



༡༡། ཁྲི་སྤྱོད་གནད་བསྐྱུས་ཐར་ལམ་  
གསལ་བའི་སྒྲིན་མེ།

བྱུང་བདག་པ་པར་སྐལ་བཟང་གིས་གསུངས།  
མཁན་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་བ་ཡིས་ཡི་གེར་ཕབ།

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིན་ཁང་།

༡༡། གློ་སྦྱོང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་  
བ་བཞུགས་སོ།།

བྱུང་བདག་པ་ལ་པར་སྐལ་བཟང་གིས་གསུངས།  
མཁན་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་བ་ཡིས་བསྟུས།

ཀན་སུའུ་མི་དྲིགས་དཔེ་སྒྲོན་ཁང་།



## དཀར་ཆག

---

ཁིད་ཉན་ཚུལ་བཤད་པ། . . . . .	2
བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་རྒྱུ་མེས་པ་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་བཤད་པ། . . . . .	3
དམ་པ་གསུམ་བཤད་པ། . . . . .	10
ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་བཤད་པ། . . . . .	13
ཀུན་སྒྲོང་བཤད་པ། . . . . .	16
དང་པོ་སྤང་བྱའི་ཀུན་སྒྲོང་བཤད་པ། . . . . .	16
གཉིས་པ་སྤང་བྱའི་ཀུན་སྒྲོང་བཤད་པ། . . . . .	18
སྒོ་ལྷག་རྣམ་པ་བཞི་བཤད་པ། . . . . .	21
དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀར་བ། . . . . .	22
ཆེ་མི་རྟག་པ་བཤད་པ། . . . . .	27
འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྦྱིར་བཤད་པ། . . . . .	34
བྱེ་བྲག་རིགས་རྩྭ་ག་མོ་མོའི་རྩྭ་ག་བསྐྱལ་བཤད་པ། . . . . .	35
དམྱལ་བ་བཤད་པ། . . . . .	36
ཡི་དྲགས་བཤད་པ། . . . . .	41
དུད་འགྲོ་བཤད་པ། . . . . .	43
མི་བཤད་པ། . . . . .	44
ལྷ་མིན་བཤད་པ། . . . . .	48

## དཀར་ཆག

---

ལྷ་བཤད་པ། . . . . .	48
ལས་རྒྱ་འབྲས་བཤད་པ། . . . . .	51
བདེན་བཞི་བཤད་པ། . . . . .	59
བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པ། . . . . .	66
རྒྱབས་འགོ། . . . . .	70
སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པ། . . . . .	82
སྤར་སྤྲས་པ། . . . . .	87

སྐྱབས་མེ་པལ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

---

སྐྱེ་མེད་ཆོས་སྐྱེ་ནམ་མཁའ་ལྔ་ཡངས་ནས།  
འགག་མེད་ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས།  
གང་ལ་གང་འདུལ་སྒྲ་ཆོགས་སྤྱལ་པའི་གར།  
སྐྱ་གསུམ་དབྱེར་མེད་དཔལ་ལྷན་གླ་མར་འདུད།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བྱིན་རྒྱལས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས།  
བསྐྱབ་གསུམ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་པ་མཐར་ཕྱིན།  
བསྟན་དང་འགོ་བའི་དཔུང་གཉིན་སེམས་དཔའ་ཆེའི།  
གདམས་ཟབ་བདུད་ཅིའི་རོ་མཆོག་སྤྱོད་ལ་བྲེལ།

རྒྱ་ཆེའི་ཐུགས་བརྩེ་ཚུ་འཛིན་གྲོང་ཡངས་ནས།  
མད་བྱུང་པན་བདེའི་དམ་ཆོས་བདུད་ཅིའི་ཆར།  
བདག་སོགས་སེམས་ཀྱི་མྱ་གུ་སྒྲིན་སྤྲད་དུ།  
བསྐྱལ་བའི་བཀའ་འདྲིན་དྲན་བཞིན་འདིར་དགོད་བྲ།

དེ་ཡང་རང་ཅག་ཁ་བའི་སྤྱོད་ས་སུ་བསྟན་པ་ཡང་དར་གྱི་ཉི་གཞིན་སྤར་ཡང་  
ཤར་ནས་གོ་ལའི་ཁྱོན་དུ་རྒྱལ་བསྟན་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་གསང་ཆེན་རྫོང་ཐེག་  
པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཀུན་བྱུང་པའི་སྐབས་འདིར། སྤྱིར་མཁས་གྲུབ་  
རྣམས་ཀྱི་གསུང་ཆོས་ངོམ་རིན་ཆོག་པ་རྣམས་འགྲེམ་སྤེལ་ལ་ཀུན་གྱིས་རེ་འདོད་ཆེ་  
ཞིང་བྱུང་པར་དུ་དེང་དུས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་སྤྱལ་དུ་ཐེབས་པའི་ཨོ་རྒྱན་སངས་  
རྒྱས་གཉིས་པའི་ཐུགས་སྤྱལ། མཁས་གྲུབ་བྱེ་བ་འབུམ་གྱི་གཙུག་རྒྱན།

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རིགས་བདག་མཆོངས་པ་མེད་པ་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཚན་ནས་སྒྲོས་ན་བྱུང་བདག་ལྟ་  
མ་རིན་པོ་ཆེ་པ་སྒྲུབ་པ་བཟང་ངམ་ཐུབ་བསྟན་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་  
མཆོག་གི་ཞལ་གསུང་ནི་མ་མེད་པ་འདི་ཉིད་བཤུས་སྟེལ་བྱེད་རྒྱུ་རེ་འདུན་དེ་བས་  
ཀྱང་མང་རྒྱུན་དང་། རང་རྒྱུད་གྱི་ཉོན་མོངས་ནི་བའི་གཉེན་པོ་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་མན་  
ངག་ཉག་གཅིག་ཏུ་སེམས་ཤིང་སྒྲོན་འཕྲིའི་དྲི་མ་ཡོངས་སུ་སྤངས་ནས་ཇི་བཞིན་  
དགོད་པར་བྱའོ། །

## བྲིད་ཉན་ཚུལ་བཤད་པ།

ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་མ་རྒན་འགྲོ་དུག་གི་སེམས་ཅན་དུས་  
རྟག་ཏུ་སྤྱག་བསྟེན་གྱིས་མནར་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད། རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེར་དགོད་པར་བྱ།  
དེའི་ཆེད་དུ་བདག་གིས་ད་རེས་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉན་ཅིང་། དེའི་དོན་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་བསྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ་མ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་ངམ། དམིགས་ཡུལ་བྱུང་པར་ཅན་  
དང་ལྷན་པའི་སྒྲོན་ས་ཆོས་ཉན་དགོས་པ་རེད། རང་རེ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་  
ཆོས་ལ་སྒོ་ཁ་ཕྱོགས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྤྱབས་འོག་ཏུ་བསྡད། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཞུ་མཁན་ཐམས་ཅད་གྱིས། དང་པོ་  
ཆོས་ཉན་རྒྱལ་ས་ཉན་ལུགས་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་བ་རེད། ཆོས་ཉན་པའི་ཉན་ལུགས་  
དང་། ཉན་ཚུལ་ཤེས་དང་མི་ཤེས་དེ་ཡང་། ཀུན་སྒྲོང་དང་ཀུན་སྒྲིད་གཉིས་ལ་  
རག་ལས། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དང་པོ་ཀུན་སྒྲོང་ཡང་དག་པ་བརྟན་ཅིང་འགྱུར་བ་  
མེད་པ་ཞིག་ཡོད་མེད་ལ་ཐུག་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ནི་བ་ལྷས་བྱང་ཆུབ་སེམས་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

དཔའི་སྤྱོད་འཇུག་གི་ནང་དུ།     དང་པོ་རང་གི་སེམས་བརྟགས་ནས།     །བརྟན་  
པས་རིགས་པ་ལྡན་པར་བྱ།     །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱར་ཐོག་པ་ཆེན་པོ།     དེའི་  
ནང་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ལྟ་བའི་སྐྱབས་སུ།     བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་དང་།     ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་གཉིས་ཀ་  
དང་མ་བུལ་བ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་དེ་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་གལ་ཆེ་བ་རེད།     །

བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་བཤད་པ།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཀུན་སྤོང་དེ་ཉིད་མེད་ཐབས་  
མེད་པ།     སྡོན་དུ་མ་སོང་ཐབས་མེད་ཅིག་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་དགོས།     བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའམ་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་དེའང་།  
དོན་གཉིས་སམ་བུར་གཉིས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།     དེ་ཡང་སྤྱིར་རྗེས་  
སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བུར་དང་།     ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་  
པའི་བུར་གཉིས་རེད།     ད་ལོ་ན་རིགས་དྲུག་གིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་བདག་ཅག་གི་མ་རྒྱན་ཡིན་པ་རེད་ཟེར་བ་འདིའི་ཡིན་ལུགས་ཇི་ལྟར་རེད་བསམ་  
ན།     དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས།     མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ལྷག་ཆོག་  
གུ་ཙམ།     །རིལ་བྱར་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར།     །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ལུ་ཅག་ཆགས་སའི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཕྱི་སྤོང་ས་གཞི་ཆེན་པོའི་རྩལ་ཡོད་ཆོད་འདི།  
རྒྱ་ལྷག་གི་ཆོག་གུ་ཙམ་གྱི་རིལ་བྱ་འབའ་ཞིག་ཏུ་རིལ་བར་བྱས་ན།     དེའི་གྲངས་ཀ་  
དེ་ཇི་འདྲའི་མང་ས་ཡོད་འདུག     ད་དུང་དེ་ལས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རེ་འདི་ངོས་ནས་



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རང་རེའི་ཕ་མར་བྱས་པའི་ལན་གྲངས་ཀྱིས་མང་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། འུ་  
ཙག་རྒྱམས་ཀྱི་སྒྲེ་བའི་ཡར་མཐའ་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན། སྒྲེ་བ་འདིའི་  
སྒྲོན་མ། དེའི་སྒྲོན་མ། དེའི་ཡང་སྒྲོན། དེ་ཡི་འང་ཡང་སྒྲོན་ལ་སོགས་པ་  
དེད་ནས་སོང་ན། འུ་ཙག་རྒྱམས་ཀྱི་སྒྲེ་བའི་ཡར་མཐའ་དེ་འདི་ནས་མགོ་བརྩམས་  
པ་རེད་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་བསྟན་རྒྱ་མེད་པས། འུ་ཙག་རྒྱམས་ཀྱི་སྒྲེ་བའི་ཡར་མཐའ་ལ་  
ཐུག་པ་མེད་པ་རེད། འཁོར་བའི་ཡར་མཐའ་ལ་ཡང་འདི་ནས་ཐུག་སོང་བ་རེད་  
ཟེར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། རང་རེ་གང་ཟག་སྒྲེར་སོ་སོའི་སྒྲེ་བའི་ཡར་མཐའ་  
སྒྲོན་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། འཁོར་བ་སྒྲེའི་ཡར་མཐའ་ཐོག་མེད་ཡིན་པ་  
ཤེས་ཐུབ་པ་རེད། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་ངོས་ནས་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་ན།  
ཕར་བྱས་པ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ལང་། མར་བྱས་པ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད། དེ་བཞིན་  
དུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བུ་དང་། རྒྱུང་མ། གཉེན་ཚན་དང་དག་ལྷན་བྱས་  
པའི་གྲངས་ཀྱི་ཡང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་། བགྲངས་ཀྱིས་མི་ལང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་  
རེད། དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་རེའི་ཕ་མར་གྱུར་བའི་ཆོན།  
ཆོ་ལུས་འདིའི་ཕ་མ་བཞིན་དུ། བྱམས་པའི་ལུས་ཀྱིས་བསྐྱེད། བཙེ་བའི་  
སེམས་ཀྱིས་བསྐྱུངས། ལུས་ཀྱི་དོད་ཀྱིས་གསོས། འཇུག་པའི་མིག་གིས་  
བལྟས། སྒྲན་པའི་ངག་གིས་བོས་ནས། གོས་ཡག་ཤོས་ཀྱི་ནང་གི་ཕྱེས་  
གཡོག་ ཟས་ཞིམ་ཤོས་ཀྱི་ནང་གི་ཡུད་བྱིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་བྱམས་པས་སྐྱེད་  
བསྐྱུངས་ནས། དུ་ཐེངས་གཅིག་ཆབ་ཆེན་ཞིག་ན་བ་ལས། མ་རང་ཉིད་ཤི་  
རྒྱུར་གདམས་པའི་དེ་འདྲའི་དྲིན་ཆེན་པོའི་དྲིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་དྲིན་མོ་ཆེ་ཤ་སྟག་  
ཡིན་པ་རེད། དེ་ཡིན་སོང་ན། ཆོ་འདིའི་ཕ་མ་དང་སྒྲེ་བ་སྒྲོན་མའི་ཕ་མ་གཉིས་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཀྱི་བར་ལ། སྤྱོད་གས་དང་རིས་སུ་བཅད་དེ། གཅེས་མི་གཅེས་དང་བཅེ་དུང་  
ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་སྤྱེ་ཡོང་ས་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། འིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་  
སྐྱོང་ལུགས་འདྲ་འདྲ་ཡིན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། སྐྱེ་བ་བརྗེ་ལེན་བྱས་སོང་  
དུས། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཕར་ངོ་རྒྱུ་ངོ་གཉིས་ཀ་མ་ཤེས་པ་རེད། ངོ་མི་  
ཤེས་ལུགས་ལ་བསམ་སྒྲེ་ཞིག་བཏང་ན། མངོན་ཤེས་ཅན་ཞིག་གིས་བལྟས་ན་  
དགོད་ཤོར་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པ་རེད། འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ནས། བ་ཤ་བཟེང་མ་ལ་  
རྟེན། །གསོད་པའི་དབྱ་བོ་བང་དུ་ལེན། །རྒྱུང་མས་ཁྱོ་ཡི་རུས་པ་  
འཆའ། །འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་གད་མོ་འཆོར། །ཞེས་གསུངས་པར་ལྟར།  
སྟོན་འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ན་བསོད་སྟོམ་ལ་བྱོན་དུས། བྱི་མོ་ཆོད་ཞིག་གི་བྱི་བདག་  
གིས་བུ་ཞིག་པང་དུ་བཟུང་ནས། སེམས་ཅན་བསད་པའི་ཤ་ཞིག་ཞིམ་ཞིམ་བྱས་  
ནས་བ་བཞིན་ཡོད་པའི་དུས་སུ། བྱི་མོ་ཞིག་ཤ་བ་ཤུལ་གྱི་རུས་པ་འཆའ་སར་ཡོང་  
བར་བྱི་བདག་དེ་ཉིད་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་ནས་བྱི་མོར་རྟོག་བརྒྱབ་པར། འཕགས་  
པས་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ཆོ། ཤ་བ་བཞིན་ཡོད་རྒྱུའི་སེམས་ཅན་དེ་ཉིད།  
སྐྱེ་བ་སྟོན་མ་ཁོ་རང་གི་ཕ་ཡི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་དང་། བྱི་མོ་ལ་རུས་པ་འཆའ་མ་བཅུག་  
པར་རྟོག་བརྒྱབ་ས་དེ་སྐྱེ་བ་སྟོན་མར་ཁོ་རང་གི་མ་ཡི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་  
སྟོན་མར་རང་ཉིད་གསོད་མཁན་གྱི་དབྱ་བོ་ལག་དམར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ལས་ཀྱི་  
ལན་ཆགས་ཀྱིས་ད་རེས་ཀྱི་བུ་རུ་སྐྱེས་ནས་པང་དུ་བཟུང་སྟེ་གཅེས་པར་སྐྱོང་གིན་ཡོད་  
པར་གཟིགས་ནས། འཕགས་པས་གོང་གི་ཆོག་བཅད་དེ་དག་གསུངས་པ་རེད།  
རང་ཅག་གིས་སྐྱེ་བ་སྟོན་མའི་ཕ་མས་ཅི་ལ་ཆོད། མཆོམས་མཆོམས་ལ་ཆོ་འདྲིའི་  
ཕ་མ། དེ་མིན་ནའང་གཉིན་ཉི་རིང་། ཤ་ཕུ་རྩ་ཆོན་དམར་ཐང་ཅན། རང་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

གིས་པར་གཅེས་པ། རང་ལ་རྩྱུར་དགའ་མཁན་དེ་དག་གི་ནས། སྒྲེབ་རྩྱུར་ལ་  
སྒྲུངས་པའི་གཤམ་ཐོས་ཚར་ཡོད་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདོད་པ་བདེ་བ་འདོད་པ་རེད། བདེ་བའི་ཆ་ཤ་མོ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་  
རུང་མི་འདོད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཉམ་མཁའི་བྱ། ས་གསེང་གི་འབྲུ།  
ས་སྒྲེང་གི་མིའི་འགྲོ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྟོག་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད། ཉིན་མི་དཔ་  
མཚན་མི་ཁོམ་པར་བྲེལ་བའི་རང་ནས་རྒྱག་བཞིན་པ་འདི། བདེ་བ་འབའ་ཞིག་  
དོན་གཉེར་གྱི་ཆེད་དུ་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། མི་འདོད་པ་སྟུག་བསྐྲུལ་འདོད་པ་  
མ་རེད། སྟུག་བསྐྲུལ་གྱི་ཆ་ཤ་མོ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ཐོག་ཏུ་མ་ཡོང་ན་དགའ་  
བ་ཡིན་མོད། སྟུག་བསྐྲུལ་རང་ཐོག་ཏུ་མི་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་བརྩོན་ཡང་དེ་  
བཞིན་དུ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་རྩིངས་པ་མ་རིག་པའི་གཞན་དབང་དུ་  
རྒྱུར་ནས། ཐབས་ལ་མི་མཁའས་པའི་སྟབས་ཀྱིས་སྟུག་བསྐྲུལ་གྱི་བདེན་པས་  
དངོས་སུ་གཞི་དེ། ཀྱན་འབྲུང་གི་བདེན་པས་བརྒྱུད་ནས་གཞི་དེ། ཆོ་འདི་ཡི་  
སྟུག་བསྐྲུལ་གྱིས་སྒྲེལ་མ་བྱས། ཆོ་སྤྱི་མའི་སྟུག་བསྐྲུལ་གྱིས་བསུ་མ་བྱས།  
བར་དེའི་སྟུག་བསྐྲུལ་གྱིས་མཚམས་སྐྱར་བའི་སྟུག་བསྐྲུལ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དང་ལྡན་  
པ། རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་དེ་ཉིད་གིང་རྟེན་འཕང་ལོ་ལྟར་འཁོར་བས།  
ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མེད་པའི་སྟུག་བསྐྲུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོར། སྐྱབས་མེད་མགོན་བྲལ། བཤེས་མེད་ཐང་སྟོང་དུ་འབྱུང་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཏུ་རྒྱུར་ཡོད་ན། སྟུག་བསྐྲུལ་ཅན་གྱི་འཁོར་བར་འཕྱན་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་  
ཐམས་ཅད་སྤྱིང་རྩེའི་གནས་ཡིན་པ་རེད། སྤྱིང་རྩེའི་གནས་ཡིན་ས་ཨོ་ཡོད་འདུག་  
ཁྱོད་གྱི་ཆོ་འདིའི་ཨ་མ་རྒྱན་མོ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོན་ནས། སྐེ་ལྷགས་ཐག ལུས་

སྐྱབས་མེ་པལ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ལྷགས་སྒྲིག་བྱས་ནས། གསོན་པགས་བལྟ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ན་ཨ་མ་སྤོང་མེ་སྐྱེས་  
ཨེ་འདུག དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། སྤོང་མེ་བ་རྒྱུད་པ་  
ཞིག་གིས་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤོང་མེ་བ་གཅིག་ལྷགས་པའི་དེ་དག་གི་  
སྐྱལ་བསྐྱེད་མེ་རྒྱུད་ལྷགས་པའི་ཕན་ཐོགས་རེད། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་རེ་འགའ་གནས་  
སྐྱབས་ཅམ་ཞིག་ལ་རྩལ་ཟད་བདེ་བའི་གནས་སུ་བཞག་ཐུག་པར་གྱུར་གྲང་། ཡུན་  
རིང་པོར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་  
ནས་ཐར་ཐོན་པ་མིན་ཆོ། བཅའ་ཞིག་སྐྱལ་བསྐྱེད་ཐུག་པོ་སྤོང་མེ་ཡིན་པ་རེད།  
དེས་ན་མ་གཞན་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྐྱལ་བསྐྱེད་ལས་དུས་  
གཏན་དུ་ཐར་བའི་ཐབས་ཤིག་ལ་བསམ་སྒྲོལ་གཏོང་དགོས་འདུག འོན་ཀྱང་།  
ཉམས་རྒྱུད་ཞིང་མཐུན་ལུས་པ་མེད་པ། འབྲས་འབྲས་ཤིག་གིས། གཅིག་  
གིས་གཅིག་སྐྱབས་མི་ལུས་པ་དཔེར་ན། རྒྱལ་བྱུང་མེད་པའི་མི་གཉིས་མཉམ་  
གཅིག་ཏུ་རྒྱུན་དུ་ལྷུང་སོང་ན། གཅིག་གིས་གཅིག་བསྐྱབས་འདོད་ཡོད་ཀྱང་།  
སྤོང་མེ་ལུས་པ་མེད་པ་ལྷགས་པའི་ཡིན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། ད་ལྟོ་བདག་  
གིས་དུས་ཡུན་རིང་བསྐྱལ་པ་མང་པོར་བསྐྱལ་གསུངས་ཀྱང་འཕྲོ་པར་དཀའ་བའི་དལ་  
འཕྲོར་བཅོ་བརྒྱད་ཆང་བའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ལྷགས་པའི་ཐོབ། ཏྲ་མིག་ལྷགས་ཀྱིས་  
བརྟམས་ནས་སོང་སྟེ་བཅོལ་གྱང་མཇལ་བར་དཀའ་བའི་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ།  
རང་ལ་བརྩོན་འགྲུས་ཡོད་ན་ཆོ་ལུས་གཅིག་གིས་འཆང་སྐྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་དུག་  
ལཱའི་ནད་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི། སྤོང་མེ་སྤོང་མེ་ལྷགས་པའི་ཉོན་མོངས་དུག་  
ལྷགས་པའི་སྤོང་མེ་སྤོང་མེ་ལྷགས་པའི་ཐོབ། ལམ་སྟོན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་  
དང་ལྷན་པ་བླ་མ་དམ་པའི་ཞལ་མཇལ་བའི་གོ་སྐྱབས་བཟང་པོ་ཐོབ་པ་འདི་དག་མི་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཤོར་བ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། དལ་རྟེན་རྟེན་པར་དཀའ་ལུགས། རྟེན་ན་ཕན་པ་ཆེ་  
ལུགས། ཆོ་ལ་རྟག་པ་མེད་ལུགས། འཆི་བདག་ལ་རྒློག་ཐབས་བྲལ་ལུགས།  
ཤི་བའི་གནས་སྐབས་སུ་དམ་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་པར། ལོངས་སྤྱོད་དང་ཉི་དུ་  
ཡིས་སྤྱོད་མི་རུས་ཤིང་། རང་ཉིད་གཅིག་པུར་ས་རྒྱུགས་མེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་འགོ་  
དགོས་རྒྱུ་ལ་སོགས་ལ་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས།  
རིན་པོ་འདྲ། རིན་ལན་བསབ་འདོད་སོགས་ཀྱིས། ཚད་མེད་བཞིའམ། ཡང་  
ན། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་ལྔ་ནི་སྒྲོན་ནས། ད་རེས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་འདིའི་  
སྤྱོད་ནས། བདག་གིས་པ་མར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་རིགས་དྲུག་གི་སྐྱུག་བསྐྱལ་  
ཀྱིས་རྟག་ཏུ་གདུང་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་གྱུར་མ་ལུས་པར། རིགས་དྲུག་  
སོ་སོའི་ལས་སྤྱོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དང་བྲལ་ཏེ། སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་  
མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་རྣམ་གྲོལ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་  
སར་འགོད་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་། བདག་གིས་ད་ནས་བརྩམས་ཏེ་མཐའ་མེད་འཁོར་  
བ་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་གཅིག་གྱུར་མ་ལུས་པར་གཏན་གྱི་བདེ་བའི་  
མཆོག་དམ་པ་ལ་འགོད་པར་བསྐྱོད་སྐྱུ་པའི་སྒྲོ་སྒྲོབས་ཆེན་པོ། ཤ་དང་རུས་པའི་  
རི་བོ་བསྐྱེལ་ཐུབ་པ། བྲག་དང་མཆི་མའི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱམ་རུས་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས།  
བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ཀུན་སྤོང་རྣམ་པར་དག་  
པ་དང་ལྷན་རྒྱུ་གལ་ཆེ་བ་རེད། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར། གཞན་གྱིས་བཟང་ཁི་  
ཡག་ཁི། ཆོས་པ་ཟེར་རྒྱ་དེ་རེད་འདུག་བསམ་པའི་ཆེད་དང་། ཆོས་ཟེར་རྒྱ་  
དེས་བསྐྱབས་ཐལ་ཟེར་བྱེད་ཅམ་གྱི་བསྟོད་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ། ཆོས་ལུ་  
མདོག་དང་། ཆོས་སྐྱབ་མདོག་བྱེད་རྒྱུའི་མིང་ལ་ལེགས་སྒྲོན་ཟེར་བ་རེད། དེ་

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཀུན་སྒྲིང་ཡང་དག་ཡིན་པ་མ་རེད། གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་ལས་གཟུར་  
རྒྱུའི་ཆེད་དང་། བད་གདོན་དང་། དབྱ་ཡི་འཛིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྐྱོབ་  
པའམ་ཐར་བའི་ཆེད་དུ་ཆོས་བྱེད་མདོག་དང་ཆོས་པ་ཡིན་མདོག་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡང་།  
འཛིགས་སྐྱོབ་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་ཡིན་པས། དེའང་ཀུན་སྒྲིང་ཡང་དག་མ་རེད།  
གཞན་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཟས་གོས་སྟོན་གྲགས་གཉིས་ཀ་དང་བཟེ་  
རྒྱུའི་བསམ་པས། དཀོན་མཆོག་ལ་ཕག་གཡར་ནས་ལོག་འཛོའི་འཛོའ་བ་སྐྱབས་པ་  
སྟེ། ཆོས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཐུགས་  
པ་སྦྱད་པའི་གནས། གཞན་སྟེས་མཐོང་ན་བསྟན་པའི་བླ་བཙུང་། རང་སྟེས་  
མཐོང་ན་ལོག་པའི་ལམ་འགྲོ་ཞེས་པ་དན་སོང་གི་རྒྱ་དངོས་སུ་བསྐྱབས་ཏེ། མིག་  
ཡོད་བཞིན་དུ་རྒྱུ་ལྟེབས་པ་དང་འདྲ་འདྲ་ཡིན་པ་རེད། མཉམ་མེད་དྲགས་པའི་རིན་  
པོ་ཆེས། ཆོས་ཆོས་བཞིན་དུ་མ་བསྐྱབ་ན་ཆོས་ཀྱིས་སྤྲར་དན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་  
བྱེད། ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། རྩོགས་ཆེན་དཔལ་སྤྱུལ་འཛིགས་མེད་ཆོས་  
ཀྱི་དབང་པོས་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་དེ་ལ་མིང་བཏགས་ན། བསྟན་པའི་  
བླ་བཙུང་། དཀོན་མཆོག་གི་ཤར་འདེན། དག་འདུན་གྱི་འགབ་སྦྱད་པ་པོ་ཡིན་  
པས། དེ་ལྟ་བུ་དེ་དག་དུག་བཞིན་དུ་སྤང་བར་བྱ་དགོས་ཞེས་གསུངས་ནས་  
གདམས་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཡང་། བསམ་པ་དག་དང་མི་དགའི་བྱེ་བྲག་  
ལས། །དག་སྟོག་གཟུགས་བརྟན་ཆེ་རྒྱུ་རྩེས་མི་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། དག་མི་དག་བསམ་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད། མདོར་ན།  
འཛིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་རྟེན་བདེ་གྲགས་བསྟོད་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་  
གིས་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཉན་མདོག་སྐྱབ་མདོག་བྱས་ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ལྟར་སྒྲུང་བ་ཙམ་ཞིག་ལས་ཡང་དག་པའི་ཆོས་སུ་འགོ་བ་མ་རེད། སོ་སོའི་སྒྲོ་བོ་  
ཟེར་བ་དེ་སྤོངས་པ་མ་རིག་པའི་གཞོན་དང་ནད་ཀྱིས་བཏབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས།  
མཁྱིས་ནད་ཙན་གྱི་མིག་སྒྲུར། རུང་དཀར་པོ་ཡང་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་ལྟར།  
མཐོང་ཚད་སྒྲོན་དང་འགྲོགས་ཚད་དག་རུ་སྒྲུང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཐམས་ཅད་མི་  
སྒྲོན་མ་རེད་རང་སྒྲོན་རེད། མེ་ལོང་ངོས་སུ་འཆར་རྒྱུའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་བཙོག་  
རུང་རང་གི་ངོ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་པ་རེད། དེས་ན་འདི་སྤྱི་གཉིས་པན་གྱི་ཆོས་  
ཤིག་བསྐྱབས་ནས་ཆོས་པ་ངོ་མ་ཞིག་བྱེད་བསམ་ན། དང་པོ་ཉིད་ནས་ཀྱང་སྤྱི་  
གཞན་གྱི་སྒྲོན་ཡོན་རྟོག་དཔྱེད་བྱ་རྒྱུ་དེ་པར་བསྐྱར་ནས། ཁ་ནང་དུ་འཁོར་ནས།  
རང་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་བཙུག་རྒྱུ་འདི་གཙོ་ཆེ། དེས་ན་ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་རབ་  
འབྱུངས་ཀྱིས། བྱད་པར་ཐེག་ཆེན་དག་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ། །སྒྲོར་བ་སེམས་  
བསྐྱེད་དངོས་གཞི་དམིགས་པ་མེད། །རྗེས་ལ་བསྐྱོ་བས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པ་  
སྟེ། །ཐར་ལམ་བགྲོད་པའི་གཅེས་པ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། དག་བའི་ཙན་བ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ངེ་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབས་ཀྱང་། དག་ཙན་ཐབས་  
ཀྱིས་ཟིན་པ་སྒྲོར་བ་སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ། དག་ཙན་རྒྱེན་གྱིས་མི་བཤིག་པར་བྱེད་  
པ་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་དམ་པ། དག་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་  
བསྐྱོ་བའི་རྒྱས་ཡོངས་སུ་ཐེབས་པ་མཐུག་བསྐྱོ་བ་དམ་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་དམ་པ་  
གསུམ་གྱིས་རྩིས་ཟིན་པ་འདི་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། །

