

ཏེན་འགྲེལ་བཞུད་པའི་འགྲེལ་པ།



མཁའ་དཔལ་པོ། ཅེ་ཏེ་བཞུན་གྲགས་པ་བཞུད་པ།

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

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

དེབ་བཅོས་ཐིན་བ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་བྲུ་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་
བྲུ་རྒྱུ་ཁ་བྲང་། marjamson618@gmail.com

རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་ཤད་ཏྲག་ཆད་ཀྱི་ཚ་གདུང་

རྣམ་པར་སེལ་བར་བྱེད་པ་སློ་མའི་དགོངས་དོན་

གསལ་བའི་སྒྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་ལྟོ་ལ། ཆོགས་གཉིས་ས་འཛིན་མཐོན་
པོའི་ཅེར་གནས་མཁྱེན་དང་བཅེ་པའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས། །ཕྱང་བྱང་སྟོབས་
བཅུ་མི་འཛིགས་རྣམ་བཞིའི་མཆེ་སྒྲེར་མི་བཟད་རབ་ཏུ་འབར། །ཆོས་ཀྱན་
གདོད་ནས་རང་བཞིན་སྟོང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ང་རོ་ཆེར་སྒྲོགས་པ། །སྒྲ་མེད་
སྟོན་པ་སྒྲ་བའི་སེང་གའི་ཞབས་པད་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་མཆོད། །ཆོས་དབྱིངས་
ཆུ་གཏེར་འཛིང་ལ་ཏྲག་རོལ་ཞིང་། །རྟེན་འབྱུང་ཕྱད་སྒྲ་བྲག་པོ་ཀྱན་ནས་
འབྱེན། །སྒྲ་མེད་གདེངས་ཀ་མཆོག་གིས་ཉེར་མཛེས་པ། །རྒྱ་གཞུང་སྒྲ་ཡི་
དབང་པོར་འདུད། །ཐབས་ཤེས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱང་ཤུགས་ཀྱིས། །བྱང་
ཆུབ་སྟོད་པའི་མཁའ་ལ་རྣམ་པར་ཅེན། །ཐུབ་བསྟན་གླིང་བཞི་གསལ་མཛད་
པ་སྒྲོའི་གཉིན། །ཀྱན་མཁྱེན་ཙོང་ཁ་བ་ཡིས་དག་ལེགས་སྟོལ། །མགོན་དེའི་
ཐུགས་གསང་ཤར་རིའི་ཅེ་མོ་ནས། །ལེགས་འཕྱོན་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་ཆོག་
འོད་དཀར་ཅན། །ཏྲག་ཆད་ལྟ་པའི་ཚ་གདུང་སེལ་བྱེད་འདིའི། །དགོངས་དོན་
སྟོང་བསྟན་རྣམ་པ་ཤད་རྗེར་འདིར་གསལ། །

དེ་ལ་འདིར་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པ་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་

སྒྲིང་པོའི་ཚིག་དོན་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་སོ། །འདི་འཆད་པ་ལ་
གཉིས། ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ།
ཙཱ་མི་རྒྱ་མཚན་དང་བསྟོ་བའོ། །

དང་པོ་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན་པ། རྒྱས་པར་བཤད་པ།
དོན་བསྟུ་བའོ། །
དང་པོ་ནི་

གང་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་གསུང་བ་ཡི། །

མཐུན་དང་སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད། །

རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

གཟིགས་ཤིང་འདོམས་པ་དེ་ལ་འདུད། །

གང་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་སྟོན་ཏེ།
དོན་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གང་ཞིག་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མདོན་སུམ་དུ་གཟིགས་ཤིང་།
རང་གིས་རི་ལྟར་གཟིགས་པ་བཞིན་གསུངས་པ་ཡི་སྒྲོ་ནས། རིམ་པ་བཞིན་
དུ་མཐུན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པར་བཞག་ཅིང་། དེ་ལྟར་
བཞག་པའི་རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ། གཟིགས་ཤིང་འདོམས་པ་
དེ་ལ་གྲུས་པས་འདུད་དོ། །ཞེས་པ་སྟེ། ཀླང་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་
དེ་དང་ལྡན་པའི་བསྟོད་ཡུལ་ངོས་བཟུང་ནས། བྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་དེ་

ལྡན་གྱི་སྟོན་པ་ལ་བསྟོད་པའོ། །

གཉིས་པ་བསྟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། བསྟོད་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ལ་
གཉིས། རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་བསྟོན་པའི་སྟོང་པོར་བསྟོན་པ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྟོ་
ནས་བསྟོད་པར་བསྐྱགས་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

འཇིག་རྟེན་རྒྱད་པ་རི་སྟེད་པ། །

དེ་ཡི་རྩ་བ་མ་རིག་སྟེ། །

གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྟོག་པ། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་གསུངས། །

དེ་ཆེ་སྟོ་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ། །

སྟོང་གྱི་བསྟོན་པའི་གནད་ཉིད་དུ། །

རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཅུད་མི་འབྱུང། །

འཇིག་རྟེན་རྒྱད་པ་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་ཏེ།
དོན་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་སྟེ་ག་ན་འཆི་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་རྒྱད་

པ་ཇི་སྟེང་ཡོད་པ། དེ་ཡི་རྩ་བ་མཐར་ཐུག་པ་ནི། ཆོས་དང་གང་ཟག་རང་
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇིག་པའི་བདག་འཇིག་གི་མ་རིག་པ་ཡིན་པར་བཞག་
སྟེ། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་གང་ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྟེ་
རྟོགས་པས་མ་རིག་པ་དེ་སྟོག་པར་འབྱུང་བས་ན། མ་རིགས་པ་དེ་སྟོང་བའི་
ཐབས་སུ་རྒྱལ་བས་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའོ། །

འདིར་མ་རིག་པ་ནི། ང་དང་ང་ཡིའོ་སྟམ་པ་སོགས་གང་ཟག་དང་
ཆོས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇིག་པའི་བདག་འཇིག་ཞིག་ལ་འཇོག་ཅིང་
དེ་འདྲ་བའི་མ་རིག་པ་དེ་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། དབུ་
མ་འཇུག་པ་ལས། ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཇིག་ཆོགས་ལ། །ལྟ་
ལས་བྱུང་ཞེས་དང་། རྣམ་འབྲེལ་ལས། གཏི་ཐུག་ཉེས་པའི་རྩ་བ་སྟེ། ། ཞེས་
གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤྱིར་མ་རིག་པ་ལ་ནི། ལས་འབྲས་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པ་དང་།
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པ་གཉིས་གསུངས་པའི་འདིར་ནི་སྤྱི་མ་
ཡིན་ལ། དེ་ལ་འང་སྤྱ་རགས་གཉིས་ལས་སྤྱ་བ་ཡིན་ནོ། །མི་ཤེས་པ་ཁ་ཅིག་
སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ལ་ཆགས་པའི་སེར་སྒྲ་ལ་བདག་འཇིག་དུ་འདོད་པ་ནི་
ཆེར་འབྱུང་ཏེ། དེ་ལ་བདག་འཇིག་དུ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ཆོད་ལྡན་གྱི་གཞུང་
གང་ལས་ཀྱང་མ་བཞད་པའི་སྤྱིར། ཀླང་བ་སྤྱི་མར་འབྱུང་བར་གསུངས་
ཞེས་པའང་ཡོད་དེ། ཉེན་འབྲེལ་ལ་སྤྱན་མོང་བ་དང་། སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་
གཉིས་ལས། རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་བཞེན་ནས་གྲུབ་པ་ནི། སྤྱན་མོང་བའི་ཉེན་

འབྲེལ་གྱི་དོན་དང་། མིང་བརྟུན་འཕྲོག་པ་ཙམ་གྱིས་བཞག་པའི་སྟོས་གྲུབ་
ནི། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ཏེ་འདི་ལ་གྲུབ་མཐའི་འདོད་
ཚུལ་གྱིས་སྤྱོད་མང་དོ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་མཐོང་བས་ཆགས་སོགས་སྟོག་
པར་འགྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས། མ་རིག་
འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི། །ཤེས་པས་དེ་ཉིད་བསྟོམ་པའོ། །ཞེས་དང་། རྒྱ་བས་
དབུ་མ་འཇུག་པར་ཡང་། དེ་སྤྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་བུ་
བྲ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟར་
ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ན། རྒྱ་གྲོས་དང་ལྟན་པའི་མཁས་པ་ཡིས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
བར་འབྱུང་བའི་དོན་རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་ཉིད། མགོན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པའི་
གནད་དམ་སྟིང་པོ་མཐར་ཐུག་པ་ཉིད་དུ་ཚུལ་རི་ལྟ་བུར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་
འགྱུར་ཏེ། བསྟན་པའི་སྟིང་པོར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་གོ་བདེ་
བར་བྱས་ན། །ཁ་ཅིག་ཤེས་སྒྲ་བ་ཞིག་ལ་དེ་ཅིའི་ཆེད་ལ་མི་ཤེས་ཞེས་མ་ཡིན་
དགག་བརྗོད་ནས་རྒྱོག་དོན་ལ་ཤེས་པར་འཕངས་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་འབྲ་གཞན་
ལའང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་བསྟན་པའི་སྟིང་པོ་ཡིན་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བར་འབྱུང་འདི་རྒྱལ་བ་ཡི། །གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་
སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི།

དེ་ལྟ་ལགས་ན་མགོན་ཁྱོད་ལ། །

བསྟོད་པའི་སྒྲོར་ནི་སྤྱ་ཞིག་གིས། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུང་བ་ལས། །

ངོ་མཆར་གྱུར་པ་ཅི་ཞིག་ཆེད། །

མགོན་པོ་བྱེད་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་རིགས་
པའི་རྒྱ་མཚན་གོང་དུ་བརྫོད་པ་དེ་ལྟ་ལགས་པ་སྟེ་ཡིན་ན། མགོན་པོ་བྱེད་
ལ་བསྟོད་པའི་སྒྲོར་ཏེ་བསྟོད་པའི་གནས་སམ་ཐབས་ནི་མཁས་པ་སྤྱ་ཞིག་
གིས་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུང་བ་ལས་གཞན་དུ་ངོ་མཆར་ཆེ་བར་གྱུར་པ་
ཅི་ཞིག་ཆེད་དེ་ཆེད་པར་མི་རུས་སོ། །དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒྲོ་
ནས་བསྟོད་པ་ནི་བསྟོད་པ་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་
ལ་དགོངས་ནས། འཕགས་པས་རྩ་ཤེའི་མཆོད་བརྫོད་དུ། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་
ཞེས་སོགས་དང་། རིགས་པ་དུག་ཅུ་པར། གང་གིས་སྐྱེ་དང་། ཞེས་སོགས་
ཀྱིས་སྟོན་པ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྐྱེར་བསྟོད་པ་དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་བསྟོད་པའོ། །དང་
པོ་ལ་གསུམ།

གང་གང་རྟེན་ལ་རག་ལས་པ། །

དེ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས། །

གསུང་བ་འདི་ལས་ཡ་མཆན་པའི། །

ལེགས་འདོམས་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

སྟོན་པ་ཉིད་སྒྲ་བ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་ཞུགས་པར་བསྐྱགས་པ། རྟེན་འབྲེལ་གཟིགས་ཤིང་གསུངས་ཚུལ། དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྟེན་འབྲེལ་གསུང་བ་ལེགས་འདོམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པ། དེ་ཉིད་སྟོས་པ་གཅོད་བྱེད་ཏུ་བསྟན་པ། རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་གང་རྒྱུན་ལ་ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་སྟོན་ཏེ། སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཆོས་གང་དང་གང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ་སྟེ་སྟོས་ནས་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་ངོ་ཞེས་འཁོར་དབྱས་གསུངས་པ་འདི་ལས་སྟག་པར་ཡ་མཆན་པ་སྟེ་ངོ་མཆར་མད་ཏུ་བྱུང་བའི་ལེགས་འདོམས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བའི་སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་གསུང་རབ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་ཏུ་འཕགས་པར་སྟོན་པའོ། །ངོ་མཆར་དང་ཡ་མཆན་གྱི་སྒྲ། སྦྱིར་བསྐྱགས་པ་དང་སྦྱད་པ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་འདི་ནི་དང་པོའི་དབང་ཏུ་བྱས་པའོ། །བསྟོད་པ་འདི་ནི། མ་དོས་པས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པ་དེ་མ་སྦྱེས། །དེ་ལ་སྦྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱུན་ལས་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། །གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པའོ། །

གང་དུ་བཟུང་བས་བྱིས་པ་ནམས། །
མཐར་འཛིན་འཆིང་བ་བཏྟན་བྱེད་པ། །
དེ་ཉིད་མཁས་ལ་སྒྲོས་པ་ཡི། །
དྲ་བ་མ་ལུས་གཙུག་པའི་སྒྲོ། །
བསྟན་འདི་གཞན་དུ་མ་མཐོང་བས། །
སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བྱོད་ཉིད་དེ། །
མ་སྒྲེས་ལ་ནི་སང་གེ་བཞིན། །
ལྷ་སྟེགས་ཅན་ལའང་གཙུག་པའི་ཆོག། །

