

དེབ་གསུམ་པ།

# ཨ་ཁཱ་ད་ར་ཨ་ཁཱ་ཡ།



ཨ་ཁཱ་ད་པ་ཡོ།      ཨ་ཁཱ་ད་པོན་དབྱིག་གཉིན།

གནས་ལུ་བ་ཕྱ་རྒྱས་བསྟན་པ།

ཕྱ་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན། .....	1
ཕྱ་རྒྱས་ཀྱི་དབྱེ་བ། .....	1
རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་བཤད་པ། .....	21
ཀུན་འགོ་དང་ཀུན་འགོ་མ་ཡིན་པ། .....	21
ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ། .....	24
རྒྱས་བ་དང་མི་རྒྱས་པ། .....	27
མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་ཀྱི་དབྱེ་བ། .....	29
མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་ཀྱི་ཅ་བ་བཤད་པ། .....	30
ལྟན་པའི་ཚུལ། .....	37
ཆོས་དྲུའི་ཡུལ་ཡིན་པ། .....	52
གོ་རིམ། .....	56
སྒྲིབ་པའི་རྒྱ། .....	58
ཟག་བ་ལ་སོགས་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་རྣམ་པའི་དབྱེ་བ། .....	59

ཟག་པ། .....	59
ཆུ་བོ་དང་སྐྱོར་བ། .....	60
ཉེ་ལེན། .....	62
ཕ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་མིང་དོན། .....	63
ཀུན་སྐྱོར། .....	65
འཆིང་བ། .....	69
ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས། .....	70
ཀུན་དགུས། .....	71
ཁི་མ། .....	72
དེ་དག་གི་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་བཤད་པ། .....	73
སྐྱེ་བ་པ་ལྔ་བཤད་པ། .....	78
ཕ་རྒྱལ་འི་ལྷ་རྒྱུ་ལྔ་ལ་བཤད་པ། .....	81
ཞར་ལ་གཉེན་པོའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	82
སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་ཤེས་བཤད་པ། .....	85



གནས་བྱུག་པ་ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ།

དམིགས་པའི་ཡུལ་བདེན་པ་བཤད་པ། .....	94
མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ། .....	112
ཆོག་པ་ལམ། .....	113
སྒྲིབ་པ་ལམ། .....	127
མཐོང་པ་ལམ། .....	137
མཐར་གྱིས་པ་བཤད་པ། .....	144
རྒྱུ་ལྷན་པ། .....	147
སྒྲིབ་པ་ལམ་བཤད་པ། .....	153
སྒྲིབ་པ་ལམ་ལྷན་པ་བཤད་པ། .....	153
དག་པོ་ལམ་བཤད་པ། .....	167
ས་དང་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར། .....	171
ཟད་པ་དང་མི་སྒྲིབ་པ་ལམ་ལྷན་པ་བཤད་པ། .....	175
འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཁྱད་པར། .....	176

---

ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོའི་བྱད་པར། .....	179
ཁམས་དང་དབྱེ་བའི་བྱད་པར་དང་། .....	181
རིགས་དང་ཉམས་པའི་བྱད་པར་དང་། .....	183
དབང་པོ་འཕྲོ་བའི་བྱད་པར། .....	193
བདུན་དུ་དབྱེ་བ། .....	197
གཉིས་སྟུ་དབྱེ་བ། .....	199
ལམ་གྱི་དབྱེ་བ། .....	201
བྱང་ཆུབ་གྱི་སྟོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་ལམ་བཤུད་པ། .....	203
རྫས་ཡོད་དང་བཏགས་ཡོད་གྱི་བྱད་པར། .....	204
གོ་རིམ་གྱི་བྱད་པར། .....	206
ངོ་བོ་དང་སའི་བྱད་པར། .....	209
ཤེས་ནས་དད་པའི་བྱད་པར། .....	210
མི་སྒྲོབ་པའི་ཆོས་བརྩའི་བྱད་པར། .....	212

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྱིན་ལོག། སྐུ་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུན་ལྷན་གསུངས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲིལ་སྒྲོགས་བརྒྱད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྒྲིལ་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྒྲིལ་བའི་ལམ་  
སྒྲིལ་བཀའ་སྒྲོ་བ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྒྲིལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སྒྲོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུང་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་  
རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྒྲིལ་དམར་འཇམ་དབྲངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་  
བྱ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

## གནས་ལྔ་པ་སྤྱི་བཙུན་པ།

ལས་ལས་འཛིག་ཏེན་སྒྲ་ཆོག་ས་སྤྱི་བཙུན་པ། །ཞེས་བཤད་པ།

སྤྱི་བཙུན་གྱི་རང་བཞིན།

ལས་དེ་དག་གྱང་སྤྱི་བཙུན་གྱི་དབང་གིས་བསགས་པར་འགྱུར་གྱི། སྤྱི་  
བཙུན་མེད་པར་ནི་སྤྱི་བཙུན་པར་འགྱུར་པར་མི་རུས་པ་དེའི་ཕྱིར།

སྤྱི་བཙུན་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱི་བཙུན་པའི་རྩ་བ་སྤྱི་བཙུན་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་  
འདུག་པ་ན་བྱ་བ་བཅུ་བྱེད་དེ། རྩ་བ་བཅུན་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱུད་གནས་པར་  
བྱེད་དོ། །ཞིང་དུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱུ་མ་ཐུན་པར་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ལས་  
གྱི་སྤྱི་བཙུན་པ་མེད་པར་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །རང་གི་ཆོག་ས་ཡོངས་སུ་འཛིན་  
པར་བྱེད་དོ། །དམིགས་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་མོངས་པར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་རྒྱུན་འཁྲིད་པར་བྱེད་དོ། །དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལས་གཡོ་བར་བྱེད་དོ། །  
ཁམས་ལས་མི་འདའ་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཆིང་བའི་དོན་དུ་བྱུང་བར་བྱེད་དོ། །  
སྤྱི་བཙུན་དེ་དག་གྱང་དུ་ཞིག་ཅེ་ན། མདོར་བསྡུས་ན། དུག་དུག་གང་ཞེ་ན།  
འདོད་ཆགས་དེ་བཞིན་ཁོང་ཁོང་། །རྒྱལ་མ་རིག་ལྟ་བུ་དང་། །ཐེ་ཆོམ་

ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་ཞེས་སྒྲོས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་གཞན་དག་  
དམིགས་པ་ལས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྒྲིབ་ཏེ། དེ་ནི་  
འོག་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །

དེ་དྲུག་ཀྱང་། །འདོད་ཆགས་དབྱེ་བས་བདུན་དུ་བཤད། །སྤྲ་རྒྱས་  
དྲུག་པོ་དེ་དག་ཀྱང་མདོ་ལས་འདོད་ཆགས་སྤྲེན་ནས་བདུན་དུ་བཤད་དེ།  
འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་པའི་སྤྲ་རྒྱས་དང་། སྤྲིད་  
པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་དང་། ང་རྒྱལ་གྱི་སྤྲ་རྒྱས་དང་། མ་རིག་པའི་  
སྤྲ་རྒྱས་དང་། ལྟ་བའི་སྤྲ་རྒྱས་དང་། ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྤྲ་རྒྱས་སོ། །རྩི་ལྟར་ཤེས་  
པར་བྱ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཉིད་སྤྲ་རྒྱས་ཡིན་པས་འདོད་པའི་འདོད་  
ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་  
ཡིན། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། གལ་ཏེ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཉིད་སྤྲ་རྒྱས་  
ཡིན་ན་ནི། འདི་ན་ལ་ལས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་དགྱིས་  
པའི་སེམས་ཀྱི་ལས་མང་དུ་མི་གནས་ལ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་  
ཀྱུན་ནས་དགྱིས་པ་བྱུང་ན་ཡང་སྤྲིས་ངེས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་  
བ་བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་ཤིང་། དེའི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་  
དགྱིས་པ་དེའི་མཐུས་ཡང་དག་པ་ཤིན་ཏུ་ཀྱུན་ནས་འཇོམས་ཤིང་སྤྲ་རྒྱས་  
དང་བཅས་པར་སྤོང་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པའི་མདོ་དང་འགལ་ལོ། །  
གལ་ཏེ་དེ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་ཡིན་ན་ནི་སྤྲ་རྒྱས་ལྡན་པར་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་ནི་



བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ན་རེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཉིད་སྤྱ་རྒྱས་  
ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཚོམ་ཉིད་སྤྱ་རྒྱས་ཡིན་པའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ་ཞེས་བེད་  
རོ། །དེ་ལྟར་ན་མདོ་དང་འགལ་ལོ་ཞེས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། འགལ་  
བ་མེད་དེ། སྤྱ་རྒྱས་དང་བཅས་པ་ནི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་པ་ཞེས་  
བྱ་བའི་དོན་ཡིན་པའི་སྤྱར་རོ། །ཡང་ན་མདོ་ལས་སྤྱ་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་  
འབྲུང་བ་ནི་ཐོབ་པ་ལ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་སྒྲུག་བསྐྲུལ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ཆོས་མངོན་པ་ལས་སྤྱ་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་འབྲུང་བ་  
ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཁོ་ན་ལ་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྤྱ་རྒྱས་རྣམས་  
ནི་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

འདི་ཇི་ལྟར་ཤེས་ཤེས་ན། སྤ་རྒྱས་རྣམས་ནི། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་  
 བྱེད་ཕྱིར་དང་། །སྤྱི་བ་ཕྱིར་དགོ་དང་འགལ་ཕྱིར་དང་། །གང་གི་ཕྱིར་སྤ་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྟོན་མེད་  
 པའི་དགོ་བ་མི་སྐྱེ་བ་དང་། སྐྱེས་པ་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 བ་དེའི་ཕྱིར་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 དེ་ལྟར་འགྱུར་ན་ནི་དེ་དག་རྟག་ཏུ་ཉེ་བའི་ཕྱིར་དགོ་བ་ནམ་ཡང་དམིགས་  
 པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དམིགས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན། དགོ་བའང་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་ན་འདིར། །སྤ་རྒྱས་ལྡན་པ་མ་ཡིན་མི་ན། །འདི་ནི་གཏན་ཆིགས་

ལྷ་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྷ་ར་གང་ཞིག་སྤྱ་རྒྱས་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་  
ཡང་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱིས་བྱས་པར་ནི་མི་འདོད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པས་  
བྱས་པ་ཁོ་ནར་འདོད་དོ། །མདོ་སྡེ་པ་རྣམས་ཀྱི་ངི་ལྷ་བ་དེ་ལྷ་བྱ་ནི་ལེགས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་སྡེ་པ་རྣམས་ཀྱི་རི་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞེ་ན།      འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་  
 ཀྱི་སྤྱ་རྒྱས་ནི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱས་ཡིན་ལ།      དེ་རྗེས་གཞན་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱར་སྤྱ་རྒྱས་ནི་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ།      ལྡན་པ་  
 མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་གྱི།      ཉོན་མོངས་པ་ཉལ་བ་ལ་ནི་སྤྱ་རྒྱས་ཞེས་བྱ་ལ།  
 སད་པ་ལ་ནི་ཀྱན་ནས་དགྲིས་པ་ཞེས་བྱ།      །དེ་ལ་ཉལ་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།  
 མདོན་སྤུམ་དུ་མ་གྱུར་བར་ས་བོན་གྱི་དངོས་པོར་རྗེས་སྤྱ་འབྲེལ་ལོ། །

སང་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་བའོ། །ས་བོན་གྱི་དངོས་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། ལུས་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཉོན་མོངས་  
 པ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་ཤེས་པ་ལས་སྐྱེས་  
 པ་བྱན་པ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་དང་། ཡང་དཔེར་ན་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་སྤྱ་ལུའི་  
 འབྲས་བུ་ལས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་དང་འདྲའོ། །གང་ཞིག་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
 གྱི་ས་བོན་གྱི་དོན་དུ་སྤྲ་བྱས་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་དོན་གཞན་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་  
 པ་དེས་ན་བྱན་པའི་ས་བོན་ཡང་དོན་གཞན་དུ་བརྟག་པར་བྱ་བར་འགྱུར་རོ།  
 འོ་ན་མདོ་ལས་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་སྤྲ་བྱས་སུ་གང་ག་སུངས་པ་དེ་རི་ལྟ་བུ་  
 ཟླ། དུག་ཚན་དུག་པ་ལས་འདིའི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དེ་བདེ་བའི་ཚོར་

བ་ལ་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱས་པར་གསུངས་སོ་ཞེ་ན། འགྱུར་རོ་ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཁོ་ན་ནི་ཐ་བྱས་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ནམ་འགྱུར་ཞེ་ན།  
གང་གི་ཆེ་ཉལ་བ་ན་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་འདི་ནི་རྒྱ་ལས་དེ་ཉི་བར་བཏགས་  
པ་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །

ཞར་ལ་འོངས་པ་བཞག་ནས་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། མདོ་  
ལས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་འདོད་  
ཆགས་ཆེ་བ་གང་ཡིན་པ། སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན།  
ཁམས་གཉིས་ལས་སྦྱེས་སྲིད་འདོད་ཆགས། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་  
པའི་ཁམས་ལས་སྦྱེས་པའི་འདོད་ཆགས་ནི་སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་  
བཤད་དོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་དུ་བཤད་ཅེ་ན། ཁ་ནི་ནང་དུ་བལྟས་ཕྱིར་དེར། །  
ཐར་པའི་འདུ་ཤེས་བརྗོད་ཕྱིར་བཤད། །དེ་དག་ནི་པལ་ཆར་སྟོམས་པར་  
འཇུག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་འདོད་ཆགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁ་  
ནང་དུ་བལྟས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཁ་ཅིག་ཁམས་དེ་གཉིས་ལས་ཐར་  
པ་ཡིན་ནོ་སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་  
བཤད་དོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ལུས་ཁོ་ན་སྲིད་པ་ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་དེ་དག་  
ཀྱང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཉེན་དང་བཅས་པ་རོ་སྤྱང་བར་བྱེད་པ་ན་འདོད་  
པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ལུས་ཁོ་ན་རོ་སྤྱང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དེའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དེ་ནི་སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་བཤད་དོ། །

ཡང་ཆོས་མངོན་པ་ལས་སྤ་རྒྱས་དྲུག་པོ་དེ་ལས་བཅུར་ཡང་འཆད་  
 དེ། རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། ལྟ་བུ་ལྟ་སྟེ་འཛིག་ཆོག་ས་དང་། ཤོག་དང་  
 མཐར་འཛིན་ལྟ་བུ་དང་། ལྟ་བུ་དང་ནི་ཚུལ་བྱིམས་དང་། བརྟུལ་ཞུགས་  
 མཆོག་ཏུ་འཛིན་དང་བཅུ། སྤ་རྒྱས་དྲུག་ལས་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་ལྟར་བྱས་ན་  
 བཅུར་འགྱུར་ཏེ། ལྟ་བུ་འི་རང་བཞིན་ལྟ་ནི་འཛིག་ཆོག་ས་ལ་ལྟ་བུ་དང་། ཤོག་  
 པར་ལྟ་བུ་དང་། མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བུ་དང་། ལྟ་བུ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་།  
 ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ལོ། ལྟ་བུ་འི་རང་བཞིན་  
 མ་ཡིན་པ་ལྟ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་  
 པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་མོ། །

ཡང་ཆོས་མངོན་པ་ལས་སྤ་རྒྱས་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལས་འདོད་པ་ན་  
 སྦྱོད་པ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་དྲུག་དང་། གཟུགས་ན་སྦྱོད་པ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་གཅིག་དང་།  
 གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་གཅིག་སྟེ། དགྲུ་བཅུ་ཅ་བརྒྱད་དུ་  
 ཡང་འཆད་དོ། རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། སྤ་རྒྱས་དེ་དག་ནི་མདོར་བསྟུན་  
 ཁམས་གསུམ་པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་  
 བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། རྟེ་ལ་རེ་ཞིག་འདོད་པའི་ཁམས་ན་སྦྱོད་པ་མཐོང་བས་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་གཉིས་སོ། །

དེ་དག་གང་ཞེ་ན། དེ་དག་བཅུ་དང་བདུན་བདུན་བརྒྱད། ལྟ་བུ་  
 གསུམ་གཉིས་མ་གཏོགས་པར། འདོད་ན་སྟུག་བསྐྱུལ་ལ་སོགས་པ། །  
 མཐོང་བས་རིམ་བཞིན་སྤང་བར་བྱེད། ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྤ་རྒྱས་བཅུར་

བཤད་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་འདོད་པའི་ཁམས་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་མཐོང་  
 བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་བརྟུ་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ཉིད་ལ་ཀུན་འབྱུང་འགོག་པ་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་བདུན་དང་། འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 བདུན་ཏེ། འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བ་དང་། ཚུལ་  
 གྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་མ་གཏོགས་སོ། །ལམ་མཐོང་  
 བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་བརྟུད་དེ། འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། མཐར་འཛིན་  
 པར་ལྟ་བ་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྲ་རྒྱས་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་སོ། །

དེ་དག་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་རྣམས་  
 མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་སྤོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་ནི་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བྱ་ཡིན། །  
 འདི་ལྟ་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་། མ་རིག་པ་དང་། ང་རྒྱལ་  
 དག །བདེན་པ་མཐོང་བས་སྤོང་ལམ་གོམས་པར་བྱས་པས་སྤོང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བ་ཡང་དེ་དང་  
 འབྲེལ། །ལོག་པར་ལྟ་བ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་། ཀུན་  
 འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། །  
 ལྟ་བ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །ཚུལ་གྲིམས་  
 དང་། བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 དང་། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་  
 ཁྱོ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་པ་ལྔ་སྟེ། བདེན་པ་བཞི་



མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། བསྐྱེམ་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་  
བསྐྱེལ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན། བསྐྱེམ་བས་སྤང་  
བར་བྱ་བའི་བར་དུ་ནི་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་དག་གང་ཞིག་མཐོང་བས་  
སྤང་བར་བྱ་བའི་དམིགས་པ་ཅན་དེ་དག་ནི་དེ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
ཡིན་ལ་སྤྱག་མ་ནི་བསྐྱེམ་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལ་ལྟ་བུ་ནི་བཅུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཆོམ་ནི་བཞི་ཡིན་ནོ། །  
འདོད་ཆགས་ནི་ལྔ་ཡིན་ནོ། །ཁོང་ཁོ་བཞི་ལྔ་ཡིན་ནོ། །ང་རྒྱལ་ནི་ལྔ་ཡིན་  
ནོ། །མ་རིག་པ་རྣམས་ནི་ལྔ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྤྱ་རྒྱས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་དུག་པོ་  
དེ་དག་ནི་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོང་ཁོ་མ་གཉོགས་དེ་དག་ཉིད། །  
གཟུགས་ཁམས། ཁོང་ཁོ་བ་ལྔ་བོར་ནས་གཟུགས་ན་སྤྱོད་པའི་སྤྱ་རྒྱས་  
སུ་མ་ཅུ་ཅ་གཅིག་པོ་དེ་དག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་ངེ་ལྟ་བུར་  
གཟུགས་མེད་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། སྤྱ་རྒྱས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གཅིག་སྟེ། དེ་ལྟར་  
དགུ་བཅུ་ཅ་བརྒྱད་འདོད། །

དེ་ལྟར་ན་ཆོས་མངོན་པ་དག་ན་རེ། སྤྱ་རྒྱས་དུག་པོ་དེ་དག་རྣམ་པ་  
དང་བྱེ་བྲག་དང་ཁམས་ཀྱི་དབྱེ་བས་དགུ་བཅུ་ཅ་བརྒྱད་དུ་འདོད་དོ། ཅི་  
མཐོང་སྟེ་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཆོས་སྤྱ་རྒྱས་སུ་བཤད་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་  
དག་ངེས་པར་མཐོང་བ་ཁོ་ནས་སྤོང་ངམ་ཞེ་ན། །སྤྱས་པ། མ་ཡིན་ནོ། །འོ་  
ན་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སྤྱིད་ཅེ་ལས་སྤྱེས་བཅོད་པ་ཡིས། །གཞོམ་བྱ་མཐོང་བས་  
སྤང་བྱ་ཉིད། །སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོའི་ས་ལས་སྤྱེས་པའི་སྤྱ་རྒྱས་གང་དག་རྗེས་

སྤྱལ་ཤེས་པའི་བཟོད་པས་གཞོམ་པར་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་  
 བ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་སྤྱེས་  
 མཐོང་དང་བསྐྱོམ་གཉིས་ཀྱིས། །བཟོད་པས་གཞོམ་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྤྱར་ཏེ། ས་ལྷག་མ་དག་ན་ཆོས་དང་རྗེས་སྤྱལ་ཤེས་པའི་བཟོད་པས་སྤང་བར་  
 བྱ་བའི་སྤྱ་རྒྱས་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་ཅི་རིགས་པར་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། སོ་སོའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བསྐྱོམ་  
 པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །བཟོད་པས་གཞོམ་མིན་བསྐྱོམ་ཁོ་ནས།  
 ས་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱ་རྒྱས་གང་དག་ཤེས་པས་གཞོམ་པར་བྱ་བ་ཡོད་པ་དེ་  
 དག་ནི་གཉི་གའི་ཡང་རྟག་ཏུ་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་ཕྱི་རོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 རྣམས་སྤོང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། འདི་ལྟར་ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་དང་  
 སྟོན་གྱི་མཐའ་ལས་རྟོག་པ་སྤོང་བ་རྣམས་ལས་རྟག་པར་སྤྱོད་པ་རྣམས་དང་།  
 ལ་ལ་རྟག་པར་སྤྱོད་པ་རྣམས་དང་། རྒྱ་མེད་པ་ལས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་སྤྱོད་པ་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ལ་འདོད་པའི་ཁམས་ལ་དམིགས་པའི་ལྷ་བ་  
 ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། གཟུགས་ན་སྤྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
 འདོད་པའི་ཁམས་ལ་དམིགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་འདོད་པ་དང་ལྷན་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་མ་སྤངས་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཁྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ན་རེ། དེ་དག་གྲང་ལྷ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་དུས་

མཉམ་དུ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྷ་སྒྲིན་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལྷ་  
བ་ལྷ་མིང་གི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་ནི་མ་བསྟན་པས་འདི་  
དག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཅི་ཞེ་ན། བདག་དང་བདག་གི་རྟག་ཆད་དང་། །མེད་  
དང་དམན་ལ་མཆོག་ལྟ་དང་། །རྒྱ་མིན་ལམ་མིན་དེར་ལྷ་བ། །དེ་དག་ལྷ་  
བ་ལྷ་ཡིན་ནོ། །བདག་གམ་བདག་གིར་ལྷ་བ་ནི། །འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའོ། །  
འཇིག་པས་ན་འཇིག་པའོ། །བསགས་པས་ན་ཆོགས་པ་སྟེ། མང་པོ་དང་  
ཕུང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །འདི་ནི་འཇིག་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ཆོགས་ཀྱང་  
ཡིན་པས་འཇིག་ཆོགས་ཏེ། ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ལྟའོ། །རྟག་པར་འདུ་  
ཤེས་པ་དང་། རིལ་པོར་འདུ་ཤེས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར། དེ་སྐད་དུ་བཤད་དེ།  
དེ་དག་ལ་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ནི་དེ་དག་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། །འཇིག་  
ཆོགས་ལ་ལྷ་བས་ན་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ལ་  
དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བ་ཡིན་མོད་གྱི། ཅི་ནས་  
ཀྱང་འདི་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བ་ཡིན་གྱི། བདག་གམ་བདག་གི་ལ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ཞེས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གིར་ལྷ་བ་ཁོ་ན་  
འཇིགས་ཆོགས་ཇི་ལྟ་བར་བཤད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། །དགོ་སྒྲོང་དག །དགོ་  
སྒྲོང་ངམ། བྲམ་ཟེ་གང་ལ་ལ་བདག་གོ་སྟམ་དུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྷ་བ་  
ན་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྷ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་  
པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ལ་ལྷ་བ་ཁོ་ནར་ཟད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །བདག་

རྟུ་མངོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ་རྟག་པར་ལྷ་བའམ། ཆད་པར་  
 ལྷ་བ་ནི་མཐར་འཇིག་པར་ལྷ་བ་སྟེ། རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐར་འཇིག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྟུག་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་ཡོད་ན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ལོག་པར་ལྷ་བའོ། །ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་ལོག་པར་  
 ལྷ་བ་ཡིན་པ་ལས་མར་བྱང་བ་བཞིན་དུ་ཉ་ཅང་ཆ་བས་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་  
 ཕྱིར་གཅིག་ཁོ་ན་བཤད་དེ། འདི་ནི་སྐྱར་པ་འདེབས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
 གཞན་དག་ནི་སྐྱོ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དམན་པ་ལ་མཆོག་རྟུ་  
 འཇིག་པར་ལྷ་བ་ནི་ལྷ་བ་མཆོག་རྟུ་འཇིག་པའོ། །དམན་པ་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡིན་  
 ཞེ་ན། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དེ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་མཆོག་རྟུ་འཇིག་པ་ནི་ལྷ་བ་མཆོག་རྟུ་འཇིག་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་མཆོག་རྟུ་འཇིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་རིགས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་སྐྱ་མི་མངོན་པར་བྱས་བྱེད་དོ། །རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱར་ལྷ་བ་དང་།  
 ལམ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལམ་དུ་ལྷ་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་རྟུ་  
 འཇིག་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷ་སྟེ། དབང་ལྷུག་ཆེན་པོ་འམ། སྐྱེ་དགའི་བདག་  
 པོ་འམ། གཞན་ཡང་རུང་སྟེ། འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཡང་  
 རྒྱར་ལྷ་བ་དང་། མེ་དང་རྒྱར་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་མཐོ་རིས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 ན་དེ་དག་ལ་ཡང་རྒྱར་ལྷ་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཅམ་དང་།  
 གངས་ཅན་དང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐར་པའི་ལམ་མ་ཡིན་ན་

དེ་དག་ལ་ཡང་ལམ་དུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདིར་ཡང་སོགས་པའི་སྒྲ་མི་མངོན་  
 པར་བྱས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ནི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་རྒྱ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་ཀྱན་འབྱུང་བས་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ལ་ལ་དབང་ཕྱུག་གམ། སྒྲེ་རྒྱའི་བདག་པོ་ལ་རྒྱ་ལྟ་  
 ལྟ་བུ་དེ་ནི་དེ་ལ་རྟག་པ་དང་གཅིག་ཕྱུ་དང་བདག་དང་བྱེད་པ་པོར་མངོན་  
 པར་ཞེན་ནས་ལྟ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འདི་ལྟ་བུ། དབང་ཕྱུག་སོགས་རྒྱ་ལྟ་  
 མངོན་ཞེན་པ། དེ་ནི་རྟག་བདག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིས། །རབ་ཏུ་འབྱུག་པས་  
 དེ་ཕྱིར་དེ། །སྒྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་སྤང་བྱ་ཉིད། །དེ་དག་ལ་རྟག་པ་དང་།  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་གཉིས་ནི་སྒྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བ་ཁོ་ནས་སྤོང་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དེས་བྱས་པ་རྒྱ་ལྟ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤོང་  
 བར་འགྱུར་རོ། །

འོ་ན་གང་མེ་དང་རྒྱ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྒྲེ་  
 བའམ། ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 དེ་ཡང་སྒྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་བཅོས་ལས་  
 འདི་སྤྱད་དུ། གང་དག་སྒྲེ་སྒྲེ་བྱ་གང་ཟག་གང་ཞེག་པ་ལང་གི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 དང་། རི་དྲགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 སྤངས་ཏེ་གནས་པ་སྟེ། དེས་དག་པར་འགྱུར། གྲོལ་བར་འགྱུར། དེས་པར་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར། བདེ་བ་དང་སྒྱུག་བསྐྱེད་ལས་རྣམ་པར་འདའ་བར་འགྱུར་



ཞིང་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་རྣམ་པར་འདས་པ་ཡང་རྗེས་སུ་འཐོབ་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་དེ་ལྟར་སྟོན་ཞིང་དེ་སྐད་ཏུ་སྤྱོད་བཞི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱར་མངོན་  
 པར་ཡིད་ཆེས་པས་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་སྟེ།  
 སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་  
 འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན། སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ལ་དམིགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་ཅང་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་ངོ་། །ཡང་ན་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་གཞན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་  
 བར་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ལོག་པར་  
 ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་གང་ལ་ལམ་ལ་དམིགས་པ་ལོག་པར་སྟབས་ཐེ་ཆོམ་ཡོད་  
 པ་དེ་ཐར་པའི་ལམ་མེད་དོ་ཞེས་སྟོན་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ན་ངེ་ལྟར་དཔེ་དག་  
 པར་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར། འོན་ཏེ་ཐར་པའི་ལམ་གཞན་མཆོག་ཏུ་བཟུང་  
 བས་འདི་ནི་ཐར་པ་ཡིན་གྱི་ལམ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་སྤྱོད་ཞེ་ན། དེ་ཡང་གཞན་དེ་  
 ཁོ་ནས་དག་པར་ཡིད་ཆེས་གྱི་ལོག་པར་སྟབས་ཐེ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེའི་དེ་ཡང་  
 ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་བོ། །ཡང་གང་  
 ཞིག་ཀྱན་འབྱུང་དང་འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པའི་  
 ལོག་པར་སྟབས་ཡང་དག་པར་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་། ཅིའི་ཕྱིར་

དེ་དག་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུས་ན་དོན་འདི་ནི་རྟག་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །བདག་རྟག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིས། །ཞེས་གང་བཤད་  
 པ། ཅི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དེ་གཉིས་ཁོ་ནར་ཟད་དམ་ཞེ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ནི་བཞི་  
 རྟེ། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་བདེ་བ་དང་། མི་གཙང་  
 བ་ལ་གཙང་བ་དང་། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའོ། །ཡང་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་ཚན་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། ལྟ་བུ་གསུམ་ལས་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་ བཞི་ཚན། མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་བུ་ལས་རྟག་པར་ལྟ་བུ་ནི། རྟག་པར་  
 ཕྱིན་ནི་ཅི་ལོག་གོ། །ལྟ་བུ་མཚོག་ཏུ་འཇིག་པ་ལས་ནི་བདེ་བ་དང་གཙང་བར་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་གོ། །འཇིག་ཚོགས་སུ་ལྟ་བུ་ལས་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 གོ། །གཞན་དག་ན་རེ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཅི་ལྟར་ན་བདག་  
 གིར་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །ཅི་ལྟར་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་གི་མདོ་ལས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལས་ནི་བདག་ཁོ་ན་དབང་བྱེད་པར་ལྟ་བུ་ན། བདག་གིར་ལྟ་བུ་  
 འབྱུང་བར་བཤད་པ་ཡིན་པས། བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་འདི་ཉིད་སྒོ་གཉིས་པ་ཅན་  
 ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ལས་བདག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་  
 གཞན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་བདག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདིར་ཡང་འབྱུང་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་རྒྱ་གསུམ་གྱིས་རྟོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམ་པར་བཞག་  
 རྟེ། གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཕྱིར་དང་། དེས་རྟོག་ཕྱིར་དང་སྒོ་

འདོགས་ཕྱིར། །དམིགས་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེས་  
 པར་རྟོག་པའི་ཕྱིར་དང་། གློ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཆད་པར་ལྟ་བ་དང་།  
 ལོག་པར་ལྟ་བ་ནི་མེད་པའི་གློ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་དང་གློ་འདོགས་པར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུ་ལ་ཁྱུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་དེ་  
 ཅུ་མ་ཞིག་གིས། འདག་པར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དག་ནི་དེས་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 པས་དེའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མདོ་ལས་མི་རྟག་པ་ལ་  
 རྟག་གོ་སྟུམ་དུ་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་།  
 ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདིར་ནི་ལྟ་བ་ཁོ་  
 ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་ལ། སེམས་དང་འདུ་ཤེས་དེའི་དབང་གིས་ལྟ་བ་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་གི་དབང་གིས་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བཤད་དོ། །

ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མ་བཤད་ཅེ་ན། འཛིག་རྟོན་ན་  
 གྲགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཛིག་རྟོན་ན་ནི་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་། སེམས་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་ཅེས་གྲགས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅེས་ནི་མ་གྲགས་སོ། ། ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རྒྱན་དུ་ཁྱུགས་པས་སྤང་བ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་  
 བ་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤེ་བ་གཞན་དག་ན་རེ། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་གོ་སྟུམ་པའི་  
 འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་དང་། ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གསུམ་ནས་དེ་བཞིན་དུ་

བདག་མེད་པ་ལ་བདག་གོ་སྒྱུ་མ་པའི་བར་གསུམ་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ནི་བཅུ་  
གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བརྒྱད་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་  
བསྐྱེད་པ་དང་། མི་གཙང་བ་ལ་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་  
བཞི་ནི་བསྐྱོམས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་བདེ་  
བ་དང་། གཙང་བའི་འདུ་ཤེས་དག་མེད་པར་ངེ་ལྟར་ན། འཕགས་པ་འདོད་  
ཆགས་དང་མ་བྱལ་བ་ལ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་ཟེར་  
ནོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་བ་རྣམས་ནི་འདི་མི་འདོད་དེ་གལ་ཏེ་འཕགས་པ་ལ་བདེ་  
བ་དང་གཙང་བའི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་། དེ་དག་  
གི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་ཏུ་འདོད་ན་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་  
ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བས་དེ་དག་གི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་ཏུ་ཡང་ཅིའི་སྤྱིར་མི་འདོད།  
བྱུང་མེད་དང་བདག་ལ་སེམས་ཅན་ཏུ་འདུ་ཤེས་པ་མེད་པར་མི་འདོད་པའི་  
འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་ལས་ཀྱང་འདི་ལྟར་འཕགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པ་  
འདི་ནི་སྤྱི་བསྐྱེད་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དག་པ་ངེ་  
ལྟར་བཞིན་ཏུ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། དེའི་ཆེ་དེའི་མི་རྟག་པ་ལ་  
རྟག་གོ་སྒྱུ་མ་ཏུ་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་  
དང་། ལྟར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྱོང་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་  
པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ལྟར་བས་ཀྱན་ནས་བསྤང་བའི་འདུ་ཤེས་  
དང་། སེམས་ཁོན་ཕྱི་ཅི་ལོག་ཡིན་གྱི་གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་

དུས་སྤྱི་འབྲུལ་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མགལ་མའི་འཁོར་ལོ་དང་། རི་མོའི་  
གཞོན་སྤྱིན་ལ་འབྲུལ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་འོ་ན་  
གནས་བརྟན་ཀུན་དགའ་བོས། འཕགས་པ་དག་གི་དབང་ལྷག་གི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས། འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིས། །ཁྱོད་གྱི་སེམས་ནི་ཡོངས་སྤྱི་  
གཏུང་། །ཞེས་གང་སྤྲུས་པ་ཇི་ལྟ་བུ། དེའི་ཕྱིར་སློབ་པས་འདུ་ཤེས་དང་།  
སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་མ་སྤངས་པ་ཁོ་ནའོ། །དེ་དག་  
ཀྱང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཤེས་པས་སྤང་  
བར་འགྱུར་གྱི། དེ་མེད་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐབས་ཡང་དག་པར་བསྟན་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མདོ་དང་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་ཅི་ལྟ་བུའི་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཁོ་ན་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ལ་མེད་དམ་ཞེ་  
ན། ང་རྒྱལ་ལ་ཡང་ཡོད་དེ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ང་རྒྱལ་བདུན། ཞེས་བྱ་བ་  
སློས་ཏེ། ང་རྒྱལ་དང་། ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་  
དང་། ངའོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། མདོན་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ཅུང་ཟད་སྟམ་  
པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལོག་པའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །བྱེ་བྲག་མེད་པར་སེམས་ཁེངས་  
པ་ལ་ང་རྒྱལ་ཞེས་བཤད་དོ། །

དེ་ལ་འཇུག་པའི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་རྣམ་པ་བདུན་ཡིན་ཏེ། ཅུང་དུ་བས་  
བདག་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའམ། མཉམ་པ་དང་མཉམ་མོ་སྟམ་དུ་སེམས་  
ཁེངས་པ་ནི་ང་རྒྱལ་ལོ། །མཉམ་པ་བས་བདག་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་སོ་སྟམ་  
པ་ནི་ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་བས་ཀྱང་བདག་བྱུང་



པར་དུ་འཕགས་སོ་སྟམ་པ་ནི་ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་ལོ། །ཉེ་བར་ལེན་  
པའི་ཕུང་པོ་ལྷ་ལ་བདག་གམ་བདག་གིས་སེམས་ཁེངས་པ་ནི་ངའོ་སྟམ་པའི་  
ང་རྒྱལ་ལོ། །ཁྱད་པར་ཐོབ་པར་བྱ་བ་མ་ཐོབ་པར་བདག་གིས་ཐོབ་བོ་སྟམ་  
པ་ནི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་བས་བདག་ཅུང་  
ཟད་ཅིག་གིས་དམན་ནོ་སྟམ་པ་ནི་ཅུང་ཟད་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །ཡོན་ཏན་  
མ་ཡིན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་བདག་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ནོ་སྟམ་པ་ནི་ལོག་པའི་ང་  
རྒྱལ་ལོ། །

འོ་ན་བསྟན་བཅོས་ལས་ང་རྒྱལ་རྣམ་པ་དགུ་སྟེ། བདག་མཆོག་ཡིན་  
ནོ་སྟམ་པ་ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་། བདག་དང་འདྲའོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་  
རྣམ་པ་དང་། བདག་དམན་ནོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་བདག་པས་  
མཆོག་ཡོད་དོ། །བདག་དང་མཉམ་པ་ཡོད་དོ། །བདག་བས་དམན་པ་ཡོད་  
དོ། །བདག་བས་མཆོག་མེད་དོ། །བདག་དང་མཉམ་པ་མེད་དོ། །བདག་  
པས་དམན་པ་མེད་དོ་སྟམ་པ་ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞེས་གང་བཤད་པ་ཇི་ལྟ་  
བྱ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་དགུ་པོ་དེ་དག་ནི་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་སྟེ།  
གསུམ་གང་ལས་ཤེ་ན། ང་རྒྱལ་དང་། ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ཅུང་ཟད་  
སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་དག་ལས་སོ། །

དེ་ལ་དང་པོའི་གསུམ་ནི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་པའི་ང་རྒྱལ་གསུམ་སྟེ། ལྷག་  
པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། ཅུང་ཟད་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་རྣམས་སོ། །  
གཉིས་པའི་གསུམ་ནི་ཅུང་ཟད་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། ལྷག་

པའི་ང་རྒྱལ་རྣམས་སོ། །གསུམ་པའི་གསུམ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་། ལྷག་པའི་ང་  
 རྒྱལ་དང་། ཅུང་ཟད་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་རྣམས་སོ། །རེ་ཞིག་ཆེས་ཁྱད་པར་  
 ཏུ་འཕགས་པ་བས་བདག་ཅུང་ཟད་ཅིག་གིས་དམན་ལོ་སྟམ་པ་ནི་སེམས་  
 ཁེངས་པའི་གནས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཅུང་ཟད་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་ཏུ་རིགས་ན།  
 བདག་པས་དམན་པ་མེད་དོ་སྟམ་པ་འདི་ལ་གོ་ཁེངས་པའི་གནས་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད་ཅེ་ན། གང་ཞིག་མངོན་པར་འདོད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དམ་  
 པའི་ནང་ན་བདག་ཉིད་དམན་ཡང་ཐ་གིའོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་པ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་ཡོད་  
 དོ། །གཞན་ཡང་འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ལས་བཤད་པའི་ལུགས་ཡིན་  
 གྱི། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་བཟུང་སྟེ། བདག་མཆོག་ཡིན་  
 ལོ་སྟམ་པ་འདི་ནི་དམན་པ་དང་། མཉམ་པ་དང་། ཁྱད་པར་ཏུ་འཕགས་པ་  
 ལ་བསྟོས་ནས་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡིན་ལ། ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡིན། ང་རྒྱལ་  
 ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་ང་རྒྱལ་བདུན་པོ་འདི་དག་ཅི་ཞིག་གིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་  
 བ། སྤྲུལ་པ། མཐོང་དང་བསྐྱོམ་པས་ཟད་བྱ་བ། །དེ་དག་ནི་མཐོང་བ་དང་  
 བསྐྱོམ་པ་དག་གིས་ཟད་པར་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ནས་འདི་སྐད་ཏུ་ཐམས་ཅད་མཐོང་  
 བ་དང་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཅི་འཕགས་པ་རྣམས་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་དམ་ཞེ་ན། དེས་པ་མེད་དེ་འདི་ལྟར། བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་  
 བྱ་བ་ནི། །གསོད་སོགས་ཀྱན་ནས་དགྲིས་པའོ། ། ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་ནས་

དགྲིས་པ་གང་གི་ཆེད་དུ་བསམས་ཏེ།      སྒོ་བ་ཆགས་ཀྱི་སྒོ་བ་གཅིད་པར་  
 བྱེད་པ་ནས་བརྒྱུན་དུ་སྒྲིབ་བར་བྱེད་པའི་བར་དེ་ནི་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་འཇིག་སྟེང་།      འཇིག་པའི་སྟེང་པ་ཡང་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །འཇིག་པའི་སྟེང་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ཁམས་གསུམ་པའི་མི་རྟག་པ་སྟེ། དེ་ལ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་འཇིག་པའི་སྟེང་  
 པའོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིམ་ནི་སྒྲེབ་པའི་སྟེང་པའི་སྒྲོགས་བདག་ནི་  
 སྤང་པོ་ཆེའི་རྒྱལ་པོ་ས་སྤང་གི་བྱར་བྱུར་གྱང་ཅི་མ་རུང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ལ་སོགས་པ་བཟུང་ངོ། །བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་  
 རྣམས་གྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་བཤད་ལ། ངའོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི།  
 འཕགས་པ་ལ། རྣམ་སོགས་ངའོ་སྟམ་མི་འབྱུང་། །སོགས་པ་སྒྲོམ་པས་ནི་  
 འཇིག་པའི་སྟེང་པའི་བར་དུ་བཟུང་ངོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་མ་སྤངས་གྱང་མི་  
 འབྱུང་ཞེ་ན། ལྟ་བས་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་རྣམས་  
 དང་། ངའོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བས་རྒྱས་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟེན་པ་བཅག་པའི་ཕྱིར་ཡང་ལྷང་བར་མི་བྱས་སོ། །  
 གསོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་ནས་དགྲིས་པ་ནི་ལོག་པར་ལྟ་བས་རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་པའི་སྟེང་པ་ནི་ཆད་པར་ལྟ་བས་རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲེབ་པའི་སྟེང་པའི་སྒྲོགས་ནི་རྟག་པར་ལྟ་བས་རྒྱས་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །མི་དགའི་འགྱོད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །འགྱོད་པ་

མི་དགོ་བ་ཡང་བསྐྱོམ་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་འཕགས་པ་ལ་ནི་མི་འབྱུང་  
སྟེ། དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྤང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ནམ་པའི་རབ་དབྱེ་བ་ཤད་པ།

ཡང་སྤྱ་རྒྱས་དགྲ་བཅུ་ཙ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ལས་དུ་ནི་ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་  
དག་ཡིན། དུ་ནི་ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་མ་ཡིན་ཞེ་ན།

ཀུན་འགོ་དང་ཀུན་འགོ་མ་ཡིན་པ།

སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཐོང་སྤང་བྱ་བ། །ལྟ་དང་དེ་བཞིན་ཐེ་ཚོམ་དང་། །  
གང་དེ་ལྟན་ཅིག་མ་འདྲེས་པའི། །མ་རིག་གང་ཡིན་ཀུན་ཏུ་འགོ། །སྤྱག་  
བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ལྟ་བ་རྣམས་དང་། ཐེ་  
ཚོམ་དང་། དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་མ་རིག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
བ་དང་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་མ་རིག་པ་མ་འདྲེས་པ་ཁོ་ན་  
སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ལྟ་བ་བདུན་དང་། ཐེ་ཚོམ་གཉིས་དང་། མ་རིག་པ་གཉིས་དང་།  
སྤྱ་རྒྱས་བཅུ་གཅིག་པོ་དེ་དག་ནི་རང་གི་ཁམས་མཐའ་དག་ལ་དམིགས་པའི་  
སྤྱིར། སྐལ་བ་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཅི་རེ་ཞིག་རིམ་  
གྱིས་སམ་འོན་ཏེ་གཅིག་ཅར་ཡང་དམིགས། གལ་ཏེ་རིམ་གྱིས་ན་ནི་གཞན་  
དག་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འབྱུང་རོ། །འོན་ཏེ་གཅིག་ཅར་རོ་ཞེ་ན་ནི། སུ་ཞིག་  
འདོད་པའི་ཁམས་མཐའ་དག་གིས་འདག་པར་ཡིད་ཆེས་པར་འབྱུང་བའམ།

མཐའ་དག་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་རྒྱ་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར། མཐའ་དག་ལ་  
 བྱི་གཅིག་ཅར་དུ་དམིགས་སོ་ཞེས་ནི་མི་ཟེར་རོ། །འོན་ཀྱང་རྣམ་པ་ལྷ་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅིག་ཅར་དུ་དམིགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གང་ལ་བདག་  
 ཏུ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བདག་ལ་སྲེད་པ་ཡོད་ལ། གང་ལ་མཆོག་དང་དག་  
 པར་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དེའི་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡོད་ཅིང་། དེས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་  
 དུ་འགྱུར་བས་སྲེད་པ་དང་ང་རྒྱལ་དག་ཀྱང་རུང་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དེ་གཉི་ག་མཐོང་བ་དང་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་  
 བ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཅི་ཞིག་གིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། འདྲེན་མ་  
 ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ལྟ་  
 བའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པས་བཙུ་བ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ན་རེ་ཉོན་མོངས་པ་འདི་གཉིས་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་པ་ཡིན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱི་པ་འདི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ལས་ན་ཀུན་ཏུ་  
 འགྲོ་བ་དག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་སྐལ་པ་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀུན་  
 དུ་འགྲོ་བ་དག་ཏུ་སྤྲ་རྒྱས་བཙུ་གཅིག་བཤའ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ལས་  
 དགུ་གོང་དུ་དམིགས། །ལྟ་བ་གཉིས་པོ་མ་གཏོགས་སོ། །འདྲིག་ཆོགས་ལ་  
 ལྟ་བ་དང་། མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བ་ལས་དག་མ་གཏོགས་པ་སྤྲ་རྒྱས་གཞན་  
 དགུ་ནི་སྐལ་པ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །རེས་  
 འགའ་ནི་སྐལ་པ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་གཅིག་ལ་དམིགས་སོ། །རེས་འགའ་



ནི་གཉིས་ལ་དམིགས་ཏེ། འདོད་པ་དང་ལྷན་པ་གཟུགས་དང་ལྷན་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་རྣམས་ལ། གཟུགས་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་  
 དང་། འདོད་པ་དང་ལྷན་པ་གཟུགས་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྤྱ་རྒྱས་གང་དག་ཡིན་པ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་ཆེ་འདོད་པའི་  
 ཁམས་ན་གནས་པ་ཆངས་པ་ལ་སེམས་ཅན་དུ་ལྟ་བ་དང་། ཏྲག་པར་ལྟ་བ་  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་འདིག་ཆོག་པ་དང་། མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་  
 བ་སྐྱལ་བ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་ལ་དམིགས་པ་དག་མ་ཡིན་ཞེ་ན། བདག་  
 དང་བདག་གིར་མི་འཇིག་པའི་སྤྱིར་དང་། མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་བ་ཡང་དེས་  
 ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་འདི་ལྟ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་  
 མངོན་པ་པ་རྣམས་ན་རེ་འདི་ནི་ལྟ་བ་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ནི་ལོག་པའི་ཤེས་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་དེ་ལ་དམིགས་པ་གཞན་དག་ནི་ལྟ་བ་ཡིན་གྱི་འདི་ནི་ལྟ་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ག་ལས་ཤེ་ན། བྱུང་བའི་མཐའ་ནི་ཆད་མར་བྱ་  
 དགོས་སོ། །ཡང་ཅི་སྤྱ་རྒྱས་ཁོ་ན་ཀྱན་དུ་འགོ་བ་དག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྤྱིས་  
 བ། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དང་ནི་ལྷན་ཅིག་གང་། །འབྱུང་དེའང་ཀྱན་འགོ་  
 རོབ་མ་གཏོགས། །ཆོས་གཞན་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱན་དུ་འགོ་བ་རྣམས་དང་། ལྷན་  
 ཅིག་འབྱུང་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བ་ཡིན་ནོ། །རོབ་པ་  
 རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་དུ་མའི་སྤྱིར་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་སྤྱ་རྒྱས་  
 ཀྱན་དུ་འགོ་བ་དག་ཡིན་ལ་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བའི་རྒྱས་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དག་

ཀྱང་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་མུ་བཞིར་བྱ་སྟེ། མུ་དང་པོ་འདི་མ་འོངས་པའི་སྤ་རྒྱས་  
ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་ནི་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ལྷན་  
ཅིག་འབྱུང་བ་རྣམས་སོ། །གསུམ་པ་དང་། བཞི་པ་དག་ནི་སྤྱར་བར་བྱའོ། །

ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ།

སྤ་རྒྱས་དགུ་བརྩ་ཙ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ལས་དུ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
ལ་དམིགས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །དུ་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དག་ཡིན་  
ཞེ་ན།

འགོག་དང་ལམ་མཐོང་སྤང་བྱ་བ། །ལོག་ལྟ་ཐེ་ཆོམ་དེ་དག་དང་། །  
ལྷན་དང་འབའ་ཞིག་མ་རིག་པ། །དུག་ནི་ཟག་མེད་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །འགོག་  
པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྤ་རྒྱས་གསུམ་པོ་ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་། ཐེ་  
ཆོམ་དང་། དེ་དག་དང་། མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དང་མ་འདྲེས་པའི་མ་རིག་  
པ་དང་། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་དེ། དེ་  
ལྟར་ན་དུག་པོ་དེ་དག་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །ལྷག་  
མ་རྣམས་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་  
བྱུང་བོ། །

དེ་ལ་ཡང་། རང་གི་ས་པའི་འགོག་པ་དང་། །ལམ་ནི་པན་ཚུན་རྒྱ་  
ཡིན་པས། །ས་དུག་ས་དགུའི་ལམ་ནི་དེའི། །སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་

ནོ། །འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་ལོག་པར་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་ནི་  
རང་གི་ས་པའི་འགོག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་  
འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོའི་ས་པ་རྣམས་ཀྱི་བར་  
དུ་ཡང་སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོའི་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

ལམ་ལ་དམིགས་པ་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་  
ས་དྲུག་གི་ཆོས་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཡིན་  
ཏེ། གང་ཡང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་གཉེན་པོ་ཡང་ཡིན་ནོ། །  
གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྤྱོད་པས་བརྒྱུད་པོ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་  
ཡང་ས་དགུ་པའི་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་  
ཡིན་ཏེ། ལམ་ནི་པན་ཚུན་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཤེས་པ་  
དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དག་ཀྱང་པན་ཚུན་རྒྱ་ཡིན་མོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་  
འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་མ་ཡིན་པས་ལམ་ལ་དམིགས་པས་འདོད་  
པ་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་ལམ་ལ་ནི་མི་  
དམིགས་སོ། །

འོ་ན་ནི་ཆོས་ཤེས་པ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་  
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལམ་ལ་དམིགས་པ་དེའི་ས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་དག་དེ་དག་གི་  
གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་མཐའ་དག་ཀྱང་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་ལ། མཐོང་  
བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་དང་

གཟུགས་མེད་པ་མཐའ་དག་གི་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ན་དང་པོ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་དང་། དང་པོ་རྣམས་ཀྱི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། ལྟ་  
བ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཚུལ་བློམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
པ་དག་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དག་ཏུ་མི་འདོད་ཅེ་ན། འདོད་ཆགས་  
མིན་ཏེ་སྤང་བའི་ཕྱིར། །འདོད་ཆགས་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་གལ་ཏེ་ཟག་  
པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ན་གོ་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
དགོ་བའི་ཆོས་ལ་འདུན་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞོད་མི་བྱེད་ཕྱིར་ཞེ་སྤང་མིན། །གཞོད་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
ནི་ཁོང་ཁྱོ་བ་སྐྱེ་ན་འགོག་པ་དང་ལམ་དག་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །ཞི་དང་  
དག་དང་མཆོག་གྱུར་ཕྱིར། །ང་རྒྱལ་མ་ཡིན་མཆོག་འཛིན་མིན། །འགོག་པ་  
དང་ལམ་དག་ནི་ཞི་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གིས་ཁེངས་པར་འགྱུར་བ་འོས་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་དག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་  
ལ་དག་པར་འཛིན་པ་ནི་ཚུལ་བློམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དམན་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་ལྟ་བུ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་  
ཡིན་ན་དེ་གཉིས་ནི་མཆོག་གྱུར་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ན་དེ་དག་གི་དམིགས་  
པ་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིར་བཏང་བར་བྱས་ནས་དམིགས་ཀྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། ཟག་མེད་  
 གོང་མའི་ཡུལ་ཅན་མིན།     །ཟག་བ་མེད་བ་ལ་དམིགས་པའི་སྤ་རྒྱས་རྣམས་  
 བེ་དམིགས་པའི་སྟོན་རྣམས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ།     ས་གོང་མ་  
 ལ་དམིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ།     །ཅིའི་སྤར་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་དམིགས་  
 པའི་དངོས་པོ་ནི།     བདག་གིར་མ་བྱས་གཉེན་པོའི་སྤར།     །དངོས་པོ་གང་