དམ་པ་གསུམ་བཤད་པ།

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སྒྲིབ་བ་སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ་དེ་ཇི་ལྟར་རེད་ཅེན། དགོ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་  
བསྐྱབས་ཀྱང་། དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིབ་དུ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སྒྲིབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགོད་པའི་ཕྱིར་དུ། བདག་གིས་ད་རེས་དགོ་བའི་བྱ་བ་  
འདི་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བསམ་རྒྱུ་དེ་རེད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེད་  
རྒྱུ་འབྲས་གཉིས་དང་བྲལ་ཏེ། རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཕྲོག་པའི་  
ཆེད་དུ་བསམ་ནས། བསམ་པ་ལྷགས་ཀྱུ་ལྟ་བུ་དེས་དགོ་བའི་ཙ་བ་རྩ་པོའི་ལྟ་བུ་དེ་  
ཟིན་པེས་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དགོ་ཙ་རྩེན་གྱིས་མི་བཞིག་  
པར་བྱེད་པ་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་དམ་པ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར་ན། ཤེས་  
བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་རྩལ་ཙམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད།  
ཡུལ་ལ་ལྟོས་ནས་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཟེར་རྒྱུ་ཞིག་ཚུར་ལ་བཏགས། ཡུལ་ཅན་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་ཟེར་རྒྱུ་ཞིག་པར་ལ་བཏགས་བཞག་པས། པར་བཏགས་ཚུར་  
བཏགས་ཙམ་ཞིག་ལས་མེད་པ་ཡིན་ན། བདགས་གཞི་དེ་ཉིད་ལ་དོན་དམ་དཔྱིད་  
བྱེད་གྱིས་བཏགས་ཡོང་ན། རྟེན་རྒྱ་ཕྱོལ་ཙམ་ཞིག་གྲང་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པའི་སྐྱབས་  
དེར། སྒྲུང་བ་ལམ་ལམ་འདི་སྒྲིག་རྒྱུ་དང་མིག་ཡོར་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྱུང་གི་རང་  
བཞིན་དུ་ཐག་ཆོད་དུས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་མགོན་པོ་ཀུན་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྟོང་  
པོ་སྟོང་ཉིད། སྟོང་རྟེན་འབྱུང་དབྱེར་མེད་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་པེས་དོན་གྱི་སྟོང་པོ་  
ཡིན་ན། གཟུགས་སྒྲིབ་ཉིད་ཀྱང་སྟོས་བྲལ་ཏེ། །སྟོས་བྲལ་ཉིད་ཀྱང་གཟུགས་  
སྒྲིབ་ཀྱིས། །གཟུགས་སྒྲིབ་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ། །སྟོས་བྲལ་ལ་སོགས་མི་



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ།

དམིགས་སོ། །སྒྲོམ་བུལ་ཉིད་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ། །གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་  
མི་དམིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་དམ་པ་  
དེ་ཉིད། གཞི་དབུ་མ་ཆེན་པོ། ལམ་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ། འབྲས་བུ་རྫོགས་པ་  
ཆེན་པོ་སྟེ། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ལྷ་བ་རྟོགས་པ་ཞིག་ལ་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
དེ་ལྟར་འཁོར་གསུམ་བདེན་མེད་གྱི་རྒྱས་ཐེབས་པ་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་  
མེད་རེད། འོན་ཀྱང་ལས་དང་པོ་པས་དང་པོ་ཉིད་ནས་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་  
ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ཡོད་དཀའ་བ་ཡིན་ཡང་། རྗེས་མ་ཐུན་ཙམ་དུ་འཁོར་གསུམ་པོ་  
སྒྲུང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་རྒྱ་རྒྱ་ལྟ་བུའི་ངེས་པ་བྱངས་ནས། འཁོར་འདས་གྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་སྒྱུ་མའི་དཔེ་བརྒྱད་དུ་སྒྲོ་སྒྱུངས་ནས་དེའི་ངང་དུ་འཛོལ་པ་འདི་  
དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་ཐུན་མོང་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་གྱི་ལྷ་བ་དེའི་ཐོག་ནས་དཔྱད་སྒྲོམ་དང་།  
འཛོལ་སྒྲོམ་སྟེལ་མ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། དགེ་རྩ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་  
མཐུག་བསྟེན་བ་དམ་པ་དེ། སྒྲོ་བྲོས་རྒྱ་མཆོས་ཁྱེས་པའི་མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་རྒྱ་  
ཐོགས་རྒྱ་མཆོ་ཆེར་ལྷུང་བ། །རྒྱ་མཆོ་མ་ཟད་བར་དུ་དེ་མི་འཛད། །དེ་བཞིན་  
བྱང་རྒྱ་བ་ཡོངས་བསྟེས་དགེ་བ་ཡང་། །བྱང་རྒྱ་བ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དེ་མི་  
འཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་རྒྱ་ཐོགས་གཅིག་  
བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་བསྐྱལ་པ་ཆེན་པོའི་བར་དུ་རྒྱ་མཆོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་  
ཐོགས་རྒྱ་དུ་མི་ཟ་བ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། དགེ་འབྲས་ལན་གཅིག་སྒྲིང་བས་ཟད་པ་མ་  
ཡིན་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་སྟེ། དེ་ལས་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་  
པའི་བསྟེན་བ་མཆོན་ཉིད་པ་ཟེར་རྒྱ་དེ། ལྷ་བ་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་

## སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

རབ་གྱིས་ཟིན་པའི་ངང་ནས་ཐབས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་གྱིས་འཕངས་པ་དེ་ཉིད། དགོ་  
ཙ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཐུན་མཛོད་དུ་བྱས་ནས་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་སར་  
བསྐྱོས་པས་དགོ་ཙ་མི་འཛད་ཅིང་། ཇེ་བཟང་ཇེ་འཕེལ་དུ་གྱུར་ནས། ཀུན་  
མཁུན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་རོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་རེད། གང་  
བསྐྱོ་བྱ་བསྐྱོ་བྱེད་བསྐྱོ་ཡུལ་གྱི་འཁོར་གསུམ་པོ་མི་དམིགས་པ་རྣམས་ཀུན་མཆོག་ལྷན་  
གྱི་སྟོང་ཉིད་བྱམས་སྟིང་ཇེ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས། བསྐྱོ་བ་དང་སྐྱོན་ལམ་གྱི་རྣམ་  
པར་ཤར་བའི་ལྟ་བས་ཕྱིས་ཟིན་པ་འདི་ཡིན་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་ཅམ་  
ཞིག་མ་སྐབ་ཀྱང་། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་པའི་བསྐྱོ་བ་ཇེས་མ་ཐུན་པ་ནི།  
བདག་གཞན་གྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གྱི་དགོ་བ་  
ཐམས་ཅད་སྐྱོས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱུམས་ཏེ་བསྐྱུམས་ནས། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་  
བཅས་པས་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་རྩལ་གྱིས་ཇེ་ལྟར་བསྐྱོས་པ་ལྟར་བསྐྱོ་  
བའི་འདུན་པ་བསྐྱེད་པ། ཆོགས་གཉིས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་ལ། །སྐྱོན་ལམ་  
གྱིས་བྱེད་རོམ་བྱས་ན། །དགོས་འདོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བས། །མཇུག་  
བསྐྱོ་བ་འདི་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། །ཅིས་གསུངས་པ་དེ་རེད། །

ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲགས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་བཤད་པ།

དེའི་ཐོག་ནས་ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲགས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ཟེར་རྒྱ་དེ།  
སྤྱིར་ན་མདོ་སྤྲགས་གཉིས་ཀའི་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱུབ་བྱ་མཐར་སྐྱབ་དེ་ཇོགས་པའི་སངས་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཡིན་པ་ལ་མི་འདྲ་བ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་སྐྱབ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ན། ཐེག་པ་གོང་འོག་དང་། མདོ་སྡག་མ་གྱི་ལམ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པ་  
རེད། བྱུང་པར་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་གང་ལས་གང་འཕགས་པ་རེད་ཅེ་ན། ཐེག་  
པ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད། དམིགས་པ་ཆེ་དང་སྐྱབ་པ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པར་བདུན་  
གྱིས་ཐེག་དམན་ལས་འཕགས་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། མདོ་ལམ་ལས་  
སྡག་མ་ལམ་དེ་གང་གིས་འཕགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐབས་མང་དཀའ་བ་མེད་པ་  
དང་། །དབང་པོ་རྣམས་པོ་དེ་དབང་དུ་བྱས་ནས། །སྡག་མ་གྱི་ཐེག་པ་བྱུང་པར་  
འཕགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མ་ཕྱོདས་པ་དང་། ཐབས་མང་བ།  
དཀའ་བ་མེད་པ། དབང་པོ་རྣམས་པོ་དེ་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པ་སོགས་བྱུང་པར་  
བཞིའམ་དུག་གིས་འཕགས་པ་ཡིན་པས་ན། སྐབས་སུ་བབས་པ་གསང་སྡག་མ་  
གྱི་ཆོས་འཆད་ཉན་སྒྲོམ་སྐྱབ་གྱི་དབང་དུ་བཏང་དུས། གནས་དང་དུས་དང་སྟོན་  
པ། ཆོས་དང་འཁོར་ཏེ་ལྷ་བོ་དེ་ཉིད། ཐམས་མ་དག་པའི་སྣང་བ་རུ་མི་འཛིན་  
པར། ཡུན་སུམ་ཚོགས་པ་ལྷ་རུ་གསལ་འདེབས་དགོས་པ་རེད། ཡུན་སུམ་  
ཚོགས་པ་ལྷ་རུ་གསལ་འདེབས་པ་དེ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་བཙན་གྱིས་བསྐྱར་  
ནས། མིན་པ་ཞིག་ལ་ཡིན་མདོག་བྱེད་དགོས་པ་མ་རེད། ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་  
འདུག་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད་ཟེར་ན། གཞི་ཆོས་ཉིད་  
རང་མལ་ནས་གཡོས་མ་སྤྱོད་པའི་གནད་ཀྱིས། དེའི་རྩལ་སྣང་ཐམས་ཅད་སྣང་  
སྟོན་དག་པ་རབ་འབྱུངས། ཡུང་ཁམས་གཤེགས་པ་གཤེགས་མ། དབང་  
ཡུལ་སེམས་དཔའ་སེམས་མ། ཡན་ལག་ཁྲི་བོ་ཁྲི་མོ་སྟེ། གདན་གསུམ་ཆོང་  
པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཡེ་ནས་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་འདུག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

དེས་ན་ཆོས་འཆད་པའི་གནས་དེ་ཉིད་གནས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་འོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྗང་དང་བྲལ་བ། དུས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ།  
དུས་གསུམ་དུས་མེད་ཀ་ནས་དག་པ་རྟག་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ། ཆོས་འཆད་པ་  
པོའི་སློབ་དཔོན་དེ། སྟོན་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའམ་དུག་  
པ་དྲེ་ཐེ་འཆད་ཆེན་པོ། ཆོས་ཉན་པའི་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། འཁོར་ཕུན་  
སུམ་ཚོགས་པ་ཉིད་ལས་མི་གཞན་པའི་འཁོར་ཚོགས་རྒྱལ་བ་དགོངས་བརྒྱད་དང་།  
རིག་འཛིན་བད་བརྒྱད། གང་ཟག་སྟན་བརྒྱད། གང་འཆད་བྱའི་ཆོས་དེའང་།  
ཆོས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཛོད། གདུལ་བྱ་སོ་  
སོའི་སློ་དང་འཆོམ་པ། ཆོས་ཉན་པའི་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། གཞི་རྒྱད་བདེ་  
གཤེགས་སྤིང་པོས་ཏིལ་ལ་མར་བཞིན་ཀུན་ལ་བྱབ་པ་སྟེ། རྫོགས་སངས་སྐུ་ནི་  
འཕྲེ་ཕྱིར་དང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། །རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་  
ལུས་ཅན་ཀུན། །རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སྤིང་པོ་ཅན། །ཞེས་རྒྱད་སྒྲ་མ་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ད་དུང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་  
ཐམས་ཅད་ལ། །ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་དག་གྱུར་པ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ཉིད་དེ་  
ཡི་ཕྱིར། །འགྲོ་ཀུན་དེ་ཡི་སྤིང་པོ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རོ་བོ་ཡི་  
དག་ཡོན་ཏན་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཡང་། སློ་བུར་འབྲལ་རུང་གི་དྲི་མས་  
བསྐྱེབས་ནས་ཡོད་ན་དྲི་མ་དེ་ཉིད་བསལ་བས་སངས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དེ་དོན་གྱི་  
སངས་རྒྱས་སམ། ལམ་རྟོགས་པ་མདོན་འགྱུར་མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་  
པས་ན། འཁོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རིགས་གང་རུང་གི་དཔའ་བོ་དང་།  
མཁའ་འགྲོ་མར་གསལ་གདབ་ནས། སྤང་སྤྱིད་གཞིར་བཞུགས་ཡོད་ནས་ཡིན་པ་

## སྒྲིབ་ཐུང་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲིབ་མེ།

ལ། མོས་པ་ལམ་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཞིར་བཞེངས་སུ་གསལ་འདེབས་དགོས་པ་  
རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་རྣམ་པར་དག་པ་  
དང་ལྷན་པའི་ཐོག་ལ། ཆོས་ཉན་པའི་སྐབས་སུ་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་དགོས་པས་མ་  
ཆད་པར་ཀུན་སྒྲིབ་ཀྱང་འཆོས་དགོས་པ་རེད། །

## ཀུན་སྒྲིབ་བཤད་པ།

དེ་ཡང་ཀུན་སྒྲིབ་དེ་ལ་དུག་ལྟར་སྤང་བའི་ཀུན་སྒྲིབ་དང་། སྤྲུལ་  
སྤང་བའི་ཀུན་སྒྲིབ་དེ་གཉིས་སུ་མདོ་རྒྱུད་ཀུན་ནས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་  
སྒྲོང་རགས་རིམ་ཙམ་ཞིག་བཤད་ན། །

## དང་པོ་སྤང་བའི་ཀུན་སྒྲིབ་བཤད་པ།

དང་པོ་སྤང་བའི་ཀུན་སྒྲིབ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲོང་གི་སྒྲིབ་གསུམ། འཛིན་ཀྱི་སྤྲུལ་  
མི་འཛིན་པ་ལྟ་དང་བཅས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་གི་དང་པོ་སྒྲོང་གི་སྒྲིབ་  
གསུམ་ནི། རྣ་བ་མི་གཏད་ཁ་སྤྲུབས་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ། །ཡིད་ལ་མི་འཛིན་ཞབས་  
རྟོལ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ། །ཉོན་མོངས་དང་འདྲེས་དུག་ཅན་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ། །ཞེས་  
གསུངས་ཡོད་ན། སྒྲོང་ཁ་སྤྲུབས་ཤིག་གི་སྤེང་དུ་ཆུ་ཅི་ཙམ་སྤྲུགས་ཀྱང་ནང་དུ་  
ཆགས་ཡོང་དུས་ཤིག་ཅི་ལ་ཡོད། དེ་ལྟར་དུ་ལུས་ཆོས་གྲལ་ན་བསྤྲད་ཡོད་མདོག་  
བྱས་ཀྱང་། སེམས་ཆོས་གྲལ་ནས་འགོ་ཚར་ཡོད་ན། སྤྲུལ་ཅི་གསུངས་མི་  
གོ་བའི་ཕྱིར་ན། ཆོས་ལྟ་དུས་རྣ་བའི་དབང་པོ་གཏད་ནས་ཉན་དགོས་པ་རེད།

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སྒྲོད་ཞབས་རྩོལ་ཟེར་བ་མཐེལ་རལ་སོང་བའི་སྒྲོད་ཅིག་གི་ནང་དུ་བརྟུང་ཅི་ཙམ་ཞིག་  
སྒྲུགས་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་ཉིད་གང་ཡོང་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན་དུ། ཆོས་ལུས་ལུས་  
ཐོབ་ཐོབ་གོ་ལོ་ཐོས་ལོར་བྱས་ནས་ཡིད་ལ་མ་བཟུང་ན། ཆོས་ཅི་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་  
ཀྱང་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་བཀོལ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་མི་ཤེས་པས་ན། ཆོས་ཐོས་པའི་ཆོག་  
དོན་ཡིད་ལ་བཟུང་དགོས་པ་རེད། སྒྲོད་དུག་ཙན་ཟེར་བ་ནི་དུག་སྒྲུགས་ལུལ་གྱི་  
སྒྲོད་ཅིག་གི་ནང་ལ། བརྟུང་བཟང་པོ་ལེགས་པ་ཅི་ཙམ་ཞིག་སྒྲུགས་པ་ཡིན་ཡང་།  
དུག་དང་འབྲེས་ནས་དུག་ཙན་དུ་འབྱུང་འགོ་བ་བཞིན་དུ། ཆགས་སྤང་མྱོངས་  
གསུམ་སོགས་དུག་ལྗེའི་རྟོག་པ་སྒྲུབ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉན་ན། ཆགས་སྤང་མྱོངས་  
གསུམ་དེ་དག་དང་འབྲེས་ཏེ། ཆོས་ཅི་ཙམ་ཉན་ཀྱང་ཉན་མྱོངས་པའི་གཉེན་པོར་  
འགོ་བའི་དུས་མེད་པས་ན། ཆོས་དང་རང་རྒྱུད་འབྲེས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་  
པ་རེད། ཆོས་ཅི་ཙམ་ལུས་ཀྱང་ཉན་མྱོངས་མེད་རགས། དཔེ་ཆ་ག་ཆོད་བལྟས་  
ཀྱང་དམུ་མེ་རྟོག་ལ་ལོག་འགོ་བ་དེ། ཆོས་དང་རང་རྒྱུད་འབྲེས་མ་ཐུབ་པའི་སྒྲིན་  
ཆ་ལྟར་ལ་བུད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ཏུ་སྤང་བར་བྱ་བའི་དྲི་མ་དུག་གསུངས་ན།  
དྲི་མ་དུག་པོ་དེ་གང་ཡིན་ན། རྣམ་བཤད་རིག་པ་ལས། ང་རྒྱལ་དང་ནི་མ་དད་  
དང་། །དོན་དུ་གཉེར་བ་མེད་ཉིད་དང་། །སྤྱི་རྩལ་རྣམ་གཡེངས་ནང་དུ་  
སྤྱད། །སྒྲོ་བས་ཉན་པ་དྲི་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། རང་རྒྱུད་  
ལ་ང་རྒྱལ་ཡོད་ནས་བཟུང་སྟེ་རང་གི་སྒྲིན་མི་མཐོང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་མི་  
མཐོང་བས། དེའི་གཉེན་པོར་རྟག་ཏུ་རང་སྒྲིན་ངོས་བཟུང་ནས་དམན་པའི་ས་  
བཟུང་། རྒྱལ་པོའི་གོས་གྲོན་དགོས་པ་རེད། མ་དད་པ་ནི་ཆོས་དང་གང་ཟག་  
ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་ཡིན་པ་རེད། ཡིད་མ་ཆེས་ཤིང་དད་པ་མེད་པ་ཡིན་ན།

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

དེའི་གང་ཟག་དེའི་ཆོས་ཀྱི་འདུག་སྒོ་འགག་འགོ་བ་ཡིན་པས། ཆོས་དང་གང་ཟག་  
ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཡིད་ཆེས་དང་། མི་ལྡོག་པའི་དད་པ་བྱ་དགོས་པ་རེད། དེའི་  
ཐོག་ཏུ་ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་ཞིག་ཡོད་དགོས། དོན་གཉེར་མེད་པ་ཁྱི་སྒྲོན་དུ་རྩ་  
འཕངས་པ་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་ཆོས་གཏན་ནས་འགྲུབ་མི་ཐུབ། དོན་གཉེར་རབ་  
འབྱིང་ཐ་གསུམ་ལྟར་དུ་ཆོས་པ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་དུ་འགྱུར་འགོ་བ་རེད། དེས་  
ན་ཆོས་དང་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་མངལ་དཀའ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། ཆོག་  
དོན་རེ་རེ་ལ་ཡང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་བསྐྱེད། ཕྱི་ཆོགས་དྲུག་གི་ཡུལ་ལ་རྣམ་  
ཤེས་གཡེང་འགོ་རྒྱ་དེ་འཁོར་བའི་འབྲུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ། མི་བདེ་སྤྱད་  
བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་ན། ཕྱི་རོལ་གྱི་རྣམ་གཡེང་དང་ནང་  
དུ་སྤྱད་པའི་གཉེན་པོ་དྲན་ཤེས་དང་བག་ཡོད་ཡིན་པས། དྲན་ཤེས་དང་བག་ཡོད་  
བསྐྱེན་དགོས་པ་རེད། སྒྲོ་བས་ཉན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ནི། ཆོས་ཉན་དུས་  
སྒྲུབ་དུས་གང་གི་སྐབས་ཡིན་ཡང་དཀའ་བ་བྱུང་བས་ད་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དེ་རེད།  
དེས་ན་ད་རེས་ཆོས་སྒྲུན་བས་ཐོས་རྒྱ་འདི་ཆོ་སྒྲོན་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་འབྲས་  
བུ། ཆོ་གང་དུས་བརྒྱའི་ཟ་མ་ལན་གཅིག་ཡིན་པས་གཟབ་དགོས་བསམ་དགོས།  
དེའི་ཐོག་ལ་མི་འཛིན་པ་ལྷ་ཟེར་རྒྱ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོག་འཛིན་ལ་དོན་མི་འཛིན་  
པ། དོན་འཛིན་ལ་ཆོག་མི་འཛིན་པ། བརྟ་མ་འཕྲོད་པར་འཛིན་པ། ལོག་  
པར་འཛིན་པ། གོང་ལོག་བསྐྱེད་ནས་འཛིན་པ་དེ་ཆོ་རེད། །

གཉིས་པ་སྤྱོད་བྱའི་ཀུན་སྒྲིབ་བཤད་པ།

སྐྱབས་ཐེ་བལྟ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སྒྲུང་བྱའི་ཀུན་སྦྱོང་ལ། འདུ་ཤེས་བཞི་བསྟན་པ། སར་ཕྱིན་དུག་  
དང་ལྡན་པ། སྦྱོང་ལམ་གཞན་བསྟན་པ་སྟེ་གསུམ་ཡོད་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
དེ་ལས་འདུ་ཤེས་བཞི་བསྟན་པ་ནི། མདོ་སྦྱོང་པོ་བཀོད་པ་ལས། རིགས་གྱི་བྲུ་  
ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཆོས་ལ་སྦྱོན་གྱི་འདུ་  
ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྦྱོན་པ་མཁའས་པའི་འདུ་ཤེས་  
བསྐྱེད་པ་བྱའོ། །ནམ་ཉན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ནད་ཉེ་བར་འཛོལ་བའི་འདུ་ཤེས་  
བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་དུག་  
གསུམ་ནད་ཀྱིས་བོན་འབྲེལ་བ་དེས། འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་ཟུག་རྩ་སྦྱོང་  
བཞིན་པ་ལ། སྦྱོན་པ་མཁའས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲུ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་གནད་བའི་  
དམ་པའི་ཆོས། སྦྱོན་འཆི་སོས་གྱི་བདུད་ཅི་ལྟ་བུ་དེ་བརྟེན་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ནད་  
ལས་གྲོལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལ། སྦྱོན་པ་མཁའས་པའི་ཞལ་གསུང་གི་བསྟོན་པ་ལ་མ་  
ཉན་པ་ལྟ་བུ། དམ་པའི་ཆོས་རང་རྒྱུད་ལ་མ་སྦྱར། ཉམས་སུ་མ་སྒྲུངས་པ་  
ཡིན་ན། སྦྱོན་དང་སྦྱོན་ཡིག་ཅི་ཙམ་ཞིག་མང་ཡང་། སྦྱོན་པ་མཁའས་པའི་དག་  
ལྟར་ནད་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོན་མ་བརྟེན་ན། ནད་དྲག་བྱེད་ལ་ཕན་མི་ཐོགས་པ་  
ལྟར་ཡིན་པས། གནད་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས། མེ་ཆོགས་སུ་  
གྱིའི་སོ་ཡང་བརྟེན་ལ་ནས་ནི། །འཆི་མ་ཐར་སྟུག་གི་བར་དུ་དམ་ཆོས་  
བསྐྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བརྟོན་པ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་ནས། ད་རེས་ཀྱི་ལུས་  
རྟོན་འདྲིའི་ཐོག་ནས་གཏན་ལེགས་དང་གཏན་ཉེས་ཀྱི་སོ་མཚམས་མི་ནོར་རྒྱ་གལ་ཆེ་  
བ་རེད། དེའི་སྦྱོང་དུ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཚང་བར་བྱས་ནས་ཉན་དགོས་པ་འདི་  
ལྟར་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། མེ་ཏོག་སྦྱོན་སོགས་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །ས་



## སྒྲོ་སྒྲོ་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

སྒྲོགས་སྒྲོད་ལམ་བསྐྱམས་པ་དང་། །སྒྲོག་ཆགས་ཀུན་ལ་འཆོ་མི་བྱ། །སྒྲུ་མ་  
ལ་ནི་ཡང་དག་དང་། །མ་ཡིངས་སྒྲུ་མའི་གདམས་ངག་ཉན། །དོགས་སེལ་  
སྒྲིར་ན་སྒྲོན་ཆོག་འདྲི། །ཉན་པོ་ཡན་ལག་དྲུག་དང་ལྟན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རེད། སྒྲོད་ལམ་གཞན་བསྟན་པ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ལས་འདི་ལྟར་  
གསུངས་པ་སྟེ། མ་གུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད། །མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་གཡོག་  
དང་། །གདུགས་དང་འཁར་བ་མཆོན་ཐོགས་དང་། །མགོ་བོ་དགྲིས་པ་དག་  
ལ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་ལས་གསུངས་པའི་  
སྤང་བྱའི་ཀུན་སྒྲོད་མཐའ་དག་སྤངས་ཏེ། སྤང་བྱའི་ཀུན་སྒྲོད་མཐའ་དག་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ནས། དམ་པའི་ཆོས་ཉན་དགོས་པ་རེད། རྒྱུད་པར་དུ་  
གསང་སྤགས་གྱི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཞུ་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན། གསང་སྤགས་ཟེར་རྒྱུ་དེ་  
སང་གའི་འོ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་རིན་ཆེན་གསེར་སྒྲོད་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོད་  
པལ་བར་སྒྲུགས་ཀྱང་མི་ཆགས་པ་ཡིན་པས་ན། སྒྲོན་འགོ་སྒྲོན་དུ་སང་ནས་རང་  
རྒྱུད་སྤངས་པ་གནད་དུ་མ་སང་བར་དངོས་གཞིའི་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་།  
རང་གཞན་སྒྲུ་སྒྲོབ་ཐམས་ཅད་ལུང་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་རེད། དེས་ན་ཐུན་  
མོང་ཕྱི་ཡི་སྒྲོན་འགོ་སྒྲོ་ལྷོག་རྣམ་བཞི་ལ་ཐོག་མར་བསྐྱབས་ནས། འཁོར་བ་ལས་  
ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་པར་བྱས་ནས།  
རིམ་གྱིས་དངོས་གཞི་སྒྲོན་གྲོལ་གྱི་རིམ་པས་བརྩམས་ཏེ། སྤྲིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་རྣམ་  
དག་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་པ་རེད། དེ་ཡང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་བཅོས་མ་མ་  
ཡིན་པ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད་ཟེར་ན། འཁོར་བའི་གནས་འདི་ཇི་ལྟར་  
བསམ། གང་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་། མའི་འོག་ སྒྲོན་མའི་གླིང་། རལ་

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

གྱི་འོ་སོ། དུག་སྐྱལ་གདུག་པ་ཅན་གྱི་ཚད་ལྟ་བུ། འཕྲལ་ཡུན་ཀུན་ཏུ་སྐྱག་  
བསྐལ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་གཤམ་ནས། སྐྱག་ནད་ཅན་ལ་སྐྱམ་ཟེན་གྱིན་པ་  
ལྟར་ཞེས་གསུངས་པའི་དཔེར་སྒྲངས་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་དེ། དེ་ཡང་སྐྱག་ནད་ཅན་  
ཞེན་ཁ་ལོག་མཁན་ཞིག་ལ། ཟས་སྐྱམ་པོ་མར་ཁུ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྱད་ན་ཞེན་ཁ་ལོག་  
སྤྱད་ཡིན་པ་མ་རེད་དམ། འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་ལོག་པའི་ངེས་  
འབྱུང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མེད་ན། སོ་ཐར་བྱང་སེམས་སྤྲུགས་གསུམ་གྱི་ཟབ་དང་རྒྱ་  
ཆེའི་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཉན་ཁུལ་སྐྱབས་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། སྐར་ཡང་འཁོར་བར་འཁོར་  
བ་མ་གཏོགས་ཐར་པའི་རྒྱར་འགོ་བ་མ་རེད། ཐར་པའི་རྒྱ་རུ་མི་འགོ་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན། ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་མ་ཟིན་པས་རེད། དེས་ན་ད་  
ངེས་ཐར་ལམ་ཡང་དག་པ་ཞིག་སྐྱབ་པ་ལ། འཁོར་བར་ཞེན་ལོག་གི་ངེས་འབྱུང་  
དང་གཞན་པན་དོན་གཉེར་གྱི་བྱང་སེམས། རྒྱ་མར་སངས་རྒྱས་དངོས་མཐོང་གི་  
དག་སྤང་སྟེ། གནད་གསུམ་པོ་དེ་ངེས་པར་ཚད་དགོས། འཁོར་བར་ཞེན་  
ལོག་གི་ངེས་འབྱུང་ཞིག་སྐྱེ་དགོས་ན་སློ་ལྷོག་རྣམ་པ་བཞི་ལ་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་ཞིག་  
ཆེད་དགོས་པ་རེད། འོ་ན་སློ་ལྷོག་ཅེས་པ་དེ་ཅི་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད་ཅེ་ན། སློ་  
ལྷོག་ཅེས་པ་ཞེན་ལོག་གི་དོན་རེད། ཅི་ཞིག་ལ་ཞེན་པ་ལོག་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ན།  
འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པར་ཞེན་ལོག་སྐྱེ་དགོས་པ་རེད། ས་སྐྱའི་ཞེན་  
པ་བཞི་བྲལ་གྱི་ནང་ལ། འཁོར་བ་ལ་ཞེན་ན་ངེས་འབྱུང་མིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད་  
པ་རེད། །

སློ་ལྷོག་རྣམ་པ་བཞི་བཤད་པ།

སྒོ་སྤྱོད་ནུམ་པ་བཞི་ནི།   དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ།   ཚེ་མི་རྟག  
འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས།   ལས་རྒྱ་འབྲས་ཏེ་དེ་བཞི་རེད།

## དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ།

དེས་ན་ཁ་ཁ་ནང་དུ་རྩྱུར་ལ་འཁོར་ནས་རང་གིས་རང་ལ་བརྟགས་ཏེ།  
རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་བཏང་ནས།   དེ་ཡང་ལེགས་ན་  
ཐར་བའི་གྲུ་གཟིངས་ལུས་འདི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པས།   ད་ཅེས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་  
འདིའི་སྤྱང་ནས།   དམ་པའི་ཚེས་ཡང་དག་པ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཚོགས་ཏེ་  
སྒྲུབ་ཐུབ་ན།   བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་ཚེས་འགོ་རྒྱུགས་པ་ཡིན་པས།   ཐར་པ་དང་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་རང་གི་ལག་ཏུ་གནས་པ་ཇི་བཞིན་རང་དབང་རང་  
གིས་ཐོབ་ཐུབ་པ་རེད།   རྟུག་གིས་འགོ་བཟུང་ནས།   སྦྱིད་ཀྱིས་མཐའ་ཡུད་རྒྱ་དེ་  
དམ་པའི་ཚེས་སྒྲུབ་རྒྱ་འདི་ཡིན་པ་རེད།   གཞན་ཡང་ཉེས་ན་འཁོར་བའི་གཏིང་རྩོ་  
ལུས་འདི་ཡིན།   ཞེས་གསུངས་ན།   ལུས་རྟེན་འདིའི་སྤྱང་ནས་འཇིག་རྟེན་ཚོ་  
འདིའི་བདེ་ཐབས་ཁོ་ན་བསྒྲུབས་ནས་མི་དགེ་སྤྲིག་པའི་ལས་ལམ་དང་འབག་ན།  
འཇིགས་སྒྲག་དང་རྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་རེད།   སྦྱིད་ཀྱིས་འགོ་བཟུང་སྟེ།  
རྟུག་གིས་མཐའ་ཡུད་རྒྱ་དེ་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བྱ་བཞག་རེད།   དེས་ན་རང་  
གཞན་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་འགལ་རྒྱུན་མེད་ཅིང་།   མཐུན་རྒྱུན་ཚང་བ་དེ་ལ་  
དལ་འབྱོར་ལྡན་པའི་མི་ལུས་ཏེ།   འགལ་རྒྱུན་མེད་པའི་ཆ་ནས་དལ་བ་དང་།  
མཐུན་རྒྱུན་ཚོགས་པའི་ཆ་ནས་འབྱོར་བ་ཞེས་ཟེར་ན་ཕལ་ཆེར་མི་ཚོགས་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་