གཉིས་པ་ནི། གང་དུ་བཟུང་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གིས་སྟོན་
ཏེ། དོན་ནི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྲུང་བར་མཐོང་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉེན་འབྲེལ་
གང་དུ་བཟུང་བས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཞེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་མ་
ཞུགས་པ་དང་ཞུགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་སོགས་བྱིས་པ་དངོས་སྒྲིབ་པ་
ནམས་ནི། ཉག་པའི་མཐར་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་རང་རྒྱུད་ལ་གོམས་པ་ཞེན་
ཏུ་བཏྟན་པར་བྱེད་པའི་གནས་ཉེན་འབྲེལ་དེ་ནི་མཁས་པ་དབྱུ་མ་པ་ནམས་
ལ་མཐར་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པ་ཡི་དྲ་བ་མ་ལུས་པ་གཙུག་པའི་སྒྲོ་སྟེ་ཐབས་དམ་
པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོས་པའི་ཐ་སྙད་ནི། སྒྲིབ་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་སྒྲོས་པ། བདེན་གྲུབ་གྱི་

སྟོས་པ། གུན་རྟོག་གི་སྟོས་པ་ཞེས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་གུན་རྟོག་གི་
སྟོས་པ་ལོ། །དྲ་བ་ལ་དཔེའི་དྲ་བ་ནི་ཅ་སོགས་སྤྱར་སྤྱར་འཆིང་བྱེད་གི་དྲ་བ་ལྟ་
བུ་ཡིན་ལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ་དྲ་བ་དང་འབྲེལ་ཆོས་སུ་
དོན་གྱིས་བསྟན་ཏོ། །འོ་ན་དངོས་སྤྱོད་པའི་མཁས་པ་དེ་དག་གྱང་གྱིས་པ་ཡིན་
ནམ། མིན་ན་འདིར་གྱིས་པ་རྣམས་ཞེས་པ་ནི་མ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་ལ། ཡིན་
ན་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན། རྟོགས་སྤང་། ཆོས་གྲགས་སོགས་གྱང་གྱིས་
པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན་སྟོན་མེད་དེ། དེ་དག་ནི་འདིའི་དངོས་བསྟན་
གི་གྱིས་པར་འདོད་དམ་མི་འདོད་རི་ལྟར་ཡང་། སྤྱིར་གྱིས་པ་ག་ལ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་མཁས་པ་དབུ་མ་པ་རྣམས་ལ་སྟོས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་
དོན་ཤེས་མི་རྒྱས་པའི་དངོས་སྤྱོད་བ་རྣམས་གྱིས་པ་དང་ཆོས་མཚུངས་སུ་
འཛིག་ཏུ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་སོ། །

བསྟུན་དངོས་སྤྱོད་བས་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་བསམས་ནས་
བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་ལ། དབུ་མ་པས་ནི་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་སྟོས་ནས་གྲུབ་ཅིང་
འབྱུང་གི་མ་སྟོས་པར་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་རྣམས་རང་བཞིན་
གྱིས་མ་གྲུབ་པར་བཞེད་པ་སྟེ། དེའི་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཏུ་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་
རོ། །

དེ་ཡང་ཆ་ཤས་པན་ཚུན་བསྟོས་ནས་གྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གང་ཡིན་
པ་དེ་ནི། གཞན་གྱི་དབང་གིས་གྲུབ་པར་ཡིན་གྱི་རང་དབང་གིས་མ་གྲུབ་སྟེ་

དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་བ་ལས།
འདི་ཀུན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི་བསྟན་འདི་སོགས་ཆིགས་བཅད་གཉིས་གསུངས་ཏེ།
དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་གསུངས་པའི་བསྟན་པ་སློན་མེད་པའི་ཚུལ་
འདི་ནི། ཐུབ་པ་བྱིད་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཐུ་སྟེགས་བྱེད་
ཀྱི་ལུགས་ལས་མ་མཐོང་བས་ན། རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་སྟོན་པ་ཞེས་
བྱ་བའི་སྒྲིའི་བྱིད་ཉིད་ལ་དངོས་མིང་དུ་འབྱུག་པར་བྱེད་དེ། གཞན་ཕ་སྟེས་
ཏེ་ཕ་ལ་ནི་སེང་གོ་ཞེས་པའི་སྒྲི་བཏགས་ནས་བརྗོད་པ་བཞིན་དུ། ཐུ་སྟེགས་
ཅན་སེར་སྒྲི་དང་། ཀླང་མིག་དང་། གཟེག་ཟན་སོགས་ཕྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པ་དེ་
དག་ལའང་རང་གི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་ཀྱང་
དེ་ནི་གཅུམ་ཕྱེད་ཆིག་སྟེ་དོན་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ངོ་བསྟོད་ཀྱིས་བརྗོད་པ་
ཡིན་ནོ། །འང་ཞེས་པ་ནི་བྱིད་ལ་སྟོན་པ་བཅུ་པ་ཅན་དུ་མ་བད། ཅིག་ཤོས་ལ་
ཡང་སྟོན་པའི་སྒྲིས་བརྗོད་པ་ཡོད་ཅེས་པའོ། །

ཨོ་མའོ་སྟོན་པ་ཨོ་མའོ་སྒྲུབས། །

ཨོ་མའོ་སྒྲི་མཆོག་ཨོ་མའོ་མགོན། །

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལེགས་གསུང་བའི། །

སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆ་ལ། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་གོ་ཅུ་ཏ་མ་བྱོད་ཉིད་སྟོན་པ་དང་། སྐབས་དང་། སྤྱི་
མཆོག་དང་། མགོན་པོ་མེད་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལེགས་པར་གསུང་པའི་སྟོན་པ་དེ་ལ་
བདག་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །ཞེས་པའོ། །ཞེ་མའོ་ཞེས་པ་བཞི་ནི་ངོ་མཆར་མད་དུ་
བྱུང་བའི་བསྐྱབས་ཆིག་གོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་
གསུངས་ཚུལ། དེ་མ་རྟོགས་ན་བསྟན་པའི་སྟོང་པ་མི་རྟོགས་པར་བསྟན་པ།
རྟོགས་ན་སྟོན་པ་ལ་ཆད་མས་བྱངས་པའི་དད་པ་བྱུང་བར་ཅན་སྟེ་བར་བསྟན་
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱབས་པའོ།
།དང་པོ་ལ་གཉིས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་མི་འདོད་
པ་ཕྱབ་པའི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ། སྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་
འདོད་པ་ཕྱབ་པའི་བཞེད་པར་བསྐྱབས་པའོ། །ཆིག་ཆོགས་སྟོང་པའི་ཆེད་ཅ་
བ་མ་བྱངས་པར་བཤད་ན། དང་པོའི་དོན་ནི།

པན་མཛད་བྱོད་གྱིས་འགོ་བ་ལ། །

སྤྲོ་པའི་སྤྲད་དུ་བཀའ་སྤྲུལ་པ། །

བསྟན་པའི་སྟོང་པ་སྟོང་པ་ཉིད། །

ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཟླ་མེད་པ། །

ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ། །

འགལ་བ་དང་ནི་མ་གྲུབ་པར། །

མཐོང་བ་འདི་ཡིས་བྲོད་ཀྱི་ལུགས། །

ཇི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས། །

གཞན་ལ་པན་པར་མཛད་པ་བྲོད་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་འགྲོ་བ་ལ། སྤྲོ་བ་
སྟེ་པན་པའི་སྤྲོད་དུ་བཀའ་སྩལ་པའི་བསྟན་པའི་སྤྲོད་པོ་ནི་ཆོས་རྣམས་རང་
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྤྲོད་
ཉིད་དེ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཏེ་ཐབས་འགྲན་པའི་ཟླ་མེད་པ་ནི། ཏེན་
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཏྲགས་ཀྱི་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་སྤྱི་བྱ་
ཆོས་ཅན། བདེན་པར་མེད་དེ། ཏེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པའི་ཏྲགས་
སྤྱོད་ལ། སྤྲོ་བ་མེད་ཅེས་སྤྲོ་བ་འགལ་བའི་ལན་འདེབས་པའི་དངོས་སྤྱི་
བ་དང་ནི་ཏྲགས་མ་གྲུབ་པར་མཐོང་བ་སྟེ་འདོད་པའི་ལན་འདེབས་པའི་ལུ་
སྟེགས་བྱེད་འདི་ཡིས་ནི་སྤྲོ་བ་བྲོད་ཀྱི་ལུགས་ཟླ་ན་མེད་པ་ཏེན་འབྱུང་གི་
དོན་ཇི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ཏེ་ཁོང་དུ་ཆུད་མི་བྱས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་པ་ལ་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་
འཐད་ཅིང་གཞན་དུ་མི་འཐད་པ། ཏེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་

བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བྱུབ་པ། དེའི་སྒོ་ནས་སྟོན་པ་ཉིད་སྒྲ་བ་སྒྲ་མེད་པར་
བསྒྱབས་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ལ་བྱ་བྱེད་འཐད་ཚུལ་དང་
ཚྭ་གྲུགས་ལ་མི་འཐད་པ་རྟེན་འབྲེལ་མཐོང་བ་ལ་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་
ནི།

སྟོང་ནི་རྣམ་ཞིག་སྟོང་པ་ཉིད། །

རྟེན་འབྱུང་དོན་དུ་མཐོང་བ་ན། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་དང་། །

བྱ་བྱེད་འཐད་པའང་མི་འགལ་ཞིང་། །

སྟོན་པ་སྟོང་ནི་འདི་ལྟར་རྣམ་ཞིག་གི་ཆེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་
བྱུབ་པ། དེའི་སྒོ་ནས་སྟོན་པ་ཉིད་སྒྲ་བ་སྒྲ་མེད་པར་བསྒྱབས་པའོ། །དང་
པོ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ཡིན་པ་དང་། དེར་མ་
ཟད་དེ་ལ་ནི་གནས་སྐབས་སུ་སོང་ཞིག་འདུག་ཅིག་སོགས། སྒྲ་དོར་གྱི་
ཚུལ་རྣམས་འཛོག་པར་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་ཅུ་ཉིད་འཐད་པའང་མི་
འགལ་ཞིང་། ཆོས་མཐུན་པར་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཅ་ཤེས། ལས། གང་
ལ་སྟོང་པ་ཉིད་རུང་པ། །དེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །འདིས་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་རྒྱལ་ཅུ་ཡང་

མེད་ཀྱང་། གྲུན་རྫོབ་ཙམ་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་
དུ་སྤང་སྤང་གི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་ཙམ་དུ་མ་བད། འིན་ཏུ་རུང་
བར་ཤེས་དགོས་པར་སྟོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི།

དེ་ལས་བསྐྱོག་པར་མཐོང་བ་ན། །

སྟོང་ལ་བྱ་བ་མི་རུང་ཞིང་། །

བྱ་དང་བཅས་ལ་སྟོང་མེད་པས། །

ཉམ་ངའི་གཡས་དུ་ལྷུང་བར་བཞེད། །

གལ་ཏེ་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་དེ་
ལས་སྐྱོག་པ་གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་བ་པར་མཐོང་བ་སྟེ་ཁས་ལེན་པར་
བྱེད་ན། དེ་ནི་མི་འཐད་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཐམས་
ཅད་འཐད་པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་ཞིང་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཀྱི་
བྱ་བྱེད་འཐད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་བ་པས་སྟོང་བ་མེད་
པར་འདོད་དགོས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །དེ་ལྟར་འདོད་དུ་འང་མི་རུང་སྟེ་དེ་
འབྲའི་གང་ཟག་དེ་རྟག་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་གནས་ཉམ་ང་བའི་གཡས་དུ་ལྷུང་བ་
ཡིན་པར་སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བཞེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་མཐོང་བ་ན་ཞེས་ནའི་
སྒྲ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱི། ལ་ལར་རུང་བད་འདི་དང་མི་འབྲ་བའང་ཡོད་

དོ། །རྗེའི་གསུང་འབྲུམ་དུ་བཅས་ལ་ཞེས་གནས་གཞིའི་སྒྲ་ཡོད་ལ། ཆོས་
སྟོད་དུ་བཅས་པ་ཞེས་འབྲུང་ངོ་། དེ་ལྟར་ཡང་རྩ་ཤེལ་ས། གང་ལ་སྟོང་ཉིད་
མི་རུང་པ། །དེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་བྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ། །

རྟེན་འབྲུང་མཐོང་བ་ལེགས་པར་བསྒྲགས། །

གོང་དུ་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་དེའི་ཕྱིར་ན། སྟོན་པ་བྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་
འདི་ལ་རྟེན་འབྲུང་གི་གནས་ལུགས་སམ་ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་ནི་ལེགས་པར་
བསྒྲགས་སོ། །རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དང་དེའང་བྱ་བྱེད་འཐད་ཚུལ་ལེགས་
པར་ཤེས་པ་ལ་བསྒྲགས་ཚུལ་ནི། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས། ཆོས་རྣམས་སྟོང་
པ་འདི་ཤེས་ནས། །ལས་དང་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་གང་། །ངོ་མཆར་བས་ཀྱང་
འདི་ངོ་མཆར། །མཛད་བྱང་བས་ཀྱང་འདི་མཛད་བྱང་། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།
མདོ་ལས་ཀྱང་། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་མཐོང་བ་དེས་ནི་
ཆོས་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་ཡང་ཀུན་ཏུ་མེད་པ་དང་། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན། །