ཞིག་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་དང་སྐྱེད་པ་དག་གིས་བདག་གིར་བྱས་པ་དེ་ལ་སྤྱ་རྒྱས་  
གཞན་དག་གྲང་རྒྱས་པར་འགྱུར་བར་བྱས་ཏེ། ལྷམ་བུ་གཤེར་བ་ལ་རྩལ་  
ཆགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ལ། །ས་འོག་མ་  
ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་ནི་དེ་དག་ལ་རྒྱས་  
པར་མི་འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་འདི་ན་གནས་པ་ལས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བར་  
བྱེད་པ་དེ་ནི་མི་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱང་ན་ལས་འདས་  
པ་དང་ལམ་ནི་དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་དོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་  
འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། ས་གོང་མ་ཡང་འོག་མ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་དེའི་  
ཕྱིར་ཡང་དེ་དག་ཏུ་གནས་མི་མཐོང་སྟེ། རྡོ་བ་སྤྲེགས་པ་ལ་རྒྱང་མཐིལ་དག་  
གི་གནས་མི་མཐོང་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་དག་ན་རེ་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱི་དོན་ནི་རྗེས་  
སྤྱོད་མ་ཐུན་པའི་དོན་ཡིན་ན་དེ་དག་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱོད་མ་ཐུན་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། རྒྱང་ནད་ཅན་ལ་ཁ་བས་རྩལ་པོ་རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་  
བེད་རོ། །དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བཤད་  
བྱིན་ཏོ། །

གང་ཞིག་གང་དང་མཚུངས་ལྡན་པ། །དེ་ནི་དེར་མཚུངས་ལྡན་སྒྲོ་  
ནས། །རྒྱས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་ཏེ། སྤྱ་རྒྱས་གང་ཞིག་ཆོས་གང་  
དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དེ་ནི་དེར་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་  
པར་འགྱུར་རོ། །ནི་ཞེས་བྱ་བའི་སྦྱ་ནི་རི་སྐྱེད་དུ་མ་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་  
པར་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དག་གྲང་མ་ཡིན་

སྐལ་བ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བ་དག་གྲང་མ་ཡིན་ལ། སྤྱི་བཤུན་  
 དེ་དག་གྲང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྒྲོན་སྤྱི་བཤུན་པར་འགྱུར་གྱི་དམིགས་  
 པའི་སྒྲོན་སྤྱི་བཤུན་པའི་སྤྱི་བཤུན་དག་ལྟ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། སྐལ་  
 བ་མི་མཉམ་པའི་ས་ལ་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བའི་སྤྱི་བཤུན་རྣམས་སོ། །

### མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱི་བཤུན་དགུ་བཅུ་ཙམ་བརྒྱུད་པོ་དེ་དག་ལས་དུ་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན། དུ་  
 ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གོང་མ་ཐམས་ཅད་ལུང་མ་བསྟན། །རེ་  
 ཞེག་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་  
 ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་ན་དེ་ཡང་དེ་གཉིས་ན་མེད་དེ། ས་རོལ་པོ་ལ་ཡང་གཞོད་  
 པའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན་འཇིག་ཆོགས་ལྟ་བ་དང་། །མཐར་  
 འཇིག་ལྟ་ཅིག་མ་རིག་པ། །འདོད་པའི་ཁམས་ན་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་  
 དང་། མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་བ་དང་། དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་མ་  
 རིག་པ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྤྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། བདག་འཇིག་ཉེན་ས་རོལ་དུ་བདེ་བར་འགྱུར་  
 བར་བྱའོ་ཞེས་སྤྲིན་པར་བྱེད། ཚུལ་ཁྲིམས་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །ཆད་པར་ལྟ་  
 བ་ཡང་ཐར་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྡན་

འདས་ཀྱིས། བྱེ་རོལ་པའི་ལྟ་བར་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 བདག་མེད་པར་གྱུར་ཅིག། །བདག་གི་མེད་པར་གྱུར་ཅིག། །བདག་འབྱུང་  
 བར་མ་གྱུར་ཅིག། །བདག་གི་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་བྱ་བའི་ལྟ་བ་  
 འདི་མཆོག་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ལྟ་བ་འདི་གཉིས་ནི་རང་  
 གི་རྣམས་ལ་ཀུན་ཏུ་ཚེངས་པའི་བྱེ་རོལ་དང་། བ་རོལ་པོ་ལ་གཞོན་པའི་རྣམས་པར་  
 ཞུགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་རོལ་དོ། །མཐོ་རིས་ལ་སྟེད་པ་དང་། ངའོ་སྟུང་པའི་  
 ང་རྒྱལ་དག་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཐལ་བར་འབྱུང་རོ། །སྒོན་གྱི་སྒོ་བ་དཔོན་རྣམས་ན་  
 དེ། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་རི་དྲགས་དང་བྱ་རྣམས་ལ་  
 ཡང་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམས་པར་བརྟག་པ་  
 ནི་མི་དགོ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལྷག་མ་རྣམས་འདིར་མི་དགོ་བའོ། །ཐ་  
 རྒྱས་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ན་མི་དགོ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །

མི་དགོ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་རྩ་བ་བཤད་པ།

དུ་ནི་མི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དག་ཡིན། དུ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདོད་ན་  
 འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོད་དང་། །ཚེངས་རྣམས་མི་དགོའི་རྩ་བ་ཡིན། །འདོད་  
 པའི་ཁམས་ན་འདོད་ཆགས་ཐམས་ཅད་དང་། །ཁོང་ཁྱོད་བ་ཐམས་ཅད་དང་།  
 འཇིག་ཆོགས་དང་། མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་བ་དང་། མཚུངས་པར་ལྟན་པ་  
 མ་གཏོགས་པའི་ཚེངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་དགོ་བའི་རྩ་བ་

གསུམ་པོ་ཆགས་པ་མི་དག་བའི་རྩ་བ་དང་། ཞེ་སྤང་མི་དག་བའི་རྩ་བ་དང་།  
གཉི་ཟུག་མི་དག་བའི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་མི་དག་བ་ཡང་ཡིན་ལ་མི་  
དག་བའི་རྩ་བ་ཡང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་མི་དག་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །  
སྤྱ་རྒྱས་ལྟག་མ་རྣམས་ནི་མི་དག་བའི་རྩ་བ་དག་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་  
གོ། །དུ་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་དག་ཡིན། དུ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། ལུང་  
མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་གསུམ། །གསུམ་པོ་གང་དག་ཅེ་ན། དེ་ནི་སྟེང་དང་མ་  
རིག་ལྟོ། །དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་པར་སྟོན་ཏོ། །

ཁ་ཆེ་བ་རྣམས་ན་རེ། སྟེང་པ་དང་མ་རིག་པ་དང་ཤེས་རབ་ཐ་ན་རྣམ་  
པར་སྟོན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ཡང་རུང་སྟེ། གང་ཅུང་ཟད་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་དག་ཀྱང་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
རྣམ་གཉིས་མཐོང་འཇུག་ཕྱིར་དེ་ལས། །གཞན་མིན། ཐེ་ཆོ་མ་ནི་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཉིད་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རྩ་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཡོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ང་རྒྱལ་ནི་ཁེངས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མཐོན་པོར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
མ་ཡིན་ཏེ། རྩ་བ་དང་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ན་རྩ་བ་  
རྣམས་ནི་བརྟན་པ་དང་། འོག་ན་གནས་པ་དག་ཡིན་པར་མཐོང་ངོ་ཞེས་གྲག་  
གོ། །བཞི་ཞེས་ཉི་འོག་པ། ཉི་འོག་པ་རྣམས་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་  
བཞིར་འདོད་དེ། དེ་དག་སྟེང་ལྟ་ང་རྒྱལ་མོངས། །དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལུང་  
དུ་མ་བསྟན་པ་དག་ཅེས་བྱ་བར་སྟོན་ཏེ། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་སྟེང་པ་དང་།  
ལྟ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཁོ་ན་ལུང་དུ་

མ་བསྟན་པའི་ཅ་བ་རྣམས་སུ་འདོད་ཅེ་ན། བསམ་གཏན་པ་གསུམ་མ་རིག་  
ལས། །འདི་ལྟར་བསམ་གཏན་པ་ནི་གསུམ་སྟེ། སྟོང་པ་དང་། ལྟ་བ་དང་།  
ང་རྒྱལ་ཤས་ཆེ་བའི་བསམ་གཏན་པ་དག་ཡིན་ལ། དེ་དག་གྲང་མ་རིག་པའི་  
དབང་གིས་འགྱུར་རོ། །མདོ་ལས་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་བཙུ་བཞི་  
གསུངས་པ་ཅི་དེ་དག་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ཡིན་ནམ། སྤྲུལ་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །

འོ་ན་ངི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། བཞག་པར་བྱ་བའི་ངི་བ་ལ་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་  
པ་ཞེས་བཤད་དོ། །འདི་བ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། མགོ་གཅིག་ཏུ་ལྷུང་བསྟན་  
པར་བྱ་བ་དང་། རྣམ་པར་སྤྱེ་ནས་ལྷུང་བསྟན་པར་བྱ་བ་དང་། ངེས་ནས་ལྷུང་  
བསྟན་པར་བྱ་བ་དང་བཞག་པར་བྱ་བ་ལོ། །དེ་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། མགོ་  
གཅིག་དང་ནི་རྣམ་སྤྱེ་དང་། །ངི་དང་གཞག་པར་ལྷུང་བསྟན་པ། །འཆི་དང་  
སྤྱེ་དང་བྱུང་པར་འཕགས། །བདག་གཞན་ལ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །པར་རིག་  
པར་བྱ་སྟེ། ཅི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆི་བར་འགྱུར་རམ་ཞེས་འདྲི་ན།  
འཆི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལྷུང་བསྟན་པར་བྱ་ལོ། །ཅི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱེ་བར་འགྱུར་རམ་ཞེས་འདྲི་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་  
པ་རྣམས་ནི་སྤྱེ་བར་འགྱུར་གྱི། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་རྣམ་པར་སྤྱེ་སྟེ་ལྷུང་བསྟན་པར་བྱ་ལོ། །ཅི་མི་འདི་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་  
པ་ཡིན་ནམ་དམན་པ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་ན། གང་ལ་བསྟོས་ཏེ་འདྲི་ཞེས་ངེས་  
ནས་ལྷུང་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་ལྟ་རྣམས་ལ་བསྟོས་ཏེ་འོ་ཞེས་ཟེར་ན་ནི་



དམན་ནོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་ངན་སོང་རྣམས་ལ་བསྟོས་ཏེ་འོ་  
 ཞེས་ཟེར་ན་ནི་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཅི་ལུང་  
 བོ་རྣམས་ལས་སེམས་ཅན་གཞན་ནམ་གཞན་མ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་ན། སེམས་  
 ཅན་གྱི་རྫས་མེད་པའི་སྤྱིར་བཏགས་པར་བྱ་སྟེ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་སྟོ་བསངས་  
 སམ་དཀར་ཤམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །

འདི་རིམ་ལྔ་པ་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ལུང་མི་བསྟན་ནོ་ཞེས་  
 དེ་ལྟ་བུར་ལུང་དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ། ཐམས་ཅད་དུ་  
 སྟེ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་ཞིག་ཅི་གང་དག་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་  
 སྟེ་བར་འགྱུར་རམ་ཞེས་འདྲི་བ་དེ་ལ་ནི་རྣམ་པར་སྟེ་སྟེ་ལུང་བསྟན་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །མི་ལ་ཡང་དམན་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་གཉི་ག་  
 ཡོད་དེ། བསྟོས་པ་ཡིན་པས་མགོ་གཅིག་ཏུ་གཉིས་ཀར་ལུང་བསྟན་པར་  
 བྱ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ལ་འབྲས་བུ་ཡང་  
 ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཅིག་ཏུ་འདྲི་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་དུ་མི་རུང་བས་  
 རྣམ་པར་སྟེ་སྟེ་ལུང་བསྟན་པར་རིགས་སོ། །ལུང་བོ་དག་ལས་སེམས་ཅན་  
 གཞན་ནམ་ཞེས་འདྲི་བ་འདི་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ལུང་དུ་  
 མ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་ནི་ལུང་བསྟན་པར་མི་རུང་བའོ། །གཞག་པར་བྱ་བའི་འདྲི་  
 བ་གང་ཡིན་པ་གཞག་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ལུང་སྟོན་པ་དེ་རིམ་ལྔ་པ་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་པ་ཡིན། ཆོས་མངོན་པ་བ་རྣམས་ན་རེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་

ག་ཤེགས་པ་དག་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་།  
 དེའི་ལེགས་པར་བཞག་པའི་ཆོས་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་ལེགས་  
 པར་ཞུགས་པ་དང་། གཟུགས་མི་རྟག་པ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་མི་  
 རྟག་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་གདགས་པ་ནས་ལམ་གདགས་པའི་བར་ནི་དོན་  
 དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པར་བྱའོ། །རྣམ་པར་  
 བྱེ་སྤྱོད་ལུང་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ཆོས་དག་སྒྲོས་ཤིག་  
 ཅེས་ཟེར་ན། དེ་ལ་འདས་པ་དག་དང་། མ་འོངས་པ་དག་དང་། ད་ལྟར་  
 བྱུང་བ་དག་དང་། ཆོས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་གང་དག་སྤྱོད་པར་བྱ་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འདས་པ་དག་སྒྲོས་ཤིག་ཅེས་ཟེར་ན། དེ་ལ་འདས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཡང་གཟུགས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་དུ་མང་དུ་ཡོད་ན་ཞེས་  
 བརྗོད་པར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་གཟུགས་སྒྲོས་ཤིག་ཅེས་ཟེར་ན། གཟུགས་ལ་  
 ཡང་དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་  
 ན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དགོ་བ་སྒྲོས་ཤིག་ ཅེས་ཟེར་ན། དེ་ལ་  
 ཡང་སྒོག་གཙོད་པ་སྒྲོང་བ་ནས་ཆོག་ཀྱལ་པ་སྒྲོང་བའི་བར་དུ་རྣམ་པ་བདུན་  
 ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་སྒོག་གཙོད་པ་སྒྲོང་བ་སྒྲོས་ཤིག་  
 ཟེར་ན། དེ་ལ་ཡང་མ་ཆགས་པ་དང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་། གཏི་ལྷག་མེད་  
 པ་ལས་སྦྱེས་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། མ་ཆགས་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ལ་  
 ཡང་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་བྱེ་སྤྱོད་

པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཡོན་ཅན་གྱི་འདྲི་བ་ལ་ལུང་བསྟན་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ལ་ནི་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་ཞེས་བཟོད་པར་བྱའི། རྣམ་པར་དབྱེ་  
 བར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། ཅང་མི་སྤྱོད་པའམ། བདག་ཉིད་ལུང་སྟོན་དུ་གཞུག་ཅེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆོག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་གཉིས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདྲ་བའི་  
 གསོལ་བ་འདེབས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་ལ། དེ་གཉིས་ལ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 ལུང་མི་སྟོན་གྱི་འདྲི་བ་འབའ་ཞིག་ཟད་ན་དེ་ངེ་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་གྱི་འདྲི་བ་  
 ཡིན། ངེ་ལྟར་ན་ལུང་དུ་སྟོན་པ་ཡིན། གང་ཞིག་ལམ་སྤོས་ཤིག་ཅེས་ཟེར་  
 བ། ཅི་དེས་ལམ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནམ། ངེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལུང་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་ངེ་ལྟར་ངེས་ནས་ལུང་བསྟན་པ་མ་ཡིན། གཞག་པར་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་  
 འདྲི་བ་ཉེན་མཐའ་ཡོད་པ་ཞིག་གམ། མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ལ་སོགས་པའོ། །

ངེ་བ་ལུང་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་མདོ་ཁོ་ན་ལས་བལྟ་བར་  
 བྱ་སྟེ། བཅུན་པ་དག་འདུན་པལ་ཆེན་སྡེ་པ་རྣམས་དག་སྤོང་དག་བཞི་པོ་  
 འདི་དག་ནི། ངེ་བ་ལུང་དུ་བསྟན་པ་དག་ཡིན་ཏེ། བཞི་གང་ཞེ་ན། དག་  
 སྤོང་དག་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་དུ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ངེ་བ་ཡང་ཡོད། གཞག་  
 པར་བྱ་བའི་བར་དུ་ཡང་ཡོད་དེ། དག་སྤོང་དག་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་  
 པར་བྱ་བའི་འདྲི་བ་གང་ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནམ་  
 ཞེས་འདྲི་བ་འདི་ནི་དག་སྤོང་དག་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ངེ་  
 བ་ཡིན་ནོ། དག་སྤོང་དག་རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ། ལུང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་འདྲི་བ་

གང་ཞེ་ན། ཆེད་དུ་བསམ་པར་བྱ་བའི་ལས་བྱས་ནས་ཅི་ཞིག་སོ་སོར་ཡང་  
 དག་པར་སྒོང་བར་འགྱུར་ཞེས་འདྲི་བ་འདི་ནི་དགོ་སྒོང་དག་རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ།  
 ལུང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་དྲི་བ་ཡིན་ནོ། །དགོ་སྒོང་དག་དྲིས་ནས་ལུང་བསྟན་  
 པར་བྱ་བའི་དྲི་བ་གང་ཞེ་ན། འདུ་ཤེས་སྒྲེས་བྱ་བ་དག་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་  
 ཏེ་འདུ་ཤེས་ཀྱང་གཞན་ལ་བདག་ཀྱང་གཞན་ཞིག་ཡིན་ཅེས་དྲིས་ན། ཆེ་  
 དང་ལྗན་པ་བདག་གང་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ཞེས་འདྲི་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་སྐད་དུ་ཆེ་དང་ལྗན་པ་བདག་གིས་ནི་རིག་པ་བདག་ཡིན་པར་ཤེས་སོ་  
 ཞེས་ཟེར་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་འདི་སྐད་དུ་འདུ་ཤེས་ཀྱང་གཞན་ལ་བདག་ཀྱང་  
 གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་དགོ་སྒོང་དག་དྲིས་ནས་ལུང་  
 བསྟན་པར་བྱ་བའི་དྲི་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །

དགོ་སྒོང་དག་གཞག་པར་བྱ་བའི་འདྲི་བ་གང་ཞེ་ན། དཔེར་ན་འཇིག་  
 ཏེན་རྟག་པ་ཞིག་གམ། མི་རྟག་པ་ཞིག་གམ། རྟག་ཀྱང་རྟག་ལ་མི་རྟག་ཀྱང་མི་  
 རྟག་པ་ཞིག་གམ། རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གམ།  
 མཐའ་ཡོད་པ་ཞིག་གམ། མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གམ། མཐའ་ཡོད་  
 ཀྱང་ཡོད་ལ་མཐའ་མེད་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག་གམ། མཐའ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 མཐའ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གམ། དེ་བཞིན་འོངས་པ་ཤི་ནས་ཡོད་  
 པ་ཞིག་གམ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་སློག་ཀྱང་གཞན་ལ་ལུས་ཀྱང་གཞན་ཞིག་གམ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་འདྲི་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ནི་དགོ་སྒོང་དག་གཞག་པར་བྱ་  
 བའི་འདྲི་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོན་ཏོ། །གང་ཟག་གང་གི་སྤྱ་རྒྱས་གང་ཞིག་

དམིགས་པ་གང་ལ་རྒྱུས་པར་འབྱུང་བ་འདི་ནི་དེས་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །

### ལྡན་པའི་ཚུལ།

འདས་པས་ནི་གང་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ད་ལྟར་བྱུང་བས་ནི་  
 གང་དང་ལྡན་ཞེས་བྱ་བའི་བར་འདི་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། མདོར་བསྡུ་ན་ཉོན་  
 མོངས་པ་ནི་རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ཏེ། རང་གི་མཆན་ཉིད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་  
 འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་པ་དང་ང་རྒྱལ་རྣམས་སོ། །ཉོན་མོངས་པ་སྦྱི་  
 པ་ནི་ལྟ་བ་དང་། ཐེ་ཚོམ་དང་མ་རིག་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག །འདས་  
 དང་ཉེར་གནས་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་རྒྱལ་དག་གིས་ནི། །གང་  
 ལ་དེ་སྦྱེས་མ་སྦྲངས་པའི། །དངོས་པོ་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་གང་  
 ལ་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་པ་དང་། ང་  
 རྒྱལ་རྣམས་སྦྱེས་ལ་མ་སྦྲངས་པ་དེ་དག་གིས་དངོས་པོ་དེ་དང་ལྡན་ཏེ། །དེ་  
 དག་ནི་རང་གི་མཆན་ཉིད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཤོན་མི་ཟ་བར་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ཀྱི་དེ་དག་མ་འོངས་  
 པས། །ཀུན་དང་། གང་ལ་མ་སྦྲངས་པ་དེ་དག་ཅེས་བྱ་བར་སྦྱར་ཏེ། ཡིད་  
 ཀྱི་ས་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་པ་དང་། ང་རྒྱལ་མ་འོངས་པ་དེ་དག་  
 ཉིད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ཏེ། ཡིད་དག་གི་  
 དུས་ནི་དུས་གསུམ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་གྱིས་རང་དུས་པ། འདོད་  
 ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་པ་གཞན་དག་གིས་ནི་མ་འོངས་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་དང་



ལྡན་ནོ། །གཞན་ཡང་གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། གང་དག་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཚོགས་ལྟ་བུའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་བ་སྟེ། སྐྱེ་བའི་ཚོས་ཅན་རྣམས་  
 གྱི་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཉིད། མི་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་དང་། །  
 མི་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་ལྟ་བུ་པོ་དག་གིས་  
 གྲང་དུས་གསུམ་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ནོ། །ལྟག་མ་ཀྱུན་གྱིས་  
 ཀྱུན་དང་ལྡན། །ལྟག་མ་ཡང་གང་དག་ཅིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟ་བ་དང་། ཐེ་ཚོམ་  
 དང་། མ་རིག་པ་རྣམས་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 དུས་གསུམ་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ནོ། །རི་  
 སྒྲིང་དུ་མ་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཅི་འདས་  
 པ་དང་། མ་འོངས་པའི་དངོས་པོ་རྩལ་སྤྱོད་དམ། འོན་ཏེ་མེད། གལ་ཏེ་  
 ཡོད་ན་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འདུ་བྱེད་རྣམས་རྟག་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་མེད་ན་ནི་རི་ལྟར་ན་དེ་དང་ངམ། དེས་ལྡན་པའམ་བྲལ་བ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་དུ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་  
 ཕྱིར་འདུས་བྱས་རྣམས་རྟག་པ་ཉིད་དུ་དམ་མི་འཆའོ། །དུས་རྣམས་ཀྱུན་དུ་  
 ཡོད་པར་ནི་གསལ་བར་དམ་འཆའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གསུངས་ཕྱིར་བཅོམ་  
 ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྒོར་དག་གལ་ཏེ་འདས་པའི་གཟུགས་ཤིག་ཡོད་པར་  
 མ་གྱུར་ན་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པ་འདས་པའི་གཟུགས་ལ་  
 མི་ལྟ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཕྱིར་འདས་པའི་གཟུགས་ཡོད་

བ་དེའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པ་འདས་པའི་གཟུགས་ལ་  
 མི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མ་འོངས་པའི་གཟུགས་ཤིག་ཡོད་པར་མ་གྱུར་  
 བ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་འོངས་པའི་གཟུགས་ལ་མངོན་  
 བར་དགའ་བ་མེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཕྱིར་མ་འོངས་  
 པའི་གཟུགས་ཡོད་པ་ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །གཉིས་ཕྱིར། རྣམ་  
 བར་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེའོ་ཞེས་གསུངས་པ། གཉིས་གང་ཞེ་  
 བ། མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ནས་ཡིད་དང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བར་ཡིན་ཏེ།  
 འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་མེད་ན་དེ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རེ་ཞིག་ལྷང་ལས་འདས་པ་དང་མ་  
 འོངས་པ་ཡོད་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །རིགས་པས་ཀྱང་། དུལ་ཡོད་ཕྱིར།  
 དུལ་ཡོད་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་གྱི། མེད་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་མེད་ན་ནི་དམིགས་པ་མེད་པའི་  
 རྣམ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བས་ན་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །འབྲས་ཕྱིར། གལ་ཏེ་འདས་པ་ཞིག་མེད་ན་  
 ཆེ་ཕྱི་མ་ལ་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བུར་ཡང་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ།  
 འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་ན་ད་ལྟར་གྱི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་རྒྱ་ནི་མེད་དོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་རྣམས་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡོད་པ་ཁོ་  
 བོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པ་ན་ཆད་གདོན་མི་བ་  
 བར་འདི་ཁས་སྦང་བར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་གྲགས་ཏེ། འདི་ལྟར། དེ་ཡོད་སྒྲིབ་

བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད། །ཡོད་པར་སྤྲོ་བར་འདོད། གང་དག་འདས་པ་དང་མ་  
འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་བ་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་  
ཡོད་པར་སྤྲོ་བ་ཡིན་གྱི། གང་དག་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་འབྲས་བུ་མ་བསྐྱེད་  
པའི་ལས་འདས་པ་གང་ཡིན་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ནི་ཡོད། མ་འོངས་པ་དང་  
འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཅིན་པའི་འདས་པ་གང་ཡིན་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ནི་མེད་དོ་ཞེས་  
རྣམ་པར་བྲེ་སྟེ་སྤྲོ་བ་དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་བྲེ་སྟེ་སྤྲོ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །

ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་བ་དེ་དག་ཀྱང་དུ་ཞིག་ཅེ་ན། སྤྲོ་བ་ལ། དེ་  
དག །རྣམ་བཞི་དངོས་དང་མཆོན་ཉིད་དང་། །གནས་སྐབས་གཞན་གཞན་  
འགྱུར་ཞེས་བྲ། །དངོས་པོ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི། བཅུན་པ་ཆོས་སྒྲོབ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ན་རེ་ཆོས་དུས་རྣམས་སུ་འཇུག་པ་ན་དངོས་པོ་གཞན་དུ་འགྱུར་གྱི་  
རྗེས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གསེར་གྱི་སྒོ་ད་བཙམ་ནས་  
གཞན་དུ་བྱེད་པ་ན། དབྱིབས་གཞན་དུ་འགྱུར་གྱི། ཁ་དོག་གཞན་དུ་འགྱུར་  
བ་ནི་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དཔེར་ན་འོ་མ་ཞོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ན་རོ་དང་མཐུ་  
དང་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དག །ཡོངས་སུ་འདོར་གྱི་ཁ་དོག་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱང་མ་འོངས་པའི་དུས་ནས་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་སུ་འོངས་  
པ་ན་མ་འོངས་པའི་དངོས་པོ་འདོར་གྱི་རྗེས་ཀྱི་དངོས་པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ནས་འདས་པའི་དུས་སུ་འགོ་བ་ན་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་  
དངོས་པོ་འདོར་གྱི། རྗེས་ཀྱི་དངོས་པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་  
གོ། །མཆོན་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་པ་ནི་བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲོགས་ཡིན་ཏེ།

དེ་ན་རེ་ཆོས་དུས་རྣམས་སུ་འཇུག་པ་ན་འདས་པ་ནི་འདས་པ་འི་མཆན་ཉིད་  
 དང་ལྡན་ལ། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་མཆན་ཉིད་དག་དང་ནི་མི་  
 ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་འོངས་པ་ནི་མ་འོངས་པ་འི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་ལ།  
 འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དག་དང་ནི་མི་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་དང་མི་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་སྐྱེས་བུ་བྱུང་མེད་དག་ཅིག་ལ་ཆགས་པ་ལྟག་མ་རྣམས་ལ་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །

གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་པ་ནི་བཅུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ན་རེ། ཆོས་དུས་རྣམས་སུ་འཇུག་པ་ན་གནས་སྐབས་དང་གནས་  
 སྐབས་སུ་ཕྱིན་ནས་གནས་སྐབས་གཞན་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་དང་གཞན་ཞེས་  
 སྒོན་གྱི། རྗེས་གཞན་གྱི་སྒོ་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རི་ལུ་གཅིག་  
 གཅིག་གི་འོད་མིག་ཏུ་བཞག་ན་གཅིག་ཅེས་བྲ། བརྒྱའི་འོད་མིག་ཏུ་བཞག་  
 བ་བརྒྱ། སྟོང་གི་འོད་མིག་ཏུ་བཞག་ན་སྟོང་ཞེས་བྲ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་བཅུན་པ་སངས་རྒྱལ་ལྟ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ན་རེ་ཆོས་དུས་རྣམས་སུ་འཇུག་པ་ན་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་ལ་བསྟོས་  
 རས་གཞན་དང་གཞན་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན་བྱུང་མེད་གཅིག་ལ་མ་ཞེས་  
 གྲང་བྲ། བུ་མོ་ཞེས་གྲང་བྲ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲགས་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ན་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
 ལས་དང་པོ་ནི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བར་སྤྲ་བའི་ཕྱིར་གྲངས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་

བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པའི་ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་  
 དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དུས་འཆོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེས་བུ་ཞིག་བྱད་མེད་ལ་  
 ལ་ལ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དུ་འབྱུང་ལ། ལ་ལ་ལ་ནི་ལྡན་པ་འབའ་ཞིག་  
 གོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་ཅི་ཞིག་མཆུངས། བཞི་པའི་ཡང་དུས་གཅིག་ལ་དུས་  
 གསུམ་ཆར་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདས་པའི་དུས་ལ་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མའི་སྐད་ཅིག་མ་  
 དག་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡིན་ལ། དབུས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་ནི་ད་ལྟར་  
 བྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན། གསུམ་པ་  
 བཟང་སྟེ། གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡིས་ནི།  
 བྱ་བ་ཡིས། དུས་རྒྱུས་རྒྱུས་གཞག་གང་གི་ཆེ་ཆོས་དེ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་དེའི་  
 ཆེ་མ་འོངས་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ནི་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན།  
 གང་གི་ཆེ་བྱས་ནས་འགགས་པ་དེའི་ཆེ་ནི་འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲག་གོ། །  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཡོངས་སུ་གོ་ན་གཤའ་ཏེ་འདས་པ་ཡང་རྗེས་སུ་ཡོད་ལ་  
 མ་འོངས་པ་ཡང་རྗེས་སུ་ཡོད་ན། ཅིའི་ཕྱིར་འདས་པ་འམ་མ་འོངས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །བྱ་བ་ཡིས། དུས་རྒྱུས་རྒྱུས་གཞག་ཅེས་  
 བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། གཤའ་ཏེ་བྱིས་དེ་ལྟ་ན་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་མིག་དེ་དང་  
 འབྲ་བའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན། འབྲས་བུ་འབྱེན་པ་དང་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ནི་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་འདས་པ་རྒྱུས་ཀྱང་  
 འབྲས་བུ་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་འམ་བྱ་བ་བྱེད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་  
 མཆོན་ཉིད་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། གཤའ་



ཏེ་ཆོས་དེའི་བདག་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡོད་ན་རྟག་ཏུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ། བགེགས་སུ་  
བྱེད། གང་གིས་ན་རེས་འགའ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་ལ་རེས་འགའ་ནི་མ་ཡིན་ཞེས་  
བྱ། གལ་ཏེ་རྒྱུན་རྒྱུས་མ་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མི་རུང་སྟེ། རྟག་ཏུ་  
ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱ་བ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་  
དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ། དེ་ཡང་རིམ་ལྔར། བྱ་བ་ལ་ཡང་  
བྱ་བ་གཞན་ཞིག་ཡོད་དམ་ཅི། འོན་ཏེ་དེ་འདས་པ་ཡང་མ་ཡིན། མ་འོངས་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་པ་ཡང་ཡིན་ན་ནི་དེས་  
ན་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་རྟག་ཏུ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
གང་གི་ཆེ་ཆོས་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་མ་འོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ལ་བྱ་བ་གཞན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་སྒྲིན་དེར་ཡང་འགྱུར་  
བ་ཞིག་ན་དེ་ནི། གཞན་མ་ཡིན། །ཏེ་དེའི་ཕྱིར་སྒྲིན་དེར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་ནི་འོན་ཏེ་ཉིད་དུས་སུ་མི་རུང་སྟེ། གལ་ཏེ་ཆོས་ཁོ་ན་བྱ་བ་  
ཡིན་ན་ཆོས་དེ་དེའི་བདག་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡོད་བཞིན་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་རེས་འགའ་  
ནི་འདས་པ་ཞེས་བྱ། རེས་འགའ་ནི་མ་འོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དུས་རྒྱུ་  
པར་གཞག་པ་མི་འགྱུར་བོ། །ཆོས་གང་མ་སྦྱེས་པ་དེ་ནི་མ་འོངས་པ་ཡིན་  
ནོ། །གང་སྦྱེས་ལ་མ་ཞིག་པ་དེ་ནི་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་པ་དེ་  
ནི་འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་མི་འགྱུར་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། འདིར་དེ་  
ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། གལ་ཏེ་རིམ་ལྔར་ད་ལྟར་གྱི་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་ན་ནི། དེ་བཞིན་དུ། །ཡོད་

ན་ཅིའི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་ཞིག། །ཆོས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ནར་ཡོད་ན་ནི་ངི་ལྟར་  
 ན་མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འཕྲ། །ཞིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འབྱུང་བ་པར་འབྱུང་།  
 གང་ཞིག་མེད་པས་མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོལ་ཅི་ཞིག་མ་བྱུང་པར་འབྱུང་།  
 གང་ཞིག་མེད་པས་ཞིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཕྱིས་ཅི་ཞིག་མེད་དེ། དེ་ལྟ་བུས་  
 ན་གལ་ཏེ་མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། བྱུང་ནས་ཀྱང་ཡང་མི་འབྱུང་བར་མི་  
 འདོད་པར་ཆད་དུས་གསུམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འབྱུང་བོ། །གང་ཡང་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་མི་འབྱུང་  
 རོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དེ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་། འཇིག་པ་དག་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་ཆིག་  
 ཅ་མ་སྟེ། ཆོས་དེ་རྟག་པ་ཡང་ཡོད་ལ་མི་རྟག་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཆིག་གི་ལུགས་འདི་ནི་སྒྲོལ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་སྒྲིམ་པ། རང་བཞིན་ཡང་ནི་རྟག་ཏུ་ཡོད། །དངོས་པོ་ཡང་ནི་  
 རྟག་མི་འདོད། །རང་བཞིན་ལས་ཀྱང་དངོས་མི་གཞན། །དབང་ཕྱུག་ཐ་སྙད་  
 ཡིན་པར་གསལ། །གང་ཡང་གསུངས་ཕྱིར་ཞེས་སྒྲིམ་པ། ཁོ་བོ་ཅག་ཀྱང་  
 འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། སྒྲོལ་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་འདས་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་ཡོད་ན་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མ་  
 འོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་ཡོད་དེ་ཞེས་བྱའི། རྣམ་སུ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ད་ལྟར་བཞིན་དུ་ཡོད་དོ་ཞེས་དེ་སྐད་དུ་བེད། གཞན་དུ་ན་ངི་ལྟར་  
 ཡོད། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་མོད། གལ་ཏེ་རྟག་  
 ཏུ་ཡོད་ན་དེ་ངི་ལྟར་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཉེར་བར་

གནས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་  
 པ་འདེབས་པའི་ལྟ་བུ་དགག་པའི་ཕྱིར་སྟོན་བྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། ཕྱིས་འབྱུང་  
 བར་འབྱུར་བའི་འབྲས་བུ་སྟོན་བྱུང་བ་ཉིད་དང་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་ཉིད་དུ་  
 ཞེས་པར་བྱ་བར་འདས་པ་ཡོད་དོ། །མ་འོངས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་  
 པར་ཟད་དོ། །ཡོད་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་ཆོག་གི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་  
 ན་སྐྱ་བ་པོ་མར་མེ་སྐྱ་མ་མེད་པ་ཡོད་དོ། །ཕྱིས་མེད་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྐྱས་པ་  
 དང་། ཡང་དཔེར་ན་མར་མེ་དེ་ཞི་བ་ནི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁོ་བོས་ནི་མ་བསད་དོ་  
 ཞེས་འཇོར་བ་དེ་བཞིན་དུ་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 གསུངས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་མི་འབྱུབ་པ་ཁོ་  
 རར་འབྱུར་རོ། །

འོ་ན་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཀྱན་དུ་རྒྱ་དབྱུག་ཐོག་སྐྱ་ཐོར་ཚུགས་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས། ལས་འདས་པ་དང་། ཟད་པ་དང་། འགོག་  
 པ་དང་། བྲལ་བ་དང་། རྣམ་པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་བྱ། ཅི་དེ་དག་ལས་དེ་སྟོན་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་པར་  
 གྱུར་ཏམ། དེ་ལས་ནི་རྒྱ་དེ་ལས་དེས་ཀྱན་དུ་བྲངས་པར་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་  
 པའི་མཐུ་ཡོད་པ་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ནར་ཡོད་ན་འདས་པ་འབྱུབ་པར་མི་འབྱུར་རོ། །དེ་ནི་གདོན་  
 མི་བྱ་བར་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཞེས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་བཙུག་ལྟན་འདས་  
 ཀྱིས་དོན་དམ་པ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མདོ་ལས། མིག་ནི་སྐྱེ་བ་ན་ཡང་གང་ནས་

ཀྱང་མི་འོང་ལ། འགག་པ་ན་ཡང་གང་དུ་ཡང་སོང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 བས་ན་དགོ་སྒྲོང་དག་མིག་ནི་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་ཞིང་བྱུང་ནས་ཀྱང་སྒྲར་  
 འཛིག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་མ་འོངས་པའི་མིག་གཅིག་  
 ཡོད་པར་གྱུར་ན་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་ད་ལྟར་གྱི་དུས་སུ་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན་མི་རུང་སྟེ། དུས་  
 ནི་དངོས་པོ་ལས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་དུ་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན་ནི་མ་འོངས་པའི་མིག་མེད་ངོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་ལ་བརྟེན་  
 རས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་ནི་རེ་ཞིག་འདིར་ཡིད་དང་ཆོས་རྣམས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་རི་ལྟར་ཡིད་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པའི་རྐྱེན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེལ། འོན་ཏེ་  
 ཆོས་རྣམས་དམིགས་པ་ཅ་མ་ཞིག་ཡིན་ཅེས་བྱ་བ་འདི་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། རེ་  
 ཞིག་གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྐྱེན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་རི་ལྟར་ན་  
 མ་འོངས་པ་བསྐྱེལ་བ་སྒྲོང་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའོ། །ཡང་ན་མི་འབྱུང་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ད་ལྟར་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། ལྷ་པོ་ལས་  
 འདས་པ་ཡང་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་པར་མི་འཐད་དོ། །འོན་ཏེ་ཆོས་རྣམས་དམིགས་པ་ཅ་མ་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 ན་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡང་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །གལ་  
 ཏེ་མེད་པ་རི་ལྟར་དམིགས་པ་ཡིན་ན་ཞེ། ད་ནི་འདིར་དེ་རི་ལྟར་ན་དམིགས་



བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟེ། །དེའི་ལ་ཇི་ལྟར་ན་དམིགས་པ་ཡིན་ཞེ་  
ན། བྱང་བར་གྱུར་པ་དང་། འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འདས་པའི་  
གཟུགས་སམ། ཚོར་བ་དྲན་པ་ན་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ནི་སྤྱི་ཡང་མི་ལྟོ། །

འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བྱང་བར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བྱ་བར་ལྟོ། །ཡང་ཇི་ལྟར་ད་  
ལྟར་གྱི་གཟུགས་ཉམས་སྤྱོད་བ་དེ་ལྟར་འདས་པ་ཡང་དྲན་ནོ། །མ་འོངས་  
པ་ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་དུ་འབྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་མཐེན་ཏོ། །  
གལ་ཏེ་ཡང་དེ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན་ནི་ད་ལྟར་དུ་འབྱུར་རོ། །འོ་ན་ཏེ་མེད་  
དོ་ཞེ་ན་ནི་མེད་པ་ཡང་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་སེལ་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སེལ་བུལ་མི་འཇིག་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དེ་ནི་གཟུགས་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རྩལ་སྤྲ་རབ་ཏུ་གྲེས་  
པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་རྣམས་ཏྲག་པར་  
འབྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རྩལ་སྤྲ་རབ་བསགས་པ་དང་གྲེས་པ་ཅམ་དུ་འབྱུར་གྱི་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྦྱེ་བ་ཡང་མེད་ལ་འགག་པ་ཡང་མེད་པས་འཆོ་བྱེད་གྱི་ཚོད་པ་  
སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །མིག་ནི་རྣམ་སྦྱེ་བ་ན་ཡང་གང་ནས་ཀྱང་མི་འོང་ཞེས་  
རྒྱས་པར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡང་ཐོར་བར་འབྱུར་རོ། །ཚོར་བ་ལ་སོགས་  
པ་རྩལ་སྤྲ་རབ་བསགས་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ན་སེལ་བུ་ཉིད་  
ཡིན། དེ་དག་ཀྱང་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཞིང་ཉམས་སྤྱོད་བ་དྲན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡང་  
དེ་དག་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན་ནི་ཏྲག་པར་འབྱུར་རོ། །འོ་ན་ཏེ་མེད་དོ་ཞེ་  
ན་ནི། མེད་པ་ཡང་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་



ཏེ་མེད་པ་ཡང་དམིགས་པ་ཡིན་ན་སྐྱེ་མཆེད་བརྩ་གསུམ་པ་ཡང་དམིགས་  
 པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་སྐྱེ་མཆེད་བརྩ་གསུམ་པ་མེད་དོ་སྟུང་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདིའི་དམིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན། མིང་དེ་ཉིད་དམིགས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འོ་ན་མིང་དེ་ཉིད་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གང་ཞིག་སྐྱའི་སྤྱན་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དེའི་དམིགས་པ་ཡང་ཅི་  
 ཞིག་ཡིན། སྤྱ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་གང་ཞིག་སྤྱ་མེད་པ་དོན་དུ་  
 གཉེར་བ་དེ་ལ་སྤྱ་དབྱུང་དགོས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མ་འོངས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་ཡོད་ན་རི་ལྟར་ན་མེད་པའི་སྒྲོར་འགྱུར། གལ་  
 ཏེ་ད་ལྟར་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་དེའི་བྱེ་བྲག་གང་ཡིན་པ་དེ་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
 གྱེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དེ་  
 གཉེ་ག་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཇིག་རྟེན་ན་མེད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ཤེས་པའམ་མཐོང་བ་འདི་ནི་གནས་མེད་དོ་ཞེས་གང་  
 སྒྲུས་པ་དེ་རི་ལྟ་བུ། འདིར་བསམ་པ་ནི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་གཞན་དག་  
 སྤང་བ་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་ལྟའི་བདག་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་ལྟའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་དམིགས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་འདི་རྟོག་པར་ཡང་གལ་འགྱུར། ཡང་ན་  
 བྱུང་པར་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་ཤེས་  
 པར་བྱ་གྱེ། འདི་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གཞན་དུ་ངའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་

སྒྲིང་ཚུར་ཤོག་ཅེས་བྱ་བ་ནས་དེ་ངས་ནང་གཏམས་ན་རྒྱབ་ཁྱད་པར་དུ་འགྲོ།  
 རྒྱབ་གཏམས་ན་ནང་ཁྱད་པར་དུ་འགྲོ་སྟེ། ཡོད་པ་ལ་ཡོད་པར་ཤེས་ལ་མེད་  
 པ་ལ་ཡང་མེད་པར་ཤེས་སོ། །སྒྲ་ན་ཡོད་པ་ལ་ཡང་སྒྲ་ན་ཡོད་པར་ཤེས་ལ།  
 སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་ཡང་སྒྲ་ན་མེད་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བར་དུ་གསུངས་ཏེ།  
 དེ་ལྟར་བས་ན་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡོད་པ་ལ་དམིགས་པ་འདི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་ཡང་གཏམ་ཆིགས་སུ་མི་རུང་ངོ་། །གང་ཡང་འབྲས་ཕྱིར་ཞེས་སྒྲས་པ།  
 མདོ་སྟེ་པ་རྣམས་ནི་ལས་དང་འདས་པ་ལས་འབྲས་བུ་འབྲུང་བར་མི་བརྗོད་  
 པ་ཁོ་ནའོ། །འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་  
 ཏེ། བདག་ཏུ་སྒྲ་བ་དགག་པ་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །

གང་གི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་དེའི་འབྲས་བུ་རྟག་  
 ཏུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་བས་དེ་ལ་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། བསྐྱེད་པར་རྒྱས་  
 སོ། །འོ་ན་ནི་སྐྱེ་བ་མ་རྒྱུང་བ་ལས་དང་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཡང་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ན་ད་ནི་གང་ལ་གང་ཞིག་འདུས་  
 ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ལོ་ཅིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚོད་པ་སྐད་དུ་གང་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡོད་  
 པ་ཁོ་ནའོ། །གང་མེད་པ་དེ་ནི་མེད་པ་ཁོ་ནའོ། །མེད་པ་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་ཡང་མེད་  
 བོ། །ཡོད་པ་ལ་ནི་འཇིག་པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལོ། །འོ་ན་ད་  
 ལྟར་དུ་བྱེད་པ་རྒྱས་པ་ཡིན་ལོ། །ད་ལྟར་དུ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཡིན།  
 གལ་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་འདྲེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་རྟག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་རི་ལྟ་བུ། དེ་འདྲེན་པ་གང་ཡིན་

པ་དེ་ཡང་མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱུང་བར་  
 ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་བ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་  
 ར་འདི་སྐད་དུ། གང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་སྒྲིབ་པའི་  
 ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིབ་ནི་བསྟན་པ་ལ་ལེགས་པ་མ་ཡིན་གྱི། རི་སྐད་དུ་  
 མདོ་ལས་ཐམས་ཅད་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་དེ་དག་ནི་  
 ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས་རི་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཤེ་ན།  
 ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བྲམ་ཟེ་སྒྲུ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཐ་ཆིག་གོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན་དུས་གསུམ་སྟེ། དེ་རི་ལྟར་ཡོད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཡང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་མེད་ན་རི་ལྟར་ན་དེས་སམ། དེར་  
 ལྡན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལས་སྒྲུས་པ། དེའི་རྒྱུའི་སྤྱ་རྒྱས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉོན་  
 མོངས་པ་དེས་ལྡན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱ་རྒྱས་ཡོད་  
 པས་དངོས་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །བྲེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་རྣམས་ན་རེ་འདས་པ་  
 དང་མ་འོངས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་བྱང་བར་མི་རུས་པ་དེ་  
 ལ་ནི་འདི་ལྟར། ཆོས་ཉིད་དག་ནི་ཐབ་པ་ཡིན། །དེ་གདོན་མི་ཐ་བར་ཉོག་  
 པས་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་སྒྲུས་  
 པ་དེ་འགག་པའི་རྣམ་གངས་ཀྱང་ཡོད་དེ། གཟུགས་སྒྲེ་ལ་གཟུགས་འགག་  
 གོ། །གཞན་སྒྲེ་ལ་གཞན་འགག་པའི་རྣམ་གངས་ཀྱང་ཡོད་དེ། མ་འོངས་པ་  
 སྒྲེ་ལ་ད་ལྟར་གྱི་འགག་གོ། །དུས་ཀྱང་སྒྲེ་སྟེ། སྒྲེ་བ་དུས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་

ཕྱིར་རོ། །དུས་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་སྐྱེ། མ་འོངས་པའི་དུས་སྐད་ཅིག་མ་དུ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞར་ལ་འོངས་པ་འདི་རྫོགས་སོ།། །།

ད་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་སྤངས་ན་དེ་དངོས་པོ་དེ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་  
ནམ། གང་དང་བྲལ་ན་དེ་དངོས་པོ་དེ་སྤངས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དབྱེད་  
པར་བྱ་སྟེ། རེ་ཞིག་གང་དང་བྲལ་ན་དེས་དངོས་པོ་དེ་སྤངས་པ་ནི་ཡིན་ནོ།།  
སྤངས་ལ་དེ་དང་མ་བྲལ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་  
སྤང་བྱ་སྤངས་ཀྱང་། །ཀྱན་འགྲོ་ལྟག་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟན། །དང་པོའི་རྣམ་པ་  
སྤངས་ཀྱང་དེའི། །ཡུལ་ཅན་ངེ་མ་ལྟག་རྣམས་ཀྱིས། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཤེས་པ་  
ནི་སྐྱེས་ལ། །ཀྱན་འབྱུང་ཤེས་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་བས་  
སྤང་བར་བྱ་བའི་རིས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤངས་ཀྱང་དེ་ལ་དམིགས་པ་  
ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་ཀྱན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟན་ནོ། །  
བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་རིས་ལ་ཡང་རྣམ་པ་དགུ་ལས་དང་པོའི་རྣམ་  
པ་སྤངས་ན་དེ་སྤངས་ཀྱང་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟག་མ་རྣམས་  
ཀྱིས་ལྟག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དངོས་པོ་གང་ལ་སྤྱ་རྒྱས་དུ་ཞིག་རྒྱས་པར་  
འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་འདི་རེ་རེ་ནས་བཞད་ན་ནི་བཛོད་པར་བྱ་བ་མང་  
པོར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཅི་ནས་ཀྱང་འབད་བ་ཆུང་དུ་ཆུང་དུས་འདི་  
བའི་ཆོགས་མང་པོ་གོ་བར་འགྱུར་བར་བསྐྱེད་ཏེ་རྣམ་པར་འཆད་པར་བྱེད་  
དོ། །

མདོར་བསྐྱེད་ན་ཆོས་ནི་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་ལྟ་སྟེ།

འདོད་པ་དང་།

གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོང་པ་རྣམ་པ་ལྔ་ལྔ་དང་། ཟག་པ་མེད་  
པའོ། །སེམས་ཀྱང་བཅུ་དྲུག་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ཆོས་གང་ཞིག་  
སེམས་གང་གི་དམིགས་པ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་འདི་ལ་ནི་སྤྱ་རྒྱས་  
འདི་དེ་སྟེང་ཅིག་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རྟོག་པར་བྱའོ། །

ཆོས་དྲུའི་ཡུལ་ཡིན་པ།

དེ་ལ་རེ་ཞིག ། སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་མཐོང་གོམས་པ་ཡིས། །སྤང་བྱ་  
འདོད་ཁམས་ལས་སྦྱེས་པ། །རང་གི་གསུམ་དང་གཟུགས་གཏོགས་གཅིག་  
དེ་མེད་རྣམ་ཤེས་སྟོང་ཡུལ་ལོ། །དེ་དག་ནི་རང་གི་ཡང་ཡིན་ལ་གསུམ་  
ཡང་ཡིན་པས་རང་གི་གསུམ་ལོ། །དེ་ནི་གཅིག་ཀྱང་ཡིན་ལ་གཟུགས་སུ་  
གཏོགས་པ་ཡང་ཡིན་པས་གཟུགས་གཏོགས་གཅིག་སྟེ། དེ་ནི་ཆོག་རྣམ་  
པར་སྐྱར་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །རེ་ཞིག་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་བ་  
མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཆོས་འདོད་པ་ན་  
སྟོང་པ་རྣམས་ནི་སེམས་ལྗེ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ཁམས་པ་གསུམ་  
སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དང་། གཟུགས་ན་སྟོང་པ་གཅིག་སྟེ། བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་  
བྱ་བ་ཁོ་ན་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ཁམས་  
ལས་སྦྱེས་རང་གི་དང་། །འོག་གསུམ་གོང་གཅིག་དེ་མེད་ཀྱི། །ཆོས་རྣམ་  
པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་གཟུགས་ན་སྟོང་པ་ནི་སེམས་བརྒྱད་ཀྱི་དམིགས་



པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ཁམས་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དང་། ཁམས་འོག་མ་  
 པ་གསུམ་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དང་། ཁམས་གོང་མ་པ་གཅིག་སྟེ། བསྐྱེམ་བས་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། ། གཟུགས་  
 མེད་ལས་སྐྱེས་ཁམས་གསུམ་གཏོགས། ། གསུམ་དང་ཟག་མེད་སྟོང་ཡུལ་  
 ལོ། ། ཆོས་རྣམས་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོང་པའི་  
 སེམས་བརྩའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་གསུམ་པ་རྣམས་པ་གསུམ་གསུམ་  
 སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། ། སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
 དང་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། བསྐྱེམ་བས་སྤང་བར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་ཁམས་གསུམ་པ་དག་བཤད་ཅིན་ཏོ། །