རེད། དལ་འབྱོར་བཙོ་བརྒྱད་ཚང་མི་ཚང་འདིའི་ཐད་ནས་ཞིབ་ཀྱིས་བརྟགས་ཤིང་  
དཔུང་པ་ཞིག་བྱས་ན། རོ་བོ་དལ་བ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་འབྱོར་བ་ལ་སོགས་པ་  
སྟོན་འགྲོ་ཆོའི་ནང་དུ་མང་པོ་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་རོ་བོ་དལ་བའི་ཕྱོགས་ནས་  
བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། དཔུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགྲོ་དང་། །ཟླ་སྟོ་ཆོ་རིང་ལྷ་  
དང་ནི། །ལོག་ལྷ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྟོང་པ། །སྐྱགས་པ་འདི་དག་མི་ཁོམ་  
བརྒྱད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། དཔུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགྲོ་སྟོང་ན་སོང་གསུམ་  
དུ་སྐྱེས་སོང་ན། རང་རང་གི་གནས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐལ་སྤངས་ནས་ཆོས་བྱེད་པའི་  
སྐལ་བ་མེད་པས། མི་ཁོམ་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྐྱར་བ་རེད། ལོག་ལྷ་ཅན་དང་  
སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པའི་དམ་ཆོས་མི་དར་བའི་ས་ཆར་སྐྱེས་པ་ཟླ་སྟོའི་རིགས་དེ་ཆོ་ནི།  
དད་པ་མེད་ཅིང་དགོ་དོ་སྟོག་དོ་མི་ཤེས་པས་ན། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་  
པ་རེད། ལྷ་ཆོ་རིང་པོ་ཟེར་ན། །ཁམས་གོང་མ་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
མེད་པ་བ་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་བྱིས་པར་སྐྱེས་སོང་ན་ཆོ་རིང་བ་ཡིན་ཡང་།  
ཆོ་རིང་ཡང་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་སྟོམས་འཇུག་དེའི་ངང་དུ་དུས་གོན་ནས། ཆོ་ཇི་  
ལྟར་ཟད་པ་མི་ཤེས་པས་ན། ཡང་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་པ་རེད། སྐྱགས་པ་  
ཞིག་གི་ལུས་སྤངས་ནས་ཞེ་སྐྱགས་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་སོང་ན། རྣམ་ཤེས་ལས་  
སུ་མི་རུང་བས་ཆོས་འཆད་ཉན་སྟོམ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐལ་བ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ལྷ་བུའི་མི་  
ཁོམ་པའི་གནས་བརྒྱད་དུ་མ་སྐྱེས་པའི་ཆ་ནས་དལ་བ་བརྒྱད་ཅེས་ཟེར་བ་རེད།  
ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་འབྱོར་བ་ལ། རང་འབྱོར་ལྷ་དང་གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་བཅུར་  
བབྱངས་བས། རང་ངོས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཆོགས་པའི་ཆ་ནས་རང་འབྱོར་དང་།  
གཞན་ངོས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་པའི་ཆ་ནས་གཞན་འབྱོར་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། དེ་

## སྒྲིབ་ཐུང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྟོན་མེ།

ལས་རང་འབྱོར་ལྷ་གང་རེད་ཟེར་ན། མི་ཉིད་དབུས་སྐྱེས་དབང་པོ་  
ཆང་། །ལས་མཐའ་མ་ལོག་གནས་ལ་དད། །ཅེས་གསུངས་ཡོད་པས།  
མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་ཡོད་པ། ཆོས་དར་བའི་ཆོས་ཚིགས་ཀྱི་ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་  
ཡོད་པ། ཆོས་ཉན་ཆོག་སྐྱབ་ཆོག་གི་དབང་པོ་ཆང་བ། དམ་པའི་ཆོས་ལ་རྒྱབ་  
ཀྱིས་ཕྱོགས། ཡང་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་ལ་དག་ལྟར་སྤང་བའི་ལས་མཐའ་  
ལོག་སོང་བ་མ་ཡིན་པ། དད་ཅིང་བཀྱར་བའི་གནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་  
དེ་འཛིན་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། ལྷ་པོ་དེ་རང་  
ངོས་ནས་ཆང་རྒྱུ་འདིའི་མིང་ལ་རང་འབྱོར་ལྷ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། གཞན་འབྱོར་ལྷ་  
ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་དང་དེས་ཆོས་གསུངས། །བསྟན་པ་གནས་དང་དེའི་  
ཇེས་ཞུགས། །གཞན་ཕྱིར་སྤིང་ནི་བཅེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པས།  
སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་བསྐྱལ་བ་ལ་སྐྱེས་པས་སྟོན་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཀྱི་  
འབྱོར་བ། སྟོན་པ་བྱོན་པས་མ་ཆད། སྟོན་པས་ཆོས་གསུངས་པའི་སྐབས་དང་  
ཁེལ་བས་ན་བསྟན་པ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྱོར་བ། ཆོས་བསྟན་པས་མ་ཆད་བསྟན་  
པའི་གནས་ཆད་མ་ཇོགས་པའི་དུས་དང་ཁེལ་བས་དུས་ཀྱི་འབྱོར་བ། བསྟན་པ་  
གནས་པས་མ་ཆད་རང་ཉིད་བསྟན་པའི་ཆོས་སྟོར་ཞུགས་རྒྱ་བྱུང་བ་རང་སྐལ་ཀྱི་  
འབྱོར་བ། བསྟན་པར་ཞུགས་པས་མ་ཆད་ལམ་སྟོན་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་བཟང་པོ་  
དང་ཕྱད་པས་ལྷག་པའི་ཐུགས་རྗེའི་འབྱོར་བ་སྟེ། ལྷ་པོ་དེ་གཞན་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་ནས་  
ཆང་དགོས་པ་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་ཆང་ཡོད་པས་གཞན་འབྱོར་ལྷ་ཞེས་ཟེར་བ་  
རེད། དེ་ལྟ་བུའི་དལ་བ་བརྒྱད་དང་འབྱོར་བ་བཅུ་སྟེ་བཙེ་བརྒྱད་པོ་ཆང་བ་ལ།  
དལ་འབྱོར་བཙེ་བརྒྱད་ཆང་བའི་མི་ལུས་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དལ་འབྱོར་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

འདི་ཡང་ཐེངས་གཅིག་ཚང་བས་མི་པན།    ཡང་དེར་འབྱུང་བ་བྱུང་ནས་མི་ཚང་  
བར་རེད་སྐྱབ་ཡིན།    འཕྲལ་བྱུང་རྒྱུན་གྱི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་།    རིས་ཆད་སྒོ་  
ཡི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དེ་བརྒྱད་གཉིས་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་དག་གི་དབང་དུ་སོང་ན།  
དལ་འབྱོར་ཚང་བའི་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད།    དེ་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་རེད་ཅེ་ན།    ཀུན་  
མཁུན་སྒོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱིས།    དུག་ལྔ་འབྲུགས་དང་སྒྲུན་མོངས་བདུད་  
ཀྱིས་ཟིན།    །ལེ་ལོ་ཅན་དང་ལས་ངན་མཚོ་ཆེན་བརྗོད།    །གཞན་དབང་  
འཇིགས་སྒྲིབ་ཆོས་ལྟར་བཅོས་པ་སྟེ།    །འཕྲལ་བྱུང་རྒྱུན་གྱི་མི་ཁོམ་རྣམ་པ་  
བརྒྱད།    །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།    ཡང་ད་དུང་དེས་ཀྱང་མི་ཚང་པར།  
འཆིང་བ་དམ་ལྷན་ཀུན་སྒྱུད་ཤིན་ཏུ་ངན།    །འཁོར་བར་མི་སྒྱུད་པ་ཅུང་ཟད་  
མེད།    །མི་དགོ་སྒྲིག་སྒྱུད་ཆོས་ལ་སེམས་པ་བྲལ།    །སྒྲོམ་དང་དམ་ཚིག་  
འཆལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།    །རིས་ཆད་སྒོ་ཡི་མི་ཁོམ་རྣམ་པ་བརྒྱད།    །ཅིས་གསུངས་  
པ་ལྟར།    དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སུ་མ་ཅུ་ཅུ་བཞི་བོ་འདི་རང་རྒྱུད་དུ་ཚང་དང་མི་ཚང་  
བརྟག་    གལ་ཏེ་མ་ཚང་ན་ཚང་ཐབས་ལ་འབད་རྒྱ་དང་།    ཚང་ན་དགའ་བ་  
བསྐྱོམ་ཞིང་།    རང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཟེས་སུ་མི་འགོ་བ་ཞིག་ལ་འབད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེ་བ་རེད།  
སྒྱིར་ན་མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས།    དེའི་ནང་ནས་མི་ལུས་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་བྱེད་གྱི་  
རྒྱ་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན་རྩལ་བྲིམས་ཡིན་པ་རེད།    དཔུ་མ་འཇུག་པའི་ནང་དུ།  
མངོན་མཐོའི་རྒྱ་ནི་རྩལ་བྲིམས་ལས་གཞན་མེད།    །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།  
དེ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་ཚང་བའི་མི་ལུས་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་ཉིད་རྟེན་དཀའ་བའི་དཔེ་ལ་  
བསམ་སྒོ་བཏང་ན།    མགོན་པོ་སྐུ་སྒྲུབ་ཀྱིས།    རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་གཉའ་  
ཤིང་བྱ་ག་དང་།    །རུས་སྐལ་ཕྱད་པ་བས་ཀྱང་དུད་འགོ་ལས།    །མི་ཉིད་ཆེས་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཐོབ་དཀའ་བས་མི་དབང་གིས། །དམ་ཚོས་སྤྱོད་པས་དེ་འབྲས་མཆིས་པར་  
མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལུ་མཐའ་མེད་པ།  
རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཤར་དང་རུབ་ཏུ་འཕྱོབ་ཞིག་གི་ཁར། རོང་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་རྫོང་  
དུས་མཛོད་གཉིས་སྒྲེ་སྒྲེལ་བྱེད་ཀྱི་གཉའ་ཤིང་ཟེར་རྒྱུའི་ཤིང་བྲུག་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་  
འབྲ་ཞིག རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ཁ་ནས་རྒྱུང་ཆེན་པོ་དང་རྒྱབས་དྲག་པོས་གནས་  
གཅིག་ཏུ་རེས་པ་མེད་པར་དེད་ནས་འགྲོ་བཞིན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། རྒྱ་མཚོ་དེའི་  
གཏིང་ན། རུས་སྤལ་ལོང་བ། ལོ་བརྒྱ་རེའི་མཚམས་སུ་ཐངས་རེར་མཚོ་ཁ་རུ་  
བྱུང་པ། ཐངས་རེར་མཚོ་ཁར་བྱུང་དུས། སྒྲེ་ཐངས་མ་རེ་བརྒྱུད་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། རུས་སྤལ་དེའི་སྒྲེ་དེ་གཉའ་ཤིང་གི་བྲུག་རྩྱུད་རྒྱུ་དེ་སྤིང་  
མཐའ་མ་བཀག་ཅམ་དང་། ཡོད་མི་སྤིང་པ་མིན་ཅམ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། ཏ་  
དུང་དེ་བས་ཀྱང་དལ་འབྱོར་ཚང་བའི་མི་ལུས་འདི་རྙེད་དཀའ་བར་གསུངས་ཡོད་པ་  
རེད། གཞན་ཡང་གྲངས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་བ་ཏང་ན།  
དཔལ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་མཚན་མེད་སྐར་མ་ལྟར་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་ཡིན་ན།  
ཡི་དྲགས་སུ་སྒྱུས་བའི་སེམས་ཅན་དེ་ཉིན་མེད་སྐར་མ་ཅམ་གྲངས་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ཡིན་  
པ་རེད། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་དེ་མཚན་མེད་སྐར་མ་འབྲ་ཞིག་ཡིན་ན། དུང་  
འགྲོར་སྒྱུས་པ་དེ་ཉིན་མེད་སྐར་མ་ཅམ་ཞིག་དང་། དུང་འགྲོར་སྒྱུས་པ་དེ་མཚན་  
མེད་སྐར་མ་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ན། བདེ་འགྲོ་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་དེ་ཉིན་མེད་  
སྐར་མ་འབྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། མེད་ལུས་རྟེན་ལ་ཡང་མི་ལུས་  
ཅམ་པོ་བ་ཟེར་རྒྱུའི་མི་ལུས་ཅམ་ཞིག་སྤངས་པ་མང་ཡང་། དེའི་ནང་ལ་དལ་  
འབྱོར་བཙོ་བརྒྱད་དམ་སོ་བཞི་ཚང་བ་དེ་བརྒྱ་ཆ་མ་དགོས་སྤོང་ཆ། སྤོང་ཆ་མ་

## སྐྱབས་ཐེ་བཟེ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

དགོས་ཁྲི་ཆ་ཙམ་རེ་ཡོད་མེད་འཕྱང་མོ་ཉུག་གམ། ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཞིར་གྱུར་པ་ཞིག་  
ཡིན་པ་རེད། དེས་ན། མི་ལུས་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་འདི། ཁོར་བུ་རྟེན་པའི་དོ་  
མ་ཡིན། །སྐྱོལ་མེད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོང་ཟད་བྱས་པ་མཐོང་ལགས་  
སམ། །ཞེས་དང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་ཞི་བ་ལྷན་གྱིང་། །འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྟེན་  
གྱུར་ནས། །བདག་གིས་དགོ་གོམས་མ་བྱས་ན། །འདི་ལས་བསྐྱུས་པ་གཞན་  
མེད་དེ། །འདི་ལས་སྟོང་ས་པའང་གཞན་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
དེ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་རྒྱུ་གོ་ལོ་དང་ཐོས་ལོ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཆོག་རྒྱུ་  
མི་བྱེད་པར། རང་ཐོག་ཏུ་ལེན་ནས་བསྐྱོམ་དགོས་ཏེ། ཆོས་སེམས་ཨ་མའི་  
མངལ་ནས་སྐྱེས། །སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་འཆི་ཆོས་དྲན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རེད། །

## ཆོ་མི་རྟག་པ་བཤད་པ།

ཆོ་མི་རྟག་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་རྟ་དབྱངས་ཀྱིས། སའམ་འོན་ཏེ་མཐོ་  
རིས་ན། །སྐྱེས་ནས་ལ་ལ་མ་གྱི་བ། །འགའ་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་  
བའམ། །ཐོས་སམ་འོན་ཏེ་ཐེ་ཚོམ་ཟ། །ཞེས་གསུངས་པས། སྐྱེས་བུའི་ཆོ་  
སྟོག་ལ་རྟག་པ་མེད་པས་མ་ཆད། །འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་རེད།  
ཕྱི་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་སྟེ། མཐར་མེ་བདུན་དང་རྒྱ་གཅིག་གིས་འཇིག་རྒྱུ་  
ཡིན་པ་རེད། ས་དང་ལྷན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཉི་མ་བདུན། །འབར་བས་བསྐྱེད་པའི་  
ལུས་ཅན་འདི་དག་གྱིང་། །ཐལ་བ་ཡང་ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་



## སྒྲོ་སྒྲོ་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཉམས་རྒྱུ་མི་ལྟ་སྒྲོས་ཅི་འཆལ། །ཞེས་མགོན་པོ་སྐུ་སྒྲུབ་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
དང་། བླ་མ་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པ་མ་རེད། སྐུ་བའི་ལན་  
ལ་འཆི་བ་ཡོད་པ་རེད། སྐུས་པ་དེ་འཆི་བའི་དོན་དུ་ཆེད་གཏད་གྱིས་ཡོང་བ་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན། མི་ཆོའི་དུས་ཆོད་དེ། ཉིན་མཚན་ཉི་མ་དཀར་ནག་གི་གོམ་པ་སྒྲོས་  
ནས་འཆི་བདག་ལ་གདོང་གཏད་དེ། དེའི་སྒྲོན་ལ་རྒྱག་གིན་ཡོད་པ་དང་གཅིག་  
མཚུངས་རེད། སྤིད་གསུམ་མི་རྟག་སྒྲོན་ཁའི་སྒྲིན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་སྐུ་  
འཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་མཚུངས། །སྐུས་བུའི་ཆོ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་འདྲ་  
སྟེ། །རིག་ཟུར་ཐབ་རྒྱ་བཞིན་དུ་སྐྱར་མཁྱོགས་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
དང་། སྒྲོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ཉིན་མཚན་སྒྲོད་པ་ཡོང་མེད་པར། །ཆོ་འདི་  
རྟག་དུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་། །སྒྲོན་པ་གཏད་ནས་འོང་མེད་ན། །བདག་ལྟ་འཆི་བར་  
ཅིས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱིར་འཛམ་བུ་སྤྱིར་པའི་ཆོ་ལ་རིང་  
ཐུང་གི་དུས་པ་མེད། །ཆོ་བདེན་ནས་ཇེ་ཐུང་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་མ་གཏོགས། །ཁ་སྒྲོན་  
ལྷག་མ་ཞིག་ཟུར་ནས་ཡོང་རྒྱུ་མེད་པས། དང་པོ་སྐུས་པའི་ཉི་མ་དེ་ནས་འགོ་  
བརྒྱུ་མས་ཏེ། གཤིན་ཇེའི་སྐུས་བུ་ལ་གདོང་གཏད་ཡོད་ན། །འཆི་བདག་གི་  
བསུ་མ་དང་ཉིན་རེ་སོང་ན་ཐག་ཇེ་ཉེ་ཡིན་པ་རེད། །ཆོ་འདི་ཉི་མ་བཞིན་དུ་པར་པར་  
འགོ། །འཆི་བདག་གི་བ་སོ་བཞིན་དུ་རྒྱར་རྒྱར་འོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རེད། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་བུར་ལྟ་བུའི་ལུས་འདི་མ་དགོས། །སངས་  
རྒྱུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལྟ་བུ་དྲི་ཇེའི་སྐུ་བཞེས། །ཐག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་མངའ་  
དབང་འབྱོར་བ་དེ་ཆོས་ཀྱང་། གདུལ་བྱ་རྟག་འཛིན་ཅན་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་  
དུ། སྐུ་སྐྱུ་རན་ལས་འདའ་བའི་རྩྭ་བསྟན་པ་དང་། །འཛིག་རྟེན་ན་ཆེ་བ་

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སྟོབས་དང་གཟི་བཞིན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དེ་ཚོ་ཡང་། མཐར་འཁི་བའི་ལམ་ལས་  
འགོ་ས་གཞན་ཡོད་པ་མ་རེད། ཚངས་དབང་བདེ་འབྱུང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་ནམས་  
ཀྱང་། །འཆི་བདག་བདུད་ལས་བཟུར་བའི་ཐབས་མི་བསམ། །ཞེས་དང་།  
མཐོན་པོའི་ཐོབ་དང་ཕྱག་པོའི་ལོངས་སྟོད་དང་། །བཙན་པོའི་དཔུང་ཤེད་གཞོན་  
རྒྱུ་ལང་ཚོ་སོགས། །མཐའ་དག་སྤངས་ནས་ངེས་པར་འཆི་དགོས་ན། །ཆོ་  
འདི་ཁོ་ནར་སེམས་པ་ཤིན་ཏུ་སྒྲུན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོབས་འབྱོར་ཇི་  
ལྟར་ཆེ། མངའ་ཐང་ག་ཚད་རྒྱས་ཀྱང་། མཐར་གྲོགས་མེད་གཅིག་ཕྱར་འཆི་  
བའི་ལམ་ལ་འགོ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། མཐོ་རྒྱལ་པོ། དམའ་སྤང་པོ་སུ་ཡིན་ཡང་  
མི་འཆི་བར་འདུག་དབང་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔེ་དོན་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་  
སྟོཞིག་བཏང་ན། དབྱར་དགུན་སྟོན་དཔྱིད་ཀྱི་དུས་མི་རྟག་སྟེ། དབྱར་རྩི་ཤིང་  
མེ་ཏོག་བཀ། བྱ་བྱ་བྱ་གིས་གསུང་སྟོན་སྟོག་སྐབས་སུ། གང་ན་བལྟས་  
ཀྱང་ལྷ་ཡུལ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་། དགུན་གངས་འབྲུག་བ་མོས་བཟུང་། ས་  
སྐམ་དོ་འབྲུག་ཏུ་ལོག་དུས། འདྲེ་བཏགས་ན་ཕྱར་བས་མི་བཟུང་གི་སྐམ་པའི་དུས་  
ཚོད་ཆོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཡང་འཇིག་རྟེན་མིའི་དར་རྒྱུད་མི་རྟག་སྟེ།  
མཐོན་པོའི་ཐོབ་མི་རྟག་ ཕྱག་པོའི་འབྱོར་མི་རྟག་ བྱིས་གཅིག་གི་བཟའ་ཚང་  
ལ་མཚན་ན་དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པ་མ་རེད། ན་ནིང་ཡོད་པ་ད་ལོར་མེད། ད་ལོར་  
ཡོད་པ་ནམས་སང་མེད་ཡོད་མེད་སུས་ཤེས། དབྲ་གཉེན་ངེས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་  
བསམ་ནའང་རྟག་པ་མིན་ཏེ། སྤྱོད་གཉེན་ཀྱི་ཕྱི་མོ་ནང་གཏམ་སྟིང་གི་གསང་  
གྲོས་བཤད་ས་དེ། ཕྱི་དོ་དབྲ་ཡི་དྲངས་མ་སྟོག་དམར་པོ་ཡིན་རུང་ལག་ཅིག་  
འཇོག་ཨི་ཡོང་བསམ་རྒྱུའི་ས་ཚོད་ལ་ཐོན་རྒྱུ་གང་མང་མང་ཡོད་ན། དགའ་དུས་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

སྒྲིང་གཏམ་བཤད་ཆེན། །སྤྱག་དུས་དག་རུ་འགྱུར་བ་མང་། །ཞེས་གསུངས་  
པ། འཇིག་རྟེན་སྤྱི་ཚེས་ཉིད། སོ་སྤྱེ་བྱིས་པའི་རང་བཞིན་དང་རང་གཤིས་  
ཡིན་པ་རེད། དེ་ལ་རྟག་པ་བརྟན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། ཉེ་བའི་ཐམ་འཁོན་  
གྱིས་བསྐྱས་པ་དང་། འདྲིས་པའི་ཐམ་དབྱེན་གྱིས་བྱེས་ནི་གང་མང་མང་ཡིན་པ་  
རེད། ཆོ་མི་རྟག་པ་དེའང་མི་ཁོན་མི་རྟག་པ་མ་རེད། ས་སྤྱོད་གི་སྒོ་ག་ལྟན་  
ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་རེད། དེ་ཡང་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤྱི་མིག་ཅིག་བལྟས་པ་  
ཡིན་ན། ལོ་བརྒྱ་ཡི་སྒྲོན་དུ་ས་འདྲིའི་ཐོག་ལ་ཡོད་པའི་མི་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཕལ་  
ཆེར་གཅིག་ཀྱང་ལུས་མེད་པར། དུས་གསུམ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བར་མེད་དུ་འཁོར་  
བའི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྱག་དར་གྱི་ཡུང་པོའི་ནང་དུ་སྤྱངས་ཆར་སོང་བ་རེད།  
མ་འོངས་མདུན་སྤྱོགས་སུ་རྒྱུད་བལྟས་ཤིག་བྱས་ན། འབྱུང་འགྱུར་མ་འོངས་ལོ་  
བརྒྱའི་མཚམས་སུ། ད་ལྟ་ས་སྤྱོད་ལ་གོ་མ་པ་སྤྱོ་མཁན་འདི་ཆོ་ཕལ་ཆེར་གཅིག་  
ཀྱང་ལྷག་མེད་པ་རེད། འུ་ཅག་རྣམས་ལ་མདོན་ཤེས་མེད་པས་ན་མ་འཆི་མི་ཤེས།  
རྒྱན་ཞིང་སྤོངས་པས་འཆི་བའི་སྤྱོགས་ལ་འདད་མི་ཐོག་པར་འཆི་རྒྱ་མེད་པའམ།  
ཡུན་རིང་མི་འཆི་བའི་འདད་ལོག་ཅིག་བརྒྱབ་སྟེ། ཞག་གཅིག་འདུག་པའི་ཆོ་མེད་  
རུང་། ལོ་བརྒྱར་འདུག་རྒྱའི་ལས་ལས་ནས། འབྲུལ་སྤྱང་འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་  
གཡེངས་ཏེ། ལོ་ཉི་ཤུའི་ཉི་མ་སྟོང་བདུན། བཟང་མར་པོའི་གྲ་ཁ་རྒྱུད་བདུན་བཟར་  
སྒོལ་ལྟར། མི་ཆེའི་ཉི་མ་གར་འགོ་མི་ཤེས་པར་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས།  
མི་སྤྱོད་ལོ་འདྲིའི་རྒྱ་འདྲིའི་ཆོས་པ་འདྲིའི་རྒྱ་ཆོད་འདྲིའི་སྟོང་ལ། རྒྱུན་འདི་ལྟ་བུས་  
ཤི་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་བརྒྱུག་རྒྱ་མེད་པ་ཤེས་ན་དོ་རུབ་ཀྱི་བ་མ་ཡི་གར་འོང་རྒྱ་  
མ་རེད་ལ། མཚན་གཉིད་ཀྱང་ཁྱུ་རྒྱུ་མ་རེད། ཤི་ནས་ངན་སོང་གི་ལུས་ངན་

འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ལེན་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་ན། དེ་བས་ཀྱང་དངངས་སྒྲག་ཁྲ་ཆད་པ་  
ཅམ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཉག་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲུན་ཞིང་མོངས་པའི་དབང་  
གིས་སྤང་མེད་དུ་བཞག་པ་འདི་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར་ན། སང་ཉིན་གསལ་ད་རྒྱུ་འི་  
བཤའ་བོག་གིས་དེ་རིང་རྩ་བོས་ནས་སྤང་མེད་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་འུ་ཅག་ཆོ་  
གཅིག་མཆུངས་རེད། འཆི་རྒྱུན་ངེས་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན།  
སྒྲོ་བ་དཔོན་ཨ་ཁྲ་རྩེ་ལས། འཆི་བའི་རྒྱུན་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་། །འཆོ་བའི་རྒྱུན་ནི་  
ཤིན་ཏུ་ཉུང་། །དེ་ཡང་འཆི་བའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ཕྱི་རྒྱུན་མེ་རྩུ་དུག་མཆོན། གནོད་སྦྱིན་སྲིན་པོ། མི་དང་དུག་སྐྱལ་འདྲེ་གདོན་  
ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་པ་དང་། བད་རྒྱུན་ནད་གདོན་བར་ཆད། བད་རིགས་  
བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི། ཡེ་འདྲོག་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལ་སོགས་པ་དང་། བད་ལ་  
མཆོན་ནའང་འདི་ཡོད་འདི་མེད་ཟེར་རྒྱུ་དང་། འཆི་རྒྱུན་འདིས་བྱེད་དང་འདིས་མི་  
བྱེད་ཟེར་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། འབྱུང་བཞི་འདུས་པའི་ཡུང་པོ་ཁྲག་གི་རྩུ་བུར་  
འདྲ་བ་འདི་བཅོལ་རྒྱུ། དེ་ལས་སྤྲོ་བ་མེད། ཤི་གསོན་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་  
དབུགས་རྟེན་འདྲ་ཞིག་གི་འགོ་འོང་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། འཆོ་བའི་རྒྱུན་དུ་རེ་བ་  
བྱེད་སའི་བས་གོས་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་ཡང་། ཕན་མ་དགོས་གནོད་ཀྱི་གཞི་མ།  
འཆི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་མི་འགོ་བའི་ངེས་པ་མེད། བྱེད་པར་དུ་དུས་ངན་སྒྲིགས་མ་ལྟ་  
བདོ། ཆོའི་སྒྲིགས་མར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཆོ་སྟོན་དེ། ལྷུང་འཆུབ་བུ་  
ཡུག་ཁྲོད་ཀྱི་མར་མེ་ལྟ་བུ་གནོད་པ་མང་བ་ཡིན་པས་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད། ཆོ་  
བད་ནས་འཆི་རན་པའི་ཉི་མ་ཤར་དུས། སངས་རྒྱལ་སྒྲན་ཁྲོན་ནས་སྒྲན་བྱིན་  
ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཆོ་དཔག་མེད་པ་བྱོན་ནས་ཆོ་དབང་བསྐྱར་ཀྱང་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

དེའི་ཆོ་སྒྲོན་མི་ཐུབ། ཐུག་ན་རྩེ་རྩེས་བསྐྱེད་བ་མཛད་ཀྱང་འགོག་མི་ཐུབ་པར།  
ཤི་རན་པའི་དུས་ཚོད་ཆོས་དུས་བསྒྲིག་ཐབས་མེད་པར་འཆི་འགོ་བ་རེད། རྒྱལ་  
སྐྱུ་ཞི་བ་ལྷས། གཤིན་རྩེའི་སྐྱེས་བུས་ཟིན་པ་ལ། །གཉེན་གྱིས་ཅི་ཕན་  
བཤེས་ཅི་ཕན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། ད་དུང་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་  
མདོ་ལས་ཀྱང་། དུས་ཀྱིས་ཉེན་ཏེ་རྒྱལ་པོ་འགོ་བྱུང་ན། །ཡོངས་སྤྱོད་མཛོལ་  
དང་གཉེན་བཤེས་རྩེས་མི་འབྱངས། །སྐྱེས་བུ་དག་ནི་གང་ནས་གར་འགོ་  
ཡང་། །ལས་ནི་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་རྩེས་སུ་འབྱངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ཤི་བའི་ནང་མོར་དམ་པའི་ཆོས་ལས་རེ་ས་གཞན་མེད་པ་ཡིན་པས། ས་ཐག་རིང་  
ལ་འགོ་དགོས་ན། གོ་ཆས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ལྟར། ཆོ་སྤྱོད་མའི་ལམ་ཆེན་ལ་  
གཏན་འགོ་བྱེད་པར་ད་ནས་བྱ་སྤྱི་གཅིག་མ་བྱས་ན། འཆི་ཁ་བྲིག་བྲིག་གཟེར་  
བཙེག་ས་ལ་ཐུག་ སྒོ་བྱུར་འཆི་བདག་གི་ཞགས་ནག་སྒྲེ་ལ་ཐེབས་དུས། ད་  
དུང་རེ་ཞིག་སྐྱུ་ག་རྟོགས་ཟེར་ས་མི་ལོན། འཆི་བ་སྒོ་བྱུར་དུ་ཐོག་ལ་བབས་པའི་  
དུས་དེར་སྐྱེབས་དུས། སྐྱབས་རེ་ས་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་མ་གཏོགས་མེད། སྤྱེ་  
འབྱུངས་ཐུག་མང་པོའི་མགོ་དཔོན་ཡིན་ཡང་། འཁོར་གཡོག་གཅིག་དང་། ལྷ་  
སྤྱོད་ཐུག་མང་པོའི་སྒྲེ་མ་ཡིན་ཡང་ལྷ་བ་གཅིག་ཙམ་ཡང་བྲིད་ས་མེད། སྤྱོད་འཛོལ་  
བུ་སྤྱིང་གི་རྒྱ་ཁོར་ཡོངས་སྤྱོད་མི་གཅིག་ལ་ཡོད་ཀྱང་། །ཁབ་སྤྱད་པ་ཙམ་ཡང་བྲེར་  
དབང་ཡོད་པ་མ་རེད། སྒྲོན་ཤིང་བརྒྱབ་པར་གྱུར་པའི་ཆོ། །ཡལ་ག་ལོ་མས་ཅི་  
ཞིག་བྱེད། །དེ་བཞིན་སྐྱེས་བུ་འཆི་བའི་ཆོ། །ཡོངས་སུ་བརྒྱུད་བས་ཅི་ཞིག་  
བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ཐར་དུ་ཞེས་བཏགས་སའི་གདག་གཞི།  
གཅེས་པར་བསྐྱེད་པའི་རང་ལུས་ཀྱང་བསྐྱུར་ནས་འགོ་དགོས་པས་མ་ཆོད། ཤ་

