་འགྱུར་བའི་རིགས་ནི་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་བྱེད་ཏོ། །

སྒྲིའི་དོན་གཞན་མ་མཐོང་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་སྐབས་སུ་རིགས་  
མེད་པར་དོན་གཞན་གསལ་བས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་དོན་ལ་སྒྲིའི་རྗེས་སུ་  
འགྲོ་བ་དང་ལྟོག་པ་ནི་དོན་གཞན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །

འགའ་ཞིག་ན་རེ་འདི་སྐད་དུ། །བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་བསལ་བ་  
ཐམས་ཅད་མེད་པ་ལས་རྣམ་པར་གྱུར་པ་སྟེ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་

ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་ཐོབ་པ་  
 ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ། འདིར། ཐམས་ཅད་མེད་པ་དང་འབྲེལ་ཞེས། །གང་  
 ཞིག་ཁས་ལེན་དུ་འགྲོ་ན། །ཡོད་དེ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ལས། །ཡིན་ཞེས་ཅི་  
 ཞིག་གང་གིས་སྒྲོར། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ན་ནི་ཐམས་ཅད་  
 མེད་པ་དང་འབྲེལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་ལས་གཞན་  
 བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་མེད་པ་ནི་གང་ཡིན། བ་ལང་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་  
 སྒྲོ་བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །  
 ཐམས་ཅད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའི་ལན་འདི་ནི་སྒྱུར་བར་མི་  
 བྱའོ། །

གང་འགའ་ཞིག་ན་རེ། མེད་པ་དང་ཡོད་པ་དག་ཤེས་པ་ཐ་དད་དུ་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། །ཁམ་པོར་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇིམ་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་རང་བཞིན་  
 གྱི་ཤེས་པ་འགྱུར་བ་ལ་ཡང་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ། འཇིམ་  
 པ་ཐ་དད་ལ་ཁམ་པོར། །ལ་སོགས་ཐ་དད་སྒྲོར་འདོད་ན། །མེད་ཐ་དད་པ་  
 གཞན་མིན་ཡང་། །ཐ་དད་ཅི་སྒྲོ་ཅི་སྟེ་དགག། །རི་ལྟར་འཇིམ་པ་ལས་གཞན་  
 མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཙམ་གྱི་སྒྲོར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ལ། །གང་གིས་ན་བསྐྱབ་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་ཁམ་པོར་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ཐ་དད་ཁས་ལེན་པར་བྱེད། །དེ་བཞིན་དུ་  
 མེད་པ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ཐ་དད་པ་ནི་སྤྱིར་རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་དབང་གིས་  
 སོ་ཞེས་ཅི་ནས་མི་འདོད། །བྱེད་གྱི་ཡང་། །ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 མཆོག་། །སྒྲུང་བའི་ལམ་དུ་གང་མ་གྱུར། །སྒྲུང་བའི་ལམ་དུ་གང་གྱུར་པ། །སྒྱུ་

མ་བཞིན་དུ་ཤིན་དུ་སྟོང་། །ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དག་ཡོད་ཀྱང་། །ཞོག་ལ་  
 སོགས་པ་མཐོང་བ་ལས། །དེའི་སྟོང་པའི་བརྗོད་ལག་ལ་བ་དེ། །བྱིད་ཀྱི་  
 ལུགས་ལ་བརྟན་པ་ཡིན། །གང་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་བ་ལང་གི་  
 སྟོང་དེ་རི་ལྟར་ན་ཞོག་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་དུ་སྦྱ་བར་བྱེད། །  
 བ་ལང་དང་ཞོག་ལ་སོགས་པ་སྦྱ་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་དུ་སེལ་བ་ཅན་ཡིན་ཡང་  
 བྱིད་ཀྱི་ལུགས་ཁས་སྤངས་ནས། །ལག་ལ་བཞིན་དུ་ཡང་དེ་ངེས་པར་བསྟན་  
 ཏོ། །དེ་མི་ལྟོས་ཤེས་པ་འདི་ནི། །རང་གི་ནམ་ཉིག་སྟོས་པར་བྱ། །སེལ་  
 བ་མིན་པའི་སྦྱ་ཡིས་ནི། །རང་བཞིན་ལག་ལ་ཡང་བརྗོད་མི་བྱ། །ཞོག་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་སྦྱའི་ངོ་བོ་དང་ལྡན་པ་གཞན་མེད་པར་མི་ལྟོས་པ་ནི་མི་སྤྲོད་དོ་  
 ཞེས་སྤར་བ་ཤད་ཟེན་ཏོ། །

རང་གི་ངོ་བོ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱར་དེའི་སྟོན་སྟེ་ཐ་སྟོང་  
 དུ་མི་བྱའོ། །གང་དག་དང་པོའི་ཤེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ། ཐོག་མ་  
 མེད་སྦྱར་འདོད་པ་བྱུག། །དང་པོའི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དེ། ཐ་  
 སྟོང་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པ་དག་ལ་དུས་ཀྱི་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་སྦྱར་དོ། །གང་ལ་དང་པོའི་ཤེས་པ་མེད་ན་ནི་རིགས་དང་  
 ལྡན་པས་བྱུང་བར་ཡང་མི་རུས་ལ། རིགས་དང་ལྡན་པ་ལས་ལོག་པའམ་མ་  
 ལོག་པར་ཡང་མི་རུས་ཤིང་གཅིག་མཐའ་དག་ལ་འཇུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྟོན་དེ་དག་ཡོད་དོ། །གང་དག་ཤེས་པ་ཡང་དག་པར་རབ་དུ་  
 འཇུག་པ་ཉིད་མེད་དོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཡང་བརྗོད་པ། སྦྱའི་སྟོན་སྟེ་སེལ་བར་

བྱེད། །དེ་གཞན་རྣམས་ལ་རིགས་ལྟ་བུར་སེལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་ཅི་མེད་  
 གྱི། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བཅད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་གང་སྤྱིའི་ཆོས་  
 གྱིས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་ཡང་། རིགས་མི་མཐུན་པ་ལ་མ་མཐོང་བར་བསྟན་པ་  
 ཅམ་གྱིས་རྗེས་སུ་དཔོག་གོ་ཞེས་བརྗོད་ཟིན་ཏེ། བྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་  
 ཉེས་པ་དེ་དག་མཚུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་རིགས་མཐུན་ལ་བྱུང་བར་འཇུག་པའི་  
 ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ལ་ནི་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་རྩ་ཅན་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རྩ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྩ་ཅན་ཉིད་མ་ལུས་པར་མ་མཐོང་བ་དེ་  
 རྣམ་པར་བཅད་པ་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་སྤྱིར་རྩ་དང་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་  
 རྣམ་པར་སེལ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། བ་ལང་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་ལ་འཇུག་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཡིན་ན་ཡང་ལྟོག་པ་དང་འཇུག་པ་དག་ནི་སྒྲོ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་  
 ཡང་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་གཞན་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ན། །གཅིག་ཉིད་  
 དུ་ཉིད་གྱིས་བརྟག་པ། །དེ་དག་དངོས་པོ་ལ་མི་རིགས། །གལ་ཏེ་བདག་  
 དངོས་པོ་ལ་ཡོད་ན་ནི་དེ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མ་ཉིད་དུ་བརྟག་པར་མི་རིགས་  
 སོ། །བདག་གཞན་ཡོད་པར་ཁས་མི་ལེན་ན་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་འང་གསལ་བ་རྒྱས་  
 པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ལ་མེད་ན་ནི་བརྟག་པ་དེ་དག་རིགས་ན་སྤྱོད་  
 ཀྱི་འང་གསལ་བ་དང་རྒྱས་པ་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་གསལ་བ་དང་མི་གསལ་བ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གསལ་བའི་དབྱེ་  
 བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་རྒྱས་པ་འདི་རྣམས་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་