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལུགས་དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་དེ་ཉིད་ཀྱན་དུ་སྟེ་
ཐ་སྙད་དུ་གཏན་མེད་པར་སྟོང་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པར་སྟོང་བས་
མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲུང་གི་རིགས་པ་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་གྱིས་
མཐོང་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། གསུངས་ཚུལ་དང་། རྟོག་བས་སྒྲགས་མི་རྟོག་
པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ལྟོས་ནས་བྱུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་
བསྟན་པ། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པ་ཉིད་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་པ།
རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ན་ཐོབ་བྱ་སྤངས་སོགས་མི་རུང་བར་བསྟན་པའོ། །
དང་པོ་ནི།

ལྟོས་མེད་ནམ་མཁའི་མེ་ཏྲོག་བཞིན། །

དེས་ན་མ་བརྟེན་ཡོད་མ་ཡིན། །

ངོ་བོས་བྱུང་ན་དེ་འབྱུང་པ། །

རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པ་འགལ། །

རང་གི་གདགས་གཞི་ཆ་ཤས་ཆོགས་པ་ལ་བསྟོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་ནི་
དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏྲོག་བཞིན་དུ་གཞི་མ་བྱུང་པའི་རྒྱ་མཆན་དེས་ན།
རང་གི་ཆ་ཤས་སོགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་དབང་ངམ་ཚུགས་བྱུང་ཏུ་བྱུང་
པའི་ཆོས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་སྤྱུ་གྲུ་སྟུ་བྱ་ནི། རང་གི་ངོ་བོས་རང་

དབང་དུ་བྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། ཟུ་གུ་དེ་འབྱལ་བར་བྱེད་པ། རང་གི་རྒྱ་དང་
རྒྱུན་ལ་སྟོས་པ་འགལ་བར་འབྱུར་ཏེ། རང་དབང་ངམ་ངོ་བོས་བྱལ་ན་བདེན་
པར་བྱལ་དགོས་ལ་བདེན་བྱལ་ཡིན་ན། སྟོས་མེད་དུ་བྱལ་དགོས་པ་ལས་
སྟོས་མེད་དུ་བྱལ་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ཟུ་གུ་སོགས་ནི་རང་གི་ངོ་
བོས་མ་བྱལ་སྟེ། གཞན་ལ་སྟོས་ནས་བྱལ་བའི་བྱིར་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །འདིར་
བསྟོས་པ་ཞེས་འབྱུང་ཡང་། གསུང་འབྱུང་ལ་ལར་བསྟོས་པར་ཞེས་འབྱུང་བ་
ནི་བདེ་བར་མངོན་ཏེ། དེ་ལ་བསྟོས་པ་ཡིན་པར་འགལ་ཞེས་ཐོབ་བོ། །འདི་ནི་
རྩ་ཤེལ་སྟེ། །རང་བཞིན་དག་ནི་བཙུང་མིན་ དང་། །གཞན་ལ་བསྟོས་པ་མེད་
པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

དེ་བྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས། །

མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་ཡོད་མིན་པས། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས། །

མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་མེད་པར་གསུངས། །

རྒྱ་མཚན་སྒྲར་བཤད་པ་དེའི་བྱིར་ན། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས་མ་
གཏོགས་པའི་ཆོས་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་མེད་པས་ན་སྟོན་པས་
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་ནི་འགའ་ཡང་མེད་

པར་གསུངས་སོ། །གསུང་འབྲུམ་ལས་འདས་ཆིག་གི་དོན་དུ་གསུངས་ཞེས་
འབྲུང་བ་བཞིན་བྱས་ཀྱི། ཆོས་སྤྱོད་འདིར་གསུང་ཞེས་པ་ལྟར་ན་གསུང་ངོ་
ཞེས་ཐོབ་པས་འདྲ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཅུང་གི་བྱུང་པར་ཡོད་དོ། །མ་གཏོགས་
ཞེས་པ་ནི། དེར་མ་གཏོགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། ལས་ཞེས་དགར་
ཆིག་འབྲུང་བ་ནི། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་མེད་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཅེ་
ལས། གང་སྤྱིར་ཏེན་འབྲུང་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་
སྤྱིར་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་ པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

གསུམ་པ་ནི།

རང་བཞིན་ལྡོག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། །

ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་འགའ་ཡོད་ན། །

སྤྱིར་འདས་པ་མི་རུང་ཞིང་། །

སྤྱོད་ཀྱི་ལྡོག་པ་མེད་པར་གསུངས། །

བདེན་པར་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་ནི་ནམ་ཡང་ལྡོག་པ་མེད་པ་
སྟེ་བསྒྱུར་མི་རུས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་ལས་
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི། དེའི་ཆེ་བྱ་བྱེད་མི་འཐད་པར་
མ་ཟད་སྤྱིར་འདས་པ་སྟེ་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་དུ་འང་མི་

རུང་ཞིང་། མཐར་འཛིན་ཀུན་རྟོག་གི་སྒྲོས་པ་ཀུན་གྱང་སྒྲོག་པ་མེད་པར་སྟོན་
པ་བྲིད་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །འདི་ཡང་བདེན་འཛིན་ནི་བདེན་པར་གྲུབ་ན་ནི་
བསྐྱར་མི་རུས་པས་སྤོང་བར་ཡང་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། སྤང་འདས་གྱང་ཐོབ་
མི་རུས་སོ་ཞེས་པའོ། །སྒྲོག་པ་མེད་ཅེས་པའི་དོན་ལ། བསྒྲོག་པ་མེད་པའི་
ཆོག་འབྱུང་བ་ནི་དོན་འདྲའོ། །འདི་ནི་རྩ་ཤེལ་ལས། རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་
བར་ནི། །རྣམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་
པའོ། །བདེན་པར་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་གོང་དུ་བྲངས་པ་ལྟར་བཅོས་
པ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ལ་བསྟོས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་དུ་མི་འགྱུར་
པའི་བྱད་ཆོས་གསུམ་ཆང་དགོས་ཏེ། ཞིབ་པར་ནི་རྩ་ཤེའི་འབྲེལ་པ་སོགས་
དབྱ་མའི་གཞུང་ཆེ་བ་ནས་ཤེས་དགོས་སོ། །ཆོགས་བཅད་འདི་ལྟ་བུ་ནི། གོ་
རིམ་བསྒྲོག་སྟེ་བཤད་ན་འཆད་བདེ་ཡང་། གཞན་ལ་གོ་སླ་བའི་ཆེད་དུ་མཐར་
ཆགས་སུ་བཤད་ཅིང་འཆད་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་རང་བཞིན་རྣམ་བཤམ་ཞེས། །

སེང་གའི་སྒྲ་ཡིས་ཡང་ཡང་དུ། །

མཁས་པའི་ཆོགས་སུ་ལེགས་གསུངས་པ། །

འདི་ལ་སུ་ཡིས་དགོང་པར་རུས། །

རྒྱ་མཚན་བཤད་མ་ཐག་པ་དེའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་ཁྱོད་གྱིས་ཆོས་རྣམས་
བདེན་པར་བྱུང་པའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་བྲལ་ལོ་ཞེས་འཇིགས་པ་མེད་པའི་
སེང་གའི་སྒྲ་ཡིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་མཁས་པའི་འཁོར་གྱི་ཆོགས་སུ་ལེགས་
པར་གསུངས་པ་འདི་ལ་རྟོག་པ་སུ་ཡིས་འགོང་བར་བྱས་ཏེ་འགོང་བར་མི་
བྱས་སོ། །འགོང་མི་བྱས་པ་ནི། བས་རྟོག་གྱིས་ཆོས་འབྱུང་དུ་སྒྲན་ཀ་མི་
བྱས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ཡང་གསུངས་པ་དེའི་དོན་ལས་བཀྲལ་བར་བྱས་ནས་
གཞན་ལེགས་པར་འཆད་མི་བྱས་པའོ། །

གསུམ་པ་ནི།

རང་བཞིན་འགའ་ཡང་མེད་པ་དང་། །
འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་བའི། །
རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་གཉིས། །
མི་འགལ་འདུ་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། །
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །
མཐར་ལྟ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། །
ལེགས་གསུངས་འདི་ནི་མགོན་ཁྱོད་གྱི། །
སྒྲ་བ་སྒྲན་མེད་པའི་རྒྱ། །

ཆོས་གང་གི་སྟོང་དུ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་འགའ་ཡང་མེད་པ་
དང་། ཐ་སྙད་དུ་རྒྱ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འདི་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་ལྡན་དུ་འཛོག་པ་གཉིས་ནི་
མི་འགལ་བར་མ་ཟད། གཅིག་གོགས་སུ་གཅིག་འགོ་བར་གསུངས་པས་ནི།
ལྡན་ཅིག་འདུ་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཏེ་གཞི་གཅིག་ལ་འདུ་རུང་བར་ངེས་
སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་།

མདོ་ལས། སྟོང་བ་ཉིད་གཟུགས་སོ། གཟུགས་ལས་སྟོང་བ་ཉིད་
གཞན་མ་ཡིན། ཞེས་སོགས་དང་།

རྩ་ཤེལ་ས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་
བཤད། །དེ་ཉིད་རྒྱུར་བྱས་གདགས་པ་སྟེ། །དེ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །
ཞེས་དང་།

འབྲུག་པ་ལས། དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཇིན་པར་འགྱུར། ཞེས་
དང་དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །སྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་
ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས། ཆོས་
རྣམས་རྟེན་འབྲེལ་དང་ཁྱད་པར་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ནི། རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་
ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་
དང་རྒྱ་མེད་བཞི་པོ་གང་རུང་ལས་སྐྱེ་བར་འཇིན་པའི་མཐའ་འཇིན་གྱི་ལྟ་བ་
མི་བརྟེན་ནོ། །ཞེས་ལེགས་པར་གསུངས་པ་འདི་ནི་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བ་
ཉིད་སྤྲོ་ན་མེད་པར་འཛོག་པའི་རྒྱ་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྩ་ཤེལ་ས། བྱེད་

པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལས་གྲང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་
 བར་མ་གཏོགས་པར། །འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་
 བུ་སྟེ། མཐར་འཛིན་ལ་རྟག་པའི་མཐར་འཛིན་དང་། ཆད་པའི་མཐར་འཛིན་
 གཉིས་ཡོད་ལ། མཐའ་བཞི་གང་རུང་ལས་སྐྱེ་བར་འཛིན་པ་དང་དངོས་པོ་
 རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་རྟག་པ་ནི། རྟག་པའི་མཐར་
 འཛིན་དང་། ཐ་སྙད་དུ་རྒྱ་འབྲས་སོགས་བྱ་བྱེད་མི་འཐད་པར་འཛིན་པའི་
 རྟག་པ་ནི་ཆད་པའི་མཐར་འཛིན་ཡིན་ལ། མཐའ་ཞེས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་གང་
 དུ་སྐྱུང་ན་ཕྱང་བར་འབྱུར་བའི་གཡང་ལ་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། འདིར་
 གང་དུ་བཟུང་ན་འཛིན་པ་པོ་ཕྱང་བར་འབྱུར་བའི་གནས་ལ་མཐའ་དང་། དེར་
 འཛིན་པའི་རྟག་པ་ནི་མཐར་འཛིན་ཅེས་བྱའོ། །

འདི་ཀུན་ངོ་བོས་སྟོང་བ་དང་། །

འདི་ལས་འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི། །

ངེས་པ་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་དུ། །

གོགས་མེད་པར་ནི་གྲོགས་བྱེད་པ། །

འདི་ལས་ངོ་མཆར་གྱུར་བ་དང་། །

འདི་ལས་མད་དུ་བྱུང་བ་གང་། །

ཚུལ་འདིས་སྤྱོད་ལ་བསྟོད་ན་ནི། །

བསྟོད་པར་འབྱུང་གི་གཞན་དུ་མིན།

གཉིས་པ་བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱབས་པ་ནི། བྱེ་ནང་གི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དངོས་
པོ་འདི་ཀྱན་ནི་དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་ཐ་སྟོད་
བཏགས་པའི་བཏགས་དོན་བཅའ་པའི་ཆེ་བཏགས་དོན་རྟོད་རྒྱ་མེད་པས་
ངོ་བོས་བྱུབ་པས་སྟོང་བར་ངེས་པ་དང་། རིགས་པ་དེས་མ་བཏགས་མ་དཔྱད་
པར་ཀྱན་རྩོབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་ཅམ་དུ་རྒྱ་འདི་ལས་འདིའི་འབྲས་བྱ་འདི་འབྱུང་བ་
ཡི་ངེས་པ་གཉིས་པོ་ཐན་ཚུན་དུ་འཛོག་མི་བྱུབ་པའི་གོགས་མེད་པར་ནི།
གཅིག་གིས་ཅིག་ཤོས་ལ་ངེས་པ་ལྷག་པར་འབྲེན་བྱུབ་པའི་གྲོགས་བྱེད་པ་
འདི་ལས་ལྷག་ངོ་མཆར་དུ་བྱུང་བ་དང་། འདི་ལས་ཆེས་མད་དུ་བྱུང་བ་གང་
ཞིག་ཡོད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས། ཆོས་རྣམས་སྟོང་པ་འདི་ཤེས་
ན། །ཞེས་སོགས་སྤྲངས་པའི་དགོངས་པའོ། །རྗེ་སྒྲ་མས། དབྱ་མའི་ལྟ་
བའི་དཀའ་སའི་མཐར་བྱག་པ་འདི་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། ལམ་རིམ་ཆུང་བ་
ལས། དཀའ་ས་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུབ་པའི་རང་བཞིན་མ་ལུས་པར་ཁྱེད་གས་
པ་དང་། རང་བཞིན་མེད་པའི་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ལས་སོག་པ་
པོ་དང་འབྲས་བྱ་སྟོང་བ་པོ་ལ་སོགས་པར་འཛོག་པ་ལ་ངེས་པ་གཉིད་ནས་
འབྲོངས་ཏེ། དེ་རྣམས་སྤྱ་འཛོག་བྱུབ་པའི་གཉིས་ཆོགས་དེ་སྤྱི་མཐའ་ཅམ་