སྐྱབས་མེ་པལ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཚལ་བ། བྱུག་ཐོགས་པ། སྒྲ་ཉག ལུས་ཀྱི་བསྐྱེད་རེན་ས་བཟུང་སྟེ་དུལ་  
ཕན་དུ་ཞིག་ནས་མཐར་མེད་པ་རེད་འགྲོ་བ་རེད། ཤི་རན་ཁ་ངོ་མ་ལ་ཐོན།  
མལ་གྱི་ཐ་མ་ན་ཉལ། ཟས་ཀྱི་ཐ་མ་ལ་སྦྱོད། གོས་ཀྱི་རྩེས་མ་དེ་སྟོན།  
གཏམ་གྱི་མཚུག་མ་དེ་བཤད་ནས། མིག་མཆི་མ་རྒྱག་གོ། གཅེས་པའི་ལུལ་  
ལུས་ཀྱི་མི་ལ་སེམས་འཕྲེང་བཞིན་དུ། གཅིག་པུར་རྒྱས་མེད་ཕྱི་མའི་ལམ་ཆེན་དུ་  
འགྲོ་དུས། རང་བྱས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བསགས་ཚད་ཐམས་ཅད་རང་གིས་བགོས་ཁྱུར་  
བྱས་ནས་རྣམ་སྤྲོད་མྱོང་རྒྱུ་མ་གཏོགས། དེའི་དུས་སུ་བྱིམ་བཟུང་ཚང་།  
གཉིན་བཤེས་དགའ་མཛོལ་སྐྱབས་བསྐྱེད་བགོས་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐྱབས་མཉམ་  
ཁྱུར་བྱེད་ཐབས་མེད་སོང་བ་རེད། དེས་ན་ནམ་ཞིག་ལོས་འཆི་བསམ་རྒྱུ་ཙམ་མ་  
ཡིན་པར་ད་ལྟ་སྟོན་ཁྱུར་དུ་ཤི་སོང་ན་ཅི་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་འདྲར་བརྒྱབ་ནས།  
དུས་རྒྱུན་དུ་མ་ཡེངས་པའི་བློ་པ་དང་བག་ཡོད་པའི་ཤེས་བཞིན་དང་མི་འབྲལ་བར་  
སྦྱིང་མེད་འཁོར་བའི་བྱ་བཞག་ལ། སྦྱིང་པོ་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་འདྲོང་  
བར་བྱས་ཏེ། ད་ལྟ་ནས་སེམས་བློ་པའི་གཞུ་མོ་ནང་དུ་བཀྲུག་ སྟོ་ཤེས་རིག་  
གི་མདའ་མོ་སྟོང་ལ་སྦྱར་ཏེ། ཡང་དག་པའི་ཆོས་ལ་སྟོ་ཁ་ཕྱོགས་པའི་འདུན་པ་  
ཆོས་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུར་དགོས། དེ་ལྟར་དམ་པའི་ཆོས་ལམ་ལ་ཞུགས་ན་འཆི་བ་ལ་  
སྐྱབས་མི་དགོས་པའི་དུས་ཤར་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། རྩེ་མི་ལས། ང་འཆི་བས་  
འཛིགས་ནས་རི་ལ་བྲོས། །ནམ་འཆི་ཆ་མེད་བསྐྱོམ་བསྐྱོམས་ནས། །འཆི་  
མེད་གཉུག་མའི་བཙན་ས་ཟིན། །ད་འཆི་བའི་འཛིགས་པ་བོར་ཏེ་ཐལ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ད་ལྟ་རང་དབང་རང་ལག་ལ་ཡོད་དུས་དོན་རྒྱུང་འཁོར་  
བའི་བྱ་བཞག་འདི་ཆོ་བསྐྱུར་དགོས་པ་རེད། བྱས་པའི་ལས་ལ་འགྲུབ་པའི་མཐའ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན་ན། གཞོག་ཆུང་ཆོ་འདིའི་བྱ་བཞག་འདི་ལ་འགྲུབ་པའི་  
མཐའ་མེད་པ་ཡིན་པས། ཚར་སྒྲུག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱས་ན་མི་ཟིན་  
བསྐྱར་ན་ཟིན་ཞེས་གསུངས་པས། ནམ་བསྐྱར་ན་དེ་དུས་ཚར་བ་རེད། དེས་ན་  
ཚར་རྒྱ་འགྲུབ་རྒྱ་མེད་པའི་དོན་ཆུང་ལ་མགོ་མི་འཁོར་བར། མགོ་འམ་གོས་ལ་སྒོ་  
བྱར་མེ་ཤོར་ན། །དེ་དག་སྒྲོག་སྒྲིད་བསྐྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་སྤྱིད་མེད་  
པར་བསྐྱི་སྒྲིད་འབད་འཚལ་ཏེ། །དེ་ལས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་མ་  
མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ད་དུང་དེས་མི་ཚད་པར་ཕ་དམ་པས་ཀྱང་།  
བྲེལ་ལྡན་ཚར་ནས་ཆོས་ལ་ཕྱིན་པ་མེད། །བྲན་པའི་ཆོ་ན་སྦྱར་ཅིག་དིང་རི་  
བ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་སྒྲུབ་དུས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་སྒྲུབ་དགོས་པ་  
རེད། རང་ཐག་རང་གིས་བཅད། ལྷ་ཐག་མགོར་དགྲིས་དགོས་པ་རེད་མ་  
གཏོགས། སང་བྱ་གནངས་བྱས་མི་ཆོ་བདེ་འགྲོ་བ་རེད། སང་ལོ་གནངས་ལོ་  
ལ་བདེ་འགྲོ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་ཆོ་མི་རྟག་པ་རྒྱན་དུ་བསྐྱོམས་ནས་  
ཆོས་ལ་འབད་དགོས། །

## འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྦྱིར་བཤད་པ།

ད་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སམ། འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་ཕྱོགས་  
ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། སྦྱིར་འཁོར་བ་ཟེར་རྒྱ་དེ། ཟོ་ཆུན་གྱི་འཁྱུད་མོ་འམ།  
བུམ་ནང་གི་བུང་བ་ལྟར་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བར་མེད་དུ་འཁོར་ཞིང་འཕྱུན་པས་ན་  
འཁོར་བ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། རིགས་རྒྱུག་གང་དུ་འཁོར་ཀྱང་། སྒྲུག་བསྐྱལ་

སྐབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

གསུམ་གྱིས་དམ་ལ་མ་བཞག་པའམ། དེའི་དབང་དུ་མ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་  
རེད། ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་རྗེས། འདི་ལྟར་མི་རྟག་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་  
ཆོས། །རྣམ་པར་འགྱུར་བས་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། །སྤྱག་བསྐྱེད་འགྱུར་  
དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་གསུམ་གྱིས། །ཁྲོད་ཁྲེད་དུག་གི་འགྲོ་ཀུན་ཉམ་རེ་  
ཐག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་  
སྤྱག་བསྐྱེད། །བྱེད་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
བ་ན་རྒྱ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མནར་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་འགྱུར་བའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད་ཟེར་ན། ད་ལྟ་ཅུང་ཟད་བདེ་བ་ཙམ་  
ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཉིད་མི་བརྟན་པར་འཕྲལ་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་འགྱུར་བ། དཔེར་ན་  
མ་ཁར་དུག་བཏབ་པ་ལྟར། ཆ་གང་བཀའ་སློམ་གསེད་གཅོད་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་  
བ་དེ་རེད། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱ་མའི་ཐོག་ཏུ་ཕྱི་མ་  
བསྐྱེད་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ། སྤྱག་བསྐྱེད་མང་པོ་མཉམ་དུ་སྤྱོད་པ། ཡ་ནི་བའི་  
ཐོག་ཏུ་མ་ནི་བ་ལྟར་རེད། །བྱེད་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཟེར་རྒྱུ་དེ། འདུ་  
བྱེད་ཉི་ལྔ་པར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ཙམ་འདི་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱོད་གཞི།  
སློམ་ནད་ཅན་གྱིས་ལན་ལྔ་ལྔ་འཕྱང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། འདི་ལས་སྤྱོད་ན་འཆིའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འཕྱང་བ་ཡིན་པས་མ་ཆད། ཆོར་བ་བཏང་སློམས་ཁོ་ན་  
དང་ལྡན་པའི་ཆོའང་། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་འདིས་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་  
རེད། །

བྱེད་པ་རིགས་དུག་སོ་སོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བཤད་པ།



ཁྱེ་བླ་མ་རིགས་དྲུག་སོ་སོའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བ་དང་

ན། །

### དཔྱུལ་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་དཔྱུལ་བ་རེད། དཔྱུལ་བ་དེ་ལ་འང་ཚད་དཔྱུལ་དང་གང་དཔྱུལ་གྱི་རིགས་གཉིས་ཏེ། བརྒྱད་རེ་བརྒྱད་རེ་བརྒྱད་གཉིས་བཅུ་དྲུག་ དེའི་སྤྱིང་དུ་ཉི་ཚོ་བ་དང་ཉེ་འཁོར་བ་གཉིས་བསྒྲན་པས་དཔྱུལ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །དེའི་ནང་ནས་ཚད་དཔྱུལ་གྱི་ཐོག་མ་དང་པོ་ཡང་སོས་ཡིན་པ་རེད། ཡང་སོས་པ་རྣམས་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནི། ལས་གྱི་དབང་གིས་ལག་ཏུ་མཚོན་ཆ་སྤྲོ་ཚོགས་བྱུང་ནས། ཡན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དབྱ་མི་ཤ་བོའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་འཐབ་ཅིང་གསོད་རེས་བྱེད། ཤི་ཚར་མ་ཐག་ཏུ་ཡང་ནམ་མཁའ་ནས་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་གསལ་པའམ། ཡང་ན་རྒྱུད་གང་མོ་ལངས་པའི་རྒྱུན་ལྷ་བྱ་ཞིག་གིས་སྤྱར་ཡང་སོས་ཏེ་ཡང་སྤྱར་བཞིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད། དེའི་འོག་གི་ཐོག་ནས་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། དེ་ཡང་མདོ་ལྟར་ན་གཤིན་ཇེའི་སྤྱུས་བྱ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། སྤྱུགས་ལྟར་ན་དཔྱུལ་བའི་ལས་མཁའ་ཞེས་ཟེར་བའི། མདོར་ན་དཔྱུལ་བའི་སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱུལ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ལུས་ལ། ཐོག་ནས་པོ་བཞིའམ་བརྒྱད་དམ་བཅུ་དྲུག་ལ་སོགས་པ་བཏབ་སྟེ། དེའི་སྤྱིང་དུ་སོག་ལེས་བྱ་བ་དང་། སྤྱ་རེ་དང་གྱི་ལ་སོགས་པས་བཤག་ཅིང་གཅོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད། བསྐྱེད་འཛུམས་པ་རྣམས་ནི། ལྷགས་ཀྱི་རི་བོར་ལུག་དང་གཙན་གཟན་སྤྱུག་སེང་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ལ་སོགས་པའི་གདོང་ཅན་མང་པོའི་བར་དུ་བརྟུག་ནས་གཙུར་བ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་  
ཐོ་ལུས་ཆེན་པོས་ཏིལ་བཞིན་དུ་འཆིར་ཞིང་དུང་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྟེང་  
གིན་ཡོད་པ་རེད། རུ་འབོད་པ་རྣམས་ནི། ལྷགས་ཁང་སློ་མེད་ཀྱི་ནང་དུ་ཕྱི་  
ནང་ཀུན་ནས་མེ་འབར་བས་བསྐྱེད་ཅིང་གིན་ཏུ་བསྐྱེད་པས། རུ་ཞིང་འོ་དོད་  
འབོད་པ་དེ་འབྲ་ཡིན་པ་རེད། དེའི་འོག་གི་རུ་འབོད་ཆེན་པོ་བ་རྣམས་ནི།  
ལྷགས་ཁང་ཉིས་རིམ་ཀྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ནས། ཡང་སྤར་བཞིན་དཔྱལ་བའི་མེ་  
ཡིས་བསྐྱེད་ཅིང་བསྐྱེད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་དུག་པོ་སྟེང་དགོས་པ་དང་། ཆ་བ་བ་  
རྣམས་ལྷགས་ཀྱི་སྤྲ་ང་མེ་འབར་བཞིན་ཡོད་པའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། ལྷགས་  
ཀྱི་གསལ་ཤིང་ཟེར་བའི་མདུང་རྩེ་གསུམ་པ་མེ་འབར་བས་ལུས་ཐལ་མར་ཕྱག་ནས།  
ནང་སྟོལ་ཡོད་ཆད་ཐམས་བཅད་ཆོག་སྟེ། བ་སྤྱི་བྱ་ག་རྩེ་ཆད་ནས་མེ་འབར་བ་  
ལ་སོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྟེང་གིན་ཡོད་པ་རེད། ཡང་རབ་ཏུ་ཆ་བ་བ་རྣམས་ནི།  
སྟོན་མའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ལྷགས་ལེབ་དམར་ལམ་མེ་བ་མེ་འབར་  
བཞིན་ཡོད་པས་ལུས་དགྲིས་པ། ཁྱོ་རྩེ་ཁོལ་མའི་ནང་དུ་བཙོས་ནས། ཤ་བྲག་  
ཞིག་སྟེ་རུས་པ་ཆ་ཆད་གི་ཀེང་རུས་ཙམ་ཞིག་ལུས་པ་དེ་དག ལྷགས་ཀྱིས་གཞིའི་  
ཐོག་ཏུ་བཀྲམ་མ་ཐག སྤར་ཡང་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཤ་བྲག་སྤར་བཞིན་དུ་ཡར་  
སྐྱེས་ནས། སྤར་བཞིན་དུ་བཙོ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་རྩུན་མི་ཆད་པར་ཉམས་སུ་  
སྟེང་བ་དེ་འབྲ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནས་མནར་མེད་པ་ནི། ལྷགས་ཀྱིས་གཞི་  
སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལས་མེ་འབར་བཞིན་པ་དེས་ཤ་བྲགས་རུས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པས་  
ཏེ། ལུས་དང་མེ་སོ་སོར་དབྱེ་བ་འབྱེད་དུ་མེད་པ། དཔེར་ན། མར་མེ་  
འབར་བཞིན་པའི་སྟེང་བྱ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བ་དང་། ལྷགས་བསྐྱེད་ཀྱི་རིམ་ཆེན་པོ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ལ་དབང་མེད་དུ་དེད་པ། ལྷེ་ཁ་ནས་སྤྱང་སྟེ་ལྷགས་བསྐྱེགས་གྱིས་བཞིར་  
བརྒྱངས་པ། ཡང་པགས་པ་བལྟས་ནས་ལྷགས་བསྐྱེགས་གྱིས་བཞི་ལ་གན་རྒྱལ་  
དང་། ཁ་སྤྱབ་ཏུ་འཛོག་པ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བཟོད་ཐབས་  
མེད་པ་སྤྱོད་བ། དེའི་ཕན་མཚན་རྒྱ་མེད་པ་སྤྱོད་གིན་ཡོད་པས་མཚན་མེད་ཅེས་  
ཟེར་བ་རེད། མཚན་མེད་གྱི་དཔྱལ་བ་དེའི་ཕྱོགས་བཞི་ལ་ཉིར་འཁོར་ལྷག་པ་བརྩ་  
དུག་ཟེར་བའི་མེ་མ་མུར་གྱི་འོབས། རོ་ལྷགས་གྱི་འདམ། མཚོན་ཆའི་ཐང་།  
རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ། དེ་བཞི་པའི་ཕྱོགས་རེར་བཞི་བཞི་བརྩ་དུག་ཡོད་པ་  
དང་། མཚོམས་བཞི་ན་ཡང་ལྷགས་གྱི་ཤལ་མ་རིའི་སྤྱོད་པ་རེ་ཡོད། དེ་ལ་  
སོགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དཔྱལ་  
བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ཆོ་ཆད་རིང་སྤང་ནི། མཛོད་ལས། མི་རྣམས་གྱི་ལོ་  
ལྷ་བརྩལ། །འདོད་པ་དག་གི་ལྷ་རྣམས་ལས། །འོག་མ་དག་གི་ཉིན་ཞག་  
གཅིག །དེས་ན་ཆོ་ལོ་ལྷ་བརྒྱའོ། །གོང་མ་གཉིས་ཀ་ཉིས་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་། ཡང་སོས་ལ་སོགས་དུག་རིམ་  
བཞིན། །འདོད་ལྷའི་ཆོ་དང་ཉིན་ཞག་མཉམ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
རང་ཅག་རྣམས་གྱི་མི་ལོ་ཡི་ཐོག་ནས་བརྩིས་ན། མི་ལོ་ལྷ་བརྩལ་ཐམ་པ་ལ། ལྷ་  
རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ཞག་གཅིག་ཡིན་པ་རེད། དེའི་ཞག་གྲངས་དེ་བརྩིས་པའི་  
རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ཐམ་པ་དེ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ཆོ་ཆད་རེད། དེ་མི་ལོ་ཡི་ཐོག་ཏུ་  
ཕབ་ན་མི་ལོ་ཉིས་བྲི་ལྷ་སྤྱོད་ཡིན་པ་རེད། མི་ལོ་ཉིས་བྲི་ལྷ་སྤྱོད་དེ་ཞག་གཅིག་ཏུ་  
བརྩིས་པས་རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་དེ་ཡང་སོས་པའི་ཆོ་ཆད་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། དེ་  
བཞིན་དཔྱལ་བ་འོག་མ་ཐམས་ཅད་ལོ་གྲངས་ཉིས་འགྱུར་ཉིས་འགྱུར་གྱིས་ད་དུང་ཇེ་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

མང་ཡིན་པ་རེད། དེའི་ཞག་གི་གངས་ཀ་དེ་ཞག་གངས་ཉིས་འགྱུར་ཉིས་འགྱུར་  
གྱིས་ཆོ་ཐེ་རིང་ཡིན་པ་རེད། དེས་ན་གོང་མའི་བཞི་འགྱུར་དེ་འོག་མའི་ཆོ་ཆད་ཡིན་  
གསུངས་པ་རེད། གང་དཔྱལ་ནི། རུན་པའི་ཁྲོད། གངས་དང་འབྲུག་  
རོམ་གཙང་རོང་ཡང་བའི་གནས་ན་རྒྱུད་དང་བྲུ་ཡུག་འཕྱོ་བས་པས་གིན་ཏུ་གང་བ།  
གོང་མ་ལས་འོག་མ་བདུན་འགྱུར་གྱིས་གང་ཞིང་འབྲུག་པ་སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པ།  
དེ་དག་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྤྱིང་ཆོར་གྱི་བྱུང་པར་གྱིས་མིང་སྟོགས་པ་ནི། འབྲུག་ཆེན་ས་  
ལུས་ནས་ཆུ་བྱར་སྟོལ་སྟོལ་དུ་བརྒྱུ་བའི་མིང་ལ་ཆུ་བྱར་ཅན། ཡང་དེ་ལས་ཀྱང་  
གང་ངར་ཆེན་ས་ཆུ་བྱར་བརྒྱུ་ཏེ་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་ཟག་གིན་ཡོད་པ་དེའི་མིང་ལ་ཆུ་  
བྱར་རྒྱུ་བ། ཨ་ཆུ་ཟེར་ནས་དུ་འབོད་འདོན་པ་རྒྱུ་མི་ཆད་པ་ལ་ཨ་ཆུ། ད་  
དུང་དེ་བས་ཀྱང་གང་ཞིང་འབྲུག་ནས་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱོད་ག་ལྟ་བུ་བྱའི་སྤྱོད་མ་མ་  
གཏོགས་འདོན་མི་ཐུབ་པ་དེ་ལ་གྱི་རུད། དེ་ལས་ཀྱང་གང་ཞིང་འབྲུག་པས་སྤྱད་  
ཀྱང་སྟོན་མི་ཐུབ་པར་སོ་འབྲིགས་སོང་པ་ལ་སོ་ཐམ་པ། ད་དུང་དེ་ལས་ཀྱང་གང་  
བས་པགས་པ་ཁག་ལྟ་བུ་ཏུ་གས་པས་མ་ཆད། མདོག་སྟོན་པོར་གྱུར་སོང་བ་ལ་  
ལྟུང་ལ་ལྟར་གས་པ། ད་དུང་དེ་ལས་ཀྱང་འབྲུག་ནས་གང་ཆེ་བས། པགས་  
པ་ཁག་མང་པོར་གས་ནས་མདོག་དམར་པོར་གྱུར་སོང་བ་དེའི་མིང་ལ་པར་ལྟར་གས་  
པ། དེ་ནས་གང་པའི་མཐར་ཐུག་སྟེ་པགས་པ་བལྟས་ནས། བརྒྱ་སྟོང་ལ་  
སྟོགས་པའི་ཆར་གས་པ་ལ་པར་ལྟར་ཆེར་གས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་  
སྤྱིང་གིན་ཡོད་པ་རེད། གང་དཔྱལ་བ་དེ་དག་གི་ཆོ་ཆད་ཐེ་ལྟར་རེད་ཅེ་ན།  
ཏིལ་སྤྱད་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཞིང་། ཏིལ་གཅིག་སྤྱད་བས་ཟད་གྱུར་པ། ཆུ་བྱར་  
ཅན་གྱི་ཆོ་ཆད་དེ། །གཞན་གྱི་ཆོ་ཆད་ཉི་ལྷུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས། རྒྱ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

གར་གྱི་གོང་ཁྱེར་ཡུལ་མ་ག་རྩ་ཡི། འབྲུ་རིགས་ཁལ་བརྒྱད་ཅུ་ཐམས་པ་ཤོང་སའི་  
སྒོད་གཞོང་བ་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་ནང་ན། འབྲུ་ཆུང་ཆུང་ཏིལ་གྱིས་ཕྱུར་བུར་གང་  
བའི་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་རེའི་མཚམས་ནས་ཏིལ་གྱི་འབྲུ་ཁེར་བུ་རེ་སྤངས་ན། ཏིལ་  
ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་དུས་སུ་གང་དཔྱལ་གོང་མ་ཆུ་བུར་ཅན་གྱི་ཆོ་ཆད་དུ་གཟེང་  
ཇོགས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། འོག་མ་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་ཉི་ཤུ་འབྲུར་གྱིས་མང་  
པས། དེ་དག་གི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་ཟད་མཐའ་མེད་ཅེས་ཟེར་བ་དང་འབྲུ་འབྲུ་ཡིན་པ་  
རེད། ཉི་ཆོ་བ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཅི་འབྲུ་ཞིག་རེད་ཟེར་ན། དཔྱལ་བ་ངོ་མའི་ཉི་འཁོར་  
དང་། རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ། ས་ཡི་འོག་ ས་སྟེང་གི་རི། ཐང་། ཤིང་།  
རྒྱ་སོགས་ལ་གནས་ནས་བཅའ་པོ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་ཡིན་སྒྲུང་ཤར་ཏེ། ལུས་  
མེ་ཡིས་འཚོག་བཞིན་ཡོད་པའི་སྒྲུང་བ་དང་། འབྲུག་ནས་གསུམ་པ། གཤེད་  
མས་གསོད་ཅིང་ཟ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉིན་མོ་བདེ་ཞིང་། མཚན་མོར་སྐྱུག་  
བསྐྱལ་བ། ཡང་དེ་ལས་གོ་ལྷོག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་སྒྲུང་བ་ལ་བར་  
མེད་རྟག་ཏུ་སྒྲིད་ཅིང་། ཆོ་ཆད་ལ་ངེས་པ་མེད་པའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དཔྱལ་བའི་  
སྐྱུག་བསྐྱལ་དངོས་སུ་སྒྲིང་ན་སྒྲོས་ཅི་དགོས། དེ་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྐྱུག་  
པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། བཤེས་སྤྱིང་ལས། དཔྱལ་བ་བྲིས་པ་མཐོང་  
དང་ཐོས་པ་དང་། །བྲན་དང་བཀྲམ་གསུང་དང་གཟུགས་སུ་བསྐྱིས་རྣམས་  
ཀྱང་། །འཛིགས་པ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་ན་མི་བཟད་པའི། །རྣམ་སྒྲིན་ཉམས་སུ་  
སྒྲིང་ན་སྒྲོས་ཅི་འཚལ། །ཞེས་དང་། འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་  
ཡིས། །རབ་ཏུ་བྲག་བྲབ་སྐྱུག་བསྐྱལ་གང་ཡིན་པ། །དེས་ནི་དཔྱལ་བའི་  
སྐྱུག་བསྐྱལ་ཆུང་དུ་ལའང་། །འོལ་ཡང་མི་འགོ་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་རེད།     |

## ཡི་དྲགས་བཤད་པ།

དངན་སོང་གི་གནས་གཉིས་པ་ཡི་དྲགས་ལ་བསམ་ན།     ཡི་དྲགས་དེ་  
ལ།     ཕྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན།     ནང་གི་སྒྲིབ་པ་ཅན།     སྒྲོམ་ཁུར་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ལ་  
སོགས་པ་ཡོད་ན།     ཕྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི་བགྲེས་ཤིང་སྒྲོམ་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་རྟག་  
ཏུ་སྒྱུད་པས་ལུས་སྐྱམ་ཞིང་རིད་པ།     ལྟོ་བ་ཆེ་བ།     མགྲིན་པ་དང་ཡན་ལག་སྤྱ་  
བ།     སྒྲ་ཁྱེན་དུ་བྱིང་ཞིང་འཛིངས་པ།     ཐག་རིང་གི་ས་ཆ་ན་བས་གྱི་ཡུང་པོ་དང་།  
ཅུ་ཡུང་།     ལྟོ་ན་ཤིང་འབྲས་བུ་ཅན་སོགས་མཐོང་ནས་དེའི་བྱར་དུ་སོང་དུས།  
བས་སྒྲོམ་དང་ལྟོ་ན་ཤིང་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འགྱུར་འགོ་བའམ།     ཡང་ན་དངོས་  
པོ་དེ་དག་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་འགྱུར་འགོ་བ་དང་།     གལ་  
ཏེ་དངོས་པོ་དེ་དག་ཏུ་གྱུར་མ་སོང་ནའང་།     སྒྲེས་བུ་གོ་མཚོན་ཅན་མང་པོས་  
བསྐྱུངས་པས།     བས་སྒྲོམ་ལ་སྒྱུད་དབང་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཅན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་  
རེད།     ནང་གི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ཟེར་རྒྱ་དེ་ཁ་ཁབ་མིག་ཙམ།     ལྟོ་བ་ཡུལ་ལྟོངས་  
ཙམ།     མགྲིན་པ་རྟ་རྟ་ཙམ།     རྒྱ་ལག་རྩ་འཇག་ཙམ།     བརྟུང་བ་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཡོད་ཡུང་།     མགྲིན་པ་རྟ་རྟ་འདྲ་བའི་ནང་དུ་འགོ་བུལ་མིན་གྱི་ཆོ་ན།  
ཁའི་དུག་གིས་སྐྱམ་འགོ་བ།     གལ་ཏེ་རྩུང་བད་ཙམ་རེ་མགྲིན་པའི་ནང་དུ་སོང་ན་  
ཡང་།     ལྟོ་བ་ཡུལ་ལྟོངས་འདྲ་བ་མི་ཁེངས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་།     ལྟོ་བའི་  
ནང་དུ་རྩུང་བད་ཅིག་བབ་ནའང་།     རྒྱ་ལག་རྩ་འཇག་འདྲ་བ་དེས་མི་སྤྱོད་པའི་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་པར་དུ་བས་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱིབ་པ་ཅན་དེ་ཆོའི་ཁ་ནང་དུ་  
བཟའ་ལྷུང་ཅུང་བད་རེ་སོང་ན་ཡང་། ཁོག་པའི་ནང་དུ་ཐོན་དུས། མེ་འབར་  
ནས་ནང་སྒོལ་ཐམས་ཅད་འཛིག་འགོ་བ་དང་། བཤང་གཅི་དང་མཆིལ་སྒྲུབས།  
ནག་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་མི་གཙང་བ་བ་དགོས་སྤྱག་པ་དེ་འདྲའི་ཉམས་ཐག་ཡིན་པ་རེད།  
སྒྲོམ་ཁུར་གྱི་སྤྱིབ་པ་ཅན་བཅུ་དེ་ཡི་དྲགས་ཆེ་བ་རེ་རེའི་ལུས་ལ། ཡི་དྲགས་  
ཅུང་བ་མང་པོས་བོས་ནས་ཆང་བཅའ་བ་དང་། འགའ་ཤས་སྤྱིད་སྤྱག་གི་ཆོར་བའི་  
ནམ་གངས་འགྱུར་ཞིང་མ་ངེས་པ། བྱོ་བཞིན་སྤྱེས་དང་། དག་འདུན་སྤྱད་གི་  
རྟོགས་བརྗོད་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཀའ་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ། ཆ་གང་ཆ་མི་སྒྲོམ་པ། སོས་ཀ་དྲོ་མི་དགོས་པའི་དུས་  
སུ་རྒྱ་བས་ཀྱང་འཛིག་པ་དང་། དགུན་ཁ་འབྲུག་མི་ཉན་པའི་དུས་སུ། ཉི་མས་  
ཀྱང་གང་ཞིང་འབྲུག་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྟོགས་མཐའ་ཡོད་པ་མ་  
རེད། མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་ནི། སྤེ་བརྒྱད་འབྱུང་པོ། བཙན་རྒྱལ་  
པོ། ཐེའུ་རང་མ་མའི་རིགས་དེ་ཆོ་རེད། དེ་ཐམས་ཅད་དུས་རྟག་རྟ་འཇིགས་  
སྤྱག་གིས་མནར་ནས། བསམ་ངན་ཁོ་ནའི་ངང་ལ་གནས་པ་རེད། རང་གི་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་གཞན་ལ་སྤོ་བསམ་པའི་གཞོད་སེམས་གདུག་རྩུབ་དང་ལྷན་པའི་ཉེར་  
ལེན་གྱི་དབང་གིས། གར་སོང་གི་སར་ནད་གདོན་དང་སྤྱོ་འཕོག་འབྱུང་བ།  
གཉེན་པོ་འདྲེ་འདུལ་མཁན་གྱི་སྤྱགས་པ་རུས་ལྷན་ལ་སོགས་པས། མནན་  
བསྐྱེལ་བསྐྱད་གཟིར་ཨར་གཏང་ལ་སོགས་པའི་དྲག་ལས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད། མདོར་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་བ་བསམ་གྱིས་བྱུང་བ་  
མ་རེད། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྤྱེས་པའི་ཆོ་ཆད། མཛོད་ལས། རྒྱ་བ་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐྱལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཉིན་ཞག་གི་ལྷ་བརྒྱ། །ཞེས་གསུངས་ན། མིའི་རྒྱ་བ་གཅིག་དེ་ཞག་གཅིག་ཏུ་  
ཕྱིས་པའི་རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ཡིན་ན། འགའ་རེ་ད་དུང་དེ་བས་ཀྱང་རིང་བ་ལོ་བྲི་རེ་  
ཙམ་གནས་པ་དང་། མཁར་རྒྱའི་རིགས་འགའ་ཤས་ཆོ་ཆད་ངེས་མེད་ཅན་ཡང་  
ཡོད་རིགས་པ་དེ་ལྟར་རེད། །

