

༄༅། གཞུང་པོ་ཏི་ཡའི་རྩ་བ་བཞུགས་སོ།

རྩེ་བཅུན་བྱམས་པ་མགོན་པོ་སོགས།

བཞུན་བཅས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ།

སྐབས་དང་པོ། རྣམ་མཁུན། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨ་མྱེ་ས་མ་ཡ་ཨ་ལི་ཀླ་ར་རྣ་མ་བརྒྱུ་བླ་
ར་མི་ཏ་ཨུ་པ་དེ་ཤ་ཤ་སྒྲ་ཀླ་རི་ཀླ། བོད་སྐད་དུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་
གི་བཞུན་བཅས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ། སངས་རྒྱས་
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཉན་ཐོས་ཞི་བ་འཚོལ་རྣམས་
ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་ཉེར་ཞིར་འབྲིད་མཛད་གང་ཡིན་དང་། །འགྲོ་ལ་པན་པར་བྱེད་རྣམས་
ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་དོན་སྦྱབ་མཛད་པ་གང་། །གང་དང་ཡང་དག་ཕྱན་པས་
ཐུབ་རྣམས་རྣམ་པ་ཀུན་ཕྱན་སྒྲ་ཚོགས་འདི་གསུངས་པ། །ཉན་ཐོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
ཚོགས་བཅས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་ཡུམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁུན་ཉིད་
ལམ། །སྟོན་པས་འདི་རྣམས་བཤད་པ་གང་། །གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཆོས་སྤྱོད་བཅུ་
ཡི་བདག་ཉིད་ཀྱི། །མདོ་དོན་བྲན་པ་ལ་བཞག་ནས། །སྟོབ་དང་ཕྱན་པས་མཐོང་འགྱུར་
ཕྱིར། །བདེ་སྒྲག་ཏུ་ནི་རྟོགས་པ་ཞེས། །བྱ་བ་ཚུམ་པའི་དགོས་པ་ཡིན། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་
པ་ནི། །དངོས་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཡང་དག་བཤད། །རྣམ་ཀུན་མཁུན་ཉིད་ལམ་ཤེས་ཉིད། །དེ་
ནས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། །རྣམ་ཀུན་མངོན་རྟོགས་རྟོགས་པ་དང་། །ཆེ་མོར་ཕྱིན་དང་
མཐར་གྱིས་པ། །སྐད་ཅིག་གཅིག་མངོན་རྟོགས་བྱང་ཆུབ། །ཆོས་ཀྱི་སྐུ་དང་དེ་རྣམ་
བརྒྱད། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་གདམས་ངག་དང་། །དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་རྣམ་བཞི་

དང་། སྐྱབ་པ་ཡི་ནི་རྟེན་གྱི་རྒྱུ་ལ། ཁོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། དམིགས་པ་ད ག་
དང་ཆེད་དང་ནི། ལོ་ཆ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དང་། ཁོགས་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བཅས་
ནམས། སྐྱབ་པའི་ནམ་གུན་མཁུན་པ་ཉིད། མོག་མོག་པོར་བྱེད་ལ་སོགས་དང་། སྐྱོབ་མ་
བསེ་རུའི་ལམ་གང་དང་། འདི་དང་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས། བཅན་ཡོན་ཆེ་བ་མཐོང་བའི་
ལམ། བྱེད་པ་དང་ནི་མོས་པ་དང་། བསྟོད་དང་བཀུར་ དང་བཟྱགས་པ་དང་། བསྟོད་དང་
རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྒྲ་མེད་དག། སྐྱབ་དང་ཤིན་ཏུ་དག་པ་ཞེས། བྱ་བ་འདི་
ནི་སྒྲོམ་པའི་ལམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཁས་ནམས་ཀྱི། ལམ་ཤེས་ཉིད་ནི་དེ་འདྲར་
བཤད། ཤེས་པས་སྲིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་། སྦྱིང་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་དང་། ཐབས་མ་ཡིན་
པས་རིང་བ་དང་། ཐབས་ཀྱིས་རིང་བ་མ་ཡིན་ཉིད། མི་མཐུན་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་དག་
དང་། སྦྱོར་དང་དེ་ཡི་མཉམ་ཉིད་དང་། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་མཐོང་བའི་ལམ། དེ་འདྲ་གུན་
ཤེས་ཉིད་ཏུ་འདོད། རྣམ་པ་སྦྱོར་བར་བཅས་ནམས་དང་། ཡོན་ཏན་སྦྱོན་ནི་མཚན་ཉིད་
བཅས། ཐར་དང་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་དང་། སྐྱོབ་པ་བྱུར་མི་ཚྭ ག་པའི་ཚྭས། སྲིད་དང་
ཞི་བ་མཉམ་ཉིད་དང་། ཞིང་དག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ནི། རྣམ་གུན་མངོན་རྫོགས་པ་སྟེ། འདི་ནི་
ཐབས་མཁས་བཅས་པ་ཡིན། དེ་ཡི་རྟགས་དང་རྣམ་འཕེལ་དང་། བརྟན་དང་སེམས་གུན་
གནས་པ་དང་། མཐོང་ཞེས་བྱ་དང་སྒྲོམ་པ་ཞེས། བྱ་བའི་ལམ་ནི་སོ་སོ་ལ། རྣམ་པར་རྟོག་
པ་རྣམ་བཞི་ཡི། ག ཉན་པོ་རྣམ་པ་བཞི་དང་ནི། བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན། ལོག་
པར་སྐྱབ་དང་བཅས་པ་ནི། རྩེ་མའི་མངོན་རྟོགས་མཐར་གྱིས་པ། རྣམ་གསུམ་རྣམ་བཅུ་
སྐད་ཅིག་མ། གཅིག་གིས་མངོན་རྫོགས་བྱང་ཆུབ་པ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པ་བཞི། རྩོ་
བོ་ཉིད་ལོངས་རྫོགས་བཅས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཞན་པ་སྐྱུལ་བ ནི། ཁོས་སྐྱ་མཛོད་པ་
དང་བཅས་པ། རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་བཟོད། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་
ཕྱིར། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། དེ་དང་དེ་ནི་མ་དོ་བཞིན་ཏུ། བསྐྱུས་དང་
རྒྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་བཟོད། དེ་ཡང་ས་གསེར་སྒྲ་བ་མེ། གཏེར་དང་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་

མཚོ། རྩོམ་རིམ་སྐོར་བཤེས་གཉེན་དང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཉི་མ་སྒྲ། རྒྱལ་པོ་མཛོད་དང་
ལམ་པོ་ཆེ། བཞོན་པ་བཀོད་མའི་ཆུ་དང་ནི། སྐྱབ་བརྟན་ཆུ་བོ་སྤྲོན་རྣམས་ཀྱིས། རྣམ་པ་ཉི་
ཤུ་ཙུ་གཉིས་སོ། སྐྱབ་དང་བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི། སངས་རྒྱལ་ལ་སོགས་དཀོན་མཆོག་
གསུམ། མ་ཞེན་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་དང་། ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། སྐྱུན་ལྔ་དང་ནི་
མངོན་ཤེས་ཀྱི། ཡོན་ཏན་དྲུག་དང་མཐོང་ལམ་དང་། བསྐྱོམ་ཞེས་བྱ་ལ་གདམས་ངག་
ནི། བརྩ་ཡི་བདག་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ། དབང་པོ་རྒྱལ་དང་རྣམ་པོ་དང་། དད་དང་མཐོང་
ཐོབ་རིགས་ནས་རིགས། བར་ཆད་གཅིག་པར་སྐྱེས་ནས་དང་། བྱེད་དང་བྱེད་མིན་འོག་
མིན་འགོ། འཕར་གསུམ་སྤྱིད་ཅེའི་མཐར་ཐུག་འགོ། གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བཙུག་ལྔ་མཐོང་
བ་ཡི། ཆོས་ལ་ཞི་ལུས་མངོན་སུམ་བྱེད། བསེ་རྩ་དང་ནི་ཉི་ཤུ་འོ། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་
པ་དང་། སྐྱུ་དང་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱོབ་པ་ཡི། རྩོད་སོགས་
བདག་ཉིད་ཇི་བཞིན་དུ། རྣམ་རྟོག་བཞི་པོ་ལྔ་བརྟན་པ། རྒྱ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་
རྣམས། ཉན་ཐོས་བསེ་རྩ་ལྟ་བུ་དང་། བཅས་པ་དག་ལས་བྱུང་པར་འཕགས། དམིགས་པ་
མི་རྟོག་ལ་སོགས་པ། བདེན་པའི་རྟོན་ཅན་དེ་ཡི་ནི། རྣམ་པ་མངོན་ཞེན་ལ་སོགས་
འགོག་ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་འཐོབ་པའི་རྒྱ། གཞུགས་སོགས་འདུ་འགོད་གནས་བྲལ་
དང་། གནས་དང་བརྟགས་དང་བཛོད་དུ་མེད། གཞུགས་སོགས་མི་གནས་དེ་དག་ནི། དེ་
ཡི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་མེད། དེ་དག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཅིག་དེ་མི་རྟོག་སོགས་པར་མི་
གནས། དེ་རྣམས་དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྟོང་། དེ་དག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཅིག་ཆོས་རྣམས་མི་
འཛིན་གང་ཡིན་དང་། དེ་དག་མཚན་མར་མཐོང་བྱེད། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཡོངས་རྟོགས་
པ། ཐམས་ཅད་དམིགས་སུ་མེད་པར་རོ། གཞུགས་སོགས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཉིད། དེ་མེད་པ་
ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད། དེ་དག་སྐྱེ་མེད་ངེས་འབྱུང་མེད། དག་དང་དེ་དག་མཚན་མ་མེད། དེ་ཡི་
མཚན་མར་མི་བརྟན་པས། མོས་མིན་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཡིན། ཏིང་འཛིན་དེ་ཡི་བྱེད་པ་
ཉིད། ལྷུང་སྟོན་པ་དང་སྒྲོམ་པ་ཟད། གསུམ་པོ་པན་ཚུན་ངོ་བོ་གཅིག་ཏིང་འཛིན་རྣམ་

པར་མི་རྟོག་པ། རྟེན་ལྗོངས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི། རྒྱུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་
ཡིན། གཞིག་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་ཡིས། གཞུགས་བར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་གཉིས། རྫོངས་དང་ཕུང་
སྟགས་བྱེ་བྲག་གིས། རྟེན་པོ་སྟོང་རྣམ་པ་དགུ། རྫོངས་དང་བརྟགས་པའི་རྟེན་ཅན་
གྱིས། འཛིན་པ་འང་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད། རང་དབང་བདག་སྟགས་ངོ་བོ་དང་། སྤང་
སྟགས་རྟེན་ལས་དེ་བཞིན་ནོ། སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་སྟགས། རྟོན་པོ་ཉིད་མེད་སྟགས་
རྟོན་བྱེད། རྟེན་པོ་མི་མཐུན་སྟགས་བོར་བ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན། རྟོགས་པ་
ཡིན་ནི་ཆོས་དྲུག་དང་། གཉེན་པོ་དང་ནི་སྤྲོད་བ་དང་། རྟེན་པོ་ཡོངས་སུ་གཞུགས་པ་
དང་། ཤེས་རབ་སྒྲིང་བཅེར་བཅས་པ་དང་། སྟོབ་མ་མཐུན་མོང་མིན་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་
དོན་གྱི་གོ་རིམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཚུལ་བ་མི་མའང་བར། འཇུག་པའི་རྟེན་ལ་རིགས་ཤེས་
བྱ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་བྱེད། རིགས་ནི་ཐ་དང་རུང་མ་ཡིན། རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་
བྱེ་བྲག་གིས། རྟེན་པོ་དབྱེ་བ་ཡོངས་སུ་བཟོད། དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། རྟེན་
ཡང་དགོ་ལ་སྟགས་པ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་རྟོགས་པ་དང་། གང་དག་འཇིག་རྟེན་འདས་
འདོད་དང་། ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་ཆོས་དང་། གང་དག་འདུས་བྱས་འདུས་མ་
བྱས། སྟོབ་མཐུན་མོང་ཆོས་རྣམས་དང་། གང་དག་སྤུང་པའི་སྤུང་མོང་མིན། སེམས་ཅན་
ཀུན་མཆོག་ཉིད་སེམས་དང་། སྤངས་དང་རྟོགས་དང་གསུམ་པོ་ལ། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་རང་
བྱུང་གི། ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཤེས་བྱ། རྟེན་པོ་སྟོང་སྟེན་ལ་སྟགས། རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་བསྐྱས་
པ་ཡིས། གོ་ཆའི་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་དེ། དྲུག་ཆོན་དྲུག་གིས་ངེ་བཞིན་བཤད། བསམ་གཏན་
གཞུགས་མེད་སྟེན་སྟགས་དང་། ལམ་དང་བྱམས་ལ་སྟགས་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་དང་
ཐུན་པ་དང་། འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་དང་མངོན་ཤེས་དྲུག་རྣམ་
ཀུན་མཐུན་པའི་ཚུལ་ལ་ནི། འཇུག་པའི་སྐྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ། འཇིགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་
པར་བྱ། བཅོམ་དང་སྟེན་ལ་སྟགས་པ་དྲུག་ཞི་གནས་ལྷ་ག་མཐོང་བཅས་པ་དང་། ཟུང་དུ་
འབྲེལ་བའི་ལམ་གང་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་དང་། ཡེ་ཤེས་དང་ནི་བསོད་

ནམས་དང་། ལམ་དང་གཟུངས་དང་ས་བཅུ་དང་། གཉེན་པ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཡི། རིམ་པ་
 ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། ཡོངས་སུ་སྦྱང་བ་རྣམ་བཅུ་ཡིས། ས་ནི་དང་པོ་འཛོལ་འགྱུར་
 ཏེ། བསམ་དང་ཡན་པའི་དངོས་ཉིད་དང་། སེམས་ ཅན་རྣམས་ལ་སེམས་མཉམ་
 ཉིད། གཏོང་དང་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་། རྡམ་ཚས་དམིགས་པ་ཚོལ་བ་དང་། ཏྲག་
 ཏུ་ངེས་འབྱུང་སེམས་ཉིད་དང་། སངས་རྒྱུ་སྐྱུར་འདོད་དགའ་བ་དང་། ཚོས་སྟོན་པ་དང་
 བདེན་པ་ཡི། ཚོག་ནི་བཅུ་པ་ཡིན་པར་འདོད། འདི་དག་རང་བཞིན་མི་དམིགས་
 བས། ཡོངས་སུ་སྦྱང་བར་ཤེས་པར་བྱ། ཚུལ་བྱིམས་བྱས་པ་གཞོ་དང་བཞོད། རབ་ཏུ་དགའ་
 དང་སྟིང་བཅེ་ཆེ། བཀུར་སྟེ་སྒྲ་མ་ལ་གྲས་ཉན། བརྒྱད་པ་སྟེན་ལ་སོགས་ལ་བཙོན། ཤོས་པ་
 མི་ངོམས་ཉིད་དང་ནི། ཟང་ཟེང་མེད་པར་ཚོས་སྟེན་དང་། སངས་རྒྱུ་ཞིང་ཀུན་སྦྱང་བ་
 དང་། འཁོར་བས་ཡོངས་སུ་མི་སྦྱོ་དང་། རོ་ཆ་བྲེལ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ། རྫོམ་མེད་བདག་ཉིད་
 དེ་རྣམ་ལ། རངས་གནས་འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་དང་། སྦྱངས་པ་ཡང་དག་སྟོམ་བསྟེན་
 དང་། བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་དང་། འདོད་པ་རྣམས་ལ་སྦོད་པ་དང་། རྩ་ངན་
 འདས་དང་བདོག་ཀུན་གཏོང་། མི་བྱམ་པ་དང་ཉྩ་བ་མེད། འདྲིས་དང་བྱིམ་ལ་འབྲེན་པ་
 དང་། འདུ་འཛིན་གྱུར་པའི་གནས་དང་ ནི། བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་བརྟམས་པ་དང་། མི་
 དགའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བཅུ་དང་། རྫོམ་པས་ཁེངས་དང་བྱིན་ཅི་ལོག་ རྫོ་ངན་དང་ནི་ཉོན་
 མོངས་བཞོད། བཅུ་པོ་འདི་ནི་རྣམ་སྤངས་ན། ས་ལྡ་པ་ནི་ཡང་དག་འཛོལ། སྟེན་དང་ཚུལ་
 བྱིམས་བཞོད་བཙོན་འགྱུས། བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་རབ་རྫོགས་པས། སྦྱོབ་མ་དང་ནི་བས་
 ཏུ་ལ། དགའ་དང་སྐྱག་པའི་སེམས་སྤངས་པ། བསྐྱངས་ན་མི་བྱམ་བདོག་པ་ཀུན། བཏང་
 ཡང་མི་དགའ་མེད་པ་དང་། དབུལ་ཡང་སྦོང་བ་མི་སྦོད་བས། ས་ནི་དུག་པ་ཡང་དག་
 འཛོལ། བདག་དང་སེམས་ཅན་འཛིན་པ་དང་། སྟོག་དང་གང་ཟག་ཆད་ཏྲག་
 དང་། མཚན་མ་རྩུ་དང་ཡུང་པོ་དང་། བམས་དང་སྟེ་མཆེད་དག་དང་ནི། བམས་གསུམ་པོ་
 ལ་གནས་དང་ཆགས། སེམས་ནི་ཀུན་ཏུ་བྱམ་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཚུལ་

[illegible]

ཞེས་བྱ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྩལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་
རྒྱན་གྱི་ཆོག་ལེན་པུས་པ་ལས། སྐབས་དང་པོའོ། །

སྐབས་གཉིས་པ། ལམ་ཤེས ། ལྷ་རྣམས་རྒྱང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། འོད་ཀྱིས་མགོ་མོག་
པར་མཛད་དང་། །ཡུལ་ངེས་པ་དང་ཁྱབ་པ་དང་། །རང་བཞིན་དང་ནི་དེ་ཡི་ལས། །ལམ་
ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་དག་གི། །རྣམ་པ་མི་དམིགས་སྒྲོ་ནས་
ནི། །ཉན་ཐོས་ལམ་འདི་ཤེས་པར་བྱ། །འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ལམ་ལ་ནི། །གཟུགས་ལ་སོགས་
པ་སྟོང་པའི་ཕྱིར། །སྟོང་པ་ཉིད་རྣམས་དབྱེར་མེད་པས། །དྲོ་བ་དེ་དག་མི་དམིགས་པས། །ཆེ་
མོར་གྱུར་པ་དག་དུ་འདོད། །དེ་ལ་རྟག་ལ་སོགས་ཚུལ་གྱིས། །གནས་པ་བཀག་པས་བཟོད་པ་
རྣམས། །ས་བརྩ་དག་ལས་བརྩམས་ནས་ནི། །མི་གནས་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་ཡིས། །ཆོས་ཀྱི་
མཆོག་དུ་འགྱུར་བཤད་དེ། །ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །མཁུན་ནས་ཆོས་རྣམས་མ་
གཟིགས་ཕྱིར། །རང་བྱུང་བདག་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། །གཞན་གྱི་ས་བསྟན་ཡང་མི་དགོས་
ལ། །བསེ་རུ་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །ཟབ་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་བཟོད། །གང་གང་དོན་ནི་གང་
གང་ལ། །ཇི་ལྟར་ཇི་ལྟར་ཉན་འདོད་པ། །དེ་དེ་ལ་དོན་དང་དེ། །སྒྲ་མེད་ཀྱང་དེ་དེ་ལྟར་
སྒྲ་། །གཟུང་དོན་རྟོག་པ་སྟོང་ཕྱིར་དང་། །འཛིན་པ་མི་སྟོང་ཕྱིར་དང་ནི། །རྟེན་གྱིས་བསེ་
རུ་ལྷ་བུའི་ལམ། །ཡང་དག་བསྐྱས་པར་ཤེས་པར་བྱ། །བཏགས་པའི་ཆོས་ཉིད་མི་འགལ་
བར། །སྟོན་པའི་རྣམ་པ་དྲོར་གྱུར་པ། །ཆེ་མོར་གྱུར་པ་གཟུགས་ལ་སོགས། །འགྲིབ་པ་མེད་ལ་
སོགས་པས་བྱེ། །ནང་སྟོང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་མི་འཛིན་ཕྱིར་བཟོད་
པ། །གཟུགས་སོགས་སྒྲེ་བ་མེད་སོགས་ཀྱི། །རྣམ་པ་ཅན་ནི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་། །བདེན་དང་བདེན་
ན་ལ་བཟོད་པ་དང་། །ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་རྣམ་བཞི་ཡིས། །ལམ་ཤེས་ཉིད་ལ་མཐོང་བའི་
ལམ། །ཕན་ཡོན་བཅས་པ་འདི་བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་དག་ཕན་ཚུན་
རྟེན་པ་རྟེན་མེད་ཕྱིར། །རྣམ་གྲངས་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་། །ཆེན་པོ་ཆད་མ་མེད་བཅས་

དང་། ཚད་མེད་པ་དང་མཐའ་མེད་དང་། ཏེར་གནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ། སངས་
ཀྱས་ཉིད་དུ་ངེས་འཛིན་དང་། སྒྲང་མེད་དོར་བ་མེད་སོགས་དང་། བྱམས་ལ་སོགས་པ་
སྟོང་ཉིད་དང་། སངས་ཀྱས་ཉིད་ནི་འཐོབ་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་ཀུན་ཡོངས་བསྐྱུས་
དང་། ཉམ་ང་བ་དང་ནད་ཀུན་སེལ། བྱང་འདས་འཛིན་ཞི་ཉིད་དང་། སངས་ཀྱས་རྣམས་
ཀྱིས་བསྐྱང་ལ་སོགས། སློག་མི་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པ། རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཚུལ་ལ་
ནི། བདག་ཉིད་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་དག་འགོད་དང་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ། རྫོགས་པའི་
བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ། ཀུན་ནས་ཞི་དང་ཐམས་ཅད་
ལ། བདུད་དང་ཉོན་མོངས་ལས་རྒྱལ་དང་། གཞོད་པས་བརྩི་བ་མེད་ཉིད་དང་། བྱང་ཆུབ་
དང་ནི་རྟེན་མཚོད་ཉིད། མོས་པ་རང་གི་དོན་དང་ནི། རང་གཞན་དོན་དང་གཞན་དོན་
དང་། རྣམ་གསུམ་ཤེས་བྱ་དེ་ཡང་ནི། རྒྱུད་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་སྟེ། སོ་སོར་རྣམ་པ་
གསུམ་དུ་འདོད། རྒྱུད་དུའི་རྒྱུད་སོགས་དབྱེ་བ་ཡིས། དེ་ཡང་རྣམ་གསུམ་དེ་ལྟར་ན། རྣམ་
པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་འདོད། ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྦྱིན་པ་ལ། མོས་པའི་གནས་སྐབས་རྣམས་ལ་
ནི། དགུ་ཚེན་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་པ་དང་། བཀུར་བ་དང་ནི་བསྐྱུགས་པར་འདོད། ཡོངས་སུ་
བསྐྱོད་པ་བྱུང་པར་ཅན། དེ་ཡི་བྱེད་པ་མཚོག་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་དམིགས་མེད་རྣམ་པ་ཅན། བྱིན་
ཅི་མ་ལོག་མཚན་ཉིད་དོ། བདེན་དང་སངས་ཀྱས་བསོད་ནམས་ཚོགས། རང་བཞིན་དྲན་
པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། ཐབས་བཅས་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སངས་ཀྱས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་
དང་། ཁམས་གསུམ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་དང་། རྒྱུད་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡི། བསྐྱོད་པ་
གཞན་ནི་རྣམ་གསུམ་པོ། བསོད་ནམས་ཆེ་འབྱུང་བདག་ཉིད་དོ། ཐབས་དང་མི་དམིགས་
པ་དག་གིས། དགོ་བའི་རྩ་ལ་ཡི་རང་བ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཡིད་བྱེད་པ། བསྐྱོན་པ་ཡིན་པར་
འདིར་བརྗོད་དོ། དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་མཚོག་ཉིད། ཀུན་ལ་མངོན་པར་འདུ་མི་བྱེད། ཚོས་
རྣམས་དམིགས་སུ་མེད་པར་ནི། གཏོད་པར་བྱེད་པ་དོན་ཆེན་ཉིད། སངས་ཀྱས་བསྟོན་དང་
སྦྱིན་སོགས་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ། འདི་ལ་མོས་པའི་རྒྱ་དག་ཡིན། ཚོས་

གྱིས་པོངས་པའི་རྒྱ་དག་ནི། བདུད་ཀྱི་ཐེབས་གྱིས་ལྷོན་པ་དང་། ཐབ་མའི་ཆོས་ལ་མ་མོས་
དང་། སྤང་པོ་ལ་སོགས་མངོན་ཞེན་དང་། སྤྱིག་པའི་གྲོགས་པོས་ཡོངས་ཟེན་པའོ། །འབྲས་
བུ་དག་པ་གཟུགས་ལ་སོགས། དག་པ་ཉིད་དེ་གང་གི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཐ་དད་མ་ཡིན་
ཞིང་། བཅད་དུ་མེད་པས་དག་པར་བརྗོད། ཉོན་ལྷོན་པའི་ཤེས་བྱ་ལམ་གསུམ་གྱི། ཉམས་
ཕྱིར་སློབ་མ་བསེ་བྱ་དང་། རྒྱལ་སྐས་རྣམས་ཀྱི་དག་པ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་རྣམ་ཀུན་ན་ཤིན་དུ་
བ། ས་དགུ་ལ་ནི་ཆེན་པོ་ཡི། ཆེན་པོ་ལ་སོགས་ངེ་མ་ཡི། གཉེན་པོ་ཆུང་དུ་ཆུང་དུ་
ལ། སོགས་པའི་ལམ་ནི་དག་པ་ཡིན། དེ་ལ་ལྷན་ཀ་སྤངས་པ་ཡིས། ལམ་ནི་འཇལ་དང་
གཞལ་བྱ་དག། མཉམ་པ་ཉིད་གྱིས་ཁམས་གསུམ་གྱི། གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན། ཤེས་
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བཟླན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ལས། སྐབས་གཉིས་པའོ། །

སྐབས་གསུམ་པ། གཞི་ཤེས། ལྷོ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། དེ་དག་བར་ན་མི་གནས་
པ། དུས་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་ཤེས་ཕྱིར། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པར་འདོད། དེ་ནི་མཚན་
མར་དམིགས་སྒྲོ་ནས། ཐབས་མ་ཡིན་པས་རིང་བ་སྟེ། དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིས། ཡང་
དག་ཉེ་བ་ཉིད་དུ་བཤད། གཟུགས་སོགས་སྤང་པོ་སྟོང་ཉིད་དང་། དུས་གསུམ་རྟོགས་པའི་
ཆོས་རྣམས་དང་། སྤྱིན་སོགས་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་རྣམས་ལ། སྦྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མཐུན་
སྤྱོད་ས། སྤྱིན་ལ་སོགས་ལ་ངར་འཛིན་མེད། གཞན་དག་དེ་ལ་འཇུད་བྱེད་པ། དེ་ནི་ཆགས་
པའི་མཐའ་འགོག་པས། རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་ཆགས་པ་ཤ། ཆོས་ཀྱི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་
གྱིས། དབེན་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ཟབ་ཉིད། ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་པར་ནི། ཤེས་པས་
ཆགས་པ་སྟོང་བ་ཡིན། མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡིས། དེ་ནི་རྟོགས་པར་དཀའ་བར་
བཤད། གཟུགས་ལ་སོགས་པར་མི་ཤེས་ཕྱིར། དེ་ནི་བསམ་མི་བྱབ་པར་འདོད། དེ་ལྟར་ཀུན་
ཤེས་ཉིད་ལྷགས་ལ། མི་མཐུན་གཉེན་པོའི་སྤྱོད་དག་གི། རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ། རི་

སྐད་བཤད་པ་འདིར་ཤེས་བྱ། གཟུགས་སྟགས་དེ་མི་རྟག་སྟགས་དང་། །དེ་མ་རྫོགས་དང་
རབ་རྫོགས་དང་། །དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་ཉིད་ལ། །སྦྱོད་པ་བཀག་པའི་སྦྱོར་བ་དང་། །མི་
འགྱུར་བྱེད་པོ་མེད་ཉིད་དང་། །བྱ་དཀའ་རྣམ་གསུམ་སྦྱོར་བ་དང་། །སྐལ་བ་ཇི་བཞིན་
འབྲས་ཐོབ་པས། །འབྲས་ཡོད་འདོད་པ་དེ་དང་ནི། །གཞན་ལ་རག་ལས་མེད་གང་
དང་། །སྤང་བ་རྣམ་བཟུན་ཤེས་བྱེད་དོ། །གཟུགས་ལ་སྟགས་ལ་སྒྲིམ་མེད་པ། །རྣམ་བཞི་དེ་ཡི་
མཉམ་པ་ཉིད། །སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་སྟགས་བདེན་པ་ལ། །ཆོས་ཤེས་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། །བཟོད་
ཤེས་སྐད་ཅིག་བདག་ཉིད་འདི། །ཀུན་ཤེས་ཚུལ་ལ་མཐོང་བའི་ལས། །གཟུགས་རྟག་མ་ཡིན་
མི་རྟག་མིན། །མཐའ་ལས་འདས་དང་རྣམ་དག་དང་། །མ་སྐྱེས་མ་འགགས་ལ་སྟགས་
དང་། །མཁའ་འདྲ་ཆགས་པ་སྤངས་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་འཛིན་ལས་གོལ་བ་དང་། །དོ་བོ་
ཉིད་ཀྱིས་བརྗོད་མེད་དང་། །གང་ཕྱིར་འདི་དོན་བརྗོད་པ་ཡིས། །གཞན་ལ་སྦྱིན་དུ་མེད་པ་
དང་། །དམིགས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་ནད་མི་འབྱུང་། །ངན་སོང་
ཆད་དང་འབྲས་བྱ་ནི། །མངོན་དུ་བྱ་ལ་མི་རྟོག་ཉིད། །མཚན་མ་དག་དང་མ་འབྲེལ་
དང་། །དངོས་དང་མིང་དང་གཉིས་པོ་ལ། །ཤེས་པ་སྦྱེ་བ་མེད་པ་ནི། །ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐད་
ཅིག་མ། །དེ་ལྟར་འདི་དང་ཡང་འདི་དང་། །ཡང་འདི་ཡིན་ཏེ་རྣམ་གསུམ་པོ། །འདི་ནི་
གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་དག་རྫོགས་པར་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་
བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས།
སྐབས་གསུམ་པའོ། །

སྐབས་བཞི་པ། རྣམ་རྫོགས་སྦྱོར་བ། གཞི་ཤེས་པ་ཡི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་
མཚན་ཉིད་དེ། །ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ནི་རྣམ་གསུམ་ཕྱིར། །དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད། །མེད་
པའི་རྣམ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། །མི་གཡོ་བ་ཡི་རྣམ་པའི་བར། །བདེན་པ་སོ་སོ་ལ་བཞི་
དང་། །ལམ་ལ་དེ་ནི་བཙོ་ལྟར་བཤད། །རྒྱ་དང་ལམ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་། །འགོག་པ་ལ་ནི་

གོ་རིམ་ས་བཞིན། །དེ་དག་བརྒྱད་དང་བདུན་དང་ནི། །ཕྱ་དང་བརྒྱ་དྲུག་ཅེས་བསྒྲགས་
སོ། །དྲན་པ་ཉེར་གཞག་ནས་བཟུང་སྟེ། །སངས་རྒྱས་རྣམ་པའི་མཐར་ཐུག་རྣམས། །ལམ་གྱི་
བདེན་པའི་རྗེས་མཐུན་པར། །ཀྱན་མཁུན་གསུམ་དུ་བྱེ་བས་ན། །སློབ་མ་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་དང་། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་རིམ་བཞིན་དུ། །སྤྱོད་ཅུ་བདུན་དང་སྤྱོད་ཅུ་བཞི། །སྤྱོད་
ཅུ་ཅ་དགུ་དག་དུ་བཞེད། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་བྱས། །དེ་ལ་དགེ་བའི་ཅ་བ་
བསྒྲུན། །དགེ་བའི་བཤེས་གྱི་མགོན་བཅས་པ། །འདི་མ་ ཉན་པ་ཡི་སྟོང་ཡིན་མོ། །སངས་རྒྱས་
བཟླན་དང་ཀྱན་འདྲི་དང་། །སྦྱོར་དང་ཚུལ་སྤྲིམས་སོགས་སྟོད་པས། །ལེན་དང་འཛིན་ལ་
སོགས་པ་ཡི། །སྟོད་དུ་དམ་པ་རྣམས་བཞེད་དོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་ལ་མི་གནས་ཕྱིར། །དེ་ལ་
སྦྱོར་བ་བཀག་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཟབ་ཕྱིར། །དེ་རྣམས་གཏིང་དཔག་དཀའ་
བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་ཚད་ནི་མེད་ཕྱིར་དང་། །ཆོགས་ཆེན་ཡུན་རིང་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། །ལྷང་
བཟླན་ཕྱིར་མི་སྟོན་ཉིད་དང་། །དེས་འབྱུང་བར་ཆད་མེད་བཅས་དང་། །བྱང་ཆུབ་ཉི་དང་
ཐུར་བ་དང་། །གཞན་དོན་འཕེལ་མེད་འགྲེལ་མེད་ཕྱིར། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་སོགས་མི་
མཐོང་། །གཟུགས་སོགས་བསམ་མི་བྱབ་མི་མཐོང་། །གཟུགས་སོགས་དེ་ཡི་མཚན་མ་
དང་། །དེ་ཡི་ངོ་བོར་རྣམ་མི་རྟོག་འབྲས་བྱ་རིན་ཆེན་སྦྱོར་བྱེད་དང་། །དེ་ནི་དག་པ་
མཚམས་དང་བཅས། །བདུད་གྱི་མཐུ་བཅོམ་ལ་སོགས་པ། །ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་བརྒྱ་
བཞི་ལོ། །སྦྱོར་ནི་བརྒྱ་ཆེན་བཞིར་བཅས་པ། །དྲུག་དུ་དེས་པར་རྟོགས་པར་བྱ། །གང་གི་མཚན་
ཏེ་མཚན་ཉིད་དུ། །ཤེས་བྱ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ། །ཤེས་པ་བྱད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །ངོ་བོ་ཉིད་
གང་མཚན་བྱ་ཡང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་མེད་བདག་
ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་སེམས་གྱི་སྟོད་པ་དང་། །དེ་བསྐྱུས་པ་དང་ཕྱིར་ལྷས་དང་། །མི་
བཟད་པ་ཡི་རྣམ་པ་དང་། །ཆགས་བཅས་སོགས་དང་རྒྱ་ཆེན་དང་། །ཆེན་པོར་ ཐུར་དང་
ཚད་མེད་དང་། །རྣམ་ཤེས་བཟླན་དུ་མེད་པ་དང་། །སེམས་བཟླར་མེད་དང་ཤེས་པ་དེ། །གཡོ་
བ་ལ་སོགས་ཤེས་བྱ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་དེ་དག་ནི། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་

ཤེས། རྒྱལ་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟོགས་ཏེ། གཞན་ལ་བཏུན་པ་ཞེས་བྱ་འདི། ཐམས་ཅད་
ཤེས་པ་ཉིད་སྐབས་ཀྱི། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ བཟུས་པ་ཡིན། སྟོང་ཉིད་མཚན་མེད་བཅས་
པ་དང་། སྟོན་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དང་། སྐྱེ་མེད་འགག་པ་མེད་སོགས་དང་། ཚེས་ཉིད་
རྣམ་པར་འབྱུག་མེད་དང་། འདུ་མི་བྱེད་དང་རྣམ་མི་རྟོག རབ་དབྱེ་མཚན་ཉིད་མེད་ཉིད་
ལ། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱིས་ནི། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་བཞེད། རྟེན་ཉིད་ ཀྱི་
ཚེས་བཞེན་ནས། གནས་དང་གྲུས་པར་བྱ་བ་དང་། སྒྲ་མ་ཉིད་དང་མཉེས་པ་དང་། རྟེན་ལ་
མཚན་དང་བྱེད་མེད་དང་། གྲུན་ཏུ་འབྱུག་མཁུན་གང་ཡིན་དང་། མ་མཐོང་སྟོན་པར་
མཛད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་སྟོང་ཉིད་རྣམ་པ་དང་། བཛྲིད་དང་ཤེས་མཛད་མངོན་སུམ་
མཛད། བསམ་མི་བྱལ་དང་ཞི་ཉིད་སྟོན། འཇིག་རྟེན་ འདུ་ཤེས་འགོག་པ་ལ། རྣམ་པ་གྲུན་
མཁུན་ཚུལ་ལ་ནི། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བཤད་དོ། བསམ་མི་བྱལ་སོགས་བྱུང་པར་
གྱིས། བྱུང་ཞུགས་བདེན་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན། སྐད་ཅིག་མ་ནི་བཙུ་བྱག་གིས། བྱུང་པར་
མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན། བསམ་མི་བྱལ་དང་མི་མཉམ་དང་། གཞན་དང་བབྲང་ལས་
ཡང་དག་འདས། འཕགས་པ་ཀྱ ན་བཟུས་མཁས་པ་ཡིས། རིག་བྱ་བྱུན་མོང་མིན་ཤེས་
ཉིད། ཤེས་སྤྱར་བྱི་དང་གང་མེད་དང་། སྐྱབ་དང་ཡང་དག་འབྱུབ་པ་དང་། འཇིགས་པ་
བརྟན་དང་བཅས་པ་དང་། མཐའ་དག་པ་དང་ཡོངས་འཛིན་དང་། རྟོག་སྤང་མེད་དང་བྱུང་
པར་ནི། བཙུ་བྱག་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། གང་གིས་ལམ་ནི་གཞན་དག་ལས། བྱུང་བྱ་
འཕགས་པས་བྱུང་པར་ལམ། སུན་དང་བདེ་དང་སྟོབ་པ་དང་། མི་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྐབས་དག་
དང་། གནས་དང་དབྱང་གཉེན་སྤང་དང་ནི། ཡོངས་འདྲེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྷན་གྱིས་
བྱུབ་དང་ཐེག་གསུམ་གྱིས། འབྲས་བྱ་མངོན་སུམ་མི་བྱེད་དག ཐམ་རྟེན་གྱི་མཛད་པ་
སྟེ། འདི་ནི་བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། རྟོན་མོང་ས་རྟགས་དང་མཚན་མ་དང་། མི་མཐུན་
ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོ་དག འབྲེན་དང་དཀའ་དང་ངེས་པ་དང་། ཚེད་བྱུ་བྱུང་མི་
དམིགས་དང་། མངོན་པར་ཞེན་པ་བཀག་པ་དང་། འཇིགས་པ་ཞེས་བྱ་གང་ཡིན་དང་། མི་

མཐུན་ཐོགས་པ་མེད་དང་དེ། གཞི་མེད་འགྲོ་མེད་སྐྱེ་མེད་དང་། ཏེ་བཞིན་ཉིད་ནི་མི་
དམིགས་དང་། རྩོམ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བདག་ཉིད། མཚན་བྱ་ལྟ་བུར་མཚན་པས་ན། མཚན་
ཉིད་བཞི་པར་བཞེད་པ་ཡིན། མཚན་མེད་རབ་ཏུ་སྐྱེན་ལ་སོགས། ཡང་དག་སྐྱབ་ལ་མཁས་
པ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་འདི་ལ། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འདོད། སངས་
རྒྱས་སོགས་དམིགས་དད་པ་དང་། སྐྱེན་སོགས་སྦྱོད་ཡུལ་བཙོན་འགྲུས་དང་། བསམ་པ་
ལུན་ཚོགས་དྲན་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཏིང་འཛིན་དང་། ཆོས་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་དུ། ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་རྣམ་ལྔ། རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྣམ་པོ་ཡིས། རྟོགས་སྤྱོད་
རྒྱལ་པོས་རྟོགས་དཀར་བཞེད། རྩོམ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་འདིར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ཡིན་པར་བསྟགས། ཏེ་དག་ཉིད་ལ་སེམས་མཉམ་སོགས། རྣམ་པ་དག་ནི་བཅུར་བཤད་
དོ། བདག་ཉིད་སྤྲིག་པ་ལས་ཐོག་ཅིང་། སྐྱེན་ལ་སོགས་ལ་གནས་པས་གཞན། ཏེ་དག་ལ་ནི་
འགོད་པ་དང་། བསྟགས་པ་བརྗོད་དང་མཐུན་པ་ཉིད། ཆེར་གྱུར་དེ་བཞིན་བཟོད་པ་
ནི། རང་གཞན་རྟོན་ཅན་བདེན་ཤེས་པ། ཆོས་མཚན་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་རྣམས། སྤྲིན་
བྱེད་སོགས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ། རིས་འབྱེད་ཡན་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ། མཐོང་དང་སྒྲོམ་པའི་
ལས་དག་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་གནས། ཏེ་འདིར་མི་ཐོག་པ་ཡི་
ཚོགས། གཟུགས་ལ་སོགས་ལས་ཐོག་སོགས་རྟོགས། རྣམ་པ་ཉི་ཤུར་བརྗོད་པ་ཡིས། རིས་
འབྱེད་ཡན་ལག་ལ་གནས་པའི། བྱིར་མི་ཐོག་པའི་མཚན་ཉིད་འདི། གཟུགས་ལ་སོགས་
ལས་ཐོག་པ་དང་། ཟེ་ཚམ་མི་ངལ་ཟད་པ་དང་། བདག་ཉིད་དག་བ་ལ་གནས་
ཤིང་། གཞན་དག་ངེ་ལ་འགོད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྟོན་ཅན་སྐྱེན་སོགས་དང་། ཟབ་མིའི་
དོན་ལ་འང་སོམ་ཉི་མེད། བྱམས་ལུས་སོགས་དང་སྐྱབ་པ་ནི། རྣམ་པ་ལྔ་དང་མི་འགྲོགས་
དང་། བག་ལ་ཉལ་གྱུན་འཛུམས་པ་དང་། དྲན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་དང་། ཁོས་ལ་
སོགས་པ་གཙང་བ་དང་། ལུས་ལ་སྤྲོད་བྱ་རྣམས་མི་འབྱུང་། གྲུ་གྲུ་མེད་སེམས་སྤངས་པ་
ནི། ལེན་དང་སེར་སྤྲོ་མེད་སོགས་དང་། ཆོས་ཉིད་ལྡན་པར་འགྲོ་ཉིད་དང་། སེམས་ཅན་

དོན་དུ་དམུལ་ཚོལ་དང་། གཞན་གྱིས་བཞི་བར་མི་བདུབ་དང་། ལམ་གཞན་ཉི་བར་སྟོན་
བདུད་ལ། བདུད་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དགྲེས་པའི་སྦྱོང་བ་སྟེ། རྟགས་
ནི་ཉི་ཤུ་དེ་དག་གིས། རྟོད་དང་ཅེ་མོ་བཟོད་བཅས་དང་། ཆོས་མཚན་རྣམས་ལ་གནས་པ་
ནི། རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་མི་ཕྱོག་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བཟོད་པ་དང་། ཤེས་པའི་སྐད་
ཅིག་བཙུ་བྱུག་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མེ་ཕྱོག་པའི། མཚན་ ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་
བྱ། གཟུགས་སྟགས་འདུ་ཤེས་ཕྱོག་པ་དང་། སེམས་བརྟེན་ཐེག་པ་དམན་དག་ལས། རྣམ་
ལོག་བསམ་གཏན་ལ་སྟགས་པའི། ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་བཟོད་པ་དང་། ལུས་སེམས་ཡང་བ་
ཉིད་དང་ནི། འདོད་ལ་སྦྱོང་ལ་ཐབས་མཁས་དང་། རྟག་ཏུ་ཚངས་པར་སྦྱོང་ཉིད་
དང་། འཚོ་བ་རྣམ་པར་དག་ཉིད་དང་། བྱང་སྟག་ས་པར་ཆད་བྱེད་རྣམས་དང་། རྟོགས་
དང་དབང་སྟགས་བཅས་པ་ཡི། གཡུལ་འབྱེད་སེར་སྒྲ་ལ་སྟགས་ལ། སྦྱོར་དང་རྗེས་སུ་སྦྱོར་
བ་ཡི། གནས་པ་སོ་སོར་བཀག་པ་དང་། ཆོས་ནི་རྩལ་ཙམ་མི་དམིགས་ཉིད། རང་གི་སལ་
ངེས་པ་ཉིད། ས་གསུམ་ལ་ནི་གནས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོག་གཏོང་བ། རྟེ་འབྲའི་
སྐད་ཅིག་བཙུ་བྱུག་ནི། སྟོ་ཐུན་མཐོང་བའི་ལམ་གནས་པའི། བྱིར་མི་ཕྱོག་པའི་རྟགས་དག་
ཡིན། སྟོམ་པའི་ལམ་ནི་བབ་པ་སྟེ། བབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྟགས། བབ་པ་དེ་ནི་སྟོ་འདྲགས་
དང་། སྦྱོར་པའི་མཐའ་ལས་སྟོལ་བ་ཉིད། རྟེས་འབྱེད་ཡན་ལག་དང་མཐོང་བའི། ལམ་
དང་སྟོམ་པའི་ལམ་ཉིད་ལ། ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་ས་པ་དང་། འཇལ་དང་ངེས་རྟོག་སྟོམ་
པའི་ལམ། རྟེ་ནི་རྒྱན་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར། རྒྱང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་རྣམས། རྒྱང་
དུའི་རྒྱང་སྟགས་དབྱེ་བ་ཡིས། རྣམ་པས་རྣམ་པ་དགུར་བཞེད་དོ། གྲངས་མེད་ལ་སྟགས་
བཟུན་པ་རྣམས། རྟམ་པའི་དོན་དུ་བཟོད་མ་ཡིན། གྲུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་སྟགས་བཅེ་བས། རྒྱ་
མཐུན་དེ་དག་སྟབ་པ་བཞེད། རྟོངས་པོ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལ། ཉམས་པ་དང་ནི་འཕེལ་མི་
རུང་། སྟོམ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་གྱིས་ནི། ཅི་ཞིག་ཉམས་ཤིང་ཅི་ཞིག་འཕྱོག། བྱང་ཆུབ་རི་ལྟ་
དེ་བཞིན་དུ། འདི་ནི་འདོད་པའི་དོན་སྦྱབ་བྱེད། བྱང་ཆུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་མཚན་ཉིད། རྟེ་

ཡང་དེ་ཡི་མཚན་ཉིད་བཞིན། ཁེམས་ནི་ལྷ་མས་བྱང་ཆུབ་པར། རིགས་མེན་ཕྱི་མས་ཀྱང་ནི་
མེན། ཁར་མེད་དཔེ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་ནི། ཟབ་མོད་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པ་བརྒྱན། སྦྱོར་བ་དང་ནི་
འགག་པ་དང་། རྟེན་བཞིན་ཉིད་དང་ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་དང་སྦྱོད་དང་གཉིས་མེད་
དང་། ཐབས་མཁས་པ་ལ་ཟབ་པ་ཉིད། ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་འདྲ་བའི་ཕྱིར། སྤྱིད་དང་ནི་
བར་མི་རྟོག་པ། ལས་མེད་ལ་སོགས་ལྷན་ཀ་ཡི། ལན་ནི་རི་རྒྱ་བཤད་པར་ཟད། ཁེམས་
ཅན་འཇིག་རྟེན་དེ་བཞིན་དུ། སྦྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་མ་དག་པ། རྟེན་ལ་དག་པར་སྦྱབ་པ་
ཡིས། ཁངས་རྒྱས་ཞིང་ནི་དག་པ་ཉིད། ཡུལ་དང་སྦྱོར་བ་ཅན་འདི་ནི། དག་རྣམས་ལས་ནི་
འདས་པ་དང་། མི་ཤེས་རི་བཞིན་གྲགས་དང་ནི། བྱམ་མོང་མ་ཡིན་མཚན་ཉིད་དང་། ཁ་
ཆགས་པ་དང་མི་དམིགས་དང་། མཚན་མ་སྟོན་ལམ་ཟད་པ་དང་། རྟེན་ལ་རྟོགས་དང་ཆད་
མེད་པ། ཐབས་ལ་མཁས་པ་རྣམ་པ་བརྒྱ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་
བརྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས། སྐབས་བཞི་པའོ། །

སྐབས་ལྔ་པ། རྟེན་མོད་སྦྱོར་བ། མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱང། མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་ལ་
སོགས། རྟེན་མོད་ཕྱིན་པར་སྦྱོར་བའི་རྟོགས། རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་དག་དུ་བཞིན། འཇམ་བུའི་
སྤྱིང་གི་སྦྱོར་བ་རྟེན། ཁངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་དགེ་ལ་སོགས། རྣམ་མང་དུ་ནི་དཔེར་མཛད་
ནས། རྣམ་འཕེལ་བརྒྱ་དུག་བདག་ཉིད་དོ། ཀྱན་མཁུན་ཉིད་གསུམ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། ཡོངས་
ལྷ་རྟོགས་པ་སྤྱོད་པ། ཁེམས་ཅན་དོན་ཡོངས་མི་གཏོང་བ། བརྟན་པ་ཞེས་ནི་མངོན་པར་
བརྟེན། སྤྱིང་བཞི་པ་དང་སྦྱོང་དག་དང་། སྦྱོང་གཉིས་གསུམ་དག་དཔེར་མཛད་
ནས། བསོད་ནམས་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། ཏིང་འཛིན་ཡོངས་ལྷ་བསྐྱགས་པ་ཡིན། འཇུག་པ་
དང་ནི་སྟོན་པ་ལ། གཟུང་བའི་རྣམ་རྟོག་སོ་སོར་དེ། དགུ་ཡི་བདག་ཉིད་རི་བཞིན་ཡུལ། མི་
ན་པའི་བདག་ཉིད་དག་ཤེས་བྱ། སོ་སོའི་སྦྱོར་བ་འཕགས་དབྱེ་བས། ཁེམས་ཅན་རྣམས་དང་
བཀྲགས་ཡོད་པར། རྣམ་རྟོག་འཛིན་པ་དག་དུ་འདོད། རྟེན་པ་སོ་སོར་དགུ་བདག་

ཉིད། གལ་ཏེ་གཟུང་དོན་དེ་བཞིན་མེད། དེ་དག་གང་གི་འཛིན་པར་འདོད། དེ་ལྟར་དེ་
དག་འཛིན་པ་ཡི། རྩོམ་སྒྲིང་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། རྩོམ་ཉིད་དང་རིགས་དང་ནི། ལམ་ནི་
ཡང་དག་འབྱུང་པ་དང་། ཤེས་པའི་དམིགས་པ་མ་འབྱུང་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་
གཉེན་པོ་དང་། རང་གིས་རྟོགས་དང་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡི་ལས་བྱའི་འབྲས་བུལ། འཇུག་
པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་གྱི། རྣམ་རྟོག་དེ་ནི་རྣམ་དགུར་འདོད། སྤྱིད་དང་ཞི་བར་རྒྱང་བའི་
བྱིར། རྟོགས་པ་དམན་པ་ཉིད་དང་ནི། ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པ་དང་། ལམ་གྱི་རྣམ་པ་
མ་ཚང་དང་། གཞན་གྱི་རྟེན་གྱིས་འགོ་བ་དང་། ཆེད་དུ་བ་ལོག་པ་དང་། ཉི་ཆོ་བ་དང་
ལྷ་ཚོགས་ཉིད། གནས་དང་འཇུག་ལ་སྤངས་པ་དང་། རྗེས་ལ་འགོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། རྣམ་རྟོག་
དགུ་ཡི་བདག་ཉིད་འདི། རྒྱུག་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་ཡིད་ལ་
འབྱུང་། འཛིན་པ་དང་ནི་འདོར་བ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་དང་ཁམས་རྣམས་ནི། གསུམ་པོ་
དག་དང་ཉེ་འབྲེལ་དང་། གནས་དང་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་བརྟགས་
པ་དང་། ཆགས་པ་དང་ནི་གཉེན་པོ་དང་། རྗེ་ལྟར་འདོད་བཞིན་འགོ་ཉམས་ལ། འཛིན་པ་
དང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། ཆེད་བཞིན་ངེས་པར་མི་འབྱུང་དང་། ལམ་ལ་ལམ་མིན་ངེས་འཛིན་
དང་། འགག་དང་བཅས་པའི་སྐྱེ་བ་དང་། དངོས་པོ་ལྷན་དང་མི་ལྷན་དང་། གནས་དང་
རིགས་ནི་འཛིན་པ་དང་། རྟོན་དུ་གཉེར་དང་རྒྱ་མེད་དང་། བྱིར་གྲལ་བ་ནི་དམིགས་པ་
ལ། འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གཞན་ཡིན་ལོ། བྱང་ཆུབ་ལ་གཞན་སྟོན་པ་དང་། དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་
ཡོངས་གཏོད་དང་། དེ་ཐོབ་པར་ཆད་མེད་པའི་རྒྱ། བསོད་ནམས་མང་པོའི་མཚན་ཉིད་
དོ། རྩི་མ་ཟད་དང་མི་སྐྱེ་བའི། ཡེ་ཤེས་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བརྗོད་དོ། ཟད་མེད་སྐྱེ་མེད་བྱིར་དེ་
དག་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། འགོག་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལ། མཐོང་ཞེས་བྱ་
བའི་ལམ་གྱིས་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་རིགས་ཅི་ཞིག་ཟད། སྐྱེ་མེད་རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་
འཐོབ། གཞན་གྱིས་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཤེས་བྱ་ལ་ཡང་སྟོན་པ་ཡི། སྐྱིབ་པ་ཟད་པར་
བརྗོད་པ་གང་། དེ་ལ་ཁོ་བོས་མཚར་དུ་བརྟེན། འདི་ལས་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། གཞན་

པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་མེད། །ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །ཡང་དག་མཐོང་ན་རྣམ་པར་
གྲོལ། །སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་རེ་རེར་ནི། །དེ་དག་པན་ཚུན་བསྐྱུས་པ་གང་། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་པའི་
བཟོད་པ་ཡིས། །བསྐྱུས་པ་དེ་འདྲིར་མཐོང་བའི་ལམ། །དེ་ནས་སེང་གེ་རྣམ་བསྐྱེདས་
པའི། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ ལ་སྟོམས་ལྷགས་ནས། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལྷགས་མཐུན་
དང་། །ལྷགས་མི་མཐུན་ལ་རྟོག་པར་བྱེད། །འགོག་དང་བཅས་པའི་སྟོམས་འཇུག་
དགྲར། །རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱ་སོང་འོངས་ནས། །འདོད་པར་གཏོགས་པའི་རྣམ་པར་
ཤེས། །མཉམ་གཞག་མེན་པའི་མཚམས་བཟུང་སྟེ། །ཐོད་ཀལ་དུ་ནི་སྟོམས་འཇུག་པ། །གཅིག་
དང་གཉིས་གསུམ་བཞི་དང་ལ། །དྲུག་དང་བདུན་དང་བརྒྱད་ཀལ་ནས། །འགོག་པའི་བར་
དུ་མི་འདྲར་འགོ། །མདོར་བསྐྱུས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །བསྟངས་བས་ཡོངས་སྤྱ་མ་བཟུང་
དང་། །དུས་གསུམ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་གསུམ་ལ། །བཟུང་བའི་
རྣམ་རྟོག་འདི་གཅིག་སྟེ། །སྟོར་བའི་རྣམ་པའི་སྟོད་ཡུལ་ཅན ། །གཉིས་པ་སེམས་དང་སེམས་
བྱུང་རྣམས། །འཇུག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་བཞེད་དེ། །སེམས་མི་སྟེ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི། །སྟིང་པོ་
ཡིད་ལ་མི་བྱེད་དང་། །ཐེག་པ་དམན་པ་ཡིད་བྱེད་དང་། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཡིད་མི་
བྱེད། །སྟོམ་དང་སྟོམ་པ་མེད་པ་དང་། །དེ་དག་ལས་ནི་བརྫོག་ཉིད་དང་། །རི་བཞིན་དོན་
མེན་རྣམ་རྟོག་པ། །སྟོམ་པའི་ལམ་ལ་ཤེས་པར་བྱ། །སེམས་ཅན་བཏགས་པའི་སྟོད་ཡུལ་
དང་། །ཆོས་བཏགས་པ་དང་སྟོང་མེན་ཉིད། །ཆགས་དང་རབ་འབྱེད་བདག་ཉིད་
དང་། །དངོས་པོར་བྱེད་དང་ཐེག་གསུམ་དང་། །ཡོན་ནི་དག་པ་མ་ཡིན་དང་། །སྟོད་པ་རྣམ་
པར་འཇུག་པ་ལ། །འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་པོར་ཏེ། །ཤེས་པར་བྱ་བ་བསྐྱགས ་པ་
ཡིན། །སེམས་ཅན་བཏགས་དང་དེའི་རྒྱ་ཡི། །ཡུལ་ཅན་དེ་ཡིས་རྣམ་འཛོམས་པས། །སྟོམ་པའི་
ལམ་དང་འབྲེལ་པ་ཡི། །མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཞན་རྣམ་པ་དགྲ། །བདག་ཉིད་རི་བཞིན་ཀུན་
མཁྱེན་ནི། །གསུམ་གྱི་སྤྱིབ་པ་རྣམ་གསུམ་དང་། །ཁི་ལམ་དེ་བཞིན་ཉིད་སོགས་
དང་། །མཚུངས་པར་ལྡན་དང་མི་ལྡན་དང་། །མི་མཉམ་སྤ །ག་བསྐྱུལ་ལ་སོགས་དང་། །ཉོན་

མངས་རྒྱུ་རང་བཞིན་དང་། གཉིས་སུ་མེད་དང་ཀུན་སྐྱེད་ལ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐ་
མར་བཞིན། ཡམས་ནད་འདི་རྣམས་ཟད་ནས་ནི། ཡུན་རིང་ལོན་ནས་དབུགས་ཕྱིན་
ཏེ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་ཡི། བདེ་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་ཕུན་ཚོགས་ཀུན། རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ལ་ཚུ་བོ་
བཞིན། འབྲས་ སུ་མཚོག་གིས་སྤྲ་བ་ཡིས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་ནི། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་
རྟེན་པར་བྱེད། རྟོང་གསུམ་སྐྱེ་བོ་ཉན་ཐོས་དང་། བསེ་ཅུའི་རྟོགས་པ་ཕུན་ཚོགས་
དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོན་མེད་ལ། བཀོད་པའི་དགེ་བ་དཔེར་མཛད་ནས། བསོད་
ནམས་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་བར་མེད་དེ ། བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་
འཛིན། ཇི་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད། འདི་ཡི་དམིགས་པ་དངོས་མེད་དེ། བདག་པོ་བྱན་
པ་ཡིན་པར་བཞིན། རྣམ་པ་ཞི་ཉིད་འདི་ལ་ནི། རབ་ཏུ་སྤྲུལ་རྣམས་བརྒྱད་པར་
རྟོལ། དམིགས་པ་འཐད་དང་དེ་ཡི་ནི། ཇོ་བོ་ཉིད་ངེས་བཟུང་བ་དང་། རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་
ཉིད་ཡེ་ཤེས་དང་། ཇི་མ་པའི་དོན་དང་ཀུན་རྟོག་དང་། རྟོག་དང་དཀོན་མཚོག་གསུམ་པོ་
དང་། ཐབས་བཅས་ཐུབ་པའི་རྟོགས་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ནི་ལམ་བཅས་དང་། གཉིན་པོ་
མི་མཐུན་ཕྱོགས་དག་དང་། མཚན་ཉིད་དང་ནི་སྒྲིམ་པ་ལ། སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་རྟོག་
པ། རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་རྟེན་ཅན། རྣམ་པ་བརྒྱ་བྱུང་དག་ཏུ་བ ཞེད། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བཟླས་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་གྲི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པ་ལས། རྒྱབས་ལྡན་པའོ། །

རྒྱབས་བྱུག་པ། མཐར་ཁྱིམ་པའི་རྟོག་པ། ཕྱིན་པ་ཤེས་རབ་བར་དག་དང་། སངས་
རྒྱས་ལ་སོགས་བྱན་དང་ཆོས། ཇི་དངོས་མེད་ཇོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ། མཐར་ཁྱིམ་པ་ཡི་བྱ་བར་
བཞིན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བཟླས་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་
རྒྱ་གྲི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས། རྒྱབས་བྱུག་པའོ། ། རྒྱབས་བདུན་པ། རྒྱད་ཅིག་མའི་རྟོག་
པ། ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་རེ་རེས་ཀྱང་། ཟག་མེད་ཆོས་ཀུན་བཟུས་པའི་ཕྱིར། ཐུབ་པའི་རྒྱད་

ཅིག་གཅིག་པ་ཡིས། རྟོགས་པ་འདི་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཇི་ལྟར་སྐྱེས་བྱས་ཟོ་ཆུན་ཆུད། རྟོག་
ཐབས་གཅིག་གིས་བསྟོད་པ་ན། ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་འགྲུལ་བ་ལྟར། སྐད་ཅིག་གཅིག་
ཤེས་དེ་བཞིན་ནོ། ཁ་དང་ཆོ་ཆོས་དཀར་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རང་བཞིན་ཤེས་རབ་པ་ལོ་
ཕྱིན། རྣམ་སྤྲིན་ཆོས་ཉིད་གནས་སྐབས་སྐྱེས། རྟེན་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཡེ་ཤེས། ཕྱིན་ལ་
སོགས་པའི་སྟོད་པ་ཡིས། ཆོས་ཀྱན་མི་ལམ་འདྲར་གནས་ནས། ཆོས་རྣམས་མཚན་ཉིད་
མེད་པ་ཉིད། སྐད་ཅིག་མ་ནི་གཅིག་གིས་རྟོགས། མི་ལམ་དང་ནི་དེ་མཐོང་ཉིད། ཁ་ཉིས་ཀྱི་
ཚུལ་དུ་མི་མཐོང་ལྟར། ཆོས་རྣམས་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡི། རྟེན་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་
མཐོང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་ལོ་དུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་
པའི་རྒྱ་གྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་པ་ལས། སྐབས་བདུན་པའོ། །

སྐབས་བརྒྱད་པ། འབྲས་བུ་ཆོས་སྐྱེ། ཐུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ནི། ཟག་པ་མེད་པའི་
ཆོས་གང་དག། ཐོབ་ཀྱང་རྣམ་ཀྱན་རྣམ་དག་པ། རྟེན་དག་རང་བཞིན་མཚན་ཉིད་ཅན། བྱང་
ཆུབ་ཕྱོགས་མཐུན་ཆོད་མེད་དང་། རྣམ་པར་ཐར་དང་མཐར་གྱིས་ནི། རྟོམས་འཇུག་དག་
ཡི་བདག་ཉིད་དང་། ཟད་པར་བརྩ་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆོད་
ནི། རབ་དུ་དབྱེ་བས་རྣམ་བརྒྱད་དང་། རྟོན་མོངས་མེད་དང་སྟོན་མཁྱེན་དང་། མངོན་
ཤེས་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དག་བཞི་དང་། རབ་བརྩ་དང་ནི་སྟོབས་
བརྩ་དང་། མི་འཇིགས་པ་ནི་བཞི་དག་དང་། བསྐྱང་བ་མེད་པ་རྣམ་གསུམ་དང་། རྟན་པ་
ཉེར་གཞག་རྣམ་གསུམ་དང་། བསྐྱེལ་བ་མི་མངའི་ཆོས་ཉིད་དང་། བག་ཆགས་ཡང་དག་
བཅོམ་པ་དང་། སྐྱེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། ཐུབ་པ་ཁོ་ནའི་མ་འདྲེས་ཆོས། བཅོ་བརྒྱད་
བཤད་པ་གང་ཡིན་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་
ཡིན། རྟན་ཐོས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ལྟ། རྟན་ཐོས་ཉོན་མོངས་ཡོངས་སྤོང་ཉིད། ཁོང་
སོགས་སུ་དེའི་ཉོན་མོངས་རྣམས། རྒྱན་གཙོད་རྒྱལ་བའི་ཉོན་མོངས་མེད། ལངས་རྒྱས་སྟོན་

ནས་མཁུན་པ་ནི། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་དང་ཆགས་སྤངས་དང་། རྒྱལ་པ་མེད་དང་རྟག་གནས་
དང་། འདྲི་བ་ཀུན་ལན་འདེབས་པར་བཞེད། རྒྱ་ནི་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་གྱུར་ནས། གང་དང་གང་
ལ་གང་དང་ནི། གང་ཆོ་བ་པན་གྱུར་པ། འདྲི་དང་དེ་ལ་དེ་སྤང་ངོ། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་ རོས་ཆར་
པབ་ཀྱང་། ལ་བོན་མི་རུང་མི་འབྱུངས་ལྟར། ལངས་རྒྱས་ནམས་ནི་བྱུང་གྱུར་ཀྱང་། ལྷ་ལ་བ་
མེད་པས་བཟང་མི་མྱོང་། འདྲི་ལྟར་མཛོད་པ་རྒྱ་ཆེའི་ཕྱིར། ལངས་རྒྱས་ཁྱབ་པར་ངེས་པར་
བཟོད། འདྲི་ཉིད་ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་ཞེས་ཀྱང་བཟོད་པ་ཡིན། མཚན་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུ་
ཅ་གཉིས་དང་། འདྲི་བྱ ད་བརྒྱད་ཅུའི་བདག་ཉིད་འདི། ཐེག་ཆེན་ཉི་ཤེས་ལོངས་སྤྱོད་
ཕྱིར། ལྷ་ལ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལྟར་བཞེད། ལྷ་ལ་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཚན་དང་རྒྱས་
སྤྲུལ་ཞབས། ལྷ་ལ་དང་ཞབས་སོར་དྲ་བས་འབྲེལ་པ་དང་། ལྷ་ལ་ནི་ཞབས་བཅས་འཇམ་
ཞིང་གཞོན་ཤ་ཆགས། འདྲི་ཡི་རྒྱ་ནི་བདུན་དག་མཐོ་བ་དང་། ལོར་མོ་རིང་དང་རྟེ ང་
ཡངས་རྒྱ་ཆེ་དང་། ཞབས་འབྱར་མི་མཛོན་སྤྱ་ནི་གྲུ་དུ་ཕྱོགས། བྱིན་པ་ཨིན་ཡའི་འདྲ་
ལྷ་ལ་རིང་མཛོན། མཛོན་གྱི་སྤྲ་བ་སྤྲུབས་སུ་རྒྱུ་ལ་པའི་མཚན། ལགས་པ་གསེར་མདོག་
ལགས་པ་སྤུ་པ་དང་། ལྷ་ནི་རེ་རེ་ནས་གཡས་ལེགས་འབྱུངས་དང་། ཞལ་མཛོད་སྤྲུས་
བརྒྱན་རོ་སྟོད་སེང་གེ་འདྲ། འདྲི་ཡི་དཔ ང་པའི་མགོ་རྒྱུ་ཐལ་གོང་རྒྱས། འདྲི་ལ་རོ་མི་
ཞེས་པ་རོ་མཚན་སྤང་། ལྷ་ནི་ཉ་གོ་རྟ་ལྟར་ཆུ་ཞིང་གཤ། གཙུག་རྟོར་དཔར་ལྷན་ལྷགས་
རིང་མཛོན་པ་དང་། ཆངས་དབྱངས་འགམ་པ་སེང་གེའི་འདྲ་དང་ཆོམས། ཤིན་དུ་དཀར་
དང་ཆད་མཉམ་ཐགས་བཟང་དང་། ཁྱངས་ནི་བཞི་བརྒྱ་ཐམས་པར་ཆང་བ་དང་། ལྷ་ནི་
མཐོན་མཐིང་སྤྱན་རྫིང་པ་མཚན་གོ། འདྲ་བ་འདྲི་དག་གསུམ་སྤྲུ་ཅ་གཉིས་མཚན། འདྲི་ལ་
མཚན་ནི་གང་གང་གིས། ལྷ་ལ་པའི་བྱེད་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན། འདྲི་དང་དེ་ནི་རབ་རྒྱུ་
པས། མཚན་ནི་འདྲི་དག་ཡང་དག་འགྲུབ། ལྷ་ལ་སྤྲུལ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཡང་དག་སྤངས་
པ་བརྟན་པ་དང་། ལྷ་ལ་བཞེན་དང་གྲ་ཞོམ་པའི། འདྲི་སྤྱོད་དང་གསལ་བྱ་བ། ཐར་
བར་བྱེད་དང་དགེ་བ་ནི། ཡང་དག་སྤངས་པ་སྤྲེལ་ལ་སོགས། ལྷ་ལ་བྱེད་རྒྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་

དེ། མདོ་ལས་ཇི་སྐད་འབྱུང་བ་བཞིན། རྒྱལ་པའི་སེན་མོ་ཟང་མདོག་དང་། མདོག་སྐྱུ་
མཐོ་དང་སོར་མོ་རྣམས། ལྷུ་ཆུ་བྱིན་གྱིས་ཕྱ་བ་དང་། རྩ་མེ་མདོན་དང་མདུད་པ་
མེད། ལོང་བྱ་མི་མདོན་ཞབས་མཉམ་དང་། སེང་གེ་སྤང་ཆེན་བྱ་དང་ནི། རྒྱ་མཚོག་སྐབས་
གཤེགས་གཡས་ཕྱོགས་དང་། མཛེས་གཤེགས་དྲང་དང་འབྲིལ་བག་ཆགས། བྱེ་དོར་བྱས་
འདྲ་རིམ་པར་འཆོམ། གཙང་དང་འཇམ་དང་དག་པའི་སྐྱ། མཚན་ནི་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་
དང་། སྐྱ་ཡི་ཁོ་ལག་ཡངས་ཤིང་བཟང་། ཁོ་སྟོམས་པ་དང་སྐྱ་གཉིས་ནི། དག་དང་
གཞོན་ཤ་ཅན་ཉིད་དང་། སྐྱ་ལྷུ་མེད་དང་རྒྱས་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་གིམས་པའི་སྐྱ་ཉིད་
དང་། ཡན་ལག་ཤིན་ཏུ་རྣམ་འབྱེས་དང་། གཟིགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་དག་པ་དང་། དཀྱ་ལྷུ་
སྐབས་བྱིན་མ་རྟོངས་དང་། རྒྱང་ངེ་བ་དང་ཉེ་བ་ནི། ཟབ་དང་གཡས་ཕྱོགས་འབྲིལ་བ་
དང་། ཀྱ་ནས་བཟླ་ན་སྐྱ་པ་དང་། ཀྱ་རྩོད་གཙང་དང་སྐྱ་ལ་ནི། སྐྱེ་བ་གནག་བག་
མེད་པ་དང་། རྒྱག་ནི་ཤིང་བལ་ལྟར་འཇམ་དང་། རྒྱག་རིས་མདངས་ཡོད་ཟབ་རིང་
དང་། ཞལ་ནི་ཉ་ཅང་མི་རིང་དང་། མཚུ་ནི་བེས་ལྟར་དམར་དང་། ལྷགས་མཉེན་པ་དང་
སྐབ་པ་དང་། དམར་དང་འབྲུག་གི་སྐྱ་ཉིད་དང་། གསུངས་མཉེན་འཇམ་དང་མཆེ་བ་
ལྷུ། རྩོད་དང་དཀར་དང་མཉམ་པ་དང་། བྱིན་གྱིས་ཕྱ་དང་ཤངས་མཐོ་དང་། མཚོག་ཏུ་
དག་པ་དག་དང་ནི། སྐྱ་ཡངས་པ་དང་རྩི་མ་སྐྱ་བསྐྱའི་འདབ་བ་འདྲ་བ་དང་། སྐྱ་
ཚུགས་རིང་དང་འཇམ་པ་དང་། སྐྱ་དང་སྐྱ་ནི་མཉམ་པ་དང་། རྒྱག་རིང་རྒྱས་དང་སྟན་
མཉམ་དང་། ཉམས་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དང་། དབྱལ་བ་ལེགས་པར་འབྱེས་པ་
དང་། དབྱེས་ཆེ་བ་དང་དབྱ་རྒྱས་དང་། དབྱ་སྐྱ་བྱང་བ་ལྟར་གནག་དང་། སྐྱ་དང་
འཇམ་དང་མ་འཛིངས་དང་། མི་བཤོར་ངེ་ཞིམ་སྐྱེས་བྱ་ཡི། ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་
དང་། དཔལ་གྱི་བེའུ་དང་བཀྲ་ཤིས་ནི། གཡུང་དྲུང་འབྲིལ་བས་བརྒྱན་པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་
དཔེ་བྱད་བཟང་པོར་བཞེད། གང་གི་སྤྱིད་པ་རི་སྤྱིད་པར། འགོ་ལ་ཕན་པ་སྣ་ཚོགས་
དག་མཉམ་ཏུ་མཛད་པའི་སྐྱ་དེ་ནི། རྒྱལ་པའི་སྐྱ་སྐྱ་རྒྱ་མི་འཆད། ད་བཞིན་འཁོར་བ་

ཇི་མེད་འདི་ལྟེ། །ལས་ནི་རྒྱ་མི་འཆད་པར་འདོད། །འགོ་རྣམས་ཞི་བའི་ལས་དང་ནི། །བསྐྱེ
རྣམ་བཞི་ལ་འགོད་པ་དང་། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་བཅས་པ་ཡི། །རྣམ་ བར་བྱང་བ་རྟོགས་
པ་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་ཇི་བཞིན་གྱི། །དོན་དང་པ་རོལ་བྱིན་བྱུག་དང་། །སངས་
རྒྱས་ལས་དང་རང་བཞིན་གྱིས། །སྟོང་པ་ཉིད་དང་གཉིས་ཟད་དང་། །བད་དང་དམིགས་པ་
མེད་པ་དང་། །ལུས་ཅན་རྣམས་ནི་ཡོངས་སྤོང་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལས་དང་
ནི། །མངོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲིག་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དང་སངས་རྒྱས་ཞིང་། །རྣམ་པར་དག་
དང་ངེས་པ་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་ནི་ཚད་མེད་དང་། །སངས་རྒྱས་རྟེན་སྟགས་ཡོན་ཏན་
དང་། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་ལས་རྣམས་ནི། །ཆུད་མི་ཟ་དང་བདེན་མཐོང་དང་། །བྱིན་ཅི་ལྷག་
ནི་སྤངས་པ་དང་། །དེ་གཞི་མེད་པའི་ཚུལ་དང་ནི། །རྣམ་པར་བྱང་དང་ཚྭ་གས་དང་
ནི། །འདུས་ བྱས་འདུས་མ་བྱས་པ་ལ། །ཐ་དད་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་དང་། །ཟླ་ངན་འདས་ལ་
འགོད་པ་སྟེ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡི་ཕྱིན་ལས་ནི། །རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་བཞེད། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པ་ལས། །སྐབས་བརྒྱད་པའོ། །མཚན་ཉིད་དེ་ཡི་ སྦྱོར་བ་དང་། །དེ་རབ་དེ་ཡི་གོ་རིམས་
དང་། །དེ་མཐའ་དེ་ཡི་རྣམ་སྤོང་ནི། །དོན་བསྐྱེས་གཞན་དེ་རྣམ་པ་བྱུག་ཡུལ་ནི་རྣམ་པ་
གསུམ་པོ་རྒྱ། །སྦྱོར་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། །ཆོས་སྐྱེ་ཕྱིན་ལས་འབྲས་བུ་ནི། །དོན་བསྐྱེས་
གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ། །འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་ བསྟན་
བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་རྟོགས་སོ། །པཱཱི་ཏ་གོ་
མི་འཆི་མེད་དང་། །ལོ་ལྔ་བ་སྟོ་ལྔ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྱུང་། །

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ། རབ་ཏུ་དགའ་བ། རྒྱ་གར་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་མ་ཀ་ཨ་བ་ཏུ་ར་
རྒྱ་མ། བོད་རྒྱུ་དུ། དབུ་མ་ལ་འཕྱག་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷ་རྒྱུ་པ་ལ་
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱུ་འབྱིང་ནམས་ཐུབ་དབང་སྐྱེས། །སངས་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །སྤྱིང་རྒྱུ་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་ནི་རྒྱལ་སྐྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱ། །གང་ཕྱིར་བཅེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཐོག་ཕུན་ཚོགས་
འདིའི། །ས་བོན་དང་ནི་སྤེལ་ལ་ཆུ་འབྲ་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྟོང་གནས་ལ་སྤོན་པ་ལྟ་བུར་
འདོད་ལྷ་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་ཐོག་མར་སྤྱིང་རྒྱུ་བསྟོད་པར་བསྟེ། །དང་པོར་ང་ཞེས་
བདག་ལ་ཞེན་ལྷ་པའི་ཅིང་། །བདག་གིས་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པ། །འོ་ཆུན་འཕུན་
ལྷ་ར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགྲོ་ལ་སྤྱིང་རྒྱུ་གང་དེ་ལ་འདུད། །འགྲོ་བ་གཡོ་བའི་ཆུ་
ཡི་ནང་གི་ཁྲ་བ་ལྟར། །གཡོ་དང་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱིང་པར་མཐོང་བ་ཡི། །རྒྱལ་བའི་
སྐྱུ་པོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་འགྲོ་བ་རྒྱུ་ལ། །རྒྱུ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་ཕྱིར་སྤྱིང་རྒྱུ་དབང་གྱུར་
ཞིང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྟོན་པས་རབ་བསྐྱེས་དགའ་བ་ལ། །རབ་ཏུ་གནས་པ་དེ་ནི་དང་
པོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་ནི་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་
བྱའི་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟོད་དོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་སུ་འབྱེས་པ་
སྟེ། །འདི་ནི་ཀུན་ཏུ་སྐྱེར་བ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ཡིན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་
ནི་དགའ་བ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་འཆང་ཞིང་། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་ནས་གཡོ་བར་ལྷ་
པར་གྱུར་པའང་ཡིན། །ས་ནས་སར་གཞོན་བྱེད་ཅིང་གོང་མར་རབ་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །དེ་
ཆོ་འདི་ཡི་ངན་འགྲོའི་ལམ་རྒྱུ་མཐའ་དག་འགག་པར་འགྱུར། །དེ་ཆོ་འདི་ཡི་སོ་སོ་སྐྱེ་
བའི་ས་རྒྱུ་མཐའ་ཅད་ཟད། །འདི་ནི་འཕགས་པ་བརྒྱད་པ་ཇི་ལྟ་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་
བསྟོན། །རྒྱུ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྟ་དང་པོ་ལ་གནས་ཀྱང་། །ཐུབ་དབང་གསུང་སྐྱེས་
དང་བཅས་རང་སངས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟེ། །བསོད་ནམས་དག་གི་དབང་གིས་པམ་བྱས་རྒྱུ་
པར་འཕེལ། །དེ་ནི་རིང་དུ་སོང་བར་སྟོ་ཡང་ལྷག་པར་འགྱུར། །དེ་ཆོ་དེ་ལ་རྒྱུ་སངས་

བྱང་ཆུབ་རྒྱ། །དང་པོ་སྦྱོན་པ་ཉིད་ནི་སྒྲག་པར་འགྱུར། །རང་གི་སྒྲིབ་ལ་འང་གྲས་པར་བྱས་པ་
 ཡིས། །སྤང་དུ་མི་བྱང་དཔོག་པའི་རྒྱར་ཡང་འགྱུར། །སྦྱོ་བོ་འདི་ཀྱན་བདེ་བ་མངོན་འདོད་
 ཅིང་། །མི་རྣམས་བདེ་བའང་ལོངས་སྤྱོད་མེད་མེན་ལ། །ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་ནི་སྦྱོ་ན་ལས་འབྱུང་
 མཁྱེན་ནས། །ཐུབ་པས་དང་པོར་སྦྱོན་པའི་གཏམ་མཛད་དོ། །སྤྱིང་རྗེ་དམན་ཞིང་གིན་ཏུ་
 རྒྱབ་སེམས་ཅན། །རང་དོན་སྦྱར་ལེན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་གང་། །དེ་དག་གི་ཡང་འདོད་པའི་
 ལོངས་སྤྱོད་རྣམས། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཉེར་ཞིའི་རྒྱར་གྱུར་སྦྱོན་ལས་འབྱུང་། །འདི་ཡང་སྦྱོན་པའི་
 སྐབས་ཀྱིས་ནམ་ཞིག་ཚོ། །འཕགས་པའི་སྦྱོ་བོ་དང་འཕྲད་སྦྱར་དུ་འཛོལ། །དེ་ནས་སྤྱིད་རྒྱན་
 ཡང་དག་བཅད་བྱས་ཏེ། །དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་ཞི་བར་འགོ་བར་འགྱུར། །འགོ་ལ་ཕན་པར་དམ་
 བཅས་ཡིད་ཅན་རྣམས། །སྦྱོན་པས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་དགའ་བ་འཛོལ། །གང་ཕྱིར་བཆེ་
 བདག་བཆེ་བདག་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་སྦྱོན་པའི་གཏམ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན། །རྗེ་ལྷ་བྱིན་ཞིག་
 ཅེས་སྐྱ་ཐོས་བསམས་ལས། །རྒྱས་སྐྱས་བདེ་འབྱུང་དེ་ལྷར་ཐུབ་རྣམས་ལ། །ཞི་བར་ཞུགས་
 པས་བདེ་བ་བྱེད་མེན་ན། །ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལྷ་ཞིག་སྦྱོས་ཅི་དགོས། །ལྷས་བཅད་སྒྲིབ་
 ཞིང་བདག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས། །གཞན་དག་རྣམས་ཀྱི་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་
 རང་རིག་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་ནི། །དེ་བཅད་བྱ་ཕྱིར་སྦྱར་དུ་བཙོན་འགྱུས་ཙོམ། །སྦྱོན་པ་སྦྱོན་
 བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་པོས་སྤྱོང་། །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་པ་རོལ་བྱིན་ཞེས་བྱ། །གསུམ་པོ་དག་
 ལ་ཆགས་སྦྱིས་གྱུར་པས་དེ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་པ་རོལ་བྱིན་ཅེས་བཏྲན། །དེ་ལྷར་རྒྱལ་བའི་
 སྐས་ཀྱི་ཡིད་ལ་རབ་གནས་གིང་། །དམ་པའི་རྟེན་ལ་འོད་ཆགས་མཛེས་པ་རྟེན་གྱུར་
 པའི། །དགའ་བ་འདི་ནི་འོར་བུ་རྒྱ་ཤེལ་རྗེ་བཞིན་དུ། །ཐུན་པ་སྤྱུག་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་
 བསལ་ནས་རྒྱལ། །དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པ། །དེ་མ་མེད་པ། །དེ་རྒྱལ་ཕུན་ཚོགས་ཡོན་ཏན་དག་ལྡན་
 ཕྱིར། །ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་འཆལ་བྱིམས་དྲི་མ་སྤངས། །ལྷས་དག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་དག་གྱུར་

པས། །དམ་པའི་ལས་ལམ་བཅུ་ཆར་སོག་པར་བྱེད། །དགེ་བའི་ལམ་འདི་ལྟ་ཞིག་བཅུ་ཆར་
ཡང་། །དེ་ལ་ལྷགས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་དག་པར་འགྱུར། །སྟོན་ཀའི་ཟླ་ལྷར་རྟག་ཏུ་རྣམ་དག་དེ། །ཞི་
འོད་ཆགས་པར་དེ་དག་གིས་རྣམ་མཛེས། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་སྤྲིམས་དག་རང་བཞིན་ལྟ། །དེ་ཕྱིར་
དེ་ནི་ཚུལ་སྤྲིམས་དག་མི་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་གསུམ་ཆར་ལའང་། །གཉིས་སྒྲིའི་རྒྱ་
བ་ཡང་དག་བྲལ་བར་འགྱུར། །སྤྱིན་པས་ལོངས་སྟོན་དག་ནི་འགྲོ་ངན་ནའང་། །སྤྱི་བོ་ཚུལ་
སྤྲིམས་རྒྱུ་པ་ཉམས་ལ་འབྱུང་། །བསྐྱེད་བཅས་དངོས་འདུ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་ན། །ཕྱིན་
ཆད་དེ་ལ་ལོངས་སྟོན་འབྱུང་མི་འགྱུར། །གང་ཆོ་རང་དབང་འཇུག་ཅིང་མཐུན་གནས་
པ། །གལ་ཏེ་འདི་བདག་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན། །གཡང་སར་སྤྱང་བས་གཞན་དབང་འཇུག་
འགྱུར་བ། །དེ་ལས་ཕྱི་ནས་གང་གིས་སྟོང་བར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་བས་སྤྱིན་པའི་གཏམ་
མཛད་ནས། །ཚུལ་སྤྲིམས་རྗེས་འགྲོའི་གཏམ་ཉིད་མཛད་པ་ཡིན། །ཡོན་ཏན་ཚུལ་སྤྲིམས་ཞིང་
དུ་རྣམ་འཕེལ་ན། །འབྲས་བུ་ཉིད་སྟོན་ཆད་པ་མེད་པར་འགྱུར། །སོ་སོའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་དང་
གསུང་སྤྱིས་དང་། །རང་བྱང་རྒྱལ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་རྣམས་དང་། །རྒྱལ་སྤྱས་རྣམས་ཀྱི་ངེས་
པར་ལེགས་པ་དང་། །མངོན་མཐོའི་རྒྱ་ནི་ཚུལ་སྤྲིམས་ལས་གཞན་མེད། །ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཆོ་རོ་
དང་ལྷན་ཅིག་དང་། །བཀྲ་ཤིས་རྣ་ནག་མ་དང་ལྷན་ཅིག་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཚུལ་སྤྲིམས་དབང་
བྱས་བདག་ཉིད་ཆེ། །དེ་འཆལ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་མི་འདོད། །གང་གིས་གང་ཞིག་གང་
ལ་སྟོང་བྱེད་པ། །གསུམ་དུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་ཚུལ་སྤྲིམས་དེ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་པ་རོལ་
ཕྱིན་ཞེས་བཤད། །གསུམ་ལ་ཆགས་པས་སྟོང་དེ་འཇིག་རྟེན་འདས། །རྒྱལ་སྤྱས་ཟླ་བ་ལས་
བྱུང་བྱིད་མེན་བྱིད་པ་ཡི། །དཔལ་གྱུར་ངེ་མ་དང་བྲལ་ངེ་མ་མེད་འདི་ཡང་། །སྟོན་ཁའི་དུས་
ཀྱི་ཟླ་བའི་འོད་ནི་ཇི་བཞིན་དུ། །འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །དབྱུ་མ་
ལ་འཇུག་པ་ལས། །སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་པ། འོད་ཕྱེད་པ། ཤེས་བྱའི་བྱང་ཤིང་མ་ལུས་སྒྲིག་པའི་

མེའི། འོད་འབྱུང་ཕྱིར་ན་ས་ནི་གསུམ་པ་འདི། འོད་ཕྱེད་པ་སྟེ་བདེ་གསེགས་སྤྲུལ་པ་ལ། ཇི་
ཆོ་ཉི་ལྟར་ཟངས་འདྲའི་སྣང་བ་འབྱུང་། གཤམ་ཏེ་གནས་མེན་འབྲུག་པ་འགའ་ཡིས་
དེའི། ལུས་ལས་ཤ་ནི་རུས་བཅས་ཡུན་རིང་དུ། སྤང་རེ་རེ་ནས་བཅད་པར་གྱུར་ཀྱང་དེའི་ །
བཟོད་པ་གཙོད་པར་བྱེད་ལ་སྟག་པར་སྟེ། བདག་མེད་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ལ། གང་ཞིག་གང་གིས་གང་ཆོ་ཇི་ལྟར་གཙོད། གང་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱང་དེ་ཡིས་གཟུགས་བརྟན་
ལྟར། མཐོང་བ་དེས་ཀྱང་དེ་ཡིས་བཟོད་པར་འགྱུར། གཞོད་པ་བྱས་པས་གཤམ་ཏེ་དེར་
བཀོན་ན། ཇི་ལ་བཀོན་པས་བྱས་ཟིན་ཚྭ་གམ་ཅི། ཇི་ཕྱིར་དེར་བཀོན་དེས་པར་འདིར་
དོན་མེད། འཇིག་རྟེན་པ་ལོ་དང་ནི་འགལ་བར་འགྱུར། རྟོན་བྱས་པ་ཡི་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་
འབྲས་བུ་གང་། ཟད་པར་བྱེད་པར་བརྗོད་པར་འདོད་བ་དེ་ཉིད་ཀོ། གཞན་ལ་གཞོད་པ་
དང་ནི་ཁོ་བས་སྟག་བསྟུལ་ཕྱིར། ས་བོན་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟ་བུར་ན་འབྲིད་པར་བྱེད། གང་ཕྱིར་
རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་ཁོས་པ་ཡིས། སྦྱོར་དང་ཁྲིམས་བྱང་དགེ་བ་བསྟུལ་པ་བརྟུར། བསགས་
པ་སྟངས་ཅིག་གིས་འཛོམས་དེ་ཡི་ཕྱིར། མི་བཟོད་ལས་གཞན་སྤྲིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། མི་སྟག་
གཟུགས་སུ་བྱེད་ཅིང་དམ་པ་མེན་པར་བགྱི། ཚུལ་དང་ཚུལ་མེན་ཤེས་པའི་རྣམ་དཔྱོད་
འཕྲོག་བྱེད་ཅིང་། མི་བཟོད་པ་ཡིས་སྟུར་དུ་ངན་འགྲོར་སྟུར་བར་བྱེད། བཟོད་པས་བཤད་
ཟིན་དང་འགལ་ཡོན་ཏན་རྣམས་བྱེད་དོ། བཟོད་པས་མཛོས་ཤིང་སྟེ་བོ་དམ་པ་ལ། སངས་
དང་ལུགས་དང་ལུགས་མེན་ཤེས་པ་ལ། མཁས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ཡི་འོག་དུ་ནི། ལྟ་མེའི་
སྟེ་དང་སྤྲིག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། སོ་སོའི་སྟེ་བོ་དང་ནི་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱིས། ཁོ་དང་ བཟོད་པའི་
སྟོན་ཡོན་རིག་བྱས་ཏེ། མི་བཟོད་སྤངས་ནས་འཕགས་པའི་སྟེ་བོ་ཡིས། བསྟུགས་པའི་བཟོད་
པ་རྟག་དུ་སྟུར་བསྟེན་བྱ། རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཟོས་ཀྱང་། གསུམ་
དམིགས་ཡོད་ན་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའོ། དམིགས་པ་མེད་ན་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་
གྱིས། འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་པ་ལོ་ ཕྱོན་ཞེས་བརྟན། ས་དེར་རྒྱལ་སྤྲུལ་བསམ་གཏན་

མངོན་ཤེས་དང་། འདོད་ཆགས་ཞི་མྱང་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར། ཁྲིམ་གྲང་རྟག་ཏུ་
འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ནི། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་འཛོམས་པར་རྒྱས་པར་འགྱུར། སྦྱིན་སོགས་
ཆོས་གསུམ་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེར། ཁབ་དེ་བར་གཤེགས་པས་བྱིམ་པ་རྣམས་ལ་བཟུགས། ཁསོད་
རྣམས་ཞེས་བྱའི་ཆོགས་གྲང་དེ་དག་ཉིད། ཁངས་རྒྱས་གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྦྱ་ཡི་
རྒྱ། རྒྱལ་བའི་སྲས་པོ་ཉི་མ་ལ་གནས་འོད་བྱེད་འདི། རང་གཏོགས་སུན་རྣམས་དང་པོ་ཡང་
དག་བསལ་བྱས་ནས། འགྲོ་བའི་སུན་པ་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་མངོན་པར་འདོད། ཁ་
འདིར་ཤིན་ཏུ་རྣོ་བར་གྱུར་གྲང་ཁྲོ་མི་འགྱུར། ཁྲུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་
གསུམ་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པ། འོད་འཕྲོ་བ། ཡོན་ཏན་མ་ལུས་བཙོན་འགྲུས་རྗེས་འགྲོ་
ཞིང་། ཁསོད་རྣམས་སྒོ་གོས་ཆོགས་ནི་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ། བཙོན་འགྲུས་གང་ཏུ་འབར་བར་གྱུར་
པ་ཡི། ཁ་དེ་བཞི་པ་འོད་ནི་འཕྲོ་བའོ། ཁྲེར་ནི་བདེར་གཤེགས་སྲས་ལ་རྫོགས་ས་པ་ཡི། བྱང་
རྒྱལ་ཕྱོགས་ལྷག་བསྐྱོམས་པ་ལས་སྦྱེས་པའི། རྣང་བ་ཟངས་ཀྱི་འོད་པས་ལྷག་འབྱུང་
ཞིང་། རང་ཏུ་ལྷ་བ་དང་འབྲེལ་ཡོངས་སུ་ཟད། ཁྲུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་
བཞི་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྔ་པ། སྦྱང་དཀའ་བ། བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་བདུད་རྣམས་ཀྱིས་གྲིས་
གྲང་། སྦྱང་དཀའི་ས་ལ་པམ་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། ཁསམ་གཏན་ལྷག་ཅིང་སྒོ་བཟང་བདེན་
རང་བཞིན། ཞིབ་མོ་རྟོགས་ལའང་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་འཛོམས། ཁྲུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས།
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྔ་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་བྱུག་པ། མངོན་དུ་གྱུར་པ། མངོན་དུ་སྒྱགས་པར་མཉམ་བཞག་སེམས་
གནས་ཏེ། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་ སྒྱགས་ཤིང་། །འཇིག་རྟེན་འབྱུང་བའི་དེ་
ཉིད་མཐོང་བ་དེ། །ཤེས་རབ་གནས་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རྗེ་ལྷ་མོང་བའི་
ཆོགས་ཀྱི་བདེ་ལྷག་ཏུ། །མིག་ལྡན་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡི། །ཡུལ་དུ་འཁྲིད་པ་དེ་
བཞིན་འདིར་ཡང་སྒྲོས། །མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྒྲངས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་འགྲོ་རྗེ་ལྷ་མོང་དེ་ཡིས་ཆེས་
ཟབ་ཆོས་རྟོགས་པ། །ཡུང་དང་གཞན་ཡང་རིགས་པས་ཡིན་པས་ན། །དེ་ལྷ་མོང་འཕགས་པ་སྐྱ་
སྐྱབ་གཞུང་ལྷགས་ལས། །རྗེ་ལྷ་མོང་གནས་པའི་ལྷགས་བཞིན་བརྗོད་པར་བྱ། །སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་
དུས་ནའང་སྟོང་པ་ཉིད་ཐོས་ནས། །ནང་དུ་རབ་དུ་དགའ་བ་ཡང་དང་ཡང་དུ་
འབྱུང་། །རབ་དུ་དགའ་བ་ལས་བྱུང་མཆི་མས་མིག་བརྒྱན་ཞིང་། །ལྷ་ས་ཀྱི་བ་སྐྱ་ལྡང་བར་
འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྟོ་ཡིས་ས་བོན་ཡོད། །དེ་ཉིད་ཉེ་བར་
བཞུན་པའི་སྟོང་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་བཞུན་པར་བྱ། །དེ་ལ་དེ་ཡི་
རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་། །རྟག་དུ་ཚུལ་བྲིམས་ཡང་དག་སྒྲངས་ནས་གནས་པར་
འགྱུར། །སྐྱེ་ན་པ་གཏོང་བར་འགྱུར་ཞིང་སྟོང་རྗེ་སྟོན་པར་བྱེད། །བཟོད་པ་སྟོམ་བྱེད་དེ་ཡི་
དགེ་བ་བྱང་ཚུབ་དུ། །འགྲོ་བ་དགོལ་བར་བྱ་བྱིར་ཡོངས་སུ་བསྟོན་བྱེད་ཅིང་། །རྫོགས་པའི་
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གྲུས་པར་བྱེད། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་སྐྱེ་
བོས་ནི། །རིམ་གྱིས་རབ་དུ་དགའ་བའི་ས་ ནི་འཐོབ་འགྱུར་བས། །དེ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བས་
ལམ་འདི་མཉམ་པར་གྱིས། །དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མེན་གཞན་དག་ལས་ལྷ་ག་ལ་ཞིག་གཉི་
ག་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་པར་ནི་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ནི་དེ་ལས་འབྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་
ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་སྤར་ཡང་སྐྱེ་བར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ཉིད། །སྐྱེས་ཟིན་
སྤར་ཡང་སྐྱེ་བར་ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་འགྱུར་ན་ནི། །སྐྱེ་གྲུ་ལ་སོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འདིར་
རྟེན་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ས་བོན་སྤྱི་མཐར་ཐུག་པར་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །རྗེ་ལྷ་མོང་དེ་
ཉིད་གྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཇིག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །བྱེད་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་ལས་ཐ་དང་སྐྱེ་གྱའི་

དབྱེབས་དང་ནི། །ཁ་དྲག་རོ་རྩས་སྒྲིན་པའི་ཐ་དད་ཁྱོད་ལ་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྐར་
གྱི་བདག་གིས་དངོས་པོ་བསལ་ནས་དེ་ལས་གཞན། །ངོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་ཆོ་དེ་ཡི་དེ་ཉིད་ཇི་
ལྟར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ས་བོན་སྐྱ་གུ་འདིར་གཞན་མ་ཡིན་ན། །ས་བོན་བཞིན་དུ་སྐྱ་གུ་
ཞེས་བྱ་དེ་གཟུང་མེད་པའམ། །ཡང་ན་དེ་དག་གཅིག་པས་ཇི་ལྟར་སྐྱ་གུ་འདི་བཞིན་དུ། །དེ་
ཡང་གཟུང་དུ་ཡོད་འགྱུར་དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་ཁས་མི་སྤང་། །གང་ཕྱིར་སྐྱ་ཞིག་ན་ཡང་དེ་ཡི་
འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་གཅིག་པ་ཡིན་ཞེས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་ཁས་མ་
ལེན། །དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་བདག་ལས་འབྱུང་ཞེས་རབ་དུ་བརྟགས་པ་འདི། །དེ་ཉིད་དང་ནི་
འཇིག་རྟེན་དུ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་
སྐྱེད་བྱེད་དང་། །ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་ཡང་གཅིག་ཉིད་འགྱུར་ན་དེ་དག་ནི། །གཅིག་ཉིད་མ་
ཡིན་པས་ན་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་སྤང་པར། །བྱ་མིན་སྐྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་
བར་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གལ་ཏེ་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། །འོ་
ན་མེ་ལྷེ་ལས་ཀྱང་ཐུན་པ་འཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་
སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། །སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་མ་ལྟས་ལ་ཡང་གཞན་ཉིད་
མཚུངས། །རབ་དུ་བྱ་བར་རྩས་པ་དེ་ཕྱིར་འབྲས་བུར་དེས་བཟོད་ཅིང་། །གང་ཞིག་དེ་སྐྱེད་
རྩས་པ་དེ་ནི་གཞན་ནའང་སྐྱ་ཡིན་ལ། །སྐྱེད་གཅིག་གཏོགས་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བ་
དེ་ཡི་ཕྱིར། །སྐྱ་ལུའི་སྐྱ་གུ་ནས་ལ་སོགས་ལས་དེ་ལྟ་མིན་ཞེ་ན། །ཇི་ལྟར་ནས་དང་གི་སར་
དང་ནི་ཀེང་ཤུ་ཀ་ལ་སོགས། །སྐྱ་ལུའི་སྐྱ་གུའི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པར་འདོད་མིན་རྩས་ལྡན་
མིན། །སྐྱེད་གཅིག་ཁོངས་སུ་གཏོགས་མིན་འ གྲ་བ་མ་ཡིན་ཉིད་དེ་བཞིན། །སྐྱ་ལུའི་ས་བོན་
ཡང་ནི་དེ་ཡི་མིན་ཏེ་གཞན་ཉིད་ཕྱིར། །སྐྱ་གུ་ས་བོན་དང་ནི་དུས་མཉམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་
ཏེ། །གཞན་ཉིད་མེད་པར་ལ་བོན་གཞན་པ་ཉིད་དུ་གལ་འགྱུར། །དེས་ན་སྐྱ་གུ་ས་བོན་ལས་
སྐྱེ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་མིན་པས། །གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱོགས་འདི་གཏང་བར་
བྱོས། །ཇི་ལྟར་སྤང་གི་མདའ་གཉིས་མཐོ་བ་དང་ནི་དམའ་བ་དག །དུས་མཉམ་མ་ཡིན་པར་

ན་མེན་པར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དག་གི་སྐྱེ་འགག་འགྱུར་
ཞེ་ན། གཤམ་ཏེ་གཅིག་ཆོ་ཡིན་ན་འདིར་དུས་གཅིག་མེད་དེ་ཡང་མེན། གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་བཞིན་པ་
དེ་སྐྱེ་ལ་སྟོགས་པས་ཡོད་མེན་ཞིང་། འགག་བཞིན་པ་ནི་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་ལ་སྟོགས་པར་
འདོད་ཀྱར་པ། རྟེན་ཆོ་འདི་ནི་ཇི་ལྟ་བུར་ན་སྤང་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། སྐྱེ་བ་འདི་ནི་བྱེད་པོ་
མེད་པར་རིགས་པའི་ངོ་བོ་འང་མེན། གཤམ་ཏེ་མིག་གི་སྒོ་ལ་རང་གི་སྐྱེ་བྱེད་དུས་གཅིག་
པ། མིག་ལ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་འདྲ་ཤེས་ལ་སོགས་ལས། གཞན་ཉི ང་ཡོད་ན་
ཡོད་ལ་འབྱུང་བས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅི་སྟེ་དེ་མེད་ཅེ་ན་འདི་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟེན་
ཏོ། སྐྱེད་པར་འབྱེད་པ་བསྐྱེད་བྱ་གཞན་སྐྱེད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་ན། ཡོད་པའམ་འོན་ཏེ་མེད་
དང་གཉི་ག་གཉིས་བྲལ་ཞིག་སྐྱེད་གང་། ཡོད་ན་སྐྱེད་བྱེད་ཅི་དགོས་མེད་ལའང་དེས་ནི་ཅི་
ཞིག་བྱ། གཉིས་ཉི ང་ལ་དེས་ཅི་བྱ་གཉིས་དང་བྲལ་ལའང་དེས་ཅི་བྱ། གང་གིས་རང་ལྟ་ལ་
གནས་འཇིག་རྟེན་ཆོད་མར་འདོད་པས་ན། འདིར་ནི་རིགས་པ་སྤྲས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་གོ་ཅི་
ཞིག་བྱ། གཞན་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། རིས་ན་
གཞན་ལས་སྐྱེ་ཡོད་འདིར་ནི་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་དགོས། རྟོགས་ཀྱན་ཡང་ དག་བརྒྱན་པ་
མཐོང་བ་ཡིས། རྟོགས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཇིན་པར་འགྱུར། ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་
དེ་དེ་ཉིད་དེ། མཐོང་བ་བརྒྱན་པ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། མཐོང་བ་བརྒྱན་པའང་
རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དེ། རྟེན་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སྐྱོན་ལྡན་ལོ། སྐྱོན་ལྡན་དབང་
ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། རྟེན་པོ་ལེགས་ཀྱར་ཤེས་སྟོས་ལོག་པར་འདོད། གཞོད་པ་མེད་
པའི་དབང་པོ་དུག་རྣམས་ཀྱིས། གཟུང་བ་གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་ཏེ། འཇིག་
རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྟ་མ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག་མི་
ཤེས་གཉིད་ཀྱིས་རབ་བསྐྱེད་ཟུ་སྟེགས་ཅན། རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཇི་བཞིན་བརྟགས་ པ་
དང་། སྐྱེ་མ་སྟོག་རྒྱ་སོགས་ལ་བརྟགས་པ་གང་། རྟེན་པོ་འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་མེན་
ཉིད། མིག་ནི་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིས། རབ་རིབ་མེད་ཤེས་ལ་གཞོད་མེན་ཇི་

ལྟར། །དེ་བཞིན་ངི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པའི་སྒོས། །དྲི་མེད་སྒོ་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཏི་
ཐུག་རང་བཞིན་སྒྲིབ་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། །དེས་གང་བཅས་མ་བདེན་པར་སྤང་དེ་ནི། །ཀུན་
རྫོབ་བདེན་ཞེས་བྱུང་པ་དེས་གསུངས་ཏེ། །བཅས་མར་གྱུར་པའི་དངོས་ནི་ཀུན་རྫོབ་
དུའོ། །རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པའི། །དོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཟགས་
པ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་གང་དུ་མིག་དག་པས། །མཐོང་དེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདྲིར་ ཤེས་
ཀྱིས། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི། །འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་བས་འཕགས་
གཞན་གྱིས། །ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྒྲུན་པོ་ཚད་མར་རིགས་པའང་
མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་ཀུན་འཇིག་རྟེན་ཚད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་གཞོད་
པ་མེད། །འཇིག་རྟེན་དོན་ནི་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཉིད་ཀྱིས། །གལ་ཏེ་སེལ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱིས་
གཞོད་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ས་བོན་ཅམ་བཟབ་ནས། །བདག་གིས་བྱ་འདི་སྦྱང་ཅེས་
སྒྲ་བྱེད་ཅིང་། ཤིང་ཡང་བཙུགས་སོ་སྟམ་དུ་རྟོག་དེས་ན། །གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་ལས་
ཀྱང་མེད། །གང་ཕྱིར་སྟུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མིན། །དེ་ཕྱིར་སྟུག་ཆོ ས་བོན་ཞིག་པ་
མེད། །གང་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ཡང་། །སྟུག་ཆོ་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་
བྱ། །གལ་ཏེ་རང་གི་མཚན་ཉིད་བརྟེན་འགྱུར་ན། །དེ་ལ་སྐྱར་བས་དངོས་པོ་འཇིག་པའི་
ཕྱིར། །སྟོང་ཉིད་དངོས་པོ་འཇིག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན། །དེ་ནི་རིགས་མིན་དེ་ཕྱིར་དངོས་ཡོད་
མིན། །གང་ཕྱིར་ད་དོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་དབྱེད་ན། །དེ་ཉིད་བདག་ཅན་དངོས་ལས་ཚུ་རོལ་
དུ། །གནས་རྟེན་མ་ཡིན་དེ་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི། །ཐ་སྦྱང་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་མི་བྱ། །དེ་
ཉིད་སྐབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས། །བདག་དང་གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་རིགས་མིན་
པའི། །རིགས་དེས་ཐ་སྦྱང་དུ་ཡང་རིགས་མིན་པས། །ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱེ་བ་ག ང་གིས་ཡིན་པར་
འགྱུར། །དངོས་པོ་སྟོང་པ་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ། །ཆོགས་ལ་སྟོས་རྣམས་མ་གྲགས་པ་
ཡང་མིན། །ཇི་ལྟར་དེར་ནི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་ལས། །ཤེས་པ་དེ་ཡི་རྣམ་པ་སྦྱེ་འགྱུར་
ལྟར། །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །སྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་དུ་སྦྱེ་བར་

འགྱུར། བདེན་པ་གཉིས་སུའ ང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། འདྲ་དག་ཏུག་པ་མ་ཡིན་ཆད་
པའང་མིན། གང་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་མི་འགག་པ། འདྲ་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་མེད་ཀྱང་འདྲི་
རུས་ཕྱིར། ལ་ལར་ལས་འགགས་ཡུན་རིང་ལོན་ལས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་
རིག་པར་གྱིས། ཁྱི་ལམ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དག་མཐོང་ནས་ནི། སང་ཀྱང་སྒྲུན་ལ་ཆགས་པ་
སྐྱེ་འགྱུར་བ། འདྲ་བཞིན་འགགས་ཤིང་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་པའི། ལས་ལས་ཀྱང་ནི་འབྲས་
བུ་ཡོད་པ་ཡིན། རི་ལྷར་ཡུལ་ནི་ཡོད་ཉིད་མིན་མཚུངས་ཀྱང་། རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྒྲ་ཤད་
རྣམ་པར་ནི། མཐོང་གི་དངོས་གཞན་རྣམ་པར་མ་ཡིན་ལྟར། འདྲ་བཞིན་སྒྲིན་ལས་སྒྲར་སྒྲིན་
མིན་ཤེས་གྱིས། འདྲ་ཕྱིར་རྣམ་སྒྲིན་མི་དགོ་ནག་པོའི་ལས། རྣམ་སྒྲིན་དགོ་ཉིད་དགོ་ལས་ཡིན་
མཐོང་ཞིང་། དགོ་མི་དགོ་མེད་སྟོ་ཅན་ཐར་འགྱུར་ཏེ། ལས་འབྲས་རྣམས་ལ་སེམས་པའང་
དགག་པ་མཛད། ཀུན་གཞི་ཡོད་ཅིང་གང་ཟག་ཉིད་ཡོད་ལ། སྤང་བོ་འདྲི་དག་འབའ་ཞིག་
ཉིད་ཡོད་ཅེས། བཟླན་པ་འདྲི་ནི་ད་ལྟར་ཆེས་ཟབ་དོན། རིག་པར་མི་འགྱུར་དང་ཡི ན་དེ་
ལའོ། འཇིག་ཚོགས་ལྟར་དང་བྲལ་ཡང་སངས་རྒྱས་གྱིས། རི་ལྷར་ང་དང་ང་ཡི་བཟླན་པ་
ལྟར། འདྲ་བཞིན་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་མོད་ཀྱི། ཡོད་ཅེས་བྲང་དོན་ཉིད་དུ་བཟླན་
པ་ཡིན། གཟུང་བ་མེད་པར་འཛིན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། སྲིད་གསུམ་རྣམ་ཤེས་ཅན་དུ་རབ་
རྟོགས་པས། ཤེས་རབ་ལ་གནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ དཔའ་དེས། རྣམ་ཤེས་ཅན་དུ་དེ་ཉིད་
རྟོགས་པར་འགྱུར། རི་ལྷར་རྒྱང་གིས་བསྐྱལ་བས་རྒྱ་མཚོ་ནི། ཆེ་ལས་རྒྱ་རྒྱལ་འབྱུང་བ་དེ་
བཞིན་དུ། ཀུན་གྱི་ས་བོན་ཀུན་གཞི་ཞེས་བྱ་ལས། རང་གི་རུས་པས་རྣམ་ཤེས་ཅན་ཞིག་
འབྱུང་། འདྲ་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་གང་། དངོས་པོ་བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྒྱར་
འགྱུར་ཞིང་། བྱི་རོལ་གཟུང་བ་མེད་པར་འབྱུང་འགྱུར་ལ། ཡོད་དང་སྟོས་ཀུན་ཡུལ་མིན་
རང་བཞིན་ཡོད། བྱི་རོལ་མེད་སེམས་དཔེ་ནི་གང་དུ་ཡོད། ཁྱི་ལམ་རི་བཞིན་ཞེ་ན་དེ་
བསམ་བྱ། གང་ཆོང་ལ་ཁྱི་ལམ་ན་ཡང་སེམས། ཡོད་མིན་དེ་ཆོ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཡོད་
མིན། གལ་ཏེ་སང་ཆོ་ཁྱི་ལམ་དྲན་ལས་ཡིད། ཡོད་ན་བྱི་རོལ་ཡུལ་ཡང་དེ་བཞིན་

འགྱུར། རི་ལྷར་ཁྱོད་ཀྱི་ངས་མཐོང་སྐྱམ་བྱན་པ། རྟེན་འདྲ་བྱེ་རྩལ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། གཤམ་
ཏེ་གཉིད་ནང་མིག་སྒྲོ་མི་སྤྱོད་པས། ཡོད་མིན་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡོད། རྟེན་ཡི་རྣམ་པ་བྱེ་
རྩལ་ཉིད་དུ་ཞེན། ཁྱི་ལམ་རི་ལྷ་དེ་བཞིན་འདྲིར་འདོད་ན། རི་ལྷར་ཁྱོད་ཀྱི་བྱེ་ཡུལ་ཁྱི་ལམ་
དུ། མ་སྐྱེས་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱང་སྐྱེས་མ་ཡིན། མིག་དང་མིག་གི་ཡུལ་དང་དེས་སྐྱེད་
སེམས། གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་བརྟུན་པ་ཡིན། རྣ་སོགས་ལྷག་མ་གསུམ་པོ་འང་སྐྱེ་བ་
མེད། ཁྱི་ལམ་རི་ལྷ་དེ་བཞིན་སང་འདྲིར་ཡང་། རྟེན་རྣམས་བརྟུན་ཡིན་སེམས་དེ་ཡོད་མ་
ཡིན། སྐྱོད་ཡུལ་ མེད་ཅིང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་མེད། འདྲི་ན་རི་ལྷར་སང་བཞིན་རི་སྤྱོད་
དུ། མི་སང་དེ་སྤྱོད་དེ་ལ་གསུམ་པོ་ཡོད། སང་པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཆར་ཡོད་མིན་ལྷར། གཏི་
ལྷག་གཉིད་ཟད་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། རྟེན་པོ་རབ་རིབ་བཅས་པ་སྒྲོ་གང་གིས། རབ་རིབ་
མཐུ་ལས་སྐྱ་རྣམས་གང་མཐོང་བ། རྟེན་སྒྲོ་ལ་སྒྲོས་གཉིས་ཆར བདེན་པ་སྟེ། རྟོན་གསལ་
མཐོང་ལ་གཉིས་ཀའང་བརྟུན་པ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཤེས་བྱ་མེད་པར་སྒྲོ་ཡོད་ན། སྐྱོད་ཀྱི་ཡུལ་
དང་མིག་ནི་རྗེས་འབྲེལ་པའི། རབ་རིབ་མེད་ལའང་སྐྱ་ཤད་སྒྲོར་འགྱུར་ན། རྟེན་མ་ཡིན་
དེ་བྱུར་དེ་ཡོད་མིན། གང་བྱུར་མཐོང་བ་དག་ལ་སྒྲོ་བྱས་ནི། སྐྱོན་མེད་དེ་བྱུར་དེ་ལ་སྒྲོ་མི་
འགྱུར། ཤེས་བྱ་ཡོད་དངོས་བྲལ་བས་མིན་ཞེ་ན། རྣམ་དེ་མེད་པས་འདྲི་ནི་འགྲུབ་མ་
ཡིན། སྐྱེས་ལ་རྣམ་པ་སྤྱོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། མ་སྐྱེས་ངོ་བོ་ལ་ཡང་རྣམ་ཡོད་མིན། བྱུད་པར་
མེད་པར་བྱུད་པར་ཅན་ཡོད་མིན། མོ་གཤམ་བྱ་ལའང་དེ་ནི་ཡོད་པར་ཐལ། གཤམ་ཏེ་འབྱུང་
བར་འགྱུར་བས་བསྐྱད་འདོད་ན། རྣམ་པ་མེད་ པར་འདྲི་ཡི་འབྱུང་འགྱུར་མེད། སམ་ཚུན་
དོན་ལ་བརྟེན་པའི་འགྲུབ་པ་ནི། བྲུབ་མིན་ཉིད་ཅེས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། གཤམ་ཏེ་
འགགས་པའི་རྣམ་སྐྱོན་ལས་འགྱུར་ན། གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་བར་
འགྱུར། རྟུན་ཅན་རྣམས་དེར་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་ཡོད། རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱན་ལས་འབྱུང་
བར་འགྱུར། ག ལ་ཏེ་དེར་ནི་རྟུན་ཅན་ཐ་དད་ཀྱི། རྟེན་དག་ལ་རྟུན་ཐ་དད་མེད་དེའི་
བྱུར། ཉེས་མེད་ཅེ་ན་འདྲི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག ཐ་མི་དད་རྟུན་སྐབས་མི་རིགས་བྱུར་

རོ། །བྱམས་པ་ཉེར་སྤྲས་ལ་བརྟེན་ཆས་རྣམས་ནི། །གཞན་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་
མིན་ཏེ། །གང་དག་རང་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སོ་སོ་བ། །དེ་དག་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་པ་རིགས་མ་
ཡིན། །མིག་སྒོ་སྐྱེ་བ་རང་རྣམས་གང་ཞིག་ལས། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཀུན་ནས་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །རང་
གི་རྣམ་ཤེས་རྟེན་གྱི་རྣམ་དེ་ལ། །དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་མིག་གཅིས་བྱ་བར་རྟོགས། །འདི་ན་
དབང་པོ་ལས་བྱུང་རྣམ་པར་རིག་ཕྱི་གཟུང་མེད་པར་རང་གི་ས་བོན་ལས། །སྤྲོ་སོགས་སྤང་
ཉིད་འབྱུང་བར་མ་རྟོགས་ནས། །སྐྱེ་བོས་ཕྱི་རོལ་བབྱུང་བར་སེམས་ཁས་ལེན། །ཁྱི་ལམ་ན་ནི་
གཟུགས་དོན་གཞན་མེད་པར། །རང་རྣམས་སྤོན་ལས་དེ་ཡི་རྣམ་ཅན་སེམས། །འབྱུང་བ་ཇི་ལྟ་
དེ་བཞིན་སང་ལའང་འདིར། །ཕྱིར་རོལ་མེད་པར་ཡིད་ནི་ཡོད་ཅེ་ན། །ཇི་ལྟར་མིག་མེད་པར་
ནི་ཁྱི་ལམ་དུ། །སྤྲོ་སོགས་སྤང་བའི་ཡིད་སེམས་འབྱུང་དེ་ལྟར། །མིག་དབང་མེད་པར་རང་གི་
ས་བོན་ནི། །སྤོན་ལས་ལོང་བ་ལ་འདིར་ཅིས་མི་སྐྱེ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལྟར་ཁྱི་ལམ་དུག་པ་
ཡི། །རྣམ་པ་སྤོན་ཡོད་སང་པར་མེད་གྱུར་ན། །དུག་པའི་རྣམས་སྤོན་ཇི་ལྟ་འདིར་མེད་པ། །དེ་
ལྟར་ཁྱི་ཆོ་མེད་ཅེས་ཅིས་མི་རིགས། །ཇི་ལྟར་མིག་མེད་འདི་ཡི་རྒྱ་མིན་ལྟར། །ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་
གཉིད་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ཁྱི་ལམ་དུ་ཡང་དེ་དངོས་མིག་བརྒྱན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྟོགས་
པའི་རྒྱར་ཁས་སྤང་། །འདི་ཡིས་ལན་ནི་གང་དང་གང་བཏབ་པ། །དེ་དང་དེ་ནི་དམ་བཅའ་
མཚུངས་མཐོང་བས། །ཚོད་འདི་སེལ་བྱེད་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །འགར་ཡང་དངོས་པོ་
ཡོད་ཅེས་མ་བརྟན་ཏོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་སྤྲོ་མའི་མན་ངག་ལས། །ཀེང་རུས་ཀྱིས་གང་ས་
གཞི་མཐོང་བ་གང་། །དེར་ཡང་གསུམ་ཆར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མཐོང་། །ལོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
བརྟན་ཕྱིར་རོ། །ཁྱོད་ཀྱི་དབང་སྒོའི་ཡུལ་རྣམས་ཇི་ལྟ་བ། །དེ་ལྟར་མི་སྤྲུག་ཡིད་ཀྱི་ཡང་
འགྱུར་ན། །དེ་བཞིན་ཡུལ་དེར་སྒོ་གཏད་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་ས། །རྟོགས་འགྱུར་དེ་ནི་བརྒྱན་པར་
ཡང་མི་འགྱུར། །རབ་རིབ་དང་ལྷན་དབང་པོ་ཅན་མཚུངས་ལ། །ཁུ་འབབ་སྤྱང་ལ་ཡི་དྲགས་
རྣལ་སྒོ་ཡང་། །མདོར་ན་ཇི་ལྟར་ཤེས་བྱ་མེད་དེ་བཞིན། །སྒོ་ཡང་མེད་ཅེས་དོན་འདི་ཤེས་
པར་གྱིས། །གལ་ཏེ་གཟུང་མེད་འཛིན་པ་ཉིད་བྲལ་ཞིང་། །གཉེས་ཀྱིས་སྤོང་པའི་གཞན་

དབང་དངོས་ཡོད་ན། །འདི་ཡི་ཡོད་པ་གང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། །མ་བཟུང་བར་ཡང་ཡོད་
ཅེས་བྱར་མི་རུང་། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྤྱང་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཕྱི་དུས་དྲན་པ་ལས་
འགྱུར་ན། །མ་གྲུབ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བྱིར་བཞེད་པ་ཡི། །མ་གྲུབ་འདི་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་
མིན། །རང་རིག་པ་ནི་གྲུབ་ལ་རག་མོད་ཀྱི། །དེ་ །ལྟའང་དྲན་པའི་དྲན་པ་རིགས་མིན་
ཏེ། །གཞན་ཕྱིར་མ་ཤེས་རྒྱུ་ལ་སྦྱེས་པ་བཞིན། །གཏན་ཆོགས་འདིས་ནི་བྱད་པར་དག་ཀྱང་
འཛོམས། །གང་ཕྱིར་གང་གིས་ཡུལ་སྤྱང་གྱུར་དེ་ལས། །དྲན་པ་འདི་གཞན་ང་ལ་ཡོད་མིན་
པ། །དེ་ཕྱིར་ང་ཡིས་མཐོང་སྟམ་དྲན་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ཚུལ་ལྷགས་
ཡིན། །དེ་ །ཕྱིར་རང་རིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་གཞན་དབང་གང་གིས་འཛིན་པར་
འགྱུར། །བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པར་རིགས་མ་
ཡིན། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་མ་ཤེས་པའི། །བདག་ཅན་གཞན་དབང་ངོ་བོའི་དངོས་ཡོད་
ན། །གང་གིས་ན་འདི་ཡོད་པ་མི་རིགས་པ། །གཞན་ལ་མོ་གཤམ་བྱས་ག ། རོད་ཅི་ཞིག་
བསྐྱལ། །གང་ཆེ་གཞན་དབང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡི་རྒྱར་ནི་གང་ཞིག་
འགྱུར། །གཞན་གྱི་ལྟར་ན་རྫས་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་རྣམ་བཞག་ཀྱན་
ཀྱང་བཟླག་སྒོལ་དཔོན་སྤྱ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་ནི། །ཕྱི་རོལ་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་
དོ། །དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉི །ད་བདེན་ལས་ཉམས། །དེ་ལས་ཉམས་པས་ཐར་པ་འགྱུར་ཡོད་
མིན། །ཐ་སྙད་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། །དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུང་གྱུར་པ་
སྟེ། །དེ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལྷག་པས་ལམ་ངན་ལྷགས། །ཇི་
ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་དབང་དངོས་འདོད་ལྟར། །ཀྱན་རྫོབ་ཀྱང་ནི་བདག་གིས་ཁ ། ས་མ་
སྤངས། །འབྲས་ཕྱིར་འདི་དག་མེད་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས། །འཇིག་རྟེན་ངོར་བྱས་བདག་ནི་སྤྱ་
བར་བྱེད། །ཇི་ལྟར་སྤང་པོ་སྤངས་ནས་ཞིར་ལྷགས་པ། །དག་བཅོམ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མིན་དེ་
ལྟར། །འཇིག་རྟེན་ལ་ཡང་མེད་ན་དེ་བཞིན་འདི། །འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་བདག་མི་
སྤྱ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་འཇིག་རྟེན་མི །གཞོད་ན། །འཇིག་རྟེན་ཉིད་སྟོས་འདི་ནི་དགག་པར་

གྲིས། ཁྱོད་དང་འཇིག་རྟེན་འདིར་ནི་ཚད་གྲིས་དང་། བྱི་ནས་སྟོབས་ལྡན་བདག་གིས་
བརྟེན་པར་བྱ། མངོན་གྱུར་མངོན་སྟོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས། སྲིད་གསུམ་རྣམ་
ཤེས་ཚམ་དུ་གང་རྟོགས་པ། རྟག་བདག་བྱེད་པོ་བཀག་པ་རྟོགས་ཕྱིར་དེས། བྱེད་པ་པོ་ནི་
སེམས་ཚམ་ཡིན་པར་རྟོགས། འདྲི་ཕྱིར་སྟོ་ལྡན་སྟོ་ནི་འཕེལ་བྱའི་ཕྱིར། ལང་ཀར་གཤེགས་
མདོ་དེ་ལས་ཀྱན་མཁྱེན་གྲིས། ལྷ་སྟོགས་སྟོ་མཐོན་རི་འཛམས་ངག་རང་བཞིན། འདྲི་ཆེ་འདྲི་
ནི་དགོངས་པ་བཅད་ཕྱིར་གསུངས། རི་བཞིན་རང་གི་བསྟན་བཅས་དེ་དེ་ལས། ལྷ་སྟོགས་
རྣམས་གྲིས་གང་ཟག་སོགས་དེ་དག་སྤྲས་པ་དེ་དག་བྱེད་པོར་མ་གཟིགས་ནས། རྒྱལ་བས་
སེམས་ཚམ་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོར་གསུངས། འདྲི་ཉིད་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱས་བསྟན་ཅི་བཞིན། འདྲི་
བཞིན་སེམས་ཚམ་གཙོར་གྱུར་འཇིག་རྟེན་ལ། མདོ་ལས་སེམས་ཚམ་ཞེས་གསུངས་གཟུགས་
ནི་འདྲིར། འགོག་པ་དེ་ལྟར་མདོ་ཡི་དོན་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་འདྲི་དག་སེམས་ཚམ་ཞེས་མཁྱེན་
ནས། འདྲི་ལས་གཟུགས་ཉིད་དགག་པར་མཛད་ན་ནི། སྤྲུལ་ཡང་དེ་ལས་བདག་ཉིད་ཆེན་
པོས་སེམས། གཤི་ལྷག་ལས་ལས་སྟེས་པར་ཅི་ཕྱིར་གསུངས། སེམས་ཉིད་གྲིས་ནི་སེམས་ཅན་
འཇིག་རྟེན་དང་། སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཤིན་ཏུ་སྣ་ཚོགས་འགོད། འགྲོ་བ་མ་ལུས་ལས་ལས་
སྟེས་པར་གསུངས། སེམས་སྤངས་ནས་ནི་ལས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་གཟུགས་ཡོད་
མོད་ཀྱི་དེ་ལ་ནི། སེམས་བཞིན་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། འདྲི་ན་སེམས་ལས་གཞན་
པའི་བྱེད་པ་པོ། བསྟོན་གི་གཟུགས་ནི་བཀག་པ་མ་ཡིན་ནོ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དེ་ཉིད་ལ་
གནས་ལ། རྒྱང་པོ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཏེ་ལྷ་ཆར་ཡོད། འདྲི་ཉིད་ཡེ་ཤེས་འཆར་བར་འདོད་པ་
ན། རྒྱལ་འབྱོར་པ་ལ་དེ་ལྷ་འབྱུང་མི་འབྱུར། གཟུགས་མེད་ན་ནི་སེམས་ཡོད་མ་འཛིན་
ཅིག་སེམས་ཡོད་འདྲི་ནའང་གཟུགས་མེད་མ་འཛིན་ཅིག་འདྲི་དག་ཤེས་རབ་ཚུལ་མདོར་
སངས་རྒྱས་གྲིས། མཚུངས་པར་སྤངས་ཤིང་མངོན་པའི་ཆོས་ལས་གསུངས། བདེན་གཉིས་
རིམ་པ་འདྲི་དག་བཤེག་ནས་ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་ནི་བཀག་པས་འབྱུང་བ་མི་འབྱུར། འདྲི་ཕྱིར་
དེ་ལྟའི་རིམ་པས་དངོས་གདོད་ནས། འདྲི་ཉིད་མ་སྟེས་འཇིག་རྟེན་སྟེས་རིག་བྱ། མདོ་སྟེ་གང་

ལས་ཕྱི་རྒྱལ་སྤང་ཡོད་མིན། ཁེམས་ནི་སྤྲོ་ཚོགས་སྤང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ། གཞུགས་ལ་ཤིན་
ཏུ་ཆགས་གང་དེ་དག་ལ། གཞུགས་བསྐྱོག་པ་སྟེ་དེ་ཡང་དྲང་དོན་ཉིད། འདི་ནི་སྟོན་པས་
དྲང་དོན་ཉིད་གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་དྲང་དོན་ཉིད་དུ་རིགས་པས་འཐད། རྣམ་པ་དེ་ལྟའི་
མདོ་སྡེ་གཞན་ཡང་ནི། དྲང་དོན་ཉིད་དུ་ལྷང་འདིས་གསལ་བར་བྱེད། ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་
པ་བསལ་བ་ནི། བདེ་སྐྱབས་རྟེན་ཅེས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་
པ་བཀག་འགྲུབ་པས། འདྲ་པོར་ཤེས་བྱ་དག་གི་མཛད་པ་ཡིན། འདྲ་ལྟར་ལྷང་གི་ལོ་རྒྱུས་
ཤེས་བྱས་ཏེ། མདོ་གང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་བཤད་དོན་ཅན། དྲང་དོན་གསུངས་པའང་རྟོགས་
ནས་དྲང་བྱ་ཞིང་། སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་ངེས་དོན་ཤེས་པར་གྱིས། གཉིས་ལས་སྦྱེ་བའང་
རིགས་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་གང་གི་ཕྱིར། བཤད་ཟིན་ཉེས་པ་དེ་དག་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་ཡིན་
ཕྱིར་རོ། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་མིན་དེ་ཉིད་དུ་ཡང་འདོད་མིན་ཏེ། གང་ཕྱིར་རེ་རེ་ལས་
ནི་སྦྱེ་བ་འགྲུབ་པ་ཡོད་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ཁོ་ནར་སྦྱེ་བར་ལྟ་ཞིག་འགྱུར་ན་ནི། འདྲ་ཆོ་
མཐའ་དག་རྟོག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་སྦྱེ་འགྱུར་ཞིང་། འབྲས་འབྱུང་ཆེད་དུ་འཇིག་རྟེན་
འདི་ཡིས་བོན་ལ་སོགས་ནི། བརྒྱ་ཕྱག་དག་གི་སྒོ་ནས་སྤྱད་པར་བྱེད་པར་ཡང་མི་
འགྱུར། གལ་ཏེ་འགོ་བརྒྱུ་ཡིས་སྟོང་པར་གྱུར་ན་ནམ་མཁའ་ཡི། བྱུང་ལ་ཡི་དྲི་མདོག་ཇི་
བཞིན་གཞུང་དུ་མེད་ཉིད་ན། ཤིན་ཏུ་ཆེས་བཀྲའི་འཇིག་རྟེན་འཇིན་པའང་ཡིན་པ་དེ་ཡི་
ཕྱིར། འདྲ་གི་སྒོ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་རྒྱ་ལས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་གྱིས། འབྱུང་བ་དེ་དག་
བདག་ཉིད་གང་ཞིག་གིས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོའི། ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་མ་
ཡིན་ན། གང་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྤྲོ་བ་འཕྱག་པོ་འདི་ཉིད་དུ་ཡོད་པ། འདྲ་ཆོ་ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་
པ་རོལ་ཡང་དག་རྟོགས་པར་འགྱུར། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་
བདག་ཉིད་ནི། ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ཏུ་ལྟ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། འདྲ་ཆོ་ལྟ་བུ་
རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལུས་དང་ལྡན་ཉིད་ཕྱིར། གང་ཆོ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཉིད་
ལས་ལེན་དེ་ཆོ་བཞིན། འབྱུང་བ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་ཡོད་མིན་དེ་ལྟར་བཤད་ཟིན་ཏེ། གང་གི་

ཕྱིར་ན་གོང་དུ་རང་གཞན་ལས་དང་གཉིས་ཀ་ལས། སྐྱེ་དང་རྒྱ་མེད་ཐུན་མོང་དུ་ནི་བཀག་
ཟེན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །མ་བཤད་འབྱུང་བ་འདི་དག་ལྟ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ན་
བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་དང་། །རྒྱ་ལ་མ་སྟོས་ཡོད་པ་མིན་པས་དངོས་
རྒྱུ་མས་རང་བཞིན་བྲལ། །གང་གིས་སྤྲིན་ཚོགས་དང་མཚུངས་གཏི་ཐུག་སྤྲུག་པོ་འཇིག་རྟེན་
ལ། །ཡོད་པ་དེས་ ན་ཡུལ་རྒྱུ་མས་ལོག་པ་དག་ཏུ་སྒྲུང་བར་འགྱུར། །ཇི་ལྟར་རབ་རིབ་མཐུ་
ཡིས་འགའ་ཞིག་སྐྱེ་ཤད་ཟླ་གཉིས་དང་། །མ་ཕྱེ་མདོངས་དང་སྒྲུང་མ་ལ་སོགས་ལོག་པར་
འཇིན་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གཏི་ཐུག་སྤྲིན་གྱི་དབང་གིས་མི་མཁས་པས། །འདུས་བྱས་ལྟ་
ཞིག་སྤྲིན་ཚོགས་སྟོ་གོས་ཀྱིས་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཏི་ཐུག་བརྟེན་ནས་ལས་འབྱུང་
གཏི་ཐུག་མེད་པར་དེ། །མི་འབྱུང་ཞེས་བྱར་མི་མཁས་ཁོ་ནས་རྟོགས་པར་གོར་མ་ཆག་སྟོ་
བཟང་ཉི་མས་ཐུན་པ་སྤྲུག་པོ་རྒྱུ་མ་པར་བསལ་བ་ཡི། །མཁས་པ་དག་ནི་སྟོང་ཉིད་ཁོང་དུ་
ཐུད་ཅིང་གོལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དངོས་རྒྱུ་མས་དེ་ཉིད་དུ་མེད་ན། །ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མ་
གཤམ་བྱ་ཇི་བཞིན། །དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་འགྱུར་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་
ཡོད་པ་ཉིད། །གང་དག་རབ་རིབ་ཅན་སོགས་ཡུལ་འགྱུར་བ། །སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་དེ་དག་མ་
སྐྱེས་པས། །རེ་ཞིག་དེ་དག་ཉིད་ལ་བཅད་བྱ་སྟེ། །ཕྱི་ནས་མ་རིག་རབ་རིབ་རྗེས་འབྲེལ་
ལའོ། །གལ་ཏེ་མི་ལམ་དྲི་ཟེའི་གོང་བྱེད་བཅས། །སྤྲིན་རྒྱ འི་ཐུ་དང་མིག་འཕྲུལ་གཟུགས་
བརྟན་སོགས། །སྐྱེ་མེད་མཐོང་ན་ཡོད་ཉིད་མིན་མཚུངས་ཀྱང་། །སྟོང་ལ་ཇི་ལྟར་དེར་འགྱུར་
དེ་མི་རིགས། །དེ་ཉིད་དུ་འདི་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་མེད་ཀྱང་། །མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་
གྱི། །མཐོང་བའི་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་འདི་མ་དེས་པའོ། །མོ་གཤམ་
བྱ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་དུ་མེད་འཇིག་རྟེན་དུ་འདྲ་། །ཡོད་མིན་དེ་
བཞིན་དངོས་འདི་ཀུན་ངོ་བོ། །ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་དུ་མ་སྐྱེས། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་
སྟོན་པས་ཚོས་རྒྱུ་མས་ཀུན། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྐྱེ་བྲལ་རང་བཞིན་གྱིས། །ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་
འདས་པ་གསུངས་གྱུར་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །བྱམ་སོགས་འདི་དག་དེ་

ཉིད་དུ་མེད་ཅིང་། །འཇིག་རྟེན་རབ་ཏུ་གྲགས་པར་ཡོད་ཅི་བཞིན། །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་
ཐམས་ཅད་འགྱུར་བས་ན། །མོ་གཤམ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་མི་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་རྒྱ་
མེད་པ་དང་དབང་ཕྱུག་གི། རྒྱ་ལ་སོགས་དང་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་ས། །དངོས་རྣམས་
སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་
བརྟེན་ནས་རབ་འབྱུང་བས། །རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་མི་རུས་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་
རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་བུ་དུ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། །རྟོག་རྣམས་དངོས་པོ་
ཡོད་ན་འགྱུར་བ་སྟེ། །དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་མེད་པར་ཡོངས་དབྱུང་བྱེད། །དངོས་པོ་མེད་པར་
འདི་རྣམས་མི་འབྱུང་དཔེར། །བྱུང་གིང་མེད་པར་མེ་ཡོད་མིན་དེ་བཞིན། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ནི་རྟོག་པས་བཅིངས། །མི་རྟོག་རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་གྲོལ་འགྱུར་བས། །རྟོག་རྣམས་ལོག་
པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་དེ། །རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་འབྲས་ བྱུར་མཁས་རྣམས་གསུང་། །བསྟན་
བཅོས་ལས་དབྱུང་ཚྩོད་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར། །མ་མཇད་རྣམ་གྲོལ་ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་
བསྟན། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་པ་ན། །གཞན་གཞུང་འཇིག་པར་འགྱུར་ན་ཉེས་པ་
མེད། །རང་གི་ལྟ་ལ་ཆགས་དང་དེ་བཞིན་དུ། །གཞན་གྱི་ལྟ་ལ་འབྲུག་གང་རྟོག་པ་ཉིད། །དེ་
ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཁོང་སྟོ་རྣམ་བསལ་ཏེ། །རྣམ་དཔྱད་པ་ནི་ལྟར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་
མོངས་སྐྱོན་རྣམས་མ་ལུས་འཇིག་ཚོགས་ལ། །ལྟ་ལས་བྱུང་བར་སྟོ་ཡིས་མཐོང་གྱུར་
ཞིང་། །བདག་ནི་འདི་ཡི་ཡུལ་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་
བྱེད། །ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་མུ །སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་
བརྟགས། །དེའི་དབྱེ་བྱང་བྱང་བྱང་ལ་བརྟེན་ནས། །མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ལུགས་ནི་ཐ་
དད་འགྱུར། །མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་སྐྱེ་བ་དང་བལ་ཕྱིར། །དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་མིན་
ཞིང་། །འདི་ནི་དར་འཇིན་རྟེན་དུ་འང་མི་རིགས་ལ། །འདི་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཡོད་མི་
འདོད། །གང་ཕྱིར་བསྟན་ ན་བཅོས་བསྟན་བཅོས་ལས་དེའི་བྱུང་། །མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་གང་
བསྟན་དེ་ཀུན་ལ། །རང་གྲགས་མ་སྐྱེས་གཏན་ཚོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ། །དེ་ཕྱིར་དེ་བྱུང་ཀུན་

ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་མེད་དེ། །སྤང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཛིན་
མ་གྲུབ་ཕྱིར། །འཇིག་རྟེན་ངར་འཛིན་སྒྲོ་ཡི་རྟེན་དུ་ཡང་། །མི འདོད་དེ་རིག་མིན་པའང་
བདག་ལྟའི་ཕྱིར། །གང་དག་དུད་འགོ་བསྐལ་མང་བརྒྱལ་གྱུར་པ། །དེས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་རྟག་
འདི་མ་མཐོང་ལ། །ངར་འཛིན་དེ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་མཐོང་སྟེ། །དེས་ན་སྤང་པོ་ལས་གཞན་
བདག་འགའ་མེད། །སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་གྲུབ་མེད་པའི་ཕྱིར། །བདག་ལྟའི་དམིགས་པ་
སྤང་པོ་ཁོ་ནའོ། །ཁ་ཅིག་བདག་ལྟའི་རྟེན་དུ་སྤང་པོ་ནི། །ཐུ་ཆར་ཡང་འདོད་ཁ་ཅིག་སེམས་
གཅིག་འདོད། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ན་དེ་ཕྱིར་དེ། །མང་བས་བདག་དེ་དག་ཀྱང་མང་བར་
འགྱུར། །བདག་ནི་རྩལ་སྤྱའགྱུར་ཞིང་དེར་ལྟ་བུ། །རྩལ་ལ་འཇུག་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་
འགྱུར། །ལྷ་ངན་འདས་ཆོ་ངེས་པར་བདག་ཆད་འགྱུར། །ལྷ་ངན་འདས་སྒྲོན་སྐ ང་ཅིག་དག་
ལ་ནི། །སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པོ་མེད་པས་དེ་འབྲས་མེད། །གཞན་གྱིས་བསགས་ལ་གཞན་གྱིས་བ་
བར་འགྱུར། །དེ་ཉིད་དུ་རྒྱད་ཡོད་ན་སྒྲོན་མེད་ན། །ཐུར་རྣམ་དཔུང་ཆོ་རྒྱད་ལ་ཉེས་བཤད་
བྱེན། །དེ་ཕྱིར་སྤང་པོ་དང་སེམས་བདག་མི་རིགས། །འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཐུན་ལ་སོགས་མེད་
ཕྱིར་རོ། །ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ལ། །དེ་ཆོ་ངེས་པར་དངོས་རྣམས་མེད་
པར་འགྱུར། །རྟག་བདག་སྤངས་ན་དེ་ཆོ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སམ་སྤང་པོ་བདག་མི་
འགྱུར། །ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་
མི་འགྱུར་ཞིང་། །གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་སོགས། །སྐྱེ་འགྱུར་དེ་ཡི་
ངོ་བོ་རྟོགས་མེད་ཕྱིར། །གང་ཕྱིར་སྒྲོན་པས་སྤང་པོ་བདག་གོ་ཞེས། །གསུངས་པ་དེ་ཕྱིར་སྤང་
པོ་བདག་འདོད་ན། །དེ་ནི་སྤང་ལས་གཞན་བདག་འགོག་པ་སྟེ། །གཟུགས་བདག་མིན་སོགས་
མདོ་གཞན་གསུངས་ཕྱིར་རོ། །གང་ཕྱིར་གཟུགས་ཆོར་བདག་མིན་པ་འདུ་ཤེས་ཀྱང་། །མ་
ཡིན་འདུ་བྱེད་རྣམས་མིན་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་། །མིན་པར་མདོ་གཞན་ལས་གསུངས་དེ་ཡི་
ཕྱིར། །མདོར་བསྟན་སྤང་པོ་བདག་ཅས་བཞེད་མ་ཡིན། །སྤང་པོ་བདག་ཅས་བཟོད་ཆོ་སྤང་
རྣམས་ཀྱི། །ཆོགས་པ་ཡིན་གྱི་སྤང་པོའི་ངོ་བོ་མིན། །མགོན་མིན་འདུལ་བའམ་དབང་པོ་ཉིད་

ཀྱང་མེན། །དེ་མེད་ཕྱིར་དེ་ཚྲིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཆོ་དེ་ཡི་ ཡན་ལག་ཚྲིགས་གནས་
རྒྱུ་ཤིང་ཏྱ་ཉིད་འགྱུར་ཤིང་ཏྱ་དང་བདག་མཚུངས། །མདོ་ལས་ཕྱང་པོ་བརྟེན་ནས་
ཡིན་གསུངས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་འདུས་ཅམ་བདག་མ་ཡིན། །དབྱིབས་ཤེ་ན་དེ་གཟུགས་
ཅན་ལ་ཡོད་ཕྱིར། །ཁྱོད་ལ་དེ་དག་ཉིད་བདག་ཅེས་འགྱུར་གྱི། །སེམས་སོགས་ཚྲིགས་ནི་
བདག་ཉིད་འགྱུར་མིན་ཏེ། །གང་ཕྱིར་ དེ་དག་ལ་དབྱིབས་ཡོད་མ་ཡིན། །ལེན་པོ་རང་ཉིད་
ལེན་གཅིག་རིགས་དངོས་མེན། །དེ་ལྟ་ན་ལས་བྱེད་པོ་གཅིག་ཉིད་འགྱུར། །བྱེད་པོ་མེད་ལས་
ཡོད་ལྟམ་སྟོ་ཡིན་ན། །མ་ཡིན་གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ལས་མེད། །གང་ཕྱིར་སྤྱབ་པས་བདག་
དེ་ས་ཁྱ་མེ། །རྒྱང་དང་རྒྱམ་ཤེས་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ། །ཁམས་དྲུག་དང་ནི་མིག་ སོགས་
རིག་པ་ཡི། །རྟེན་དྲུག་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིད་བརྟེན་ཞིང་། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཚོས་
རྒྱུ་ཉིད་བཟུང་ནས། །དེས་གསུངས་དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་རྒྱུས་དང་། །དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ཚྲིགས་
ཅམ་ཉིད་མིན་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་ངར་འཛིན་སྟོ་དེ་རྒྱུས་ལ་མེན། །བདག་མེད་རྟོགས་ཆོ་རྟག་པའི་
བདག་སྟོང་ཞིང་། །འདི་ནི་ང་ར་འཛིན་རྟེན་དུའང་མི་འདོད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་ཤེས་
པས་བདག་ཏྱ་བ། །དབྱིས་ཀྱང་འབྱེན་ཞེས་སྟོ་བ་ཤིན་ཏུ་མཚར། །རང་བྱིམ་ཅིག་ཕྱག་སྟུལ་
གནས་མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་ན་སྤང་ཆེན་མེད་ཅེས་དོགས་བསལ་ཏེ། །སྟུལ་གྱི་འཇིགས་
པའང་སྟོང་བར་བྱེད་པ་ནི། །ཀྱེ་མ་གཞན་གྱི་གནམ་པོར་འགྱུར་ཉིད་དོ། །ཕྱང་པོར་བདག་
ཡོད་མ་ཡིན་བདག་ལ་ཡང་། །ཕྱང་པོ་དེ་རྒྱུས་ཡོད་མིན་གང་ཕྱིར་འདིར། །གཞན་ཉིད་
ཡོད་ན་རྟོག་པ་འདིར་འགྱུར་ན། །གཞན་ཉིད་དེ་མེད་དེ་ཕྱིར་འདི་རྟོག་པའོ། །བདག་ནི་
གཟུགས་ལྡན་མི་འདོད་གང་ཕྱིར་བདག་ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ལྡན་དོན་སྦྱར་བ་མེད། །གཞན་
ན་གནག་ལྡན་གཞན་མིན་གཟུགས་ལྡན་ན། །བདག་ནི་གཟུགས་ལས་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་
མེད། །གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་བདག་ནི་གཟུགས་ལྡན་མིན། །གཟུགས་ལ་བདག་མེད་བདག་
ལའང་གཟུགས་ཡོད་མིན། །དེ་ལྟར་རྒྱམ་བཞིར་ཕྱང་ཀུན་ཤེས་བྱ་སྟེ། །དེ་དག་བདག་ཏུ་ཏྱ་བ་
ནི་ཤུར་འདོད། །ལྟ་རི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྟོ་རྩེ་ཡིས། །བཙམ་བདག་གང་དང་ལྟན་ཅིག་

འཇིག་འགྱུར་པ། འཇིག་ཚྲིག་སྒྲིལ་ལྟ་བུ་གནས་པ། རྩི་མོ་མཐོ་བར་གྱུར་པ་འདི་
དག་གོ། །ཁ་ཅིག་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་རྟག་མི་རྟག་ལ་སྟགས་བརྗོད་མེད་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་
འདོད། རྣམ་ཤེས་བྱུག་གི་ཤེས་བྱར་དེ་འདོད་ཅིང་། རྟེན་ཅིང་ར་འཛིན་གཞིར་ཡང་འདོད་པ་
ཡིན། གང་ཕྱིར་གཟུགས་ལས་སེམས་བརྗོད་མེད་མི་རྟོགས། རྟོགས་ཡོད་བརྗོད་མེད་རྟོགས་
པ་མ་ཡིན་ཉིད། གཤམ་ཏེ་བདག་འགའ་དངོས་པོར་གྱུབ་གྱུར་ན། སེམས་ལྟར་གྱུབ་དངོས་
བརྗོད་དུ་མེད་མི་འགྱུར། གང་ཕྱིར་ཁྱོད་བྱམ་དངོས་པོར་མ་གྱུབ་པའི། རྩི་བོ་གཟུགས་
སྟགས་ལས་བརྗོད་མེད་འགྱུར་བས། བདག་གང་ཕྱང་པོ་ལས་བརྗོད་མེད་འགྱུར་ཏེ། རང་
གིས་ཡོད་པར་གྱུབ་པར་རྟོགས་མི་བྱ། ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་བདག་ལས་གཞན་ནི། མི་
འདོད་གཟུགས་སྟགས་ལས་གཞན་དངོས་འདོད་ཅིང་། རྟོགས་ལ་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་མཐོང་
འགྱུར་བ། རྟེན་ཕྱིར་བདག་མེད་དངོས་ཚོས་དང་བྲལ་ཕྱིར། རྟེན་ཕྱིར་ར་འཛིན་རྟེན་ནི་
དངོས་པོ་མིན། ཕྱང་ལས་གཞན་མིན་ཕྱང་པོའི་ངོ་བོ་མིན། སྤྱི་བོ་རྟེན་མིན་འདི་ནི་དེ་
ལྟར་མིན། འདི་ནི་ཕྱང་པོ་རྣམས་བརྟེན་འགྱུབ་པར་འགྱུར། ཤིང་རྟ་རང་ཡན་ལག་ལས་
གཞན་འདོད་མིན། གཞན་མིན་མ་ཡིན་དེ་ལྟར་ཡང་མིན་ཞིང་། ཡན་ལག་ལ་མིན་ཡན་
ལག་དག་དེར་མིན། འདུས་པ་ཙམ་མིན་དབྱིབས་མིན་ཇི་བཞིན་ནོ། གཤམ་ཏེ་ཚྲིག་ཙམ་
ཤིང་རྟར་འགྱུར་ན་ནི། སེམས་བྱུར་གནས་ལ་ཤིང་རྟ་ཉིད་ཡོད་འགྱུར། གང་ཕྱིར་ཡན་ལག་
ཅན་མེད་ཡན་ལག་དག་མེད་པས་དབྱིབས་ཙམ་ཤིང་རྟར་རིགས་པའང་མིན། ཁྱོད་
དབྱིབས་ཡན་ལག་རེ་རེ་ལྟར་ཡོད་གྱུར། ཇི་བཞིན་ཤིང་རྟར་གཏོགས་ལའང་དེ་བཞིན་
ནོ། རྩི་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་ཇི་ལྟར། རྟེན་ཕྱིར་ཡང་ནི་ཤིང་རྟ་ཡོད་མ་ཡིན། རྟ་ལྟ་གཤམ་ཏེ་
ཤིང་རྟ་ཉིད་དུས་འདིར། འཕང་ལོ་སྟགས་ལ་དབྱིབས་ཐ་དད་ཡོད་ན། འདི་གཟུང་འགྱུར་
ན་དེ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། རྟེན་ཕྱིར་དབྱིབས་ཙམ་ཤིང་རྟར་ཡོད་མ་ཡིན། གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་
ཚྲིག་པ་ཅང་མེད་པས། དབྱིབས་དེ་ཡན་ལག་ཚྲིག་ཀྱི་མ་ཡིན་ན། གང་ཞིག་ཅི་ཡང་མ་
ཡིན་དེ་བརྟེན་ནས། འདིར་ནི་དབྱིབས་སུ་ལྟ་ཞིག་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ཁྱོད་ཀྱི་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་

འདོད་དེ་ལྟར། ཁི་བདེན་པ་ཡི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །འབྲས་བུའི་རྣམ་པ་མི་བདེན་རང་
བཞིན་ཅན། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་སྐྱེ་བར་ཤེས་པར་གྱིས། །འདིས་ནི་གཟུགས་སོགས་དེ་ལྟར་
གནས་རྣམས་ལ། །བྱམ་སྟོ་ཞེས་བྱའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཉིད། །སྐྱེ་བ་མེད་པས་གཟུགས་
སོགས་ཀྱང་ཡོད་མིན། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ཡང་དེ་དག་དབྱིབས་མི་རིགས། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འམ་
འཇིག་རྟེན་དུ། །རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་འགྲུབ་འགྱུར་མིན་མོད་ཀྱི། །རྣམ་དབྱུང་མེད་པར་
འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་འདིར། །རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་ཡན་
ལག་ཅན་དེ་ཆ་ཤས་ཅན། །ཤིང་རྩ་དེ་ཉིད་བྱེད་པོ་ཞེས་འགྱུར་བསྟན། །སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ལེན་
པོ་ཉིད་དུ་འགྲུབ། །འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་མ་བརྒྱུ་ཅིག །རྣམ་བདུན་གྱིས་མེད་
གང་དེ་ཇི་ལྟ་བུར། །ཡོད་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་པས་འདིའི་ཡོད་མི་རྟེན། །དེས་དེ་ཉིད་ལའང་བདེ་
སྒྲག་འཇུག་འགྱུར་བས། །འདིར་དེའི་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་འདོད་པར་བྱ། །ཤིང་རྩ་ ཡོད་ཉིད་
མིན་ན་དེ་ཡི་ཚོ། །ཡན་ལག་ཅན་མེད་དེའི་ཡན་ལག་ཀྱང་མེད། །ཤིང་རྩ་ཚོག་ན་ཡན་ལག་
མེད་དཔེ་བཞིན། །སྟོ་མེས་ཡན་ལག་ཅན་བསྐྱེགས་ཡན་ལག་གོ། །དེ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་
གྲགས་པས་བྱང་པོ་དང་། །ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་སྐྱེ་མཆེད་བྱས་བརྟེན་ནས། །བདག་ཀྱང་ཉེ་
བར་ལེན་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཉེར་ལེན་ལས་ཡིན་འདི་ནི་བྱེད་པོའང་ཡིན། །དངོས་ཡོད་མིན་
ཕྱིར་འདི་ནི་བརྟན་མིན་ཞིང་། །ཁི་བརྟན་ཉིད་མིན་འདི་ནི་སྐྱེ་འཇིག་མིན། །འདི་ལ་རྟག་པ་
ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །ཡོད་མིན་དེ་ཉིད་དང་ནི་གཞན་ཉིད་མིན། །གང་ཕྱིར་རྟག་དུ་འགྲོ་
རྣམས་ངར་འཛིན་སྟོ། །རབ་དུ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཡི་གང་ཡིན་དེར། །ང་ཡིར་འཛིན་སྟོ འབྱུང་
བའི་བདག་དེ་ནི། །མ་བརྟགས་གྲགས་པར་གཏི་ཐུག་ལས་ཡིན་ནོ། །གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་
ཅན་ལས་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བདག་མེད་པར་ཡོད་མིན། །དེ་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་
གི་སྟོང་ལྟ་ཞིང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། །བྱམ་པ་སྦྲུལ་བུ་རེ་ལྟེ་དམག་
དང་ནགས་ཚལ་བྲེང་བ་སྟོན་ཤིང་དང་། །ཁང་བྱིས་ཤིང་རྩ་ཕྱན་དང་འགོན་གནས་ལ་
སོགས་དངོས་རྣམས་གང་དག་དང་། །དེ་བཞིན་གང་དག་སྟོན་ནས་སྐྱེ་འདིས་བསྟན་པ་དེ་

ནམས་རྟོགས་བྱ་སྟེ། གང་ཕྱིར་ཐུབ་དབང་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལྷན་ཅིག་ཚུད་མི་མཛད་ཕྱིར་
རོ། །ཡན་ལག་ཡོན་ཏན་འདོད་ཆགས་མཚན་ཉིད་དང་ནི་བྱད་ཤིང་ལ་སོགས་དང་། །ཡོན་
ཏན་ཅན་ཡན་ལག་ཅན་ཆགས་དང་མཚན་གཞི་མེ་ལ་སོགས་དོན་དག། དེ་ནམས་ཤིང་རྟེན་
ནམ་དབྱུང་བྱས་པས་ནམ་བདུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པར་འཇིག་
རྟེན་གྲགས་པའི་སྒོ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་རྒྱ་ཡིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྐྱེད་དེ་ལྟ་ན་དེ་རྒྱ་
ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་ན་ནི་དེ་མེད་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། འབྲས་བུ་ཡང་
ནི་རྒྱ་ཡོད་གྱུར་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། གང་ལས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ལས་
སྤར་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་སྒྲོས། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་སྤང་ནས་འབྲས་སྐྱེད་བྱེད་ན་དེ་ཡི་
ཆོ། དེ་དག་རྣམས་པ་གཅིག་པས་སྐྱེད་བྱེད་འབྲས་བུ་ཐ་དད་མེད་འགྱུར་ཞིང་། ཁོ་སོར་ན་ནི་
རྒྱ་འདི་རྒྱ་མིན་ནམས་དང་ཁྱད་པར་མེད་འགྱུར་ལ། གཞིས་པོ་འདི་དག་སྤངས་ནས་རྟོག་
པ་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དེ་
ཕྱིར་འབྲས། ཞེས་བྱ་ཡོད་མེན་འབྲས་བུ་ལ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་འགྱུར་ཡོད་པའང་མིན། གང་
ཕྱིར་འདི་དག་གཞིས་ཆར་ཡང་ནི་རྒྱ་མ་དང་འདྲ་དེ་ཡི་ཕྱིར། བདག་ལ་སྒྲོན་དུ་མི་འགྱུར་
འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱང་ཡོད། སྐུན་འབྱེན་འདིས་སྐུན་དབྱུང་བྱ་སྤང་ནས་
འབྱེན་ནམ་མ་སྤང་པར། ཡིན་ཞེས་ཉེས་པ་འདིར་ནི་ཁྱོད་ལའང་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་
ནམ། གང་ཆོ་དེ་སྐད་སྒྲ་ཞིང་རང་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ ནམ་འཛམས་པ། དེ་ཆོ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐུན་
དབྱུང་སྐུན་ནི་འབྱེན་པར་རྣམས་མ་ཡིན། གང་ཕྱིར་རང་གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་
ལྷག་ཆོད་ཀྱིས། རིགས་པ་མེད་པར་དངོས་མཐའ་དག་ལ་སྐྱུར་འདེབས་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཁྱོད་ནི་
སྐྱེ་བོ་དམ་པས་བཞེད་མི་འགྱུར་ཞིང་གང་གི་ཕྱིར། ཁྱོད་ལ་རང་ཕྱོགས་མེད་པས་སྐུན་ཅི་
ཕྱིན་དུ་སྒྲོལ་བའང་ཡིན། སྐུན་འབྱེན་པས་སྐུན་དབྱུང་བྱ་མ་སྤང་སྐུན་ནི་འབྱེན་བྱེད་
དམ། འོན་ཏེ་སྤང་ནས་ཡིན་ཞེས་སྒྲས་ཟེན་ཉེས་པ་འདིར་གང་ལ། དེས་པར་ཕྱོགས་ཡོད་དེ་
ལ་འགྱུར་གྱི་བདག་ལ་ཕྱོགས་འདི་ནི། །ཡོད་པ་མིན་པས་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་སྤང་མ་

ཡིན། རི་ལྷར་ཁྱེད་ཀྱིས་ཉི་མའི་དགྱེས་ འཁོར་ལ་ཡོད་ཁྱད་པར་རྣམས། གཟུགས་བརྟན་ལ་
ཡང་གཟས་བབྱང་ལ་སོགས་རྣམས་ཆོ་མཐོང་འགྱུར་ལ། ཉི་མ་དང་ནི་གཟུགས་བརྟན་རྣམ་
པར་སྤང་དང་མ་སྤང་པར། མི་རིགས་མོད་ཀྱི་བརྟེན་ནས་ཐ་སྦད་ཅམ་ཞིག་འབྱུང་འགྱུར་
ཞིང་། མི་བདེན་བཞིན་དུ་འང་རང་གི་བྱད་བཞིན་མཛེས་པར་བསྐྱབ་བྱའི་ཕྱིར། རྟེན་ཡོད་
པ་རི་ལྷར་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་ཤེས་རབ་གདོད། སྤྱང་པར་བྱ་ལ་རུས་པ་མཐོང་བར་
འགྱུར་བའི་གཏན་ཆོགས་ནི། འཐད་པ་དང་བྲལ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་ཞེས་ཤེས་པར་
བྱ། གལ་ཏེ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བྱེད་གཏན་ཆོགས་དངོས་གྲུབ་དང་། དངོས་སུ་གོ་བྱ་ཉིད་
འགྱུར་བསྐྱབ་བྱའི་ངོ་བོ་འང་ཡོད་ཀྱུར་ན། སྤང་ བ་ལ་སོགས་རིགས་པ་ཉི་བར་སྦྱར་བར་
འགྱུར་ཞིག་ན། རྟེན་ཡོད་པ་མིན་པས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡི་ཆད་འབའ་ཞིག་ཡིན། དངོས་རྣམས་
མཐའ་དག་དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་པར་ནི། རུས་པར་ཆེས་སླ་རི་ལྷ་དེ་ལྷར་
རང་བཞིན་གཞན་དག་ལ། ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བདེ་སྐྱེད་ཏུ་ནི་རུས་པ་མ་ཡིན་མོ། རྟོག་གི་
ངན་པའི་དྲ་བས་འཇིག་རྟེན་ཅི་སྟེ་འདིར་ཚོལ་བྱེད། སྟུན་འབྱེན་ལྷག་མ་གོང་དུ་བརྟན་པ་
ཡང་ནི་ཤེས་བྱས་ནས། སྤང་པ་ལ་སོགས་སྦྱགས་ཀྱི་ལན་གྱི་ཆེད་དུ་འདིར་གཏང་བ། སྟུན་
ཅི་ཕྱིན་དུ་རྟོལ་བ་པོ་ཡང་རི་ལྷར་ཡོད་མིན་པ། རྟེན་སྤང་སྤར་བཤད་ལྷག་མ་སྦྱགས་འདི་ཉིད་
ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ། བདག་མེད་འདི་ནི་འགོ་ བ་རྣམས་དགོལ་ཕྱིར། ཆོས་དང་གང་ཟག་
དབྱེ་བ་རྣམ་གཉིས་གསུངས། རྟེན་སྦྱོར་པས་སྤར་ཡང་འདི་ཉིད་ནི། གཤུལ་བྱ་རྣམས་ལ་
བྱེ་སྟེ་རྣམ་མང་གསུངས། སྦྱོས་དང་བཅས་པར་སྦྱང་པ་ཉིད། བཅུ་དྲུག་བཤད་ནས་མདོར་
བསྐྱུས་ཏེ། སྤར་ཡང་བཞིར་བཤད་དེ་དག་ནི། ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན། གང་ཕྱིར་
དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། ཡིན་ཕྱིར་མིག་ནི་མིག་གིས་སྦྱང་། རྟེན་བཞིན་ན་བ་སྤང་དང་སྟེ། ལྷས་
དང་ཡོད་ཀྱིས་བསྟུང་པར་བྱ། ཐེར་བྱག་གནས་པ་མ་ཡིན་དང་། འཇིག་པ་མ་ཡིན་ཉིད་ཀྱི་
ཕྱིར། མིག་ལ་སོགས་པ་དྲུག་པ་ཡི། རང་བཞིན་མེད་ཉིད་གང་ཡིན་པ། རྟེན་ནང་སྦྱང་ཉིད་
དུ་འདོད། གང་ཕྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། ཡིན་ཕྱིར་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་སྦྱང་། སྤྱི་

དང་པོ་རྩ་ལྷན་གྱི་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། གཟུགས་སྒྲིག་རང་བཞིན་
 མེད་པ་ཉིད། བྱི་རོལ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འདོད། གཉིས་ཆར་རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ནི། བྱི་ནང་
 སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཆོས་རྒྱལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད། མཁས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་
 བསྟན། སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི། རྩོམ་སྟོང་པར་འདོད་པ་ཡིན། སྟོང་ཉིད་ཅེས་
 བྱེ་སྟོང་ཉིད་གང་། སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད་དེ། སྟོང་ཉིད་དངོས་པོའི་སྟོང་ཅན་
 ཀྱི། འཛིན་པ་བསྟོན་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན། ཁེམས་ཅན་སྟོང་ཀྱི་འཛིན་ཏེན་ནི། མ་ལུས་བྱུང་
 བྱེད་ཉིད་ཕྱིར་དང་། ཁྲི་མེད་དཔེ་ཡིས་སྟེ་མཐའ་ནི། མེད་ཕྱིར་སྟོན་རྒྱལ་རྒྱལ་ཆེན་པོ་
 ཉིད། འདི་དག་བཅུ་ཆར་སྟོན་རྒྱལ་རྒྱལ་ཀྱིས། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་གང་ཡིན་དེ། ཆེན་པོ་སྟོང་པ་
 ཉིད་ཡིན་དེ། ཆེན་པོར་འཛིན་པ་བསྟོན་ཕྱིར་གསུངས། རྩོམ་དགོས་པ་མཆོག་ཡིན་
 པས། རྩོམ་དམ་སྟེ་དམ་འདས་པ་ཡིན། རྩོམ་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྩོམ་དམ་དམ་སྟོང་
 ཉིད་དེ། སྟེ་འདས་དངོས་པོའི་སྟོང་ཅན་ཀྱི། འཛིན་པ་བསྟོན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྩོམ་དམ་
 མཐུན་པས་དམ་དམ་པ། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྟན་པར་མཛད། རྩོམ་ལས་བྱུང་ཕྱིར་ཁེམས་
 གསུམ་པོ། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ངེས་པར་བསྟན། རྩོམ་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྩོམ་
 འདུས་བྱས་སྟོང་ཉིད་གསུངས། གང་ལ་སྟེ་གནས་མི་ཏེ་ཉིད། རྩོམ་མེད་པ་འདུས་མ་
 བྱས། རྩོམ་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྩོམ་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་ཉིད། གང་ལ་མཐའ་ནི་ཡོད་
 མེན་པ། རྩོམ་མཐའ་ལས་འདས་པར་བཟོད། རྩོམ་ཁོ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད། མཐའ་ལས་
 འདས་པ་སྟོང་ཉིད་བསྟན། ཐོག་མ་དང་པོ་ཐ་མ་མཐའ། རྩོམ་མེད་པས་འཁོར་བ་
 ནི། ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད་པར་བཟོད། འགྲོ་འོང་བྱལ་ཕྱིར་མི་ལམ་ལྟེ། སྟོང་འདི་དེ་ཡིས་
 དཔེན་ཉིད་གང་། རྩོམ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ། མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས། བསྟན་བཅས་
 ལས་ནི་ངེས་པར་བསྟན། རྩོམ་བཞིས་བྱ་འཐོར་བ་དང་། འཐོར་བ་ལ་ནི་ངེས་པར་
 བཟོད། རྩོམ་མེད་གཏོང་པ་མེད་པ་སྟེ། འགའ་ཡང་དོར་མེད་གང་ཡིན་པའོ། རྩོམ་བཞིས་
 པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། རྩོམ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན། རྩོམ་ཕྱིར་ན་དོར་མེད་པ། སྟོང་པ་ཉིད་

ཅེས་བྱ་བར་བཞིན། །འདུས་བྱས་ལ་སོགས་ངོ་བོ་ཉིད། །གང་ཕྱིར་སྒྲོབ་མ་རང་སངས་
རྒྱལ། །རྒྱལ་སྐུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། །མ་མཛད་དེ་འེ་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ལ། །སོགས་
པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྟོང་ཉིད་
གང་། །དེ་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད། །ཁམས་བཙུག་དང་རེ་དྲུག་དང་། །དེ་ལས་བྱུང་
བའི་ཚོར་དྲུག་དང་། །གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ཅན་མིན་དེ་བཞིན། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་
ཚོས་རྣམས། །ཚོས་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །དེ་དག་གིས་དབེན་སྟོང་ཉིད་གང་། །གཟུགས་
རྩང་ལ་སོགས་དངོས་མེད་གང་། །དེ་ནི་རང་མཚན་སྟོང་པ་ཉིད། །གཟུགས་ནི་གཟུགས་རྩང་
མཚན་ཉིད་ཅན། །ཚོར་བ་སྟོང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །འདུ་ཤེས་མཚན་མར་འཛིན་པ་
སྟེ། །འདུ་བྱེད་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པའོ། །ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྣམ་རིག་པ། །རྣམ་ཤེས་རང་གི་
མཚན་ཉིད་དོ། །ཕྱང་པོ་སྟུག་བསྐྱེད་རང་མཚན་ཉིད། །ཁམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྟུལ་གདུག་
འདོད། །སྟེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱལ་ཀྱིས། །སྟེ་བའི་སྒྲོར་གྱུར་ཉིད་དུ་གསུངས། །རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་འདུ་འཕྲོད་མཚན་ཉིད་དེ། །གཏོང་བ་སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་
ཕྱིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་གདུང་མེད་མཚན་ཉིད་བཟོད། །སྟོ་མེད་མཚན་ཉིད་བཙོན་འབྱས་ཀྱི། །ཁ་
ན་མ་ཐོ་མེད་ཉིད་དོ། །བསམ་གཏན་སྟུང་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །ཤེས་རབ་ཆགས་མེད་
མཚན་ཉིད་དེ། །པ་རོལ་ཕྱིན་པ་དྲུག་རྣམས་ཀྱི། །མཚན་ཉིད་འདི་དག་ཡིན་པར་
བཞིན། །བསམ་གཏན་རྣམས་དང་ཚད་མེད་དང་། །དེ་བཞིན་གཞན་གང་གཟུགས་མེད་
པ། །དེ་དག་ཡང་དག་མཁྱེན་པ་ཡིས། །མི་འཇུག་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་གསུངས། །བྱང་ཆུབ་
ཕྱོགས་ཚོས་སུམ་ཅུ་བདུན། །ངེས་པར་འབྱུང་བྱེད་རང་མཚན་ཉིད། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་
ཉིད་ནི། །དམིགས་པ་མེད་པས་རྣམ་དབེན་ཉིད། །མཚན་མ་མེད་པ་ཞི་ཉིད་དེ། །གསུམ་པའི་
མཚན་ཉིད་སྟུག་བསྐྱེད་དང་། །གཏི་སྟུག་མེད་རྣམས་ཐར་རྣམས་ཀྱི། །མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་
གྲོལ་བྱེད་པའོ། །སྟོབས་རྣམས་ཤིན་དུ་རྣམ་པར་ནི། །གཏན་ལ་འབེབས་པའི་རང་བཞིན་
གསུངས། །སྟོབ་པའི་མི་འཇིགས་པ་རྣམས་ནི། །ཤིན་དུ་བརྟན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན། །སོ་སོར་ཡང་

དག་རིག་རྣམས་ནི། སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ཆད་མེད་མཚན་ཉིད་ཅན། འགྲོ་ལ་ཕན་པ་ཉིད་སྟུག་
 པ། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། སྤྱུག་བསྐལ་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྟོབ་པ། སྤྱུགས་རྩེ་ཆེན་པོའོ་
 དགའ་བ་ནི། རབ་དགའི་མཚན་ཉིད་བཏང་སྟོམས་ནི། མ་འདྲེས་མཚན་ཉིད་ཅན་ཞེས་
 བྱ། སངས་རྒྱུ་ཚུ་མི་མ་འདྲེས་པ། བཅུ་དང་བཅུད་དུ་གང་འདོད་དག གང་ཕྱིར་སྟོན་
 དེས་མི་འཕྲོགས་པ། རྟེན་ཕྱིར་མི་འཕྲོགས་རང་མཚན་ཉིད་དུ། རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་
 ནི། མཛོན་སུམ་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་འདོད། གཞན་ནི་ཉི་མོ་བ་ཉིད་ཀྱིས། མཛོན་སུམ་ཞེས་
 བྱར་མི་འདོད་དོ། གང་ཞིག་འདུས་བྱས་མཚན་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་པའི་མཚན་ཉིད་
 གང་། རྟེན་པོ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད། རྟེན་པོ་རང་མཚན་སྟོང་པ་ཉིད། རྟེན་པོ་འདི་མི་གནས་
 ཤིང་། འདས་དང་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། གང་དུ་དེ་དག་མི་དམིགས་པ། རྟེན་པོ་མི་
 དམིགས་པ་ཞེས་བཞུགས། མི་དམིགས་པ་དེ་རང་ངོ་ཤོ། རྟེན་པོ་དམིགས་དཔེན་པ་ཉིད་གང་དེ། ཐེར་
 ཟུག་གནས་མེན་འཇིག་མེན་པས། མི་དམིགས་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་དོ། རྟེན་པོ་སྤྱི་བྱུང་བྱུང་
 དངོས་རྣམས་ལ། འདུས་པ་པ་ཡི་ངོ་བོ་མེད། འདུས་པ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས། སྟོང་ཉིད་དངོས་
 མེད་སྟོང་ཉིད་དོ། རྟེན་པོ་འདི་སྤྱི་བྱུང་མེད་པ་བསྟུན་ན། རྟེན་པོ་ལྷ་རྣམས་བཞུགས་པ་
 ཡིན། རྟེན་པོ་ལྷ་རྣམས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྟེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། མཛོན་པ་བསྟུན་ན་
 ནི་དངོས་མེད་པ། འདུས་མ་བྱས་ཚུ་རྣམས་ལ་བཞུགས། རྟེན་པོ་དངོས་མེད་དེས་སྟོང་
 ཉིད། རྟེན་པོ་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་དོ། རྟེན་པོ་བཞིན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ནི། རྟེན་པོ་བཞིན་ཞེས་བྱའི་
 སྟོང་ཉིད་དེ། རྟེན་པོ་རང་བཞིན་མ་བྱས་པས། རྟེན་པོ་བཞིན་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བསྟུགས། སངས་
 རྒྱུ་རྣམས་ནི་འབྱུང་བའོ། མ་བྱུང་ཡང་བྱུང་དངོས་སུ་ནི། རྟེན་པོ་ཀུན་གྱི་སྟོང་པ་
 ཉིད། གཞན་གྱི་དངོས་པོར་རབ་དུ་བསྟུགས། ཡང་དག་མཐའ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད། རྟེན་
 པོ་བཞིན་དངོས་པོའི་སྟོང་ཉིད་དོ། ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱེད་ཚུ་ལ་ལས། རྟེན་པོ་དེ་སྟོང་རབ་དུ་
 བསྟུགས། རྟེན་པོ་སྟོང་གིས་ཟེར་གྱིས་སྟོང་བ་གསལ་བྱས་པ། རྟེན་པོ་ལྷ་ནི་གནས་པའི་སྟུ་བྱ་
 རྟེན་པོ་བཞིན་དུ། སྟོང་གསུམ་འདི་དག་མ་ལྷས་གདོད་ནས་སྟེ་མེད་པར། རྟེན་པོ་ཉིད་པ་སྟོང་

བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགོག་པར་འགོ། ཏྲག་དུ་འགོག་པར་གཏོགས་པའི་བསམ་གཏན་
ཡིན་མོད་ཀྱི། འགོ་བ་མགོན་མེད་པ་ལ་སྤྱིང་རྗེའང་སྐྱེད་པར་བྱེད། དེ་གོང་བདེ་གཤེགས་
གསུང་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་འབྲིང་བཅས་ནི། །མ་ལུས་པ་རྣམས་སྟོ་ཡིས་པམ་པར་བྱེད་པའང་
ཡིན། ཀྱུན་རྗེ་བ་དེ་ཉིད་གཤོག་ཡངས་ད ཀར་པོ་རྒྱས་གྱུར་པ། འང་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྐྱེ་
བའི་ངང་པ་ཡིས། །མདུན་དུ་བདར་ནས་དགེ་བའི་རྒྱང་གི་ཤུགས་སྟོབས་ཀྱིས། རྒྱལ་བའི་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་མཚོག་དུ་འགོ། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དུག་
པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པ། རིང་དུ་སོང་བ། རིང་དུ་སོང་འདྲིར་འདི་ནི་སྐྱད་ཅིག་
དང་། སྐྱད་ཅིག་ལ་ནི་འགོག་པར་འཇུག་འབྱུང་ཞིང་། རབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཕྱིན་ལེགས་འབར་
བའང་འཛོལ། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ། མི་གཡོ་བ། ཡང་ཡང་ལྷུར་དགེ་ལས་ལྷག་ཐོབ་བྱའི་
ཕྱིར། ཀུང་དུ་ཕྱིར་མི་ཐོག་པ་ཉིད་ འགྱུར་བ། མི་གཡོ་དེ་ལ་བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་འཇུག འདི་
ཡི་སྟོན་ལམ་ཤིན་དུ་དག་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འགོག་ལས་སྤྱོད་བར་
མཛད། །ཆགས་པ་མེད་པའི་སྟོ་ནི་སྟོན་རྣམས་དག་དང་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་ཕྱིར། །ས་བརྒྱད་
པ་ལ་དྲི་མ་དེ་དག་རྩ་བཅས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཞིང་། །ཉོན་མོངས་ཟད་ཅིང་ས་གསུམ་སྒྲ་
མར་གྱུར་ཀྱང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི། འབྱོར་པ་མཁའ་ལྷུར་མཐའ་བྲལ་མ་ལུས་འཛོལ་
པར་རྒྱས་མ་ཡིན། འཁོར་བ་འགགས་ཀྱང་དབང་རྣམས་བརྩུ་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་
དག་གིས། སྤྱིད་པའི་འགོ་བར་རང་གི་བདག་ཉིད་སྟོ་ཚོགས་སྟོན་པར་བྱེད་པར་
འགྱུར། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པ། ལེགས་པའི་སྒོ་གྲས། དགུ་པ་ལ་ནི་དེའི་སྟོབས་ལྟ་ཞིག་
མཐའ་དག་རྫོགས་པར་དག་འགྱུར་ཞིང་། ་དེ་བཞིན་ཡང་དག་རིག་ཆོས་རང་གི་ཡོན་ཏན་
ཡོངས་སུ་དག་པའང་འཛོལ། ་དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་པ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོན། བརྒྱ་པའི་ས་ལ་དེ་ཡིས་ཀྱན་ནས་སངས་རྒྱས་
རྣམས་ལས་དབང་བསྐྱར་བ། ་དམ་པ་འཛོལ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་སྒྲག་པར་མཆོག་ཏུ་བྱང་བར་གྱུར་
པའང་ཡིན། ་ཆར་སྤྱོན་རྣམས་ལས་ཆུ་ཆར་འབབ་པ་ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི། ་དག་
བའི་ལོ་རྟོག་ཆེད་དུ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་རྒྱན་གྱུ་བ་ཆོས་ཆར་འབབ། ་དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ་
ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་པའོ། །

ས་བརྒྱའི་ཡོན་ཏན། ་དེ་ཆོ་འདིས་ནི་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་ཞིང་། ་དེ་དག་བྱིན་གྱི་
བསྐྱབས་ཀྱང་འདི་ཡིས་རྟོགས། ་དེ་ཉིད་ཆོ་ན་བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་གནས་ཤིང་། ་སྤྱོན་དང་བྱི་
མའི་མཐར་ཡང་ཡང་དག་འཇུག། ་སྤྱོད་ལྟར་ཉིང་འཛིན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་
གཏོང་བྱེད་དེ། ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་འདི་ཡིས་ཀྱན་ནས་གཡོ་ཞིང་སྤང་བར་བྱས། ་དེ་
བཞིན་རྒྱ་འཕྱལ་གྱིས་དེ་སེམས་ཅན་བརྒྱ་ཕྱག་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། ་བརྒྱ་ཕྱག་གངས་དང་རྩིས་
འབྲེལ་ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་འགྲོ་བར་འགྱུར། ་དེས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས་ཡང་དག་འབྱེད་བྱེད་
ཐུབ་དབང་སྤྲས། ་རང་གི་ལྷས་ལ་ལྷས་རྣམས་ ཀྱན་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། ་རང་གི་
འཁོར་དང་བཅས་པས་མཛེས་འབྱོར་ལྷས་ནི་རེ་རེ་ཞིང་། ་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་པོ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་
དང་རྩིས་སུ་འབྲེལ་པའང་སྟོན། ་སྤྱོད་ལྟར་རབ་ཏུ་དགའ་བར་གནས་པས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་
ནི། ་ཐོབ་པར་གྱུར་ནས་དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་ངི་མ་མེད་གནས་པས། ་དེ་དག་སྟོང་ནི་ཡང་དག་
འཛོལ་པར་འགྱུར་ཏེ་ས་ལྟ་པོ། ་འདི་དག་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་ནི་འབྱམ་
ཕྱག་དང་། ་བྱི་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འཛོལ་ཅིང་དེ་ཡིས་བྱི་བ་སྟོང་འགྱུར་འཛོལ། ་དེ་ནས་བྱི་བ་བརྒྱ་

ཕྱག་སྟོང་འགྱུར་ཡང་འཛོལ་བྱེ་བ་ཕྱག་ཁྲག་ཁྲིག་ཕྱག་བརྒྱར་རྫོགས་པར་བསྐྱབ་དང་སྐར་
ཡང་སྟོང་ཕྱག་དུ། ཡང་དག་པར་ནི་བསྐྱར་བ་མཐའ་དག་རབ་དུ་འཛོལ་པར་འགྱུར། མི་
གཡའི་སར་གནས་ནས་རྟོག་མེད་པ་དེས། སྟོང་གསུམ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་བཅོམས་འཇིག་རྟེན་
ན། རྩལ་ཚད་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་ནམས་དང་། བྲངས་མཉམ་ཡོན་ཏན་དག་ནི་འཛོལ་པར་
འགྱུར། ཁྲིགས་པའི་སློ་གྲོས་ས་ལ་གནས་པ་ཡི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དེས་སྤར་བཤམ་ཡོན་ཏན་
དག་བྲངས་མེད་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་དུ་ཡང་དག་པར། བཅོམས་པ་ཕྱག་བརྒྱའི་རྩལ་ཚད་ཐོབ་
པར་འགྱུར། རེ་ཞིག་བརྒྱ་པ་འདིར་དེའི་ཡོན་ཏན་དག་ངག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་ལས་ཆེས་འདས་
འགྱུར་ཞིང་། ངག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་བཅོམས་ནམས་ནི། རྩལ་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་
སྟེད་འགྱུར། བསྐྱའི་ཁྱད་བྱར་བྱང་ཆུབ་སེམས་ནམས་དང་། ལྷན་ཅིག་རྫོགས་སངས་རྒྱས་
སྐྱབས་འདས་དང་། རེ་བཞིན་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི་དག་ཀྱང་། ལྷན་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་ནི་
སྟོན་པར་བྱས། །

འབྲས་བུའི་ས། གང་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་འདྲི་མ་མེད་ལ་སྐྱ་སྤང་གསལ་བར་གྱུར་བའི་
ཕྱིར། རྫོན་ཆོ་སྟོབས་བརྒྱ་བསྐྱེད་པའི་ས་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐར་ཡང་འབད་གྱུར་ཞིང་། རྟོག་མིན་
དུ་ནི་གང་གི་དོན་དུ་འབད་གྱུར་གོ་འཕང་མཆོག་ཞི་བ། ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་མཐར་ཐུག་
མཚུངས་པ་མེད་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟེས། ཇི་ལྟར་སྦྱོད་ཀྱི་དབྱེ་བས་མཁའ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་དེ་
ལྟར། འདོས་བྱས་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་མེད་དེ་ཡི་ཕྱིར། རྟོ་མཉམ་ཉིད་དུ་ཡང་
དག་ཐུགས་སུ་ཆུད་པར་མཛད་གྱུར་ན། མཁའ་བཟང་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཤེས་བྱ་
ཐུགས་སུ་ཆུད། གང་ཆོ་ཞི་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ལ་སློ་གྲོས་འཇུག་མི་འགྱུར། སློ་མ་ཞུགས་
པར་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ཅན་ངེས་པར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ལ། ཀྱུན་ནས་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཤེས་
པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བར་འགྱུར། མཁའ་པོ་མེད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་འདི་ལྟོ་
ཞེས་སུ་ཞིག་སྟོན། གང་ཆོ་སྐྱེ་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སློ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་བལ་བ། རེ་ཆོ་དེ་

ནམས་ཉེན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རི་ལྟར་སེམས་ནི་གང་གི་ནམ་པ་ཅན་
དུ་འགྱུར་བ་དེ་ཡིས་ཡུལ། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཐ་སྙད་ཉེ་བར་བརྟེན་ནས་རིག་པ་
ཡིན། །དེ་ཡི་ཡོངས་སྟོང་རྫོགས་སྐྱབས་པ་སོང་ནམས་ཀྱིས། །བེན་དང་སྤྱལ་པ་མཁའ་གཞན་ལས་
དེའི་མཐུས། །སྒྲ་གང་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཉེན་འབྱུང་བ། །དེ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་
རིག། རི་ལྟར་རྩ་མཁན་ཉོན་མེད་ལྟ་བུ་ལས་འདིར། །ཡུན་རིང་ཆོས་འབད་པས་བསྐྱར་
འཁོར་ལ་ནི། །དེའི་རྩ་དེ་ལྟ་རྒྱུས་པ་མེད་བཞིན་དུའང་། །འཁོར་ཞིང་བུམ་པ་ལ་སོགས་
རྒྱར་མཐོང་ལྟར། །དེ་བཞིན་ད་ལྟ་སྐྱེས་རྩ་མེད་བཞིན་དུ། །ཆོས་ཀྱི་བདག་ཅན་སྐྱེ་ཉིད་ལ་
བཞུགས་དེའི། །འཇུག་པ་སྐྱེ་བའི་དགོང་དང་སྟོན་ལས་ཀྱི། །བྱད་པར་གྱིས་འཕངས་ལས་ཆོས་
བསམ་མི་བྱལ། །ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་མ་ལུས་པ། །བསམ་གསུམ་པས་ཞི་དེ་རྒྱལ་ནམས་ཆོས་
སྐྱེ་ཉེ། །དེ་ཆོ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད། །སེམས་འགགས་པས་དེ་སྐྱེ་ཡིས་མངོན་སུམ་
མཛད། །ཞི་སྐྱེ་དཔག་བསམ་ཤིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཞིང་། །ཡིད་བཞིན་མོར་བྱ་རི་བཞིན་ནམ་
མི་རྟོག་འཁྱོ་གྲོལ་བར་དུ་འཇིག་རྟེན་འབྱོར་སྤང་རྟོག་འདི་ནི་སྟོན་དང་བལ་ལ་སྤང་བར་
འགྱུར། །ཐུབ་དབང་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་དེའི་རྒྱ་མཐུན། །གཟུགས་སྐྱེ་གཅིག་ལ་རང་གི་སྐྱེ་
གནས་སྐབས། །ཐུར་འགགས་གསལ་དང་མ་འཆོལ་བྱང་ཚུལ་ནི། །མ་ལུས་ཀྱིས་བཀྲ་མཐའ་
དག་ཉེན་པར་མཛད། །སངས་རྒྱས་ཞིང་རི་འདྲར་ཐུབ་དབང་དེ་དང་། །དེ་དག་སྐྱེ་སྟོང་མཐུ་
ཉོན་པས་རི་འདྲ་དང་། །ཉན་ཐོས་དགོ་འདུན་རི་སྟེ་ད་རི་ལྟ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནམས་
དེར་གཟུགས་རི་འདྲ་དང་། །རི་འདྲའི་ཆོས་དང་དེར་བདག་རི་འདྲ་དང་། །ཆོས་ཐོས་སྟོང་
པ་གང་ལ་སྟུང་པ་དང་། །སྐྱེན་གང་རི་ཅམ་དེ་དག་ལ་ལུས་པ། །དེ་ནི་མ་ལུས་སྐྱེ་གཅིག་ལ་
ཉེན་མཛད། །དེ་བཞིན་ཚུལ་སྤྲིམས་བཟོད་བཙོན་ཏིང་འཛིན་དང་། །ཤེས་རབ་སྟོང་ཆོ་ཐུར་
ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་། །མ་ཆང་མེད་དེ་དག་ཉིད་སྟོང་པ་ཀུན། །སྐྱེ་ཡི་བ་སྐྱེའི་བྱང་བྱར་འང་
གསལ་བར་ཉེན། །སངས་རྒྱས་གང་དག་འདས་དང་འབྱུང་འགྱུར་གང་། །གང་དག་ད་ལྟར་
ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་པར། །གདངས་མཐོན་ཆོས་ཉེན་སྐྱེ་བལྟ་བལྟལ་གྱིས་བབྱང་བའི། །འཁྱོ་

དབྱགས་འབྱེན་ཞིང་འཛིག་རྟེན་བཞུགས་པ་དང་། །དང་པོའི་ཐུགས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་
པོའི་བར། །དེ་དག་སྦྱོང་ཀྱན་དངོས་རྣམས་མིག་འཕྲུལ་གྱི། །རང་བཞིན་མཁྱེན་ནས་བདག་
བཞིན་བ་སྦྱ་ཡི། །ཁྱུང་བྱར་དུས་གཅིག་ལ་ནི་གསལ་བར་སྟོན། །དེ་བཞིན་དུས་གསུམ་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །རང་རྒྱལ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་མ་ལུས་གྱི། །སྦྱོང་དང་དེ་ལྟ་སྦྱོང་
པོའི་གནས་སྐབས་ནི། །ཐམས་ཅད་བ་སྦྱའི་ཁྱུང་བྱར་གཅིག་ཆོ་སྟོན། །དག་པ་འདི་ནི་བཞེད་
པ་འཇུག་པ་ཡིས། །རྒྱལ་གཅིག་ཡུལ་ལ་མཁའ་གདུགས་འཛིག་རྟེན་དང་། །འཛིག་རྟེན་
མཐའ་ཡས་སྦྱགས་བྱབ་རྒྱལ་སྟོན་མོད། །རྒྱལ་རགས་མི་འགྱུར་འཛིག་རྟེན་ཕྱ་མི་
འགྱུར། །རྣམ་རྟོག་མི་མངའ་བྱོང་གིས་སྤིང་མཐའི་བར། །སྐད་ཅིག་དེ་རེ་རེ་ལ་སྦྱོང་སྒྲ་
ཆོགས། །ཇི་སྟེད་སྟོན་པ་དེ་སྟེད་འཇམ་བུ་སྤྱིང་། །མ་ལུས་རྒྱལ་གང་དེ་སྟེད་ལ་གངས་
མེད། །གནས་དང་གནས་མིན་མཁྱེན་སྟོབས་དང་། །དེ་བཞིན་ལས་རྣམ་སྟོན་སྟོ་དང་། །མོས་
པ་སྒྲ་ཆོགས་ཐུགས་ཆུད་དང་། །སྒྲ་ཆོགས་ཁམས་ནི་མཁྱེན་སྟོབས་དང་། །དེ་བཞིན་དབང་
མཆོག་མཆོག་མ་ཡིན། །མཁྱེན་དང་ཐམས་ཅད་དུ་འགོ་དང་། །བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་ཏིང་
འཛིན་དང་། །སྟོམས་པར་འཇུག་སོགས་སྟོ་སྟོབས་དང་། །སྟོན་གནས་དུན་པ་མཁྱེན་པ་
དང་། །དེ་བཞིན་འཆི་འཕོ་སྦྱོང་སྟོ་དང་། །ཟག་རྣམས་ཟད་པ་མཁྱེན་སྟོབས་ཏེ། །སྟོབས་ནི་བཅུ་
པོ་འདི་དག་གོ། །རྒྱ་གང་ཞིག་ལས་གང་ཞིག་ངེས་པར་སྦྱོང་འགྱུར་བ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་གནས་སུ་དེ་
མཁྱེན་རྣམས་གྱིས་གསུངས། །བཤད་པ་ལས་བསྒྲིག་གནས་མིན་ཤེས་བྱ་མཐའ་ཡས་
པ། །མཁྱེན་པ་ཐོགས་པ་སྤངས་པ་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་བཤད། །འདོད་དང་མི་འདོད་དེ་ལས་
བསྒྲིག་དང་ཟད་དངོས་གྱི། །ལས་དང་དེ་ཡི་རྣམ་སྟོན་ཤིན་ཏུ་སྒྲ་ཆོགས་ལའང་། །མཁྱེན་པ་
རྒྱས་མཐུ་ཐོགས་མེད་སོ་སོར་འཇུག་འགྱུར་བ། །དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་བྱབ་མཛད་དེ་ནི་སྟོབས་
སུ་འདོད། །འདོད་ཆགས་སོགས་གྱིས་འབྱུང་བའི་སྟོབས་གྱིས་འདོད་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་སྒྲ་ཆོགས་
དམན་འབྲིང་གང་ཡང་བྱུང་འཕགས་འདོད། །དེ་ལས་གཞན་རྣམས་གྱིས་གཡོགས་མོས་ལ་
མཁྱེན་པ་ནི། །དུས་གསུམ་འགོ་བ་མ་ལུས་བྱབ་པ་སྟོབས་ཤེས་བྱ། །ཁངས་རྒྱས་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་

པར་དབྱེ་ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། མིག་སྟགས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་དེ་ཁམས་སུ་
གསུངས། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་མཐའ་ཡས་ཤིང་། རྣམ་ཀུན་ཁམས་
ཀྱི་བྱང་པར་ལ་འཇུག་སྟོབས་སུ་འདོད། ཀུན་ཏུ་རྟོག་སྟགས་ཆེས་རྣ་ཉིད་ནི་མཚོག་བཞེད་
ལ། འབྲིང་གནས་སྐབས་དང་རྒྱལ་ཉིད་མཚོག་མིན་པར་བཤད་དང་། མིག་ལ་སྟགས་དང་
པན་ཚུན་སྐྱབ་བྱས་ཆུད་པ་ལ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆགས་མེད་སྟོབས་སུ་
གསུངས། ལམ་འགའ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་འགའ་ཞིག་རང་རྒྱལ་གྱི། བྱང་ཆུབ་དང་ནི་ཉན་
ཐོས་བྱང་ཆུབ་ཡི་དགས་དང་། སྤྱད་འགྲོ་ལྷ་མི་རྣམས་དང་དཔུལ་བ་སྟགས་འགྲོ་བ། ཇི་ལ་
མཁྱེན་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་རྣལ་འབྱོར་བྱེ་
བྱག་ལ་ཐ་དད། བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་བརྒྱད་གང་ཞི་གནས་གང་དག་དང་། སྟོམས་
འཇུག་བྱང་པར་གང་དག་གཅིག་པར་བརྒྱད་གྱུར་བ། ཇི་ལ་མཁྱེན་པ་ཐོགས་མེད་འདི་ནི་
སྟོབས་སུ་བཤད། ཇི་སྲིད་གཏི་མུག་དེ་སྲིད་སྲིད་གནས་འདས་བདག་དང་། སེམས་ཅན་
གཞན་རེ་རེ་ཡི་སྲིད་པ་སེམས་ཅན་ནི། ཇི་སྟེད་དེ་སྟེད་མཐའ་ཡས་གཞིར་བཅས་ཡུལ་
ཕྱགས་དང་། བཅས་རྣམས་ལ་སྟོ་གང་དང་གང་ཡིན་སྟོབས་སུ་བཤད། སེམས་ཅན་རྣམས་
ཀྱི་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་འཆི་འཕོ་དང་། སྐྱེ་གང་འཇིག་རྟེན་ལ་གནས་ནས་མཁའ་མཐར་
ཐུག་དང་། བཀྲ་མང་དེ་ལ་མཁྱེན་པ་དུས་དེར་འཇུག་པ་ཡིས། མ་ཆགས་རྣམ་ཀུན་ཡོངས་
དག་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐུར་དུ་རྒྱལ་རྣམས་
ཀྱི། ཉོན་མོངས་དག་ནི་བག་ཆགས་དང་བཅས་འཇིག་འགྱུར་དང་། སློབ་མ་ལ་སྟགས་ཉོན་
མོངས་སྟོ་ཡིས་འགོག་པ་གང་། ཇི་ལ་མཁྱེན་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་
འདོད། རྣམ་མཁའ་མེད་པས་འདབ་ཆགས་ལྗོ ག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། འདི་ནི་རང་མཐུ་ཟད་
པས་ལྗོག་པར་འགྱུར་དེ་བཞིན། སློབ་མ་དང་བཅས་སངས་རྒྱས་སྐུ་རྣམས་སངས་རྒྱས་
ཀྱི། ཡོན་ཏན་མཁའ་ལྷར་མཐའ་ཡས་མ་བརྗོད་ལྗོག་པར་འགྱུར། ཇི་ཕྱིར་བདག་འདྲས་
ཁྱོད་ཡོན་འདི་དག་ཅི། ཤེས་པ་དང་ནི་བརྗོད་པར་བྱས་འགྱུར་རམ། འོན་ཀྱང་དེ་དག་

འཕགས་པ་སྐྱུ་སྐྱབ་ཀྱིས། ཁཤད་ཕྱིར་དོགས་སྤངས་ཅུང་ཞིག་ཙམ་ཞིག་སྤྲུལ། ཟབ་མོ་སྟོང་
པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་གཞན་རྣམས་རྒྱ་ཆེ་བའོ། ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ཤེས་པས། ཡོན་
ཏན་འདི་དག་འཐོབ་པར་འགྱུར། སྒྲར་ཡང་མི་གཡོ་སྐྱ་མངའ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤིང་གསུམ་བྱོན་
ནས་སྐུལ་རྣམས་ཀྱིས། གཤེགས་པ་དང་ནི་བཏྲམས་ དང་བྱང་ཆུབ་ཞི་བའི་འཁོར་ལོའང་
སྟོན་པར་མཛད། ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གཡོ་བག་སྟོད་ཅན་རེ་བའི་ཞགས་པ་
ནི། མང་པོས་བཅིངས་པ་མ་ལུས་ཐུགས་རྗེས་ཐུང་ན་འདས་པར་བགྱི་བར་མཛད། གང་
ཕྱིར་འདི་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་ངྷི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བ་ནི། སྐྱར་བྱེད་གཞན་མེད་ཆོས་
རྣམས་དེ་ཉིད་རྣམ་འགྱུར་དབྱེ་ལའང་བསྟེན་མིན་ཞིང་། ཇི་ཉིད་ཡུལ་ཅན་སྒོ་གོས་འདི་
ཡང་ཐ་དད་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལ། ཇི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འགོ་ལ་ཐེག་པ་མི་མཉམ་དབྱེར་
མེད་བཏྲན། གང་ཕྱིར་འགོ་ལ་ཉེས་པ་སྐྱེད་བྱེད་སྟིགས་མ་འདི་དག་ཡོད་གྱུར་པ། ཇི་ཕྱིར་
འཇིག་རྟེན་སངས་རྒྱས་སྟོད་ཡུལ་གཏིང་ཟབ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཁད་གཤེགས་གང་
ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་མཁྱེན་རབ་ཐུགས་རྗེ་ཐབས་དང་སྟན་ཅིག་པ། མངའ་དང་གང་ཕྱིར་བདག་
གིས་སེམས་ཅན་དགོལ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཞལ་བཞེས་ཏེ། ཇི་ཕྱིར་མཁས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྤྲིང་
དུ་ཆས་པའི་སྐྱེ་ཆོགས་ཀྱི། ཁལ་བ་ཉེར་སེལ་གྲོང་བྱེར་ཡིད་འོང་བར་དུ་རྣམ་པར་བཀོད་པ་
ལྟར། ཁྱོད་ཀྱིས་ཐེག་པ་འདི་ནི་སྟོབ་མ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཚུལ་ལ་ཡིད། སྐྱར་ཞིང་རྣམ་པར་
དབེན་ལའང་སྒོ་སྤངས་རྣམས་ལ་ལོགས་སུ་གསུངས། ཁད་བར་གཤེགས་པ་མ་ལུས་ཕྱོགས་
ཤིང་སངས་རྒྱས་ཡུལ་དག་ན། སྤྲ་རབ་རྩལ་གྱི་རྩལ་རྣམས་བདོག་པར་གྱུར་པ་རི་སྟེད་
པ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་རབ་དམ་པར་གཤེགས་པའི་སྐལ་བ་དེ་སྟེ ད་དེ། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་
གསང་བ་འདི་ནི་བསྟན་བགྱི་མ་ལགས་སོ། རྒྱལ་བ་རི་སྤིང་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་མཆོག་
ཏུ་རབ་ཞི་བར། འགོ་བ་མིན་ཞིང་རྣམ་མཁའ་རྣམ་འཇིག་འགྱུར་མིན་དེ་སྤིང་དུ། ཤེས་རབ་
ཡུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཁྱོད་ལ་ཐུགས་བརྩེ་མ་མ་ཡིས། རྒྱལ་ལུགས་བྱེད་པས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་
འགྱུར་བ་གང་ལ་མངའ། གཏི་ཐུག་སྟོན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ཁ་ཟས་དུག་བཅས་བ་བ་ཡི། སྐྱེ་