དུ་སོང་བས་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཤིན་ཏུ་རྙེད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ རོ། །ཞེས་དང་།
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དཔྱེད་པའི་རིགས་པས་བཅའ་བ་ན། སྐྱེ་བ་དང་འཆི་འཕོ་བའི་
 གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དབྱུད་བཅོད་པ་རྩལ་ཅམ་ཡང་མི་རྙེད་ཀྱང་། ཆོས་
 རྣམས་སྐྱེ་མ་ལྷ་བྱུ་ལ་དཀར་ནག་གི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ལྷ་བྱུའི་
 གོ་བ་ཆགས་པར་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན། ཐུབ་པ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད་འོས་པའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་
 ཡོད་ཀྱང་། ཁྱད་པར་རྟེན་འབྲེལ་གསུང་པའི་ཚུལ་འདིའི་སྒྲོ་ནས་ཁྱོད་ལ་
 བསྟོད་ན་ནི། ཆོས་དོན་དང་མཐུན་པར་བསྟོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། བསྟོད་
 པ་དེ་ལས་གཞན་དུ་ཡོན་ཏན་གཞན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པས་དེ་ཅམ་ཞིག་ཏུ་
 ལེགས་པར་བསྟོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་རོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། རྟེན་འབྲེལ་ཁས་སྦྱངས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་
 པ་ཁས་མི་ལེན་པ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ། རང་སྤྱེ་དངོས་སྤྱོད་པ་སོགས་བསྟན་
 པའི་སྟོང་པོ་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པར་བསྟན་པ། རྟེན་འབྲེལ་དང་རང་བཞིན་
 གྱིས་གྲུབ་པ་ཅིག་ཅར་ཁས་ལེན་པ་འགལ་བར་བསྟན་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་
 རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་སྐྱེ་མ་ལྷ་བྱུར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཚྲིངས་པས་བྲན་དུ་བབྱང་བ་ཡིས། །

གང་ཞིག་ཁྱོད་དང་ཞེ་འགྲས་པ། །

དེ་ཡིས་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྒྲ། །

མི་བཟོད་གྱུར་ལ་མཆར་ཅི་ཡོད། །

སྟོང་གི་གསུང་གི་གཅེས་པའི་མངོད། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་ཁས་སྦངས་ནས། །

སྟོང་ཉིད་ང་རོ་མི་བཟོད་པ། །

འདི་ལ་ཁོ་བོ་ངོ་མཆར་གྱུར། །

ཡིད་ནི་མི་ཤེས་པའི་སྟོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་བས་དེའི་བྲན་དུ་
བབྱང་བ་ཡི་སྟོབས་སམ་མཐུས། ལུ་སྟེགས་ཀྱི་གྲོལ་བ་གང་ཞིག་སྟོན་པ་
སྟོང་དང་ཞེ་འགྲས་པ་དེ་ཡིས་ནི། སྟོང་གི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་
དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྒྲ་བོས་ནས་ཡིད་ལ་མི་བཟོད་པ་སྟེས་པར་གྱུར་པ་ལ་ངོ་
མཆར་དུ་བཅི་རྒྱ་ཅི་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་སྟོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། དེའི་
སྟོན་པའི་ལུགས་ཀྱང་ཡིན་པས་སོ། །འོ་ན་གང་ལ་བཅི་ཞེ་ན། སྟོན་པ་སྟོང་
གི་གསུང་གི་གཅེས་པའི་མངོད་མཐར་ཐུག་པ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་སྟེ་རྟེན་
འབྲེལ་ཁས་སྦངས་ནས། ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་
དོ་ཞེས་བསྟན་པས། སྒྲའི་ང་རོ་མི་བཟོད་པའི་རང་སྟེ་དངོས་སྒྲ་བའི་སྟེ་བོ་འདི་
ལ་ཁོ་བོ་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ངོ་མཆར་དུ་གྱུར་ཏེ། ཏ་ལ་ཞོན་བཞིན་
དུ་ཏ་དེ་ཉིད་འཆོལ་བ་སྟར་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་རྟེན་
འབྲེལ་གྱི་དོན་ཡིན་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུང་འབྲུམ་ལ་ལར། བཏེན་ནས་འབྲུང་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
བཤད་ཀྱི། ཆོས་སྤྱོད་ཁ་ཅིག་ཏུ་འབྲུང་བར་ཞེས་ཡོད་ རོ། །མཆར་བ་ནི།
སྤྱིར་སྤང་བ། སྤོན་བ། བསྐྱུགས་པ་རྣམས་ལ་འཇུག་ཀྱང་། འདིར་སྤང་བ་ལ་
འཇུག་སྟེ་བྲེལ་བའི་དོན་ནོ། །འདི་ནི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། གཞན་གྱི་ཆོས་
རྣམས་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཤེས་བྱ་ལ་ཡང་སྟོན་པ་ཡིས། །སྤྱི་བ་བ་བྱད་བར་བརྗོད་
པ་གང་། །དེ་ལ་ཁོ་བོས་མཆར་དུ་བཅིས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་སྟོགས་
འདྲའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

རང་བཞིན་མེད་ལ་བགྱི་བའི་སྒྲོ། །

སྤྲ་མེད་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་གི། །

མིང་ཉིད་གྱིས་ནི་རང་བཞིན་དུ། །

འཇིན་ན་ད་གོ་སྤྱེ་བོ་འདི། །

འཕགས་མཆོག་རྣམས་གྱིས་ལེགས་བསྟོན་པའི། །

འཇུག་དོགས་སྤྲ་དང་བྲལ་གྱུར་པ། །

སྟོན་དགྱེས་གྱུར་པའི་ལམ་བཟང་དེར། །

ཐབས་གང་གིས་ནི་བགྱི་བར་བྱ། །

དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་ལ་བཀྱི་བའི་
སྒོ་སྟེ་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཀྱང་དངོས་སྤྱོད་པས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
འབྱུང་གི་མིང་ཅམ་ལ་ཞེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་
གྲུབ་པ་ཉིད་ཏུ་འཛིན་པ་སྟེ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ན། ད་ཀོ་སྟེ་ད་ནི་དངོས་སྤྱོད་
བའི་སྒྲེ་བོ་འདི་རྣམས་ནི། འཕགས་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྟོན་
པའི་འཇུག་དོགས་འགྲན་སྒྲ་དང་བལ་བར་གྱུར་པ། སྟོན་པ་ཁྱོད་དགྱེས་
པར་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ལམ་བཟང་པོ་དེར་
ཐབས་གཞན་གང་གིས་ནི་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བུར་བཀྱི་བའམ་འབྲིད་པར་བྱ་སྟེ་བཀྱི་
པའི་ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་གཞན་མེད་དོ། །

འདི་ནི་སྟོན་ནད་གསོ་བའི་ཐབས་ཡིན་པ་ལ། མ་ཟླ་བར་ནད་བསྐྱེས་
པ་ལྟ་བུར་སོང་པ་སྟེ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་དོན་ཡིན་
པ་ལ། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་བཟུང་
པའི་ཕྱིར་དོ། །

སྒྱིར་དངོས་སྤྱོད་བ་ནི། དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་
དང་། བྱུང་པར་སྐབས་འདིར་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་
མཆན་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པ། མདོ་སྟེ་
པ། སེམས་ཅམ་པ་སྟེ་རང་སྟེ་དངོས་སྤྱོད་བ་རྣམས་དང་། རང་རྒྱུད་པ་ཡང་དེའི་
ཕྱོགས་སུ་ནི་བསྐྱུ་བུང་དོ། །

དེས་ན་མིང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཞེས་པའང་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་

གྲིས་རང་བཞིན་གྲིས་བྱུང་བར་འཛིན་པའི་རང་སྤྱེ་གཙུག་ཆེའོ། །འཇུག་
 རོགས་ནི་འཇུག་པའི་ལམ་མཐ་གཞིའོ། །ཐབས་གང་གིས་ནི་བཀྲི་བར་བྱ།
 ཞེས་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་གཞན་རང་བཞིན་མེད་པའི་
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐབས་སམ་རྟགས་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་འམ་ལྷག་མེད་
 བར་སྟོན་པ་སྟེ་བསྒྲགས་པའོ། །

རང་བཞིན་བཅོས་མིན་སྟོས་མེད་དང་། །
 རྟེན་འབྲེལ་སྟོས་དང་བཅོས་མ་གཉིས། །
 རི་ལྷ་བྱུར་ན་གཞི་གཅིག་ལ། །
 མི་འགལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

གསུམ་པ་ནི། དངོས་པོར་སྤྲོ་བ་ཁྱོད་གྲིས་རང་བཞིན་གྲིས་བྱུང་བ་
 ཁས་ལེན་འདུག་ན། རང་བཞིན་གྲིས་བྱུང་བ་ལ་རྟེན་གྲིས་གསར་དུ་བཅོས་
 པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྟེན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་ཞིག་དགོས་
 པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ནི་གཞན་ལ་བསྟོས་ནས་བྱུང་བ་དང་བཅོས་མ་ཞིག་ལ་
 འཛོག་པ་ཡིན་པས་གཉིས་ཀ་ཚུལ་རི་ལྷ་བྱུར་ན་གཞི་གཅིག་ལ་མི་འགལ་
 བར་གཞི་མ་ཐུན་དུ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་གཞི་གཅིག་གི་སྟོང་དུ་མི་འགལ་
 བར་འཛོག་མི་རུང་ཞེས་པའོ། འདི་ནི་རྩ་ཤེལ་སྤྲུལ་ རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་

མིན་དང་། །ཞེས་སོགས་དང་། རང་བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི། །ནམ་ཡང་
འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། །འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་
ཆོས་རྣམས་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བཙུགས་བ་མིན་གྱང་། རང་འདོགས་
བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཙུགས་པའམ་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། དེ་
དག་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན། ཞེས་སོགས་དང་། བཞི་བརྒྱ་པའི་
འགྲེལ་བ་ལས་གྱང་། རྟོག་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ཡོད་པ་ཉིད་དང་ཞེས་གསུངས་
པས་སོ། །

བཞི་བ་ནི།

དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གང་། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གདོད་མ་ནས། །

རྣམ་པར་དབེན་ཡང་དེར་སྤང་བས། །

འདི་ཀྱན་སྐྱ་མ་བཞིན་དུ་གསུངས། །

རྒྱ་མཚན་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དབེན་ན་སྐྱ་མའི་
རྟ་སྤང་ནི་རྟ་སྤང་དངོས་གནས་སུ་མ་བྱུང་བཞིན་དུ་དེར་སྤང་བ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱུན་
དང་ཆ་ཤས་དང་རྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་འདི་
རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གདོད་མ་ནས་བྱུང་བས་རྣམ་པར་དབེན་ཡང་
རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་དེར་སྤང་བས་ན་རྟེན་འབྱུང་གི་ཆོས་འདི་ཀྱན་སྟོན་

པ་ཁྱོད་གྱིས་སྒྱུ་མ་ངེ་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྩུན་པར་གསུངས་པ་ལགས་སོ། །དེ་
ལ་གདོད་མ་ནས་ཞེས་པ་ནི་ཐོག་མ་ནས་དང་དབེན་པ་ནི་མེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་དོན་ནོ། །

དེར་སྒྲུང་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཡང་། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོག་པ་རྣམས་ལ།
རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་གྲུབ་པར་སྒྲུང་བའི་དོན་
ཡིན་གྱི། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མི་སྒྲུང་ངོ་། །འོན་ཀྱང་གཞན་
ལ་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུང་བ་དེ། སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ་
མི་སྒྲུང་ན་མེད་པར་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་ངོ་། །སོ་སྐྱེའི་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་
ཤེས་པ་ལ་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པར་སྒྲུང་བས། སོ་སྐྱེའི་
ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་ཤེས་སྤྱོད་ལས་འདིར་ཁས་ལེན་ཡང་། གཟུགས་
སྤྱོད་སོགས་ཡུལ་ལྗེའི་ཐ་སྙད་པའི་ངོ་བོ་ལ་ཆད་མར་སོང་བའི་ཤེས་པ་ནི་ཡོད་
པར་འདོད་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། གནས་ལུགས་བསྟན་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེ་ཚུ་ལ།
ཉེས་པའི་རྩ་བ་ལྟོག་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེ་ཚུ་ལ། དོན་རྟོགས་ནས་ངེས་ཤེས་སྐྱེ་
ཚུ་ལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བསྟན་པས་སྒྲུབ་ཀ་
མེད་པ། བརྟེན་འབྱུང་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ལའང་ངེས་པ་སྟེར་ཚུ་ལ་
ལོ། །དང་པོ་ནི།