## དུད་འགོ་བཤད་པ།

ངན་སོང་གི་གནས་གསུམ་པ་དུད་འགོ་ནི། བྱིངས་གནས་དང་ཁ་འཐོར་  
གཉིས་ཡོད་པ་རེད། བྱིངས་གནས་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ན་ངེས་མེད་དུ་འབྱུང་གྱིན་  
འདུག་པ། པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་བཟའ་བ། ཏྲག་ཏུ་འཛིགས་སྐྱག་གི་  
སྐྱག་བསྐྱལ་གྱིས་བཟོད་ཐབས་མེད་པའོ། །ཁ་འཐོར་ནི་མི་དང་ལྷའི་ཡུལ་དུ་ཡོད་  
པ་དེ་ཆོ་ཡིན་ན། མི་ཡིས་བཀོལ་ཞིང་སྟོད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་བསམ་ཡུལ་ལས་  
འདས་པ་སྟེང་གིན་ཡོད་པས་མ་ཆད། ཤ་པགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྟོག་ཤོར་བ་དང་།  
གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ། ལྷན་ཞིང་གཏི་མུག་པ་ཡིན་པས་ན་  
དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱལ་བ། གཞན་ཡང་བཀའ་སྒྲིམ། ཆོ་གང་།  
ངལ་དུབ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ། དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་དང་པལ་ཆེར་ཆ་འདྲ་  
བ་ཙམ་སྟེང་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད། དེ་དག་གི་ཆོ་ཡང་རིང་མཐར་བསྐྱལ་བར་སྐབ་  
པ་ཡོད་པ་དང་། སྐབ་བ་ངེས་མེད་དུ་བཤད་ཡོད་པ་རེད། མདོར་ན་ངན་སོང་  
གསུམ་གྱི་གནས་དང་། ལུས་དང་། ཆོ་ཆད། སྐྱག་བསྐྱལ་ལ་བསམ་ན།  
སྒྲོས་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་རེད། །



མི་བཤད་པ།

མཐོངས་མཁས་གསུམ་གྱི་མི་དང་། ལྷ་མིན། ལྷ་གསུམ་པོ་དཔལ་ལོང་།  
གསུམ་ལ་ལྷོས་ན་རུང་ཟད་བདེ་བའི་བྱུང་ཡིན་ཡང་། དོན་གྱིས་དེ་དག་གྱང་སྟུག་  
བསྐྱེད་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་པ་རེད། དེ་ཡང་མིའི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་བསམ་སྒྲེཁིག་  
བཏང་ན། སྐྱེ་ན་ན་འཆིའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་བཞི་སྟེ། དང་པོ་མ་ཡི་མངལ་དུ་  
ལུན་ནག་ཆ་གང་གུད་དོག་པོའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཐུངས་ཏེ། བར་དུ་སྐྱེ་བའི་ན་ཆ་དང་  
དངངས་སྐྱག་ མ་བུ་གཉིས་ཀ་ཤི་བར་དོའི་ཡུལ་ལ་གོམ་ཕྱེད་པོར་བའི་སྟུག་  
བསྐྱེད། མཐར་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་བྱིས་པ་ལག་ཏུ་བྱངས་པའི་ཆོ། བྱེད་ཕྱག་བྱ་  
ཡིས་བྱེད་བ་ལྷ་བུའི་སྐྱག་དངངས་དང་། གོས་བསྐྱོན་ཆོ་ཆོར་མའི་ལྷགས་གྱིས་  
བྱབ་གྱིན་ཡོད་པ་ལྷ་བུའི་ཆོར་བ་སྤོང་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཡོད་རབས་གསུངས་ཡོད་པ་  
རེད། དེ་སྐྱེ་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་རེད། སྐས་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་ནི། གཟུགས་  
དང་ལང་ཆོ་ཉམས་པའི་དབང་གིས་སྤར་གྱི་བཀྲག་དང་མཛོས་མདངས་ཐམས་ཅད་  
ཤོར། ལུས་གྱི་སྟོབས་ཉམས། དབང་པོའི་རུས་པ་ཉམས། ཁའི་སོ་བུད།  
མགོའི་སྐྱ་ས། སྤར་མཐོང་ན་དགའ་བའི་གཞོན་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། ད་བྱ་  
ཆོད་ཤི་བའི་རོ་འདྲ། བལྟ་ན་མི་འདོད་པ་ཞིག་ རྩེ་མི་ལ་ཆོད་གིས་གསུངས་པ་  
ཇི་བཞིན་ཏེ། རྟོད་ཕུར་འདོན་པའི་ལྷང་ལྷགས་དང་གཅིག་ །བྱ་ལ་འཇམ་པའི་  
འགོ་ལྷགས་དང་གཉིས། །ས་དོ་ཆད་པའི་སྤྲོད་ལྷགས་དང་གསུམ། །གསུམ་  
འདི་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་ན། །ཨ་ཕྱི་སྐྱེ་ལུས་སྤྱད་པའི་ཡིད་པམ་  
མ། །སྐྱི་བགས་པ་འདུས་པའི་གཉེར་མ་དང་གཅིག་ །ནང་ཤ་བྲག་ཟད་པའི་

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

འབྱུང་གོ་བ་དང་གཉིས། །བར་སྐྱེན་སྐྱུག་འོན་ལོང་འཐོམ་ཡོལ་དང་  
གསུམ། །གསུམ་འདི་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཁྱི་མི་སྐྱུག་སྐྱོན་  
པའི་བྲོ་གཉེར་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས། སྐུ་ཐེར་རྒྱུ་འཛིན་ཐོག་ཏུ་ཐོན་ཆོ།  
ལུས་རྒྱུ། ཡན་ལག་འབྲེག་གསལ། བགས་པ་ལྟོད། རོ་གདོང་  
གཉེར་མས་གང་ནས། བསྐྱད་ན་ལང་དཀའ་བ། སོང་ན་གོམ་པ་འཚོལ་བ།  
བཤད་ན་ལྷ་བ་ལྷི་བ་བ། ལྷས་ན་རབ་བེ་རི་བ། མིག་གིས་རི་འགྲུལ་ན་མི་  
རིག་ན་བས་དུང་བུས་ན་མི་གོ། དེའི་དུས་སུ་ཀུན་གྱིས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བར།  
སྐྱོས་སྐྱོན་གྱིས་ཅི་མི་ཟེར། ཟེར་སའི་ཐོག་ཏུ་ཐོན་དུས། སྐྱོན་མང་ལོ་ཉུང་དུས་  
འདི་འདྲ་ཞིག་མིན་ཞེས་ཟེར་མདོག་བུས་ཀྱང་། གནའ་ལུལ་ན་ད་མེད། གནའ་  
ལུ་བ་ཉལ་ལུལ་དུ་ད་ལྟ་རིལ་མ་མ་གཏོགས་མ་ལྷག་དུས། ལོ་ཉུང་ཚོས་བྲེལ་གྟོད་  
བྱེད་ཡུལ་དུ་གྱུར་སོང་པ་རེད། སྐུ་ཐེར་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་མ་གཤིང་ན་སོང་ལ་སྐྱུས་  
པ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ན་བ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་ལུས་འབྱུང་བཞི་འདུས་པའི་སྐྱུ་ལུས་ཤིག་  
བྲག་གི་ཕུང་པོ་འདི། འབྱུང་བ་གཅིག་དག་གཅིག་ལ་ལོག་རང་དག་རང་  
གཤེད་དུ་གྱུར་ནས་འདུ་བ་འབྲུགས། ཅ་བ་ཉོན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱུང་མཁྲིས་བད་ཀན། དེ་ལས་གྱུས་པའི་ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་ལ་  
སོགས་པ། མདོར་ན་ནད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་ཡོད་དང་འདི་མེད་ཟེར་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་  
པ་མ་རེད། ཅི་འདྲའི་སྐྱོབས་གཟི་མདངས་ཅན་གྱི་ཕོ་གྟོད་སྐྱུག་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་  
ཡང་། ཤིན་ཟུག་གཟེར་དྲག་པོས་ཐེབས་ཚར་དུས། བྱེད་ཕྱག་ལ་རྩོམ་པ་  
ལྟ་བུར་གྱུར་ནས། ལུས་མལ་སའི་ནད་དུ་གྱུར། ཟས་སྒོམ་གྱི་ཡི་ག་ཆད།  
ཉིན་མའི་ཉིན་ཚོད་ན། མཚན་མའི་མཚན་མི་ཚོད། ཨེ་པན་དུ་རེ་ནས་བཅད་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

གཏུབ་བཤག་གསུམ།   གཏར་བསྐྱེག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་དབྱུང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
བཟོད་ཨེ་ཐུབ་ལྟ་མཛོག་བྱས་ནས།   མི་ཤི་གསོན་ཐབས་གྱི་རེ་བ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་།  
ཆོ་བདེ་པའི་ཉིན་མོར་ཅི་ཞིག་བྱས་ཀྱང་ཡན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད།   དེའི་དུས་སུ།  
གཏོ་སྤྱོད་རིམ་བྱས་ཀྱང་ཡན་མི་ཐོགས།   སྒྲོན་དབྱུང་དུག་ཏུ་ལོག་   རྒྱབ་རྟེན་འབྲེ་  
རུ་གོ་ལ།   སྤྱང་མ་གཤེད་དུ་བབས་ནས།   ད་གསོན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཤི་བ་དང་འབྲེ་  
ཞེས་པའི་མ་ཤི་སྒྲོན་ནས་མིའི་བྱུ་ནས་བྱུང་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་འབྲེ་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད།  
འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ནི།   རིང་བའི་འཆི་ལྟས་དང་ཉེ་བའི་འཆི་ལྟས་ལ་སོགས་  
པ་འཆི་ལྟས་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་ན།   སྐབས་ཞིག་ན་ནད་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་  
ཤི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་གསོན་གྱི་རེ་བ་ཞིག་ཡོད་མ་ཐལ་བས་མ་ནས་རེ་ཐག་གཏིང་ནས་  
ཆད།   ཤི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་སྤྱིང་མི་དགའ།   འབྲུལ་སྤྱང་གི་བསུ་མ་སྒྲོན་མ་དེ་  
མིག་སྤར་ཤར།   གཉིན་ཉི་རིང་།   བྱིས་བཟའ་ཆང་གིས་མཐར་བསྐྱོར་ཡང་།  
འཆི་ཁའི་མནར་གཅོད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རང་ཉིད་གཅིག་པུས་སྤྱོད་།   རྒྱ་ཁོར་ལོངས་  
སྤྱོད་ཅི་འབྲེ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་དབང་ནི་མེད།   སྒྲོས་ནི་མི་ཐོང་།   སྤར་བྱས་གྱི་  
སྤྱིག་པ་བྲན་ནས་འབྱོད་པ་སྤྱེས།   བྲན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བྲན་ནས་འཕྲིགས་ཤིང་  
སྤྱག་ཀྱང་།   དུས་ཆོད་དེར་ཐོན་དུས་བྲན་འཕྲིས་སོང་བ་རེད།   དེ་ཡང་ཀུན་  
མཁུན་ཆེན་པོས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ།   བཟའ་ཆང་ཉེ་འབྲེལ་འདི་དང་དུས་རྟག་  
ཏུ།   ཁྱིམ་འབྲལ་འགྲོགས་པར་འདོད་ཀྱང་འབྲལ་བར་ངེས།   ཁབ་བཟང་པོའི་  
གནས་མལ་འདི་དང་དུས་རྟག་ཏུ།   ཁྱིམ་འབྲལ་འདུག་པར་འདོད་ཀྱང་འགྲོ་བར་  
ངེས།   ཁབ་དེ་སྤྱིད་ལོངས་སྤྱོད་འདི་དང་དུས་རྟག་ཏུ།   ཁྱིམ་འབྲལ་སྤྱོད་པར་  
འདོད་ཀྱང་འདོར་བར་ངེས།   ཁད་ལ་འབྱོར་མི་ལུས་མཆོག་འདི་དུས་རྟག་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཏུ། །མི་འབྲལ་རྟག་པར་འདོད་ཀྱང་འཆི་བར་ངེས། །ལ་སོགས་པ་གསུངས་  
པ་ལྟར། འཆི་བ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་སྒོ་བྱུང་མགོ་ཐོག་ཏུ་ཐོན་དུས་ཉམས་ང་བ། གསེན་  
པོའི་སྤང་བ་ད་ལྟ་ལྟུང་རན་དུས་བག་གྲང་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ངའི་ཏ་བོ་  
དེའི་སྒོན་ཞིག་ནས་ཆོས་ཤིག་མ་འགྲུབ་བསམ་ནས་སྤྱག་བསྲུལ་འཛིགས་སྒྲག་གཉིས་  
ཀ་མཉམ་དུ་སྐྱེས་ནས་ལག་པའི་སྤར་མོ་བྲང་ལ་བཏབ། བྲང་སེན་རྩེས་གྱིས་གང་  
ནས་བྲང་ལག་འཐབ་སྟེ་ཤི་བ་རེད། མི་སྤྱི་ཅན་ཤི་བ་མཐོང་ཅན། །ལས་རྒྱ་  
འབྲས་སྟོན་པའི་སྒོ་བ་དཔོན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དབུགས་མ་ཆད་གོང་  
ཞིག་ནས་ངན་སོང་གི་སྤང་བ་ཤར་ཏེ། སྤང་བ་ཐམས་ཅད་འཛིགས་སྤྱག་ ཆོར་  
བ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྲུལ་དུ་གྱུར་ནས། བྱི་མའི་གོ་ཆས་ཆོས་ཡིན་ན་ཡང་།  
ཆོས་མེད་གཅེར་བུ་ལག་སྟོང་དུ་དབུགས་གཅིག་པར་འཕངས་ཏེ། དབུགས་  
གཅིག་ཚུར་ལ་རྩབ་མ་ཐུབ་ཆོ། ཤི་ཟེར་རྒྱུའི་སྤྱག་དངངས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ཏུ་ཐོན་  
སོང་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་ན་འཆི་བ་སྤྱག་བསྲུལ། འཛིག་རྟེན་མིའི་ལུས་  
རྟེན་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཡོང་རྒྱུའི་སྤྱི་མཐུན་གྱི་སྤྱག་བསྲུལ་བཞི་པོ་དེས་མི་ཆད་པར། ང་  
དུང་དེའི་ཐོག་ཏུ་སྤྱག་བསྲུལ་བཞི་པོ་དེ་ཅུང་ཟད་ཤས་ཀྱང་བའི་བར་སྐབས་ཉམས་སུ།  
དབང་སྤང་བ་དང་འཕྲད་པའི་སྤྱག་བསྲུལ། གཉེན་བྱམས་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱག་  
བསྲུལ། འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་མི་ཁེལ་བའི་སྤྱག་བསྲུལ། མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་  
བབས་པའི་སྤྱག་བསྲུལ། འབྱོར་ལྡན་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་འབྱོར་ལྡན་  
ཉམས་འཁོར་འབངས་ལོངས་སྟོང་སྟོང་བའི་སྤྱག་བསྲུལ་ཡོད་པ་རེད། འཁོས་  
དམན་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། འཁོས་དམན་ནི་དབུལ་ཞིང་མོངས་བའི་  
སྤྱག་བསྲུལ་སྟོང་བ་རེད། །ལས་དག་ན་ཕྱག་དོག་གི་སྤྱག་བསྲུལ་ཡོད་པ་རེད།

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཉམ་ཆུང་ན་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་དགོས་སྤྱག་པ་རེད། མཚོག་ལ་ཡིད་  
ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད། དམན་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བཤད་ན་བཤད་ལས་འདས་པ། བཤད་པས་མི་ཚར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་  
པ་འདི་དག་ག་ལེར་ཞིབ་ཀྱིས་བལྟས་ན་ཤེས་རྒྱ་ཅན་ཞིག་རེད། །

## ལྷ་མིན་བཤད་པ།

མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་གཉིས་པ་ལྷ་མ་ཡིན་ལ་མཚོན་ན། ལྷ་མ་ཡིན་ཀྱི་  
གནས་དེར་སྐྱེས་པ་ཙམ་ནས། སྒྲོན་ཀྱི་མི་དགོ་ཕྱག་དོག་དང་འཐབ་ཚུད་ཀྱི་ལས་  
ཀྱིས་འཕངས་པའི་དབང་གིས། རང་བཞིན་ཀྱིས་ཕྱག་དོག་ཆེ་བའི་སྐབས་ཀྱིས་  
ལྷའི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དཔལ་མཐོང་བའི་ཆོན། དེར་ཕྱག་དོག་གིས་ཀླན་ནས་  
བསྐྱངས་སྟེ་དུས་དང་དུས་སུ་ལྷ་དང་འཐབ་འབྲུགས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། ཤི་མས་  
གསོད་གཙོད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དུས་རྟག་ཏུ་སྤྱོད་གིན་ཡོད་པ་རེད། །

## ལྷ་བཤད་པ།

མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་གསུམ་པ་ལྷའི་ཡུལ་ལ་མཚོན་ན། ལྷ་གནས་ཟེར་  
རྒྱ་དེ། འདོད་པའི་ལྷ་དང་། །ཁམས་གོང་མ་སྟེ། རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་རུ་  
ཡོད་ན། འདོད་ལྷ་རིགས་དུག་པོ་ལ་འཆི་འཕོ་ལྷུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དངོས་སུ་  
སྤྱོད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་ན་ལྷའི་ཆོ་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པར་སྐབས་པ་ཡིན་ཡང་།  
ལྷའི་ཕུན་ཚོགས་འདོད་ཡོན་ལ་གཡེངས་བས་སྐྱད་ཅིག་གི་སྤྱང་བ་ཙམ་ལས་མེད་པར།

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སྔོན་གྱི་ལས་དེ་ཟད་ནས་འཕོ་ལྷུང་གི་སྐྱག་བསྐྱེད་སྔོང་དགོས་པ་རེད། སྤྱི་མར་  
གང་དུ་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལྟའི་མིག་གིས་མཐོང་བྱུང་པ་ཡིན་པས། སྐྱག་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་  
གནས་སུ་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡིན་ན། འཆི་འཕོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མ་ཡིས་སྔོན་ཞིག་ནས།  
གནས་ངན་པར་ལྷུང་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ནོན་པ་ནི། ལྟའི་ཞག་བདུན་གྱི་བར་ལ་  
སྔོང་དགོས་པ་རེད། ལྟའི་ཞག་བདུན་དེ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན།  
འུ་ཅག་རྣམས་ཀྱི་མི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ཡིན་པ་རེད། ལྟ་ཡི་གནས་ནས་ལྷུང་བ་  
ན། །སྐྱག་བསྐྱེད་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་གང་། །དེ་ལ་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་  
ཡི། །བརྒྱ་དྲུག་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྟ་ཡུལ་  
ནས་གི་འཕོས་ནས་སྤྱར་ཡང་ལྟ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་སྤྱིད་མཐའ་མ་བཀག་ཙམ་ཡིན་ཞིང་།  
མིའི་ལུས་རྟེན་དུ་སྐྱེ་རྒྱུ་འདྲ་བ་རེད། སལ་ཆར་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།  
དེ་འདྲའི་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་དུ་འཕོ་ལྷུང་གི་སྐྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ནོན་པ་དེ་དཔྱུལ་བ་ལས་  
ཀྱང་སྤྱུ་ཞེས་གསུངས། །ཁམས་གོང་མ་གཟུགས་ཁམས་དང་གཟུགས་མེད་  
ཁམས་གཉིས་ལ་འཆི་འཕོའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མཛོན་གྱུར་པ་མེད་ཀྱང་། འདུ་བྱེད་གྱི་  
སྐྱག་བསྐྱེད་ཁོ་ནའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སྦྱོས་  
ནས་ཆང་གིས་བཟི་བ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད། སོ་སྦྱོས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་སྐྱབས་  
གྱིས། གོང་འཕེལ་དུ་འགོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའང་སྔོན་གྱི་ཟག་བཅས་གྱི་  
དགོ་བའི་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་གྱི་ཤུགས་ཟད་སོང་ཆོ། མདའ་ནམ་མཁར་འཕངས་  
ན་ནམ་ཞིག་ཤུགས་ཟད་མཐར་ས་ཐོག་དུ་ལྷུང་བ་ཇི་བཞིན། གཉིད་སད་པ་ལྟར་  
ནམ་ཞིག་གནས་རིས་འོག་མར་ལྷུང་ནས་སྐྱག་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་ཡོད་པ་  
རེད། ཆངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སྤྱར། །མནར་མེད་མེ་ཡི་བྱད་

## སྒྲིབ་ཐུང་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཤིང་གྱུར་པ་ཡི། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུན་མི་ཆད་པ་བསྟེན་འཛུལ་ལོ། །ཞེས་མགོན་  
པོ་སྤྱ་སྒྱུབ་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། དེས་ན་མེ་ཆེ་རྒྱུང་གང་ཡིན་ཡང་ཆ་བ་  
ལས་མ་འདས་པ་དང་། རྒྱུ་མང་ཉུང་གང་ཡིན་ཡང་བསྐྱེད་གཤེར་ལས་མ་འདས་  
པ་བཞིན་དུ། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་འདིའི་འགོ་བ་རིགས་དུག་གི་མཐོ་  
དམན་གང་དུ་སྒྲེས་ཀྱང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ཡོ་  
ལང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་འཕྱུལ་འཁོར། གནས་གང་དུ་སྒྲེས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་  
གྱི་གནས། གྲོགས་སུ་དང་འགྲོགས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་གྲོགས། ལོངས་  
གང་ལ་སྤྱད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ལས་མ་འདས་པ་སྟེ། མི་གཙང་  
ཁང་ལ་དྲི་ཞིམ་མེད། །འགྲོ་ལྷ་དག་ལ་བདེ་བ་མེད། །ཅེས་དང་། འཁོར་  
བ་འདི་ལ་ཁབ་གྱི་ཕྱེ་ཙམ་ཡང་། །བདེ་བ་ན་མ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན་ཞེས་  
གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་དང་། ད་དུང་། ཅུང་ཟད་བདེ་ཡང་  
འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འཁོར་བའི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་དེ་ཆོ་རང་ཐོག་ཏུ་སྒྲུངས་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་རེད།  
སྤྱོད་ཆེན་པས། །སྐབས་སུ་རང་སྤྱང་མཐུན་པའི་རྒྱུན་གྲོགས་ལྟོས། །རང་སྤྱང་  
ཤེས་པས་ཉམས་སྤྱོད་གྲོགས་སུ་འཆར། །སྐབས་སུ་མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་  
སྤྱང་ལྟོས། །འབྲུལ་པ་ཞེན་ལོག་གནད་དུ་ཆེ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཡིན་པ་རེད། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ། ཆོ་མི་རྟག་ འཁོར་བའི་ཉེས་  
དམིགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གོ་ལོ་ཐོས་ལོ་ཙམ་དུ་མི་བསྐྱུར་བར། རང་གི་རྒྱུད་  
ཐོག་ཏུ་སྒྲུངས་ཏེ། སྒྲིན་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ཕན་  
ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཆོས་མཚམས་འདི་ནས་འཛོགས་ སང་ཉིན་ཡང་

སུ་མ་ཐུང་ནས་བཤད་རྒྱ་བྱེད། །

## ལས་རྒྱ་འབྲས་བཤད་པ།

དེ་རིང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཐད་ནས་སྐྱེད་ན། འཇིག་རྟེན་ཁམས་འདིའི་  
བདེ་སྐྱབས་མཐོ་དམན་བཟང་ངན་དུ་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད། རང་གར་སྐྱབས་ལེགས་  
སྦྲེས་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་རེད། ལས་ལས་བྱུང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་རེད།  
ལས་ལས་འཇིག་རྟེན་སྒྲ་ཚོགས་སྦྲེས། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། སངས་  
རྒྱུ་བཙུ་བཙུ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ལས། ལུས་ཅན་དག་གི་ལས་རྒྱམས་  
ནི། །བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་ཡང་ཆུད་མི་བ། །ཚོགས་ཞིང་དུས་ལ་བབ་པ་  
ན། །འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དགོ་བའི་  
ལས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་མྱོང་རྒྱ་དང་། མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་སྐྱབས་  
བསྐྱལ་མྱོང་རྒྱ། ལས་དཀའ་ནག་གི་འབྲས་བུ་སོ་སོར་སྒྲིན་ཚུལ་བསམ་ཀྱིས་མི་  
བྱུང་བ་ཡིན་པར་གསུངས། ལས་དགོ་སྒྲིག་གཉིས་ཀ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་།  
རྒྱ་ལས་ཀྱི་དུས་སུ་རྒྱ་རྒྱ་ཞིག་ལས་མེད་ཀྱང་། འབྲས་བུ་རྒྱུ་སྒྲིན་ཀྱི་དུས་ན་  
འཕེལ་ཆེ་བ་དང་། ལས་བྱས་པ་དེ་རྒྱ་མི་བ་བ་ཡིན་པ་རེད། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་  
ཆའི་མཛོད་ལས། ས་སྒྲ་མཐོན་པོར་གཤེགས་པའི་མཁའ་ཁྲིད་གི། །གྲིབ་མ་  
རེ་ཞིག་བལྟ་བར་མི་མདོན་ཡང་། །ལུས་ཅན་དག་དང་འདྲུ་འབྲས་སྤངས་པ་  
བཞིན། །ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་ཆོ་ལྷག་པར་མདོན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རེད། དེ་ཡང་ལས་ཟེར་རྒྱ་འདིའི་དབྱེ་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། དགོ་མི་



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

དགེ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། མི་དགེ་བ་དེ་སྤང་བྱར་བྱས་  
ནས་དགེ་བ་དེ་བསྟུན་བྱར་བྱས་ཏེ་ལུང་མ་བསྟན་དེ་དགེ་བར་བསྟུན་དགོས་པ་རེད།  
དེའི་ནང་གི་མི་དགེ་བ་ལ་མཚོན་ན། རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་ན་མ་ཐོའི་སྤྲིག་པ།  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་སུས་བྱས་ཀྱང་སྤྲིག་པར་འགྱུར་བ། འདོད་  
ཆགས་ཞེས་པ་ཏེ་སྤྲིག་སྤྲིག་གསུམ་དང་། སྤྲིག་དོག་སེར་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་ཅ་  
ཉོན་དང་། ཉེ་ཉོན་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྟུང་བའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་སྒྲོན་གསུམ་གྱི་  
ལས་ཐམས་ཅད་མི་དགེ་བ་རེད། དེས་ན་འཁོར་བའི་སྤྲིག་བསྒྲུལ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མི་  
དགེ་བ་ལས་བྱུང་བ་རེད། མི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཆེ་ཡོང་གིས་རྩྱུར་ལ་བསྟུས་ན།  
མི་དགེ་བ་བརྩམས་ནང་ལ་འདུས་པ་རེད། དེ་དག་གང་ཡིན་པ་རེད་ཅེ་ན། ལུས་  
གྱི་ལས་གསུམ་སྟེ། སྤྲིག་གཙུག་ལ། མ་བྱེད་ལེན། མི་ཚངས་སྤྱོད་དམ་  
འདོད་ལོག་བཅིས་པས་གསུམ། ངག་གི་ལས་བཞི་སྟེ་རྟུན་དང་སྤྲིག་ཚིག་རྟུབ།  
ངག་འབྲུལ་དང་བཞི། ཡིད་གྱི་ལས་གསུམ་སྟེ་བརྟན་སེམས། གཞོད་སེམས།  
ལོག་ལྟ་སྟེ་གསུམ་གྱིས་བརྩེད། མི་དགེ་བ་བརྩེད་པའི་ལས་ལམ་ཐམས་ཅད་  
རྩོགས་མེད་ཀྱང་། དེའི་ཕྱོགས་མཐུན་ཙམ་དུ་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤང་བུ་ཡིན་  
པ་རེད། རྒྱ་མི་དགེ་བ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་སྒྲིན་པའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན།  
རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ། བདག་པོའི་འབྲས་བུ་སྟེ་  
གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི།  
མི་དགེ་བ་དེ་དག་གི་ཀུན་སྤྱོད་དག་ཞན་གྱི་དབང་གིས་ཆེ་འབྱིང་རྩྱུར་གསུམ་དུ་དབྱེ་  
བས། ཆེ་བས་དཔྱལ་བ། འབྱིང་གིས་ཡི་དྲགས། རྩྱུར་བས་དུད་འགྱོར་སྟེ་  
རྒྱ་དང་། མི་དགེ་བ་བརྩེད་པའི་དག་གང་ཡང་རུང་བ། ཀུན་སྤྱོད་ཞེས་པ་གི་