པོ་ཉིད་ཀྱི་ནང་མི་དེ་ལ་ཁྱོད་བཅེ་ཇི་ལྟ་བུ། ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཐོང་ནས་ཉེན་པའི་བྱ་ལ་མ་ཡི་སྟེ།
བསྐྱེད་མེད། ཁྱེད་ཀྱི་མཐོང་ནས་པོ་མཆོག་ཏུ་རབ་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་མ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་
ཕྱིར་ན་མི་མཐོང་དང་དངོས་མེད་པར་ཞེན་པ་ཡི་སྟོང་ཅན་གྱིས། སྦྱོང་དང་འཇིག་
གནས་སྐབས་དང་སྟེང་དང་མི་སྟེང་བྱེད་ལྟར་སྦྱོང་སྟེང་བསྐྱེད་དང་། སྦྱོང་ཅན་འགོ་
བ་འཛོལ་པ་དེ་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་སྟེང་བཅེད་ཡུལ་ཏུ་རབ་དོང་བས། བཅོམ་ལྟོས་སྟེང་
ཇིས་ཁྱོད་སྟེང་ཞེས་ཞེས་པས་ཁྱོད་ལ་སྦྱོང་དང་འདས་མི་མངའ། ལྟེང་འདི་དགོས་སྟོང་
སྦྱོང་གསལ་གྱིས། ཁྱེད་ཀྱི་མཐོང་བསྟན་བཅོས་ལས་བདུས་ནས། ལྟེང་ཇི་བཞེད་དང་མན་དག་
ནི། ཇི་ལྟ་བུ་བཞེད་བཅོང་པ་ཡིན། འདི་ལས་གཞན་ན་ཆོས་འདི་ནི། ཇི་ལྟ་མེད་པ་དེ་
བཞེད་ཏུ། འདིར་འབྱུང་ལྟེང་གྲང་གཞན་ན་ནི། མེད་ཅེས་མཐོང་ནས་པར་
མཛོད། སྦྱོང་སྦྱོང་སྟོང་མཐོང་གི་ཏུ་སྦྱོང་ཆེད་ཁ་དོག་གིས་འཇིགས་པས། སྦྱོང་བཅོས་ལྟེང་
གང་དག་སྦྱོང་རིང་སྦྱོང་པས་དེ་ཡི་ཆོག་ལྟེང་བྱས་པའི་ཁ་འབྱུང་གྱི་སྦྱོང་ལ་ཕྱི་བའི་
ཆུས། ཁྱེད་སྦྱོང་བ་གསལ་པ་དེ་ནས་རབ་ཏུ་སྦྱོང་བར་བྱེད། ཁྱེད་ཀྱི་བཞེད་ཅེན་ཅེན་མ་
འཇིགས་ཏུ་འདི་ནི་སྦྱོང་གོམས་ཉིད་ལས་སྦྱོང་བའི་སྦྱོང་ལས། ཁྱེད་ཀྱི་ལྟེང་ལྟེང་འདི་ནི་
གསལ་སྦྱོང་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱིས་སྟེང་སྦྱོང་མི་འབྱུང་། ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱོང་ལྟེང་ལྟེང་སྦྱོང་སྦྱོང་
བ་འདི་དག་མཐོང་ནས་བདག་ཏུ་བཅོང་པ་ཡི། ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་
བཞེད་གཞན་འདི་ལས་གཞན་ལ་དགའ་སྦྱོང་དོར་བར་བྱ། སྦྱོང་དཔོན་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་
བསྟན་ལས་བདག་གིས་བསྟན་སྦྱོང་སྦྱོང་གྱི་མཐུན། ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ཡིད་མ་ལྟོས་ཉེན་མེད་སྦྱོང་
གྱིས་སྦྱོང་སྦྱོང་གཞི་སྦྱོང་སྦྱོང་དགའ་བའས། སྦྱོང་གྱི་སྦྱོང་ལ་གདེངས་གཞི་ནོར་བུ་དང་
འདྲ་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེས། འཇིག་རྟེན་མ་ལྟེང་དེ་ཉིད་སྦྱོང་ནས་སྦྱོང་ཏུ་བདེ་གསལ་
སར་བཞེད་ཤོག ཁྱེད་ཀྱི་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་ལྟེང་
དཔོན་སྦྱོང་བ་གསལ་པ་ཐོག་པ་མཆོག་ལ་སྟེང་གཞན་གཞན་ལ། མི་སྦྱོང་པའི་མཐོང་རབ་དང་
སྟེང་ཇི་མངའ་བ། རི་མོར་བྱས་པའི་བ་དུས་ལས་འོ་མ་བཞེད་པས་བཞེད་པར་ཞེན་པ་

བསྐྱོག་པར་མཛད་པས་སྤྱར་བ་ཚྲོགས་སོ། ། ཁ་ཆེའི་ཡུལ་གྱི་གོང་ཁྱིམ་དཔེ་མེད་གྱི་
དབུས། རིན་ཆེན་སྤྲུལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ། ཁ་ཆེའི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་འཕགས་པ་ ལྷའི་སྐུ་
རིང་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཉི་ལ་ཀ་དང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྗེ་བ་ཚབ་ཉི་མ་གྲགས་གྱིས་
ཁ་ཆེའི་དཔེ་དང་མཐུན་པར་བསྒྱུར། ཕྱིས་ར་ས་ར་མོ་ཆེར་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀ་ན་ཀ་ལྷ་
དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་གྱིས་ཉི་འོག་ཤར་ཕྱོགས་པའི་དཔེ་དང་གཏུགས་ཤིང་ལེགས་པར་
བཅོས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། ། འདིར་འགྲེལ་པའི་མཛད་བྱང་དང་། འགྱུར་བྱང་བྱང་གི་
སྤྲེང་ནས་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་བཀོད་པ་ནི། རྩ་བ་ལགས་སུ་བསྒྱུར་བ་དང་འགྲེལ་པའི་ནང་
གི་རྩ་བ་དེ་གཉིས་སྤྱར་ནས་ཁྱུས་དག་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ།

གནས་དང་པོ། ལམས་བསྟན་པ། རྒྱ་གར་རྒྱུ་དུ། ཨ་ཉི་ཉམ་གོ་ལྷ་ཀླ་རི་ཀླ། བོད་
རྒྱུ་དུ། ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷུ་རྒྱུར་པ་ལ་
ཕྱག་འཚལ་ལོ། གང་ཞིག་ཀུན་ལ་ཐུན་པ་གཏན་བཅོས་ཞིང་། འཁོར་བའི་འདས་ལས་འགོ་
བ་དྲངས་མཛད་པ། འོན་པའི་སྟོན་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། ཆོས་མངོན་མཛོད་གྱི་
བསྟན་བཅོས་རབ་བཤད་བྱ། ཆོས་མངོན་ཤེས་རབ་བྱི་མེད་རྗེས་འབྲང་བཅས། འདི་ཐོབ་བྱ་
ཕྱིར་གང་དང་བསྟན་བཅོས་གང་། འདིར་དེ་དོན་དུ་ཡང་དག་ཅུད་ཕྱིར་རམ། འདི་ཡི་
གནས་དེ་ཡིན་པས་ཆོས་མངོན་མཛོད། ཆོས་རྣམས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་མེད་པར་ཉོན་
མོངས་རྣམས། གང་ཕྱིར་ཉི་བར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཐབས་མེད་ལ། ཉོན་མོངས་པས་ཀྱང་
འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མཚོ་འདིར་འབྱུངས་ཏེ། འདི་བས་དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་སྟོན་པས་གསུངས་སོ་
ལོ། ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་ཆོས་རྣམས། ལམ་མ་གཏོགས་པའི་འདུས་བྱས་རྣམས། ཟག་
བཅས་གང་ཕྱིར་དེ་དག་ལ། ཟག་རྣམས་ཀུན་ཏུ་རྒྱས་པར་འགྱུར། ཟག་མེད་ལམ་གྱི་བདེན་

པ་དང་། །འདུས་མ་བྱས་རྣམས་གསུམ་ཡ ང་སྟེ། །ནམ་མཁའ་དང་ནི་འགོག་པ་གཉིས། །དེ་ལ་
ནམ་མཁའ་མི་སྦྱིབ་པའོ། །སོ་སོར་བརྟགས་པས་འགོག་པ་གང་། །བྲལ་བའོ་སོ་སོ་སོ་སོ་
ཡིན། །སྦྱི་ལ་གཏན་དུ་གཤམ་བྱེད་པ། །འགོག་གཞན་སོ་སོར་བརྟགས་མེན་པས། །འདུས་བྱས་
ཆོས་རྣམས་དེ་དག་ཀྱང་། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་ལྔ། །དེ་དག་ཉིད་དུས་གཏམ་གཞི་
དང་། །དེས་པར་འབྱུང་བཅས་གཞི་དང་བཅས། །གང་དག་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་པའི། །ཕུང་
པོའང་དེ་དག་འཐབ་བཅས་ཀྱང་། །སྤྱག་བསྐལ་ཀུན་འབྱུང་འཇིག་རྟེན་དང་། །ལྟ་གནས་
སྤྱི་དཔའ་དེ་དག་ཡིན། །གཟུགས་ནི་དབང་པོ་ལྔ་དང་དོན། །ལྔ་དང་རྣམ་རིག་བྱེད་མེན་
ཉིད། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རྟེན། །མིག་ལ་སོགས་ །གཟུགས་དང་བ་རྣམས། །གཟུགས་
རྣམས་གཉིས་དང་རྣམ་ཉི་ཤུ། །སྦྱ་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། །རྩི་ནི་རྣམ་རྒྱུག་ངི་རྣམ་
བཞི། །རིག་བྱ་བརྒྱ་གཅིག་བདག་ཉིད་དོ། །གཡེངས་དང་སེམས་མེད་པ་ཡི་ཡང་། །དགོ་དང་
མི་དགོ་རྗེས་འབྲེལ་གང་། །འབྱུང་བ་ཆེ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རིག་བྱེད་མེན་
བརྗོད། །འབྱུང་བ་དག་ནི་ས་ཁམས་དང་། །ཁྱུ་དང་མེ་དང་རླུང་ཁམས་རྣམས། །འཛིན་པ་ལ་
སོགས་ལས་སུ་གྱུབ། །སྤྱ་གཤེར་ངོ་ཉིད་གཡོ་བ་རྣམས། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ནི་ཐ་སྟོད་དུ། །ཁ་དོག་
དབྱིབས་ལ་ས་ཞེས་བརྗོད། །ཁྱུ་མེ་ཡང་ངོ་རླུང་ཆོགས་ཁམས། །ཉིད་ཡིན་དེ་དང་འདྲ་བའང་
ཡིན། །དབང་དོན་དེ་དག་ཁོ་ན་ལ། །སྦྱི་མཆེད་ དང་ནི་ཁམས་བརྒྱུར་འདོད། །ཆོར་བ་སྤྱང་
བའོ་འདུ་ཤེས་ནི། །མཚན་མར་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་བཞི་ལས་
གཞན། །དེ་གསུམ་རྣམ་རིག་བྱེད་མེན་དང་། །འདུས་མ་བྱས་རྣམས་བཅས་པ་ནི། །ཆོས་ཀྱི་སྦྱི་
མཆེད་ཁམས་ཞེས་བྱ། །རྣམ་ཤེས་སོ་སོར་རྣམ་རིག་པ། །ཡིད་ཀྱི་སྦྱི་མཆེད་ཀྱང་དེ་
ཡིན། །ཁ མས་བདུན་དག་ཏུ་འང་འདོད་པ་སྟེ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱུག་དང་ཡིད། །རྒྱུག་པོ་
འདས་མ་ཐག་པ་ཡི། །རྣམ་ཤེས་གང་ཡིན་དེ་ཡིད་དོ། །རྒྱུག་པའི་རྟེན་ནི་རབ་བསྐྱབ་
ཕྱིར། །ཁམས་ནི་བཅོ་བརྒྱད་དག་ཏུ་འདོད། །ཕུང་པོ་དང་ནི་སྦྱི་མཆེད་དང་། །ཁམས་གཅིག་
གིས་ནི་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས། །རང་གི་ངོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། །གཞན་གྱི་དངོས་དང་མི་ལྔན་

ཕྱིར། མིག་ལ་སོགས་པ་གཉིས་མོད་ཀྱི། རིགས་དང་སྦྱོད་ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས། །འདྲ་བའི་ཕྱིར་
ན་ཁམས་གཅིག་ཉིད། མཛེས་བྱའི་ཕྱིར་ན་གཉིས་བྱང་ངོ་། །སྤངས་དང་སྦྱོ་སྒོ་རིགས་ཀྱི་
དོན། །ཕྱང་པོ་སྦྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ཡིན། །ཚྭ་དང་དབང་འདོད་རྣམ་གསུམ་གྱི་ཕྱིར། །ཕྱང་
པོ་ལ་སོགས་གསུམ་བཟླན་ཏོ། །ཚྭ་པའི་རྩ་བར་འགྱུར་བ་དང་། །འཁོར་བའི་རྩ་ཕྱིར་རིམ་
རྒྱུའི་ཕྱིར། །སེམས་བྱང་རྣམས་ལས་ཚོར་བ་དང་། །འདུ་ཤེས་ལྷགས་ཤིག་ཕྱང་པོར་
གཞག། །ཕྱང་པོ་དག་ཏུ་འདུས་མ་བྱས། །དོན་དུ་མི་རུང་ཕྱིར་མ་བཤད། །རིམ་ནི་རགས་དང་
ཀུན་ཉོན་མོངས། །སྦྱོད་སོགས་དོན་ཁམས་ཇི་བཞུགས་ཤིང་། །ད་ལྟའི་དོན་ཕྱིར་དང་པོ་
ལྷ། །འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་དོན་ཕྱིར་བཞི། །གཞན་ནི་ཆོས་རིང་ལྱུར་འཇུག་ཕྱིར། །ཡང་ན་ཇི་
ལྟར་གནས་བཞིན་རིམ། །བྱེ་བྲག་དོན་དང་གཙོ་བོའི་ཕྱིར། །ཆོས་མང་བ་དང་མཆོག་བསྐྱེས་
ཕྱིར། །གཅིག་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྦྱེ་མཆེད་དང་། །གཅིག་ནི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད། །ཆོས་ཀྱི་
ཕྱང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་དག། །གང་རྣམས་སྤྱབ་པས་གསུངས་དེ་དག་ཆོག་གམ་མིང་ཡིན་དེ་དག་
ནི། །གཟུགས་དང་འདུ་བྱེད་དག་ཏུ་འདུས། །ཁ་ཅིག་བཟླན་བཅས་ཆད་ཅེས་ཟེར། །ཕྱང་པོ་ལ་
སོགས་གཏམ་རེ་ཡིན། །སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི། །ཆོས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མཐུན་པར་
གསུངས། །དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་ཅི་རིགས་པར། །ཕྱང་པོ་སྦྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ནི། །རང་གི་
མཆོན་ཉིད་ལེགས་དབྱེད་དེ། །རི་རྒྱུད་བཤད་པར་བསྐྱེད་བར་བྱ། །བྱ་ག་ནམ་མཁའི་ཁམས་
ཤེས་བྱ། །སྤང་དང་ལུན་པ་དག་ཡིན་ལོ། །ཟག་དང་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་ནི། །རྣམ་ཤེས་
ཁམས་ཡིན་སྦྱེ་བའི་རྟེན། །བཟླན་ཡོད་འདིར་ནི་གཟུགས་གཅིག་ལ། །ཐོགས་དང་བཅས་པ་
གཟུགས་ཅན་བཅུ། །ཕྱང་མ་བཟླན་བརྒྱད་དེ་དག་ཉིད། །གཟུགས་སྤྱོད་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམ་
གསུམ། །འདོད་ཁམས་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་བཅུ་བཞིའོ། །དྲི་
དང་རོ་དང་སྒྲ་དང་ནི། །སྦྱེ་ཡི་རྣམ་ཤེས་ཁམས་མ་གཏོགས། །གཟུགས་མེད་གཏོགས་པ་ཡིད་
དང་ནི། །ཆོས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཁམས། །དེ་གསུམ་ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད། །།ལྷག་མ་
རྣམས་ནི་ཟག་བཅས་སོ། །རྟོག་དང་དཔྱད་དང་བཅས་པ་ནི། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལྷ་

ཡིན། བ་མ་གསུམ་ནི་རྣམ་གསུམ་མོ། ལྷག་མ་རྣམས་ནི་གཉིས་ཀ་སྤངས། ཁྲིམ་པར་རྟོག་
དང་རྩིས་དྲན་པའི། རྣམ་པར་རྟོག་པས་རྣམ་མི་རྟོག་ཏེ་དག་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་རབ་
གཡེང་། ཡིད་ཀྱི་དྲན་པ་ཐམས་ཅད་ཉིད། འཁོགས་བཅས་སེམས་ཀྱི་ཁམས་བདུན་ནོ། ཚོས་
ཀྱི་ཕྱེད་ཀྱང་མ་བེན་དགུ། བརྒྱད་པོ་དེ་དག་རྣམས་དང་སྒྲ། དགུ་པོ་གཞན་ནི་རྣམ་པ་
གཉིས། རེག་བྱ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། ལྷག་མ་གཟུགས་ཅན་དགུ་པོ་ནི། འབྱུང་གྱུར་ཆོས་
ཁམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཀྱང་། གཟུགས་ཅན་བརྩ་ནི་བསགས་པའོ། གཙུག་བྱེད་གཅད་པར་བྱ་
བ་ཉིད། བྱི་རོལ་གྱི་ནི་ཁམས་བཞི་ཡིན། ཏེ་བཞིན་བསྐྱེད་བྱ་འཇལ་བྱེད་པའོ། བྱི་དང་
གཞལ་ལ་མི་མཐུན་སྒྲ། རྣམ་པར་སྦྱོན་ལས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱས་ལས་བྱུང་བ་ནང་གི་ལྷ། སྒྲ་
ནི་རྣམ་སྦྱོན་ལས་སྦྱེས་མིན། རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་རྣམ་སྦྱོན་སྦྱེས། རྩོགས་པ་མེད་བརྒྱད་
གཞན་རྣམ་གསུམ། རྩིས་དང་ལྷན་གཅིག་བ་མ་གསུམ། སྒྲ་ཅིག་མ་སྦྱེ་མིག་དང་ནི། རྣམ་
ཤེས་ཁམས་དག་སོ་སོ་དང་། ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཡང་འཛོལ་བ་ཡོད། ནང་གི་བརྩ་གཉིས་གཟུགས་
ལ་སོགས། མ་གཏོགས་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྦྱོན་པ་དང་བཅས་ལྷག་མ་ནི། ཏེ་དང་མཚུངས་
པ་དག་ཀྱང་ཡིན། གང་ཞིག་རང་གི་ལས་མི་བྱེད། བརྩ་ནི་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བྱ་ཡིན། ལྷ་ཡང་
བ་མ་གསུམ་རྣམ་གསུམ། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་མཐོང་སྤང་མིན། གཟུགས་མིན་དྲུག་པ་
མིན་སྦྱེས་མིན། མིག་དང་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཕྱོགས་ནི། ལྷ་བ་ཡིན་ཏེ་རྣམ་པ་བརྒྱད། རྣམ་ཤེས་
ལྷ་དང་མཚུངས་སྦྱེས་སྒྲོ། ཁྲིམ་རྟོག་མེད་ཕྱིར་ལྷ་མ་ཡིན། མིག་གིས་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་
སྦྱོན་བཅས། ཏེ་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམ་ཤེས་མིན། གང་ཕྱིར་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡི། གཟུགས་ནི་
མཐོང་བ་མིན་ཕྱིར་ལོ། མིག་ནི་གཉིས་ཀ་དག་གིས་ཀྱང་། མཐོང་སྦྱེ་གསལ་བར་མཐོང་ཕྱིར་
རོ། མིག་དང་ཡིད་དང་རྣ་བ་ནི། ཡུལ་དང་མ་སྤང་གསུམ་གཞན་དུ། ལྷ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་
གྱིས་ནི། ཡུལ་ནི་མཉམ་པ་འཛིན་པར་འདོད། བ་མའི་རྟེན་འདས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི། ཏེ་དག་
ལྷན་ཅིག་སྦྱེས་པའང་ཡིན། ཏེ་དག་གྱུར་པས་འབྱུར་ཉིད་ཕྱིར། རྟེན་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་
ཡིན། ཏེ་ཕྱིར་བྱ་མོང་མ་ཡིན་ཕྱིར། ཏེ་དག་གིས་ནི་རྣམ་ཤེས་བརྟན། ཡུས་ལ་འོག་མའི་

མིག་མ་ཡིན། མིག་གི་གོང་མའི་གཟུགས་མ་ཡིན། རྣམ་པར་ཤེས་པའང་དེ་ཡི་
གཟུགས། ལྷུས་ཀྱི་འང་གཉིས་ ཀ་ཐམས་ཅད་དུ། རྣ་བའང་དེ་བཞིན་གསུམ་དག་ནི། ཐམས་
ཅད་རང་གི་ས་པ་ཉིད། ལྷུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འོག་དང་ནི། རང་གི་ས་ཡིད་མ་ངེས་ཏེ། གཉིས་
ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་བྱེ་ཡི་ལ། འདུས་མ་བྱས་ཆོས་ཏྲག་པའོ། ཆོས་ཀྱི་བྱེད་དང་གང་དག་ནི། བརྩ་
གཉིས་ནང་གི་ར་བཤད་དབང་པོ། ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་ལེན་ ར་བྱས་པ་ལས།
ལམས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་དང་པོ་འོ། །

གནས་གཉིས་པ། དབང་པོ་བསྟན་པ། ར་བྱས་ནི་དོན་བཞི་ལ། དབང་བྱེད་
བཞི་རྣམས་གཉིས་ལ་འོ། ར་དང་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམས་ནི། ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བྱང་
ལ། རང་གི་དོན་དང་ཐམས་ཅད་ལ། དམིགས་པར་དབང་བྱེད་བྱེད་དབང་དུ་ག མོ་ཉིད་པོ་
ཉིད་ལ་དབང་བྱེད། ལྷུས་ལས་མོ་དང་པོ་དབང་དག རིགས་གནས་ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་
དང་། རྣམ་པར་བྱང་ལ་དབང་བྱེད་བྱེད། སྟོག་དང་ཆོར་བ་རྣམས་དང་ནི། དད་སྟགས་
དབང་པོ་ལྟར་འདོད་དོ། རྩ་ངན་འདས་སྟགས་གོང་ནས་གོང་། འཕྱོམ་པ་ལ་ནི་དབང་བྱེད་
བྱེད། ཀྱུན་ཤེས་བྱེད་དང་ཀྱུན་ཤེས་དང་། རྟེན་བཞིན་ཀྱུན་ཤེས་ལྟར་དབང་པོ། སེམས་ཀྱི་
རྟེན་དང་དེའི་བྱེ་བྲག གནས་དང་ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཉིད། ཆོགས་དང་རྣམ་བྱང་ཇི་
སྟེད་པ། དབང་པོ་དག་ཀྱང་དེ་སྟེད་དུ། ཡང་ན་འཇུག་པའི་རྟེན་དང་ནི། སྟེ་དང་གནས་
དང་ཉེར་སྦྱོད་ལས། བརྩ་བཞི་དེ་བཞིན་ལྟོག་པ་ལ། དབང་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་ཡིན་
འོ། ལྷུས་ཆོར་སེམ་པ་མ་ཡིན་གང་། རྟུག་བསྐྱལ་དབང་པོ་འོ་སེམ་པ་ནི། བདེ་བའོ་བསམ་
གཏན་གསུམ་པ་ན། སེམས་ཀྱི་དེ་ནི་བདེ་དབང་པོ། གཞན་ན་དེ་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན། སེམས་
ཀྱི་སེམ་པ་མ་ཡིན་པ། ཡིད་མི་བདེ་བའོ་བཏང་སྟོམས་ནི། བར་མའོ་གཉིས་ཀའི་མི་རྟོག་
བྱེད། མཐོང་བསྟོན་མི་སྟོབ་ལམ་ལ་དག། གསུ མ་ཡིན་གསུམ་ནི་དྲི་མ་མེད། གཟུགས་ཅན་
སྟོག་དང་རྟུག་བསྐྱལ་དག ཟག་དང་བཅས་པ་དག་རྣམ་གཉིས། སྟོག་ནི་རྣམ་སྟོན་བརྩ་

གཉིས་གཉིས། བ་མ་བརྒྱད་དང་ཡིད་མི་བདེ། མ་གཏོགས་པ་སྟེ་དེ་གཅིག་ནི། རྣམ་པར་
སྒྲིམ་བཅས་བརྩུ་རྣམ་གཉིས། ཡིད་དང་ཚར་གཞན་དང་ལ་སོགས། དགེ་བ་བརྒྱད་ཡིད་མི་
བདེ་བ། རྣམ་གཉིས་ཡིད་དང་ཚར་གཞན་ནི། རྣམ་གསུམ་གཞན་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་དྲི་མེད་
མ་གཏོགས་འདོད་པར་གཏོགས། རོ་མོའི་དབང་དང་སྤྱག་བསྐལ་དག མ་གཏོགས་གཟུགས་
གཏོགས་གཟུགས་ཅན་དང་། བདེ་བའང་མ་གཏོགས་གཟུགས་མེད་གཏོགས། ཡིད་དང་
ཚར་བ་གསུམ་རྣམ་གསུམ། གཉིས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་ཡིད་མི་བདེ། དགུ་ནི་བསྒྲོ་མ་པས་ལྔ་པོ་
ནི། སྤང་བར་བྱ་མེན་ཡང་གསུམ་མེན། འདོད་པར་དང་པོར་རྣམ་སྒྲིམ་གཉིས། རྟེན་དེ་
རྩུས་ཏེ་སྟེ་བས་མེན། དེ་ཡིས་དྲུག་གམ་བདུན་ནམ་བརྒྱད། གཟུགས་ན་དྲུག་གོ་གོང་མར་
གཅིག་གཟུགས་མེད་དག་ཏུ་འཆི་བ་ནི། རོག་དང་ཡིད་དང་བཏང་སྟོམས་ཉིད། འགག་
པར་འགྱུར་རོ་གཟུགས་ན་བརྒྱད། འདོད་པར་བརྩུའམ་དགུའམ་བརྒྱད། རིམ་གྱིས་འཆི་བ་
དག་ལ་བཞི། དགེ་ལ་ཐམས་ཅད་དག་ཏུ་ལྔ། འབྲས་བུ་ཐ་མ་གཉིས་དགུས་འཐོབ། གཉིས་
ནི་བདུན་དང་བརྒྱད་དང་དགུས། བརྩུ་གཅིག་དག་གིས་དབྱ་བཅོམ་ཉིད། འགའ་ཞིག་སྤོང་
ཕྱིར་བཤད་པ་ཡིན། བཏང་སྟོམས་དང་ནི་སྟོག་དང་ནི། ཡིད་དང་ལྔ་ལ་ངེས་གསུམ་
ལྔ། བདེ་ལྷས་ལྔ་ལ་བཞི་དག་དང་། མིག་སོགས་ལྔ་ལ་ལྔ་དང་ལྔ། ཡིད་བདེ་ལྔ་
ཡང་སྤྱག་བསྐལ་ལྔ། བདུན་དང་མོ་ཡི་དབང་སོགས་ལྔ། བརྒྱད་དང་ཀུན་ཤེས་ལྔ་པ་
ཡི། དབང་པོ་ལྔ་ལ་བརྩུ་གཅིག་ལྔ། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་ལྔ་ལ། བརྩུ་གསུམ་
དག་དང་ལྔ་པ་ཡིན། དགེ་མེད་ནང་ན་ཉུང་ལྔ་པ། ལྷས་ཚར་སྟོག་ཡིད་བརྒྱད་དང་
ལྔ། གཟུགས་མེད་བྱིས་པའང་དེ་བཞིན་ཏེ། བཏང་སྟོམས་སྟོག་ཡིད་དགེ་རྣམས་
དང་། མང་པོར་ལྔ་ལ་བརྩུ་དགུ་སྟེ། དྲི་མ་མེད་རྣམས་མ་གཏོགས་སོ། མཚན་གཉིས་
འཕགས་པ་ཆགས་བཅས་ཏེ། མཚན་གཅིག་དྲི་མེད་གཉིས་མ་གཏོགས། འདོད་ན་དབང་པོ་
མེད་པ་དང་། སྟོ་མེད་ལྔ་རབ་རྩལ་རྩལ་བརྒྱད། ལྷས་དབང་ལྔ་ལ་རྩལ་དགུའོ། དབང་པོ་
གཞན་ལྔ་རྩལ་བརྩུའོ། ཁེམས་དང་ཁེམས་བྱང་ངེས་ལྟན་ཅིག ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་

མཚན་ཉིད་དང་། རྩོམ་པའམ་སེམས་བྱུང་རྣམ་ལུ་སྟེ། ལ་མང་ལ་སོགས་ཐ་དད་ཕྱིར། རྩོམ་
དང་སེམས་པ་འདུ་ཤེས་དང་། འདུན་དང་རེག་དང་སྒྲོ་གྲས་དྲན། ཡིད་ལ་བྱེད་དང་མས་
པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་སེམས་ཐམས་ཅད་ལ། རྟོག་དང་བག་ཡོད་ཤིན་ཏུ་སྤངས། བཏང་
སྒྲུམས་ངོ་ཚ་ཤེས་བྲེལ་ཡོད། རྩ་བ་གཉིས་རྣམ་མི་འཆོ་དང་། བཙུན་འགྲུས་རྟག་ཏུ་དགོ་ལ་
འབྱུང་། རྩོངས་དང་བག་མེད་ལེ་ལོ་དང་། མ་དད་པ་དང་རྒྱགས་དང་གོད། ཉོན་མོངས་
ཅན་ལ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་། མི་དགོ་ལ་ནི་བྲེལ་མེད་དང་། རྩོ་ཆ་མེད་པའོ་ཁོ་བ་དང་། ཁོན་ཏུ་
འཛིན་དང་གཡོ་དང་ནི། སྤྲག་དོག་འཆོག་འཆབ་སེར་སྣ་དང་། སྦྱུ་དང་རྒྱགས་དང་རྣམ་
འཆོ་ནི། ཉོན་མོངས་རྒྱུ་རྩའི་ས་པ་རྣམས། འདོད་པའི་དགོ་བའི་སེམས་ལ་ནི། རྟོག་དང་
དཔྱོད་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཉི་ཤུ་གཉིས། ལ་ལ་དག་ཏུ་འགྱོད་པ་
བསྟན། མི་དགོ་བ་ནི་མ་འདྲེས་དང་། རྩ་དང་ལྡན་ལའང་ཉི་ཤུ་འབྱུང་། ཉོན་མོངས་བཞི་
དང་ཁོ་སོགས་དང་། འགྱོད་པ་དང་ནི་ཉི་ཤུ་གཅིག་བསྐྱེབས་ལ་བཙུན་བརྒྱུད་ལུང་མ་
བསྟན། གཞན་ལ་བརྟུ་གཉིས་དག་ཏུ་འདོད། གཉིད་ནི་ཀུན་ལ་མི་འགལ་ཕྱིར། གང་ལ་
ཡོད་པ་དེ་བསྟན་ནོ། རྩེ་ལས་འགྱོད་གཉིད་མི་དགོ་རྣམས། བསམ་གཏན་དང་པོ་དག་ན་
མེད། རྟོག་པའང་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན། རྩེ་ཡི་གོང་ན་དཔྱོད་པ་ཡང་། མ་གྲུས་ངོ་ཚ་
མེད་བྲེལ་མེད། ལ་ན་མ་ཐོ་འཇིགས་མི་ལྟ། དགའ་དང་གུས་ཉིད་ངོ་ཚ་ཤེས། རྩེ་གཉིས་
འདོད་དང་གཟུགས་དག་ན། རྟོག་དང་དཔྱོད་པ་ཅིང་ཞིབ་ཉིད། རྩེ་རྒྱལ་ཁེངས་པ་རྒྱགས་
པ་ནི། རང་གི་ཆོས་ལ་ཆགས་པ་ཡི། སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའོ། སེམས་དང་ཡིད་
དང་རྣམ་ཤེས་ནི། རྟོན་གཅིག་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་དང་། རྟོན་དང་དམིགས་དང་རྣམ་
བཅས་དང་། མཚུངས་པར་ལྡན་པའང་རྣམ་པ་ལྟ། མི་ལྡན་པ་ཡི་འདུ་བྱེད་རྣམས། རྩོམ་
དང་མ་ཐོབ་སྐལ་མཉམ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་སྒྲུམས་འཇུག་པ་དང་། རྩོག་དང་མཚན་ཉིད་
རྣམས་དང་ནི། མིང་གི་ཆོགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་། རྩོམ་པ་རྟོད་དང་ལྡན་པའོ། རྩོམ་དང་མ་
ཐོབ་རྟོད་རྒྱུ་དུ། གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱིའོ་འགོག་གཉིས་ཀྱི། དུས་གསུམ་པ་ཡི་རྣམ་པ་

གསུམ། དགེ་ལ་སོགས་ཀྱི་དགེ་ལ་སོགས། དེར་གཏོགས་རྣམས་ཀྱི་རང་ཁམས་པ། མ་
གཏོགས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི། སྒྲོ་བ་དང་མི་སྒྲོབ་མེན་གྱི་གསུམ། སྤང་བྱ་མེན་པའི་རྣམ་
གཉིས་འདོད། ལྷང་བསྟན་མེན་ཐོབ་ལྟན་ཅིག་སྟེ། མངོན་ཤེས་སྤུལ་པ་མ་གཏོགས་
པ། བསྐྱབས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་འང་འདོད་པ་ན། གཟུགས་ཀྱི་སྤར་ནི་སྟེ་བ་མེད། མ་ཐོབ་མ་
བསྐྱབས་ལྷང་མ་བསྟན། འདས་མ་སྟེས་ཀྱི་དེ་རྣམ་གསུམ། འདོད་སོགས་གཏོ་གས་དང་ངི་
མེད་ཀྱི་འང་། ལམ་མ་ཐོབ་པ་སོ་སོ་ཡི། སྟེ་ཐོར་འདོད་དོ་དེ་ཐོབ་དང་། ས་འཕྱུར་ནས་ནི་
རྣམ་ཉམས་འགྱུར། སྐལ་མཉམ་སེམས་ཅན་འདྲ་བའོ། འདྲུ་ཤེས་མེད་པ་པ་འདྲུ་ཤེས། མེད་
པར་སེམས་དང་སེམས་བྱང་རྣམས། འགོག་པའོ་རྣམ་སྟོན་དེ་འབྲས་ཆེ། དེ་བཞིན་འདྲུ་ཤེས་
མེད་སྟོམས་འཇུག་བསམ་གཏན་ཐ་མར་འབྱུང་འདོད་པས། དགེ་བའོ་སྟེས་ནས་སྦྱང་
འགྱུར་ཉིད། འཕགས་པའི་མ་ཡིན་དུས་གཅིག་འཐོབ། འགོག་པ་ཞེས་པའང་དེ་བཞིན་
ཉིད། འདི་གནས་དོན་དུ་སྤྱིད་ཅེ་སྟེས། དགེ་བའོ་གཉིས་སུ་སྦྱང་འགྱུར་དང་། མ་ངེས་
འཕགས་པའི་སྦྱར་བས་འཐོབ། ཐུབ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་ཐོབ་བྱ། དང་པོར་མ་ཡི་ན་སྐད་
ཅིག་མ། སྤུལ་ཅུ་ཅུ་བཞིས་ཐོབ་ཕྱིར་རོ། གཉིས་ཀ་འདོད་དང་གཟུགས་རྟེན་ཅན། འགོག་
པ་དང་པོར་མའི་ནང་དུ། སྟོག་ནི་ཆོ་ཡིན་དོད་དང་ནི། རྣམ་ཤེས་རྟེན་གང་ཡིན་
པའོ། མཚན་ཉིད་དག་ནི་སྟེ་བ་དང་། རྟེན་དང་གནས་དང་མི་རྟག་ཉིད། དེ་དག་སྟེ་བའི་
སྟེས་ལ་སོགས། དེ་ཆོས་བརྒྱད་དང་གཅིག་ལ་འཇུག་རྒྱ་དང་རྟེན་དག་མེད་པར་ནི། སྟེ་
བས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མེན། མིང་གི་ཆོགས་ལ་སོགས་པ་ནི། མིང་དང་དག་དང་ཡི་གེའི་
ཆོགས། འདོད་དང་གཟུགས་གཏོགས་སེམས་ཅན་སྟོན། རྒྱ་མཐུན་ལྷང་བསྟན་མེན་དེ་
བཞིན། སྐལ་མཉམ་རྣམ་པར་སྟོན་པའང་ཡིན། ཁམས་གསུམ་པ་སྟེ་ཐོབ་རྣམ་
གཉིས། མཚན་ཉིད་རྣམས་ཀྱང་སྟོམས་འཇུག་དང་། མི་ལྟན་པ་དག་རྒྱ་མཐུན་པ། བྱེད་རྒྱ་
ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། སྐལ་མཉམ་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་དང་། ཀྱུན་ཏུ་འགོ་དང་རྣམ་
སྟོན་དང་། རྒྱ་ནི་རྣམ་པ་དུག་ཏུ་འདོད། རང་ལས་གཞན་པ་བྱེད་རྒྱུ་རྒྱ། ལྟན་ཅིག་འབྱུང་

གང་པན་ཚུན་འབྲས། །འབྲུང་བཞིན་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་དང་། །སེམས་དང་མཚན་ཉིད་
མཚན་གཞི་བཞིན། །སེམས་ལས་བྱུང་དང་སྒྲུབ་གཉིས་དང་། །སེམས་དང་དེ་དག་གི་མཚན་
ཉིད། །སེམས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་དུས་དང་ནི། །འབྲས་སོགས་དགེ་ལ་སོགས་པས་སོ། །སྐལ་མཉམ་
རྒྱ་ནི་འདྲ་བའོ། །རང་རིགས་ས་པའོ་ལྟར་སྐྱེས་རྣམས། །ས་དགའི་ལམ་ནི་པན་ཚུན་
དུ། །མ་ཉམ་དང་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཡིན། །སྦྱོར་བྱུང་དེ་གཉིས་ཁོ་ནའི་ཡིན། །ཐོས་དང་
བསམས་བྱུང་ལ་སོགས་པ། །མཚུངས་ལྡན་རྒྱ་ནི་སེམས་དག་དང་། །སེམས་བྱུང་རྟེན་མཚུངས་
ཅན་རྣམས་སོ། །ཀུན་འགྲོ་ཞེས་བྱ་ཉོན་མོངས་ཅན། །རྣམས་ཀྱི་རང་ས་ཀུན་འགྲོ་ཟ། །རྣམ་
སྟོན་རྒྱ་ནི་མི་དགེ་དང་། །དགེ་བ་ཟག་བཅས་རྣམས་ཁོ་ན། །ཀུན་འགྲོ་སྐལ་མཉམ་དུས་
གཉིས་པ། །གསུམ་པོ་དག་ནི་དུས་གསུམ་པ། །འདུས་བྱས་བྲལ་བཅས་འབྲས་བྱ་ཡིན། །འདུས་
མ་བྱས་ལ་དེ་དག་མེད། །རྣམ་སྟོན་འབྲས་བྱ་ཐ་མའི་ཡིན། །བདག་པོའི་འབྲས་བྱ་དང་པོའི་
ཡིན། །རྒྱ་མཐུན་སྐལ་མཉམ་ཀུན་འགྲོ་བའི། །སྐྱེས་བྱ་པ་ནི་གཉིས་ཀྱི་ཡིན། །རྣམ་སྟོན་ལུང་དུ་
མ་བཟུན་ཆོས། །སེམས་ཅན་བརྗོད་ལུང་བཟུན་བྱིས་འབྲུང་། །རྒྱ་མཐུན་རྒྱ་དང་འདྲ་
བའོ། །བྲལ་བ་སྟོ་ཡིས་ཟད་པའོ། །གང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་གང་སྐྱེས་པའི། །འབྲས་དེ་སྐྱེས་བྱ་བྱེད་
ལས་སྐྱེས། །སྦྱོན་བྱུང་མ་ཡིན་འདུས་བྱས་ནི། །འདུས་བྱས་ཁོ་ནའི་བདག་པོའི་འབྲས། །ལྔ་པོ་
ད་ལྟར་འབྲས་བྱ་འཛིན། །གཉིས་ནི་རབ་དུ་འབྱེན་པར་བྱེད། །ད་ལྟར་གྱི་དང་འདས་པ་
དག །གཅིག་ནི་འདས་པས་འབྱེན་པར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་ཅན་དང་རྣམ་སྟོན་སྐྱེས། །ལྷག་
དང་དང་པོ་འཕགས་རིམ་བཞིན། །རྣམ་སྟོན་ཀུན་འགྲོ་དེ་གཉིས་དང་། །སྐལ་མཉམ་མ་
གཏོགས་ལྷག་ལས་སྐྱེས། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། །མཚུངས་ལྡན་མ་གཏོགས་
གཞན་དེ་བཞིན། །རྟེན་ནི་བཞི་པོ་དག་དུ་གསུངས། །རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་ལྔ་ཡིན། །སེམས་དང་
སེམས་བྱུང་སྐྱེས་པ་རྣམས། །ཐ་མ་མིན་མཚུངས་དེ་མ་ཐག །དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་
ཅད་དོ། །བྱེད་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བདག་པོར་བཤད། །རྒྱ་གཉིས་པོ་དག་འགག་པ་ལ། །བྱ་བ་བྱེད་དོ་
གསུམ་པོ་ནི། །སྐྱེ་ལའོ་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡི། །རྟེན་དག་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ཡིན། །བཞི་ཡིས་

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས། གསུམ་གྱིས་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་གཉིས། གཞན་ནི་གཉིས་
 བོ་དག་ལས་སྟེ། དབང་ཕྱུག་སོགས་མིན་རིམ་སོགས་ཕྱིར། དེའི་རྒྱ་འབྱུང་བ་རྣམ་པ་
 གཉིས། འབྱུང་ལས་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་ལ། འབྱུང་གྱུར་རྣམ་གསུམ་པན་ཚུན་ ི། འབྱུང་བ་
 རྣམས་ཀྱི་དེ་རྣམ་གཅིག་འདོད་ཡིད་དགོ་དང་མི་དགོ་དང་། བསྐྱབས་པ་དང་ནི་མ་
 བསྐྱབས་པ། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་དག་ན། མི་དགོ་ལས་གཞན་ཟག་མེད་
 གཉིས། འདོད་སེམས་དགོ་བ་ལས་སེམས་དགྲ། དེ་ནི་བརྒྱད་པོ་ཁོ་ན་ལས། མི་དགོ་བ་ནི་
 བརྒྱད་པ་ལས། དེ་ལས་བཞི་ཉེ་བསྐྱབས་དེ་བ་ཞིན། མ་བསྐྱབས་པ་ནི་ལྔ་དག་ལས། དེ་ལས་
 མཇུག་ཐོགས་སེམས་བདུན་ནོ། གཟུགས་ན་དགོ་ལས་བརྒྱ་གཅིག་གོ། དེ་ནི་དགྲ་ཡི་མཇུག་
 ཐོགས་སུ། བསྐྱབས་པ་བརྒྱད་ལས་དེ་ལས་དུག་མ་བསྐྱབས་པ་ནི་གསུམ་ལས་སོ། དེ་ལས་
 དུག་ཉེ་གཟུགས་མེད་པའང་། དེ་ཡི་ཚུལ་ལོ་དགོ་བ་ལས། སེམས་དགྲ་དག་གོ་དེ་དུ ག་
 གོ། བསྐྱབས་པ་ལས་བདུན་དེ་དེ་བཞིན། སྟོབ་པ་བཞི་ལས་དེ་ལས་ལ། མི་སྟོབ་པ་ནི་ལྔ་ལས་
 སོ། དེ་ལས་སེམས་ནི་བཞི་དག་གོ། བརྒྱ་གཉིས་དེ་དག་ཉི་ཤུར་ཡང་། གསུམ་དུ་སྟེན་ནས་
 ཐོབ་པ་དང་། སྟོར་བྱུང་དགོ་རྣམ་གཉིས་ཕྱེ་ནས། རྣམ་སྟེན་སྟེན་དང་སྟོད་ལམ་པ། བཟོ་ཡི་
 གནས་དང་སྦྱལ་པ་དང་། འདོད་ན་ལྷང་བསྟན་མིན་རྣམ་བཞིར། གཟུགས་ན་བཟོ་མ་
 གཏོགས་པའོ། ཁམས་གསུམ་པ་ཡི་ཉོན་མོངས་ཅན། དུག་དང་དུག་དང་གཉིས་རྟེན་
 འོ། གཟུགས་སྟེན་དགོ་ལ་གསུམ་དག་གོ། སྟོབ་པ་ལ་བཞི་ལྷག་ལ་དེ། ཆོས་མངོན་པའི་
 མངོད་ཀྱི་ཆོག་ལེན་ཕྱུར་བྱས་པ་ལས། དབང་པོ་བསྟན་པ་ཞིས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་གཉིས་པའོ། །

གནས་གསུམ་པ། འཇིག་རྟེན་བསྟན་པ། དཔུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུང་འགོ་དང་། མི་
 རྣམས་དང་ནི་ལྷ་དུག་དག་འདོད་པའི་ཁམས་ཡིན་དཔུལ་བ་དང་། སྦྱིང་དབྱེ་བ་ལས་དེ་ཉི་
 ཤུ། གོང་མའི་གནས་དག་བརྒྱ་བདུན་ནི། གཟུགས་ཁམས་ཡིན་དེར་སོ་སོ་ཡི། བསམ་གཏན་
 ས་ནི་གསུམ་པ་ཡིན། བཞི་པ་ས་ནི་བརྒྱ ད་པ་ཡིན། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གནས་མེད་

དོ། རྒྱུ་བ་ལས་ནི་རྣམ་པ་བཞི། དེར་ནི་རིས་དང་སྒྲིག་ལ་ཡང་། ཁེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ནི་རྟེན་པ་
ཡིན། དེར་ནི་དཔྱལ་སྒྲིགས་འགོ་བ་ལྟ། རང་གི་མིང་གིས་བསྟན་དེ་དག་ཉོན་མོངས་ཅན་
མིན་ལུང་བསྟན་མིན། ཁེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་སྲིད་མིན། ལྷས་དང་འདྲ་ཤེས་ཐ་དད
དང་། ལྷས་ཐ་དད་ཅིང་འདྲ་ཤེས་གཅིག་བསྟོན་དང་ལྷས་དང་འདྲ་ཤེས་གཅིག་གཟུགས་
ཅན་མ་ཡིན་གསུམ་པོ་དག་རྣམ་ཤེས་གནས་པ་བདུན་ལྟ་མ། དེ་འཛོམས་བྱེད་ལྡན་སྲིད་
ཅི་དང་། འདྲ་ཤེས་མེད་པའི་ཁེམས་ཅན་རྣམས། ཁེམས་ཅན་གྱི་ནི་གནས་དགུར་
བཤད། མི་འདོད་བཞིན་གནས་ཕྱིར་གཞན་མིན། གནས་པ་དག་ནི་ ཡང་བཞི་སྟེ། ཟག་དང་
བཅས་པའི་ཕྱང་པོ་བཞི། རང་གི་ས་པ་ཉིད་རྣམ་ཤེས། འབའ་ཞིག་གནས་པར་མ་བཤད་
དོ། བསྐྱུ་ན་མུ་ནི་བཞི་ཡིན་ནོ། དེར་ནི་སྟོང་ལས་རྒྱུས་སྒྲིགས། ཁེམས་ཅན་སྟེ་གནས་བཞི་
དག་ཏུ། མི་དང་དུད་འགོ་རྣམ་པ་བཞི། དཔྱལ་བ་རྣམས་དང་ལྷ་རྣམས་དང་། སྲིད་པ་བར་
མ་རྒྱས་ཏེ་སྟེ། ཡི་དགས་མངལ་ནས་སྟེ་བའང་ཡིན། འདིར་གང་འཆི་དང་སྟེ་བ་ཡི། སྲིད་
པའི་བར་དུ་འབྱུང་བའོ། བཤོད་པའི་ཡུལ་དུ་མ་ཕྱིན་ཕྱིར། སྲིད་པ་བར་མ་བྱུང་བ་
མིན། འབྲུ་ཡི་རྒྱན་དང་ཆོས་མཐུན་ཕྱིར། སྲིད་པ་ཆད་ལས་བྱུང་བ་མིན། གཟུགས་བརྟན་
མ་གྲུབ་ཕྱིར་པ་དང་། མི་འདྲའི་ཕྱིར་ན་དཔེ་མ་ཡིན། གཅིག་ན་ལྷན་ཅིག་གཉིས་མེད་
ཕྱིར། རྒྱན་མིན་ཕྱིར་གཉིས་ལས་བྱུང་ཕྱིར། མགུར་ནས་གསུངས་ཕྱིར་ཡོད་དེ་ཟ། ལྲར་
གསུངས་འགོ་མདོ་ལས་ཀྱང་གྲུབ། དེ་ནི་འཕེན་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། སྟོན་དུས་སྲིད་འབྱུང་
ག་ཚུགས་ཅན། དེ་ནི་འཆི་བའི་སྟོན་རོལ་ཏེ། རྒྱུ་བའི་སྐད་ཅིག་པན་ཆད་དོ། རིགས་མཐུ ན་
ལྷ་མིག་དག་པས་མཐོང་། ལས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུལ་ཤུགས་དང་ལྡན། དབང་པོ་ཀུན་ཆད་ཐོགས་
མེད་ལྡན། མི་སྟོན་དེ་ནི་དེ་ཟེའོ། སྟོན་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གྱུར་པས། ཆེ་དགས་འགོ་བའི་ཡུལ་དུ་
འགོ། དེ་དང་གནས་ལ་མདོན་འདོད་གཞན། དཔྱལ་བ་ཡི་ནི་སྤྱི་ཚུགས་ཡིན། གཅིག་ནི་
ཤེས་བཞིན་དུ་འབྱུག་གོ། གཞན་ནི་གནས་པ་ཡང་གཞན་ནི། འབྱུང་བ་འང་གཞན་ནི་
ཐམས་ཅད་ཚོངས། སྟོང་ལས་རྒྱུས་རྟག་ཏུའོ། མངལ་དུ་འབྱུག་པ་གསུམ་དག་སྟེ། འཁོར་

ལོས་སྒྱུར་དང་རང་བྱུང་གཉིས། །ལས་སམ་ཡེ་ཤེས་སམ་གཉིས་ཀ། རྒྱ་ཆེའི་ཕྱིར་ན་གོ་རིམས་
བཞིན། །བདག་མེད་ཕུང་པོ་ཙམ་ཉིད་དོ། །ཉོན་མོངས་ལས་ཀྱིས་མངོན་འདུས་བྱས། །སྲིད་པ་
བར་མའི་རྒྱན་གྱིས་ན། །མར་མེ་བཞིན་དུ་མངལ་དུ་འགོ། །ཇི་ལྟར་འཕངས་བཞིན་རིམ་གྱིས་
རྒྱན། །སྦྱོར་ནས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས། །འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དག་དུ་འགོ། །སྲིད་པའི་
འཁོར་ལོ་ཐོག་མ་མེད། །དེ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་བའི། །ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཆ་གསུམ་
མོ། །སྲོན་དང་ཕྱི་མཐར་གཉིས་གཉིས་དང་། །བར་དུ་བརྒྱད་ཡོངས་རྫོགས་ལྡན་ལ། །མ་རིག་
ཉོན་མོངས་མངོན་གནས་སྐབས། །འདུ་བྱེད་དག་ནི་སྲོན་ལས་ཀྱི། །རྣམ་ཤེས་མཚམས་སྒྱུར་
ཕུང་པོ་ཡིན། །མིང་དང་གཟུགས་ནི་དེ་པན་ཆད། །སྦྱེ་མཆེད་རྒྱག་དོད་ཚུན་ཆད་དོ། །དེ་ནི་
གསུམ་འདུས་ཚུན་ཆད་དོ། །རིག་པ་བདེ་སྤྱད་ལ་སོགས་ཀྱི། །རྒྱ་ཤེས་རྒྱས་པ་ཚུན་ཆད་
དོ། །ཆོར་འབྲིག་ཚུན་ཆད་སྲིད་པ་ནི། །ལོངས་སྒྱུད་འབྲིག་པ་ཆགས་ཅན་གྱི། །ཉེ་བར་ལེན་པ་
ལོངས་སྒྱུད་རྣམས། །ཐོབ་པར་བྱ་བྱིར་ཡོངས་རྒྱག་པའི། །དེ་སྲིད་འབྲས་བུ་འབྱུང་འགྱུར་
བའི། །ལས་བྱེད་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཡིན། །ཉིང་མཚམས་སྒྱུར་བ་སྦྱེ་བ་ཡིན། །ཆོར་བའི་བར་ནི་གྲ་
ཤི་ཡིན། །འདི་ནི་གནས་སྐབས་པར་འདོད་ལོ། །གཙུག་པོའི་ཕྱིར་ན་ཡན་ལག་བརྒྱགས། །སྲོན་
དང་ཕྱི་མཐའ་བར་དག་ལ། །ཆོངས་པ་རྣམ་པར་བསྐྱོག་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་གསུམ་མོ་ལས་
གཉིས་སོ། །གཞི་བདུན་དེ་བཞིན་འབྲས་བུ་ཡིན། །གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་མདོར་བསྐྱས་པ། །བར་
མའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས། །ཉོན་མོངས་པ་ལས་ཉོན་མོངས་དང་། །བྱ་བ་ཉིད་དོ་དེ་ལས་
གཞི། །དེ་ལས་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་སྦྱེ། །འདི་ནི་སྲིད་པའི་ཡན་ལག་ལྷགས། །འདིར་ནི་
འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །བྱུང་བ་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འདོད། །རིག་པའི་མི་མཐུན་སྒྲུགས་ཆོས་
གཞན། །མ་རིག་མི་མཇོལ་རྒྱན་སོགས་བཞིན། །ཀྱན་སྒྱུར་སོགས་ཆོག་ཕྱིར་གལ་ཏེ། །ཤེས་རབ་
ངན་པའོ་མིན་ལྟ་བུར། །ལྟ་བ་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་བྱིར། །ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་བསྟན་བྱིར་
རོ། །མིང་ནི་གཟུགས་ཅན་མིན་ཕུང་པོ། །རིག་རྒྱག་འདུས་ཏེ་བྱུང་བ་ཡིན། །ལྟ་ནི་ཐོགས་པའི་
རིག་པ་ཡིན། །རྒྱག་པ་སྤྲ་དགས་ཆོག་ཅེས་བྱ། །རིག་དང་མ་རིག་དང་གཞན་རིག་དྲི་མེད་

ཉོན་མོངས་ཅན་ལྷག་མ། གཞོན་སེམས་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་རེག་ཁབ་བཟོང་འགྱུར་ལ་
སོགས་གསུམ། རྟེན་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་དུག་ལྗང་ཞི་ལུས་ཀྱི་འོ་སེམས་ཀྱི་གཞན། རྟེན་ཡིད་ཉེ་
བར་རྒྱ་བ་ལས། རྣམ་པ་དག་ནི་ཡང་བཅོ་བརྒྱད། འདོད་ན་ཐམས་ཅད་རང་དམིགས་
ཅན། སྦྱོང་ཡུལ་གཟུགས་ཅན་བརྩ་གཉིས་སོ། གོང་མ་གསུམ་གྱི་བསམ་གཏན་ནི། གཉིས་ན་
བརྩ་གཉིས་འདོད་འགྲོ་རྣམས། རང་ལ་དམིགས་བརྒྱད་གཟུགས་མེད་པ། གཉིས་ཀྱི་འོ་
བསམ་གཏན་གཉིས་ན་དུག་དུག་གི་འདོད་པའི་རང་ནི་བཞིའི། གོང་མ་གཅིག་གི་དམིགས་
པ་ཡིན། གཟུགས་མེད་ཉེ་བར་བསྐྱོད་ན་བཞི། གཟུགས་འགྲོ་གོང་མར་འགྲོ་བ་
གཅིག་དངོས་གཞི་ན་གཅིག་རང་ཡུལ་ཅན། བཅོ་བ་རྒྱད་ཐམས་ཅད་ཟག་དང་
བཅས། བཤད་དང་འཆད་པར་འགྱུར་བ་གཞན། འདིར་ནི་ཉོན་མོངས་ས་བོན་བཞིན། ལྷ་
བཞིན་རྩ་བཞིན་སྒྲིན་ཤིང་བཞིན། རྟེན་བཞིན་ཤུན་པ་བཞིན་དུ་འདོད། ལས་ནི་ཤུན་བཅས་
འབྲས་དང་འབྲ། རྟེན་བཞིན་སྒྲིན་དང་མེ་རྟོག་བཞིན། གཞི་ནི་བཟའ་བཏུང་གྲུབ་པ་
བཞིན། སྤིང་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས། སྦྱོང་བའི་སྤིང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན། རང་གི་ས་པའི་ཉོན་
མོངས་ཀྱི། གཞན་རྣམ་གསུམ་པོ་གཟུགས་མེད་གསུམ། འགྲོ་བ་ཟས་ཀྱིས་གནས་པ་
ཡིན། ལས་ཀྱི་ཟས་ནི་འདོད་པ་ན། སྦྱོང་མཆོད་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དོ། གཟུགས་ཀྱི་སྦྱོང་
མཆོད་མ་ཡིན་དེས། རང་དབང་གོལ་ལ་མི་པན་ཕྱིར། རེག་དང་སེམས་པ་རྣམ་ཤེས་
ནི། ཟག་བཅས་ཟས་ཡིན་གསུམ་དག་ན། ཡིད་ལས་བྱུང་དང་སྤིང་ཚོལ་དང་། རྟེན་སྤིང་པ་
བར་མ་དང་། འགྲུབ་པའི་འདི་ལ་གནས་དང་ནི། རྟེན་པ་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་གཉིས། སྤིང་
གཞན་འཕེན་དང་འགྲུབ་པ་ཡི། དོན་དུ་གཉིས་ཏེ་གོ་རིམས་བཞིན། འཆད་དང་མཚམས་
སྦྱར་འདོད་ཆགས་འབྲལ། ཉམས་དང་འཆི་འཕོ་སྦྱོང་བ་རྣམས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ནར་
འདོད། འཆི་འཕོ་སྦྱོང་བ་བཏང་སྟོམས་ལ། རྩེ་གཅིག་སེམས་མེད་ལ་དེ་མེད། ལྷ་ངན་འདའ་
ལུང་བཟུན་མེན་གཉིས། རྟེན་མི་ལྷར་འགྲོ་མི་སྦྱོང་རྣམས། རིམ་གྱིས་འཆི་ན་རྟེན་པ་དང་། རྟེན་
བ་སྦྱོང་གར་ཡིད་འཆི་འཕོ། གནད་གཅོད་པ་ནི་ལྷ་སོགས་ཀྱིས། འཕགས་དང་མཚམས་

མེད་ཕྱིད་པ་དག་ཡང་དག་ལོག་པ་ཉིད་དུ་ངེས། ཇི་ལ་སྒྲོང་གི་འཛིག་རྟེན་གྱི། གནས་པར་
འདོད་པའི་འོག་དག་གི། རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩམས་སུ་ནི། ལ་ཡ་རྒྱལ་འབུམ་གྲངས་མེད་
དོ། རྒྱ་རྩམས་འབུམ་སྤྲལ་བཅུ་གཅིག་དང་། རྟོང་སྤྲལ་དག་ནི་ཉི་ཤུའོ། བྱིས་ནི་རྩམས་སུ་
འབུམ་སྤྲལ་བརྒྱད། ལྷག་མ་དག་ནི་གསེར་དུ་འགྱུར། རྒྱ་དང་གསེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་
གྱི། ཐད་ཀར་འབུམ་སྤྲལ་བཅུ་གཉིས་དང་། རྟོང་སྤྲལ་གསུམ་དང་བརྒྱ་སྤྲལ་ནི། བྱིད་དང་
ལྷ་རྩམས་ཁོ་ནའོ། ཁོར་ཡུག་ཏུ་ནི་སུམ་འགྱུར་རོ། ཇི་ལ་སྤྱན་པོ་གཉའ་ཤིང་འཛིན། གཤོལ་
མདའ་འཛིན་དང་སངས་ལྷེད་ཅན། ཇི་བཞིན་བལྟ་ན་སྤྲལ་རི་དང་། རྟ་རྩ་དང་ནི་རྩམ་
འདུད་དང་། རྩ་ལྷུད་འཛིན་རིའོ་དེ་ནས་ནི། སྤྱིང་རྩམས་ཡིན་ནོ་དེ་དག་གི། བྱི་རོལ་ན་ནི་
ཁོར་ཡུག་སྟེ། བདུན་ནི་གསེར་ཡིན་དེ་ལྷགས་སོ། སྤྱན་པོ་རིན་ཆེན་བཞིའི་རང་བཞིན། རྒྱ་
ཡི་ནང་དུ་བརྒྱད་ཁྲི་དག་འབྱུང་བའི་བཞིན་སྟེང་དུ་ཡང་། དཔག་ཚད་དག་ནི་བརྒྱད་
ཁྲིའོ། བརྒྱད་པོ་འཕང་དུ་བྱེད་བྱེད་དཔེ། ཇི་དག་རྩམས་སུ་འཕང་དང་མཉམ། ཇི་དག་
བར་བདུན་རོལ་མཆོ་ཡིན། དང་པོ་རྟོང་སྤྲལ་བརྒྱད་ཅུའོ། ཇི་ནི་ནང་གི་རྒྱ་མཆོ་ཡིན། ཇི་ཡི་
ངོས་ལ་སུམ་འགྱུར་རོ། རོལ་མཆོ་གཞན་ནི་བྱེད་བྱེད་དོ། ལྷག་མ་བྱི་ཡི་མཆོ་ཆེན་
ཡིན། འབུམ་སྤྲལ་གསུམ་དང་རྟོང་སྤྲལ་ནི། ཉི་ཤུ་གཉིས་སོ་དེ་ལ་ནི། འཛམ་བུའི་སྤྱིང་སྟེ་
ངོས་གསུམ་ལ། རྟོང་སྤྲལ་གཉིས་སོ་ཤིང་རྟེན་དབྱིབས། གཅིག་ལ་དཔག་ཚད་བྱེད་དང་
བཞི། ཤར་གྱི་ལུས་འཕགས་སྟེ་ལམ་འདྲ། རོས་གསུམ་འདི་དང་འདྲ་གཅིག་ལ། དཔག་ཚད་
སུམ་བརྒྱ་ལྷ་བཅུའོ། བ་ལང་སྦྱོད་སྤྱིང་སྟེ་པོ་སྟེ། རྟོང་སྤྲལ་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། ཇི་འོ་
དབུས་རྟོང་སྤྲལ་བྱེད་དང་གསུམ། སྤྱི་མི་སྟན་བརྒྱད་གྲུ་བཞིར་མཉམ། ཇི་ཡི་བར་གྱི་སྤྱིང་
བརྒྱད་ནི། ལུས་དང་ལུས་འཕགས་སྤྱི་མི་སྟན་། སྤྱི་མི་སྟན་གྱི་སྟེང་ནི། རྩ་ཡབ་དང་ནི་རྩ་
ཡབ་གཞན། གཡོ་ལྷན་དང་ནི་ལམ་མཆོག་འགོ། འདི་ནས་བྱང་དུ་རི་ནག་པོ། དགུ་འདས་
གངས་རིའོ་དེ་ནས་ནི། སྤྱིས་ངད་ལྷང་བའི་རྩ་རོལ་ན། རྒྱ་ཁྲིང་ལྷ་བཅུ་ཡོད་པའི་མཆོ། འདི་
འོག་རྟོང་སྤྲལ་ཉི་ཤུ་ན། མནར་མེད་པའོ་དེ་ཙམ་མོ། ཇི་ཡི་སྟེང་ན་དཔྱལ་བ་བདུན། བརྒྱད་

པོ་ཀུན་ལས་སྟག་བཅུ་དྲུག་། དེ་དག་གི་ནི་ངོས་བཞི་ན། ཁེ་མ་མུར་དང་རོ་མུགས་དང་། ལྷ་
གི་འི་ལམ་སོགས་ཀྱི་བོ་ཡིན། ལྷ་བྱར་ ཅན་སོགས་གང་བརྒྱད་གཞན། ཉི་ཟླ་ལྷན་པོ་འི་ཕྱིད་
ནའོ། དཔག་ཚད་ལྷ་བཅུ་གཅིག་དང་བཅས། ཉན་ཕྱིད་ཉི་མ་རྒྱབ་པ་དང་། ཉི་མ་ཕྱིད་དང་
འཆར་དུས་གཅིག་། དབྱར་གྱི་ཟླ་བ་གཉིས་པ་ཡི། བཟ་མའི་ཆོས་དགུ་ནས་མཚན་
རིང་། དགུན་རྣམས་ཀྱི་ནི་བཞི་པ་ལ། ལྷ་བྱར་འགྱུར་རོ་ཉིན་མོ་བསྒྲིག་ ཉིན་མཚན་རིང་
བ་ཐང་ཅིག་གོ། ཉི་མ་སྟོ་བྱང་འགྲོ་ཆེའོ། ཉི་མ་དང་ནི་ཉི་བ་ལས། རང་གི་བྲིབ་མས་འབྲིབ་
པར་སྤང་། འདི་ལ་བང་རིམ་བཞི་ཡོད་དེ། བར་གྱི་ཐག་ནི་སྟོང་ཕྱག་བཅུ། སྟོང་ཕྱག་དག་
ནི་བཅུ་དྲུག་དང་། བརྒྱད་དང་བཞི་དང་གཉིས་འཕགས་སོ། དེ་ལ་ལག་ན་གཞོང་ཐོགས་
དང་། བྲིང་ཐོགས་དང་ནི་ཉྱག་ལྷོས་ད ང་། ལྷ་མེན་བཞི་པའི་སྟོ་རྣམས་གནས། རི་ནི་
བདུན་པོ་དག་ལ་ཡང་། ལྷན་པོ་འི་ཆེ་ན་སུམ་ཅུ་གསུམ། དེ་ཡི་ངོས་ལ་བརྒྱད་ཁྲིའོ། རྩོགས་
མཚམས་བརྟེགས་པ་བཞི་ལ་ནི། ལག་ན་རྩོ་རྩེ་གནས་དབྱས་ན། བྲིང་བྲིང་བཟླ་ན་སུག་ཅེས་
པ། རོས་ལ་ཉིས་སྟོང་ལྷ་བརྒྱུ་པ། དཔག་ཚད་ཕྱིད་དང་གཉིས་གསེར་གྱི ། རང་བཞིན་གཞི་
བཟ་མཉེན་པ་ཡོད། དེ་ན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བྱེད་དེ། རོས་ལ་ཉིས་བརྒྱུ་ལྷ་བཅུའོ། བྲི་རོལ་ཤིང་
ཉྱ་སྟོ་ཆོགས་དང་། ལྷ་བ་འགྱུར་འདྲེས་ཚལ་དགའ་བས་བརྒྱན། དེ་དག་གི་ནི་ཕྱོགས་བཞི་
ན། ཉི་ཤུས་བཅད་ན་ས་གཞི་བཟང་། བྱང་ཤར་མཚམས་ན་ཡོངས་འདུ་སྟེ། ལྷོ་རྒྱབ་
མཚམས་ན་ཆོས་བཟང་ངོ་། དེ་སྟོང་སྟོ་རྣམས་གཞལ་མེད་ཁང་། འདྲོད་པ་སྟོད་པ་དྲུག་
ཡིན་ནོ། གཉིས་གཉིས་འབྱུང་དང་ལག་བཅངས་དང་། དགོད་དང་བཟླས་པས་འབྲིག་པ་
ཡིན། བྲིས་པ་ལོ་ལྷ་ལོན་པ་ནས། ལོ་བཅུ་ལོན་པ་སྟོ་བའི་བར། དེ་དག་ཏུ་སྐྱེ་གཟུགས་ཅན་
རྣམས། ཀུན་རྫོགས་གོས་དང་བཅས་པ་ཉིད། འདྲོད་པ་སྐྱེ་བ་གསུམ་པོ ་ནི། འདྲོད་པའི་སྟོ་
དང་མེར་བཅས་རྣམས། བདེ་བ་སྐྱེ་བ་གསུམ་པོ་ནི། བསམ་གཏན་གསུམ་ལ་ས་དགུ་ཡིན།
གནས་ནས་གནས་འོག་རི་སྤྱིད་པ། དེ་ནས་དེ་ཡི་གོང་དེ་སྤྱིད། ལྷ་འཕྲུལ་གཞན་ཉེན་མ་
གཏོགས་པ། དེ་དག་གོང་མ་མཐོང་བ་མེད། སྤྱིང་བཞི་པ་དང་ཉི་ཟླ་དང་། རི་རབ་དང་ནི་

འདོད་ལྟ་དང་། ཁོངས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྟོང་ལ་ནི། སྟོང་ནི་སྤྱི་ཕུད་ཡིན་པར་འདོད། རྟེན་སྟོང་ལ་ནི་སྟོང་གཉིས་པ། བར་མའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཡིན་ནོ། རྟེན་སྟོང་ལ་ནི་སྟོང་གསུམ་མོ། མཉམ་དུ་འཇིག་ཅིང་འབྱུང་བ་ཡིན། འཇམ་བུ་སྒྲིང་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚད། ལྷ་བཞི་པ་དང་ཕྱེད་དང་བཞི། ཤར་དང་བ་ལང་སྟོད་དང་ནི། བྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཉིས་འགྱུར་བསྐྱེད། འདོད་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་ཡི་ལུས། བཞི་ཆ་ནས་ནི་རྒྱང་གྲགས་དག་ཕྱེད་དང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱེད། གཟུགས་ཅན་དང་པོ་དཔག་ཚད་ཕྱེད། རྟེན་ཡོང་མ་ཕྱེད་ཕྱེད་བསྐྱེད། འོད་ཚུང་རྣམས་ཀྱི་ལྷག་ཡན་ཆད། ལུས་ནི་ཉིས་འགྱུར་ཉིས་འགྱུར་ཏེ། སྤྱིན་མེད་དཔག་ཚད་གསུམ་དོར་རོ། སྤྱི་མི་སྟན་ན་ཆོ་སྟོང་སྟེ། གཉིས་ན་ཕྱེད་ཕྱེད་སྤངས་པའོ། འདི་ན་མ་ངས་ཐ་མར་ནི། ལོ་བརྒྱ་དང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད། མི་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ལ། འདོད་པ་དག་གི་ལྷ་རྣམས་ལས། འོག་མ་དག་གི་ཉིན་ཞག་གཅིག་དེས་ན་ཆོ་ལོ་ལྷ་བརྒྱའོ། ལོང་མ་གཉིས་ཀ་ཉིས་འགྱུར་རོ། གཟུགས་ཅན་ཉིན་མཚན་མེད་ཆོ་ནི། རང་ལུས་གཞལ་བའི་བསྐྱལ་པ་ཡིས། གཟུགས་མེད་བསྐྱལ་པ་སྟོང་ཕྱག་ནི། ཉི་ཤུ་ལྷག་པས་ལྷག་པ་ཡིན། འོད་ཚུང་ནས་བཟུང་བསྐྱལ་ཆེན་ཏེ། རྟེན་ཡོང་མ་ཕྱེད་ཡིན་ནོ། ཡང་སྤོང་ལ་སྤོངས་དུག་རིམ་བཞིན། འདོད་ལྷའི་ཆོ་དང་ཉིན་ཞག་མཉམ། དེས་ན་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཆོ། འདོད་པའི་ལྷ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། རབ་ཏུ་ཆོ་ཕྱེད་མནར་མེད་ནི། བར་གྱི་བསྐྱལ་པའོ་དུད་འགོ་རྣམས། མཚོག་རིང་བསྐྱལ་པའོ་ཡི་དགས་རྣམས། སྤྱི་བ་ཉིན་ཞག་གི་ལྷ་བརྒྱ། ཉི་ལྷ་སྤྱངས་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཞིང་། ཉི་ལྷ་གཅིག་ཕྱུང་བས་ཟད་གྱུར་པ། རྒྱ་བུར་ཅན་གྱི་ཆོ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་ཆོ་ནི་ཉི་ཤུས་བསྐྱུར། སྤྱི་མི་སྟན་མ་གཏོགས་པར་འཆི། གཟུགས་མེད་དུས་མཐའ་རྒྱལ་ཡིག་དང་། སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་རབ་རྒྱལ་དང་ནི། རྒྱལ་སྤན་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ། ལྷགས་རྒྱ་རི་བོང་ལྷག་དང་སྤང་། ཉི་ཟེར་རྒྱལ་དང་སྤོང་དང་། རྟེན་ལས་བྱུང་དང་དེ་བཞིན་དུ། སྤོང་ཆོགས་ཞེས་བྱ་གོང་བདུན་བསྐྱུར། སྤོང་མོ་ཉི་ཤུ་བཞི་ལ་བྱ། ལྷ་བཞི་ལ་ནི་གཞུག་དོ། དེ་དག་ལྷ་བརྒྱ་རྣམས་ལ་ནི། རྒྱང་གྲགས་དེ་ལ་དགོན་པར་འདོད། རྟེན་བརྒྱད་

དཔག་ཚད་ཅེས་བྱའོ། །སྒྲིབ་ཅིག་མ་བརྒྱུ་ཉི་ཤུ་ལ། །དེ་ཡི་སྒྲིབ་ཅིག་དེ་དག་ཀྱང་། །དྲུག་ཅུ་ལ་
ནི་ཐང་ཅིག་གོ། །ཡུང་ཙམ་ཉིན་ཞག་ཟླ་གསུམ་ནི། །ཤོང་ནས་གོང་དུ་སུམ་ཅུ་འགྱུར། །ཞག་མི་
བྱུང་དང་བཅས་པ་ཡི། །ཟླ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་ལོ་གཅིག་བསྐྱལ་པ་རྣམས་པ་མང་བཤད་
པ། །འཛིག་པའི་བསྐྱལ་པ་དཔྱལ་བ་ཡི། །སྲིད་པ་མེད་ནས་སྡོད་ཟད་པ། །འཆགས་པ་དང་
པའི་རྒྱང་ནས་ནི། །དཔྱལ་བའི་སྲིད་པའི་བར་དུའོ། །བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་དཔག་མེད་ནས། །ཆོ་
ལོ་བརྒྱ་པའི་བར་དུའོ། །དེ་ནས་ཡར་སྐྱེ་མར་འབྱི་བའི། །བསྐྱལ་པ་གཞན་ནི་བཙོ་བརྒྱད་
དང་། །ཡར་སྐྱེ་བ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །དེ་དག་ཆོ་ནི་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར། །དེ་ལྟར་འཛིག་ཏེན་
ཆགས་པ་འདི། །བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་ཉི་ཤུར་གནས། །འཆགས་པ་དང་ནི་འཛིག་པ་དང་། །ཞིག་
ནས་འདུག་པ་དག་མཉམ་མོ། །དེ་དག་བརྒྱད་ཅུ་ལ་བསྐྱལ་ཆེན། །དེ་གངས་མེད་གསུམ་ལ་
སངས་རྒྱས། །འབྱུང་ངོ་མར་ནི་འགྲིབ་པ་ཡི། །བརྒྱ་ཡི་བར་ལ་དེ་དག་འབྱུང་། །རང་སངས་
རྒྱས་རྣམས་གཉིས་ཀ་ལ། །བསེ་བྱ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཡི་རྒྱས། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་འབྱུང་བ་
ནི། །སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ལས་མི་འཕྱུ། །གསེར་དངུལ་ཟངས་སྒྲགས་འཁོར་ལོ་ཅན། །དེ་དག་
སྲིང་གཅིག་སྲིང་གཉིས་དང་། །གསུམ་དང་བཞི་ལས་མས་རིམ་བཞིན། །ལྷན་ཅིག་གཉིས་
མིན་སངས་རྒྱས་བཞིན། །པས་བསུ་རང་འགྲོ་གཡུལ་བཤམས་དང་། །མཚོན་བརྒྱམས་པས་
རྒྱལ་གཞོན་པ་མེད། །བྱུང་མཚན་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། །གསལ་ལ་རྫོགས་པས་འཕགས་པ་
ཡིན། །སྲར་བྱང་སེམས་ཅན་གཟུགས་ཅན་བཞིན། །དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རོ་ལ་ཆགས། །ལེ་ལོས་
སོག་འཛིག་བྱས་ནས་ནི། །འཛིན་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་དཔོན་བསྟུབས། །དེ་ནས་ལས་གྱི་
ལམ་སྟེན་པས། །ཆོ་བྱང་ལོ་ནི་བརྒྱ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱལ་པ་མཚོན་དང་ནད་དང་ནི། །ཟུ་གོ་དག་
གིས་ཚར་བྱིན་ཏོ། །ཞག་རྣམས་དང་ནི་ཟླ་བ་དང་། །ལོ་བདུན་དག་ཏུ་གོ་རིམས་བཞིན། །མི་
དང་རྒྱ་དང་རྒྱང་དག་གིས། །འཛིག་པ་དག་ནི་ཡང་གསུམ་ཡིན། །བསམ་གཏན་གཉིས་
སོགས་གསུམ་པོ་ནི། །དེ་དག་གི་ཆེ་གོ་རིམས་བཞིན། །དེ་ཡི་སྐྱོན་དང་ཆོས་མཐུན་བྱིར། །བཞི་
པ་ན་མེད་མི་གཡོའི་བྱིར། །མི་ཏྲག་དེ་ཡི་གཞལ་མེད་ཁང་། །སེམས་ཅན་བཅས་ཏེ་འབྱུང་

འཇིག་ཕྱིར། ཁེ་ཡིས་བདུན་ཙོ་ཁུ་ཡིས་གཅིག་ ། དེ་ལྟར་ཁུ་བདུན་ཐལ་ནས་ཀྱང་། ཁེ་ཡིས་
བདུན་ཙོ་དེ་ནས་ནི། མཇུག་ཏུ་རྒྱུད་གིས་འཇིག་པ་ཡིན། ཆོས་མངོན་པ་ འི་མངོན་གྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ལས། འཇིག་རྟེན་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་གསུམ་པའོ། །

གནས་བཞི་པ། ལས་བསྟན་པ། ལས་ལས་འཇིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་སྟེས། དེ་ནི་སེམས་པ་
དང་དེས་བྱས། སེམས་པ་ཡིད་གྱི་ལས་ཡིན་ཙོ། དེས་བསྐྱེད་ལུས་དང་དག་གི་ལས། དེ་དག་
རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མིན། ལུས་ རྣམ་རིག་བྱེད་དབྱིབས་སུ་འདོད། །འགོ་མིན་གང་ཕྱིར་
འདུས་བྱས་ནི། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་འཇིག་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་མེད་པ་ལས་འགའ་མི་འབྱུང་། རྒྱ་ཡང་
འཇིག་པ་པོར་འགྱུར་རོ། གཉིས་གཟུང་འགྱུར་ཏེ་རྩལ་ལ་མེད། དག་རྣམས་རིག་བྱེད་ནི་
དག་སྟེ། རྣམ་གསུམ་དྲི་མེད་གཟུགས་གསུངས་དང་། །འཕེལ་དང་མ་ བྱས་ལམ་སོགས་
ཕྱིར། །འདོད་གཏོགས་རྣམ་རིག་མིན་སྐད་ཅིག་ ཕྱིན་ཆད་འདས་པའི་འབྱུང་ལས་སྟེ། ཟག་
བཅས་ལུས་དང་དག་གི་ལས། །རང་གི་འབྱུང་བ་དག་རྒྱུར་བྱས། ཟག་མེད་གང་དུ་སྟེས་པའི་
ཡིན། རྣམ་རིག་བྱེད་མིན་མ་བེན་དང་། རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་སེམས་ཅན་སྟོན། རྒྱ་མཐུན་
བེན་པའི་འབྱུང་ལས་སྟེ། ཏིང་འཛིན་སྟེས་འབྱུང་མ་བེན་དང་། རྒྱས་བྱུང་ཐ་དད་མིན་ལས་
སྟེས། རྣམ་རིག་མིན་ལུང་བསྟན་མིན་མེད། གཞན་ནི་རྣམ་གསུམ་མི་དགེ་ནི། །འདོད་ནའོ་
གཟུགས་ནའང་རྣམ་རིག་མིན། རྣམ་རིག་དཔྱེད་དང་བཅས་དག་ན། །འདོད་པ་ན་ཡང་
བསྐྱེབས་པ་མེད། གང་ཕྱིར་ཀུན་སྟོང་མེད་ཐར་པ། །དམ་པའི་དོན་ དུ་དགེ་རྩ་བ། །ངོ་ཚ་ཁྲིལ་
ཡོད་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །དེ་དག་དང་ལྡན་མཚུངས་ལྡན་གྱིས། བྱ་བ་ལ་སོགས་ཀུན་སྟོང་
བས། །བསྟོག་པ་མི་དགེ་དོན་དམ་པར། ལུང་མ་བསྟན་པ་བསྟན་པ་དག་ ཀུན་སྟོང་རྣམ་
གཉིས་རྒྱ་དང་ནི། །དེ་ཡི་དུས་ཀྱི་སྟོང་ཞེས་བྱ། གཉིས་ལས་དང་པོ་རབ་འཇུག་བྱེད། གཉིས་
པ་རྗེས་སུ་འཇུག་བྱེད་ཡིན། །མཐོང་བས་སྤང་བའི་རྣམ་ཤེས་ནི། །རབ་ཏུ་འཇུག་བྱེད་ཡིན་
ཡིད་ནི། །བསྟོམ་པས་སྤང་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན། །ལྟ་ནི་རྗེས་སུ་འཇུག་བྱེད་ཡིན། །རབ་ཏུ་འཇུག་

བྱེད་དགོས་གསལ་ལས། རྗེས་འབྲུག་བྱེད་ཀྱང་རྣམ་གསུམ་འགྱུར། བྱུང་པའི་འདྲ་བའམ་དེ་
དགོ་བ། རྣམ་སྒྲིན་ལས་སྐྱེས་གཉིས་ཀ་མིན། རྣམ་རིག་མིན་རྣམ་གསུམ་ཤེས་བྱ། རྩོམ་དང་
རྩོམ་པ་མིན་དང་གཞན། རྩོམ་པ་སོ་སོར་ཐར་ཞེས་བྱ། ཏེ་བཞིན་ཟག་མེད་བསམ་གཏན་
སྐྱེས། སོ་སོར་ཐར་ཞེས་བྱ་རྣམ་བརྒྱད། རྩས་སུ་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། མཚན་ལས་མིང་ནི་
འཕོ་བའི་བྱེད། ཐ་དད་དེ་དག་འགལ་བ་མེད། སྤང་བྱ་ལྟ་བརྒྱད་བརྒྱད་དང་ནི། ཐམས་ཅད་
སྤང་བ་མཐོན་པ་ལས། ཏེ་བཞིན་དང་ནི་བཞིན་གནས་དང་། ཏེ་བཞིན་ཆེད་དང་དགོ་
སྤང་ཉིད། ཆུ་ལྷིང་སྤང་ནི་ལེགས་སྤྱད་དང་། ལས་དང་རྩོམ་པ་ཞེས་བྱའོ། ཏེ་བཞིན་
རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མིན། སོ་སོར་ཐར་དང་བྱ་བའི་ལས། སོ་སོར་ཐར་དང་ལྟ་བུ་བརྒྱད།
བསམ་གཏན་སྐྱེས་དང་དེ་ལྟར་པ། ཟག་མེད་འཕགས་ས་པའི་སེམས་ཅན་དང་། ཐ་མ་གཉིས་
ནི་སེམས་རྗེས་འབྲུག་། བར་ཆད་མེད་ལས་སྐྱེས་དེ་གཉིས། མི་སྒྲིགས་མེད་ལ་སྤང་ཞེས་
བྱ། ཤེས་བཞིན་དང་ནི་དྲན་དག་གཉིས། ཡིད་དང་དབང་པོའི་རྩོམ་པ་ཡིན། སོ་སོར་ཐར་
གནས་ཇི་སྤྱད་དུ། མ་བཏང་བར་དག་ད་ལྟར་གྱི། རྣམ་རིག་མིན་ལྟར་སྤང་ཅིག་མ། ཏེ་བཞིན་
བྱེད་ཆད་འདས་པ་དང་། རྩོམ་མིན་གནས་པའང་དེ་དང་འདྲ། བསམ་གཏན་རྩོམ་དང་
ལྟར་པ་ནི། ཏེ་བཞིན་འདས་དང་མ་འོངས་དང་། འཕགས་ནི་དང་པོ་འདས་དང་
མིན། མཉམས་གཞག་འཕགས་ལས་གནས་དེ་གཉིས། ཏེ་བཞིན་དང་ལྟར་བར་གནས་ལ། ཡོད་
ན་དང་པོ་བར་གྱི་དང་། བྱེད་ཆད་དུས་ནི་གཉིས་དང་ངོ། རྩོམ་མིན་གནས་པ་དགོ་བ་
དང་། རྩོམ་ལ་གནས་པ་མི་དགོ་བའི། རྣམ་རིག་མིན་ལྟར་ཇི་སྤྱད་དུ། རབ་དང་ཉོན་མོངས་
ཤུགས་ལྟར་པར། རྣམ་རིག་བྱེད་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། བྱེད་པ་དག་ལ་ད་ལྟར་ལྟར། མ་བཏང་
བར་དུ་སྤང་ཅིག་མ། བྱེད་ཆད་འདས་ལྟར་མ་འོངས་མེད། བསྐྱེད་པ་དང་ནི་མ་བསྐྱེད་
པ། འདས་པ་དག་དང་ལྟར་པའང་མེད། རྩོམ་པ་མིན་དང་ཉེས་སྤྱད་དང་། འཆལ་པའི་
ཆུ་ལྷིང་སྤང་ལས་དེའི་ལས། བར་མ་དོར་གནས་སེམས་ཞན་པས། བྱེད་ན་རྣམ་རིག་ཉིད་
དང་ལྟར། རྣམ་རིག་བཏང་དང་མ་སྐྱེས་པའི། འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམ་རིག་

མིན། །བསམ་གཏན་ལས་སྐྱེས་བསམ་གཏན་གྱི། །ས་ཉིད་ཀྱིས་འཛོལ་ཟག་མེད་ནི། །འཕགས་
དེས་སོ་སོར་ཐར་ཞེས་པ། །གཞན་གྱི་རྣམ་རིག་བྱེད་སྡུགས་ཀྱིས། །ཇི་སྲིད་འཚོ་དང་ཉིན་ཞག་
དུ། །སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་སྒྲུང་བར་བྱ། །ཉིན་ཞག་པ་ཡི་སྒྲིམ་མིན་མེད། །དེ་དེ་ལྟར་འོད་མེད་
ཅེས་གྲག། །དམའ་བར་འདུག་སྤྱིས་བསྐྱེས་པ་ཡིས། །མི་བརྒྱན་ནམ་ནི་ནང་པར་དུ། །བསྐྱེན་
གནས་ཡན་ལག་ཚང་བར་ནི། །ནང་པར་གཞན་ལས་འོད་པར་བྱ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཡན་ལག་
བག་ཡོད་པའི། །ཡན་ལག་བརྒྱལ་ཞུགས་ཡན་ལག་སྟེ། །བཞི་གཅིག་དེ་བཞིན་གསུམ་རིམ་
བཞིན། །དེ་ཡིས་དུན་ཉམས་དྲེགས་པར་འགྱུར། །གཞན་ལའང་བསྐྱེན་གནས་ཡོད་མོད་
གྱི། །སྐྱབས་སུ་མ་སོང་བ་ལ་མེད། །དགེ་བསྐྱེན་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲུངས་པས། །སྒྲིམ་པ་བསྐྱེན་པ་
དགེ་སྒོང་བཞིན། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེས་ཡིན་ན། །སྤྱོད་གཅིག་སྤྱོད་སོགས་ཇི་ལྟ་བུ། །དེ་
སྤྱང་བ་ལ་གསུངས་ཞེས་གྲག། །ཆུང་དུ་ལ་སོགས་ཡིད་ཇི་བཞིན། །གང་ཞིག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་
འགོ་དེ། །སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་བྱེད་པའི་ཚོས། །མི་སྒྲོབ་པ་དང་གཉིས་ཀ་དང་། །མྱ་ངན་
འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ། །ལོག་གཡེམ་ཤིན་དུ་སྦྱང་བྱིར་དང་། །སྦྱ་བྱིར་མི་བྱེད་ཐོབ་བྱིར་
རོ། །སྒྲིམ་པ་ཇི་ལྟར་ཁས་སྒྲུངས་བཞིན། །འཛོལ་གྱི་རྒྱུད་ལས་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེས་པ་ཐམས་
ཅད་འདས་གྱུར་ན། །རྒྱན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར། །བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ། །ཚྱོས་
འགྱུར་ལས་གཞན་བསྐྱུང་བྱིར་རོ། །འདོད་གཏོགས་ཐམས་ཅད་གཉིས་ཀ་དང་། །ད་ལྟར་
དག་ལས་འཛོལ་པར་འགྱུར། །བསམ་གཏན་ཟག་མེད་སྒྲིམ་པ་ནི། །དངོས་དང་དུས་ནི་ཐམས་
ཅད་ལས། །སྒྲིམ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས། །ཡན་ལག་རྒྱལ་དབྱེ་བ་ཡོད། །སྒྲིམ་པ་མིན་
པ་ཐམས་ཅད་དང་། །ཡན་ལག་ཀུན་ལས་རྒྱས་མིན་ནོ། །སྒྲིམ་པ་མིན་པ་བྱ་བའམ། །ཁས་ལེན་
པ་ལས་འཛོལ་པར་འགྱུར། །ལྷག་མའི་རྣམ་རིག་མིན་ཁོང་དང་། །ལེན་དང་གུས་པར་བྱེད་
པས་འཛོལ། །བསྐྱེས་པ་ལུལ་དང་ཤི་འཕྲོས་དང་། །མཚན་གཉིས་དག་ནི་བྱུང་བ་དང་། །རྩ་བ་
ཆད་དམ་མཚན་འདས་ལས། །སོ་སོར་ཐར་པའི་འདུལ་བ་གཏོང་། །ཁ་ཅིག་རྒྱུང་བར་འགྱུར་
ལས་སྤྱ། །གཞན་དག་དམ་ཚོས་རྩལ་པ་ལས། །ཁ་ཆེ་རྣམས་ནི་བྱུང་བ་ལ། །བྱ་ལོན་འོར་བཞིན་

གཉིས་ལྷ་འདྲོད། བསམ་གཏན་གཏོགས་པའི་དགོ་བ་ནི། ལ་འཕོས་ཉམས་པ་དག་གི་ས་
གཏོང་། ཇི་བཞིན་གཟུགས་མེད་གཏོགས་འཕགས་པ། འབྲས་བུ་ཐོབ་སྦྱངས་ཉམས་པ་
ལས། རྩོམ་མིན་སྩོམ་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཤི་དང་མཚན་གཉིས་བྱང་བ་ལས། བར་མ་ཤུགས་
སྤངས་བྱ་བ་དང་། ཇོན་ཆེ་ཙ་བ་ཆད་པ་ལས། འདྲོད་གཏོགས་དགོ་བ་གཟུགས་མིན་ནི། ཙ་
ཆད་གོང་དུ་སྦྱིས་པ་ལས། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གཟུགས་མི་ན་ནི། གཉེན་པོ་སྦྱིས་པས་རྣམ་
ཉམས་འགྱུར། ཟ་མ་མ་ནིང་སྒྲ་མི་སྒྲན། མཚན་གཉིས་མ་གཏོགས་མི་རྣམས་ལ། རྩོམ་མིན་
སྩོམ་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། ལྷ་ལའང་མི་རྣམས་ལ་གསུམ་མོ། འདྲོད་དང་གཟུགས་སྦྱིས་ལྷ་
རྣམས་ལ། བསམ་གཏན་སྦྱིས་ཡོད་ཟག་མེད་ནི། བསམ་གཏན་བྱང་པར་འདུ་ཤེས་
མེད། ཁེམས་ཅན་མ་གཏོགས་གཟུགས་མེད་ནའང་། ལས་བདེ་མི་བདེ་དང་གཞན་ནི། དགོ་
དང་མི་དགོ་དང་གཞན་ཡིན། བསོད་ནམས་བསོད་ནམས་མིན་མི་གཡོ། བདེ་བ་སྤྱོད་
འགྱུར་ལ་སོགས་གསུམ། བསོད་ནམས་འདྲོད་ཁམས་དགོ་བའི་ལས། མི་གཡོ་གོང་མ་ལས་
སྦྱིས་པའི། གང་ཕྱིར་ས་ནི་དེ་དག་ཏུ། ལས་རྣམས་སྤོང་ཕྱིར་མི་གཡོའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་ན་
གསུམ་པའི་བར་དགོ་བ། བདེ་བ་སྤྱོད་འགྱུར་དེ་ཡན་ཆད། སྤྱག་མིན་བདེ་མིན་སྤྱོད་འགྱུར་
བ། སྤྱག་བསྐལ་སྤྱོད་འགྱུར་འདྲིའི་མི་དགོ་འོག་ནའང་བར་མ་ཡོད་དོ་ཞེས། ཁ་ཅིག་ཟེར་ཏེ་
གང་གི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་བྱང་པར་རྣམ་སྤོང་ལས། རྩ་ཕྱི་མེད་གསུམ་སྤོང་འདྲོད་ཕྱིར། ཇོ་
པོ་ཉིད་དང་མཚུངས་ལྡན་དང་། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་སྤོང་དང་། མངོན་སུམ་དུ་ནི་
གྱུར་པ་ལས། སྤྱོད་འགྱུར་རྣམ་པ་རྩ་ཡིན་ནོ། ཇི་ཡང་ངེས་དང་མ་ངེས་དང་། མཐོང་བའི་
ཆོས་ལ་སོགས་པ་ལ། སྤྱོད་འགྱུར་ཕྱིར་ན་ངེས་རྣམ་གསུམ། ཁ་ཅིག་ལས་རྣམ་རྩ་ཞེས་
ཟེར། གཞན་དག་སུ་ནི་བཞི་ཞེས་ཟེར། གསུམ་གྱིས་རིགས་ནི་འཕེན་པར་བྱེད། ཐམས་ཅད་
ན་ནི་འཕེན་པ་བཞི། དཔྱལ་བ་ན་ནི་དགོ་བའི་གསུམ། གང་ལས་འདྲོད་ཆགས་བལ་བརྟན་
པའི། བྱིས་པ་དེར་སྦྱིས་སྤྱོད་མི་བྱེད། འཕགས་པ་གཞན་དུའང་སྤྱོད་མི་བྱེད། འདྲོད་ཅེའི་
མི་བརྟན་པ་ཡང་མིན། སྤྱིད་པ་བར་མ་འདྲོད་ཁམས་སུ། འཕེན་པ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་གཉིས། ཇི་

ནི་མཐོང་ཆོས་འབྲས་བྱ་ཡིན། ཇི་ནི་རིགས་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན། ཉེན་མོངས་རབ་དང་དྲག་པོ་
དང་། ཡོན་ཏན་ཞིང་དང་རྒྱན་ཆགས་སུ། བྱས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྤྲུལ་གསོད་
གང་དེ་ངེས་སོ། མཐོང་ཆོས་འབྲས་བྱ་ཅན་གྱི་ལས། ཞིང་དང་བསམ་པའི་བྱུང་པར་
ལས། སྤྲུལ་གསོད་ཆགས་གཏན་བྲལ་བྱེད། རྣམ་སྤྲིན་ངེས་པ་གང་ཡིན་པའོ། གང་དག་
འགོག་བྱམས་ཉེན་མོངས་མེད། མཐོང་དང་དགྲ་བཅོམ་འབྲས་ལངས་པ། ཇི་ལ་ཕན་གཞིད་
བྱས་པ་ཡི། འབྲས་བྱ་འབྲལ་དུ་སྦྱང་བར་འགྱུར། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཡི། ཇི་དག་བའི་
ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ནི། སེམས་ཀྱི་ཚར་བ་ཁོ་ནར་འདོད། མི་དག་བའི་ནི་ལྷས་ཀྱི་
ཡིན། གཤམས་པའི་སེམས་ནི་ཡིད་སེམས་ལ། ཇི་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་སྦྱེས། སྦྱག་གཞིད་མ་
མཉམ་མུ་ངན་གྱིས། སྦྱ་མི་སྦྱན་མིན་འདོད་ལྷན་རྣམས། ཡོན་སྦྱོན་སྦྱིགས་མར་གསུངས་པ་
ནི། གཡོ་དང་ཞེ་སྤང་འདོད་ཆགས་སྦྱེས། དཀར་ནག་ལ་སོགས་བྱེ་བྲག་གིས། ལས་ནི་རྣམ་
པ་བཞི་ཡིན་ཅོ། མི་དག་གཟུགས་དང་འདོད་གཏོགས་པའི། ཇི་དག་བའི་ནི་རིམ་བཞིན་
དུ། གནག་དང་དཀར་དང་གཉིས་ཀའི་ལས། ཇི་ཟད་བྱེད་པ་ཟག་མེད་ཡིན། ཆོས་བཟོད་
འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་ཡི། བར་ཆད་མེད་ལམ་བརྒྱད་ཀྱི་གང་། སེམས་པ་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་
དེ། རྣམ་པོ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ལས། དགུ་པའི་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ། ཇི་ནི་དཀར་ནག་
ཟད་བྱེད་ཡིན། དཀར་པོ་བསམ་གཏན་ཆགས་བྲལ་བའི། བར་ཆད་མེད་ལམ་སྦྱེས་ཐ་
མས། གཞན་ནི་དམུལ་བ་སྦྱང་འགྱུར་དང་། འདོད་གཞན་སྦྱང་འགྱུར་གཉིས་སུ་
རིག། གཞན་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བྱ་གནག་འདོད་པ་ལས་སྦྱེས་གཞན་དཀར་གནག་མི་སྦྱོབ་
ལྷས་ངག་ལས་ཡིད་ཉིད། སྦྱོབ་པའི་གསུམ་སྟེ་གོ་རིམས་བཞིན། ལྷགས་སྦྱད་གསུམ་པོ་ཐམས་
ཅད་ནི། གཙང་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཅོ། ལྷས་ཀྱི་ལ་སོགས་མི་དག་བ། ཉེས་པར་སྦྱད་པ་
གསུམ་དུ་འདོད། བརྒྱབ་སེམས་ལ་སོགས་ལས་མིན་ཡང་། ཡིད་ཀྱི་ཉེས་སྦྱད་རྣམ་གསུམ་
མོ། བརྒྱག་པ་ལྷགས་པར་སྦྱད་པ་ཡིན། ཇི་ལས་ཆེ་ལོང་བསྐྱས་ནས་ནི། ཇི་དང་མི་དག་ཅི་
རིགས་པར། ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་བརྒྱར་གསུངས་སོ། མི་དག་དྲུག་ནི་རྣམ་རིག་མིན། གཅིག་

ནམ་གཉིས་སོ་དེ་དག་ཀྱང་། བྱེད་ན་དགེ་བ་བདུན་ནམ་གྱིས། ཏིང་འཛིན་ལས་སྦྱོར་ནམ་
རིག་མིན། ཉེར་བཟླགས་ནམས་ནི་ནམ་རིག་བྱེད། རྣམ་རིག་བྱེད་མིན་འགྱུར་བའམ། ཁ་
ཡིན་བཟླག་པ་མཚུག་ཡིན་ནོ། སྦྱོར་བ་རྩ་བ་གསུམ་ལས་སྦྱོར། དེ་ཡི་མཚུག་ཐོགས་ལས་བྱུང་
ཕྱིར། བརྟུང་སེ མས་སོགས་རྩ་གསུམ་ལས་སྦྱོར། དགེ་བ་སྦྱོར་དང་མཚུག་བཅས་
ནམས། ཆགས་ལྡང་གཏི་མུག་མེད་ལས་སྦྱོར། གསོད་དང་གཞོད་སེམས་ཆོག་རྩལ་པོ། ཞི་
ལྡང་གིས་ནི་མཐར་ཕྱིན་བྱེད། ལོག་གཡེམ་བརྟུང་སེམས་མ་བྱིན་ལེན། ཆགས་པ་ཡིས་ནི་
ཆོགས་པར་བྱེད། ལོག་པར་ལྟ་བ་གཏི་མུག་གིས། ལྟག་མ་གསུམ་གྱིས་རྫོ གས་པར་
འདོད། གཞི་ནི་སེམས་ཅན་ལོངས་སྦྱོང་དང་། མིང་དང་གཟུགས་ནི་མིང་ཡིན་ནོ། ལྷ་དང་
མཉམ་དུ་ཤི་བ་ལ། དངོས་མེད་ལྷས་གཞན་སྦྱོར་བྱེད་རོ། དམག་ལ་སོགས་པར་དོན་གཅིག་
ཕྱིར། ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་བཞིན་ལྟན། རྟོག་གཅོད་པ་ནི་བསམས་བཞིན་དུ། ཁ་ཞོར་བར་
ནི་གཞན་གསལ་པའོ། ཁ་བྱིན་ལེན་པ་ གཞན་གྱི་ཞོར། མཐུ་དང་འཇལ་བྱས་བདག་གིར་
བྱེད། བཟོད་མིན་འགྲོ་བ་འདོད་པ་ཡིས། ལོག་པར་གཡེམ་པ་ནམ་པ་བཞི། རྩུ་ཆོག་འདུ་
ཤེས་གཞན་སྦྱར་བའི། ཆོག་དོན་མངོན་པར་གོ་བའོ། མིག་ན་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་
དང་། གསུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་གང་དེ། མཐོང་ཐོས་ནམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྟོགས་པ་
ཡིན་ཏེ་རིམ་བཞིན་བཤད། སྤྲ་མ་པ་རོལ་དབྱེ་བའི་ཕྱིར། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་
ཆོག་ཆོག་རྩལ་པོ་ནི་མི་སྟན་པ། ཉོན་མོངས་ཅན་ཀུན་ཀྱལ་པ་ཉིད། གཞན་ནི་དེ་ལས་
གཞན་ཉོན་མོངས། ཁ་གསལ་སྦྱང་དང་རྫོས་གར་བཞིན། བརྟུང་བཅོས་ངན་བཞིན་བརྟུང་
སེམས་ནི། ལོག་པས་གཞན་གྱི་ཞོར་ལ་ཆགས། གཞོད་སེམས་ སེམས་ཅན་ལ་ལྡང་བ། དགེ་
དང་མི་དགེ་མེད་ལྟ་བ། ལོག་པར་ལྟ་བ་ཡིན་འདི་ལ། གསུམ་ལས་བདུན་ནི་ལས་ཀྱང་
ཡིན། མེད་པར་ལྟ་བས་རྩ་བ་གཅོད། འདོད་གཏོགས་སྦྱོར་ནས་ཐོབ་པ་ནམས། རྩུ་དང་
འབྲས་ལ་སྦྱར་འདེབས་པས། ཀུན་གྱིས་རིམ་གྱིས་མིའི་ནང་དུ། སྦྱོར་པ་བྱེད་མེད་ཀྱིས་
གཅོད་དོ། ལྟ་སྦྱང་ དེ་ནི་མི་ལྟན་པའོ། མཆོམས་ནི་ཐེ་ཆོམ་ཡོད་ལྟ་བས། མཆོམས་མེད་བྱེད་

པའི་འདི་ལ་མེན། མི་དགེ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་དག་དང་། སེམས་པ་ཅིག་ཅར་སྟན་ཅིག་
འབྱུང་། དགེ་བ་བརྒྱ་ཡི་བར་དག་དང་། གཅིག་དང་བརྒྱད་དང་ལྔ་དང་མེན། དཔྱལ་བ་ན་
ནི་ཀྲལ་བ་དང་། ཚིག་རྩལ་གཞོན་སེམས་རྣམ་གཉིས་སོ། བརྒྱབ་སེམས་ ལོག་ལྷ་ལྷན་པས་
སོ། སྐྱེ་མི་སྟན་ན་གསུམ་ཡོད་དེ། དེ་ན་བདུན་པ་དངོས་སུ་ཡང་། འདོད་པ་གཞན་ན་མི་
དགེ་བརྒྱ། དགེ་བ་གསུམ་ནི་ཐམས་ཅད་ན། རྟེན་དང་མངོན་དུ་གྱུར་སྟོན་ས། གཟུགས་
མེད་འདུ་ཤེས་མེད་སེམས་ཅན། རྟེན་པས་བདུན་ཡོད་སྟག་བྱས་ན། མངོན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོ་
ནས་ཀྱང་། དཔྱལ་བཅས་སྐྱ ་མི་སྟན་མ་གཏོགས། ཐམས་ཅད་བདག་པོ་རྒྱ་མཐུན་
དང་། རྣམ་སྟོན་འབྲས་བུ་འབྲིན་པར་འདོད། སྟག་བཟུལ་བྱིར་དང་བསད་བྱིར་དང་། གཟི་
བྱིན་མེད་བྱིར་འབྲས་རྣམ་གསུམ། ལྷས་དང་ངག་ལས་ཆགས་ལས་སྟེས། ལོག་འཆོ་སྤང་
དཀའི་བྱིར་ལོགས་ཤིག བརྟན་ཏྱི་གལ་ཏེ་ཡོ་བྱད་ལ། ཆགས་བསྐྱང་མདོ་དང་འགལ་བྱི ར་
མེན། དྲིར་བཅས་སྤང་བའི་ལམ་དག་གི། ལས་ནི་ལྔ་ཡི་འབྲས་བུར་བཅས། དྲི་མེད་བཞི་ཡི་
ཟག་བཅས་གཞན། དགེ་དང་མི་དགེ་གང་ཡིན་པའང་། ཟག་པ་མེད་པ་སྟག་མ་དང་། ལྷང་
བརྟན་མིན་གང་གསུམ་གྱིས་སོ། དགེ་བའི་དགེ་ལ་སོགས་པ་ནི། བཞི་དང་གཉིས་དང་དེ་
བཞིན་གསུམ། མི་དགེའི་དགེ་སོགས་གཉིས་ད ང་ནི། གསུམ་དང་བཞི་སྟེ་རིམ་པ་
བཞིན། ལྷང་བརྟན་མིན་གྱི་དགེ་ལ་སོགས། དེ་དག་གཉིས་དང་གསུམ་དང་གསུམ། འདས་
པའི་ཐམས་ཅད་བཞི་ཡིན་ནོ། བར་མ་ཡི་ནི་མ་འོངས་པའང་། བར་མ་གཉིས་སོ་མ་སྟེས་
པའི། འབྲས་བུ་མ་འོངས་གསུམ་ཡིན་ནོ། རང་གི་ས་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། གཞན་གྱི་ས་པ་གསུམ་
དང་གཉིས། སྟོབ་པའི་སྟོབ་ལ་སོགས་པ་གསུམ། མི་སྟོབ་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི། སྟོབ་པ་ཡི་ནི་
ཆོས་ལ་སོགས། གཅིག་དང་གསུམ་དང་གཉིས་ཡིན་ནོ། དེ་ལས་གཞན་པའི་འབྲས་བུ་
ནི། སྟོབ་སོགས་གཉིས་དང་གཉིས་དང་ལྔ། མཐོང་བས་སྤང་བྱའི་དེ་ལ་སོགས། གསུམ་དང་
བཞི་དང་གཅིག་ཡིན་ནོ། བསྟོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་ལས་ཀྱི། དེ་དག་གཉིས་དང་བཞི་དང་
གསུམ། སྤང་བྱ་མིན་པའི་དེ་དག་གཅིག་གཉིས་དང་བཞི་སྟེ་གོ་རིམས་བཞིན། རིགས་མིན་

བསྐྱེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན། ཁ་ཅིག་ཆོ་ག་ཉམས་པའང་ཞེའོ། གཅིག་གིས་སྐྱེ་བ་གཅིག་
འཕེན་ཏོ། ཡོངས་རྫོགས་བྱེད་པ་དུ་མ་ཡིན། སེམས་མེད་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དག་འཕེན་
བྱེད་མ་ཡིན་ཐོབ་པའང་མིན། མཚམས་མེད་པ་ཡི་ལས་རྣམས་དང་། ཉོན་མོངས་ཤས་ཆེན་
ངན་འགོ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དང་། སྐྱ་མི་སྟན་སྒྲིབ་གསུམ་དུ་
འདོད། མཚམས་མེད་སྤང་གསུམ་དག་ན་ཡོད། ཟ་མ་སོགས་ལ་མི་འདོད་དོ། ཤན་དང་ངོ་
ཆ་རྒྱུ་བའི་ཕྱིར། ལྷག་མ་འགོ་བ་ལྷ་དག་ན། དགེ་འདུན་དབྱེན་ནི་མི་འཕྲོད་ པའི། རང་
བཞིན་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ཆོས། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ལྱང་བལྟན་མིན། དེ་དག་དགེ་འདུན་
ཡང་དག་ལྷན། དེ་ཡི་ཁ་ན་མ་ཐོ་རྩུན། དེ་དང་འབྱེད་པོ་ཡང་དག་ལྷན། བསྐྱེད་པར་
མནར་མེད་པར་སྤེན་འགྱུར། ལྷག་པས་གཞོད་པ་ལྷག་པར་འགྱུར། དགེ་སྤོང་ལྷ་སྤྱད་ཚུལ་
ལྷན་པས། འབྱེད་དོ་གཞན་དུའོ་བྱིས་པ་རྣམས། ཉོན་དང་ལམ་གཞན་ལ་བཟོད་པ། བྱེ་བའོ་
དེ་ནི་མི་གནས་སོ། དེ་ནི་འཁོར་མའི་དབྱེན་དུ་འདོད། འཇམ་བུའི་སྤང་ནའོ་དགུ་སོགས་
ཀྱི། ལས་ཀྱི་དབྱེན་ནི་སྤང་གསུམ་ན། དེ་ནི་བརྒྱུད་དག་ཡན་ཆད་ཀྱིས། རང་པོ་མཐའ་སྟོན་
བྱང་གཅིག་གི། ལྷ་རོལ་བྱུ་བ་པ་ནོངས་པ་དང་། མཚམས་མ་བཅད་པ་དག་ཏུ་ཡང་། འཁོར་
མའོ་དབྱེན་ནི་མི་འབྱུང་ངོ་། ཤན་འདོགས་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཞིང་། སྤངས་དང་མེད་པར་
བྱས་ཕྱིར་རོ། མཚན་ནི་གཞན་དུ་གྱུར་ཀྱང་འགྱུར། གང་གི་ཟླ་མཚན་ལས་བྱང་མ། སངས་
རྒྱུ་བརྟེན་པར་སེམས་ལ་མིན། བསྐྱེད་འོག་སྐྱ་བཙེམ་པ་ལ་མིན། མཚམས་མེད་སྟོར་བ་
བྱས་པ་ལ། འདོད་ཆགས་བྲལ་འབྲས་མི་བྲིད་དོ། དགེ་འདུན་དབྱེ་བྱིར་རྩུན་སྐྱ་བ། ཁ་ན་མ་
ཐོ་རབ་ཆེར་འདོད། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དགེ་བ་ལ། སྤྱིད་ཅེའི་སེམས་པ་འབྲས་རབ་ཆེ། མ་
དག་བཙེམ་མ་སུན་བྱས་དང་། བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་དང་། སྒྲོབ་པ་གསོད་
དང་དགེ་འདུན་གྱི། འདུ་བའི་སྟོན་ནི་འཕྲོག་པ་དག་མཚམས་མེད་པ་དང་ཆ་ འདྲ་སྟེ། ལྷ་པ་
མཚན་རྟེན་འཇིག་པ་ཡིན། བཟོད་དང་ཕྱིར་མི་འོང་དག་བཙེམ། འཕྲོབ་ལ་ལས་གོགས་
ཤིན་ཏུ་བྱེད། གང་ནས་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ཡིན། གང་ནས་མཚན་གྱི་ལས་བྱེད་

པ། བདེ་འགྲོ་རིགས་མཐོར་སྐྱེ་དབང་ཚད་། ཁོར་འགྱུར་ཆོ་རབས་དྲན་མི་ཚྭ་ག །དེ་ནི་
འཇམ་སྒྲིང་སོ་གྱུར་ཉིད། མངོན་སུམ་སངས་རྒྱས་ལ་སེམས་པ། བསམས་པ་ལས་བྱུང་བསྐལ་
པ་བརྟ། ལྷན་པ་དག་ཏུ་འཕེན་པར་བྱེད། རེ་རེའང་བསོད་ནམས་བརྟུ་ལས་སྐྱེ། རྣམ་
གཟིགས་མར་མེ་རིན་ཆེན་གཙུག་གྲངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཐ་མར་བྱུང་། །དང་པོ་ཤུག་ཐུབ་པ་
ཡིན། ཀྱུན་ལ་ཐམས་ཅད་སྒྲིང་རྗེ་ཡིས། སྦྱིན་པར་བྱེད་པས་སྦྱིན་པ་རྫོགས། ཆགས་ བཅས་
ཡན་ལག་བཅད་ཀྱང་ནི། མི་འབྲུགས་བསོད་དང་ཚུལ་བྲིམས་གྱི། སྐར་རྒྱལ་བསྟོད་པས་
བཙོན་འགྲུས་གྱི། །དེ་མ་ཐག་ལ་ཉིང་འཛིན་སྒྲིའི། གསུམ་པོ་བསོད་ནམས་བྱ་བ་དང་། །དེའི་
གཞི་དཔེར་ན་ལས་ལམ་བཞིན། གང་གིས་སྦྱིན་བྱེད་དེ་སྦྱིན་པ། མཚོད་དང་ཕན་གདགས་
འདོད་པ་ཡིས། ལྷན་དང་ངག་ལས་སྒྲིང་ད ང་བཅས། །དེ་འབྲས་ལོངས་སྟོང་ཆེན་པོ་
ཅན། བདག་གཞན་དོན་ཕྱིར་གཉིས་དོན་ཕྱིར། གཉིས་ཀའི་དོན་དུ་མིན་ཕྱིར་སྦྱིན། །དེ་ཡི་
བྱུང་པར་སྦྱིན་བདག་དང་། །དངོས་དང་ཁིང་གི་བྱུང་པ་ལས། སྦྱིན་བདག་བྱུང་འཕགས་
དད་སོགས་གྱིས། ལྷན་ལ་སོགས་པས་སྦྱིན་པར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་བཀྱར་སྟེ་རྒྱ་ཆེན་དང་། །དུ ས་
དང་བར་ཆད་མེད་པར་རྟེན། །ཁ་དོག་ལ་སོགས་ཕུན་སུམ་དངོས། །དེ་ལས་གཟུགས་བཟང་
གསུམ་ཐུན་དང་། །དགའ་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་ཤ་དང་། །དུས་སུ་རེག་ན་བདེ་ལྷན་
འགྱུར། །འགྲོ་དང་སྐྱུག་བསྐལ་ཕན་འདོགས་དང་། །ཡོན་ཏན་རྣམས་གྱིས་ཁིང་བྱུང་
འཕགས། མཚོག་ནི་གྲོལ་བས་གྲོལ་བའམ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིས་བརྟུད་པ། །འཕགས་
པ་མིན་ཡང་པ་མ་དང་། །ནད་པ་དང་ནི་ཆོས་སྤྲ་དང་། །སྦྱེ་མཐའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་
ལ། །ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན། མཚུག་དང་ཁིང་དང་གཞི་དང་ནི། །སྦྱོར་དང་སེམས་པ་
བསམ་པ་སྟེ། །དེ་དག་རྒྱུང་དང་ཆེ་བ་ལས། །ལས་ཀྱང་རྒྱུང་དང་ཆེ་བ་ཉིད། །བསམས་བཞིན་
པ་དང་རྫོགས་པ་དང་། །མི་འགྲོད་ག ཉན་པོ་མེད་པ་དང་། །འཁོར་དང་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་
ལས། །བསགས་པའི་ལས་ཤེས་བྱ་བ་ཡིན། མཚོད་རྟེན་ལ་བཏང་རྒྱས་བྱུང་བའི། །བསོད་
ནམས་ལེན་མེད་བྱམས་སོགས་བཞིན། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་མི་འབྲུལ་ཕྱིར། །ངན་པའི་ཁིང་

ལའང་འབྲས་ཡིད་འོང་། །འཆལ་པའི་ཚུལ་སྤྲིམས་མི་དགའི་གཟུགས། །དེ་སྤྲོད་ཚུལ་སྤྲིམས་
རྣམ་གཉིས་སོ། །སངས་རྒྱལ་གྱིས་ནི་བཅད་པ་ཡང་། །རྣམ་དག་ཡོན་ཏན་བཞི་ལྔ་
ནོ། །འཆལ་སྤྲིམས་དེའི་རྒྱལ་འཕེན་མ་བྱུང་། །དེ་གཉེན་པོ་དང་ཞི་ལ་རྟེན། །མཉམ་པར་
བཞག་པའི་དག་བ་ནི། །བསྒྲུལ་པའི་སེམས་ལ་སྒྲོ་བྱེད་རོ། །མཐོ་རིས་དོན་དུ་ཚུལ་སྤྲིམས་
དང་། །འབྲས་པའི་དོན་དུ་བསྒྲུལ་གཙོའི་བྱེད། །བསྐྱེད་པར་མཐོ་རིས་དགའ་གནས་
བྱེད། །བཞི་ཡི་ཆངས་པའི་བསོད་ནམས་ཡིན། །ཆོས་སྤྱོད་ཉོན་མོངས་ཅན་མེན་པས། །མདོ་
སྟགས་ཡང་དག་ཅི་བཞིན་སྟོན། །བསོད་ནམས་ཐུང་ན་འདས་པ་དང་། །དེས་འབྱེད་ཆ་
མཐུན་དག་རྣམ་གསུམ། །རིགས་པས་རབ་དུ་བརྟུག་པའི་ལས། །རྣམ་གསུམ་ཀུན་སྤྲོད་བཅས་
པ་ནི། །ཡིག་འབྲུ་བརྒྱ་དང་བཟང་བཅས་པའི། །སྟན་པའི་གངས་ཏི་གོ་རིམས་
བཞིན། །བསྐྱེད་པར་ལ་ན་མ་ཐོ་བཅས། །ཉོན་མོངས་ཅན་ཆོས་དྲི་མེད་དག། །བྱ་ལོ་
འདུས་བྱས་དག་བསྟན་བྱ། །ཐར་པ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡིན། །ཆོས་མདོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ལས། །ལས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་བཞི་པའོ། །

གནས་དྲུག་པ། སྤྲོ་རྒྱལ་བསྟན་པ། སྤྲོད་པའི་རྩ་བ་སྤྲོ་རྒྱལ་དྲུག་འདོད་ཆགས་དེ་
བཞིན་ཁོང་སྤྲོད་དང་། ང་རྒྱལ་མ་རིག་ལྟ་བ་དང་། །ཐེ་ཆོས་ཡིན་ཏེ་དེ་དྲུག་ཀྱང་། །འདོད་
ཆགས་དབྱེ་བས་བདུན་དུ་བཤད། །ཁམས་གཉིས་ལས་སྤྱོད་སྤྲོད་འདོད་ཆགས། །ཁ་ནི་ནང་དུ་
བསྟན་བྱེད་དེ། །ཐར་པའི་འདུ་ཤེས་བསྒྲོག་བྱེད་བཤད། །ལྟ་བ་ལྟ་སྟེ་འཇིག་ཆོགས་
དང་། །ལོག་དང་མཐར་འཇིག་ལྟ་བ་དང་། །ལྟ་བ་དང་ནི་ཚུལ་སྤྲིམས་དང་། །བརྟུལ་ཁྱགས་
མཆོག་དུ་འཇིག་དང་བསྟ། །དེ་དག་བསྟ་དང་བདུན་བདུན་བརྒྱད། །ལྟ་བ་གསུམ་གཉིས་མ་
གཏོགས་པ། །འདོད་ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སྟགས་པ། །མཐོང་བས་རིམ་བཞིན་སྤྲོད་པར་
བྱེད། །བཞི་ནི་བསྒྲུལ་པས་སྤྲོད་བྱ་ཡིན། །ཁོ་ང་སྤྲོ་མ་གཏོགས་དེ་དག་ཉིད། །གཟུགས་ཁམས་
གཟུགས་མེད་དེ་དང་འདྲ། །དེ་ལྟར་དགུ་བསྟ་བརྒྱད་དུ་འདོད། །སྤྲོད་ཅེ་ལས་སྤྱོད་བསྟོན་པ་

ཡིས། གཞོམ་བྱ་མཐོང་བས་སྤང་བྱ་ཉིད། །ལྷག་སྒྲེས་མཐོང་དང་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས། །བཟོད་
བས་གཞོམ་མེན་བསྐྱེད་ཁོ་ནས། །བདག་དང་བདག་གི་རྟག་ཆད་དང་། །མེད་དང་དམན་ལ་
མཆོག་ལྟ་དང་། །རྒྱ་མེན་ལམ་མེན་དེར་ལྟ་བ། །དེ་དག་ལྟ་བ་ལྟ་ཡིན་ནོ། །དབང་ཕྱུག་སོགས་
རྒྱར་མངོན་ཞེན་པ། །རྟག་བདག་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་པ་ཡིས། །རབ་ཏུ་འབྱུག་པས་དེ་ཕྱིར་དེ། །ཕྱུག་
བསྐྱེད་མཐོང་བས་སྤང་བྱ་ཉིད། །ལྟ་བ་གསུམ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ །བཞི་ཆོན་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ཕྱིར་
དང་། །དེས་རྟོག་ཕྱིར་དང་ སྒྲོ་འདོགས་ཕྱིར། །ཁམས་དང་འདྲ་ཤེས་དེའི་དབང་གིས། །ང་
རྒྱལ་བདུན་རྣམ་དགུ་གསུམ་པོ། །མཐོང་དང་བསྐྱེད་པས་ཟད་བྱ་བ། །བསྐྱེད་པས་སྤང་བར་
བྱ་བ་ནི། །གསོད་སྒྲེགས་ཀྱི་ནས་དགྲིས་པའོ། །དེ་བཞིན་འཇིག་སྤེད་འཕགས་པ་ལ། །རྣམ་
སོགས་ངོ་སྤྲོད་མི་འབྱུང་། །ལྟ་བས་རྒྱས་པར་འབྱུར་ཕྱིར་རོ། །མི་དགོ །འི་འབྱོད་པའང་མ་
ཡིན་ནོ། །ཕྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་མཐོང་སྤང་བྱ་བ། །ལྟ་དང་དེ་བཞིན་ཐེ་ཆོམ་དང་། །གང་དེ་ལྟན་
ཅིག་མ་འདྲེས་པའི། །མ་རིག་གང་ཡིན་ཀྱང་ཏུ་འགོ། །དེ་དག་ལས་དགུ་གོང་ཏུ་དམིགས། །ལྟ་
བ་གཉིས་པོ་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་དག་དང་ནི་ལྟན་ཅིག་གང་། །འབྱུང་དེའང་ཀྱན་འགོ་ཐོབ་
མ་གཏོགས། །འགོག་ དང་ལམ་མཐོང་སྤང་བྱ་བ། །ལྟག་ལྟ་ཐེ་ཆོམ་དེ་དག་དང་། །ལྟན་དང་
འབའ་ཞིག་མ་རིག་དང་། །ཕྱུག་ནི་ཟག་མེད་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །རང་གི་ས་པའི་འགོག་པ་
དང་། །ལམ་ནི་པན་ཚུན་རྒྱ་ཡིན་པས། །ས་ཏུག་ས་དགུའི་ལམ་ནི་དེའི། །སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་
ཡུལ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་མེན་ཏེ་སྤང་བའི་ཕྱིར། །གཞོད་མི་བྱེ ད་ཕྱིར་ཞེ་སྤང་མེན། །ཞི་
དང་དག་དང་མཆོག་གྱུར་ཕྱིར། །ང་རྒྱལ་མ་ཡིན་མཆོག་འཛིན་མེན། །སྤྱ་རྒྱས་ཀྱང་ཏུ་འགོ་
རྣམས་ནི། །དམིགས་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་ས། །ཐམས་ཅད་ཏུ་ནི་རྒྱས་པར་འབྱུར། །ཀྱན་འགོ་
མ་ཡིན་རང་རིས་སྟ། །ཟག་མེད་གོང་མའི་ཡུལ་ཅན་མེན། །བདག་གིར་མ་བྱས་གཉེན་པོའི་
ཕྱིར། །གང་ཞི ག་གང་དང་མཚུངས་ལྟན་པ། །དེ་ནི་དེར་མཚུངས་ལྟན་སྒོ་ནས། །གོང་མ་
ཐམས་ཅད་ལྷང་མ་བསྟན། །འདོད་ན་འཇིག་ཆོགས་ལྟ་བ་དང་། །མཐར་འཛིན་ལྟན་ཅིག་མ་
རིག་པ། །ལྷག་མ་རྣམས་འདིར་མི་དགོ་བའོ། །འདོད་ན་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོད་དང་། །ཁྱོངས་

ནམས་མེད་གཤེད་ཅུ་བ་ཡིན། ལྷང་མ་བཟུན་པའི་ཅུ་བ་གསུམ། ཇི་ནི་ སྤེད་དང་མ་རིག་
སྒྲོ། རྣམ་གཉིས་མཐོང་འཇུག་ཕྱིར་དེ་ལས། གཞན་མེན་བཞི་ཞེས་ཉི་འོག་པ། ཇི་དག་སྤེད་
ལྷ་ང་རྒྱལ་ཚོངས། བསམ་གཏན་པ་གསུམ་མ་རིག་ལས། མགོ་གཅིག་དང་ནི་རྣམ་ཕྱེ་
དང་། ཇི་དང་གཞག་པར་ལྷང་བཟུན་པ། འཆི་དང་སྐྱེ་དང་ཁྱད་པར་འཕགས། བདག་
གཞན་ལ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། འདས་དང་ཉེར གནས་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོང་རྒྱལ་
དག་གིས་ནི། གང་ལ་དེ་སྐྱེས་མ་སྤངས་པའི། ཇོ་མོ་པོ་དེ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་དེ་དག་
མ་འོངས་པས། ཀུན་དང་གཞན་གྱིས་རང་དུས་པ། མི་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་
དང་། ལྷག་མ་ཀུན་གྱིས་ཀུན་དང་ལྷན། དུས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་ཡོད་གསུངས་ཕྱིར། གཉིས་
ཕྱིར་ཡུལ་ཡོད་ཕྱིར་འབྲས་ཕྱིར། ཇི་ཡོད་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད། ཡོད་པར་སྤྱོད་བར་འདོད་
དེ་དག་ རྣམ་བཞི་དངོས་དང་མཚན་ཉིད་དང་། གནས་སྐབས་གཞན་གཞན་འགྱུར་ཞེས་བྱ།
གསུམ་པ་བཟང་སྟེ་བྱ་བ་ཡིས། དུས་རྣམས་རྣམ་གཞག་གིགས་སུ་བྱེད། ཇི་ཡང་ཇི་ལྟར་
གཞན་མ་ཡིན། དུས་སུ་མི་རུང་དེ་བཞིན་དུ། ཡོད་ན་ཅི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་ཞིག་ཆོས་ཉིད་དག་ནི་
ཟབ་པ་ཡིན། ལྷག་བཟུལ་མཐོང་སྤང་བྱ་སྤངས་ཀྱང་། ཀུན་འགོ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་
ལྷན། ཇི་དང་པོའི་རྣམ་པ་སྤངས་ཀྱང་དེའི། ཡུལ་ཅན་དྲི་མ་ལྷག་རྣམས་ཀྱིས། ལྷག་བཟུལ་རྒྱ་
མཐོང་གོམས་པ་ཡིས། སྤང་བྱ་འདོད་ཁམས་ལས་སྐྱེས་པ། རང་གི་གསུམ་དང་གཟུགས་
གཏོགས་གཅིག་ ཇི་མེད་རྣམ་ཤེས་སྤྱོད་ཡུལ་ལོ། གཟུགས་ཁམས་ལས་སྐྱེས་རང་གི་
དང་། འོག་གསུམ་གོང་གཅིག་དྲི་མེད་ཀྱིའང་། གཟུགས་མེད་ལས་སྐྱེས་ཁམས་གསུམ་
གཏོགས། གསུམ་དང་ཟག་མེད་སྤྱོད་ཡུལ་ལོ། འགོག་དང་ལམ་མཐོང་སྤང་བྱ་ཀུན། རང་
གིས་སྤྱགས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ལོ། ཟག་མེད་ཁམས་གསུམ་མཐའ་གསུམ་ད ང་། ཟག་པ་མེད་
པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ལོ། ཉོན་མོངས་ཤྲ་རྒྱས་བཅས་རྣམ་གཉིས། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་རྒྱས་
འགྱུར་གྱིས། ཆོངས་ལས་ཐེ་ཆོམ་དེ་ནས་ནི། ལོག་ལྟ་དེ་ནས་འཇིག་ཆོགས་ལྟ། ཇི་ནས་
མཐར་འཇིག་དེ་ནས་ནི། རྒྱལ་ཁྲིམས་མཆོག་འཇིག་དེ་ནས་ལྟ། རང་གི་ལྷ་ལ་ང་རྒྱལ་

ཆགས། གཞན་ལ་ཞེ་སྒང་དེ་ལྟར་རེ མ། བྲ་རྒྱས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་དང་། དུལ་ནི་ཉེ་བར་
གནས་པ་དང་། རྩལ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡིད་བྱེད་ལས། ཉོན་མོངས་རྒྱ་ནི་ཆང་བ་ཡིན། འདྲོད་
ན་གཏི་ཐུག་མ་གཏོགས་པའི། ཉོན་མོངས་ཀུན་ནས་དགྲིས་བཅས་ཟག གཟུགས་དང་
གཟུགས་ནི་མེད་པ་ན། བྲ་རྒྱས་ཁོ་ན་སྤོང་པའི་ཟག ཏེ་ལྷང་མ་བསྟན་ཁ་ནང་
བསྟན། མཉམ་གཞག་ས་པའི་ཕྱིར་གཅིག་བྱས། རྩ་བ་མ་རིག་ཡིན་པས་ན། ལོགས་ཤིག་ཏུ་
ནི་ཟག་པར་བསྟན། རྒྱ་བོ་སྦྱར་བའང་དེ་བཞིན་དུ། ལྟ་རྒྱུས་གསལ་ཕྱིར་ལོགས་ཤིག་
བསྟན། ཟག་པར་མ་ཡིན་གྲོགས་མེད་རྒྱུས། འཛོག་པའི་རྩེས་སུ་མི་མཐུན་ལ། རྩི་སྤྲོད་
བཤད་ཉིད་མ་རིག་བཅས། ཉེར་ལེན་རྒྱུས་ཏེ་ལྟ་རྒྱུས་གཉིས། བྱེད་བའི་ཕྱིར་རོ་མ་རིག་
པ། འཛོན་པར་བྱེད་པ་མིན་ཕྱིར་བསྟེས། གང་ཕྱིར་དེ་དག་སྤྲ་བ་དང་། རྩེས་འབྲེལ་རྒྱུས་
གཉིས་རྒྱས་འབྱུང་དང་། རྩེས་སུ་འབྲང་བས་དེ་ཡི་ཕྱིར། བྲ་རྒྱས་དག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན། ཏེ་
དག་འཛོག་བྱེད་ཟག་བྱེད་དང་། འཁྱེར་བར་བྱེད་དང་འབྱུར་བྱེད་དང་། ཉེ་བར་འཛོན་
ཕྱིར་ཟག་ལ་སོགས། ཏེ་དག་གི་ནི་ངེས་ཆོག་ཡིན། ཏེ་དག་ཀུན་ཏུ་སྦྱར་སོགས་ཀྱི། ཏེ་བྱེད་བས་
ཡང་རྒྱུས་ལྡར་བཤད་དོ། རྩེས་དང་མཆོག་འཛོན་འདྲ་བའི་ཕྱིར། ལྟ་གཉིས་ཀུན་ཏུ་སྦྱར་
གཞན་ནོ། གང་ཕྱིར་གཉིས་ཀའང་གཅིག་ཏུ་ནི། མི་དག་རང་དབང་དེ་ཡི་ཕྱིར། བྲག་དོག་
སེར་ལྷ་དེ་དག་ལས། ལོགས་ཤིག་ཀུན་སྦྱར་གཉིས་སུ་བཤད། བཟུང་མའི་ཆ་དང་མཐུན་རྒྱུས་
ལ། གཉིས་ཀྱིས་འདྲོད་ལས་མི་འདའ་ལ། གསུམ་པོ་ཡིས་ནི་ཕྱིར་སྒྲིག་བྱེད། རྩི་དང་རྩ་བས་
བསྟེས་ཕྱིར་གསུམ། འགྲོ་མི་འདྲོད་དང་ལམ་ལོར་དང་། ལམ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དེ་སྟེད་ཅིག བཟ་
བ་བསྟོད་ལ་གོགས་བྱེད་པ། ཏེ་ཡི་ཕྱིར་ན་གསུམ་བསྟན་དོ། རྩི་མའི་ཆ་དང་མཐུན་ན་ལྟ་
ཉིད། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ལས་སྦྱེས་པའི། འདྲོད་ཆགས་གཉིས་སྟོད་ང་རྒྱལ་
མོངས། རྩི་བའི་དབང་གིས་འཆིང་བ་གསུམ། ཉོན་མོངས་ལས་གཞན་ཉོན་མོངས་
ཅན། ཁེམས་བྱང་འདུ་བྱེད་ལྷང་ཞེས་པ། གང་དེའང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཏེ། ཏེ་དག་ཉོན་
མོངས་ཞེས་མི་བྱ། ཏེ་ཆ་མེད་དང་ཁྲེལ་མེད་དང་། བྲ་ག་དོག་སེར་ལྷ་སྟོད་པ་དང་། འགྲོད་

དང་རྒྱལ་པོ་དང་གཉིད་དང་ནི། གུ་མ་ནས་དགེས་པ་རྣམས་པ་བརྒྱད། རྩོད་དང་འཆབ་པ་འོ་
འདོད་ཆགས་ཀྱིས། རྩོད་ཆེད་ཆོད་མེད་སྣ་བསྐྱེད། འཆབ་པ་རྩོད་དོ་མ་རིག་ལས། རྒྱལ་པོ་
དང་གཉིད་དང་ཁྱེད་མེད་དོ། བེ་ཆོས་ལས་འགྱུར་ཁོ་བ་དང་། སྤྲུག་དོག་ཁོང་ཁྱེད་རྒྱལ་པོ་
བྱུང་། གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་དྲི་མ་དུག རྒྱུ་དང་གཡོ་དང་རྒྱལ་པོ་དང་། དེ་བཞིན་
འཆོག་དང་ཁོན་འཛིན་དང་། རྣམས་འཆོ་རྒྱུ་དང་རྒྱལ་པོ་ནི། འདོད་ཆགས་ལས་སྐྱེས་ཁོན་
འཛིན་དང་། རྣམས་འཆོ་ཁོང་ཁོ་ལས་སྐྱེས་སོ། འཆོག་པ་ལྟ་བུ་མཆོག་འཛིན་ལས། གཡོ་ནི་ལྟ་
བས་གུ་མ་ནས་བསྐྱེད། དེ་ལས་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་། ཁྱེད་མེད་རྒྱལ་པོ་གཉིད་ཆོད་རྣམས་
གཉིས། དེ་ལས་གཞན་ནི་བསྐྱེད་སྤང་བྱ། རང་དབང་དེ་བཞིན་དྲི་མ་རྣམས། འདོད་ན་མི་
དག་གསུམ་རྣམས་གཉིས། དེ་ཡན་ཆད་ནི་ལྷང་མ་བསྐྱེད། འདོད་དང་བསམ་གཏན་དང་པོ་
ན། གཡོ་རྒྱུ་ཆོངས་པས་འདྲིད་ཕྱིར་རོ། རྒྱལ་པོ་ཆོད་རྒྱལ་པོ་ཁམས་གསུམ་ན། གཞན་དག་
འདོད་ཁམས་ལས་སྐྱེས་པ། མཐོང་སྤང་བྱ་གཉིད་དང་རྒྱལ་པོ་བཅས། ཡིད་ཀྱི་རྣམས་ཤེས་ས་པ་
ཡིན། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་རང་དབང་ཡང་། གཞན་ནི་རྣམས་ཤེས་དུག་ཉེན་ཅན། བདེ་བ་
དག་དང་འདོད་ཆགས་སུ། མཚུངས་ལྡན་ཞེས་བསྐྱེད་པ་འོ། མ་རིག་པ་དག་ཐམས་ཅད་
དང་། མེད་ལྟ་ཡིད་བདེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། ཡིད་མི་བདེ་དང་བེ་ཆོས་སོ། གཞན་ཡིད་བདེ་
དང་འདོད་ལས་སྐྱེས། བཏང་སྟོངས་དད་གུ་མ་ས་གོང་མ། ས་ཇི་བཞིན་དུ་རང་རང་
དང་། འགྱུར་དང་སྤྲུག་དོག་ཁོ་བ་དང་། རྣམས་འཆོ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་དང་། འཆོག་པ་ཡིད་
མི་བདེ་བ་དང་། ཁེར་སྣ་དག་ནི་བསྐྱེད་པ་ཡིན། གཡོ་དང་རྒྱུ་དང་འཆབ་དང་
གཉིས། གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་བདེ་དག་དང་། རྒྱལ་པོ་བཏང་སྟོངས་གུ་མ་དུ་འགྱོ། བཞི་པོ་
གཞན་ནི་ལྟ་དག་དང་། འདོད་ན་སྐྱེས་རྣམས་མི་མཐུན་དང་། ཟུང་དང་བྱ་བ་གཅིག་པའི་
ཕྱིར། གཉིས་གཅིག་ཕྱང་པོ་གཞོད་བྱེད་དང་། བེ་ཆོས་ཕྱིར་ན་ལྟ་ཉིད་དོ། དམིགས་པ་
ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡང་དག་པར། ཟུང་དང་དམིགས་པ་སྤངས་པ་ས་
སོ། གཉིན་པོ་སྐྱེས་པས་ཟད་པར་འགྱུར། གཉིན་པོ་རྣམས་བཞི་སྟོང་བ་དང་། གཞི་དང་སྤྱིད་

ཉིད་རྣམ་པར་ནི། ལུན་འབྱེན་ཞེས་བྱ་དམིགས་པ་ལས། ཉོན་མོངས་པ་ནི་སྤང་བྱར་
འདོད། མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་མི་མཐུན་ཕྱོགས། ཡུལ་རྣམ་ཆད་དང་དུས་ཀྱིས་ཏེ། འབྱུང་
དང་ཚུལ་བྱིམས་ཕྱོགས་དང་ནི། དུས་གཉིས་རིང་བ་ཉིད་ལྟ་བུའོ། ལན་ཅིག་ཏུ་ཟད་དེ་དག་
གོ། བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་། གཉེན་པོ་སྦྱེས་དང་འབྲས་ཐོབ་དང་། དབང་པོ་རྣམ་
པར་འཕེལ་རྣམས་སུ། ཡོངས་སུ་ཤེས་དགུ་འདོད་པ་ན། དང་པོ་རྣམས་གཉིས་ཟད་ལ་
གཅིག་གཉིས་ཟད་པ་ནི་དེ་གཉིས་སོ། ཇེ་བཞིན་གོང་མའི་དེ་གསུམ་ཉིད། ཡོངས་སུ་ཤེས་
པ་གཞན་གསུམ་སྟེ། ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་གཟུགས་དང་། ཟག་པ་ཀུན་ཟད་དུག་བཟོད་
འབྲས། ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཤེས་པའི་ཡིན། མི་སྟོགས་མེད་འབྲས་ཐམས་ཅད་དོ། བསམ་
གཏན་རྣམས་ཀྱི་ཕྱའམ་བརྒྱད། ཉེ་བར་བསྟོགས་པའི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་མེད་དངོས་
གཞི་གསུམ་ཀྱི་ཡང་། ཐམས་ཅད་འཕགས་པའི་ལམ་ཀྱི་ཡིན། འཇིག་ ཉེན་པའི་གཉིས་རྗེས་
ཀྱི་ཡང་། ཆོས་ཤེས་པའི་ནི་གསུམ་ཡིན་ཅོ། ཇེ་ཉེ་ཕྱོགས་མཐུན་ཀྱི་དུག་དང་ལྷ། བྲལ་བའི་
ཐོབ་པ་ཟག་མེད་དང་། བྲིད་ཅི་ཉམས་པར་བྱས་པ་དང་། རྒྱ་གཉིས་ཀུན་ཏུ་བཅོམ་པའི་
ཕྱིར། ཡོངས་ཤེས་ཁམས་ལས་འདས་པ་ལས། གཅིག་མིན་མཐོང་ལ་གནས་པ་ནི། ལྷ་ཡི་
བར་དང་ཡང་དག་ལྷན། བསྟོམས་ལ་གནས་པ་དུག་གམ་ནི། གཅིག་གམ་ཡང་ན་གཉིས་
དང་ངོ་། ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་དང་། འབྲས་བྱ་ཐོབ་ཕྱིར་དེ་དག་བསྟོམས། ལ་
ལ་གཅིག་གཉིས་ལྷ་དང་དུག་གཏོང་སྟེ་ཐོབ་པ་ལྷ་མིན་ཅོ། ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་ཀྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ལས། སྤ་རྒྱས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་དུག་པའོ། །

གནས་དུག་པ། ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ་བདེན་པ་མཐོང་དང་བསྟོམས་པ་

ལས། ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་ཞེས་བཤད་པ། བསྟོམ་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་གཉིས་ཏེ། མཐོང་བ་
ཞེས་བྱ་ཟག་པ་མེད། བདེན་པ་དག་ནི་བཞིར་བཤད་དོ། ལྷག་བསྐལ་ཀུན་འབྱུང་དེ་བཞིན་
དུ། འགོག་དང་ལམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན། ཇེ་དག་རི་ལྟར་མངོན་ ཉོགས་རིམ། ཡིད་འོང་ཡིད་དུ་

མི་འོང་དང་། རྟེན་ལས་གཞན་ཟག་བཅས་རྣམས་ཉིད། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་གསུམ་ལྟར་པའི་
ཕྱིར། ཅི་རིགས་མ་ལུས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལོ། གང་ལ་བཅོམ་དང་སྒོ་ཡིས་གཞན། བསལ་ན་དེ་སྒོ་
མི་འཇུག་པ། བྱམ་ཆུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་དུ། ཡོད་དེ་དོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། ཚུལ་གནས་
ཐོས་དང་བསམ་ལྟར་པས། བསྒྲུབ་པ་ལ་ནི་རབ་དུ་སྦྱོར། ཐོས་སྦྱོགས་ལས་བྱུང་སྒོ་རྣམས་
ནི། མིང་དང་གཉིས་ཀ་དོན་ཡུལ་ཅན། བསྐྱེད་གཉིས་ལྟར་ཆོག་མི་ཤེས་དང་། འདོད་ཆེན་
ཅན་ལ་མ་ཡིན་ནོ། རྟེན་ལ་ཡང་སྤྱེད་ཆོག་མི་ཤེས། མ་རྟེན་ལ་འདོད་འདོད་ཆེན་
ཅན། བསྒྲུག་པ་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་དག རྟེན་གཉིས་ཁམས་གསུམ་གཏོ གས་ངེ་མེད། མ་ཆགས་
འཕགས་རིགས་དེ་དག་ལས། གསུམ་ནི་ཆོག་ཤེས་བདག་ཉིད་དོ། གསུམ་གྱིས་ཚུལ་བསྟན་
ཐ་མས་ལས། སྤྱེད་པ་སྦྱེ་བའི་གཉེན་པོའི་ཕྱིར། བདག་གིར་བདག་འཛིན་དངོས་འདོད་
པ། རྟེན་ཡི་དུས་དང་གཏན་ཞིའི་ཕྱིར། རྟེན་ལ་འཇུག་པ་མི་སྤྱུག་པ། དབྱགས་རྩབ་འབྱུང་བ་
དྲན་པ་ཡིས། འདོད་ཆགས་ རྣམ་རྟོག་ལྟག་རྣམས་སོ། གཏང་རུས་ཆགས་བཅས་ཐམས་ཅད་
ལ། རུས་པ་རྒྱ་མཚའི་བར་དུ་ནི། སྦྱོ་ཞིང་སྤྱད་པས་ལས་དང་པོ། ཀླང་རུས་ནས་ནི་ཐོད་
ཕྱེད་བར། བཏང་བས་སྦྱང་བ་བྱས་པར་བཤད། སྦྱིན་མའི་བར་དུ་སེམས་འཛིན་པས། ཡིད་
ལ་བྱེད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། མི་སྤྱུག་མ་ཆགས་ས་བཅུ་དང་། དམིགས་པ་འདོད་ སྤང་མིས་
སྦྱེད་དོ། དབྱགས་རྩབ་དབྱགས་འབྱུང་དྲན་པ་ནི། ཤེས་རབ་ས་ལ་སྦྱོད་ཡུལ་རྒྱང་། འདོད་
རྟོན་ཕྱི་བའི་མ་ཡིན་ནི། བཟང་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་དུག དབྱགས་རྩབ་དབྱགས་འབྱུང་
གང་ལས་ལུས། སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་མ་ཟེན་པའོ། རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་འོག་མ་ཡི། ཡིད་ཀྱིས་
དེ་གཉིས་མ་རྟོགས་སོ། ཞི་གནས་བྱུང་པར་བྱུང་པ་ཡིས། དྲན་པ་ཉེར་གཞག་བསྒྲུབ་པར་
བྱ། ལུས་ཚར་སེམས་དང་ཆོས་རྣམས་ལ། མཚན་ཉིད་གཉིས་སུ་ཡོངས་བརྟགས་པས། ཤེས་
རབ་ཐོས་སོགས་ལས་བྱུང་བའོ། གཞན་ནི་འབྲེལ་དང་དམིགས་པ་ལས། རིམ་ནི་རི་ལྟར་སྦྱེ་
བ་བཞིན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉེན་པོར་བཞི། རྟེན་མཚན་དྲན་ཉེར་ག ཞག་པ། སྦྱི་ལ་དམིགས་
པ་ལ་གནས་ཏེ། རྟེན་དག་ལ་ནི་མི་རྟོག་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་སྦྱོང་བདག་མེད་པར་ལྟ། རྟེན་ལས་

དྲོ་བར་གྱུར་པ་འབྱུང་། །དེ་ནི་བདེན་བཞིའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཅན། །རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་དྲོ་བ་
ལས། །ཆེ་མོ་དེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། །གཉིས་ཀ་ཆོས་ཀྱིས་རྣམ་པ་གཏོང་། །གཞན་དག་གིས་ཀྱང་
འཕེལ་བར་བྱེད། །དེ་ལས་བཟོད་པ་གཉིས་དེ་བཞིན། །ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱིས་འཕེལ་བར་
བྱེད། །ཆེན་པོ་འདོད་གཏོགས་སྤྱད་བསྐལ་ཡུལ། །དེ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་དེ་བཞིན། །ཆོས་
མཆོག་ཐམས་ཅད་ཡུང་པོ་ལྷ། །ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་དེ་ལྟར་ན། །ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་རྣམ་པ་
བཞི། །བསྐྱེམས་བྱུང་མི་སྤྱོད་མེད་པ་དང་། །བྱུང་པར་བསམ་གཏན་ས་པའོ། །གཉིས་ནི་འོག་
ནའང་ཡོད་པའམ། །འདོད་རྟེན་ཆོས་མཆོག་བྱུང་མེད་ཀྱིས། །གཉིས་ཀའི་རྟེན་ཅན་འཕྲོ་
པར་འགྱུར། །འཕགས་པས་དེ་དག་ས་བོར་ནས། །གཏོང་ངོ་འཕགས་མིན་འཆི་བས་སོ། །དང་
པོ་གཉིས་ཡོངས་ཉམས་པས་ཀྱང་། །དངོས་གཞིས་དེ་ཉིད་ལ་བདེན་མཐོང་། །རྣམ་པར་
ཉམས་ཆེ་སྤྱོད་མེད་འཕྲོ། །ཉམས་པ་གཉིས་ ནི་མི་ལྡན་པ། །ཆེ་མོ་ཐོབ་པ་རྩ་མི་
འཆད། །བཟོད་ཐོབ་ངན་སོང་མི་འགྲོའོ། །གཉིས་སྒྲོབ་རིགས་ལས་བསྐྱོག་ནས་ནི། །སངས་
རྒྱུ་སྤྱུ་འགྱུར་གཞན་གསུམ་ཡང་། །སྟོན་དང་བསེ་བྱ་བྱང་རྒྱབ་བར། །བསམ་གཏན་མཐའ་
རྟེན་གཅིག་ལ་ཀུན། །དེ་ཡི་སྤྱོད་དུ་ཐར་ཆ་མཐུན། །ལྷུར་བ་སྤིང་པ་གསུམ་གྱིས་ཐར། །ཐོས་
བསམས་ལས་བྱུང་ལས་གསུམ་མོ། །མི་ཡི་ནང་ནས་འཕེན་པར་བྱེད། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཆོས་
མཆོག་ལས། །ཆོས་ཀྱི་བཟོད་པ་ཟག་པ་མེད། །འདོད་སྤྱད་བསྐལ་ལ་དེ་ནས་ནི། །དེ་ཉིད་ལ་
ཆོས་ཤེས་དེ་བཞིན། །སྤྱད་བསྐལ་ལྷག་ལ་རྗེས་བཟོད་ཤེས། །བདེན་པ་གསུམ་ལའང་དེ་བཞིན་
མོ། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་འདི། །སེམས་བཅུ་ དྲུག་གོ་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །མཐོང་
དམིགས་བྱ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནི་ཆོས་མཆོག་དང་ས་གཅིག་བཟོད་དང་ཤེས་པ་གོ་རིམས་
བཞིན། །བར་ཆད་མེད་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ། །དེ་ལ་སྐད་ཅིག་བཙོ་ལྷ་ནི། །མ་མཐོང་མཐོང་
ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ། །དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་དེ་དག་ཏུ། །དད་དང་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་
བ། །བསྐྱེམས་པས་སྤྱ ང་བྱ་མ་སྤངས་ན། །འབྲས་བྱ་དང་པོ་ལ་ཁྱགས་པ། །རྣམ་ལྟོང་བར་
བཙོམ་གཉིས་པ་ལ། །དགྲ་པ་ཚུན་ཆད་ཟད་པ་ཡིན། །འདོད་པའམ་ཡང་ན་གོང་མ་

ལས། །ཆགས་བྲལ་གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ། གང་ཞིག་གང་ལ་ཞུགས་པ་ནི། །བཅུ་དྲུག་པ་ལ་དེ་
འབྲས་གནས། །དེ་ཆོ་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་དག །དང་པས་མོས་དང་མཐོང་བས་ཐོབ། །འབྲས་
ཐོབ་འབྲས་བྱ་བྱུང་པར་གྱི། །ལམ་ཐོབ་མེད་པས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འབྲས་གནས་བྱུང་པར་བྱ་བའི་
ཕྱིར། །མི་བཙོན་པ་ནི་ཞུགས་མ་ཡིན། །ས་དང་ས་ན་ཉེས་རྣམ་དགྲ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཡོན་
ཏན་རྣམས། །ཁུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེ་རྣམས་གྱི། །ཁུང་དུ་ལ་སོགས་ཐ་དད་ཕྱིར། །འབྲས་
གནས་བསྐྱོམ་སྤང་བྱ་མ་ཟད། །རེ་ལྟར་སོགས་ན་ལན་བདུན་པ། །རྣམ་གསུམ་རྣམ་བཞི་ལས་
གྲོལ་བ། །ཆོ་གཉིས་གསུམ་དུ་རིགས་ནས་རིགས། །རྣམས་པ་ལྟ་ཡི་བར་བཅོམ་པ། །གཉིས་པ་
ལ་ནི་ཞུགས་པའང་ཡིན། །རྣམ་པ་དྲུག་པ་ཟད་གུར་པ། །དེ་ནི་ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བ། །ཉེས་
ཆ་བདུན་དང་བརྒྱད་ཟད་པ། །ཆོ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་དང་། །གསུམ་པ་ལ་ནི་ཞུགས་
པའང་ཡིན། །དེ་དགྲ་ཟད་པས་ཕྱིར་མི་འོང་། །དེ་ནི་བར་སྐྱེས་འདུ་བྱེད་དང་། །འདུ་བྱེད་
མེད་ཡོངས་སྟུང་ན་འདའ། །ཤོང་དུ་འཕོ་བ་རྣམས་དེ་ནི། །བསམ་གཏན་སྤེལ་ན་འོག་མིན་
འགྲོ། །དེ་འཕར་བྱེད་འཕར་ཐམས་ཅད་དུ། །འཆི་འཕོ་གཞན་སྤྱིད་ཅེ་མོར་འགྲོ། །གཞན་ནི་
གཟུགས་མེད་འགྲོ་རྣམ་བཞི། །གཞན་ནི་འདི་ལ་སྟུང་ན་འདའ། །གསུམ་ལ་ཡང་རྣམ་གསུམ་
བྱེ་ནས། །གཟུགས་སུ་ཉེ་འགྲོ་དགུར་བཤད་དོ། །དེ་དག་གི་ནི་བྱུང་པར་རྣམས། །ལས་དབང་
ཉོན་མོངས་བྱེ་བྲག་ལས། །ཤོང་དུ་འཕོ་བ་མ་བྱེ་བར། །དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་དུ་
འདོད། །དམ་པ་དམ་མིན་འཇུག་མི་འཇུག་སོན་པ་ཕྱིར་མི་འོང་ཕྱིར་དེ། །འདོད་པར་ཆོ་
ཡོངས་གུར་པའི་འཕགས། །ལམས་གཞན་དུ་ནི་འགྲོ་བ་མེད། །དེ་དང་ཤོང་མར་སྐྱེས་པ་
ནི། །ཡོངས་ཉམས་དབང་པོ་འཕོ་མི་སྟོན། །དང་པོ་བཞི་པ་སྤེལ་བར་བྱེད། །སྐད་ཅིག་མ་ནི་
བསེས་པས་གྲུབ། །སྐྱེ་དང་གནས་པར་བྱ་ཕྱིར་དང་། །ཉོན་མོངས་པས་ནི་འཇིགས་ཕྱིར་
ཡང་། །དེ་ནི་རྣམ་པ་ལྟ་ཡི་ཕྱིར། །གནས་གཙང་སྐྱེ་བ་ལྟ་ཁོ་ན། །འགོག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མི་
འོང་། །ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་བྱེད་པར་འདོད། །སྤྱིད་ཅེའི་བར་ཆ་བརྒྱད་ཟད་པ། །དག་བཅོམ་
ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན། །དགྲ་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡང་། །དེ་ནི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཡིན། །དེ་ཟད་

ཐོབ་དང་ཟད་པ་ཤེས། རྟོ་ཆོ་དེ་མི་སྒྲོབ་དག་བཅོམ། འཇིག་རྟེན་འདས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཅེ་
ལས། ཆགས་ འབྲལ་གཞན་ལས་རྣམ་པ་གཉིས། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་ཆགས་བྲལ་
བའི། འཕགས་ལ་བྲལ་བའི་ཐོབ་རྣམ་གཉིས། ཁ་ཅིག་འཇིག་རྟེན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། བཏང་
ལ་ཉོན་མོངས་མི་ལྡན་ཕྱིར། སྤྱོད་ཅེའི་ཕྱིད་ལས་རྣམ་གྲོལ་དང་། གོང་དུ་སྐྱེས་པ་བཞིན་མི་
ལྡན། ཟག་མེད་མི་སྒྲོགས་མེད་པ་ཡིས། རམས་ཅད་ལས་ནི་འདོད་ཆ་གས་འབྲལ། ས་གསུམ་
རྒྱལ་ལ་བསམ་གཏན་ནམ། ཉེར་བསྒྲགས་ལས་མཐའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ། གོང་མའི་ཉེར་
བསྒྲགས་ལས་མེན་འཕགས། བརྒྱད་ཀྱིས་རང་གོང་ས་ལས་རྒྱལ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་རྣམ་
གྲོལ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་གོ་རིམས་བཞིན། ཁི་སྒྲགས་རགས་སྒྲགས་རྣམ་པ་
ཅན། གོང་དང་འོག་མའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། གལ་ཏེ་མི་གཡའི་ཟད་ཤེས་ལས། མི་སྐྱེའི་སྒོ་གྲོས་
གལ་ཏེ་མིན། ཟད་པ་ཤེས་སམ་མི་སྒྲོབ་ལྟ། རྟོ་ནི་དག་བཅོམ་ཐམས་ཅད་ལ། དག་སྦྱོང་ཚུལ་
ནི་དྲི་མེད་ལམ། འབྲས་བུ་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས། རྟོ་དག་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་དགུའོ། གྲོལ་
ལམ་ཟད་པ་རྣམས་དང་བཅས། འབྲས་བུ་བཞེར་རྣམས་གཞག་པ་ནི། རྒྱ་ཁྲ་དག་ནི་སྤྱོད་
ཕྱིར་རོ། འབྲས་ལ་སྒྲོན་ལམ་བཏང་བ་དང་། གཞན་ཐོབ་པ་དང་ཟད་བསྒྲམས་དང་། ཤེས་
པ་བརྒྱད་ཆོན་ཐོབ་པ་དང་། རྣམ་པ་བརྒྱ་དྲུག་ཐོབ་པའོ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་ཐོབ་འབྲས་
ནི། བསྐྱེད་དང་ཟད་མེད་ཐོབ་འཇིན་ཕྱིར། རྟོ་ཉིད་ཆངས་ཚུལ་ཆངས་པ་ཡི། འཁོར་ལོ་
ཆངས་པས་བསྐྱར་ཕྱིར་རོ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་བའི་ལམ། ཟུར་བར་འགྲོ་སྒྲགས་རྩེབས་
སྒྲགས་ཀྱིས། འདོད་པར་གསུམ་འཐོབ་ཐ་མ་ནི། གསུམ་དུའོ་གོང་ན་མཐོང་ལམ་མེད། མི་
སྦྱོང་ལམ་འདིར་ཚོམ་ཞིང་། དེར་མཐར་ཕྱིན་ཅས་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། དག་བཅོམ་དུག་
འདོད་དེ་དག་ལས། རྒྱ་ནི་དད་པས་མོས་ལས་སྐྱེས། རྟོ་དག་རྣམ་གྲོལ་དུས་དང་སྦྱོར་པ། མི་
གཡའི་ཆོས་ཅན་མི་གཡོ་བ། རྟོ་ཕྱིར་དེ་དུས་མི་སྦྱོར་གྲོལ། རྟོ་ནི་མཐོང་ཐོབ་རྒྱལ་ས་
བྱུང་། ཁ་ཅིག་དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས། ཁ་ཅིག་སྤངས་པ་ལས་ཀྱུར་ཏོ། བཞི་ནི་རིགས་ལས་
ཁྲ་འབྲས་ལ། ཉམས་འགྱུར་དང་པོ་ལས་མ་ཡིན། སྒྲོབ་དང་འཕགས་མེན་རིགས་དུག་

ལྷན། །མཐོང་བ་ལ་ནི་འཕོ་བ་མེད། །ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་ཉེར་སྤྱད་ལས། །ཡོངས་ཉམས་རྣམ་པ་
གསུམ་ཤེས་བྱ། །སྟོན་ལ་ཐ་མ་མི་གཡོ་ལ། །བར་མའང་གཞན་ལ་རྣམ་གསུམ་སྟོ། །འབྲས་ལས་
ཉམས་པ་འཆི་བ་མེད། །བྱ་བ་མ་ཡིན་དེ་མི་བྱེད། །མི་གཡོ་རྣམ་གྲོལ་བར་ཆད་མེད། །ལམ་
དགའོ་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་བས་ཐོབ་ལ་རེ་རེའོ། །ཟག་མེད་མི་ཡི་ 'ནང་དུ'
འཕེལ། །མི་སྟོབ་ས་དགུ་ལ་བསྟེན་ཏེ། །སྟོབ་པ་དྲུག་ལ་གང་གི་ཕྱིར། །འཕེལ་བ་འབྲས་བྱ་བྱད་
པར་ཅན། །བཏང་སྟེ་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །སངས་རྒྱས་གཉིས་དང་ཉན་ཐོས་
བདུན། །དེ་དགུ་དབང་པོ་རྣམ་དགུ་ཅན། །གང་ཟག་བདུན་པོ་སྦྱར་བ་དང་། །དབང་པོ་
སྟོམས་འཇུག་རྣམ་གྲོལ་དང་། །གཉིས་ཀས་བྱས་ ་པའོ་དེ་དག་དྲུག་འདི་ལྟར་ལམ་གསུམ་ལ་
གཉིས་གཉིས། །འགོག་ཐོབ་གཉིས་ཀ་ལས་རྣམ་གྲོལ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཅིག་ཤོས་སོ། །སྟོམས་
འཇུག་དབང་པོ་འབྲས་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོབ་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་ཀྱིས་མི་སྟོབ་
ཡོངས་སུ་རྫོགས། །མདོར་ན་ལམ་ནི་རྣམ་བཞི་སྟེ། །བྱད་པར་ཅན་དང་རྣམ་གྲོལ་དང་། །བར་
ཆད་མེད་དང་སྦྱར་ཞེས་བྱ། །བསམ་གཏན་དག་གི་ལམ་རྣམས་སྟེ། །ས་གཞན་དག་གི་དཀའ་
བ་ཡིན། །སྟོ་རྒྱལ་མདོན་ཤེས་བྱལ་བ་སྟེ། །ཅིག་ཤོས་ཀྱི་ནི་མདོན་ཤེས་སྟུར། །ཟད་དང་མི་སྦྱི་
ཤེས་པ་ནི། །བྱང་ཆུབ་དེ་དང་མཐུན་ཉིད་ཕྱིར། །སྟུམ་ཅུ་ཅ་བདུན་དེའི་ཕྱོགས་མཐུན། །མིང་
གི་སྟོ་ནས་རྫས་སུ་བསྟུ། །དད་དང་བཙོན་འགྱུས་བྲན་པ་དང་། །ཤེས་རབ་ཏིང་འཛིན་བཏང་
སྟོམས་དགའ། །རྟོག་དང་ཚུལ་བྲིམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས། །དན་པ་ཉེར་གཞག་ཤེས་རབ་
སྟེ། །བཙོན་འགྱུས་ཡང་དག་འཛིག་ཅེས་བྱ། །རྩ་འཕྱལ་ཀླང་པ་ཏིང་འཛིན་ཏོ། །གཙོ་བོ་སྟོས་
པ་དེ་དག་ནི། །སྦྱར་བྱང་ཡོན་ཏན་ཀུན་ཀྱང་ཡིན། །སྟེ་ཆོན་བདུན་ནི་ ་གོ་རིམས་བཞིན། །ལས་
ནི་དང་པོ་པ་དག་དང་། །ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་རྣམས་དང་ནི། །བསྟོམ་དང་མཐོང་ལ་རབ་
ཏུ་བྱེ། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་ལམ་ཡན་ལག་ །ཟག་པ་མེད་གཞན་རྣམ་གཉིས་སོ། །བསམ་གཏན་
དང་པོ་ན་ཐམས་ཅད། །མི་སྟོགས་མེད་ན་དགའ་མ་གཏོགས། །གཉིས་པ་ན་ནི་རྟོག་མ་
གཏོགས། །གཉིས་ན་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ། ། བསམ་གཏན་བར་ནའང་གཟུགས་མེད་

པ། །གསུམ་ནང་དེ་དང་ཚུལ་ཡན་ལག་བྱང་ཚུབ་དང་ནི་ལམ་ཡན་ལག་མ་གཏོགས་
འདྲོད་ཁམས་མིང་ཅེ་ན། །བདེན་གསུམ་མཐོང་ན་ཚུལ་བྱིམས་དང་། །ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དང་
པ་འཛོལ། །ལམ་མངོན་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་དང་། །དེ་ཡི་དགོ་འདུན་དག་ལ་ཡང་། །ཆོས་
བདེན་གསུམ་དང་རང་སངས་རྒྱས། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །རྩལ་སྤྲུ་གཉིས་ཏེ་
དང་པ་དང་། །ཚུལ་བྱིམས་ངེ་མ་མེད་པ་ཡིན། །བཅིངས་ཕྱིར་སློབ་པའི་ཡན་ལག་དུ། །ནམ་
གྲོལ་མ་བཤད་དེ་ནམ་གཉིས། །ཉོན་མོངས་བཅོམ་པ་འདུས་མ་བྱས། །མོས་པ་འདུས་བྱས་
ཡན་ལག་ནི། །དེ་ཡིན་དེ་ཉིད་ནམ་གྲོལ་གཉིས། །བྱང་ཚུབ་རི་རྒྱུད་བཤད་ཅེས་པ། །མི་སློབ་
སེམས་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །སྐྱིབ་པ་ལས་ནི་ནམ་གྲོལ་འགྱུར། །འགག་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་གྱིས་
ནི། །དེ་ཡི་སྐྱིབ་པ་རབ་དུ་སློང་། །འདུས་མ་བྱས་ཉིད་ཁམས་ཞེས་བྱ། །འདྲོད་ཆགས་ཀྱིན་ཟད་
འདྲོད་ཆགས་བྲལ། །སྤངས་པའི་ཁམས་ནི་གཞན་དག་གོ། །འགོག་པའི་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་
གཞི། །སྤྲུག་བསྐྱལ་རྒྱ་བཟོད་ཤེས་ནམས་ཀྱིས། །ཡིད་འབྱུང་གང་གིས་སློང་འགྱུར་བ། །ཀྱན་གྱི་
འདྲོད་ཆགས་འབྲལ་བར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་ན་ནི་མུ་བཞི་མེད། །ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་
ཆོག་ལེན་བྱས་པ་ལས། །ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་དྲུག་པའོ། །

གནས་བདུན་པ། །ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ། །ངེ་མེད་བཟོད་ནམས་ཤེས་པ་མིན། །ཟད་དང་
མི་སྐྱེའི་སློ་རྩ་མིན། །དེ་ལས་གཞན་འཕགས་སློ་གཉིས་ཀ། །གཞན་ཤེས་དྲུག་ནི་རྩ་བའང་
ཡིན། །ཤེས་པ་ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད། །དང་པོ་ཀྱན་རྫོབ་ཅེས་བྱའོ། །ཟག་མེད་ནམ་གཉིས་
ཆོས་དང་ནི། །རྩལ་སྤྲུ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །ཀྱན་རྫོབ་ཡུལ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །ཆོས་ཞེས་བྱ་
བའི་སྦྱོད་ཡུལ་ནི། །འདྲོད་སྤྲུག་བསྐྱལ་སོགས་རྩལ་ཤེས་པའི། །སྦྱོད་ཡུལ་གོང་མའི་སྤྲུག་
བསྐྱལ་སོགས། །དེ་དག་ཉིད་བདེན་བྱེ་བྲག་གིས། །བཞི་སྟེ་ནམ་བཞི་དེ་དག་ནི། །མི་སྐྱེ་བ་དང་
ཟད་པ་ཤེས། །དེ་གཉིས་དང་པོ་སྐྱེས་པ་ནི། །སྤྲུག་བསྐྱལ་རྒྱ་རྩལ་ཤེས་པ་ཡིན། །བཞི་ལས་པ་
རོལ་སེམས་རིག་པ། །དེས་ནི་ས་དབང་གང་ཟག་འདས། །ཞིག་དང་མ་སྐྱེས་མི་རིག་གོ། །ཆོས་

རྩེས་སྒོ་ཕྱགས་པན་ཚུན་མིན། །ཉན་ཐོས་མཐོང་བའི་སྐད་ཅིག་གཉིས། །རིག་སྟེ་བསེ་རུ་ལྟ་
བྱས་གསུམ། །ཁངས་རྒྱས་སྦྱར་བ་མེད་པར་ཀུན། །ཟད་པར་ཤེས་པ་བདེན་རྣམས་ལ། །ཡོངས་
ཤེས་ལ་སོགས་པ་ངེས་པའོ། །ཡོངས་ཤེས་བྱར་མེད་ཅེས་ལ་སོགས། །མི་སྦྱེ་བ་ཡི་སྒོ་འདོད་
དོ། །རང་བཞིན་དང་ནི་གཉེན་པོ་དང་། །རྣམ་པ་རྣམ་པ་སྦྱོད་ཡུལ་དང་། །སྦྱོར་དང་བྱ་བ་
བྱས་ཉིད་དང་། །རྒྱ་རྒྱས་པ་ལས་བཅུ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེམ་པའི་ལམ་ལ་འགོག་པའམ། །ལམ་ལ་
ཆོས་ཤེས་གང་ཡིན་དེ། །ཁམས་གསུམ་གྱི་ནི་གཉེན་པོ་ཡིན། །འདོད་པའི་ཁམས་གྱི་རྩེས་མ་
ཡིན། །ཆོས་ཤེས་པ་དང་རྩེས་སུ་ཤེས། །རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ཀུན་རྫོབ་ནི། །དེ་བཞིན་གཞན་
དུའང་རང་རང་གི། །བདེན་པའི་རྣམ་པས་བཞི་ཡིན་ནོ། །པ་རོལ་ཡིད་ཤེས་ངི་མེད་ཀྱང་། །དེ་
བཞིན་ངི་མ་དང་བཅས་ནི། །ཤེས་བྱ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྣམ། །རྩེས་རེ་རེ་ཞིག་སྦྱོད་ཡུལ་
ལོ། །ལྷག་མ་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་ཅན། །སྟོང་དང་བདག་མེད་མ་གཏོགས་སོ། །ངི་མེད་བཅུ་དྲུག་
གཞན་རྣམ་མེད། །གཞན་ཡོད་ཅེས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས། །རྩེས་སུ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་
གོ། །རྣམ་པ་ཤེས་རབ་དང་བཅས་པའི། །དམིགས་དང་བཅས་པས་འཛིན་པར་བྱེད། །ཡོད་པ་
ཐམས་ཅད་གཟུང་བྱ་ཡིན། །དང་པོ་རྣམ་གསུམ་གཞན་རྣམས་དགོ། །དང་པོ་ས་རྣམས་ཐམས་
ཅད་ན། །དྲུག་ན་ཆོས་ཤེས་བྱ་བར་དག། །རྩེས་ཤེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དྲུག་གཞན་ཡིད་ཤེས་པ་
བསམ་གཏན་བཞི། །དེ་ནི་འདོད་དང་གཟུགས་རྟེན་ཅན། །ཆོས་ཤེས་བྱ་བ་འདོད་རྟེན་
ཅན། །ཁམས་གསུམ་པ་ཡི་རྟེན་ཅན་གཞན། །འགོག་སྒོ་དྲན་པ་ཉེར་གཞག་པ། །གཅིག་སྟེ་པ་
རོལ་སེམས་སྒོ་ནི། །གསུམ་མོ་ལྷག་མ་བཞི་ཡིན་ནོ། །ཆོས་སྒོའི་སྦྱོད་ཡུལ་དགྲ་ཡིན་ནོ། །ལམ་
རྩེས་སྒོ་ཡི་དགྲ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་བཟུལ་རྒྱ་སྒོའི་གཉིས་ཡིན་ནོ། །བཞི་ཡི་བཅུ་ཡིན་གཅིག་གི་
མིན། །ཆོས་བཅུ་དག་ནི་སྦྱར་བར་བྱ། །ཁམས་གསུམ་པ་དང་ངི་མེད་ཆོས། །འདུས་མ་བྱས་
རྣམས་གཉིས་གཉིས་སོ། །ཀུན་རྫོབ་གཅིག་སུས་རང་ཆོགས་ལས། །གཞན་ནི་བདག་མེད་ཉིད་
རིག་འགྱུར། །ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ། །ཆགས་ཅན་ཤེས་པ་གཅིག་དང་ལྔན། །གཉིས་
པ་ལ་གསུམ་ཡན་ཆད་ནི། །བཞི་ལ་རེ་རེ་འཕེལ་དང་ལྔན། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བཟོད་པ་

དང་། ཤེས་པ་རི་ལྟར་སྒྲིམ་པ་རྣམས། ཁ་འོངས་པ་འཛོལ་དེ་ཉིད་ལ། རྩིས་གསུམ་ལ་ནི་
ཀུན་རྫོབ་ཀྱང་། རྟེན་མཛོད་རྟོགས་མཐའ་ཞེས་བྱ། རྟེན་ནི་མི་སྒྲིའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། རང་
དང་འོག་ས་འགོག་པའི་མཐའ། རང་བདེན་རྣམ་ཅན་འབད་ལས་བྱུང་། ཆགས་བཅས་
བརྩ་བྱག་པ་ལ་བྱག་འདྲོད་ལས་ཆགས་དང་བྲལ་བས་བདུན། རྟེན་ཡི་གོང་མ་ཆགས་བཅས་
ཀྱི། བསྐྱེད་པའི་ལམ་ལ་བདུན་འཛོལ་བོ། ས་བདུན་ལས་རྒྱལ་མཛོད་ཤེས་དང་། མི་གཡོ་
འཛོལ་དང་སྤེལ་བསྐྱེད་པའི། བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དག་དང་། གོང་མའི་གྲོལ་བའི་ལམ་
བརྒྱད་ལའང་། སྒྲོབ་པ་སྒྲུང་བའི་གྲོལ་བ་ལ། ཤེས་པ་བྱུག་དང་བདུན་འཛོལ་བམ། བར་
ཆད་མེད་པའི་ལམ་ལ་བྱུག་རྟེན་བཞིན་སྤྱིད་ཅེ་རྣམ་རྒྱལ་ལའང་། ཟུང་པ་ཤེས་པ་ལ་
དགུའོ། མི་གཡོ་བས་ནི་བརྩ་འཛོལ་བོ། རྟེན་འཕྲོ་གྲོལ་བའི་ཐ་མ་ལའང་། བཤད་པའི་སྟག་
མ་ལ་བརྒྱད་འཛོལ། གང་ལས་ཆགས་བྲལ་བྱ་བྱིར་གང་། འཛོལ་པ་དེར་ཡང་འོག་མའང་
འཛོལ། ཟུང་པ་ཤེས་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱང་། ས་ཀུན་སྒྲོན་རྟེན་མི་འཛོལ་བོ། རྟེན་དང་བརྟེན་
ཅས་བྱ་བ་ནི། རྟེན་པ་འདུས་བྱས་ཐོབ་པའོ། གཉེན་པོ་དང་ནི་ཐག་བསྐྱེད་པའི། འཛོལ་པ་
ཟག་དང་བཅས་པའི་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་མ་འདྲེས་པ། སྒྲོབས་ལ་སོགས་པ་བཙོ་
བརྒྱད་དོ། གནས་དང་གནས་མིན་ཤེས་པ་བརྩ། ལས་འབྲས་ལ་བརྒྱད་བསམ་གཏན་
སོགས། རྟེན་པོ་མོས་དང་ཁམས་ལ་ནི། རྟེན་པོ་ལམ་དག་ལ་བརྩ་འམ། གཉིས་ནི་ཀུན་
རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན། ཟུང་པ་བྱུག་གམ་བརྩ་ཡིན་ནོ། སྒྲོན་གནས་འཆི་འཕོ་སྒྲིབ་པའི་
སྒྲོབས། བསམ་གཏན་དག་ན་སྟག་མ་ནི། ས་རྣམས་ཀུན་ན་ཅི་ཡི་བྱིར། འདིའི་སྒྲོབས་གང་
བྱིར་ཐོགས་མི་མངའ། སྒྲུ་ལ་སྤེད་མེད་བྱ་ཡི་སྒྲོབས། གཞན་དག་ཆོགས་ན་སྤང་ཆེན་
སོགས། བདུན་རྩལ་སྒྲགས་པའི་སྒྲོབས་ཡིན་ནོ། རྟེན་ནི་རེག་བྱའི་སྒྲིམ་ཆེད་དོ། མི་འཇིགས་པ་
ནི་རྣམ་པ་བཞི། རི་ལྟར་སྒྲོབས་ནི་དང་པོ་དང་། བརྩ་པ་གཉིས་པ་བདུན་པ་བཞིན། དྲན་
དང་ཤེས་བཞིན་བདག་ཉིད་གསུམ། བྱགས་རྩི་ཆེན་པོ་ཀུན་རྫོབ་སྒྲོ། ཆོགས་དང་རྣམ་པ་
སྒྲུང་ཡུལ་དང་། མཉམ་པའི་བྱིར་དང་ཆོས་ཆེའི་བྱིར། ཐ་དད་བྱ་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད། སངས་

ཀྱས་ཐམས་ཅད་ཚྭས་དང་ནི། ཚེས་སྐུ་འགྲོ་བའི་དོན་སྦྱོང་པས། མཉམ་པ་ཉིད་དེ་སྐུ་ཚེ་
དང་། རིགས་དང་སྐུ་བོང་ཚད་ཀྱིས་མིན། ཚེས་གཞན་སྟོབ་དང་ཐུན་མཛད་ཡིན། ཁ་ཅིག་སོ་
སོའི་སྐུ་བོ་དང་། ཉོན་མོངས་མེད་དང་སྟོན་ནས་ཤེས། སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་མངོན་
སོགས། ཉོན་མོངས་མེད་པ་ཀྱན་རྒྱུ་ཤེས། བསམ་གཏན་མཐའ་ན་མི་གཡོའི་ཚས། མིས་
སྐྱེས་ཉོན་མོངས་འདོད་གཏོགས་པ། མ་སྐྱེས་གཞིར་བཅས་སྦྱོང་ཡུལ་ཅན། སྟོན་ནས་ཤེས་
པའང་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་ཡི་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། དེ་བཞིན་ཚས་དོན་ངེས་ཚིག་
དང་། སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་གསུམ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་མིང་དང་། དོན་དང་དག་
ལ་ཐོགས་མེད་ཤེས། བཞི་པ་རིགས་པ་ཐགས་ཐོགས་མེད། མངོན་བརྗོད་ལམ་ལ་དབང་ཉིད་
ལ། དེ་ཡི་དམིགས་པ་དག་དང་ལམ། ཤེས་པ་དགའའི་ས་ཐམས་ཅད། ཡང་དག་དོན་རིག་
བརྒྱུ་ལམ་རྒྱུ། དེ་ནི་ཀྱན་ན་གཞན་ཀྱན་རྒྱུ་ཤེས། ཚེས་རིག་འདོད་དང་བསམ་གཏན་ན། དག་
ནི་འདོད་དང་དང་པོ་ན། མ་ཚང་བར་ནི་དེ་ཐོབ་མེད། རྒྱུ་པོ་དེ་དག་རབ་མཐའ་
བས། དེ་ནི་རྣམ་རྒྱུ་བསམ་གཏན་མཐའ། དེ་ནི་ས་ཀྱན་གྱིས་མཐུན་བྱས། འཕེལ་པའི་
རབ་ཏུ་བྱེན་པ་ཡིན། ཁངས་རྒྱས་ལས་གཞན་སྦྱོར་ལས་སྐྱེས། ས། རྩུ་འཕྱུལ་རྣ་བ་ཡིད་དང་
ནི། སྟོན་ཚེ་འཆི་འཕོ་སྐྱེ་བ་དང་། ཟད་ཤེས་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཡི། མངོན་ཤེས་རྣམ་རྒྱུ་རྣམ་
གྲོལ་སྟོ། བཞི་ནི་ཀྱན་རྒྱུ་ཤེས་པ་སྟེ། བསམ་ལ་ཤེས་པ་ལྟ་ཡིན་ནོ། ཟད་པའི་མངོན་ཤེས་
སྟོབས་བཞིན་ནོ། ལྟ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དག་ན། རང་དང་འོག་སའི་ཡུལ་ཅན་
ཡིན། ཐོབ་བྱ་འབྲིས་པ་ཆགས་བྲལ་བས། གསུམ་པ་དྲན་པ་ཉིར་གཞག་གསུམ། དང་པོ་རྩུ་
འཕྱུལ་རྣ་བ་མིག་མིག་དང་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ནི། ལྷང་དུ་མ་བཞུན་སྟག་རྣམས་དག།
གསུམ་ནི་རིག་པ་སྟོན་མཐའ་སོགས། མ་རིག་པ་ནི་བསྟོན་བྱིར་རོ། མི་སྟོབ་ཐ་མ་གཉིས་ནི་
དེའི། རྒྱུ་ལ་སྐྱེས་བྱིར་དེ་ཞེས་བྱ། སྟོབ་པ་ལ་འདོད་དེ་མ་རིག་དང་། བཅས་རྒྱུ་བྱིར་ན་
རིག་མ་བཤད། དང་པོ་གསུམ་པ་རྒྱུ་པ་ནི། ཚེ་འཕྱུལ་རྣམས་ཡིན་བཞུན་པ་མཚོག་མི་
འཕྱུལ་བྱིར་དང་པན་པ་དང་། ཡིད་འོང་འབྲས་ལ་སྦྱོར་བྱེད་བྱིར། རྩུ་འཕྱུལ་ཉིང་འཛིན་དེ་

ལས་ནི། སྤྱལ་དང་འགོ་བ་སྟོན་པ་ལ། ཡིད་མགྲོགས་འགོ་བ་གཞན་དག་ལ། བྱིན་བྱེད་མས་
པ་ལས་བྱུང་ཡང་། འདྲོད་པར་གཏོགས་པའི་སྤྱལ་བ་ནི། བྱི་ཡི་སྐྱེ་མཆེད་བཞི་རྣམ་
གཉིས། གཟུགས་གཏོགས་གཉིས་སྤྱལ་སེམས་དག་གིས། རྟེན་དག་ཀྱང་ནི་བཅུ་བཞིའོ། བསམ་
གཏན་འབྲས་གཉིས་ནས་ལྗེ་བར། རིམ་བཞིན་གོང་མ་ལས་སྐྱེས་མིན། རྟེན་དེ་བསམ་
གཏན་བཞིན་དེ་ནི། རྟེན་དང་རང་ལས་དེ་ལས་གཉིས། རང་གི་ས་པས་སྤྱལ་པར་
བྱེད། སྤྱར་འཇུག་པ་ནི་འོག་མས་ཀྱང་། སྟོན་མིན་སྤྱལ་པ་པོ་དང་བཅས། བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབས་ནས་གཞན་འཇུག་བྱེད། ཤི་བ་ལ་ཡང་བྱིན་བརྒྱབས་ཡོད། མི་བརྟན་ལ་མེད་གཞན་
དག་མིན། རྟེན་པོ་དུ་མས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། བྱང་བར་གྱུར་ནས་བརྒྱུག་པའོ། བརྒྱུམས་ལས་
སྐྱེས་པ་ལྟར་མ་བརྟན། སྐྱེ་བ་ལས་སྐྱེས་རྣམ་གསུམ་མོ། རྩུ་འཕྱལ་གསང་ལྷགས་སྟོན་དག་
དང་། ལས་ལས་སྐྱེས་དང་རྣམ་པ་ལྔ། སྟོན་ཡི་མིག་དང་རྣ་བ་ཡིན། བསམ་གཏན་ས་པའི་
གཟུགས་དང་བ། རྟེན་ཏུ་རྟེན་བཅས་མ་ཆང་མེད། ཐག་རིང་ཕྱ་སོགས་སྟོད་ཡུལ་
ཅན། རྟེན་བཅོམ་བསེ་རུ་སྟོན་རྣམས་ཀྱིས། སྟོང་གཉིས་གསུམ་དང་གངས་མེད་
མཐོང་། གཞན་ཡང་སྐྱེ་བས་ཐོབ་དེས་ནི། སྤྱིད་པ་བར་མ་མི་མཐོང་ངོ་། སེམས་ཤེས་དེ་ནི་
རྣམ་གསུམ་གང་། རྟོག་དང་རིག་ལྷགས་ཀྱིས་བྱས་པའང་། རྟེན་ལ་བ་པས་ནི་དང་པོ་
ཤེས། མི་ལ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་མེད། ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས། ཡེ་
ཤེས་བརྟན་པ་ཞིས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་བདུན་པའོ། །

གནས་བརྒྱད་པ། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་བརྟན་པ། བསམ་གཏན་དག་ནི་རྣམ་
གཉིས་བཞི། རྟེན་སྐྱེ་བ་དག་རབ་ཏུ་བཤད། སྟོམས་འཇུག་དག་བ་ཅེ་གཅིག་པ། རྩེས་འབྲང་
བཅས་ན་ཕུང་པོ་ལྔ། རྟོད་དང་དགའ་དང་བདེ་དང་ལྷན། ཡན་ལག་སྔ་སྔ་སྤངས་པ་
ཡི། རྟེན་བཞིན་གཟུགས་མེད་ཕུང་པོ་བཞི། འོག་མའི་ས་ལས་དབེན་ལས་སྐྱེས། རྟེན་བརྒྱུགས་
གསུམ་དང་བཅས་པར་ནི། གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཤེག་ཅིས་བྱ། གཟུགས་མེད་པ་ན་

གཟུགས་མེད་དོ། གཟུགས་ནི་སེམས་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་མཐའ་
མཐའ་ཡས། ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་བྱ་དེ་ལྟར། སྦྱོར་བྱེད་དམན་བྱེད་འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་ཤེས་
མེད་པའང་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་སྦྱོམས་འཇུག་དངོས་གཞིའི་རྩིས། རྣམ་པ་བརྒྱད་བདུན་
རྣམ་པ་གསུམ། རྩི་མུང་ལྡན་དང་དག་པ་དང་། ཟག་མེད་བརྒྱད་པ་རྣམ་པ་གཉིས། རྩི་མུང་
མཚུངས་ལྡན་སྐྱེད་བཅས་སོ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དགེ་བ་ནི། དག་པ་དེ་ནི་དེས་མུང་བྱ། ཟག་
མེད་འཇིག་རྟེན་འདས་པའོ། དང་པོ་ལ་ལྷ་རྟེན་དཔྱེད་དང་། དགའ་དང་བདེ་དང་ཉིང་
འཇིན་རྣམས། གཉིས་པ་ལ་ནི་ཡན་ལག་བཞི། རབ་དང་དང་ནི་དགའ་ལ་སོགས། གསུམ་
པ་ལ་ལྷ་བཏང་སྦྱོམས་དང་། དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་བདེ་དང་གནས། མཐའ་ན་བཞི་དྲན་
བཏང་སྦྱོམས་དང་། བདེ་མིན་སྤྲུག་མིན་ཉིང་འཇིན་རྣམས། རྩིས་སུ་བརྩུག་གཅིག་དང་པོ་
ན། ཤིན་ཏུ་སྤྱད་པ་བདེ་བ་ཡིན། རབ་ཏུ་དང་བ་དད་པ་ཡིན། ལྷང་རྣམ་གཉིས་བྱེད་
དགའ་ཡིད་བདེ། ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་དགའ་བདེ་དང་། རབ་དང་ཤེས་བཞིན་དྲན་པ་
དང་། བཏང་སྦྱོམས་དྲན་པ་དག་པ་མེད། ཁ་ཅིག་ཤིན་ཏུ་སྤྱད་པ་བཏང་སྦྱོམས། སྦྱོན་
བརྒྱད་ལས་ནི་གོ་ལ་བའི་བྱེད། བཞི་པ་གཡོ་བ་མེད་པ་ཡིན། རྟེན་དང་དཔྱེད་དང་དབྱུགས་
དག་དང་། བདེ་བ་ལ་སོགས་བཞི་ཡིན་ནོ། སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་དག་ན་ནི། ཡིད་བདེ་བདེ་
དང་བཏང་སྦྱོམས་དང་། བཏང་སྦྱོམས་ཡིད་བདེ་བདེ་བ་དང་། བཏང་སྦྱོམས་བཏང་སྦྱོམས་
ཚོར་བ་ཡོད། གཉིས་པ་སོགས་ན་ལྷས་མིག་དང་། རྣ་བའི་རྣམ་ཤེས་རྣམ་རིག་སྦྱང་། གང་
ཡིན་དེ་ནི་དང་པོར་གཏོགས། དེ་ལྟ་ང་མ་བཟུན་ཉོན་མོངས་མིན། དེ་དང་མི་ལྡན་འདོད་
ཆགས་བྲལ། སྐྱེ་བ་ལས་ནི་དག་པ་འཛོལ། ཟག་མེད་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་ཡིས། ཉོན་མོངས་
ཅན་ཉམས་སྐྱེ་བ་ཡིས། ཟག་པ་མེད་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ། ལྷག་འོག་གསུམ་པའི་བར་དགེ་
བ། སྦྱོར་དག་པ་ལས་དེ་བཞིན། རང་གི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་ས་
རང་དག་དང་། ཉོན་མོངས་འོག་མའི་དག་གཅིག་ཀྱང་། འཆི་འཕྲིའི་དག་ལས་ཉོན་མོངས་
ཀྱན། ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་གོང་མ་མིན། དག་པ་ཉམས་པའི་ཆ་མཐུན་སོགས། རྣམ་བཞི་

དེ་ནི་གོ་རིམ་ས་བཞིན། ཉམ་མངས་སྤྱི་དང་རང་ས་དང་། ལོང་དང་ཟག་མེད་རྩེ་མཐུན་
པ། ཉམས་ཆ་མཐུན་སོགས་མཚུག་ཐོགས་སུ། གཉིས་དང་ག སུམ་དང་གསུམ་དང་
གཅིག ས་བརྒྱད་རྣམ་གཉིས་འབྲེལ་པ་དང་། གཅིག་རྒྱལ་སོང་ཞིང་འོངས་ནས་ནི། རིགས་
མི་མཐུན་པ་གསུམ་པར་འགོ། རྩོད་རྒྱལ་གྱི་ནི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན། བསམ་གཏན་གཟུགས་
མེད་རང་དང་ནི། འོག་སའི་རྟེན་ཅན་འོག་དགོས་མེད། སྤྱི་ཚེར་འཕགས་པའི་ཅི་ཡང་
མེད། མངོན་སུམ་བྱས་ནས་ཟག་པ་ ཟད། སྤྱི་བཅས་རང་གི་སྤྱི་ལ་དམིགས། བསམ་
གཏན་དགོ་ཡུལ་ཡོད་དགྱ་ཡིན། གཟུགས་མེད་དངོས་གཞི་དགོ་རྣམས་ཀྱི། སྤྱི་ཡུལ་ཟག་
བཅས་འོག་མ་མིན། ཟག་པ་མེད་པས་ཉམ་མངས་རྣམས། སྤྱི་ལོ་ཉེར་བསྒྲིག་དག་པས་
ཀྱང་། རྟེན་ལ་ནི་ཉེར་བསྒྲིག་བརྒྱད། རྟེན་པ་བདེ་མིན་སྤྱུག་བསྐལ་མིན། རྟེན་པོ་
འཕགས་པའང་ཁ་ཅིག་གསུམ། རྟེན་མེད་བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན། རྣམ་གསུམ་བདེ་
མིན་སྤྱུག་བསྐལ་མིན། རྟེན་མངས་ཆེན་འབྲས་བུ་ཅན། མན་ཆད་རྟེན་དཔྱད་བཅས་པ་
ཡི། རྟིང་འཛིན་ཡན་ཆད་གཉིས་ཀ་མེད། མཚན་མེད་ཞི་བའི་རྣམ་པ་དང་། སྤྱི་ཉིད་
བདག་མེད་སྤྱི་ཉིད་དུ། འཇུག་པའོ་སྟོན་པ་མེད་པ་ནི། རྟེན་ལས་གཞན་ བདེན་རྣམ་པ་
དང་། དག་དང་ངི་མ་མེད་དེ་དག རྟེན་མེད་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་མོ། སྤྱི་ཉིད་སྤྱི་ཉིད་ཅེས་
ལ་སོགས། གཞན་ཡང་རྟིང་ངེ་འཛིན་གསུམ་མོ། གཉིས་ནི་སྤྱི་དང་མི་རྟག་པར། མི་སྟོབ་
པའི་ལ་དམིགས་པ་ཡིན། མཚན་མ་མེད་པ་མཚན་མེད་ནི། ཞི་བར་མ་བརྟགས་ཟད་པ་
ལ། ཟག་བཅས་མི་ནང་མི་གཡོ་ལ། ཉེར་བསྒྲིགས་བདུན་ནི་མ་གཏོགས་སོ། རྟེན་པའི་
བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི། བདེ་འགྱུར་རྟིང་འཛིན་སྟོན་པ་ཡིན། མིག་གི་མངོན་ཤེས་མཐོང་
འགྱུར་འདོད། སྤྱིར་བ་ལས་བྱང་སྟོ་དབྱེར་འགྱུར། རྟོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་བསམ་གཏན་མཐའི། གང་
ཡིན་དེ་ཟག་ཟད་འགྱུར་བསྟོན། ཆད་མེད་པ་ནི་བཞི་ཡིན་ནོ། གཞོད་སེམས་ ལ་སོགས་
གཉེན་པོའི་བྱེད། ཞེས་མེད་བྱམས་སྤྱི་རྩེ་ཡང་། ཡིད་བདེ་བ་ནི་དགའ་བ་ཡིན། བཏང་
སྟོམས་མ་ཆགས་རྣམ་པ་ནི། གྲེ་མ་བདེར་གྱུར་སྤྱུག་བསྐལ་དང་། རྟེན་གྱུར་སེམས་ཅན་

ནམས་སྒྲུལ་པ། སྦྱོང་ཡུལ་འདྲོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། དགའ་བ་བསམ་གཏན་གཉིས་ན་
ཡོད། གཞན་ནི་དུག་ན་ཁ་ཅིག་ལ། དེ་ཡིས་མི་སྦྱོང་མི་དག་གི། རང་དུ་སྦྱོང་དེ་ངེས་གསུམ་
ལྡན། རྣམ་པར་ཐར་བརྒྱད་དང་པོ་གཉིས། མི་སྤྲུག་བསམ་གཏན་གཉིས་ན་ཡོད། གསུམ་པ་
མཐའ་ན་དེ་མ་ཆགས། གཟུགས་མེད་མཉམ་གཞག་དགེ་རྣམས་སོ། འགོག་པའི་སྒྲོམས་པར་
འཇུག་པའོ། སྤྲ་བ་སྤྲ་བའི་མཇུག་ཐོགས་སུ། རང་གི་དག་དང་འོག་མ་ཡི། འཕགས་པའི་
སེམས་ཀྱིས་དེ་ལས་ལྡང་། དང་པོ་འདྲོད་གཏོགས་སྤང་ཡུལ་ཅན། གང་དག་གཟུགས་ཅན་
མིན་དེ་དག་སྦྱོང་ཡུལ་གོང་དང་རང་གི་སའི། སྤྲུག་བསྐྱེད་སོགས་དང་རྗེས་ཤིས་
ཕྱོགས། ཁྱིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྦྱེ་མཆོད་བརྒྱད། གཉིས་ནི་རྣམ་ཐར་དང་པོ་བཞིན། གཉིས་
ནི་གཉིས་པ་བཞིན་དེ་གཞན། སྤྲུག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་བཞིན། ཟད་པར་བརྩམས་བརྒྱད་
མ་ཆགས། བསམ་གཏན་མཐའ་ན་སྦྱོང་ཡུལ་ནི། འདྲོད་པ་གཉིས་ནི་གཟུགས་མེད་
དག་སྦྱོང་ཡུལ་རང་གི་ཕུང་པོ་བཞི། འགོག་པ་བཤད་ཟེན་ལྷག་མ་ནི། འདྲོད་ཆགས་བྲལ་
དང་སྦྱོར་བས་འཐོབ། གཟུགས་མེད་ཅེས་བྱ་ཁམས་གསུམ་གྱི། ཉིན་ཅན་ལྷག་མ་མི་ལས་
སྦྱེ། ཁམས་གཉིས་དག་ཏུ་གཟུགས་མེད་པ། རྒྱ་དང་ལས་ཀྱི་སྒྲོབས་ཀྱིས་སྦྱེ། གཟུགས་ཀྱི་
ཁམས་སུ་བསམ་གཏན་རྣམས། དེ་དག་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། སྒྲོན་པའི་དམ་ཆོས་རྣམ་
གཉིས་ཏེ། ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། དེ་འཛིན་བྱེད་པ་སྤྲ་བྱེད་དང་། སྤྲུབ་པར་
བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། བདག་གིས་མངོན་པའི་ཆོས་འདི་ཕལ་ཆེར་ནི། ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྤྲ་བའི་
ཚུལ་གྱུབ་བཤད། ཉིས་པར་ཟེན་གང་དེ་འདིར་བདག་གིས་ཉིས། དམ་ཆོས་ཚུལ་ལ་ཆད་མ་
ཐུབ་རྣམས་ཡིན། ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་པ་ལས། སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་
བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱེ་གནས་བརྒྱད་པའོ། ། སྒྲོན་པ་འཇིག་རྟེན་མིག་ནི་བྱམ་གྱུར་
ཅིང་། དབང་གྱུར་སྦྱེ་བོ་ཕལ་ཆེར་ཟད་པ་ན། དེ་ཉིད་མ་མཐོང་རང་དགར་གྱུར་པ་
ཡི། ངན་རྟོག་རྣམས་ཀྱིས་བརྟན་པ་འདི་དཀྱུགས་སོ། རང་བྱུང་རང་བྱུང་བརྟན་པ་གཅིས་
འཛིན་རྣམས། མཆོག་ཏུ་ཞེས་གསེགས་འགྲོ་མགོན་མེད་པ་ན། འདོམས་མེད་ཡོན་ཏན་

འཛམས་པར་བྱེད་པ་ཡི། གྲི་མས་དགའ་མགུར་དང་སང་འདི་ན་སྦྱོད། ཇེ་ལྷར་ཐུབ་པ་དག་
གི་བརྟན་པ་ནི། རྟོག་མར་སྟོག་ཕྱིན་འདྲ་དང་དྲི་མ་རྣམས། རྟོབས་དང་ཐུན་པའི་དུས་སུ་
རིག་ནས་ནི། ཐར་པ་འདོད་པ་དག་གིས་བག་ཡོད་གྱིས། ཆོས་མངོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཤུའི་དགོ་སྟོང་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛོད་པ་རྫོགས་སོ། ། རྒྱ་གར་
གྱི་མཁན་པོ་ཇི་ན་མི་ཏུ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྩེ་དཔལ་བཞེགས་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷས་
ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

ཆད་མ་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ།

ལེའུ་དང་པོ། རང་དོན་རྫོང་སུ་དབག་པརྒྱ་གར་སྐད་དུ། བ་ལྷ་ཏ་བླར་ཏི་ཀླ་ཀླ་
རི་ཀླ། བོད་སྐད་དུ། ཆད་མ་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ལེ ལུར་བྱས་པ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་
གཞོན་ལྷར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། རྟོག་པའི་དྲ་བ་རྣམ་བསལ་ཞིང་། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་
སྐྱ་མངའ་བ། གུན་ཏུ་བཟང་པོའི་འོད་ཟེར་དག་ གུན་ནས་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། སྐྱེ་བོ་
པལ་ཆེར་པལ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཤེས་རབ་རྩལ་མེད་པས་ན་ལེགས་བཤད་རྣམས། རྟོན་དུ་མི་
གཉེར་ཁོ་ནར་མ་ཟད་ཕྱག་དོག་དྲི་མ་དག་གིས་སྤང་བར་ཡང་། ཡོངས་གྱུར་དེས་ན་བདག་
ལ་འདི་ནི་གཞན་ལ་ཕན་པ་ཡིན་ཞེས་བསམ་པའང་མེད། ཞེས་ནི་ཡུན་རིང་ལེགས་བཤད་
གོམས་པ་ལྷུར་ལེན་བསྐྱེད་ཕྱིར་འདི་ལ་དགའ་བ་སྟེས། རྟོགས་ཆོས་དེ་ཆས་བྱབ་པ་
ཡི། གཏན་ཆོགས་དེ་ནི་རྣམ་གསུམ་ཉིད། མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་ཕྱིར་རོ། གཏན་ཆོགས་
ལྷར་སྤང་དེ་ལས་གཞན། རྒྱུ་ལ་རང་བཞིན་རི་སྟེང་ཅིག་མེད་ན་མི་འབྱུང་འབྲས་བུ་
ནི། གཏན་ཆོགས་རང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་དང་། འབྲེལ་པ་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཡང་། ཆད་མ་
རྣམས་ནི་མི་འཇུག་པ། མེད་ལ་མི་འཇུག་འབྲས་བུ་ཅན། གཏན་ཆོགས་བྱེ་བྲག་ལ་སྟོས་
ནས། འགའ་ཞིག་མེད་ཤེས་འབྲས་བུ་ཅན། འག ལ་དང་འབྲས་བུ་དག་གྲུབ་དང་། རྒྱུ་དང་

ངོ་བོ་བཟླར་རུང་བའི། བདག་ཉིད་དག་ནི་མ་གྲུབ་པ། མེད་དོན་ཅན་མི་དམིགས་ནམ་
བཞི། ཉེ་དང་འགལ་བ་ཡི་ནི་རྒྱ། དམིགས་པའི་སྒྱུར་བ་གང་ཡིན་དེ། རྒྱ་མཚན་དག་ནི་
འགལ་བ་ཉིད། མེད་ན་འབྲུལ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། འགལ་འབྲས་ལ་ཡང་ཡུལ་དང་ནི། སྤུས་ལ་
སོགས་ལ་སྒྲོས་པར་འདོད། གཞན་དུ་འབྲུལ་འགྱུར་མི་གང་བ། སྐྱབ་པ་ལ་ནི་ཐལ་བ་
བཞིན། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྐྱེ་བར། རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ། རྟོན་གཞན་ལ་ནི་
མི་སྒྲོས་ཕྱིར། ཉེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད། རྒྱ་ཚོགས་པའི་འབྲས་བྱ་རྣམས་པ་
ནམས། འགྱུར་བ་དང་འབྲེལ་འབྲས་བྱ་ལ། མ་ངེས་པ་ནི་ཉི་དུ་ཡིན་ཏེ། གཤམས་བྱེད་པ་དག་
སྲིད་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་ཚོགས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལྷན་པའི། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་རོས་རྟོགས་པ། རྒྱ་
ཚོས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ། སྤུ་བས་བྱུང་གིང་འགྱུར་བ་བཞིན། རྣམས་པ་འཇུག་པ་མེད་པར་
ནི། རོ་མེད་དེ་ཉིད་གཞན་གྱི་རྒྱ། ཉེ་ལྟར་འདས་དུས་གཅིག་ནམས་རྟོགས། ཉེ་ནི་འབྲས་
བྱའི་རྟོགས་ལས་སྐྱེས། རྒྱ་མ་ཚོགས་པས་འབྲས་བྱ་ནི། རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་དེ། ལྷག་
མ་དང་ལྷན་རྣམས་མེད་ཕྱིར། ལྷན་ལས་འདོད་ཆགས་རྗེས་དཔོག་བཞིན། མི་མཐུན་སྒྲུགས་
ལ་མ་མཐོང་བ། ཅམ་གྱིས་འབྲས་སྐྱེ་མཐོང་བ་ལས། གཏུན་ཚོགས་ཤེས་པ་ཆད་ལྟར་
སྤང་། རྒྱ་ཚོགས་ལས་ཆགས་ཅན་ལ་སོགས་བཞིན། མི་མཐུན་སྒྲུགས་ལ་མ་མཐོང་བ། ཅམ་གྱིས་
འབྲུལ་པ་མེད་པ་མིན། འབྲུལ་པ་སྲིད་པ་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། སྐྱབ་པའི་འབྲས་ནི་ཚོས་པ་
བཞིན། གང་ཞིག་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས། རྟོག་པ་རབ་དུ་སྟོན་བྱེད་པ། ཉེ་ནི་ཐེ་ཚོམ་རྒྱ་
ཡིན་ཕྱིར། ཉེ་ལ་ལྷག་མ་ལྷན་ཞེས་བརྗོད། གཏུན་ཚོགས་ཀྱི་ནི་ཚུལ་གསུམ་ལའང་། ཉེ་ཡིས་
མ་གྲུབ་བརྒྱུ་དོན་དང་། འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་གཉེན་པོར་ནི། ཉེས་པ་བརྗོད་པར་མཛད་པ་
ཡིན། འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་གཉེན་པོར་ནི། མི་མཐུན་ཚོས་བརྗོད་གང་ཡིན་པ། གལ་ཏེ་མ་
མཐོང་འབྲས་ཅན་དེ། ཉེ་མ་སྒྲོས་ཀྱང་རྟོགས་པར་འགྱུར། མེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཚོགས་གིས་
ཀྱང་། ཉེ་མེད་ཁོ་ན་མིན་གལ་ཏེ། རྗེས་མེད་རིགས་དེ་བརྗོད་ན། ཉེ་ཚོ་མེད་ཅེས་བྱ་བར་
རྟོགས། གལ་ཏེ་མ་མཐོང་བས་རྟོག་འགྱུར། ཅི་སྟེ་ལྷག་ལྷན་འབྲུལ་ཅན་ཡིན། རྟོག་པ་ཅན་