ཁྱོད་གྱིས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ། །

གྲོལ་བ་འགས་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་དུ། །

སྒྲགས་མི་རྟེན་པར་གསུངས་པ་ཡང་། །

འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལེགས་པར་ཁུམས། །

ཅི་སྤང་ཅི་ན་འདི་བཤད་པས། །

མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་ལ། །

སྟོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི། །

གོ་སྐབས་རིང་དུ་མཛད་ཕྱིར་རོ། །

རྟེན་པ་བྱིད་ཀྱིས་གསུང་རབ་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་
བས་ཀྱིས་ཀློལ་བ་འགས་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་དུ་སྒྲགས་མི་རྟེན་པར་གསུངས་
པ་ཡང་། ཡིད་ཆེས་སུ་རྟེན་འབྲེལ་གི་ལམ་གསུང་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་
དཔགས་ནས་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཐད་པའི་གནས་སུ་ལེགས་པར་འཁུམས་
པ་སྟེ་བསམས་སོ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་སྤང་དུ་ཅི་ན། ཡིད་དེ་རྟེན་འབྲེལ་
འདི་བཤད་པས་མཐོང་བ་སྟེ་སོ་སྟེའི་མདོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མདོན་
གྱུར་དང་། མ་མཐོང་བ་སྟེ་སྟོག་གྱུར་གྱི་དངོས་པོ་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་རིམ་པ་
བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡིད་པར་སྟོ་འདོགས་པ་དང་། ཐ་སྤྱད་དུ་མེད་པར་
སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་གོ་སྐབས་རྒྱང་རིང་དུ་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་མཐུན་དུ་
སྒྲགས་མི་རྟེན་པ་ནི། སྐྱན་ཀ་ལྟར་སྤང་ཡིད་ཀྱང་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་སྐྱན་ཀ་
མེད་པའོ། །

མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་ནི། སོ་སྤྱིའི་མིག་ཤེས་ཆད་མ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་
མངོན་སུམ་པ་ཀ་བུམ་ལྟ་བུ་དང་། མ་མཐོང་བ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་ཅུང་ཟད་སྒྲོག་
གྱུར་དང་། ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྤྱི་མི་རྟག་པ་ལྟ་བུ་
དང་། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ།

གཉིས་པ་ནི། སྤྱིན་པ་ལས་ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བ་དང་། བཟོད་པ་ལས་
རྣམ་སྤྱོན་གཟུགས་མངོས་པ་སོགས་དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཕྱ་ཞིང་
ཕྱ་བ་རྣམས་སོ། །མངོན་གྱུར་ནི། ཚུར་མཐོང་གིས་མངོན་སུམ་ཆད་མས་
ངེས་ཀྱས་ལ། ཅུང་ཟད་སྒྲོག་གྱུར་ནི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཆད་
མས་ངེས་མི་ཀྱས་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ནི། དབྱུང་གསུམ་གྱིས་དག་
པའི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་དགོས་ཀྱི། སྤྱི་མ་གཉིས་ལྟར་ངེས་མི་ཀྱས་སོ།
།སྤྱོད་འདོགས་ནི། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ལ་དེར་ཡོད་པར་བཟུང་ནས་སྤྱོད་
འདོགས་པ་དང་། སྤྱིར་འདེབས་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་ལ་དེར་མེད་པར་འཇིན་
པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་ཆིག་གིས་ཡོད་དམ། མེད་ཅེས་བརྗོད་དགོས་
པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། སེམས་ཀྱི་འཇིན་ཚུལ་ལ་དེ་ལྟར་ཡོད་ན་དེས་འགྲུབ་
པས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཁྱིད་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤྱི་མེད་པར། །

མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་རྟེན་འབྱུང་གི། །

ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་གཞན་ཡང་། །

ཆད་མར་གྱུར་པ་ངེས་པ་སྟེ། །

སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲ་བ་འགྲན་སྒྲ་མེད་པར་མཐོང་པའི་རྒྱ་མཚན་མཐར་
བྱུག་པ་རྟེན་འབྲུང་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། འདི་ཉིད་ལ་དབགས་ནས་སྟོན་
པ་ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་གཞན་ཡང་ལུང་ཆད་མར་གྱུར་པར་ངེས་པ་སྟེ་བ་ལགས་
སོ། །དེ་ནི་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་སྟོགས་གྱུར་ ལ། །
གང་ཞིག་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་འགྱུར་པ། དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཤེས་ནས། །འདི་ཉིད་
ཁོ་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། རང་བཞིན་ཀྱིས་སྟོང་པ་
རྟེན་འབྲེལ་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་པའི་བྱུག་པའི་གསུང་རབ་རང་གི་བརྟན་དོན་
ལ་མི་བསྒྲུ་བར་ངེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བར་བེད་གི་སྦྱིན་པ་བཏང་བས་ལོངས་
སྟོང་འབྲུང་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྒྲུངས་པས་མངོན་མཐོ་འགྲུབ་པར་སྟོན་
པའི་གསུངས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ལུང་ཆད་མར་གོ་རུས་པའི་དོན་ནོ། །ལུང་
ཆད་མ་ཞེས་པ་ནི་ལུང་ཡང་དག་ཅེས་པ་སྟེ། བརྟན་བྱའི་དོན་ལ་མི་བསྒྲུ་བའི་
ལུང་ངོ་། འདིར་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི།
གསུང་འབྲུམ་དུ་ལམ་འདི་ས་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་ན། ཉིད་ཀྱི་ཞེས་པ་ནི་
སྟོན་པ་ལ་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ་ནི།

དོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ། །

ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པ་ལ། །
ཀྱུད་པ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར། །
ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་ཕྱོག་ཕྱིར་རོ། །
ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པས། །
ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱ་གྱང་། །
ཕྱི་ཕྱིར་སྐྱོན་ནམས་བོས་པ་བཞིན། །
བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བརྟན་ཕྱིར་རོ། །
ཨེ་མ་འོ་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །
ཁྱུད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་གྱུར་པ། །
དེ་ཆེ་རྒྱུ་གི་ཁོང་ནས་ནི། །
ཁྱོད་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྲུས་མི་འགྱུར། །

གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་རྗེས་སུ་བ་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་བར་
གསུང་པའི་སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པར་བྱེད་པའི་སློབ་པ་དག་བཅོམ་
ལ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་དང་དེས་བྲངས་པའི་སྒྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཀྱུད་པ་
ཐམས་ཅད་ཀྱུང་རིང་དུ་གྱུར་པ་སྟེ་སྤངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་དག་གི་

ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་ཅ་བ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇིན་པའི་བདག་
ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་ལྟོག་པ་སྟེ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་རིང་དུ་གྱུར་ཞེས་པ་
ལྷར་བརྟེན་ལ་རྒྱལ་དབང་གི་དེར་འགྱུར་ཞེས་འབྱུང་བ་བཞིན་འགྱུར་ཆོག་
ཐོབ་པར་བྱས་ན་དག་བཅོམ་ཁོ་ན་ལ་བཤད་མི་དགོས་སོ།

ཡང་སྟོན་པ་བྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལས་ཕྱིར་སྟོགས་པའི་ལུ་སྟེགས་བྱེད་
རྣམས་གྱིས། བདག་ཉིད་གྲོལ་བའི་ཆེད་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་དཀའ་ཐུབ་
དག་པོས་ངལ་བ་བསྟོན་པར་བྱས་ཀྱང་། ཕྱི་ཕྱིར་སྟེ་སྤངས་ཡང་རིམ་གྱིས་
ཆགས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་རྣམས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་རྒྱད་སྟེང་དུ་ཞོག་ཅིག་ཅེས་
བོས་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་ནས་མི་གྲོལ་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། དེ་དག་གི་རྒྱད་
ལ་སྟོན་གྱི་ཅ་བ་ལྷན་སྐྱེས་དང་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་ཏུ་ལྷ་བ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་
པོར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཨེ་མའོ་ཞེས་པ་ནི་ངོ་མཆར་ཆེ་བའོ། སྤང་དོར་འབྱེད་ཀུས་པའི་
མཁས་པས་སྤར་བཤད་པ་ལྷར་ཉེས་པ་ལྟོག་མི་ལྟོག་གི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་འདི་
གཉིས་ཀྱི་བྲུང་པར་དེ་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ། ཆོག་
ཅམ་མ་ཡིན་པར་རྟེན་གྱི་ཁོང་ནས་ཉེ་སྟེང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་ནས་ནི་སྟོན་
པ་བྲིད་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་གྲུས་པར་མི་འགྱུར་ཉེ་གྲུས་དགོས་ཤིང་། མི་གྲུས་
པའི་རྒྱ་མཆན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའོ། །

དེ་ཡང་སྟོགས་སྤང་གིས་རང་གི་སྟོན་པ་མཆོག་དང་། གཞན་གྱི་སྟོན་
པ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་ནི་དམན་པའོ་སྟུང་དུ་བཟུང་ནས་དད་པ་དང་མ་

དད་པ་མི་བྱེད་པར། དེ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པའི་གཞུང་གི་དོན་ལ། གཟུ་བོར་
གནས་པའི་སྒྲོས་རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་དབྱུང་བ་ན། རང་གི་སྟོན་པའི་
གསུང་ནི་ལེགས་པར་བཤད་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་དེ་ལས་སྒྲོག་པར་ངེས་པའི་
སྟོབས་ཀྱིས་གྲུས་མི་གྲུས་སྐྱེ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ།

ལྷ་ལས་ཕུལ་བྱུང་གི་བསྟོད་པ་ལས། བདག་ནི་སངས་རྒྱས་སྒྲོགས་
མི་འདྲིན། །སེར་སྐྱ་སོགས་ལ་མི་སྤང་ཡང་། །གང་ཞིག་རིགས་པར་ལྟན་
པའི་ཆོག་། དེ་ཉིད་སྟོན་པར་ཡོངས་སུ་འདྲིན། །ཞེས་དང་། ལུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་
གཞུང་ལུགས་ལ། །རི་ལྟར་རི་ལྟར་རྣམས་བསམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་མགོན་
ཁྱོད་ལ། །བདག་གི་ཡིད་ནི་དད་པར་གྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཏེ། ཚུ་ལ་
དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་པར་སྒྲགས་རིམ་ཆེ་མོ་དང་། ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས་
ཀྱང་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་ནི།

ཁྱོད་གསུང་དུ་མ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས། །

ཆ་ཤས་རེ་ཡི་དོན་ཅམ་ལའང་། །

འོ་ལ་སྟེ་ཅམ་གྱི་ངེས་ཆེད་པ། །

དེ་ལའང་མཆོག་གི་བདེ་བ་སྟེར། །

ཀྱི་རྟུང་བདག་སྒྲོ་སྤངས་པས་བཅོམ། །

འདི་འདྲའི་ཡོན་ཏན་སྤང་པོ་ལ། །

རིང་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་གུར་གྱང་། །

ཡོན་ཏན་ཆ་ཅམ་མ་འཆལ་དོ། །

འོན་གྱང་འཆི་བདག་ཁར་སྟོགས་པའི། །

སྟོག་གི་རྒྱན་ནི་མ་རྒྱབ་པར། །

སྟོང་ལ་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་པ། །

འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་བབྱིད། །

སྟོན་པ་སྟོང་གི་གསུང་རབ་དུ་མའི་དོན་སྟོགས་པས་བདེ་བ་མཆོག་
སྟེར་བ་ལྟ་ཅི་ཞིག་སྟོས། གསུང་གི་ཆ་གསལ་རེ་རེ་ཡི་དོན་ཅམ་ལའང་འོལ་
སྟེ་སྟེ་རགས་རིམ་ཅམ་གྱི་ངེས་པ་རྟོན་པ་དེ་ལའང་མཆོག་གི་བདེ་བ་སྟེར་
བར་བྱེད་དོ། །མཆོག་གི་བདེ་བ་ནི་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་བར་བྱས་གྱང་རུང་
བར་སེམས་ལ། གནས་སྐབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཆེ་ཡིད་བདེ་བ་ལའང་གོ་བ་
སྟེར་སྤང་དོ། གྱེ་རུང་ཅེས་པ་ནི་ཁྱམ་ཞིང་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཆོག་གོ། །བདག་
གི་སྟོ་གྲོས་ནི་མི་ཤེས་པའི་སྟོངས་པས་བཅོམ་སྟེ། རི་སྐད་སྒྲས་པ་འདི་འདྲ་
བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤང་པོ་ཆེན་པོའི་སྟོན་པ་སྟོང་ལ་སྤར་གྱི་དུས་རིང་པོ་ནས་
སྐབས་སུ་སོང་བར་གུར་གྱང་སྟོང་གི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ལྟ་ཞོག །ཡོན་