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

དབང་གིས་བྱས་ན་དཔལ་བར་སྐྱེ་རྒྱ།   འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱས་ན་ཡི་  
དྲགས་སུ་སྐྱེ་རྒྱ།   གཏི་མུག་གི་དབང་གིས་བྱས་ན་དུང་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
འབྲས་བུ་སྤྲིན་ནས།   གོང་དུ་བཤད་པའི་གནས་རིས་སོ་སོའི་སྐྱལ་བསྐལ་སྤྱིང་  
དགོས་པ་རེད།   རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ།   སྤྱིང་བ་རྒྱ་མཐུན་དང་།   བྱེད་པ་  
རྒྱ་མཐུན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ཅིང་།   དེའི་ནང་གི་སྤྱིང་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི།   སློག་  
བཅད་པའི་ལས་ཀྱིས་ཆོ་སྤྱང་།   རྒྱ་བྱས་པས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་།   ལོག་གཡེམ་  
ཀྱིས་དག་མང་བའི་སྤྱིང་བ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་སྤྱིང་དགོས་པ་རེད།   དེ་བཞིན་དུ།  
རྒྱ་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་འདེབས་མཁན་མང་བ།   ཕྱ་མ་བྱས་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱིས་སློགས་  
དང་འཁོན་དགོས་པར་འགྱུར་བ།   ཆོག་རྩལ་གྱིས་རྟག་རྟུ་མི་སྤྲོད་པ་འབའ་ཞིག་  
ཐོས་པ།   ངག་འབྲལ་གྱིས་གཞན་ལ་གཏམ་བཤད་ན་ངག་ཆོག་མི་བཅུན་པ།  
བརྒྱབ་སེམས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་རེ་བའི་དོན་མི་འགྲུབ་པ།   གཞོན་སེམས་ཀྱིས་དུས་རུམ་  
དུ་ཡང་འཛིགས་སྒྲག་འབྱུང་བ།   ལོག་ལྟ་བུས་པའི་སྤྱིང་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི་སློན་ཞིང་  
གཏི་མུག་པར་སྐྱེས་པ་དེ་ཆོ་ཡིན་པ་རེད།   བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་སྤྱར་སྐྱེ་བ་སྤྲོད་མར་  
ལས་གང་དང་གང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན།   ད་ལྟ་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་འདིར་ཡང་།  
ལས་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་པ་རེད།   བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་བྱེད་ལས་  
མཐུན་པར་སྐྱེ།   ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།   དེ་ཡང་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་  
བདག་འབྲས་ཡུལ་ལ་སྤྲིན་པ་ཞེས་པ།   རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་ཡུག་གི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་  
ཁམས་ལ་སྤྲིན་པ།   དཔེར་ན།   སློག་གཅོད་ཀྱིས་སློག་སྐྱོབ་ཀྱི་སྤྲོད་ལ་རུས་པ་  
མེད་པ།   སློག་འཆོ་བའི་འབྲུ་རིགས་སློགས་ཀྱི་ཟས་བཅུད་ཞན་པ།   རྒྱས་པས་  
ལོ་ཉིས།   ཕུགས་གོད།   རྒྱ་ཞོར་མི་འབྲི།   ལོག་གཡེམ་གྱིས་སློགས་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཡིད་དུ་མི་འོང་པར་སྐྱེ་བ་དང་། བྱིས་པ་ཡིན་ན་བཟའ་ལྷ་མི་མཛེས་པ་དང་ལས་  
གྱིས་སྒྲེལ་རྒྱུ་དང་། བཟའ་འཛིང་འཐབ་མོ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་གསུངས་ཡོད་པ་  
རེད། དེ་ཆོ་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན་པ་རེད། བཟའ་ཆང་མི་རྟག་ཆོང་  
དུས་མགོན་པོ་འདྲ། །ངན་ཤག་འཐབ་མོ་མ་བྱེད་དིང་རི་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟ་བུ་རེད། གསོན་འདི་གང་གི་མི་ཆོ་བྱང་བྱང་། སྤྲིགས་སྤྲིག་གཏམ་ངན་གྱིས་  
བསྐྱུལ་ན་རྗེས་སུ་འགྱོད་པ་སྐྱེ་བྱེད་ཡིན་པ་རེད། རྩུན་གྱིས་ས་སྤྱོགས་མི་གཙང་  
ཞིང་། ངམ་གྲོག་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ལ་སྤྲིན་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་  
སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བའི་ལས་ལམ་གྱི་ལྷོག་སྤྱོགས་དེ་གང་ཡིན་པ་རེད་ཅེན་དགོ་བ་རེད།  
མི་དགོ་བ་བཅུ་སྤངས་པའི་སེམས་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་དགོ་བ་བཅུ་ཡིན་ཞིང་།  
ལུས་ངག་གི་མི་དགོ་བ་བདུན་པོ་ཡིད་གྱིས་སྤངས་ཤིང་ལུས་ངག་གིས་སྤྲོད་ལོག་པ་  
དང་། ཡིད་གྱི་གསུམ་པོ་དེ་ཡིད་གྱིས་སྤངས་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་མ་འབྲུལ་  
བའི་སྤང་སེམས་དེ་གཉེན་པོ་འི་ངོས་ནས་ཚུལ་བྱིམས་ཡིན་པ་རེད། སྤང་སེམས་  
འཕེན་ཤུགས་ཆེ་བ་རྒྱུན་ཆགས་པའི་དབང་གིས་སྒྲོམ་པར་ཡང་འགྱུར་བ་རེད། མ་  
ཆགས་མི་སྤང་གཏི་མུག་མེད། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་དགོ་བ་སྟེ། །ཞེས་  
གསུངས། དགོ་བ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཆོག་  
དེ་དག་གང་རེད་ཅེན། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ།  
བདག་པོའི་འབྲས་བུ་གསུམ་རེད། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
བཤད་ན། དགོ་བ་དེ་དག་གི་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་དགོ་སེམས་  
རྣམ་དག་གིས་ཟིན་དང་མ་ཟིན། ཟིན་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས། དགོ་བའི་  
སྟོབས་ཀྱང་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་དུ་འགྱུར་བ་རེད། ཆེན་པོས་ཁམས་གོང་མར་སྐྱེ་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

བ་དང་། འབྲིང་གིས་འདོད་ལྷན་གནས་སུ་སྐྱེ་བ། དག་བ་ཆུང་དུས་མིའི་ཡུལ་  
དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ཡང་དག་བ་ཡིན་ཡང་། བསམ་པ་མ་དག་པ་སོགས་  
ཀྱི་སྒོ་བས་ཀྱིས། འཕེན་བྱེད་དག་བས་འཕངས་ཀྱང་། རྫོགས་བྱེད་མི་དག་  
བས་རྫོགས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པས་ལྟ་མ་ཡིན་ཀྱི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་སོགས་གསུངས་  
ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི། སྒོ་ག་ཅོད་སྤངས་པས་ཆོ་རིང་།  
ནད་ཉུང་། མ་ཐུན་ལེན་སྤངས་པས་རྒྱ་ལོར་གྱིས་ལྷུག་ དག་ཀུན་གྱིས་མི་སྤང་།  
རྒྱ་སྤངས་པས་ཀུན་གྱིས་བསྟོད་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
བདག་འབྲས་ཡུལ་ལ་སྤྲོན་པ་བདེ་སྤྱིད་ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་འགྱུར་ཞིང་ཅི་བསམ་ངང་གིས་འབྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །ལུང་མ་བསྟན་གྱི་  
ལས་ནི། ཀུན་སྤོང་དག་མི་དག་གཉིས་ཀ་གང་གིས་ཀྱང་མ་ཐེན་པས། དེའི་  
འབྲས་བུ་དེ་ཉིད་བདེ་སྤྱིག་འདི་རེད་ཟེར་ནས་ལུང་བསྟན་དུ་མེད་པས་ན་ལུང་མ་བསྟན་  
གྱི་ལས་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན་ཟས་ཟ་བ། གོས་གྱོན་པ། འགྲོ་འདུག་ཉལ་  
འཆག་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཡིན་པ་རེད། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དུས་ཚོད་མང་པོ་ཞིག་  
ཆུང་བོས་རེད་འགྲོ་བ་ཡིན་པས། བྱང་ཆུབ་སེམས་སོགས་ཀྱིས་ཕྱིས་ཐེན་ན་དེ་དག་  
ཀྱང་དག་བར་བསྐྱར་སྐབ་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཡི། །དག་འམ་ཡང་ན་མི་དག་བ། །ཐམས་ཅད་དག་བ་ཉིད་འགྱུར་  
ཏེ། །གང་ཕྱིར་སེམས་དེ་གཙོ་བོའི་ཕྱིར། །ཞེས་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རེད། སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ། དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་  
གམ། །བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ལུགས། །རྒྱན་མི་འཆད་པ་དུ་མ་  
ཞིག །ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རོ། །མདོར་ན་མཐོ་སྤྱོད་པའི་ཕྱི་མོ་མན་ཆད་དང་། དམའ་དཔྱུལ་ཁམས་ཡན་  
ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རང་རང་སོ་སོས། བདེ་སྤྱུག་གི་རྣམ་གྲངས་འབྲུ་མི་འབྲུ་མང་  
པོ་ཞིག་སྤྱོད་གིན་ཡོད་པ་འདྲི། ལྷ་མེད་རྒྱུན་མེད་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་རེད། ལྷ་  
མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་མི་སྤྱོད། རང་རང་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་འདྲི་དང་། སྒྲོན་མར་  
བསགས་པའི་དགོ་སྤྱུག་གི་ལས་འབའ་ཞིག་ལས། འབྲས་བུ་བདེ་སྤྱུག་འདི་དག་  
བྱུང་བ་རེད། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་ནི། །ལས་རྣམས་ཡིན་པར་ཐུབ་  
པས་གསུངས། །ལས་རྣམས་ཀྱང་ནི་སྒྲ་ཚོགས་ལ། །དེ་ཡིས་འགྲོ་འདྲི་སྒྲ་  
ཚོགས་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། སྤྱོད་པ་རྗེས་མའང་ད་ལྟའི་སྤྱོད་པ་  
འདྲིའི་ཐོག་ནས་བསགས་པའི་ལས་དགོ་སྤྱུག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། བདེ་སྤྱུག་  
གི་རྣམ་སྒྲིན་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད། ཤི་རན་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཆོ་འདྲིའི་རྒྱ་ལོར་  
ལོངས་སྤྱོད། སྤྱོད་པས་འབྱོར་མངའ་ཐང་གཅིག་ཀྱང་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ཡང་།  
ལས་དགོ་སྤྱུག་བསགས་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་ཆུད་ཐོས་སུ་མི་འགྲོ་བར། བྱེད་པ་  
པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཤིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཡུང་པོ་  
འབའ་ཞིག་ལ་སྒྲིན། ལུས་ཅན་དག་གི་ལས་རྣམས་ནི། །བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་  
ཡང་ཆུད་མི་བ། །ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབས་པ་ན། །འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་  
པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། ད་དུང་གོང་དུ་བྲངས་པ་ལྟར། ས་སྒྲ་མཐོན་  
པོར་གཤེགས་པའི་མཁའ་སྤྱིང་གི། །གྲིབ་མ་རེ་ཞིག་བལྟ་བར་མི་མདོན་  
ཡང་། །ལུས་ཅན་དག་དང་འདྲུ་འབྲལ་སྤངས་པ་བཞིན། །ཚོགས་ཤིང་དུས་  
ལ་བབ་ཆོ་ལྷག་པར་མདོན། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དཔེ་བྲངས་ན་འདབ་ཆགས་  
བྱ་ཞིག་ནམ་མཁའ་འཕུར་ནས། མཁའ་དབྱིངས་མཐོ་སར་ཐོན་སོང་ཆོ། བྱའི་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

གྲིབ་མ་འདི་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་མཐོང་དུ་མེད་ཀྱང་། གྲིབ་མ་མེད་སོང་བ་མ་རེད།  
ནམ་ཞིག་ས་ཐོག་ཏུ་བབས་ཡོང་ཆོ། གྲིབ་མ་ནག་རིལ་ལེ་མཉམ་དུ་ཐོན་ངེས་ལ།  
དེ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པ་རེད། དེ་ལྟར་དུ་དགེ་སྲིག་གི་ལས་དེད་ལྟ་འཕྲལ་དུ་འདི་  
རེད་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་མཐོང་རྒྱ་མེད་ཀྱང་། མཐར་རང་ཐོག་ཏུ་མི་ཡོང་བའི་ཐབས་ཡོད་  
པ་མ་རེད། ལས་ཀྱི་ནམ་པར་སློན་པ་དེ་རང་ཅག་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་མ་དགོས།  
སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་སྦྱང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་མང་པོ་  
ཡོད་པ་རེད། བཅོམ་ལྷན་འདས་སྡོན་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པའི་ཆོ་ན།  
མི་ནག་མདུང་སྦྱང་ཅན་བསད་པའི་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷག་མ་ཞབས་ལ་སངས་ལྷེད་གི་ཆོར་  
མ་ཟུག་པ་དང་། རྩལ་ལྷན་ཅན་གྱི་མཆོག་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བུའི་སྐྱེ་ལུས་ལུ་སྟེགས་  
པས་འདམ་བུ་བཞིན་དུ་བཅོམ་ནས། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱེ་སྦྱང་ན་ལས་འདས་རབས་  
དང་། ད་དུང་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྦྱོང་གྱི་བུས་སློབ་དཔོན་གྱུ་སྐྱབ་ལ་དབུ་སྦྱོང་བའི་སྐབས་  
སྟེ། སློབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་ཆོད་ལ་ཁྱེར་སོང་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། རྒྱལ་པོའི་  
བུས་རལ་གྱིས་ཅི་འདྲ་བརྒྱབ་ཀྱང་མ་ཆོད་ཆོ། སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས། ངས་  
མཆོན་བརྒྱབ་པའི་ནམ་སློན་ཆོ་རབས་ལྟ་བུའི་སྡོན་ནས་དག་ཆོར་བ་ཡིན་པས།  
ང་ལ་མཆོན་གྱིས་བརྒྱབ་ནས་ཆོད་པ་མ་རེད། སྐྱེ་བ་ཡར་སྡོན་ཞིག་ལ། ལྷ་ཀྱ་  
ཤ་བརྟམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཞོར་དུ་འབུ་བསད་པའི་ནམ་སློན་ཆ་ཤར་བ་ཞིག་ད་དུང་  
ལུས་ཡོད་པས་ཀྱུ་ཤས་གཅིད་དང་ཆོད་གསུངས་བས། དེས་ལྷ་ཀྱ་ཤ་བརྟམ་ནས་  
བརྒྱབ་པས་དབུ་ས་ལ་ལྷུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རེད། དེ་ལྟར་  
ལས་ཀྱི་ནམ་སློན་དེ་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྦྱོང་ཚུལ་བསྟན་  
དགོས་པ་ཡིན་ན། རང་ངེས་ཅི་ལ་སྦྱོང་མི་དགོས། རྒྱལ་སྐྱུ་ཞིབ་ལྷས།

## སྒྲོ་སྒྲུང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྒྲིག་པས་ཀྱང་། །བསྐྱལ་བར་མནར་མེད་གནས་འགྱུར་  
ན། །ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྒྲིག་གིས། །བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྒྲིམ་ཅི་  
དགོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མེད་ནས་  
བསགས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཐར་མེད་ཀྱི་འཁོར་བ་འདིར་འབྱུངས་པ་ཡིན་ན། ད་དུང་  
ཡང་མི་དགོ་སྒྲིག་པའི་ལས་འབའ་ཞིག་བསགས་བཞིན་པ་འདིས། འཁོར་བ་ནས་  
མི་ཐར་པ་མ་ཟད་དཀ་སོང་ལས་ཐར་བའི་དུས་ཙམ་ཡང་ཡོད་དགའ་ས་ཨེ་ཡོད་བསམ་  
སྐྱུ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། རྒྱ་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས། འབྲས་བུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
ཆེན་པོར་སྒྲུང་བ་དང་འབྲ་བར། རྒྱ་དགོ་བ་ཕྲ་མོ་ཡིན་ཡང་། འབྲས་བུ་བདེ་བ་  
ཆེན་པོ་ཆེད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། སྒྲིག་པ་རྒྱུ་དུ་དག་ལ་ཡང་། །མི་གཞོད་སྐྱམ་དུ་  
བརྟམ་མི་བྱ། །མེ་སྟག་རྒྱུ་དུ་དག་གིས་ཀྱང་། །རྩ་མུང་རི་ཙམ་སྟག་པར་  
བྱེད། །དགོ་བ་རྒྱུ་དུ་དག་ལ་ཡང་། །མི་ཕན་སྐྱམ་དུ་བརྟམ་མི་བྱ། །རྒྱ་  
ཡི་ཐོགས་པ་བསགས་པ་ཡིས། །སྒྲོད་ཆེན་རིམ་གྱིས་གང་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་པས། རྒྱ་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས། འབྲས་བུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་སྒྲུང་  
བ་དང་འབྲ་བར། རྒྱ་དགོ་བ་ཕྲ་མོ་ཡིན་ཡང་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཆེད་རྒྱ་ཡོད་  
པ་དེས་ན། སྒྲིག་པ་རྒྱུ་དུ་ཡིན་ཡང་འཛོམ་དགོས་པ་རེད། དགོ་བ་ཕྲ་མོ་ཡིན་  
ཡང་བསགས་དགོས། ཆོས་ཐོས་པ་དེ་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་སུ་མ་སོང་པར། སྒྲོ་ཅེ་ནང་  
དུ་བཀུག་ནས། ཅི་བྱས་དགོ་བའི་ལས་ལམ་དོན་ཡོད་པས་མཐའ་སྒྲོང་། དུས་  
དང་རྣམ་པ་རྒྱན་དུག་ཏུ་བཞུགས་བཞིན་དང་མ་བྲལ་བའི་སྒྲོན་མེ། ཕྱི་ནང་སྒྲོང་  
བཅུད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་ཞེན་མེད་པ། སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུར་  
སྒྲོ་སྒྲུངས། དུས་རྟག་ཏུ་རང་གི་རྒྱུད་མི་དགོ་བ་ལས་ལྷོག་རྒྱུ་དང་། དང་པོའི་

## སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ལམ་དུ་བཞག་ཅི་ཐུབ་བྱས་ནས། སློལ་ས་སུ་རུང་བར་བྱ་བྱ་དེ་སློལ་གྲོག་ནམ་བཞིའི་  
ཁྲིད་གྱི་གནད་དང་། ཉམས་སུ་སྒྲངས་པའི་དོན་འབྲས་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་  
འཁོར་བ་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་ཐར་ནས། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་རྫོགས་པའི་  
བྱང་རྒྱལ་གསུམ་པོ་ཐོབ་པ་དེ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་ཐར་པ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད།  
ཐར་བ་ལ་ཕན་ཡོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། སྐྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་ལས་ཐར་  
བའི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་ཐར་པའི་ཕན་ཡོན་རེད། དེའི་ནང་ནས་ད་རེས་ཐོག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་མཇལ་བས། ང་གཅིག་ཡུར་བདེ་བ་ཐོབ་པས་ཕན་པ་མི་འདུག  
ཕ་མར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སློབ་དགོས་སྐྱམ་པའི་སྤྲོད་རྫོང་རྫོང་གུན་ནས་  
བསྐྱངས་ཏེ། སྐྱ་ན་མེད་པ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་དགོས་བསམ་  
པའི་ཐོག་ནས། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སློབ་བ་སེམས་བསྐྱེད། དངོས་གཞི་  
དམིགས་མེད། རྫོང་བསྐྱོ་བས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ། ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པ་  
རེད། །

## བདེན་བཞི་བཤད་པ།

ད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་འགག་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཡིས་བསྐྱས་ན།  
བདེན་པ་བཞི་ནི། སྐྱག་བསྐྱལ། གུན་འབྱུང་། འགོག་པ། ལམ་བཞི་  
པོ་རེད། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་  
བསྐྱོར་བའི་ཆོན། ཐོག་མར་བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་རེད།  
དེ་བཞི་པོ་ལ་བདེན་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྐྱར་དགོས་དོན་ཇི་ལྟར་རེད་ཟེར་ན། མི་བསྐྱ་



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

བའི་དོན་ཡིན་པས་ན་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར། ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་མི་བསྐྱུ་བ་རེད་ཟེར་ན།  
རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱིས་འབྲས་བུ་ཁམས་གསུམ་དུ་སྒྲུང་བ་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་ཆ་  
ནས་ཀུན་འབྱུང་དང་སྤྱད་བདེན་གཉིས་ཀ་ རྒྱ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་འབད་པས།  
འབྲས་བུ་ནམ་གྲོལ་ཐོབ་པ་མི་བསྐྱུ་པས། ལམ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་  
དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱད་ཀུན་འགོག་ལམ་གྱི་བདེན་པ་བཞིའི་ནང་དུ་འཁོར་འདས་གྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མ་འདུས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ནང་གི་དང་པོ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་  
པ་ལ་མཚོན་ན། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རང་ལུགས་དང་སྤྱད་པས་ནས་བཤད་ན།  
གདོད་མ་གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་སྤྱོད་པས་མ་བཟོད་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱོད་བཞི་དུ་  
གནས་པ་དེ་ལས། གཞི་ལས་གཞི་སྒྲུང་གི་སྒྲུང་བ་ཤར་བའི་དུས་སུ། རྒྱ་  
བདག་ཉིད་གཅིག་པུའི་མ་རིག་པས་གཞི་བྱས་ནས། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མ་རིག་  
པས་ངོ་མ་ཤེས། ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་མ་རིག་པས་གཟུང་འཛིན་རྒྱུ་ཆད་དུ་སོང་  
བས་འབྲལ་ཏེ། ཡུང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཞུགས་ནས། ཡུལ་མཐུན་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་འདོད་ཆགས་སྐྱེས། མི་མཐུན་པར་བརྟེན་ནས་ཞེ་སྤངས་སྐྱེས། བར་  
མར་བརྟེན་ནས་གཏི་མུག་སྐྱེས། དུག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་དུག་ལྡ་སྐྱེས་ནས།  
ཉོན་མོངས་པའི་རྟེན་ཅན་གྱི་རྟོག་པས་ལས་བསགས་པ་ཡིན་པས་ན། ཀུན་འབྱུང་  
སྤང་བར་བྱས་ནས། འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པ་དེ་ལྷོག་པར་བྱ་བ་གཤམ་ཆེན་པོ་  
རེད། ས་དམ་པས། ཉོན་མོངས་སྐྱེས་ཆོ་གཉིན་པོས་མ་སྐྱེབས་ན། །ཆོས་  
གྱི་དགོས་པ་སྟོར་རེད་ཅིང་རི་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་རེད། ཉོན་མོངས་པ་  
དེ་འདྲ་སྤྱོད་བསྐྱུར་ལམ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་མང་པོ་ཡོད་པ་སོ་སོའི་རང་གཞུང་  
ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས། སྤྱད་བསྐྱུ་བ་བདེན་པ་ཟེར་རྒྱ་

དེ། རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ཉོན་མོངས་དྲུག་གསུམ་དང་དྲུག་ལྔའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་  
ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་སུ་འབྱུངས་ནས། བུམ་པར་རྒྱུད་བའི་བུང་བ་  
ལྟར། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་ལས་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་ལ་བར་མེད་དུ་སྒྱུད་པས་རྟག་  
ཏུ་མཉར་ཞིང་ཉམས་ཐག་ཡིན་པ་རེད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་འོད་གསལ་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོས་ཏིལ་ལ་  
མར་བཞིན་བྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སྒྲོ་བུར་ཀྱི་ངི་མས་བསྐྱིབས་ནས་ཡོད་པ་  
རེད། ཅི་འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱིབས་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། རྒྱུད་བརྟགས་གཉིས་ཀྱི་  
ནང་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཉིད། །འོན་ཀྱང་སྒྲོ་བུར་ངི་མས་  
བསྐྱིབས། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་  
ཉོན་མོངས་པར་གྱུར། དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱུངས་ཏེ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ལ་སྤྱད་པས།  
འཁོར་བའི་བུང་ཁམས་སྒྲིམ་ཆེད་ཐམས་ཅད་གྲུབ་སོང་བ་རེད། དེས་ན་སྤྱུག་  
བསྐྱལ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། སྤྱུག་བསྐྱལ་ཅན་ཀྱི་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་  
ལ་འབད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེ། གསུམ་པ་དེ་ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་རེད། ལམ་ཀྱི་བདེན་  
པ་ནི། ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱ་བ་ཞིག་རེད། གང་ཉམས་སུ་བྱུང་བའི་ལམ་  
དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན། ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་དགོ་བ་གང་ཞིག་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བའི་འདུག་འོགས་སུ་གྱུར་བ་ལ་ལམ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། སངས་རྒྱས་  
བཙུང་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ཐབས་དང་བཅས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ལམ་མོ། །ཤེས་  
རབ་དང་བཅས་པའི་ཐབས་ནི་ལམ་མོ་ཞེས་གསུངས་པས། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྱི་  
དང་བྱེ་བྲག་གི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམས་ལ། གདུལ་བྱ་རང་ཉིད་ཀྱི་དབང་པོའི་རིམ་  
པ་དང་སྦྱར་ནས། ལམ་དེ་ལ་བསྐྱབ་པའི་དབང་གིས། ཚོགས་སྦྱོར་མཐོང་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

སྒོ་མ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ལམ་རྒྱམས་སུ་བགྲོད་རྒྱས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལག་  
དུ་ལེན་པ་ལ། ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ་རག་ལས་པ་རེད། བཞི་བ་དེ་  
འགོག་པའི་བདེན་པ་རེད། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ན། ཅི་ཞིག་  
གང་དུ་འགོག་ནས་གང་མངོན་དུ་བྱ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ན། འཁོར་བའི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་གང་དུ་འགོག་པའི་གཞི་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པ་རེད། ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་གནས་ལུགས་སམ་ཡིན་ལུགས་དེ་ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད། ཡོད་མེད་ཡིན་  
མིན་སོགས་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའམ་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་  
ཅད་ལས་རྒྱལ་པར་གྲོལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱལ་ཅིང་གཉིས་སུ་མེད་པས་སོ་སོ་ཐ་དད་པ་ཞིག་མ་ཡིན།  
ཆོས་ཉིད་འདུས་མ་བྱས་དང་། ཆོས་ཅན་འདུས་བྱས་གཉིས་ཀ་མཚན་ཉིད་མི་  
མཐུན་པས་གཅིག་པ་ཡང་མ་ཡིན། དེས་ན་ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན་ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། རྟག་ཆད་སོགས་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་པས།  
དབྱིངས་འཇུག་བ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་རེད། དཔལ་ལྷན་ཟླ་བས།  
གང་ཆོ་སྒྱུ་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྒྲོ་ཡང་སྒྲེ་བ་དང་བྲལ་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། ཡུལ་སྒྱུ་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྒྲོ་སྒྱུ་མེད་དུ་ཤར་བའམ་ཡུལ་སྒྲོས་བྲལ་ཀྱི་རྣམ་པ་  
སྒྲོ་སྒྲོས་བྲལ་དུ་ཤར་བ་ལ། ཆོས་ཉིད་མཐོང་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། ཡུལ་དང་ཡུལ་  
ཅན་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྟར་མཐོང་བ་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ནས་བསྟན་པ་ཞིག་དང་། ཡུལ་དང་  
ཡུལ་ཅན་ཐ་དད་དུ་མཐོང་བ་མེད་པའི་མ་མཐོང་བ་དགག་ཕྱོགས་ནས་བསྟན་པ་ཞིག་  
གི་ཚུལ་གྱིས་བཤད་ཀྱང་། དོན་ལ་འཕགས་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་པའི་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

མཐོང་བ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་པ་རེད། སྐྱབས་འདིར་འགོག་བདེན་བཤད་  
པའི་སྐྱབས་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ཉིད། རྟོགས་བྱེད་གྱི་ལམ་  
ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས། ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་དང་དུག་  
ལྡ། དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལས་ལམ་ཐམས་ཅད་འགོག་པ་དང་ཆབ་གཅིག་  
ཏུ་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་ཕུང་པོ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་འགོག་པ་རེད།  
མདོ་རྩེར་བསྟུས་ཏེ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་སྟེའི་ཆོས་སྐད་དང་སྟོགས་འདྲ་  
བའི་ཐོག་ནས་གོ་བརྟུན་ན། རང་གི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་བྱེད་སྟོའི་བྱུང་འབྲས་  
བྱུང་གི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་དབྱིངས་སུ་ཡལ། དབྱིངས་སུ་  
རུབ་པ་དེ་འགོག་གཞི་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་རེད། འགོག་བདེན་བྱུང་པར་  
ཅན་དེ་ཉིད་མདོན་དུ་བྱས་པ་ལ། ཐར་པ་དང་བྱུང་འདས་ཐོབ་ཅེས་ཟེར་གྱིན་ཡོད་པ་  
རེད། ད་སྐྱེ་མེ་བྱེད་ནས་གོ་བརྟུན་ན། དཔེར་ན། བད་སྟེད་བྱེད་གྱི་ཟས་  
དང་སྟེད་ལམ་བསྟེན་པ་དེ་ཀུན་འབྱུང་རེད། དེའི་དབང་གིས་ནད་གྱི་ཟུག་རྩས་  
མནར་བ་སྟུག་བསྐྱལ་རེད། བད་དེ་ལ་སྟེན་དབྱེད་གྱིས་བཅོས་པ་དང་། ཟས་  
སྟེད་མཐུན་ཆུན་བསྟེན་པ་ལམ་རེད། བད་མེད་སོར་རྩད་དུ་གྱུར་པ་འགོག་པའི་  
བདེན་པ་རེད། དཔེ་དེས་མཆོན་ནས། སེར་སྐྱའི་དབང་གིས་འཇུར་གོགས་  
བྱེད་པ་ཀུན་འབྱུང་། དེས་བསྟེད་པའི་དབུལ་ཞིང་ཕོངས་པར་གྱུར་པ་སྟུག་བསྐྱལ་  
རེད། དེ་ལས་ལྷོག་པའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་ལམ་རེད། དེ་ནས་སྦྱིན་པ་  
བཏང་བ་དེས་མ་འོངས་པ་ན་དབུལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་སེལ་བ་དེ་འགོག་པའི་བདེན་པ་  
རེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་འགྲོ་སྟོ་ལྷོག་རྣམ་བཞིས་འཁོར་བ་ལས་སྟོ་ལོག་ རྟེན་  
འབྲེལ་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེ་མེད་བདེན་བཞི་རྒྱ་འབྲས་འཇུག་ལྷོག་གི་བསྐྱབ་བྱུལ་གོ་བ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རགས་ཙམ་ཞིག་ཆགས་པའི་མང་གཞིའི་སྤྱོད་ནས། བྱང་རྩལ་གསུམ་གྱི་གོ་འཕང་གཏན་གྱི་བདེ་བ་དམ་པ་ནི་བ་བསིལ་བ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྒོ་ཁ་ཕྱོགས་དུས། ཐར་པ་བཅེར་རྒྱ་དེའི་ཕན་ཡོན་དང་ལམ་གྱི་རྣམ་བཞག་ ཐེག་པའི་འཇུག་སྒྲིཛ་རང་ལུགས་ཀྱིས་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་དུ་ཁེལ་བ་རེད། དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་སྒྲོའི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་བྱང་རྩལ་གསུམ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ལམ་གྱི་ལུས་རྟེན་བྱུང་པར་ཙན་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐེག་པ་གཉིས་བཅེར་བའོ། སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། འཇིག་རྟེན་པའི་ཐེག་པ་བཅེར་རྒྱ་དེ་ཀུན་སྤོང་མངོན་མཐོ་དོན་གཉེར་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་བ་དང་ལྷན་པས་དགེ་བཅུ་སྒྲུབ་ཅིང་། བསམ་གཟུགས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྒྲོམ་སྟེ། དགེ་ཅུ་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས། སྲིད་པ་སྒྲུབ་པའི་ལས་བསགས་པས་ན། འབྲས་བུ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་རེད། མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལེགས་སྒྲུབ་ན། །ལྷ་ཡུལ་བགྲོད་ལ་ཐག་མི་རིང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་ཐེམ་སྐྱས་ལ། །འཇིག་ན་ཐར་པ་གམ་ན་གནས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་དེ་ཐར་པའི་ལམ་སྟེགས་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ངས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་མ་བཟིན། སྤྱོད་བཏིད་ཀྱི་ལྟ་བས་མ་བཟིན་པའི་དགེ་ཅུ་ཆེ་ཆུང་གང་སྒྲུབ་ཀྱང་སྒྲེས་བུ་རྒྱུད་དུའི་ལམ་ཡིན་པ་རེད། སྒྲེས་བུ་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐེག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་སྒྲེས་བུ་འབྲིང་གིས་འཁོར་བ་ལས་ངས་པར་འབྱུང་། ཀུན་སྤོང་རང་འདོད་ཡིད་བྱེད། དགེ་ཅུ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན། རང་ལམ་གྱི་བསྒྲུབ་གསུམ་ཉམས་ལེན་གྱིས་གང་ཟག་གི་