ཕྱིར་གཙོ་བོ་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ལགལ་ལོ། །སྤྱི་ཡི་བརྗོད་དོན་ལ་དཔྱད་པ། །  
 འདི་ཡང་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །གང་ཞིག་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་འདིའི། །  
 འཇུག་པའི་དབང་པོ་སོ་སོར་མིན། །མདོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་ནི་བསྟན་དུ་མེད་  
 དོ། །བསྟན་དུ་མེད་པའི་ལྟ་ན་བདག་གཞན་མེད་པ་བདག་གཞན་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་མདོན་སུམ་གྱི་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 འདི་ལ་ཡང་། གང་ཞིག་ཆིག་གི་བརྗོད་པ་འདི། །ངག་ལས་དོན་དུ་རྣམ་པར་  
 བརྟགས། །ངག་དོན་སོ་སོར་སྤང་བརྗོད་གང་། །དེ་ཡིས་དང་པོ་ཉི་བར་  
 བསྐྱེད། །ཆིག་གི་བརྗོད་པ་ལ་དོན་མེད་དུ་བྱིན་ཀྱང་ཁ་ཡར་བ་ལ་རུས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ལུང་ལས་ངེ་ལྟར་གཞག་པ་ངག་ལས་རྣམ་པར་འཛོག་པར་  
 བྱེད་དེ། །རང་བཞིན་དང་རྒྱུན་བཞིན་ནོ། །ལུང་ནས་གཞག་པ་དེ་ཡང་ལུང་  
 གཞན་རྣམས་སུ་མི་རིགས་པར་འཇིན་པའི་ཕྱིར་འདི་དོན་གཞན་ཉི་བར་  
 གཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆིག་གི་དོན་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཐབས་ངག་གི་  
 དོན་དུ་སྤང་བ་དང་པོའི་མ་གོམས་པའི་སྤྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། །  
 ངག་ཉིད་དང་དེའི་དོན་དག་ལ་དངོས་སུ་ནི་སྤྱི་དོན་དུ་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 ལ། ཕྱིས་སྤྱི་དོན་འཇིན་པའི་མདོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་གཞག་པ་སྟེ་ལྷགས་  
 ཀྱུ་མེད་པ་པ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་སོ་སོར་སྤང་བའི་དོན་རྣམས་ལ་ཕྱིའི་  
 དོན་གཞན་ནམ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་བོར་ནས་ངག་གི་དོན་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་  
 དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ཡང་དེ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 ངེ་ལྟར་གོམས་པའི་ངག་དག་ལས། །དོན་ལ་མེད་དུ་བྱིན་ཀྱང་སྟེ། །རང་གི་

ཀྱེན་དང་རྗེས་འབྲེལ་བས། །རྣམ་པ་དུ་མ་སོ་སོར་རྟོགས། །དོན་དུ་གོམས་  
པའི་བག་ཆགས་ལ་ལྟོས་པའི་ངག་ལས་དོན་བྱེད་པ་ལྟར་རྟོགས་པ་འབྱུང་སྟེ།  
རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དང་བྱུང་པར་མེད་པ་དག་བཞིན་  
སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་ཀྱང་རང་གི་ཀྱེན་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བས་རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་སྣ་ཆོགས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

འདི་ལྟར་ཅེད་འཛོའི་སྟན་དངགས་ཐོས་པ་ལས་ཆགས་པ་ཅན་རྣམས་  
ལས་འདོད་ཆགས་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་ཤེས་པ་སྦྱེ་ལ། ཆགས་པ་དང་  
བྲལ་བ་རྣམས་ལ་ནི་ཡང་དག་པའི་འབྲེལ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ཡང་ངག་གི་དོན་གཞན་ལས། །རྣམ་པར་བཅད་པའི་དོན་དུ་འདོད། །  
འབྲེལ་པར་ཤེས་པའི་ངག་གི་དོན། །འདི་ཡང་རྗེས་དཔག་ལས་གཞན་མིན།  
སོ་སོར་སྒྲུང་བ་ཡང་རྗེས་བཞིན་ངག་གཞན་ལས་ཐ་དད་ཅིང་འབྲེལ་བ་ཤེས་  
པ་ལས་ཡིན་པས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་ངག་  
ལས་སྦྱེས་པ་ཡི། །རྣམ་རྟོག་སྣ་ཆོགས་ཤེས་པ་ནི། །དེ་ཡང་རང་རིག་ཡིན་  
པས་ན། །མདོན་སུམ་ཉིད་ལས་གཞན་མ་ཡིན། །རྟོག་པ་ནི་རང་རིག་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་ན་མདོན་སུམ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ལས་གཞན་དུ་དབྱེ་བར་མི་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་རྣམས་ལ་ལྟ་དོན་གང་དག་  
བསལ་བའི་སྒྲོན་ས་དོན་མདོན་པར་བརྗོད་པ་རིགས་གངས་ན་འདོད་རྒྱལ་བ་  
རྣམས་ལ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། །འདོད་རྒྱལ་བ་ལ་དོན་དབྱེ་བས། །འདོད་རྒྱལ་བ་  
ལ་ཤིང་རྟོག་དེད་སྤྱ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་སྦྱི་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞིང་སྦྱི་དེའི་དབྱེ་

བས་རྫོང་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་རིགས་དང་མཐུན་པའི་འདུས་པ་སྦྲུང་ག་ལ་  
བྱེ་བྲག་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། །ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །རིགས་ཀྱི་སྦྲུང་ཡང་གྲགས་  
པའི་དབང་གིས། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ཡན་ལག་སོ་སོ་ལ་འདོགས་པར་འདོད་དེ། །  
དཔེར་ན་གྲོང་གི་པག་པ་བཟའ་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ལ་ལར་  
དངོས་སུ་རྫོང་པར་བྱེད་དེ་དཔེར་ན། །གངས་དང་མཚན་ཉིད་དང་ནི་དབྱིབས།  
སྟོས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་འཇུག། །ཆུ་ལ་སོགས་པའི་ཐིགས་པ་དང་། །འདུས་  
པ་ལ་ཡང་རྫོང་པར་བྱེད། །ལ་ལར་ཡན་ལག་འབའ་ཞིག་ལ་འཇུག་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན། །དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ཆ་ཤས་ཀྱིས། །བྱུང་པར་བྱས་  
ནས་འཇུག་པ་ཡིན། །སྦྲུང་ཡིས་དེ་ཡི་ཆ་ཤས་ལ། །རབ་ཏུ་འཇུག་པ་དམིགས་  
མ་ཡིན། །དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་འཁོར་ལོ་དང་། །ལྷུ་པོ་དང་། །རིང་པོ་  
དང་། །གྲུ་བཞི་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡན་ལག་ཅུ་མ་གྱིས་བརྫོང་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་བཞིན་དུ་ཁུ་ཚུར་དང་། །མདུད་པ་དང་། །སྒྲིང་བ་དང་། །ན་རྒྱན་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ལ་ཡང་དོ། །ཁ་དོག་གི་བྱུང་པར་ལ་ཁ་བོ་དང་། །ཁྲི་ཅེ་ལ་སོགས་  
པ་ལྟ་བུའོ། །ཡན་ལག་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་ལ་བརྒྱ་དང་། །སྟོང་བྲེ་དང་ཁལ་  
དང་། །ལྷ་བ་དང་། །ལོ་དང་། །སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡན་ལག་  
རྣམས་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདུས་པའི་སྦྲུང་ཡང་ཁ་ཅིག་སོ་སོ་བ་ལ་  
རྫོགས་པར་འཇུག་སྟེ། །དཔེར་ན་གྲོང་འོངས་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཁ་ཅིག་ནི་བརྟགས་ནས་ཏེ། །དཔེར་ན་ལུས་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་བདག་གི་  
ལས་ཆད་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ། །དཔེར་ན་

ཕྱ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བགས་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་འབྲེལ་  
བས་མ་བྱས་པ་སྐྱའི་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་རྟོག་པ་ན་སའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ངེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་ཞེ་ན། །དེར་ཤིང་  
རྟོག་པ་ན་སའི་སྐྱའི་དོན་གྱིས་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་  
ཞེ་ན། རྟོགས་པའི་དོན་ནི་བསྟན་སྤྱིར་རོ། །འདི་ཞེས་པའི་སྐྱ་དང་ལག་པའི་  
བརྒྱའམ། བགས་པ་རྟེན་པ་དང་འབྲེལ་བས་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་ཡིན་གྱི། ཤིང་  
རྟོག་པ་ན་སའི་སྐྱ་དོན་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་བརྒྱུ་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་འབྲེལ་བ་བསྟན་པའི་དོན་དེར་བརྒྱའི་དོན་དང་འདི་ཞེས་པའི་སྐྱ་  
གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་ཀ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱས་ནས་དེའི་དོན་དུ་བརྒྱའི་  
དོན་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཤིང་རྟོག་པ་ན་སའི་སྐྱ་དེ་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་ལྟར་  
སྐྱའི་གཞལ་བར་བྱ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་བརྟག་པའི་  
སྤྱིར། །འབྲེལ་བ་ནི་ཤིང་རྟོག་པ་ན་སའི་དོན་དང་སྐྱ་དག་ཚད་མ་གཞན་གྱིས་  
དམིགས་ནས་འདི་འདིའི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤིང་རྟོག་པ་ན་ས་དང་འབྲེལ་བར་  
རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། །གཞལ་བར་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཚད་མ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཉེ་  
བར་གཞལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ངེ་ལྟར་གཞན་མ་ཡིན་ཞེ་ན།  
ཕྱོགས་འདིས་ལྷག་མ་རྣམས་ལའང་བརྗོད། །རེ་ཞིག་ཉེ་བར་གཞལ་བ་ནི་བ་  
ལང་དང་བ་མེན་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་བར་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་