ཏན་གྱི་ཆ་ཤས་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡང་བདག་གིས་མ་འཆལ་ཏེ་ཤེས་པར་མ་གྱུར་
 ཏེ། མ་ཤེས་མོད། འོན་ཀྱང་སྟེ་དེ་སྟེ་ཡིན་ནའང་འཆི་བདག་གི་ཁར་སྟོགས་
 པའི་སྟོག་གི་རྒྱན་ནི་མ་རྒྱབ་པར་གནས་པའི་དུས་འདི་ཉིད་ལ་སྟོན་པ་བྲིད་
 ལ་རིགས་པ་ཡང་དག་གི་སྟོན་ས་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་བརྟེན་པ་འདི་ཅམ་ཡང་
 བདག་ཉིད་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་གོ་སྟམ་བཀྲིས་པ་སྟེ་བསམ་མོ། །འདི་
 ཇི་ཉིད་ཁེངས་པ་སྦྱངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསུངས་པའོ། །མ་རྒྱབ་པར་ཞེས་
 འབྱུང་བ་དང་བསྟུན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་དབང་གི་དེར་བར་ཞེས་པའི་དོན་དུ་
 བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

སྟོན་པའི་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་། །

ཤེས་རབ་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས། །

འཇིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བཞིན། །

ཕུལ་བྱུང་ལེགས་པར་བྲིད་མཁྱེན་གཞན་གྱིས་
 མིན། །

འཆད་པའང་སྟོན་པའི་ནང་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལེགས་པར་སྟོན་
 པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ནང་ནས་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་པོ་
 དེ་ཉིད། དཔེར་ན། འཇིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སངས་རྒྱས་ཉིད་

གཞན་ཀྱན་ནས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། དེ་གཉིས་
ཀའང་གཞན་ལས་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བ་ལགས་པ་སྟེ་ཡིན་པར་སྟོན་པ་བྱིད་ཁོ་
ནས་མཐུན་གྱི། བལ་བའམ་སྟོན་པ་གཞན་གྱིས་ཏེ་སེར་སྐྱ་སོགས་གྱིས་དེ་
ལྟར་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཆོས་སྦྱོང་འདི་དང་རྒྱལ་དབང་གི་དེར། ཕྱལ་བྱུང་
ལེགས་པར་ཞེས་འབྱུང་ཡང་གསུང་འབྲུམ་ཐོར་བྱ་ལ་ལར་ལགས་པར་བྱིད་
མཐུན་ཞེས་པ་ནི་བདེ་ཞིང་འཐད་པར་སེམས་ཏེ། ལགས་པ་ནི་ཡིན་ཞེས་
པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་གསུང་བའི་སྟོན་ནས་བྱེ་བྲག་དུ་བསྟོན་པ་ལ་
གསུམ། རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་དགོས་པ། ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་
པར་བཞིན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཚུལ། ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་བཙལ་ཚུལ་
དངོས་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཐར་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་བསྟན་ཚུལ། བསྟན་
པའི་ཆོས་འཛིན་པར་གྱས་ཚུལ། བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་བ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་
ནི།

བྱིད་གྱིས་ངི་སྟེད་བཀའ་སྒྲུལ་པ། །

རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྩམས་ཏེ་འཇུག། །

དེ་ཡང་མྱ་ངན་འདའ་ཕྱིར་ཏེ། །

ཞི་འགྱུར་མིན་མཛད་བྱིད་ལ་མེད། །

སྟོན་པ་བྲིད་ཀྱིས་གསུང་རབ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཀའ་སྒྲུལ་པ་ཐམས་ཅད་
 བཟོད་བྱ་ཉེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བཅུམས་ཏེ་འཇུག་ལ། དེ་ལྟར་འཇུག་པ་དེ་
 ཡང་གདུལ་བྱ་དེ་དག་གིས་ཐར་པ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་
 པའི་ཕྱིར་ཏེ་ཆེད་དུ་ཡིན་གྱི། གདུལ་བྱའི་ཉེན་མོངས་པ་ཞི་བར་འགྱུར་པའི་
 ཐབས་མ་ཡིན་པའི་མཛད་པ་སྟོན་པ་བྲིད་ལ་མེད་ རོ། །འདི་ནི། སྟོད་འཇུག་
 ལས། ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཅན་ནི། །ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་
 གསུངས། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་དག །ཞི་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་
 བསྐྱེད། །ཅེས་དང་། རོ་ཐོས་ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་དང་། །བཞི་སྟོང་
 གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ཆོས་ཉིད་ལ་ནི་གཞོལ་ཅིང་འབབ། །གསུངས་
 པའི་དགོངས་པའོ། །གསུང་འབྲུམ་ལ་ལར་ཞི་གྱུར་ཅེས་འདས་ཆིག་འབྱུང་
 ཡང་མི་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཀྱེ་མའོ་བྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི། །

གང་གི་རྣ་པའི་ལམ་སོང་བ། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་འགྱུར་ཕྱིར། །

བྲིད་བསྟན་འཛིན་པར་སྤྱ་མི་གུས། །

ཀྱེ་མའོ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིར་སྤྲད་པ། སྟོན་པ། ཞུས་པ། རོ་མཆར་ཆེ་བ་

རྣམས་ལ་འཇུག་པ་ལས་འདིར་ནི་སྤྱི་མཐོ། །སྟོན་པ་བྲོད་ཀྱི་ལུང་གི་བསྟན་པ་
ནི་གདུལ་བྱ་གང་གི་རྣ་བའི་ལམ་དུ་སོང་བའི་གདུལ་བྱ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་
བ་ལུང་འདས་ཐོབ་པར་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་ན། སྟོན་པ་བྲོད་ཀྱི་བསྟན་པ་འཇིན་
པར་ནི་སྤྱི་ཞིག་མི་གྲུས་ཏེ་གྲུས་རིགས་སོ། །འདིར་རྒྱལ་དབང་གི་དེར། བྲོད་
ཀྱིས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱེད་པའི་སྒྲ་འབྱུང་བ་ལྟར་ན། ལུང་གི་བསྟན་པ་ཞེས་པའི་
དོན་མ་ཡིན་པར། ཚོས་བསྟན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་དོན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི།

པས་ཀྟོལ་མཐའ་དག་འཇོམས་པ་དང་། །

ལྷག་འོག་འགལ་འདུས་སྟོང་བ་དང་། །

སྒྱེ་རྒྱའི་དོན་གཉིས་སྟེར་བྱེད་པ། །

ལུགས་འདིར་ཁོ་བོ་སྟོབ་པ་འཕེལ། །

ཕྱ་སྟེགས་ལ་སོགས་པ་པས་ཀྱི་ཀྟོལ་བ་མཐའ་དག་འཇོམས་པ་དང་
ལྷག་འོག་སྟེ་གོང་འོག་འགལ་འདུས་སྟོང་བ་སྟེ་འགལ་འདུ་མེད་པ་དང་། སྒྱེ་
རྒྱའི་དགོས་པ་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་དོན་སྟེར་
པར་བྱེད་པའི་བྲོད་ཀྱི་བྲུང་ཚོས་གསུམ་ལྟན་ཀྱི་ལུགས་འདིར་ཁོ་བོ་སྟོབ་བཟང་
གྲགས་པའི་དཔལ་སྟོབ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ལོ། །

སྒྲུབ་འོག་ཅེས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་དང་། རང་
ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་འོག་མཐུག་ནས་བཤད་པ་གཉིས་ལས །དང་པོ་ནི།
གྲུབ་མཐའ་བཞི་པོ་སོ་སོའི་གཞུང་ནས་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་
ཐམས་ཅད་ཇི་སྐད་དུ། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་རྟོགས་པ་དང་། ཞེས་
པའི་ཚུལ་གྱིས་མི་འགལ་བར་ཤེས་དགོས་པ་དང་། ཕྱི་མ་ནི་ཁས་སྒྲུངས་སྒྲ་
ཕྱི་མི་འགལ་བ་དང་། སྐབས་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཀྱང་མི་འགལ་བ་སོགས་སུ་ཤེས་
པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཐུབ་པས་ནན་ཏན་གྱིས་བསྒྲུབས་ཚུལ། དེ་
རྟོགས་པར་བཞེད་པ་ཇི་ལྟར་འབྱུངས་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

འདི་ཡི་ཕྱིར་དུ་བྱོད་གྱིས་ནི། །

ལ་ལར་སྒྲ་དང་གཞན་དུ་སྒྲོག། །

སྒྲུག་པའི་གཉེན་དང་ཡོངས་སྒྲོད་ཆོགས། །

གྲངས་མེད་བསྐྱལ་བར་ཡང་ཡང་བཏང་། །

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཟབ་མོ་འདི་བཙུན་པ་ཡི་ཕྱིར་ཏེ་ཆེད་དུ་སྟོན་པ་
བྱོད་གྱིས་ནི་དུས་དང་གནས་སྐབས་ལ་ལར་རང་གི་སྒྲ་སྟེ་ལུས་དང་། དུས་
གཞན་དུ་སྒྲོག་དང་སྟོང་དུ་སྒྲུག་པའི་བྱ་དང་ཆུང་མ་སོགས་གཉེན་དང་། ཟས་

གོས་གནས་མལ་བཞོན་པ་སོགས་ལོངས་སྟོད་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས། གངས་
མེད་པའི་བསྐྱལ་བར་ལན་གཅིག་ཅུ་མ་ཡིན་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཏང་
ངོ། །དེ་ནི་འཛུངས་སྟུན་སོགས་ནས་བཤད་པ་ལྟར། ཆོས་ཆོགས་བཅད་རེ་
རེའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་ལ་ལྷགས་གཟེར་སྟོང་བཏབ་པ་དང་། མར་མེ་སྟོང་བཙུགས་
པ་དང་། མེར་མཆོངས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་ཀྱི་ཆོས་གང་གི་ཡོན་ཏན་ནི།

གང་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ཡིས། །

ལྷགས་རྒྱས་ཉ་ལ་རི་བཞིན་དུ། །

ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་བྲངས་ཆོས་དེ་ནི། །

སྟོང་ལས་མ་ཐོས་སྐྱལ་བ་ཞན། །

དེ་ཡིད་ཐུང་ན་ཤུགས་ཀྱིས་ནི། །

སྒྲུག་པའི་གྲུ་ལ་མ་ཡི་ཡིད། །

རྗེས་སུ་སོང་བ་རི་བཞིན་དུ། །

བདག་གི་ཡིད་ནི་གཏོང་མི་བྱེད། །

འདི་ལའང་སྟོང་གསུང་བསམས་པ་ན། །

མཆོན་དཔེའི་དཔལ་གྱིས་རབ་ཏུ་འབར། །

འོད་ཀྱི་བྱ་བས་ཡོངས་བསྐྱོར་བའི། །
སྟོན་པ་དེ་ཡི་ཆངས་དབྱངས་ཀྱིས། །
འདི་ནི་འདི་ལྟར་གསུངས་སྟུང་དུ། །
ཡིད་ལ་བྱུང་བའི་གཟུགས་བརྟན་ནི། །
ཤར་བ་ཙམ་ཡང་ཆ་བ་ཡིས། །
གདུངས་ལ་ལྷ་ཟེར་བཞིན་དུ་སྤྲོ། །
དེ་ལྟར་མད་དུ་བྱུང་བ་ཡིས། །

རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱིད་པའི་རྩ་བ་གཙོད་པ་དེ་མཐོང་བ་ཡི་སྟོབས་
ཀྱིས། དཔེར་ན། ལྷགས་ཀྱས་ཉ་ལ་སྟེ་དེས་ཉ་འབྲེན་པའམ། འགྲུགས་པ་ཇི་
སྟེ་བ་དེ་བཞིན་དུ། སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱུགས་བྱངས་པ་སྟེ། འཕྲོག་པའི་ཉིན་འབྲེལ་
ཀྱི་ཆོས་ཟབ་མོ་དེ་ནི་སྟོན་པ་ཁྱོད་ཉིད་ལས་དངོས་སུ་མ་ཐོས་པས་བདག་ནི་
སྐལ་པ་ཞན་པ་སྟེ་དམན་པ་ཞིག་གོ་སྟུང་དུ་བསམས་སོ། །དེ་ལྟར་བསམས་
པ་དེ་ཡི་ཕྱང་ན་གྱི་ཤུགས་ཏེ་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། དཔེར་ན། སྤྱིད་དུ་གཙུག་ཤིང་
སྒྲུག་པའི་བྱ་ཞི་བ་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་མ་ཡི་ཡིད་ཇེས་སུ་སོང་བ་སྟེ་ཤུགས་པ་ཇི་
སྟེ་བ་དེ་བཞིན་དུ། སྟོན་པ་ཁྱོད་བྱུགས་ཤིང་བསྟོད་པར་འདུན་པ་ལས་
བདག་གི་ཡིད་ནི་གཏོང་བར་མི་བྱེད་ལགས་སོ། །ཉིད་ཀྱི་བྱུགས་བྱངས་ཞེས་