སྐྱབས་ཐེ་པཎ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

བདག་མེད་རྟོགས་ཤིང་། དེ་ལག་ཞིག་གིས་ཆོས་བདག་རགས་པ་མེད་པར་  
རྟོགས་པའམ། གཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ། མཐར་འབྲས་ཉན་  
རང་དབང་བཅོམ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དེ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རེད། དེས་  
འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཟིན། སྟོང་ཉིད་ཉི་ཆོ་བ་ཅོམ་རྟོགས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའམ་ཐབས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་དགོ་ཅུ་དེ་རྒྱ་ཆེ་རྒྱང་གང་བསྐྱབ་  
ཀྱང་ཐེག་དམན་ཐར་བ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་ཅུ་ལས་འཕགས་པ་མ་རེད། སྐྱེས་བུ་ཆོན་  
པོའི་དགོ་ཅུ་ཐེག་ཆོན་ཐར་བ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་ཅུ་དེ་དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཟིན་པ་  
མ་ཟད། བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱིས་ཟིན་ནས། མདོ་ལུགས་ལ་སངས་རྒྱས་དང་སྤྲུགས་ལུགས་ལ་བྱང་  
འཇུག་རྟེན་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་དེ་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་རེད། ལམ་གྱི་བགྲོད་  
རྩལ་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་རང་ལམ་མཆོན་ཉིད་ཐེག་པས་བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་  
གསུམ་དུ་ཆོགས་བསགས་ནས། སེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་།  
ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་སྦྱང་བ། སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་མཆོད། ཆོགས་  
བསགས་སྒྲིན་ལམ་རྟོགས་པ་སྟེ། རྟོགས་སྒྲིན་སྦྱང་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་དགོས། ཉེ་ལམ་རྟེན་ཐེག་པ་ལའང་སྤྲུགས་བྱི་བ་  
ཀྱི་ཡོག་སྟེ་གསུམ་སྟེ། ཀྱི་ཡ་ཨུ་པ་ཡོག་གསུམ། ནང་པ་ཡོག་རྣམ་གསུམ་  
སྟེ། བསྐྱེད་རྟོགས་རྟོགས་ཆེན་གསུམ་ཞེས་ཟེར་བ། མ་རྒྱ་ཨ་རུ་ཨ་ཏི་ཡོག་  
གསུམ་ཡིན་ན། བྱ་རྒྱུད་སྦྱོང་རྒྱུད་རྣམས་འབྱོར་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་རང་ལམ་གྱི་དབང་  
གིས་སྒྲིན། དམ་ཆོག་གིས་རྒྱུད་བསྐྱམས། མཆོན་བཅས་མཆོན་མེད་ཀྱི་རྣལ་  
འབྱོར་བསྐྱོམ་སྟེ་མི་ཆོ་བཅུ་དྲུག་དང་བདུན་ནམ་ལྔ་ཡིས་རིགས་གསུམ་རིགས་བཞི་

## སྒོ་སྐྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རིགས་ལྔ་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་རེད། མ་རྒྱ་དང་ཨ་རུ་གཉིས་  
ཀས་རང་ལམ་གྱི་སྒྲོན་པར་བྱེད་པའི་དབང་ཐོབ་པ་གཞིར་བཞག་གི་སྟེང་ནས།  
དམ་ཚིག་རྣམ་པར་དག་པ་བསྐྱེད་ཏེ་ཐབས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། ཤེས་རབ་  
རྩོགས་པའི་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་མི་ཚོ་གཅིག་གིས་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱབ་  
སྐྱབ་པ་རེད། ལྷ་ལམ་ཐེག་དགུའི་ཕྱི་མོ་འོད་གསལ་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
ནས། སྒྲོས་བཅས་སྒྲོས་མེད་ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་མེད་སོགས་ཀྱི་དབང་ཐོབ། དམ་  
ཚིག་རྣམ་པར་དག་པས་རྒྱུད་བསྐྱེད་མས། ཀ་དག་ཁྲིགས་ཚད་དང་ལྷན་གྲུབ་ཐོད་  
ཤེས་ཀྱི་ལམ་ཉམས་སྤྱད་པས། ལོ་དང་རྩ་བས་འཕོ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་འགྲུབ་པ་  
རེད། །

## བཤེས་གཉེན་བསྟན་པ།

དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གང་ལ་ཞུགས་ཀྱང་། ཐར་པ་དང་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་དུ་བྲིད་པ་ལ། རང་ལམ་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན།  
ལམ་སྟོན་གྱི་བླ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་མ་བསྟེན་པར་ཐབས་མེད་དེ།  
དཔུས་ལོང་ཐང་དཀྱིལ་དུ་འབྱམས་ཆོ་ལོང་བྲིད་དང་། ལུན་ནག་སྤྲུག་རིམ་དུ་  
འབྱམས་དུས་ལུན་སེལ་གྱི་སྒྲོན་མེ་ཞིག་མེད་ན། ལམ་འགོ་མི་ཆོད་པ་ལྟར།  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡང་དག་པ་ཞིག་གི་ལམ་སྟོན་མེད་ན། ཐར་ལམ་གཏུན་  
བདེའི་གོ་འཕང་དུ་བསྐྱེད་མི་ཐུབ། བླ་མ་དེའང་ཅི་བྱུང་བྱུང་། གང་བབ་བབ།  
ཐོབ་སུའི་མཐོ། མིང་གྲགས་སུ་ཆེ་ལྟ་རྒྱ་ཞིག་མ་རེད། དང་པོ་བླ་མ་བརྟག་ལ་

སྐྱབས་རྗེ་པདྨ་སྒྲལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

མཁས་པ་དང་། །བར་དུ་སྒྲུ་མ་བསྟན་ལ་མཁས་པ་དང་། །ཐམས་དགོངས་  
སྟོན་བསྐྱབ་ལ་མཁས་པ་ཡི། །སྟེས་བུ་དེ་ནི་ཡང་དག་ལམ་ལ་འགོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། །ཕྱི་སོ་ཐར་གྱི་མཁན་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། །ལྷ་ཡུག་ཉིར་  
གཅིག་དང་ལྷན་པའི་བརྟན་མཁས་བརྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་  
པ་རེད། །ནང་བྱང་སེམས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་དེ། །བཤེས་གཉེན་ནི་བ་དུལ་བ་ཉིར་  
ནི་བ། །ཡོན་ཏན་སྟག་པར་བརྟོན་བཅས་ལུང་གིས་ཡུག། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་  
སོགས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དང་། །སྟགས་དྲི་རྩེ་ཐེག་པའི་བླ་མ་དེ། །རྒྱུད་སྟེ་  
རང་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ། །སྟོན་པ་མཛོད་ལྷན་ཆུ་བོ་  
རྩོགས། །གཉིར་ལྷན་རྒྱུད་དང་ལས་ལ་མཁས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་  
པ། །དེ་ཉིད་བརྟུ་དང་རང་བཞིན་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། །བྱུང་པར་  
དུ་ཤིན་ཏུ་སྦྱར་ལམ་རྩོགས་ཆེན་མན་ངག་སྟོན་པའི་བླ་མ་དེ། །ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་  
མེད་སྤིང་པས་ཆ་ཆོད་འདི་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
བྱུང་པར་མན་ངག་སྟོན་པའི་བླ་མ་ནི། །དབང་ཐོབ་དམ་ཆོག་ལ་གནས་ཤིན་ཏུ་  
ནི། །གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་རྒྱུད་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད། །བསྟན་སྐྱབ་རྟགས་རྩོགས་  
རྟོགས་པས་རང་རྒྱུད་གྲོལ། །སྤིང་རྩེ་ཆོད་མེད་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་  
གཉིར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། །བྱང་བའི་དོན་དུ་ཀུན་དང་  
སྟོགས་མཐུན་ལ། །དེས་པའི་དོན་དུ་ཀུན་དང་རྣམ་བཞག་འགལ། །དགོངས་  
པ་ཅན་ཕྱིར་ཀུན་ལས་བྱུང་པར་འཕགས། །ཐེ་ཆོམ་གཅོད་མཁས་ལོག་སྐྱབ་སྐྱོ་  
ངལ་བཟོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། །ཕྱི་སོ་ཐར། །ནང་བྱང་སེམས་  
གསང་བ་སྟགས་ཏེ་སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་གནས་ལ་གནང་བཀག་གི་འགལ་བ་མ་སོང་



## སྒྲིབ་ཐུང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲིབ་མེ།

བ། མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་ལ་མཁས་པ། སྤྱིང་རྩེས་སྤྱགས་རྒྱུད་བརྒྱན་པ།  
རྩོགས་ཆེན་རང་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་པ། སྒྲོམ་དམ་ཚིག་རྣམ་  
པར་དག་པས་རྒྱུད་བསྐྱམས་པ། ལམ་སྤྱང་བཞིའི་ས་མཚམས་གྱི་གོ་རྒྱུད་རྟོགས་  
གསུམ་ཅི་རིགས་དང་ལྡན་པ། རྟོགས་པས་རང་རྒྱུད་གོ་ལ་བས་སྤྱགས་རྩེས་གཞན་  
རྒྱུད་སྒྲོལ་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པས། དང་པོ་སྒྲ་མ་བརྟགས་ནས་བསྟེན་  
དགོས་པ་རེད། བར་དུ་སྒྲ་མར་བསྟེན་པའི་ཆོན་མཉེས་པ་གསུམ་གྱི་ཞབས་རྟོག་  
དང་བཅས་ཏེ། བད་པས་སྒྲན་པ་མགོན་པོས་སྒྲེལ་མ་དང་། །འཛིགས་པས་  
རམ་སྒྲ་ཚོང་པས་དེད་དཔོན་དང་། །བྲུ་བས་མཉན་པ་བཞིན་དུ་སྒྲེ་གི་  
དང་། །ཉོན་མོངས་དབྱ་ཡི་འཛིགས་པས་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་པ་དང་།  
འགོགས་པར་བདེ་བ་སྐྱར་གསལ་ལྟ་བུ་དང་། །འཇུག་པར་བདེ་བ་ལན་ཚུ་ལྟ་བུ་  
དང་། །བཟོད་བསྐྱར་ཆེ་བ་ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཡིས། །སྒྲ་མའི་འཁོར་དང་རྩི་རྩི་སྒྲན་  
ལ་བསྟེན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་སྤྱིང་  
སྟོབས་དང་། སྒོག་ལ་བབ་ཀྱང་སྤྱགས་འགལ་མི་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་དང་བཅས་  
ཏེ། ཐོས་བསམ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བརྩོན་པ་ལྟར་ལེན་དགོས་པ་རེད། ཐམས་  
དགོངས་སྤྱོད་བསྐྱབ་པའི་ཆོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཟེར་ན། འབྲི་བུང་སྒྲོབ་པ་རིན་པོ་  
ཆས། སྒྲ་མ་སྒྲ་བཞིའི་གངས་རི་ལ། །མོས་གུས་གྱི་ཉི་མ་མ་ཤར་ན། །བྱིན་  
སྐབས་གྱི་ཁུ་རྒྱུན་མི་འབེབས་པས། །སེམས་མོས་གུས་འདི་ལ་ནན་ཏན་  
མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་དད་པ་དང་མོས་གུས་  
གྱིས། རྩིང་བུ་མཚོག་ལ་བསྟེན་པའི་ངང་པ་དང་། །བུང་བས་མེ་རྟོག་བརྟུང་ལ་  
རོ་རྒྱུད་བཞིན། །རྟག་རྟ་འགོགས་པའི་སྤྱོད་པ་ངོ་མཚར་ཅན། །སྒྲོང་ལ་མེད་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

པས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་བརུང་ནས། །དད་པས་ཉེ་བར་ལེན་པས་ཡོན་ཏན་  
ཟུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྒྱུད་ན་བཞུགས་པའི་ཉམས་  
རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་བུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ་དུ་དང་སུཿསྟོམ་ཐོར་ནས་བཏོན་པ་ལྟ་  
བུའི་གདུང་འཛིན་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་འགྲོ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་  
ཐོག་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ། ཆོ་ལུས་འདིར་རྟོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། ཐོག་མར་སྐྱབས་བྱུང་པ་ཅན་ཞིག་  
འཆོལ་དགོས། སྦྱར་ན་ལམ་བདེན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་ལ་མ་  
བསྟེན་ཀྱི་བར་དུ། ཐར་ལམ་རྣམ་དག་ཅིག་ཐོབ་མི་ཐུབ་པ་རེད། ལམ་བདེན་  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་རྒྱུད་ལ་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་ལ། ཏིང་ངེ་འཛིན་  
བསྐྱེམ་དགོས་པ་རེད། ཏིང་ངེ་འཛིན་དེའང་ཞི་ལྷག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་བསྐྱེམ་པ་  
ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྟོང་བསྐྱུར་ལམ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་རང་ལམ་ལྟར་  
གོམས་པའི་མཐུས། མཐར་བུལ་སྟོན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་འབྲས་ཆོས་  
མངོན་དུ་འགྱུར་དགོས་པ་རེད། དེ་ཅི་འདྲ་རེད་ཟེར་ན། ཞིག་ནས་རབ་ཏུ་ལྡན་  
པའི་ལྷག་མ་ཐོང་གིས། །ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཛོམས་པ་ཤེས་བྱས་  
ནས། །ཐོག་མར་ཞིག་ནས་བཙལ་བྱ་དེ་ཡང་ནི། །འཛིག་རྟེན་ཆགས་པ་མེད་  
ལ་མངོན་དགས་འགྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱེམ་པ་ལ།  
དེའི་རྟེན་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་སྟུང་དགོས། རྟེན་མེད་ན་བརྟེན་པ་  
གནས་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཚུལ་བྲིམས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ལེན་དགོས་ན།  
སྐྱབས་འགྲོ་དེ་རྩོམ་བྱེད་མ་བྱས་པར་སྟོམ་པ་ཁུ་བའི་ཐབས་མེད་པ་སྟེ། སྟོམ་པ་  
ཀུན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །སྐྱབས་སུ་མ་སོང་པ་ལ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་

ལྟར་པོ།     |

## སྐྱབས་འགོ།

དེས་ན་སྐྱབས་འགོ་བཅུ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར་ན།     རང་གཞན་  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་འཛིགས་ནས་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྐྱབས་སུ་འཛིན་  
བར་ཁས་སྐྱབས་ནས་དམ་བཅའ་བ་དེ་སྐྱབས་འགོའི་མཚན་ཉིད་རེད།     ཁྱད་པར་དུ་  
ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ལུགས་ལ།     སྲིད་ཞི་གཉིས་ཀའི་མཐའ་ལ་འཛིགས་ནས་སྐྱབས་  
སུ་འགོ་བ་རེད།     དེ་ཡང་སྐྱབས་འགོའི་སྒོ་འབྱེད་བྱེད་དད་པ་རེད།     ཨོ་རྒྱུ་  
ཆེན་པོས།     ཡིད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པས་བྱིན་རྒྱལ་ལ་འཇུག།     སྒྲོ་ཐེ་ཆོས་དང་  
བྲལ་ན་ཅི་བསམ་འགྲུབ།     ཁྱེས་གསུངས་པ་རེད།     ད་དུང་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
དད་པ་མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ།     །དཀར་པོའི་ཆོས་ནི་མི་འབྱུང་སྟེ།     །ས་བོན་མེ་  
ཡིས་ཆོག་པ་ལ།     །སྤྱ་གུ་སྒྲོན་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ།     །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།  
དད་པ་དེ་ལ་ཡང་།     དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད།  
དེའི་ནང་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་འམ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དད་པས་གཞི་བཟུང་དགོས།  
རང་ངོས་ནས་དད་པ་ཡོད་ན་ཡུལ་ལ་བཟང་ངན་མེད་པར་བྱིན་རྒྱལ་ལ་འཇུག་པ་རྒྱ་  
མོ་བྱི་སོས་སངས་རྒྱས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཡིན།     དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་  
འཕྲིན་ལས་གདུལ་བྱའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་བཅུ་དེ་རེད།     སྐྱབས་འགོ་བཤད་པའི་  
སྐྱབས་སུ་དང་པོ་སྐྱབས་སུ་འགོ་རྩལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད།     སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་འབྲིང་  
ཆེ་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འགོ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད།     ཁྱད་པར་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

བསམ་པ་དང་གཅིག དུས་དང་གཉིས། ཡུལ་དང་གསུམ་གྱི་སྤྲོད་ནས་བྱུང་  
པར་སྤྲོས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་སྤྲོས་བྱ་ཆུང་དུ་ལྟ་བུ་ནི། རང་ཉིད་དཀ་སོང་  
གསུམ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་ནས་མཐོ་རིས་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་  
དམིགས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ། དུས་གནས་སྐབས་ཇི་སྲིད་འཆོའི་བར་དང་།  
མཐར་ཐུག་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ། ཡུལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་  
རྟེན། སྤྲུག་བྱས་དང་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པ་  
དང་། སྤྲོས་བྱ་འབྲིང་ནི། འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་ཡིས།  
རང་ཉིད་ཐར་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱིས། དུས་གནས་སྐབས་ཇི་སྲིད་འཆོ་དང་། མཐར་  
ཐུག་ཉན་རང་དག་བཅོམ་གྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ། ཡུལ་གང་ཡིན་ན།  
བསོད་ནམས་དཔག་མེད་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཐུགས་འགོག་པ་དམ་པ་དེ་  
སྐྱབས་ཡུལ་དུ་འཛིན་པ་རེད། ཆོས་སྡེ་སྤྲོད་གསུམ་དང་། བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
ཡིན་ན། རྟོགས་པའི་ཆོས་འགོག་བདེན་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་དེ་དང་། དགོ་འདུན་  
རྒྱན་ཞུགས། སྤྱིར་འོང་། སྤྱིར་མི་འོང་། དག་བཅོམ་བཞི་བོ་དེ་ལ་ཞུགས་  
གནས་གཉིས་རེ་བཅིས་པའི་བྱང་བཞི་ཡ་བརྒྱད་ཀྱི་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་ཐུགས་  
འགོག་པ་དམ་པ་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་རེད། སྤྲོས་བྱ་ཆེན་པོའི་བསམ་པའི་བྱུང་  
པར་ནི་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ།  
དུས་བྱང་ཆུབ་སྐྱིད་པོ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ། ཡུལ་གང་ཡིན་ན། སྤྲུ་བཞི་ཡེ་ཤེས་  
ལྷ་ཡི་བདག་ཉིད་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྟོགས་པ་མངོན་གྱུར་གྱི་སངས་རྒྱུས་དང་།  
དེ་དག་གི་ཐུགས་རྒྱུད་ན་བཞུགས་པའི་ཆོས། དགོ་འདུན་ས་དང་པོ་ནས་ས་བཅའི་  
རྒྱན་མཐའི་བར་དུ་བཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ཡིན་པ་རེད།

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

དེ་ཐུན་མོང་ཕྱི་ཡི་སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་རེད། མཐར་གཏུགས་ནས་  
བཤད་ཡོང་ན། ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གཉིས་ཀྱང་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐྱབས་ཙམ་མ་  
གཏོགས་སྐབས་ཡུལ་མཐར་ཐུག་ཏུ་འཛིན་གྱིན་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཅི་ལྟར་ཡིན་  
ཟེར་ན། མགོན་པོ་བྱམས་པས། སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཕྱིར། །མེད་  
ཕྱིར་འཛིགས་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། །ཆོས་རྣམ་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་  
ཆོགས། །གཏན་གྱི་སྐྱབས་མཆོག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ལུང་གི་ཆོས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ཚར་དུས་ཆོག་ལ་རེ་ལྟོས་མི་འཆའ་བར། དཔེ་བཞག་  
ན་ཆུའི་པ་རོལ་དུ་བུད་ཚར་དུས་བྱུ་མི་དགོས་པ་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དང་།  
རྟོགས་པའི་ཆོས་ལམ་གོང་མ་གོང་མ་ཐོབ་དུས་སྡུ་མ་སྡུ་མ་མི་རྟག་པ་དང་ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱི་དགེ་འདུན་རྣམས་རང་ཉིད་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་ན་ཆོས་རྣམ་  
གཉིས་དང་དགེ་འདུན་གཏན་གྱི་སྐྱབས་མིན། མཐར་ཐུག་གི་སྐྱབས་སངས་རྒྱས་  
ཉག་ཅིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཅི་  
འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐུབ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཅན་ཕྱིར། །ཆོགས་ཀྱང་དེ་ཡི་མཐར་ཐུག་  
ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས། ཐུབ་པ་གསུངས་རྒྱ་དེ། སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱས་  
དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཅན་གསུངས་ན། རྟོགས་པ་ཆོས་སྐྱུ་དང་།  
བསྟན་པ་ཆོས་སྐྱུ་གཉིས། ཐུགས་རྒྱུད་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོས་དང་དབྱེར་མི་ཐུང་པ་དེ་  
དགེ་འདུན་ཡིན་པ་རེད། མཐར་ཐུག་གི་སྐྱབས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་  
ཁོ་ན་རེད། དེས་ན་རྩོགས་ཆེན་གྲོང་ཆེན་སྤིང་ཐེག་གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་གྱི་  
ཐུན་མིན་ནང་གི་སྒྲོན་འགྲོའི་སྐྱབས་འགྲོའི་སྐབས་སུ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
དངོས་བདེ་གཤེགས་ཅུ་བ་གསུམ། །ཅུ་རྒྱུད་ཐེག་ལའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སེམས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབས་སུ། དགོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་  
ཞེས་པའི་ཆོག་དེས། མཆོག་གསུམ་བདེ་གཤེགས་གཅིག་ལ་འདུས་པའི་དོན་  
བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡན་ཆོད་ཀྱིས་ཐུན་མོང་ཕྱི་ཡི་སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་བཤད་པ་རེད། ད་ཐུན་མིན་ནང་གི་སྐྱབས་ཡུལ་ནི། གོང་གི་  
སྟོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་གྱི་སྐྱབས་སུ། དགོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་  
ཞེས་ཡར་བཅད་ལུལ་དུ། ཙ་བ་གསུམ། ཙ་རྩུང་ཐེག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་  
རྩུབ་སེམས། །ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། །བྱང་རྩུབ་སྦྱང་  
པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཞེས་པས་བསྟན། ཙ་བ་གསུམ་ནི། ལྷ་མ།  
ཡི་དམ། མཁའ་འགྲོ་གསུམ་སྟེ། ཐུན་རྩུབས་ཀྱི་ཙ་བ་ལྷ་མ། དངོས་གྲུབ་  
ཀྱི་ཙ་བ་ཡི་དམ། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཙ་བ་མཁའ་འགྲོ་རེད། །བྱང་པར་དུ་གསང་བ་  
སྤགས་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་རྩི་རྒྱུང་པོའི་ལུགས་ཀྱི་སྐྱབས་ཡུལ་ནི། རྟེན་ཙ་ཐེག་  
རྩུང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་བརྟེན་པ་རང་བཞིན་བྱང་རྩུབ་ཀྱི་སེམས་འོད་གསལ་བའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པ་རེད། ཙ་རྩུང་ཐེག་ལེ་གསུམ་པོ་ནི་གནས་པ་ཙ། གཡོ་བ་རྩུང་།  
བཀོད་པ་བྱང་རྩུབ་ཀྱི་སེམས་བཅས་རེད། གནས་པ་ཙ་ནི་ཙ་གསུམ་འཁོར་ལོ་ལྷ་  
ལ་སོགས་པ་དང་། གཡོ་བ་རྩུང་ནི་ཙ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྩུང་། བཀོད་པ་  
བྱང་རྩུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་རང་བཞིན་གཞི་ཡི་ཐེག་ལེ། ཀུན་རྫོབ་སྦྱུ་ཡི་ཐེག་ལེ་ལ་  
སོགས་པ་ཡིན་ན། རྟེན་ཙ་ཐེག་རྩུང་གསུམ་ལ་བརྟེན་རྒྱ་གང་ཞིག་བརྟེན་པ་རེད་ཅེ་  
ན། རང་བཞིན་བྱང་རྩུབ་ཀྱི་སེམས་འོད་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས། གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱས་ན། རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལེ་ཉག་གཅིག་ གཉིས་སུ་དབྱེ་ན། ཀ་  
དག་སྦྱོང་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཐུན་གྲུབ་སྤྱང་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས། གསུམ་དུ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

བྱས་ན། རོ་བོ་སྤྱོད་པ། རང་བཞིན་གསལ་བ། ཐུགས་རྗེ་ཀུན་བྱུང་།  
དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་པེ་དེ་སྐྱབས་ཡུལ་མཐར་ཐུག་རེད། དེས་ན་ཅུ་དག་པ་  
དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་དང་སྐུལ་སྐྱུ། རྒྱུད་དག་པ་ཆོས་དགོན་མཆོག་དང་  
ལོངས་སྐྱུ། ཐེག་ལེ་དག་པ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དང་ཆོས་སྐྱུ། རོ་བོ་  
སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱས། རང་བཞིན་གསལ་བ་ཆོས། ཐུགས་རྗེ་ཀུན་བྱུང་སྤྱང་  
སྤྱོད་ཟུང་འཇུག་གི་ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མི་བྱེད་པ་དགེ་འདུན་རེད། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་  
སྐྱབས་འགོ་དུས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཐེག་པ་  
ལྟར་ན། ཕྱི་བྱང་ཚུབ་ཤིང་དུང་དུ་བཞུགས་ནས། བྱང་བྱང་ཚུབ་སྤྱོད་པོ་མངོན་  
དུ་མ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་འཛོག་པ་རེད། འབྲས་བུ་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལྟར་ན།  
ནམ་མཁའ་ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོར་མ་སད་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ཚུལ་  
གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་པར་གསུམ་ལྟན་གྱི་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དེ་ལ་  
ཡང་། རྒྱའི་སྐྱབས་འགོ་དང་། འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགོ་གཉིས་ཡོད་ལ།  
རྒྱའི་སྐྱབས་འགོ་དེ་ལ་ཡང་བཏགས་པ་བཤམ་ལེན་གྱི་སྐྱབས་འགོ་དང་། མཚན་  
ཉིད་པ་ལམ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་འགོ་སྟེ་གཉིས་ཡོད། བཏགས་པ་བཤམ་  
ལེན་གྱི་སྐྱབས་འགོ་ནི། བྱུང་པར་གསུམ་ལྟན་གྱིས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆོ།  
སྐྱབས་འགོའི་ངག་འདོན་འབུམ་ཐུག་ལ་སོགས་པ་ངག་ནས་འདོན་རྒྱ་དེ་རེད།  
མཚན་ཉིད་པ་ལམ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་འགོ་ནི། ཁས་བླངས་པ་དེ་ལྟར་དུ་  
སངས་རྒྱས་ལ་སྟོན་པ། ཆོས་ལ་ལམ། དགེ་འདུན་ལ་ལམ་སྐྱབ་པའི་གོགས་  
སུ། སྤྱོད་བཀམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་པ། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
དམིགས་ནས་ཆོགས་གཉིས་བསགས་པའི་སྒྲོའི་སྟེང་ལ་འཇུག་པ་དེ་རེད། འབྲས་

སྐྱབས་ཐེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

བུའི་སྐྱབས་འགོ་མཚན་ཉིད་ཐེག་པ་ལྟར་ན། གཞན་རྒྱུད་དུ་བྱོན་ཟིན་པའི་དགོན་  
མཚན་གསུམ་ལ་དམིགས་ནས། དེ་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་དང་།  
སྐྱགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་འབྲས་བུའི་ཚས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཚན།  
གཟུགས་སྐྱ་ལམ་བྱེད་ཐབས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། ཚས་སྐྱ་ལམ་བྱེད་ཤེས་  
རབ་རྩོགས་པའི་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས། འབྲས་བུ་སྐྱ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
མཛད་པ་ལམ་དུ་བྱེད་པས་ན། འབྲས་སྐྱབས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡང་  
སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རིགས་ཁམས་བདེ་བར་  
གཤེགས་པའི་སྣང་པོ་འཇམ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བོན་རང་ལ་ཡོད་པ་གཞིར་གནས་  
ཀྱི་རིག་པ་དེ་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་ཚེད་པ་  
མ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་མི་ཚེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་རེད་ཅེ་ན། འོན་ཀྱང་སྒོ་  
བུར་བྱི་མས་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་ན། རང་ཅག་འབྲུལ་ནས་སེམས་ཅན་  
དུ་གྱུར་ཡོད་ན། སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་དེ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཡིན་པ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་དེ་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་རང་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པའི་ཉེར་ལེན་ནམ། མཚམས་སྦྱར་བྱེད་ངོ་མ་དེ་མོས་གུས་  
ཁོན་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། མེ་ཆ་མེ་རྩོམ་བ་གསུམ་མཉམ་དུ་  
འཛོམས་པས་མེ་སྐར་བ་ལྟར་རེད། འོན་ཏེ་ཅག་ནམས་ཀྱི་སྒོན་པ་སངས་རྒྱས་  
ལྷ་ལྷུབ་པ་མི་ལེ་ཉིས་སྟོང་གི་སྒོན་ཞིག་ལ་བྱོན་ནས། སྐྱ་མུང་ན་ལས་འདའ་བའི་  
རྩྭ་བསྟན་ནས་རང་རེས་མཇལ་ས་ཞིག་ལ་ད་ལྟ་བཞུགས་མེད་པས། ལྷན་ཅིག་  
བྱེད་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་དེ་རི་ལྟར་འཇུག་པ་རེད་ཟེར་ན། དུས་ཀྱི་ཐ་  
མར་རང་ཉིད་ལ་དངོས་སུ་སྒྲུང་བའི་སངས་རྒྱས་ནི། བླ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ།



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

མཚན་ལྟན་དག་བའི་བཤེས་གཉིན་ཡིན་པ་རེད། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱི་ནང་དུ།  
ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ཆོས་བརྗོད་པ་ངག་ལས་  
དཔོག་པར་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲ་མ་དེའི་ཞལ་ནས་འོང་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་  
བྱེད་དེ། སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་འཕོ་བ་དེའི་མིང་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཟེར་བ་  
རེད། དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མིན་ན་སྒྲོན་པ་སྐྱེ་ལྷུང་ན་ལས་འདས་པའི་སྤྱད་  
ཅིག་དེའི་རྗེས་ཐོག་ནས་བསྟན་པ་རྒྱུ་ཆད་སོང་ཡོད་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་འདོད་  
མཁན་སུ་གཅིག་གྲང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་བསྟན་པ་ནི་ཐར་ལམ་གྱི་མིག་ཡིན་  
ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བདག་པོར་སོང་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད།  
སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་འཕོ་བར་རུས་པ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས། དེ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བདག་པོར་མ་སོང་ན། ཆོས་ཚིག་གཅིག་གྲང་སྒྲ་བར་རུས་  
པ་མ་རེད། དེས་ན་སྒྲ་མའི་གསུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤྱད་དང་།  
ཐུགས་གྲང་དེ་བཞིན་དུ་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། མཁྱིས་ནད་ཅན་ལ་དུང་  
དཀར་པོ་སེར་པོར་སྤང་བ་ལྟར་སྒྲ་མ་ཐ་མལ་བར་མཐོང་བ། རང་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་  
ཀྱིས་གང་བའི་དབང་གིས་སྒྲ་མ་ཡང་དེ་དང་མཐུན་པར་སྤང་བ་རེད། དེས་ན་སྒྲ་མ་  
དགོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ངས་ཤེས་ཀྱིས་དངས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་  
དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་ཆེས་དེ་མེད་ན། དང་པོ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་  
རྣལ་མ་ཞིག་མ་སྐྱེས། དེ་མ་སྐྱེས་པས་དང་བའི་དད་པ་དང་། འདོད་པའི་དད་  
པ་གཉིས་གྲང་མི་སྐྱེ། དེ་མ་སྐྱེས་ན། མི་སྤྱེད་པའི་དད་པ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་  
པས། དད་པ་དེ་རྣམས་མེད་ན་ཟབ་ལམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་མོས་གུས་ཀྱི་  
གནད་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིག་དགོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། རྟེན་འབྲེལ་འགོ་ནས་ལོག་