འགོག་དང་ལམ་མཐོང་སྤང་བྱ་ཀུན། རང་གིས་སྒྲགས་པའི་སྟོང་  
 ཡུལ་ལོ། ། འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 རང་གི་སེམས་ནི་འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཏེ། ཆོས་དེ་དག་ནི་དེས་སྒྲགས་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
 རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཆོས་འདོད་  
 པ་ན་སྟོང་པ་རྣམས་ནི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤང་  
 བཤད་པ་ལྔ་དང་། འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྒྲགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། ། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་  
 སྟེ། སྤང་བཤད་པ་ལྔ་དང་། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྒྲགས་པ་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། ། དེ་བཞིན་དུ་འགོག་པ་དང་། ལམ་མཐོང་བས་

སྤང་བར་བྱ་བ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲོན་པ་རྣམས་ཀྱང་འགོག་  
པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སེམས་སྒྲགས་པ་དེའི་དམིགས་པ་  
ཡིན་པས་སེམས་དགྲ་དང་། བཙུ་གཅིག་གི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཁམས་  
གསུམ་པའི་ཆོས་རྣམ་པ་ལྔ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཟག་མེད་ཁམས་གསུམ་མཐའ་གསུམ་དང་། ། ཟག་པ་མེད་པའི་སྒྲོན་  
ཡུལ་ལོ། །ཆོས་ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་ནི་སེམས་བཙུའི་དམིགས་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཁམས་གསུམ་པའི་ཐ་མ་གསུམ་སྟེ། འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་  
སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དོན་དེ་  
ཉིད་ཆོག་ས་སྤྱ་བཅད་པ་བྱེད་པ་དང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་  
གསུམ་སྤྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་མཐོང་དང་། །བསྒྲོམ་པས་སྤང་བྱ་ཟག་པ་མེད། །རྣམ་  
ཤེས་ལྔ་བརྒྱད་བཙུ་དང་ནི། །རྣམ་ཤེས་བཙུ་ཡི་སྒྲོན་ཡུལ་ཏེ། །འགོག་དང་  
ལམ་མཐོང་སྤང་བྱ་ཀུན། །རང་གིས་སྒྲགས་པའི་སྒྲོན་ཡུལ་ལོ། །དེ་ལྟར་  
སེམས་བཙུ་བྱ་ག་པོ་དེ་དག་གི་དམིགས་པར་ཆོས་བཙུ་བྱ་ག་པོ་རྣམ་པར་  
བཞག་པར་རིག་ནས། །ཇི་ལྟར་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན་པར་སྦྱར་བར་བྱ་  
སྟེ། བྱོགས་ཅམ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། བདེ་བའི་དབང་པོ་ལ་དམིགས་  
པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱ་རྒྱས་དུ་ཞིག་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་དྲི་བ་  
འོངས་པ་ལ་དབྱུད་པར་བྱ་སྟེ། བདེ་བའི་དབང་པོ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་ཏེ། འདོད་  
པ་ན་སྒྲོན་པ་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། །གཟུགས་ན་སྒྲོན་པ་རྣམ་པ་  
ལྔ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་མདོར་བསྐྱུ་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་

རྣམ་པ་བརྩུ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
བྱ་བ་མ་གཏོགས་པ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་རྣམ་པ་བཞི་དང་། གཟུགས་ན་སྦྱོད་  
པ་རྣམ་པ་ལྔ་དང་། གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལམ་  
མཐོང་བ་དང་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་  
ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་བརྩུ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཅི་རིགས་པར་སྤྱི་བཙུན་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་  
རིས་བཞི་དང་། གཟུགས་ན་སྦྱོད་པ་འདུས་བྱས་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་དང་།  
གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་རིས་གཉིས་དང་། ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་རྒྱས་  
པར་འགྱུར་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བདེ་བའི་དབང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱི་བཙུན་དུ་  
ཞིག་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདེ་བའི་དབང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་རྣམ་པ་བརྩུ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་གི་དམིགས་པ་  
ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་པ་བརྩུ་གཉིས་པོ་དེ་ཉིད་དང་། ཡང་གཟུགས་མེད་པ་ན་  
སྦྱོད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འགྱུར་བ་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
བྱ་བའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་བརྩུ་བཞི་པོ་འདི་ནི་བདེ་བའི་  
དབང་པོ་ལ་དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འགྱུར་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
བྱ་བ་དག་བསྐྱེད་ནས་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་  
རིས་བཞི་བཞི་དང་། གཟུགས་ན་སྦྱོད་པ་འདུས་བྱས་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་

རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ལམ་འདིས་གཞན་ཡང་  
 ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱ་སྟེ། སྤ་རྒྱས་གང་དག་གིས་སེམས་སྤ་རྒྱས་དང་བཅས་  
 པའི་སྤ་རྒྱས་དེ་དག་སེམས་དེ་ལ་རྒྱས་པར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་བ་དག་ཀྱང་ཡོད་དེ། སེམས་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡང་མ་  
 སྤངས་ལ་དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡང་མ་སྤངས་པའི་སྤ་རྒྱས་གང་དག་ཡིན་པའོ།  
 རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བ་དག་ཀྱང་ཡོད་དེ། སེམས་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པ་སྤངས་པའི་སྤ་རྒྱས་གང་དག་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན། ཉོན་མོངས་  
 སྤ་རྒྱས་བཅས་རྣམ་གཉིས། །ཡིན་ལ། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་རྒྱས་འགྱུར་  
 གྱི། །སེམས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་། དེ་ལ་  
 དམིགས་པ་མ་སྤངས་པར་བྱ་བའི་སྤ་རྒྱས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་དང་།  
 དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་སྤངས་པ་རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤ་  
 རྒྱས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ལྡན་ཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་ལ་དམིགས་པ་མ་སྤངས་པ་རྒྱས་པར་འགྱུར་  
 བ་དག་ཁོ་ནས་སྤ་རྒྱས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །

### གོ་རིམ།

ཡང་སྤ་རྒྱས་བཅུ་པོ་འདི་དག་ཇི་ལྟར་འཇུག་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། རེ་  
 ཞིག་དང་པོ་ཁོ་ནར་མ་རིག་པ་དང་ལྡན་པ་ལས་བདེན་པ་རྣམས་ལ་ཀུན་དུ་  
 མོངས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནས་ལམ་གྱི་བར་དུ་མི་འདོད་དོ། །

དེའི་འོག་ཏུ། མོངས་ལས་ཐེ་ཚོམ། ཐེ་ཚོམ་མོངས་པར་གྱུར་པ་སྟོགས་  
 གཉིས་ཐོས་ནས་འདི་སྟུག་བསྐྱེད་ཡིན་ནམ། འདི་སྟུག་བསྐྱེད་མ་ཡིན་སྟུམ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་ནི་ལོག་ལྷ།  
 ཐེ་ཚོམ་ལས་ལོག་པའི་ལྷ་བ་འཇུག་སྟེ། ཐེ་ཚོམ་སྐྱེས་པ་ལོག་པར་ཐོས་པ་  
 དང་། བསམས་པ་ལས་སྟུག་བསྐྱེད་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
 པ་ལོག་པར་ངེས་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་འཇིག་ཚོགས་ལྷ། །ལོག་  
 པར་ལྷ་བ་ལས་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་འཇུག་སྟེ། སྟུག་བསྐྱེད་ལས་ཕྱང་  
 སོ་བསལ་ནས་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །དེ་  
 ནས་མཐར་འཇིག། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་ལས་མཐར་འཇིག་པར་ལྷ་བ་  
 འཇུག་སྟེ། བདག་ཏུ་པ་དང་ཆད་པའི་མཐར་འཇིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་  
 བློ་ལ་བྲིམས་མཆོག་འཇིག། མཐར་འཇིག་པ་ལས་ལྷ་ལ་བྲིམས་དང་།  
 བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཇིག་པ་འཇུག་སྟེ། གང་ཁོ་ན་ལ་མཐར་འཇིག་པ་  
 དེས་དག་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་ལྷ། མཆོག་ཏུ་འཇིག་ཅེས་  
 བྱ་བར་སྦྱར་ཏེ། ལྷ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཇིག་པ་ལས་ལྷ་  
 བ་མཆོག་ཏུ་འཇིག་པ་འཇུག་སྟེ། གང་གིས་དག་པར་ཡིད་ཆེས་པ་དེ་ལས་  
 མཆོག་ཏུ་འཇིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ནས་ནི། །རང་གི་ལྷ་ལ་ང་རྒྱལ་ཆགས། །དེ་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། དེས་ཁེངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ལ་ཞེ་སྤང་། རང་གི་  
 ལྷ་བ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པར་གྱུར་པ་དེའི་དབང་པོར་གྱུར་པ་གཞན་གྱི་ལྷ་བ་ལ་



ཞེ་སྒང་འཇུག་གོ། །གཞན་དག་ནི་རང་གི་ལྟ་བ་སྒངས་ནས་བོར་བ་གཞན་ལ་  
ཞེ་སྒང་བར་འདོད་དོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བས་སྒང་བར་བྱ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ།  
དེ་ལྟར་རིམ། །འདི་ནི་སྤ་རྒྱས་བཅུ་པོ་དེ་དག་གི་འཇུག་པའི་རིམ་པ་ཡིན་ནོ།

སླེ་བའི་རྒྱ།

སླེ་བ་ནི་རྒྱ་གསུམ་གྱིས་སླེ་སྟེ་སྤ་རྒྱས་སྒང་བ་མ་ཡིན་དང་། །ཡུལ་  
ནི་ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། །ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡིད་བྱེད་ལས། །ཉོན་  
མོངས་སླེ་སྟེ། །འདི་ལྟ་སྟེ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྤ་རྒྱས་མ་སྒངས་ཤིང་  
ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པ་ཡིན། །འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་ནས་དགྱིས་  
པ་དང་། །མཐུན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་སྒང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། །དེ་ལ་ཡང་  
ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལྟར་ན་འདོད་པའི་འདོད་  
ཆགས་སླེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དང་ཡུལ་དང་  
སློར་བའི་སྟོབས་དག་ཡིན་ཏེ། །ཉོན་མོངས་པ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སླེ་  
བར་རིག་པར་བྱའོ། །

གང་ཞིག་རྒྱ་ནི་ཆངས་པ་ཡིན། །རེས་འགའ་ཡུལ་གྱི་སྟོབས་ཁོ་ན། །  
སླེ་རི་རྒྱ་རི་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡོངས་སུ་ཉམས་  
པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་གྲག་གོ། །

ཟག་པ་ལ་སོགས་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་རྣམ་པའི་དབྱེ་བ།

ཡང་སྤྱི་བཤུན་དེ་དག་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཟག་པ་གསུམ་དུ་  
གསུངས་ཏེ། འདོད་པའི་ཟག་པ་དང་། སྲིད་པའི་ཟག་པ་དང་། མ་རིག་པའི་  
ཟག་པ་ལོ། །ཆུ་བོ་བཞི་སྟེ། འདོད་པའི་ཆུ་བོ་དང་། སྲིད་པའི་ཆུ་བོ་དང་། ལྷ་  
བའི་ཆུ་བོ་དང་། མ་རིག་པའི་ཆུ་བོ་ལོ། །སྦྱོར་བ་བཞི་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་དོ། །  
ཉེ་བར་ལེན་པ་བཞི་སྟེ། འདོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། ལྷ་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་  
དང་། ལྷ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། བདག་ཏུ་སྦྱོར་བ་  
ཉེ་བར་ལེན་པ་ལོ། །

### ཟག་པ།

དེ་ལ་རེ་ཞིག་འདོད་ན་གཏི་ཐུག་མ་གཏོགས་པའི། །ཉོན་མོངས་ཀྱན་  
ནས་དགྱིས་བཅས་ཟག ། མ་རིག་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་  
པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་ནས་དགྱིས་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་  
རྣམས་བཞི་བཅུ་ཅུ་གཅིག་ནི་འདོད་པའི་ཟག་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། མ་  
རིག་པ་རྣམས་པ་ལྔ་མ་གཏོགས་པ་སྤྱི་བཤུན་སུམ་ཅུ་ཅུ་གཅིག་དང་ཀྱན་ནས་  
དགྱིས་པ་བཅུ་ལོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་ནི་མེད་པ་ན། །སྤྱི་བཤུན་ཁོ་ན་  
སྲིད་པའི་ཟག །མ་རིག་པ་མ་གཏོགས་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་ཏེ། མ་རིག་པ་  
རྣམས་མ་གཏོགས་པར་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱི་བཤུན་

རྩམ་ལྔ་བཅུ་ཙ་གཉིས་ནི་སྲིད་པའི་ཟག་པ་ཡིན་ཏེ།      མ་རིག་པ་རྣམ་པ་ལྔ་  
མ་གཏོགས་པ་གཟུགས་ན་སྲོད་པའི་སྤ་རྒྱས་ཉི་ཤུ་ཙ་བྱུག་དང་།      གཟུགས་  
མེད་པ་ན་སྲོད་པའི་ཉི་ཤུ་ཙ་བྱུག་གོ། །

དེ་ན་ཡང་ཐུགས་པ་དང་མྱོད་པ་དང་ཀྱན་ནས་དགྲིས་པ་གཉིས་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནམ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དག་ལས་ཀྱང་། སྲིད་པའི་ཟག་པ་གང་ཞེ་ན།  
མ་རིག་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་གཟུགས་དང་གཟུགས་  
མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་དང་། འཆིང་བ་དང་། སྤ་རྒྱས་དང་། ཉི་  
བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཀྱན་ནས་དགྲིས་པ་གང་དག་ཡིན་པའོ་ཞེས་བཤད་  
ན་ཅིའི་ཕྱིར་འདིར་དེ་མ་སྒྲེས་ཤེ་ན། ཁ་ཆེ་བ་རྣམས་ན་རེ་རང་དབང་ཅན་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བེད་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་  
ན་སྲོད་པའི་སྤ་རྒྱས་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་སྲིད་པའི་ཟག་པར་བཤད་  
ཅེ་ན། དེ་ལུང་མ་བསྟན་ཁ་ནང་བསྟན། །མཉམ་གཞག་པ་ཡི་ཕྱིར་གཅིག་  
བྱས། །དེ་གཉི་ག་ཡང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་། ཁ་ནང་དུ་བསྟན་ཏེ་འཇུག་  
པ་དང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་མཐུན་པ་  
རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ། རྒྱ་གང་གིས་སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་  
ཞེས་བཤད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྲིད་པའི་ཟག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཚུ་བོ་དང་སྦྱོར་བ།

ད་ནི་མ་རིག་པའི་ཁམས་གསུམ་པ་རྩམ་བཅོ་ལྔ་ནི་མ་རིག་པའི་ཟག་

པ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་བོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལོགས་ཤིག་ཏུ་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་  
 བ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ཅ་བ་མ་རིག་ཡིན་པས་ན། །ལོགས་ཤིག་ཏུ་  
 བྱི་ཟག་པར་བསྟན། །ཟག་པ་དེ་དག་རི་སྐད་དུ་བཤད་པ་ལྟར། རྩ་བོ་སྦྱོར་  
 བའང་དེ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །ལྟ་རྣམས་གསལ་ཕྱིར་ལོགས་ཤིག་  
 བསྟན། །ལྟ་བ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་འདོད་པའི་ཟག་པ་ཁོ་ནར་འདོད་པའི་  
 རྩ་བོ་དང་། འདོད་པའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིད་པའི་ཟག་པ་ཁོ་ན་  
 སྤྱིད་པའི་རྩ་བོ་དང་། སྤྱིད་པའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་བསལ་བའི་ཕྱིར་  
 རྩ་བོ་དང་སྦྱོར་བ་དག་ནི་ནང་དུ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསལ་བའི་རྣམ་པར་བཞག་  
 གོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ཟག་པ་མ་ཡིན་གྲོགས་མེད་རྣམས། །འཛོག་པའི་རྗེས་སུ་  
 མི་མ་ཐུན་ལོ། །ཟག་པ་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པའི་ཆོག་ནི་འཛོག་པར་བྱེད་པས་ན་  
 ཞེས་འོག་ནས་འཆད་ན། ལྟ་བ་རྣམས་འབའ་ཞིག་ནི་བསལ་བའི་ཕྱིར་འཛོག་  
 པའི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཟག་པ་དག་ཏུ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་  
 མ་བཞག་གི་བསྐྱེད་ཉེ་ནི་བཞག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདོད་པའི་རྩ་བོ་ནི་རྗེས་ནི་ཤུ་ཅ་དགུ་སྟེ། འདོད་ཆགས་  
 དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་བཅོ་ལྔ་དང་། ཐེ་ཆོམ་བཞི་དང་། གུན་ནས་  
 དགྲིས་པ་བཅུ་ལོ། །སྤྱིད་པའི་རྩ་བོ་ནི་རྗེས་ནི་ཤུ་ཅ་བརྒྱད་དེ། འདོད་ཆགས་  
 དང་ང་རྒྱལ་ནི་ཤུ་དང་། ཐེ་ཆོམ་བརྒྱད་དོ། །ལྟ་བའི་རྩ་བོ་ནི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་  
 དུག་གོ། །མ་རིག་པའི་རྩ་བོ་ནི་རྗེས་བཅོ་ལྔ་སྟེ། སྦྱོར་བ་ཡང་རྩ་བོ་བཞིན་དུ་  
 རིག་པར་བྱའོ། །

རི་སྐད་བཤད་ཉིད་མ་རིག་བཅས། ཉེར་ལེན་རྣམས་ཏེ་ལྟ་རྣམ་གཉིས།  
 བྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །འདོད་པའི་སྦྱོར་བ་མ་རིག་པ་དང་བཅས་པ་རྩས་སུ་མ་ཅུ་  
 ཅ་བཞི་ཁོ་ན་འདོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་  
 བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་ཉི་ཤུ་དང་། ཐེ་ཚོམ་བཞི་དང་། ཀྱན་ནས་  
 དགྲིས་པ་བཅུ་ལྔ། །སྤིད་པའི་སྦྱོར་བ་ཉེ་བར་མ་རིག་པ་དང་བཅས་པ་རྩས་  
 སུ་མ་ཅུ་ཅ་བཅུ་དེ་ཁོ་ན་བདག་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་  
 དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་སུ་མ་ཅུ་དང་། ཐེ་ཚོམ་བཅུ་དྲུག་། །ལྟ་བའི་  
 སྦྱོར་བ་ལས་ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུ་ལ་ཁྱུགས་སུ་སྤྲོད་ཏེ། ལྟ་བ་ལ་ཉེ་བར་ལེན་  
 པ་རྩས་སུ་མ་ཅུ་ཡིན་ནོ། །ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུ་ལ་ཁྱུགས་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་  
 རྩས་སུ་གོ། །ཅི་འདི་བྱིར་ལྟ་བ་རྣམས་ལས་སྤྲོད་ཞེ་ན། ལམ་གྱི་དབྱར་འབྱར་  
 བའི་བྱིར་དང་། སྤྱོགས་གཉི་ག་བསྐྱེད་བའི་བྱིར་ཏེ། འདིས་བྲིམ་པ་རྣམས་  
 གྲང་ལམ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལམ་དུ་འདུ་ཤེས་པས་བས་མི་བ་ལ་སོགས་པས་  
 བསྐྱེད་ལ། རབ་ཏུ་སྤྲོད་པ་རྣམས་གྲང་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡོངས་སུ་སྤྲངས་  
 པས་དག་པར་ཡིད་ཆེས་པས་བསྐྱེད་སོ། །ཅི་འདི་བྱིར་མ་རིག་པ་བསྐྱེད་ཏེ་ཉེ་  
 བར་ལེན་པར་བཤད་ལ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་བཤད་ཅེ་ན། སྤིད་པ་འཛིན་པའི་  
 བྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པ་དག་ཡིན་ནོ། །

མ་རིག་པ། འཛིན་པར་བྱེད་པ་མིན་བྱིར་བསྐྱེས། །མ་རིག་པ་ནི་  
 མི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མི་གསལ་བའི་བྱིར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་མ་



ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་བསྐྱེས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མཛོད་  
 ལས་ནི་འདོད་པའི་སྦྱོར་བ་གང་ཞེ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནས་རྒྱས་པར་འདིའི་འདོད་  
 པ་རྣམས་ལ་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་དང་།  
 འདོད་པ་ལ་སྤྲོད་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་དང་ཆེ་བ་དང་། འདོད་པ་ལ་འདོད་  
 པས་བརྒྱལ་བ་དང་། འདོད་པ་ལ་ཞེན་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་དགའ་བ་དང་།  
 འདོད་པ་ལ་འཆུམས་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པ་ཡོད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེས་འདིའི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཏུགས་ཏེ་གནས་པ་འདི་ནི་འདོད་  
 པའི་སྦྱོར་བ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། ལྷ་བའི་སྦྱོར་བ་ཡང་དེ་དང་  
 འབྲ་བའི་བར་གསུངས་སོ། །མཛོད་གཞན་དག་ལས་འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་  
 གྲང་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་འདོད་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ལ་འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་གང་ཡིན་པ་ནི་འདོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་ཡིན་པར་ཞེས་སོ། །མཛོད་དག་ལས་སྤྲ་རྒྱས་རྣམས་ཁོ་ན་ཟག་  
 པ་དང་། ལྷ་བོ་དང་། སྦྱོར་བ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པའི་མིང་དུ་གསུངས་པ་  
 འདི་ནི་བཤའ་བཞུགས་ཏེ། །

སྤྲ་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་མིང་དོན།

ཡང་སྤྲ་རྒྱས་ཀྱི་དོན་ནི་ཅི་ཡིན། ཉེ་བར་ལེན་པའི་བར་ཀྱི་དོན་ནི་ཅི་  
 ཡིན་ཞེ་ན། གང་སྤྱིར་དེ་དག་སྤྲ་བ་དང་། །རྗེས་འབྲེལ་རྣམ་གཉིས་རྒྱས་  
 འགྱུར་དང་། །རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དེ་ཡི་སྤྱིར། །སྤྲ་རྒྱས་རྟག་ཏུ་བཤའ་བ་ཡིན། །

དེ་ལ་སྤྱ་བ་རྣམས་ནི་རྟོགས་པར་དགའ་བས་རྒྱ་བ་སྤྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་  
 འབྲེལ་བ་ནི་ཐོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བས་སོ། །རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ནི་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཏེ། དམིགས་པ་དང་། མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་སོ། །རྗེས་  
 སུ་འབྲང་བ་ནི་སྒྲོར་བ་མེད་པར་ཏེ། བསྐྱོག་བཞིན་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་མངོན་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དེ་དག་གིས་ན་སྤྱ་རྒྱས་རྣམས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་  
 དག་འཛོག་བྱེད་ཟག་བྱེད་དང་། །ཁྱེར་བར་བྱེད་དང་འབྲུར་བྱེད་དང་། །ཉེ་  
 བར་འཛིན་ཕྱིར་ཟག་ལ་སོགས། །དེ་དག་གི་ནི་ངེས་ཆིག་ཡིན། །འཁོར་  
 བར་འཛོག་པར་བྱེད་པ་དང་། །སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་ནས་མནར་མེད་པའི་བར་དུ་  
 སྒྲེ་མཆེད་དུག་གི་མ་ནས་འཛོག་པས་ན་ཟག་པ་དག་ཡིན་ནོ། །ཁྱེར་བར་  
 བྱེད་པས་ན་རྒྱ་བོ་དག་ཡིན་ནོ། །འབྲུར་བར་བྱེད་པས་ན་སྒྲོར་བ་དག་ཡིན་  
 ནོ། །ཉེ་བར་འཛིན་པས་ན་ཉེ་བར་ལེན་པ་དག་ཡིན་ནོ། །འདི་སྐད་དུ་འདི་  
 དག་གིས། རྒྱད་ཡུལ་རྣམས་ལ་འཛོག་པར་བྱེད་པས་ན་ཟག་པ་རྣམས་ཡིན་  
 ཏེ། ཆེ་དང་ལྡན་པས་དཔེར་ན་གྲུ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་ཆེན་པོས་རྒྱུ་བསྐྱོག་  
 སྒྲོགས་སུ་བགྱི་བ་དེ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་དེ་དག་ཉིད་མེད་པར་ཆེགས་རྒྱུ་  
 རུས་རྒྱུ་འབབ་སྒྲོགས་སུ་འཁྱེར་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་མདོའི་ཆིག་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲུགས་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་  
 ཕྱིར་རྒྱ་བོ་དག་སྟེ། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲེད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གིས་དེ་དག་དང་  
 ལྡན་པ་འཁྱེར་བར་འགྱུར་རོ། །ཆེ་བ་དང་ཀུན་དུ་མི་འབྲུང་བ་རྣམས་ནི་སྒྲོར་  
 བ་དག་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱ་ཆོགས་དང་སྒྲོར་བའི་ཕྱིར་རམ། །ཡང་ན་ཡང་

དང་ཡང་དུ་ཐེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་སོ། །འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་  
ལེན་པའི་སྤྱིར་ཉི་བར་ལེན་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆེས་ལེགས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

### ཀུན་སྒྲོལ།

དེ་དག་ཀུན་དུ་སྒྲོར་སོགས་ཀྱི། །དབྱེ་བས་ཡང་རྣམ་ལྟར་བཤད་དོ། །  
སྤྱི་བཤུན་དེ་དག་ཉིད་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་དང་། འཆིང་བ་དང་། སྤྱི་བཤུན་དང་། ཉི་  
བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཀུན་ནས་དགྱིས་པའི་དབྱེ་བས་ཡང་རྣམ་པ་ལྟར་  
སྤྱི་བཤུན་བཤད་དེ། དེ་ལ་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་ནི་དགྲ་སྟེ། ཐེས་སུ་ཆགས་པ་དང་།  
ཁོང་ཁོ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་དང་། ལྟ་བ་དང་། མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་། སྤག་དོག་དང་། སེར་སྒྲིའི་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་རྣམས་  
སོ། །དེ་ལ་ཐེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་འདོད་  
ཆགས་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དང་གཞན་དག་གྱང་ཅི་རིགས་པར་སྒྲོར་བར་  
བྱའོ། །ལྟ་བའི་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་ནི་ལྟ་བ་གསུམ་སོ། །མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་  
ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་ནི་ལྟ་བ་གཉིས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ལྟ་བ་དང་མཚུངས་པར་  
ལྟན་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཐེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བས་ལྟན་ཞིང་  
ལྟ་བ་ཀུན་དུ་སྒྲོར་བ་མ་ཡིན་པ། དེ་ལ་ལྟ་བའི་སྤྱི་བཤུན་སྤྱི་བཤུན་པར་མི་འགྱུར་  
བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ལྟ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། སྤྱི་བཤུན་པ་ཡོད་དེ། ཀུན་འབྱུང་ཤེས་  
པ་སྤྱི་བཤུན་པ་ལ་འགོག་པ་ཤེས་པ་མ་སྤྱི་བཤུན་པའི་ཆེ་འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་

བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ལྟ་བུ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྟུལ་  
 ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཏེ། དེ་  
 དག་ནི་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་དེ་ལ་དམིགས་པར་ལྡན་ལ་ལྟ་  
 བའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བས་ནི་མི་ལྡན་ཏེ། ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ལ་  
 ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལ་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཅན་ལྟ་  
 བའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ལ་ལྟ་བའི་སྤྱུ་རྒྱས་དག་ནི་  
 རྒྱས་པར་འགྱུར་ཏེ། མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལྟ་བུ་དེ་དག་ཁོ་ན་མཚུངས་པར་  
 ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས།

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་དག་གི་ནང་དུ་ལྟ་བུ་གསུམ་ནི་ལོགས་  
 ཞིག་ཏུ་ལྟ་བའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བར་བཤད་ལ། གཉིས་ནི་ལོགས་ཞིག་ཏུ་  
 མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བའི་ནང་དུ་བཤད་ཅེ་ན། རྗེས་དང་མཆོག་  
 འཛིན་འདྲ་བའི་ཕྱིར། །ལྟ་གཉིས་ཀུན་དུ་སྦྱོར་གཞན་ནོ། །ལྟ་བུ་མཆོག་  
 གསུམ་ཡང་རྗེས་བཅོ་བརྒྱད་ཡིན་ལ། མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལྟ་བུ་གཉིས་  
 གྲང་རྗེས་བཅོ་བརྒྱད་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རྗེས་མཉམ་པས་འདི་གཉིས་  
 ཀུན་དུ་སྦྱོར་བས་གཞན་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ། །འདི་གཉིས་ནི་མཆོག་  
 ཏུ་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། ལྟ་བུ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་པས་མཆོག་ཏུ་  
 འཛིན་པར་འདྲ་བའི་ཕྱིར་ཡང་འདི་གཉིས་ལོགས་ཞིག་ཏུ་བཤད་དེ། གཟུང་  
 བ་དང་འཛིན་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་དག་ཏུ་  
 སྤྲུལ་དོག་དང་། སེར་སྒྲ་ནི་ལོགས་ཞིག་ཏུ་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་གཉིས་སུ་བཤད་

ལ། གུན་ནས་དགེས་པ་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་སྤྱིར་གཉི་ག་གཅིག་  
 ཏུ་ནི། །མི་དགོ་རང་དབང་དེ་ཡི་སྤྱིར། །སྤྱག་དོག་སེར་སྣ་དེ་དག་ལས། །  
 ལོགས་ཤིག་གུན་སྤྱོད་གཉིས་སུ་བཞད། ། གང་ལ་གཅིག་ཏུ་མི་དགོ་བ་དང་  
 རང་དབང་ཅན་འདི་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གུན་ནས་དགེས་པ་གཞན་ནི་  
 མེད་དོ། །གཞན་དག་ན་རེ་གང་གི་གུན་ནས་དགེས་པ་བརྒྱད་ཡིན་པ་དེའི་  
 སྤྱིར་ནི་དེ་ལྟར་འབྱུང་གྱི། གང་གི་བརྒྱ་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁོ་བ་དང་འཆབ་པ་ཡང་  
 རྣམ་པ་གཉི་ག་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་འདི་ལ་ལན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གཞན་དུ་ཀྱན་དུ་སྒྱུར་བ། ཐ་མའི་ཆ་དང་  
མཐུན་ནམ་ལ། །གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འཛིགས་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་།  
ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་དུ་འཛིན་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་།  
འདོད་བ་ལ་འདུན་བ་དང་། གཞོད་སེམས་སོ། །ཅིའི་བྱིར་འདི་དག་ཐ་མའི་  
ཆ་དང་མཐུན་བ་ནམས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཐ་མའི་ཆ་དང་ལྷན་པའི་བྱིར་ཏེ། ཐ་  
མའི་ཆ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ཡིན་ལ། འདི་དག་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་མཐུན་བ་  
ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཉིས་ཀྱིས་འདོད་བ་ལས་མི་འདའ་ལ། གསུམ་པོ་ཡིས་  
ནི་བྱིར་སྒྲོག་བྱེད། །འདོད་བ་ལ་འདུན་བ་དང་། གཞོད་སེམས་དག་གིས་  
ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ལས་མི་འདའོ། །འཛིགས་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་ལ་སོགས་བ་  
དག་གིས་ནི་འདས་ཀྱང་བྱིར་སྒྲོག་པར་བྱེད་དེ། རྒྱ་བ་དང་། རྗེས་སུ་འབྲང་  
བ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་བྱིར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་གསུམ་གྱིས་ནི་སེམས་  
ཅན་གྱི་ཐ་མ་སོ་སོའི་སྒྱུ་བོ་ཉིད་ལས་མི་འདའ་ལ། གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཁམས་ཀྱི་



ཐ་མ་འདོད་པའི་ཁམས་ལས་མི་འདའ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་ཐ་མའི་ཆ་དང་  
མ་ཐུན་པ་རྣམས་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་གི་ཆེ་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པས་  
ཀུན་དུ་སྒྱུར་བ་གསུམ་ཡོངས་སུ་གཏུགས་ཏེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་  
དུག་སྤངས་པ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་ལྟ་བ་གསུམ་བོར་ལ། འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་  
བ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཇིན་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་  
གསུམ་ཁོ་ན་གསུངས་ཤེ་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་ཡིན་  
མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་། སྒོ་དང་རྩ་བ་བསྐྱས་ཕྱིར་གསུམ། །དུ་བཤད་དེ། ཉོན་  
མོངས་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྣམ་པ་གཅིག་དང་། རྣམ་པ་གཉིས་  
དང་། རྣམ་པ་བཞི་དག་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་སྒོ་ནི་འདི་གསུམ་གྱིས་བསྐྱས་  
སོ། །

གཞན་ཡང་མཐར་འཇིན་པར་ལྟ་བ་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བས་རབ་  
ཏུ་བརྟུག་ལ། ལྟ་བ་མཆོག་ཏུ་འཇིན་པ་ནི་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་  
མཆོག་ཏུ་འཇིན་པས་རབ་ཏུ་བརྟུག་ །ལོག་པར་ལྟ་བ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་རབ་ཏུ་  
བརྟུག་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་རྩ་བ་བསྐྱས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །གཞན་དག་  
ན་རེ། འགྲོ་མི་འདོད་དང་ལམ་ནོར་དང་། །ལམ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དེ་སྟེན་ཅིག་  
ཐར་པ་བགྲོད་པ་བགེགས་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་གསུམ་བསྐྱར་རྟོ། །ཡུལ་  
གཞན་དུ་བགྲོད་པར་བྱ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པ་ནི་གསུམ་ཡོད་དོ། །འགྲོ་  
མི་འདོད་པ་དང་། ལམ་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་ལམ་ནོར་བ་དང་། ལམ་  
ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐར་པ་བགྲོད་པར་བྱ་བ་ལ་ཡང་གསུམ་

ཤོ་དེ་དག་ཉིད་བར་ཆད་བྱེད་དེ། དེ་ལ་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུ་ལས་ནི་ཐར་  
 བས་སྐྱལ་པར་འགྱུར་བས་འགྲོ་མི་འདོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་  
 བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་ཏུ་འཇིན་པས་ནི་ལམ་གཞན་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་  
 པའི་ཕྱིར་ལམ་ནོར་བར་འགྱུར་རོ། ། ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ནི་ལམ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། བཙེམ་ལྟན་འདས་གྱིས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པས་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་  
 བར་ཆད་བྱེད་པ་དེ་དག་སྤང་བར་སྟོན་པ་ན་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་ཁོ་ན་སྤང་  
 བར་བསྟན་ཏི་ཞེས་བེད་རོ། །བཙེམ་ལྟན་འདས་གྱིས་ངེ་ལྟར་ཀུན་དུ་སྦྱོར་  
 བ་ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལྔ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་། གོང་མའི་ཆ་དང་  
 མཐུན་ལྔ་ཉིད། །ངེ་ལྟ་ཞེ་ན། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ལས་སྦྱེས་པའི།  
 འདོད་ཆགས་གཉིས་ཚོད་ང་རྒྱལ་མོངས། ། ཞེས་ཏེ། འདི་དག་གི་ཀུན་དུ་  
 སྦྱོར་བ་གོང་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལྔ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་གཟུགས་ཀྱི་འདོད་  
 ཆགས་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཚོད་པ་དང་། ང་རྒྱལ་  
 དང་། མ་རིག་པ་སྟེ། དེ་དག་མ་སྤངས་པར་ཁམས་གོང་མ་ལས་མི་འདའ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་དུ་སྦྱོར་བའི་སྐབས་ཚོགས་སོ། །

## འཆིང་བ།

འཆིང་བ་རྣམས་གང་ཞེ་ན། འཆིང་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། འཆིང་བ་འདོད་  
 ཆགས་ཐམས་ཅད་དང་། འཆིང་བ་ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་ཐམས་ཅད་དོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་གསུམ་པོ་ནི་འཆིང་བར་བཤད་ཅེ་ན། ཚོར་བའི་དབང་གིས་འཆིང་

བ་གསུམ། ཚོར་བ་གསུམ་གྱི་དབང་གིས་འཆིང་བ་གསུམ་སྟེ། བདེ་བའི་  
 ཚོར་བ་ལ་ནི་འདོད་ཆགས་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་  
 རྒྱས་པར་འགྱུར་ལ། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ནི་ཞེ་སྤང་ངོ་། །བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་གཉི་ལྷག་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་  
 དག་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་དམིགས་པའི་སྒོ་  
 ནས་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱ་རྒྱས་རྣམས་ནི་སྤར་བ་ཤད་པ་ཁོ་ནར་ཟད་དོ། །

### ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས།

ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་གང་  
 དག་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །ཉོན་མོངས་ལས་གཞན་  
 ཉོན་མོངས་ཅན། །སེམས་བྱུང་འདུ་བྱེད་ལྷུང་ཞེས་བྱ། །གང་དེའང་ཉེ་བའི་  
 ཉོན་མོངས་ཏེ། །དེ་དག་ཉོན་མོངས་ཞེས་མི་བྱ། །ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
 ལས་གཞན་པ་ཆོས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལྷུང་  
 བོས་བསྐྱེད་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 གྱི། ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྲང་གཞི་སྤྲོད་ཆེ་གས་ལས་  
 བྱུང་བ་གང་དག་ཡིན་པའོ། །འདིར་ནི་ཀུན་ནས་དགྱིས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་  
 པའི་ངི་མས་བསྐྱེད་པ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཀུན་ནས་དགྱིས་པ་རྣམས་

གང་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་ཀུན་ནས་དགེས་པ་ཡིན་ཏེ། མངོ་  
ལས། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་ནས་དགེས་པ་སྤྱལ་བསྤལ་གྱི་སྤྱེན་  
ཞེས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །

### ཀུན་དགེས།

བསྟན་བཅས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་ནི། རོ་ཆ་མེད་དང་ཁྲེལ་མེད་དང་།  
སྤྱལ་དོག་སེར་སྤྲ་ཁྲོད་པ་དང་། །འགྱོད་དང་སྤྱལ་ས་དང་གཉིད་དང་ནི། །ཀུན་  
ནས་དགེས་པ་རྣམ་པ་བརྒྱད། །འབྱུང་རོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲ་བའི་ལྷགས་ཀྱིས་  
ནི་ཀུན་ནས་དགེས་པ་བརྟུ་སྟེ། བརྒྱད་པོ་དེ་དག་དང་། ཁྲོ་དང་འཆབ་པའོ། །  
དེ་ལ་རོ་ཆ་མེད་པ་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་ནི་བཤད་ཅིན་རོ། །

སྤྱལ་དོག་ནི་གཞན་གྱི་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ལ་སེམས་ཁོང་ནས་  
འཁྲལ་པའོ། །སེར་སྤྲ་ནི་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་དང་མཁས་པ་རབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་  
དང་འགལ་བ་ཅན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་འཇིན་པའོ། །ཁྲོད་པ་ནི་སེམས་  
རྣམ་པར་མ་ཞི་བའོ། །འགྱོད་པ་དང་སྤྱལ་ས་པ་ནི་བཤད་ཅིན་རོ། །

གཉིད་ནི་ལུས་ཡང་དག་པར་འཇིན་པར་མི་རུས་པ་སེམས་མངོན་  
པར་སྤྱད་པའོ། །དེ་དང་འགྱོད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཁོ་ན་ཀུན་ནས་དགེས་  
པ་ཡིན་ནོ། །ཁྲོ་བ་ནི་གཞོད་སེམས་དང་། རྣམ་པར་འཆེ་བ་མ་གཏོགས་པ་  
སེམས་ཅན་དང་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པ་གང་  
ཡིན་པའོ། །འཆབ་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མཁྲུད་པའོ། །ཀུན་ནས་དགེས་པ་དེ་

རྣམས་ལས། །འདྲོད་ཆགས་དང་། རོ་ཆ་མེད་ཀྱོད་སེར་སྒྲ་བསྐྱང་། །ཉེ་བའི་  
ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །  
འཆབ་པ་ཚུད་དོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། མེད་པའི་རྒྱ་མཐུན་པའོ་ཞེས་བེར་རོ། །  
གཞན་དག་ན་རེ་མ་རིག་པའི་རྒྱ་མཐུན་པའོ་ཞེས་བེར་རོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་དེ་གཉི་གའི་ཡིན་ཏེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དང་  
མི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེར་རོ། །མ་རིག་པ་ལས། རྒྱགས་དང་  
གཉིད་དང་ཁྲེལ་མེད་དོ། །གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་མ་རིག་པའི་རྒྱ་མཐུན་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཆོམ་ལས་འགྱོད་ཁྲོ་བ་དང་། །ཕྱག་དོག་ཁོང་ཁྲོའི་རྒྱ་ལས་  
བྱུང་། །ཁོང་ཁྲོ་བས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱང་བ་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པ་བརྩུ་པོ་དེ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་མཐུན་པ་དག་ཡིན་ནོ། །

### དེ་མ།

གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་དེ་མ་དུག །འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱ་དང་གཡོ་དང་  
རྒྱགས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་འཆིག་དང་ཁོན་འཛིན་དང་། །རྣམ་འཛོ། དེ་ལ་  
རྒྱ་ནི་གཞན་འབྲིད་པའོ། །གཡོ་ནི་སེམས་བྱ་བྱ་བ་སྟེ། གང་གིས་ཡང་དག་  
པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མི་འཆགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བསྐྱར་བའམ་མི་གསལ་བར་  
བྱེད་པའོ། །རྒྱགས་པ་ནི་སྤར་བ་ཤད་བེན་ཏོ། །

འཆིག་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་དམ་དུ་འཛིན་པ་  
སྟེ། གང་གིས་རིག་པར་གཏམས་པ་མི་འཛིན་པའོ། །ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ནི་



ཀུན་ནས་མནར་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལན་མང་དུ་བྱེད་པའོ། །རྣམ་པར་འཆེ་  
 བ་ནི་རྣམ་པར་ཐོ་འཆམས་པ་སྟེ། གང་གིས་མཆོན་ཆ་དང་ཆིག་རྩལ་པོ་དག་  
 གིས་པ་རོལ་པོ་རྣམ་པར་ཐོ་འཆམས་པར་བྱེད་པའི། ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་  
 མ་དུག་པོ་དེ་དག་ལས། སྤྱ་དང་རྒྱགས་པ་ནི། །འདོད་ཆགས་ལས་སྦྱེས་  
 ཁོན་འཛིན་དང་། །རྣམ་འཆེ་ཁོང་ཁོ་ལས་སྦྱེས་སོ། །འཆིག་པ་ལྷ་བ་མཆོག་  
 འཛིན་ལས། །གཡོ་ནི་ལྷ་བས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་། །བྱ་བྱ་ཅི་ཡིན་སྟེག་ཅན་  
 ལྟ། །ཞེས་ཆིགས་སུ་བཅད་དེ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་གཡོ་ནི་ལྷ་བའི་རྒྱ་མཐུན་པ་  
 ཡིན་པར་རུང་ངོ། །

འདི་དག་ཅི་ཞིག་གིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཞིག་ཀུན་ནས་  
 དགྱིས་པ་བརྩུར་བ་ཤད་པ་གང་དག་ཡིན་པ། དེ་ལས་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་། །  
 ཁྲེལ་མེད་སྤྱགས་གཉིད་ལོད་རྣམ་གཉིས། །ཆོས་ལྷ་པོ་འདི་དག་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་དང་  
 བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་གང་མཐོང་  
 བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དེ་ནི་དེ་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་བཤད་པ།

དེ་ལས་གཞན་ནི་བསྐྱོམ་སྤང་བྱ། །དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཉེ་བའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་ནས་དགྱིས་པས་བསྐྱས་པ་སྤྱག་དོག་དང་། སེར་སྒྲ་

དང་། འགྱོད་པ་དང་། ཁྱོ་བ་དང་། འཆབ་པ་ནི་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་  
བ་ཁོ་ན་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟ་པོ་དེ་དག་ནི། རང་དབང་ཅན་ཡིན་  
ཏེ། མ་རིག་པ་ཙམ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྟར་སྤྲུག་དོག་  
ལ་སོགས་པ་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟ་པོ་དེ་དག་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
དང་། རང་དབང་ཅན་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་ངི་མ་རྣམས། ཉོན་མོངས་པའི་ངི་  
མ་དྲུག་ཀྱང་དེ་དང་འདྲའོ། །ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རི་སྐད་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་  
ནི། འདོད་ན་མི་དགོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ན་ནི་མི་དགོ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལས་ཀྱང་། གསུམ་རྣམ་གཉིས། །རྒྱགས་པ་དང་། རྒྱོད་པ་  
དང་། གཉིད་རྣམས་ནི་མི་དགོ་བ་དང་། ལྷང་དུ་མ་བསྟན་པ་དག་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ཡན་ཆད་ནི་ལྷང་མ་བསྟན། འདོད་པའི་ཁམས་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པ་རྣམས་ནི་ཅི་རིགས་པར་ལྷང་དུ་མ་བསྟན་པ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
ལས་དུ་ཞིག་གང་ན་ཡོད་པར་རིག་པར་བྱ་ཞེ་ན། འདོད་དང་བསམ་གཏན་  
དང་པོ་ན། །གཡོ་སྒྱ། འདི་གཉིས་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་དང་། བསམ་གཏན་  
དང་པོ་ན་ཡོད་དོ། །ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་སྒྱ་རི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། ཆངས་  
པས་འབྲིད་སྤྱིར་རོ། །ཆངས་པ་ཆེན་པོ་དེ་ནི་བདག་ཉིད་ལོག་པར་ཀྱན་དུ་  
སྟོན་པས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྟ་ལྟལ་ལ་འབྲིད་པར་ཞུགས་སོ། །གཡོ་ནི་བཤད་  
ཟེན་མོད་ཀྱི་ཞར་ལ་འོངས་པས་སྒྲོས་སོ། །རྒྱགས་རྒྱུགས་པ་ཁམས་  
གསུམ་ན། །གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་ཁམས་གསུམ་པོ་དག་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
དག་ན་འདོད་ཁམས་ལས་སྐྱེས་པ། བཅུ་དྲུག་ལས་ལྟ་བོར་ཏེ། ཉེ་བའི་ཉོན་

མོངས་པ་བཅུ་གཅིག་ནི་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ། ། ཉོན་མོངས་པ་  
དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་བཞུགས་ཅིན་ཏེ། །

ཡང་དེ་རྣམས་ལས་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་ནི་དུ་ཞིག་ཡིན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
དུག་གི་ས་པ་ནི་དུ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། མདོར་བསྟུན། མཐོང་སྤང་བྱ་གཉིད་  
ང་རྒྱལ་བཅས། །ཡིད་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ས་པ་ཡིན། །མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་  
བ་ཐམས་ཅད་ནི་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་དག་ཡིན་ཏེ། །གཉིད་དང་ང་རྒྱལ་བསྟོམ་  
པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་ཡང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་དག་ཡིན་  
ཏེ། དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་དག་ཡིན་ཅོ། །ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་  
རང་དབང་ཡང་། ཉོན་མོངས་པ་རང་དབང་ཅན་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་  
བསྟོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཡང་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བསྟུན་བར་  
བྱའོ། །གཞན་ནི་རྣམ་ཤེས་དུག་རྟེན་ཅན། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པ་གཞན་དག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་ས་པ་དག་ཡིན་པར་རིག་  
པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་གང་དག་ཅིག་ཡིན་ཞེ་ན། བསྟོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་། མ་རིག་པ་རྣམས་དང་། དེ་དག་དང་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་། བྲེལ་མེད་པ་  
དང་། ལྷགས་པ་དང་། རྟོད་པ་རྣམས་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ས་པ་མང་  
པོ་པ་དག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་པ་གང་དག་ཡིན་པའོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
དབང་པོ་ལྔ་པོ་གང་དག་ཡིན་པ། དེ་དག་ལས་དབང་པོ་གང་ཞིག་ཉོན་མོངས་

པའམ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་གང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཞེ་ན། བདེ་བ་  
 དག་དང་འདོད་ཆགས་སུ། །མཚུངས་ལྡན། འདོད་ཆགས་ནི་བདེ་བ་དང་  
 ཡིད་བདེ་བ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །ཞེ་སྒྲུབ་བསྒྲུག་པའོ། །སྒྲུག་  
 བསྐྱེད་དག་དང་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་  
 དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྒྲུབ་དག་ནི་དགའ་བ་དང་  
 སྒྲོ་བའི་རྣམ་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་ས་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་དག་ཐམས་ཅད་དང་། །མ་རིག་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྤྱིར་དབང་པོ་ལྟ་ཆར་དང་  
 ཡང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །

མེད་ལྟ་ཡིད་བདེ་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་། །ཡིད་སྒྲུག་བསྐྱེད་བའི་ཡིད་མི་  
 བདེ་བའོ། །ཡིད་བདེ་བ་ནི་ཡིད་བདེ་བ་སྟེ། ལོག་པར་ལྟ་བུ་ནི་དེ་དག་དེ་  
 དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཏེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ཅན་རྣམས་དང་། སྤྱིག་  
 པའི་ལས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་ཐེ་ཆོམ་  
 མོ། །ཐེ་ཆོམ་ཐོས་པ་ངེས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ན། ཡིད་མི་བདེ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །གཞན་ཡིད་བདེ་དང་། སྤ་རྒྱས་གཞན་དག་ནི་ཡིད་བདེ་བ་ཁོ་ན་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །གཞན་ཡང་གང་དག་གཅིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟ་བུ་བཞི་  
 དང་། ང་རྒྱལ་ཏེ། དགའ་བའི་རྣམ་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤ་རྒྱས་སུ་བཤད་པ་དེ་དག་ཅི་ཞིག་དང་ལྡན་ཞེ་ན། འདོད་ལས་  
 སྤྱེས། །དེ་ལྟར་ན་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་སོ་སོར་ངེས་པ་བཤད་ནས་སྤྱིར་

ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལས། འགྲོད་དང་ཕྱག་དོག་ཁོང་ཁྱོད་  
 དང་། །རྣམ་འཆེ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་དང་། །འཆབ་པ་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་།  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་ཏེ། འདི་དག་ནི་སྦྱོ་བའི་རྣམ་པར་  
 འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་ཡིད་གྱི་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སེར་སྣ་དག་གི་  
 བསྐྱོག་པ་ཡིན། །ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་  
 ཚིག་གོ། །ཆགས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དགའ་བའི་རྣམ་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཡོ་དང་སྦྱུ་དང་རྒྱགས་འཆབ་གཉིད། །གཉི་ག་དང་ལྡན། ཡིད་བདེ་  
 བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཏེ། རེས་འགའ་ནི་ཡིད་  
 བདེ་བ་དག་གིས་པ་རོལ་པོ་འབྲིད་པར་བྱེད་ལ། རེས་འགའ་ནི་ཡིད་མི་



བདེ་བ་དག་གིས་ཏེ། གཉིད་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །བདེ་དག་དང་།  
རྒྱགས་པ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་ནི་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ།  
མན་ཆད་ན་ནི་ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །ཡན་ཆད་ན་ནི་བཏང་  
སྟོམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །འདི་ལྟར་བཏང་སྟོམས་ཀྱན་དུ་འགྲོ། །  
ཐམས་ཅད་བཏང་སྟོམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཏེ། དེ་ནི་མ་རིག་པ་བཞིན་  
དུ་གང་ལ་ཡང་དགག་པ་མེད་དོ། །

བཞི་པོ་གཞན་ནི་ལྷ་དག་དང་། །རྡོ་ཆ་མེད་པ་དང་། །ཁྲིལ་མེད་པ་  
དང་། རྒྱགས་པ་དང་། །ཁྲིད་པ་དང་། །ཀྱན་ནས་དབྱིས་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་  
ནི་དབང་པོ་ལྷ་ཆར་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཏེ། མི་དགོ་བའི་ས་མང་པོ་པ་  
ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། ཉན་མོངས་པའི་ས་མང་པོ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །

སྒྲིབ་པ་ལྷ་བཞད་པ།

མདོ་ལས། འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་དང་། གཞོད་སེམས་དང་། རྒྱགས་  
པ་དང་། གཉིད་དང་། །ཁྲིད་པ་དང་། །འགྲོད་པ་དང་། །ཐེ་ཆོམ་དང་སྒྲིབ་པ་  
ལྷ་གསུངས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཅི་རྒྱགས་པ་དང་། །ཁྲིད་པ་དང་། །ཐེ་  
ཆོམ་ཁམས་གསུམ་པ་དག་བཟུང་ངམ། འོན་ཏེ་འདོད་པ་དང་མཚུངས་པར་  
ལྡན་པ་དག་ཁོ་ན་གཟུང་ཞེ་ན། མདོ་ལས། འདི་ནི་མི་དགོ་བའི་ཕྱང་པོ་མ་  
འདྲེས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྒྲིབ་པ་ལྷ་འོ་ཞེས་གཅིག་