ཡང་གཏན་ཚིགས་འགྱུར། །མ་གྲུབ་སྒྱུར་བ་བཟོད་བྱ་མིན། །བྱད་པར་རྣམ་པར་གཙོད་པ་
ཡི། །གཏན་ཚིགས་སུ་འགྱུར་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་ཅེ་ན། །དེ་ནི་མ
མཐོང་ལས་མེད་མིན། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གཞན་ལ་ཡང་། །ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་
སྟིང་། །མ་མཐོང་ཕྱིར་རིག་མཐོང་བ་ལ། །མི་ལྡན་འབྲུལ་པ་མེད་པ་ཅན། །ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་
བྱད་པར་ལས། །རྩིས་ལ་རྩས་པ་ཐ་དད་སྤང་། །དེ་ལ་གཅིག་མཐོང་གཞན་ལ་དེ། །ཡོད་པར་
ངེས་པ་རིགས་མ་ཡིན། །བདག་དང་ས་ལ་ཤེས་ཡོད་སོགས། །མེད་པར་རབ་སྒྲུབ་བྱེད་མིན་
པའི། །མ་དམིགས་གང་ཡིན་དེ་ཁོ་ན། །གཏན་ཚིགས་མེད་སྒྲུབ་ཡིན་ནམ་ཅི། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཙམ་
དང་འབྲེལ་བའི། །དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་དོ་བོ་ཉིད། །ཚྭ་པར་འགྱུར་བའམ་རྒྱ་ཡིས་ནི། །འབྲས་བུ་
འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ལྟ་མིན་ན་གཅིག་ལོག་པས། །ཇི་ལྟར་གཞན་ནི་ཚྭ་པར་
འགྱུར། །མི་ལ་རྟ་མི་བདོག་ཅས་ཏེ། །ཕྱགས་ཀྱང་བདོག་པ་མིན་ནམ་ཅི། །དེ་བཞིན་གཅིག་
གཅིག་ཉེ་བའི་ཕྱིར། །ཇི་ལྟར་གཞན་ནི་ཉེ་བར་འགྱུར། །མི་ལ་ཕྱགས་ནི་བདོག་ཅས་ཏེ། །དེ་
བཞིན་རྟ་ཡང་བདོག་གམ་ཅི། །དེ་ཕྱིར་ཚས་མི་མཐུན་དཔེ་ལ། །ངེས་པར་འདི་ལ་གཞི་མི་
འདོད། །དེ་དག་མེད་ནའང་དེ་མེད་ཅས། །བཟོད་པ་ལས་ཀྱང་དེ་རྟོགས་ཕྱིར། །དཔེ་ལ་དེ་ཡི་
དོ་བོ་དང་། །རྒྱ་དངོས་དེ་དག་མི་ཤེས་ལ། །སྟོན་ཏེ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ནི། །གཏན་ཚིགས་
འགའ་ཞིག་བཟོད་པར་ཟད། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྲེལ་ཤེས་ན། །གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་
སྒྲས་པས། །དོན་གྱིས་གོ་བས་ཅིག་ཤོས་ལ། །དུན་པ་ཡང་དག་སྟེ་བར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་རྒྱ་དང་
རང་བཞིན་དག་མེད་པས་འགའ་ཞིག་བསྒྲུབ་པའི་ཡང་། །གཏན་ཚིགས་ཡིན་ཏེ་དམིགས་
པར་ནི། །རིགས་ལྡན་དེ་མི་དམིགས་པ་ཡང་། །དེ་ལྟར་མི་དམིགས་འདི་རྣམ་གསུམ། །བཤད་
ཀྱང་རྣམ་པ་དུ་མ་སྟེ། །དེ་དང་དེ་འགལ་ལ་སོགས་པ། །མ་རྟོགས་རྟོགས་དབྱེའི་སྒྱུར་སྟོ་
ནས། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོའ་མ། །རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལས། །མེད་ན་མི་
འབྱུང་ངེས་པ་སྟེ། །མ་མཐོང་ལས་མིན་མཐོང་ལས་མིན། །གཞན་དུ་གཞན་ནག་གཞན་དག་
དང་། །ངེས་པར་ཡོད་པའི་ངེས་པ་གང་། །དོན་གཞན་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་ཚས། །ཡིན་ན་གོས་

ལ་ཚཱ་བཞིན་ནོ། ཚཱ་དོན་གཞན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཅན། ཡིན་པར་གྱུར་ན་དེ་བཞིན་
ཉིད། བྱིས་འབྱུང་བྱིར་ན་རྒྱ་ཉིད་མིན། འབྲས་བུ་ན་ཡང་ག་ལ་ངེས། མེ་ཡི་འབྲས་བུ་དུ་བ་
སྟེ། འབྲས་བུས་ཚཱ་གྱི་རྗེས་འཇུག་བྱིར། རྡོ་མེད་པར་ནི་དེ་ཡོད་ན། རྒྱ་དང་ལྷན་པ་ལས་
འདས་འགྱུར། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོན་བྱིར། ཏྲག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། དངོས་
པོ་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་ཞིང་། འབྱུང་བ་སྟོན་པ་ལས་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱིན་སྟེ་བའི་
མེའི། རང་བཞིན་ཡིན་དེ་ཉིད་མེ། འོན་ཏེ་དེ་མེའི་རང་བཞིན་མིན། རྗེ་ལྷར་དེ་ལས་དུ་བ་
འབྱུང་། ཏུ་བའི་རྒྱ་ཡིན་རང་བཞིན་མེ། རྡོ་ཡི་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ལྷན། ཏུ་བ་དུ་བའི་རྒྱ་མིན་
ལས། འབྱུང་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་འགྱུར། རྗེས་སུ་འགོ་དང་ཚྭ་པ་ལས། གང་ཞིག་གང་གི་རྗེས་
འགོར་མཐོང་། རྡོ་ཡི་རང་བཞིན་དེ་རྒྱ་ཅན། རྡོ་བྱིར་མི་མཐུན་ལས་མི་འབྱུང་། བསྐྱུ་བའི་
ཚོགས་སུ་བཅད་པའོ། ། རང་བཞིན་ལ་ཡང་མེད་མི་འབྱུང་། ཡོད་པ་ཅམ་དང་འབྲེལ་
བ་ཡིན། རྡོ་མེད་ན་ནི་ཡོད་པའི་བདག་མེད་འགྱུར་ཐ་དད་མེད་བྱིར་རོ། གང་བྱིར་དངོས་
ཀྱན་རང་བཞིན་གྱིས། རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་བྱིར། མཐུན་དངོས་གཞན་གྱི་དངོས་དག་
ལས། ཚྭ་པ་ལ་ནི་བརྟེན་པ་ཅན། རྡོ་བྱིར་གང་དང་གང་ལས་དོན། ཚྭ་པ་དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་
གྱི། རིགས་དབྱེ་དེ་ཡི་བྱུང་པར་གྱིས། རྟོགས་འགྱུར་བ་དག་རབ་ཏུ་བྱེད། རྡོ་བྱིར་བྱུང་པར་
གང་ཞིག་ཚཱ། གང་གིས་གོ་བར་འགྱུར་བ་དེ། རྡོ་ལས་གཞན་གྱིས་རྒྱས་མ་ཡིན། རྡོས་ན་ཐ་
དད་རྣམ་པར་གནས། རྡོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག་བདག་ཉིད་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་
ལ། ཚད་མ་རྣམས་གྱིས་བརྟག་བྱ་གང་། མ་མཐོང་ཆག་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། གཟུགས་ཚཱ་
མཐུན་པ་མཐོང་བ་ལས། ཉ་བྱིས་ལ་དདུལ་རྣམ་པ་ལྟར། གལ་ཏེ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་
གྱིས། ཡོན་ཏན་གཞན་སྟོར་མི་བྱེད་ན། རྡོ་བྱིར་དངོས་པོ་མཐོང་བ་ཡིས། ཡོན་ཏན་མཐའ་
དག་མཐོང་བ་ཉིད། འབྲུལ་པས་ངེས་པར་མི་བྱེད་པས། སྐྱབ་པ་རབ་ཏུ་འཇུག་པ་
ཡིན། བསྐྱུ་བའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཀྱང་དངོས། འཛིན་ན་ཚཱ་གཅིག་ངེས་གྱུར་པས། ཚཱ་གྱི་ན་

འཛིན་ཏེ་སེལ་བ་ལ། །ཉེས་པ་འདི་ནི་ཐལ་མེ་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རྟགས་སེལ་བའི། །ཡུལ་
ཅན་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་བསྐྱགས། །གཞན་དུ་ཚོས་ཅན་གྲུབ་གྱུར་ན། །དེ་ལས་མ་གྲུབ་གཞན་ཅི་
ཡོད། །མཐོང་བ་འགའ་ལའང་ཤེས་པ་གང་། །སྤྱི་ཡི་དོན་ཅན་རྣམ་རྟོག་པ། །གཞན་གྱི་ཆ་སྟོ་
མ་བརྟགས་པ། །དེ་ཙམ་སེལ་བའི་ སྟོད་ཡུལ་ཅན། །ངེས་པ་དང་ནི་སྟོ་འདོགས་ཡིད། །གཞོད་
བྱ་གཞོད་བྱེད་ངོ་བོའི་ཕྱིར། །འདི་ནི་སྟོ་འདོགས་དབེན་པ་ལ། །འཇུག་ཅེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་
ཡིན། །ཆ་ཤས་སྟོ་འདོགས་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་བསལ་ཕྱིར་ན་ངེས་པ་དང་། །སྐྱ་ཡང་དེ་སྟེད་ཁོ་ན་
དེས། །དེ་དག་སྟོད་ཡུལ་ཐ་དད་ཅན། །གཞན་དུ་དངོས་པོ་གཅི །ག་ཕུ་པ། །སྐྱའམ་སྟོ་གཅིག་
གིས་བྱབ་ན། །གཞན་ཡུལ་མ་ཡིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །རྣམ་གངས་པ་ནི་ཉིད་དུ་འགྱུར། །གང་གི་ལྟར་
ན་སྟོས་བྱད་པར། །སྟོ་ཚོགས་ཅན་དོན་ཐ་དད་འཛིན། །བྱད་པར་སྟོ་ཚོགས་ལ་པན་
པའི། །ཡན་ལག་རྒྱས་ལས་དབྱེར་མེད་པའི། །བདག་ཉིད་བདག་ཉིད་ཀྱན་བབྱང་ན། །པན་
བྱའི་བྱེ་བྲག་གང་མ་ངེས། །དེ་དག་བདག་ཉིད་ལ་འབྲེལ་ཕྱིར། །གཅིག་ཤེས་ན་ནི་གཉིས་ཀ་
བབྱང་། །ཚོས་པན་རྒྱས་རྣམས་ཐ་དད་ན། །དེ་དག་དེའི་ཅི་ཡིན་གལ་ཏེ། །དེ་ཡིས་དེ་དག་ལ་
པན་མེད། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། །གཅིག་ལ་པན་བྱེད་བབྱང་ན་ནི། །དེ་ལ་མཐོང་ན་
མ་མཐོང་བ། །པན་པ་གཞན་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་བབྱང་ན་ནི་ཐམས་ཅ །ད་བབྱང་། །གལ་ཏེ་
འབྲུལ་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། །བབྱང་བ་ལ་ཡང་གཞན་འདོད་ན། །དེ་ནི་རྣམ་གཅོད་ཡུལ་ཅན་
གྲུབ། །དེ་ལས་གཞན་པའང་དེ་དང་འདྲ། །སྟོ་འདོགས་མེད་པའི་ཡུལ་ལ་ནི། །འཇུག་ཕྱིར་
གཞན་ཡང་ངོ་བོ་གང་། །ངེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་ངེས་པ། །དེ་ནི་ཇི་ལྟར་དེ་ཡུལ་ཡིན། །བྱད་
པར་ཆ་ཤས་རྣམ་སྤངས་པ། །མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་བབྱང་བ་ལའང་། །བྱད་པར་གང་ལ་རྟོགས་
པ་ཡི། །རྟེན་ཡོད་དེ་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །དེ་ལའང་གཞན་ལས་ལྗོག་པ་དང་། །གཞན་ལས་
ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བའི། །སྐྱ་དང་ངེས་པ་ཉིད་དག་ནི། །བད་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན། །གཉིས་
ཀས་གཅིག་གཅིག་བརྗོད་མོད་ཀྱི། །བརྗོད་བྱའི་གཞན་གྱི་བྱད་པར་ །གྱིས། །རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་
འབྱེད་པ་ཡིས། །ཐ་དད་དོན་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱེད། །བྱད་པར་གཞན་ནི་སྟོང་བ་དང་། །མི་

སྤང་བ་དག་དེ་གཉིས་ཀྱི། བརྒྱ་ཡི་བྱེ་བྱག་རྟོགས་པ་པོའི། འདོད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་
 གཞི། ཀྱུན་ལ་རྩམ་དང་དངོས་བརྟུན་པའི། སྦྲུལ་བྱུང་པར་འདི་ཉིད་དོ། ཇི་ཕྱིར་དེ་དག་
 བརྟུན་བྱ་ལ། བྱུང་པར་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། འོན་ཏེ་ཤེས་པར་བྱེད་འདོད་པས། ཇི་ལ་
 ཕན་པའམ་བྱེད་ལུན་ནམ། གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་བརྟུན་ཀྱང་རུང་། ཇི་ལས་བྱུང་པར་གཞན་
 མེད་དོ། ཇི་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡུལ་ལ་ནི། ཇི་ལུན་ཕྱོགས་ལ་བརྟུན་པ་བསལ། རིགས་དང་དེ་
 དང་ལུན་པ་དག། བྱེད་ཉིད་ན་ཉིས་པར་འགྱུར། གང་དག་གི་ཆོག་དངོས་པོའི་
 དབང་། ལྟར་བརྟུན་བརྟུན་འདོད་མི་བརྟུན་པ། ཇི་དག་ལ་ནི་རྒྱུག་པ་དང་། ཆོགས་དབྱེ་ལ་
 སོགས་ལྟར་ཀ་རིགས། བྱེ་རོལ་དོན་ལ་མི་སྟོས་པའི། ཆོག་གང་སྦྲུལ་པོས་རི་ལྟ་བུར། རྟེན་བྱེད་
 ཉིད་དུ་ངེས་བྱེད་པ། ཇི་དེ་བཞིན་དུ་རྟེན་བྱེད་ཡིན། བཅུན་མོ་རྣམས་གོང་རྒྱུག་ལ་
 སོགས། བྱེད་དང་དངོས་མེན་བཞག་པའམ། རྣམ་མཁའི་རང་བཞིན་མཁའ་ཉིད་ཅེས། བྱ་བ་
 འདི་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། བྱེད་དང་དངོས་རྣམས་ལ་བརྟུན་ནས། འོན་གཅིག་དུ་ནི་སྤང་བའི་
 སྒོ། གང་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིས། གཞན་གྱི་ངོ་བོ་སྦྱིབ་བྱེད་པ། སྦྱིབ་བྱེད་ངེས་བདག་མ་དང་
 ཀྱང་། བྱེད་པ་ཉིད་བསྦྱིབས་པ་ཡིས། ཇི་དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་འགའ་ཞིག་གིས། བྱེད་མེན་
 པ་ལྟ་བུར་སྤང་། ཇི་ལ་བསམ་པའི་དབང་གིས་ན། སྦྱེ་ཡོད་པར་ནི་རབ་དུ་བསྒྲགས། ཇི་
 ཡིས་རི་ལྟར་ཀྱུན་བརྟགས་པ། ཇི་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་མེད། གསལ་བ་རྣམས་ནི་རྗེས་མི་
 འགྲོ། རྗེས་འགྲོ་གཞན་ནི་སྤང་བ་མེད། ཤེས་ལས་མ་དང་མ་ཡིན་པ། རི་ལྟར་དོན་གཞན་ན་
 འབྲང་བར་འགྱུར། ཇིས་ན་དོན་ལ་བདག་གཅིག་དུ། འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་འདི་ལོག་
 པ། མིང་དོན་གང་ལུན་ཕན་ཚུན་དུ། བྱེད་འདི་ཡི་ས་བོན་ཡིན། གཅིག་རྟོགས་དོན་ཤེས་
 ལ་སོགས་པ། འོན་གཅིག་སྦྱབ་ལ་འགའ་ཞིག་ནི། བྱེད་ཡིན་ཡང་རྣམ་བཞིན་གྱིས། ཇིས་
 ཏེ་དབང་བོ་ལ་སོགས་བཞིན། ཇི་པོར་སྦྱན་ཁ་ཅིག་མ་དང་ཀྱང་། ལྟན་ཅིག་པའམ་སོ་སོ་
 ཡིས། རིམས་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱེད་པར། མཐོང་གི་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་བཞིན། བྱུང་པར་
 མེད་ཕྱིར་སྦྱིས་མ་ཡིན། ཇི་དག་ཞིང་སོགས་མ་དང་ཀྱང་། བྱུང་པར་མེད་པར་ཐལ་འགྱུར་

ཕྱིར། བརྟན་པས་ཕན་འདོགས་མེད་ཕྱིར་ཡང་། རང་བཞིན་དེ་འཛིན་ནམ་རྟོག་སྒོ། འོན་
མེད་ཀྱང་དེ་དོན་ཅན་འདྲ། འདི་ཡི་འབྲས་ཅན་མིན་དོན་ལས། ར་དད་མཐར་ཐུག་སྐྱེ་བ་
གང་། འདི་ལ་ངོ་བོ་ཕྱི་རོལ་དང་། གཅིག་ལྟ་གཞན་ལས་ལོག་ལྟ་བུར། ལྷང་བ་གང་ཡིན་
བརྟག་པ་ཡི། ཡན་ལག་མེད་ཕྱིར་དེ་ཉིད་མིན། ཤེས་ལ་ཡོད་པའི་དོན་དེ་ནམས། འདི་ལྟར་
ཚྭ་པའི་ངོ་བོ་ཅན། འདི་ན་མ་དད་མིན་ལྟ་བུར། འདི་ ཉིད་གཞན་ལས་ལོག་པར་
ཡང་། ལྷང་སྟེ་དེ་ལ་སྤྱི་དང་ནི། གཞི་མཐུན་སྒྱུད་ཡུལ་ཅན་དག་གི། ཤེས་པ་དང་ནི་བཟོད་
བ་ཡིས། ར་སྒྲུབ་མོར་དོན་ཅན་རྒྱས་བྱེད། འདོན་པོ་ནམས་ཀྱི་དེ་ཀྱན་ཡང་། བན་ཚུན་མེད་
ལ་བརྟེན་པ་སྟེ། འདི་ན་གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་དང་། གང་ལ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཡོད་
པ། འདོན་པོ་རྟེ ད་པའི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། རྗེས་དཔག་ཇི་སྐད་བཤད་ཇི་བཞིན། འབྲུལ་པར་
འདྲ་ཡང་གཞན་ལས་མིན། མར་མའི་འོད་ལས་མོར་བུར་བཞིན། འདི་ལ་དུ་མའང་འབྲས་
གཅིག་ཅན། འདི་འབྲས་ཅན་མིན་གཞན་རྟེན་ཅན། བཟོད་དང་ཤེས་པས་གཅིག་ཉིད་དུ། ར་
སྒྲུབ་རབ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད། འདི་བཞིན་གཅིག་ཀྱང་དུ་མ་བྱེད། འདི་ དངོས་ཡོངས་སུ་བསྟན་
པའི་ཕྱིར། འདི་འབྲས་ཅན་མིན་དོན་ལས་ནི། ར་དད་པས་ཆོས་སྒྲ་ཆོགས་ཤེས། སྒྲ་དོན་འདི་
དང་གཞི་མཐུན་ཉིད། ཡོད་པ་མིན་ཡང་ཇི་ལྟ་བུར། བྲགས་པ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་
སྟེ། འདོན་ལ་འདི་ནི་མི་སྤྱི་དོ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ནམ་གཞག་དང་། ར་དད་མ་དད་
མིན་ཅི་འདྲ། འདི་ཉིད་དོན་ནི་མ་བརྟགས་པར། འཇིག་རྟེན་ཇི་ལྟར་བྲགས་དེ་ལ། འདི་བཞིན་
ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ནི། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཀྱན་གཞག་པ། འཇམ་པའི་དོན་ལ་འཇུག་བྱའི་
ཕྱིར། མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། འཇམ་པའི་དོན་གྱི་དོན་ནམས་ནི། རང་གིས་འདྲེ་
དང་མ་དད་མེད། འདི་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་པ་དང་། སུ་མ་སྒོ་ཡིས་བསྐྱད་ བ་ཡིན། འདི་སྤྱི་བྱང་
པར་ཞེས་བྱ་བའི། བྱེ་བྲག་འདི་ནི་སྒོ་དོན་ལ། འདི་ཉིད་ལ་གཞན་ལས་ཚྭ་པས། ཆོས་ཀྱི་བྱེ་
བྲག་རབ་དུ་བརྟག། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་རྟོག་པ་ལ། འདོན་པོ་མཐོང་བ་ཉམས་པའི་
ཕྱིར། བྱང་པར་སྤྱི་དང་འདྲེས་པ་འདིར། རང་གི་མཚན་ཉིད་གཟུང་བྱ་མིན། འདི་ནི་སྤྱི་དང་

ཁྱད་པར་གྱི། རྣམ་སྟགས་ཅིར་ཡང་གཟུང་བྱ་མིན། བྱི་བྱག་ཁྱད་པར་མང་པོ་རྣམས། རྟེན་གཅིག་ལ་ནི་མི་རུང་བྱིས། རྟེན་ཡི་ངོ་བོ་ཀུན་ལས་ལོག་ཤིང་དེ་བཞིན་རྟོགས་བྱེད་པའི། སྒྲ་ཡོད་མ་ཡིན་རྟོག་པ་ཡང་སྤྱི་ཉིད་དུ་ནི་འཇུག་བྱུང་རོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པའོ། སྒྲ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བདེ་ར་བཏགས་སྟོན། རྟེན་ནི་ཐ་སྙད་ཆེད་དུ་བྱས། རྟེན་ཆོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་མེད། རྟེན་ན་དེ་ལ་བདེར་མ་ཡིན། ཅི་ནས་སྤྱིས་བྱ་དོན་བྱེད་པར། རྟེན་པ་ཤེས་ནས་དེ་བསྐྱུ་བ་བྱིས། འཇུག་པར་འགྱུར་ཞེས་དོན་རྣམས་ལ། རྟོན་པར་བྱེད་པ་སྦྱར་བར་བྱེད། རྟེན་ལ་རིགས་དོན་བྱེད་རུང་མིན། རྟེན་ལ་རྟེན་པ་དེ་ཡང་ནི། ཅི་བྱིར་དངོས་སུ་སྦྱར་མི་བྱེད། གལ་ཏེ་མཐའ་ཡས་བྱིར་འདི་མཚུངས། རྟེན་བྱེད་དེ་བྱེད་མ་ཡིན་ལས། ལོག་པར་མཚུངས་ལ་ཅིས་མ་བྱས། རྟེན་ལ་ཉེས་མཚུངས་བྱིར་ཞེ་ན། སྒྲ་སྟེ་རིགས་གཞན་མི་དགོས་སོ། རྟེན་ལས་གཞན་པ་ཡོངས་སྤངས་ནས། འཇུག་འགྱུར་ཞེས་ཀྱང་སྒྲ་བརྟེན་དེ། རྟེན་ཡིས་དེ་དག་རྣམས་ལས་འདི། མི་གཅོད་ན་ནི་དེ་ཇི་ལྟར། གལ་ཏེ་འདི་ལ་རྣམ་གཅོད་ཡོད། སྒྲ་རྣམས་དགོས་པ་དེ་ཅུ་དུ། ཟུང་པ་མིན་ནས་བྱེད་ལ་དེར། སྤྱི་གཞན་གྱིས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། གསལ་བ་རྣམས་ནི་ཐ་དད་ཀྱང་། བྱ་བ་དེ་དང་བྱེད་པའི། རྟོན་རྣམས་མཐོང་ནས་གཞན་མཐོང་ཡང་། རྟེན་ལས་གཞན་དང་བལ་བ་ཡི། དུལ་ཅ ན་གྱི་ནི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱིས། ལྟན་ཅིག་སྦྱར་ནས་ངོ་ཤེས་བྱེད། གཞན་གྱི་ལྟར་ནའང་སྟོན་དེ་ནི། སྤྱི་ནི་འབའ་ཞིག་ཉིད་ལས་མིན། ལྟག་དུ་དེ་ཅུ་རྣམ་ཤེས་ན། གསལ་བ་མི་ཤེས་ཐལ་འགྱུར་བྱིས། རྟེན་ཡི་ཆོ་ན་ནས་ཡང་ནི། རྟེན་ལ་ཉེས་པ་མ་བཟུང་བྱིས། རྟེན་དང་ལྟན་ངེས་མི་འགྱུར་བས། རྟེན་ལ་ཇི་ལྟར་ཐ་སྙད་འདོགས། གལ་ཏེ་དངོས་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་པའི། གསལ་རྣམས་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཞེ་ན། རྟོན་པོ་གཅིག་ངེས་དེ་རྣམས་ཀྱི། ཐ་དད་པ་ཉིད་སེལ་ཏམ་ཅི། ཐ་དད་བྱིར་ཡང་དེ་རྣམས་ལ། གཅིག་གི་རྣམ་ཤེས་རྒྱར་མི་འདོད། གལ་ཏེ་དུ་མའང་གཅིག་སྟོན་ནས། ཐ་དད་མིན་སྟོན་ཅེ་ན། རྟེན་དག་སོ་སོ་མེད་པར་ཡང་། རྟེན་གཅིག་གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་བྱ་བའི། སྟོན་ལ་དེ་རྣམས་རྟེན་མེད་བྱིས། སྟོན་ཡིས་འཛིན་པ་མེད་པ་ཡིན། སྟོན་སྟགས་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་

ལ། ཁུས་པ་སོ་སོར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། རྩོམ་ལའང་རུས་གྲུབ་གསལ་བ་ལ། རི་ལྷར་ཡང་ནི་
དེ་ལྷར་མིན། གཤམ་ཏེ་དེ་དག་གང་རུང་ལ། རྩོས་ནས་དེས་རུས་འབའ་ཞིག་མིན། དེ་དག་
དེ་གཅིག་ལ་ཕན་ན། རི་ལྷར་སློ་གཅིག་ཉིད་ལ་མིན། འདི་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུར་
འགྱུར། ཤན་འདོགས་གང་ཡིན་སྟེང་བ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཐ་དད་མིན་སྣང་སྟོ། ཐ་དད་རྣམས་
ལ་མི་འདོད་ན། རྩོ་ཡི་སྣང་བ་ཐ་དད་དེ། དེ་དག་མཚུངས་ཞེས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། གཤམ་ཏེ་དེ་
དག་མཚུངས་ན་ནི། རི་ལྷར་ཐ་དད་སྟོས་གཟུང་བྱ། འབྲས་བུ་གཅིག་འདྲ་དེ་དག་གི།
འབྲས་སྟོ་དེ་ཡང་ཐ་དད་དོ། ཞེ་ན་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་སྟེང་ཕྱིར། རྩོ་ནི་ཐ་དད་མེད་པ་
ཡིས། རྩོ་གཅིག་སྟེ་ཡིད་དངོས་པོ་ཡིས། གསལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཐ་མི་དད། དེ་ཡང་དེ་འབྲས་
ཅན་མིན་བྲལ། དེ་ལས་གཞན་པ་རྗེས་འགོ་བའི། དངོས་མ་མཐོང་ཕྱིར་བཀག་ཕྱིར་
ཡང་། བར་ནི་དེ་རིག་དོན་ཅན་ཡིན། དེ་བྱེད་མིན་ལ་དེ་བྱེད་དང་། འདྲ་བའི་ངོ་བོར་སྣང་
བ་ཅན། དངོས་པོ་ཐ་དད་དངོས་ཅན་གྱི། ས་བོན་ཅན་དོན་མེད་པའི་སྟོ། རྟེང་པར་བྱེད་
པའང་དེ་མི་བྱེད། ཡོངས་སྤངས་ཡན་ལག་ངོ་བོའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་ཐ་དད་རྟོན་ཅན་
ཕྱིར། དོན་ལ་མི་སྟེ་ཡོད་པར་འདོད། དེ་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་ཏེ། དེ་བྱེད་བརྟོན་པའི་
ངོ་བོའི་ཕྱིར། ཤིང་མ་ཡིན་ལས་སྟོག་པ་ཡིས། ཤིང་དོན་འཛིན་ན་གཉིས་པོ་དག་ཤན་ཚུན་
བརྟོན་པས་གཅིག་འཛིན་པ། མེད་ན་གཉིས་ཀ་མི་འཛིན་འགྱུར། དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་བརྟན་
བཟགས་པ། མི་སྟེང་དོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་སྟེ། དེ་དག་གི་ནི་བརྟན་ར་འདོགས་ལ། ཤིང་མིན་རྣམ་
པར་གཅོད་དམ་མིན། གཤམ་ཏེ་རྣམ་གཅོད་ཤིང་གི་དོན། འཛིན་པ་མེད་ན་རི་ལྷར་
ཤེས། བར་ལས་དེ་དག་མི་སེལ་ན། ཐ་སྟངས་འདོགས་པར་བྱེད་པ་རྣམས། དེ་ཡོངས་སྤངས་
ནས་འཇུག་པར་ནི། མི་འགྱུར་ཤིང་གི་བྱེད་པར་བཞིན། གཤམ་ཏེ་གཞན་བཀག་མི་སྟེ་
པར། མདུན་གནས་གཅིག་གཅིག་རབ་བསྟན་ནས། འདི་ཤིང་ཡིན་ཞེས་བརྟན་ལ། ཐ་
སྟངས་འདོགས་པའི་ཆོ་ན་ཡང་། དེ་རྟོགས་འགྱུར་ལ་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཉེས་པ་འདི་ནི་མེད་སྟམ་
ན། འདི་ཡང་ཤིང་ཡིན་འདི་ཁོ་ན། ཞེས་བྱའི་ཐལ་བ་སྟོག་པ་མེད། གཅིག་རྟོགས་ཞེས་བྱའི་

[illegible]

མིན་སྒྲུང་རུང་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པས་ངས་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་གྱི། །སྒྲི་
རྒྱུ་མས་དང་ནི་སྒྲོ་ཉིད་ཀྱང་། །སྒྲི་ཡི་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྟན་ཏེ། །དངོས་ལ་དེ་དག་མི་སྤྱིད་
ཕྱིར། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ཕྱིར། །དོ་བོ་ཐ་དད་སྒོ་གང་ལས། །གཅིག་ནི་རྗེས་སུ་འགོ་
ཐོག་གི། །དོན་གཅིག་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན། །ཐ་དད་ཐུར་ན་དབྱེར་མེད་པའི། །ཐ་སྒྲུང་དག་
ཀྱང་རྒྱ་མེད་འགྱུར། །ཐོག་པ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ཐལ་འགྱུར་ཉེས་པ་དེ་དག་མེད། །དེ་ཡི་
འབྲས་བུ་ཡོངས་བསྟན་ཕྱིར། །ཐ་དད་འབྲས་བུ་གཅིག་དག་ལ། །ཤར་པོས་སྒྲི་གཅིག་བརྒྱ་
བྱས་པ། །དེ་ཡི་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཅན། །ཐོག་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཅན་ཡིན། །ཐ་དད་པ་དག་བསྟན་པ་
ནི། །དཀའ་དང་མི་རྣམས་འབྲས་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་ལ་མིན་དངོས་པོ་ཀུན། །རང་རང་ངོ་བོ་
ལ་གནས་ཕྱིར། །ཐ་བོ་ཡི་ནི་ངོ་བོ་གང་། །དེ་ནི་སེར་སྒྲི་ལ་ཡོད་མིན། །དེ་འབྲས་ཡིན་མིན་
ལས་བསྒྲིག་པ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མིན། །དོན་ལ་ཐ་དད་མེད་ བར་ཡང་། །སྒྲི་ཡི་ཐ་
དད་མི་རིགས་སོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་འབྲས་འདོད་ན་ཡང་། །དེ་འབྲས་མེད་ལས་ཐ་དད་
ཉིད། །དཔེར་ན་མིག་ལ་སོགས་པས་གཟུགས། །རྣམ་ཤེས་གཅིག་གི་འབྲས་བུ་ཅན། །གང་ཕྱིར་
ཁྱད་པར་མེད་འབྲས་དེ། །སྒོན་པ་དག་ནི་སྤྱིད་པར་འགྱུར། །འགའ་ཞིག་ཅིག་ཅར་ཀུན་
རྟོགས་ཕྱིར། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་སྒྲི་ལས་ ནི། །ཐ་དད་མེད་དུ་ཟེན་ན་ཡང་། །བརྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་སྒྲུང་
པར་བྱ། །གལ་ཏེ་གཅིག་གནས་པ་ཡི་ཕྱིར། །མང་པོ་དག་ལའང་མཉམ་པ་གཅིག་གནས་པ་
རྟེན་རྣམས་གསལ་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་དེ་ལ་མི་རིགས་སོ། །རྟོགས་ལ་པན་འདོགས་མེད་པའི་
ཕྱིར། །རྟེན་མེན་རྒྱུང་བའི་ཚུལ་ཅན་གྱི། །བྱ་བྱག་སོགས་ལའང་དེ་ཡི་ཡུལ། །སྤྱོད་པ་ འཁར་
གཞོང་སོགས་པས་རྣམས། །དེ་ཡང་དེ་ལ་མི་སྤྱིད་དོ། །དེ་མེད་ན་ཡང་གནས་པའི་ཕྱིར། །གནས་
མིན་དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་པ་ཡི། །རྣམ་པར་དཔྱོད་པས་མི་རིགས་
ཉིད། །བདག་ལ་རྣམ་ཤེས་སྤྱོད་རུང་བའི། །དོན་དུ་གཞན་གྱི་ངོར་བྱེད་གང་། །གསལ་བྱ་ཡིན་
ལ་རུང་ཉིད་གྱི། །བྱེད་པ་པོ་ཡང་རྒྱ་རུ་འདོད། །འདི་ནི་སྤྱི་ནས་རུང་ཉིད་ན། །དེ་ལ་སྒྲོས་པ་མི་
རུང་སྟེ། །འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི། །སྤྱི་ཕན་པ་ལས་གང་ལས་ཡིན། །མིག་སྟེན་སོགས་

བཞིན་གསལ་བ་ལས། དབང་པོར་འདུ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཡོད་མེད་དུས་དག་
ལ། རྟོགས་པ་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་རོ། རིགས་རྣམས་ཀྱི་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །གལ་ཏེ་རིགས་
དང་ལྡན་འདོད་ན། སྟོན་མེ་ལ་སོགས་གསལ་བྱེད་ནི། ཁ་ལང་ཉིད་སོགས་དེ་ལྡན་
འཛོལ། གང་དག་རིགས་ནི་གསལ་བ་ལས། གཞན་ནམ་གཞན་མིན་ཡོད་ཉིད་དེའི། སྟོན་
མེད་གསལ་བ་རྣམས་ལ་ནི། སྤྱི་ཡི་སྟོ་གོས་ཇི་ལྟར་ཡིན། གཅིག་ལ་ཡོད་པ་མཐོང་བ་
ནི། གཞན་ལ་མཐོང་བ་མི་སྤྲོད་ཕྱིར། གཞན་ན་ཉིད་མིན་ན་རྗེས་འགོ་མེད། གཞན་ཉིད་ན་
ཡང་རྟོན་མིན་ཕྱིར། མི་འགོ་དེ་ན་ཡོད་པའང་མིན། བྱིས་ཡོད་ཆ་དང་ལྡན་པའང་
མིན། རྟོན་ལྡན་མ་ནི་ཡོངས་མི་འདོད། གྲེ་མ་པོངས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། གཞན་ལ་གནས་པར་
འགྱུར་པ་ནི། རང་གི་གནས་ལས་མི་གཡོ་ཞིང་། དེ་ལས་གནས་གཞན་སྟེ་བ་ལ། གནས་ན་
ཤིན་ཏུ་རིགས་པར་ལྡན། གང་ན་དངོས་དེ་གནས་གྱུར་པ། དེར་ནི་འབྲེལ་པའང་མ་ཡིན་
ལ། དེ་དག་ཡུལ་ཅན་ལ་བྱབ་པ། ཅིག་དེ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེ། གལ་ཏེ་ཀུན་ན་རིགས་ཡོད་
ན། གཅིག་ཏུ་གསལ་བས་དེ་གསལ་ཉིད། ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་ཀུན་དུ་མཐོང་། དེ་ཡང་གསལ་
བ་ལ་སྟོས་མིན། གསལ་བྱེད་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ན། གསལ་བྱེད་ཡང་དག་རྟོགས་པ་མིན། སྤྱི་
དང་དེ་དང་ལྡན་པ་དག་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་བསྟོག་པར་འདོད། ཐ་དད་མེད་དོན་མེད་པར་
ཡང་། འཆོད་པ་པོ་སོགས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཐ་དད་ཕྱིར་ན་ལས་རྒྱ་མིན། འདི་ཡི་རིགས་མིན་
ལས་འབྲེལ་ཕྱིར། མཉན་པ་གཞན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཕྱིར། ལས་ཀྱང་གནས་པ་ཡོད་མ་
ཡིན། འབྲེལ་བ་མེད་ཕྱིར་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་སྤྱི་ཡིན་མི་རིགས་མིན་པ་མིན། ཏྲ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་ལས་
མེད་ནའང་། ཤེས་རྫོད་དག་གི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་ཅན་མིན་ཐོབ་ཕྱིར་རོ། རྗེས་འགོ་མེད་
ཕྱིར་རྣམས་པའང་མིན། གལ་ཏེ་འཆོད་པོ་ཉིད་སོགས་སྤྱི། དང་པོ་ཉིད་དུ་དེ་ཡོད་
སོགས། བཞིན་དུ་གསལ་འགྱུར་མིན་ན་ནི། བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་ཕྱིས་མི་འགྱུར། བྱ་བས་པན་
འདོགས་སྟོས་གསལ་བྱེད། ཡིན་ན་འགྱུར་མེད་སྟོས་པ་མེད། འདི་ནི་ཕུལ་བྱང་ཡོད་ན་
ཡང་། སྐད་ཅིག་ཉིད་ཕྱིར་བྱ་གང་ལས། ཐ་དད་མཚུངས་པ་ཡིན་ན་རིགས། ཉེ་བ་གང་

འགའ་ཞིག་ལ། རབ་འཇུག་གཞན་ལ་མེན་དེ་ཉིད། སྒྲ་དང་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་
ཚྭ་པ་སྤངས་པ་ཡིས། དངོས་པོའི་རྗེས་འགོ་གཞན་མེད་ན། གཅིག་གི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱི་
ར་མིན། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་ཕྱིར་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་གཅིག་པ་ཡིས། ཏུ་མ་འབྲས་བུ་
གཅིག་བྱེད་ན། བདག་ཉིད་གཅིག་ལའང་དེ་ཡོད་ཕྱིར། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡོད་མེད་
འགྱུར། ཐ་དད་མེད་པའི་ངོ་བོ་དེ། མི་འགོ་བྱད་པར་ རྣམ་ངེས་བྲལ། གཅིག་དང་བྲལ་ན་
འབྲས་མེད་ཕྱིར། བྱེ་བྲག་རྣམས་ལས་དེ་དག་འབྱུང་། དོན་བྱེད་རྣམས་པ་གང་ཡིན་པ། དེ་
ཉིད་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེས་འགོ་མེད་གང་ཞིག་རྗེས་འགོ་དེ་ལས་འབྲས་མི་
འབྱུང་། དེ་ན་བདག་ཉིད་ཐ་དད་ཀྱང་། འགའ་ཞིག་རྒྱ་ཡིན་གཞན་པ་མིན། རང་བཞིན་
འདི་ཡིན་ཐ་དད་པ། མེད་ན་ཅིག་ཅར་སྟེ་འཇིག་འགྱུར། དེ་ལས་ཐ་དད་པས་དེ་ལྟར། མི་
འགྱུར་ཞེ་ན་གཅིག་འཇིག་ཆོ། བདག་གནས་ན་ནི་དེ་ཡི་མིན། དེས་ན་སྟེ་བྱད་སྒྲོར་མི་
འགྱུར། ཚྭ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཕྱིར། གནས་དང་མི་གནས་རྟོག་པ་མིན། སྟེ་ཡི་སྒྲོ་ཡང་
བསྐྱད་པ་ཡིན། དེ་ཕྱིར་སུན་དབྱུང་བ་ཡང་ མེད། དེ་ཡི་སྟེད་བྱེད་ངོ་བོ་གང་། དེ་ལས་
གཞན་པས་རི་ལྟར་སྟེད། ཐ་དད་བྱད་པར་ཉིད་སྟེད་བྱེད། དེ་ལ་ཐ་དད་མིན་པའང་
ཡོད། ཅེ་ན་ངེས་དེ་སྟེད་མིན་བཟོད། སྤང་བའང་གཞན་ལ་མི་བརྟེན་པས། ཐ་དད་བྱེད་
ཡིན་དེ་ཉིད་དོན། དེ་ནི་གཞན་ལས་ལྷག་པ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་བཤད། དེ་ ནི་
རང་གི་མཆན་ཉིད་འདོད། དེ་ནི་སྤང་དོར་འབྲས་ཅན་པས། སྟེས་བུ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པ་
ཡིན། རི་ལྟར་ཐ་དད་མེད་བྱད་མེད། ར་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀུན་སྒྲུབ་མིན། དེ་བཞིན་ཐ་དད་
བྱད་མེད་ནའང་། ཐམས་ཅད་ཀུན་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་མིན། ཐ་དད་ན་ཡང་དངོས་པོ་ཡི། ཆོས་
ཉིད་ཀྱིས་འགའ་བྱེད་པོར་འགྱུར། ཐ་དད་མེད་ནའང་གཅིག་ཉིད་ཀྱི། བྱེད་དང་མི་བྱེད་
འགལ་བར་འགྱུར། ཐ་དད་ཡོད་དེའི་ཕྱིར་བྱ་མེད། ཅེ་ན་ལྷན་ཅིག་བྱེད་མི་བྱེད། འོན་ཏེ་
རིམ་བཞིན་བྱེད་པོ་ཉིད། དེ་ཅི་དངོས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འཇམ། དེ་ལྷན་དངོས་པོ་ཤིན་ཏུ་ནི། ཐ་དད་
ཐ་དད་མེད་འགྱུར་བའཇམ། འདྲ་དང་མི་འདྲའི་བདག་ཉིད་ཅན། རྣམ་གྱི་ ངས་པན་ཚུན་ཐ་

དང་འགྱུར། །དེ་ཡང་ཐ་དང་འགྱུར་ཞེ་ན། །བདག་ཉིད་གང་གིས་དེ་དག་གི། །བྱད་པར་སྦྱི་
ཞེས་བྱ་བ་དེ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་ཐ་དང་ན། །ཐ་དང་ཉིད་འགྱུར་དེ་ལྟ་ན་འང་། །རྩི་ལྟར་བྱས་
སོགས་པན་ཚུན་བཞིན། །སྦྱི་དང་བྱད་པར་དུ་འདོད་པ་འང་། །སྦྱི་དང་བྱད་པར་ཅན་མི་
འགྱུར། །གང་གི་བདག་ཉིད་མདུན་བྱ་ས་ནས། །བསྐྱབ་བྱ་དེ་འབྲས་འདོད་པ་ཅན། །སྦྱིས་བྱ་
འདི་ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། །དེ་རྟེན་ཐ་དང་ཐ་དང་མེད། །དབྱད་བྱ་རང་བདག་ཉིད་ཐ་
དང་། །ཚྭ་པ་མཚུངས་པ་འདི་དག་ནི། །ཡོད་ཉིད་དངོས་པོ་རྗེས་འགོ་མེད། །འཇུག་པ་ལ་
སོགས་ཐལ་འགྱུར་བྱིར། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འཛེམ་མེད་པ། །ཐུན་སྦྱལ་གང་ཅིའང་རུ་དང་སྦྱ་
བ། །དེ་དག་ཀྱང་ནི་བསལ་བ་ཡིན། །མཐའ་གཅིག་པ་ནི་སྤྱི་བྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་གཉིས་
ཀའི་ངོ་བོ་ཉིད། །དེ་ཡི་བྱད་པར་བསལ་བའི་བྱིར། །ཞོ་འབྱུང་ཞེས་ནི་བསྐྱལ་བ་ན། །ཅི་བྱིར་
རྩ་མོ་ལ་མི་རྒྱུག་འོན་ཏེ་ཕུལ་བྱུང་འགའ་ཞིག་ཡོད། །གང་གིས་བྱད་པར་འཇུག་འགྱུར་
ན། །དེ་ཉིད་ཞོ་ཡིན་དེ་གཞན་ལ། །མེད་བྱིར་གཉིས་ཀ་མིན་གཞན་མིན། །ཐམས་ཅད་ཀུན་
བདག་ཉིད་ཡིན་ན། །སྦྱོ་སྦྱ་ཐ་དང་པར་མི་འགྱུར། །ཐ་དང་བསྐྱབ་པར་སྦྱ་བ་ལ། །དེ་མེད་
བྱིར་ན་མི་སྤྱི་འགྱུར། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་པའི་བྱིར། །ངོ་བོ་བརྗོད་པ་དབྱད་བྱ་ཉིད། །མ་
ཡིན་སྦྱ་ནི་དེ་དག་ཉིད། །རྣམ་གཅོད་རྗོད་པར་བྱེད་པར་གྲུབ། །རང་བཞིན་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་
ལ། །སྦྱོས་པའམ་འོན་ཏེ་འབའ་ཞིག་པ། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་བྱིར་བརྗོད་དེ། །འཇིག་ལ་འབྲས་
དང་ཡོད་ཉིད་བཞིན། །གལ་ཏེ་གཏན་ཚིགས་ཡོད་རང་བཞིན། །ཡོད་པ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་
མིན། །བྱད་པར་རྗེས་འགོ་མེད་པ་ནི། །གཏན་ཚིགས་བསྐྱབ་བྱ་དག་ལས་ཉམས། །ཡོད་པའི་
བྱད་པར་ཅན་དུ་ནི། །བསྐྱབ་བྱ་སྦྱི་ཡི་ཚས་ཅན་ལ། །དོན་འགའ་ཞིག་ཡང་འགྲུབ་མི་
འགྱུར། །འདི་འདྲ་བ་ཡང་བཀག་པ་མེད། །བྱད་པར་བསྐྱབ་བྱར་བཟུང་ན་འདིར། །གཏན་
ཚིགས་རྗེས་འགོ་མེད་ཅན་འགྱུར། །ཡོད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་དེས། །བྱད་པར་དག་ནི་བསྐྱབ་
བྱར་འགྱུར། །དེ་ཡི་བྱད་པར་གཟུང་མེད་པར། །དངོས་པོ་ཅམ་ན་སྐྱབ་པ་ན། །དེ་ཅམ་བྱབ་
བྱེད་བསྐྱབ་བྱ་ཡི། །རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཉམས་པ་མེད། །མ་གྲུབ་པ་ལ་ཡོད་ཚས་མེད། །གཉིས་ཀ་

ལ་བརྟེན་འཁྱུལ་པ་ཅན། མེད་པའི་ཚས་ནི་འགལ་ཡིན་ན། ཡོད་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱར་
འགྱུར། རང་བཞིན་སྐྱབ་པ་གོ་བྱེད་ཡིན། རྟེན་ལ་ཁྱབ་བྱེད་ངེས་པ་ཡིན། རང་བཞིན་ངེས་པ་
གོ་བྱེད་ཡིན། འདི་ཚྭ་པ་ན་དེ་ཚྭ་བྱེད། རྟེན་པ་ན་མི་རྟག་ཉིད་བྱས་པའམ། མ་བྱས་པས་
ན་མི་འཇིག་བཞིན། རྒྱ་མེད་ཕྱིར་ན་འཇིག་པ་ན། རང་གི་ངོ་བོས་རྗེས་འབྲེལ་ཉིད། རྟོན་
པོ་སྟོས་དང་བཅས་རྣམས་ནི། རྟེན་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་མཐོང་། རྟེན་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་ན་
ཡང་། འགལ་ཞིག་ལ་ནི་མི་སྲིད་འགྱུར། རྟེན་ན་འབྲས་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར། འཇིག་པ་རྒྱ་
ཐུན་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱི། འཇིག་པའི་རྒྱ་ནི་ཐམས་ཅད་དག འཁྱུལ་པ་ཉིད་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན། རྟེན་
རྒྱ་རྣམས་པ་མེད་ཕྱིར་ཡང་། འདི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། གང་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་དེ་
ལས། གཞན་ལ་འང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། རྟེན་ན་དངོས་པོའི་ ཡུལ་ཅན་གྱི། རྗེས་སུ་
དཔོག་གང་རྣམ་གཉིས་ཏེ། འབྲས་དང་ངོ་བོ་དེ་དག་ལས། རང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་འབྲེལ་ངེས་
ཕྱིར། འཇུག་པ་སྒྲོ་སྒྲོན་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། རྟེན་པོ་ངོ་བོ་མི་དམིགས་ན། འཇུག་པར་མི་བྱེད་ཅེས་
བྱ་བས། མི་དམིགས་པ་ནི་ཚད་མར་བཤད། བཟུན་བཅོས་སྐབས་དང་འབྲེལ་མེད་
དང་། རྟོན་རྣམས་དབང་པོ་ལས་འདས་པ། རྟགས་མེད་པ་ཅན་དེ་རྣམས་ནི། མི་དམིགས་
ཕྱིར་ན་རི་ལྟར་མེད། ཡོད་མེད་ངེས་པའི་འབྲས་ཅན་མིན། ཕྱིར་ན་ཚད་མ་ཉིད་མི་
འགྱུར། རྟགས་ཀྱི་ཡུལ་བྱང་ཡོད་པ་ཅན། ལ་ལ་ཚད་མ་དག་ཏུ་འགྱུར། རང་བཞིན་ཤེས་
བྱེད་མི་ཤེས་ལ། རིགས་པ་འདི་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། རྒྱ་མི་ཤེས་ན་འབྲས་བུ་ནི། མེད་པ་ཉིད་
ཏུ་སྐྱབ་པར་བྱེད། རྟོན་གྱི་རང་བཞིན་རྟགས་ཅན་ལ། རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་ཡང་
ཡིན། གལ་ཏེ་གཏན་ཚིགས་འགལ་ཞིག་གིས། རྟེན་མེད་པར་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། རྣང་རྩང་
མཐོང་བ་མེད་པའི་རྒྱ། མི་སྲིད་པར་ནི་གྱུར་པ་ན། རྣང་རྩང་དངོས་པོ་མ་དམིགས་
པའི། རྟོན་པོ་མེད་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར། འགལ་བའི་དངོས་པོ་ཡོད་ན་ཡང་། རྟེན་ཡོད་པ་
ལ་གཞོན་བྱེད་ཕྱིར། རྟེན་དང་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི། མེད་པ་ཉིད་ཏུ་ངེས་པར་
འགྱུར། ཐོག་མེད་བག་ཆགས་ལས་བྱང་བའི། རྣམ་པར་རྟོག་པས་ཡོངས་བསྐྱབས་པ། ཡོད་

མེད་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་པ། སྐྱོད་ཅོས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། རྟེན་དངོས་ཉེར་ལེན་མེད་ བ་
ཅན། སྐྱབ་ལ་དེ་མི་དམིགས་པ་ནི། རྟེན་ལྟར་གྲུབ་ཆོགས་དེ་ཉིད་ནི། མེད་པ་མ་ཡིན་སྐྱོ
སྒྲུབ་ཕྱིར། རྟོན་དམ་གཅིག་ཏུ་འབྱུག་ཉིད་ཅན། མཐོང་བའི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པའི། རྟོན་
རྣམས་ལ་ནི་སྐྱོར་རྣམས་ནི། རྒྱ་མེད་ཅན་འབྱུག་མི་འགྱུར་དང་། རྟེན་དང་མ་སྐྱེས་པ་ལ་
ཡང་། ཆོག་འགའ་ཞིག་ཀྱང་བརྟེན་པ་ ཡི། རྟོན་ཅན་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་ཕྱིར། རྟེན་གྱི་སྐྱོ
དོན་ཡུལ་ཅན་འདོད། སྐྱོད་ཅོས་བསྟོན་པ་སྐྱབ་པ་ལ། ཆོས་ཀྱི་རྟེན་ནི་བསལ་བའི་
ཕྱིར། ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱུང་མི་འགྱུར་ལ། ཡན་གར་ཆོས་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། སྐྱོད་ཅོས་བསྟོན་པ་
མེད་རྣམས་ཀྱིས། ཡོད་མེད་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། རྟེན་པོ་ཉིད་ ནི་དབྱུང་བྱ་སྟེ། རྟེན་
ལས་འབྲས་འབྱུང་རག་ལས་ཕྱིར། རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ལ། རྟོན་གཉེར་བརྟགས་པས་
ཅི་ཞིག་བྱ། མ་ནིང་གཟུགས་བཟང་མི་བཟང་ཞེས། རྟོན་ལྟར་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་ཅི་
པན། རྟོན་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས། སྐྱོ་ཡི་དོན་ནི་བརྟགས་པ་ཡིན། རྟེན་ཉེར་མ་
གྲུབ་འདི་ཆོས་སྟེ། རྟེན་ག་པ་སྐྱོ་བས་གསུངས་པ་ཡིན། སྐྱོར་རྣམས་དངོས་དང་ལྟན་ཅིག་
ཏུ། མེད་ན་མི་འབྱུང་ཉིད་མེད་ཕྱིར། རྟེན་ལས་དོན་གྲུབ་མིན་དེ་དག་སྐྱོ་བའི་བསམ་པ་སྟོན་
པར་བྱེད། ཡོད་ཆོས་ཆོག་ནི་མི་སྐྱོ་བའི། སྐྱོ་ལས་རྟེན་སྟེ་དཔག་པ་ཉིད། རྟེན་ལ་པ་དང་ནི་
རྟེན་མཐུན་ཐབས། སྐྱེས་བྱའི་དོན་ནི་རྟེན་བྱེད་ དག་ཡོངས་བརྟགས་དབང་ཏུ་བྱས་ཡིན་
གྱི། རྟེན་ལས་གཞན་པའི་དབང་བྱས་མིན། མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་ཡི། རྟོན་དེ་དག་
ལ་མཐོན་སུམ་དང་། རྟེན་སྟེ་དཔག་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་། གཞོད་མེད་འདི་ཡི་མི་སྐྱོ་
བའོ། ཡོད་ཆོས་ཆོག་ནི་མི་སྐྱོ་བའི། སྐྱོ་ལས་འདི་ཡུལ་སྟོན་གྱུར་ནའང་། གོ་སྐབས་མེད་པའི་
ཕྱིར་སྐྱོ་ནི། རྟེན་སྟེ་དཔག་པ་ཉིད་ཏུ་གསུངས། སྐྱོང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། ཐབས་
བཅས་རབ་ཏུ་ངེས་པ་ཡིས། གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྐྱོའི་ཕྱིར། གཞན་ལ་རྟེན་སྟེ་དཔག་པ་
ཡིན། སྐྱེས་བྱ་ཕྱལ་བྱང་ལ་སྟོན་པ། རྟེན་བཞིན་དོན་ཏུ་གཞན་གྱིས་ཤེས། གལ་ཏེ་ཕྱལ་ཏུ་བྱང་
བ་དེ། ཤེས་པར་རྒྱས་ན་དོན་འདི་འདོད། འདི་ནི་འདི་ལྟའམ་མིན་ནོ་ཞེས། གཞན་ལ་སྟོན་

ཕན་སྐྱོན་མེད་པའམ། ཁོད་མ་རྣམས་ནི་རྟེན་དཀའི་ཕྱིར། རྟོགས་དཀའ་ཞེས་ནི་གཞན་
གྱིས་ཤེས། །འགྲིབ་དང་ཕུལ་བྱང་བརྟེན་པ་ཀུན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་བཅས་ཉིད་ཕྱིར། རྟེན་
གོམས་པ་ལས་བདག་འགྱུར་བས། །ལ་ལ་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། །འཆོ་བ་མེད་དང་ཡང་
དག་དོན། རྟོ་བོ་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ལོག་གིས། །འབད་དུ་ཟེན་ཀྱང་མི་བསྐྱོག་སྟེ། སྟོ་ནི་དེ་ཕྱོགས་
འཛིན་ཕྱིར་རོ། ཉེས་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དག །འཇིག་ཚོགས་ལྟ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན། རྟེན་
རིག་དེར་དེ་ལ་ཆགས། རྟེན་ལས་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་འབྱུང་། རྟེན་ཉིད་གྱིས་ན་ཉེས་རྣམས་
གྱི། རྒྱུ་ནི་གཏི་ཐུག་ཡིན་པར་གསུངས། །གཞན་ལས་འཇིག་ཚོགས་ལྟ་བུ་སྟེ། རྟེན་སྤངས་པ་ན་
སྤང་ཕྱིར་རོ། ཚིག་རྣམས་ལོག་པ་ཉིད་གྱི་རྒྱུ། ཉེས་རྣམས་སྐྱེས་བུ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར། སྐྱེས་བུས་
མ་བྱས་བདེན་དོན་ཅན། ཞེས་ནི་ལ་ལ་རྟོག་པར་བྱེད། ཚིག་རྣམས་བདེན་པ་ཉིད་གྱི་
རྒྱུ། ཡོན་ཏན་སྐྱེས་བུ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར། སྐྱེས་བུས་མ་བྱས་ལོག་པའི་དོན། ཅིས་མིན་ཞེས་ནི་
གཞན་དག་བརྟོག་དུས་མེད་འགྱུར། རྟོན་ཤེས་བྱེད་པ་དག་གི་རྒྱུ། བརྟེན་སྐྱེས་བུ་ལ་བརྟེན་པས། ཚིག་
རྣམས་སྐྱེས་བུས་བྱས་མིན་ཡང་། རྟེན་ཕྱིར་ལོག་པ་ཉིད་དུ་སྟེན། །འབྲེལ་བ་སྐྱེས་བུས་བྱས་མིན་
ན། བརྟེན་རིག་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར། བརྟེན་ལས་དེ་ནི་གསལ་ཡིན་ན། བརྟེན་པ་
གཞན་དག་ཕྱིར་མེད་འགྱུར། ཚིག་རྣམས་དོན་གཅིག་ལ་ངེས་ན། རྟོན་གཞན་རྟོགས་པར་
མི་འགྱུར་རོ། རྟོན་དུ་མ་དང་མཛོན་འབྲེལ་ན། །འགལ་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། སྐྱེས་
བུས་མ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་། ཀུན་དུ་བརྟེན་པ་དོན་མེད་འགྱུར། བརྟེན་དང་རྣམས་ལ་འབྲེལ་
པ་ཡང་། རྣམས་པར་གཞན་ཕྱིར་གཏན་ཚིགས་བརྟོག་དུས་སྐྱེས་བུས་ལེགས་པར་མ་བྱས་པ། རྣམས་
པ་ཀུན་དུ་དོན་མེད་འགྱུར། ལེགས་བྱས་ལས་ལེན་ན་འདི་ནི། རྟོན་སྐྱེས་བུ་སྤང་ཆེན་བྱས་
འདྲར་འགྱུར། །འབྲེལ་བ་ཅན་རྣམས་མི་རྟོག་ཕྱིར། །འབྲེལ་བ་ལ་རྟོག་ཡོད་མ་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་
དོན་དང་སྐྱེས་པ་ཡི་དེ། སྐྱེས་བུའི་སྟོ་ཡིས་ལེགས་པར་བྱས། རྟོན་དང་ཕྱིར་ཅིག་སྐྱེས་ན་ནི། སྐྱེས་
རྣམས་ལ་ནི་རང་བཞིན་དག རྣམས་པར་བསྐྱོག་པར་མི་རིགས་སོ། རྣམས་བརྟེན་པ་འབྲེལ་ལ་
ཉེས་འདི་མེད། གལ་ཏེ་རྟེན་འདི་འཇིག་ན་ཡང་། །འཇིག་མིན་རྟོག་ཕྱིར་རིགས་དང་

འདྲ། རྟག་རྣམས་ལ་བརྟེན་ལུས་པ་གང་། གང་གིས་དེ་རྟེན་འདོད་པ་ཡིན། ཤེས་པ་སྐྱེད་
པར་བྱེད་པ་ཡིས། རྟེན་ཅིག་བྱེད་སྐྱེད་རྣམས་ཚོགས་ན། རྟེན་སྐྱེད་པར་ནི་རུང་ཉིད་ཕྱིར། རིག་
པ་ཤེས་པས་བྱམ་སོགས་ཀྱང་། རྐྱེ་བ་ལ་ནི་གསལ་བར་འདོད། འཇུར་བ་མེད་རྣམས་ཁྱད་
མེད་པས། གསལ་བྱེད་རང་གིས་དོན་ཅི་བྱས། གང་ཕྱིར་དེས་དེ་གསལ་འདོད་པ། འབྲེལ་པ་
དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱར་མོད། བ་དད་ཕྱིར་སྟོ་སྟོ་ཚོགས་འཇུར་ ། རྟེན་ལས་ཐ་དད་མིན་དེ་
ཉིད། འདི་ལས་གཞན་དངོས་ཡོད་མ་ཡིན། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཐ་དད་ཕྱིར། འབྲེལ་པ་རྟོག་
པས་བྱས་པ་ཡིན། ཡོད་རྣམས་གཞན་ལ་རག་ལུས་པའམ། གཞན་གྱི་འབྲེལ་པར་རི་ལྟར་
འཇུར། ཡི་གེ་དོན་མེད་ཅན་འཇུར་ཞིང་། ཚིག་སོགས་ཀྱི་བརྟགས་དངོས་མེད་ལ། དངོས་
པོ་ཡི་ནི་འབྲེལ་པ་འདི། རི་ལྟར་བྱར་ནི་འཇུག་པར་འཇུར། བྱེད་པ་པོ་རྣམས་མི་དྲན་
ཕྱིར། རྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་ཀྱང་འདོད་ལོ། འདི་ལའང་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ཡོད། རྟེན་ན་ངན་
པའི་ལུས་པས་བྱལ། རི་ལྟར་རྐྱེས་བྱ་འདི་གཞན་ལས། མ་ཐོས་པར་ནི་ཡི་གེ་དང་། ཚིག་
བཀོད་པ་ནི་བརྗོད་ལུས་མེད། རྟེན་གཞན་ལའང་འགའ་ཞིག་སྟེ། སྟེལ་བ་ཡི་ནི་གཞུང་
གཞན་ཡང་། མན་ངག་ལས་གཞན་གཞན་དག་གིས། འདོན་པ་གང་མཐོང་གང་གིས་
ན། རྟེན་ཡང་དེ་ལྟར་རྗེས་མི་དཔོག་ རིགས་གང་གང་ལས་བྱལ་བ་དེ། ཁྱད་པར་མེད་དེ་མེ་
ཤིང་བཞིན། རྐྱེ་མ་མཐོང་བ་ཅན་གཞན་ཡང་། རྟེན་ལས་འཇུར་བར་ཡང་དག་ཤས། རྟེན་
འབྲས་མཚུངས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཁྱད་པ་ ར་དག་ནི་མ་བཟུན་པར། གཏན་ཚིགས་རབ་ཏུ་
སྟོས་པ་གང་། རྟེན་དག་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་པ་ཅན། རྣམ་ཀྱི་ཐོག་མེད་བྱལ་བྱར་མོད། རྟེན་
ལྟར་རྐྱེས་མིན་རྟེན་ཅན་མིན། རྟེན་ཕྱིར་རྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་ཉིད། གཞན་ཡང་མི་ལ་མི་བརྟེན་
འཇུར། ལྷ་ལྷོ་ལ་སོགས་ཐ་སྟོད་དང་། མེད་པར་སྟེ་བའི་ཚིག་རྣམས་ཀྱང་། ཐོ ག་མེད་ཕྱིར་
ན་དེ་བཞིན་འཇུར། རྟོན་འདུས་བྱས་པའི་རྐྱེ་ཡིན་ཕྱིར། རྟེན་འདྲའི་རྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་
ཉིད། བྱལ་ནའང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། རྟོན་གྱི་འདུ་བྱེད་ཁྱད་པར་རྣམས། མཐོང་ཕྱིར་
ཐེ་ཚོམ་དག་ཀྱང་ཡིན། ཡིག་རྣམས་གཞན་དང་ཁྱད་མེད་ཕྱིར། རྐྱེབ་པར་བྱེད་ན་འབྲས་

ཅེར་འགྱུར། །དག་ནི་ཡི་གེ་ལས་ཐ་དད། །ཡོད་པ་མེན་ཏེ་མ་དམིགས་ཕྱིར། །ཡན་ལག་དུ་
མའི་བདག་ཉིད་ཡིན། །དེ་རྣམས་ཐ་དད་དོན་མེད་ཉིད། །དེ་དངོས་ཅན་མེན་དེ་དངོས་
ཅན། །བརྟགས་པ་སང་གེ་ཉིད་སོགས་བཞིན། །རེ་རེ་དོན་བཅས་ཉིད་ཡིན་ནམ། །དུ་མ་ཉིད་
བརྟགས་ལོག་པ་ཡིན། །ཡན་ལག་གཅིག་ནི་རྟོགས་པས་ཀྱང་། །དག་གི་དོན་དག་རྟོགས་པར་
འགྱུར། །ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་རྟོགས་པ་ནའང་། །དུས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་བྱང་ངོ་། །གཅིག་ཉིད་
ན་ཡང་ཐ་དད་མེད། །རིམ་གྱིས་རྟོགས་པ་མི་སྤྱིད་ཕྱིར། །མི་རྟག་ན་ནི་ཚོལ་བྱང་ཕྱིར། །དེ་ཅི་
སྐྱེས་བྱས་བྱས་པ་མིན། །རྟག་ཉིད་ཡིན་ཡང་རྟག་པར་ནི། །དམིགས་འགྱུར་སྐྱེབ་གཏོགས་
མེད་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལྷ་ན་ཅིག་བྱེད་འགའ་ཞིག་མ་ཚང་ཐོས་པ་མིན་ཞེ་ན། །ཅིས་ཀྱང་
གཞན་སྟོས་ཡིན་སྟེ། །ངས་པ་དག་ནི་འགལ་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དེ་དག་བྱབ་བྱེད་
མིན། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་དམིགས་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བྱབ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །ཅིག་ཅར་
དམིགས་པ་དག་དུ་འགྱུར། །འདུས་བྱས་དམིགས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །འགྱུར་མེད་གང་གིས་
འདུ་བྱེད་འགྱུར། །དབང་པོ་ལེགས་པར་བྱས་ཀྱང་ན། །ངས་ཀྱང་མ་ལྟས་ཐོས་པར་
འགྱུར། །གལ་ཏེ་ལེགས་བྱས་བྱང་པར་ལས། །ཐ་དད་ཕྱིར་དོན་གཅིག་ངས་ཡིན། །སྒྲ་ཡི་
ཆོགས་པ་དུ་མ་ཡི། །ཅ་ཅ་ཇི་ལྟར་ཐོས་པར་འགྱུར། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་སྒྲ་ཡན་གར། །ཐོས་འགྱུར་
རྫོང་བྱེད་མ་ཡིན་ན། །སྒྲ་ལས་ཐ་དད་ཡོད་དོ་ཞེས། །འདི་ལ་ཤིན་དུ་ཆེས་དད་བྱ། །སྒྲ་གཞན་
དག་ནི་གནས་པ་ན། །རྫོང་བྱེད་ཇི་ལྟར་ཐོས་པ་ཡིན། །ཡང་ན་རྣམ་པ་ངས་པའི་ཕྱིར། །ཇི་
ལྟར་ཐ་དད་སྒྲ་རྟོགས་འགྱུར། །ཉིས་པ་གང་དང་གང་གིས་ཀྱང་། །སྒྲ་ཙམ་རྫོང་བྱེད་མི་
འདོད་པ། །སྒྲ་ཙམ་དག་གིས་གསལ་བ་ནི། །ཇི་ལྟར་རྫོང་བྱེད་ལ་དེ་མེད། །གལ་ཏེ་ཡི་གེ་རིམ་
པ་དག་ཡིག་རྣམས་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་མིན། །དེ་དག་རྣམ་པར་གཞག་པའང་མེད། །གོ་རིམས་
གཞན་ནི་འགལ་ཕྱིར་རོ། །བྱབ་དང་རྟག་པར་བརྫོང་པའི་ཕྱིར། །ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་གོ་རིམས་
མེད། །མི་རྟག་བྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པའི། །སྟོན་ཡང་ལྷར་ནི་བརྫོང་པ་ཡིན། །གསལ་བའི་རིམ་
པའང་དག་མེན་ཏེ། །རྟག་ལ་གསལ་བ་གསལ་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་ཉིད་ལས། །དེ་

གྲུབ་ཕྱིར་ན་འབྲས་ཉིད་ཡིན། གྲུབ་པའི་དོན་ལ་རབ་ཤེས་པས། གཞན་སྒྲིབ་ཀྱི་ནི་གསལ་
བྱེད་འདོད། །དཔེར་ན་སྒྲོན་བཞིན་གཞན་དུ་ནུའང་། བྱེད་པོ་ལས་འདི་བྱེད་པར་ཅི་བྱེད་
པ་རྣམས་ཀྱི་ཚྭ་གསལ་པ་ཡི། གྲུབ་པ་ལས་ནི་ངེས་པར་ཡང་། །དམིགས་ཕྱིར་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་
ཏེ། གསལ་བྱེད་ལ་དེ་མི་སྲིད་ཕྱིར། གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་དེ་ངོ་བོའི། སྒྲིབ་བྱེད་བལ་བ་གསལ་
ཡིན་ན། ཅི་ཕྱིར་མེད་པ་ལ་བྱེད་པའི། ཚྭ་གསལ་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་རུང་འགྱུར། སྒྲིབ་དང་བྱེད་པར་
མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་དག་ཀྱང་གསལ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཁས་ལེན་ན། རྒྱ་
རྣམས་ཀྱི་ནི་དོན་མེད་ཉིད། །ངོ་ཤེས་པ་དང་ཡོད་སྒྱུར་སོགས། གང་ཡིན་སྒྲུབ་བྱེད་འདོད་
ན་ནི། །དཔེ་མེད་ཅན་ཡིན་དངོས་རྣམས་ནི། སྐད་ཅིག་གིས་ནི་འཇིག་ཕྱིར་རོ། །རྟགས་ངན་
གཞན་ཡང་སུན་དབྱུང་བ། སྒྲོ་ནི་སྒྲེས་བུའི་རྟེན་ཅན་མིན། །ཁས་སྒྲངས་མངོན་སུམ་གྲགས་
པ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཅིག་ཅར་གཞོད། །ཡི་གེ་རྣམས་ལས་ཐ་དད་པའི། །འིམ་པའང་
གསལ་བར་དབྱེད་ཟེན་ཏོ། །དེ་ནི་རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་ན། །རི་ལྟར་སྒྲེས་བུའི་རྟེན་ཅན་
མིན། །འཇིག་པ་ཡོད་ཅམ་འབྲེལ་པ་ཅན། ཉིད་ཕྱིར་སྒྲོ་ནི་མི་རྟག་ཉིད། །མེ་ལས་དོན་གཞན་
གྲུར་པ་དག་སྒྲོ་ན་འཇིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཤིང་ནི་མཐོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་ཉིད་འདི་
ཡིས་འཇིག་ཅེ་ན། །རི་ལྟར་གཞན་ནི་གཞན་འཇིག་འགྱུར། །སྒྲེ་ཅི་ཕྱིར་ཤིང་མི་སྒྲུང་། །དེས་
གཟུང་ཕྱིར་མིན་ཞེ་ན་མིན། གང་ཕྱིར་དེ་ཡིས་མི་སྒྲིབ་སྟེ། སྒྲོ་ཕྱིར་འཇིག་པ་འཇིག་ཅན་
འགྱུར། །དེ་ལྟར་ཡང་ཤིང་མཐོང་འགྱུར། གལ་ཏེ་གསོད་བྱེད་བསད་པ་ན། །ནག་པ་སྐར་
འབྱུང་མིན་རི་བཞིན། །འདི་ལའང་དེ་བཞིན་ཡིན་ཞེ་ན། གསོད་བྱེད་བསད་པ་ཉིད་མ་
ཡིན། །འཇིག་པ་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་ན། །ཤིང་ཉིད་འཇིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་མེད་ཕྱིར་ན་
རྒྱ་མིན་ཉིད། །འདི་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པའང་མེད། །འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་ཅན་ཡིན་
ནའང་། །རྟག་ཕྱིར་དངོས་པོ་འཇིག་པ་དག་སྒྲོན་ཅིག་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །མེད་པ་རྟག་
ཉིད་གང་ལས་ཡིན། །མེད་ལ་དངོས་འཇིག་མེད་ཉིད་ཀྱི། །ཐལ་བར་འགྱུར་བ་མི་རུང་
སྟེ། གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་འཇིག་པ་ཡིས། །འཇིག་པ་དག་ནི་མི་འདོད་དོ། །དངོས་འཇིག་

གཞན་ལ་སྟོས་མེད་ཕྱིར། རྟེན་ཤེས་དོན་དུ་སེམས་ཀྱིས་ནི། རྟེན་ཡི་ཐ་དད་སྟོང་བཏགས་
ནས། གཞན་སྐབས་དེ་རྒྱ་མེད་ཅན་བཤད། མེད་པ་རང་ཉིད་ལས་ཡོད་ནའང་། རྣམ་རྟོག་
འདི་ནི་མཚུངས་ཤེ་ན། རྟེན་ཡི་རུང་ཟད་འགྱུར་མེད་དེ། མེད་པར་གྱུར་པ་ཙམ་ཞིག་
ཡིན། ཡོད་ལ་རྣམ་རྟོག་འདི་འགྱུར་ཏེ། བསྐྱབ་པ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཕྱིར་རོ། མེད་པ་ཡིན་
ཞེས་གསུངས་པ་ནི། དངོས་པོ་མིན་ཞེས་བྱ་བའང་ཡིན། གཤམ་ཏེ་བྱ་བ་རུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་
ན་གཞན་ལ་སྟོས་འགྱུར་གྱི། དངོས་གང་རུང་ཟད་མི་བྱེད་ལ། ཅི་སྟེ་འགའ་ཞིག་གིས་སྟོས་
འགྱུར། རྟེན་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་ཡིན་ནའང་། མ་སྟེས་པ་ལས་འཇིག་འགྱུར་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཉིད་
དང་འཇིག་ཡིན་སྟོན། ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་བསལ་བ་ཡིན། རི་ལྟར་སྟེ་ལྷན་འགའ་ཞིག་
ཉིད། ཐོགས་བཅས་ཉིད་འདོད་དེ་བཞིན་དུ། ཡོད་རྣམས་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན། སྟེ་
ལྷན་མིན་པ་མིན་ཅེ་ན། རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་ངེས་པ་ལས། འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་ངེས་པ་
སྟེ། ཐ་དད་རྒྱ་རྣམས་མེད་ཉིད་ཕྱིར། མི་རྟག་ངོ་བོ་ཐ་དད་མེད། རྟེན་ཕྱིར་དེ་རྣམས་འབྲེལ་
པ་ཡང་། རྟག་པ་ཉིད་ནི་བསལ་བ་ཡིན། སྟོང་ཡི་རྒྱས་པའང་ལྷན་བཤད་པའི། འབྲེལ་པའི་
སྟོན་གྱིས་བསལ་བ་ཡིན། སྟེས་བུས་མ་བུས་ཞེས་བྱ་ཉིད། རི་བཞིན་དོན་ཤེས་སྐྱབ་བྱེད་
མིན། སྟེས་བུའི་ཉེས་པས་སྟོན་མེད་པའི། མེ་སོགས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་མཐོང་། རྟེན་ནི་མ་བུས་
པར་འདོད་ན། ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱར་མི་འགྱུར། རྟག་པ་དག་ལ་དངོས་རྒྱས་པ། འགའ་ཡང་
སྟེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། རྣམ་རྟོག་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི། སྟོང་བཏགས་སྟོང་ཡུལ་ཅན་སྟོང་
དག་འགའ་ཞིག་དེ་ལས་སྟེ་འགྱུར་གྱི། དོན་གྱི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་བུས་དག་
ལྷག་ཉིད་དུ། མཐོང་ཉིད་ཕྱིར་ན་མ་བུས་པའི། ཆོག་ནི་བདེན་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་
པས་འགལ་བ་བྱབ་ཕྱིར་རོ། མེད་ཕྱིར་གཏན་ཆོག་ས་མ་བཟུན་ནའང་། རྟེན་ནི་ཡོད་པར་
དོགས་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་འགལ་བ་དག་ལ་ཡང་། བྱབ་པར་བྱེད་པ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། ཀྱུན་
ལ་མེད་པ་དམིགས་པས། མི་འགྱུར་ཅས་ནི་བཤད་ཟེན་རྟོ། མེད་པ་ཉིད་ནི་མ་བུར་ན། རྟོག་
པ་ཉིད་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ། གཤམ་ཏེ་རྟེན་འགྲོ་རྟོག་པ་དང་། བསྐྱབ་བུའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་

ཉིད། །དེ་དེས་འབྲས་ཅན་ཤེས་པ་ཡིས། །བྱ་བ་པར་གྱུར་ན་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །གང་ལ་བསྐྱབ་
བྱའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །བསྐྱོག་པ་ཉིད་བཟོད་དེ་ཉིད་ནི། །འདི་ཡི་ཚུལ་མཐུན་འགྱུར་དེས་
ན། །གཏན་ཚིགས་ཐམས་ཅད་རྗེས་འགོ་ཅན། །འགའ་ཡིས་བརྟུ་བྱས་ཉིད་ཡིན་ན། །ཐུགས་
རྒྱུ་འབྲས་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །ཅི་སྟེ་དངོས་པོའི་རྣམ་ཡིན་ན། །བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་གཞན་
ལ་འང་འགྱུར། །དོན་གཞན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །བཀོད་པ་འང་སྤར་ནི་བསལ་བ་ཡིན། །དེ་
དོན་རྟག་དུ་འགྱུར་འགྱུར་ཏེ། །སྟོན་པ་ཡིན་ན་རྣམ་མེད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དངོས་རྣམ་དེ་འདྲ་
ན། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་འགྱུར། །ལྷགས་བྱས་མིན་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོའི་ ། །བྱུང་པར་ལ་ཡང་
སྟོན་མི་རུང་། །དངོས་པོ་འདུས་བྱས་པ་ཡི་ཡང་། །དངོས་པོའི་ཐ་དད་ཐ་དད་བྱེད། །བྱེད་
པོའི་བྱུང་པར་ལས་རྣམ་པ། །དེས་པ་མ་ཡིན་བརྟུ་ལས་འགྱུར། །བྱུང་པར་བྱར་མེད་ཅན་ཡིན་
ན། །ཅི་ཞིག་བྱེད་ནས་བྱེད་པོར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མངོན་གསལ་སྦྱར་ཡིན་ན། །དེ་ནི་གོང་དུ་
བསལ་བེན་ཏོ། །གང་ །ལས་སྟོང་གསལ་ཡིན་ལ། །དེ་ནི་འབྲས་བྱར་གལ་ཏེ་སྦྱར། །སྐྱབ་པོ་
གསལ་སྦྱ་ཡིན་པས། །ཉན་པ་པོ་ཡང་འབྲས་འབྲེལ་འགྱུར། །མངོན་པར་གསལ་མིན་སྐྱབ་དག་
གི། །བྱེད་པ་རྒྱུས་ཀྱི་སྦྱར་བའམ། །ཡིད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །སྐྱབ་ནི་རྣ་བའི་སྦྱོད་
ཡུལ་ཡིན། །བརྟུང་པས་དེ་ལས་བསྐྱེད་ཉིད་ཕྱིར་ ། །སྟོང་འང་གསལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་
དོན་ཅན་ཡིན་མི་འགྱུར། །རྟོག་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་ཕྱིར་རོ། །རང་དང་སྦྱི་ཡི་རང་བཞིན་
རྒྱུས། །དོ་བོ་གཅིག་དུ་བཟོད་འདོད་ནས། །བརྟུ་བྱེད་རྒྱུས་ཀྱིས་བཟོད་པའི་ཕྱིར། །མི་
འགལ་དངོས་པོ་ལ་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གོ་རིམས་མེད་ན་ནི། །རོ་དང་མཚོ་ཞེས་ཐོས་པ་
ལས། །འབྲས་ཐ་དད་མེད་འགྱུར་ཞེ་ན། །དེ་ནི་སྐྱེས་བྱའི་རྟེན་ཅན་ཡོད། །ཡི་གེ་ཀུན་སྟོང་ཤེས་
པ་ལས། །སྐྱེས་ལ་ཤེས་ལས་སྐྱ་སྐྱེའོ། །དེ་ཡི་བྱུང་པར་ཅན་དེ་ནི། །རྣ་བས་ངེས་པར་འགྱུར་བ་
ཡིན། །ཤེས་ངེས་སྐྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཅན། །དེ་ཐོས་སྐྱུར་མིན་ཐོས་པ་ཅན། །དེ་དྲན་པ་ལ་སྟོན་
ནས་ནི། །ཕྱིས་ནི་བདག་ཉིད་ལ་དྲན་བྱེད། །དེ་ནི་སྦྱོང་དང་འཛིན་སེམས་ཀྱི། །ཡིག་རྒྱུས་སྦྱོང་
དང་འབྲས་བྱ་ཡི། །གོ་རིམས་དག་ནི་ཡིན་ཞེས་བཟོད། །དེ་དག་སྐྱེས་བྱས་བྱས་པ་ཉིད། །དེ་

ཕྱིར་ཡི་གེའི་ངོ་བོ་དེ། ཚིག་དང་ཚིག་ལས་གཞན་ཉིད་དེ། བྱིད་པོའི་འདུ་བྱིད་ལས་ཐ་
དད། ལྷན་ཅིག་འབྲས་བུས་བྱུང་པར་བྱེད། ཡི་གེ་ རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམས་དེའང་། སྒྲེལ་བར་
བྱིད་ལ་འཇུག་ཡིན་ཏེ། འདྲོད་དང་མི་འགལ་བྱུང་ཅན་གྱི། གོ་རིམས་གནས་པ་འགལ་བྱིར་
རོ། སྐྱེས་བུ་དང་ནི་ཡི་གེ་རྣམས། རྒྱ་འབྲས་ཉིད་དུ་བྱུང་པའི་བྱིར། ཡི་གེའི་རིམ་ཀུན་སྐྱེས་
བུ་ལས། མི་དང་ཤིང་གི་རིགས་པ་བཞིན། ཤེས་མཐུ་དག་གིས་སྒྲགས་ཞེས་པའི་ ། གོ་རིམས་
བྱིད་ཚུལ་ཅན་སྐྱེས་བུ། བུན་མོང་མིན་པ་ཉིད་བྱུང་སྟེ། གཞན་ལ་དེ་དག་མེད་བྱིར་རོ། གང་
ཡང་རྒྱུད་རིག་འགའ་ཞིག་གིས། གསང་སྒྲགས་འགའ་ཞིག་བྱིད་འགྱུར་བ། འདྲེད་གིས་དེ་
གཙོ་བོའི་མཐུ། འདྲེད་པའི་རིགས་པ་འཇུག་བྱིར་རོ། འབྲས་བུ་འདྲོད་པས་སྒྲགས་རྣམས་
ནི། བྱས་དང་སྐྱེས་བུས་ བྱས་བཟོད་བྱ། སྐྱེས་བུ་རུས་མེད་སྐྱབ་བྱིད་ནི། འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་
གསལ་བ་ཡིན། རྫོང་བཅའ་སྤྱད་དང་སྐྱེས་བུ་ཉིད། ལ་སོགས་སྐྱབ་བྱིད་གང་བཟོད་པ། ཚད་
ལྷར་སྤང་ཡིན་ལྷག་ལྷན་པས། རི་བཞིན་དོན་རྟོགས་ཡོད་མ་ཡིན། སྐྱ་ནི་ངོ་བོ་འདི་དོན་
དང་། འདི་དོན་མིན་ཞེས་ཚོད་མི་བྱིད། སྐྱེས་བུས་དོན་འདི་བརྟགས་པ་སྟེ། འདྲེད་འདྲོད་
ཆགས་ལ་སོགས་ལྷན། འདྲེད་གཅིག་དེ་ཉིད་རིག་གཞན་མིན། བྱུང་པར་ཡང་ནི་སུ་ཡིས་
བྱས། འདྲེད་བཞིན་སྐྱེས་ཉིད་རྣམ་འགས་ཀྱང་། བྱིད་ཅི་ཤེས་ལྷན་འགའ་མི་འདྲོད། གལ་ཏེ་
གང་ཚིག་ཚད་མ་ཡིས། མི་སྐྱ་དེ་དོན་རིག་ཡིན་ན། ཤིན་ཏུ་སྐྱོག་ཏུ་གྱུར་རྣམས་ལ། ཚད་མ་
ཡོད་པ་སྟོང་མ་ཡིན། གང་གི་ཚིག་ནི་ཚད་མ་ཡི། མི་སྐྱ་དེ་ཡིས་བྱས་པའི་ཚིག་ འདྲེད་ཞེས་
ཐོབ་དེ་ཡི་བྱིར། སྐྱེས་བུས་བྱས་མིན་དོན་མེད་ཡིན། གལ་ཏེ་ཤིན་ཏུ་སྐྱོག་གྱུར་དོན། ལྷང་
མེད་པར་ནི་ཤེས་སྟོང་ན། འདྲེད་པོ་ལས་འདས་དོན་རིག་འགའ། ཡོད་དོ་ཞེས་ནི་མངོན་
འདྲོད་འགྱུར། བདག་ཉིད་ འདྲོད་ཆགས་སོགས་ལྷན་པའས། གཞན་ལས་རིག་བྱིད་དོན་
རིག་མིན། རིག་བྱིད་རིག་པར་བྱིད་མིན་ན། རིག་བྱིད་དོན་ནི་གང་ལས་རྟོགས། འདྲེད་ན་
མཐོ་རིམ་འདྲོད་མེ་ལ། སྐྱེན་སྟོག་སྐྱེན་ཞེས་ཐོས་པ་ལས། བྱི་ཤ་ཟ་ཞེས་བྱ་བ་དེ། དོན་མིན་
ཞེས་འདི་ཚད་མ་གང་། འདྲེད་རྟོན་ཚིག་རབ་གྲགས་ཤིན། འདྲེད་ལ་སྤྱ ཆོགས་དོན་ཅན་

སྒྲིལ། གང་གི་དོན་འདི་རྣམ་དགེ་བ། དབང་པོ་ལས་འདས་དོན་མཐོང་གང་། གྲགས་མེན་
དོན་བཟོད་མཐོ་རིས་གང་། ལྷ་མོ་ལ་སོགས་སྤྱི་མཐོང་ངོ་། དེ་འདྲའི་སྤྱི་གཞན་དག་ལ་
ནི། དེ་འདྲའི་རྣམ་རྟོག་ཉིད་དུ་འགྱུར། གྲགས་པ་དག་ཀྱང་མི་རྣམས་ཚོག་དེ་ཡང་ཚད་
མར་མི་འདོད་ན། ལྷ་མོ་ཡང་དེ་ལས་དོན་རྟོགས་པ། ལྷ་མོ་འདོད་འདི་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན། གལ་
ཏེ་གྲགས་པ་ལས་འགལ་བའི། རྟོག་ལ་སྤྱི་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རབ་གྲགས་ཚད་མ་ཉིད་མེན་
ཕྱིར། དེར་འཛིན་པ་ལ་སྤྱི་ཅི་ཡོད། གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་གྱི། དེས་ལ་དོགས་པ་བསྐྱེད་
པ་ནི། གང་ཕྱིར་དེ་ལ་སྤྱི་རྣམས་དོན། ལྷ་མོ་གས་འཇུག་པ་ ཅན་ཉིད་མཐོང་། དེས་བྱེད་མ་
མཐོང་བ་དག་གིས། ལྷ་མོ་གས་ལུས་ཅན་སྤྱི་རང་ཉིད། དེས་པར་དོགས་པ་འགྱུར་བ་
སྟེ། གཞན་དུ་མི་སྤྱི་མེད་ཕྱིར་རོ། འགའ་ཞིག་ལ་མ་ནི་འདི་ཡིན་ཞེས། ལྷ་མོ་དུས་འདི་ནི་སྤྱི་
འགྱུར་ཞེས། གཞན་ནི་བདག་ཉིད་སྤྱི་དེ་ལྟར། དེ་དག་བྱེ་བྲག་བརྟག་པར་གྱིས། ཐམས་
ཅད་ལ་རུང་དོན་གཅིག་གི། གསལ་བྱེད་དེས་པ་གང་ལས་ཡིན། བཟོད་འདོད་དེས་པ་མ་
གཏོགས་པ། གང་གིས་དབང་པོ་ལས་འདས་ཤེས། བཟོད་འདོད་དེས་པའི་སྤྱི་ཡིན་
ཞིང་། བཟོད་ནི་དེ་ཡི་གསལ་བྱེད་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱི་མེན་ལ་མེད་ན། དེ་དོན་གཅིག་ཅན་དེ་
གང་ལས། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་དེས་ཡིན་ན། གཞན་ལ་དེས་ཀྱང་མི་རུང་ངོ་། བཟོད་ཡང་དོན་
མེད་ཅན་ཉིད་འགྱུར། བཟོད་ལས་རང་བཞིན་བྱེད་པར་གྱི། གསལ་བའི་དེས་པ་གང་ལས་
ཡིན། གང་ལ་འདོད་པ་རང་སྤྱི་པ། དེ་ལ་དེས་པ་ཞེས་བྱ་གང་། དེས་ན་བཟོད་ནི་རུང་བ་
ཉིད། འདོད་པ་ཁོ་ན་གསལ་མི་འགྱུར། བར་སྐབས་ཀྱི་ཚོགས་སྤྱི་བཅད་པ་དག་གོ། གང་
ཕྱིར་རིག་བྱེད་ཕྱོགས་གཅིག་ཕྱིར། གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། མེས་གང་བསྟོག་དག་
བདེན་པ་བཞིན། དེ་སྐད་གཞན་དག་ཟེར་རོ་ལོ། རོ་འདྲ་ངོ་བོ་མཚུངས་ཉིད་ཕྱིར། རྟོད་
གཅིག་ལ་ཡང་ཚོས་པ་བཞིན། ལྷ་ག་ལྷན་འཇུག་པ་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། རིག་པ་ཤེས་པས་འདི་
འདྲ་བཀག་སྤྱི་བྱ་ལྟག་པ་བྱེད་པོ་ཉིད། དངོས་རྣམས་ལྟག་དང་དབང་པོ་འདས། དབང་
པོས་གཟུང་བྱ་དང་དངོས་རྣམས། སྤྱི་དང་གནས་འཛིག་མི་མཉམ་དང་། གཞན་ཡང་ཚད་

མ་རྒྱུ་མཁུ་གཉིས་ཀྱིས། རྒྱུ་པར་གསལ་བའི་སྤྱད་ཡུལ་ལས། ལྷང་ལ་སྟོས་པ་རྗེས་དཔག་
དང་། འགལ་བ་དག་ནི་རྗེས་བྱེད་པ། འགལ་བ་ཀུན་ཏུ་མ་བསལ་ཞིང་། བཟུན་བཙོས་སྟོན་
ཡང་མ་བཟུན་ལ། རྟེན་བཞེད་དོན་བཙུག་ཁས་ལེན་པ། གཤམ་མ་ཐུ་ཙུ་ཙུ་གྱིས་རྒྱལ་ལོ། གཤམ་
ཏེ་དེ་ལྟར་ཚད་གྲུབ་ན། འོ་ན་འདི་ལ་ཚད་མིན་ཅི། རྒྱུས་བྱ་མང་དུ་སྦྱ་བ་ལ། བཞེད་པའི་
དོན་གཅིག་མེད་པ་མིན། རྗེས་པ་པོ་ལ་སྦྱ་གནས་པས། འདི་དངོས་རང་བཞིན་ནམ་འབྲས་
མིན། འདི་ལས་རྒྱུ་པར་བསྟོག་པས་ཀྱང་། འབྲུལ་བ་མེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ། རྗེས་བྱེད་
རྒྱུས་ཀྱིས་འབྲུག་པ་ནི། བརྗེད་བྱ་མཐོང་བས་བྱེད་ཅེ་ན། བན་ཚུན་དག་ནི་འགལ་བའི་
དོན། རྟེན་གཅིག་ལ་རྗེ་ལྟར་འབྱུང་། རྟེན་ན་ལྷང་དང་དངོས་པོ་རྒྱུས་། རྟོགས་པ་པོ་ཡི་
རྒྱུ་འགའ་ཡང་། མེད་ན་མི་འབྱུང་མི་འབྲུབ་ན། རྟེན་ལས་དོན་གང་ངེས་པ་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་
དེ་ནི་ལོག་ན་ཡང་། དངོས་པོ་མེད་པར་འབྲུབ་མི་འབྱུང་། རྟེན་ན་མེད་ངེས་འབྲས་བྱ་ཅན།
མི་དམིགས་པས་ནི་མི་འབྲུབ་པོ། རིག་བྱེད་ཚད་མ་དང་ནི་འགལ་བྱེད་སྦྱ། ལྷུས་ལས་ཆོས་
འདོད་དང་ནི་རིག་སྦྱས་དྲེགས། རྟེན་པ་གཞོན་ཕྱིར་གདུང་བ་ཚོམ་ཞེས་པ། ལྷུན་པོ་ཤེས་
རབ་འཆལ་བའི་རྟོགས་ལྡེ་ཡིན། ཚད་མ་རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་ཆོག་ལེ ལྷུར་བྱས་པ་ལས་རང་དོན་
རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ་ལེའུ་དང་པོའོ། །

ལེའུ་གཉིས་པ། ཚད་མ་གྲུབ་པ། ཚད་མ་བསྟུ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པར་
གནས་པ་ནི། མི་སྦྱ་སྦྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་། མདོན་པར་འདོད་པ་སྟོན་ཕྱིར་རོ། སྦྱ་བ་པོ་ཡི་
བྱེད་པའི་ཡུལ། དོན་གང་སྟོ་ལ་རབ་གསལ་བ། རྟེན་སྦྱ་ནི་ཚད་མ་ཉིད། དོན་གྱི་དེ་ཉིད་རྒྱ་
ཅན་མིན། གཟུང་བ་འཛིན་ཕྱིར་ཀུན་རྗེས་ནི། མི་འདོད་སྟོ་ནི་ཚད་མ་ཉིད། ལྷང་དང་དོར་
བྱའི་དངོས་པོ་ཡི། འབྲུག་ལ་དེ་གཙོ་ཡིན་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་རྒྱུ་ཅན་ནི་ཐ་དད་པས། སྟོ་ཡི་
རྟོགས་པ་ཐ་དད་ཕྱིར། རྟེན་ཡོད་ན་འདི་ཡོད་ཕྱིར་རོ། རང་ལས་རང་གི་ངོ་བོ རྟོགས། ཐ་
སྟོང་ལས་ནི་ཚད་མ་ཉིད། བཟུན་བཙོས་སྟོངས་པ་སྟོག་བྱེད་ཡིན། ཐ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་

བྱེད་ཀྱང་། རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་འོག་དུ། སྤྱི་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐོབ། རང་གི་མཚན་ཉིད་
མི་ཤེས་པ། ཤེས་པ་གང་ཡིན་ཞེས་དགོངས་ཕྱིར། རང་གི་མཚན་ཉིད་དབྱེད་ཕྱིར་རོ། དེ་
ལྟར་བཅོམ་ལྟར་ཚད་མ་ཉིད། མ་སྦྱས་པ་ནི་བསྒྲིག་དོན་དུ། སྤྱིར་པ་ཉིད་གསུངས་དེ་ཡི་
ཕྱིར། སྦྱབ་བྱེད་ལ་སྟོན་ཚད་ཡིན་རིགས། རྟོག་མ་རྟག་པ་ཉིད་ཡོད་མིན། དངོས་ཡོད་
རྟོགས་པ་ཚད་ཕྱིར་དང་། ཤེས་བྱ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས། དེ་ནི་མི་བརྟན་ཉིད་ཕྱིར་རོ། རིམ་
བཞིན་སྦྱོབ་ཅན་དག་ནི། རྟག་ལས་སྦྱོབ་མི་འཐད་ཕྱིར། སྟོན་པ་མི་རུང་བ་ཡི་ཕྱིར། རྣམ་
འགས་པན་གདགས་བྱ་མིན་ཕྱིར། མི་རྟག་ན་ཡང་ཚད་མེད་ཉིད། རྟོག་འཇུག་དབྱིབས་ཀྱི་
བྱེད་པར་དང་། དོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག། འདོད་པ་གྲུབ་པའམ་དཔེ་མ་གྲུབ། ཡང་ན་
ཐེ་ཚོམ་བ་བ་ཡིན། བྱིན་སྒྲབས་ཡོད་མེད་རྟེན་འཇུག་ཅན། དབྱིབས་སོགས་ཅི་འདྲ་རབ་
གྲུབ་པ། དེ་ལས་རྟེན་སྤྱད་དཔོག་གང་ཡིན། དེ་ནི་རིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཐ་དད་དངོས་ལ་
རབ་གྲུབ་པ། སྦྱོར་མཚུངས་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟེན་དཔོག་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོར་བའི་
རྟེན་ལས་མི་བཞིན་ནོ། དེ་ལྟར་མིན་ན་རྟེན་མཁན་གྱིས། བྱམ་པ་ལ་སོགས་འཇིམ་པ་ཡི། རྣམ་
འགྱུར་འགའ་ཞིག་བྱེད་པའི་ཕྱིར། སྟོན་ག་མཁར་ཡང་དེས་བྱས་གྲུབ་འགྱུར། བསྒྲུབ་བྱའི་རྟེན་
འགྲོ་ཕྱིར་འབྲས་བྲ། སྦྱིས་ཀྱང་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། འབྲེལ་པ་ཅན་ཉིད་ཐ་དད་ཕྱིར། ཐ་
དད་སྟོན་བརྟེན་འབྲས་མཚུངས་འདོད། རིགས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་གྲུབ་པ། སྦྱོར་ཡི་སྦྱོར་ནི་མཐོང་
བ་ལས། སྦྱབ་བྱེད་མི་རིགས་ངག་ལ་སོགས། སྟོན་ཉིད་ཕྱིར་རྟེན་རབ་ཅན་བཞིན། རྟོག་པར་
འདོད་པའི་གཞན་དབང་ཕྱིར། སྦྱོར་རྣམས་གང་ལའང་མེད་མ་ཡིན། དེ་ཡོད་པས་ནི་དོན་
གྲུབ་ན། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་ཐམས་ཅད་གྲུབ། འདིས་ནི་སེར་སྦྱུ་ལ་སོགས་ཀྱི། མི་རྟག་
སོགས་ཕྱིར་ཡང་སེམས་མེད། སོགས་དང་ཤུན་པ་བཤུས་ན་ནི། འཆི་ཕྱིར་སེམས་ལྟན་དབྱེད་
པ་ཡིན། དངོས་པོ་འདི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་ན། རྟོན་འདི་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་ཀྱང་། བྱེད་པར་གཞི་
བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོར་ཡི་རྣམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་བཞིན། སྦྱོར་མ་གྲུབ་ཀྱང་དངོས་པོ་ནི། གྲུབ་ན་
གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་དཔེར། བྱུག་པ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་པས། བྱུག་སོགས་སྦྱབ་བྱེད་བཤད་པ་

བཞིན། །དེ་ཉིད་འབྱུང་ལ་སོགས་ཡིན་ན། །སྒྲ་ནི་འབྱུང་བ་མེད་ན་ཡང་། །སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲིབ་ལྡན་
ཤེས་བྱ་སྟེ། །དངོས་ལས་དངོས་སོ་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། །འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་ལག་ལྡན་ཕྱིར། །རྩ་ཅན་
སྒྲུང་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་བྱེད། །འདི་ཡི་སྒྲ་ཡི་བཙུང་བྱ་ནི། །གྲགས་པ་ཡིན་གྱིས་བཙུང་འདོད་
མིན། །རི་ལྷོ་དངོས་དེ་རྒྱ་ཡིན་པ། །དེ་ལྷོ་དེ་ཉིད་གང་གི་ཆོ ། །རྒྱ་མིན་གང་གིས་དེ་ནི་
རྒྱར། །འདོད་ལ་རྒྱ་མ་ཡིན་མི་འདོད། །མཚོན་དང་སྒྲན་སོགས་འབྲེལ་བ་ལས། །ནག་པའི་མ་
དང་འབྲུབས་ཡིན་ན། །འབྲེལ་མེད་སྒྲོང་དུ་མ་ཅི་ཡི་ཕྱིར། །རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་རྟོག་མི་བྱེད། །རང་
བཞིན་བྱད་པར་མེད་པར་ནི། །བྱེད་པར་ཡང་ནི་མི་རུང་ངོ་། །རྟོག་ལ་སྒྲོག་པ་མེད་པའི
ཕྱིར། །རྣམས་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟོགས་པར་དགའ། །གང་དག་ཡོད་ན་གང་འགྱུར་ཉིད། །དེ་དག་
ལས་གཞན་དེ་ཡི་རྒྱ། །རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལ། །རྒྱ་རྣམས་སྒྲག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །རྒྱ་
གུ་སྒྲིབ་ལ་ས་ལ་སོགས། །རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་གྱུར་ནས་ནི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་ལེགས་བྱས་པ་
ན། །དེ་ཡི་བྱད་པར་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །ག །ལ་ཏེ་རི་ལྷོ་ཡུལ་དབང་སོ། །ཆོགས་པ་བྱད་མེད་སྒོ་
རྒྱ་ཡིན། །དེ་ལྷོ་འདི་ཡིན་ཞེ་ན་མིན། །དེ་ལས་བྱད་པར་ཡོད་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོ་སོ་སོར་རྣམས་
མེད་རྣམས། །རང་བཞིན་བྱད་པར་མེད་པས་ན། །ཆོགས་ཀྱང་རྣམས་པ་མེད་འགྱུར་བས། །དེ་
ཕྱིར་བྱད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སོ་སོར་གང་རྣམས་མེད། །ཆོགས་ན་ཡོ །ན་ཏན་སྤྱིད་འགྱུར་
བ། །དེ་དག་རྒྱ་ཡིན་དབང་སྒྲག་སོགས། །མ་ཡིན་བྱད་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཆོད་མ་སྒྲོག་གྱུར་
ངོན་ཤེས་ཡིན། །དེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། །ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ནི་ཁ་
ཅིག་རབ་དུ་བཙུང་། །མི་ཤེས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། །འབྱུང་པར་དོགས་བ་ཅན་རྣམས་
ཀྱིས། །དེས་བཤད་ནན་ཏན་བྱ་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་ལྡན་འགའ་ཞིག་ཆོལ་བར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་དེ་
ཡིན་བསྒྲུབ་བྱ་བ། །གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་དབྱེད་བྱའི། །འདི་ཡིས་སྤྱིན་བྱའི་གངས་མཁྱེན་
པ། །དེད་ལ་འགར་ཡང་ཉེར་མཐོ་མེད། །སྒྲུང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་དང་བཅས་
པ་རིགས་མཛད་པ། །གང་དེ་ཆོད་མ་ཉིད་འདོད་ཀྱི། །ཐམས །ཅད་རིགས་མཛད་མ་ཡིན་
མོ། །རིང་སོ་མཐོང་བའམ་མིན་ཡང་རུང་། །འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རིང་

མཐོང་ཚད་ཡིན་ན། རྩུ་ཤོག་བྱ་མོད་བརྟེན་པར་གྱིས། སྐྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྗེས་གོམས་ལས་
དེ། སློ་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། གོམས་པས་གྲུབ་པ་མེད་ཅེ་ན། ཁ་ཡིན་རྟེན་ནི་བཀག་
ཕྱིར་རོ། སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། འབྱུང་རྒྱུ་དབང་པོ་སློ་དག་ནི། རང་གི་རིགས་ལ་
སྟོས་མེད་ཅན། ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་མིན། ཏྲ་ཅད་ཐལ་ཕྱིར་མཚམས་སྦྱར་
པར། རྣམ་ཐུན་མཐོང་བ་གང་དེ་ལ། ཅི་ཞིག་ཡོད་འགྱུར་གང་མེད་པ། གང་གིས་ཕྱི་ནས་
མཚམས་སྦྱར་མེད། གང་དུ་རྟོད་གཤེར་ལ་སོགས་པ། སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི། ས་
སོགས་ཆ་དེ་འགའ་ཡང་མེད། རྟེན་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ས་བོན་བདག་ཤེས་ཕྱིར་དབང་སོགས་
རང་རིགས་ལ། སྟོས་པ་མེད་པར་འབྱུང་ཡིན་ན། ཇི་ལྟར་གཅིག་ནི་ཡོངས་འགྱུར་
བཞིན། ཀྱན་འགྱུར་བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། རྟེན་ལྡན་ལ་ལ་གཞོད་ན། ཡིད་སློ་ལ་
གཞོད་ཡོད་མ་ཡིན། འདི་བསྐྱུར་ན་ནི་དེ་དག་ཀྱང་། འགྱུར་བ་དག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན། རྟེན་
ཕྱིར་སློ་གནས་པ་ཡི་རྟེན། སློ་ཉིད་ལ་ནི་བརྟེན་པ་འགའ། རྟེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་
པས། རྟེན་ཕྱིར་སློ་ལས་དབང་པོ་ཡིན། རྟེན་འདྲའི་འཕེན་བྱེད་ཡོད་ཀྱུར་ན། བྱིས་ཀྱང་དེ་
འདྲར་འགྱུར་བ་ཡིན། རྟེན་ཡི་ཤེས་པས་ཕན་འདོགས་ཕྱིར་ར། ཡིད་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་
བཤད། གལ་ཏེ་དབང་པོ་མེད་པར་སློ། ཁ་ཡིན་དེ་ཡང་དེ་མེད་པར། རྟེན་ལྡན་ཕན་ཚུན་རྒྱ་
ཉིད་པས། རྟེན་ཕྱིར་ཕན་ཚུན་རྒྱ་ཅན་ཡིན། རིམ་ཅན་མིན་ལས་རིམ་ཅན་མིན། བྱུང་པར་
ཅན་མིན་སྟོས་པའང་མེད། ལུས་ལས་རིམ་གྱིས་སློ་འགྱུར་ན། རྟེན་ཡང་རིམ་པ་གསལ་བར་
བྱེད། སྐྱེ་དེ་ཅིག་ལྷ་མ་ལྷ་མ་ནི། སྐྱེ་དེ་ཅིག་རེ་རེ་སྦྲོན་མེད་དེའི། རྒྱ་ཡིན་དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་
རྒྱ། ཐམས་ཅད་ཆོ་ན་མཐོང་བ་ཉིད། ཐམས་ཅད་སེམས་ནི་སེམས་གཞན་དང་། མཚམས་སྦྱར་
བ་ལ་འགལ་ཅི་ཡོད། རྟེན་བཅོམ་སེམས་གང་ཡིན་དེ་ཡང་། གང་ལས་མཚམས་སྦྱར་མེད་
པར་འདོད། རྟེན་མས་མ་གྲུབ་དོན་ཅན་གྱི། སྐྱབ་མཐ རྟེན་རྗེས་སུ་འབྱུང་ངམ་ཅི། གལ་ཏེ་དེ་
རྒྱ་བལ་ཕྱིར་ན། རྟེན་ཉིད་འདིར་ནི་ཅིས་མ་བཟོད། རྟེན་སློ་བཞིན་དུ་འཛིན་འགྱུར་
ཕྱིར། རྟེན་པོ་བཅས་ལས་ཡིད་ཤེས་མིན། ཤེས་སྐྱེད་རྣམས་པ་ཐ་དད་ཕྱིར། ཀྱན་ལས་ཀྱང་

ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་མེད་ཉིད་ཕྱིར་གཞན་ལས་མིན། །རྒྱ་གཅིག་ཕྱིར་ན་ལྟན་ཅིག་
གནས། །དབང་བཞིན་གཟུགས་དང་རོ་བཞིན་ནོ། །དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་འགྱུར་བ་ཡིན། །དྲག་ཏུ་
དེ་ཡི་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །གང་ཞིག་ཡོད་པས་པན་འདོགས་བྱེད། །དེ་རྒྱ་དེ་ཕྱིར་བདུན་པ་
དང་། །སྦྱོར་ཕྱིར་ཞེས་ནི་བཤད་བ་ཡིན། །འགའ་ཞིག་ཆོ་ན་སེམས་རྒྱན་ལ། །པན་འདོགས་
བྱེད་པའང་ཡིན་སྟེ། །བུམ་སོགས་ལ་ནི་མེ་སོ གས་བཞིན། །དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ཚྭ་པ་
མིན། །ལུས་ནི་གནས་པ་ཉིད་ན་སེམས། །ཚྭ་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །དེ་ཡོད་ཡོད་
དང་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །དེ་ལས་འབྱུང་རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན། །རྒྱུ་འབྱེན་པ་དང་འདྲེན་པ་
ནི། །འབད་ཚོལ་མེད་པར་གང་ལས་ཡིན། །དེ་དག་ཡུལ་བྱུང་འགྲིབ་པ་ལས། །ལུལ་བྱུང་
འགྲིབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་དག་ལ་ཡང་ཐལ་བ་མཚུངས། །སེམས་རྒྱ་ཡིན་ན་མཚུངས་མ་
ཡིན། །གནས་པའི་འཕེན་བྱེད་གཞན་དག་ཀྱང་། །གང་ཕྱིར་རྒྱ་ནི་ཡིན་པར་འདོད། །གལ་ཏེ་
རྒྱ་བྱ་ལ་སོགས་བཞིན། །ཉེས་པས་མི་མཐུན་ལུས་རྒྱ་མིན། །ཤི་བས་ཉེས་པ་ཉམས་གྱུར་
ཆོ། །སྤར་ཡང་འཆོ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མེ་ནི་ཚྭ་ན་ཡང་། །ཤིང་གི་འགྱུར་བ་མི་ཚྭ་
བཞིན། །དེ་ནི་ཚྭ་པ་མེད་ཅེ་ན། །མ་ཡིན་གསོ་སྦྱར་ཡོད་ཕྱིར་རོ། །སྤར་མི་འབྱུང་བར་འགའ་
ཞིག་ནི། །ལ་ལར་འགྱུར་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །འགའ་ཞིག་ཚྭ་པ་ཡིན་ཕྱིར་དཔེར། །ཤིང་དང་
གསེར་ལ་མེ་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་རྒྱུང་ཡང་ཚྭ་པ་མིན། །སྤར་ཚྭ་རྒྱུང་བར་འགྱུར་བྱ ས་
གང་། །དེ་ནི་སྤར་ཡང་འབྱུང་འགྱུར་ཏེ། །གསེར་གྱི་སྤར་བ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །རྒྱུང་ཟད་གསོ་བྱ་
མིན་བརྗོད་པ། །འཆོས་བྱེད་རྟེན་པར་དཀའ་ཕྱིར་རམ། །ཆོ་ཟད་ཕྱིར་རོ་ཉེས་འབའ་
ཞིག་ །ཡིན་ན་གསོ་མིན་མེད་པ་གཉིས། །ཤི་བའི་དུག་སོགས་ཚྭ་ཕྱིར་རམ། །དེ་ཡི་སོས་ཟེན་
བཅད་ལས་ཀྱང་། །འགྱུར་བའི་རྒྱ་དང་བལ་བས་ན། །དེ་ཅིས་སྤར་ཡང་འཆོ་མི་འགྱུར། །ཉིར་
ལེན་འགྱུར་བ་མེད་པར་ནི། །ཉིར་ལེན་ཅན་དག་འགྱུར་བར་ནི། །བྱེད་པར་མི་རུས་དཔེར་
འཇིམ་པ་འགྱུར་བ་མེད་པར་བུམ་སོགས་བཞིན། །དངོས་གང་འགྱུར་བ་མེད་པར་ནི། །དངོས་
པོ་གང་ཞིག་རྣམས་འགྱུར་བ། །དེ་དེའི་ཉར་ལེན་མི་རིགས་ཏེ། །བ་སྤང་བ་མེན་ལ་སོ གས་

བཞིན། ཁེམས་དང་ལུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་རྒྱ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ལས། སྐྱེ་བའི་འབྲས་བུ་
ལྷན་ཅིག་གནས། ཁེ་དང་ཟངས་མའི་ཁྱ་ཉིད་བཞིན། ཡོད་མེད་དག་ལ་རྟེན་མེད་ཕྱིར། ཁ་
ཡིན་ཡོད་པའི་གནས་རྒྱ་ནི། རྟེན་ཡིན་ཞེས་ན་འདི་རྟེན་མེད། གནས་པ་པོ་ལས་གཞན་མིན་
ཕྱིར། གཞན་ཡིན་ན་ཡང་དེ་རྒྱ་ཉིད། དེས་ནི་དངོས་པོ་ཅི་ཞིག་བྱས། འཇིགས་པ་མེད་པར་
ཐལ་བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་དེ་འཇིག་རྒྱ་ལས་འདོད། དེ་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པ་
ཡིན། གནས་པའི་རྒྱས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་བྱས། གལ་ཏེ་འཇིག་རྒྱ་ཕྱད་པར་དུ། དེས་གནས་
འཇིག་པ་དངོས་ཆོས་ཉིད། ཡོད་པ་འདི་གཞོད་མེད་ཕྱིར་དང་། གནས་པའི་རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་
བྱ། གལ་ཏེ་དབེར་ན་རྒྱ་སྒྲགས་ཀྱི། རྟེན་བཞིན་ཞེ་ན་འདི་ལའང་མཚུངས། དངོས་རྣམས་
སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ནི། འཇིག་ན་དངོས་རྒྱན་དེ་ལྟ་བུར། སྐྱེ་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་རྟེན་ཡིན། དེ་ལྟ་
མིན་ན་རིགས་མ་ཡིན། འཕོ་བ་ཡིས་ནི་གོགས་བྱེད་ཕྱིར། རྒྱ་སྒྲགས་ཀྱི་ནི་རྟེན་འགྱུར་
ཀྱི། འགོ་བ་མེད་ཅན་ཡོན་ཏན་སྟེ། ལས་རྣམས་ལ་ནི་རྟེན་ཅི་དགོས། འདིས་ནི་འཕྲོད་པ་
འདུ་བ་དང་། འཕྲོད་པ་འདུ་བ་ཅན་རྒྱ་དང་། རིགས་ལ་སྒྲགས་པ་རྣམ་གནས་ཉིད། རྟེན་
མེད་ཕྱིར་ན་གསལ་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་གཞན་ལས་དངོས་འཇིག་ན། དེ་ཡི་གནས་རྒྱས་ཅི་ཞིག་
བྱ། དེ་གཞན་མེད་པར་འཇིག་ན་ཡང་། གནས་པའི་རྒྱ་རྣམས་རྒྱས་མེད་ཡིན། རྟེན་བཅས་
ཐམས་ཅད་གནས་ལྡན་དང་། སྐྱེ་བ་ཅན་ཀྱན་རྟེན་བཅས་ཡིན། དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་ནི། འགའ་ཞིག་ཆོ་ནའང་འཇིག་མི་འགྱུར། གལ་ཏེ་རང་འཇིག་དང་ཚུལ་བདག་ཡིན་
ན་དེ་གནས་བྱེད་གཞན་གང་། གལ་ཏེ་རང་འཇིག་དང་ཚུལ་བདག་མིན་ན་དེ་གནས་བྱེད་
གཞན་གང་། ལུས་ཀྱི་ཕུལ་བྱུང་འགྲིབ་མེད་པར། སྒོ་ཡི་བྱེད་པའི་བྱུང་པར་གྱིས། ཤེས་རབ་
ཁ་སྒྲགས་ཕུལ་བྱུང་དང་། འགྲིབ་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། འདི་ནི་མར་མའི་འོད་ལ་
སྒྲགས། རྟེན་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། དེ་ལས་ཀྱང་འདི་བྱུང་འགྱུར་ཏེ། ཁེམས་ལ་པན་
འདོགས་མེད་པར་མིན། འགའ་ཆོ་ཆགས་སྒྲགས་རྒྱས་སྒྲགས་ཀྱི། འཕེལ་བ་བདེ་སྟག་ལས་
སྐྱེས་ཡིན། དེ་ཡང་ཁམས་སྟོམས་ལ་སྒྲགས་པ། རང་གི་དོན་ནི་ཉེ་བ་ལས། འདིས་ནི་འདུས་

པ་ལ་སོགས་པ། དྲན་པ་ཉམས་སོགས་བཤད་པ་ཡིན། རང་དོན་བྱད་པར་ལས་སྐྱེས་
པའི། སྒོས་ནི་འགྱུར་བར་བྱེད་ཕྱིར་རོ། དཔེར་རྒྱུད་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་ལ། སྐྱག་ཉིད་དང་
ནི་བྲག་ལ་སོགས། མཐོང་པ་དང་ནི་མཐོང་བ་ལས། མཐོངས་པ་ལ་སོགས་འབྱུང་འགྱུར་
བཞིན། དེ་ཕྱིར་ངེས་པར་གང་ཉིད་ཀྱི། འདུ་བྱེད་ཀྱིས་ནི་རྗེས་འཇུག་པའི། སེམས་ནི་དེ་
མེད་མི་འབྱུང་བ། དེ་ཕྱིར་སེམས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། ཇི་ལྟར་སེམས་ལ་བརྟེན་བྱས་
ནས། མོས་སོགས་འདུ་བྱེད་སེམས་ལ་ནི། དུས་གསལ་ཐ་དད་མེད་པའི་བྱེ ར། དེ་ལྟར་ལྷས་
ལ་ཡོན་ཏན་འགྱུར། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས། སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་བཀྱི་མིན་
པར། བདེ་སྐྱག་དེར་ཐོབ་འདོད་པས་ན། དམན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན། སྐྱག་བསྐྱེལ་
ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྒོ་དང་། སྤེད་པ་ཀུན་ནས་འཆིང་བ་ནི། སྐྱེ་རྒྱ་གང་ལ་དེ་མེད་པ། དེ་ནི་སྐྱེ་
བར་མི་འགྱུར་རོ། གཤམ་ཏེ་འགྲོ་འོང་མ་མཐོང་ན། དབང་པོ་མི་གསལ་ཕྱིར་མ་
མཐོང་། དཔེར་ན་མིག་མི་གསལ་བ་ཡིས། དུ་བ་རྒྱུད་ཏེ་མི་མཐོང་བཞིན། ལྷས་ཅན་ཡིན་
ཡང་སྤྱ་བའི་བྱེར། འགའ་ཞིག་ལ་ལར་ཐོགས་མེད་དེ། རྒྱ་བཞིན་གསེར་ལ་དདུལ་རྒྱ་
བཞིན། མ་མཐོང་ཕྱིར་ན་མེད་པ་མིན། ལག་སོགས་གཡོ་ན་ཐམས་ཅད་དག གཡོ་བར་
འགྱུར་ཕྱིར་འགལ་བ་ཅན། ལས་ནི་གཅིག་ལ་མི་རུང་ཕྱིར། གཞན་དུ་ཐ་དད་གྲུབ་པར་
འགྱུར། གཅིག་བསྐྱེལས་པ་ན་ཐམས་ཅད་དག བསྐྱེལས་པར་འགྱུར་བའམ་མ་བསྐྱེལས་
ན། མཐོང་འགྱུར་གཅིག་ཆོན་གྱིས་བསྐྱུར་ན། བསྐྱུར་བའམ་མ་བསྐྱུར་རྟོགས་པར་
འགྱུར། དེ་ཕྱིར་ཆོགས་པ་གཅིག་ཡོད་མིན། དུ་མ་ཉིད་ན་ལྷ་མ་བ ཞིན། བྱད་མེད་ཕྱིར་དང་
སྤྱ་རབ་ཕྱིར། རྟོགས་མིན་ཞེ་ན་བྱད་མེད་པར། མ་གྲུབ་བྱད་པར་ཅན་རྣམས་ནི། དབང་
ཡུལ་དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱན་མིན། འདིས་ནི་སྐྱེབ་བྱེད་ལ་སོགས་པ། མེད་པ་དག་ཀྱང་བསལ་བ་
ཡིན། དདུལ་རྒྱ་གསེར་དང་འདྲིས་པའམ། རྫོ་ཆོན་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་སྤང་། དབང་སོགས་
སོ་སོར་རུས་མེད་རྣམས། རྟོགས་པ་དག་ནི་ཇི་ལྟར་ཡིན། ལྡན་ལས་ཞེ་ན་འདིར་ཐལ་
མཚུངས། གཤམ་ཏེ་གསེར་དང་དདུལ་རྒྱ་ནི། ལྡན་པས་སྤང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། རྟེན་མཐོང་མེད་

བར་གང་ལས་རྟོགས། རྟོག་ལས་ལ་སོགས་ལྟ་བུར་འགལ། གཤམ་ཏེ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་
 ལས། འདྲོད་ན་སྒྲོ་ཐ་དད་པར་འགྱུར། རྩི་ལྟར་འབྲེང་རིང་ཞེས་བྱུར་འགྱུར། རྩི་ལྟར་རང་
 གི་ངོ་བོ་དང་། བརྩོད་པ་དག་ལས་ཐ་དད་པར། གྲངས་ལྟར་ལས་ལ་སོགས་པ་ཡི། རྩི་བོ་སྒྲོ་
 ལ་མི་སྤང་ངོ་། སྒྲོ་ཤེས་དངོས་པོ་ཐ་དད་པའི། རྩིས་འབྲང་རྣམ་རྟོག་བཏགས་དོན་
 ཅན། འདེམ་ན་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ། ཞིག་དང་མ་སྐྱེས་དག་ལ་བཞིན། གཤམ་ཏེ་འདིར་ནི་
 བཏགས་འདྲོད་ན། རྩུ་མཚན་གང་གི་ས་དེ་འདྲོད་པ། རྩི་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། རྩི་
 དག་གི་རྩུ་མཚན་མི་འདྲོད། གཤམ་ཏེ་ཀུན་ལ་ཉེར་བཏགས་མིན། ཐ་དད་བྱུང་པར་གཙོ་བོ་
 ཞེས། བྱ་ཉིད་གང་ལས་ཐ་དད་པ། མེད་ལ་ཐ་དད་དོན་མེད་ན། རྩི་གཞན་རྩུ་མཚན་
 ཅན་མིན་ཡང་། འདུལ་ལ་སོགས་པ་གྲངས་སོགས་དང་། རྩན་པའི་སྒྲོ་ནི་རྣམ་གྲངས་
 མིན། གཤམ་ཏེ་དེ་ལའང་དོན་གཞན་ན། ཡོན་ཏན་རྩིས་ནི་བྱུང་མེད་འགྱུར། རྩི་གཞན་
 མིན་ཡང་སྒྲོ་བ་ཡི། འདྲེ་བས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། ལས་རྩིས་མིན་པའི་སྒྲོ་བཞིན་ནོ། རྩིས་
 པོ་བརྩོད་པའི་སྒྲོ་རྣམས་ཀྱིས། གྲངས་སོགས་དེ་དང་ལྟར་པ་ལས། ཐ་དད་བཞིན་དུ་བརྟན་
 གང་དེའང་། རྩིས་གཞན་བྱུང་པར་བྱེད་པ་ཡིན། རྩི་ཅམ་ཤེས་པར་འདྲོད་པ་ལ། གཞན་
 ཀུན་འཕངས་བ་མེད་པར་ནི། ལ་ལར་སོར་མའི་ལྟར་པ་ཞེས། ཐ་དད་རྩིས་བཞིན་རྩོད་པར་
 བྱེད། རྩི་གཅིག་བརྩོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ནི། འཕེན་ཕྱིར་སོར་མའི་ལྟར་འགྱུར་ཞེས། རྩིས་
 ཅན་བརྩོད་པར་གྲགས་ཡིན་ཏེ། རྩི་ལྟར་བརྟན་ནི་བྱས་པ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་སོགས་ལྟར་པར་
 བྱུང་པར་ནི། རྩིས་བས་དེ་མཚུངས་འབྲས་བུ་ཡི། རྩུ་མིན་པ་ནི་རྣམ་གཅོད་ལ། རྩིས་པའི་སྒྲོ་
 ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། རྩིས་ན་བྱས་པ་གཤམ་ཏེ་སོགས་ལྟར་པར་ཞེས། གཞི་གཅིག་པ་ཅན་སྒྲོ་མ་
 ཡིན། རྩིས་ན་འདི་ནི་རིགས་དང་ནི། རྩིས་པ་བརྩོད་པའི་བྱུང་པར་ཡིན། རྩི་སྒྲོ་ཡན་ལག་
 ཏུ་བྱས་ཏེ། རྩིས་པ་ཡི་ནི་གཤམ་ཏེ་སོགས་ལྟར་པར་ཞེས། རྩི་རྣམས་བྱུང་པར་སྒྲོ་བུ་གས་
 འདིས་གཞན་ལའང་བརྩོད་པར་བྱ། མ་ལྟར་རྩུ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། ཡན་ལག་གཅིག་དང་བྲལ་
 བའང་མིན། རྩི་རྩི་རྣམས་པ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། ཞིག་ཅར་མང་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར། རྩི་མ་

ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །འབྱུང་རྒྱུ་དག་ནི་ངེས་བྱེད་མིན། །གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་མང་
གསལ་འགྱུར། །དེ་རྒྱ་རྟག་དུ་ཉེ་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དུ་མའི་རྒྱ་མིན་ན། །རིམ་གྱིས་ཀྱང་མིན་
བྱུང་མེད་ཕྱིར། །དབྱུགས་གཅིག་ལ་ཡང་དོན་དུ་མ། །འཛིན་ཕྱིར་དེ་ལས་ངེས་མ་ཡིན། །དུ་མ་
སློ་གཅིག་གིས་ཤེས་ན། །དེ་ནི་ཅིག་ཅར་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་རིམ་གྱིས་
ཀྱང་། །མི་འགྱུར་བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། །རང་རིགས་མིན་པའི་དུས་ཅན་གྱི། །དབྱུགས་ཀྱི་
སྐད་ཅིག་མང་པོ་དག་གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་སེམས་ཉིད་ཀྱི། །རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་རྟོགས་བྱེད་ན། །གོ་
རིམས་ལྡན་པའི་རྒྱ་མེད་པར། །དེ་དག་རིམ་ལྡན་རིམ་ལྡན་འགྱུར། །རང་རིགས་ལྡན་མ་རྒྱ་ཉིད་
ན། །དང་པོ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་ཡིན། །དབྱུགས་འབྱུང་ཐ་དང་
ཡུལ་ཅན་ཕྱིར། །ཡོད་ཀྱང་དུ་མ་ཉིད་དུ་ངེས། །དེ་ཕྱིར་སློ་ནི་ཅིག་ཅར་སྟེ། །གལ་ཏེ་དུ་མའང་
གཅིག་དུས་ཅན། །སེམས་གཅིག་གི་ནི་རྒྱ་ཡིན་ན། །དབྱུགས་རྒྱ་ཞན་པ་ལ་སོགས་སུ། །གཅིག་
མ་ཚང་ནའང་མི་འབྱུང་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་རིམ་ལྡན་རྒྱ་ཡིན། །ཤེས་པ་ལ་ཡང་བྱུང་ཡོད་
འགྱུར། །གང་ཞིག་གང་གི་ཐ་དང་ལས། །ཐ་དང་མིན་དེ་དེ་འབྲས་མིན། །རྣམ་ཤེས་རྒྱས་པ་
ངེས་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་ནི་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །རྣམ་ཤེས་དོན་གཞན་ཆགས་པ་ཡིས། །རྒྱས་
མེད་དོན་གཞན་མི་འཛིན་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་ལྷས་ལས་ཅིག་ཅར་སྟེ། །སྟེས་ཤིང་ཕྱིས་ནི་རང་རིག་
ལས། །ངེས་ན་ལྷས་ཀྱིས་རྒྱས་པ་ནི། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཚྭ་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ལྷས་ནི་ཚྭ་པ་
ན། །རྟེན་མིན་ཕྱིར་ན་སེམས་འབའ་ཞིག་གནས་འགྱུར་ཞེ་ན་གལ་ཏེ་དེའི། །རྒྱ་འཇུག་ཐོབ་
ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་རྒྱན། །གནས་རྒྱ་ཡན་ལག་མི་འགྱུར་ན། །ཚེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་ལ། །ལྷས་
གཞན་སྟེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། །དེ་ཡི་ཡན་ལག་དངོས་པོ་དང་། །རྒྱ་ཉིད་འགོག་ལ་མི་
དམིགས་པ། །ངེས་འབྱེད་མིན་པར་རབ་དུ་བཤད། །དབང་སོགས་ཀྱང་ནི་སྟག་ལྡན་
ཡིན། །དབང་པོ་སྟེ་མ་རང་རིགས་ལས། །རྒྱས་པ་དག་ནི་མཐོང་བ་ཡིན། །འགྱུར་བ་མཐོང་
ཕྱིར་གཞན་དང་གཞན། །སྟེ་བ་དག་ཀྱང་འགྲུབ་པ་ཉིད། །གལ་ཏེ་ལྷས་ལས་དེ་སྟེ་ན། །སྟེ་མ་
བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །སེམས་ལ་ས་ཞེ་ན་ལྷས་གཞན་ཡང་། །འདི་ཉིད་ལས་ནི་སྟེ་བར་

འགྱུར། རྟེན་ན་རྒྱ་དང་བྲལ་པའི་ཕྱིར། བ་མ་ཡི་ནི་སེམས་རྣམས་ཀྱི། མཚམས་སྦྱར་མེད་
པ་མིན་དེའི་ཕྱིར། རྟེན་འདྲའི་སྐྱབ་བྱེད་ལྷན་ལྡན་འདོད། གོམས་ལས་བྱུང་པར་འགྱུར་ན་
ཡང་། མཚའས་དང་རྒྱ་ཡི་དྲོད་བཞིན་དུ། རང་བཞིན་ལས་འདས་མིན་ཞེ་ན། བྱས་ཏེ་གལ་
ཏེ་སྐར་ཡང་ནི། འབད་རྩྱལ་ལ་ནི་སྟོས་འགྱུར་རམ། རྟེན་མི་བརྟན་པ་ཉིད་འགྱུར་ན། བྱུང་
པར་དག་ནི་མི་འཕེལ་ན། རང་བཞིན་དེ་འདྲའང་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་པ་ལ་འདོགས་ལུས་པ་
རྣམས། བྱུང་པར་བྱི་མ་དག་ལ་ནི། སྐྱབ་པའི་ལུས་པ་མེད་ཕྱིར་དང་། རྟག་ཏུ་རྟེན་གནས་
མ་ཡིན་ཕྱིར། བྱུང་པར་འཕེལ་ཡང་རང་བཞིན་ཉིད། མིན་ཕྱིར་གང་ཆོ་བྱས་གྱུར་པ། ཡང་
རྩྱལ་ལ་སྟོས་མི་འགྱུར་ན། རྩྱལ་གཞན་བྱུང་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། སེམས་ལ་བརྩེ་སོགས་
གོམས་སྦྱེ་བ། རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་འགྱུར་ཏེ། མེ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་དག་དང་། དུལ་
རྒྱ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན། རྟེན་ཕྱིར་དེ་དག་ལས་སྦྱེས་ཏེ། རྩྱལ་ཉིད་སྦྱེས་ཡོན་ཏན་
མིན། རྟེན་ན་རྩྱལ་བ་བྱི་མ་དང་། བྱི་མ་བྱུང་པར་བྱེད་པ་ཡིན། གང་ཕྱིར་རིགས་མཐུན་ལྷ་
མ་ཡི། ས་བོན་ལས་ནི་འཕེལ་བ་ཅན། བརྩེ་བ་ལ་སོགས་སྟོན་དེ་དག་གོམས་པར་གྱུར་ན་གང་
ལ་གནས། རྟེན་ལ་མཚའས་ཉིད་ལ་མཚའས་མིན། རྟེན་རྒྱ་སྟོབས་དང་འབད་རྩྱལ་དག་ལུས་
པ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། མཚའས་པ་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན། རྟེན་ནི་དང་པོ་བྱིས་ཉིད་
དུ། མཚའས་མིན་ལུས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར། རྩྱལ་བས་རིམ་གྱིས་མི་མཐུན་པ། བསལ་ན་
རང་སྟོབས་ཉིད་དུ་གནས། བརྩེ་རང་ས་བོན་ལས་བྱུང་བ། གལ་ཏེ་རང་ས་བོན་རྒྱ་ཅན། མི་
མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱིས་གཞོན་མེད་ན། སེམས་ལ་དེ་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར། འདི་ལྟར་གོམས་པ་
ལྷ་མ་དང་། ལྷ་མའི་སེམས་ཆོས་བརྩེ་བ་དང་། ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོགས་གཞན་དག་གི། གསལ་
བ་ཡི་ནི་རྩ་བ་ཡིན། གོམས་ལས་བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ། ཆགས་བྲལ་ཆགས་དང་ཡིད་ལོག་
བཞིན། བརྩེ་ལྷན་སྐྱུག་བསྐྱལ་གཞོན་པའི་ཕྱིར། ཐབས་རྣམས་ལ་ནི་མངོན་སྦྱོར་
མཛད། ཐབས་བྱུང་དེ་རྒྱ་སྟོན་གྱུར་པ། རྟེན་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། ལུང་དང་རིག་པས་
རྣམ་དཔྱད་པ། ལྷན་བསྐྱལ་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་པར་གྱིས། ལྷན་བསྐྱལ་རྒྱ་དང་དེ་མི་རྟག་ལ་

སྐྱུ་ལྟ་བུ་ལྟོགས་པར་མཛད། ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟོགས་ན། འབྲས་ལྟོག་གཟིགས་
པ་མེད་ཕྱིར་རོ། ཁྱེད་ཀྱི་ལྟོགས་ཕྱིར་དེ་ཡི་ནི། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་བརྟག་པ་མཛད། རྒྱུ་ཡི་ངོ་
བོ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁྱེད་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱང་ངེས་འགྱུར། བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་
བྱས་པ། འདུས་བྱས་སྦྱོང་ཡུལ་ཅན་ཆགས་ནི། རྒྱུ་ཡིན་དེ་ཡི་གཞོན་བྱེད་ནི། བདག་མེད་
མཐོང་བ་འགལ་བ་ཡིན། རྣམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་པོ། ཡུན་རིང་དུས་སུ་གོམས་པ་
ལས། ཁྱེད་ལ་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དག རབ་དུ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཁྱེད་ན་ཐུགས་ཀྱང་
གསལ་བའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ཡི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་ཡིན། ཐུབ་ཆེན་གཞན་དོན་འཇུག་ཅན་
གྱི། བསེ་རུ་ལ་སྐྱུ་ལྟོགས་བྱུང་འདི་ཡིན། ཁྱེད་དོན་ཕྱིར་ན་ཐབས་གོམས་པ། ཁྱེད་ཉིད་སྦྱོན་པ་ཡིན་
པར་འདོད། ཐུབ་ལས་དང་པོ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པོ་འདི་ནི་རྒྱ་རུ་བཤད། རྒྱ་སྤངས་
ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་གཤེགས། ཉིད་ཡིན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆེན་མོན་ཕྱིར། ལྷགས་ཡིན་དེ་ནི་
བདག་མེད་པ། མཐོང་བའམ་སྦྱོར་བ་ལས་ཡིན་ལོ། སྦྱོང་དང་སྦྱོན་ནི་ཀུན་འབྱུང་དག སྦྱར་
ཡང་ལྟོག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན། བདག་ལྟའི་ས་བོན་སྤངས་པའི་ཕྱིར། སྦྱར་མི་གཤེགས་ས་པ་
ཉིད་ཡིན་ལོ། ཁྱེད་བདེན་ཐ་དད་བདག་ཉིད་ཀྱིས། ལྷགས་ངག་སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་
ལེན། ཉོན་མོངས་མེད་དང་ནད་མེད་དང་། ལམ་བཤད་མི་གསལ་ཉིད་ལྷགས་ཡིན། གོམས་
ཕྱིར་མ་ལྷགས་སྤངས་པ་ཉིད། ཁ་ཅིག་སྤྱོད་སྐྱུ་ལྟོགས་ཕྱིར་ན་སྦྱོན། ཟད་མེན་ཞེས་ཟེར་འདི་ལྟོག་
ལ། ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་དེ་ཕྱིར་འབྱུལ། ལྟག་ཉིད་ཕྱིར་རམ་ཐབས་མེད་ཕྱིར། ཡང་ན་ཐབས་ནི་མི་
ཤེས་ཕྱིར། སྦྱོན་རྣམས་མི་ཟད་པ་ཉིད་ཅེས། བྱ་བར་ཡོངས་སུ་རྟོག་གང་ན། རྒྱུ་ཡོད་ཕྱིར་
དང་རྒྱུ་ཡི་ནི། གཉེན་པོ་གོམས་པས་ཟད་ཕྱིར་དང་། རྒྱུ་ཡི་རང་བཞིན་ཤེས་པ་ཡིས། ཁྱེད་
ཤེས་པ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན། སྦྱོབ་པ་ཉིད་གཟིགས་ལམ་གསུངས་པ། འབྲས་མེད་ཕྱིར་ར་ན་
བརྒྱན་མི་གསུང་། ཐུགས་བརྩེ་ཐུན་ཕྱིར་ཚོམ་ཀུན་ཡང་། གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱོར་ཕྱིར་རོ། ཁྱེད་
ཕྱིར་ཚད་ཡིན་ཡང་ན་སྦྱོབ། བདེན་པ་བཞི་ནི་སྦྱོན་མཛད་པའོ། ཐུགས་བསྐྱེད་འཁོར་བ་ཅན་
ལུང་པོ། གོམས་ལས་འདོད་ཆགས་སྐྱུ་ལྟོགས་གསལ་བ། མཐོང་ཕྱིར་འདོད་རྒྱལ་ཉིད་མེན་

ཏེ། རྒྱ་མེད་སྐྱེ་བ་འགལ་ཕྱིར་རོ། །འབྲུལ་ཕྱིར་རྒྱུང་སྐགས་ཆོས་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་
འདྲེས་པའི་ཕྱིར། རྒྱུན་མེད་ཅེ་ན་དེ་ཡི་ཆོས། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་ཅིས་མ་མཐོང་། །ཐམས་
ཅད་འདྲོད་ཆགས་མཚུངས་པར་ནི། །ཐལ་ཕྱིར་ཀུན་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན། །གཟུགས་སྐགས་བཞིན་
རྒྱུན་མེད་ཅེ་ན། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་བྱུང་པར་ཅན། །ལས་རྣམས་བདག་པོ་མ་ཡིན་ན། །དེར་ཡང་
ཚྱོད་པ་མཚུངས་པ་ཡིན། །ཆགས་སྐགས་རང་བཞིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ཆོས་ཡིན་པར་ཡང་
འདྲོད་ན་གོ། །རྣམས་མེད་རང་བཞིན་མེད་པས་ན། །འབྲས་བུ་མི་མཚུངས་གང་ལས་
ཡིན། རྒྱུན་རྣམས་བྱུང་པར་ཡོད་ན་ཡང་། །བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་མ་གྲུབ་ཉིད། །མ་ཡིན་ཐམས་
ཅད་འགྱུར་བ་ཡིས། །འགྱུར་ཕྱིར་ཀུན་ལས་སྐྱེ་བའང་མིན། རྒྱ་ནི་འཕེལ་བར་གྱུར་བ་
ན། །འབྲས་བུ་འགྲིབ་བར་མི་རུང་སྟེ། །ཆ་བ་སྐགས་བཞིན་ཆགས་སྐགས་ཀྱི། །འགྱུར་བ་བདེ་
སྤྱག་ལས་སྐྱེས་ཡིན། །ཆ་མི་མཉམ་སྐྱེས་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས། །གལ་ཏེ་འདྲོད་ཆགས་མི་སྐྱེད་
ན། །ཅིས་སྐྱེད་སྐྱོས་ཤིག་ཆ་མཉམ་ལས། །ཁུ་འཕེལ་དེ་ལས་འདྲོད་ཆགས་ཡིན། །ཆ་མི་ན་
མཉམ་ལ་ཆགས་ཅན་མཐོང་། །གཞན་ནི་ཆ་མཉམ་ན་ཡང་ཡིན། །གཞན་ནི་ཟད་ནས་ཁྲག་
འཇོག་ཀྱང་། །བྱུང་མེད་གཅིག་ལ་ཁུ་ངེས་མེད། །དེ་གཅིག་ལ་ཆགས་དྲག་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་
གཟུགས་སྐགས་ཀྱང་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཀུན་མ་ངེས་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པ་མེད་པར་འབྱུང་
བའང་མིན། །ཡོན་ཏན་མི་འཛིན་པ་ལའང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་མི་འཛིན་དེ་ཡང་། །ཡན་
ལག་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །ཡོན་ཏན་འཛིན་པ་ཅན་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་
རོ། །གནས་སྐབས་གང་ལ་ཆགས་ཅན་འདྲོད། །དེ་འདྲ་ཞེ་སྤང་ཅན་མི་འགྱུར། །དེ་གཉིས་ངོ་
བོ་མི་མཚུངས་ཕྱིར། །འདི་ལ་ངེས་པར་མཐོང་བའང་མེད། །གང་གི་འདྲོད་ཆགས་ལ་སྐགས་
པ། །རིགས་མཐུན་བག་ཆགས་བྱུང་པར་ལ། །རག་ལས་པས་ནི་འཇུག་འགྱུར་བ། །དེ་ལ་རྒྱུན་
འདིར་ཐལ་བ་མེད། །འདིས་ནི་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་བཀག་རྟེན་ཡང་བཀག་པ་ཉིད་ཕྱིར་
རོ། །དཀར་པོ་ལ་སྐགས་ས་སྐགས་ལ། །བརྟེན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་རྟེན་སྤྲེལ་ཡང་རྒྱ་དོན་
ནས། །ཡང་ན་རང་གི་རྟེན་དག་དང་། །དབྱེར་མེད་པར་ནི་གནས་པའི་ཕྱིར། །རྟེན་ཡིན་

གཞན་དུ་འཐད་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་རྒྱས་པ་བཞིན། དབྱེར་ཡོད་ཅེ་ན་དངོས་པོ་
ལས། རྒྱས་པ་དོན་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན། དངོས་པོ་འཇིག་འགྱུར་རྟེན་ཆད་པར། གནས་ན་
རྟེན་པ་འཇིག་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་མཚུངས་ཞེ་ན་མིན། ལྷང་བ་ཐ་དད་ཅན་རྟོགས་
པས། འབྱུང་སེམས་ཐ་དད་ཉིད་ཕྱིར་རོ། ཇི་ སྤྱིད་ལྷས་ནི་འགྱུར་བར་དུ། གཟུགས་སྒྲིམ་
བཞིན་དུ་ཡོད་པོ་། མཚུངས་འགྱུར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི། རྟོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཉིད་
གང་། གང་ཆེ་ལྷས་ལ་སྟོན་མེད་པར། ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་གིས། བག་ཆགས་
སད་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ། དེས་ན་འགའ་ཞིག་ལས་འགའ་ཡིན། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་
ཀྱི། ཉེར་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འགྱུར། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། རྣམ་ཤེས་རྒྱས་
ལྡན་ཕྱིར་འདོད་ན། ཆ་སྒྲིམ་ཅེ་ན་སྤང་ཆེན་བརྒྱ། སྟོན་ཆེ་མ་མཐོང་ཡོད་དོ་ཞེས། དེ་སྤྱིད་
གངས་ཅན་ཕྱགས་ལས་གཞན། རྟོན་མཚར་བཅས་པ་སུ་བརྗོད་ཚུལ། རྒྱ་ནི་ལན་བརྒྱར་རྣམ་
ཕྱེ་ཡང་། རྟོན་གང་ཞིག་སྤང་གྱུར་པའི། རྟོན་དེ་ནི་ལྷར་མི་སྤང་། ཇི་ལྷར་དེ་ནི་ཡོད་པར་
འགྱུར། ལྷ་ན་མེད་པ་འབྱུང་བ་ལས། ཆགས་སྒྲིམ་དེས་མེད་ཐལ་བར་འགྱུར། འབྱུང་བའི་
བདག་ལས་མ་འདས་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཀུན་ཆགས་སྒྲིམ་ལྡན་ན། ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་
མཚུངས་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་འབྱུང་བྱུང་ལས་ཡིན་ན། འབྱུང་རྣམས་སྟོག་ཆགས་བྱུང་མེད་
ཀྱང་། བྱུང་པར་འདི་རྟེན་གང་ཡིན་པ། དེ་ནི་སྤུལ་བྱུང་འགྲིབ་པ་བཞིན། དེ་ཡོད་པ་ལས་
དེ་མེད་འགྱུར། གལ་ཏེ་ཆགས་སྒྲིམ་ཐ་དད་ཀྱང་། རྒྱ་མཚུངས་བདག་ཉིད་མི་སྟོག་
ཕྱིར། མིན་ན་བདག་ཉིད་འདྲ་རྒྱུ་ཕྱིར། ཀུན་ལ་འདོད་ཆགས་འདྲ་བར་འགྱུར། མཚུངས་
བདག་ལས་བྱུང་བ་སྤང་གི། ཤེས་པའང་འདིར་ཡང་སྒྲིམ་ལ། སྟོག་ཆགས་ཉིད་སྒྲིམ་
བྱུང་པར་གྱི། རིམ་པ་ལ་ལར་ཡོད་མ་ཡིན། རྟོན་ལྷ་བྱུང་པར་ཡོད་ན་ཡང་། རྟོན་མེད་མེ་
འགའ་ཡོད་མིན་པ། དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་ཞེ་ན་མིན། རྟོན་ལས་མེ་གཞན་བཀག་ཕྱིར་
རོ། གང་ཞིག་གཞན་ཡོད་ཡོན་ཏན་ནི། བྱུང་པར་རིམ་པ་དང་ལྡན་པ། དེ་དག་དེ་ཡི་བྱུང་
པར་ནི། ལ་ལར་འཆད་འགྱུར་དཀར་སྒྲིམ་བཞིན། གཟུགས་སྒྲིམ་བཞིན་དུ་དེས་མིན་

ཏེ། རྟེན་དག་འབྱུང་དང་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། གཤམ་ཏེ་དེ་མཚུངས་ཤེ་ན་མིན། ཆགས་སོགས་
ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་ཐལ་ཕྱིར། རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། ཡུལ་ཡང་ངེས་བྱེད་མ་ཡིན་
ནོ། །སྐལ་མཉམ་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། ཆགས་སོགས་ངེས་པ་མེད་པའམ། རྒྱ་ནི་ཉེ་ཕྱིར་སྒོ་
རྣམས་ཀྱིན། ཐམས་ཅད་ཀྱིན་ཆོ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། རྟེན་ཅི་རེས་འགའ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། མི་
རྟག་ཉེས་པའི་རྟེན་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་དབང་ཕྱིར་ཡང་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡིན། བདག་མིན་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་པའང་མིན། རྒྱ་མིན་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་པ་མིན། རྟག་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན། རྟེན་
ཕྱིར་གཅིག་ལས་དུ་མ་ནི། རྟེན་ཐ་དད་པར་སྐྱེ་མི་འགྱུར། རྒྱ་གཞན་དག་ནི་ཚོགས་ན་
ཡང་། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་གཞན་རྗེས་སུ་དཔོག་འགྱུར་ན། རྟེན་ཅི་རྟག་རྣམས་
ལ་ཡོད་མིན། རྟེན་འགའ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། སྤྱག་བསྐྱལ་ཉིད་རྒྱ་བཅས་ཉིད་གྲུབ། རྒྱ་
མེད་གཞན་ལ་མི་སྒོས་ཕྱིར། རྟག་དུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། ཇི་ལྟར་ཆོར་མ་ལ་སོགས་
ཀྱི། རྟེན་ཅི་ཉིད་སོགས་རྒྱ་མེད་པ། རྟེན་ལྟར་འདི་དག་རྒྱ་མེད་འགྱུར། ཞེས་ནི་ཁ་ཅིག་རབ་དུ་
བརྗོད། གང་ཡོད་ཉིད་ནའང་གང་སྐྱེ་བའམ། གང་འགྱུར་ན་ཡང་རྣམ་འགྱུར་བ། རྟེན་ཅི་དེ་
རྒྱ་རབ་དུ་བརྗོད། རྟེན་ཅི་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད། རྟེན་པ་གཟུགས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། མཐོང་
བ་ལ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། རྟག་རྣམས་བཀག་ཅིང་དབང་སྤྱག་ལ། སོགས་པ་ལས་ཀྱང་སྤྱི་
མིན་ཏེ། རྟེན་མེད་ཕྱིར་རོ་དེ་ཡི་ཕྱིར། སྤྱི་འདོད་རྒྱ་ཡིན་གང་གི་ཕྱིར། མི་རྣམས་ཡུལ་གྱི་
བྱུང་པར་ནི། ཡོངས་འཛིན་དེ་ཐོབ་བསམ་པས་བྱས། རྟེན་ཅི་སྤྱི་འདོད་དག་གང་ཕྱིར་
ཡང་། སྤྱི་ཆགས་བདེ་སྤྱག་ཐོབ་པ་དང་། འདོར་འདོད་འཇུག་པ་དེ་དག་ནི། འདོད་དང་
འཇིག་སྤྱི་ཡིན་པར་འདོད། བདག་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས། བདེ་མིན་བདེ་བར་འདུ་
ཤེས་པས། ཀྱིན་ལ་རབ་དུ་འཇུག་འགྱུར་བ། རྟེན་ཕྱིར་སྤྱི་པ་སྤྱི་རྟེན་ཡིན། ཆགས་བྲལ་སྐྱེ་
བ་མ་མཐོང་ཕྱིར། ཞེས་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། ལྟམ་མེད་ཆགས་པ་མ་མཐོང་
ཕྱིར། ལྟམ་ལས་ཀྱང་ནི་འདོད་ཆགས་འབྱུང་། རྒྱ་མཚན་ལས་སྤངས་ཕྱིར་ན་འདོད། ཉེར་
ལེན་ཉིད་ནི་བསལ་བ་ཡིན། རྟེན་པ་འདི་རྗེས་སུ་འདོད་ན་ནི། རྟེན་ཉིད་རང་འདོད་ལ་

གཞོན་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ལ་ཆགས་མཐོང་བྱིར། སྐྱེ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞེ་ན། སྐལ་
མཉམ་སྐྱེ་བྱིར་སྤར་གྲུབ་ཡིན། མི་ཤེས་སྲིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། མ་བརྗོད་སྲིད་པ་ཉིད་
བཤད་པ། རྒྱན་ནི་འཕེན་པ་བྱེད་བྱིར་དང་། རྟེན་མ་ཐག་བྱིར་ལས་ཀྱང་མིན། རྟེན་ཡོད་ན་
ཡོད་མེད་བྱིར་རོ། རྟེན་གཏན་དུ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ལ་གཤགས་སྤགས་སྲིད་བྱིར་རོ། འཁོར་བྱིར་
ཐར་པ་མེད་ཅེ་ན། མ་ཡིན་འདོད་དང་མ་གྲུབ་བྱིར། རི་སྲིད་བདག་ཆགས་མ་བཅོམ་
ཞིང་། རྟེན་ཡོངས་སུ་གདུང་འགྱུར་བ། རྟེན་སྲིད་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོང་བཏགས་ནས། རང་བཞིན་
དུ་ནི་གནས་པ་མེད། སྟོལ་བ་པོ་ནི་མེད་ན་ཡང་། འོག་པར་སྟོང་འདོགས་གཞོམ་བྱིར་
བཅོམ། འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་གནས་པ་ནི། བརྟེ་བའམ་ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་ཡིན། འཕངས་
ལས་སྟོག་མེད་འདོད་བྱིར་རོ། སྲིད་པའི་སྲིད་ལས་རྣམ་བཞུལ་བའི། ལས་གཞན་འཕེན་རྒྱས་
མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཟད་བྱིར་རོ། སྤྱག་བསྐྱལ་ཤེས་ལ་འགལ་མེད་པས། འདུ་བྱེད་
སྤར་མ་འཇུག་པ་ཅན། དངོས་ཆོས་བརྟེ་བ་སྐྱེ་བ་དེ། བཅམས་ཅན་རྗེས་འབྲེལ་ཅན་མ་ཡིན། རྟེན་
བདག་མིན་པའི་ཆོས་ལ་ནི། བདག་གཞན་སྟོང་འདོགས་པ་ལས་ཆགས། སྤྱག་བསྐྱལ་རྒྱན་རིག་
ཅོམ་ལས་ནི། བརྟེ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། གཏི་ལྷག་ཉེས་པའི་རྩ་བ་སྟེ། རྟེན་ཡང་བཅམས་
ཅན་འཛིན་པ་ཡིན། རྟེན་མེད་ཉེས་རྒྱ་ལས་ཁྲོ་མིན། རྟེན་ན་བརྟེ་བ་ཉེས་མེད་འདོད། སྟོལ་
མེད་མ་ཡིན་མངོན་འདུ་བྱེད། ཟད་ན་ས་གཞན་མཚམས་མི་སྟོར་བྱིར། འདུ་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་
ཟད་ན། གང་དེ་གནས་པ་ཉེས་མེད་ཉིད། སྟོང་རྗེ་དམན་པ་ཉིད་བྱིར་ཡང་། གནས་པའི་
འབད་རྩྭ་ཆེན་པོ་མེད། གང་དག་བརྟེ་བ་ཆེན་པོ་པ། གཞན་གྱི་ངོར་ནི་བཞུགས་པ་
ཡིན། གལ་ཏེ་འཇིག་ཆོགས་ལྷ་བྲལ་བྱིར། ལམ་དང་པོར་ནི་སྲིད་མེད་འགྱུར། ལྷན་ཅིག་
སྐྱེས་པ་མ་སྤངས་བྱིར། སྤངས་ནའང་སྲིད་པ་གལ་ཡོད། བདེ་བར་གྱུར་པའམ་སྤྱག་བསྐྱལ་
བར། མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་འདོད་པ་ན། རེའོ་སྟམ་པའི་སྟོང་གང་དེ། བཅམས་ཅན་ལ་བཟླ་ལྷན་
ཅིག་སྐྱེས། རྟེན་མཐོང་བ་མེད་པར་ནི། འགའ་ཡང་བདག་ལ་ཆགས་མ་ཡིན། བདག་ལ་
སྲིད་པ་མེད་པར་ཡང་། བདེ་བ་འདོད་པས་མངོན་རྒྱག་མིན། སྤྱག་བསྐྱལ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་

ནི། །འཆིང་ཡིན་ཏྟག་ལ་དེ་གང་ལས། །སྤྱག་བསྐྱལ་མི་སྤྱེ་རྒྱ་ཉིད་ནི། །ཐར་ཡིན་ཏྟག་ལ་དེ་
གང་ལས། །མི་ཏྟག་ཉིད་དུ་བརྗོད་མེད་གང་། །དེ་ནི་འགའ་ཡིའང་རྒྱ་མ་ཡིན། །བརྗོད་བྱ་
མིན་ལའང་བཅིངས་དང་ཐར། །ཇི་ལྟ་བུར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་གི་རང་བཞིན་འ ཇིག་
མེད་པ། །དེ་ལ་མཁས་རྣམས་ཏྟག་ཅེས་བརྗོད། །དེས་ན་ངོ་ཆའི་ལྟ་བུ་འདི། །སྤྲོངས་ལ་དེ་ནི་
ཏྟག་པར་སྒྲོས། །དཔལ་དེ་མེད་ལམ་དེ་གོམས་པ་ལས། །གནས་གྱུར་གལ་ཏེ་གནས་གྱུར་
ཀྱང་། །ལམ་བཞིན་སྒྲོན་ནི་འབྱུང་ཞེ་ན། །མ་ཡིན་རྣམས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་
བ་ཡི་ཆོས། །ཇི་ལྟར་ཡོད་དེ་འཛིན་པ །དང་། །ཡོད་པ་ཡི་ནི་བདག་ཉིད་དེ། །འདི་ཡིས་སྤྱིད་
པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །རང་བཞིན་འདི་ཡིན་འདི་ལས་དེ། །རྒྱུན་གཞན་གྱིས་ནི་གོལ་འགྱུར་
ཞིང་། །ཐོག་པ་ལ་ནི་རྒྱུན་ལ་སྒྲོས། །མི་བརྟན་སྤྱལ་གྱི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་
འོད་གསལ་ཏེ། །དྲི་མ་རྣམས་ནི་སྒོ་བུར་བ། །དེ་ཕྱིར་ལྡར་ཡང །རྣམས་མེད་རྣམས། །དེ་བདག་
གྱུར་ལ་ཕྱིས་རྣམས་མེད། །རྣམས་ཡོད་ན་ཡང་གཞོད་པ་ཅན། །སྤྱིད་རྣམས་སྤྱིང་པོ་ཅན་དངོས་
ལ། །ཡུན་དུ་གནས་རྣམས་ཡོད་མིན་ཏེ། །ས་སྒྲོན་ལ་ནི་མེ་བཞིན་ནོ། །འཆོ་བ་མེད་དང་ཡང་
དག་དོན། །རང་བཞིན་ལ་ནི་ཕྱིན་ལོག་གིས། །འབད་དུ་ཟེན་ཀྱང་མི་སྒྲོགས་ཏེ། །སྒོ་ནི་དེ་
ཕྱོགས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། །བདག་འཛིན་རྒྱ་གཅིག་ཅན་ཉིད་དང་། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་
པོའི་ཕྱིར། །འདོད་ཆགས་ཁོང་སྒོ་པན་ཚུན་དུ། །ཐ་དད་ན་ཡང་གཞོད་མ་ཡིན། །བྱམས་
སོགས་སྤྲོངས་དང་འགལ་མེད་ཕྱིར། །ཤིན་ཏུ་ཉེས་པ་ཆར་གཙོད་མིན། །ཉེས་ཀྱན་དེ་ཡི་རྩ་བ་
ཅན། །དེ་ཡང་འཇིག་ཆོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །རིག་པའི་མི་མཐུན་ ཕྱོགས་ཕྱིར་དང་། །སེམས་བྱུང་
ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་པའི་ཕྱིར། །ལོག་པར་དམིགས་ཉིད་མ་རིག་པར། །གསུངས་ཕྱིར་གཞན་ནི་
རིགས་མ་ཡིན། །འགལ་བ་གང་ཡིན་འདིར་བཤད་བྱ། །སྤྱོད་ཉིད་ལྟ་དང་དེ་འགལ་ཕྱིར། །དེ་
ཡི་རང་བཞིན་ཉེས་ཀྱན་དང་། །འགལ་བར་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན། །ཟད་མིན་སྒྲོག་ཆགས་ཆོས་
ཉིད་ཕྱིར། །གཞུ །གས་སོགས་བཞིན་མིན་མ་བྱུང་ཕྱིར། །གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བ་
ན། །ཐོག་པ་དག་ཀྱང་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །ཉེས་པ་རྣམས་པར་འགགས་པ་ནི། །སྤྲོ་ཞིང་སྤྲོ་ཡང་སྤྱེ་

མེད་དེ། དེ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་འབྲལ་མེད་དང་། ཐལ་བ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་ཕྱིར། གང་ཞིག་
བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། །ང་ཞེས་རྟག་དུ་ཞེན་པར་འགྱུར། ཞེན་པས་བདེ་ལ་སྲིད་འགྱུར་
ཏེ། སྲིད་པས་སྦྱོན་ནམས་སྦྱིབ་པར་བྱེད། ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡོངས་སྲིད་པ། །ང་ཡི་ཞེས་
དེའི་སྐྱབ་བྱེད་ལེན། དེས་ན་བདག་ལ་མངོན་ཆགས་པ། དེ་སྲིད་དེ་ནི་འཁོར་བར་
འགྱུར། །བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །འདི་
དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེས་པར་བདག་ལ་
ཆགས་པ་ནི། །བདག་གི་ལ་ཆགས་མེ་འབྲལ་ཞིང་། ཉེས་མེད་བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་། །བྲལ་
བའི་རྒྱ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཆགས་པ་སྦྱོན་བཅས་ན། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་དེ་སྤོང་
འགྱུར། །འདི་ཡུལ་སྐྱུ་ལྷུང་མེད་པར་ནི། དེ་སྤོང་བར་ནི་རྣམ་མ་ཡིན། ཡོན་ཏན་སྦྱོན་དང་
རྗེས་འབྲེལ་བའི། །འདོད་དང་སྤང་སོགས་སྤོང་བ་ནི། དེ་དག་ཡུལ་ལ་མ་མཐོང་བས། ཡིན་
གྱི་ཕྱི་ཚུལ་གང་གིས་མིན། །ཆགས་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཆགས་མིན་གྱི། དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་
བས་ཡིན། །མ་ཚང་མེད་རྒྱ་དེ་ལ་ནི། །འབྲས་བུ་གང་གིས་སྒྲིག་པར་བྱེད། །ཆགས་ལ་སྦྱོན་ཡང་
གང་ཞིག་མཐོང་། །གལ་ཏེ་སྐྱུ་བསྐྱེད་ཏེན་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་འདི་ལ་ཆགས་བྲལ་
མིན། །བདག་གིར་མཐོང་ཕྱིར་དཔེར་བདག་བཞིན། །གལ་ཏེ་དེ་མེད་བདག་སྐྱུ་བསྐྱེད། །རྒྱ་
མིན་དེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། དེ་ལྟར་གཉིས་ཀའང་སྦྱོན་མེད་པ། དེ་ཕྱིར་གཉིས་ལ་ཆགས་བྲལ་
མིན། །གལ་ཏེ་སྐྱུ་བསྐྱེད་ཡན་ལག་བཞིན། །སྐྱུ་བསྐྱེད་བསྒྲུབས་པས་སྤོང་འགྱུར་
ན། །བདག་གི་བ་སྒྲོ་བཅོམ་པས་འདི། །འདོར་བ་ཡིན་གྱི་བསྒྲོག་ལ་མིན། །དབང་པོ་ལ་སོགས་
ཡོངས་སྤོང་གྱི། །རྟེན་ཉིད་དུ་ནི་བཟུང་བ་ལ། །རང་སྒྲོ་གང་གིས་བསྒྲོག་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་
ཆགས་བྲལ་དེ་གང་ལས། །ལྷས་ལས་བོག་བའི་སྒྲོ་སོགས་ལ། །ཡིད་བྱུང་སྒྲོ་ནི་སྦྱེ་འགྱུར་
ཞིང་། །གཞན་ལ་ཞེན་བཅས་སྦྱེ་འགྱུར་བ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན། དེ་ལ་འདྲ་
སོགས་འབྲེལ་པ་ལས། །རང་གི་སྒྲོ་ནི་སྦྱེ་འགྱུར་བའི། །འབྲེལ་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་གནས་
ཕྱིར། །མཐོང་དུ་ཟེན་ཀྱང་སྤོང་མེ་འགྱུར། །འདྲ་བ་ལ་སོགས་མེད་ན་ཡང་། །པན་འདོགས་

ཉིད་ནི་ཀུན་ལ་ཡོད། སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་སོར་མོ་བཞིན། ། རང་གི་སྒོ་ནི་མི་འགྱུར་
ན། གཅིག་ཏུ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་མིན། ལལ་ཆེར་དུག་བཅས་ཟས་བཞིན་ནོ། བྱད་པར་ཅན་
བདེ་ལ་ཆགས་པས། ཉིད་འགལ་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་འགྱུར། བྱད་པར་ཅན་བདེ་ལ་སྤྱོད་
པས། བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོངས་སུ་སྤོང་། བསམ་མེད་བདག་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། རི་ལྟར་རྟེན་
བཞིན་ལ་འཇུག་ཞེ། བྱད་མེད་ད ག་ནི་མ་རྟེན་པར། དུད་འགོ་ལ་འདོད་སྦྱོད་མཐོང་
བཞིན། བདག་ནི་འདོད་པ་གང་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་དེ་ནི་འཇིག་པར་འདོད། མྱོང་བ་དང་ནི་
ཐ་སྦྱང་དང་། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་རྟེན་ལོག་པ། རི་ལྟར་ཞེན་པ་ཡིན་འདོད་དེ། ཞེན་པའི་
རང་བཞིན་དེ་འདྲ་མིན། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་འཛིན་ནི། བདག་ལ་ཆགས་པ་བསྟན་ན་པར་
བྱེད། ཉིད་ནི་བདག་གིར་ཞེན་པ་ཡི། ས་བོན་གནས་སྐབས་དེ་ཉིད་གནས། བཙོན་ཡང་ཡོན་
ཏན་ཆ་བརྟེན་ནས། འཇུག་ལྷན་བདག་གི་བ་ལ་ནི། ཆགས་བྲལ་གཤམས་བྱེད་པ་ཉིད་
དང་། ཉིད་ཡི་སྦྱོན་ཡང་སྦྱིབ་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་བདག་ལ་འང་ཆགས་བྲལ་ན། ཉིད་ཆགས་བྲལ་
གང་ཡིན་མེད། ཉིད་ནི་རི་ལྟར་བདག་འདོད་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒྲུབ་པ་དོན་མེད་འགྱུར། ཉིད་
དག་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒྲུབ་པས་ཀྱང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ནི་རྣམ་ཤེས་བྱེད། ཉིད་ནི་ལྷན་ཡང་
མཛོན་སུམ་ཉིད། ཉིད་ལྟར་ཡང་ཆགས་བྲལ་མེད། གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཉེས་པ་ཡིས། རྒྱང་ཅིག་དེ་
ཡི་སྒོ་ཐོག་ཀྱང་། ཉིད་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་འགྱུར་ཏེ། འདོད་ལྷན་བྱད་མེད་གཞན་ལ་
བཞིན། རྒྱང་དང་དོར་བྱའི་བྱད་ཡོད་ན། གཅིག་ལས་བྱུང་བའི་ཆགས་གང་ཡིན། ཉིད་
རྣམ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཆོ། ཆགས་པ་ཀུན་གྱི་ས་བོན་ཡིན། སྦྱོན་མེད་ཡུལ་ཅན་ཆགས་པ་
དང་། སྦྱིབ་བྱེད་ཀྱང་ནི་སྦྱོན་མེད་ཡིན། འགྲོ་བའང་དེ་ཅུ་ཉིད་ཡིན་ན། ཉིད་གང་ལ་
ཆགས་བྲལ་འགྱུར། ཉིད་དེ་སྦྱོན་བཅས་ ཀྱང་ཡིན་ན། ཉིད་བདག་ལ་འང་མཚུངས་པ་
ཡིན། ཉིད་དེའི་སྦྱོན་ལ་ཆགས་བྲལ་མེད། ཉིད་གང་ལ་དེ་ཆགས་བྲལ། ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་
ལས་བྱུང་བའི། ཞེན་པ་ཉེས་པ་མཐོང་བས་འཇིག ཉིད་ལྟར་དབང་སོགས་ལ་དེ་མིན། བྱིས་
སོགས་ལ་ཡང་མཐོང་བྱིར་དང་། སྦྱོན་ལྷན་ལ་ཡང་ཡོད་བྱིར་དང་། ཡོན་ཏན་ལྷན་ཡང་

གཞན་དག་ལ། མེད་ཕྱིར་འདས་པ་ལ་སོགས་པ། བདག་གི་བ་ལ་མེད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཕྱིར་
ན་བདག་གི་བའི། སློ་རྒྱུའང་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་མིན། །དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་མིན་མཐོང་
བས། །དེ་ཡང་སྤོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཡོད་མིན་ཡོན་ཏན་ནི། སློ་འདོགས་ཆགས་
པས་དེར་ཡང་མཐོང་། །དེས་ན་དེ་རྒྱ་གཞོན་མེད་ཅན། ། བསྐྱབས་པས་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་
གཞོད། །མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་འཇིག་སློ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྐྱེ་བོ་འདི་
ཡིས་དབང་སོགས་ལས། བདག་ནི་ཐ་དད་གྱུར་པར་ཤེས། །དེ་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་མཐོང་བས་
ཀྱང་། །ཆགས་མིན་བདག་ལ་ཆགས་པ་དེ། །དམིགས་པའི་ནང་གི་ཡན་ལག་ལ། །དོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་རྗེས་ཆགས་འགྱུར། །གང་ཞིག་ད་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱེད་པས། །ཡིད་འབྱུང་དེ་འདྲ་སྣང་ཡིན་
གྱི། །ཆགས་བྲལ་མ་ཡིན་དེ་ཆོ་ཡང་། །ཆགས་ཡོད་སྐབས་གཞན་ཆོལ་ཕྱིར་རོ། །ཞེ་སྣང་སྤྲུག་
བསྐྱེད་རྒྱ་ཅན་ཕྱིར། །དེ་ནི་དེ་སྤྱིད་ཅུ་གནས། །དེ་ལོག་ན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི། །རང་བཞིན་
ཉིད་ལ་སྤྱར་བརྟེན་འགྱུར། །སྤང་དང་དོར་བྱ་སྤ ངས་པའི་ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཉམ་
སྟུངས་ཅན། །ཅུན་སྟེང་མཚུངས་པ་ལ། །ཆགས་བྲལ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། །འདྲུ་བྱེད་སྤྲུག་
བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ནས། །སྤྲུག་བསྐྱེད་བསྟོམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན། །དེད་ཀྱི་དེ་ཡང་རྒྱུན་ལས་
སྐྱེས། །དེ་ནི་བདག་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན། །སྤོང་ཉིད་ལྟ་བུས་གྲོལ་བར་འགྱུར། །སྟོམ་པ་ ལྟག་མ་
དེ་དོན་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ནི་བདག་མེད་
གསུངས། །ཆགས་བྲལ་མིན་དང་སྤྱིད་སྣང་དང་། །ཚོམ་པ་ཀུན་ལ་བརྟེན་པ་དེ། །ཉོན་མོངས་
ལས་ལས་གྲོལ་མ་ཡིན། །དེའང་འཁོར་བ་པ་ཞེས་བྱ། །བདག་གི་ཉིད་ནི་མི་འདོད་ན། །དེ་ཡི་
བ་བ་པོ་ཡང་མེད། །བྱ་དང་ལོངས་སྤྱོད་མཚན་ཉིད་ཅན། །དེ་ཆོ་དེ་ཡི་བདག་ཀྱང་མེད། །དེ་
ཕྱིར་གྲོལ་འདོད་ཐོག་མེད་པའི། །རྒྱ་ཅན་རིགས་མཐུན་ས་བོན་ལས། །བྱང་བའི་འཇིག་
ཆོགས་ལྟ་བུ་དག །རྩ་བ་ཉིད་ནས་དབྱུང་བར་གྱིས། །ལྷང་ནི་དེ་ལྟའི་དངོས་ཡིན་པའི། །རྒྱ་མ་
མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ནི། །ལྷང་ཅུ་གྱིས་ནི་གྲོལ་བར་ཡང་། །སྤྲུ་བ་ཡོངས་སུ་མགྱ་ བྱེད་
མིན། །ས་བོན་སོགས་གྲུབ་ཆ་ག་ནི། །སྐྱེས་བུ་མི་སྐྱེད་པར་བྱས་མིན། །ཏིལ་མར་བསྐྱས་དང་

མེས་བསྐྱེད་སྐྱེས་པ་ལྟར། བདག་ཀྱང་གྲོལ་བར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། །ཐུར་སྤྱོད་བ་དག་ཕྱིས་ཡང་
ཕྱིར། རྒྱུག་པ་བཅོམ་པར་བྱས་པ་མིན། །འདི་ཡི་སྤྱི་ཉིད་མེད་འགྱུར་གྱི། །ལྷན་ཅན་མིན་ཕྱིར་
སྤྱི་སྤྱི་མིན། །ལོག་ཤེས་དང་ནི་དེ་ལས་བྱུང་། །སྤྱི་པ་སེམས་པའི་དབང་དག་གིས། །དམན་
གནས་འགོ་བ་སྤྱི་བ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་བཅད་འགོ་མི་འགྱུར། །དེ་ཙམ་ལས་ནི་འབྱུང་བའི་
ཕྱིར། །སྤྱི་ལ་དེ་དག་ཉིད་རྣམས་ཡིན། །སེམས་པ་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས། །ཡིན་ཕྱིར་སྤྱི་རྒྱ་ཉམས་
པ་མེད། །འགོ་དང་རྟོགས་རྟེན་བྱེད་པ་ཡིན། །དེ་ནི་མ་མཐོང་བ་ལས་འགྱུར། །མ་མཐོང་ཞིག་
ཕྱིར་འགོ་བ་མེད། །དེས་ན་འདུ་བྱེད་སེམས་པ་མིན། །ཡོད་དང་མེད་པའི་རྗེས་འཇུག་
ཕྱིར། །བྱེད་པ་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་ཡི་ནི། །རྣམས་མཐོང་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ན། །དེ་ཡོད་དེ་དག་ཅིས་མི་
འགོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་རྣམས་མེད་ན། །དབང་སྐྱེད་བྱས་མ་ཐག་དེ་དག་སེམས་པའི་དབང་
གིས་འཛིན་དང་འཇུག་གཡེང་དང་འགོག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་དེ་ཆོ་སྤྱོད་མེད་
ཕྱིར། །མི་འགྱུར་དྲི་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད། །མཚམས་སྤྱོད་དེ་རྣམས་རྣམས་མེད་ན། །གསོན་པ་ཉིད་
ནའང་རྣམས་མེད་འགྱུར། །གཉེན་པོ་དང་ནི་རང་གི་སྤྱོད་ཀྱིས། །འཕེལ་ན་འབྲིབ་དང་འཕེལ་
བའི་ཕྱིར། །ཉེས་རྒྱུན་རང་གི་ས་བོན་ཅན། །དབང་བསྐྱུར་བ་ལས་སྤྱོད་པ་མེད། །རྟོག་པ་རྟོགས་
པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རིམ་གྱིས་སྤྱི་པར་བྱེད་པ་དང་། །བྱེད་དང་མི་བྱེད་པ་དག་ནི། །འདྲ་
བའི་བདག་ཉིད་བྱེད་པ་འགལ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའང་གཅིག་པར་འགྱུར། །དེ་དག་དེ་ལས་
ཐ་དད་ན། །བྱེད་པོ་ཟ་པོ་ཉམས་པར་འགྱུར། །རྣམས་པ་ཡང་ནི་འགྲུབ་མ་ཡིན། །གཞན་གྱི་ས་
དན་དང་ལོངས་སྤྱོད་སྐྱེད་སྐྱེས་ཀྱིས། །ཐལ་བ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །འགའི་ཡང་དུན་པ་མེད་པའི་
ཕྱིར། །དེས་ན་སྤྱོད་ལས་དུན་པ་འབྱུང་། །བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །བདེ་དང་ང་
དང་ངའི་ཞེས་སྐྱེད་སྐྱེས་ཀྱིས། །ཡང་དག་མིན་པ་རྣམས་བཅུ་དྲུག་སྤྱོད་བཅུ་གསུམ་ནས་ནི་ཡོངས་སུ་
སྤྱོད། །དེ་ཉིད་ལས་ནི་དེ་འགལ་དོན། །དེ་ཉིད་རྣམས་པ་རྗེས་རྟོགས་ཅན། །ལེགས་བསྐྱོམས་
ཡང་དག་ལྟ་བུ་ཡིས། །སྤྱི་པ་རྗེས་འབྲང་བཅས་འཛོམས་བྱེད། །ལས་དང་ལྷན་དག་གནས་
ན་ཡང་། །གཅིག་མེད་ཕྱིར་ན་རྒྱ་གསུམ་ཅན། །སྤྱི་བ་སྤྱི་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ས་བོན་མེད་པར་སྤྱོད་

གུ་བཞིན། །ལས་དང་ལུས་དག་སྤང་མིན་ཏེ། །གཉིན་པོ་དག་ནི་མེད་ཕྱིར་དང་། །རུས་མེད་
ཕྱིར་རོ་སྤོང་བ་ནི། །ཡོད་ན་སྐར་ཡང་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་ཟད་དོན་དུ་འབད་ན་
ཡང་། །ལས་ཟད་དུ་བ་པ་དོན་མེད་ཡིན། །འབྲས་བུ་སྣ་ཚོགས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །ལས་རྣམས་
རུས་པ་ཐ་དད་དུ། །རྗེས་དཔོག་དེས་ན་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི། །ཉོན་མོངས་དངོས་གཅིག་གིས་མི་
མཛད། །རྣམ་འགས་དེ་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ནི། །ཆུང་འགྱུར་རིགས་མི་མཐུན་ཅན་མིན། །འབྲས་
བུ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་ནི། །ཅི་སྟེ་དཀའ་ཐུབ་རུས་པ་ཡིས། །རུས་པ་འདྲེས་པ་ཟད་པ་ན། །ཉོན་
མོངས་ཆ་འགའ་སྤང་བའམ། །ཉོན་མོངས་མེད་པར་ཀུན་སྤང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དཀའ་ཐུབ་
ཉོན་མོངས་ལས། །གཞན་འདོད་ཉོན་མོངས་ཉིད་ཅེ་ན། །དེ་ནི་ལས་འབྲས་ཡིན་ཕྱིར་
འདིས། །རུས་པ་འདྲེས་སོགས་འགྱུར་མ་ཡིན། །སྐྱེ་འདོད་ཉེས་པ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། །གང་ཡང་
སྦྱོན་རྣམས་འགོག་བྱེད་པ། །དེས་སྐྱེད་ལས་ལ་རུས་འགྱུར་གྱི། །ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ཉམས་པར་
འགྱུར། །ལས་ལས་ཉེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྦྱོན་ཐུན་བྱེད་འགྱུར་བསྐྱོག་ལས་མིན། །ལོག་པའི་
རྣམ་རྟོག་མེད་པར་ནི། །བདེ་བ་ལས་ཀྱང་འདོད་མི་འགྱུར། །སྦྱོབ་ལས་དེ་ཉིད་དང་བརྟན་
དང་། །མ་ལུས་བྱུང་པར་མཐུན་པར་བྱུང། །གཤེགས་པ་རྟོགས་པའི་དོན་ཕྱིར་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་བྱི་
རོལ་བ་དང་སྒོ་བ། །མི་སྒོ་བ་ལས་ལྷག་དེ་ཡི་ཕྱིར། །གཞན་དོན་མཐུན་སྦྱོར་དེ་རྟོན་པ། །དེ་ལས་
བཅེ་ཡིན་གཞན་དོན་ངོར། །དོན་གྲུབ་མཛད་པ་མི་འདོར་ཕྱིར། །བཅེ་བས་ལེགས་དང་ཡེ་
ཤེས་ལས། །བདེན་པ་གསུང་མཛད་སྐྱབ་བྱེད་བཅས། །དེ་གསུང་བར་ཡང་མདོན་སྦྱོར་
ཐུན། །གང་ཕྱིར་དེས་ན་ཆད་མ་ཉིད། །དེ་ལྟའི་དངོས་དོན་བསྟོད་པ་ནི། །དེ་ཡི་བརྟན་པ་ཉིད་
ལས་ནི། །ཆད་མའི་དེ་ཉིད་གྲུབ་དོན་དེ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་མ་བསྐྱོག་ཕྱིར། །ཆུང་ཟད་སྐྱེ་བའི་
བདག་ཉིད་ཅན། །གང་དེ་ཐམས་ཅད་འགག་ཚོས་ཅན། །ཞེས་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མར་
ནི། །འདི་ཡི་སྦྱོར་བའང་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་མཚན་ཉིད་ཅན། །རྟགས་ནི་རྗེས་
དཔག་རྟོན་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱས་གཏན་ཚིགས་བྱུབ་པ་ནི། །བརྟན་ཕྱིར་དེ་ཡང་གསལ་བར་

བཤད། །ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཚིག་ལེན་ཀྱང་བྱས་པ་ལས་ཚད་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལེན་
གཉིས་པའོ།།

ལེན་གསུམ་པ། མདོན་སུམ་གྱི་ལེན།གཞལ་བྱ་གཉིས་ཕྱིར་ཚད་མ་གཉིས། །དོན་བྱེད་
རྒྱས་དང་མི་རྒྱས་ཕྱིར། །སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་དོན་མེན་ཏེ། །དོན་དུ་མས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །འདྲ་
དང་མི་འདྲ་ཉིད་ཕྱིར་དང་། །སྐྱེ་ཡི་ཡུལ་དང་ཡུལ་མེན་ཕྱིར། །རྒྱ་མཚན་གཞན་ནི་ཡོད་པ་
ན། །སྒྲོ་ནི་ཡོད་དང་མེད་ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་གང་། །དེ་འདྲིར་དོན་དམ་
ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀུན་རྫོགས་ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་བཤད། །གལ་ཏེ་
ཐམས་ཅད་རྒྱས་མེད་ན། །ས་བོན་སོགས་ནི་སྤྱད་སོགས་ལ། །རྒྱས་མཐོང་གལ་ཏེ་དེ་ཀུན་
རྫོགས། །འདོད་ན་ཅི་སྟེ་དེ་ཉམས་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་དེ་ཡོད་ན། །སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་རྗེས་
འགོ་ཚུགས་སྒྲོ་ལ་མ་མཐོང་ཕྱིར་མེན་ཏེ། །མིག་དང་གཟུགས་སོགས་སྒྲོ་བཞིན་མོ། །དེས་ནི་
བརྟ་དང་རྩེ་ལ་བ་སོགས། །ནང་གི་ཡན་ལག་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །བྱམ་པ་འདེགས་དང་སྤྱི་དང་
ནི། །བྱངས་སོགས་སྒྲོ་ནི་བཤད་པ་ཡིན། །སྐྱེ་ཤད་སོགས་ནི་སྤྱི་མེན་ཏེ། །དོན་དུ་ཞེན་པ་མེད་
ཕྱིར་རོ། །ཤེས་བྱར་འཇོན་ཕྱིར་མེད་པ་ལ། །ཉེས་པ་དག་ཏུ་ཐལ་མི་འགྱུར། །དེ་དག་གི་ཡང་
དེ་ཉམས་དངོས། །བཀག་མེད་གསལ་བར་སྤང་བ་ཉིད། །ཤེས་པའི་ངོ་བོའི་དོན་ཉིད་ཕྱིར། །སྐྱེ་
སོགས་ཞེས་བྱའི་སྒྲོ་དག་ནི། །སྤྱི་ཡི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། །སྐྱར་སྤང་དོན་མེད་ཅན་ཡིན་
མོ། །གལ་ཏེ་སྤྱི་ནི་ཤེས་ངོ་བོའི། །དོན་ཉིད་ཡིན་ན་ཐལ་བར་འགྱུར། །དེ་ཉམས་འདོད་ཕྱིར་སྤྱོན་
ཡོད་མིན། །དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་སྤྱི། །ཀུན་ལ་ངོ་བོ་མཚུངས་ཕྱིར་དང་། །དེ་ཚུགས་པ་ལ་བརྟེན་
ཕྱིར་རོ། །བརྗོད་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་དེ་དངོས་མིན། །དབང་སོགས་འབྲས་བཅས་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །མིང་
སོགས་བརྗོད་ན་འཆད་པོ་དང་། །ཉན་པོ་བརྗོད་བྱ་རྗེས་འབྲེལ་ཅན། །མིང་སོགས་འབྲེལ་པ་
མེད་པ་ཅན། །དོན་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་ལ་ཚུལ་འདྲ་ལས། །འཇུག་
འཇུག་གྱུར་ན་དུས་ཀུན་དང་། །ཡུལ་ལ་འཇུག་མིན་ཤེས་པ་ལ། །མཚུངས་མིན་རྣམ་པ་དེ་

འདྲའི་སྒོ། སྒྱེ་ཕྱིར་གཞན་ལ་དེ་མེད་དེ། ཕྱི་རྩལ་དོན་དུ་སྤང་བ་ཡི། །སྒོ་ནི་ལས་ལེན་མེད་
ཕྱིར་རོ། བྱིས་ལེན་ན་ཡང་རྣམ་ཤེས་ལས། བཟ་དད་པ་ན་ཚད་ཅན་མིན། རྩོག་པ་གྲུབ་པ་
མེད་ཕྱིར་རོ། ཤེས་ཀྱན་དོན་ལྡན་ཕྱིར་ཞེ་ན། འཐད་མིན་མི་སོགས་རྣམ་གཞན་དུ། མཐོང་
ཕྱིར་འདུ་བྱེད་ལས་ཀྱང་མིན། རྩོ་ལ་སོགས་པར་སྤང་ཕྱིར་རོ། རྩོགས་མེད་ཕྱིར་ན་རྩོ་སོགས་
མིན། རྩང་ཡུལ་གནས་པས་མི་ཤེས་པ། རང་ཉིད་ཤེས་ཕྱིར་དེ་ཤེས་ཡིན། དེས་ནི་མིང་
སོགས་བརྗོད་པ་ཡིན། མིག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་འདོད་པ། དེ་ཉིད་དོན་ལྡན་གང་གིས་
འདོད། གལ་ཏེ་དོན་རྒྱས་མཐོང་ཕྱིར་ན། གཞན་པ་དོན་མེད་ཅན་ཐོབ་འགྱུར། འབྲེལ་མེད་
ན་ཡང་འཇུག་མི་འགྱུར། གལ་ཏེ་དོན་དང་འབྲེལ་ལྡན་ན། འདས་དང་མ་འོངས་བརྗོད་བྱ་
མིན། དོན་དང་དེ་ནི་ཟད་ཕྱིར་རོ། སྒྲ་ཡིས་སྒྱེ་ནི་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཐལ་བར་མི་
འདོད་ན། དེ་མིན་སྒྱེ་ནི་ཡན་གར་བ། བརྗོད་མེད་ཕྱིར་རོ་བརྗོད་ན་ཡང་། དེ་མཚུངས་མིན་
དང་གསལ་བ་མིན། དེས་ན་རྟག་ཏུ་དམིགས་འགྱུར་ཏེ། རྟག་ཉིད་ཕྱིར་རོ་གལ་ཏེ་
ཡང་། གསལ་ལས་མངོན་སུམ་ལ་གསལ་ཡིན། བདག་ལ་ཤེས་པ་སྐྱེད་པ་ན། རྒྱས་པ་གང་དེ་
རྒྱས་ཉིད་ཡིན། གལ་ཏེ་འགའ་ཆོ་རྒྱས་མེད་ན། དེ་ནི་ཀྱན་ཆོ་རྒྱས་མེད་འགྱུར། དེ་ཡིས་
རྒྱས་པའམ་རྒྱས་མེད་པ། རྩོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གང་གནས་པ། རྟག་ཕྱིར་བཅོས་སུ་ཡོད་མིན་
ན། དེ་ཟད་བྱ་ཕྱིར་རྒྱས་པ་གང་། སྒྱེ་ཡི་རྣམ་པར་ ཤེས་དེ་དང་། རྩིས་འབྲེལ་སྒོན་པོ་ལ་
སོགས་པའི། རྣམ་པའི་ཆ་ནི་རྣམ་ངེས་གང་། དེ་ནི་དེ་ལ་གང་གིས་སྤྲུལ། གལ་ཏེ་མངོན་
སུམ་ཤེས་དོན་ཉིད། ཕྱིར་ན་དབང་པོ་དོན་མེད་མིན། དེ་དངོས་གཅིག་ཕྱིར་སྒྲ་སོགས་
ལས། བཟ་དད་སྤང་སྒོ་གང་ལས་ཡིན། རིགས་ལྡན་རིགས་མིན་གང་གི་ཕྱིར། གསལ་བའི་ངོ་
བོ་གཞན་ཉིན་མེད། གལ་ཏེ་ཐ་དད་གྲུབ་ཅེ་ན། རྩོས་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་བརྗོད། རང་གི་
རྒྱ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བྱ་རག་ལས་མེད་པར་ཡང་། རྩོག་པ་ཡིས་ནི་འབྲེལ་པར་
བྱེད། འབྲས་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་ཅི་ཞིག་གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་འབྲེལ་མེད། དེ་ཕྱིར་རང་
བཞིན་མེད་པར་གྲུབ། མེད་པའི་རིགས་སུ་ཐལ་མི་འགྱུར། དེ་ལ་རྩོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་

ཕྱིར་ངོ་བོ་ལ་བརྟེན་ནས། རྩོམ་མེད་པའི་རིགས་བརྟགས་པ། བྱུང་པར་དེ་ལ་འཇུག་དོན་
ཅན། སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རབ་ཏུ་བསྟན། རྟེན་ལ་ངོ་བོར་སྤང་བའམ། རྟོན་ལ་དེ་ཉིད་ཏུ་འཛིན་
པ། གང་དེ་འབྱུལ་པ་ཐོག་མེད་པའི། རྟེན་ཅན་མཐོང་གོམས་ཀྱིས་སྤྱོད་ལ་ཡིན། རྟོན་རྣམས་
ཀྱི་ནི་སྤྱི་གང་ཡིན། གཞན་ལས་ལོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། སྐྱེ་འདི་དག་གིས་གང་བཟོད་
པ། རྟེན་ལ་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་མེད། རྩོམ་མེད་ཅན་སྤྱི་སྤྱོད་ལ། སྤྱི་ཉིད་ཏུ་ནི་མཐོང་ཕྱིར་
དང་། རྟོན་ལ་འབྱུལ་བའམ་མེད་པ་ནི། སྤྱིར་འདོད་དེ་ཡང་བསྐྱེད་ཕྱིར་དང་། རྟེན་ཉིད་ཏུ་
ན་དོན་དངོས་སྤྱོད་མེད་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཅན་མ་ཡིན། རྩོམ་མེད་པས་བཟོད་བྱ་མིན། གཞན་ཏེ་
བཟོད་བྱ་འགའ་ཞིག་ལས། རྟོན་འདོད་དངོས་རྣམས་ཇི་ལྟར་ཡང་། བཟོད་བྱ་མིན་པ་
ཉིད་མ་ཡིན། ཉེར་ལེན་ཐ་དད་ཕྱིར་གཞན་ཏུ། བཟོད་པར་བྱ་མིན་ཉེར་བརྟགས་
ཕྱིར། འདས་པ་དང་ནི་མ་འོངས་པའི། རྟོན་ལ་འདྲ་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་ ཅན་གྱི། མཉན་པ་དག་ནི་
འཇུག་འགྱུར་ན། ཡོད་པ་མེད་ཆོས་ཇི་ལྟར་འགྱུར། གཞན་ཏེ་ཉེར་བརྟགས་ལས་དེ་
འདོད། གང་ཞིག་སྤྲུམ་སོགས་ལ་མེད་ལ། རྟེན་ལ་བ་ཡི་བྱམ་པ་ཡི། རྟོན་མེད་དང་ནི་ཉེ་
བ་གང་། སྤྱོད་ནི་འབྱུལ་པ་མེད་འཇུག་པ། ཏྟག་ཏུ་དངོས་དང་སྤྱོད་འདོགས་ལ། ཁེང་གི་བྲམ་
ཟེའི་བྱེད་ལ། རྟེན་ལ་བཟོད་པའང་འཇིག་རྟེན་ཡོད། རྟོན་མེད་ན་ཡང་འགོ་བ་ཡིས། གང་
ལ་གྲགས་པས་སྤྱོད་བཞེད་པ། རྟེན་ལ་དེ་དངོས་དེ་མཚུངས་ཕྱིར། འབྱུལ་རྟོག་ཅན་གཞན་པ་ལ་
པ་ཡིན། ཇི་ལྟར་དངོས་པོ་རྟེན་མེད་ལ། མེད་ཅེའམ་རྟོག་པ་ཇི་བཞིན་ཏུ། རྟེན་ལ་འདྲ་གཙོ་
བོ་ལ་སོགས་པའི། མཉན་པ་སྤྱོད་བྱས་པ་ཡིན། ཞིག་ལ་ སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་ཇི་འདྲ། སྤྱང་བ་དེ་
འདྲ་མ་ཞིག་ལ་འདྲ་། རྣ་བ་ལ་སོགས་རྣམ་པར་ཤེས། རྟོན་ཡོད་ཅན་ལ་དེ་དག་མེད། སྤྱི་
ཅོམ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁེམས་གཉིས་དག་ནི་མཚུངས་པ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ནི་
འཛིན་བྱེད་པ། སྤྱིར་ནི་རྣམ་པར་བསྟོན་ཟིན་ཏོ། ཡན་ཚུན་བྱུང་པར་ཅན་རྣམས་ནི། བྱུང་
མེད་ངོ་བོ་ཇི་ལྟར་འགྱུར། རྩོམ་མེད་ཉིད་གཉིས་ཡོད་ན་ཡང་། རྟེན་དངོས་གཅིག་ཏུ་ཇི་ལྟར་
འགྱུར། གཞན་ཏེ་དེ་དག་མཚུངས་པ་ཡི། རྟོན་དེ་དེ་དག་ལས་གཞན་ཉིད། རྟེན་དག་གི་ཞེས་

འབྲེལ་མེད་འགྱུར། །ཚྲོག་པ་ལ་ནི་སྤྱན་དབྱང་མེད། །དེ་ཕྱིར་མཚུངས་ཉིད་སྤྱི་འདི་
ལ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །དེ་འབྲས་ཤེ་ ན་དུ་མ་དང་། །འཇིག་འགྱུར་དེ་
ཡང་འདོད་མ་ཡིན། །འཇིག་པ་དངོས་པོ་ཙམ་དང་ནི། །རྗེས་འབྲེལ་ཕྱིར་ན་རྟག་ཉིད་
མིན། །རིགས་རྣམས་འབྲས་བྱ་མིན་ཕྱིར་ན། །མ་འབྲེལ་པ་དང་དངོས་མེད་འགྱུར། །དངོས་
པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེས་པ་ཡིན། །ཤེས་པ་གང་དེ་བརྟུན་དག་ལ། །སྟོས་པ་མ་ཡིན་སྤྱི་ཡི་ནི། །སྒོ་ལ་
དེ་ལྟར་སྤྲང་བ་མེད། །དངོས་གཉིས་མཐོང་ལ་སྒོ་འགའ་ཞིག་ །བརྟུན་མེད་ན་ཡང་ཐ་དད་
མེད། །རྗེས་སྤྱི་འབྲུག་པ་གང་ཡིན་དེ། །དོན་ཉི་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། །རྗེ་ལྟར་རིགས་མེད་
ཤེས་པ་ཡི། །འབྲས་ཅན་མིག་སོགས་ཉི་འདོད་བཞིན། །གང་གིས་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་
ཡིས། །རིགས་ཀྱང་རྗེས་སྤྱི་འགོ་བ་ཡིན། །རྣམ་པ་འགས་ཀྱང་རྣམ་ཤེ ས་ལ། །དེ་དངོས་སྤྲང་བ་
མེད་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་དབང་རྣམས་ལ། །གལ་ཏེ་ལྟ་བ་པོ་ཡོད་ན། །དེ་ལྟས་
སྤྲང་འགྱུར་རིགས་རྣམས་ནི། །མ་ཡིན་ཡན་གར་མཐོང་མིན་ཕྱིར། །གསལ་འཛིན་ཆོ་ནའང་
དེ་སྤྱོད་དང་། །དོ་བོ་ལས་གཞན་སྤྲང་བ་མེད། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ཤེས་ཙམ་གྱི། །དོན་བྱེད་པར་ཡང་
མི་རུང་ངོ་། །དེ་མི་རུང་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད། །དེ་ནི་དངོས་མེད་མཚན་ཉིད་ཡིན། །རྗེ་སྤྱོད་
བཤད་ལས་བསྒྲིག་གང་ཡིན། །དེ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་འདོད། །དངོས་དང་དངོས་མེད་
གཉིས་ཀ་ལ། །བརྟུན་ཕྱིར་སྤྱི་དེའང་རྣམ་པ་གསུམ། །གལ་ཏེ་དངོས་བརྟུན་དངོས་འབྲེལ་
ཕྱིར། །དངོས་པོ་ཤེས་འགྱུར་ཞེ་ན་མིན། །ལན་བཏབ་ཕྱིར་དང་ འདས་སོགས་ལ། །རྣམ་པ་
གཞན་དུ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དངོས་ཆོས་ཉིད་ཉམས་ན། །དངོས་པོར་འཛིན་པ་སྤྱོན་
འགོ་ཅན། །དེ་ཤེས་ཡིན་ཕྱིར་ཉེས་འདི་མེད། །རང་གི་མཚན་ཉིད་གཅིག་གཞལ་བྱ། །ཡོད་
མེད་ཉིད་དུ་དབྱེད་རྣམས་གྱི། །དོན་བྱ་དེ་ལས་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་རང་གཞན་ངོ་བོ་
ཡིས། །རྟོགས་ཕྱིར་གཞལ་བྱ་གཉིས་སྤྱི་བཞེད། །རྗེ་བཞིན་མངོན་ཞེན་མིན་པའི་ཕྱིར། །གཉིས་
པ་འབྲུལ་པ་ཡིན་པར་བཞེད། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་ངོ་བོས་ནི། །རྟོགས་ན་འབྲུལ་པ་ཆད་མ་
མིན། །བསམ་པ་ལ་ནི་བསྐྱེད་མེད་ཕྱིར། །འབྲུལ་པ་ཡིན་ཡང་ཆད་མ་ཉིད། །རྣམ་གཞན་གྱིས་