སྐྱབས་ཐེ་བལྟ་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

སོང་བ་ཡིན་དུས། གནད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་བྱས་ནས་སྐྱབས་གནས་  
ཀུན་འདུས་ཀྱི་ཙྰ་བ་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ཤེས་རྒྱུ་དང་། སྒྲ་མའི་ཐུགས་ནང་གསལ་ཕྱ་བའི་  
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྟར་དང་བྲལ་བ། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་དང་  
གཉིས་སུ་མེད་པ་དེ་སྐྱབས་ཡུལ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པ་ཤེས་རྒྱུ་དེ་སྐྱབས་འགྲོའི་སླིང་པོ་  
རེད། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འོག་  
ཏུ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན། སྐྱབས་འགྲོའི་གོ་བ་ཙམ་ཞིག་དང་དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་པོ་གང་ཡིན་ཙམ་གྱི་ངོས་ཟིན་ཞིག་ཅི་ལྟར་སྐྱབས་ཀྱང་ཡོད་དགོས་པ་རེད།  
སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གསུམ་རེད་ཟེར་བ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཡོང་བ་མ་རེད།  
དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དེའི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ། ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་  
གསལ་པོར་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དེ་གང་ཡིན་  
པ་རེད་ཟེར་ན། སྤང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན། སྤང་  
རྟོགས་ཅི་ལྟར་མཐར་ཕྱིན་པ་རེད་ཅེ་ན། ཆོགས་སྦྱར་གྱི་ལམ་བརྒྱུད་དེ་ས་དང་པོ་  
མཐོང་ལམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་རྟོགས་ནས། མ་དག་ས་བདུན་དང་དག་ས་  
གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་གཉིས་ཕྱ་རགས་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ། ས་བཅུའི་རྒྱུ་གྱི་ཐ་མ་ལ་  
བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཕྱ་མོ་དེ་ཡང་གཉེན་པོ་རྩི་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། སྤང་བྱ་  
ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་བཅོམ་ནས་རྟོགས་བྱའི་ཡེ་ཤེས་མ་ལུས་པ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ།  
སྤང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་རེད། སངས་རྒྱས་ལ་དབྱེ་བ་  
ཕྱེས་ན། རྟེན་སྒྲུ། བརྟེན་པ་ཡེ་ཤེས། མཛོད་པ་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་  
བཤད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལས་དང་པོ་རྟེན་སྒྲུ་ལ་ཡང་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེས་  
ན་སྒྲུ་བཞི་ཡོད། སངས་རྒྱས་རང་ངོས་ཀྱི་ཐུགས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

ཤེས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞག་པ་དེ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་ཚེས་སྐྱེ་གཉིས་རེད། དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་  
རེད་ཅེ་ན། དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་བྱུང་དུ་འབྱུག་པ་སྟོང་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཅན་དེ་  
དང་། དེའི་རང་བཞིན་གསལ་བའི་ཆ་དེར་དོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་། ཚེས་སྐྱེ་རྣམ་  
གཉིས་སུ་འཛིག་པ་རེད། གདུལ་བྱ་གཞན་ངོས་སུ་སྤྱང་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་  
ལོངས་སྐྱེ་དང་སྐྱེལ་སྐྱེ་གཉིས་རེད། དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར་ན། ལས་དག་པ་  
ས་བཅུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་སྤྱང་བའི་ལོངས་སྐྱེ་ངས་པ་ལྷ་ལྷན་  
དང་། དག་མ་དག་སྒྲ་ཚོགས་པའི་གདུལ་བྱའི་སྤྱང་ངོར་བཟོ་དང་སྐྱེ་བ་མཚོག་གི་  
སྐྱེལ་བའི་སྐྱར་སྤྱང་བ་དེ་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཡིན་པ་རེད། བརྟེན་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་  
བཤད་ན། གཞིར་གནས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་། མཚན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཡེ་ཤེས།  
ཡུལ་ལ་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། གཞིར་གནས་  
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ངོ་བོ་རང་བཞིན་སྤྲུགས་ཆེ་གསུམ་གོང་དུ་བཤད་པར་ལྟར་རེད།  
མཚན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། ཚེས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས།  
མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། སོར་རྟོགས་ཡེ་ཤེས། བྱ་བྱུབ་ཡེ་ཤེས་ཏེ་དེ་དག་ལྟ་རེད།  
ཡུལ་ལ་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཟེར་རྒྱུ་དེ། ཇི་ལྟ་བ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ཇི་སྟེད་པ་  
གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཡིན་ན། གོང་གི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་བསྐྱུས་ན་འདི་གཉིས་ཀྱི་  
ཁོངས་སུ་འདུས་པ་རེད། དེ་ཇི་ལྟར་འདུས་པ་རེད་ཅེ་ན། ཚེས་དབྱིངས་མེ་ལོང་  
མཉམ་ཉིད་གསུམ་པོ་ཇི་ལྟ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པ་དང་། སོར་  
རྟོགས་བྱ་བྱུབ་གཉིས་ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པས་མི་ཚད།  
དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩྱུར་བསྐྱུས་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་  
ཁོངས་སུ་འདུས་པ་རེད། མཛེད་པ་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་རྟོག་བྱུང་ལྟར་

སྐྱབས་མེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

གྲུབ་གྱི་མཛད་པ། ཞི་སྐྱ་དཔག་བསམ་གྱིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཅིང་། །ཡིད་  
བཞིན་ནོར་བུ་ཇི་བཞིན་རྣམ་མི་རྟོག་ །འགྲོ་གྲོལ་བར་དུ་འཇིག་རྟེན་འབྱོར་སྤང་  
རྟག་ །འདི་ནི་སྤྱོད་དང་བྲལ་ལ་སྤང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
སངས་རྒྱུ་གྱིས་སྤར་གདུལ་བྱའི་དོན་མཛད་ལ། ད་ལྟ་མི་མཛད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་  
པས་ན་རྟག་པ། རྟོགས་གཅིག་ལ་མཛད་ཀྱང་རྟོགས་གཞན་གཅིག་ལ་མི་མཛད་པ་  
མ་ཡིན་པས་ན་རྟོགས་དུས་ཀུན་ལ་བྱབ་པས་ན་བྱབ་པ། འབད་དང་རྩོལ་བའི་  
ངལ་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྟེ། རྟག་བྱབ་ལྷན་གྲུབ་གྱི་མཛད་པ་  
གསུམ་རེད། ཡོན་ཏན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན། ཆོས་སྐྱའི་ཡོན་ཏན་སྟོབས་  
བཅུ། མི་འཇིགས་པ་བཞི། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་ཟག་མེད་གྱི་ཆོས་  
སྡེ་ཚན་ཉིད་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ཅན། གཟུགས་སྐྱའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྐྱ་མཚན་  
བཟང་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་སྤྱས་པ། གསུང་  
ཚངས་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་བཅུ་དང་ལྔ་ན་པ། སྤྱགས་མཁྱེན་བཙེ་རུས་གསུམ་  
གྱི་མངའ་བདག་ཡིན་པ་རེད། སྤྱགས་མཁྱེན་བཙེ་རུས་གསུམ་གྱི་མངའ་བདག་  
ཡིན་ཚུལ་དེ་ཇི་ལྟར་རེད་ཅེ་ན། མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། བཙེ་བའི་སྤྱགས་མེ།  
སྟོབ་པའི་རུས་མཐུ་ཡི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། སོ་སོ་  
རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོ་བོའི་ཆོས་ཉིད་དེ་སྟོང་པ་ཀ་དག་གི་གནས་ལུགས་ཡིན་ན།  
འཁོར་འདས་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆོས་ཉིད་དོན་དམ་པའི་གནས་ལུགས་མངོན་སུམ་  
དུ་གཟིགས་པ་དེ་ཇི་ལྟ་མཁྱེན་པ། མཁྱེན་ཆ་མ་འགག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཆོས་ཅན་  
ཀུན་རྫོབ་གྱི་དངོས་ཀུན་མ་འདྲེས་པར་མཁྱེན་པ་དེ། ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ་  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རེད། བཙེ་བའི་སྤྱགས་མེ་ནི་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་ལ་མ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ།

གཅིག་པུའི་བྱ་ལྟར་ཉེ་རིང་དང་ཕྱོགས་ཆ་མེད་པར་དུས་ཏྲག་ཏུ་གཟིགས་པ་དེ་རེད།  
དེ་ཡང་སྒྲོབ་པའི་རུས་མཐུན། རྒྱ་མཚོ་ཆུ་སྤོང་གནས་ཀྱི་རྒྱབ་ས། །དུས་ལས་  
ཡོལ་བར་འགྱུར་སྤིང་གྲུང་། །གདུལ་བར་བྱ་བའི་སྤྲུལ་རྣམས་ལ། །སངས་  
རྒྱལ་དུས་ལས་ཡོལ་མི་སྤིང་། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་མཚན་ཙམ་ཐོས་པས་གྲུང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་པས།  
སངས་རྒྱལ་དགོན་མཚོག་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་མཁུན་བཙེ་རུས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་  
ཞིག་ཡིན། ཆོས་དགོན་མཚོག་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་ངོ་བོ་དབྱེ་བ་ཡོན་ཏན་གསུམ་  
ཡོད་པ་སྟེ། སྒྲིབ་གཉིས་ཆ་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་བའམ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་བ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་རེད། དེ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེས་ན། ལུང་དང་  
རྟོགས་པའི་ཆོས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ལུང་གི་ཆོས་དེ་གང་ཡིན་པ་རེད་ཅེ་ན།  
སྤྱེ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། དེ་ཉིད་རྫོང་བྱེད་དུ་བྱས་པའི་རྟོགས་པའི་  
ཆོས་དེ་བརྫོད་བྱ་བསྐབས་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་པ་རེད། སྤིང་ཞིའི་སྐྱད་པ་  
ཐམས་ཅད་སེལ་བ་དང་། སྤིང་ཞིའི་ཕུན་ཚོགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དམ་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རེད། དག་འདུན་གྱི་ངོ་བོ་དེ་གང་རེད་ཟེར་ན། རིག་གོ་ལ་  
ཡོན་ཏན་གཉིས་ལྡན་དག་འདུན་གྱི་ངོ་བོ་རེད། དེ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེས་ན། ཐེག་  
དམན་ཉན་རང་གི་དག་འདུན་དང་། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་དག་འདུན་གཉིས་  
ཡོད། ལུན་མོང་དང་ལུན་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་དབྱེ་བ་བྱེས་ན། ལུན་མོང་གི་དག་  
འདུན། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱུང་སེམས་གསུམ། ལུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དག་  
འདུན་རིག་འཛིན་ནང་གི་དག་འདུན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལས་ལུན་མོང་གི་  
དག་འདུན་ལ་ཡང་། སོ་སྤྱོད་དང་འཕགས་པའི་དག་འདུན་གཉིས། ལུན་མོང་མ་

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཡིན་པའི་དགོ་འདུན་ལ་ཡང་། སྐྱགས་ཕྱིན་གི་རིམ་པས་རང་ལམ་ལ་ཞུགས་  
པའི་རིག་འཛིན་གྱི་དགོ་འདུན་རྣམས་རེད། དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་གང་ཡིན་པ་  
རེད་ཅེ་ན། མངོན་རྟོགས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་། གཟུངས་དང་སྤྲོབས་པ་  
མཐའ་ཡས་པ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་དང་  
ལྷན་པ་དེ་དག་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་འཇིག་རྟེན་ན་དགོན་པའི་ནང་ནས་དགོན་པ་ཐམས་  
ཅད་གྱི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པའམ་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་པས་ན་དགོན་མཚོག་ཅེས་ཟེར།  
དེ་ལྟར་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་ཐོག་  
ནས། སྤྲིད་ཞིའི་རྒྱུ་པ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་སྐྱབས་འགོ་ཡིན་པ་རེད། སྐྱབས་འགོ་དེ་ལ་ཡང་རྒྱའི་སྐྱབས་  
འགོ་དང་འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགོ་འི་རྣམ་བཞག་ཡོད་པ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར།  
རྒྱའི་སྐྱབས་འགོ་དེས་རྒྱ་བྱས་ནས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་དེ་འབྲས་  
བུའི་སྐྱབས་འགོར་གསུངས། བརྟ་ལས་ཐོབ་པ་ཀུན་རྫོབ་དམིགས་བཅས་རྒྱའི་  
སྐྱབས་འགོ་དང་། ཆོས་ཉིད་ལས་ཐོབ་པ་དོན་དམ་དམིགས་མེད་འབྲས་བུའི་  
སྐྱབས་འགོ་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་དོན་དུ་ཞིབ་མེར་དབྱད་ན།  
དེ་ཡང་བཀའ་ཐམས་པའི་གཤེགས་སྤྲིང་བསྟན་པའི་མདོ་བཙུ་ཡན་ཆོད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་  
ན། རྒྱ་འབྲས་བཏགས་པ་བ་ཙམ་ལས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་མཚན་ཉིད་  
པར་འདོད་པ་མ་རེད། དེ་རི་ལྟ་བུ་རེད་ཟེར་ན། གཞིར་གནས་རང་བྱུང་གི་ཡེ་  
ཤེས་འགྱུར་མེད་ངོ་བོའི་དྲངས་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ། རྒྱལ་བ་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་མ་བཅོས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱལ་བུ་ཡོད་དགོས་ན། སྐྱབས་གནས་  
གསུམ་པོ་དེའི་ནང་དུ་ཆོང་ན་ཡང་། སྤྲོབ་བྱེད་སྤྲོ་བུར་གྱི་རིམ་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རྒྱུ་ཚོགས་གཉིས་བསགས་པ་མངོན་འགྱུར་གྱི་རྒྱུ་དུ་འདོད་པ་དེ་ལ།   རྒྱུ་ལ་  
རྒྱུ་ཡི་མིང་གིས་བཏགས་ཏེ།   རྒྱུ་འབྲས་གྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་དེ་ལྟ་བུ་རེད།  
དེ་ཡང་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཙམ་གྱི་ཕན་ཡོན་ནི།   པར་ཕྱིན་བསྐྱས་པ་ལས།  
སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་མཆིས་ན།   ༥ཐམས་གསུམ་འདི་ཡང་སྒྲོད་དུ་  
རུང་།   ༥རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཡི་གཏེར།   ༥ཡུལ་གྱིས་གཞལ་བར་ག་ལ་  
ལུས།   ༥ཞེས་གསུངས་ཏེ།   སྐྱབས་འགྲོའི་ཕན་ཡོན་བརྗོད་གྱིས་ལང་པ་མ་རེད།  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ཙམ་ཞིག་མ་ཤེས་ན།   ཆོས་ལུས་ནས་མི་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་མ་  
དགོས་མི་ཆོ་བྱེད་ཀ་སོང་།   ཆོ་ག་ཕྱག་ལེན།   སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་གཟུགས་  
བརྟན་ངི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ནས་མི་ཆོ་སོང་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར།   ཐན་ཚོགས་  
པའི་དབྱར་བལྟགས།   ཤི་གསོན་གཉིས་ཀ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡར་འདྲེན་བྱེད་མཁན་གྱི་  
མིང་ཡོད་རུང་།   སྐྱབས་གསུམ་འདྲིན་པའི་སྒྲོམ་པ་མཚན་ཉིད་པ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་མེད་  
ན།   ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱུ་རུ་རྒྱུད་ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་གྱི་འདྲི་རྟགས་རྒྱག་ས་  
ཅན་པོར་ཁེལ་བ་རེད།   དེས་ན་རང་ལེགས་སུ་འདོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན།   ཁ་  
ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་གཞན་སྒྲོན་འཛོལ་བའི་ཐུར་མ་དེ་བསྐྱུར་ནས།   ཁ་ནང་དུ་འཁོར་  
བའི་རང་སྒྲོན་ལྟ་བུ་པའི་མེ་ལོང་གིས་རང་རྒྱུད་བཏགས་ཏེ།   རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ནས་  
ཁ་སྒྲོམ་སྟེ་ཤི་བའི་དཔེ་རུ་མི་འགྲོ་བར་བྱས་ནས།   རང་ཉིད་དང་པོ་ནང་པ་སངས་  
རྒྱས་པའི་བྱུ་རུ་རྒྱུད་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་རེད།   ༥

སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པ།

དེའི་སྟེང་ནས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དགོས། དམིགས་པའི་  
ཡུལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱས་ནས། སྟིང་མེ། བྱམས་པ། དགའ་བ།  
བཏང་སྟོམས་ཏེ། ཚད་མེད་པ་བཞི་བསྟོམ་པ་དེ་ཉིད་རྟེན་བྱས་ཏེ། བརྟེན་པ་  
གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེ་  
ཉིད་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་འཇུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པ་གཉིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་དགོས་པ་རེད། ཉིན་མཚན་མེད་  
པར་དགོ་སྟོར་ལ་འབད་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་ན་ཕན་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་  
པ་མ་རེད། སྟོན་པ་དང་འཇུག་པའི་སྟོན་རྣམ་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཟེར་བ་རེད།  
འབྲས་བུ་ལ་དམ་བཅའ་བ་སྟོན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། དེའི་རྒྱ་པར་ཕྱིན་དུག་  
བསྐྱབ་པ་རྒྱ་ལ་དམ་བཅའ་བ་འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད། དགོངས་སུ་གསེལ་བ་གསུམ་གྱིས་སད་བྱས། སྐྱབས་  
སུ་འགོ་བ་གསུམ་གྱིས་གཞི་བབྱང་། དངོས་གཞི་དམ་བཅའ་བ་གསུམ་དང་བཅས་  
པའི་ཆོགས་ཐོབ་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཐ་སྟོན་སྦྲར་བ་རེད། དེ་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་རེད། དེ་ཡང་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་མི་གཙོ་སྦྱིས་པ་གཙོ་ཞེས་  
གསུངས་པས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་པོ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་དང་  
འབྲས་པོས་སུ་བསྟོམ་པའི་མཐར། སེམས་གཞི་མེད་ཅུ་བཅུ་གྱི་ངང་དུ་འཛོག་པ་  
དེས་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྒྱ་བ་  
དབྱིངས་སུ་རྩལ་པ་འོད་གསལ་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
ཡིན་པ་རེད། གསང་སྤགས་ཀྱི་ལུགས་ལ་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོག་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐྱེ་བར་གསུངས་རྒྱ་དེ། མོས་པས་སྟོན་པ་ཅམ་ཞིག་ལ་དགོངས་པ་མ་



## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

གཏོགས། མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་གོ་བ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། དོན་དམ་  
སེམས་བསྐྱེད་མཚན་ཉིད་པ་དེ་དམ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྒྲོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
སྐྱེད་གོས་པ་རེད། དམ་པ་གསུམ་པེ་དེ་གང་རེད་ཟེར་ན། ཡོངས་འཛིན་དམ་  
པ། རྗེས་སྐྱབ་དམ་པ། རྟོགས་པ་དམ་པ་སྟེ། དམ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བསྒྲོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་ལམ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དོན་དམ་བྱང་  
ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་རེད། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚོགས་སྦྱོར་གྱི་ལམ་དུ་དེ་ལྟ་  
བུའི་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཡུན་རིང་པོར་སྒོ་སྤྱོད་  
བའི་མཐུ་ལས། མཐར་མཐོང་ལམ་དུ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་  
ཉིད་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཚུལ། སྐབས་ཐོབ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལས་ཐངས་འདིར་ཉུང་དུ་འཛིག་  
གིས་མཚོན་ཐུབ་པ་མ་རེད། མདོར་བསྟན་ན། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
རང་རྒྱུད་ལ་འབྲེན་པའི་དངོས་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་སྟོང་རྗེ་ཡིན་ན། སྟོང་རྗེས་  
བྱངས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཉག་མ་རེ་ཡིན་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་ཞེ་སྐྱེ་ལྟ་རྒྱུ་མ་འཁུག་  
དེས་ན་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ལམ་ལོག་པ་ལས་ལྷོག་པར་བྱེད་པ་སྐྱབས་འགོ།  
ལམ་དམན་པ་ལས་ལྷོག་པར་བྱེད་པ་སེམས་བསྐྱེད་པ། དེའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
དག་པར་བྱེད་པ་རྗེ་རྗེས་སེམས་དཔའི་བསྒྲོམ་བསྐྱེད། ཚོགས་བསགས་པ་མཐུལ།  
རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རིམ་  
པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་ནས། དངོས་གཞི་སྒྲིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་དང་། གྲོལ་  
བྱེད་ཀྱི་བྲིད་ལ་ཞུགས་ནས། བསྒྲོམ་པས་ཉམས་སུ་བྱངས་ཏེ། གོ་བ་དཔེ་ཐོག་  
དང་། གདམས་པ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་ལུས་པར། བསྐྱབ་པའི་འབྲས་བུ་མཐར་

སྐྱབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

ཕྱིན་དགོས་པ་རེད། དེ་ཡང་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་བྱང་ནས་བྱང་དུ་དར་བའི། སྤྱི་  
འབྱུང་རྟེན་མ་པ། དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་བ། འགོ་མགོན་བཀའ་བརྒྱུད་པ། རི་  
བོད་གོ་ལྷན་པ། བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། སྐྱབ་བརྒྱུད་  
ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་གྱི་བཀའ་སློལ་ཆང་མ་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་། ཐོག་ཆེན་  
མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་ལྷན་གྱི་རིང་ལུགས། སྐྱབ་ཐུབ་ན་ཆོ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་  
ཆོས་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེས་ན་ངའི་ཆོས་བརྒྱུད་དང་། ཁྱོད་གྱི་ཆོས་  
བརྒྱུད། ངའི་དགོན་པ་དང་། ཁྱོད་དགོན་པ་ཟེར་ནས། ཕྱོགས་རིས་  
ཆགས་སྤང་བྱེད་དགོས་པ་མ་རེད། རྒྱ་བཟང་འོ་མ་ལ་ཁ་རྒྱུབ། བུ་རམ་སྒྲོར་  
མ་ལ་དཀྱིལ་བུར་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། སྟོན་པ་གཅིག་གི་བསྟན་པ་དེ་གྲུ་བཞི་ལམ་  
མེར་བྱེད་ཤེས་ན། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཟེར་བ་རེད། ཕྱོགས་  
རིས་ཆགས་སྤང་བྱེད་ཉན་པ་མ་རེད། ཕྱོགས་རིས་ཆགས་སྤང་བྱེད་མདོག་བྱས་  
ནས། གནད་མི་ཤེས་པར་བསྟོད་སྤྲད་བྱེད་ས་ནས། ཆོས་གྱི་ཐོག་ནས་ཆོས་  
སྤང་གི་ལས་ངན་བསགས་ན། རང་ཉིད་དཔྱལ་བ་མཛར་མེད་ནས་ཡར་ཐར་མེད་  
པའི་རྒྱ་བསྐྱབ་འགོ་བ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གྱི་སྤྱལ་པ་སུ་  
ཡིན། གང་ན་ཡོད། མདོན་ཤེས་མེད་ན་ཤེས་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་རེད།  
གང་ཟག་གི་ཆོད་གང་ཟག་གིས་མི་ཟེན་པ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་ཡོད་ན།  
སྤྱིར་ན་བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད། དེའི་ནང་ནས་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་གཉན་པོ་  
རེ་ལ་སྐྱུར་བ་བཏབ་ན། རྣམ་སྤྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཆོ་འདི་དང་སྤྱི་མར་སྤྱོད་རེས་  
རེད། མ་གཞི་གཞན་ངན་རུང་རང་ལ་གཞོད་པ་མ་རེད། ཕ་བ་ཆོག་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱས་ན། རང་སྤྱོད་རང་ལ་མི་དཀར་བ་མི་སྤྲིད་པས། རང་དྲིན་རང་ལ་ཆེ་བའི་

## སྒོ་སྤྱོད་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་རང་གིས་མ་སྐྱབ་ན།      ན་སོ་བརྒྱད་པའི་རྟ་གན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱབ་  
མཁན་ཞིག་ཟུར་ནས་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་དཀའ།      ཆོས་ད་ལྷ་སྐྱབ་ན་ཆོག་རེ་ཡིན་ཡང་  
ཤེས་རྒྱུ་དང་ལོབས་རྒྱུ་ཡོད།      སྤྱི་འགྲུང་ལེ་ལོ་བྱས་ན་ལོ་བརྒྱ་སོང་ཡང་སྤྱེད་ཐོན་  
རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད།      ད་ཡང་རྩེས་མ་གོ་སྐྱབས་ཡོད་ན་ད་དྲུང་མུ་མཐུད་ནས་བྱེད་  
ཅག་ནམས་ཀྱི་ཁམས་དབང་མོས་པ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཁ་བརྒྱ་རེ་བྱེད་  
འདོད་ཡོད།      འོན་ཀྱང་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རགས་པ་རྒྱན་གྱི་མི་རྟག་པ་དང་།  
ཕྱ་བ་སྐྱད་ཅིག་གི་མི་རྟག་པའི་འགྱུར་བ་དེར་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཏང་ན།      རྩེས་མ་ད་  
དྲུང་གཅིག་བྱེད་གཉིས་བྱེད་བསམ་རྒྱུ་དེ་རྟག་འཛིན་ཆེ་བའི་སྒྲོན་ཆ་རེད།      སང་ཉིན་  
ཨོ་ཡོད་དེ་རིང་སུས་ཤེས།      དེས་ན་མ་གི་ཆོ་རིང་བྱུང་ན་སྐྱར་ཡང་རང་རེ་མཉམ་  
འཛོམས་ཡོང་ནས།      དུས་ཀྱི་ཐ་མར་ཆོས་ཀྱི་གྲུ་ཆེན་པོ་ལ་མཉམ་དུ་ཞུགས་རྒྱུའི་  
སྒྲོན་ལམ་དང་།      ཆོ་འདིར་འདི་བཞིན་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་འཛོགས།  
མར་མེ་གཅིག་ལ་བལྟས་ནས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པ་ལྟར་དུ།      སྤྱི་མ་དག་པའི་ཞིང་  
ཁམས་སུ་ཆོམ་བུ་གཅིག་ཏུ་དྲིལ་བའི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་ཡོང་།      །

དེ་ལྟར་ན་བདག་གི་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་སྐྱད་ཐོས་པ།      ཐན་བདག་  
གི་གཟུགས་བརྙན་དང་མིང་ཙམ་མཐོང་ཐོས་བྱུང་བ་དང་།      བདག་གི་ལུས་བརྒྱད་  
ནས་རྒྱུད་གི་རྩི་སྤྱོད་ཤོག་པ་ལ་སོགས་པ།      བདག་ལ་བཟང་ངན་ལས་ཀྱིས་  
འབྲེལ་གྱུར་ཐམས་ཅད་གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་བདེ་ནས་བདེ་བའི་ལམ་དུ་  
འགོད་པར་སྒྲོན་པ་དང་ཆབ་ཅིག་ཏུ།      ཆོས་འཆད་ཉན་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
འདིས་མཛོན་ཏེ།      རང་གཞན་གྱིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་ཡོད་པའི་དགོ་

## སྐབས་ཇེ་པར་སྐལ་བཟང་གི་ཞལ་གསུང་།

བའི་ཙ་བ་ཐམས་ཅད། གྲོས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བརྒྱུ་སྟེ་བསྐྱུས་པའི་མཐུས།  
སྒྱུར་སྒྱུ་དགའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་གཞི་ཙ་ཀྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཤིང་རྒྱས་པ་དང་།  
བསྟན་འཛིན་གྱི་སྦྱེས་བུ་སྒྲུང་བཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས།  
ཁྱད་པར་དུ་ད་ལྟ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གང་ན་སྐྱེ་འཛོལ་ཤིང་གཞུང་པའི་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་  
ཆོབ། བསྟན་པའི་སྦྱོན་མ། འཛིག་རྟེན་གྱི་མིག་ཏུ་གྱུར་བའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་  
སྦྱེས་ཆེན་དག་གི་སྐྱེ་ཆའི་ཞབས་པད་མི་འགྱུར་བསྐལ་བ་རྒྱ་མཚོར་བརྟན་ཅིང་།  
མད་བྱུང་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་མ་ལུས་ལྷག་མེད་གོགས་བྲལ་ལྷན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱན་ཏུ་བདེ་སྦྱིད་ཡོངས་སྦྱོད་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་གཞོད་འཆོག་དུག་  
པའི་བསམ་སྦྱོར་དང་བྲལ་ཞིང་། ཕན་ཚུན་པ་མ་དང་སྦྱོན་སྦྱིང་གི་འདུ་ཤེས་ནམ་  
ཡང་མི་སྦྱོད་པར་ཞི་བ་དང་བདེ་བའི་དཔལ་གྱིས་འབྱོར་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། གནས་སྐབས་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།  
མཐར་ཐུག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་  
ཆེར་འགོད་པའི་བསྟོན་བ་དང་སྦྱོན་ལམ་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པར་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐུགས་  
འདུན་གནང་བར་ཞུ། །

## སྒྲུང་སྒྲུས་པ།

དམ་པའི་ལེགས་བཤད་མད་བྱུང་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར།

ཆ་ཤས་ཐིགས་པའི་བདུད་རྩིའི་སྒྲན་མཆོག་འདིས།

སྒོ་སྒྲིང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

---

དུག་ལྡེའི་ནད་ཀྱིས་མནར་བའི་འགྲོ་ཚོགས་ལ།།

ཕན་བདེའི་རྒྱུར་གྱུར་བདེ་བའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག།

དད་དང་ལྷག་བསམ་གྲོགས་ཀྱིས་སྦྱལ་བའི་མཐུས།།

འདུ་བྱེད་སོར་མོས་འབད་པའི་དགེ་འབྲས་འདིས།།

མར་གྱུར་མཐའ་ཡས་མཁའ་བྱུང་སེམས་ཅན་ཀུན།།

སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་རུབ་སྟེ།།

ཞེས་ཆོས་རྗེ་པདྨའི་ཞལ་ལུང་སྒོ་སྒྲིང་ཐར་ལམ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་འདི་ཉིད་  
བྱུང་བདག་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་རྒྱལ་སྤྱི་བོར་ལེན་པའི་སྒྲོབ་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་ཐ་  
ཤལ་བ་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་བར་འབོད་པས་བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ཆུ་ཕོ་འབྲུག་  
གི་ལོའི་ཉེར་ཟླ་དང་པོའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཉིན་ཁམས་རི་བོ་ཆེ་དོ་ཤུལ་རྒྱུད་དགོན་  
ཆོས་གྲུའི་བྱང་ཤེས་རབ་རྣམ་རྒྱལ་སྤྱི་དགེ་རང་སྤྱིལ་དུ་སྒྲ་བཤུས་ཀྱིས་མཇུག་ཡོངས་  
སུ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པའོ།    |དགེའོ།    |དགེའོ།    |དགེའོ།    |