ཏུ་མི་དག་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་།

འདོད་ན་སྐྱབ་རྣམས། ཡོད་ན་ཁམས་གཞན་ན་ནི་མེད་དོ། །ཅིའི་  
ཕྱིར་སྐྱགས་པ་དང་གཉིད་གཉིས་ཀྱང་སྐྱབ་པ་གཅིག་ཏུ་བཤད་ལ། རྟོན་པ་  
དང་འགྲོད་པ་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་བཤད་ཅེ་ན། མི་མཐུན་དང་། ཟས་དང་  
བྱ་བ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། །གཉིས་གཅིག་ །གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་གཉིས་  
གཅིག་གོ། །མི་མཐུན་པ་དག་དང་། གཉེན་པོ་དང་། ཟས་མ་ཡིན་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་དོན་གཅིག་གོ། །མདོ་ལས་སྐྱགས་པ་དང་། གཉིད་དག་གི་ཟས་ཀྱང་  
གཅིག་ །ཟས་མ་ཡིན་པ་ཡང་གཅིག་ཏུ་གསུངས་ཏེ། སྐྱགས་པ་དང་གཉིད་  
ཀྱི་སྐྱབ་པའི་ཟས་གང་ཞེ་ན། ཆོས་ལྔ་སྟེ། རྒྱ་བ་དང་། མི་དགའ་བ་དང་།  
བྱ་རྒྱུད་དང་། ཁ་ཟས་ཀྱི་བྲོད་མི་བེན་པ་དང་། སེམས་ཁུམ་པ་ཉིད་དོ། །

སྐྱགས་པ་དང་གཉིད་ཀྱི་སྐྱབ་པའི་ཟས་མ་ཡིན་པ་གང་ཞེ་ན། སྤང་  
བའི་འདུ་ཤེས་སོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡང་གཅིག་སྟེ། འདི་གཉི་གས་ཀྱང་  
སེམས། ཁུམ་པར་བྱེད་དོ། །རྟོན་པ་དང་འགྲོད་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཟས་ཀྱང་  
གཅིག་ །ཟས་མ་ཡིན་པ་ཡང་གཅིག་ཏུ་གསུངས་ཏེ། རྟོན་པ་དང་འགྲོད་པའི་  
ཟས་གང་ཞེ་ན། ཆོས་བཞི་སྟེ། ཉེ་དུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། དུལ་གྱི་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་དང་། མི་འཆི་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། སྟོན་དགོད་པ་དང་།  
ཅེས་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། དགའ་མགུར་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཇེས་  
སུ་བྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

རྟོན་པ་དང་འགྲོད་པའི་སྐྱབ་པའི་ཟས་མ་ཡིན་པ་གང་ཞེ་ན། ཞེ་

གནས་སོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡང་གཅིག་སྟེ། འདི་གཉི་གས་ཀྱང་སེམས་  
 རྣམ་པར་མ་ཞི་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་མི་མཐུན་པ་དང་། ཟས་དང་བྱ་  
 བ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བཤད་དོ། །གང་གི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ལྟ་ཁོ་ནར་བཤད་ཅེ་ན། སྤང་པོ་  
 གཞོད་བྱེད་དང་། ཐེ་ཆོམ་ཕྱིར་ན་ལྟ་ཉིད་དོ། །འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་དང་།  
 གཞོད་སེམས་དག་གིས་ནི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་དོ། །  
 རྟུགས་པ་དང་གཉིད་ཀྱིས་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་དོ། །  
 རྟོན་པ་དང་འགྲོད་པས་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་ཤེས་རབ་དག་མེད་ན། བདེན་པ་དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ལྟར་བཤད་དོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་རྟོག་པ་འདི་ལ་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་འགལ་  
 བ་རྟོན་པ་དང་འགྲོད་པའི་སྐྱབ་པ་སྤར་སྒྲིམ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གྲངས་  
 བཞིན་དུ་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་གཞོད་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་བཙོན་པ་ནི་རྟུགས་པ་དང་གཉིད་ཀྱིས་  
 འཇིགས་ལ། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་བཙོན་པ་ནི་རྟོན་པ་དང་།  
 འགྲོད་པས་འཇིགས་སོ་ཞེས་བེར་དོ། །གཞན་དག་ནི་གཞན་དུ་བརྗོད་དོ། །

རི་སྐད་དུ་བརྗོད་ཅེ་ན། རྟུ་བར་གྱུར་པས་གཟུགས་སྤྱད་པ་དང་མི་  
 སྤྱད་པའི་ཡུལ་དག་ལ་མཆོན་མར་གཟུང་བའི་ཕྱིར་གནས་པར་གྱུར་པའི་  
 ཉིང་ངེ་འཇིན་དུ་འབྱུག་པ་ལ། དེ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བའི་འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་

དང་། གཞོད་སེམས་དག་དང་པོ་ཉིད་དུ་བར་ཆད་བྱེད་དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་དུ་ཞུགས་པས་རིགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཞི་གནས་ལྷག་མཐོང་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྤྲུགས་པ་ཉིད་། གཉིད་ཉིད་། རྟོག་པ་ཉིད་།  
 འགྲོད་པ་ཉིད་། ཐེ་ཚོམ་མེད་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དག་ལ་བར་ཆད་  
 བྱེད་ལ། ལངས་པ་ལ་ཡང་ཆོས་ལ་ངེས་པར་རྟོག་པའི་ཆེ་ཐེ་ཚོམ་གྱིས་བར་  
 ཆད་བྱེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་པ་ལྟར་བཤད་དོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

སྤྱ་རྒྱས་ཅི་ལྟར་སྤྱོད་ཚུལ་བཤད་པ།

འདི་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། སྐལ་བ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀྱན་དུ་འགྲོ་  
 བ་རྣམས་དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཟག་པ་དང་  
 བཅས་པ་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་གང་གི་ཆེ་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་  
 དེའི་ཆེ་ནི་སྤྱོད་བར་མི་འགྱུར་ལ། གང་གི་ཆེ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ལ་དེའི་ཆེ་ནི་  
 དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་ན་ཅི་ལྟར་དེ་དག་སྤྱོད་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་ནི་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་ཟད་པར་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཅི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་བཞིས་སོ། །རྣམ་པ་བཞི་པོ་གང་དག་གིས་  
 ཤེས་ན། དེ་ཞིག་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ནི། དམིགས་པ་ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡང་དག་པར། །ཟད་དང་དམིགས་པ་  
 སྤངས་པས་སོ། །དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་

ཀུན་འགྱུར་བ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རང་གི་ས་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་  
 དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་རྣམས་ཟད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡང་དག་པར་ཟད་  
 པས་ནི་སྐལ་བ་མི་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཟད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ལ་དམིགས་པ་ནི་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་ཁམས་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་དག་  
 ཡིན་པས་དེ་དག་སྤངས་ན་དེ་དག་ཀྱང་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །དམིགས་པ་སྤངས་  
 པས་ནི་འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
 ལ་དམིགས་པ་རྣམས་ཟད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་  
 རྣམས་ནི་དེ་དག་གི་དམིགས་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་སྤངས་ན་དེ་དག་ཀྱང་སྤང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ནི་གཉེན་པོ་སྦྱེས་པས་ཟད་  
 པར་འགྱུར། ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་གང་དག་གི་གཉེན་པོ་ལམ་གང་ཡིན་པ་  
 སྦྱེས་པ་དེ་སྤོང་བར་བྱེད་དོ། །གང་གི་གཉེན་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཆེན་  
 པོའི་ཆེན་པོ་ནས་ཆུང་དུ་འི་ཆུང་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རྒྱས་པར་ནི་འོག་ནས་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །

ཞར་ལ་གཉེན་པོའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉེན་པོ་ཡང་རྣམ་པ་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན་སྦྱས་པ། གཉེན་པོ་རྣམ་བཞི་  
 སྤོང་བ་དང་། །གཞི་དང་སྤིད་ཉིད་རྣམ་པར་ནི། །སུན་འབྱིན་ཞེས་བྱ་སྤོང་  
 བ་གཉེན་པོ་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་མོ། །གཞི་གཉེན་པོ་ནི་དེ་ཡན་ཆད་



གྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། གང་གིས་དེས་ཐོབ་པའི་སྤོང་བ་ཀུན་དུ་འཛིན་པར་  
 བྱེད་པའོ། །ཐག་བསྐང་བའི་ངོ་བོའི་གཉེན་པོ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་  
 ཡན་ཆད་གྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། རྟེན་པ་ཆད་པ་ཐག་བསྐང་བའི་བྱིར་རོ།  
 གཞན་དག་ན་རེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེས་ཀྱང་ཐོབ་པ་  
 དེ་ཐག་སྐང་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རྣམ་པར་སུན་འབྱེན་པའི་གཉེན་པོ་  
 ནི་ལམ་གང་གིས་ཁམས་དེ་ལ་སྦྱོན་དུ་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་སུན་འབྱེན་པར་  
 བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་འདི་དག་གི་གོ་རིམ་རྣམ་པར་སུན་འབྱེན་པའི་གཉེན་  
 པོ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་དམིགས་པ་སྦྱོར་བའི་ལམ་མོ། །  
 སྤོང་བ་གཉེན་པོ་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་དོ། །གཞི་གཉེན་པོ་  
 ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་མོ། །ཐག་བསྐང་བའི་ངོ་བོའི་གཉེན་པོ་ནི་བྱང་  
 བར་གྱི་ལམ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཆེས་ལེགས་པར་འབྱུང་རོ། །ཉོན་མོངས་  
 པ་སྤོང་བ་ན་གང་ལས་སྤང་བར་བྱ་ཞེ་ན། དམིགས་པ་ལས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་  
 སྤང་བར་བྱར་འདོད། མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་  
 དབྱེ་བར་མི་རུས་སོ། །དམིགས་པ་ལས་ནི་རུས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཡང་དེ་ལ་  
 དམིགས་ནས་མི་སྦྱེདོ། །རེ་ཞིག་མ་འོངས་པ་ནི་དམིགས་པ་ལས་རྣམ་པར་  
 དབྱེ་བར་ཡང་རུས་གང་ན་འདས་པ་གོ་ཇི་ལྟར་རུས། འོན་ཏེ་འདིའི་དོན་ནི་  
 དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དེ་ཡང་མ་  
 དེས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་བཟོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

ཇི་ཙམ་གྱིས་ན་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་ཞེས་བཟོད་ཅེ་ན། རང་གི་

རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ནི་ཐོབ་པ་ཆད་པས་སོ། །གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་། གཟུགས་མེད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་  
 ཡིན་པའི་ཆོས་ནི་དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་  
 ཡོད་པ་སྤངས་བའོ། །ཐག་བསྐང་བའི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ཐག་བསྐང་བའི་ངོ་  
 བོ་རྣམས་པ་དུ་ཡོད་ཅེ་ན། ཐག་བསྐང་བའི་ངོ་བོ་ནི་རྣམས་པ་བཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 གྲགསྟེ། མཆོན་ཉིད་མི་མཐུན་མི་མཐུན་སྟོགས། །ཡུལ་རྣམས་ཆད་དང་  
 དུས་ཀྱིས་ཏེ། །འབྱུང་དང་ཚུལ་བྲིམས་སྟོགས་དང་ནི། །དུས་གཉིས་རིང་  
 བ་ཉིད་ལྟ་བུའོ། །མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་རིང་བ་ཉིད་ནི་དཔེར་ན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་  
 རྣམས་ལྟར་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཡང་མཆོན་ཉིད་མི་མཐུན་པས་རིང་བ་ཉིད་ལྟ་  
 བུའོ། །གཉིན་པོས་རིང་བ་ཉིད་ནི་དཔེར་ན་འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ལས་  
 ཚུལ་བྲིམས་ལྟ་བུའོ། །ཡུལ་གྱིས་རིང་བ་ཉིད་ནི་དཔེར་ན་བསྐྱལ་བའི་ཡུལ་  
 རྣམས་པར་ཆད་པས་ཏེ། །ཤར་དང་རྒྱབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་བཞིན་ནོ། །དུས་ཀྱིས་  
 རིང་བ་ཉིད་ནི་དཔེར་ན་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ལྟ་བུའོ། །རིང་བ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་གང་ལས་རིང་བ་ཡིན། ད་ལྟར་ལས་སོ། །འདས་མ་ཐག་པ་དང་། སྐྱེ་  
 བར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཇི་ལྟར་ན་རིང་བ་ཡིན། དེ་ནི་དུས་ཐ་དད་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་རིང་བ་ཡིན་གྱི་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ན་བྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ཉིད་  
 ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་རིང་བར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་ནི་  
 བྱེད་པས་རིང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདུས་མ་བྱས་ཇི་ལྟར་ན་ཉེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར།  
 དེ་ཐམས་ཅད་དུ་ཐོབ་པའི་བྱིར་རོ། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་ལ་ཡང་

ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ནམ་མཁའ་ཡང་རི་ལྟར་ཉེ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་འོ་ན་ནི་  
འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ནི་ད་ལྟར་གྱིས་ཆོད་པའི་སྤྱིར་པན་ཚུན་དུ་རིང་བ་  
ཉིད་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟར་ནི་གཉི་ག་དང་ཉེ་བའི་སྤྱིར་ཉེ་བ་ཡིན་ལ། འདུས་མ་  
བྱས་ཀྱང་ཆོད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཉེ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱང་བ་དང་ཉི་  
བའི་སྤྱིར་གཉི་གར་འགྱུར་རོ། །འདི་སྐད་དུ་མ་འོངས་པ་ནི་མ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་  
ཆོས་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལས་རིང་བ་ཡིན་ལ། འདས་པ་ནི་ཞིག་པའི་སྤྱིར་  
རིང་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །

སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་ཤེས་བཤད་པ།

ཅི་ལམ་བྱད་པར་དུ་འགྲོ་བའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤངས་པ་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱད་པར་དུ་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན།      དེ་ནི་མེད་དེ་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ལན་ཅིག་ཏུ་བད།      གང་གི་སྤོང་བའི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་  
 ནས་དེ་བད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གི་བྲམ་བའི་ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་།      །དུས་དུ་ཞིག་དུ་ཞི་ན།  
 སྐྱམ་པ།    དུས་དུག་དུ་སྟེ།    གཉེན་པོ་སྐྱེས་དང་འབྲས་ཐོབ་དང་།    །དབང་  
 པོ་རྣམ་པར་འཕེལ་རྣམས་སུ།      །འདི་ནི་གཉེན་པོ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་  
 མིན་པར་བསམས་པའོ།      །འབྲས་བུ་དག་ནི་དགོ་སྒྲོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་

བཞིའོ། །དབང་པོ་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ནི་དབང་པོ་ལྔ་པོ་འཕོ་བའོ། །དུས་དེ་  
 དག་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་བྲལ་བ་འཐོབ་པོ། །དེ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་ཁ་ཅིག་  
 གིས་དུས་དྲུག་ཏུ་འཐོབ་པ་ནས་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་དུས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འཐོབ་  
 པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །བྲལ་བ་དེ་ཉིད་གནས་སྐབས་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་འཐོབ་པོ། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་། སྤངས་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའོ། །དེ་ལ་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་པའོ། །སྤངས་པའི་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་སྤང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། འབྲས་བུ་ལ་རྒྱ་བཏགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཅི་སྤངས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 སྤྲུལ་པ། མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཡོངས་སུ་ཤེས་དགྲ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་འདོད་པ་  
 བ། །དང་པོ་རི་རྣམ་གཉིས་ཟད་ལ་གཅིག་ །འདོད་པའི་ཁམས་ན་དང་པོ་རི་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 སྤངས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཟད་པ་ནི་དེ་གཉིས་  
 སོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ཁོ་ན་ན་འགོག་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་རྣམ་  
 པ་སྤངས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ། ལམ་མཐོང་བས་སྤང་  
 བར་བྱ་བའི་རྣམ་པ་སྤངས་པ་ཡང་གཅིག་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་  
 པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གསུམ་  
 ཡིན་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་གོང་མའི་དེ་གསུམ་ཉིད། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་

དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོང་པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་རྣམ་པ་སྤངས་  
 པ་ཡང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་འབྱུང་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པ་ནི་གཅིག་ཡིན་ནོ། ། འགོག་པ་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པ་ནི་གཉིས་ཡིན་ནོ། ། ལམ་མཐོང་  
 བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པ་ནི་གསུམ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཁམས་  
 གསུམ་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་  
 ཤེས་པ་དྲུག་ཡིན་ནོ། ། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཞན་གསུམ་སྟེ་ཐ་མའི་ཆ་དང་  
 མཐུན་གཟུགས་དང་། ཟག་པ་ཀྱན་ཟད། ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྤངས་  
 པ་ཡང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། ། གཟུགས་ཀྱི་ཟག་པ་སྤངས་  
 པ་ཡང་གཅིག་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ཟད་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
 པའོ། ། ཟག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ཡང་གཅིག་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོང་པ་བསྟོམ་པས་སྤང་  
 བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤངས་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་ཐ་དད་པར་བསྟན་ལ་  
 མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། བསྟོམ་པས་སྦྱོང་བར་  
 བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་  
 ནི་དེ་དགུ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དག་ལས། སྤྱ་མ་དྲུག་བཟོད་འབྲས། མཐོང་བས་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་སྤངས་པའི་རང་བཞིན་གང་དག་ཡིན་པའོ། ། སྤྱག་མ་རྣམས་  
 ནི་ཤེས་པ་ཡིས། ། ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྤངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོངས་



སྤྱུ་ཤེས་པ་སྟེ། བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྟར་  
ཡོངས་སྤྱུ་ཤེས་པ་བཟོད་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཞེ་ན། བཟོད་པ་རྣམས་ནི་ཤེས་  
པའི་འཁོར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། རྒྱལ་པོའི་འཁོར་ལ་རྒྱལ་པོ་ཉི་བར་  
བཏགས་པ་བཞིན་པ་དང་། ཤེས་པ་དང་འབྲས་བྱ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་  
ལྷོགས་མེད་འབྲས་ཐམས་ཅད་དོ། །བསམ་གཏན་རྣམས་ཀྱི་ལྷའམ་བརྒྱད།  
བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྱ་བའི་ལྷགས་ཀྱིས་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་འབྲས་བྱ་  
ཡོངས་སྤྱུ་ཤེས་པ་ལྟ་སྟེ། གཟུགས་དང་། གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་རང་བཞིན་གང་དག་ཡིན་པའོ། །འདོད་པ་ན་སྦྱོད་  
པའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་རྣམས་ནི་མི་ལྷོགས་པ་མེད་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཙུན་པ་དབྱངས་སྒྲོགས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱིས་ནི་བརྒྱད་དེ། དེ་ནི་འདོད་  
ཆགས་དང་བྲལ་བས་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་  
སྤངས་པ་ཡང་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་བྱད་པ་མེད་པ་རྙེད་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་  
གྱི་འབྲས་བྱར་འདོད་དོ། །ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྤངས་པའི་ཡོངས་སྤྱུ་  
ཤེས་པ་ནི་མི་ལྷོགས་པ་མེད་པའི་འབྲས་བྱ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་  
བྱད་པར་ཅན་ཡང་བསམ་གཏན་བཞིན་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །གཟུགས་མེད་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཉི་བར་བསྐྱོགས་པ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། རྣམ་མཁའ་མཐའ་  
ཡས་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་ཉིར་བསྐྱོགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་  
ཀྱི་འདོད་ཆགས་བྱད་པའི་ཡོངས་སྤྱུ་ཤེས་པའོ། །གཟུགས་མེད་དངོས་གཞི་

གསུམ་གྱི་ཡང་། གཟུགས་མེད་པའི་དངོས་གཞི་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡང་  
 གཅིག་ཁོ་ན་སྟེ། ཀུན་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའི་ཡོངས་  
 སུཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུཤེས་པ་དགྲུ་པོ་ཐམས་ཅད་འཕགས་པའི་  
 ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །གཉིས། འཛིག་རྟེན་པ་ཡི། ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་  
 རི་གཉིས་ཏེ། ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་དང་། གཟུགས་གྱི་འདོད་ཆགས་བྱད་  
 པའི་ཡོངས་སུཤེས་པ་དག་གོ། །རྗེས་སུ་ཡང་། རྗེས་སུཤེས་པའི་འབྲས་བུ་  
 ཡང་ཡོངས་སུཤེས་པ་གཉིས་ཏེ་ཐ་མ་དག་གོ། །ཆོས་ཤེས་པ་ནི་གསུམ་ཡིན་  
 ནོ། །ཐ་མ་དག་ཁོ་ན་སྟེ། ཁམས་གསུམ་པའི་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་དྲུག་དང་ལྷ། །ཆོས་  
 ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཡོངས་སུཤེས་པ་དྲུག་སྟེ།  
 ཆོས་ཀྱི་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་དག་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ལོ། །  
 རྗེས་སུཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་ནི་ལྷ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་ཀྱི་བཟོད་པ་དང་  
 ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་དག་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ལོ། །

ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་སྒྲོམ་པས་ནི་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་རྣམས་  
 བཟུང་ངོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྤངས་པ་རེ་རེ་ཡོངས་སུཤེས་པར་རྣམ་པར་མི་  
 གཞག་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་རེ་ཞིག་བཟོད་པའི་འབྲས་བུ་བྲལ་བ་ནི། བྲལ་བའི་  
 ཐོབ་པ་བྲག་མེད་དང་། །སྤྲིད་ཅེ་ཉམས་པར་བྱས་པ་དང་། །རྒྱ་གཉིས་ཀུན་  
 དུ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། །ཡོངས་ཤེས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ། །གང་ལ་རྒྱ་འདི་  
 གསུམ་ཡོད་པ་དེ་སྤངས་པའི་ཡོངས་སུཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། རེ་ཞིག་

སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ནི་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ཟག་པ་མེད་པ་དང་། སྲིད་པའི་ཅེ་མོ་  
 ཉམས་པར་བྱེད་པ་མེད་པས་འདིའི་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 མིང་མི་ཐོབ་པོ། །འཕགས་པ་ལ་ཡང་བཟོད་པའི་འབྲས་བུ་སྤངས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི། དེ་ལ་ངེ་སྲིད་དུ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ལ་  
 གནས་པ། དེ་སྲིད་དུ་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ཟག་པ་མེད་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། སྲིད་  
 པའི་ཅེ་མོ་མཉམ་པར་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་  
 པ་ལ་ནི་གཉིས་ཡོད་མོད་ཀྱི། རྒྱ་གཉིས་ཀྱན་དུ་བཅོམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
 ཀྱན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཆོས་དང་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་གཞན་དག་ལ་ནི་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 པས། དེའི་ཕྱིར་གནས་སྐབས་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་དེ་སྤངས་པའི་ཡོངས་སུ་  
 ཤེས་པའི་མིང་འཐོབ་པོ། །ཤེས་པའི་འབྲས་བུ་སྤངས་པ་ནི་རྒྱ་གསུམ་པོ་དེ་  
 དང་། བཞི་པ། ཁམས་ལས་འདས་པ་ལས། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་མིང་  
 འཐོབ་སྟེ། ཁམས་མཐའ་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། གང་  
 གི་ཆེ་ཁམས་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བ་ནའོ། །

གཉིས་པ་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་དང་བྲལ་བ་རྒྱ་ལྡན་པ་དེ་སྤྲོས་པ། རྣམ་པ་  
 གང་ཞིག་སྤངས་ལ་གལ་ཏེ་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དང་  
 བྲལ་བར་གྱུར་ནའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེ་ནི་རྒྱ་གཉི་ག་ཡང་དག་པར་བཅོམ་  
 པ་དང་། ཁམས་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པར་མི་  
 བཟོད་དོ། །གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དུ་ཞིག་དང་ལྡན་ཞེ་ན། གཅིག་མིན་

མཐོང་ལ་གནས་པ་ནི། །ལྷ་པའི་བར་དང་ཡང་དག་ལྷན། །རེ་ཞིག་སོ་སོའི་  
 སྐྱེ་བོ་མི་ལྷན་པ་ཁོ་ནའོ། །འཕགས་པ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ཡང་།  
 ཀྱན་འབྱུང་བ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ལ་གནས་པའི་བར་དུ་མི་ལྷན་  
 པ་ཉིད་དོ། །ཀྱན་འབྱུང་བ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་ནི་གཅིག་དང་ལྷན་ནོ། ། ཀྱན་  
 འབྱུང་བ་ལ་རྗེས་སྤྱེས་པ་ནི་གཉིས་དང་ལྷན་ནོ། །འགོག་པ་ལ་ཆོས་ཤེས་  
 པ་ནི་གསུམ་དང་ལྷན་ནོ། །འགོག་པ་ལ་རྗེས་སྤྱེས་པ་ནི་བཞི་དང་ལྷན་ནོ། །  
 ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་ནི་ལྷ་དང་ལྷན་ནོ། །བསྐྱོམ་པ་ལ་གནས་པ་དུག་གམ་  
 ནི། །གཅིག་གམ་ཡང་ན་གཉིས་དང་ངོ། །འཕགས་པའི་གང་ཟག་བསྐྱོམ་པའི་  
 ལམ་ལ་གནས་པ་ལམ་ལ་རྗེས་སྤྱེས་པ་ལ་གནས་པ་རི་སྤྱིད་དུ། འདོད་པ་  
 ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་མ་འཐོབ་པའམ། དེ་ལས་ཡོངས་སྤྱེས་ཉམས་པ་  
 ནི་ཡོངས་སྤྱེས་པ་དུག་དང་ལྷན་ནོ། །

སྒྲིན་ནམ་སྤྱིས་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པ་ནི། ཐ་  
 མའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པས་སྤངས་པའི་ཡོངས་སྤྱེས་པ་གཅིག་ཕུ་དང་ལྷན་  
 ནོ། །དབྱ་བཅོམ་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་ནི་ཀྱན་དུ་སྒྲོར་བ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤྱེས་  
 གཏུགས་པའི་ཡོངས་སྤྱེས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་དང་ལྷན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་  
 སྒྲོད་པས་ཀྱན་ནས་དགྱིས་པས་ཡོངས་སྤྱེས་ཉམས་ནས་ཡང་ཐ་མའི་ཆ་དང་  
 མ་ཐུན་པ་སྤངས་པའི་ཡོངས་སྤྱེས་པ་གཅིག་དང་ལྷན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པ་ནི་ཐ་མའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་སྤངས་པ་དང་།  
 གཟུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ཟད་པའི་ཡོངས་སྤྱེས་པ་གཉིས་དང་ལྷན་ནོ། །

གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲིབ་པའི་ཀྱན་ནས་དགྲིས་པས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ཡང་  
གཉིས་པོ་དེ་དག་དང་ལྡན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར། ཕྱིར་མི་འོང་བ་དང་། དག་  
བཅོམ་པ་དག་གི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ནར་རྣམ་པར་བཞག་གི། །མང་  
དུ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་།  
འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕྱིར་དེ་དག་བསྒྲུམས། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲུམ་ཞིང་།  
གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ནི། ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་།  
འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཡིན་ལ། དེ་གཉི་ག་ཡང་གནས་སྐབས་  
དེ་གཉིས་ན་སྤིང་པས། དེའི་ཕྱིར་སྒྲོང་བ་ཐམས་ཅད་བསྒྲུམས་ཏེ་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པ་གཅིག་ཅེས་བྱའོ། །

ཡང་གང་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དུ་ཞིག་ཡོངས་སུ་གཏོང་  
ངས། འཕྲོབ་ཅེ་ན། ལ་ལ་གཅིག་གཉིས་ལྟ་དང་བྱུག །གཏོང་སྟེ་ཐོབ་པ་ལྟ་  
མིན་ནོ། །དག་བཅོམ་པ་ཉིད་དམ། འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
ལས། ཡོངས་སུ་ཉམས་ན་གཅིག་གཏོང་ངོ་། །ཕྱིར་མི་འོང་བ་གཟུགས་ཀྱི་  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞིག་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལས་  
ཡོངས་སུ་ཉམས་ན། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཉིད་གཏོང་ངོ་། །འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་བ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ། ལམ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ལ་གནས་པ་ལ་ནི་ལྟ་གཏོང་  
སྟེ། དེ་ནི་ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྤངས་པའི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་འཕྲོབ་པ་ན།  
ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་སྒྲུམ་ལྟ་གཏོང་ངོ་། །མཐར་ཁྱི་ས་པ་ལ་འདོད་པ་ལས་  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པས་ནི། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་བྱུག་གཏོང་ངོ་།



དེ་བཞིན་དུ་ཐོབ་པ་ཡང་ལ་ལས་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་འཐོབ་སྟེ།  
 གང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་སྒྲོན་མེད་པ་འཐོབ་པོ། །ལ་ལས་ནི་གཉིས་ཏེ། གང་  
 ཞིག་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ལས། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་འབའ་ཞིག་  
 ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་དུག་སྟེ། གང་ཞིག་ཕྱིར་  
 མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའོ། །ལྗེ་འཐོབ་པ་ནི་འགའ་  
 ཡང་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་སྐབས་རྫོགས་སོ། ། ॥

ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་བཤད་པ་ལས། སྤྱ་རྒྱས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་མཛོད་ཀྱི་གནས་ལྗེ་པའོ། ། ॥

## གནས་དྲུག་པ་ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ།

ཇི་སྐད་དུ་སྤངས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་མིང་འཛོལ་བོ་ཞེས་བཤད་  
པ་དེ་ཡང་། བདེན་པ་མཐོང་དང་བསྟོམ་པ་ལས། ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་ཞེས་  
བཤད་པ། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། བསྟོམ་  
པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། ད་ནི་མཐོང་བ་དང་  
བསྟོམ་པའི་ལམ་དེ་དག་ཅི་ཟག་པ་མེད་པའམ། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་  
བཟློག་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་བཟློག་དེ། བསྟོམ་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་  
གཉིས་ཏེ། མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་ཟག་པ་མེད། བསྟོམ་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་གཉིས་  
ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའོ། མཐོང་བའི་ལམ་  
ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མཐོང་བས་སྤང་བར་  
བྱ་བ་རྣམ་པ་དགུ་ཅིག་ཅར་དུ་སྤང་བའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཁོ་ན་  
ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་ལ་ནི་དེ་འདྲ་བའི་མཐུ་མེད་དོ། །

དམིགས་པའི་ཡུལ་བདེན་པ་བཤད་པ།

བདེན་པ་མཐོང་བ་ལས་ཞེས་བཤད་པ། བདེན་པ་དེ་དག་ཀྱང་གང་  
ཞེག་ཅི་ན། བདེན་པ་དག་ནི་བཞིར་བཤད་དོ། །གང་དུ་བཤད་ཅི་ན། ཆོས་  
ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་བསྟན་པར་ཟག་མེད་ལམ་གྱི་

བདེན་པ་དང་ཞེས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་རང་གི་མིང་གིས་བསྟན་ཏོ། །སོ་སོར་  
བརྟགས་པས་འགོག་པ་གང་། །བྲལ་བའོ་ཞེས་འགོག་པའི་བདེན་པ་བསྟན་  
ཏོ། །སྤྱག་བསྐྱལ་ཀུན་འབྱུང་འཛིག་ཏེན་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་དེར་སྤྱག་བསྐྱལ་  
དང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་དག་བསྟན་ཏོ། །

ཅི་འདི་དག་གི་རིམ་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྤྱས་པ། མ་ཡིན་ནོ།  
འོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱག་བསྐྱལ་ཀུན་འབྱུང་དེ་བཞིན་དུ། །འགོག་དང་  
ལམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན། །དེ་དག་གི་རིམ་པ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་  
བའི་སྤྱི་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་སྤྱར་ངེ་སྤྱད་བཤད་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ནོ་ཞེས་རབ་  
ཏུ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི། དེ་དག་ངེ་ལྟར་མངོན་ཏྟགས་རིམ། །  
བདེན་པ་གང་ཞིག་སྤྱར་མངོན་པར་ཏྟགས་པ་དེ་སྤྱར་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྒྱ་ནི་སྤྱར་བསྟན་ལ་འབྲས་བུ་ནི་ཕྱིས་བསྟན་པར་  
འབྱུང་རོ། །ཁ་ཅིག་ནི་སྤྱེ་བ་དང་མཐུན་པར་བསྟན་ཏེ། དཔེར་ན་བླ་པ་ཉི་  
བར་བཞག་པ་དང་། བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་རབ་  
ཏུ་བརྟག་པ་དང་མཐུན་པར་བསྟན་ཏེ། དཔེར་ན་ཡང་དག་པར་སྤོང་བ་རྣམས་  
ལྟ་བུ་སྟེ། གང་སྤྱར་ནི་སྤྱེས་པ་རྣམས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་བསྤྱེད་  
ལ། ཕྱིས་ནི་མ་སྤྱེས་པ་རྣམས་མི་སྤྱེ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་སྤྱེད་པའི་  
ངེས་པ་འདི་ནི་མེད་དོ། །བདེན་པ་རྣམས་ནི་མངོན་པར་ཏྟགས་པ་དང་མཐུན་  
པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་པ་རྣམས་དེ་ལྟར་མངོན་པར་ཏྟགས་  
ཞེ་ན། གང་ལ་ཆགས་པ་དང་། གང་གིས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དང་། གང་ལས་

ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་དེ་ཉིད་ལ་དང་པོར་རྣམ་  
པར་དཔྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོངས་སུ་ཉོག་ལ། བྱིས་འདིའི་རྒྱ་ནི་གང་  
ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉོག་གོ། །འདིའི་འགོག་  
པ་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉོག་གོ། །འདིའི་  
ལམ་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉོག་སྟེ། བད་  
མཐོང་བས་དེའི་གཞི་དང་བད་པ་དང་སྤྲོད་ཆོལ་བ་བཞིན་ནོ། །བདེན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དཔེ་འདི་ནི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཤད་དོ། །

མདོ་གང་ལས་ཤེ་ན། ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྟན་པའི་སྤྲོད་པས་བྱུག་རྩ་  
འབྱེན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལས་བསྟན་ཏོ། །སྤྲར་འཕངས་པའི་བྱིར་རི་  
ལྟར་རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ན་བདེན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉོག་པ་དེ་  
ཁོ་ན་བཞིན་དུ་མདོན་པར་ཉོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་བདེན་པ་མདོན་  
པར་ཉོགས་ཏེ། དཀྱུས་ས་བསྟན་པའི་རྟ་ཐགས་ཐོགས་མེད་པར་རྒྱག་པ་  
བཞིན་ནོ། །

མདོན་པར་ཉོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནི་ཅི་ཞེ་ན། མདོན་པར་ཡང་  
དག་པར་ཉོགས་པའོ། །ཅིའི་བྱིར་བྱ་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། ཟག་པ་  
དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྲ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་མདོན་དུ་སྤྱོད་པ་  
པར་ཡང་དག་པར་ཉོགས་པ་སྟེ། ཡང་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
དུའོ། །དེ་ལ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་འབྲས་བྱར་གྱུར་པ་རྣམས་ནི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱར་གྱུར་པ་རྣམས་ནི་ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་

བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལས་ཀྱན་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་འདི་གཉིས་  
 བྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱར་གྱི་པས་མིང་གི་སྟོན་སྟེ་བྲག་ཡོད་ཀྱི་རྫས་སུ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །འགོག་པ་དང་ལམ་ནི་རྫས་སུ་ཡང་བྱེ་བྲག་ཡོད་དོ། །མདོ་ལས་  
 འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་ཞེས་འབྱུང་བ་དེའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། འདི་དག་ནི་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ལ་བདེན་པས། དེ་ལྟ་བུས་ན་མདོ་ཁོ་ན་ལས། འཕགས་  
 པའི་བདེན་པ་རྣམས་ཞེས་བཤད་དོ། །ཅི་འདི་དག་གཞན་རྣམས་ལ་བརྟུན་  
 རྣམ་ཞེ་ན། འདི་དག་ནི་སྤྱིར་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་ན་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འདི་དག་ངེ་ལྟ་བུ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་གཟིགས་ཀྱི་  
 གཞན་དག་གིས་ནི་མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་འདི་དག་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཅི་ལོག་དུ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལས། འཕགས་པས་བདེ་བར་  
 གང་གསུངས་པ། །དེ་ནི་གཞན་གྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རིག། །གཞན་གྱིས་བདེ་  
 བར་གང་སྤྱོད་པ། །དེ་ནི་འཕགས་པས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རིག། །ཅེས་འབྱུང་དོ། །  
 གཞན་དག་ན་རེ། གཉིས་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་  
 ལ། གཉིས་ནི་འཕགས་པ་ཡང་ཡིན་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡང་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་གི་ཆེ་ཆོར་བའི་སྤྱོད་པ་གཅིག་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་ན་འདུ་བྱེད་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
 ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཞེས་བརྗོད་ཅི་ན། ཡིད་འོང་ཡིད་དུ་མི་འོང་དང་། །དེ་ལས་  
 གཞན་ཟག་བཅས་རྣམས་ཉིད། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་གསུམ་ལྟར་པའི་སྤྱིར། །



ཅི་རིགས་མ་ལུས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལོ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་ནི་གསུམ་སྟེ། སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་དང་། འདྲ་བྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་དང་། འགྱུར་  
 བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་དོ། །དེ་དག་གིས་ཅི་རིགས་པར་འདྲ་བྱེད་ཟག་པ་དང་  
 བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པར་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡིད་དུ་  
 འོང་བ་རྣམས་ནི་འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་དོ། །ཡིད་  
 དུ་མི་འོང་བ་རྣམས་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་དོ། །དེ་དག་  
 ལས་གཞན་པ་རྣམས་ནི་འདྲ་བྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་  
 དོ། །ཡིད་དུ་འོང་བ་ནི་གང་དག་ཡིན། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་གང་དག་ཡིན།  
 གཉི་ག་མ་ཡིན་པ་ནི་གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོར་བ་གསུམ་དང་གོ་རིམ་  
 བཞིན་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་བདེ་བ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་འདྲ་  
 བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་སོགས་པའི་མིང་འཛོལ་བོ། །བདེ་བའི་  
 ཆོར་བ་ནི་འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་དེ། མདོ་ལས། བདེ་བའི་ཆོར་བ་ནི་  
 སྐྱེ་བ་ན་ཡང་བདེ། གནས་པ་ན་ཡང་བདེ་ལ། འགྱུར་བ་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལོ་  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ཁོས་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་བ་ཉིད་དེ། མདོ་ལས། སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་ཆོར་བ་ནི་སྐྱེ་བ་ན་ཡང་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ལ། གནས་པ་ན་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བདེ་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན། སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བ་ནི་སྐྱེན་གྱིས་མདོན་  
 པར་འདྲ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་འདྲ་བྱེད་ཁོ་ཁོས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་དེ། གང་མི་རྟག་  
 པ་དེ་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་དོ། །དེ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བའི་འདྲ་

བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཚོར་བ་དང་འདྲ་བར་བཛོད་དོ། །གཞན་དག་ན་རེ། སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ཡིན་  
ལ། འདྲ་བྱེད་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །འབྱུར་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དག་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་  
ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཤད་དོ། །འདྲ་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་ནི་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་ལ་དེ་  
དག་ཀྱང་འཕགས་པ་རྣམས་ཁོ་ནས་གཟིགས་སོ། །

འདིར་སྤྱས་པ། ལག་མཐེལ་སྤྱ་ཉག་གཅིག་འདུག་པ། །མི་རྣམས་  
ཀྱིས་ནི་མི་རྟོགས་ལ། །དེ་ཉིད་མིག་ཏུ་སོང་ན་ནི། །མི་བདེ་བ་དང་གཞོན་  
སྤྱེད་ལྟར། །བྱིས་པ་ལག་མཐེལ་འདྲ་བ་ཡིས། །འདྲ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱ་མི་  
རྟོགས། །འཕགས་པ་མིག་དང་འདྲ་བ་ནི། །དེ་ཡིས་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཀྱང་འབྱུང་།  
རི་ལྟར་འཕགས་པ་རྣམས་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་བ་དག་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོ་  
འདུག་པ་ལྟར་བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མནར་མེད་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་  
ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོ་མི་འདུག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་འོན་ནི་ལམ་ཡང་འདུས་  
བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ནི་མི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལམ་ནི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤྱོ་བ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཟད་པ་འདྲེན་  
པའི་འཕགས་པ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པ་མེད་དོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་དག་སྤྱང་ན་  
ལས་འདས་པ་ལ་ཞི་བར་ལྷ་བ་དེའི་ཆེ་ཡང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་མཐོང་བ་གང་

ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ནའི་འགོག་པ་ལ་ཞི་བར་སྟོལ། །གང་གི་ཆེ་འདི་དག་ལ་བདེ་བ་  
ཡང་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་ཅིའི་ཕྱིར་སྟུག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་  
བྱ་ཞེ་ན། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་བདེ་བ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། མོན་སྟན་སྟེ་ལ་སོགས་  
པ་ཡོད་བཞིན་དུ་མོན་སྟན་གེ་ཏུའི་ཕྱང་པོ་ཞེས་སྟོན་པ་བཞིན་ཏེ། མཁས་  
པ་སྟེ་ཞིག་ཚུས་བཏབ་པའི་བདེ་བ་ཚུང་དུས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
སྟུམ་དུ་སེམས་པར་འགྱུར།

ཡང་སྟུག་པ། སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་ནི་རྒྱ་ཕྱིར་དང་། །སྟུག་བསྐྱེད་མང་  
པོས་བསྐྱེད་ཕྱིར་དང་། །སྟུག་བསྐྱེད་ཡོད་ན་བདེ་འདོད་ཕྱིར། །བདེ་བ་སྟུག་  
བསྐྱེད་ཞེས་ཉོགས་སོ། །སྲིད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བདེ་བ་དང་བཅས་ཏེ་འདུ་  
བྱེད་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་དུ་རོ་གཅིག་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་གྱིས་སྟུག་བསྐྱེད་དུ་  
གཟིགས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་སྟུག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་འཕགས་པའི་བདེན་པར་རྣམ་པར་  
བཞག་གི། །བདེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ད་ནི་ཇི་ལྟར་བདེ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་  
ཆོར་བ་རྣམས་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་དུ་ལྟ་ཞེ་ན། མི་རྟག་པའི་མཆན་ཉིད་གྱིས་མི་  
མཐུན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་གཟུགས་དང་འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་  
སྟུག་བསྐྱེད་དུ་ལྟ་མོད་གྱི། དེ་དག་ཇི་ལྟར་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་ཆོར་བ་བཞིན་དུ་  
སྟུག་བསྐྱེད་བ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཞིག་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་དུ་སེམས་པ་དེའི་དེ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་གྱི་སྟུག་  
བསྐྱེད་གྱི་རྣམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེས་པ་  
དག་གིས་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཇི་ལྟར་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་འདུ་ཤེས་འཇུག་

པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གི་སྤང་པོ་རྣམས་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚོར་བའི་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཉིད་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་གསུངས་  
 པར་གྱུར། གལ་ཏེ་མི་རྟག་པའི་ཕྱིར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཉིད་དུ་ལྟ་ན། འོ་ན་མི་རྟག་  
 པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དག་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་  
 པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པར་ལྟ་ལ། མི་མ་སྤྱན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་དུ་ལྟ་སྟེ། མི་རྟག་པར་མཐོང་ན་མི་མ་སྤྱན་པར་འགྱུར་བས་མི་  
 རྟག་པའི་རྣམ་པས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་  
 བདེ་བའི་ཚོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དེ། ཐམས་ཅད་སྤྱད་བསྐྱེད་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ། །

འདི་རིམ་ལྔར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅེ་ན། མདོ་དང་རིགས་པ་ལས་ཏེ། རེ་ཞིག་  
 མདོ་ལས་རིམ་ལྔ་བྱ་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གང་ཅི་ཚོར་ཡང་རུང་དེ་  
 ནི་འདིར་སྤྱད་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདེ་བའི་ཚོར་བ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
 དུ་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་བདེ་བའོ་སྟུང་དུ་འདྲེལ་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་གོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རེ་ཞིག་མདོ་ལས་ནི་དེ་ལྟ་བུའོ། །རིགས་  
 པ་ལས་རིམ་ལྔ་བྱ་ཞེ་ན། བདེ་བའི་རྒྱ་རྣམ་པར་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁ་  
 ཅིག་བདེ་བའི་རྒྱ་བརྒྱུད་བ་དང་བཟའ་བ་དང་གང་བ་དང་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པར་  
 འདོད་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་ཏ་ཅང་སྤྱད་པ་དང་། དུས་མ་ཡིན་  
 པར་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །བདེ་བའི་རྒྱ་  
 འཕེལ་བའམ་མཉམ་པས་ནི་དུས་གཞན་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐྱེད་པར་རིགས་པ་



མ་ཡིན་པས་དེ་དག་ནི་དང་པོ་ཁོ་ན་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དག་ཡིན་ཞིང་  
 བདེ་བའི་རྒྱ་ནི་མ་ཡིན་ལ། མཐུག་ཏུ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་དེ་འཕེལ་བར་འགྱུར་  
 བས་བསལ་བར་འགྱུར་བར་བད་དེ། སྤྱོད་ལམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་  
 དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
 ལ་བདེ་བའི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་ཡང་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྤྱོད་དུ་བཀའ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དང་  
 གྲང་བ་དང་ཆ་བ་དང་ངལ་བ་དང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལས་སྒྲེས་པའི་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་གཞན་གྱིས་གཙུག་པར་མ་གྱུར་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་བདེ་བའོ་སྒྲེས་དུ་  
 ཆོར་བ་ཅུང་བད་གྲང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་མི་མཁས་པ་རྣམས་ནི་གཉེན་  
 པོ་ཁོ་ན་ལ་བདེ་བའི་སྒོ་འཐུག་གི་བདེ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བྱིས་པ་རྣམས་  
 ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ཡང་བདེ་བའི་སྒོ་སྒྲེད་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་  
 བྲག་པ་ནས་བྲག་པར་ཁུར་ཡོད་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་བདེ་བ་  
 ནི་མེད་པ་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བེད་རོ། །

ཆོས་མངོན་པ་བ་རྣམས་ན་རེ། ཡོད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བེད་རོ། །འདི་  
 ཉིད་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྲས་པས་ཤེ་ན། རེ་ཞིག་བདེ་བ་ལ་སྐྱར་  
 པ་འདེབས་པ་དེ་ལ་འདི་རི་བར་བྱ་སྟེ། སྤྱད་བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་  
 ཡིན། གལ་ཏེ་གཞོན་པའི་བདག་ཉིད་གང་ཡིན་པའོ་ཞེས་བེད་རོ་ན་ནི་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་གཞོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་  
 ན་ནི་པན་པར་བྱེད་པ་བདེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་པོ། །གལ་ཏེ་མི་  
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་རོ་ན་ནི་འདོད་པ་བདེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་



བོ། །གལ་ཏེ་འདོད་པ་དེ་ཉིད་འཕགས་པ་རྣམས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་  
 ཆེ་མི་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་འདོད་པ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མི་འདོད་པ་ནི་གཞན་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཆོར་བ་གང་ཞིག་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པ་དེ་ནི་ནམ་ཡང་དེ་  
 ཁོ་ནས་མི་འདོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པ་རྣམས་ནི་འདི་གང་  
 གིས་ན་མི་བཞེད་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་པ་གཞན་གྱིས་རྣམས་པར་སྤྱན་འབྱེན་  
 པར་བྱེད་ཅིང་འདི་ལ་བག་མེད་པའི་གནས་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་ཆེན་  
 པོས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། རྣམས་པར་འགྱུར་བ་ཅན་དང་། མི་རྟག་པར་ལྟའི་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་ལ་སྤྱ་ཡང་འདོད་ཆགས་  
 གྱེ་བར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆེད་  
 དུ་རྣམས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་སྒྲིན་ཅན་དུ་ལྟ་བུར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 བདེ་བའི་ཆོར་བ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ཁོ་ནའོ། །བཙམ་ལྡན་  
 འདས་ཀྱིས་གང་ཅི་ཆོར་ཡང་རུང་དེ་ནི་འདིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལོ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བཙམ་ལྡན་འདས་ཁོ་ནས་ཀྱན་དགའ་བོ་གང་ཅི་ཆོར་  
 ཡང་རུང་དེ་ནི་འདིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངས་འདུ་བྱེད་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་སོ་  
 ཞེས་དོན་ངས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་

ནོ། །གལ་ཏེ་ཚོར་བ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱབ་བསྐྱེད་པ་བཞིག་ཡིན་  
 བར་གྱུར་ན་ནི་ཅིའི་སྤྱིར་འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་  
 འདི་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བདེ་བ་དང་། སྐྱབ་བསྐྱེད་བ་དང་།  
 བདེ་བ་ཡང་མ་ལགས་སྐྱབ་བསྐྱེད་བ་ཡང་མ་ལགས་པ་དང་ཚོར་བ་འདི་  
 གསུམ་ཡང་གསུངས་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གང་ཅི་ཚོར་ཡང་རུང་དེ་  
 ནི་འདིར་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་གྲང་གསུངས་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཅི་  
 ལས་དགོངས་ནས་གང་ཅི་ཚོར་ཡང་རུང་དེ་ནི་འདིར་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་  
 བཀའ་སྩལ་ཞེས་ཞུས་པར་གྱུར་ཏེ། དེས་གྲང་འདི་སྐད་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གྱིས་ཅི་ལས་དགོངས་ནས་ཚོར་བ་གསུམ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ཞེས་ཞུས་པར་  
 འགྱུར་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གྲང་འདི་སྐད་དུ་ཚོར་བ་གསུམ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་ངས་དགོངས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པར་འགྱུར་  
 བ་ཞེས་ན་དེ་སྐད་གྲང་བཀའ་སྩལ་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཚོར་བ་གསུམ་ནི་རང་  
 གི་ངོ་བོས་ཡོད་ལ། གང་ཅི་ཚོར་ཡང་རུང་དེ་ནི་འདིར་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ངས་དགོངས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཆིག་འདི་ནི་དགོངས་པ་  
 ཅན་དུ་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

གང་ཡང་བདེ་བའི་ཚོར་བ་ནི་སྐྱབ་བསྐྱེད་དུ་བསྐྱེད་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡང་དེ་ལ་གཉི་ག་ཡོད་དོ། །རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་དུ་འོང་བའི་  
 སྤྱིར་ནི་བདེ་བ་ཉིད་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོས་ཅན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་གྲངས་གྱིས་ནི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བདེ་བར་

མཐོང་ན་ནི་འདོད་ཆགས་ཅན་རྣམས་དེའི་རོ་སྤྲོད་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འཆིང་  
 བར་འགྱུར་ལ། སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་མཐོང་ན་ནི་དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་  
 ཕྱིར་ཐར་བར་འགྱུར་བས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྲིས་འདི་ཇི་ལྟར་མཐོང་ན་ཐར་  
 བར་འགྱུར་བ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་བཟླ་བར་བཀའ་སྩལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་རང་གི་  
 རོ་བོས་བདེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཇི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར། རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་རབ་མཆིན་གྲིས། །འདུ་བྱེད་མི་རྟག་ཉིད་དང་ནི། །རྣམ་  
 པར་འགྱུར་བ་ཉིད་མཆིན་ནས། །ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་གསུངས་སོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་སོ། །གང་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་བདེ་བའོ་སྟུང་དུ་འདུ་ཤེས་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་གོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་བསྟན་པ་འདི་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་  
 ཏེ། འཇིག་རྟེན་ནི་ཆོར་བ་དང་། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་། སྐྱེ་བ་  
 ལ་བདེ་བར་འདུ་ཤེས་སོ། །དེ་ལ་བདེ་བའི་ཆོར་བ་ལ་ནི་རྣམ་གྲངས་གྲིས་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་ཡོད་ན་གཅིག་ཏུ་བདེ་བར་ལྟ་བུ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་ལ།  
 འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ཡང་བདེ་བ་ནི་ཆུང་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་མང་བ་  
 ཡིན་ན་གཅིག་ཏུ་བདེ་བར་ལྟ་བུ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་ལ་དེ་དང་  
 འདྲའོ། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་བདེ་བའི་ཆོར་བ་མེད་པར་མི་འགྱུར་གོ། །གལ་ཏེ་ཆོར་  
 བ་ཐམས་ཅད་རང་གི་རོ་བོ་ཁོ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་ན་ཆོར་  
 བ་གསུམ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་  
 འཇིག་རྟེན་དང་མཐུན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཆོར་  
 བ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་ཉིད་ནི་ངས་དགོངས་ནས་གསུངས་སོ་ཞེས་

བཀའ་སྒྲུལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དག་པར་ངི་ལྟ་བ་བཞིན་ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཡང་ཕྱིར་ཏེ། བདེ་བའི་དབང་པོ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ་  
གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་བདེ་བའི་ཆོར་བ་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་རྒྱས་པར་  
གསུངས་ནས་གང་གིས་དབང་པོ་ལྔ་པོ་འདི་དག་དེ་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་ཡང་དག་པ་ངི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐོང་ཞིང་། དེའི་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་  
གསུམ་ཡང་སྤངས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །

འཇིག་རྟེན་ཡང་ངི་ལྟར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་  
དུ་རྟོག་པར་འགྱུར་གལ་ཏེ་ཆུང་དུ་དང་ཆེན་པོ་དང་འབྲིང་དག་ལ་གོ་རིམ་  
བཞིན་དུ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་སྦྱོར་ཞེ་ན་ནི་བདེ་བ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་  
གསུམ་ཡོད་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་སྒོ་སྦྱོར་བར་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཆེ་བྱི་དང་རོ་དང་རེག་བྱའི་ཁྱད་  
པར་ལས་སྦྱེས་པའི་བདེ་བ་སང་པ་དེའི་ཆེ་གང་ལ་འདི་བདེ་བའི་སྒོར་འགྱུར་  
བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུར་གྱུར་པ་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་  
དུ་དེ་མ་སྦྱེས་པ་དང་འགགས་པ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་ལུས་པ་དང་བྲལ་བའི་  
ཕྱིར་བདེ་བའི་སྒོ་ཞིན་ཏུ་ཆེས་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདོད་པའི་བདེ་བ་མངོན་  
སུམ་དུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཆོར་བ་ཆུང་དུ་ལ་  
ནི་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ཞིན་ཏུ་གསལ་བ་དང་ཤས་ཆེན་པོར་འཇིན་ལ། འབྲིང་  
ལ་ནི་མི་གསལ་བར་འཇིན་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཡང་ངི་ལྟར་བྱུང་།  
བསམ་གཏན་གསུམ་ན་བདེ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་

དུ་ཡང་འགྱུར་ལ། གང་ན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་སྟུག་བསྐྱེད་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
 བ་ཡོད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བས་སྟུག་བསྐྱེད་འབྱིང་དུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་  
 ན་སྟུག་བསྐྱེད་ཚུང་དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚོར་བ་རྣམ་  
 པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། །བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་མིང་ཆེན་གལ་  
 ཏེ་གཟུགས་གཅིག་ཏུ་སྟུག་བསྐྱེད་བ་ཞིག་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་བདེ་བ་ཡང་  
 མེད། བདེ་བ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡང་མེད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
 བ་གསུངས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡང་བདེ་བ་རུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་དེ། རེ་ཞིག་དེ་  
 ལྟར་ན་མདོ་ལས་བདེ་བའི་ཚོར་བ་མེད་པར་མི་འགྱུར་བོ། །

གང་ཡང་བདེ་བའི་རྒྱ་རྣམ་པར་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྒྲས་པ།  
 དེ་ཡང་རྒྱ་ཡོངས་སུ་མ་ཞེས་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་བར་ཟད་དེ། རྟེན་གྱི་བྱང་པར་ལ་  
 ལྟོས་པའི་ཡུལ་བདེ་བའི་རྒྱ་ལམ། སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་གྱི། ཡུལ་འབའ་  
 ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་ཞིག་དང་སྤང་ན་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་དང་སྤང་ན་མ་ཡིན་པ་ནི་རྣམ་ཡང་མ་ཡིན་པས་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་རྣམ་པར་གནས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བཙོ་བར་བྱ་བའི་འབྱུང་  
 བའི་བྱང་པར་ལ་བསྟོས་པའི་མེ་དེ་ཉིད་ཞིམ་པར་ཚོས་པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་  
 ཞིང་། དེ་ཉིད་མི་ཞིམ་པར་ཚོས་པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ལ་བཙོ་བར་བྱ་བའི་འབྱུང་  
 བའི་གནས་སྐབས་གང་དང་སྤང་ནས་ཞིམ་པར་ཚོས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་དང་  
 སྤང་ནས་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏེ་འདི་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །བསམ་  
 གཏན་དག་ན་ཡང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་མི་གནས་པ་ཡིན། གང་



ཡང་གཉེན་པོ་ལ་བདེ་བའི་སྒོ་སྒྲེ་ཞེས་སྒྲུས་པ་དེ་ལ་ཡང་གང་གི་ཆེ་དྲི་ལ་  
སོགས་པའི་བྱད་པར་ལས་སྒྲེས་པའི་བདེ་བ་སྤྱོད་བ་དེའི་ཆེ་གང་གིས་གཉེན་  
པོ་ལ་བདེ་བའི་སྒོར་འགྱུར། སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་མ་སྒྲེས་པ་དང་འགགས་ནས་  
བདེ་བའི་སྒོ་ཞིན་ཏུ་ཆས་སྒྲེ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །བསམ་གཏན་ལས་སྒྲེས་  
པའི་བདེ་བ་ལ་ཡང་གང་གི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
ལན་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཁུར་སྐྱེད་པ་ལ་ཡང་ངི་སྤྱིད་དུ་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་ལྟ་བུ་མེད་  
པར་མ་གྱུར་ཀྱི་བར་དུ་གནས་སྐབས་གཞན་ལས་སྒྲེས་པའི་བདེ་བ་ཁོ་ན་སྒྲེ་  
བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ཕྱིས་བདེ་བའི་སྒོ་ངེ་མང་དུ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་  
ཏེ། ངལ་བའི་སྤྱོད་ལམ་ཀྱི་རྣམ་པ་དག་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །  
གལ་ཏེ་དང་པོ་ནས་ཚུམ་པ་ཞིག་མེད་ན་མཇུག་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱི་སྒོར་ག་ལ་  
འགྱུར་ཞེ་ན། ལུས་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་བྱད་པར་ལས་ཏེ། ཆང་ལ་སོགས་  
པ་མངར་བ་ལ་མཇུག་ཏུ་སྤྱར་པོར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་ན་བདེ་  
བའི་ཆོར་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་གྲུབ་ལ། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་གསུམ་  
དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལོ་ཞེས་བྱ་  
བ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མདོ་ལས་ཐལ་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་  
ལས་ནི་སྤྱིད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མདོ་  
ལས་བཤད་ཀྱི་གཞན་དག་ཀྱང་ཀུན་འབྱུང་ནི་ཡིན་ནོ། །འདི་ངེ་ལྟར་ཁོང་དུ་

ཚུད་པར་བྱ་ཞེ་ན། གཞན་ལས་གཞན་ཡང་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། །ལས་དང་སྲིད་པ་དང་ནི་མ་རིག་པ། །སྤྱི་མའི་ཆེ་  
 ལ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་ལ། ཡང་ས་བོན་གྱི་རྣམ་པ་ལྔ་  
 ཞེས་བྱ་བ། འདི་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་  
 སླ་དྲགས་ཡིན་ནོ། །སའི་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གནས་  
 པ་བཞིའི་ཆོག་སླ་དྲགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲང་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་མདོ་  
 ལས་བསྟན་པ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་ལ། ཆོས་མངོན་པ་ལས་བསྟན་པ་ནི་  
 མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མངོན་པར་འབྱུང་པའི་རྒྱ་བཀའ་སྟོལ་པ་ན་ནི་ཀུན་འབྱུང་  
 གི་བདེན་པ་སྲིད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་གསུངས་ལ། སྤྱི་བ་དང་མངོན་པར་  
 འབྱུང་པའི་རྒྱ། རྒྱ་དང་བཅས་པར་བཀའ་སྟོལ་པ་ན་ནི་ཆོག་སླ་བཅད་པ་  
 ལས། ལས་དང་སྲིད་པ་དང་མ་རིག་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། མདོ་ལས།  
 ལས་ནི་སྤྱི་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། སྲིད་པ་ནི་མངོན་པར་འབྱུང་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་མདོ་ལས་རྒྱ་དང་བཅས་རྒྱེན་དང་བཅས།  
 གཞི་དང་བཅས་ཞེས་འབྱུང་བའི་རིམ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ས་བོན་དང་  
 ཞིང་གི་དངོས་པོར་སྟོན་པར་མཛད་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 ཡང་གསུངས་སོ། །སྤྱི་བ་ནི་གང་ཡིན། མངོན་པར་འབྱུང་པ་ནི་གང་ཡིན་  
 ཞེ་ན། ཁམས་དང་འགྲོ་བ་དང་སྤྱི་གནས་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ལུས་  
 སྤྱི་བ་ནི་སྤྱི་བ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་མེད་པར་ཡང་སྲིད་པར་ཉིང་མཆོམས་སྦྱོར་

བ་ནི་མངོན་པར་འགྱུ་བ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
ལས་དང་སྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་བོན་སྤྱ་ལུ་དང་ནས་ལ་སོགས་པའི་  
རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་སྤྱ་གྲུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། རྩ་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་སྤྱ་  
གྲུ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་ཅམ་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱེ་འདི་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །མངོན་  
པར་གྲུ་བ་པའི་རྒྱ་སྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་  
ན། སྐྱེད་པ་དང་བྲལ་བ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དང་  
སྐྱེད་པ་དང་བྲལ་བ་གཉི་ག་ཡང་འཆི་བ་ལས་སྐྱེད་པ་དག་ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་སྤང་  
གི་སྐྱེད་པ་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་པས་སྐྱེད་པ་མེད་ན་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་སྐྱེད་པ་མངོན་པར་འགྱུ་བ་པར་བྱ་བ་ལ་སྐྱེད་པ་རྒྱ་ཡིན་པར་ཤེས་སོ། །  
རྒྱ་དག་ཞོལ་བའི་ཡང་ཕྱིར་ཏེ། གང་ལ་སྐྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དེར་སེམས་ཀྱི་  
རྒྱ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ག་ཞོལ་བར་མཐོང་བས། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཡང་སྐྱེད་པ་ལ་  
ཡང་དེ་དང་འབྲལ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་སོ། །རྩི་ལྟར་སྐྱེད་པས་འདག་པའི་ཆལ་  
སྒན་རྒྱུད་གི་བྱེ་མའི་ལྷེ་གྲུ་བསྐྱམས་པས་ལུས་བཟུང་བ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱན་  
དུ་བཟུང་བ་དེ་ལྟར་ནི་གང་གིས་ཀྱང་ལུས་ཀྱན་དུ་མ་བཟུང་སྟེ། རྒྱ་གཞན་  
ནི་རྩི་ལྟར་བདག་ལ་ཆགས་པ་དེ་ལྟར་རྩེས་སུ་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་  
རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདེན་པ་བཞི་ཞེས་ཀྱང་གསུངས། ཀྱན་རྫོབ་  
ཀྱི་བདེན་པ་དང་། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་བདེན་པ་གཉིས་ཞེས་ཀྱང་  
གསུངས་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅི་ཞེ་ན། གང་ལ་བཅོམ་དང་སྒྲོ་ཡིས་

གཞན། །བསལ་ན་དེ་སློ་མི་འཇུག་པ། །བུམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ། །ཡོད་  
 དེ་དོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། །གང་ལ་ཆ་ཤས་སུ་བཅོམ་ན་དེའི་སློ་མི་འཇུག་  
 པ་དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བུམ་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ནི་གྲོ་  
 མོར་བཅོམ་ན་བུམ་པའི་སློ་མི་འཇུག་གོ། །གང་ལ་སློས་ཆོས་གཞན་བསལ་  
 ན་དེའི་སློ་མི་འཇུག་པ་དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་  
 བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཚུ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ནི་སློས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་  
 བསལ་ན། ཚུའི་སློ་མི་འཇུག་གོ། །དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དེའི་མིང་དུ་  
 བཏགས་པ་ཡིན་པས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབང་གིས་བུམ་པ་དང་ཚུ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 བཛོད་པ་ནི་བདེན་པ་ཁོ་ན་སྤྲས་པ་ཡིན་གྱི། བརྟན་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེ་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
 སྟེ། གང་ལ་བཅོམ་ཡང་དེའི་སློ་འཇུག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། སློས་ཆོས་གཞན་  
 བསལ་ཡང་དེའི་སློ་འཇུག་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 གཟུགས་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལ་རྟུལ་སྤྲ་བར་ཏུ་བཅོམ་ཡང་བྱུང་། སློས་རོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་  
 བསལ་གྱང་བྱུང་གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་སློ་འཇུག་པ་ཉིད་དེ། ཆོར་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སློན་གྱི་སློབ་དཔོན་རྣམས་ན་རེ།  
 རི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་པ་འཇམ། དེའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པ་འཇིག་  
 རྟེན་པས་འཇིན་པ་དེ་ལྟར་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་གཞན་

གྲིས་འཇིན་པ་དེ་ལྟར་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཟེར་རོ། །བདེན་  
པ་རྣམས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ།

རི་ལྟར་ན་དེ་དག་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་  
དང་པོ་འཇུག་པ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་  
བསམ་ལྡན་པ། །བསྒྲོམ་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྒྱུར། །བདེན་པ་རྣམས་མཐོང་  
བར་འདོད་པ་ནི་དང་པོ་ཁོ་རྣམ་ཚུལ་བྲིམས་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་  
བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་མཐུན་པའི་ཐོས་པ་འཇིན་པའམ། དོན་ཉན་པར་བྱེད་  
དོ། །ཐོས་ནས་ཕྱིན་ཅི་མ་འོག་པར་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །བསམས་ནས་  
ཏིང་ངེ་འཇིན་བསྒྲོམ་པ་ལ་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བ་སྒྲེའོ། །བསམ་པ་ལས་  
བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་སྒྲེའོ། །ཤེས་རབ་འདི་དག་གི་  
མཚན་ཉིད་ཅི་ཞེ་ན། ཐོས་སོགས་ལས་བྱུང་སྒྲོ་རྣམས་ནི། །མིང་དང་གཉི་  
ག་དོན་ཡུལ་ཅན། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ན་རེ་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་  
རབ་ནི་མིང་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ། བསམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་མིང་དང་དོན་  
ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། རེས་འགའ་ནི་ཡི་གས་དོན་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ། །  
བསྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཡི་གས་ལ་  
མི་སྟོས་པར་དོན་ལ་འཇུག་གོ། །དཔེར་ན་སྟོང་རྒྱལ་ལེགས་པར་མ་འོ་བས་



པ་ཚུའི་ནང་དུ་འཇུ་བར་བྱ་བ་མི་གཏོང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། ཅུང་ཟད་ལོ་བས་  
 པ་ནི་རེས་འགའ་ནི་གཏོང་རེས་འགའ་ནི་འཇུ་བར་བྱེད་དོ། །ལེགས་པར་  
 ལོ་བས་པ་ནི་འཇུ་བར་བྱ་བ་ལ་མི་སྟོས་པར་གྲལ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ་འདི་ནི་དཔེ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། རྟོག་པ་འདི་ལ་ནི་མིང་ལ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ནི་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། དོན་ལ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་བསྟོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་བས་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཞེས་རབ་འགྱུར་པར་མི་འགྱུར་གྱི། ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཞེས་རབ་ནི་ཡིད་  
 ཆེས་པའི་ལུང་ཆད་མ་ཉིད་ལས་སྐྱེས་པའི་ངེས་པ་ཡིན་རོ། །བསམ་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་ནི་རིགས་པས་ངེས་པར་བརྟགས་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་རོ། །བསྟོམ་  
 པ་ལས་བྱུང་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འདི་  
 དག་གི་མཆན་ཉིད་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

### ཆོགས་ལམ།

དེ་ལྟར་བསྟོམ་པ་ལ་རབ་ཏུ་བཅོམ་པ་དེ་ནི་ལྟར་ན་སྟོམ་པ་རྫོགས་པར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། བསྐྱངས་གཉིས་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གལ་ཏེ་འདུ་འཇི་དང་  
 མི་དགོ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐག་བསྐྱངས་བའི་ཕྱིར་ལུས་དང་སེམས་དག་  
 གིས་བསྐྱངས་པ་ཡིན་ན་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་བསྐྱངས་པ་དེ་གཉིས་

སྤྱ་ལ་སྒྲིབ་ཞེ་ན། འདྲོད་ཆེན་ཆུང་བ་དང་། ཆོག་མེས་པ་ལ་སྒྲིབ། ཆོག་མི་མེས་  
པ་དང་། འདྲོད་ཆེན་ཅན་ལ་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོག་མི་མེས་པ་འདི་ནི་གང་ཞིག་  
ཡིན་ནོ། །འདྲོད་ཆེན་ཅན་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། རྟེན་ལ་ཡང་སྲིད་ཆོག་  
མི་མེས། །མ་རྟེན་ལ་འདྲོད་འདྲོད་ཆེན་ཅན། །ཆོས་མངོན་པ་བ་རྣམས་ན་  
རེ་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་བྱུ་ལོ་མ་པ་རྟེན་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འདྲོད་པ་ནི་  
ཆོག་མི་མེས་པ་ཡིན་ལ། མ་རྟེན་པ་དག་ལ་དེ་འདྲོད་པ་ནི་འདྲོད་ཆེན་ཅན་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲགས་གོ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་འདྲོད་པ་དེ་ཡང་མ་རྟེན་  
པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི། རྟེན་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་གཉིས་ལ་  
བྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། འདི་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

འདི་ལྟར་ནི་རུང་སྟེ། བྱུ་ལོ་མ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། མང་པོ་མ་ཡིན་པ་  
རྟེན་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ནི་ཆོག་མི་མེས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱུ་ལོ་མ་པ་དང་མང་པོ་  
མ་རྟེན་པར་འདྲོད་པ་ནི་འདྲོད་ཆེན་ཅན་ཡིན་ནོ། །བསྒྲིག་པ་དེ་ཡི་གཉིས་པོ་  
དག །ཆོག་མི་མེས་པ་དང་། འདྲོད་ཆེན་ཅན་ལས་བསྒྲིག་པ་ནི་དེ་དག་གི་  
གཉིས་པོ་ཆོག་མེས་པ་དང་། འདྲོད་ཆེན་ཆུང་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
དེ་གཉིས་ཁམས་གསུམ་གཏོགས་ངི་མེད། །དེའི་གཉིས་པོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་  
ཏེ། ཁམས་གསུམ་པ་དག་དང་། མི་ལྡན་པ་དག་གྲང་ཡིན་ནོ། །ཆོག་མི་  
མེས་པ་དང་། འདྲོད་ཆེན་ཅན་ནི་འདྲོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

འདྲོད་ཆེན་ཆུང་བ་དང་ཆོག་མེས་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་  
ན། མ་ཆགས། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། འདི་དག་ནི་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་

དག་ཡིན་ནོ། །འཕགས་རིགས་མ་ཆགས་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། འདི་  
 དག་ལས་འཕགས་པ་རྣམས་སྐྱེ་བས་ན་འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་སྟེ། དེ་  
 དག་གྲང་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལས་གསུམ་ནི་ཆོག་  
 ཞེས་བདག་ཉིད་དོ། །དང་པོ་གསུམ་པོ་ཆོས་གོས་དང་། བསོད་སྟོམས་  
 དང་། མལ་ཆ་དང་སྟན་གྱིས་ཆོག་ཞེས་པ་རྣམས་ནི་ཆོག་ཞེས་པའི་རང་  
 བཞིན་དག་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་པ་ནི་སྟོང་བ་དང་བསྐྱོམ་པ་  
 དག་ལ་དགའ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ན་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞེ་  
 བ། སྤེད་པ་དང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྤྱོད་པའི་བྱེད་པོ།  
 ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་འཕགས་པའི་རིགས་བཞིས་ཅི་ཞིག་བསྟན་ཅེ་  
 བ། གསུམ་གྱི་ཚུལ་བསྟན་ཐམས་ཅད་ལས། །ཆོས་ཀྱི་རྗེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གྱིས། རང་གི་ཚུལ་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་ཡོངས་སུ་སྤངས་ཤིང་ཐར་པ་དོན་དུ་  
 གཉེར་བར་ཁས་འཆེ་བའི་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་ཚུལ་དང་ལས་གཉིས་བཅས་ཏེ།  
 འཕགས་པའི་རིགས་གསུམ་གྱིས་ནི་ཚུལ་བཅས་སོ། །བཞི་པས་ནི་ལས་  
 བཅས་ཏེ། བྱེད་ཚུལ་འདིས་ལས་འདི་བྱེད་ན་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་ཐར་  
 པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཅིའི་བྱེད་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་དང་། ལས་འདི་ལྟ་བུ་བཅས་ཤེ་ན། སྤེད་པ་  
 སྐྱེ་བའི་གཉེན་པོའི་བྱེད་པ། །མདོ་ལས་སྤེད་པ་སྐྱེ་བ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དགེ་  
 སྟོང་སྤེད་པ་སྐྱེ་བ་ན་ཆོས་གོས་ཀྱི་བྱེད་དང་། བསོད་སྟོམས་ཀྱི་བྱེད་དང་།  
 མལ་ཆ་དང་སྟན་གྱི་བྱེད་སྐྱེའོ། །གནས་པ་ན་གནས་སོ། །མདོན་པར་ཞེན་

པ་ན་མངོན་པར་ཞེན་ཏོ། །དག་སྒྲོང་སྟེང་པ་སྒྲེ་བ་ན་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་  
པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་སྒྲེའོ་ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་  
འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་བསྟན་ཏོ། །བདག་གི་བདག་འཇིན་དངོས་འདོད་  
པ། །དེ་ཡི་དུས་དང་གཏན་ཞི་ཕྱིར། །དོན་དེ་ཉིད་རྣམ་གྲངས་ཀྱིས་སྟོན་པ་  
སྟེ། བདག་གིར་འཇིན་པའི་དངོས་པོ་ནི་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པའོ། །བདག་  
ཏུ་འཇིན་པའི་དངོས་པོ་ནི་ལུས་སོ། །དེ་དག་ལ་འདོད་པ་ནི་སྟེང་པའོ། །དེ་  
ལ་འཕགས་པའི་རིགས་གསུམ་ནི་བདག་གིར་འཇིན་པའི་དངོས་པོ་འདོད་པ་  
དེའི་དུས་སུ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་གཉི་ག་འདོད་པ་གཏན་དུ་  
ཞི་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟ་བུའི་བསྒྲུལ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འབྱུང་  
བ་འདི་ནི་བཤའ་བྱེད་ཏོ། །

དེ་ལྟར་སྟོང་དུ་བྱུང་པ་དེ་རི་ལྟར་ན་བསྒྲུལ་པ་དེ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཞེ་  
ན། དེ་ལ་འཇུག་པ་མི་སྟུག་དང་། །དབྱུགས་རྩལ་འབྱུང་བ་བྲན་པ་ཡིས། །  
བྲན་པ་ཉིད་བྲན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་ནི་མི་སྟུག་པས་འཇུག། །གང་དག་  
ནི་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་འབྱུང་བ་བྲན་པས་འཇུག་ཅེ་ན། །གོ་རིམ་བཞིན་དུ།  
འདོད་ཆགས་རྣམ་རྟོག་ལྟག་རྣམས་སོ། །འདི་དག་ལ་འདོད་ཆགས་དང་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་ལྟག་པ་ཡོད་པས། །འདི་དག་ནི་འདོད་ཆགས་དང་རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་ལྟག་པ་དག་སྟེ། །གང་ཞིག་འདོད་ཆགས་ཉི་བ་དང་ཞིན་ཏུ་སྦྱུང་པ་དེ་ནི་མི་  
སྟུག་པས་འཇུག་གོ། །གང་ཞིག་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྦྱུང་པ་དེ་ནི་དབྱུགས་རྩལ་  
པ་དང་འབྱུང་བ་བྲན་པས་འཇུག་གོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། །འདི་ནི་སྣ་ཆོགས་ལ་

མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། མི་སྤྱད་  
པ་ནི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
འདྲན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་ཁ་ཕྱིར་མ་བཟུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མི་སྤྱད་པ་ནི་མིག་  
གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཁ་ཕྱིར་བཟུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཡུལ་ལ་ཉེ་  
བར་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་འདོད་ཆགས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ།  
ཁ་དོག་གི་འདོད་ཆགས་དང་། དབྱིབས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་། རེག་པའི་  
འདོད་ཆགས་དང་། བསྟན་བཟུར་གྱི་འདོད་ཆགས་སོ། །དང་པོའི་གཉེན་  
པོར་ནི་རྣམ་པར་བསྟོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་མི་སྤྱད་པ་རྫོང་  
པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པའི་ནི་རྣམ་པར་བློས་པ་དང་། རྣམ་པར་འཕྲོར་བ་ལ་  
དམིགས་པའོ། །གསུམ་པའི་ནི་རྣམ་པར་འབྲུས་གཞིགས་པ་དང་། རྒྱུས་  
པས་བྲང་བྲང་དུ་སྒྲེལ་བའི་ཀེང་རུས་ལ་དམིགས་པའོ། །བཞི་པ་ནི་ཤི་བའི་  
རོ་གཡོ་བ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའོ། །བྱེ་བྲག་མེད་པར་ནི། ཀེང་རུས་  
ཆགས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཤེས་ཏེ། རུས་པའི་ཀེང་རུས་ལ་ནི་ཆགས་  
པའི་གཞི་རྣམ་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་མེད་དོ། །མོས་པ་དང་ཉི་ཆེ་བ་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་སྤྱད་པས་ཉོན་མོངས་པ་སྟོང་བ་ནི་མ་ཡིན་  
གྱི་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ནི་ཡིན་ནོ། །མི་སྤྱད་པ་བསྟོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོང་  
པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བརྫོང་དེ། ལས་དང་པོ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྦྱང་  
བ་བྱས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྫོགས་པའོ། །དེ་ལ། རུས་པ་རྒྱ་མཚོའི་



བར་དུ་ནི། །སྒོ་ཞིང་སྤྱད་པ་ལས་དང་པོ། །མི་སྤྱག་པ་བསྒྲུབ་པར་འདོད་པའི་  
 རྣམ་འབྱོར་སྒྲོད་པ་ནི་དང་པོ་ཉིད་དུ་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྟེན་པའི་མཐེ་  
 བོའམ། དཔྱལ་བའི་དབྱེས་སམ། ཡང་ན་དེ་གར་དགའ་བར་སེམས་གཏོད་  
 བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་དེར་ཤ་སྤྱགས་ཞིང་ཟག་པར་མོས་པས་རིམ་གྱིས་  
 རུས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ནས་ཐམས་ཅད་རུས་པའི་ཀེང་  
 རུས་སུ་ལྟ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་མོས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་གཉིས་པ་ལ་མོས་  
 བར་བྱེད་པ་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། ཀུན་དགའི་ར་བ་དང་། གྲོང་དང་།  
 ཞིང་དང་རིམ་གྱིས་རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ཁྲམ་པའི་བར་གྱི་ས་གཞི་རུས་པའི་  
 ཀེང་རུས་གྱིས་གང་བར་མོས་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་སྤྱད་པ་ན་སེམས་བསྐྱེད་  
 བའི་ཕྱིར་བདག་གཅིག་ཤུ་ཁོ་ན་ལ་རུས་པའི་ཀེང་རུས་སུ་མོས་པའི་བར་དུ་  
 སྤྱད་དེ། འདི་ཅུ་གྱིས་ན་མི་སྤྱག་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཀོ་ཞེས་བྲག་  
 རྩེ། འདི་ནི་ལས་དང་པོ་པའི་རྣམ་འབྱོར་སྒྲོད་པ་ཡིན་ཀོ། །

རྟེན་རུས་ནས་ནི་ཐོད་བྱེད་པར། །བཏང་བས་སྦྱང་བ་བྱས་པར་  
 བཤད། །དེ་སེམས་བསྐྱེད་པ་བྱུང་བར་ཅན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རུས་པའི་ཀེང་རུས་  
 དེ་ལས་རྟེན་པའི་རུས་པ་རྣམས་བོར་ནས་སྤྱག་མ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཐོད་པའི་བྱེད་བོར་ནས་ཐོད་པ་བྱེད་ཀྱི་བར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འདི་ནི་  
 ཡོངས་སུ་སྦྱང་བར་བྱས་པ་ཡིན་ཀོ། །སྒྲིན་མའི་བར་དུ་སེམས་འཇིན་པས།  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །དེ་ཐོད་པའི་བྱེད་ཀྱང་བོར་ནས་སྒྲིན་མ་  
 གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་འཇིན་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མི་སྤྱག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་

པ་རྫོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྐྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲག་གོ། ། དམིགས་པ་ཆུང་  
བས་ཆུང་ལ་དབང་ཆུང་བས་མ་ཡིན་པའི་མི་སྤྱག་པ་ཡང་ཡོད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་  
ལུ་བཞི་སྟེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤྱང་བར་བྱས་པ་དང་སྤྱང་བ་མ་བྱས་པ་དག་  
དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤྱང་བ་མ་བྱས་པ་དང་། སྤྱང་བར་བྱས་པ་དག་རང་  
གི་ལུས་དང་རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ཁྲས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་མི་སྤྱག་པ་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞིག་ཡིན། ས་ནི་དུ་ཞིག་ཡིན།  
དམིགས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན། གང་དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅི་ན། གོ་རིམ་བཞིན་  
དུ། མི་སྤྱག་མ་ཆགས་ས་བཅུ་དང་། །དམིགས་པ་འདོད་སྤྱང་མིས་བསྐྱེད་  
དོ། །རང་བཞིན་ནི་མ་ཆགས་པའོ། །ས་ནི་བཅུ་པ་སྟེ། བསམ་གཏན་བཞི་  
ཉིར་བསྐྱོགས་དང་བསམ་གཏན་བྱེད་པར་ཅན་དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་  
པའི་ཁམས་ན་ཡོད་དོ། །དམིགས་པ་ནི་འདོད་པ་ན་སྐྱོད་པའི་སྤྱང་བ་ཡིན་  
ནོ། །སྤྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཞེ་ན། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
དོན་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་པོ། །མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཁོ་ནར་བསྐྱེད་  
ཀྱི་འགོ་བ་གཞན་དུ་ཡང་མ་ཡིན་ན་ཁམས་གཞན་དུ་སྟོ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས།  
དེར་ཡང་བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྟན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མི་ཉིད་ཀྱིས་མི་སྤྱག་པའི་རྣམ་  
པ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་པོ། །དུས་གང་ཡིན་པ་དེའི་དུས་ལ་དམིགས་སོ། །མི་  
སྤྱི་བའི་ཆོས་ཅན་ཀྱི་ཡུལ་ནི་དུས་གསུམ་ཡིན་ནོ། །མོས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །འདྲིས་པ་དང་མ་འདྲིས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཐོབ་པ་དང་སྐྱོར་བ་ལས་བྱུང་བ་

ཡིན་ནོ། །མི་སྤྱུག་པའི་མཆན་ཉིད་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་བཅས་ཏེ་བཤད་ཟིན་  
 ཏོ། །

དབྱུགས་རྩལ་དབྱུགས་འབྱུང་བ་ཞི། །ཤེས་རབ་ས་ལྔ་སྦྱོད་ཡུལ་  
 རྒྱུད། །འདོད་ཏེན། དབྱུགས་རྩལ་པ་ནི་དབྱུགས་རྩལ་པ་སྟེ་རྒྱུད་འཇུག་པ་  
 གང་ཡིན་པའོ། །དབྱུགས་འབྱུང་བ་ནི་དབྱུགས་འབྱེན་པ་སྟེ་རྒྱུད་འབྱུང་བ་  
 གང་ཡིན་པའོ། །དེ་གཉིས་བྲན་པ་ནི་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་དབྱུགས་འབྱུང་བ་  
 བྲན་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །བྲན་པ་ཞེས་སྟོས་པ་ནི་  
 བྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་སྟེ། དེའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ས་ལྔ་པོ་ཉིར་བསྒྲེགས་གསུམ་དང་། བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་  
 དང་། འདོད་པའི་ཁམས་ན་ཡོད་དེ། བཏང་སྟོམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་མཐུན་  
 པའི་ཕྱིར་དེའི་གཉེན་པོ་ནི་དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྡན་ནོ། །བདེ་  
 བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་དག་ཀྱང་གཏོད་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལ། དེ་  
 ཡང་གཏད་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །གང་  
 དག་བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་དག་ན་ཡང་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ལ་བཏང་  
 སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ས་བརྒྱུད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །ཡན་ཆད་ནི་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་དབྱུགས་འབྱུང་བའི་ས་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་དམིགས་པ་ནི་རྒྱུད་ཡིན་ནོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཏེན་ཅན་  
 ཡིན་ནོ། །ལྷ་དང་མི་དག་གི་ནང་ནས་བསྐྱེད་དོ། །སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་།

འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཆོས་འདི་པ་རྣམས་ཁོ་ནའི་ཡིན་གྱི། བྱི་པའི་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་  
མེད་པའི་བྱིར་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཟབ་མོ་མངོན་པར་མི་རྟོགས་  
པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་བགྲང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་རྒྱལ། །དེ་ནི་བགྲང་བ་དང་རྗེས་  
སྤྱུ་འགོ་བ་དང་། འཛོག་པ་དང་། ཉེ་བར་རྟོགས་པ་དང་། བསྐྱར་བ་དང་།  
ཡོངས་སྤྱད་པ་སྟེ། རྒྱ་རྒྱལ་དང་ལྷན་ན་ཡོངས་སྤྱུ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
ལ་བགྲང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབྱུགས་རྩལ་པ་དང་དབྱུགས་འབྱུང་བ་དག་ལ་  
སེམས་གཏད་ནས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པར་ལུས་དང་སེམས་རྣལ་དུ་  
བཞག་སྟེ་དྲན་པ་ཅམ་གྱིས་གཅིག་དང་གཉིས་ནས་བཅུའི་བར་དུ་བགྲང་བར་  
བྱེད་པའོ། །སེམས་མངོན་པར་སྤྱད་པ་དང་རྣམས་པར་གཡེང་བར་དོགས་  
པས་ཏ་ཅང་མང་བ་དང་ཉུང་དུར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྒྲིན་ནི་གསུམ་ཡོད་  
དེ། གལ་ཏེ་གཉིས་ལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་ན་མ་ཆང་བར་བགྲང་བའི་སྒྲིན་ནོ། །  
གལ་ཏེ་གཅིག་ལ་གཉིས་སྤྱུ་འཛིན་ན་ལྷག་པར་བགྲང་བའི་སྒྲིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
དབྱུགས་རྩལ་པ་ལ་དབྱུགས་འབྱེན་པར་འཛིན་ཏམ། དབྱུགས་འབྱེན་པ་ལ་  
དབྱུགས་རྩལ་པར་འཛིན་ན་འཆོལ་བར་བགྲང་བའི་སྒྲིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་  
པ་ནི་ཡང་དག་པའི་བགྲང་བ་ཡིན་ནོ། །བར་སྐབས་སྤྱུ་སེམས་རྣམས་པར་  
གཡེང་ན་ཡང་མགོ་ནས་ཇི་སྲིད་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བགྲང་  
བར་བྱའོ། །རྗེས་སྤྱུ་འགོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་དག་ཐག་ནི་ཇི་སྲིད་ཅིག་ཏུ་

འབྱུང་ཞིང་འཇུག། ཅི་འདི་དག་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་དག་ཅིག་གམ།  
 བྱོགས་འགའ་ཞིག་ན་རྒྱ་བ་དག་ཡིན་ཞེས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པར་  
 དབྱགས་རྩལ་བ་དང་དབྱགས་འབྱུང་བའི་འགྲོས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྟེ།  
 དེ་འཇུག་པ་ན་སློག་མ་དང་། སྙིང་ག་དང་། ལྟེ་བ་དང་། རྟེན་པ་དང་། བརྒྱ་  
 དང་། བྱིན་པར་འཇུག་པའི་རིམ་ཀྱིས་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 ལ། འབྱུང་བ་ན་མཐོང་གང་དང་འདོམ་གང་གི་བར་དུ་འབྱུང་ངོ་། །གཞན་དག་  
 ན་རེ། རྒྱུད་གི་དབྱིལ་འཁོར་དང་རྣམ་པར་འཐོར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་གི་བར་དུ་འོ་  
 ཞེས་ཟེར་ཏེ། འདི་ནི་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །འདྲིལ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནོར་བུའི་ཐག་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཅེ་མོ་ནས་རྟེན་  
 པའི་མཐེ་བོང་གི་བར་དུ་གནས་པར་ལྟ་ཞིང་། ཅི་འདི་དག་པན་འདོགས་པར་  
 བྱེད་པ་ཞིག་གམ། གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་གམ། གྲང་ངམ། རྩོ་བ་དག་  
 ཅིག་ཅེས་ཏྲོག་པའོ། །ཉེ་བར་ཏྲོག་པ་ནི་འདི་དག་ནི་རྒྱུད་འབའ་ཞིག་མ་ཡིན་  
 གྱི། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་དང་འབྱུང་བ་དག་ལས་མངོན་པར་གྲུབ་པ་  
 རྒྱུར་བྱས་པའི་གཟུགས་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་པ་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 རྒྱུད་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་སྤང་པོ་ལྷ་ལ་ཉེ་བར་ཏྲོག་པར་བྱེད་པའོ། །  
 བསྐྱར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུད་ལ་དམིགས་པའི་སློབ་སྐྱར་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་  
 བར་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་དགེ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བའོ། །  
 ཡོངས་སུ་དག་པ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། བསྐྱར་བ་ནི་བླ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ནས་དོ་རྗེ་ལྟ་



བྱེ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བར་ཡིན་ལ། རྣམ་པར་དག་པ་ནི་ཟད་པ་ཤེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དབུགས་རྩབ་དབུགས་འབྱུང་བ་ནི། །  
 བགྲང་དང་རྗེས་འགོ་འཛོག་པ་དང་། །ཉོག་པ་དང་ནི་བསྐྱར་བ་དང་། །ཡང་  
 དག་རྣམ་པ་ཐུག་ཏུ་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱར་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །

དེ་ལ། དབུགས་རྩབ་དབུགས་འབྱུང་གང་ལས་ལུས། །འདི་གཉིས་  
 ནི་ལུས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལུས་ས་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་ས་པ་  
 དག་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དབུགས་རྩབ་པ་དང་དབུགས་འབྱུང་བ་ནི་  
 གཟུགས་མེད་པ་དང་། རྒྱར་རྒྱར་པོ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་པ་རྣམས་དང་།  
 སེམས་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་  
 ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལུས་དང་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་པ་  
 ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ལུས་ཀྱང་སྐབས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་དབུགས་རྩབ་པ་དང་  
 དབུགས་འབྱུང་བའི་ས་པའི་སེམས་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་ན་དེ་ལྟར་ན་  
 འཇུག་གོ། །སྐྱེ་བ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལས་ལྡང་བ་ལ་ནི་འཇུག་ལ།  
 འཆི་བ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ནི་འབྱུང་  
 རོ། །

དབུགས་རྩབ་པ་དང་དབུགས་འབྱུང་བ་འདི་གཉིས་ནི། སེམས་ཅན་  
 ཞེས་བྱ། སེམས་ཅན་དུ་མི་བགྲང་བ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཟིན་པའོ། །  
 དབང་པོ་དང་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་། ལུས་རྒྱས་པས་

འགྲིབ་པར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། ཆད་ནས་ཡང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བའི་  
 ཕྱིར་རྒྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལས་སྒྲེས་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་གཟུགས་ལ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མེད་དོ། །འོག་མ་ཡི། ཡིད་  
 གྱིས་དེ་གཉིས་མི་རྟོགས་སོ། །དེ་གཉིས་ནི་རང་གི་ས་པ་དང་ས་གོང་མ་པའི་  
 སེམས་ཀྱིས་རྟོགས་ཀྱི། འོག་མ་པ་སྒྲོད་ལམ་པ་དང་སྐྱུ་ལ་པའི་སེམས་ཀྱིས་  
 མི་རྟོགས་སོ། །འཇུག་པའི་སྒྲོ་གཉིས་བཤའ་བེན་ཏོ། །

དེ་གཉིས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཐོབ་ནས། ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར། ཞི་གནས་བྱུང་བར་བྱུར་བ་ཡིས། །དྲན་པ་ཉེར་གཞག་བསྒྲོམ་པར་  
 བྱ། །རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ལུས་ཆོར་སེམས་དང་ཆོས་རྣམས་ལ། །མཆོན་  
 ཉིད་གཉིས་སུ་ཡོངས་བརྟགས་པས། །ལུས་དང་། ཆོར་བ་དང་། སེམས་  
 དང་ཆོས་རྣམས་ལ་རང་དང་སྤྱི་འཛིན་མཆོན་ཉིད་དག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་  
 གྱེ། དེ་དག་གི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་འོ། །སྤྱི་འཛིན་མཆོན་ཉིད་ནི་  
 འདུས་བྱས་རྣམས་ནི་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སྐྱུ་ག་  
 བསྐྱུ་ལ་བ་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་བ་དང་། བདག་མེད་པ་ཉིད་དག་  
 གོ། །ལུས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཅི་ཞེ་ན། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་བྱུར་བ་ཉིད་  
 དོ། །གསུམ་ལས་གཞན་པ་དག་ནི་ཆོས་སོ། །མཉམ་པར་བཞག་པས་ལུས་  
 ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་པར་དང་སྐྱོད་ཅིག་མར་མཐོང་བས་ལུས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་  
 བྱུང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ཡང་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་གྱེ། རང་བཞིན་

དང་། འབྲེལ་བ་དང་། དམིགས་པའི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པའོ། །དེ་ལ་རང་  
བཞིན་གྱི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ནི། ཤེས་རབ་པོ། །ཤེས་རབ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཅེ་ན། རྩོས་སོགས་ལས་བྱུང་བའོ། །རྩོས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། བསམ་པ་  
ལས་བྱུང་བ་དང་། བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་དག་  
ཀྱང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྩོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་  
བ་དག་གོ། །གཞན་ནི་འབྲེལ་དང་དམིགས་པ་ལས། །གཞན་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་  
འབྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ནི་འབྲེལ་བའི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཡིན་པོ། །དེ་  
དག་གི་དམིགས་པ་ནི་དམིགས་པའི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པའོ། །རང་བཞིན་  
གྱི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཤེས་རབ་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ག་ལས་ཤེ་ན།  
ལུས་ལ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུ་ནི་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པའོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་དོ། །རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཞེ་ན། ཤེས་རབ་སྟེ། དེས་དེ་དང་ལྟན་  
པ་རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུར་བྱེད་དོ། །འདི་ལྟར་ནང་གི་ལུས་ལ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱ་ཞིང་  
གནས་སོ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུ་སྟེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པས་ན་  
རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུའོ། །ལུས་ལ་རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུ་ནི་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱ་ལྟ་བུའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ལ་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཞེས་བཤད་ཅེ་ན། གྲེ་  
བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ན་དེ། བླ་པ་ཤས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཤིང་ག་ཤེགས་པའི་  
སྤྱུ་དག་གིས་འཛིན་པ་ལྟར་བླ་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པས་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱི་  
ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །འདི་ལྟར་ནི་རུང་སྟེ། འདིས་བླ་  
པ་ཉི་བར་འཛོག་པས་ན་བླ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། རི་

ལྟར་མཐོང་བ་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ཆེ་དང་ལྟན་པ་མ་  
འགགས་པས་ཀྱང་། ལུས་ལ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ལྟ་ཞིང་གནས་པ་དེའི་ལུས་  
ལ་དམིགས་པའི་བླ་པ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡང་དག་པར་གནས་ཞེས་རྒྱས་  
པར་བཤད་དོ། །བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུས་ལ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ལྟ་  
ཞིང་གནས་པ་དེའི་བླ་པ་ཉེ་བར་གནས་ཤིང་ཀྱན་ཏུ་མི་ཚོངས་པ་ཡིན་ཞེས་  
གསུངས་སོ། །གང་ལས་དགེ་སྦྱོང་དག་ཇི་ལྟར་ན་བླ་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་  
རྣམས་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཟས་ཀྱན་འབྱུང་བས་ནི་ལུས་  
ཀྱན་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། ཟས་འགགས་པས་ནི་ལུས་རྒྱབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་དེ་ལས་ནི་དམིགས་པ་ཁོ་ན་བླ་པ་ཉེ་བར་བཞག་པར་གསུངས་  
པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་བླ་པ་ཉེ་བར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་གི་མིང་ནི་  
དམིགས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེད་ནོ། །འདི་དག་རང་དང་གཞན་དང་གཉི་གའི་རྒྱད་  
ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་གསུམ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །

རིམ་ནི་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་བཞེད། ། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན། གྲེ་བྲག་  
ཏུ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ན་རེ། སྒར་རགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་འདི་ལྟར་  
འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་པའི་ཉེན་ནི་ལུས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཆོར་བ་མངོན་  
པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སེམས་མ་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཉོན་  
མོངས་པ་མ་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉེན་པོར་  
བཞི། །གཙང་བ་དང་བདེ་བ་དང་རྟག་པ་དང་བདག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམ་  
པ་བཞིའི་གཉེན་པོར་བླ་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བསྟན་

ཏེ་མི་མང་མི་ཉུང་ངོ། །དེ་དག་ལས་གསུམ་ནི་མ་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་གཉི་ག་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཆོས་ཁོ་ན་ལ་ལྟ་ན་མ་འདྲེས་  
 པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ལུས་ལ་སོགས་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་  
 མམ་བཞི་པོ་སྟེ་ལ་ལྟ་ན་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལུས་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་འདྲེས་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་རྣམས་གོམས་པར་བྱས་  
 བས། དེ་ནི་ཆོས་འདྲན་ཉི་བཞག་པ། །སྟེ་ལ་དམིགས་པ་ལ་གནས་ཏེ། དེ་  
 དག་ལ་ནི་མི་རྟག་དང་། །སྟུག་བསྐྱལ་སྟོང་བདག་མེད་པར་སྟེ། །ཆོས་འདྲན་  
 པ་ཉི་བར་བཞག་པར་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་ལ་གནས་ཏེ། ལུས་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྦྱར་བསྐྱུས་ཏེ། མི་རྟག་པ་དང་། །སྟུག་བསྐྱལ་བ་དང་།  
 །སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་པ་དང་རྣམ་པ་བཞིར་སྟོལ། །

### སྦྱོར་ལམ།

དེ་ལས་ངོ་བར་གྱུར་པ་འབྱུང་། །ཆོས་འདྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ལ་  
 དེ་ལྟར་གོམས་པ་ལས་རིམ་གྱིས་དགོ་བའི་རྩ་བ་ངོ་བར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྟེའོ། །ངོ་བར་གྱུར་པ་དང་འདྲ་བས་ན་ངོ་བར་གྱུར་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་འདྲི་  
 བྱད་ཤིང་སྟེག་པར་བྱེད་པ་འཕགས་པ་འདྲི་ལམ་གྱི་མེད་སྟེ་སྟུག་ལོན་པ་འདྲི་བྱེད་  
 རོ། །དེ་ནི་བདེན་བཞི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། །ངོ་བར་གྱུར་པ་དེ་ནི་རྒྱན་ཆགས་  
 པ་ཡིན་པ་འདྲི་བྱེད་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ །  
 །སྟུག་བསྐྱལ་ལ་མི་རྟག་པ་དང་། །སྟུག་བསྐྱལ་བ་དང་། །སྟོང་པ་དང་། །བདག་



མེད་པ་དང་རྣམ་པ་བཞིར་ལྟོ། །ཀུན་འབྱུང་ལ་རྒྱ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་།  
རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱུན་དང་རྣམ་པ་བཞིར་ལྟོ། །འགོག་པ་ལ་འགོག་པ་  
དང་། ཞི་བ་དང་། གྲུ་ལོམ་པ་དང་། དེས་པར་འབྱུང་བ་དང་རྣམ་པ་བཞིར་  
ལྟོ། །ལམ་ལ་ལམ་དང་། རིགས་པ་དང་། སྐྱབ་པ་དང་། དེས་པར་འབྱེན་  
པ་དང་རྣམ་པ་བཞིར་ལྟོ། །འདི་དག་གི་བྱེ་བྲག་ནི་འོག་ནས་བཤད་པར་  
བྱའོ། །

རྫོ་བ་ལས། ཅེ་མོ། རྫོ་བ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་རིམ་གྱིས་  
མངོན་པར་འཕེལ་བ་ལས་ཅེ་མོ་དག་གྲང་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ཡང་དེ་དང་འབྲ། །རི་  
ལྷར་རྫོ་བར་གྱུར་པ་རྣམས་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་བཟུ་  
དུག་ཡིན་པ་བཞིན་ཏེ། ཆེས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་ན་མིང་གཞན་དུ་  
བཏགས་སོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་གཡོ་བའི་རྩ་མོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྩ་མོ་རྣམས་  
ཏེ། དེ་དག་ལས་ལྷུང་བའམ་འདའ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཉི་ག་ཆོས་  
གྱི་རྣམ་པ་གཏོད། །རྫོ་བར་གྱུར་པ་དང་རྩ་མོ་གཉིས་ཀ་ཆོས་བྲན་པ་ཉེ་བར་  
བཞག་པས་རྣམ་པ་གཏོད་པར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པ་གཏོད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་  
ན། དང་པོ་ཉིད་དུ་བདེན་པ་རྣམས་ལ་རྣམ་པ་དག་འགོད་པའོ། །གཞན་དག་  
གིས་གྲང་འཕེལ་བར་བྱེད། །བྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ཆར་གྱིས་གྲང་དེ་  
དག་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ན་སྒྲོན་ཐོབ་པ་རྣམས་  
མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་དེ། དགའ་བ་ཆེན་པོ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལས་  
བཟོད་པ་ཡང་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་རིམ་གྱིས་མངོན་

པར་འཕེལ་བ་དག་ལས་ཡང་བཟོད་པ་སྐྱེ་སྟེ། ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པའི་སྒོ་  
ནས་བདེན་པ་ལ་ཆེར་བཟོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཚུང་  
དུ་དང་། འབྲིང་དང་། ཆེན་པོ་ལོ། །དེ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་དེ་བཞིན། །ཅེ་མོ་  
རྣམས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར་བཟོད་པ་ཚུང་དུ་དང་འབྲིང་དག་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་  
སྟེ། དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་གཏོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ལ་ནི་བྱད་པར་འདི་ཡོད་དེ། བཟོད་པ་ནི། ཐམས་  
ཅད་ཆོས་ཀྱིས་འཕེལ་བར་བྱེད། །ཆོས་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཁོ་ནས་  
འཕེལ་བར་བྱེད་ཀྱི། གཞན་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོ་འདོད་གཏོགས་  
སྤྱག་བསྐུལ་ཡུལ། །བཟོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་  
དང་ཉི་བའི་ཕྱིར་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ལོ། །  
དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ་བར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་ངེས་པ་མ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་  
ཁམས་གསུམ་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པོ། །  
གང་གི་ཆེ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོགས་པ་བདེན་  
པའི་རྣམ་པ་དམིགས་པ་རེ་རེ་ནས་སྤྱི་ནས་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་  
ཁོ་ན་ལ་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་སུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་བར་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་བཟོད་  
པ་འབྲིང་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཆེན་  
པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲག་གོ། །དེ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ །དེ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་  
ཡིན་ཀྱི་རྒྱུ་ཆགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མཆོག་ །དེ་དག་  
ཀྱང་བཟོད་པ་ཆེན་པོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་

དམིགས་པ་དང་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 བ་ཡང་ཡིན་ལ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གྲང་ཡིན་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ཏེ། སྐལ་  
 བ་མཉམ་པའི་རྒྱ་མེད་པར་དེའི་རྩ་ལ་གྱིས་ལམ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དྲོ་བར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་བླ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པའི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ལུང་  
 བོ་ལྟ། །འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་སྒོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐོབ་པ་མ་གཏོགས། ཐོབ་  
 པ་རྣམས་ནི་དྲོ་བར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པས་མ་བསྐྱས་ཏེ། འཕགས་པ་ལ་  
 དེ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པས་དྲོ་བར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་  
 འགྱུར་དུ་འོངས་པས་སོ། །

དེ་ལ་བདེན་པ་གསུམ་ལ་དམིགས་པའི་དྲོ་བར་གྱུར་པ་རྣམས་པ་གཏོད་  
 བ་ལ་ནི་ཆོས་བླ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ད་ལྟར་གྱུང་བ་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་ནི་  
 བཞི་ཆར་འཐོབ་བོ། །འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པ་ལ་ནི་དེ་ཁོ་ན་གཉི་  
 ག་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་འཕེལ་  
 བ་ལ་ནི་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་ནི་བཞི་ཆར་  
 རོ། །འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་ནི་ཐ་མ་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་ནི་  
 བཞི་ཆར་རོ། །རྣམ་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །རིགས་རྣམས་ཐོབ་ཐེན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །རྩེ་མོ་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་པ་གཏོད་པ་དང་། འགོག་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་འཕེལ་བ་ལ་ནི་ཐ་མ་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་ནི་བཞི་ཆར་རོ། །

རྣམ་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །བདེན་པ་གསུམ་ལ་དམིགས་པ་རྣམ་པར་འཕེལ་  
 བ་ལ་ནི་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་ནི་བཞི་ཆར་  
 རོ། །རྣམ་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །བཟོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཐ་མ་  
 ཡིན་ལ་མ་འོངས་པ་ནི་བཞི་ཆར་རོ། །རྣམ་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །ཆོས་ཀྱི་  
 མཆོག་དག་ལ་ནི་ཐ་མ་ཡིན་ལ་མ་འོངས་པ་ནི་བཞི་ཆར་རོ། །རྣམ་པ་ནི་བཞི་  
 ཁོ་ན་སྟེ། གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མཐོང་བའི་ལམ་དང་འབྲུ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་རྣམ་པ་བཞི་བཞི་པོ་འདི་དག་ནི་ངེས་  
 པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དག་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ།  
 རྩོ་བར་གྱུར་པ་དང་། ཅེ་མོ་རྣམས་དང་། བཟོད་པ་རྣམས་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
 མཆོག་རྣམས་སོ། །