དེར་གཞན་ལས་ཐོས་པ་དང་། རྟོགས་པ་དག་གིས་སྒྲིའི་རང་གི་དོན་གཉིས་  
ཚད་མ་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་ཚུད་པ་དེ་དང་འབྲ་བར་རྟོགས་པ་སྟེ་དེ་ནི་ཚད་མ་  
གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟམ་དུ་སེམས་པ་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བར་  
འཇལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཚད་མ་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱ་  
སྟེ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་  
གསལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ལས་གཞན་སེལ་བ་བརྟག་པའི་ལེ་འུ་སྟེ་  
ལྷ་པའོ། །

ཚད་མ་ནི་གཉིས་སུ་གནས་ན་ཅི་སྟེ་ཚད་མ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་ཅིའི་  
དོན་དུ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་མ་ཆང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗོད་པར་བྱེད་ཅེ་ན།  
ཚད་སྒྲུང་བརྗོད་པར་འདོད་རྣམས་ལ། །རིག་པའི་ཆ་ཤས་སྒྲུབ་པོ་བཞིན། །  
ཕྱོགས་བླག་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཞེས། །བསྟན་ཕྱིར་མ་ཆང་ལ་སོགས་  
བརྗོད། །

ཁ་ཅིག་ངག་ཅུ་མ་ལ་མཁས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། རི་སྐད་  
དུ་ཕྱོགས་གྲུབ་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཡིན་བཞིན་དུ་ཡང་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་བར་འདོད་  
ཅེས་བརྗོད་པ་དེ་དག་གི་སྒྲུབ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཉིད་དོ་ཞེས་ཕྱོགས་གྲུབ་

པ་དགག་པའི་ཕྱིར་མ་ཚང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་དོ། །དེ་  
 ཉིད་རབ་ཏུ་བསྟན་ཕྱིར་དང་། །དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །ལན་འདི་  
 བརྗོད་པར་རིགས་པ་ཡིན། །ལྟག་སྐྱོད་ལ་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་ལན། །གང་གི་  
 ཕྱིར་འདིས་ཕྱོགས་སྒྲུ་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ལན་དུ་ཚང་བ་ལ་  
 སོགས་པ་བརྗོད་པར་རིགས་སོ། །མ་ཚང་བ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་ཡང་བརྗོད་པར་རིགས་སོ། །ལྟག་སྐྱོད་རྣམས་ལ་ནི་སྐྱོན་ལན་  
 དུ་ལོ།

འདིས་ཕྱོགས་སྒྲུ་མ་དག་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་པར་མི་  
 རུས་སོ། །དེ་ལ། སྤང་དང་མ་སྤང་དག་དང་དུས། །གསུམ་ལ་རྟགས་སུ་  
 བརྗོད་འདོད་མིན། །སྤང་དང་མ་སྤང་རྟགས་བརྗོད་དེས། །མ་ཚང་གཏན་  
 ཆིགས་རྗེས་མ་ཐུན་ཡིན། །དཔེར་ན་རྩོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་སྐྱ་མི་རྟག་  
 གོ་ཞེས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་པ་ལས་གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་འདི་  
 བསྐྱབ་བྱ་དང་སྤང་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་ནི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བྱུང་པར་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། རྒྱུད་གི་ཚུ་རྒྱ་མཚོ་དང་སྤང་བ་བཞིན་ནོ། །མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གྲུབ་པ་དང་སྤང་ན་ནི་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་ཐེན་ནས་འདི་གང་གི་གཏན་ཆིགས་  
 ཡིན། ཅི་སྟེ་མ་སྤང་ན་ནི་མ་སྤང་པས་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་པ་རྣམས་དང་  
 བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་སྤང་བ་དང་  
 མ་སྤང་པར་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དུས་གསུམ་ལ་ཡང་མི་འདོད་པར་བརྗོད་  
 དེ། གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་བྱ་ལས་སྤང་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་ནི་བསྐྱབ་

བྱམས་མ་གྲུབ་ན་འདི་གང་གི་གཏན་ཆིགས་ཡིན། ཅི་སྟེ་བྱིན་ས་བསྐྱབས་ན་  
 བྱིན་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྟེ་ཅིག་ཅར་བ་གཏན་  
 ཆིགས་ཡིན་ནི། གཏན་ཆིགས་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་དེ་སྐྱབ་མི་དགོས་ཏེ། སྤང་  
 གི་རྩ་གཡས་གཡོན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་མ་  
 ཡིན་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་མ་ཆང་བའི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་དང་  
 རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའོ། །གང་གི་བྱིར་ཞེ་ན། རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་དཔེ་  
 བརྗོད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་བྱིར་རོ། །གང་ཞིག་འདིར་  
 མ་སྤང་བ་ཙམ་ཆོས་མ་ཐུན་པས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མཚུངས་པར་  
 འགྱུར་བ་ག་ལ་རིགས། རིགས་སུ་བྱིན་གྱིས་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་  
 པས་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤར་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་ཐ་  
 སྟོང་ཙམ་མ་དམིགས་པའི་བྱིར་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ལ་ཡང་དོ། །  
 རང་ལ་གཞོན་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་ནི་འདིར་དགག་པ་ལའང་མཚུངས་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་དང་སྒྲིའི་གཏན་ཆིགས་དག་ལ་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གསུམ་མ་ཆང་བ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །  
 དོན་རྟོགས་མ་གྲུབ་ལྟར་སྤང་ཡིན། །གང་གི་ཆེ་དོན་གཏན་ཆིགས་ཡིན་པ་  
 དེའི་ཆེ་ནི་ཆིག་ལས་ཡིན་པ་མ་བཞག་པའི་བྱིར་དེ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་ལྟར་སྤང་  
 བ་ཉིད་དེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་བསལ་  
 བའི་བྱིར་སྤར་མ་བཞིན་ནོ། །

གཏན་ཆིགས་གཉིས་ཀའི་ལྟར་ན་ཡང་དོན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་དེ་

དག་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་ནི་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །རིགས་སུ་ཆུད་མོད་ཀྱང་སེལ་བར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་སུན་  
 འབྲིན་དུ་འགྱུར་རོ། །རྟག་བརྗོད་མི་རྟག་པ་རྗེས་འགོ། །དེ་དག་མི་རྟག་པར་  
 རུས་མིན། །སྒྲོབ་པ་ཀྱི་སྒྲོན་དང་རྗེས་མ་བྱུན་འགོ། །དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་  
 ཅེས་བྲ་བ་ལ་དེའི་རྟག་པའི་རྟག་པ་དང་སྒྱུར་བར་འགྱུར་ཏེ། ཚོས་རྣམས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་གང་འཕྲོག་པ་མི་འདོར་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རྟག་  
 པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྲ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་ནི་བརྟགས་པ་དང་  
 མཚུངས་པའི་ལྟག་གཅོད་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་དམ་བཅའ་བའི་སྒྲོན་སྒྲོན་ལྟར་  
 སྒྲུང་བའོ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་གཏན་ནས་ཞེན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་མི་རྟག་པ་ལས་  
 གཞན་ཡང་རྟག་པའི་འཇུག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་དེ་ཉིད་མ་བྱུང་  
 བ་ལས་བྱུང་བར་གྱུར་པ་ནི་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གནས་  
 སྐབས་དེ་ཡང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་དངོས་པོའི་རྒྱུན་གྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
 འབྲས་བུ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