པ་ནི་གོ་བདེ་བར་བྱེད་ན། ལྷགས་ཀྱས་ཉ་འཛེན་པ་དང་བྲངས་ནས་བྱ་བ་ལ་
འཇུག་པ་དེ་བཞིན་དུ། རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་པན་ཡོན་མཐོང་ནས་སྟོན་པའི་
ལྷགས་བྲངས་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་འཆོལ་བ་ལ་སྟོན་འབད་པར་མཛད་
ཅས་པའོ། སྐལ་པ་གཞན་ཞེས་པ་ནི་མ་དག་གོ། །ཡིད་གཏོང་པར་མི་བྱེད་པ་
ནི། སྟོན་པ་ལ་གྲུས་ཤིང་བསྟོན་པའི་འདུན་པ་མི་འཛོག་པའོ། སྐབས་འདིར་
ཤྱགས་ཞེས་པ་ནི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། དངོས་དང་ཤྱགས་ཀྱི་
ཆས་ཕྱེ་པའི་ཤྱགས་བསྟན་གྱི་དོན་མིན་ནོ། འོན་ཀྱང་ཞུགས་ཞེས་གསུངས་
སྟོས་ཡོད་པ་ལྟར་ན། བྱ་ངན་གྱི་མེ་ཡིས་ཞེས་པ་སྟེ། ཞུགས་ཀྱི་སྐྱ་ནི་མེ་ལ་
འཇུག་པས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཡིད་བྱ་ངན་གྱིས་གདུང་བའི་སྐབས་འདི་ལའང་སྟོན་པ་ཁྲོད་
གྱི་གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་ལ་བསམས་པ་ན། མཆན་སོ་གཉིས་དང་དཔེ་
བྱད་བརྒྱད་ཅུའི་དཔལ་གྱི་རབ་རྩ་འབར་ཞིང་། འོད་གྱི་བྲ་བས་ཡོངས་སུ་
བསྐོར་བའི་སྟོན་པ་དེའི་གསུང་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྟན་པའི་ཆངས་པའི་
དབྱངས་ཀྱིས་ཆོས་ཚུལ་འདི་ནི་ཚུལ་འདི་ལྟར་གསུངས་སོ་སྟུང་དུ་བསམས་
ཏེ། ཡིད་ལ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཁྲོད་གྱི་སྐྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཏེ་དོན་སྤྱི་ནི་
ཤར་བ་ཅ་མ་ཡང་། ཆ་བ་ཡི་བྲོད་གྱིས་གདུངས་པ་ལ། ཤིན་རྩ་བསེལ་བའི་
ཆེ་བེར་པན་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་བ་བཞིན་དུ་བདག་གི་ཡིད་ལ་སྟན་པ་སྟེ་པན་
པར་གྱུར་ཏེ། འདི་ལའང་ཞེས་པའི་འདི་ནི། རྟེན་འབྲེལ་གསུང་པའི་ཚུལ་འདི་
ལའང་ཞེས་པ་ཞིག་གྱང་ཐོབ་པར་སེམས་ལ། འང་ནི་སྐབས་གཞན་དུ་མ་བྱད་

ཅེས་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་ཞེས་པ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་གཙུག་
ཆེའོ། །འཁར་བ་ཙམ་ཡང་ཞེས་པ་ནི། དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་ན་སྒྲན་པར་
འགྱུར་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས་པའོ། །

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། འཆོལ་པའི་རྒྱ། བཅུལ་པའི་ཚུལ། རི་ལྟར་རྟེན་
པའོ། །དང་པོ་ནི།

ལུགས་བཟང་དེ་ཡང་མི་མཁས་པའི། །

སྟེ་བོས་པལ་པ་ཇ་བཞིན་དུ། །

རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིངས་པར་བྱས། །

ཚུལ་འདི་མཐོང་ནས་.....། །

སྒར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ངོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ཡི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་
པར་གཞག་པའི་ལུགས་བཟང་པོ་དེ་ཡང་མི་མཁས་ཤིར་མཁས་པར་སྟོམ་
པའི་སྟེ་བོ་གྲུབ་མཐའ་སྟེ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་དཔེར་ན་བལ་པ་ཇ་བཞིན་དུ་
རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིངས་པ་སྟེ་འཇུགས་པར་བྱས་སོ། །འདིར་པལ་པ་ཇ་ཞེས་
འབྱུང་བ་ནི་མ་དག་པར་སེམས་ཏེ། གཞུང་འགའ་ཞིག་ལས་བལ་པ་ཇ་ཞེས་
འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་གཡའ་སྤང་མཆམས་སུ་སྟེ་བའི་རྩ་བེ་དུ་ཞེས་གྲགས་
པ་ཞིག་ལ་བཤད་དོ། །གང་ལྟར་ཡང་པར་འཛིངས་ཚུར་འཛིངས་སུ་ཡོད་
པའི་རྩ་བེ་རིགས་ཞིག་སྟེ། རྩ་དེ་འཇུགས་ནས་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་བོད་

ཀྱི་མཁས་སྒྲོམ་དུ་མས་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་བྱད་པར་དང་། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་
དགོངས་པ་དང་ངེས་དོན་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེགས་པར་མ་བྱེད་པར་མ་བཤད་ལོག་
བཤད་ཀྱིས་འབྲུགས་པར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་འབྲུགས་པར་བྱས་པའི་ཚུལ་འདི།

.....བདག་གིས་ནི། །

འབད་བ་དུ་མས་མཁས་པ་ཡི། །

རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་བྱོད་ཀྱི་ནི། །

དགོངས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅ་ལ། །

ཁོ་བོ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཀྱིས་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས་ལེགས་པར་
མཐོང་བས་རྟེན་བྱས་ནས་བདག་གིས་ནི་འབད་བ་དུ་མས་སྒྲ་སྒྲུབ་ཐོགས་
མེད་སོགས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་འབྲེལ་བ་ལ་ཆད་མར་གྱུར་པའི་འཕགས་
ཡུལ་ཀྱི་མཁས་པ་ཡི་གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་
སྟོན་པ་བྱོད་ཀྱི་ནི་དགོངས་པ་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་ཡང་དང་དུ་བཅ་ལ་
ལོ། །མཁས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་
འབྲང་བ་གང་བྱས་ཀྱང་མི་འགལ་ལོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཆོགས་ཚུང་དུས་མ་རྟེན་པ་དང་། སླ་མའི་བྱིན་
ཀྱིས་རྟེན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ཆེ་རང་གཞན་སྡེ་པ་ཡི། །

གཞུང་མང་དག་ལ་སྦྱངས་པ་ན། །

སྤྱི་སྤྱིར་ཐེ་ཆོམ་དྲ་བ་ཡིས། །

བདག་གི་ཡིད་ནི་ཀུན་ཏུ་གདུངས། །

དེ་ལྟར་བཅུལ་བ་དེའི་ཆེ་རང་དང་གཞན་གྱི་སྡེ་པ་ཡི་གཞུང་ལུགས་
མང་པོ་དག་ལ་སྦྱངས་པ་ན། དེ་དག་གི་བཤད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་སྤྱི་སྤྱིར་སྦྲར་གང་མི་འཐད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དྲི་བ་
ཡིས་འཆོལ་བ་པོ་བདག་གི་ཡིད་ནི་ཀུན་ཏུ་སྡེ་རབ་ཏུ་གདུངས་སོ། །

འདིར་རང་གི་སྡེ་བ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྡེ་བ་ནི་
སྤྱི་རོལ་པའི་གྲུབ་མཐར་ཞུགས་པ་སྟེ། གཞུང་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པའི་
གཞུང་རྣམས་ལ་བྱེད་དགོས་པར་སེམས་སོ། འོན་ཀྱང་། རང་ངམ་གཞན་གྱི་
གྲུབ་པའི་མཐའ། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་རང་སྒྲགས་དང་གཞན་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་
པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་བཤད་པའང་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཁྱོད་གྱི་སྤྲ་མེད་ཐེག་པའི་ཚུལ། །

ཡོད་དང་མེད་པའི་མཐའ་སྦྱངས་ཏེ། །

ཇི་བཞིན་འགྲེལ་བར་ལུང་བསྟན་པ། །

ལྷ་སྒྲུབ་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཚུལ་ཆ་ལ། །

དེ་མེད་མཁྱེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱས། །

གསུང་རབ་མཁའ་ལ་ཐོགས་མེད་རྒྱ། །

མཐར་འཛིན་སྟོང་གི་ཐུན་པ་སེལ། །

ལོག་སྒྲ་རྒྱ་སྐར་བེལ་གཞོན་པ། །

དཔལ་ལྡན་སྒྲ་བའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི། །

འོད་དཀར་སྟེང་བས་གསལ་བྱས་པ། །

སྒྲ་མའི་དེན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ། །

བདག་གི་ཡིད་གྱིས་ངལ་སོ་ཐོབ། །

སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐེག་པའི་ཚུལ་ཏེ་ལུགས་སམ་རྣམ་
གཞག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་པའི་སྒྲོ་སྐར་གྱི་
མཐར་སྐངས་ཏེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བར་སྟོན་པ་
རང་ཉིད་གྱིས་འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱད་དང་ལང་ཀར་གཤེགས་པ་རྩ་བོ་ཆེའི་
མདོ་སོགས་ལས་ལུང་བསྟན་པ་མགོན་པོ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཅ་བ་

ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་དའི་ཆལ་རྣམས་ཀྱིས་ཆིག་དོན། འབྲུལ་བའི་
 རྩི་མ་མེད་པའི་མཁྱེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་རབ་ཏུ་རྒྱས་ཤིང་། རྒྱལ་བའི་གསུང་
 རབ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་རྒྱ་བས་གདུལ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཉག་
 ཆད་ཀྱི་མཐར་འཇིག་ཀྱི་འཆིང་བ་འགྲོལ་བའི་སྙིང་གི་སྟེ་ཡིད་སྦྱིབ་བྱེད་ཀྱི་
 ཟུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། གཞུང་དོན་ལོག་པར་སྦྱ་བའི་མཁས་རྣམས་རྒྱ་
 སྐར་ཀྱི་ཆོགས་ཟིལ་ཀྱིས་གཞོན་པར་མཛད་པ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པའི་
 ལེགས་བཤད་དབྱུ་མ་འཇུག་པ་དང་། ཅུ་བཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲོལ་བ་ཆིགས་
 གསལ་དང་། རིགས་པ་དུག་ཏུ་པའི་འགྲོལ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འོད་
 དཀར་ཀྱི་འཕྲེང་བས། ཆེས་ཆེར་གསལ་བར་བྱས་པའི་དོན་སྒྲ་མ་འཇམ་
 པའི་དབྱངས་ལ་སོགས་པའི་དྲིན་ཀྱི་མཐུ་ལས་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ།
 སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་བདག་གི་ཡིད་ཀྱིས་བདེ་བའི་ངལ་གསོ་ཐོབ་
 བོ། །འདི་དག་གོ་བདེ་བར་བྱས་ཆོ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་སོ་སོར་བཤད་ན་སྒྲ་
 སྦྱབ་ཀྱི་གསུང་དང་མེ་ཉོག་ཀུན་ད་སྦྱར། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བའི་གསུང་དང་། ལྷ་
 བའི་འོད་ཟེར། གསུང་རབ་སྦྱི་དང་བྱད་པར་སྟོན་པའི་གསུང་དང་ནམ་མཁའ་
 མཐར་འཇིག་དང་ཟུན་པ། ལོག་པར་སྦྱ་བ་དང་རྒྱ་སྐར་སྦྱར་བ་སྟེ། དེ་དག་གི་
 བྱེད་ལས་ཀྱང་དེས་གོ་བར་འགྱུར་རོ། །

འདིར་བསྟན་པའི་སྒྲ་མའི་གཙོ་བོ་ནི་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཡིན་པར་
 སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་ཤེས་ལ། ཆོས་སྦྱོང་འདིར་ཡིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱེད་སྦྱ་འགྱུར་
 ལ། གསུང་འབྲུམ་དང་རྒྱལ་དབང་གི་དེར་ཡིད་ཀྱི་ཞེས་དུག་པའི་སྦྱ་ཡོད་

དོ། །དེའི་དང་པོ་ལྟར་ན་ཡིད་ཐོབ་པ་པོ་དང་། ངལ་གསོ་ནི་ཐོབ་བྱའོ། །སྤྱི་མ་
ལྟར་ན། ཡིད་ཀྱི་ངལ་གསོ་ཐོབ་བྱ་དང་། རྗེ་ཉིད་ཐོབ་པ་པོར་འཇོག་དགོས་ལ།
དང་པོ་ལའང་རྗེ་སྤྱི་མ་ཐོབ་པ་པོར་དོན་གྱིས་གོའོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། །

མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །

འདི་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་མཁས་པ་ཡིས། །

འདི་ལས་སངས་རྒྱས་རྗེས་བློས། །

ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་
གི་ནི་མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་ཞིང་། གསུང་གི་མཛད་པ་མཆོག་དེ་ཡང་ནི་རྟེན་
འབྲེལ་གསུངས་པའི་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། བསྟན་པའི་གནད་
མཐོང་བའི་མཁས་པ་ཡིས་རྟེན་འབྱུང་གསུངས་པའི་ཚུལ་འདི་ལས་སངས་
རྒྱས་རྗེས་སུ་བློས་པར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་བའོ། །རྒྱལ་དབང་གི་དེར་ནི། བསྟོད་
པའི་ཚུལ་འདི་ལས་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། རྗེས་སུ་བློས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་
བློན་བློན་པ་དང་སངས་རྒྱས་བློན་པ་གང་ལ་སྦྱར་གྱུར་བར་སྦྱང་ངོ་།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཚུལ་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་། བསྟོད་བའོ། དང་པོ་ནི།