དེ་དག་ལས་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་སྟོ་ནས་གཡོ་བའི་ཕྱིར་  
 ཟུང་དུ་དག་ཡིན་ནོ། །བཟོད་པ་རྣམས་ནི་འབྲིང་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་མཆོག་  
 རྣམས་ནི་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་རྣམས་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། ངེས་པར་འབྱེད་པས་ན་ངེས་པར་འབྱེད་པ་སྟེ་  
 འཕགས་པའི་ལམ་སོ། །དེས་ཐེ་ཆོམ་སྟོངས་བའི་ཕྱིར་དང་། བདེན་པ་  
 རྣམས་ལ་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་འདི་ནི་ལམ་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 བར་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཆ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ཀྱི་སྟོགས་  
 གཅིག་ཡིན་ཏེ། དེ་འབྲེན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་པན་འདོགས་པའི་ཕྱིར་  
 ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་རྣམས་སོ། །དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་

དང་མ་ཐུན་པའི་རྣམ་པ་འདི་བཞི་ཆར་ཡང་། བསྐྱེམས་བྱུང་། ཐོས་པ་དང་  
བསམས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མི་སྡོག་ས་མེད་པ་དང་། །བྱུང་པར་  
བསམ་གཏན་ས་པའོ། །འདིའི་ས་པ་ནི་མི་སྡོག་ས་པ་མེད་པ་དང་། བསམ་  
གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་བསྐྱུས་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་འཁོར་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གོང་ན་མེད་དོ། །དེ་  
མེད་པ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་སྒར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་སྒར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ལྔ་  
ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་འཕེན་པར་བྱེད་  
པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤིང་པའི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་ནི་  
འོག་ན་འང་ཡོད་པའམ། །འམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིན་ཀྱི་ལུགས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཏེ།  
བཙུན་པ་དབྱངས་སྒྲོགས་ཀྱི་ལྟར་ན་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་  
དང་པོ་གཉིས་ས་བདུན་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་ཁམས་ན་ཡང་ཡོད་དོ། །བཞི་  
པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། འདོད་ཏེན་གསུམ་ནི་མི་དག་གི་ནང་ཁོ་ན་དང་།  
སྤིང་གསུམ་དུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ། །སྒྲོན་བསྦྱེད་པ་རྣམས་ནི་ལྟ་དག་གི་ནང་  
དུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་ནི་ལྟ་དག་གི་ནང་དུ་ཡང་སྦྱེད་པར་བྱེད་  
དོ། །གསུམ་ནི་སྦྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་ཀྱི་གཉི་གའི་ཏེན་ཅན་དག་འཐོབ་པོ།  
ཆོས་མཆོག་བྱུང་མེད་ཀྱིས་གཉི་གའི་ཏེན་ཅན་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ཆོས་ཀྱི་  
མཆོག་ནི་བྱུང་མེད་ཁོ་ནས་གཉི་གའི་ཏེན་ཅན་འཐོབ་པོ། །སྦྱེས་པ་ནི་སྦྱེས་



བའི་རྟེན་ཅན་འབའ་ཞིག་འཛོལ་སྟེ། བྱད་མེད་ཉིད་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་  
 ཡིན་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་པར་འབྲེད་པའི་ཆ་མཐུན་པ་  
 རྣམས་ཇི་ལྟར་སྟོང་ཞེ་ན། འཕགས་པས་དེ་དག་ས་བོར་ནས། །སྟོང་ངོ། །  
 འཕགས་པ་ནི་ས་གང་དག་ཐོབ་པར་གྱུར་པའི་ས་དེ་དག་འདོར་བ་ན་དེ་དག་  
 གྲང་གཏོང་གི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ས་འདོར་བ་ནི་ས་འཕོས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འཕགས་མིན་འཆི་བས་སོ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ནི་ས་འཕོ་ཡང་རུང་མི་  
 འཕོ་ཡང་རུང་སྟེ་རིས་མཐུན་པ་བཏང་བ་ཁོ་ནས་གཏོང་ངོ། །དང་པོ་གཉིས་  
 ཡོངས་ཉམས་པས་གྲང་། །གཏོང་ལ་འཆི་བས་གྲང་གཏོང་སྟེ། །སོ་སོའི་  
 སྐྱེ་བོ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་འཕགས་པ་ནི་དེ་གཉིས་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མེད་  
 ཏོ། །བཅོད་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་དག་ལས་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཡང་ཡོངས་  
 སུ་ཉམས་པ་མེད་ཏོ། །

དངོས་གཞིས་དེ་ཉིད་ལ་བདེན་མཐོང་། །གང་ཞིག་བསམ་གཏན་  
 དངོས་གཞིའི་ས་པའི་དེས་པར་འབྲེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་སྐྱེད་པར་  
 བྱེད་པ་དེས་ནི་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་གདོན་མི་བྱ་བར་བདེན་པ་རྣམས་མཐོང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཡིད་འབྱུང་བ་ཤས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཉམས་ན་དངོས་  
 མེད་འཛོལ། །གང་གི་ཆེ་རྣམ་པར་ཉམས་པ་དག་གིས་ཡང་ཐོབ་པ་དེའི་ཆེ་  
 སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོན་མེད་པ་དག་ཁོ་ན་འཛོལ་གྱི། སྒྲོན་  
 བཏང་བ་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མ་འདྲིས་པ་དང་འབད་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོམས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་གོང་མ་སྐྱེད་པར་

བྱེད་དོ། །མེད་ན་ནི་གཞི་ཁོ་ནས་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་ཉམས་པ་དང་  
ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་འདི་དག་གི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། ཉམས་པ་གཉིས་ནི་མི་  
ལྡན་པ། །ཉམས་པ་གཉི་ག་ཡང་མི་ལྡན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ་ནི་ཉེས་པས་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་པར་ཉམས་པ་ནི་གདོན་མི་བླ་བ་  
ཡིན་ནོ། །དྲོ་བར་གྱུར་པ་ཐོབ་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་ཀྱང་ངེས་པར་སྤྱང་ན་  
ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་དང་བྱེད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། བར་ཆད་བྱེད་  
པ་མེད་ན་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་ཆེས་ཉེ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཅེ་མོ་ཐོབ་པ་རྩ་མི་  
འཆད། །ཅེ་མོ་ཐོབ་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་ཀྱང་དགོ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་  
མི་འཆད་གྱི་ངན་སོང་དུ་ཡང་འགྲོ་ལ་མཆོམས་མེད་པ་དག་ཀྱང་བྱེད་དོ། །  
བཟོད་ཐོབ་ངན་སོང་མི་འགྲོ་ལོ། །བཟོད་པ་ལས་ནི་རྣམ་པར་ཉམས་ཀྱང་ངན་  
སོང་དུ་མི་འགྲོ་སྟེ། དེར་འགྲོ་བའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཐག་བསྐྱེད་པའི་  
ཕྱིར་དོ། །

བཟོད་པ་ཐོབ་པ་ཁོ་ནས་འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་གནས་དང་། སྐྱེ་བ་དང་།  
ལུས་དང་། སྤིད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལས་ཁ་ཅིག་གིས་མི་སྐྱེ་  
བའི་ཆོས་ཉིད་ཐོབ་སྟེ། ངན་སོང་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་དང་། སྒྲོང་ལས་སྐྱེས་  
པ་དང་། རྫོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་གནས་དག་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་  
པའི་སེམས་ཅན་དག་དང་། བྱང་གི་སྤྲ་མི་སྟན་དང་། ཆངས་པ་ཆེན་པོར་སྐྱེ་  
བ་རྣམས་དང་། ཟ་མ་དང་། མ་ནིང་དང་མཆོན་གཉིས་པའི་ལུས་རྣམས་དང་།

བརྒྱད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པ་རྣམས་དང་། མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཉིད་འཐོབ་པོ། །དེ་དག་ནི་ཅི་རིགས་  
 པར་ཏེ། རྒྱུ་དུས་ནི་ངན་སོང་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མི་སྐྱེ་བ་འཐོབ་ལ། ཆེན་  
 པོས་ནི་གཞན་དག་གི་ལོ། །ཉོན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་  
 དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་རིགས་གསུམ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལ། གཉིས་སྟོབ་རིགས་ལས་བརྒྱུ་ནས་ནི། །སངས་རྒྱས་སུ་  
 འབྱུང་། རྩོ་བར་བྱུར་པ་དང་། ཅེ་མོར་སྐྱེས་པ་ཉོན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ལས་  
 བརྒྱུ་ནས་ཡང་སངས་རྒྱས་སུ་འབྱུར་བ་ནི་སྲིད་ཀྱི་བཟོད་པ་ཐོབ་པ་ལ་ནི་  
 དེ་ལྟ་བུ་མི་སྲིད་དོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ངན་སོང་བརྒྱུ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་པ་དཔའ་རྣམས་ནི་གཞན་ལ་པན་འདོགས་པའི་གཞན་ཀྱི་དབང་  
 གིས་ངན་སོང་དུ་ཡང་འགྲོའོ་ཞེས་གྲག་གོ། །རིགས་དེ་ཉིད་བརྒྱུ་ཏུ་མི་རུང་  
 བའི་ཕྱིར་མི་སྲིད་དོ། །གཞན་གསུམ་ཡང་། བརྒྱུ་ནས་འབྱུར་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྦྱར་ཏེ། དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་གསུམ་ཡང་ཉོན་ཐོས་ཀྱི་  
 རིགས་ལས་སྟོབ་ནས་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་པར་འབྱུར་ཏེ། རང་སངས་  
 རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ནི་བརྒྱུ་  
 པར་མི་རུས་ཏེ། འདི་ལྟར། སྟོན་དང་བསེ་རུ་བྱང་རྒྱུ་པར། །བསམ་གཏན་  
 མཐའ་རྟེན་གཅིག་ལ་ཀུན། །སྟོན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་སོ། །བསེ་རུ་ལྟ་བུ་ནི་  
 རང་སངས་རྒྱས་ཏེ། དེ་གཉིས་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་མི་གཡོ་བ་དང་། གསལ་  
 བའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྟོན་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་དེས་

པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་རྣམས་ནས་བཟུང་སྟེ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་བར་དུ་  
སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །བྱང་ཚུབ་ནི་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་འོག་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། མི་སྐྱུག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་བར་དུ་འོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་དག་བསེ་རུ་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་པའི་རང་སངས་རྒྱས་  
ཡོད་པར་འདོད་པ་དེའི་རིགས་རྣམས་ནི་བསྐྱོག་པར་དགག་པ་མེད་དོ། །ཅི་  
ཆེ་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱོར་བ་བྱས་ཏེ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་  
རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་ནི་མེད་ཀྱི་ངེས་པར་དེའི་སྒོན་  
དུ་ཐར་པའི་ཆ་མ་ཐུན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཐམས་ཅད་པས་ཤིན་ཏུ།  
སྐྱུར་བའི་སྤིད་པ་གསུམ་གྱིས་ཐར། །ས་བོན་འདེབས་པ་དང་། འབྲུ་སྐྱེ་བ་  
དང་། འབྲས་བུ་ཆགས་པ་བཞིན་དུ་ཆེ་གཅིག་ལ་ནི་ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་  
པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་རྣམས་སྐྱེད་  
པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དེ། ཆོས་  
ཉིད་འདི་ལ་ནི་རྒྱད་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་། རྣམ་  
པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་དེ་ཡང་ཐོས་བསམ་  
ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལས་  
དུ་དག་ཅིག་ཅེ་ན། ལས་གསུམ་སོ། །གཙུག་པོར་ནི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཡིན་ནོ། །  
དེའི་སྒོན་ལམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་སྤྱིར་ལུས་དང་དག་གི་ལས་ཀྱང་

ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། ལ་ལ་ཞིག་གིས་ཟས་འགའ་ཙམ་བྱིན་  
ནས་སམ། བསྐྱབ་པ་འགའ་ཙམ་ཡང་མཐོས་ནས་ཐར་པ་འདོད་པའི་སྟོབས་  
བསྐྱེད་པས་ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པའི་འཕེན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་། མི་  
ཡི་ནང་ནས་འཕེན་པར་བྱེད། །མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཁོ་ན་དང་། །སྤྱིང་གསུམ་  
ནས་འཕེན་གྱི་གཞན་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་རིགས་པར་ཤེས་རབ་དང་སྟོ་  
བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་ཞར་ལས་འོངས་པ་བཤུད་  
ཟིན་ཏོ། །མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་བཤུད་པར་བརྩམས་པ་དེ་ལ་ཆོས་  
ཀྱི་མཆོག་གི་བར་རྣམས་ནི་བཤུད་ཟིན་ཏོ། །

## མཐོང་ལམ།

ལྷག་མ་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཆོས་མཆོག་  
ལས། །ཆོས་ཀྱི་བཟོད་པ་ཟག་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་སྟོས་ཏེ། འཇིག་  
རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་མཐུག་ཐོགས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ཟག་  
པ་མེད་པ་སྟེའོ། །དམིགས་པ་གང་ལ་ཞེ་ན། འདོད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ། དེའི་  
དམིགས་པ་ནི་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་མ་ཐུན་པས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱས་ཏེ། ཆོས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་  
བཟོད་པ་ནི་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་སྟེ་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བུའི་ཤིང་བཞིན་  
ནོ། །དེ་ཉིད་ངེས་པར་འཐུག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་



ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དག་པ་ཉིད་ནི་མདོ་ལས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་  
ཡིན་པར་བཤད་དོ། །དེར་ངེས་པ་ནི་ངེས་པ་སྟེ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའོ། །དེར་  
འཇུག་པ་ནི་མདོན་པར་འགྲོ་བ་སྟེ། དེ་སྐྱེས་ན་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཅེས་  
བྱའོ། །མ་འོངས་པས་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཉིད་སྒྲོག་པར་བྱེད་དོ། །མ་འོངས་  
པ་དེའི་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་གྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མར་མེ་  
དང་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་  
བསྒྲོག་གོ་ཞེས་བེད་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དང་  
འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དེ། དག་བོའི་སྤྲག་པ་ལ་ཞོན་ནས་དེ་ལ་  
འཆོག་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། གཉི་གས་བསྒྲོག་སྟེ། བར་ཆད་མེད་པ་དང་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བེད་རོ། །དེ་ནས་ནི་དེ་  
ཉིད་ལ་ཆོས་ཤེ་ན། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་མཇུག་ཐོགས་  
སུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་སྐྱེ་སྟེ། དེ་  
ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡང་ཟག་པ་མེད་  
པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་ཆོས་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་  
ཏུ། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱག་ལ་རྗེས་བཟོད་ཤེས། །སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་  
མཇུག་ཐོགས་སུ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་

ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་སྤྱི་ལ་དམིགས་པ་སྦྱེ་སྟེ། དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནས་ནི་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་སྦྱེ་སྟེ།  
 དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དང་པོ་ཉིད་དུ་ཆོས་ཀྱི་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 གོང་མའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ནི་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་སྦྱེ།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་བཟོད་  
 པ་དང་ཤེས་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་སྦྱེ་བ་ལྟར། བདེན་པ་གསུམ་ལ་དེ་བཞིན་ནོ། །  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་  
 གྱུན་འབྱུང་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་སྦྱེ་ཞིང་། དེ་ནས་གྱུན་འབྱུང་ལ་ཆོས་  
 ཤེས་པ་སྦྱེ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་མཐུག་ཐོགས་སུ་སྦྱེ་བའི་རིམ་གྱིས་གྱུན་འབྱུང་  
 ལྟག་མ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། གྱུན་འབྱུང་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་  
 སྦྱེ་འོ། །འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་  
 པ་དང་། འགོག་པ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་སྦྱེ་འོ། །འགོག་པ་ལྟག་མ་རྣམས་ལ་ཇེས་  
 སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། འགོག་པ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་སྦྱེ་འོ། །འདོད་  
 པ་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་གཉིན་པོ་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་  
 དང་། ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་སྦྱེ་འོ། །ལམ་ལྟག་མ་རྣམས་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་  
 པའི་བཟོད་པ་དང་། ལམ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་སྦྱེ་སྟེ། དེ་ལྟར་བདེན་པ་མངོན་  
 རྟོགས་འདི། །སེམས་བརྩུ་བྱུག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་རིམ་པ་འདིས་ན་བདེན་པ་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པ་འདི་ནི་སེམས་བརྩུ་བྱུག་ཡིན་ནོ། །སྟེ་པ་གཞན་གང་

དག་བདེན་པ་རྣམས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་འདི་ནི་གཅིག་གོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་  
དག་གི་བསམ་པ་ལྟར་བྱ་སྟེ། བྱེ་བྲག་མེད་པར་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཞེས་  
བྱའོ། །

དེ་ནི་རྣམ་གསུམ་སྟེ། མཐོང་དམིགས་བྱ་བ་ཞེས་བྱའོ། །མཐོང་བའི་  
མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམས་མངོན་  
པར་རྟོགས་པའོ། །དམིགས་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་  
པར་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མངོན་པར་རྟོགས་པའོ། །བྱ་བའི་མངོན་པར་  
རྟོགས་པ་ནི་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་ཚུལ་བློམས་དང་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་  
མངོན་པར་རྟོགས་པའོ། །སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་ན་དེའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་  
ནི་གསུམ་མོ། །ཀྱན་འབྱུང་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱ་བའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་  
ཡིན་ཏེ་སྒྲོང་བ་དང་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དང་བསྐྱོམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་  
བས་ན་གལ་ཏེ་བདེན་པ་རྣམས་མཐོང་བའི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མངོན་  
པར་རྟོགས་པ་གཅིག་གོ་ཞེས་སྒྲིན་ནི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་མི་རིགས་པར་  
སྒྲིབ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པར་མཐོང་ངོ་ཞེས་  
ཟེར་ན་ནི། འོ་ན་ནི་བདེན་པ་རྣམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་  
བར་མི་འགྱུར་བས་དེ་ལྟ་བས་ན། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་སྤྱག་  
བསྐྱལ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའམ། ཀྱན་འབྱུང་ལ་ཀྱན་འབྱུང་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པའམ། ལམ་ལ་ལམ་གྱི་བར་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཆོས་རྣམས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་གང་ཡིན་

པ་ཞེས་གསུངས་པའི་མངོན་རང་འགྲེལ་ལོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བསྟོམ་པའི་  
 ལམ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་མཐོང་བ་བཞིན་བསྟོམ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འོན་ཏེ་གཅིག་མཐོང་བས་ལྟག་མ་རྣམས་ལྟ་དབང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མངོན་  
 པར་རྟོགས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་ཞེས་ཟེར་ན་ནི་ཉེས་པ་མེད་དེ་བར་སྐབས་སུ་  
 ལྟན་པ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་སྟུག་བསྐྲུལ་  
 ཁོ་ན་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན་ཀུན་འབྱུང་ཡང་སྟོངས་ལ་འགོག་པ་ཡང་མངོན་སུམ་  
 དུ་བྱེད་ཅིང་ལམ་ཡང་སྟོམ་པར་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་པ་  
 གཅིག་གོ་ཞེས་ཟེར་ན་དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཉེས་པ་མེད་དེ། གཅིག་མཐོང་ན་ལྟག་མ་  
 རྣམས་ཀྱང་བྱ་བའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

མངོན་ལས་མཐོང་བའི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་བདེན་པ་རྣམས་  
 རིམ་གྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་པར་གསུངས་པར་མངོན་ཏེ། བྱིས་བདག་  
 བདེན་པ་རྣམས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་གཅིག་པ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དེ། འོན་  
 ཀྱང་མཐར་གྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་སོ་ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་དཔེ་དང་  
 བཅས་པའི་མངོན་གསུམ་ཁུངས་སུ་ཡོད་དོ། །གལ་ཏེ་མངོན་ལས། གང་ཞིག་  
 སྟུག་བསྐྲུལ་ལ་ནེམ་རྒྱར་མེད་ཅིང་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡང་  
 ཞེས་གསུངས་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་གཅིག་གོ་ཞེས་ཟེར་ན། མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཀུན་དུ་མི་འབྱུང་བ་དང་། གདོན་མི་བླ་བར་སྟོང་བ་ལས་དགོངས་ཏེ་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མངོན་པར་རྟོགས་པ་སེམས་བཅུ་དྲུག་པར་བཤའ་  
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚོས་མཚོག་དང་ས་གཅིག་ །ཚོས་ཀྱི་མཚོག་ས་གང་

ཡིན་པ་སེམས་བརྩུ་བྱ་ག་པོ་འདི་དག་ཀྱང་དེའི་ས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་ས་བྱ་ག་  
པའོ་ཞེས་སྒྲར་བ་འད་ཟིན་ཏོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་གཤོན་མི་བ་བར་བཟོད་པ་དག་དང་ཤེས་པ་དག་ཡིན་ཞེ་ན།  
བཟོད་དང་ཤེས་པ་གོ་རིམ་བཞིན། །བར་ཆད་མེད་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ། །  
བཟོད་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་པ་རྣམ་པར་གཙོད་པ་ལ་བར་ཆད་  
བྱ་བར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དག་ཡིན་ནོ། །ཤེས་  
པ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་རྣམས་ལ་བྲལ་  
བའི་ཐོབ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟེ། བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དག་ཡིན་  
ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གཉི་ག་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུ་པོ་འབྱེན་  
པ་དང་སྒོ་གཙོད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གཉིས་པ་ཁོ་  
ན་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟེ། བར་གྱུར་ན་ནི་དམིགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་  
ཐེ་ཆོམ་སྤངས་པའི་ཤེས་པ་སྟེ། བར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བཟོད་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བའི་  
རིས་དགུ་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བཟོད་པ་རྣམས་  
ནི་ཤེས་པའི་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་གྱིས་བྱས་པ་ལས་རྒྱལ་  
པོས་བྱས་སོ་ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

ཅི་སེམས་བརྩུ་བྱ་ག་པོ་ཐམས་ཅད་བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་མཐོང་བའི་  
ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྒྲས་པ། མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རི་ལྟ་  
བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལས་སྐད་ཅིག་བཅོ་ལྔ་ནི། །མ་མཐོང་མཐོང་ཕྱིར་མཐོང་བའི་



ལམ།། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལམ་ལ་ཇེས་  
 སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་བར་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་བཅོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ནི་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ།།  
 བཅུ་དྲུག་པ་ལ་ནི་སྟོན་མ་མཐོང་བ་བསྟན་བར་བྱ་བ་མེད་ཀྱི་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་  
 ནི་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེས་གྲང་  
 ལམ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་མ་མཐོང་བ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 བདེན་པའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་  
 གཅིག་མ་མཐོང་བས་ནི་བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཉག་མ་  
 གཅིག་མ་བརྒྱས་པས་ཞིང་མ་བརྒྱས་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་པ་བརྒྱད་དང་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ལམ་སྤྲུལ་རྣམ་པར་ཉམས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱུན་  
 ཆགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལམ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་ནི་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཡིན་  
 ནོ། །ཡོངས་སུ་མ་ཉམས་པ་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྤངས་པ་ཡང་  
 དག་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་  
 བདུན་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ཞེ་ན། མཐོང་བ་མ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདེན་  
 པ་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་མ་རྫོགས་པས་དེའི་བར་མར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་  
 གྲང་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་བའི་ལམ་དང་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཇི་ལྟར་  
 སྟེ་བ་བཞག་ཟེན་ཏོ། །

ད་ནི་ངེ་ལྟར་ན་འཕགས་པའི་ལམ་སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་རྣམ་  
པར་གཞག་པ་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་  
གྱི་སྐད་ཅིག་མ་བཙུག་པ་ཤད་པ་གང་དག་ཡིན་པ། དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་དེ་  
དག་ཏུ། །དད་དང་ཆོས་གྲིས་རྗེས་འབྲང་བ། །ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་ལ་གནས་པ་ནི་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཞེས་བྱའོ།  
དབང་པོ་རྣེ་རྣེ་པོ་ནི་ཆོས་གྲིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དད་པས་རྗེས་  
སུ་འབྲང་བས་ན་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བའོ། །

དེ་འདི་ལ་ཡོད་པས་སམ། འདི་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ངང་ཚུལ་  
ཅན་ཡིན་པས་ན་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་སྟེ། སྒོན་གཞན་གྱི་བྱིང་གིས་  
དོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་སྐྱར་རོ། །ཆོས་གྲིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡང་དེ་  
དང་འབྲས་སྟེ། སྒོན་བདག་ཉིད་ཁོ་ནས་མདོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གྱི་དོན་གྱི་  
རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་སྐྱར་རོ། །དེ་གཉིས་ནི། བསྐྱེད་པས་སྤང་བུ་མ་སྤངས་  
ན། །འབྲས་བུ་དང་པོ་ལ་ཞུགས་པ། །འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་འབྲས་  
བུ་དང་པོ་སྟེ། རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུའོ། །དེ་ནི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་བྱ་  
བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དང་པོ་ཡིན་པའི་སྐྱར་རོ། །

དད་པ་དང་ཆོས་གྲིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དེ་དག་ཉིད་གལ་ཏེ་སྒོན་  
འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱེད་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་སྤངས་པ་འཆིང་བ་  
མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་དེ་གཉིས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་

བྱ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་ལཱའི་བར་བཅོམ། གལ་ཏེ་སྟོན་འཛིག་ཏེན་  
 པའི་ལམ་གྱིས་བསྟོམས་ཏེ་སྤང་བར་བྱ་བ་འདོད་པ་ན་སྟོད་པ་རྣམས་ལས་  
 རྣམ་པ་ལཱའི་བར་དུ་སྤངས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་དང་པོའི་  
 འབྲས་བྱ་ལ་ཞུགས་པ་དག་ཅེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ། །དགྲ་པ་ཚུན་ཆད་  
 ཟད་པ་ཡིན། །གཉིས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་དེ་  
 གཉིས་གྱིས་དེ་ཡན་ཆད་རྣམ་པ་དྲག་གས། བདུན་ནམ་བརྒྱད་དག་ཅིག་སྟོན་  
 སྤངས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་གཉིས་འབྲས་བྱ་གཉིས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 གཉིས་པ་གང་ཞེ་ན། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བྱའོ། །འདོད་པའམ་  
 ཡང་ན་གོང་མ་ལས། །ཆགས་བྲལ་གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པ་  
 དགྲ་པ་ཡང་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། གོང་མ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་ལས་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་འབྲས་བྱ་གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བྱའོ། །གང་ཞིག་  
 གང་ལ་ཞུགས་པ་ནི། །བཙུ་དྲག་པ་ལ་དེ་འབྲས་གནས། སེམས་བཙུ་དྲག་  
 པ་སྐྱེས་ན་དེ་གཉིས་དད་པ་དང་ཚོས་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཞེས་གྲང་མི་བྱ་  
 ལ། ཞུགས་པ་ཞེས་གྲང་མི་བྱའོ། །

འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། འབྲས་བྱ་ལ་གནས་པ་དག་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་རྒྱུན་དུ་  
 ཞུགས་པའི་འབྲས་བྱའམ། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བྱའམ། ཕྱིར་མི་  
 འོང་བའི་འབྲས་བྱ་ཡང་རུང་འབྲས་བྱ་གང་ལ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་དེའི་

ཆེ་འབྲས་བྱ་དེ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ནི་དང་པོ་ཉིད་དུ་  
 ཐོབ་པར་མི་རུས་ཏེ། མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མི་  
 སྤང་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤར་ཡང་སྤིད་པའི་ཅེ་མོ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་མི་སྤིད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ཆེ་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་དག། །དད་པས་མོས་དང་  
 མཐོང་བས་ཐོབ། །དེའི་ཆེ་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་སྒྲོན་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དད་པས་མོས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དབང་པོ་རྣེ་པོ་སྒྲོན་ཆོས་  
 གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དད་  
 པ་དང་ཞེས་རབ་ལྷག་པས་མོས་པ་དང་མཐོང་བས་རབ་ཏུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ལྔ་སྤངས་ཀྱང་སེམས་བཅུ་དྲུག་པ་ལ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ཁོ་  
 ར་ཞེས་བྱ་ལ། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བྱ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་མི་བྱ་  
 ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར། འབྲས་ཐོབ་འབྲས་བྱའི་བྱེད་པར་གྱིས། །ལམ་ཐོབ་  
 མེད་པས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འབྲས་གནས་བྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །མི་བཙོན་པ་ནི་  
 ཞུགས་མ་ཡིན། །འབྲས་བྱ་ཐོབ་ན་འབྲས་བྱ་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་མི་འཐོབ་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ངེས་སོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འབྲས་བྱ་ལ་གནས་པ་རི་སྤིད་  
 དུ་བྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་གཞན་ཐོབ་པར་བྱ་བ་ལ་མི་བཙོན་པ་དེ་  
 སྤིད་དུ་ཞུགས་པ་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བྱ་གཞན་ལ་ཡང་སྤྱར་  
 བར་བྱའོ། །གང་ཞིག་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 ལ། ས་འོག་མ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ངེས་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་འབྲས་  
 བྱ་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་མཛོན་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་དེའི་གོང་དུ་

སྐྱེས་པ་དེ་བདེ་བའི་དབང་པོ་དང་མི་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །རེ་ཞིག་པལ་ཆར་  
ལས་དང་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པར་  
འཇུག་པའི་གང་ཟག་རྣམས་པར་གཞག་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

མཐར་ཀྱིས་འཇུག་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་རེ་ཞིག་འདི་རྣམ་  
པར་གཞག་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་པ་  
དགྲ་པོ་དེ་དག་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ས་དང་ས་ན་ཉེས་རྣམས་དགྲ། །སྤྱི་  
པའི་རྩ་མོའི་བར་དུའོ། །ཉེས་པ་རྣམས་རི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་ཡོན་ཏན་  
རྣམས་ས་དང་ས་ན་དེའི་གཉེན་པོ་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དང་རྣམས་པར་གྲོལ་  
བའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་ཡང་རྣམས་པ་དགྲ་དགྲ་ཁོ་ན་ཡོད་དོ། །

### རྒྱན་ཞུགས།

རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། རྒྱུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེ་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱུ་དུ་  
ལ་སོགས་ཐ་དད་ཕྱིར། །རྩ་བའི་རྣམས་པ་གསུམ་སྟེ། རྒྱུ་དུ་དང་འབྲིང་དང་  
ཆེན་པོའོ། །དེ་དག་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་རྒྱུ་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་  
རྣམས་པ་གསུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགྲར་རྣམས་པར་གཞག་སྟེ། རྒྱུ་དུའི་རྒྱུ་དུའི་  
རྣམས་པ་དང་། རྒྱུ་དུའི་འབྲིང་དང་། རྒྱུ་དུའི་ཆེན་པོ་དང་། འབྲིང་གི་རྒྱུ་དུ་  
དང་། འབྲིང་གི་འབྲིང་དང་། འབྲིང་གི་ཆེན་པོ་དང་། ཆེན་པོའི་རྒྱུ་དུ་དང་།  
ཆེན་པོའི་འབྲིང་དང་། ཆེན་པོའི་ཆེན་པོའོ། །དེ་ལ་ལམ་རྒྱུ་དུའི་རྒྱུ་དུས་



ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་སྤྲོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་ཆེན་པོའི་ཆེན་  
 པོས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཆུང་དུ་འི་ཆུང་དུ་འི་བར་དུ་སྤྲོད་སྟེ། དང་པོ་ཁོ་ནར་  
 ལམ་ཆེན་པོ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་དང་། ལམ་ཆེན་པོ་སྤྲོས་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཆེན་པོ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །གོས་ལ་དྲི་མ་ཆེ་ལོང་ནི་སྤར་འབྲུ་ལ་ཕྱ་མོ་ནི་  
 བྱིས་འབྲུ་བ་དང་། ལུན་པ་ཆེ་ལོང་ནི་སྤར་བ་ཆུང་དུས་འཛོམས་ལ་ཕྱ་མོ་ནི་  
 ཆེན་པོས་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དཔེའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །འབགས་པའི་ལམ་  
 སྐད་ཅིག་མ་ཆུང་དུས་ཀྱང་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་པས་སྟེལ་  
 བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྩ་བ་ནས་མེད་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་ཆོས་  
 དཀར་པོ་རྣམས་ནི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། རག་པོ་རྣམས་ནི་སྟོབས་  
 ཆུང་བ་ཡིན་ཏེ། དུན་རིང་པོ་ནས་བསགས་པའི་སྟོན་རྣམས་སྤོན་ཏི་བྱིད་  
 ལུན་གཅིག་གིས་འབྲིན་པ་ལྟ་བུ་དང་། མར་མེ་སྐད་ཅིག་མ་ཆུང་དུས་ལུན་  
 པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་དགུ་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དུ། འབྲས་  
 གནས་བསྐྱོམ་སྤང་བྱ་མ་ཟད། །རེ་ལྟར་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ། །འབྲས་  
 བུ་ལ་གནས་པ་གང་ཞིག་གིས། བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་  
 པ་གཅིག་ཀྱང་མ་སྤངས་པ་དེ་ནི་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ལ། །ཆེ་བདུན་གྱི་  
 བར་དུ་སྤྲོ་བས་ན་རེ་ལྟར་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པའོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ལན་  
 བདུན་པ་མ་ཡིན་པས་རེ་ལྟར་ཐོགས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་ལལ་  
 བའོ། །མདོ་ལས། མཆོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་ཞེས་འབྲུང་བ་ནི་དེ་

མཚོག་ཏུ་ཐོགས་ན་སྐྱེ་བ་ལན་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། མཚོག་  
 ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་ནི་རབ་ཏུ་འོ། །ཟླ་ངན་ལས་འདས་པའི་རྒྱན་ནི་ལམ་སྟེ། དེས་  
 ན་དེར་འགོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་དེར་ཞུགས་ཤིང་ཕྱིན་ལ་སོན་པས་ན་རྒྱན་  
 དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ན་ཞུགས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ལམ་དང་པོ་ཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་ནི་བརྒྱད་པ་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་  
 དང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་ནི་པལ་ཆེར་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
 ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཡིན་  
 པར་འགྱུར་རོ། །འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འབྲས་བུ་  
 དང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་བརྒྱད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་  
 ན། ལམ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ལ་ནི་ཞུགས་པ་དང་འབྲས་བུའི་ལམ་ཐོབ་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱན་ཐམས་  
 ཅད་མངོན་པར་ཉོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ན་རེ་དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་སྐྱེ་བའི་སྲིད་པ་  
 བདུན་དང་སྲིད་པ་བར་མ་བདུན་དུ་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཉིང་མཆམས་སྦྱོར་  
 བར་བྱེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་དག་གི་ནང་དུ་ཡང་ཉིང་མཆམས་སྦྱོར་བར་  
 བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སྲིད་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་དུ་ཉིང་མཆམས་སྦྱོར་  
 བར་བྱེད་དོ། །སྲིད་པ་བདུན་ཆོན་དུ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་མཚོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་  
 བདུན་པ་ཞེས་བཤད་དེ། གནས་བདུན་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདབ་  
 མ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འོ་ན་གང་མདོ་ལས། གང་

ཟག་ལྟ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྤྲིད་པ་བརྒྱད་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་གོ་སྐབས་མེད་དེ་འདི་ནི་གནས་མེད་དོ་  
ཞེས་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འགྲོ་བ་གཅིག་ཏུ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་  
ཏེ་སྤྲི་ཇི་བཞིན་དུ་བརྟགས་ན་ནི་སྤྲིད་པ་བར་མ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྤྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་བར་དུ་གོང་དུ་འཕོ་བ་འགྲོ་བ་གཅིག་ཏུ་སྤྲི་བའི་  
སྤྲིད་པ་བརྒྱད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། །འདོད་པའི་ཁམས་ལས་དགོངས་ཏེ་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

འདི་ལ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་མདོ་འམ་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ལྟ་དང་མི་  
དག་གི་ནང་ན་སོ་སོར་ལན་བདུན་སྤྲིའི་གཉི་གའི་ནང་དུ་ལན་བདུན་མ་ཡིན་  
པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། འདི་སྐད་  
དུ་ལྟ་རྣམས་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ལན་བདུན་ཞེས་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། འོད་  
སྤངས་པ་རྣམས་ལྟ་རྣམས་སུ་ལན་བདུན། མི་རྣམས་སུ་ལན་བདུན་ཞེས་སོ་  
སོར་ཡང་འདོན་པས་འདི་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱའོ། །གང་ཞིག་མི་དག་  
གི་ནང་དུ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ནར་འོངས་ནས་ཡོངས་སུ་  
སྤྲི་དན་ལས་འདས་ལ། གང་ཞིག་ལྟ་དག་གི་ནང་དུ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པར་  
གྱུར་པ་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ནར་འོངས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྲི་དན་ལས་འདསོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་  
སྤྲིད་པ་བརྒྱད་པ་མངོན་པར་མི་འགྲུབ་ཅེ་ན། དུས་དེ་སྤྲིད་ཀྱིས་གདོན་མི་བ་  
བར་རྒྱད་ཡོངས་སུ་སྤྲིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལམ་དེ་ནི་དེ་འདྲ་སྟེ། སྤྲི་ལ་གོམ་པ་  
བདུན་པས་བེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། རིམས་ཉིན་བཞི་པ་བཞིན་ནོ། །ཀུན་ཏུ་སྤྲི་ར་

བ་བདུན་པོ་ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་གཉིས་དང་། གོང་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་  
ལྷ་ལུས་པའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། བར་སྐབས་སུ་ཡང་འཕགས་པའི་ལམ་མཛོད་  
དུ་བྱེད་ཅིང་ཡོངས་སུ་སྤྱད་ན་ལས་མི་འདའ་སྟེ། དེ་སྤྱིད་དུ་སྤྱིད་པ་སྤྱོད་བར་  
འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་མེད་  
ན་ཁྱིམ་པ་ཁོ་ནར་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་འཐོབ་ན་ཁྱིམ་ན་ནི་མི་གནས་སོ། །  
ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་འཐོབ་པའི་དག་སྤྱོད་གི་མཆན་མ་ཡང་འཐོབ་པོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། དག་སྤྱོད་གཞན་གྱི་མཆན་མས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ།  
ཅིའི་ཕྱིར་ལོག་པར་སྤྱད་བའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེར་འགོ་བའི་ལས་  
མི་སོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། བསགས་པ་ཡང་སྤྱོད་བ་དང་བསམ་པ་དག་པའི་  
སྟོན་ས་དག་བའི་རྩ་བ་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་བསྐྱོས་པའི་ཕྱིར་རྒྱད་ནམ་པར་  
སྤྱིན་པ་དང་། མི་མཐུན་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངན་སོང་དུ་ངེས་པའི་ལས་  
ཡོད་ན་ནི་ངེས་བཟོད་པ་ཡང་བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདིར་སྒྲུས་པ། མི་མཁས་པས་ནི་སྤྲིག་པ་ཆུང་དུ་བྱས་ཀྱང་འོག་ཏུ་  
འགོ། །མཁས་པས་ཆེན་པོ་བྱས་ཀྱང་གཞོད་པ་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །  
ལྷགས་ཀྱི་གོང་བུ་ཆུང་ཡང་ཆུ་ཡི་གཏིང་དུ་འབྱིང་འགྱུར་ལ། །དེ་ཉིད་སྤྱོད་དུ་  
བྱས་ན་ཆེ་ཡང་སྟེང་དུ་འཕྱོ་བར་འགྱུར། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
བྱ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐར་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གང་པན་ཆད་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་  
པ་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉིང་མཆོམས་མི་སྤྱོད་བར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་  
གོ། །ཡང་ན་མཐར་ཉི་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་

རི་ལྷ་ར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་འཕྲོ་བ་པའི་བགོགས་བསལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་  
སྒྲ་བ་པོ་འདུན་ཁང་རྒྱུ་ལ་ནམ་མཁའ་གྱིས་ཞེས་འཛེར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །  
མཆོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི། མ་ངེས་པས་མི་  
བརྗོད་དོ། །རེ་ཞིག་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་བཟང་  
པ་མཆོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་གསུམ་རྣམ་བཞི་ལས་གྲོལ་བ། །ཆེ་གཉིས་གསུམ་དུ་རིགས་  
ནས་རིགས། །རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པ་དེ་ཉིད་རྒྱུ་གསུམ་གྱིས་ན་རིགས་ནས་  
རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། །ཉོན་མོངས་པ་སྤང་བ་ལས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་  
རྣམ་པ་གསུམ་མཐ་བཞི་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་ལྷས་ནི་དེའི་གཉེན་པོ་  
ཟག་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བ་ལས་ནི་ཆེ་གཉིས་སམ་  
གསུམ་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཆེ་གསུམ་སུ་བཅད་པའི་ནང་དུ་གཉིས་ཞིག་སྒྲོས་པ་ནི། རྒྱུ་དུ་ཞུགས་  
པ་ཕྱིས་ཉོན་མོངས་པ་སྤང་བར་བྱེད་ན་དེའི་གཉེན་པོ་ཟག་པ་མེད་པའི་དབང་  
པོ་ཐོབ་པ་ནི་མ་སྒྲོས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བ་ནི་གལ་ཏེ་གོང་མའི་སྐལ་  
པ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཆེས་ཉུང་དུ་ཡང་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་འདི་སྒྲོས་  
སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ལྟ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་སྤངས་ན་བྱུག་  
པ་ཡང་གཏོན་མི་བར་སྤང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རྣམ་པ་གཅིག་གིས་ནི་བར་  
ཆད་གཅིག་པའི་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་ལ་བགོགས་བྱ་བར་མི་རུས་ཏེ། ཁམས་  
ལས་མི་འདྲའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་ནས་རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་དེ་ནི་རྣམ་པ་



གཉིས་ཏེ། ལྷའི་རིགས་ནས་རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་ནི་ལྷ་དག་གི་ནང་དུ་རིགས་  
 གཉིས་སམ་གསུམ་དུ་འཁོར་ནས་ལྷའི་རིགས་དེའམ་གཞན་དུ་ཡོངས་སུ་སྐྱ་  
 ངན་ལས་འདའ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །མིའི་རིགས་ནས་རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་ནི་མི་  
 དག་གི་ནང་དུ་རིགས་གཉིས་སམ་གསུམ་དུ་འཁོར་ནས་སྦྱིང་དེའམ་གཞན་  
 དུ་ཡོངས་སུ་སྐྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །

### སྤྱིར་ཁོང་བཤད་པ།

འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་དེ་ཉིད། རྣམ་པ་ལྔ་ཡི་བར་བཅོམ་པ། །གཉིས་  
 པ་ལ་ནི་ཞུགས་པ་ཡིན། །འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་གང་གིས་རྣམ་པ་གཅིག་  
 རྣམ་ལྔའི་བར་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་ན་དེའི་འབྲས་བུ་གཉིས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་  
 པར་རིག་པར་བྱའོ། །

རྣམ་པ་དུག་པ་ཟད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་ལན་ཅིག་སྤྱིར་ཁོང་བ། །དེ་ནི་  
 འབྲས་བུ་གཉིས་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དག་གི་ནང་དུ་སོང་ནས་མིའི་འཇིག་  
 ཏེན་དུ་ལན་ཅིག་སྤྱིར་ཁོང་བའི་སྤྱིར་ཁོང་བ་སྟེ། བན་ཆད་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་རྣམས་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིར་  
 ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་ཆུང་དུའི་རྣམ་པ་ལུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

### སྤྱིར་མི་ཁོང་བཤད་པ།

འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་དེ་ཉིད། ཉེས་ཆ་བདུན་དང་བརྒྱད་ཟད་པ། །ཆེ་

གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་དང་། གསུམ་པ་ལ་ནི་ཞུགས་པའང་ཡིན། །ཡང་  
ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གསུམ་གྱིས་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡིན་པར་  
རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་བདུན་ནམ་བརྒྱད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་  
དང་། དེའི་གཉེན་པོ་ཟག་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆེ་  
གཅིག་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྟར་ན་འདིའི་རྣམ་པ་གཅིག་གིས་འབྲས་བུ་  
ལ་བགོགས་བྱེད་པར་རུས་ཤེ་ན། ཁམས་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། གོང་  
དུ་ལས་རྣམས་ནི་གནས་སྐབས་གསུམ་དུ་བགོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་  
གནས་སོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ལས་རྣམས་རི་ལྟ་བར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་  
རིག་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་དང་རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུའི་ས་ལས་  
འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བར་ཆད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་ཆད་བྱེད་པའོ། །དེའི་ལྷ་  
ངན་ལས་འདའ་བ་ལ་ཆེ་གཅིག་གིས་ཆོད་པའི་ཕྱིར་རམ། ཕྱིར་མི་འོང་བའི་  
འབྲས་བུ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་གཅིག་གིས་ཆོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་བར་  
ཆད་གཅིག་ཡོད་པས་ན་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་བདུན་དང་  
བརྒྱད་སྤངས་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་  
བྱའོ། །སྒོན་རྣམ་པ་གསུམ་དང་བཞི་སྤངས་པའམ། བདུན་པ་དང་བརྒྱད་  
པ་སྤངས་པ་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ནི་རི་སྤྱིད་དུ་འབྲས་བུ་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་  
མངོན་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་རིགས་ནས་རིགས་སུ་སྟེ་བའམ་བར་ཆད་  
གཅིག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དགྲ་ཟད་པས་ཕྱིར་མི་འོང་། །འབྲས་བུ་ལ་གནས་

བ་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་དགུ་སྤངས་པས་སྤྱིར་མི་འོང་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 འདོད་པའི་ཁམས་སུ་མི་འོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཐ་མའི་ཆ་དང་  
 མ་ཐུན་པ་རྣམ་པ་ལྔ་སྤངས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་སྤངས་པ་སྟོམ་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། གཞོན་མི་བ་བར་སྟོན་གཉིས་སམ་གསུམ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ནི་བར་སྟེས་འདུ་བྱེད་དང་། །འདུ་བྱེད་མེད་ཡོངས་སུ་ངན་འདལ། །གོང་དུ་  
 འཕོ་བ་རྣམས་འདི་བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བས་ན་བར་མ་  
 དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་སྟེས་ནས་དང་། འདུ་  
 བྱེད་པ་དང་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །སྤྱིར་མི་འོང་བ་དེ་  
 ཉིད་རྣམ་པ་ལྔ་ཡིན་ཏེ། བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ནི་སྤྱིར་  
 བ་བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །སྟེས་ནས་  
 ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ནི་སྟེས་པ་ཅ་མ་ལས་མི་འཆི་བར་སྤང་པོའི་  
 ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་  
 བ་སྟེ། མངོན་པར་བརྩོན་པ་དང་། ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །  
 གཞན་དག་ན་རེ། དེ་ཡང་སྤང་པོའི་ལྷག་མ་མེད་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ།  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཆེ་འདོར་བ་ལ་དབང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མངོན་པར་འདུ་བྱེད་  
 བ་དང་བཅས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ནི་སྟེས་ནས་སྦྱོར་བ་མ་  
 བཏང་ཞིང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་ལས་  
 འདའ་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། མངོན་པར་བརྩོན་པ་དང་ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་སྤྱ་ངན་

ལས་འདའ་བ་ནི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་  
འདའ་བ་སྟེ། མངོན་པར་མི་བརྩོན་པ་དང་ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་པ་ལ་དམིགས་  
པའི་ལམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བེར་རོ། །དེ་  
ནི་མི་རུང་སྟེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ། མདོ་ལས་ནི་མངོན་  
པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་སྒྲར་འབྱུང་བས་  
དེ་ཁོ་ན་བཞུགས་དུ་རུང་སྟེ། ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བ་དང་ངང་གིས་འབྱུང་བ་  
མ་ཡིན་པ་དག་ནི་འབད་པ་མེད་པ་དང་འབད་པས་འཐོབ་པའི་སྒྲོ་ནས་མངོན་  
པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པ་དང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་ནི་ལམ་ཆེས་ངང་  
གི་འབྱུང་བ་དང་། ཆེས་ཆེ་བ་དང་། སྤ་རྒྱས་ཆེས་ཆུང་བ་ཡིན་ནོ། །གོང་དུ་  
འཕོ་བ་ནི་གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གོང་  
དུ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འཕོ་བ་དང་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་གཅིག་གོ། །  
དེ་ནི་བསམ་གཏན་སྟེལ་ནས་འོག་མིན་འགྲོ། །གོང་དུ་འཕོ་བ་དེ་ནི་རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རྒྱའི་སྒྲོ་ནས་ནི་བསམ་གཏན་སྟེལ་  
བ་དང་སྟེལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ནས་ནི་འོག་མིན་དང་  
སྟེང་པའི་རྩ་མོ་ལ་ཐུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གང་གིས་བསམ་གཏན་སྟེལ་བ་  
དེ་ནི་འོག་མིན་དུ་སོང་ནས་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བའོ། །དེ་འཕར་

ཕྱེད་འཕར་ཐམས་ཅད་དུ། །འཆི་འཕོ། གོང་དུ་འཕོ་བ་འོག་མིན་གྱི་མཐར་  
 ཐུག་པ་དེ་ཡང་འཕར་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་  
 ལ་འཕར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་བསམ་གཏན་རྣམ་པར་སྟེལ་ནས་བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་རོ་ཐུངས་ཏེ་བསམ་གཏན་གསུམ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་  
 ཆངས་རིས་པ་དག་གི་ནང་དུ་སྐྱེས་ནས་སྡོན་གོམས་པའི་དབང་གིས་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་སྟེལ་ཏེ། དེ་ནས་ཞི་འཕོས་ནས་འོག་མིན་པ་དག་གི་ནང་དུ་སྐྱེ་  
 བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་བར་དུ་མི་འགོ་བས་ན་འཕར་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཕྱེད་  
 དུ་འཕར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ནས་གནས་གཙང་མ་རྣམས་སུ་སྐྱེས་ལ། བར་  
 རྣམ་གནས་གཞན་འགའ་ཅམ་ཡང་བཀྲལ་ཏེ་འོག་མིན་དུ་འཕོས་ནས་འོག་  
 མིན་དུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

འཕགས་པ་ནི་ཆངས་ཆེན་པ་དག་གི་ནང་དུ་མི་སྐྱེ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བ། ལྟ་བུའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཙུ་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། གནས་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་གཞན་ཐམས་  
 ཅད་དུ་འཕོས་ནས་འོག་མིན་དུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཕྱིར་མི་འོང་བ་  
 ནི་རྣམ་ཡང་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་མཆེད་དེ་ཉིད་དུ་ཆེ་གཉིས་པ་མངོན་པར་འབྱུང་བར་  
 མི་བྱེད་དེ། བྱེད་པར་དུ་འགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ན་འདིའི་ཕྱིར་  
 མི་འོང་བ་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེའི་འོག་དང་  
 དེར་གཏན་དུ་མི་འོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རེ་ཞིག་བསམ་གཏན་སྟེལ་ནས་འོག་  
 མིན་དུ་འགོ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལས། གཞན་སྤྱིད་



ཅེ་མོར་འགྲོ། །གོང་དུ་འཕོ་བ་བསམ་གཏན་མ་སྒེལ་བ་ནི་སྲིད་པའི་ཅེ་མོར་  
མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་གཞན་རྣམས་རོ་སྤྲོད་  
བར་བྱེད་ཅིང་གནས་གཞན་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་ལ། གནས་གཅིང་མ་རྣམས་  
སྤྱ་མི་འཇུག་པ་ཁོ་ནར་གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེ་བའི་རིམ་གྱིས་སྲིད་པའི་ཅེ་  
མོར་སོང་སྟེ། ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བའོ། །འདི་ནི་ནི་གནས་སྤྱད་པ་  
ཡིན་ནོ། །སྤྱ་མ་ནི་ལྷག་མཐོང་སྤྱད་པ་ཡིན་ནོ། །གོང་དུ་འཕོ་བ་བར་སྐྱབས་  
སྤྱ་ཡང་ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་རུང་བར་བལྟའོ། །འོག་མིན་དང་  
སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་མཐར་ཐུག་པ་ཉིད་ནི་པན་ཆད་དུ་འགྲོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
དཔེར་ན་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་མཆོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །  
རེ་ཞིག་དེ་དག་ནི་གཟུགས་སྤྱ་ཉི་བར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ལྟ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ནི་གཟུགས་མེད་འགྲོ་རྣམ་བཞི། །ཕྱིར་མི་འོང་བ་གཞན་ནི་  
གཟུགས་མེད་པར་ཉི་བར་འགྲོ་བ་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
བ་འདི་ནས་ཞི་འཕོས་ནས་གཟུགས་མེད་པ་དག་གི་ནང་དུ་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་  
པའོ། །དེ་ཡང་སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་  
བྲག་གིས་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་དག་ནི་ཕྱིར་མི་འོང་བ་རྣམ་པ་དུག་ཡིན་ནོ། །  
གཞན་ནི་འདི་ལ་སྤྱ་ངན་འདའ། །གཞན་ནི་ཆེ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་ངན་  
ལས་འདའ་སྟེ། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་ཡོངས་སྤྱ་སྤྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་དེ་ནི་  
བདུན་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་ལ་རྣམ་གསུམ་སྤྱེ་ནས་སྤྱ། །གཟུགས་སྤྱ་ཉིར་  
འགྲོ་དགྲུང་བཤད་དོ། །ཕྱིར་མི་འོང་བ་གསུམ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་