སྤྱིར་བརྗོད་གཏན་ཚིགས་མེད་པ་ཡིས། །བསྐྱབ་བྲ་མེད་པར་བལ་  
 བར་འགྱུར། །ཡང་བརྗོད་པ་མཚུངས། དཔེར་ན་སྤྱིར་བཞིན་བྲས་པ་ལ་གལ་  
 ཏེ་གཏན་ཚིགས་འདི་ལས་མི་རྟག་པ་ཡིན་ན་སྤྱིར་བརྗོད་པ་དེ་དག་མེད་དེ།  
 གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་མི་རུས་སོ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་མ་  
 བརྗོད་པ་མཚུངས་པའོ། །འདི་ལ་ཡང་། སྒྲོ་བརྟགས་ནས། སྐྱ་པོའི་ངག་  
 གིས་སྐྱབ་པར་བྱེད། །མ་གྲུབ་ལྟར་སྒྲུང་། དོན་ལ་ནི་སྤྱིར་སྐྱ་བ་པོ་རང་ལ་



རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བའི་ངེས་པ་སྐྱེས་པ་བཞིན་གཞན་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་  
 བར་འདོད་པས། །དོན་དེ་གཞན་ལ་བརྗོད་པ་དེ་མེད་པ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་ལ་ནི་སྐྱབ་པ་པོའི་ཆིག་གིས་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ལས་སྤར་  
 གྲོ་བཏགས་ནས། དེ་མེད་པ་ལས་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཚོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
 བ་དེ་དག་ནི་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྤར་བའོ། །ཡང་ན་ཅུང་ལྟར་སྤར་། བརྗོད་པ་  
 ལས་སྤར་སྐྱབ་བྱེད་ནའོ། །བརྗོད་པ་ལས་སྤར་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་ལྟག་པར་  
 གྲོ་བཏགས་པའི་སྤར་གཏན་ཆིགས་མ་ཆང་བར་ལྟར་སྤར་བའོ། །གྲུབ་པའི་  
 དུས་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་མ་བརྗོད་ན་གཏན་ཆིགས་མ་ཆང་བར་འགྱུར་ན་  
 འདི་ནི་མ་བརྗོད་པ་ལས་སྤར་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་དོ།

འདིར་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་མ་ལུས་པ་མེད་པར་བཅུད་པའི་སྤར་  
 དཔེ་བརྗོད་མ་ཆང་བ་ལྟར་སྤར་བ་ཉིད་དུ་ཡང་རིག་པར་བྱའོ། །བརྗོད་པ་  
 ལས་སྤར་ཏགས་མིན་སྤར། །མ་གྲུབ་པ་དང་འགལ་བའི་ངག །མ་སྐྱེས་པ་  
 མཚུངས། །དཔེར་ན་སྤར་བཞིན་བྱས་པ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་བརྗོད་པ་ལས་  
 སྤར་སྐྱབ་བཅུལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་འགྱུར་རོ། །ཚེ་ལ་བ་ལས་མ་  
 བྱུང་བའི་སྤར་བཏགས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་  
 མཚུངས་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། རྣམ་གཉིས། གཉིས་སུ་གྲོ་བཏགས་པ་ལས་  
 འདོད། །དེ་ལ་བརྗོད་པ་ལས་སྤར་སྐྱབ་བྱེད་དུ་གྲོ་བཏགས་པ་ལས་མ་གྲུབ་  
 པ་ལྟར་སྤར་བའོ། །སྐྱེས་པ་དག་ནི་སྐྱེ་ཞིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཅུལ་མ་ཐག་ཏུ་  
 བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤར་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དེའི་ཆེ་ཡོད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

ཅུ་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ནི། རོན་གྱི་དབང་གིས་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་སྒྲོ་  
 འདོགས་པས་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་ཀྱི་ཆ་ནས།  
 བསྐྱབ་བྱ་མི་འབྱུང་བར་སྟོན་པ། །དེ་ནི་འབྲས་མཚུངས། དཔེར་ན་སྐྱ་མི་  
 རྟག་སྟེ། །འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཞན་བུམ་  
 པའི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་པ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ན་སྐྱ་འདིའི་ཞེས་ཅི་སྟེ་བྱ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་མཚུངས་པའོ། །དེ་ལྟ་བུ། སྐྱ་པོའི་འདོད་པ་རྣམ་པ་  
 གསུམ། །གལ་ཏེ་སྐྱ་བ་པོའི་བུམ་པའི་འབྲས་བུ་ཉིད་སྐྱ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་ཅོད་  
 ན་ནི་དེའི་ཆེ་མ་བྱུང་བ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །འོན་ཏེ་སྐྱའི་འབྲས་བུ་ཉིད་བུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་མི་རྟག་པ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་ཅོད་པའི་ལྟ་ན་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ།  
 དེ་སྟེ་དེ་ཉིད་རྟག་པ་ལ་ཡང་མེད་དོ་ཞེ་ན་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །ཡང་ན་ཆོས་མཐུན་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 དཔེའི་སྟོན་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་སྐྱི་བཟུང་ནས་རྗེས་  
 སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དེའི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དོན་  
 སོ་སོར་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ངེས་བསྟན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དག་ལས། །ཆོས་མཐུན་དཔེ་ཡིས་  
 གཞན་སྐྱབ་པ། །ཆོས་མཐུན་པར་མཚུངས། གཞན་སྐྱབ་ཅེས་བྱ་བ་ནི།  
 བསྐྱོག་པ་སྐྱབ་པ་སྟེ་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱར་བྱས་ནས་སོ། །དཔེར་ན། སྐྱ་མི་རྟག་  
 སྟེ། ཅུ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། ངེས་པར་བསྟན་པའི་ནམ་མཁའ་དང་ཡང་ལུས་ཅན་མ་

ཡིན་པ་ལ་སོགས་པར་ཆོས་མཐུན་པའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་ན་གཏན་ཆིགས་འདི་དག་ཉིད་དུ། བུམ་པ་ཆོས་མཐུན་པར་  
 བྱས་པ་ལ། དེའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ནམ་མཁའ་དང་ཆོས་མཐུན་པར་  
 བརྗོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོས་མཐུན་པ་མཚུངས་པའོ། །གཞན་དག་ནི། ཆོས་  
 མི་མཐུན་པས། དེས་པར་བསྟན་པའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་དག་ལས་གཞན་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ། དཔེ་གཉིས་ཀ་ཡང་སྤར་བཞིན་ཏེ་བུམ་  
 པ་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེར་སྤྱར་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུ་དག་གི། མཚུངས་  
 པ་ཉིད། གཞན་ལ་མ་གྲུབ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། མཐུན་མོང་ལྟར་སྤང་ནམ་པ་  
 གཉིས། །གལ་ཏེ་འདི་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་  
 དང་ཆོས་མི་མཐུན་པ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཚུད་ན་ནི་ངེ་ལྟར་ཁོ་བོའི་ཆོས་མཐུན་པ་དང་།  
 ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཅམ་ལས་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་དུ་བྱོད་ཀྱི་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེས་  
 མཐུན་མོང་གི་མ་དེས་པ་ལྟར་སྤང་བའོ། །སྤྱོད་གས་སྤར་མ་ལ་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་བཅུ་ལ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བ་ཉིད་མ་དེས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་  
 ཉིད་དག་ནི་གྲུབ་པར་འདོད་པ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་ཅན་  
 བཞིན། གལ་ཏེ་བསམ་པ་འདི་ཡིན་ན་ནི་ངེ་ལྟར་བྱོད་ཀྱི་ཆོས་མཐུན་པ་ཅམ་  
 ལས་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་ཁོ་བོའི་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་  
 ཅན་ལྟར་སྤང་བའོ། །འདི་ཡང་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་སྤྱིར། །དཔེ་ལྟར་སྤང་བའི་  
 སྤྱོད་བརྗོད་ཡིན། །ནམ་པ་གཉིས་ཀ་ཡང་མ་དེས་པ་ལྟར་སྤང་བ་སྟེ། གཏན་

198



བསྟན་པ་སྟེ། བརྟམ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་ནི་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
 དངོས་པོའི་གཏན་ཆིགས་སུ་འདོད་པ་ཡིན་ཡང་། སྟོན་ཅི་ལོག་གི་ངེས་པ་  
 ལྟར་སྒྲུང་བར་བརྗོད་དོ། །སྟོགས་སྒྲུ་མ་ལ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་སྦྱོར་བ་བཞིན་  
 སྟོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གང་  
 གི་སྦྱོར་ཆོས་མ་ཐུན་པ་མཚུངས་པར་བྱས་པ་ལ་ཡང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་  
 སྦྱོར་གཞན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྟེ་བྲག་བརྗོད་པས་ཆོས་མ་ཐུན་པའང་། རྣམ་  
 རྟོག་མཚུངས་པའོ། །དཔེར་ན་སྒྲུར་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་དང་ཆོས་མ་ཐུན་པས་  
 མི་རྟག་པར་བྱས་པ་ལས་བརྗོད་པ། དེ་ལ་ཆོས་མ་ཐུན་པ་ཡོད་དུ་བྱིན་ཀྱང་  
 བསྟེན་པར་བྱ་བ་དང་། མིག་གི་གཟུང་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སྟེ་བྲག་གིས་བྱམ་  
 པ་ཁོ་ན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་གྱི་སྦྱོར་མ་ཡིན་ལ། སྦྱོར་ཁོ་ན་རྟག་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 བསྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། མཉན་བྱ་ཉིད་ལ་སོགས་པས་སོ་ཞེས་  
 སོ།།

བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལས་བརྗོད་ནས་རྣམ་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པས་ན་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མཚུངས་པའམ། དཔེར་བརྗོད་པ་ལས་གཞན་ལ་ཡང་བྱས་  
 པ་ཉིད་ཡིན་དུ་བྱིན་ཀྱང་བསྟེན་པར་བྱ་བ་དང་བསྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བརྗོད་པས་ན། རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་མཚུངས་པའོ་ཞེས་བེར་རོ། །འདི་ལ་ནི། འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་སྟེ་  
 བྲག་གིས། རྟག་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་། །སྦྱི་མིན་གྱིས་ཀྱང་། འདི་ལ་  
 ཡང་འབྲུལ་པ་ཅན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པའམ་སུན་

འབྲིན་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །རང་གི་ཕྱོགས་ལ་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་  
གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །སྒྲིབ་  
འབྲིན་པ་ལ་ནི་ཐུན་མོང་ངམ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུབ་བའོ།  
བསྒྲུབ་པ་ལ་ནི་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་དུ་ཅོད་པ་ལྟར་སྒྲུབ་བའོ། །རྣམ་པ་  
གཞན་ཡང་སྟེ་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུབ་བའོ། །གལ་ཏེ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་  
བསྐྱོངས་པའི་བརྒྱལ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བ་ཉིད་བརྗོད་ན་ནི་མངོན་སྲུང་འབའ་  
ཞིག་པ་མིག་གི་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་རྫས་ཉིད་ལ་སོགས་པས་མ་  
ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱོངས་པའི་ངེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆོག་གས་འདི་ཡང་  
དེ་བཞིན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱལ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བ་འབའ་ཞིག་པ་ནི་གཏན་  
ཆོག་གས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲིབ་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུབ་  
བའོ། །གཅིག་ཉིད་དུ། ཐལ་བར་འགྱུར་སྒྲིབ་བྱེ་བྲག་མེད། །ཆོས་མཐུན་པ་  
སྟོན་པའི་སྒྲུབས་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་དེ་དང་གཅིག་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་ནའོ། །  
ཟླ་བོ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་མེད་བཞིན་དུ་གང་དུ་གང་གིས་ན་བསྒྲུབ་  
བྱའི་ཞེས་གོ་བར་བྱ། བྱེ་བྲག་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་ཐལ་བའོ། །  
གང་ཞིག་གང་དང་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་མེད་པར་བྱས་པའི་  
སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་སྟེ། དཔེར་ན་ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེ་བྱམ་པ་བསྟན་པའི་  
སྒྲིབ་གཞན་རྣམས་དང་ཡང་བྱུང་པར་མེད་པར་བྱེད་པས་བྱམ་པ་ལ་ཡོད་  
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་ལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཐམས་ཅད་  
ཕན་ཚུན་ཆོས་མཐུན་པའི་སྒྲིབ་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་

ཡང་བྲེ་བྲག་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་ན་བྲམ་པ་བཞིན་སྒྲིའི་བྲེ་བྲག་  
 ཉིད་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནམ་རྟོག་མཚུངས་པ་ལས་བྲད་པར་ཆེན་  
 བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །  
 བྲེ་བྲག་སྒྲུ་མ་ལ་ནི་ཆོས་མ་བྱུན་པ་ཅམ་ལས་མི་རྟག་པར་བརྗོད་པ་དང་།  
 གང་བྲེ་བྲག་མེད་པ་ཅམ་ལས་མི་རྟག་པར་བརྗོད་པ་མེད་དེ། །གང་བྲེ་བྲག་  
 མེད་པར་མ་མཐོང་བ་ཅམ་ལས་སྟོག་པར་བྲེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པ་ལྟར་  
 སྒྲུང་བའོ། །བསྐྱབ་བྲེ་རྟོགས་བྲད་མེད་ཕྱིར་ཡང་། །མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་བར་  
 འདོད། །བྲེ་བྲག་མེད་པར་མཚུངས་པ་སྒྲུ་མ་ལས་ཐ་དད་དུ་བྲེ་བའི་དོན་དུ་  
 ཡང་གི་སྒྲུ་སྟོས་སོ། །དེ་ལ་ནམ་པར་རྟོག་པ་མཚུངས་པ་དང་བྲེ་བྲག་མེད་པ་  
 ལས་བྲེ་བྲག་མེད་པར་མཚུངས་པ་ནི་གཞན་དུ་བརྗོད་པར་བྲེ་སྟེ། །བསྐྱབ་བྲེ་  
 དང་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དག་ལ་བྲེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དཔེར་ན་སྒྲུར་  
 བཞིན་བྲས་པ་ལ་གཏན་ནས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྲེ་བ་དང་  
 གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་དག་ལ་བྲེ་བྲག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་  
 བརྗོད་པ། དེ་ལྟ་བུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་སྟེ། །སྒྲུ་ན་མེད་པ་སྒྲེས་པ་ལ་  
 །བསྐྱབ་པར་བྲེ་བ་ཉིད་དུ་སྟོ་བཏགས་ནས་བསྐྱབ་པར་བྲེ་བ་དང་གཏན་  
 ཆིགས་སུ་བྲེ་བྲག་མེད་པར་མགོ་བསྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དོ། །བྲུབ་ན་ནི་སྒྲུར་ནས་  
 ཡོད་པ་ཞིག་ན་མེད་པ་བསྐྱབ་པར་བྲེ་འོ། །

གཞན་ཡང་བྲེ་བྲག་མེད་པར་མཚུངས་པ་བརྗོད་པར་བྲེ་སྟེ། །བཙལ་མ་  
 ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་ནི་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ཆོས་གཞན་ཡང་སྐྱབ་པར་

བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་  
གཞོན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །བསྐྱེད་པར་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མ་དེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་ཀྱིས་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཉིད་  
འགལ་བར་ཚུད་པར་གལ་ཏེ་མཐོང་ན་གཞོན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་  
བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཡང་བརྗོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་བ་ནི་གཞོན་ཚས་ཀྱང་། །  
མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མེད། །གཏན་ཚིགས་སྒྲོན་ལ་འགལ་ལྟར་སྒྲུང་། །  
སྒྲོན་ཡོད་མིན་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱི་མ། །དེ་དག་ནི་ཚས་ཉིད་ཚས་མ་ཐུན་པ་  
མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་ཀྱི་མའོ། །གལ་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ལས་  
སྤྱོད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་དེས་པར་ཚས་མ་ཐུན་པ་ལ་སོགས་པས་སྤྱོད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་  
དེས་པས་འགལ་བར་འགྱུར་ངོ། །

སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ལ་ནི་ངེ་སྒྲུང་བྱ་བརྗོད་པའི་མ་དེས་པ་དང་ལྟན་པས་དེ་  
ཐུན་བཏོན་པ་དང་། སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་ལ་འགལ་བ་དང་མ་དེས་པ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་བ་ལ་གཞོན་པར་བཅད་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་ནི་ཐུན་འབྲེན་གཞན་ཉིད་ཡིན་  
ཞོ། །གལ་ཏེ་གཞོན་པར་མི་བྱེད་པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་འགལ་བ་ཁ་ཅིག་  
ནི་བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལས་མི་འཁྱུལ་བ་དེ་བཞིན་  
མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་དེ་  
ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འདིར་མཉན་བྱ་ཉིད་ལ་གཞོན་པ་ནི་མཐོང་གི།  
སྐྱ་རྟག་པ་ཉིད་ནི་མ་མཐོང་ངོ། །གང་ལས་མི་རྟག་པ་ཉིད་འཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་  
དཔག་པར་འཇུག་པར་བྱེད། དམ་བཅའ་བའི་སྒྲོན་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ལ་མཉན་



བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མི་འགྲུབ་པོ། །གང་ལ་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མཐོང་ན་  
 བོ་གཞོན་པ་མེད་དེ། རི་ལྷར་རྩལ་གཉིས་པ་ནི་རྩལ་གཅིག་སྟོན་དུ་སོང་བ་  
 ཡིན་ཏེ། རགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བཏགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཞེས་བྱས་  
 བས་རྩལ་སྤྱིར་བཏགས་ཀྱིས་རགས་པ་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །བྱ་མ་  
 པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་དུ་རྩལ་རགས་པ་སོང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་  
 ལན་གང་ཞིག་ཡོད། །བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོན་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར། །གཞོན་པ་བྱེད་  
 པ་འགལ་ཉིད་མིན། །བསྐྱབ་བྱ་ལ་ནི་འདིར་ཆོས་སམ་ཆོས་ཅན་ཡང་རུང་  
 རྟེ། དེ་ལ་གཞོན་པ་གྲུབ་ན་དེ་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱ་ལས་གཞན་  
 གཏན་ཆིགས་ཀྱིས། །བསྐྱབ་ན་དམིགས་པ་མཚུངས་པའོ། །གང་བསྐྱབ་  
 བར་བྱ་བ་ལས་གཞན་ཡང་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་དེ་ནི་  
 དམིགས་པ་མཚུངས་པའོ། །དཔེར་ན་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་  
 ལ་གཏན་ཆིགས་འདི་སྟོག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་འདི་ལས་  
 མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པས་མི་རྟག་པ་གྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་དེ་མེད་ཀྱང་དེའི་  
 རྒྱར་འགྱུར་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དེ་ལས་གཞན་དུ་སྦྱོར་བར་  
 བྱེད་དོ། །འདི་མི་རྟག་པའི་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 བགས་ཀྱི་ཤིང་རྒྱབ་མོ་ཉལ་བ་ལས་སེམས་པ་དང་ལྡན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སོ།  
 འདི་ལ་ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་དུ་མ་བཞོན་པ་ལས། །གཏན་ཆིགས་དེ་དང་རྗེས་  
 མ་ཐུན་ཉིད། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་གཞན་ཀྱིས་རྟག་པར་གྲུབ་ན། དེ་ལྟར་  
 བོ་མི་རྟག་པའི་འབྲུལ་པ་ཡིན་པས་གཏན་ཆིགས་གཞན་ཀྱིས་སྐྱབ་པོ། །

གཏན་ཆིགས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་མི་རྟག་པ་མེད་པར་མཐོང་བར་མེད་དོ། །  
 བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་ལས་གཞན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐྱབ་པོ། །དེའི་གཏན་ཆིགས་ཉིད་  
 དུ་མ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་མ་ངེས་པ་ལྟར་  
 སྒྲུང་བའོ། །གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་ནི་མ་བྲལ་གྱང་། །བསྐྱབ་བྱའི་དངོས་པོ་  
 རྟོགས་པའི་སྤྱིར། །མ་གྱུར་ལྟར་སྒྲུང་སྒྲུར་གནས་ཀྱིས། །ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན། །གང་མ་བྲལ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ལ། དེ་  
 མི་རྟག་པ་ལས་གཞན་ལ་གཏན་ཆིགས་མི་སྲིད་ཅིང་། སྐྱེལ་མེད་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་མེད་པར་བཏགས་པའི་སྤྱིར་མ་གྱུར་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་སྟེ། བསྐྱབ་བྱ་  
 ཁོ་ན་ལ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་འབྱེན་པ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆིགས་དེ་སྐྱེ་  
 ལ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེལ་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་སྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པའི་མཚན་མོ་ཉལ་བས་  
 རྟོགས་པ་གནས་པ་སེམས་པ་དང་བཅས་པར་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །ཐེ་  
 ཆོམ་བརྗོད་འདོད་ཐ་དད་ལས། །གཏན་ཆིགས་ཐེ་ཆོམ་ཅོད་པར་བྱེད། །གང་  
 དུ་དམ་བཅས་པའི་དོན་བཏགས་པས་གཏན་ཆིགས་འབྲུལ་པའི་སྤྱིར་ཐེ་ཆོམ་  
 དུ་བརྗོད་དོ། །

གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་རྟག་པ་ལས་གྱང་ཐེ་ཆོམ་མཚུངས་པའི་ལྟག་  
 སྒྲིང་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་སྒྲུར་བཞིན་བྱས་པ་ལ་བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་  
 བསལ་བ་དང་། སྐྱེས་པ་མཐོང་བ་ལས་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཅི་འདི་གསལ་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ནམ། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེས་སོ། །འདི་རིགས་པ་མ་

ཡིན་ཏེ། གང་གཏན་ཚིགས་དེ་དག་ལས་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་པ་དེའི་ལྷ་ན།  
 བསྐྱབ་བྱ་སྟོབ་པ་ལྟགས་མ་ངེས་པ། །ལྷར་སྒྲུང་། འདི་བཅུ་ལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་  
 དམིགས་ནས་འཇིག་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་གང་ཞིག་དེ་ལྷར་སྟོབ་འདོགས་ན་མི་  
 རྟག་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་མ་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐེ་ཚོམ་ཡིན་  
 བོ། །འདི་ལྷར་བཅུ་ལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་དམིགས་པ་བསལ་བ་ནི་རྩ་དང་ཚུ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པས་དེ་མ་ངེས་པ་ལ་སྒྲུང་བ་སྟེ། འཇིག་པ་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གསལ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་འཇིག་པ་ཉིད་ཡོད་པ་སྟེ། དེའི་  
 སྤྱིར་མ་ངེས་པ་ལྷར་སྒྲུང་བའོ། །རྟགས་མ་གྲུབ་ལྷར་སྒྲུང་། སྟོབ་པ་ལྟགས་ནས་  
 ཞེས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་གཏན་ཚིགས་སུ་སྟོབ་པ་ལྟགས་པར་བྱ་བའི་བཅུ་ལ་  
 མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་སྐྱེས་པ་སུན་བཏོན་ན་ནི་དེ་ལས་མ་གྲུབ་པ་ལྷར་སྒྲུང་  
 བ་སྟེ། གཏན་ཚིགས་སུ་བཟོད་པའི་བཅུ་ལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བར་དམིགས་པ་  
 དེ་བཅུ་ལ་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་གྱིས་འདོད་མིན་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས། །བསྐྱབ་བཟོད་དོན་གོ་མཚུངས། དཔེར་ན་གལ་ཏེ་ཚོལ་བ་  
 ལས་བྱུང་བ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ན། དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱི་ཚོལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བའི་  
 སྟོག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རྟག་པའོ་ཞེས་འགྲུར་བས་དེ་ལྷ་བྱ་ནི་དོན་གྱིས་གོ་  
 བར་མཚུངས་པའོ། །འདི་ནི། འབྲུལ་པ་གཞན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ། །དེ་ཡིས་  
 སྐྱབ་པ་དེ་ལྷར་སྒྲུང་། །ཚོལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ལས་མི་རྟག་པ་ཉིད་སྐྱབ་པ་  
 ལ་ཚོལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ལས་རྟག་པའི་དོན་དུ་སྟོབ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་  
 དེ་ལ་ནི་མ་ངེས་པ་སྤྱིར་སྟོབ་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །

དེས་ན་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་སྟེ་རྟག་པ་ལ་ཡང་གཏན་ཚིགས་  
 ཉུགས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་ན་གང་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལས་མ་ངེས་པར་  
 འགྱུར། ཡང་ན་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་སྐྱབ་པ་ལ་  
 ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་མེད་ཀྱང་སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 མི་རྟག་པ་གྲུབ་པས་སོ་ཞེས་ཚུད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་  
 བ་སྟེ། དེ་རྟག་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐལ་འགྱུར་མཚུངས་  
 པར་འདོད་པ་ཡང་། །གང་ཡང་གཉིས་ཀ་གཏན་ཚིགས་ལམ། །དཔེར་ན་  
 སྒར་བཞིན་སྐྱབ་པ་ལ་རེ་ཞིག་འདིར་བུམ་པ་ཁོ་ན་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་པའི་  
 གཏན་ཚིགས་གང་ཡིན་ཞེས་སོ། །དེ་ནི་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་བཞིན། །དེ་བུམ་པ་  
 མི་རྟག་པ་གྲུབ་པ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་ཡང་ཚུད་པ་ནི་བསྐྱབ་བའི་རྗེས་འགྲོ་  
 མེད་པའི་དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བར་རིགས་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་སྟེ།  
 གོང་དུ་འབྲས་བུ་མཚུངས་པར་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རྗེས་འགྲོ་བཟོད་ཟེན་ཏོ། །