ཀྱང་རྟོགས་པ་མཐོང་། རྟོགས་འདི་ལ་ནི་ལན་བཏུབ་ཟེན། རྟོར་བུ་སྤྱོད་ན་མེའི་འོད་དག་
ལ། རྟོར་བུའི་སྒོ་ཡིས་མངོན་རྒྱལ་པ། ལོག་པའི་ཤེས་པར་བྱད་མེད་ཀྱང་། རྩི་ལྟར་དོན་བྱེད་
ལ་བྱད་ཡོད། རྩི་ལྟར་རི་བཞིན་དོན་མེད་ནའང་། རྩིས་དཔག་དང་ནི་དེར་སྤང་དག་དོན་
བྱེད་པ་དང་རྩིས་འབྲེལ་བས། རྩི་མ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་གཞག་གང་ལ་དོན་གྱི་རྒྱས་པ་
ལས། རྩིས་འགོ་ལྗོན་པ་ཅན་གྱི་སྒོ། རྩི་ལ་འཛིན་པ་རང་དབང་ཅན། རྩི་ལས་གཞན་དངོས་
དབང་པོ་འདས། མ་མཐོང་བདག་ཉིད་ངོ་བོ་དེ། རྟོག་པའི་རྟོན་ནི་དོན་གཞན་ཡིན། གཤམ་
ཏི་དེ་རྟོན་དང་འབྲེལ་ཅན། ཡིན་ན་དེ་ཆོ་གོ་བྱེད་ཉིད། རྩི་ཆོ་གོ་བྱེད་རྩིས་འགོ་བ། སྤྱི་ཡི་
ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྟོགས། རྩིས་ན་སྒོག་གུར་དོན་ཐམས་ཅད། བྱེད་པར་དུ་ནི་རྟོགས་མི་
འགྱུར། འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་ཆོས་ལས་ནི། ཆོས་ཅན་ལ་རྟོགས་སྤྱོད་པ་གང་། རྩི་ནི་རྩིས་དཔག་
སྒོག་གུར་གྱི། སྤྱོད་བྱེད་གཅིག་དུ་ངེས་པ་ཡིན། མངོན་སུམ་སྒོག་དུ་གྱུར་པ་ལས། གཞལ་བྱ་
གཞན་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། རྩི་བྱུར་གཞལ་བྱ་གཉིས་ཉིད་ཀྱིས། རྩི་མ་གཉིས་སུ་བཞེད་པ་
དང་། གཞལ་བྱ་གཉིས་ནི་མཐོང་བའི་བྱུར། གསུམ་གཅིག་གངས་ནི་གསལ་བ་ཡིན། མེད་
པ་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་བྱུར། གཅིག་ཉིད་ཅེ་ན་ཁོ་བོ་འང་འདོད། མེད་པའང་ངེས་བྱུར་གཞལ་
བྱ་ནི། མིན་ལ་མ་ངེས་པ་ཉིད་དམ། རྩི་ངེས་ཆོད་མ་གཉིས་པ་ཉིད། མེད་ལ་དབང་སྤྱོད་སྒོ་
མིན་ཏེ། དོན་གྱི་སྒྲོབས་ལས་སྤྱོད་ས་པའི་བྱུར། དོན་གྱི་རྒྱས་ལ་སྤྱོད་མེད་ན། བར་ཆོད་ལ་
སོགས་ཡོད་ན་ཡང་། དབང་སྤྱོད་སྒོ་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་བར་འགྱུར། གཤམ་ཏི་མངོན་སུམ་ཉིད་ལྗོན་
ལས། མེད་པར་ངེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འགལ་བའམ་དེ་ཉིད་ལྗོན་པ་དང་། རྩིས་འགོ་ཅན་གྱི་
རྟོགས་ཡིན་ན། གཞན་སེམས་དག་ནི་རྟོགས་བྱུར་ཡང་། རྩི་མ་གཉིས་ནི་བྱུར་པ་ཡིན། སྤྱོད་
སོགས་ལ་ནི་འཇུག་པའི་བྱུར། རྩི་ཡི་ངོ་བོ་ངེས་པར་གྲུབ། བསྐྱེད་བྱུར་དེ་ཆོད་མ་
ཉིད། གཤམ་ཏི་ལ་ལ་དག་དུ་ནི། འབྲེལ་བྱུར་ཡིད་བརྟན་མེད་ཅེ་ན། རྟོགས་ལོག་མཐོང་བྱུར་
དེ་དེ་འདྲ། གང་ལས་འགའ་ཆོ་དངོས་འགའ་ལ། རྩི་ཡི་རྟོགས་པ་བྱུར་གྱུར་པ། རྩི་ནི་དེ་
ལས་སྤྱོད་པའམ། རྩི་ཡི་ངོ་བོར་གདོན་མི་ཟ། རང་གི་རྒྱུའམ་ངོ་བོ་དག་མེད་པར་དོན་ནི་

སྲིད་མེན་པ། རྟེན་གཞན་རང་བཞིན་མཐོང་གང་ཡིན། རྟེན་གཞན་དུ་འང་མཚན་ཉིད་
ཡིན། ལྟར་རུང་རང་གི་ངོ་བོ་འཇམ། རང་རྒྱ་མཐོང་བའི་རྒྱ་གཞན་དག་ཡོད་པར་སྤང་བ་
མེད་ན་ནི། རྟེན་དང་ལྷན་པ་འང་ཅི་ལྟར་ཡོད། སྤྱི་ཡི་སྒོ་ནི་ ཚད་མེན་ན། མེད་པ་ཐོབ་འགྱུར་
པ་རོལ་གྱི། རྟོན་བཞིན་གལ་ཏེ་དབང་རྣམས་ཀྱིས། རྟེན་གཞན་དུ་ནི་རྟོགས་ཤེ་ན། རྟེན་
མེན་དབང་དང་རྟེན་སྟགས་ལ། དབང་སྤྱི་སྒོ་ནི་མེ་སྲིད་ཕྱིར། མེད་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་ན་
ནི། སྒོ་དང་སྤྱི་བ་རྒྱ་མེད་འགྱུར། རྣམ་རྟོག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་
མངོན་སུམ། རྣམ་རྟོག་མེད་པར་སྤྱི་འཛིན་མིན། རྟེན་ཕྱིར་དེ་ལ་རྟེན་དབང་ཉིད། གཞལ་བྱ་
ངེས་ན་ཁ་དོག་ནི། མི་རྟོག་ཉིད་དུ་རྟོགས་མི་འགྱུར། རྟེན་སྒོ་ཚད་མ་གཞན་འགྱུར་ཏེ། རྟོགས་
མེད་པར་ནི་ཡོད་ཕྱིར་རོ། ལྷན་པར་མཐོང་ལ་རྟོགས་དང་ནི། འབྲེལ་པ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་
ཕྱིར། རྟེན་མེད་མ་གཞན་ ཡིན་ནོ། གཞལ་བྱ་མེད་ཕྱིར་ཚད་མ་རྣམས། ཁང་པོ་ཉིད་དམ་
གཅིག་ལ་ཡང་། རྟེན་མེད་ནི་འབྲེལ་ཕྱིར་ཏེ། གཅིག་གསུམ་གངས་ཀྱང་སེལ་མི་
འགྱུར། རྟེན་པར་ལྷན་པར་མཐོང་བ་བཞིན། ལྷལ་ངེས་པ་ནི་མེད་ཕྱིར་དང་། གཞལ་བྱ་
གཞན་ནི་ཡོད་ཕྱིར་རོ། སྒོ་ནི་འདིར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཁ་དོག་སྤྱི་ལ་སྤྱི་ ར་ཕྱིར་
རོ། རྟོན་མེད་ངོ་བོ་མེན་དེ་ཉིད། རྟེན་ལྟར་གྲུབ་པས་བསྐྱབ་ཕྱིར་རོ། གཞལ་ལས་གཞན་
གྲུབ་མེན་ཞེ་ན། མེན་ཏེ་དེ་ཉིད་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། རྟོན་གང་ཅི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ། རྟེན་འདྲ་དེ་ནི་
རྟོགས་སེམས་ཀྱི། རྒྱ་ཡིན་དེ་ལས་དེ་ལྟ་ཡི། རྟོན་ལ་ངེས་བསྐྱེད་རྟོགས་ཅན་སྒོ། རྟེན་
རྟོགས་དང་རྟོགས་ཅན་སྒོ། བརྒྱུད་པ་ཡིས་ནི་དངོས་པོ་ལ། འབྲེལ་ཕྱིར་དེར་སྤང་བ་ཡིས་
ནི། སྤྱོད་ཡང་སྤྱི་བྱེད་ཉིད་མ་ཡིན། རྟེན་ཡི་ངོ་བོས་སྤྱོད་དེ་དག་ རྟེན་ཡི་ངོ་བོར་ཞེན་པའི་
ཕྱིར། རྟེན་དངོས་སྤྱི་བྱེད་ཉིད་མེན་ཡང་། འབྲེལ་པར་རྣམ་གཞག་བྱས་པ་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་
དངོས་པོ་རྟོགས་བྱ་ལ། ལྷན་བྱེད་དེ་ཡི་ངོ་བོ་འཇམ། རྒྱ་དག་ལྷན་པར་བྱ་སེམས་ཀྱི། རྒྱ་མཚན་
དེ་ཡང་དེ་སྒོའི་ཡིན། རྟོགས་པ་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་དུ། མི་དམིགས་པ་ལས་འགྲུབ་པ་
ཡིན། ཚད་མས་གྲུབ་པར་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི། རྟོན་གྱི་བསྐྱོག་པ་ཉིད་ལས་ཡིན། རྟོགས་ལ་དེའམ་

དེ་རྒྱ་དང་། །འགལ་བར་བཅོད་པ་མཐོང་གང་ཡིན། །དེ་ཡང་དེ་ཡི་ཚད་མ་ཉི །དེ་མེད་པ་
འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །གཞན་དུ་དངོས་གཅིག་ཡོད་བཅོད་པས། །གཞན་མེད་དེ་ནི་གང་
ལས་རྟོགས། །འགལ་བྱེད་ཞེ་ན་དེ་ཉིད་ཀྱང་། །ཅིས་འགྲུབ་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་བྱེད། །ཞེ་ན་དེ་
ཡང་གང་ལས་འདོད། །སྤང་བ་མཐོང་མེད་བྱེད་ཞེ་ན། །དེ་ནི་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་བྱེད་
རང་སྤྲོས་བཅོད་ན་ཡང་། །དེ །ཉིད་མེད་པའི་སྤྲོབ་བྱེད་ཡིན། །གང་ལ་དེ་ནི་ཚད་མ་ནི་
དེས། །དགག་པ་ནམ་ཀུན་བཅོད་བྱ་མིན། །དེས་ན་དེ་དང་འགལ་དོན་གྱི། །འབྲས་བུ་བཅོད་
པ་བཤད་པ་ཡིན། །ཀུན་ལ་སྦྱར་བ་ཐ་དད་ཉིད། །ཡིན་གྱི་དོན་ལ་ཐ་དད་མེད། །འགལ་དང་
དེ་ནི་ཐབས་བཅས་པ། །བྱབ་དང་བཀག་པ་མེད་པར་ནི། །དགག་ལ་ཚད་སྤྲོ་གང་ཡི །ན་
དེ། །རིག་པའི་རྗེས་འབྲང་ཅན་མིན་དེ། །སྤྲོ་ལ་སོགས་པས་ཀུན་མཁྱེན་དང་། །འཛིག་རྟོན་
གཞན་སོགས་མེད་སྤྲོབ་བཞིན། །དབང་པོ་ལས་འདས་དོན་ནམས་དང་། །འགལ་བ་བྱབ་པ་
མེད་བྱེད་རོ། །གལ་ཏེ་སྤྲོ་པོ་རིག་ཡིན་ན། །གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ངོ་པོ་གང་། །དེ་འདྲ་མི་
དམིགས་བྱེད་ཞེ་ན། །དེ་ཉིད་སྤྲོབ་བྱེ །ད་ཡིན་པར་བཅོད། །མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་བྱ། །དེས་
བྱེད་མིན་པར་རབ་ཏུ་བཅོད། །དེ་བྱེད་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གུར་ལ། །ཡོད་མེད་ངེས་པ་ཡོད་མ་
ཡིན། །འགལ་དེ་ཆོས་ནི་ཐ་དད་དམ། །ཐ་དད་མེད་ལ་རབ་སྦྱར་ཏེ། །ཁ་ལ་མེད་པར་སྤྲོབ་པ་
ལ། །མི་དང་སྤྲོ་ལ་ཡོད་གཞོད་བཞིན། །རྗེ་ལྷ་དངོས་ཉིད་སྤྲོབ་པ་ལ། །དངོས་པོ་ནམས་གྱི་
སྤྲོབ་བྱེད་འདོད། །དེ་བཞིན་དངོས་ཉིད་རང་ལྟོག་ན། །དངོས་ནམས་ལྟོག་པར་བྱེད་པ་
ཡིན། །དེས་ནི་རྟོག་པས་སྤྲོབ་པའི་ཆོས། །ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དག་ལས། །གང་རུང་
ཉིད་སོགས་བསལ་ཡིན་ཏེ། །ཅི་ཡང་རུང་ལ་སྤྲོད་བྱེད་རོ། །དེ་ལའང་ཁྱབ་པར་བྱེད་པའི་
ཆོས། །ཁྱབ་བྱ་ལྟོག་པ །འི་གོ་བྱེད་འདོད། །གལ་ཏེ་རང་གི་ལྟོག་པ་ནི། །ནམ་འགར་ཡོངས་སུ་
བཅད་ནའོ། །མེད་པ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་གྱི། །ཚད་མེད་རྟགས་སུ་བཅོད་གང་ཡིན། །དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་
ཚོངས་དོན་ཏེ། །གནག་རྗེ་མོ་པར་གྲགས་བྱེད་རོ། །མི་དམིགས་པ་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་མེད་ལ་
ངེས་པའི་འབྲས་ཅན་ཡིན། །དེ་ཡང་སྤང་བར་འདོད་པ་ཡི། །རྒྱུའམ་རང་བཞིན་སྤང་མེད་

ཉིད། རྗེས་སྤྱད་པ་ལ་མི་རྟག་སྟགས། འཛིན་པ་ལ་ནི་ཚུལ་འདྲི་འདོད། གཞན་དུ་
གཟུང་བ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། ཁོད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་མ་ཡིན། འདོད་ལས་མི་རྟག་གཞན་དུ་
མེད། རྟེན་ཡང་དབང་པོ་ལས་སྤར་གྲུབ། རྟེན་མའི་དཔྱད་དེ་བཟོད་བྱ་མིན། རྟོག་པས་བསྐྱེད་
ཆས་བཟོད་བྱ་ཡིན། སྤྱི་ཡི་རྟེན་ནི་གྲུབ་པ་ན། སྤྱི་དེ་ཉིད་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། རྟེན་གྲུབ་ན་དེ་
ལྟར་དེ། རབ་དུ་གྲུབ་ཕྱིར་རྗེས་དཔྱད་ཡིན། འདྲ་བ་གཞན་ནི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལ་ལར་
ཡོངས་སྤྱི་མི་ཤེས་ཏེ། འབྲུལ་ཕྱིར་སྒྲོང་གི་ཐ་དད་བཞིན། ཐ་དད་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་
རྟོ། འདི་ལྟར་རྟགས་མེད་བྱིས་པར་གྱུ། སྤྱོད་སྤྱི་འབྱུང་བ་དང་ནི། འབྲེལ་མེད་མར་མེ་
ལ་སྟགས་གྱུ། འཛིན་པ་མཐོང་བས་ཡོངས་གཙོ་ཉིད། རྟེན་པ་དཔྱད་པོའི་རང་བཞིན་
དུ། སྤྱིར་གྲུང་དེ་མ་ཐག་མེད་པས། འབྲས་སྤྱི་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུངས་སྤྱིར་ངས་
གསལ་མེད་ཕྱིར་རྟོ། རྟེན་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ནི། རྗེས་སྤྱད་པ་བཟོད་པ་ཡིན། རྒྱ་
གྲོས་ཆེན་པོས་མཐོང་ཉིད་ལས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ངས་པར་བྱེད། ཐམས་ཅད་ལས་ནི་
ཐོག་པ་ཡིས། ཐ་དད་མེད་དོན་དེ་ལ་ནི། ཐོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་སྒྲོང་དང་། རྗེས་བཟུང་
བཟགས་པ་ཡི་སྤྱ། ཐ་དད་རྟེན་ཅན་བཞིན་འབྱུག་འབྱུར། འབྲུལ་རྒྱ་མེད་ན་དེ་ཡིས་ནི། རྟོ་
པོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་དང་ནི། རྗེས་སྤྱི་མཐུན་པའི་སྒྲོ་སྐྱེད་བྱེད། ཡང་ན་འདྲི་ནི་མི་དམིགས་
པའི། རྟགས་ལས་འཛིན་པ་གྲུབ་པ་ཡིན། སྤར་བྱུང་དཔྱད་པོ་མེད་སྤྱིར་པ། མི་རྟག་ཅེས་ནི་
བཟོད་པ་ཡིན། གང་གི་མཐའ་གཉིས་ཆོད་ཡོད་པའམ། འབྲེལ་པ་བཟོད་པའི་ངང་ཚུལ་
ཅན། མི་རྟག་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་པ། རྟེན་མཐའ་དེ་དག་གང་ལ་བཟོད། གལ་ཏེ་སྤྱི་ཕྱིར་མེད་
ཡིན་ན། རྟེན་མི་རྟག་ཅེས་མ་ཡིན། རྟག་པ་སྟགས་སྤྱིར་མི་རྩལ་ཕྱིར། ཞེ་ན་མཐའ་ལ་དེ་
ཅི་ལྟར། ཡོད་ཉིད་དང་འབྲེལ་རྟག་པའི་ཕྱིར། མཐའ་ཡིས་བྱུང་པར་འབྱུང་བ་མིན། གལ་
ཏེ་རྒྱ་འབྲས་མཐའ་ཡིན་ན། བྱུང་པར་མེད་པ་ཉིད་འབྱུང་ཏེ། འབྲེལ་མེད་ཕྱིར་རྟོ་དེ་ ཡིས་
ནི། འདོད་པོ་སྤར་མེད་འདོད་མིན་པས། རྟེན་པ་ཡི་བྱུང་པར་ཅན། བཟོད་པ་དེ་ཡང་མི་
འབྱུང་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཉིད་དང་རང་རྒྱ་དང་། འབྲེལ་བྱེད་ཕྱིར་ན་རྒྱ་ཞེས་གྲག ཡོད་ཉིད་དེ་

དང་འབྲེལ་དེ་ཡང་། ཏྲག་ན་འོ་ན་འདི་འབྲས་གང་། གང་ཞིག་མེད་པ་དེ་བྱེད་ནི། དངོས་
པོ་ལྟར་མེད་ལྟར་མིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་ཁས་ལེན་མེད་ཕྱིར་རོ། དེ་ཕྱིར་རིལ་འདི་ཏྲག་པར་
འགྱུར། དེ་ཕྱིར་མེད་དོན་སྒྲོ་འདོགས་པ། བརྗོད་བྱ་ཐ་དང་ཅན་སྟོ་ནི། ཐ་དང་མེད་དོན་
མངོན་འདོད་ཅན། སྒྲ་ལའང་སྒྲག་བའི་རྟེན་ཡིན་ནོ། སྒྲ་ཅིག་སོ་སོར་ཐ་དང་ཕྱིར། བྱུང་
པར་ངོ་ཤེས་མ་ཡིན་ནོ། མཐོང་དང་མཚུངས་པར་དེ་འཛིན་ཕྱིར། བྱུང་པར་ཡུལ་ཅན་ཉིད་
ཀྱང་མིན། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་པའི། ཕྱིར་ན་སྤྱི་འཛིན་མིན་ཞེ་ན། དཔེ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་
གྲུབ་དེ་ལ། ཁོད་མ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། གལ་ཏེ་བརྗོད་ཕྱིར་སྒྲོན་མེད་ན། དེ་ཉིད་ཕྱིར་
ན་དཔེ་མ་ཡིན། །། གལ་ཏེ་མཐོང་ལ་དེ་དངོས་ནི། ཁོད་མས་གྲུབ་ན་དངོས་གཞན་ལ ། དེ་
ཉིད་སྒྲོ་འདོགས་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་དེས་གྲུབ་ཁོད་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན། མངོན་སུམ་ཅིག་ཤོས་
གཅིག་ཡིན་ཕྱིར། གཅིག་གྲུབ་པ་ན་གཉིས་ཀ་གྲུབ། གཞན་དང་མཚམས་ནི་སྒྱུར་བ་
ཡི། ཞེན་པ་མཁས་པས་དྲན་པར་ཤེས། གལ་ཏེ་དེ་ཏྲགས་ལ་སྟོས་ཕྱིར། དྲན་མིན་མ་ཡིན་
འབྲུལ་ཕྱིར་རོ། མངོན་སུམ་རྟོག་དང་བལ་བ ར་ནི། མངོན་སུམ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་
འགྱུར། ཀྱན་གྱི་རྣམ་རྟོག་མིང་རྟེན་ཅན། སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བྱ་ཡིན། ཐམས་ཅད་ལས་ནི་
སེམས་བསྐྱུས་ནས། རང་གི་བདག་ཉིད་གཡོ་མེད་པར། གནས་ནའང་མིག་གིས་གཟུགས་
དག་ནི། མཐོང་བའི་སྟོ་དེ་དབང་སྐྱེས་ཡིན། སྒྲར་ཡང་ཅུང་ཟད་རྣམ་རྟོག་ན། ཁོ་བོའི་རྣམ་
རྟོག་འདི་འདྲར་གྱུར། ཅེས་རིག་ལྟར་བཤད་གནས་སྐབས་ཀྱི། དབང་པོའི་རྟོགས་པ་ལ་མེད་
དོ། གཅིག་ཏུ་མཐོང་བའི་བྱུང་པར་ནི། གཞན་འགའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་མི་འགྱུར། དེ་ལས་སྤྱི་
གཞན་ཐ་དང་པ། ཡོད་མིན་ཐ་དང་སྟོ་མེད་ཕྱིར། དེ་ཕྱིར་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་སྟོ། ཐམས་
ཅད་བྱུང་པར་ཡུལ་ཅན་ཡིན། བྱུང་པར་ རྣམས་ལ་སྒྲ་དག་ནི། འཇུག་པ་སྤིང་པ་ཡོད་མིན་
ཏེ། བྱུང་པར་རྗེས་འགོ་མེད་པས་ན། བརྗོད་འཇུག་པ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། སྒྲ་རྣམས་ཡུལ་ཡང་
གང་དེ་ཉིད། དེ་རྣམས་ཉིད་ནི་སྒྱུར་བར་བྱེད། དེའི་འདི་ཞེས་ནི་འབྲེལ་པ་ལ། དོན་སྣང་བ་
ནི་གང་ཡིན་པ། དེ་དག་ཉིད་ནི་འབྲེལ་ཡིན་ན། དེ་ནི་དབང་པོའི་སྒྲོ ད་ཡུལ་མིན། དེ་ཆོ་

གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཡི། འོན་སྒྲུང་བ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། ཤེས་སྒྲུང་ཐ་དད་བ་ཡིས་ནི། འོན་
རྣམས་བྱུང་པར་བྱེད་བ་ཡིན། མིག་ལ་དོན་སྒྲུང་བ་ན་ཡང་། འདི་ཞེས་གཞན་གྱིས་བསྟན་
པ་གང་། འདི་ཉིད་སྤྱི་ཡིས་སྦྱོར་བྱེད་ཀྱི། འབང་པོའི་སྦྱོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། འབང་པོའི་བྱ་བ་
མེད་བ་ལ། གཞན་དག་ཙམ་གྱིས་སྒྲུང་མེད་ཕྱིར། འབྲེལ་བ་མ་བྱས་ཅན་མིན་ཏེ། འབང་ཉིད་
ཤེས་པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཡིད། ཅིག་ཅར་དུ་ནི་འཇུག་ཕྱིར་
རམ། འཇུག་པ་སྦྱར་ཕྱིར་སྒྲུན་པོ་དག་འདི་དག་ལ་ནི་གཅིག་དུ་ཞེན། གལ་ཏེ་རྣམ་རྟོག་གིས་
བཅད་པས། མཐོང་བ་རྒྱན་ཆད་འགྱུར་ཞེ་ན། གཞན་གྱི་འདུང་རིགས་ནི་ཐ་དད་པའི། རྣམ་
པར་རྟོག་ཆོ་ཇི་ལྟར་མིན། གལ་ཏེ་མ་གལ་མེ་མཐོང་བ་བཞིན། འདོད་སྤྱོད་གས་སྟོབས་དང་
ལྡན་འདོད་ན། འདི་ནི་གཞན་ལ་འང་མཚུངས་བ་ཡིན། ཡི་གེ་འང་ཅིག་ཅར་ཐོས་པར་
འགྱུར། འདིར་དོན་ཀྱན་དང་ཅིག་ཅར་དུ། འདུས་ཅན་དབང་རྣམས་ཡོད་པ་ན། ལྔ་པོ་
རྣམས་གྱིས་ཆོད་ན་ཡང་། ཆོད་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒོ། གང་དེ་མིང་གི་མཐར་ཐུག་
པའི། ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་དང་འདྲེས་ཕྱིར། ཆོད་པར་སྒྲུང་བ་དེ་ངོ་མཚར། འདི་ཕྱིར་སྒོ་ནི་ཅིག་
ཅར་འགྱུར། སྒྲུང་བ་ལ་ཡང་བྱུང་མེད་ན། བར་བཅས་བར་མེད་ཇི་ལྟར་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་རྟོག་
པ་འབའ་ཞིག་ལ་འང་། ལམ་དུ་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། ལམ་ལས་ཀྱན་དུ་ཆགས་སེམས་
ཅན། འོན་ཏེ་བ་ལ་འང་འཛིན་མེད་གང་། ཆགས་པས་གཞན་སྦྱེས་ལུས་ཉམས་ཕྱིར། གཉིས་
ཀ་ལ་ཡང་ཚོད་འདི་ཡོད། མགལ་མེ་ལ་སོགས་སྦྱར་འཇུག་པའི། རྗེས་སུ་འགོ་བས་གཞོད་པ་
ཅན། མིག་ལས་འཁོར་ཁོར་འབྱུལ་སྦྱེ་ཡི། འདི་མཐོང་མཚམས་སྦྱོར་ལས་མ་ཡིན། ལམ་ལ་
དབང་སྦྱེས་ལ་སོགས་ཕྱིར། བྱིས་པའི་སྒོ་བཞིན་རྟོག་མེད་དང་། བྱིས་པའི་རྟོག་མེད་ཉིད་ཀྱི་
རྒྱ། བར་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་སྟབས། འདི་དག་གི་ནི་རྟོག་མེད་ཕྱིར། བྱིས་པའི་མངོན་སུམ་ཉིད་
དུ་འགྱུར། བར་ཡི་རྒྱ་དང་བལ་བའི་ཕྱིར། འདི་ནི་བྱིས་ཀྱང་མི་འགྱུར་རོ། གལ་ཏེ་བར་ལ་མ་
བྱང་བའི། ཡིད་ཡོད་དེས་ན་དེ་འདོད་ན། འདི་བཞིན་དབང་སྦྱེས་ལ་ཡང་འགྱུར། འདི་འདྲ་
འདི་ཡང་ལྷག་ལྡན་ཡིན། བྱིས་ལ་སྦྱབ་པར་བྱེད་གང་ཡིན། འདི་ཉིད་འདིར་ཡང་བརྗོད་བྱ་

སྒྲེ། དབང་པོའི་སྒོ་ནི་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །འདིས་ནི་སྒྲོལ་སྟགས་བཤད་པ་ཡིན། །བྱད་པར་དང་
ནི་བྱད་པར་གཞི། །འབྲེལ་དང་འཇིག་རྟེན་གཞུང་ལུགས་ནི། །བཟུང་ནས་ དེ་དག་སྒྲུལ་བྱས་
ཏེ། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། །དཔེར་དབྱུག་ཅན་བཞིན་རིགས་སྟགས་ཀྱི། །བྱེ་བྲག་
རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ལྟར་སྒྲོལ་བ་ཡོད་མིན་པ། །དེས་ན་འདི་ལ་རྟོག་པའང་
མེད། །རྗེས་འགོ་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་གང་། །དེ་ཡང་སྒྲོལ་དང་གསལ་བར་སྤང་། །ཁ་དོག་དབྱིབས་
ཡིག་རྣམ་པ་ཡིས། །སྒྲོལ་བ་བ་ལང་ཉིད་དུ་བརྗོད། །དེ་ཉིད་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་། །མིག་
གི་ཡུལ་ལ་མཐོང་མེད་དེ། །སྤང་བ་གཉིས་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། །སྒོ་ཐ་དད་པའང་རྟེན་པར་
དཀའ། །དབང་པོས་འཕྲོད་འདུ་འཛིན་མེད་ཕྱིར། །འབྲེལ་པ་མཐོང་བ་མེད་པར་
གནས། །སྤལ་མ་འདི་ལ་སྤམ་བྱ་ཞེས། །སྒྲོལ་འདི་དག་ཀྱང་རང་གིས་བྱས། །བ །ལང་ལ་རུ་ཞེས་
འཇིག་རྟེན། །རུ་ལ་བ་ལང་འཇིག་རྟེན་མིན། །བ་ལང་ཞེས་བྱ་ཡན་ལག་ནི། །ལྷག་མ་རྣམ་
བཅད་དམིགས་མེད་ཕྱིར། །སྤལ་མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤམ་བྱ། །འདི་ཞེས་སྤལ་མ་འདུས་བྱས་
ལས། །ཕྱིས་འབྱུང་འབྲས་བྱར་བརྗོད་ཡིན་ཀྱི། །རི་ལྷ་བྱར་ཡང་དུས་གཅིག་མིན། །འགའ་ཡིས་
རྒྱ་སྒོ་བཏགས་པའམ། །སྒྲོ་མི་རྟེན་ནི་རྟོན་པ་ན། །སྤལ་མ་གཅིག་ནི་བཀར་བྱས་ལ། །འབྲས་ལ་
སྤལ་མ་ཞེས་འཇུག་འཇུར། །པན་གདགས་པན་འདོགས་བྱེད་ཉིད་དམ། །རྣམ་པར་ཆད་མེད་
སྤང་བ་ཉིད། །འབྲེལ་མེད་ཅན་ཤེས་དང་པོ་ཡི། །བརྟུང་ལ་སྒྲོལ་ཡུལ་གང་ཡིན་དངོས། །དངོས་
པོ་ལས་ནི་ཐ་དད་ཅན། །རིགས་སྟགས་ལ་ནི་རྗེས་དཔག་མེད། །དབྱུག་པ་ ཅན་སྟགས་ཐམས་
ཅད་ལའང་། །ཀྱན་རྗོབ་པ་ལས་ཐ་སྙད་འདོགས། །དངོས་པོ་ཁང་བཟང་འཕྲེང་སྟགས་ཀྱི། །སྒྲོ་
ཡང་གཞན་ལ་རྟོས་པ་མིན། །གལ་ཏེ་ཁང་པ་ལྷན་ཡིན་ན། །དེ་འཕྲེང་དེ་ནི་ཅི་ཞིག་
ཡིན། །གལ་ཏེ་རིགས་ཡིན་ཁང་གཅིག་ཀྱང་། །ཤིང་བཞིན་འཕྲེང་ཞེས་བརྗོད་པར་
འཇུར། །འཕྲེང་མང་པོ་ལ་དེ་ཡི་སྒྲ། །ཅི་ལྟ་ར་རིགས་ལ་རིགས་མེད་ཕྱིར། །འཕྲེང་སྟགས་ལ་ནི་
ཆེན་པོ་སྟགས། །ཉེར་བཏགས་ལས་འདོད་གང་ཡིན་པ། །དངོས་དང་བྱད་མེད་རྣམ་ཤེས་
ཀྱི། །གཟུང་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་ཉེར་བཏགས་མིན། །དངོས་སུ་མཛོན་པར་འདོད་པ་ལའང་། །རྒྱ་

གཞན་མེད་པ་ཉིད་དེ་མཚུངས། །དུག་རྣམས་ལ་ནི་ཚོག་དོན་སྒྲ། །རྒྱ་གཞན་གང་ལ་སྟོས་པར་
མཐོང་། །རྩི་ལྟར་གྲགས་ལས་གྲུབ་གང་ཡིན། །དངོས་དང་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །གང་
ལ་དེ་སྐད་བརྗོད་པལ་པ། །དངོས་ལ་དངོས་མེད་བཏགས་ཕྱིར་རོ། །གྲགས་པ་བརྗོད་ཡི་རྩེས་
འགྲོ་ཅན། །དེ་ཡང་བརྗོད་འདོད་རྩེས་འགྲོ་ཅན། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་བྱས་པ་སྟེ། །ཐེབ་སྦྱར་མིང་
དང་སྒྲ་ཆ་བཞིན། །ཐ་དད་ཀྱང་གང་དངོས་ཚོས་ཀྱིས། །དེ་འབྲའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་ཡི་ནི། །དོན་དེ་
དག་ལ་ཤེས་པ་དེས། །དེ་ལྟར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཐ་དད་ཐ་དད་མེད་པར་
ནི། །རྟོགས་ལ་ཤེས་པའང་དེ་བཞིན་རོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་འབྲས་མེད་བལ་བ། །རྩེས་འགྲོ་དངོས་
གཅིག་ཡོད་མ་ཡིན། །དངོས་རྣམས་ལ་ཡོད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དངོས་ལ་མཉམ་པ་དེ་མ ཐའ་
ཅན། །ཕྱི་རོལ་རྣམ་པ་རྣམ་གཅོད་ལ། །རྟེན་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲ་དེ་ནི། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་
གཟུགས་བརྟན་ནི། །དེ་ཡི་མཐར་ཐུག་རྣམས་དང་འབྲེལ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་མཐར་ཐུག་
ཕྱིར། །མཉམ་པ་གཞན་སེལ་བྱེད་པར་བརྗོད། །ཐོག་བ་བཞིན་དུ་སྒྲ་དག་ལས། །ཤེས་ལ་
གཞན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་། །གང་དེའང་དོན་གྱི །བདག་ཉིད་མེན། །དེ་འབྲུལ་བག་
ཆགས་ལས་བྱུང་ཡིན། །དེ་ནི་མཉམ་པས་བརྗོད་པ་ན། །དོན་གྱི་ཆ་གང་རྟོགས་པར་
འགྱུར། །དེ་མ་རྟོགས་ན་དེ་དོན་ཅན། །བརྗོད་བ་ནི་དོན་མེད་འགྱུར། །སྒྲས་དོན་ཆ་ནི་ཅི་
བརྗོད་ཅེས། །དེ་ལ་གཞན་སེལ་བརྗོད་པར་བྱ། །རྣམ་པ་དེ་ཡང་དོན་ལ་མེད། །དེ་བརྗོད་ཅི་
ལྟར་དོན་བརྟེན་ཡིན། །རྩེས་འགྲོ་ཅན་སྒྲས་རྩེས་འགྲོ་ཅན། །དོན་གྱི་འབྲས་ཡིན་མཐོང་
གོམས་པས། །སྦྱལ་དེའང་རྩེས་འགྲོ་མེད་པ་ཅན། །སྟོ་ལས་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་རོ། །དེ་དངོས་སྟོ་
བཏགས་རྟོགས་པ་ཡིས། །གཞན་ལས་བསྟོག་པ་རྟོགས་ཕྱིར་ཡང་། །སྟོ་དོན་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་
ཅེས། །བརྗོད་པ་ལ་ནི་འགལ་བ་མེད། །ཤེས་པ །སྒྲ་ཡིས་ངེས་སྦྱལ་པ། །དེ་དག་ལྷག་པར་སྤང་
བ་ཉིད། །དོན་གྱི་ཆ་ལ་འདི་རྩེས་འགྲོ། །དེ་ལྟར་མཉམ་པ་གཞན་སེལ་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་བརྗོད་ཡི་
དུས་ན་ཡང་། །རང་ཉིད་མཐོང་བའི་འབྲས་བྱ་ཅན། །བརྟན་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་པའི་
ཕྱིར། །གཞན་སེལ་སྒྲ་དང་འབྲེལ་པར་འགྱུར། །གཞན་དུ་མ་མཐོང་ལ་སྟོས་དང་། །ལ་ལར །དེ་

མཐོང་ལ་སྟོན་ཕྱིར། གཞན་སེལ་སྒྲ་དང་འབྲེལ་འགྱུར་གྱི། ཇི་ནི་དངོས་ལ་མི་རུང་ངོ་། ཇི་
ཕྱིར་རིགས་སོགས་དེ་ཐུན་ནི། ཡོད་མེད་དོན་དང་དེ་དག་ལ། མཉན་པ་འབྲེལ་མེད་གཞན་
ལས་ནི། རྟོག་པ་ཉིད་ལ་སྒྲ་སྒྱུར་ཕྱིར། བརྟ་བྟན་པ་ཡི་རྒྱ་ཅན་གྱི། མཐོང་པ་སྟེ་བྱེད་བདག་
ཉིད་ཅན། རྩ་ཕྱི་འཛིན་པས་སྟོང་པ་ཡི། མིག་ཤེས་ལ་ནི་དེ་ཅི་ལྟར། རྟོག་ཅི་ལྟར། གཞན་ལ་
འབྲེལ་སེམས་ཅན་གྱི་ཡང་། མིག་གིས་གཟུགས་དག་མཐོང་གྱུར་པ། ཇི་ནི་གསལ་བར་དེ་
ཡི་བར། མི་འཛིན་དེས་བསྐྱེད་རྟོག་པའང་མེད། གང་ལ་སྒྲ་ནི་ངས་འགོད་པ། ཇི་ལ་རྟོག་པ་
སྐྱེ་བར་འགྱུར། ཇིས་ན་དབང་སྐྱེས་འདོད་པ་ཡི་ས། འབྲེལ་འགྱུར་ཕྱི་རོལ་མཐོང་མི་
འགྱུར། གཟུགས་ལ་གཟུགས་ཞེས་མཐོང་བ་ན། ཇི་སྟོ་ཞེས་ནི་ཇི་ལྟར་མཐོང་། ཇི་ཡིས་
ཉམས་སུ་སྦྱང་བའང་ཡོད། ཇི་ནི་རྟོག་མེད་ཅི་ལྟར་ཡིན། ཇི་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱང་ཡིན་ན་
ནི། རྟོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་མཐོང་བ་མེད། ཇིས་ནི་དུས་མཚུངས་ནམ་པར་ཤེས། གཞན་གྱིས་
སྦྱང་བ་བཟུན་པ་ཡིན། འདས་པ་ལ་ནི་བྟན་པར་འགྱུར། སྦྱང་བ་མེད་ལ་དེ་ཅི་ལྟར། རང་
སྟོའི་སྟོ་དང་གཞན་གྱི་སྟོ། ཡོངས་གཙོ་ངོ་བོ་གཅིག་པར་འགྱུར། ཇོན་རིག་འདས་པ་དཔེ་
དག་དང་། སྤལ་ཞིང་རྟགས་ནི་ཡོད་མེད་ཏེ། ཅིས་གྲུབ་གང་ཕྱིར་དེ་ལ་ནི། མངོན་སུམ་མ་
ཡིན་རྟགས་ཅན་མིན། གལ་ཏེ་དེ་ཡི་ངོ་བོར་ནི། སྤང་ཅན་དེ་མ་ཐག་པའི་སྟོས། གཟུགས་
སོགས་བཞིན་དུ་འཛིན་འགྱུར་ན། རྩ་སྟོ་དེ་ནི་འཛིན་མི་འགྱུར། ཇི་ལྟར་རང་གི་ཡུལ་ཅན་
གྱི། ནམ་ཤེས་ཉམས་སྦྱང་དེ་རྟོག་མེད། ཇི་བཞིན་བརྟ་བྟ་མི་རུས་པ། གཞན་ཡང་རྟོག་པ་
མེད་པར་འགྱུར། སྦྱི་བཙོད་དང་ཚུལ་ཅན་སྒྲ་དང་། རྟོག་པའང་དེ་དང་དོན་གཅིག་
ན། རྟོག་པ་མེད་པ་མེད་ན་ནི། བྱད་པར་གང་གིས་རྟོགས་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་རྟོག་མེད་
འགའ་ཞིག་ཀྱང་། ཡོད་ན་དེ་དང་མཚུངས་རྒྱ་ཅན། ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་འབྲས་བདག་
ཉིད། ཐ་དད་རྒྱ་ཐ་དད་ལས་ཡིན། ཕྱི་རོལ་དོན་ལ་སྟོན་མེད་པར། བརྟ་བྟན་པ་ལས་སྒྱུར་
བ་ཡིན། ཇི་བཞིན་བརྟ་ལ་སྟོན་མེད་པར། དངོས་རུས་ཉིད་ལས་མིག་སྒྱུར་འགྱུར། གལ་ཏེ་
གཟུགས་ནི་བརྟ་བྟན་ལ། སྟོན་ནས་དབང་པོའི་སྟོ་དག་ལ། རུས་འགྱུར་སྟོན་མེད་མ་ཡིན་

ན། ཏྲགས་བཞེན་དྲན་པ་ཉིད་ལ་འགྱུར། རྟེན་པ་འབྲེལ་སྦྲེ་བའི་ཕྱིར། དྲན་ལས་དབང་སྒོ་
འགྱུར་བའམ་མིན། རྟེན་ལས་དྲུས་གཞན་དྲུས་ཡང་འགྱུར། ལ་ལར་རྣམ་གཤམ་ ང་སྤྱིད་ཕྱིར་
རོ། གཤམ་ཏེ་རིམ་གྱིས་གཉིས་རྒྱ་ཡིན། ར་དད་མེད་ཕྱིར་སྤར་ཉིད་འགྱུར། དབང་པོའི་སྒོ་རྒྱ་
གཞན་ཡིན་ན། རྟེན་ལ་དྲན་པ་དོན་མེད་འགྱུར། བརྟེན་དེ་ལྟར་བརྟེན་པ་བྱགས་པ། བྱུ་
པའི་དོན་དུ་འདོད་པ་དང་། བྱུ་པར་བརྟེན་པ་བྱགས་མེད་འཛིན་ན། རྟེན་ལ་དྲན་པ་དོན་
ཅི་ཡོད། སྦྲེ་ཙམ་ འཛིན་པ་ཡིན་ན་ནི། བྱུ་པར་ལ་སྦྲེས་མི་རུང་ངོ་། རྟེན་ཕྱིར་མིག་དང་
གཟུགས་དག་ལ། བརྟེན་ནས་མིག་སྒོ་སྦྲེ་བར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་མངོན་སུམ་ཤེས་བསྐྱེད་
ལ། དབང་པོ་བཞེན་དུ་ཡུལ་རུས་ཡིན། རོ་ན་ཅི་ཕྱིར་གཉིས་རག་ལས། སྦྲེ་བ་དེ་ནི་ངས་མི་
བཟོད། ཁོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་མཐོང་ནས། ར་སྤྱིད་ངས་ བར་སྦྲེ་བ་ཡིན། དབང་པོའི་ར་
སྤྱིད་ལ་དེ་ཡོད། སྦྲེ་བར་བྱ་བའང་དེ་ཆོས་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་ར་སྤྱིད་འདི་ལ་ནི། སྦྲེ་བྱ་རང་
བཞེན་ཏྲགས་ཡིན་ཏེ། བྱུ་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞེན་ནི། རོགས་པའི་ཕྱིར་ནི་སྤྱི་པར་
འགྱུར། བསགས་པ་དག་ནི་ཆོགས་པ་ཡིན། རྟེན་སྦྲེ་དེ་ལ་དབང་པོའི་སྒོ་ སྦྲེ་སྒོ་གདོན་མི་ ཟ་
བར་ཡང་། རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྟེན་སྦྲེ་འབྲེལ། རོན་གཞན་དང་ནི་མངོན་འབྲེལ་
ཕྱིར། རྟེན་ཕྱིར་གཞན་གང་སྦྲེ་འགྱུར་བ། རྟེན་དག་བསགས་བཤད་དེ་དག་ནི། ཤེས་པ་སྦྲེ་
བའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་གཞན་དག་མེད་པར་ནི། རྟེན་ཕྱིར་བྱུ་པར་དེ་ཡང་
མེད། ཤེས་དེ་གཅིག་ལ་ངས་མིན་ཕྱིར། སྦྲེ་ཡི་སྦྲེ་ ད་ཡུལ་ཅན་དུ་བཤད། གཤམ་ཏེ་སྦྲེ་མཆོད་
གཅིག་ཡིན་ཡང་། ཅིག་ཅར་དུ་མ་འཛིན་མ་ཡིན། རྟེན་སྦྲེ་གས་ར་དད་ལ་རྟེན་ཕྱིར། ཅིག་
ཅར་འཛིན་པར་སྤྱིད་པ་ཡིན། འདི་ལ་མགྲོགས་པ་བཤད་ཟེན་རྟོ། རིམ་བཞེན་འབབ་པ་དེ་
ཉིད་ལ། རྟེན་ཕྱིར་རིམ་མིན་འཛིན་མི་འགྱུར། སྒོ་རྣམས་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རྟེན་
མཆོངས་ཅི་ལྟར་དེ་དག་ལ། འགའ་ཞིག་རིམ་མིན་སྤྱིད་པ་དང་། གཞན་ནི་རིམ་ཕྱིར་སྤྱིད་
བར་འགྱུར། རྟེན་ཕྱིར་དོན་ཀྱན་འཛིན་པ་ལ། འདི་ནི་རིམ་མིན་ཐལ་བར་འགྱུར། བྱེད་མ་ལེབ་
ཁྲ་ལ་སྦྲེ་གཟུགས། རྟེན་མཐོང་ཅི་ཡང་སྤྱིད་བར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་སྤྱི་ཆོགས་དེ་གཅིག་

ན། །དེ་བས་ཚས་འདི་ངོ་མཚར་ཆེ། །སྒྲ་ཚྲགས་གཅིག་པའི་རང་ བཞིན་མིན། །དཔེར་ན་ནོར་
བུའི་གཟུགས་དེ་བཞིན། །སྒྲོ་སྒྲགས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ནི། །སྒྲུམ་བྲ་ལ་སྒྲགས་དག་ལའང་
མཚུངས། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཡན་ལག་གཟུགས། །འབའ་ཞིག་དེ་ལྟར་མཐོང་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་
སྒྲགས་སྤངས་པ་ཡི། །བྲ་བོ་གཞན་མཐོང་ངོ་མཚར་རོ། །དུས་དང་དོན་གྱི་རྣམ་པ་
ནི། །མཚུངས་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་དག་ལས། །གཅིག་ནི་རིམ་ལྡན་དོན་མང་དང་། །གཅིག་ནི་
རིམ་མིན་དོན་གཅིག་གིས། །སྒྲོ་རྣམས་སྒྲ་ཚྲགས་ངོ་བོའི་ཕྱིར། །དོན་རྣམས་སྒྲ་ཚྲགས་ངོ་བོ་
ཉིད། །གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་མིན་ཞེ་ན། །ཐ་དད་བཞག་འདི་གང་གིས་འགྲུབ། །རིགས་མི་མཐུན་
རྣམས་ཚུམ་མེད་ཕྱིར། །རི་མོ་སྒྲགས་སྒྲོ་སྒྲ་ཚྲགས་མིན། །གཟུགས་མེད་ཕྱིར། །ར་ལྡན་སྒྲ་ཚྲགས་
མིན། །ཉེ་བར་བརྟགས་ལ་བརྟེན་པའང་མིན། །རེ་རེ་སྒྲ་ཚྲགས་མིན་ཕྱིར་རོ། །རིམ་བཞིན་དུ་
ནི་བཟུང་བ་ལ། །སྒྲ་ཚྲགས་སྒྲོ་ཡིས་བསྐྱེས་མིན་ཏེ། །གཅིག་གིས་དུ་མ་མི་འཛིན་ཕྱིར། །དེ་ཕྱིར་
གཅིག་དོན་དུ་མ་ཅན། །གང་ཕྱིར་དོན་གཅིག་རྟོག་པ་ནའང་། །གཞན་དག་མཐོང་བ་དེ་ཕྱིར་
ཡང་། །རྟོག་ པ་མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །སྒྲ་ཚྲགས་སྤང་ཅན་དོན་རྣམས་ལ། །གལ་ཏེ་གཅིག་
ཉིད་མི་རིགས་ན། །རེ་ཞིག་གཅིག་ཕུའི་སྒྲོ་དེ་ཉིད། །སྒྲ་ཚྲགས་སྲུ་ནི་ཅི་ལྟར་སྤང་། །ཇི་ལྟ་ཇི་
ལྟར་དོན་བསམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་འབྲེལ་ཞེས། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་གསུངས་
པ། །དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་འོངས་པ་ཡིན། །གཅིག་ལ་སྒྲ་ཚྲགས་དེ་ཅིར་འགྱུར། །སྒྲོ་དེ་ལ་ཡང་མི་
འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་རྣམས་བདག་ཉིད་འདིར། །འདོད་ན་དེ་ལ་ངས་ཅི་བྱ། །དེ་ཕྱིར་དོན་
དང་ཤེས་པ་ལ། །རགས་སྤང་ཡོད་མིན་དེ་བདག་ཉིད། །གཅིག་ལ་བཀག་པ་ཉིད་ཕྱིར་
དང་། །མང་པོ་ལ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཡོངས་གཙོ་ནང་ཡིན་ཕྱི་རོལ་ལྟར། །གནས་པ་འདི་
ནི་ཆ་གཞན་ཡིན། །ཐ་དད་མེད་ཅན་ཤེས་པ་ཡི། །ཐ་དད་སྤང་བ་བསྐྱེད་པ་ཉིད། །དེ་ལ་
གཅིག་ནི་མེད་པས་ཀྱང་། །གཉིས་ཀའང་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་གཉིས་སྟོང་
གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡིའང་དེ་ཉིད་ཡིན། །དངོས་རྣམས་ཐ་དད་གནས་པ་འདི། །དེ་ཐ་
དད་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་དག་ཐ་དད་ཀྱང་ ང་བསྐྱེད་

འགྱུར། གཟུང་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ལས། མཚན་ཉིད་གཞན་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། དེས་ན་
མཚན་ཉིད་སྟོང་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་མེད་པར་རབ་ཏུ་བཤད། སྤང་པོ་ལ་སོགས་བྱེ་བྲག་
གིས། མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ཡི། སྤྱད་པར་ཅན་དེའང་དེ་ཉིད་མིན། དེས་ཀྱང་དེ་
དག་མཚན་ཉིད་བྲལ། མ་རིག་གིས་བསྐྱད་བདག ་ཉིད་ལ། ཇི་ལྟའི་རང་རྒྱུན་ལ་སྟོས་
ནས། རྣམ་རིག་དེ་བཞིན་མིན་རྣམ་པ། སྟེ་འགྱུར་རབ་རིབ་ལ་སོགས་བཞིན། ལ་རོལ་མཐོང་
མིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། དེ་ཉིད་དེ་ནི་རིག་མ་ཡིན། གཟུང་དང་འཛིན་པའི་བསྐྱད་པ་
དག་མེད་ན་དེ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། དེས་དེ་ཉིད་དོན་བཏང་སྟོམས་ཅན། སྤང་ཆེན་གཟིགས་
སྤངས་ཉིད་མཛད་ནས། འཇིག་རྟེན་སྤྱགས་ནི་འགའ་ཞིག་གིས། བྱི་རོལ་དཔྱོད་ལ་འཇུག་
པར་མཛད། ཤེས་པ་སྟོ་སོགས་སྟོ་ཚོགས་པ། ཤེས་པའི་སྤྱད་པར་གཞན་རྟེན་མེད། མཐོང་
རྒྱས་མ་ཡིན་དེ་ཡི་ཚོ། རྣམ་དབྱེ་དོན་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར། ཤེས་གང་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་
དེ། དེ་ལྟ་ཉིད་དུ་སྟོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་རྣ མ་པ་ནི། སྟོ་ཚོགས་གཅིག་གི་ངོ་བོར་
འགྱུར། རས་སོགས་གཟུགས་ནི་གཅིག་ཡིན་ན། དེ་བཞིན་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་འགྱུར། ཤ་
དད་ཅན་ནི་རྣམ་བསལ་བ། ཤ་དད་མེད་པ་གཞན་མཐོང་མེད། གལ་ཏེ་དབང་པོ་ལ་སོགས་
བཞིན། སྤྱད་པར་སྟེས་གྱུར་མང་པོ་དག་ཅིག་ཅར་སྟོ་ཡི་རྒྱར་འགྱུར་ཡང་། འགལ་བ་དག་
ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་ཡི་དངོས་པོ་མ་གཏོགས་པ། གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་གཞན་ཅིའང་མེད། དེ་ལ་
སྟོ་ནི་གང་དུ་སྤང་། དེ་ནི་དེ་ཡི་གཟུང་བར་བཅོད། ཇི་ལྟར་རང་གི་ཡན་ལག་བཅས། ཅིག་
ཅར་ཡན་ལག་ཅན་བཟུང་ཡིན། རྟོག་ཤལ་སོགས་མཐོང་མེད་པར་ནི། ལ་སྤང་ཤེས་པ་
མཐོང་བ་མེད། གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་གཙོ་བོ་དག་ཅིག་ཅར་ རྟོགས་པར་འདོད་ན་ཡང་། ཅིག་
ཅར་ཡན་ལག་རྟོགས་འཛིན་མིན། ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་ལྷན་པའང་མིན། སྤྱད་པར་དང་ནི་
སྤྱད་པར་ཅན། བཅོད་པར་འདོད་པའི་གཞན་དབང་ཕྱིར། ཡན་ལག་ཉིད་དུ་ཉེར་བཟུང་
གང་། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་འཛིན་འགྱུར། རང་གིས་དངོས་པོ་གཞན་དག་ལས། ཤ་དད་མེད་
ཕྱིར་ཡོན་ཏན་སོགས། ཤ་དད ་བྱེད་པའང་མ་བཟུང་ཕྱིར། གཞན་གཞན་མཐོང་ཡང་སྟོ་

གཅིག་འགྱུར། ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་ཁྱད་པར་ནི། གཟུང་བྱིར་དུ་མ་རྟོགས་འགྱུར་ན། འགྱུར་
མོད་དེ་ཉླ་ཡིན་ན་ཡང་། འདི་དག་གི་འབྲེལ་འཆོལ་བར་འགྱུར། སྒྲ་སོགས་དུ་མ་ཉིད་ཡིན་
བྱིར། ཅིག་ཅར་དུ་མ་འཛིན་པར་གྲུབ། བཀོད་པ་ཅན་ནི་མ་བཟུང་བར། བ ཀོད་པ་འཛིན་
པ་མི་བྱང་བྱིར། ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐྲོག་པ། གང་དང་གང་ལས་ལོག་དེ་ལས། ཐ་
དད་བརྟགས་པའི་ཐ་དད་ཅན། དེ་ནི་དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད། བརྟགས་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་
པ། སྒྲ་ཆོགས་སྤང་བ་དེ་དག་ནི། རྟོག་པ་མེད་སེམས་སྒྲ་ཆོགས་མིན། རེས་འགའ་པ་ཡི་སྦྱོད་
ཡུལ་མིན། གལ་ཏེ་དཀར་སོགས་ཡོད་གྱུར་ཀྱང་། འདབ་པོའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅི་འདྲ་བ། དེ་ནི་སྒྲ་
ཡིས་བརྗོད་མིན་ཏེ། ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་བྱིར། སྒོ་རྒྱུ་དོན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་
ཡང་། རྟོན་སྒྲ་ཆོགས་པས་དེར་འགྱུར་ན། འདི་ནི་རྒྱ་བ་ལ་སོགས་སེམས། ཐ་དད་དོན་ཅན་
དེ་གང་ལས། སེམས་ཀྱི་རྟོན་ནི་གཞན་དང་གཞན། སྦྱོར་སྒྲ་ཆུག་ཀྱང་གཅིག་ཉིད་
ཀྱི། འདོས་དེ་རང་བཞིན་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ། སྤང་བ་དེ་ནི་གང་ལས་ཡིན། མཐོང་བ་རྟགས་པ་
མེད་པར་ནི། བརྗོད་དང་རྒྱུ་རྟོག་འབྱུག་པའི་བྱིར། མཐོང་ལས་བ་སྤང་ལ་སོགས་
པའི། འདྲ་ཤེས་པ་ནི་བསྐྱོག་པ་ཡིན། བ་ལང་ལ་སོགས་མཐོང་བ་ལ། རིགས་སོགས་བརྗོད་
དང་རྒྱུ་རྟོག་དག་རྗེས་སྒྲ་འགོ་ལས་རྗེས དཔོག་གང་། དེ་ཡང་འདི་ཡིས་སྒྲ་སྤང་
ངོ། མཐོང་བ་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་ཡང་། འདྲ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། རྒྱུ་རྟོག་གཅིག་ནི་རང་
བཞིན་གྱིས། བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། རྒྱར་སྦྱོང་བ་ནི་འཛིན་པ་ན། ཡིད་ནི་ཆོད་མ་
ཉིད་མ་ཡིན། མ་མཐོང་འཛིན་ན་ལོང་བ་ལ། སོགས་པ་ཡིས་ཀྱང་དོན་མཐོང་འགྱུར། རྒྱུ་
ཅིག་ཉིད་བྱིར་འདས་པ་ཡི། དོན་མཐོང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་ཅིག་མིན་ན་མཆོན་
ཉིད་ནི། ཁྱད་པར་བཅས་པ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར། བྱ་བ་བསྐྱབས་ཅན་ལས་ལ་ནི། ཁྱད་པར་
བྱང་ཟད་མི་བྱེད་ལ། འདབ་པོ་ཅན་ནམ་གཞན་དག་ནི། སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཇི་ཉླར་
འདོད། འདོས་པོ་དེ་ལས་སྦྱེ་བའི་སྒྲོའང་། ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བར་འགྱུར། གཞན་
གྱིས་ཁྱད་པར་བྱ་མིན་ན། དེ་ལ་སྦྱོས་པ་འགལ་བྱིར་རོ། དེ་བྱིར་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་

ཤེས། །དེ་མ་ཐག་སྐྱེ་ལས་བྱང་ཅན། །ཡིད་ནི་ཡུལ་གཞན་ཉིད་འཛིན་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ལང་
བས་མཐོང་བ་མིན། །རང་དོན་རྗེས་འགྲོའི་དོན་སྟོས་ཅན། །དབང་སྐྱེས་སྟོ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ འོ། །དེ་
ཕྱིར་འདི་གཞན་འཛིན་ན་ཡང་། །ངེས་པ་འཛིན་པར་འདོད་པ་ཡིན། །དེ་དང་བྱེད་དུས་
མཚུངས་མེད་ཅན། །རང་ཤེས་དུས་ཅན་དོན་དག་ནི། །ཅི་ལྟར་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཡི། །ལྟན་
ཅིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །མེད་པ་སྤར་བྱས་མེད་ཕྱིར་དང་། །ཕྱིས་ཀྱང་ཉེ་བར་མི་སྦྱར་
ཕྱིར། །རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྤར་ཡོད་ཡི་ན། །དེ་ཕྱིར་རང་སྟོ་བཅས་དོན་མིན། །དུས་ཐ་དང་
བས་རིམ་ལྟར་འཛིན། །ཞེ་ན་རིག་པ་ཤེས་པ་ཡིས། །ཤེས་པའི་རྣམ་པ་འཛོག་བྱས་པའི། །རྒྱ་ཉིད་
ལ་ནི་གཟུང་བར་ཤེས། །རྒྱ་དུ་མ་ཉིད་ཡོད་ན་ཡང་། །འབྲས་བུ་རྗེས་བྱེད་སྐྱེ་བ་གང་། །དེ་ནི་
དེ་ཡི་ངོ་བོ་དེ། །བཞག་དང་གཟུང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །བདེ་སྟོ གས་བདག་ཉིད་གཞན་མི་
བརྟེན། །བདེ་བྱེད་པར་ནི་བྱས་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་རང་རིག་ནི། །བརྗོད་དང་རྗེས་
འབྲེལ་ཅན་མ་ཡིན། །གཞན་ཡང་རིག་བྱེད་མིན་དེ་དག་རང་གི་ངོ་བོ་ཅི་ལྟར་རིག་དོན་
གཅིག་ལ་བརྟེན་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །རིག་བྱ་ཡིན་ཞེས་འགའ་ཞིག་ཟེར། །དེ་དང་དེ་མིན་རང་
བཞིན་ཅན། །དེ་དང་དེ་ མིན་དངོས་རྒྱས་བསྐྱེད། །རྣམ་ཤེས་རྒྱ་ལས་གཞན་མིན་སྐྱེས། །བདེ་
སྟོགས་དེ་ཅིས་ཤེས་མ་ཡིན། །དོན་བཅས་དབང་པོ་རུང་བ་དང་། །བདག་ཉིད་རིམ་ལྟར་སེམས་
ཡོད་ན། །བདེ་བ་ལ་སྟོགས་སྐྱེ་བར་མཐོང་། །ཡིད་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །དེ་དག་མེད་
དང་ཡོད་པ་ན། །འགའ་ལ་བདེ་ལ་སྟོགས་དང་སྟོ། །སྐྱེ་དང་མི་ །སྐྱེ་མཐོང་དེའི་ཕྱིར། །དེ་ལས་
དེ་སྐྱེ་གཞན་ལས་མིན། །དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་བྱང་པར་ལས། །བདེ་སྐྱེ་ལ་སྟོགས་ཐ་དང་
ཡིན། །དཔེར་ན་སྟོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །གསལ་དང་མི་གསལ་ཐེ་ཚོམ་བཞིན། །དོན་གང་ཉེ་བས་
སྟོ་དང་ནི། །བདེ་སྟོགས་དེ་དག་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །དེ་བོར་ནས་ནི་བདེ་སྟོགས་ཉིད། །ངེས་ནི་ཅི་
ལྟར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །རིམ་གྱིས་འཛིན་ན་དེ་སྟོང་བ། །རྣམ་ཆད་མེད་པར་སྤང་མི་
འགྱུར། །མགྲོགས་ཕྱིར་ཞེ་ན་དེ་མཚུངས་ཕྱིར། །སྟོང་བ་མེད་པར་ཅིས་མ་ཡིན། །གཅིག་གིས་
གཉིས་ཤེས་མ་ཡིན་ཏེ། །དབང་པོའི་སེམས་ནི་ངེས་ཕྱིར་དང་། །བདེ་སྟོགས་མེད་ཀྱང་དོན་

དག་ལས། རྩོམ་ཕྱིར་དེ་རྒྱས་གྲུབ་མེད་ཕྱིར། ། གཉིས་ཀྱིས་སོ་སོ་སོ་སོར་ཡང་། རྒྱས་པ་ཡིན་ན་
སྒྲོ་སྟགས་བཞིན། བདེ་སྟགས་འབའ་ཞིག་འཛིན་པར་འགྱུར། ཁྱེད་ཀྱི་དོན་ནི་མ་བཟུང་
བར། ཁྱེད་ཀྱི་བར་ནི་མི་རིགས་སོ། ཁྱེད་དང་ལྷན་ཅིག་ཉིད་འཛིན་ན། བདེ་སྟགས་ཀྱི་ནི་
རྒྱས་པ་ཅི། ཁྱེད་ཕྱིར་དེས་བསྐྱེད་སྒྲོ་མི་འདོད། ཁྱེད་མེད་པར་ནི་བདེ་ལ་སོགས། མིག་
སྟགས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྱུར་ན་ནི། གཞུགས་སྟགས་བུད་མེད་སྟགས་ཁྱད་པར། རྣམ་ཡང་མིག་
གིས་འཛིན་མི་འགྱུར། རྣང་གི་ཡན་ལག་རྒྱས་པའི་དོན། ཡོད་ན་ཕྱི་རོལ་མཐོང་མི་
འགྱུར། ཁྱེད་འཛིན་ན་ནི་དེ་ལས་སྟེས། བདེ་བ་ལ་སྟགས་སྒྱུར་མི་འགྱུར། ཡུལ་དེ་དང་ནི་དེ་
ཡོད་ལས། རྒྱུ་ནི་ཅིག་ཅར་སྟེ ན་ནི། ཅིག་ཅར་དོན་ནི་ཡོད་པ་ན། བདེ་སྟགས་དག་ནི་རིག་
པར་འགྱུར། རྣང་གི་ཉེར་ལེན་ཤེས་པ་ཡང་། ཡོད་ན་སྟགས་བསྐྱེད་ལ་སྟགས་འབྱུང་། གཅིག་
པོ་དེ་ནི་འགལ་བ་ཡི། ཉེར་ལེན་མིན་པར་འདོད་ཅེ་ན། ཁྱེད་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། མི་
ཤེས་པ་ཡི་ཉེར་ལེན་རྒྱ། བདག་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཡིན་ན། ཁྱེད་ནི་འགལ་བ་དག་ལའང་
མཐོང་། ཁྱེད་ན་སྒྲུང་གཅིག་མཚན་རྒྱ་དང་། ཁྱེད་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོ་དག་གཞུགས་
མཐོང་བ་དང་མི་མཐུན་དང་། མཐུན་པ་ཅིག་ཅར་བྱེད་པ་བཞིན། ཁྱེད་ཕྱིར་བདེ་སྟགས་རང་
ཉིད་ལ། འཕྲོས་པའི་དོན་ནི་སྒྲུང་བ་དང་། ཁྱེད་ཕྱིར་ན་འཛིན་ཉིད་འདོགས། ཕྱི་རོལ་
དོན་ནི་དངོས་སུ་མིན། རང་བདག་རིག་བྱེད་འདི་དག་ནི། ཁྱེད་ལས་སྟེས་པ་ཙམ་དུ་
ཟད། ཁྱེད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་དག་གི། རང་གི་བདག་གྱུར་དེས་སྒྱུར་ཡིན། ཁྱེད་ན་དོན་སྒྱུར་
བར་བཤད་དེ། ཁྱེད་ཀྱི་ཉིད་ནི་དེར་སྒྲུང་བའོ། འགའ་ཞིག་བདེ་སྟགས་ཕྱི་རོལ་
ན། གཞན་ཉིད་དང་ནི་སེམས་མེད་དང་། གཞུང་བར་སྦྱ་སྟེ་དེ་ཡི་ཡང་། ཅིག་ཅར་གཉིས་
འཛིན་མི་རིགས་སོ། རྒྱུ་སྟགས་རང་བཞིན་བདེ་སྟགས་དང་། གཅིག་ཕྱིར་ཅིག་ཅར་འཛིན་
ཞེ་ན། ཐུག་དང་སྒྲུང་ཅན་སེམས་ཀྱིས་ནི། གཞུང་དེ་ཅི་ལྟར་ཐ་མི་དད། ཕྱི་དེར་ཁྱད་པར་
ཡོད་མིན་ཡང་། གོམས་པ་ཡི་ནི་ཁྱད་པར་ལས། རྒྱུ་ལ་དགའ་དང་ཡོངས་སུ་གཏུང་། ཁྱད་
པར་དུ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། གལ་ཏེ་སྒྲོ་ཡང་བདེ་སྟགས་ཀྱི། བདག་ཉིད་ཡིན་པས་མི་འགལ་

ན། །ད་ནི་ཕྱི་དེ་བདེ་སྟགས་ཀྱི། །བདག་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ཅི་ལྟར་རྟོགས། །གལ་ཏེ་རིགས་ནི་ཐ་
དད་དག །གཟུང་འཛིན་མིན་ན་སྟེས་བྱ་ནི། །ཀུན་གྱི་འཛིན་བྱེད་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེས་ན་ཟ་བ་
པོ་ཉིད་ཉམས། །འདིས་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་བསལ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཟུང་
དང་འཛིན་པ་ཉིད་མེད་ཕྱིར། །ཡོད་ན་དེ་ནི་གཞན་ལ་འང་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ནང་ཉིད་
དང་། །ཚྱུང་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་སེམས་ཡིན་ནོ། །གང་གི་རང་བཞིན་ཚྱུང་བ་ཡིན། །དེ་ནི་དེ་ཡིས་
ཚྱུང་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དེ་རང་བཞིན་མིན་པ། །ཚྱུང་བས་སྟོགས་དེ་རིག་ན། །མངོན་སུམ་
དཔྱད་པའི་རྣམ་པ་ཅན། །ཚྱུང་བ་མ་གཏོགས་འདི་སྟོགས་ཀྱང་། །དེ་དང་དེ་དོན་ལ་བརྟེན་
ནས། །བདེ་དང་སྤྱད་བསྐྱལ་སྟགས་ཚྱུང་བ། །གཅིག་ཉིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་མཐོང་གི། །བར་
དུ་གཞན་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །སྟགས་གོང་དང་ནི་མེ་བཞིན་དུ། །འདྲེས་པས་རྣམ་དབྱེར་མེད་
ཅི་ན། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དངོས་ཀུན་ལ། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་བཞག་ཉམས། །ཐ་དད་མེད་ཚྱུང་
གཅིག་ཡིན་ན། །དེ་ལྟར་གང་མིན་དེ་ཐ་དད། །ཅན་གྲུབ་འདི་སྤྱབ་བྱེད་མིན་ན། །ཐ་དད་སྤྱབ་
བྱེད་འགྱུར་མ་ཡིན། །སྤྱད་བསྐྱལ་དཀར་སྟགས་ཐ་དད་སྤྱང་། །ཐ་དད་མ་ཡིན་སྟོ་ཚྱུང་ནི། །ཐ་
དད་མེད་སྤྱང་ཐ་དད་ན། །ཐ་དད་ཐ་དད་མེད་རྟེན་ཅི། །གཅིག་ཆེ་གསལ་བས་བསྐྱེབས་ན་
ཡང་། །སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་རྒྱན་དག་ལ། །ཐ་དད་པར་ནི་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་རྣམ་
གཞག་གྲུབ་པ་ཡིན། །རྣལ་འབྱོར་ཤེས་པ་ལྷན་བཤད་པ། །དེ་དག་གི་དེ་བསྟོམས་བྱུང་
ཡིན། །རྟོག་པའི་དྲ་བ་རྣམ་བསལ་བས། །གསལ་བ་ཉིད་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན། །འདོད་འཇིགས་ལྷ་
ངན་གྱིས་བརྟམས་དང་། །རྒྱན་པོ་མི་སྟགས་གྱིས་བསྐྱེད་པས། །མདུན་ན་གནས་པ་བཞིན་དུ་
ནི། །ཡང་དག་མིན་པ་མཐོང་བར་འགྱུར། །རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྟེན་འབྲེལ་ནི། །དོན་གསལ་
སྤྱང་བ་ཅན་མ་ཡིན་ཤ། །མི་ལམ་ན་ཡང་དཔྱད་པ་དེ། །དེ་འདྲའི་དོན་ལྡན་མིན་པར་དྲན། །མི་
གཙང་ཟད་པར་ས་ལ་སྟགས། །ཡང་དག་མིན་པ་འང་བསྟོམས་པ་ཡི། །སྟོབས་གྱིས་སྤུལ་པ་
རྟོག་མེད་དང་། །གསལ་བར་སྤྱང་བ་ཅན་དུ་མཐོང་། །དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། །གང་
གང་ཤིན་དུ་བསྟོམས་བྱུར་པ། །བསྟོམ་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ན། །དེ་གསལ་མི་རྟོག་སྟོ་འབྲས་

ཅན། ཁྲེ་ལ་ལྷར་བཤད་དངོས་པོ་བཞིན། བསྐྱེ་བ་མེད་ཅན་གང་ཡིན་དེ། བསྐྱེ་མས་བྱང་
མངོན་སུམ་ཚད་མར་འདོད། ལྷག་མ་ཉེ་བར་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ཤེས་གང་གང་ལ་སྦྱོར་ན་
འཛིན། ཁྲེ་ནི་དེ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན། རང་གི་ངོ་བོ་སྦྱོར་དོན་མིན། ཁྲེ་ཕྱིར་དེ་ལ་ཀུན་མངོན་
སུམ། མངོན་སུམ་ལྷར་སྤང་རྣམ་པ་བཞི། རྟོག་པའི་ཤེས་པ་རྣམ་གསུམ་དང་། རྟེན་བསྐྱེད་
པ་ལས་བྱང་བ་ཅན། རྟོག་པ་མེད་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། འདབ་སྦྱེས་མིན་པར་གྲུབ་དོན་
དུ། གཉིས་བཤད་འབྲུལ་པ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། རྗེས་དཔག་སོགས་གྲུབ་བརྗོད་པ་ནི། ལྷ་མ་
གཉིས་ཉིད་བསྐྱེད་ཕྱིར་རོ། བརྟེན་ཉིད་ཅན་དང་དོན་གཞན་ལ། སྦྱོར་འདོགས་རྣམ་པར་རྟོག་
པ་དག མངོན་སུམ་ཉིད་འབྲུག་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། འགའ་ཆོ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། རྗེ་ལྷར་
སྦྱོག་ཏུ་གྱུར་དོན་ཅན། འདྲན་པ་ལ་སོགས་རྟོག་པ་འདི། བརྟེན་ལ་ལྷོས་པའི་ངང་ཚུལ་
ཅན། མངོན་སུམ་དོན་ལ་འཛིན་མི་བྱེད། ཁྲེ་ལྷར་ཉམས་སྦྱང་བྲན་མེད་བར། བྱམ་པ་ལ་
སོགས་པ་དག་ལ། ཤེས་ཡོད་མིན་པས་དེ་ཡང་ནི། མངོན་སུམ་ལས་ནི་ཡོངས་ཉམས་
འབྱུར། འདིར་ནི་བཞི་པ་དམིགས་བསལ་ཏེ། ཁྲེར་ནི་ཉིད་གཞོད་ལས་སྦྱེས་བརྗོད། ཁྲེ་ལ་
རབ་རིབ་འབའ་ཞིག་ནི། ཉིད་གཞོད་མཚན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ཁྲེ་ཡང་ཡིད་ཀྱི་ཞེས་ཁ་
ཅིག སྦྱོར་དང་སྦྱོར་གཉིས་ལ་སོགས་སྒྲིབ། འདབ་པོའང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི། གཞུང་འདི་དང་
ནི་དེ་དག་འགལ། གལ་ཏེ་བརྒྱད་པས་རྒྱ་ཡིན་ན། འདབ་པོའི་ཤེས་པའི་སྦྱོར་ཡུལ་
དག འདབ་པ་འདི་ལ་ཡིད་ཀྱི་ནི། སྐབས་སུ་ཅི་ལྷར་འབྱུར་བ་ཡིན། འདབ་ཉིན་གང་ཡིན་
གལ་ཏེ་གང་། འདབ་པོ་ཡོད་མེད་རྗེས་འབྲུག་ཅན། ཁྲེ་མཚུངས་གལ་ཏེ་འབྱུར་ཐུན་ན། ཁྲེ་
འདི་ཉིད་ན་ཅི་ཕྱིར་འགོག འདིར་ཡང་སྦྱུལ་སོགས་འབྲུལ་པ་བཞིན། འདབ་པོའི་འབྱུར་བ་
ཡོད་ན་ཡང་། རྗེས་འབྱུར་དབང་པོའི་བསྐྱེད་པ་ནི། ལོག་ཀྱང་རྗེས་པར་མི་འབྱུར་ཞིང་། ཁྲེ་
བཞིན་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ནི། བརྗོད་པ་དག་གིས་འགའ་ཆོ་འཛིན་མཐོང་བ་བྲན་ལ་ལྷོས་
འབྱུར་ཞིང་། ཡོངས་སུ་གསལ་བར་སྤང་མི་འབྱུར། གཉིད་ལོག་པའམ་སད་པ་ན། གསལ་
བར་སྤང་བ་ཅན་སྦྱོར་གང་། ཁྲེ་ནི་རྟོག་མེད་གཉི་གར་ཡང་། ཁྲེ་ལྷ་མིན་ན་རྟོག་པ་ཡིན། ཁྲེ་

ཕྱིར་དེ་རྟོག་མེད་ན་ཡང་། ཁོད་མ་ཉིད་ནི་བཀག་པ་སྟེ། བསྐྱུ་བའི་ཕྱི ར་རོ་དེ་དོན་
དུའང་། ཁའོན་སྐྱུ་ལྷར་སྒྲུང་གཉིས་སུ་བཤད། བྱ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེས་ཏེ། ལས་ཀྱི་གྱི་
ནི་སྐྱབ་བྱེད་དག། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་གང་ལས་འབྲས། གང་ཡིན་དེ་ནི་དེ་སྐྱབ་བྱེད། ཇི་ལ་
ཉམས་ཚུང་ཙམ་དུ་ནི། འདྲ་བའི་བདག་ཅན་ཤེས་པ་ནི། གང་གི་ལས་ནི་སོ་སོ་ལ། རྣམ་
འབྱེད་དེ་བདག་འགྱུར་བ་ཡིན། བདག་ཉིད་འགྱུར་མིན་རྒྱ་དག་ལ། ཐ་དད་ཡོད་ཀྱང་ཐ་
དད་ཀྱི། ལས་ལ་ཐ་དད་མེད་པ་འདི། ཐ་དད་པར་ནི་ངེས་བྱེད་མིན། ཇི་ཕྱིར་འདི་བདག་
ཐ་དད་པ། གང་ལས་འདི་འདིའི་རྟོགས་པ་ཞེས། བྱེད་པ་ཡི་ནི་ལས་ངེས་ཏེ། ཇི་ཡི་སྐྱབ་
བྱེད་ཅན་དུ་གྱུ་བ། རྣམ་འགས་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ནི། ཐ་དད་པར་ནི་བྱེད་ན་ཡང་། འདི་
ནི་དོན་དང་འབྲེལ་བྱེད་པ། ཇོན་གྱི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་མིན། ཇི་ཕྱིར་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པ་
ཡི། སྐྱབ་བྱེད་གཞལ་བྱའི་རང་བཞིན་ཉིད། སྐྱབ་བྱེད་གཞན་ཡིན་ན་དེ་ནི། ཇི་ལས་དང་
འབྲེལ་མི་འགྱུ་བ་པ། ཇི་ཡང་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཡིན། ཇིས་ན་འབྲས་བྱ་དོན་གཞན་མིན། ཇི་
ཡི་བདག་ཉིད་འཛིན་པ་དེ། ཇོན་རྟོགས་པ་ཡི་བདག་ཉིད་ཀྱི། བྱེད་པས་རང་གི་ལས་ལ་
ནི། བྱེད་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་། བདག་ཉིད་བྱེད་པོ་མིན་ན་ཡང་། ཇི་ཡི་དབང་གིས་
དེར་བཞག་ཕྱིར། ཇའེར་ན་འབྲས་བྱ་རྒྱ་རྣམས་ཀྱི། བདག་ཉིད་འདྲ་བར་འབྱུང་བའི་
ཕྱིར། བྱ་བ་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་། འཇིག་རྟེན་ རྒྱ་གཞུགས་འཛིན་ཞེས་བརྗོད། ཇི་ཕྱིར་
མཐོང་དང་དབང་འབྲེལ་དང་། བྱེད་པར་གྱི་ནི་སྟོན་དེ་དག་བྱ་བ་ལ་ནི་ཆོད་པའི་ཕྱིར། ཁོད་
མ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་དོ། བྱ་བ་ལ་ནི་བྱེད་པ་རྣམས། ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་སྦྱར་ན་ཡང་། ཐ་
མའི་ཐ་དད་བྱེད་གང་དེ། ཇི་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་དམ་པར་འདོད། ཀྱུན་གྱི་མཚུངས་རྒྱ ཡིན་པའི་
ཕྱིར། འདི་འདྲ་དབང་པོ་ལ་ཡོད་མིན། ཇི་ཐ་དད་ཀྱང་ཐ་དད་མེད། འདི་འདི་ཞེས་བྱ་དེ་
གང་ལས། འདིས་ནི་ལྷག་མ་བཤད་པ་ཡིན། ཇི་དངོས་མེད་ན་བྱེད་པར་གྱི། སྟོན་ཡང་ཐ་དད་
མེད་འགྱུར་ཏེ། སྟོན་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། བྱ་བ་དང་ནི་སྐྱབ་བྱེད་གཉིས། ཡུལ་ཐ་
དད་པའང་མི་འདོད་དོ། ཇོན་གཅིག་ཡིན་ན་གཉིས་དོན་མེད། རིམ་བཞིན་འབྱུང་བ་མེད་

པར་འགྱུར། གློ་ནི་ཅིག་ཅར་འབྱུང་འགྱུར་ན། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར། ཇི་ནམ་
གཞག་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། ཁ་དག་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་གཞག་༥ བདག་ཉིད་ཀུན་གྱིས་འབྲེལ་
ན་ཡང་། ཆོས་འགའ་ཞིག་ནི་རྟོགས་འགྱུར་བའི། ཇིས་པ་དེར་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། འབྲེལ་པ་བྱེ་
བྲག་མེད་ཕྱིར་རོ། ཇི་ཐ་དད་མེད་ཀྱང་གང་ལས། ཐ་དད་དེ་འདིའི་ཚད་མ་ཉིད། འདུས་
བྱས་ལས་ནི་མིན་དེའི་དངོས། མིད་ན་དེ་ཡང་གཞག་མེད་ཕྱིར། གལ་ཏེ་བྱ་བྱེད་གཅིག་ཡིན་
པར། འགལ་ལོ་ཞེ་ན་མི་བདེན་ཏེ། ཆོས་ཐ་དད་པ་ལས་ལེན་ཕྱིར། དངོས་སུ་ཐ་དད་མེད་
པར་འདོད། བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཐ་སྙད་དག་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་ནམ་པར་གནས། ཐ་དད་
འདོད་པའི་དངོས་ནམས་ལ། གློ་འདོགས་པས་ནི་འཇུག་ཕྱིར་རོ། ཇོན་རིག་གང་ཡིན་སོ་
སོར་རིག་མངོན་སུམ་གང་ཡིན་འདི་ཉིད་དོ། ཇི་ནི་གང་གིས་དོན་རིག་ཡིན། ཇི་འདྲ་ལས་
ཡིན་འབྲུལ་པར་འགྱུར། འོན་ཏེ་འདི་ཚུང་དེ་གང་ལས། འདི་ནི་དེ་ཉིད་ནམ་དཔྱད་
ཡིན། རྩལ་ཕན་དེ་དག་གང་གིས་ན། རགས་པར་སྒྲུང་བ་དེ་འདྲར་བྱེད། ཇི་ཕྱིར་དེ་ནི་དོན་
དངོས་མིན། ཡིན་ཡང་འབྲུལ་པ་ཅན་ཡིན་པས། ཇི་ཚུང་བ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད། སྐྱབ་པར་བྱེད་
པར་རུས་མ་ཡིན། ཇི་འདྲ་བ་དང་དེ་ལས་བྱུང་། གལ་ཏེ་ཚུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། ཇོ་ན་
མཚུངས་ཅན་གྱི་ནམ་པར་ཤེས། མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་ཚུང་འགྱུར། འདི་མཐོང་འདི་ཐོས་
ཞེས་བྱ་བར། གང་ལ་གློ་ནི་ངེས་པ་དེ། ཇིས་ཚུང་ཡིན་ན་གང་གིས་དེ། ཇི་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་
འདོད་པ། སྒྲུང་དང་མཐོང་བ་དེ་དག་གི། ཉེ་བ་དེ་ཉིད་དབྱུང་བྱ་ཡིན། ཇི་དག་འབྲེལ་པ་
ལ་བརྟེན་ནས། ལྟ་བ་པོ་ཡི་དེ་ས་དེ་ཡིན། ཇི་ཡི་ཚུང་དེ་བདག་ཉིད་དེ། ཇི་ཡང་གཞན་
འགའ་ཞིག་གི་མིན། མངོན་སུམ་སོ་སོ་རིག་བྱ་ཡིན། ཇི་ཡི་དེ་ནི་བདག་ཉིད་ཡིན། ཇིས་ན་
ཉམས་ཚུང་བྱ་གཞན་མེད། ཇི་ལའང་ཚུང་བ་གཞན་ཡོད་མིན། ཇིར་ཡང་བརྟེན་པ་
མཚུངས་ཕྱིར་ཏེ། ཇི་ནི་རང་ཉིད་གསལ་བ་ཡིན། ཇི་ཡི་དངོས་དེ་སྤྲོ་སྟགས་སྤྱི་ར། རང་
བཞིན་ཉམས་སུ་ཚུང་བའང་དེ། རང་གི་ངོ་བོ་ཚུང་གྱུར་ཀྱང་། གློ་སྟགས་ཚུང་བར་སྒྲུང་བ་
ཡིན། ཇི་ལྟར་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། གསལ་བྱེད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ན། རང་གི་ངོ་བོ་གསལ་

བྱེད་འདོད། །དེ་ལྟར་སྒོ་བདག་རིག་ཅན་ཡིན། །དེ་ཡི་རིག་བྱ་དོན་གཞན་ན། །ཚོར་བྱ་ཚོར་
བྱེད་འཐད་པར་དགའ། །རིག་བྱ་རིག་བྱེད་རྣམ་པ་མེད། །སྒྲ་སྒྲགས་ཤེས་པའི་ཐ་དད་
བཞིན། །གང་ཆོ་གཟུང་འཛིན་རྣམ་ཐུང་བའི། །མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ཅན། །ཇི་ལྟར་
འབྲུལ་པས་མཐོང་གུར་པ། །དེ་ལྟར་འདི་རྣམ་གཞག་བྱས་པ། །དེ་ཆོ་གཟུང་དང་འཛིན་པ་
ཡི། །མཚན་ཉིད་ལ་ནི་བརྟུན་བྱ་མིན། །དེས་ན་གཞན་རིག་མེད་པའི་ཕྱིར། །རང་གི་འབྲས་བུ་
ཡིན་པར་འདོད། །གལ་ཏེ་ཕྱི་རྒྱུ་ལྟར་གུར་ན། །ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ཡང་མེད། །ཕྱི་རྒྱུ་དོན་
ནི་ལྟར་གུར་བ། །འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཅི་བཟོད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྒོ་ནི་དེ་རྣམ་ཅན། །རྣམ་པ་
རྗེས་ཀྱིས་ཅན་དེ་ཡོད། །དེ་ནི་ཕྱི་འཇགས་གཞན་ལས་ཞེས། །འདི་ནི་དབྱུང་པར་རིགས་པ་
ཡིན། །མཐོང་བའི་བྱ་དང་པར་དང་བྲལ་བ། །མི་འཛིན་དེ་འཛིན་ན་འཛིན་ཕྱིར། །སྒྲོན་པོར་
སྤང་བ་མཐོང་བ་ཡིན། །ཕྱི་རྒྱུ་ཡན་གར་དོན་ཡོད་མིན། །འདིར་འགའ་ཞིག་ནི་འགའ་ཞིག་
གོ། །བག་ཆགས་རབ་ཏུ་སད་བྱེད་པ། །དེ་ཕྱིར་སྒོ་ནི་རྣམ་ངས་ཀྱི། །ཕྱི་རྒྱུ་དོན་སྒྲོས་མ་ཡིན་
མོ། །དེ་ཕྱིར་གཅིག་ལ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད། །གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྒྲོན་པར་དང་། །དྲན་པས་འདི་ཡི་
རྣམ་པ་གཉིས། །སྒྲོན་པ་ཉིད་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན། །གང་ཆོ་རྣམ་རིག་རྒྱ་ཡི་ཡུལ། །གཞན་འདོད་
པའམ་མི་འདོད་པ། །དེ་ཡི་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་པ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྒྲོན་པ་ཡིན། །གང་ཆོ་ཤེས་
ཆ་དོན་དུ་ནི། །གཞག་ཕྱིར་ཤེས་པ་ཡུལ་བཅས་པ། །དེ་ཆོ་བདག་ཉིད་ཉམས་སྒྲོན་གང་། །དེ་
ཉིད་དོན་དུ་རྣམ་པར་ངས། །གལ་ཏེ་འདི་བདག་འདོད་རྣམ་དང་། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲོན་
གུར་ན། །འདོད་པའམ་མི་འདོད་པ་ངས་ཀྱང་། །དོན་རིག་པར་ནི་འགྱུར་བ་མིན། །ཕྱི་རྒྱུ་
དོན་ནི་ཡོད་ན་ཡང་། །ཇི་ལྟར་ཉམས་སྒྲོན་སྒྲོན་ཉིད་དེ། །ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་རང་ངོ་
བོས། །མ་ཡིན་དུ་མའི་བདག་སྒྲོན་ཕྱིར། །ཁས་སྤངས་ན་ཡང་གཉིས་པོ་དག་ཐ་དད་པར་ནི་
སྒྲོན་མི་འགྱུར། །མ་མཐོང་བསྐྱེད་ཕྱིར་མིན་ཞེ་ན། །དོན་གྱི་དབང་གིས་རྟོགས་མི་
འགྱུར། །དུ་མའི་བདག་ཉིད་དངོས་དེ་ལ། །གཅིག་གི་བདག་ཏུ་མཐོང་བྱེད་པ། །མ་མཐོང་བ་
དེ་ཅི་ལྟར་ན། །དོན་མཐོང་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་འདོད་དང་མི་འདོད་

པར། ལྷང་བ་ རྟོག་ཡིན་དོན་སྒྲིམ་ན། རྟོག་ལའང་འཆེ་ལྷན་ལ་སོགས་པར། མཚམས་སྦྱར་
མེད་སེམས་མཐོང་བ་ཡིན། རྟོག་སྦྱར་སྦྱོར་ལ་གཞལ་བྱ་ལའང་། རང་ཉིད་ཉམས་སྦྱང་འབྲས་
ཡིན་རིགས། གང་སྦྱར་རི་ལྷར་འདི་རང་བཞིན། རྟོག་དོན་ནི་རྣམ་པར་ངེས། རྟོག་ཆོ་
དོན་སྦྱང་འདི་ཉིད་ནི། མཛད་ཡིན་ཡོད་དུ་བེན་ཀྱང་ནི། རྟོག་གཞན་མིན་སྦྱར་སྦྱོར་
ལ། འཛིན་བདག་ལྷན་པར་བྱ་བ་མིན། གང་སྦྱར་རི་ལྷར་དོན་བདག་དེ། ཤེས་ལ་གནས་པ་
དེ་ལྷ་བྱས། འདི་ནི་དེ་ལྷར་གནས་སོ་ཞེས། རེས་བྱེད་བདག་ཉིད་རིག་པ་ཡིན། རྟོག་དེ་
ཉིད་དོན་རིག་འདོད། འདི་ལྷར་དོན་བདག་སྦྱང་མ་ཡིན། རྟོག་སྦྱང་བྱེད་སྒྲིམ་ལ་ནི། གནས་
དོན་དེ་ཡི་བྱ་བ་དེ། གང་སྦྱར་རི་ལྷར་དོན་དེ་ནི། གནས་པ་དེ་ལྷར་དེ་རབ་གསལ། རྟོག་
འཛིན་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་སྦྱར། རང་རིག་ཡིན་ཡང་དོན་རིག་འདོད། རྟོག་ཡུལ་ཐ་དད་
པའང་མིན། རང་གི་ངོ་བོ་དཔྱོད་པ་ན། རང་རིག་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་བཤད། རྟོག་རིག་དེ་
བདག་ཉིད་སྦྱར་རོ། རྟོག་དང་འདྲ་བའམ་གཞན་ འདྲའང་རྩང་། ཤེས་པ་དེ་ལྷར་སྦྱང་བ་
ཡིན། རྟོག་དོན་ཡང་ཡིན་པས་ན། རྟོག་ནི་གཞལ་བྱ་ཉིད་དུ་འདོད། རྟོག་རྣམ་པ་
འགའ་ཞིག་ལྷར། རྟོག་དངོས་མེད་པར་སྦྱང་ཅན་དེ། རྟོག་དོན་འཛིན་ཞེན་བདེན། རྟོག་
འདྲ་ངས་ཀྱང་མི་ཤེས་སོ། རྟོག་བདག་རྣམ་པར་དབྱེད་མེད་ཀྱང་། མཐོང་བ་སྦྱར་ཅི་ལོག་
རྣམས་ཀྱིས། གཟུང་དང་འཛིན་པ་སྦྱང་བ་དག རྟོག་ཐུན་བཞིན་རྟོགས་པར་
འགྱུར། རྟོག་ན་དབང་པོ་སྒྲགས་སོགས་ཀྱིས། བསྐྱེད་པ་རྣམས་ལ་འཛིན་དུ་སོགས། རྟོག་
ཡི་གཟུགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་། རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྦྱང་བཞིན་ན། རྟོག་མ་བསྐྱེད་མིག་
ཅན་གྱིས། རྟོག་མཐོང་བ་མེད་སྦྱར་རོ། རྟོག་ན་ཐག་རིང་སྦྱང་མ་ན། རྟོག་ཆེན་པོར་
སྦྱང་བ་བཞིན། གཟུང་བ་འཛིན་པ་རིག་པ་དག རྟོག་པ་མིན་ཡང་གཞལ་བྱ་དང་། འཇལ་
བྱེད་འབྲས་བྱར་གནས་པ་འདི། རྟོག་རྟོག་སྦྱང་བཞིན་བྱས། རྟོག་མིན་ན་སྦྱོར་ཆོགས་
ཀྱི། རྟོག་སྦྱང་ཅན་དངོས་གཅིག་ལ། རྣམ་པ་རི་ལྷར་བདེན་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་པ་ཉིད་དེ་
ཉམས་སྦྱར་རོ། གཞན་ ལ་གཞན་ཉིད་ཉམས་སྦྱར་དང་། རང་བཞིན་མཐོང་མེད་སྦྱར་

གཅིག་མེན། སློ་དངོས་ཐ་དད་མེད་མཐོང་ཕྱིར། ཐ་དད་མེད་པར་ངེས་པར་འགྱུར། གང་
གིས་དངོས་པོ་རྣམ་དབྱེད་ན། ཉིད་དུ་ན་དེ་དངོས་མེད། གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་
ལ། གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་མེད། ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་མཐོང་བ་ལས། ཉིད་བདག་
མིན་ལ་དེ་བདག་དུ། ཞེན་པས་འཇིག་རྟེན་པ་དག་གི། འབྱུལ་སྐྱེ་འདི་ལ་དེ་མེད་དེ། འགྲོ་
བ་འདི་ལ་དེ་བདག་ཉིད། གཅིག་ཀྱང་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། རྣང་གི་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་
གང་། ཉི་ཉིས་པ་ལས་བྱུང་བས། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཕྱིན་ལོག་དུ། སྤང་བ་ཅན་འདིའང་
ཡོད་པ་ཡིན། ཆོས་མཐུན་མཐོང་སོགས་ ཅན་ཉིད་ལ། སྟོས་མེད་རབ་རིབ་ལ་སོགས་
བཞིན། ཉི་ལ་སྟོ་ནི་ཡོངས་གཙོ་དུ། འཇིན་པའི་རྣམ་པར་འདོད་པ་དེ། ཉི་ལི་བདག་ཉིད་
ཕྱིར་བདག་རིག་ ཉི་ཕྱིར་དེ་ལི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་སོགས་སྟོང་
བཞིན། རང་བདག་ཡུལ་དུ་བཞག་པ་ན། གཞལ་བྱ་འཇལ་བྱེད་འབྲས་གནས་པ། འདི་ནི་
ཀུན་ལ་སྐྱར་བར་བྱ། ཉི་ལའང་ཉམས་སྟོང་བདག་ཉིད་ཕྱིར། ཉི་དག་རང་བདག་སྟོང་བར་
བྱུང་། ཉི་རྟེན་བྱུང་ཉིད་དེ་ཆད་བདག་ གཞལ་བྱ་རང་རིག་འབྲས་བྱ་ཡིན། བདག་ལ་
འཇིན་པའི་རྣམ་པ་ཞེས། ཡོངས་སུ་གཙོ་དུ་ཉི་ལའི་བདག་ཉིད་དེ། བྱུང་ཉིད་ཅེས་བྱ་ཆད་མ་
དང་། རང་རིག་ཅེས་ནི་རབ་དུ་བཤད། ཡུལ་རྣམས་ལས་ནི་བྱུང་བ་ཡི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་
ཐམས་ཅད་དག་ ཉི་ལས་གཞན་སྐྱེ་ཡིན་ན་ཡང་། རྣམ་འགས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་
འགྱུར། དཔེར་ན་ཟས་དང་དུས་ལ་སོགས། བྱ་སྐྱེ་བ་ཡི་སྐྱེ་ཡིན་ཡང་། ཉི་ནི་པ་མ་གཅིག་གི་
གཟུགས། འཇིན་འགྱུར་གཞན་འགའི་མ་ཡིན་བཞིན། ཉི་ལས་གཞན་དང་ཡུལ་དག་ནི། ཉི་
སྐྱེ་ཉིད་དུ་མཚུངས་ན་ཡང་། ཉི་ཆ ས་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་འདོད་དེ། ཉི་མེད་པར་ནི་དེར་མི་
འགྱུར། ཉི་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ལ་ནི། ཉི་རྣམས་མེད་པར་དོགས་ན་ཡང་། འདས་
པའི་དོན་ནི་འཇིན་པ་ལ། ཚུལ་གཉིས་རང་རིག་གྲུབ་པ་ཡིན། སྟོ་སོགས་ཐ་དད་ཅན་སྤང་
ཕྱིར། ཉི་ལྡན་མིན་རིགས་དོན་མ་ཡིན། རིགས་དེའང་མི་རྟག་མི་འགྱུར་ཞིང་། རྟག་ རྟེན་
རི་རྟེན་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན། མིང་སོགས་སྤར་ནི་བཀག་ཟེན་རྟོ། ཚུལ་འདི་དོན་ལྡན་མ་ཡིན་

དེ། འདྲོད་པ་ཙམ་དང་རྗེས་འབྲེལ་བྱེད། འདྲོད་བྱེད་ལྟུང་པ་གྲུབ་མ་ཡིན། རྣམ་པ་འདི་འདྲའི་
ཤེས་པ་ནི། འདྲོད་ཡིན་དེ་ཡང་སྤྱིང་ལས་བྱུང་། འདྲོད་ཡང་དོན་རྣམས་སྤྱིང་ན་དེ། འདྲོད་ནི་ཅི་ལྟར་
དེ་ལྟར་འགྱུར། འདྲོད་ཆོ་མེད་ཕྱིར་དོན་ལས་མིན། འདྲོད་ལྟར་སྤྱིང་ལའང་དེར་འགྱུར་རོ། རྣམ་པ་
དེ་ནི་དོན་གྱི་མིན། གསལ་བའི་རྣམ་པས་དབེན་ཕྱིར་རོ། རྣམ་པ་དེ་ནི་ཐ་དང་ན། གཞན་
གྱིས་དེ་བཞིན་རྟོགས་པར་འགྱུར། བདག་ལ་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་ཡིན་ན། བརྗེད་ཀྱང་རྟོགས་
པར་མི་འགྱུར་རོ། རེ་རེ་དག་དང་འབྲེལ་ན་ནི། མཚམས་ས་སྤྱིར་བར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། འདྲོད་
གཅིག་མངོན་ཞེན་བདག་ཉིད་ཅན། འཆད་པོ་ཉན་པོའི་སེམས་དག་གི། གལ་ཏེ་འདྲ་ལས་
དེ་གཅིག་པར། ཐ་སྤྱིང་ཡོད་ན་དེར་སྤྱིང་མིན། ཐ་དང་བདག་ཉིད་རི་ལྟར་གཟུང་། འདྲོད་ཆོ་
སྤྱོད་ཆོ་མེད་ཅན་འགྱུར། ཉམས་སྤྱིང་རྣམ་ཤེས་དེ་ཡང་ནི། ཆ་གཉིས་ལ་ནི་བརྟེན་གྱིས་
པ། རྣམ་པ་གཅིག་གིས་བྱུང་པར་ཅན། འདྲོད་ཤེས་པ་ཡིས་དམིགས་པར་འགྱུར། གཞན་ཏུ་དེ་
རྣམས་ཅན་མིན་ན། ཅི་ལྟར་ཤེས་ལ་གནས་པར་འགྱུར། འདྲོད་ལྟར་བྱེད་མ་བྱེད་མ་ཡི། ཤེས་པ་
རྣམ་གཅིག་ལྟག་པ་ཉིད། འདྲོད་བྱེད་པོས་རྣམ་གཉིས་དང་། བདག་གི་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་
ཏུ། གཉིས་པ་དེ་ནི་གསུམ་པ་ཡི། ཤེས་པ་ཡིས་ནི་རྟོག་ས་པར་འགྱུར། འདྲོད་འབྲས་ཉིད་གྱིས་
ཤེས་ངན་ན། འདྲོད་ངན་ཕྱིར་ན་འབྲུལ་པ་ཡིས། གལ་ཏེ་སྤྱིང་ན་སྤྱིང་བ་དང་། ཡིད་བྱེད་ལ་
ཡང་དེར་འགྱུར་རོ། འདྲོད་བཞིན་འབྲས་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རྒྱུ་དང་ལྟན་ཅིག་འཛིན་པར་
འགྱུར། འདྲོད་ཕྱིར་རྗེ་མཁན་ལ་སོགས་པ། མེད་པར་བུམ་པ་ངན་མི་འགྱུར། བྱུང་པར་གང་
ལས་ཤེས་པ་ནི། འདྲོད་དང་འདྲེ་བ་བརྟེན་པ་དེ། འདྲེ་བ་ལས་གཞན་ཅིར་འགྱུར་དེ། མཆོ་མ་
སོགས་ལ་མཐོང་ཕྱིར་ཕྱིར་རོ། འདྲོད་པོའི་རང་བཞིན་གཉིས་མིན་ན། གཉིས་པོའི་རང་བཞིན་
གཅིག་ལ་ནི། རྣམ་གནས་ངེས་པར་འཛིན་པ་ཡི། སེམས་གྱིས་འབྱེད་པར་འགྱུར་མ་
ཡིན། འདྲོད་ཕྱིར་སྤྱོད་སོགས་ངོ་བོ་ཅུ། མཐུན་ན་གནས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་འདྲོད་སྤྱོད་པ་དང་
འབྲེལ་བ་ཅན། སྤྱོད་གཉིས་པས་ནི་དམིགས་པར་འགྱུར། གཞན་ཏུ་དང་པོ་གཅིག་ཕྱིར་
ཉིད། འདྲོད་ལས་བྱུང་ཕྱིར་འབྲེལ་འགྱུར་གྱི། རྗེ་མའི་དོན་དང་འབྲེལ་མཐོང་མེད། ཤེས་པ་

ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་མིན། །དེས་པར་སྒོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ། །ཅིག་ཅར་དུ་ནི་སྒྱུར་འགྱུར་བའི། །ཡུལ་ནི་
དེ་ལས་གཞན་ཉིད་དུ། །རྣམ་གང་གིས་ན་འགྱུར་པར་འགྱུར། །རྣམ་ཤེས་འབྱུལ་པས་སྒྲ་བ་
གཉིས། །མེད་པར་ཐ་དད་མཐོང་བ་བཞིན། །སྒྲོ་སེར་ཐ་དད་དག་ལ་ནི། །སྒྱུར་བའི་ངེས་པ་
ཡོད་མ་ཡིན། །སྒྱུར་བ་མེད་པར་དོན་འགའམ། །དོན་མེད་པ་ཡི་སྒྱུར་བ་ཡང་། །སྒྱུར་བར་
འགྱུར་བ་མ་མཐོང་བ། །དེས་ན་དེ་དག་ཐ་དད་མིན། །དེ་ཕྱིར་ཤེས་དུས་སྤང་བ་ཡི། །དོན་ནི་
ཤེས་ལས་གཞན་མིན་པ། །བསྐྱོག་པར་རབ་དུ་དཀའ་བ་ཉིད། །སྒྱུ་གཞན་དག་ནི་ཡོད་ན་
ཡང་། །དབང་པོའི་སྒོ་རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་སྒྱུ་ནི་རྗེས་དཔོག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་
མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག །སྒྱུ་ལས་ངེས་པར་མི་སྤྲོ་ནའོ། །ས་བོན་ལས་ནི་ལྷག་སྒྱེ་དང་། །དུ་བ་
ལས་མེ་གྲུབ་པ་ཞེས། །དེ་འདྲ་ཕྱི་རོལ་དོན་རྟེན་ཅན། །བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་གནས་པ་གང་། །དེ་
ཡང་གལ་ཏེ་དེའི་ངོ་བོར། །སྤང་བ་དེ་ལྟར་ངེས་འབྲེལ་བའི། །སྒོ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་བྱེད་
ན། །འགལ་བ་དག་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། །དུ་བ་མེས་བསྐྱེད་འགྱུར་བ་མིན། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་ལས་སྒྱུ་
རྟོགས་མིན། །དེ་སྒྱུ་དག་ནི་ཡིན་ན་ཡང་། །གང་ལས་ངེས་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །དེ་ལའང་
དུ་བར་སྤང་བའི་སྒོས། །བག་ཆགས་གསལ་བར་སང་བ་ཅན། །མེར་སྤང་བ་ཡི་སྒོ་ཉིད་
ནི། །རྟོགས་འགྱུར་མེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་སྒྱུད་དེར་བྱང་བག་ཆགས་ཀྱི། །སྤྱིང་པོ་ཅན་
ཉིད་དུ་བར་ནི། །སྤང་བའི་སྒོ་དག་གསལ་བྱེད་པ། །དེས་ན་མེ་ལས་དུ་བ་ཡིན། །མཁས་པ་
རྣམས་ལ་བཙོང་འདི་ཡོད། །ཕྱི་རོལ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་བྱ། །ཚུལ་གཉིས་བཙོང་ཡིན་དེ་ཡང་
ནི། །ལྷན་ཅིག་སྒྱུར་བའི་ངེས་པས་འགྱུར། །དབང་པོའི་བྱེད་པར་གྱིས་གསལ་དང་། །མི་
གསལ་འདྲེན་མ་ལ་སོགས་པ། །སྤང་བ་ཐ་དད་འཛིན་པ་ཡི། །ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ལ་དམིགས་
སོ། །དེ་དོན་ལ་དེར་སྤང་མིན་ན། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་དོན་ཅན་ཡིད་
ཀུན་ནི། །རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དོན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་
ཡི་ངོ་བོའི་རྗེས་བྱེད་པ། །དེ་ནི་གཞན་འགའ་ཞིག་ལས་ཀྱང་། །ཆ་འགའ་ཡིས་ནི་ཐ་དད་
འགྱུར། །འདི་ལྟར་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ། །པ་དེ་ཡི་ནི་གཟུགས་ཡིན་ཡང་། །འགའ་ཞིག་ལས་ནི་

ཆ་འགའ་ཡིས། གཤམ་པར་ནི་དམིགས་པ་ཡིན། མར་མེ་ལ་སོགས་དགྲིལ་འཁོར་ནི། མ་
བྱའི་མདྲོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན། རྩོད་དང་དམར་དང་མདངས་གསལ་བར། མིག་མི་གསལ་
བས་མཐོང་བར་འགྱུར། རྟེན་ཅི་ལྟ་དངོས་ཡིན་ན། རྟེན་པོ་གསལ་ལ་ཅི་རྣམས་
མེད། ཡང་དག་མཐོང་ན་དེ་མཐོང་བ། རྟེན་པོ་ ཉམས་པའང་ཇི་ལྟར་ཡིན། རབ་རིབ་
ཀྱིས་སྤངས་གསལ་བའི་མིག་ རྟེན་པོ་ལས་འདས་མཐོང་དེ་ལ། གཞན་གྱིས་མཐོང་བའི་
དོན་དེ་ཡང་། ཇི་ལྟ་བུར་ན་གསལ་མ་ཡིན། སྤང་དབང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས། གཞན་ནི་
གཅིག་གི་རྣམས་རྟོགས་པ། རྟེན་ན་གཞན་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན། རྒྱ་མིན་ཡུལ་ཡང་ཇི་ལྟར་
ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ སྤྲོ་རྒྱ་ཡིན། ཇི་ལྟར་མར་མེ་ལ་སྟོས་འགྱུར། མར་མེ་ཅམ་གྱིས་ཡོད་
པའི་བྱིར། གཉིས་ཀ་དག་ཀྱང་རྒྱ་མ་ཡིན། ཉེ་རིང་ལ་སོགས་བྱུང་པར་གྱིས། གསལ་དང་མི་
གསལ་མི་བྱུང་ངོ་། གལ་ཏེ་སྤང་བྱུང་ལས་དེར་འགྱུར། རྟེན་ཆོད་དང་མ་ཆོད་དག་ མཐོང་
ངམ་མི་མཐོང་མཚུངས་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྤང་བ་མི་གསལ་བས། རྟེན་ཆ་མོ་འགའ་ཞིག་
ནི། མ་མཐོང་དེ་བྱིར་ཐ་དད་ན། བྱི་རོལ་དོན་གཅིག་མཐོང་བ་དང་། མི་མཐོང་ཐ་དད་
གང་ལས་ཡིན། སྤྲུལ་དུ་མ་ཐ་དད་མཐོང་། མི་མཐོང་ཐ་དད་གང་ལས་ཡིན། གལ་ཏེ་
སྤང་བ་གསལ་མི་གསལ། བྱུང་པར་གྱིས་སྤོ་ཐ་དད་ན། གཞན་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་
མེད། གང་ལས་ཐ་དད་པར་སྤང་འགྱུར། རྟེན་པོ་དེ་ཡང་ཅིས་མི་གསལ། སྤྲོ་བྱིར་དེ་
འདྲིས་ཅིས་མ་ཡིན། སྤྲོ་བྱིར་སྤང་བའང་དེ་ལྟ་ཉིད། གཞན་དུ་སྤྲོ་བ་མིན་ཡོད་པ་
ཉིད། བྱིར་བྱ་ཉེ་ལ་སྤང་བ་ནི། ཆེར་གསལ་དེ་ཡང་སྤང་བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་དེར་ཡང་
མཐོང་མེད་ལ། བཞེན་ནས་གཟུགས་གཞན་འབྱུང་འགྱུར་ན། རྟེན་པོ་རྣམས་ནི་པན་ཚུན་
དུ། བསྐྱེད་འགྱུར་དེ་བྱིར་སྤང་བ་ནི། སྤྲོ་བྱེད་དེ་ལ་གཅིག་སྤང་འགྱུར། རྟེན་པོ་བསྐྱེད་ན་
ཅིག་ཅར་ནི། གསལ་དང་མི་གསལ་རང་བཞིན་དག་ མཐོང་འགྱུར་མཐོང་མེད་གྱིས་གཅིག་
བསྐྱེད་སྤྲོ་བ། གང་གིས་དོན་དང་དོན་མིན་མེད། རྟེན་པོ་མ་མཐོང་བས་ཅི་བྱེད། རྟེན་པོ་དོན་
བཞེན་སྤྲོ་བ་ཀྱང་པའི། སྤྲོ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ། རྣམ་པ་ཐ་དད་འཛིན་བྱེད་དེ། ལྟག་མ་

སྒོ་ངན་ལུགས་ངན་ཡིན། ཤེས་པ་སྒྲ་དང་མར་མེ་རྒྱམས། མངོན་སུམ་དང་ནི་ཅིག་ཤོས་
ཀྱི། སྦྱིང་བྱེད་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ཡི། སྐད་ཅིག་རྒྱམས་ནི་ཞིག་པའི་བྱིར། གང་གིས་ཤེས་ལ་མེད་
གསལ་འགྱུར། ཤམ་འདྲོགས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གཞན། གསལ་ན་དོན་ཀྱི་ ར་གསལ་བར་
འགྱུར། གལ་ཏེ་དེ་རྒྱུ་ལས་ངེས་ན། ཤེས་ལ་རྟོག་པ་འདི་ཡང་མེད། ཁྲིམ་བྱས་ཤེས་ལ་དེ་
མེད་ཀྱང་། འོན་ཏེ་སྤྱང་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར། ཁྲིམ་ལ་བ་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན། ལྟན་ཅིག་སྦྱིས་
པའི་དོན་གཞན་ནི། ཤམ་འདྲོགས་མེན་བྱིར་རྒྱམ་མེ་བྱེད། ཤེས་ལ་རང་གི་རྒྱམ་པ་
ཡིས། རྒྱམ་འབྱེད་མེན་གསལ་ ཇི་ལྟར་འགྱུར། བཟན་གང་དོ་རྩེ་དོ་སོགས་ཀྱི། འོན་ཡང་
གཞན་ལ་སྦྱོས་མེད་བྱིར། འགོ་བ་ཀུན་གྱི་ཤེས་པ་ནི། ཅིག་ཅར་རང་ཉིད་སྦྱིང་པར་
འགྱུར། ལྟན་ཅིག་བྱེད་པས་ཤམ་འདྲོགས་བྱིར། འདི་ཡི་དེ་དག་རིམ་འབྱུང་ན། སྐད་ཅིག་
སོ་སོར་གཞན་ཡིན་བཟོད། འདིར་ཡང་སྦྱོན་ནི་སྤར་བཞིན་ནོ། ཁྲིམ་ལ་བྱེད་ཀྱིས་སྦྱིང་བ་
ལ། བཟུང་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ཁྲིམ་ལ་བྱེད་ཀྱིས་སྦྱིང་མ་གྱུ་ཁྲིམ་ལ་བྱེད་ཀྱིས་སྦྱིང་བ་
དཔེ་ལས་གྱུ་ཁྲིམ་སྦྱིང་ཡུལ་གྱིས་བྱེད་མེད་ཅིང་། ཤམ་དང་པར་སྦྱིང་མེད་དེ་ལ། འདི་ནི་
འདི་ལྟ་ལྟར་འདི་ལྟར་ནི། མིན་ཞེས་ཤམ་དང་འདི་མེད་འགྱུར། ལྟམས་སུ་སྦྱིང་བ་ཅམ་གྱིས་
ནི། ཤམ་དང་འགའ་ཞིག་རྒྱམ་འབྱེད་མེན། ཤམ་དང་གསལ་བ་མེད་པ་ལ། རྒྱམ་འབྱེད་སྒོ་མེད་
ཆོ་སོགས་བཞིན། རྒྱལ་གཉིས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པས་ཀྱང་། རང་རིག་པལ་ཆེར་གྱུབ་པ་
ཡིན། རང་གི་ངོ་བོར་གྱུར་སྤྱང་བ། ཁྲིམ་སྦྱིང་བར་གྱུབ་བྱིར་ནོ། ཁྲིམ་དངོས་ཅན་གྱི་སྒོ་ཡིས་
ནི། ཤེས་འགགས་ཇི་ལྟར་སྦྱིང་བ་ཡིན། ཁྲིམ་རང་ངོ་ བོའང་སྦྱིང་མེད་བྱིར། ལྟམས་སྦྱིང་མ་
ལས་སྦྱོག་པར་འགྱུར། འོན་ཏེ་སྤྱང་བ་དང་ལྟན་ཤེས། ཁྲིམ་སྦྱིང་མེད་མངོན་སྦྱོགས་སྤྱང་། སྒོ་
ལ་འཛོན་པར་བྱེད་པའི་སྒོ། ལྟན་ཏེ་བདག་ལ་ནང་མངོན་སྦྱོགས། ལྟན་གང་གི་ནི་སྤྱང་བ་
གང་། ཁྲིམ་དེ་སྦྱིང་མེན་ཞེས་པའང་འཛོན། གལ་ཏེ་དེ་དང་འདྲ་བ་ལས། སྦྱིང་གཞན་ ཅི་
ཡོད་ཅེས་འདོད་ན། འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་ཤམ་ཆུན་དུ། སྦྱིང་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་པར་
འགྱུར། གལ་ཏེ་སྒོ་འདྲ་དེ་སྦྱིང་ན། ཁྲིམ་འདྲ་ལས་སྦྱིང་མ་ཡིན། ཁྲིམ་སྦྱིང་དེ་རང་ཉིད་

དེ། རྟེན་འདྲ་བའི་རྒྱ་ཅན་མིན། རྩ་བ་ལས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གི། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་རྒྱ་
འགྱུར། རང་གི་ངོ་བོའི་རང་བཞི ན་དེའི། རྩོད་བ་སྒྲོ་འདྲེགས་འབྲུལ་བ་ལས། རྩོ་སྒྲུལ་
རྩོད་བར་གྲགས་ཡིན་གྱི། གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་རྩོད་ལས་མིན། རྩོ་ནི་རྩོ་སྒྲུལ་དངོས་ཡིན་
ན། རྩི་རོལ་དོན་ལ་ཚད་མ་གང་། རྩོ་ནི་རྩོ་སྒྲུལ་དངོས་མིན་ན། རྟེན་ཅི་ལྟར་དོན་རྩོད་
ཡིན། གང་ཆོ་རྩོད་བའི་བདག་ཉིད་ནི། འདྲ་བའི་རྒྱ་ཅ ན་མ་ཡིན་ན། འདི་དེ་རང་ཉིད་
གྲུབ་པས་ན། རྟོན་གྱིས་ཅི་ཞིག་ཉེ་བར་སྐྱབ། བདག་ཉིད་ཀྱན་གྱིས་འདྲ་ན་ནི། ཤེས་པ་ཤེས་
པ་ཉིད་མིན་འགྱུར། ཆ་འགའ་ཞིག་གིས་མཚུངས་ན་ནི། ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྩོད་
འགྱུར། རྩི་ལྟར་རྩོ་སྒྲུལ་ངོ་བོའི་ཕྱིར། རྩོ་སྒྲུལ་ཉམས་སྲུ་རྩོད་བར་འདོད། རྟེན་བཞིན་
ཉམས་རྩོད་ངོ་བོའི་ཕྱིར། རྟེན་ཡང་ཉམས་སྲུ་རྩོད་བར་འགྱུར། ཉམས་རྩོད་ཉམས་སྲུ་རྩོད་ངོ་
ཞེས། རྟོན་བཞིན་དུ་ནི་ངེས་མིན་པ། རྟེན་ཉམས་པ་མེད་ཅེ་ན། རྟོན་ལའང་དེ་ནི་རྟག་དུ་
མེད། ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་ན། རྩོད་ལ་མེད་པའང་ཅི་ཡི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་དཀར་སྒྲུལ་
མཐོང་བ་ན། དཀར་སྒྲུལ་མཐོང་བར་གསལ་བ་ཡི། རང་བཞིན་རིག་པ་གསལ་བ་ནི། རྩོས་
པའི་རྩོད་བ་འདི་གང་ཡིན། རྟེན་ཅི་དཀར་སྒྲུལ་མཐོང་གསལ་ལས། གཞན་དངོས་འོན་ཏེ་
བདག་གྱུར་ཡིན། གཞན་དངོས་ཡིན་ན་གསལ་བ་ནི། གསལ་མིན་ཅི་ལྟར་དཀར་གསལ་
འགྱུར། ཤེས་པ་གསལ་ཡིན་དེ་གསལ་མིན། འགྲོ་བ་མ་ལུས་གསལ་མ་ཡིན། གསལ་བ་
གསལ་གཞན་གྱིས་གསལ་ནའང་། རྒྱག་པ་མེད་པར་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར། མཐོང་དང་འབྲེལ་
པ་ཤེས་མེད་པ། ཅི་ལྟར་དེ་ཡིས་བྱུང་པར་འགྱུར། གང་ཕྱིར་གཉིས་ལས་གཅིག་རྟོགས་
ཆོ། གཉིས་པ་མཐོང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། གཉིས་དག་འབྲེལ་པར་མཐོང་བ་ན། མཐོང་ཞེས་བྱ་
བར་ངེས་པར་འགྱུར། གང་གིས་མཐོང་བ་འདྲ་བ་ནི། ཞེས་གཞན་གྱིས་ནི་མཐོ ང་གྱུར་
པ། རྟེན་ལ་མཐོང་ཞེས་བཟོད་ཅེ་ན། འདི་འདྲ་བས་ན་རང་རིག་གྲུབ། ཅི་ལྟར་དངོས་མི་
རིག་ན། ཅི་ལྟར་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་རིག་འདྲ་བ་ལས་ནི་རྩོད་ཞེས་པའང་། རྩོད་ཉིད་རྣམ་པར་
གསལ་བ་ཡིན། མཐོང་བ་དག་ནི་འདྲར་འཇོན་ན། རྟོན་ནི་རྩོད་མཐོང་ཡོད་མིན་པས། ཅི་

ལྷ་མོ་མཐོང་བ་དང་། །འདྲ་བ་ཡིན་པར་དཔེ་བློ་འགྱུར། །འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་འདོད་
པ། །གང་ཡིན་དེ་ལ་གཉིས་མཐོང་མེད། །དེ་ཆོ་དོན་དང་ཤེས་པ་ཞེས། །དེ་དག་སྒྲིམ་སྒྲུ་ག་ལ་
ཡོད། །ཅི་སྟེ་རབ་དངོས་འོ་ན་དེ། །རང་ཉིད་རབ་རྒྱ་གསལ་བར་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་དེ་མི་
གསལ་ན་ནི། །དོན་མི་གསལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །བདག་རིག་མིན་པའི་ཕྱོད་གསལ་དག་ལ། །དོན་
ཀྱན་མཐོང་མེད་འདི་ཡིས་ནི། །སྒྲོ་ནི་མངོན་སུམ་མིན་སྒྲུ་བ། །གང་ཡིན་དེ་ལ་འང་ལན་བཏབ་
པོ། །རྟེན་དམིགས་གོམས་པའི་བྱུང་པར་ལས། །ཐ་དད་པར་ནི་འཇུག་པ་ཅན། །བདེ་སྤྱད་
འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི། །བྱུང་པར་མངོན་སུམ་དེ་དག་ནི། །སྒྲོ་ཉིད་དེ་ལས་ཐ་དད་
གཞན། །དེ་ཤེས་གང་ཡིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་། །རྟོགས་མེད་གཞན་གྱིས་རིག་ཡིན་ན། །གཞན་
གྱིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྒྲོང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དཔེ་བཞུད་པ་དང་དེར། །སྤང་བའི་སྒྲོ་རིགས་གཞན་
མིན་ན། །དམིགས་པར་བྱེད་པ་གཞན་ལ་ཡང་། །གཉིས་འདི་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡོད། །ཅི་སྟེ་དེ་
ལས་སྒྲིམ་མིན་ཞིང་། །དེར་སྤང་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ན། །སྒྲོ་དེ་ཡུལ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། །དེ་མ་
བཟུང་ན་སྤྱོད་དག་ཀྱང་། །མི་འཛིན་དེ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་། །དངོས་མིན་ཞེས་ཀྱང་སྤར་བཤད་
དོ། །དེ་ཕྱིར་དོན་སྤང་བ་དེ་ནི། །སྒྲོ་དེ་ལས་གཞན་མིན་དཔེ་ན། །མངོན་སུམ་དང་ནི་བདག་
རིག་གྲུབ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་། །མངོན་སུམ་ཉིད་ནི་མིན་ཞེ་ན། །དོན་མཚུངས་ཐ་
དད་དེ་གང་ལས། །མ་མཐོང་དོན་གཅིག་ལྟན་སོགས་གྱིས། །གལ་ཏེ་སྒྲོང་བ་དཔེ་ཡིན་
ན། །གཞན་ནི་རྣམ་ཀྱན་འཛིན་མི་འགྱུར། །སྒྲོང་བའི་དབྱེ་བའང་གསལ་བློ་རྟོ། །གང་དག་
རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱིས། །གཞན་གྱི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ། །སྒྲོང་ལ་ཉམས་སྒྲོང་མཚུངས་
པས་ན། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གསུང་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡུལ་དབང་འདུས་མེད་པས། །དེ་
ལས་བྱུང་བའི་སྤྱད་བཟུལ་ནི། །དེ་དག་ལ་ནི་སྒྲེ་མིན་ན། །སྤྱད་བཟུལ་སྒྲིམ་པར་གྱུར་ཉིད་
ནི། །སྤྱད་བཟུལ་སྒྲོང་མིན་འོན་ཀྱང་ནི། །སྤྱད་བཟུལ་ཤེས་པ་སྒྲིམ་པ་ཡིན། །སྤྱད་བཟུལ་ལ་
སོགས་སྒྲོང་མིན་པར། །གསུང་དང་ཕན་འདོགས་རྒྱ་མ་ཡིན། །གང་ཆོ་རང་ཉིད་སྤྱད་བཟུལ་
གྱི། །རང་གི་ངོ་བོར་སྤང་བ་ནི། །གསུང་ཡིན་དེ་དམིགས་ཤེས་མིན་པ། །དེ་ཆོ་དེ་ལྷར་ཐལ་མི་

འགྱུར། རྟེན་ན་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྟེན་གསུང་དག་ནི་ཐ་དད་ཡིན། རྟོན་དང་འདྲ་
བ་དཔེགས་པ་སྟེ། རང་ཉིད་གསལ་བ་བདག་སྟོང་ཡིན། གཞན་ཡང་མངོན་སུམ་མེད་པས་
ན། རྟོན་ནི་རྟགས་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར། རྟེན་ཡང་དབང་པོ་དོན་ནམ་ རྟོན་ཡང་ན་ཡིད་བྱེད་
སྤྲུལ་པར་འགྱུར། རྟེན་འབྲས་ཚོགས་པ་འདི་དག་ལས། འབྲེལ་པ་ཅན་གཞན་ཡོད་མིན་
ཏེ། རྟེན་པ་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། རྟེན་ལ་འབྲེལ་ཕྱིར་དབང་པོ་མིན། རྟོན་ཡང་དེ་བཞིན་རྟོན་
ཡིད་བྱེད། ཤེས་ཡིན་དེ་ཡང་མ་གྲུབ་ཉིད། མ་གྲུབ་པ་ནི་རྟགས་ཉིད་མིན། གལ་ཏེ་དོན་
གསལ་རྟགས་ཡིན་པར། འདོད་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་མིན་ནམ། འདིས་ནི་གསལ་གྱུར་དོན་
གསལ་ཏེ། གསལ་བ་ཉམས་སུ་སྟོང་མིན་ན། རྟེན་ཡིས་གསལ་འགྱུར་མི་ངེས་ཕྱིར། རྟོན་ཏེ་
གསལ་ཏེ་དོན་ཉིད་ཀྱི། བྱུང་པར་འགའ་ཞིག་ཡིན་འདོད་ན། རྟེན་བ་དང་ནི་འཇིག་མེད་
པའི། རྟོན་ལ་བྱུང་པར་འགའ་ཡང་མེད། རྟེན་འདོད་ན་ཡང་ཤེས་སོ་སོར། རྟོན་ ཅིག་འཇིག་
པར་ཐལ་བར་འགྱུར། རྟེན་དང་དེས་པའམ་ཤེས་མ་གྱུར། གལ་ཏེ་ཤེས་པ་རྟགས་ཡིན་
ན། ཤེས་པར་ཡོངས་སུ་བཅད་མེད་པར། རྟེན་ཤེས་ཞེས་བྱ་དེ་གང་ལས། ཤེས་གྱུར་ཉིད་དུ་
བཅད་མེད་ཀྱང་། རྟེན་ནི་ཅི་ལྟར་གོ་བྱེད་ཡིན། མཐོང་བ་མཐོང་གྱུར་མིན་གཞན་
གྱུར། མཐོང་གྱུར་འགར་ཡང་མཐོང་འགྱུར་མེད། བྱུང་པར་དེ་གཞན་མཐོང་བ་
ལའང་། ཡོད་ཕྱིར་རང་རྟོན་རྟོགས་པར་འགྱུར། རྟེན་ཕྱིར་རང་ཆོས་ལྟོས་མེད་ཅན། རྟོན་ཆོས་
ཡན་གར་བ་ལས་ནི། རྟོན་ནི་རྟེན་སུ་དཔོག་མ་ཡིན། རྟོན་རྟགས་མངོན་སུམ་གང་ཡིན་པ། རང་
ཆོས་རང་རྟོན་ལས་གཞན་ཅི། རྟེན་མཚུངས་པ་ལས་སྟེན་པ་དེ། རྟོན་ལས་ཐ་དད་གང་ལས་
ཡིན། གཞན་སྟེ ས་དེ་ཡང་འབྲེལ་པ་ཅན། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ནི་ལྷ་པོ་དང་། དབང་པོ་
དང་ནི་དཔེགས་པ་དག མ་གཏོགས་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་གཞན། ཉེ་བར་མཚོན་པ་མ་ཡིན་
རོ། རྟེན་ལ་གཉིས་ནི་དབང་པོ་འདས། རྟོན་ལྷ་དག་ལ་གཟུགས་མཐོང་ལས། སྟེན་པ་གཞན་
དུ་སྤྲིད་བྲལ་བ། གང་ཡིན་གཅིག་ཀྱང་རྟོགས་པ་མེད། རྟེན་ལྟར་ཤེས་མེད གང་ཡིན་
ཏེ། རྟགས་ཞེས་བྱ་བ་བབ་ཆོལ་ཡིན། རྟགས་ཡོད་ན་ཡང་དེ་དང་ནི། ལྟན་ཅིག་འབྲེལ་པ་

མཐོང་མེད་པར། ཅི་ལྟར་རྟོགས་འགྱུར་རྟོགས་དག་ནི། མ་མཐོང་བ་ཡི་གསལ་བྱེད་
མིན། རྟོགས་དེ་ཉིད་ལས་ཐུར་དེ་ནི། རྒྱབ་པ་ཉིད་ཏུ་བཟོད་ན་ནི། དེ་ལ་ཡང་ནི་དབེ་
གཞན་ཞིག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་ཐུག་མེད་འགྱུར། དེ་ཕྱིར་སློ་ལས་དོན་གྲུབ་ཀྱི། དོན་ལས་
ཇི་ལྟར་ཡང་དེ་མིན། དེ་མ་གྲུབ་པར་དོན་རང་ཉིད། རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། མངོན་
སུམ་སློ་དང་དེ་ལས་ནི། བཟོད་དང་གཡོ་འགྱལ་སོགས་མཐོང་ནས། གཞན་སེམས་རྗེས་
དཔག་མི་འགྱུར་ཏེ། བདག་ལ་འབྲེལ་བ་མཐོང་མེད་ཕྱིར། ཡིད་ཀྱི་སློ་ལ་དོན་གྱི་
རྟོགས། རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡོད་མིན་ཕྱིར། བྱོད་ཀྱི་སློ་ནི་སློ་གཞན་གྱིས། ཅི་ལྟར་རབ་ཏུ་གསལ་
བར་འགྱུར། གསལ་མིན་བདག་ཏུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་གང་ལས་
ཡིན། དུལ་ནི་ཅི་ལྟར་གསལ་བ་ཡིན། གསལ་ལ་ངོ་བོ་འཕོ་ཕྱིར་རོ། གསལ་དེའང་དེ་ཡི་ངོ་
བོ་ཉིད། རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སློ་ལ་སློ་འདོད་ན། སློ་ནི་རང་ཉིད་རིག་
པར་གྲུབ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ཡུལ་ཡང་ནི། སློ་དང་ལྷན་ཅིག་ཆོས་མཚུངས་ཉིད། དེའི་ཕྱིར་དེད་
ཀྱི་སློ་རང་ཉིད། གསལ་བའི་ངོ་བོས་རབ་གསལ་ཞིང་། གཞན་དེར་ངོ་བོ་འཕོ་བ་
ཡིས། གསལ་བ་ན་ནི་རབ་གསལ་ཉིད། འདྲ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་ཡིས་ནི། སློ་གཞན་རབ་ཏུ་
གསལ་མི་འདོད། རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་ཕྱིར་དོན། དེ་ཡི་ངོ་བོས་རབ་གསལ་
ཡིན། དབེར་སློན་གཉིས་བཞིན་མར་མེད་དང་། རྒྱལ་པ་དག་ཀྱང་དེར་བརྟེན་ནས། གསལ་
བྱ་གསལ་བྱེད་ངོ་བོ་ཡིས། ཐ་སྙད་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད། དུལ་དང་དབང་པོ་ཙམ་གྱིས་
ནི། མཐོང་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་མ་ཡིན། དེས་ན་གང་ལས་འདིར་འགྱུར་བ། གཞན་དེའང་
མཐོང་བར་གདོན་མི་ཟ། དྲན་པ་ལས་ཀྱང་བདག་རིག་གྲུབ། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་རིག་ན་
ནི། རིང་སོགས་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དུན་རིང་གནས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། གནས་ན་གོ་
རིམས་མེད་པས་ན། སློ་ལ་ཅིག་ཅར་སྤང་བའི་ཕྱིར། ཡི་གེ་རིམ་མེད་རིང་མི་འགྱུར། ཤན་
ཚུན་འདྲེ་བ་མེད་པ་ཡི། ཡིག་ཆ་རིམ་ལྡན་ཅི་ལྟར་ན། རིམ་མེད་པ་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད། རྩ་མ་
མཐའ་ཡི་བར་གནས་ན། འོག་ཏུ་སྒྲ་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར། རིམ་མིན་འཛིན་ཕྱིར་ཐ་མར་

ནི། རིམ་ལྔ་སྒྲོ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར། རྟེན་གཤམ་ལྟེན་གཤམ་མེད་ཕྱིར། སྒྲོ་ནི་རང་ཉིད་
གནས་མ་ཡིན། རང་ཉིད་གནས་ན་ཕྱིས་ཀྱང་དེ། མི་འཇིག་ཁྱད་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། ཡི་གེ་
རིམ་མེད་ཅིག་ཅར་ནི། སྒྲིམ་པ་ལ་ཡང་སྒྲིན་འདི་ཡོད། ལན་ཅིག་བརྩམས་སྒྲིམ་ཕྱིར་ཚོལ་
བ། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་དོན་མེད་འགྱུར། ཡི་གེ་རྣམས་ནི་གསལ་བ་ལའང་། སྒྲིན་འདི་རྩེས་སུ་
གནས་པ་ཉིད། རྟེན་མ་ཡིས་ནི་དེ་འཇིན་ན། བཟུངས་སྒྲོ་གང་དེ་སྒྱུར་ལ། རྟེན་ཡང་རིང་པོར་
འཇིན་མིན་པ། རྟེན་ན་རིང་སྒྲོ་དྲན་མི་འགྱུར། སྒྲོ་རྣམས་སོ་སོ་བ་དད་དུ། སྒྱུར་ན་དེ་སྒྲོ་
ཐོས་པ་ནི། ཆོད་པ་མེད་པར་སྤང་མི་འགྱུར། སྒྱུར་བར་བྱེད་པའང་གསལ་བ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་
ཆོད་པ་མཐོང་ཡང་འདི། རྣམ་ཆད་མེད་པར་འབྱུལ་འགྱུར་ན། སྤང་བྱ་གཉིས་ནི་བརྟོག་ན་
ཡང་། རྣམ་ཆད་མེད་པར་འབྱུལ་པར་འགྱུར། རྟེན་པོས་རྣམ་བཅད་མཐོང་ན་
ཡང་། རྟེན་པོ་ལས་ཆད་མེད་སྒྲོ་འདོགས། མི་བྱང་དབང་པོའི་སྒྲོ་རྣམས་ཀྱང། ཕྱིན་ཅི་
ལོག་བྱ་ཐལ་ཕྱིར་རོ། ཡི་གེའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་མཐའ་ཡང་། མིག་འཇུགས་ཆད་བྱ་གནས་པ་
ཡིན། རྟེན་པོ་མེད་ཀྱིས་རྟེན་པོ་ལྔ་ལྔ་ནི། རྟེན་པོ་དག་དང་འབྲེལ་བས་རྟོགས། རྟེན་པོ་གཅིག་
བསྒྲིམ་དུས་ཆུང་པ་ཡི། མཐར་ཐུག་དུས་ཀྱང་སྤང་ཅིག་འདོད། སྒྲོ་ཡང་སྤང་ཅིག་དེ་ཡི་
ཕྱིར། ཡི་གེ་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་འགྱུར། རྟེན་པོ་ཡི་གེ་གཟུགས་སོགས་ལ། སྒྲོ་གཞན་གྱིས་
ནི་ཆོད་ན་ཡང་། ཆོད་པ་མེད་པར་སྤང་བ་ཅན། བཟུངས་ཅད་ལོག་པའི་དོན་ཅན་
འགྱུར། རྟེན་པོའི་འབྱུལ་པ་ལས་གཞན་དུ། རྟོགས་པོ་རྣམས་ནི་སྒྱུར་བྱེད་པ། བཟུངས་
མཆོན་མེད་འབྱུལ་པ་ཅན། རྟེན་པོ་དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ཅན། བརྟོག་དང་རྩེས་འབྲེལ་དེ་ལ་
ནི། གསལ་བར་སྤང་ཉིད་ག་ལ་ཞིག་ རྟེན་པོས་བརྩམས་ལ་སྒྲོ་སྒྱུར་བ། ཡོད་པ་མིན་ཞེས་
བཤད་ཅིན་ཏོ། རྟེན་པོས་ཆོད་པ་མཐོང་ན་ཡང་། གཤམ་ཏེ་རྟོག་པས་སྒྱུར་བྱེད་ན། རྟོན་
དང་དེ་ཡི་སྒྱུར་བ་ནི། རྒྱན་མི་འཆད་པར་སྤང་བ་དག་ རིགས་དམ་གཞོན་པ་ཅན་མེད་
ན། ཆོད་པ་ཞེས་བྱ་དེ་གང་ལས། གཤམ་ཏེ་སྒྲོ་རྣམས་དེས་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན་དེ་ནི་གང་ལས་
འདོད། ཅིག་ཅར་སྒྲོ་མཐོང་མེད་ཕྱིར་ན། རྟེན་པོའི་ལྟར་དབྱེད་བྱ་ཡིན། རྟེན་རྣམས་

རིགས་མཐུན་པ་ཉིད་ལ། རྒྱས་པ་ངེས་པར་གྱུ ར་པ་ཡིན། །འདི་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
རྣམས། །རིམ་གྱིས་འབྱུང་བར་ཡང་དག་རྟོགས། །འདིས་ནི་གང་ཞིག་མཐོང་དོན་ལ། །དོ་ཤེས་
བྱེད་པའི་རྟོག་པ་དག །གསལ་བར་སྤང་བས་མངོན་སུམ་དུ། །རྟོག་པ་དེ་ཡང་བསལ་བ་
ཡིན། །སྐྱོད་སྐྱོང་སྐྱོང་མར་མེ་སོགས། །ཐ་དད་རྟོགས་པ་དག་ལ་ཡང་། །གསལ་སྤང་ཡོད་
ཕྱིར་དེ་འདྲའི་སྒོ། །ཅི་ལྟར་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དོ་ཤེས་པ་ལས་ནི། །ཡིག་
སོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད། །སྒྲོན་སྒྲོང་དུན་ལས་དེ་ཡི་ཆོས། །སྒྲོ་འདོགས་མེད་པར་དེ་ཉིད་
ནི། །འདི་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་མེད། །དེ་ཡང་རིམ་ལྔ་དབང་སྐྱེས་ཡིན། །དོན་དང་ཤེས་པ་སྒྲོང་
བ་དག །ཅིག་ཅར་འབྱུང་བར་འདོད་མིན་ །ཁིང་། །དོན་དང་ཤེས་པའི་སྤང་བ་དག །སོ་སོར་
རྟོགས་པའང་ཡོད་མ་ཡིན། །དོན་དུ་སྤང་བའི་རྣམ་ཤེས་དང་། །ཕྱི་རོལ་གྱི་ནི་དོན་འབའ་
ཞིག །སྒོ་རྣམས་གཅིག་གིས་གཟུང་མིན་ཏེ། །ཐ་དད་མེད་པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། །ལེགས་པར་
རྟོགས་པའི་བྱེད་པར་གྱིས། །སྒྲོང་བ་ལེགས་པར་རྟོགས་མེད་པའི། །དོན་དང་དོན་ཤེས་གང་
དེ་དག །ཕྱི་ནས་རིམ་ལྔ་སོ་སོར་དུན། །དོན་དང་དོན་གྱི་ཡིད་དག་གི། །སྒྲོང་བ་རིམ་བཞིན་སྐྱེ་
བ་ལའང་། །སྤང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ཉིད་ཀྱི། །བཙུང་པའི་སྒྲོན་འདི་གདོན་པར་དཀའ། །འདི་
ལྟར་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི། །རྣམ་གཅིག་ཉིད་དམ་སྒྲོང་བ་གཅིག །རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོན་པོར་སྤང་
བ་ནི། །སྒྲོང་ལ་སྒྲོང་བ་གཞན་ །མ་ཡིན། །ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་རྗེས་སྒྲོང་བར། །འགྱུར་བ་དེ་
ལའང་དུན་པ་མཐོང་། །དེ་ནི་གང་གིས་སྒྲོང་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་ན། །ཤེས་
རིག་འཕྲེང་བ་རྗེས་འབྲེལ་ཅན། །འདི་སྐྱེད་དེ་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། །གལ་ཏེ་ལྷ་སྒོ་དེ་ཉིད་
ན། །ཡུལ་གཞན་ལ་ནི་འཕྲོ་མེ་འགྱུར། །གཟུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིར་གྱུ ར་པ། །ཉེ་བར་སྐྱེད་
བྱེད་སྒོ་དེ་དག །མི་འཛིན་པར་ནི་ཤེས་ཕྱི་མ། །ཅི་ལྟར་གཞན་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །བདག་
ལ་ཤེས་བསྐྱེད་རང་བཞིན་དུ། །ངེས་པའི་ནང་གི་ཡན་ལག་ནི། །དེ་དག་ལ་གཞན་ཕྱི་ཡི་
ནི། །ཡན་ལག་གང་གིས་གོགས་བྱེད་འགྱུར། །ཕྱི་རོལ་དོན་ནི་ཉེ་བས་ཀྱང་། །དེ་ལ་གོགས་བྱེད་
རྒྱས་མ་ཡིན། ། །གཞན་དུ་ཡུལ་ནི་ཉེ་བ་ན། །འགས་ཀྱང་སྒོ་སྒྲོང་མེ་འགྱུར་རོ། །དོན་དེ་མིན་

པའི་གནས་སྐབས་འགའ། ཡོད་མེད་དེས་ན་ཅ་བ་ནི། མེད་ན་སྒྲོ་ཡི་དྲན་པ་ཡང་། མེད་
ཕྱིར་འདོད་པ་ཨ་རེ་མཛོལ། འདས་སྐབས་རྣམ་རྟོག་གང་དག་ལ། འོན་ཏེ་བ་ནི་ཡོད་མེད་
ལ། འཕོ་བའི་རྒྱ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། འོན་ལ་སྦྱོད་ པ་མི་སྤྱོད་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་བདག་ལ་ཤེས་
བསྐྱེད་པའི། རྣམ་པ་རིམ་གྱིས་ཟད་པ་ན། དུལ་གཞན་ལ་ནི་འཕོ་འགྱུར་ན། འོན་སྒྲོ་དེ་ནི་
གང་ལས་ཡིན། ལྷན་གྱི་སྒྲོ་ནི་རྣམ་ཟད་ན། འོན་ལ་འཕོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོ་སྒྲོ་མེད་
པར་སྒྲོ་མ་ཡིན། འོན་གཞན་ཆགས་ཞེས་རྣམ་ཉམས་ན། ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་མ་གཏོགས་
ཕྱིར། ཅིག་ཅར་རིགས་མི་མཐུན་སྐྱེ་ཡང་། ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་སེམས་གཅིག་གིས། རྣམ་པ་
ཉམས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར། གུན་གཞི་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་མིན། ཇེ་ལྷ་མེན་ན་ཡིད་འཇུག་
ནི། མཚུངས་ལ་ཡིད་གཞན་སྒྲོས་མི་འགྱུར། ཡི་ཤེས་རིམ་བཞིན་སྐྱེ་བས་ཀྱང་། སྒྲོས་པ་རབ་
ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན། ཡིད་གཅིག་ཡིན་ཕྱིར གཞན་ལ་ནི། ཆགས་པ་གཞན་ལ་མི་འགྲོའི་
ཕྱིར། ཤེས་གཞན་མི་སྐྱེ་ཞེ་ན་མིན། ལ་ལར་ཅིག་ཅར་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། འཇུག་པ་མཚུངས་ལ་
མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་ཆོ་གཞན་རྟོགས་མི་འགྱུར། བདག་ཡིད་ལྡན་པ་ཅམ་ལས་
ནི། སྐྱེ་ནའང་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། གཅིག་ལས་བྱ་བ་གཅིག་ཡིན་ནའང་། ཅི་ལྟར་མར་
མེ་དུ་མས་མཐོང་། རིམ་གྱིས་ཀྱང་རྣམ་མེད་འགྱུར་ཏེ། བྱིས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་མེད་ཕྱིར་
རོ། འདིས་ལུས་སྐྱེས་བྱ་བཤད་པ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་འདུ་བྱེད་ལས་དེས་ན། ཇེ་བྱིས་གང་ལས་སྒྲོ་
ཉིད་ལས། ཞེ་ན་ཡིན་མོད་འདོད་པ་ཉིད། གཟུང་ལ་གཟུང་ཉིད་སྐྱེད་བྱེད་ལ། གཞན་མིན་
སྐྱེད་བྱེད་ཉིན་མཚན་ཉིད། ལྷང་ བ་གཟུང་བ་མ་ཡིན་མེད། ཆ་མེད་པ་ལ་ཕྱ་སྐབས་
མེད། གཟུང་བའི་རྣམ་པ་ཉམས་འགྱུར་གྱི། སྐྱེད་བྱེད་བདག་ཉིད་གཞན་མིན་ན། གཟུང་
བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལ་ནི། གཟུང་ལས་སྐྱེད་བྱེད་གཞན་མེད་དེ། གཟུགས་སྐབས་དེ་ལྷ་
མིན་པར་ནི། སྒྲོ་ལ་དངོས་སུ་པན་འདོགས་མེད། གཟུང་བའི་མཚན་ཉིད་ལས་འདི་ཡི། ཇེ་
དངོས་དེས་པ་གཞན་ཅི་ཡོད། སྒྲོ་ལའང་དེ་ཡོད་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཇེ་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་རྣམ་
གནས། འཛིན་པ་ཡི་ནི་ཉེར་ལེན་དང་། རྒྱུང་བ་སེམས་ཀྱི་གཟུང་མཚན་ཉིད། གཟུགས་

སོགས་དང་ནི་སེམས་དེ་ལྟར། གཟུང་བའི་མཚན་ཉིད་དཔྱད་པ་འདི། མ་དག་སྒོ་ཅན་ལ་
ཡིན་གྱི། རྣལ་འབྱོར་རྟོགས་པ་བསམ་མི་བྱལ། རྟེན་ལ་ཕྱ་སོགས་ངོ་བོ་ཡིས། གཟུང་བ་གཟུང་
མིན་ཉིད་འགྱུར་ན། གཟུགས་སོགས་སྒོ་ལ་སྤར་མེད་གང་། བྱིས་སྦྱིས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། རྟེན་
ཕྱིར་རང་སྒོ་འཛིན་འགྱུར་ན། རྟེན་མ་ཐག་པའི་རྒྱ་ཡི་སེམས། གང་ཡིན་དེ་ཉིད་འཛིན་འགྱུར་
བ། རྟེན་ན་དོན་གཞན་རྟོགས་མི་འགྱུར། བྱས་པ་དུ་མ་གཅིག་མེད་ཀྱང་། དངོས་རྣམས་ངོ་
བོ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས། གཅིག་དང་དུ་མ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད། གལ་ཏེ་གཅིག་ལས་དུ་མ་མིན། མ་
ཡིན་འགའ་ཞིག་གཅིག་ལས་གཅིག་འབྲས་བྱ་ཆོགས་པ་དག་ལས་བྱུང་། གཅིག་ཀྱང་ཆོགས་
པ་གཉིས་འགྱུར་བྱིར། རྟེན་ནི་དུ་མ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད། གལ་ཏེ་སྒོ་གཞན་དོན་དང་ནི། རྣམ་
ཤེས་ལྷ་མ་འཛིན་འགྱུར་ན། ལྷ་ཕྱིར་སྤང་བ་ཅན་ཉིད་བྱིར། དཔྱད་པ་ལ་སོགས་དོན་གཅིག་
ལ། རྟོག་དུ་རིམ་གྱིས་མཐོང་བ་ཡི། བརྗོད་ཉིད་རིམ་མིན་ཉིད་འགྱུར་ཞིང་། གཅིག་ཀྱང་
གཉིས་གཉིས་སྤང་བར་འགྱུར། བདག་དང་དེ་རིག་སྤང་བའི་བྱིར། གལ་ཏེ་ཡུལ་གཞན་
འཕོ་བ་ན། ཐ་མ་ཉམས་སུ་སྤྱང་མིན་ན། གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་བ་ཞིན། ཐམས་ཅད་
སྤྱང་མེད་ཐལ་བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་བདག་སྤྱང་མངོན་སུམ་ཡིན། གཞན་གྱིས་སྤྱང་འགྱུར་
མ་ཡིན་ན། གང་གིས་དེ་སྤྱང་བརྗོད་འགྱུར་བ། བདག་གིས་སྤྱང་དེ་གང་ལས་བྱལ། གསལ་
རྒྱ་མ་བྱལ་བར་འགྱུར་གྱི། གསལ་བར་འདོད་པའི་གསལ་བ་མིན། གལ་ཏེ་གསལ་བར་མ་
བྱལ་བྱུང་། གསལ་ན་འགྲོ་འདི་གསལ་བར་འགྱུར། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་
པ་ལས་མངོན་སུམ་གྱི་ལེན་ཏེ་གསུམ་པའོ། །

ལེན་བཞི་བ། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་པ། གཞན་ལ་བསྟན་པར་བྱ་ཉིད་
བྱིར། བདག་མཐོང་མིན་ཡང་གཞན་དག་གིས། མཐོང་བ་སྟབས་བྱེད་ཅེས་ཁ་ཅིག་རྟེན་
ཕྱིར་བདག་མཐོང་བའི་ཆོག་། ཡོངས་བརྟགས་ཡོངས་སུ་ལེན་པའི་བྱིར། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་
ཡུལ་ལ་ཆོག་ཚད་མ་ཉིད་དུ་འདོད་མ་ཡིན། རྟེན་ནི་རྗེས་དཔག་འབྱུག་མི་འགྱུར། ལྷང་ལ་

གཞོན་ཕྱིར་གཞན་ལ་ནི། སྐྱབ་བྱེད་བཟོད་ཕྱིར་དེ་ཡི་ཚོ། འདྲི་ཚད་མེན་དེ་བས་ན། འདྲི་
སྐྱབ་མ་ལུས་སྐྱབ་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ལུང་དེ་ལྷན་ལ་སྐྱབ། ཁྱེན་གང་གི་ལུང་གང་ཡིན། ཚད་
མས་གཞོན་པར་སྐྱར་པ་ཡི། ལུང་དེ་རི་ལྷར་སྐྱབ་པ་ཡིན། འདྲི་དང་འགལ་བ་ཁས་ལེན་
པ། འདྲི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རི་ལྷར་འཇུག། འདྲི་ལས་གཞན་པ་ཁས་ལེན་ན། འདྲི་དོར་ཡན་ལག་ཚད་
མ་མིན། རང་རྟོགས་གང་ལས་བྱུང་སྐྱར་པ། སྐྱབ་བྱེད་དེས་ནི་ཅིས་མ་བཟོད། རིག་པ་གང་
གིས་ལུང་འཛིན་པ། འདྲི་ནི་འདིས་ཀྱང་ཅིས་མི་འཛིན། ལྷར་ནི་སྐྱབ་བྱེད་གང་དག་གིས། ཐ་
མལ་པར་སྐྱར་རྟོགས་པ་དང་། འདབ་པོ་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་དེ་དག་འདྲི་དོན་རྒྱས་ཤེས་ལ་
རྒྱས་ཡིན། གང་ཡང་འབྲེལ་པ་རྣམ་ཆད་ཅན། སྦྱིས་ཀྱང་སྦྱོད་ལུལ་མ་ཡིན་པའི། འོན་དེ་
དག་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དཔྱོད་པ་ཅུང་ཟད་མེད། སྦྱིས་བྱའི་བསམ་པའི་དབང་
གིས་ནི། འདྲི་ཉིད་དེ་ཉིད་མིན་འཛིག་ན། གཏན་ཚིགས་དེར་སྤང་མེད་འཇུག་ཏེ། འདྲི་
དངོས་རྟོན་མིན་ཕྱིར་རོ། འོན་ཡོད་ཤེས་ལ་སྦྱོས་བཅས་ཡིན། མེད་པ་ཤེས་པས་སྐྱབ་བྱེད་
མིན། ཡོད་ཀྱང་དངོས་དང་འབྲེལ་མེད་པའི། རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་མེད་དང་མཚུངས། རང་
བཞིན་དང་ནི་འབྲས་བུའམ། སྤང་བ་མཐོང་བ་མེད་ཉིད་རྟོགས། འབྲེལ་དེ་དངོས་ལ་སྐྱབ་
ཡིན་ན། རང་ལ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མ་སྐྱབ། གཞན་གྱིས་ཀྱང་གཞན་ལས་རྟོགས་པར། མི་རིགས་
གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་ཡིས། ཐལ་བ་སྐྱབ་པ་གཉིས་འབྲེལ་ཕྱིར། གཅིག་མེད་ན་གཞན་
དགག་ཕྱིར་ཡིན། འོན་སྦྱོས་དེ་ནི་སྤང་ག་དང་། རྟོག་པས་སྦྱོ་བརྟགས་བདག་ཉིད་
ཅན། རྟོགས་ཉིད་མིན་པར་སྐྱབ་དོན་ཏེ། འོན་ལས་དོན་ནི་སྐྱབ་ཕྱིར་རོ། རྟོག་དང་ལུང་
དག་བྱེད་པ་པོའི། འདོད་པ་ཅམ་དང་རྗེས་འབྲེལ་དང་། འདོད་ལས་གཞན་དུ་སྦྱིད་པའི་
ཕྱིར། བརྟགས་པ་དག་ནི་འཁྲུལ་པ་ཡིན། འོན་གྱིས་དོན་རྟོགས་ཕྱིར་དོན་ལ། རྟོགས་དང་
གཏན་ཚིགས་བཟོད་རྒྱས་མེད། འདྲི་ན་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས། སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་གནས་
མ་ཡིན། རྟོགས་ཀྱི་ཚིག་དེ་སྤྲོ་བ་པོའི། བསམ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ན། ཚད་ཡིན་དེ་ལས་ཐེ་
ཚོམ་དག་སྦྱི་ཕྱིར་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བཟོད་པ་ཡིས། བརྒྱད་པ་ཡིས་

ཀྱང་རྒྱས་པ་མེད། གཤམ་ཆོ གས་བཟོད་པ་རང་ཉིད་ལ། རྒྱས་པ་མེད་ཀྱང་རྒྱས་སྟོན་
བྱེད། གཤམ་ཆོགས་དོན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས། རྒྱས་མེད་དེ་ནི་བཟོད་པར་བཤད། གཤམ་ཏེ་དེ་
ལའང་རྒྱས་ཡོད་དེ། གཤམ་ཆོགས་ཆོག་ནི་འཇུག་ཕྱིར་ན། ཏེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ཤེས་
པར། འདོད་པས་སྐབས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཁས་ལེན་ན་ཡང་། ཏེ་
མཚུངས་ཕྱིར་ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། ཏེ་གི་ཡན་ལག་རྒྱས་པ་ནི། ཚུལ་གསུམ་དག་ལ་ཡང་
དག་གནས། ཏེ་ལ་དུན་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། ཏེ་ཉིད་ཆོག་ལ་ཡང་དག་གནས། གཤམ་ཏེ་ཡུལ་
བསྟན་མེད་པར་ནི། གཤམ་ཆོགས་འཇུག་པ་མེད་པའི་བྱིར། ཡུལ་བསྟན་པ་དག་ཉིད་ལས་
ནི། རྒྱས་པ་སྐྱབ་པར་འདོད་ཅེ་ན། བྱབ་ཐོན་ཅན་ལ་དེ་མེད་ཀྱང་། སྐྱ་ནི་བྱས་ཡིན་འདི་
འདྲ་ཀུན། མི་ཏྲག་ཅས་ནི་བཟོད་པས་ཀྱང་། ཏོན་གྱིས་དེ་ནི་འཇིག་སྒོར་འགྱུར། ཕྱོགས་
བསྟན་པ་ནི་མེད་ན་ཡང་། འགྱུབ་པ་ལ་ནི་གཤམ་མེད་བྱིར། གསུམ་ལས་ཚུལ་གང་རུང་བ་
ཉིད། མ་བསྟན་མ་ཆང་ཡིན་པར་བཟོད། བསྐྱབ་བྱ་བཟོད་པར་དམ་བཅས་ནའང་། སྐྱ་དེ་
ལ་སྟོན་འཐད་མིན་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་དབང་དུ་བྱས་ཉིད་ཀྱིས། གཤམ་ཆོགས་ལྟར་སྤང་ཐལ་
མིན་བྱིར། བྱེད་པར་མེད་པར་བཟོད་ན་ཡང་། རིགས་གཅིག་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་འགྱུར་ཏེ། གཤམ་
དུ་བསྐྱབ་བྱ་བཟོད་པ་ཀུན། ཏེ་མ་བཅའ་བར་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་བྱབ་བཟོད་སྐྱབ་
བྱེད་བྱིར། གཤམ་དག་ལ་ཡང་སྟོན་མེད་ན། ཏེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་དག་ཅི་ལྟར་སྐྱབ་
བྱེད་ཡན་ལག་ཡིན། ལྟར་སྤང་བཅས་སོགས་བཀོད་པ་དང་། གཤམ་ནི་འབྲེལ་མེད་བཞད་
གང་དེ། འདི་ལྟར་དེ་ནི་རིགས་པ་ཉིད། མ་ཡིན་མོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། སྐྱབ་བཟོད་རྟོགས་
པའི་དོན་ཅན་ཉིད། ཡིན་ཡང་སྤངས་མེད་བྱིར་མཚན་ཉིད། ཏོ་བོ་ཆོག་ཕྱ ད་བདག་ཉིད་
འདོད། ཆོག་གིས་དེ་ཡི་མཚན་ཉིད་བཞི། མ་བྱབ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་དོན་བཟོད། རྟོལ་བས་
ཁས་སྤངས་པ་བརྒྱུད་དོ། མ་བཟོད་ན་ཡང་འདོད་པས་བྱབ། བདག་གི་དོན་བཞིན་བསྐྱབ་
བྱར་འདོད། གཤམ་འདོད་ཐམས་ཅད་བསྐྱོག་ན་ཡང་། འབྲེལ་པར་བདག་ཉིད་སྐྱ་བཤད་
པ། ཏོགས་པའི་གནས་ནི་བསྐྱོག་པ་སྟེ། འདི་ནི་དེ་དོན་བྱས་པ་ཡིན། ཏེ་ནི་སྟོས་ནས་ཆོས་

དག་དང་། ཚེས་ཅན་ཁྱད་པར་ཡིན་པར་བཟོད། མ་བཟོད་ན་ཡང་འདོད་པ་ནི། སྐབས་
ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་དཔེར་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ཡི། སྦྱོན་ཡང་རི་སྐད་བདག་
གཞན་ན། དེ་མ་གྲུབ་ཅེས་བཤད་བཞིན་ཏེ། དེར་ནི་འདོད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན། གཤམ་ཏེ་
གང་ལ་ཚོད་པ་ཡིན། སྦྱབ་བཞོད་དེ་བསྦྱབ་བྱ་མིན་ན། བསྦྱབ་བྱ་ཅི་ཡིན་གཞན་དུ་ན། མི་
འདོད་པའམ་འབྲས་མེད་འགྱུར། འདིས་ནི་གཉིས་བཅས་སྦྱར་བ་ལ། རྗེས་འགྲོ་མེད་དང་
འགལ་བ་དག་བཟུན་པ་ཡིན་ན་ཅི་སྟེ་ཡང་། བསྦྱབ་པར་བྱ་བ་སྦྱར་འདོད་ན། དེ་ཉིད་དོན་
གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། ལུས་མི་འགྱུར་ན་གྲུབ་མ་ཡིན། བཟོད་བྱས་སྟོང་པ་བཟོད་རྣམས་
ཀྱི། འདི་དེ་མི་ཤེས་ཀྱིས་བསྒྲད་ཡིན། སྦྱོར་དང་བྱམ་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས། རྟོག་ན་འཇིག་
ལའང་མཚུངས་ཤེ་ན། མ་ཡིན་འཇིག་པ་སྦྱབ་པ་ཡིས། སྦྱོར་ནི་དེ་ལྟར་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། དེ་བཞིན་
དོན་གཞན་ཡོད་གྱུར་ན། བྱམ་པའང་དེ་དང་ཕན་པར་འགྱུར། མི་ཉག་སྦྱོར་ཡི་ཁྱད་པར་
ཅན། རྗེས་འགྲོ་མེད་ན་མ་འབྲེལ་བ། བསྒྲོག་ཕྱིར་མ་ཡིན་མི་ཕན་དང་། གཞན་ཕན་རྣམས་
གཙོད་རྣམས་པ་གཉིས། མི་ཕན་གཙོད་ཕྱིར་གཞན་དང་ནི། རྗེས་འགྲོ་མེད་པར་འགྱུར་མ་
ཡིན། དེ་སྦྱོར་བསྦྱབ་པར་བྱ་ཡིན་པས། གྲུབ་པ་སྦྱབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན། ཚེས་ཅན་ཁྱད་པར་ཅན་
དེ་ནི། རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་སྦྱོན་ཕན་མིན། འདིས་ནི་ཚེས་ཅན་ཚེས་དག་གིས། ཚེས་དང་
ཚེས་ཅན་ཁྱད་པར་ཅན། འགོག་པ་དག་ནི་བསལ་ཡིན་ཏེ། ཚེས་ཅན་དེ་ལྟར་མི་བསྦྱབ་
ཕྱིར། ཚེས་ཅན་ལ་ནི་ཚོགས་པ་དག་བསལ་བ་འགལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྦྱབ་
འདོད་མིན། འདིར་ཚེས་འབའ་ཞིག་བསྦྱབ་བྱ་ཡིན། ཚེས་ཅན་གཅིག་ལ་བཟུན་བཙས་
ལས། ཚེས་རྣམས་དུ་མ་རྣམས་གཞག་ཀྱང་། བདག་ཉིད་འདོད་པ་བསྦྱབ་བྱ་ཞེས། བདག་
ཉིད་ཀྱི་ནི་སྦྱོས་སོ། གཤམ་ཏེ་བཟུན་བཙས་ཁས་སྒྲངས་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་བཟུང་བས་དེ་
གཅིག་ལ། རབ་ཏུ་གཞོད་ནའང་གཏན་ཚིགས་དང་། དམ་བཅའ་བ་དག་སྦྱོན་འགྱུར་
ན། སྦྱོར་མི་ཉག་པར་སྦྱོར་བ་པ་ན། ཁྱི་ཟའི་ཡོན་ཏན་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར། གཏན་ཚིགས་འགལ་
འགྱུར་སྐབས་མིན་ཕྱིར། མིན་ན་དེ་ནི་གཞན་ལའང་མཚུངས། ཅི་སྟེ་ཚེས་ཅན་འདིར་སྐབས་

ཡིན། །དེ་ལ་བཟུན་བཙུག་དོན་གཞི་ཉིད། །ཆོས་ཅན་ཆོས་སྒྲིག་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱིས། །ཅི་ཞིག་
སྒྲིལ་འདོད་ཡིན་བཟོད་ན། །གནས་སྐབས་འགའ་ཡིས་འདོད་འགྱུར་ཁྱེད་། །དེ་རྟོགས་པ་
ཡང་དེ་དག་གིས། །ནུབ་ཀྱིས་ཁྱེད་འདི་འདོད་ཅེས་པ། །གསལ་བར་དབང་ཕྱག་སྦྱོང་པ་
ཡིན། །འབྲས་བུའི་རྟོགས་ཅན་མིན་བཟོད་དེ། །འབྲུལ་བ་ཡིས་ནི་གཞི་པར་འགྱུར། །མེད་ན་
མི་འབྱུང་མིན་དོན་ལ། །གཞི་པར་གཞན་ལ་ཅི་ཞིག་གཞི་དུ། །རྗེས་དཔག་རང་གི་སྦྱོང་ཡུལ་
ལ། །ལྷང་ལ་སྦྱོང་པ་མེད་པར་བཤད། །དེས་གྲུབ་དེ་ནི་ལེགས་པར་གྲུབ། །དེ་ཆོ་བཟུན་བཙུག་
སྦྱོང་མ་ཡིན། །དེ་ཆོ་རྒྱུད་དོར་འགྱུར་ཞེ་ན། །དེ་ཆོ་ཁས་སྒྲུབ་མེད་ཕྱིར་མིན། །འདི་ནི་ཁས་
ལེན་ཐབས་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཆོ་ཡོད་ཀྱང་ཡན་ལག་མིན། །དེ་ལྟར་ཡུལ་གཉིས་རྣམས་དག་ན། །དེ་
ནི་བཟུན་བཙུག་ཡོངས་འཛིན་པར། །འདོད་པའི་དུས་ཡིན་དེ་ཡི་ཆོ། །བཟུན་བཙུག་ཀྱིས་ནི་
གཞི་པར་འགྱུར། །དེས་གྲུབ་དོན་ལ་དེ་དང་ནི། །འགའ་བར་སེམས་པ་མི་རུང་ཕྱིར། །གནས་
གསུམ་པར་ནི་འཕོ་བ་ནི། །བཟུན་བཙུག་ལེན་པར་རིགས་ལྡན་ཡིན། །དེར་ཡང་བཟུབ་བྱེད་
ཆོས་དང་ནི། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ལ་གཞི་ཉིད། །སྤང་བར་བྱ་ཡི་གཞན་མིན་ཏེ། །ཐུག་པ་མེད་
པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། །དབྱེད་པ་ཀུན་ལ་བཟུན་བཙུག་དག་གཟུང་ཞེས་ལུགས་འདི་གང་གིས་
བྱས། །དེ་ནི་གྲུབ་མཐའ་མེད་རྣམས་ཀྱིས། །དུ་བས་མེ་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །སྦྱོང་བ་རིང་པོར་
སྦྱོང་གྱུར་ཞིང་། །ཡོན་ཏན་ཉེས་པ་མ་མཐོང་ལ། །གྲུབ་མཐའ་མི་ཟད་གདོན་འདི་ནི། །ཀྱེ་མ་
སུ་ཡིས་བསྒྲིལ་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དཔེ་ལ་བཟུན་བཙུག་ཀུན། །སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ཉིད་
ལ། །བཟུན་པ་སྦྱབ་བྱེད་འགྱུར་ཞེ་ན། །འདི་ནི་འཛིན་ཏེན་འདས་ལུགས་ཡིན། །འབྲེལ་མེད་
ཆོས་ནི་མ་གྲུབ་པས། །མ་གྲུབ་པར་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། །དེ་གྲུབ་ཡིན་ན་དེ་སྦྱབ་བཟོད། །གཏན་
ཆོགས་སྦྱོན་ལྡན་རི་ལྟར་ཡིན། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ནི་མ་ལུས་པ། །དེ་པོར་སྒྲུབ་མེད་པ་ཁོ་ནར་
ནི། །སྦྱོང་བ་ཆོག་དང་དུང་སྒྲིག་ལས། །སེམས་ལྡན་མེ་སྒྲིག་རྗེས་དཔོག་བྱེད། །མི་འབྲུལ་
པས་ན་རང་བཞིན་དང་། །རྒྱ་དག་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། །འགའ་ཡི་སྦྱབ་པ་ལ་གཞི་
པས། །དོ་བོ་ཉིད་ལས་ཐོག་མ་ཡིན། །དེ་ནི་འདོད་པའི་བཟུབ་བྱ་ཡི། །དོན་དང་མེད་ན་མི།

འབྱུང་བར། རྟོགས་པ་གཞན་དག་གཏན་ཆོགས་ངེས། ཅི་ལྟར་རྟོགས་པར་འགྱུར་མ་
ཡིན། གཏན་ཆོག་བརྗོད་དམ་མ་བརྗོད་ཀྱང་། འགལ་ན་སྐྱེལ་བས་འདིར་ཅི་བྱས། འངས་
བརྗོད་ཉེས་པས་བསྟན་བཅོས་ལ། གཞོད་བྱེད་དུ་ནི་དེ་སྦྱེས་མིན། གཞོད་བྱེད་བརྗོད་ཕྱིར་
སྦྱོན་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མ་བརྗོད་ན་དེ་ཅི། གཞོད་པ་མིན་ན་མ་མི་རིགས་བྱེད། མིན་ཏེ་ཅིས་ན་
སྦྱོན་ཅན་ཡིན། གཏན་ཆོགས་ལྟར་སྤང་གཞན་དག་ལ། རང་འདོད་ཉིད་ནི་སྦྱབ་བྱེད་
ཕྱིར། རྟོན་མེད་བརྗོད་པས་སྦྱོན་འགྱུར་ན། རྟོན་ཕྱིར་ན་འདིར་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་བསྟན་
བཅོས་ལ་ལར་འགའ། རིགས་མིན་པས་ན་རིགས་སྦྱ་བ། གཞན་པ་དག་ཀྱང་འགོག་བྱེད་
ཅས། དྲ་བ་ རྒྱལ་རིགས་ལྷགས་ཡིན་ནོ། རྟོན་ཀུན་མཚུངས་པར་བྱས་ནས་ནི། སྦྱབ་བྱེད་
བརྗོད་པར་བྱས་མ་ཡིན། རྟོན་ན་ཀུན་ཏུ་བསྦྱབ་བྱ་དང་། སྦྱབ་བྱེད་ན་མ་གཞག་འདི་ཉམས་
འགྱུར། ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་འགལ་བ་དག་མི་རུང་ཕྱིར་ན་འགལ་ངེས་ལ། གཞོད་འགྱུར་
འདིར་ནི་དེ་འདྲ་བའི། འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། རྟོན་དག་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་
ནི། མིན་ཡང་བསྟན་བཅོས་དོན་སྤང་ཕྱིར། འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་གཞོད་ཅི་ན། ཐམས་ཅད་
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཞོད་འགྱུར། འབྲེལ་ཡོད་དེས་ན་དེ་ཉིད་ལ། གཞོད་འགྱུར་ཞེ་ན་མ་ཡིན་
ཏེ། རྟོགས་ཀུན་རང་གི་བསྦྱབ་བྱ་ལ། སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེད་ཕྱིར་རོ། མེད་ན་བསྦྱབ་བྱ་
མི་འབྱུང་བའི། འབྲེལ་བ་དེ་ནི་འདིར་རྟོགས་མེད། འདིར་ནི་བསྟན་བཅོས་གཞོད་འབའ་
ཞིག་སྦྱོན་ཡིན་དེ་གཞན་བྱས་ལའང་མཚུངས། གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ཁས་སྤངས་
ཕྱིར། བསྟན་བཅོས་མཐོང་བ་མ་ལུས་བསྦྱབ། རྟོན་དང་གཏན་ཆོགས་མ་གྲུབ་སྟེ། རམ་
བཅའ་བར་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྦྱབ་བྱེད་ཉིད་བརྗོད་པ། ཁ་ ཡིན་འདོད་པ་སྦྱོས་
ཕྱིར་ན། བསྦྱབ་བྱ་རིག་པས་ཐོབ་པ་ནི། ཆོག་ལས་ཐོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། མི་འདོད་བསྦྱབ་བྱ་
མིན་ཞེ་ན། སྐྱེལ་བ་མི་འདོད་ཆོས་གཞན་ཡང་། བསྦྱབ་མིན་དེ་ཆོ་བསྦྱབ་བྱ་བ། མིན་ལ་
གཞོད་པས་ཅི་ཞིག་འགལ། རྟོགས་མཚན་ཕྱི་རོལ་དོན་ཅན་ཡིན། རང་ཉིད་སྦྱ་ཡང་དོན་
མེད་འགྱུར། བསྟན་བཅོས་འདོད་འབྱུག་དོན་ཞེ་ན། འོ་ན་དོགས་འདི་གང་ལས་ཡིན། རྟོན་

ནི་ཚད་མས་བཀག་མེད་ན། །འཛིན་པ་གང་གིས་བསྐྱོན་པར་བྱས། །གལ་ཏེ་ཚད་མས་བཀག་
ན་ཡང་། །ཚིག་ལས་གང་གིས་འཇུག་པར་འགྱུར། །དེ་དག་ལྔར་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ནི། །རང་གི་
འདོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན། །དེ་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་རི་ཞིག་ལྟར། །གཞན་འཛིན་ པ་ནི་ཅིས་མི་
ཐོབ། །འདོད་གཞོད་མེད་དང་བསྐྱབ་བྱ་མིན། །བྱག་པ་མེད་པར་བཟུན་པས་ན། །ལོག་པར་
རྟོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། །འདིར་ནི་རང་ཉིད་སྐྱ་མཛད་དོ། །གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་བྱས་ཁྱད་
པར་དག །ཡོངས་སུ་སྤངས་ནས་རབ་གྲགས་པའི། །ཆོས་ཅན་དག་ནི་གཟུང་དོན་དུ། །གཞན་
ནི་རང་ཉིད་སྐྱ་བཅོད་ཟེར། །དབྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱིས་ནི། །རབ་གྲགས་རྟེན་ནི་གྲུབ་གྱུར་
ཏེ། །རང་འདོད་བརྟགས་པའི་ཁྱད་པར་ཅན། །དངོས་པོ་རྣམས་ཚུད་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཅི་ལྟེ་གྲུབ་
པར་བཟུན་པ་ཡིས། །ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་མིན་བཅོད་ན། །རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་བཟུན་པ། །ཞེས་
བྱ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྟོགས། །གྲུབ་དང་སྐྱབ་པའི་ངོ་བོ་ པ་ནི། །བཟུན་པ་དག་ནི་ཡོད་ཡིན་
ན། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་བཟུན་པ་ཞེས། །བྱ་བ་འདི་ནི་འབྲས་ལྷན་འགྱུར། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྤྱི་
ཡི་ནི། །ཡུལ་ཅན་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །འདིར་ནི་དེ་སྐད་མ་བཟུན་ཀྱང་། །ཕྱོགས་ལ་འགལ་
བ་ཅུང་ཟད་མེད། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱར་བྱས། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་དེ་མི་བྱས། །ཅི་
ཕྱིར་བརྟགས་རྗེས་འགོ་མེད་ཕྱིར། །འདི་དེ་དག་གི་སྒྲིན་མིན་ནས། །ཡན་ལག་ཕྱི་མ་ལ་སྟོས་
པ། །ཕྱོགས་སྒྲིན་འདོད་མིན་དེ་ལྟ་ནའང་། །གཏན་ཆོགས་ལ་སོགས་ཉེས་པ་ཡང་། །ཕྱོགས་ཀྱི་
སྒྲིན་དུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་ལ་གཞོད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཙམ་དང་འབྲེལ་
བ། །ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིན་འདོད་གཞན་མིན་ཏེ། །མངོན་སུམ་ལ་སོགས་འགལ་བ་བཞིན། །རྒྱ་སོགས་
མཚན་ཉིད་བསལ་བྱ་ལ། །སྟོས་པ་མེད་པར་མ་བྱུང་དང་། །ཚྭ་པ་དག་ནི་སྤང་བའི་
ཕྱིར། །ཕྱོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན། །རང་ཉིད་ཆོག་ཕྱད་ངོ་བོའི་སྒྲ། །མ་བསལ་བ་
དང་བཅས་པ་དག །ཚྭ་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །འདོད་སྐྱས་མ་བྱུང་སེལ་ བར་
བྱེད། །བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྤངས་ཕྱོགས་མཚན་ཉིད། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་ཕྱོགས་ཉིད་མེད། །བསལ་
བ་གཞོད་དང་སྟག་མ་ལ། །མཚན་ཉིད་འཇུག་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །རང་ཉིད་འདོད་པ་བཅོད་པ་

ཡིས། །དེས་བཟུང་དོན་ནི་རྟགས་ན་ཡང་། །བྱེད་པའི་མཐའ་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །དུས་
གཞན་གཅད་ཕྱིར་བཤད་པ་ཡིན། །འདོད་ཀྱི་ན་འདིར་ནི་ཡན་ལག་མིན། །འདོད་པར་གྱུར་
པའི་ཆོག་དག་ལ། །ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། །གཏན་ཆོགས་མ་གྲུབ་ལ་སོགས་
འགོག་ཚེད་བྱེད་མིན་ཕྱིར་ཡང་མི་རིགས། །དེས་ན་རང་ཉིད་བདག་ཉིད་འདོད། །བཟླན་
བཅོས་ཀྱན་ལ་སྟོས་མེད་པར། །དེ་འདོད་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད། །དེས་ན་མི་འདོད་དང་འབྲེལ་
པའི། །འདོད་པ་ལ་ཡང་གཞོད་པ་ན། །ཁྲི་ལྟར་སྐྱབ་ལ་གཞོད་མེད་ཕྱིར། །སྟོགས་དང་གཏན་
ཆོགས་སྟོན་མེད་ཉིད། །ཁས་སྐྱངས་དེ་ཡང་ཆད་མ་ནི། །དག་གིས་བཀག་མེད་ཡིན་པར་
འདོད། །གཏན་ཆོགས་ཐེ་ཆོམ་ལ་བཟོད་ཕྱིར། །བསལ་བ་གཏན་ཆོགས་རྟེན་མ་ཡིན། །རྗེས་སུ་
དབག་པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །གཞོད་པ་དེ་ནི་རྣམ་བཞིར་བཤད། །དེ་ལ་ཁས་སྐྱངས་འབྲས་
རྟགས་ཏེ། །འགྲོ་ལ་གྲགས་པ་རང་བཞིན་རྟགས། །ཡང་དག་ངེས་ལྟན་བཟོད་འདོད་
པ། །བདག་གཞན་ཡིད་ཆེས་མཚུངས་པ་ཡི། །ཕྱིར་ན་རང་གི་ཆོག་དང་ནི། །བཟླན་བཅོས་
གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན། །ཁྲི་ལྟར་བདག་ནི་ཆད་མིན་ན། །ཆོག་ནི་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་
པ། །དེ་བཞིན་བཟླན་བཅོས་མི་བརྟེན་ན། །དེར་གྲགས་དོན་ལ་དཔྱད་པ་ཡང་། །མཚུངས་
པར་བཟླན་ཕྱིར་བཟླན་བཅོས་དེའི། །སྐབས་རྟེན་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཅེས། །དོན་འདི་བཟླན་
པའི་ཆེད་དུ་འདི། །རང་གི་ཆོག་དང་ལྟན་ཅིག་བཤད། །དེས་ན་འདི་ལ་དཔེ་དག་
ཀྱང་། །མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་བཟླན་པ་ཡིན། །ཆད་མ་རྣམས་ནི་ཡོད་མིན་ན། །བཟླན་བཅོས་
ཆོག་མི་རུང་ཕྱིར་རོ། །རང་ཆོག་འགལ་ལ་གསལ་བའི་དཔེ། །ལྷང་ལ་སྟོགས་ཅན་བཟླན་པ་
ཡིན། །དེ་ལ་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས། །བདེ་བ་མི་འགྲུབ་ཅེས་བྱ་ཡིན། །དེ་ལ་རྟེན་མིན་དངོས་པོ་
ལ། །བཟླན་བཅོས་དང་འགལ་བཟོད་ན་ཡང་། །གཞོད་པ་མ་ཡིན་གཉིས་པོ་དག །རྒྱས་པ་
མཚུངས་ཕྱིར་གོགས་བྱེད་འགྱུར། །དཔེར་ན་རང་གི་ཆོག་བཞིན་ཏེ། །དེ་ཡང་དེ་ཆོ་རང་ཆོག་
བདག །དེ་དག་གང་ལ་ཆད་མ་ཡོད། །དེ་ནི་གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་འགྱུར། །དེ་ལྟ་མིན་ན་
རིགས་བྲལ་གྱི། །དམ་བཅའ་རྒྱས་པ་མཚུངས་པ་ཡི། །དམ་བཅའ་ཁྲི་བཞིན་དོན་ཅན་

གྲི། རྒྱུ་དཔག་ལ་ནི་རི་ལྷ་གཞོན། ལྷ་རྒྱུ་མཛད་མ་ཡིན་པ་ནི། རྒྱུ་ཉིད་རྒྱུ་པར་
བསྐྱོག་པ་ཡིན། རྒྱུ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁས་སྒྲུང་ས་ནས། རྒྱུ་དཔག་ལ་སྐྱོན་འདི་འདོད། རྒྱུ་ན་
གཞོན་ཕྱིར་རྒྱུ་དཔག་ལས། ཁས་སྒྲུང་ས་ཕྱིར་རོལ་གྱུར་མིན་ཡང་། ལྷ་ལྷ་གྲི་བྱུང་པར་
བསྐྱོན་པ་ཡི། ཕྱིར་ན་ཐ་དད་བྱས་པ་ཡིན། རྒྱུ་མིན་ན་ཐལ་ཆེས་པའམ། ལོགས་ཤིག་བྱས་
པ་དོན་མེད་འགྱུར། རྒྱུ་གི་ཆོག་གྱུང་ཐ་དད་པ། ཆོག་ཅམ་བཟོད་ལ་གོགས་བྱེད་ཡི་ན། རྒྱུ་
ཡིས་བསྐྱོན་བཅས་ཆད་མར་ནི། ཁས་སྒྲུང་ས་ཕྱིར་ན་དངོས་ཀྱིན་ལ། གཞོན་བྱེད་ཅེ་ན་གལ་
ཏེ་དེ། མི་འདོད་གཞོན་བྱེད་ཡིན་ནམ་ཅི། རྒྱུ་ཆོག་འགལ་ན་རྒྱུ་ཆོག་དང་། བསྐྱོན་
བཅས་འགལ་ཐ་དད་མེད་འགྱུར། རྒྱུ་བྱེད་འདོད་པས་བྱས་ན་འདི། ལོངས་སྤྱོད་གསུམ་པའི་
ཆད་མ་ཉིད། རྒྱུ་ན་རབ་གྲགས་དོན་དག་ལ། བསྐྱོན་བཅས་དོར་ནའང་ཉེས་པ་
མེད། རྒྱུ་གྱུར་དག་ལ་བསྐྱོན་བཅས་ནི། མི་འདོད་དཔྱད་པ་ཉིད་མི་འཇུག། འདི་ལ་
བསྐྱོན་པ་པལ་ཆར་ནི། འགལ་བ་བཟོད་ཡིན་འདི་ལྷ་སྤྱོད། ཆགས་སོགས་ཆོས་མིན་ཅ་བ་
དང་། རྒྱུ་གྱུར་ཆོས་དག་འགྱུར་བའོ། མཐོང་དང་མ་མཐོང་བ་དག་ལ། རིགས་པས་བྱུབ་
དང་རྒྱུ་ཆོག་གིས། གཞོན་མེད་བསྐྱོན་བཅས་གང་ཡིན་དེ། གཞུང་བར་བྱ་ཕྱིར་དཔྱད་
འཇུག་འགྱུར། རྒྱུ་བྱེད་འདོད་དང་རྒྱུ་འབྲེལ་བ། འདོད་སྤྱོད་བཟོད་བྱ་ཉིད་དོན་
ལ། བཀག་མེད་ཕྱིར་ན་གཞོན་མེད་དག་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་མཛད་འདོད་ཡིད་ཆེས་ཡིན། ཐ་སྐྱོད་ལས་
ནི་སྤྱོད་པ་ཡི། ཆོས་དེ་གྲགས་པའི་སྤྱོད་ཡིས་བཟོད། མཐོན་སྤྱོད་མ་སོགས་གྲི་གཞུག་བྱ་
ཡང་། འཇུག་བྱེད་སྤྱོད་བཀགས་ནས་བཟོད། རྒྱུ་ལ་བཏེན་ནས་འབྱུང་བ་ཅན། འདོད་
པས་འཇུག་ཕྱིར་དགག་མེད་པ། བྱས་དང་མ་བྱས་པ་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་རང་བཞིན་ཉིད་
གྱུར་བྱུང་། དོན་ཅམ་དང་ནི་རྒྱུ་འབྲེལ་ཅན། རྒྱུ་བའམ་ནི་འབྱུང་འགྱུར་བ། རྒྱུ་ཡི་བྱུང་
བ་ཉིད་དེ་ཡིས། མི་མཐུན་པ་དག་གཞོན་པར་འགྱུར། གྲགས་པ་མེད་གྱུང་དངོས་པོ་
ལ། རྒྱུ་ཉིད་དེ་ཡི་སྤྱོད་ཉིད་ལས། རྒྱུ་ལྷ་གྱུར་འབྲེལ་དེས་ན། རྒྱུ་དེ་ནི་བྱུབ་པ་
ཡིན། གཞུག་དུ་འདིར་ནི་གཞོན་པ་ཡི། གཞུག་ཆོགས་སྤྱོད་མོང་ཉིད་མི་འགྱུར། རྒྱུ་འགོག་

རྩེས་དཔག་ལས་འགྱུར་ཏེ། སྐྱོ་དོན་ལ་དབང་འཇུག་མེད་ཕྱིར། །ག་ང་ལ་ཡོད་རྩེས་འགྲོ་མེད་
 དེ། རྟགས་རྣམས་སྤྱོད་མོང་མེན་ཉིད་ཅེས། །དེ་ལྟར་གཏན་ཚིགས་དཔེར་བཞིན་པ། །འབྲས་
 བྱ་དང་ནི་ལྷན་པར་འདོད། སྐྱོ་ནི་བདེ་ལ་བརྟེན་པ་ཅན། །དེ་ཡང་འདོད་ཅམ་བརྟེན་པ་
 ཡིན། སྐྱོ་ཡིས་གྲུབ་པ་མི་འགྲུབ་མིན། །དེ་ལྟར་སྐྱོ་བྱུང་གྲགས་པ་གསུངས། །རྩེས་སུ་དཔག་
 པས་བསྐྱབ་རྣམས་ལ། །འགལ་བ་འབྲུལ་བ་མེད་པ་ཅན། །མེད་པར་སྟོན་ཡིན་དེ་ལྟ་
 བུའི། གྲགས་པའི་རྩེས་དཔོག་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་བཞིན་པ་ལ། །རྩེས་དཔག་
 མེད་པར་བཞིན་པ་ཡིན། །དེས་ན་རྩེས་སུ་དཔག་པ་ལས། །གྲགས་པ་ཐ་དད་ཡུལ་ཅན་
 ཉིད། །དེས་ན་དངོས་རྣམས་ཡོད་མེད་པའི། །རྩེས་སུ་འཇུག་ཅན་རྩེས་དཔག་པ་ལས། །ཐ་དད་
 དེ་དབང་མི་འཇུག་པ། །དེ་འདོད་ལས་སྐྱེས་ཡིན་ཞེས་བསྟན། །རི་བོང་ཅན་ལྷན་མི་འདོད་
 པ། །དེ་གྲགས་གང་ཞིག་འདོད་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་དཔེ་མེད་ཅན། །དེ་ནི་སྤྱོད་མོང་མ་
 ཡིན་འདོད། །དཔེ་འདི་ཉིད་དབང་བྱས་ནས་ནི། །དེ་སྐད་བཤད་མིན་མཚན་ཉིད་ཕྱིར། །དེ་
 བཞིན་ད་ཉིག་ཤིང་མིན་ཞེས། །བཞིན་པ་ལ་ཡང་གཞོན་ཕྱིར་རོ། །འདིར་ཡང་ག་བྱར་དུལ་
 སྟགས་ལ། །འཇིག་རྟེན་ན་ནི་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །བདེ་ལས་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ལ། །སྤྱོད་
 མོང་མེན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཅི། །གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་གྲུབ་ན། །དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་
 ཡིན། །གྲགས་གྲུབ་ཁས་ལེན་རི་བོང་ཅན། །མ་ཡིན་པ་ལའང་བསྐྱོག་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་ལ་
 ནི་གྲུབ་པ་དེ། །རི་བོང་ཅན་ལའང་བསྐྱོག་པ་མེད། །དངོས་དེ་མེད་ན་རི་ཅན་ལ། །བསྐྱོག་ཀྱང་
 ཉེས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་དེས་མེད་བདེ་ཅན། །སྐྱོ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོས་རྣམས་
 གྱུ། །རྩང་བ་དོན་རྣམས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །འདོད་ལ་གོགས་བྱེད་མེད་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་
 གྲུབ་ན། །དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་ཡིན། །གྲགས་པས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ན། །རི་བོང་
 ཅན་ལའང་བསྐྱོག་མེད་ཕྱིར། །རྩང་བ་ཉིད་དེ་འགོག་པ་ལ། །བདེ་འགོག་མེད་ལས་སྐྱེས་པ་
 ཡི། །གྲགས་པ་ཞེས་བུའི་རྩེས་སུ་དཔག་ །རྩང་བ་ཡུལ་ཅན་གྱིས་གཞོན་བྱེད། །འདིས་ནི་བདེ་
 རྩེས་འཇུག་པ་ཡི། །སྐྱོ་རྣམས་ལ་ནི་དོན་ངེས་པ། །ཡོད་མིན་ཅེས་བཞིན་དེ་དག་རྣམས། །དེར་

འགོག་པ་ནི་འགལ་བ་ཡིན། དེས་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅན་སྤྱི་ཡོད། འོན་ནམ་སྤྱི་མཐོང་གི་ནི་
དོན། འོན་དམ་པ་ཉིད་འགོག་པ་ལ། གཞོད་པ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན། དེས་ན་ཡུལ་གྱི་
བྱད་པར་ནི། བསྟན་ཕྱིར་གྲགས་པ་རྗེས་དཔག་ལས། བྱི་རོལ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཡང་། བཟ་དད་
བྱས་ཡིན་ཐུག་པ་བཞིན། བྱུང་པ་ཐ་དད་བཤད་པ་ལ། དགོས་པ་བསྟན་ཕྱིར་འདི་གཉིས་
ནི། རྒྱ་དང་བཅས་པར་རབ་བརྒྱུད་དེ། མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་གཞོད་ལ་མིན། མངོན་སུམ་
གྲིས་གཞོད་འདི་ལ་ཡང་། སྤྱི་ནི་དུ་མའི་དངོས་ཉིད་དུ། གྲགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་
ཞིག་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ནི་སྤང་བ་ཡི། སྤྱི་ནི་སྤྱི་བ་མེད་པ་ འི་ཕྱིར། ཉན་ལ་གཉིས་མེད་སྤང་གྱུར་
པ། དེ་དོན་དོན་བཤད་འདི་ཉིད་ནི། སྤྱི་ནི་མངོན་སུམ་གྲིས་གཞོད་འགྱུར། འོ་བོ་དེ་ཉིད་
དེ་ལ་དོན། ལྷག་མ་སྤྱི་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན། སྤྱི་ནི་དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཡིན། དེ་ཕྱིར་དེ་
དབང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། དེས་ན་སྤྱི་ཡོད་ཚུལ་སྤྱི་ནི། མངོན་སུམ་མིན་པར་གྱུ་ བ་པའི་
ཕྱིར། སྤྱི་ཡང་གཞོད་པ་ཡོད་མིན་ཞིས། མཉན་བྱ་སྤྱི་པས་བསྟན་པ་ཡིན། རྣམ་ཀུན་
བརྒྱུད་བྱའི་དངོས་མིན་ཕྱིར། བྱུང་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར་དང་། དེ་ཡི་སྤྱི་བས་གྲིས་གཞོད་
པའི་ཕྱིར། མཉན་བྱས་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་བཤད། ཀུན་ཏུ་སྤྱི་བ་བདག་ཉིད་ཀྱི། བསྐྱུབ་
བྱར་འདོད་པའི་ཚུལ་གང་ཡིན། ཚུལ་དེ་ལྡན་ལ་གཞོད་འགྱུར་གྱི། ཚུལ་གཞན་གྱི་ནི་ཚུལ་
ཅན་མིན། གཞན་དུ་ཚུལ་ཅན་གཞན་ལ་ནི། གཞོད་ཀྱང་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བཀག་ འོན་འདི་
མཚན་ཉིད་གྲིས་རྟོགས་ཀྱང་། རང་གི་ཚུལ་ཅན་སྤྱི་པས་ནི། ཚུལ་ཅན་ལ་ནི་གཞོད་པས་
ཀྱང་། གཞོད་འགྱུར་ཞིས་ནི་བྱུང་དོན་ཏེ། ཉིན་ནི་འགལ་བར་གྱུར་པ་ཡིས། དེ་བརྟེན་པ་ནི་
འགལ་བའི་ཕྱིར། གཞན་དུ་དེ་ལྟའི་རྣམ་ཅན་ཚུལ། བསྐྱུབ་བྱ་ཡིན་ཞིས་བརྒྱུད་པའི་
ཕྱིར། དེ་གཞོད་ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་པ། དེས་ན་རང་གི་ཚུལ་ཅན་སྤྱི་པ། འདི་ཡང་དོན་
གྲིས་བྱུང་མིན་ནས། བདེན་དེ་འགའ་ཞིག་ཚུལ་ཅན་ནི། འབའ་ཞིག་བཀག་པ་ལ་ཡང་
ནི། སྤྱི་དང་ལྡན་པར་ཁས་ ལེན་ཏོ། དཔེར་ན་མཁའ་སྤྱོད་གཞན་དག་གིས། སྤྱི་མེད་
རང་བཞིན་སྤྱོད་མེད་མིན། ཅིག་ཅར་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱ་མིན་ཕྱིར། ཞིས་བཤད་པ་ལ་སུན་འབྱེན་

པ། །དེ་བཞིན་མཁའ་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན་གྱི། །དོ་སྤངས་དངོས་མེད་ཅེས་བརྗོད་བཞིན། །དེ་ལྟར་
 འདྲོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ། །གཞོན་པ་འགའ་ཡང་མེད་པ་ཉིད། །འདིས་ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་བྱ་
 ཉིད། །ཡིན་ན་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོན་གང་། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་འགོག་པས། །དེ་ལ་གཞོན་
 ཅེས་བཞུན་པ་ཡིན། །དེ་ལྟ་ཉིད་དུ་ཆོས་ཅན་ཡང་། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་འབའ་ཞིག་
 མིན། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་འདིར་གཞོན། །ཅིག་ཅར་སྐྱ་སྒྲུབ་སྐྱ་མེན་ཕྱིར། །བདེ་སྒྲུབ་གཞན་
 གྱིས་བསྐྱེད་རྣམ་མིན། །མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་ལྟ་མ་བཞིན། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་གཏན་ཆོག་མིན། །དེས་
 ན་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད། །རིམ་བཞིན་བྱེད་དང་མི་རྟག་ཉིད། །འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་མི་
 མཐུན་ཕྱོགས། །ཐོག་ལ་ཐེ་ཆོས་བཟུང་བས་ན། །འདི་ནི་ལྷག་ལྷན་ཁྱད་པར་འདྲོད། །གང་ཕྱིར་
 རང་ཉིད་འདྲོད་པའི་ཆོས། །བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཕྱིར་དེ་རྟེན་ནི། །གཞོན་ཡིན་འབའ་ཞིག་པ་ཉིད་
 དམ། །གཞན་རྟེན་ལ་མིན་ཞེས་བཞུན་རྟོ། །རང་ཉིད་སྐྱ་ཡིས་ཆོས་གཞན་ལ། །གཞོན་པས་
 གཞོན་མིན་ཞེས་བཞུན་པ། །དེ་བཞིན་རང་གི་ཆོས་ཅན་གྱིས། །ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་ཞེས་
 བརྗོད། །སྐྱབ་བྱེད་སྐྱོན་ནི་ཐམས་ཅད་གྱིས། །ཕྱོགས་ཉིད་ལ་ནི་གཞོན་འགྱུར་བ། །དེ་ལྟ་ན་
 ཡང་དམ་བཅའ་བ། །ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་ཕྱོགས་སྐྱོན་ཡིན། །ཡན་ལག་ཕྱི་མ་ལ་སྟོས་
 སྐྱོན། །གང་ཡིན་དེ་ནི་དེ་ཉིད་དང་། །རྗེས་འབྲེལ་ཞེས་བཤད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །རྟེན་སྒྲུབ་མ་གྲུབ་
 ཕྱོགས་སྐྱོན་མིན། །འདིས་སྐྱབ་ཡན་ལག་གྱུར་པ་ཡི། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། །ཆོས་
 ཅན་རང་གི་ངོ་བོ་ལ། །གཞོན་པ་དག་ནི་བཞུན་པ་ཡིན། །དེ་ལ་དོན་ནི་བཞུན་པ་ཡི། །དོན་དུ་
 དཔེ་ནི་ཕྱོགས་ཅམ་བརྗོད། །ལྷན་དོན་རྩིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན། །མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་གཞན་
 ཡོད་མིན། །མ་མཐོང་ཁྱད་པར་ཅན་མིན་ལ། །དམ་བཅའ་བ་ལ་དགོས་པ་མེད། །མ་མཐོང་བ་
 ལ་འབྲས་མེད་པ། །མཐོང་ན་ཡན་ལག་ཅན་སྐྱབ་འདྲོད། །ཁྱད་པར་ཅན་མིན་གཞན་ཡོད་
 ནི། །སྐྱབ་ན་གྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད། །གལ་ཏེ་འདི་ཕྱི་ལོག་འགྲོར་འགྱུར། །སྤང་ནི་དམའ་བ་དག་
 དུ་འགྱུར། །དེས་ན་ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་འདུ་བ་ཅན་སྐྱ་མིན། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་ངོ་
 བོ་དག་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་དེ་མཐོང་མིན། །དེས་ན་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ། །ཁྱད་པར་གཞན་

ལ་གཞོན་བྱེད་ཡིན། བླ་མོ་ནས་བརྒྱུ་མས་རྒྱས་འཕྲེང་དག་གཅུལ་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྒྱས་གཞན་
གྱི། བྱི་ཉིད་མི་རྟོགས་རས་བལ་གྱི། འདབ་བཞག་བཞིན་ཞེས་གཞན་དག་ཟེར། རྟེ་ཡི་ཅིག་
ཅར་ལྷན་པ་དང་། ཁོ་སོར་ལྷན་པའི་རྩལ་ཆོགས་དག་ཁོ་སོར་ལྷན་ཅིག་གཅུལ་བ་ན། རྟེ་
ཕྱིར་བྱེད་ནི་ཐ་དད་འགྱུར། ཁ་ཤ་ལ་སོགས་རིམ་པ་ཡིས། བྲངས་མཚུངས་པ་ནི་མི་རྩང་
ངོ་། གལ་ཏེ་ཡུངས་ཀར་ནས་བརྒྱུ་མས་ཏེ། ཆོགས་ཆེན་གོང་ནས་གོང་དུ་ནི། འཕེལ་ལྷན་
འབྲས་བུའི་འཕྲེང་བ་ཡི། བྱི་བ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ན། ཡུངས་ཀར་བར་གྱི་བྱེད་དག་
ཀྱང་། རྒྱང་དུ་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བས། འབྲས་བུའི་བྱེད་ནི་མི་རྟོགས་ཕྱིར། རྟེ་ཡི་རྒྱ་ཉིད་
གཞུལ་བྱར་འགྱུར། རྟོན་དེ་མཐོང་མེད་ར་ས་འདབ་བཞིན། རྟེ་ཡི་འབྲས་བུའང་རྟོགས་པ་
མེད། བྱིད་ཉིད་རྟོགས་མེད་བཞིན་དུ་དེའི། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྟོགས་མེད་ཕྱིར། ཁ་ཤ་
ལ་སོགས་ལྷག་ཡོད་མིན། རྟེ་མེད་དེ་ནི་ཉེར་མཆོན་ཏེ། གཟུགས་སོགས་ལྷག་དང་ལྷག་
ཅི་བཞིན། རང་གི་དབང་པོས་མཐོང་མེད་ཕྱིར། ཁས་སྤངས་རང་གི་ཆོག་སོགས་
ཀྱིས། གཞོ་ད་པ་དག་ནི་མེད་པས་ན། རྗེ་སྐད་བཤད་པའི་ཚུགས་ཀྱིས་ནི། རྟེ་པར་བརྟེན་
གཞན་ཡང་རྟོགས་པར་བྱ། བྱ་བ་དུས་གསུམ་ཡུལ་ཅན་ཕྱིར། རྟེ་ལྟའི་བདག་མིན་གཞན་
དག་ལ། རྟེ་ལྟར་བཞོད་དེ་དེ་ཡི་ཆོ། མི་འདོད་ན་ཡང་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར། ཤེས་བྱེད་སྐབས་
ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ། ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། རྟེ་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་
སྒྲ། འདོད་པའི་བྱེད་པར་ལ་བརྟེན་མིན། རྟེས་ན་དཔེ་དང་གཏན་ཆོགས་དག་མ་གྲུབ་
དཔེར་ནི་བྱས་པ་ཡིན། གཞན་དུ་རི་བོང་རུ་ལ་སོགས། མ་གྲུབ་ཀྱན་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱར་
འགྱུར། ཐམས་ཅད་རྣམ་འགས་མ་གྲུབ་ཕྱིར། རྟེས་ན་ལས་ལ་སོགས་པ་ཡི། བྱེད་པར་ཉེ་
བར་བཞོད་པ་ཡི། ལན་གྱི་ས་རྣམ་འབྱེད་རྒྱས་མ་ཡིན། ལྷར་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་
ཕྱིར། བསྐྱབ་བྱའི་ཡན་ལག་ཅེས་རྩང་མིན། གང་གིས་ཁས་སྤངས་མཆོན་ཉིད་འགྱུར། རྟེ་
ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་མཚུངས། ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། གཉིས་པོ་པན་ཚུན་
བྱེད་པར་ཅན། བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཆོ་གཏན་ཆོགས་དང་། རྟེ་ཡི་མཆོན་ཉིད་མ་གྲུབ་འགྱུར། མི་