སྟོན་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱང་བྱར་ཏེ། །

རྒྱལ་བའི་གསུང་ལ་སྦྱངས་པ་མི་དམན་ཞིང་། །

ནལ་འབྱོར་སྟོད་ལ་བཙོན་པའི་དགོ་སྟོང་ཞིག །

བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་གྱུས། །

ཐུབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་བསྟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། སྟོན་པ་
སྟོན་མེད་པ་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱང་བར་བྱར་ཏེ་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱན་
ལ་སྦྱངས་པ་མི་དམན་ཞིང་། དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ནལ་འབྱོར་གྱི་སྟོད་པ་
ལ་བཙོན་པའི་དགོ་སྟོང་སྟོ་བཟང་གཤམ་པའི་དཔལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག །བྱང་
སྟོང་ཆེན་པོ་ཐུབ་དབང་དེ་ལ་དེ་ལྟར་གྱུས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྦྱངས་པ་རྗེས་སུ་མཛད་པ་ནི། རྣམ་ཐར་རྣམས་དང་། རྗེ་
ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་རྟོགས་བརྗོད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྦྱིར་བྱང་སྟོང་གི་
སྟོད་པ་ནི། ཡིད་བྱང་པོར་སྟོང་པ་ལ་བཤད་ཅིང་། དེ་ལའང་འཛིག་ཉིན་པ་དང་
འཛིག་ཉིན་ལས་འདས་པའི་བྱང་སྟོང་གཉིས་ཡོད་ལ། འདིར་ནི་སྟོན་དེའི་ཞེས་
པའི་ཆོག་དང་འབྲེལ་བས་སྟོན་པ་ཉིད་ལ་གོའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། བསྟོ་བ་དང་། སྟོན་ལམ་མོ། །དང་པོ་ནི།

སྟོན་པ་སྟོན་མེད་པའི་བསྟོན་པ་དང་། །

མངལ་བ་འདི་འདྲ་སྒྲ་མའི་བྲིན་ཡིན་པས། །

དགེ་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །

བཤེས་གཉེན་དམ་པས་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །

སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཞེས་སོགས་རྒྱུ་བ་བཞིས་སྟོན་ཏེ། རོན་
ནི། སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་། རོས་བསམ་སྟོམ་
གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་མངལ་རྒྱ་རུ་བ་འདི་འདྲ་བ་ནི། སྒྲ་མའི་བྲིན་ཡིན་པས་
ན། དགེ་བ་གཞན་རུ་མ་བྱེད་བསྟོན་པ་འདི་བཅུ་མས་པ་ལས་རྒྱུ་བའི་དགེ་བ་
འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པས་
རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོའོ། །སྐབས་འདིར་སྒྲ་མ་ནི་བཤེས་གཉེན་སྤྱིར་
དབང་རུ་བྱས་པའོ། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ནི། མཛོད་ལས། སྟོན་པའི་དམ་
ཆོས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར། ལུང་གི་བསྟན་པ་དང་། རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་གཉིས་སུ་ངེས་ཤིང་། ལུང་
གི་བསྟན་པ་ལ་རོས་བསམ་དང་། རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱས་
ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གནས་པ་དང་། དེ་འཛིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཕན་མཛད་དེ་ཡི་བསྟན་པ་འང་སྤྱིད་པའི་མཐར། །

ངན་རྟོག་རྒྱུ་གིས་རྣམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་། །

བསྟན་པའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་ལ། །
ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་རྟག་ཏུ་གང་བར་ཤོག།

ཕན་མཛད་དེའི་བསྟན་པའང་། ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
བཞིས་སྟོན་ཏེ། འདི་ལ་བཞིའི་དང་པོ་ནི། འགྲོ་བ་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་
ཐུག་གི་ཕན་པ་སྐྱབ་པར་མཛད་པ་སྟོན་པ་དེ་ཡི་བསྟན་པའང་སྲིད་པའི་མཐར་
ཐུག་པའི་བར་དུ་སྟེ་འཁོར་པའི་མཐར་བར་དུ། བསྟན་པ་འདི་ལ་མ་གུས་པ་
དང་། མ་རྟོགས་པ་དང་། ལོག་པར་རྟོག་པའི་སྐྱེ་བོའི་ངན་རྟོག་གི་རྒྱུ་གི་
ཤུགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་། བསྟན་པའི་ངང་ཚུལ་རྟོན་འབྲེལ་སྟོན་
པ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྦྱང་བོར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེས་བྱངས་པའི་དད་པས་
སྟོན་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་རྟག་ཏུ་རང་རྒྱུད་གང་བར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་པ་
སྟེ། སྲིད་པའི་མཐར་ཞེས་པས་འཁོར་བའི་སྐྱེ་མཐར་སྦྱངས་ཀྱི་བར་དུ་བསྟན་
པ་གནས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་ཅམ་སྟེ། །དཔེར་
ན། རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་གྱུར་པ་ཅི་ཅམ་པ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ།
ངན་རྟོག་རྒྱུ་དང་སྦྱར་བའི་ཤུགས་ཀྱིས། བསྟན་པ་ནི་མར་མེ་དང་སྦྱོར་བ་
འཛོལ་སྟེ། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། དེ་ཉིད་མ་མཛོང་རང་དགར་སྦྱོད་གྱུར་པའི།
ངན་རྟོག་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་འདི་དགྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་
འབྲེལ། །ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་གང་བ་ནི། སྟོན་པ་ལ་རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་
ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་ཅམ་དུ་མ་བད། དེ་དུས་རྒྱུན་དུ་གནས་ཤིང་འཕེལ་བར་

སྟོན་པའོ། །འང་ནི་བསྟོ་བར་དེར་མ་ཟད་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་གསལ་མཛད་པ། །

ཐུབ་པའི་ལུགས་བཟང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །

ལུས་དང་སྟོག་ཀྱང་བཏང་ནས་འཛིན་པ་ལ། །

སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་དེ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་དོན་གསལ་བ་སྟེ་བསྟན་ནས་རྒྱས་པར་མཛད་པའི་སྟོན་ནས་ཐུབ་པའི་ལུགས་བཟང་ལུང་རྟོགས་གྱི་བསྟན་པ་རྣམ་གཉིས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་ལུས་དང་སྟོག་ཀྱང་བཏང་ནས་འཛིན་པ་ལ། དུས་རིང་པོར་ལྟ་ཅི། དུས་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའོ། །གསུང་འབུམ་ལས་གསལ་མཛད་པས། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བཤད་ཀྱི་འདིར་ས་སྒྲ་མེད་པ་ལྟར་ན། ལུགས་བཟང་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཚུལ་གསལ་བ་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །ཀྱང་ནི་རྟེན་ཕྱན་ཆོགས་གྱིས་གཏོང་བ་ལྟ་ཅི། ལུས་སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་དེ་པོར་ནས་བསྟན་པ་འཛིན་པའོ། །མི་སྟོད་པ་ནི་བཙོན་པ་མི་འདོར་བ་སྟེ། སྟོད་པ་ཡང་དེའི་སྟོག་ཕྱོགས་སོ། །

འདྲེན་པ་མཆོག་དེས་དཀའ་བ་དཔག་མེད་གྱིས། །

ནན་ཏན་སྙིང་པོར་མཛད་ནས་སྐྱབ་པ་འདི། །

ཐབས་གང་ཞིག་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་སྟམ་པའི། །

ནམ་པར་དཔྱིད་པས་ཉིན་མཆོན་འདུང་བར་ཤོག། །

གསུམ་པ་ནི། འདྲེན་པ་མཆོག་སྟོན་པ་དེས་སྒྲར་བཟང་པ་སྒྲར་བྱས་
གཏོང་བ་སོགས་དཀའ་བ་དཔག་མེད་གྱི་སྟོན་ནས་ནན་ཏན་སྙིང་པོར་མཛད་
ནས་བསྐྱབས་པའི་བསྟན་པའི་སྙིང་པོ་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཚུལ་ནམ་པར་
བཞག་པ་འདི། ཐབས་གང་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་སྟམ་པའི་ནམ་
པར་དཔྱིད་པས་ཉིན་དང་མཆོན་གྱི་དུས་འདུང་བར་ཤོག་ཅིག་ཅིས་པའོ།
ནན་ཏན་སྙིང་པོར་མཛད་པ་ནི་བཙུན་འགྱུས་དུག་པོའི་སྟོན་ནས་བསྐྱབས་པའི་
དོན་ནོ། །

ལྷག་བསམ་དག་པས་ཚུལ་འདིར་བཙུན་པ་ན། །

ཆངས་དང་དབང་པོ་འཛིག་རྟོན་སྟོང་བ་དང་། །

ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་ལ་སོགས་སྤང་མས་གྱང་། །

གཡེལ་བ་མེད་པ་རྟགས་ཏུ་གྲོགས་བྱེད་ཤོག། །

བཞི་པ་ནི་རང་གཞན་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་
དག་པས། ཐུབ་པས་བསྐྱབས་པའི་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་འཇིན་པའི་ཚུལ་དེར་
བཅོན་པར་བྱེད་པའི་ཆེ་ན། ཆངས་པ་དང་། དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་འཇིག་
རྟེན་སྦྱོང་བ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་། དེར་མ་ཟད་མགོན་པོ་ལེགས་ལྡན་
ནག་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐོས་སྤྲས་སོགས་ཆོས་སྦྱོང་
སྤང་མས་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པར་དུས་ཟུང་དུ་ཅམ་མིན་པར་དུས་རྟག་དུ་
གྲོགས་བྱེད་པར་ཞོག་ཅིག་ཅེས་པའོ། །ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་ནི་སྐབས་འདིར་
ཕྱག་དུག་པ་ལ་བྱེད་དགོས་པར་སེམས་ལ། གདུགས་དཀར་ལས། ལེགས་
ལྡན་གསུམ་བཤད་པའི་ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་ནི། མགོན་པོ་བེང་ཡིན་ཞེས་
མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་བཤད་དོ། །

སྦྱིར་བསྟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གཉིས་མི་འགལ་རྟེ། བསྟོ་རྒྱའི་དགེ་བ་
རྒྱར་བྱས་ནས་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་སྟོན་པ་ནི་བསྟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གཉིས་
གར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །མཛད་བྱང་ལ། ཅེས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་
འདས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི་སྟོའོ། །

སྤྲས་པ། རྒྱལ་པའི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་དུ་ཡོངས་བསྐྱས་རྟེ། །མཁྱེན་
པའི་ཐིག་ལེ་མཆོག་མར་རབ་གྲགས་པ། །བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་མི་ཡི་རྣམ་
རོལ་དེས། །ཞབས་སེན་སྤར་ཡང་བདག་གི་སྦྱི་བོར་ཞོག །བྱིད་ཀྱི་ལེགས་
བཤད་གསལ་པའི་ཉིན་མོར་བྱེད། །ཐུབ་བསྟན་བྱ་ལམ་ཡངས་པར་ཤར་
པ་ན། །མཐའ་ཡས་གཞུང་ལྷགས་པད་ཆལ་གློད་པ་དང་། །ལྟན་ཅིག་ཉེས་

བཤད་ཀྱན་ད་བྱམ་སྒྲུབ། བྱང་པར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་པའི་
ལམ། །རི་བཞིན་སྒྲུང་བར་བྱས་ཆེ་རྟག་ཆད་ཀྱི། །གཙང་རོང་བྲོད་ན་ཅེ་བའི་
མེ་འབྲེར་ཀྱན། །བེལ་མནན་སྤུབ་བསྟན་འཛིན་མ་ཅི་ཡང་གསལ། །ཚུལ་དེས་
སྤྱགས་བྲངས་སྤུབ་པ་ཆེན་པོ་ཉིད། །མཉེས་བྱེད་རྟེན་འབྲེལ་རྩ་གསང་ཆེར་
བསྒྲགས་པས། །མཁས་མང་མདོངས་སྟན་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིང་དབྱས་སུ། །སིམ་
པའི་དགའ་སྟོན་མཆོག་ཏུ་སྟེར་བར་མཛད། །རྩེ་བཅུན་སྒྲུབ་པའི་དགོངས་པ་
འཆད་པ་ལ། །ཞུགས་འདིར་གལ་ཉེ་ཉེས་པར་གྱུར་གང་འཆགས། །རི་བཞིན་
བཤད་ལས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་ཡང་། །རྒྱལ་བའི་དམ་ཆོས་མ་ལུས་འཛིན་བྱེར་
བསྟོ། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་དགེ་སྟོང་སྟོ་བཟང་ལོར་བྱས་བསྒྲུལ་
བའི་རོར་ཅ་ནིའི་སྒྲགས་མཆོན་ཉིད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབ་པའི་གོ་སར་གནས་པ་
ཤུགས་དགེ་སྟོང་བཤད་སྒྲུབ་མིང་ཅན་གྱིས་བྲིས་པའི་རྒྱས་པ་ནས་དངོས་
གཞི་ཙམ་བྱར་དུ་བྱུང་སྟེ་པར་དུ་བཀོད་པའི་ཡི་གེ་པ་ནི་བཅུན་པ་སྟོ་བཟང་
དར་རྒྱས་གྱིས་བྲིས་པའོ། །སྐར་མཁྱེན་ལོ། །ཕྱེ་བོ། །

ཡིག་ལོར་དང་ཆད་སྒྲགས་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅོས་ཞུ་ཆོག།

སྒྲུབ་བྱང་། marjamson618@gmail.com