དེ་དག་ནི། ལྟག་གཙོད་ཀུན་ལ་སྤྱོད་པ་ཅུང་མོ། །རི་ལྟར་ལྟག་གཙོད་  
 དེ་དག་རྣམས་ལ་མ་ཚང་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་མི་རིགས་  
 པར་ལན་བཟོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལྟག་པ་མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
 རྣམས་ལ་ཡང་དོ། །དེ་དག་ཉིད་ལ་སྤྱིར་བའི་བྱེ་བྲག་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཅུང་གིས་  
 ད་བྱེ་བས་མཐའ་ཡས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཁོ་ལོ་ཅག་གིས་མ་ཚང་བ་ལྟར་  
 སྒྲུང་བ་དང་། མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་བཟོད་  
 པ་དེ་ནི་ཟོད་པར་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་བརྟགས་ནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་



མ་ཡིན་ན་མ་ཚང་བ་ཉིད་དུ་ཚེད་པ་ལྷར་སྒྲུང་བ་དང་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་ཚེད་པ་  
 ལྷར་སྒྲུང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 ལྷན་ཡང་གཞུང་མངས་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྷར་གང་ཁ་ཅིག་ཏུ་ལྷག་གཙུག་  
 དེ་མ་རྟོགས་ཀྱིས་བསྟན་ནས་དེ་དེ་དང་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་།  
 གང་མ་ནིང་གི་རྟགས་ཀྱིས་བསྟན་ནས་ལན་ཡང་དེ་དང་མངོན་པར་འབྲེལ་  
 བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །མཚུངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིའི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 མཐུག་བསྟུ་བར་ལྷག་གཙུག་རྣམས་ལ་ཐལ་བར་འགྱུར་བར་མཚུངས་པར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྷར་རེ་ཞིག་ཁོ་ལོ་ཅག་གིས་ལྷག་གཙུག་རྣམས་ལ་མ་ཚང་བ་ལྷར་  
 སྒྲུང་བ་དང་། མ་གྲུབ་པ་ལྷར་སྒྲུང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་བརྗོད་  
 རོ། །ལྷག་གཙུག་རྣམས་ལ་ཚེད་སྒྲུབ་ཏུ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་བརྟན་ཉིད་དང་།  
 འགལ་བ་ཉིད་དེ་སྒྲིན་གསུམ་སྟེ། །གསུམ་པོ་ཐ་དད་དུ་མཆོན་མིན། །ཚེད་  
 པ་སྒྲུབ་པ་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་འགལ་བ་  
 ཉིད་རྣམས་ཀྱིས་ལན་སྒྲིན་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་རོ། །དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་  
 ལོག་ནི་ཆོས་མཐུན་པ་དང་ཆོས་མི་མཐུན་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། གྲེ་  
 བྲག་མེད་པ་དང་སྤང་པ་དང་། མ་སྤང་པ་རྣམས་ལ་ནི་གཏན་ཆིགས་དམིགས་  
 ཞིང་། འབྲས་བུ་མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་དུ་བརྗོད་རོ། །དེ་ལ་བཞི་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་ནི་འདི་ལྷར་སྤྱོགས་གཙུག་ཏུ་ངེས་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བརྗོད་ལ། མ་ངེས་པ་ནི་ཆོས་མཐུན་

བ་ལ་སོགས་པས་འགལ་སྒྲུབ་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
 བེ་ཇི་ལྟར་མ་ངེས་པ་དང་སྤྱིན་ཅི་ལོག་བཞིན་དུ་འགལ་ཡང་ལྟན་ཅིག་མི་  
 གནས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདེན་ན་ཡང་དོན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་  
 སྒྲོར་བའི་ལྟ་ན་མ་ངེས་པ་ཡིན་པས་བརྟུན་ཡིན་ཡང་ནམ་པར་རྟོག་པ་  
 མཚུངས་པར་བརྟེན་ཏུ་སོ། །དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་པར་བྱ་  
 བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་མ་མཐོང་བ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ཡབ་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བས་སོ། །གཞན་གྱིས་  
 བེ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། མིག་གིས་གཟུང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པས་སྒྲུབ་ཏུ་ཉིད་དོ་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 ལ་སོགས་པས་བྱམ་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འདི་སྐད་བརྟེན་  
 བར་བྱ་སྟེ། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྟག་པ་ཁོ་ནར་མཐོང་  
 བ་ནི་མེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་རྟག་པ་ལའོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་ནི་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་  
 ལ་མ་ངེས་པ་ཉིད་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་སྒྲུབ་པ་ཉིད་ལ་ཁྲུབ་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལ་ཁྲུབ་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་གྱི་སྒྲུབ་ལ་ཅོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པར་  
 རེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཀྱི། འོན་ཀྱང་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྒྲུབ་ཏུ་  
 རྟག་པར་འབྱུང་བའོ་ཞེས་ཡིན་ནོ། ། ལན་ཕྱོགས་སྒྲུབ་པ་དང་འབྲེལ་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །བདེན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཆོས་མཐུན་པས་བརྟེན་ན་ནི་བདེན་ཏེ། ཆོས་  
 མི་མཐུན་པས་ནི་བསྐྱེད་བྱ་མེད་པས་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་

གྱི། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་མེད་པའོ་ཞེས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་དུ་ཆུག་ན་དཔེ་གཉིས་ཀ་རྗེས་འགོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གིས་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལྟར་ཚོད་པ་བྱུང་བ་ན་ནི་མེད་དེ། རི་སྐད་དུ་མཉན་བྱ་མེད་ཉིད་ཏྲག་  
པ་ཉིད་མཐོང་བ་ནི་མེད་ལ། མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡང་མ་ངེས་པ་ཡིན་  
པས་ཏྲག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཆོས་མ་ཐུན་པ་དང་། ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་དག་  
གིས་འདིའི་ཏྲག་པ་ཉིད་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་དོ། །དེ་  
འདིར་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་མཉན་པར་  
བྱ་བ་ཉིད་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ཉིད་དོ། །འདི་འབྲུག་ཆོས་མི་མ་ཐུན་  
པའི་དཔེ་སྒྲོར་བས་ཡིན་ན་ནི་སྒྲོག་ཏྲག་པ་ཡིན་ཏེ། ཚེ་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་  
བའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་སྒྲོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་དོ། །ཚེ་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བའི་  
ནམ་མཁའ་ཏྲག་པ་དང་། ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་མི་ཏྲག་པ་ལ་སྒྲོགས་གཅིག་ཏུ་  
ངེས་པ་ཡང་མཐོང་བ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ནི་པ་རོལ་པོས་བྱེ་བྲག་མེད་པར་  
མཚུངས་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཚོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲོན་གཞན་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤང་  
མ་སྤང་དང་གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་པ་མཚུངས་པ་དག་གིས། གཏན་ཆིགས་  
ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་ཕྱིར་ལ། ཡང་འདི་དམ་བཅས་པའི་དོན་བསྐྱེད་པའི་  
སྒོ་ནས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་བརྗོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་ཤེས་  
པར་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ཡང་སྤང་མ་སྤང་གི་སྒྲོན་དང་འབྲེལ་ཏོ། །དེའི་  
ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡང་གཏན་ཆིགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་ཞིང་དམིགས་པ་

མཚུངས་པ་ཡང་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་ལ་པ་རོལ་པོས་དེ་ལྟར་  
བཅུད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ལ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
དེ་དག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་བྱུབ་པ་མེད་པས་ཀྱང་གཏན་ཆིགས་མེད་པ་ཡིན་གྱི།  
གང་ཞིག་མེད་ཀྱང་དེ་དེའི་གཏན་ཆིགས་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ནི་  
དེའི་ལན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ནི་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྲུལ་གཞན་བརྗོད་པར་  
འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ཡང་ཁྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་  
ལོག་གི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཆོམ་མཚུངས་པར་ཡང་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་  
ལོག་གི་ཡིན་གྱི། །འདི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་དོན་སྒྲོ་  
བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། ། དམ་བཅའ་བ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གིས་ཀྱང་མདོན་པར་  
བརྗོད་པ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བཏགས་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་  
དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །མ་བརྗོད་པ་མཚུངས་པ་ཡང་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། པ་རོལ་པོས་འཇིག་པའི་གཏན་ཆིགས་སྤྱི་བྱས་  
པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། སྤྲུལ་ནས་བརྗོད་པ་ཡོད་པའི་ཞེས་བརྗོད་དོ། །བརྗོད་པའི་  
ཆེ་ན་ཡང་སྤྱིར་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞིག་པའི་སྤྱིར་རོ། །འབྲས་  
བྱ་མཚུངས་པ་ཡང་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོན་སྤྲུལ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། འོན་ཀྱང་ཅི་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱིས་ཡིན་ནོ།  
དེའི་སྤྱིར་ལྟག་གཙོད་དེ་དག་གཏན་ཆིགས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་དུ་མ་མཐོང་ངོ།  
།ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། དོན་གྱིས་གོ་བར་



མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཐལ་བར་འགྱུར་པ་མཚུངས་པ་  
 རི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་དོན་གྱི་གཏན་ཚིགས་མ་མཐོང་  
 ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བཟོད་པས་སོ། །འདི་ལ་ཡང་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་འགལ་  
 བས་ཀྱང་བཟོད་པར་རུས་ཏེ། མ་མཐོང་བ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
 དང་འགལ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱས་ནས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དོན་གྱིས་གོ་བ་  
 མཚུངས་པ་ཡང་དོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ལ་མ་དམིགས་པས་མེད་པར་  
 དམིགས་པ་ཐོབ་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་  
 འགལ་བ་ཡང་དོ། །འགལ་བ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་དང་རྟག་པར་མཚུངས་པ་ལ་  
 སོགས་པའོ། །དེ་ལ་གང་གི་སྤྱིར་སྤྱོད་ནས་སྐྱེས་པའི་སྤྱི་ཉིད་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་  
 དེ་ལྟ་བུ་འགལ་བ་ཉིད་དོ། །མེད་པ་ཡང་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་འགལ་བ་ཡང་དོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་དོ། །ཡོད་པ་རྟག་པའི་སྤྱིར་མེད་པའོ་  
 ཞེས་རྟག་པ་ཉིད་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མེད་ཀྱང་དོ་ཞེས་བྱས་ནས་སོ། །རྟག་པ་  
 མཚུངས་པ་ཡང་དེ་ལྟར་འགལ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མེད་པར་བཟོད་  
 པར་རུས་ཏེ། འདི་ལྟར་མི་རྟག་པ་དང་རྟག་པ་འགལ་བས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་དེ་ལྟར་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་སྤྱིར་ལྷག་གཙོད་རྣམས་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་དང་  
 འགལ་བ་ཉིད་རྣམས་འདྲེས་པས་སྐྱོན་མེད་པར་བཟོད་པར་མི་རུས་སོ། །

ལྷག་གཙོད་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལན། །དཀའ་བ་རིགས་པ་སྤྲ་མོར་  
 ཡང་། །ཞེས་བྱ་རིགས་པ་བརྟག་པར་ཡང་། །ལྷག་གཙོད་གཞན་ལ་དེའི་

ཕྱོགས་ཅམ། །རིགས་པ་སྤྱོད་ཡང་ཆོས་མ་བྱུན་པ་དང་ཆོས་མི་མ་བྱུན་པ་  
དག་གིས་འགལ་བར་གནས་པ་སྟེ། །ལྷག་གཅོད་དེ་རྣམ་པར་བརྟགས་པས་  
ཀྱང་ལྷག་གཅོད་མང་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །མཚན་ཉིད་དེ་དང་སྤང་མ་སྤང་གི་  
གཏན་ཆིགས་དང་མི་མ་བྱུན་པ་མཚུངས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྤིང་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །དཔེར་བརྗོད་འདི་ལ་ཆོས་མ་བྱུན་པ་དང་མི་མ་བྱུན་པས་འགལ་བར་  
གནས་པ་མེད་དོ། །མ་བརྗོད་པའི་ལྷག་གཅོད་རྣམས་ནི་བ་ལང་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་ཞེས་པ་ལས་བ་ལང་གྲུབ་པ་མེད་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་རིགས་པ་བརྟགས་པར་རྒྱས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ལྷག་གཅོད་གཞན་རྣམས་སོ། །དེ་དག་ཉིད་ཕྱོགས་ཅམ་  
མོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་སྐྱབ་པ་པོ་གཞན་སྐྱབ་པ་དང་སྐྱབ་འབྱེན་པ་དང་། དེ་  
ལྟར་སྤང་བ་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་སྦྱོན་ཕྱོགས་ཅམ་བསྟན་པའོ། །དེ་དག་གིས་  
སོ་སོར་དགག་པ་དང་གཞལ་བྱ་སོ་སོར་དགག་པ་རྒྱས་པར་ནི་བྱེ་བྲག་པའི་  
རིགས་པ་དང་། ཀྱང་མིག་པའི་རིགས་པ་བརྟག་པ་དག་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
ཟུ་སྟེགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞལ་བྱ་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་གེ་ཅམ་སྟེ།  
དེས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་མདོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བརྟགས་ན་དབྱེད་མི་བཟོད་དོ། །

གལ་ཏེ་འདི་གང་གང་གིས་ན་དོན་ལ་གཞལ་བར་བྱ་བ་བཀག་ཅེ་ན།  
གཞལ་བར་བྱ་བ་དང་། འཇལ་བར་བྱེད་པ་སྐྱབ་དཀའ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཟུ་སྟེགས་  
ཅན་འདི་ལ་སྦྱིང་པོ་མེད་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་ལ་སྦྱོར་རྣམས་

བརྟག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་འདི་བརྟག་པར་སོ། །འདི་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཚས་རྟོག་གའི་སྒྲིང་ཡུལ་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ལོག་ན་ནི་སྟོན་པའི་ཚས་ཉིད་ཉི་བར་མཉན་ནས་དཀའ་  
སྒྲ་མེད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རིང་དུ་བསྐྱལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཡང་བརྟོན་པ། རྟོག་གའི་སྟོབས་ཅམ་མུ་སྟེགས་ཀྱི། །དེ་ཡང་མཚན་  
ཉིད་མ་བསྟན་ཞིང་། །རང་གི་སྒྲིང་བ་དང་ཡང་འགལ། །འདོད་དོན་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པ་མིན། །གང་ཞིག་རྟོག་གའི་ལམ་ལས་ཚས་ཉིད་ལ་ཁྲིད་ན། །བྱབ་པའི་  
བསྟན་ལས་ཆར་བསྐྱངས་ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཚས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། །གལ་ཏེ་གཞན་དུ་འགྲོ་ན་དབྱེད་  
པར་བྱ་བའི་འོས། །ཆད་མའི་ཕྱང་པོ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པ་བྱ། །རབ་  
གསལ་བྱས་ལས་འདི་རུ་དགོ་བ་ཅི་བསགས་དེས། །སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བར་ཡོན་ཏན་  
ཡོད་མིན་ཤེས་པ་ཡི། །བྱབ་མཐའ་ཞི་ཞིང་འགྲོ་ལ་རྣམ་ཐར་སྟེར་བར་ཤོག། །

ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟས་པ་ལས་ལྷག་གཙོད་བརྟག་པའི་ལེ་བྱ་སྟེ་བླ་མ་  
པའོ། །

ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟས་པའི་འགྲེལ་བ་རྩོད་པ་བ་ཆེན་པོ་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་

བའི་བྱགས་མངའ་བ་སློབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།།

ཀྱུ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བ་སྐྱ་རྩ་ར་རྟེ་ཏ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་  
བསྟེན་སེང་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ།། །

འཇམ་པའི་མགོན་པོའི་བཀའ་བསྐུལ་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་བསྟན་  
བཅས་ཀྱི་མཆོ་ལྟར་ཐབ་འདི། །རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བསྐུལ་ནོར་  
འཛིན་སྐྱང་བ་ཞེས་བྱ་སྡེ་བདུན་བཤའ་མཁན་དང་། །གཟུས་ཚུང་སྟོན་པའི་  
བཀའ་བསྐུལ་དག་བསྟེན་སེང་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་ན་མ་ལོ་རྩ་ས་བསྐྱར། །དག་  
གང་བསོད་ནམས་བཀའ་བསྐུལ་འགྲོ་ཀུན་རིགས་ལམ་ལ་གནས་བྱང་ཚུབ་  
སྐྱར་ཐོབ་ཤོག། །

ཡིག་ནོར་དང་ཆད་ལྟག་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅས་ཞུ་ཆོག

བ་རྒྱ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com