མིང་ཕྱིར་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲ། གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་ལ་འཇུག་འདོད། བསྟན་བཅས་ཅི་བྱ་ཅི་
རིགས་པར། རང་ཉིད་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་མིན། སྐྱབ་བྱེད་བསྟན་པའི་ཤུགས་ཉིད་
ལས། འོན་དེ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་རྟོགས། གཏན་ཆོགས་སོགས་མཚན་གྱིས་ཁྱབ་ཕྱིར། སྐྱབ་
པར་བྱེད་ལ་དོགས་པའང་མེད། ལྷན་དེས་བཟུང་ན་དེ་ཡིས་ནི། དམ་བཅའི་མཚན་ཉིད་
བརྗོད་དོན་མེད། དེ་ཕྱིར་ཤུགས་གྱིས་དེར་བརྗོད་པས། ཁྱབ་པའི་འབྲས་ཅན་ཡིན་པར་
རྟོགས། འགལ་བ་འདོད་དང་འབྲེལ་མེད་དེ། ཡན་མེད་སྟན་ཅིག་མི་གནས་པ། དེ་ལྟ་ན་ནི་
རྟགས་ཀྱི་སྒྲིན། རམས་ཅད་དམ་བཅའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར། རྟོགས་སྒྲི་ ན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་
ནི། མ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བསྟན་ཟིན་ཏོ། འདོད་པ་མེད་ན་མ་གྲུབ་ཡིན། མི་རྟགས་གཏན་
ཆོགས་དང་ལྡན་པས། སྐྱ་ལ་དེ་ལྟར་རྗོད་བྱེད་ན། དེ་ལྟར་དེ་ནི་བསྒྲག་པར་འགྱུར། འདི་ལ་
དཔེ་བསྟན་པ་ཉིད་ལས། འོན་གཞན་ཅི་ཞིག་མཐོང་བ་ཡོད། ཁྱད་པར་ལ་ནི་གཞན་བརྗོད་
ནས། སྤྱི་ཡི་རྗེས་སུ་འཇུག་པས་ན། དེ་ཁྱབ་མ་ཡིན་སྤྱི་རྗེས་སུ། འཇུག་ལ་འབྲས་བུའང་ཅི་
ཞིག་ཡོད། དེ་ཕྱིར་སྐྱ་ལ་གནས་པ་ཡི། མི་རྟག་ཉིད་གྱིས་སེལ་ཞེས་གསུངས། དལ་གཞན་ལ་
ནི་འགལ་སྐྱ་བས། སྐྱ་ནི་གཞན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན། སྤྱི་ནི་ཁྱད་པར་མི་སྟོང་ཕྱིར། དེ་ཡང་
འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། དཔེར་ན་སྐབས་འགར་ཤིང་ཤ པ། ཉིད་ནི་ཤིང་མིན་ཞེས་པ་
བཞིན། རམས་ཅད་མཉན་པ་གཅིག་ཉིད་ལ། འཇུག་པ་འགོག་འགྱུར་དེ་ཙམ་གྱིས། རམས་
ཅད་མིན་མིན་ཁྱད་པར་ཀུན། དེ་མེད་ན་དེ་མེད་འགྱུར་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་ཐ་དད་
ཕྱིར། ཆོས་ཅན་གཏན་ཆོགས་དངོས་གྱུར་ནི། ཤེས་བྱེད་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་ཕྱིར། ཆོས་ཅན་
རང་སྐྱབ་བྱེད་མ་གྲུབ། དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཆོས་དང་ནི། ཆོས་ཅན་རྣམ་དབྱེ་མེད་པའི་
ཕྱིར། ཀུན་ལ་ཉེས་མཚུངས་ཤེ་ན་མིན། རྟོག་པ་ཁྱད་པར་ཡོད་ཕྱིར་རོ། འོན་དམ་པར་ནི་
རྣམ་དབྱེད་ནི། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་མ་གྲུབ་ཕྱིར། ཀུན་རྗོབ་པ་ཡི་དངོས་རྣམས་ལ། དེ་ཉིད་
གཞན་ཉིད་འགོག་པར་འགྱུར། དཔག་བྱ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡི། འོན་གྱི་ཐ་སྟངས་གནས་པ་
འདི། ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་ཐ་དད་ལ། བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཡིན། བདག་ཉིད་ཅི་

ལྷའི་ཐ་དད་ཀྱི། །མཐར་ཐུག་ཤེས་ལ་ཐ་དད་པར། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་སྣང་གུར་པ། །དེ་ནི་
ཐ་སྙད་རྟེན་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བཞག་པ། །ཐ་དད་སློང་དང་འབྲེལ་མེད་ཅན། །ཆོས་
ཅན་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་དུ། །བྱས་པ་དེས་ན་མ་གྲུབ་བཟུན། །དེས་ན་བྱེ་བྲག་སྤྱི་ཆོས་ཐ། །དད་
ཕྱིར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཉིད། །དཔེར་ན་ཚེ་ལ་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །ཚེ་ལ་བྱུང་སྤྱི་ནི་མི་རྟག་
བཞིན། །སྤྱོད་པ་ཡན་ལག་ན་འང་གཞོད་མེད་ཕྱིར། །ཆོས་ཅན་ཐ་དད་མ་གྲུབ་མིན། །དཔེར་ན་
གོང་བུ་ར་ཅན་འདི། །ར་ཅན་ཉིད་ ཕྱིར་རྟ་མིན་བཞིན། །ཡང་ན་དེ་རྟགས་ནས་ཐོག་
ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱའི་དུས་སུ་ཡན་ལག་མིན། །ཆོས་ཐ་དད་ཕྱིར་བྱུང་པར་ཡང་། །དམ་བཅའི་
དོན་དུ་འཐད་མ་ཡིན། །གཏན་ཆོགས་རབ་དུ་དབྱེ་བའི་དོན། །བདེ་བར་བབྱང་བ་གྲུབ་བྱའི་
ཕྱིར། །སྤྱོད་པ་ཆོས་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ཡིས། །མདོར་བསྡུས་པ་ནི་གསུངས་པ་ཡིན། །ཆོས་ ཀྱི་ཆོག་
ཕྱང་ཐ་དད་པར། །བྱེད་པས་མི་ལྡན་གཞན་ལྡན་པ། །ཤིན་དུ་མི་སྤིང་ནམ་གཅོད་བྱེད། །བྱུང་
པར་བྱུང་པར་ཅན་དག་དང་། །བྱ་བ་དག་ནི་སྣན་ཅིག་བཟོད། །དེ་སྤྱར་མེད་ཀྱང་བཟོད་
འདོད་ལས། །དེ་དོན་ཉིད་ནི་རྟགས་པར་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་དག་འབྲས་ནམ་གཅོད་
ཕྱིར། །དཔེར་ན་ནག་པ་འཕོང་སྐྱེན་པའམ། །སྤིང་སྐྱབ་འཕོང་སྐྱེན་ཞེས་པའམ། །སྤོན་པོ་མཆོ་
སྐྱེས་འགྱུར་ཞེས་བཞིན། །དེར་ཡང་ཟླ་བོ་ནམ་གཅོད་པ། །དོན་ནམས་ལ་ནི་རྟགས་འགྱུར་
ཏེ། །དེ་ལྟར་གྲགས་དང་རུས་པ་དང་། །སྤྱི་ནི་བཟོད་འདོད་རྗེས་འབྲང་ཕྱིར། །དེས་ན་མི་ལྡན་
ནམ་གཅོད་པས། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡིན། །དེ་ཡི་བྱུང་པར་ ཅན་གྱི་ཆོས། །རྗེས་འགོ་
མེད་པའི་སྤྱོན་རྟེན་མིན། །རང་བཞིན་འབྲས་བུ་གྲུབ་དོན་དུ། །གཏན་ཆོགས་གཉིས་དང་
ཐོག་པ་གཉིས། །ཚོད་ཕྱིར་བྱུང་པར་སྤྱི་དག་སྟེ། །ལྷག་མ་ཐོག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །རང་
བཞིན་ཉིད་ལས་གཞན་གྱིས་ནི། །གོ་བྱ་ལ་བྱབ་ཡོད་མིན་ཏེ། །རྒྱ་ནི་འབྲུལ་པ་སྤིང་ཕྱིར་
རོ། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་ནམས་གཉིས་སུ་འཇུག་ཟུར་ཡོད་པ་ཡི་ཤེས་པ་ནི། །རྒྱལ་མ་ཐག་བྱུང་
ངས་མིན་ཏེ། །སྤྱི་བྱེད་དབང་པོ་སྤྱི་ལ་དེ། །ནམ་ཀུན་ཉེར་སྤྱར་མིན་ཕྱིར་རོ། །སྤོས་པ་མེད་
པར་འགའ་ཞིག་ཆོ། །འབྲས་མི་བྱེད་པ་འགའ་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་འདི་འདྲ་ངེས་འགའ་

བའི། །འབྲས་བུར་གྱུ་བ་པས་དེ་རྟགས་ཡི་ན། །འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རང་བཞིན་ཉིད། །གྲུབ་ཀྱང་
ཐ་དད་བྱས་པ་ནི། །འབྲས་དང་ལྷན་ཅིག་བསྟན་པ་ན། །ཐམས་ཅད་དེ་འདྲར་ཤེས་མི་
འགྱུར། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བཤད་ཟིན་དོ། །གཏན་ཚིགས་བརྗོད་བྱས་རྟོགས་དོན་དུ། །རབ་
ཏུ་དབྱེ་བ་ཙམ་བཤད་དེ། །མཚན་ཉིད་ལ་ནི་ཐ་དད་མེད། །དེས་འདིས་འབྲས་བུའི་རྟགས་
ཀྱིས་ནི། །རང་བཞིན་སྟོགས་གཅིག་བརྟེན་པའི་བཤད། །དེས་ན་རྩོལ་ལས་གསལ་བ་
དང་། །སྦྱོར་འདྲ་བར་དཔེར་བརྗོད་དོ། །ཡོད་པ་གང་མེད་མི་འབྱུང་བའམ། །རང་བདག་
རྣམ་དབྱེར་མེད་ཅན་གང་། །དེ་ནི་དེ་དང་འབྲུལ་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱའི་དོན་དུ་འདི་རབ་
ཕྱེ། །ཐུན་པ་ཅན་སྟགས་གང་དག་ལ། །དེ་འདྲའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་མེན་པ། །དེ་དག་འབྲུལ་པ་
སྤྲོད་པའི་བྱིར། །གཏན་ཚིགས་མིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། །འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །དེ་
ཉིད་རྟོགས་པའི་སྦྱབ་བྱེད་ཡིན། །དེས་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་ཡིན། །དེས་པ་མེད་པ་སྦྱབ་བྱེད་
མིན། །ཐོག་པ་ཉིད་ནི་ངེས་པ་ཉིད། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ཡིན་པར་བརྗོད། །དེ་ཡང་འབྲེལ་པ་
མེད་ལ་མེད། །དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྗེས་འགོ་གནས། །རང་གི་བདག་གམ་རྒྱ་དངོས་ནི། །གྲུབ་ན་
ཐོག་པ་གྲུབ་འགྱུར་བ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་བྱུང་པར་ནི། །ཐོག་མེད་རྗེས་འགོ་འང་ཡོད་མ་ཡིན། །མ་
མཐོང་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས། །ཐོག་པའང་འབའ་ཞིག་ཅན་དུ་བཤད། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་མ་ངེས་
པ། །གཞན་དུ་གོ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བདག་ནི་ཐོག་པ་ཡིས། །སྟོག་སྟགས་དག་ནི་
ཐོག་འགྱུར་ན། །སྟོག་སྟགས་མེད་པས་བདག་མེད་ལ། །བྱབ་འགྱུར་དེ་ཡང་ཡོད་མ་
ཡིན། །གཞན་ཐོག་པར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས། །གཞན་ཐོག་པར་ནི་མི་རུང་བྱིར། །དེ་བདག་དེ་ལས་
བྱུང་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་བདག་ནི་དམིགས་པས་ན། །དེ་དམིགས་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཡང་། །མ་
རྟོགས་ན་འདི་གྲུབ་པར་འགྱུར། །ཤིན་ཏུ་སྟོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ། །མཐོང་དང་མ་མཐོང་དེ་གྲུབ་
མེད། །གཞན་ལ་མཐོང་མེད་དོ་བོ་ཅན། །བྱམ་སྟགས་ལ་མེད་ཅེས་གང་ལས། །ཐོག་པ་ཤེས་པ་
མེད་པ་ཡི། །ཐོག་པའི་བྱབ་པའང་ཅི་ལྟར་ཡིན། །སྟོག་སྟགས་ལ་ལར་མཐོང་བ་ཡིས། །གལ་ཏེ་
དེ་ལྟར་བདག་མཐོང་ན། །ཡོད་མེད་ ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །རྒྱ་གང་ཞིག་ནི་མེད་པ་

ཡིས། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་མཐོང་མེད་པ། །ལྷས་ལ་འང་གལ་ཏེ་དེ་མེད་ན། །ལྷས་ལ་མེད་པར་
རིགས་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རྩང་ཟད་ཆོས་མཐུན་ཕྱིར། །ཐ་དད་པར་ཡང་དེར་རྟོག་ན། །གཞལ་
བྱ་ཉིད་ཕྱིར་བྱམ་སོགས་རྣམས། །བདག་དང་བཅས་པར་ཅིས་མི་དཔོག་མི་འདོད་ཅེ་ན་
ཆོད་མ་ཉིད། །འདོད་པ་ཀུན་གྱི་རྩ་ཡིན་ཏེ། །དེ་མེད་པར་ནི་དངོས་པོ་དང་། །དངོས་མེད་
རྣམ་གཞག་གང་གིས་རྣམ། །སྟོག་དང་མིག་འབྱེད་ལ་སོགས་ནི། །དྲན་འདོད་རྩྭ་ལ་ལས་
སྟེས་ཡིན། །དེ་དག་ཡུལ་དབང་སྟོ་ལས་བྱུང་། །དེ་ཡང་པན་ཚུན་རྟེན་ལ་ནི། །སྟོས་པ་རང་གི་
རིགས་ལས་བྱུང་། །དེ་ཙམ་ལས་འདི་བདག་ དངོས་འདི། །རྗེས་འགོ་ཕྱོག་པ་ལ་བརྟེན་
ཡིན། །གཞན་དུ་རྟོག་ན་སྟག་པ་མེད། །འབྲུལ་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཉམ་བྱ་དང་། །སྟོག་སོགས་འདི་
ནི་མཚུངས་པར་འགྱུར། །མ་ཡིན་ཕྱོག་པ་ཅན་ཡིན་ཡང་། །འདི་ནི་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། །ཅི་
ལྟར་སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལས་དེ། །ཕྱོག་མིན་འོ་ན་དོན་གྱིས་དེ། །བསྐྱབ་བྱའི་ །རྗེས་འཇུག་མིན་དེ་
ལྟར། །བརྗོད་འགྱུར་དེ་ནི་གཞན་ལ་འང་མཚུངས། །སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལས་རྣམ་བཅད་
ཅས། །བསྐྱབ་བྱ་ལ་གནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་དོན་གོ་བས། །གཅིག་གིས་གཉིས་
ཀ་བསྟན་པར་བརྗོད། །དེ་ཕྱིར་རྗེས་འགོ་མེད་པ་ལས། །འདི་འདྲའི་མི་འབྲུལ་གྲུབ་མ་
ཡིན། །བཀག་པ་འགོག་པར་བྱེད་ པ་ནི། །སྐྱབ་པ་ལས་གཞན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ །བསྐྱབ་བྱ་མེད་
ལས་ཕྱོག་མེད་པ། །དེས་ན་སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལ་མེད། །མེད་ཅེས་ཕྱོག་པ་དེ་ཉིད་ནི། །ཅི་ལྟར་
མེད་ལས་ཕྱོག་པར་འདོད། །ཕྱོག་པ་མེད་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན། །དངོས་ཡོད་མེད་ན་འང་ཡོད་ཡིན་
ལ། །དངོས་པོ་མེད་པ་འང་ཡོད་མིན་ཞེས། །སྟུན་པོ་ཡི་ནི་དབྱེད་ལ་སྟོས། །གལ་ཏེ་དེ་ལས་ཕྱོག་
མེད་ན། །གཏུན་ཆོགས་འཇུག་པར་འདོད་དམ་ཅི། །དེ་ཡང་མིན་ན་ཕྱོག་བཀག་ནི། །འདི་
ཉིད་ཡིན་ན་ཅི་སྟེ་འགོག་ །སྐྱབ་དང་དགག་པ་མ་གཏོགས་པར། །སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཐ་སྟངས་
གཞན། །ཡོད་མིན་དེ་ཡང་མེད་པ་ལས། །མེད་ཕྱིར་འདིར་ནི་མི་སྦྱ་ཐོབ། །ཡོད་པ་རྣམས་ལ་
དགག་པ་མེད། །དེ་ནི་ །མེད་ལ་འང་ཡོད་མ་ཡིན། །རིག་པ་འདི་ཡིས་འགོ་བ་ལ། །དགག་པའི་
དོན་ནི་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡུལ་དུས་འགོག་ཅེ་ན། །ཅི་ལྟར་དེ་ཡོད་དེ་ལྟར་ནི། །མི་

འགོག་ཅི་ལྟར་དེ་མེད་པ། །དེ་ལྟར་ཡང་ནི་འགོག་མི་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དངོས་དངོས་མེད་རྟེན་
ཅན། །ཕྱི་རོལ་རྟེན་མིན་སྐྱོད་ན་ལ། །བརྟེན་ནས་འདི་ར་ནི་སྐྱབ་པ་དང་། །དགག་པ་ཐམས་
ཅད་འདོད་པ་ཡིན། །དེ་འདྲ་མེད་ནའང་ཆོས་ཅན་དེ། །དེ་དག་དང་ནི་འབྲེལ་བར་སྤང་། །དེ་
ཡང་སྐྱེ་འབྱུག་པ་ཉིད་ལས། །ཡོད་ཅེས་ཐ་སྐྱད་རྟེན་པར་འདོད། །དེ་ལྟ་མིན་ན་དོན་རྣམས་
ཀྱུ། །ཆོས་གཅིག་བསྐྱབས་སམ་བཀག་པ་ན། །བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་བསྐྱབས་པ་
དང་། །བཀག་འགྱུར་བདག་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར། །ཐ་དད་ཡིན་ན་གཞན་དང་གཞན། །བཀག་
པ་དང་ནི་བསྐྱབས་པ་བཞིན། །བསྐྱབ་པ་དང་ནི་དགག་པ་དག་ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་འདྲུ་མི་
འགྱུར། །སྤྱོད་ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ། །ཆོས་ཅན་གཅིག་གི་དབང་བྱས་ཏེ། །གཅིག་སྐྱབ་པ་
ན་དེ་བརྟེན་དང་། །གཞན་རྣམས་བཏང་སྟོམས་ལྟ་བུ་དང་། །འགོག་ན་དེ་ཡིས་དབེན་པ་
དང་། །དེ་ལས་གཞན་ལ་ལྟོས་ལྟ་བུར། །མེད་པ་ཡི་ནི་དོན་ཅན་གྱི། །ཐ་སྐྱད་ཇི་ལྟར་སྒྲོས་
བཟུན་པ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་མ་བརྟགས་པར། །ཐ་དད་དོན་རྟེན་ལས་ལེན་པ། །ཐོག་མེད་
བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི། །འཇིག་རྟེན་དོན་ལ་གཞོད་མི་འགྱུར། །དེ་འབྲས་ཅན་དང་དེ་
འབྲས་མེད། །དེ་དེ་ལས་ཐ་དད་དོན་གཅིག་ཐ་དད་རྟེན་ཅན་འབྲེལ་བ་དང་། །འབྲིབ་པ་ལྟ་
བུར་བྱེད་པ་ཡི། །བསྐྱད་པ་དེ་དང་དེ་དག་གིས། །འབྲེལ་བ་འགལ་ལས་དེ་ལྟར་ཉིད། །མིན་
ཡང་མཐོང་བས་སྦྱོར་དེས་ན། །དེ་དག་བསྐྱད་པའང་ཤེས་མ་ཡིན། །ཡོད་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་
འབྱུག་པའི་ཕྱིར། །དེ་མེད་མ་ཡིན་ཐེ་ཆོས་འགྱུར། །ལས་སྒྲངས་ཚད་མ་མིན་པ་ལས། །མེད་པ་
ཉིད་ཀྱང་རིགས་མ་ཡིན། །མེད་ལས་ཐོག་པ་མེད་ན་ཡང་། །མཐུན་སྦྱོགས་ལས་ཐོག་ཐེ་ཆོས་
ཟ། །དེ་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ་ཕྱིར་ཏེ། །མི་མཐུན་སྦྱོགས་ལས་ཐོག་པར་ཡང་། །འུང་པོ་གཉིས་ལས་
གཅིག་ལ་ནི། །ངེས་པར་གྲུབ་ན་གཞན་ལས་ནི། །ཐོག་གྲུབ་མ་མཐོང་བ་ཡིན་ཡང་། །མཐོང་
མེད་དག་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ། །གསལ་ལ་བྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཡང་། །དེ་ཡི་རིགས་གྱུར་དོན་ཡོད་
པས། །མ་མཐོང་བས་འགར་ངེས་མེད་དེ། །མཐུགས་པ་མཆོན་གྱིས་མི་ཆོད་བཞིན། །ཡོད་ལ་
འགལ་བ་མ་མཐོང་ན། །ཐེ་ཆོས་གང་ལས་ཐོག་པར་འགྱུར། །དེ་ཡང་ལ་ལར་དེ་འབྲས་

དང་། བདག་ཏུ་ངེས་ལས་གཞན་ཅི་ཡོད། །དེས་ན་བདག་མེད་པ་ལས་ཀྱང་། །འདི་ནི་ཚྭ་
པར་ཐེ་ཚོམ་ཟ། །ཚྭ་ཏུ་ཆུག་པ་དེ་ལྟ་ནའང་། །བདག་མེད་མེད་ལས་བདག་མི་འགྱུར། །གང་
གིས་དེ་ནི་ཚྭ་མེད་ལ། །ངེས་པར་དངོས་པོར་འདོད་མ་ཡིན། །དཔེར་ན་སྟག་སྟགས་མཐུན་
ཕྱོགས་ལ། །ཚྭ་པ་མེད་ཀྱང་ཡོད་མིན་བཞིན། །གལ་ཏེ་གཏན་ཚིགས་མཐུན་ཕྱོགས་
ལས། །ཚྭ་མེད་དེ་ཆུས་རྗེས་འགོ་ཅན། །རྗེས་འགོ་ཅན་མིན་ཚྭ་ག་མིན་ན། །བདག་མེད་མ་
ཡིན་བདག་བཅས་མིན། །འཇུག་ལ་གང་གི་རང་བདག་ཉིད། །གང་མེད་མི་འབྱུང་ཅན་གྱུ་
བ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ཚྭ་བྱེད་དེ། །འཇུག་པ་ན་ཡང་འཇུག་བྱེད་ཡིན། །མེད་ན་མི་འབྱུང་དེ་
ཡང་ནི། །སྐྱབ་པར་བྱེད་ལ་སྟོས་པ་ཡིན། །འབྲས་བུ་མཐོང་དང་མ་མཐོང་བ། །དེ་དག་རྒྱ་དང་
འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་ཡོད་ན་ཡོད་ངེས་མེད་ཕྱིར། །དོན་གཞན་རྟོགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །རྟག་ཏུ་
ཡོད་པའམ་མེད་པ་ན། །དེ་དག་མེད་པར་མི་སྲིད་ཕྱིར། །འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་
ནམས། །རྒྱ་རྣམས་ལས་ནི་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་མེད་པར་གཞན་ལས་བྱུང་། །ཅི་ལྟར་ངེས་
བསྐྱེད་རང་བཞིན་ཡིན། །ཚོགས་པའི་རྣམ་པ་ཐ་དད་ ཕྱིར། །དངོས་རྣམས་སྣ་ཚོགས་ངོ་བོ་
ཉིད། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་བྱེད་མིན་ན། །འགོ་འདི་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །འདི་ཐ་དད་བྱེད་ཐ་
དད་བྱེད། །མིན་ན་རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་ཉམས། །གཅིག་ནི་རང་བཞིན་དུ་མ་ན། །མེ་དང་
མེ་མིན་རང་བཞིན་གཉིས། །དེས་ན་གཞན་ནི་ངེས་བསྐྱེད་པའི། །རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་དེ་
ཉིད། །དེས་བསྐྱེད་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ན། །དེ་ནི་དེ་ལས་ཅི་ལྟར་འབྱུང་། །དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་
འབྲས་བུ་དག །པན་ཚུན་རང་བཞིན་ངེས་པ་ཉིད། །དེས་ན་རང་བཞིན་མཐོང་བ་
བཞིན། །འབྲས་མཐོང་ན་ཡང་དེ་རྟོགས་འགྱུར། །རྒྱ་དང་འོ་མ་རྩལ་འགྱུར་བཞིན། །དུ་མ་
ལས་གཅིག་རྗེ་ལྟར་འགྱུར། །གཤེར་རྣམ་གང་ལས་རྩལ་འགྱུར་ཏེ། །གཉི་གའང་གཅིག་ཉིད་
ཅི་འདི་ནི། །ཐ་དད་གཅིག་པའི་བདག་ཉིད་དམ། །ཐ་དད་གཤེར་ཉིད་རྗེ་ལྟར་ཡིན། །རང་
རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་ཕྱིར། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྟོ། །ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་གཅིག་ཅས་
བརྗོད། །དེ་བཞིན་མེ་ནི་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཆ་གང་གིས་ནི་མེར་རྟོགས་པའི། །རྟོན་ཡིན་དེས་ནི་

དུ་བསྐྱེད་པ། །དེས་ རི་དེ་ལྷར་རྟོགས་པ་ཡིན། །མེར་ཤེས་ཡན་ལག་གཞན་ལས་ནི། །སྟོན་པ་
ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར། །དུ་བ་དེ་ལ་འབྱུལ་མེད་ཅན། །དེ་ལྷར་འབྲས་གཞན་དེ་བཞིན་
འབྱུལ། །དུ་བ་བྱུང་ཤིང་འགྱུར་བ་ཡི། །ཡན་ལག་རྟེན་ལ་མེར་འཛོག་བྱིར། །གལ་ཏེ་མེ་མིན་དེ་
དུ་མིན། །གལ་ཏེ་དེ་དུ་མེ་དེ་ཉིད། །ཅི་ལྷར་རང་རྒྱ་ ལ་སྟོན་ནས། །རང་བཞིན་མེད་ན་མི་
འབྱུང་བར། །ཤེས་བྱ་འཛོག་དང་བྱས་པ་ཉིད། །གོང་དུ་རི་རྒྱུད་བཤད་བཞིན་ནོ། །ཚྭ་ཅན་
མཚུངས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། །མཉན་བྱ་ཉིད་ནི་བཟོད་མཛད་ལས། །གཏན་ཆོགས་མིན་
ཉིད་རྟོགས་པ་ཡི། །ཚུལ་འདིས་ཐམས་ཅད་དཔག་པར་བྱ། །རྒྱ་དང་ངོ་བོ་ཚྭ་ཉིད་
ཀྱིས། །དོན་ཚྭ་པར་ནི་བཟོད་པ་ལས། །མི་དམིགས་དཔེ་ནི་གྲུབ་པའི་བྱིར། །ཐ་དད་པར་ནི་
མ་བཤད་དོ། །དེ་ལའང་སྐྱེས་བྱ་མཐོང་མེད་ལས། །སྟོག་སྟོགས་ཚྭ་པ་མེད་པའི་
བྱིར། །གཏན་ཆོགས་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བཤད་པས། །བལྟར་བྱང་དོན་ལ་དེ་ཞེས་བསྟན། །འདིས་ནི་
དངོས་ལའང་དངོས་པོའི་ཆ། །ཁས་སྒྲངས་མེད་པར་དགག་པ་ཉིད། །སྐྱབ་བྱེ ད་ལྷ་མ་དག་
གིས་ནི། །མ་ཡིན་སྐྱབ་པར་བྱེད་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་དམིགས་བྱང་རྣམས་ཀྱི་ནི། །ཡོད་པ་དམིགས་
པ་ལས་གཞན་མིན། །དེ་བྱིར་མི་ཤེས་ཤེས་བྱའི་བྱིར། །མི་དམིགས་དཔེ་གཅིག་བཞེད་པ་
ཡིན། །ཡུལ་མེད་བྱིར་དེར་ཡུལ་ཅན་ནི། །ཤེས་བཟོད་ཐེ་ཆོམ་འགོག་འགྱུར་ཏེ། །དཔེར་ན་
སྟོག་པར་བྱེད་མིན་བྱིར། །མེ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན། །དམིགས་སྲ་བྱང་བའི་མེད་པ་ནི། །མི་
དམིགས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན། །དེ་བྱིར་དེ་ཡོད་པ་ལས་དེའི། །རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྐྱ་ཤེས་
སྐྱབ། །སྒྲུང་བ་མ་མཐོང་ན་མེད་ཅེས། །བྱ་བའི་ཐ་སྙད་འདི་གྲུབ་པས། །དེ་འབྲས་ཡིན་ཡང་དེ་
ལས་ནི། །སྟོ་སྟོ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འབྱུལ། །ཡུལ་ཡོ ད་ན་ཡང་ཚྱངས་པས་འདིར། །གཞན་དག་
རྗེས་སུ་མི་བཟོད་པ། །གྲུབ་པ་དང་ནི་ཆོས་མཐུན་ལས། །བརྒྱ་དྲན་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ། །ཅི་
ལྷར་མཐོང་དང་མ་མཐོང་ལས། །རྒྱ་དང་འབྲས་ཉིད་སྐྱབ་བཞིན་ཏེ། །དེ་གཉིས་ལ་ནི་འབྲས་
སྟོགས་སྐྱ། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་བསྐྱབས་པས་ན། །འདི་ ནི་རང་
བཞིན་ནང་འདུས་བྱིར། །གཏན་ཆོགས་རབ་དབྱེ་བཤད་པ་ལས། །ཐ་དད་པར་ནི་དཔེར་མ་

བཟུམ། གཅིག་དམིགས་ཉམས་སུ་སྒྱུར་བ་ལས། འདི་ནི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱའམ། མ་
དམིགས་སོ་ཞེས་རྟོག་ཅན་གྱི། སྒྲོ་ནི་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། སྒྱུར་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཉིད་
ལས། འདྲོ་ན་མས་བྱུང་པར་ཅན་དུ་རྟོགས། རྟེན་ལྡན་གྱི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱུང་ནི། འདི་ནི་ཐ་
དད་སྒོ་རྒྱ་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་སྒོ་དབྱེ་རང་ཉིད་ལས། སྒྲུབ་འགྱུར་དེ་དག་གིས་དེའི་དོན། རྟེན་
མེན་ན་ཐུག་མེད་ཕྱིར། འགའ་ཡང་ཐ་དད་སྒྲུབ་མི་འགྱུར། རང་བཞིན་བྱུང་པར་ཅན་སྒྱུར་
ལས། གཞན་བསལ་བ་ནི་གཞན་མ་ཡིན། རྟེན་ཕྱིར་དེ་མི་དམིགས་པ་ཡང་། རྟེན་ལས་བྱུང་པར་
ཅན་དམིགས་ཉིད། རྟེན་ན་མི་དམིགས་པ་འདི་ནི། རང་ཉིད་མངོན་སུམ་ལས་རྟོགས་
པས། རང་ཉིད་ཅམ་གྱིས་འཇུག་པ་ཅན། རྟེན་མེད་ནམ་གཞན་གོ་བྱེད་ཡིན། གཞན་དུ་དོན་
གྱི་མེད་པ་ཉིད། མི་དམིགས་པ་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར། གཞན་གྱིས་དམིགས་པ་མེད་པ་
ཉིད། ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། མི་སྤང་དེས་པ་མི་བྱུང་ཕྱིར། གཞན་དུ་གཞན་པ་
འགོག་འགྱུར་དཔེར། ཞེས་ཅན་གཞན་ལ་རྟོགས་མེད་པའི། རྟེན་རྟོག་ལ་སོགས་མི་འགྱུར་
བཞིན། འབྲས་བུ་དེས་མེད་ཅན་འདིས་ནི། རྟོག་པ་སྒྲུབ་པར་རུས་མ་ཡིན། རྟེན་པ་བསྒྲུབ་
ཕྱིར་གཏན་ཚིགས་ལ། རང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། རང་གི་སྒྱུར་བ་དག་ལ་དེའི། རང་
གི་ངོ་བོའི་སྒྱུར་བའམ། འདྲོ་ལ་གཞོད་བྱེད་ངོ་བོ་སྒྲེ། ཡོད་ན་ཡོད་པས་མེད་ཕྱིར་རམ། བཅ་
ཚུན་ཐ་དད་སྒྲུབ་ཕྱིར་ཏེ། བཅ་དངོས་དང་ནི་འཇིག་པ་བཞིན། རྟོག་མ་གཞན་གྱིས་
གཞོད་ཕྱིར་ཡང་། རྟེན་གྱུར་དང་ནི་སྟོན་བཅས་བཞིན། རྒྱ་གཞན་ལས་སྒྲེ་ཉེ་བར་
ནི། གཞོན་མི་ཟ་བར་ག་ལ་ཡོད། རྟོན་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་ཡིན་ན། བརྒྱད་པའི་དུབ་པས་ཅི་
ཞིག་བྱ། གལ་ཏེ་རྒྱ་དེས་འཇིག་པ་གཞན། བསྐྱེད་པས་དེ་ནི་འཇིག་འགྱུར་ན། རྟོན་པོ་དེ་
ཉིད་འཇིག་པ་ཡི། རང་དུ་བསྐྱེད་ན་ཅི་ཞིག་འགྱུར། རྟེན་བདག་ཉིད་སྒྲུབ་གྱུར་ན། བདག་
ལ་པན་འདོགས་བྱེད་པ་གང་། བདག་ལ་པན་འདོགས་བྱེད་མེན་ན། རྟེན་སྟོན་བྱ་གང་
ཅི་ཞིག་སྟོན་མེད་དངོས་པོ་ནམ་ཡང་ནི། རྟེན་མེན་པར་ཅི་ལྟར་འགྱུར། རྟེན་ན་དེ་ཉིད་
འཇིག་ཀ་མར། རྟོན་ལ་བརྟེན་པར་མི་འདོད་བཞིན། རྟོན་པ་མེད་ན་སྐད་ཅིག་

ཀྱང་། དངོས་པོ་ཡོད་མེད་འགྱུར་ཞེས། དེ་ལྟར་གྱུར་ཏེ་དངོས་ཉིད་ཡིན། དངོས་མེད་དེ་
ལྟར་ཅི་ལྟར་འགྱུར། གང་ དག་དེ་ཡོད་གཞན་སྟོང་མེད། དེ་དག་དེ་ཡོད་ལ་དེས་
ཡིན། །འབྲས་བུའི་ལས་ལ་གོགས་བྱེད་པ། །མེད་པ་ཅན་གྱི་ཚོགས་པ་བཞིན། །སློ་ཡི་རྒྱས་པ་
ཚུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཟབ་མའི་དེ་ཉིད་རྟོགས་མེད་ཅན། །བཙུན་འགྲུས་ཤིན་ཏུ་
ལྷག་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མཚོག་གི་དེ་ཉིད་མཐོང་མེད་ལྟན། །འགོ བ་རྣམས་ལ་
མཚུངས་པར་ལེགས་བཤད་སྐར་འཛིན་བྱེད་པ་མི་རྟེན་པ་ཅན་ཁོ་བོའི་གཞུང་། །རྒྱ་མཚོ་ལ་
ནི་རྒྱ་བོ་བཞིན་ཏུ་རང་གི་ལྷས་ལ་ཐེམ་ཞིང་རྒྱབ་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །ཚུལ་དང་ཚུལ་མེད་རྣམས་
པར་འབྱེད་མཁས་ལྟ་བུ་དན་པའི་ཆང་ཆིང་བསྟེན། །འཕགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བབྱང་
བས་ཡང་དག་རིག་པའི་ལམ་སྟོན་པ། གཞུང་ལྷགས་ཉིན་བྱེད་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ལྷན་སློ་དན་
ཉིད་སྟོང་འཇིགས་པ་སྤངས། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སློ་མེད་རྣམས་དག་མཁས་པའི་པར་རྒྱ་བྱས་བྱེད་
ཡིན། །ཆོད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལས་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་
པའོ། །ཆོད་མ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འདི་ནི་ཡུལ་སྟོ་སྟོགས་ཀྱི་ རྒྱུད་ཏུ་བྱུང་བ་
གཞུང་ལྷགས་དན་པ་ཐམས་ཅད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འཁྱུལ་པར་འཇུག་པ་སྟན་པའི་གྲགས་པས་
སའི་སྟེང་མ་ལྷས་པར་བྱབ་པ་འགྲན་སྒྲུ་མེད་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་
པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སུ་རྩུ་ཏི་སྟེ་ཤེད་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་ལྷ་བ་
དགེ་སྟོང་དགེ་བའི་སྟོ་གོས་ཀྱིས་བསྐྱར། དཔལ་ལྷན་དམ་པའི་ལས་ལ་མངོན་དགས་
པ། །སྤང་མེད་ཆེ་བའི་བདག་ཅན་རྒྱལ་པོ་མཚོག་ །དགེ་བའི་བྱགས་མངའ་དེས་པ་ས་སྟོང་
པ། །མི་ཡི་བདག་པོ་དབང་སྟེའི་བཀའ་བསྐྱུལ་ནས། །བཙུན་ལྷན་ལྷག་པར་དཔྱད་ལྷན་འཆད་
པོ་དང་། །ཉན་པོ་རྟོལ་དང་ཕྱིར་རྟོལ་དོན་དེས་དང་། །འབྲེལ་གཏམ་དགའ་ སྟོན་རྒྱ་ཆེན་
སྟོང་བུའི་ཕྱིར། །འཛམ་གླིང་མཁས་པའི་རྒྱན་གྱུར་རྒྱན་འདི་བསྐྱར། །ལྟ་དན་ཀུན་སེལ་
གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡི། །དོན་དམ་རྣམས་དཔྱད་སྐྱར་ལེན་བཞུན་བཙུན་འདི། །གཞུང་མང་དོན་
དགའ་སྐྱབ་པར་དགའ་ན་ཡང་། །འབྲས་བུ་ཆེ་ཕྱིར་འབད་པར་རིགས་པ་ཡིན། །ཁོག་པའི་

ཐུན་ཕྱགས་རྗེས་སུ་གཞིལ་གྱུར་པ། །ཉལ་བ་ཐུ་བོ་བསྐྱོག་པར་དཀའ་མོད་ཀྱི། །ཡང་དག་རིག་
པས་ལེགས་པར་བརྟེན་སྤང་ན། །འགའ་ཡི་ཡིད་ལ་ཅི་སྟེ་འབབ་མི་འགྱུར། །སྒྲོ་དོན་གཉི་ག་
ཉམས་སུ་བདེར་ལོན་ཏེ། །ཐུན་སྦྱལ་གྱིས་ནི་མ་བསྐྱང་ལེགས་བསྐྱར་བ། །ཐོན་གྱི་སྦྱར་བྱེད་
དམ་པ་དེ་དག་གི། །དྲི་ཙམ་བོ་བ་ད་ཉལ་ཁོ་བོར་ཟད། །དཔ ལ་ལྡན་ཁ་ཆེད་རིག་པ་
བའི། །གཙུག་གི་འོར་བུ་སྐལ་ལྡན་ནི། །རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་ལ་ཐོས་ནས། །ཁ་ཆེད་པ་རྒྱུ་ཏ་ཆེན་པོ་
སྐལ་ལྡན་རྒྱལ་པོ་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་དག་སྤྱང་སྟོ་ལྡན་ཤེས་རབ་གྱིས་བསྐྱར་
བའོ། །དུས་ཕྱིས་སའི་སྟེང་ན་འགའ་ཟླ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་མཁས་པ་བསོད་སྟོམས་པ་
ཆེན་པོ་ཤུག་གི་ལྷ་དྲུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། ཤུག་འི་དག་སྤྱང་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་
བཟང་པོས་བསྐྱར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་རྩ་བ་བཞུགས་སོ། །

བམ་པོ་དང་པོ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། དག་འདུན་ཐམས་ཅད་འདུ ས་པ་ན་ཆ་ལྷགས་འདི་བཞིན་བྱས།
ཀན་རིམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཏེ་ཐལ་མོ་སྦྱར། ཙོག་ཙོག་པོར་འདུག་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པར་
གྱུར་པ་གསུམ་དང་། གསོལ་བ་དང་བཞིའི་ལས་གྱིས་གཅིག་ཅར་རབ་དུ་དབྱུང་བ་དང་།
བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ཉི་བར་བསྐྱབས་པར་གྱུར་པ་ཉལ་བུ་ནི་ཐོན་གྱི་ཆ་གའོ། །རབ་དུ་དབྱུང་
བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དེའི་ཕྱིར་དག་སྤྱང་འགའ་ཞིག་ལ་མཁན་པོ་ཉིད་དུ་གནས་པ་
ལའོ། །དང་པོའི་མཁན་པོ་ཉིད་གྱིས་བར་ཆད་དྲིས་ནས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་སྐབས་
དབྱེའོ། །དག་བསྟེན་ཉིད་དང་དག་ཚུལ་ཉིད་དང་དག་སྤྱང་ཉིད་དག་གིས་སྤྲ་མ་བསྟེན་པར་
མ་རྫོགས་པ་ལ་བྱི་མ་མི་བྱའོ། །སྐབས་སུ་འགྲོ་བར་ཁས་སྒྲུང་བའི་ཆོག རྩམ་པ་དང་། དག་
བསྟེན་ཉིད་དང་དག་ཚུལ་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲུང་བའི་ཆོག་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་བསྐྱབས་པ་བརྗོད་

པ་ཁས་སྒྲང་བའི་ཚུལ་གྱིས་བྱའོ། རང་གིས་དགེ་བསྟན་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་བསྐྱབས་ནས་དགེ་
འདུན་ལ་ཁྱེ་བའི་དགེ་སློང་ལ་གཏད་པར་བྱའོ། ཅི་ཡོངས་སུ་དག་གམ་ཞེས་དྲིས་ལ་དག་ན་
ཁྱེ་བར་བྱའོ། བཅས་ཅད་དེ་འདུས་པ་ལ་ཡང་རུང་། གནས་ཁང་སོ་སོ་ན་འཁོད་པ་ལ་ཡང་
རུང་ངོ་། བཅས་ཅད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་ཡོངས་སུ་དག་ནའོ་ཞེས་བཅོལ་པར་བྱའོ། མཁན་པོར་
གསོལ་བར་བྱའོ། གཙུག་ལྷན་མ་གཏོགས་པ་སྐྱེད་པ་ལ་སྤྱོད་པར་བྱའོ། གཙུག་ལྷན་གྱིས་
གོ་ཞེས་དྲིས་ནས་ཉེར་ན་དེའོ། ལྷན་བྱའོ། མཁན་པོས་གསོལ་བྱས་སྤྱིག་དག་སྦྱོར་པར་
བྱའོ། རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལ་གཏུགས་ཏེ་སྒྲང་བར་བྱའོ། མཁན་པོས་བསྟོན་པར་བྱའོ། མཚན་མ་
ཚར་བར་བརྟག་པར་བྱའོ། ལྷན་སུ་འགོ་བར་ཚུལ་པས་རབ་དུ་འབྱུང་བ་ཉེ་བར་བསྐྱབ་
པར་བྱའོ། གསོལ་བའི་འོག་དུ་ཡང་རུང་ངོ་། དགེ་ཚུལ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་
དགེ་སློང་ལ་གཏད་པར་བྱའོ། ཅི་ཡོངས་སུ་དག་གམ་ཞེས་དྲིས་ནས་དག་ན་ཉེ་བར་བསྐྱབ་
པར་བྱའོ། དེ་ནི་སློབ་དཔོན་ཡིན་ནོ། གསང་སྟེ་སྟོན་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་དང་གནས་སྦྱོར་
པ་དང་སྟོག་པ་ཡང་ངོ་། དོན་གྲུབ་ན་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། མཁན་པོར་གསོལ་བ་ཁས་སྒྲངས་པ་
ན་དེར་གྱུར་ཏོ། བཅོལ་པ་ཐ་མ་གང་ཡིན་པའི་ཆ་གསུམ་པ་ལ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། དཔེར་ན་
གཞན་བཅོལ་པའི་དུས་ན་དགེ་ཚུལ་ཉིད་བཞིན་ནོ། འདིར་ཐ་མ་མཁན་པོའི་དོན་
ཏོ། གནས་སྦྱོར་པ་ནི་ཞག་གཅིག་གནས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཉེ་བར་གནས་པ་མཐར་ཐུག་
ནའོ། ལྷོག་པ་ནི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་ལན་གསུམ་བཞས་ནའོ། ལྷོག་པའི་བསམ་པ་
མེད་པས་བཅོལ་པ་ནི་སྟོག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། དེ་གཉིས་ལ་གཞན་དུ་ཉེ་བར་མི་བཅོལ་
དོ། གཞན་ལ་མི་བྱའོ། དོན་གྱི་སྤྱད་དུ་མཚན་ནས་སྟོན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་བཅས་པར་མ་
སྐྱས་པར་མཁན་པོའི་མིང་མི་གཟུང་ངོ་། དགེ་ཚུལ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་སྐྱབ་པའི་ཆ་གསོལ་དོ། དགེ་
འདུན་ལས་བསྟན་པར་རྫོགས་པར་བྱའོ། མཁན་པོ་ཉིད་དུ་སྟོགས་པར་གྱུར་པས་ལས་བྱེད་
པ་དང་གསང་སྟེ་སྟོན་པའི་དགེ་སློང་ལ་གསོལ་བ་གདབ་པར་བྱའོ། མཁན་པོར་གསོལ་བར་
བྱའོ། དེ་རང་གིས་དེ་ལ་ཆོས་གསུམ་བྱེད་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ལྷན་བཟེད་ཀྱང་མི་

ཁྱུང་ངམ་མི་ཆེའམ་མི་སྐྱུ་བའམ་ཞེས་དགེ་འདུན་ལ་བསྟན་ནས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་
བྱ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་སྤྱང་བཟེད་བཟང་ངོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བཀའ་ནས་ལས་བྱེད་པས་
གསང་སྟེ་སྟོན་པ་ལ་གང་ཡིན་ཞེས་བྱ་བས་སྒྲར་བཅུག་སྟེ་སྟོ་བར་བྱས་ནས་དེ་དགེ་འདུན་
ལ་གསོལ་བར་བྱའོ། །ཁྱོད་ཉོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བས་སྒོག་ཏུ་རྗེས་སུ་བསྟན་པར་བྱའོ། །མ་བོས་ཀྱི་
བར་དུ་མ་འོང་པར་སྔོན་ཅིག་ཅེས་སྒྲས་ནས་རྗེས་སུ་བསྟན་ན་ཞེས་བྱ་བས་དགེ་འདུན་ལ་
ཡོངས་སུ་དག་པ་གོ་བར་བྱས་ཏེ། ཅི་མཆེ་ཞིག་གས་ཞེས་བྱ་བས་འོང་བ་ཞུ་བར་
བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་ཡོངས་སུ་དག་ནའོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ལས་བྱེད་པས་
བསྟེན་པར་རྗོགས་པ་གསོལ་དུ་གཞུག་གོ། །དགེ་འདུན་ལ་གསོལ་ནས་བར་ཆད་ངི་བར་
བྱའོ། །བསྟེན་པར་རྗོགས་པ་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་མ་གཟུགས་ཀྱི་བྱེད་རིག་པར་
བྱའོ། །དེ་ནི་ཐུར་མ་སོར་བཞི་བ་བཟང་ངོ་། །དེ་ནི་སྐྱེས་བྱ་ཉིད་ཅེས་ཐ་སྟོན་དུ་བྱའོ། །ཉིན་
མཆན་གྱི་ཆ་ལྡོ་ལ་སོགས་པ་དང་། དུས་ཆོད་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་ནི་ལྡོ། །དཔུན་གྱི་དུས་
དང་། དབྱིད་ཀྱི་དུས་དང་། དབྱར་གྱི་དུས་དང་། དབྱར་ཐུང་ཅུའི་དུས་དང་། དབྱར་རིང་
པོའི་དུས་སོ། །དང་པོ་གཉིས་ནི་ཁྲ་བ་བཞི་བཞིའོ། །འོག་མ་ནི་ཁྲ་བ་གཅིག་གོ། །དེའི་འོག་མ་
ནི་ཉིན་ཞག་གཅིག་གོ། །ཐ་མ་ནི་དེས་ཁྲ་བ་གསུམ་དུ་མ་ཆོག་པའོ། །གནས་ནས་བརྗོད་པར་
བྱའོ། །ལྷུང་བར་འགྱུར་བའི་ཆོས་ནས་དང་། དགེ་སྦྱོང་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ནས་ཀྱང་
ངོ་། །མཆོག་ཏུ་འདོད་པར་བྱ་བ་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗོགས་པ་ཉིད་བརྗོད་ནས་ཚུལ་
སྤྲིམས་ཀྱིས་མཉམ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ལ་ངེས་པར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །ཚུལ་དང་འབྲེལ་
བའི་གཞུགས་བརྟན་དང་། དུལ་བར་གནས་པ་ཉིད་དང་། དགོས་པ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། །མ་བརྗོད་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་
ཀྱང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གྲུས་པ་ལ་ཡང་ངེས་པར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཐབས་
བརྗོད་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་ངོ་། །བསྟེན་པར་རྗོགས་པའི་ཆོ་གའོ། །གནས་པས་གནས་པ་ལ་
མ་ཞུས་པར་བྱ་བ་མི་བྱའོ། །གཤམ་བ་དང་གཅི་བ་དང་སོ་ཤིང་དོར་བ་དང་ཉེ་འཁོར་དང་

བཅས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །གཙུག་ལག་
ཁང་ནས་འདོམ་བཞི་བཅུ་ཙུ་དགའི་མཐའ་ཚུན་ཆད་དུ་འགོ་བ་ཡང་ངོ་། །རྒྱང་བཟེད་དང་
ཆོས་གོས་གྱི་ལས་དང་ནད་གཡོག་དང་འགྲོད་པ་བསལ་བ་དང་ཐྲིག་པ་ཅན་གྱི་ལྷ་བའི་རྣམ་
པ་སྤང་བ་ལ་ཨེ་མའོ་བདག་གིས་བྱོལ་ཞེས་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ་ཞེས་བཙོན་པ་ཤས་ཆེན་པོས་
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ནན་ ཏུར་བྱེད་པར་འདོད་པའི་དགེ་འདུན་ལ་ཨེ་མའོ་དགེ་འདུན་གྱིས་
འདི་ལ་ནན་ཏུར་གྱི་ལས་འདི་ལྷ་བྱ་མི་བྱོལ་ཞེས་ཀྱང་ངོ་། །བྱས་ན་བཟོད་པར་བྱའོ། །སློབ་
དང་གཞི་ནས་སློབ་པར་བྱ་བ་དང་། མགྱ་བར་བྱ་བ་དང་གཞི་ནས་མགྱ་བར་བྱ་བ་དང་དབྱང་
བར་འདོད་པ་ལ་སྦྱོན་པར་བྱ་ཞིང་དབྱང་བར་བྱའོ། །དེས་ཀྱང་དེ ལ་དེ་བྱ་སྟེ་ཁྱ་བ་ནི་མ་
གཏོགས་སོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བཅུ་མ་ལོན་པར་མཁན་པོ་ཉིད་དང་གནས་ཉིད་
དང་མི་གནས་པར་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །འོག་ནས་འབྱུང་བ་དག་ལས་ལྷན་ཅིག་སྤྱར་བ་
གང་དང་ཡང་མི་ལྡན་པས་ནི་མ་ཡིན་མོ། །ནད་གཡོག་དང་འགྲོད་པ་བསལ་བ་དང་ཐྲིག་པ་
ཅན་གྱི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་སྤང་བ་དང་། གནས་མངོན་པར་མི་དགའ་བ་དོར་བ་དག་ལ་བྱེད་
དམ་བྱེད་དུ་འཇུག་ཅུས་པའོ། །སློབ་པ་ཉིད་ཡན་ཆད་ལྔ་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཚུལ་བླིམས་དང་
ལྡན་པ་ཉིད་དང་མང་དུ་ཐོས་པ་ཉིད་སྤྱར་རོ། །ཐེ་སྟོང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་དག་
འཛིན་དུ་འཇུག་ཅུས་པ་ཉིད་དོ། །ལྷག་པའི་ཚུལ་བླིམས་དང་སེམས་དང་ཤེས་རབ་ལ་སློབ་
པ་ཉིད་དོ། །སློབ་ཏུ་འཇུག་ཀྱང་ཅུས་པ་ཉིད་དོ། །ལྷག་པའི་སྦྱོང་པ་དང་འདུལ་བ་དང་སོ་
སོར་ཐར་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་མོ། །དད་པ་དང་ཚུལ་བླིམས་དང་ཐོས་པ་དང་གཏོང་བ་དང་
ཤེས་རབ་སྤྲོད་སྤྲུལ་པ་ཉིད་དོ། །ཚུལ་བླིམས་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་དང་རྣམ་
པར་གྲོལ་བ་དང་དེ་ཤེས་པ་དང་མཐོང་བ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ངོ་། །བཙོན་འགྲུས་བཙུམས་པ་
ཉིད་དང་། ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དང་ཡང་སྤྱར་རོ། །དྲན་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དང་།
ནད་དུ་ཡང་དག་གཞག་པ་ཉིད་དང་མཉམ་པར་བཞག་པ་ཉིད་དོ། །སློབ་པ་ཉིད་དོ། །མི་
སློབ་པ་ཉིད་དོ། །བྱུང་བ་དང་བཅས་པ་དང་རྗེས་སུ་བཅས་པ་དང་བཀག་པ་དང་གནད་བ་

མངོན་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། བར་དུ་གཙོད་པ་དང་བར་དུ་གཙོད་པ་མ་ཡིན་པ་མངོན་པར་
ཤེས་པ་ཉིད་དང་སྒྲུབ་པ་པོ་དང་རྗེས་སུ་སྟོན་པ་ཉིད་དང་གནས་དང་རེ་ཞིག་གི་གནས་
འཆར་འབྱུག་ལྟས་པ་ཉིད་དང་ཡང་སྒྱུར་རོ། ལྷུང་བ་དང་ལྷུང་བ་མ་ཡིན་པ་དང་ཡང་བ་
དང་ཕྱི་བ་ཉིད་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དང་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་རྒྱས་པ་ཐོན་པ་ཉིད་
དོ། རྒྱན་པ་མེད་ན་གཞོན་པ་ལ་གནས་བཅའ་བར་བྱའོ། འདུད་པ་འབའ་ཞིག་མ་གཏོགས་
སོ། ལོ་ལྔ་ལོན་ཅིང་ལྷན་ཅིག་སྒྱུར་བ་ཐ་མ་དང་ལྷན་ན་གནས་མ་བཅས་པར་སྒྲོངས་རྒྱུར་
འགོ་བར་བྱའོ། གཞན་དུ་ན་གསུམ་རིག་པ་ཡིན་ཡང་མི་བྱའོ། གནས་ཀྱི་སྐབས་སོ། རབ་དུ་
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་འོངས་པ་ལ་ལུ་སྟེགས་ཅན་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ངྲི་བར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་
པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་ཀྱང་བྱའོ། ཤུག་དང་མེ་པ་རལ་བ་ཅན་མ་གཏོགས་པ་
སེམས་མགུ་བར་མ་གྱུར་པའི་ལུ་སྟེགས་ཅན་རབ་དུ་དབྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་
མི་བྱའོ། བཀོལ་བ་དེ་ནི་ལུ་སྟེགས་ཅན་དང་ཤུག་ལ་སོགས་པའི་མཐུག་གི་ལུ་སྟེགས་ཅན་
བཀོལ་བའོ། དཀོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དང་ལུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་
མ་ཡིན་པ་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ་ན་མི་གཡོ་བ་ཉིད་ནི་སེམས་མགུ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་
དོ། དེའི་དོན་དུ་དེ་དང་མི་ལྷན་པ་དེ་དག་བསྟེན་ཉིད་དུ་བྱས་པའི་མཐའ་ཅན་དེ་ལ་དག་
འདུན་གྱིས་ལས་ཀྱི་གནས་པ་བྱིན་ལ་རྩ་བ་བཞིར་གནས་པར་བྱའོ། དེའི་བྲན་ནི་དག་འདུན་
ལས་སོ། གོས་ནི་མཐན་པོ་ལས་སོ། ལས་སུ་བསྐྱོ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། རབ་དུ་བྱུང་བའི་
ཕྱིར་ཉེ་བར་འོངས་པ་ལ་ལོ་བཅོ་ལྔ་ལོན་ནམ་ཞེས་ངྲི་བར་བྱའོ། མ་ལོན་པ་བྱ་རོག་སྟོང་མི་
རྒྱས་པ་དང་། རྒྱས་པ་ལོ་བདུན་མ་ལོན་པ་རབ་དུ་དབྱུང་བར་མི་བྱའོ། དག་ཚུལ་གཅིག་
ལས་ལྷག་པ་ཉེ་བར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། གལ་ཏེ་སོ་སོར་རབ་དུ་འབྱུང་བར་མི་འདོད་ན་
རབ་དུ་བྱུང་ལ་རྒྱན་པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་མ་ལོན་ན་གཞན་ལ་རེ་ཞིག་
གནས་པའི་དོན་དུ་གཏང་པར་བྱའོ། དེས་དེ་དགྲོག་པར་མི་བྱའོ། བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་
བྱའོ། མི་སྟེར་བ་ལས་མཐུས་བཀུག་སྟེའོ། བཀོལ་བ་བྲན་ནོ། ཡིན་ནམ་བ ཏང་ལ་ཁྱོད་ལ་ལ་

ལའི་བྱ་ལོན་མང་ཡང་རུང་ཉུང་ཡང་རུང་ཅུང་ཟད་ཆགས་པ་མེད་དམ་ཞེས་བྱའོ། རབ་ཏུ་
འབྱུང་བར་འདྲོད་པ་པ་མ་གསོན་ཞིང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་གནང་བ་ཡུལ་ཐག་མི་རིང་བ་ནི་
ཞག་བདུན་པ་བསྐལ་བར་བྱའོ། རྟེན་ཡུལ་ཐག་རིང་ན་ཡང་དགེ་འདུན་ལ་མ་ཁྱུས་པར་རབ་
ཏུ་དབྱུང་བར་མི་བྱའོ། རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་འདྲོད་པའི་ཟན་ནི་དགེ་འདུན་གྱིས་བྱིན་ན་རུང་
ངོ་། བཀོལ་བ་པ་མས་གནང་ངམ་མཇུག་ཏུ་ཡུལ་ཐག་རིང་བ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། ཉེ་བར་
འོངས་པ་ལ་ནད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲི་བར་བྱའོ། བྱོད་ལ་ནད་གང་ཡང་རུང་བ་མེད་དམ་
ཞེས་བྱར་ཡང་རུང་ངོ་། བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འོ། རྟན་པ་རབ་
ཏུ་དབྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་མི་བྱའོ། བཀོལ་བ་ཆད་པ་ཡན་ཆད་དོ། འདི་ལ་
སྟེ་བའི་ཆོས་ཉིད་མེད་པར་ཡང་འདྲའོ། རྟེན་ལུ་རྟགས་ཅན་ནི་བསྟེན་པར་བྱའོ། སྟུལ་
པའོ། མ་ནིང་ངོ་། རྟེན་ནི་རྣམ་པ་ལྟའོ། སྟེས་ནས་དང་། སྟེ་བ་བྱེད་པ་དང་། འབྱུང་ནས་ལྷང་
བ་དང་། དྲག་དོག་ཅན་དང་། ཉམས་པའོ། འདི་ལས་ཐ་མ་ནི་ཉེས་པ་བརྟེན་ན་བསྟེན་
པའོ། རྟེན་ཐབས་སུ་གནས་པའོ། བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ཆོ་ག་མ་བྱས་པ་ཉིད་དམ་མ་ཆགས་
པ་ཉིད་ཏུ་ཤེས་ལ་ལན་གཉིས་སུ་དགེ་འདུན་དང་ལྟན་ཅིག་ལས་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་གྱུར་པ་
ཉིད་ན་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། སྟེ་སྟེགས་ཅན་ཁྱུགས་པའོ། རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་འདི་ཡང་དག་པར་
སྤངས་པ་ལྟ་བུ་དེ་དང་ལྟན་པ་ཆོས་གོས་འདི་བོར་ཏེ་རྒྱལ་མཆོན་དེས་དེར་སྟེ་རེངས་ཤར་
ན་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། རྟེན་མ་བྱས་པ་ཡང་རྟེན་ཐབས་དང་འདྲའོ། མ་བསད་པ་དང་པ་བསད་པ་
དང་དབྱ་བཅོམ་པ་བསད་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་
པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་སྤྱང་བ་དང་། དགེ་སྦྱང་མ་སུ་ན་སྤྱང་བ་དང་། པམ་པར་འགྱུར་
བ་བཞི་ལས་སྤྱང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་སོ། རྟེན་ལས་བསྐྱོག་པའི་
ཆད་པ་ལས་མི་ལེན་པ་དག་རབ་ཏུ་དབྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་མི་བྱའོ། བསྟེན་
པར་རྫོགས་ན་བཟོད་པ་གསོལ་བྱིན་པ་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལས་མི་ལེན་
པ་ནི་ཆོགས་པ་ཡོད་ན་ཡང་ཆད་པས་བཅད་དོ། གལ་ཏེ་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བརྟུན་ཟེར་ན་

ལྷུང་བྱེད་དོ། །ལག་རྩམ་དག་དང་རྒྱུ་རྩམ་དང་། །ལག་སོར་རྒྱམ་པོར་འཇས་པ་དང་། །མཆུ་
མེད་ལུས་ལ་མ་མཚན་ཅན། །རྒྱན་ཆེས་པ་དང་གཞོན་ཆེས་དང་། །ཐེང་པོ་སྦྱང་འཆལ་ཞར་
བ་དང་། །ལག་སོར་རྩམ་རྒྱུ་མིའུ་བྱང་དང་། །སྦྱ་བ་སྦྱགས་པ་འོན་པ་དང་། །རྟེན་འབྲེ་དང་
ནི་རྒྱུ་བམ་དང་། །བྱུང་མེད་གྱིས་དུབ་ལུར་གྱིས་དུབ། །མི་གང་ལམ་གྱིས་དུབ་རྣམས་
དང་། །ཡ་ཟ་མ་ལུག་གཏའ་གམ་དང་། །དེ་ལྟ་བུ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། །དྲང་སྲོང་ཆེན་པོས་དགག་
པར་མཛད། །མཛེས་པ་རབ་ཏུ་དབྱུང་བ་དང་། །ཡོངས་སུ་དག་པ་བསྟེན་རྫོགས་པར། །རྫོགས་
སངས་རྒྱས་གྱིས་རབ་མཐུན་ཏེ། །བདེན་པའི་མཚན་གྱིས་བཀའ་སྦྱལ་དོ། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་
སྐབས་རྫོགས་ཏེ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་གཞི་རྫོགས་སོ། །བཀོལ་བ་རྒྱལ་པོས་བཀྲའ་བས་
པའོ། །རྒྱལ་པོས་མ་གནང་བ་ཡུལ་ཐག་མི་རིང་བའོ། །བཀོལ་བ་ཆོམ་རྒྱན་པར་བྲགས་
པའོ། །ལྷམ་མཐན་དང་གདོལ་བ་དང་གཡུང་པོ་དང་དེ་ལྟ་བུ་རབ་ཏུ་དབྱུང་བ་ར་མི་
བྱའོ། །ལག་རྩམ་ལ་སོགས་པ་ནི་མཚན་པ་ཡིན་པོ། །སྐྱ་སེར་དང་ནི་སྐྱ་སེར་སྒྱ། །དེ་བཞིན་སྐྱ་
ནི་ལྗང་གྲ་ལ། །མི་རྣམས་སྐྱ་ནི་དཀར་བ་དང་། །སྐྱང་ཆེན་སྐྱ་འདྲ་སྐྱ་མེད་དང་། །མགོ་འབར་
འབྱར་ཅན་སྐྱང་པོ་ཆེ། །ཏ་ཅང་སྦྱོམ་དང་ལུས་སྦྱེབས་འདྲ། །པོང་བྱ་ཕག་གི་མགོ་ལྟ་བུ། །མགོ་
གཉིས་པ་དང་མགོ་ཆུང་དང་། །སྐྱང་ཆེན་རྩ་འདྲ་ཏ་རྩ་འདྲ། །བ་ལང་རྩ་འདྲ་སྦྱེའུ་རྩ་
འདྲ། །པོང་བྱའི་རྩ་འདྲ་ཕག་རྩ་འདྲ། །རྩ་གཅིག་པ་དང་རྩ་མེད་དང་། །མིག་དམར་ཏ་ཅང་
མིག་ཆེས་དང་། །མིག་ཆུང་མིག་ནི་ཏ་ཅང་སེར། །ཤེལ་མིག་མིག་ཆུ་བུར་ལྟ་བུ། །མིག་གཅིག་
པ་དང་མིག་མེད་དང་། །སྐྱང་ཆེན་རྩ་འདྲ་ཏ་རྩ་འདྲ། །བ་ལང་རྩ་འདྲ་སྦྱེའུ་རྩ་འདྲ། །པོང་
བྱའི་རྩ་འདྲ་ཕག་རྩ་འདྲ། །རྩ་བྱག་གཅིག་དང་རྩ་མེད་དང་། །སྐྱང་ཆེན་གོས་འདྲ་ཏ་གོས་
འདྲ། །བ་ལང་གོས་འདྲ་སྦྱེའུ་གོས་འདྲ། །པོང་བྱའི་གོས་འདྲ་ཕག་གོས་འདྲ། །གོས་སྦྱང་དང་
ནི་གོས་མེད་དང་། །སྐྱང་ཆེན་སོ་འདྲ་ཏ་སོ་འདྲ། །བ་ལང་སོ་འདྲ་སྦྱེའུ་སོ་འདྲ། །པོང་བྱའི་
སོ་འདྲ་ཕག་སོ་འདྲ། །སོ་གཅིག་པ་དང་སོ་མེད་དང་། །མགྲུལ་རིངས་ཆེས་དང་མཛིང་རུབ་
དང་། །བྲག་མིག་དང་ནི་ཆེས་སྒྱར་དང་། །སོ་མཚན་ཆད་དང་རྟེན་རྒྱགས་དང་། །རྟེན་གཅིག་

པ་དང་ཆེག་མེད་དང་། ཏ་ཅང་རིང་དང་ཏ་ཅང་བྱང་། སྒྲིམ་པོ་མ་འོས་ངལ་སྒྲིན་དང་། ཤ་
མདོག་ཁ་དོག་རྣམ་བཞི་དང་། རྟེན་བཞིན་གྱི་ལ་པོ་ལྷན་ཉམས་སོ། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་གིས་
དགག་པ་དེ་ཡང་རབ་ཏུ་གཟུང་བར་བྱའོ། རིགས་དང་ལྷན་ལ་སྒྲིན་ཆགས་པ་རབ་ཏུ་བྱང་
བ་ནི་ཉེ་བར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། རྟེན་མ་མཐན་པོ་གཅིག་པ་གསུམ་མན་ཆད་ཆོག་གཅིག་
གིས་བསྒྲིན་པར་རྫོགས་པར་བྱར་བྱང་ངོ་། རྟེན་མ་ཉམ་པ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་གི་ཕྱག་
མི་བྱའོ། སྤྱར་འོངས་པ་དང་པོ་ཡིན་ནོ། རྟོན་པ་བས་སྒྲ་སོར་གཉིས་ལས་ལྷག་པར་མི་
བཞག་གོ། རྟོང་མཐའ་བས་ནི་དེའི་འོག་མ་ཉིད་ལས་མི་བཞག་གོ། སྒྲ་བ་ཡང་གི་སྤྱ་འབྲ་བར་
མི་བྲེག་གོ། རྩ་ཡི་ཐན་ཀོར་ནི་མ་གཏོགས་སོ། རྟེན་ཕྱད་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ། རྟོན་མས་ཀྱི་
སྤྱ་བྲེག་དུ་མི་གཞུག་གོ། རྩ་ཡི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱིས་མི་འཆོ་ན་མཐས་པ་གནས་བརྟན་གནས་
བརྟན་དག་ལ་ངོས་ཏེ་འབྲེག་དུ་གཞུག་གོ། བྱིན་པའི་སྤྱ་བྲེག་པ་ཡང་དེའི་བྱིར་མ་ཡིན་པར་
བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ། ལྷན་གཞན་གྱི་ཡང་མི་བྱའོ། ཁེན་མོ་སྤྱ་བྱའི་སོ་ལྟ་བུའམ་སྤྱེའུའི་ཁ་ལྟ་
བྱར་བྲེག་པར་བྱའོ། རྟེན་དག་སྤྱི་ལ་བར་མི་བྱའོ། རྟོན་མ་བསལ་བའི་བྱིར་བྱང་པར་བྱའོ། ཆོས་
གོས་གྱོན་བཞིན་དུ་སྒྲ་དང་ཁ་སྤྱ་བྲེག་པར་མི་བྱའོ། སྒྲ་བཟེད་བཅང་བར་བྱའོ། མེད་ན་རྩལ་
གཟན་གྱིས་སོ། རྟོན་དང་བར་ཡང་མི་བྱའོ། རྟོན་དུ་དགོ་འདུན་ཕྱག་དར་ཕྱགས་པར་ཡང་མི་
བྱའོ། རྟོན་པོ་དང་ནད་པ་དང་རྒྱང་དང་ཉེ་མ་དང་ཆར་པ་དག་ལ་བྱམས་ལ་སོགས་པར་
འབྲེག་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། རྟོགས་དེ་བྱི་དོར་བྱའོ། སྒྲ་ནི་ཕྱག་དར་ཁོད་དུ་དོར་རོ། ཁེན་མོ་
བཅད་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། རྟེན་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་ན་དགོ་སྤྱང་མས་ཞལ་ཏ་
མ་བྱས་པར་སྒྲིམ་པས་སྒྲ་མི་བྲེག་གོ། རྟོན་དུ་ཆགས་པར་གྱུར་ན་ཞལ་ཏ་བྱེད་པ་མོས་རྩེས་སྤྱ་
བརྟན་པར་བྱའོ། རྟོན་པ་ཉེ་བར་ཞོག་ཅིག་ཅི་རྣག་གི་ལྷན་འདི་ལ་སྤྱང་པོ་ཡོད་དམ་ཞེས་
སོ། རྟེན་མཐན་ལ་ནི་མ་དང་སྤྱང་མའི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་ཞོག་ཅིག་ཅེས་སོ། རྟེན་ནས་
ལྷན་བྱའོ། ཡང་ན་ཡན་ལག་ལྷན་ལྷན་གྱང་ངོ་། སྒྲིན་མོར་ལྷན་མི་བྱའོ། རྟོན་སྤྱང་མས་སྒྲིམ་
པའི་ཐུང་ལགས་སྤྱ་མི་བྱའོ། རྟེན་མེད་ཀྱི་ཐུང་ལགས་སྤྱ་ཡང་བྱེད་མས་མི་བྱའོ། རྟོན་སྤྱན་སྤྱེའུ་ལ་

སྐྱེས་པའི་ཕྱི་མ་དྲིས་བསྐྱོས་པ་རུང་ངོ་། །དེ་ནི་སྤང་བར་བྱའོ། །ནད་པས་ནི་སྦྱན་གྱིས་
བགོས་པ་ཡང་ངོ་། །དགེ་སྤྱོད་མས་བྱད་མེད་ལ་ཕྱེ་མས་མི་གཏོར་རོ། །ཤམ་ཐབས་ཀྱི་ཐ་མ་
ཉིད་ཀྱི་མདུན་དང་རྒྱབ་ཀྱི་མཐའ་མ་མདུད་པར་སྐས་ལ་མི་འཛོག་གོ། །གཞན་ གྱི་དུས་སུ་དེ་
ལྟར་མི་བྱའོ། །ཁ་མ་བཀའ་པར་གདངས་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱུས་རས་བཅང་བར་བྱའོ། །ཉི་རིམ་
ལ་ནི་སློག་ཆགས་དག་ཀྱན་ཏུ་འཆགས་སོ། །ཆོས་གོས་གསུམ་པར་ཀྱང་ངོ་། །མེད་ན་མདུན་
དང་རྒྱབ་ནས་ལོ་མ་དག་གིས་སྦྱན་ལ་དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་སྤྱུས་བྱའོ། །སློག་ཆགས་ཆགས་
ན་བཤལ་བས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ནི་སྟོར་ཁུང་དུའོ། །བཙན་ཁྱུ་ཡང་
དབོ་བར་བྱའོ། །སྤྱུས་ཁང་བྱའོ། །དེར་སོ་ཕག་གི་གཅལ་དགམ་མོ། །སྟོར་ཁུང་གཤོང་དོ། །ལྷན་
ལྷན་བསལ་བར་བྱའོ། །སྟོར་ཁུང་དུ་སྤྱུས་བྱེད་ན་དེ་མི་འབྱུང་ངོ་། །སོ་ཕག་གི་དུམ་བུས་བྱད་
པས་རྒྱང་པ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་ལུས་ལ་བྱད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ནི་ཚོན་པོ་དང་བཞར་
བཅད་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །ཉ་ལྷུབས་ནི་མེས་སྤྱོད་ངོ་། །དགེ་སྤྱོད་མས་ནི་གང་དུ་ཡང་ཁུ་
རྒྱར་དག་དང་གོས་དྲིལ་བ་དག་ཡན་ལག་གང་གིས་ཀྱང་བྱད་པར་མི་བྱའོ། །གཤེར་འགྱུར་
གྱི་རྒྱ་དང་མ་བུལ་བས་ཆོས་གོས་བགོ་བར་མི་བྱའོ། །སྤྱུས་ཕྱིས་བཅང་བར་བྱའོ། །མེད་ན་
ཡུད་ཅུ་ཅོག་ཤུར་འདུག་ལ་སྤྱུས་རས་ཀྱིས་ཕྱི་བར་བྱའོ། །བསོ་ཁང་བསྟེན་པར་བྱའོ། །བསོ་
ཁང་གི་བྱ་བ་ནི་གམ་ས་ཆེ་བར་བཟང་ངོ་། །དཀྱིལ་དུ་སྐར་ཁུང་ཕྱི་རུབ་ལ་ནང་ཡངས་པ་རྒྱ་
མཚོའི་ནུམ་པ་ལྟ་བུར་གཤོང་དོ། །དེར་སྐར་ཁུང་དྲ་བ་ཅན་དང་སྟོ་སྟེགས་དང་འཁོར་
གཏན་དང་གནམ་གཟེར་དང་འཕྲེད་གཏན་དང་བཅས་པར་གཞུག་གོ། །དབྱུག་གུ་སྐམ་ཁ་
ཡང་ཉེ་བར་བཞག་གོ། །སྟོར་སྟོ་སྟེགས་དང་སྟོ་གཏན་དང་ཡང་མིག་དང་ལག་གཟུངས་
ལེགས་པར་བྱའོ། །རྒྱ་དྲོན་བཞག་པའི་ཕྱིར་ནང་གི་ཕྱོགས་སུ་བཞག་སྟེགས་བྱའོ། །མེ་བྱད་
པའི་གནས་ཀྱི་སར་སོ་ཕག་གི་གཅལ་བྱའོ། །མི་འཆི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྐྱ་བར་བྱའོ། །དེའི་ཆེད་
དུ་སྟུགས་ཀྱི་ཐལ་ཕྱགས་བཅང་བར་བྱའོ། །མེ་འབར་བ་ན་མི་རྒྱ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་
བཟུང་པར་བྱའོ། །ཁོག་པ་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་ཕྱི་དང་ཡུངས་མར་དུ་བསྐྱེས་པ་

དག་མེར་སྒྲགས་སོ། དྲི་མི་ཞིམ་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་བདུག་སྒྲོས་སྒྲགས་སོ། མཆེ་མ་འཛག་ན་
ནས་ཀྱི་བག་ཟན་གྱིས་བཅད་དོ། སྐྱུ་རུ་རའི་ཕྱེ་མ་སྐྱུ་ས་པའི་ཆང་བྱས་ཀྱང་ངོ། །དེ་རྩ་བམ་
གྱི་ལྷན་གདིང་ངོ། །ས་གཞིར་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སམ་སྤངས་པས་གཤེར་བའི་རྩ་གཤེར་བ་དག་
དབམ་སོ། །གཡན་པ་ཕྱག་པའི་ཆེད་དུ་ལྷགས་ཀྱི་ཕྱག་སྤྱད་བྱའོ། །རྩས་ཀྱི་སྒྲས་ལུང་མིག་ནས་
ཐག་གུས་བཏགས་ཏེ་དབེན་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་དྲི་མ་མེད་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་
མེས་རུང་བར་བྱའོ། །དེར་བྱས་མི་བྱའོ། །དེའི་ཆེད་དུ་བྱས་ཁང་བྱའོ། །བྱས་ཀྱི་ལྷགས་པའི་
ཆོས་གོས་དག་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སོ་ཕག་གིས་སྒྲོན་པའི་བྱས་དོང་བྱའོ། །དེ་ལ་སྟོར་
ཁུང་གདོད་དོ། །ཁུ་ཏ་ཅང་ཆ་ན་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་སྤྲོན་པར་བྱའོ། །དེར་གང་མས་བསྐྱེད། །ཆག་
ཆག་གིས་ཁུ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ངོ། །ཐལ་བ་དང་བ་ལང་གི་ཕྱི་བ་དང་སོ་ཤིང་གིས་བཀང་
བའི་གྱོ་མོ་དག་གཞག་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཉམས་དམས་པར་གྱུར་ན་བྱེུ་སྒྲས་བྱའོ། །དེར་ངོ་
མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཤན་བསྐྱེ་བས་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་ན་དེར་གཏོགས་པས་ངེས་པར་ཤེས་
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དྲི་བར་བྱ་ཞིང་། དེའི་ཆེད་དུ་མི་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དགོས་སྤྱོད་བསྐྱོ་བ་
བསྐྱོད། །དེར་མ་དད་པ་དག་འཇུག་ཏུ་མི་གཞུག་གོ། །དེར་བྱི་དོར་གྱི་ལས་ནི་ལྷན་ཅིག་གནས་
པ་དང་ཉེ་གནས་དག་གིས་བྱའོ། །གཞན་ལས་ནི་གཞོན་རབས་དག་གིས་བྱའོ། །སྤར་བ་དང་
ཟངས་དང་འབྲུ་མར་དང་སོ་ཤིང་དང་བ་ལང་གི་ཕྱི་བ་དང་ས་དང་ཕྱེ་མ་དང་ཁུ་ལ་སོགས་
པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་དང་། ཤིང་བཏག་པ་དང་དྲིལ་ཕྱིས་དང་སྐྱམ་གྱིས་བསྐྱབ་པ་དང་། བཀྱ་
བ་དང་ཕྱགས་པ་དང་ཕྱག་དར་དོར་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་དག་གི་ནི་གཅིག་གིས་གཅིག་
ལའོ། །བྱེུ་དང་ཉ་ཕྱིས་དག་ཀྱང་གཙང་སྤྱ་ཉིད་བྱས་ནས་གནས་ཇི་ལྟ་བར་བཞག་གོ། །སྤྱོད་
སྤྱད་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོ་ག་དེ་བཞིན་ནོ། །ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་སྤྱོད་པ་དང་བྱི་དོར་
བྱའོ། །དེར་སྤྱོད་བསྐྱུངས་ཏེ་འཇུག་པར་བྱའོ། །མཛེས་པར་རོ། །ལེགས་པར་བསྐྱུངས་པ་དང་
སྤྱོད་ལམ་མཛེས་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དུའོ། །མདུན་དུ་འདུག་ཏེ་མི་མི་འདེའོ། །འདུ་འཛིའི་
གཏམ་སྤང་ངོ། །འཕགས་པ་མི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་སོ། །མཇུག་ཏུ་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་

པ་གདོན་ནོ། གོས་གཅིག ་པས་བྱེད་རྒྱུ་ལས་མི་བྱའོ། ལྷས་ཀྱིས་དེ་མ་དང་པ་བྱེད་དུ་མི་
གཞུག་གོ། འདི་དང་གོང་མ་ལ་ཡང་བསྟན་པ་ནི་དང་པ་ཅན་དུ་འདོད་དོ། ཁེ་རྟེན་བྱས་མ་
ལྟ་བུ་ལ་བསྟན་བཀུར་མི་བྱའོ། སློབ་དཔོན་དང་མཁན་པོ་ནི་མཆོག་དུ་ཚུལ་བྱིས་པ་འཆལ་
བ་ལ་ཡང་བསྟན་བཀུར་བྱའོ། ལ་མ་དང་ནད་པ་དག་ནི་བྱིས་པ་ ཡིན་ན་ཡང་ངོ། ལེགས་
པར་སྐྱར་བའི་བྱས་ཀྱིས་བཀུར། རྒྱང་འབྲེན་པའི་རྩ་བ་དང་སྤྱོད་བྱ་དང་ལོ་མ་དང་མེ་རྟོག་
དང་འབྲས་བུ་བསྐོལ་བས་བྱས་བྱ་བ་ནི་དེའི་མིང་ཡིན་ནོ། བསྐྱ་མཉེ་བྱས་ནས་དེ་ནི་མི་རྩལ་
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། དེ་དང་དབལ་བའི་ཕྱིར་བྱས་ཆལ་གྱིས་སོ། རྒྱ་མའི་ཆེད་དུ་ཚུའི་ བྱས་པ་
བྱེ་མར་སྐྱུ་མ་ཐེགས་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་སྒྲགས་སོ། ལྷགས་ཀྱི་གཞོང་རིངས་སུ་བྱས་
བྱའོ། དེ་ནི་ནད་པས་བཅང་བར་བྱའོ། དེའི་སྤྱོད་དུ་ཁ་གབ་གཞུག་གོ། དེར་གཉའ་བར་
སྤས་ནང་ཆོངས་ཅན་གཞུག་གོ། གར་བབ་བབ་དུ་རྒྱང་པ་མི་བཀུར། དེའི་གནས་ནི་ལ་ཁར་
རོ། རྒྱང་བྱས་ཀྱི་གཞི་བྱའོ། གཙུག་ལག་ ཁང་གི་སྤྱོད་གི་ཤར་སྤོའི་མཆོམས་སུའོ། རྩས་སྤལ་
ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲ་བར་རྩལ་པར་རོ། ཆོལ་ཟངས་ས་ལས་བྱས་པ་བཞག་པར་བྱའོ། འབས་སྤང་
པོ་ཆེའི་ཕྱི་མཐེལ་འདྲ་བ་སྤྱོད་པོ་ཅན་ནོ། དབྱས་ན་ཡོད་པ་ཀ་དམ་པའི་མེ་རྟོག་འདྲ་ལ་
རྩལ་པ་དང་ངོ། བཀུས་ནས་ཁས་བུབ་དུ་བཞག་གོ། དགོ་འདུན་ཀྱི་ནི་ཁང་ཐོག་དུ་ རོ། གང་
ཟག་གི་ནི་གནས་ཁང་གི་སྒོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕག་དུའོ། གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱོད་གང་དུ་སྤྱོད་
བཟེད་ཀྱི་བྱེད་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པ་དེར་ཚུས་བྱག་གོ། ཡང་ན་བསྐྱའོ། མདུང་ཅེའི་རྣམ་པ་
ལྟ་བུའམ་རྩ་རའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་རོ། བ་ལང་གི་སྤྱོད་བའམ་འཇིམ་པས་སོ། དཀོན་མཆོག་གི་
དོན་ཉིད་དུ་བརྟུ་བ་ལ་ནི་རྣམ་པ་ངེས་པ་མེད་དོ། སྤྱོད་བཟེད་མེད་པར་རབ་དུ་དབྱུང་བ་
དང་བསྟན་པར་རྩོགས་པར་མི་བྱའོ། རྒྱང་དུ་དང་ཆེན་པོ་དང་སྐྱབས་ཀྱང་མི་བྱའོ། ཁའི་
ཆའི་མཐའ་ཁོ་ན་ནས་མཐེ་བོའི་སྤོ་གང་གིས་སྤྱག་མར་འབྲས་བུག་པོ་ཆེ་མ་ག་རྒྱའི་བེའུ་
རྒྱང་གང་བཙོས་པ་སྤན་ཆོད་དང་བཅས་པ་སྤྱག་པ་ནས་དོའི་བར་དེ་གོང་བ་དེ་ནི་རིགས་
པ་ཡིན་ནོ། དགོ་སྤྱོད་མས་དགོ་སྤྱོད་གི་རྒྱང་དུ་ལས་སྤྱག་པར་མི་བཅང་ངོ། དེས་དེའི་

གཞིར་ཞ་ཉིའི་དབྱར་འདབ་བཞག་པར་བྱའོ། བྱང་ཆུབ་དང་པ་ཏ་ལའི་ལོ་མཐའ་ལག་
མཐེལ་གྱི་རྣམ་པ་ལྟ་བུའོ། རྩེད་ལས་ཀྱང་ངོ་། བརྟན་པོས་ཀྱང་དེ་ཉིད་དང་བཅས་པ་ཡིན་
ནོ། །ཐུ་པོ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དབྱར་དག་ལྷུང་བཟེད་མེད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །སྒྲོངས་རྒྱ་ཞིང་
འགོ་བར་མི་བྱའོ། །འཇིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་ལྷུང་བཟེད་ཆུང་ངུས་འགོ་བར་
བྱའོ། །མེད་ན་རབ་དུ་དབྱུང་བར་བྱའོ། །འགྲེང་བཞིན་དུ་ལྷུང་བཟེད་དབྱུང་བ་དང་གཞུག་
པ་དང་བསྐྱམ་པར་མི་བྱའོ། །རན་པར་སྤྱད་པར་བྱའོ། །གཞན་གྱིས་སྤངས་པ་དེར་མི་སྤྱགས་
སོ། །དེས་སྤྱག་དར་མི་དོར་རོ། །ངན་པ་ཡང་མི་དོར་རོ། །ལག་པ་དང་ཁས་རྒྱ་མི་སྤྱགས་
སོ། །དགེ་ཚུལ་བག་མེད་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་བྱི་དོར་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ། བྱི་མ་ཅན་དང་སྤྱི་
བས་མི་བྱའོ། །ཏ་ཅང་གཤེར་བཞིན་དུ་འཕྱིར་མི་གཞུག་གོ། ཏ་ཅང་བསྐྱམ་པར་མི་
བྱའོ། །དྲིའི་སྤྱང་དུ་མི་བཞག་གོ། མི་གཙང་བའི་སྤྱགས་སུ་མི་བཞག་གོ། ཁར་བབ་བབ་དུ་མ་
ཡིན་ནོ། །དེར་མི་བཞག་གོ། དེའི་ཆེད་དུ་ངོས་ཁུང་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཁང་གིས་
དག་ཅིག་པའི་ཆོ་བྱའི། ཅིག་པ་བཞོ་བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དགོན་པ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྒོན་བྱ་ཁ་
སྤྱར་བྱའོ། །སྤྱག་མཐའ་སྤྱད་བྱ་ལས་བྱས་པའོ། །སྤྱི་བ་དང་སས་བྱ་གས་པའོ། །ཁ་གབ་རྣམ་པ་
དེ་ལྟ་བུ་དང་བཅས་པས་སོ། །དེ་ནི་གཟར་ཐག་གིས་ཤིང་ལ་དབྱངས་ན་བཟང་ངོ་། །ས་ལ་མི་
བཞག་གོ། དེ་གཞན་དུ་མི་བསྐྱར་རོ། །སྒྲོང་དུ་བཅུག་སྟེ་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །ལག་པས་མི་བསྐྱར་
རོ། །བསྐྱར་བ་ནི་ལུང་ཐག་བཏགས་ཏེ་མཆན་ཁུང་གིས་སོ། །སྤྱང་བཟེད་དང་སྤྱན་དང་པར་
བྱར་དག་སྒྲོང་ཐ་དད་པར་གཞུག་གོ། དེ་དག་བཅང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་ལ་དབྱང་བའི་ལུང་
ཐག་མཉམ་པར་གདགས་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པས་ནི་ཞིང་ཆུང་ངུ་དག་ཀྱང་
ངོ་། །བྱམ་པར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དབྱས་སུ་ཕྱིང་བྱས་སྤྱར་བར་བྱའོ། །དེ་གནས་པར་
བྱ་བའི་ཕྱིར་མདོ་མདོར་བྱ་རོག་རྒྱུད་བྱའོ། །སྤྱང་བཟེད་མིག་བཞིན་དུ་བསྐྱང་བར་
བྱའོ། །སྤྱམ་སྤྱར་པགས་པ་དང་འདྲ་བར་རོ། །ཆོས་གོས་སྤྱག་མ་ཡང་ངོ་། །བཅོས་ལེགས་བྱ་བ་
ཡལ་བར་མི་དོར་རོ། །སྤྱང་བཟེད་སྤྱན་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱའོ། །དབེན་པའི་སྤྱགས་སུའོ། །དགེ་

འདུན་གྱིས་མགར་སྐྱད་དག་བསེལ་བར་བྱའོ། །བྱ་གུའི་ལྷན་པར་བྱ་རམ་དང་བྱ་སྒྲིགས་ཀྱི་
ཆོག་མ་དང་སྤྱི་ཚེལ་དང་རོ་ཉི་དང་ཆོན་མོ་སྤྱི་དག་མི་བཟང་ངོ་། །ལྷན་རིངས་དང་ཐམ་
ཕན་དང་ལྷན་པ་ཚུ་མིན་གྱི་ལྷ་བྱ་དག་བཟང་ངོ་། །སྤྱི་མས་ཀྱང་ངོ་། །ལྷགས་ཀྱི་འམ་
རྩི་འོ། །འབྲུ་མར་དང་བདར་བ་སྤྱི་ཚེལ་དང་འདྲ་བ་ལ་ཐུག་པར་གྱུར་པས་སོ། །ལྷགས་སམ་
ཀྱ་ཅུ་བཅན་དས་སོ། །དྲོ་བ་ལ་སྤྲོན་ནོ། །སྤྱི་གས་གཡོ་གས་ཏེ་འཛིན་པས་བསྐྱུས་ལ་ཅི་རན་ཅམ་
དུ་བསྐྱོའོ། །འབྲུ་མར་གྱིས་བདར་རོ། །ས་ལས་བྱས་པའི་ནི་བྱ་རམ་དང་འཛིན་པས་སོ། །སྤྱོད་
པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཟླ་བ་དུག་གི་འོག་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ས་ལས་བྱས་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་ཟླ་བ་བྱེད་ནའོ། །གལ་ཏེ་དབྱར་བྱུང་ན་དེའི་བྱ་བའི་བར་དུ་བསྐྱུ་བ་ད ང་ཚུ་བ་
ལྷས་ཉིད་གྱིས་ལེགས་པར་བཅོས་པ་ཉིད་བྱའོ། །དེ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་ཆེད་དུ་རྩ་བོ་
བསེལ་བར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པའམ་དབྱིབ་མོ་ཡང་རུང་ངོ་། །ཐལ་བས་བཀང་སྟེ་རྩ་
གཞོང་གིས་བསྐོས་ན་བཟང་ངོ་། །དེ་བཅང་བར་བྱའོ། །དེས་དུ་བ་མི་འཆོར་བར་དགབ་
སོ། །ཐུབ་མ་དང་འཛིན་པར་སྐྱར་བས་ བྱ་རོལ་བྱགས་པས་སོ། །འབྲུ་མར་གྱི་ཆོགས་མའམ་སྤྱི་
བས་ནང་བྱགས་པས་སོ། །སྐྱམས་པར་གྱུར་པས་སོ། །ས་གཞི་བྱི་དོར་བྱས་པར་ཐུབ་མ་བཏིང་
ཞིང་དུ་བ་འཆོར་བར་བྱེད་པ་འབྲུ་མར་གྱི་ཆོགས་མ་ལ་སོགས་པའི་རྩས་བཀྱམ་པའི་སྤྱི་དང་དུ་
ཁས་བྱབ་དུ་བཞག་པ་ལའོ། །སྤྱི་བ་དང་སོག་མས་བཅེར་ཏེ་མེ་སྤར་རོ། །ཏེ་ བོར་གྲང་ནས་
དབྱུང་ངོ་། །ཁ་དོག་རྩོགས་པ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་གྱི་བར་དུ་བསྐྱུས་པར་བྱའོ། །བྱི་དོར་
བྱས་ཤིང་གཞུག་པར་བྱའོ། །སྤྱི་གཞགས་ན་མས་ལ་སྤྱི་དང་བཅེ་བས་ཉིན་གོར་བྱག་དར་དང་
ཆག་ཆག་བྱའོ། །ལོ་ཆོགས་མི་ཤེས་ན་མཆན་གྱི་ཉིན་གོར་དུ་སྤྱི་སྒྲིག་པ་བསྐྱེན་པར་རྩོགས་
པར་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་སྤྱི་ཐབས་གྱིས་བཏྱག་པར་བྱའོ། །བྱུང་དང་གོས་ཀྱི་གདང་
མཐོན་པོ་ལ་འདུག་པའི་དངོས་པོ་དབབ་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །བསྐྱེན་པར་རྩོགས་པར་
འདོད་པ་ཤིང་ལ་འཛིན་དུ་མི་གཞུག་གོ། །མཆོམས་ཀྱི་བྱ་རོལ་དུ་མི་བཏང་ངོ་། །དེ་ལྟར་སྤང་
བའི་ཉིན་གོར་དུ་བཀར་ཏེ་ཆོགས་ལ་མངོན་དུ་སྤྱི་གས་པར་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་བཞག་པར་

བྱའོ། བྱིས་པ་ལ་གནས་བཅོལ་པར་མི་བྱའོ། བསྟེན་པར་རྫོགས་མ་ཐག་པ་ལ་མི་བཅོལ་པར་
མི་བྱའོ། གང་ན་གནས་མེད་པ་དེར་གསོ་སྦྱང་ལ་བཟུང་པ་དང་གནས་པར་ཁས་སྒྲུབ་བར་
མི་བྱའོ། གནས་པར་ཁས་སྒྲུབ་པ་ལྷ་མ་རྗེས་སུ་བསྐྱུང་བར་མི་བྱའོ། བྱི་མ་ལ་ཡང་སྐྱ་བ་
གཉིས་ལས་སྟག་པའོ། གནས་དང་ལས་དང་ཉེ་གནས་ཀྱི་སྟ་གོན་གྱིས་དེ་བཙལ་བར་
བྱའོ། མེད་ན་གཞོན་རྒྱུ་ནང་ནས་ཆེས་ཆུན་པ་ལ་བྱ་བར་བྱའོ། ཡོད་ན་ཡང་རེ་ཞིག་གི་
གནས་ཉིད་ཀྱིས་སོ། མ་བྱས་པར་དེ་ལྟ་བུ་ལ་བདག་གིས་སམ་དེས་ཀྱང་བསྟེན་བཀྱར་གྱི་
ལས་མི་བྱའོ། གནས་པར་འོས་པ་ཡོངས་སུ་ཆོལ་བ་ལ་བྱགས་པ་ནི་མེད་ན་མི་གནས་པར་
འདུག་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། ཞག་ལྷའི་མཐར་ཐུག་པའི་བར་དུའོ། རྟེན་པ་ཡོད་ན་འོས་པ་
ཉིད་དོ། སློ་བུར་དུ་འོངས་པས་ནི་ངལ་བསོས་ནས་ཉི་མ་གཉིས་པའམ་གསུམ་པ་ལ་གནས་
བཅའ་བར་བྱའོ། ཉི་མ་གཅིག་ནི་ཆེད་དུ་མི་བྱའོ། གནས་པ་ཉེ་བར་མི་གནས་ན་གཞན་ལ་
བྱ་བར་བྱའོ། ལས་སུ་བསྐྱོས་པར་སོང་བ་ན་དེ་གཞན་དུ་བྱུང་བ་ན་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་
མེད་དོ། གང་ཡང་རྩང་བ་ལ་མི་བྱའོ། སྤྱི་བ་ལ་སོགས་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཤེས་པ་དང་
འཁོར་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ཉིད་ངེས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེ་གཟུང་བར་བྱའོ། སྤྱོམ་པ་
བཞིན་ནོ། ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུ་མཐེལ་གཉིས་ལ་བཅངས་ནས་སོ། ཡོངས་སུ་བརྟགས་
ནས་སྦྱོར་ནོ། བྱ་དང་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། མཁན་པོ་དེ་ཉིད་གནས་ཉིད་ཡིན་
ནོ། ཇེ་ཉེ་ཕྱིར་དེ་ལ་དེ་མི་བཅའོ། གཉིས་ཀ་ལ་མི་བསྟོས་པ་ཉིད་བྱུང་ན་ནི་གནས་བཅས་པ་
འཇིག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། མཁན་པོ་མ་ཡིན་པ་དག་ཆོགས་ན་འདོད་པས་འདུག་པར་བྱའོ། ཇེ་
དང་དེ་ན་ནི་ཉིད་ཀྱིས་སོ། མཁན་པོ་མཐོང་མ་ཐག་དུ་སྟན་ལས་ལྷང་བར་བྱའོ། གཙུག་
ལག་ཁང་དེ་ན་འདུག་ན་གནས་པས་ཉིན་པར་ལན་གསུམ་འགོ་བར་བྱའོ། གལ་ཏེ་དགོན་
པ་ལ་འདུག་པ་ལ་རྒྱུ་གྲགས་ཙམ་ན་ཉིན་རེ་ལན་རེའོ། རྒྱུ་གྲགས་ལྷ་ཡོད་ན་ཞག་ལྷའམ་
དུག་ཅིང་ངོ། འདུག་ཆོད་ཕྱིད་དང་གསུམ་དག་ན་གསོ་སྦྱང་གི་ཆེད། གནས་པ་ཆད་པས་
བཅད་པར་འོས་པ་ཆད་པས་མི་བཅད་པར་མི་བྱའོ། ཆད་པ་ནི་ལྷོ། གཏམ་འདྲེ་བར་མི་

བྱ་བ་དང་། གདམས་ངག་མི་སྤྱིན་པ་དང་། བསྟེན་བཀུར་དང་ཚས་དང་ཟང་ཟེང་དག་གི་
ལོངས་སྤྱོད་དུ་མི་གཞུག་པ་དང་། དགོ་བའི་ཕྱོགས་བརྩམས་པ་རྒྱན་བཅད་པ་དང་། གནས་
དགག་པར་བྱ་བའོ། །མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་ཅན་དང་བཀའ་སློ་མི་བདེ་བ་དང་མ་གུས་པ་
དང་ཐྲིག་པའི་གྲོགས་བྱེད་པ་ལ་དེ་དག་འོས་པ་ཉིད་དོ། །ཆད་པས་བཅད་པ་གཞན་གྱིས་
ལེན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཉེས་པ་སློམ་པོར་འགྱུར་རོ། །གུས་པར་མི་བྱེད་ན་རྩང་པོར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
དགོ་སྤང་ཤེས་ཉེན་ཅན་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །རྒྱ་བཏང་བ་བཅོད་པ་གསོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་བཅོད་
པར་བྱའོ། །མི་འོས་པ་ཆད་པས་གཅད་པར་མི་བྱའོ། །འོས་པ་ལ་མི་བཅོད་པར་མི་བྱའོ། །མི་
འོས་པ་ལ་བཅོད་པར་མི་བྱའོ། །མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གནས་ཁང་ནས་བསྐྱད་པར་
བྱའོ། །དགོ་ཚུལ་ལ་ནི་རྒྱ་ཚགས་དང་རིལ་བ་སྤྱི་སྤྱགས་དང་མཐང་གོས་དང་བཅས་པའི་སྒྲ་
གོས་ཀྱང་བྱིན་ཏེའོ། །གལ་ཏེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡོ་བྱད་
ལའོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཁེང་གི་ལྟར་གྱ་ཚམ་མི་བྱའོ། །གཞོད་པར་འགྱུར་
བའི་བྲིམས་སྒྲ་བཅའ་བ་མི་བྱའོ། །ཁའི་གནས་པ་ཉིད་ནི་མ་བཀུས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སོ་ཤིང་
དབེན་པར་དོར་རོ། །བཤང་གཅི་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། །ལོངས་སྤྱོད་དུ་རྩང་བའི་ཤིང་ངམ་ཅིག་
པའི་རྩང་དུ་མི་དོར་རོ། །དེའི་ཚད་ནི་སོར་བཅུ་གཉིས་མན་ཆད་སོར་བརྒྱད་ཡན་ཆད་
དོ། །བད་ཀན་མང་བའི་ནི་མེད་ན་སོར་བཞི་ལས་ལྷག་པ་ཡན་ཆད་དོ། །གནས་ཁང་དུ་ཚོལ་
ཟངས་ཀྱི་ནང་དུ་སོ་ཤིང་དོར་བ་ལ་མི་རིགས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལ་ལྷ་ཁ་ཡང་མི་དབེན་པར་མི་
འགྱུར་རོ། །དེར་སྒྲ་གང་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ནམ་པ་དེ་ཉ་བྱ་བྱར་རྩང་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་རྩིས་ལ་ལྷེ་
བཞར་བར་བྱའོ། །ལྷེ་བཞར་ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །ཁབ་ཀྱི་རྩིས་དག་ལས་སོ། །དོན་འདི་
ལ་སོ་ཤིང་གི་ཚལ་པའང་རྩང་ངོ་། །དེ་མི་རྣོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཅིག་གིས་གཅིག་རྩུད་པར་
བྱའོ། །མི་རྣོ་བས་སོ་དང་ལྷེ་དང་ན་བ་རྩུད་བཞར་བྱའོ། །དལ་གྱིས་མ་ཡིན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་
དག་གིས་ཤ་ལ་མི་གཞོད་པར་རོ། །སོ་དང་ལྷེ་གཉིས་ཀྱི་རྩུད་བཞར་གྱི་ཕྱོགས་ཁའི་ངེ་མས་
གོས་པ་མ་བཀུས་སམ་སས་མ་བསྐྱས་པར་མི་དོར་རོ། །སྒྲ་མ་བྱས་པར་མི་དོར་རོ། །དེ་ནི་དཔེ་

ཡིན་ནོ། །བཤང་བ་དང་གཅི་བ་དང་མཆིལ་མ་དང་སྒྲུབས་དང་སྒྲུགས་པ་དང་སྒྲུགས་པ་
གཞན་དག་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ལས་བྱེད་པ་འབྱུང་བཞིན་དུ་འདག་རྩེས་དང་ཕྱི་བ་ལས་ཀྱང་
ངོ་། །ལུས་ གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབས་མ་ཐག་དུ་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་བྱའོ། །གནས་པས་སྐྱབ་པའི་
དབང་དུ་བྱས་ཏེ་དེ་ནས་དེ་མ་ཐག་དུ་ཐར་སོང་སྟེ་ཕྱག་བྱའོ། །བསྐྱུན་གསོལ་ལོ། །འདག་
རྩེས་དང་སོ་ཤིང་དབུལ་ལོ། །ཆང་མང་བལྟས་ཏེ་བཙོང་པར་བྱའོ། །དགའ་བ་བསྐྱབས་པ་
ཉིད་དུ་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ལྷུང་བཟེད་བཀྱ་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བསོད་སྟོམས་པ་ཞིག་ན་སིལ་བྱེད་
ཀྱང་ངོ་། །གལ་ཏེ་དགོས་པ་ཡོད་ན་ཆུ་ཆགས་ཀྱང་ངོ་། །གལ་ཏེ་དེ་ཡང་ཡིན་ན་ཁྱ་བར་
བྱའོ། །གལ་ཏེ་བཟོད་ཅིང་འདོད་ན་དེ་ཉིད་དང་སྟན་ཅིག་འཇུག་པར་བྱའོ། །ཉམ་ང་བ་ལ་
སོགས་པར་མདུན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། །བསོད་པ་ཞིག་ན་དེ་ལ་བསྟོར་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་མ་
འགོགས་ན་འོངས་ནས་བསྐྱུན་པར་བྱའོ། །ཆེས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་དབུལ་བར་བྱའོ། །དེས་
ཐམས་ཅད་ལ་ཆོད་རིག་པར་བྱའོ། །ཆུ་སྟོང་དགང་བར་བྱའོ། །དུས་བཙོང་པར་བྱའོ། །ཟན་
ཚོས་ནས་སྐྱང་བཟེད་ལ་སོགས་པ་བཀྱ་བར་བྱའོ། །དེ་དག་གཞན་པར་བྱའོ། །མཆོད་རྟེན་ལ་
ཕྱག་འཆོལ་བ་ན་འདག་རྩེས་ཀྱང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་དབུལ་ལོ། །རྐང་པ་བཀྱ་བར་གཏོགས་པ་
ལ་ནན་ཏན་བྱའོ། །མལ་དང་སྟན་བཤམ་པར་བྱའོ། །ཤམ་ཐབས་ཀྱི་གཟན་དབུལ་བར་
བྱའོ། །ཤམ་ཐབས་སྒང་བར་བྱའོ། །རྐང་པའི་ཆུ་དང་རྟེན་དང་ཆོལ་ཟངས་དབུལ་བར་
བྱའོ། །མཆིལ་སྒྲུལ་གཉིས་བྱའོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མ་བསྐྱོས་པར་ཕྱགས་མ་ཐོགས་པ་
མཐོང་ན་ལས་ཆུང་བར་བྱའོ། །གོས་འཆོམ་པ་ཉི ང་དུ་མ་བསྐྱོས་པར་ཁབ་ཐོགས་པ་ཡང་
ངོ་། །བྱང་བར་བྱ་བ་དང་སྟོ་ཆུང་དུ་བརྩ་བ་དང་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བྱ་བཏོག་པ་དང་། སོ་
ཤིང་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པར་ཡང་དགེ་ཚུལ་བསྐྱོའོ། །སྟོ་སྟེགས་ལ་བརྩམས་པས་ནང་
ན་གནས་པ་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་དལ་བྱས་དང་ཡུན་མི་རིང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་དུ་མི་ཕུལ་
ལོ། །དལ་བྱས་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་དང་འབྱུང་བ་དང་སྟོ་སྟེགས་ལ་མི་འབྱུད་པར་
བྱའོ། །དེ་ལ་བཀྱར་སྟེ་བྱའོ། །བཞར་བར་བྱའོ། །དེ་དང་ཞེ་འགས་པ་ལ་མི་བཞར་རོ། །དེ་ལ་

ཁྲིལ་ཡོད་པར་བྱའོ། །དེའི་བྱ་བ་ལ་གྲིམས་པར་བྱ་བ་དང་། གུས་པར་བྱས་ཏེ་བྱ་བ་དང་།
མཛེས་པས་འཇུག་པར་བྱའོ། །ངོ་ཚ་དང་ཕྱན་པ་དང་། ང་གུས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱས་དང་
བཅས་པ་དང་སེམས་དམའ་བ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་རང་གི་དོན་མི་ཉམས་པར་བྱའོ། །དགོ་
བ་གང་ཡིན་ཞེས་ཚོལ་བ་ཅན་དུ་བྱའོ། །ཉེས་བྱེད་ལ་འཇུག་ན་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །དགོ་བ་མི་
འཕེལ་ན་དེ་བྱེད་པ་གཞན་ལ་གཏད་པར་གསོལ་བར་བྱའོ། །གནས་གྱི་འོས་ངེས་པར་ཤེས་
པར་བྱས་ནས་གཏད་པར་བྱའོ། །ཐིག་པའི་གོགས་པོ་ལས་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །དགོ་བ་ལ་སྦྱར་
བར་བྱའོ། །དེ་ཉི་ལམ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ལྷུང་བ་ལས་བསྐྱང་བ་དང་རྒྱས་སུ་མཐུན་པའི་འཆོ་
བའི་ཡོ་བྱད་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །ལྷན་ཅིག་གནས་པ་དང་ཉི་གནས་དང་མཁན་
པོ་དང་སློབ་དཔོན་དང་མཁན་པོ་གཅིག་པ་དང་སློབ་དཔོན་གཅིག་པ་དང་། གཏམ་འདྲེས་
པ་དང་ཕེབས་པར་སྐྱབ་པ་དང་སློན་འགྲིན་དང་འགྲོགས་བཤེས་གྱིས་ནད་གཡོག་བྱའོ། །བྱེད་
པ་པོ་མེད་ན་འོག་མས་སོ། །འདིར་སློག་པའི་སློབ་དཔོན་ཡང་བབྱང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཅིག་
ཅར་མི་རྒྱས་ན་གནས་པ་གང་དང་འཇུག་པའོ། །འདིར་དེའི་རྟགས་བརྩམས་པ་ཡང་རབ་ཏུ་
བྱང་བ་དང་འདྲའོ། །ཁངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ན་བ་ཡལ་བར་མི་དོར་རོ། །དེ་ལ་ནད་
གཡོག་མེད་ན་མཐར་ཐུག་པ་མན་ཆད་ལས་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །དགོ་འདུན་ལས་བྱང་བའི་སླན་
ནི་ནད་པ་འབའ་ཞིག་གིས་སྦྱད་དུ་རྩང་ངོ། །མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ནད་གཡོག་གིས་ཚོལ་
དུ་གཞུག་གོ། །མ་འབྱོར་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་ལས་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱུ་ལ་
གསོལ་བ་མན་ཆད་ཀྱང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་དགོ་འདུན་གྱི་ལས་བཏུང་བ་དང་གདུགས་གདགས་
པ་ལ་སོགས་པའི་མཚོད་པ་བྱའོ། །མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལས་སོ། །དེ་གཉིས་གྱིས་སྦངས་པ་
དེས་མ་ཤི་ལ་འབྱོར་པ་ཡོད་ན་བསམ་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །ནད་གཡོག་གིས་དེ་ལ་བསྐྱེན་བཀྱར་
མི་བྱ་བར་མི་བྱའོ། །དེའི་ཚིག་དོན་དང་ཕྱན་པ་ཚོས་དང་ཕྱན་པ་བཅག་པར་མི་བྱའོ། །ལྷག་
པར་ཆགས་པའི་དངོས་པོ་འགྲུགས་པ་དགག་པར་མི་བྱའོ། །མི་གདམས་པར་མི་བྱའོ། །དེ་
ནད་པས་བསྐྱབ་པར་ཤིན་ཏུ་མི་བྱའོ། །དེས་དེ་ཤིར་དོགས་ན་དགོ་འདུན་གྱི་མལ་ལྟན་ལས་

བསྐྱབས་ཏེ་གང་ཟག་གི་ས་ལ་བཞག་པར་བྱའོ། །བསྐྱུ་མཉེ་དང་ཁྱུས་ལྡན་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ
ཐབས་ཀྱིས་སོ། །དེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་ལ་འབད་པ་དང་ལྡན་པར་
བྱའོ། །དེས་སྟེ་བར་བྱས་པ་ནི་བའི་གོས་དེ་དག་བཟུ་བ་ནི་དེས་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགོ་
འདུན་འདུས་པ་ན་དེའི་གནས་བརྟན་མཐུན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། །འགོ་བའི་ཆོ་སྒྲུབ་ན་
བསྐྱད་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་དེ་ཡང་ངོ་། །ཁ་བྱུང་བ་ལ་མི་རིང་བར་སོང་སྟེའོ། །ཁྱོད་གི་ཉེ་
འཁོར་དུ་ཡང་ངོ་། །གལ་ཏེ་འཇུག་པ་ན་ཕྱི་བཞིན་འོངས་ན་ཡང་ངོ་། །གལ་ཏེ་སྦྱོན་པ་
འོངས་ན་ཡང་དེ་ལ་གནས་བརྟན་འོངས་ཀྱི་བར་དུ་སྟོང་ཅིག་ཅེས་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །ཟས་ཀྱི་
ཕྱིར་སོན་པ་ཉིད་ན་ལག་ཏུ་བྱངས་པའི་ཆོ་གལ་ཏེ་དུས་ཡོད་ན་ཡང་ངོ་། །མེད་ན་གཤམ་ དེར་
དེའི་ལྟན་བཞག་པར་བྱའོ། །འདུག་པ་དང་ཕྱི་རོལ་དུ་ལམ་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །ལེགས་
པར་མ་བསྒྲོས་པ་ཉིད་དམ། ལེགས་པར་མ་སྦྱངས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་མཛེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་
གཉིས་ལ་བརྟན་བྱའོ། །ཁ་གོ་ན་བྱུང་ན་མོ་ལ་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །ཁ་གྱུར་ན་རང་གིས་
སོ། །གསར་བྱ་དེ་དག་ལ་ཀུན་དུ་སྦྱ་བར་མི་ བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགོན་པ་དེར་དེ་
དག་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་དེ་འཛིན་དུ་གཞུག་པར་བྱ་ཞིང་ངེས་པར་སྦྱར་བར་ཡང་
བྱའོ། །སྟོ་བྱར་དུ་འོངས་པས་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་གནས་མལ་གྱི་ཕྱིར་གཞུག་མར་གནས་
པ་རྣམས་ལ་བརྟུན་པར་བྱའོ། །འགོ་བར་ཆས་པས་ནི་སྦྱགས་དང་འགོན་པ་དང་གནས་དང་
གནས་མལ་དང་གོགས་ན་བ་མི་འདྲོར་བ་ཉིད་བརྟགས་ནས་འཕགས་པར་བྱའོ། །རིང་པོར་
མ་སོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་མར་ལ་ལའི་རྩང་ཟད་མ་ལུས་སམ་ཞེས་འཕྲལ་དུ་བྱན་པར་
བྱའོ། །གསར་བྱ་རྣམས་ནི་སྟོན་པ་ཉིད་དང་མ་ཁེངས་པ་ཉིད་ལ་དགོད་པར་བྱའོ། །བྲིམ་ཕྱིར་
ཉེ་བ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ངོ་། །ཀུན་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྦྱོ ད་པ་དང་སྦྱོད་ལམ་
བརྟན་པ་དང་ལྷང་མཛོད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཟས་ཀྱི་རྟེན་པ་དང་ནད་པ་ལ་བགོ་བཤའ་
བྱ་བ་ལ་སོགས་བྱ་བ་བསྐྱབས་པས་ཕན་གདགས་པར་བྱའོ། །དབྱར་གནས་པར་ཁས་སྐྱབས་
པས་གཙུག་ལག་ཁང་བྱི་དོར་མི་བྱེད་པ་ལ་གྲོས་བཏབ་སྟེ་བྱི་དོར་བྱེད་དུ་གཞུག་ཅིང་བྱི་

དོར་བྱེད་པ་ལ་ནི་སྤྱོད་བར་བྱའོ། ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འཁོར་དུ་གཏོགས་པ་གཏམ་འདོད་པ་
དག་ལ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚས་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པས་པན་གདགས་པར་བྱའོ། །མི་སྤྱོད་བ་ཉིད་
ལ་དགའ་བ་དག་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་གོ། །བྱིས་པ་ཉེ་བར་འོངས་པའི་འཚལ་མ་སྦྱར་དུ་
གཞུག་གོ། །མི་བྱེད་དམ་མི་འདོད་ན་དེ་དག་ལ་ཚས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་བྱས་ནས་བདག་
ཅག་འདི་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འཁོར་ལ་སོ་སོར་
བཏག་པར་བྱའོ། །དོན་མེད་པར་སྦྱོད་ན་ཚར་གཅོད་དོ། །དེ་ལ་འགོ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་རི་ལྟ་
བ་བཞིན་ནོ། །གཏམ་སྒྲ་ཚགས་དང་འགལ་བ་མེད་པར་བྱའོ། །བྱི་བཞིན་འབྲང་བའི་དགོ་
སྦྱང་མདུན་དུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །འདུག་པར་མི་བྱ ། འོ། །སྤྱོད་ན་སྤྱོད་བར་བྱ་ཞིང་བསྐྱབ་པར་
བྱའོ། །གཏམ་གྱི་བར་ཆད་མི་བྱའོ། །ཚོས་མ་ཡིན་པ་སྤྱོད་ན་བསྐྱོག་པར་བྱའོ། །ཚོས་གྱི་རྗེས་སུ་
ཡི་རང་བར་བྱའོ། །ཚོས་དང་ལྡན་པའི་རྟེན་པ་བྱང་ན་སྒང་བར་བྱའོ། །བྱིས་དུ་མི་ཚོད་པ་
དང་མ་ཁེངས་པ་དང་མི་གནས་པར་བྱའོ། །མིག་སྤྱད་པ་དང་བྱིས་པ་ནམས་ལ་ཚས ། དང་
ལྡན་པའི་གཏམ་བྱའོ། །སྦྱིན་པ་དང་། དུལ་བ་དང་། ཡང་དག་པར་སྤྱོད་པ་དང་། ཚངས་པར་
སྦྱོད་པ་ལ་གནས་པ་དང་། གསོ་སྦྱང་དང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། བསྐྱབ་པའི་གཞི་གཟུང་བ་
དག་ལ་དེ་དག་ངེས་པར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །ལྷུང་བའི་སྒོར་གྱུར་པའི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་
དུན་པས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །རྗེས་སུ་འགོ ། བ་བསྐྱབ་པས་མི་བྱ་བར་མི་བྱའོ། །འོངས་པ་ལ་
འོངས་པ་ལེགས་སོ་ཞེས་ལྟར་སྟན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ་བར་
བྱའོ། །འཇུག་པ་ལྟར་བྱའོ། །ཁྲོ་གཉེར་མེད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བྱིས་པ་ཞིག་ན་དེ་ལ་ཚས་དང་
ལྡན་པའི་གཏམ་བྱའོ། །ཁྲོང་མཐའ་བས་ནི་དེར་མི་འོང་ན་ཀུན་དགའ་བར་འགྱུར་པ་ཅི་
ཅུས་པས་བསྐྱོག་པར་བྱའོ། །ཁྱུ་དང་སྟན་བསྟན་པར་བྱའོ། །བྱུག་དར་དང་མལ་དང་སྟན་
བཤམས་པ་དང་། ཁྱུ་བཞག་པ་དང་བྲིས་པ་དང་ཟན་དང་བ་ནི་གསར་བྱས་བྱའོ། །གཡོག་
འཁོར་གྱི་བྱ་བ་མི་མཐུན་པ་གལ་ཏེ་རང་དང་གཞན་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བ་ནི་ཅི་
བདེར་བཞག་གོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཅུས་ན་དེ་དག་རྒྱན་བཅད་ལ ། ཚོས་དང་ལྡན་པ་

བསྐྱེད་ནས་དེས་གྲོས་གདབ་པར་བྱའོ། །དེའི་གཞི་ལས་གཡོག་འཁོར་མི་དགའ་ཞིང་འཕོ་
བར་ཉ་ན་ཕྱིར་བསྐྱེད་བར་བྱའོ། །མི་རྣམས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གཞན་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །དེའི་རྒྱུ་
གྲིས་ཚད་ཅིང་སྤྱོད་བར་མི་བྱའོ། །དགོ་འདུན་གྱི་ཀྲན་དགའ་ར་བར་གཞོད་པ་བྱེད་ན་ཅི་ནས་
ཀྲང་དེ་ཉིད་འཛིན་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་འཛིན་པ་བཏང་བ་དེ་ཉར་བྱའོ། །མི་འགོ་ན་བབ་
ཅོལ་དུ་སྤྱོད་ལ་ཡང་མི་བཟོད་པར་གཞོན་ནུ་དང་མཛའ་བཤེས་དང་ཁང་སློན་དང་བཀྲ་བས་
པ་དང་ཞབས་འབྲེང་གཞུག་མ་དག་ལ་སྐད་སྦྱར་ཏེ་སྤྱོད་དག་པར་བྱལ་འོག་དུ་གཞུག་པར་
བྱའོ། །དགོ་སློང་གི་གནས་སུ་དགོ་སློང་མའོ། །རབ་དུ་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིའོ། །བསྟེན་པར་
རྫོགས་པ་ལ་ནི་དེ་གསོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་བྱེད་པ་ལས་གཞན་པའིའོ། །འདིར་དགོ་
འདུན་གྱིས་བསྟེན་པར་བྱའོ། །བར་ཆད་ངེས་པ་དགོ་སློང་མས་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱའོ། །བྱུང་མེད་
ལ་ནི་དགོ་སློབ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གཞན་ཡོད་དོ། །གནས་པ་ཁོ་ནའོ། །དགོ་ཚུལ་མ་ཉིད་
དང་དགོ་སློང་མ་ཉིད་ཀྱི་བར་སྐབས་སུ་སྤྱད་པའི་དུས་ནི་ལོ་གཉིས་སོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་
པའི་དུས་ཀྱི་དང་པོར་དེས་མ་ལོན་པའི་དང་པོ་ལ་སྟེའོ། །ཁྱིམ་སོ་བཟུང་བ་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་བཅུ་གཉིས་ཉིད་དོ། །སྟེན་པ་ལས་སྟེའོ། །དགོ་
སློང་མའི་དགོ་འདུན་གྱིས་སོ། །སྟེན་པ་ནི་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་མ་པ་ཞེས་བྱ་བས་སོ། །དེའི་འོག་དུ་
བསྐྱེད་པ་བཟོད་པར་བྱའོ། །ཆོངས་པར་སྦྱོད་པ་ལ་ཉེ་བར་གནས་པའི་སྤྱོད་མ་པ་མ་ཐོབ་པར་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གསང་སྟེ་བསྟེན་པའི་འོག་དུ་དགོ་འདུན་གྱིས་དེ་སྟེན་
པར་བྱའོ། །བར་ཆད་ངེས་ནས་སོ། །གསོལ་བར་བྱས་ནས་སོ། །ཆོས་གོས་དག་ནི་ལྷ་ཉིད་
དོ། །གནས་རྒྱུས་ལ་ཤིང་རྩུང་ཉིད་མ་གཏོགས་སོ། །ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་རྒྱུས་ལ་བརྟུང་
ཉིད་དོ། །སྟེ་བའི་ཆོས་རྒྱུས་བཟོད་པར་བྱའོ། །ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་དང་དགོ་སློང་དུ་བྱེད་
པའི་བར་སྐབས་སུའོ། །བཀོལ་བ་དུག་པོ་དག་གོ། །དེ་ལ་ནི་སྟེ་བའི་ཆོས་ཉིད་མེད་པར་ཡང་
འདྲའོ། །མཚན་གཉིས་པའོ། །སྟེ་འདམས་པའོ། ། །རྟག་དུ་ཟླ་མཚན་ཟག་པའོ། །ཟླ་མཚན་མི་
ཟག་པའོ། །མཚན་མ་ཅོམ་ཡོད་པའོ། །མཚན་ཅོམ་དུ་གྱུར་པའི་མཚན་མ་ཡོད་པ་ནི་དེ་ཞེས་

བྱའོ། རྩོན་རབ་ཏུ་བྱང་བའོ། རབ་ཏུ་བྱང་བའི་གཞི་ཐུན་ཆོགས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་
སོ། །མི་མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་པ་དང་། བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྟན་པ་གཉིས་ནི་སྟོན་པའི་ཁིང་ཉི་དམ་
ཡིན་ནོ། །མཚན་ལན་གསུམ་དུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་གཉིས་ལ་ནི་མི་ཉམས་
སོ། །ལེན་པ་ཉིད་ན་ཡང་སྐྱའོ། །དེ་དང་ཐུན་པའི་ལྷར་མཐན་པོ་མེད་པ་ཉིད་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་
བསྟན་པར་མ་རྩོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ངོ་། །དེ་དགོ་སྤང་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ན་ནི་མི་
སྐྱའོ། །དེ་ཕྱིར་སྤང་བ་ལ་ཡང་མི་སྐྱའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་མ་བཟོད་ན་ཡང་མི་སྐྱའོ། །དགོ་
འདུན་གྱི་ན་ཡང་དེའི་སྐྱ་གནས་ཀྱི་མི་སྐྱའོ། །བྱིས་པ་དང་ཐུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཅན་
ལ་ཡང་མི་སྐྱའོ། །སྐྱོན་མོ་དང་འབྲུགས་པ་དང་མཚན་དུག་མ་དག་ལ་ཡང་མི་སྐྱའོ། །རྒྱ་ལས་
བསྐྱོག་པ་ཁས་མི་ལེན་པ་གནས་ནས་ཕྱང་བ་ལ་ཡང་མི་སྐྱའོ། །ཆོག་ཕྲ་མ་མེད་པ་ཉིད་ལ་ནི་
ཉིས་བྱས་ཅམ་དུ་ཟད་དོ། །མཐན་པོར་མ་གསོལ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །བར་ཆད་མ་དྲིས་པར་ཡང་
ངོ་། །དེ་མེད་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་སྐྱོན་ན་ཡང་ངོ་། །སྐྱེས་པ་འདྲ་བའི་བྱད་མེད་ཉིད་དང་།
བྱད་མེད་འདྲ་བའི་སྐྱེས་པ་ཉིད་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་ནི་ལག་
རྒྱུ་ལ་སོགས་པས་འཕངས་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྲིག་སྤྲིག་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། སྤྲིང་
གཞན་ནས་སྐྱེས་པའི་ཚུལ་བྱད་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱང་ངོ་། །ཁེན་མོ་གཅིག་པ་དང་། ལག་པ་
འཇས་ཏེ་ལྟེབས་པ་དང་། གཞོགས་ཕྱིད་འཇས་པ་དང་། མགོ་སྦྱང་དང་། སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་ཅན་དང་།
སྦྱར་པོ་དང་། དགྱེ་པོ་དང་། དགྱེ་སྦྱར་གྱུར་པ་དང་། སོར་མོ་དུག་པ་དང་འབྱར་བ་དང་མེད་
པ་དང་། མིག་རྩི་མ་ནང་དུ་བྱག་པ་དང་། བེའུ་ལེའི་ལྟ་བུ་དང་། ལྟག་པའི་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱིན་
ཅི་ལོག་པ་དང་། བར་འཛིངས་པ་དང་། སྐྱོ་བ་དང་། སྐྱེའོ་དང་། ལྷུ་པོ་དང་། མིག་པོ་ཆེ་
དང་། མཛེར་པ་ཅན་དང་། རྒྱ་བ་ཅན་དང་། འབྲུམ་བུ་ཅན་དང་། རྣ་བ་སེར་བ་དང་།
དཀར་བ་དང་། དམར་བ་དང་། སྐབས་ཅན་དང་། བྱི་རྩོག་ཡའ་བ་དང་། འཕྱངས་པ་དང་།
ཆེ་བ་དང་། རྒྱིག་པའི་ནང་དུ་མཚན་རྒྱབ་པ་དང་། སྐྱོན་པ་དང་། ལྷེ་མེད་པ་དང་། ཀང་ལག་
གཅིག་པ་དང་། མེད་པ་དང་། སྐྱ་རྩོན་དང་། མགོ་སྦྱང་པོ་ཆེའི་ལྟ་བུ་དང་། ལྟེ་ལྟ་བུ་དང་།

ཁྱིའི་ལྷ་བྱ་དང་། བ་ལང་གི་ལྷ་བྱ་དང་། ལྷག་གི་ལྷ་བྱ་དང་། རི་དྲགས་ཀྱི་ལྷ་བྱ་དང་། ཉའི་ལྷ་
བྱ་དང་། སྐྱལ་གྱི་ལྷ་བྱ་དང་། རིང་བ་དང་། མང་བ་དང་། མགུལ་ཏ་ལའི་ལྷ་བྱ་དང་། སྐངས་
པ་དང་། སྦྱོང་ལམ་གྱིས་དུབ་པ་དེ་དག་ལས་མི་ན་བ་རྣམས་སོ། །མི་ན་བ་རྣམས་གཞན་དག་
ནི་ན་བས་སོ། །རྒྱན་པོས་ནི་ཕུང་ཁྲོལ་བའོ། །རྒྱལ་ བོ་པ་མའི་བསམ་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་གནང་
བ་ནི་པ་མ་དང་འདྲའོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱང་གནང་བ་དང་བསྐལ་བ་
དང་ཁུ་བ་དག་ལ་པ་མ་ཉིད་དང་འདྲའོ། །མི་མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་པ་གཉིས་ནི་མ་ཡིན་
འོ། །དེ་གཉིས་ལས་མཚམས་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ལས་ཏེ་
མཚན་གྱུར་པ་གཉིས་ལས་ཀྱང་ངོ་། །མ་བསད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་བྱས་པ་ཉིད་གཙོ་
བོའོ། །ཤམ་པར་གྱུར་པ་མ་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་མི་ཚངས་པར་སྦྱང་པས་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་དག་
སུན་སྦྱང་བ་ཉིད་ཡིན་འོ། །བྱང་མེད་བསྐྱབ་པ་ཕུལ་ནས་སྦྱོར་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ནི་རབ་དུ་
འབྱུང་བ་དང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་རུང་བ་ཉིད་དོ། །ཤམ་པར་འགྱུར་བ་མུ ན་མོང་མ་
ཡིན་པ་ལྷག་པར་སྦྱང་པ་ཅན་ཡང་ངོ་། །བྱང་མེད་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བ་ལ་གཉུག་
མར་གནས་པ་རྣམས་ཡན་ལག་ཉིད་དོ། །སྦྱོར་བའི་ཆོ་ཉིད་ན་ཕུལ་ལམ་ཉམས་ན་མི་
སྦྱོའོ། །རབ་དུ་འབྱུང་བའི་གཞི་ཁུ་བ་པལ་ཆེ་བའི་སྐབས་རྫོགས་སོ། །རང་བཞིན་ཉམས་པ་
བྱས་པ་ཉིད་ནི་ཕུལ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་འོ། །དེ་ལ་ མ་ཡིན་འོ། །སྐྱགས་པ་ལ་མ་ཡིན་འོ། །མི་མ་
ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་ལ་མ་ཡིན་འོ། །མ་གོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་འོ། །དབེན་པར་མ་ཡིན་འོ། །དབེན་
པར་འདུ་ཤེས་པས་མ་ཡིན་འོ། །བསྐྱབ་པའམ་སངས་རྒྱས་སམ་ཆོས་སམ་དགོ་འདུན་ནམ།
མདོ་སྤེའམ་འདུལ་བའམ་མ་མོའམ་སྦྱོབ་དཔོན་ནམ་མཁན་པོ་འབུལ་ལོ། །བདག་བྱིས་
པའམ་དགོ་ཚུལ་ལམ་ཟ་མའམ་མ་ནིང་ངམ་དགོ་སྦྱོང་མ་སུན་སྦྱང་བའམ། རྒྱ་ཐབས་སུ་
གནས་པའམ་ཐ་དད་དུ་གནས་པའམ་གནས་པར་མི་བྱའམ། སུ་སྤྱོགས་ཅན་ནམ་སུ་སྤྱོགས་
ཅན་ཁྱགས་པའམ། མ་བསད་པའམ་པ་བསད་པའམ་དག་བཅོམ་པ་བསད་པའམ་དགོ་
འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པའམ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་སྦྱང་བར་གཟུང་

དུ་གསོལ། བདག་ ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྟོང་པ་བྱིད་ཅག་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པའམ་
ལོངས་སྟུང་པས་ཚོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ནི་འབྲུལ་བའི་ཚོག་དག་ཡིན་ནོ། །འབྲུལ་བའི་ཚོ་
གའོ། །

འབྲུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་གཉིས་པའམ་རྟུག་རེག་ཉམས་སུ་སྟོང་བར་བྱས་ནའོ། །ཟག་
བྱེད་དོ། །དེར་རོ། །མ་ཉམས་པར་རོ། །ཁའམ་བཤང་བའི་ལམ་དུའོ། །ཉམས་པ་དག་ལ་ནི་
སྒྲིམ་པོའོ། །མི་རུང་བ་དག་ལ་ནི་ན་སྦྱང་དོ། །མི་མ་ཡིན་པའི་འགོ་བ་པ་ཉིད་དང་། རྒྱེས་པ་
ཉིད་དང་། མ་ནིང་ཉིད་དང་། རོ་ཉིད་དང་། རྟེན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དང་། བརྟེན་པར་བྱ་བ་
གཡོགས་མ་ཅན་དག་ལ་ནི་ན་སྦྱང་པ་མེད་དོ། །མ་ཚོར་བ་དང་རང་བཞིན་ཉམས་པའི་
གནས་སྐབས་དང་མི་འདོད་བཞིན་དུ་བརྟུག་པ་ཉིད་ནའོ། །རང་གིས་བརྟེན་པར་བྱ་བར་
རོ། །སྒར་བྱི་རོལ་དུ་བྱུང་པ་ཉིད་ལའོ། །ནང་དུ་མི་དཔོ་བར་བྱི་རོལ་ཉིད་དུའོ། །མ་བསྐྱུངས་
བར་ཉིན་མོ་སྒྲིམ་པ་བ་སྟེ་གཉིད་ལོག་པར་མི་བྱའོ། །སྐྱུང་མ་ནི་གསུམ་སྟེ། སྒོ་བཅད་ཅིང་ཀུན་
ནས་བསྐྱོར་བ་ན་གནས་པ་ཉིད་དང་། དགེ་སྦྱང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱུངས་པ་ཉིད་དང་། ཤམ་
ཐབས་ཀྱི་མཐའ་བཅིངས་པ་ཉིད་དོ། །མི་ཚངས་པར་སྟོང་པའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པའོ། །གང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་རྫོང་པ་དེར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །གང་དུ་མི་མ་ཡིན་པས་
གཞོད་པའི་བྱིར་བཅོལ་བ་དེར་གནས་པར་མི་བྱའོ། །འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བས་འཇག་སྟོང་
བཅང་བར་བྱའོ། །རའམ་རི་དྲགས་སམ་བྱི་བའི་པགས་པ་ལས་སོ། །དྲི་མི་ང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་
སྐབས་སུ་བཀུ་བ་དང་བསྐྱམ་པར་བྱའོ། །དེའི་དུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཞན་བྱའོ། །ཏ་ཅང་མང་བས་
འདར་བར་གྱུར་ན་ཕུ་སྐྱགས་སོ། །བྱེ་མའམ་ སའིའོ། །ཟན་ཟ་བ་དང་། མཚོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་
འཚལ་བའི་ཚོ་ཕོག་ལ་བཀུས་ཏེའོ། །མི་ཚངས་པར་སྟོང་པའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་ཕྱན་ཆོགས་
ཀྱི་སྐབས་སོ། །ཁའི་དང་པོ་ནི་སོ་པན་ཆད་དོ། །བཤང་བའི་ལམ་ཀྱི་བྱ་གྱའི་སྐབས་ཀྱི་མཐའ་
ཡན་ཆད་དོ། །ཟག་བྱེད་ཀྱི་ནི་པགས་རིམ་ཡན་ཆད་དོ། །དེར་ནོར་བུ་བརྟུག་པ་ཉིད་ནི་ དེའི་

མཐའོ། རྩོགས་ཀྱི་དང་པོ་ཅུང་ཟད་ཟེན་པ་ཉིད་དང་། སྒྲངས་པ་ཉིད་དང་། ཅུལ་བ་ཉིད་
དང་། ཟུགས་པ་ཉིད་དང་། སྒྲིག་ཆགས་དག་གིས་ཟོས་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི་ཉམས་པ་ཉིད་
དོ། །བཟོད་པར་བྱ་བ་བྱེད་བཅད་པ་ཉིད་ལ་ཡང་ན་སྦྱང་པ་མེད་དོ། །བཞེན་པར་བྱ་བའི་
དབུས་བྱེ་བའི་མཆམས་འབྱོར་བ་མི་མངོན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །མངོན་པ་ལ་ནི་ཆོག་འོག་མར་
རོ། །སྒྲིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི་ཕག་ལ་སོགས་པ་བཙོས་པ་སྤྱི་མེད་པ་དག་ལའོ། །མགོ་
བཅད་པའི་ཁར་རོ། །བརྟེན་པར་བྱ་བ་དང་། རྟེན་པར་བྱེད་པ་ལུས་ལས་ཐ་དད་པར་བྱས་པ་
གཉིས་ཀྱིའོ། །གཞན་པ་གཉིས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་གཉིས་དང་གཞན་དུ་སྦྱོར་བར་བྱེད་
ནའོ། །གཞན་པའི་བྱ་ག་ལུས་ལས་བཅད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །བརྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ནིང་མ་སྤྱབས་
མེད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །མཚུ་གཉིས་ལའོ། །བྱི་རོལ་གྱི་མཆམས་ལ་ཐུག་པར་རོ། །སྒྲོད་
དུའོ། །བསྟབས་པ་དང་མི་རེག་པར་འཇུད་པ་གཉིས་སོ། །མཐའ་ཉིད་བརྗོད་པའི་གཡོགས་མ་
དེ་ནི་བསྐྱབས་པ་སྟེ། དེས་གཡོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་རེག་པར་མི་འགྱུར་བ་
མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱིས་གཡོགས་པ་ཉིད་ནི་མི་རེག་པར་འཇུད་པས་རྣམ་པར་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །པམ་པར་འགྱུར་བ་དང་པོ་བྱ་བའི་སྐབས་སོ། །དགེ་སྦྱོང་གི་དངོས་པོར་མི་ཤེས་ན་
རང་བཞིན་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཉམས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ་ནང་དང་བྱི་རོལ་ལོ། །བཞེན་པའི་
བྱིར་གཞན་ལ་ཁས་སྒྲངས་པ་ན་བསྐྱབ་པ་འབྱུགས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་དེ་ཡང་བྱིན་པར་བྱ་བ་
ཉིད་དོ། །དེ་ནི་དགེ་སྦྱོང་གི་སྒྲིམ་པའོ། །མ་ཚུད་ན་ཡང་ངོ་། །ཚུད་པར་བྱ་བའི་བྱིར་མ་ཉིད་
ན་ཡང་ངོ་། །སྒྲིག་པ་དང་ངོ་ཚ་བས་ཀྱན་དུ་འདོད་ཆགས་མ་སྐྱེས་ནའོ། །ཡན་ལག་གི་རྣམ་
པ་བརྗོད་པའི་བྱིར་རོལ་སྤངས་ན་ཡང་ངོ་། །ལས་སུ་མི་རུང་བ་བརྟུག་ནའོ། །ལག་པས་ལག་
པར་དང་། ཀླང་པས་ཀླང་པར་དང་། ཆོགས་ཀྱིས་ཆོགས་སུ་དང་། མདོམས་ཀྱིས་མདོམས་སུ་
ལྟ་བུར་མི་རུང་ནའོ། །སྦྱང་པའི་གཡོ་བ་ཉིད་ཅམ་ལའོ། །ཤིང་དང་བ་སོ་དང་རྩོ་བ་དང་གོས་
ལས་བྱ་མའི་གཟུགས་བྱས་པ་ལ་བཙལ་བ་ན་གལ་ཏེ་དབང་པོ་ཅམ་དོད་ནའོ། །ཡན་ལག་
ཐམས་ཅད་དུ་རེག་པ་སྟེར་ན་དངོས་གཞིའོ། །བཞེན་པའི་དོན་དུ་རྩོལ་བས་ཡན་ལག་གི་

ནམ་པར་རྒྱུ་པ་འཛུགས་ནམོ། བཞེན་པར་བྱ་བ་ལ་ཡན་ལག་གི་ནམ་པས་དེ་ཅམ་ལ་གཞིལ་
བས་ཕྱི་རོལ་དུ་རེག་ནམོ། བཞེན་པའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་བསྒྲོ་ནམོ། རང་བཞིན་གྱིས་ལས་སུ་
རུང་བ་ཉིད་ནི་ན་སྤང་པར་བྱ་བ་མེད་དོ། མདུན་མ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་གང་དུ་བརྩམ་བ་དེ་
ལས་གཞན་དུ་སྤྱགས་པ་ལ་མེད་དོ། ལམ་ལྷག་མ་ནམས་སུ་བཅའ་བར་བྱའོ་སྟམ་པ་ལ་ཡང་
མེད་དོ། བདག་ནི་ཉམས་པའོ་སྟམ་པའི་བསམ་པ་ཅན་ལ་ཡང་མེད་དོ། རྒྱུ་དང་དབུལ་
བར་བྱ་བའི་དོན་ཉིད་ལ་ཡང་མེད་དོ། ལམ་ལ་གཞན་ཉིད་དུ་འདུ་ཤེས་པ་དང་ཡིད་གཉིས་
ཟ་བ་ལ་ཡང་མེད་དོ། ལམ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་དེ་གཉིས་སྒྲུབ་པོ་ འི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་
དོ། རྗེས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་འགྲེལ་བ་ལ་ནི་རྒྱུང་བ་མེད་དོ། ཉམ་ཐག་པས་མགུལ་ནས་
མི་འདོད་བཞིན་དུ་འཁྱུང་པ་ལ་ཡང་ངོ། མཆུར་མཆུས་རེག་པ་ལ་ཡང་ངོ། བྱིའི་མདུན་དུ་
གཅི་བར་མི་བྱའོ། གང་དུ་སློག་གི་བར་ཆད་འབྱུང་བའི་དགོན་པ་དེར་གནས་པར་མི་
བྱའོ། གང་ན་ཡན་ ལག་གི་ནམ་པ་འཛིན་པའི་འཛིགས་པ་ཡོད་པའི་ཆུ་སྤྱང་དེར་སླེན་མོར་
བཞུལ་བར་མི་བྱའོ། དེར་ཤེས་བཞིན་དུ་སྤྱ་བཞུལ་བར་བྱའོ། བ་ལང་གི་ནང་དུ་ཡང་འགོ་
བར་བྱའོ། བྲོན་པ་ཡང་བརྟག་པར་བྱའོ། བསོད་སྟོམས་ལ་ཡང་གོང་དུ་རྒྱ་བར་བྱའོ། ལེགས་
པར་སོ་སོར་བརྟགས་པར་བྱས་ནས་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་བྱའོ། གཅིག་ཕུ་སྤྱ་གཞུ་མེད་པར་
སྒྲོས་མི་དབབ་པོ། དགོ་སྤྱོད་མས་གནས་ཁང་སྒོ་མ་བཅད་པར་སྟོམས་པར་འཇུག་པར་ཡང་
མི་བྱའོ། ལམ་པར་འགྱུར་བ་དང་པོ་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སོ། མི་ཚངས་པར་སྦྱོད་པའི་པམ་
པར་འགྱུར་བ་དང་པོ་རྗེས་སོ། །རྒྱུའམ་རྒྱུར་བརྟག་པ་དག་གིས་སོ། མངགས་པས་ཀྱང་
ངོ། མ་བྱིན་པའོ། མ་ཤ་ཀ་ལྡ་ལ་སོགས་པའོ། རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་སོ། མིའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
གཟུང་བའོ། དེར་འདུ་ཤེས་པས་སོ། བྱིར་བ་ཉིད་ན་བསམ་པས་མ་བཏང་བ་ནི་བདག་པོ་
ཉིད་དང་མ་བྱལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཐ་སྤྱང་མི་ཤེས་པ་ནི་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་བདག་པོ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། བཟའ་བཏུང་གི་ཕྱིར་བྱིན་པ་ལ་ནི་བསམ་པ་དང་ ང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། རྟགས་མེས་བཏང་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་བཟུང་བའི་ཕྱིར་རི་དྲགས་དང་བྱ་དང་ཐྲིག་

སྤྱལ་ལིངས་བཏབ་པ་རྣམས་ལ་ནི་ལིངས་པ་མ་ཡིན་པ་བདག་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། བྲེ་བྲག་མ་
བྱེད་པ་ལ་ནི་གཞི་ལས་རྣམ་པར་གཞག་གོ་རིན་ཐང་ནི་རྒྱ་བའི་གནས་དང་དུས་ཀྱིས་
སོ། ཁ་བསམས་པ་ལ་ནི་ ལྷང་བ་མེད་དོ། རང་དང་བརྟུང་བ་དང་ཡིད་གཙུགས་པའི་སེམས་
དག་གིས་གཞན་ལ་གོ་བར་བྱས་ཏེ་སྒྲངས་ན་ལྷང་བ་མེད་དོ། རྒྱ་སེམས་མེད་པ་གཞན་གྱིས་
ཀྱང་ངོ་། རྟིང་རྟེན་རྩ་འཕྲུལ་གྱིས་སྟོགས་ནའོ། བམས་ཅད་དུ་སྦྱར་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་
སོ། རྩི་ཚན་དེ་ལ་གལ་ཏེ་དངོས་གཞི་ཡིན་ན་སྟོམ་པོའོ། འོག་ མ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། ཁ་
ཚག་པ་བརྒྱས་ནའོ། བདག་པོ་མེད་པའི་གཏེར་རོ། རང་གིའོ། འགྲོ་བ་གཞན་གྱིར་
རོ། བདག་གིར་མ་བྱས་པར་སྤྲ་བ་དང་ཚུད་གཟན་པ་དང་ཟེན་པ་བཏང་བ་ལ་སོགས་པས་
བྲལ་བར་བྱེད་ན་ཡང་ངོ་། རྟིང་རྟེན་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ན་ཉེས་བྱས་སོ། རྒྱར་བྱས་ན་
ཕྱིར་བཅོས་ཀྱང་དེ་མ་བྱས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། རྟོམ་པའི་སྤྲ་རོལ་ནི་སྦྱར་བའི་སྦྱར་བ་ཉིད་
དོ། བྲི་བའི་གོམ་པ་རེ་རེ་ལ་དེ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ། འདྲི་གཞི་ལ་ནི་སེམས་ཅན་སོ་སོ་
ལའོ། རྒྱར་པ་ལས་བཀོལ་བ་ནི་གྲུ་ལ་རེག་པ་མ་ཡིན་ནོ། འདྲི་བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ལ་ནི་ལྷར་
བརྒྱས་པ་ནའོ། བཏུས་ནས་ནི་ཕུང་པོ་ནའོ། རྟིངས་པ་ལ་ནི་ གནས་ཀྱི་སྟེང་ནས་རྩིས་ཀྱི་
སྟེང་བྱིང་ནའོ། འདྲི་བྱས་དབྱུང་ངོ་སྟོམ་པའི་སྟོ་གོས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྐྱར་
བའིའོ། བཤལ་བ་ལ་ནི་ངོས་ཀྱི་གཞིའི་མཚམས་ལས་ངོས་ཅིག་ཤོས་འདས་ནའོ། བྱབ་པའི་
འོངས་སུ་གཏོགས་པའི་དེ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། འདྲི་མཚན་ཉིད་ནི་གྱུང་
གྲུགས་དང་གས་པ་དང་བྲིས་པ་དང་ཁ་དོག་གཞན་དང་བར་མཚམས་དང་བར་ཆད་དག་
གོ་སྟོག་ཆགས་ལ་ནི་ཕྱི་མ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པར་བཏག་ཏུ་བྱང་བ་རྣམས་བར་ཆད་
ཉིད་ཡིན་ནོ། གཤིང་བ་བཏིང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། རྟེན་བ་ནི་བཞག་པ་དང་འདྲ་བའོ། བསྟོན་པ་
ནི་ཕུད་ནའོ། ཤོ་གམ་ནི་ས་ལས་འདས་ནའོ། ཁི་ལ་གལ་ཏེ་བརྟེན་ན་ནི་དེ་གྲུབ་ནའོ། གལ་
ཏེ་དེ་ལྟར་ན་བྱ་སྤར་བ་ནའོ། འདྲི་འགྲོ་བཏགས་པ་ནི་བཀོལ་ནའོ། བརྟོད་པ་དང་བྱུ་ལས་
བཀར་བ་གཉིས་ནི་མི་སྤང་བར་གྱུར་པ་ཉིད་ནའོ། གསང་སྟགས་དག་གིས་འདྲན་པ་ནི་

སྒྲུང་བ་ནའོ། བྱི་བཞིན་འབྲང་བ་དང་ནང་བྱན་བྱེད་པ་གཉིས་ནུར་བ་དང་འབྲངས་པ་
དང་འབྲམ་པ་དང་འབྲུག་པ་དང་འཛེག་པ་དག་གིས་སྡེ་མ་ལྟར་ཡིན་གྱི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་
སྒྲངས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། བྱ་ནི་སྐམ་ས་དང་ཡུར་པོ་ཆེ་དང་ཚུ་བདལ་བ་དག་གིས་སོ། རྒྱུན་
སྟོགས་ཀྱིས་སོ། རཐད་ཀར་ཡང་པ་རོལ་གྱི་འབྲམ་དུ་མི་སྒྲང་བར་གྱུར་ནའོ། རྟེ་ལས་གཞན་
པ་ཉིད་ལ་ནི་དེར་བྱིན་ནའོ། རྒྱུན་ལས་བསྐྱོག་པ་ལས་ནི་གྲུ་ཚུགས་ལས་འདས་པ་
ནའོ། གཞན་གྱི་ལས་ཀྱི་མཐའ་དག་ལ་ཚུ་གཏོང་བའམ་འགོག་པ་ལ་ནི་རང་གི་ལས་ཀྱི་
མཐའ་ཐུབ་པ་སྐྱེད་མ་གཏོགས་པ་དེའི་ཆེད་དུ་དེར་འདུན་པས་གཞན་དུ་གྱུར་ནའོ། རྒྱུན་
པོ་ནམས་ལ་དེའི་ཆེད་དུ་ལམ་རྒྱས་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ་ནི་ཤས་ཐོབ་ནའོ། རས་གཞི་དང་ཁང་
བྱིས་དག་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བས་ནི་མཚམས་འབྱོར་ནའོ། ཤགས་ཀྱི་ས་གལ་ཏེ་སྒྲ་ཡི་གར་ནི་
རྒྱལ་ནའོ། གལ་ཏེ་འོག་གཟུར་ན་པ་རོལ་པོའི་སྒྱུར་བ་ཉིད་བཏང་ནའོ། རྟེ་ནི་སྒྱུར་བ་ཉིད་
དོ། རྒྱ་སེམས་མེད་པ་ལ་ཤོ་གམ་དུ་གཏོགས་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་བར་དོགས་པར་མི་
བྱའོ། གང་གིས་སྒྲངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོད་ལས་དེས་སྐྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། གནང་བ་
ལ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ན་མ་བརྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། རམ་གནང་བས་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པར་མི་
བྱའོ། རམ་ཆོར་བར་འདའ་བར་བྱེད་པ་མི་འབྲུབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་མི་འབད་པར་མི་
བྱའོ། རབྱང་མ་དག་སྒྲོང་དུ་མ་གཞག་པར་བྱའོ། རདའི་ཟན་བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། རེས་
བསྐྱོག་པར་བྱའོ། བརྒྱག་པ་ཉིད་ན་བརྗོད་པར་བྱའོ། རེད་ན་མཚན་མ་གད་བ་པོ། རབྱིར་ཏེ་
འོངས་པ་ལ་ངྲི་བར་བྱའོ། གཞན་གྱིས་དོར་བ་མི་འབྲུབ་ན་རེག་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། རམ་ཕུལ་
ཡང་ངེས་པ་སྐྱེས་ནས་ཕུལ་བ་དང་འདྲའོ། རྟེ་དག་གིས་རྗེས་གནང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་པ་
མའི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ། རདཀོན་མཚོག་ནམས་ཀྱིས་ཡང་ངོ། རདོན་དུ་གང་ཡང་
རུང་བའི་དཀོར་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་སྐྱིན་པོར་སྒྲངས་པའི་ཆོས་སུ་སྐྱིན་པར་བྱའོ། ཤོ་གམ་
གཞལ་དགོས་པ་དང་བཅས་པར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། རེས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་བ་ལང་གི་སྡེ་བ་
བཅོར་བས་ཀྱང་ཁ་བསྐྱུར་བ་དང་ཁ་ཚར་བཅད་པ་ཡང་ངོ། རམ་མཐོང་བ་ལ་སྒྲོ་དེ་མི་

འཆགས་སོ། གཞན་གྱི་སྤྱད་པ་བཏྲེལ་བར་མི་བྱའོ། ཡིད་གཙུགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ ཡིད་
བཙུགས་པ་ཉིད་དུ་མི་བྱའོ། ཇི་ཉིད་ནི་འོག་མ་ལ་གོང་མའོ། ཇི་ནི་སྤྱག་པ་དང་ཡིད་དུ་
འཐད་པ་དང་སྒྲ་མ་དང་བསྐྱབ་པར་འོས་པ་དང་མཆོད་པར་འོས་པ་དང་བསྟོད་པར་འོས་
པ་དང་སྒྲངས་ན་དགའ་བའོ། ལག་པོད་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་ལས་བྱ་ཞིང་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྒོས་
ཀྱང་སྒྲ་རྩལ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཡུལ་གྱིས་ངེས་པའི་ཆོག་ནི་འདྲིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ལྷུང་བ་
སྒྲངས་ན་ཡུན་རིང་དུ་མི་བསྐུལ་ལོ། ཇི་དགོ་སྒོས་ལ་གཏད་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། ཇིས་རབ་དུ་
བྱང་བའི་ཡིན་པར་དོགས་ན་དགོ་འདུན་ལ་བསྟན་པར་བྱའོ། བདག་པོ་མ་བྱུང་ན་གཟར་
ཐག་ལ་བཏགས་ཏེ་གཞག་གོ། ཉན་པས་མ་གནང་བ་དེ་ལ་སྤྲོན་མི་བསྐྱང་ངོ་། མ་བྱིན་པར་
ལེན་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའོ། ། ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་དང་བཅས་པ་
གནང་བ་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་ཀྱིས་བདག་གིར་མི་བྱའོ། བདག་གིར་བྱས་པ་དགུག་པར་
མི་བྱའོ། ཇི་ནི་ཆོས་བཤད་པས་བསྐྱང་བར་བྱའོ། རིན་བྱེད་དུ་ཉི་བས་ཀྱང་ངོ་། ལྷུང་བཟེད་
དང་ཆོས་གོས་ནི་རིན་པོས་བསྐྱས་ཀྱང་ངོ་། མི་སྟན་པ་ འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ནི་བོར་བའོ་
ཞེས་སྐྱེ་བོ་ཕལ་པོ་ཆེའི་མངོན་སུམ་དུ་མ་བབ་པར་བཀྱར་བར་མི་བྱའོ། རྩོམ་མི་མ་ཡིན་
པས་སྒྲངས་པ་ཉིད་ནི་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། རབ་དུ་གཏུམ་པ་དེའི་བྱི་
བཞིན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། ཁ་བྱབ་དུ་བསྐྱལ་བ་ལ་རྟུང་པའི་མཐའ་ནས་བརྩམས་ཏེ་གཡོགས་
པར་བྱའོ། མ་ཕྱས་པ་ལས་སྒྲང་བར་མི་བྱའོ། རང་གིས་ཕྱས་པ་དང་ཕྱས་པར་བྱེད་དུ་གཞུག་
པར་མི་བྱའོ། བསྟོ་གནས་ཉིད་དུ་སོ་ཤིང་དང་ཆུ་དང་འདག་རྩལ་དང་ཕྱི་བ་དང་ས་ཅི་
བདེར་བྱའོ། ཇི་གོ་སྒོང་དང་དགོ་ཚུལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འབྲེལ་པས་བྲིད་པ་ན་གཟུང་བར་
བྱའོ། མ་བྱིན་པ་ལེན་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ཕྱན་ཆོག ས་ཀྱི་སྐབས་སོ། ། ཀྱ་ཀ་ནི་བཞི་ལ་
མ་ཤ་ཀའོ། རྩལ་ཉིད་ནི་ཀླུ་པ་ཅ་བཞི་ཆའི་དཔེ་ཡིན་ནོ། གང་ན་དེའི་ཆོགས་ཉི་བྱ་ཡིན་པ་
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། རྒྱ་བའི་གནས་དང་དུས་ཀྱིས་དེའི་བརྩི་བ་ནམ་པར་བཞག་གོ། ཆེ་བ་
ཉིད་ཀྱིས་རིན་ཐང་གདབ་མི་རུས་པ་ནི་རབ་ཀྱི་མཐར་བྱིན་པ་ཉིད་དོ། རྒྱང་བ་ཉིད་ཀྱི ས་

དེར་མེ་ཚག་པ་ཉིད་ནི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐྱེ་
གཏུང་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མཚན་པའི་དོན་ཉིད་དུ་ན་ཉེས་བྱས་
སོ། །དཔེ་བྱི་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །བཞིག་སྟེ་རྒྱ་བ་ལ་ནི་དེའི་གནས་སྐབས་རྒྱ་
བའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྟན་ན་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་
ནི་རང་གི་དང་འབྲེལ། །དེའི་དུས་ན་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་བདག་པོ་ཉིད་དོ། །ཁྱེད་ལས་
འདས་པ་ཉིད་ནི་སྟོང་ཉིད་དོ། །བརྟན་པ་ངེས་པར་བྱིན་པ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་སྦྱོད་ན་སྦྱོར་བ་
བཞིན་ནོ། །གསང་ཐུགས་དང་སྟོན་དག་གིས་དབུལ་དུ་བརྟུག་ན་ཡང་ངོ་ ། །གཞན་གྱི་དོན་
ཉིད་དུ་ན་ཡང་དངོས་གཞིའི་རྣམ་པའོ། །རྟོགས་པས་ཀྱང་ངོ་། །བདམས་ཏེ་བཟང་པོ་རྒྱ་བར་
འདོད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །རྒྱན་ལ་དོར་བྱེད་ན་གལ་ཏེ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཆེ་སྦྱོར་
བའོ། །དེ་ལ་དེ་ནི་བརྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱངས་ལ་ནི་དེའི་འོ། །མཚན་མ་བྱིས་པ་དང་བསྟན་པ་
གཉིས་དང་། གནས་ གཞན་དུ་བཞག་པ་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་གྲུབ་པ་ན་བརྒྱས་པ་ཡིན་
ནོ། །ཚམས་གཞན་དུ་བབྲང་བ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །ཐུ་མ་ཉིད་བྱི་མ་དག་ལ་དང་བྱི་མ་ཉིད་
ཐུ་མ་དག་ལ་བསྟོན་པ་ཡང་ངོ་། །སྐལ་བ་ཉིད་ནི་དེ་དག་གང་དུ་ཐམས་ཅད་གྱི་དང་པོར་
བབྲངས་པ་དེར་རོ། །མི་དབང་བ་དབང་བར་སྟོགས་པ་ཡང་ངོ་། །མ་བསྟོ་ བར་སྟོང་བ་ཡང་
ངོ་། །བརྟན་པ་དང་བསྐྱེས་པ་དང་གཏམས་པ་རྣམས་བསྟོན་པ་ནི་སྦྱོར་བའོ། །བཙོགས་ན་
བརྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །གཏམས་པ་སྐྱས་པ་ལ་གལ་ཏེ་སྟོ་བ་དང་སྟན་ཅིག་དུ་དང་སྟོ་བའི་འོག་
དུ་དང་། གལ་ཏེ་ཐུར་ན་ནི་སྦྱོར་བ་གཞན་ཉིད་དོ། །སྦྱིད་པ་གཙོད་པ་དང་གསོད་པ་ནི་ཆུད་
གཟན་པ་ཡིན་ནོ། །མཚམས་གྱི་ རྣམ་མཁའ་ལས་ཤོ་གམ་འབྲལ་ན་ཡང་སྟོན་པའི་དབང་དུ་
བྱས་པ་ཉིད་དོ། །རྩེ་འཕུལ་གྱིས་བྱེར་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །མཚམས་གཞན་དུ་
ཡང་ངོ་། །བསྟོ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ལམ་གཞན་སྟོན་ན་ཡང་ངོ་། །ཐབས་གྱིས་བརྗོད་ན་ཕྱ་མོར་
རོ། །ལམ་གོ་ལ་བ་ནི་ལམ་དང་འབྲེལ། །ཁ་དང་ཆོམ་བྱ་ནི་སྐྱངས་གཞན་དང་འབྲེལ། །རྒྱ་
སེམས་དང་བུལ་ན་མཐའི་མཐར་ཐུག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་བ་ལ་མེད་ན་དེ་མ་བྱས་པ་

ཉིང་མ་ཡིན་ནོ། སྤྱིང་ཡིག་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ན་སྦྱང་པ་མེད་དོ། འན་ཁྱགས་དང་དངན་
འཐེན་ཡང་མ་བརྟུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། གནས་དང་བཅས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། བསད་པ་ཉིང་
ནི་བརྟུས་པ་ཉིང་མ་ཡིན་ནོ། རྟོགས་གཅིག་གནས་ནས་མ་འཕགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ལྷང་
བ་ནི་དེ་ལས་ཁྱེར་ན་བརྟུས་པ་ཡིན་ནོ། འཇག་པ་དང་འབྱུལ་བར་བྱེད་པའི་བྱ་གུ་ནས་ནི་
བྱང་ནའོ། འདིར་ཐ་མ་དེ་ཚུན་ཆད་རྫས་གཅིག་པ་ཉིང་ཡིན་ནོ། སྤང་པོ་ལས་རྟུ་ན་ལན་རེ་
རེ་ཞིང་སྤངས་པ་ཐ་དད་དོ། དབྱལ་བར་བྱ་བ་དུ་མ་ཉིང་ཡིན་ན་དེའི་ཆ་སོ་སོའོ། རྟུ་ན་པོ་
རྣམས་ཀྱང་དོ། འདི་ལ་སློ་གྲོས་དུ་མ་ཉིང་ཡིན་ན་ཐོབ་ན་བརྟུས་པ་ཡིན་ནོ། མ་བྱིན་པར་
ལེན་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ཞུ་བའི་སྐབས་སོ། རྒྱང་བའི་ཕྱ་རོལ་དུ་ཤི་བ་ཉིང་དུ་གྱུར་ན་
བཞག་པ་ཉིང་དོ། བསྐྱོག་པ་ནི་ཤི་བའི་ཡོ་བྱད་ཉིང་དོ། དགེ་འདུན་ནི་ཕུ་བྱ་དང་འདྲ་བས་
དེའི་ཆེད་དུ་རྟུ་བ་ནི་བདག་གིར་མི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། བདག་པོ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་
རང་གི་དང་འདྲའོ། བྱིར་ལོག་གམ་མི་སྤང་བར་ངེས་པ་ན་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟུས་པ་ནི་
དེའི་ཡན་ལག་ཉིང་མ་ཡིན་ནོ། ཆ་བདག་གིར་བྱ་བར་འདོད་པ་ནི་མི་སྤང་བའི་བསམ་པ་མ་
ཡིན་ནོ། དེར་གཏོགས་པའི་ལས་རྫེས་སུ་བསྐྱབ་པ་ནི་དེའི་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ལྷན་ཅིག་
གནས་པ་ཉིང་དང་ཉེ་གནས་ཉིང་ཀྱང་བརྟུས་པར་མི་འགྱུར་བའི་རྟུ་མ་ཡིན་ནོ། ཡོངས་སུ་
བསྐྱོར་བ་ལ་མཆོམས་ཉིང་གཙོ་བོའོ། མཆོམས་གནས་པ་སྤོས་པ་ཡང་འདིས་མ་བསྐྱུས་པ་མ་
ཡིན་ནོ། མངོན་སུམ་དུ་སྤངས་པ་ཡང་མི་སྤང་བ་ཉིང་ན་བརྟུས་པ་ཡིན་ནོ། མིས་མཐུས་
བརྟུས་པ་ནི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིང་ནའོ། དེ་བདག་ཉིང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། གང་བསམ་པ་དེ་
དང་འབྲེལ་བས་མ་བསམས་པ་སྤངས་པ་ནི་བརྟུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྤོམ་པོ་ནི་གང་གིས་གང་
ལེན་པ་དེ་དེ་ཡིར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་གཞན་གྱིར་རྟུ་བའོ། ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་
བཅས་པའི་དུར་ཁྲོད་ནས་ལེན་པའོ། རྩ་བའི་ལྷུ་མ་ཞིང་སྤྱང་བྱ་དང་ལོ་མ་དང་མེ་ཏོག་དང་
འབྲས་བུའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་ལ་སོགས་པ་གསང་སྤགས་དག་གིས་སྐྱམ་པར་བྱེད་པའོ། ཆས་
ཀྱིས་བརྗོད་པས་རྟ་བུ་བ་དང་། ཞོན་ཏེ་འདི་བརྟུ་བར་བྱའོ་སྐྱམ་ནས་ལུས་འགྱུར་བའོ། བྱ་

ལ་ཡང་ངོ་། །འདི་ལས་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡང་ངོ་། །ལ་དང་མ་དང་ཕུ་རུ་དང་བུ་སྤང་དང་
མཁན་པོ་དང་སློབ་དཔོན་དང་མཆོད་རྟེན་དང་དགེ་འདུན་ལ་སོགས་པ་ལ་བསྡོམས་པ་ཤོ་
གམ་གཞལ་དགོས་པ་བསྒྲས་པ་ལོ། །བརྟན་པ་དང་བསྐྱེས་པ་དག་མི་སྦྱིན་པར་སེམས་
པ་ལོ། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་བྱིན་པ་འགོད་པ་ཡང་ངོ་། །ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བ་ལ་ཡོངས་སུ་
བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་པ་ལོ། །ཟན་དྲོན་དང་འབྲས་ཆན་དང་ཕྱེ་དང་ཉ་ཤ་དང་ཤ་དང་ཤ་
སྐམ་དང་ཁུར་བ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་སྦྲོམས་གཞི་མེད་པ་ཅོད་པ་ལོ། །གཞན་གྱིས་སྤངས་
པར་མི་ཤེས་པ་ནི་གཞི་མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མ་བཅོལ་བས་མ་ཡིན་ནོ། །མགོན་དུ་མ་བོས་
པར་ཟན་ཟ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །རྒྱ་བའི་ཆེད་དུ་འགོ་བ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལས་གོས་བྱེད་པ་ཐ་དད་
པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱུན་དུ་བཟུང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ལེ གས་པར་སོ་སོར་བརྟགས་པ་བྱས་
ཏེ་སྤང་བར་བྱའོ། །ལུས་བསྐྱལ་བར་མི་བྱའོ། །ཆང་གཞིག་པར་མི་བྱའོ། །མ་གནས་པ་དེར་
ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆ་མི་སྤང་ངོ་། །ཆོམ་རྒྱན་པ་ལ་སྦྱིན་བདག་གི་སེམས་ཀྱིས་ལེན་པ་ལ་ཉེས་པ་
མེད་དོ། །འོང་བ་རྒྱ་ཐབས་ཅན་གྱི་ཆོམ་རྒྱན་པར་མ་བྱགས་པ་ལས་སྤང་བར་མི་བྱའོ། །དེ་
ལས་སྤངས་པ་མཆོན་གྱིས་བཅད་པ་དང་ཁ་དྲོག་ངན་པར་བྱས་ཏེ་བཅང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་
བྱས་ཀྱང་སྤོང་ན་སྦྱིན་ནོ། །གནད་ལ་བསྐྱེ་བར་མི་བྱའོ། །གསང་སྤགས་དག་གིས་གཏོང་བ་ལ་
ཉེས་པ་མེད་དོ། །བྱི་བས་བྱིར་བ་དག་བདག་པོས་སྤངས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དགེ་སྤོང་གཞན་གྱི་
རྩིས་ལ་དེའི་རྩིས་སུ་ན་ཡང་ངོ་། །ཚོན་པ་དག་གིས་ མངོན་པར་གཅོས་པར་གྱུར་པའི་རི་
དུགས་གནས་ཁང་དུ་ཞུགས་པ་སྤངས་པ་ཡང་ངོ་། །དེ་ཤི་ན་དེ་དག་ལ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་
དོ། །མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བའི་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སོ། །མ་བྱིན་པར་ལེན་
པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་རྩོགས་སོ། །རྟན་པ་ལ་འཆི་བའི་སེམས་པ་དང་རྩིས་སུ་མཐུན་པའི་
ཉེ་བར་བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། །མི་ཤེས་པ་ལ་འཆི་བའི་དག་པོ་མ་སྦྱས་པར་དེའི་ནད་གཡོག་དུ་
མི་གཞག་གོ། །གནས་ཡོད་ན་མི་བཞག་གོ། །འཆི་བའི་འཆོག་ཆས་མི་བཞག་གོ། །དེ་འཆི་བའི་
ཕྱིར་རྩིས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལས་ནད་གཡོག་གིས་བསྐྱོག་པར་བྱའོ། །རྩིས་ཀྱི་ཕྱིར་གཞན་འཆི་བར་

འདོད་པར་མི་བྱའོ། བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བྱེད་པ ལ་སེམས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་མི་
བྱའོ། རྒྱག་བཅད་ནའོ། རྟེན་ལྗོངས་ལས་སོ། མིར་གྱུར་པའི་འོ། རྟེན་འདུ་ཤེས་པས་
སོ། གང་ཡང་རྩང་བས་སོ། བྱེ་བྲག་མེད་པར་ལྷན་དང་དེ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། འཕངས་པ་
དང་གཞན་དང་བསྐྱོ་བ་རྣམས་སོ། རྟུག་དང་བྱེ་མ་དང་དོང་དང་ཤིག་དང་རང་བཞིན་
ཉམས་པ་གཏོང་བ་དང་བྱང་དུ་འདེབས་པ་དང་འབྲུལ་འཁོར་དང་སྐྱུ་ཐབས་དང་རོ་
ལངས་དང་རྗེས་སུ་སྐྱོར་བ་རྣམས་སོ། གཡང་དུ་གཏོང་བའོ། མེ་དང་ཆུར་འཕྱེད་
པའོ། ཁྲང་བ་དང་ཆ་བར་འདྲགས་པའོ། སོ་ཉར་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའོ། རྟེན་སྐྱུ་སྐྱབ་
པ་ཆུང་དུ་ཉིད་ཀྱང་ངོ། གསལ་དཔར་བྱ་བ་ནི་སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་དང་མ་ བྱིང་ཉིད་
ངོ། གཞི་དེས་གཞན་གྱི་ཆོ་ཤི་ནའོ། འདུན་པ་བསྐྱོག་པའི་འོག་དུ་ན་རྒྱ་ཉིད་མ་ཡིན་
ནོ། རྟུ་མ་ཉེས་པས་མ་དང་མངལ་ན་གནས་པ་གཉིས་ལས་མ་བསམས་པ་ཤོས་ན་སྒྲོམ་
པའོ། གཞི་དེ་ལས་གསོད་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་དུ་ལེན་ནའོ། རྟོན་གྱི་མིང་གིས་འཆི་བའི་ཡོ་
བྱང་སྐྱེན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་ངོ། གཞན དུད་འགོ་མ་ཡིན་པ་དང་སྐྱུལ་པ་བསད་པ་ལ་
ཡང་ངོ། རྟེན་བར་བྱ་བ་ལ་མ་སྐྱས་པར་ནད་པ་ལ་སྐྱེན་སྐྱེན་པར་མི་བྱའོ། འདིར་སྐྱེན་པ་
དང་དེ་རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་བཀོལ་བ་རྣམས་དེ་བར་བྱ་བ་ཉིད་ངོ། ནད་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ། རྟེན་
སྐྱོང་གན་རབས་གན་རབས་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ། རྩ་མ་མེད་ན་བྱེ་མ་
ལའོ། སུན་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཆི་བའི་བྱིར་སྐྱེན་མ་ཡིན་པ་བྱིན་པ་ལ་ནི་ན་སྐྱེད་པ་
མེད་ངོ། ལྷུར་གདེག་པར་མི་རུས་པ་ལ་གྲོགས་ཉིད་མི་བྱའོ། གཡལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་རྐྱེན་གྱིས་ན་
བྱིམ་པ་དག་རྩབ་པ་ཉིད་ལ་ཅིག་ཅར་གདེག་པར་སྐད་སྐྱུར་ཏེ་བྱའོ། བཞག་པ་ཡང་ཅིག་
ཅར་ཉིད་དུ་སྐད་སྐྱུར་ཏེ་བྱའོ། སོ་ཕག་མི འཕང་ངོ། བྱེ་བ་དང་གས་པ་མ་བརྗོད་པར་དེ་
ཉིད་སྐྱེན་པར་མི་བྱའོ། རྒྱན་པོ་སྤྲོ་བཀོང་བའི་བྱིར་ཆམ་ངམ་བྱའོ། གཞུ་ལ་སོགས་པ་མི་
འཕྲོག་པར་འཕང་ངོ། རྗེ་བྱོགས་ནས་རྩལ་གྱི་བྱམ་པ་དང་ཐལ་བའི་གྱོ་མོ་ཡང་ངོ། ལྷུར་རྟོ་
བཅང་བར་བྱའོ། རྟེན་སྐྱོང་ངལ་བ་མི་སྤལ་ལོ། རྟེན་གྲོགས་བྱའོ། རང་ལ་གསོར་གཞུག་

གོ་སྒྲོན་སྤྱད་སྒྲངས་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་སུ་བྱིན་པར་མི་རྒྱས་ལ་ཟུང་དང་
སྒྲིམ་གྱི་དུས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ན་སྤྱང་བཟེད་བཟུ་བ་དང་བྱུག་རིས་བཞག་པ་དང་བྱིན་ལེན་
དང་བརྟག་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་དུས་སུ་ན་བྱིར་ཏེ་བསུ་བར་བྱའོ། གསོད་པའི་ཕམ་པར་
འགྱུར་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའོ། མིའི་འགོ་བ་པའི་ལག་པ་གཙུག་ན་སྒྲིམ་པའོ། རྒྱལ་མེས་
གཏོང་ནའོ། སྐྱ་ཅན་འཛོང་ནའོ། གང་གིས་བརྒྱས་པ་དེ་སྤྱི་གར་འབུལ་ནའོ། གསོད་པའི་
ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ཕྱན་ཆོགས་ཀྱི་སྐབས་སོ། རྟོན་པས་བསྒྲོ་ནའོ། མ་དང་མངལ་ན་གནས་
པ་གཉིས་ནི་དཔེའོ། བདག་ཉིད་གསོད་ན་སྒྲིམ་པའོ། ཁེམས་གྱུར་པ་མེད་པར་མ་ལེགས་པ་
བྱས་ན་ཉེས་བྱས་སོ། ཆེད་དུ་མ་བསམས་པར་གྲུབ་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ཆོ་
རབས་གཞན་དུ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། གསོད་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ཁྱུ་བའི་སྐབས་
སོ། །སྒྲིམ་པོ་ནི་ཁོ་བོ་འཆི་བར་འོང་ངོ་ཞེས་དེ་སྐད་ཟེར་བ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་དེ་བཞིན་
ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ནའོ། རྒྱ་པ་ཤི་སྒྲོལ་ཞེས་གཡོག་མི་བྱེད་ནའོ། མིད་པར་བྱ་བ་མི་
འཕྲོད་པ་བྱིན་ནའོ། འབྲས་ཡོངས་སུ་མ་སྒྲིམ་པར་བརྟོལ་ནའོ། རྟོང་དུ་འཇུག་པ་དང་སྒྲོ་
སྒྲིགས་ཀྱིས་འཛིན་བ་ལ་སོགས་པས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ནའོ། གཡང་ས་ནས་མཛོང་པ་
དང་འཛིང་བ་ལ་སོགས་པས་འཆི་བའི་དོན་དུ་སྐྱབ་པ་ཡང་ངོ་། རྒྱ་པ་ལ་བབ་ཅོལ་དུ་
མཛོན་དང་ཐག་པ་བྱིན་པར་མི་བྱའོ། ཞལ་ཏ་བ་ཤེས་བཞིན་དུ་བྱའོ། གསང་སྤྲུལ་གྱི་ཐལ་
ལྷག་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། ཐོགས་པ་བསལ་བའི་བྱིར་བསྐྱུན་པ་ཡང་ངོ་། རྟེན་གྱུར་པས་ལེགས་
པར་སོ་སོར་བརྟགས་པ་བྱས་ཏེ་དྲིལ་བར་བྱའོ། རྟོགས་ཉུང་དུས་གདེག་པར་སྦྱི་བ་ལ་འབད་
པར་མི་བྱའོ། སྤྱི་ཚུ་གས་སུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། མ་བསྐྱབས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱུར་བར་མི་
བྱའོ། མཚོན་འཕངས་པ་ལ་བསྒྲོ་བར་མི་བྱའོ། རྒྱ་པ་མི་རྒྱས་པ་ལས་དུ་མི་བཟོའོ། གསོད་
པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་འདུལ་བྱེད་དག་གོ། གསོད་པའི་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་རྫོགས་
སོ། །འདུ་ཤེས་བསྐྱུར་ཏེ་བདག་ཉིད་མིའི་ཆོས་སྒྲ་མ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་སྐྱས་ནའོ། མཐོང་
ངོ་བདག་མཐོང་ངོ་། སྐྱ་ཐོས་སོ་བདག་གིས་སྐྱ་ཐོས་སོ། འགོའོ། བདག་གི་དུང་དུ་འོང་།

ངོ་། །ལྷན་ཅིག་གཏམ་འདྲེའོ། །ཤེབས་པར་སྤྲོའོ། །སོ་སོར་ཀུན་དགའོ། །བདག་དང་རྟག་ཏུ་
ཡང་ལྷན་ཅིག་གནས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྤྲོ་བ་དེ་ཉིད་དོ། །ལྷ་དང་སྤྲུ་དང་གནོད་སྦྱིན་དང་བྲི་
བ་དང་མིའམ་ཅི་དང་སྟོ་འབྲེ་ཆེན་པོ་དང་ཡི་དྲུགས་དང་ཤ་བ་དང་གྲུལ་བུམ་དང་ལྷས་
སྤྲུལ་པོའི་སྤྲོ་ཉིད་ལའོ། །སྤྲོ་བ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་ནི་རྩལ་སྟོང་གི་ཤ་བའོ། །མི་རྟག་པ་
ཉིད་ལ་སོགས་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། བསམ་གཏན་རྣམས་དང་། ཚད་མེད་པ་རྣམས་དང་།
གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་དང་། འབས་བྱ་རྣམས་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་
ཆོས་སྤྲོ་མའོ། །སྤྲོ་བ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རང་གི་མཚན་ཉིད་
འཛིན་པ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་པར་གནོན་པའོ། །དེ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་དུ་སྤྲོ་བ་ནི་
དེ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་མ་སྤྲོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡོད་དོ་ཞེས་རང་གི་བསམ་པ་གཞན་ལ་སྦྱོར་
ཞིང་སྟོན་པ་ཉིད་དོ། །ཉེ་བར་སྦྱོར་ན་མ་ཡིན་ནོ། །མ་བསམས་པར་བཟླ་ན་པར་མི་བྱའོ། །སྤྲོ་
བའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའོ། །སྤྲོ་མ་ཐོབ་པ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་གོ་བར་
བྱེད་པ་ནི་མ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྲོ་མ་བརྗོད་པའི་འདུན་པས་མིང་མཐུན་པའི་དོན་
བརྗོད་ན་སྤྲོ་བ་པོའོ། །ཁོར་ན་ཡང་ངོ་། །གཞོགས་སྤྲོས་ཀྱང་ངོ་། །ཡང་དག་པ་བྱི་མ་ཉིད་ལ་དེ་
མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྲོ་བའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་ཁྱུ་བའི་སྐབས་སོ། །སྤྲོ་བ་ནི་བཙུན་པ་
དག་བཅོམ་པ་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་མཆོག་འོས་པ་བུམ་བེ་སྤྲིག་པའི་ཆོས་བསལ་བ། བཙུན་
པའི་དབང་པོ་དྲུག་པོ་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་དུལ་བ་སྤྲོས་པ་བསྐྱངས་པ་བསྐྱོམས་པ་དག་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ལ་ཅང་མི་སྤྲོ་བས་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ནའོ། །བཙུན་པ་གལ་ཏེ་དག་
བཅོམ་པ་ཡིན་ན་བདག་གི་བསོད་སྦྱོམས་ལོངས་ཤིག་བྱིས་དུ་ཞུགས་ཤིག་ལྷན་ལ་འདུག་
ཅིག་ལག་ཁྱེད་ཅིག་བཟའ་བ་དང་། སྤན་ཚོད་དང་བཅའ་བ་ལོངས་ལ་བོ་ཤིག་རྗེས་སུ་
ཡི་རང་བ་བྱོས་ཤིག་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་པ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱུ་བས་ནའོ། །སྤྲོ་བའི་པམ་པར་
འགྱུར་བ་འདུལ་བྱེད་དག་གོ། །སྤྲོ་བའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་རྗོགས་སོ། །ཁྱི་ལམ་ནི་མེད་པ་
དང་འདྲའོ། །དེའི་འབས་བྱ་ནི་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །བྱུང་ནའོ། །དེར་འདུན་པས་སོ། །རང་གི་

ཁུ་བའོ། །དང་པོ་ལའོ། །བདེ་བ་དང་རིག་ལྡན་དང་ས་བོན་དང་སྦྲན་དང་བརྟགས་པའི་
ཕྱིར་དག་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་དོ། །རིག་པས་སོ། །བརྩམ་བས་སོ། །ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་ལའོ། །བྱི་
རོལ་གྱིས་ཀྱང་ངོ། །སེམས་ཅན་དུ་བབྲང་བས་སོ། །དེའི་རྣམ་པར་གནས་པས་སོ། །རིལ་གྱིས་
བཅང་བ་དང་དམ་དུ་བཅང་བ་གཉིས་མེད་པར་ཡང་ངོ། །བྱེ་བྲག་ངེས་པར་སྤྱང་བ་དང་
ཕྱང་ལ་ཐུག་པ་དང་ངད་ལས་པའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་དག་ཀྱང་ངོ། །སྤྱབས་སུ་མ་
འོངས་པ་ལའོ། །ཤུགས་གྱིས་གནས་སྐབས་སུ་བཏང་ན་རྩོགས་པར་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །ཁར་
བྱེད་པ་དང་རབ་དུ་གར་བྱེད་པ་གཉིས་ལ་ནི་ན་སྦྲད་པ་ཉིད་དོ། །ནམ་མཁའ་ལ་ཞེད་པ་
བསྐྱོད་པའོ། །ཕྱོགས་གཞན་དུ་རིག་བའོ། །རྒྱན་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོད་བའོ། །རྩི་
ཕྱོགས་མ་ཡིན་པར་ཡང་ངོ། །མངོན་པར་ངེས་པར་སྤྱང་བའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་སྤྱབ་
པའོ། །སྤྱབས་སུ་འོངས་པའོ། །ཆགས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ན་གཞལ་བའི་ཆེད་ཉིད་
གྱིས་རིག་པ་ནི་སྦྱོར་བ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །རྒྱན་དང་རྩི་ཕྱོགས་
སུ་གཏོད་པ་ཡང་ངོ། །བརྒྱ་དང་གོས་དང་གཞན་གྱིས་རིག་པ་དང་། གཡམ་པ་ཐུག་པ་དག་
གིས་བབ་ཅེས་དུ་དེའི་དོན་མ་ཡིན་པར་ཞུགས་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །རིག་བྱ་མ་ཡིན་པ་
ཉམས་སུ་སྤྱང་བའོ། །དྲན་པས་དེ་ལ་ཡང་ངོ། །འབྲིན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པའོ། །།འཕོ་བར་འགྱུར་བ་དང་འཕོས་མ་ཐག་པ་ནི་ཤུགས་དང་སྤྱབས་སུ་འོངས་
པའོ། །བརྩམ་པ་ཅམ་ནི་སྦྱོར་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་བ་མེད་པར་ཕྱང་བ་ལ་རོ་
ཕྱང་བ་ནི་དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་བྱང་ཟད་ཉིད་པ་དང་ཡོངས་སུ་
ཉིད་པ་དང་འཆོར་བའོ། །དེ་ལས་སུ་རྩང་བ་ལ་ནོམ་པའོ། །སྦྲན་གྱིས་འབྲིན་ནའོ། །གཞན་གྱི་
ལས་ཀྱང་ངོ། །འབྲིན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ཞུ་བའི་སྐབས་སོ། །།རྣམ་པར་བསྐྱོས་པ་ལ་
སོགས་པ་དང་། རྣམ་པར་ཞིག་པ་དང་། ཀེང་རུས་དག་དང་། མགོ་དང་། རྣ་བ་དང་སྦྲ་དག་
དང་། མགུལ་པའི་བར་དང་། རྩེ་ལོགས་དང་། རྒྱབ་དང་། བྲང་དང་། གཉེར་མ་དག་དང་།
སྒྲིའི་གསེབ་དང་། ལག་པ་དང་། ཐག་པ་དང་། དཔུང་པ་དག་དང་། དཔུང་པའི་བར་དང་།

ཀླད་པ་དང་། བཟ་དང་། ཀླད་པ་དང་། སྦྱིད་པ་དང་། སྦྱིད་པའི་བར་དུ་འབྱེན་ན་དངོས་
གཞིའོ། །སྦྱོམ་པོ་ནི་ལ་བ་དང་། བྱིང་པ་དང་། དྲེུ་ཚྭ་དང་། སྦྱས་ནང་ཚངས་ཅན་དང་།
ཁྲི་དང་། ཁྲིུ་དང་། སྦྱན་ནང་ཚངས་ཅན་དང་། ཁྲིའི་གསེབ་དང་། བྱམ་པ་དང་། དུམ་བུ་
དང་། བྱམ་པའི་བར་དང་། བྱ་མ་བྱམ་དང་། ཚེལ་ཟངས་དང་། རྩོ་བ་དང་། སྦྱང་བུལ་དང་།
སྦྱང་བུལ་གྱི་བར་དང་། སྒོ་གཏན་དང་། ཤའི་དུམ་བུ་དག་གོ། ཁྲའི་འཆོར་ནའོ། །ཚྭ་པ་ན་
བྱང་མེད་དུ་བྱས་པ་འཆོར་ནའོ། །དེར་མཐེ་བོ་འཛུང་ནའོ། །ཉེ་བར་འགོ་བ་ལ་ཤོར་
ནའོ། །གནས་ནས་གནས་སུ་འཕོ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་
སོ། །ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་འཛིན་པ་ལས་སོ། །འཇག་སྒྲོད་ལ་བྱེད་པ་ལས་ནི་ལྷང་བ་མེད་
དོ། །སྦྱོན་གྱི་ལྷང་མས་འབྱུང་པ་ལས་ཀྱང་ངོ་། །ཀླད་པ་དང་། བྱིན་པ་དང་། དཔུང་པ་དང་།
མཐེ་བོ་ལ་སོགས་པ་ནས་བྱང་མེད་ཀྱིས་བཟུང་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །འབྱེན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་
མ་འདུལ་བྱེད་དག་གོ། འབྱེན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་རྩོགས་སོ། །འདི་ལ་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་
ནི་བྱང་མེད་དོ། །དབེན་པ་ན་འདུག་པ་དང་འགྲང་བ་གཉིས་ཀྱིའོ། །ཉལ་པོ་བྱེད་པར་ཤོམ་
པ་ཉིད་ལ་ཡང་ངོ་། །ལྷན་ཅིག་ཉལ་བ་ལའོ། །རིག་པའི་སྦྱོས་པ་མེད་པའི་བྱང་མེད་དང་ལྷན་
ཅིག་ལས་དུ་འགོ་བ་ལའོ། །འོག་མ་གཉིས་ལའོ། །བྱིས་པ་མོ་ལ་སྦྱོན་པ་ལའོ། །སྦྱོས་པ་མེད་
པར་རོ། །རིག་པའོ། །ཡོད་ཀྱང་མི་བྱང་བ་ལའོ། །དེ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། །སྦྱིང་གཞན་ནས་སྦྱོས་
པ་དང་། འཇུར་བ་བསྟེན་པ་གཉིས་ནི་མ་ཆོག་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་ནི་བཅུ་པ་ཉིད་
དོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ལ་ནི་མཆོན་ཅིག་ཤོས་དོན་མེད་དོ། །འདིར་བྱེད་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིན་
ནོ། །འོག་མ་གསུམ་ལ་ལེགས་པར་སྦྱས་པ་དང་ཉེས་པར་སྦྱས་པ་དག་གི་དོན་ཀྱན་ཤེས་པ་
དང་། གཞན་ལ་འབྲིག་པ་བརྟེན་པའི་མཐུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དངོས་གཞིའོ། །གཞན་དུ་ན་
འོག་མའིའོ། །མ་ནིང་མོ་དང་། མ་ནིང་པོ་དང་། སྦྱལ་པ་མོ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པོ་
འདི་ལ་སྦྱོས་པའོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་གི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱ་བའི་འདུན་པས་ཀྱན་ཏུ་
འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པས་ཀྱང་ངོ་། །ལུས་ཀྱིས་རིག་པ་བདག་གིར་བྱེད་ནའོ། །འདིར་ལེན་

བྱ་ནི་དེ་དང་ཕྱན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གོས་ལ་ཡང་ངོ་། །ཞོམ་པ་དང་། ཉུག་པ་
དང་། སྒྲོད་པ་དང་། འཛིན་པ་དང་། འདྲེན་པ་དང་། ཡོངས་སུ་འདྲེན་པ་དང་། འོག་ནས་
འཁྱུད་པ་དང་། རྩེད་ནས་འཁྱུད་པ་དང་། དམ་དུ་ སྒྱུར་བ་ནམས་ལ་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཉིད་
དོ། །བསྐྱེན་པར་བྱ་བས་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །གོས་ཀྱིས་བར་དུ་ཆོད་པ་ལ་ནི་འོག་མར་
རོ། །ཉེས་བྱས་ཀྱི་ན་སྤང་པ་ནི་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྲོད་མ་ལ་རེག་པར་མི་
བྱའོ། །བྱད་མེད་ལ་ཡང་ངོ་། །ཁྱར་ཉམ་ཐག་པ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་ནི་རེག་པར་བྱའོ། །མ་དང་
སྤིང་མོ་དང་བྱ་མའི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ་ལག་པའམ་སྒྲ་དག་ལས་སོ། །དྲན་པ་རྟེན་
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱེ་མ་བདལ་བའི་སྤྲོད་དུ་ཁ་བྱབ་དུ་བཞག་གོ། །ཁྲིའུ་བཞིན་བསྐྱང་བར་
བྱའོ། །བ་ལང་རྩེ་དང་ཕྱགས་རྩེ་དག་ལ་གཏད་དེ་ཟན་ལ་འགོ་བར་བྱའོ། །འཆོའམ་འོན་ཏེ་
མ་ཡིན་ཞེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་པར་བྱའོ། །སེམས་དག་པས་སྤྲོད་བཅེ་བས་བྱད་མེད་
འཁྱུད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ལྷས་ཀྱི་རེག་པ་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ནམ་པར་འབྱེད་
པའོ། །འཇམ་པ་དང་། རྩོ་བ་དང་སྟེ་བའི་བསམ་པ་ཉིད་ན་སྒྲོམ་པའོ། །སྤྲོད་བཅེ་བས་སྤྱག་
བསྐྱལ་ལས་ཐར་བར་བྱ་བ་ལ་ནི་རྟུང་བ་མེད་དོ། །མ་དང་། སྤིང་མོ་དང་། བྱ་མོ་དག་ལ་དེ་
དག་དུ་འདུ་ཤེས་སོ། །སྒྲོན་སྤྱད་པ་ཉིད་ལ་ཀུན་དགའ་བར་བྱའོ། །ལྷས་ཀྱི་རེག་པ་ཁྱུ་བའི་
སྐབས་སོ། །ཟས་དང་། ས་དང་། བོང་བ་ལ་སོགས་པ་མའི་དབང་པོར་འཇུད་ན་སྒྲོམ་
པའོ། །ཀླང་པ་དང་ཕྱག་པ་ལ་སོགས་པས་བྱད་མེད་ལ་འཕུལ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །དེའི་ལྷན་ལ་
ཡང་ངོ་། །འབྲེད་པར་འགྱུར་བའི་བྱད་མེད་སྤྲོད་བའོ། །བྱད་མེད་ཀྱིས་དེ་གསུམ་བྱེད་པ་ལ་
ནི་རྟུང་བ་མེད་དོ། །བརྒྱད་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །མས་འཁྱུད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །པང་བར་བྱ་མོ་འདུག་
པ་ལ་ཡང་ངོ་། །བྱད་མེད་འཁྱུལ་པ་སྤྲོད་དུ་འབྲེལ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །ལྷས་ཀྱི་རེག་པ་འདུལ་
བྱེད་དག་གོ། །ལྷས་ཀྱི་རེག་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མའོ། །འབྲིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱོད་ས་
ནའོ། །རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱིས་སོ། །གང་ལ་གོ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དེ་བདུན་པ་ན་
མཐའོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་སྤྲོས་པ་ནི་སྒྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱགས་པ་དང་

བཟླགས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། གསོལ་བ་དང་ཉེ་བར་གསོལ་བ་དང་། འདྲི་བ་དང་ཡོངས་སུ་
འདྲི་བ་དང་། བརྗོད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་དང་། གཤེ་བ་ དང་། ཕྱིར་སྒྲུབ་བ་སྒྲུབ་པ་དག་ལ་ནི་བྱེ་
བྲག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དོན་གཞན་ལ་བསམས་པས་སྒྲོངས་ཀྱི་ངེས་པའི་ཚིག་གི་དབང་གིས་
ན་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །མིང་གི་ཆ་ཉིད་འདྲ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །འཁྲིག་པ་དང་ལྷན་པ་སྒྲུབ་པའི་དགོ་
འདུན་ལྷག་མ་ནམ་པར་འབྱེད་པའོ། །མངོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐྱིག་ཅན་ཡིན་ནོ། །མའི་སྒོ་མངོས་
པའམ་ཐྱིག་ཅན་ཡིན་ནོ། །བགོ་བཤའ་གྲིས་ཤིག་ །ཁོ་བོ་ལ་བགོ་བཤའ་གྲིས་ཤིག་ །ཁོ་བོ་དང་
ལྷན་ཅིག་ཉོལ་ཅིག་ །ཤད་པར་གྲིས་ཤིག་ ཅེས་སྒྲུབ་ན་སྒྲོམ་བོའོ། །འཁྲིག་པ་དང་ལྷན་པའི་དགོ་
འདུན་ལྷག་མ་ཁྱེ་བའི་སྐབས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྩ་འཕྲུལ་གྱི་ནམ་པར་འཕྲུལ་པའི་ཚོས་ཅན་
ལ་སྒྲས་ནའོ། །སྤྱི་ཁོ་བོ་ལ་ནས་བྱིན་ཅིག་ །སྤྱི་ཁྱོད་ལ་ཅི་མཐོང་བ་དེ་བྱིན་ཅིག་ །སྤྱི་ཁྱོད་ཀྱི་
མདུན་ན་མོ་གང་ཡིན་པ་དེ་བྱིན་ཅིག་ །སྤྱི་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད་དུ་འོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་བྱིན་
ཅིག་ །སྤྱི་ཅི་ལ་དགའ་བ་བྱིན་ཅིག་ ཅེས་བདག་ལ་སྒྲས་པ་སྤྱི་ཅི་ལ་དགའ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་
སྤྱི་ཁྱོད་ལ་ཁོ་བོ་དགའ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་ཁོ་བོ་ལ་རྩ་དང་། བཅའ་བ་དང་། ཐུག་པ་དང་།
བཟའ་བ་བྱིན་ཅིག་ །སྤྱི་ཉིད་དེ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲས་པ་དག་ལའོ། །སྤྱི་ལ་བོང་བྱ་དག་
དེ་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་ །སྤྱི་སྤྱི་བྱ་འཕྱོན་མ་དག་ལ་བསོད་སྟོམས་སྤྱོད་དམ་ཞེ་ན་ཡང་
ངོ་། །དེར་མགལ་དུ་མ་ཆུག་ཅིག་ ཅེ་ན་ཡང་ངོ་། །རང་བཞིན་གྱི་གནས་ངན་ལེན་བརྗོད་ བས་
གནས་ངན་ལེན་སྒྲས་ན་ཡང་ངོ་། །འཁྲིག་པ་དང་ལྷན་པ་སྒྲུབ་པ་འདུལ་བྱེད་དག་གོ་ །འཁྲིག་
པ་དང་ལྷན་པ་སྒྲུབ་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །བདག་ཉིད་དང་འཁྲིག་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་
བཟླགས་ནའོ། །དེས་བཟླགས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་དོན་གྱི་ཚིག་ནི་དེ་དང་འདྲའོ། །དེ་
ཉིད་ཕྱིར་བཟླས་ནའོ། །དེ་དང་འབྲེ ག་པ་ཉེ་བར་མ་སྦྱར་ན་སྦྱར་བ་ཉིད་དོ། །གཉིས་ཀ་དང་
ན་ནི་དེའོ། །བསྟེན་བཀྱར་བཟླགས་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །ཤད་ནའོ། །གཞན་དང་
ངོ་། །གཞན་དུའོ། །དེའི་དོན་དུ་མི་མཐུན་པ་མཐུན་པར་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྤྱད་པར་བྱ་བ་
ལས་སྤྱིང་བ་མཐོས་པས་གཞན་དེ་ལ་གོ་བར་བྱས་ཤིང་དེས་སྒྲས་པ་ལྷ་མ་ལ་བརྗོད་

ནའོ། །འཇུག་པ་བར་མའི་ཆ་ཡང་ཐོས་པ་ཉིད་ན་དེ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་བྱ་
བ་ཉིད་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །མི་ཉིད་ལ་མཐའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་སྒྱུར་བ་ཉིད་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོ་སོ་སོ་ལ་བྱ་བ་རྒྱུགས་པ་
མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིར་མངགས་པ་ནི་རང་ཉིད་དང་འདྲའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོ་དག་
ནི་སྤྲད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་འདྲའོ། །གཞན་ལ་བྱས་པ་ཉིད་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །སྤྱིང་ཡིག་དང་
ལག་བརྟུང་དང་། ཡུལ་སྤྱོད་དང་བརྟུང་དང་མཚན་མ་ནུམས་ནི་ཚིག་ཉིད་དང་འདྲའོ། །སྤྲད་
འཚོང་མ་ནི་མི་མཐུན་པ་ཉིད་དོ། །བདག་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་བཞི་པ་མན་ཆ་ད་ལྷགས་པ་
ཉིད་དོ། །འཐབ་པ་ཉིད་ན་ཉམས་པ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་དབང་བ་ཚུང་མ་མ་ཡིན་པར་
བསྐྱགས་པ་ཉིད་ཀྱང་དོ། །འཐབ་པ་ཉིད་ཀྱི་མོད་ལ་དང་འོག་ཏུ་དང་དུམ་པ་བཅད་པ་ཉིད་
དང་དེའུ་གསུམ་གཏོར་བ་ཉིད་དང་ཆོ་ག་གཏོང་བ་ཉིད་དང་ཚུང་མ་མ་ཡིན་པར་བསྐྱགས་
པ་ཉིད་དང་དེལ་བསྐྱགས་པ་ཉིད་དག་ནི་སྤྲོག་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དག་བཞིན་ནོ། །དེའི་དང་
པོ་གསུམ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འདིའམ་འདི་མི་སྤྲད། གྲུས་
པའི་གན་དུ་མི་འགོ། མི་བགྱི་ཞེས་ཟེར་བ་དག་ཀྱང་དོ། །སྒྱུན་བྱེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་
ནུམ་པར་འབྱེད་པའོ། །མངལ་ན་གནས་པ་དང་མེད་པ་དང་ངེས་པ་དང་མི་བརྟེན་པ་
དང་། ཉོས་པ་དང་མཐུན་པ་དང་བདག་གི་སྒྱུན་བྱེད་པ་ནི་སྤྲོས་པའོ། །སྤྲད་སྒྱུར་བ་ཉིད་ནི་
སྟོན་ནའོ། །འཐབ་ཀྱོལ་གྱིས་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་ནའོ། །ཚུང་མའམ་བྱད་མེད་ཆེ་གོ་ཞིག་ཉོས་
ཤིག་ཅེས་ཟེར་ནའོ། །བྱད་མེད་ཅེས་ཟེར་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །རྟེན་མོད་ཅེས་པ་ཡང་དོ། །སྒྱུན་
བྱེད་པ་ལྷ་བའི་སྐབས་སོ། །བྱིན་པ་ལ་དོར་བྱས་པ་སྤྲད་པས་ནི་སྤྲོས་པའོ། །ཚོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་
སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་བོས་པས་སོ། །དོན་གཞན་དང་ལྡན་པས་ཀྱང་དོ། །གཞན་ཞེས་བྱ་བས་
སྒྱུན་ཆགས་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་ལ་བསྒྱུན་པ་ཡང་མ་འཕངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྱུན་
བྱེད་པའི་འདུལ་བྱེད་དག་གོ་སྒྱུན་བྱེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །སྤྲོད་ལམ་བཞིའི་སྤྲད་
མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །བསྐྱོས་པ་ཉིད་དང་མ་བསྐྱོས་པ་ཉིད་དག་ནི་གཙོ་བོ་

ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱོན་པ་ནི་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ། །ཇི་སྐད་བསྐྱོན་པ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པ་
ལུས་དང་དག་གིས་ནོད་ནའོ། །བྱས་པ་ནི་གཅིག་ཉིད་དོ། །ཡན་ལག་རྣམས་ནི་བྱེད་པ་སྔ་མ་
དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །བཅའ་བ་ལའོ། །དེས་རྗེས་སུ་གནང་བ་ལའོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུས་
སོ། །གཞི་མ་དག་པ་ལའོ། །མ་བསྟན་པ་ལའོ། །གནས་བྱེད་དུ་བཅུག་ནའོ། །མཐར་ཐོག་འོག་མ་
ལ་ཡང་དེ་དག་ཉིད་དེ་མ་བཅའ་བ་ཉིད་དོ། །གཅིག་གི་དོན་དུའོ། །ཁོད་ལས་ལྷག་པའོ། །མི་
རུང་བ་ཉིད་དང་ཚྭ་བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་བཅུ་པ་ཉིད་ཉི་མ་དག་
པའོ། །སྐྱེ་བ་སྔ་མ་མཐོང་གནས་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དང་། རྒྱལ་སྔོན་དང་ལྷོ་མ་གནས་དང་སྔ་
སྐྱེགས་ཅན་གྱི་འདུག་གནས་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་དང་། ཤིང་ཚྭ་པ་གཅད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་
པ་ཉིད་དང་། བྱི་རོལ་འདོམ་གང་གི་མཐའ་ཉི་འཁོར་གྱི་ནང་རོལ་ན་ཆུ་ཁྲུང་དམ། ངམ་
གྲོག་གམ། ཁྲོན་པའམ་འདོམ་པ་ ཉིད་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་དེ་དག་ཡིན་ནོ། །ཁོད་དང་ལྷན་
པའི་བྱ་བྱེད་དང་དོ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོ་གང་སྟེ། ནང་རོལ་ནས་དེ་བཅུ་གཉིས་
དང་བདུན་གྱི་ཁོད་དོ། །དགེ་འདུན་ལས་བསྟན་པ་ཐོབ་པ་ཉིད་ནི་བསྟན་པ་ཉིད་དོ། །མ་
དག་པ་ལ་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། །རང་དག་རྟོག་དུ་འདོང་བར་བྱའོ། །ཡང་ན་དགེ་སྦྱོང་བསྐྱོན་
པ་དག་གོ། །ལྷན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །བྱས་པ་རྟེན་པ་དང་བྱས་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དག་ལ་
ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །རྟེན་པ་འཆོས་པ་ལ་ཡང་དོ། །ཁང་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པའོ། །ཁྲོགས་གྱི་དོན་དུའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའོ། །ཁྲོམ་པ་ནི་སྦྱར་བ་ ཉིད་དོ། །མ་གཡོགས་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་མཐའ་ཡང་དེ་དང་
འབྲེལ། །དུ་མའི་དོན་དུའོ། །མ་བསྐྱོན་པར་རོ། །གང་ཟག་གིས་སོ། །འཕྲོ་བེན་པར་བྱེད་ན་ཡང་
དོ། །རང་བཞིན་མི་མཐུན་པ་ཡང་དོ། །གསོལ་བའི་འོག་དུ་མ་གྲུབ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ཁང་པ་
དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ཁྱེད་པའི་སྐབས་སོ། །ཁང་ པ་དང་གཙུག་ལག་
ཁང་གི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་གཉིས་སོ། །པམ་པར་འགྱུར་བ་ལྷག་པར་སྤྱོད་པས་དགེ་སྦྱོང་
ཉམས་པ་ལ་ཡང་དོ། །སྤྱོགས་ལས་རང་གི་ཉིད་ནི་འདིར་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱན་དུ་སྤྲོ་