བས་གཟུགས་སུ་ཉེ་བར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་བ་དགྲུ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པོ་  
 གང་དག་ཅེ་ན། བར་མ་དོ་དང་སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བ་  
 དག་དང་། གོང་དུ་འཕོ་བའོ། །རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་བས་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རེ་  
 ཞིག་བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བ་ནི་དཔེ་གསུམ་གྱིས་སྤྱར་  
 བ་དང་། སྤྱར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། དུན་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་  
 ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བ་ནི་  
 སྐྱེས་ནས་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་  
 བར་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་  
 ལས་འདའ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །གོང་དུ་འཕོ་བ་ནི་འཕར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 རྩེ་བྲག་གིས་སོ། །ཡང་ན་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱར་བ་དང་སྤྱར་བ་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། དུན་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་དག་གི་ནི་ཁྱད་པར་རྣམས། །ལས་དབང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་བྲག་ལས། །ཕྱིར་  
 མི་འོང་བ་གསུམ་དང་དགྲུ་པོ་དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་ནི་ལས་དང་། ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་དབང་པོའི་རྩེ་བྲག་ལས་ཏེ། རེ་ཞིག་གསུམ་པོ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་  
 དུ་མངོན་པར་འགྲུབ་པ་དང་། སྐྱེས་པ་དང་། ལན་གངས་གཞན་ལ་སྤོང་  
 བར་འགྱུར་བའི་ལས་བསགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་དུ་སྤྱོད་  
 པ་ཆུང་བ་དང་། འབྲིང་དང་། ཆེན་པོའི་ཕྱིར་དང་། དབང་པོ་ཆེན་པོ་དང་  
 འབྲིང་དང་ཆུང་དུ་འཕྱེད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་དག་སོ་སོའི་ཁྱད་པར་ཡང་

ཅི་རིགས་པར་གསུམ་ཚན་དང་པོ་གཉིས་ནི་གོང་མ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་། དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་ལས་སོ། །གསུམ་ཚན་ཐ་མ་ནི་ལན་གངས་གཞན་  
ལ་སྤོང་བར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ཀྱང་ཁྱད་པར་དུ་བལྟ་སྟེ། དེ་  
དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་དབང་པོའི་རྣམ་པ་དགའའི་ཕྱིར་ཕྱིར་མི་འོང་བ་དགའ་  
ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་མདོ་ལས་སྐྱེས་བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་བསྟན་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་  
ན། གོང་དུ་འཕོ་བ་མ་བྱེ་བར། །དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་དུ་འདོད། །གོང་དུ་  
འགྲོ་བའི་ཚུལ་ནི་གོང་དུ་འགྲོ་བའོ། །མདོ་ལས་ནི་དེ་མ་བྱེ་བར་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར་མདོ་ལས་སྐྱེས་བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཅིའི་  
ཕྱིར་འདི་དག་ཁོ་ན་སྐྱེས་བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་ཡིན་ལ། སློབ་པའི་འགྲོ་བ་  
གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་དག་ལ་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་  
ལས་དམ་པ་དགེ་བ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་ཅིང་དམ་པ་མ་ཡིན་པ་མི་དགེ་བ་ལ་མི་  
འཇུག་པ་དང་། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཏུ་སོན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཕྱིར་འོང་བ་མེད་  
པ་ཡིན་ལ། ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པ་འདི་དག་གཞན་ལ་ནི་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར།  
དམ་པ་དམ་མིན་འཇུག་མི་འཇུག །སོན་པ་ཕྱིར་མི་འོང་ཕྱིར་ཏེ། །སྐྱེས་  
བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་དག་ཡིན་གྱི་གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མདོ་ཁོ་ན་  
ལས་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་གང་ཞེ་ན། སློབ་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའོ་  
ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཞན་དག་ལ་ཡང་སྤྲིག་པ་རྣམ་  
པ་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་པའི་སྤྲོམ་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པ་མི་དགེ་

བ་པལ་ཆེར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་གྲངས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཉིད་ཡོད་མོད་  
 གྱི། འདིར་ནི་གང་དག་ལ་རྣམ་གྲངས་མེད་པར་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་སྐབས་  
 ཡིན་ནོ། །ཅི་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་འདི་ཡོད་  
 དམ་ཞེ་ན། མེད་དེ། འདི་ལྟར། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་འཕགས་།  
 ཁམས་གཞན་དུ་ནི་འགོ་བ་མེད། །འདོད་པའི་ཁམས་སུ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་  
 པའི་འཕགས་པ་ནི་ཁམས་གཞན་དུ་མི་འགོ་སྟེ། ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཕྱིར་མི་  
 འོང་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ནས་ཡོངས་སུ་སྤང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ནི་གལ་ཏེ་ན་གཟུགས་མེད་པའི་  
 ཁམས་དག་ཏུ་ཡང་འཇུག་སྟེ། གོང་དུ་འཕོ་བ་སྤིད་པའི་རྩེ་མོའི་མཐར་ཐུག་  
 པར་འགོ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །འོ་ན་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས། བདག་ནི་ཐ་མ་ཉམས་ན་  
 ལྟ་གང་འོག་མིན་ཞེས། རྣམ་པར་གྲགས་པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་ཤོག །  
 ཅེས་གང་སྤྲས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གྲེ་བྲག་ཏུ་སྤྲ་བ་རྣམས་ན་རེ་ཆོས་མངོན་པ་  
 མངོན་པར་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཀྱང་མ་བཀག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་དང་གོང་མར་སྐྱེས་པ་ནི། །ཡོངས་ཉམས་དབང་པོ་འཕོ་མི་བསྟེན།  
 འདོད་པའི་ཁམས་སུ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་འཕགས་པ་དེ་དང་། ཁམས་  
 གོང་མར་སྐྱེས་པའི་འཕགས་པ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་མི་འཕོ་ལ། ཇི་ལྟར་  
 ཡང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ཆེ་གཞན་དུ་  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པར་འཇུག་པ་དང་། དབང་

པོ་འཕྲོ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་དག་ཏུ་མི་འདོད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མེད་ཅེ་ན། ཆེ་རབས་གཞན་ནས་ཡོངས་སུ་འདྲིས་  
 པས་དབང་པོ་རྣམས་ཆེས་ཡོངས་སུ་སློན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉེན་བྱད་པར་ཅན་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་སློབ་པ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་བར་  
 མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྱད་ན་ལས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། ལམ་མ་འདྲིས་  
 པས་མདོན་སུམ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤ་རྒྱས་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྒྱུང་བ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་སློབ་རྣམས་ན་རེ། འདོད་པའི་ཁམས་ལས་འདའ་བར་  
 དགའ་བའི་ཕྱིར་ཉེ། འདིས་ཉོན་མོངས་པ་མི་དགོ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པ་སྤངས་པ་དང་། དགོ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཐོབ་  
 པ་དང་། ཁམས་གསུམ་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བ་དང་མང་པོ་ཞིག་བྱ་  
 དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤིད་པ་བར་མ་ལ་གནས་པས་བྱ་བར་མི་རྒྱས་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །དེ་ནི་བསམ་གཏན་སྤེལ་ནས་འོག་མིན་འགྲོ། །ཞེས་བཤད་པ། ཡང་  
 དང་པོ་ཉིད་དུ་བསམ་གཏན་གང་སྤེལ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། དང་པོར་བཞི་པ་སྤེལ་  
 བར་བྱེད། །ཉིང་ངེ་འཇིན་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་པས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ལམ་  
 སློབ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་སྤེལ་བར་བྱེད་དེ།  
 དགྲ་བཅོམ་པའམ་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ཡང་རུང་སྟེ་ཐག་པ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་  
 བཞི་པ་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དེ་ལས་ལངས་ནས་དེ་  
 ཉིད་ཐག་པ་དང་བཅས་པ་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ལ། ཡང་



ཟག་པ་མེད་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱན་སྒྲིལ་ནས། གང་གི་  
 ཆེ་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་སྐད་ཅིག་  
 མ་གཉིས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ལ་ཡང་ཟག་པ་མེད་པ་  
 ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ་ཞེས་གྲགས་སྟེ། འདི་ནི་སྟེལ་བའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ།  
 སྐད་ཅིག་མ་ནི་བསྟེས་པས་འབྱུང་། །ཉེ་བྲག་ཏུ་སྦྲ་བ་རྣམས་ན་རེ། གང་གི་  
 ཆེ་ཟག་པ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
 མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་ཅིང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ཡང་  
 ཟག་པ་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་སྐད་  
 ཅིག་མ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་དག་ཏུ་བསྟེས་པས་སྟེལ་བ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། གསུམ་པ་ནི་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་བཞི་བ་སྟེལ་ནས། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་  
 དང་གཞན་དག་གྲུང་སྟེལ་བར་བྱེད་དེ། དང་པོར་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྦྱིང་  
 གསུམ་དག་ཏུ་སྟེལ་བར་བྱེད་ལ། བྱིས་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་གཟུགས་  
 ཀྱི་ཁམས་སུ་སྟེལ་བར་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱས་མ་གཏོགས་པས་སྐད་ཅིག་མ་  
 སྟེལ་བར་མི་བྱས་ཏེ། དེའི་བྱིར་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་ལ་ངེ་སྦྱིད་དུ་འདོད་པར་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོན་སྟེན་ཐོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟོལ། །ཅིའི་  
 བྱིར་བསམ་གཏན་སྟེལ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། སྦྱོང་དང་གནས་པར་བྱ་བྱིར་དང་།  
 །ཉོན་མོངས་པས་ནི་འཇིག་བྱིར་ཡང་། །རྒྱ་གསུམ་གྱིས་ན་བསམ་གཏན་

སྒྲོལ་བར་བྱེད་དེ། ཕྱིར་མི་འོང་བ་དབང་པོ་རྫོན་པོ་རྣམས་ནི་གནས་གཙང་  
མ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་རྩལ་པོ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པས་འཇིགས་  
པའི་ཡང་ཕྱིར་ཏེ། རོ་མྱང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་  
ཐག་བསྐྱངས་པའི་སྒྲོན་ས་ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབྱ་  
བཅོམ་པ་དབང་པོ་རྫོན་པོ་རྣམས་ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་རྩལ་པོ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པས་འཇིགས་པའི་  
ཡང་ཕྱིར་ཏེ། ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་གནས་གཙང་མར་སྐྱེ་བ་ལྔ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞེ་ན། བསམ་  
གཏན་བཞི་པ་སྒྲོལ་མར་བསྒྲོམས་པར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་ལྔ་  
ཡི་ཕྱིར། གནས་གཙང་སྐྱེ་བ་ལྔ་ཁོ་ན། །སྒྲོལ་མར་བསྒྲོམ་པ་དེ་ནི་ཆུང་དུ་  
དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཆེས་ཆེ་བའི་བྱེ་  
ཐག་གིས་རྣམ་པ་ལྔ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་ལ་ནི་ཐག་པ་མེད་པ་དང་ཐག་པ་དང་  
བཅས་པ་དང་ཐག་པ་དང་བཅས་པ་དང་པོ་དང་སེམས་གསུམ་མངོན་སུམ་དུ་  
བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་ནི་དྲག་གོ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་དགའ་ལོ། །བཞི་པ་ལ་བཙུ་  
གཉིས་སོ། །ལྔ་པ་ལ་ནི་བཙོ་ལྔ་སྟེ། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ནི་གངས་བཞིན་  
དུ་གནས་གཙང་མ་ལྔ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཐག་པ་དང་བཅས་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེའི་དབང་གིས་དེ་དག་ཏུ་སྐྱེ་ལོ། །གཞན་དག་ན་རེ། དད་པའི་དབང་པོ་ལ་

སོགས་པ་ལྷག་པའི་ཕྱིར་ལྷ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འགོག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་  
 མི་འོང་། །ལུས་ཀྱིས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད། །འདི་ལ་འགོག་པའི་ཐོབ་པ་  
 ཡོད་པས་ན་འགོག་པ་ཐོབ་པ་སྟེ། ཕྱིར་མི་འོང་བ་གང་ལ་ལ་འགོག་པ་ཐོབ་  
 པ་དེ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །རི་ལྟར་ན་ལུས་  
 ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་ཅེ་ན། སེམས་མེད་པས་ལུས་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱེ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་འགོག་པ་དེ་ལས་ལངས་ནས་  
 གང་ལས་དེ་ནི་འདི་སྟམ་དུ་ཀྱེ་མ་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་མྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པ་དང་འདྲ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་སེམས་པར་འགྱུར་བ་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཞི་བ་སྟོན་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་ལྟར་ན་འདིས་དེའི་ཞི་བ་ཉིད་དུ་ལུས་ཀྱིས་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐོབ་  
 པ་དང་ཤེས་པས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་  
 མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་ལས་སྟོབ་པ་བཙེ་བ་རྒྱུད་ཅེས་གསུངས་པ་དེར་ལུས་ཀྱིས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མ་གསུངས་ཤེ་ན། རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་གང་ཞིག་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཟག་པ་མེད་པའི་སྟོབ་པ་གསུམ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེའི་  
 ཁྱད་པར་ཀྱིས་སྟོབ་པ་རྣམས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །འགོག་པའི་སྟོམས་པར་  
 འཇུག་པ་ནི་སྟོབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་སྟོབ་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཕྱིར་དེ་དང་ལྡན་པས་སྟོབ་པའི་ཁྱད་པར་དུ་མ་གསུངས་སོ། །འདི་ནི་རེ་

ཞིག་ཕྱིར་མི་འོང་བ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཆེ་ལོང་ཡིན་ནོ། །ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་ན་ནི་  
 སྟོང་ཕྱག་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་  
 ལ་དབང་པོ་རྩལ་པོ་དང་འབྲིང་པོ་དང་རྫོན་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་མོ། །དེ་  
 དག་ཉིད་སའི་བྱེ་བྲག་གིས་བཞིའོ། །ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་  
 སོགས་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་དྲུག་གོ། །གནས་གཞན་གྱི་བྱེ་བྲག་  
 གིས་བཅུ་དྲུག་གོ། །ས་དང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་སུམ་  
 ཅུ་ཅ་དྲུག་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་འཆིང་བ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ་ནས་  
 བསམ་གཏན་བཞི་པའི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བར་  
 རོ། །གནས་གཞན་དང་རིགས་དང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་དབང་པོའི་  
 བྱེ་བྲག་གིས་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་དགུ་བཅུ་ཅ་གཉིས་ཏེ། ཇི་ལྟར་བྱས་པས་  
 ཞེ་ན། གནས་གཅིག་ན་རིགས་དྲུག་གོ། །རིགས་རེ་རེ་ལ་འཆིང་བ་མཐའ་  
 དག་དང་ལྡན་པ་ནས་རང་གི་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བའི་བར་གང་ཟག་དགུ་དགུ་སྟེ། དགུ་དྲུག་ནི་ལྔ་བཅུ་བཞིའོ། །ལྔ་བཅུ་  
 ཅ་བཞི་ཕྱག་བཅུ་དྲུག་ནི་བརྒྱད་བརྒྱ་དྲུག་ཅ་བཞིའོ། །ཡང་དབང་པོའི་  
 བྱེ་བྲག་གིས་སུམ་འགྲུར་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་པས་སོ། །འདྲ་བར་ཅེ་བའི་ཕྱིར་  
 བསམ་གཏན་འོག་མའི་རྣམ་པ་དགུ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་གོང་མའི་འཆིང་བ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བ་ཇི་ལྟར་གོང་དུ་འཕོ་  
 བའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བས་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ན་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ཁྱི་

ཉིས་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཡིན་ནོ། །

དག་བཅོམ་པ།

སྲིད་ཅེའི་བར་ཆ་བརྒྱད་ཟད་པ། །དག་བཅོམ་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན།།  
 གྱིར་མི་འོང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། ཡང་གྱིར་མི་འོང་བ་དེ་  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་རྣམ་པ་གཅིག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནས་  
 བཟུང་སྟེ། སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་སྤངས་པས་དག་བཅོམ་  
 པ་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དགུ་ཡི་བར་ཆ་ད་མེད་ལམ་ཡང་། །དེ་སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་རྣམ་པ་དགུ་  
 པ་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་བར་ཆ་ད་མེད་པའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ན། ཡང་དག་  
 བཅོམ་པ་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཡིན། །བར་ཆ་  
 མེད་པའི་ལམ་དེ་ནི་སྤྲ་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་གྱིར་  
 དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བྱའོ། །བཅོམ་ཟེན་པའི་གྱིར་འདིས་ཐམས་  
 ཅད་འཛོམས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། བར་ཆ་ད་མེད་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་  
 ནས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པའི་གྱིར་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ནི་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ། མི་སྟོགས་  
 པ་མེད་པས་བསྐྱུས་པ་སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་སྟུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་ལ་  
 དམིགས་པས་སྟུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དག་  
 དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་བརྒྱད་དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་



པའི་རྣམ་པ་དག་དང་མཚུངས་པ་ལྡན་པ་བརྒྱད་དང་། འགོག་པ་ལ་ཇེས་  
 སུ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་བཞི་ནས་དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་པའི་ཅེ་མོའི་འགོག་པ་ལ་  
 དམིགས་པའི་བར་དུ་བཞི་དང་། ལམ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དག་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་བཞི་སྟེ། ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་སྟོགས་དང་མཐུན་པ་བཅད་  
 བར་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་  
 པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཇེ་ལྷ་བུ་ལྔ་བཅུ་ཙུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །མི་  
 སྟོགས་པ་མེད་པས་བསྐྱུས་པ་རྗེ་ལྷ་བར་བསམ་གཏན་བཞི་པས་བསྐྱུས་པའི་  
 བར་དག་གྲང་དེ་དང་འབྲེལ། །ནམ་མཁའ་དང་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་དང་ཅི་  
 ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གྲིས་བསྐྱུས་པ་རྣམས་ནི་གྲངས་བཞིན་དུ་ཉི་ཤུ་ཙུ་  
 བརྒྱད་དང་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་དང་ཉི་ཤུ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཆོས་ཤེས་པ་དང་ཇེས་  
 སུ་ཤེས་པས་ས་འོག་མའི་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་འོག་མའི་གཉེན་པོ་ལ་དམིགས་པ་ནི་ཡོད་དེ། དེ་ནི་པན་ཚུན་དུ་རྒྱ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་ལམ་ལ་ཇེས་སུ་ཤེས་པ་ཡང་ས་རེ་རེའི་གཉེན་པོ་ལ་  
 དམིགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ལྷར་ན་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད་ལྷག་པར་  
 བསྒྲན་ནས་མི་སྟོགས་པ་མེད་པས་བསྐྱུས་པ་རྗེ་ཇེ་ལྷ་བུ་ནི་བརྒྱད་ཅུ་ཡིན་ཏེ།  
 བསམ་གཏན་བཞི་པས་བསྐྱུས་པའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །ནམ་མཁའ་  
 མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བཞི་བཅུ་དང་།  
 སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་དང་། ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ཡིན་ནོ། །ཡང་རིགས་དང་དབང་པོའི་

བྱེ་བྲག་གིས་ནི་ཆེས་མང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་རྣམ་པ་དགུ་  
 པར་བཤད་པ་དོན་རྟེན་གྱིས་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ། དེ་བཅད་ཐོབ་དང་བཅད་པ་  
 ཤེས། །རྣམ་པ་དགུ་པ་དེ་བཅད་པའི་ཐོབ་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བཅད་པ་ཤེས་པ་སྐྱེ་  
 སྐྱེ། དོན་རྟེན་གྱིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མཛུགས་ཐོགས་སུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་  
 ཐ་མ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ནི་དང་པོ་ཉིད་ཏུ་བྲག་པ་ཐམས་ཅད་  
 བཅད་པའི་ཐོབ་པ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་བཅད་པ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཆེ་  
 དེ་མི་སློབ་དག་བཙུམ། །ཡང་དག་བཙུམ་པ་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་དེ་བཅད་པ་ཤེས་  
 པ་སྐྱེ་ནས་མི་སློབ་པ་དང་དག་བཙུམ་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འབྲས་བུ་གཞན་གྱི་ཕྱིར་སློབ་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་སློབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་འོས་པའི་ཕྱིར་དང་། འདོད་  
 ཆགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཆོད་པར་འོས་པའི་ཕྱིར་དག་བཙུམ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་སྤར་བཤད་པ་གཞན་བདུན་ནི་སློབ་པ་དག་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་བོ། །

ཅེའི་ཕྱིར་དེ་དག་སློབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཟག་པ་བཅད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་ལྟག་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྟག་པའི་སེམས་དང་ལྟག་  
 པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཏྲག་ཏུ་སློབ་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་  
 ནི་ཚུལ་བྲིམས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་དག་ཡིན་ནོ། །  
 སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཡང་སློབ་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་  
 པ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་རབ་ཏུ་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་སློབ་

པ་གཏོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཅི་ནས་ཀྱང་གང་ཞིག་སློབ་པ་དེ་  
ཁོ་ན་སློབ་པ་ཡིན་གྱི། སློབ་པ་འདོར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དམིགས་ཀྱིས་  
བསལ་བ་ཞེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མདོ་ལས། ཞི་བྱེད་བསྐྱབ་པ་ལ་སློབ་ཅིང་།  
བསྐྱབ་པ་ལ་སློབ་པས་ནི་དེའི་ཕྱིར་སློབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་ལན་གཉིས་  
སྤྱ་གསུངས་སོ། །འཕགས་པ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་རི་ལྟར་སློབ་པའི་ངང་  
ཚུལ་ཅན་ཡིན་ཞེ་ན། བསམ་པའི་སྒྲོན་ས་ཏེ། ལམ་དུ་འགྲོ་བ་གནས་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཐོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་སློབ་པའི་ཆོས་རྣམས་གང་ཞེ་ན། སློབ་པའི་ཟག་པ་མེད་པ་  
རྣམས་སོ། །མི་སློབ་པ་རྣམས་གང་ཞེ་ན། མི་སློབ་པའི་ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་  
སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སློབ་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། མི་སློབ་པ་དང་  
སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་གཉི་ག་ཡང་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མི་སློབ་པ་མ་  
ཡིན་ཞེ་ན། སློབ་པ་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་གཉི་ག་ཡང་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ།  
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཞྭ་གས་པ་བཞི་དང་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་བཞི་དང་།  
འཕགས་པའི་གང་ཟག་བརྒྱད་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱུན་དུ་ཞྭ་གས་  
པའི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞྭ་གས་པ་དང་། རྒྱུན་དུ་ཞྭ་གས་པ་  
ནས་དེ་བཞིན་དུ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ཞྭ་གས་པ་དང་། དབྱ་བཅོམ་པའི་བར་ཡིན་ནོ། །མིང་གི་སྒྲོན་ས་ནི་བརྒྱད་  
ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་ནི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ཞྭ་གས་པ་དང་པོ་དང་འབྲས་བུ་ལ་གནས་  
པ་བཞིའོ། ། ཞྭ་གས་པ་ལྟ་བུ་མ་རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་གསུམ་ལས་

ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐར་གྱིས་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བཤད་གྱི།  
 བལ་ཆེར་དང་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དག་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་  
 མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ལན་གཅིག་ཕྱིར་འོང་བ་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་  
 བྱ་ལ་ཞུགས་པ་དག་ཡིན་གྱི། རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་དང་། ལན་གཅིག་ཕྱིར་  
 འོང་བ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

### ས་དང་ལམ་གྱི་བྱད་པར།

བསྐྱོམ་པའི་ལམ་འཛིག་ཏེན་པ་དང་འཛིག་ཏེན་ལས་འདས་པ་རྣམ་པ་  
 གཉིས་སུ་བཤད་པ་ལ། སྐྱོབ་པ་འདི་གང་གིས་གང་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་འཐོབ་ཅེ་ན། འཛིག་ཏེན་འདས་གྱིས་སྲིད་ཅེ་ལས། །ཆགས་བྲལ་  
 འཛིག་ཏེན་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེའི་གོང་ན་འཛིག་ཏེན་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་གི་ས་པའི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ཉོན་མོངས་པ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་གང་ཞིག་དངོས་པོ་གང་ལ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་  
 དངོས་པོ་དེས་སྦྱང་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ། གང་གི་གཉེན་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ལ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དེ་རྒྱས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ལས་རྣམ་པ་གཉིས། །སྲིད་པའི་ཅེ་མོ་ལས་གཞན་པའི་ས་  
 ཐམས་ཅད་ལས་ནི་འཛིག་ཏེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 ལ། འཛིག་ཏེན་ལས་འདས་པས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལོ། །འཛིག་

རྟེན་པ་ཡིས་ཆགས་བྲལ་བའི། །འཕགས་ལ་བྲལ་བའི་ཐོབ་ཆམ་གཉིས། །  
 འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་  
 ལ་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་རྣམ་  
 པ་གཉིས་སྐྱེའོ། །ཁ་ཅིག་འཇིག་རྟེན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། །གཞན་དག་ན་རེ།  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེལ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་  
 བ། བཏང་ལ་ཉོན་མོངས་མི་ལྡན་སྤྱིར། །གལ་ཏེ་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་འཐོབ་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་མི་  
 སྐྱེ་ན། དེ་ལྟར་ན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ལས་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་བསམ་གཏན་ལ་བརྟེན་ཏེ་དབང་པོ་རྣམས་འཕོ་  
 བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལམ་སྤྲུལ་མ་བཟུང་བར་བཏང་བའི་སྤྱིར་དང་། འབྲས་  
 བྱའི་ལམ་འབའ་ཞིག་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་ས་གོང་མ་ཉོན་མོངས་པའི་བྲལ་བ་དང་  
 མི་ལྡན་པར་ཡང་འགྱུར་ལ། དེ་བཏང་ན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་དང་ལྡན་  
 པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །

སྤྱིར་ཅིའི་སྤྱིར་ལས་རྣམ་གྲོལ་དང་། །གོང་དུ་སྐྱེས་པ་བཞིན་མི་ལྡན། །  
 དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་མེད་དུ་བྱིན་ཀྱང་དེ་དག་དང་ལྡན་པར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱིར་པའི་ཅེ་མོའི་རྣམ་པར་སྤྱིར་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
 ལ་དེ་ཡི་བྲལ་བའི་འཐོབ་པ་འཇིག་རྟེན་པ་ཡང་མེད་ལ། དབང་པོ་འཕོ་བས་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡང་བཏང་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་དང་  
 ལྡན་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་དཔེར་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བསམ་གཏན་དང་



པོ་ཡན་ཆད་དུ་སྐྱེས་པ་འདོད་པ་ན་སྐྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་བྲལ་བའི་ཐོབ་  
པ་བཏང་བས་ཡང་དེ་དག་དང་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་པས་འདི་ནི་ཤེས་  
པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ས་གང་ཞིག་གིས་གང་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
ཟག་མེད་མི་སྟོགས་མེད་པ་ཡིས། །ཐམས་ཅད་ལས་ནི་འདོད་ཆགས་བྲལ།།  
སྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་བར་ལས་སོ། །ཡང་གང་ཞིག་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
ས་འོག་མ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་འཐོབ་ན། ཅི་འདིའི་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་ལམ་ཐམས་ཅད་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་བཞིན་དུ་ཉེར་བསྟོགས་ལས་  
སྐྱེའམ་ཞེ་ན། སྤྲས་པ། མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ངི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ས་གསུམ་རྒྱལ་ལ་  
བསམ་གཏན་ནམ། ཉེར་བསྟོགས་ལས་མཐའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ། །སྐྱེ་བའི་ས་  
ནི་ཐམས་ཅད་དུ་དགྲ་སྟེ། འདོད་པའི་ཁམས་དང་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་  
མེད་པ་བརྒྱད་དོ། །

དེ་ལ་བསམ་གཏན་གཉིས་ཀྱི་བར་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ས་  
གསུམ་ལས་རྒྱལ་བ་དེ་ལ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ཐ་མ་ཉེར་བསྟོགས་  
སམ་བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་ལས་སྐྱེའོ། །གོང་མའི་ཉེ་བར་བསྟོགས་ལས་  
མིན། །ས་གསུམ་ལས་རྒྱལ་བ་ཡན་ཆད་ནི་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་ཐུན་  
མོང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དངོས་གཞི་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེའི། ཉེར་བསྟོགས་ལས་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་གསུམ་ན་ནི་ཉེར་བསྟོགས་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་  
ཀྱི་དབང་པོ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་ལ་ལ་བསམ་གཏན་དང་དངོས་གཞི་ལ་འཇུག་

མི་རྒྱས་ཏེ། དབང་པོའི་འཕོ་བ་ནི་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་ས་གསུམ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་ནི་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བའི་ལམ་ཐ་མ་ཉེར་བསྒྲེགས་ལས་ཀྱང་སྐྱེའོ། །ཟག་མེད་མི་སྒྲེགས་  
 མེད་པ་ཡིས། །ཐམས་ཅད་ལས་ནི་འདོད་ཆགས་བྲལ། །ཞེས་བཤད་ཀྱི་  
 གཞན་དག་གིས་ནི་མ་བཤད་པས་དེའི་ཕྱིར། །འཕགས། བརྒྱད་ཀྱིས་རང་  
 གོང་ས་ལས་རྒྱལ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་  
 དང་བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་དང་གཟུགས་མེད་པ་བརྒྱད་ཀྱིས་ནི་རང་  
 གི་ས་དང་ས་གོང་མ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །འོག་མ་  
 ལས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འཇིག་  
 ཉེན་ལས་འདས་པའི་བར་ཆད་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་རྣམས་  
 ནི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་བདེན་པའི་རྣམ་པར་ཞུགས་པ་དག་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་པོ། །འཇིག་ཉེན་པ་ཡི་རྣམ་གྲོལ་དང་། །བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གོ་རིམ་བཞིན། །ཞི་སོགས་རགས་སོགས་རྣམ་པ་ཅན། །རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བའི་ལམ་རྣམས་ནི་ཞི་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དག་ཡིན་ལ། བར་  
 ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྣམས་ནི་རགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དག་ཡིན་  
 རོ། །

དེ་དག་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། །གོང་དང་འོག་མའི་སྒྲིད་ཡུལ་ཅན། །  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་རྣམས་ནི་ཅི་རིགས་པར་ས་གོང་མ་ལ་ཞི་བ་དང་།  
 ཀྱུ་ཞོམ་པ་དང་། དེས་པར་འགྱུར་བའི་རྣམ་པར་བསྐྱེའོ། །བར་ཆད་མེད་

བའི་ལམ་རྣམས་ནི་ས་འོག་མ་ལ་རགས་པ་དང་། ཐ་མ་ངན་པ་དང་། ཅིག་  
 པ་སྟུག་པོ་ལྟ་བུར་བསྟེ། མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
 ཞི་བའི་སྤྱིར་རགས་པར་བསྟེ། །གྲལ་མ་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐ་བ་ངན་པར་  
 བསྟེ། གནས་ངན་ལེན་རབ་ཏུ་མང་བ་ཉིད་ཀྱིས་མི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཅིག་པ་ལས་ངེས་པར་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ས་ངེ་  
 ལས་ངེས་པར་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་ཅིག་པ་སྟུག་པོ་ལྟ་བུར་བསྟེ། །དེ་དག་  
 ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་ཞི་བ་དང་། གྲལ་མ་པ་དང་། ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་  
 ཅན་དག་ཡིན་ནོ། །ཞར་ལ་འོངས་པ་རྫོགས་སོ། །

### ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའི་བྱད་པར།

དཀྱུས་མ་ཁོ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་ཟད་པ་ཤེས་པའི་མཁུག་  
 ཐོགས་སུ་ཅི་ཞིག་སྐྱེ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མི་གཡོ་ཟད་ཤེས་ལས། །མི་སྐྱེ་འི་སྟོ་  
 གོས། གལ་ཏེ་དག་བཅོམ་པ་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཟད་  
 པ་ཤེས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་འོ། །གལ་ཏེ་མི་ན། ཟད་པ་  
 ཤེས་སམ་མི་སྟོབ་ལྟ། །གལ་ཏེ་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་ན་ནི་ཟད་  
 པ་ཤེས་པ་ལས་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་འཇམ། མི་སྟོབ་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་  
 སྐྱེ་འོ། །ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཅི་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ་དེ་མི་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དག་

བཅོམ་ཐམས་ཅད་ལ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་རེས་འགའ་མི་སྐྱེ་བ་  
ཞེས་པ་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ཞེས་པ་ཁོ་ན་སྐྱེ་ལ། རེས་འགའ་ནི་མི་སྐྱེ་བ་པའི་ཡང་  
དག་པའི་ལྟ་བ་སྐྱེ་ལོ། །

འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་བཞག་པའི་བྱད་པར།

གང་དག་འབྲས་བུ་བཞིར་བཞད་པ་དེ་དག་གང་གི་འབྲས་བུ་དག་  
ཡིན་ཞེ་ན་དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །

དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེ་ན། དག་སྦྱོང་ཚུལ་ནི་  
དྲི་མེད་ལམ། །དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཡང་དག་པར་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་དག་སྦྱོང་དུ་འགྱུར་  
ཏེ། མདོ་ལས། འདིས་སྒྲིག་པ་མི་དག་བའི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནས་རྒྱས་པར་  
གཤེར་འགྱུར་བའི་བར་རྣམ་པ་དུ་མ་ཞི་བར་བྱས་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་  
དག་སྦྱོང་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ནི་གཏན་དུ་ཞི་བར་མི་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་དག་སྦྱོང་མ་ཡིན་ནོ། །དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་དེའི་  
འབྲས་བུ་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས། །དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་  
འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གྲང་མདོ་ལས་རྣམ་  
པ་བཞིར་གསུངས་སོ། །

གཞན་ཡང་། དེ་དག་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་དགའོ། །དེ་དག་གྲང་གང་ཞེ་  
ན། གྲོལ་ལམ་ཟད་པ་རྣམས་དང་བཅས། །མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྦྱོང་

བར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་བརྒྱད་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་  
 བརྒྱད་དང་། བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྤོང་བར་བྱེད་པ་ས་དགུ་པོ་རེ་རེ་  
 ཞིང་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་དགུ་དགུ་སྤོང་བར་བྱེད་པ་དེ་སྟེད་ཁོ་ནའི་  
 བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དག་གོ། །དེ་ལ་བར་  
 ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྣམས་ནི་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའི་ལམ་རྣམས་ནི་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་འདུས་བྱས་དག་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་རྒྱ་མཐུན་པ་དང་། སྤྱིས་བྱ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་  
 མོངས་པ་དེ་དག་གི་སྤངས་པ་ནི་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་འདུས་མ་  
 བྱས་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་དགུ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་འོ་ན་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཁ་བསྐྱང་བར་བྱ་  
 དགོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བྱ་མི་དགོས་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡང་འབྲས་བུ་རྣམས་  
 མང་མོད་ཀྱི། འབྲས་བུ་བཞི་རྣམ་བཞག་པ་ནི། །རྒྱ་ལྗེ་དག་ནི་སྤིད་ཕྱིར་རོ། །  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྤོང་བའི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་གང་ལ་རྒྱ་ལྗེ་སྤིད་  
 པ་དེ་ལ་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ལྗེ་གང་ཞེ་ན། འབྲས་  
 ལ་སྟོན་ལམ་བཏང་བ་དང་། །གཞན་ཐོབ་པ་དང་ཟད་བསྐྱོམས་དང་། །ཤེས་  
 པ་བརྒྱད་ཆོན་ཐོབ་པ་དང་། །རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ཐོབ་པའོ། །ལམ་སྤྲ་མ་བཏང་  
 བ་དང་སྟོན་མེད་པའི་ལམ་ཐོབ་པ་ནི་ཞུགས་པ་དང་འབྲས་བུའི་ལམ་བཏང་  
 བ་དང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤངས་པ་བསྐྱོམས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་  
 ཅིག་རྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པ་བརྒྱད་ཅིག་ཅར་དུ་འཐོབ་པ་ནི་ཆོས་དང་



རྒྱུ་ལྟེ་ལེས་པ་རྣམས་པ་བཞིའོ། །རྣམས་པ་བཅུ་དྲུག་ཐོབ་པ་ནི་མི་རྟག་པའི་རྣམས་  
པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། རྒྱ་ལྟེ་པོ་དེ་དག་ནི་འབྲས་བུ་རེ་རེ་ལ་ཡོད་དོ། །

གལ་ཏེ་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་ཁོ་ན་དག་སྐྱོང་གི་ཚུ་ལ་ཡིན་ན་འཇིག་  
རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་གཉིས་ཇི་ལྟར་དག་སྐྱོང་གི་ཚུ་ལ་གྱི་  
འབྲས་བུར་རུང་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་ཐོབ་འབྲས་ནི། །བསྐྱེས་དང་  
ཟག་མེད་ཐོབ་འཇིག་ཕྱིར། །དེ་ལ་ནི་ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ལམ་  
ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་འབྲས་བུ་སྤངས་པ་ཁོ་  
ན་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་འབྲས་བུ་སྤངས་པ་ཡང་དེར་  
བསྐྱེ་བར་བྱ་སྟེ། ཐམས་ཅད་གྱི་ཐོབ་པ་དེའི་འབྲས་བུར་བསྐྱེས་པ་ཅིག་རྟེན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་མདོ་ལས། ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བའི་འབྲས་  
བུ་གང་ཞེ་ན། ཀུན་དུ་སྐྱོར་བ་གསུམ་སྤངས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་  
སྤང་དང་གཏི་མུག་རྣམས་བསྐྱབས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཕྱིར་མི་འོང་  
བའི་འབྲས་བུ་གང་ཞེ་ན། ཀུན་དུ་སྐྱོར་བ་ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལྟ་སྤངས་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྟོབས་གྱིས་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ་མི་འཆི་བའི་ཕྱིར་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ཟག་པ་མེད་པས་སྤངས་པ་དེ་  
འཇིག་པར་ཡང་བྱེད་དེ། འདིའི་ཕྱིར་ཡང་འདི་དག་སྐྱོང་གི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་  
རིགས་སོ། །

## ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བྱད་པར།

དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་དུ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ།      དེ་ཉིད་ཆངས་ཚུལ་  
 ཆངས་པ་ཡི། །འཁོར་ལོ། །ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤྱོདས་པའི་ཕྱིར་ཆངས་  
 པའི་ཚུལ་ལོ། །ཆངས་པའི་འཁོར་ལོ་ནི་ཆངས་པས་བསྐྱོར་ཕྱིར་རོ། །བཙམ་  
 ལྡན་འདས་ནི་ཆངས་པའི་ཚུལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཆངས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། བཙམ་ལྡན་འདས་དེ་ནི་ཆངས་པ་ཞེས་གྲང་བྱ། ཞི་  
 བ་དང་བསེལ་བར་གྱུར་པ་ཞེས་གྲང་བྱ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་  
 ལོ་འདི་ནི་དེའི་ཡིན་པས་ན་ཆངས་པའི་འཁོར་ལོ་སྟེ། དེས་བསྐྱོར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་བའི་ལམ། །རྒྱ་བས་ན་འཁོར་ལོའོ། །དེ་དང་  
 ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་ནི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན་ནོ། །

འདིའི་ཆོས་མཐུན་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཟུར་བར་འགྲོ་སོགས་ཅིབས་  
 སོགས་ཀྱིས། །ཟུར་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་། འདོར་བ་དང་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། མ་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་དང་རྒྱལ་བ་རྣལ་དུ་དགོད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 འཕར་བ་དང་འབབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཟུར་བར་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ནོ། །

བཙུན་པ་དབྱངས་སྒྲོགས་ན་རེ། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་  
 པ་ནི་ཅིབས་ལ་སོགས་པ་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་འཁོར་ལོ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་དང་ཉོག་པ་དང་ཚོལ་བ་དང་བྱན་པ་རྣམས་ནི་ཅིབས་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་ངག་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་འཆོ་བ་རྣམས་

ནི་ལྟེ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །ཉིང་རེ་འཇིན་ནི་ལུ་ཁྱུང་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ག་ལས་ཤེ་  
 བ། འཕགས་པ་ཀའི་རྩུ་ལ་དེ་སྐྱེས་པ་ན་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ཏེ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཇི་ལྟར་ན་དེ་ལན་གསུམ་དུ་བཞུགས་པ་དང་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཡིན་ཞེ་  
 བ། རྩེ་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ན་རེ། འདི་ནི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་འཕགས་པའི་བདེན་  
 པའོ། །དེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 དག་ནི་ལན་གསུམ་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །བཞུགས་པ་རེ་རེ་ལ་མིག་སྐྱེས་སོ།  
 །ཤེས་པ་དང་རིགས་པ་དང་སྒྲོ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དག་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱ་  
 གཉིས་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །གསུམ་ཆེན་དང་  
 བརྒྱ་གཉིས་སུ་ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་ལན་གསུམ་དུ་བཞུགས་ཏེ། རྣམ་པ་བརྒྱ་  
 གཉིས་ཞེས་བཤད་དེ། གཉིས་དང་། གནས་བདུན་ལ་མཁས་པ་བསྟན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །བཞུགས་པ་འདི་དག་གིས་ནི་གྲངས་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་དང་བསྐྱོམ་  
 པ་དང་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་རྣམས་བསྟན་ཏེ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་འོ་ན་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ཁོ་ན་ལ་ལན་གསུམ་དུ་  
 བཞུགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་མཐོང་  
 བའི་ལམ་འདི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་རྣམ་པར་གཞག། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཆོས་ཀྱི་  
 རྣམ་གྲངས་དེ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་ཡིན་ལན་གསུམ་དུ་བཞུགས་པ་དང་  
 རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱང་ཡིན་པར་རུང་རོ། །ཇི་ལྟར་ན་ལན་གསུམ་དུ་བཞུགས་

བ་ཡིན་ཞེ་ན། བདེན་པ་རྣམས་ལན་གསུམ་དུ་བསྒྲས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་  
 ལྟར་ན་རྣམ་པ་བརྟུ་གཉིས་ཡིན་ཞེ་ན། བདེན་པ་རྣམས་ལ་སྟུག་བསྒྲལ་དང་།  
 ཀུན་འབྱུང་། འགོག་པ། ལམ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ།  
 སྤང་བར་བྱ། མདོན་སུམ་དུ་བྱ། བསྐྱོམ་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་  
 ཤེས། སྤངས། མདོན་སུམ་དུ་བྱས། བསྐྱོམས་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་  
 དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བསྐྱོར་བ་ནི་གཞན་གྱིས་རྒྱུད་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་  
 སྟེ། དོན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་འཕགས་པའི་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ནི་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་མཐོང་བའི་ལམ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོར་བར་བརྩམས་  
 བ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་བསྐྱོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

ཁམས་དང་དབྱེ་བའི་བྱད་པར་དང་།

ཡང་ཁམས་གང་དུ་དགོ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་དུ་དག་ཅིག་འཐོབ་  
 ཅེ་ན། འདོད་པར་གསུམ་ཐོབ། གསུམ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ཁོ་ནར་འཐོབ་  
 གྱི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཐ་མ་ནི། །གསུམ་དུ། །དགོ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ཐ་མ་ནི་དབྱེ་བཅོམ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ནི་ཁམས་གསུམ་དུ་འཐོབ་པོ།  
 རེ་ཞིག་འབྲས་བུ་གཉིས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བས་ཐོབ་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་གོང་མར་མི་འཐོབ་པར་ཡང་རིགས་ན་གསུམ་པ་གོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་མི་འཐོབ་ཅེ་ན། གོང་ན་མཐོང་ལམ་མེད། །འདོད་པའི་ཁམས་ལས་གོང་

ན་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་མེད་ལ། དེ་མེད་པར་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་  
 ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གཏན་ཆིགས་  
 ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ན་མཐོང་བའི་ལམ་མེད་ཅེ་ན། དེ་ཞིག་གཟུགས་མེད་  
 པའི་ཁམས་ན་ནི་ཉན་པ་མེད་པ་དང་། ཁམས་འོག་མ་ལ་མི་དམིགས་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་ནི། མི་སྐྱོ་ལུང་ལས་འདིར་རྩོམ་ཞིང་། །  
 དེར་མཐར་ཕྱུན་ཞེས་འབྲུང་ཕྱིར་དོ། །གཟུགས་ན་སྐྱོད་པའི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་  
 རྣམས་ནི་སྐྱོམས་པར་འབྱུག་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཀྱན་དུ་སྐྱོ་བར་མི་འགྱུར་ལ། སྐྱོ་བ་མེད་  
 པར་ཡང་འཕགས་པའི་ལམ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ནི་དེ་ཞིག་རིགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ལུང་ཡང་། བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤྲུངན་ལས་འདའ་བ་ནས་  
 གོང་དུ་འཕོ་བའི་བར་གང་ཟག་ལྷ་ནི་འདིར་རྩོམ་ཞིང་དེར་མཐར་ཕྱུན་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །རྩོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལམ་རྩོམ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྤྲུངན་ལས་འདས་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །

འདི་སྐད་དུ། གལ་ཏེ་མི་གཡོའི་བདེ་ཤེས་ལ། །མི་སྐྱེ་སྐྱོ་གྲོས་ཞེས་  
 བཤད་དེ། །ཅི་དག་བཅོམ་པ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་སྤྲུས་པ་ཡོད་དེ།  
 དག་བཅོམ་དུག་འདོད། མདོ་ལས་དག་བཅོམ་པ་དུག་གསུངས་ཏེ། ཡོངས་  
 སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། རྗེས་  
 སུ་སྤང་བའི་ཆོས་ཅན་དང་། གནས་པ་ལས་མི་བསྐྱོད་པ་དང་། རྟོགས་པའི་  
 སྐལ་པ་ཅན་དང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དེ་དག་ལས། ལྷ་ནི་དང་།



བས་མོས་ལས་སྐྱེས། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ལྔ་ནི་  
 དད་བས་མོས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་རྣམ་གྲོལ་དུས་དང་  
 སྒྲོར། །ལྔ་པོ་འདི་དག་གི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་དུས་དང་སྒྲོར་བས་  
 འཕངས་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཉག་ཏུ་རྗེས་སུ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདི་དག་ནི་དུས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །འདི་དག་ནི་  
 དུས་ལ་བསྟོས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡང་ཡིན་པས་དུས་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་དག་སྟེ། བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་མར་གྱི་  
 བུམ་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་དག་གི་ཉིང་རེ་འཇིན་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཡོ་  
 བྱད་དང་ནད་མེད་པ་དང་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་བསྟོས་པའི་ཕྱིར་དུས་ལ་བསྟོས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །མི་གཡོའི་ཆོས་ཅན་མི་གཡོ་བ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པའི་སྒྲོ་ནས་གཡོ་བར་མི་རྒྱས་པའི་  
 ཕྱིར་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དུས་མི་སྒྲོར་གྲོལ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 དེ་ནི་དུས་དང་མི་སྒྲོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ནི་འདོད་  
 དགུར་ཉིང་རེ་འཇིན་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དུས་ལ་མི་བསྟོས་པར་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །

རིགས་དང་ཉམས་པའི་བྱད་པར་དང་།

ཡང་ན་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་སྤིད་པ་དང་། མི་སྤིད་པའི་སྒྲོ་ནས་དུས་  
 གཞན་གྱི་བར་དང་། གཏན་དུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུས་ཀྱི་རྣམ་པར་

གྲོལ་བ་དང་། དུས་དང་མི་སྒྱུར་བ་རྣམས་པར་གྲོལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་  
མཐོང་ཐོབ་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་དེ་ནི་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་  
སྒོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཅི་དགྲ་བཅོམ་པ་དུག་པོ་འདི་དག་  
དང་པོ་ཁོ་ན་ནས་དེའི་རིགས་ཅན་ཁོ་ན་དག་ཅིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ཕྱིས་  
ཡིན་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས། །ཁ་ཅིག་སྐྱུངས་པ་ལས་བྱུར་  
ཏོ། །ཁ་ཅིག་ནི་དང་པོ་ཉིད་ནས་འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་རིགས་  
ཅན་ཡིན་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱུར་པ་ལས་དབང་  
པོ་རྣམས་སྐྱུངས་པས་འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱུར་པ་ཡིན་ཏེ།  
མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱུར་པའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བར་རིག་པར་  
བྱའོ། །

དེ་ལ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་  
བའི་སྐལ་བ་དང་ལྡན་གྱི་འཆི་བར་སེམས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་མ་  
ཡིན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་འཆི་བར་སེམས་  
པར་འགྱུར་བའི་སྐལ་བ་ཅན་གང་ཡིན་པའོ། །རྗེས་སུ་སྐྱུང་བའི་ཆོས་ཅན་  
ནི་རྗེས་སུ་བསྐྱུང་བར་འགྱུར་བའི་སྐལ་བ་ཅན་གང་ཡིན་པའོ། །གནས་པ་  
ལས་མི་བསྐྱོད་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་རྟོགས་དང་ལྡན་  
པ་མེད་ན་རྗེས་སུ་མ་བསྐྱུངས་ཀྱང་གནས་པར་འགྱུར་བའི་སྐལ་བ་ཅན་ཡིན་  
ཞིང་། ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་མངོན་པར་བཙོན་པ་མེད་ན་འཕེལ་བར་  
ཡང་མི་འགྱུར་བའི་སྐལ་བ་ཅན་གང་ཡིན་པའོ། །ཁྱོགས་པའི་སྐལ་བ་ཅན་ནི་

མི་གཡོ་བ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྐལ་པ་ཅན་གང་ཡིན་པའོ། །མི་གཡོ་བའི་  
 ཆོས་ཅན་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བའི་སྐལ་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ཁོ་ནའོ། །དང་པོ་གཉིས་ནི་སྟོན་སྟོབ་པའི་གནས་སྐབས་ཁོ་ན་ན་རྒྱན་དུ་  
 སྦྱོར་བ་དང་གྲུས་པར་སྦྱོར་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི་རྒྱན་དུ་སྦྱོར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་གྲུས་པར་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །ལྔ་པ་ནི་གཉི་གར་སྦྱོར་  
 བ་པ་ནི་ཡིན་ལ་དབང་པོ་རྩལ་པོ་ཡིན་ནོ། །དུག་པ་ནི་གཉི་གར་སྦྱོར་བ་དང་  
 དབང་པོ་རྩོན་པོ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡང་གདོན་མི་  
 ཟ་བར་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལ། རྟོགས་པའི་སྐལ་པ་ཅན་  
 གྱི་བར་དུ་ཡང་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་  
 བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁམས་གསུམ་ཆར་ན་ཡང་དག་བཅོམ་པ་དུག་ཡོད་  
 པར་རུང་ངོ། །གང་དག་གི་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 བ་ནས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་བར་དུ་འགྱུར་བ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་འདོད་པའི་  
 ཁམས་ན་ནི་དུག་གོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ན་ནི་  
 གནས་པ་ལས་མི་བསྦྱོད་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་དང་གཉིས་ཏེ། དེ་  
 གཉིས་ན་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་དང་། འཆི་བར་སེམས་པ་དང་། དབང་པོ་  
 འཕོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ངོ། །འདི་དག་ལས་གང་ཞིག་འབྲས་བུའམ་རིགས་  
 གང་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བཞི་ནི་རིགས་ལས་ལྔ་  
 འབྲས་ལས། ཉམས་འགྱུར། འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་སོགས་

པ་བཞི་ནི་རིགས་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོངས་སུ་ཉམས་  
པའི་ཆོས་ཅན་ནི་རང་གི་རིགས་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་ནི་འབྲས་བུ་ལས་ཀྱང་  
ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ཀྱང་། དང་པོ་ལས་མ་ཡིན། །གང་  
གི་རིགས་དང་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་ནི་དེ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་  
ཏེ། སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པའི་ལམ་དག་གིས་བརྟན་པོར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སློབ་པ་ནི་འདྲིག་ཏེན་པ་དང་འདྲིག་ཏེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དག་  
གིས་བརྟན་པོར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱིས་སྦྱངས་པས་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ལས་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །གང་གི་འབྲས་བུ་དང་པོ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ལྷག་མ་ལས་  
ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པའི་  
འབྲས་བུ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སོ་ན་གནས་པ་བཞིན་  
དུ་ཡོངས་སུ་སྦྱངས་ལས་འདས་པ་དང་། དབང་པོ་འཕོ་བའམ། ཡོངས་སུ་  
ཉམས་ནས་སློབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའོ། །འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་  
བཞི་སྟེ། གསུམ་པོ་དེ་དག་ཉིད་དང་། ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་  
རིགས་སུ་སྦྱར་འོང་བའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གསུམ་ལ་ཡང་རེ་རེ་བསྐྱེད་དེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་  
ལྟར་དང་སྦྱག་དང་བདུན་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་སློབ་པར་གྱུར་ན་གང་