བས་སོ། །གང་ཡང་རུང་བ་ལ་གོ་བར་བྱས་ནའོ། །ཉམས་པར་འདུན་པས་སོ། །དེ་ནི་གཞི་
གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །བརྗོད་པ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་གྱི་དེ་ཉིད་ནི་མི་བརྟུན་པར་
སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞི་མེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམས་པར་འབྱེད་
པའོ། །བརྗོད་པར་བྱ་བ་གཞན་ལ་གནས་པའི་ཚིག་གིས་བརྟུན་ནའོ། །གཞན་གྱི་ཆ་དང་
མཐུན་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའོ། །ཁྱི་བརྟེན་པས་སྐྱར་བ་འདེབས་ན་
སྤྱོད་པའོ། །མིང་མ་སྤྱོད་པ་ཡང་ངོ་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་བྲག་ཕྱུང་བ་
དང་། དགོ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པའོ། །བསམས་ཏེ་སྤྱོད་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
གཞོགས་སྤྱོད་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །གཞི་མེད་པ་དང་བག་ཅམ་གྱི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་ལྟ་
བའོ། །གཞན་གྱི་འཁོར་ཁ་འདྲེན་ན་སྤྱོད་པའོ། །བསྒྲག་པའི་ཚུལ་གྱིས་མི་གཏོང་བར་རྗེས་སུ་
སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་ནོ། །གསོལ་བ་ནི་བསྒྲག་པ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་
དོ། །ཚིག་གི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཉིད་དོ། །བསྒྲས་པ་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །མཚུགས་སུ་བ་ལ་
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འཇུག་པ་ནི་སྦྱར་བ་ཉིད་དོ། །བསྐྱད་པ་དང་སྐྱེད་པ་དང་དྲན་པར་མ་བྱས་པ་
ནི་དེའོ། །དེ་ལ་ནི་བསྒྲོ་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེ་དག་ལ་བཞུགས་པ་དང་ལས་ཀྱིས་མི་བསྒྲོ་
བར་མི་བྱའོ། །དེའི་མཐའ་ལ་མི་གཏོང་ནའོ། །རྟུལ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །དབྱེན་ལའོ། །དགོ་
འདུན་གྱིའོ། །དགོ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །དེའི་གོགས་ཉིད་རྗེས་
སུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའོ། །རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །རང་སྒྲོད་པར་བྱེད་པའི་
དགོ་འདུན་ལ་ལོག་པའི་བསམ་པས་དེ་ལ་དེ་ལྟར་ཞུགས་སོ་ཞེས་བརྟུན་དུ་སྤྱོད་པ་ཉིད་
དོ། །བྱིས་སུན་འབྱེན་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །དགོ་སྒྲོད་གི་ལྷག་པའི་ཚུལ་བྱིསས་ཀྱིས་
སྐྱེདས་པ་ཉིད་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་དགོ་སྒྲོད་དག་གིས་བརྗོད་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དུ་
བྱེད་པ་ལའོ། །བཀའ་སྒྲོ་མི་བདེ་བའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །དགོ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམས་
རྗོགས་སོ། །ཉིན་མཚན་གྱི་དང་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཐ་མ་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །གནས་པ་
ལ་ནི་སྦྱར་བའི་སྒྲོད་ཉིད་དོ། །དེའི་དང་པོ་ནི་སྐྱེ་རངས་དང་པོ་དེའོ། །ལས་ལ་ནི་འདས་ན་ཉི་

མ་ཤར་བའི་ལོ། སྤང་བ་ལ་ནི་འདུ་ཤེས་ལས་གཙུག་ཅེས་རང་གི་ཉིད་དོ། ཇེ་ནི་བཟླས་པ་ཉིད་
ན་བྲལ་བ་ཉིད་དོ། རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་དོན་དུ་ངེས་པར་བྱས་པ་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། ཆོས་གོས་
ལས་ཀྱང་རྒྱང་བར་བྱས་ནས། འདི་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། རང་
བཞིན་ལས་ཉམས་ན་ཡང་ངོ་། ཇེ་ཡོད་ན་དངོས་པོ་དེ་ལྟ་བུ་གཞན་ལ་འབྱུང་བ་ཉིད་
དོ། ཞག་བདུན་པ་ལ་ནི་རིགས་མཐུན་པ་ལས། སྤང་བ་དེ་ཡོད་ན་ཡོ་བྱང་ཅམ་བདག་གིར་
བྱས་པ་ལ་སྤང་བ་ཉིད་དོ། རྒྱང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དུམ་བུ་དེ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། ཇེ་འདུན་གྱིས་
ཡང་ངོ་། འདི་ལ་མེད་པ་དེ་ཉིད་གཙུག་པོ་ལོ། འདི་གསུམ་ནི་སྤྱི་བརྒྱུད་ལ་བཏོང་བ་ལ་མི་འབྱུང་
ངོ་། ཡོད་ནས། རང་གི་ཉིད་དོ། ཞག་བཅུར་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཉིད་དོ། གཞན་གྱི་ཉི་མའི་
དང་པོ་ལས། གོས་ལས། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་མཐའི་ཆད་ལས། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་
དང་མ་འབྲེལ་བ་ལས། འབྲེལ་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་དང་བཅས་པ་ལས། འདི་ལ་གཞན་
ཡོད་ན་བྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པ་དེའི་ཤན་ཚུན་ཆད་ནས་སོ། འཆང་བའི་སྤང་
བའོ། གཞིང་བ་དང་བྲལ་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། གལ་ཏེ་དེང་ཉིད་ཕྱིར་ལོག་ཅིང་གནས་
པར་བྱའོ་སྟམ་པ་མེད་ན་གཞིང་བ་བཞག་སྟེ་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། ཇེ་ལྷར་བསམས་ཏེ་སོང་
ནས་དུས་མ་འགྱུར་ན་དེ་བརྟུན་ཏེ་དེར་གནས་པར་བྱའོ། མ་རྟེན་ན་སྤྲོ་གོས་ བཞི་བཟུང་བ་
བྱས་པའི་སྟེང་དུ་ཡུན་རིང་དུ་མི་ཉལ་བར་རོ། ལྷམ་སྤྱར་བཞག་པར་མི་འོས་པའི་གནས་སུ་
དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ཡང་བཞག་པར་མི་བྱའོ། ཆར་འབབ་ན་མི་བཞག་གོ། རྒྱ་སྤང་གིས་ཆོད་
པར་འགྲོ་བ་ལ་ཡང་མི་བཞག་གོ། ཇེ་གཉིས་དོགས་པར་ཡང་མི་བཞག་གོ། ཇེ་སྤྱིང་དང་
བཅས་པ་ཉིད་དང་། སྒྲིལ་གས་དང་བ ཅས་པ་ཉིད་དུ་བཅས་པའི་གནས་དང་། ཆར་འབབ་
པ་དང་། འབབ་ཏུ་དོགས་པ་དང་། བཟོད་པར་བྱ་བ་རྒྱ་སྤང་གིས་ཆོད་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་མེད་ན་
གནང་བ་མ་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱི་བརྒྱུད་མ་བཏོང་བས་སྤྱི་བརྒྱུད་མེད་པར་གར་ཡང་འགྲོ་བར་
མི་བྱའོ། གནས་སུ་བྱིན་པར་མི་འགྱུར་ན་ཆོས་གོས་ཀྱིས་ཕྱུང་སྟེ་གཞན་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་
པ་ནི་ཆོ་གའི་རྣམ་པའོ། ལྷམ་སྤྱར་སྟེ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་གན་པོ་དང་ནད་པ་དག་ལ་མི་འབྲལ་

བའི་གནང་བ་སྦྱོར་ནི། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་གནང་བ་མ་ཐོབ་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་
དོ། དེའི་གནས་ཉེ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནས་གཞན་ན་གནས་པ་ལ་སྦྱ་རེངས་ཤར་
ནའོ། །མཚམས་བྱས་པ་ལ་ནི་མཚམས་གནས་ཀྱི་མཐའོ། །བདག་ བོ་གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་
བར་གྱི་མཚམས་རྣམས་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །ཞོར་ལས་དང་ལྟ་བ་ལས་དད་པ་ཐ་དད་པ་
མ་ཡིན་པའི་ཡང་ངོ་། །ཡལ་ག་དང་ཡལ་ག་སྤྱོད་མ་དག་མ་རེག་པ་ནི་གནས་ཐ་དད་པ་ཉིད་
དོ། །རྩ་བ་ནི་སྦྱོར་མོང་ངོ་། །རྩ་བའི་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ངོ་། །ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་རེག་པའི་
ཤིང་སྒྲོན་པ་རྣམས་ནི་གནས་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཆ་འོག་མར་དབྱངས་པ་ཉིད་ནི་སྟེང་
གཡོགས་དང་འབྲའོ། །སྤྱ་དང་ཤིང་རྩ་དག་གི་ཡང་ངོ་། །མཚམས་མེད་པ་ལ་ནི་ཡན་ལག་
གིས་བྱབ་པ་མཐའོ། །ཉེ་འཁོར་ནི་ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་འདོམ་རེ་རེའོ། །རྩིག་པས་བསྐྱོར་བའི་
གོང་ལ་ནི་ཇི་ཅུམ་ཏུ་བ་ལང་ཏུག་དང་ལྡན་པའི་ཤིང་རྩ་སྦྱིག་མ་ཅན་གྱི་འཕྱ་བྱ་གག་སྤར་
ནས་འདུག་པའི་ལམ་གྱིས་བྱབ་པའོ། །རིབ་མས་བསྐྱོར་བ་ལ་ནི་ར་ཡུག་གི་རྩལ་གྱིས་སམ་མི་
རང་བཞིན་གྱིས་ངོ་ཆ་དང་ལྡན་པའི་བཤང་བའི་ལམ་གྱིས་སོ། །འོབས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ལ་ནི་
སྐས་གདང་བྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་འཕྱ་ཕྱག་དར་བོར་བའི་བོང་བ་རགས་པའི་ལམ་གྱིས་
སོ། །གནས་དེའི་འཕྲལ་གྱི་བྱ་བ་དང་། །འགོ་བ་དང་། །འདུག་པ་དང་། །རྩལ་དག་གིས་དེར་
གཏོགས་པ་བྱབ་པའོ། །མཚམས་མེད་པའི་ལམ་ཏུ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པར་འགོ་བའི་མི་ལ་ནི་
འདོམ་བཞི་བཅུ་རྩ་དགའོ། །མཚམས་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དབྱས་ནས་རྒྱང་གྲགས་ཀྱི་
མཐའ་ཕན་ཆད་ནི་གནས་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །འབྲལ་བའི་སྤང་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའོ། །དམ་ཏུམ་ ཏུ་ཐུར་པ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤང་བ་ལ་མི་
འཆགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལས་འབྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་
གནས་པས་གཞན་གྱི་གནས་མི་ཉམས་སོ། །ཆོས་གཞན་པ་དང་འདི་པ་དག་ནི་ལྟ་བ་ལས་
ཞེས་བྱ་བས་མ་འཕངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་མོང་བ་དག་གིས་སྒྲི་ཁང་ཡང་ མ་ཡིན་ནོ། །ཞོར་
ལས་ཞེས་བྱ་བས་པ་དང་བྱ་དག་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །སྤངས་པ་ཉིད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲའོ། །ཉལ་

པོ་བྱེད་པར་ཤོམ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། ཁྲོད་ལ་དེ་ཡོད་པ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཉེ་འཁོར་ཉིད་
མ་ཡིན་ནོ། །འབྲལ་བའི་སྤང་བ་ལྟ་བའི་སྐབས་སོ། །འབྲལ་བའི་སྤྱང་བའོ། །ཁ་བསྐང་བ་ལ་
རེ་བ་མེད་ན་ཆུང་བ་སྤྱ་གང་ཡན་ཆད་ཀྱང་ཚོག་པ་དང་འདྲའོ། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་
ཡོད་པ་ཉིད་ན་ཡང་ངོ་། །གཞན་དུ་ན་དེ་ནི་ཞག་སྐྱམ་ཅུ་འདས་ནའོ། །ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་
ལས་རིགས་མི་མཐུན་པ་ནི་ཚོག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དཀར་པོ་ཉིད་ནི་ཁ་དོག་ཐམས་ཅད་པ་
ཉིད་དོ། །དེ་རྟེན་ན་ཞག་བཅུ་པ་དེའི་དང་པོ་ལ་བག་ལ་སྟོན་པ་ཉིད་དོ། །སར་པ་ལས་སྐྱམ་
སྐྱར་གྱི་མཐའ་ནི་ཉིས་རིམ་སོ། །གདིང་བ་ཡང་ངོ་། །སྒྲ་གོས་དང་མཐང་གོས་གཉིས་ཀྱི་ཆིག་
ཀྱང་ངོ་། །དུས་ཚོགས་སུ་སྐྱད་པ་ལས་ནི་ཉིས་འགྱུར་དུའོ། །ཕྱག་དར་ཁྲོད་ལས་བྱས་པ་དག་
ལ་ནི་ངེས་པ་མེད་དོ། །རྟིངས་པ་ཉིད་དང་དེངས་པ་ཉིད་ལ་ནི་ཅི་དགོས་པ་སྟག་པར་སྐྱར་
རོ། །སྟག་པར་སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་མི་བྱའོ། །སྤང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །རིམ་པ་ཅན་
བྱེད་རྒྱས་ནས་འདི་ཉིད་དུ་སྐྱར་བར་བྱའོ་སྐྱམ་པའི་སེམས་མ་སྦྱེད་པར་དཔོག་པར་མི་
བྱའོ། །གང་ཡང་རུང་བས་པོག་པ་མ་སྐྱར་བའི་ལྷ་རྩལ་དུ་སྤང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །སྐྱམ་
སྐྱར་གྱི་སྐྱམ་ཕྱན་དག་ནི་དགུ་ཡན་ཆད་ཉི་ཤུ་ཙམ་མན་ཆད་དེ་བྱང་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་
ཡན་ཆད་ནི་ཚེས་བྱའོ། །དང་པོ་གསུམ་ལ་ནི་དེ་དག་གི་སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་གསུམ་པ་ཉིད་
དོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་བཞི་པ་ཉིད་དོ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་
ལྔ་པ་ཉིད་དོ། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་རུང་བ་ཆེན་པོ་དག་ནི་རང་གི་སྤྱ་གསུམ་དང་ལྔ་དག་
གོ། །ཆུང་བྱ་དག་ནི་གཉིས་ཀ་ལས་སྤྱ་བྱེད་བྱེད་དཔེའོ། །འབྲིང་རྣམས་ཀྱི་ཚད་ནི་བར་
མའོ། །མཐང་གོས་ནི་དོ་དང་ལྔ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དོ་དང་བཞི་ཡང་ཡིན་ནོ། །འཁོར་གསུམ་
ཁེབས་པ་ཉིད་ཡན་ཆད་ཀྱང་ངོ་། །སྤྱི་དོན་ནི་ལྷས་ཀྱི་ཆ་བདུན་ལས་གཉིས་སོ། །མི་ཡོགས་
ན་རལ་ཁ་དཔུང་ཆད་བྱའོ། །ཁྲི་བས་སྤང་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའོ། །དེ་བས་དམན་པ་ཆུང་
བ་དང་འདྲ་སྟེ་ཉིས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །འཁོར་གྱི་བྱེད་མི་ཁེབས་པ་རེ་བ་མེད་པ་
ཉིད་དོ། །རུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ངོ་། །གདོང་བྱིས་དང་། རྒྱ་ཚགས་དང་། རྟན་འབྱམ་དང་།

དེའུ་རྩོག་ལ་སོགས་པ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་གོས་བྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པ་དག་གོ། ཁྱེ་བས་སྤང་བ་ ཁྱེ་
བའོ། ། ཁྱེ་བས་སྤང་བའོ། ། སྦྱུ་མ་མ་དབེན་པར་བཞག་གོ། དེར་དགོ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཡལ་
བར་མི་དོར་རོ། དེ་ལ་ཟན་བྱིན་པར་བྱའོ། ། ས་མ་དག་གི་བདུན་པ་ཚུན་ཆད་ལས་གང་ཡང་
རུང་བ་སྤེལ་གཅིག་ལས་སྦྱོར་བ་ཡང་ཉེ་དུ་ཡིན་ནོ། ། འདུ་ཤེས་གཙོ་ཆེར་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་
ཡིན་ནོ། ། དེ་ནི་ཤེས་གཙོ་བོའོ། ། དགོ་སྤྱོད་མ་ཉིད་དང་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དག་ལའོ། ། འོག་
མ་ལ་ཡང་ངོ་། ། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་རང་གི་རྟིང་པ་འཁྱུར་གཞུག་པར་འོས་པ་ཆོས་གོས་
དག་དང་གདིང་བ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་བསྒོ་བས་འཁྱུར་བཅུག་གམ། འཆོད་དུ་བཅུག་
གམ། འཆག་དུ་བཅུག་པ་དག་ནའོ། ། རྟོགས་ལ་བྱས་པ་ཡང་ལས་བྱས་པ་ཉིད་དོ། ། བྱས་པ་
ཉིད་ན་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། འབྲས་བུའི་མཐའ་མན་ཆད་གཅིག་པ་ཉིད་
དོ། ། ཆོགས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་རྣམས་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། ། འདུ་ཤེས་གཙོ་བོ་ཉིད་ལ་
དོན་ཇི་ལྟ་བུ་ཉིད་ལ་ནི་དངོས་གཞིའོ། ། དོན་ཇི་ལྟ་བུ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་དངོས་གཞི་དང་
ཉེ་བའོ། ། ཡིད་གཉིས་ནི་འདུ་ཤེས་དང་འདྲའོ། ། ད་ གོ་འདུན་གྱི་ཁྲིམས་སུ་བྱ་བ་བསྤང་བར་
བྱའོ། ། སྒོ་བྱར་དུ་འོངས་པས་ཀྱང་དེ་ལས་མི་འགལ་བ་ཉིད་དུ་བྱའོ། ། ཡོད་དམ་མེད་པ་ཉིད་
དང་ཇི་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེས་དེ་དྲི་བར་བྱའོ། ། ཏ་ཅང་ཡུན་མི་རིང་
བར་རོ། ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་དགོ་འདུན་ལས་གཡོ་བ་མེད་དོ། ། སྤྱང་བཟེད་དང་ །
ཆོས་གོས་དང་། དྲ་བ་དང་། སྤོར་བྱ་དང་། སྐར་གས་ལྟག་པ་འབྲལ་བ་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་ཉེ་
བར་བཞག་པའི་དོན་དུ་སྤང་བར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བཞག་པ་ནི་དེ་དག་མེད་པ་དག་
གིས་ཅི་དགར་བཀྱར་བར་བྱའོ། ། འཁྱུར་འཇུག་པའི་སྤང་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའོ། ། ། བཤང་
བ་དང་། གཅི་བ་དང་། ལྷན་ལྷན་དང་། འདམ་རྩལ་ བ་ལ་སོགས་པས་མ་རུང་བར་གྱུར་བ་
འཁྱུར་འཇུག་པ་ལ་ན་སྤང་བ་མེད་དོ། ། དེའུ་རྩོག་དང་། ཁྲིམ་པའི་གོས་དང་། སྤུས་ནང་
ཆོངས་ཅན་དང་། རུང་བར་བྱས་པ་དང་། སྤངས་པ་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་རྣམས་ལ་ནི་ཉེས་
བྱས་སོ། ། འཁྱུར་འཇུག་པའི་སྤང་བ་ཁྱེ་བའི་སྐབས་སོ། ། འཁྱུར་འཇུག་པའི་སྤང་བའོ། ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བཅ་པོ་གསུམ་པདྨ་གོ་སྤྲོད་མཁུ་གོས་རིན་ཆེན་པོ་རྗེ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོད་
བར་བྱའོ། དགོ་སྤྲོད་མ་དང་ལྷན་ཅིག་རྗེ་བར་བྱའོ། མཉམ་པས་སོ། ཡང་ན་དེ་དགའ་བ་
ཉིད་ཀྱིས་སོ། ལེན་ནའོ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱིས་སོ། གོས་སོ། དགོ་འདུན་ལ་གོས་འབུལ་
བ་དང་ལེགས་པར་སྤྲོ་བ་ལ་སྤྲོད་བ་མེད་དོ། བསྟེན་པར་རྗེ་གས་པར་བྱེད་ པ་དང་བོར་སྤྲོད་
བྱེད་བ་དག་ལའོ། དད་རྒྱས་བརྗོད་དེ་མདུན་དུ་བཞག་ནས་མེ་བསྟོས་པར་སོང་བ་
ལའོ། ལེན་པའི་སྤང་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའོ། །ལག་ཏུ་འོངས་པ་ཉིད་ན་ཐོབ་པ་ཉིད་
དོ། །ལྟ་བའི་ཉེ་འཁོར་དུ་གྱུར་པ་ནི་དེའི་དང་པོ་ཡིན་ནོ། ཉེ་བར་མ་གྱུར་པ་ནི་དང་པོ་ཉིད་
བ་ཉིད་དོ། རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཐ་ རྒྱད་ཀྱི་དབང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་གོས་སྤྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་
གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། རེ་ཞིག་གི་སེམས་ཀྱིས་ན་སྤྲོད་བ་མེད་དོ། རིན་སྤྲོད་པ་ན་བརྗོད་པ་
ལའོ། ལེན་པའི་སྤང་བ་ལྟ་བུའོ། ལེན་པའི་སྤང་བའོ། །མིའི་འགྲོ་བ་པར་གཏོགས་པ་བྱིས་
པར་གྱུར་པ་སྟོག་དང་ལྷན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་སྤྲོད་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ། འོག་མ་
གསུམ་ལ་ཡང་དོ། གོས་སྤྲོགས་པ་དང་། བསྤྲོད་པ་དང་། ཆོག་པ་དང་། རྒྱུད་གིས་བྱིར་བ་
དང་རྒྱས་བྱིར་བར་མ་གྱུར་པ་ལའོ། སྤྲོད་ན་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། ཐོབ་ན་དངོས་གཞིའོ། ཆོས་
གོས་སོ། མི་རྒྱུད་བའོ། རིན་ཐང་དང་། ལ་དོག་དང་། རྒྱ་ཆེན་ལས་རྣམ་པ་གང་བསྤྲོད་
པའོ། གཞན་ལ་ནི་སྤྲོད་བ་མེད་དོ། རས་མ་དང་ལ་ཆར་དག་སྤྲོད་ནའོ། རྒྱ་དང་སྤྲོད་ལ་ནི་
ན་སྤྲོད་པ་ཉིད་དོ། དེའི་རང་བཞིན་ནི་དེ་དང་འདྲའོ། སྤྲོད་བའི་སྤྲོད་བའོ། །བྱིན་གྱིས་
བསྤྲོད་པར་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མེད་ན་སྤྲོད་བར་རིགས་པ་ཉིད་དོ། དེ་ནི་སྤྲོད་བའི་བྱེད་པ་པོ་
ཉིད་དོ། བྱིས་པའི་སྤྲོད་གཡོགས་ཆེ་ཆེན་ནི་ རས་ལྷག་ཆེན་སྤྲོ་བ་ལྷག་གཉིས་པའོ། སྤྲོད་
གཡོགས་ནི་རས་ལྷག་ཕན་བདུན་པ་དང་དོ་པའོ། དགོ་སྤྲོད་གི་ཆེ་ཆེན་ནི་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་
ཤམ་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་རི་སྤྲོད་བསྤྲོད་པའོ། རྒྱུད་བསྤྲོད་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། གང་ཡང་རུང་
བའོ། ཆེད་དེ་ལས་སྤྲོད་པ་ནི་བསྤྲོད་བར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། རྒྱ་མ་ཐོབ་ན་ལ་བསྤྲོད་བ་

ཡང་ངོ་། །ལྷག་མ་སྦྱོན་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་མ་ཐོབ་ན་ལྷག་པ་སྦྱོན་པར་བྱ་བ་ཉིད་
དོ། །བསྐྱང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱངས་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ཐོབ་ན་དངོས་གཞིའོ། །སྦྱོན་པར་
བྱ་བ་མི་སྦྱོན་ན་ཡང་ངོ་། །སྦྱོང་བར་རིགས་པའི་སྤང་བའོ། །སྤགས་པ་མ་ཕུལ་བར་ཤེས་པ་ནི་
མ་སྤགས་པ་དང་འདྲའོ། །དེ་ཉིད་གཞན་ཡིན་ནོ། །སྤགས་པ་སྦྱོང་བའི་སྤང་བའོ། །སྦྱོན་པར་
བྱེད་པ་སྤངས་ཆེ་བ་ཡང་ངོ་། །སྦྱོར་བ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཐོབ་ན་གཅིག་ཉིད་དོ། །སོ་སོ་ནས་
སྤགས་པ་སྦྱོང་བའི་སྤང་བའོ། །བཀྱར་བ་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཆོས་གོས་ཀྱི་རིན་སྤངས་ནས་
ཡོངས་སུ་དྲི་བ་སྡོན་དུ་བཏང་ཞིང་བསྟན་ཏེ། བསྟོ་ཞིང་སྤྲས་པ་བྱུང་བའི་མཐའ་རྗེས་སུ་
བརྗོད་པ་སྤར་བྱས་པའི་ཞལ་ཏེ། བྱེད་པ་ལ་བསྐྱུལ་བར་གྱུར་ནའོ། །གོ་བར་མ་རྟུས་པ་ཉིད་ན་
བསྐྱུལ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མ་གྲུབ་ན་ལན་གཉིས་སུ་ཡང་ངོ་། །ལན་གསུམ་དུ་ཡང་ངོ་། །དེའི་
འོག་དུ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱད་པར་བྱའོ། །མ་གྲུབ་ན་སྦྱོན་པར་བྱེད་པ་ལ་
བསྤྲགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྤངས་པར་གྱུར་ཟིན་པ་ན་འབུལ་བར་བྱེད་ན་སྤངས་པ་སྤྲས་ཏེ།
སྦྱོན་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱུ་བར་རྗེས་སུ་སྦྱབ་པ་ཁས་ལེན་པ་ལས་སྤང་བར་བྱའོ། །བསྐྱུལ་
བ་དང་བསྐྱད་པ་ལྷག་གམ་ཁས་མ་སྤངས་ནའོ། །བསྐྱངས་ནའོ། །གསུམ་ཅར་མི་ཉིད་དང་
བྱིས་པ་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །མ་སྤྲས་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །མ་སྤྲས་པ་ལའོ། །མ་དྲིས་པར་སྟོན་ན་
ཡང་ངོ་། །རེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ན་མ་སྤྲན་ན་ཡང་ངོ་། །བསྐྱར་བའི་སྤང་བའོ། །སྟན་བཅང་
བར་བྱའོ། །སྦྱོན་བལ་གྱིས་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བརྟག་ནའོ། །སྟན་ལ་ནི་བཀྱམ་པ་ཉིད་བྱེད་པ་
མཐར་ཐུག་པའི་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །བྱས་ཟིན་པ་རྟོད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་ཡོངས་སྦྱོད་པ་དང་།
མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དག་ལ་ནི་རྟུང་བ་མེད་པའོ། །སྦྱོན་བལ་གྱི་སྤང་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའོ། །རྟུང་དུ་དང་བསྐྱེས་པ་ཉིད་ན་ནི་སྤང་པ་ཉིད་དོ། །རྗེས་ཉམས་པ་ཉིད་ལ་ཡང་
ངོ་། །སྦྱོན་བལ་གྱི་སྤང་བ་བྱུ་བའོ། །སྦྱོན་བལ་གྱི་སྤང་བའོ། །ལྷག་གི་བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་
དག་གོ། །རང་བཞིན་གྱིས་སོ། །སྦྱོན་པོ་དང་། འདམ་ཁ་དང་། ཁམ་པ་དག་ཀྱང་དེ་ཉིད་
དོ། །བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྤང་བའོ། །དེ་དག་བྱེད་པས་ལྷག་པ་ཉིད་ནའོ། །བྱེད་

དགར་པོ་དང་འཁོབ་བལ་དག་ལས་ཆ་མཉམ་པ་ཉིད་དུའོ། །སྒོ་དང་རྒྱབ་དང་གཉའ་བ་
ནས་སྐྱེས་པ་ནི་ལྔ་མའོ། །མགོ་དང་རྐང་བ་དང་སྟོ་བ་ནས་སྐྱེས་པ་ནི་བྱི་མའོ། །ཆ་གཉིས་
བསྐྱེས་པའི་སྤང་བའོ། །རྒྱ་དང་ཞེང་གཉིས་ཀར་སྟག་པ་ཉིད་ན་བཅད་པར་བྱའོ། །ཐུང་བ་
ཉིད་དང་དོག་པ་ཉིད་དག་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །རལ་ན་བཅོམ་པར་བྱའོ། །བྱ་ཕྱི་དུ་བྱུར་
ཏམ་ཤ་ཟད་པ་ཉིད་དག་ནི་བྱུར་བར་བྱའོ། །བཅོས་དཀའ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་བྱིན་ནོ། །གནང་
བ་མ་ཐོབ་པ་གཞན་ཡོད་པའམ་རང་དགར་བཏང་བས་ལོ་དྲུག་མ་ལོན་པར་སྟན་བྱས་པ་
ཉིད་ནའོ། །བཙམས་པ་ཉིད་ནི་ཚྭ་ནཟེན་པ་དང་འདྲའོ། །མཐར་ཐུག་ན་སྦྱར་བའི་ལྷང་
བར་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་བྱང་བ་གཞན་གྱི་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །ལོ་དྲུག་བཅང་
བའི་སྤང་བའོ། །གདིང་བ་རྟིང་པ་ལས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོ་གང་གིས་མ་སྐྱོན་པའི་
གདིང་བ་སར་པ་སྦྱོད་ནའོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ནའོ། །དེ་ཙམ་ན་ཡང་ངོ་། །བཅོས་པར་ནུས་ན་
ཡང་ངོ་། །མཐུད་ཅིང་སྦྱར་དུ་བྱང་བས་ཀྱང་ངོ་། །མཐོ་གང་གི་སྤང་བའོ། །ཁྱེར་བ་མེད་ན་
དཔག་ཚད་གསུམ་ལས་འདས་པར་ལྷག་གི་བལ་བྱིར་ནའོ། །ཡོད་ན་ཡང་ངོ་། །ལམ་དུ་འགོ་
བ་ནི་རྒྱང་གཤམ་གྱི་བདག་ཉིད་དོ། །བྱེད་དུ་ན་སྦྱར་བའོ། །རྩུ་འཕྱུལ་ལས་གཞན་པས་ནམ་
མཁའ་ལ་འགོ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །སྤྱུལ་པས་ཀྱང་ངོ་། །ཞུ་དང་། ལྷམ་སྒོ་གྲ་ཅན་དང་། རྟོད་ཀོར་
ནང་ཚངས་ཅན་དང་རྒྱ་ཅང་དང་། ལྷག་པོད་དང་། རྱར་བྱ་ཐེའུ་ལ་སོགས་པའི་དོན་དུ་དེ་
ཙམ་དག་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །རྩལ་ཕྱ་རབ་དང་། རྩལ་ཕྱ་མོ་དང་། རྒྱ་དང་། ལྷགས་དང་།
རི་བོང་དང་། ལྷག་དང་། སྤང་དང་། ཉི་ཟེར་གྱི་རྩལ་དང་། སྒོ་མ་དང་། ཤིག་དང་། རས་དང་
སོར་རྣམས་ནི་ལྔ་མ་དྲུག་ལ་བྱི་མའོ། །སོར་བཞི་དྲུག་ལ་བྱི་གང་ངོ་། །སྤྱེད་དང་བཞི་ལ་
མིའི་སྤྱི་དོ། །སྤྱེད་བཞི་ལ་གཞུའོ། །དེ་ལྟར་བརྒྱལ་རྒྱང་གཤམ་སོ། །དགོན་པའི་དང་པོ་ནི་དེའི་
མཐའོ། །ལུས་ཀྱིས་ལུས་མི་བསྐྱར་རོ། །སྒོ་དང་རྒྱབ་དང་རྐང་བ་དང་མགོ་བོ་དག་གིས་མི་
བསྐྱར་རོ། །འདིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་དོགས་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱེད་ལས་སྟག་པར་
བསྐྱར་བར་མི་བྱའོ། །བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་བའོ། །ཆོས་གོས་རྟིང་པའི་གནས་སུ་ལྷག་གི་བལ་

དག་གོ། །འཆག་པར་ཆེལ་བའོ། །བལ་ཆེལ་དུ་འབྱུག་པའི་སྤྱ ང་བའོ། །།རིན་པོ་ཆེ་བདག་གིར་
བྱས་ནའོ། །ཚྭགས་པ་ཉིད་ན་དེ་རྫོགས་སོ། །དེ་བས་པ་ཟད་ན་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །རང་གི་རྩང་
བར་མ་བྱས་པ་ཡང་དོ། །རིག་གམ་རིག་དུ་བཅུག་ནའོ། །གང་ཡང་རྩང་བས་སོ། །སྒྲ་
གདགས་སུ་རྩང་བའི་ཟངས་མ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །གཞན་ལ་ནི་སྤྱང་བ་མེད་དོ། །ཞ་ཉེ་དང་།
ཁོ་ཆུ་དང་། རོ་ཉེ་དང་། ལྷགས་དག་ལ་ཡང་དོ། །དག་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་དོ། །སྤྱིན་
བདག་བདག་པོ་ཉིད་དུ་སྒྲོས་སུ་གཞུག་པ་དང་། ཞལ་ཏ་བྱེད་པ་བདག་ཉིད་ཁས་ལེན་དུ་
གཞུག་པ་དང་། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩང་བ་དག་ཡིན་ནོ། །ཆོས་དང་ལྡན་
པའི་དོན་མི་བདོག་པའི་རྒྱན་ལས་གཞན་པ་ལ་མི་འཆགས་སོ། །བདག་པོ་རིང་བ་ཡིན་ན་
ཡང་ཉམས་པ་མེད་དོ། །བདག་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་བཟའ་བ་བྱེད་དུ་གཞུག་དུ་རྩང་དོ། །དེ་བྱེད་
པ་ལ་འབྱུལ་བའི་བྱིར་ཀླུ་པ་ཏ་སྤང་བ་ཡང་དོ། །ལམ་རྒྱགས་ནི་རིན་པོ་ཆེ་མན་ཆད་ལས་
སོ། །མེད་དོན་དུ་མེ་ཤེལ་ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །དེ་མ་སྤྱོད་པར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། །མ་
བྱིན་པར་ལེན་པ་ལ་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་འབྲས་བུ་བྱུང་ནས་དེ་ལ་སྤྱིན་པར་བྱའོ། །ཁྱའི་
དོན་དུ་ཆུ་ཤེལ་ཡང་དོ། །བསྐྱང་བའི་ཆོ་ག་ནི་འདྲའོ། །ཡོ་བྱད་རྗེས་སུ་གནང་བར་རིན་པོ་ཆེ་
བདག་གིར་བྱ་བའི་ཤན་བསྐྱེ་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ར་གན་དང་། ཟངས་དང་། ལར་བ་
དང་། ཤིང་གི་སྤྱང་བཟེད་བདག་གིར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་བདག་གིར་བྱས་པའམ་གཞན་ཡང་
རྩང་ཉེ་གལ་ཉེ་ཡོངས་སུ་སྤྱད་དགོས་པར་གྱུར་ན་སྤྱན་པོར་གྱི་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པས་སོ། །བྱིན་
གྱིས་བསྐྱབ་དུ་རྩང་བ་ནི་གཉིས་ཏེ། ལྷགས་ལས་བྱས་པ་དང་ས་ལས་བྱས་པའོ། །ཞོར་བྱ་དང་།
སྤྱ་ཏིག་དང་། བེལྱུང་དང་། མན་ཤེལ་དཀར་པོ་དང་། བྱི་རྩ་དང་། དུལ་དང་། གསེར་དང་།
རྫོང་སྤྱིང་པོ་དང་། ལྷག་དང་དམར་པོ་དང་གཡས་སུ་འབྱེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རིན་པོ་
ཆེའོ། །སྒྲ་གདགས་སུ་མི་རྩང་བ་ལ་ནི་ན་སྤྱད་པ་ཉིད་དོ། །འོག་མ་ལ་ཡང་དོ། །དེ་ནི་གས་
པ་དང་། ཆག་པ་དང་། དུམ་བྱ་དང་། ཆོག་པ་དང་། རྫོན་མ་སྤྱད་པ་དང་མ་བྱས་པ་དང་།
མཚན་དང་མི་ལྡན་པ་དང་བཅས་མའོ། །གསེར་དང་དུལ་ལ་རིག་པའི་སྤྱང་བའོ། །།རྟེན་པ་

འདྲིང་པ་ལ་སྤྱད་བ་འབྱུང་ངོ་། །ལ་རྩལ་པོ་བྱིས་པ་ཉིད་དང་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་
དངོས་གཞིའོ། །བསྐྱེད་ཕྱིན་ནའོ། །འོག་མ་ལ་ཡང་ངོ་། །པ་ཤའམ་རིན་པོ་ཆེས་སྤྱད་པ་ལས་
སོ། །སྤྱོར་བ་ལ་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ཀྱན་དགའ་ར་བ་པའམ་དགེ་བསྟེན་དག་ཡོད་ན་ བསྐོ་
བས་དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གཏའ་ཉི་རིམ་སྒྲང་བར་བྱའོ། །དཔང་པོ་
དང་། ལོ་དང་། ཟླ་བ་དང་། ཉི་མ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་དང་། དགེ་སློམ་དང་།
ལེན་པ་པོ་དང་། རྩས་དང་བསྐྱེད་ནམས་དཔང་རྒྱར་བྲིས་ནས་སོ། །རྒྱས་ཤེས་པས་དེ་གཞན་
པ་ལ་ཡང་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་བྱའོ། །མ་དོན་མཚན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པའི་སྤང་བའོ། །གཞན་གྱིས་
སོ། །དགེ་འདུན་གྱི་བཤོས་གྱི་ཕྱིར་དགེ་འདུན་གྱིས་འབྲས་རིན་གྱིས་ཉོ་བ་ལ་སྤྱིན་པར་
བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་གྱི་ན་ཐེབ་དང་བཅས་པར་རོ། །ཟད་ན་དགེ་འདུན་གྱིས་ཉོ་བར་
བྱའོ། །སར་པ་ཡང་ངོ་། །གལ་ཏེ་སློག་ཆགས་མེད་ན་རྟིང་པ་བཙོང་བར་བྱའོ། ། རིན་ཐང་མི་
གདབ་པོ། །བྱིས་པའི་ཉོ་ཆོང་དག་དུ་ལག་གཞུག་པར་མི་བྱའོ། །བྱིས་པ་ཉོར་གཞུག་གོ་མེད་
ན་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ཆོག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཐོང་ལ་རྟེན་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡང་མི་
བྱ་སྟེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །གཏའ་གཞུག་པར་མི་བྱའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་
རྩས་དེ་གཡོགས་པ་ལ་དགེ་འདུན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ལ་གཏད་དོ། །ཤན་རབས་ཤན་རབས་
དག་ལ་མ་ཞུས་པར་དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་བཙོན་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་ཆོག་ཡི་གེར་བྲི་བའི་
དམ་བཞག་ལ་ནན་ཏན་བྱའོ། །ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་སྤང་བའོ། །སྤྱད་བཟེད་གྱིའོ། །རབ་དུ་
འབྱུང་བ་ལ་བསྟོས་པའི་དོན་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བྱས་པ་ནི་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་པ་དང་
དཀར་བ་དང་ཆེ་བ་རྣམས་ནི་རྩང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཆོས་པ་ཡང་རྒྱང་དུ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །སྤྱད་བཟེད་རྒྱང་དུ་གཅིག་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །སྤྱད་བཟེད་འཆང་བའི་སྤང་
བའོ། །ཏ་ཅང་ཆགས་པར་མི་བྱའོ། །ཡོ་བྱད་ལ་ཏ་ཅང་ཆགས་པར་མི་བྱའོ། །གང་ལ་ཞེན་པ་
དེ་བཅང་བར་མི་བྱའོ། །སྤྱ ང་བཟེད་ཀྱང་མེད་ན་སྒྲང་བར་བྱའོ། །དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ན་ཡང་
ངོ་། །ལྟན་པ་བཞི་མན་ཆད་ནས་དེ་དག་རྩང་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྤྱད་བཟོད་པའོ། །བྱིས་པ་ཉིད་དུ་

མ་ཡིན་པ་ལས་བསྐྱེད་པས་ཡོངས་སུ་བཅལ་ནའོ། །དེ་གཉིས་ནི་འོག་མ་གཉིས་ལ་ཡང་
ངོ་། །ཐ་ག་པ་དང་སྒྱུ་བདག་དང་གཞན་དག་ལའོ། །ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་ཉི་དུ་ལས་ནི་
བསྐྱེད་དང་སྐྱུང་བཟེད་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་ལ་ནི་ཉིས་པ་མེད་དོ། །ཉིས་བྱས་སོ། །དེ་ལས་
གྲུབ་ན་དངོས་གཞིའོ། །མེད་པ་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་སྒོ་ཅན་ལ་ནི་ན་སྤྲད་དོ། །རང་གི་ཡོ་བྱད་
དག་གིས་སོ། །དེ་དག་ཡོད་པ་ཉིད་ན་ཡང་ངོ་། །བཟང་པོ་འདོད་པས་བརྗེ་ནའོ། །འདི་ནི་
དགེ་འདུན་ལ་སྤྲད་ངོ་། །དུ་མ་ཉི་དུ་ན་མཆོག་ཏུ་འདོད་པ་གཅིག་གོ། །གཞན་ནི་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྲད་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་པ་ལའོ། །དེ་ལ་ཐ་ཆད་
སྒྱུ་པར་བྱའོ། །བྲིམས་པས་བསྒྲིགས་པར་བྱའོ། །བསྐྱོས་པས་སོ། །དེས་སང་དེ་བྱེད་པར་
འགྱུར་བ་ན་ཆོགས་པའི་དུས་སུ་དགེ་འདུན་ལ་མཇལ་བར་བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་
བདག་སང་སྐྱུང་བཟེད་འབྲེལ་བ་མེད་པ་འདྲིམ་པར་འགྱུར་གྱིས་བྱེད་ཅག་རང་རང་གི་སྐྱུང་
བཟེད་དག་ཐོགས་ལ་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་གཤེགས་པར་མཛོད་ཅེས་སོ། །འཁོད་པའི་དོན་
དུ་ནན་ཏན་བྱའོ། །བཟླགས་པ་བརྩམས་ཁེང་དབུལ་བར་བྱའོ། །གནས་བརྟན་སྐྱུང་བཟེད་འདི་
ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ། དབྱིབས་ལེགས་བ། ཡོངས་སྤྲད་པར་བཟོད་པ་ལགས་ཀྱིས་གལ་ཏེ་
བཞེད་ན་སྒྲུལ་ཤིག་ཅེས་སོ། །ཡོན་ཏན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུའོ། །འདོད་ན་སྤྲད་བར་
བྱའོ། །བར་དུ་ཆོད་པས་སྤངས་པ་ན་སྤྲད་བར་མི་བྱའོ། །ཆོག་གཉིས་པ་ལ་ནི་མི་སྒྱུ་ཁེང་
འོག་མ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱུང་བ་བྱུང་བ་ལ་སྤྲད་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དང་། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་
པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དག་གོ་བར་བྱའོ། །ཉི་བར་སྦྱོད་པ་ལ་མ་ཆག་གི་བར་དུ་དལ་བྱ་དལ་བྱས་
སྦྱོད་ཅིག་ཅེས་སོ། །དེས་གཉིས་ཀ་ཀུན་ཏུ་སྤྲད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡོ་བྱད་ཆེས་བཟང་པོ་ངེས་
པར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །སྦྱོད་པ་ན་ཆེས་ཡང་བའོ། །ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་ཉིད་ལ་ནི་མི་བྱ་བ་ཁོ་ནའོ། །བྱི་
དོར་ཡང་དང་པོར་བྱའོ། །སྐྱུང་བཟེད་ཆོལ་བའི་སྤྲད་བའོ། །འདི་མེད་པར་བསྐྱོ་བས་སམ་
གཞན་གྱིས་ཀྱང་འཐག་ཏུ་བརྩུག་ནའོ། །གཞན་ཉིད་དང་བཅས་པ་ལ་ནི་དེ་མ་བྱས་པ་ཉིད་
མ་ཡིན་ནོ། །འཐག་ཏུ་འཇུག་པའི་སྤྲད་བའོ། །དེའི་ཕྱིར་བརྟག་པར་བྱ་བ་བསམ་པ་ལས་

བྱང་བ་ཉིད་དོ། །ཁོ་ལག་ཆེ་བ་ཉིད་དམ་འབྲས་བཟང་བ་ཉིད་ལ་ཐག་པ་ངེས་པར་སྒྱར་
བའོ། །ག ལ་ཏེ་སྤྱིན་བདག་གི་ཟད་ནའོ། །རྩན་པ་མ་བྱིན་ན་ཡང་ངོ་། །སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་
དེའི་དོན་དུ་རྩིས་སྤྲོ་མ་གནང་བ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་དག་ཡིན་ནོ། །སྤྱབ་པ་ནི་དངོས་
གཞིའོ། །མདུན་རོལ་དུ་དེའི་ཕྱིར་བསམ་པ་ལས་བྱང་བ་རྩིས་སྤྲོ་བསྐྱབ་པ་ཐ་དད་པ་ནི་ཉེས་
བྱས་ཀྱིའོ། །མ་བསྐྱོ་བར་ཉེ་བར་འགོ་བ་ནི་དེ ཉིད་དོ། །འཐག་པ་བསྐྱེད་པའི་སྤང་
བའོ། །དབྱེད་ལ་བར་བྱ་བ་དགོས་སྤང་ཉིད་དོ། །དབྱོག་པར་བྱ་བ་རང་གི་ཉིད་མ་ཡིན་ནའོ། །དེ་
གོས་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །དེའི་འམ་དེས་བསྐྱོས་པའི་ལྷས་དང་ངག་བསྐྱུས་པའམ། ཐ་དད་པ་དག་
གིས་དབྱོག་པའི་དོན་དུ་ལྷགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དག་ཡིན་ནོ། །ལྷས་ལས་ཐ་དད་པའི་
དངོས་པོར་གྱུར་པ་མཐར་ཐུག་པ་ན་མཐའའོ། །སྦྱོར་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། །དེ་ནི་ཕྱིར་
སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །འདི་ལ་རང་གི་དོན་ཉིད་ནི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེན་པར་མ་
རྩིགས་པ་ལ་ནི་སྦྱོད་པ་དང་འདྲའོ། །རང་གི་ཉིད་སེལ་བར་གྱུར་པའི་འཕྱོག་པ་འདིར་བསྐྱུས་
པ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོ་གོས་ངན་པས་བྱས་ པ་ནི་རྩིས་སྤྲོ་འཕྱོག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞོད་པ་དང་མི་
པན་པར་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་པའི་གོགས་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་ལྷང་བ་མེད་དོ། །འཕྱོག་པའི་སྤང་
བའོ། །དགོན་པ་བའི་ཆོས་གོས་གཅིག་ལ་ནི་འཇིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གྲོང་
ཡང་རང་གི་གནས་དང་འདྲའོ། །དེས་དོན་གྱི་དབང་གིས་གྲོང་གཞན་ན་འདུག་པ་དེ་ལ ས་
ཞག་དུག་ཚུན་ཆད་དུ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །ལྷག་པ་ལ་ནི་བག་ཡངས་མེད་དེ། བར་ཆད་གྱི་
དབང་གིས་མ་འོངས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འདིར་ཞག་དུག་དུ་འགོ་བ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ཉིད་
ལ་ནི་བརྒྱག་པ་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞག་བདུན་འབྲལ་བའི་སྤང་བའོ། །བདག་ཉིད་
གནས་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཉིན་མའི་ཟླ་བ་ལྷ་མའི་དང་པོ་ཚུན་ཆད་ནས་དབྱར་གྱི་རས་
ཆེན་བཅའ་བར་བྱའོ། །བདག་ཉིད་ཀྱིས་དབྱར་གྱི་འོག་གི་ཟླ་བ་བྱེད་གྱི་མཐའི་བར་དུ་བཅང་
བར་བྱའོ། །སྤྱིན་དང་བྱི་མ་གཉིས་ལས་དེ་མ་ཡིན་པའི་དུས་གཉིས་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་
དོ། །གཞན་དུ་འཆང་བ་ལའོ། །སྤྱར་བཅའ་བ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། །སྤྱབ་ན་མཐའའོ། །རྣང་རྣང་

ལ་ནི་ན་སྒྲུང་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟོ་བ་ནི་ལས་སྒྲུང་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །དབྱར་གྱི་
རས་ཆེན་གྱི་སྒྲུང་བའོ། །དབྱར་གྱི་རྩེད་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། །དབྱར་གྱི་ནང་ལོགས་སུ་
བདག་གིར་བྱེད་ནའོ། །བཏང་པའི་དབང་གིས་མཐའི་ཞག་བཅུ་ལ་རྩེད་པ་ནི་མ་གཏོགས་
སོ། །དེ་བཞོས་ན་ཡང་ངོ་། །མ་བཞོས་ན་ཡང་ངོ་། །སྤྱིན་བདག་གི་ཆོག་གིས་དབང་མེད་
ནའོ། །དགག་དབྱེའི་ཉེན་མའི་ཕྱི་དེའི་ཉེན་པར་ཏེ་དེ་སྤེད་པ་མ་བསྐྱོས་པ་རྣམས་ལའོ། །དེ་
མི་སྐྱོ་བར་མི་བྱའོ། །བཏང་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱོད་བའོ། །གཞན་གྱིས་གང་ཟག་གཞན་ནམ་
དགོ་འདུན་ལ་བསྐྱོས་པའི་གོས་ཤེས་བཞིན་དུ་བདག་ཉིད་ལ་བསྐྱུར་ཏེ་ཐོབ་ནའོ། །བསྐྱུར་བ་
ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །འདིར་གཞན་ལ་ཡང་ངོ་། །དེའི་འབྲས་བུ་ལ་ཡང་ངོ་། །གཞན་ལ་ཡང་
ངོ་། །དབུལ་བ་དང་སྦྱར་བ་གཉིས་ཀ་སེམས་ཅན་དུ་བགྲང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། །སྤྱོགས་གཅིག་ཉིད་ལ་ཡང་ངོ་། །སྤྱོགས་མ་ཟ་བ་དུད་འགོ་ལ་སོགས་པ་བཅས་ཏེ་མ་རྩེད་
པ་ལ་ནི་ལྟུང་བ་མེད་དོ། །བདེ་བར་གསེགས་པའི་སྦྱ །གཟུགས་གཞན་ལ་ནི་གཡར་པོར་སྤྱིན་
དུ་བྱང་ངོ་། །བསྐྱོས་པ་མི་སྤྱིན་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །མཆོམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་སྟེ་དགོ་འདུན་གྱི་
བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་ནའོ། །མ་ཆོགས་པ་དག་གིས་འགོད་ནའོ། །བྱིན་གྱིས་མ་བཟུངས་
པར་ཡང་ངོ་། །ཀྱན་དབང་བའི་རྩེད་པ་དགོ་འདུན་ལས་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་གསུམ་གྱིས་
ཡོན་ནའོ། །དེ་ལ་གཞན་དག་གི་ཤས་ཉིད་མ་བྲལ་ལོ། །རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་ནི་བརྟུན་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །བྱ་ཆོམ་དུ་གཙུག་ལག་ཁང་དོར་བར་མི་བྱའོ། །རྒྱུ་སྤྱོད་ཆགས་པ་དང་བཅས་པ་དེར་
སྤྱང་མར་གཞུག་གོ། །མ་སྤྱོགས་ན་ལོ་བཅུར་འདའ་བར་བྱའོ། །ལྷ་ནི་བསོད་སྟོམས་ཀྱིས་
སོ། །དེར་དུས་སུ་སྤྱིན་བདག་མ་བྱུང་ན་ །ལོ་གཞན་ལྷ་ནི་ཉེ་འཁོར་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་
སྟན་ཅིག་དུའོ། །གསོ་སྦྱང་ཐ་དད་པ་དང་རྩེད་པ་ཐུན་མོང་བའི་ལས་བྱའོ། །འགོ་བ་དངོས་
པོ་རྣམས་ཉེ་འཁོར་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དག་དུ་གཏམས་པར་བྱའོ། །གཞུག་མར་གནས་ན་
སྤྱིན་པར་བྱའོ། །གནས་གཞན་གྱི་རྩེས་གནས་གཞན་དུ་མི་སྤྱིན་ནོ། །མི་སྟེར་ན་དེ་དག་གི །ས་
སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱིན་བདག་དེ་ཉིད་ཡིན་ཡང་ངེས་པ་ལ་གཞིག་པ་མེད་དོ། །མི་

སྒྲུབ་ན་མཐུས་གཟུང་བར་བྱའོ། །ཀུམ་པོ་ཉིད་དུ་སྦྱོན་པར་བྱའོ། །མཚན་རྟེན་གཞན་ལ་
བསྐྱོས་པའི་རྟེན་པ་མ་གྲུབ་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དེ། བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་
ལོ་དང་། ཆོ་འབྲུལ་ཆེན་པོ་དང་། །ལྷ་ལས་བབས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་ནི་མ་
གཏོགས་སོ། །བསྐྱོས་པ་ལས་བསྐྱར་བའི་སྤང་བའོ། །ཞག་བདུན་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་
ཉི་མ་འདས་སོ་ཅོག་དག་སྤྲོང་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་ནའོ། །དེའོ། །སྐྱུ་
རེངས་བརྒྱད་པ་ཤར་ནའོ། །བཟའ་བར་བྱ་བ་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིན་མཚན་འདས་པ་ནི་
འདྲིར་ཐོས་པ་དང་འདྲ་བར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་དོན་གང་གི་ཕྱིར་བརྟགས་པ་དེའི་ཕྱིར་
ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །སྒྲུབ་སྤྱགས་པ་དང་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ་བ་དག་ནི་སོག་འཛོག་བྱས་ཀྱང་རུང་
ངོ་། །སོག་འཛོག་གི་སྤང་བའོ། །སྤང་བ་རྣམས་ཚོགས་སོ། །དགོ་འདུན་འདུས་པ་ལས་ཤེས་
བཞིན་དུ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་སུ་དང་ཆོས་ཆོས་མ་ཡིན་པར་སྟོན་པ་ནི་ཉེས་པ་སྤོམ་
པོའོ། །གསོ་སྤྲོང་ལ་ཅེ་འདི་ལ་བྱེད་ཡོངས་སུ་དག་གམ་ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་དྲིས་པ་
ལས་མ་དག་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་ཅང་མི་སྤྲོ་བས་འདའ་བར་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །དེ་གཉིས་
དང་པམ་པར་འགྱུར་བ་དང་དགོ་འདུན་སྤྱག་མར་འགྱུར་བ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་རྒྱན་
དུ་སྤྲོ་བའོ། །སྤྲོ་བའི་ཆེ་ཉིད་ན་ཡང་འདུ་ཤེས་བྱང་ན་དེ་ཀུན་ནས་སྤྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །མནའ་
འདྲིར་བར་མི་བྱའོ། །བརྒྱན་དུ་སྤྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགོ་སྤྲོང་གིའོ། །འོག་མ་ལ་ཡང་
ངོ་། །སྦྱོན་ཉིད་བརྗོད་པར་འདོད་པས་སོ། །འཇམ་པོས་བྱས་ཀྱང་རུང་རྒྱུ་པོས་བྱས་ཀྱང་
རུང་ངོ་། །རུང་བ་མ་ཡིན་པར་བསམ་པ་གང་ཡང་རུང་བ་སྤྲོས་ནའོ། །མི་དགའ་བ་ཉིད་དུ་མ་
གྱུར་ན་ཡང་ངོ་། །གཞན་རྒྱལ་རིགས་ཉིད་དང་བྲམ་ཟེ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཉེས་བྱས་
སོ། །སྦྱོན་ནས་སྤྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྤྲོ་མ་བྱེད་འདོད་པས་ཆེ་གོ་མ་ཞིག་ཟེར་རོ། །ཞེས་སྤྲོ་
ནའོ། །གལ་ཏེ་མིང་ནས་སོ། །དེ་ཡང་དགོ་སྤྲོང་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །གཞན་དུ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །སྤྲོ་
མ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །དགོ་སྤྲོང་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་པ་དགོ་འདུན་གྱིས་
ལེགས་པར་ཞི་བར་བྱས་པ་ཉིད་ལའོ། །སྦྱོ་སྤྱགས་སོ། །གཞུག་མར་གནས་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་

དང་འདུན་པ་ཕུལ་བ་དག་ཁོ་ན་ལ་དངོས་གཞིའོ། །ལྷ་བ་སྤྲུལ་བ་དང་སྤྲུལ་ཏུ་འོངས་པ་
དག་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཁོ་ནའོ། །ཚྱོད་པ་གཞན་ཉིད་ལ་ཚྱོད་པ་གཞན་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་ནི་དེ་
དང་འདྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ལ་དེ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་ཏུ་
སྤྱད་པ་ལ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །སྒྲིལ་གསུམ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲོན་པ་ལའོ། །ཆོས་སོ། །ཆོག་
དུག་ལས་ལྷག་པར་རོ། །ལྷག་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་ལའོ། །ཆོག་ལྷ་པ་ལ་ནི་ཚུམ་པ་ལྷ་པ་ལས་
སོ། །མཁས་པས་གོང་ནས་གོང་དུ་དྲིས་པ་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱས་པ་དང་སྤྲོབ་གཉེར་
གསོད་པ་དང་ཁ་ཏྲོན་ཁུ་བ་དང་། དམིགས་ཀྱིས་འདྲི་བ་དང་དུས་ཁྲིམས་འབྲགས་པ་དང་
ཡོན་བཤད་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གནས་གཞན་དུ་ནི་ལྷ་མ་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །སྒྲོན་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དོ། །བསྐྱེད་པར་མ་རྒྱུགས་པ་དང་ཅིག་ཅར་རམ་མཁུག་ཐོགས་སུ་སྒྲོན་བྱེད་དུ་
གྱུར་པའི་ཆོས་དང་ཡི་གེ་ཡང་འདོན་ནའོ། །མི་འདོད་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་ནི་མ་གཏོགས་
སོ། །རྗེས་སུ་ཉན་དུ་གཞུག་པར་བྱ་བ་འདོན་པ་ཡང་དོ། །ཁ་ཏྲོན་ཁུ་བ་དང་སྤྲོབ་གཉེར་
གསོད་པ་དང་དམིགས་ཀྱིས་འདྲི་བ་ཡང་དོ། །འདོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགེ་སྤྲོད་དང་
དགེ་སྤྲོད་མ་ཕྱིག་ཅན་དག་གིས་དུ་སོ་སོར་གོ་བར་བྱེད་པའི་དགེ་སྤྲོད་བསྐྱོབ་པར་བྱའོ། །དགེ་
སྤྲོད་དང་དགེ་སྤྲོད་མ་ཕྱིག་ཅན་དག་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྲོད་པར་བྱེད་པས་ཆོད་དང་ལྷན་
པ་དག་ཁྱོད་ཉོན་ཅིག་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་དང་། གནས་རྒྱུ་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་དང་།
སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་འདི་ལྷ་སྟེ། དཔེར་ན་འབྲས་སྤྲུལ་འདི་ཞིང་ཕུན་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་ལ་སེར་བའི་
འཁོར་ལོ་མི་བཟད་པ་བབ་ན་འདི་ལྷར་འབྲས་སྤྲུལ་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏེ་མ་དང་ཆུད་ཟ་བ་དང་
ཚུལ་མ་ཡིན་པས་མ་རུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལུ་རམ་ཤིང་གི་ཞིང་ཕུན་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་ལ་
ནད་ཀྱི་རིགས་དམར་པོ་ཞེས་བྱ་བ་རུང་ན་འདི་ལྷར་ལུ་རམ་ཤིང་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏེ་མ་དང་
ཆུད་ཟ་བ་དང་ཚུལ་མ་ཡིན་པས་མ་རུང་བར་འགྱུར་བ་ལྷ་ལྷ་དག་ཡོད་ཀྱིས། ཆོད་དང་ལྷན་པ་
དག་གིས་ཅག་དགེ་སྤྲོད་འདི་དང་དགེ་སྤྲོད་མ་འདིས་བསྟན་པའི་ཆོད་མ་འཛིན་ཅིག་འདི་
ལྷར་དགེ་སྤྲོད་འདི་དང་དགེ་སྤྲོད་མ་འདི་ནི་ཡོས་ཆོག་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་འདུལ་བ་འདི་ལ་

སྒྱུར་མི་རུང་བའི་ཚས་ཅན་ཡིན་གྱི། བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་དགེ་སྤྱོད་གནས་བརྟན་གནས་
བརྟན་རྣམས་ལ་སྟོན་ཤིག་ཅེས་བཅོམ་པར་བྱའོ། མི་སྟོན་གསལ་བར་བྱའོ། ཤེས་གཙུག་
བོའོ། ཉན་པ་བོ་མི་ཤེས་པ་ཉིད་དང་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ལའོ། ལྷན་
ནའོ། །ཤམ་པར་འགྱུར་བ་དང་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་དག་སོ་སོ་ ཡང་རུང་བསྐྱས་པ་ཡང་རུང་
ངོ་། །དོན་དུ་མ་ཉིད་ལ་ཚིག་ཐ་དད་པ་མེད་དོ། །བསྐྱོབ་པ་མ་བྱས་པ་ལའོ། །དགེ་འདུན་ལ་མ་
གསལ་བ་ལའོ། །གནས་ངན་ལེན་བཅོམ་པའི་རྒྱུ་བྱེད་དོ། །བདེན་པ་ཉིད་ནའོ། །བདེན་པ་
མ་མཐོང་བ་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ལའོ། །བྱིས་པའི་མདུན་དུ་རྩེ་འཕྱུལ་རྣམ་པར་བསྟན་
པར་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་མས་སྟོན་པའི་སྦྱན་ལྷན་མི་བྱའོ། །མིའི་ཚས་སྤྱོད་མ་བཅོམ་པའི་རྒྱུ་
བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་བརྟན་པ་ཉིད་དུ་དགོས་ན་གསལ་བ་ལྷན་བཏང་བའི་དོན་བྱའོ། །དད་པ་
ལྷལ་བ་ལའོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་དགེ་འདུན་གྱི་ཟས་ཀྱི་རྟེན་པ་མ་ཡིན་པ་དགེ་སྤྱོད་གི་གང་ཟག་
ལ་ལོག་པར་བསྐྱོས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཉིད་གཞན་ལ་ཡང་མིང་མ་སྟོས་པར་
བཅོམ་ན་ཡང་ངོ་། །སྒྱུར་པ་འདེབས་པའི་རྒྱུ་བྱེད་དོ། །འདུལ་བ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་
དོ། །མདོ་སྤེལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །བྱད་དུ་གསོད་པའི་རྒྱུ་བྱེད་དོ། །ལྷག་གི་སྤྱོད་མཚན་རྟེན་
དང་དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་ཤིང་སྟོན་པ་བཅད་པར་བྱའོ། །དེའི་མདུན་རོལ་དུ་ཉི་མ་ བདུན་
ནམ་བརྒྱད་ནས་དེའི་རྒྱུ་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་དང་བྱི་དང་མེ་རྟོག་དང་བདུག་པ་དང་མར་མེ་
དང་གཏོར་མ་སྦྱིན་པ་དང་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་པ་གདོན་པ་དང་སྦྱིན་པ་བཤད་པ་བྱས་ནས།
ལྷ་གང་དག་ཤིང་སྟོན་པ་འདི་ལ་གནས་པ་དེ་དག་གནས་གཞན་ཚལ་ཅིག་ཤིང་སྟོན་པ་
འདིས་མཚན་རྟེན་ནམ་དགེ་འདུན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཅོམ་ནས་སྦྱ་བ་བོས་
ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སོ། །གལ་ཏེ་མེ་འབྱུང་བའམ་ཁྲག་འཇག་པའམ་ཡལ་ག་འགལ་
བའམ་ལོ་མ་ལྷགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་སྟོན་ན། དེས་ཞིང་ལ་སྦྱིན་པ་དང་
སེར་སྣ་དག་གིས་བསྐྱགས་པ་དང་བསྐྱགས་པ་མ་ཡིན་པ་བཅོམ་པར་བྱའོ། །མི་གཏོང་ན་
གཅད་པར་མི་བྱའོ། །ཤེས་གཙུག་ལོ། །མ་ཉམས་པ་ཉིད་ལའོ། །ས་བོན་དང་བྱེད་ཁ་རྟོན་པ་རུང་

བར་མ་བྱས་པ་དག་གིའོ། །ཐ་ན་རྩ་རྒྱུད་ཡན་ཆད་ཉམས་པར་བྱས་ནའོ། །རི་རྩུར་ཡང་རུང་
ངོ། །སྤྱགས་པས་ཀྱང་ངོ། །རྩ་དང་འདམ་རྩུབ་དང་ས་རྩུལ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་མནན་
ནས་ཀྱང་ངོ། །སྤྱ་ཚན་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ངོ། །རྒྱུང་དང་ཉི་མ་ལ་ འཛོག་པས་ཀྱང་
ངོ། །ས་གཞི་སྐྱམ་པོར་ཡང་ངོ། །དེར་འདུན་པས་སོ། །རང་ངམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ངོ། །ཉམས་
པར་གྱུར་པ་ན་དངོས་གཞི་དག་གོ། ཉམས་པར་བྱ་བའི་གངས་དག་གིའོ། །ཐོང་བྱ་ལས་
སོ། །སྦྱར་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་དག་ཏུའོ། །འདི་ལ་སྦྱན་པ་རེ་རེ་ལས་དེ་ཐ་དད་པ་ཡིན་གྱི་
དངོས་པོ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། བཏོན་ནས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་དུ་ཟིན་ཡང་མཐའ་
ཉིད་དོ། །ཉ་ལྷེབས་དང་ཉ་ཆང་དག་རྩ་ནས་བཏོན་པ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །ཆོག་གུ་མ་བཙམ་པར་
རིལ་མིད་བྱེད་པ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་བཙད་པར་གྱུར་ན་ལེགས་སོ་ཞེས་སྒྲུས་ན་
བཏོན་པའིའོ། །རྩ་འཕྱུལ་གྱིས་ན་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །ས་བོན་ལ་ས་བོན་གཞན་ ན་ཉིད་དུ་འདུ་
ཤེས་པ་ནི་དེ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །ཤུན་པ་དང་ཕྱི་དང་འདབ་མ་སྐྱ་བོ་དང་མེ་ཏྲག་ཁ་བྱེ་
བ་དང་འབྲས་བྱ་སྒྲིན་པ་ནམས་ནི་བྱེད་ཤི་བ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་ཐ་སྙད་གདགས་སོ། །དེ་དག་
གི་རྩ་བར་གྱུར་པ་རང་བཞིན་ལས་མ་བྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ས་བོན་གྱི་ཁམས་བཏབ་ལ་རྩ་བ་
མ་སྐྱེས་པ་ནི་བྱེད་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུའོ། །ས་འབྲས་པ་དང་ཤ་མོ་དང་ཤ་བལ་དང་སྒོད་དང་
གོས་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་ནི་བྱེད་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུའོ། །ཁྱ་ཤའི་སྤྱ་ཚན་ལ་སོགས་པ་དཔོ་
བ་དང་། འཆག་པ་དང་ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་འདྲེན་པ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྦྱོང་རུལ་
དག་ལ་དེ་དག་གིས་བསམ་པ་ཉིད་ལ་ནི་རྩྱུང་བ་མེད་དོ། །ཁོངས་པའི་ཆོ་ རྩ་གྲུ་ཤ་ལ་སོགས་
པས་བཅིངས་པ་དེས་དེ་མི་ཐར་ན་བཙད་པ་ཡང་ངོ། །དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་དག་ལས་
གཅིག་གིས་སོ། །ས་བོན་གྱི་ཆོས་མེད་པ་ནི་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མེས་རེག་པ་དང་
མཆོན་དང་སེན་མོ་དང་ནེ་ཙྰ་དག་གིས་མ་ཕྱུང་བ་དང་རྟིངས་པ་དང་ཕྱུང་བ་དང་དགྲུམ་
པ་དང་བཀའ་པ་དང་བཙད་པ་ལྟ་བུ་དག་ནི་རུང་བའོ། །རུང་བར་བྱེད་པ་ན་ས་བོན་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་བསྐྱོས་པར་བྱ་མི་དགོས་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལ་རྒྱངས་པ་ནི་མི་

མ་ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་དག་མེས་རུང་བར་བྱ་བ་ལ་སྤྱིའི་ཚམས་ནི་གཙོ་ཆེར་
བྱས་པ་ཡང་དག་པའི་གྲངས་ཉིད་དོ། །སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་ནི་སྤྱིའི་རུང་བ་མི་ འབྲུང་
ངོ། །དགོ་སྤྱོད་གི་རུང་བ་དག་བྱས་པ་ཉིད་ནི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །ས་རུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཡང་
ངོ། །ཞག་བདུན་པ་དང་འཚོ་བའི་བར་དུ་བཅང་བ་ཆུ་གང་མོས་མ་གཏོར་པར་བཟའ་བར་
མི་བྱའོ། །ཐུན་ཚད་དུ་རུང་བ་ཡང་དེས་མ་གཏོར་བར་མི་བྱའོ། །ས་བོན་དང་སྐྱེ་བ་འཇིག་
པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གང་ཟག་བསྟན་གཉིས་པོ་དག་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མ་བསྐྱོས་པ་དག་
ཀྱང་ངོ། །སྦྱོར་བ་དག་བག་ཡངས་སུ་བྱས་པ་ཡང་ངོ། །བདག་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་གྱིས་
ཐོས་པར་འབྱ་ཡང་རུང་བྱས་གཞོགས་འབྱས་བྱེད་ཀྱང་རུང་ངོ། །བགྲངས་བ་ལ་ནི་
དངོས་གཞིའོ། །རྒྱང་ཟད་ཅི་མ་ཡང་དང་དུ་ལེན་པར་མི་རྒྱས་པ་ལ་ནི་བཅོད་པར་མི་
བྱའོ། །ཞེ་སྤང་བར་གྱུར་པ་དེ་རང་གིས་ལས་སུ་བསྐྱོ་བར་མི་བྱའོ། །འབྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །སྤྱིང་བར་གཏོགས་པའི་བསྐྱོ་བ་ཚོག་གིས་རྣ་ལ་གཞོན་པ་དང་། ཅང་མི་སྤྱོ་བས་རྣ་ལ་
གཞོན་པ་དང་། གང་ཟག་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་ངོར་འབྱ་བ་དང་བྱར་གྱིས་གཞོགས་འབྱས་
བྱེད་པ་དག་ལ་གསོལ་བས་མི་བགྲང་བར་མི་བྱའོ། །དག སྤྱོད་གི་བསྐྱོ་བ་རྣ་ལ་གཞོན་
ནའོ། །དེར་འདུན་པས་སོ། །གཞན་བཅོད་པས་སོ། །ཅང་མི་སྤྱོ་བས་རྣ་ཉེས་བྱས་སོ། །མི་དྲན་
ནོ་ཞེ་ན་ཡང་ངོ། །གལ་ཏེ་བཅོད་པར་བྱ་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་མེད་དོ། །དེའི་
ཕྱིར་གསད་པར་བྱ་བ་མཐོང་ངམ་ཞེས་འདྲི་བ་ལ་རེ་ཞིག་མེ་འདེ་ཞིག་རེ་ཞིག་སྐྱོམ་འཐུང་
ཞིག་རེ་ཞིག་ངལ་སོས་ཤིག་ནམ་མཁའ་མཐོང་ངོ་སེན་མོ་མཐོང་ངོ། །དོན་དམ་པར་ན་
སེམས་ཅན་ནམ་གསད་པར་བྱ་བ་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་སྤྱོས་ན་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །གང་དུ་ཆེ་བཞི་
ཉིད་བྱ་དགོས་པའི་གནས་དེར་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །གཞོད་པའི་སྐྱོ་མ་བཅད་པས་ཆེ་བཞི་
དབྱེ་བར་མི་བྱའོ། །བསྐྱོ་བ་རྣ་ལ་གཞོན་པའི་ལྷུང་བྱེ ད་དོ། །སྤྱི་དང་སྤྱིའུ་དང་སྟན་ནང་
ཚངས་ཅན་དང་ལྷ་བ་དང་སྤྱས་དང་གོར་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་མལ་ལོ། །འདོམ་བཞི་བསྟེ་
ཅ་དགུ་ཚུན་ཆད་ནི་དེའི་ཉེ་འཁོར་རོ། །བསྐྱོར་བ་ལ་ནི་སྐྱོ་ཁང་ནས་སོ། །དེ་ལས་འདའ་བར་

བྱ་བའི་ཕྱིར་བརྗེད་པས་ཀྱང་འགྲོ་བ་དང་ནང་དུ་གཉིད་ལྷག་པ་དང་སྒྲུལ་པར་ཞུགས་པ་
ལ་སོགས་པས་ནི་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །པན་ཕུན་གྱི་མདུན་རོལ་དུ་ནི་སྦྱར་བའོ། །པན་
ཕུན་དུ་གྱུར་བ་དང་འདས་པ་ལ་ནི་མཐའོ། །བརྟུལ་བར་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ལ་དེ་
དག་མི་འབྱུང་ངོ་། །བཙེལ་བའི་དགོ་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལ་ཡང་དེ་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཉམ་ང་བ་དང་
ཕྱད་པ་ལ་ཡང་མི་འབྱུང་ངོ་། །སྦྱོད་པ་ནི་བྱེད་པ་དང་འདྲའོ། །གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་སྦྱོད་སྦྱོད་
པ་ལ་ནི་ཕྱིས་ལངས་པས་བྱ་བ་དང་ཕྱན་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མཉམ་དུ་ན་གཞོན་པས་
སོ། །མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གཉིས་ཀས་སོ། །ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་ནང་དང་བཅས་པ་དང་ཀླས་
པ་དང་ན་བ་དང་བསྟེན་པར་མ་རྒྱུགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་འདི་བཙེལ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་
ཉིད་དོ། །གཙུག་ལག་ ཁང་འདི་རེ་ཞེའམ་སྒྲོས་ཤིག་ཅེའམ། གནས་མལ་འདི་རེ་ཞེའམ་སྤྱུས་
ཤིག་ཅེའམ། སྒྲོ་ལྷགས་ཆུག་ཅིག་ཅས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ནི་བཙེལ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །པན་ཕུན་ནི་
གསུམ་སྟེ། རྒྱང་གིས་བསྐྱོག་པ་དང་། ཆར་པས་རིམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲིབས་པ་དང་། སྒྲིན་ལ་
སོགས་པས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ལ་དགོ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་རང་ངམ་བསྐྱོས་པས་ སྒྲ་གལ་མེད་
པར་བཞག་པ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དག་ཡིན་ནོ། །མཐར་ཐུག་ན་དངོས་གཞིའོ། །སྦྱོར་
བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། །རེ་ཞིག་གི་དུས་སུ་གཞན་འདུག་པའི་བར་དུ་ཡང་དེའོ། །གང་ཟག་
གི་ཡང་ངོ་། །འོག་མ་བཞི་ལ་ཡང་ངོ་། །རེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་མི་འགྱུར་
རོ། །བརྟུལ་བར་བྱ་བ་བཏིང་ རྟེ་བསོད་སྒྲུལ་ལ་ཞུགས་པ་ན་གལ་ཏེ་རྒྱང་དང་ཆར་པ་འོང་
ན་གཙུག་ལག་ཁང་ན་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །དེའི་དོན་ཉིད་ལ་ཉེས་པ་
མེད་པ་དང་ན་སྤྱད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བརྗེད་པ་ལས་ལམ་རིང་དུ་འདས་སམ་ཕྱིན་ནས་
དན་པ་རྟེན་ན་ཕྱིན་ཆད་འདི་ལྟར་མི་བྱའོ། །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་ཆོག་ ཏུ་བརྗེད་
པར་ཡང་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དགོ་སྤྱོད་ལམ་ནས་ཚུར་འོང་བ་ཞིག་དང་ཕྱད་པར་གྱུར་ན་བརྟུལ་
བའི་ཕྱིར་དེ་ལ་བཙེལ་བར་བྱའོ། །ཁས་སྒྲངས་པས་སོན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེས་བྱ་བ་ཉིད་
དོ། །གནས་ནས་འཕགས་པར་འགྱུར་པ་ན་ཉམ་ང་བ་དང་ཕྱད་པར་མི་འགྱུར་བ་ལྟ་ན་

གནས་མལ་བསྐྱབས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་མ་ཅན་དུ་གྱུར་ན་སྤྱུག་པར་བྱའོ། །དེ་དབུལ་བར་བྱའོ། །ཡང་ན་བཙུལ་བར་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་ལའོ། །མེད་ན་དགེ་ཚུལ་ལའོ། །དེ་ཡང་མེད་ན་བྱིས་བདག་ལའོ། །ཐམས་ཅད་མེད་ན་ཕྱོགས་བཞིར་རྣམ་པར་བརྟམས་ཏེ་ཐེ་མེག་སྤྲུལ་ཏེ་འགོ་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ལམ་ཀར་དགེ་སྤྱོད་མཐོང་ན་ཕྱོགས་དེ་དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འོངས་པ་ན་བྱིས་གཞན་དུ་མགོན་དུ་བོས་ཤིང་སྒོ་བཅད་པར་གྱུར་ན་ཅིག་དུང་ངམ་ཤིང་སྒོན་པའི་དུང་དུ་སྟན་བཞག་སྟེ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དེར་སྟན་ཡང་གཡར་པོར་སྦྱོར་ན། །རང་གིས་བསྐྱར་བར་མི་བྱའོ། །དེ་ནི་བྱིས་པ་དང་དགེ་ཚུལ་དག་གིས་སོ། །མེད་ན་བསྐྱུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱིས་པ་ལ་བཙུལ་ཏེ་འདྲོང་བར་བྱའོ། །བདག་ཅག་གིས་བསྐྱུལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་ན་བཞག་སྟེ་འདྲོང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་མ་བསྐྱུལ་ན་གནས་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་སྤང་བར་བྱའོ། །མེད་ན་རང་གིས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ན་གཞུང་བརྒྱུད་པར་བྱའོ། །ཡོན་བདག་གིས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རང་གི་དོན་དུ་སྟན་དག་གཡར་པོ་བྱེད་ན་སྦྱོར་པར་བྱའོ། །དེ་དག་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་དགེ་སྤྱོད་ཡང་བཞག་པར་བྱའོ། །དེས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱུང་པར་བྱའོ། །རང་གི་ལས་མི་ཉམས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གཏུང་པ་ཡང་དོ། །དྲོང་ན་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །མ་རུང་བ་དག་བྱི་དོར་བྱའོ། །ཆང་གིས་ན་ཆུ་དག་གིས་སོ། །སྤྱུལ་གྱིས་ན་ཆལ་གྱིས་སོ། །མི་གཙང་བས་ན་སའམ་འདག་རྩལ་སམ་སྦྱི་བས་སོ། །ཐགས་མ་མ་དག་ན་གཅད་པར་བྱའོ། །བྱིས་པ་འདུག་འདུག་པའི་སྟན་མ་བརྟུལ་བ་མཐོང་ན་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ནས་པ་དང་ནད་པ་ཡིན་ན་དགེ་སྤྱོད་ཀྱིས་སོ། །དེས་སྦྱོར་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནད་པ་ལ་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །འདུག་སྟེ། །དེར་སྟན་ཐོགས་ཏེ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །ནད་པའི་ནད་གཡོག་གིས་དེར་སྟན་དག་བཤམ་པར་བྱའོ། །མཁན་པོའམ་སྒོ་བ་དཔོན་དག་བའི་ཕྱོགས་ལ་འགོ་ན་གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་དགེ་བའི་ཕྱོགས་མི་འཕེལ་ན་བྱི་བཞིན་འགོ་བར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་གིས་སྟན་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །འགོ་བ་མ་ཞུས་པར་མི་བསྐྱར་རོ། །དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱར་རོ། །སྤྱོད་པ་མེད་པར་ཆོས་ཉན་པ་ན་སྤྱོད་དང་ཆར་བྱུང་ན་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །ཤན་པོ་

ནམས་ཀྱི་ཕྱི་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རང་གིས་མི་རྒྱས་ན་གཞོན་ཏུ་ནམས་དང་སྒྲན་ཅིག་བརྩེ་བར་
བྱའོ། །མཐུན་པ་དང་མཐུན་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གཞན་དུ་གདན་ཆ་
དང་རྩལ་བརྟན་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཆར་འབབ་པ་དང་ཆར་འབབ་ཏུ་དོགས་པ་མེད་
ནའོ། །གལ་ཏེ་ལམ་ཀར་རྒྱང་ དང་ཆར་བ་བྱུང་ན་ཤིང་སྒྲོན་པའམ་ཅིག་བྱུང་དུ་བཅེར་བར་
བྱའོ། །རྩལ་དན་པ་གཅིག་གིས་གཡོགས་པར་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱིན་ནས་རྩལ་
ནམས་བསྐྱམ་པར་བྱའོ། །མི་ཤོར་རམ་ཆུ་བྱུང་བ་ན་དགེ་འདུན་གྱི་གྱི་ཡང་གདོན་པར་
བྱའོ། །རང་གི་སྤྱང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་ཐོན་ཟེན་ནའོ། །བཏོན་ཟེན་པ་བསྐྱང་བའི ཕྱིར་
དགེ་སྤྱང་ཆེན་ཡང་གདོན་པར་བྱའོ། །རང་གི་སྤྱང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་ཐོན་ཟེན་
ནའོ། །བཏོན་ཟེན་པ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་དགེ་སྤྱང་ཆེན་པོ་མི་རྒྱས་པ་བཞག་པར་བྱའོ། །མི་
བཟེད་པ་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །གནས་མལ་གྱི་སྤྱང་བྱེད་དོ། །ཁྱིམ་གཞན་དུ་གདིང་
བ་བྱས་པ་ཁྱིམ་བདག་ལ་ངེས་ཏེ་དོར་བར་བྱའོ། །དགོན་པར་ནི་ཡང་ན་སྤྱང་བར་བྱའོ། །དེ་
ནི་མགོ་དང་མཇུག་བསྐྱོད་པ་བྱས་པ་ཉིད་ན་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །གོས་དག་བསྐྱམ་པའི་ཕྱིར་སྤྱ་
བཏིང་བ་ཡང་དོར་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །སྤྱང་བ་ལ་དོར་བར་ཁས་ལེན་ན་སྤྱིན་ནོ། །འཆགས་
དག་ཏུ་རྒྱང་མཐིལ་གཉིས་ལ་རྩལ་ན་སྤྱ་དག་གདིང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་ཀྱང་དོར་བར་བྱ་བ་
ཉིད་དོ། །བཏང་ན་དོར་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མ་གྱུར་པ་དོར་བར་བྱའོ། །གཞན་གྱི་ཆོ་
ན་དུས་དུས་སུ་སོ་སོར་བརྟག་པ་དང་བསྐྱར་བསྐྱོད་བྱའོ། །ས་སྤྱམ་པ་དང་མངར་བར་ནི་
ཉིན་རེ་ཞིང་ངོ། །གཞན་དུ་ནི་རྩལ་བ་བྱེད་ཅིང་ངོ། །འཆགས་ས་དག་ཏུ་སྤྱི་རྩལ་པོ་དག་ཐག་
པས་བཅིངས་ཏེ་ཤིང་སྒྲོན་པ་ལ་བཅངས་ཤིང་བཞག་པར་བྱའོ། །ཕྱི་བ་གྱོ་མོར་བཞག་པར་
བྱའོ། །གནས་ནས་འཕགས་པར་འགྱུར་བ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཡན་ཆད་སྤར་ཐལ་བའོ། །ཅིག་ཅར་
སྤྱད་པ་ནི་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །དགེ་འདུན་གྱི་མ་ཡིན་པ་ནི་གནས་དེའི་བདག་པོ་ནམས་ལ་ངེ་
བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགེ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཉིད་དང་། རྩོད་བ་དང་བྱེ མའི་གཞི་
ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་དམིགས་ཡོད་པ་ཉིད་

གྱི་གཞིར་རང་ངམ་བསྐྱོས་པས་གདིང་བ་བྱས་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དག་ཡིན་
མོ། གཞིང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །དགོ་སྒྲོང་ཉིད་དང་དགོ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཉིད་
དག་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཞོན་པ་དང་དགོ་འདུན་འབྲུག་པ་སྐྱེ་བ་ཉེ་བར་
ཞི་བར་མི་འགྱུར་བའི་གཉེན་པོ་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། བསྐྱོད་པ་ལའོ། གཞན་གྱིས་ཀྱང་
དོ། གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲུག་པས་ཀྱང་དོ། དགོ་སྒྲོབ་མ་དང་དགོ་ཚུལ་དང་། དགོ་ཚུལ་མ་
ནམས་གྱིས་ནི་ཉེས་བྱས་གྱིའོ། རྟེན་དག་ཀྱང་དོ། བཞད་གད་གྱིས་ཀྱང་དོ། བྱིས་པ་ནམས་
ལ་ནི་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་མང་དོ། སྐྱོད་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། དགོ་འདུན་
གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གནས་སུ་དགོ་སྒྲོང་ལྷགས་པ་ཉིད་ལའོ། རྩ་བ་དང་འཇིགས་པའི་
དབང་མ་གཏོགས་པར་བྱས་གཞོན་བྱེད་པ་ལའོ། རྟེན་དཔེ་སྟེ། མཐོ་འཆོམས་པར་འདུན་
པས་དགོ་སྒྲོང་ལ་མཐོ་འཆོམས་པ་དག་ཀྱང་དོ། བྱིས་གཞོན་གྱི་ལྷང་བྱེད་དོ། །དགོ་འདུན་
གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ཉིད་ནི་བྱེད་པ་པོའོ། གལ་ཏེ་བྱིན་གྱིས་གཞོལ་བ་ཉིད་
དམ་སྤང་ལེབ་ཉིད་དམ་དེ་དང་འདྲ་བས་གཡོགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། མནན་པར་འོས་
པའི་རྩ་བ་ཕུར་བུ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱང་དོ། བཀའ་པ་ཉིད་དང་རྒྱུ་གཏན་ བཅུག་པ་ཉིད་ནི་མ་
གཏོགས་སོ། གཞོན་པ་ལའོ། ཤེས་གཙོའོ། རྩ་བ་འབྱུང་བ་ལ་འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད་
དོ། །རང་སྤྱོད་པའི་དོན་ཉིད་དེ་ལས་གཞན་ལའོ། རྩོག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་སྤྱོད་པའི་
ལྷང་བྱེད་དོ། །སྒྲོ་ཆ་གཞུག་པར་བྱའོ། སྒྲོ་སྟེགས་དག་ཀྱང་དོ། རྒྱར་བྱང་དག་ཀྱང་གདོད་
པར་བྱའོ། གཙུག་ ལག་ཁང་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། སྤྱོད་ལམ་བཞི་ཤོད་པ་ལའོ། གལ་ཏེ་
ཐམས་ཅད་དོན་ལས་སོ་པག་གམ་ཤིང་ལས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནའོ། ཆར་ཆུ་བསྐྱབས་པའི་
གཡོགས་པ་ཡང་དོ། ཡོན་བདག་གིས་བྱས་སམ་བེན་ནས་བལྟའོ་ཞེས་མ་སྤྱོད་པ་ལའོ། ལ་
གུའི་རིམ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་པར་རྩིག་པར་བྱས་པ་ལའོ། གཞན་གྱིས་ཀྱང་དོ། ཉི་མ་དེ་
ལའོ། གཞན་ལ་ཡང་འཇིམ་པ་མེད་པ་ལས་སྤྱོད་སོ། ཆུ་བྱང་དག་མ་གཏོད་པ་ཡང་བྱང་
དོ། བཀོས་ཏེ་མང་གི་རྩ་བ་མ་བཅུགས་པ་ཉིད་ཀྱང་དོ། སྒྲོ་ཆ་གོང་མ་མ་བཅུག་པ་ཡང་

རུང་ངོ་། །དང་པོའི་མདུན་རོལ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །ཡམས་པར་འགྱུར་བ་མ་བྱུང་བ་མདོ་ལྷེ་དང་འདུལ་བ་དང་མ་མོ་འཛིན་པ་ལོ་ཉི་ཤུ་ལས་
མི་ཉུང་བ་གོང་བྱིར་བའི་སྐད་སྒྲ་བ་དག་སྤོང་མ་ལ་ལྷས་ཉི་བར་གཞོལ་བ་ཉིད་ཕྱིར་བཙས་
པ་བྱས་པ་དག་སྤོང་མའི་སྟོན་པར་བསྐོའོ། །གསོ་སྦྱང་བཅོ་ལྔ་པ་ལའོ། །མཚམས་ཀྱི་ནང་
དུའོ། །མདོ་ལྷེ་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པ་མེད་ན་སོ་སོར་ཐར་པ་ཐོན་པའོ། །དེ་ཡང་ན་ཡམས་པར་
འགྱུར་བའམ་ལྷ་བའི་ཆས་ནམས་སྟོན་རུས་པའོ། །བྱི་མ་ནི་སྤང་མོ་དག་ཅི་བྱེད་ཅག་དག་
སྤོང་མའི་དག་འདུན་ཆོགས་སམ། ཡོངས་སུ་དག་གམ་མཐུན་ནམ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དམ།
བྱེད་ཅག་ལ་དག་འདུན་གྱིས་མ་བསྐོས་པའི་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་སྟོན་པར་མི་བྱེད་དམ།
བྱེད་ཅག་ལ་སྟོན་པའི་གང་ཟག་ནི་འགའ་ཞིག་དག་འདུན་ལས་འོང་ངོ་། །བྱེད་ཅག་ལ་དག་
སྤོང་འགའ་ཡང་སྟོན་པར་མི་སྤོའོ། །བྱེད་ཅག་གི་གདམས་ངག་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ནི་
དག་འདུན་ལས་སོ། །སྤང་མོ་དག་གིས་བག་ཡོད་པར་སྒྱབས་ཤིག་ཅས་བྱ་བ་དེ་སྟོན་རུས་
པའོ། །ཆོས་སྒྲ་མའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །བསྐོས་པ་དེ་དག་ལས་གཅིག་དང་
ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། མ་བསྐོས་པར་དག་སྤོང་མ་ལ་སྟོན་ནའོ། །ལྷར་བསྐོས་པ་ཉིད་མ་
བསྐོས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དག་འདུན་དུ་མ་ཡོངས་ཤིང་འོས་པ་ལ་གསོལ་ན་ཉེས་པ་མེད་
དོ། །དེ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །མ་བསྐོས་པ་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །ཉི་མ་རུབ་པ་
ཉིད་ལའོ། །མཚན་ཐོག་ཐག་དུ་ཆོས་སྟོན་པ་མ་གཏོགས་པར་དག་སྤོང་མ་ལ་སྟོན་ནའོ། །དེའི་
ཆོ་གལ་ཉི་སྟོ་བྱེ་ཞིང་དེ་ལྟ་བུའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་ན་དབྱར་ཁང་འདུག་པ་མ་ཡིན་
པར་རོ། །ཉི་མ་རུབ་ཀྱི་བར་དུ་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དག་སྤོང་མས་ཆོས་འདྲི་བ་ལ་མི་
འཇིགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དག་སྤོང་ལ་ཟས་དབུལ་བར་བྱའོ། །རྒྱ་ཅང་དང་ཤུར་བྱ་དང་ལྷག་
པོད་དང་ཤུར་བྱ་ཐེུ་ཡང་ངོ་། །དག་སྤོང་གིས་དེ་དག་སྤང་བར་བྱའོ། །དག་སྤོང་དེ་ལྟར་
གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཟས་རུང་ཟད་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དག་སྤོང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་ཏོ་ཞེས་སྒྲས་
ནའོ། །ཟས་རུང་ཟད་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །དག་སྤོང་མ་ཉི་དུ་

མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལའོ། གོས་བྱེད་ནའོ། གོས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གོས་བྱེན་ནའོ། གོས་
འབྱུལ་བ་མ་ཡིན་པ་ལའོ། གཤམ་ཏེ་བོར་སྐྱུ་བྱུང་བ་དང་ལེགས་པར་སྐྱ་བ་དང་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་བརྩེ་བའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པ་ལའོ། གོས་སྐྱེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ལམ་
རྒྱགས་བསྐྱར་བར་བྱའོ། ཅེ་མོད་ སོ་དང་ཅེ་མོད་མོ་དང་དགོ་ཚུལ་དང་དགོ་ཚུལ་མ་དག་
གིས་སོ། །དགོ་སྤོང་དང་དགོ་སྤོང་མ་རྣམས་གཅིག་གི་ལམ་རྒྱགས་གཅིག་གིས་བསྐྱར་དུ་བྱང་
ངོ། །གཅིག་གིས་གཅིག་གི་བྱེན་ལེན་ཡང་ངོ། །ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ན་བ་ལམ་དུ་
དོར་བར་མི་བྱའོ། །དེ་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །དགོ་སྤོང་མ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ འོ། །དེ་ལ་ཕན་ཚུན་
གོགས་བྱའོ། །མགོ་ལྷགས་ནས་བཟུང་བས་སོ། །ཤོང་དུ་བྱིན་པ་ཉིད་ན་སོང་ཡང་ཉེས་པ་མེད་
དོ། །ནད་པའི་སྤྱན་དང་ཟས་ལེགས་པར་སྐྱར་ཏེ་རང་བཞིན་མཐུན་པའི་ནད་གཡོག་གཅིག་
ཀྱང་བཞག་ནས་སོ། །འཇིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ལམ་ཉིད་དུ་འགོ་ན་ཐབས་གཅིག་དུ་
ཁྱགས་ཤིང་ཐ་མི་དད་པར་འགོ་བ་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་དགོ་སྤོང་མ་གཅིག་དང་ཡང་ལམ་
ལས་འདའ་ཞིང་འགོ་ནའོ། །རྒྱང་གྲགས་རེ་རེར་རོ། །དེའི་བྱེད་རེ་རེར་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །དགོ་
སྤོང་མ་དང་ལྷན་ཅིག་འགོ་ན་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འགྲམ་གཉིས་འཇིགས་པ་
དང་བཅས་པ་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་འཐམས་ནས་གཅིག་ཅར་སྐྱ་གཅིག་གི་ལམ་ལས་འདའ་
ཞིང་འགོ་ནའོ། །ཐད་ཀར་ཕ་རོལ་དུ་འགོ་བ་མ་གཏོགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁྱགས་པ་ན་ཡོ་བ་
དང་གཏིབས་ཆད་པ་དང་དབའ་སྤོང་ལས་གཟུར་བ་དང་། ཅུ་སྐྱ་དང་གཏོས་པ་སོག་ཤིང་
ཆག་པ་དང་། ཅུ་སྐྱ་འཛིན་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་གཞན་དུ་སོང་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་
དོ། །དགོ་སྤོང་མ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱར་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་བཞི་བཟུང་མེད་གཅིག་ཕུ་ཉིད་དང་སྐྱེ་བའི་རྒྱན་ལྷགས་
མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱོགས་དབེན་པ་ཉིད་དང་། སྐྱབས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་། བར་འདོམ་
གང་ཉིད་ནི་བྱེད་པ་སོ་དག་ཡིན་འོ། །འདུག་པ་ལའོ། །དེ་ནི་རྒྱལ་ཚོས་ཅམ་བཞག་པ་

ལའོ། གཅིག་ཕུ་འདུག་པའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །དགོ་སྤྱོད་མ་དང་ངོ། །འབྲེང་བ་ལའོ། གཅིག་ཕུ་
འབྲེང་བའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། དགོ་སྤྱོད་མས་སྦྱར་དུ་བཅུག་པ་ཉིད་ལའོ། །ཡང་
དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་དག་གིས་སོ། །མགོན་དུ་མ་བོས་པ་ལའོ། །བོས་པ་ལ་ཡང་ལྷག་
ནའོ། །བཟའ་བར་བྱ་བའོ། །སྦྱབ་པ་ཕུན་སུམ་ཚུགས་པས་སོ། །དེ་ཙྏ ས་པས་ཀྱང་རུང་
ངོ། །ཟོས་ནའོ། །དེ་ནི་མིང་ན་དེའོ། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་ན་སྤང་པ་ཉིད་དོ། །བསོད་སྟོམས་ལ་
ལྷགས་པ་ན་བྱིན་ཅིག་ཅེས་ཟེར་བ་ཡང་ངོ། །དགོ་སྤྱོད་མས་སྦྱར་དུ་བཅུག་པའི་རྒྱང་བྱེད་
དོ། །ཁྱིམ་གཞན་དུ་ཡང་ཟན་ལ་བོས་པ་དང་དུ་སྤང་བར་བྱའོ། །དུས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་
འཇུག་པར་བྱའོ། །ལྷ་ཚུམས་སུ་མི་བྱའོ། །དེའི་གཞི་བརྒྱུད་ཏེ་རང་གི་འཁོར་ལ་བཟུ་བར་
བྱའོ། །སྤོ་བར་དུ་འོངས་པ་ལ་ནི་གནས་བཏྲན་གྱིས་སོ། །བྱ་ཚུམས་དུ་ཟན་གཅད་པར་མི་
བྱའོ། །སྤོམ་གྱི་ཕྱིར་གསོལ་བ་དག་འདེབས་ན་བསྐྱད་པར་བྱའོ། །གཅིག་ཅར་ཡང་རུང་བྱས་
ཀྱང་རུང་སྟེ་གོས་གྱི་རྟེན་པ་མེད་པའི་མགོན་དུ་བོས་པ་གཉིས་པ་གཉིས་རྟེན་ནའོ། །བཟའ་
བར་བྱ་བ་ལའོ། །ལྷའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ལའོ། །གལ་ཏེ་གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །ན་
བ་མ་ཡིན་པ་དང་ལས་མ་བྱས་པ་དང་ལམ་དུ་མ་སོང་བ་ལའོ། །དང་དུ་སྤངས་ན་ཉེས་བྱས་
གྱིའོ། །ཟོས་ན་དངོས་གཞིའོ། །འདྲིར་གོས་གྱི་མཐར་ཁྱུར་པ་ནི་བྱ་གང་གི་ཁྱོན་ནོ། །ལམ་ནི་
དཔག་ཚད་བྱེད་དོ། །གཞན་ལ་ཡང་ངོ། །འདྲིར་རམ་གྱུར་འགོ་བ་ལ་ཡང་ངོ། །ལས་ནི་ཕྱག་
དར་རེ་ལྷེ་ཅམ་མམ་དགྱེལ་འཁོར་བ་མལ་ཅམ་ཡིན་ནའོ། །དེ་ཡང་དགོ་འདུན་གྱི་ཉིད་དམ་
མཚད་ཏེན་གྱི་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །ན་བ་ཉིད་གྱི་ཚད་ནི་མི་རུས་པའོ། །བཤམས་པ་ནི་མགོན་དུ་
བོས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཀྱན་དུ་ལྷ་བ་ཡང་ངོ། །མགོན་དུ་བོས་པ་གཞན་ཡོད་ན་ཟན་ལྷ་མ་
ལ་སྤྱོད་བ་བསྐྱང་ཞིང་འཇུག་པར་བྱའོ། །མཐོ་འཚམས་པས་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་ཉིད་
དོ། །མི་རུང་བ་ལ་བོས་པ་ཡང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་དགོ་འདུན་ཡང་ངོ། །གཞན་དུ་
ལྷ་པོ་འཛིག་པ་ཡང་ངོ། །དེ་ནི་ཚུམ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་སྤང་བ་ལ་ཡང་ངོ། །ཁྱ་གི་
བྱང་ན་མགོན་དུ་བོས་པ་ཇི་སྟེད་བྱང་བ་དག་བདག་གིར་བྱའོ། །ཟོས་ན་ཡང་ངོ། །སྦྱིན་དུ་

ཡང་རུང་ངོ་། སྦྱོན་པ་པོ་མངོན་པར་མི་དགའ་བར་འགྱུར་བ་ལྟ་ན་ཁམ་གཉིས་སམ་གསུམ་
ཟོས་པའི་འོག་ཏུ་བྱིས་བདག་དགེ་སྤྲོད་འདི་བསོད་སྟོམས་ཀྱིས་པོངས་པ་ཡིན་གྱི། རྗེས་སུ་ཡི་
རང་བར་གྱིས་ཤིག་དང་འདི་ལ་སྦྱོན་པར་བྱའོ་ཞེས་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱས་ནས་
སོ། །ཡང་ཡང་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཆོས་འདི་པ་མ་ཡིན་པ་བདག་པོ་བྱིས་པ་དང་བཅས་
པ་ཡ་མཚན་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའི་འདུག་གནས་སོ། ཁི་ན་བ་ལའོ། སྦྱོན་བདག་གིས་
མ་བསྟུབས་པ་ལའོ། །དེའི་ཟས་ནི་ཟོས་པ་ལ་དངོས་གཞིའོ། །གནས་ན་ཞག་ལོན་པ་ལ་ཉེས་
བྱས་ཀྱིའོ། །བདག་པོ་མེད་པ་ཡང་ངོ་། །འདི་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་པ་ནི་སྤྲུ་སྟེགས་ཅན་དང་
འབྲ་བ་ཉིད་དོ། །ཉེ་དུས་ཀྱང་ངོ་། །འདུག་གནས་སུ་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྟོབས་
པའི་འོ། །ཡོངས་སུ་མ་སྤགས་པར་རོ། །ཅི་བདེར་མ་བྱས་པའོ། །བྱིས་པའི་འོ། །བྲུ་ཆུང་དག་གི་
ཆོད་ནི་འབྲས་ཐུག་པོ་ཆེ་མ་ག་རྟའི་བྲུ་ཆུང་བྱེད་དང་ལྔ་བཅོས་པའི་ཆོད་མ་མ་གཏོགས་
པ་ལས་ལྷག་པའི་བསོད་སྟོམས་ཏེ་གོགས་ཀྱི་སྐལ་བ་དང་ཡང་བཅས་པ་ཡིན་ལོ། །ཟོས་པ་
ནའོ། །མཐོས་པའི་འོ། །དེ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱིའོ། །གཞན་གྱིས་མཐོས་པ་ཡང་ངོ་། །གཞན་ལ་ནི་
ལྷུང་བ་མེད་དོ། །ལས་སུ་མ་བྱས་པ་ཡང་ངོ་། །སྤང་བར་བྱ་བ་གལ་ཏེ་མང་བ་ཉིད་ན་དགེ་
སྤྲོད་དག་ལ་བགོ་བཤའ་བྱའོ། །ལྷུང་བཟེད་དོ་གསུམ་ཅམ་ལས་ལྷག་པར་ལེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །ཁྲི་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པ་བཟའ་བར་བྱའོ། །ཟས་བརྩམས་པ་ལས་ལྷང་བར་མི་བྱའོ། །ཐ་ན་
ལན་ཆ་ཡན་ཆད་བཟའ་བར་བྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་རུང་བཟེད་ཅིག་སྤངས་ན་རྣམ་པ་དེ་
ཉིད་ཡིན་ལོ། །སྤངས་པ་ནི་གནས་བཏང་བའོ། །འདུག་པའི་འོ། །རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་བཅའ་
བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཟས་བརྩམས་པའི་འོ། །རྩ་བ་དང་སྤྲོད་བྱ་དང་འདབ་མ་དང་མེ་
ཏོག་དང་འབྲས་བྱ་བཅའ་བར་བྱ་བ་དག་དང་། ཐུག་པ་ལས་གཞན་པ་བཟའ་བར་བྱ་བ་
རུང་བ་མི་རུང་བ་དང་མ་འདྲེས་པའི་བྱིན་ལེན་སྟོབས་པ་འཛོལ་པའི་ཕྱོགས་ན་འགྲོང་བ་
སྤང་བར་བྱས་ནས་སོ། །གསོལ་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །སོང་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་
ཡང་ངོ་། །འཚལ་ལགས་སོ་ཞེས་བྱ་བས་ཀྱང་ངོ་། །རེ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྲུ་ཉེ་བར་སྦྱར་ན་ནི་

མ་ཡིན་ནོ། །ཚོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། །ཁ་གཟར་གྱིན་དུ་འབྱེད་དུ་མི་བདུབ་པ་ཉིད་གྱི་
ཐུག་པ་དག་ནི་ཐུག་པ་ཉིད་དོ། །སོར་མོ་ལྷ་མི་མངོན་པ་ནི་སྒྱུ་མའི་འོ། །མཐོ་འཚམས་པ་ནི་
བྱིན་ལེན་སྟོབས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མཚམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་དང་མི་འཐོབ་པའི་ཕྱོགས་དང་
མདུན་མ་ཡིན་པ་ནི་འདུག་པ་ལས་ལྷག་པོར་བྱ་བ་མི་འབྱུང་ངོ་། །བྱ་བ་ལག་རྒྱ་མ་སྤངས་པ་
ཡང་མི་འབྱུང་ངོ་། །རྩང་བ་མ་ཡིན་པ་དང་དེ་དང་འདྲེས་པ་ལ་ནི་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །གནས་
མ་བཟང་བས་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །མི་བཟའ་བར་བརྟག་པ་བྱས་པས་ཀྱང་ངོ་། །གསོལ་བ་བྱ་བ་
ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱུང་གྱིར་གྱུར་གྱིས་བཅུད་ཅིག་ཅེས་བྱ་བའི་ཚོག་གིས་སོ། །ཁ་ཅིག་ནི་བདེར་
གསོལ་ཅིག་ཅེས་ཀྱང་ངོ་། །ཁམ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཐོས་ནས་སོ། །བྱ་བ་བཟང་བས་ནི་བཟའ་
བར་མི་བྱའོ། །ལྷག་པོར་བྱས་པ་གཞན་གྱིས་བཟའ་བར་བྱའོ། །ཤེས་ གཙོའོ། །སྤངས་པ་ཉིད་
དང་ལྷག་པོར་མ་བྱས་པ་ཉིད་དག་ལའོ། །ཐོས་ནའོ། །ཟས་ཅམ་མོ། །སྟན་གཅིག་པའི་ཟས་གྱི་
ལྷང་བྱེད་དོ། །སྟོབས་ནའོ། །དགོ་སྤྲོད་ལའོ། །སྤངས་པ་ལ་སྟོབས་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །ཤེས་
གཙོའོ། །སོ་སོར་ངེས་པའི་ཟས་གྱི་གནས་ཅན་དག་ལས་གཞན་པའི་དགོ་སྤྲོད་གི་དགོ་འདུན་
དུ་གྱུར་པ་མཚམས་གྱི་ནང་ན་གནས་པ་དག་གི་ཟན་ལྷན་ཅིག་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལའོ། །ལྷན་
ཅིག་པའི་ལོ། །གཅིག་ཅར་བ་བ་དང་ངོ་། །གསུམ་ལ་སོགས་པ་དང་ངོ་། །དགོ་སྤྲོད་རྣམས་
གྱིའོ། །དགོ་སྤྲོད་རྣམ་པ་ཇི་ལྟ་བུས་གོས་མེད་པའི་ཟས་གཉིས་པ་རྟེན་པ་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་
པ་བཞིན་ནོ། །དུས་སྟོན་ཆེན་པོ་ལས་གཞན་པ་ལའོ། །རྟ་གས་འདི་མེད་པའི་རབ་དུ་བྱུང་བའི་
ཟས་ལས་གཞན་པའོ། །ཐོས་ནའོ། །དེར་འོང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་གནས་པ་མཚམས་གྱི་ནང་ན་
འཁོད་པ་དག་གིས་འོང་བ་ཉིད་མ་དྲིས་པར་བ་ནི་འདུལ་བའི་བྱེད་ཉིད་དོ། །གང་ཡང་རྩང་
བ་རྩང་བཟད་ཅིག་བྲིམས་ན་ཡང་ཟན་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འགོ་བར་ཆས་པ་དང་། སྒྲོ་
བུར་དུ་འོངས་པ་དང་། ནད་པ་དང་ནད་གཡོག་དང་དགོ་སྤྲོད་ལས་གཞན་པས་ཐམས་ཅད་
གྱིས་མ་ཐོས་པར་གཡོས་མལ་དང་སྒྱི་བྱངས་ལས་མཐོས་ཏེ་བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །འདུས་ཤིང་
བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །རང་སྤྲོད་གི་བྱེད་ཡོལ་ནས་སྒྱུ་རེངས་འཆར་བའི་བར་ནི་དུས་མ་

ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ལ་ཤེས་གཙོའོ། །བཅའ་བར་བྱ་བ་དང་བཟའ་བར་བྱ་བ་ཚོས་ནའོ། །དུས་མ་
ཡིན་པར་ཟ་བའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །མྱ་ངོ་བའི་ཟས་བྱིན་ལེན་བྱས་པ་ཕྱི་ངོ་བའི་ཟས་སྲུ་དང་།
དེ་ཐུན་ཚོད་ལས་འདས་པ་ལྷ་བྱ་ནི་སོག་འཛོག་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ལ་ཤེས་
གཙོའོ། །ལག་ཉར་སྒངས་པ་མིད་པར་མི་བྱའོ། །མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་བཙོས་པ་དང་ཞག་ལོན་
པ་ཡང་མི་བྱའོ། །དགོ་སྒྲོང་གིས་བཙོས་པ་ཡང་ངོ་། །འདྲིར་རྗེན་པ་བཙོས་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་
དེའོའོ། །མི་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྲུམ་ཆ་བངས་པ་ཉིད་ཀྱི་མདུན་རྩལ་དུ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྟོ་བ་
རྣམས་ཀྱི་ནི་ཁ་དོག་གྱུར་པའོའོ། །ཁུ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ལན་གཉིས་ཁོལ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་
ཀྱིའོ། །མེས་རྒྱུང་བར་བྱས་པ་ནི་མ་བཙོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདུ་ག་པའི་འགྲུབ་པ་ཉིད་སྟོ་བ་ལ་
རག་ལས་པ་ནི་མ་ལོན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོང་སྟོགས་ན་འདུག་པ་དེས་ཀྱང་ས་དེར་བཙོས་
པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འཚོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ན་འདུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །མི་ནི་སྒྲོད་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་ཕྱང་བ་དང་བྱང་བ་དག་ནི་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཉེ་འཁོར་
ནི་གནས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདོམ་གང་ངོ་། །སྟེང་དུ་ནམ་མཁའ་ལ་སྟེབས་པ་མན་ཆད་དོ། །ནང་
ཡང་ངོ་། །སྟེང་གི་ཡང་ཐོག་གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་གནས་པ་ཉིད་ནི་གཞན་གྱི་
གནས་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ལག་ཉར་སྒངས་པ་དང་ནང་དུ་བཙོས་པ་དང་དགོ་སྒྲོང་གིས་
བཙོས་པ་དེ་དག་དུས་ཀྱི་ཕྱིར་དགག་པ་མཛད་པར་འཚོ་བའི་བར་དུ་བཅང་བ་དག་ནི་མ་
བཟུས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འབགས་པ་ནི་ཟས་ཀྱི་བྱེད་ཉིད་དོ། །ཁ་དྲི་མ་ཅན་གྱིས་བཟའ་བ་
དང་བཏུང་བ་དག་ཀྱང་ངོ་། །དེའི་ཕྱི་རྩལ་ནི་སྟེ་བའམ་སས་ཀྱན་ནས་བྱུང་དེ་ཆུས་བཤལ་ན་
དག་པ་ཡིན་ནོ། །ནང་ནི་ཆུ་མཁུར་བ་དོའམ་གསུམ་གྱིས་བཤལ་ནའོ། །རྒྱང་བཟེད་ནི་བསམ་
པ་ཐག་པས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་བཀྲ་བཤལ་བྱས་ན་སྐྱ་མི་སྟན་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །རྩི་ལངས་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འབགས་པ་མེད་པར་རེག་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །འདག་
རྩིས་སམ་སྟེ་བའམ་ས་གང་ཡང་རྒྱང་བས་ལན་གསུམ་བཀྲས་པ་ལ་སྐྱུམ་པ་ཉིད་ཀྱང་
ངོ་། །ལངས་པ་བསལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །འབགས་པའི་སྟོགས་དེ་ཉི་ཆོ་བཀྲ་བར་བྱ་བ་ཉི ད་

དོ། རྩམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱུང་བཀ །དག་སྦྱུང་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆུང་རྒྱུ་ཟབ་མའི་
ནང་དུ་གཞུག་གོ །ཉའམ་རུས་སྤལ་ལམ་སྤལ་པའམ་ཆུ་མེན་བྱིས་པ་གསོད་དམ་ཉ་ཁྱི་བ་
དག་གིས་མ་ལུས་པར་སྒྲགས་ཀྱི་བར་དུ་བཞག་གོ །བསྐྱེད་པས་ཀྱང་སྦྱུང་མེད་པ་ཉིད་དུ་
འགྱུར་རོ། སྦྱུང་མེད་པར་གྱུར་པ་ནི་བ གྱུ་བས་སོ། །འདག་རྩལ་སམ་ཁྱེ་བས་འདག་པ་ཉིད་
དོ། །ལན་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ཆུ་དང་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་དང་རྩྭ་ཆུར་གྱུར་པ་ནི་བྱེད་ཉིད་
དོ། །དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་མ་ཡིན་པར་ཡང་རུང་བ་ཉིད་དོ། །ལན་ཚུ་དང་འགྱུར་བྱེད་
རང་གི་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་དག་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཐ་མ་ལ་ནི་གཟུགས་བརྒྱ བ་
འབྱུང་ནའོ། །ཀེ་ཏ་ཀའི་འབྲས་བུས་ཆུ་ཤིན་ཏུ་དྲང་བར་འགྱུར་རོ། །འགྱུར་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་
ངོ། །ཟན་གྱིས་ཀྱང་ངོ། །དེ་མི་འཇིག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྦྱུང་གྱིས་བསྐྱེད་འོ། །འབྱུང་བྱངས་དག་
ཏུ་བཏབ་པ་མི་མངོན་པ་ནི་ཡོད་པའི་གངས་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིགས་གཅིག་ཏུ་འདྲིས་པར་
གྱུར་ན་དེ་ཉི་ཆོ་བསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱའི་མཆུས་རེག་པ་ལ་ནི་ཐན་ཀོར་ཡང་ངོ། །དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱན་གྱིས་རེག་པ་ནི་དེ་ལ་རེག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞོར་བ་དང་བརྒྱུད་པས་
ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྤོས་པ་བཞག་པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གནས་ཀྱི་ཐག་
ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་བསྐྱར་རོ། །གཡེལ་བས་ལག་ཉར་སྒྲངས་པ་ཉིད་ད ང་བྱིན་ལེན་སྒྲངས་པ་
ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བྱིན་ལེན་སྒྲོབས་པར་འོས་པ་དང་འབྲེལ་བ་མ་བུལ་བའི་སྒྲངས་པ་ཡང་
མ་ཡིན་ནོ། །དེས་བབྱང་བའི་ཐག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །སྤོས་པས་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་ཐ་མི་དད་པ་དག་གི་སོག་འཇོག་བུས་པ་དང་བྱིན་ལེན་བུས་
པ་དང་ལག་ཉར་སྒྲངས་པ་དག་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མཚོག་དང་མཚོག་མ་ཡིན་པར་
རོ། །སྦྱོས་པ་དང་བྱུང་མེད་དག་ནི་པན་ཚུན་བྱིས་པ་དང་འདྲའོ། །དགོ་ཚུལ་དག་གི་ལ་རེག་
པ་ནས་སྤེད་པའི་བར་ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་ནི་དེ་བཞིན་ནོ། །སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པས་བྱིན་
པ་ནི་བཏང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོས་པ་མེད་པར་བཏང་བ་ལ་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་
ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲང་བར་མི་བྱའོ། །ཤེས་བཞིན་དུ་མི་སྒྲང་ངོ། །ཤས་མཐོས་པ་

དང་དེ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རེག་པ་ནི་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཡོད་ན་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མི་
འགྱུར་རོ། ཤིང་རྩ་ལ་ནི་ཁ་ལོ་པའི་སྟན་མ་གཏོགས་པ་ཉིད་དོ། དེ་གང་ལ་ཡང་ངོ་། ཁད་
པ་ཞོན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། བྱ་ལ་ནི་རུ་སྐྱེའོ། དེ་འཛོན་པའི་སྟན་ལ་ཡང་ངོ་། དགོ་འདུན་གྱི་
སྟན་དག་ལྟུང་པ་ན་བསྐྱམ་པ་དང་དབྱུང་བ་དང་གཟར་བུའི་ལས་དང་དཔོག་པ་དག་ལ་
ཡང་ངོ་། དང་པོར་ཤིང་དབྱི་བ་དང་མེ་བསང་པ་དང་གོས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྒྱང་
གཡའ་པས་འབད་པར་བྱའོ། རྒྱ་རྒྱང་བཀལ་བའི་ཕྱིར་རམ་ཁྱར་ཆ་བ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་ ལག་
ཉར་སྤངས་པའི་ལས་ལྡགས་རུང་སྟེ། ཆོ་ག་མ་འབྱོར་རམ་ལས་རྒྱགས་གཞན་མེད་
ནའོ། ཁྱར་ཆ་བ་མེད་ན་བྱིན་བདག་སྟོབ་པར་བྱའོ། ཁྱེར་བ་མེད་ན་རང་གིས་སོ། དེ་ཉིད་
ལས་བྱིན་པས་བརྗེ་ཞིང་སྤང་བ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། དེ་ཡང་མ་གྲུབ་ན་དེ་བཟའ་བར་བྱ་བ་
ཉིད་དོ། བྱིན་ལེན་སྟོབས་པ་མེད་ན་བྱིན་ལེན་ མ་བྱས་པ་དེའམ་གཞན་ཡང་ངོ་། ཟན་
བཅད་པར་བྱས་པའི་འོ། ཉི་མ་དང་པོ་ལ་སྤར་གང་ངོ་། གཉིས་པ་ལ་དོའོ། གསུམ་པ་ལ་ནི་
ཇི་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པའོ། ཤིང་རྩ་ག་རུང་བར་མ་བྱས་པ་དང་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་ལག་
ཉར་སྤངས་པ་དག་ཀྱང་དུས་མ་ཡིན་པར་ཡང་བཟའ་བར་བྱའོ། ཟན་མེད་པའི་འོ། ཤིན་ཏུ་
བགྲམ་པ་ཉིད་ནའོ། རྩ་བ་དག་ཀྱང་ངོ་། རང་གིས་ཀྱང་བཏོག་པ་ཉིད་དང་དབྱུང་བ་ཉིད་
དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། བྱིན་ལེན་མ་བསྟོབས་པ་དང་རུང་བར་མ་བྱས་པ་
དང་དུས་མ་ཡིན་པར་བ་བ་ལ་སོགས་པ་རུང་བར་བྱ་བ་དག་ལས་ཚུམ་འདོད་པ་ན་བྱང་གི་
སྒྲ་མི་སྟན་དག་ན་གྲགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བྱའོ། ལག་པ་བསྟལ་བ་དང་འདབ་མ་དག་ཡོད་
ན་སྟོགས་ཀྱིས་སྒྲུ་མི་བུང་ངོ་། མེད་ན་མ་བསྐྱབས་པར་མི་བྱའོ། དེ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་ཁ་མ་བཅད་པར་མི་བཞག་གོ། དེའི་ཁ་གབ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཤིང་ལས་བྱས་
པ་དང་ངོ་ལས་བྱས་པ་དང་། ས་ལས་བྱས་པའོ། སྟོགས་གཞི་ཤིང་ལས་བྱས་པའམ་ངོ་ལས་
བྱས་པ་བཅང་བར་བྱའོ། འདབ་མ་དག་སྟོད་ཉིད་དུ་སྟོད་པ་ནི་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་ཉིད་ལ་
ཉེས་པ་མེད་དོ། འདི་ལ་བཤས་པ་དང་མ་བཤས་པ་དག་ལ་བྱུང་པར་མེད་དོ། གཞན་མེད་

ན་མ་བངས་པ་དག་ཀྱང་སྤྱད་དོ། །སྐྱེ་འཛིན་གི་སྤྱད་བྱེད་དོ། །གཞན་དང་བྱིན་ལེན་
སྟོབས་པ་མེད་ན་སྤྱིན་བདག་གིས་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བཏང་བ་རང་གིས་སྦངས་ཏེ་
བཟའ་བར་བྱའོ། །མངོན་སུམ་དུ་མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་འཐོབ་པའི་ཕྱོགས་ན་གནས་པས་ལག་
པ་བཀའ་པས་ལུས་སམ་དེ་དང་འབྲེལ་བར་བྱེན་དུ་འདེགས་རྒྱས་པ་བསྟེན་པར་མ་རྒྱུགས་
པ་མི་མ་ཡིན་པ་ལས་ཀྱང་སྤྱིན་པར་འདོད་པས་ཡན་ལག་གིས་སམ་དེ་དང་འབྲེལ་བས་བྱིན་
པ་མཐོས་པ་ནི་བྱིན་ལེན་ནོ། །ཡུལ་གྱི་མི་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ ཉིད་ཡིན་ན་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་
དུ་ཞོག་ཅིག་ཅེས་བསྟན་ན་ཡང་ངོ་། །སྤྱད་བཟེད་དང་དེའི་གཞི་དག་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་
དོ། །སྤྱེལ་ན་མས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ནི་ཡལ་ག་ཡིན་པས་དེ་ནས་དེའི་ཕྱིར་མི་འཐོབ་པའི་ས་ཉིད་མ་
ཡིན་ནོ། །ཤིང་རྟོག་དག་མན་ཤེལ་དང་བྲི་དང་བྲིལ་དང་བྱ་བ་དང་སྤྱད་བཟེད་ཀྱི་གཞི་དག་
གིས་བྱིན་ལེན་མཐོད་དུ་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གནས་པ་དག་གིས་ཅང་མི་སྤྱི་
བས་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །སྟོམས་པར་འབྲིམ་པར་བྱེད་པ་མོས་པར་བྱའོ། །དགོ་སྤྱོད་
བྱིན་ལེན་བྱས་པས་བྲིམ་པ་ཉིད་ནི་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱུན་མར་དང་འབྲུ་མར་དང་སྤྱང་
ཅི་དང་བྱ་རམ་གྱི་དབྱ་བའི་བྲུམ་པ་དག་འབྲིམ་ན་རྩ་དང་ལོ་མ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་གོས་
དག་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བྲིམ་པར་བྱ་བ་གཅེས་པ་དང་བར་མ་དང་ཐ་མ་དག་སོ་སོར་
བྱའོ། །ཨ་ཟ་ཞིམ་པོ་རྣམས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསལ་ཏེ་བྲིམ་པར་བྱའོ། །བྲིམ་པར་བྱེད་པ་ཡི་ནི་
མཁན་པོ་འམ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མཐོད་པར་བྱའོ། །མི་འཐོབ་པ་འཐོབ་ན་དུང་ན་འདུག་པས་
སོ། །དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ལྟན་ལས་མ་འཕགས་པས་རི་ཅམ་ལེན་རྒྱས་པའོ། །འདྲིལ་བ་ནི་རང་
གི་གནས་ནས་མ་འཕགས་པས་ལེན་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་བྱིན་ལེན་མ་ཞིག་གོ། །སྤྱང་བྱ་དང་
གྲོག་སྤྱར་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་རེག་པ་ཡང་ངོ་། །དགོ་སྤྱོད་གིས་མ་བཏང་བ་ལ་གཞན་གྱིས་
ཀྱང་ངོ་། །བྱི་བས་ནི་ཞིག་པར་བྱེད་དོ། །བྱིན་ལེ ན་བྱས་པའི་བྱིན་ལེན་སྟོབས་པ་ནི་མི་རིགས་
པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་གཙོའོ། །བྱིན་ལེན་མ་བསྟབས་པ་ཉིད་ལའོ། །ཁུ་དང་སོ་ཤིང་མ་
གཏོགས་པ་བཟའ་བར་བྱ་བའི་འོ། །ཁར་རོ། །ཐོས་ནའོ། །བྱང་གི་སྤྱི་མི་སྟན་མ་གཏོགས་པར་

རོ། རྒྱུ་པས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་མེད་ན་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ལས་ཟན་མཐོང་པར་
བྱའོ། བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པས་བཟའ་བར་བྱའོ། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། ། །འོ་མ་དང་ཞོ་དང་མར་དང་ཉ་ཤ་དང་ཤ་སྐམ་ལྷ་བྱ་དག་ནི་བས་བསོད་པ་ཡིན་ནོ། རྟེ་
ནི་བྱེད་པ་པོ་འོ། བྱིན་པར་བྱེད་པ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་བྱིས་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། རང་གིས་སྒྲངས་
ཏེ་བོས་ནའོ། ཁི་ན་བས་བསྒྲངས་པ་དང་སྒྲོང་དུ་བཅུག་པ་ཉིད་དེ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་འོ། ཅི་
བདེར་བསྟབས་པ་མ་བྱས་པ་ལའོ། རྟེ་ཉེ་ཕྱིར་དན་པའམ་བསོད་པའམ་ཐ་མལ་པའམ་
བཟང་པོ་ཐོབ་པ་ན་གལ་ཏེ་སྒྲངས་ན་ཡང་ངོ་། རན་པ་འདི་ལ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། ཟས་བྱིར་
ཏེ་ཕྱིར་བྱུང་བས་ཅང་མི་སྤྲོ་བའམ་ཕྱིར་སྒྲོང་བ་ལ་འོ་ན་ཅི་སྒྲོང་ཞེས་དྲིས་པ་ནི་ཅི་བདེར་
བསྟབས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། བསོད་པ་སྒྲོང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། ། །རང་སྤྱོད་པའི་དོན་ཉིད་ལ་
འཇུག་པ་དང་འཇུག་ཏུ་འཇུག་པ་དག་ལའོ། ཤེས་གཙོ་འོ། རྟོག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཉིད་
ལའོ། རྒྱ་དང་བྱ་ན་མར་དང་འབྲུ་མར་དང་སྒྲང་ཅི་དང་བྱ་རམ་གྱི་དབྱ་བ་དང་། འོ་མ་དང་
ཞོ་དང་མར་སར་པ་དང་ཚྭ་དང་འབྲུའི་ཚྭ་དང་ཞོ་ཁ་རྒྱ་དང་རྩ་མོ་དང་། ཤིང་རྟོག་དང་
བཅའ་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་སྦྱར་བར་བྱ་བའི་འོ། སྒྲང་བ་དག་གིས་སོ། ཤི་
ནའོ། རྟོག་ཆགས་རེ་རེ་འོ། སྦྱད་པ་ནི་ལྷས་ཀྱིར་ཉེ་བར་སྦྱད་པའོ། འདི་ལྷ་སྟེ། ལྷས་དང་
བཅུང་བ་དང་སོ་ཤིང་དོར་བ་དང་ལག་པ་དང་རྐང་པ་བཟུ་བའོ། ཡོ་བྱད་དག་ཏུ་ཉེ་བར་
སྦྱད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷས་ཀྱིར་ཡིན་ནོ། བཟའ་བར་བྱ་བ་དང་ལྷུང་བཟེད་དང་། ཆོས་
གོས་དང་གནས་དང་སོ་བཟུ་བ་དང་མེ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྷས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དག་ཡིན་ནོ། རྟེ་
དག་ཏུ་ནི་ས་དང་སྤྱེ་བ་དང་ཚོན་དང་རྩ་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པའོ། རྟེ་དག་ཏུ་དགོས་པ་ནི་
འདི་ལྷ་སྟེ། བྱི་དོར་བྱ་བ་དང་བཟུ་བ་དང་ ། ཁ་བསྦྱར་བ་དང་། ཆག་ཆག་གདབ་པ་དང་།
ཕྱག་དར་བྱ་བ་དང་། ཞལ་ཞལ་བྱ་བ་དང་། ལྷ་ཤ་དང་། ཐང་དང་། ཕྱག་པ་དག་ཏུ་
བྱའོ། རྒྱའི་སྒོ་ལ་དགག་པ་དང་བསལ་བ་དག་ཀྱང་ངོ་། ཤིང་དང་གཡེང་བ་དག་གཞུག་པ་
དང་དྲང་བ་དང་བཤལ་བ་དག་ཀྱང་ངོ་། རིམ་པ་གཅིག་ལས་གཞན་པ་སྤྱི་ཅན་ལ་སོགས་པ་

བཟུ་བ་ཡང་ངོ་། །དེ་ཡང རྒྱུ་ཆགས་ཀྱི་ཁམས་སྟག་པར་མང་བའི་ཆུ་ཉྩ་བྱ་ཡང་སྦྱར་བ་
དག་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཆུ་ལ་སྦྱོད་པའི་རྣམ་པར་འབྱེད་པའོ། །དབྱང་
ཆགས་བཅང་བར་བྱའོ། །བཟེད་སྡོད་ཀྱི་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་བཞག་པར་བྱ་ཞིང་དགང་བ་
དང་བཅག་པར་བྱ་བའི་ཆུ་བཟེད་པར་བྱེད་པའི་ཆགས་གདགས་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྟགས་གཟེར་
དག་བཏབ་པའི་ཤིང་བྱ་གསུམ་དང་ལྗན་པ་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །ཆུ་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆུ་
ཆགས་སུ་བཅལ་གཞུག་པར་བྱའོ། །བྱེ་མའམ་སྡེ་བའོ། །ཡང་ན་ཆགས་རྟེན་སྡོད་དོ། །ས་དང་
ཟངས་མ་ལས་བྱས་པའི་གང་ཡང་རུང་ངོ་། །དེ་ནི་ཤིང་བྱ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ལ་གདགས་
སོ། །བྱ་གྲུར་ལུང་བྱས་ཏེའོ། །དེ་ནི་ངོས་གཉིས་ན་བཏགས་ན་ཡང་འདུག་ཏུ་བཏབ་བོ། །ཕྱི་
རོལ་གྱི་ངོས་སུ་ཆགས་རྟེན་སྡོད་བཞག་པར་བྱའོ། །ཁྲ་མ་ནི་ཐ་གྲས་སོ། །ཕྱི་མ་ནི་སྟགས་ཐག་
འཇམ་པོས་སོ། །དེ་བཅང་བར་བྱའོ། །ཆུ་མི་འཇག་ན་ཤིང་ལེབ་ཀྱིས་ཆུ་ཆགས་ལ་དལ་བྱ་
དལ་བྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །བྱམ་ཆགས་གཅེའུ་ཅན་ནི་ཆགས་རྒྱུང་ངོ་། །དེ་བཅང་བར་
བྱའོ། །སའམ་ཟངས་མ་ལས་བྱས་པའོ། །དེ་ནི་བྱམ་པའི་དབྱིབས་ཅན་ནང་པར་བྱའི་བྱ་ཉྩ་བྱ་
དང་ལྗན་པའི་འོག་སྟབས་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཏུ་རས་མས་དགབ་པ་ཉིད་དོ། །ཆུ་ཆགས་
ཉི་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །ཆུ་ཆགས་བྱ་གསུམ་མམ། རིལ་བ་ཞབས་ཆགས་ཅན་ནམ། བསལ་
ཆགས་ཀྱང་ངོ་། །བྱ་མ་བྱམ་དང་རིལ་བ་དག་གིས་ཆུ་རུང་བ་བརྩས་པ་ཉིད་དང་ཡོད་པ་
ཉིད་ཀྱིར་དེ་དང་ལྗན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་མེད་པར་སྦྱངས་སྦྱ་ཞིང་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །ནང་དང་
བཅས་པ་དང་ལྗན་ཅིག་ཏུ་མི་བྱའོ། །ཀལ་ཏེ་རྒྱེན་དེ་ཉྩ་བྱ་ཡོད་ན་བཟོད་པར་གསལ་
ཏེའོ། །བྱ་བ་བྱེད་པ་ན་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཀལ་ཞན་གྱིས་འདི་ལྟར་དེར་དེ་སྦྱོར་
ནོ་ཞེས་ཁས་སྦངས་པ་ནི་དེ་དང་ལྗན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྦྱངས་སྦྱ་བའི་ཆོ་འབྲལ་ན་དེ་སྦྱོར་
པར་ཁས་མ་སྦངས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །ཕྱོངས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཉི་འཁོར་དུ་
འགོ་བ་ནི་སྦྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་རྒྱང་གྲགས་ལྔ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཀལས་སུ་བཞག་སྟེ་སོང་བ་
དེ་དང་ལྗན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་རང་དགར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀལ་ཅིག་གིས་

དགེ་འདུན་མན་ཆད་དུ་མ་དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། རྒྱན་མགྲོགས་པ་
ལ་ནི་ཕོངས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ཇེ་ལ་རྒྱན་ཕྱོགས་སུ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་འགོ་
བས་ནི་དེས་རྒྱང་གྲགས་ཀྱི་བར་དུ་འཇུག་ཏུ་བྱང་ངོ་། གཤམ་ཏེ་དེ་ཆུ་གཞན་དང་འབྲེས་པར་
གྱུར་ན་དེ་ཡན་ཆད་དུ་འོ། བརྟགས་པ་ནས་འདོམ་གང་ཁོར་ཡུག་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། མིག་
གི་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་དག་པ་ཡིན་ནོ། ར་མལ་པས་སོ། མི་གཡོ་བ་ཉིད་དང་རྟོག་པ་མེད་
པ་ལ་བརྟག་པར་བྱའོ། བྱམ་པ་གང་བ་ཉིད་ལའོ། ཇེ་ལ་བྱ་བ་ལས་འདས་པར་བགྱང་བའི་
ཡུན་རིང་པོར་ཉིད་དུ་མི་བྱའོ། རྩེ་མོ་འཇམ་པོས་སྒྲིག་ཆགས་དག་བཞུན་སྒྲུབ་ཏེ། ཇེ་དག་འཆི་
བར་འགྱུར་བའི་ལས་དུ་མི་དོར་རོ། གཞན་ཡང་མི་དོར་རོ། གཤམ་ཏེ་མར་མེའི་ནང་དུ་སྒྲིག་
ཆགས་རྒྱང་ན་དེ་བྱེད་པས་དེ་གཡོགས་པར་བྱའོ། སྒྲིག་ཆལ་གྱི་གཟེབ་དར་དཀར་རམ་སྒྲིང་
ཆོར་སྒབ་མོས་གཡོགས་པ་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། མིག་བརྒྱ་པ་ཡང་བྱང་ངོ་ ། ཇེ་པོ་ནས་བྱས་
པའམ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྣོད་བྱ་གུ་ཅན་ནོ། སྒྲིའི་རྟེན་སྒྲུལ་གཟུང་བར་མི་བྱའོ། ཁེ་གོལ་
གྱི་སྒྲ་བྱང་སྟེ་བཞིན་བཟངས་མིག་ལམ་ན་མ་འདུག་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། མི་འགོ་ན་
དབྱུ་གུ་སྐམ་ཁས་དལ་བྱས་རྗེ་མའམ་བྱམ་པར་བཅུག་སྟེ་ཁ་བཅད་ནས་བྱ་གུ་དག་བཏོད་དེ་
བསལ་བར་བྱའོ། མ་གྲུབ་ན་ལྷག་པོད་དམ་ཤུར་བྱ་བྱེའུས་སམ་ཐ་གུ་རས་མས་དགྲིས་པའི་
ཞག་མིག་གིས་མགུལ་པར་བཅིངས་ཏེ་དོར་བར་བྱའོ། ཇེ་དག་ནི་གཞུག་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། ཁོང་ཁོང་གི་ནང་དུ་དོར་བར་མི་བྱའོ། བྱང་དུ་ཞུགས་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱད་པར་
བྱའོ། ཤིག་རྣམས་ནི་རས་མར་གཞུག་པར་བྱའོ། ཇེ་ནི་གསེབ་དག་ཏུ་འོ། རྒྱ་ཤིག་རྣམས་ནི་
གསིང་མར་རོ། ཡང་ན་ཕྱོགས་བསལ་བར་བྱའོ། རྒྱ་མ་གཞུག་པའི་བྱུར་བསལ་སྣོད་བཅང་
བར་བྱའོ། ཡང་ན་རྒྱ་ཆགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གཞུག་པར་བྱའོ། རྒྱ་ཆགས་ལ་སྒྲིག་ཆགས་ཆགས་
པ་བསལ་བའི་ཐབས་ནི་བཤལ་བ་ཡིན་ནོ། ཇེ་མ་ནི་བགྱུ་བའོ། རུལ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བ་
ནི་སྐམ་པའོ། ཇེ་གཉིས་ ཀ་ལ་ཡང་དམ་དུ་བཅོར་ན་པན་པ་ཉིད་དོ། ཇེ་འདུན་དང་གང་
ཟག་དང་རྒྱ་ཆགས་དང་རྒྱ་ཆད་མ་རྟེན་པའི་ཤེས་པས་འཇུག་པ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་

དོ། །བཅུས་པ་དང་ཁྱོན་པ་དག་པ་ནི་ཉེ་མ་འཆར་ཁ་ཚུན་ཆད་བརྟགས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་
འབྱུག་གོ། །ཀྱང་ཁྱུས་སྒྲོང་སྒྲོང་པར་མཐོང་ན་དགང་བར་བྱའོ། །ཁྱུ་དང་གཞན་གྱི་སྒྲོང་ ཀྱང་
ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་དེར་གཏོགས་པ་ནི་སྒྲོང་སྒྲུང་འབྲུབ་པའི་ལས་ཡིན་
ནོ། །འདིར་སྒྱུན་པ་དང་སྒྲུང་བ་དག་ཀྱང་མ་བསྐྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱིས་པ་རྙིང་པ་བརྟན་བ་
ཉིད་ལ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ན་སྒྱུན་པར་བྱའོ། །དེས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཡོན་བདག་རྣམས་ལ་
སྒྱུན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་མ་བརྟན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྦྱོང་ལ་ནི་སར་པ་ཕྱིར་སྒྲུང་བ་
མེད་པ་ཉིད་དུའོ། །སྒྲོང་སྒྲུང་གྱི་ཆེད་དུ་མཛོད་ཁང་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །ས་དང་ཟངས་མའི་སྒྲོང་
སྒྲུང་དག་སོ་སོར་བཞག་པར་བྱའོ། །ཁྱུ་ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །གར་བབ་བབ་དུ་མི་བཞག་
གོ། །དེའི་ཆེད་དུ་ཁང་བྱ་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་སྟོན་ལྟ་བུ་གྱི་མཚམས་སུའོ། །སྐར་ཁུང་གདོད་
པ་དང་། སོ་ཕག་གི་གཙལ་དགམ་པ་དང་། ཁྱུ་ཁུང་གདོད་པ་དང་། སྒྲོ་གདོད་པ་དང་། སྒྲོ་
སྒྲེགས་དང་། ལག་བྱུངས་དང་། ཡང་མིག་གཟུག་པར་བྱའོ། །ཁྱུ་ཆགས་བཞག་པའི་ཕྱིར་
གདང་བྱ་བྱའོ། །ཤིང་གི་ཁྲིའུ་དག་ལ་བཞག་གོ། །ཡང་ན་སོ་ཕག་གི་སྒྲེགས་བྱའི་སྒྲིང་
དུའོ། །གཞི་དག་ལའོ། །ཁྱུ་སྒྲོང་ནི་སྒྲུ ས་ཚུའི་ཆེད་ཀྱི་བར་ཡན་ཆད་ཀྱང་གཙང་སྒྲ་
བྱའོ། །གཙང་བར་བྱའོ། །གཏུང་བར་བྱ་བའི་ཁྱུ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལག་པ་དང་གོས་རུང་བ་མ་
ཡིན་པ་དག་གིས་བྲིས་པར་མི་བྱའོ། །ཁྱུ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་དུས་དུས་སུ་སྒྲུང་བར་
བྱའོ། །ཟབ་མོ་རྣམས་ནི་བྱ་ཤེལ་ཅིའི་སྒྲུ་ད་དང་ཤིང་ངམ་འདབ་མའི་ཆང་བྱའམ་རས་མ་
ཤིང་བྱའི་ཆེ་མོ་ལ་བརྟགས་པས་སོ། །དེ་ལ་ཟས་ཀྱི་འགམ་གཟེར་མི་བསྐྱང་བ་ཉིད་དུ་མི་
བྱའོ། །སྐམ་པར་ཡང་ངོ་། །དེའི་ཆེ་བྲེལ་བར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་
མི་བྱའོ། །ཁྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ནི་གནས་པས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སློག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་
ཁྱུ་དང་འབྲེལ་བས་ཕྱན་ཆོགས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སོ། །སློག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཁྱུ་ལ་
སྒྲོང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །ཁྱུགས་པའམ་ཕྱོགས་པ་ལའོ། །སྒྲོང་པ་ལའོ། །སྒྲེས་པ་
དང་བྱད་མེད་ཀྱིའོ། །བྱིས་པ་ཉིད་དོ། །གནས་གཞན་ཉིད་ནའོ། །གཞན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་

སྤང་དུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །མངོན་སུམ་དུ་བརྟག་པས་འདུག་ནའོ། །ཉལ་པོ་བྱེད་པར་
ཤོམ་པའི་བྱིས་ན་འདུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དཔེན་པར་བརྟག་པས་འགྲེང་ནའོ། །སྐྱབས་
ཡོད་པར་རོ། །གལ་ཏེ་འཛིགས་པའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་ནའོ། །ཚོར་བྱ་དག་དང་ཚོར་བྱེད་
གཉིས་ཀྱིས་མ་ཚོར་ན་ཉེས་བྱས་ཀྱི་ལོ། །གནས་གཞན་ལ་སེམས་གཏོད་པ་ཡང་ངོ་། །འདི་ལ་
མཐོང་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་མཐའ་ཚུན་ཆད་ནི་གནས་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །མཛོད་ནི་ཁོངས་སུ་
གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱིས་གཞན་ནི་ཐ་དང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཉལ་པོ་བྱེད་པར་ཤོམ་
པའི་བྱིས་ན་འགྲེང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྤྱོད་ཡང་རུང་མ་ཡང་རུང་བ་ལའོ། །ཉེ་དུ་དང་རབ་
དུ་བྱུང་བ་ལ་སྟོས་པ་དང་ནད་པ་མ་གཏོགས་སོ། །རྟགས་འདི་དང་རབ་དུ་བྱུང་བ་འདི་མེད་
པའི་གཅེར་བུ་ལོ། །ལྷན་སམ་ལྷན་དང་འབྲེལ་པར་རོ། །བཅའ་བར་བྱ་བ་དང་བཟའ་བར་བྱ་
བ་དག་གོ། །རུང་བ་དག་གོ། །རང་དང་དེ་ལའོ། །སྤྲིག་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བའི་རྣམ་པ་དང་དབྱལ་བ་
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མ་གཏོགས་སོ། །རང་གིས་སྦྱོན་ནའོ། །མི་རུང་བ་དག་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །སྦྱོན་དུ་
འདུག་ན་ཡང་ངོ་། །རང་གིས་ཞལ་ཏ་བྱས་ནའོ། །བགོ་བཤའ་བྱེད་ན་ཡང་ངོ་། །གཅེར་བུ་ལ་
སྦྱོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཞུལ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་དམག་དག་ལ་སྟོས་པའི་དོན་ཉིད་
ཀྱིས་སོ། །རྒྱལ་པོ་དང་བཅུན་མོ་དང་གཞོན་ནུ་དང་ཞང་སྟོན་དང་ཁྲོམ་གྱི་རུ་སྤྱོད་དང་གོང་
རལ་གྱི་མི་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མིས་བཀུག་པ་དང་བར་ཆད་བྱུང་བའི་དབང་ཉིད་མ་གཏོགས་
སོ། །འཕགས་པའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མཐའ་ལས་འདས་ཏེ་མཐོང་ནའོ། །དམག་ལ་སྟོས་པའི་ལྷུང་
བྱེད་དོ། །དེ་དག་མེད་པར་ཉིན་མཚན་ཉིད་ལས་སྟག་པར་འདུག་ནའོ། །དགོས་པ་མེད་ན་
སྤྱོད་མ་ལ་ཡང་ངོ་། །དམག་གི་ནང་ན་འདུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དབྱུང་གི་ཡན་ལག་རྣམས་
ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། །བར་ཆད་ཀྱི་དབང་གིས་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་ལའོ། །བསྐྱས་པ་དང་སོ་སོ་
བ་དག་གོ། །སྟོན་གོན་བྱས་པ་རྣམས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་དངོས་གཞིའོ། །སྦྱོར་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་
ཀྱི་ལོ། །རིག་པ་དང་བཤམས་པ་དགྲུགས་པ་དང་སྟོས་པའི་ཕྱིར་འཕགས་ཤིང་ཉེ་འཁོར་གྱི་
མཐའ་ལས་འདས་ཏེ་མཐོང་བ་སྟོས་བྱ་ནི་དངོས་གཞི་དག་ཡིན་ནོ། །མ་ཆས་པ་ཉིད་ལ་ནི་ན་

སྒྲིབ་པ་ཉིད་དོ། །སྒྲིབ་པ་ཆེ་དང་རྟ་དང་བྱ་གཞི་དང་བྱ་ལ་བ་ཀ་དང་བྱ་བརྟ་ཀ་དང་། སྒྲིབ་
པ་དང་བྱ་དུ་མེད་འཐབ་པ་ལ་སོགས་པ་བྱ་བ་དང་བྱེད་དུ་གཞུགས་པ་དང་བརྟ་བར་མི་
བྱའོ། །དཔལ་གྱི་ཡན་ལག་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲིབ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཉིད་
གྱིས་དགོ་སྒྲོང་པ་རོལ་ལ་ལྷུས་སམ་དེས་འཕངས་པའམ་དེ་དང་འབྲེལ་པ་དག་གང་ཡང་
རྒྱུ་བ་ཐ་ན་རྟ་རྟ་པའི་མཐེ་བོའམ་ཡུངས་ཀར་རམ་རྩ་དག་གིས་བརྟེན་ནའོ། །གཞན་དག་
ལ་ཡང་ངོ་། །རེག་ནའོ། །རྟེན་སྦྱང་རེ་རེ་ལ་འོ། །མ་ཐོག་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །བརྟེན་པར་བྱ་བ་
གཞན་ཡིན་ལ་གཞན་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །ཀ་བ་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །རྟེན་པ་དང་ས་
དང་ཤིང་སྒྲོན་པ་དང་གཞན་ལ་ཡང་མི་བྱའོ། །རྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བརྟེན་པར་གཟས་
ནའོ། །རྩམ་རེ་རེ་ལ་འོ། །གཟས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །མམ་པར་འགྱུར་བ་དང་དགོ་འདུན་ལྷག་
མ་དག་བཅས་ནའོ། །བདེ་བ་ལ་མི་རེག་པ་དང་དགོ་སྒྲོང་གི་ཚུལ་དང་ཆངས་པར་སྦྱོད་
པའི་བར་ཆད་དང་དགོ་འདུན་འཁྲུག་དུ་དོགས་པའི་དབང་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་འཆབ་
ནའོ། །ཉིན་མཚན་གྱི་མཐར་ལོ། །སྒྲོན་པ་ཉིད་བྱས་སོ། །ལྷུང་བ་གཞན་ཡང་ངོ་། །གནས་
ངན་ལེན་འཆབ་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འདྲ་གྱི་གཉེན་པོའི་དོན་ཉིད་མ་གཏོགས་པར་ཆད་དུ་
བསམས་ཏེ་སྦྱོར་བ་པོ་བྱིས་པ་ལ་ཟན་གཅོད་དུ་བརྟུག་ནའོ། །ཟན་གཅོད་དུ་འཁྲུག་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲིབ་པ་རེག་པར་མི་བྱའོ། །སྒྲོན་པ་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་དང་ཆངས་པ་
མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ནམས་གྱི་ཆོས་དང་ལྷན་པའི་བྱ་བའི་དོན་ཉིད་དང་། ལྷུང་བཟེད་དང་
ཆོན་གྱི་ལས་ལ་བརྟག་པ་ནི་དུས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡུན་རིང་དུ་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །རྟེན་པ་ཉིད་ནའོ། །གཞན་ལ་གཏོང་བས་སྒྲིབ་པ་དང་ཉི་མ་དང་མགལ་མེའི་
འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པས་སོ། །མེས་སོ། །དུས་བྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པར་དགོ་སྒྲོང་ན་
བའི་དབང་ཉིད་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་རེག་ནའོ། །རང་ངམ་བསྒྲོ་བས་སོ། །སྒྲིབ་པ་དང་
གསོད་པ་དང་རེག་པ་དང་། མ་རེག་པའི་བྱ་དེད་བསྐྱལ་བ་དང་བཅས་པ་འདྲེན་པ་དང་
མདག་མེ་སྦྱང་བ་དང་འབྲུ་བ་དག་ལ་འོ། །མེ་མ་སྦྱར་ནི་བྱེད་ཤི་བ་ཉིད་དོ། །མེ་ལྷེ་དག་ཀྱང་

ངོ། །དེར་བྱད་ཤིང་འཇུང་པ་དང་འབྱེན་པ་ནི་མེ་གཞན་གྱི་ཉེས་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲ་དང་སྤྱད་དང་
རྩས་པ་དག་དང་སེན་མོ་དང་། མཆིལ་མ་དང་སྒྲུབས་དང་སྒྲུགས་པ་དང་སྒྲུགས་པ་དང་
མོན་སྒན་ཐེའུ་དང་མོན་སྒན་གེའུ་དང་ཉིལ་དང་འབྱུ་མར་དང་སྒྲང་ཚི་དང་མར་དག་ནི་
བྱད་ཤིང་གི་ཕྱིད་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱི་བྱ་བ་གཞན་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒོབ་པ་ནི་ཕྱིད་བྱིན་གྱིས་
བསྒྲུབས་པ་ཡིན་ནོ། །མེ་ལ་རེག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགོ་སྒོང་གི་དོན་གྱི་ཆེད་ཀྱི་ལས་བྱས་
པ་ལ་འདུན་པ་ལུལ་བ་ཕྱིར་བསྒྱུར་བའི་ཕྱིར་སྒྲས་ནའོ། །འདུན་པ་ཕྱིར་བསྒྱུར་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །སྒྲ་བ་དང་ཉི་མ་མ་གཏོགས་པའི་སྒྲང་བ་དང་བཅས་པའི་གནས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཉལ་བར་
མི་བྱའོ། །ནད་པ་དང་ནད་གཡོག་གི་དབང་ཉིད་མ་གཏོགས་སོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་ལྷུང་
བྱེད་ཅེའོ། །ཉལ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཕྱིད་ཉིད་དོ། །ཉིན་མོ་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ། །ཤལ་ཆར་
གཡོགས་པ་དང་བསྒྲོར་བ་ནི་གནས་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྒོ་ངོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཉི་
འཁོར་གནས་སུ་གྱུར་པ་ནི་དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱེར་གཞན་བར་མ་
ཆོད་པ་སྒོ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་ངོ། །ཉི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནས་གནས་ཁང་ཅམ་གྱི་པ་
རོལ་ན་ཐ་དད་པར་གྱུར་ཅིང་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཤིང་སྒྲོན་པའི་བྱུང་དང་ཅིག་པའི་
བར་དང་ཆོང་ཆོང་གི་བྱུང་དག་ནི་ཕྱིད་ཉིད་དོ། །ཐིབས་པོ་དང་བཅས་པ་དག་ཏུ་བྱད་མེད་
དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བ་ཡང་ངོ། །འདི་ལ་བྱ་གག་འཕུར་ནས་བབས་པར་གྱུར་པའི་ལམ་ནི་
བར་དུ་ཆོད་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ནང་གཅིག་ཏུ་སྒྱ་ཞིང་བར་ན་གནས་གཞན་མེད་པ་
མ་ཡིན་པ་ཅན་ཉིད་ལ་ནི་གཡོགས་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རང་གི་ཆར་
གཏོགས་པའི་སྒོ་བཅད་པས་བཅད་པ་ལ་ནི་ཉི་འཁོར་ཡང་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །ལྷུང་བ་
འབྱེན་པར་བྱེད་པ་དགོ་སྒོང་གིས་བསྒྲུངས་པ་ཉིད་དང་བྱད་མེད་བདག་པོས་བསྒྲུངས་པ་
ཉིད་ནི་དེ་དང་འདྲའོ། །རིམ་པར་གཞན་ལ་སྒྲས་སྟེང་དུ་བརྒྱལ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་གནས་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་ན་སྒྲད་དོ། །བསྟེན་པ་ར་མ་རྫོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་གཅིག་ཏུ་
མཆོན་མོ་གསུམ་པ་ལ་ཉལ་ནའོ། །མཐར་ལོ། །མདུན་རོལ་དུ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ལམ་གྱིས་དུབ་

པ་བརྟ་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །མཐར་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དགོ་སྤང་གིས་བྱར་མི་རུང་བ་
 ཡོད་ན་དེ་སྐབས་པར་བྱེད་པ་དང་སྟན་ཅིག་པའི་ནད་པ་དང་ནད་གཡོག་ལ་ཡང་ངོ་། །དགོ་
 ཚུལ་དང་ཡང་ངོ་། །དེ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལའོ། །གནས་དེ་ན་དགོ་སྤང་སྤྱི་ཅན་ཉེ་བར་གྱུར་
 པ་ཉིད་ནའོ། །དེ་སྐབས་པ་ལ་འབད་པ་བྱས་སམ་བྱེད་པ་ལའོ། །གནས་པར་ཁས་སྤངས་ན་
 དུས་བྱི་མ་དང་ལྷ་མའི་གཉིས་པོ་དག་ལ་བབ་པ་ནའོ། །དེས་སྟག་པར་གནས་པར་མི་བྱ་བ་
 ཉིད་དོ། །གནས་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལྷ་མ་ཤོས་མི་བྱ་བ་ཉེ་དེད། །ལྷ་མ་ནི་མི་བསྐྱུང་བར་བྱ་
 བ་ཉིད་དོ། །དེས་དགོ་ཚུལ་ཉེ་བར་མ་བཞག་པ་ཉེ་བར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། །ལམ་དུ་དགོ་
 ཚུལ་གཉིད་བློ་བས་བརྟ་བར་གྱུར་ན་མདུན་དུ་བཏང་སྟེ་འགོ་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བྱ་བ་ཆ་
 བར་གྱུར་ན་དེ་ལ་ནངས་པར་གྱི་དུས་སུ་ཁ་ཟས་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ངོ་ཀར་ཡང་ན་
 དེའི་ཆོ་ཡང་ངོ་། །བསྟེན་པར་མ་རྒྱུགས་པ་དང་སྟན་ཅིག་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྱི་ལྷར་
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཆོས་སུ་གསུངས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་
 བརྟེན་ཀྱང་བར་དུ་གཙོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྷར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་
 བདག་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་འཇུག་པའི་ཆོག་མི་གཏོང་བ་ལའོ། །དེ་ལ་
 གསོལ་བས་སྦྱང་བ་ཉིད་བྱས་ཏེ་དེའི་འོག་དུའོ། །ལྷ་བའི་རྣམ་པ་མི་གཏོང་བའི་ལྷུང་བྱེད་
 དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །དེ་སྐད་སྦྱ་བས་སྤངས་པ་བྱིར་བཅོས་པ་ཉིད་མ་བྱས་པའི་དགོ་སྤང་
 ལའོ། །ལྷུང་དཔོག་པ་དང་དམིགས་ཀྱིས་འདྲི་བ་དང་གནས་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་དང་
 གདམས་ངག་སྦྱིན་ནའོ། །ལྷ་བ་སྦྱ་ནའོ། །ཟང་ཟིང་གི་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་ནའོ། །བསྟེན་བཀྱར་
 བདག་གིར་བྱེད་ནའོ། །གནས་སུ་སྟན་ཅིག་ཉལ་ན་ཡང་ངོ་། །མཐར་རོ། །མཚན་
 མའི་འོ། །གཞན་གྱིས་བསྐྱུལ་ན་ཡང་ངོ་། །ནད་པ་དང་ལྷ་བ་དང་དབུལ་བར་གཏོགས་པའི་
 འོན་ཀྱིས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །སྤངས་པའི་རྗེས་སུ་སྦྱགས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྱི་ལ་དེ་ཉིད་ལ་
 ལྷགས་པ་མི་གཏོང་ན་དགོ་ཚུལ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །བྱོད་ལ་དང་པོར་གསོལ་བ་དང་བཞིའི་
 ལས་དང་དེའི་འོག་དུ་བསྟེན་པ་ཚུམ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གསོལ་བ་བྱས་སོ། །ལས་བརྒྱུད་པ་

དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ཡང་བྱས་ཟེན་གྱི་སྒྲིག་པ་ཅན་གྱི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་འདི་ལྷ་བྱ་འདི་
ཐོངས་ཤིག་ཅེས་རེ་རེའི་མཐར་དག་སྤྲོད་གིས་དེ་ལ་བསྒྲག་པར་བྱའོ། །བཏང་ན་བྱི་མ་མི་
བྱའོ། །དག་ཚུལ་བསྐྱེལ་བ་ཉིད་དོ། །བསྐྱེལ་བ་སྤྱད་པའི་ལྷ་བྱེད་བྱེད་དོ། །སྤྱོད་པོ་འམ་དམར་
པོ་འམ་དྲར་སྒྲིག་གིས་ཁ་མ་བསྐྱར་བ་རང་གི་གོས་ཐ་ན་ལྷ་བྱེད་བཟེད་གྱི་ཁ་གཡོགས་དང་སྤྲོད་
དང་རྒྱང་པའི་འབོབ་དང་སྐར་ལགས་དག་གི་བགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ལོངས་སྤྱད་
ནའོ། །སྤྱི་པ་གཞན་གྱི་ནི་ཡང་རྒྱང་བར་བྱ་མི་དགོས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱིས་པས་བསྐྱས་པ་ལ་
ཡང་མི་དགོས་སོ། །ཁ་དོག་ཆེན་པོ་ཁ་བསྐྱར་བའི་གོས་བཟེན་པར་མི་བྱའོ། །བྱིས་པའི་གོས་
ཀྱང་མི་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་ནང་དུ་དྲར་སྒྲིག་གིས་གཡོགས་ཏེ་བཟེན་པར་བྱའོ། །ལམ་
དུ་གོས་བརྟན་པ་ནི་ཐུན་མོང་ཉིད་དོ། །གྲོགས་དག་དང་ངོ་། །དག་སྤྲོད་དང་དག་ཚུལ་དག་
དང་ངོ་། །གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་གན་རབས་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཇི་སྤྱད་དུ་སྒྲིབ་པའི་སྤྱོད་དུ་
གཡོགས་སོ། །དམིགས་ཀྱིས་མ་བསྐྱོས་ན་གཞན་ལས་གྱོན་ཏེ་བཅག་པར་མི་བྱའོ། །བསོད་
ནམས་འདོད་པས་མགྱོན་དུ་བོས་ན་ཁ་ཚར་མ་བཅད་པ་མན་ཆད་སར་པ་ལ་ནི་མི་རྟག་
པས་ཉེན་པར་འགྱུར་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སྤྱོད་དུ་བརྩི་བར་བྱའོ། །ཁ་མ་བསྐྱར་བའི་གོས་
གྱོན་པའི་ལྷ་བྱེད་བྱེད་དོ། །རིན་པོ་ཆེ་རང་གི་མ་ཡིན་པ་དང་དེར་སྤོས་པ་ལ་རེག་གམ་རེག་དུ་
བརྟག་ན་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་གཡུལ་དུ་སྤྱད་པའི་མཚོན་ཆ་དང་རོལ་མོར་སྤྱད་པའི་
ལག་ཆའོ། །དགོས་པའི་ཕྱིར་རྒྱང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ནི་དངོས་གཞིའོ། །གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་
ཉེས་བྱས་གྱིའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དང་དེའི་ཉེ་འཁོར་ན་འདུག་པ་ལ་བདག་གིར་བྱ་བ་དང་
མ་འབྲེལ་བར་རྩིས་ཆུད་མི་ཟ་བར་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་ཡལ་བར་མི་
དོར་རོ། །དེ་ཞག་བདུན་ནམ་བརྒྱད་དུ་བསྐྱོད་གྱེད་ཀྱི་ལྷ་བྱེད་པའི་ལམ་གཡོགས་སུ་སའམ་ལོ་
མའི་ཚོགས་དག་གིས་གཡོགས་པར་བྱའོ། །བདག་པོ་རྟགས་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཕེབས་པར་ཁོ་
བོའི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་སྤྱོད་པར་མི་བྱའོ། །འོངས་པར་མ་གྱུར་ན་དེའི་འོག་དུ་དག་
འདུན་གྱི་མཛོད་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། །ཟླ་བ་དུག་གི་མཐའ་ཚུན་ཆད་དུ་བཅང་བར་

བྱམ་ཁོ་ལོ་ལོ་ག་ཏུ་མ་འོངས་ན་སངས་རྒྱས་སམ་དགེ་འདུན་གྱི་རིས་གང་ནས་རྟེན་པ་དེར་
 སྤྱད་དུ་རྩུང་ངོ་། དེ་རྩུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་དེས་རྩུང་བ་བརྟན་པོ་ཉི་པར་བྱའོ། གཤམ་ཏེ་
 དེའི་ཆོ་བདག་པོ་འོངས་པར་གྱུར་ན་རྗེས་སུ་གནང་བ་གསོལ་ཏེ་མི་སྟེར་ན་སྦྱིན་པར་
 བྱའོ། གཤམ་ཏེ་སྦྱིད་སྦྱང་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེ་ནི་ཆེ་
 བར་མི་སེམས་སམ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། འོར་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་བདར་བ་དང་ཕྱགས་
 པ་ཉིད་དུ་རྩུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། མཁུལ་རྒྱན་དང་གཏུ་བྱ་རྒྱན་ཅན་དང་དཔུང་རྒྱན་དང་དོ་
 ཤལ་དང་སེ་མོ་དོ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ཡང་ངོ་། བེ་ལྷང་དང་འོད་མ་དང་བལ་ལ་རི་དང་མ་
 ཏ་ཏི་དང་སུ་རྟོ་ཤ་རྣམས་ནི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་ཉིད་ནའོ། སྤྱང་དང་རྩ་བོ་ཆེ་དང་རྩ་བ་ཏུ་
 ཏ་དང་རྩ་བོ་རྣམས་ནི་སྤྱོད་འབྱེན་ནའོ། གཞུ་ནི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་ཉིད་ནའོ། རལ་གྱི་དང་
 རལ་གྱི་ཀྲོག་པོ་དང་རལ་གྱི་སོ་གཅིག་པ་དང་འཕང་མདུང་དང་མདུང་དང་ལྷགས་ཀྱི་
 རྣམས་ནི་དེ་དག་ཉིད་ཡིན་ནའོ། མདའ་དང་ལྷགས་མདའ་དང་མདའ་བྱེད་ལྷགས་ལས་
 བྱས་པ་རྣམས་ནི་མདེའུ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ནའོ། སྐྱུ་གཟུགས་ནི་སྐྱུ་གཏུང་དང་བཅས་པ་
 ཉིད་ནའོ། དེ་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་ཉི་པར་བཞག་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། འོར་བྱ་མཆིང་བྱ་
 དང་སོག་མའི་བྱེད་བ་དང་མཆུ་སྤྱང་དང་རྩ་བོ་ལ་གཅིག་པ་དང་གཞུ་དང་མདའ་ལྟར་
 བཅོས་པ་རྣམས་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། གསེ་ར་གྱི་སྟེགས་བྱ་ནི་མི་རྩུང་བ་ཉིད་དོ། འཇིགས་པར་
 གྱུར་ན་རང་གི་ལ་མི་གཞོད་ན་དགེ་འདུན་གྱི་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིག་དང་གསེར་སྒྲིམ་
 སམ་བྱེད་ཏེ་འགྲོ་བར་བྱའོ། འདྲ་པ་ཅན་ནམ་དགེ་ཚུལ་གྱིས་སོ། མེད་ན་རང་གིས་སོ། དེར་
 བསྐོ་བར་བྱའོ། བལ་ན་སྦྱིན་ནོ། བྱ་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། མི་མ་ཡི་ན་པའི་གནས་ན་གཤམ་
 ཏེ་དེ་དག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བྱུང་བ་རིན་པོ་ཆེའི་རང་བཞིན་གྱི་ས་གཞི་དང་ཐེམ་སྒྲིམ་
 ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། ཟན་གྱི་ཕྱིར་སྟོད་གཞན་མེད་ན་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་པ་
 ཡང་ངོ་། འདུག་པའི་ཕྱིར་མལ་ཆ་དང་སྟན་ལ་ཡང་ངོ་། བཞོན་པས་འགྲོ་བར་བྱའོ། ཆོས་
 དང་ལྡན་པའི་དོན་གྱི་དབང་ཉིད་ཀྱིས་སོ། ཆ་སྟེག་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མི་བྱའོ། ཆས་པ་

དང་ན་བ་དག་ལས་གཞན་པས་མི་བྱའོ། །ཆོས་ཉན་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་
པའི་སང་གའི་བྲི་ལ་མི་རྟག་པས་ཉན་པར་འགྱུར་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་འདུག་པར་
བྱའོ། །བྱིས་གཞན་དུ་དེས་བཤམས་པ་ན་གསེར་དང་དདུལ་གྱིས་སྤྲས་པ་ གྲིལ་བྱ་གཡེར་ཀམ་
བཤེབས་པའི་གོས་དག་ལ་བྱིས་པའི་ཡིན་མོ་སྒྲམ་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ལ་ནོར་
བྱས་སྤྲས་པ་གསེར་དང་དདུལ་གྱིས་བརྒྱན་པ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་དག་བྱབ་པར་
བྱའོ། །བྱིས་པ་དང་དགེ་ཚུལ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་གཟུགས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་ཉེ་
བར་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་དོན་གྱི་དབང་ཉིད་ཀྱིས་རེག་པ་ལ་མི་རུང་བ་
ཉིད་མེད་དོ། །དེའི་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། །རྒྱན་གདགས་པ་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །རྒྱ་བཅང་བར་
བྱའོ། །གདགས་སུ་མི་རུང་བའོ། །རྩོམ་མཁས་མཁར་གན་ནམ་ཁར་བའམ་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་
ཆོགས་མཁམ་ཤིང་ངམ་རྩོམ་སའམ་བ་སོའམ་ར་དག་ལས་བྱས་པའོ། །རྟགས་ནི་ དགེ་
འདུན་གྱི་ལ་ནི་དབྱས་སུ་འཁོར་ལོ་ངོས་གཉིས་སུ་རི་དྲགས་འོག་ཏུ་གཙུག་ལག་ཁང་བདག་
པོའི་མིང་བྱའོ། །གང་ཟག་གི་ལ་ནི་རུས་པའི་ཀེང་རུས་སམ་མགོའི་ཐོད་པའོ། །སོ་མང་གིས་
སྐྱབས་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ནི་དཔེའོ། །མེ་ལོང་གིས་བཞིན་བཟླ་བར་མི་བྱའོ། །ཁུ་ཡན་ཆད་
ཀྱིས་སོ། །ཁུ་བརྟག་པའི་ཆེད་ཉི ད་དང་གཉེར་མ་དང་མ་དང་སྐྱད་ཀྱི་བཟླ་བ་དང་ལྷ་ཕྱེའི་
མཆན་མ་གཟུང་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འཕྲལ་རིས་གསུམ་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །གི་ལང་
གིས་བསྐྱབ་བ་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །དྲི་དག་གིས་ཀྱང་མི་བྱའོ། །བསོད་ནམས་འདོད་པས་རྟུང་
པ་གཉིས་ལ་ལུས་བསྐྱབ་པའི་དྲིས་སྐྱད་པ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །དེའི་མདུན་ དུ་དོར་བར་མི་
བྱའོ། །དེ་དག་བསྐྱས་པ་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་འདུ་བར་མི་བྱའོ། །བྱིས་པ་དག་ལ་ཆོས་
བཟླ་བར་མི་བྱའོ། །བྱིས་བདག་ཏུ་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། །མཚུག་ཏུ་ལྷུས་བྱའོ། །དེ་དག་ཟང་
བར་བྱའོ། །ཐོང་བའི་རྒྱུད་དག་ཀྱང་ངོ་། །མཆོད་རྟེན་ལ་དབུལ་བར་བྱའོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལ་
ཡང་ངོ་། །སྦྱིན ་པར་བྱེད་པ་མངོན་པར་མ་དད་ན་མགོ་ལོགས་སམ་རྟུང་པ་ལོགས་
སུའོ། །སྒྲིའི་བྱད་སྟེང་མ་ཡིན་པར་བྱའོ། །རྟིག་པ་ལའོ། །དེར་ཁབ་བམ་ཆོར་མ་བཙུགས་པ་ལ་

མེ་ཏོག་ཐོང་རྒྱུད་དག་དབྱེད་པར་བྱའོ། མིག་ལ་ཕན་པའི་དྲི་ཞིམ་པོ་དུས་དུས་སུ་བསྐྱམ་
པར་བྱའོ། བྲམ་ཟེའི་མད་བུ་ཐོགས་པ་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། རྩལ་གས་སྐྱུང་ཀྱང་ངོ་། འདྲ་པ་ནི་
མ་གཏོགས་སོ། གསོ་བའི་ཕྱིར་ནི་དབྱུང་པ་གཡོན་པར་རོ། གར་བབ་བབ་ཏུ་མི་དོར་
རོ། གལ་ཏེ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པར་གྱུར་ན་ཆོས་གོས་ཀྱི་ཐ་མཐམ་སྐར་གས་ལ་གདགས་
པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་མ་གྱུར་ན་ཀ་བའམ་ཅིག་པའི་གསེབ་ཏུ་གཞུག་གོ། གར་དང་སྐྱུ་དང་རྩལ་
མོ་ཀུན་ཏུ་སྐྱུང་པར་མི་བྱའོ། བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། བསྐྱས་པར་མི་བྱའོ། བཟླ་བའི་ཕྱིར་འགོ་
བར་མི་བྱའོ། དགོ་སྒྲོང་མ་ཀུན་ཏུ་གར་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ། རྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡང་དག་
པར་བསྐྱགས་པ་དང་། རྒྱན་ཆགས་གསུམ་པ་གདོན་པ་ལ་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་བྱའོ། རྟེ་དག་
དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། རྩོ་འཆམས་པ་དང་ཀྱ ན་ཏུ་ཅེ་བ་དང་ཀུན་ཏུ་ཅ་ཅ་
འདོན་པ་དང་ཚོད་པ་དང་དྲེགས་པ་དང་ལུས་ལ་རྟེན་པ་དག་མི་བྱའོ། རྟོད་པའི་བསམ་
པས་ལུས་དང་དག་གི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་མི་བྱའོ། འདྲེས་པ་ནི་ཆར་ལྷོམ་མོ། རྟོད་བརྒྱུད་
པས་ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་མི་བྱའོ། མེ་ཏོག་ན་རྒྱན་བརྒྱ་བར་མི་བྱའོ། གདགས་པར་མི་བྱའོ། རྩོ་སོ་
ལས་བྱུང་བ་བྱིན་པར་མི་བྱའོ། མི་རིངས་པར་རྒྱག་པར་མི་བྱའོ། རྒྱུར་བ་དང་མཆོངས་པར་
མི་བྱའོ། བསྐྱུ་དང་ལག་པ་ཉ་ལྟར་སྒྲོར་བ་བསྒྲོར་བར་མི་བྱའོ། རྒྱུར་གསེག་མ་གདབ་པར་མི་
བྱའོ། རྒྱུར་རྩེ་རྩེ་ལ་གཅིག་པ་དང་རྩེ་ལོ་ཆེ་ལྟར་བརྒྱུད་བར་མི་བྱའོ། རྩེ་ལ་བྱིལ་མོ་ལྷག་
པར་མི་བྱའོ། རྒྱང་པོ་ཆེའི་སྐད་དང་ཏའི་སྐད་དང་ཁྱུ་མཆོག་གི་སྐད་དང་མ་བྱའི་སྐད་དང་
ཁྱུ་བྱག་གི་སྐད་མི་དབྱུང་ངོ་། ཁས་དུང་དང་སེལ་གྲོལ་དང་རྩེ་ལོ་ཆེའི་སྐད་མི་བྱའོ། ཁོངས་
པའི་གཞིར་གཏོགས་པའི་རྒྱུད་བྱེད་དོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་ལྷ་བསོ་ག་རྣམས་ཀྱི་ཟླ་བ་ལྷག་མ་བྱེད་དང་གཉིས་དང་།
དབྱར་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་ལས་སོ། གོས་མེད་པའི་ཟས་གཉིས་པ་རྟེན་པའི་རྣམ་པ་གང་ཡིན་
པལའོ། རྒྱང་གས་མི་བསྐྱུད་པ་ལའོ། གོས་ཀྱི་སྐྱ་བསྐྱལ་བ་ནི་དེའི་མཐའ་ཡིན་ནོ། ཆར་གྱིས་

མ་སྟག་པ་ལའོ། །དེའི་ཐིགས་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྟག་པའོ། །ལྷས་ལའོ། །གཞན་གྱི་དུས་སུ་ལྷས་གྱི་
ཉིན་མོ་མ་ཡིན་པ་ཞག་བཅོ་ལྔའི་མདུན་རོལ་དུ་ལྷས་བྱེད་ནའོ། །དབང་བསྐྱར་བས་སམ་
འབྱུག་པས་སོ། །ཞེ་བར་སོན་ནའོ། །མདུན་རོལ་དུ་ནི་ཉིས་བྱས་སོ། །ཁྱ་མ་ཡིན་པས་ཀྱང་
ངོ་། །ཐམས་ཅད་ལ་དུས་དག་ཡོད་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་ནའོ། །དོན་གཞན་ལ་གཞིལ་
བས་ཁྱ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་ནི་ལྷས་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་བསམས་པར་བཞུལ་བ་དང་རྒྱ ལ་
བ་ལ་གདབ་པ་དག་ལ་ནི་རྒྱང་བ་མེད་དོ། །ཨ་ཟ་པ་རན་ཏའི་ཡུལ་དག་ན་ནི་འདི་མེད་པར་
ཤེས་པར་བྱའོ། །ཆོ་ག་བཅན་པོ་ཡོད་ན་བག་ཡངས་སུ་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །ལྷས་
བྱེད་པའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །གསོད་པའི་སེམས་ཀྱིས་དུད་འགོ་ལ་བསྐྱུན་ནའོ། །གཞི་དེས་དེའི་
ཆོའམ་གཞན་གྱི་ཆོ་ཤི་ནའོ། །སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་ཉིས་བྱས་
བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །དུད་འགོ་གསོད་པའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །ཁྱོད་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་
ཅིང་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་བྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟགས་པ་དགེ་སྦྱང་མ་ཡིན་པའི་དོན་གྱིས་
འགྱོད་པ་བསྐྱེད་ནའོ། །དགེ་སྦྱང་ལའོ། །བདེ་བ་ལ་མི་རེག་པ་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཀྱིའོ། །བཞད་
གད་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ་། །འགྱོད་པ་མ་སྐྱེས་ན་ཡང་ངོ་། །གཞན་གྱིས་ནི་ཉིས་བྱས་སོ། །འགྱོད་པ་
བསྐྱེད་པའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །དགེ་སྦྱང་ལ་སོར་མོའམ་ཁུ་ཚུར་རམ་བྱ་མོའམ་སྤག་པའམ་
མགོའམ་སྒོའམ་རྒྱབ་བམ་སྐྱེད་པའམ་བརྒྱའམ་སྤས་མོའམ་བྱིན་པའམ་རྟང་པའི་མཐེ་བོ་ལ་
སྟགས་པ་དག་གིས་གག་ཆོལ་བྱེད་པས་རེག་ནའོ། །སྐྱི་གཡའ་བར་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱིས་
སོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་དང་སྤང་བྱ་དང་འབྱུམ་བྱ་དང་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེའི་ཆོམས་བསྟན་པ་ལ་ནི་རྒྱང་
བ་མེད་དོ། །རིག་བྱེད་གཅིག་གམ་དུ་མ་ཉིད་ལའོ། །གག་ཆོལ་བྱེད་པའི་རྒྱང་བྱེད་དོ། །ཁྱའི་
ཡུལ་ལ་ཅེ་བ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་ནའོ། །ཞུགས་ཤི ང་རྒྱབ་པ་དང་འབྱུང་བ་དང་དོགས་གཞན་དུ་
བཞུལ་བ་དང་རྒྱན་ཕྱོགས་དང་རྒྱན་ལས་བརྒྱུག་ཕྱོགས་སུ་ཆོལ་བ་དང་ཁྱ་ལ་རྩ་བོ་ཆེ་དང་
རྩ་རྩ་ཁ་གཅིག་པའི་སྐྱ་འབྱིན་པ་དང་གསེག་མ་འབྲབ་པ་དང་འཕེན་པ་དང་ཁོར་ཡུག་དང་
དོ་རྗེ་དང་ཁོན་པ་དང་དབའ་སྦྱང་དང་ཁྱ་སྐབས་འདྲིན་པ་དག་བྱེད་ན་དངོས་

གཞིའོ། །ཁམ་ རྟོལ་གྱིས་བདེགས་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །བྱམ་པ་དང་ལྷ་བ་དང་རིལ་བ་དང་ཁམ་
མོར་དང་བྱ་རམ་གྱི་བྱ་བ་འཇག་པ་དང་ཐུན་ཚོད་དང་འུ་ཤ་དང་ཐང་ཚ་བ་ཉིད་ཡོད་པ་
ལ་ཡང་ངོ་། །ཁྱུ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཆེ་བ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ནི་དེ་དང་
འདྲའོ། །ཚོད་པས་དགའ་བ་ཉམས་སྲ་མྱོང་བར་བྱ་བའི་འདུན་པས་ སོ། །དེའི་ཕྱིར་སེམ་པར་
འདོད་པས་བཞུལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །རྒྱལ་སློབ་པ་ཐད་ཀའམ་ལྷག་འོག་
དུ་ཆོལ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །གང་བར་འདོད་པས་ཚ་བ་དག་ལ་རིམ་འདོད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཁྱུ་
ལ་ཆེ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྱུ་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་གཅིག་དུ་གཉིད་ལོག་
ནའོ། །མཚན་མོའོ། །མཐར་རོ། །མདུན་རོལ་དུ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །བྱ་གཞུག་གི་ཚད་ནི་དེ་བྱེད་པ་
ཉིད་ཀྱི་མཐའོ། །ཁྱུ་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཞད་གད་བྱ་བར་
བསམས་པས་ཀྱང་རུང་སྟེ་སྤངས་པར་འདོད་པས་འཇིགས་པའི་རྒྱ་ཉེ་བར་སྐྱབ་པ་སྡོན་དུ་
བཏང་བས་འཇིགས་པར་བྱེད་པ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཅེས་དགོས་པ་ལ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་གོ་བར་
བྱེད་ན་འཇིགས་པ་མ་སྐྱེས་ཀྱང་ངོ་། །ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་དངོས་གཞིའོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་
ན་ཡི་དཀགས་དང་ཤ་བ་དང་གྲུལ་བྱམ་དང་ལྷས་སྲུལ་པོའི་གཟུགས་ལྷ་བ་ནག་པོ་དང་སོལ་
བ་དང་ཀ་བ་དང་ཀ་བ་ཚོག་པ་ལྟ་བུ། སང་གོ་དང་ལྷག་དང་གྲུང་དང་བསེ་དང་གཟིག་དང་
ལའི་སྐད་ལྟ་བུ། བཤང་བ་དང་ གཅི་བ་དང་ར་དང་དེའི་བའི་དྲི་ལྟ་བུ། སེག་དང་རེ་ལྟེ་
དང་ཕྱར་བའི་རེག་པ་ལྟ་བུ་དག་ཉིད་སྒྲིགས་པའོ། །ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །འདི་
ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་ལྟ་དང་སྐྱུ་དང་དྲི་བ་དང་གཞོད་སྐྱོན་དང་མེའམ་ཅི་དང་སྟོ་འཕྲེ་ཆེན་པོའི་
གཟུགས་ནོར་ཅན་དང་ཚོང་དཔོན་དང་དེད་དཔོན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བི་མང་ལ་
སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྟ་བུ། ཨ་ཀ་རུ་དང་ཅ་རྒྱན་དང་གྲུར་གྲུམ་དང་ཏ་མ་ལའི་ལོ་མའི་དྲི་ལྟ་བུ།
དར་དང་རས་ལྷག་ཆེན་པོ་དང་བེའུ་རས་དང་དར་ལ་དང་དུ་གྲུ་ལའི་རས་དང་ཀོ་ཏ་མ་
པའི་རས་ཀྱི་རེག་པ་ལྟ་བུ་ཉིད་སྒྲིགས་པའོ། །སྐྱོ་བར་བྱ་བའི་ཆེད་ཉིད་ནི་མ་གཏོགས་
སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱོ་བར་བྱ་བའི་ཆེད་ཉིད་དུ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་དུད་འགོ་དང་ཡི་

དུགས་ཀྱི་གཏམ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །ཐུངས་པར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །རབ་
ཏུ་བྱུང་བ་འདི་པ་དབང་བའི་ལྷུང་བཟེད་དང་། ཆོས་གོས་དང་། ཏུ་བ་དང་། སྔར་བྱ་དང་།
སྐར་གས་ལ་སོགས་པ་དག་སྦྱང་གི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱེད་སྟེང་དམ་སྟེང་དུ་བཅུག་ནའོ། །ཕན་
པར་འདོད་པས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །སྟེང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དག་སྦྱང་ལ་གོས་སྟངས་བ་མེད་
པར་བྱིན་པ་དེས་གནང་བ་མེད་པར་སྦྱོང་ནའོ། །གལ་ཏེ་གཞི་དེས་དེ་དགའ་བར་མི་འགྱུར་
ནའོ། །བྱིན་པས་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྐར་པ་འདེབས་པར་འདོད་པས་དག་སྦྱང་
ལ་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ཏེ་དག་འདུན་ལྷག་མས་སྐར་བ་བརྗོད་ནའོ། །བག་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་
དོ། །སྐར་པ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འདོད་པས་ལམ་དུ་འགོ་ནའོ། །རྒྱང་གསལ་རེ་
རེར་རོ། །དེའི་བྱེད་རེ་རེ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །བསལ་བྱེད་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །དེས་ལམ་ནོར་
བ་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡང་དོ། །མི་རུ་ས་པ་ཁྲིད་པ་ཡང་དོ། །བྱེད་མེད་དང་ལྷན་
ཅིག་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གྲོང་འཛམས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་རྒྱན་པ་དག་གམ་ཤོག་གམ་
འབྲལ་བར་བྱེད་པའི་ཆོང་པ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་འགོ་བ་ལའོ། །ཐོལ་པ་དག་དང་རྒྱ་ཐབས་
སྤྲུལ་བ་ཏུ་བྱུང་བ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་འགོ་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །རྒྱན་མ་དང་ལྷན་ཅིག་
འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བ་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་ཉིད་
ལའོ། །མཐའ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱས་ནའོ། །དེས་དེ་ལ་ལོན་པ་ཉིད་མི་
དྲི་བར་མི་བྱའོ། །གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་བྱའོ། །དེས་པར་མི་ཤེས་པ་དེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་མི་
བྱའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་པ་ལ་ནི་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་འཆགས་
སོ། །གཅིག་ཤོས་ལ་ནི་ལོན་པར་འདུ་ཤེས་པ་ཉིད་ནའོ། །མི་ཤེས་པ་དང་མི་དྲན་པ་དང་ཡིད་
གཉིས་ཟ་བ་དག་ལ་ཡང་དོ། །ཤེས་ན་ནི་དེ་ཞིག་གོ། །གལ་ཏེ་དེ་སྦྱོས་པ་ན་མ་ལོན་པའི་
འོ། །མངལ་ན་གནས་པ་དང་ཤོལ་གྱི་ཆེ་བ་དག་དང་ཡང་བཅས་ཏེའོ། །མ་ལོན་པ་བསྟེན་
པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤོ་བའམ་ཤོར་བཅུག་པ་ལའོ། །སའི་འོ། །ལག་གི་
སྟེན་རྒྱ་སྐར་གྱི་སྦྱོར་བས་ཏུང་བར་བྱེད་པ་མེད་ན་ཐུར་མ་སོར་བཞི་ཙམ་འཇུགས་པ་མ་

གཏོགས་སོ། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ན་དངོས་གཞིའོ། གལ་ཏེ་མ་ཡིན་ན་ཉེས་བྱས་
སོ། ལྷ་མ་ཤོས་ནི་ལྷ་བ་གསུམ་ ལོན་པའི་འཐས་པའོ། གལ་ཏེ་ཆར་ཚུ་ཞོད་ནའོ། གཞན་གྱི་
ཆོན་དུག་གོ། ཚིག་པ་ནི་ས་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་མི་བྱའོ། འདུས་པ་དག་ལ་ནི་ཤས་ཆེ་
བས་མཚན་ཉིད་དག་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་ཉུང་དུ་གཞན་ཡོད་པའི་རྩ་
ཉིད་ལ་ནི་པལ་ཆེ་བ་ཉིད་དོ། ཚིག་པ་ཉིད་ནི་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཉམས་པ་ཉིད་ལ་ནི་
བྱེད་ཉིད་དོ། ས་ཞག་དང་དོགས་དང་ཚིག་པ་དང་དེའི་སྒྲུང་རྒྱལ་གྲགས་པ་དག་ཀྱང་
དོ། རྒྱ་ཐལ་ཚུ་དང་བྱེ་མ་ལ་སོགས་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡང་དོ། བྱ་བ་དག་ཀྱང་དོ། ལྷ་བ་
འབྱེན་པ་དང་རི་མོ་འདྲེན་པ་དང་སའི་བྱེ་མ་འདྲེས་པའི་ཕྱི་བ་འགོགས་པ་དང་། འདམ་
བསྐྱོད་པ་དང་། དེ་དང་འབྲེ ལ་བའི་ཕྱི་བ་ལ་སོགས་པ་འདེགས་པ་དང་འཇིག་པའི་བདག་
ཉིད་གྱི་ཚ་སྒོ་དག་ཀྱང་དོ། འདིར་གཞིག་པའི་སྒོ་དང་ལྡན་ན་དེའོ། དེའི་ཕྱིར་བགྲང་བ་
དང་ཤོད་དགོད་པ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། ས་རྒྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །ཏ་ཅང་བསྐྱང་བར་མི་བྱའོ། མགོན་དུ་བོས་པའི་བྱིས་དུ་གདུགས་ ཆོད་བསྐྱལ་བ་དེ་
མེད་ན་འགོར་རུང་དོ། སྤུས་ལས་ཡོལ་དུ་བྱེད་ན་བྲིམས་ཤིག་ཅེས་བསྒྲོ་བ་ཡང་དོ། ཚིག་
འབྲུ་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་གྲས་པར་མི་བྱའོ། སོ་སོར་མགོན་དུ་བོས་པ་བདག་གིར་
བྱའོ། དགོ་འདུན་དང་བཅས་ཏེ་མགོན་དུ་བོས་པ་ཡང་དོ། སྤུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་
དོ། ཚིག་རྣམ་པར་བཞག་པ་མེད་ པར་མགོན་དུ་གཉེར་བ་དང་ལྡན་པ་ལས་བྱིས་གཞན་
ནམ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འམ་དུས་ཀྱིས་མགོན་དུ་གཉེར་བ་མ་བྱས་པར་ལྷ་བ་བཞི་བ་ཡོངས་སུ་
རྒྱགས་པའི་འོག་དུ་བཤམས་པ་བོས་ནའོ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། རྣད་པ་ལ་
ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། ཉེ་དུ་ལས་ཀྱང་དོ། རྣམ་པར་འབྱམས་པ་ལས་ལྷ་མ་ནི་ཐ་དད་པ་ ཉིད་
དོ། དེ་ནི་མ་བསྟབས་པའི་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། མདུན་རོལ་དུ་ཡང་གང་གིས་མ་
བསྟབས་པའོ། མགོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་རིང་དུ་འདུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་
གཙའོ། མངོན་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལའོ། ལྷ་བ་པོ་ལའོ། བསྐྱབ་པ་ལའོ། དགོ་སྒོར་གིས་བྱེད་

གྱིས་འདི་ལ་བསྐབ་པར་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་འཇ་བསྐོ་བ་ནི་མི་སྐོ་བོ་ཞེས་རྒྱའི་དངོས་པོ་
དེས་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ་མི་ཤེས་པ་ཉིད་སྒྲིགས་པར་བྱེད་པའི་ཚིག་བརྗོད་ན་འོ། །མདོ་ཟེ་ལས་
གསུངས་པ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་འོ། །བསྐབ་པ་ལ་ཉེ་བར་འཛིག་པ་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །དགེ་སྤྱོད་དག་ཚུད་པར་གྱུར་པ་དགེ་སྤྱོད་དག་དང་གྲོས་བྱེད་པ་ན་ མཉན་པའི་ཕྱིར་
ན་གཏོད་ན་ཉེ་ཉེ་བར་ཞི་བར་འདོད་པས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །སྤྱོད་པ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་
སོ། །དོན་ལ་ནི་དངོས་གཞི་འོ། །གལ་ཏེ་འབྲུག་ལོང་བྱ་བ་ལ་གཞི་ལ་བས་སོ། །དོན་གཞན་གྱི་
དབང་ཉིད་གྱིས་སོན་ཅིང་ཤེས་པའི་འོག་ཏུ་རྒྱུ་པ་དང་སེ་གོལ་དང་ལུད་པའི་སྤྱོད་དག་གིས་
གོ་བར་མི་བྱེད་ན་ངེས་པར་ལྷུང་བ་འབྱེན་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་ནོར་བ་དང་ཞི་བར་
འདོད་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །འཐབ་གཙུགས་མི་བྱའོ། །མཉན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་བྱེད་པ་ལ་ཉེ་
བར་བསྐོར་ཏེ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མི་འབད་པར་མི་བྱའོ། །ཉན་
ན་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གསོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ ལས་ལ་འདུས་པ་དགེ་སྤྱོད་དག་
ལ་མ་སྤྱོད་པར་འགོ་ན་འོ། །སྤོས་པའི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་ན་དངོས་གཞི་འོ། །མདུན་རྩལ་ཏུ་
ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །དོན་མེད་པ་དང་མི་རིགས་པས་འགོ་བའོ། །གསོལ་བ་བྱས་པ་ཉིད་
ལ་འོ། །ཚེས་དང་ལྡན་པའི་དོན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ལས་ལ་ཡང་ངོ་། །སྤོས་པའི་ཡུལ་ལས་མི་
འདའ་བར་འདོད་པས་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །མི་སྤྱོད་པར་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འདུག་པ་
དང་འགོ་བ་དང་གནས་མལ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་ལེན་པ་དང་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐོར་བའི་
དོན་ལ་མ་གྱུས་པས་ཚེས་དང་ལྡན་པར་ཤད་གྱིས་སྤྱང་བ་མེད་པར་དེ་ལས་བསྐོར་གྱི་འགལ་
བར་བྱེད་པ་ལ་འོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་དགེ་འདུན་གྱི་ལ་ནི་དངོས་གཞི་འོ། ། མཐན་པོ་དང་སྐོབ་
དཔོན་དག་གི་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ཚེས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་བསྐོར་བ་ལས་ཀྱང་
ངོ་། །གཏམ་ཟེར་བ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ཐ་སྙད་པ་ནི་དེའི་ཁ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་
ནི་དགེ་འདུན་དང་འབྲའོ། །རྒྱལ་པོ་དང་དབང་བཙུན་པ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་
རྣམས་ཀྱི་ཚིག་རྣམ་པར་དགྲུག་པར་མི་བྱའོ། །མ་གྱུས་པའི་རྩལ་གྱིས་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྱེས་

པར་གྱུར་པ་འཕྱང་བ་ནའོ། །དེ་བསྐྱེད་ན་ནི་དེ་ཉིད་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤང་མ་དང་
ཆོགས་མ་ཟ་བ་ལ་ནི་དེའི་འདུག་པ་ཡོད་དོ། །པམས་ཀྱི་ཆང་བྱ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །ཚ་བ་དང་
སྤང་བྱ་དང་འདབ་མ་དང་མེ་ཏྲག་དང་འབྲས་བྱ་ཚྱུས་པར་འགྱུར་བ་ནམས་ཀྱང་ངོ། །ཚྱུས་
པར་འགྱུར་བའི་དྲི་དང་རོ་བོ་བའི་ཐུག་པ་ཚྱུས་པར་མི་བྱེད་པ་ནམས་ཀྱང་ངོ། །མདོག་ཅམ་
ཚྱུས་པར་འགྱུར་བ་དང་འདྲ་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །མཁུར་བར་བསལ་བ་དང་ལུས་སྤྱད་
པ་ནི་སྦྱར་བ་དང་འདྲའོ། །ནད་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །ཚྱུས་པར་འགྱུར་བ་འཕྱང་བའི་
ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །དུས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལའོ། །དགེ་སྤྱོད་འཁོད་པ་ལ་མ་སྦྱས་པ་
ལའོ། །ཁྱོད་དུ་འུགས་ནའོ། །གལ་ཏེ་བརྟན་པའི་བྱ་བ་མ་བྱུང་ནའོ། །གཞན་དུ་རྒྱ་བ་ལ་ནི་
ཉེས་བྱས་སོ། །འདི་ལ་དགེ་སྤྱོད་མེད་ན་དགེ་སྤྱོད་མ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །དེ་ཡང་མེད་ན་
དགེ་ཚུལ་ལོ། །དེ་ཡང་མེད་ན་དགེ་སྤྱོད་མའོ། །དེ་ཡང་མེད་ན་དགེ་ཚུལ་མའོ། །བརྟན་མི་ཤུད་
པ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དོ། །མཆམས་གཞན་ན་གནས་པ་དང་གནས་ནས་ལྷུང་བ་དང་གཞན་གྱི་
ཚྱུགས་དང་མཐུན་པ་དག་ཀྱང་ངོ། །རྩུ་འཕུལ་གྱིས་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །དུས་མ་ཡིན་པར་
འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དུས་མ་ཡིན་པར་བྱིས་བཞི་བ་ལ་སོགས་པར་འགོ་བ་ལའོ། ། དེའི་
ཆོག་གིས་དགེ་འདུན་སྦྱུན་དངས་པ་ནི་སྦྱུན་བདག་ལ་ཁོ་བོ་མ་འོངས་པའི་དབང་གིས་བྲིམ་
པ་ཡོལ་བར་མ་བྱ་ཞིག་ཅེས་མ་བསྒོ་བར་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པར་རྒྱ་བ་ལ་ཡང་ངོ། །ཁྱོད་རྒྱ་
བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཤེས་གཙོའོ། །ནམ་མ་ནངས་པ་ཉིད་ལའོ། །འདིར་ནི་སྦྱ་རེངས་ཐ་མ་མ་
ཤར་བ་ཉིད་དེ་ཡིན་ནོ། །བཙུན་མའི་འཁོར་འདུག་པའི་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་
ལའོ། །དེའི་ཆོ་སྐབས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ངོ། །མཆན་མ་རེ་རེ་ལའོ། །དེའི་སྒོ་གཏན་པའི་ཉེ་
འཁོར་གྱི་མཐའ་གཉིས་ནི་དེའི་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དང་གོང་ཁྱེར་དག་ཀྱང་
དེ་དང་འདྲའོ། །རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་གི་གནས་ལ་ཡང་ངོ། །གོང་ཁྱེར་དང་པོ་ཉེས་བྱས་
སོ། །གལ་ཏེ་དེའི་དོན་ཉིད་ཡིན་ནའོ། །འདི་ལ་གཅིག་ཤོས་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་དེ་ཡང་
ངོ། །གལ་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དང་བཙུན་མོ་དང་གཞོན་ནུ་དང་ཞང་སྒོན་དང་བར་ཆད་དང་གདུལ་

བའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་པ་ལའོ། །མ་བརྒྱུགས་པར་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་འཇུག་པར་མི་
བྱའོ། །རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་རྩལ་མ་ འཇུག་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །སྐྱོ་སྐྱོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་
པ་འདོན་པའི་ཆོ་དེ་ལ་ལན་གཉིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་ཞིང་ཡིད་སྤོངས་པ་མ་ཡིན་པས་འདི་ལ་
ཆོས་འདི་ཡོད་པར་བདག་གིས་ད་གཟོད་ཤེས་སོ་བའི་བ་དེ་ལའོ། །མཚན་གཞན་གྱི་འདོན་
པའི་ཆོ་བྱན་མོང་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །མདོ་སྤེལ་དང་ལྷན་པ་སྤྲོ་བ་ན་ཡང་ངོ་། །བྱན་མོང་མ་
ཡིན་པ་ནི་ལྷང་བ་མེད་དོ། །སྐྱོ་སྐྱོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་པ་འདོན་པའི་ཆོ་མ་གྲུས་པར་ཉན་
པ་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་འགྱོད་དུ་གཞུག་གོ། །བསྐྱབ་པའི་གཞིའི་དངོས་པོ་ལ་བྱུང་དུ་གསོད་པའི་
ལྷང་བྱེད་དོ། །བ་སོ་དང་རྩས་པ་དང་རུའི་ཁབ་རལ་བྱེད་དམ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ལའོ། །བྱས་
ཟིན་པ་རྟེན་པ་དང་བྱས་ཟིན་པ་ལ་སྦྱོད་པ་དག་ལ་ནི་ལྷང་བ་མེད་དོ། །བཅག་པ་ཉིད་མ་
དྲིས་པར་འཆགས་པ་སྒྲང་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་མ་བཅག་ན་མ་བཤགས་པ་ཉིད་ཡིན་
མོ། །འོག་མ་ལྷ་པོ་དག་ལ་ཡང་དེ་དག་དང་བཅད་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་མོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་
བསྐྱས་པ་དང་ངོ་། །ཁབ་རལ་འཆོས་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །རྐང་པ་དམའ་བ་དང་ལྷན་ པའི་ཁྲི་
ལ་ཉལ་བར་མི་བྱའོ། །མལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རྐང་པ་བརྟུ་བར་མི་
བྱའོ། །ལྷམ་ཡོད་པས་སོ། །གཞན་གྱིས་ནི་མགོའི་ལོགས་དང་རྐང་པའི་ལོགས་མ་གཏོགས་
པར་རོ། །མལ་སྟན་མཐོན་པོ་དང་མལ་སྟན་ཆེན་པོ་ལ་འདུག་པའམ་ཉལ་བར་མི་བྱའོ། །ཁྲི་
གཞན་དུ་གཞན་མེད་ན་སྤྲོ་མ་ཤོས་བྱའོ། །རྐང་རྟེན་དང་བཅས་པ་ལ་མལ་བཅའ་བར་
བྱའོ། །ཁྲི་བཅེགས་པའི་སྤྲོད་དུ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །ཆད་ལས་སྟག་པར་བྱེད་དམ་བྱེད་དུ་
འཇུག་པ་ལའོ། །གཉིས་པའི་འོག་མ་གསུམ་པོ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །ཁྲི་ལས་ཁྲིའུ་དག་གིའོ། །དགོ་
འདུན་གྱིའོ། །འོག་མ་ལ་ཡང་ངོ་། །རྐང་པ་དག་གིའོ། །དེ་དག་གི་ཆད་ནི་བྱ་གར་གཞུ ག་པའི་
ཕྱོགས་མ་གཏོགས་པར་བྱ་གང་ངོ་། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སུམ་ཆས་སོ། །འོག་མ་དག་ལ་
ཡང་ངོ་། །ཁྲི་རྐང་འཆོས་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །ཤིང་བལ་གྱིས་གོས་པར་བྱས་པ་ལའོ། །རང་
ངམ་བསྐྱོས་པས་སོ། །ཤིང་བལ་ནི་ལྷ་སྟེ ཤ་མ་ལའི་དང་། ཞུམ་འི་དང་། ཀ་ཤིའི་དང་། ལྷ་་་

བའི་དང་། མེར་ཀའི་འོ། ཤིང་ བལ་གྱིས་གོས་པར་བྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཤིང་
བའི་འོ། །འདིའི་ཚད་ནི་མིང་དུ་བྱ་གསུམ་མོ། །མི་ཚོགས་ན་བྱ་བྱེད་དང་དོ་མན་ཆད་བསྐྱེད་
དོ། །འདིའི་ཁེང་དུ་ནི་བྱ་དོ་དང་སོར་དུག་གོ། །དེ་ཆུང་དུ་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་ན་ཉེས་བྱས་
སོ། །འོག་མ་གཉིས་ལ་ཡང་དོ། །གཤིང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་ བྱེད་དོ། །གཤམ་པ་དག་བ་
པའི་འོ། །བྱ་དུག་དང་གསུམ་མོ། །གཤམ་པ་དག་བ་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དབྱར་
གྱི་རས་ཆེན་གྱི་འོ། །དགྱ་དང་གསུམ་དང་སོར་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ལས་གྱུར་
པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྟོན་པ་རང་གི་བྱ་ལྷ་དང་གསུམ་པའི་ཚས་གོས་སོ། །དེའི་ལུས་ཅམ་མེད་
པར་དེའི་ཚད་དམ་ལྷག་པའི་ཚས་གོས་བྱེད་དམ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ལའོ། །དེ་བཅང་བར་མི་
བྱའོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཚས་གོས་གྱི་ཚད་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ལྷུང་བྱེད་
འབའ་ཞིག་དུ་གྱུར་པ་ན་མས་རྫོགས་སོ། །ཤེས་གཙོའོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་
ལའོ། །རང་གིས་མི་འབྲེམས་པར་བ སྐབས་པའི་བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་བདག་ཉིད་གྲོང་ན་
འདུག་པས་སྤངས་ཏེ་ཐོས་ནའོ། །དབྱར་ཁང་ནི་གྲོང་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་གནས་
ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །འཛོག་པར་བྱེད་པའི་དགེ་སྤྱོད་མ་ཉེ་བར་མི་
གནས་ན་བཞག་པ་ལེན་པ་ནི་དེ་ལས་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་ལས་ཟས་ལེན་པའི་སོ་ སོར་
བཤགས་པར་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའོ། །དེའམ་དགེ་སྤྱོད་གཞན་ལ་འདི་བཅའ་བའམ་བདུང་
བའམ་སྒན་ཚོད་དམ་བཟའ་བའམ་ཡང་བྱིན་ཅིག་ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོ་བཤམ་བྱེད་
པ་ལ་ཞུགས་པའི་དགེ་སྤྱོད་མ་འདུག་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ཚོགས་གོས་སམ་
དེའི་ཉེ་དུས་མགོན་དུ་བོས་པ་མ་ཡིན་ནའོ། །བྱུག་ རིས་སྟོན་པ་དང་མ་བྱིན་པ་ལ་སྦྱིན་དུ་
འཇུག་པ་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་ལ་དགེ་སྤྱོད་གང་ཡང་རུང་བ་ལྷན་ཅིག་མི་ཟ་བས་ཀྱང་རུང་
བས་སྤིང་མོ་ཁྱོད་དགེ་སྤྱོད་ན་མས་ཟན་ཐོས་གྱི་བར་དུ་རེ་ཞིག་སྤྱོད་ཅིག་ཅས་མ་བསྐྱོ་བར་
དགེ་སྤྱོད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་མགོན་དུ་བོས་པས་ཐོས་ནའོ། །བྱིས་དུའོ། །གལ་ཏེ་ཚོགས་དེ་ཉེ
བར་གཤགས་སུ་རུང་ན་དངོས་གཞིའོ། །གལ་ཏེ་མི་རུང་ན་ཉེས་བྱས་གྱི་འོ། །འདི་ལ་བསྐྱོ་བ་

ཉིད་དུ་ནམ་པར་གནས་པ་ནི་ཤེས་གཙོའོ། །དེའི་ཕྱིར་དྲི་བ་ལ་བཙུན་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་
གན་པ་མི་འཇུག་ན་གསར་བྱས་འཇུག་པར་བྱའོ། །གྲལ་རིམས་སྲུ་མ་ཐེབས་པར་འབྲིམ་དུ་
འཇུག་པ་མ་བསྐྱོག་པར་བཟ་བའི་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །དང་པ་ཅན་ལ་
གལ་ཏེ་བྱིན་ན་དེ་ཕོངས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་ན་བྱིམ་གྱི་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིམ་པ་སྐྱིན་པར་
བྱའོ། །གསོལ་བས་སོ། །བག་ཡངས་སྲུ་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། །བྱིན་པ་དེའི་སེམས་རྟོགས་ནས་བྱིམ་དུ་
འགོ་བ་དང་སྟན་ལ་འདུག་པ་དང་ཆོས་བསྟན་པ་དག་བྱའོ། །སྤྱང་བཟེད་སྟོང་པས་འཇུག་
པར་མི་བྱའོ། །དེའི་བྱིས་པ་སྟོང་བ་དག་ལ་བསོད་སྟོམས་ལས་སྦྱུམ་ཁུར་སྐྱིན་པར་བྱ་ཞིང་
རིལ་གྱིས་ནི་མི་སྐྱིན་ནོ། །འདོད་ན་བག་ཡངས་སྲུ་བྱའོ། །དེ་བྱིན་པའི་མདུན་རྩལ་དུ་མགོན་
དུ་མ་བོས་པས་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིམ་པ་བྱིན་པའི་བྱིམ་ནས་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་དག་སྤངས་
ཤིང་ཐོས་པ་ལ་སྟེ། ག་གོན་དང་ལ་ཕྱག་ད ང་ལྷམ་ལྷམ་མོད་པ་དག་ནི་མ་གཏོགས་
སོ། །བསྐྱབ་པ་དུལ་ཏེ་བྱིམ་དུ་འཇུག་པའི་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་སྟེ་གསུམ་
པའོ། །ནགས་ཉལ་བའི་དགེ་སྟོང་བསྐྱོབ་པར་བྱའོ། །དེས་དཔག་ཚད་བྱེད་ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་
བརྟག་པར་བྱའོ། །འཇིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དུད་བརྟུལ་བར་བྱའོ། །བ་
དན་སྒྲིན་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །འདབ་མའི་ཆང་བྱ་དག་ལས་ཁར་བཞག་པར་བྱའོ། །གཞན་
དུ་ན་དཀར་པོ་དག་གོ། །འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ལ་བྱེད་སྲུས་དང་གྲོགས་དག་ཀྱང་སྐྱིན་
པར་བྱའོ། །ཤེས་གཙོའོ། །ནགས་མ་ཉལ་བ་ཉིད་དག་ལའོ། །ཀྱན་དགའ་ར་བའི་བྱི་རྩལ་གྱི་
དགོན་པར་བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་སྤངས་ཏེ་ཐོས་ནའོ། །བསྐྱུང་བ་བསྐྱབས་ ན་བྱེད་
ངོ། །འཇིགས་པ་དང་བཅས་པའི་གནས་ནས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་དུ་ཡང་ངོ་། །ནགས་མ་
བརྟགས་པ་ལས་གྱུར་པའི་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་སྟེ་བཞི་པའོ། །སོ་སོར་བཤགས་པར་
བྱ་བ་ནམས་རྫོགས་སོ། །ཤམ་ཐབས་ཅི་ནས་ཀྱང་སྦྱུམ་པོར་འདུག་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་
བགོ་བར་བྱའོ། །ཏ་ཅང་རྩེངས་པ་མ་ཡིན་པར་རོ། ཏ་ཅང་འཛོལ་བ་མ་ཡིན་པར་རོ། །ཟླ་
སྤང་པོ་ཆེའི་སྣ་ལྟར་ནར་བ་མ་ཡིན་པར་རོ། །གོང་དུ་མ་སྟེབས་པར་རོ། །ཕྱར་མ་ལྟར་འདུག་

པ་མ་ཡིན་པར་རོ། སྤྱལ་མགོའི་གདེངས་ཀ་ལྟར་ཕྱིར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་རོ། ཆོས་གོས་
ཅི་ནས་ཀྱང་དང་པོ་གསུམ་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་བགོ་བར་བྱའོ། ཤིན་ཏུ་བསྐྱམས་ཤིང་
བྱིས་གཞན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། ལེགས་པར་བགོས་ཤིང་ངོ། སྐྱ་བསྐྱུང་ཞིང་ངོ། མིག་གཡེང་
བར་མི་བྱ་ཞིང་ངོ། གཉའ་ཤིང་གང་ཙམ་དུ་བཟླ་ཞིང་ངོ། མགོ་མི་གཡོགས་པའི་རྣམ་པས་
སོ། མི་བརྗེ་བར་རོ། མི་གཟར་བར་རོ། གཉའ་གོང་དུ་མི་བསྐྱེལ་བར་རོ། ལྷག་པར་མི་
བསྐྱེལ་བར་རོ། མི་མཆོང་བར་རོ། མི་བརྒྱུང་བར་རོ། ཅོག་ཕུས་མ་ཡིན་པར་རོ། བྲང་བས་
མ་ཡིན་པར་རོ། དཀྱར་མི་བརྟེན་པར་རོ། ལུས་མི་བསྐྱུར་བར་རོ། ལག་པ་མི་ཀྲོག་པར་
རོ། མགོ་མི་བསྐྱུར་བར་རོ། སྤྲག་པ་མི་སྤྲད་པར་རོ། ལག་པ་མི་སྤྲེལ་བར་རོ། དེར་མ་བསྐྱོ་
བར་ལྟན་ལ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། ལྟན་ལ་མ་བརྟགས་པར་མི་བྱའོ། ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིང་
ཀྱིས་མི་དབབ་པར་རོ། ལུས་རྒྱང་པ་མི་བསྐྱེལ་བར་རོ། བཟུ་མི་བསྐྱེལ་བར་རོ། ལོང་བྱའི་
ཉིང་དུ་ལོང་བྱ་མི་བཞག་པར་རོ། རྒྱང་པ་མི་དགྲག་པར་རོ། རྒྱང་པ་མི་གདང་བར་
རོ། མདོམས་མི་སྤང་བར་རོ། ལག་པ་ལ་འགམ་པ་བརྟེན་ཏེ་མི་བྱའོ། ལྟན་ཐབས་བཀྱར་
བར་མི་བྱའོ། ཐམས་ཅད་དུ་ལེགས་པར་ཟས་སྤང་བར་བྱའོ། ཟུ་དང་ཁ་ད་ཆད་དུ་མ་ཡིན་
པར་རོ། ཆོད་མ་དང་མཉམ་པ་མ་ཡིན་པར་རོ། མཐར་ཆགས་སུའོ། ལྷུང་བཟེད་ལ་བཟླ་
ཞིང་ངོ། བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་མ་འོངས་པར་ལྷུང་བཟེད་མི་བཟེད་པར་རོ། ཡང་འདོད་
པའི་ཕྱིར་འབྲས་ཆན་གྱིས་ཆོད་མ་མི་དགའ་ཆོད་མས་འབྲས་ཆན་མི་དགའ་པར་རོ། ལྷེ་ང་
དུ་གཟུང་བར་མི་བྱའོ། ལེགས་པར་ཟས་བཟའ་བར་བྱའོ། ལམ་ཏ་ཅང་རྒྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་
རོ། ལམ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པར་རོ། ལམ་རན་པར་རོ། ལམ་མ་གཟས་པར་ལ་མི་
གདང་ངོ། ལམ་ལམ་གྱིས་བཀང་སྟེ་མི་སྤྲོ་བར་བྱའོ། ལུག་ལུག་མི་བྱའོ། ཅག་ཅག་མི་བྱའོ། ཏུ་
ཏུ་མི་བྱའོ། སྤྲ་སྤྲ་མི་བྱའོ། ལྷེ་སྤྱང་སྟེ་ཟས་མི་བཟའོ། འབྲུ་ནས་ཐ་དད་དུ་མི་བྱའོ། འབྲས་མི་
གདགས་སོ། མཁུར་བ་མི་སྤྲོའོ། རྒྱན་མི་གཏོག་གོ། ལམ་འཕྱོར་མི་གཅད་དོ། ལག་པ་མི་ལྷག་
གོ། ལྷུང་བཟེད་མི་བྱོག་གོ། ལག་པ་མི་སྤྲུག་གོ། ལྷུང་བཟེད་མི་བསྐྱམ་སོ། མཆོད་རྟེན་འདྲ་

བར་བྱས་ཏེ་མི་གཞིམ་མོ། སྤྱང་ན་འདུག་པའི་དགེ་སྤྱོད་ ང་གི་ལྷུང་བཟེད་ལ་འཕྱས་གདགས་
པའི་ཕྱིར་མི་བཟློའོ། ལག་པ་ཟས་དང་འབགས་པས་ཕྱི་སྤྱང་ལ་མི་བཟུང་ངོ། སྤྱང་ན་འདུག་
པའི་དགེ་སྤྱོད་ལ་ཟས་དང་འབགས་པའི་ཆུས་མི་གཏོར་རོ། བྱིས་པ་འདུག་པ་ལ་མ་དྲིས་
པར་དེ་བྱིས་དུ་མི་དཔོའོ། ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ནང་དུ་ཟས་ཀྱི་ལྷག་མ་སྤྱགས་ཏེ་མི་དཔོ་བར་
རོ། ལྷུང་བཟེད་ལན་གསུམ་བཀུས་ཏེ་གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གི་བསྐྱས་
བཅོད་བྱས་པའི་ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ཆུ་ཕྱིན་པར་བྱའོ། འོག་གཞི་མེད་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་
བཟེད་མི་བཞག་པར་རོ། གད་ཀ་མ་ཡིན་པར་རོ། གཡང་ས་མ་ཡིན་པར་རོ། དཀར་གཟར་
པོ་མ་ཡིན་པར་རོ། འགྲང་སྟེ་ལྷུང་བཟེད་མི་བཀུ་བར་རོ། ཇེ་དེ་གསུམ་དུ་མི་བྱ་བར་
རོ། དེས་འབབ་ཆུ་དག་པའི་ཆུན་ལས་བསྐྱོག་སྟེ་ཆུ་མི་བཅུ་བར་རོ། ལམ་གྱི་གཞི་མདོར་མི་
བྱའོ། བཤང་གཅི་ཡན་ཆད་ནི་མི་ན་པ་ལའོ། དེ་དག་ལ་ནི་མི་ན་བར་རོ། འདུག་པ་ལ་
འགྲང་སྟེ་ཆོས་མི་བཤད་པར་རོ། ཉལ་བ་ལ་འདུག་སྟེ་མི་བཤད་པར་རོ། ལྷན་མཐོན་པོ་ལ་
འདུག་པ་ལ་ལྷན་དམའ་བ་ལ་འདུག་སྟེ་ཆོས་མི་བཤད་པར་རོ། ངན་པ་དང་བཟང་པོ་ཡང་
དེ་བཞིན་ནོ། མདུན་དུ་འགོ་བ་ལ་ཕྱི་ནས་འགོ་ཁྲིང་མི་བཤད་པར་རོ། ལམ་ནས་འགོ་བ་ལ་
ལམ་གྱི་འགྲམ་ནས་འགོ་ཁྲིང་མི་བཤད་པར་རོ། མགོ་གཡོགས་པ་དང་། བརྐྱས་པ་དང་།
གཟར་བ་དང་། གཉའ་གོང་དུ་བསྐྱོལ་བ་དང་། ལྷག་པར་བསྐྱོལ་བ་ལ་མི་བཤད་པར་
རོ། མགོ་དོ་ཀར་ཅན་དང་། ལྷ་གྱོན་པ་དང་། ཅོད་པན་ཅན་དང་། སྤང་བ་ཅན་དང་།
དགྱིས་པ་ལ་མི་བཤད་པར་རོ། སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་ཞོན་པ་དང་། བྱོགས་དང་བཞོན་པའི་
སྤང་ན་འདུག་པ་དང་མཆིལ་ལྷམ་གྱོན་པ་ལ་མི་བཤད་པར་རོ། ལག་ན་འཁར་བ་ཐོགས་པ་
དང་། གདུགས་དང་། མཚོན་ཆ་དང་། རལ་གྱི་དང་དག་ཆ་ཐོགས་པ་དང་། གོ་ཆ་གྱོན་པ་ལ་
ནི་མི་བཤད་པར་རོ། འགྲང་སྟེ་གཤང་གཅི་མི་བྱ་བར་རོ། ཆུའི་ནང་དུ་མི་བྱ་བར་རོ། མི་
དོར་བར་རོ། མཆིལ་མ་དང་སྐབས་དང་སྤྱགས་པ་དང་སྤྱགས་པ་ཡང་ངོ། ལྷ་སྟོན་པོ་ཡོད་
པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་ཡང་མི་བྱ་མི་དོར་བར་རོ། གཞོད་པ་བྱང་བ་མ་གཏོགས་པར་ཤིང་ ལ་མི་

གང་ཅམ་ལས་མཐོ་བར་མི་འཛིག་པར་རོ། །བསྐྱབ་པ་རྣམས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་རྣམ་པར་
འབྱེད་པ་རྫོགས་སོ། །ལྷུང་བ་ལ་སྦྱར་བའི་ཆོག་ཡན་ཆད་དགེ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ཀྱི་འོ། །བཞི་པ་
དག་གོ། །བདག་གིར་བྱེད་པ་ལ་འོ། །མིག་ནས་ཕུས་མའི་བར་གྱིས་སོ། །རིག་
པའི་འོ། །པོ་འོ། །འབྲིག་པའི་འདྲོད་ཆགས་གྱིས་སོ། །ཡན་ལག་གཞན་གྱིས་ནི་སྦྱོར་
པོ་འོ། །སེམས་གཞན་གྱིས་ནི་ན་སྦྱང་དོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ཆོ་དེ་ལ་སྦྱོས་པའི་དེ་དེས་ཤེས་པ་
ན་འོ། །གལ་ཏེ་མེད་ན་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་དོ། །བདག་གིར་མི་བྱེད་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །བྱ་
ལ་རིག་པ་ལ་སྦྱོར་ཆགས་པ་མེད་དོ། །གཞན་ཡིན་ན་བྱིས་པ་ལ་ཡང་རིག་པར་མི་
བྱའོ། །འདྲོད་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་བསྟེན་པ་དང་ཆོག་ལ་དེ་དང་ལྡན་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་ཤེས་
པར་བྱ་བའི་མཐུ་ཡོད་པ་ཉིད་གྱིས་སོ་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རིག་
པའི་ཤམ་པར་འགྱུར་བའོ། །ལྷས་བཀའ་པ་ལ་འོ། །ཆགས་པར་གྱུར་པས་བརྟེན་པའི་བྱིར་ཉེ་
བར་གནས་པའི་སྦྱོས་པ་ཆགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་སྤྱ ད་དུ་བྱང་བ་ཉིད་ལ་འོ། །ཆགས་པར་
གྱུར་པས་ཆགས་པར་གྱུར་པ་དང་ལྡན་ཅིག་གཞོགས་སྟེགས་བྱེད་ན་སྦྱོར་པོ་འོ། །འཕྱར་
གཡེང་དོ། །རྩལ་རྩལ་ལོ། །དེ་ལས་དུས་མལ་མཐོས་ན་ཡང་དོ། །བརྒྱའོ། །མཚན་མའོ། །དེའི་
འོང་བ་དང་འགོ་བའི་འཕྱག་པ་བདག་གིར་བྱེད་ན་འོ། །ལྷས་བཀའ་པའི་ཤམ་པར་འགྱུར་
བའོ། །དགེ་སྤྱོད་ ང་མའི་ཤམ་པར་འགྱུར་བ་འཆབ་པ་ལ་འོ། །འཆབ་པའི་ཤམ་པར་འགྱུར་
བའོ། །དགེ་སྤྱོད་གནས་ནས་ཕྱང་བ་བཟོད་པར་གསོལ་བར་ངེས་པ་ཕྱག་བྱ་བའི་འོས་མ་ཡིན་
པའི་སྦྱོར་པ་བྱིན་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་དེ་ལས་བསྒྲག་པ་ཉིད་མི་གཏོང་ན་འོ། །དབྱེན་པ་ལ་
རྩལ་བ་ཉིད་དང་འདྲའོ། །བསྒྲག་པའི་ཤམ་པར་འགྱུར་བའོ། །དགེ་སྤྱོད་མའི་ཤམ་པར་འགྱུར་
བ་རྣམས་རྫོགས་སོ། །སྦྱོར་བྱེད་པའོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་ལ་བྱིས་པ་མོ་ཉིད་གྱིས་བཟྱགས་པ་
བཟོད་ན་སྦྱོར་པོ་འོ། །གཞན་སྦྱང་འཆོང་མ་ཉིད་དུ་བྱེད་དུ་འཕྱག་ན་ཡང་དོ། །བྲན་མོ་བོང་
ཉིད་དུ་གཏོང་བ་ནི་དེ་ལས་བྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་བྱེད་པའི་དགེ་འདུན་
ལྷག་མའོ། །གཞི་མེད་པའོ། །བག་ཅམ་སོ། །པོ་ཉིད་ལ་ནི་མོ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ནི་པོ་ཉིད་

དོ། གཞི་མེད་པ་དང་བག་ཙམ་གྱི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་གཉིས་སོ། །ཅི་ཡང་རུང་བ་ལ་བདག་
གིར་བྱེད་པ་ལའོ། །དགོ་སྤྱོད་མ་ཆགས་པར་གྱུར་པས་སོ། གླེས་པ་ཆགས་པར་གྱུར་པ་ལས་
སོ། ཆགས་པར་མ་གྱུར་པས་ནི་སྤྱོད་པོའོ། ཆགས་པར་མ་གྱུར་པ་ལས་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། ཅི་
ཡང་རུང་བ་ལེན་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །ཆགས་པར་མ་གྱུར་པའི་གླེས་པ་ལས་ཆགས་
པར་གྱུར་པ་ལས་ཅི་ཡང་རུང་བ་བདག་གིར་བྱེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་དགོ་སྤྱོད་མ་ལ་
གོ་བར་བྱེད་པ་ལའོ། ཅི་ཡང་རུང་བ་ལེན་དུ་འཇུག་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །འོག་མ་
བཞི་པོ་དག་ལ་ནི་དགོ་སྤྱོད་མ་མེད་པར་རོ། དགོ་སྤྱོད་མ་ལ་ནི་སྤྱོད་ཆ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་
ཡིན་ནོ། དགོ་ཚུལ་མ་ནི་སྤྱོད་ཆ་འོ། མི་འདོད་བཞིན་དུ་བྲལ་བ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། བར་
ཆད་བྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ། དུས་དང་འབྲེལ་བ་ལ་མཐའ་ཉིད་ཀྱི་མདུན་རྩལ་
ལ་ནི་སྦྱར་བ་ཉིད་དོ། ཉི་མ་རྒྱབ་པའི་མ་ཐའ་ནི་ཉིན་མའི་མཐའ་ཡིན་ནོ། མཚན་མོ་དབྱར་
ཁང་ལས་སྤྱོད་རྩལ་དུ་གྱུར་ནའོ། མཚན་མོ་འབྲལ་བའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །ཉིན་
མའོ། གཅིག་ཕུ་ཉེ་དུའི་བྱིས་དུ་ཟན་གྱི་བྱིར་ལོ་ཉེས་བྱུང་བའི་ཆོ་ཉེ་དུ་ནམས་དང་ལྷན་ཅིག་
འབྲེལ་བའི་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་གནང་བ་ཐོབ་པས་འགོ་བར་བྱའོ། དེ་བྱིན་པར་བྱའོ། ཉིན་མོ་
འབྲལ་བའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ལའོ། ལམ་དུ་འཇུག་པའི་དགོ་འདུན་
ལྷག་མའོ། །ཆུ་ཁུང་གི་པ་རྩལ་དུ་བཀྲལ་བ་ལའོ། ལག་རྒྱལ་དག་གིས་པ་རྩལ་དུ་བྱིན་
ནའོ། མདུན་རྩལ་དུ་ནི་སྤྱོད་པོའོ། ཡུལ་ཤན་གྱི་པ་རྩལ་དུ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། ཆུ་ཁུང་བཀྲལ་
བའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །རབ་དུ་འབྱེན་པ་ལའོ། ཆོགས་པའི་ཡིད་མཐུན་པས་བདག་
པོས་ཡོངས་སུ་བཏང་བ་རྒྱལ་པོས་རྗེས་སུ་གནང་བའོ། བསད་པའི་བྱིར་རོ། མཁན་མོ་ཉིད་
ཀྱིས་སོ། དེ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། རབ་དུ་འབྱེན་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །ཤི་བའི་རྩོད་
ལེན་པ་ལའོ། དགོ་འདུན་གྱི་ལ་ནི་རྒྱང་བ་མེད་དོ། གཤམ་ཏེ་ཆོགས་རྒྱང་རྒྱས་ནའོ། ཤི་བའི་
རྩོད་རྗེས་ལེན་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །མཚམས་ཀྱི་བྱི་རྩལ་དུ་བཟོད་པ་གསོལ་དུ་
འཇུག་པ་ལའོ། བཟོད་པ་གསོལ་དུ་འཇུག་པའི་དགོ་འདུན་ལྷག་མའོ། །དཀོན་མཆོག་

གཏོང་ངོ། །འདི་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་དགོ་སྤྱོད་གཞན་དག་ཀྱང་ཡོད་ཀྱིས་དེ་དག་ལ་
ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་ཉིད་སྤྱོད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་དེ་ལ་ཞུགས་པ་མི་གཏོང་བ་ལའོ། །དགོ་
འདུན་གྱི་དབྱེན་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་རོ། །འོག་མ་དག་ལ་ཡང་ངོ། །སྤོང་བའི་དགོ་འདུན་ལྟག་
མའོ། །དགོ་སྤོང་མ་རྣམས་ལ་འདུན་པ་ལ་སོགས་པས་འགོ་བ་ཉིད་དུ་རྗེས་སུ་སྦྱར་བ་
ལའོ། །དགོ་སྤོང་མ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་འཐབ་གྲོལ་ དང་མཚང་འབྱ་བ་དང་ཚྱོད་པ་དང་
འགྱུད་པ་དང་བསྐྱོག་པ་ལའོ། །འཐབ་གྲོལ་བྱེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྟག་མའོ། །ཁྲི་ཞིང་གནས་
པ་ལའོ། །དགོ་སྤོང་མ་དང་ངོ། །གཞོགས་སྟེགས་དང་། འཕྱར་གཡེང་དང་། རྩལ་ལྷལ་གྱི་རྒྱར་
རྒྱར་པ་དག་གིས་སོ། །བྱང་མེད་དང་བསྟེན་པའི་དགོ་འདུན་ལྟག་མའོ། །ཁྲི་པ་དེ་ཡང་དག་
པར་འཛིན་དུ་བརྟག་པ་ལའོ། །བྱང་མེད་དང་བསྟེན་དུ་འཇུག་པའི་དགོ་འདུན་ལྟག་
མའོ། །དགོ་འདུན་འབྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ནི་དགོ་སྤོང་གི་སྐབས་ལས་སོ། །དགོ་སྤོང་
མའི་དགོ་འདུན་ལྟག་མ་རྣམས་རྫོགས་སོ། །བརྟུ་པའོ། །གསེར་དདུལ་ལ་རེག་པ་དང་།
མངོན་མཚན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་དང་། ཉེ་ཚང་བྱེད་པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་ཚལ་བ་དང་། འཐག་
དུ་འཇུག་པ་དང་། འཐག་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། འཕྱོག་པ་དང་། བསྐྱོས་པ་ལས་བསྐྱར་བ་དང་།
སོག་འཛིག་ལས་རྒྱར་པའོ། །འབྱུ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དགོ་སྤོང་གིའོ། །དེ་ལས་ལེན་ནའོ། །དགོ་
སྤོང་མ་ལ་བྱིན་པའོ། །ལྷ་རྟེན་བཅང་བར་མི་བྱའོ། །འཆང་བའི་སྤང་བ་ལ་སོགས་པ་བརྟུ་
དགུ་པའོ། །ལྷུང་བཟེད་ལྟག་མ་ཞག་གཅིག་ལས་འདས་པར་འཆང་བ་ལའོ། །ལྷུང་བཟེད་
འཆང་བའི་སྤང་བའོ། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་བྱང་བ་ཉི་མ་དང་པོ་ལའམ་ལྷ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་
བྱིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པ་ལའོ། །བྱིན་གྱིས་མི་སྐྱབ་པའི་སྤང་བའོ། །དབྱེད་ལྷ་ར་བ་ཉི་ཉིན་
མའི་མདུན་རོལ་དུ་སྤྱོད་བརྟུང་འབྱིན་པ་ལའོ། །དགོ་སྤོང་མ་ཚོས་རྒྱན་གྱིས་བཙམ་པའི་དོན་
ཉིད་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །སྤྱོད་བརྟུང་འབྱིན་པའི་སྤང་བའོ། །མི་འབྱིན་པ་ལའོ། །སྤྱོད་བརྟུང་
མི་འབྱིན་པའི་སྤང་བའོ། །དབྱེག་དང་གསེར་སྤོང་བ་ལའོ། །རིན་པོ་ཆེ་སྤོང་བའི་སྤང་
བའོ། །གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་རྟེན་པའི་གོས་ཟས་སུ་བྱས་ཏེ་བཟུང་བའི་ བྱིར་འཛིག་པ་

ལའོ། གོས་ཟ་བ་ལས་གྱུར་པའི་སྤང་བའོ། །གོས་དང་མལ་ཆ་དང་དབྱར་ཁང་གི་ཆེད་དུ་
ཡང་ངོ་། གང་ཡང་རུང་བའོ། གོས་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཟ་བ་ལས་གྱུར་པའི་སྤང་བའོ། །དགེ་
སྤང་མའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོའི་ཕྱིར་སྦྱར་དུ་བརྟག་ནས་རང་ལ་ཡོངས་སུ་བསྒྱུར་བ་ལའོ། སྐྱེ་བོ་
མང་པོ་ལ་བསྐྱོས་པའི་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པའི་སྤང་བའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ཕྱིར་ཡང་ངོ་། དགེ་
འདུན་ལ་བསྐྱོས་པ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པའི་སྤང་བའོ། །ཆོག་ཉན་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་རྒྱས་
བཅིངས་པ་འགོལ་དུ་འཇུག་པ་ལའོ། བཅིངས་པ་འགོལ་དུ་འཇུག་པའི་སྤང་བའོ། །སྤང་
བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཀུན་པ་ཏེ་ཤུ་ལ་སོགས་པ་རི་བའི་གོས་བདག་གིར་བྱེད་པ་
ལའོ། གོས་ལྷེ་བ་བརྟེན་པའི་སྤང་བའོ། །སྤང་ལྷེ་པའི་མཐར་ཐུག་པ་ལའོ། གོས་ཡང་བ་
བརྟེན་པའི་སྤང་བའོ། སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་ན་མས་རྫོགས་སོ། །བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་སོ། མ་
བསྐྱོས་པ་ལ་སོགས་པ་བརྟེན་དང་། སྦྱོད་པ་དང་། ཡང་ཡང་ཟ་བ་དང་། ཟས་བསོད་པ་སྦྱོང་བ་
དང་། འདུག་པ་དང་། འགྲོང་བ་དང་། ཕྱིར་མ་སྤངས་པ་སྦྱོད་པ་དང་། མ་ལོན་པ་དང་།
དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ལས་གྱུར་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། དགེ་སྤང་གིས་རབ་དུ་བྱུང་བ་མའི་ཕྱིར་
ཟང་ཟང་ཉེ་བར་བསྐྱབ་དུ་རུང་སྟེ་ཆུང་མར་གྱུར་པ་ཉིད་ལ་ཡང་ངོ་། དེས་སྤང་དུ་ཡང་
ངོ་། བྱ་ཆུང་དུ་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བ་ནི་མ་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། གནང་བ་ཐོབ་པ་
ལའོ། དེ་སྦྱིན་པར་བྱའོ། རབ་དུ་འབྱིན་པ་དང་བརྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ལའོ། ལོ་
བརྟེན་གཉིས་མ་ལོན་པ་ཉིད་ལའོ། བདག་ཉིད་བརྟེན་པར་རྫོགས་པས་སོ། མ་ལོན་པས་ཉེ་
བར་འཇོག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འཁོར་དང་འཁོར་མང་པོ་ཉེ་བར་བཞག་པའི་གནང་བ་
སྦྱིན་པར་བྱའོ། དེ་ཉེ་བར་འཇོག་ནས་པ་ལའོ། བརྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྟེན་ལོན་
པ་ཉིད་ལའོ། གནང་གིས་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། རྒྱར་གནང་བ་མ་ཐོབ་པ་ལའོ། འཁོར་ཉེ་
བར་འཇོག་ནའོ། འཁོར་ཉེ་བར་འཇོག་པར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཅིག་ཤོས་ནི་འཁོར་
མང་པོའོ། འཁོར་མང་པོ་ཉེ་བར་འཇོག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྱིམ་སོ་བཟུང་བ་ལོ་བརྟེན་
གཉིས་ཉིད་ཀྱི་མདུན་རོལ་དུ་བརྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ལའོ། ལོ་བརྟེན་གཉིས་མ་ལོན་

པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །གཞན་ནི་ལ་ཉི་ཤུའོ། །ལ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་
པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །བསྐྱབ་པ་མ་བྱིན་པ་གཉིས་མཁན་མོ་
ཉིད་ཀྱིས་སོ། །ཆོགས་ལས་འདས་པའི་རྩུང་བྱེད་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་མ་བསྐྱབས་པ་ཉིད་
དོ། །བསྐྱབ་པ་ལ་མ་བསྐྱབས་པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །སྤྱད་པ་
ཉིད་མི་བྱེད་པ་ལའོ། །བསྐྱབས་པ་ལ་བསྐྱབས་པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་མི་བྱེད་པའི་རྩུང་
བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཁོ་མོ་ལ་གོས་སྟེན་པ་ལྟ་ན་དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་
བྱའོ། །ཞེས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་འདོད་པ་ལ་ཟེར་བ་ལའོ། །ཆོས་འཆོང་བའི་རྩུང་བྱེད་
དོ། །རབ་རྒྱ་འབྱུང་བ་དང་མཐུན་པ་བསྟན་པས་བྱིས་རྒྱས་པར་བྱ་བ་སྤོང་རྒྱ་བཅུག་ནས་
རབ་རྒྱ་མི་འབྱིན་པ་ལའོ། །འདྲིད་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །ལའི་རྗེས་སུ་རབ་རྒྱ་འབྱིན་པ་
ལའོ། །འཁོར་མང་པོ་སོག་འཛིག་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །བདག་པོས་མ་གནང་བ་ཉིད་རབ་རྒྱ་
འབྱིན་པ་ལའོ། །མ་གནང་བ་སྤྱད་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །འབྲུལ་བ་མའོ། །སྤྱུ་མའོ། །མྱ་ངན་
གྱིས་གཟིར་བའོ། །རྩལ་གྲོལ་ཅན་ནོ། །སྟོན་ཅན་སྤྱད་པ་ལས་གྱུར་པའི་རྩུང་བྱེད་
བཞིའོ། །རབ་རྒྱ་བྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱས་པ་དག་ལ་ཕན་མི་འདོགས་པ་
ལའོ། །བར་ཆད་མཐོང་ན་མི་འདྲེན་པ་ལའོ། །དག་སྤོང་མའི་བསྐྱབ་པ་མི་སྤོང་བ་ལའོ། །ནད་
པ་དག་ལ་ནད་གཡོག་མི་བྱེད་པ་ལའོ། །ཉེ་གནས་དང་བཅས་པས་ཀྱང་ངོ། །ཡལ་བར་
འདོར་བ་ལས་གྱུར་པའི་རྩུང་བྱེད་བཞིའོ། །རང་གི་བསྟེན་པར་བྱ་བའི་ནད་དུ་རྒྱ་སྟེགས་གྱི་
ཆང་བྱ་འཇུད་པ་ལའོ། །རྒྱན་ལས་བསྐྱོག་ཕྱགས་སུ་བརྩལ་བར་མི་བྱའོ། །མངལ་གྱི་སྒྲོར་ཁུ་རྒྱ་
སྟེགས་པར་མི་བྱའོ། །རྟེན་ཆེདས་གྱིས་སྒྲོ་བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །བྱང་ཆེདས་གྱིས་རྩ་མ་གཉིས་
བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །མཛེས་འགྱུར་གྱི་བར་ཆད་གྱིས་བར་དུ་བཅད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་
དབའོ། །འདོད་པ་བསྟེན་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །སོར་མའི་ཆོགས་གཉིས་ལས་ལྷག་པས་མོ་
མཚན་གྱི་ནད་འབྲུ་བའོ། །འདོད་པ་བསྟེན་པ་ལྟར་བཅས་པའི་རྩུང་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ལག་
མཐེལ་གྱི་ཐལ་ལྷག་གིས་བསྟུན་པ་ལའོ། །འདོད་པ་བསྟེན་པ་ལྟར་གཞོད་པའི་རྩུང་བྱེད་

དོ། །དེ་ལས་སྤྱ་འཛོག་པར་བྱེད་དམ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ ལའོ། །བཞེན་པར་བྱ་བ་འཆོས་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དོ། ། །བྱིམ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་དབེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ན་འགྲེང་པ་ལའོ། །ཚིག་པ་
དང་སའ་མོ་དང་ཡོལ་བ་དང་ཐེབས་པོ་དང་ཐུན་པ་དག་གིས་ནི་དེ་ཉིད་འགྲུབ་པོ། །དགོ་
སྤྱང་དང་ངོ། ། །སྒྲ་གའ་མེད་པ་ན་སྤྲ་མ་དང་ངོ། །བྱི་མ་དང་ངོ། །དེ་གྲོགས་དང་བཅས་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །དགོ་སྤྱང་མ་བྲིམས་སྒྲ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་
ངོ། །བྱིམ་པའི་རྩར་བཤུབ་ཅིང་སྤྱ་བ་ལའོ། །དེ་ལས་དེས་དེ་ཉན་པ་ལའོ། །དགོ་སྤྱང་གིའོ། །དེ་
ལས་ཀྱང་ངོ། །བྱིམ་པ་ལས་རིག་པ་ལེན་པ་ལའོ། །དེ་ལས་དེ་སྒྲོག་པ་ལའོ། །སྤྱ་ཐབས་ཀྱིས་མ་
བཅིངས་ཤིང་བཅིངས་ཤིང་འགོལ་དུ་འཇུག་པ་ལའོ། །དེའི་ཕྱིར་དོན་བདེན་པ་ཉིད་ལ་ནི་
ལྷུང་བ་མེད་དོ། །རིག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་བཞེན་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་བརྩ་
གཅིག་གོ། །བྱ་འཆོ་བ་ལའོ། །བྱ་འཆོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། ། །བྱིམ་བདག་ལ་མ་དྲིས་པར་བྱིམ་
གཞན་དུ་མཆོན་མོ་འདའ་བར་བྱེད་པ་ལའོ། །བྱད་མེད་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ དེ་ལ་
དྲིས་ནས་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །མཆོན་མོ་མ་བརྟགས་པར་སྐྱབས་ཡོད་པར་འདའ་བར་བྱེད་པ་
ལའོ། །གནས་ཁང་དུ་དགོ་སྤྱང་མ་གཞན་མེད་པར་མཆོན་མོ་འདའ་བར་བྱེད་པ་ལའོ། །དེ་གི་
བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །གཞོད་པར་འགྱུར་བའི་སྒོ་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་
མོ། །དགོ་སྤྱང་མ་དང་བྲི་གཅིག་ལ་སྤྱ ན་ཅིག་རིག་པ་དང་བཅས་ཤིང་མཆོན་མོ་ཉལ་བ་
ལའོ། །དེ་དང་ངམ་དུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་ཀྱང་རུང་སྟེ་གདུར་བྱ་ལ་སོགས་པས་བར་དུ་བཅད་
ཅིང་དུན་པ་ཉི་བར་བཞག་སྟེ་ལྷས་ཀྱི་རིག་པའི་རྩ་ལྷུང་བ་མེད་པར་བྲི་མི་འགྲུལ་བ་ཐ་མལ་
པའམ་ལྷན་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །ཡོད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ཡོངས་སྤྱད་ཅིང་གནས་པ་བཏང་
བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། ། །རང་གི་ལྷས་ཀྱི་དེལ་བྱི་དགོ་སྤྱང་མ་བྱེད་དུ་བརྩག་པ་ལའོ། །དགོ་སྤྱབ་
མའོ། །དགོ་ཚུལ་མའོ། །བྱིམ་པ་མའོ། །ཐུ་སྟགས་མའོ། །བཀྲ་བཤལ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་
ལའོ། །རྩལ་དྲི་ཞིམ་པོ་དག་གིས་རང་གི་ལྷས་སྤྱད་པ་ལའོ། །འབྲུ་མར་གྱི་ཆོགས་མས་སོ། །བྱི་
དོར་བྱེད་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་བརྩད་དོ། ། །ལག་པ་སྤེལ་ཏེ་བྱས་བྱེད་པ་ལའོ། །ཁུ་ལ་

ལྷངས་སྒྱུད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཙུང་པའི་ཕྱིར་ཕུ་ཤེལ་ཙེ་འཆང་བ་ལའོ། །སོ་མང་དང་
སྒྲིག་ཤད་དང་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྒྲ་བརྟན་གྱིས་ཀྱང་ངོ་། །བྱིས་པའི་རྒྱན་ཐོགས་པ་
ལའོ། །འཆོས་པ་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་བྱུག་གོ། །། བོ་བརྟུང་བ་ལའོ། །ཡན་ལག་གང་ཡང་
རུང་བས་སོ། །སྒྲ་ལེན་པ་ལའོ། །དེའི་བསམ་པས་མགིན་སྒྱུར་གང་ཡང་རུང་བའོ། །རོལ་མོ་
བྱེད་པ་ལའོ། །རྒྱགས་པ་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་མོ། །ལྷངས་སྒྱུད་དུ་ཀྱུར་པའི་
གདུགས་ཐོགས་པ་ལའོ། །མཆིལ་ལྷུང་གྱོན་པ་ལའོ། །དབྱར་ཁང་དང་མལ་ལྷན་བསྐྱུང་བའི་
ཕྱིར་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །བྲིའུའི་བསྟེན་བསྐྱར་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བར་བྱེད་པ་ལའོ། །ལྷངས་
འཆོས་པ་ཉིད་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་མོ། །བྱིས་གཞན་དུ་མ་བསྒོ་བར་ལྷན་ལ་
འདུག་པ་ལའོ། །ཐུག་ཐུབ་དུ་བྱིས་གཞན་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཆོས་ཉན་དུ་གཞུག་པའི་
གནས་སྐབས་སུ་བྱིས་པའི་ལྷན་སྐྱུང་པ་བྱིས་པ་ལ་མ་སྒྲན་པར་བོར་ཏེ་འགོ་བ་ལའོ། །སྤངས་
པའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མཐའ་ལའོ། །བྱིས་པ་ལ་ལོག་པའི་ཐབས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྱུད་པ་
འཁལ་བ་ལའོ། །རྒྱ་ཅང་དང་ལྷག་པོད་ཀྱི་དོན་དུ་དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བ་མེད་
དོ། །དགེ་སྤྲོད་མའི་ཆོགས་ཀྱི་གོས་བདག་གིར་བྱེད་པ་ལའོ། །དགེ་སྤྲོད་མའི་ཆོགས་ཀྱི་གོས་ལ་
བདག་གིར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཟས་བཙོང་བར་བྱས་པ་ལའོ། །ཟས་འཆོང་བའི་ལྷུང་
བྱེད་དོ། །བྱིས་གྱི་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། །ཆང་གི་ལས་མི་བྱའོ། །ཆང་ཁང་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ་རྗེན་
པ་འཆོད་པ་ལའོ། །དགེ་སྤྲོད་གི་དགེ་འདུན་དང་མཁན་པོ་དང་སྒྲོབ་དཔོན་དང་ཆངས་པ་
མཚུངས་པར་སྒྱུད་པ་ནུས་ཀྱི་ཕྱིར་དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །བྱིས་པ་མའི་
བཟོ་སྟོན་པ་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་མོ། །ཟས་ཐོས་ནས་ལྷན་ལས་ལངས་ཏེ་ཡང་བ་
བ་ལའོ། །ལྷོ་འདུན་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲིག་སྐྱའོ། །ཆོགས་པར་དབྱུང་བ་མ་ཡིན་
པའི་དྲི་བསྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲེ་གཤམ་མི་འཆང་བ་ལའོ། །དེ་ཐག་གྲས་བཏགས་ཏེ་
བཞག་གོ་དེ་དུས་དུས་སུ་བཀྲ་བ་དང་ཁ་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །རྒྱ་གོས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་གཉིས་
བཅང་བར་བྱའོ། །བཀྲ་བཤལ་བ་ལ་གོས་འཁྱར་འཇུག་པ་ལའོ། །གསུ་བེལ་བ་ལས་ཀྱུར་པའི་

ལྷུང་བྱེད་གསུམ་མོ། །དགོ་སྤྱོད་གིས་གོས་བྱིས་པ་ལ་བགོ་བའི་ ཕྱིར་སྦྱོར་པ་ལའོ། །ཆོས་ཀྱི་
རྒྱལ་མཚན་ལ་མི་གྲས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགོ་སྤྱོད་དང་ལྟན་ཅིག་སྒྲུབ་ཐུང་བ་
ལའོ། །རྒྱལ་མཚན་བརྩེ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བསྐྱུགས་པ་ལ་སེར་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལའོ། །བྱིས་དང་
གནས་དང་རྟེན་པ་དང་ཆོས་ལ་སེར་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལའོ། །སེར་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་
བྱེད་ལའོ། །དབྱར་ཁང་ནས་དགོ་སྤྱོད་མ་གང་ཡང་བྱུང་བས་སྤྱོད་པ་ལའོ། །བྱིས་གཞན་
ནས་དགོ་སྤྱོད་མ་ལྟ་ནས་གནས་པ་སྤྱོད་པ་ལའོ། །སྤྱོད་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་གཉིས་
སོ། །ལེགས་པར་མ་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པས་སྦྱང་བ་ལའོ། །མཐོ་འཚམས་པ་ལས་གྱུར་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དོ། །མནའ་འདྲོར་བ་ལའོ། །ལོག་པར་སྟོ ན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཁྲོ་བས་བདག་
ཉིད་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ལའོ། །མི་བརྟན་པས་རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བཅ་པོ་དྲུག་པ་དགོ་སྤྱོད་མའི་ཆོགས་ལ་བརྟན་ཐབས་བྱེད་པ་
ལའོ། །སྟོ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །འཁོར་གཙོ་བོ་ལ་རྒྱས་འཐོར་བ་ལའོ། །བརྒྱལ་བ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མི་ད་
དོ། །དགོ་སྤྱོད་ལ་ཐུ་ཞེས་མི་བྱའོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་པ་ལ་སྟོ་བར་མི་བྱའོ། །དེ་ལ་གཉིས་ཀ་
ཡང་ངོ་། །དགོ་སྤྱོད་གི་མདུན་དུ་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་རྒྱ་བར་མི་བྱའོ། །ཟམ་པ་མི་བརྟན་པར་དགོ་
སྤྱོད་དང་ལྟན་ཅིག་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །དགོ་སྤྱོད་མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་སྟན་ལས་ལྡང་བར་
བྱའོ། །འདུག་པས་དེ་འགྲེ ང་བས་ཏ་ཅང་ཡུན་རིང་དུ་འདའ་བར་བྱེད་ན་སྟན་ལ་འདུག་ཏུ་
གཞུག་གོ་མི་བྱེད་ན་འདུག་པའི་ཕྱིར་ཁྱས་ཏེ་དེ་ལ་འདུག་པར་བྱའོ། །སྒྲ་མར་གྱུར་པ་ལ་
བརྟན་ཐབས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་མོ། །དགོ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ཀྱི་ཚྭ་པ་མཐུ་ཡོད་
བཞིན་དུ་ཉེ་བར་ཞི་བར་མི་བྱེད་པ་ལའོ། །འབྲུག་ལོང་ཡལ་བར་དོར ་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དོ། །ཞག་ལོན་པའི་འདུན་པ་སྦྱོར་པ་ལའོ། །སྒོ་མཐུན་པར་མི་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །སྒྲ་
བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ལས་གདམས་ངག་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་དག་ཉམས་སུ་
སྦྱང་བར་མི་བྱེད་པ་ལའོ། །དགོ་སྤྱོད་དག་མེད་པར་གསོ་སྦྱང་བྱེད་པ་ལའོ། །དགོ་སྤྱོད་མེད་

པའི་གནས་སུ་དབྱར་གནས་པར་ཁས་ལེན་པ་ལའོ། །དབྱར་གནས་པས་གཉི་གའི་དགོ་
འདུན་ལ་གནས་གསུམ་གྱིས་དགག་དབྱེ་མི་བྱེད་པ་ལའོ། །ཁྱི་བའི་ཆོས་ལས་འདས་པ་ལས་
ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་དག་གོ། །དབུལ་པོ་སྤྲ་བརྒྱུད་སྦྱར་དུ་འབྱུག་པ་ལའོ། །སྤྲ་བརྒྱུད་དབྱུང་
བའི་ཕྱིར་བག་ཡངས་སུ་བྱ་བའི་ཆོགས་པ་ལ་མི་སྦྱིན་པ་ལའོ། །གོས་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡང་
ངོ་། །འདིས་ལེན་མི་འདོད་པ་ཉིད་ནི་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་ལ་གནོད་པར་སྦྱོད་པ་ལས་
ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་གསུམ་མོ། །དབྱར་ཁང་མ་གཏང་པར་འགོ་བ་ལའོ། །ཉེ་འཁོར་བཏང་
ནའོ། །དབྱར་ཁང་སྐར་མི་བཏང་ངོ་། །ཁང་བྱིས་གྱི་གཞི་དང་ཆོང་ཁང་གི་གཞི་ཡང་
ངོ་། །དབྱར་ཁང་ཡལ་བར་འདོར་བ་ལས་ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །དབྱར་གྱི་ནང་དུ་སྒྲོངས་
རྒྱ་ཞིང་འགོ་བ་ལའོ། །བར་ཆད་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་ནི་ལྷང་བ་མེད་དོ། །དབྱར་གནས་པའི་
འོག་ཏུ་དེར་མི་འགོ་བ་ལའོ། །ཡུལ་འཁོར་དོགས་པ་དང་བཅས་པར་འགོ་བ་ལའོ། །མི་མཐུན་
པ་དང་བཅས་པར་ཡང་ངོ་། །འགོ་བ་དང་མི་འགོ་བ་ལས་ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་བཞིའོ། །ལྟའི་
གནས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷ་སྟེགས་ཅན་གྱི་གནས་སུ་སོང་སྟེ་ཚོད་པར་བྱེད་པ་ལའོ། །སྐབས་
མ་ཕྱེ་བར་འདྲི་བ་ལའོ། །ལྟན་བཏིང་སྟེ་ཕན་ཚུན་ཀུན་དགའ་བར་བྱས་ནས་ལུང་དྲི་བའི་
སྦྱར་བས་སྐབས་འབྱེད་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། །སྤྲ་བ་ལས་ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་གཉིས་སོ། །ཕྱི་
སར་གཅིག་ཕུ་འགོ་བ་ལའོ། །རྩ་སྒྲོན་པའི་སྟེང་དུ་བཤང་བ་དོར་བ་ལའོ། །ནད་པ་ལ་ནི་ལྷང་
བ་མེད་དོ། །རྩ་སྒྲོན་པོས་ཐམས་ཅད་བྱབ་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཚིག་པའི་ཕག་ཏུ་མ་བཞུས་པར་
བཤང་བ་འདོར་བ་ལའོ། །ཚིག་པའི་ཕུ་ཤུ་བཏགས་པ་ལ་ནི་ལྷང་བ་མེད་དོ། །མི་གཙང་བ་ལ་
བོང་རྩྭ་འཕང་བར་མི་བྱའོ། །བཤང་བ་ལས་ཟུར་པའི་ལྷང་བྱེད་གསུམ་མོ། །ལྷང་བྱེད་
འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟུར་པ་རྣམས་རྩོགས་སོ། །གཞན་གྱི་བྱིས་ནས་བདག་གི་དོན་དུ་འོ་མ་སྤངས་
ཏེ་འཐུངས་པ་ལའོ། །མི་ན་བས་སོ། །དེས་སྤངས་པའི་ཆོ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ཞོ་དང་མར་སར་
པ་དང་ཁྱན་མར་དང་འབྲུ་མར་དང་སྤང་ཆི་དང་བྱ་རམ་གྱི་དབུ་བ་དང་ཉ་ཤ་དང་ཤ་དང་
ཤ་སྐམ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་ལས་གཞན་བསྤངས་པ་ལས་གཞན་ཐོབ་པ་ལ་ནི་ན་སྤང་པ་

མེད་དོ། །མི་བསོད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེར་གཏོགས་པ་ལ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་ནི་ཉེས་
བྱས་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །ཁེང་གེ་ལས་གྱུར་བའོ། །སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ནམས་རྫོགས་
སོ། །ཤམ་ཐབས་རྟེན་པ་སྤང་བར་བཞོ་བར་མི་བྱའོ། །ཆགས་པར་གྱུར་ཅིང་བྱིས་གཞན་དུ་
འགོ་བར་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་དག་ལས་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །བསྐྱབ་པ་ནམས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་
མའི་ནམ་པར་འབྱེད་པ་རྫོགས་སོ། །ཉམས་པ་དང་མ་ཆགས་པ་གཉིས་ལྷུང་བ་ལ་སྒྱུར་བ་
ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་ཤིང་རབ་དུ་བྱུང་བས་སྤངས་པ་ལས་འདས་པ་ལ་
ཡང་ངོ་། །དེའི་ཚྭ་གས་དང་མཐུན་པ་ལ་ཡིད་གྱེའོ། །བསྐྱབ་པ་བྱིན་པ་ལ་ནི་འདྲ་བ་ཉིད་
དོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་
ལ་ཡང་ངོ་། །འགོ་བ་གཞན་གྱི་ནམ་པ་བཞེན་པ་ནི་དགེ་སྤྱོད་གི་འདུ་ཤེས་ཡོད་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། །མེད་ན་ནི་ན་སྤང་པ་ཉིད་དོ། །ཆེ་ག་ལྷ་མར་སྒྱུར་བ་བྱས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །བྱི་མ་ལ་ཡང་
དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རྫས་བཀག་པ་བས་བཟང་པོ་ལ་ཡང་དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །འདྲ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །མཚན་གྱུར་པ་ནི་དེའི་ཁེང་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ན་སྤང་པའི་དོན་གྱི་སྒྱུར་
བ་གང་ཡིན་པ་ཉིད་ལས་སོ། །བྱས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ན་སྤང་པ་ནི་རང་གི་ཉིད་
དོ། །ཞག་བརྩུར་མ་ལོན་པ་ནི་ཆ་ཉིད་དོ། །ཁིང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་ཉམས་སོ། །དེ་ལ་ཉེས་
པ་བཅབས་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མགུ་བ་སྤྱད་པ་ནི་དོན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་
ཆོ་ག་ནམས་གྱུར་ཏོ། །དེའི་ཆོ་ལུས་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་རང་གི་
འགོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འགོ་བ་གཞན་གྱི་ནམ་པ་བསྟེན་པ་བསད་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། །གནས་སྐབས་གཞན་ཐོབ་པ་ནི་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཉེས་པ་དེ་མེད་པ་ཉིད་ལ་འོང་
བ་ནི་ཐ་དད་དོ། །བཏང་བ་ཡང་ངོ་། །གཞི་གཅིག་ལ་དུ་མ་ཉིད་བཅས་པ་ལ་ནི་ཇི་སྟེད་པ་དེ་
སྟེད་གྱིས་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཆ་ནི་དེར་གཏོགས་སོ། །ཡུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མཐའ་
ཉིད་མ་གཏོགས་པ་ནི་དགེ་འདུན་ལྷན་མའོ། །བྱ་བ་དུ་མའི་འབྲས་བྱས་ལྷུང་བ་ནམ་པར་མི་
བཞག་གོ། །བྱེད་བྱས་པ་ལ་བྱེད་པ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །ཁ་ན་མ་ཐོབ་ན་སྤང་པ་དག་གི་ཆོ་ཉིད་

ནི་ན་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པོ། །ཐམས་ཅད་ལ་ཐེ་ཚམ་ཟ་བས་ཞུགས་པ་ནི་བསམ་པ་དང་བཅས་པ་
ཡིན་པོ། །སྒྲིབ་པ་ལ་ནི་འདུ་ཤེས་ཡན་ལག་ཡིན་པོ། །བསམས་པ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །མི་ཚངས་
པར་སྒྲིབ་པ་དང་ཁུ་བ་འབྱེན་པ་གཉིས་ལ་ནི་དེར་མ་ཟད་དོ། །མི་བདེན་པ་ལ་ནི་ཉན་པ་པོ་
ཡང་ངོ་། །ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་དང་དུ་སྒྲིབ་དུ་རྒྱུད་པ་ཉིད་ནི་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་མཐུ་དང་
ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་པོ། །འོག་མ་དག་ལ་ནི་གཞན་ལ་ན་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དོ། །དུ་མ་མ་ཚང་བ་ནི་དེ་
བས་ཀྱང་ངོ་། །མི་ལ་དུད་འགོ་ཡང་ངོ་། །རྩ་འཕྱུལ་གྱི་ཚས་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་རིག་པ་མ་
ཡིན་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པོ། །རིག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ནི་མ་ཉམས་པའོ། །གག་ཚལ་བྱེད་པ་ལ་
ཡང་ངོ་། །ཁེན་མོ་དང་སོ་དང་ཤ་མེད་པའི་རྩས་པ་དང་སྒྲིབ་དག་ནི་གཞན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་
ཡིན་པོ། །མིའི་འགོ་བ་ནི་ཐ་སྒྲིབ་དུ་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པོ། །རང་བཞིན་ཉམས་པ་ནི་མ་ཡིན་
པོ། །མ་ནིང་དང་མཚན་གཉིས་པ་དག་ནི་དེ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །རིག་པ་ནི་ཐ་སྒྲིབ་དང་
འདྲའོ། །བྱི་རོལ་པའི་རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་མ་ཆགས་པ་དང་ཉམས་པ་དག་ནི་བྱེད་ཉིད་བྱིམ་
པའོ། །དགེ་སྦྱང་དང་དགེ་སྦྱང་མ་བསྟེན་པར་རྒྱུགས་པ་ཅན་མ་ཉམས་པ་ཉིད་ནི་བསྐྱབ་པ་
དག་ལ་ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་པོ། །མཚན་དང་ཁས་སྒྲུབས་པ་དག་གིས་ནི་རང་གི་ཕྱོགས་ཉིད་
ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་སོ། །འདིར་གཏོགས་པ་ལ་བྱིམ་པ་ལ་ནི་རྟགས་ཅན་ཉིད་ཀྱི་བས་ན་
སྒྲིབ་དོ། །རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྩས་དག་ལ་ནི་རྒྱུད་པ་ཉིད་དང་ཚད་དང་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པ་
ཉིད་དོ། །རང་གི་དོན་ཉིད་གཙོ་ཆེར་ཡོད་པའོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ལ་ནི་དོན་གོ་བའོ། །སྒྲིབ་
པ་པོ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་སྟེ་གསོད་པ་དང་རང་གི་དོན་དུ་རྒྱ་བ་དག་ལས་གཞན་པའིའོ། །ཡང་
དག་པར་ལེན་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་དེར་མ་ཟད་དོ། །དེ་ནི་སྒྲིབ་ཡིན་པོ། །དག་གིའོ། །རང་
གིའོ། །བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའོ། །རང་གིས་བསྐྱོས་པ་ཉིད་བྱེད་དུ་བརྟུག་པ་ཡིན་
པོ། །རྣམ་པར་འབྱེད་པར་གཏོགས་པ་པལ་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་བསྟན་པ་རྣམས་རྒྱུགས་སོ། །སྒྲིབ་
ཡུལ་དུ་ཞུགས་པས་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པར་མི་བྱའོ། །མངོན་པར་འདུ་བ་ཡང་མི་བྱའོ། །རྣམ་
པར་གཡེང་བར་བྱེད་པ་དང་གཏུམ་པོ་དང་གྲུ་ཚོམ་པ་དག་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་རིགས་

སོ། སློང་ཁང་བརྟེན་པར་བྱའོ། གནས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་བ ར་དུ་སྤང་གདོད་དོ། རྒྱལ་ཁྱུག་
གཉོ། སློ་སྟེགས་སྒྲ་མི་འབྱུང་བ་དང་དྲང་བའི་ཐབས་ཀྱང་དོ། ལོང་དུ་སྤྲུམ་ཆ་བོར་བར་
སྐར་ཁུང་བྱི་རུབ་ལ་ནང་ཡངས་པ་ཡང་བཟང་དོ། ལྷ་བ་དང་སློ་སྟེགས་དང་འབྲེད་གཏན་
དང་གནས་གཟེར་དང་འཁོར་གཏན་དང་དབྱུག་གུ་སྐམ་ཁ་ཉི་བར་བཞག་གོ། མི་ཤོང་ན་
སྟོང་དུ་ཁང་མ་ཆེ་བྱའོ། ཡང་ན་ཡང་ཐོག་གོ། འཛེག་པའི་བྱིར་ཐེམ་སྐས་སོ། མི་ལྷུང་བར་བྱ་
བའི་བྱིར་ཁ་བྱིར་བྱིས་བསྐོར་བར་བྱའོ། ཇེ་མི་འགྲལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་ལྷགས་ཀྱི་གཟེར་བྱ་
དག་གིས་གདབ་བོ། བྱི་རོལ་དུ་སློང་ཁང་ཆེན་པོ་ལྷན་གནས་ཁང་གི་ཚར་དག་ཀྱང་
དོ། སློའི་ཐད་ཀར་སློ་གདོད་པར་མི་བྱའོ། སློ་ཁང་བྱའོ། ལུག་ཀྱང་དོ། འདུག་པའི་ཆེད་དུ་
སའི་སྟེགས་བྱ་དག་དང་བྲི་ཡང་དོ། ཇེ་ནི་ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བྱ་བཞིས་འཁོར་བ་བཟང་
དོ། ཐགས་མ་ནི་རྣམ་པ་ལྟའོ། ལྷན་ཇའི་དང་ཤ་ནའི་དང་གེས་མའི་དང་རས་མའི་དང་སྤ་
ལྷ་མའི་འོ། ཇེར་སྟན་ནང་ཚངས་ཅན་དག་གདོད་དོ། ཇེའི་ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་མ ཐོ་གང་
ལྷག་པ་དག་བཟང་དོ། ཞུམའི་དང་ཀ་ཤའི་དང་ཞེར་ཀའི་དང་སྤ་བའི་དང་ཤལ་མ་བའི་
དག་གི་བལ་བྱིས་དགང་དོ། བལ་དང་ཤ་ན་དང་རས་བལ་དང་རས་མ་དག་དང་ལོ་མའི་
ཆོགས་དག་གིས་ཀྱང་དོ། ཇོན་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་འདུག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་མདོ་མདོར་བྱ་
རོག་རྐང་དག་བྱའོ། གཉིད་བློ་ན་གདོས་བྱ་དག་གདགས་ པར་བྱའོ། དབྱུག་གུས་དལ་བྱས་
གཟུགས་པར་བྱའོ། སྤྲུང་པར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་བྱིར་བྲེའི་བཅད་འཕྲོ་ལྷ་བྱར་རས་མ་
དག་གིས་དགྱིས་པས་སོ། ལོ་ལོང་འཕང་བར་བྱའོ། ཡང་བྱིར་འོང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་ཐ་གུས་
གདགས་པར་བྱའོ། མདུན་དུ་མར་མེ་བཞག་པར་བྱའོ། རྐང་པ་དབྱུང་དོ། ཡ་གཅིག་
བརྒྱུད་དོ། མི་འཕྲོམ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བྲེང་ཐག་ལྷ་བྱ་ལ་བསྐོན་པའི་སྤ་གུའམ་དེ་ལ་
བཏགས་པའི་ཐ་གུ་ལ་འཇུས་ཏེ་བཅག་པར་བྱའོ། མཆིལ་ལྷམ་ཅན་བྱིས་བཅག་པར་མི་
བྱའོ། རྐང་པ་གཉིས་ལ་རུལ་མི་གོས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བར་ཏང་གདོད་བར་བྱའོ། སློང་བ་
པས་ཞག་གསུམ་ཞིང་རྐང་པ་གཉིས་བསྐྱ་བར་བྱའོ། མ་རུས་ན་དེར་ཡང་ཉལ་བར་བྱའོ། སློ་

གཅད་པར་བྱའོ། །སྒོས་ཀྱང་ཕབ་སྟེའོ། །སྤང་བ་པའི་ཕྱིར་ཞལ་ཏ་བ་བསྒོ་བར་བྱའོ། །དེའི་བྱ་
བ་ནི་ལངས་མ་ཐག་ཁོ་ནར་ཆག་ཆག་གདབ་པ་དང་ཕྱག་དར་བྱ་བ་དང་སྦྱི་བ་སར་པའི་
བྱག་པས་བསྐྱ་བར་བྱའོ། །ལྷན་བཤམ་པར་བྱའོ། །མི་གཙང་བའི་སྐྱབས་གཉིས་བྱི་དོར་
བྱའོ། །ཆག་ཆག་ལ་སོགས་པས་སོ། །བོང་དྲིག་དང་ས་དང་ཆུ་དག་བཞག་པར་བྱའོ། །བསྐྱ་
བའི་ཕྱིར་གཞུང་བརྒྱུད་དོ། །དེའི་གནས་ནི་ཁང་སྟངས་དོ། །དགེ་འདུན་བསྐྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་རྒྱད་
གསུམ་དང་དེ་སྟེད་ཀྱི་ཏྲོག་དག་གོ་ལས་བྱ་བའི་དོན་དུ་ནི་རྒྱད་གཅིག་དང་ཏྲོག་གསུམ་
མོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་རྒྱད་གསུམ་དང་ཏྲོག་གཉིས་སོ་ཞེས་ཤིང་། །ཤི་བ་ལ་ཕྱག་པ་དབྱུང་བའི་དོན་
དུ་ནི་བྱི་བོའོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་རྒྱད་གཅིག་དང་ཏྲོག་གཅིག་གོ་ཞེས་ཤིང་། །སྤང་བ་བའི་དོན་དུ་ནི་
ཁར་གསལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་གཞུང་ཆུང་ཆུང་ཞེས་ཤིང་། །གཞོན་པ་བྱུང་བ་ལ་ནི་ཇི་ཙམ་གྱིས་ཆོག་
པའོ། །ཟན་གྱི་ཕྱིར་འདུ་བའི་དོན་དུ་གཞུང་དང་གཞུང་ཆུང་ཆུང་གཉིས་ཀ་བརྒྱ ང་དོ། །བར་དུ་
བཅད་དེའོ། །བརྒྱུད་བས་སོ། །འདུས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོ་གཞུང་བརྒྱུད་པས་གོ་བར་མི་འགྱུར་བ་
ལྷན་དུང་སྟེལ་ཏེ་བྱད་པར་བྱའོ། །རྩ་བོ་ཆེ་དག་བརྒྱུད་དོ། །གཞུང་བརྒྱུད་པར་མི་འགྱུར་བར་
མི་བྱའོ། །དེར་མི་སྐྱུར་བར་མི་བྱའོ། །བྱ་བ་འགྱུར་པའི་དུས་ཀྱི་ལྷག་མ་ལུས་པ་ཙམ་ནི་རྒྱ ན་
ཆགས་གསུམ་པ་གདོན་ཅིང་ཅི་བདེར་བྱའོ། །དེ་རན་པར་བྱའོ། །ཡོན་བཤད་པར་བྱའོ། །རན་
པར་རོ། །སྤང་བ་པའི་ཞལ་ཏ་བ་སྤར་འདུ་ཞིང་མཚུག་དུ་འགྱེས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་རྒྱུན་དེ་
ལྷ་བྱ་བྱུང་ན་ལྷེ་མིག་སྤང་བ་བལྟན་པར་བྱའོ། །གསོ་སྦྱང་གི་གཞི་ལས་ཞི་གནས་ཀྱི་གསོ་སྦྱང་
གི་སྐབས་སོ། །གསོ་སྦྱ ང་གི་གནས་ལ་སྒོ་མཐུན་པར་བྱའོ། །གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ་
བྱས་པའམ་བེན་པ་ལའོ། །སྤྱི་རོལ་ཏེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་ལྷན་པའོ། །དགེ་འདུན་འདོད་
ནའོ། །ལས་གཞན་གྱི་གནས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནོ། །མཚམས་གཅད་པར་བྱའོ། །དཔག་ཚད་བྱེད་
དང་གསུམ་གྱི་མཐའ་ཚུན་ཆད་དུའོ། །ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་པ་བོང་དང་ཅིག་པ་དང་ ཀ་བ་དང་
ཤིང་སྟོན་པ་དང་ར་བ་དང་བྱ་སྐྱབས་དང་ལམ་པོ་ཆེ་དང་ཁོན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཤེས་པའི་
དགེ་སྦྱང་ནམས་ཀྱིས་བརྟགས་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་མདུན་དུ་མཆོན་མ་བརྟན་པོ་བརྗོད་དེ་

ལས་བྱའོ། །དེར་གནང་བ་བྱས་ན་ཆོས་གོས་དག་དང་འབྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་
བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དགྱིལ་འཁོར་བར་སློ་མཐུན་པར་བྱའོ། །ཐུ་མ་བག་ཡངས་སུ་མ་
བྱས་པར་གཅད་པ་གཞན་མི་འཆགས་སོ། །མཚམས་དག་དགོལ་བར་བྱའོ། །ཚིག་གཅིག་གིས་
མཚམས་གཉིས་གཅད་པ་དང་དགོལ་དུ་རུང་ངོ། །མཚམས་མ་བཅད་པའི་གནས་སུ་ནི་ལས་
ལ་ཚིག་པ་མཚམས་ཡིན་ནོ། །ཕྱ་ཁ་ནས་ཁུ་འཇག་པ་གང་དུ་བབ་པ་ཡང་ངོ། །གྲོང་ལ་ནི་ཉེ་
འཁོར་གྱི་མཐའ་ཚུན་ཆད་དོ། །དགོན་པ་ལ་ནི་ཕྱགས་ཕྱགས་སུ་རྒྱང་གྲགས་ཀྱི་མཐའ་ཚུན་
ཆད་དོ། །གསོ་སྦྱང་གི་གཞི་ལས་མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱང་གི་གནས་ཀྱི་སྐབས་སོ། །འདུན་པ་
འབྲལ་བ་ལས་དེ་དང་མཐུན་པ་འབྲུབ་བོ། །མཚམས་བཅད་པ་ལ་ནི་མི་འགྱུབ་བོ། །བསྐྱབ་པ་
བྱིན་པ་ལས་དེ་སྤང་དུ་རུང་ངོ། །དེ་ལ་དགོ་སྤྱོད་གི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་གཞག་པ་ལའོ། །དབྱལ་
དུ་མི་རུང་ངོ། །སྦྱོས་པའི་གནང་བ་ཐོབ་པས་ནི་མི་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཡོངས་སུ་
དག་པ་ཕུལ་བ་དང་ཡང་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །གསོ་སྦྱང་དང་དགག་དབྱེ་ལའོ། །དེ་ཕུལ་བས་
སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་གཉིས་ལ་བྱའོ། །ཆོ་ག་དེ་མཛོད་པར་བྱའོ། །ཆོགས་ཐ་དད་པས་འདུན་པ་
ལ་སོགས་པས་མཐུན་པར་བྱས་ཏེ་ལས་བྱེད་པ་ལ་མི་རུང་བ་མེད་དོ། །བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཚུམ་
པ་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ཅིག་ཅར་བརྗོད་པ་ལ་ཡང་ངོ། །གཅིག་གིས་དུ་མའི་དེ་དག་ལེན་པ་
ལ་ཡང་མེད་དོ། །འདི་ལ་བརྗོད་རུས་པའི་ཆོག་གིས་གཟུང་ངོ། །མི་རུས་ན་དེ་དག་དབྱལ་བ་
གང་ཡང་རུང་བས་འབྲུབ་བོ། །ལུས་ཀྱིས་ཡང་ ངོ། །ཇི་ལྟར་ཡང་མི་རུས་ན་ཡང་ན་དགོ་
འདུན་དེར་འགོ་བར་བྱ། ཡང་ན་དེ་ཁྱིམ་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་སྤངས་ནས་རྒྱག་པར་མི་
བྱའོ། །མགྲོགས་པར་མི་བྱའོ། །མཚོང་བར་མི་བྱའོ། །བྱི་རོལ་ལ་མཚོང་བར་མི་བྱའོ། །བང་རིམ་
ལ་མཚོང་བར་མི་བྱའོ། །ནམ་མཁའ་ལ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །བྱི་རོལ་ལ་མི་བྱའོ། །སྐས་ ཀྱི་རིམ་
པ་གཞན་བཞག་ནས་གཞན་དུ་གོམ་པ་དོར་བར་མི་བྱའོ། །ཐེམ་སྐས་ཀྱི་ཐེམ་པར་མི་
བྱའོ། །ཁུ་སྒོག་མ་རུབ་ཙམ་ལ་འཁོག་པར་མི་བྱའོ། །གཉིད་ལོག་པ་དང་སྒྲིམས་པར་འཇུག་
པར་མི་བྱའོ། །དེ་གཉིས་ནི་མ་ཁྲིམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགོ་སྤྱོད་

ལ་བཟོད་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ལས་དགེ་འདུན་ལ་ཞེས། །བཙུན་པ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ་
ཞེས་བྱ་བས་བརྩམ་མོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་མ་ཕྱིན་པར་དུས་བྱས་སམ་བྱིས་པ་ཉིད་ལ་
སོགས་པར་ཁས་སྦངས་ན་མ་སྦངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཕྱིན་ན་སྦངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་
གྱིས་ཆོས་བཙུ་ལ་དགེ་སྦྱང་བབྱང་ན་དེ་ལ་དགེ་སྦྱང་འདི་བདག་ཅག་གི་ཆངས་པ་
མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ཡིན་གྱིས་ཐོངས་ཤིག་ཅིས་བཟོད་པར་བྱའོ། །མ་བཏང་ན་བདག་ཅག་
འདི་དང་ལྷན་ཅིག་བྱ་བ་ཅུང་ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེས་ལྷ་མ་དང་བཅས་ཏེས། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་
དགྱེལ་འཁོར་བ་བྱའོ། །དེ་བཏང་བའི་ཕྱིར་ལྷ་མ་འབད་པར་མི་བྱའོ། །འཕྲིགས་པས་མི་
མཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པས་མ་དོན་པར་བརྟགས་ཏེ་ལས་
བྱེད་ན་ཉེས་པ་སྦྱོར་པོའོ། །རྟོག་པ་ཉིད་ན་ཐེ་ཆོས་ཟུངས་དེས་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་ཉེས་པའི་
བྱེད་པ་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་ཡོངས་སུ་བཅལ་ཞིང་གོ་ལོ་བ་མ་བྱས་
ན་དག་པའི་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བཅལ་བ་དང་བོད་པ་དང་མཐོན་པར་འདུག་སྟེ་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་
བ་དག་གིས་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། །གསོ་སྦྱང་གི་གཞི་ལས་མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱང་གི་ཆོགས་པའི་
སྐབས་སོ། །གསོ་སྦྱང་བྱའོ། །ཁླ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་ཆོས་བཙུ་ལ་འོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་
འདོན་པས་སོ། །དགག་དབྱེ་བྱས་ནས་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གསོལ་བ་དང་རྣམ་
པར་བཞག་པ་འཛིན་དུ་གཞུག་པ་ལྷ་མ་བྱེད་ཞིང་དེ་གདོན་ཏོ། །སྦྱང་གཞི་གདོན་པ་དང་
གསོལ་བ་ནི་ཆོག་དུ་བཟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་ནི་ཐོས་པ་
བསྐྱགས་པས་ཀྱང་དོ། །བརྩམས་པའི་ཕྱི་ཆོན་ནི་རྫོགས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །བཞི་པ་ལ་རེག་ན་
རིལ་གྱིས་སོ། །འདི་ལ་ཁླ་བ་བྱེད་འདས་པའི་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །འདུ་བར་འགྱུར་བ་
དེར་རོ། །ཤེས་པ་ཕྱིར་བཅོས་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་འདུག་པར་བྱའོ། །འདུག་པ་ན་དུན་ནམ་ཡིད་
གཉིས་ཟ་ན་དུང་ན་མོ་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ལས་བྱེད་པས་ནི་སེམས་ཀྱིས་སོ། །གལ་
ཏེ་ཆོས་བཙུ་ལ་བདག་གཅིག་ཤུ་དེ་དང་མི་ལྷན་པར་ཤེས་ན་འགྲོགས་བཤེས་ལ་དྲང་པོར་
འབད་པར་བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་འདི་དང་འདི་ལྷ་བྱ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཅིར་འགྱུར།

ལྷུང་བ་དང་བཅས་པར་རྟོ། །འོ་ན་ཆོ་དང་ལྷན་པས་ཀྱང་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་བྱས་སམ།
བྱས་སོ། །འོ་ན་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཡང་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁོ་བོ་
གཅིག་ཕུར་མ་ཟད་ཀྱི། དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་དོན་དེ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །ཀྱེ་ཆོ་དང་ལྷན་
པ་ཇི་ཁྱོད་རང་གི་ལྷུང་བ་ཆོས་བཞིན་དུ་ཕྱིར་གྱིས་ཤིག །དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱོད་
ལ་ཅེར་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བའི་རྩོམ་པས་མིག་ལམ་དུ་ལྷག་མ་འདོད་པ་རྣམས་འཆགས་སུ་
གཞུག་གོ། །འདི་ལ་མི་འདོད་པ་དེ་ལ་སྐྱོང་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་བཙུ་ལ་ཐམས་ཅད་
ཀྱིས་ལྷུང་བ་ཤེས་སམ་ཡིད་གཉིས་སུ་གྱུར་ན་ལེན་པར་བྱེད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དགོ་སྤོང་
འགའ་ཞིག་རང་གི་ཕྱིར་བཅོས་པའི་དོན་དུ་གནས་གཞན་དུ་གཏང་བར་བྱའོ། །མ་གྲུབ་ན་
བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་བྱ་བ་འདོད་པར་བྱའོ། །བཞི་པས་ལྷུང་བ་ཉིད་ལ་ཡང་
གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྱ་བ་གནས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ལྷན་ཐབས་ཉམས་པར་མི་བྱའོ། །ཆག་
ཆག་དང་ཕྱག་དར་དང་ཕྱེ་བ་སར་པས་བྱག་པ་བྱ་བ་དང་། སེང་གའི་བྲི་བཤམ་པ་དང་མར་
མི་གཟུགས་པ་དང་ཆོས་ཉན་དུ་གཞུག་པ་དག་བྱས་ལ། རྟོགས་ཆེས་མཐོན་པོར་འདུག་ཏེ་
རྟོགས་བཞིར་རྣམ་པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །དགོ་སྤོང་དག་འོང་བར་སྤང་ན་ཀྱེ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་
ལྷུང་བ་ལྷུང་བར་ཤོག་ཅིག །དེང་དགོ་འདུན་གྱི་གསོ་སྤོང་ངམ་དགག་ དབྱེ་བཙུ་ལ་ཡིན་
ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བཞིར་མ་ཆང་ན་དུས་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱད་དེ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་
བྱའོ། །འབའ་ཞིག་ན་འདུག་ཏེ། ལྷག་མ་གཞན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་མཐུན་དུའོ། །གསུམ་
ནི་འཁོད་དོ། །བཞིའི་དགག་དབྱེ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཆོ་གནས་ན་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་
འདོན་རྒྱས་པ་མེད་པར་ཤེས་ན་གསོ་སྤོང་ལ་བསྐྱད་པར་མི་བྱའོ། །གང་ན་དེ་ལས་འདའ་བ་
དེར་ཉེ་བར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །གནས་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་ཕྱི་མའི་གོང་མ་བསྐྱང་བར་མི་
བྱའོ། །དེ་ལ་ཡང་སྐྱབ་པ་གཉིས་ལས་ལྷག་པའོ། །གནས་དང་ལས་དང་རྟེན་པ་དང་བསྟེན་
བཀྱར་བ་བསྐྱབས་པས་འདོན་པར་བྱེད་པ་གཉེར་བར་བྱའོ། །མདོ་སྤེལ་འཛིན་པ་ འོང་བ་
གཞུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །འདུལ་བ་དང་

མ་མོ་ཡང་ངོ་། །དཔག་ཚད་བྱེད་དང་གསུམ་དུ་འོ། །མ་རྒྱལ་ན་རྒྱུང་གྲགས་ལྡར་རོ། །གསུམ་
མམ་དཔག་ཚད་བྱེད་དམ་རྒྱུང་གྲགས་སམ་རྒྱུང་གྲགས་བྱེད་དམ་བྱམས་སུ་ཡང་རུང་
ངོ་། །དག་གིས་ཤེས་པའི་ཚོག་གིས་བསུ་ནས་རྒྱུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་སྤང་བར་བྱའོ། །བྱས་
བྱའོ། །དག་འདུན་ལ་ཡང་སྐྱུ་བག་གི་རྟེན་པའོ། །གནས་ལ་སོགས་པ་བསྟབས་པ་སྦྱིན་
ནོ། །ཆོས་མཉན་པ་ཡང་ངོ་། །དག་སྤྱོད་ཕྱག་དོག་ཅན་ལ་འདི་དག་བསྟན་པ་འཛིན་པ་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་གོ་བར་བྱའོ། །གསོ་སྤྱོད་དང་དགག་དབྱེ་མ་བྱས་པས་དེའི་ཉིན་མོ་རང་གི་དེ་ཡོད་
པའི་གནས་ནས་འགོ་བར་མི་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་རྒྱལ་པ་དེ་ལྟ་བུར་བྱིན་པའམ་
འཐབ་གྲོལ་ཅན་དག་དང་འབྲལ་བའམ་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་ཅན་དག་དང་ཕྱད་པ་དེ་ལྟ་བུར་
འགོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནའོ། །སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་ཅན་གྱི་དག་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ནས་འཐབ་
གྲོལ་ཅན་གྱི་དག་སྤྱོད་དང་བཅས་པར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །དག་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ནས་
དག་སྤྱོད་མེད་པར་སྟག་མ་རྒྱལ་དང་སྟག་ཅིག་མ་ཡིན་པའམ། གནོད་པ་དང་ལྷུས་དང་
སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའི་དབང་མ་གཏོགས་པར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །འགོ་བའི་ཕྱིར་གནས་
པ་གསོ་སྤྱོད་དང་དགག་དབྱེ་མ་བྱས་པར་དོར་བར་མི་བྱའོ། །ཁྱེན་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡོད་ན་སྤྱོད་
པ་བཟང་པོ་དང་ཕྱན་པ་དང་འདོན་པ་དང་ཕྱན་པའི་གནས་བསྟན་ནས་དེར་འགོར་གཞུག་
པར་བྱའོ། །བསྒོ་བ་དེ་ལས་འདའ་བར་མི་བྱའོ། །ཕྱིས་འོངས་པ་རྒྱལ་གྱི་དོན་དུ་དེ་གཉིས་
ཡང་བྱར་རུང་ངོ་། །གལ་ཏེ་ལེགས་པར་ན་དེ་ལ་ཅི་དགར་འཇུག་པར་བྱའོ། །འདུ་བ་མཐུན་
པ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །གཞན་གྱིས་ཆོགས་པ་གསོལ་བར་བྱའོ། །དེ་མ་ཐོབ་ན་མཆོམས་གཞན་
དུ་བྱའོ། །བྱེད་པའི་ཆོ་འོངས་ན་སྟག་མ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བས་འབྱུང་བོ། །གནས་དེ་ནས་འགའ་
ཡང་མ་སོང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབས་དུ་སྟགས་པ་དག་ཆེས་མང་བ་ཉིད་
ཡིན་ན་ཡང་ངོ་། །དུས་ཀྱི་ཕྱིར་ནི་ཆེས་མང་པོ་རྒྱལ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གཞུག་མར་གནས་པ་རྒྱལ་གྱིའོ། །འདི་ལ་ཡང་ངོ་། །གསོ་སྤྱོད་གི་
གཞི་ལས་མཐུན་པའི་གསོ་སྤྱོད་གི་ཆོ་གའི་སྐབས་སོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་བསྐང་བར་མི་

བྱའོ། །ཀའ་མཁུ་དག་མེད་པར་བསྐྱེད་པར་མི་བྱའོ། །ཀའོ་སྤྱི་དང་པོ་ཡོང་གི་སྦྱར་བ་རིགས་
པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཙུན་འགྲུས་སྟོང་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ནི་མདོ་ཟེ་ ལས་གསུངས་པ་བཞིན་
ནོ། །ལྷུས་དང་སེམས་དང་གོས་མ་འཕྱར་བས་ཉལ་བར་བྱའོ། །མི་ན་བས་ཉིན་མོ་ཉལ་བར་
མི་བྱའོ། །རྩི་རྒྱབ་ན་བས་ལྷུང་འཁྱུད་བཅང་བར་བྱའོ། །དབང་པོ་རྣམས་ནང་དུ་བསྐྱུས་པ་
དང་ཡིད་བྱེ་རོལ་དུ་མ་སོང་བ་དང་གསལ་བ་དང་དྲང་པོས་མི་ཐོགས་པར་བཅག་པར་
བྱའོ། །མི་རྒྱས་ན་ཐ་གྲུ་བྲེས་ཏེ་ལོ། །ཁ་ ཏོན་པའི་འཆག་ས་ནི་བྲུ་བཅུ་གཉིས་སོ། །སྤྱོད་བ་པའི་
ནི་བཙུན་བཟུང་དོ། །དེ་ཐ་གྲུས་གཞལ་ཏེ་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་གིས་ཆོས་བཤད་པར་བྱའོ། །འདུག་
སྟོལ། །གལ་ཏེ་དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་གཅིག་གིས་སོ། །ཀའ་ཡང་རྒྱང་བས་སོ། །མ་གསོལ་བར་མི་
བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ཆོག་གིས་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནའོ། །བྲས་མི་བྱའོ། ། བྲ་བྱེད་ཀྱིས་མི་
བྱའོ། །གཉིས་ཀྱིས་གཅིག་དུ་མི་བྱའོ། །ཀའ་རིམས་ཀྱིས་སོ། །གལ་ཏེ་མང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་སྟན་
གཉིས་སམ་གསུམ་བཞག་སྟོལ། །གལ་ཏེ་སྟན་དེ་དག་མི་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའོ། །སེང་གའི་བྲི་ལ་
ཡང་ངོ་། །མཆིལ་མའི་སྟོང་བཞག་པར་བྱའོ། །དེར་བཅལ་སྒྲགས་སོ། །བྱེ་མའམ་ཐལ་བའོ། །དེ་
དུས་དུས་སུ་སྦྱང་བར་བྱའོ། །ཆོས་བཟུང་དང་། བཅུ་བཞི་དང་། བཙུན་ལྷུང་མ་ཆོས་
མཉན་པར་བྱའོ། །ནད་པས་དེ་མ་བྱས་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་སྤྱི་བའི་བྱིར་གསོལ་བ་
འདེབས་པ་མི་གདོན་པར་མི་བྱའོ། །མི་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ན་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་
ཤད་ཀྱིས་སྦྱང་བར་བྱའོ། །སྤྱི་བ་པོ་མེད་ན་རིམ་གྱིས་དྲ ན་པར་བྱ་ཞིང་ཐ་ན་ཆོགས་སུ་བཅད་
པ་རེ་རེ་ཅམ་ཡང་སྤྱི་བར་བྱའོ། །དེར་མར་མེ་གཟུགས་སོ། །བྲུམས་སུ་ཆོས་ཉན་པའི་སྒྲ་གས་
གྱི་རྣམ་པ་ལྟ་བུའམ་རྩིང་བུའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་བཤམ་པར་བྱའོ། །སྤྱི་གལ་མེད་པར་ཆོས་ཉན་
ན་སྤྱི་རེ་གདགས་སོ། །རྒྱང་དང་ཆར་འབབ་ན་བདུལ་ལོ། །དེར་ཆོས་ཉན་པ་དག་དོར་བར་
མི་བྱའོ། ། དེར་གནས་བཏྱན་དང་པོར་འདུག་སྟེ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་ཅང་མི་སྤྱི་བར་བསྐྱེད་ནས་
ཆོས་སྤྱི་བར་བྱ་བའམ་གཞན་ལ་དགེ་སྤྱོད་ཆོས་སྟོན་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བར་བྱའོ། །སྤྱི་བ་ན་
སེམས་གཏད་དེ་གལ་ཏེ་ཆོས་ཡིན་ན་སྤྱི་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་མ་ཡིན་ན་བསྐྱོག་པར་

བྱའོ། །དེར་བྱིས་པ་སྒྲགས་པ་རྣམས་ལ་ཚོས་དང་ཕྱན་པའི་གཏམ་བྱའོ། །ཟུ་སྟེགས་ཅན་ལྷན་
ཀ་ཚལ་ཞིང་གནས་ན་ལེགས་པར་ཚར་བཅད་ཅིང་ཁྱོ་བ་མི་བསྟན་པར་བཟོད་པར་
བྱའོ། །སྟོན་པས་འཁོར་བྲིད་དེ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་འགོ་ན་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོར་གཟུང་པར་
བྱའོ། །རྗེས་དང་བཅས་པ་དང་གུས་པ་དང་བཅས་པ་དང་སེམས་དམའ་བས་འཇུག་པར་
བྱའོ། །བྱས་པར་བྱས་ཏེ་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཚོས་ལ་གུས་པ་དང་བཅས་པ་དང་བརྟེན་པ་དང་
ཡིད་མི་གཡང་བས་རིགས་པ་དང་གོལ་བའི་ཚིག་དག་གིས་སོ། །དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་
ཐོགས་པ་མེད་པར་བཟོད་པ་དག་གིས་སོ། །མ་འདྲེས་པར་རོ། །འབྲེལ་བར་རོ། །བྱམས་པ་
དང་སྟོང་རྗེ་དང་ཟང་ཟིང་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སོ། །རངས་པ་དང་མོས་པ་དང་དགའ་བར་
བྱེད་པས་སོ། །དོན་གྱི་དབང་གིས་མ་རྗོགས་ན་བཞག་པར་བྱའོ། །དབྱངས་ཀྱི་ཚོས་སྒྲུབ་
བྱའོ། །ལངས་ནས་རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱའོ། །དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བཟོད་པར་ཡང་བྱའོ། །གལ་
གཟུང་བ་དང་གཞུང་གཟུགས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དགེ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་གྱིས་སྦྱིག་མའི་
ཐུར་མ་སྐྱད་པ་ལ་བརྒྱས་པ་སྟོབས་ཉི་མ་བགང་བར་བྱའོ། །དགེ་བསྐྱོས་ཀྱིས་དེ་ལས་
བརྟགས་ཏེ་དགེ་འདུན་ལ་བཟོད་པར་བྱའོ། །བྱེ་བྱག་དུ་བྱས་པའི་འོ། །དོན་དབྱེ་བས་
སོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་བདག་པོ་དང་སྤེལ་བྱེད་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གདོན་པར་དགེ་སྟོང་
རྣམས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཚིག་བྱའོ། །མོད་ལའོ། །དེང་ནི་ཡར་གྱི་དོན་ཚོས་གཅིག་ལགས་ཏེ།
གཙུག་ལག་ཁང་གི་བདག་པོ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྟེ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་དུ་ཚོགས་སུ་བཅད་
པ་རེ་རེ་བསྐྱག་དུ་གསོལ་ཞེས་སོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་བདག་པོས་སྐུན་འདྲེན་པའི་ཚིག་
ཀྱང་བཟོད་པར་བྱའོ། །ཡོན་བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་སང་དགེ་འདུན་བཤོས་ལ་སྐུན་
འདྲེན་ན་བཅུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལ་དགེ་ལེགས་ཀྱི་ཡིད་དག་གིས་སོ་སོ་ནས་སྐྱགས་བཅེ་
བར་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་སོ། །ཉིན་ཞག་གཅིག་གིས་མི་ཚོག་པར་བྱའོ། །དུས་ཚོགས་རྣམས་
ཀྱི་ཁྱབ་བྱེད་ལུས་པ་ཉིད་ལའོ། །ཁྱབ་བ་ཤོལ་དོར་བ་ནི་རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བས་སོ། །རྒྱ་
སྐར་ནི་སྐར་མཁན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བས་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་དགོས་པ་ནི་ཐ་སྐྱད་ལ་

མཁམས་པར་བྱའོ། །མ་ བརྟགས་ཤིང་གསོ་སྤྱང་ལ་མ་བཟུང་པར་འདི་སྤྱང་པ་ཞིག་གོ་སྟུམ་
ཞིང་མཚམས་གཅད་པར་མི་བྱའོ། །བཅད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་མི་འཆགས་པའི་ཡན་
ལག་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བག་ཡངས་སུ་འགྱུར་རོ། །རྩང་བའི་ཁང་པ་ཡང་
ངོ་། །མཚམས་སུ་མཚམས་ཀྱི་བསྐྱར་དུ་མི་རྩང་ངོ་། །དཀྱིལ་འཁོར་བ་དང་ད གོ་སྤྱང་མའི་
དབྱར་ཁང་དང་ཁྲོན་པ་དག་ལ་ནི་རྩང་ངོ་། །ཤིང་ཚྭ་ན་པ་གཅིག་ལ་མཚམས་བཞི་མན་ཆད་
ཀྱི་མུ་ཐུག་དུ་མ་ནུམ་པར་གནས་སོ། །འདི་ལ་ཐ་སྟངས་དུ་རྩང་བ་མཚན་མ་ཡིན་ནོ། །རྩུ་
འཕྱལ་དང་རྩུ་མ་བྱས་པ་དག་ཀྱང་དེ་ཉུར་ཁྱུར་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཁྲ་བ་དང་ཉི་མ་དང་
སྐར་མའི་འོད་དང་ཅ་སྤྱང་གི་ཆབས་དག་ཀྱང་མི་བརྟན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མཚམས་སུ་ཆུ་ནི་
མཚམས་གཞན་དང་འདྲའོ། །བར་དུ་ཆོད་ན་གཅིག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཟམ་པ་
བརྟན་པོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ཞིག་པ་ཡང་ཕྱིར་བྱས་ན་ནི་རྗེས་སུ་འཇུག་
གོ་སྤྱོད་པ་མ་བཏང་བ་ཉིད་དོ། །ཞག་བདུན་པན་ཆད་ནི་མི་འཇུག་གོ་ནམ་མཁའ་ནི་བར་
དུ་ཆོད་པར་ཁྱུར་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ཀྱང་མེད་ན་འབྲེལ་བ་ལྟ་གཤམ་
ཡོད། དབྱས་ནས་དཔག་ཆད་ཕྱེད་དང་གསུམ་གྱི་མཐའ་ལས་སྟག་པར་མཚམས་བཅད་པ་
དག་མི་འཆགས་སོ། །འོག་དང་སྟེང་དུ་སྔ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་དེ་ཚུན་ཆད་ས་གཞི་དང་འདྲ་
བ་ཉིད་དོ། །ས་གཞི་མཚམས་མ་བཅད་པ་ཉིད་དུ་ནི་མི་འབྲེལ་ བའི་གནང་བ་མི་ཆགས་
སོ། །བཅད་པ་ཞིག་ན་ཞིག་གོ་དེས་ནི་དེ་མི་ཞིག་གོ་མཚོད་རྟེན་དང་གཙང་ཁང་དང་།
གཙང་ཁང་ཕྱར་བྱ་དང་འཁོར་ས་དང་གསོ་སྤྱང་གི་གནས་དག་དུ་ཕྱག་དར་བྱ་བ་ཉིད་
དོ། །དགོ་འདུན་ལ་འདུན་པ་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་བ་ཉིད་ནི་ཕུལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གང་
ཡང་རྩང་བས་དེ་བཙོན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ན་གནས་པས་དེ་
དབུལ་བ་དང་དབུལ་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །བརྒྱད་པས་མི་བྱའོ། །ན་བ་དང་དབང་མེད་པ་
དང་སློག་དང་ཚངས་པར་སྤྱོད་པའི་བར་ཆད་ཀྱིས་འཇིགས་པ་ལས་གཞན་པས་འབྲེལ་བ་ལ་
ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །མ་བཙོན་པ་ནི་མ་གུས་པ་ལས་སོ། །དེས་འཇིགས་པ་ལས་མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་

རྩལ་ནས་བྱེད་ཏེ་འོངས་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དགེ་སྒྲིམ་གྱིས་གསོ་སྦྱང་གི་ཆེ་ཚུལ་གིང་
བྲིམས་པས་དགེ་སྦྱང་རྣམས་བགྱང་བར་བྱའོ། །ལེགས་པར་ཐོན་པས་གདོན་ཏེ་ཆོག་བྱེད་
ཀྱང་མ་འབྱུལ་པ་ཉིད་ནའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་གྱིས་སོ། །མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་
གཉིས་པའི་འོ། །དེས་ཀྱང་ན་གསུམ་པའི་འོ། །དེས་ཀྱང་ན་རེས་གྱིས་སོ། །མི་རྒྱས་ན་གཞན་ལ་
བཅོལ་བར་བྱའོ། །མ་བདུབ་ན་དགེ་འདུན་གྱིས་སོ། །རྟག་ཏུ་ཡང་ངོ་། །སྤྱད་ན་ལྷག་མ་
གཞན་གྱིས་སོ། །དུམ་བུ་འཛིན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་རི་སྟོང་གྱིས་འབྲུབ་པ་དག་གིས་སོ། །འཛིགས་
པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་གནས་མཛེས་པ་འདོད་པས་གྲོང་དང་མི་ཉེ་བར་གསོ་སྦྱང་
བྱར་མི་རུང་ངོ་། །འགོ་ན་མི་སྟོང་ན་འགོ་བཞིན་དུ་བྱའོ། །སྒྲིམ་འདོད་ན་མདོར་བསྐྱས་པས་
སོ། །དེ་ཅུམ་ན་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་བོ། །དད་པ་ཅན་དང་གཙོ་བོ་དག་དགའ་བར་འགྱུར་
བ་ལྟ་ན་ཆོག་རྗེས་སུ་བསྐྱག་པ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོབ་མེད་དོ། །དུང་དུ་གསོ་སྦྱང་བྱེད་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། །ཤོངས་པའི་ཆེ་བྱིམ་པའི་དུང་དུ་བཤགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཆོག་རྗེས་སུ་བསྐྱགས་པ་ལ་
ཡང་ངོ་། །རྒྱལ་པོ་ལ་གོ་བར་བྱ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །གཞན་མ་རྫོགས་པ་ལ་མི་འཆགས་པ་མེད་
དོ། །གདོན་པར་བྱ་བ་དང་དེའི་ཚད་དང་དུས་དང་འདོན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་
བཞིན་ཉེ་བར་མ་བཟུང་བ་ནི་འདིར་ཆོས་མ་ཡིན་ནོ། །ཐོས་པའི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་པ་
ཉིད་ནི་སོང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསོ་སྦྱང་གི་གཞི་དང་འབྲེལ་པ་རྣམས་འབྱེད་པ་ལ་སོགས་
པའི་སྐབས་སོ། །གསོ་སྦྱང་གི་གཞི་རྫོགས་སོ། །དབྱར་གནས་པར་ཁས་སླང་བར་བྱའོ། །སྒྲིམ་བ་
གསུམ་དུ་བྱའོ། །ཆོས་བརྟུ་དུག་ལའོ། །དབྱར་སྒྲིམ་འབྲིང་པོའི་ཉའི་བྱེད་ཉེན་པར་བྱའོ། །དབྱར་
ཐ་མུང་གི་ཉའི་འོ། །ཞག་བརྟུ་འམ་སྒྲིམ་བ་བྱེད་གྱིས་འབྲུང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ན་གཙུག་ལག་
ཁང་བྱེད་དོར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་བདུན་ནམ་བརྟུང་ན་ཞེའོ། །ཉི་མ་ལྷ་མ་ལ་ནི་གནས་མལ་
བཞུག་གོ། །མིའི་དང་ཆོལ་ཟངས་ཡན་ཆད་དོ། །དེ་སྟོབས་པ་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །མི་རྒྱས་ན་དུ་
མའོ། །དེས་ངེད་དག་གིས་བསྐྱས་པའི་ཚུལ་གིང་གཟེབ་ གྱི་སྟོག་མར་རས་དཀར་པོ་བཏིང་བས་
དགྱིས་པ་དག་རྒྱ་རིམས་སུ་བཞག་ནས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་གནས་འདི་ན་བྲིམས་སུ་བྱ་བ་

འདི་དང་འདི་ཡོད་དེ། བྱིད་ཅག་ལས་གང་བྱིམས་སུ་བྱ་བ་འདི་དང་འདིས་གནས་པར་སློབ་
བ་དེས་ནི་ཚུལ་ཤིང་མོངས་ཤིག བྱིད་ཅག་ལས་སུས་ཀྱང་དབྱར་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་
འབྱུག་མོང་བསྐྱེད་པར་མི་བྱའོ། བྱིད་ཅག་ལས་གང་གིས་འགའ་ཞིག་ལ་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་
དེས་དེ་སློབ་ཤིག བྱིད་ཅག་ལས་གང་དབྱར་གྱི་ནང་དུ་དགེ་འདུན་ལ་འབྱུག་མོང་བསྐྱེད་
པར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་དགེ་འདུན་གྱིས་བྱིས་ཉེ་བར་བརྟག་པར་དགོངས་སོ་ཞེས་དགེ་སློང་
རྣམས་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །གཞན་གྱིས་སྤང་བ་དང་ཁས་སྤང་བའི་བྱིར་ དགེ་འདུན་ལ་གསོལ་
བ་བྱའོ། ཚུལ་ཤིང་བྱིས་མོ། །དང་པོར་སྟོན་པའི་སྤང་ངོ་། །གཞན་དག་གིས་ནི་སྟོན་ལས་བྱིད་
འཕགས་པས་སོ། །དགེ་ཚུལ་རྣམས་ཀྱི་ནི་སློབ་དཔོན་དང་མཁན་པོ་དག་གིས་སོ། །མཚུགས་ཏུ་
གཞུགས་མར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཡང་ངོ་། །དལ་བྱས་དེ་བཞག་པར་བྱའོ། །བསྐངས་ནས་
གནས་འདིར་དགེ་སློང་འདི་སྟེད་ཀྱིས་ཚུལ་ཤིང་སྤངས་སོ་ཞེས་གོ་བར་བྱའོ། །གནས་ཀྱི་གཞི་
བརྟུབས་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གི་སྟོ་རྩལ་དང་ལྷེ་མིག་སྤངས་པས་མདུན་དུ་འདུག་ཉེ་གནས་
བརྟན་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེ་གོ་མོ་ནི་རྟེན་པ་དང་བཅས་པ་གོས་ཀྱི་རིན་དང་བཅས་པ་ལགས་
ཀྱིས་བཞེས་ཤིག་ཅེས་ཡོན་ཏན་རི་རྩ་བ་བཞེན་དུ་མོས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་ལེན་དུ་གཞུགས་
གོ། །སྤང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྩུང་བཟེད་དང་འདྲའོ། །མཚན་རྟེན་དང་དགེ་འདུན་གྱི་དོན་མ་
ཡིན་པར་སོང་བར་ཤེས་པ་ལ་ནི་འཕེབ་ཉིད་ལས་བསྟོན་བར་བྱའོ། །ཤིང་སྟོན་པའི་དུང་དང་
ནེུ་གསིང་གི་གཞི་དག་ལ་ཡང་རྒན་རིམས་བཞེན་དུ་བསྟོན་བར་བྱའོ། །གནས་ཁང་གིས་མི་
ཆོག་ན་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཐ་ན་དེའི་ས་གཞི་གདིང་བའི་ཚད་ཅུ་ཡང་ངོ་། །རྩུང་
བཟེད་དང་བྱ་མ་བུ་དང་འདག་རྩས་དང་སོ་ཤིང་དང་སྟོན་གྱི་གནས་ལ་སྟོན་པར་
བྱའོ། །སྟོ་ཁང་དང་ཐེམ་སྐས་ཀྱི་སྟོག་དང་བྱམས་དང་དཔང་ས་དང་བཀའ་ས་དང་བསྟོ་
ཁང་གི་ར་བ་དག་ནི་བསྟོན་བར་མི་བྱའོ། །མཚན་མོ་གནས་མལ་མི་བསྟོའོ། །ནད་པ་འདུག་
པའི་གནས་ཁང་གཞན་ལ་མི་སྦྱིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཐོབ་པ་མེད་ན་མི་སྦྱིན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དང་
དེའི་གཡོག་ལས་བྱིད་དུ་མི་གཞུགས་གོ། །མཛེ་ཅན་གྱིས་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་སྦྱང་པར་མི་

བྱའོ། །དེ་ལ་གནས་དབུག་པ་སྤྱིན་ནོ། །དགེ་འདུན་གྱིས་བསྟེན་པར་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ཐ་
ན་བྱམས་དང་བྱམས་བྱ་བཞི་དང་སྒོ་ཁང་དང་བང་རིམ་དང་འཆག་ས་དང་ཤིང་བྱང་གི་
གནས་དེར་ཡང་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །བཤང་བ་དང་གཅི་བའི་སྐྱབས་གཉིས་སུ་འཇུག་པར་
མི་བྱའོ། །དེ་ལ་གཡོག་བསྐྱོ་བས་སྤྱིང་བཅེ་བར་བྱའོ། །དུས་ཐམས་ཅད་དུ་དགོན་པ་བ་དག་
ལ་སྤྱང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་བཞག་པའི་ཕྱིར་གནས་ཁང་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །དབྱར་གནས་
པར་ཁས་སྤངས་པ་ན་ཁ་ཅིག་སྒོ་བྱར་དུ་འོང་སྲིད་པས་གནས་དང་གནས་མལ་བཞག་པར་
བྱའོ། །མང་པོ་དག་སྐྱགས་ན་གནས་པ་དག་གིས་གཞོད་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །གནས་པར་ཁས་
སྤང་བ་ཕྱི་མ་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱའོ། །མང་བ་ཉིད་ན་གཅིག་ལ་ཡང་གཉིས་ལ་སོགས་པ་བྱབ་པའི་
བར་དག་གོ། །ཞག་གཅིག་གི་དོན་དུ་གནས་མལ་མཛོད་པར་མི་བྱའོ། །རྟེན་པ་དང་འདོད་
པས་གཙུག་ལག་ཁང་མི་མཛོད་དོ། །ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པར་བྱའོ། །ལ་ལར་སྒོག་པ་
དང་ཁ་ཏྱན་དང་འདུག་པ་དང་བཅག་པ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་བྱ། ལ་ལར་སྤྱང་
བཟེད་དང་ཆོས་གོས་བཞག་པར་བྱ། ལ་ལར་མཚན་མོར་ཉལ་བར་བྱ། ལ་ལར་སྤྲོད་དང་
གུང་ཆོགས་དང་ཕྱི་དོ་འདུག་པས་དེ་ལ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །གནས་པར་ཁས་སྤངས་པ་ས་གནས་
ཀྱི་གཞི་རལ་པ་དང་བྱམས་པ་བཅས་པར་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་དབྱར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
དབྱར་ཁང་བཅས་པར་བྱའོ། །འཐབ་གྲོལ་ཅན་གྱིས་གནས་མི་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དགུན་
མཛོད་པ་དང་དབྱིད་མཛོད་པའི་གནས་མལ་ཡང་བསྐྱབས་པར་བྱའོ། །རིལ་གྱིས་བསྐྱོ་བར་
བྱའོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཁང་བྱིམ་ དག་གི་ཉེ་འཁོར་ཡང་ངོ་། །བྱམས་ཀྱི་དེ་
ཡང་ངོ་། །དེ་དག་དོང་པ་ཉིད་ཀྱི་འོག་ཏུ་དེ་དག་མི་གཏང་བར་མི་བྱའོ། །རང་བཞིན་དུ་
གནས་པའི་ཕྱིར་སྐྱུ་ཐབས་མི་བྱའོ། །འབྱུང་བའི་དོན་དུ་མི་བསྐྱོའོ། །འདི་ནི་འདིའི་དུས་
ཆོགས་དང་ཉིན་མཚན་དང་དེའི་ཡན་ལག་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་འོ། །འདི་ནི་མཁན་པོ་
དང་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་འོ། །འདི་ནི་ལྷན་ཅིག་གནས་པ་དང་ཉེ་གནས་ཆེ་
གོ་མོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་འོ། །འདི་ནི་གཏམ་འདྲིས་པ་དང་ཕེབས་པར་སྐྱ་བ་འགྲོགས་བཤེས་

དང་སྒྲོན་འགྲོན་ལ་སོགས་ཆེ་གོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་འོ་ཞེས་གཙུག་ལག་ཁང་དག་བསྐྱོད་བར་མི་
བྱའོ། །མཛོད་པར་མི་བྱའོ། །ཚང་ག་ཞིག་པའི་ ཕྱིར་དབྱུག་གྲུ་ཐོགས་པ་བསྐྱོད་བར་བྱའོ། །སྒྲོ་ང་
མེད་པ་རྣམས་ནི་གདོན་པར་བྱའོ། །ཕྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མི་འཕེལ་བར་བྱ་བའི་སྐྱེད་པས་
དགྲའོ། །གནས་མལ་ལ་སོགས་པ་སྦྱིན་ནོ། །ཡོད་པ་ཉིད་དུ་དུ་མ་ཡང་ངོ་། །ཁྱི་ཆེན་པོ་དག་
ཀྱང་བསྐྱོད་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྟན་དག་ཀྱང་ངོ་། །དགོ་འདུན་གྱི་གནས་ མལ་གཡོགས་
པ་དགོ་ཚུལ་མི་གཙང་བས་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་སྐྱེས་ཀྱང་མི་སྦྱིན་ནོ། །དགོ་
སྒྲོང་མ་ལ་ཡང་མི་སྦྱིན་ནོ། །འདིར་གནས་འབྱོར་ན་དེ་ལ་འདབ་དུ་གཙུག་ལག་ཁང་སྦྱིན་
ནོ། །གནས་མལ་སྟག་མ་བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ངོ་། །བྱེད་ཅག་ལས་གང་གིས་ཀྱང་དགོ་
འདུན་གྱི་གནས་མལ་ལ་གདིང་བ་མེད་པར་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །གདིང་བ་རུང་བ་མ་
ཡིན་པས་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །གདིང་བ་ངྲི་མ་ཅན་གྱིས་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་
གོ་བར་བྱའོ། །ཁྲ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །དམ་ཆོག་ལས་འདས་ཤིང་སྤྱད་
ན་གནས་པའི་ནི་གནས་ལ་གཞན་གྱི་ནི་དགོ་འདུན་ལ་བཙོང་དེ་དཔོག་པར་བྱའོ། ། དགོ་
འདུན་སང་སྦྱིན་བདག་ཆེ་གོ་མོ་དང་ཞལ་ཏ་བ་ཆེ་གོ་མོ་དང་སྦྱོད་ཡུལ་གྱི་གོང་ཁྱེར་ཆེ་གོ་
མོ་དང་ནད་གཡོག་ཆེ་གོ་མོས་གནས་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཙོང་པར་
བྱའོ། །འགྱོད་པ་དང་གཞན་སྟག་བསྐལ་བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་མི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དང་། སེལ་
བ་ཉིད་དག་དང་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དག་དང་། རྗེས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་
དག་དང་ནད་གཡོག་ཉིད་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་དག་ལས་འབྱུང་བ་སོ་སོར་
བརྟགས་པས་གནས་དང་སྦྱོད་ཡུལ་དང་བསོད་སྟོམས་དང་སྦྱོན་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་ལ་རྣམ་
པར་བརྟགས་ཏེ་གནས་པར་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །གཡོགས་པར་དགོ་སྒྲོང་གི་མདུན་
དུའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ མར་མི་བྱའོ། །གང་ན་དགོ་སྒྲོང་མེད་པ་ཉིད་དང་སྒྲོ་སྟགས་མེད་
པ་ཉིད་དང་བཅས་པར་ཡང་མི་བྱའོ། །སྦྱིན་བདག་དང་ཞལ་ཏ་བ་དང་། སྦྱོད་ཡུལ་གྱི་གོང་
དང་ནད་གཡོག་དག་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་བཙོང་པར་བྱའོ། །བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་

མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་སྐྱེ་རངས་འཆར་བར་མི་བྱའོ། །ཆོས་དང་ལྡན་པའི་དོན་ན་དུ་ཞག་
བདུན་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །འདི་ཉི་མེད། དགོ་སྒྲོལ་གི་ཀུན་དགའ་ར་བ་འབྱུང་བ་དང་།
གཙུག་ལག་ཁང་ཞལ་བསྟོན་བ་དང་། གནས་མལ་དབྱུང་བ་དང་། བསྐྱབ་པ་བརྟན་པོ་བཅའ་
པ་དང་། མཚོད་རྟེན་ཞལ་བསྟོན་བ་དང་། མཚོད་སྤྱོད་གཟུགས་པ་དང་། རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་བ་
དང་། མཚོད་པ་བྱ་བ་དང་། ཚེན་དང་ཅ་ལྡན་དང་གྲུར་གྲུམ་གྱི་བྱུག་པ་སྐྱེད་པ་དང་། སྟོག་པ་
དང་། འགྱུར་པ་བསལ་བ་དང་། ལྟ་བའི་རྣམ་པ་སྤང་བ་དང་། ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་སྐྱབ་པ་
དང་། བཅོད་པ་གསོལ་བ་དང་། སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་བྱ་བ་དང་། དབྱུང་བ་དང་། རྟན་པ་
དབྱུགས་དབྱུང་བ་དག་ལའོ། །དགོ་སྒྲོལ་མའི་སྤྱི་བའི་ཆོས་ཀྱིས་མགྲུ་བར་བྱ་བ་དབྱུང་བ་ལ་
ཡང་ངོ་། །དགོ་སྒྲོལ་མའི་ཆངས་པར་སྐྱེད་པ་ལ་ཉེ་བར་གནས་པའི་སྟོན་པ་དང་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པར་བྱ་བ་ལ་ཡང་ངོ་། །དགོ་ཚུལ་གྱིས་དེ་ལའོ། །དགོ་ཚུལ་མའི་བསྐྱབ་པའི་སྟོན་པ་
བྱིན་པ་ལའོ། །བྱིས་པ་དང་བྱིས་པ་མའི་མགོ་དགྲེ་བ་དང་བང་བསང་བ་དང་། སྐྱ་བསྐྱེད་པ་
དང་། སྐྱ་བྱིག་པ་དང་། གདུབ་ཀོར་བསྐྱེད་པ་དག་ལའོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་
དགོ་འདུན་ལྷག་མའི་སྐབས་མ་གཏོགས་པ་ལྷ་མ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །བྱིས་པ་དང་བྱིས་པ་མའི་
བཅོད་པ་གསོལ་བ་ནི་ཁ་སྤང་བའོ། །ཟས་དང་སྤྲན་དང་གཡོག་དག་མེད་ལ་དེ་དག་མེད་
པར་འཚོ་མི་རྣམས་ན་དེ་ལས་འདའ་བར་བྱའོ། །དགོ་སྐྱོང་གི་ཚུལ་དང་སྟོག་དང་ཆངས་པར་
སྐྱེད་པའི་བར་ཆད་ཡོད་ན་ཡང་ངོ་། །དགོ་འདུན་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་
པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་ཕྱིག་པ་ཅན་གྱི་ཆོག་བརྫོད་པ་དག་བྱུང་ནའོ། །དེ་ནི་བར་བྱ་བའི་
ཕྱིར་མཐུ་ཡོད་པ་ལྟ་ན་མི་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། །སོང་ན་མི་འདའ་བར་མི་བྱའོ། །དམ་བཅས་ན་
དབྱར་གནས་པ་དང་གནས་སུ་མི་འབྲེལ་བར་མི་བྱའོ། །གསོ་སྐྱོང་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་
གཉིས་སུ་ནི་དེ་འབྱུང་བ་མེད་དོ། །རྟེན་པ་གཅིག་པ་ཉིད་ལ་ནི་ཡོད་དོ། །གཞིར་གཏོགས་
པའི་དབྱར་གྱི་གཞིའོ། །སྤྱི་པ་ལྷ་ཆར་གྱིས་ཀྱང་གནས་པར་ཁས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་
འོ། །དགོ་ཚུལ་དག་འབའ་ཞིག་གིས་མ་ཡིན་འོ། །ཁོ་མ་ཆང་བ་དག་གིས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་ལ་

ཁས་སྒྲུང་བ་མི་འཆགས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གནས་མལ་མི་མནོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་
ནོ། །སྟོབས་པ་མེད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །མ་བསྐྱོས་པར་བསྟུབས་པར་མི་བྱའོ། །འགྲོད་པ་ལ་
སོགས་པས་སྡེ་སྡོད་འཛིན་པ་དང་འཐབ་གྲོལ་བྱེད་པ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་མ་བསྐྱུས་པ་
ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གནས་པར་ཁས་མ་སྒྲུངས་ བས་གནས་མི་གཏོང་ན་གནས་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །ནམ་མཁའ་ལ་གནས་པར་ཁས་སྒྲུང་བ་མི་འཆགས་སོ། །བྱ་ལ་ནང་དུ་འབྱམས་པ་ཉིད་དུ་
ཤེས་ན་མི་འཆགས་ཏེ་ས་ལ་སྤྱན་པ་དང་ས་ལ་གནས་པ་བརྟན་པོ་དང་འབྲེལ་པ་ནི་མ་
གཏོགས་སོ། །དེའི་ལྟ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ནས་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱགས་སུ་སོང་ན་སྐྱ་
རེངས་ཤར་ན་འཇིག་གོ། །ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ཉིད་ལ་ནི་མི་འཇིག་གོ། །མཐའི་ཞག་དྲུག་ལ་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབ་པ་མི་འཆགས་སོ། །བྱ་བ་མེད་པར་ཤེས་ནས་བྱིར་མི་སྡོག་པ་གནས་པ་དག་ལ་ནི་
འཇིག་གོ། །འདི་ལ་མཐར་ཐུག་པའི་མཐའ་ནི་ཞག་བདུན་ཉིད་དེ། །གནང་བ་མ་ཐོབ་པའི་
མཐའ་དེ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་ཞག་བཞི་བཅུའོ། །དེ་སྤྱིན་ནོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར བྱི་རོལ་དུ་
གནས་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་སྡེ་པ་ལྔ་པོ་དག་གིས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་མཆོམས་གྱི་
ནང་དུ་འཆགས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་མདུན་དུའོ། །མུ་ལྷོགས་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་དང་དབྱལ་བའི་བྱིར་
དང་ཉེ་དུའི་བྱ་བ་དང་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལྷང་དང་རྟོགས་པ་ལ་ནེམ་རྒྱར་ཟ་བ་བསལ་བའི་
བྱིར་འགོ་བ་དེ་ལ་བྱ་བ་མ་བསྐྱུས་པ་ཉིད་དུ་དོགས་པར་མི་བྱའོ། །གནས་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་
ཉིད་ལ་གནས་པ་སྤང་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །གནས་པ་ནི་དཔེ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་གཞི་ལ་སོགས་
པར་གཏོགས་པའི་དབྱར་གྱི་གཞིའོ། །དབྱར་གྱི་གཞི་རྫོགས་སོ། །ཁྱི་སྐྱ་བའི་ཡི་དམ་བཅའ་
བར་མི་བྱའོ། །འདི་དག་པ་དང་གྲོལ་བ་འཐོབ་པོ་སྐྱམ་ན་ཉེས་པ་ སྤོམ་པོའོ། །དབྱར་གནས་
པས་དགེ་འདུན་ལ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་དོགས་པ་དག་གིས་དགག་དབྱེ་བྱའོ། །དབྱར་
རྣམས་ཀྱི་ཐ་མའི་ཉི་མ་ལའོ། །སྟོད་ཡུལ་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གང་ཚུན་ཆད་ནས་བྱི་དོར་
བྱེད་པ་ནས་སོ། །ད་བྱིན་ཆད་ཞག་འདི་ཅམ་ན་དགེ་འདུན་དགག་དབྱེ་མཛད་པར་འགྱུར་
བ་བྱེད་ཅག་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །གཙུག་ལག་ཁང་བརྒྱན་པར་བྱའོ། །ཁང་པ་

བཅེགས་པ་དག་བཅེག་གོ། གཙང་ཁང་ཕྱར་བྱ་དག་ཀྱང་རིམ་བུའོ། མཚན་རྟེན་དག་གས་
བ་དང་བྱི་བྱད་བྱའོ། ཁེང་གའི་ཁྱི་བརྒྱན་པར་བྱའོ། རྡོ་མོད་མཚན་ཐག་ཐོག་ཚས་མཉན་པ་
འབྱུང་བར་འབྱུར་གྱི། དེར་ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ཚགས་པ་སྦྱིན་པར་བྱའོ། ཞེས་སྦྱོད་ཡུལ་
དུ་བརྗོད་ནས་མདོ་སྤེལ་དང་འདུལ་བ་དང་མ་མོ་འཛིན་པ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དག་གིས་
ཚས་བརྒྱ་བཞིའི་མཚན་ཐོག་ཐག་དུ་ཚས་མཉན་པ་སྦྱིན་པར་བྱའོ། གཞན་ལ་ནི་དེ་དག་
གིས་ལས་ཀྱི་མདུན་རྩལ་ཚུན་ཆད་དུ་ཚས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་ནམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་
པས་མཚན་འདའ་བར་བྱའོ། དགག་དབྱེའི་ལས་ནི་སྐྱ་རེངས་འཆར་བའི་མདུན་དུའོ། དག་
སྦྱོང་དགག་དབྱེ་བྱེད་པ་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། མི་རྒྱས་ན་དུ་མའོ། དགག་དབྱེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གཞན་
གྱིས་དག་འདུན་ལ་གསོལ་བ་བྱའོ། འདི་ལ་གཤམ་གྱི་ཆ་ལས་བྱར་བྱང་ངོ་། དེས་སྦྱ་དུར་ལྷ་
བྱིས་པར་བྱའོ། དགག་དབྱེ་བྱས་བྱིན་གྱི་བར་དུ་དག་སྦྱོང་རེ་རེའི་མདུན་དུ་འདུག་པར་
བྱའོ། དེ་ལ་དགག་དབྱེ་གོ་བར་བྱ་བ་ནི་ལན་གསུམ་མོ། དེ་ཙམ་གྱིས་ནད་པ་ངལ་བ་དང་
གནས་མལ་ཕན་ཕུན་དུ་འབྱུར་བ་དང་དུས་ལས་ཡོལ་བ་དང་གཞོད་པ་འབྱུང་ན་ལན་
གཉིས་སོ། དེ་ཙམ་གྱིས་ན་ཡང་ལན་གཅིག་གོ། དེས་གཤམ་རྗོགས་ན་གཞན་ལའོ། མེད་ན་
གཞན་ལའོ། དག་འདུན་ཐམས་ཅད་གྱིས་དགག་དབྱེ་བྱས་པ་དེ་ཉིད་དག་འདུན་ལ་གོ་བར་
བྱའོ། ཐམས་ཅད་གྱིས་ལེགས་པར་དགག་དབྱེ་མཛད་དོ། ཤིན་དུ་དགག་དབྱེ་མཛད་དོ་
ཞེས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། རང་གི་རྣམས་གང་ཡང་བྱང་བ་ཐ་ན་ཁབ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་དག་འདུན་
ལ་རྣམས་ཀྱི་དགག་དབྱེ་བརྒྱམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་སྤངས་ནས་ཚོག་གིས་སོ། བཅུན་པ་རྣམས་འདི་ལྟ་
བུས་ཀྱང་དབྱར་གནས་པའི་དག་སྦྱོང་གི་དག་འདུན་ལ་དགག་དབྱེ་བཟུར་བྱང་ངམ་ཞེས་
སོ། དེའི་འོག་དུ་དག་ཚུལ་རྣམས་ལ་དགག་དབྱེ་བྱའོ། དེའི་འོག་དུ་དག་སྦྱོང་མ་རྣམས་
ལའོ། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་སྤང་བས་དེར་ལྷར་དགག་དབྱེ་བྱེད་པ་ན་དེ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་
བྱས་པ་ན་དགག་དབྱེ་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། བྱད་མེད་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། བྱར་པ་ལ་ཡང་
ངོ་། གནས་པར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་བྱར་པའི་དག་སྦྱོང་ལ་ཚོགས་ཀྱི་དགག་

དབྱེ་གོ་བར་བྱའོ། །དབྱར་གྱི་ནང་དུ་བྱ་བས་འགོ་དགོས་ན་དགག་དབྱེ་བྱའོ། །གཞིའམ་གང་
ཟག་གམ་གཉིས་ཀ་བཞག་ནས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་མཛོད་པར་བྱའོ། །བཞག་པར་བྱ་བ་མཐའ་
དག་མ་གཏོགས་པ་ཉིད་ཁས་སྦང་བར་བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ཆོ་དང་ལྡན་པས་
ཅི་ནས་ཀྱང་གཞི་འཛོག་པར་བྱེད་ཅིང་གང་ཟག་འཛོག་པར་མི་བྱེད་པ་དེའི་དོན་དུ་འདུས་
ཤིང་འདུག་པ་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པར་
བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་གསོ་སྦྱང་གསུངས་ལ། ཆོས་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་དགག་དབྱེ་
གསུངས་པས། གལ་ཏེ་འདོད་ན་དགག་དབྱེ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སོ། །གང་ཟག་འཛོག་པར་བྱེད་
ཅིང་གཞི་འཛོག་པར་མི་བྱེད་པ་དང་། གཞི་ཡང་འཛོག་པར་བྱེད་ཅིང་གང་ཟག་ཀྱང་འཛོག་
པར་བྱེད་པའི་འོ། །ཁས་སྦངས་པ་ཉིད་ན་བཞག་པའམ་བཞག་པ་བསྟོན་པས་ནི་ཁས་སྦངས་
པ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ལྷ་མའམ་འདིའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་
ཞེས་ཟེར་ན་བརྟུན་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་གནས་པར་ཁས་སྦངས་པ་དག་གིས་དགོ་སྦྱང་འཐབ་
གྲོལ་བྱེད་པ་དག་འོང་བར་ཐོས་པར་གྱུར་ན་གལ་ཏེ་གསོ་སྦྱང་གཉིས་སམ་གསུམ་ཐལ་བར་
གྱུར་ན་དགག་དབྱེ་བྱའོ། །མ་གྲུབ་ན་དཀྱིལ་འཁོར་པ་ལྷའམ་དུག་དུ་སློ་མཐུན་པར་
བྱའོ། །ངག་གི་བཤེས་པའི་ཆོག་གིས་བསུ་ནས་སྦྱང་བཟེད་ཆོས་གོས་སྦང་བ་དང་། གནས་
ཁང་དང་བྱམས་དང་ཁང་པ་བཅེགས་པ་བསྟོན་བ་དང་། བྱས་དང་སྦྱུང་བག་གི་རྟེན་པ་
བསྟན་པ་དང་། ཆོས་ཉན་པ་སྦྱིན་པ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་མགྱ་བར་འགྱུར་པ་དག་བྱའོ། །བདག་
ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་ན་དཀྱིལ་འཁོར་བ་དག་དུ་གསོ་སྦྱང་བྱའོ། །འོ་ན་དེང་ཁྱེད་ཀྱི་
དགག་དབྱེ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཟེར་བ་དག་ལ་ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་སྦྱོང་ཅིག་ཁྱོད་ཅག་སློ་
བྱར་དུ་ལྷགས་པ་ཡིན་གྱི། དོན་འདི་གཞུག་མར་གནས་པ་དག་གིས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལན་གདབ་
པར་བྱའོ། །དོར་བ་དག་ན་དགག་དབྱེ་བྱའོ། །དགག་དབྱེའི་གཞིའོ། །ཁང་དང་བཅས་པས་
བཟོད་པ་མ་བྱས་པར་དགག་དབྱེ་མི་བྱའོ། །ཞག་བཅུའམ་སྟོན་བ་བྱེད་ཀྱིས་དེ་འབྱུང་བར་
འགྱུར་བ་ཉིད་ན་དེའི་དུས་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་བདུན་ནམ་བརྒྱད་ན་ཞེས། །འདུས་པར་

ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་བཟོད་པ་མ་བྱས་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་ཆོ་འདུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཕན་
ཚུན་ཀུན་དགའ་བར་མ་བྱས་པར་མི་བྱའོ། །གཤེ་བ་ལ་བཟོད་པ་མི་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། །དགོ་
སྒྲོང་མས་དགོ་སྒྲོང་ལ་གནས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་བཟོད་པ་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། །རྐང་པ་གཉིས་ལ་
ཕྱག་བྱས་ཏེ་མི་བྱའོ། །བཟོད་ན་ཕྱག་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །བཟོད་པ་གསོལ་བར་བྱེད་པ་དེ་
ལ་དགོ་སྒྲོང་གིས་མ་གྲུས་པར་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། །འདད་བར་མི་བྱའོ། །བཟོད་པར་བྱ་
བ་ལ་ཐུར་ཤེས་པ་ཤད་ཀྱིས་སྒྲོང་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། །མི་འདོད་ན་ཐབས་བཅལ་བ་ལ་མི་
འབད་པར་མི་བྱའོ། །མི་བརྒྱུད་ངོ་། །ཀུན་ནས་དགྱིས་པ་དང་མ་བུལ་གྱི་བར་དུ་མི་བཟུང་
པར་མི་བྱའོ། །བཟོད་པ་གསོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པར་མི་བྱའོ། །དགག་དབྱེའི་གཞི་
དང་འབྲེལ་བ་ཕྱན་ཆོགས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སོ། །དགག་དབྱེའི་གཞི་རྩོགས་སོ། །ཆོས་
གོས་སྤྱ་བརྒྱུད་གདིང་བར་བྱའོ། །གསུམ་པོ་དག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་གོས་སྤྱ་བརྒྱུད་
བཏིང་ན་ཡང་ཡང་ཟ་བ་དང་། འདུས་ཤིང་ཟ་བ་དང་། མ་སྦྱས་པར་གྲོང་དུ་འགྲོ་བ་དང་།
གོས་སྒྲོང་བ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་མེད་ལ། དེ་ལྟག་མ་དག་དང་རྟེན་པ་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་
རོ། །དབྱ ར་གནས་པར་ཁས་མ་སྒྲངས་པ་དང་དབྱར་རལ་བ་དང་དབྱར་བྱི་མར་གནས་པར་
ཁས་སྒྲངས་པ་དང་དབྱར་གནས་གཞན་དུ་གནས་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་དག་ལ་དེ་མི་འབྱུང་
ངོ་། །ས་གཞན་ན་གནས་པ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་དག་ཉིད་འཛོལ་བ་ཡིན་ན་མི་འབྱུང་
ངོ་། །ཐ་མ་མ་གཏོགས་པ་དག་དང་ས་གཞན་ན་གནས་པ་དག་དང་། དགོ་ཚུལ་ནི་རྟེན་པ་
དབང་ངོ་། །གནས་ནས་བྱུང་བ་ནི་མི་དབང་ངོ་། །བྱེ་བ་དག་ན་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་སྒྱུགས་དང་
མཐུན་པ་དག་དུ་སོང་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མི་འཛོལ་བ་དང་འདྲའོ། །དངོས་གཞིའི་དུས་ཀྱི་
དགག་དབྱེའི་མཐར་དབྱར་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་གདིང་བའི་ཉི་མའི་མཐར་ཐུབ་པ་གོས་ཀྱི་
རྟེན་པར་བབྱང་བའི་ཆོས་གོས་གསུམ་མོ། །ད གོ་འདུན་གྱིའོ། །བཤད་བརྒྱུ་མ་བྱས་པ་དང་།
ཡ་ཡོར་མ་གྱུར་པ་དང་། མ་རྒྱགས་པ་དང་། མ་ཟེགས་པའོ། །ཁ་བསྐྱར་བའོ། །ཡོངས་སུ་མ་
སྤྱད་པའོ། །སྤྱ་བའོ། །འཐུང་མ་ཅན་དང་། ལྷན་རིངས་ཅན་དང་། ལྷན་པ་ཅན་དང་། ཆ་ག་

ཅན་དང་། གཟུངས་ཅན་མ་ཡིན་པའོ། སྤངས་པ་དང་། སྦྱ་མ་བརྟགས་པ་དང་། བལ་ཕྱད་མ་
ཡིན་པའོ། སྤྲས་ཤིང་བྱུངས་པའོ། ཟིན་པའོ། རྩ་པའོ། རྟག་པ་ཡང་རྩང་ངོ་། རྩར་མ་བཏིང་
བའོ། བཏིང་བའོ། སྤུ་མ་ཡང་ངོ་། རྟེ་རི་སྟེད་པའི་གདིང་བར་བྱེད་པའོ། རྟེ་ནི་ཆོས་གོས་
གཞན་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་དག་ཕྱུང་ནས་
སོ། ཞག་མ་ལོན་པར་ཆོགས་པས་མོས་པ་ར་བྱའོ། མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྒོ་མཐུན་པར་
བྱའོ། གདིང་བ་ཡང་ངོ་། གང་ལ་དེ་འབྱུང་བའོ། རྟེ་ལ་གཏད་པར་བྱའོ། གསོལ་བ་བྱས་
ཏེའོ། བུ་བ་དང་བྱུབ་བ་དང་། ལ་མ་བསྐྱར་བ་དག་ལ་དེ་སྟོན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། གཉིས་
སམ་གསུམ་རྩིས་སུ་བསྐྱབས་པས་སོ། ཟིན་པ་ཞིག་གྲུབ་ན་རང་གིས་ཁབ་སྐྱབས་གཉིས་སམ་
གསུམ་བྱུབ་པར་བྱའོ། མཐོས་པ་དང་རང་བྱེད་པ་དང་། དེའི་མཐུག་དག་ཏུ་གོ་རིམ་བཞིན་
དུ་གདིངས་པར་འབྱུར་རོ། གདིང་ངོ་། བཏིང་ངོ་སྟེ་མ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། གང་པོ་
ཉམས་ན་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་མོ། ཆོ་དང་ཕྱན་པ་དག་བདག་ཆོས་གོས་སྤྲ་བརྟུངས་
གདིངས་པར་འབྱུར་གྱི། བྱིད་ཅག་གིས་ཆོས་གོ་ས་རྣམས་དབྱུང་བར་བྱའོ། ཞེས་ཆོགས་པ་ལ་
བརྗོད་པར་བྱའོ། འདུ་བའི་སྐབས་རྩིས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། རྟེ་དང་མེ་ཏྲག་གིས་མཚོད་
ཅིང་བདུག་སྟོས་དྲི་ཞིམ་པོས་བདུག་པ་དུ་མ་གཟེབ་གྱི་ཕྱོག་མར་ལྟན་ཅིག་བཞག་པ་ཐོགས་
ཏེ་གན་རིམས་སུ་འདུག་པས་གདིང་བ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ཆོས་བཅུ་དྲུག་ལའོ། སྟོན་ཟླ་
འབྲིང་པོའིའོ། ལན་གསུམ་བསྐྱབས་པས་སོ། གདིང་ངོ་ཞེས་སོ། གཤེ་སྟོང་རེ་རེའི་མདུན་དུ་
འདུག་ཞེ་བཏིང་ངོ་ཤིན་ཏུ་བཏིང་ངོ་ཞེས་གོ་བར་བྱའོ། གཞན་གྱིས་ནི་ལེགས་པར་བཏིང་
ངོ་། ཤིན་ཏུ་བཏིང་ངོ་། འདི་ལ་རྟེད་པ་དང་ཕན་ཡོན་གང་ཡོད་པ་དེ་བདག་གི་འང་ཡིན་
མོ་ཞེས་སོ། འདི་ལ་རྩིས་སུ་ཡི་རང་བ་ནི་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དང་འདུའོ། མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་
པས་སོ། སྤྲས་དུས་སུ་བསང་བར་བྱ་བསྐྱད་བར་བྱ་སྒྲུག་པར་བྱའོ། བྱིས་དུ་བ་ཅན་དང་རྩལ་
ཅན་དུ་བཞག་པར་མི་བྱའོ། རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་དུ་བཞག་པར་མི་བྱའོ། རྟེ་དང་འབལ་བར་
མི་བྱའོ། བྱིར་ཏེ་གཞན་དུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། མི་གཙང་བའི་སྐབས་སུ་འཐུག་པར་མི་

བྱའོ། །སྒྲ་གཅེད་པར་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །དབྱུང་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རང་འཇུག་པ་
དང་བྲལ་བ་དང་བཅས་མཐོ། །རང་འཇུག་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཆོས་གོས་སྤྱ་བརྒྱུད་གི་
མཚམས་གཞན་དུ་བྱིན་པ་དང་། བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་པར་བྱེད་པ་མེད་པར་མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་
སྤྱ་རེངས་ཤར་བ་དང་དེའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཆད་པའོ། །དེ་ལ་
དེའོ། །མཚམས་ལས་འདས་པ་ན་དེ་འགྲུབ་པོ། བྱིར་མི་འོང་བའི་སེམས་ཀྱིས་སོ། །མཚམས་ཀྱི་
བྱི་རོལ་དུ་དེ་སྤྱིས་ན་ཡང་ངོ་། ཆོས་གོས་བྱ་བའི་བསམ་པ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་ན་དེའི་ཆོ་
ཉིད་ནའོ། །ཡོད་ན་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཆད་ནའོ། །བྱིར་འོངས་ན་ ཡང་ངོ་། བྱེད་པར་
འགྱུར་བའི་མཐར་ཐུག་པ་དང་བརྒྱུམས་པ་ཞིག་པ་དང་། བསམ་པའི་རྒྱན་ཆད་པ་གསུམ་ལ་
དེ་གནས་སོ། །ཡིད་གཉིས་ནི་ངེས་པར་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་འདྲའོ། །ལས་ལས་གཞན་
པའི་བྱ་བ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་དུས་ནི་དབྱིད་ཆེ་ར་བའི་ཉའོ། །མོད་
ལའོ། །བཅོམ་པའི་དོན་ཉིད་དུ་སྤར་ཡང་ངོ་། །དེར་ཉམས་སུ་མ་སྦྱང་བ་དང་ལྡན་པ་ལ་ནི་མ་
ཐོས་ཀྱི་བར་དུ་པན་ཡོན་རྗེས་སུ་འཇུག་གོ། །རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་ནའོ། །ཡོད་ན་མ་ཆད་ཀྱི་
བར་དུའོ། །མ་ཐུང་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེའི་དུས་ཀྱི་རྟེན་པ་བགོ་བར་མི་བྱའོ། །གཞིར་
གཏོགས་པའི་ཆོས་གོས་སྤྱ་བརྒྱུད་གི་གཞིའོ། །དགག་དབྱེ་ཇི་ལྟ་བ་བ ཞིན་དུ་གདིང་
ངོ་། །གསོ་སྦྱང་གི་མཐའ་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་བྱའོ། །དབྱུང་བ་ཡང་ངོ་། །འདི་ནི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་
ཀྱིའོ། །ཡང་གསོ་སྦྱང་བྱས་ན་ཐུང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཏིང་ནས་བྱེ་བ་དག་ལ་ནི་དེ་ཐ་དད་
པར་འགྲུབ་པོ། །ཆོས་སྤྱ་བ་དག་ཡོད་པས་དེ་བཏིང་ངོ་། །དེར་གཞན་དག་གིས་བྱས་ཀྱང་
གནས་ཀྱི་རྟེན་པ་ནི་དེ་དག་ལ་འོས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་གནས་སུ་དེ་
སྤངས་པ་རྣམས་ལ་མི་འབྱུང་ངོ་། །བསམ་པ་གནས་པ་ནི་བཏིང་བ་ཡིན་ནོ། །ལྷན་ཅིག་ཏུ་བྱ་
བ་ལ་འདུན་པ་སྤུལ་བའི་དབང་གིས་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་ན་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་
དང་བྲལ་བ་ནི་ཐུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་འདུན་པ་མ་སྤུལ་བ་ལ ནི་འདུག་ཏུ་བྱིན་ཀྱང་
གཉིད་ལོག་གམ་སྟོམས་པར་ཞུགས་ན་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བཏིང་བ་དང་ཐུང་བ་མི་འབྱུང་

ངོ་། །མཚམས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེར་གནས་གཞན་དུ་གནས་པ་ནམས་ཀྱང་བཏིང་བའི་
ཕྱིར་གནས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་བཏིང་བའི་ཆོ་དེ་ན་གནས་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཏིང་ནས་
མཚམས་ཐ་དད་པར་བྱས་ན་གང་ཡང་རུང་བ་དེ་ལས་དེའི་གནས་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་པ་ཉིད་
ཡིན་ན་གནས་སོ་སོར་དེ་དབྱུང་ངོ་། །བྱེ་བ་ཉིད་ནི་ཕྱོགས་སོ་སོའོ། །མ་བཏིང་བས་ཕྱུང་བ་ནི་
མ་ཕྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་བསྐང་དུ་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །མ་
བཏིང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱུང་བར་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་གོ ས་སྒ་བརྒྱུང་བཏིང་བ་
སྐྱམ་སྐྱར་མེད་པར་གྲོང་དུ་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་སྐྱམ་མདོ་ཚུན་ཆད་དུ་འཇུག་པ་ལ་
ཡང་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཆོས་གོས་སྒ་བརྒྱུང་གི་གཞི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སོ། །ཆོས་གོས་
སྒ་བརྒྱུང་གི་གཞི་རྒྱུགས་སོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་བདུན་པམཚའི་གྱིས་མ་དྲས་པའི་གོས་སྐྱུད་པར་མི་
བྱའོ། །དྲས་ཤིང་དུབས་པ་ཆོས་གོས་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །སྐྱམ་ཕན་སྐྱེལ་ཞི་
ཉིད་དང་ལྷག་མ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་དབྱུང་ནས་གཞན་དུ་སྐྱེགས་བའི་འཕྲོ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་
སུ་ལྟ་བ་ཉིད་དང་མཐའ་བསྐྱར་བ་ཉིད་དག་གིས་སོ། །མཐའ་གོས་དང་སྐྱེ་གོས་དང་སྐྱམ་
སྐྱར་ལའོ། །དགེ་སྤྲོད་མས་ནི་ཤིང་ ང་དབྱུང་ཆད་དང་རྒྱལ་གཟན་ནམ་པ་གང་ཡང་རུང་
བའོ། །བརྟན་པོ་ཡང་ཡོད་ཅིང་བདོག་ནའོ། །དེ་དག་བཞག་ཏེ་སྐྱེ་རེངས་འཆར་བར་འདའ་
བར་མི་བྱའོ། །གཞན་མེད་ན་ཁ་མ་བསྐྱར་བ་ལ་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་འཆགས་སོ། །མ་
དྲས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་འབྱོར་ན་ལྟན་ཐབས་སུ་སྤྱོད་ནོ། །བྱིས་དུ་རུང་བའི་ནམ་
པ་ལ་ཡང་ངོ་། །བྱིང་བ་དང་ལ་བ་དང་བེའུ་ཕྱོགས་དང་སྐྱམ་དང་སེངས་པ་ནི་མི་དྲ་བར་
ལྟན་ཐབས་སུ་སྤྱོད་ཞིང་དུབ་བོ། །གནས་མལ་མི་གཙང་བས་གོས་པར་དེའི་མོད་ལ་སྐྱུང་
བར་བྱའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཁྱི་དང་ཁྱིའུ་མ་གཏོགས་པ་ལྟན་ཡན་ཆད་ལ་དེ་མ་ཡིན་པའི་
གཤིང་བ་མེད་པ་དང་གཤིང་གཡོགས་ལ་ཡང་བར་ཆད་མ་བཅུག་པར་ཉེ་བར་སྐྱུད་པར་མི་

བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁ་བོ་པལ་ཆེར་མ་ཉམས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ངན་ངོན་ཅམ་དང་དྲི་མ་
ཅན་གྱིས་མི་བྱའོ། །གདིང་བ་བཅང་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་སྤྱག་ན་ཆིག་རྒྱང་རྒྱང་ངོ་། །སངས་པ་
ནི་ཉིས་རིམ་མོ། །ཁྲ་ཁྲ་བོ་མི་རྒྱང་ངོ་། །དེ་ལ་སླེགས་བྱའི་འཕྲོ་བྱའོ། །འོག་རོལ་གྱི་སུམ་ཆའི་
དང་བོར་རོ། །སླེགས་བྱ་གཅིག་པ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། །གཡན་པ་དག་པ་པ་དེ་དང་
ལྡན་པས་བཅང་བར་བྱའོ། །དེ་ཞག་ལྡེལ་རྒྱག་ཅིང་སྦྱང་བར་བྱའོ། །སླིན་བལ་གྱི་དང་བལ་
གྱི་དང་ཤ་ནའི་དང་ཟར་མའི་རྒྱང་ངོ་། །སྤྲམས་སུ་མ་བྱས་པ་དང་གསོ་མ་ནི་མི་རྒྱང་ངོ་། །སྐྱ་
ལས་བྱས་པ་དང་གཅེར་བྱ་པ་དང་བྱ་བྱག་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལ་སློམ་བོ་
ཡང་ངོ་། །གཞན་བསྟན་པ་ནི་དེའི་འོ། །སྐྱ་འབལ་བ་དང་ལོ་མ་གྱོན་པ་དང་གཡང་གཞིའི་
སྤྲད་གཡོགས་དང་སྟོད་གཡོགས་དང་བཅས་པས་འཆོ་བ་དང་། གསོ་རས་དང་ཡན་ལག་གི་
སྦྱབས་དང་གོས་ཐམས་ཅད་སྟོ་བ་དང་། གདེངས་ཀ་ལྟ་བུ་དང་ཁ་ཆར་རིང་བོ་དང་རལ་ཀ་
དང་གཙུག་ཏྱར་དང་མགོ་དཀྱིས་པ་དང་ར་ཕྱར་དང་རྩ་བལ་གྱི་སྤྲམ་བྱ་དང་ལྷུ་སྤྲེགས་ཅན་
གྱི་རྒྱལ་མཆན་ཡང་ངོ་། །བྱ་ལ་སའི་འདབ་མ་གང་ཅམ་དང་མར་མའི་སྟོང་བོ་ཅམ་དེས་
ཀྱང་སྟོམས་པར་བྱ་བའི་བྱར་བགོ་བཤའ་བྱའོ། །ལ་བ་དང་དེ་ལྟ་བུ་དག་ནི་བཙུངས་
ཏེ་འོ། །མི་གཤེགས་པ་ཉིད་དོ། །རྟེན་པ་བགོ་བལ་ལྟ་བུའོ། །དེ་རྟེན་པ་འབྱེད་པར་འབྱུང་གིས་
དེར་བྱེད་ཅག་གིས་ཆོགས་པ་བྱའོ་ཞེས་དགོ་འདུན་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། གཞྭ་བརྒྱང་
བ་དང་། ཚུལ་ཤིང་བྲིམ་པ་དང་། བགྱང་བ་དང་། སོ་སའི་སྐལ་བ་བྲིམ་པའོ། །ཐ་མ་ཡན་ཆད་
བྱེད་པ་ཉིད་ན་འོངས་པ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་མོ། །མཚུག་ཏུ་བྱིན་པ་ཉིད་ནི་མི་དབང་ངོ་། །དེ་
ནི་རྟེན་པ་རྒྱང་བུ་ལ་ཡང་ངོ་། །རྟེན་པའི་བྱ་བ་དེར་ཞུགས་ན་སོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་མི་
དབང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་མོ། །དེའི་བྱར་འགོ་བས་མཐོད་པ་བཙུལ་བར་བྱའོ། །ཁས་སྦངས་པ་
དང་ལྡན་པས་མ་མཐོས་ན་བསལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །རྟེན་པ་རྒྱང་བུ་པ་ཁ་ལྟ་ལ་སོགས་
པའོ། །མ་བཙུལ་ན་མཐོད་པར་མི་བྱའོ། །སློབ་དཔོན་ནམ་མཁན་པོ་འི་མཐོད་པར་བྱའོ། །ཡིད་
གཙུགས་པའི་གནས་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་ངོ་། །རང་གི་ཚུགས་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་

མི་བྱའོ། །དེ་ནི་གནས་མལ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཟས་ལ་ཡང་ངོ་། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་མཛོད་པ་པ་
རོལ་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །མི་དབང་བས་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་མི་བྱའོ། །དབང་བ་གཅིག་ཉིད་ཀྱིས་
ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཐོབ་པ་ལ་མི་དབང་བའི་རྒྱར་རྒྱར་པ་མེད་དོ། །བྱེ་བ་ན་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་དག་ཏུ་སོང་བ་དག་འདུན་གྱི་རྟེན་པ་མི་དབང་ངོ་། །དེའི་དུས་གྱི་རྟེན་
པ་ལ་ནི་ཆོས་རིང་དུ་གནས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བབས་པ་དང་ཤི་བར་རྒྱར་པ་གཉིས་ཀྱང་
ངོ་། །རྟེན་པ་ནི་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལྟར་རྒྱ མ་པར་བཞག་གོ། །འཐོབ་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ་། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤུལ་ན་ཡང་ངོ་། །དག་འདུན་ཡོངས་སུ་མ་བཅད་ན་
ལས་གྱི་མཆོམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅད་དོ། །འདི་ལ་གཅིག་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །ཆོས་
གྱི་རྟེན་པ་ནི་དེ་སྤྱོད་པ་རྣམས་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
གཅིག་འཛིན་པ་ནི་འདྲིར་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །མཆོན་མི་མཐུན་པ་ཤི་བའི་ཡོ་བྱད་ལ་
ཅིག་ཤོས་ཡོད་ན་མི་དབང་བ་ཉིད་དོ། །གནས་ནས་རྒྱུང་བའི་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །མེད་ན་
ཡང་ངོ་། །རྒྱུ་ལས་སེམས་མ་ལོག་ནའོ། །དེའི་དེ་མཛོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ལ་དེ་ནི་ཐ་དད་པ་
ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་པ་ལ་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་ཆོངས་པ་མཚུངས་
པར་སྒྲོད་པ་ལས་གཞན་པ་དག་དེ་ནི་མི་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསོལ་བའམ་དང་པོ་དང་
ཐ་མས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཟེན་པ་ན་འོངས་པ་ནི་མི་དབང་ངོ་། །དེ་ལས་འགའ་ཞིག་དག་
འདུན་གྱི་ཆུན་པ་དང་གསར་བྱ་གཉིས་ལ་བྱིན་པ་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ན་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་
པར་བྱ་བ་འདུག་པ་དེའི་མཆོམས་སུ་གཏོགས་པ་རྣམས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
ནོ། །འདི་ལ་ཤི་བའི་གནས་ཉིད་ནི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ནོ། །མཆོམས་གྱི་བར་ན་འདུག་པ་ལ་ལྷས་སམ་
གཞན་གྱིས་རེག་པས་ཇི་ཅུམ་ཞོན་པ་དེར་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །གང་ན་ནོར་དང་འདྲ་བ་
དེར་འདུག་པ་དེའི་ཁོངས་སུ་ཡོ་བྱད་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ནོར་དང་འདྲ་བ་གཞན་ ན་
འདུག་པ་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །སྐྱར་བ་བསྐྱར་བར་བྱ་བས་མ་སྤངས་པ་ནི་དེའི་
ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤངས་པ་ནི་སྐྱར་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིའོ། །དེས་སྤངས་ན་ཡང་ངོ་། །ཕྱི་རོལ་དུ་

ཡང་མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲ་ཤིས་པ་དག་འབའ་ཞིག་གིས་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་མི་འཆགས་
སོ། །དབྱང་བ་དང་རིམ་གྱོ་དང་ཚོས་མཉན་པ་དང་ཡོན་བཤད་མ་བྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་
པར་མི་བྱའོ། །ལྷུང་བཟེད་དང་ཚོས་གོས་བྱིམ་གཞན་ན་འདུག་པ་ཉིད་ནི་བྱིམ་བདག་གིས་
གང་ལ་བྱིན་པ་དེ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དབང་ཞིང་དེས་ཕོངས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱིན་
པར་མི་བྱེད་ན་བསྐངས་པ་དང་ལྡན་པའོ། །མཐར་གྱིས་ན་དང་པོའོ། །མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ ཞིང་
མ་བཟྱས་པར་བོར་ན་སོང་བ་དང་ལྡན་པའོ། །དེ་ནི་མཐར་གྱིས་དང་འདྲའོ། །བྱ་ལོན་པ་
བྱང་ན་དེ་ལ་གཞལ་བར་བྱ་བའི་ཚད་ཀྱིས་ཤི་བའི་ཡོ་བྱད་དེ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བགོས་
ན་ཡང་ངོ་། །དེ་དང་ལྷན་ཅིག་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་ལ་བྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དམ་སྒྲིང་བར་
བྱ་བ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་སྟེ་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྟོད་པ་རྣམས་ལ་
བྱ་ལོན་ཆགས་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ལག་གི་སྒྲས་དཀོན་མཆོག་གི་སྒྲངས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་
དེའི་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་མཉམ་པར་བསབ་བོ། །ནད་གཡོག་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡོ་
བྱད་དུག་པོ་དེ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་ར བ་
དང་འབྲིང་དང་ཐ་མ་དང་བཅས་པ་ལས་སོ། །དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ཐུན་མོང་ངོ་། །དེའི་
དོན་དུ་སོང་བ་ཉིད་ཡིན་ལ་ནད་པ་ཤི་ན་བྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །རྩལ་དེ་མི་དབང་བ་ཉིད་
ལ་ནི་མི་བྱིན་ནོ། །གཞན་དུ་གནས་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་མི་བྱིན་པར་མི་བྱའོ། །འདི་ལ་
བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དབང་བ་ཉིད་དོ། །ནད་པས་སྒྲས་པས་བྱིན་པ་ཐིན་
ཡང་ཇི་སྟེད་སྒྲས་པ་བཞིན་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཤི་བ་ཉིད་ཀྱི་དུས་ན་རྩལ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ལ་ནི་
འོར་བདག་མི་དབང་ངོ་། །བྱིམ་ན་གནས་པ་ནི་དབང་ངོ་། །བྱིམ་པས་བྱ་དང་རྩུང་མ་ལུལ་
ནས་ཤི་ན་ཅི་བདེར་བྱའོ། །སྒྲང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་དང་བོང་བྱ་དང་རྟེན་དང་གོ་ཆ་རྣམས་ནི་
རྒྱལ་པོ་ལ་འབྱུལ་ལོ། །དབྱིག་དང་གསེར་དང་གཞན་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་རྣམས་ནི་
གསུམ་ལའོ། །རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་། །ལྷ་ཏིག་རྣམས་ནི་གལ་ཏེ་གཞན་ཡོད་ན་དེའི་སྐལ་
བས་སམ་ལྷག་པ་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་རུང་། གལ་ཏེ་མེད་ན་དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ལའོ། །ཚོན་

ཅི་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་ནི་བཀྲགས་ ཉེ་དྲི་གཙང་ཁང་གི་ཞལ་ཞལ་དུ་བྱལོ། །དེ་
མ་ཡིན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་སྐུ་གཟུགས་དང་དྲི་གཙང་ཁང་དང་མཚན་ཉེན་གྱི་ཡོ་བྱང་དུ་
བྱལོ། །ཆོས་ཀྱི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་འབྲི་བ་དང་སངས་ཀའི་སྤྱི་དག་གི་འོ། །ཐེག་པ་ལ་ནི་སྐུ་
གཟུགས་ལའོ། །རྒྱལ་མཚན་དང་དེའི་སློག་ཤིང་དག་ནི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་དོན་ དུའོ། །དེར་རྩང་
བའི་སློག་ཤིང་རྣམས་ཀྱང་ངོ་། །གཞན་དག་དང་མཚན་ཆ་རྣམས་ནི་དགོ་འདུན་ལའོ། །དེ་
དག་ནི་ཁར་སེལ་གྱི་ཡུ་བ་དང་ཁབ་དང་གི་གུར་བྱས་ཉེ་བེམ་མོ། །དགོ་འདུན་གྱི་གཞན་ནི་
བཞག་པ་དང་བགོ་བ་དང་བཟའ་བ་དག་ཏུ་ཅི་རིགས་པར་བྱལོ། །ཞིང་དང་ཁང་བྱིམ་དང་
ཆོང་ཁང་དང་གནས་མལ་དང་མགར་སྦྱང་དང་གསེར་མཁན་གྱི་ལག་ཆ་དང་འབྲེག་མཁན་
གྱི་ལག་ཆ་དང་རྩ་མཁན་གྱི་ལག་ཆ་དང་ཤིང་མཁན་གྱི་ལག་ཆ་དང་། བསེལ་ཡབ་མཁན་གྱི་
ལག་ཆ་དང་བྲན་དང་བྲན་མོ་དང་ལས་བྱེད་པ་དང་ཞོ་ཤས་འཆོ་བ་དང་། བ་ལང་དང་མ་
ཉེ་དང་ར་དང་ལྷག་དང་སྦྱན་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟླན་བཅས་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་དང་སྦྱར་དུ་
མི་འགྲུབ་པའི་དམ་རྒྱ་ནི་དང་པོར་འོས་པ་ཉིད་ཡིན་འོ། །རས་དང་རས་ལྷག་ཆེན་དང་བེའུ་
རས་དང་། མཆིལ་ལྷམ་དང་ལྷམ་སྒྲོག་གུ་ཅན་དང་འབྲུ་མར་དང་འབྲུ་མར་སྦྱོད་དང་བྱ་མ་
བྱམ་དང་རིལ་བ་སྦྱི་སྒྲུགས་དང་སྒྲེགས་བམ་གཞན་དང་དམ་རྒྱ་གཞན་དང་ཆོན་ཅི་གཞན་
དག་ནི་གཉིས་པར་འོས་པ་ཉིད་ཡིན་འོ། །འབྲས་དང་ཉིལ་དང་ནས་དང་མོ་ ན་སྒན་སྡེའུ་
དང་མོན་སྒན་སྡེའུ་དང་འབྲུ་གཞན་དང་བཟའ་བ་དང་བཏུང་བ་དག་ནི་གསུམ་པར་འོས་
པ་ཉིད་ཡིན་འོ། །གཞིར་གཏོགས་པ་གོས་ཀྱི་གཞིའོ། །སྒྲེགས་བྱ་དང་སྒྲེགས་བྱ་བྱེད་དག་
མཉམ་པར་བྱལོ། །གཞལ་བའི་ཕྱིར་དེའི་ཆད་ཀྱི་ཆགས་ཤིང་བཅང་བར་བྱལོ། །ཆལ་བྱ་དག་
ཀྱང་ངོ་། །དེའི་ཆད་ཀྱི་ཆགས་ཤིང་བཅང་བར་བྱལོ། །དེའི་ཆེ་ཆད་ནི་སོར་བཞིའོ། །བྱ་རོག་གི་
མཐོ་གང་ཡང་ངོ་། །རྒྱང་ཆད་ནི་སོར་གཉིས་སམ་བྱེད་དང་གསུམ་མམ་མཐེབ་སོར་གཅིག་
གོ། །ས་ལ་ཆོས་གོས་གདིང་བར་མི་བྱལོ། །དེའི་དོན་དུ་གཏན་པ་བྱལོ། །ཤིང་ལས་བྱས་པའམ་
སྦྱིག་མ་ལས་བྱས་པ་གྲུ་བཞི་བཏོད་པའི་ཕྱིར་ཐ་གྲུ་གཞུག་པའི་བྱ་ག་བཏོད་པ་ནི་དེ་ཞེས་

བུའོ། །ཆོས་གོས་ཇི་ཙམ་པར་རོ། །གི་གུས་བུའོ། །དེ་བཅང་བར་བུའོ། །བྱ་རོག་གི་མཆུ་ལྟ་
བུའམ། །བྱ་གག་གི་གཤོག་པ་ལྟ་བུར་རོ། །ལྷགས་ལས་བྱས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཡུ་བ་ཚེ་
ཅན་དང་ཁ་བོ་མི་བཅང་ངོ། །སོར་བྱུག་གི་ཚད་ལས་ལྷག་པ་མི་བཅང་ངོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་
བརྒྱད་ལས་མི་བཅང་ཞེས་སོ། །སོར་བཞི་པས་ཐུང་བ་ནི་དགོས་པ་མེད་དོ། །སྤྱི་བའི་བྱུག་པས་
བསྐྱས་པར་བཅོམ་མོ། །སྤྱི་བ་མེད་ན་ཆག་ཆག་བཏབ་ཅིང་བྱུགས་པར་རོ། །དེ་བཅོམ་པར་
བུའོ། །ཁབ་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ། །དེ་བཅང་བར་བུའོ། །ར་གན་དང་ཟངས་མ་དང་ཁར་བ་དང་
ལྷགས་ལས་བྱས་པ་ལས་གཞན་པ་མི་བཅང་ངོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ཟངས་དང་ལྷགས་དང་རྩོ་བ་
དག་ལས་བྱས་པ་ཞེས་སོ། །དེའི་ཁབ་རལ་སྤྱ་གུ་ལྟ་བུའམ་ཆང་པ་ལྟ་བུ་བཅང་བར་བུའོ། །དེ་
ངོ་ཚ་མེད་པ་དང་དག་ཚུལ་དག་ལ་རག་ལས་པར་མི་བུའོ། །མི་བཤེས་པ་དང་མི་བླན་པ་
དང་། རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་དག་མ་ཡིན་པ་དག་ལ་ཡང་ངོ། །ཁབ་དང་གི་དག་བཅས་མི་
ཚོས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱ་ཆོལ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་རས་མར་གཞུག་པར་བུའོ། །མི་འབྱེལ་བར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་ཆོས་གོས་ལ་སྒྲོག་ཏེན་བྱས་ཏེ་སྒྲོག་བྱངས་གདགས་སོ། །སྒྲོག་གུ་ཡང་ངོ། །བཙོ་སྒྲག་
མཁན་ལ་གོས་ཁ་བསྐྱར་བ་དང་ཁ་མ་བསྐྱར་བ་འབྱར་གཞུག་པར་མི་བུའོ། །དེ་དང་འདྲ་བ་
རང་གིས་མི་བུའོ། །དེའི་ངོགས་སུ་མི་བུའོ། །ཤིང་གི་ངོགས་ལ་མི་བུའོ། །གཞོང་པ་འཇམ་པོར་
བཀྲ་བར་བུའོ། །ཁྱ་བདེ་བས་སོ། །ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་མཐར་གྱིས་བསྐྱར་ཞིང་ངོ། །མི་རུས་ན་
རྐང་པ་གཉིས་ཀྱིས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱིས་པས་བཀྲར་བྱང་ངོ། །དེའི་གཞན་དུ་གྱུར་པར་སྦྱོད་པ་
བསྐྱང་བར་བུའོ། །བྱུག་དར་ཁྲོད་ནི་ལེགས་པར་བཀྲས་པ་དང་། བཅོམས་པ་དང་། ཁ་བསྐྱར་
བ་བཅང་བར་བུའོ། །མི་གཙང་བས་གོས་པའི་ཆོས་གོས་མི་བཅང་ངོ། །ཆོན་བཟང་བ་ཉིད་དུ་
བྱ་བའི་ཕྱིར་གྲིབ་མ་དང་ཉི་མ་འདྲེན་མར་བརྟུང་ཞིང་བསྐྱམ་པར་བུའོ། །གོས་དག་མེད་
པར་བསྐོལ་ལོ། །བྱེ་བྲག་གསུམ་མན་ཆད་དུའོ། །མང་བ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ལན་
གསུམ་དུ་བུའོ། །བྱི་མ་ཆེས་ངན་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ར་སྦྱོད་ཐ་དད་པར་བཞག་གོ། །འདི་ནི་
དང་པོའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་བྲེའོ། །ལྷར་དང་པོ་དང་སྐྱར་རོ། །གོས་ཀྱན་ནས་

བསྐྱབས་པ་ལའོ། །དེ་ནས་ཐུན་ཇི་ཙམ་རན་པ་བཅུ་ཞིང་གཞིང་པར་སྒྲགས་སོ། །གཤེར་ཆེས་
ན་འཇག་ལ། སྐམ་ཆེས་ན་འདྲིས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་རན་པར་རོ། །གཟར་ཐག་ཐང་
བཅད་པ་ཉིད་ལ་བསྐྱམས་ན་བཟང་ངོ་། །མཐའ་སྒྱུར་བས་སོ། །དབང་སྲ་དག་གིས་
སོ། །གཟུང་དཀའ་བ་རྣམས་ནི་རྩ་བ་ཉིང་བར་རོ། །ཆོན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་མི་འཛིག་པར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་ཡང་དང་ཡང་བསྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཆོན་སར་པ་ནི་སར་པ་དག་ལ་སྒྲགས་ན་བཟང་
ངོ་། །རྟིང་པ་ནི་རྟིང་པ་དག་ལའོ། །སར་པ་ནི་ཉེ་མ་ལ་བསྐྱམས་ནའོ། །རྟིང་པ་རྣམས་ནི་གྲིབ་
མ་ལའོ། །མི་འདྲིས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཉེ་མ་གཞན་ལ་ཆུའི་ཐུན་སྒྲགས་སོ། །བང་རིམ་དང་
འཆག་སར་ཆོན་གྱི་ལས་མི་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མི་བྱའོ། །དེའི་སྤྱིང་དུ་བྱའོ། །འཐོར་
འཐུང་བྱ་བའི་ཉེ་འཁོར་དུ་མི་བྱའོ། །ཕྱོགས་དེར་ཞལ་ཞལ་བྱའོ། །གལ་ཏེ་རྩོད་ཐལ་གྱིས་བྱགས་
པ་ཡིན་ན་བཟུའོ། །གལ་ཏེ་བརྩམས་པ་ན་རྒྱང་དང་ཆར་འོང་ན་བྱམས་སུའོ། །བྱས་ཟིན་ནས་
ཕྱོགས་དེར་སྤྱོད་བའམ་སས་བྱག་པར་བྱའོ། །བཅག་པ་དང་བརྒྱབས་པ་རུང་བར་མ་གྱུར་པ་
སྤྱད་པ་བཞེན་པར་མི་བྱའོ། །འདི་ལ་འཆོར་བ་ཉམས་པ་ནི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱུས་བརྒན་པ་
ཉིད་ནའོ། །ཟིལ་པས་བརྒན་ན་ལག་པས་མཉེ་བས་ཉམས་པར་བྱ་སྟེ། །ཤམ་ཐབས་བགོས་
པའི་སྤྱིང་དུ་སྐྱར་གས་བཅིང་ངོ་། །ཤུར་བྱའམ་ལྷག་པོད་དམ་རྒྱ་ཅང་ངམ་ཤུར་བྱ་སྤེུས་
སོ། །སྐྱར་གས་མ་བཅིངས་པར་གྲོང་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །ཁྲིས་གཅིག་གིས་ཀྱང་ངོ་། །ཆོམ་
བྱ་ཅན་དང་ཆར་ཆར་ཅན་དང་སྒྲ་གམ་ཅན་དང་། གསེར་སྤྱད་ནི་རྒྱན་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །ཁྲ་བོར་བྱས་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །གཞི་མ་བཏིང་བའི་སར་ཆོས་གོས་གཞག་པར་མི་
བྱའོ། །མི་གཙང་བའི་ཕྱོགས་སུ་མི་བཞག་གོ། །རྒྱལ་བ་ཡོད་ན་ཁུར་སྤྱོད་བས་མི་མནན་
ནོ། །གཞན་དུ་སྤྱད་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །བཤང་བ་དང་། གཅི་བ་བྱ་བ་དང་མི་
གཙང་བའི་བྱི་དོར་བྱ་བ་དག་ཏུ་སྒྲ་གོས་བགོ་བ་བཞེན་པར་མི་བྱའོ། །དེར་ཉལ་བར་མི་
བྱའོ། །བསོད་སྟོམས་ལ་རྒྱ་བ་དང་ཆོས་སྟོན་པ་དང་མཆོད་རྟེན་ལ་བྱག་བྱ་བ་དང་རྗེས་བྱ་བ་
དང་དགོ་འདུན་ཆོགས་པ་དང་གདམས་ངག་དང་ཆོས་མཉན་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལས་

གཞན་པའི་བྱ་བ་ལ་སྒྲུབ་སྒྱུར་གྱིན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ལ་ཉལ་བའམ་འདུག་པར་མི་
བྱའོ། །འགའ་ཡང་བཀུར་བ་ལ་སྒྱུར་བར་མི་བྱའོ། །ལྷས་ལ རེག་པར་བགོ་བར་མི་
བྱའོ། །མཆན་ཁུང་གཡས་པའི་བྱོད་ཀྱིས་དེ་མ་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་དེར་དེ་ལ་གོས་སྒྲན་པར་བྱའོ། །ཁྱུ་ཕྱེད་དང་དོ་དང་མཐོ་གང་ངོ་། །ངོས་
གཉིས་ཀར་སྒྱུད་པའི་བྱངས་ཀྱིས་སྒྱུར་རོ། །དུས་དུས་སུ་དེ་བཟུ་བ་དང་ཁ་བསྒྱུར་བར་
བྱའོ། །དེའི་དེ་ནི་བཙག་གིས་སོ། །གདོང་ཕྱིས་བཅང་བར་བྱའོ། །ལྷས་འཛག་པས་རྟག་གཟན་
རོ། །དེ་ཆོས་གོས་ཀྱི་ནང་དུ་བགོའོ། །འབྱར་ན་སྐ་བའི་ཆུའམ་སོ་ཕག་གི་ཕྱེ་མ་དང་སྒྱུར་བའི་
ཆུས་སྤངས་ཏེ་དལ་བྱས་ཁད་ཀྱིས་དགོག་པར་བྱའོ། །རྟག་དང་ཁྱག་ཀྱང་ངོ་། །དུས་དུས་སུ་
བཟུ་བ་དང་སྐམ་པ་དང་ཁ་བསྒྱུར་བར་བྱའོ། །དེའི་དེ་ནི་བཙག་གིས་བཟང་ངོ་། །དེའི་དེ་ལ་
ནི་སའི་སྤྱིང་པོ་བཟང་ངོ་། །ཆོས་གོས་དག་གར་བབ་བབ་དུ་མི་བཞག་གོ། །དེའི་དོན་དུ་
གདང་བྱ་བཅའོ། །དེའི་དོན་དུ་སྒྱུབས་ཁུང་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་བརྟེན་པའི་ཆོ་རལོ། །བྱས་
ཟེན་ནས་བྱ་བུ་མི་བྱའོ། །ཁང་བྱིས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་རོ། །དེ་ནི་ཤིང་བྱའམ་ཐག་པས འགྲུབ་
བོ། །གཏུར་བྱས་གོས་དག་བཀུར་ན་བཟང་ངོ་། །དེ་བྱའོ། །ཁྱུ་གསུམ་དང་ཁྱུ་ཕྱེད་དང་གསུམ་
ཉིས་བཞུབ་དུ་བྱས་ཏེ་བཙོམ་སོ། །དབྱས་སུ་ཁ་གདོད་དོ། །ཁར་ན་བྱ་བུ་ཅན་བྱའོ། །ཐ་བྱ་
ལས་སོ། །ཁ་རྒྱན་གཞན་ཡང་ངོ་། །སྒྱུད་པར་བྱ་བ་དག་སྤྱིང་དུ་གཞུག་གོ། །ཁང་འགོ་བར་
འགྱུར་བ་ཉིད་ན་སྒྲ་མ་ལ་ཁྱས་ཏེ་གནང་ན་འགོ་བར་བྱའོ། །རང་གི་གནས་སུ་ཆག་ཆག་ལ་
སོགས་པ་བྱས་ཏེའོ། །ལམ་དུ་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་གྱིས་སམ་འཕགས་པའི་མི་སྤྱི་བ་
ཉིད་ཀྱིས་འགོ་བར་བྱའོ། །ངལ་བསོ་བའི་གནས་སུ་གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གདོན་
རོ། །ཁྱུ་བརྩས་པར་ཡང་ངོ་། །ཁྱུ་དེ་གང་གི་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷ་རྣམས་ཀྱི ཕྱིར་ཡང་
གཞན་རོ། །གནས་པར་ནི་རྒྱན་ཆགས་གསུམ་པའོ། །དབྱང་ཐག་བཅང་བར་བྱའོ། །དེའི་ཆད་
ནི་ཁྱུ་བརྒྱ་ཡན་ཆད་ནས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་མན་ཆད་དོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་ཡུལ་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་
པ་ཞིས་བྱའོ། །དེ་མེད་པར་ཁྱོན་པའི་ཆུ་མ་ཡིན་པ་དགོན་པའི་ཡུལ་དུ་རྒྱ་བར་མི་བྱའོ། །ལམ་

དུ་འགོ་བས་ཆོས་གོས་སྒྲགས་ཤིང་བྱས་བྱ་བའམ་རྟེན་ལག་བསྟུགས་ཏེ་ཆུ་ཐོགས་ནས་མཆིལ་
ལྷམ་ཕྱིས་ཤིང་ཆོས་གོས་གསུམ་གྱིན་ཏེ་སྦྱོང་ལམ་ཞི་བས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འཇུག་པར་
བྱའོ། །ཤར་རིམས་བཞི་ལ་ཕྱག་བྱས་ནས་ཐ་མལ་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཞུད་པར་བྱའོ། །སྐྱེ་བསྐྱེད་
བ་དང་མཛེས་པ་དང་ཤིན་ཏུ་བཞུམས་པ་དང་སྦྱོང་ལམ་རན་པར་རོ། ། རྒྱས་ཤེས་པ་དང་
ལྷན་པས་བསུ་བར་བྱའོ། །མི་ཤེས་ན་མུ་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་བསུ་བར་མི་བྱའོ། །སྒྲོ་ཆོད་
ཅིག་ཆོལ་ན་མ་བྱིན་ཅིག་ལེན་ན་བསྐྱོག་ཅིག་ཅིས་བཅོལ་བ་ཁས་སྒྲངས་ནས་ཡལ་བར་
བོར་རམ་འདི་ཁོ་བོའི་གྲོགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གིས་ཡིད་གཙུགས་པའི་
དངོས་པོ་ཉིད་དུ་བསྐྱབས་པ་ལས་བརྒྱུ་པར་གྱུར་ན་གཞལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡིད་
ཆེས་པ་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །གཞན་གྱིས་མི་ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་བརྟག་པ་ནི་ཐབས་ཡིན་
ནོ། །དབུལ་བར་བྱ་བ་ལྷུང་ནའོ། །གལ་ཏེ་མ་སྒྲངས་པར་བཏང་ནའོ། །དེ་ལ་བག་མེད་པར་མི་
འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དྲི་བར་བྱའོ། །བརྟན་པ་མི་གཙང་བས་མ་རུང་བར་གྱུར་པ་བ གྱུ་བ་
ལ་སོགས་པས་སེམས་གཟུང་བར་མ་གྱུར་ན་རིན་ཕྱིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་སྒྲང་
བར་བྱའོ། །ལྷན་གདིང་བར་བྱའོ། །རྟེན་པ་བསྟུ་བས་མགོན་དུ་གཉེར་བར་བྱའོ། །རྒྱས་ཀྱང་
ངོ་། །ཕྱག་བྱའོ། །སྦྱོང་པ་བདེའམ་འདྲིའོ། །ཅི་རུས་གྱིས་ཡང་དག་པར་དགའ་བར་འགྱུར་
བར་བྱའོ། །གནས་མལ་རྒྱུན་དུ་བབ་པ་སྦྱིན་ནོ། །དགེ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་གྱི་གན་དུ་འགོ་
བར་བྱའོ། །དེས་དེ་གནས་འཆའ་བ་ལ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཤར་ན་དེ་ལ་གནས་མལ་
བརྟན་པའི་ཕྱིར་དེས་དགེ་སྒྲོས་ལའོ། །བབ་ཅོལ་དུ་གནས་མལ་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། །ཆོས་
གོས་ཀྱི་མཐའ་ཟེགས་ན་མཐའ་བསྐྱོར་གྱིས་སྒྲན་ཞིང་ཕྱིར་བཅོས་སོ། །སྐྱེད་ཆོམ་ས་ལྟ་བུ་དག་
གིས་དེའི་བྱངས་གདབ་བོ། །འོ་འོ་གོས་ནི་སྒྲ་གབ་མེད་པར་ཤིང་སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱིང་
དུ་ཉི་མ་བདུན་ནམ་བརྒྱད་དམ་ཁ་ཅིག་ལས་ལྷའམ་དུག་བཞག་སྤྱི་འབྱུར་བཅུག་ནས་སྦྱོང་
པར་བྱའོ། །བདག་དུར་ཁྱོད་པའོ་ཞེས་གོ་བར་བྱས་ནས་འཁོད་ན་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཁང་
ཁྱིམ་དག་དུ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དུར་ཁྱོ ད་པས་བདག་གིར་བྱ་བ་མ་བཏང་བ་ལ་ཡང་སྦྱོང་པ་

བཞེན་པར་བྱའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་ལ་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །མཚོད་རྟེན་ལ་འདྲམ་གང་ཅམ་གྱིས་འབྱེད་དོ། །སྤྱང་ཡབ་བཅང་བར་བྱའོ། །བལ་ལས་བྱས་པ་དང་ཤ་ན་ལས་བྱས་པ་དང་རས་བལ་ལས་བྱས་པའི་རས་མཐམ་འདམ་མའི་དོག་པའོ། །སྤྱང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་དང་བ་ལང་གི་སྤྱ་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱས་པ་མི་རུང་ངོ་། །ཐམས་ཅད་དུ་གང་ཟག་གིས་ཁར་བ་ཅི་ཅན་ཉིད་དང་ཁ་བོ་ཉིད་མི་རུང་ངོ་། །སྤྱང་སྦྱབས་ཀྱང་ངོ་། །ཤིང་བུའི་སྤྱང་དུ་རས་གྱིས་གཡོགས་པའོ། །བཅིང་བས་སོ། །བྱ་བཞི་པ་དང་དོ་པའོ། །རས་བྱ་བཅུ་གཉིས་པས་གཡོགས་སོ། །འབྱར་བ་དང་བཅས་པར་རོ། །དེའི་མ་མཐའ་ནི་མལ་ཆས་སྦྱར་རོ། །སྒོ་གསེགས་ཀར་གདོད་དོ། །ཆ་བར་ནི་བསེལ་ཡབ་སྦྱར་རོ། །བསེལ་ཡབ་བཅང་བར་བྱའོ། །བསེལ་ཡབ་མཐན་གྱིས་བྱས་པའམ་ཏ་ལའི་ཆང་བུའོ། །ཁ་ཁ་བོ་མི་རུང་ངོ་། །དགེ་འདུན་གྱིས་ནི་གཞན་ཡང་ངོ་། །ཁོར་བུ་དང་རྩ་མའི་བསེལ་ཡབ་རྟེན་ན་མཚོད་རྟེན་ལ་དབུལ་ལོ། །ཉན་ཐོས་གྱི་ལ་ཡང་ངོ་། །ཉན་ནང་ཚངས་ཅན་དང་ལ་བ་དང་སྤྱས་ནང་ཚངས་ཅན་དང་གོར་བུ་དག་བཅང་བར་བྱའོ། །བུ་དང་ཆུང་མའི་རྟེན་པ་ནི་སྦྱོན་པར་བྱེད་པའི་དབང་གིས་བསྐྱབ་བོ། །གལ་ཏེ་སྤྱ་བར་བྱེད་ན་ཅི་ཅམ་འདོད་པ་དེ་ཅམ་དུ་བཅོང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་དབུལ་དུ་རུང་ངོ་། །ཤིང་སྒྲོན་པ་ལ་སྤུལ་བ་གལ་ཏེ་རྒྱན་ཡིན་ན་དུས་སྒྲོན་གྱི་ཆེ་དེ་ཉིད་བརྒྱན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཞག་གོ། །རྩིག་པ་ལ་ན་གལ་ཏེ་གནས་ཁང་གི་ནི་རི་མོ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མ་ཡིན་ནམ་ཀ་བ་ལ་ན་ལས་གསར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་ལ་ནའོ། །མི་ཁང་གི་ནི་སྤྱང་བར་རོ། །ཡང་ན་སྦྱུ་བག་གི་རྟེན་པར་རོ། །རུང་བའི་ཁང་པ་ནི་ན་བའི་སྦྱན་དུ་བཞག་གོ། །བཀའ་སའི་ནི་ཟས་སྤྱ་བུའོ། །སྦྱུ་མལ་གྱི་ནི་བདུང་བར་བྱའོ། །བསྐྱོ་ཁང་གི་གནས་གྱི་ནི་བསྐྱོ་ཁང་ངམ་སྦྱུ་བག་གི་རྟེན་པར་རོ། །འཁོར་གྱི་བྱམས་དང་སྤྱང་སའི་ར་བའི་སྦྱུ་བག་གི་རྟེན་པར་རོ། །ཡང་ན་སྦྱུས་པའི་རབས་གྱི་ཐེ་བྱི་བར་བྱའོ། །བང་རིམ་དང་འཆག་ས་དང་སྒོ་ཁང་དང་བྱམས་དག་ལ་སྤུལ་བ་ནི་སྒོའོ། །རྫིང་བུའི་ཡང་ངོ་། །ཁ་ཅིག་ལས་དེ་ནི་ཕྱོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཉིད་དུ་བཞག་གོ། །ཞེས་སོ། །དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་སྤྱང་དུ་རུང་ངོ། །བསྐྱག་

དུ་རུང་ཡང་ངོ། །ལེན་པའི་ཆེའོ། །མཐོང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཕང་ལོ་བྱའོ། །ཆ་བ་དང་རྒྱང་
དང་ཆར་པའི་གནོད་པས་མི་རེག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁང་པ་བཅེགས་པ་སྒོ་བཞི་དང་ལྷན་པ་
ཡང་ངོ། །དུས་སྟོན་གྱི་རྗེས་ལ་འཕང་ལོ་བཏུལ་ལོ། །སྟོན་སྟུང་འབྲུག་པས་རྟེན་པ་འབྲུག་
པར་བྱའོ། །གཉིས་ཀ་ལ་མ་བཟོས་པར་སྟོན་པ་མཆོད་པའི་ཆེ་ཕུལ་བ་དགོ་འདུན་གྱི་ལ་དགོ་
སྟོང་མ་རྣམས་གྱི་འབྲུག་པ་མེད་དོ། །འདི་ལ་གཅིག་གི་ནང་དུ་དེ་དག་གིས་འཕང་ལོ་ཐ་
དད་པ་བཅུགས་ན་ཉེས་པ་སྒྲུབ་པོའོ། །སྟོན་སྟུང་འབྲུག་པས་བགོ་བར་བྱའོ། །དེ་བསྐྱོ་བར་
བྱའོ། །བཙུང་བར་བྱ་བ་རྣམས་བཙུངས་ཏེའོ། །དགོ་འདུན་འདུས་པ་ལའོ། །བསྐྱེད་པས་
སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེར་འདུ་བའི་སྐབས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དགོ་འདུན་གྱི་གནས་
བཟུན་གྱིས་རིན་ཐང་གདབ་པར་བྱའོ། །རན་པར་བྱའོ། །དེས་ནི་དེ་ལ་མི་དབབ་པ་ཉིད་
དོ། །ཡང་མི་འབྱུང་བར་ངེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ་དབབ་བོ། །མི་ཉོ་བས་བསྐྱེད་པར་མི་
བྱའོ། །བྱད་མེད་མི་བྱའོ། །རིན་མ་ཕུལ་གྱི་བར་དུ་སྟུང་པ་དང་བྱི་དོར་ཡང་མི་བྱའོ། །བགོ་
སྐལ་བ་རྣམས་མང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་ཆོམས་ཀྱིས་བགོ་བར་བྱའོ། །འོག་པ་
མ་བགོས་པར་ཆོམས་འགའ་ཞིག་གི་ན་དེའི་སྐལ་བ་ཆོམས་དེ་ལ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཟུ་
ངན་ལས་འདས་པའི་བསམ་པས་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྷན་པ་ལ་ནི་གོས་སྟོང་
ཕྲག་བརྒྱ་པ་དང་། ཟས་རོ་བརྒྱ་པ་དང་། ཁང་པ་བཅེགས་པ་ལྷ་བརྒྱ་པ་ཡང་འོས་སོ། །དགོ་
འདུན་གྱི་རྗེས་ཀྱང་ངོ། །མི་སྟོབ་པའི་མན་ཆད་ཀྱིའོ། །སོ་སའི་སྟེ་བོ་ལའོ། །ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་
བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལེ་ལོ་ཅན་ལ་ནི་སྤངས་པ་དང་ཉེ་བར་སྟུང་པ་བྱ་ལོན་དུ་འབྱུར་
རོ། །མཆོམས་གྱི་ནང་ཉིད་ན་གང་ཟག་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ངམ་དེའི་རྟེན་པས་འཆོ་བ་ལ་ནི་
དགོ་འདུན་གྱི་རྟེན་པ་འོས་སོ། །དེས་པའི་གནས་ཁང་ན་ཡང་ངོ། །དེ་རི་མོར་བསྐྱོའོ། །ལྷགས་
ལས་བྱས་པའི་སྟོན་སྟུང་དག་ལས་སྟུང་བཟེད་དང་སྟུང་བཟེད་ཆུང་དུ་དང་ཆུ་སྟོན་དང་བོ་
ཕོར་དང་། ལྷ་མིག་ཀྱིག་པོ་དང་གིུ་དང་ཁབ་དང་སེན་མོ་གཙོད་པ་དང་ནལ་བེ་དང་ཐལ་
ཕྱགས་དང་སྟ་རེ་དང་སྤང་དང་ཕོར་བྱ་དག་ནི་བགོ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །སའི་སྟོན་སྟུང་

དག་ལས་ནི་ལྷུང་བཟེད་དང་ལྷུང་བཟེད་ཆུང་ཅུང་དང་སྤང་དང་བྱམ་པ་དང་བྱ་མ་བྱམ་
དང་གཞིང་པ་དང་རིལ་བ་སྤྱི་སྤྱགས་དང་ཆུ་སྤོད་དག་གོ། བྲི་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་པ་ལ་
སོགས་པ་མན་ཆད་ནས་ལྷགས་ལས་བྱས་པའི་བར་དག་གོ། བརྗེས་ཏེ་འོ། ཤིང་ལས་བྱས་པ་
ནི་མ་ཡིན་ནོ། རྩོམ་ཅི་ལྷ་ལས་གཞན་པའོ། མ་བསྐྱེད་པའོ། བསྐྱེད་པ་ནི་ཁ་བསྐྱར་བར་བྱ་
བ་ལ་སྐྱར་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། དག་འདུན་གྱི་ལའོ། ཀྱན་དགའ་ར་བ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་
དང་། དེ་དག་གི་གཞི་དང་། གནས་མལ་དག་ནི་བཙུང་བར་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། བཞག་
པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ལ་མ་ལ་ཟས་དང་
གོས་གྱིས་བསྐྱངས་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་ལྷུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་ལས་ ལྷག་པའི་རྟེན་པ་མེད་
ན་བསྐྱངས་ཏེ་འོ། མ་གྲུབ་ན་ཟན་གྱི་སྐལ་བ་ལས་སྤེད་སྤྱིན་ནོ། བྱེ་བྱག་ཤེས་པར་བྱ་བའི་
སྤྱིར་ཆོས་གོས་དག་ལ་ཐེག་ལེ་བྱའོ། དེ་དག་ལ་མཚན་མ་གདབ་བོ། ལྷག་ཆའི་ཐེག་ལེ་ནི་དེ་
ཞེས་བྱའོ། ལྷུང་དག་ཀྱང་ངོ་། ཁ་ཚར་དང་ཕུན་ཚར་གྱི་མཐར་རང་ཆག་བྱའོ། ལྷམ་སྐྱར་མ་
ཡིན་པ་དག་ལ་དྲས་ཏེ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་ངེས་པ་མེད་དོ། རྒྱུན་དེ་ལྷ་བྱ་དག་མེད་པར་
མ་དྲས་པ་དེས་གྲོང་དང་བྱིས་གཞན་དག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་འདུག་པར་མི་བྱའོ། ལྷ་སྤྱོད་ས་
ཅན་གྱི་འདུག་གནས་སུ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། འཁོད་ན་འཇུག་པ་དང་འདུག་པར་མི་བྱའོ། ལྷ་
ཅན་ཆོས་གོས་གསུམ་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་མི་བསྐྱབ་བོ། དེ་བཞིན་བའི་གོས་སུ་མི་བསྐྱེན་ནོ། ཁེང་
བ་དག་བདག་གིར་བྱའོ། དེ་ནི་རྣམ་པ་བཞིའོ། བལ་ལས་བྱས་པ་དང་། ཟར་མ་ལས་བྱས་པ་
དང་། དུ་གུ་ལ་ལས་བྱས་པ་དང་། རས་བལ་ལས་བྱས་པའོ། ལྷ་དམའ་བ་ལ་སོགས་པ་རས་
གྱི་རྣམ་པ་ཡང་བ་གཞན་དག་ཀྱང་ངོ་། ལྷ་བ་ཡང་ངོ་། གཞོད་པ་མེད་ན་སྤྱིར་བསྐྱན་ཏེ་
བཞོ་བར་མི་བྱ་སྤྱོད་གཞན་དུ་ནའོ། དེ་དེ་བཞིན་དུ་གྱོན་པས་བཅག་པར་མི་བྱའོ། ལར་སྤྱོད་
གི་ལྷ་བ་དང་བེུ་སྤྱགས་དང་པར་ཐང་ཁྲ་བོ་གང་ཟག་གིས་བདག་གིར་མི་བྱའོ། འཆག་
སར་པར་ཏང་གའིང་བ་མཛོད་པར་བྱའོ། ཏྲག་ཏུ་མལ་གཅིག་ཏུ་བཅག་པར་མི་བྱའོ། རུས་
པ་ཉིད་ཡིན་ན་བཙུང་པ་དང་སྤྱན་པ་རིང་པོ་དག་སྤྱན་པས་སྤྱིར་བཙུང་པར་བྱའོ། མི་རུས་

པ་ཉིད་ཡིན་ན་འཆག་ས་དེ་ཉིད་དུ་སྦྱི་བ་དང་སས་བྱག་པར་བྱའོ། །གཞན་བཅང་བར་
བྱའོ། །སྦྱིན་བདག་ལ་ཡིད་བརྟན་པས་སོ། །སྒྲུལ་སྦྱར་དང་སྒྲ་གོས་དང་མཐང་གོས་དང་ཤམ་
ཐབས་དང་ཤམ་ཐབས་ཀྱི་གཟན་དང་རྩལ་གཟན་དང་རྩལ་གཟན་གྱི་གཟན་དང་གདོང་
སྦྱིས་དང་རྟག་གཟན་དང་གཡན་པ་དག་པ་དང་སྒྲ་བཟེད་དང་གདིང་བ་དང་དབྱར་གྱི་
གོས་རས་ཆེན་བཅང་བར་བྱའོ། །ཆོས་གོས་གནང་བ་དེ་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་བཅང་
བར་བྱའོ། །ཡོ་བྱད་ཀྱི་གོས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ནི་དཀར་པོ་ཉིད་དང་ཁ་ཚར་དང་ཕུན་ཚར་དང་
བཅས་པ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ཡང་ངོ་། །གཞན་དུ་མ་ཡང་རུང་བར་བྱས་
ཏེ་བཅང་བར་བྱའོ། །སེམས་མི་བརྟན་པ་ལ་རུང་བར་མི་བྱའོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ལ་མི་
བྱའོ། །མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱའོ། །ཡུལ་གཞན་དུ་གནས་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་རུང་བ་
མི་ཉམས་སོ། །ཤི་ན་ཉམས་སོ། །ཤེས་ནའོ། །འདི་ལ་རུང་བར་བྱེད་པ་བདག་པོ་ཉིད་
ངོ། །སྤངས་པ་བདག་གིར་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤང་ལ་སྤ ང་བར་བྱའོ། །མི་གསལ་བ་ལ་ཡང་མི་
བྱའོ། །མ་བྱིན་ན་སྤང་ངོ་། །མཐུས་ཀྱང་དགྲ་གཤོག་གོ་གོས་དྲི་དག་གིས་གོས་པ་བཀྱས་ཏེ་བགོ་
བར་བྱའོ། །བྱེ་མ་དག་གིས་ན་སྦྱགས་ཏེ་འོ། །སྦྱུང་གྱིས་ན་རྩལ་པར་བྱས་ཏེ་འོ། །ཆར་འབབ་
པའི་ཆེ་སྒྲ་གཤམ་མེད་པར་དགེ་འདུན་གྱི་མི་བགོ་འོ། །བཀྱ་བཤལ་དང་ཆོན་དང་ལྷུང་བཟེ ད་
གྱི་ལས་དང་ཤིང་གཤམས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པའི་ཆེ་མི་བགོ་འོ། །ལྷན་ཅིག་པ་ཉིད་ལ་ཞེས་
མ་བསྒོ་ན་གཅིག་དང་དབལ་བའི་ཕྱིར་འདོམས་པ་ལ་བྱིན་པ་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་གྲངས་
ཡིན་ནོ། །འདོམས་པར་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་མི་བྱིན་ནོ། །སྦྱོན་པས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་དང་
དེའི་བྱིམ་ནས་སྤངས་པ་ལས་སྤང་བར་མི་བྱའོ། །བྱ་བསྐྱད་པ་ལས་སྤང་བར་བྱའོ། །དུར་ཁྲོད་
ནས་ཕྱིར་བསྒྲོག་པ་ཡང་ངོ་། །ཕྱིར་འགྲུགས་ན་བྱིན་པར་བྱའོ། །ཡང་རྟེན་ན་སྤང་ངོ་། །མཆོད་
རྟེན་གྱི་དཀོར་དང་འབྱུང་ཁུངས་དང་། རྩ་བ་དང་འབྲས་བྱ་དང་བྱ་རམ་ཤིང་ལས་གཞན་
པའི་ཟས་ཀྱི་དོན་དང་། བསྒོ་བས་ཉེ་བར་འཆོ་བར་བྱ་བ་དང་ན་བའི་རུང་བ་ནི་ བདག་གིར་
བྱ་བའི་ཕྱིར་བགོ་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རྟེན་པ་ལ་ནི་དབྱར་གྱི་མཚམས་འཇུག་

གོ། དབྱར་རལ་བ་ནི་མི་དབང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། གནས་ནས་ཕྱང་བ་ཉིད་ན་མི་དབང་
ངོ་། རྩེས་ཀྱིས་མནན་པར་གནས་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་ནི་སྐལ་བ་གཅིག་ཁོ་ནས་། རྟེ་ལ་
མནན་པ་རྣམས་སུ་བདག་ཉིད་བབྱང་བའི་ཆ་ཉིད་དོ། གཞན་པ་གཅིག་ཏུ་གནས་པར་ཁས་
སྒྲངས་པ་ལ་ནི་ཡུན་རིང་བ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། དག་ཚུལ་དང་དག་ཚུལ་མ་དག་
ནི་རྟེད་པ་ལ་སྲུང་ཆ་དབྱིབ་ཉིད་དོ། ཟས་ལ་ནི་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། བསྟེན་པར་རྩོགས་པར་
འདོད་པ་དང་དག་སྟོབ་མ་དག་ཀྱང་ངོ་། དག་སྟོང་དང་དག་སྟོང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐལ་བ་བགོ་
བ་ནི་གང་ཟག་ལས་ཡིན་གྱི། དག་འདུན་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཟས་ཀྱི་མཁུག་ཐོགས་ཀྱི་རྟེད་
པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་མ་བཅད་པ་དེ་ལ་དག་སྟོང་མ་བོས་པ་ཉིད་དག་ཀྱང་མི་འཁུག་པ་མ་ཡིན་
ནོ། རྟན་དང་ཆུ་དང་བསོད་སྟོམས་དག་ལ་དག་སྟོང་དག་སྟོང་མ་དག་པས་གཙོ་བོ་ཉིད་མ་
ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། དག་སྟོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོགས་པ་ན་ གན་པའི་མཐར་ལྟན་གཞག་
གོ། དག་སྟོང་དང་བཅས་པ་ཉིད་ན་དེ་དག་གིས་མི་རུས་ན་དག་སྟོང་མས་ཡོན་བཤད་པར་
བྱའོ། འདྲིམ་པར་བྱེད་པས་སྦྱིན་པའི་བྱིར་ཟས་ཉེ་བར་བཞག་པ་ན་དག་འདུན་གྱི་གནས་
བཟུན་གྱིས་དང་པོར་སྟོམས་པར་བྲིམས་ཤིག་ཅེས་བསྟོན་བར་བྱའོ། འཁོར་ལ་བལྟས་ཏེ་མང་
ལ་ཟས་ཉུང་བ་ཉིད་ན་དེའི་ཆོ་ལྷ་མ་བརྗོད་ཅིང་བྱད་པར་ཞེས་སོ། གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ཅི་
འབྱོར་བར་ཞེས་སོ། གན་པའི་མཐར་སུ་བྲ་བ་ཏ་ཞེས་མ་བརྗོད་པར་དང་པོར་སྒྲང་བར་
མི་བྱའོ། ཟས་བསྟོགས་པ་ན་བསྟོས་པ་དག་ལས་གཞན་པ་དག་སྟགས་ན་དེ་ལ་སྦྱོར་པར་
བྱའོ། དག་སྟོང་ཆོས་གོས་གསུམ་སྦྱིན་ཏུ་གཞུག་པར་མི་བྱའོ། དག་འདུན་གྱི་ ས་སོས་པར་
གྱུར་པ་ཉིད་ན་འདི་ལ་བྱིར་སྦྱིན་ནོ་སྟམ་པ་འདི་ལས་གཞན་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྒྲང་བར་མི་
བྱའོ། རྟོད་གཡོགས་དང་སྦྱད་གཡོགས་གཉིས་ཀྱིས་དོར་རོ། འབྲིང་གིས་སོ། ལྷག་མས་མི་
བྱའོ། ཤམ་ཐབས་མ་བཅིངས་པར་གྲོང་ཏུ་འཁུག་པར་མི་བྱའོ། ཁྲིས་གཅིག་གིས་མི་
བྱའོ། གོས་ཀྱི་གཞི་ཕྱན་ཆོགས་ལ་ སོགས་པ་ཁུ་བ་དང་བཅས་པའི་སྐབས་སོ། གོས་ཀྱི་གཞི་
རྩོགས་སོ། ། ཡུལ་དབྱས་ཀྱི་མཆོམས་སོ། ཤར་ཏུ་ནི་ལི་ཁ་ར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་མདུན་གྱི་ནགས་

ལེ་ཁ་རའི་ཤིང་ཚང་ཚང་ཅན་ཞེས་བྱའོ། ལྷོར་ནི་འདམ་བྱ་ཅན་གྱི་ལྷོ་ན་ཆུ་སྤང་དེ་ཞེས་
བྱའོ། ལུབ་དུ་ནི་བམ་ཟེའི་གོང་ཀ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཀ་བ་ཞེས་བྱའོ། །བྱང་དུ་ནི་ཡུ་ཤི་རའི་རི་
ཞེས་བྱའོ། མཐའ་འཁོབ་དུ་མཆིལ་ལྷམ་དག་བཅང་བར་བྱའོ། གནས་མལ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་
ཡང་ངོ་། ཆིག་རིམ་མོ། རྫོགས་པ་གཞུག་པས་བཅོས་པར་བྱའོ། རིམ་པ་གཞན་ནི་མི་རུང་
ངོ་། བྱིས་པས་ཐ་ན་གོམ་པ་བདུན་དུ་བགོས་ན་རིམ་པ་མང་བ་ཡང་རུང་ངོ་། རུང་བ་ཅམ་
གྱིས་དོན་ཉིད་དུ་དེ་དང་སྐྱར་བའི་དབང་དུ་ལེན་པ་ནི་མི་རུང་བ་སྤངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་
མོ། ཁྲ་བོ་བྲ་བ་དག་མི་བཅང་ངོ་། ལུག་རུ་ལྷ་བྱ་མི་བཅང་ངོ་། ལྷ་ཤུབ་དང་ཀ་ར་བྲི་རའི་
འདབ་མ་ལྷ་བྱ་དག་མི་བཅང་ངོ་། གསེར་དང་དཔུལ་གྱིས་སྤྲས་པ་དག་མི་བཅང་ངོ་། བྲིག་
བྲིག་ཟེར་བ་དག་མི་བཅང་ངོ་། གྲོག་གྲོག་ཟེར་བ་དག་མི་བཅང་ངོ་། དུག་དུག་ཟེར་བ་དག་
མི་བཅང་ངོ་། བྲིག་བྲིག་ཟེར་བ་མི་བཅང་ངོ་། སྒྲིག་རྩས་སུ་འགྱུར་བ་གཞན་དག་ཀྱང་
ངོ་། ཁོལ་གོང་བ་ཅན་ནི་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་མོ། ལྷ་དང་རྟིང་པའི་སྐྱབས་ཅན་བཅང་
བར་བྱའོ། ཁ་ཆུ་ཆུས་བྱང་ངོ་། ལྷམ་ཡུ་ཆད་ཀྱང་ངོ་། ཆུ་ལ་ཆབ་བྲོམ་ཆགས་པའི་ཡུ་ལ་དུ་
ནི་ལྷ་དང་ལྷམ་སྒོ་གྱ་ཅན་ཡང་ངོ་། ལྷ་མའི་དུང་དུ་མཆིལ་ལྷམ་བགོ་བ་བརྟེན་པར་མི་
བྱའོ། ཁང་གི་དང་སྒྱག་དང་གྲུང་དང་སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་ཅང་ཤེས་གྱི་ཡན་ལག་ཅུང་ཟད་
ཀྱང་ལུས་ལ་གདགས་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། རྟེན་གཤིས་སྤང་པོ་ཆེ་པལ་པ་དང་རྟ་དམུ་
མོད་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་གཅན་གཟན་དག་ཀྱང་འཕངས་པ་ཡིན་མོ། མཆིལ་ལྷམ་
དག་བཅུ་པར་མི་བྱའོ། རས་མ་གཤེར་བ་དག་གིས་དེ་དག་གི་རྩལ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
བྱི་བར་བྱའོ། རྟེན་བཅང་བར་བྱའོ། རྟེན་གཞུ་བར་བྱའོ། མི་མཛོས་པའི་དངོས་པོ་དབེན་
པའི་ཕྱོགས་སུ་བྱའོ། རྟེན་ཆེད་དུ་སྤྱང་བྱ་དང་གོ་བ་བཅང་བར་བྱའོ། རྟ་གི་ནི་མ་ཡིན་
མོ། བྱིས་གཞན་དང་ཆབ་སྤངས་ལས་གཞན་པར་ཤིང་གི་མཆིལ་ལྷམ་བགོ་བར་མི་
བྱའོ། བྲིག་མའི་སྒྲིགས་བྱ་དང་ཐུན་ཇ་དང་སི་རི་དང་དར་བ་དག་གིས་ཡང་མི་བྱའོ། ཐ་
གའི་ཡང་ངོ་། ལྷང་ལྷག་ཅན་མ་ཡིན་པས་སོ། བྱིས་གཞན་དུ་གཞན་མེད་ན་གོ་སྤྲགས་ལ་