གི་རིགས་དང་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་གནས་ཀྱི། གཞན་དག་ལ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་རིགས་ཁྱད་པར་ཅན་རྟེན་པའི་སྤྱིར་དེ་འཕེལ་བ་  
 ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི། ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་སྤྱིར་འབྲས་  
 བྱ་དང་པོ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མེད་ཅེ་ན། མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 རྣམས་གཞི་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་དག་ནི་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རྩ་བ་ཅན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་བདག་གི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ཅན་ཡིན་ན་བདག་དེ་ཡང་མེད་དོ།  
 འོན་མེད་པ་ལ་དམིགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྤྱིར་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་སྤྱིར་ཅི་ལོག་ཏུ་དམིགས་པ་དག་  
 ནི་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཁྱད་  
 པར་ཡོད་དེ། བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་བདག་མེད་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་དངོས་པོ་ལ་བྱེད་པ་པོ་དང་ཆོར་བ་པོ་དང་དབང་བསྐྱར་བ་ཉིད་དུ་བདག་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་སྒྲིལ་འདོགས་པར་བྱེད་ལ། མཐར་འཛིན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡང་དེའི་གཞི་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་གཞི་མེད་པ་དག་ཅེས་བྱའོ། །

བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་། ང་  
 རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་རྣམ་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
 ཆགས་པ་དང་། ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་དང་། ཁེངས་པ་དང་། མི་གསལ་  
 བའི་ངོ་ཐོར་ཞུགས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པས་གཞི་དང་བཅས་པ་དག་ཅེས་  
 བྱ་སྟེ། གང་ལ་དེ་དག་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་སྤྱག་པ་ལ་སོགས་པ་ཅུ་མ་དེ་  
 ནི་ཡོད་གྱི། བདག་ལ་སོགས་པ་ནི་བག་ཀྱང་མེད་དོ། །གཞན་དག་ནི་འདི་



སྐད་ཅེས་ཟེར་ཏེ། འདི་ལྟར་བསྐྱོམ་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ནི་གཞི་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡོད་ཀྱི།  
མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ནི་བདག་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་  
མེད་དེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞི་སོ་སོར་ངེས་པ་མེད་པ་དག་ཅེས་བྱའོ། །གཞན་  
ཡང་འཕགས་པ་ངེས་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་བྱན་པ་ཉམས་པས་ཉོན་མོངས་པ་  
རྣམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་གྱི་ངེས་པར་རྟོག་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐག་པ་ལ་སྐྱུལ་  
གྱི་འདུ་ཤེས་བཞིན་ནོ། །ངེས་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
པ་འགྱུར་བར་མི་རུང་སྟེ། ཀྱན་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་  
ལྟ་བུས་ན་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྤངས་པས་ས་དང་པོ་ལས་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ་མེད་དོ། །

མདོ་སྡེ་པ་རྣམས་ན་རེ་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཉམས་  
པ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ཉིད་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་  
ཅེ་ན། ལུང་དང་རིགས་པ་ལས་སོ། །

ལུང་ལས་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དག་སྒྲོང་དག་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྒྲོབ་  
པ་ལ་བག་ཡོད་པ་ལ་བག་ཡོད་པར་བྱའོ་ཞེས་ང་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་དག་  
བཅོམ་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱན་དག་འཕོ་དག་བཅོམ་པ་ལ་ཡང་རྟེན་པ་  
དང་བཀྱར་སྟེས་བར་ཆད་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ང་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་པའི་མདོ་  
དེ་ལས་ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་ཅེས་ཁོ་ན་ལས་ཡོངས་

སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་པར་ཟད་དེ། འདིས་སེམས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་མི་གཡོ་བ་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་  
 བློ་རྣམ་གྲངས་གང་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་ང་མི་སྤྲོའོ་  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་དུས་དང་སྦྱོར་བ་ལ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། ཁོ་ལོ་ཅག་  
 ཀྱང་དེ་སྐད་ཅེས་ནི་ཟེར་རོ། །ཅི་དེ་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་  
 བསམ་གཏན་པ་རྣམས་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ། བསམ་གཏན་  
 དངོས་གཞིའི་ཉིང་དེ་འཇིག་ནི་དུས་སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་དུས་དང་སྦྱོར་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ལ་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་  
 གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅོལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་རོ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་རྟག་ཏུ་རྗེས་སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 དུས་དང་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་ཡང་མི་རུང་ལ། ཡང་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དག་བཅོམ་པ་  
 ཉིད་ལས་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པ་སྤྱི་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྟན་  
 འདས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་ལྟག་པའི་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་དག་ཁོ་ན་ལས་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་པར་གྱུར་  
 ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དག་བཅོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་མི་གཡོ་བ་  
 ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་དོ། །

མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་དག་ལས་ནི་ལ་ལ་ནི་རྟེན་པ་  
 དང་བཟུང་སྟེས་གཡེན་སྟོ་བའི་ཉེས་པས་དབང་ཉམས་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་  
 ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། དབང་པོ་རྩལ་པོ་གང་ཡིན་པའོ། །ལ་ལ་ཡོངས་སུ་  
 ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དབང་པོ་རྣོན་པོ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་གང་ཞིག་  
 ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་  
 ལ། གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་  
 མི་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་འཆི་བར་སེམས་པའི་ཆོས་  
 ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པའི་ཆོས་  
 ཅན་དང་། གནས་པ་ལས་མི་བསྐྱོད་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་སྦྱངས་པ་  
 ལས་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ལ། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ནི་དབང་པོ་སྦྱངས་པ་  
 ལས་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་བྱད་པར་གང་ཁོ་ན་སྦྱིད་  
 བར་བྱེད་པ་དེ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གནས་པ་ལས་མི་  
 བསྐྱོད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་གང་ཁོ་ན་ལ་གནས་པ་དེ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་  
 མི་འགྱུར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱད་གྱི། གཞན་ཡང་སྦྱིད་པ་མི་བྱེད་པའམ། སྦྱིད་  
 བར་བྱེད་ན་ཡང་དེ་ལས་གཡོ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་འདི་ནི་བྱད་པར་ཡིན་  
 བར་མངོན་ནོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་གནག་ཆོགས་ཅན་སློབ་པར་གྱུར་པ་ཏ་ཅང་  
 རོ་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་དང་། དབང་པོ་རྩལ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དུས་དང་སྦྱོར་བ་པ་ལས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་དང་།

ཡི་ཆད་ནས་ལུས་དང་སྒོག་ལ་མི་ལྟ་བུར་མཆོན་གྱིས་འདེབས་པར་བྱེད་  
 ལ། འཆི་བའི་དུས་ཁོ་ནར་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཐོབ་ཅིང་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་  
 ལས་འདས་པར་ཡང་གྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་ཡང་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ལས་  
 ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བཙུ་ལས་འཕྲོས་པ་ལས་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་  
 བྱ་བའི་ཆོས་ནི་གཅིག་སྟེ། སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དུས་དང་སྦྱོར་བ་པ་  
 ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་ནོ། །མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་གཅིག་སྟེ། སེམས་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བ་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་སེམས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་དུས་དང་སྦྱོར་བ་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པར་གྱུར་ན། ཅིའི་སྤྱིར་བཙུ་ཆོན་དེ་ཁོ་ན་ལས་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ལན་  
 གཉིས་སུ་སྒྲོས་པར་འགྱུར། དག་བཅོམ་པ་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་  
 ནི་གང་དུ་ཡང་མ་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་རྟུལ་པོས་  
 བསྐྱུས་པའི་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། ཡང་འདིས་  
 ཅི་ཞེ་གཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན། དེ་ཞེ་གཤེས་ཏེ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བར་རུས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན་ནི། གཞན་ཡང་རུས་སོ། །འོ་ན་ཏེ་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན་ནི་གཞན་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
 དུས་དང་སྦྱོར་བ་པ་ནི་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དུས་ཀྱིས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བའི་དག་བཅོམ་པ་ཞེས་ངེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ཞེ་ན། གང་ཞེ་གཤེས་དབང་པོ་  
 རྟུལ་པོའི་སྤྱིར་ཏིང་ངེ་འཛིན་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་བ་དུས་ལ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ།

བཞེག་པ་ནི་དུས་དང་མི་སྐྱོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་མངོན་པ་ལས་ཀྱང་། གནས་གསུམ་གྱིས་འདོད་པའི་འདོད་  
 ཆགས་ཀྱི་ཕྱ་རྒྱས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཕྱ་རྒྱས་  
 མ་སྤངས་ཤིང་ཡོངས་སུ་མ་ཞེས་པ་ཡིན། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀྱན་  
 རས་དཀྱིས་པར་གྱུར་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་སྤང་བར་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ལ་  
 ཡང་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་  
 ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱ་ཡོངས་སུ་ཆང་བ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡོངས་སུ་  
 མ་ཆང་བར་གོ་གང་ཞིག་སྐྱེ་ཞེ་ན། རེ་ཞིག་ལུང་ལས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །  
 རིགས་པ་ལས་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་དག་བཅོམ་པ་ལ་གང་གིས་  
 ར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་གཏན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
 གཉེན་པོ་ཞིག་སྐྱེས་ན་ནི་ངེ་ལྟར་ན་ཡང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར། འོན་  
 ཏེ་མ་སྐྱེས་ཏེ་དེའི་ས་བོན་གྱི་ཆོས་ཉིད་གཏན་དུ་ཅ་ནས་མ་བཏོན་ན་ནི་ངེ་  
 ལྟར་ཟག་པ་ཟད་པ་ཡིན། ཟག་པ་མ་ཟད་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་ལས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ནི་གང་ལས་འདི་སྐད་  
 དུ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལྟར་སྒྲོད་པ་དེ་ལྟར་གནས་པ་  
 དེ་བརྒྱལ་རེས་འགའ་ཞིག་བྱན་པ་ཉམས་པ་ལས་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བའི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་དག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་སོལ་བའི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུའི་  
 མདོའི་ལན་གདབ་དགོས་སོ། །

དེ་ནི་དེ་ལས་དག་བཅོམ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། ཡུན་རིང་པོ་



ནས་སེམས་དབེན་པ་ལ་གཞིལ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནས། ཟླ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་ལ་བབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ལས་  
 དེ་ནི་དག་བཅོམ་པའི་སྟོབས་ཡིན་པར་ཡང་གསུངས་ལ། ཟག་པའི་གནས་  
 ལྟ་བུའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལས་ནི་བསིལ་བར་གྱུར་ཅིང་བསིལ་བར་གྱུར་པ་  
 ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འབྱུང་བ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི་ངི་  
 སྲིད་དུ་སྟོད་པ་ལེགས་པར་མ་རྟོགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་སྟོབ་པ་དེ་ལྟར་སྟོད་པ་  
 ལ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་འབྱུང་བ་སྲིད་པ་ཡོད་པས་སྟོབ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 དབང་དུ་མཛད་ནས་དེ་སྐད་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འབྲེལ་ག་  
 ཏུ་སྟོབ་པ་རྣམས་ནི་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 བར་བརྗོད་དོ། །ཅི་དག་བཅོམ་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་རིགས་དུག་དང་ལྡན་ནམ།  
 འོན་ཏེ་གཞན་དག་ཀྱང་རིགས་དུག་དང་ལྡན་ཞེ་ན། སྟོབ་དང་འཕགས་མིན་  
 རིགས་དུག་ལྡན། སྟོབ་པ་དང་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རིགས་  
 དུག་དང་ལྡན་ཏེ། དག་བཅོམ་པའི་རིགས་རྣམས་ནི་དེ་དག་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །

དབང་སོ་འཕོ་བའི་བྱད་པར།

ཇག་ཞན་ཡང་། མཐོང་བ་ལ་ནི་འཕོ་བ་མེད། །མཐོང་བའི་ལམ་ལས་  
 གཞན་པ་ལ་དབང་སོ་འཕོ་བ་ཡོད་ཀྱི་སྐྱོར་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལ་ལ་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་གནས་སྐབས་ན་དབང་

པོ་རྣམས་འཕོ་འོ། །ལ་ལ་ནི་དད་པས་མོས་པའི་གནས་སྐབས་ན་འོ། །མདོ་  
ལས་འདི་སྐད་དུ། འདིས་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་ལྷག་པའི་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་བཞི་ཐོབ་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་  
ཞིག་ལས་འདི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ནི་ང་སྤྲི། འདི་གཅིག་ལུས་  
སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་མི་གཡོ་བའི་བར་དུ་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་  
བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་ནི་འདིའི་རྣམ་གངས་གང་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པར་འགྱུར་བར་ང་མི་སྤྲོ་ཞེས་གང་ག་སུངས་པ་ཡང་ངེ་ལྟར་ན་མི་  
གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་དག་ལས་ཡོངས་  
སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།

ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་ཉེར་སྤྱད་ལས། །ཡོངས་ཉམས་རྣམ་པ་གསུམ་ཤེས་  
བྱ། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་ན་ཐོབ་པ་ལས་ཡོངས་  
སུ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པར་བྱ་བ་མ་ཐོབ་ན་མ་ཐོབ་  
པ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་མངོན་སུམ་  
དུ་མི་བྱེད་ན་ཉེ་བར་སྤྱོད་པ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ་འདི་རྣམས་ལས། སྟོན་པ་ཐ་མ་མི་གཡོ་ལ། །བར་མའང་གཞན་ལ་  
རྣམ་གསུམ་མོ། །སངས་རྒྱས་ལ་ནི་ཉེ་བར་སྤྱད་པ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་  
པ་ཁོ་ན་མངའི་གཞན་ནི་མི་མངའོ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ་ནི་དེ་དང་མ་  
ཐོབ་པ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། །གང་ཟག་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་  
ཆོས་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགྲ་བཅོམ་པ་གཞན་ལ་ནི་ཐོབ་པ་ལས་ཡོངས་

སྤྱི་ཉམས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ཉི་ལྔ་སྤྱད་པ་  
ལས་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་མདོ་དང་མི་འགལ་ལོ། །

ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པར་སྤྱོད་ན་རེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
ཟག་པ་མེད་པ་ནི་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ལ། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་ངེ་ལྟར་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་ཅིན་པ་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་སྒྲན་ཀར་མི་  
རུང་ངོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་གང་ཞིག་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ལས་ཡོངས་  
སྤྱི་ཉམས་ན་ཅི་དེ་ཡང་སྤྱི་ཉམས་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་ནི་མེད་དེ། འདི་ལྟར། འབྲས་  
ལས་ཉམས་པ་འཆི་བ་མེད། །འབྲས་བུ་ལས་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པ་ནི་འགལ་  
ཡང་འཆི་བ་མེད་དེ། མདོ་ལས། དག་སྦྱོང་དག་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐོས་པ་  
དང་ལྡན་པ་ལ་དྲན་པ་ཉམས་པ་ཆུང་དུ་འབྱུང་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་ཡང་སྤྱར་བ་  
ཁོ་ནར་རྒྱབ་པ་དང་ཡོངས་སྤྱི་བྱད་པ་དང་ཡོངས་སྤྱི་གཏུགས་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ཡིད་བརྟན་  
དུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ལས་ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པ་ནི་  
འབྲས་བུ་དེ་ལ་གནས་པས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པའི། བྱ་བ་མ་ཡིན་དེ་  
མི་བྱེད། །ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་ཀྱང་འབྲས་བུ་དེ་དང་འགལ་བའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་  
དེ། ཅུལ་པོ་ཆེ་བྱེད་པ་རྟེན་མི་འཆའ་བ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་དབང་པོ་རྣམས་འཕོ་བ་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་ལམ་དུ་དག་ཅིག་སྤྱེ་ཞེ་ན། མི་གཡོ་རྣམ་གྲོལ་བར་ཆད་མེད། །ལམ་  
དགུའོ། །རྟོགས་པའི་སྒྲུལ་བ་ཅན་ཞིག་མི་གཡོ་བའི་རིགས་ཅན་རྟོགས་པར་

བྱེད་ན་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དགུ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དགུ་སྟེ་  
 སྟེ། དཔེར་ན་དགྲ་བཅོམ་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དབང་  
 པོ་རྩལ་པོའི་རིགས་དེ་ཤིན་ཏུ་བརྟེན་ཕྱིར་རོ། །དེས་དབང་པོ་རྩལ་པོའི་  
 རིགས་དེ་ཤིན་ཏུ་གོམས་པར་བྱས་པ་ཡིན་པས་འབད་པ་ཚུང་དུས་བསྒྲིག་  
 པར་མི་རུས་ཏེ། སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པའི་ལམ་དག་གིས་བརྟན་པོར་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་བས་ཐོབ་ལ་རེ་རེའོ། །མཐོང་བས་ཐོབ་པ་རྟོགས་པར་  
 བྱེད་ན་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གཅིག་ཁོ་ན་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་  
 གཅིག་ཁོ་ན་སྟེའོ། །སྦྱོར་བའི་ལམ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 བར་ཆད་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། ཟག་  
 མེད། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལམ་གྱིས་  
 འཕོ་བ་མེད་དོ། །དབང་པོ་རྣམས་གང་དུ་འཕོ་ཞེ་ན། མི་ཡི་ནང་དུ་འཕོ། །  
 མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཁོ་ནར་དབང་པོ་འཕོའི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་  
 ཉམས་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ཞིག་ས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་པོ་རྣམས་འཕོ་བར་བྱེད་ཅེ་ན།  
 མི་སློབ་པ་དགུ་ལ་བརྟེན་ཏེ། །མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱུང་  
 པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་གསུམ་པ་ལའོ།  
 སློབ་པ་དུག་ལ། གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 གང་གི་ཕྱིར། །འཕེལ་བ་འབྲས་བུ་བྱུང་པར་ཅན། །བཏང་སྟེ་འབྲས་བུ་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར། །དབང་པོ་རྣམས་འཕོ་བ་ན་དབང་པོ་རྩལ་པོའི་ལམ་གྱི་འབྲས་

བྱ་དང་འབྲས་བྱ་བྱ་པར་ཅན་གཏང་སྟེ་དབང་པོ་རྣམ་པོའི་རིགས་ཀྱི་ལམ་  
 ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཁོ་ན་འཐོབ་པར་འགྱུར་ན། སྤྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བྱ་གཟུགས་  
 མེད་པས་བསྟུས་པ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ནོ། །

དགྲ་བཙེམ་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་ལས་དགྲ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། སངས་རྒྱས་གཉིས་དང་ཉན་ཐོས་  
 བདུན། །དེ་དགྲ་དབང་པོ་རྣམ་དགྲ་ཅན། །ཉན་ཐོས་བདུན་གང་ཞེ་ན། ཡོངས་  
 སྤྱ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཏེ། སྤྱངས་པ་ལས་གྱུར་པ་དང་། དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས་ཅན་ནོ།  
 སངས་རྒྱས་གཉིས་ནི་མི་གཡོ་བའི་བྱེ་བྲག་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རང་སངས་རྒྱས་  
 དང་། སངས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ནི་ཆུང་དུའི་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པ་  
 དབང་པོ་རྣམ་པ་དགྲའི་བྱེ་བྲག་གིས་གང་ཟག་དགྲ་ཡིན་ནོ། །

### བདུན་དུ་དབྱེ་བ།

འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་བདུན་ཡིན་ཏེ། དད་  
 པས་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་བ་དང་། ཆོས་ཀྱིས་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་བ་དང་། དད་པས་  
 མོས་པ་དང་། མཐོང་བས་ཐོབ་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་  
 དང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། གཉི་གའི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བའོ། །གང་ཟག་བདུན་པོ་དེ་དག་གྱུང་། སྦྱོར་བ་དང་། །དབང་པོ་



སྒྲོལ་ས་འཇུག་རྣམ་གྲོལ་དང་། །གཉི་གས་བྱས་པའོ། །སྒྲོར་བ་ལས་ནི་དད་  
 པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་། ཚས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་སྟེ། དང་པོ་  
 ཉིད་ནས་གཞན་གྱི་བྱིང་འཇོག་པ་དང་། ཚས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་  
 གིས་དོན་རྣམས་ལ་སྒྲོར་བའི་བྱིར་རོ། །དབང་པོ་ལས་ནི་དད་པས་མོས་པ་  
 དང་། མཐོང་བས་ཐོབ་པ་དག་སྟེ། དད་པས་མོས་པ་དང་ཤེས་རབ་ལྷག་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་རྟུལ་པོ་དང་རྒྱུ་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲོལ་ས་པར་འཇུག་  
 པ་ལས་ནི་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་སྟེ། འགོག་པའི་སྒྲོལ་ས་པར་  
 འཇུག་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ལས་ནི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའོ། །སྒྲོལ་ས་པར་འཇུག་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
 ལས་ནི་གཉི་གའི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའོ། །མིང་གི་སྒྲོ་ནས་ནི་གང་ཟག་  
 དེ་བདུན་ཡིན་ལོ། །

དེ་དག་དུག །རྗེས་སུ་ནི་དེ་དག་དུག་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ལམ་གསུམ་  
 ལ་གཉིས་གཉིས། མཐོང་བའི་ལམ་ལ་གང་ཟག་གཉིས་ཏེ། དད་པས་རྗེས་  
 སུ་འབྲང་བ་དང་། ཚས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་གོ། །དེ་དག་ཉིད་བསྒྲོལ་  
 པའི་ལམ་ལ་གཉིས་ཏེ། དད་པས་མོས་པ་དང་། མཐོང་བས་ཐོབ་པ་དག་  
 གོ། །དེ་གཉིས་ཀྱང་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་ལ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དུས་ཀྱིས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དང་། དུས་དང་མི་སྒྲོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དག་གོ། །དེ་ལ་དད་  
 པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་ནི་གསུམ་མོ། །རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ནི་  
 ལྷའོ། །ལམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཙུ་སྟེ། བཟོད་པ་བརྒྱད་དང་ཤེས་པ་བདུན་ལ་



ཏེ། །མི་འབྲོགས་ཆོས་ལྡན་སློབ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས། །ཞེས་གང་གསུངས་  
པ། རི་ཅམ་གྱིས་ན་སློབ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོམས་འཇུག་  
དབང་པོ་འབྲས་རྣམས་ཀྱིས། །སློབ་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཞེས་བྲལོ། །སློབ་པ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། འབྲས་བྱ་དང་། དབང་པོ་དང་།  
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལས་སོ། །སྤྱིར་མི་འོང་བ་དད་པས་མོས་པ་ལུས་  
གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་འབྲས་བྱ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །མཐོང་  
བས་ཐོབ་པ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ནི་དབང་པོ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །སྤྱིར་  
མི་འོང་བ་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་ལུས་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་  
འབྲས་བྱ་དང་དབང་པོ་ལས་སོ། །དད་པས་མོས་པ་ལུས་གྱིས་མངོན་སུམ་  
དུ་བྱེད་པ་ནི་འབྲས་བྱ་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །

མཐོང་བས་ཐོབ་པ་ལུས་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ནི་འབྲས་བྱ་དང་།  
དབང་པོ་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལས་སོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཁོ་  
ན་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། དབང་པོ་ལས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
ཉིད་ནི་མེད་དོ། །གཉིས་གྱིས་མི་སློབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས། །དབང་པོ་དང་  
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལས་སོ། །འབྲས་བྱ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པ་ལ་ནི་མི་  
སློབ་པ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་འདིའི་འབྲས་བྱ་རྫོགས་པ་ནི་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་མ་བཞག་གོ། །ཞེས་རབ་གྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བ་དུས་དང་མི་སྦྱོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་དབང་པོ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །གཉི་  
གའི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དུས་གྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་སྟོམས་པར་

འཇུག་པ་ཁོ་ན་ལས་སོ། །གཉི་གའི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དུས་དང་མི་  
སྐྱོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་དབང་པོ་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དག་ལས་  
སོ། །

## ལམ་གྱི་དབྱེ་བ།

འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། མཐོང་བ་དང་  
བསྐྱོམ་པ་དང་མི་སྐྱོབ་པའི་ལམ་རྣམས་དང་། སྐྱོར་བ་དང་། བར་ཆད་མེད་  
པ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དང་བྱད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་རྣམས་ཞེས་བྱ་  
བ་ལམ་གྱི་བྱེ་བྲག་མང་པོ་ཞིག་བཞག་པ་དེ་དག་མདོར་བསྟུན་ལམ་རྣམ་པ་  
དུ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། མདོར་ན་ལམ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། བྱད་པར་ཅན་དང་རྣམ་  
གྲོལ་དང་། །བར་ཆད་མེད་དང་སྐྱོར་ཞེས་བྱ། །སྐྱོར་བའི་ལམ་ནི་གང་གི་  
མཇུག་ཐོགས་སུ་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་སྟེ་བཤོ། །བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་  
ནི་གང་གིས་སྐྱིབ་པ་རབ་ཏུ་སྐྱོང་བཤོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ནི་དེས་སྤང་  
བར་བྱ་བའི་སྐྱིབ་པ་ལས་ངེས་པར་གྲོལ་བ་དང་པོ་ཉིད་དུ་སྟེ་བ་གང་ཡིན་  
པཤོ། །བྱད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་ནི་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ལམ་གང་ཡིན་པཤོ།  
ཅའི་ཕྱིར་ལམ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ནས་དེར་འགོ་བའི་ཕྱིར་རམ། འདིས་སྟ་  
ངན་ལས་འདས་པ་ཆོལ་བའི་ཕྱིར་འདི་ནི་སྟ་ངན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་  
ནོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་བྱད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་དག་རི་ལྟར་ན་ལམ་ཉིད་  
ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དང་འདྲ་བ་དང་། ཆེས་ཆེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གོང་ནས་

གོང་དུ་བྱིན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རམ། སྤང་པོའི་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་འཇུག་  
པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ལམ་ཉིད་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་  
སྐྱབ་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལམ་ནི་བཞི་སྟེ། མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱུང་ལ་དཀའ་བའི་ལམ་ཡང་  
ཡོད། མངོན་པར་ཤེས་པ་སྐྱར་ལ་དཀའ་བའི་ལམ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་དུ་  
སྐྱབ་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །དེ་ལ། བསམ་གཏན་དག་གི་ལམ་རྣམས་སྟོ།  
བསམ་གཏན་བཞིའི་ལམ་ནི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་བེན་  
པ་དང་། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་མཉམ་པ་དག་གིས་འབད་མི་དགོས་པར་  
རང་གི་ངང་གིས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ས་གཞན་དག་གི་དཀའ་བ་ཡིན། །མི་  
ལྷོགས་པ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་། གཟུགས་མེད་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ནི། ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་མ་བེན་པའི་བྱིར་དང་། ཞི་  
གནས་དང་ལྷག་མཐོང་ཆུང་བའི་བྱིར་ལམ་དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ། མི་ལྷོགས་པ་  
མེད་པ་དང་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་ནི་ཞི་གནས་ཆུང་ངོ། །གཟུགས་  
མེད་པ་དག་ནི་ལྷག་མཐོང་ཆུང་ངོ། །

ལམ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྒོ་རྒྱལ་མངོན་ཤེས་བྱུང་བ་སྟེ། །ཅིག་  
ཤོས་ཀྱི་ནི་མངོན་ཤེས་སྐྱར། །དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་ནི་ལམ་སྐྱབ་པའམ་དཀའ་  
བ་ཡང་བྱུང་སྟེ། མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་རྣོན་པོ་ནི་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །ལམ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱུང་  
བ་ཡོད་པས་ན་འདི་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱུང་བ་སྟེ། མངོན་པར་ཤེས་པ་



སྐྱར་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །ཡང་ན་འདི་གང་ཟག་དབང་པོ་རྒྱལ་པོའི་ཡིན་  
བས་མངོན་པར་ཤེས་པ་བྱལ་བ་ཡིན་ལ། ཡིད་ནོན་པོའི་ཡིན་བས་མངོན་  
པར་ཤེས་པ་སྐྱར་བའོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་བཤད་པ།

ལམ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་  
འཛོལ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་སྐྱམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་ནི་དྲན་པ་ཉི་  
བར་བཞག་པ་བཞི་དང་། ཡང་དག་པར་སྤྲོང་བ་བཞི་དང་། རྩ་འབྲལ་གྱི་  
རྐང་པ་བཞི་དང་། དབང་པོ་ལྔ་དང་། སྟོབས་ལྔ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
ལག་བདུན་དང་། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དོ། །དེ་ལ་ཟད་དང་  
མི་སྦྲེ་ཤེས་པ་ནི། །བྱང་ཆུབ་ཟད་པ་དང་མི་སྦྲེ་བ་ཤེས་པ་ན་གང་ཟག་གི་བྱེ་  
བྲག་གིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་།  
ལྷ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་། བྱང་ཆུབ་གསུམ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་རིག་པ་མ་ལྷས་པར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
རང་གི་དོན་བྱས་པ་དང་། ཡང་བྱར་མེད་པ་ཉིད་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་  
དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དང་མཐུན་ཉིད་ཕྱིར། །སྐྱམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་དེའི་  
ཕྱོགས་མཐུན། །བྱང་ཆུབ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིང་གི་སྟོན་ས། བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་སྐྱམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་ཞེས་བྱའོ། །

རྒྱུ་ལྡན་བཀྲ། །བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིགས་དང་མཐུན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱུ་  
 ལྡན་བཀྲ་སྟེ། བཀྲ་གང་ཞེ་ན། དང་དང་བཙུན་འགྲུས་བྲན་པ་དང་། །ཤེས་  
 རབ་ཏིང་འཇིན་བཀྲ་སྟེ་སྒྲིམས་དགལ། །རྟོག་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས།།  
 དེ་ལྟར་བྱས་ན་དེ་དག་ནི་རྒྱུ་ལྡན་བཀྲ་ལོ། །རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤི་ན། བྲན་  
 པ་ཉི་ལྟར་བཞག་ཤེས་རབ་སྟེ། །བཙུན་འགྲུས་ཡང་དག་འཇོག་ཅེས་བྱ། །རྒྱ་  
 འཕྲུལ་རྒྱུ་ལྡན་པ་ཏིང་འཇིན་ཏོ། །བྲན་པ་ཉི་ལྟར་བཞག་པ་དང་ཡང་དག་པར་  
 རབ་ཏུ་འཇོག་པ་དང་། རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་པ་རྣམས་ནི་ཤེས་རབ་དང་། བཙུན་  
 འགྲུས་དང་། ཏིང་འཇིན་གྱི་རང་བཞིན་དག་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རེ་ཞིག་  
 དབང་པོ་དང་སྒྲོབས་རྣམས་ནི་མིང་གིས་སྒྲོས་པ་དང་པ་དང་བཙུན་འགྲུས་  
 དང་བྲན་པ་དང་ཏིང་འཇིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་ཏེ། བྲན་པ་ཉི་  
 ལྟར་བཞག་པ་རྣམས་དང་། ཚོས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཡང་དག་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་  
 ཡན་ལག་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་རབ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་འཇོག་པ་རྣམས་དང་། བཙུན་འགྲུས་ཡང་དག་  
 བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཡང་དག་པའི་ཚུལ་བུ་ནི་བཙུན་འགྲུས་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ། །རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་དང་། ཏིང་འཇིན་ཡང་དག་བྱུང་ཆུབ་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཡང་དག་པའི་ཏིང་འཇིན་ནི་ཏིང་འཇིན་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ནོ། །བྲན་པ་ཡང་དག་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཡང་དག་པའི་བྲན་པ་ནི་  
 བྲན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཞིག་ལུས་ཤི་ན། དགའ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་

པ་དང་། བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཡང་དག་  
 པའི་ཉོག་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་དང་རྫས་དེ་ལྟ་སྟེ། དེ་  
 ལྟར་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་དེ་དག་ནི་རྫས་བཙུ་ཡིན་ནོ། ། གྲེ་  
 བག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན་ལུས་དང་ངག་གི་ལས་དག་ཐ་དད་ཅིང་རིགས་  
 མི་མཐུན་པའི་སྤྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་རྫས་གཉིས་ཡིན་པས་  
 རྫས་བཙུ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །འདི་སྐད་དུ་བློ་བཞེས་པ་ལ་མཁུ་གཞག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་བཙོན་འགྲུས་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རང་བཞིན་དག་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེར་ནི། གཙུ་བོ་སྟོས་པ་ཡིན་པར་རིག་  
 པར་བྱའོ། །

དེ་དག་ནི། སྤྱིར་བྱང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ཡིན། །གཙུ་བོ་སྟོས་པས་  
 དེ་སྐད་བཤད་ཀྱི། བློ་བཞེས་པ་ལ་མཁུ་གཞག་པ་དང་། ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་  
 འཛོག་པ་དང་། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་རྣམས་ནི་སྤྱིར་བ་ལས་བྱང་བའི་ཡོན་  
 ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་བཙོན་འགྲུས་ལ་ཡང་དག་པར་  
 རབ་ཏུ་འཛོག་པ་ཞེས་བཤད་ཅེ་ན། དེས་ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཡང་དག་  
 པར་འཛོག་པས་སོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་ཞེས་  
 བཤད་ཅེ་ན། དེ་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བའི་ཉོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
 གང་དག་རྩ་འབྲུལ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། འདུན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 རྒྱུ་ལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ནི་འདུན་པ་དང་སེམས་དག་  
 ལྟག་པའི་སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་རྫས་བཙུ་གསུམ་དུ་འགྱུར་

ལ། དགེ་སློང་དག་རྩུ་འབྲུལ་ཡང་བཤད་ལ་རྩུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 བཤད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། རྩུ་འབྲུལ་གང་ཞེ་ན། འདི་ན་དགེ་སློང་རྩུ་འབྲུལ་  
 གྱི་ཡུལ་རྣམས་པ་དུ་མ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བར་བྱེད་ཅིང་། གཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་  
 མང་པོར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བར་རྒྱས་པར་གསུངས་པའི་མདོ་དང་ཡང་  
 འགལ་ལོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དབང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ཡང་སྟོབས་རྣམས་སུ་བཤད་ཅེ་  
 བ། ཟུང་དུ་དང་ཆེན་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྩི་བ་དང་རྩི་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཅིས་བྱས་ཤེ་ན། དད་པར་གྱུར་པ་ནི་འབྲས་བུའི་  
 དོན་དུ་བཙོན་འབྲས་ཚུལ་པར་བྱེད་དོ། །བཙོན་འབྲས་བཙུགས་ན་དེ་པ་  
 ཉེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་པ་ཉེ་བར་གནས་ན་རྣམས་པར་མི་གཡེང་  
 བའི་ཕྱིར་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་གོ། །སེམས་མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་  
 དག་པ་རྩི་ལྟ་བ་བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །

### གོ་རིམ་གྱི་བྱུང་བ་ལ།

གནས་སྐབས་གང་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲོགས་དང་མཐུན་པ་གང་ཞིག་  
 རབ་ཏུ་འབྱེད་ཅེ་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་རྣམས་ན་རེ། སྒྲེ་ཆོན་བདུན་ནི་གོ་རིམ་  
 བཞིན། །ལས་ནི་དང་པོ་པ་དག་དང་། །ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་རྣམས་དང་  
 བློ། །བསྒྲོམ་དང་མཐོང་ལ་རབ་ཏུ་བྱེ། །ལས་དང་པོ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་  
 བློ་ལུས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉེ་བར་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་དེ་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་

རྣམས་སོ། །བྱད་པར་ཐོབ་པས་བརྩོན་འགྲུས་ཡང་དག་པར་སྒེལ་བའི་ཕྱིར་  
 རྩོ་བར་གྱུར་པ་དག་ལ་ནི་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་འཛོག་པ་རྣམས་སོ། །ཡོངས་  
 སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རྩེ་མོ་དག་ནི་  
 རྩུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་སོ། །ཡང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བའི་  
 སྒོ་ནས་དབང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བཟོད་པ་དག་ལ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་བརྩི་བའི་ཕྱིར་རམ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཅན་  
 གཞན་དག་གིས་མི་བརྩི་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་དག་ལ་ནི་སྟོབས་རྣམས་  
 སོ། །བྱང་ཆུབ་དང་ཉེ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་དག་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་རྣམས་སོ། །འགྲོ་བས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ནི་ལམ་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཏེ། དེ་ནི་སྦྱར་བར་འགྲོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གངས་ཀྱི་རིམ་པ་བཞེན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤར་བདུན་བཤའ་ལ་སྤྱིས་  
 བརྒྱད་བཤའ་དོ། །དེ་ལ་ཆོས་རྣམས་པར་འབྱེད་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་ཡིན་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཡང་  
 དག་པའི་ལྷ་བ་ནི་ལམ་ཡང་ཡིན་ལ་ལམ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །གཞན་དག་ནི་གོ་རིམ་མ་ཉམས་པ་ཁོ་ནར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་  
 མཐུན་པ་རྣམས་གོ་རིམ་བཞེན་དུ་བརྫོད་དོ། །རེ་ཞིག་དང་པོ་ཁོ་ནར་ཡུལ་  
 རྣམས་པ་མང་པོ་ལ་གཡེང་བར་འགྲོ་བའི་སྒོ་རྣམས་ཆར་བཅད་པའི་ཕྱིར་བྱན་  
 པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་རྣམས་སོ། །བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ནི་  
 དེའི་སེམས་ཀྱི་ཉེ་བར་འདོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་འདི་ལྟ་སྟེ། ཞེན་པ་



ལ་བརྟེན་པའི་བླ་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་རྣམས་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་སྒྲོབ་ས་གྱིས་བཙོན་འབྱུང་ཡང་དག་པར་འཕེལ་  
བས་དགོས་པ་རྣམས་པ་བཞི་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་  
འཛོག་པས་ན་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་འཛོག་པ་རྣམས་སོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ཉིང་  
རེ་འཇིན་རྣམས་པར་སྦྱོང་བའི་ཕྱིར་རྟུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་སོ། །ཉིང་རེ་  
འཇིན་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་རྣམས་  
གྱི་བདག་པོར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །  
དེ་དག་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་ངེས་པར་རྒྱལ་བ་ནི་  
སྒྲོབ་ས་རྣམས་སོ། །

མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཏེ། དང་པོ་ཉིད་  
དུ་ཆོས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉི་ག་ལ་ནི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་  
རྣམས་ཏེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་བསྒྲུབ་པ་ཡོངས་  
སྤྱོད་པས་པར་གྱུར་ན། དན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་བསྒྲུབ་པ་ཡོངས་སྤྱོད་  
པས་པར་འབྱུང་བ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་བར་དུ་བསྒྲུབ་  
པ་ཡོངས་སྤྱོད་པས་པར་འབྱུང་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་དགེ་སྦྱོང་ཡང་  
དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་གྱི་ཆོག་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཕགས་པའི་  
བདེན་པ་བཞིའི་ཆོག་སྒྲུབ་པས་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྦྱོང་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པའི་ལམ་  
གྱིས་འབྱུག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་གྱི་ཆོག་  
སྒྲུབ་པས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་གཉི་ག་ལ་འཕགས་པའི་

ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་འདོད་པར་བྱ་དགོས་པས་གོ་རིམ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ངོ་མོ་དང་སའི་བྱད་པར།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པ་དུ་ཞིག་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
དག་ཡིན། དུ་ཞིག་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་དག་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བརྗོད་པར་  
བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་ལམ་ཡན་ལག །ཟག་པ་མེད། དེ་གཉིས་ནི་  
བསྐྱེམ་པའི་ལམ་དང་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེ་  
དག་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་མི་འཐོབ་པོ། །གཞན་རྣམ་གཉིས་  
སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པ་གཞན་དག་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
དང་ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

ས་གང་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པ་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་ན་ཐམས་ཅད། །བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་སུམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་པོ་  
ཐམས་ཅད་ཡོད་དོ། །མི་ལྷོགས་མེད་ན་དགའ་མ་གཏོགས། །ཅིའི་ཕྱིར་མི་  
ལྷོགས་པ་མེད་པ་ན་དགའ་བ་མེད་ཅེ་ན། །ཉེར་བསྟོགས་རྣམས་ནི་སྟོབས་  
ཀྱིས་བྱང་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། །ས་འོག་མའི་དོགས་པ་དང་བཅས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ན་ནི་རྟོག་མ་གཏོགས། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་ནི་  
ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་མ་གཏོགས་པ་སུམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་ཁོ་ན་ཡོད་དེ། །དེ་ན་  
རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་ན་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ། །བསམ་

གཏན་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དག་ན་ནི་དགའ་བ་དང་རྟོག་པ་དག་མ་གཏོགས་  
 པ་སུམ་ཅུ་ཙུ་ཡོད་དོ། །བསམ་གཏན་བར་ནའང་། དེ་གཉིས་ཉིད་མ་  
 གཏོགས་པ་སུམ་ཅུ་ཙུ་ཁོ་ན་ཡོད་དོ། །གཟུགས་མེད་པ། །གསུམ་ནའང་  
 དེ་དང་མཚུངས་ཡན་ལག །མ་གཏོགས་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། །གཟུགས་  
 མེད་པ་དག་ན་ནི་ཡང་དག་པའི་དག་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། འཆོ་བ་  
 རྣམས་དང་། དགའ་བ་དང་། རྟོག་པ་དག་མ་གཏོགས་པ་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་  
 ཡོད་དོ། །བྱང་ཆུབ་དང་ནི་ལམ་ཡན་ལག །མ་གཏོགས་འདོད་ཁམས་  
 སྲིད་ཅེ་ན། །དེ་གཉིས་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 རྟོགས་དང་མཐུན་པ་ནི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཡོད་དོ། །

ཤེས་ནས་དད་པའི་བྱང་པར།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྟོགས་དང་མཐུན་པ་རྣམས་ལ་གནས་པ་གནས་སྐབས་  
 གང་དུ་ཤེས་ནས་དད་པ་འཐོབ་པར་རིག་པར་བྱ་ཞེ་ན། བདེན་གསུམ་མཐོང་  
 ན་ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་། །ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་འཐོབ། །ལམ་མངོན་རྟོགས་  
 ན་སངས་རྒྱས་དང་། །དེ་ཡི་དགོ་འདུན་དག་ལ་ཡང་། །སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་  
 འབྱུང་བ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་རྣམས་མངོན་པར་རྟོགས་ན་ཆོས་ལ་ཤེས་  
 ནས་དད་པ་དང་། འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམས་འཐོབ་པོ། །  
 ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་དང་། དེའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 དགོ་འདུན་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་འཐོབ་སྟེ། གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ལ་དད་པ་དེ་

ནི་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་མི་སྟོབ་པ་རྣམས་དང་། དགོ་འདུན་དུ་བྱེད་  
 པའི་ཆོས་སྟོབ་པ་དང་། མི་སྟོབ་པ་རྣམས་ལ་དད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཞེས་  
 བྱ་བའི་སྐྱེས་ནི་ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་དག་གྲང་འཐོབ་  
 པར་སྟོན་ཏོ། །འདིར་གང་ལ་ཆོས་སུ་དགོངས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་བདེན་  
 གསུམ་དང་རང་སངས་རྒྱས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་བདེན་པ་བཞི་ཆར་ཡང་མངོན་པར་རྟོགས་ན་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་  
 པ་འཐོབ་པོ། ། དེ་དག་ནི་དད་པའི་གཞིའི་བྱེ་བྲག་ལས་མིང་གི་སྟོན་པ་ཤེས་  
 རྣམ་དད་པ་བཞི་ཞེས་བྱ་བའོ། །

རྗེས་སུ་གཉིས་ཏེ་དད་པ་དང་། །ཚུ་ལ་བྲིམས། སངས་རྒྱས་དང་  
 ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་རྣམས་ནི་དད་པའི་རང་བཞིན་དག་  
 ཡིན་ནོ། །འཕགས་པ་དགྲེས་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམས་ནི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡིན་  
 པས་རྗེས་གཉིས་སོ། །ཅི་འདི་དག་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དག་ཅིག་གམ་ཟག་  
 པ་མེད་པ་དག་ཅིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་ནས་དད་པ་རྣམས་ནི་གཅིག་ཏུ། སྡི་མ་  
 མེད་པ་ཡིན། ཤེས་ནས་དད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། བདེན་པ་རྣམས་  
 ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ནི་ཤེས་ནས་དད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་རིམ་པ་ནི་ལངས་ནས་ཇི་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་  
 དེ་བཞིན་དུ་བཀོད་དོ། །ལངས་ནས་ཇི་ལྟར་མངོན་སུམ་བྱེད་ཅེ་ན། གྱེ་མ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཆོས་འདུལ་བ་ནི་ལེགས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་

འདུན་ནི་ལེགས་པར་ཁྱགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དེ།  
སྒྲན་པ་དང་སྒྲན་དང་ནད་གཡོག་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་རབ་ཏུ་  
དང་བས་བྱས་པའི་ཚུལ་སྤྲིམས་ཀྱང་རབ་ཏུ་དང་བ་ཡིན་པས་ཐ་མར་བཞི་པ་  
བཤད་དེ། འདི་ནི་དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་དང་བར་གྱུར་པའི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཡང་ན་ནད་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་སྒྲན་  
པར་བྱེད་པ་དང་། །ལམ་དང་། །ལམ་གྲོགས་དང་། །བཞོན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ།།  
མདོ་ལས་སློབ་པ་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྡན་ནོ། །

མི་སློབ་པའི་ཚུལ་བཅུ་དེ་བྱུང་བར།

མི་སློབ་པ་ནི་ཡན་ལག་བཅུ་དང་ལྡན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ། ཅིའི་ཕྱིར་  
སློབ་པ་ལ་ཡང་དག་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། །ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་མ་  
བཤད་ཅེ་ན། །བཅིངས་ཕྱིར་སློབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ། །རྣམ་གྲོལ་མ་བཤད།  
སློབ་པ་ནི་ད་དུང་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཅིངས་པ་ཡིན་  
པས་བཅིངས་བཞིན་དུ་ངེ་ལྟར་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ་འཆིང་  
བའི་སྤྱོད་གས་གཅིག་ལས་གྲོལ་བས་ནི་གྲོལ་ཞེས་མི་བྱའོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
མེད་པར་ཡང་ངེ་ལྟར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཤེས་པ་རྣམ་པར་བཞག །མི་སློབ་  
པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་ལས་གཏན་དུ་ངེས་པར་ཐར་པའི་  
ཕྱིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། །དེ་སོ་སོ་རང་གི་ཤེས་པ་དག་གིས་རབ་ཏུ་སྒྲེ་བ་



ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་ལ་དེ་སྒྲིམ་པ་རིག་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། དེ་རྣམ་གཉིས། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་སོ། །དེ་ལ། ཉོན་མོངས་བཅོམ་པ་འདུས་མ་བྱས། མོས་པ་འདུས་བྱས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ནོ། །མི་སྒྲོབ་པའི་མོས་པ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འདུས་བྱས་ཡིན་ནོ། །ཡན་ལག་ནི་དེ་ཡིན། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འདུས་བྱས་དེ་ནི་མི་སྒྲོབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། ཡན་ལག་རྣམས་ནི་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་གྲོལ་གཉིས། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འདུས་བྱས་དེ་ཉིད་མདོ་ལས། སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། ཞེས་རབ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་གཉིས་སུ་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྤང་པོ་ཡིན་པར་ཡང་བསྟན་ནོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་མདོ་ལས། སྟག་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བྱ་དག་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡོངས་སུ་དག་པ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ན་དག་སྒྲོང་འདོད་ཆགས་ལས་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན། ཞེ་སྤང་དང་གཉི་ཕྱག་ལས་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྤང་པོ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའམ། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་འདུན་པ་དང་བཅོམ་འགྱུས་གང་ཡིན་པ་ཞེས་རྒྱས་པར་གང་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ། དེའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་མོས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མ་ཟད་དོ། །

འོན་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་ཤེས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྤངས་ནས་  
སེམས་ཇི་མ་མེད་པ་ཉིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་རོ། །ཡང་དག་  
པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་བཤམ་བཤམ་ཅི་ཞེ་ན། །

ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལས་མ་གཏོགས་པ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་གང་  
ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་ཇི་སྐད་བཤམ་པའི་ཤེས་པ། །སྤྲུང་བྱང་ཆུབ་ཇི་སྐད་  
དུ་བཤམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འདིར་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་རིག་  
པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའོ། །སེམས་  
གང་ཞིག་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། ཅི་འདས་པའམ་མ་འོངས་པའམ་ད་  
ལྟར་བྱང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། མི་སློབ་སེམས་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །སྐྱིབ་པ་ལས་ནི་  
རྣམ་གྲོལ་འགྱུར། །བསྟན་བཅོས་ལས་མི་སློབ་པའི་སེམས་མ་འོངས་པ་སྐྱིབ་  
པ་རྣམས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འབྱུང་རོ། །དེའི་སྐྱིབ་པ་  
ཡང་གང་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་བགལ་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཇིན་གྱི་ཆེ་དེ་ཡང་སྤྲོད་བར་འགྱུར་ལ།  
མི་སློབ་པའི་སེམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
དེ་སྤངས་ནས་ནི་མི་སློབ་པའི་སེམས་དེ་ཡང་སྐྱེས་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
ཡིན་ནོ། །འོན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པ་  
ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་དག་གྱུང་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་མོད་གྱི་སྐྱེ་བར་ངེས་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་བཤམ་དོ། །

གང་ལས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྐྱེ་བའི་སྐྱིབ་

པ་དེ་ཉིད་ལས་སོ། །མ་གྲོལ་བ་ལ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པའི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མ་  
ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་དང་མི་འདྲའོ། །དེ་ཅི་འདྲ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པའི་  
ཐོབ་པ་དང་སྟན་ཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །

གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའི་ལམ་གྱིས་དེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་པ་སྤོང་ཞེ་ན།  
འགག་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་གྱིས་ནི། །དེ་ཡི་སྐྱེ་བ་པ་རབ་ཏུ་སྤོང་། །དེ་ལྟར་  
གྱི་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འདུས་མ་བྱས་སུ་བཤད་པ་  
གང་ཡིན་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་པོ་སྤངས་པའི་ཁམས་དང་། འདོད་ཆགས་  
དང་བྲལ་བའི་ཁམས་དང་། འགོག་པའི་ཁམས་ཞེས་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
དག་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། འདུས་མ་བྱས་ཉིད་ཁམས་ཞེས་བྱ། །རྣམ་  
པར་གྲོལ་བ་འདུས་མ་བྱས་དེ་ཉིད་ཁམས་གསུམ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ། འདོད་ཆགས་ཀྱན་ཟད་འདོད་ཆགས་བྲལ། །འདོད་ཆགས་  
སྤངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །སྤངས་པའི་ཁམས་  
ནི་གཞན་དག་གོ། །ཡང་དག་པར་ཟད་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། འདོད་ཆགས་  
ལས་གཞན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤངས་པ་ནི་སྤངས་པའི་ཁམས་ཡིན་  
ནོ། །འགོག་པའི་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་གཞི། །ཡང་དག་པར་ཟད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཁོ་ནར་སྦྱར་རྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པ་བཞི་སྤངས་པ་ནི་འགོག་  
པའི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་གང་གིས་ཡིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་  
དངོས་པོ་དེས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་ཡང་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། ཟུ་བཞིའོ།  
ཇི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་ན། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བཟོད་ཤེས་རྣམས་གྱིས། །ཡིད་

འབྱུང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་ལ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་རྣམས་ཁོ་ནས་  
 ཡིད་འབྱུང་བར་འབྱུར་གྱི་གཞན་དག་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གིས་སྤོང་  
 འབྱུར་བ། །ཀུན་གྱིས་འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་འབྱུར། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་  
 ཀུན་འབྱུང་བ་དང་འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་གང་དག་གིས་  
 ཉོན་མོངས་པ་སྤོང་བར་འབྱུར་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བར་འབྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་ཕྱ་བཞི་སྟེང་། །དེ་ལྟ་ན་ཕྱ་བཞིར་བྱལ་སྟེ།  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་ལ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་རྣམས་གྱིས་ཉོན་མོངས་  
 པ་དག་མི་སྤོང་ན་ཡིད་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཡིད་འབྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཁོ་  
 ན་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་  
 རྣམས་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དག་སྤོང་ན་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཏེ། མཆོག་ཏུ་དགའ་བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲ་མ་རྣམས་  
 གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དག་སྤོང་ན་གཉི་ག་ཡིན་ནོ། །སྤྲེམ་རྣམས་གྱིས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དག་མི་སྤོང་ན་གཉི་ག་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་ཞིག་བདེན་པ་རྣམས་ལ་ལྟ་ན་ཆོས་ཤེས་པ་དང་བཟོད་པ་རྣམས་གྱིས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དག་མི་སྤོང་ངོ། །ཤེས་པ་རྣམས་གྱིས་ནི་སྦྱོར་བ་དང་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དང་བྱུང་བར་ཅན་གྱི་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་རྣམས་གྱིས་མི་སྤོང་ངོ། །

ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་བཤའ་བ་ལས། ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་མངོད་ཀྱི་གནས་དྲུག་པའོ། །