འདུག་པར་བྱའོ། །དེར་ཡང་རྒྱན་དེ་ལྟ་བུ་དག་མེད་ན་ཉལ་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །མིག་ལ་
ཕན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོམ་ཕྱགས་སྤང་བར་བྱའོ། །རྟེན་པའི་གནས་སུ་གདིང་བར་
བྱའོ། །སངས་རྒྱུ་གྱི་ནི་དྲི་གཙང་ཁང་གི་སྒྲོར་རོ། །མཆིལ་ལྷམ་དག་ཏུ་བགོ་བར་བྱའོ། །རྒྱུ་
ནད་ཅན་གྱིས་ནི་འདུག་པ་དང་ཉལ་བ་ཡང་ངོ་། །གཞུང་འབྱུང་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་དེ་
བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་དེ་ལྟར་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །སྒྱུ་ལ་རེག་པས་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་རིག་
གོ། །མཆིལ་ལྷམ་དག་རིམ་པ་མང་པོ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ངོ་། །དུ་མའི་སྤྱིང་དུ་གཅིག་བཞག་པས་
ཀྱང་ངོ་། །ཨ་སྤྱུ་པ་རན་ཏ་དག་ཏུ་ནི་ཀོ་ཕྱགས་མི་བཅང་བར་མི་བྱའོ། །ཁེང་གི་ལ་སོགས་
པའི་མི་བཅང་ངོ་། །གང་གི་ཀོ་ཕྱགས་མི་རུང་བ་ཉིད་ ཡིན་པ་དེའི་རྒྱུ་པ་དང་རྩས་པ་དང་
སོ་དང་ཤ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ངོ་། །རྒྱལ་པ་ཀ་བ་ཅན་བཅང་བར་བྱའོ། །ཡང་ན་རྒྱལ་སྤྱོད། །ཁ་
བོ་བཀྲ་བ་མི་བཅང་ངོ་། །རྒྱལ་མི་ཤེས་པས་སྟོག་མ་བྱས་པར་རྒྱུ་གཏིང་དུ་འབྱུག་པར་
མི་བྱའོ། །དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་མ་ཡིན་པའི་གཏིང་དུ་བྱུ་མཆོག་ག་མ་
གཏོགས་པའི་བ་ལང་ཡང་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །སྤང་པོ་ཆེ་དང་ཏྲ་དང་མ་ཉེ་དང་གཡག་
དག་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཀོ་ཕྱགས་གྱི་གཞི་རྒྱུ་སོ། །སྤྱན་བསྟེན་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་
བཞིའོ། །དུས་སུ་རུང་བ་དང་། ཐུན་ཆོད་དུ་རུང་བ་དང་། ཞག་བདུན་པ་དང་། འཆོ་བའི་
བར་དུ་བཅང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ མ་ཡིན་པ་ཉིད་དག་ནི་ནད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཙཱ་ཙ་
དང་རྒྱ་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཤུག་དང་ཨ་ཤུག་དང་ཨ་ཤུག་ལྷ་ར་དང་། པ་རུ་ཤ་ཀ་
དང་། རྒྱུ་འབྱུར་དང་རྒྱན་དང་འབྲ་གོའི་བཏུང་བ་རྣམས་ནི་ཐམས་ཅད་དུའོ། །བཙས་
པའི་ཚྭ་དང་འབྲུའི་ཚྭ་དང་ཞོ་ལ་རྒྱ་དང་དར་བའི་དྲངས་མ་དང་རྩལ་མོ་རྒྱས་བཏབ་པ་
ཆགས་གྱིས་བཙགས་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་བཞིན་སྤང་བ་འདམ་བུའི་ཉག་མའི་མདོག་ལྟ་བུ་དག་
ཀྱང་དེ་དང་འདྲའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱི་མདུན་རོལ་དུ་བསྟེན་པར་རྒྱུ་སོགས་པ་མཆོན་མཐུན་
པས་རེག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། །ཨ་རུ་ར་ལ་སོགས་པ་ལྷ་ཡང་ངོ་། །བྱ་རམ་ཡང་ངོ་། །དེ་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་པ་བཟུང་བ་ལ་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་དགོ་སྒྲོས་དང་ལག་གི་སྤྱོད་རྣམས་ནི་ནད་པ་

དང་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །ཟན་ཆད་པས་ཀྱང་དེ་དང་དུས་སྟུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་བཟར་རུང་
ངོ། །ཐུན་ཚོད་དུ་རུང་བ་ནི་བཟུང་བ་དག་གོ། ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བའོ། །དེའི་རྣམས་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་དུས་སྟུ་རུང་བ་ཡིན་ན་བསྟེན་པར་མ་རྒྱུགས་པས་སྤྱར་ཁིང་ཚགས་ཀྱིས་
ཀྱང་བཅག་པར་བྱའོ། །དེ་དག་ཏུ་གཞན་བལ་པོ་སེའུ་དང་མ་དུ་ལྟང་ག་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་
སོ། །དེ་དུས་སྟུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ཐུན་ཚོད་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་
གང་ཡིན་པའོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་མ་གྱུར་ན་དེ་ཡིན་གྱི། གྱུར་ན་གང་ཚུན་ཆད་དེ་ཡིན་པའོ་ཞེས་
ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དུས་སྟུག་པ་ལ་བརྟེན་ན་མི་འ ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་།
དེ་འགྱུར་བར་འགྱུར་བ་ཕལ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཤོད་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་
བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་རོ་དང་བྱེ་མ་དང་སྤྱར་བའི་བཟུང་བ་
དག་འདུས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྲོ་ཆབས་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡང་ངོ། །དེ་ནི་ཆ་བ་ལ་སོགས་པའི་
སྤྲོ་བ་ཀུས་པ་སྤྱར་བའོ། །ཁྱེན་མར་དང་འབྱུ་མར་དང་སྤྲང་ཆེ་དང་བྱ་རམ་གྱི་དབྱ་བ་དག་
ནི་ཞག་བདུན་པའོ། །བྱ་རམ་དང་རྟགས་དང་ལེ་ཁ་ར་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བྱ་རམ་གྱི་
དབྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འཕངས་སོ། །བདུད་ཆེ་ནི་ཁྱེན་མར་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །ཞག་བསྐོལ་ཁིང་
བཅགས་པ་དག་ནི་འབྱུ་མར་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །ཉའི་དང་རི་བོང་གི་དང་ཚུ་སྟོན་བྱིས་པ་
གསོད་ཀྱི་དང་དོམ་གྱི་དང་ཕག་གིའོ། །དེ་དག་ནི་ནད་པ་ལ་ཕལ་ཆེར་སྦྱར་བར་བྱེད་
དོ། །སོས་པ་ཉིད་ན་དེ་དག་ནད་པའི་ཕྱིར་སྤོང་ན་སྦྱིན་ནོ། །དེ་མེད་ན་སྤྲོ་ཁང་དུ་
བྱའོ། །སྤྲོ་ཁུ་དང་མིག་སྤྲོ་དག་ཀྱང་ངོ། །འཆོ་བའི་བར་དུ་བཅང་བ་ནི་ཆ་བ་དང་སྤོང་བྱ་
དང་འདབ་མ་དང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་དང་ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་
པའོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྲོ་སྤོང་དང་བྱ་དག་དང་ལྟང་བ་དང་སྤྲོ་གཤེར་དང་བོང་ང་དགར་པོ་
དག་གོ། །ཅོན་པ་དང་དབྱི་མོ་དང་ཤུག་པ་དང་སྤྲོ་ཉེས་དང་ཐང་ཤིང་དང་སྦྱར་པ་དག་གོ། །བ་
ཤ་ཀ་དང་ཀོ་ཤ་ཏ་ཀི་དང་བ་རྟོ་ལ་དང་ནིམ་པ་དང་སབ་ཏ་པ་རྟའི་འདབ་མ་དག་གོ། །མེ་
རྟོག་ནི་བ་ཤ་ཀ་དང་ནིམ་པ་དང་ད་ཏ་ཀི་དང་སྤྲོ་ཤིང་དང་པརྟའི་ཟེ་བ་དག་གོ། །ཨ་རུ་ར་

དང་སྐྱུ་རྩ་ར་དང་བ་རྩ་ར་དང་ན་ལེ་ཤམ་དང་པི་པི་ལིང་དག་གོ་སྤྱི་བའོ། །འདི་ཉི་ཉེ། ཤིང་
ཀུན་དང་མ་ཅི་དང་རྒྱ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ཆོལ་དང་ཤིང་མ་ཞོལ། །འབྱུང་བྱེད་དོ། །འདི་ཉི་ཉེ།
ཏིལ་གྱི་དང་རྒྱ་སྤྱོད་གྱི་ཤིང་གི་དང་ས་ཚུར་གྱི་དང་ནས་གྱི་དང་ནས་གྱ་མའི་དང་བྲ་ཤ་
ཀའི་དང་ཐལ་བའི་འབྱུང་བྱེད་དོ། །ལན་ཚུལ། །འདི་ཉི་ཉེ་རྒྱུ་ཚ་ཚ་དང་ཁ་རྩ་ཚ་དང་ཚ་
དམར་དང་རྒྱ་མཚའི་ཚ་དང་བ་ཚུལ། །སྤྱན་ལུའོ། །འདི་ཉི་ཉེ། ཤིང་ཨ་མ་དང་ནིམ་པ་དང་
ཀོ་ཤམ་པ་དང་ཤི་རི་ཤ་དང་འཛམ་བུ་དག་གོ་ཁྲི་ཅམ་གྱིས་ཚག་པ་བསྟེན་ནོ། །བཀྲུས་ན་
ཡང་ངོ་། །མི་མཉེ་བ་ལ་ལན་གཅིག་བཀྲུའོ། །སྤྱན་ལུ་དེ་ཉར་བསྟེན་ནོ། །སྤྱན་སྤྱོད་པས་དུག་
སྤྱན་མ་བསྐྱས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་འཚོ་བའི་བར་དུ་བཅང་བ་ཉིད་དོ། །རྩ་ཞོས་འཚོ་
བའི་བེའུ་རྣམས་གྱི་ཕྱི་བ་དང་གཅིན་དག་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་དུག་ལ་པན་ནོ། །ཐལ་
བའོ། །ཤིང་ཅ་ན་དང་ཀ་པི་ཏ་ལ་དང་ཨ་ཤུག་དང་ཨུ་དུམ་སྤར་དང་བྱ་གྲོ་རྣ་རྣམས་
གྱིའོ། །དེའི་འོ། །ས་ནི་སོར་བཞིའི་འོག་གི་ས་བཟང་ངོ་། །དེ་དག་བསྟེན་དང་པ་ཅན་ལས་
སྤང་ངོ་། །དེས་བྱིན་ལེན་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཤའི་བདག་ཉིད་གྱི་སྤྱན་དེ་ཡང་ངོ་། །ཐམས་ཅད་
ཤན་པའི་གནས་ནས་སྤང་ངོ་། །དེ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དུས་མ་ཡིན་པ་ནས་ལས་བྱས་
པའི་སྤྱན་དགོས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་དོན་དུ་བ་ལང་རྒན་པའི་ཕྱི་བའི་ནས་གྱིས་ཚག་པར་
བྱའི་གཞན་བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་སྤྱོད་མ་ཚགས་གྱིས་བཅགས་ན་སྟེ་གཞན་ནི་མ་ཡིན་
ནོ། །གལ་ཏེ་ཤའི་སྤྱན་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མཚའི་རྒྱུ་པའི་ཤ་སོ། །གལ་ཏེ་ལུ་བ་ཚགས་
གྱིས་བཅགས་ན་སྟེ་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དང་བཅས་པ་ལ་དེ་ལྟར་པར་སྤྱད་པ་ཡོད་
དོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དང་བཅས་པ་ལ་ཚོགས་པ་མས་འཇུག་པར་བྱའོ། །རང་བཞིན་གཞན་དུ་མ་
གྱུར་པ་ནི་སྤྱན་གྱི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་གཞན་དང་མ་འབྲས་པ་
ལ་ནི་རང་གི་ཚོགས་རུང་བར་བྱ་བ་མི་འབྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལུ་རམ་བསྐྱོང་པའི་ཕྱིར་
འབྲས་ཕྱིར་ནང་དུ་བཞག་པ་ནི་བཀྲུ་བས་རང་ཁོ་ནའི་གངས་ཉིད་དུ་འབྲུབ་གོ། །འགོར་གྱི་
གཟུངས་ནི་བྱ་རམ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ལ་ནི་སོག་འཛོག་མི་འབྱུང་

ངོ་། རྒྱུ་པའི་ཆེད་དུ་ཡོངས་སུ་ལོངས་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་རང་གི་དུས་ཀྱི་མཐའི་བར་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་བྱའོ། ཟས་ལྔ་མའི་ཆེད་ཀྱི་བྱིན་ལེན་བྱས་ཏེ་འོ། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་སོག་འཛོག་དང་འདྲེས་པ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། རྟེན་ཕྱིར་ལག་པ་གཉིས་བསྐྱེལ་ནས་སོ། ལག་ཉར་སྤངས་པ་དང་སོག་འཛོག་བྱས་པ་དང་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་ནང་དུ་ཞག་ལོན་པ་དང་ནང་དུ་བཙོས་པ་དང་དགེ་སྤྲོད་གིས་བཙོས་པ་དག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་མི་འཆགས་སོ། རྟོ་དང་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྱུར་ན་སོག་འཛོག་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་འོག་མ་དང་སྟན་ཅིག་ཡོངས་སུ་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། སྟན་གྱི་གོ་རིམ་ནི་དཔེའོ། མིག་སྟན་བཞེན་པར་བྱའོ། སྟན་མ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་མི་བྱའོ། རྟེན་སྟོད་རིགས་པའོ། མིག་སྟན་སྟེར་ཁར་ཉི་ཟེ་མ་ཏོག་གོ། མིག་སྟན་རི་ལུང་ནི་སྟེང་འོ། མིག་སྟན་དུ་བ་དང་སྟུས་པ་དང་བྱེ་མ་ནུས་ཀྱི་ནི་དོང་བྱའོ། རྟེན་མ་བཅང་བར་བྱའོ། ཟངས་མ་དང་སྟགས་དག་གི་བཟང་ངོ་། རང་འཁྱུངས་དག་གོ། རྒྱུ་པས་སྟན་གཞུག་པའི་ཕྱིར་མཆན་ཞུག་བཅང་བར་བྱའོ། རྟེན་མི་ཤོང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་བྱུངས་སམ་བྱམ་པོ་བྱས་ཏེ་བཅེར་རོ། བཅུག་པ་མི་འདུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུས་དུས་སུ་སྐམ་སོ། ཉི་གི་ལོ་ལོ། བསྐྱེལ་ན་མཐུ་འབྱེད་ཀྱི་མ་རུངས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་བྱང་ན་རང་གིས་བྱུབ་པར་བྱའོ། བསྟེན་པར་མ་རྟོགས་པ་མེད་ནའོ། སྟན་ཕོར་བཅང་བར་བྱའོ། སྟན་གྱི་ནལ་ཟེ་ཡང་ངོ་། འགྲོར་མི་བདུབ་པས་སྟུལ་བའི་བདུང་ཕོར་རོ། རྒྱུ་པས་ལན་ཚུ་བཅང་བར་བྱའོ། རྟེན་སྟོད་ནི་རུའི་སྟུབས་བཟང་ངོ་། ཞྭ་བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱོལ་བའོ། རྟེན་མེད་པའི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁ་གཏུག་གཞུག་གོ། རྟེན་ལས་བྱས་པའོ། རྟེན་བསྐྱོས་པའི་སའོ། རྒྱ་བསྐྱོ་བའི་ཕྱིར་སྟགས་ཀྱི་གར་བྱའོ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཅང་པར་བྱའོ། བསྟེན་པ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་སྟགས་ཐག་གདགས་སོ། རྟེན་པའི་དུས་ན་གཤེར་བས་དེ་མནན་ནོ། བསྟེན་པ་ན་ཟས་དང་འབགས་པའི་གནས་མེད་དོ། རྟེན་བ་ལྔར་བསྐྱོལ་འོ། ཡོངས་སྤྱོད་པ་ཕྱིས་བསྐྱོལ་འོ། འདོམས་ཀྱི་གསོ་བ་བཞེན་པར་བྱའོ། ཞུགས་ཀྱི་ས་འཆོ་བར་རུས་པ་ཉིད་ན་དེ་ལ་སྟོམ་པའོ། འདི་ལ་ཟངས་

མཁམ་ལམ་བའི་སྤྱ་གྲུ་བཟང་གི་ལྷགས་ཀྱི་ནི་མི་བཟང་ངོ་། །མཚན་གྱིས་གསོ་བ་ཡང་དེ་
དང་འདྲ་ལོ། །གདོང་དུ་རྩེ་རྒྱན་ལས་གཞན་པར་དེ་མི་བཞེན་ནོ། །གཞང་འབྲུམ་གཅད་
པར་མི་བྱལོ། །མཚན་ལས་གཞན་པས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ནི་གསང་ལྷགས་དང་སྦྱན་དག་གིས་
གསོལོ། །ཞེ་འགས་པ་གསོར་མི་གཞུག་གོ། །གསོ་བའི་ཕྱིར་རྩལ་མ་ཟ་བ་ནི་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་སོག་འཛིག་བྱས་པ་དག་མི་རུང་བ་ཉིད་དུ་
དོགས་པར་མི་བྱལོ། །གསོ་བའི་ཕྱིར་རེད་བྱའི་དུ་བ་བརྟུབ་པར་བྱལོ། །དེ་ནི་སྦྱན་གཅེའུས་
འབྲུབ་ལོ། །ལྷགས་ལས་བྱལོ། །སོར་བརྟུ་གཉིས་པ་བཟང་ངོ་། །རྣེ་བ་དང་རྩལ་པར་མི་
བྱལོ། །ཁྱེན་མར་རམ་འབྲུ་མར་གྱིས་བསྐྱུས་ཏེ་ཤུབས་སུ་གཞུག་གོ། །དེ་ནི་བྱང་ངམ་ཚས་གོས་
ཀྱི་གདང་བྱ་ལ་བཞག་གོ། །དྲི་མ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མེར་གཞུག་གོ། །སྒར་སྤྱགས་པའི་ལས་
བྱལོ། །དེ་ནི་སྒར་སྤྱགས་པའི་སྤྱད་ཀྱིས་འབྲུབ་ལོ། །མཚུ་གཉིས་པ་མི་རྣེ་བ་བཟང་ངོ་། །དེ་
བྱལོ། །སྦྱན་གྱི་ཕྱིར་ཤ་སྒོན་པ་བཞེན་པར་བྱལོ། །དེ་ཟ་མི་རུས་ན་ཐབས་བྱལོ། །རས་ཀྱིས་མིག་
གཉིས་དག་པ་ལོ། །མི་ཁྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དྲི་ཞེས་པོས་བསྒོལོ། །ཤ་མེད་པ་ཉིད་ན་མདུན་
དུ་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་ཡིད་དུ་འོང་བ་བཞག་སྟེ་དགོལ་ལོ། །དེ་གཞན་གྱི་དོན་དེར་ན་
སྒོམ་པོལོ། །མིའི་ཤ་ནི་ཐམས་ཅད་དུལོ། །ཤ་བསྒོམ་པར་ཤེས་ན་བཟའ་བར་མི་བྱལོ། །ལྷག་གི་
གོད་མ་བཟའ་བར་མི་བྱལོ། །སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་དང་སྤྱ་རྣམས་ཀྱི་མི་བཟའོ། །མིག་གཅིག་པ་
དང་མ་དང་སྤེའུ་དང་ཤིང་རྟ་མོ་དང་བྱ་རོག་དང་བྱ་སྐད་དང་ཚུ་སྦྱར་དང་བྱི་དང་བྱེའུ་ཁ་
དང་འུག་པ་དང་། དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་བྱ་མི་རོ་ཟ་བ་དག་དང་། བྱ་གར་དང་པ་མང་
དང་སྦྱིན་གོར་དང་དྲེའུ་གསེན་དང་སྦྱིན་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་མི་བཟའོ། །ཤའི་བྱིན་ལེན་སྟོབས་
པ་ལ་བཅད་པ་ལས་བྱང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲི་བར་བྱལོ། །དུ་མ་ཉིད་ན་དང་པོས་
སོ། །ཉམས་ན་འོག་མས་སོ། །སྤང་པོ་ཆེ་དང་མིའི་འོ་མ་དག་བརྟུང་བར་མི་བྱལོ། །པགས་པ་
དང་མ་བསྐྱུ་བ་དང་སྒར་སྤྱགས་པ་དང་མིག་སྤྱད་ཅིང་བཟའ་བརྟུང་མི་བྱེད་པ་ལ་ནི་སྦྱིན་
ཆགས་པ་མེད་དོ། །ནད་པས་ནི་ཁྱེན་མར་དང་འབྲུ་མར་ཆང་དང་འདྲེས་པ་བརྟུང་བར་བྱ་

བ་ཉིད་དོ། །ཆང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ན་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་ལས་བསྐྱེད་པ་
པོ། །དེ་ནི་ནས་བརྗོད་པས་བཏབ་ཅིང་སའི་ ནང་དུ་བཅུག་ན་མཛ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །རྒྱན་གྱི་
ཁུ་བ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཆང་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཐ་དང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་མ་
ཡིན་ནོ། །བག་ཆགས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །ཆང་གི་སྤེད་པ་དང་བུལ་བར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་རྩ་བ་དང་སྤྱོད་བྱ་དང་འདབ་མ་དང་མེ་ཏྲག་དང་འབྲས་བུའི་སྤྲན་སྤྲམ་པོའི་ཕྱི་
མ་ཆང་གི་དྲིས་བསྐྱོས་པ་ཆུ་དང་སྦྱར་བ་བཏུང་ངོ། །ཆང་དང་བཅས་པའི་སྤྱོད་དུ་བཅངས་
ཏེ་བཞག་པས་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །རིག་པ་བསྐྱུང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་གང་བ་དང་ཤུགས་དང་བུལ་
བ་ཉིད་དུ་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་རོ་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་དུས་མ་ཡིན་པར་བཏུང་བ་ལ་ཟས་དང་
ཡང་ངོ། །མཛེས་པ་ཡང་བཟང་ངོ། ། དེའི་ཕྱིར་རས་མ་དཀར་པོས་བཙག་པར་བྱའོ། །ནད་
པས་ཆང་ནི་རྩ་མཚོག་གིས་ཀྱང་བཏུང་བར་མི་བྱའོ། །དགེ་བསྟེན་ཡན་ཆད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
མི་སྤྱོད་དོ། །རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་ལས་གཞན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གསོ་
བའི་དོན་ཉིད་མ་གཏོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟག་མའོ། །སྟོག་སྦྱ་དང་ཀྱན་དོང་དང་ཀེུ་
བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །ནད་པས་ནི་དབེན་པའི་སྟོགས་སུ་འོ། །ཞོས་ནས་སྟོག་སྦྱ་ནི་ཞག་བདུན།
ཀྱན་དོང་ནི་ཞག་གསུམ། ཀེུ་ནི་ཞག་གཅིག་མ་ལོན་པར་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འཇུག་པར་མི་
བྱའོ། །གནས་མལ་ལ་མི་བྱའོ། །བཤང་བའི་སར་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །གཅི་བའི་སར་ཡང་མི་
བྱའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །མཚོད་རྟེན་གྱི་ཉེ་འཁོར་དུ་མི་བྱའོ། །དེའི་
ཐག་ནི་འདོམ་གང་ངོ། །བྱིས་པ་དག་ལ་ཆོས་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །བྱིས་དག་དུ་འགོ་བར་མི་
བྱའོ། །སྦྱོ་བོས་གང་བའི་སྟོགས་སུ་མི་བྱའོ། །མཇུག་དུ་ཁྱུས་བྱའོ། །གོས་དག་གི་དྲི་ནི་བཟུ་བ་
དང་དུ་བ་དག་གིས་བསལ་ལོ། །རྩང་བ་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པར་བཙོས་པ་དང་གནས་
པ་དག་ནི་ཕྱི་རོལ་དང་འདྲའོ། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པར་བྱའོ། །ཤིང་དུང་དང་སྤང་པོ་ཆེའི་ར་
བ་དང་སུ་ཞྭ་གས་ཅན་གྱི་འདུག་གནས་དང་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་ས་དང་དགེ་སྤོང་མའི་དབྱར་
ཁང་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བང་རིམ་དང་སྟོ་ཁང་དང་བྱམས་དང་བསྟོ་ཁང་དང་སྤོང་

སའི་ར་བ་དག་ཏུ་མི་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ལས་སྒྲ་གཤམ་མེད་པ་དང་མེ་ཁང་དང་མཚོ་དཀྱིལ་གྱི་
གཞི་དང་བྱིས་བདག་གི་གཞིར་ཡང་ཞེས་སོ། །དེར་གཡོས་དང་བཙོ་བ་ཡང་མི་བྱའོ། །ཚོས་
པའི་བྱི་དོར་ཡང་མི་བྱའོ། །འདི་ལ་དུས་བཞི་ཡོད་དོ། །དང་པོ་སོ་པག་འགྲེམས་པའོ། །བྱིས་
ལས་སར་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱི་ཆོ་དགོས་སྤྱོད་གནས་པ་ཉིད་དང་ མ་བྲལ་
བའོ། །དེ་དག་མེད་པ་ན་གནས་པའི་ཕྱིར་དགོས་སྤྱོད་དག་བྱིན་པའོ། །བྱ་བ་གཞན་བརྩམས་པ་
དང་ངལ་བསོ་བས་མ་བྱས་པ་ཚུན་ཆད་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །ཐམས་ཅད་ལ་དགོ་འདུན་གྱི་ལས་
ཀྱིས་སོ། །དང་པོ་གཉིས་ལ་ནི་གང་ཟག་གིས་ཀྱང་ངོ་། །ལག་གི་སྒྲས་སོ། །དང་པོ་ཤོས་ལ་ནི་
འབའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ངོ་། །བརྗོད་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་དགོས་སྤྱོད་རབ་ཏུ་མང་པོ་དག་
གིས་སེམས་བསྐྱུ་བས་སོ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་ལས་ཁོ་ནས་སོ། །བཞི་པ་ལ་ནི་རི་སྒྲིང་བྱིན་པ་དེ་
སྒྲིང་གིས་བྱང་བའི་ཁང་པ་ཉིད་དུ་བསྒྲགས་པའི་ཆོག་གཅིག་ཅུ་བརྗོད་པས་སོ། །གཅིག་
གིས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་མི་མཛེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ནི་ཐ་དད་པར་ གྱུར་
པའི་བྱང་བ་ཉིད་དུ་མ་བཟུན་ནོ། །བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་ཡན་ཆད་དུ་ཟུ་གའི་ཆོའོ། །ཟུ་གའི་ཆོ་
དགོས་སྤྱོད་གིས་བཙོས་པ་དང་ལག་ཉར་སྒྲངས་པ་དང་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དག་བཟུང་བར་
བྱའོ། །ནང་དུ་བཙོས་པ་དང་ཞག་ལོན་པའོ། །ཁྲ་དོ་བའི་ཟས་སོ། །བདུང་བ་ནི་དུས་ཐམས་
ཅད་དུའོ། །ཁྲར་བྱིན་ལེན་བྱས་པ་སྤང་ ས་ཏེ་ལངས་པས་སོ། །དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ལྷང་བར་
བྱའོ། །ལྷག་མའོ། །མངོན་པར་བསྐྱབ་པའོ། །དེ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ནགས་ཀྱི་བྱས་པའོ། །འདི་ལྟ་
སྟེ་རྒྱན་འབྱུང་དང་བལ་པོ་སེུ་དང་འབྲ་གོ་དང་ལྟ་རྒྱ་དང་པ་ཏཱ་མ་དང་ཨ་ཏུ་མའི་ཀ་
དང་ཀུ་ཏུ་མའི་ཀ་དང་ཁམ་བུ་དང་རྒྱ་ཤུག་དང་ས་ར་དག་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །བསྐྱེད་ལོ། །འདི་
ལྟ་སྟེ། བསྐྱེད་ཅ་བ་དང་བསྐྱེད་ཅ་ལག་དང་པེ་ཏ་དང་ལྷན་ལའི་ཅ་བ་དང་བསྐྱེད་སྤྱོད་པོ་
དག་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །གཞིར་གཏོགས་པའི་སྤྲན་གྱི་གཞིའོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་བརྒྱད་པརྒྱལ་བྱེད་དང་དེའི་བྱེད་དུ་མཐོང་པར་མི་

བུལ། དགེ་འདུན་གྱི་ཆེད་དུ་གོང་མནོད་པར་བྱ། འོ། བེད་ཡང་ངོ་། དེ་ཡལ་བར་མི་དོར་
རོ། དེའི་ཐོག་ཤས་མནོད་དོ། ཐོག་ཤས་བཅལ་ལོ། རྣོས་པས་དེ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དབུལ་
བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། བདག་ཉིད་གྱི་བས་དང་ཕོར་རོ། བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་དགེ་སྤྱོད་
བསྐྱོའོ། འདུ་བ་དང་འགོད་པ་དང་གཉིས་ཀ་ལས་གང་ཡང་རྩང་བ་མི་མངོན་པ་ལ་རྩིས་
གདབ་པར་མི་བྱའོ། གཞན་ལ་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་དེ་ལ་འཇུག་པར་
བྱའོ། དགེ་འདུན་གྱི་ཆེད་དུ་གཡོག་ཉེ་བར་བཞག་གོ། གང་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སྐྱེ་མི་
འབྱུང་བ་དེར་རྩ་འབངས་ཀྱི་བྱིས་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། ཇི་སྟེད་དགོས་པ་འཇུག་པར་
བྱའོ། ཟན་དང་གོས་སྦྱོན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། གལ་ཏེ་ལས་བྱེད་ནའོ། ཟ་བ་རྣམས་ལ་གཡོག་
བྱའོ། བ་ལང་དང་མ་ཉེ་དང་ར་དང་ལྷག་དང་སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་དང་རྩ་མོ་དང་བོང་བྱ་
དང་འབྲུ་རྩམ་པ་དང་དེའི་སྟོད་ཀྱང་ངོ་། དེ་དག་མཆོད་རྟེན་གྱིར་ཡང་མི་རྩང་བ་མ་ཡིན་
མོ། ཁ་གཟར་དང་ཚྭ་ཁྱག་བཅང་བར་བྱའོ། དེ་གཉིས་དང་འཕུལ་བའི་བདུང་ཕོར་ལས་
ལས་གཞན་ཁར་བའི་སྟོད་གང་ཟག་གིས་བཅང་བར་མི་བྱའོ། ཀྱན་དགའ་ར་བ་བ་ཉེ་བར་
བཞག་པར་བྱའོ། བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་བྱིས་པ་མཆོན་མཐུན་པ་འབུལ་བ་དག་སྤང་བར་
བྱའོ། དེ་དག་གི་ཆ་ལྷགས་ནི་མགུལ་བར་ཆོས་གོས་བཏགས་པ་ཉིད་དོ། རྟེན་པར་ཡང་
ངོ་། ཤམ་གདགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སོ་སོར་བཅང་བར་བྱའོ། དེའི་ཉེ་དུས་སྤུལ་བ་སྤང་བར་
བྱའོ། མཇུག་ཏུ་རིན་ཉིད་དུ་ཡང་ངོ་། དེ་དག་གིས་བྱས་པ་ཤེས་པས་ཀྱང་ངོ་། དེའི་རིན་
གདབ་པར་མི་བྱའོ། ཤིང་རྟོག་གི་རྟེན་པ་བདག་གིར་བྱའོ། བྱུན་མར་དང་འབྲུ་མར་དང་
སྤང་རྩེ་དང་བྱ་རམ་གྱི་དབུ་བའི་བྱམ་པ་ཡང་ངོ་། དེ་དག་གི་སྟོད་ཀྱང་ངོ་། དེ་དག་བཞག་
པར་བྱའོ། གཞི་ལའོ། བཤང་བ་དང་གཅི་བ་དང་ཆང་གི་བྱམ་པ་དག་ནི་མི་མཁོ་བ་ཉིད་
དོ། དགེ་འདུན་གྱི་ཕྱིར་གཡོས་དང་འཆོད་པ་གང་ཡིན་པ་དག་གི་ཞལ་ཏུ་བྱའོ། རྒྱང་བཟེད་
དུ་བསོད་སྟོམས་མ་བླགས་པའི་མདུན་རོལ་དུ་མ་བཟུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བསོད་སྟོམས་ལ་འཇུག་
པ་བཞེན་པར་མི་བྱའོ། རྒྱང་བཟེད་ཀྱི་ཁ་གཡོགས་བཅང་བར་བྱའོ། འདི་དང་ཁར་བའི་

སྒྲོང་བཅང་བ་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་དོགས་པར་མི་བྱའོ། རྒྱུ་པས་ལྷ་བཅང་བ་ལ་
མི་རུང་བ་ཉིད་དུ་ཡང་ངོ་། གསེལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་ཐུང་བར་བསོད་སྟོམས་ལ་བྱིས་དུ་འཇུག་
པར་མི་བྱའོ། དེ་བཅང་བར་བྱའོ། འབྱུང་བ་དང་འཇུག་པ་ལ་མཁས་པར་འབད་པར་
བྱའོ། མཚན་མ་བྱ་བས་སོ། བསོད་སྟོམས་ཀྱི་འབྲམ་ག ཟེར་ལ་སོགས་པས་སོ། རྒྱུ་བཅོང་
པས་འཆོ་བ་ཐུར་བར་མི་བྱའོ། རྒྱ་མེད་ན་ཞོག་ཆུ་ལ་སོགས་པའི་ཁུ་བས་རྒྱུ་པ་དག་
བཟུའོ། རྩ་བམ་ལ་འདུག་པར་བྱའོ། ལྷ་གའ་མེད་པའི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཞག་གོ། སྤྱངས་ཏེ་
ཡང་ངོ་། མཇུག་ཏུ་དོར་རོ། མང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་བྱའོ། གལ་གྱི་ཆར་དུ་མ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། ལྷ་
བཟུའི་ཆར་རོ། རྒྱན་པའི་མཐའ་རེ་རེར་སྤྱི་བྱངས་བྱའོ། འདྲིམ་པ་དག་ཀྱི་བ་ཉིད་ན་ཐུན་
པ་དག་བསྟོའོ། ཟན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་དག་གིས་དང་པོར་བཟའ་བར་བྱའོ། འདུས་པ་ཆེན་
པོའི་ཆོ་རྒྱན་རིམས་སུ་འཁོད་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་དང་འདྲིམ་དུ་གཞུག་པའི་དགོ་སྤྱང་དག་
བསྟོའོ། འདི་ལ་དགོ་སྤྱང་མས་ནི་གཉིས་ སམ་གསུམ་བཞག་སྟེ་ཅི་དགར་འཁོད་པར་
བྱའོ། སྤྱི་བསྤྱངས་ཏེ་ཟན་གྱི་ཆེད་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། ཤིན་ཏུ་བསྐྱམས་པ་དང་སྦྱོད་ལམ་
མཛེས་པས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་འདུག་པར་བྱའོ། ཟས་རྒྱུ་པས་བཞི་བར་མི་བྱའོ། ལྷུང་བཟེད་
ཀྱི་གཞི་ལ་རྒྱུ་པས་རེག་པར་མི་བྱའོ། དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་སྟེ་བསོད་སྟོམས་སྤང་བ ར་
བྱའོ། ཁེམས་རྣམ་པར་མ་གཡེངས་པར་བསོད་སྟོམས་སྤང་བར་བྱའོ། མི་འཕྲོ་བ་དང་། འཆོ་
བ་ཅམ་དང་། དེ་མ་འདྲིས་པ་དང་། མི་དཀྱུགས་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་དཔེན་པ་དང་། དུས་ལས་
མ་ཡོལ་བ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ཁྲ་ལ་མགོན་དུ་བོས་པ་དེ་ལས་གཞན་རྟེན་པ་བདག་གིར་
བྱེད་པ་ལ་མི་རིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། རང་གི ཟས་ལས་གཞན་མཛོས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་
པ་ཉིད་དོ། གཞན་དུ་མགོན་དུ་བོས་པ་ན་འདུག་པ་ལ་དེས་གནང་ན་གཞན་གྱིས་བྱིན་པ་ནི་
དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་དང་འདྲའོ། བསམས་པའི་དོན་གྱིས་སྤྱི་བྱུར་བ་རྣམ་པར་
བཞག་པ་གཤམ་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ལྷངས་པ་སྤང་བར་མི་བྱའོ། ལྷ་བ་དང་ཆུ་ལ་བྱིས་ས་
ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་དག་ལས་སྤངས་པ་གཞན་གོ་རིམ་བཞིན་ལ་སྤྱིན་པ་དང་འཆོ་བར་བྱེད་

པ་སྒྲག་པ་ཁམ་གཅིག་ཡན་ཆད་ལེན་པ་དང་ཟ་བ་ནི་དང་པས་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ཆུད་གཞོན་
པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་མ་དང་ནད་པ་དང་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དང་སྦྱུང་མ་དག་དང་
གཏུལ་བ་དང་འདོད་པས་བསོད་སྦྱོམས་ལ་རེག་པ་དང་བྱིས་པ་འོངས་པ་ལ་ནི་དེ་ལས་བགོ་
བཤའ་བྱའོ། །ཁམ་ཆད་གཅིག་ཟ་བ་པོ་རྣམ་པར་མ་བཅད་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །དུད་འགོ་
ལ་ཡང་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །བཟའ་བའི་བྱར་ཉེ་བར་བཞག་པ་ལས་མ་རྫོགས་པར་སྦྱིན་པར་མི་
བྱའོ། །དང་པས་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་མགོན་དུ་བོས་པ་ལ་ཡང་མི་བྱའོ། །སྦྱང་བཟེད་ཀྱི་
གཞི་ནི་སྒྲག་མ་ཟ་བ་རྣམས་ལ་ཅི་བདེར་བྱའོ། །གཏུག་མར་གནས་པ་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་
སྦྱིན་ནོ། །དེ་དག་གི་ཆོ་གའི་རྒྱུ་འབྲང་བས་ལྷ་རྩོལ་སོགས་པར་རོ། །ཆོ་ག་ཐ་དད་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་ཐ་དད་པར་རོ། །ཨ་མ་རུས་པ་མ་ཆགས་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་བཟའ་བར་
མི་བྱའོ། །ཚ་བ་དང་སྤྱང་བྱ་དང་འདབ་མ་དང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་བཅའ་བར་བྱ་བ་དང་
འབྲས་ཆན་དང་ཟན་རྩོན་དང་ལྷེ་གུ་དང་ཤ་དང་སྦྱུང་ཁུར་དང་འོ་མ་དང་། འོ་དང་། མར་
དང་ཉ་ཤ་དང་ཤ་སྐམ་དག་ནི་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གསོ་མ་དང་ཡུངས་ཀར་དང་ཚ་
བ་དང་སྤྱང་བྱ་དང་འདབ་མ་དང་མེ་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ་ལ་སོགས་པའི་ཐུག་པ་དག་བསྟེན་
པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་དོགས་པར་མི་བྱའོ། །ཁུས་ཀྱང་སྤངས་ན་ འཆག་ཏུ་འགྱུར་བ་
ཉིད་དོ། །རྒྱལ་བར་སྐྱགས་པ་ནི་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྤོང་དུ་ཟན་བཟར་རུང་
ངོ་། །ཡོལ་གོར་རོ། །རྩོལ་སྐྱས་པ་ཡང་ངོ་། །བས་བྱས་པར་ཡང་ངོ་། །སྦྱགས་ཀྱི་སྦྱང་བཟེད་
ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་བཀྱས་ཏེ་འོ། །བཀྱ་བཤལ་ནི་གནས་པའི་ལས་ཡིན་ནོ། །བོས་ནས་ཀྱང་
ངོ་། །གཞན་དང་སྒྲན་ཅི་ག་ཏུ་སྤོང་གཅིག་ཏུ་བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །ལམ་དུ་སྤོང་དག་མེད་ན་
བཟའ་བར་བྱའོ། །དགོ་སྤྱང་དང་ཡང་ངོ་། །གཞན་གྱིས་ལག་པ་བཏེག་ན་རང་གིས་གཞུག་
གོ་དགོ་ཆུལ་དང་ནི་འོག་མ་བཞིན་ནོ། །མི་ལྡན་ན་སྒྲན་ཅིག་ཏུ་འོ། །གཡོག་རྣམས་བཅངས་
ཏེ་སྦྱིན་ནོ། །ཉེ་དུ་བཅུག་པས་གསོལ་ན་ཐམས་ཅད་དུ་དབེན་པའི་ཕྱོགས་ སུའོ། །དེ་གཉིས་
ལས་བྱིན་ལེན་བྱས་པ་འཇིག་པ་དང་། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་འདྲེ་བ་བསྐྱང་བར་བྱ་བ་

ཉིད་དོ། ལྷུང་བཟེད་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་ལག་པ་དག་བསྐྱལ་དུ་བཅུག་ནས་སོ། མཆིལ་
ལྷམ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་བཟའ་བར་མི་བྱའོ། རྟ་པས་ནི་མནན་ཏེ་འོ། སྒྲིན་མོ་དང་གོས་
གཅིག་པས་མི་བྱའོ། རྟ་པ་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། རྟེ་གཡོག་དག་གིས་སྦྱར་བར་བྱའོ། ལྷུས་
ན་རྩལ་གཟན་ལ་བསྟེན་པར་བྱའོ། གསང་བའི་ཚྭ་གས་ཀྱང་ངོ་། ཟན་གྱི་ཕྱིར་འདུག་པས་
འདིའམ་འདི་ནས་བྱིན་ཅིག་ཅེས་འདྲིས་མཁན་ལ་གོ་བར་མི་བྱའོ། རྟ་པས་འཕྲོད་པ་ལ་
ནི་ལྷུང་བ་མེད་དོ། དཔེར་ན་རྟོད་ཆུང་བས་ཆོས་པ་དང་རྟོད་ཆེ་བས་སྟོ ན་པ་ལྟ་
བུའོ། བདག་ཉིད་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས་དང་ཟས་ལ་སྦྲན་གྱི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ་
བཟའ་བར་བྱའོ། དྲན་པ་ཡང་ངོ་། འབྱུང་བ་དང་འདྲ་བ་དང་འགྱུར་བ་དང་ཕྱིར་སྟོལ་བ་
ཉིད་དང་། ལྷུ་མཐུན་པ་དང་བཏེན་པའི་རྣམ་པ་དང་བཅའ་བ་དང་གཞན་ལ་རག་ལས་པ་
ཉིད་དང་། རྟ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་། སོ་སོར་འགོ ་བ་ཉིད་རྒྱལ་གིས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་
དུ་བཞག་གོ། དྲན་པ་ཉེ་བར་གནས་པས་སོ། ཁེམས་རྣམ་པར་མ་གཡེངས་པས་སོ། ཤེས་
བཞིན་གྱིས་སྦྱ་བསྐྱུང་ཞིང་ངོ་། རྟེ་མི་བྱ་བར་རོ། མི་འབྱུང་བར་ཐུག་པ་དག་གོ། ལྷུ་ལྷུ་
མི་བྱ་བར་རོ། སྦྱ་འབྱུང་བ་དག་ཆུ་ལ་སོགས་པས་སྟེ་བར་བྱའོ། བཟའ་བ་དེའི་དོན་དུ་ རོལ་
མོ་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ། བཤད་པ་བྱེད་པ་ཉིད་ན་མི་བྱའོ། རྟེ་སོ་སོར་རིག་པར་བྱའོ། ལྷུས་
ཡོལ་བར་འགྱུར་ན་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་དུ་འོ། རྩོས་ནས་གཙུག་ལག་གི་
ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཤོན་ནོ། རྩོས་ནས་མགོན་དུ་འབོད་པ་ལ་ཡོན་བཤད་པ་དང་ཆོས་
བཤད་པ་དག་གོ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྩོས་ཟེན་པ་ཉིད་ དུ་ངེས་པར་ཤེས་ནས་སོ། ཀྱུན་དུ་བཟླ་
བས་སོ། ལྷུ་མ་ཉིད་ན་དང་པོས་སོ། མི་རྣམས་ན་རྣམས་པ་གཞན་ལ་བཅོལ་ལོ། གཤལ་ཏེ་མ་བྱས་
པར་དགོ་སྟོང་རྣམས་འགོ་བའི་རྒྱུན་བྱང་ན་འཁོར་ཐ་ན་བཞི་ཡན་ཆད་སྦྱིན་ནོ། རྟེ་ལ་རྒྱུན་
བྱང་ན་བྱིན་པ་ལ་ལྷུས་ཏེ་འོ། ཡོན་འཆད་པ་ན་དགའ་བོ་དང་ཉེ་དགའ་དག་གི་མིང་སྟོ ས་
པར་བྱའོ། མིད་པ་གཉིས་པས་དུས་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིགས་པ་དག་དང་པོར་གཉིས་སམ་གསུམ་
པོར་ཏེ་ཁ་བཀྱས་ནས་མིད་པར་བྱའོ། རྟེ་ནི་ཟས་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། རྟེ་ཕྱིར་གཞན་

གྲིས་དུས་མ་ཡིན་པ་དང་སྤངས་པའི་ཆོ་སྒྲིགས་པ་བྱང་ན་ཁ་བཟུ་བར་བྱའོ། །མ་བཤམས་
པའི་ཕྱོགས་སུ་མཆིལ་མ་དྲོར་བར་མི་བྱའོ། །བྱི་དྲོར་བྱས་པ་ཡང་མི་བྱའོ། །སོས་སྡེ་བཙོར་ཏེ་
ཡང་མི་བྱའོ། །དེ་དང་དེའི་སྐྱ་དགོན་མཆོག་དང་སྐྱ་མའི་བྱང་དུ་མི་བྱའོ། །ཟ་བའི་བྱང་དུ་
ཡང་མི་བྱའོ། །ལྷག་མའི་བྱང་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་མི་བྱའོ། །མི་ལུས་ན་གཞན་དུ་འགོ་བར་
བྱའོ། །གཞན་ལ་མི་བདེ་བ་མི་བྱའོ། །སྤར་སྐྱ་ཅན་གྲིས་ཉལ་བར་མི་བྱའོ། །དེས་བཅག་པའམ་
གཞན་དུ་འགོ་བར་བྱའོ། །དེའི་སྣོད་ནི་སྤང་པ་ཆེའི་ཆེག་མཐེལ་ལྟ་བུའམ་བཅེགས་མའོ། །དེ་
ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །དེར་སོ་ཕག་གི་བྱེ་མའམ་ཐལ་བ་དག་གི་གཅལ་སྒྲགས་སོ། །སྤང་
བྱ་དག་བསྐྱད་པ་ནི་གཉེན་པོ་ཡིན་ནོ། །དྲི་ང་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་སྟོག་ཆགས་འབྱུང་བར་
མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུས་དུས་སུ་བཟུ་བ་དང་བསྐྱམ་པར་བྱའོ། །དེའི་དུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
གཞན་ཉེ་བར་བཞག་གོ། །མི་བྲེལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གྲ་ཀ་བ་བཞི་པོ་དག་
གི་ངོས་སུ་ཡང་མཆིལ་མའི་སྣོད་དག་བཞག་པར་བྱའོ། །ཁྱུང་གི་ལས་སྐྱ་དང་བཅས་པར་མི་
བྱའོ། །དགོན་མཆོག་དང་སྐྱ་མའི་མདུན་དུ་མི་བཏང་ངོ་། །གཞན་གྱི་མདུན་དུ་ཡང་དང་
ཡང་དུ་མི་བཏང་ངོ་། །ཤིང་སྣོན་པའི་བྱང་དུ་བཤང་བ་དང་གཅི་བ་དག་མི་བྱའོ། །དགོན་
པར་དེ་དག་གི་སྐབས་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་སོ། །ཆོར་མ་ཅན་གྱི་ཡང་ངོ་། །བཤང་
བའི་བསྐྱབ་བྱའོ། །གལ་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ན་ལུབ་བམ་བྱང་གི་ངོས་སུའོ། །གསོང་ཕྱིང་
ངམ་ཕུག་རྒྱགས་སོ། །འོག་དུ་ཤིང་ཆོར་མ་ཅན་དག་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཉིང་དུ་བྱ་བའི་ཉེ་
འཁོར་དུ་རྒྱང་ཉེན་དག་གཞུག་གོ། །འིལ་བ་སྤྱི་སྒྲགས་བཞག་པར་བྱའོ། །སྒོ་བསྐྱོལ་མར་
གདོད་དོ། །སྒོ་སྒྲིགས་གཞུག་གོ། །ཡང་མིག་དང་སྒོ་གཏན་དག་ཀྱང་གཞུག་གོ། །འཇུག་པར་
འདོད་པས་སྐྱ་བྱའོ། །དེར་ཞུགས་པས་ཀྱང་ཐོས་ནའོ། །གོས་ལེགས་པར་བཟུངས་པས་ཤེས་
བཞིན་དུ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དཀྱིལ་དུ་འདུག་པར་བྱའོ། །རྒྱང་ཉེན་གཉིས་ལ་མི་གོས་པར་
ཁད་གྲིས་བྱའོ། །མི་འོང་ན་བསྐྱད་པར་མི་བྱའོ། །འོང་ན་དགག་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དང་འབྲེལ་
བའི་དོན་ལས་གཞན་པས་དེའི་བྱང་དུ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །རྒྱང་པ་བཟུ་བ་དང་འཐོར་

འཕྱང་བྱ་བ་དག་ཏུ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དགོ་སྒྲིལ་གྱིས་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་བྱེད་རྒྱུ་ལ། སྐད་དང་
ལོ་མ་བཞག་པ་ཡང་ངོ་། །ལོ་མ་ནི་བྱེད་པར་བྱ་བའི་བོང་རྟོག་ལ་སོགས་པ་དག་གི་དཔེ་ཡིན་
ནོ། །སྒྲིགས་མ་ཡིན་པར་གཅི་བར་མི་བྱེད། །དུ་མར་མི་བྱེད། །རྒྱན་གྱི་ཁྱད་རྒྱུ་གཞན་གསུག་
གོ་གཅི་བའི་བསྐྱབ་བྱེད། །དེའི་སྒྲོ་ར་རོ། །ཕྱག་རྒྱུགས་ལ་ལྷ་གསུག་པར་བྱེད། །གཞན་ནི་
འདྲའོ། །འཕྱུ་བའི་ནད་ཅན་ལ་ནི་ཁྲིའུའི་བྱ་བྱ་བྱེད། །ཐགས་མ་བཤུགས་པས་སོ། །མི་བདུབ་
ན་བཅད་དོ། །གལ་ཏེ་ན་ན་ཐན་གོར་དུ་ལོ་མའི་ཆང་བྱ་དག་བཞག་གོ། །སྒྲིལ་པ་བསྐྱང་
བར་བྱེད། །དེའི་བྱེད་འོག་གཞིར་གྱུ་མ་བྱེད། །ཏྲ་ཅང་མི་མཐོ་བ་བཟང་ངོ་། ། དྲི་ང་བར་མི་
འཕྱར་བར་བྱ་བའི་བྱེད་དུས་དུས་སུ་བཟུ་བ་དང་བསྐྱམ་པ་དང་ཡུངས་མར་གྱིས་བསྐྱུ་བར་
བྱེད། །དེའི་དུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཞན་བསྐྱབ་བོ། །མ་འབྱོར་ན་གཞི་ཉིད་དུ་ལོ་རྒྱུན་བཞག་པར་
བྱེད། །བཤང་བ་བྱས་ནས་དེ་བྱེད་པའི་བཤང་བའི་ལམ་བྱེད་བར་བྱེད། །ཞོན་པོ་དང་མྱའི་ཆང་
བྱ་མ་ཡིན་པས་སོ། །འདི་ལ་རས་མ་དང་ལོ་མའི་ཆང་བྱ་དང་ཤིང་དང་བོང་རྟོག་དག་བཟང་
བ་ཉིད་དོ། །སྐད་གཉིས་གྱིས་བཟུ་བར་བྱེད། །ཐུར་བཞག་པའི་ས་མ་འདྲེས་པ་དག་གིས་བྱེས་
བཟུ་བར་བྱེད། །འཐོར་འཕྱང་གི་རྒྱུ་རྟེན་དག་ཟེར་མ་དག་གིས་མི་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་ཁད་
གྱིས་དལ་བྱ་དལ་བྱས་སོ། །བདུན་པོ་དག་གིས་གཡོན་པའོ། །བདུན་གྱི་ས་ནི་གཉིས་
ཀའོ། །ལག་ངར་གཉིས་ཀྱང་བཟུའོ། །ཡང་ལག་པ་གཉིས་སས་བཟུའོ། །གཞན་གྱིས་རིལ་བ་སྒྱུ་
སྒྲགས་སོ། །རྒྱུ་པ་གཉིས་བཟུའོ། །ཉོ་འཛག་པས་ནི་ཐ་མའི་མདུན་དག་ཏུ་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་
བྱས་ཏེ་འདུག་པ་ལ་ཉིས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལས་གཞན་པས་ནི་རྒྱ་ཡོད་ན་འཐོར་འཕྱང་མ་བྱས་
པར་འདུག་པར་མི་བྱེད། །སྒྲན་གྱི་གཞི་ཕྱན་ཆོགས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སོ། །སྒྲན་གྱི་གཞི་
རྟོགས་སོ། །ཆོ་ག་ལས་འདས་ན་ལས་མི་འཆགས་སོ། །འདིར་ཆོ་ག་ནི་དགོ་འདུན་ཆང་བ་
དང་ལས་བརྗོད་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །ལས་ནི་གསོལ་བ་དང་བརྗོད་པ་དང་སོ་སོར་
ཐར་པ་གདོན་པ་དང་དགག་དབྱེད། །ཐོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་ཐོས་པས་ནི་མི་འཆགས་ས་
པར་མི་འཕྱར་རོ། །མི་འཆགས་པར་མི་བྱེད། །ཆོས་མ་ཡིན་པས་མི་བྱེད། །མི་མཐུན་པ་དག་མི་

བྱའོ། །ཚྲོགས་ཀྱིས་མི་བྱའོ། །དག་འདུན་དུ་མ་གྱུར་པ་དག་གིས་མི་བྱའོ། །དབྱུང་བ་ལ་ནི་ཉི་
ཤུ་ལ་སྟགས་པ་དག་འདུན་ཉིད་དོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ལ་ནི་བརྩུ་ལ་སྟགས་པའོ། །མཐའ་
འཁོབ་དག་ཏུ་ནི་མེད་ན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་ལྷ་ལ་སྟགས་པའོ། །ལྷག་མ་ནི་བཞི་ལ་
སྟགས་པའོ། །དག་སྒྲོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །དགག་དབྱེ་ནི་དག་སྒྲོང་གི་
དག་འདུན་ལ་ཡང་ངོ་། །གསོ་སྒྲོང་ནི་དེ་དང་མཐུན་པར་འགྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །འདུན་
པ་དང་གསོ་སྒྲོང་འབུལ་བས་དེ་བསྐྱབ་གོ། །འདི་ལ་གཉིས་ཀྱིས་བྱའོ། །དེ་གཉིས་རྣམས་པ་ཉིད་
ཀྱིས་སོ། །མེད་ན་གཅིག་གོ། །དག་སྒྲོང་གི་དག་འདུན་གྱིས་ལེན་པའི་དག་སྒྲོང་བསྐྱོ་བར་
བྱའོ། །དེས་སྒྲོ་ཁང་དུ་བཟུང་པར་བྱའོ། །འབྲོས་ན་ཤད་ཀྱིས་སྐྱང་ངོ་། །དེས་ཀྱང་དེ་བཞིན་
ནོ། །འབྲོས་པར་མི་བྱའོ། །མི་ཤེས་ན་མིང་རྩས་བྱའོ། །མགྲ་བ་དང་དབྱུང་བ་ནི་གཉིས་ཀ་
ཚྲོགས་པ་ལའོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བ་ཡང་ངོ་། །འདི་ལ་དེ་དག་གི་ཚྲོགས་ནི་བརྩུ་
གཉིས་སོ། །སྒྲོན་རྩལ་གྱི་སྒྲོམ་པ་གཉིས་དང་འཁོར་དང་འཁོར་མང་པོ་ཉི་བར་བཞག་པའི་
གནད་བ་སྐྱེན་པ་དང་བཅས་པའི་དག་འདུན་གྱི་མཐའོ། །ལྷག་མ་དག་གི་ཚྲོགས་ནི་
བཞིའོ། །ལས་བྱེད་པ་མོས་མི་རྣམས་ན་དེས་དག་སྒྲོང་གིས་བྱས་པའི་ཚྲོག་ངེས་པར་བརྟགས་ན་
རྩང་ངོ་། །འདི་ལྟར་ཅང་མི་གསུང་པས་ཞེས་བྱ་བའི་གོང་ཡན་ཆད་དོ། །མི་འདུག་པར་
འགྲང་བ་ནི་ཁ་སྒྲོང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདུན་པ་
དང་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཚྲོག་ལས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་གཉིས་དབུལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་མ་
ཡིན་ནོ། །དགག་དབྱེ་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མི་བསྐྱོའོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་དང་ཉམས་པ་དང་
མཚམས་མེད་པ་བྱས་པ་དང་སྤྲིག་པའི་ལྷ་བ་ཅན་དང་ས་གཞན་ན་གནས་པ་དང་ཐ་དད་
པར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་ངོ་། །བསྐྱམ་པར་བྱ་
བས་ཀྱང་ཡིན་གྱི། །བཤགས་པར་བྱ་བ་འབའ་ཞིག་གིས་ཡིན་པར་མ་ཟད་དོ། །བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་པས་དག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །རྣམས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཚེ་ལེན་པ་
ཡོད་ན་ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་དང་ཕྱིར་

བཅས་པར་བྱ་བའི་ཉེས་བྱས་ནི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་བཤགས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རྟོ་ཁྱུང་བ་བྱུང་བ་ལ་ནི་འདུ་ཤེས་རིམ་ཉེ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱུ ་བ་པར་བྱའོ། གཅིག་ལ་དེ་ཉེ་བ་
བསྐྱེལ་བ་དང་མི་བསྐྱེལ་བ་དང་ཕྱིར་བཅས་པ་ནམ་པ་དུ་མ་ནི་རིགས་པ་ཁོ་ནའོ། །དེ་དག་
ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་ཕྱིར་འཆོས་པ་ལ་ཁྱགས་པ་ནི་འདོན་
པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་དེ་དག་གིས་ནི་ཐོས་པ་དང་བཅས་པར་མི་
བྱའོ། མ་སྤངས་པ ་དང་མ་ལོག་པ་མ་གཏོགས་སོ། །གནས་ནས་ཕྱུང་བ་ནི་རང་གི་ལས་ལ་
ཡང་ངོ་། །ནད་དུ་བྱི་བའི་ཕྱིར་གསོལ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བ་ཡང་
ངོ་། །དེ་དག་བྱ་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཉེ་འཁོར་དུ་བཞག་པས་ནི་མངོན་སུམ་དུ་བསྐྱུབ་བོ། །ཞོ་བར་
བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་བསྐྱགས་པའོ། །སྒྲིམ་པའི་གནད་བ་དང་ཕྱག་མི་ ་བྱ་བ་དང་མི་སྤྱེ་བ་དང་
ལོངས་མི་སྤྱད་པ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྲོམ་པ་དག་ནི་མངོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་པར་
རྟོ། །གསོལ་བ་མ་བྱས་པར་དེའི་དོན་དུ་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་མཆོམས་ཀྱི་ལོངས་སུ་
གཏོགས་པ་ཁ་སྐོང་བར་འོས་པ་ལུས་སམ་དེ་ལ་འདུན་པས་འདུས་པར་རྗེས་སུ་མ་ཁྱགས་པ་
ཉིད་དང་ཕྱིར་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་ཡང་གང་ལ་ལས་དེ་བྱེད་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་གལ་ཏེ་མི་
མཐུན་པ་དང་ཆོས་དང་ཕྱན་ན། སྦྱོད་ལམ་ལས་མ་ཉམས་པ་དང་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་
དང་དག་ཡང་དག་པར་བསྐྱམས་པས་མངོན་པར་མི་ཤེས་པ་དང་། ནད་དང་བཅས་པ་མ་
གཏོགས་པ་ནི་མི་མཐུན་པ་ཉིད་དོ། །བརྒྱན་དུ་སྤྱོད་པའི་རྗེས་མཐུན་པ་ཉིད་ནི་དག་ཡང་དག་
པར་མ་བསྐྱམས་པའོ། །སྤྱོད་པ་དང་དག་རྩལ་པོ་དང་ཆོག་ཀྱལ་པའི་ཡང་ངོ་། །རང་བཞིན་དུ་
གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དག་ཀྱང་དེ་དག་གིའོ། །གཞན་ཡང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའོ། །བྱ་བ་མི་བྱེད་
པའོ། །དེ་བརྒྱམས་པ་འགྲོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་བཏང་བ་ནི་སྦྱོད་ལམ་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་
བ་དགེ་འདུན་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་ལའོ། །བསྐྱེན་པར་མ་རྫོ ་གས་པ་ལ་མི་བྱའོ། །ཁ་
སྐོང་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ལྷག་མ་མ་ལུས་པ་ཉིད་མི་བྱའོ། །བསྐྱོས་པ་རྗེས་
ནས་ཆེས་ལགས་པ་དང་ཆེས་མང་དུ་བྱེད་པ་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །དུས་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་མི་

བྱའོ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་འཕྲུལ་གཞན་ལ་འོ། །གཞན་ལ་ཡང་ངེ་ཙམ་གྱིས་ཚུགས་པ་ན་ཡང་སྤང་
བ་སྦྱིན་ནོ། །བསྐྱོས་པ་མེད་ན་ མདུང་དོར་བས་བགོའོ། །གང་ཁ་སྐྱོང་བར་མི་འོས་པ་དེ་དག་
མདུང་འདོར་བར་ཡང་ངོ། །དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་ལ་ཡང་འོས་པ་མ་ཡིན་པས་ཚུལ་གྱིང་
དག་བྱིས་པ་མི་འཆགས་སོ། །ལས་ཀྱི་གཞི་གཞིར་གཏོགས་པ་འོ། །བཟླ་དཔ་ལྷག་པ་དག་
གིས་ནི་མ་བྱས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཉམས་ན་མ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །བྱེད་པ་ཉིད་ན་སོང་ ན་
ཚིག་མ་རྒྱུགས་པ་རྣམས་པར་འབྱུག་པ་ཉིད་དོ། །ལས་དེ་ལ་དགེ་འདུན་གྱི་ཚད་དག་ཏུ་མ་
ལངས་པ་རྣམས་མ་ལྟས་པ་ཉིད་ན་རྒྱུགས་པ་འོ། །ལྟས་པ་ཉིད་ན་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་
ཡང་བྱེད་པར་འདོད་ན་ཚིག་གིས་རྣམས་པར་དཀྱུགས་གིང་གསོལ་བས་དགེ་འདུན་ལ་བཙུན་
པ་དག་ཡང་གསོལ་བ་བགྱེད་ཞེས་མ། རྗེས་སུ་བསྐྱུག་གོ ཞེས་བྱ་བས་སོ། །བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་
བགོ་བ་དང་བསྐྱེལ་བ་དང་། དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཚོལ་དུ་གཞུག་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་། མཐུན་
པ་དང་། དེའི་གསོ་སྦྱང་དང་། སྦྱེགས་ཅན་གྱི་གནས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒོ་བ་
དང་། མཁུ་བ་དང་། ཡང་གཞི་ནས་བསྐྱེད་པ་དང་། དྲན་པས་འདུལ་བ་དང་། མ་སྦྱོས་པས་
འདུལ་བ་སྦྱིན་པ་དང་། བསྐྱེད་པར་རྒྱུགས་པར་བྱ་བ་དང་། མཚམས་དགོལ་བ་དང་། ནན་
ཏུར་གྱི་ལས་དང་། དབྱུང་བ་དག་ལ་བཟླ་དཔ་གསུམ་སོ། །ལྷག་པོར་མ་གཏོགས་པ་རང་གི་
དོན་གྱི་སྒྲགས་བཟླ་དཔ་ཡང་ངོ། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་གང་ཟག་ལ་ཡང་ངོ། །ལྷག་པོར་ཡང་
མདུན་དུ་ཙོག་ཕྱར་འདུག་སྟེ། །བྱ་བ་ཡང་ངོ། །བསྐྱེད་པར་རྒྱ གས་པར་བྱེད་པ་ན་གསང་
སྟེ་བསྐྱེད་པ་མ་གཏོགས་པར་པ་གྲུ་ལ་ཏིང་པ་གཉིས་ཀྱིས་སོ། །བྱད་མེད་ནི་སྟན་ནང་ཚངས་
ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་འོ། །གཞན་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་དགེ་འདུན་ལ་རྒྱན་པའི་མཐར་
རོ། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་ནི་འགྲང་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས་པར་རོ། །ཁ་ཅིག་ལས་གསང་ཏེ་སྟེ་
སྟོན་པ་ཉིད་ནི་ལམ་གྱི་དབྱུས་ནས་ཞེས་སོ། །རྗེས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡང་ངོ། །རྒྱུང་བར་
བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་གཟུང་སྟེ་བྱའོ། །རྒྱུང་བཟེད་དང་སྟན་ནི་ལག་པ་གཡོན་པར་བཞག་
སྟེ་ལག་པ་གཡས་པས་བཀལ་སྟེ། །གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ནི་མདུན་དུ་བཞག་

སྒྲོལ། ལས་ནི་འདུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། དག་འདུན་ནམ་གཅིག་ ཁོ་ན་ལ་མ་བརྟེན་པ་ནི་གང་
ཟག་དག་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། ཚེས་གོས་དབྱུང་བ་དང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་
ནི་ཉེ་བར་མི་གནས་ན་ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་བརྟགས་པས་འཆགས་སོ། རྒྱ་མ་མ་ཕྱུང་ན་བྱི་མ་
མི་འཆགས་སོ། གཅིག་ཕུས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་ན་དེ་ལ་དང་པོར་བསམ་པ་བསྐྱབ་ཅིང་ཚིག་ཏུ་
བརྟེན་པར་བྱའོ། དག་སྤྱོད་དག་འདུ་བ་ཉིད་ན་སྒྲ་གོས་ཕྱག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ཉིད་
དོ། རང་གི་དོན་ཏུ་སྤྲུགས་ལན་གསུམ་རྗེས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ན་དེའི་འོས་ཉིད་ན་ཕྱག་བྱས་
ཏེ་འོ། གསང་སྟེ་སྟོན་པར་ཡང་དོ། རྣམ་སྒྱུར་དང་བཅས་པ་ཉིད་ན་བསྟེན་པར་རྟོགས་པའི་
བྱིར་འདུས་པ་ལ་ཡང་དོ། དང་པོར་གསུམ་སོ། དེའི་དོ ན་ཉིད་ཏུ་དང་ཉི་མ་བརྟེན་པ་ལ་
ཐལ་མོ་སྒྱུར་བ་ཉིད་དོ། གལ་ཏེ་གང་ཟག་གིས་རང་གི་དོན་ཏུ་བརྟེན་ན་གསོལ་བ་བཏབ་
པས་མཐུག་ཏུ་ཐབས་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། དེའི་རྗེས་ལ་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ལེགས་སོ་ཞེས་
སོ། འདུན་པ་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་དང་འཇིགས་པས་འགོ་བ་དང་བལ་བ། བྱས་པ་
དང་མ་བྱས་པ་བྱན་པར་རྟུས་པ་སྒྲོ་བར་བྱས་ཏེ་བསྟོལོ། བྱས་པ་ཉིད་ན་གནས་པ་བརྟེན་
པར་བྱའོ། མཚམས་གཙོད་པ་ཉིད་ནི་བཅད་པ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ། སྤྱད་
པར་བྱེད་པས་གཞི་བརྟུང་བ་དང་འདྲི་བ་ལ་བརྟེན་པ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་དག་གིས་བསྐྱབ་པར་
བྱ་བ་དག་ལ་གོ་བར་བྱའོ། དེས་དེ་དག་གི་དོན་ཏུ་སྟོན་བཤམ་སོ། བསྟོ ས་པའི་བྱ་བ་དེའི་
དོན་ཉིད་ལ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། ཐམས་ཅད་ལ་རྟོན་རིམས་སུའོ། ལྷང་བར་བྱ་བ་ལ་ནི་འདོད་པ་
མཚོག་ཉིད་ཡིན་ནོ། ལས་སྤྱིར་བསྟན་པའོ། བསྟོ་བ་ལས་བྱུང་བ་བྱིར་མ་བཅོས་པས་ལས་
ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་མི་བྱའོ། གསོ་སྦྱོང་དང་དགག་དབྱེ་དག་ནི་མ་གཏོགས་སོ། མཚམས་
གཞན་ན་གནས་པ་ནི་གང་གི་ཡན་ལག་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། དང་སོང་ན་ཚོགས་པའི་ཡན་
ལག་ཉམས་སོ། གཅིག་ཏུ་རྟེན་པ་ཡ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཏུ་ཡ་གཅིག་ན་གཉིས་ཀར་གནས་པ་
ཉིད་དོ། ཐམས་ཅད་ནོན་པ་ལ་གནས་ན་ནོན་པ་ཉིད་དོ། ཏུ་མར་གནས་པར་ལས་ལྷངས་
པ་ལ་ནི་འཆགས་པ་ཁོ་ནའོ། གནས་མལ་ཏུ་མ་མཐོད་པར་རིག་པ་ཉིད་དོ། དེས་ཅི་དགར་

གནས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། རྒྱལ་བ་ནི་མི་མཐུན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ཁ་སྐྱོང་བར་
བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། དེས་བྱ་བ་ལས་མ་ཡིན་པས་མི་འཆགས་སོ། ཚིག་པལ་ཆེར་བྱས་པ་
ཉིད་ན་བྱས་པ་ཉིད་དོ། འོག་མ་མེད་པ་ལའོ། མཚན་མ་དག་མ་བཟོད་པ་ཉིད་ནི་མ་བཅད་
པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། སྤྱོད་བྱེད་པས་ནི་ཉེ་བར་གནས་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་གཞན་པའོ། སྦྱོན་པས་
བཏོན་པ་ཡང་ངོ་། དབྱེན་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་ནི་གསོལ་བ་དང་འདྲའོ། འདི་ལ་མཚན་མི་
མཐུན་པ་ཉིད་ནི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། བཞད་གད་ཀྱི་དངོས་པོས་ནི་གང་གིར་ཡང་མི་
འགྱུར་རོ། མི་འཆགས་པའི་སྒྲོས་དབྱེན་བྱེད་པ་དང་གནས་ནས་འབྱེན་པ་དག་ནི་སྒྲོམ་
པོའོ། དགོ་འདུན་ ཏུ་མ་གྱུར་པ་ཉིད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། ཐ་དད་པར་གནས་པ་དག་ལས་
གཞན་པ་ཁ་བསྐྱོང་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་པ་དག་གི་ཚིགས་ཀྱིས་གསོལ་བ་དང་བཟོད་པ་དག་
ནི་མ་ཡིན་ནོ། རང་གི་འོས་པའི་དགོ་འདུན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་མ་གྱུབ་པ་ཉིད་ནི་མ་
ཡིན་ནོ། གསོལ་བ་ཐོས་ན་དེ་གྱུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། རྒྱལ་བ་དང་ལྷན་པའི་ར ང་བཞིན་ཅན་
ལ་མངག་པ་འདྲ་བས་རབ་ཏུ་འབྱེན་ཏུ་འཇུག་པ་ནི་ཆ་ག་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། མངག་པ་
དེས་དེའི་སྐབས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། བྱད་མེད་ལ་ནི་བྱད་མེད་དང་སྐྱེས་པས་ཀྱང་
ངོ་། སྐྱེས་པ་ལ་ནི་སྐྱེས་པ་ཁོ་ནས་སོ། གསོལ་བ་དང་ཁས་སྒྲུང་བ་དག་དེའི་མིང་ཁོ་ནས་
བྱའོ། བཞེན་པར་རྫོགས་པ་མ ན་ཆད་གོང་མ་ཡང་ངོ་། མི་འོད་ན་སྦྱིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་
ནོ། དེ་ལ་གསོལ་བ་ཉམས་སོ། ལྷར་བཞུགས་ཏེ་བསྐྱོད་པ་ནི་ཆ་ག་ཉིད་ཡིན་ནོ། གནས་ནས་
དབྱུང་བ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ནི་པ་རོལ་གྱི་
སེམས་གཏད་པ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། རྟོན་གྱི་སྐབས་དག་གི་གོ་རིམས་འབྲུག ས་པས་ནི་མི་
འཆགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ནི་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། མཚན་གཞན་ལ་བཞེན་པས་ནི་མ་ཡིན་
ནོ། དགོ་སྐྱོང་དང་དགོ་སྐྱོང་མ་ཉིད་དག་གིས་ལས་གཞན་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ལས་ཀྱི་གཞི་
ཁྱབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སོ། ལས་ཀྱི་གཞི་རྫོགས་སོ། གཞི་མ་ཞི་བར་ཤེས་ནས་སྐྱོང་བ་
པོས་སོ་སོར་ཤེས་པར་བྱས་ཤིང་མངོན་སུམ་ཏུ་འཇོག་པ་ལ་ནན་ཏུ་ཀྱི་ལས་བྱའོ། སྐྱོང་བ་

པོ་རང་མ་བྱུང་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་བསྐང་བར་བྱའོ། །འདུ་བ་མི་སྟེར་ན་གྲགས་པ་ཙམ་གྱིས་
སོ། །མ་མཐོང་བ་ལ་ནི་ཁས་ལེན་པ་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤེག་པའི་
ཕྱིར་རོ། །སྐབས་མི་འབྱེད་ན་ཡང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱོང་བ་པོ་ རང་མ་ལངས་ན་བསྐོ་
བས་བསྐང་བར་བྱའོ། །གཤེ་བ་དང་ཁྱོ་བ་དང་སྟོ་བ་ཉིད་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་རྟེན་པ་མེད་
པ་དང་གནས་མེད་པར་བྱ་བར་སེམས་པ་ཉིད་དང་། སྐྱའི་གྲ་དང་འོག་གཟུ་དང་ཉེ་དུའི་
གང་ཟག་རྟེན་ཉིད་དང་། དགོ་འདུན་རྟེན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མི་འཛིན་པ་དང་། བྱིས་པ་
དང་མུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་མཚན་འཆང་བ་དང་། མུ་སྟེགས་ཅན་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཚོ་ག་
མ་ཡིན་པ་སྟོད་པ་དང་། དགོ་སྒོང་གི་བསྐབ་པ་ལ་སྒོབ་པར་མི་བྱེད་པ་དང་། སྐྱ་འབྱེད་བར་
གྱུར་པ་དང་། སྐྱ་འབྱུར་བར་གྱུར་པ་དང་། དགོ་འདུན་ལ་སྟུ་སྟོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། འབྱུང་
བ་བསྐྱོད་པ་དང་མཚུངས་པར་ཉེ་བར་སྟོན་པ་དང་། རྒྱ་ལས་ཕྱིར་ ཐོག་པ་དང་། བཅོད་པ་
གསོལ་བ་ལའོ། །ལས་སྦྱིན་པ་དང་དབྱང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བ་དང་གཞིག་པ་
དང་བསྐང་བ་ཡང་ངོ་། །འཐབ་གྲོལ་བྱེད་པ་ལ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེགས་པར་བྱའོ། །དགོ་འདུན་
སྟེག་མའི་རྩུང་བ་ཕྱིར་མི་འཚོས་པར་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་ལ་ནི་སྦྱང་པའོ། །བྱིས་སུན་འབྱེན་པ་ལ་
ནི་བསྐྱང་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་འདུ་བ་མི་སྦྱིན་པ་དང་སྐབས་མི་འབྱེད་པ་དག་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་མ་
མཐོང་ངོ་ཞེས་ཟེར་ན་ཡང་ངོ་། །བྱིས་པ་ལ་བརྟེན་ཐབས་བྱེད་པ་ལ་ནི་ཕྱིར་འབྱེད་
པའོ། །འདི་ལ་བཅོད་པ་གསོལ་བའི་ལས་ཀྱི་གནས་སུ་དེ་ལ་བཅོད་པ་གསོལ་དུ་གཞུག་
གོ། །རྩུང་བ་གྲགས་པ་ཕྱིར་མ་བཅོས་པ་བསྐྱམས་པས་ཕྱིར་བཅོས་སུ་མི་ རུང་བ་དང་། མ་
མཐོང་ངོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་ཕྱིར་འཚོས་པ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་མི་འདོད་པ་དང་། ཐིག་པ་ཅན་
གྱི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་མི་གཏོང་བ་ནི་གནས་ནས་དབྱང་བར་བྱའོ། །འདི་ཉིད་དུ་རྩུང་བ་འདི་
ཕྱིར་བཅོས་པར་གྱིས་ཤིག །དགོ་འདུན་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱོད་བག་ཡངས་སུ་བྱེད་པར་འགྱུར་
རོ་ཞེས་བཅོད་པར་བྱའོ། །རྩུང་བ་བཅབ་པར་མི་བྱའོ། །ཐ་ན་མིང་གོ་བར་བྱ་བ་ཉིད་
ངོ། །ཉིས་བྱས་ནི་གང་ཡང་རུང་བས་སོ། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལའོ། །རྩུ་བ་ཐ་མི་དད་པ་

ལའོ། །བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དང་བཅས་པ་ལའོ། །མཚན་མཐུན་པ་ལའོ། །དེ་ཉིད་ལ་འདི་
དང་འོག་མ་དང་བཅས་ཏེ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་དག་ནི་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་འདི་པ་ལ་དེ་
བྱས་ན་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །མཚན་གཞན་ན་གནས་པ་ལ་ཡང་དོ། །བསྟོན་པ་ལས་བྱུང་བ་
ནམས་ནི་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ལའོ། །སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ནི་གནས་དེར་ཆོགས་པ་
ལའོ། །ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་བདག་ལ་སྦྱད་པའི་གནས་མི་རིགས་པ་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་
བ་བྱུང་གི་ཆོས་དེ་སོ་སོར་འཆགས་སོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ནི་ལྷགས་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་
གྱི་དེ་ལས་ནི་བསྐྱམ་པ་བྱ་བས་ལྡང་དོ། །གཞན་ལས་དེ་དང་བཅས་པའི་བཤགས་པའོ། །དེ་
གཅིག་ཕུ་ལྷ་བ་ཐ་མི་དད་པ་ལའོ། །ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མི་མཐུན་པ་ལའོ། །སྤེ་ཆན་ལས་སོ། །མེད་
ན་ལྷུང་བ་ལས་སོ། །སྤང་བ་ལས་ནི་སྤངས་པ་དང་བཟུང་བ་སྤོང་བ་ལས་སོ། །ལྷག་མ་
དང་བཅས་པར་གཏོགས་པའི་སྦྱོམ་པོ་ལྷེ་བ་ལས་ནི་དགེ་འདུན་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་
ལའོ། །ལྷག་མ་མེད་པར་གཏོགས་པའི་སྦྱོམ་པོ་ལྷེ་བ་ལས་ནི་མ་བཅད་པ་ལྷག་པ་ལའོ། །ཡང་
བ་དེ་ལས་ནི་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལའོ། །མཐར་དེ་ལ་བརྩམས་བ་རྟེན་ན་མ་འབྱོར་བ་ཉིད་ན་ལས་
བྱས་པ་དང་འདྲའོ། །སྟོན་པས་བྱས་པ་དེས་ཕྱིར་སངས་པ་ན་འདུ་ཤེས་པ་ནི་ཉེས་བྱས་དང་
འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །མིང་དང་རིགས་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་ན་ལྷུང་བ་ལས་སོ། །དགེ་འདུན་ལྷག་
མ་ལ་ནི་དུས་འདི་སྤེད་ཅིག་བཅབས་པ་ཉིད་དམ་མ་བཅབས་པ་ཉིད་དང་དོ། །དེ་ལས་
བསྐྱང་བ་བྱེད་པ་ནི་དབྱུང་བའོ། །དགེ་འདུན་ལས་ཞག་རྒྱག་མགུ་བར་བྱ་བ་མཐོས་ཏེ་སྦྱད་
པའོ། །དགེ་སྦྱོང་མས་ནི་ཁྲ་བ་བྱེད་དོ། །ལྷེ་བའི་ཆོས་ལས་འདས་ན་ཡང་དེ་སྦྱད་པར་བྱ་བ་
ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཅབས་པའི་ཉེས་པ་མེད་ན་དེ་འཆགས་སོ། །སྟོན་པས་དེ་མེད་པར་འགྱུར་
རོ། །དགེ་འདུན་ལས་དུས་དེ་སྤེད་དེ་མཐོས་ཏེ། །དེ་གཉིས་བྱེད་པ་ཉིད་ན་དགེ་འདུན་ལྷག་
མ་དེ་བྱུང་ན་མཐོས་ཏེ་བྱས་པ་དེ་གཉིས་ཞིག་པས་དེའི་ཕྱིར་གཞི་ནས་བརྩམས་པ་ཉིད་སྦྱིན་
ནོ། །བརྩམས་པ་ནི་མཐར་ཐུག་པར་བྱ་བ་དང་འདྲའོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་ཆགས་ན་དེའི་ཆོ་དང་

པོའི་ཡང་ཐ་དད་པར་སྒང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། བར་མ་དེ་ཕྱིར་བཅས་པར་བྱའོ། དེའི་ཕྱིར་
དེའི་དོན་དུ་ཡང་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། དེ་བཅས་པའི་དུས་ལྷག་པ་ཡང་དེར་གཞུག་
པར་ཉིད་དོ། དེ་གཉིས་ལས་ཀྱིས་སྦྱིན་ནོ། དབྱུང་བ་ཡང་ངོ། དེར་བསྐྱེགས་པ་ཡང་
ངོ། གསོལ་བ་དང་ལས་བརྗོད་པ་དང་པོའི་བར་དུའོ། རྩ་བཟམ་པ་ལྟ་བུར་འབྱེལ་བ་
ལའོ། གཟེངས་བརྗོད་པ་ཡང་ངོ། བརྗོད་པ་བྱས་མ་ཐག་དུའོ། ཕྱིར་བཅས་པའི་གཞི་གཞིར་
གཏོགས་པའོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་བསྐྱད་པར་བྱའོ། འདི་ལ་དགེ་འདུན་དབང་ངོ། དེ་
དེས་ཡལ་བར་མི་དོར་རོ། བསྐྱེལ་བ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། རྣམ་ཏུར་བྱེད་པ་དག་
གིས་མ་བསྐྱོས་ན་ནམ་ཏུར་བྱས་པ་ལ་བཟོད་པ་མི་འཆགས་སོ། བསྐྱད་པས་སྦྱོར་ཕྱང་བའི་
གནས་སུ་གནས་པར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། གནས་ནས་ཕྱང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་
མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་ལོངས་སྤྱད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། འདི་ལ་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་རྣམ་
པར་གཞུག་གོ། བྱེད་པ་ཉིད་ན་དེ་གཉིས་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་དང་ཅིག་ཤོས་སུ་ཡིན་གྱི་
ཅིག་ཤོས་དང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། རྣམ་ཏུར་བྱས་པ་གཞན་དག་ལ་དེ་གཉིས་མི་བྱའོ། །དེས་
འགྲོགས་བཤེས་ལ་བརྟེན་ཏེ་གནས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། རྣམ་ཏུར་བྱས་པས་སམ་ཉམས་པ་
བསྐྱད་པར་བྱ་བས་འགྱུར་བ་བརྟེན་ན་ཡོ་བྱད་ཀྱང་ཕྱང་སྟེ་དོར་རོ། མཐུས་ཀྱང་བསྐྱད་པར་
བྱའོ། འཇུས་པ་གཅད་པར་བྱའོ། དེ་དེབ་པའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་ན་དབྱུང་ངོ། དགེ་འདུན་
ཀྱིས་ཕྱིར་བཅས་སོ། བཅོལ་ཏེའོ། མ་གྲུབ་ན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྩིས་ཀྱིས་སོ། འཐབ་གྲོལ་
བྱེད་པ་བསྐྱད་པ་ནི་གཟུང་བར་མི་བྱའོ། འཐབ་གྲོལ་ལས་འབད་པ་མ་ལོག་ན་ཉེ་བར་ནི་
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གནས་ནས་དབྱུང་བར་བྱའོ། རྣམ་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལས་གྱུར་པ་
ལ་ཉེ་བར་ནི་བས་སོ། གནས་པ་ལ་གནས་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། འཐབ་གྲོལ་གྱི་རྩུ་ ཉེ་བར་
བསྐྱབ་པ་ཡང་གནས་ནས་དབྱུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། དགེ་སྤྱོད་མ་རྣམས་དང་འདྲེ་ཞིང་
གནས་པ་ལ་ཡང་གནས་ནས་དབྱུང་བར་བྱའོ། འདིས་གནས་ནས་ཕྱང་བ་ལ་དགེ་སྤྱོད་མས་
ཕྱག་བྱ་བའི་འོས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་པ་བྱའོ། རྣམ་ཏུར་གྱི་རྩུ་གཞན་ལ་དེའི་ཆེད་དུ་བསམ་

པས་གཞན་བྱེད་པ་ནི་འཆགས་སོ། གཞན་དུ་ ན་མི་འཆགས་སོ། གཞན་ལ་ཉམས་
སོ། གནས་ནས་ལྷུང་བ་ལ་ནི་མི་འཆགས་སོ། ཤེས་པ་དང་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་དང་མདོ་
ལྷེ་དང་འདུལ་བ་དང་མ་མོ་འཛིན་པ་དང་ཐོས་པ་དང་ཕྱོགས་དང་འཁོར་མང་བ་དག་ལ་
ནི་སྦྱོར་པོ་འོ། བྱིས་པ་ནི་དཔེ་འོ། ཏེ་དགེ་སྦྲང་ལ་སོགས་པ་ལྷ་པོ་དག་ལ་བརྟན་ཐབས་བྱེད་
པ་ལ་ཡང་ཕྱིར་འབྱེད་པའོ། ཁྲོ་བ་ནི་བརྟན་ཐབས་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། འཛུགས་ཀྱི་ལས་
དག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་དོགས་པར་མི་བྱའོ། རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་བརྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་
ལ་ཡང་དེ་དག་བྱ་བ་ཉིད་དོ། བྱིས་པ་ལ་མི་བྱའོ། ཏེ་དགེ་སྦྲང་ལ་ཕམ་པར་འགྱུར་བ་ཡང་དག་
པ་མ་ཡིན་པས་སྐྱར་པ་དང་གཤེ་བ་དང་སྦྱོ་བ་ལ་སྦྱང་བཟེད་ཁས་དབུབ་པར་བྱའོ། རྣམ་
པར་གཞག་པར་བྱ་བས་སོ། གསོལ་བས་སོ། ལྷུང་བཟེད་ཁས་སྐབས་པའི་བྱིས་དུ་འགོ་བར་
མི་བྱའོ། ལྟན་ལ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། སྦྱིན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་བཤམས་པ་ལ་ཡོངས་སུ་ལོངས་
སྦུང་པར་མི་བྱའོ། བསོད་སྦྱོམས་སྤང་བར་མི་བྱའོ། ཆོས་བརྟན་པར་མི་བྱའོ། གང་དུ་ལས་
བྱ་བ་དེར་གཏོགས་པ་དག་ལ་སྦྱང་བཟེད་ཁས་སྐབས་པ་ཡིན་ནོ། ར་ན་གནས་ནས་ལྷུང་བ་
ཕན་ཆད་རང་གི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིས་དུ་དེ་མི་འཆགས་སོ། ཏེ་འགའ་
ཞིག་གིས་གོ་བར་བྱའོ། བཟོད་པ་གསོལ་བ་དང་ལྷན་ན་གསོལ་བས་བརློག་པར་
བྱའོ། བཅབས་པའི་སེམས་མ་སྦྱིས་ན་མཐའ་ལས་ལྷང་བར་འགྱུར་རོ། བསྐྱབ་པ་སྦྱོ་ ད་པས་
སོ། ཏེ་ཐོབ་པས་སོ། ཏེ་འདུན་ལས་སོ། ལས་ཀྱིས་སྦྱིན་ནོ། ཇི་སྤྱིད་འཆོ་བའི་བར་
དུའོ། ཏོ་ཆ་དང་ལྷན་པ་དང་། མདོ་ལྷེ་འཛིན་པ་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་། མ་མོ་
འཛིན་པ་དང་། ཤེས་པས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤགས་པས་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ལས་ལྷང་
ངོ། བསམ་པས་སྦྱང་བ་ལས་ལྷང་གི་ཆད་པའི་ལས་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། འདིར་མིང་ནི་སྦྱང་
བྱེད་ཀྱི་ལྷེ་ཆོན་ལས་མིང་ངོ། ལྷུང་བ་ནི་རིགས་སོ། ཕྱིར་བཅོས་པའི་གཞི་ལྷ་བ་ལ་སོགས་
པའི་སྐབས་སོ། ཕྱིར་བཅོས་པའི་གཞི་རྫོགས་སོ། རྟེན་ལ་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་མི་ཤེས་པ་
ཉིད་དང་། བཅབས་པའི་སེམས་མ་བཞག་པས་བརྟེན་པ་དང་། བྱས་སམ་མ་བྱས་ཅི་ཞིག་ ཇི་

ལྷ་བྱ་ཞིག་ཅེས་དྲན་པར་མི་རྣམས་པ་ཉིད་དང་། བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ཉིད་དང་། གནས་
ནས་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་འཆབ་པ་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཐ་སྟངས་དུ་རྒྱུ་བའི་འདུ་ཤེས་ལས་ཉམས་པ་
ཉིད་ལ་ནི་ཕམ་པར་འགྱུར་པ་མན་ཆད་ཀྱི་རྒྱུ་བ་ཡང་མི་འབྱུང་ངོ་། །མ་བཅས་པ་ཉིད་ལ་
ཡང་ངོ་། །མི་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་མ་ཡིན་ནོ། །མངོན་པར་ཡིད་མི་ཆེས་པ་ཉིད་ལ་ཡང་
ངོ་། །མངོན་པར་མི་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་འདུ་ཤེས་པ་ཡང་ངོ་། །ས་གཞན་ན་གནས་པ་ཉིད་ལ་ནི་
ཐུ་མ་ཡང་ངོ་། །འཆབ་པ་ལ་དག་འདུན་ལྷག་མ་ཉིད་ལ་ཡིད་གཉིས་ཟ་བ་ནི་ཤེས་པ་དང་
འདྲའོ། །ས་གང་ལ་འཆབ་པ་མི་འབྱུང་བ་དེ་སྟུང་པ་ཡང་ངོ་། །མ་གྲས་པས་སྟོང་པ་གཏོང་ན་
ཉེས་བྱས་སོ། །དེ་ལ་དེའི་ཐེ་བ་ལྷག་པར་སྟོང་པ་ཡང་ངོ་། །ཡོད་ལ་བྱུར་མི་འཆོས་ན་ཡང་
ངོ་། །མི་སྟོང་པའི་ས་ནས་བྱུར་འོངས་པ་ནི་དེའི་གནས་སྐབས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྟངས་པའི་
གཞི་ལ་ལྷག་མ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པོ། །བཅབས་པའི་དུས་ངེས་པར་མི་ཤེས་ན་ཉུང་བ་ཉིད་དུ་མི་
འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །སྟུང་པར་བྱ་བ་ཉིད་ལ་དག་པའི་མཐའ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྱག་
གིའོ། །དག་པའི་མཐའ་ཅན་རྒྱ་བ་བཞི་ལའོ། །བཅབས་པ་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལའོ། །བསམས་
བཞིན་དུ་ཁུ་བ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ཞེས་སོ། །འདི་ལ་རྗེ་སྟེང་སེམས་པ་
དེ་སྟེང་དུ་གཏོགས་པ་ཉིད་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པོ། །ངེས་པར་མི་ཤེས་ན་དེ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་
བརྟེན་པར་བྱའོ། །མང་པོ་ཉིད་ལ་ནི་ཆད་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དུས་
རྣམས་ནི་ལྷག་པས་སོ། །མིང་དག་ལ་ནི་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུའོ། །སྟེ་བ་ཉིད་དང་
བསམ་པ་དྲག་པོས་བྱས་པ་ཉིད་དག་ནི་དང་པོ་ཉིད་དུའོ། །སྟོང་པ་ལ་སྟོན་བྱུང་བ་གཞན་
བྱུར་གསོ་བར་འདོད་པ་སྦྱེས་ན་ཐ་དད་པར་བྱེན་ཅིང་ཅིག་ཅར་སྟུང་དོ། །དེ་བཅབས་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་མགྱ་བར་བྱ་བ་མི་བྲིད་དོ། །དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པ་བསྐྱས་པ་འབྱུང་བའི་
གཞིའོ། །ཉིན་མཆན་གྱི་ཐ་མའི་ཆ་མ་ཡིན་པ་ལ་འཆབ་པ་མི་འབྱུང་ངོ་། །བརྗོད་པའི་ཡན་
ལག་མེད་ན་དེའི་སེམས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་འཆབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བཞོད་དུ་མེད་དམ་སྤང་བའི་
དབང་ནི་མེད་པ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་དོན་གྱི་དབང་གིས་བྱས་པ་ཡང་ངོ་། །དོན་མེད་

པས་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །མཐའི་མདུན་རྩལ་དུ་ཡང་ངོ་། །འཆབ་པའི་སེམས་མ་བཏང་བ་ཉིད་
ནི་དེའི་སེམས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྱོད་པམ་པར་གྱུར་པས་རྒྱང་བ་ཕྱིར་མ་བཅོས་པ་ལ་ཉེས་
པ་མེད་དོ། །དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པ་བསྐྱས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་ཞུ་བའི་སྐབས་སོ། །དུས་
དང་དུས་མ་ཡིན་པ་བསྐྱས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་རྫོགས་སོ། །སྤྱོད་བ་དང་མགུ་བར་བྱ་བ་སྤྱོད་
པ་དག་གིས་དགེ་སྤྱོད་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལས་མངོན་པར་སྤྱོད་བ་དང་ཕྱག་དང་མངོན་
དུ་ཐུང་བ་དང་ཐལ་མོ་སྐྱར་བ་དང་གུས་པའི་ལས་དག་བདག་གིར་མི་བྱའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་
མི་བྱ་བ་ཡང་གང་ཡིན་པ་དེའི་གནས་སྐབས་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་དེ་དག་ལའོ། །དེ་དང་
ལྷན་ཅིག་དུ་གོམ་པ་བསྐྱོད་བ་ཉིད་ལས་གཞན་པས་བཅག་པར་མི་བྱའོ། །ལྷན་ཆེས་དམའ་བ་
ཉིད་ལས་གཞན་པས་འདུག་པར་ཡང་ངོ་། །ཕྱི་བཞིན་འབྱང་བའི་དགེ་སྤྱོད་གི་བདག་ཉིད་
ལས་གཞན་པས་བྱིས་གཞན་དུ་འགྲོ་བར་ཡང་ངོ་། །གཡོགས་མ་གཅིག་དུ་མལ་བ་ཤམ་པར་
མི་བྱའོ། །རབ་དུ་དབྱུང་བ་དང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པ་དང་གནས་སྤྱོད་པ་དང་དགེ་ཚུལ་ཉེ་
བར་གཞག་པ་དག་མི་བྱའོ། །གསོལ་བ་དང་བརྗོད་པ་དག་ལས་མི་སྤང་ངོ་། །ལས་བྱེད་པ་
དང་དགེ་སྤྱོད་མའི་སྟོན་པ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་ཡིད་བརྟན་པར་བསྐྱོད་བ་ཡང་ངོ་། །ལྱུར་
བསྐྱོས་པས་ཀྱང་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱེན་པར་ཡང་མི་བྱའོ། །འདོན་པ་གཞན་
ཡོད་ན་གསོ་སྤྱོད་ལ་སོ་སོར་ཐར་པ་གདོན་པར་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་ལ་ཉམས་པས་སྤྱོད་བར་
མི་བྱའོ། །དགེ་འདུན་ལས་མ་བཀར་བ་ལའོ། །བརྗོད་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་ཕྱར་པ་དང་
བཅས་པ་ཉིད་དག་མི་བྱའོ། །གདམས་ངག་དང་གསོ་སྤྱོད་དང་དགག་དབྱེ་དང་གསོལ་བ་
དང་བརྗོད་པ་དག་བཞག་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དང་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །ཁད་པ་དེའི་རྒྱ་བྱེད་
པ་སྤང་ངོ་། །ཉེས་པ་གཞན་ཡང་ངོ་། །ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལ་ཉེས་པ་དང་
མཐུན་པ་ཉིད་མི་བྱའོ། །བརྒྱལ་ཞུགས་སྤོང་པོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་ཡིད་ལ་
བྱའོ། །ནངས་པར་ལྱུང་ལངས་ཉེ་སྤྱོད་དབྱེ་བ་དང་མར་མའི་ཀོང་བྱ་བསལ་བར་བྱའོ། །གཙུག་
ལག་ཁང་དུ་ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་དར་དང་སྤྱོད་བ་འཇམ་པོའི་བྱག་པས་བསྐྱོད་བ་དག་ཀྱང་

ངོ་། །བཤང་བ་དང་གཅི་བའི་སྐྱབས་དག་སྦྱང་ངོ་། །ས་འཕྱག་པ་དང་དུས་དང་མཐུན་པའི་
ཆུ་དག་བཞག་པར་བྱའོ། །མའི་ཁ་དག་བསལ་བར་བྱའོ། །སྟན་བཤམ་མོ། །དུས་ཤེས་པར་བྱས་
ཏེ་བདུག་སྟོས་དང་དེའི་པོག་པོར་དག་ཉེ་བར་གཞག་གོ། །གལ་ཏེ་རུས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྟོན་
པའི་ཡིན་ཏན་ཡང་དག་པར་བསྐྱག་གོ། །གལ་ཏེ་མི་རུས་ན་སྟོན་བ་པོ་ལ་བཅོལ་ལོ། །སྤྱི་བྱངས་
བཤམས་པ་ན་གཞུང་བརྟུང་ངོ་། །གལ་ཏེ་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཆ་ན་བསལ་ཡབ་བྱའོ། །དེ་དག་
གིས་འདུག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐའ་ཉིད་དོ། །ཟས་ཀྱི་
བྱ་བ་བྱས་ནས་སྟན་ཆ་དབེན་པར་བརྟུལ་ལོ། །སྤྱང་བཟེད་ཀྱི་གཞི་དོར་རོ། །དུས་ཤེས་པར་
བྱས་ཏེ་མཆོད་རྟེན་དག་གི་ཕྱག་དར་བྱའོ། །སྤྱི་བ་འཇམ་པོའི་བྱག་པས་བསྐྱའོ། །འདུ་བའི་
དུས་སུ་སྟན་བཤམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་ཡིན་ཏན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་བར་དག་གོ། །གལ་ཏེ་རུས་པ་
ཉིད་ཡིན་ན་ཉེ་མ་བརྗོད་པ་ཡང་ངོ་། །གལ་ཏེ་མི་རུས་ན་དགོ་སྤྱོད་གཞན་ལ་བཅོལ་
ལོ། །དགོང་ཀར་དུས་དང་མཐུན་པའི་ཆུས་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་རྐང་པ་དག་བཟུའོ། །རྐང་པ་
དག་ལ་བསྐྱའོ། །མི་འདོད་ན་སྐྱམ་དབུལ་ལོ། །དེ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་ཐ་མར་འོས་པ་ཉིད་
ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་དུ་རྟེན་པ་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགོ་བའི་ཕྱོགས་ལ་མི་གཡེལ་ བར་
བྱའོ། །འདི་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཆོལ་བ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱབ་པ་བྱིན་པ་དག་ཀྱང་དེ་དང་
འབྲའོ། །གདོན་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱི་མ་ནི་བཟོད་པ་གསོལ་བས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་འཛོལ་
བོ། །འོག་མ་ནི་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །སྟོང་བྱེ་བ་ཡན་ཆད་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་སོགས་
པ་ལ་སྟོན་བ་དང་ཐུན་པ་དང་སྦྱང་པ་དང་ཐུན་པ་གཉིས་ཀྱང་ངོ་། །བཟྱིགས་པ་དང་སྦྱང་པ་
དང་བསྐྱང་པ་དང་བྱིར་འགྱེད་པ་དང་གནས་ནས་སྦྱང་བ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །གདོན་
པ་ནི་མི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་དག་གིས་གནས་ནས་སྦྱང་བ་སྦྱང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ནའོ། །དེའི་
དུས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱང་བའི་རྟེན་པ་ཡང་མི་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །བྱེ་བ་
དག་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་ཡང་དེ་དང་འབྲའོ། །རང་བཞིན་དུ་གནས་
པ་མ་ཡིན་པ་དག་ལ་སྟོན་བ་དང་མཁྱ་བར་བྱ་བ་དང་བསྐྱབ་པ་སྦྱང་པ་དག་མི་འཆགས་

སོ། །དགེ་འདུན་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །གནས་དེ་ན་འཁོད་པ་དག་ལས་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་
དག་ལ་ཡང་ངོ་། །མང་པོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་མི་བྱའོ། །ག ནས་བརྟན་དང་སོ་སོར་ཐར་
པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་འབད་པར་བྱའོ། །གང་ན་གཞན་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་
མིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱོད་པ་དེར་དེ་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་དུ་སྐྱ་
རེངས་འཆར་བར་མི་བྱའོ། །འདུས་པའི་དགེ་འདུན་ལ་འདས་པ་དང་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་
བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །གལ ཏེ་ཡུན་རིང་དུ་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ཉིན་རེ་ཞིང་
ངོ་། །འདི་ལ་གསུམ་མཐུན་བཞི་ཞིང་ངོ་། །དེ་གཉིས་ལ་དོན་དེས་བརྟན་ཐབས་མི་བྱའོ། །འཐབ་
གྲོལ་བྱེད་པ་འོང་བ་ཐོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་དེས་འཛིགས་ན་དགེ་འདུན་ཚོགས་པའམ་གང་ཟག་
ལ་སྤྱིར་བཏང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འཛིགས་པ་དང་བལ་ན་དེ་ཉིད་དུ་ཕྱི ར་སྤང་བར་
བྱའོ། །ས་གཞན་ན་གནས་པའི་སྦྱོད་པའི་གཞིའོ། །སྦྱོ་བ་དང་མགྱ་བར་བྱ་བ་སྦྱོད་པས་རང་
བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་གཡོགས་མ་གཅིག་པར་ཉལ་ན་ཉིན་མཚན་དེ་བཅད་
དོ། །མཚམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡང་ངོ་། །མ་བརྗོད་ན་ཡང་ངོ་། །ཐོས་པར་བྱ་བ་དག་མཚམས་དེ་
ན་ཉི་བར་མི་འཁོད་ན་དེ་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་སྤྱིར་འོངས་ན་མཚམས་གཞན་དུ་
འགོ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །སྦྱོ་བ་བྱེད་པས་སྦྱོ་བ་བྱེད་པ་དང་ལྷན་ཅིག་གཡོགས་མ་གཅིག་
པར་ཉལ་བར་མི་བྱའོ། །དེ་དང་སྐྱ་སྤྱོགས་ཅན་གནས་པ་ལ་གནས་པ་དང་དེར་ལྷན་ཅིག་པ་
ལ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ས་གཞན་ན་གནས་པའི་སྦྱོད་པའི་གཞི་ལྷུ་བའི་སྐབས་སོ། །ས གཞན་
ན་གནས་པའི་སྦྱོད་པའི་གཞི་རྫོགས་སོ། །མ་གྲགས་པ་ནི་གཞི་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དགག་དབྱེ་
བརྗོད་པ་རྫོགས་ན་དགག་དབྱེ་བཞག་པ་མི་འཆགས་སོ། །བྱེད་པ་པོ་ནད་པ་དང་ལྷན་པ་
ཉིད་ལ་དེ་བཞིན་ནོ། །མངགས་པས་ཀྱང་ངོ་། །ནད་པ་ཉིད་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་མཐོང་པར་མི་
བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ནད་པ་ནི་སྦྱོར་བ་མི་བཟོད་པ་ཡིན་གྱི། བྱོད་སྦྱོད་ཅིག་ཅེས། ཆོ་དང་
ལྷན་པ་པོ་ཉ་ནད་པ་དེ་ལ་ནི་ཆལ་ཞིང་བརྟག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལན་གདབ་པར་
བྱའོ། །བྱས་པ་དང་བྱེད་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་ན་ཡང་སྤང་བ་མི་འཆགས་

སོ། །སྒྲག་མས་ཀྱང་དུས་མ་ཡིན་པར་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ཉི་ལམ་
མ་བཞག་པར་མི་བྱའོ། །མཐའ་མ་ཡིན་པར་མི་བྱའོ། །སྐབས་འབྱེད་དུ་མ་བཅུག་པར་མི་
བྱའོ། །དགག་དབྱེ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མི་དུན་ན་དུན་པར་བྱའོ། །དེ་མི་བྱེད་ན་དེ་ལ་བཟོད་
པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཁྱོད་ལ་བཟོད་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་བྱས་གྱི།
ཁྱོད་ཀྱིས་གནས་འདི་ནས་མ་ཞུས་པར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །ཁོ་པོ་ལ་ཆོ་དང་ལྡན་པ་ལ་བཟོད་
པའི་ཕྱིར་བསྐྱོགས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་སོ། །དེས་དུལ་བར་མི་འགྱུར་ན་མི་གདམས་པ་ཉིད་
དུའོ། །དེ་ལ་གཏམ་འདྲེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བསྒྲག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་གསོ་སྦྱང་
བཞག་གོ་དེས་ཀྱང་ན་དགག་དབྱེའོ། །འཛོག་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་བཞག་པ་དེ་དང་ལྟན་
ཅིག་ཏུ་བྱ་བ་ཡང་འདྲིར་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་བྱེ་བ་ཉིད་ན་གལ་ཏེ་མཉེན་པ་ཉིད་མ་
ཡིན་ན་ཕུར་པ་དང་བཅས་པ་བྱའོ། །གནས་འདི་འམ་གཞན་དུ་འམ་གཞི་འམ་གང་ཡང་རུང་
བ་ལ་འདོད་པས་སྤྲོ་བར་བྱའོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྷུང་བ་བཀལ་ཞིང་ཉེས་པ་བཟུན་ཏེ་
བཏང་བས་སོ། །ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྟ་བ་དང་ཆོ་ག་དང་འཆོ་བ་ཉམས་པས་སྦྱང་བ་ལ་སོགས་
པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ན་གཞི་དང་བཅས་པས་འཆགས་སོ། །གཞི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་
པས་མི་བྱའོ། །འདི་ལ་དངོས་པོ་ལས་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐོས་པ་ནི་རྣམ་པ་
གསུམ་སྟེ། བྱ་བའི་མཚན་མ་དང་། གཞན་ཕེབས་པར་སྤྲོ་བ་དང་། རང་གིས་རྗེས་སུ་ཐོས་
པའོ། །ཡིད་མི་ཆེས་པ་ནི་གཞི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་སྤྱང་བའི་གཞིའོ། །ཤེས་པ་དུ་མ་ཉིད་
ཡིན་ན་སྦྱང་བ་ལ་སོགས་པ་འདོད་པས་སོ། །དགག་དབྱེ་མ་ཡིན་པར་དེ་བཞག་པར་མི་
བྱའོ། །གསོ་སྦྱང་མ་ཡིན་པར་དེ་མི་བྱའོ། །འཛོག་པར་བྱེད་པ་བྱད་མེད་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་སྦྱོས་
པའི་བཞག་པ་ཉིད་བྱེད་དམ་བྱས་པ་ཉིད་ན་བཞག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་ཉམས་
པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་བྲིམས་མེད་པ་དང་གཅིག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་
ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་སྤྱང་བའི་གཞི་ལྟ་བུའི་སྐབས་སོ། །ཡོངས་སུ་སྤྱང་
བའི་གཞི་རྒྱུགས་སོ། །དགོ་འདུན་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་རུས་པ་ལ་མི་འདོད་པར་སྦྱང་བ་དང་

སྒྲིབ་པ་བྱེད་པ་ན་ཕྱག་པར་མི་བྱའོ། །འདུལ་བ་ར་བྱ་བ་གང་ན་མི་མཐུན་པ་ཡོད་པ་དེ་
དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཁོད་པར་མི་བྱའོ། །གཞན་དུ་ནི་གོ་གཉིས་སམ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བཅད་
དོ། །དེས་གཅིག་ཤོས་དང་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བར་དུ་ཆོད་པ་
སྒྱུན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་མཐོང་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཆོས་དང་འདུལ་བ་ལ་གལ་ཏེ་དེ་དང་
ལྷན་པར་ཤེས་ནས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལ་དགོ་འདུན་མཐུན་པ་མེད་
དོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པ་དག་དང་ཆོག་ཤིང་ལས་བྱས་ན་ཡང་མི་འཆགས་ལ་ཕན་
ཚུན་མི་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་དེའི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་འཐབ་
པར་གྱུར་པ་ཉིད་ན་ཆོས་འདི་པ་དག་གིས་ཕྱག་མི་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །མངོན་དུ་ལྷང་བ་
དང་ལྷན་ལ་བོད་པ་དང་གཏམ་འདྲེ་བ་དང་ཕེབས་པར་སྐྱབ་པ་དང་ཀུན་དགའ་བར་འགྱུར་
བ་དང་ནམ་པར་ལྟ་བ་དང་རུང་ཟད་ལྟ་བ་དག་ཀྱང་མི་བྱའོ། །ལག་པའི་ཐ་སྟད་ཀྱིས་གནས་
མལ་ངན་པ་རྗེས་སུ་སྒྱུན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ལས་ནི་ཆོག་གིས་ཐོས་པ་དང་བཅས་པར་གཞན་ལ་འོ་
ཞེས་སོ། །གཙུག་ལག་ཁང་མཇུག་ཏུ་འོ། །ཁོ་པོ་ཅག་གན་ནོ་ཟེར་ན་བྱེད་ཅག་ཀྱང་བདག་ཅག་
ཤུག་འེ་སྐྱེས་ཀྱི་དགོ་སྦྱང་དག་ཡིན་ནོ་སྐྱེས་དུ་བདག་ཉིད་ལས་འཆེའམ། བྱེད་ཅག་གང་དག་
གི་སྦྱོང་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་དང་གཏམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་འདི་ཡང་མི་འཐོབ་པ་ཡིན་ན་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་
པ་ཐུགས་རྗེ་དང་ལྷན་པས་དེས་ན་འདི་རྗེས་སུ་གནང་ངོ་ཞེས་གཞན་ལ་ལན་གདབ་པར་
བྱའོ། །དགོ་སྦྱང་མས་ལྷན་ལས་ལྷང་བ་དབྱི་བར་མི་བྱའོ། །དགོ་བསྟེན་གྱིས་བསོད་སྟོམས་
དབུལ་བར་བྱའོ། །བཟོད་པ་བྱས་པ་དེ་དག་ལ་མཐུན་པ་ཐོབ་པ་མེད་པར་མཐུན་པ་མི་
འབྱུང་ངོ་། །གསོ་སྦྱང་མེད་པར་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཉིད་མི་འཐོབ་པོ། །དེ་བྱིན་ནས་
བྱའོ། །དེ་ནི་ལས་ཀྱིས་སོ། །ལྷ་མ་ཡང་ངོ་། །མཐུན་པ་དང་བྱ་ཤིས་དང་གཞོད་པ་བྱུང་བའི་
དོན་དུ་གསོ་སྦྱང་བྱར་བྱང་ངོ་། །འདི་ལ་དུས་དེ་ཁོ་ནའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་འོ། །ལས་བྱེ་བའི་
གཞིའོ། །ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྐྱབ་པ་དག་གིས་དབྱེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་མཆོམས་ཀྱི་ནང་དུ་ལས་ཐ་
དད་པར་བྱས་ན་དེ་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་སོ་སོའི་རང་གི་ལས་འཆགས་སོ། །རང་གི་སྟོ གས་

དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་མི་འཆགས་སོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ནི་ཆོས་སྤྱོད་བས་བྱས་པ་ཉིད་
ན་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་གལ་ཏེ་གཟུ་བོ་དག་ཡོད་ན་དགེ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ་བཞུན་
པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་དག་གིས་མི་མཐུན་པ་
ཉིད་དོ། །རྗེས་སུ་ཞུགས་ན་དེ་ཉིད་ཉ་མས་སོ། །དེ་མི་བྱའོ། །དགེ་སྤྱོད་མའི་དགེ་འདུན་ཕྱོགས་
དང་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རྣམ་པར་གནས་པ་ལ་གདམས་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱེ་བ་ལ་ནི་
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །གསོལ་བ་ན་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་ངེས་པར་སྐྱར་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །དབྱར་གྱི་རྟེན་པ་ནི་ཆོས་སྤྱོད་བ་དབང་བ་ཉིད་དོ། །གཉིས་ཀ་འདུས་པ་ལ་བྱེ་བ་
བྱས་པར་བསོ་བཤའ་བྱ་བ་དགེ་འདུན་ལ་སྤུལ་བ་ཡང་དོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་
ཆོད་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་དག་གོ་གལ་ཏེ་ཉུང་བ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཅིག་ཤོས་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་གང་
གི་ཕང་པར་སྤུལ་བའོ། །གལ་ཏེ་གཉི་གའི་ན་གཉི་གའོ། །དེ་ལ་གང་ཟག་ལས་ཆ་ཉིད་ཡིན་གྱི་
དགེ་འདུན་ལས་མ་ཡིན་ནོ། །ལས་བྱེ་བ་འདི་གཞི་ཁྱུ་བ་དང་བཅས་ཟེའི་བྱ་མའི་སྐབས་སོ། །ལས་
བྱེ་བ་འདི་གཞི་རྫོགས་སོ། །དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་ནི་ཆོས་ལས་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོར་གསོལ་
བས་སམ་དོན་དེས་ཚུལ་ཤིང་ལེན་དུ་འཇུག་པས་སོ། །དབྱེ་བར་བྱ་བ་དག་དགེ་འདུན་གྱི་
ཆོད་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་། མཚམས་ཀྱི་ནང་ན་གཞན་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོད་དག་ཀྱང་མེད་པ་
ཡིན་ན་དེ་ནི་མི་འཆགས་སོ། །ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ། གཉིས་ཀ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་ན་
མཚམས་མེད་པའོ། །དབྱེ་བ་ལ་ཆོས་སུ་འདུ་ཤེས་པས་ཀྱང་དོ། །འཁོར་ལ་དབྱེ་བའི་གཞིའོ། །

འདུལ་བའི་མདོ་བམ་པོ་དགུ་བཤམས་ལོང་གི་རྒྱ་བཞིའོ། །དངོས་པོའི་དེ་བཞིན་
ཉིད་ལ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། རྒྱུང་བ་དང་། བཅས་པ་ཉིད་དང་། ལས་ལ་
མཐུན་པ་མི་སྦྱིན་པའོ། །རྒྱ་དང་པོ་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྒྱ་གཅིག་དུ་བྱས་པས་ཉེ་བར་ཞིའོ། །རྒྱ་
གཉིས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་འདི་དང་དག་པ་སྦྱིན་པས་སོ། །རྒྱ་གསུམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཕྱིར་
བཅོས་པ་དང་ངེས་པར་འཛིན་པ་ལ་སྐྱར་བ་ཉིད་སྦྱིན་པས་སོ། །ཐ་མ་ནི་སྦྱིན་དུ་གཞུག་པས་

སོ། །འགྱུང་པ་གཉིས་རང་གིས་མི་རྒྱས་ན་ཚོགས་པར་དབྱང་བ་དག་གིས་ལེགས་པར་བསྐྱབ་
བོ། །དགེ་སྤྱོད་དག་གིས་སོ། །འདྲང་བ་དག་གིས་སོ། །དེ་གཉིས་སོ། །གཅིག་ཡན་ཆད་གྱིས་
སོ། །གཟུ་བོ་དག་ལ་འདྲང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་དགེ་འདུན་གྱིས་གཏན་དུ་བསྐྱོའོ། །འདིར་
འཐབ་མོ་མི་བསྐྱེད་པ་བསྐྱོ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དྲོ་ཚ་ཤེས་ཤིང་བསྐྱབ་པ་འདོད་
པའོ། །འདུལ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་ངེས་པའོ། །ཚྱོད་པ་འབྱང་བ་སྦྱོད་པ་ལ་མཁས་
པའོ། །རྣམ་པར་ཞེན་པའོ། །བརྟན་ཞིང་ཉེས་ཚུལ་མེད་པར་འཇུག་པའོ། །སྟོམས་པའོ། །བརྟ་
ཕྱད་པའོ། །བརྟ་སྦྱོད་པར་བྱེད་པའོ། །མཁས་པའོ། །དེ་དག་གིས་ཉེ་བར་ མ་ཞི་ན་དགེ་འདུན་
ལ་དབྱལ་ལོ། །དེས་མ་རྒྱས་ན་གསལ་བ་དག་བསྐྱོའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་ཚད་ལས་མི་ཉུང་བ་
དག་གོ། །ཞེ་ཚན་དེས་མ་རྒྱས་ན་རང་གིས་གསལ་བ་དག་བསྐྱོ་བ་ཉིད་དོ། །མ་རྒྱས་ཤིང་
གཞན་མི་བྱེད་ན་གང་ལས་སྤངས་པ་དེ་ལ་དབྱལ་ལོ། །ཕྱིར་འོངས་ན་དགེ་འདུན་བཞི་པོས་
ཚྱོད་པ་སྦྱོད་པ་བསྐྱོའོ། །དེས་གནས་ བརྟན་དང་བཅས་པའི་དགེ་འདུན་གཞན་ལ་དབྱལ་
ལོ། །སྤར་བྱང་བ་བརྗོད་དུས་སྐྱབ་པ་གསུམ་དུ་དབྱལ་ལོ། །དེ་ནི་དེའོ། །ཕྱིར་ཕུལ་བ་ན་དེས་
མདོ་ལྷེ་དང་འདུལ་བ་དང་མ་མོ་འཛིན་པ་དག་ལའོ། །སྐྱབ་པ་དུག་ཏུའོ། །དེ་དག་གིས་གནས་
བརྟན་མཐུ་དང་ལྷན་པ་ལའོ། །ཐུག་པ་མེད་པར་རོ། །དེས་དེ་གཉིས་ལས་བདག་གིར་བྱ ་བ་
ཐ་ན་འདག་རྩས་དག་དང་སོ་ཤིང་ཡན་ཆད་རྩང་ཟད་ཀྱང་སྤང་བར་བྱའོ། །ལྷན་ཅིག་
འགྱུང་བ་དང་འདུག་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་འཆག་སར་འཆགས་པ་དང་གཏམ་འདྲེ་བ་དང་
ཕེབས་པར་སྐྱབ་པ་ཡང་ངོ་། །རྩིས་སུ་འབྱང་ན་དེ་དག་ལ་འདི་སྐད་ཅིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་
བྱེད་ཅག་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཚུལ་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱང་ནས་འཐབ་པར་གྱུར།
མཚངས་འབྱུང་བར་གྱུར། ཚྱོད་པར་གྱུར། འགྱུང་པར་གྱུར་ཅིང་གནས་པ་ནི་མ་རྟོད་དེ་རྟོད་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉེས་པ་རྟོད་ཀྱི་ལེགས་པར་རྟོད་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་མ་
འཐབས་ཤིག་ མཚངས་མ་འདྲུ་ཞིག་ མ་ཚྱོད་ཅིག་ མ་འགྱུང་ཅིག་ འགྱུང་པ་གཉིས་ཀ་རྒྱལ་
བ་མེད་དོ། །རྒྱག་པ་གཉིས་ཀ་རྒྱ ་ལ་བ་མེད་དོ། །གཅིག་རྒྱལ་གཅིག་པམ་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་

བཅོད་པར་བྱའོ། ཆོས་མང་བའི་སྒོས་ལེགས་པར་གཞག་པ་ནི་ལེགས་པར་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་
གཞན་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཆོས་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་སྲིད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་
གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་མི་སྲིད་དོ། །དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་འགྲེད་པ་གཉིས་ དང་འབྲེལ་བ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཚོལ་བ་དང་ཕྱིར་ཚོལ་བ་དག་གིས་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ཉིད་དང་། རབ་
ཏུ་དམ་པ་ཉིད་དང་། མི་བཟད་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་དག་དབྱེ་བར་དོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་
བརྟེན་པར་བྱའོ། །བསྐྱམ་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་དོན་ལའོ། །གནས་བརྟན་གྱི་མཐར་
ཐུག་པ་དག་ཡོངས་སུ་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པ་དག་ལའོ། །དགོ་འདུན་བཞི་པོས་སོ། །འདི་ལ་
ཚུལ་ཤིང་འབྲིམ་པས་སྒོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཚུལ་ཤིང་འབྲིམ་པ་ལ་བསྐོ་བར་
བྱའོ། །དེས་ཚུལ་ཤིང་རྣམ་པ་གཉིས་དག་ཉེ་བར་བཞག་གོ། ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་དག་ནི་ཡ་ཡོ་
མེད་པ་དང་ཁྱར་ཁྱོར་མེད་པ་དང་ཆས་རྒྱས་མེད་པ་དང་ཁ་དོག་བཟང་བ་དང་དྲི་ཞིམ་པ་
དང་རེག་པ་འཇམ་པ་ཉིད་དག་ཡིན་ལ་གཅིག་ཤོས་ཀྱི་ནི་བསྐྱོག་པའོ། །དགོ་འདུན་ལ་འདུ་
བར་གསོལ་ལོ། །ཚུལ་ཤིང་འབྲིམ་པར་འགྱུར་གྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདུ་བར་བྱའོ་ཞེས་
སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདུ་བ་བྱུན་པས་ཆོགས་པ་ན་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ཤིང་ལྷག་པར་
འགྱུར་བར་སེམས་ན་བྲིམ་པར་མི་བྱའོ། །འབྲིམ་པའི་ཆོ་ལག ་བ་གཡས་པས་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་
ཤིང་དག་གཟུང་ཞིང་གཡོན་པས་ཅིག་ཤོས་དག་གོ། །དེ་དག་གཡོགས་ཏེ་སྤྲ་མ་དག་སྤྲང་བར་
བྱས་ནས་བཅོད་པར་བྱའོ། །གནས་བརྟན་འདི་དག་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་ཡ་ཡོ་མེད་པ་ཁྱར་
ཁྱོར་མེད་པ་ཆས་རྒྱས་མེད་པ་ཁ་དོག་བཟང་བ་དྲི་ཞིམ་པ་རེག་པ་འཇམ་པ་དག་ཡིན་གྱི་
ཡོངས་ཤིག་ཅེས་སོ། །གཅིག་ ཤོས་ཆོལ་ན་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་མི་དབུལ་ལོ། །གཡོགས་སམ་
བྱེ་བ་གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་མང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྲིམ་པར་བྱའོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་
མཁན་པོ་དང་སློབ་དཔོན་དང་མཁན་པོ་གཅིག་པ་དང་སློབ་དཔོན་གཅིག་པ་དང་གཏམ་
འདྲིས་པ་དང་ཕེབས་པར་སྐྱ་བ་དང་སློན་འགྲོན་དང་འགྲོགས་བཤེས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་
སྤངས་ཀྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་ཡོངས་ཤིག་ཁྱོད་དེ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་ཚུད་པར་

གྱུར་ན་མ་ལེགས་སོ་ཞེས་ན་རྒྱུ་དུ་གཤུབ་བོ། །ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ཤིང་སྤང་བར་མི་
བྱའོ། །མདོ་ཐེ་དང་འདུལ་བ་དང་མ་མོ་འཛིན་པ་དག་མ་དྲིས་པར་མི་བྱའོ། །དབྱེན་དུ་
འགྱུར་བའི་བཟོད་པས་མི་བྱའོ། །ཆོས་མ་ཡིན་པས་མི་བྱའོ། །དེ་གཉིས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་
ཉིད་དུ་ཤེས་ན་མི་བྱའོ། །མཉམ་པ་ཉིད་ན་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་གཅིག་
སྤང་ངོ་། །ཆོས་མ་ཡིན་པས་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལ་སྒྱུ་སྒྲིགས་མི་བྱའོ། །སྤང་བའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་
པ་ལ་ནི་དག་པ་སྦྱིན་ནོ། །སྤང་བ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། གཞི་མེད་པ་དང་། གཞི་གཞན་རྗེས་སུ་
བསྐྱབ་པའི་དབང་གིས་དང་། ཕྱིར་བཅོས་པ་ལ་མི་བསྟོས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྦྱོན་པས་བྱས་
པའོ། །དང་པོ་གསུམ་ལ་ནི་དྲན་པས་འདུལ་བ་སྦྱིན་ནོ། །ཐ་མ་ལ་ནི་མ་སྦྱོས་པས་འདུལ་
བའོ། །ལྷུང་བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྲུག་ལོང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཕྱིར་འཕྲོས་ པ་མེད་
པ་དང་། ཕྱིར་འཕྲོས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་ཉི་ཆེ་བ་དང་། དགོ་འདུན་མཐའ་
དག་དང་འབྲེལ་བའོ། །དང་པོ་ལས་ནི་ཁས་སྤང་བའི་བྱ་བས་ཕྱིར་བཅོས་སོ། །གཉིས་པ་ལས་
ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་འདུལ་བས་སོ། །གསུམ་པ་ལས་ནི་རྩ་བ་ཀྱུ་བ་ལྟ་བུས་སོ། །འདི་ལ་མང་
པོ་དག་གི་དོན་དུ་དགོ་འདུན་མ་ཡིན་པ་ལ་བཤགས་པར་བྱ་བ་དག་ནི་གཅིག་གིས་ཕྱིར་
བཅོས་པར་བྱའོ། །དུ་མ་དག་གཅིག་ཅར་དུ་ཡང་ངོ་། །གང་ཡིན་པ་ཞེས་སྟོས་པ་དང་ཤེས་པ་
སྤང་བར་བྱ་བས་སོ། །སྒྲིགས་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཐུན་པར་གྱུར་ནའོ། །ཁས་མི་ལེན་པ་དང་
དོན་མེད་པ་ལ་ནི་བཤགས་པ་མི་འཆགས་སོ། །ལྟན་ཅིག་གི་དངོས་པོས་སྤང་བ་ཉིད་དུ་རྩང་
ངོ་། །སྤང་བ་པོ་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལ་གངས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ནི་ངེས་པ་མེད་དོ། །སྤང་བ་
པོས་ལུས་དང་ངག་དག་གིས་བཟུམས་པ་ཉིད་དང་། ཐེ་སྟོང་དག་ཤེས་པ་ཉིད་དང་། དགོ་
འདུན་གྱི་ནང་དུ་བསམས་བཞིན་དུ་ཆོས་དང་འདུལ་བ་ལ་ལོག་པ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་
དག་མི་སྟོན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ལ་གྲུས་པར་བྱའོ། །ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་
དང་ལོག་པར་སྟོན་པ་ལ་མཐུན་པར་མི་བྱའོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཐེ་སྟོང་དག་
འཛིན་ཞིང་མི་ཤེས་པ་ལ་ནི་སྟོན་གདབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བསམ་པ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་

བཀལ་ཞིང་བཏག་པར་བྱའོ། །གནས་སུ་མི་བཞག་པས་སོ། །གནས་ནི་དུས་དང་ཡུལ་དང་
སྤྱད་ལམ་དང་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་དག་གོ། །གནས་གཞན་དུ་འཕོ་བ་དང་རྟོག་པ་ཅན་དུ་གྱུར་
ན་སྐྱོང་བ་མི་འཆགས་སོ། །སྐྱོང་བས་ཁས་སྦངས་ན་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་བ་པོ་བདེན་
པ་མཐོང་བ་ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་ལས་ཆེས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་བྱིས་པ་ཡིན་ཀྱང་རྒྱང་གཞན་
ཆད་མར་བྱའོ། །གཞན་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཆོག་བསྟན་པར་བྱ། འོ། །ཐེ་ཆོམ་ཉིད་དུ་
གྱུར་ན་ཤེས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ངེས་པར་གྱུར་པ་ནི་ཁས་སྦངས་པ་དང་འདྲའོ། །རྟུང་
བའི་ཕྱིར་རྩོད་པ་འདི་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཆོལ་བ་དང་མཐུན་པ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་
དོ། །ངེས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་ཡིན་ནོ། །དགོ་འདུན་ལ་ཁས་སྦངས་ནས་ཁྱད་
དུ་གསོད་ན་ངེས་པར་འཇོན་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་སྦྱོར་བ་སྦྱིན་ནོ། །དེ་ནི་དེའི་ངོ་བོ་
ཉིད་ཆོལ་བ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཆོལ་བ་དང་མཐུན་པ་ཉིད་དོ། །ཁ་
ཅིག་གིས་འདི་ནན་ཏུར་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྟན་ནོ། །འདི་ནི་མི་བཟང་སྟེ་མདོ་སྟེ་དང་འགལ་བའི་
ཕྱིར་རོ། །ཉེ་བར་ཞི་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་ཆོར་ལས་ལོ ། གས་ཤིག་དུ་མཛད་པ་ནི་མི་བཞེད་
དེ། །བསྐྱེགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་རྣམ་པར་མ་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཤེས་
བཞིན་དུ་ཁྱད་དུ་གསོད་དོ་སྟེ་ན་ཡོད་བཞིན་དུ་མ་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་པ་སྦྱོ་བའི་
ཕྱིར་རོ། །ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འབད་པ་མི་སྦྱོད་པར་མི་བྱའོ། །རྩོད་པའི་གཞིའོ། །ཞི་བ་
ཐམས་ཅད་ནི་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྩོད་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཁ་བསྐྱང་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་དགོ་
འདུན་གྱི་ཐ་སྟོད་ལ་ཆོགས་པར་དབྱང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་དག་ལ་ནི་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱའོ། །བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྦྱོས་པས་རིགས་པ་
ཉིད་དོ། །སྟོག་གས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ལས་ཉམས་ན་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཉིད་དོ། །ཐུང་བ་ཉིད་
ནས་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་བར་དུ་གྱུར་ན་ཡང་ངོ་། །གཞན་དུ་སོང་ངམ་ནད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡུན་
རིང་པོས་བཏབ་ན་ཡང་ངོ་། །དོན་སྦྱིན་པར་བྱེད་པའམ་མདོན་པར་བཙོན་པའོ། །རྩོད་པའི་
གཞིའི་ཁྱབ་པའི་སྐབས་སོ། །རྩོད་པའི་གཞི་རྫོགས་སོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་ ། པས་མཆོག་ལ་

རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ཕྱག་བྱའོ། །མཉམ་ན་གན་པ་ལའོ། །མཚན་ཐ་མི་དད་པ་ལའོ། །སྒྲིམ་པ་མི་
དམན་པ་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་སོ། །ས་གཞན་ན་གནས་པ་དང་ཉམས་པ་དང་དགོ་སྒྲོང་མ་སྒྲན་
ཕྱུང་བ་དང་ཚེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་དང་ཐ་དད་པར་གནས་པ་དང་
མཚམས་མེད་པ་བྱས་པ་དང་ཉལ་བ་དང་སྒྲོམས་པར་ཁྱགས་པ་དང་བྲེལ་བ་དང་སེམས་
གཞན་དུ་སྔོང་བ་དང་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་དང་བྱིམ་གཞན་ན་འདུག་པ་དང་། ཟས་ཀྱི་གྲལ་
ན་འདུག་པ་མ་གཏོགས་སོ། །བྱིམ་པས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་
ལའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་བྱའོ། །དྲོས་གཅིག་གི་དབུས་སུ་དྲི་གཙང་ཁང་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་
མདུན་དུ་སྒོ་ཁང་ངོ་། །སྤྱ ་བཞི་བཟང་བ་ཉིད་དོ། །བྱམས་གསུམ་པ་ཡང་ངོ་། །མཛོད་པར་
བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གནས་པར་བྱའོ། །གཞན་དག་དགོ་འདུན་གྱི་གཞིར་དགོ་འདུན་
གྱི་ཕྱིར་རམ་གང་ཟག་དགོ་སྒྲོང་གི་ཕྱིར་གནས་གྱི་གཞི་བྱེད་པ་རྗེས་སུ་གནང་བར་
བྱའོ། །གལ་ཏེ་སྤྱིན་བདག་ཡོད་ན་དེས་རྗེས་སུ་གནང་ནའོ། །གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཕྱི་ རོལ་ལམ་ནང་
དུ་བཞུགས་པའི་གནས་དག་རྩེ་ངོ་། །རང་གི་ཁྲོན་པ་བར་དུ་བཅད་པའི་ཕྱིར་ཅིག་གྲུ་བས་
ཀུན་ནས་ཆགས་པའི་ཤེས་པ་བསལ་བར་བྱའོ། །སྒྲིམ་པ་བཀའ་སྒྲེ་སྤྱད་པས་བྱུང་མེད་རྗེས་སུ་
བཟུང་བར་བྱ་ཞིང་ཆུའི་རྒྱན་མི་འཆད་པར་སྤྱགས་པས་མི་བྱའོ། །དེའི་དུས་ཉིད་ཀྱི་དབྱར་གྱི་
ནང་དུ་འོངས་པ་ནི་རྟེན་པ་དབང་ངོ་། །ཟ་ཞིང་རྟེན་པ་མ་བྱིན་པ་ལ་ནི་ལས་མི་རིགས་
སོ། །ལས་སུ་ནི་གཞོན་རིམ་ནས་མཐར་ཀྱིས་བསྐོས། །རྟེན་པ་མི་འཕྲོག་པ་ལ་ཟན་སྤྱིན་པར་བྱ་
བ་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱི་རྟེན་པ་ལ་འདུ་བར་མི་བྱའོ། །དེའི་དོན་དུ་མ་སྔོང་བ་རྩོལ་བབས་ནས་
གཙུག་ལག་ཁང་གཞན་དུ་ཟ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཟུ་གེའི་ ཆོ་རང་གིས་མ་བྱིར་བ་ལ་ཡང་
ངོ་། །དགོ་སྒྲོང་གི་ཚོད་ཉིད་པས་སྤྱག་པ་ཉིད་ལ་སྤངས་པ་ཡང་ངོ་། །གཙུག་ལག་ཁང་ཡལ་
བར་མི་དོར་རོ། །ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཕྱིར་སྤྱིན་བདག་སྤྱོད་བར་བྱའོ། །མ་གྲུབ་ན་དགོ་འདུན་གྱི་
ལས་ཇི་ཅམ་གྱིས་རྒྱས་པ་དེས་པར་སྤྱར་རོ། །རང་གིས་ཀྱང་ཕྱིར་བཅོས་པར་བྱའོ། །རྟེན་པ་
འོད་པས་གཙུག་ལག་ཁང་བྱེད་རོ་བྱའོ། །དད་པའི་རྟེན་པ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་ཉིད་ཀྱི་མ་

ཡིན་ནོ། །གཙུག་ལག་ཁང་སྒོ་བཅད་དེ་འགོ་བར་བྱའོ། །སྤང་མ་ཡང་བཞག་སྟེ། །དེ་ལ་ཟན་
མེད་ན་སྦྱིན་ནོ། །དེས་ཆོས་རྒྱལ་པའི་རང་དབང་ཉིད་མེད་པར་ངེས་པར་མི་ཤེས་པར་སྒོ་
དབྱེ་བར་མི་བྱའོ། །ཁང་སྟངས་དུ་འཛེག་སྟེ་ལྷ་བ་དང་ཁྱོད་རིམས་གྱིས་མ་བཟུབ་བམ་ཞེས་
བརྟེན་སྐད་བརྗོད་པ་ནི་འདྲིར་ཐབས་ཡིན་ནོ། །གནས་དང་མིང་དང་པ་མ་ལ་སོགས་པ་སོ་
སོར་ཤེས་པར་བྱེད་དུ་གཞུག་པ་ཡང་ངོ་། །ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་འཛེགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་
ན་སྒོ་དབྱེ་བར་མི་བྱའོ། །དགོན་པ་པས་བྱི་བཅང་བར་བྱའོ། །དེས་ནངས་པར་ལྟར་ལངས་མ་
ཐག་ཁོ་ནར་གཙུག་ལག་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་འཁོར་ས་བཞུ་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེས་
བཤང་བ་བྱས་ན་དོར་བར་བྱ་ཞིང་། །གལ་ཏེ་གཅི་བ་བྱས་ན་ཕྱི་བར་བྱ། །གལ་ཏེ་ཐེར་མོ་དག་
གིས་བྱང་ན་མཉམ་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་གནས་དག་ཏུ་དགྱིལ་འཁོར་བྱའོ། །དེ་ལ་སྤང་
བཟེད་གྱི་ལྷག་རོལ་སྦྱིན་ནོ། །མཆོད་རྟེན་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཕྱི་རོལ་
དུའོ། །སྟོང་ལམ་ཅི་འདོད་པས་ལུང་དཔོག་གོ། །གསར་བྱས་མཐོང་པའི་ཕྱིར་ནི་ཁམས་སྟོམས་
པ་ཉིད་ངེས་ཏེ་ཕྱག་བྱ་བ་ལྟར་བཟུང་བའི་སྟོང་ལམ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །ཐལ་མོ་བསྒྲེལ་ཏེ་
བཅང་ངོ་། །ལྷས་དང་སེམས་བཟུང་དོ། །དྲང་པོར་རོ། །འཆག་པ་ན་གོམ་པ་སྤེལ་ས་བཅག་
པའི་ལོ། །འགྲང་བ་ན་འགྲང་བའི་ལོ། །འདུག་པ་དང་ཉལ་བ་ན་འདུག་པའི་ལོ། །རྟན་ཆེས་
དམའ་བ་ལའོ། །གསར་བྱས་ནི་བསྒོ་ནའོ། །མ་བསྒོ་ན་ཅོག་ཤུས་སོ། །མཐོང་པར་བྱ་བ་མང་བ་
ཉིད་ན་ཁྱུ་བར་བྱའོ། །ཐོས་པའི་ཉེ་འཁོར་མ་གཏོགས་པ་སྤང་བའི་ཉེ་འཁོར་དུ་འདུག་སྟེ་ཁ་
རྟོན་བྱའོ། །གདམས་ངག་གི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སོང་སྟེ་བསྐྱབ་པ་ར་བྱའོ། །ལུང་དཔོག་པ་དང་
མཐོང་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་བསྐྱགས་པ་དང་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་བྱང་བ་དང་ཐེ་ཆོས་མེད་
པར་བྱས་ཏེ་ལོ། །གནས་ཁང་དང་ཟས་ལ་བསྒོ་བ་དང་ཐུག་པ་དང་བག་ཆོས་དང་ཤིང་རྟོག་
འདྲིམ་པ་བསྒོ་བར་བྱའོ། །པར་བྱར་འདྲིམ་པ་ཡང་ངོ་། །ལྷག་རོལ་ཕྱི་དེ་ཉིན་པར་འདྲིམ་
པར་བྱ་བ་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །སྟོང་སྤྱད་འབྲུབ་པའོ། །དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ནོ། །སྤྱ་བརྒྱུད་
ངོ་། །གོས་དག་གོ། །འགྲོད་པ་ཡང་ངོ་། །དགོས་སྒོས་དང་མངག་གཞུག་པ་དག་གོ། །ཐེར་སྤྱད་

འདྲིམ་པའོ། །དེ་དག་གིས་པ་དང་ཟན་གྱ་ནས་བྱབ་པ་ནི་དེའི་ལས་ཡིན་ནོ། །ཆུའི་ཞལ་ཏ་
བའོ། །མཛེས་ཆོས་སོ། །དེས་བཞུས་ཏེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་མི་མཛེས་པ་བསྟེན་ན་སེ་གོལ་གྱི་
སྒྲ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་མཛེས་པ་ལ་ངེས་པར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །འདི་ཉི་ཉེ། ཟས་ལ་སྒྲ་བསྒྱུང་བ་
ཉིད་དང་ཤིན་ཏུ་བསྐྱམས་པ་ཉིད་དང་ཤིན་ཏུ་ལྷགས་བྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །མཚོན་རྟེན་ལ་
ཕྱག་བྱ་བ་ལ་སྒྲ་བསྒྱུང་བ་ཉིད་དང་ཆན་རིམ་གྱིས་སོ། །བང་རིམ་གྱི་ཞལ་ཏ་བའོ། །དེས་ དང་
པོར་ཟན་ཟོས་ཏེ་དབྱུག་གྱ་སྒྲངས་ནས་ཟན་ཟ་བ་དག་ལ་ཁ་དང་བྱིའུ་དང་ཕྱག་རོན་ལ་
སོགས་པ་དག་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །གནས་མལ་དཔོག་པ་དང་གནས་མལ་བྱི་བོར་དཔོག་
པའོ། །ཟས་རྩང་བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་མི་དག་འོང་བ་ལ་སྟེའུ་ཆུང་བསྐྱང་
བའོ། །གནས་མལ་གྱི་གཞིའོ། །ཕྱག་འཆལ་བའི་གནས་ལུན་ཁོད་དུ་ཕྱག་ད ང་བཅས་པའི་
ཆོག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཉེ་འཁོར་དུ་གྱུར་པ་གཞན་གྱིས་ཕྱག་བྱ་བར་བཅུམས་པ་ལ་ཕྱག་མི་
བྱ་བར་མི་བྱའོ། །ཆངས་པའི་ཕྱག་གིས་ནི་དེ་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ནང་དང་བཅས་པ་ལ་
ཕྱག་མི་བྱའོ། །ཕྱག་འཆལ་བ་ལ་ཨ་རོག་གྱ་ཞེས་མི་བྱ་བར་མི་བྱའོ། །འདས་པ་ཕྱག་བྱ་བར་
ཡིན་པ་ལ་ནི་ཕྱག་མི་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །སྐགས་པ་ལ་ཕྱག་མི་བྱའོ། །སྐགས་པས་མི་
བྱའོ། །དེ་བདག་གིར་མི་བྱའོ། །སྐགས་པ་ལས་མི་བྱའོ། །སྐགས་པ་ལ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐ་
ན་སོ་ཤིང་ཡན་ཆད་ཟ་བས་དང་། ཐ་ན་དེའི་བྱི་དོར་བྱེད་པ་ཡན་ཆད་མི་གཙང་བས་
སོ། །འདི་ལ་གཅེར་བྱ་ཉིད་དང་གོས་གཅིག་པ་ཉིད་ནི་སྐགས་པ་དང་འདྲའོ། །ཕྱག་ནི་ རྣམ་
པ་གཉིས་ཏེ། །ཡན་ལག་ལྔས་ཕྱག་འཆལ་བ་དང་། སྦྱིད་པ་ལ་འཁྱུད་པས་འཆལ་བའོ། །སྦྱིད་
པ་བྱུང་བ་ལ་སོས་ཞེས་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཆན་ཞུགས་དང་བྱིམ་པ་ལ་ནི་མ་གཏོགས་
སོ། །གསར་བྱ་དེ་ལ་ནི་ཨ་རོག་གྱ་ཞེས་བྱའོ། །ཆན་པ་ལ་ཕྱག་བྱའོ། །སྦྱིད་པ་བྱུང་ན་ཡང་
ངོ་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཆོ་དང་ལྷ ན་པ་དང་མིང་དང་རུས་བརྗོད་པས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱང་
པར་མི་བྱའོ། །ཉེ་བའི་ཆོག་དང་བྲལ་བར་དེའི་མཚན་ནས་གདུང་སྟོས་པར་མི་བྱའོ། །ཆན་
པའི་མི་བྱའོ། །འདི་ལ་གནས་བཏྟན་དང་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ནི་ཉེ་བའི་ཆོག་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དང་

མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཐུ་མ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལག་གི་སྒྲས་འགོ་བ་དང་འོང་བ་དང་ཐུན་པ་ འི་
གཞིར་གཙུག་ལག་ཁང་རབ་དུ་གནས་པར་བྱའོ། །ཤིང་སྡོན་པ་དང་རྫིང་བྱ་དང་འཆག་ས་
དག་ཀྱང་ངོ། །ཉེ་འཁོར་ཡང་ངོ། །རྒྱན་ལྷགས་དང་སྒྲག་ཙེར་དང་སྒྲ་དང་དུག་རིང་ཆུང་
བར་རོ། །སྤྱིན་པ་པོས་རྗེས་སུ་གནང་ན་གཙུག་ལག་ཁང་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལས་དེ་བྱ་བའི་
སྤྱད་བྱའོ། །དེ་བཞག་པའི་ཁང་པ་སྤྱིན་ནོ། །དེར་དགོས་པའི་འབྲུ་མར་ལ་སོགས་པ་ཚོད་རན་
པར་ཉོའོ། །ལག་གི་སྒྲས་སྤྱི་བྱངས་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་བ་བཟའོ། །གནས་དེའི་གཙུག་ལག་ཁང་
མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཉེ་འཁོར་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གིའོ། །སྤྱུ་མ་བག་གི་རྟེན་པ་མཐོང་
དོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དག་གི་བཅེགས་མ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ནི་ལྡོ། །དག་སྒྲོང་མ་རྣམས་ཀྱི་
བཅེགས་མ་ཉིད་ནི་གསུམ་མོ། །དྲི་གཙང་ཁང་དང་སྒོ་ཁང་དང་སྟེང་གི་བསེལ་ཁང་དག་ནི་
བཅེགས་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱག་པར་བྱའོ། །དེ་དག་ལྷེ་བས་འཇིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་བཅེགས་མ་
གཞིག་པ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། །བརྩམས་པ་བསྐྱེད་པའམ་བསྐྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
གཞིག་པ་ཡང་ངོ། །མཚོད་ཉེན་དང་སྐྱ་གཟུགས་དག་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟིངས་པ་ཉིད་
ཀྱི་ཕྱིར་ནི་ཟེན་ཀྱང་མཉམ་པའི་ཕྱིར་ཡང་ངོ། །སྤྱོགས་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཕྱིར་ཡང་
ངོ། །གཏུགས་ལ་སོགས་པ་དཔོག་པ་ཡང་ངོ། །གཞན་གདགས་པའི་ཕྱིར་ཡང་ངོ། །དེའི་དོན་
དུ་ཉེ་བར་མ་བཞག་པ་དཔོག་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱིས་པའི་རབས་ལ་སོགས་པའི་རི་མ་དང་།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའི་ཡི་གེ་དག་ཀྱང་ངོ། །བྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཁོ་ན་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཚོམ་པར་
བྱེད་པས་མ་བྱས་ན་གཞན་གྱིས་སྤྱག་མ་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དག་འདུན་གྱི་ཕྱིར་བྱེད་བཅེགས་ན་
མཁར་ལན་སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེས་བཏང་བའི་དུས་ནི་གལ་ཏེ་དགུན་ཡིན་ན་ཟས་ཀྱི་
འོག་རོལ་དུའོ། །གལ་ཏེ་སོ་ག་ཡིན་ན་ ཟས་ཀྱི་མདུན་རོལ་དུའོ། །ཟས་ཀྱི་བྱ་བའི་དུས་ལྷས་
པར་བྱའོ། །དེ་ལས་བྱེ་དོར་མ་བྱས་པར་འཚོ་བ་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་མཐའ་ནི་རྒྱང་
ལག་བརྒྱས་པ་ཉིད་དོ། །ལག་གི་སྒྲས་བྱེད་སྤྱི་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །ཟས་ཀྱི་འོག་རོལ་དུ་ན་
སྒོམ་དང་རྒྱང་ལག་བསྐྱུ་མཉེ་བྱའོ། །གནས་ཁང་གི་སྒོ་གདོད་དོ། །སྒོ་ སྤྱོགས་གཞུག་གོ། །ལག་

བྱངས་དང་ཡང་མིག་དང་གོ་བའི་དུམ་བུ་དག་གོ། རྒྱུ་ཁུང་གཤོང་དོ། །དཀྱིལ་དུའོ། བྱི་
 རུབ་ལ་ནང་ཡངས་པ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱམ་པ་ལྟ་བུའོ། །དྲ་བ་གཞུག་གོ། རྫོང་སྒྲེགས་སོ། །འཁོར་
 གཏན་དང་གནམ་གཟེར་དང་འཕྲེད་གཏན་དག་གོ། །དབྱུག་གུ་རྒྱམ་ཁ་བཅང་ངོ། །གསོར་
 བྱིས་བཙུགས་པས་བརྒྱུའོ། །གནས་ཁང་གི་མདུན་དུ་བྱམས་བྱུའོ། །སོ་ཕག་གི་གཙལ་བདུན་
 རམ་བརྒྱད་གཞུག་གོ། །དེའི་སྟེང་དུ་ཀ་རྟེན་གྱི་སྤང་ལེབ་བོ། །དེའི་སྟེང་དུ་ཀ་བའི་ཚལ་དག་
 གོ། །དེའི་སྟེང་དུ་ཀ་ཁྱའི་འདབ་མ་དག་གོ། །དེའི་སྟེང་དུ་གདུང་མ་དག་གོ། །དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་
 བྱམ་དག་གོ། །དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་སྤང་ལེབ་དག་གོ། །དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་སོ་ཕག་དགམ་སོ། །དེ་
 དག་གི་སྟེང་དུ་སོ་ཕག་གི་བྱེ་མའི་འཛིམ་པའོ། །མི་རྒྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལན་ཀན་བྱུའོ། །མི་
 འགུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཤར་བུ་གཞུག་གོ། །དེ་ལྷགས་ཀྱི་གཟེར་བུ་དག་གིས་སྦྱར་རོ། །འཛེག་
 པའི་ཕྱིར་ཐེམ་རྒྱས་བྱུའོ། །འོག་དུ་རྩོད་ལས་བྱས་པ། བར་དུ་ས་ལས་བྱས་པ། སྟེང་དུ་ཤིང་ལས་
 བྱས་པའོ། །ཡ་གད་ལས་གཟེག་པར་བྱུའོ། །ཤིང་དང་སྦྱིག་མ་དང་ཐག་པ་ལས་བྱས་པ་ཡང་
 ངོ། །རྫིང་བུ་དང་རྫོ་ཁང་དུ་རྩལ་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སོ་ཕག་གི་གཙལ་གཞུག་
 གོ། །དེའི་སྟེང་དུ་སོ་ཕག་གི་བྱེ་མའི་འཛིམ་པའོ། །དེའི་སྟེང་དུ་རྩོད་ཐལ་བྱིས་སོ། །མེད་ན་རྒྱུང་
 པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཤིང་གི་སྤང་ལེབ་བོ། །ཡང་ན་བར་བར་དག་དུ་སོ་ཕག་དག་གོ། །མཚོད་
 རྟེན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལ་དེ་འདྲོམ་གང་བྱས་པ་ཉིད་ན་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །སང་གའི་
 ཁྱི་གུ་བཞི་བྱུའོ། །རྒྱུང་པ་དག་ལ་སང་གའི་གཤོང་ཉིད་དོ། །སྟོ་བའི་དོན་དུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར་
 བཞི་པོ་དག་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཡང་མིག་དག་གདགས་སོ། །ཐ་གུ་དག་གིས་གདགས་སོ། །དེར་སྟན་
 རང་ཚངས་ཅན་བཞག་གོ། །སྟེང་དུ་སྤྲ་རེའོ། །དབྱངས་པ་དག་གོ། །བརྟེན་པ་ལ་ནི་སོ་ཕག་
 ལས་བྱས་པའི་ཐེམ་རྒྱས་བྱུའོ། །སྟོ་བ་ལ་ནི་ཤིང་ལས་བྱས་པའོ། །མ་འཁྱོར་ན་ཡ་གད་
 ངོ། །རྒྱུང་ལྟེན་ཡང་ངོ། །མཚོད་པའོ། །སྟེང་དུ་ལོ་མའི་རྒྱུ་པོའམ་རྒྱུའི་རྒྱུ་པོ་བཞག་
 གོ། །འདི་ནི་རྒྱུང་པ་གཉིས་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་རྩོས་འགྲུབ་བོ། །ཟན་ཟ་བ་
 རྒྱམས་ལ་ཁྱ་དང་བྱེའུ་དང་ལུག་རོན་དག་གིས་མི་འཆོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱ་བྱུའོ། །དེ་ནི་

ནམ་པ་བཞིའོ། ལུན་ཇ་ལས་བྱས་པ་དང་། བལ་བ་ཇ་ལས་བྱས་པ་དང་། ཤ་ན་ལས་བྱས་པ་
དང་། རས་བལ་ལས་བྱས་པ་འོ། ལྷ་བཞི་དག་ཏུ་གཟུ ངས་གཟེར་གདབ་བོ། དེ་དག་ལ་
གདགས་སོ། ཤིང་གི་ནི་འཆག་པ་དང་འབྱུལ་བས་དེའི་ཕྱིར་ལྷགས་ལས་བྱས་པ་དག་
གོ། དེའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་མཐོངས་གདོད་དོ། ཟན་ཟོས་ཟིན་ནས་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
རོ། དེ་དྲོ་ཁར་གདབ་བོ། དབྱར་དག་བྱམས་སུ་ཆུ་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤང་ལེབ་དག་
གོ། ཀ་བའི་བར་དག་ཏུའོ། སྤང་བར་བྱ་བའི་ཕྱོགས་མ་གཏོགས་པར་རོ། མེད་ན་སེག་དག་
གམ་རེ་ལྷེ་དག་གོ། དབྱར་གྱི་ཟླ་བ་བཞི་པོ་དག་གི་མཐར་དབྱུང་དོ། འཁོར་གྱི་བྱམས་
བྱའོ། གནས་བསིལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་ཕྱིག་པས་བསྐྱར་རོ། ཀ་བའི་ཆར་དག་
གཟུགས་སོ། སྐར་ཁུང་གདོད་དོ། མ་མཐའ་དག་སྟན་གྱི་ཡ་མཐའ་དང་ ཐད་ཀར་བབ་པར་
བྱའོ། དྲ་བ་དང་སྒོ་སྟེགས་དག་གཞུག་གོ། ཟས་དང་མེ་དང་སྤྲོང་ས་དང་འཆགས་སའི་ཁང་
པ་དག་བྱའོ། ཕྱིག་ངོས་གྱི་ཕྱོགས་འཁོར་བར་སྒོ་འབྱར་དག་བྱའོ། ས་བྱིམ་རུང་དོ། དག་
ཁང་ཡང་དོ། འདི་ལ་ལན་ཀན་གྱི་སྐབས་ནི་བྱམས་དང་འབྲའོ། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཀུན་
དགའ་ར་བ་ཕྱིག་པས་བསྐྱར་བ་ཉིད་ཀྱང་དོ། ཕྱིག་པ་ལས་ཆུ་ཁུང་གདོད་པ་ཉིད་ཀྱང་
དོ། ཆང་དང་འོབས་དག་ཀྱང་དོ། ཀང་ཟག་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཡོ་བྱང་དང་བཅས་པ་
ཡང་དོ། རྩོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཟད་པར་གྱི་མཚན་མ་མངོན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་གནས་ཁང་གི་
ཕྱིག་པ་དག་རྩོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་བཞིར་བྱའོ། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་ལ་
རི་མོ་བྱི་བ་ཉིད་རུང་དོ། སྐྱོར་གཞོད་བྱིན་ལག་ན་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་དག་བྱའོ། སྐྱོ་ཁང་དུ་
འཁོར་བའི་འཁོར་ལོའོ། ཆ་ལྷ་པར་བྱའོ། རྟེང་དུ་སྟོང་དང་མི་ནམས་སོ། སྤྲིང་བཞི་པོ་དག་
གོ། རྩུས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་སེམས་ཅན་ཟོ་ཆུན་བརྒྱད་མོ་བཞིན་དུ་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་དག་ཀྱང་
དོ། དབྱས་ སུ་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་ལྷག་དག་ལྷག་རོན་དང་སྤུལ་དང་ཕག་
གི་ནམ་པར་རོ། ལྷ་མ་དེ་གཉིས་གཏི་ལྷག་གིས་ཟ་བར་རོ། ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཏེན་ཅིང་
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་དང་། ཐམས་ཅད་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་

བར་རོ། རྟེན་དུ་སངས་རྒྱས་མུ་པན་ལས་འདས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ དཀར་པོ་ཉེ་བར་སྟོན་
པའོ། འོག་དུ་བརྩམ་པར་བྱ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་སོ། དེ་སྟོན་པར་
བྱེད་པ་བཞག་པར་བྱའོ། དེའི་ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་དུ་ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པོ་དང་བདུད་བཙུང་པ་
དག་གོ། བྱམས་སུ་སྦྱེས་པའི་རབས་དག་གོ། སྤྲི་གཙང་ཁང་གི་སྒོར་གཞོན་སྦྱོར་ཕྱིང་ཐོགས་
དག་གོ། དཔོང་སའི་ཁང་པར་གནས་བརྟན་གྱི་གཡུ་དག་གོ། མཛོད་ཀྱི་སྒོར་གཞོན་སྦྱོར་ལག་
ན་སྦྱ་གུ་ཐོགས་པ་དག་གོ། ཟས་ཀྱི་ཁང་པར་ལག་ན་བཟའ་བ་དང་། བཅའ་བ་ཐོགས་པ་
དག་གོ། བསྐྱོ་ཁང་གི་ཁང་པར་ལག་ན་སྦྱ་གུ་དང་བུམ་པ་ཐོགས་པ་དག་གོ། མེ་ཁང་དུ་གུལ་
བུམ་མེ་སྤར་བར་བྱེད་པ་དག་དང་གུལ་བུམ་གྱི་བུ་མོ་བྱེད་པ་སོགས་པ་དང་མེ་སྤར་བར་
བྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་བདག་མར་མེ་ཐོགས་པ་དང་སྤྱི་པོ་ཉ་དག་གོ། རྒྱའི་ཁང་པར་སྦྱ་ལག་
ན་བུམ་པ་ཐོགས་པ་རྒྱན་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དག་དང་། སྤྱི་བུ་མོ་རྒྱ་འབྲིམ་པར་བྱེད་
པ་དག་གོ། རྒྱུ་པའི་རུང་པའི་ཁང་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནད་པའི་རིམ་གྱོ་མཛད་
པའོ། བཤང་བ་དང་གཅི་བའི་སྦྱབས་སུ་དུར་ཁོད་དག་གམ་མགོའི་ཐོད་པ་དག་གོ། གཙུག་
ལག་ཁང་སྤྱ་གཤམ་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་མེ་དུ་བ་དང་བཅས་པ་བུད་པར་ཡང་མི་བྱ་བཅང་
བར་ཡང་མི་བྱའོ། སྦྱིལ་བར་ནི་ཐམས་ཅད་མི་བྱའོ། དེའི་དོན་དུ་ཞུགས་སྤང་བཅང་བར་
བྱའོ། མཉམ་པར་གཅེར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཕྱ་སྤྱམ་མོ། ཤིང་གི་ཡོག་པས་ཀྱང་ལས་དེ་འ གྲུབ་
པོ། ཁང་སྤྱོད་གིས་གཙུག་ལག་ཁང་ཉེ་མ་རེ་རེ་ཞིང་ཕྱགས་དར་བྱའོ། མི་རུས་ན་མཁོར་
བའི་ཕྱོགས་སོ། ལྷག་མ་ནི་ཆོས་བརྒྱད་དང་ཆོས་བརྒྱ་བཞི་ལ་གཞི་བརྒྱུད་ས་ཏེ་དག་འདུན་
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་གྱིས་སམ་འཕགས་པའི་མི་སྤྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་
སོ། ཆོས་ཀྱི་འདུན་སར་ཆག་ཆག་དང་སྦྱི་བ་ འཇམ་པོའི་བྱུག་པས་བྱུག་གོ། མཇུག་དུ་སྦྱས་
བྱའོ། ཡང་ན་རྟེན་ལག་བཟུའོ། རྒྱས་བརྒྱན་པས་ལུས་ཀྱང་བྱུག་གོ། རྒྱུམ་བག་གི་ཉིད་པ་
བྱའོ། དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་ཕྱག་དར་བྱ་བ་དང་ཞལ་ཞལ་བྱ་བ་དང་སྤྲི་གཙང་ཁང་དང་
སྦྱ་གཟུགས་དང་མཛོད་རྟེན་དང་སྟོག་ཤིང་གི་གྲིབ་མ་ལ་གཙུག་ལག་གི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་

གདོན་ཁིང་འགོམ་མོ། ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་གནས་མལ་ལ་སོ་སོར་བརྟག་པ་དང་བཅས་པར་
བྱའོ། རྫོལ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པ་དག་གིས་སོ། གནས་པ་དག་གིས་སོ། གནས་མལ་གྱི་
གཞི་ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་དར་དང་ཕྱི་བ་འཇམ་པོའི་བྱག་པས་བསྐྱབས་བར་བྱའོ། མལ་ཆ་དྲི་
མས་གོས་པ་སྐྱག་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་ཏ་ཅང་ན་བཟུའོ། ། ཆག་ཆག་བཏབ་པའི་འོག་ཏུ་འཕྱག་
བྱའོ། འདྲི་འོག་ཏུ་ལྷན་བཤམ་མོ། གཞི་རྩལ་དང་བཅས་པ་མ་སྐྱགས་པ་ལ་མི་བྱའོ། བཤམ་
པར་བྱ་བ་དག་ལ་གོས་གཅིག་སྐྱག་པར་སྐྱད་དོ། ཁན་པའོ། འདྲི་བཅས་སོ། མི་རུས་པ་ཉིད་
ན་རས་མར་བྱས་ཏེ་ཤིང་བུའི་ཆེ་མ་ལ་བཏགས་ནས་སྐྱག་གོ། འདྲི་ལྷན་ན་ཡང་མི་རུང་བ་ཉིད་
ཡིན་ན་སྐྱིན་པ་པོའི་བསོད་ནམས་མངོན་པར་སྤེལ་བ་དང་། ཡུན་རིང་བ་ཉིད་དུ་བའི་
ཕྱིར་ཕྱི་བ་དང་ས་བསེས་ཏེ་ཀ་བ་དང་ཆིག་པའི་སེར་ཀར་སྐྱན་པར་བྱའོ། རྫོག་ཁང་དང་
བྱམས་སུ་མལ་བཅའ་བ་དང་བཅས་པ་ཡང་གཟུང་བར་མི་བྱའོ། སྐྱིན་པ་པོས་སྐྱ་ངན་བསང་
བའི་ཕྱིར་ཕྱལ་བ་དེས་མཐོང་བར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། རྫོག་མི་སྐྱན་པའི་གཉེན་པོའི་ཕྱིར་ཆོས་
བརྒྱད་དང་བཅུ་བཞི་དག་ལ་བྱམས་སུ་བཤམ་པར་བྱའོ། ཁྲི་དང་ཁྲིའུ་བཅང་བར་
བྱའོ། སྐྱིལ་བ་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲི་རྒྱུ་གི་མཐེལ་མཉམ་པར་གཅད་པར་
བྱའོ། ཡང་ན་དེའི་འོག་ཏུ་ཕུབ་མའི་ཕུང་པོ་བཞག་པའམ་དེ་རས་མས་དགྲི་བར་བྱའོ། འགོ་
འདུན་མ་ཡིན་པས་རྒྱུ་པ་བྲིས་པའི་ཁྲིའུ་བདག་གིར་བྱ་བ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། ལྷན་བཟང་
པོ་རྒྱབ་བརྟེན་དང་བཅས་པའི་ལྷན་ཡང་མི་བྱའོ། མར་མའི་སྤྲོད་བྱ་ཡང་མི་བྱའོ། ཁ་ཅིག་
ལས་ནི་ཡལ་ག་དུམ་པ་ཞེས་སོ། ལྷན་ནང་ཚངས་ཅན་གྱ་བཞི་དང་ལྷས་ནང་ཚངས་ཅན་
བཅང་བར་བྱའོ། ཁྲུ་བཞི་དང་དོ་བ་ཉིས་བཞུབ་དུ་བྱས་ཏེ་བཅོམ་མོ། ཤིང་བལ་གྱིས་བརྒྱུང་
དོ། རོ་སོར་བརྟག་པར་མ་བྱས་པར་ཉལ་བར་མི་བྱའོ། ཁྲན་པ་ཉེ་བར་མ་བཞག་པར་མི་
བྱའོ། གཞན་དང་ལྷན་ཅིག་སྤྲེའམ་ལྷན་ནམ་གཞན་ལ་གཅིག་ཅར་མི་བྱའོ། རྫོག་ཆ་ཤེས་པས་
མེད་ན་ལྷན་སོ་སོར་བཏིང་སྟེ་བཏུར་བུའམ་སྐྱུང་བཟེད་ཀྱི་སྣོད་ལ་སོགས་པས་བར་དུ་
བཅད་ནས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ་ཉལ་བར་བྱའོ། གསུམ་ལས་སྐྱག་པ་མང་པོ་དང་ལྷན་

ཅིག་ཁྱིལ་འཛིག་པ་ཉིད་བསྟེན་པར་མི་བྱའོ། །སྤྱི་རིང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་ལས་མི་བྱའོ། །སྤྱི་
གཅིག་མ་ཡིན་པས་མི་བྱའོ། །ལོ་གསུམ་ལས་ལྷག་པས་བར་དུ་ཚད་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟན་ལ་
འདུག་པར་མི་བྱའོ། །བྱིས་གཞན་དུ་སྟན་མེད་ན་མཁན་པོ་དང་ཡང་དུན་པ་ཉི ་བར་བཞག་
སྟེ་སྟན་གཅིག་ལ་འདུག་པར་བྱའོ། །བྱིས་པ་དང་གང་དུ་ཡང་མི་བྱའོ། །བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་
པ་དང་ཡང་མི་བྱའོ། །ཟ་མ་དང་མ་ནིང་དང་མ་བསད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལུ་སྟེགས་ཅན་
དང་ལུ་སྟེགས་ཅན་ཞུགས་པ་དང་། ཀྱུ་ཐབས་ལུ་གནས་པ་དང་། ཐ་དད་པར་གནས་པ་
དང་། གནས་པར་མི་བྱ་བ་དག་དང་མི་བྱའོ། །བསྐྱབ་ པ་བྱིན་པ་དང་མི་བྱའོ། །ཡར་མོ་ནི་ག་
ནི་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དང་བཅས་པའི་དགོ་འདུན་འདུས་པ་ལས་གཞན་པར་སྟན་ཉིད་
ཡིན་ནོ། །སྟེགས་བྱ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དོགས་པའི་གཞོད་པར་གྱུར་ན་གལ་ཏེ་ལྷུང་བ་མེད་
དོ། །གནས་མལ་སྟེད་པ་ན་གལ་ཏེ་གཉིས་ཡོད་ན་གཅིག་གི་སྤྱིའམ་སྤྱི་བཀྱར་ཞིང་གཅིག་
ཤོས་ཀྱིས་སྟན་ནང་ཚངས་ཅན་ལ་སོགས་པའོ། །དགོ་འདུན་དེ་སྟོང་མི་བཅེ་བར་མདུན་ནས་
དང་བ་དང་གཡས་གཡོན་ནས་དང་བར་མི་བྱའོ། །ཅི་ནས་ཀྱང་དེ་དུ་བ་དང་ངི་མ་དང་
རྩལ་དག་གིས་གོས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་མི་བྱའོ། །དེ་མི་གཙང་བའི་སྐྱབས་དང་ཉི་བར་
བཏེན་པར་མི་བྱའོ། །ཉམས་པ་དོར་བར་མི་བྱའོ། །བསྐྱད་བ་དང་སྐྱམ་ པ་དང་སྐྱག་པ་དང་བྱ་
གུ་སྟན་པར་བྱའོ། །རལ་བ་ལ་ལྷན་རིངས་སོ། །དབྱས་གཟེགས་ན་མཐའ་གཉིས་དབྱས་ཉིད་
དུ་བྱའོ། །དེར་འོས་བས་ཁ་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །ཕྱིར་བཅོས་པར་མི་རུས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་དགོན་
མཚོག་ལ་ལུལ་བའི་མར་མེ་གང་ཟག་སྐྱིན་བདག་ཡིན་པ་ཡང་རུང་བ་དག་གིས་སྟོང་པོ་ཉིད་
དུ་སྦྱོད་དོ། །དེར་མི་ འཁོ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་འཛིམ་པ་དང་བསེས་ཏེ་དགོན་མཚོག་དག་གི་རྩིག་
པ་དང་། ཀ་བ་དང་སྒོ་སྟེགས་ཀྱི་སེར་ཀ་དག་བྱག་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱའོ། །བསྐྱོས་པ་
ནི་མཐོས་པས་སོ། །ལྷག་མ་ནི་དགོ་འདུན་གཞི་བརྒྱུད་པས་བསྐྱས་ཏེ་དོ། །དགོ་འདུན་གྱི་རྒྱ་
འཕྲོག་བྱེད་པ་མཐོང་ལ་རུས་ན་མི་བསྐྱོག་པར་མི་བྱའོ། །སྐྱག་པ་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་ཡལ་
བར་མི་དོར་རོ། །གནས་ལུ་མ་སོན་གྱི་བར་དུ་བྱིར་བར་བྱེད་པས་ལོངས་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཉིད་

དོ། རྟེན་པ་གི་གནས་སུ་བསྐྱར་བར་མི་འགྲུབ་ན་གཞན་དུ་ལོངས་སྤྱད་པས་ལོངས་སུ་སྤྱད་
པར་བྱའོ། གནས་གཞན་གྱི་ཟས་དང་ཡོ་བྱད་གྱི་རྟེན་པ་གཞན་དུ་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་
བྱའོ། རྟེན་པ་ལྟན་པར་མི་བྱའོ། རྟེན་པ་འབྲུལ་དུ་གཞུག་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། མི་ལྷགས་ན་
དཔྱོག་པའོ། ཁྱེད་པར་བྱ་བ་དག་གིས་དགོ་འདུན་གྱི་རྩ་དང་ཤིང་མི་འཁོ་བ་རང་གི་དང་འདྲ་
བར་སྤྱད་པ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། མ་བསྐྱོས་པ་འཁོར་ཞིང་སྤྱད་པ་ཇི་ལྟར་འོངས་པ་
ཡིན་གྱི་ཤིན་པའི་གྲིས་མ་ཡིན་ནོ། གཅིག་ཅུང་བརྟན་ན་ནི་དེའོ། མ་ཟེན་ན་དེ་ལས་དབྱལ་
བར་མི་བྱའོ། རྟེན་པར་བྱས་ཀྱང་པ་འབགས་པ་ཉིད་ན་དེ་ཡིན་ནོ། ཁྱེད་པར་བྱས་པ་དེར་
ལྷགས་པ་ཉིད་ནའོ། སྐྱོམ་པའི་ཕྱིར་འདུག་པ་བསྐྱང་བར་མི་བྱའོ། རྟེན་པ་ཤིན་པའི་སྤྱི་
བྱའོ། རྟེན་པ་སྐྱོང་ལས་དང་ཟས་ཀྱིས་འབགས་པར་མི་བྱའོ། ལྷག་པའི་མ་ཡིན་པར་འདུག་
པར་མི་བྱའོ། ལྷག་པ་བྱས་ནས་འཁོར་ཞིང་སྤྱད་པ་འདོད་པ་ཡོད་ན་བཅང་བར་མི་བྱའོ། ལྷག་
དུ་དོན་གྱི་ཆེད་ཉིད་དུ་ཁྱེད་ལས་ལངས་པ་ནི་བྱ་བ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། རྟེན་པ་དེ་ལ་
ཆོས་གོས་སམ་བྱས་འབྲུད་བཞག་པར་བྱའོ། འདོད་པ་ཡོད་ལ་གནས་ཡོད་ན་དགོ་འདུན་
གྱིས་སྤྱགས་པ་ཉིད་བཞེན་པར་མི་བྱའོ། རྟེན་པ་ཡོད་ན་རྟེན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་བྱལ་བར་བྱས་པ་
ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། རྟེན་པ་འདུན་གྱིས་མཆིག་དང་དེའི་མཆིག་གྲུ་བཅང་བར་
བྱའོ། འདྲེག་མཁན་གྱི་ལག་ཆ་ཡང་ངོ་། སྤྱོད་དུ་བཅུག་ཏེ་ཅིག་པ་ལ་བཞག་གོ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་
པའི་དང་གཞིང་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ཡང་ངོ་། རྟེན་པ་སྤྱོད་པ་ལ་
གཡུ་པ་ཉིད་དུས་ལ་བྱས་པ་ཡན་ཆད་བྱེད་ནོ། རྟེན་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་བཅང་བར་
མི་བྱའོ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྲུ་མར་སྤྱོད་བཅང་བར་བྱའོ། ལྷག་པ་མན་ཆད་ནས་ལྷག་
བྱེད་ཡན་ཆད་ཤིང་བའོ། ལྷགས་ཀྱི་དོན་ལེ་ཡང་ངོ་། རྟེན་པ་སྤྱོད་ཀྱང་ངོ་། ལྷག་པ་
བྱས་པའི་ཐབ་ཀྱང་ངོ་། གནང་བ་ཐོབ་པས་འཁར་བའོ། རྟེན་པ་ལ་དོན་གཅིག་པ་ཡང་
ངོ་། རྟེན་པ་བྱའོ། ཤིན་པ་དང་ན་བ་དག་ལའོ། རྟེན་པ་ཉིད་ཆོག་གཅིག་གིས་བྱེད་པ་
ཡང་བྱེད་དོ། ལྷག་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པའི་གཞིན་པའི་ཕྱིར་འཁར་བ་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་བཅང་

ངོ་། །ཡུ་བའི་ཚ་བ་ནས་གས་ན་སྤུ་གུ་བསྐྱོན་ནོ། །ཡ་ཏྲིག་ནི་དགྲི་བས་སོ། །སྤྱིག་མ་མཁན་གྱིས་
བྱས་པའམ་ལོ་མ་ལས་བྱས་པའི་གདུགས་བཅང་བར་བྱའོ། །ཡུ་བ་ནི་ལྷས་ཀྱི་ཆད་དོ། །དེས་
གོང་གི་དབྱས་སུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ལམ་གྱི་དབང་གིས་ནི་སྒོར་བསྐྱལ་ཏེ་འོ། །ཆར་
འབབ་པ་ན་བསོད་སྟོམས་ལ་རྒྱ་བར་བྱའོ། །ཡུ་བ་ལ་གཞལ་དུ་མི་རུང་བ་ཉིད་མ་ཡིན་
ནོ། །ཆད་ན་བྱིས་གཞན་དག་དུ་བཞག་གོ། །འབྱང་ཀར་སྤང་ངོ་། །རོལ་མོ་མཁན་གྱི་གནས་
དང་། སྤང་འཆོང་མའི་གནས་དང་། ཆང་འཆོང་མའི་གནས་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དང་།
གདོལ་པའི་བྱིས་གྱི་གནས་དག་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །མི་གཙང་བའི་སྐྱབས་དང་ཉེ་བར་
འདུག་པར་མི་བྱའོ། །གོས་རིན་པོ་ཆེར་གྱུར་པས་དགོན་པར་གནས་པར་མི་བྱའོ། །ལྷུ་མ་བྱ་མི་
རུ་ཀའི་བྱེ་མས་ལ་བ་ལ་སྟོག་ཆགས་དག་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཤིང་ཀུན་གྱི་ཡང་ངོ་། །ཤིང་ནི་མ་པ་
དང་བ་ཤ་ཀའི་ལོ་མ་དག་གི་ཡང་ངོ་། །རི་མ་པ་དེར་སོང་ན་དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་པ་ཉིད་
དོ། །བསྐྱམ་པ་ཡང་དེའི་དོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགོན་པ་བས་སྟོགས་དང་ལམ་དང་ཆོས་གངས་
དང་ཉེ་མ་དང་རྒྱ་སྐར་དག་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །ཏྲག་ཏུ་མི་དང་ཆུ་ཡོད་པར་བྱའོ། །བྱི་དང་
རས་མ་དག་དང་སྤང་ཆེ་དང་ཁྱུན་མར་དག་ཅི་འབྱོར་བ་ཉེ་བར་བཞག་གོ། །གལ་ཏེ་ཟས་
ལས་ལྷག་བྱུང་ན་ཡང་ངོ་། །དགེ་སྤྱོད་མས་དགོན་པར་གནས་པར་མི་བྱའོ། །ཁྲོང་བྱི་གྱི་
ནང་དུ་དབྱར་ཁང་བྱའོ། །དེས་དེའི་ཕྱིར་སྒོར་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །སྤང་ཡལ་ཅན་དུ་མི་
བྱའོ། །ལམ་གྱི་བཞི་མདོར་མི་བྱའོ། །གོས་མེད་པ་ཅན་གྱིས་མི་བྱའོ། །དེ་ལ་རྒྱལ་གཟན་ནི་གོས་
ཉིད་ཡིན་ནོ། །དབྱང་པ་གཉིས་མ་གཡོགས་པར་བྱིས་པའི་བྱང་དུ་མི་བྱའོ། །དེའི་སྤྱིལ་མོ་ཀྱང་
གི་གནས་སུ་སྤྱིལ་མོ་ཀྱང་བྱེད་དོ། །ཟག་བྱེད་གྱི་སྒོར་སྟོག་ཆགས་མི་འདུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
གོས་ལ་སོགས་པས་གཡོགས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གིས་དགེ་སྤྱོད་མ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འདུག་པ་
དག་བསྐྱོག་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་གཏམ་མི་འདྲེ་བ་དང་མི་གདམས་པ་དང་གསོ་སྤྱོད་དང་
དགག་དབྱེ་བཞག་པ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་གདུལ་བར་བྱའོ། །དེས་དགེ་སྤྱོད་རྗེས་སུ་གནང་བ་
བྱེད་དུ་མ་བཅུག་པར་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །ཁྱོད་ ནད་དང་བཅས་པ་

ཉིད་མ་ཡིན་ན་རྗེས་སུ་གནང་ངོ་ཞེས་སོ། དྲི་བས་ཞེ་འགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ངེས་པར་ཤེས་
པར་བྱས་ཏེ་འོ། །འཕྲེད་གཏན་དང་གནམ་གཟེར་དང་འཁོར་གཏན་དང་སྒོ་ལྷགས་དང་ཟླ་
མིག་གྲོག་པོ་དག་གཙུག་ལག་ཁང་བསྐྱམས་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་སྦྱར་རོ། །དགོ་སྒོས་ཀྱིས་
དགོངས་ཀར་གཙུག་ལག་ཁང་བསྐྱམས་ནས་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །འཛིགས་པ་དང་
བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཐུན་ཉིད་ཀྱིས་མེལ་ཆོ་བྱའོ། །དེར་གྱུར་པས་ཉལ་བ་དང་སྒྲོམས་པར་
འཇུག་པ་དག་སྤང་ངོ་། །དེར་དགོ་འདུན་གྱི་གནས་བརྟན་གྱིས་དགོ་སྒོས་ལ་དམ་བཞག་
བྱས་པ་དྲི་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དག་པར་སྦྱར་བ་དག་གིས་མ་བསྐྱམས་པ་ཉིད་ན་གཙུག་
ལག་ཁང་བསྐྱམས་ན་དགོ་སྒོས་མཇལ་དུ་གཞུག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཇི་ཅམ་
ཉམས་པར་བྱས་པ་དེ་ཅམ་གྱི་ཆ་དག་གོ་ཟླ་མིག་གྲོག་པོ་དང་སྒོ་ལྷགས་བཅང་བར་
བྱའོ། །ཐོམ་པ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་སྒོ་མ་བསྐྱམས་པར་འགོ་བར་མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་
གནས་སྟོང་པར་ཞུགས་པར་གྱུར་ན་དེར་ཆག་ཆག་ལ་སོགས་པ་བྱའོ། །སྟོང་གྱུར་སར་པ་
མཁོས་སུ་དབབ་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བཟོད་ན་བྱེད་དོར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་རུང་བར་བྱེད་པ་ཡོད་ན་
སྟོ་བསྐྱབ་པར་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །གལ་ཏེ་དེར་བྱིམ་པ་དག་ལྷགས་ན་དེ་དག་ལ་ཆོས་དང་
ལྷན་པའི་གཏམ་དང་རྣམ་པའི་ཆོས་གཞན་ཡང་ངོ་། །ཤིང་སྟོན་པ་བསྐྱེད་པ་མི་རུང་བ་མ་
ཡིན་ནོ། །དེ་བསྐྱེད་ནས་མི་བསྐྱེད་པར་མི་བྱའོ། །དེའི་ཤིང་སྟོན་པ་ནི་མེ་ཏོག་ཆགས་ཀྱི་བར་
དུའོ། །གཞན་ནི་འབྲས་བུའི་བར་དུའོ། །ཡུན་རིང་བ་ཉིད་ན་ལོ་ལྔར་རོ། །འདི་ལ་དགོ་སྟོང་
བསྒོས་པ་ནི་རང་ཉིད་དང་འདྲའོ། །ལག་པ་དག་དང་རྐང་པ་དག་བཟུ་བ་དང་སོ་ཤིང་དོར་
བ་དང་རྩང་བཟེད་བཟུ་བ་དང་ཁྱུས་བྱ་བ་ནི་བཅུ་པ་ཡིན་ནོ། །གྲང་བ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཁང་
བུའི་སྦྱབས་བྱའོ། །དབྱུགས་དབྱུང་བའི་ཕྱིར་དེ་ལ་སྐར་ཁུང་གཤོད་དོ། །གཡོགས་མས་དག་པ་
བོ། །སོ་ག་མི་ཆ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་བསལ་ལོ། །དབྱར་དག་ནི་མི་འདུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཟླ་
མ་ཡང་ངོ་། །རྒྱུ་ཡུར་བ་གཤོད་དོ། །རྩ་བའི་འོངས་ཡལ་བར་མི་དོར་རོ། །འཁོར་རྣམ་པར་
དབྱེ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་བྱེད་དོར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་དུ་སོ་ཤིང་བཟའ་བ་དང་། ཁ་ཅིག་དུ་ཁ་བཟུ་བ་

དང་། ཁ་ཅིག་ཏུ་རྒྱུ་པ་དག་བསྐྱུ་བ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་སོ། མི་
ཏྲོག་དང་འབྲས་བུ་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་དགོས་པ་དག་བསྐྱུ་བར་བྱའོ། ཟུན་གྱི་དུས་ཀྱི་ཆེད་ཉིད་
དུ་གཞན་དག་གོ། དེ་དག་གིས་ཆེས་ དང་པོར་བས་བོས་ཏེ་འགོ་བར་བྱའོ། རྟོག་ཏུ་འཇུག་
པས་བསྐྱེན་བཀྱར་ཆེས་མང་པོ་བྱེད་པ་དང་། མི་རྒྱས་པ་ལ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བྱ་བས་ཀྱང་རྗེས་
སྐྱོ་བཅེ་བར་བྱའོ། དེའི་འདུལ་བ་བཟུང་སྟེ་དེའི་ལུང་དཔོག་པ་དང་ཁ་ཏྲོན་བྱ་བ་དང་
དམིགས་ཀྱིས་འདྲི་བ་སྦྱོར་བ་དག་གིས་དགོས་པ་ལ་རྗེས་སྐྱོ་བཅེ་བར་བྱའོ། ཡི་གེར་བྲི་
བར་བྱ་བའོ། དྲན་པ་དང་འཛིན་པར་མི་རྒྱས་པས་འདུལ་བའོ། དེ་མི་བྲི་བར་བྱ་བ་ཉིད་
ཡིན་ནོ། འདི་ལ་སོ་སོར་ཐར་པ་ནི་དེ་དང་འདྲའོ། དེ་དང་ལྡན་པ་ཡང་ངོ་། གང་ཟག་གི་
ཡང་ངོ་། མཚན་མ་བྱས་པ་ཉིད་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། དགོ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་ལ་མིང་ཡི་
གེར་བྲིའོ། འདི་ནི་ཆེ་གོ་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོར་པར་བྱ་བའི་ཆོས་
སོ་ཞེས་སོ། གོས་དག་ལ་ཡང་ངོ་། རྣམ་པ་དེ་ལྟར་གཞན་ལ་ཡང་ངོ་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་
ཐེག་སྦྱར་དང་ཆོག་དང་རིམ་པ་ལ་གཞིལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱར་ཏེ་བཟླག་པར་མི་བྱའོ། གཞན་
ལ་ལོགས་པར་གོ་བར་བྱེད་རྒྱས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་བརྩོན་པ་ཉིད་མི་གཏོང་ན་བྱ་
རོལ་བའི་བསྟན་བཅོས་དག་གཟུང་བར་བྱའོ། དེའི་དུས་ནི་ཉི་མའི་སྐུ་ཆ་བདེ་བ་མ་ཡིན་
པའོ། མཚན་མོ་ཡང་ངོ་། གསང་སྐགས་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་དག་གཟུང་བར་
བྱའོ། སྦྱར་བར་ཡང་ངོ་། གཞོད་པར་བྱེད་པ་ནི་མི་བྱའོ། དེ་དག་གིས་བྱག་གི་གནས་སྐྱོ་
དགོན་མཚོག་གསུམ་བཅོད་པར་བྱའོ། ལྟ་གཞན་ལ་ནི་བྱག་མི་བྱའོ། མཚོད་པ་མི་
བྱའོ། བཀྱར་སྟེ་མི་བྱའོ། གནས་སྐྱོ་བྱེན་ན་མངོན་སྐུ་དུ་འགྲེང་སྟེ་སེ་གོལ་གྱི་སྐྱས་གོ་བར་
བྱས་ནས་གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སྐྱོ་བཅད་པ་གཏོན་པས་དེ་ལ་པན་གདགས་པར་བྱའོ། བཟོ་
རྗེས་སྐྱོ་བྱུ་བ་དང་བསྐྱབ་པ་དང་དེའི་སྦྱོད་ཉེ་བར་བཞག་པར་མི་བྱའོ། མཚོན་གྱི་ཤུབས་
དང་ཁབ་རལ་དང་རམ་ཕྱིས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། ལྟ་གཞིག་པ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བསམ་
པས་དགོ་བའི་གསོ་བ་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་སྐྱ་རྩན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། བསྐྱོ་བཅད་

ནས་གཞན་དུ་འགོ་བར་མི་བྱའོ། རྟེན་དེ་ལྟ་བུ་དག་བྱང་ན་ཏ་ཅང་འབྲུ་བ་ལ་སོགས་པའི་
གནས་པའི་གཉེན་པོའི་ཆོ་ག་བསྟན་ཏེ་འོ། ཁོངས་པ་མཚུངས་པར་སྟོང་པ་མཚན་མཐུན་པ་
ལ་དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་འབྲེག་མཐན་གྱི་ལས་བྱའོ། བྲིའུ་ཡན་ལག་ཆག་པ་བཙོས་པ་ཡང་
ངོ་། བྲེང་བའི་རིམ་པ་དག་བརྒྱ་བ་ཡང་ངོ་། དཀོན་མཆོག་མཚོད་པར་གྱུར་པ་སེམས་ཅན་
གྱི་གཟུགས་མ་ཡིན་པའི་རི་མོ་བྲི་བ་ཡང་ངོ་། དེའི་ཕྱིར་འདྲི་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཁོངས་
པ་མཚུངས་པར་སྟོང་པ་ཤི་བའི་ལུས་ལ་མཚོད་པ་བྱའོ། དེ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་སྟོག་
ཆགས་དང་བཅས་པའི་སྐྱ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནའོ། སོ་སོར་བརྟགས་པས་ངེས་པར་
བྱའོ། བརྟོ་བའམ་ཆུ་ཁྲུང་ལ་བསྐྱར་རོ། མི་རུང་ན་ཆང་ཆོང་གི་དབུས་སུ་བཞག་གོ། སྟོ་
གཡས་པས་བསྟལ་ཏེ་མགོ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བསྟན་ནོ། ལྷས་སུ་སྤྲི་ཆུན་པོ་གཞུག་གོ། རྩ་དག་
གམ་ལོ་མ་དག་གིས་གཡོགས་སོ། ཆོས་མཉན་པ་དང་ཡོན་བཤད་པ་དག་བྱའོ། རིག་པ་དག་
གིས་གོས་དང་བཅས་ཏེ་བྲུས་བྱའོ། གཞན་དག་གིས་ནི་རྟེན་ལག་བཟུའོ། མཚོད་རྟེན་ལ་
ཕྱག་བྱས་ཏེ་འཇུག་པར་བྱའོ། མཚོད་རྟེན་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། གཙང་ཁང་ཅན་ཉིད་དང་།
ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཉིད་དོ། དེ་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་འོས་པ་ཉིད་དེ། གལ་ཏེ་དགོ་བ་ཡིན་
ནའོ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དོ། རྣམ་པ་ནི་བང་རིམ་བཞི་དང་འདབ་མ་
དང་བུམ་པ་དང་ཕྱ་ཤུ་དང་སྟོག་ཤིང་དང་གདུགས་བརྒྱ་གསུམ་དང་ཆར་གབ་དག་གོ། རང་
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཆར་གབ་མེད་པའོ། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ནི་འབྲས་བུའི་ཆོད་དག་
གིས་དེའི་གདུགས་གཅིག་ལྟག་པའོ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་ཉིད་དུ་གང་དུ་
དེ་དག་གནས་པར་གྱུར་པའི་ཕྱོགས་དེར་དེའི་འཁོར་དུ་བྱའོ། འདི་ལ་རྟན་རིམས་སུ་མི་བྱ་
བར་མི་བྱའོ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ནི་བྱི་བོའོ། དེ་དག་ནི་དགོ་འུན་གྱི་ཀུན་དགའ་ར་
བའི་བྱི་རོལ་དུ་བྱའོ། འཕགས་པ་ལ་ནི་མཚོད་རྟེན་གྱི་དུས་སྟོན་རིགས་སོ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་
མཚོད་རྟེན་ལ་ཕུལ་བ་ནི་ཁོངས་པ་མཚུངས་པར་སྟོང་པ་རྣམས་དབང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཟུ་
ཏིག་དག་ནི་བསྟན་པ་བཞིན་བྱའོ། བྱང་དུང་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་དབུལ་ལོ། དེ་ལས་ཞིག་

རལ་བཅས་པའི་ཕྱིར་བཞག་པར་བྱའོ། །མཚན་པར་རུང་བ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །སངས་རྒྱས་ལ་
ལྷགས་ལས་བྱས་པའི་མཚན་རྟེན་བྱ་བ་ནི་ཚས་དང་མཐུན་ནོ། །དབུ་སྐྱ་དང་སེན་མའི་
མཚན་རྟེན་གསེར་དང་དབུ་ལ་དང་བེའུ་ལྷ་དང་ཤེལ་ལས་བྱས་པ་ཡང་ངོ་། །དེ་ལ་མཐུན་
པའི་འཁོར་བྱའོ། །དགའ་ལྷན་གྱི་གནས་ན་བཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་ཡོངས་སུ་སྟུང་ན་
ལས་འདས་པའི་མཐའི་བར་དུ་སྦྱོད་པ་ནི་དེ་ཞེས་བྱའོ། །དཀར་ཆེས་དཀར་པོ་བྱའོ། །མར་མེ་
འཛོན་པར་བྱའོ། །ལན་ཀན་གྱིས་བསྐྱར་རོ། །རྟ་བབས་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །རྒྱལ་མཚན་
གཟུགས་སོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་བཞིའོ། །སང་གའི་རྒྱལ་མཚན་དང་། རྒྱ་སྡེ་གྱི་རྒྱལ་མཚན་དང་།
ལྷའི་རྒྱལ་མཚན་དང་། རྒྱ་མཚོ་གི་རྒྱལ་མཚན་ནོ། །གཙང་ཁང་གི་རྒྱ་བྱུང་བྱའོ། །དེར་རྟ་
བབས་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །སྒོ་ཡབ་བྱའོ། །དེ་ལ་ལན་ཀན་གྱིས་བསྐྱར་རོ། །ཀ་བ་རྣམས་བཅག་
གིས་བསྐྱའོ། །ཆིག་པ་དག་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱིས་བྱའོ། །དྲིས་དབང་བསྐྱར་བ་དབུ་ལ་ལོ། །འབྲུ་མར་
དང་བ་སྐྱ་དང་ཅུན་དང་གུར་གུམ་གྱི་ཆག་ཆག་དག་ཀྱང་ངོ་། །གཟེར་བྱ་མི་གདབ་
པོ། །ཆིག་པའི་ཆེ་ཕྱང་བ་ལ་སོགས་པ་གདགས་པའི་ཕྱིར་བྱང་དག་གཞུག་གོ་མི་དབུག་
གོ་སྤྱོད་དུ་མར་མེ་མི་གཟུགས་སོ། །མཚན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱིས་པ་དག་འཛོན་དུ་གཞུག་
གོ་མེད་ན་དགོ་ཚུལ་དག་དྲི་ཆུས་རྒྱང་པ་བཀྱས་ཏེའོ། །གལ་ཏེ་དེ་མ་བྱས་ན་དྲི་དག་གིས་
དྲིལ་ཕྱིས་བྱས་ཏེ་འཕ་གོས་ཀྱང་དགྱིས་ཏེ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་མཛོན་དུ་བཞག་ནས་དོན་གྱི་
བརྒྱབ་སེམས་ཀྱི་བྱན་པ་དག་གིས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་ན་དགོ་སྤྱོད་དག་གིས་དེ་བཞིན་
དུའོ། །དེའི་ཆེད་དུ་ཐག་པ་གདགས་སོ། །རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་པའི་ཕྱང་བ་དབུ་ལ་ལོ། །འཛོན་
པར་བྱེད་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་སྐྱབས་གཡོགས་ཀྱིས་གཡོགས་སོ། །ཐུན་མི་གནག་པར་བྱ་བའི་
ཕྱིར་དེ་ལ་སྒོ་གདོད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་གཟུགས་བྱའོ། །དེ་ལ་དུས་སྟོན་བྱའོ། །བཟུམས་པ་
དང་གཙུག་མུད་དང་དབུ་སྐྱ་དང་བྱང་ཆུབ་པའི་དུས་སྟོན་དག་ཀྱང་ངོ་། །དེ་གོང་བྱིར་དུ་
གཤེགས་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་དེ་དགོ་སྤྱོད་གིས་བཀྱར་དུ་རུང་ངོ་། །དེ་ནི་གསར་བྱ་ལ་འབབ་
པོ། །སྤྱི་པ་ལྷ་པོ་དག་གིས་ཞབས་འབྲིང་བྱའོ། །མཚན་ཡོན་དུ་བྱ་བ་ནི་ཀན་པོ་དག་གིས་

གཟུང་ངོ་། །དེ་ལ་རྩལ་མོ་བྱེད་པ་དག་གིས་རྩལ་མོ་བྱ་བ་དང་བཀུར་སྟེ་ཆེན་པོ་གཞན་ཡང་
བཟང་ངོ་། །རྩལ་མོ་བྱེད་དུ་གཞུགས་པའི་ཕྱིར་གྱི་མི་དག་སྟོན་པ་ལ་མཚན་པ་དག་གིས་ཤིག་
ཅེས་བརྗོད་པ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། །ལམ་པོ་ཆེ་དང་སྤང་དང་བཞི་མདོ་དང་སུམ་མདོ་
དག་ཏུ་སང་ངམ་གནངས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ནི་ཡི་གེར་བྲིས་པ་བསྒྲགས་པར་
བྱའོ། །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་གསལ་གསུངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གྲོག་ལ་སོགས་པ་ལ་བྲིས་པ་སྒྲུང་པོ་
ཆེའི་བཤུལ་སྟེང་དུ་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་
བའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྐུ་གཟུགས་བྱ་བ་ཆོས་དང་ལྡན་ནོ། །དེ་ལ་རྒྱལ་མཚན་དག་
གིས་བསྐྱོར་རོ། །ལན་ཀན་གྱིས་བསྐྱོར་རོ། །ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་དག་གིས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་དག་ལ་བ་
དན་དག་གདགས་སོ། །རྗེས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ། །རྒྱ་རྒྱ་དང་རྩ་རྒྱ་མ་གཏོགས་པའི་རྒྱ་
གདགས་སོ། །སྒྲིས་ཀྱི་ལུས་སྦྱོར་པར་བྱའོ། །སྒྲིགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་རོ། །ཤིང་རྟས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ལ་
གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་དག་བསྐྱེད་ངོ་། །དབྱུ་ལ་མེ་རྟོག་རྩ་རྒྱ་གདགས་
སོ། །མཚན་ཡོན་དང་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་དག་ཀྱང་ངོ་། །དད་རྩལ་ནི་གནས་པ་དང་གཞོན་
བུ་དང་ཆན་པོ་དག་གིས་སྒྲུང་ངོ་། །གནས་བརྟན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུང་ངོ་། །ལམ་པོ་ཆེར་བྲིང་
བའི་ཟ་མ་རྟོག་བྱའོ། །བྲིང་བའི་ཟ་མ་རྟོག་ཏུ་བྲིང་ཟ་མ་རྟོག་གཞུག་གོ་བྲིང་བ་གདགས་
སོ། །མཚན་པ་རྗོགས་ཤིང་རྩལ་མོ་བརྟུལ་བ་དག་ན་སྟེ་བའི་ཆོགས་ཕྱིར་དོང་བའི་ཆོ་རྒྱ་
བརྟུལ་ལོ། །མཚན་མོའོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གནས་སུ་དུས་སྟོན་བྱ་བ་ཆོས་དང་མཐུན་ནོ། །མི་
རྩང་བ་དང་མཐུན་ལ་རྩང་བ་དང་འགལ་བ་ནི་རྩང་བ་མ་ཡིན་པར་བསྟའོ། །ཕྱི་མ་དང་
མཐུན་ལ་སྤྲ་མ་དང་འགལ་བ་ནི་རྩང་བར་བྱའོ། །གནས་མལ་གྱི་གཞི་ཤུན་ཆོགས་ལ་སོགས་
པའི་སྐབས་སོ། །གནས་མལ་གྱི་གཞི་རྗོགས་སོ། །།འདུལ་བའི་མདོ་རྗོགས་སོ། །།འདུལ་བའི་
མདོ་ཞེས་བྱ་བ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ། འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་
སྟོང་པོ་མདོར་བསྐྱས་པ། ལྷག་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མཐའ་དག་གི་མཚན་དུ་གྱུར་པ།
འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་ལྟ་བུ་འདི་ནི། འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་

སྤྱི་བའི་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ། བྱམ་ཟེའི་སྤྱི་བ་དཔོན་བཙུན་པ་ཡིན་ཏེ་འོད་བདག་
དང་གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་རྒྱ་མཚའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཆོས་
འདུལ་བ་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུས་ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་རྒྱས་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་
བཀའ་དམ་པ་ནན་ཏན་སྒྲིང་པོར་བསྐྱབས་པས། ཟླེ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཟླེ་སྣོད་མཐའ་དག་གི་
གཙུག་པོར་གྱུར་པ་འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་བའི་འདུལ་བ་ཀྱན་ལས་བདུས་
པ་ཡིན་མོ། །དབང་ཕྱུག་དམ་པའི་མངའ་བདག་དཔལ་ལྷ་བཙན་པོའི་བཀའ་ལླང་གིས་
འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་བའི་འདུལ་བ་འཛིན་པ། ཁ་ཆེའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱི་
བའི་སྤྱི་བ་དཔོན་ཇི་ན་མི་ཏུ་དང་། འུ་ཆེན་གྱི་ལོ་ལྔ་བ་བཟླེ་སྤྱི་བ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྐྱུར་ཞིང་
ཁུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པ། འདི་ལ་སྤྱོད་ཀ་ཉིས་སྟོང་བ་དུན་བརྒྱ་ཡོད་དོ། །བམ་པོ་དགུར་བྱས་
སོ། །